

# **Lehrreden des Buddha**

**ausführlich erklärt**

**von Paul Debes**

**bearbeitet und zusammengestellt von  
Ingetraut Anders-Debes**

**Herausgeber  
Buddhistisches Seminar 95463 Bindlach**

**2016 Haßfurter Medienpartner**

**INHALTSVERZEICHNIS**

**ERSTER TEIL**

**Ausgewählte Lehrreden aus der  
„Angereihten“ und „Gruppierten Sammlung“**

Die geringe Aussicht, im Leidenskreislauf der Lehre des Erwachten zu begegnen (A I,33).....	38
Das Gleichnis vom Ozean und Grasbrand (S 14,12).....	49
Wo ist die Welt? (A IV,45) .....	65
Inwiefern ist die Lehre des Erwachten als Wahrheit von der Wirklichkeit erkennbar (S 35,70 und A VI,47).....	118
Die Rede an die Kälāmer (A III,66) .....	128
Fünf Betrachtungen für jedermann (A V,57) .....	179
Aus dem Samenkorn Anschauung geht alles Üble oder alles Gute hervor (A I,28).....	199
Das Gleichnis vom Judasbaum (S 35,204).....	236
Gleichnisse für die fünf Zusammenhäufungen (S 22,95).....	286
Woher kommt die Auffassung vom Ich? (Khemako – S 22,89).....	321
Die Wanderung in der Heimstatt und der Nicht-in-der- Heimstatt-Wandernde (S 22,3) .....	345
Der vierfache Zusammenhang in der Existenz (S 14,13) und das Gleichnis von den Affen im Himālaya (S 47,7).....	383
Die Näherin Durst (A VI,61).....	443
Die Last (S 22,22) .....	488
Drei falsche Anschauungen, ihre Berichtigung, und der Zusammenhang Körper-Herz-Geist (A III,62).....	502
Über die Gespenster (aus dem Khuddako-pātho, Peta-Vatthu und Samyutta-Nikāya).....	549

Existenz, wie sie der Erwachte lehrt (S 12,15).....	575
Einstieg in die Heilsentwicklung (S 55,37).....	668
Heraus aus dem Elend (A VIII,36 u. A V,130).....	702
Wahn und Wahnbefreiung (S 12, 25).....	742
Die Stufen vom Wahn zum Heil (A X,62).....	813
Wenn drei Dinge nicht wären... (A X,76).....	934
Die sieben Schwimmenden (A VII,15).....	1039
Vom Eintritt in die Heilsströmung (S 25).....	1073
Das Gleichnis von den zwei Pfeilen (S 36,6).....	1119
Lässiger und strebender Heilsgänger (S 55,40).....	1142
Elf Meilensteine zum Nibbāna (A XI,2).....	1165
Aufbau und Ausbau neuer Wahrnehmungen (A X,60).....	1209
Die Veränderung der Wahrnehmung durch	
Veränderung der Grundbefindlichkeit (S 48,40).....	1239
Das Gleichnis vom Goldläutern (A III,102-103).....	1273
Das Treibholz (S 35,200).....	1305
Gib mir bitte einen Aufschwung (S 35,95).....	1328
Mag auch der Körper krank sein... (S 22,1).....	1341
Über das Abtragen und Auflösen von Karma	
(A III,101, A X,208, A IV,195).....	1359
Milde und Strenge in der Unterweisung (A IV,111).....	1416
Das Gleichnis von der uneinnehmbaren Festung	
(A VII,63).....	1427
Weltliche Armut – verglichen mit Armut an heilsamen	
Eigenschaften (A VI,45).....	1460
Wie könnte ich anderen antun, was ich selber nicht mag?	
(S 55,7).....	1474
Vier Arten des Gebens als Grundlage der Eintracht	
(A IV,32, A VIII,24 u.a.).....	1499
Fürsorge für mich oder für andere? Das Gleichnis vom	
Bambusartisten (S 47,19).....	1547
Der elffache Segen der Übung in unbegrenzter Liebe	
(A XI,16).....	1568
Fünf Weisen, Groll zu überwinden (A V,162).....	1581
Urteilt nicht die Menschen ab (A VI,44).....	1608



Die erste Vorbedingung für den Weg in die Freiheit (A V,22) .....	1630
Zehn verschiedene Weisen, mit Sinnendingen umzugehen (A X,91) .....	1650
Segensreiche Eigenschaften für Hausleute (A VIII,54) .....	1690
Die bekehrte Schwiegertochter oder sieben Fraueneigenschaften (A VII,59) .....	1716
Lebensgrundsätze (S 11,11) .....	1731

## ZWEITER TEIL

### Die 152 Lehrreden der „Mittleren Sammlung“

M 1	Die Darlegung der Wurzel aller Erscheinungen...	1735
M 2	Alle Wollensflüsse / Einflüsse und ihre Aufhebung .....	1798
M 3	Erben der Lehre .....	1848
M 4	Furcht und Schrecken .....	1849
M 5	Unbefleckt .....	1851
M 6	Wunsch um Wünsche .....	1879
M 7	Das Gleichnis vom Kleide .....	1933
M 8	Abtrennung .....	2032
M 9	Rechte Anschauung .....	2070
M 10	Die vier Pfeiler der Selbstbeobachtung (Satipathāna) .....	2233
M 11	Der Löwenruf des Erwachten .....	2439
M 12	Die längere Lehrrede vom Löwenruf .....	2475
M 13	Die längere Lehrrede von der Leidenshäufung .....	2547
M 14	Die kurze Rede von der Leidenshäufung .....	2599
M 15	Schlussfolgerung .....	2600
M 16	Das Wunder der Transzendierung .....	2636
M 17	Im Dschungel .....	2758
M 18	Der süße Bissen .....	2761
M 19	Zweierlei Gedankenerwägungen .....	2806

M 20	Von der Beherrschung des Denkens.....	2880
M 21	Das Gleichnis von der Säge.....	2903
M 22	Das Schlangengleichnis.....	2959
M 23	Das Gleichnis vom Ameisenbau.....	3087
M 24	Der Stufenweg zur Erlösung.....	3131
M 25	Der Wohlgeschmack des Herzensfriedens .....	3221
M 26	Die Suche nach dem Heil, Freiheit von Vergänglichkeit und Leiden .....	3282
M 27	Die Elefantenspur I.....	3283
M 28	Die längere Lehrrede vom Gleichnis von der Elefantenspur.....	3361
M 29 und M 30	Die Reden vom Gleichnis vom Kernholz.....	3422
M 31	Die kürzere Rede bei Gosinga.....	3452
M 32	Die längere Rede bei Gosinga.....	3453
M 33	Das Gleichnis vom Rinderhirten .....	3454
M 34	Die kürzere Lehrrede über den Rinderhirten .....	3491
M 35	Saccako I.....	3504
M 36	Saccako, der Dialektiker.....	3533
M 37	Versiegung des Durstes I.....	3602
M 38	Die längere Rede über die Versiegung des Durstes.....	3635
M 39	Bei Assapura.....	3636
M 40	Die kürzere Rede bei Assapura .....	3661
M 41	Unheiles und heilendes Wirken.....	3662
M 42	Die Brahmanen von Verañja .....	3707
M 43	Erklärungen I.....	3708
M 44	Erklärungen II.....	3783
M 45	Die kürzere Rede über die Lebensführung.....	3824
M 46	Die Lebensführung II .....	3825
M 47	Der Forscher .....	3857
M 48	Die Eigenschaften des gesicherten Nachfolgers...3878	
M 49	Ein bedeutsames Gespräch des Erwachten mit Gott Brahma.....	3954
M 50	Māros Verweisung.....	3985
M 51	Kandarako.....	4033
M 52	Der Bürger von Atthaka .....	4034

M 53	Die Übungsschritte bis zur Vollendung .....	4035
M 54	Erhellung und Besänftigung des Begegnungslebens und seine Übersteigung .....	4095
M 55	Jivako .....	4148
M 56	Upāli .....	4170
M 57	Der Hundelehrling .....	4206
M 58	Abhayo, der Königssohn .....	4243
M 59	Viel der Gefühle .....	4259
M 60	Dogmenfreiheit .....	4291
M 61	Rāhulos Ermahnung .....	4404
M 62	Die längere Lehrrede zur Belehrung Rāhulos .....	4438
M 63	Der Sohn der Mālunkya .....	4478
M 64	Befreiung von den fünf untenhaltenden Verstrickungen .....	4500
M 65	Bhaddāli .....	4533
M 66	Das Gleichnis von der Wachtel .....	4535
M 67	Bei Cātumā .....	4581
M 68	Bei Nalapakāna .....	4609
M 69	Gulissāni .....	4611
M 70	Bei Kitāgiri .....	4612
M 71	Vacchagotto, drei Wissen .....	4642
M 72	Vacchagotto II .....	4643
M 73	Die längere Rede an Vacchagotto .....	4667
M 74	Die entlarvende Betrachtung von Form und Gefühl .....	4668
M 75	Die Leidenshäufung durch die Sinnensucht und ihre Überwindung .....	4687
M 76	Sandako .....	4724
M 77	Die längere Lehrrede an Sakuludāyi .....	4726
M 78	Der Sohn der Samanamundika .....	4809
M 79	Sakuludāyi .....	4852
M 80	Vekhanaso .....	4878
M 81	Ghatikāro, der Töpfer .....	4879
M 82	Ratthapālo .....	4884
M 83	König Makhādevo .....	4926

M 84	Bei Madhura .....	4927
M 85	Bodhi, der Königssohn .....	4928
M 86	Angulimālo .....	4929
M 87	Was einem lieb ist .....	4950
M 88	Gut und Böse .....	4963
M 89	Denkmale der Lehre .....	4986
M 90	Bei Kannakatthala .....	4999
M 91	Brahmāyu .....	5000
M 92	Selo .....	5067
M 93	Assalāyano .....	5068
M 94	Gothamukho .....	5070
M 95	Sicherer Schutz vor falscher Wegweisung .....	5071
M 96	Die weltüberlegene Fähigkeit des Menschen .....	5186
M 97	Dhanañjāni .....	5228
M 98	Vāsetho .....	5229
M 99	Der Erwachte über Brahma und den Weg zu ihm	5230
M 100	Sangāravo .....	5286
M 101	Der Erwachte deckt die Irrtümer der Freien Brüder auf .....	5323
M 102	Die Fünf als Drei .....	5376
M 103	Was denkt ihr von mir ? .....	5421
M 104	Streit und Streitverhinderung .....	5422
M 105	Sunakkhatto .....	5489
M 106	Die Stufen zur Sicherheit .....	5555
M 107	Rechner Moggallāno .....	5590
M 108	Der Aufseher Moggallāno .....	5591
M 109	Vollmond I .....	5593
M 110	Die kürzere Rede in der Vollmond-Nacht .....	5644
M 111	Schritt für Schritt .....	5681
M 112	Erläuterung der sechsfachen Ablösung eines Geheilten .....	5683
M 113	Der Mensch, der auf das Wahre, das Vollkommene, ausgerichtet ist .....	5685
M 114	Was zu pflegen ist und was nicht .....	5730
M 115	Viele Gegebenheiten .....	5732
M 116	Der Schlund der Seher/Einzelerwachten .....	5801

M 117	Die längere vierzigfache Wahrheitsdarlegung .....	5802
M 118	Beobachtung der Ein- und Ausatmung.....	5887
M 119	Auf den Körper gerichtete Beobachtung.....	5892
M 120	Wiedergeburt je nach dem Anstreben .....	5977
M 121	Die kürzere Rede über Leerheit.....	6033
M 122	Die längere Rede über Leerheit.....	6061
M 123	Wunderbare, erstaunliche Eigenschaften .....	6090
M 124	Bakkulo .....	6091
M 125	Die Stadien der Zähmung.....	6092
M 126	Bhūmijo .....	6155
M 127	Anuruddho .....	6172
M 128	Die Lehrrede von den Befleckungen.....	6174
M 129	Der Tor und der Weise .....	6206
M 130	Die Götterboten .....	6206
M 131	Einzig von innerem Wohl beglückt.....	6277
M 132	Einzig von innerem Wohl beglückt – Ānando .....	6278
M 133	Einzig von innerem Wohl beglückt – Mahākaccāno.....	6279
M 134	Einzig von innerem Wohl beglückt – Lomasakangiyo .....	6281
M 135	Karma-Erläuterungen .....	6282
M 136	Die längere Darlegung von den Folgen des Wirkens .....	6340
M 137	Die Darlegung der sechs Süchte.....	6380
M 138	Kurze Darlegung .....	6449
M 139	Die Darlegung über Frieden schaffendes Wirken	6519
M 140	Die Darlegung der sechs Gegebenheiten.....	6556
M 141	Erklärung der vier Heilswahrheiten.....	6604
M 142	Ausführungen über das Spenden .....	6687
M 143	Das Gespräch mit Anāthapindiko .....	6691
M 144	Channo.....	6736
M 145	Punnos Unterweisung.....	6748
M 146	Unbeständig - leidvoll - nicht ich .....	6750
M 147	Die drei Daseinsmerkmale .....	6797
M 148	Sechs Sechsheiten.....	6847

M 149	Der großartige Gewinn durch Durchschauung der Sechsheit.....	6902
M 150	Die Rede an die Nagaravinder.....	6924
M 151	Die Reinigung der Almosenspeise .....	6938
M 152	Macht über die Sinnesdränge .....	6939

### III. TEIL

#### Ausgewählte Lehrreden aus der „Längeren Sammlung“

Das Gespräch mit Potthapādo (D 9).....	6945
Das hilfreichste unter drei Arten von Wundern, Kevaddho (D 11).....	7032
Lohicco (D 12) .....	7087
Der Buddha über die Wege zu Brahma (D 13) .....	7111
Sakkos Fragen, Fragen eines Götterkönigs (D 21).....	7199
Pāyāsi, die Bekehrung eines Materialisten (D 23) .....	7265
Die Entwicklung innerhalb eines Weltzeitalters (D 27 und D 26).....	7372
Das Gespräch mit Singālo (D 31).....	7512
Register.....	7555

## VORWORT

Dieses mehrbändige Werk enthält 104 ausführlich besprochene Lehrreden der „Mittleren Sammlung“ und die übrigen 48 in kurzer Zusammenfassung mit Hinweisen auf ähnliche Textstellen und Erklärungen. Die Lehrreden der „Mittleren Sammlung“ folgen der Nummerierung des Originals. – Ausgewählte Lehrreden aus der „Angereichten“ und „Gruppierten Sammlung“ mit Kommentar sind – sozusagen als Einführung und als Überblick über die Lehre des Erwachten – den Lehrreden der „Mittleren Sammlung“ vorangestellt. – Der letzte Teil enthält eine Auswahl von Lehrreden aus der „Längeren Sammlung“, jeweils umfassend erläutert.

„Die Lehre des Buddha, des Erwachten“ – darunter sind nicht alle heutigen im Westen und im Osten „buddhistisch“ genannten, doch weit nach dem Buddha und ganz ohne ihn entstandenen Erscheinungen und Lehren zu verstehen, sondern die ursprüngliche Lehre des Gründers selbst, von welcher uns in den zentralen Schriften des Pāli-Kanon – in mehreren tausend Lehrreden – die am meisten gesicherte und völlig ausreichende Substanz vorliegt. Diese Lehrreden sind ein in sich geschlossener Komplex von sich gegenseitig bestätigenden und ergänzenden, nie aber widersprechenden, Aussagen über die Existenz und enthalten unter anderem eine vollständige Psychenlehre mit genau ins Einzelne gehenden Angaben über den Funktionszusammenhang und die Herkunftsbedingungen der Psyche.

Welche gewaltige Wirkung die Belehrung des Erwachten während seiner 45jährigen Lehrtätigkeit in der damaligen Zeit hatte, zeigt sich nicht zuletzt in der Tatsache, dass ein großer Teil der östlichen Menschen durch zweieinhalb Jahrtausende hindurch von dieser Lehre geprägt und gefestigt wurde in einer Lebensauffassung und Lebenshaltung, die dem heutigen westlichen Menschen als in vieler Hinsicht überlegen erscheinen muss. – Wenn er aber dann auf Grund dieser Feststellung und Beobachtung sich mit dieser beeindruckenden Existenzlehre

näher befassen will und zu den Lehrreden selber greift, die solche Wirkung erzeugt haben und die uns seit Ende des 19. Jahrhunderts in der Übersetzung von *Karl Eugen Neumann* vorliegt, dann erfährt er im Anfang sehr oft eine gewisse Enttäuschung, weil ihm der Stoff nicht zugänglich werden will, wie man es immer wieder moderne Menschen äußern hört.

Paul Debes (1906-2004) hat nach zwanzigjährigem eigenen Studium Zugang zu diesen Lehrreden gefunden, hat vierzig Jahre lang als buddhistischer Lehrer gelehrt und, angeregt durch Gespräche und Diskussionen mit seinen Zuhörern, immer bessere Übersetzungen und Erklärungen erarbeitet. In seiner Schrift „Wissen und Wandel“, die in diesem Jahr mit dem 62. Jahrgang abschließt, hat Paul Debes viele Lehrreden schriftlich kommentiert und ebenso mündlich in Vorträgen erläutert. Diese Vorträge sind abgeschrieben und überarbeitet in dieses Werk aufgenommen.

Aber trotz aller Erklärungen der Lehrreden empfiehlt es sich, zum ersten Kennenlernen der Lehre des Erwachten die gründliche Einführung, wie sie mit dem Buch von Paul Debes vorliegt:

Meisterung der Existenz  
durch die Lehre des Buddha, Band I und II  
Buddhistisches Seminar 95463 Bindlach

vorab, vor der Lektüre dieser Lehrreden, zu lesen.

Über das Lesen der Lehrreden  
schreibt Paul Debes:

Der geistige Standort der Inder, zu denen der Erwachte sprach, war von dem des heutigen Abendländers sehr verschieden. Viele Einsichten und Erkenntnisse, die für die Mehrzahl der Zeitgenossen des Erwachten sicherer, selbstverständlicher Besitz waren – wie die Lehre von der Wiedergeburt, dem unendlichen Kreislauf der Wesen, der Vorherrschaft des Geistes



gegenüber den Erscheinungen (erklärt in „Meisterung der Existenz“)- sind dem heutigen Abendländer völlig fremd und dementsprechend auch nicht leicht annehmbar.

Der Erwachte aber konnte diese drei entscheidenden Grundaussagen als bekannt und anerkannt voraussetzen und konnte, auf dieser Basis aufbauend, zu den letzten und eigentlichen Aussagen vorstoßen, die über diese Einsichten noch weit hinausreichen und die die Krone, die „Zinne“ seiner Lehre bilden. Von daher wird verständlich, warum jene Grundaussagen in den Lehrreden des Erwachten nur wenig begründet werden. Diese Voraussetzungen für das Verständnis der hauptsächlichen Ausführungen des Erwachten aber fehlen dem westlichen Menschen weitgehend. Für ihn stehen sie unbegründet im Raum, und darum versagt sich ihm ihre seinerzeit bewiesene große Kraft.

Aber auch solche Freunde, die sich diese Grundlage inzwischen erwerben konnten, haben oft noch manche Schwierigkeiten beim Lesen der Lehrreden und erleben darum nicht ihre segensreiche Auswirkung, ja, sie kommen nicht einmal zum richtigen Verständnis der tieferen Aussagen der Lehre.

Der Grund liegt hier nicht bei den intellektuellen Hindernissen, denn weit mehr noch als diese stellen sich dem abendländischen Leser emotionale Hemmungen in den Weg, die ihm das Eindringen in die Lehrreden erschweren, die ihn beim Lesen Unlust empfinden und keine Freudigkeit aufkommen lassen. Diese Schwierigkeiten drücken sich in der oft gehörten Klage aus, dass „die Wiederholungen in den Lehrreden so müde machen“, dass „sie das Verständnis erschweren“ und „nur mit großer Anstrengung erkennen lassen, was der eigentliche Inhalt einer Lehrrede ist“.

Diese Einstellung, die den Menschen lähmt, zur Vertiefung seines Verständnisses der Lehrreden und damit der Existenz zu kommen, ist diejenige, die ihn bei irgendwelchen, ihm von früherem Lesen her schon bekannten Worten und Sätzen denken lässt: „Ach ja, jetzt kommt wieder dieselbe Stelle, das ist ja nur Wiederholung!“ und die ihn dann solche Stellen mit

mehr oder weniger Ungeduld oder Langeweile überschlagen lässt. Ein solcher Mensch kann jahrelang, jahrzehntelang die Lehrreden lesen, und er wird sie doch nicht tiefer verstehen.

Man muss die rechte Umgangsweise mit den Lehrreden richtig üben, muss sie erlernen, muss durch die Worte hindurch im Hinblick auf die eigenen Erfahrungen in der Existenz immer wieder sich selber Fragen stellen, bei sich selber nachsehen und prüfen: „Dies ist dort so und so gesagt. Warum? Wie ist es zu verstehen? Wie verhält es sich damit bei mir? Ist es in Wirklichkeit so?“ Zum Verständnis der Lehrreden ist es erforderlich, die Existenz selber gründlich zu betrachten und so in ihr immer mehr die in den Lehrreden gezeigten Zusammenhänge wiederzuerkennen und zu erfahren.

Die Tatsache, dass wir im Alltag äußerst oberflächliche Gedanken immer wieder, tagaus, tagein, für Jahre und Jahre denken und aussprechen, beweist ja, dass uns Wiederholung als solche nicht fremd und ungewohnt ist, dass wir Wiederholung nicht ablehnen, sondern dass uns vielmehr die geistige Kost der Lehrreden noch fremd und ungewohnt, eben noch nicht genügend vertraut ist. Da wir uns also jeden Tag immer wieder in intensivster Weise neu aufladen mit Nebensächlichem, da wir das Nebensächliche beständig wiederholen und so befestigen, brauchen wir als notwendiges Gegengewicht dringend ganz ebenso auch die beständige Wiederholung richtiger und heilsamer Gedanken, denn alle Wiederholungen – sowohl die des Flachen, Seichten wie auch des Tiefen, Wesentlichen, sowohl die des Schlechten wie auch die des Guten – prägen sich uns ein, gehen in das Unterbewusstsein hinein, viel stärker und nachhaltiger, als wir es allgemein annehmen, rufen dort Assoziationen hervor, vertiefen das Aufgenommene immer mehr und bilden unseren Geist, unsere Anschauung und damit unseren Charakter, unsere Tendenzen.

In diesem Sinn sind die Lehrreden des Erwachten Meditationen, sie vermitteln kein nur oberflächlich aufzunehmendes Wissen, sondern Sätze, die auswendig behalten und immer wieder im Geist bewegt werden sollen. Fragen wir uns einmal,

wenn uns beim Lesen eines Lehrredentextes der Gedanke kommt: „Ach, das kenne ich ja schon alles!“, ob wir die Worte denn wirklich auswendig sagen könnten. Wir werden oft feststellen können, dass sie noch längst nicht unser Besitz geworden sind. Im Gedächtnis bewahrte Sätze aber wirken viel intensiver und nachhaltiger als nur gelesene. Nur wenn wir wichtige Sätze aus den Lehrreden im Gedächtnis bewahren, können sie uns auch in solchen Situationen einfallen, in denen wir sie dringend brauchen, aber gerade keine Zeit oder Gelegenheit haben, sie erst zu lesen. Auf diese Weise durchsetzen und durchdringen sie unser ganzes Leben, und dann verdrängen sie auch nach und nach die täglichen, seichten Erwägungen. Viele Menschen sind in einer törichten Weise hochmütig geworden: Weil der intelligente westliche Mensch die Kraft der Gedanken gewaltig unterschätzt – obgleich sie sich täglich, stündlich an ihm auswirken – darum hält er Memorieren, Repetieren und Rezitieren für Dinge, die allenfalls für Kinder, aber für Erwachsene nicht mehr in Frage kommen. Er sagt sich: „Wenn ich einmal weiß, dass es sich so verhält, dass ich in dieser Weise handeln muss, dann weiß ich es doch für immer.“ Er erlebt aber, dass er doch nicht das Richtige und Gute tut, obwohl er es „weiß“. Dies öfter beobachtend, erfährt er, dass es durchaus nicht genug ist, Dinge nur einfach, nur einmal zur Kenntnis zu nehmen. Sie müssen doppelt, zehnfach, tausendfach gewusst werden, müssen doppelt, zehnfach, tausendfach umdacht werden. Wenn wir bei uns beobachten, dass wir nur dasjenige leicht und ohne Mühe und Überwindung tun, was wir tausendfach und damit ganz sicher und tief wissen, und dass wir das, was wir nur einmal und darum nur sehr blass und oberflächlich wissen, nur mit großer Mühe und Anstrengung oder gar nicht tun, dann merken wir, wie wichtig es ist, immer wieder zu memorieren, was nichts anderes ist als die erste, einfachste Form der Meditation.

Ein Beispiel für die Kraft der Wiederholungen ist der Wortlaut der Beschreibung der „vier Strahlungen“, in denen in

Bezug auf „Liebe“, „Erbarnten“, „Freude“ und „Gleichmut“ immer derselbe Text gebracht wird (M 7 und andere):

*Liebevollen Gemütes weilend strahlt er nach einer Richtung, dann nach einer zweiten, dann nach der dritten, dann nach der vierten, ebenso nach oben und nach unten, in alle Richtungen, überallhin durchstrahlt er die ganze Welt mit liebevollem Gemüt, mit weitem, hohem, nichtmessendem, von Feindschaft und Bedrängung freiem.*

*Erbarmenden Gemütes weilend strahlt er nach einer Richtung, dann nach einer zweiten, dann nach der dritten, dann nach der vierten, ebenso nach oben und nach unten, in alle Richtungen, überallhin durchstrahlt er die ganze Welt mit erbarmendem Gemüt, mit weitem, hohem, nichtmessendem, von Feindschaft und Bedrängung freiem.*

*Freudevollen Gemütes weilend strahlt er nach einer Richtung, dann nach einer zweiten, dann nach der dritten, dann nach der vierten, ebenso nach oben und nach unten, in alle Richtungen, überallhin durchstrahlt er die ganze Welt mit freudevolem Gemüt, mit weitem, hohem, nichtmessendem, von Feindschaft und Bedrängung freiem.*

*Gleichmütigen Gemütes weilend strahlt er nach einer Richtung, dann nach einer zweiten, dann nach der dritten, dann nach der vierten, ebenso nach oben und nach unten, in alle Richtungen, überallhin durchstrahlt er die ganze Welt mit gleichmütigem Gemüt, mit weitem, hohem, nichtmessendem, von Feindschaft und Bedrängung freiem.*

Wenn es stattdessen heißen würde: *ebenso auch freudevollen, erbarmenden, gleichmütigen Gemütes...*, dann würde ein solches Zusammendrängen des Textes dem Wortlaut seine vertiefende, auf das Gemüt und den Charakter sich auswirkende, wandelnde und prägende Kraft nehmen. Eine solche Art des Meditierens kann keine Kraft haben, sie muss blass und darum fast wirkungslos bleiben.

Ebenso ist auch ein anderer in den Lehrrede häufig wiederkehrender Text ganz offensichtlich mit voller Absicht in der

folgenden, dem westlichen Menschen wiederum sehr ausführlich und umständlich erscheinenden Weise formuliert, um die wirklichen Seinsverhalte in den Geist des Menschen einzuprägen, einzuähmern und die falschen Ansichten zu vertreiben.

K.E. Neumann hat in seiner Übersetzung dem Bedürfnis des abendländischen Menschen nach Kürzung schon Rechnung getragen, indem er die einzelnen Sinnesorgane mit den ihnen innewohnenden Sinnesdrängen, ebenso das als Außen Erfahrene und die Erfahrung zusammenfasst. Im originalen Text des Pälikanon (M 146 u.a.) werden für jedes einzelne Körperwerkzeug mit den innewohnenden Sinnesdrängen sowie für das als Außen Erfahrene und für die Erfahrung selber ausführlich dieselben Kriterien genannt wie in unserer Übersetzung, K.E. Neumann folgend, nur für das jeweils erste.

*Was meint ihr, ist das Körperwerkzeug Auge mit dem innewohnenden Luger beständig oder unbeständig? – Unbeständig, o Herr. –*

*Was aber unbeständig, ist das weh oder wohl? – Weh, o Herr. –*

*Was aber unbeständig, wehe, dem Gesetz der Wandelbarkeit unterworfen ist, kann man etwa davon behaupten: „Das gehört mir, das bin ich, das ist mein Selbst“? – Gewiss nicht, o Herr. – Was meint ihr,*

*ist das Körper-Werkzeug Ohr mit dem Lauscher,  
ist das Körper-Werkzeug Nase mit dem Riecher,  
ist das Körper-Werkzeug Zunge mit dem Schmecker,  
ist der Körper mit dem Taster,*

*ist der Geist mit dem Denker  
beständig oder unbeständig? – Unbeständig, o Herr. –*

*Was aber unbeständig, ist das weh oder wohl? – Weh, o Herr. –*

*Was aber unbeständig, wehe, dem Gesetz der Wandelbarkeit unterworfen ist, kann man davon behaupten: „Das gehört mir, das bin ich, das ist mein Selbst“? – Gewiss nicht, o Herr. –*

*Was meint ihr, sind die Formen beständig oder unbeständig? – Unbeständig, o Herr. –*

*Was aber unbeständig, ist das weh oder wohl? – Weh, o Herr. –*

*Was aber unbeständig, wehe, dem Gesetz der Wandelbarkeit unterworfen ist, kann man etwa davon behaupten: „Das gehört mir, das bin ich, das ist mein Selbst“? – Gewiss nicht, o Herr. –*

*Was meint ihr, sind die Töne, die Düfte, das Schmeck- und Tastbare, die Gedanken/Dinge beständig oder unbeständig? – Unbeständig, o Herr. – Was aber unbeständig, ist das weh oder wohl? – Weh, o Herr. –*

*Was aber unbeständig, wehe, dem Gesetz der Wandelbarkeit unterworfen ist, kann man etwa davon behaupten: „Das gehört mir, das bin ich, das ist mein Selbst“? – Gewiss nicht, o Herr. –*

*Was meint ihr, ist die Luger-Erfahrung beständig oder unbeständig? – Unbeständig, o Herr. – Was aber unbeständig, ist das weh oder wohl? – Weh, o Herr. –*

*Was aber unbeständig, wehe, dem Gesetz der Wandelbarkeit unterworfen ist, kann man etwa davon behaupten: „Das gehört mir, das bin ich, das ist mein Selbst“? – Gewiss nicht, o Herr. –*

*Was meint ihr, ist die Lauscher-Erfahrung, die Riecher-Erfahrung, die Schmecker-Erfahrung, die Taster-Erfahrung, die Denker-Erfahrung beständig oder unbeständig? – Unbeständig, o Herr. – Was aber unbeständig, ist das weh oder wohl? – Weh, o Herr. –*

*Was aber unbeständig, wehe, dem Gesetz der Wandelbarkeit unterworfen ist, kann man etwa davon behaupten: „Das gehört mir, das bin ich, das ist mein Selbst“? – Gewiss nicht, o Herr. –*

Wenn man hier lediglich als Information zur Kenntnis nehmen wollte: „Das Auge, das Ohr, die Nase... sind unbeständig, wehe, wandelbar“, dann gleitet der Geist an dieser Aufzählung der einzelnen Faktoren nur flüchtig vorüber und nimmt sich gar nicht die Ruhe und die Zeit, bei sich selber gründlich

nachzusehen, inwiefern denn nicht nur das Auge mit dem innewohnenden Luger und die Form und die Luger-Erfahrung, sondern auch jedes einzelne der anderen Sinnesorgane, das Erfahrene und die Erfahrung selber unbeständig sind und darum wehe sind und darum nicht das Selbst. Der Mensch hängt ja an jedem einzelnen Sinnesorgan, an jeder einzelnen erlebten äußeren Erscheinung und am Prozess der Erfahrung selber. In jedem Augenblick bejaht er das sinnlich Wahrgenommene. Um dieses Anhängen, Ergreifen lassen zu können, muss er jeden einzelnen der Faktoren gründlich und gesondert betrachten, und er muss gesondert dessen Unzulänglichkeit und Leidigkeit sehen. Tut er dies nicht, dann hat er nur zur Kenntnis genommen, dass in den Lehrreden so darüber ausgesagt wird. Dieses Wissen aber hat nur geringen Einfluss auf sein Denken und Bewerten, hat keine Leuchtkraft und reicht darum nicht aus, sein Reden und Handeln und seine Lebensführung zu wandeln. Er hat die Aussagen des Erwachten nicht mit der Existenz verglichen, nicht in der Wirklichkeit beobachtet, nicht *den Schluss auf sich selbst ziehend* aufgenommen. Wenn wir uns aber dem Prozess des geduldigen, aufmerksamen, stillen Aufnehmens überlassen, bekommen wir ein ganz unmittelbares Verhältnis zu den Wiederholungen, dann gewinnen wir sie lieb, dann werden sie uns zu einem Schatz, auf den wir nicht mehr verzichten möchten.

Schon während man sich bemüht, nicht so leicht und flüchtig über manche Sätze und insbesondere über manche Wiederholungen hinwegzulesen, merkt man, dass man einen allmählich wachsenden Kontakt zu den Lehrreden bekommt. Man merkt immer tiefer die Zusammenhänge, man sieht den Grund, warum dieses gerade hier und nicht an anderer Stelle gesagt wurde. Und wenn man dann noch das Gelesene auf sich selber anwendet, spürt man unmittelbar die Wahrheit und Richtigkeit der Worte des Erwachten. Dann erwächst Freudigkeit beim Lesen und Bedenken und aus dieser Freudigkeit Zuneigung und Liebe zu den Lehrreden, und bald zieht man sie anderer Lektüre vor und kann verstehen, wenn *Robert L'Orange*, ein

Freund K.E. Neumanns und ernsthafter Nachfolger der Lehre, sagt: *Niemand ist hörenswert außer dem Vollendeten.*

Die Lehrreden sind – uns kaum noch vorstellbar – zunächst ausschließlich mündlich überliefert worden. Die Inder behielten die Darlegungen Wort für Wort, wie es so selbstverständlich in M 95 („Canki“) heißt: *Hat er die Lehre gehört, behält er die Sätze.* Mit großer Aufmerksamkeit und Aufnahmebereitschaft, mit Hingabe hörten die damaligen Inder die Aussagen ihrer geistigen Lehrer. Schon ein einziger Satz bedeutete ihnen oft so viel, dass sie sich lange Zeit mit ihm beschäftigten, ihn durchdrangen, gründlich durchdachten und für sich aufbereiteten.

Der heutige modern denkende Mensch dagegen hat eine geradezu entgegengesetzte Gewöhnung im Denken. Er versucht, so viel wie nur irgend möglich in seinen Geist aufzunehmen. Das meiste davon vergisst er sehr schnell wieder. Nur das seinen besonderen Anliegen und Neigungen Entsprechende, das Interessante, das Aufdringliche oder das, worauf er seine Aufmerksamkeit ganz bewusst und mit Anstrengung richtet, bleibt eine Zeitlang haften, wird aber allmählich auch blasser und schwächer und durch die Vielzahl der ununterbrochen neu hinzukommenden Eindrücke immer stärker zurückgedrängt. Das heutige Bildungsstreben zielt in erster Linie darauf hin, auf allen Erscheinungsgebieten möglichst viel zusammenzuraffen, Vielfalt und Buntheit in sich hineinzunehmen, ohne sich Zeit zu lassen, das Aufgenommene auch zu verarbeiten. Das Informationsbedürfnis führt dazu, dass man einen Lesestoff bevorzugt, der alles Interessante möglichst kurz und knapp und in schon verarbeiteter Form anreicht. Die Gewöhnung an einen diesen Bedürfnissen entsprechenden Lesestoff, wie ihn fast ausnahmslos die heutigen Zeitungen, Zeitschriften und Taschenbücher liefern, bringt es mit sich, dass der Mensch Gehörtes und Gelesenes nur sehr oberflächlich aufnimmt. Diese angewöhnte Art des oberflächlichen Lesens ist ein großes Hemmnis für das Eindringen in den



Geist der Lehrreden des Erwachten. Wir können feststellen, dass genau in dem Maß, wie ein Mensch diese Art zu lesen an sich hat, genau in dem Maß es ihm auch leichter oder schwerer fällt, die Lehrreden mit Geduld, mit Einfühlung und Ruhe, ja, mit Freude zu lesen.

Wer aber bei ruhigem, stillem, wiederholtem und geduldigem Lesen allmählich spürt, dass die Lehrreden nur Gutes, Hilfreiches, Heilsames – und damit das Wissenswerteste überhaupt – enthalten, dass sie die Aussage eines vollkommen nüchternen und triebfreien weisen Geistes sind, ja, dass sie die Wahrheit selber sind, der spürt, der erkennt, dass es nur an ihm selber liegt, wenn sich die Lehrreden ihm nicht erschließen.

Darum beginnt er nun mehr und mehr darauf zu achten, welches die Ursachen der Unlust sind. Dabei wird er oft beobachten können, dass er mehrere zusammenhängende Sätze nicht mit Aufmerksamkeit und Bedacht, sondern in seiner üblichen, oberflächlichen Weise „überflogen“ hat, dass er sie mit halb abwesendem Geist gelesen hat, so dass er kaum die Worte und erst recht nicht den Inhalt behalten konnte. Um dieser Angewohnheit entgegenzuwirken, ist es gut, wesentliche Stellen, Kernaussagen, sich auswendig einzuprägen und sie ohne Buch sich öfter im Wortlaut zu wiederholen. Dann wird man durch die Worte hindurch mehr und mehr die Wirklichkeit erkennen, wie man sie an sich selber erfährt.

Auch die folgenden heute sehr verbreiteten Beurteilungen und Bewertungen sind beim Erfassen der Lehre hinderlich: „Dieser Redner legt die Lehre so dar, ein anderer anders. Sehr interessant ist auch die Auffassung dieses Vortragenden, der sich von denen der anderen in diesem und jenem Punkt unterscheidet.“ Auf diese Weise wird man hin und her gerissen und bleibt den zufälligen Wahrheiten und den zufälligen Irrtümern der jeweiligen Redner ausgeliefert. Erst wenn man gelernt hat, durch die Aussagen über eine bestimmte Sache hindurchzudringen zum wirklichkeitsgemäßen Einblick in die Sache selber, dann hat man einen festen Halt und Maßstab und kann durch keine falsche Lehre mehr irritiert werden.

Um die Existenz so zu erkennen, wie sie ist, und um sie in den Lehrreden wiederzufinden, bedarf es zweier Dinge: einmal der weitreichenden Fragestellung und zum anderen des lückenlosen Beobachtens und Denkens. Diese Fähigkeiten werden gerade durch nichts anderes so stark ausgebildet, gefördert und vertieft, und es gibt kein besseres Mittel, um sie zu erlangen, als durch das Lesen der Lehrreden.

Durch das, was in den Lehrreden gesagt wird, wird das weitreichende Denken ausgebildet. Der Leser erweitert seinen Horizont, er denkt umfassender, er kommt vom vordergründigen Bewerten und Anstreben der naheliegenden Freuden und Genüsse, aus denen er naheliegenderes Wohl, aber eben auch das nachfolgende Wehe erlebt, zum weiterreichenden Bewerten und Anstreben ferner liegender, höherer Freuden, die ihn auch gegenwärtige Mühe und gegenwärtige Opfer nicht scheuen lassen. – Er erkennt die weitreichenden Folgen des menschlichen Wirkens im Denken, Reden und Handeln und die sich daraus ergebenden vielfältigen Möglichkeiten der Erlebenserweiterung, -erhöhung und -erhellung oder der Lebensverdunkelung, -einengung und -beschränkung. Er sieht die vielen Existenzmöglichkeiten und erkennt sogar den endgültigen Ausgang, die Überwindung alles Leidens, das Tor zur Todlosigkeit, das Nibbāna.

Durch die Weise, wie diese Dinge in den Lehrreden gesagt werden, wird das lückenlose, zusammenhängende Denken und Beobachten ausgebildet. Sehr häufig erklärt der Erwachte in einem Absatz einen bestimmten Zusammenhang, den er dann im folgenden Absatz noch einmal nennt, um diese Wiederholungen des Ergebnisses zugleich als Ausgangspunkt für eine weitere Erklärung zu nehmen. In solcher Weise sind oft viele Absätze aneinandergereiht. So heißt es in M 95: *Er hört die Lehre mit offenem Ohr. Nachdem er die Lehre mit offenem Ohr gehört hat, behält er sie im Gedächtnis.* Dies mag dem oberflächlichen Leser als überflüssige Wiederholung erscheinen; in Wirklichkeit aber liegt gerade in dieser Lückenlosigkeit die Gewähr für die Folgerichtigkeit der Aussage. Bei sol-

cher Aussageweise ist es unmöglich, dass eine Denklücke entsteht. Der Inhalt der ersten Aussage (*er hört die Lehre mit offenem Ohr*), wird wieder als Ausgangspunkt für die nächste Aussage benutzt (*behält er sie im Gedächtnis*). Die Aussagen des Erwachten führen so den Menschen allmählich, Schritt für Schritt von seinem jetzigen geistigen Standort zu den jeweils höheren Ebenen, führen vom Ausgangspunkt zum Ergebnis, dann wieder von diesem als neuem Ausgangspunkt zu einem weiteren Ergebnis. Es heißt immer wieder: Weil dieses sich so verhält, darum ergibt sich daraus jenes Weitere; und weil dieses Weitere sich so verhält, darum ergibt sich daraus jenes Nächste. In einer solchen vollkommen lückenlosen Aussage ist das Ende, das Ergebnis so sicher wie der Anfang, der Ausgangspunkt.

Für denjenigen, der sich diese sichere Art des folgerechten, zusammenhängenden Denkens aneignen will, ist gerade das Studium der Lehrreden die beste, die geeignetste Schulung. Sie prägt das geistige Format desjenigen Lesers, der sich in der beschriebenen Weise mit den Lehrreden befasst.

Genau in dem Maß, wie wir die Lehrredentexte für uns selbst, für unsere praktische Lebensführung verbindlich nehmen, wächst unsere Fähigkeit, die Lehrreden immer mehr zu erschließen, da sie ja nicht in einer geschlossenen Gesamtdarstellung in systematischer Ordnung und Gliederung vorliegen, anfangend bei dem Vordergündigen und vordringend bis zum Letzten. Vielmehr enthalten viele Lehrreden die nähere Beschreibung verschiedener Aspekte der gesamten Existenz und ihres Verhältnisses zueinander. Dabei kommt bei den vielen Lehrreden eine große Anzahl von Überschneidungen der einzelnen Lehrelemente und Aussagen vor, von denen man aber im Lauf der Zeit merkt, dass sie und wie sie mit den Elementen anderer Lehrreden zusammenhängen und diese ergänzen oder ausführlich erklären.

Eine Gefahr in diesem Prozess des Aneignens der Lehrreden liegt noch darin, dass man in dem Bestreben, die Aussagen des Erwachten für sich aufzubereiten, diese zu rasch ein-

zuordnen und unterzubringen versucht und sie dann in einen Zusammenhang presst, in welchen sie nicht gehören. Man muss sich oft mehr darum bemühen, geduldig abzuwarten, bis sich das im Gedächtnis Aufbewahrte fast wie von selber ordnet, statt durch vorschnelles Konstruieren ein fertiges Gedankengebäude zu errichten.

Eine ganz wichtige Hilfe ist auch, dass man die einzelnen Aussagen der Lehrreden nicht gleich mit seinen eigenen altgewohnten, anerzogenen Meinungen, mit seinen Wünschen und Gefühlen misst, sondern sich davon frei und unabhängig macht. Diese Aussagen wollen nicht mit unseren subjektiven Maßstäben gemessen werden, sondern mit der Wirklichkeit selbst. Alles denkerische Konstruieren und Spekulieren – und möge es noch so genial erscheinen – ist gerade ungeeignet, die Übereinstimmung der Textaussagen mit den Seinszusammenhängen nüchtern zu erkennen und zu beobachten.

Wir dürfen auch nie sagen, wie es manchmal fast unbewusst geschieht: „Dieser geschilderte Zusammenhang passt mir nicht. Ich denke, es wird so und so richtig sein. Sicher hat der Buddha das auch gar nicht gesagt.“ Wenn ein verantwortungsvoller Mensch sich einen solchen Gedankengang bewusst klarmacht, dann empfindet er ihn natürlich als töricht und unvernünftig; aber die meisten Menschen betrachten ihre Gedankengänge nicht auf Abstand, sondern klammern sich bewusst oder unbewusst an eine Idealvorstellung von der Welt und ihren Gesetzen und mögen nur sehr ungern ihre ihnen lieb gewordenen Vorstellungen vom Sinn der Welt und des menschlichen Daseins lassen. Bewusst oder unbewusst verbinden sie ihre Wünsche, Vorstellungen und Meinungen mit allem, was sie erleben, erfahren und lernen, und darum können sie nicht nüchtern sehen, wie etwas wirklich ist oder gemeint ist. So können sie nichts Neues erfahren, ihnen begegnen nur immer wieder ihre alten Vorstellungen in anderen Formulierungen und Bildern.

Abstand gewinnen von sich selber, nüchternes Aufnehmen ohne eigenes Wünschen und Vermeinen sind die einzigen

Möglichkeiten, die Existenz zu erkennen, wie sie wirklich ist. Nur so wächst eine Erkenntnis, die durch nichts zu erschüttern ist, da sie im Einklang mit der Wirklichkeit steht.

Zum Übersetzungsproblem –  
an einem Beispiel erläutert von Paul Debes

Anfrage eines Lesers:

Auf dem Titelblatt Ihres „Wissen und Wandel“-Heftes von Juli/August 1975 bringen Sie unter der Überschrift „Die zwei Arten von Menschen“ eine fast bis zur Unkenntlichkeit veränderte Übersetzung aus den Buddha-Reden. Dabei handelt es sich gerade hier um die wichtigste Unterscheidung zwischen allen Menschen aus aller Vergangenheit, Zukunft und Gegenwart nach den zwei letztgültigen Gruppen und um einen Text, der häufig vorkommt.

Im ersten Vers wird der normale Mensch beschrieben, der, solange er so bleibt, so lange auch im Samsāra kreisen muss und nicht zur Ruhe kommt. – Diesem wird im zweiten Vers der *ariya sāvako* gegenübergestellt, also derjenige Anhänger des Erhabenen (Mönch oder Bürger), der die entscheidende Wahrheit so begriffen hat, dass er endgültig und unwiderruflich in die Entwicklung eingetreten ist, die ganz sicher zur baldigen Beendigung des Samsāra führt: Er ist also wenigstens in den Strom eingetreten.

Diese nähere Kennzeichnung und Unterscheidung der beiden Menschenarten war mir von Anfang an sehr wichtig, darum kenne ich den Wortlaut nach der Übersetzung von Neumann längst auswendig, zumal auch Sie diesen Wortlaut etwa zwanzig Jahre lang so benutzt haben und auch alle anderen Übersetzer den Text ganz ähnlich wie Neumann übersetzen. Allein in der „Mittleren Sammlung“ kommt dieser Text im gleichen Wortlaut in der 1., 2., 22., 44., 64., 109., 131., 132., 138. Rede vor. Darum befremdet mich Ihre neue und ganz erheblich abweichende Übersetzung sehr, wenn ich auch

zugeben muss, dass sie mehr aussagt. Ich würde es darum begrüßen, wenn Sie näher begründen möchten, warum Sie nach so langer Zeit diese sehr andersartige Formulierung gewählt haben.

Antwort:

Sie sagen mit Recht, dass ich mich sehr lange ganz an die Übersetzung von *K.E. Neumann* gehalten habe. Das liegt u.a. an meinem großen Respekt vor Neumann, den ich neben *Heinrich Zimmer* zu den Indologen rechne, die dem Geist der Lehre des Erwachten am meisten nahe gekommen sind. Neumann ist über seiner Arbeit Anhänger dieser Lehre geworden und war im deutschen Sprachgebiet geradezu der Pionier unter den Übersetzern, auf den fast alle späteren Übersetzer deutlich sichtbar aufgebaut haben, auch wenn sie hernach, gleich mir, mehr oder weniger von ihm abwichen.

Neumanns großes Übersetzungswerk der Kernstücke des Pālikanon hat von Anfang an im deutschen Sprachraum viele der Sucher nicht nur begeistert, sondern hat manche von ihnen zu lebensentscheidenden Umstellungen veranlasst, indem sie in den buddhistischen Orden in Asien eingetreten sind und dann als Mönche weitere große Übersetzungsarbeiten geleistet haben. So verdanken wir den *Ehrwürdigen Nyānatiloka und Nyānaponika* die *Angereichte Sammlung*, die teilweise Übersetzung der *Gruppierten Sammlung* und viele andere Werke in Deutsch. Darüber hinaus sind beide Mönche mit ihrer Arbeit noch unvergleichlich mehr als K.E. Neumann in den viel größeren englischen Sprachraum vorgedrungen und haben dort die Lehre verbreitet. Auch an deren Übersetzungen habe ich mich lange Zeit weitgehend gehalten.

Seit ich der Kenntnis des Pāli nähergekommen bin, sehe ich nur noch deutlicher, dass eine solche erstmalige Übersetzung großer geschlossener Werke aus einer fremden alten Sprache – und ganz besonders bei diesem schwer zugänglichen Inhalt – eine ganz ungeheure und gar nicht zu überschätzende Leistung ist. Und jedes Mal, wenn ich den Eindruck

habe, von einer Übersetzung abweichen zu müssen, da sehe ich zugleich, dass mir diese Abweichungen nur möglich sind auf der Basis des gesamten vorliegenden Übersetzungswerks. Es ist tatsächlich so, dass auch bei entsprechender Grundkenntnis der Sprache und des geistigen Stoffs das Korrigieren und Verbessern ganz erheblich leichter fällt als die fundamentale Arbeit der ersten Gesamtübersetzung.

Mein langes Zögern, von den vorliegenden Übersetzungen trotz öfter erwachsener anderer Auffassungen abzuweichen, liegt aber auch daran, dass ich in den Jahren bei mir selbst erfahren habe, wie die Auffassungen und Einsichten für erforderliche Korrekturen im Lauf der Zeit noch weiter reifen. Das kennt jeder Übersetzer, dem diese Lehre zum Lebensinhalt geworden ist. Darum trage ich notwendig erscheinende Veränderungsvorschläge erst lange mit mir herum, prüfe sie öfter erneut und bringe sie erst dann vor, wenn ich ihrer sicher zu sein glaube. Aber auch das schließt eine spätere weitere Korrektur nicht aus. Denn so fern schon die altindischen Sprachen von den modernen liegen – noch unvergleichlich ferner ist ja die vom Erwachten in dieser Sprache beschriebene wirkliche Struktur der Existenz und das wahre Daseinsbild von unseren beschränkten Vorstellungen. Unter diesen Umständen können Verständnis und Ausdrucksweise nur ganz allmählich näherücken.

Damit habe ich schon angedeutet, dass abweichende Übersetzungen der Reden des Buddha meistens *nicht* auf unterschiedliches Verständnis der Pälisprache zurückzuführen sind, denn deren ausreichendes Verständnis ist nicht schwer zu erwerben. Da aber oft unter den gleichen Begriffen sehr, sehr Unterschiedliches zu verstehen ist, so hängt das Ergebnis weitgehend von den persönlichen Auffassungen und Vorstellungen des Übersetzers ab. Ganz in diesem Sinn schrieb mir der *Ehrwürdige Nyānaponika Mahāthera*, dass Übersetzungen besonders bei schwierigen Stellen und Begriffen mehr oder weniger subjektive Interpretationen seien. Diese Feststellung zielt nicht auf einen hilflosen Relativismus hin, denn die vie-

len eindeutigen Aussagen der Reden über letzte Wirklichkeiten liefern sichere Maßstäbe, um zwischen unterschiedlichen Auffassungen doch klar unterscheiden zu können.

Ein Beispiel dafür scheint mir gerade der Text zu liefern, auf dessen große, ja tiefe Bedeutung Sie mit Recht hinweisen.

Ich stelle zunächst die Übersetzung von *Neumann* voran, weil wir von dieser ausgehen:

- 1) *Der unerfahrene gewöhnliche Mensch*
- 2) *ist ohne Sinn für das Heilige,*
- 3) *der heiligen Lehre unkundig,*
- 4) *der heiligen Lehre unzugänglich,*
- 5) *ohne Sinn für das Edle,*
- 6) *der Lehre der Edlen unkundig,*
- 7) *der Lehre der Edlen unzugänglich.*
  
- 11) *Doch der erfahrene heilige Jünger*
- 12) *merkt das Heilige,*
- 13) *ist der heiligen Lehre kundig,*
- 14) *der heiligen Lehre wohlzugänglich,*
- 15) *merkt das Edle,*
- 16) *ist der Lehre der Edlen kundig,*
- 17) *der Lehre der Edlen wohlzugänglich.*

Diesen Text habe ich schon vor vielen Jahren, als ich noch kein Pāli kannte, umkreist, um die beiden Menschenarten unterscheiden zu können. Dabei fiel mir immer wieder eine Unzulänglichkeit und eine Unklarheit auf, die mir keine Ruhe ließen und zum Teil auch die Freude an dieser wichtigen Aussage trübten. Erst als ich später die Reden in Pāli lesen konnte und vor allem dem Verständnis des inneren Wesens der Lehre insgesamt nähergekommen war, kam ich allmählich zu der mit meiner Übersetzung ausgedrückten Auffassung.

Wo Neumann in der ersten Zeile vom „unerfahrenen Menschen“ (*asutava*) spricht, da ist nach dem Pāli nicht irgendeine



menschlich-bürgerliche Unerfahrenheit gemeint, sondern immer nur ein Mensch, der die Lehre des Buddha, und das heißt die Wahrheit von der Wirklichkeit „nicht gehört“ und vor allem „nicht verstanden“ hat, und zwar geht es hier weniger um die Lehren des Buddha über Karma, Fortexistenz und höhere, hellere Daseinsformen, so wichtig diese Lehren auch sind, sondern immer nur um die vier Heilswahrheiten und damit die „anattā-Lehre“, deren Verständnis allein erst den Menschen so entscheidend wandelt, wie der Text es ausdrückt.

Da ist also im ersten Vers von dem mit dieser Lehre *noch nicht* belehrten gewöhnlichen Menschen die Rede und dagegen im zweiten Vers von dem (nach Neumann) „erfahrenen heiligen Jünger“, und das heißt von dem durch das erworbene Verständnis der anattā-Lehre in seinem inneren Anstreben entscheidend veränderten Menschen. Und zwar wird in jedem Vers in der ersten Zeile der Mensch selbst kurz gekennzeichnet und wird in den weiteren Zeilen gesagt, was der Betreffende weiß oder kann bzw. nicht weiß, nicht kann. –

Wenn wir nun die bisher von allen Übersetzern vorliegende Übersetzung dieses Textes auf eine kurze Formel bringen, dann hieße diese Kurzfassung doch etwa:

Der unbelehrte Mensch  
kennt nicht die heilige Lehre  
und kennt nicht die Lehre der Edlen;  
  doch der belehrte Mensch  
  kennt die heilige Lehre  
  und kennt die Lehre der Edlen.

Das heißt doch, noch kürzer gesagt: Wer die Lehren nicht kennt, der kennt nicht die Lehren; wer aber die Lehren kennt, der kennt die Lehren. – Eben diese wenig sagende Ausdrucksweise fand ich schon früher unbefriedigend und auch nicht der bekannten klaren Deutlichkeit der Reden entsprechend.

Und die andere *Unklarheit*, die schon manchem Leser Kopfzerbrechen gemacht hat, besteht darin, dass in den über-

setzten Texten einmal von der „heiligen Lehre“ die Rede ist und dann von der „Lehre der Edlen“. Ich habe in den ersten Jahren allerlei angestellt, um in den vielen Reden die heilige Lehre von der Lehre der Edlen zu unterscheiden. Ich gebe zu, dass man, wenn man will, diese oder jene Unterscheidung versuchen kann. Etwa indem man die Reden des Buddha persönlich von denen der Mönche trennt. Aber unter den Mönchen sind einmal solche ungunen Geister wie Devadatto und solche, die der Erwachte als „Toren“ bezeichnet hat, und sind andererseits Mönche, Heilgewordene und Weise, deren Aussagen der Erwachte wortwörtlich als vollständig richtig bezeichnet hatte mit dem Zusatz, dass auch er es genauso lehrt. Wo sind nun diese zweierlei Lehren zu finden? Hauptsächlich diese beiden Unklarheiten in den deutschen Texten waren es, die mich veranlassten, der Sache nachzugehen.

Sehen wir zunächst wegen der „Edlen“ und der „Lehre der Edlen“ – bei Neumann die Zeilen 5,6,7 und 15,16,17. – In Pāli heißt es *sappurisa dhamma*. Da hilft uns die 113. Rede der „Mittleren Sammlung“, in der der Erwachte etwa 25mal ein *sappurisa dhamma* aufzeigt. Aber nie handelt es sich dabei um eine „Lehre“ des *sappurisa*, sondern immer um seine *Eigenschaften* oder *Verhaltensweisen*. Es ist jedem Übersetzer bekannt, dass *dhamma* nicht nur „Lehre“ heißt, sondern auch *Eigenschaft, Art und Weise, Gedanken, Ding, Erscheinung* und noch viele andere Bedeutungen hat. Darum übersetzt man, wenn der Text eindeutig ist, *dhamma* auch stets nach dem Zusammenhang im Text, und so hat auch Neumann in M 113 richtig übersetzt „die Weise des guten Menschen“. Wo aber der Text nicht so eindeutig klar erscheint, da neigt man dazu, für *dhamma* den gewichtigen Begriff „Lehre“ zu wählen, wie es hier in unserem Text alle Übersetzer einschließlich Neumann gemacht haben. Insofern spielt eben in Zweifelsfällen die persönliche Auffassung des Übersetzers die ausschlaggebende Rolle.

Es geht also in M 113 nicht um „die Lehre“ des *sappuriso*, sondern um seine *Eigenschaften und Verhaltensweisen*.

In der 25. Gruppe der Gruppensammlung (Samyutta Nikāya) wird eingehend beschrieben, dass unter *sappurisa* nicht irgendein „guter“ oder „edler“ Mensch zu verstehen ist, wie K.E. Neumann in M 110 übersetzt, sondern genau dasselbe wie der *ariya sāvako* (nach Neumann „der erfahrene heilige Jünger“ – 11. Zeile), von dem Sie mit Recht sagen, dass er die entscheidende Wahrheit vom *anattā*, also von der Nicht-Ichheit der fünf Zusammenhäufungen so begriffen hat, dass er nun endgültig und unwiderruflich in die Entwicklung eingetreten ist, die ganz sicher zur baldigen Beendigung des Samsāra führt.

In S 25 (der 25. Gruppe der Gruppensammlung) werden die zwei geistigen Wege beschrieben, auf denen Menschen, die die Lehre des Erwachten gehört haben, allmählich zum endgültigen Verständnis der Lehre kommen, d.h. einen lebendigen echten Begriff von dem Heilscharakter des Nirvāna bekommen, so dass sie von nun an nur noch auf den Heilsstand setzen und diesen anstreben. Hier sagt der Erwachte ausdrücklich, dass sie jetzt – durch diese innere Um- und Einstellung – den Status des *sappurisa* endgültig erworben und den Stand des *asappurisa* endgültig verlassen hätten.

So ist der *asappurisa* also ganz dasselbe wie der *assutavā puthujjana*, was Neumann (Zeile 1) als „der unerfahrene gewöhnliche Mensch“ bezeichnet, und ist der *sappurisa* auch der *sutavā ariya sāvaka*, was Neumann (Zeile 11) als „erfahrener heiliger Jünger“ bezeichnet.

„*Ariya sāvaka*“ und „*sappurisa*“ zeigen lediglich zwei verschiedene Aspekte desselben Standes an. Mit *ariya sāvaka* wird das Verhältnis des Menschen zum Erhabenen und zu seiner Lehre als endgültig zugehöriger Heilsgänger bezeichnet; *sappurisa* aber drückt mehr die geistige Potenz eines solchen Menschen aus und besagt, dass der Betreffende die höchste Möglichkeit des Menschen zu erfüllen im Begriff ist, nämlich sich selbst zu dem erhabenen weltüberlegenen Heils-

stand zu entwickeln (wie der Erwachte als der größte *sappurisa*) oder aber durch Belehrung diesen Heilsstand so zu begreifen, dass er zu dem weltüberwindenden, alle Endlichkeit und Messbarkeit übersteigenden Status hinfindet. Insofern bedeutet *sappurisa* der auf das Wahre, das Nibbāna, das Todlose ausgerichtete Mensch. Er erst erfüllt die höchste Möglichkeit des Menschen. Und er erst lebt nicht mehr vergeblich.

Wer nun diesen Status noch nicht gewonnen hat und darum nicht kennt, der kann auch die Eigenschaften, die Art solcher Menschen nicht erkennen. Wer sie sich aber selbst erworben hat, der erkennt sie auch bei anderen. So sagt der Erwachte in M 110.

Damit bekommt dieser Teil des Textes den in meiner Übersetzung herausgestellten Sinn. (Ich sehe noch von den Zeilen, die die sogenannte „heilige Lehre“ betreffen, ab.) Es heißt:

- 1) *Der unbelehrte gewöhnliche Mensch*  
(Zeilen 2-4 ausgelassen)
- 5) *hat keinen Blick für die rechten Menschen.*
- 6) *Er kennt nicht die Art des rechten Menschen*
- 7) *und ist unerfahren in den Eigenschaften des rechten Menschen.*
- 11) *Doch der erfahrene Heilsgänger*  
(Zeilen 12-14 ausgelassen)
- 15) *hat einen Blick für die rechten Menschen.*
- 16) *Er kennt die Art des rechten Menschen*
- 17) *und ist erfahren in den Eigenschaften des rechten Menschen.*

Die Reden zeigen immer wieder, dass die Unterscheidung zwischen den auf das Wahre ausgerichteten Menschen und solchen, die es nicht sind, von heilsentscheidender Bedeutung ist. Unter den vier Bedingungen, die aus dem gewöhnlichen Menschen einen *erfahrenen Heilsgänger* machen und damit einen *sappurisa*, nennt der Erwachte als erste Bedingung, dass man sich einem *sappurisa* anschließe. Denn nur von solchen

erfährt man die Heilslehre, d.h. die vier Heilswahrheiten. Wir haben die weitgehend wortgetreu überlieferten Reden des größten *sappurisa*, der über die Erde ging. Wer sich diese Reden erschließt, der hat den besten Umgang, der heute möglich ist. Er hat den Umgang, von dem viele aus Erfahrung sagen dürfen, dass er ausreicht, um sich zum *sappurisa* zu entwickeln.

Damit komme ich zu dem anderen Teil des Textes, der (nach Neumann) vom „Sinn für das Heilige“ und von „der heiligen Lehre“ handelt (die Zeilen 2,3,4 und 12,13,14). Nachdem ich aufgezeigt habe, dass es bei *sappurisa dhamma* nicht um die Kenntnis der „Lehre“, sondern der *Eigenschaften* des auf das Wahre ausgerichteten Menschen geht, so liegt der Gedanke nahe, dass auch hier, bei *ariya dhamma*, nicht die „Lehre“ vom Heil, sondern die Kenntnis der Eigenschaften des Heils, also des Heilsstands, gemeint sind, zumal ja die Nichtkenntnis oder die Kenntnis der Lehre schon in der ersten Zeile (in beiden Versen) als Voraussetzung ausgesprochen wurde.

Aber solche Hinweise auf bestätigende Aussagen in den Reden sind nur „äußerliche“ Beweise; es geht letztlich doch um die innere Erfahrung, auf die der Erwachte immer wieder hinweist. Und es gibt ja diese innere Erfahrung.

So wie ein junger Mensch durch die Erfahrung seiner Pubertät zu einer neuen, vorher nicht gekannten Lebensdimension kommt und damit das Leben, das Menschentum, ganz erheblich anders sieht als während seiner Kindheit und wie er nun auch von dem Sinn der Gespräche anderer Erwachsener erheblich mehr versteht als während seiner Kindheit, so dass ihm jetzt Sinnbereiche und Erfahrungsbereiche erschlossen sind, die vorher für ihn „nicht da“ waren – so und noch viel mehr hat der Mensch auf dem Weg seiner Entwicklung vom „unbelehrten gewöhnlichen Menschen“ (Zeile 1) zum „erfahrenen Heilsgänger“ (*sappurisa*) (11) eine radikal veränderte Einstellung nicht nur dem Menschentum, sondern dem gesamten Dasein gegenüber gewonnen, eine solche Umstellung, die

er vorher nicht ahnen konnte und von der er merkt, dass er sie solchen, die sie nicht haben, gar nicht mitteilen kann.

Denn in dieser Entwicklung ist sein Blick geöffnet worden für die unauslotbare Tiefe des Leidens in der unermesslichen Daseinswanderung durch das blinde Festhalten an den fünf Zusammenhäufungen, und daraus ist in seinem Gemüt (*ceto*) eine vorher nie geahnte Befremdung eingetreten gegenüber diesem „Dasein“, gegenüber diesem trügerischen faszinierenden Luftspiegelungsgeschehen. Und diese Befremdung und diese erste einschneidende Distanzierung hat bereits zu einem anderen Verhältnis gegenüber dem inneren und äußeren Leben geführt. Früher hatten viele durch die Lehre vermittelte Einsichten und Aussichten, wie die Kenntnis der karmischen Zusammenhänge, die Wege zu höheren Daseinsformen, ihm große innere Freude und Strebenskraft vermittelt, aber das *Nirvāna* war ihm daneben doch ein leerer, trockener Begriff geblieben, so wie schon zu Buddhas Zeiten viele Bürger sagten: *Ein Sturz in den Abgrund dünkt uns das Nirvāna*. – Doch das hat sich bei ihm jetzt gewendet: Durch die Erfahrung des haltlos kreisenden Rieselns aller Erscheinungen erkennt er den Aufenthalt in diesem „Leben“ genannten Samsāralabyrinth als ein aussichtsloses Schwimmen in einer unübersehbaren Wasserwüste voller Gefahren, in der er sich immer nur mit größter Not an der Oberfläche halten kann. Dagegen versteht und empfindet er jetzt das *Nirvāna* immer deutlicher so, wie wenn er in diesem Ozean schwimmend, nun in der Ferne *Land* sähe, festen Boden sähe, wie es dem Menschen gemäß ist, wenn er sicheren Grund fühlt, eben den Heilsstand. So hat eine erfahrungsträchtige „Umwertung aller Werte“ stattgefunden.

Und das ist der Sinn und die Mitteilung unseres Textes. Wer die endlose Fortsetzung der Leidensmasse durch das weitere Zusammenhäufen der fünf Zusammenhäufungen nicht durchschaut, der hat nichts anderes im Sinn als hier in der Welt seine Familie, seinen Beruf, seine Freuden und im Alter die Rente bis zum Tod – und selbst wenn er mit jenseitigen Möglichkeiten von Freuden und Leiden rechnet und sich mög-

lichst so verhält, dass er auf Freuden hoffen darf, so hat er keine Ahnung von der Ausweglosigkeit der Wanderung mit den fünf Zusammenhäufungen. Von ihm gilt:

*Der unbelehrte unerfahrene Mensch  
hat keinen Blick für den Heilsstand,  
er kennt nicht das Wesen des Heils  
und ist unerfahren in den Eigenschaften des Heils.*

*Er hat keinen Blick für die auf das Wahre ausgerichteten  
Menschen,  
kennt nicht die Art der auf das Wahre ausgerichteten  
Menschen  
und ist unerfahren in den Eigenschaften der  
auf das Wahre ausgerichteten Menschen.*

Wer aber das *Nirvāna* als die sichere Küste des Samsāra-Ozeans begriffen, ja, empfunden hat, der hat *einen Blick für die Eigenschaften des Heils* erworben. So wie der Schwimmende die Küste, so behält dieser den Heilsstand immer mehr im Blick. Er erfüllt in seiner Familie und in seinem Beruf, was gewünscht und erwartet wird, er lässt jedem das Seinige zukommen, er steht sicherer und fester in diesem karmisch geschaffenen Kreis als der Irrende. Aber er blickt über diesen Kreis hinaus auf größere Kreise, weitere Kreise und auf die Aufhebung des Kreisens.

*Doch der erfahrene Heilsgänger  
behält den Heilsstand im Blick.  
Er kennt das Wesen des Heils  
und ist erfahren in den Eigenschaften des Heils.*

Ein solcher erkennt auch diejenigen, die ihm gleichtun:

*Er hat einen Blick für den auf das Wahre ausgerichteten  
Menschen,*

*kennt die Art des auf das Wahre ausgerichteten Menschen und ist erfahren in den Eigenschaften des auf das Wahre ausgerichteten Menschen.*

In der 25. Gruppe der Gruppensammlung werden zwei verschiedene geistige Wege genannt, auf welchen die Menschen zu dem endgültigen und entscheidenden Verständnis der Lehre kommen, das aus ihnen *erfahrene Heilsgänger* und damit *sappurisa* macht. Um diese beiden Wege geht es hier.

Wir Menschen sind sehr unterschiedlich. Und ein Unterschied ist dann deutlich zu beobachten, wenn es um große, schwierige, für den Menschen wichtige Probleme geht, die er lösen muss und für die ein anderer ihm einen Weg zur Lösung beschreibt. Da gibt es solche Menschen, die weniger auf die Erklärung, aber mehr auf die *Person des Erklärers* und Wegweisers blicken und durch ihre mancherlei empfangenen Eindrücke auch Vertrauen oder Nichtvertrauen zu seiner Wegweisung fassen – und es gibt die andere Art von Menschen, die weniger auf die Person des Erklärers, aber mehr auf die *Erklärung* selbst blicken und darum den Vorschlag für die Lösung selbst gründlich angehen und nachprüfen und von daher sich dann entschließen, den vorgeschlagenen Weg zur Lösung zu gehen oder nicht zu gehen.

Ganz ebenso verhält es sich – verhielt es sich vor allem früher zu Lebzeiten des Buddha – bei allen Anhängern und Nachfolgern des Erwachten, also bei denen, die sich entschlossen haben, den Weg einzuschlagen. Die einen haben vorwiegend auf das vom Erwachten vorgetragene Problem selbst geachtet, sind seiner Analyse nachgegangen, haben gründlich beobachtet und von da aus begriffen, dass es so sein muss und anders nicht sein kann. Die anderen aber haben sich mehr aus Vertrauen zu der Person des Erwachten, zu seiner Aussageweise, Verhaltensweise in den Gesprächen, in Frage und Antwort, im Umgang mit den unterschiedlichen Menschen zur Nachfolge entschlossen.



Die einen, die von der Sache her gewonnen wurden, die „den Blick für den *Heilsstand*“ haben, nennt der Erwachte *dhammānusāri*, „der Sache, der Wahrheit, Nachgehende“. – Die anderen, die mehr aus Vertrauen zum Wegweiser mitgehen, die mehr „den Blick für den *sappurisa*“ haben, die nennt der Erwachte *saddhānusāri*, „die aus Vertrauen Mitgehenden.“

Aber es geht hier nicht um ein Entweder-Oder, sondern nur um ein Vorwiegen der einen oder anderen Seite. Es gibt keinen *erfahrenen Heilsgänger*, der nicht auf die Dauer zur vollkommenen richtigen Einschätzung aller drei Kleinodien kommt:

1. des *Erhabenen*, der, nachdem er sich selbst befreit hat, der Menschheit hilft;
2. der von ihm verkündeten *Heilslehre*, die den gründlich Beobachtenden zum eigenen Verständnis führt;
3. des großen Kreises der belehrten *Heilsgänger*, der auf die Wahrheit ausgerichteten Menschen (der *sappurisa*), die durch den Erwachten und durch seine Lehre auf den Weg gekommen sind, der aus allem Elend herausführt.

\*\*\*

In diesem Werk haben wir, wenn möglich, die Übersetzung von K.E. Neumann und Nyānatiloka/Nyānaponika übernommen, an manchen Stellen die Übersetzung von Bhikkhu Bodhi/Kay Zumwinkel, die besonders bei Gleichnissen manchmal dem Pāli mehr entspricht, und haben, wie oben ausgeführt, auch eigene Übersetzungen erstellt.

\*\*\*

Zum Schluss möchte ich danken

1. *Herrn Dr. Steffen Rabe*, der mich auf die Möglichkeit des Scannens der Lehrredenbesprechungen in „Wissen und Wandel“ aufmerksam gemacht hat, wodurch sehr viel Schreiarbeit fortfiel, und der eine Anzahl Lehrreden selber gescannt hat.

2. *Herrn Winfried Schmiedel*, der mir kompetent und einfühlsam bei der Nutzung des Computers geholfen hat, das Register in die elektronische Textfassung eingefügt und ebenfalls viele Lehrredenbesprechungen gescannt hat.

3. *Herrn Jens Eich*, langjähriger Leser von „Wissen und Wandel“, Hörer der Vorträge von Paul Debes und Nachfolger der Lehre, der auf der Jagd nach Sinn- und Schreibfehlern geradezu unentbehrlich geworden ist.

4. *Herrn Prof. Dr. Martin Ochmann*, ebenfalls langjähriger Leser von „Wissen und Wandel“, Hörer der Vorträge von Paul Debes und Nachfolger der Lehre, der Textauslassungen entdeckt und missverständliche Schlussfolgerungen und Lehrredeninterpretationen in diesem Werk korrigiert hat.

Ingetraut Anders-Debes, Juni 2016

### Zu den Abkürzungen in unseren Texten

Die zitierten buddhistischen Texte stammen ausschließlich aus dem Pālikanon, der ältesten und ursprünglichen Überlieferung der Reden des Buddha und seiner Mönche und Nonnen. Wir lassen hier die gebräuchlichen auch von uns benutzten Abkürzungen und daneben die Pālinamen mit den deutschen Bezeichnungen der hauptsächlichen Sammlungen folgen. Die hinter den Abkürzungen gegebenen Ziffern weisen auf die Nummern der betreffenden Reden oder Verse hin.

A	bedeutet	Anguttara-nikāya	auf deutsch	Angereihte Sammlung
D	“	Dīgha-nikāya	“	Längere Sammlung
Dh	“	Dhammapada	“	Wahrheitspfad
M	“	Majjhima-nikāya	“	Mittlere Sammlung
S	“	Samyutta-nikāya	“	Gruppierte Sammlung
Sn	“	Sutta-nipāta	“	Versammlung
Thag	“	Theragāthā	“	Lieder der Mönche
Thīg	“	Therīgāthā	“	Lieder der Nonnen

**AUSGEWÄHLTE LEHRREDEN AUS  
DER „ANGEREIHTEN“ UND  
„GRUPPIERTEN“ SAMMLUNG**

**Band 1**

DIE GERINGE AUSSICHT, IM LEIDENSKREISLAUF  
DER LEHRE DES ERWACHTEN ZU BEGEGNEN  
“Angereichte Sammlung“ (A I,33)

Selten im Samsāra, dem Leidenskreislauf der Wesen, bekommt ein Wesen die Lehre des Erwachten angeboten, und selten ist dieses Wesen so verständig, dass es die Lehre aufnehmen kann. Daraus ergibt sich, welch große Chance wir in der Gegenwart haben, in der uns die Lehre des Erwachten begegnet ist.

*Gleichwie, ihr Mönche, es auf dieser indischen Erde nur wenige liebliche Gärten, Haine, Felder und Teiche gibt, aber bei weitem mehr Abhänge und Schluchten, schwer passierbare Flüsse, stoppeliges und dorniges Gelände und unwegsames Gebirge -*

*ebenso gibt es nur wenige Wesen auf dem Land und bei weitem mehr im Wasser;*

Das Wasser bedeckt ja zu zwei Drittel die Erde. Nur ein Drittel der Erde ist Land, und im Wasser können die Wesen übereinander leben in vielen Wasserschichten. Wir wissen, wie unendlich klein die Wesen im Wasser sein können. Alle Wasserwesen scheiden aus, um die Lehre zu verstehen.

*ebenso werden nur wenige Wesen unter den Menschen wiedergeboren und bei weitem mehr außerhalb des Menschentums;*

*ebenso werden nur wenige Wesen in den mittleren Gegenden (Indiens) wiedergeboren,*

dort, wo immer die Buddhas erscheinen. Der Erwachte sagt, dass die Buddhas immer in Indien erscheinen, weil dort die Menschen den charakterlichen Zuschnitt haben, der die Aufnahme seiner Lehre begünstigt.

*und bei weitem mehr in den Grenzgebieten unter unverständigen Barbaren;*

*ebenso gibt es nur wenige Wesen, die verständig sind, nicht stumpfsinnig, nicht taub oder stumm, und fähig sind, zwischen einer wohlgesprochenen und nicht wohlgesprochenen Rede zu unterscheiden; bei weitem mehr Wesen gibt es aber, die unverständlich sind, stumpfsinnig, taub oder stumm und unfähig, zwischen wohlgesprochener und nicht wohlgesprochener Rede zu unterscheiden;*

*ebenso gibt es nur wenige Wesen, die das heilende Auge der Weisheit besitzen, und bei weitem mehr solche, die voll Wahn und Blendung sind.*

Damit ist nicht gemeint, dass sie die Wahrheit von sich aus finden, sondern dass sie die heilende Wahrheit, die der Erwachte anbietet, verstehen können. Die Weisheit, die Fähigkeit, richtig zu denken, muss ausgebildet werden. Wenn sie diese Fähigkeit haben, dann geht es darum, ob sie einem Erwachten beugen:

*ebenso bekommen nur wenige Wesen den Vollendeten zu sehen, und bei weitem mehr bekommen ihn nicht zu sehen;*

*ebenso bekommen nur wenige Wesen die vom Vollendeten verkündete Lehre und Wegweisung zu hören, und bei weitem mehr bekommen sie nicht zu hören;*

Wir bekommen den Vollendeten nicht zu sehen und zu hören, aber wir haben den Vorzug, die Lehre gut überliefert kennen zu lernen.

*ebenso gibt es nur wenige Wesen, die die vernommene Lehre im Gedächtnis bewahren und bei weitem mehr solche, die sie nicht im Gedächtnis bewahren;*

Wenn einer die Hauptlehren des Erwachten so in seinem Gedächtnis bei sich hat, dass sie jederzeit bei allen seinen Gedanken mitsprechen und sein etwa falsches Denken sogleich korrigieren, dann ist die Ankunft der vom Lehrer vermittelten Lehre im Geist des Schülers vollendet, denn von nun an kann er sich selbst mit der bei sich eingepprägten Lehre beschäftigen.

*ebenso gibt es nur wenige Wesen, die bei den bewahrten Lehren den Sinn ergründen, und bei weitem mehr solche, die den Sinn nicht ergründen;*

Der Hörer der Lehre hat die Möglichkeit - aber nur wenige nutzen diese Möglichkeit -, sein eigenes Erleben, sowohl das innen aufkommende Begehren und Hassen, Zuneigung und Abneigung, wie auch die ankommende Kette der lebenslänglichen Wahrnehmungen, zu beobachten und nachzuprüfen, ob es sich damit so verhält, wie er gelernt hat. Dadurch erfährt und versteht der gründlich beobachtende und forschende Hörer nun selber, dass die wahrgenommenen Erscheinungen ganz und gar durch die im Inneren drängenden Kräfte von Anziehung und Abstoßung bedingt sind und dass er durch die Arbeit am eigenen Herzen die gesamten Erscheinungen, sein ganzes Leben, lenken kann und meistern kann in dem Maß seiner inneren Arbeit.

*ebenso gibt es nur wenige Wesen, welche die Lehre und ihren Sinn verstehen und der Lehre gemäß sich wandeln und umbilden; aber bei weitem mehr solche, die die Lehre und ihren Sinn nicht verstehen und sich nicht der Lehre gemäß wandeln und umbilden;*

Es gibt nur wenige Nachfolger, die alle früheren Denkweisen, Auffassungsweisen und Verhaltensweisen aufgeben, loslassen und eingehen lassen, bis sie ganz umgeschmolzen sind zu der Art, die den neuen Einsichten in allen Dingen entspricht.

*ebenso gibt es nur wenige Wesen, die bei ergreifenden Anlässen ergriffen werden, und bei weitem mehr, die dabei nicht ergriffen werden;*

Anlässe zum Ergriffensein sind Geburt, Alter, Krankheit, Tod, selbstgewirktes Leiden und Betrachten dieser Zustände. Dadurch wird der Mensch bewegt, ergriffen, erschüttert und in dem Wissen, dass auch ihn das Leiden trifft, aufgerüttelt und motiviert in der Suche nach einem Ausweg. In M 130 wird geschildert, wie der Richter der Toten, *Yama*, den aus dem Menschentum Abgeschiedenen, die untugendhaft waren, vorhält, dass sie in ihrem Erdenleben „die Götterboten“ nicht beachtet hätten, von denen ihnen zahlreiche im Lauf des Lebens begegnet seien und sie gemahnt hätten. Götterboten seien: die Geburt von Kindern wie auch Krankheiten, das Dahinwanken der Greise und endlich Todesfälle in ihrer Familie oder in den Nachbarfamilien. Diese an das Jenseits erinnernden Erscheinungen hätten sie immer wieder vor Augen gehabt, hätten sehen können, dass das Leben auf Erden nur kurz ist und dass ihm ja das andere Leben folgt, in dem der Mensch ernten wird, was er hier gesät hat. Diese ergreifenden Anlässe hätten sie nicht als Ansporn zur Läuterung benutzt. - Der Richter ist das eigene Gedächtnis, das Gewissen, das den Menschen an sein vergangenes Wirken, an seine Unterlassungen erinnert.

*ebenso gibt es nur wenige Wesen, die, wenn ergriffen, weise kämpfen, und bei weitem mehr solche, die, wenn ergriffen, nicht weise kämpfen;*

Menschen zum Beispiel, denen neue Perspektiven oder Perspektivenlosigkeit aufgezeigt wird, merken bei sich ergriffen: „Das ist Freiheit. Unser Dasein ist wie Fesselung in einer Höhle.“ Aber wenn diese Menschen sich bald wieder den üblichen Alltagsinformationen hingeben, dann sind die seltenen Augenblicke umsonst gewesen oder zumindest wieder in den Hintergrund getreten.

*ebenso gibt es nur wenige Wesen, die, eifrig ühend, Herzenseinigung, Herzensfrieden erreichen, und bei weitem mehr solche, die eifrig ühend, Herzenseinigung, Herzensfrieden nicht erreichen;*

*ebenso werden nur wenigen Wesen gute Speisen und Getränke zuteil, und bei weitem mehr Wesen sind gute Speisen und Getränke versagt, und sie müssen ihr Leben mit Abfall und Erbetteltem fristen;*

*ebenso gibt es nur wenige Wesen, denen der Wohlgeschmack der Lehre, der Wohlgeschmack ihres Sinns und der Wohlgeschmack der Erlösung zuteil wird, und bei weitem mehr Wesen wird er nicht zuteil. Darum, ihr Mönche, solltet ihr danach streben: „Den Wohlgeschmack der Lehre, den Wohlgeschmack ihres Sinns und den Wohlgeschmack der Erlösung wollen wir gewinnen!“ Das, ihr Mönche, sei euer Streben.*

Für den normalen Menschen verbindet sich mit dem Begriff „Wohlgeschmack“ als erstes ganz unmittelbar die Vorstellung des Geschmacks köstlicher Speisen, den, wie der Erwachte sagt, nur wenige zu schmecken bekommen. Aber wir „schmecken“ nicht nur mit dem Schmecker, dem Trieb in der Zunge, sondern auch mit den anderen Sinnesdrängen. So nennen wir auch die Zusammenstellung von manchen Formen und Farben „geschmackvoll“, seien es die Bekleidung, die Möbel und Bilder in einem Raum, die Räume und Hallen in einem Haus, die Anlagen von Gärten und Parks.



Jeder normale Mensch kennt den Geschmack der Lust durch die fünf Sinnesdränge vom Kindesalter an. Er entsteht durch die Befriedigung oder die Erfüllung eines dem Menschen innewohnenden Verlangens nach bestimmten Formen, bestimmten Tönen, bestimmten Düften, Säften oder Tastungen. Wenn dieses Verlangen erfüllt wird, indem der Mensch erlebt und erlangt, was er verlangend begehrt und ersehnt, spürt er Befriedigung durch das Gefühl der Lust. Das ist der Wohlgeschmack der Lust.

Der Wohlgeschmack der Wahrheitfindung, die Erkenntnis des Sinnes, ist ganz anderer Art als der Wohlgeschmack der Lust. Er entsteht durch die Befriedigung eines geistigen Bedürfnisses nach Wahrheit und Klarheit über das Leben und das Dasein. Den Wohlgeschmack der Wahrheitfindung kennt jeder Nachfolger der Lehre, der beim Lesen der Lehrreden oder im Gespräch mit Gleichstrebenden oder in stiller, unbeeinträchteter Beobachtung der geistigen Vorgänge zu tieferen Einsichten und Erkenntnissen über das Entstehen und Vergehen der geistigen Phänomene und der äußeren Erscheinungen kommt und der bei sich bemerkt, wie er durch diese Erkenntnisse zu einem immer umfassenderen Verständnis der dem gesamten Dasein zugrundeliegenden Struktur und Gesetzmäßigkeit kommt, wie er an Orientierung gewinnt und von daher immer deutlicher die Auswege sieht, die aus der Gebundenheit und Geworfenheit zur Befreiung führen. Der Erwachte spricht immer wieder von diesem Wohlgeschmack der Wahrheit, von der mit der Wahrheit verbundenen Freude. Der Erwachte bezeichnet es ausdrücklich als ein Kriterium des Stromeintritts (*sotāpatti*), wenn der Heilsgänger bei der Darlegung der Lehre und Wegweisung des Vollendeten *ein Empfinden für den Sinn, für die Wahrheit und mit der Wahrheit verbundene Freude gewinnt.* (M 48)

Mit dem Wohlgeschmack der Erlösung ist das Erreichen des Nibbāna gemeint, und der Erwachte schildert ihn als den Zustand des allerhöchsten, des unübertrefflichen Wohls. (M 59 u.a.) Aber es gibt einen Vorgeschmack der Erlösung, der

den Menschen eher zugänglich ist. Diesen Vorgeschmack kennt der Stromeingetretene, der bis zum Grund begriffen hat, dass die fünf Zusammenhäufungen zwar dauernd bewegte und darum „lebendig“ erscheinende, aber doch nur automatisch bewegte und geschobene, sich gegenseitig bedingende, in dauerndem Wechsel und Wandel befindliche Erscheinungen sind. Wer diese Wahrheit begriffen hat und in der eigenen Existenz dem Entstehen und Vergehen der Formen, der Gefühle, der Wahrnehmungen, Aktivitäten und der programmierten Wohlerfahrungssuche nachspürt und beobachtet, der distanziert sich damit immer mehr von diesem völlig seelenlosen Prozess eines Scheinlebens. Und in dem Maß, wie er sich von diesen Dingen entfernt und ablöst, empfindet er den Vorgeschmack der Erlösung von aller Wandelbarkeit, Treffbarkeit und Verletzbarkeit und damit einen Vorgeschmack der Todlosigkeit. Dieser Vorgeschmack bestärkt den Stromeingetretenen immer mehr darin, von den fünf Zusammenhäufungen abzulassen, zurückzutreten, bis er zur völligen Auflösung aller Triebe kommt und damit zum Nibbāna, zum vollkommenen Wohlgeschmack der Erlösung. - Doch nur sehr, sehr wenige Wesen erreichen diesen höchsten Wohlgeschmack, dieses höchste Wohl.

*Gleichwie, ihr Mönche, es auf dieser indischen Erde nur wenige liebliche Gärten, Haine, Felder und Teiche gibt, aber bei weitem mehr Abhänge und Schluchten, schwer passierbare Flüsse, stoppeliges und dorniges Gelände und unwegsames Gebirge -*

*ebenso gibt es nur wenige Wesen, die, als Menschen abscheidend, unter den Menschen oder den Himmelswesen wiedergeboren werden, und bei weitem mehr Wesen gibt es, die, als Menschen abscheidend, in einer Hölle wiedergeboren werden, in tierischem Schoß oder im Gespensterreich;*

*ebenso gibt es nur wenige Wesen, die, als Himmelswesen abscheidend, unter den Himmelswesen oder Menschen wiedergeboren werden, und bei weitem mehr gibt es, die, als Himmelswesen abscheidend, in einer Hölle wiedergeboren werden, in tierischem Schoß oder im Gespensterreich;*

*ebenso gibt es nur wenige Wesen, die, aus der Hölle, dem Tierschoß oder dem Gespensterreich abscheidend, unter den Menschen oder den Himmelswesen wiedergeboren werden, und bei weitem mehr gibt es, die, aus der Hölle, dem Tierschoß oder dem Gespensterreich abscheidend, eben dort wiedergeboren werden.*

An anderer Stelle (S 56,102-130) antwortet der Erwachte auf die Frage, was den Menschen nach seinem Tod erwartet, indem er ein klein wenig Erde mit dem Nagel seines Fingers aufhob und die Mönche fragte:

*Was ist wohl größer, Mönche, dies klein wenig Erde, das ich auf dem Nagel meines Fingers habe, oder die große Erde? - Viel mehr als dies klein wenig Erde ist die weite Erde. Gegenüber der weiten Erde kann dies winzig wenig Erde, das der Erhabene auf dem Nagel seines Fingers hat, nicht gezählt, nicht gerechnet, in gar keinen Vergleich gesetzt werden.*

*Ebenso winzig, ihr Mönche, ist gegenüber der Anzahl der Lebewesen überhaupt die Anzahl der Wesen, die nach ihrem Tod als Mensch oder gar als Götter wiedergeboren werden, im Vergleich zu der unermesslichen Zahl von Wesen, die nach dem Tod als Tiere, als Gespenster oder als höllische Wesen wiedererscheinen.*

Die Wesen streben natürlich nicht bewusst z.B. die Hölle an. Kein Mensch strebt bewusst Leidensstätten an. Sie haben bewusst die Erfüllung ihrer Wünsche angestrebt, ohne auf die Wünsche und Interessen anderer Rücksicht zu nehmen, aber

sie wissen nicht, dass sie damit gerade auf Leidensstätten zugehen. Die allermeisten Menschen haben kaum Kenntnis von dem Saat-Ernte-Gesetz und sind darum von geringer Moralität, und so werden sie nach dem Tod nicht als Mensch wiedergeboren, sondern in untermenschlichen Bereichen. Der Erwachte sagt (M 135): *Eigentum des Wirkens sind die Wesen, Erben des Wirkens, aus dem Schoß des Wirkens sind die Wesen hervorgegangen, sind an das Wirken gebunden, haben das Wirken als Zuflucht. Das Wirken ist es, das die Wesen unterschiedlich werden lässt zwischen elend und gut Lebenden.*

Jeder Augenblick ist die Begegnung eines so und so gearteten Ich mit einer so und so gearteten Welt. Auf diese Begegnung reagieren wir mit Denken, Reden und Handeln. Und mit jedem Gedanken, mit jedem Wort oder jeder Tat haben wir unsere Psyche, unseren Charakter etwas beeinflusst und haben zugleich in die sogenannte Umwelt hineingewirkt, Zukunft geschaffen, die eines Tages als Gegenwart an uns herantritt. Mit jedem Denken und Tun bauen wir ununterbrochen 1. am Charakter, 2. am Erleben.

Aus den Berichten der Religionen geht hervor, dass entsprechend unserem Wirken die Ernte sich im Jenseits ansammelt, die uns, wenn wir den grobstofflichen Körper verlassen haben, im feinstofflichen Körper und Bereich erreicht.

Ein Wesen, das sich im Lauf eines Menschenlebens angewöhnt hat, verweigernd auf Mitmenschen zu reagieren, ist äußerlich gesehen noch Mensch. Aber in seinem Wesen, seinem Charakter, seiner Psyche ist es schon untermenschlich geworden, und im Akt des Todes trennt sich dieser Wollenskörper im feinstofflichen Körper vom grobstofflichen Körper, und das Wesen - der Wollenskörper im feinstofflichen Körper - wird sogleich dorthin gezogen, wohin es nach seiner seelischen Beschaffenheit gehört.

*Wenige Wesen werden als Himmelswesen abscheidend, unter den Himmelswesen oder Menschen wiedergeboren...*

Zusammenfassend sagt der Erwachte (A III,115):

*Wegen rechten Handelns, guter Herzenseigenschaften und rechter Anschauung gelangen da die Wesen bei Versagen des Körpers nach dem Tod auf eine gute Lebensbahn, in himmlische Welt.*

Aber auch der Aufenthalt in den höchsten Himmeln ist vergänglich, wenn auch oft erst nach Weltzeitaltern. So begehrenswert eine Wiedergeburt in der Himmelswelt für den normalen Menschen sein mag, dem Tieferblickenden kann auch eine solche Wiedergeburt nicht genügen, denn auch alle Himmelswelten unterliegen dem Daseinswandel. Auch die Wesen, die zeitweilig himmlisches Dasein erlangen, werden, wenn ihre Lebensdauer abgelaufen ist, weil der Schatz ihrer Verdienste aufgebraucht ist, wieder in den Strudel des Kreislaufs der Wiedergeburten hineingerissen, und die meisten sinken abwärts, weil sie, in den Himmelswelten dem Genuss hingegeben, sich nicht neu um Erhellung ihres Charakters bemüht haben.

*Wenige Wesen, die als höllische Wesen, Gespenster, Tiere abscheiden, werden als Menschen wiedergeboren...*

Die Untermenschenwelt ist die Existenzweise, die aus einem Wirken hervorgeht, bei dem der Durst ungebrochen und hemmungslos regiert, so dass das Wesen entsprechend seinem erbarmungslosen Wirken keinerlei Erbarmen findet, sondern nur Schmerz erdulden muss. Eine jede über die Hölle hinausreichende Existenzform - und sei es als Gespenst - ist mit ihrer relativen Minderung des Leidens ausschließlich

durch Minderung des Durstes, der Selbstsucht zu einer Zeit entstanden, in der bewertendes Denken möglich ist. Darauf beruht die Chance, dass ein aus Höllendasein Aufgestiegener, dessen „*übles Wirken erschöpft ist*“, sich auf die Dauer wieder hocharbeiten kann.

Der normale, unbelehrte Mensch steht immer in der Gefahr, nach unten abzusinken, und muss ständig mehr oder weniger kämpfen, um sich durch Tugend „über Wasser“ zu halten. Der Erwachte vergleicht dies ausdrücklich mit einem Schwimmer: Will er nicht untersinken, muss er sich anstrengen. (A VII,15) Und geht er unter, so geschieht das genau so lange und so tief, wie es der Wucht seines Sinkens und dem spezifischen Gewicht entspricht, zu dem er sich durch sein Wirken entwickelt hat.

DAS GLEICHNIS VOM OZEAN (S 35,187) UND  
DAS GLEICHNIS VOM GRASBRAND  
„Gruppierte Sammlung“ (S 14,12)

Wer schon einmal allein an der Küste des Ozeans gestanden hat und vor sich und nach den Seiten hin bis an den äußersten Horizont nichts anderes als Wasser sah und immer nur Wasser sah und dabei wusste, dass auch jenseits des Horizonts die Wasserwüste sich schier unendlich weit erstreckt, der mag, wenn er von seinen vordergründigen Alltagsorgen hatte zurücktreten können, einen starken Eindruck von der Unermesslichkeit der Wasserwüste gewonnen haben. Und wem es gelingt, sich dem Eindruck dieser Größe hinzugeben und dabei zu verweilen, der spürt eine Erhebung seines Gemüts, eine Erweiterung über alles Kleinliche und Vordergründige hinaus, das ihn mehr oder weniger weit entfernt von den Alltagsdingen und das ihn abhebt von der Ebene der Sorgen und Beklemmungen, die die Alltäglichen zu anderen Zeiten für ihn mit sich bringen. – So wirkt das Erlebnis der Größe des Ozeans auf ein empfängliches Gemüt.

Diese Wirkung benutzt der Erwachte, um den Menschen auf eine andere, von den Sinnen nie erfassbare wirkliche Unermesslichkeit hinzuweisen: auf die Unermesslichkeit der Triebe. Wer auf die inneren Anliegen achtet, auf den inneren Hungerleider, auf den ergreifenden Hunger, von dem die Wesen ergriffen sind, der merkt, dass Triebe nichts mit Altern und Tod des Körpers zu tun haben. Auf Grund des inneren Hungers der Triebe, der innewohnenden Bedürfnisse, werden immer wieder neu Körper angelegt. Wer dies erkennt, dem imponiert das Weltmeer nicht mehr, das endlich und messbar ist, dann hat man die Vorstellung von einer ganz anderen Größe, die uns unmittelbar betrifft, die unsere Existenz, unser Geklagwerden, unser Leiden ausmacht – den Samsāra, die endlose Wanderung der Wesen durch Geburten und Tode auf Grund der hungernden Triebe, allen voran der sinnlichen Triebe, der Sinnensüchte. Der Erwachte sagt (A III,62):

*Sechs auf Berührung gespannte Süchte (phass-āyatana) gibt es*  
1. *Die Sucht des Lugers (der Trieb im Auge zum Sehen) nach Berührung durch Formen, die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen, dem Begehren entsprechenden, reizenden.*

2. *Die Sucht des Lauschers (der Trieb im Ohr zum Hören) nach Berührung durch Töne, die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen, dem Begehren entsprechenden, reizenden.*

3. *Die Sucht der Riechers (der Trieb in der Nase zum Riechen) nach Berührung durch Düfte, die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen, dem Begehren entsprechenden, reizenden.*

4. *Die Sucht des Schmeckers (der Trieb zum Schmecken in der Zunge) nach Berührung durch Säfte, die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen, dem Begehren entsprechenden, reizenden.*

5. *Die Sucht des Tasters (der Trieb zum Tasten im ganzen Körper) nach Berührung durch Tastbares, das ersehnte, geliebte, entzückende, angenehme, dem Begehren entsprechende, reizende.*

6. *Die Sucht des Denkers (der Trieb zum Denken im Gehirn) nach Berührung durch Dinge, Gedanken, die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen, dem Begehren entsprechenden, reizenden.*

Durch den berührungshungrigen Luger, Lauscher usw., der als zum Ich gehörig bezeichnet wird – *ajjhattika-āyatana* (von KEN als „Innengebiet“ übersetzt) – kommt das bei der Berührung als außen Erfahrene – *bahiddha-āyatana* (von KEN als „Außengebiet“ übersetzt): Formen, Töne usw. – zur Erfahrung der Sinnesdränge, die das Erfahrene mit Gefühl übergießen, wodurch es als gefühlsgetränkte Wahrnehmung in das Gedächtnis eingetragen und mit den bereits vorhandenen Daten verknüpft, denkerisch verwertet wird. Wer nun den Trieb zum Denken im Gehirn hauptsächlich dazu benutzt, sich der Erfah-



rungen der Sinnesdränge wieder zu erinnern, der angenehmen oder der schrecklichen Formen, Töne, Düfte usw. und sich darüber neu mit Begehren oder mit Abgestoßensein zu beschäftigen – der bleibt in dem Samsāra-Gefängnis. Der gelangt gerade durch diese Haltung nicht hinaus. Wer aber das Denken benutzt, um die Sinnlosigkeit des Spiels mit den Fünfen zu betrachten und von da aus zu immer größeren Einheiten vor-dringt bis zur Durchschauung auch der letzten, der hat den Ausweg verstanden und befindet sich auf dem Ausweg aus dem Samsāra.

Das Gleichnis vom Ozean hat folgenden Wortlaut:

*„Unermesslich“, sagt, ihr Mönche, der unbelehrte Mensch vom Ozean, doch gilt das nicht im Orden des Geheilten vom Ozean. Eine große Wassermenge, ihr Mönche, eine große Wasserflut ist der Ozean. Aber der Luger im Auge des Menschen ist der Ozean. Durch seine Kraft wird Form erzeugt.<sup>1</sup> Wer diese Form schaffende Kraft besiegt, der wird ein Überquerer des Luger-Ozeans genannt mit seinen Wogen, den Strudeln, Krokodilen und Untieren. Er ist der Reine, er hat das andere Ufer erreicht und steht auf sicherem Grund.*

*„Unermesslich“, sagt, ihr Mönche, der unbelehrte Mensch vom Ozean, doch gilt das nicht im Orden des Geheilten vom Ozean. Eine große Wassermenge, ihr Mönche, eine große Wasserflut ist der Ozean. Aber der Lauscher im Ohr – der Riecher in der Nase – der Schmecker in der Zunge, der Taster im ganzen Körper – der Denker im Gehirn – ist der Ozean. Durch seine Kraft werden Ton – Duft – Saft – tastbarer Körper – Gedanken – erzeugt. Wer diese Form – Ton – Duft – Saft – Tasting – Gedanken erzeugende Kraft besiegt, der wird ein Überquerer des Lauscher-, Riecher- –*

---

<sup>1</sup> tassa rūpamaya vego, wtl. von ihm ist die formerzeugende Kraft

*Schmecker-, – Taster-,-- Denker-Ozeans genannt mit seinen Wogen, den Strudeln, Krokodilen und Untieren. Er ist der Reine, er hat das andere Ufer erreicht und steht auf sicherem Grund.*

Wenn hier die sechs Sinnesdränge mit der Unermesslichkeit des Ozeans verglichen werden, ja, noch weit darüber gesetzt werden, dann zeigt dies die große Wucht und Kraft der sinnlichen Bedürftigkeit nach den angenehmen Formen, Tönen, Düften usw. Darum wird der Körper als ein Machwerk des Durstes bezeichnet. (M 28) Diese gesamte sinnliche Triebhaftigkeit unterliegt nicht dem Gesetz des Alterns wie der Körper, der von der Geburt an nur immer älter wird, bis er zusammenbricht, der nur innerhalb der Zeit besteht, der heutzutage eine bestimmte Höchstspanne von etwa hundert Jahren nie überlebt – sondern unterliegt dem Gesetz des Beharrens. Die Sinnesdränge, die Triebe werden aus sich selbst nicht älter und nicht schwächer, sie sind das Produkt von bezugschaffenden Gedanken, und sie werden gerade dadurch erhalten, dass der Mensch den angenehmen Formen, Tönen, Düften usw. bejahend nachgeht und die unangenehmen zu vermeiden, zu fliehen und fortzustoßen trachtet. Mit dieser Haltung anerkennt und bejaht der Mensch grundsätzlich die Formen, Töne, Düfte usw., also die sinnliche Wahrnehmung, bleibt in der sinnlichen Bedürftigkeit. Und wenn der Körper aus Altersschwäche oder aus Krankheit zugrunde gegangen ist, dann bleibt die sinnliche Bedürftigkeit im Wollenskörper übrig, verlässt den zerstörten Körper und ist in demjenigen Daseinsbereich, der ihm nach seinen Qualitäten zukommt, ist dort wiederum mit einem Werkzeug der sinnlichen Wahrnehmung verbunden, das wiederum dem Prozess der Alterung unterliegt, jagt während der Dauer des Besitzes des neuen Werkzeugs wiederum den Formen, Tönen, Düften usw. nach, wird wiederum im Gemüt begehrlieh bewegt von den angenehmen Formen, in Abwehr, Zorn und Flucht bewegt von den unangenehmen Formen, Tönen usw. bis auch dieser Körper verschlissen ist und wieder

ein neuer angelegt wird.

Darum sagt der Erwachte in unserer Lehrrede:

*Wer diese Form... erzeugende Kraft besiegt, der wird ein Überquerer des Luger-Ozeans... genannt mit seinen Wogen, den Strudeln, Krokodilen und Untieren. Er ist der Reine, er hat das andere Ufer erreicht und steht auf sicherem Grund.*

In dieser Lehrrede geht es also um das Gleichnis für die Unendlichkeit des Samsāra, falls man den Weg nicht findet, die Kraft der Triebe zu besiegen. In der nun folgenden Lehrrede „Das Gleichnis vom Grasbrand“ zeigt der Erwachte das Zustandekommen der einzelnen Sinneseindrücke beim unbelehrten Menschen und die verschiedenartigen schmerzlichen Folgen, wie wir sie als Menschen in unserem Leben kennen und wie sie erst recht in untermenschlichen Daseinsformen das Leben prägen.

*Nur aus Bedingungen, ihr Mönche, steigen Erwägungen des Begehrens, des Hassens und der Rohheit auf, nicht ohne Bedingung.*

*Durch die Gegebenheit der Sinnensucht bedingt entsteht sinnliche Wahrnehmung. Durch sinnliche Wahrnehmung bedingt entsteht sinnensüchtiges Denken (kāmasankappo). Durch sinnensüchtiges Denken bedingt entsteht sinnensüchtige Neigung (chando). Durch sinnensüchtige Neigung bedingt entsteht sinnensüchtiges Fiebern. Durch sinnensüchtiges Fieber bedingt entsteht von Sinnensucht getriebenes Suchen nach Erfüllung (kāmapariyesana). – Wer von Sinnensucht getrieben nach Erfüllung der Sinnensucht sucht, der unbelehrte normale Mensch, der geht auf drei Wegen falsch vor: im Handeln, im Reden, im Denken.*

*Durch die Gegebenheit des Hasses bedingt entsteht*

*Hass-Wahrnehmung. Durch Hass-Wahrnehmung bedingt entsteht Hass-Denken. Durch Hass-Denken bedingt entsteht Hass-Neigung. Durch Hass-Neigung bedingt entsteht Hassfiebern. Durch Hassfiebern entsteht von Hass getriebenes Suchen nach Möglichkeiten der Erfüllung. – Wer von Hass getrieben nach Erfüllung des Hasses sucht, der geht auf drei Wegen falsch vor: im Handeln, im Reden, im Denken.*

*Durch die Gegebenheit von Rücksichtslosigkeit, Rohheit, Gewalt bedingt entsteht die Wahrnehmung der Rücksichtslosigkeit. Durch Wahrnehmung der Rücksichtslosigkeit bedingt entsteht Rücksichtslosigkeit im Denken. Durch Rücksichtslosigkeit im Denken bedingt entsteht Neigung zur Rücksichtslosigkeit. Durch Neigung zur Rücksichtslosigkeit bedingt entsteht Fiebern nach Rücksichtslosigkeit, Rohheit, Gewalt. Durch Fiebern nach Rücksichtslosigkeit, Rohheit, Gewalt entsteht von Rücksichtslosigkeit getriebenes Suchen nach Möglichkeiten der Erfüllung.*

*Das ist gerade so, wie wenn ein Mann eine brennende Fackel auf dürres Gras hinwürfe. Wenn er sie nicht sofort mit Händen und Füßen auslöschte, so würden alle Lebewesen, ihr Mönche, die in dem trockenen Gras leben, zu Tod und Verderben kommen. – Ganz ebenso werden, ihr Mönche, alle Menschen, die in der Wahrnehmung aufgestiegene Sinnensucht, Hasen und Rücksichtslosigkeit nicht sofort aufgeben, entfernen, beseitigen, vernichten, bei Lebzeiten schon leidvoll leben, in Pein, in Verzweiflung, in heißer Qual, und bei Versagen des Körpers nach dem Tod ist leidvolle Laufbahn zu erwarten.*

Inwiefern ist, wie hier behauptet wird, die Wahrnehmung des Menschen durch seine ihm innewohnende Gegebenheit

(*dhātu*) bedingt, z.B. eine Sinnensuchtwahrnehmung durch Sinnensuchtgegebenheit? Die Formen, Töne, Düfte, Säfte, Körper und Denkobjekte berühren den Spannungsleib, das innere Spannungsgefüge, den unendlichen Ozean der Spannungen, und je nach der inneren Gegebenheit, der Sinnensucht, dem Hass, der Rohheit, der Herzensart des Menschen, erscheinen ihm dann die Außenobjekte. Zum Beispiel meldet die Sinnensucht „eine schöne Blume“, der Hass „ein unsympathischer, hassenswürdiger Mensch“, die Rohheit „ein Kind oder Tier, das man durch Schläge zum Gehorsam zwingen muss“. Nicht neutral, sondern zusammen mit diesen Bewertungen durch die Gegebenheit der Herzensart, werden uns die Dinge bewusst, nehmen wir sie wahr. Sie gehen durch den Filter unserer jeweiligen Herzensbeschaffenheit.

Von daher wird verständlich, warum wir in einer Phase größerer Gereiztheit die wahrgenommenen Objekte feindlicher und in einer düsteren Stimmung dunkler und bedrückender erleben. Zwei Menschen, an die, äußerlich gesehen, die gleichen äußeren Objekte herantreten, können daraus eine sehr unterschiedliche Wahrnehmung entnehmen entsprechend ihrer inneren Gegebenheit. Ein insgesamt versöhnlich gestimmter Mensch sieht in dem begegnenden Menschen mehr die guten Eigenschaften, die schlechten fallen ihm nicht auf bzw. er beschönigt, entschuldigt, versteht sie und erlebt darum gar keine „schlechten“ Eigenschaften. Bei einem feindselig gesonnenen Menschen dagegen gehen die Begegnungen durch den Filter seiner Herzensgegebenheit, und die ganze Welt erscheint ihm entsprechend böse und feindselig.

Aber die einmal angestoßenen inneren Vorgänge enden nicht bei der Wahrnehmung. Entsprechend den subjektiven Wahrnehmungen denkt der Mensch über die erlebten Dinge nach, sein Wollen richtet sich auf das begehrte, gehasste oder als widerspenstig empfundene Gegenüber. Diese gedankliche Beschäftigung mit dem ersehnten oder verabscheuten Gegenüber kann so weit gehen, dass er innerlich vor Sinnensucht, Feindschaft und Rohheit fiebert und nun nach Wegen sucht,

sein Begehren zu erfüllen, seiner Feindschaft Ausdruck zu geben, seine Rohheit zu betätigen.

Diese inneren Herzensströme können so stark sein, dass sie alle Dämme der Rücksicht und Schranken der Scham überspringen und der Mensch seiner aufgestauten Aggression oder seinem Begehren folgen muss. Weil er es zugelassen hat, dass sinnensüchtige, gehässige und rohe Gedanken sein Denken immer mehr ausgefüllt haben, darum muss er Dinge sagen, die er später bereut, darum muss er rücksichtslos handeln, um sich „Luft zu machen“, wodurch er immer weiter Feindschaft und Hass sät und sich selber in Schwierigkeiten bringt: Er wandelt dreifach auf falschen Wegen: in Taten, in Worten, in Gedanken.

Unter Sinnensucht wird nicht nur die allerstärkste sinnliche Leidenschaft verstanden, die uns hemmungslos macht, sondern auch feinere Grade eines Geneigtseins, und entsprechend gibt es das Abgestoßensein in allen Graden. Wenn wir dieser Gegebenheit in uns Raum gegeben haben, die begehrten Dinge uns immer wieder vorgestellt und ausgemalt haben, dann beherrscht das sinnliche Begehren uns, nicht beherrschen wir es. Wenn der Ozean bewegt ist, Sinnensucht, Hassen oder Rohheit sturmgepeitscht wogen, dann ist der Mensch gezwungen, dem nachzugeben, und dann gibt es „Scherben“, untugendhafte Handlungen, Einbrechen in die Interessenssphären der Mitwesen, und sei es auch nur kalte Abweisung eines anderen, der einem etwas Unliebes sagt.

Auch der feinfühligste Mensch geht, wenn er stark etwas begehrt oder abgestoßen ist, nicht so auf die Menschen ein, die daran beteiligt sind, kommt ihnen nicht so entgegen wie derselbe Mensch zu einer anderen Zeit. Jeder Mensch ist, wenn er etwas begehrt oder hasst, einige Grade roher, rücksichtsloser, und sei es nur so wenig, dass er hernach denkt: „Ja, da hab ich meine Sache vorgebracht, die ich unbedingt vorbringen wollte, aber der andere kam mir mit einem Gesicht entgegen – das fällt mir jetzt ein – als wollte er mir etwas sagen. Während ich sprach, trat das zurück, als ob er gedacht hätte: ‚Das geht jetzt

nicht.' Das hab ich ganz übersehen.“ Das ist eine Art Rohheit. Es gibt sie in allen Graden. Alles was an Rücksichtslosigkeit aufsteigt, das kommt nur auf in dem Maß, wie wir gerissen sind. Die sogenannte Höflichkeit verbietet jemandem, dass er sich wenigstens trotz Abneigung oder Gerissensein nicht in dem Sinn äußert, und dass er sich vornimmt und sich angewöhnt, auch dem anderen Raum zu lassen, sich zu äußern, selbst wenn er mehr oder weniger stark bewegt ist. Das nennen wir Disziplin. Sie ist nur da nötig, wo Gerissenheit, Sturm ist. Da muss man an guten Sitten festhalten. Darum ist in den vergangenen Zeiten mit Recht Wert auf Disziplin, Achtung, auf Höflichkeit und auf Freundlichkeit gelegt worden. Das hat in den letzten Jahrzehnten immer mehr abgenommen, weil man nicht mehr weiß, warum man sich zügeln soll.

Den ganzen Vorgang des inneren Entflammtwerdens, die Auswirkungen der inneren Gegebenheiten der Sinnensucht, des Hassens und der Rohheit mit ihrem Sturm von Gefühlen und Gedanken bis hin zu den üblen Taten vergleicht der Erwachte nun mit einem Grasbrand.

Da ist ein völlig ausgedörrter Grasplatz, der bei kleinstem Zunder lichterloh aufflammen wird. Auf diesen Platz wirft nun ein Mann eine brennende Fackel. Da lodert das trockene Gras auf und verbrennt alle Lebewesen, die tausend Insekten, die in jenem Gras leben.

Was ist mit diesem Gleichnis gemeint? Hier ist also eine brennende Fackel zu unterscheiden von dem trockenen Grasplatz, der, wenn die Fackel darauf fällt, auch brennen wird.

Mit dem trockenen Grasplatz ist der Spannungsleib, der Wollenskörper (*nāma-kāya*) gemeint, die innere Gegebenheit des Menschen, sein sinnliches Begehren, Hassens und seine Rohheit in den mannigfaltigsten Formen. Es ist der Spannungsleib, der den Fleischleib durchzieht. Diesen Spannungsleib hat der Geheilte nicht mehr. Bei ihm gibt es darum kein trockenes Gras und darum auch das gefährliche Aufflammen nicht mehr mit all den üblen Folgen. Aber bei uns, den normalen Menschen, ist diese gefährliche Entzündbarkeit vorhanden,

und darum trifft das Gleichnis auf uns zu. Je mehr Triebe, je größer die Empfindlichkeit, desto stärker ist Gefühl. So sind die Triebe die innere Bedingung für das Aufkommen von Gefühl.

Die äußere Bedingung für das Aufkommen von Gefühl ist durch die Ankunft der Ernte aus früherem Wirken gegeben. Diese Ernte vergleicht der Erwachte mit der brennenden Fackel, die auf den Grasplatz geworfen wird, den für Feuer empfänglichen Grasplatz berührt und der im Augenblick der Berührung lichterloh aufbrennt. Dieses machtvolle Aufflammen (Gefühl) bedingt die Wahrnehmung des unbelehrten Menschen. Er wird von den einen Wahrnehmungen stark erfreut und angezogen, von anderen ebenso stark abgestoßen und verdrossen.

Die zwei zusammenwirkenden Quellen des Gefühls werden in M 146 ausdrücklich unterschieden:

*Was da auf Grund der sechs zu sich gezählten Körperwerkzeuge mit den innewohnenden Süchten an Wohl- und Wehgefühl aufkommt und was auf Grund der sechs zum Außen gezählten Sinnesobjekte an Wohl- und Wehgefühl aufkommt.*

Aus den Sinnesdrängen des Körpers und den zum Außen gezählten Sinnesobjekten geht also Gefühl und damit Wahrnehmung hervor:

*So kommen denn diese zwei Dinge auf zwei verschiedenen Wegen im Gefühl zu einem zusammen. (D 15)*

Ebenso heißt es in A X,58:

*Worin kommen alle Dinge zusammen? – Im Gefühl. –*

Entsprechend der gefühlsbesetzten Wahrnehmung denkt der Mensch, mehrt damit die Neigung dahin, fiebert, sucht, das Begehrte an sich zu reißen oder das Üble weg zu tun – das Feuer breitet sich immer mehr aus.

Mit den Wesen, die durch den Brand zu Tode kommen, sind nicht nur die Mitwesen gemeint, deren Anliegen der



Mensch wegen der eigenen Gier, des Hasses oder der Rohheit missachtet und Leiden über sie bringt, sondern auch das Leiden der eigenen Anliegen. Wie im trockenen Gras Tausende von Tieren wimmeln, so wimmeln im unerlösten Herzen – dem berührten Wollenskörper – Tausende von Trieben, die befriedigt werden wollen. Aber dadurch, dass der Mensch der Sinnensucht, dem Hass oder der Rohheit folgt, erlebt er außer der inneren Verdunkelung zusätzlich die Gegenwehr der Mitwesen, ihr Zurückziehen oder ihre Feindschaft und kann so viele seiner Triebe nicht befriedigen. Dadurch wird das tausendfältige innere Dürsten und Fiebern noch größer, und man erzeugt immer mehr Brennen bis hin zum Höllenbrand in der Unterwelt. Innen und außen brennend, werden schmerzliche Gefühle erlebt.

Darum heißt es nun, dass der Mensch schnell mit Händen und Füßen den Brand löschen solle. Wenn einer bei einer aufgestiegenen sinnensüchtigen oder hassvollen oder rohen Wahrnehmung nicht schnell weitere Gedanken und Neigungen austilgt, dann kommt er zu einem Tun und Lassen, zu einem karmischen Säen, aus dem Leiden für ihn und seine Umgebung hervorgeht.

Das Nichtlöschen mit Hand und Fuß ist das Nichtbenutzen der Möglichkeit, auf Grund richtiger Anschauung vom Unheil der Folgen des Brandes diesen durch rechtes Denken löschen zu können. Dass eine durch die Gegebenheit der Sinnensucht, des Hassens oder der Rohheit bedingte Wahrnehmung aufkommt und dass von daher auch ein Zug zum gedanklichen Bejahen aufkommt, das ist nicht zu verhindern, ist Ernte aus früherem Bewerten. Aber wenn man dann diesem Impuls nicht weiter folgt, sondern sich mit aller zur Verfügung stehenden Weisheitsfähigkeit über die von den Trieben entworfene Wahrnehmung stellt und mit der überblickenden geistigen Vernunft an die üblen Folgen denkt, dann haben wir die gegenwärtigen Möglichkeiten einer Wendung zum Guten ausgenutzt.

Der gewöhnliche Mensch freut sich des Brandes, wenn er

dem in ihm angestauten Ärger und Hass freien Lauf lassen kann und zum Beispiel einem anderen einmal richtig „die Meinung“ gesagt hat. Aber der belehrte Mensch weiß, dass der Brand das Schädliche ist. Der Brand geht weiter und kommt wieder über ihn.

Nun geht es aber nicht nur darum, den einmal entstandenen Brand sich nicht ausbreiten zu lassen, die Affekte zurück zu halten, etwa in dem Gedanken: „Da sind sie ja, die Verderben, Leiden bringenden Erwägungen“, sondern außerdem darum, die Wucht der Sinnensucht, des Hassens, der Rohheit zu mindern.

Wenn wegen starker innerer Empfindlichkeit die Wahrnehmung stark hinreißt, dann folgt zwangsläufig auch die Neigung, das Fiebern und Suchen nach Befriedigung in gleicher Stärke, und wenn der Mensch auch oft im letzten Moment noch die Vernunft einschaltet, so kann er doch oft üble Taten nicht lassen, da es zu sehr drängt. Aber wenn der Mensch sich nur mittel gedrängt fühlt, kann er sich schneller zurückhalten und in ruhigen Zeiten betrachten, wie er durch blindes Reagieren über sich und andere Leiden bringt, durch welche Gedanken der Akt des Bremsens positiv bewertet wird.

Unser Geist kann schnell einsehen, was richtig ist, so wie wir beim Auto, beim stillstehenden und beim rasenden, das Steuerrad mit einem Schlag herumdrehen können. Aber unsere Triebe sind so stark im Schwung wie das rasende Auto, das entgleisen würde, wenn man das Steuerrad schnell herumdrehen würde. Der Geist kann im Augenblick um 180 Grad gewendet werden in seiner Einsicht. Er kann mit einem Mal und stark und leuchtkräftig einsehen: „Das ist ja ganz falsch, was ich mache, damit schaffe ich mir ja selber Leiden. Ich muss mich ganz anders verhalten.“ Aber seine Triebe lassen nicht zu, dass er sich so verhält, wie sein Geist es eingesehen hat. Die Triebe können nur langsam verändert werden, nur indem man immer wieder den wahren Wert einer Sache betrachtet und überlegt, welche Richtung die bessere ist. Durch dieses positive Bedenken des Besseren wird eine Verbindung, ein

Bezug, eine Liebe zum Besseren geschaffen. Und wenn wir etwas für besser als das andere halten, dann kommt ein Wille zum Besseren auf und eine Abwendung von dem, was wir für schlechter halten.

In M 106 heißt es, dass ein Mensch durchschaue: Begierden auf Diesseitiges gerichtet, auf Jenseitiges gerichtet – das ist gefährlich, entsetzlich, kann bis zur Hölle führen. Mit diesen Gedanken mindert er nach und nach das Begehren. Was wir in echter Überzeugung für negativ halten, das wird gemindert.

Der Erwachte sagt selber von sich: Ich wusste früher schon, dass die weltlosen Entrückungen höchstes Wohl sind, zur Erwachung führen, aber ich merkte, dass ich noch keine Neigung zu ihnen hatte. Da habe ich öfter über das Wohltuende und das Hilfreiche der weltlosen Entrückungen nachgedacht, sie erwogen, und infolgedessen wuchs meine Neigung zu ihnen.

Indem der Mensch häufig in neutralen Zeiten das Schädliche des Begehrens, des Hassens oder der Rohheit bedenkt, mehrt er seine Neigung, diesen Regungen nicht zu folgen. So bekommt er allmählich die Triebe des Herzens in die Gewalt. Wer mit seinem Geist den inneren Gegebenheiten folgt, der ist in der Gewalt seines Herzens, seiner Triebe. Wer aber seine Einsichten zum Maßstab nimmt, der sieht: „Meine Triebe wollen anders als meine Vernunft. Aber so gut es geht, folge ich den besseren Einsichten. So erziehe ich das Herz.“ Jeder weiß, wo er empfindlich ist, wo er begehrt und abgestoßen ist. Das ist der trockene Grasgrund, auf den dann die jeweilige Triebverfälschung als zündende Fackel fällt. Auch der Triebversiegte, solange der Körper besteht, sieht mit den Augen, hört mit den Ohren usw. Da aber bei ihm kein Wollkörper mehr vorhanden ist, so entstehen keine Wohl- und Wehgefühle, die die Faszination, die Blendung, bewirken. Darum ist bei ihm kein Grasbrand, sondern was das Auge sieht, das nimmt er neutral, gleichmütig ohne Anziehung und Abstoßung auf und weiß die Dinge unverblendet, der Wirklichkeit gemäß.

Wir aber haben wegen der uns innewohnenden Anziehung und Abstoßung sofort mit einem Flammenmeer zu tun. Da müssen erst die Triebe aufgehoben, der Wollenskörper aufgelöst werden, damit kein Flammen entstehen kann, oder wir müssen es sofort austreten, damit es uns und viele andere Lebewesen nicht in Verderben bringt. Das zeigt der zweite Teil dieser Lehrrede, den wir hier folgen lassen.

*Nur aus Bedingungen, ihr Mönche, steigen Erwägungen der Sinnensuchtfreiheit, der Liebe und des Schonens auf, nicht ohne Bedingung. Durch die Gegebenheit der Sinnensuchtfreiheit, der Liebe, des Schonens bedingt entsteht die Wahrnehmung der Sinnensuchtfreiheit, Liebe, Schonung. Aus der Wahrnehmung der Sinnensuchtfreiheit, der Liebe, des Schonens entsteht sinnensuchtfreies, liebevolles, schonendes Denken. Durch sinnensuchtfreies, liebevolles, schonendes Denken bedingt entsteht sinnensuchtfreie, liebevolle, schonende Neigung. Aus sinnensuchtfreier, liebevoller, schonender Neigung entsteht sinnensuchtfreies, liebevolles, schonendes Fiebern. Aus sinnensuchtfreiem, liebevollem, schonendem Fiebern entsteht sinnensuchtfreies, liebevolles, schonendes Suchen nach sinnensuchtfreien, liebevollen, schonenden Möglichkeiten der Erfüllung. – Wer nach sinnensuchtfreien, liebevollen, schonenden Möglichkeiten der Erfüllung sucht, der belehrte Heilsgänger, der geht auf drei Wegen recht vor: in Taten, in Worten, in Gedanken.*

*Das ist gerade so, wie wenn ein Mann eine brennende Fackel auf dürres Gras hinwürfe. Wenn er sie sofort mit Händen und Füßen auslöschte, so würden keine Lebewesen, ihr Mönche, die in dem trockenen Gras leben, zu Tod und Verderben kommen. – Ganz ebenso werden, ihr Mönche, alle Menschen, die in der*

*Wahrnehmung aufgestiegene Sinnensucht, Hassen und Rohheit sofort aufgeben, entfernen, beseitigen, vernichten, bei Lebzeiten schon glücklich leben, ohne Pein, ohne Verzweiflung, ohne heiße Qual. Und bei Versagen des Körpers nach dem Tod ist eine gute Laufbahn zu erwarten.*

Hier ist also von einem Menschen die Rede, dessen innere Herzensart der Überwindung der Sinnensucht zugeneigt ist, der eine natürliche Neigung hat, die Mitwesen zu lieben und zu schonen, und der die Wesen entsprechend dieser seiner Herzensbeschaffenheit so empfindet und erlebt, wahrnimmt, entsprechend über sie nachdenkt und dessen Wollen sich immer mehr auf Sinnensuchtfreiheit, Liebe und Schonung ausrichtet. Sein Abscheu vor üblen Gedanken lässt ihn innerlich glühen und fiebern, seine guten Gesinnungen immer mehr zu pflegen. Er sucht nach Wegen, sie in sich immer mehr auszubilden, wie es etwa in M 48 geschildert wird: „...und aktiviert ist er dabei, hohe Tugend, hohe Herzensverfassung zu gewinnen, gleichwie etwa eine junge Mutterkuh die Hürde durchbricht und ihr Kälblein aufsucht.“

So wie eine junge Mutterkuh, die zum ersten Mal eine Trennung von ihrem Kind erlebt und in der die Liebe zu ihrem Kalb übermächtig wird, alle Fibern anspannt, um zu ihrem Kalb zu kommen, und darum hin und her läuft, um irgendeinen Weg, einen Durchschlupf in der Umzäunung zu entdecken, so fiebert der Mensch, der eingedenk der Folgen guter Herzensart ist, gute Gesinnungen in sich zu mehren, und ist darum fähig, üble Gedanken, kaum dass sie aufgestiegen sind, mit den erworbenen Mitteln rasch zu vernichten, das Feuer auszutreten.

Ein anderes Gleichnis in M 48 schildert den Abscheu vor Üblem, den ein solcher Mensch hat: *Gleichwie etwa wenn ein kleines Kind, ein unvernünftiger Säugling mit der Hand oder mit dem Fuß von ungefähr auf glühende Kohlen stößt, dann*

*rasch zurückfährt.* Ein solcher Mensch hat so lange das Üble des Übelen und das Gute des Guten bedacht, dass sein Wille ausschließlich auf das Gute gerichtet ist, und entsprechend ist seine Ernte in diesem und im nächsten Leben.

Das Besiegen der sinnlichen Bedürftigkeit durch Zurücktreten von ihr gehört zu dem achtgliedrigen Weg, der von unserem normalen menschlichen Status bis zur vollkommen heilen Situation führt. Das Grundprinzip dieser Entwicklung besteht darin, dass man zuerst durch „Tugend“, d.h. durch immer mehr wohlwollenden, rücksichtsvollen, verständnisvollen Umgang mit den Mitmenschen, durch das Bemühen, anderen wohlzutun, sie zu erfreuen, zu einer zunehmenden inneren Helligkeit und Freudigkeit bis zu Glückseligkeit kommt. – Auf dem Weg dieser Entwicklung wird der Mensch in Bezug auf die äußeren Dinge immer weniger bedürftig, weil er bei sich selbst schon genug Wohl hat, so dass von da aus dann die letzten Schritte bis zur Erreichung des Ziels getan werden können, die mit den Begriffen Vertiefung (Herzensfrieden, Einigung) und Weisheit (Klarsicht, Durchschauung) umfasst sind.

## WO IST DIE WELT?

Ein Gespräch mit Rohitasso (A IV,45)  
und mit „Den weltgläubigen Brahmanen“ (A IX,38)

Nicht durch Gehen ist das Ende der Welt zu erreichen

*Einst weilte der Erhabene im Jeta-Hain bei Sāvatti, im Garten Anāthapindikos. Da nun begab sich zu vorgeschrittener Nachtzeit Rohitasso, ein himmlischer Geist, zum Erhabenen, mit seiner strahlenden Erscheinung den ganzen Jetahain erhellend. Beim Erhabenen angelangt, begrüßte er ihn und, sich zur Seite stellend, sprach nun Rohitasso, der himmlische Geist, zum Erhabenen:*

*„Das Ende der Welt, o Herr, wo endlich nicht mehr Geborenwerden, Altern und Sterben ist, wo nicht immer wieder Verschwinden und neues Erscheinen ist – ist das wohl durch Gehen zu sehen, zu erleben und überhaupt zu erreichen?“*

Dieser Geist fragt nach dem Ende der Welt, weil er schon aus sich selbst ganz ohne Belehrung durch den Buddha weiß, dass der unendliche Umlauf der Wesen durch immer wieder neue Geburten innerhalb der Welt stattfindet, dass also innerhalb der Welt kein Ende des Samsāra erreicht werden kann. Ihm war klar, dass „Welt“ nur ein anderes Wort für Samsāra, den Leidenskreislauf des Immer-wieder-Geborenwerdens-und-Sterbens, ist, dass man also, wenn man diesem Samsāra enttrinnen will, der Welt enttrinnen muss. Das ist sein Grundgedanke. Darum kommt er zum Erwachten. Es war eine Frage, die seinerzeit und auch heute noch die besten Geister Indiens bewegte.

Der normale westliche Mensch dringt zur Frage, wie man

dem Samsāra entrinnen könne, überhaupt nicht vor. Denn er meint, er habe mit der Geburt angefangen, da zu sein, und würde mit dem Tod endgültig enden. Er weiß nicht, dass das Leben von sich aus gar nicht enden kann, dass nur immer Körper gewechselt werden wie Kleider, dass immer wieder geboren, gealtert, gestorben werden muss. Aber dieser große Geist Rohitasso will aus allem Elend heraus. Darum fragt er, ob man das Ende der Welt durch Gehen erreichen könne. Der Erwachte antwortet:

*Jenes Ende der Welt, mein Freund, wo nicht mehr Geborenwerden, Altern und Sterben ist, wo nicht immer wieder Verschwinden und neues Auftauchen ist – nicht ist das durch Gehen zu sehen, zu erleben und gar zu erreichen. –*

Darauf sagt der Geist:

*Wunderbar ist das, o Herr, beglückend ist das, wie da der Erhabene so wahr spricht: ‚Nicht ist das Ende der Welt durch Gehen zu erreichen, zu sehen und zu erleben.‘ Ich war einst, o Herr, in einem früheren Menschenleben ein Einsiedler mit Namen Rohitasso. Ich konnte damals geistmächtig durch den Raum schreiten. So leicht eilte mein Gang dahin, wie der Pfeil eines guten Bogenschützen über den Schatten eines Baumes hinweggleitet. Und doch griff mein Schritt so weit aus, dass ich jedes Mal eine Strecke zurücklegte so weit wie von der Küste des westlichen Weltmeeres bis zur Küste des östlichen Weltmeeres. – Mit solchem weiten, leichten Schritt dahinfliegend, o Herr, wollte ich auf jeden Fall das Ende der Welt erreichen, um dem weiteren Geborenwerden, Altern und Sterben zu entrinnen. In meiner damaligen Lebensfrist von hundert*



*Jahren wanderte ich mit diesem Schritt durch den Raum, immer weiter durch den Raum, aber nach hundert Jahren starb ich unterwegs, ohne das Ende der Welt erreicht zu haben. So hab ich erfahren, dass man das Ende der Welt nicht durch Wandern erreichen kann, und nun bestätigt mir der Erhabene: ‚Nicht ist das Ende der Welt durch Gehen zu sehen, zu erleben und gar zu erreichen.‘ –*

Diese Gottheit war in ihrem früheren Leben als Mensch, als ein Einsiedler, ganz auf sich gestellt und kannte doch das Leben schon so klar, dass er die Unendlichkeit der Geburtenfolgen sah, dass die Entstehung und Vernichtung der Körper nur wie die Stationen einer unendlichen Reise kreuz und quer durch das Weltlabyrinth mit Diesseits und Jenseits waren. Er kannte die bewegende Kraft des Geistig-Seelischen, wusste, dass sie immer weiterwirkt und immer wieder Körper anlegt. Er hatte sich auch schon so weit von all dem Kleinlichen, Menschlichen an Vorstellungen, Neigungen und Bedürfnissen entfernt, dass ihm daraus die sogenannte „magische Macht“, Geistesmacht, erwachsen war. Diese Geistesmächtigkeit kann sich nur durch die Abwendung von dem Vordergründigen einstellen.

Er muss in den hundert Jahren an manchen Gestirnen vorübergekommen sein. Ich habe seine Reise einmal rechnerisch überschlagen, habe dabei die Strecke von der Küste des östlichen Weltmeeres bis zur Küste des westlichen Weltmeeres, also die Landstrecke vom östlichsten Asien bis zum westlichsten Europa, ganz grob auf den vierten Teil des Erdumfangs geschätzt, auf zehntausend Kilometer. Diese Strecke überwand er ebenso schnell mit einem Schritt, wie wir unseren Schritt von knapp einem Meter machen: also in etwa einer Sekunde. Er drückt es ja aus durch den Vergleich mit dem Flug des schnellen leichten Pfeils. Da er also pro Sekunde etwa zehntausend Kilometer vorwärtskam, so war das immerhin der

dreißigste Teil der heute bekannten Lichtgeschwindigkeit. Aber hier ist der große Unterschied, dass diesem Menschen sein Geschwindschritt persönliche Möglichkeit war, während die Lichtgeschwindigkeit mit unseren persönlichen Bewegungsmöglichkeiten nichts zu tun hat. Er ist mit diesem Marschschritt in stark einer halben Minute zum Mond gelangt, hat in vier Stunden etwa vierhundert Erd-Mond-Entfernungen überwunden, also schon etwa bis zur Sonne. Das in vier Stunden. Aber sechsmal dieser vier Stunden machen den Tag, und 365 Tage machen ein Jahr. Und er ist hundert Jahre so blitzartig geflogen. Darum ist es zu verstehen, dass er auf solcher Raumwanderung einsieht: hier ist nirgends eine Ahnung von einem Ende des Weltalls. So stirbt er unterwegs und findet sich nach dem Verlassen des Körpers in einer Welt heller Geister vor, aber er gibt sich nicht den Freuden himmlischen Lebens hin, er weiß um die Unbeständigkeit und weiß doch immer noch keinen Ausweg. Darum freut er sich, dass er nun den Erhabenen auf der Erde sieht, tritt in seiner leuchtenden Erscheinung an ihn heran und fragt ihn. Der Erhabene bestätigt ihm, dass man durch Gehen das Ende der Welt nicht erreichen könne, und bestätigt ihm auch seine klare Einsicht, dass „Welt“ nur ein anderer Name für den Samsāra ist und dass man also wirklich aus der Welt heraus muss, wenn man dem endlosen Geborenwerden, Altern und Sterben entrinnen will. Aber der Erwachte deutet ihm in dieser Rede den Ausweg nur an. Er sagt:

*Wahrlich, so sage ich, mein Freund, das Ende der Welt, wo eben nicht mehr Geborenwerden, Altern und Sterben ist, wo nicht immer wieder Verschwinden und neues Auftauchen ist – das ist nicht durch Gehen zu erreichen, zu sehen und zu erleben. Doch nicht kann man, sage ich, ohne der Welt Ende erreicht zu haben, dem Leiden ein Ende machen. Das aber zeige ich dir auf, mein Freund: In eben diesem klawtergroßen Körper*

*mit Wahrnehmung (saññā) und Geist (mano), da ist die Welt enthalten und auch die Ursache der Welt und auch der Welt Beendigung und auch die zur Beendigung der Welt führende Vorgehensweise. –*

So sagt der Buddha. Nun hofft man, dass erklärt wird, auf welche Weise man in diesem Körper die Welt und damit den Samsāra beendet. Aber diese Erklärung fehlt. Der Bericht ist hier zu Ende. Es folgen noch zwei Verse. Sie lauten:

*Durch Gehen kann man nie gelangen  
bis an das Ende dieser Welt;  
doch ohne dies erreicht zu haben,  
wird man vom Leiden nimmer frei.*

*Daher ein weiser Weltenkenner,  
vollendet durch den Reinheitswandel,  
beruhigt tief, der Welt Beendigung nun kennt,  
nie mehr verlangt  
nach dieser noch nach jener Welt.*

Der erste Vers wiederholt das in der Rede Gesagte. Aber mit dem zweiten Vers stellt der Erwachte jemanden vor, den wir den „Fachmann“ nennen würden. Er spricht vom „weisen Weltenkenner“, von einem, der durch seinen Reinheitswandel bis zum Ende der Welt gekommen ist. Da muss ja Rohitasso aufhorchen, weil er selbst das Ende der Welt nicht erreicht hat.

Der Buddha zeigt also, dass es hier nicht um philosophische Hypothesen und Mutmaßungen geht, sondern vielmehr praktische Erfahrung des Weltendes vorliegt, und er sagt sogar, wodurch der Betreffende zum Ende der Welt und damit zur vollständigen Weltkenntnis gekommen ist: Er hat den Reinheitswandel, Läuterungsübungen, welche das Herz rein und frei machen, bis zur Vollendung gebracht.

„Reinheitswandel“, brahmacariya, hatte im alten Indien eine völlig klare Bedeutung. Der Brahmastand galt damals als der allerhöchste, weit über allen sinnlichen Geistern und Göttern. Er wurde gewonnen durch Loslassen von den gesamten sinnlichen Eindrücken, also von der Welt. Und hier heißt es nun, dass der Weltdurchdringer, der die Welt ganz und gar kennt, weil er den Läuterungswandel tapfer durchkämpfend und durchhaltend, vollendet hat, darum ans Ende der Welt gelangt ist.

Dieser ist also auf einem ganz anderen, geradezu entgegengesetzten Weg als dem von Rohitasso vergeblich eingeschlagenen ans Ende der Welt gelangt.

Rohitasso hatte weltgläubig die Welt zur Grundlage genommen und darum versucht, in der Welt das Ende durch Laufen zu erreichen. Der Erwachte aber ist den geistigen Weg gegangen. Er hat alle Welt im Geist und im Herzen losgelassen, den Reinigungswandel, der eben in der Weltüberwindung liegt, unermüdlich durchkämpfend und durchhaltend vollendet, und da fand er sich befreit vom Verlangen nach Welt und damit befreit vom Immer-wieder-Geboren-Werden-Altern-und-Sterben.

In der Rede hatte der Erwachte gesagt: „Hier in diesem klaftergroßen Körper mit Wahrnehmung und Geist, da ist die Welt enthalten und die zur Weltbeendigung führende Vorgehensweise enthalten“, und nun sagt er, dass man bei seinem Körper auch die Weltbeendigung durchzuführen hat, nämlich durch die Läuterung des Herzens von den innewohnenden Weltbezügen.

Und die zwei letzten Zeilen zeigen, wie einem solchen Weltüberwinder zumute ist. Er wohnt in hellem Frieden, er hat den Jahrmarkt der Welt mit der unendlichen Vielfalt im Kommen und Gehen vollständig überwunden und geradezu vergessen. Für ihn sind alle Dinge und Vorgänge in dieser Welt und in jener Welt, in der irdischen und der himmlischen, bedeutungslose Schatten geworden.

Einem Menschen, der es so still und selbstverständlich sagt wie der Erhabene, traut man zu, dass er selbst diesen endgültigen Heilsstand erreicht habe. Um so mehr wird Rohitasso nun wünschen, dass der Erhabene ihm über den Weg dahin Näheres sagen möge. Darum ist es fast nicht denkbar, dass diese Rede vollständig überliefert ist.

Und für den heutigen Menschen, der vom Reinheitswandel und seinen erlebensträchtigen Folgen nichts mehr kennt, wäre diese Äußerung noch weniger ausreichend, wenn wir nicht in anderen Reden die Ergänzung hätten.

Aber zunächst taucht eine andere Frage auf.

### Wahrnehmung liefert Ich und Welt

Die Behauptung, dass die Welt in diesem mit Wahrnehmung und Geist versehenen Körper enthalten sei, scheint im Widerspruch zu allen anderen Aussagen in den Reden zu stehen. Wir lesen doch immer: Die Wahrnehmung ist nicht im Körper, sondern Körper und Welt sind uns nur durch Wahrnehmung gegeben, sind sozusagen in der Wahrnehmung, bestehen aus Wahrnehmung. Nur durch Wahrnehmung wird dieser Körper wie überhaupt die ganze Welt erfahren, erlebt und gewusst. Alles, was wir wissen, nämlich dass wir „da“ sind und dass die Welt mit allem Einzelnen, Konkreten „da“ ist, das wissen wir allein durch Wahrnehmung.

Der naive Mensch meint zwar, er nehme das alles wahr, weil es außerhalb der Wahrnehmung auch wirklich „da“ sei. Aber solche Meinung ist Spekulation, unser Wissen kann die Wahrnehmung ja nie übersteigen. Wir erfahren allgemein, dass die unkritische Auffassung immer denkt: Weil die Dinge als zur Welt gehörend da sind, weil es sie also „gibt“, darum kann ich sie wahrnehmen. Diese Auffassung setzt das Sein der Dinge vor die Wahrnehmung der Dinge. Dabei hat unser gesamtes Wissen von den Dingen erst mit der Wahrnehmung

angefangen, und erst nach der Wahrnehmung begann unsere Behauptung vom Sein der Dinge. –

Es ist wie im Traum. Jedes Traumerlebnis beginnt mit Wahrnehmen. Es wird plötzlich irgendeine Szenerie und eine Erlebniskette erfahren, und daraus schließt der Träumende, dass diese Dinge wirklich so da wären. Dann wacht er auf und merkt: Es war nichts anderes als Wahrnehmung von Bildern gewesen. Jetzt sind alle Bilder weg, und nichts ist übrig geblieben, wie es doch sein müsste, wenn sie „an sich“ da wären, unabhängig von der Wahrnehmung.

Uns ist die Tatsache von dem Wahrnehmungscharakter des gesamten Lebens längst nicht so durchgängig gegenwärtig wie den damaligen Indern und besonders den Schülern des Buddha. In mehreren Sammlungen der Pālireden weisen immer gleich die allerersten Aussagen darauf hin, dass alles, was wir erleben, Wahrnehmung ist. Das muss in der Absicht der damaligen Ordner gelegen haben. In den ersten Versen des Dhammapada („Wahrheitspfad“) heißt es:

*Vom Geiste gehn die Dinge aus,  
sind geist'ger Art und geistgelenkt.*

Unter den „Dingen“, die vom Geist ausgehen, wird alles verstanden, was irgendwie nur erfahren ist und zur Erfahrung kommt, also die gesamte Welt einschließlich des Ich. Davon sagt der Erwachte also, dass alles geistiger Art sei, d.h. wir erleben zwar die Welt als „Materie“ und erleben unser Fühlen und Denken als „Geistiges“, aber es ist das Erlebnis von Materie und von Geistigem. Und Erleben ist Wahrnehmen. Die wahre Substanz alles Erlebten, der Materie und des Geistigen, ist Wahrnehmung.

So also sagen die ersten Verse des Dhammapada. Und im Suttanipāta („Bruchstücke“) werden wiederum in dem ersten Stück die Konsequenzen daraus gezogen, denn da heißt es immer wieder, dass der Mönch, der von Gier, Hass, Blendung befreit ist und darum die ganze Wahrheit nicht nur durch Be-

lehre weiß, sondern an sich selbst erfahren hat, angesichts der gesamten Weltwahrnehmung immer weiß: „*Dies Ganze gilt nicht wirklich – dies Ganze ist so nicht.*“

In S 22,95 vergleicht der Erwachte die Wahrnehmung mit einer Luftspiegelung, einer Fata Morgana. Das bedeutet, dass sie uns etwas vorspiegelt und vortäuscht, das so nicht besteht. Der Mensch, der sich nach der Fata Morgana richtet, geht in die Irre. In der Kultur des alten Orients hatte der Begriff der „Fata Morgana“ einen sehr warnenden, auf Gefahr hinweisenden Charakter; er bedeutete für den Karawanenführer die ständige Mahnung, sich nicht nach dem fern am Horizont erscheinenden sichtbar lockenden Bild zu richten, sondern auf den rechten Wegen unter seinen Füßen zu bleiben, auf den Wegen, die ihm aus der soliden Erfahrung der älteren Karawanenführer eingeprägt worden waren.

Ganz ebenso warnen in allen Kulturen die reinen und klaren Geister davor, die „Flucht der Erscheinungen“, die Inhalte der sinnlichen Wahrnehmung naiv hinzunehmen und für wahr zu halten. Auch hier im Abendland ist die tiefere religiöse Richtung, die „Mystik“, ebenfalls von der Einsicht von dem Täuschungscharakter der Wahrnehmung durchdrungen. Das drückt schon das Wort „Mystik“ aus, denn das bedeutet das Sichverschließen vor dem Außen, vor dem durch sinnliche Wahrnehmung Gegebenen, weil die dadurch erscheinende Welt als Täuschung und Blendung verstanden worden ist. Zugleich wendet sich die Mystik ganz so, wie es auch der Erwachte lehrt, nach innen, hin zur Beobachtung der geistigen, im Menschen auftauchenden Affekte, Emotionen, Willensrichtungen, Gedanken und Gemütsbewegungen, weil sie hierin den Herd erkennt, aus dem die Wahrnehmung des äußeren Anscheins, die Welterscheinung, hervorgeht.

Der Erwachte bezeichnet die Weltanschauung des normalen, von der sinnlichen Wahrnehmung lebenden Menschen immer mit „*avijjā*“, und das bedeutet Falschwissen, Wahn, abseits des Wirklichen sein – und so wie die Karawane, solange sie der Luftspiegelung folgt, in die Irre gerät und in der Irre

bleibt, so bleibt der Mensch in der Irre des Samsāra, solange er diesen Wahn nicht aufgeben kann.

Das zeigt auch in der „Mittleren Sammlung“ die erste Rede. Dort zieht der Erwachte mit letzter Deutlichkeit die Konsequenzen aus der Durchschauung der Wahrnehmung. Zuerst sagt er, dass der naive Mensch alles Wahrgenommene „für wahr nimmt“, sich von der Kindheit an aus dem Wahrgenommenen allmählich sein Weltbild zusammenspinnt und sich dieser Wahnwelt hingibt. Dann zeigt der Erwachte im zweiten Teil der Rede, wie sich der von ihm Belehrte und in der inneren Entwicklung schon weit Fortgeschrittene verhält, der eifrig um Befreiung von der Faszination ringt. Er soll sich nicht mit den wahrgenommenen Dingen beschäftigen, nicht über sie nachdenken, sondern soll seinen Übungsweg zu Ende gehen, der ihn bis zum endgültigen Heilsstand bringt.

Es ist in dieser Rede noch deutlicher ausgedrückt, wenn auch so unauffällig, dass es manchen Lesern entgehen kann: da wird nämlich das Wahrnehmen des normalen Menschen, der nicht durch die Lehre des Erwachten zu geistiger Umkehr gekommen ist, in Pāli mit *sam-jānāti* ausgedrückt, das bedeutet „zusammenwissen“. Wo aber im zweiten Teil dieser Rede von dem Wahrnehmen des vom Erwachten belehrten Heilsgängers die Rede ist, da heißt es in Pāli *abhi-jānāti*, und das bedeutet „darüberstehend, zurückhaltend, auf Abstand beobachten“.

Das „Zusammenwissen“ des naiven Menschen wird in anderen Reden so erklärt: die wahrgenommenen räumlich ausgebreiteten Dinge misst er unmittelbar mit seinen gefühlten Zu- und Abneigungen. Durch diese naive Hingabe erlebt er sie nur „gefühlsbesetzt“, die einen als angenehm, die anderen als unangenehm. Das ist die unheimliche Blendung. Die hält ihn in vollständiger Abhängigkeit von seinen Täuschungen, so wie die von der Fata Morgana geblendete Karawane völlig fehlt.

Die gesamte Lehre des Erwachten ist durchsetzt und durchtränkt von der Wahrheit des Wahrnehmungscharakters der



Welterscheinung und auch von den Konsequenzen, die sich daraus ergeben. Fast jeder Mensch sieht leicht ein: Alles, was er weiß, das weiß er nur durch die Wahrnehmung; über die Wahrnehmung kann er nie hinaussteigen; denn an etwas, was außerhalb der Wahrnehmung, „an sich“ wäre, könnte er nie herankommen. Die Dimension von allem, was man weiß und aus seinem Wissen als „seiend“ behauptet, ist immer nur die geistige Dimension „Wahrnehmung“. Für einen Menschen, der nicht von Lust und Unlust hin und her gerissen wird wie ein Blatt im Wind, sondern seine Beobachtungen und seine Folgerungen kontrollieren kann, ist das nicht so schwer einzusehen.

Aber erheblich schwerer ist der zweite Grad der Einsicht zu vollziehen, und das ist durch die perspektivische Bindung bedingt. Man hält sich zwar durchaus vor Augen, dass man alles, was man weiß, allein durch Wahrnehmung weiß. Aber weil man hauptsächlich vom „Außen“, von der „Umwelt“ lebt, achtet man fast nur auf die Umweltwahrnehmung und gibt sich naiv dem Eindruck hin: „Ich bin es, der Umwelt wahrnimmt.“ Die weitere Frage: „Woher weiß ich denn von dem wahrnehmenden Ich?“ – die stellen sich nur solche Menschen, die an eine konsequente Beobachtung ihrer geistigen Vorgänge bis zum Grund gewöhnt sind. Diese können dann nach einem ruhigen Blick auf die Situation erkennen, dass sie von dem Ich, von sich selbst, ebenso nur durch Wahrnehmung wissen, wie sie auch von der Umwelt durch Wahrnehmung wissen. Von daher kommen sie zu dem zweiten Schritt der Einsicht: Sie erkennen, dass es sich in der Existenz eben so verhält, dass da Wahrnehmung aufkommt, welche ein Ich als einen Wahrnehmer von Umwelt erscheinen lässt. Die Wahrnehmung liefert also stets die zweiteilige, zweipolige Situation: ein Ich, das sich in ununterbrochener Begegnung mit Umwelt befindet. Ganz so wie ja auch durch Traumwahrnehmung ein Traum-Ich entworfen wird, das sich in ununterbrochener Begegnung mit Traum-Welt befindet.

Insofern ist die bekannte philosophische Behauptung: „Ich denke (erlebe), also bin ich“ irrig. Wer dem Wesen der Erfahrung ganz gerecht werden will, der muss sich öfter seine naive perspektivische Sicht: „Ich nehme wahr“ dahingehend korrigieren, dass dieses zweigliedrige Bild eines Ich in Begegnung mit Umwelt durch schlichte Wahrnehmung geliefert wird: „Es ist jetzt die Wahrnehmung eines Ich, das Umwelt wahrnimmt und sich mit ihr auseinandersetzt.“

Diese Erkenntnis bedarf einer Anstrengung des Gemüts, denn das, was da Wahrnehmung genannt wird, ist ja nicht irgendein neutraler, langweiliger Film, der einen nichts angeht, sondern es ist das gewohnte Nest der eigenen Familie, der Verwandten, Freunde und Feinde in der gewohnten engeren und weiteren Welt. Man muss dieses Nest seiner geistigen Gewöhnung an Familie und Umwelt, an Ort und Zeit für die Dauer eines solchen Anblicks verlassen, muss sich recken, um in seinem Gemüt darüber hinauszusteigen, muss den Wahrnehmungscharakter der gesamten Welterscheinung wirklich entdecken und muss – wenn auch nur vorübergehend – jeden Bezug zu dieser Wahrnehmungswelt zurückgenommen haben: dann erst sieht man klar und wahr, und wenn man auch hernach wieder in die Gewohnheitsbande zurücksinkt – man weiß nun, ja, man hat erfahren, dass die sinnliche Wahrnehmung Situationen um Situationen erscheinen lässt gleich einem Traum, der auch stets ein Ich in einer Umwelt liefert. Da kommt es darauf an, ob man in diesen Situationen ertrinkt, also dem Wahn verfällt, oder aber den Kopf darüber hält, sich unbetroffen hält, unbeeinflusst hält wie die Karawane in der Wüste, die ihren Weg kennt und sich darum von der Luftspiegelung nicht blenden lässt.

Für diese Haltung haben wir in den Versen des Pālikanon geradeste und direkteste Aussagen. Unter anderem hat mich jahrelang der Vers 779 aus dem Suttanipāta begleitet:

*Wahrnehmung blickt er durch und kreuzt die Fluten,  
Gestillte trifft Umgebung nicht.*

Das heißt, er durchschaut, ja, durchdringt die Wahrnehmung, sie wird ihm transparent, ja, er transzendiert sie. So wird es auch in Pāli ausgedrückt „*parijānāti*“. Man stelle sich vor, man sitzt im Kino und sieht einen aufregenden Film. Schließlich macht man aber das Filmtheater nicht mehr mit: durchschaut die ganze Dramatik als Spiel von Licht und Schatten und schaut durch die bewegten Bilder hindurch auf die weiße Leinwand. Dann hat man den Film transzendiert, hat das Gewimmel durchdrungen und hat sich an die ruhig und unveränderlich bleibende Unterlage gehalten. Das ist hier gemeint, eben weil Wahrnehmung eine Luftspiegelung ist, von welcher der Mönch weiß: „*Dies Ganze gilt nicht wirklich.*“

Diese Haltung wird bestätigt mit dem nächsten Satz „*er kreuzt die Fluten*“. Das sind keine Wasserfluten, sondern sind die Szenen, wie sie die Wahrnehmung liefert, es ist die Flucht der Erscheinungen, das sogenannte „Leben“. Der Klarsehende kreuzt sie insofern, als er im Auge behält, woraus sie bestehen: „Wahrnehmung“ – „dies Ganze ist so nicht, wie es scheint“, weiß er. Für einen solchen geschieht da gar nichts, und es trifft ihn gar nicht.

Dieses Verständnis liegt in der nächsten Zeile des Verses: *Keine Umgebung betrifft den Gestillten*. Die Umgebung ist es ja, die uns ununterbrochen begegnet durch die Sinne, durch Sehen, Hören, Riechen, Schmecken und Tasten, und diese Begegnung trifft uns angenehm oder unangenehm, erfreulich oder schmerzlich, beglückend oder entsetzlich oder gar, wie wir uns einbilden, „vernichtend“. Wer aber die Wahrnehmung nicht nur durchschaut, sondern durchdrungen hat, transzendiert hat, den trifft das alles nicht. Wie wenn da eine Felswand in heller, sonniger Landschaft steht, über welche die Schatten von Wolken dahinziehen, so weiß ein solcher wohl, was da vor sich geht, aber es kann nicht eindringen, nicht treffen.

Das Pāliwort *anupalitta* für das Nichtbetroffenwerden von den Sinneswahrnehmungen wird auch benutzt für die wunderbare Eigenschaft der Lotosblüte und auch vieler anderer Pflanzenblätter und -blüten, dass alles auftreffende Wasser sie in

keiner Weise nassen kann. Es perlt einfach ab und hinterlässt keine Spur. Die Lotusblüte kann in Wasser getaucht sein und ist doch nicht nass; hebt man sie heraus, so sieht man sie völlig trocken. Das ist auch ganz das, was in Pāli „*anāsavā*“ heißt: Untreffbarkeit. Dieses Bild wird immer benutzt als Gleichnis für die vollständige Untreffbarkeit des Heilgewordenen von jeder Wahrnehmung.

Nur für den Empfindungssüchtigen gibt es Empfundenes, und alles Empfundene wird zusammen „Welt“ genannt. Empfinden ist die große Krankheit. Die von Sinnensucht Freigewordenen in allen Religionen bezeichnen die Sinnesorgane mit der ihnen innewohnenden Sucht nach Empfinden als Wunden und Krankheit. Die Sinnesdränge sind es, die dem Kranken die Welt einbilden, ja, sie ihn empfinden lassen mit Wahnfreuden und Wahnschmerzen – ganz wie im Traum. Aber der Erwachte, der Genesene, sieht und erfährt: „*Dies Ganze gilt nicht wirklich.*“

Daraus ergibt sich eine unterschiedliche innere Haltung dem sogenannten „Leben“ gegenüber: Der eine Mensch wird von einem gehörten Schimpfwort bis in die Mitte seines Herzens getroffen, ein anderer, dem dasselbe Schimpfwort gilt, ist wie ein Fels, und das Wort ist wie ein darüber ziehender Schatten. Es kommt darauf an, wem wir Macht verleihen, das hat Macht über uns, und wem wir keine Macht verleihen, das hat auch keine Macht über uns.

Diese verschiedenen Haltungen werden in der ersten Rede der „Mittleren Sammlung“ unterschieden. *Saṅgānāti* ist die naive Hingabe an die Wahrnehmung, wodurch wir gefühlsbesetzt erleben, beeinflusst (*āsavā*) und darum geblendet sind (*moha*).

*Abhijānāti* ist bei dem vom Erwachten Unterrichteten, Belehreten, der einsieht, aber noch verletzbar ist, das Bemühen um Zurückhaltung von der Wahrnehmung aus der Einsicht: „*Dies Ganze gilt nicht wirklich.*“ Bei dem Heilgewordenen ist es auch zur natürlichen Haltung geworden.

*Pārijānāti* ist die Erfahrung des Heilgewordenen, ist die gewachsene, mühelose Unbetroffenheit dessen, der alle Wahrnehmung durchdrungen, ja, überschritten hat. Für einen solchen gibt es gar keine Umgebung, gar keine Situation mehr.

Wenn wir im Kino völlig im Dunklen sitzen und die einzige helle Stelle in unserer ganzen Umgebung ist der Film mit seinem dramatischen Ablauf, dann geschieht „*sañjānāti*“, die bewegte und erregte Hingabe an diese Szenerie, dann ist es schwer für uns, sich davon zurückzunehmen im Sinne von *abhijānāti* und daran zu denken, dass hier nur Licht-Schatten-Reflexe abwechseln, oder daran zu denken, dass die Schauspieler für diese Mimik bezahlt werden und inzwischen schon längst wieder anderes dargestellt haben. Man kann es wohl, aber man wird leicht wieder von der Szenerie gefangen, betroffen und kann sich nur mit Mühe zurückhalten.

Aber nun mag Folgendes passieren: Während der Film mit aller Dramatik noch läuft, da wird es in dem Kino allmählich immer heller, und bald ist der gesamte übrige Raum ebenso hell wie die Filmleinwand. Man sieht neben sich seine Freunde, die mit ins Kino gegangen waren, und denkt wieder an zu Hause, an Aufgaben, die noch zu erfüllen sind usw. Man muss sich jetzt fast anstrengen, wenn man dem Filmgeschehen folgen will, es „zieht“ nicht mehr. Weil man aus Dunkelheit in Helligkeit kam, darum ist der Film nicht mehr das einzige Helle und darum Auffallende. Das ist ein Bild für die große Abblassung und Transzendierung der gesamten sinnlichen Wahrnehmung bei dem, der sein Herz von weltlichem Verlangen frei macht.

Das Hellwerden des inneren Kinoraums ist zu vergleichen mit dem, was der Erwachte die Säuberung und Erhellung des Herzens durch vollendete Tugendpflege nennt, die allmähliche Aneignung hochherziger, weiter Gesinnung, die über alles Kleinliche erhaben ist. Je mehr der Mensch dahin wächst, um so mehr erfährt er eigenes inneres Wohl und Glück, ja, Beseligung, um so weniger bedeutet ihm das durch sinnliche Wahrnehmung erlebte Äußere. Durch das innere eigenständige helle

Wohl ist er von einer Unbetroffenheit, ja, Untreffbarkeit gegenüber allem von außen Ankommenden wie der Lotos gegenüber dem Wasser – *anāsavā*. Ihm ist die Welt so fern wie einem in sonniger Landschaft Verweilenden das Geflimmer an einer Leinwand fern sein würde.

In dem Satz: „*Gestillte trifft Umgebung nicht*“ ist *Gestillter* die Bezeichnung für die größtmögliche Reife eines Menschen, für den Triebversiegten, der von Wahrnehmungen nicht getroffen wird, der nicht mehr in der Welt und nicht mehr von der Welt lebt, weder von dieser noch von jener. Der Gestillte hat nicht nur Reiz zur Sinnlichkeit (*kāmarāga*) abgetan und damit unsere sinnliche Wahrnehmung transzendiert und auch nicht nur Reiz zur Form (*rūparāga*) abgetan, brahmisches Erleben transzendiert, sondern hat auch Reiz zur Formfreiheit (*arūparāga*) abgetan und damit Wahrnehmung überhaupt transzendiert. An eine so erhabene Verfassung reicht Leben und Tod nicht heran, keine Wahrnehmung reicht an sie heran, wie der Erwachte in M 18 auch von sich selber sagt, dass Wahrnehmungen nicht in ihn eindringen. Keine Wahrnehmung, auch nicht die Wahrnehmung vom Ablegen des Körpers kann bei dem Gestillten irgendetwas verändern. Alle Erscheinungen sind für ihn so wie für den Felsen die dahinziehenden Schatten. Er hat den Kern der Unsterblichkeit, das Ungewordene, erlangt.

Wie ist es dagegen mit uns. Wir ertrinken in der Welt. Wir haben nicht die Wahrnehmung, sondern sie hat uns, sie schreckt uns, sie entzückt uns. Durch Wahrnehmung erst finden wir uns vor und finden zugleich die Welt vor und uns in sie verwoben – wie im Traum. Abhängig von der Welt, ersehnt der normale Mensch von ihr das Gute und fürchtet von ihr das Schmerzliche. Dieses Kleben an dem Wahnfilm und das Leben in dieser Wahndramatik, den Glauben an diese Erscheinungswelt, an diese Fata Morgana, nennt der Erwachte *avijjā*, das heißt: „abseits der Wirklichkeit im Wahn“. Diesen Wahn auflösen oder ihm verfallen – das ist zuletzt der Unterschied zwischen Nirvāna und Samsāra.

Für diesen Unterschied gibt der Erwachte in M 119 ein Bild: Der normale Mensch in seiner Verletzbarkeit durch die sinnliche Wahrnehmung gleicht einem feuchten Lehmhaufen, in den ununterbrochen geworfene Steine eindringen. Aber den Heilgewordenen vergleicht der Erwachte mit einer Eichenbohle, an welche nur Wollknäuel geworfen werden. So wie die Eichenbohle davon nicht verletzt werden kann, sondern nur eben merkt, dass da etwas ankam, so wird der Heilgewordene durch nichts Ankommendes mehr betroffen und getroffen – und gerade dadurch hat er Kraft und Raum, allen Wesen, die sich an ihn wenden, zu helfen.

### Die Begehrensdränge im Körper sind die Welt

Wohl erfahre ich von diesem Körper nur durch Wahrnehmung, weiß nur durch Wahrnehmung um seine Existenz, aber ich erfahre zugleich, dass diese gesamte sinnliche Wahrnehmung einen unsichtbaren drängenden Erzeuger hat, und das sind die Triebe des Herzens.

Der Erhabene sagt, dass das ganze Leiden und der gesamte Samsāra bedingt seien durch Gier, Hass, Blendung, und wir können bei uns erkennen und erfahren: Gier und Hass, das lechzende Drängen zu den einen Erscheinungen und die Abstoßung von den anderen Erscheinungen bewegen unser gesamtes Dichten und Trachten, unser Sinnen und Beginnen im Tun und Lassen. Allein daraus geht die Wahrnehmung, die uns eine Welterscheinung liefert, hervor. Und diese Welterscheinung ist Blendung – bedingt durch Gier und Hass.

Wohl weiß ich von diesem Körper wie auch von der Welt nur durch Wahrnehmung, aber ich erfahre einen mit den Drängen des Herzens besetzten Körper, dem die Aktionswucht innewohnt, in bestimmter eingespielter Geläufigkeit zu sehen, zu hören, zu riechen, zu schmecken, zu tasten und zu denken, wodurch die Wahrnehmung (*saññā*) entsteht und der Geist (*mano*) mit Daten der Sinnenwelt versorgt wird. Ich erfahre, dass die Welt in ihm ist, dass er die Weltszenen liefert, wo er

ist, und dass er sie liefert mit machtvолlem Andrang. Auf diese sinnenfällige Erfahrung jedes Menschen geht der Erwachte ein, wenn er sagt: „*In diesem Körper ist die Welt enthalten.*“

Das zeigt auch eine andere Lehrrede (A IX,38), die wir geradezu als Fortführung des Gesprächs des Erwachten mit Rohitasso ansehen müssen. Es hat den Anschein, als ob diese zwei Lehrreden vom Erwachten ursprünglich als eine zusammenhängende Belehrung gegeben wurde. Da heißt es:

*Zwei weltgläubige Brahmanen kamen zum Erwachten und sprachen:*

*„Pūrano Kassapo, Herr Gotamo, behauptet, allwissend und allerkennend zu sein, den unbegrenzten Erkenntnisblick zu besitzen, die Allwissenheit. Ob er gehe oder stehe, schlafe oder wache: allezeit sei ihm der Erkenntnisblick gegenwärtig. Und mit diesem unbegrenzten Erkenntnisblick, so behauptet er, erkenne und erblicke er, dass die Welt begrenzt, also endlich sei. – Aber auch Nigantha Nāthaputto, Herr Gotamo, behauptet, allwissend und allerkennend zu sein und den unbegrenzten Erkenntnisblick, das Allwissen, zu besitzen. Ob er gehe oder stehe, schlafe oder wache, allezeit sei ihm der Erkenntnisblick gegenwärtig. Und mit diesem unbegrenzten Erkenntnisblick, so behauptet er, erkenne und erblicke er, dass die Welt unbegrenzt, also unendlich sei. Wer hat denn da nun, Herr Gotamo, von diesen beiden die Wahrheit gesprochen und wer die Unwahrheit?“*

Die zwei Brahmanen werden als „weltgläubig“ bezeichnet. So wurden damals im alten Indien in manchen Kreisen solche Menschen bezeichnet, die, wie Rohitasso, der ja bis zum Ende der Welt laufen wollte, von dem naiven Realismus ausgingen und nicht an den Māyā-Charakter, den Täuschungscharakter des gesamten Erlebens dachten, das uns eine außerhalb des



Welterlebnisses befindliche Welt vortäuscht. Und weil diese Brahmanen selber weltgläubig sind, darum beschäftigen sie sich auch mit den weltgläubigen Philosophen.

Von den beiden genannten Philosophen hatte jeder sich eine andere Lehre über die Welt und über die Zusammenhänge philosophisch konstruiert und dafür Anhänger gewonnen. Beide behaupten, den unbegrenzten Erkenntnisblick zu besitzen, das heißt ja, dass man alle Dinge aller Welten und Zeiten so sieht, wie sie sind. Wenn sie diesen Blick hätten, dann sähen sie ja beide dieselbe Wirklichkeit und müssten darum in ihren Behauptungen über die Welt ganz übereinstimmen. Hier aber sind direkte Widersprüche und Gegensätze. Deretwegen kommen die beiden weltgläubigen Brahmanen zum Erwachen. Und jetzt sagt der Erwachte:

*Genug damit, ihr Brahmanen! Es bleibe dahingestellt, wer von diesen beiden die Wahrheit gesprochen hat und wer die Unwahrheit. Die Sache selbst, ihr Brahmanen, will ich euch zeigen; das höret und achtet wohl auf meine Worte. –*

*Ja, o Herr –, erwiderten jene Brahmanen dem Erhabenen. Und der Erhabene sprach:*

*Angenommen, ihr Brahmanen, da wären vier Männer, die einen so leichten und schnellen Gang hätten, wie wenn ein guter Bogenschütze einen Pfeil über den Schatten eines Baumes hinwegschießt, deren Schritt aber so ausgreifend wäre, dass sie mit jedem Schritt eine Strecke zurücklegten so weit wie von der Küste des westlichen Weltmeeres bis zur Küste des östlichen Weltmeeres. Diese Männer würden so aufgestellt, dass sie den vier Himmelsrichtungen zugewandt wären. Und diese vier Männer fassten den Vorsatz: Durch Wandern wollen wir das Ende der Welt erreichen. Nun wanderten diese vier Männer mit einem solchen Schritt durch den Raum und hätten eine Lebenszeit*

*von hundert Jahren, aber alle vier Männer würden unterwegs vom Tod ereilt, ohne dass sie das Ende der Welt erreicht hätten. Und warum das? Weil durch solches Gehen das Ende der Welt nicht zu erreichen, nicht zu sehen und nicht zu erleben ist. Doch nicht kann man, sag ich, ohne der Welt Ende erreicht zu haben, dem Leiden ein Ende machen. –*

Das ist beinahe wörtlich dasselbe wie bei Rohitasso. Auch dieser hatte den großen magischen Schritt an sich, wanderte hundert Jahre und starb unterwegs, ohne das Ende der Welt erreicht zu haben. Aber warum sagt der Buddha zu den Brahmanen: Nicht aber kann man, ohne das Ende der Welt erreicht zu haben, dem Leiden ein Ende machen? Nach dem Ende des Leidens haben die Brahmanen ja gar nicht gefragt. Der Erwachte zeigt nun den Brahmanen, die nicht danach gefragt haben, wie man das Ende der Welt erreicht, und in der Rede mit Rohitasso, der gerade das Ende der Welt sucht, ist diese wichtige Auskunft nicht enthalten. Daraus ist zu schließen, dass hier einer der Fälle von Textverwechslung vorliegt bei Aufrechterhaltung des ursprünglichen Inhalts: Der Rahmenbericht, also Ort und Umstände, die zu einem Lehrgespräch des Erwachten geführt haben, sind vertauscht oder frei erfunden, aber was dann als Lehre des Erwachten vorgebracht wird, das ist echtes Buddhawort, da es dem Sinn und dem Geist der gesamten Heilswegweisung des Erwachten genau entspricht. Für uns ist jetzt wichtig, dass wir hier in der Rede an die Brahmanen die vermisste Auskunft vorfinden. Zu Rohitasso sagt der Erwachte nur, dass die Welt und auch die Weltauflösung in diesem mit Wahrnehmung und Geist versehenen Körper enthalten sei, aber hier zeigt der Erwachte den Brahmanen, wie das zu verstehen ist. Er fährt nämlich fort:

*Diese fünf Begehrensstränge (kāmāgunā) sind es, ihr Brahmanen, welche in der Wegweisung des Vollendeten „Welt“ genannt werden, nämlich:*

*die vom Auge (mit dem innewohnenden Lugerdrang) erfahrbaren Formen, die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen, dem Begehren entsprechenden, reizenden,*

*die vom Ohr (mit dem innewohnenden Lauscherdrang) erfahrbaren Töne, die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen, dem Begehren entsprechenden, reizenden,*

*die von der Nase (mit dem innewohnenden Riecherdrang) erfahrbaren Düfte, die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen, dem Begehren entsprechenden, reizenden,*

*die von der Zunge (mit dem innewohnenden Schmeckerdrang) erfahrbaren Säfte, die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen, dem Begehren entsprechenden, reizenden,*

*die von dem Körper (mit dem innewohnenden Tasterdrang) erfahrbaren Tastungen, die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen, dem Begehren entsprechenden, reizenden.*

*Das sind, ihr Brahmanen, die fünf Begehrensstränge, welche in der Wegweisung des Vollendeten „Welt“ genannt werden.*

Und nun geht es um das Am-Ende-der-Welt-Sein. Da sagt der Erwachte:

*Da verweilt nun, ihr Brahmanen, ein Mönch abgeschieden von allen heillosen Gedanken und Gesinnungen in stillem Bedenken und Sinnen. Und so tritt die aus innerer Abgeschiedenheit geborene Entzückung*

*und Seligkeit ein, der erste Grad weltloser Entrückungen. – Von diesem Mönch wird gesagt, dass er das Ende der Welt erreicht habe, am Ende der Welt weile. Doch andere behaupten, dass selbst dieser der Welt noch angehöre, der Welt noch nicht entronnen sei. Und auch ich, ihr Brahmanen, erkläre, dass selbst dieser der Welt noch angehört, der Welt noch nicht entronnen ist.*

Wenn der Erwachte hier sagt, dass viele Menschen von einem in der ersten Entrückung Verweilenden sagen, er habe das Ende der Welt erreicht und weile am Ende der Welt, dann eben darum, weil ein solcher über alle sinnliche Wahrnehmung, irdische und himmlische, hinausgestiegen ist in eine überhimmlische selige Beglückung ohne das Erlebnis eines Ich in Auseinandersetzung mit der Umwelt. Schon dieser erste Grad ist, wie der Erwachte sagt, weltabgelöste Beglückung und Seligkeit.

Wenn der Erwachte aber weiter sagt, dass andere sogar von einem so weit entwickelten Menschen sagen, dass er doch noch der Welt angehöre, ihr noch nicht entronnen sei, und dass auch er selbst so sage, dann sieht man daran, dass dieser Zustand der Entrückung noch keine Dauer hat, sondern vorübergehend ist, dass der Mensch, der diesen Zustand erlebt, zunächst nur zeitweilig so verweilt, aber bald wieder zurückgezogen wird von seinem Drang nach sinnlicher Wahrnehmung. Erst wenn alle Sinnensucht völlig ausgerodet ist und die Hinwendung zu der Entrückungseligkeit vollkommen geworden ist, dann ist er sicherer der Weltbegegnung entronnen.

Darum nennt der Erwachte nun noch einige weitere Grade der Entrückung, die alle noch nicht den endgültigen Heilsstand ausmachen, und sagt auch von diesen, dass von einem so Verweilenden gesagt werde, dass er das Ende der Welt erreicht habe, am Ende der Welt weile, dass aber andere behaupteten, dass selbst dieser der Welt noch angehöre, der Welt

noch nicht entronnen sei und dass auch er, der Erhabene, erkläre, dass selbst dieser der Welt noch angehöre, der Welt noch nicht entronnen sei. Dann aber nennt der Erwachte den höchsten und letzten Grad der Entrückung, den nur derjenige erreichen kann, der alle Weltbezüge endgültig aufgelöst hat und darum auch alle Begegnungserscheinung, irdische, untermenschliche und himmlische, völlig überwunden hat, wie überhaupt alles Erscheinen von vergänglichen Dingen völlig überwunden hat. Darüber sagt der Erwachte wie folgt:

*Weiter sodann, ihr Brahmanen, da erfährt der Mönch nach vollständiger Übersteigerung der Weder-Wahrnehmung-Noch-Nicht-Wahrnehmung die Ausrodung von Gefühl und Wahrnehmung und verweilt darin.*

*Im Erfahren dieses erhabenen Standes versiegen die letzten Möglichkeiten einer Treffbarkeit und Verletzbarkeit durch Erscheinungen endgültig. Diesen Mönch nennt man, ihr Brahmanen, ‚einen Mönch, der der Welt Ende erreicht hat, der am Weltende verweilt. Hinter sich gelassen hat er alle Beziehungen zur Welt.‘*

Das ist die Rede des Buddha an die Brahmanen, die ich als eine Ergänzung, ja, als den fehlenden Teil der Rede an Rohitasso auffasse, der das Ende der Welt, das Ende des Samsāra, durch Laufen vergeblich zu erreichen suchte.

Hier stellt der Erwachte diese zwei Lebensweisen einander gegenüber: Durch die fünffache sinnliche Bedürftigkeit wird die unendliche Vielfalt mit Kommen und Gehen, die Welt mit Geborenwerden, Altern und Sterben erlebt, und durch das Übersteigen der fünffachen sinnlichen Wahrnehmung werden Unrast und Tod beendet und aufgehoben.

Der Erwachte macht die vier Aussagen über den mit Wahrnehmung und Geist besetzten Leib:

1. in ihm ist die Welt enthalten,
2. in ihm ist die Ursache der Welt enthalten,

3. die Weltauflösung und
4. auch die zur Weltauflösung taugliche Vorgehensweise.

Das sind vier Aussagen des Erwachten über die Welt und ihre Überwindung. Sie erinnern an die vier Heilswahrheiten des Buddha vom Leiden und seiner Überwindung. Die *erste* Heilswahrheit besagt, dass die fünf Zusammenhäufungen das Leiden seien mit immer wieder Geborenwerden, Altern und Sterben. Dem wollte Rohitasso entrinnen.

Die *zweite* Heilswahrheit besagt, dass der Durst die Ursache des Leidens ist. Solange im Menschen der Durst ist – zu dem auch die fünf Begehrensdränge im Körper gehören – so lange wird Leiden fortgesetzt.

Die *dritte* Heilswahrheit heißt, dass dieses Durstes Auflösung auch zur Leidensauflösung führt. Ebenso sagt der Erwachte hier zu Rohitasso, dass in diesem Körper auch die Weltauflösung sei. Diese Weltauflösung beginnt deutlich mit den Entrückungen. Da heißt es, dass man abgelöst ist vom Durst nach sinnlichem Begehren. Und je mehr Durst schwindet, je weniger Durst übrig bleibt, um so höher entwickeln sich die weltbefreiten Entrückungen, und wenn in diesem Körper kein Durst mehr vorhanden ist, kein Verlangen mehr nach irgendwelchen Erscheinungen, dann ist Welt vollkommen überwunden, dann ist Geborenwerden, Altern und Sterben überwunden.

Als *vierte* Wahrheit nennt der Erwachte die Vorgehensweise, um den Durst aufzuheben. Das ist der achtgliedrige Weg.

Das ist das gemeinsame Gerüst sowohl der allgemeinen Aussage des Erwachten über die vier Heilswahrheiten wie auch der besonderen Aussage hier zu Rohitasso.

Im Körper ist die Welt

Hinter den sogenannten fünf Sinnen steckt viel mehr, als der westliche Biologe sieht. Der Erwachte nennt sie nicht umsonst

die fünf Begehrensstränge. Zu Rohitasso, der das Ende der Welt durch Laufen erreichen wollte, sagt der Erwachte nur:  
*Hier in diesem Körper mit Wahrnehmung und Geist, da ist die Welt.*

Und jetzt zu den Brahmanen sagt der Erwachte, diese fünf Begehrensdränge im Körper sind die Welt. Danach zu urteilen, muss es ja so sein, dass die fünf Begehrensdränge mittels Wahrnehmung und Geist die Welt machen und dass, wenn sie heraus sind, auch die täuschende Welterscheinung mit Kommen und Gehen und ständiger Todesdrohung aufhört.

Dass der Erwachte sie im Gespräch mit den Bahmanen als die „fünf Begehrensstränge“ bezeichnet, das deutet durchaus nicht auf willenlos zur Verfügung stehende Werkzeuge hin, sondern auf einen begehrliehen Drang, auf ein inneres geistiges Sich-Ausstrecken nach sinnlicher Wahrnehmung, darum heißt es bei den Formen, Tönen, Düften usw., dass es die „*ersehnten, geliebten, entzückenden* seien, *die angenehmen, dem Begehren entsprechenden, reizenden.*“ Das drückt in aller Deutlichkeit ein innewohnendes Begehren und Sehnen nach bestimmten Erscheinungen aus.

Wir brauchen ja nur unsere persönlichen Wünsche etwas näher zu betrachten und uns in unserer Familie und Umgebung umzusehen, dann merken wir sofort das uns Angenehme, zu dem wir hinstreben, und das Unangenehme, das wir nicht mögen oder gar ablehnen, und auch Schreckliches, vor dem wir oft geradezu zurückfahren.

Allein die Tatsache, dass das eine angenehm, das andere unangenehm erscheint, deutet ja auf einen innewohnenden subjektiven „Schmecker“ hin, zumal wir immer wieder erfahren, dass ein Gegenstand, der dem einen Menschen sehr lieb und angenehm ist, den anderen abstößt oder ihm gleichgültig ist. Daran sieht man, dass unsere Zu- und Abneigungen gegenüber den unterschiedlichen Objekten nicht durch die Objekte selbst, sondern durch den uns innewohnenden Geschmack und dessen Verhältnis zum Objekt bedingt ist. Ohne diese innere geradezu geistesmagnetische Anziehung würden

die davon betroffenen Objekte für uns nicht plötzlich erfreulich aufleuchten, und ohne dieses innere geschmackliche Missfallen gegenüber anderen Objekten würden auch jene uns nicht plötzlich als abstoßend, ekelhaft, empörend vor Augen kommen. Diesen Zusammenhang müssen wir mitsehen, dann verstehen wir, warum der Erwachte sagt, dass dieses innere Begehren in der Wegweisung des Vollendeten als „Welt“ bezeichnet wird, denn nur durch diese unterschiedlichen Bezüge ist das Welterlebnis bedingt.

In den Entrückungen, von welchen der Erwachte zu den Brahmanen spricht und die in allen Kulturen von den großen Weltüberwindern erfahren werden, sind die Sinnesorgane nach wie vor funktionsfähig, und die Formen, Töne, Düfte usw. der Umwelt dringen an die Sinnesorgane heran. Aber zur Zeit der Entrückung findet dennoch keine sinnliche Wahrnehmung statt, und zwar nur darum nicht, weil bei einem solchen Menschen im Innern, im Herzen, so helle, selige Empfindungen aufgekommen sind, dass seine geistige Aufmerksamkeit, die sich sonst immer durch die Sinnesorgane nach außen richtet, nun aber bei dieser inneren Seligkeit bleibt und diese genießt. Sie hat innen mehr Glück gefunden, als sie von draußen bekommen kann.

So entscheiden also die dem Körper innewohnenden Sinnesüchte, eben die „fünf Begehrensstränge“, über unsere sinnliche Wahrnehmung. Wenn diese Sucht nach Weltwahrnehmung ruht, weil im Herzen Größeres, Seligeres erfahren wird, dann ist auch nicht Weltwahrnehmung.

Diese Tatsache wird am Ende der 28. Rede der „Mittleren Sammlung“ bis ins Kleinste erklärt. Da sagt Sāriputto: Wenn auch das Auge funktionsfähig ist und die Formen an das Auge herantreten – wenn aber keine „Ernährung“ der Sinnesdränge stattfindet, dann kommt es nicht zur Erfahrung der äußeren Formen. – Das heißt ja, dass die Form dann nicht erlebt wird. Also muss erst das innewohnende geistige Begehren durch die äußeren Formen berührt werden, dann erst wird wahrgenommen. Wahrnehmen, das bewusste Erlebnis, geht nicht, wie der



Biologe meint, allein aus dem Einfall von Lichtstrahlen in das Auge, Schallwellen ans Ohr usw. hervor – Geistiges aus Physiologischem – sondern aus dem inneren Begehren nach solchen Dingen oder – bei dem vom Begehren Befreiten – aus einem bewussten Richten der geistigen Aufmerksamkeit nach außen, also Geistiges aus Geistigem.

Diese Erfahrung ist in den meisten Kulturen bekannt und war auch im Westen früher bekannt. Von Papst Gregor I. lesen wir:

*Das Gesicht, das Gehör, der Geschmack, der Geruch und das Getast sind gleichsam Wege der Seele, auf welchen sie aus uns herausgeht und dasjenige begehrt, was nicht zu ihrem Wesen gehört; denn durch die Sinne des Leibes, gleichwie durch Fenster, bezieht unsere Seele die äußeren Dinge, und indem sie dieselben beschaut, erwacht in ihr das Verlangen danach.*

Geradezu als Fortsetzung dieses Gedankens sagt tausend Jahre früher im fernen Osten *Laotse*:

*Wer stets begierdenlos,  
der schaut seine Geistigkeit.  
Wer stets Begierden hat,  
der schaut seine Außenheit.*

Dazu sagt etwas später *Tschuangtse*:

*Wie traurig, dass die Menschen der Welt  
nur Herbergen sind für die Außendinge.*

Es ist eben so, dass nur die dem Menschen mögliche Beglückung und Seligkeit, die er durch die Befreiung seines Gemüts von allen üblen, gehässigen Regungen gewinnen kann – dass diese innere Seligkeit seine Aufmerksamkeit auch nach innen reißt und damit ganz radikal von der Außenwelt entrückt.

Und selbst innerhalb der sinnlichen Wahrnehmung entscheidet unser Begehren darüber, was von Fall zu Fall von dem äußeren Angebot erfahren wird. Wenn ich z.B. über irgendetwas aufmerksam nachdenke oder aufmerksam lese, dann ist meine Aufmerksamkeit längst nicht in der gleichen Stärke wie sonst in den übrigen Sinnesorganen, und darum nehme ich manches, was sich zum Beispiel hier an Ereignissen abspielt, kaum wahr – eben weil ich, wie man ja auch richtig sagt, „ganz Auge bin“, d.h. dass ich keine Aufmerksamkeit und keinen Raum übrig habe für andere Dinge. Und ich kann beobachten, wie dann, wenn ein gründlicheres Nachdenken über irgendein Problem zu einem Abschluss gekommen ist, meine innere geistige Aufmerksamkeit geradezu spontan wieder in die Sinne schießt und ich mich wieder in meiner äußeren Umgebung „umsehe“, sie wieder direkter erlebe.

Beobachten wir einen Koch oder eine Hausfrau, wenn sie eine Speise abschmecken. Man kann an den Augen erkennen, dass sie ihre Umgebung zu dieser Zeit gar nicht sehen, sie sind „ganz Zunge“. Aber es geht uns allen so. Durch die jeweilige Richtung unserer inneren Aufmerksamkeit übersehen wir den allergrößten Teil dessen, was zu dieser Zeit an unsere anderen Sinne herantritt. Daran sehen wir ganz eindeutig den entscheidenden Anteil unseres geistigen begehrenden Verlangens an der sinnlichen Wahrnehmung.

Dieser Zusammenhang hat sich für mich durch die Reden des Erwachten und durch die Beobachtung innerer Vorgänge immer mehr herausgestellt und ist heute gesicherte Erkenntnis, aber im Anfang war ich auf die deutschen und englischen Übersetzungen der Reden angewiesen. Diese Übersetzer gehen natürlich bei aller Korrektheit von ihren westlichen Auffassungen aus. Da heißt es über die fünf Sinne:

„Durch das Auge und die Formen entsteht Sehbewusstsein,  
durch das Ohr und die Töne entsteht Hörbewusstsein“,  
und so bei allen fünf Sinnen.

Diese Übersetzungen erwecken entsprechend der naturwissenschaftlichen Auffassung den Eindruck, dass allein durch die Anwesenheit von funktionsfähigen Sinneswerkzeugen mit ihrem Nervensystem und durch das Herantreten von Licht, Farben, Formen, von Schallwellen und zersetzenden Stoffen (Düften) dieses ganz andere zustande käme, nämlich das geistige, bewusste Erlebnis, Gefühl und Wahrnehmung. Dieser Auffassung liegt der Glaube zugrunde, dass das Geistige, nämlich bewusstes Erleben, ein Produkt solcher mechanischen, chemischen oder feinelektrischen Vorgänge sei, dass also Bewusstsein, Erleben aus der sogenannten „Materie“ hervorgehe.

Dieser Geist hat natürlich auch die westlichen Übersetzungen geprägt. Hier im Westen gibt es eben entsprechend der mechanistischen Sicht in der Regel für jedes Sinnesorgan nur einen Begriff, z.B. das Auge, das Ohr, die Nase usw., gleichviel ob man an den geistigen Drang zur sinnlichen Wahrnehmung denkt oder einfach das körperliche Organ meint: Man sagt immer Auge, Ohr, Nase usw. In den Pālireden aber wird zwischen den geistigen Drängen nach sinnlicher Wahrnehmung und den körperlichen Werkzeugen für die sinnliche Wahrnehmung unterschieden: Wo lediglich von den körperlichen Organen die Rede ist, etwa von gesunden oder kranken Augen, von verstümmelten oder kranken Ohren oder der Nase, da wird Auge in Pāli stets mit *akkhi* oder *acchi* bezeichnet, Ohr mit *kanna* und Nase mit *nāsa*. Zum Beispiel berichtet der Erwachte in M 36 von der vergeblichen und darum sinnlosen Bemühung, den Atmungsvorgang durch Mund, Nase und gar die Ohren einzustellen: auch dort ist von *nasa* und *kanna* die Rede.

Wo aber von den fünf Drängen zur sinnlichen Wahrnehmung, von den Begehrenssträngen die Rede ist, da heißt es stets *cakkhu* statt *akkhi* und *sota* statt *kanna* und ebenso *ghāna* statt *nāsa*. Man achte einmal bei den folgenden Pālisätzen auf den Wortzusammenhang. Die entsprechenden deutschen Übersetzungen lauten:

mit dem Ohr einen Ton gehört habend,  
mit der Nase einen Duft gerochen habend.

Dafür heißen die Pālisätze wie folgt:

*Sotena saddam sutvā*  
*ghānena gandham ghayitvā*

Bei dem letzten Pālisatz liegt allen drei Worten die gleiche Wurzel zugrunde: *ghānena gandham ghayitvā*! Wenn man das adāquat übersetzen wollte, so müsste man sagen:

„Durch den Riecher Gerüche gerochen habend.“

Ebenso müsste es heißen:

„Durch den Hörer Hörbares gehört habend.“

Hier ist also gar nicht von den körperlichen Werkzeugen: Nase und Ohren die Rede, sondern von inneren drängenden Wollensrichtungen, von mehr oder weniger starken Tendenzen, Neigungen nach sinnlicher Wahrnehmung, eben Begehrenssträngen. Und was sie begehren: das ist die sogenannte Welt. Das körperliche Auge kann so wenig sehen wie eine Brille, aber der innere „Luger“ oder „Seher“ lugt durch das physische Auge als durch seine Brille nach der äußeren Welt der Formen, nach den „ersehten, geliebten, entzückenden, reizenden“ – ebenso kann das körperliche Ohr so wenig hören wie ein Hörrohr, aber der innere Lauscher lauscht durch die physischen Ohren nach der äußeren Welt der Töne; der innere Drang nach Düften sucht durch die Nase des Körpers nach der Welt der Gerüche usw. Das hat auch Papst Gregor ganz richtig ausgedrückt.

Diese hinter den Sinnesorganen dem Körper innewohnenden Begehrensstränge vergleicht der Erwachte sehr drastisch mit sechs Tieren, deren jedes zu einem anderen Ziel hindrängt.

Der dem Menschen innewohnende Erlebnisdrang nach der Welt der sichtbaren Formen wird verglichen mit der zu dem vielversprechenden Ameisenhaufen hindrängenden Schlange.

Der geistige Drang nach der Welt der Töne wird verglichen mit dem zu den tosenden Wasserwogen hindrängenden Krokodil oder Delphin.

Der geistige Drang nach der Welt der Gerüche wird verglichen mit dem sich in die Lüfte erhebenden Vogel.

Den inneren Drang nach der Welt der Geschmäcke vergleicht der Erwachte mit der Neigung des Hundes nach dem Schlächter des Dorfes, um Knochen mit Fleisch und Blut zu erlangen.

Ebenso wird der Drang nach Tasten und Tastung verglichen mit dem Drang einer Hyäne, die zu den Leichen hinstrebt.

Diese Bilder zeigen eindeutig, dass wir es bei uns nicht nur mit den Augen, Ohren, Nase usw. zu tun haben. Diese Organe sind nur Werkzeuge für jene unheimlichen innewohnenden sinnlichen Süchte, die zusammengenommen geradezu einen großen inneren Hungerleider bilden, der ununterbrochen nach dem Welterlebnis lugt und lauscht und lungert und lechzt und der sich von innen her durch die Sinnesorgane hereinholt, was er holen kann.

Zwar kann man die Pāliworte für die den Sinnesorganen innewohnenden Dränge bei den überlieferten Reden nicht immer mit Luger, Lauscher, Riecher usw. übersetzen, denn sie werden oft auch allein für die Möglichkeit der sinnlichen Wahrnehmung und *unabhängig von dem sinnlichen Drang* benutzt, ähnlich wie wir „Herz“ sagen, nicht nur wenn wir charakterliche und moralische Eigenschaften meinen, wie etwa „ein guterherziger Mensch“, sondern mit demselben Wort auch das körperliche Organ bezeichnen. Diese manchmal gleiche Bezeichnung für den sinnlichen Drang wie für das Organ konnte sich der Inder der damaligen Zeit erlauben, weil ihm zutiefst bewusst war, dass diese Sinnesorgane ihre Herkunft nur vom Begehren haben. Und wie das vorhin zitierte Wort von Papst Gregor und Tausende Aussagen aus der Zeit der mittelalterlichen Mystik zeigen, ist diese Tatsache überhaupt allen geisti-

gen Menschen bekannt – also denen, die auf ihre inneren geistigen Vorgänge achten: die Willensbildung, die Affekte und Motivationen, weil sie sich dafür verantwortlich fühlen. Da aber der moderne Mensch fast nur nach außen lebt, so ist das bei ihm anders. Wenn er die deutschen Worte: Auge, Ohr, Nase usw. gebraucht, dann denkt er durchaus nicht an die innewohnenden Dränge. Darum ist es nur gut, wenn wir öfter darüber meditieren, dass das Sehenwollen, der innere drängende Luger, zum Auge geführt hat und das Hörenwollen, der drängende Lauscher, zum Ohr geführt hat usw., dass wir nicht nur sinnlich wahrnehmen *können*, sondern *müssen*, dass wir *abhängig, bedürftig und begehrllich sind gleich den vom Erwachten bildlich vorgeführten Tieren*.

Die Lehren sind durchsetzt von solchen Bildern über das Wesen des Begehrens. Ein weiteres Gleichnis haben wir in M 75. Da sagt der Erwachte: Wenn ein Mensch aussatzkrank ist, dann hat er am ganzen Körper die furchtbaren, immer juckenden Wunden. Ein solcher müsse sich ununterbrochen kratzen, bald hier, bald da. Ja, die Aussatzkranken machten sich Feuerstellen und ließen dort ihre juckenden Wunden halbwegs brennen und kratzten in den heißen Wunden und rissen Fetzen davon ab, weil sie das Jucken nicht ertragen könnten.

In diesem Gleichnis gelten die juckenden Wunden für die mit dem Hungerleider besetzten Sinnesorgane. So wie diese Aussatzkranken immer die Feuerstellen aufsuchen müssen, dort brennen und kratzen und reißen müssen, so ist der Hungerleider auf die weltlichen Formen, Töne, Düfte, Säfte und das Tastbare angewiesen und jagt den Körper von einem Objekt zum anderen, um diese Dinge genießen zu können, wie es das Bild von den fünf Tieren zeigt.

Dagegen vergleicht der Erwachte den vom Hungerleider befreiten Menschen mit dem vom Aussatz völlig Befreiten, dem Gesunden, der ganz unabhängig von diesem entsetzlichen Leiden ist, er kennt weder das brennende Jucken noch die furchtbaren Gegenmittel, er ist frei und unabhängig. Hier haben wir den in allen Heilslehren mehr oder weniger deutlich

herausgestellten Gegensatz zwischen Befriedigung und Frieden.

Wie nun durch diesen Hungerleider die Wahrnehmung, d.h. unser jeweiliges Erleben von Außendingen zustande kommt – und das ist ja die Welt – das zeigt der Erwachte in einem anderen Gleichnis. In der 146. Rede der „Mittleren Sammlung“ vergleicht der Erwachte den lebenden Menschen mit einer brennenden Öllampe. Die leere Lampe selbst gilt da für den gesamten menschlichen Körper. Der Docht in der Lampe gilt für die körperlichen Sinnesorgane, also *nicht* für den Hungerleider, sondern für die fünf Sinneswerkzeuge samt dem Gehirn als sechstem. Aber das Öl in der Lampe, das den ganzen Docht durchzieht, das gilt für die fünf Begehrensdränge, die die Sinnesorgane durchziehen – und gilt als sechstes auch für den das Gehirn durchziehenden geistigen Drang nach gedanklicher Beschäftigung mit den Objekten. Ganz so wie das Öl den Docht durchzieht, so durchziehen die Begehrensdränge in ihrer Gesamtheit als eine durch den Körper ausgebreitete Empfindungssüchtigkeit, eben als Empfindungssuchtkörper (*nāma-kāya*), den Fleischkörper mit seinen Sinnesorganen.

Und die Flamme dieser brennenden Öllampe, die ja nie durch den Docht allein, sondern gerade durch sein Durchtränksein mit Öl zustande kommt, gilt für das geistige Aufleuchten des Erlebnisses, also für Gefühl und Wahrnehmung. So kommt die Wahrnehmung zustande, die Wahrnehmung eines die Umwelt empfindenden, erlebenden Ich. Das muss man richtig sehen: Nur diese welthungrige Empfindungssucht bewirkt die jeweils aufleuchtenden Wahrnehmungen. Sie ist die Gesamtheit unserer Beziehungen zu den Außenobjekten, und darum muss sie diese ganz unmittelbar als angenehm oder unangenehm empfinden; daher das Wohl- und Wehgefühl.

Ein zeitgemäßes Bild dafür, wie dieser Empfindungssuchtkörper den Fleischkörper durchzieht und durchdringt, ist die Vorstellung, wie der Magnetismus einen Eisenstab durchzieht: So wie nicht der Eisenstab, sondern die Polung des innewoh-

nenden Magnetismus bestimmte Dinge anzieht oder abstößt und auf andere Stoffe überhaupt nicht reagiert, so auch empfinden nicht die Sinnesorgane, sondern die ihnen innewohnenden Luger und Lauscher, die Lungerer und Lechzer die durch die Sinnesorgane an sie herangebrachten Objekte als anziehend und abstoßend.

Wenn der Erwachte uns nicht solche Bilder aus dem Bereich, den wir sehen können, gäbe, dann hätten wir es zu schwer, die unsichtbaren inneren geistigen Vorgänge und Bedingungen zu sehen. Von dem öldurchtränkten Docht weiß man, dass ein trockener Docht, wenn man ein Streichholz daran hält, nur eben glüht, dass er aber öldurchtränkt aufflammt. Ganz so ist bei uns normalen Menschen der Fleischkörper von diesem Empfindungssuchtkörper durchzogen, und der Empfindungssuchtkörper erst ist es, der empfindet, nicht der Fleischkörper. So auch ist es der im Eisen befindliche Magnetismus, der zu dem Herankommenden Stellung nimmt, nicht aber das Eisen selbst. – Diese Zweiheit ist es, die der Erwachte *nāma-rūpa* nennt. Und nicht nur der Erwachte. Dieser unlösliche Zusammenhang zwischen der eigentlichen Empfindungssucht oder Schmecker und seinem Werkzeug war unter der Bezeichnung von *nāma-rūpa* auch schon vor dem Buddha im alten Indien bekannt. In den Reden wird vielfach berichtet, wie ernsthafte Wahrheitssucher und Heilsucher der verschiedenen Schulen und auch Einzelgänger nach dem Auftauchen des Buddha sich an diesen wenden und ihn fragen, wie man *nāma-rūpa* zur Ruhe bringen und ganz auslöschen könne – weil man eben wusste, dass diese Verbindung es ist, welche das ununterbrochene Geborenwerden, Altern und Sterben und damit die schmerzliche Daseinswanderung im ausweglosen Rundlauf mit sich bringt.

Der Erwachte gibt diesen Fragern, die nicht durch seine Schulung die erforderlichen Voraussetzungen gewonnen hatten, oft unterschiedlich klingende, auf ihre jeweilige Mentalität zugeschnittene, aber immer auf den gleichen Grundzusammenhang hinweisende Antworten. – Aber seinen Mönchen, die



in längeren Seminaren fortschreitend über die Zusammenhänge und die erforderlichen Übungen unterrichtet worden sind, zeigt er stets in gleicher Weise das Wesen von *nāma-rūpa*: welche Wirkung von ihm ausgeht, wodurch es bedingt ist und wie es aufgelöst werden kann.

Meistens wird *nāma-rūpa* mit „Name und Form“ übersetzt. „Name“ gilt hier im tieferen Sinn als Urteil, Bewertung. Aber diese Übersetzung gibt nur den ersten Anhalt von dem, was dahinter steckt. Jedes Urteil setzt ja einen Urteiler, einen Benennenden, voraus, etwas, das so urteilt. Und auch dieser Sinn steckt mit in *nāma*: Es heißt nicht nur Name, sondern auch „Das Benennende“. – Aber an die Wurzel kommen wir erst, wenn wir bedenken, dass hinter allem Nennen, Benennen, Beurteilen ja *ein Maßstab, ein Standpunkt, ein Geschmack* steht. Dieser erst bildet die Ursache aller Urteile und Benennungen: Und dieser Maßstab, Standpunkt, Geschmack, dieses Bedürfnis, das ist der Kern dessen, was unter *nāma* verstanden wird: *Nāma* ist der Schmecker, der alles ihm Begegnende nach seinem Geschmack beurteilt und benennt, ist also der Hungerleider, ist die Gesamtheit des dem Menschen innewohnenden Verlangens, nicht nur des sinnlichen Begehrens, sondern aller Tendenzen überhaupt.

Nun wissen wir aber, dass ein so und so geartetes Geschmacksbedürfnis einen bestimmten Gegenstand anders beurteilt als ein andersgeartetes Geschmacksbedürfnis. Ebenso wird ein Gegenstand, wenn er mit einem größeren Maßstab gemessen wird, als kleiner beurteilt, und wenn er mit einem kleineren Maßstab gemessen wird, als größer beurteilt. So zeigt sich, dass *nāma*, die Tendenzen in uns, die Beurteiler und Bewerter des zur Berührung Kommenden, stets eine perspektivische Bindung, eine Einengung, eine Beschränkung und Beschränktheit sind. Der kleinliche Geist mit kleinlichem Maßstab wird von allem sehr betroffen und beurteilt alles als groß und wichtig. Der große Geist mit großem Maßstab übersieht alles Kleinliche, misst nur das Größere. Aber der über

groß und klein Erhabene, der Vollendete, der Heilgewordene – der misst und urteilt gar nicht.

Wir müssen bedenken, dass jede Qualität, jede Eigenheit und Eigenschaft im Menschen durch sich selbst auch schon Maßstab und Urteil über alle anderen Qualitäten und Eigenschaften ist. Die großen Qualitäten beurteilen großherzig und großzügig, die kleinen Qualitäten kleinlich. Aber wo nicht mehr Eigenheit, Eigenschaft, Qualität ist, da ist ja keine Beschränktheit mehr, kein Standpunkt, keine Begrenzung, kein Seinsort. Und wo kein Seinsort ist, da ist auch kein anderer Seinsort, keine Begegnung und keine Nichtbegegnung. Da ist die Freiheit oberhalb aller Probleme. Da ist die helle Geborgenheit ohne Verletzbarkeit. Das bedeutet, dass ohne *nāma*, ohne die Empfindungssucht auch nichts Empfundenes erfahren wird, dass ohne *nāma* nicht *rūpa* ist, nicht Welt ist.

In M 43 wird erklärt, dass die Gesamtheit der Triebe, der Tendenzen, die dort als Gier und Hass bezeichnet werden und die den Empfindungssuchtkörper ausmachen, auch die Erscheinungsmacher (*nimittakarana*) sind, und die Erscheinungen sind ja zusammen „die Welt“. Ja, dort heißt es, dass sie überhaupt „das Etwas“ (*kiñcana*) sind und die Urteiler (*pa-mānakarana*) und Benenner sind, und alles Etwas zusammen genommen ist ja die Welt. So ist der Empfindungssuchtkörper im Fleischkörper, der Hungerleider, selbst der unmittelbare Weltmacher, ist die Wurzel der Welt, des *rūpa*. Der kleinliche Empfinder empfindet kleinliche *rūpa*, erbärmliche Welt mit viel Not. Der über alles Kleinliche hinausgestiegene, hochherzige Empfinder empfindet helle, zarte, selige *rūpa*, selige Welt. Wo aber alle Bedürftigkeit und Empfindlichkeit restlos aufgelöst ist – wo nicht *nāma* ist, wo ist da *rūpa*?

Darum ist *nāma-rūpa* das Herz des Werdeprozesses, den wir „Dasein“ und „Leben“ nennen und den der unbelehrte Mensch aus Naivität und Blindheit fortsetzt und fortsetzt. Daher ist das Wissen um diese Wahrheit auch schon der Anfang der auf den Heilsstand hinzielenden Entwicklung.

Der heutigen Biologie ist dieser geistige Hungerleider und seine Bedingtheit völlig unbekannt, und das hat seine Gründe: Wir können beobachten, dass es in allen Kulturen, solange dort die höheren Heilslehren noch wirksam waren, immer auch Menschen gab, die diesen Hungerleider in ihrem Körper völlig aufgelöst, sich ganz von ihm befreit hatten, also nach dem Gleichnis des Buddha von dem Aussatz genesen, gesund und frei waren, und so konnte man zu solchen Zeiten Menschen erleben, die souverän über dieser gesamten sinnlichen Bedürftigkeit standen in einem Frieden, für den uns Heutigen jedes Beispiel fehlt. Da sah und erlebte man also Menschen, die mit gesunden Sinnesorganen durch unsere Menschenwelt wandelten und aus einer inneren beständigen Helligkeit und Glückseligkeit geradezu leuchteten, so dass sie nichts von dem brauchten, wonach wir lungern.

Solche Berichte haben wir viele aus dem alten China, aus Indien und vor allem aus unserem eigenen Raum, aus der mittelalterlichen Mystik vorliegen. Zu solchen Zeiten wurde den aufmerksamen Menschen eine größere Skala der Möglichkeiten und der Zwänge demonstriert, als der moderne Biologe kennt.

Man sah nicht nur wie heute, dass man

1. ohne funktionierende Sinnesorgane nicht sinnlich wahrnehmen kann,
2. mit gesunden Sinnesorganen auch sinnlich wahrnehmen kann, sondern sah auch,
3. dass der mit dem Hungerleider besetzte Mensch *sinnlich wahrnehmen muss und danach lechzt* und darum seinen Körper von einem Objekt zum anderen herumjagen muss bis zum Tod und darüber hinaus, und man sah,
4. dass Menschen, die von dem sinnensüchtigen Hunger und Durst befreit waren, nicht mehr in sinnlichem Unfrieden lebten und darum auch keine sinnliche Befriedigung brauchten, weshalb sie zu unserer Welt der Sinnesobjekte ein so souveränes Verhältnis gewonnen hatten wie ein

erwachsener Mann zu den kindischen Spielen in seiner Jugend;

5. und man erfuhr und erlebte, dass gerade diese „reinen Herzens“ gewordenen Menschen damit zugleich noch weitere übermenschliche Fähigkeiten mancherlei Art gewonnen hatten, womit sie, wie die Heilslehrer selbst, für ihre Mitmenschen zum großen Segen wurden.

Zu solchen Zeiten hatte die Menschheit noch Vorbilder für das, was als Heilsstand und als Heil und als Leidensüberwindung verstanden wird. Aber uns Heutigen fehlen diese Vorbilder – und wer da nicht die wirkliche Wirksamkeit dieses Hungerleiders bei sich verspürt, entdeckt und beobachtet und dann in den alten Berichten der tiefer blickenden Menschen und Heilslehrer aller Kulturen nach der Wahrheit gräbt, der verfällt den heutigen ausweglosen Flachheiten.

Diese verschiedenen Bilder mögen genügen, um uns die erste von den vier Aussagen vor Augen zu führen, nämlich dass in diesem Körper die Welt ist. Mit solchen Hinweisen kann jeder, dem darum zu tun ist, diesen Dingen in eigener Selbstbeobachtung forschend nachgehen. Natürlich erhebt sich nun besonders stark die rückwärts greifende Frage nach der Herkunft dieser fünf Begehrensdränge und danach, wie sie in den Körper kommen. Aber abgesehen davon, dass wir die Antwort hierauf kennen, gehört sie nicht zu den vier Aussagen. Jetzt wollen wir an die zweite gehen, an die Frage der Weltfortsetzung.

### Die Ursache der Welt ist im Körper

Wir sehen, dass durch das sinnliche Begehren Welt wahrgenommen wird. Durch die Weltwahrnehmung wird Welt erlebt, Welt behauptet, gibt es Auseinandersetzung mit Welt und die Behauptung: „Ich bin hier in der Welt.“ Und dadurch gibt es auch die Erfahrung, dass die Wahrnehmungsgeräte der Menschen, eben die Körper, nicht dauernd bestehen, sondern altern und dann sterben. Und weil wir mit unserer sinnlichen Wahr-

nehmung bei einem sterbenden Menschen nur eben das allmähliche oder plötzliche Stillwerden des Körpers beobachten, bis sich dort nichts mehr regt, so muss jeder Mensch, der nur seine sinnliche Wahrnehmung kennt und nur dieser folgt, den Tod für das Ende des Lebewesens halten.

Aber in der Lehrrede heißt es, dass in diesem Körper auch die Ursache der Welt sei. Da durch das sinnliche Begehren Welt erfahren und behauptet wird, also die Welt ist, so kann ja die Ursache der Welt nur das Begehren, der Durst sein. Solange Begehren ist, so lange wird Welt sein.

In den Reden wird öfter der Bedingungs-zusammenhang des inneren geistigen Lebensprozesses beschrieben. So heißt es z.B. in M 18:

*Was man fühlt, das nimmt man wahr,  
was man wahrnimmt, das bedenkt man (vitakketi).*

Das entspricht ja ganz unseren Erlebnissen. Wenn die empfindungssüchtigen Sinnesdränge durch ein äußeres Objekt, durch gesehene Formen, gehörte Töne usw. berührt werden, dann antworten sie mit Wohl- oder Wehgefühl. Dadurch leuchtet die Wahrnehmung der betreffenden Formen und Töne auf, eben als Erlebnis von diesem oder jenem. Nun weiß der Geist um das Erlebte und nimmt Stellung dazu, ob es nützlich oder schädlich ist, ob man es annehmen oder meiden will – und entsprechend dieser Stellungnahme geht man dann praktisch vor.

Dieser Zusammenhang ist geradezu geist-anatomisch näher erläutert in M 43, in einem Gespräch zwischen zwei der größten Mönche des Buddha. Da sagt der eine:

*Es sind da diese fünf Sinnesdränge (indriya), deren jeder in einem anderen Revier seine Weide hat und wo auch nicht einer an dem Weiderevier irgendeines anderen teilnimmt. – Wer oder was ist da nun der Hirte und Fürwaller (gocaro) dieser fünf Sinnesdränge, der an ihren unterschiedlichen Weidebereichen teilnimmt?*

Daraufhin antwortet der andere:

*Der Geist (mano) ist der Hirte und Fürwalter dieser fünf Sinnesdränge, der an allen ihren Weidebereichen teilnimmt.*

Da sind also, wie gesagt wird und wie wir erkennen können, in diesem Körper diese fünf Sinnesdränge, die *indriya*. Jeder der fünf Dränge hat gleich den fünf Tieren für etwas völlig anderes Interesse und kann gar nicht an dem Bereich des anderen teilnehmen. Diese Bereiche nennt der Erwachte „Weideland“. Man wird dabei an das Wort erinnert: „Trinke, Auge, was die Wimper hält!“ und an die Redensart: „Er weidet sich an dem Anblick.“ Der innere Luger grast geradezu die Welt der Formen und Farben ab und holt durch das Auge herein, was er nur kann. Der innere Lauscher nimmt durch das Ohrinstrument einen völlig anderen Bereich wahr: die Welt der Töne, die auf der Luft herangezogenen Schallwellen. Wieder ganz anders und noch gröber ist die Welt der Düfte, die ja durch die Verflüchtigung von Stoffen entstehen. Noch gröber ist das Schmeckbare, und das Gröbste ist das Tastbare. So hat jeder der fünf unheimlich interessierten Drangmächte einen anderen Weidebereich, und keiner kann an dem des anderen teilnehmen.

Diese fünf im Körper verteilten Dränge sind selbst völlig wissenslos, bewusstlos, ohne Vernunft. Sie können sich selber in keiner Weise helfen. Sie sitzen stumm in den Sinnesorganen und lauern auf Befriedigung durch die betreffende Weide wie der blinde unbewusste Magnetismus im Eisen auf Anziehbares lauert. Sie sind ein permanenter Mangel und Sog, verursachen damit ein dauerndes Mangelgefühl, Minusgefühl, Wehgefühl, Leiden, das jedoch wegen der fast ununterbrochenen Dauer als normaler Seinszustand empfunden wird, wie beim Aussatzkranken das permanente Jucken zu seinem gewohnten Seinszustand geworden ist.

Und nur wegen dieses Mangelgefühls kann bei der Begegnung und Berührung mit den „begehrten“ Formen, Tönen, Düften usw. das Wohlgefühl der momentanen Befriedigung

aufkommen. Wir wissen, dass wir die Wohlgefühle, die durch sinnliche Befriedigung aufkommen, nur auf dem Hintergrund unseres Dauerschmerzes erleben und erfahren können. Wir sind im Augenblick der Befriedigung eben einmal über den Dauermangel hinausgehoben worden, sinken aber bald wieder hinein. Damit zeigt der Erwachte die Tiefe unserer Sinnlichkeitsproblematik, die mit Befriedigung oder Nichtbefriedigung nicht gelöst wird. Von da aus ist zu verstehen, wie sich diejenigen fühlen, die von diesem sinnlichen Begehren völlig frei sind oder, wie in den Heilslehren gesagt wird, „reinen Herzens“ sind. Sie stehen weit über dem Wechsel zwischen Verlangen und Befriedigung in einem hellen Frieden in vollständiger Unabhängigkeit.

Aber zurück zu unserer Frage, inwiefern in diesem mit Wahrnehmung und Geist besetzten Körper auch die Ursache der Welt sei. Nach dem Bisherigen zeigt sich schon, dass der Geist im Dienst der Sinnesdränge die Ursache der Welt, der Weltfortsetzer ist. Die Sinnesdränge in den Sinnesorganen selber können den Körper nicht bewegen und zu jenen Stätten hinbringen, wo sie durch die Sinnesorgane zu ihren geliebten begehrten Objekten kommen würden. Sie sind darauf angewiesen, dass das Auge an die ersehnten Formen und Farben herangebracht wird, das Ohr an die gewünschten Töne, die Nase an die Düfte usw. Nur dann können sie vorübergehend befriedigt werden. Diese Sinnesorgane sind an dem Körper verteilt, und so geht es darum, dass der Körper jeweils zu den geliebten Objekten hingebacht wird, dann erst können diese Tiere „weiden“. Also brauchen sie einen Hirten. Dieser Hirte ist der Geist. Durch die fünf Sinnesbegehren kommt lebenslänglich eine ununterbrochene Kette von Wahrnehmungen zustande. Diese Wahrnehmungen werden alle in den Geist eingetragen. Man ist sich nun der wahrgenommenen Dinge bewusst, der als besonders angenehm und unangenehm wahrgenommenen Dinge stärker bewusst, der neutraleren weniger deutlich bis zum Vergessen.

Von da an weiß nun der Geist, wo die angenehmen Formen, Töne, Düfte usw. wahrgenommen wurden und wie der Körper zu jener Stätte gekommen war, um so wahrnehmen zu können. Auf diese Weise entwickelt sich der Geist bei jedem neuen Körper, also jedes Mal von der Geburt an, zu dem Archiv, in welchem alle Meldungen über die angenehmen und unangenehmen Erlebnisse samt den Umständen, unter welchen sie zustande kamen, zusammenlaufen. So weiß der Geist nun von jeder der fünf Begehungen, was sie gern mag und nicht gern mag, wie es erreicht werden kann und wie das Nichtgemochte vermieden werden kann.

Der Geist ist es auch, der den ganzen Körper von innen her lenkt, das Benutzen der Muskeln und Sehnen (über die Nerven) veranlasst, damit der Körper, an welchem die Sinnesorgane angebracht sind, zu den betreffenden Objekten gelangt, die von dem Hungerleider geliebt werden, und möglichst von den anderen Objekten, die dem Hungerleider wehtun, ferngehalten wird. So wird der Geist von der Geburt an aufgebaut und ausgebildet als Leitstelle zur Betreuung der fünf Sinnesdränge, als Hirte und Fürwarter im Dienst des fünffachen sinnlichen Begehrens. Insofern ist, wie der Erwachte sagt, „in diesem mit Wahrnehmung und Geist besetzten Körper“ auch die Ursache der Welt und damit die Weltfortsetzung.

Die fünf den Körper besetzenden Sinnesdränge können sich selber nicht helfen, sondern brauchen einen Hirten, der sie auf die Weide führt, und praktisch geschieht das fast in jedem Augenblick mit uns, ohne dass wir darauf achten. Wenn wir irgendetwas Bestimmtes sehen oder hören wollen, sei es, um eine Aufgabe zu erfüllen oder weil wir Lust oder Begehren dazu haben, dann sagt sofort der Geist, das Gedächtnis, dass man das da und da, so und so erlangen kann oder eben augenblicklich nicht erlangen kann. Und dementsprechend führt er den Körper mit den Augen, Ohren usw. durch die Welt der Objekte.

Aus Gefühl und Wahrnehmung – der Kette der Erlebnisse – wird der Geist ernährt und angefüllt, er ist die Sammelstelle



aller Erlebnisse, denn im Lauf des ganzen Lebens von der Geburt an gelangt jede Erfahrung der Triebe, also Wahrnehmung von angenehmen Formen, Tönen, Düften, Schmeckbarem und Tastbarem in den Geist, was sogleich dazu führt, dass sie in das Programm des Geistes aufgenommen wird, so dass angenehme Formen, Töne, Düfte, das Schmeckbare und Tastbare in Zukunft immer wieder aufgesucht werden. Insofern ist der Geist der Hirte der Begehrungen.

Die ununterbrochen tätige programmierte Wohlerfahrungssuche des Geistes (*mano-viññāna*) vergleicht der Erwachte wie die anderen Sinnesdränge mit einem wohlsuchenden Tier, und zwar mit dem menschenähnlichsten, dem Affen, der im Wald von Baum zu Baum springt, von Frucht zu Frucht, um das Angenehme zu genießen, das Unangenehme zu meiden.

Die Mönche des Buddha kannten diese Tätigkeit der programmierten Wohlerfahrungssuche im Dienst der Triebe, diesen Affen. Sie hatten begriffen, dass durch das Lungern der Sinnesdränge nach außen das Welterlebnis fortgesetzt und fortgesetzt wird, dass damit immer wieder Körper angelegt und abgelegt werden, das Heil nicht gewonnen werden kann. Darum achteten sie darauf, die Augen usw. nicht umherschweifen zu lassen, hüteten die Tore der Sinne und verstanden den Rat des Erwachten, den Affen zur Ruhe zu bringen. So heißt es in den „Liedern der Mönche“ (Thag 125):

*Ein Affe schlendert, schleicht herum  
im fünftorigen Körperhaus (die 5 Sinne mit d.Sinnesdrängen).  
Von Tür zu Türe steht er still  
und pocht und rüttelt rau.*

Der Affe, die vom Geist ausgehende programmierte Wohlerfahrungssuche, rüttelt an der Tür des Auges, Ohres usw., sucht sie gewaltsam zu öffnen. Sie möchte, dass das Auge mit dem inwohnenden Luger die angenehme Form sieht, weil im triebgelenkten Geist die Eintragung enthalten ist: „Angenehme Form, schau hin.“ Die programmierte Wohlerfahrungssuche

des Geistes hat ihren starken, längst eingespielten Schwung, und so erfährt der Mönch bei sich, dass doch der Drang zum Blicken, Hören, Riechen usw. aufkommt. Doch der Affe muss rütteln, denn im Geist ist auch Wahrheitsgegenwart, die nüchtern den Kampf mit dem Affen verfolgt und Vernunft einsetzt gegen den Wunsch, der Berührung zu folgen.

Damit zeigt sich, dass es sehr darauf ankommt, was im Lauf der Zeit in den Geist gelangt. Der Geist sammelt ab der Geburt des Körpers nur Sinneseindrücke ein. Und ein Geist, der nichts anderes wüsste als eben nur das, was den Sinnesdrängen wohl oder weh tut und unter welchen örtlichen und zeitlichen Umständen die angenehmen Sinneseindrücke gewonnen, die unangenehmen vermieden werden können – ein Geist, der nichts anderes weiß, ist zwar der Hirte der Sinnesdränge, aber er wäre ihnen sklavisch ergeben, und das wäre sehr schädlich.

Aus der Kenntnis der karmischen Zusammenhänge weiß der belehrte Geist, dass die Schonung und Förderung aller lebendigen Wesen, mit welchen wir zu tun haben, nicht nur moralisch, sondern auch vernünftig ist, weil ja die Kette unserer gesamten Erlebnisse, der wohlthuenden und der schmerzlichen, nichts anderes ist als die Rückkehr der Kette unserer früheren und bisherigen rücksichtsvollen und rücksichtslosen Handlungen und Taten.

Und wenn wir noch einen Schritt weiterblicken nach den vorletzten und letzten Ratschlägen der großen Heilslehrer und besonders der Erwachten, dann erkennen wir, dass alle Sinnlichkeit, gleich welcher Art, also das gesamte Leben nach außen zur Welt hin mit Welterscheinung wider die höhere und höchste Vernunft ist, denn für sinnliche Wahrnehmung – speziell für Riechen, Schmecken und Tasten – bedarf man des grobstofflichen Körpers, legt Körper an – und alle Körper enden immer im Sarg. Darum suchte ja Rohitasso nach dem Ende der Welt, weil er dem fortgesetzten Sterben und Wiedergeborenwerden entrinnen wollte. Denn das Begehren stirbt nicht mit dem Körper, das Begehren steigt aus – und schafft

sich neuen Körper. Und in dem neuen Körperleben weiß man wiederum nichts von dem früheren Leben, läuft den Begehungen nach und fürchtet den Tod und erntet nach dem Tod je nach seinem moralischen und vernünftigen oder amoralischen und unvernünftigen Lebenswandel.

Aber selbst wenn der Geist diese Dinge weiß, so erfahren wir doch bei uns selber und in unserer Umwelt, dass man, wenn die Begehungen nur stark genug sind, eben doch auf deren Befriedigung hinarbeitet. Wo jeweils die Sehnsucht am größten geworden ist, da ist auch die größte Stärke. So ist ein solcher Geist nur scheinbar der Hirte, er ist in Wirklichkeit das intellektuelle Werkzeug, der Lotse der vernunftlosen unbewussten Sinnensüchte. Von ihnen kommt nur Mangelgefühl und Befriedigungsgefühl. Der Geist erfährt diese, und da nur er weiß, wie der Wunsch erfüllt werden kann, so sorgt er dafür, dass dieser Wunsch erfüllt wird, indem er den Körper mit den Sinnesorganen an die betreffenden Objekte führt. Wir glauben, uns zu entscheiden, dies oder das zu wollen, aber in Wirklichkeit hat die Kraft der Begehrung ganz erheblich Einfluss auf den Geist. Er ist mehr oder weniger der intellektuelle Sklave der unintellektuellen Begehungen, der Triebe, Tendenzen, der höheren und niederen.

Und der Geist ist es ja, den wir „Ich“ nennen, der sich selbst samt dem Körper als „Ich“ bezeichnet. Dieses „Ich“ hat den Eindruck, bei aufkommenden Wünschen sich so und so zu entschließen, aber dieser Entschluss entsteht aus der Leuchtkraft der Wünsche einerseits und der Leuchtkraft der Gegenargumente, die aus praktischen, vernünftigen und moralischen Einsichten kommen. Diese Daten machen nach ihrem Kräfteverhältnis den Willen des Geistes, gleichviel ob dieser sich frei wähnt oder nicht.

Aber solange der Geist kein anderes Wohl kennt als nur das durch die fünffache sinnliche Wahrnehmung mögliche Wohl, so lange kann er kein anderes Wohl suchen wollen als eben in dieser Welt der Formen, Töne, Düfte, des Schmeckbaren und

Tastbaren mit allem, was diese Dinge mit sich bringen. Ein Wort des Inders Subhashitarnāva heißt:

*Der Mensch,  
der die höchste Seligkeit,  
den samādhi, nicht erfahren hat,  
der behauptet, dass nur  
die Sinnesgegenstände reizend seien:  
Sesamöl ist ein Leckerbissen nur für solche,  
die niemals Sahnebutter gekostet haben.*

Ein Geist, der nichts von der seligen unio, vom samādhi, weiß, muss zwangsläufig Weltfortsetzer bleiben, kann gar nicht anders.

### Weltauflösung im Körper

*In diesem mit Wahrnehmung und Geist besetzten Körper ist die Welt* – das haben wir gesehen. Die unsichtbaren fünf Begehrensdränge bewirken die fünffache sinnliche Wahrnehmung. Allein durch diese wird das erlebt, was wir *Welt* nennen mit allen Freuden und Leiden und immer mit dem Wissen um den bevorstehenden Tod.

*In diesem mit Wahrnehmung und Geist besetzten Körper ist auch die Ursache der Welt* – das heißt: Da das Begehren zu ununterbrochener Weltwahrnehmung führt, so ist das Begehren die Ursache und bewirkt das Weiterbestehen des Begehrens auch die Weltfortsetzung. Und da ein Geist, der nichts anderes als die weltlichen Sinneseindrücke eingesammelt hat, auch nie die Aufhebung des Begehrens anstreben kann, so ist also durch den unbelehrten Geist die Weltfortsetzung unaufhebbar. Das heißt aber Fortsetzung des Samsāra mit ununterbrochenem Geborenwerden, Altern und Sterben.

*In diesem mit Wahrnehmung und Geist besetzten Körper ist auch der Welt Beendigung*, sagt der Erwachte – auch das ist uns nun klar: das Weltende ist nicht, wenn die fünffache sinnliche Wahrnehmung durch vorübergehenden Schlaf unterbro-

chen wird, sondern, wie der Erwachte den Brahmanen sagt, wenn sie durch das Aufbrechen inneren geistigen seligen Entzückens überstiegen wird. Dann ist Welt zwar noch nicht endgültig überwunden, aber für die Dauer der Entrückung wie gelöscht. Wo diese Entrückung erlebt wurde, da weiß nun der Geist um ein Leben, das ganz unermesslich seliger ist, geborener ist als alles, was die „Welt“, die sinnliche Wahrnehmung auf Erden und in allen Himmeln, bieten kann.

Der Erwachte berichtet von sich, wie er sechs Jahre lang mit falschen Mitteln vergeblich um die Weltüberwindung kämpfte, bis ihm endlich das Erlebnis seliger Entrückung einfiel, das er in seiner Kindheit gehabt hatte, aber durch die tausendfältigen Sinneseindrücke in den weiteren Jahren am Hof wieder überdeckt und vergessen hatte. Indem er sich dieses großen inneren Wohls erinnerte, da leuchtete ihm unmittelbar ein, dass dies der Weg zum Heilsstand sei, und dann gewann er ihn bald endgültig.

Wir sehen also, solange die durch die Sinnensüchte bedingte sinnliche Wahrnehmung überstiegen werden kann durch die seligen Entrückungen, so lange ist zwar noch nicht Beendigung, aber Urlaub von der Welt. Erst dann, wenn alles sinnliche Begehren und zuletzt auch alle Neigung zu irgendwelchen bedingten Erscheinungen, äußeren wie inneren, ganz zur Ruhe gekommen und aufgelöst sind, so dass sie, die ja die Ursache aller Erscheinungen sind, nicht mehr bestehen, dann ist der Welt Beendigung gewonnen und damit die Beendigung von Geborenwerden, Altern und Sterben.

Was allein schon das Freisein von der Sinnensucht bewirkt, das zeigt der Erwachte in dem Gleichnis von dem Aussätzigen. Er fragt seinen Gesprächspartner, ob wohl ein Aussätziger, wenn er durch richtige ärztliche Behandlung vom Aussatz völlig befreit wird, nun die Befriedigung vermisst, die er früher empfand, wenn er mit den Wunden an die Feuerstelle ging und an den Wunden herumkratzte und Fetzen davon herabrisse. Darauf sagt der andere spontan, dass er das wahrlich nicht mehr vermisst, denn in Wirklichkeit habe der Aussätzige

an der Feuerstelle sehr große Schmerzen erlitten, nur habe er sie im Vergleich zu den noch größeren Schmerzen des inneren rasenden Juckens als relative Befriedigung empfunden.

Darin liegt ja die Aufgabe der Heilslehrer und insbesondere des Erhabenen: Uns mit solchen Bildern den wahren Zustand vor Augen zu führen, damit wir wenigstens eine Ahnung bekommen, welche Freiheiten und welcher Friede auf uns warten.

Je mehr man die Zusammenhänge der Leidensfortsetzung kennt und der Heilsentwicklung kennt, um so mehr strebt man, muss man streben zur Heilsentwicklung. Dabei müssen wir wissen, dass wir uns noch längst nicht immer das richtige Bild von dem Wesen des weltlosen Friedens machen können, denn wir sind zu sehr auf die sinnliche Wahrnehmung angewiesen, ja, wir leben im Fieber der Sensationen, und dieses Fieber hat hier im Westen in den letzten Jahrhunderten immer mehr zugenommen. Davon können wir trotz Kenntnis der Lehre nicht frei sein.

Aber auch hier war es früher, besonders im Mittelalter, für weite Kreise ganz erheblich anders. Heute wird das Welterlebnis als die einzige Möglichkeit des Lebens angesehen, und ohne Welterlebnis ist Tod, ist nichts, ist Untergang. Damals aber kannten fast alle ernsthafteren Menschen durch die Beobachtung ihrer geistigen drängenden Motivationen neben der sinnlichen Wahrnehmung auch die geistige Wahrnehmung mit allem, was sie mit sich bringt. Man erkannte, dass nur durch die Kette der Wahrnehmungen, der erfreulichen und schmerzlichen, der Eindruck von Welt aufkam und das Bewusstsein „Ich bin in der Welt“ erwuchs. Darum stand man der Welt etwas distanzierter gegenüber und sprach von der „Flucht der Erscheinungen“.

Außerdem konnte man solche Menschen sehen und hören, die bereits weit stärker und fester zu dem inneren hellen Frieden hingefunden hatten und von den äußeren Wahrnehmungen nur noch wenig berührt wurden. Durch diese Erfahrungen war man sich ganz klar darüber geworden, dass das Innere, die

geistigen Vorgänge Wahrnehmen, Fühlen und Wollen, nicht mit dem Körper stirbt, sondern fortwirkt und fortwirkt, und dass es auf deren Qualität ankommt. Durch innere Erfahrung offenbart sich, dass das lautere, helle Gemüt schon hier wie „im Himmel“ lebt und nach Fortfall des Körpers einfach den Himmel fortsetzt, dass aber das finstere Gemüt schon hier gespenstisch und gar höllisch lebt und dass der Fortfall des Körpers dieser inneren Verfassung auch die entsprechende äußere Form liefert.

Ausweislich der überlieferten Aussagen erfuhr der christliche Mystiker Ruisbroeck verhältnismäßig leicht und häufig Entrückungen, und das hatte bei ihm auch schon dahin geführt, dass er dieses Einigungsleben zu seiner eigentlichen Lebensgrundlage gemacht hatte. Das Begegnungsleben, das Leben nach außen mit den Sinnen in der Welt, war ihm fast nur noch ein Besuch einer fremden Stätte. Diese Entfremdung tritt ganz sicher ein, wenn man nur oft genug dieses wilde Weltkarussell verlassen und in den Frieden einkehren kann. Ruisbroeck wohnte dort immer mehr, und damit hat er erreicht, wonach er sich früher schon gesehnt hatte:

*Das Ferne einst ist nahe uns geworden,  
tief unter uns steht alle Zeitlichkeit,  
und hoher Jubel tönt im freien Geiste.*

Er hatte wohl einst im Kloster von leuchtenden Vorbildern erfahren, dass es dieses Einigungsleben gibt, das die christliche Mystik „unio“ nannte. Vielleicht hat er solche Entrückte sehen dürfen. Auf jeden Fall ging ein Raunen durch die das ewige Heil ersahnenden Menschenkreise. Auch er sehnte sich danach, aber es war ihm noch fern. Er lebte noch im Außen. Aber irgendwann erfuhr er es zum ersten Mal, und wegen der Helligkeit seines Gemüts, seiner hohen Tugend, konnte er es bald immer häufiger erleben, und so wurde jener Zustand zu seiner Heimat, und die Zeitlichkeit, das Leben in der Flucht

der Erscheinung wurde ihm zur Fremde: *Tief unter uns steht alle Zeitlichkeit.*

Ein anderes Beispiel für diese Untreffbarkeit von allem Weltlichen finden wir im 16. Bericht der „Längeren Sammlung“. Da wird von Alāro Kalāmo berichtet. Dieser konnte öfter in der Verfassung der „Nichtetwasheit“ weilen, weil er der sinnlichen Wahrnehmung unbedürftig und weitestgehend entwöhnt war. Er bediente sich ihrer nur als Lehrer und um den Körper zu erhalten. Sobald er wusste, dass ihn niemand angehen würde, setzte er sich nieder und ging in vollkommenen Frieden ein, war wie abgeschnitten von der Welt.

Da wird nun berichtet, dass er eines Tages auf seiner Wanderung von einem Ort zu einem anderen vom Weg abbog und sich wenige Meter abseits unter einen Baum gesetzt und sich von der Welt entrückt hatte. Da kam im Verlauf von mehreren Stunden eine Karawane von fünfhundert Karren mit all ihren Zugtieren und Antreibern und der Menge der Begleiter vorbei. Und einige Zeit später kam noch ein Nachzügler. Alāro Kalāmo hatte sich in diesem Augenblick aus seiner Einigung erhoben, und als der Nachzügler ihn sah, fragte er ihn, wie lange es wohl her sei, dass die Karawane dahergekommen sei. Alāro Kalāmo fragte, welche Karawane er meine. Er habe nichts gesehen. – *„Aber du hast doch, o Herr, den Lärm gehört?“* – *„Nichts, Bruder, hab ich gehört.“* – *„So hast du, o Herr, geschlafen?“* – *„Nicht hab ich geschlafen.“* – *„Wie denn, o Herr, du warst bewusst und wach?“* – *„Gewiss, Bruder.“* – *„So hast du bewusst und mit wachen Sinnen die fünfhundert Karren, die gerade bei dir vorbeigefahren sind, weder gesehen noch den Lärm gehört? Aber dein Mantel, o Herr, ist ja ganz mit Staub bedeckt!“* – *„Ja, das ist er, Bruder.“* – *„Da war dieser Nachzügler sehr verwundert. „Wunderbar ist es ja und unglaublich, wie tief der Frieden ist, in welchem die Reinen zu beharren vermögen.“*

Wenn man sich die Reinheit und Stille dieser Verfassung vorstellt, dann möchte man sagen: Wir kennen das wahre Leben gar nicht. – Wie gut, wie gut, dass es wenigstens noch eine



Kunde davon gibt und dass es auch noch Kunde von den geistigen Wegen gibt, um dahin zu gelangen.

### Die zur Beendigung der Welt führende Vorgehensweise im Körper

Der Erwachte sagt viertens, dass *in diesem mit Wahrnehmung und Geist besetzten Körper auch die zur Beendigung der Welt führende Vorgehensweise sei.*

Die erste Voraussetzung für die zur Beendigung der Welt führende Vorgehensweise ist ja die, dass man von diesen herrlichen Heilmöglichkeiten hört, sowohl von den graduellen wie erst recht von der endgültigen. Aber das Hören von solchen Möglichkeiten ist nur Vorbedingung und Voraussetzung. Die Hauptbedingung ist ja dann die Arbeit, in seinem Herzen und Gemüt hell und still zu werden. Der normale Mensch ist in seinem Lebensgefühl grau und bitter. Darum nur bedarf er der Sensationen, d.h. der Sinnesreize. Von unserem Gemüt her befinden wir uns in einer finsternen Höhle, und da sind alle Begegnungserlebnisse, wodurch Begehungen befriedigt werden, zu vergleichen mit einem kurzen Streichholzlicht, das für einen Augenblick Helligkeit schafft. Was uns so natürlich erscheint, das Leben in der Welt, das ist durch die Krankheit unseres Gemüts bedingt. Ohne die tausend sinnlichen Befriedigungen fühlen wir uns wie in der dunklen, kalten Höhle.

Darum besteht die Hauptbedingung für das Erreichen des einigenden Lebens darin, dass unser Gemüt hell und warm und still wird. Als Weg dahin empfehlen alle Heilslehrer die Übung in der Nächstenliebe und in der Sanftmut und in der Tugend. Diese Übung, wenn sie über Jahre und Jahre unbeirrt durchgeführt wird, ist zu vergleichen mit dem Mann, der sich in der Höhle vorwärts tastet und sich einem Schacht nähert, der nach oben führt in die helle Natur. Je näher er dem Schacht kommt, um so mehr gelangt er aus seiner tiefen Dunkelheit in eine allmähliche Dämmerung, bis er unter die Schachtöffnung gelangt, wo das helle Licht von oben hereinbricht. Das ist die

Erhellung des Gemüts. So wie dieser kein Streichholzlicht mehr braucht, so braucht einer, dessen Gemüt hell und warm und still geworden ist, nicht mehr die Sensationen.

Das aber ist schon der Hauptteil des achtgliedrigen Wegs, der zur Leidensüberwindung führt. Das erste Glied ist *rechte Anschauung*. Man muss wissen, dass es ein solches Leben gibt und dass unser Leben, das wir so gewohnt sind, Krankheit ist, im Leiden festhält.

Das zweite Glied ist *rechtes Bedenken*, d.h. Umsetzen der rechten Anschauung in rechte Gesinnung, rechte Gemütsverfassung in Zurücktreten von den Sinnendingen, in Mitempfinden und Schonen der anderen. Das dritte, vierte und fünfte Glied des achtgliedrigen Wegs betrifft die Tugend: *rechte Rede, rechtes Handeln und rechte Lebensführung*.

Damit kommt man in der Höhle immer näher an den hellen Schacht. Und ist man bis dorthin gelangt und fühlt sich innerlich schon erheblich wohler, dann versteht man auch die weiteren drei Glieder des achtgliedrigen Weges besser, mit denen man zu den Entrückungen und zu ihren immer tieferen Graden gelangt, bis nichts Gewordenes mehr übrig bleibt und es dann auch nicht mehr zerstört werden kann. Damit ist man in dem Schacht ganz hinaufgestiegen bis oben ins Freie. Das ist das Nirvāna.

Diesen Weg zeigte der Erwachte, und er konnte viele derer, die auf ihn hörten, von manchen Irrungen und Wirrungen bewahren.

Aber selbst von diesen nicht alle. – Einer seiner Schüler fragt ihn: „Wie ist das, o Herr, da es doch das erhabene Nirvāna gibt und einen sicheren Weg dahin gibt und da du selbst das Nirvāna erlangt hast und darum der beste Wegweiser bist – wie kommt es nun, dass nicht alle anlangen, sondern nur manche anlangen?“ Diesem Fragenden sagt der Erwachte, dass ja sogar von Menschen, denen der Weg zu einem Ort richtig beschrieben wird, manche den Ort nicht erreichen, manche ihn erst nach Umwegen erreichen und manche ihn

direkt erreichen – „denn die Menschen sind sehr unterschiedlich.“ (M 107)

Es kann ein Mensch einer klaren und guten Wegweisung aufmerksam zuhören, kann sie sich gut merken und dennoch fehlgehen – dann nämlich, wenn sein geistiger Haushalt durch Zuschnitt und bisherige Erfahrungen und Belehrungen so beschaffen ist, dass er bestimmte Begriffe und Erklärungen des Wegweisers mit eigenen, andersartigen Vorstellungen deckt, die ihm ein anderes, ein falsches Bild erstellen. Wie erst irren da solche, die nicht aufmerksam zuhören. Und wie erst bei unsichtbaren, bei geistigen Wegen.

So sind schon zu Zeiten des Erhabenen und seiner sicheren Führung viele Nachfolger trotz ernstem Willens erst nach schmerzlichen Irrungen und Umwegen angelangt. Aber heute sind diese Zeiten auch im buddhistischen Orden längst vorüber – wie vom Erwachten vorausgesagt.

INWIEFERN IST DIE LEHRE DES ERWACHTEN  
ALS WAHRHEIT VON DER WIRKLICHKEIT  
ERKENNBAR ?

„Gruppierte Sammlung“ (S 35,70) und  
„Angereichte Sammlung“ (A VI,47)

Der Erwachte sagt von seiner Lehre:

*Wohl verkündet ist von mir die Lehre. Ihre Wahrheit ist unmittelbar erkennbar. Sie ist zeitlos gültig, einladend, (zur Leidensüberwindung) führend, von Prüfenden im eigenen Erleben erfahrbar. (S 12,41)*

Es sind Lehreden überliefert, in welchen sowohl ein Mönch des Erwachten als auch ein andersfähriger Asket den Erhabenen über diese Kennzeichnung der Lehre des Erwachten, die damals schon weit verbreitet war, befragen. Nach S 35,70 ist es der Mönch Upavāno und nach A VI,47 der Wanderasket Moliyasivako, welche diesen vielversprechenden Kennzeichen der Lehre nachsinnen und nun vom Erhabenen, dem Verkünder dieser Lehre, Näheres über ihre Nachprüfbarkeit erfahren möchten.

Upavāno, der Mönch, fragte (S 35,70):

*„Die Wahrheit der Lehre ist deutlich erkennbar, die Wahrheit der Lehre ist deutlich erkennbar“, sagt man, o Herr. Inwiefern aber ist die Wahrheit der Lehre deutlich erkennbar, zeitlos gültig, einladend, (zur Leidensüberwindung führend), von Prüfenden im eigenen Erleben erfahrbar?*

Der Erwachte antwortet:

*Hat ein Mönch mit dem Luger eine Form gesehen, so bemerkt er die Form und er merkt Anziehung zur Form. Wenn Anziehung zur Form besteht, weiß der*

*Mönch: „Zu der gesehenen Form besteht Anziehung in mir.“ Und wenn keine Anziehung besteht, weiß er: „In mir besteht keine Anziehung.“ Insofern ist die Wahrheit der Lehre deutlich erkennbar, zeitlos gültig, einladend, (zur Leidensüberwindung) führend, von Prüfenden im eigenen Erleben erfahrbar.*

*Hat ein Mönch mit dem Lauscher Töne gehört - mit dem Riecher Düfte gerochen - mit dem Schmecker Schmeckbares geschmeckt - mit dem Körper Tastungen getastet - mit dem Denker Dinge erfahren, so bemerkt er die Töne, Düfte, das Schmeck- und Tastbare und die Denkobjekte, und er merkt Anziehung zu ihnen. Wenn Anziehung zu Tönen, Düften, dem Riech- und Schmeckbaren und den Denkobjekten besteht, weiß der Mönch: „Dazu besteht Anziehung in mir.“ Und wenn keine Anziehung besteht, weiß er: „In mir besteht keine Anziehung.“ - Ebenso weiß er, wenn Abstoßung und Blendung besteht – und wenn sie nicht bestehen. Insofern ist die Wahrheit der Lehre deutlich erkennbar, zeitlos gültig, einladend, (zur Leidensüberwindung führend), von Prüfenden im eigenen Erleben erfahrbar.*

In einem ähnlichen Gespräch (A VI,47) fragt der Wanderasket Moliyasivako den Erhabenen:

*Man spricht da von der deutlich erkennbaren Lehre, o Ehrwürdiger. Inwiefern aber, o Ehrwürdiger, ist die Lehre deutlich erkennbar, zeitlos gültig, einladend, (zur Leidensüberwindung) führend, von Prüfenden im eigenen Erleben erfahrbar?*

Der Erwachte antwortet:

*So will ich dich denn, Sivako, eben hierüber befragen. Wie es dir gut dünkt, magst du antworten. Was meinst*

*du, Sivako, wenn Anziehung in dir ist, weißt du da wohl: „In mir ist Anziehung“? Oder wenn keine Anziehung in dir ist, weißt du da wohl: „In mir ist keine Anziehung“? – Gewiss, o Herr. –*

*Insofern du aber, Sivako, solches weißt, insofern ist eben die Wahrheit der Lehre deutlich erkennbar, zeitlos gültig, einladend, zur Leidensüberwindung führend, von Prüfenden im eigenen Erleben erfahrbar.*

*Was meinst du, Sivako, wenn Abstoßung in dir ist - oder Blendung oder eine mit Anziehung besetzte Erscheinung (dhamma) - oder eine mit Abstoßung besetzte Erscheinung - oder eine mit Blendung besetzte Erscheinung - oder keine mit Anziehung - Abstoßung - Blendung besetzte Erscheinung - weißt du da wohl: „In mir ist dies“? – Gewiss, o Herr. –*

*Insofern du aber, Sivako, solches weißt, insofern ist eben die Wahrheit der Lehre deutlich erkennbar, zeitlos gültig, einladend, (zur Leidensüberwindung führend), von Prüfenden im eigenen Erleben erfahrbar.*

In diesen Gesprächen zeigt der Erwachte: Seine Lehre enthält keine philosophischen Spekulationen und Konstruktionen, sondern nennt psychische Gegebenheiten, Vorgänge, die jeder Mensch unmittelbar bei sich selbst erfahren und darum bei sich beobachten kann, nämlich: ob bei den von den Sinnesdrängen erfahrenen Formen, Tönen usw. Anziehung, Abstoßung oder Blendung zu beobachten ist oder völlige Neutralität. Die Triebe, Tendenzen oder Dränge in den Sinnesorganen lassen den Menschen hungern und lauschen nach den vielfältigen Sinneserlebnissen. Diese latente immerwährende Sucht, die uns innewohnenden körperlichen, seelischen und geistigen Bedürfnisse, Vorlieben und Abneigungen (*rāga* und *dosa*) lösen bei Berührung durch die verschiedenen Objekte unterschiedliche Gefühle aus. Was den inneren Geneigtheiten entspricht, löst Wohlgefühl aus, was den inneren Geneigtheiten

widerspricht, Wehgefühl. Das mit Gefühl besetzte Objekt wird als Wahrnehmung in den Geist eingetragen, und es meldet sich Durst als bewusster Drang im Geist in deutlich spürbarer Zu- und Abneigung: „Hin zu dem Angenehmen, fort von dem Unangenehmen.“ Man weiß also durch die Wahrnehmung im Geist um seine gefühlte Zuneigung zu diesen oder Abneigung gegen jene Objekte und spürt auch die durch die Stärke der Triebe und der Gefühle bedingte Kraft des Durstes, der Zu- oder Abneigung. In diesem Sinn sagt der Erwachte (M 36):

*Da steigt einem unbelehrten Menschen ein Wohlgefühl auf. Durch dieses Wohlgefühl wird er (nach der Sache) begehrlieh (sukha sarajjati), wird von der wohlversprechenden Sache angezogen (sukha sarāga āpajjati).*

Hier ist die eine Seite des Durstes beschrieben: die Anziehung zu den wohltuenden Dingen, die das Ergreifen, die Gefühlsbefriedigung bei den angenehmen Dingen zur Folge hat:

*Wenn er vom Wohlgefühl angezogen ist, dann wird das Herz gefesselt, überwältigt. (M 36) -*

das heißt, die Triebe des Herzens sind durch Befriedigung beim Gefühl mit gleichzeitiger positiver Bewertung in dem Gedanken „das tut wohl“ verstärkt worden, womit die Bindung, die Fesselung an dieses Objekt größer geworden ist. Damit ist der Mensch in Bezug auf dieses Objekt verletzbarer geworden und muss eine etwaige Nichterfüllung des Wunsches um so schmerzlicher empfinden. Das empfundene Wehgefühl weckt die Abneigung (*dosa*) gegen die Verhinderung und ihre Ursachen, weckt den Durst, den Mangel zu beseitigen.

Der Durst mit seinen zwei Seiten: Anziehung - Abstoßung, Zuneigung - Abneigung, ist die Ursache aller vom Menschen ausgehenden Bewegung und Dynamik, die Ursache aller Verwicklungen, Krisen und Katastrophen im Lauf der menschheitlichen Odyssee.

Mit Anziehung und Abstoßung (*rāga* und *dosa*) zusammen nennt der Erwachte auch immer Blendung (*moha*). Was ist Blendung?

Durch jede Berührung der fünf im Körper inkarnierten Sinnesdränge wird der von ihnen erfahrene Gegenstand (Form, Ton usw.) und die Gefühlsantwort der Triebe zusammen (*saññā* - Wahrnehmung) in den Geist eingetragen. Die Dränge in den Sinnesorganen (die zum Ich gezählt werden) äußern Wohlgefühl, wenn das bei ihnen zur Berührung kommende Außengebiet ihnen entspricht, und äußern Wehgefühl, wenn das Ankommende ihnen widerstrebt. Diese Gefühlsurteile der Triebgeschmäcke - Wohlgefühl bei den den Trieben angenehmen Erscheinungen, Wehgefühl bei den den Trieben unangenehmen Erscheinungen - geben ein verzerrtes, entstellendes Bild der „Wirklichkeit“, d.h. des ankommenden einst Gewirkten, das solcherart subjektiv gefärbt, als Wahrnehmung in den Geist eingetragen wird: „Das ist eine angenehme oder unangenehme Sache oder Person.“ Worauf die Triebe stark aus sind, das wird stark, „blendend“ gefühlt und kommt stärker als andere (gleichzeitig wahrgenommene Erscheinungen) in den Geist und bewirkt starke Wahrnehmung. So bestimmen also die Triebe, Neigungen, die Vorlieben und Abneigungen mit dem von ihnen geäußerten Gefühl, gleichviel ob sie gut oder schlecht, schädlich oder nützlich sind, was als erlebt registriert wird und was nicht. Darum bezeichnet der Erwachte die Wahrnehmung als Blendung. Oft kommt es auch vor, dass einem Menschen für sein Leben wesentliche Sinnesangebote entgehen, weil er zu solcher Zeit mit irgendeiner sein Gefühl stark bewegenden Angelegenheit beschäftigt ist.

Ein buddhistisches Symbol für das Gefühl ist das Bild eines von einem Pfeil ins Auge getroffenen Menschen. Dieses Symbol bedeutet 1., dass jedes Gefühl an sich ein Schmerz ist und 2., dass der Mensch mit dem Pfeil im Auge nicht richtig sehen kann - denn das mit dem Objektangebot zusammen ankommende Gefühl lenkt die Aufmerksamkeit nur auf die Ob-



jekte, die stärkere Gefühle ausgelöst haben, wodurch andere Objekte nicht wahrgenommen werden. So bewirken alle mit der Wahrnehmung aufkommenden Gefühle eine „blendende“ Hervorhebung, eben die Blendung (*moha*).

Und wie spürt der aufmerksam prüfende Nachfolger diese Blendung bei sich? Er spürt, wie Zuneigung zu diesem, Abneigung von jenem Gefühle aufkommen lassen, die sich in den Vordergrund drängen, blenden, wodurch z.B. der rechte Anblick von der Unbeständigkeit, Leidigkeit und darum Wertlosigkeit einer Sache in den Hintergrund gedrängt, überrollt wird. Der Geist im Dienst der Triebe bringt Entschuldigungen, Ausreden hervor, um den blendenden Gefühlen, der Stimme des Durstes, der Anziehung und Abstoßung, folgen zu können. Ein Beispiel aus dem zwischenmenschlichen Bereich mag dies verdeutlichen:

Ein Mensch hat deutlich eingesehen, dass er sich zwar im Augenblick befriedigt, aber auf längere Zeit gesehen sich sehr schadet, wenn er aufsteigendem Zorn nachgibt, der gefühlsgeladenen, blendenden, leidenschaftlichen Abstoßung durch das herangetretene Erlebnis folgt und der Anziehung, sich zu entladen, folgt. Abgesehen von der Mehrung seiner Zornneigung durch positive Bewertung ist seine mitmenschliche Umgebung durch Zornausbrüche gekränkt, verletzt. Er macht sich unbeliebt, erfährt Verschlossenheit, Vertrauensentzug, Antipathie. Diesen Zusammenhang hat er als leidvoll erfahren und eingesehen. In der akuten Situation aber, in der er die blendenden Gefühle des Zorns spürt, die starke Abstoßung von dem Vor-gefallenen und die Anziehung zur Entladung, da bringt der Geist auf Grund der starken blendenden Gefühle Ausreden vor, die eine Entladung gutheißen, Gefühlsurteile, die seine in nüchternen Beobachtung gewonnenen Einsichten über die schädlichen Folgen von Zornausbrüchen verblassen lassen.

Wenn der nüchtern Prüfende merkt: „Bei diesen Sinneserfahrungen steigen triebbedingte, blendende Gefühle auf, die die richtigeren Einsichten verdrängen wollen“, dann weiß er, dass er mit dieser Beobachtung bei sich selber, dem Herd aller

Erscheinungen, ist, und er erkennt die Richtigkeit und Gültigkeit der vom Erwachten genannten Zusammenhänge: Durch Berührung der Sinnesdränge mit Objekten entsteht Gefühl. Durch die Eintragung der blendenden Gefühlsurteile in den Geist entsteht Durst, Bestimmtes haben oder abstoßen zu wollen, oft von solch starker Kraft, dass er den Unachtsamen zu falschem Handeln gegen seine Interessen veranlasst.

Über die sechsfache Erfahrung der Sinnendränge bis zum Durst, dem Spürbarwerden von Anziehung, Abstoßung und Blendung im Geist, ist in den Lehrreden so häufig die Rede, dass der westliche Mensch leicht von ihrer Wiederholung abgestoßen werden kann und von daher ihre umfassende Bedeutung nicht recht bewertet. Wir dürfen aber nicht vergessen, dass wir keinen Augenblick unseres wachen Lebens ohne sinnliche Erfahrungen sind, die ständig einen Erleber und angenehm oder unangenehm Erlebtes entwerfen, wodurch Zuneigung und Abneigung aufkommen, die unser Wollen, Denken, Planen und Handeln bestimmen. Meistens haben wir, ehe wir unsere Absichten prüfen können, schon wieder neue Sinneseindrücke, die uns fesseln, die wieder neue Zu- und Abneigungen in uns aufkommen lassen, so dass wir fast nur den stärksten Zuneigungen oder Abneigungen folgen und uns in dem ununterbrochenen Gewoge und Gewühl unserer Empfindungen und Wünsche nur mühsam einen Weg zur Erfüllung unserer Aufgaben bahnen. Ja, auch bei deren Erfüllung sind wir wiederum ununterbrochen von Anziehung und Abstoßung bewegt.

Indem diese automatischen Abläufe bei uns vorgehen, merken wir sie meistens nicht, sondern haben unsere Aufmerksamkeit auf die Erreichung der durch die Sinnesdränge erfahrenen angenehmen Dinge und auf die Vermeidung der unangenehmen Dinge gerichtet. Wir sind dann also keine Beobachter des Inneren, sondern süchtig Getriebene, nach außen orientierte „Weltgänger“.

In dem Maß aber, wie wir das Aufkommen von Anziehung und Abstoßung oder manchmal auch der von Anziehung und

Abstoßung freien stillen Beobachtung dieser Vorgänge bei uns feststellen, in dem gleichen Maß auch sind uns die vom Erwachten dargelegten existentiellen Wahrheiten erkennbar, erkennen wir ihren zeitlosen, und das heißt in allen Situationen immer gültigen Charakter. In welcher Situation wir auch sind, zu welcher Zeit auch immer: Anziehung und Abstoßung spüren wir. So wie vor 2500 Jahren die Inder von Anziehung und Abstoßung und Blendung bewegt wurden, so werden wir heute ebenso davon bewegt - zeitlos. Die Wahrheit dieser existentiellen Vorgänge ist für den Beobachter jederzeit nachprüfbar.

Und das ist das Einladende an der Lehre des Erwachten: „Komm und sieh selbst, überzeuge dich durch eigene Erfahrung von der Tatsache deiner Triebe und der Möglichkeit ihrer Verbesserung durch rechtes Denken und erlebe dadurch Erhellung deiner Wahrnehmung.“

Unsere Leidenschaften, Triebe, Tendenzen, die den Menschen eine schlechte Laufbahn, ein Leben voll Dunkelheiten und Leiden bringen - diese Leidenschaften lassen uns die Objekte ihres Begehrens verlockend erscheinen. Wenn wir diese Verlockung merken, wissen, dass der Eindruck der Verlockung nur durch Anziehung, Abstoßung zustande kommt, dass diese Dinge und ihre Pflege in Wirklichkeit uns in Leiden und Kümmernisse bringen und nach dem Tod in Dunkelheit, dann ist in unserem Geist das Bewusstsein des lockenden Charakters zurückgetreten, abgeblasst und das Bewusstsein von den gefährlichen Folgen, von ihrem Leidenscharakter deutlicher geworden.

Wenn ein sonst von Anziehung, Abstoßung, Blendung stark Bewegter sich zu einer von Anziehung freien Zeit diese belastenden Folgen vor Augen führt, dann wundert er sich über seine „frühere“ Bedürftigkeit. Aber er wird erfahren: Es braucht nur diese und jene Situation einzutreten, und sofort besteht jedes Mal wieder die Gefahr der Gefühlserissenheit. Doch ist diese um einige Kraftimpulse schwächer, wenn die belastenden Folgen schon öfter deutlich gesehen wurden. Der Glanz, den die Gefühle über das Begehrte gegossen haben, ist

etwas blasser geworden, der Durst ist um einiges gemindert. Und wenn der wahre Nachteil einer begehrten Sache hinter dem Scheinvorteil gar öfter gesehen und dieser Anblick gepflegt wird, dann gibt es lange Zeit noch Konflikte zwischen der Anschauung und den Trieben, aber jeder Vollzug der entlarvenden Einsicht, der offenen, vor sich selbst ehrlichen Einsicht und Bewertung, dass der Durst mit Anziehung und Abstoßung schädlich ist, wandelt den Bezug allmählich deutlich sichtbar. Die verborgen im Herzen liegende und manchmal in ganzer Wucht sich meldende Leidenschaft, Anziehung und Abstoßung, ist um einen kleinen Grad schwächer geworden. Der Grad der Abschwächung ist fast nicht zu merken, ist nur ein „Sandkörnchen“, aber die Häufigkeit solcher Betrachtungen macht diese Leidenschaft immer schwächer, immer geringer. Und damit verliert sie immer mehr den zwingenden, drängenden Charakter, und der Mensch wird in sich selbst ruhiger, klarer, besonnener, heller, und dadurch werden all die üblen Taten, Worte und Gedanken vermieden, die aus den Leidenschaften hervorgehen würden.

Wenn der Mensch das automatische Wirken der Triebe bei dem Zustandekommen von Wahrnehmung und Durst durchschaut, dann erfährt er eine leise, aber endgültige geistige Trennung von diesen Trieben, mit welchen er bisher eins zu sein glaubte: Sie, die vorher zum Ich-bin gezählt wurden, werden ihm jetzt zum Objekt, ja, zu Feinden seiner Heilsbestrebungen. Es tritt ein feiner Bruch der Identifikation ein, und er fühlt dadurch in seinem Geist eine Freude, ein Wohlgefühl, das nicht durch Berührung eines der fünf Körpersinne aufkommt, sondern aus seiner geistigen Einsicht: So komme ich zu dem Wohl, das über allem abhängigen Wohl steht.

Wenn der Mensch sich nun in die Stille zurückzieht, um den blendungsfreien Anblick wieder zu gewinnen, so tut er es gern, weil bereits ein Neigungsgefälle zu diesen Erfahrungen und Einsichten eingetreten ist. Dieser Vorgang ist ebenso gesetzmäßig bedingt wie die Sucht nach Triebbefriedigung, aber er führt aus Leiden zum Heil. Insofern wird von der Lehre des

Erwachten, von der Darlegung der Wahrheit gesagt, dass sie zur *Leidensüberwindung führt*, nämlich aus allem schmerzlichen, da unbeständigen Geworfensein heraus – immer mehr hin zu Frieden und Sicherheit.

„GEHT NICHT NACH TRADITION;  
NACH HÖRENSAGEN...“

DIE REDE AN DIE KĀLĀMER  
„Angereichte Sammlung“ (A III,66)

### Vorbemerkungen

Der Buddha hatte es bei seinen Diskussionen und Unterweisungen vorwiegend mit drei Gruppen von Menschen zu tun: Einmal mit denkgewohnten und denkgeübten Philosophen, Priestern und solchen, die mit den verschiedenen Weltanschauungen im Ganzen und im Einzelnen bekannt und vertraut waren und sich oft von einer hohen Moral leiten ließen, also mit der Elite der damaligen Menschen. Ferner mit dem Gros der Bürger mit mehr oder weniger milieubedingten und milieugeprägten Auffassungen, die oft zwar ebenfalls sehr denkgeübt, aber mit den verschiedenen Denkformen und Weltanschauungen nicht so vertraut waren. Endlich mit seinen Mönchen, Nonnen und im Haus lebenden Anhängern, also mit denjenigen, die sich nach gründlicher Prüfung endgültig unter die Führung des Erwachten und seiner Lehre gestellt hatten.

So hatte der Erwachte mit Edlen und Unedlen, Klaren und Unklaren, mit solchen, die ihn noch nicht kannten und anerkannten, zu tun und ebenso mit solchen, die ihn und seine Lehre kennen gelernt hatten und sich völlig zu ihm bekannten und ihm ganz vertrauten. Da ist es verständlich, dass sich der Erwachte gegenüber Menschen mit so unterschiedlichem Verstehen und unterschiedlicher Einstellung auch sehr unterschiedlich zu äußern hatte.

Wenn auch aus allen überlieferten Berichten hervorgeht, dass sich weder Freund noch Feind der Macht seiner Persönlichkeit entziehen konnte, so wurden dennoch von den Menschen der ersten Gruppe oft starke und kühne Behauptungen den Aussagen des Erwachten gegenübergestellt, und es bedurfte zur Klärung eines meistens scharfen Rededuells, in welchem der Erwachte gleichbleibend ruhig und sicher blieb,

während der Gesprächspartner manchmal hitzig, übermütig, frech und hernach verlegen wurde, so dass der Erwachte sowohl vor dem Gesprächspartner wie auch vor dem oft großen und erlesenen Hörerkreis ganz unzweideutig das Feld behauptete.

Den Menschen der zweiten Gruppe standen intellektuelle Prüfungsmittel dieser Schärfe meistens nicht zur Verfügung, darum waren sie dem Erwachten gegenüber oft misstrauischer oder – wenn sie ihrem Gefühl folgten – manchmal auch vertrauender. Während der ersten Gruppe oft Vernunft und Gefühl in feiner Abstimmung als Maßstab zur Verfügung stand, überwog hier in der zweiten Gruppe oft das Gefühl. Die Gespräche mit diesen Menschen mussten natürlich ganz anders geführt werden, und wir werden hernach sehen, wie sich der Erwachte verhielt, um ihnen nicht das beklemmende Gefühl zu geben, vor unbegreifbar hohen Aussagen zu stehen.

Nur für die Mönche, Nonnen und Anhänger war der Erwachte Autorität. Die Mönche und Nonnen waren diejenigen, die ihm ursprünglich vorwiegend in der ersten, aber auch in der zweiten Gruppe begegnet waren und die aus diesen Begegnungen zu der Gewissheit gekommen waren, dass der Erwachte die Wahrheit über die Wirklichkeit sagte und dass er den Weg aus den Bindungen zur Freiheit wüsste und dass er in der Lage wäre, demjenigen, der seiner Anleitung folgte, herauszuhelfen in die Freiheit. Da bei diesen Menschen die Hemmungen des Zweifels und der Skepsis überwunden waren, so konnte der Erwachte sie in feiner, Schritt für Schritt vorgehender Unterweisung zu fortschreitendem inneren Wachstum führen.

Die nachfolgende Lehrrede ist ein Gespräch des Erwachten mit brahmanischen Hausleuten, also mit Vertretern der zweiten Gruppe, mit Menschen also, die sich zu der Hauptreligion bekannten, die zur Zeit des Erwachten in Indien herrschte, die aber nichtsdestoweniger mit jener ganz Indien durchziehenden Toleranz über wichtige und entscheidende Lebensfragen jeden

anhören mochten, der ihnen nach seinem Auftreten, nach seinem Wissen und Wandel anhörens-wert erschien.

Die Kālāmer suchen den Erwachten auf

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit kam der Erhabene auf seiner Wanderung im Kosalerlande zusammen mit einer großen Schar von Mönchen zu einer Stadt der Kālāmer namens Kesaputta. Es vernahmen nun die Kālāmer aus Kesaputta die Kunde: „Der Asket Gotamo, der Sakyersohn, der aus dem Sakyergeschlecht in die Hauslosigkeit zog, ist in Kesaputta eingetroffen.“*

In den meisten Berichten sehen wir, dass der Erwachte nicht in den Ort hineingeht. Er drängt sich nie und nirgends als Lehrer auf, sondern weilt in der Nähe eines Ortes im Wald oder in einem privaten Park, der ihm als Aufenthalt angeboten wurde, oder in den früher in Indien üblichen von den Bürgern gebauten Versammlungshallen für Pilger und Mönche, zu denen dann die Bürger mit ihrer Wahrheitssuche kamen.

Darin haben wir ein unauffälliges Zeichen der tiefen Erfahrung des Buddha. Er hat immer nur da gesprochen, wo Menschen fragend an ihn herantraten, und hat auch diesen Menschen immer nur so weit Wahrheit gesagt, wie sie es wissen wollten. Das ist einer der Gründe, weshalb er so viele Anhänger gewinnen konnte und sein Leben ganz ohne Verfolgung und Streit verlief, bis er im Alter von über achtzig Jahren im großen Kreis verehrender Mönche und Bürger seinen Aufenthalt in der Welt in Frieden abschloss. Die Kālāmer sagten zueinander:

*Diesem ehrwürdigen Gotamo aber geht überall der wunderbare Ruf voraus: „Er ist der Erhabene, Heilgewordene, vollkommen Erwachte, der im Wissen und*



*Wandel Vollendete, der zum Heil gekommene Kenner der Welt. Er ist der unübertreffliche Lenker derer, die erziehbar sind, ist Meister der Götter und Menschen, erwacht, erhaben. Er hat diese Welt samt ihren Geistern, den weltlichen und den reinen, samt ihren Scharen von Asketen und Priestern, Göttern und Menschen, in unbegrenzter Wahrnehmung selber durchschaut und erfahren und lehrt sie uns kennen. Er verkündet eine Lehre, die nach Inhalt und Ausageweise schon von Anfang an hilfreich zum Guten führt und mit ihrer letzten Aussage ganz hinführt zum Heilsstand. Er führt den vollständig abgeschlossenen, lautereren Reinheitswandel in der Welt ein. Glückliche, wem es vergönnt ist, einen Heiland von solcher Art zu erleben.“*

Der Buddha war also zu dieser Zeit in Indien schon berühmt. Das liegt nicht nur daran, dass er schon längere Zeit lehrte, sondern liegt weit mehr an seiner Größe und Klarheit. Ein mittelmäßiger Lehrer kann Jahrzehnte durch die Lande ziehen, wird aber schnell wieder vergessen. Aber einer, der noch nie in einem Redestreit besiegt worden ist und der vor allem, wie es Zeugen berichten (M 27), auch nie als Sieger dastehen wollte, sondern die Gesprächspartner, die ihm oft mit wohlsonnenen Fangfragen Fallen stellen wollten, nur versöhnte, befriedete und beglückte, so dass sie fast immer zu ihm übertraten – das ist eine seltene und eine wohltuende Erscheinung in der Welt, eine Sonne am geistigen Himmel. Darum waren auch bald schon die besten Denker und Wahrheitssucher aus den ersten Häusern seine Anhänger geworden, und viele von ihnen waren als Mönche in seinen Orden getreten. Dieser Vorgang hat natürlich auch deren Familien aufgerüttelt, und so ging bald durch die ganze Oberschicht und von daher durch alle Schichten der Bevölkerung in Indien ein Raunen über die geistige Größe dieses Buddha, dessen Mönche vorwiegend zur Elite des Landes gehörten.

*Und es begaben sich die Kālāmer aus Kesaputta dorthin, wo der Erhabene weilte. Dort angelangt, brachten einige dem Erhabenen ihre Verehrung dar und setzten sich zur Seite nieder; einige begrüßten den Erhabenen und setzten sich zur Seite nieder; einige streckten ihre zusammengelegten Hände dem Erhabenen entgegen und setzten sich zur Seite nieder; einige gaben Namen und Familie kund und setzten sich zur Seite nieder; einige setzten sich schweigend zur Seite nieder. Zur Seite sitzend, sprachen nun die Kālāmer aus Kesaputta zum Erhabenen:*

*Es kommen da, o Herr, Asketen und Brahmanen nach Kesaputta; die lassen bloß ihre eigenen Auffassungen leuchten und glänzen, die Auffassungen anderer aber verachten und verwerfen sie, beschimpfen und schmähen sie. Wieder andere Asketen und Brahmanen kommen nach Kesaputta, und auch diese lassen bloß ihre eigenen Auffassungen leuchten und glänzen, und die Auffassungen anderer verachten und verwerfen sie, beschimpfen und schmähen sie. Da sind wir denn, o Herr, im Zweifel, sind im Unklaren, wer wohl von diesen Asketen und Brahmanen Wahres und wer Falsches lehrt. –*

*Recht habt ihr, Kālāmer, dass ihr da Zweifel hegt und im Unklaren seid. In einer Sache, bei der man wirklich im Unklaren sein kann, ist euch Zweifel aufgestiegen.*

#### Vier unsichere Wege zur Wahrheitsfindung

*Geht, Kālāmer, nicht nach alten Berichten und Traditionen (1),  
nicht nach Überlieferungen und Hörensagen,  
nicht nach der Autorität heiliger Schriften,*

*geht nicht nach bloßen Vernunftgründen, logischen Schlüssen, nach bevorzugten Prinzipien oder Meinungen (2),*

*geht nicht nach gründlicher Untersuchung einer Anschauung (3),*

*geht nicht nach einer vielversprechenden Erscheinung oder der Autorität eines Meisters (4),*

*sondern:*

*Wenn ihr selbst erkennt: ‚Diese Dinge sind unheilsam, sind verwerflich, werden von Verständigen getadelt und führen zu Unheil und Leiden‘, dann, Kālāmer, solltet ihr sie lassen. –*

#### 1. Die Tradition (Autorität heiliger Schriften) ist unsicher

Das Pāliwort für „Tradition“ „*anussava*“ bedeutet wörtlich „nach und nach immer wieder hören“, und das ist ja das, was wir unter „Überlieferung“ verstehen. Was man von Kind an, also von der Zeit her, in der man selber noch nichts weiß, die Älteren berichten hört über das Leben und über die Welt und wie man die Älteren handeln und sich verhalten sieht, das nimmt das unwissende Kind als Information auf und macht es nun zu einem Teil seiner Anschauung und zu seinem Vorbild.

Zwar hat jedes Kind seinen besonderen persönlichen Zuschnitt, durch den es für viele Umwelteindrücke uninteressiert und geradezu blind bleibt, während es für andere wieder größte Aufmerksamkeit und Aufnahmebereitschaft mitbringt – und dieser Zuschnitt bewirkt bei jedem Kind eine andersartige Auslese aus dem Umweltangebot, so dass nie alles Vermeinen und Verhalten der Alten auf die Jungen übertragen wird – aber immer doch ist die Lebens- und Auffassungsweise der Alten der Fundus, aus welchem die Jüngeren die äußeren Eindrücke empfangen.

So gesehen ist alle Tradition oder Überlieferung an sich ein geistiger Mechanismus, durch den Ansichten und Verhalten

der Alten in die Jungen geradezu hineinfließen, denn da die eben ins Menschenleben Hineingeborenen selbst noch nichts vom Leben kennen, so wenden sie sich mit Beobachten und mit Fragen an die Menschen, die „schon da sind“. Durch Beobachtung des Verhaltens der Alten gewinnen sie Erfahrung, und durch ihr Fragen gewinnen sie Belehrung. Daran zeigt sich, dass die Überlieferung, also das durch die Sinne, Sehen und Hören, Übernommene, einen großen Anteil an dem Wissen und Verhalten der neuen Geschlechter hat.

Wie groß dieser Anteil in Bezug auf unser Problem ist, erkennen wir leicht, wenn wir bedenken, dass hier im Abendland in den vergangenen Jahrhunderten der junge Mensch die Alten meistens von Gottes Schöpfung sprechen hörte sowie von der Erlösungstat Jesu, von ewiger Seligkeit und ewiger Verdammnis und von der für die Heilsgewinnung entscheidenden Bedeutung des Glaubens und des tugendhaften Wandels, so dass dies zu einer der prägenden Richtlinien für seine Lebensführung wurde. Diese Vorstellung blieb durch den geistigen Mechanismus der Überlieferung von Generation zu Generation erhalten, ganz unabhängig von der Frage, ob sie richtig ist, Wahrheit oder Irrtum.

Ganz ebenso aber hören viele heutige junge Menschen allein darum, weil sie nicht früher, sondern in der heutigen Zeit geboren sind, fast nichts von diesen über das hiesige Leben hinausweisenden Dingen, sondern bekommen als Hauptwegweisung, dass man mit möglichst viel Genuss, mit möglichst viel Besitz am besten durch dieses Leben komme bis zum Tod und dass mit dem Tod Schluss sei. Diese Auffassung geht heute durch den geistigen Mechanismus der Überlieferung von Generation zu Generation, ganz unabhängig von der Frage, ob sie richtig ist, Wahrheit ist oder Irrtum.

So wie das Kind in früherer Zeit ganz ohne eigenes Bemühen ein Weltbild übermittelt bekam, das die Transzendenz, das Leben über den Tod hinaus, als wichtigsten Bestandteil des Lebens mit einbezog – ganz ebenso erlebt und erfährt das heute geborene Kind ebenfalls ohne Anstrengung von allen Seiten

der Verwandten und Freunde ein Weltbild, das nach keiner Seite über die körperliche Existenz hinausweist.

Bei dieser Betrachtung zeigt sich die tiefe Bedeutung der Feststellung des Buddha, dass man sich auf die Überlieferung, auch auf die Autorität heiliger Schriften, allein nicht verlassen dürfe, denn durch Überlieferung könne man auch an Lehren kommen, die hohl und leer, also falsch sind und darum ins Elend führen.

## 2. Vernunft, Logik, bevorzugte Prinzipien, Urteile sind unsicher

Aus den in der ersten Lehrrede der „Längeren Sammlung“ überlieferten Ausführungen geht hervor, dass der Erwachte darunter jene Haltung versteht, die wir im Westen „Rationalismus“ nennen, die von der Auffassung ausgeht, dass allein das klare nüchterne Denken durch rechtes Folgern und Schließen fähig sei, die ganze Wahrheit über das Dasein zu finden, das „Welträtsel“ zu lösen. Diese philosophische Richtung hat in den verschiedenen Kulturen immer wieder ihre Hochzeiten, weil es immer Menschen gibt, die sich vorrangig auf ihren Geist verlassen.

Wir wissen, dass wir ohne unseren Geist, ohne unsere Fähigkeit des Denkens, Folgerns und Schließens bei den Aufgaben und Problemen unseres Alltagslebens gar nicht zurechtkommen würden, aber eine ganz andere Frage ist, ob das Mittel des Denkens, die „ratio“, geeignet ist, die letzte Wahrheit, die umfassende Wahrheit über das Ganze des Daseins zu finden. Der Erwachte weiß, dass die Wesen immer nur über dasjenige nachdenken können, was durch ihre bisherigen Erlebnisse in den Geist hineingelangt ist. Und da der normale Mensch eben hauptsächlich die sinnliche Wahrnehmung kennt und alle Erlebnisse nur durch sinnliche Wahrnehmung gewinnt, so befindet sich in seinem Geist nichts anderes als die tausend Dinge, die zusammen „die Welt“ ausmachen samt dem Ich als dem Erleber der Welt. Darum ist auch die gesamte

denkerische Wahrheitssuche gebunden an das durch die sinnliche Wahrnehmung entworfene Kommen und Gehen in Raum und Zeit, und darum fragt sie nach Anfang und Ende dieser Welt, nach ihren räumlichen Grenzen, ihren inneren Grenzen, der Herkunft des Menschen in der Welt und dergleichen mehr.

Die gesamte Lehre des Buddha ist aber durchzogen von der einen vielfältig akzentuierten Aussage, dass die sinnliche Wahrnehmung, durch welche wir eine Welt wahrnehmen und in ihr uns selber wahrnehmen, *eine Blendung, eine Krankheit* ist, bedingt durch die seelischen Belastungen „Gier und Hass“. Der Erwachte vergleicht die durch diese krankhafte sinnliche Wahrnehmung dem Menschen erscheinende Welt mit einer Luftspiegelung, und das heißt ja, dass dahinter keine Wirklichkeit steht, sondern nur die seelische Krankheit „Gier und Hass“ diese Welt mit ihren Freuden und Schrecken und allen Veränderungen erscheinen lässt (Blendung) wie einen Fiebertraum.

Es geht also nicht darum, über diese durch Fieberkrankheit, durch Delirium dem Geist erscheinende Welt nachzudenken, sie auf die ihr innewohnende Gesetzmäßigkeit hin zu durchforschen – was meistens ja doch nach Prinzipien und bevorzugten Meinungen geschieht –, sondern darum, von der seelischen Krankheit zu genesen, also Gier und Hass aufzuheben, gesund zu werden, den Stand des Heils zu gewinnen, wodurch die gesamte gespiegelte Dramatik zur Ruhe kommt. Darum ist die gesamte Wegweisung des Buddha auf das Ziel der Genesung von der krankhaften Weltwahrnehmung gerichtet.

### 3. In Ansichten gründlich Einblick zu nehmen, ist unsicher

Weil jeder Mensch immer nur so denken und spekulieren kann, wie es seine subjektiven geistigen und psychischen Fähigkeiten ihm ermöglichen, so sind alle Philosophien geprägt von der Mentalität ihrer Erzeuger, und man kann in ihren Produkten ihre Mentalität wiedererkennen. Schon darum bleiben sie immer nur Meinungen und können nie als Mitteilungen

über das wahre Sein angesehen werden. Darum führt alles Untersuchen, Sich-Aneignen und Vergleichen von Ansichten nicht zur Wahrheitfindung.

In einer der größten und umfassendsten Lehrrede der „Längeren Sammlung“ (D 1) nennt der Erwachte die Bedingungen für das Zustandekommen aller je in der Welt aufkommenden Religionen und Weltanschauungen. Dort unterscheidet der Erwachte drei verschiedene Quellen für die gesamten religiösen Aussagen in der Welt und sagt ausdrücklich, dass es keine weiteren gebe.

Die primitivste Quelle ist die des philosophischen Spekulierens, Grübelns und Erwägens, an welcher keinerlei über die normale sinnliche Erfahrung hinausgehende geistige Erfahrung Anteil hat. Diese Quelle gilt als grobes, blindes Vermeinen.

Als zweite Quelle der unterschiedlichen Weltanschauungen und Religionen nennt der Erwachte alle Grade teilweiser geistiger Erfahrung.

Als dritte Quelle nennt der Erwachte dann die vollkommene Erwachung, den vollkommenen, lückenlosen Durchblick durch die gesamte Existenz, wie ihn der vollkommen Erwachte gewonnen hat, also die Allwissenheit. Alle vollkommen Erwachten sind in ihrer Weisheit vollkommen gleich, und darum stimmen ihre Lehren vollkommen überein und führen darum auch den Nachfolger zur vollkommenen Erwachung.

Diese Dreiteilung lässt erkennen, worum es geht: Die entscheidende Auskunft über Wesen, Struktur der Existenz und über den Zusammenhang der inneren und äußeren Entwicklungen kann nur derjenige erwerben und anderen mitteilen, der die gesamte Existenz in allen ihren Bereichen und Schichten durchschaut und damit ihre Struktur und ihr Gesetz erkannt hat. Nur ein solcher sieht aller Wirkungen Ursachen und braucht darum nicht Vermutungen, Ansichten über die Ursachen zu hegen. Das Wissen eines solchen ist das Abbild der Existenz selbst. Und da er all ihre Bedingungen kennt, so kennt er auch das Bedingungslose und kennt auch die Mög-

lichkeit, vom Bedingten zum Bedingungslosen, zur Freiheit, zu kommen. Diese vollkommene Durchschauung der Existenz in ihrer Totalität, das ist die vollkommene Erwachung.

Die aber die Existenz über die sinnliche Wahrnehmung hinaus nur teilweise durchschauen, die erfahren mancher Wirkungen Ursachen, und anderer Wirkungen Ursachen erfahren sie nicht; darum müssen sie über die nicht erfahrenen Ursachen Vermutungen anstellen, Ansichten, Meinungen bilden. Diese können richtig und können falsch sei. Und der Erwachte zeigt in D 1, wie von solchen, die im Besitz teilweiser geistiger Erfahrungen sind, solche Weltanschauungen und Religionen entwickelt und gelehrt werden, in denen Teilwahrheiten mit falschen Vermutungen verbunden sind zu irrigen Lehren, die nicht zum Heil führen können.

Daneben sind die philosophischen Spekulationen, denen keinerlei geistige Erfahrung zugrunde liegt, vollkommen bedeutungslos, denn sie tragen den Stempel der Ratlosigkeit ihrer Gründer in sich, sie sind außerdem voller Widersprüche, in die es sich nicht lohnt, Einblick zu nehmen.

Über das Zustandekommen von Irrlehren auf Grund einer falschen Deutung ihrer teilweisen geistigen Erfahrungen sagt der Erwachte (D 1):

*Es gibt, ihr Mönche, manche Asketen und Priester, die Ewigkeit behaupten, die Seele und Welt als ewig auslegen nach vier verschiedenen Standorten. Diese lieben Asketen und Priester, worauf gründen sich die, worauf stützen sich die und behaupten Ewigkeit, legen Seele und Welt als ewig aus nach vier verschiedenen Standorten?*

Der Erwachte spricht hier von Irrlehren, weil sie die Ewigkeit von Seele und Welt behaupten. Der Erwachte zeigt, wie wir in der Beobachtung der fünf Zusammenhäufungen erkennen können, dass es wohl seelische, psychische Erscheinungen gibt, dass sich diese aber ununterbrochen wandeln und dass es darum eine ewige Seele nicht gibt.



Ebenso lehrt der Erwachte und können wir selber erkennen, dass es wohl weltliche Erscheinungen gibt, dass diese sich aber ununterbrochen wandeln und somit eine ewige Welt nicht besteht. – Der Erwachte zeigt im Folgenden, worauf sich diejenigen Priester und Asketen stützen, welche da eine ewige Seele und eine ewige Welt behaupten, und wir werden daraus erkennen, dass solche Behauptung nie von vollkommen Erwachten kommen kann, sondern nur von teilweiser geistiger Erfahrung und aus philosophischer Spekulation.

*Da hat irgendein Asket oder Priester in heißem und stetem Kampf, in ernster Übung, in unermüdlichem Eifer, mit gründlicher Aufmerksamkeit eine Einheit des Gemütes erreicht, in der er sich geeinten Herzens an manche verschiedenen früheren Daseinsformen erinnert, als wie an ein Leben, dann an zwei Leben, dann an drei Leben, dann an vier Leben, dann an fünf Leben, dann an zehn Leben, dann an zwanzig Leben, dann an dreißig Leben, dann an vierzig Leben, dann an fünfzig Leben, dann an hundert Leben, dann an tausend Leben, dann an hunderttausend Leben:*

*„Dort war ich, jenen Namen hatte ich, jener Familie gehörte ich an. Das war mein Stand, das mein Beruf, solches Wohl und Wehe habe ich erfahren. So war mein Lebensende.*

*Dort verschieden trat ich anderswo wieder ins Dasein: Da war ich nun, diesen Namen hatte ich, dieser Familie gehörte ich an. Dies war mein Stand, dies mein Beruf, solches Wohl und Wehe habe ich erfahren, so war mein Lebensende.*

*Da verschieden, trat ich hier wieder ins Dasein“: So erinnert er sich mancher verschiedenen früheren Daseinsform mit je den karmischen Zusammenhängen und Beziehungen.*

Wir sehen, dass es sich hier um einen Menschen handelt, der durch weit fortgeschrittene innere Läuterung die Fähigkeit erworben hat, sich vieler vergangener Daseinsformen zu erinnern, dass er also weitgehend über die gegenwärtige sinnliche Wahrnehmung, die uns zwischen Geburt und Tod unseres

gegenwärtigen Leibes gefangen hält, hinausgeschritten ist und in dieser Verfassung nun sieht und sich erinnert, wie er im vorigen Leben und in dem Leben davor und so weiter über Hunderttausende von Leben geboren wurde, gewandelt war, Freud und Leid erlitten hat, wie er starb und wie er danach weiterwanderte in die nächste Daseinsform und so fort. Solches Übersteigen der sinnlichen Wahrnehmung ist eine teilweise geistige Erfahrung.

*Der sagt sich nun: „Ewig ist Seele (attā) und Welt (loko), starr, gibelständig, grundfest gegründet; und diese Wesen wandern um, wandeln um, verschwinden und erscheinen wieder: es ist eben immer dasselbe.“*

Wir sehen hier deutlich den Unterschied zwischen dem, was er selbst eindeutig gesehen und erfahren hat, und der Deutung, welche er seiner Erfahrung gibt. Er hat nicht etwa eine ewige Seele gesehen, sondern hat vielmehr, als er sich seiner vorigen Leben erinnerte, gemerkt, dass es sein voriges Leben war, und ebenso, dass es sein vorvoriges Leben war und so fort. Diese Tatsache hat er überzeugend erfahren, aber nicht hat er eine ewige Seele gesehen, weder in seiner jetzigen Existenz noch in irgendeiner seiner vorherigen. Er vermutet nur, dass diesem wandelbaren Strom eine ewige Seele zugrunde läge, hat sich diese Ansicht zu eigen gemacht.

Dabei gibt es in seiner jetzigen Existenz in ihm und an ihm nichts, das auch in irgendeiner seiner früheren Existenzen ganz genau ebenso gewesen wäre. Das Einzige an seiner jetzigen Existenz, das all seine früheren Existenzen umfasst, das ist sein Gedächtnis. Dasselbe Gedächtnis, das sich des gegenwärtigen Lebens erinnert, das zeigt auch die früheren Leben auf. Darum ist das Gedächtnis die einzige Erscheinung an seiner gegenwärtigen Existenz, die auch die früheren Existenzen mit umfasst.

Aber dieses Gedächtnis war noch ein Leben zuvor etwas geringer, weil es damals noch nicht das jetzige Leben enthielt.

Ebenso war das Gedächtnis alle weiteren Leben vorher stets entsprechend geringer. So entwickelt und verändert sich also auch das Gedächtnis ununterbrochen, und so kann sein jetziges Gedächtnis auch noch nicht seine zukünftigen Leben enthalten.

Daran sehen wir, dass selbst das Gedächtnis, die einzige Instanz, welche um die gesamten Daseinsformen weiß, sich ununterbrochen verändert.

*Und woher weiß ich das? Ich hatte ja in heißem und stetem Kampf, in ernster Übung, in unermüdlichem Eifer, mit gründlicher Aufmerksamkeit eine Einheit des Gemütes erreicht, in der ich mich an manche verschiedene frühere Daseinsform, an viele hunderttausend Leben mich erinnert habe. Daher weiß ich jetzt, dass Seele und Welt ewig sind, starr, gibelständig, grundfest gegründet; und die Wesen wandern um und wandeln sich um, verschwinden und erscheinen wieder: es ist eben immer dasselbe.*

Wir sehen die große Überzeugungskraft, welche solcher Rückerinnerung innewohnt. Weil dieser Erfahrene sich nicht etwa Fantasien macht über seine früheren Leben, sondern weil er sich ihrer wirklich völlig klar erinnert, darum hat er mit Recht die feste Überzeugung, dass dies seine früheren Leben seien. Und weil er von der Realität dieser früheren Leben mit Recht vollkommen überzeugt ist, darum wird nun der Irrtum, der aus der Deutung erwachsen ist und den er unmerklich in sein Weltbild mit aufnimmt, der Irrtum über eine ewige Seele, ebenfalls zu seiner festen Überzeugung, und wir können uns vorstellen, wie ein solcher Lehrer auf seine Anhänger wirken muss, der von sich selber weiß und von dem auch die Anhänger überzeugt sind, dass er seine früheren Existenzen wahrhaftig sieht. So geht aus teilweiser geistiger Erfahrung ein Gemisch aus Irrtum und Wahrheit hervor, welches oft darum so gefährlich ist, weil es mit großer Überzeugungskraft vorgetra-

gen wird. Sich mit solchen Ansichten gründlich zu beschäftigen, lohnt nicht, führt nicht zu dem gewünschten Ergebnis der Wahrheitsfindung.

Als zweiter Standort wird derjenige genannt, der von Asketen und Priestern eingenommen wird, die sich bis zu zehn Weltenentstehungen und -Vergehungen erinnern, und als dritter Standort der von solchen Asketen und Priestern, welche sich bis zu vierzig Weltenentstehungen und -Vergehungen erinnern. Diese Beschreibung ist nur eine Steigerung der vorher geschilderten Rückerinnerung. Im Lauf eines Äons, eines Weltenzyklus, eines Weltenbestandes lebt man viele Hunderttausende von Leben, in denen man immer wieder eine andere Wahrnehmung von Ich und Welt hat. Aber obwohl sie diese Wandlungen sehen, glauben sie doch an eine ewige Seele und an eine ewige Welt.

Diese Asketen und Priester haben das Wissen des normalen Menschen in einer unvorstellbar weitreichenden Weise überschritten, aber sie haben trotzdem den Fehler der normalen Menschen beibehalten, indem sie die unendliche Kette der Erscheinungsfolgen mit stets sich wandelnden Erscheinungen für den Vorgang an einer ewigen Substanz ansahen, obwohl sie diese ewige Substanz nirgends finden konnten.

*Zum vierten nun: Worauf gründen sich und worauf stützen sich ehrwürdige Asketen und Priester und behaupten Ewigkeit, legen Seele und Welt als ewig aus?*

*Da ist, ihr Mönche, irgendein Asket oder Priester ein Grübler, ein Forscher; der trägt eine grüblerisch vernagelte Lehre vor, die er selbst ersonnen und ausgedacht hat: „Ewig ist Seele und Welt, starr, giebelständig, grundfest gegründet; und diese Wesen wandern um, wandeln sich um, verschwinden und erscheinen wieder; es ist eben immer dasselbe.“*

*Das ist, ihr Mönche, der vierte Standort, auf den sich da manche Asketen und Priester gründen und stützen und Ewigkeit behaupten, Seele und Welt als ewig auslegen.*

Hier haben wir also die Befangenheit in der sinnlichen Wahrnehmung ohne geistige Erfahrung, die übliche philosophische Spekulation, die hier im westlichen Abendland fast die einzige Quelle ist für die Bildung von Weltanschauung, und wir sehen, welchen Wert ihr der Erwachte beimisst. Solche Ansichten gründlich zu untersuchen, gründlich in sie Einblick zu nehmen, führt zu keiner sicheren Wahrheitsfindung.

Und ein weiteres Beispiel gibt der Erwachte (D 1) dafür, wie sich Erfahrung und Deutung mischen können und daraus eine Lehre entsteht:

*Es gibt, ihr Mönche, einige Asketen und Priester, die teils Ewigkeit, teils Zeitlichkeit behaupten, die Seele und Welt als teils ewig, teils zeitlich auslegen. Diese ehrwürdigen Priester und Asketen nun, worauf gründen sie sich, worauf stützen sie sich und behaupten teils Ewigkeit, teils Zeitlichkeit, legen Seele und Welt als teils ewig, teils zeitlich aus?*

So lehrt ja bekanntlich die christliche Lehre. Und der Leser mag sich wundern, wie nahe die folgende Schilderung an das christliche Lehrgebäude heranreicht, obwohl der Buddha fünfhundert Jahre v.Chr. diese Zusammenhänge beschrieben hat (D 27).

*Es gibt ein Zusammentreffen von Bedingungen, durch welche sich wieder einmal am Ende einer langen Periode diese Welt einzieht (einfaltiger wird). Mit dem Einfaltigwerden der Welt werden die meisten Wesen zu Leuchtenden. Sie bestehen geistig und ernähren sich von geistiger Beglückung bis Entzückung und ziehen selbstleuchtend ihre Bahn im Himmelsraum, bestehen in herrlichem Glanz und überdauern lange, lange Zeiten.*

*Es gibt ein Zusammentreffen von Bedingungen, durch welche sich am Ende einer langen Periode diese Welt auseinanderbreitet (vielfaltiger wird). Wenn die Welt sich auseinanderbreitet, kommt ein leerer Brahmahimmel zum Vorschein.*

*Durch Schwinden von Lebenskraft und Verdienst sinkt eines der Wesen, aus dem Bereich der Leuchtenden entschwunden, in den leeren Brahmahimmel hinab. Auch das ist noch geistig, ernährt sich von geistiger Beglückung bis Entzückung und zieht selbstleuchtend seine Bahn im Himmelsraum, besteht in herrlichem Glanz und überdauert lange, lange Zeiten.*

Was hier als Einfaltigwerden und Auseinanderbreiten einer Welt beschrieben wird, ist dasselbe, was weiter oben bei der Rückerinnerung als Weltenentstehung und Weltenvergehung bezeichnet wurde. Es handelt sich um unvorstellbar lange Zeitläufe.

*Nach einsam dort lange verlebter Frist erhebt sich Unbehagen und Unruhe in ihm: ‚O dass doch andere Wesen noch hier erschienen!‘ Und andere der Wesen noch, durch Schwinden von Lebenskraft und Verdienst, aus dem Bereich der Leuchtenden entschwunden, sinken in den leeren Brahmahimmel herab, gesellen sich jenem Wesen zu. Auch diese sind noch geistig, ernähren sich von geistiger Beglückung bis Entzückung, ziehen selbstleuchtend ihre Bahn im Himmelsraum, bestehen in herrlichem Glanz und überdauern lange, lange Zeiten.*

*Da ist jenem Wesen, das zuerst herabgesunken war, also zumute geworden: ‚Ich bin Brahmā, der Große Brahmā, der Übermächtige, der Allsehende, der Selbstgewaltige, der Herr, der Schöpfer, der Erschaffer, der Höchste, der Erzeuger, der Erhalter, der Vater von allem, was da war und sein wird: Von mir sind diese Wesen erschaffen. Und woher weiß ich das? Ich habe ja vordem gewünscht: ‚O dass doch andere Wesen noch hier erschienen!‘: das war mein geistiges Begehren, und diese Wesen sind hier erschienen.‘ Die Wesen aber, die da später herabgesunken sind, auch diese vermeinen dann: ‚Das ist der liebe Brahmā, der große Brahmā, der Übermächtige, der Unüberwältigte, der Allsehende, der Selbstgewaltige, der Herr, der Schöpfer, der Erschaffer, der Höchste, der Erzeuger, der*

*Erhalter, der Vater von allem, was da war und sein wird. Von ihm, dem Großen Brahmā, sind wir erschaffen. Und woher wissen wir das? Ihn haben wir ja hier zuerst gesehen, wir aber sind erst später hinzugekommen.“*

Wir sehen auch hier bei jenem ersten Gott ein Gemisch von Erfahrung und Deutung: Er erfuhr bei sich, dass ihm der Wunsch aufkam, auch noch andere Wesen um sich zu sehen, und dass einige Zeit später auch noch andere Wesen zu ihm stießen. Diese Erfahrung deutete er dahingehend, dass er jene anderen Wesen geschaffen hätte, dass also die Welt seine Schöpfung sei, und auch die anderen Wesen, die später zu ihm stießen, deuteten ihre Erfahrung dahingehend, dass der erste Gott, den sie in jenem Himmel schon vorfanden, als sie dort erschienen, ein ewiger Gott und ihr Schöpfer sei, dass sie also die von ihm geschaffenen Engel/Götter seien.

*Nun hat das Wesen, das zuerst herabgesunken ist, eine längere Lebensdauer, größere Schönheit, größere Macht, während die Wesen, die später nachgekommen sind, geringere Lebensdauer, geringere Schönheit, geringere Macht haben. Es mag aber wohl geschehen, dass eines der Wesen diesem Reich entschwindet und hienieden Dasein erlangt. Hienieden zu Dasein gelangt, wird ihm das Haus zuwider, als Pilger zieht er in die Hauslosigkeit. Aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen, hat er als Pilger in heißem und stetem Kampf, in ernster Übung, in unermüdlichem Eifer, mit gründlicher Aufmerksamkeit eine Einheit des Gemüts erreicht, in der er sich geeinten Herzens seiner früheren Daseinsform erinnert, darüber hinaus sich aber nicht erinnert.*

Hier macht der Erwachte auf einen wichtigen Zusammenhang aufmerksam: Ein solches Wesen, welches aus einem so hohen, reinen Bereich (Brahmā-Selbsterfahrnis – die über der gesamten Erfahrungswelt der Sinnensucht, auch über der Selbsterfahrung der sinnlichen Götter, liegt) nach seinem dortigen

Absterben auf der Erde als Mensch geboren wird – ein solches Wesen hat zu der groben sinnlichen Menschenwelt wenig innere Beziehung und Neigung. Darum sagt der Erwachte, dass einem solchen Menschen das Hausleben zuwider wird und er den Weg des religiösen Strebens in der Einsamkeit wählt und auf dem Weg einer solchen geistigen Übung und Läuterung des Herzens dann wieder zur Erinnerung eines früheren Lebens kommen kann. Weil er sich aber nur an das eine frühere Leben erinnert, wie es ausdrücklich heißt, und nicht darüber hinaus, darum kann bei ihm aus dieser seiner teilweisen Erwachung der folgende Irrtum entstehen.

*Der sagt sich nun: „Er, der liebe Brahmā, ist der Große Brahmā, der Übermächtige, der Unüberwältigte, der Allsehende, der Selbstgewaltige, der Herr, der Schöpfer, der Erschaffer, der Höchste, der Erzeuger, der Erhalter, der Vater von allem, was da war und sein wird, von dem wir erschaffen sind. Er ist unvergänglich, beständig, ewig gleich wird er immer so bleiben, während wir, die wir von ihm, dem lieben Brahmā, erschaffen wurden, vergänglich sind, unbeständig, kurzlebig, sterben müssen, hier wieder erschienen sind.“*

*Das ist, ihr Mönche, ein Standort, auf den sich da manche Asketen und Priester gründen und stützen und teils Ewigkeit, teils Zeitlichkeit behaupten, Seele und Welt als teils ewig, teils zeitlich auslegen.*

Ein begrenzter Durchbruch durch die sinnliche Wahrnehmung hat diesen Menschen zu einer gewaltigen Erweiterung seines normalen menschlichen Wissens geführt, aber eben nicht zum vollständigen und vollkommenen Wissen. Und auf Grund dieses Teilwissens kam diese irrige Lehre zustande.

*Da erkennt denn, ihr Mönche, der Vollendete: „Solche Ansichten, so angenommen, so beharrlich erworben, lassen dorthin und dorthin gelangen, lassen eine solche Zukunft erwarten.“*



Der Erwachte sieht, dass alle irrigen Lehren, die nicht aus vollkommener Erwachung zustande gekommen sind, nicht zum endgültigen Frieden gelangen lassen, sondern im Samsāra, im Kreislauf der Lebewesen, gefangen halten. Und er sieht, wie die geringere, mit mehr Irrtum verbundene Ansicht auch an geringere, weniger hohe Stätte fesselt als die bessere, mit weniger Irrtum verbundene Ansicht.

Es bedarf keiner Frage, dass solche weitgehend geläuterten Wesen, nachdem sie aus diesem Leben abscheiden, in hohen und herrlichen Daseinsformen wiedererscheinen werden, dass sie also zunächst eine wohltuende Zukunft zu erwarten haben, Glück und Seligkeit. Aber auch jene Daseinsform hat begonnen, ist geworden, bedingt entstanden und kann darum nicht von unendlicher Dauer sein, sondern wird sich früher oder später dem Ende zuneigen, und die Wesen werden dann wiederum weiterwandern, und zwar stets entsprechend ihren Gesinnungen und Taten weiterwandern – solange sie nicht loslassen von jenen Irrlehren.

Alle Ansichten und Meinungen sind Bilder von der Existenz, von der Welt. Sind diese Bilder falsch, so ist das Ergreifen von ihnen eine Fessel für Geist und Herz, denn dadurch wird der Sinn auf die Welt, auf die Existenz, auf das Außen gerichtet. Dadurch ist kein Loslassen möglich, keine Wahrheitsfindung.

#### 4. Vielversprechende Erscheinung, Autorität ist unsicher

Schon in weltlichen Angelegenheiten, in Bezug auf unser Vermögen, auf unsere Pläne und Unternehmungen, erweist sich Vertrauen zu vertrauenswürdigen Menschen als eine ebenso große Erleichterung und Förderung, wie das Vertrauen zu unwürdigen Menschen Schaden und Nachteil mit sich bringen kann. Wer in seiner Umgebung einen Menschen erlebt, der so weitblickend, klarblickend und unirritierbar ist, dass er die Zusammenhänge und Entwicklungen in dieser Welt sieht und erkennt und zugleich so uneigennützig und wohlwollend ist,

dass er die Menschen, die sich an ihn wenden, zu deren eigenem Vorteil und Förderung berät, für den führt ein solches Vertrauen zu großer Wohltat und Lebenserleichterung. Wer aber Großsprechern vertraut, die ebenso wenig sehen und erkennen wie er selber, die aber so tun, als wüssten sie alles, oder wer gar Intriganten vertraut, die ihn in Bezug auf seine Pläne oder Anlage seines Geldes in ihrem eigenen Interesse beraten, der kann durch ein solches Vertrauen zu großen Verlusten und Schädigungen in diesem Leben kommen. Darum rät der Erwachte beim Umgang mit fremden Menschen auch in weltlichen Sachen weder zu Vertrauen noch zu Misstrauen, sondern zu wacher Vorsicht.

Aber unendlich größer, ja, geradezu unermesslich sind die Förderungen oder aber Schädigungen, die ein Mensch mit seinem Vertrauen zu richtigen oder falschen Lehren über die gesamte Existenz, die auch das jenseitige Leben einschließt, an sich erfährt. Alle Gewinne und Verluste an weltlichen Gütern, Besitz und Genuss, Ansehen und Einfluss, die wir etwa durch Vertrauen zu rechten oder zu vertrauensunwürdigen Menschen gehabt haben, verliert man doch spätestens mit dem Verlassen dieser Welt. Wer aber falschen Lehren über die Wege zu hellerem jenseitigen Leben vertraut und durch diese Lehren zu Verhaltensweisen veranlasst wird, die im jenseitigen Leben gerade dunkle, schmerzliche und entsetzliche Folgen nach sich ziehen, der ist für unermessliche Zeiten geschädigt, und das in einem viel größeren Maß als menschliche Schmerzen bewirken können. Beispiele für solche falschen Lehren und ihre schrecklichen Folgen für die Nachfolger finden wir in M 57, M 101, M 136, D 23 u.a.

So wird z.B. in M 57 berichtet, dass in Indien manche Menschen das Gelübde auf sich nehmen, sich zeitlebens wie ein Hund oder wie ein Rind oder ein anderes Tier zu verhalten, d.h. sich zusammenzukauern und nur vom Boden Nahrung zu sich zu nehmen, nicht zu sprechen und sich auch Hundedenken, Hundegemüt und Hundeverhalten in jeder Form anzueignen. Sie tun dies mit Aufopferung ihrer geistigen und ästhetischen

schen Neigungen und auch des Stolzes, und gerade deshalb glauben sie, dass daraus himmlische Ernte hervorgehen müsse. Der Erwachte erklärt diesen Menschen – allerdings erst auf ihr Befragen –, dass sie, wenn sie mit diesen Übungen fortfahren, auch genau den Zustand ihrer lebenslänglich gepflegten Vorstellung erreichen, nämlich Hunde oder Rinder werden. So folgen diese Wesen zwar ihrem religiösen Vertrauen, geraten aber gerade damit für lange Zeiten in entsetzliche Dunkelheiten und Leiden.

Andere Menschen haben die Neigung, sich im vollen Vertrauen zu ihrem Meister führen zu lassen: *So nimm denn meine Hände und führe mich...ich mag allein nicht gehen, nicht einen Schritt.* Auch hierzu gehört religiöses Vertrauen, die Neigung, sich führen zu lassen. Diese Menschen haben keine Neigung, selbst aufzubrechen und Wahrheit zu suchen, oder sie glauben, dass sie dazu nicht fähig sind. Sie wollen einfach Wegweisung und dieser blind folgen. Diese bekommen durch den einen Priester solche, durch den anderen Priester andere Wegweisung. Diese Wegweisungen können mehr oder weniger in das Hellere führen oder in das Dunklere, aber zum Ausgang in das endgültig Freie führen sie nie. – Das sind nur zwei Beispiele dafür, dass Vertrauen zu Priestern oder zu Meistern nicht ausreicht, um sicherzugehen.

#### Selber prüfen:

Bei sich Anziehung, Abstoßung, Blendung merken

Der Lehre des Erwachten gegenüber ist weder blinde Gläubigkeit noch logisches Schlussfolgern angebracht. Es heißt, dass der Suchende selber prüfen und nach seiner eigenen Erfahrung urteilen solle:

*Wenn ihr selbst erkennt: „Diese Dinge sind unheilsam, sind verwerflich, werden von Verständigen getadelt und führen zu Unheil und Leiden“, dann, Kälāmer, solltet ihr sie aufgeben. –*

Diese Aussage wird meistens falsch gedeutet, weil man den folgenden Teil dieser Rede an die Kālāmer übersieht oder auslässt, wodurch der Mensch doch wieder auf die Fortsetzung seiner „Philosophie“ genannten Wahrheitssuche angewiesen wäre, deren in Jahrtausenden angesammelten Früchte, wie jeder Kenner weiß, ein Meer von Varianten und Widersprüchen enthalten, ganz ohne Klärung und Sicherheit. – Dagegen hat der Erwachte gerade von dieser Art der Wahrheitssuche gesagt, dass sie hilflos und darum sinnlos ist:

*Die Heilswahrheit ist nicht auf Denkwegen (atakkāvacarā) zu ergründen, vielmehr wird sie vom Überwinder erfahren (pandito vedanīyo). (M 26)*

Das aber heißt, dass unsere normale geistige, seelische Verfassung untauglich ist, die Wahrheit zu finden, und dass wir uns erst aus dieser Verfassung herausentwickeln müssen zur Reinheit. Insofern nennen alle Religionen den Weg der Läuterung, auf dem man zu Frieden, Wahrheit und Heil kommt.

Diese „Quintessenz“ aller Erfahrung nennt der Erwachte in seiner Rede an die Kālāmer gleich anschließend, und es ist eigenartig, dass dieser Teil der häufig zitierten Rede oft ignoriert wird. Da fragt der Erwachte nämlich gleich anschließend die Gesprächspartner, ob sie erkennen würden, dass Denken, Reden und Handeln, das von Gier (Anziehung) angefacht und gelenkt wird, zu schlimmen, schmerzlichen Ergebnissen führe, dagegen ein Denken, Reden und Handeln, bei welchem keine Gier wirkt, zu guten Ergebnissen führe. Das wird von den Kālāmern sofort ohne Vorbehalt zugegeben.

Dann stellt der Erwachte dieselbe Frage in Bezug auf Hass (Abstoßung) und Blendung, und die Kālāmer stimmen wiederum in gleicher Weise zu.

Der Erwachte lehrt, dass alle Menschen von diesen drei Bewegkräften Gier, Hass, Blendung bewegt werden, und da das jeder selbstkritische Mensch bei sich selbst erkennen kann, so steht er auf dem Boden der Wirklichkeit, wenn er sich klarmacht: Ich werde hauptsächlich von Gier, d.h. Zuneigung zu bestimmten Dingen, und von Hass, d.h. Ablehnung, Ab-

wendung, Widerstreben gegenüber anderen Dingen, Aussagen und Menschen bewegt und dadurch bedingt von Blendung. Denn dieselben Dinge, die ich zu der einen Zeit so beurteilte, sah ich zu einer anderen Zeit aus einer anderen inneren Situation heraus wieder in anderer Weise. Nachdem der Mensch in Bezug auf sich selbst diese Realität festgestellt hat, kommt er zu der selbst eingesehenen Erkenntnis: Diese drei Antriebe, Gier, Hass, Blendung, die mir innewohnen, machen mich unfähig, sowohl die Wahrheit zu sehen oder zu finden als auch zum Stand des Heils zu gelangen und damit aus allem Elend herauszukommen. Aus diesen Einsichten ergibt sich ganz von selber der Schluss: Ich muss die Übungswege beschreiten, die mich von Gier, Hass, Blendung befreien. Mit dieser Einsicht befindet er sich bereits auf der ersten Stufe des achtgliedrigen Heilswegs, den der Erwachte als unerlässlich zur Heilsfindung gelehrt hat, nämlich auf der Stufe der rechten Anschauung. Wer diese gewonnen hat, der geht ebenso selbstverständlich, wie alles Wasser bergab fließt, nun auch den weiteren Gliedern des achtgliedrigen Heilswegs nach, und damit kommt er zum Heilsstand. – Doch nun zu den Aussagen des Erwachten im Einzelnen:

*Wenn ihr selbst erkennt: „Diese Dinge sind unheilsam, sind verwerflich, werden von Verständigen getadelt und führen zu Unheil und Leiden“, dann, Kālāmer, solltet ihr sie aufgeben.*

*Was meint ihr, Kālāmer, gereicht die Gier, die in einem Menschen aufsteigt, ihm zum Heil oder Unheil? – Zum Unheil, o Herr. –*

*Aus Gier, Kālāmer, von Gier überwältigt, das Herz von Gier umstrickt, tötet ein Mensch Lebewesen, nimmt Nichtgegebenes, verführt die Frau eines anderen, verführt Minderjährige, redet verleumderisch, und er rät auch anderen, so zu handeln oder zu reden. Das wird ihm lange zum Unheil und Leiden gereichen.*

*Was meint ihr, Kālāmer, gereicht Abneigung/Gegenwendung, die in einem Menschen aufsteigen, ihm zum Heil oder Unheil? – Zum Unheil, o Herr. –*

*Aus Abneigung/Gegenwendung, von Abneigung überwältigt, das Herz von Abneigung umstrickt, tötet ein Mensch Lebewesen, nimmt Nichtgegebenes, verführt die Frau eines anderen, verführt Minderjährige, redet verleumderisch, und er rät auch anderen, so zu handeln oder zu reden. Das wird ihm lange zum Unheil und Leiden gereichen.*

*Was meint ihr, Kālāmer, gereicht Blendung, die in einem Menschen aufsteigt, ihm zum Heil oder Unheil? – Zum Unheil, o Herr. –*

*Aus Blendung, von Blendung überwältigt, das Herz von Blendung umstrickt, tötet ein Mensch Lebewesen, nimmt Nichtgegebenes, verführt die Frau eines anderen, verführt Minderjährige, redet verleumderisch, und er rät auch anderen, so zu handeln und zu reden. Das wird ihm lange zum Unheil und Leiden gereichen. – So ist es, o Herr. –*

*Was meint ihr, Kālāmer, sind diese Dinge (diese Herzensverfassung und dieses Verhalten) heilsam oder unheilsam? – Unheilsam, o Herr. –*

*Verwerflich oder untadelig? – Verwerflich, o Herr. – Wird solches Verhalten von Verständigen gepriesen oder getadelt? – Getadelt, o Herr. –*

*Und führt solche Gesinnung und solches Verhalten zu Unheil und Leiden oder nicht? Oder wie steht es hiermit? – Diese Dinge (diese Herzensverfassung und dieses Verhalten) führen zu Leiden und Unheil. So denken wir herüber. –*

*Aus diesem Grund eben, Kālāmer, habe ich gesagt: Geht, Kālāmer, nicht nach Traditionen, nicht nach bloßen Vernunftgründen und logischen Schlüssen,*

*geht nicht danach, in Ansichten gründlich Einblick zu nehmen, geht nicht nach vielversprechender Erscheinung, der Autorität eines Meisters, sondern:*

*Wenn ihr selbst erkennt, Kālāmer: „Diese Dinge (diese Herzensverfassung und dieses Verhalten) sind unheil- sam, verwerflich, werden von Verständigen getadelt und führen zu Unheil und Leiden“, dann, Kālāmer, solltet ihr sie aufgeben. –*

Hier heißt es: *Gier, Hass, Blendung steigen im Menschen auf.* Das bedeutet, dass man sie unmittelbar bei sich erfassen kann.

In einem ähnlichen Gespräch (A VI,47) fragt ein Asket den Erhabenen:

*Man spricht da von der deutlich erkennbaren Lehre, o Ehrwürdiger. Inwiefern aber, o Ehrwürdiger, ist die Lehre deutlich erkennbar, zeitlos gültig? –*

Der Erwachte antwortet:

*Was meinst du, wenn Gier/Anziehung in dir ist, weißt du da wohl: „In mir ist Anziehung“? Oder wenn keine Anziehung in dir ist, weißt du da wohl: „In mir ist keine Anziehung“? – Gewiss, o Herr.– Insofern du aber solches weißt, insofern ist eben die Wahrheit der Lehre deutlich erkennbar, zeitlos gültig.*

*Was meinst du, wenn Abstoßung/Hass in dir ist – oder Blendung – oder eine mit Anziehung besetzte Eigenschaft – oder eine mit Abstoßung besetzte Eigenschaft – oder eine mit Blendung besetzte Eigenschaft – oder keine mit Anziehung – Abstoßung – Blendung besetzte Eigenschaft – weißt du da wohl: „In mir ist dies“? – Gewiss o Herr. –*

*Insofern du aber solches weißt, insofern ist eben die Wahrheit der Lehre deutlich erkennbar, zeitlos gültig. –*

In diesem Gespräch zeigt der Erwachte: Seine Lehre enthält keine philosophischen Spekulationen und Konstruktionen,

sondern nennt psychische Gegebenheiten, Vorgänge, die jeder Mensch unmittelbar bei sich selbst erfahren und darum bei sich beobachten kann, nämlich: ob bei den wahrgenommenen Formen, Tönen usw. Anziehung, Abstoßung oder Blendung oder Neutralität zu beobachten ist. Die Triebe, Tendenzen oder Dränge in den Sinnesorganen lassen den Menschen lungern und lauschen nach den vielfältigen Sinneserlebnissen. Diese latente immerwährende Sucht, die uns innewohnenden körperlichen, seelischen und geistigen Bedürfnisse, Vorlieben und Abneigungen (*rāga* und *dosa*) lösen bei Berührung durch die verschiedenen Objekte unterschiedliche Gefühle aus. Was den inneren Geneigtheiten entspricht, löst Wohlgefühl aus, was den inneren Geneigtheiten widerspricht, Wehgefühl. Das mit Gefühl besetzte Objekt wird als Wahrnehmung in den Geist eingetragen, und es meldet sich Durst als bewusster Drang im Geist in deutlich spürbarer Zu- und Abneigung: „Hin zu dem Angenehmen, fort von dem Unangenehmen.“ Man weiß also durch die Wahrnehmung im Geist um seine gefühlte Zuneigung zu diesen oder Abneigung gegen jene Objekte und spürt auch die durch die Stärke der Triebe und der Gefühle bedingte Kraft des Durstes, der Zu- oder Abneigung. In diesem Sinne sagt der Erwachte (M 36):

*Da steigt einem unbelehrten Menschen ein Wohlgefühl auf. Durch dieses Wohlgefühl wird er (nach der Sache) begehrlieh (sukha sārājati), wird von der wohlversprechenden Sache angezogen (sukha sarāga āpajati).*

Hier ist die eine Seite des Durstes beschrieben: die Anziehung zu den wohltuenden Dingen, die das Ergreifen, die Gefühlsbefriedigung bei den angenehmen Dingen zur Folge hat:

*Wenn er vom Wohlgefühl angezogen ist, dann wird das Herz gefesselt, überwältigt (M 36) –*

das heißt, die Triebe des Herzens sind durch Befriedigung beim Gefühl mit gleichzeitiger positiver Bewertung in dem Gedanken „das tut wohl“ verstärkt worden, womit die Bindung, die Fesselung an dieses Objekt größer geworden ist. Damit ist der Mensch in Bezug auf dieses Objekt verletzbarer



geworden und muss eine etwaige Nichterfüllung des Wunsches um so schmerzlicher empfinden. Das empfundene Wehgefühl weckt die Abneigung (*dosa*) gegen die Verhinderung und ihre Ursachen, weckt den Durst, den Mangel zu beseitigen.

Der Durst mit seinen zwei Seiten: Anziehung – Abstoßung, Zuneigung – Abneigung, Gier – Hass, ist die Ursache aller vom Menschen ausgehenden Bewegung und Dynamik, die Ursache aller Verwicklungen, Krisen und Katastrophen im Lauf der menschheitlichen Odyssee.

Mit Anziehung und Abstoßung (*rāga* und *dosa*) zusammen nennt der Erwachte auch immer Blendung (*moha*). Was ist Blendung?

Durch jede Berührung der fünf im Körper inkarnierten Sinnesdränge wird der von ihnen erfahrene Gegenstand (Form, Ton usw.) und die Gefühlsantwort der Triebe zusammen (*saññā* – *Wahrnehmung*) in den Geist eingetragen. Die Dränge in den Sinnesorganen äußern Wohlgefühl, wenn das bei ihnen zur Berührung kommende Objekt ihnen entspricht, und äußern Wehgefühl, wenn das Ankommende ihnen widerstrebt. Diese Gefühlsurteile der Triebgeschmücke – Wohlgefühl bei den den Trieben angenehmen Erscheinungen, Wehgefühl bei den den Trieben unangenehmen Erscheinungen – geben ein verzerrtes, entstellendes Bild der „Wirklichkeit“, d.h. des ankommenden einst Gewirkten, das solcherart subjektiv gefärbt, als Wahrnehmung in den Geist eingetragen wird: „Das ist eine angenehme oder unangenehme Sache oder Person.“ Worauf die Triebe stark aus sind, das wird stark, „blendend“ gefühlt und kommt stärker als andere (gleichzeitig wahrgenommene Erscheinungen) in den Geist und bewirkt starke Wahrnehmung. So bestimmen also die Triebe, Neigungen, die Vorlieben und Abneigungen mit dem von ihnen geäußerten Gefühl, gleichviel ob sie gut oder schlecht, schädlich oder nützlich sind, was als erlebt registriert wird und was nicht. Darum bezeichnet der Erwachte die Wahrnehmung als Blendung.

Oft kommt es auch vor, dass einem Menschen für sein Leben wesentliche Sinnesangebote entgehen, weil er zu solcher Zeit mit irgendeiner sein Gefühl stark bewegenden Angelegenheit beschäftigt ist.

Ein buddhistisches Symbol für das Gefühl ist das Bild eines von einem Pfeil ins Auge getroffenen Menschen. Dieses Symbol bedeutet 1. dass jedes Gefühl an sich ein Schmerz ist und 2. dass der Mensch mit dem Pfeil im Auge nicht richtig sehen kann – denn das mit dem Objektangebot zusammen aufkommende Gefühl lenkt die Aufmerksamkeit nur auf die Objekte, die stärkere Gefühle ausgelöst haben, wodurch andere Objekte nicht wahrgenommen werden. So bewirken alle mit der Wahrnehmung aufkommenden Gefühle eine „blendende“ Hervorhebung, eben die Blendung (*moha*).

Und wie spürt der aufmerksam prüfende Nachfolger diese Blendung bei sich? Er spürt, wie Zuneigung zu diesem, Abneigung von jenem Gefühle aufkommen lassen, die sich in den Vordergrund drängen, blenden, wodurch zum Beispiel der rechte Anblick von der Unbeständigkeit, Leidigkeit und darum Wertlosigkeit einer Sache in den Hintergrund gedrängt, überrollt wird. Der Geist im Dienst der Triebe bringt Entschuldigungen, Ausreden hervor, um den blendenden Gefühlen, der Stimme des Durstes, der Anziehung und Abstoßung, folgen zu können. Ein Beispiel aus dem zwischenmenschlichen Bereich mag dies verdeutlichen:

Ein Mensch hat deutlich eingesehen, dass er sich zwar im Augenblick befriedigt, aber auf längere Zeit gesehen sich sehr schadet, wenn er aufsteigendem Zorn nachgibt, der gefühlsgeladenen, blendenden, leidenschaftlichen Abstoßung durch das herangetretene Erlebnis folgt und der Anziehung, sich zu entladen, folgt. Abgesehen von der Mehrung seiner Zornneigung durch positive Bewertung ist seine mitmenschliche Umgebung durch Zornausbrüche gekränkt, verletzt. Er macht sich unbeliebt, erfährt Verschlossenheit, Vertrauensentzug, Antipathie. Das hat er als leidvoll erfahren und eingesehen. In der akuten Situation aber, in der er die blendenden Gefühle des Zorns

spürt, die starke Abstoßung von dem Vorgefallenen und die Anziehung zur Entladung, da bringt der Geist auf Grund der starken blendenden Gefühle Ausreden vor, die eine Entladung gutheißen, Gefühlsurteile, die seine in nüchterner Beobachtung gewonnenen Einsichten über die schädlichen Folgen von Zornausbrüchen verblässen lassen.

Wenn der nüchtern Prüfende merkt: „Bei diesen Sinneserfahrungen steigen triebbedingte, blendende Gefühle auf, die die richtigeren Einsichten verdrängen wollen“, dann weiß er, dass er mit dieser Beobachtung bei sich selber, dem Herd aller Erscheinungen, ist, und er erkennt die Richtigkeit und Gültigkeit der vom Erwachten genannten Zusammenhänge: Durch Berührung der Sinnesdränge mit Objekten entsteht Gefühl. Durch die Eintragung der blendenden Gefühlsurteile in den Geist entsteht Durst, Bestimmtes haben oder abstoßen zu wollen, oft von solch starker Kraft, dass er den Unachtsamen zu falschem Handeln veranlasst.

Über die sechsfache Erfahrung der Sinnendränge bis zum Durst, dem Spürbarwerden von Anziehung, Abstoßung und Blendung im Geist, ist in den Lehrreden so häufig die Rede, dass der westliche Mensch leicht von ihrer Wiederholung abgestoßen werden kann und von daher ihre umfassende Bedeutung nicht recht bewertet. Wir dürfen aber nicht vergessen, dass wir keinen Augenblick unseres wachen Lebens ohne sinnliche Erfahrungen sind, die ständig einen Erleber und angenehm oder unangenehm Erlebtes entwerfen, wodurch Zuneigung und Abneigung aufkommen, die unser Wollen, Denken, Planen und Handeln bestimmen. Meistens haben wir, ehe wir unsere Absichten prüfen können, schon wieder neue Sinnesindrücke, die uns fesseln, die wieder neue Zu- und Abneigungen in uns aufkommen lassen, so dass wir fast nur den stärksten Zuneigungen oder Abneigungen folgen und uns in dem ununterbrochenen Gewoge und Gewühl unserer Empfindungen und Wünsche nur mühsam einen Weg zur Erfüllung unserer Aufgaben bahnen. Ja, auch bei deren Erfüllung sind

wir wiederum ununterbrochen von Anziehung und Abstoßung bewegt.

Indem diese automatischen Abläufe bei uns vorgehen, merken wir sie meistens nicht, sondern haben unsere Aufmerksamkeit auf die Erreichung der durch die Sinnesdränge erfahrenen angenehmen Dinge und auf die Vermeidung der unangenehmen Dinge gerichtet. Wir sind dann also keine Beobachter des Inneren, sondern süchtig Getriebene, nach außen orientierte „Weltgänger“.

In dem Maß aber, wie wir das Aufkommen von Anziehung und Abstoßung oder manchmal auch der von Anziehung und Abstoßung freien, stillen Beobachtung dieser Vorgänge bei uns feststellen, in dem gleichen Maß auch sind uns die vom Erwachten dargelegten existentiellen Wahrheiten erkennbar, erkennen wir ihren zeitlosen, und das heißt in allen Situationen immer gültigen Charakter, in welcher Situation wir auch sind, zu welcher Zeit auch immer: Anziehung und Abstoßung spüren wir. So wie vor 2500 Jahren die Inder von Anziehung und Abstoßung und Blendung bewegt wurden, so werden wir heute ebenso davon bewegt – zeitlos. Die Wahrheit dieser existentiellen Vorgänge ist für den Beobachter jederzeit nachprüfbar.

Gier, Hass, Blendung reizen zur Untugend,  
darum Grenzen setzen

Der Mensch will Wohl erfahren, und normalerweise hat der Geist die Aufgabe, diesem Wunsch nachzukommen, aber die Triebe blenden ihn, ziehen den Verstand mit sich fort, und er muss – geblendet – untugendhaft handeln.

Da empfiehlt der Erwachte, dem weltlichen Begehren nicht schrankenlos zu folgen, sondern sich Grenzen zu setzen. Dem inneren Begehren und Hassen, was üble Taten im Reden und Handeln zur Folge hat und damit zwangsläufig zu Beklemmung und Reue führt, soll ein Riegel vorgeschoben werden. Ein wildes Ross, das dahinrast, kann man nicht gleich zum völligen Stillstand bringen, man muss zunächst mit ihm lau-

fen, es dann am Zaum nehmen und allmählich langsamer laufen lassen.

In dieser Welt der Begegnung besteht eben die Möglichkeit der sanften Begegnung, die wohl tut, und es besteht die Möglichkeit der harten Begegnung, die schmerzlich und gefährlich ist. Die sanfte Begegnung führt zu Vertrauen, Geborgenheit, Wohlfahrt, Freundschaft und Frieden, die harte Begegnung führt zu Misstrauen, Angst, Not, Feindschaft und Streit. Die sanfte Begegnung ist durch Tugend gewährleistet. Tugend ist diejenige Haltung, die den Menschen nicht nur befähigt, „tauglich“ (tugendlich) macht, Zufriedenheit und Harmonie in den Beziehungen mit seinen Mitmenschen zu erfahren, sie gilt auch nicht nur als unabdingbare Voraussetzung, um zu Weisheit und zu seelischem Frieden zu kommen, sondern sie bewirkt darüber hinaus höhere und seligere Daseinsformen nach Beendigung dieses Lebens.

Zwischen der Tugend und dem Ergehen des Menschen besteht ein unlöslicher Zusammenhang, der sich schon äußerlich in der Entwicklung der Kulturen zeigt. Gewöhnlich beginnt eine Kulturentwicklung durch den Einfluss eines Religionsgründers und die von ihm ausgehende Hinwendung der Nachfolger zu tugendhafter Lebensweise. Durch die Innehaltung der Tugendregeln entsteht ein friedvolles, auf Vertrauen gegründetes Gemeinschaftsleben zwischen den Menschen. Dieses hat einen Aufschwung ihrer geistigen, seelischen Kräfte zur Folge, was dann meistens auch zur Darstellung von äußerlicher Schönheit in mancherlei Formen führt. Mit der Blütezeit einer Kultur ist weitgehend größerer Wohlstand, Glanz und Genuss verbunden und „vom Blenden der Erscheinung bewogen“, vergessen die Menschen die Herkunft ihres Wohlstands, werden durch Genießen flacher und oberflächlicher, Tugend wird lässiger praktiziert und ist bald bei vielen nur noch ein Gesprächsgegenstand, der ebenfalls bald vergessen wird.

Auch in der heutigen Zeit wird nur noch sehr wenig der Wert der Tugend als eines sittlichen Verhaltens genannt, und

noch weniger fühlen sich die Menschen gedrängt, praktisch danach zu leben. Der zunehmende Verfall der zwischenmenschlichen Beziehungen hat zum Studium der sogenannten sozialen Probleme geführt, und so ist der Begriff vom sozialen und asozialen Verhalten aufgekommen, einem Verhalten, das der Erhaltung der Gemeinschaft dient oder ihr abträglich ist. Das sogenannte soziale Verhalten stellt erheblich geringere Forderungen an den Menschen als die von den Religionsgründern empfohlene und geforderte hohe Sitte und Tugend, aber immerhin werden durch diese sozialen Forderungen noch Reste der einstigen Sittlichkeit bewahrt. Es gibt auch noch heutzutage kaum einen Menschen, der nicht Reste von tugendlichem Wissen und Wandel an sich hat, der nicht in manchen Situationen Hemmungen hat, Übles zu tun, leise Erinnerungen an höhere Mahnungen bewahrt, sein Leben in guter Weise zu führen, und der nicht manchmal auf einen in Aussicht stehenden Genuss oder eine ihn befriedigende Rache verzichtet, um dieser Tugendforderung halb bewusst, halb unbewusst Genüge zu tun. Aber ebenso gibt es heute weniger Menschen, welche die sittlichen Forderungen und Ratschläge der Großen in Wort und Tat völlig ernst nehmen und an die von den Großen genannten Folgen im Diesseits und Jenseits glauben. So wechseln in den menschlichen Gemeinschaften immer wieder die Zeiten, in welchen sittliche Forderungen bekannt sind und stärker eingehalten werden, mit solchen Zeiten ab, in denen die ethische Haltung in Vergessenheit gerät und man mehr oder weniger hemmungslos den äußeren Dingen nachgeht, also Gier und Hass ungehemmt folgt.

### Warum ist Untugend verwerflich?

Die Forderung nach Tugend wird in den Religionen unterschiedlich begründet. Man kann unterscheiden zwischen unpersönlichen sachlichen Begründungen („Solches Verhalten führt mit gesetzmäßigem Zwang zu Wohl und Glück oder Leiden und Qualen“) und solchen, die an eine persönliche

Autorität gebunden sind („Entsprechend deinem Verhalten wirst du von mir belohnt oder bestraft“). Tugendhaftes Verhalten aus Angst vor Strafe oder aber Verheißung des Paradieses seitens eines Richters gibt es in manchen Religionen, auch in der christlichen. Aber in derselben christlichen Religion finden wir auch Aussagen, die nicht blinden Gehorsam fordern, die nicht mit Verdammnis drohen oder mit dem Himmel locken, sondern das Gesetz nennen: „Wenn du Tugendforderungen an dich stellst, dich um helle Gesinnung bemühst, wirst du aus diesem helleren Herzen auch Helleres erfahren. Durch dein reines Gemüt kommst du Gott näher, wirst Gott gleich. Wenn du aber dein Leben nicht unter die Forderung der Tugend stellst, wirst du dunkler, und dein Schlechterwerden rückt dich in die Gottesferne.“

Der Erwachte gibt in umfassender Weise eine gestaffelte sachliche Begründung für die Tugend:

1. Der Mensch pflegt einen tugendhaften, sittlichen Wandel in Taten, Worten und entsprechender Gesinnung, weil er aus „angeborener“ (d.h. in früherem Dasein erworbener) Hochherzigkeit und geistiger Vornehmheit gar nicht anders kann und mag, als Liebe und Erbarmen mit den Wesen zu empfinden, und weil er dabei innere Befriedigung und Genugtuung erfährt. Das ist das edelste Motiv für ein tugendliches Verhalten, es ist allen Hochreligionen gemeinsam, nicht den eigenen vordergründigen Vorteil bestimmen zu lassen, sondern das Wohl des Nächsten. Aber es gibt wohl nicht allzu viele Menschen, deren Mitempfinden mit den Mitwesen allein ausreicht, um sich immer gemäß einer solchen Sitte zu verhalten. Hier sind die folgenden Motive eine zusätzliche Hilfe.

2. Der Mensch pflegt einen tugendhaften, sittlichen Wandel, weil er erkennt, dass solches Verhalten ihm zum Vorteil gereicht. Um in der Welt möglichst ungestört durch Mitwesen Genüssen nachgehen zu können, muss man sich so verhalten, dass die Menschen entgegenkommend sind, nicht zanken, streiten und betrügen. Wie kann ich bewirken, dass die Menschen mir entgegenkommen, mir gewähren? Ich muss ihnen

entgegenkommen, ihnen gewähren. In diesem Sinn sagt schon der Volksmund: „Wie man sich bettet, so schläft man“ oder „Wie man in den Wald hineinruft, so schallt es heraus.“ Im gleichen Sinn ist auch das Wort Jesu zu verstehen: „*Was ihr wollt, das euch die Leute tun sollen, das tuet ihnen auch.*“ Diese Äußerungen decken sich mit den Erfahrungen eines jeden aufmerksamen Menschen. Es ist ein ungeschriebenes, aber überall zu beobachtendes Gesetz, dass unser Tun und Lassen, der Grad unserer Rücksicht und Rücksichtslosigkeit unsere Mitmenschen entsprechend beeinflusst und prägt. Sicher gibt es Ausnahmen, wie z.B. wenn uns manche gute Menschen begegnen, die unsere Rücksichtslosigkeit mit Verständnis und Teilnahme erwidern. Aber selbst diese Menschen lassen sich in ihrem Verhalten uns gegenüber doch davon beeinflussen, wie wir ihnen begegnen. Erst recht aber verhält sich gemäß dem Gesetz der durchschnittliche Mensch. In M 15 empfiehlt der Erwachte dem Nachfolger zu bedenken:

*„Eine Person, welche...dem Trieb übler Regungen folgt, die ist mir unliebsam, unangenehm; wenn ich nun aber...dem Trieb übler Regungen folgte, so würde ich ja den anderen unliebsam unangenehm werden.“ – Ein so erkennender Mensch soll sein Herz dahin ausbilden: „Ich will nicht...dem Trieb übler Regungen folgen.“*

In dieser Aussage des Erwachten ist unausgesprochen die Gesetzmäßigkeit enthalten, dass der Nächste mir unangenehm begegnet, wenn ich ihn unangenehm behandelt habe.

Aber noch weitere unangenehme Folgen, durch deren Bedenken wir vom üblen Tun abgehalten werden, werden vom Erwachten genannt: Wir beschwören durch übles Verhalten nicht nur eine üble Reaktion des übel behandelten Menschen uns gegenüber herauf, sondern wir beeinflussen durch all unser Tun und Lassen auch unsere Umwelt und Mitwelt (3. Folge). Bei der in Kulturkritiken genannten „Sittenverderbnis“ handelt es sich immer um Vorgänge, bei welchen erst einige Menschen in üblem Tun mehr oder weniger frech und offen vorangingen, zunächst bei den meisten anderen damit noch auf



Protest stießen, bis sich immer mehr Menschen diesem Vorbild anschlossen und diese üblen Sitten immer mehr einrissen. Dieselbe Wirkung ist auch bei gutem Vorbild zu beobachten, da bei Beharrlichkeit und Standhaftigkeit einzelner Personen allmählich auch in deren Umgebung bessere Sitten entstehen. Diese Folge der Beeinflussung der Umwelt reicht unvergleichlich weiter als die vorhin erwähnte Folge der entsprechenden direkten Reaktion.

Ferner besteht eine Beeinflussung des vegetativen Kräfteflusses durch die Psyche: Jede wohlwollende, mitempfindende, loslassende, ertragende Gesinnung trägt zu einer Verbesserung des vegetativen Grundrhythmus bei. Dagegen übt jede entgegengesetzte Gesinnungsweise, wie Übelwollen, Neid, Missgunst, Schadenfreude, einen lähmenden und schwächenden Einfluss auf den vegetativen Grundrhythmus aus(4.Folge).

Ferner lehrt der Erwachte, dass mit jeder üblen Gesinnung und der daraus folgenden üblen Tat wir uns selber prägen (5.Folge). Je häufiger wir eine üble Gesinnung pflegen und entsprechend üble Taten tun, um so leichter fällt es uns, um so mehr gewöhnen wir uns daran, um so schneller stellt es sich ein, um so stärker wird der Hang zu solchem Tun und Fühlen. Und im Lauf der fortschreitenden Gewöhnung kann man nachher das betreffende Üble oder Gute in Gesinnung und Tat nicht mehr lassen. So wandeln wir uns selbst durch jede Tat und jede Gesinnung und prägen uns ununterbrochen im Laufe des Lebens, bis wir uns gegen Ende unseres Lebens zu ganz bestimmter Art und Qualitäten entwickelt haben.

Mit diesen Qualitäten in Gesinnung, im Reden und im Handeln, zu denen wir uns bis zum Ende unseres Lebens entwickelt haben durch unser eigenes Tun, treten wir das neue Leben an. Sind zuvor die Qualitäten insgesamt besser geworden, so führen sie uns zu übermenschlichen Daseinsformen, wo eben solche guten Gesinnungen und Verhaltensweisen, wie wir sie uns angeeignet haben, üblich sind. Wir sind dann Gute unter Guten, Gleiche unter Gleichen: himmlische Wesen. Sind diese Qualitäten insgesamt schlechter geworden, so führen sie

uns zu untermenschlichen Daseinsformen, wo eben solche üblen Gesinnungen und Verhaltensweisen, wie wir sie uns angeeignet haben, üblich sind. Wir sind dann Schlechte unter Schlechten, Gleiche unter Gleichen: gespenstische, tierische oder höllische Wesen (6. Folge des Wirkens). Sind diese Qualitäten gut und schlecht gemischt, so führen sie uns zum Menschentum, wo eben solche guten und schlechten Gesinnungen und Verhaltensweisen, wie wir sie uns angeeignet haben, üblich sind. Wir sind dann dort, wo gut und böse gemischt ist: bei menschlichen Wesen.

Das Bedenken dieser äußeren Vorteile des guten Tuns und der Nachteile des üblen Tuns ist zwar geringwertiger als das Motiv der unmittelbaren inneren Scham vor üblem Tun. Aber wir müssen wissen, dass fast kein Mensch die Kraft hat, aus diesem Motiv allein in jeder Lebenslage sein Bestes zu tun und sich auf diese Weise zu immer Besserem zu entwickeln. Darum ist es sehr wichtig, dass wir an die von den Religionsgründern genannten weiteren üblen Folgen denken, die uns selbst dann vor dem üblen Tun zurückschrecken lassen, wenn der Gedanke an das würdige Verhalten allein nicht ausreicht.

Die in unserer Rede genannten Tugendregeln, die einen guten zwischenmenschlichen Umgang gewährleisten, Wohl in diesem wie im nächsten Leben sicherstellen, haben wir in „Meisterung der Existenz“ genannt und beschrieben. Hier seien nur kurz die Folgen der Missachtung der Tugendregeln genannt, wie sie der Erwachte aufzeigt (M 135 u.a.):

Wer absichtlich tötet, wer anderen Wesen das Leben, das sie lieben, verkürzt, dem wird sein Leben verkürzt werden. Meistens sind Tiere die Todesopfer. Schlachter, Fischer, Jäger und die, die Tierversuche machen oder Kleintiere „beseitigen“, schaden sich selber. Auch vergesse man nicht die Abtreibung, die jährlich unzählige Opfer fordert. Die Ernte, die den Mörder trifft, bringt ihm entweder schwache Lebenskraft, die ihn vorzeitig an Krankheiten sterben lässt, oder sie lässt ihn in schlechtem Milieu geboren werden, wo Mord und Totschlag herrschen.

Äußerste Kurzlebigkeit erntet ein Wesen, das sich als Mensch inkarniert, aber abgetrieben wird. Es erntet damit die Folgen seines früheren entsprechenden Wirkens.

In A VIII,40 heißt es:

*Das Töten, ihr Mönche, gutgeheißen, betätigt und häufig betrieben, führt zur Hölle, zur Tierheit oder ins Gespensterreich. Und schon die allergeringste Auswirkung des Tötens bringt dem Menschen kurzes Leben.*

*Das Stehlen, ihr Mönche, gutgeheißen, betätigt und häufig betrieben, führt zur Hölle, zur Tierheit oder ins Gespensterreich. Und schon die allergeringste Auswirkung des Stehlens bringt dem Menschen Verlust seiner Güter.*

*Falsches geschlechtliches Verhalten, ihr Mönche, gutgeheißen, betätigt und häufig betrieben, führt zur Hölle, zur Tierheit oder ins Gespensterreich. Und schon die allergeringste Auswirkung des falschen geschlechtlichen Verhaltens bringt dem Menschen Feindschaft mit seinen Rivalen.*

*Verleumderische Rede, ihr Mönche, gutgeheißen, betätigt und häufig betrieben, führt zur Hölle, zur Tierheit oder ins Gespensterreich. Und schon die allergeringste Auswirkung verleumderischer Rede bringt dem Menschen falsche Anschuldigungen.*

*Der Gebrauch von Alkohol und Rauschmitteln, ihr Mönche, gutgeheißen, betätigt und häufig betrieben, führt zur Hölle, zur Tierheit oder ins Gespensterreich. Und schon die allergeringste Auswirkung des Gebrauchs von Alkohol und Rauschmitteln führt zur Geistesgestörtheit oder Stumpfheit des Geistes.*

Die in diesem Leben sichtbaren Folgen der Untugend kennt der sich und seine Umgebung beobachtende Mensch. Er sieht, wie die Untugend aus Gier, Hass, Blendung länger währendes Wohl unmöglich macht. Darum können die Kälāmer aus Erfahrung sagen: Gier, Hass, Blendung und die durch sie bedingte Untugend ist unheilsam, verwerflich, wird von Verständigen

getadelt, führt zu Leiden und Unheil. Und soweit sie von einem Weiterleben nach dem Tode überzeugt sind – wie die meisten Zeitgenossen des Erwachten – so beziehen sie diese Folgen der Untugend auch im nächsten Leben mit ein.

Der Erwachte mahnt zum Abschluss dieses Abschnitts noch einmal, nicht außen nach Wahrheit zu suchen, also bei den Überlieferungen und Meistern und beim eigenen meist geblendeten Geist, und beginnt auch den folgenden positiven Teil der Lehrrede mit dieser Mahnung.

Wenn frei von Gier, Hass, Blendung,  
keine Untugend

*Geht, Kālāmer, nicht nach alten Berichten und Traditionen (1),*

*nicht nach Überlieferungen und Hörensagen, nicht nach der Autorität heiliger Schriften, geht nicht nach bloßen Vernunftgründen, logischen Schlüssen, nach bevorzugten Prinzipien und Meinungen (2),*

*geht nicht danach, in Ansichten gründlich Einblick zu nehmen (3),*

*geht nicht nach einer vielversprechenden Erscheinung oder der Autorität eines Meisters (4),*

*sondern:*

*Wenn ihr selbst erkennt: ‚Diese Dinge (diese Herzensverfassung und dieses Verhalten) sind heilsam, sind nicht verwerflich, werden von Verständigen gepriesen und führen zu Heil und Wohl‘, dann, Kālāmer, mögt ihr sie euch zu eigen machen.*

*Was meint ihr, Kālāmer, gereicht die Gierfreiheit, die im Menschen aufsteigt, ihm zum Heil oder Unheil? – Zum Heil, o Herr. –*

*Frei von Gier, Kālāmer, nicht von Gier überwältigt, das Herz nicht von Gier umstrickt, tötet ein Mensch kein Lebewesen, nimmt nicht Nichtgegebenes, verführt*

*nicht die Frau des anderen oder Minderjährige, redet nicht verleumderisch und rät auch anderen, so zu handeln und zu reden. Das wird ihm lange zum Wohl und Heil gereichen. – So ist es, o Herr. –*

*Was meint ihr, Kālāmer, gereicht die Freiheit von Hass/Abneigung/Gegenwendung und Freiheit von Blendung, die im Menschen aufsteigen, ihm zum Heil oder Unheil? – Zum Heil, o Herr. –*

*Frei von Hass und Blendung, Kālāmer, nicht von Hass und Blendung überwältigt, das Herz nicht von Hass und Blendung umstrickt, tötet ein Mensch kein Lebewesen, nimmt nicht Nichtgegebenes, verführt nicht die Frau des anderen oder Minderjährige, redet nicht verleumderisch und rät auch anderen, so zu handeln und zu reden. Das wird ihm lange zum Wohl und Heil gereichen. – So ist es, o Herr. –*

*„Was meint ihr, Kālāmer, sind diese Dinge (diese Herzensverfassung und dieses Verhalten) heilsam oder unheilsam? – Heilsam, o Herr. – Verwerflich oder untadelig? – Untadelig, o Herr. – Werden diese Dinge (diese Herzensverfassung und dieses Verhalten) von Verständigen gepriesen oder getadelt? – Gepriesen, o Herr. – Und führen diese Dinge (diese Herzensverfassung und dieses Verhalten) zu Unheil und Leiden oder nicht? Oder wie steht es hiermit? – Diese Dinge (diese Herzensverfassung und dieses Verhalten), o Herr, führen zu Wohl und Heil. So denken wir hierüber. –*

*Aus diesem Grund, eben, Kālāmer, habe ich gesagt: Geht, Kālāmer, nicht nach alten Berichten und Traditionen(1), nicht nach Überlieferungen und Hörensagen, nicht nach der Autorität heiliger Schriften,*

*geht nicht nach bloßen Vernunftgründen und logischen Schlüssen, nach bevorzugten Prinzipien oder Meinungen(2),*

*geht nicht danach, in Ansichten gründlich Einblick zu nehmen (3),*

*geht nicht nach einer vielversprechenden Erscheinung oder der Autorität eines Meisters (4),*

*sondern:*

*Wenn ihr selbst erkennt:*

*„Diese Dinge sind heilsam, sind untadelig, werden von Verständigen gepriesen und führen zu Wohl und Heil“, dann, Kālāmer, solltet ihr sie euch zu eigen machen. Das ist mein Rat für euch.–*

Das ist das Einladende an der Lehre des Erwachten: „Komm und sieh selbst, überzeuge dich durch eigene Erfahrung von der Tatsache deiner Triebe und der Möglichkeit ihrer Verbesserung durch rechtes Denken und erlebe dadurch Erhellung deiner Wahrnehmung.“

Unsere Leidenschaften, Triebe, Tendenzen, die den Menschen eine schlechte Lebensbahn, ein Leben von Dunkelheiten und Leiden bringen – diese Leidenschaften lassen uns die Objekte ihres Begehrens verlockend erscheinen. Wenn wir diese Verlockung merken, wissen, dass der Eindruck der Verlockung nur durch Anziehung, Abstoßung zustande kommt, dass diese Dinge und ihre Pflege in Wirklichkeit uns Leiden und Kümernisse bringen und nach dem Tod Dunkelheit, dann ist in unserem Geist das Bewusstsein des lockenden Charakters zurückgetreten, abgeblasst und das Bewusstsein von den gefährlichen Folgen, von ihrem Leidenscharakter deutlicher geworden.

Wenn ein sonst von Anziehung, Abstoßung, Blendung stark Bewegter sich zu einer von Anziehung freien Zeit diese belastenden Folgen vor Augen führt, dann wundert er sich über seine „frühere“ Bedürftigkeit. Aber er wird auch erfah-

ren: Es braucht nur diese und jene Situation einzutreten, dann besteht wieder die Gefahr der Gefühlsgerissenheit. Doch ist diese um einige Kraftimpulse schwächer, wenn die belastenden Folgen schon öfter deutlich gesehen wurden. Der Glanz, den die Gefühle über das Begehrte gegossen haben, ist etwas blasser geworden, der Durst ist um einiges gemindert. Und wenn der wahre Nachteil einer begehrten Sache hinter dem Scheinvorteil gar öfter gesehen und dieser Anblick gepflegt wird, dann gibt es zwar noch lange Zeit Konflikte zwischen der Anschauung und den Trieben, aber jeder Vollzug der entlarvenden Einsicht, der offenen, vor sich selbst ehrlichen Einsicht und Bewertung, dass der Durst mit Anziehung und Abstoßung schädlich ist, wandelt den Bezug allmählich deutlich merkbar. Die verborgen im Herzen liegende und manchmal in ganzer Wucht sich meldende Leidenschaft, Anziehung und Abstoßung, ist um einen kleinen Grad schwächer geworden. Der Grad der Abschwächung ist fast nicht zu merken, ist nur ein „Sandkörnchen“, aber die Häufigkeit solcher Betrachtungen macht diese Leidenschaft immer schwächer, immer geringer. Und damit verliert sie immer mehr den zwingenden, drängenden Charakter, und der Mensch wird in sich selbst ruhiger, klarer, besonnener, heller, und dadurch werden all die üblen Taten, Worte und Gedanken vermieden, die aus den Leidenschaften hervorgehen würden.

Wenn der Mensch das automatische Wirken der Triebe bei dem Zustandekommen von Wahrnehmung und Durst durchschaut, dann erfährt er eine leise, aber endgültige geistige Trennung von diesen Trieben, mit welchen er bisher eins zu sein glaubte: Sie, die vorher zum Ich gezählt wurden, werden für ihn jetzt zum Objekt, ja, zu Feinden seiner Heilsbestrebungen. Es tritt ein feiner Bruch bei der Identifikation ein, und er fühlt dadurch in seinem Geist eine Freude, ein Wohlgefühl, das nicht durch Berührung eines der Sinnesdränge aufkommt, sondern aus seiner geistigen Einsicht: So komme ich zu dem Wohl, das über allem abhängigen Wohl steht.

Die meisten Menschen wohnen allein in ihrem Leib: Was sie sehen, hören, riechen, schmecken, tasten, macht ihr ganzes Leben aus. Wer aber mehr an ein Besserwerden, Edlerwerden, Hellerwerden seines Wesens denkt, wer auf seine Herzensregungen achtet, auf seine Zu- und Abneigungen, der identifiziert sich mehr und mehr nur noch mit diesem Seelischen und immer weniger mit dem Körper und der sinnlichen Wahrnehmung. Damit wohnt er vorwiegend in dem, was beim Tod nicht untergeht, sondern über den Wegfall des Leibes hinaus weiter besteht. Denn das Seelische, die Triebe sind es ja, was wieder inkarniert, was wieder einen neuen Leib aufbaut und heranwachsen lässt. Darum kann ein Mensch keine Todesfurcht mehr empfinden, wenn er „sein Sach“, sein Interesse nicht auf diesen vergänglichen Körper gestellt hat.

Eine weitere Hilfe ist, wenn der Mensch bemerkt, dass sich mit Minderung von Gier und Hass, von Zu- und Abneigungen auch sein Grundgefühl wandelt. Dieses Grundgefühl bemerkt der normale, von seinen Trieben gerissene Mensch nur darum nicht, weil er keine Vergleichsmöglichkeiten hat. Wenn er aber seine innere Art wandelt, dann wandelt sich damit auch sein Grundgefühl: Das übliche üble Grundgefühl, das dauernd da ist, wird in dem Maße schwächer, wie die üblen Triebe schwächer geworden sind, und die guten Gefühle werden in dem Maße stärker, wie die guten Triebe stärker geworden sind. Ein solcher Mensch merkt jetzt die Wandlung seines Grundgefühls. Er merkt: „Was jetzt auch äußerlich an mich herankommt, ob diese Menschen mich beleidigen oder jene Menschen loben, oder was auch irgend sonst geschieht, das alles berührt mich wohl noch, aber es beeindruckt und beherrscht mich unvergleichlich weniger als früher.“ Und wenn er nachforscht, woher das kommt, dann merkt er: „Ja, ich habe jetzt viel mehr an mir selber Genüge, ich brauche gar nicht mehr so vielerlei Erlebnisse. Ich habe in mir selbst eine grundfreudige Stimmung, die viel leichter, wohler, heller ist als die frühere.“ Seine vorwiegende Gesinnung ist Mitempfinden und Einfühlung in die anderen Wesen, die genauso leben wollen



wie er. Die Haltung des Verzeihens, der Versöhnlichkeit, der Liebe zum Frieden, des Beschützens, Helfens, Mitempfindens und Erbarmens hat zur Folge, dass ein Mensch, der so vorgeht, sich allmählich eine Umgebung schafft, die immer mehr innerlich beruhigt, befriedet ist, die sich gut aufgehoben fühlt bei dem Menschen mit solch einer Haltung.

Mit der Gesinnung des reinen Herzens, das mit den Mitwesen empfindet, kann der Mensch nicht das Leben anderer verkürzen und kann auch nicht in den Bereich der Mitwesen einbrechen und Nichtgegebenes nehmen, kann nicht Verkehr pflegen, der nur aus körperlicher Lust erfolgt, ohne Verantwortung und Liebe, kann nicht mit Absicht Mitwesen schädigen durch trügerische Rede, und er kann auf die Dauer auch nicht mehr der Selbsttäuschung mit Alkohol oder anderen Drogen nachgehen, weil er klar sieht, wie er sich selbst und andere dadurch schädigt:

*Denn als Betrunk'ne richten Toreen Böses an,  
verleiten andere Menschen auch zum Leichtsinn.  
Man meide dies Gebiet der üblen Folgen,  
das so benebelt, blendet und betötet. (Sn 399)*

Vorübergehend frei von Gier, Hass, Blendung:  
ein Heilsgänger

In M 95 empfiehlt der Erwachte den Menschen, einen Lehrer aufmerksam zu prüfen, ob er stark von Gier, Hass, Blendung bewegt wird. Zwar kann der normale Mensch nicht direkt erkennen, ob der Betreffende, den er als Lehrer ins Auge gefasst hat, noch Gier, Hass, Blendung hat – denn das kann nur erkennen, wer selber von allen drei Übeln ganz und gar frei ist – vielmehr soll man, wie es heißt, prüfen, ob der Betreffende diese drei Unheileigenschaften in einem solchen Maß und mit solchen Auswirkungen im Herzen hat, dass er, von ihnen beherrscht, sein Nichtwissen dessen, was er nicht weiß, und sein Nichtsehen dessen, was er nicht sieht, nicht zugeben mag und

dass er gar die blind vertrauenden Schüler in solchen geistigen Übungen unterweisen mag, die sich für lange Zeit verderblich auswirken, wie es heute ja so sehr häufig geschieht:

*Hat dieser Ehrwürdige etwa solche Eigenschaften der Gier, des Hasses, der Blendung an sich, dass er, im Herzen von ihnen beherrscht, wo er nicht weiß, dennoch behauptet, er wisse es, und wo er nicht sieht, dennoch behauptet, er sehe es, oder dass er andere derart unterweisen mag, dass sie dadurch für lange Zeit in Unheil und Leiden geraten können?*

*Indem er ihn so erforscht, mag er erkennen: „Nicht hat dieser Ehrwürdige Gier, Hass, Blendung an sich. Diesem Ehrwürdigen eignet solches Betragen und solche Rede, wie es Gierlose, Hasslose und Unverblendete an sich haben. Und die Wahrheit, welche der Ehrwürdige aufzeigt, diese Lehre ist tief verborgen, schwer zu erfassen, still, erhaben, auf dem Wege des Denkens nicht erkennbar, nur vom Überwinder einsehbar, erfahrbar. Nicht kann diese Wahrheit von Gier-, Hassbewegten und Verblendeten dargelegt werden. (M 95)*

Doch auch von einem Lehrer, der ganz frei von Gier, Hass, Blendung ist, wie es der Erwachte und seine triebversiegten Mönche waren, kann kein normaler Mensch unmittelbar zum Heilsstand geführt werden. Aber solche Menschen, bei denen Gier, Hass, Blendung entweder nur sehr dünn sind, so dass diese unter dem Einfluss einer weisheitlichen Rede vorübergehend ganz verschwinden können, oder solche, die zu einem starken weisheitlichen Denken (*cinta-maya-paññā*) fähig sind, wodurch sie selbst stärkere Gier, Hass, Blendung vorübergehend aufheben können, erfahren bei sich, dass sie in dem Augenblick, in dem sie in einer bisher noch nie gekannten Weise neutral und klar waren, plötzlich verstanden hatten, dass tatsächlich alles nur durch Gier, Hass, Blendung bedingt besteht. Das hat sie zu einer endgültigen Umwertung aller Werte geführt. Jetzt spüren sie, dass das, was sie bisher Leben nannten, ein unendlich vielseitiges, auswegloses Sichsehnen und Um-

herirren ist, so wie vom Wind aufgewirbelter Staub mal hierhin fliegt und dann dorthin rieselt – dass dagegen jener lichte Augenblick, wie ihn solche Menschen im Zentrum der Wahrheit erfahren, das eigentliche Leben ist.

Von da an kennen sie nur noch das eine Ziel: Diesen Anblick so häufig wie nur irgend möglich zu wiederholen und ihn wiederholend, immer länger zu halten und ihn so allmählich zur Lebensbasis zu machen (s. M 48 die drei ersten Gewissheiten dessen, der den entscheidenden Einblick gewonnen hat). Durch diese Erfahrung ist der Schüler in die Heilsströmung, in den Zug zum Heilsstand eingetreten (*sotāpatti*), denn er hat jetzt in eigener Erfahrung durchschaut, dass der Heilsstand selber nicht durch Denken, sondern durch Beseitigung von Gier, Hass, Blendung erfahren wird. Er hat erfahren, dass er das Verständnis des Heilsstands blitzaugenblicklich hatte zu der Zeit, als er zum Beispiel den Ausführungen über das Zusammenspiel der fünf Zusammenhäufungen folgte und sich dabei als frei von Gier, Hass, Blendung erfuhr. Da geht ihm auf, dass es nur durch nicht mehr weiteres Zusammenhäufen dieser fünf Zusammenhäufungen, die durch Zu- und Abneigung bedingt sind, sondern nur durch deren Loslassen zu der Auflösung des trügerischen Schleiers der Welt kommen kann. Mit dem endgültigen Betreten des Weges dorthin, als *anusāri*, Nachfolgender, ist er ein Heilsgänger geworden, dessen Läuterungsaktivität nun in der Erhellung des Herzens und in der Einübung des Loslassens von allen aus Gewohnheit noch aufsteigenden falschen Urteilen und untugendhaften Handlungen und dunklen Gesinnungen besteht.

Dabei ist die nun in dieser Rede folgende Übung eine große Hilfe, die nur kurz angedeutet ist:

Die Übung des Heilsgängers, sich mit Liebe –  
Erbarmen – Freude – Gleichmut zu erfüllen

*Derart von Sinnenlustwollen und Übelwollen befreit, ungebildet, klarbewusst und wahrheitsgegenwärtig durchstrahlt*

*der Heilsgänger mit einem von Liebe – von Erbarmen – von Freude – von Gleichmut erfüllten Gemüt die eine Himmelsrichtung, ebenso die zweite, ebenso die dritte, ebenso die vierte. So durchstrahlt er die ganze Welt nach oben, unten, in alle Richtungen, überallhin mit einem von Liebe – Erbarmen – Freude – Gleichmut erfüllten Gemüt, einem weiten, umfassenden, nichtmessenden, von Feindschaft und Bedrängung befreiten.*

Als Vorübung und als Richtschnur für das Verhalten bei bedrängenden Situationen gab der Erwachte folgende Meditation (M 21):

*Nicht soll mein Gemüt verändert werden,  
kein böses Wort meinem Munde entfahren;  
voll Wohlwollen und Mitempfinden will ich verweilen,  
mit einem Herzen voll Liebe, ohne Abneigung.*

Hier wird also eine Meditation zur Einübung einer bestimmten Haltung empfohlen: Als erstes, dass man sich trotz des Ansturms unliebsamer Wahrnehmungen in seinem Gemüt, in seinem Herzen „nicht verändere“, d.h. sich nicht gleich von dem Mitwesen wegneige. Das ist so, wie wenn man sich beim Sturm gegen den Wind stemmt, um sich nicht umblasen zu lassen. Man muss sich üben, nicht gleich den jeweiligen Eindrücken nachzugeben und zu erliegen, sondern Kraft anzuwenden zum Durchhalten einer guten heilsamen und unverstörten Herzensverfassung.

Bei dieser Übung geht es darum, jeden Gedanken, dem anderen etwas heimzahlen oder auch nur negativ anrechnen zu wollen, bewusst zu entlassen, zu vergessen und auch sonst in keiner Weise gereizt zu werden, sondern vielmehr zu verstehen mit Gedanken wie: „Vielleicht meinte er es gar nicht so, wie er es sagte, oder vielleicht fühlte er sich nicht wohl, als er etwas mich unangenehm Berührendes sagte oder tat, oder er war selber in trauriger oder gereizter Verfassung – oder viel-

leicht sehe ich die Situation gar nicht richtig oder lege selber falsche Maßstäbe an. Mein Getroffensein rührt ja überhaupt nur von meiner eigenen Reizbarkeit und Empfindlichkeit her.“

Wenn das Gemüt nicht verändert, nicht verstört wird, wenn man wohlwollend und mitempfindend bleibt, dann ist man aufgeschlossen, dann ist das Herz sanft. Nur mit einer solchen ruhigen Herzensverfassung kann der Mensch, der sich um triebfreie rechte Anschauung der Dinge bemüht, durchdringen bis zum Grund, denn Gier, Hass, Blendung, die Verhärtungen und Trübungen und Wallungen des Herzens sind es, die uns hindern, die Wahrheit zu sehen.

Auch wer noch ganz in der Welt wohnt – wenn er aber Übelwollen und Abneigung gegen Wesen überwunden hat und verstehend, verzeihend, Übles vergessend, wohlwollend an die Mitwesen denkt, dann übertönt die innere Freudigkeit aus der Helligkeit des Gemüts immer mehr alle durch die äußeren Dinge bedingten Freuden, von Missmut gar nicht zu reden.

Es bedarf einer nüchternen, klar analysierenden Haltung, damit der Mensch, der bei gegebenen Anlässen ärgerlich, verdrossen und abweisend wird, darauf achtet, dass er nicht gleich im Herzen ablehnend und aufbegehrend werde, sich in seinem Inneren trotz der unliebsamen Begegnung „nicht verändere“. Eine gewisse Untreffbarkeit, Unverletzbarkeit ist also die Voraussetzung für die Entwicklung von mettā, von herzlicher Zuwendung.

Der normale Mensch lebt in der Weise der Reaktion, das heißt, wenn ihm andere angenehm begegnen, dann begegnet er ihnen auch angenehm; wenn sie ihm unangenehm begegnen, dann begegnet er ihnen auch unangenehm. So halten es die Menschen auch für richtig und wenden den Maßstab der Sympathie und Antipathie bewusst an: Denjenigen Menschen, die ihnen sympathisch sind, begegnen sie mit ihrer größtmöglichen Liebenswürdigkeit und Offenheit; anderen Menschen dagegen, die ihnen unsympathisch sind, verschließen sie sich, behandeln sie abfällig, rücksichtslos – und meinen, so sei es richtig.

Durch die Lehren der Weisen und insbesondere durch die Lehre der Erwachten wird erfahren und begriffen, dass diese Haltung gerade falsch ist, da sie den Täter wie auch die Beteiligten in Kälte, Zwietracht, Misstrauen, Hochmut, Zorn, Streit und Krieg führt, dass jedoch die allen Wesen zugewandte, vorbehaltlos wohlwollende, freundliche, liebevolle und erbarrende Haltung der einzige Weg ist zu gegenseitiger innerer und äußerer Förderung, zu Wachstum und Erhöhung des Menschentums, zu Vertrauen, Eintracht und Frieden. Wenn man diesen neuen Maßstab gewonnen und im Geist anerkannt hat, dann bemüht man sich um diese Haltung.

Die Übung besteht also darin, bei jedem Menschen, an den man nur irgend denkt, nicht mehr der neigungsbedingten Einstellung zu folgen, seiner Ablehnung oder Gleichgültigkeit nachzugeben. Stattdessen führt sich der Übende vor Augen, dass der andere ganz ebenso ein wohlsuchendes Wesen ist wie er selber. Er denkt sich an desjenigen Stelle, denkt an dessen Wohl. – Wer auch nur einige Fortschritte in dieser Übung macht, der gewinnt daraus tiefe innere Freudigkeit, inneren Frieden. Durch dieses Erlebnis wird er bestärkt, auf diesem Weg weiter zu gehen. So gelangt er in den Zug zur Helligkeit und Freudigkeit und Unerschütterlichkeit und erfährt folgende Zuversicht:

#### Die vierfache Zuversicht des Heilsgängers

*Mit einem derart von Feindschaft und Übelwollen freien, insofern unbefleckten, geläuterten Herzen hat der Heilsgänger schon zu Lebzeiten eine vierfache Zuversicht:*

*Wenn es eine jenseitige Welt gibt und eine Frucht, eine Ernte guten und üblen Wirkens, so werde ich nach Versagen des Körpers, jenseits des Todes, in hellen Bereichen, in himmlischer Welt wiedergeboren. Diese erste Zuversicht hat er gewonnen.*

*Gibt es aber keine jenseitige Welt und keine Frucht, keine Ernte guten und üblen Wirkens, so lebe ich eben hier in dieser Welt ein leidloses, glückliches Leben, frei von Feindschaft und Übelwollen. Diese zweite Zuversicht hat er gewonnen.*

*Wenn nun einem Übeltäter Übles widerfährt, ich aber gegen niemanden Übles im Sinn habe, wie kann da wohl mir, der ich nichts Übles tue, Leiden widerfahren? Diese dritte Zuversicht hat er gewonnen.*

*Wenn aber einem Übeltäter nichts Übles widerfährt, so weiß ich mich gleicherweise rein. Diese vierte Zuversicht hat er gewonnen.*

*Mit einem derart von Feindschaft und Übelwollen freien, insofern unbefleckten, reinen Herzen hat der Übende noch bei Lebzeiten diese vierfache Zuversicht gewonnen. –*

*So ist es, Erhabener, so ist es, o Herr. Mit einem derart von Feindschaft und Übelwollen freien, also unbefleckten, gereinigten Herzen hat ein Übender noch bei Lebzeiten diese vierfache Zuversicht gewonnen. Vortrefflich, o Herr, unsere Zuflucht nehmen wir, o Herr, zum Erhabenen, zur Lehre und zur Gemeinschaft der Heilsgänger. Als Anhänger möge uns der Erhabene betrachten, als solche, die von heute ab zeitlichen Zuflucht genommen haben. –*

Mit der Nennung der vierfachen Zuversicht geht der Erwachte noch einmal ganz auf die Sichtweise der Kālāmer ein. Er spricht vorwiegend von der Zuversicht des von Feindschaft und Übelwollen Geläuterten, von seiner Freiheit von Angst und Sorge, Beklemmung und Gewissensdruck, was sich bereits in diesem seinem Leben zeigt: Was ihm auch begegnen mag, der von Feindschaft und Übelwollen Freie weiß, dass er nicht fähig ist, Mitwesen zu schädigen oder ihre Interessen um des eigenen Vorteils willen zu vernachlässigen. Er weiß, dass er auf Grund seines liebevollen Empfindens für alle Wesen

nicht fähig ist, die Tugendregeln zu verletzen. Darum fühlt er sich sicher im zwischenmenschlichen Umgang, wie der Erwachte auch an anderer Stelle sagt (D 16, A V,34,A V,231, A VII,55):

*Der Tugendhafte, von Tugend ganz Erfüllte  
gewinnt großes Vermögen, guten Ruf, innere Sicherheit  
im Auftreten, Geistesklarheit in der Todesstunde  
und nach dem Tode Wiedergeburt in himmlischem Dasein.*



FÜNF BETRACHTUNGEN FÜR JEDERMANN  
„Angereichte Sammlung“ (A V,57)

*Diese fünf Unabänderlichkeiten, ihr Mönche, sollte jeder öfter bei sich bedenken, ganz gleich ob Mann oder Frau, ob er im Hause lebt oder im Orden. Welche fünf?*

*Dem Altern bin ich unterworfen, kann dem Altern nicht entgehen.*

*Der Krankheit bin ich unterworfen, kann der Krankheit nicht entgehen.*

*Dem Sterben bin ich unterworfen, kann dem Sterben nicht entgehen.*

*Von allem, was mir lieb und angenehm ist, muss ich scheiden und mich trennen.*

*Eigentum und Erbe meines Wirkens bin ich, bin meinem Wirken entsprossen, mit meinem Wirken verknüpft, habe es zur Lebensgrundlage, und ich werde das gute und das üble Wirken, das ich jetzt wirke, zum Erbe haben.*

*Diese fünf Unabänderlichkeiten sollte jeder öfter bei sich erwägen, ganz gleich, ob Mann oder Frau, ob er im Haus lebt oder im Orden.*

Feststellungen wie die hier getroffenen, dass die Wesen dem Altern, der Krankheit, dem Sterben usw. unterworfen sind, und die daran geknüpften Ratschläge, dass man diese Unabänderlichkeiten öfter bedenken und erwägen solle, kommen in den Lehrreden häufig vor. Sie haben mit dazu beigetragen, dass die Lehre des Buddha dem oberflächlichen Menschen als eine lebensverneinende und pessimistische Religion erscheint. Stimmt das aber? Was ist denn Pessimismus, was Optimismus und was Realismus?

Wenn ein Feldherr, der mit seinem Heer eine Schlacht verloren hat, diese sehr erschreckende Tatsache seinem Herrscher meldet, dann ist er darum kein Pessimist, sondern ein Realist.

Ebenso ist ein Feldherr, der eine Schlacht gewonnen hat und diesen Sieg seinem Herrscher meldet, darum kein Optimist.

Die Dinge so sehen, wie sie sind, die positiven Dinge als positiv erkennen und die negativen Dinge als negativ - das ist immer nur nüchterne Erkenntnis der wirklichen Situation. Das ist Realismus.

Sollte aber der Feldherr auf Grund der einen verlorenen Schlacht gleich *alles* verloren geben und nun nicht mehr weiterkämpfen, dann wäre er pessimistisch. Denn erst die negative Stellungnahme zu den vorliegenden positiven oder negativen Tatsachen macht zum Pessimisten.

Würde aber der Feldherr genau die Ursachen und Bedingungen erforschen, die zum Verlust der Schlacht geführt haben, und würde er dann diese erkannten Ursachen und Bedingungen abstellen und mit größter Tapferkeit und unbelastet von dem Verlust der ersten Schlacht zu neuem Kampf ausziehen, dann würde er das Beste erreichen können, was unter den Umständen erreicht werden kann.

Ein solcher Feldherr hat durch Realismus die gefährliche Situation genau als gefährlich erkannt, hat durch Umsicht die schädlichen und hemmenden Einflüsse ausgerodet und hat durch Tapferkeit alles zum Guten gewendet. Das ist die positivste Haltung, die es im Leben gibt.

Genau so lehrt der Erwachte zuerst immer die Realitäten so zu betrachten und zu erkennen, wie sie sind, und zwar sowohl die wirklich realen Unzulänglichkeiten und Erbärmlichkeiten („Leiden“) wie auch die wirklich reale Befreiung und Freiheit.

Wer die in unserer Lehrrede genannte Betrachtung in der Weise, wie der Erwachte es empfiehlt, öfter durchführt und sich an sie gewöhnt, der erfährt von dieser Übung einen solchen Segen, gerade auch an innerer Freudigkeit, äußerer Unverletzbarkeit, an innerem Wachstum, dass er, allein schon aus den Erfahrungen dieser Praxis zu der Erkenntnis kommt, dass der Erwachte tatsächlich „der unvergleichliche Meister der Menschen“ ist. Sehen wir, wie der Erwachte die Betrachtungen empfiehlt:

## Altern

*Aus welchem Grund aber, ihr Mönche, sollte man öfter bei sich erwägen, dass man dem Altern unterworfen ist, dem Altern nicht entgehen kann? Die meisten Wesen, ihr Mönche, sind erfüllt vom Jugendrausch, durch den berauscht sie in Taten, Worten und Gedanken einen schlechten Lebenswandel führen.*

*Wer aber diese Tatsache öfter bei sich bedenkt, bei dem schwindet dieser Jugendrausch entweder ganz oder er wird abgeschwächt. Aus diesem Grund sollte man öfter bei sich erwägen, dass man dem Altern unterworfen ist, dem Altern nicht entgehen kann.*

Der Begriff „Altern“ wird in den östlichen Ländern und besonders in Indien - wie aus vielen Lehrreden hervorgeht - viel sachlicher und tiefer aufgefasst, als wir ihn meistens auffassen. Wir sagen: Mit fünfzig, sechzig Jahren altert der Mensch. In Wirklichkeit, sagt der Erwachte, altert man vom Augenblick der Geburt an. Bei der Geburt hat man die längste Zeit seines Lebens noch vor sich, aber mit jedem Augenblick wird sie geringer. Das Pāli-Wort *jarā*, das K. E. Neumann mit „Altern“ übersetzt, heißt „abnützen“ und „sich mindern“. Jede Sache, sagt der Erwachte, mindert sich. Der Mensch wird mit einem winzigen Körper geboren: seine physische Kraft nimmt im Lauf der Jahre zu, entwickelt sich mit zwanzig, dreißig Jahren zur Höhe und nimmt nach diesem Höhepunkt langsam wieder ab. Aber schon das Wachsen des Körpers und der physischen Kraft gehört zur Aufzehrung. Es steht nur eine begrenzte sogenannte Lebenszeit zur Verfügung, und vom ersten Augenblick an mindert sich diese Lebenszeit.

Nach der Statistik werden in etwa einer Sekunde zwei Menschen auf der Erde geboren. In dem Augenblick, wo ein Kind geboren wird, hat es nur Vorgänger. Es ist selbst in der Reihe der etwa sechs Milliarden Menschen, die die Erde be-

völkern, das Allerjüngste. Nach einer Sekunde ist es schon das dritte, und zwei sind nach ihm geboren; und wieder werden zwei nach ihm geboren. In jeder Sekunde sterben auch ungefähr wieder zwei Menschen. Ununterbrochen, in jeder Sekunde etwa sterben zwei Menschen und werden zwei nachgeboren. Jeder von uns befindet sich in dieser Reihe der sechs Milliarden Menschen. Bei der Geburt war er der letzte, und dann läuft er die Reihe vorwärts; hinter ihm entstehen immer wieder neue, während ständig die Leiber der Vordersten in der Reihe tot umsinken.

Das ist das äußere Gesetz unseres Lebens, das wir bedenken sollen. Wer das mehr bedenkt, nützt die Zeit. Der Erwachte geht in seinem Realismus so weit, dass er ausrechnet, wie viel Jahreszeiten, wie viel Jahre, Monate, Tage und Mahlzeiten der Mensch erlebt. Er sagt:

*Wer heute lange lebt, lebt hundert Jahre oder etwas darüber. Während der hundert Jahre seines Lebens aber erlebt er dreihundert Jahreszeiten: Hundert Winter, hundert Sommer, hundert Regenzeiten. Während er aber, ihr Mönche, dreihundert Jahreszeiten lebt, erlebt er eintausendzweihundert Monate; vierhundert Wintermonate, vierhundert Sommermonate, vierhundert Regenmonate. Während er aber eintausendzweihundert Monate lebt, lebt er 36000 Tage. Während er aber 36000 Tage lebt, verzehrt er 72000 Mahlzeiten: 24000 Sommermahlzeiten, 24000 Wintermahlzeiten und 24000 Mahlzeiten der Regenzeit, insofern man das Säugen bei der Mutter und den Ausfall der Mahlzeiten mitzählt. Folgende Mahlzeiten nämlich fallen aus: wenn man erregt ist, isst man nichts; wenn man traurig ist, isst man nichts; wenn man krank ist, isst man nichts; wenn man den Feiertag hält, isst man nichts, und aus Armut isst man nichts. (A VII,70)*

Wir finden bei unserer Geburt unser „Sparguthaben“ vor, unser „Pfund“, wie es im christlichen Gleichnis heißt, das wir im früheren Leben angesammelt und erworben haben. Von nun an ist jede kleine Freude, die wir haben, jede große Freude, jedes kleine Leid, jedes große Leid ein Aufzehren dieses Guthabens, und am Ende des Lebens ist nichts mehr davon übrig. Und damit ist die andere Frage eng verknüpft: Was habe ich in dieser mir zur Verfügung stehenden Zeit geschaffen?

Bei unserer Geburt treten wir mit einer bestimmten Lebenskraft an, einer physischen Kraft samt der Regenerationskraft. Sie hat ein ihr bestimmtes Maß. Diese Kraft können wir vergeuden - man kann „sein Lebenslicht an zwei Enden anbrennen“, so dass es um so schneller aufgezehrt ist - und wir können es langsam abbrennen lassen. Aber das ist nicht einmal so wichtig, ob wir die Kraft mit großem Einsatz oder mit geringerem Einsatz aufzehren. Viel wichtiger ist, dass wir sie - im Bewusstsein der Kürze unserer Lebenszeit - richtig nützen und nicht dem Jugendrausch verfallen, Gesundheit und Kraft im Übermut vergeuden.

Der gesunde junge Mensch, der auf dem Weg ist, sich diese Welt immer mehr zu erobern, der von Tag zu Tag neue Eindrücke empfängt und immer im Hintergrund die unermessliche Weite der Welt ahnt, die es noch zu erobern gilt, ist oft genug vom Jugendrausch erfüllt.

Er kennt aus seiner eigenen bisherigen Erfahrung immer nur Jugendkraft, Jugendfülle und immer weitere Eroberungen. Er kennt noch keine Grenzen: weder die Grenzen der eigenen Kraft noch die Grenzen der Welt.

Ein Geist, der bisher keine anderen Erfahrungen eingesammelt hat als diese, kommt zwangsläufig zu der Folgerung, dass es immer so weitergehen müsse. Aus sich selber denkt ein solcher Geist nicht so leicht, dass sich hier bald Grenzen zeigen, dass der Höhepunkt bald erreicht ist und es dann abwärts geht.

Weil der Geist dies aus sich selber nicht so leicht denkt, so kommt er zu Vorstellungen, Plänen und Unternehmungen, die

er nach dem Gesetz des von Krankheit, Alter und Tod durchsetzten Lebens nicht vollenden kann.

Dadurch kommt sehr bald Enttäuschung und damit Bitterkeit und Resignation oder Verzweiflung, Zorn und Wut.

Aber nicht nur das ist die Gefahr des Jugendrausches, sondern weit mehr noch die daher kommende egozentrische Einstellung. Denn wer vom Jugendrausch erfüllt ist, sieht nicht die Schwächen und Nöte, Empfindlichkeiten und Bedürfnisse der Mitmenschen. Der Übermut reißt ihn hin, und die Schwachen und Notleidenden können ihm dann leicht als Hindernisse erscheinen. Die Alten erscheinen ihm als Totgeweihte, und er rechnet nicht mehr recht mit ihnen.

Damit entzieht er sich selbst den guten Einflüssen seitens der Erfahrenen, die schon eine größere Lebensspanne hinter sich haben. So geht aus dem Jugendrausch vielerlei Übles hervor, auch für die Umgebung des Berauschten.

Und wie ist es, wenn der junge Mensch nach dem Rat des Erwachten diese Unabänderlichkeit des Alterns und des Alters öfter bedenkt? Wer dieses Bedenken falsch anstellt, der mag deprimiert und verbittert werden und mag zu dem Gedanken kommen: „So will ich doch wenigstens meine Jugend genießen, das Alter kommt von selber und früh genug.“

Wer aber das rechte Maß der angeborenen oder erlernten Einsicht hat, wessen Kräfte - wie der Erwachte sagt - „weder zu kalt noch zu heiß, sondern richtig gemischt“ sind, dem gelingt die rechte, die wohltuende, die hilfreiche, die befreiende Erwägung der Realität des Alterns.

Wer nüchtern und schlicht bedenkt: „Ich werde nicht immer so in der Kraft der Jugend stehen wie jetzt, es gehört nun einmal zum Leben, dass man den Höhepunkt einer Entwicklung erreicht und dass die Kräfte des Leibes dann langsam immer mehr nachlassen“ - der wird nicht die Jugend, sondern den Rausch der Jugend ablegen, nicht den Sinn der Jugend, sondern nur den Leichtsinn der Jugend ablegen. Er wird auch nicht den Mut der Jugend, sondern nur den Übermut der Jugend ablegen.

Ein solcher gewinnt zu all den mit der Jugend verbundenen Kräften noch zusätzlich Weisheit, Besonnenheit und Zucht hinzu. Ein solcher wird planen, überlegen und erwägen im Rahmen des wirklich Möglichen und nicht im Rahmen des Unmöglichen. So wird er vor Enttäuschungen bewahrt.

Ein solcher sieht auch in den Alten die Gefährten im gleichen Schicksal. Er sieht in ihnen Menschen, welche bereits dort sind, wohin er später auch kommen wird. So sieht er in ihnen immer solche, die bereits mehr erlebt und erfahren haben als er selbst. Er wird sie gern fragen und gern sich beraten lassen. Er wird im Umgang mit ihnen, ohne dass er seine Jugendkraft und seinen Jugendmut verliert, noch zusätzlich die Besonnenheit, die Ausdauer, die Beharrlichkeit und die Erfahrung des Alters sammeln und sich aneignen können.

So wird sein Blick geweitet, wird umfassender und größer, und er bezieht die Bedürfnisse der Umwelt mit in sein Bedenken und Planen ein. So wird er in Gedanken, Worten und Taten umsichtiger, heller, besser, und so hat ein solches Erwägen nur gute Folgen.

#### Krankheit

Ebenso sind - wie wir sehen werden - auch die anderen Erwägungen für die Reife von Gemüt und Geist nur nützlich:

*Aus welchem Grund aber, ihr Mönche, sollte man öfter bei sich bedenken, dass man der Krankheit unterworfen ist und der Krankheit nicht entgehen kann?*

*Die Wesen, ihr Mönche, sind erfüllt vom Gesundheitsrausch, durch welchen berauscht sie in Taten, Worten und Gedanken einen schlechten Wandel führen.*

*Wer aber diese Tatsache öfter bei sich erwägt, bei dem schwindet der Gesundheitsrausch entweder ganz, oder er wird abgeschwächt.*

*Aus diesem Grund, ihr Mönche, sollte man öfter bei*

*sich bedenken, dass man der Krankheit unterworfen ist, der Krankheit nicht entgehen kann.*

Krankheit ist mit dem Menschentum untrennbar verknüpft so wie Alter und Tod. Es gibt nicht völlige unantastbare Gesundheit, sondern nur mehr oder weniger Krankheit. So heißt das Pälwort für Gesundheit auch wörtlich: „wenig Bedrängnis“. Die Krankheitseinbrüche von kürzerer oder längerer Dauer, starke oder schwächere Krankheiten sind Minderungen der Lebenskraft und Lebensfreudigkeit und Behinderungen der Möglichkeit des Strebens. Es gibt Krankheitsformen, durch die das Leben fast abgeschnitten wird und der Mensch nur noch dahinvegetiert; und es gibt Krankheiten, die bald oder nach kurzer Zeit vorübergehen.

Wer schon einmal längere Zeit krank war, der weiß, dass er dann erheblich bescheidener ist und dankbar, wenn er wieder etwas gesünder geworden ist. Dann nutzte er die Zeit wieder ganz anders, besonders wenn er sich im Leiden weiß und zum Heilen sehnt, und kommt dann in einer gewissen Zeit erheblich weiter vorwärts als ohne das Krankheitserlebnis. - Aber dann übermannt den Menschen wieder die Vergesslichkeit, der gewöhnliche Lebensrausch. Die Krankheit tritt zurück, der Alltag steht wieder im Vordergrund mit seinen Sorgen, seinem Ärger und Verdruss, mit Verlockungen und Verheißungen. Und in dem Gesundheitsrausch, dem Übermut „mir gehört die Welt“, neigt der Mensch in Gedanken, Worten und Taten zu üblem Wirken, weil er eben nicht an die Abrechnung denkt.

Wer aber an Altern, Krankheit und Sterben denkt, hat immer vor Augen: „Dieses jetzige Leben mit seinen gesunden und kranken Tagen ist ein Kapital, das ich früher angesammelt habe. Mit jedem Bissen wird es jetzt aufgezehrt, mit jedem Erlebnis ist meine Lebenssubstanz, der „Sack voll Leben“ geringer geworden, mit jedem Erlebnis hole ich einen Bissen aus dem Sack heraus, und eines Tages ist der Sack leer. Was aber habe ich in der Zeit, die mir zur Verfügung stand, für die nächste Existenz angesammelt?“ - Ein solcher wird seine Le-



benskraft und Gesundheit zum besten Streben benutzen.

Wer sich täglich oder dann und wann die körperliche Aufzehrung und die Krankheitsanfälligkeit vor Augen führt, wird merken, dass man dadurch auf die Dauer nicht bedrückt, sondern in Wirklichkeit heiterer wird, weniger verletzbar wird, dass man sich allmählich angewöhnt, auf weitere Sicht zu planen, verantwortungsvoll zu leben. Wer die Tatsache der Krankheit öfter überlegt, der kommt nicht nur von dem schmerzlich fehlleitenden Gesundheitsrausch ab, sondern er überwindet auch die gefährliche Identifikation mit seinem Körper.

Gerade der gesunde Mensch, dem der Körper ein geschmeidiges Werkzeug zu allen seinen Wünschen ist, verfällt leicht dieser Identifizierung.

Wer aber öfter an die Möglichkeit der Krankheit denkt, der wird durch diese Gedanken und Vorstellungen immer daran erinnert, dass der Leib etwas Gebrechliches, Begrenztes, Bedingtes ist, und wird viel besser durchschauen, dass der Körper nicht er selber ist und dass er selber nicht der Körper ist. Einem solchen ist diese Feststellung nicht ein Leid und ein Schmerz, sondern eine Befreiung.

Der normale blinde Mensch, der sich mit dem Leib identifiziert, denkt, wenn er an die Krankheit des Leibes denkt, an „seine Krankheit“, wenn er an Tod und Untergang des Leibes denkt, an „seinen Tod und Untergang“.

Dem Kenner der Existenz aber, der sich mit dem Leib nicht identifiziert, ist die Krankheit des Leibes nicht seine Krankheit; ist Tod und Untergang des Leibes nicht sein Tod und Untergang. Er wird gerade durch solches Bedenken immer mehr auf die Nicht-Ichheit des Leibes hingewiesen, so dass alle Schicksale des Leibes nicht mehr seine Schicksale sind. So ist diese häufige Vorstellung von Alter und Krankheit gerade der Weg zur Befreiung von den mannigfaltigen erbärmlichen Schicksalen dieses vergänglichen Leibes und von der damit zusammenhängenden Angst.

## Sterben

*Aus welchem Grund aber, ihr Mönche, sollte man öfter bei sich erwägen, dass man dem Sterben unterworfen ist, dem Sterben nicht entgehen kann?*

*Die meisten Wesen, ihr Mönche, sind erfüllt vom Lebensrausch, durch welchen berauscht, sie in Taten, Worten und Gedanken einen schlechten Wandel führen.*

*Wer aber diese Tatsache öfter bedenkt, bei dem schwindet der Lebensrausch entweder ganz oder er wird abgeschwächt. Aus diesem Grund, ihr Mönche, sollte man öfter bei sich erwägen, dass man dem Sterben unterworfen ist, dem Sterben nicht entgehen kann.*

Der „Lebensrausch“ ist von allen Rauscharten der gefährlichste, weil er am meisten verblendet. Weil der Mensch lebenslänglich erfährt, dass er lebt, so muss er, wenn er den Rat des Erwachten nicht befolgt, die Tatsache des Sterbens viel zu wenig einkalkulieren.

Der Jugendrausch kann nicht lebenslänglich währen, weil man noch in diesem Leben erfährt, dass die Jugend verloren geht, dass Krankheit und Alter unausweichlich herankommen. Man erfährt also noch im Leben, dass man älter wird, dass die Jugend vergänglich ist, und durch die Erfahrung des Alterns verliert man seinen Jugendrausch. Aber der Lebensrausch sitzt viel tiefer und fester als der Jugendrausch, weil wir im Leben nicht an uns selbst die Beendigung des Lebens erfahren.

Natürlich hängt die Stärke des Lebensrausches mit dem Grad der Oberflächlichkeit eines Menschen zusammen, denn wer auch nur etwas aufmerksam und besonnen ist, dem wird das Dahinscheiden und Hinwegsterben der Nachbarn, Freunde und Verwandten zu einem Anlass, auch an die Möglichkeit und die Unvermeidlichkeit des eigenen Todes zu denken. Nur sehr flache oder verhärtete Menschen weisen solche Mahnungen in

der Jugend und im Alter ab. Aber man kann doch auch noch sehr alte und selbst kranke Menschen vom Lebensrausch besessen sehen, indem sie immer noch Pläne machen und Ziele verfolgen, von denen alle anderen - außer ihnen selbst - ganz klar erkennen können, dass sie sie in diesem Leben bestimmt nicht mehr ausführen und erreichen werden. Wie peinlich, wie unweise wirkt ein solches Verhalten schon in diesem Leben!

Aber noch mehr: Der Erwachte sagt, dass man durch den Lebensrausch berauscht, in Taten, Worten und Gedanken einen schlechten Wandel führt. Diese Tatsache sehen wir bei uns selbst, sehen wir in unserer Umgebung und auch in der Geschichte der Völker und Kulturen immer wieder bestätigt.

Die durch die falsche Auffassung des Lebens, durch die Blindheit für die Grenzen des Lebens entstehende Vorstellung macht den Menschen leichtsinnig und übermütig. Da er das Leben nicht richtig beurteilt und einschätzt, verhält er sich ihm gegenüber falsch, nicht den Gesetzmäßigkeiten entsprechend. Diese Blindheit für die dem Leben innewohnende Gesetzmäßigkeit lässt den Menschen gesetzlos sein, lässt ihn willkürlich, bedenkenlos und oberflächlich sein.

Natürlich gibt es auch eine falsche Weise des Denkens an den Tod. Wer den Tod für einen vollständigen Untergang, für die Vernichtung hält, der kann durch den Gedanken an den Tod zu einer intensiveren Lebengier veranlasst werden nach der bekannten Devise: „Lasset uns essen und fröhlich sein, denn morgen sind wir tot“. Hier sehen wir, dass es nicht nur um das Denken an den Tod geht, sondern zugleich um das Denken an die Folgen aller vom Menschen ausgehenden Taten in Gedanken, Worten und Taten. Nur wer das Leben als einen Abschnitt ansieht, dem ein weiterer Abschnitt in Form eines weiteren Lebens folgt, und wer die Überzeugung gewonnen hat, dass die Qualität des späteren Lebens ausschließlich bedingt ist durch die Qualität der jetzigen und vorangegangenen Lebensführung, durch den jetzigen und vorangegangenen Wandel in Gedanken, Worten und Taten - nur ein solcher wird durch den Gedanken an den Tod zu einem besseren Wandel in Gedanken,

Worten und Taten angehalten. Nur wer den Tod als die Abrechnung ansieht, nur wer da weiß, dass er durch schlechte Gedanken, Worte und Taten die Wege in ein entsetzliches Leben bahnt und durch gute Gedanken, Worte und Taten die Wege in ein helles und wohltuendes Leben: nur ein solcher wird durch den Gedanken an den Tod und die im nächsten Leben unerbittlich folgende Ernte des hier Gesäten zu besserem Wirken veranlasst.

Der erfahrene Kenner der Lehre weiß ja, dass die besseren Gedanken, Worte und Taten nicht viel schwerer fallen als die schlechteren. Nur im Anfang fallen sie schwerer, dann aber gewöhnt man sich an die bessere innere und äußere Lebensführung, und dann fällt sie leichter. Die Schmerzen und das Entsetzen dagegen, die man als Folge von übler Lebensführung in einem anderen Leben erntet und oft auch schon in diesem Leben, diese Schmerzen dauern das ganze Leben hindurch und noch viel länger. Ebenso dauern die im nächsten Leben erfahrenen Beglückungen aus der jetzigen guten Lebensführung in Gedanken, Worten und Taten auch ein ganzes Leben hindurch und noch viel länger.

Wer in der richtigen Weise den Tod bedenkt, der erkennt dieses Leben als eine Frist der Bewährung. Es ist eine Bewährung, welche in diesem Leben schon befriedigt und erhöht und den Menschen adelt und welche ihm im nächsten Leben noch unvergleichlich höhere Freuden beschert, während der Lebensrausch selber ein blinder Wahn ist, der den Menschen in Hemmungslosigkeit, Planlosigkeit und Willkür treibt, unwürdig eines denkenden Menschen.

### Die Trennung von allem Lieben

*Aus welchem Grund aber, ihr Mönche, sollte man öfter bei sich bedenken, dass man von allem, was einem lieb ist, scheiden und sich trennen muss?*

*Es gibt Wesen, ihr Mönche, die hinsichtlich der geliebten Dinge von Gier erfüllt sind; durch diese be-*

*rauscht, führen sie in Taten, Worten und Gedanken einen üblen Wandel. Wer aber bei sich bedenkt, dass man von allem, was einem lieb ist, scheiden und sich trennen muss, bei dem schwindet die Wunschesgier entweder ganz oder sie wird abgeschwächt. Aus diesem Grund, ihr Mönche, sollte man öfter bei sich erwägen, dass man von allem Lieben scheiden und sich trennen muss.*

Das Bedenken des Alterns, der Krankheit und des Todes betrifft mich selber: „Ich werde älter, ich kann krank werden, ich muss sterben.“

Der Gedanke nun, dass ich von allem, was mir lieb ist, scheiden und mich trennen muss - betrifft die Umwelt: Selbst das, was ich besitze und noch bekomme, von dem ich meine, dass es mir zusteht, werde ich nicht immer behalten; nicht nur dadurch, dass ich selber sterben muss und dann davon getrennt bin, sondern auch: es selber stirbt. Sowohl lebende Wesen wie tote Dinge mindern sich, nehmen ab, entziehen sich mir, verändern sich. Auch wenn mein Partner bleibt, so bleibt er vielleicht doch nicht mein Freund. Er kann zu meinem Feind werden - und was es sonst noch für Entwicklungen in der Welt gibt.

Ein Mensch, der über den Verlust geliebter Menschen aus der Fassung gerät, der dadurch verstört wird und maßlos und ohne Ende trauert, beweist damit, dass er für die Realitäten des Lebens blind geblieben ist, dass er, obwohl der geliebte Mensch sterblich war, nicht an dessen Sterblichkeit gedacht hat, dass er die Wirklichkeit nicht so bedacht hat wie sie ist, sondern dass er nur dasjenige, was ihm am Leben gefallen hat, betrachtet hat, dass er sich also töricht verhalten hat. Weil er nicht das Ganze zur Kenntnis nahm, sondern nur eine ihm angenehme Vorderseite, die Gegenwart des geliebten Menschen oder Dinges, so musste er in dem gleichen Maß durch die Rückseite, den Verlust des geliebten Menschen oder Din-

ges und ebenso durch die Gegenwart von ungeliebten Menschen und Dingen so sehr entsetzt werden.

Der Erwachte zeigt immer wieder, dass es für den Menschen zweierlei Wohl gibt, zweierlei Glück und Freude. Das eine kommt ihm durch die äußeren Dinge, die man sehen, hören, riechen, schmecken, tasten kann - also durch die Welt; das andere Wohl kommt von innen. Wer in seinem Herzen von dunklerer Qualität ist, nicht wohlwollend, nicht verstehend gegenüber den anderen, nicht gütig ist, hat ein dunkles Grundgefühl. Er fühlt sich bei sich selber nicht wohl. Ein solcher sucht um so mehr Wohl bei äußeren Dingen. Er muss haben wollen, weil er kein Sein hat, das ihm eigenes Licht gibt. Darum sucht er von außen das Scheinwohl, er sucht die sichtbaren Formen, die hörbaren Töne, die riechbaren Düfte, kurz, die Welt der sinnlichen Dinge und will diese haben. Die Welt der äußeren Dinge aber ist verletzbar, sterblich, und der Mensch kann sie nur mit diesem Körper genießen und aufnehmen. Ohne seinen Körper kann er sie nicht sinnlich wahrnehmen. Aber den inneren Frieden, die innere Freudigkeit, die innere Helligkeit aus gutem, hellem Charakter hat der, der sie sich erworben hat, ebenso immer bei sich wie der Durchschnittsmensch seine Dunkelheiten und Beklemmungen.

Wer nun die Wandelbarkeit der äußeren Dinge bedenkt und aus anfangender innerer Helligkeit schon das innere Wohl dann und wann entdeckt, der stellt sich allmählich um, indem er Wohl und Glück nicht mehr hauptsächlich außen sucht, weil er es schon ein wenig bei sich entdeckt hat und gemerkt hat: „Das kann ich pflegen, damit werde ich unabhängig.“

Wer von diesem inneren Wohl, von dem herzunmittelbaren Empfinden lebt, der „reitet das Ross, das den Tod überspringt“. Er hat als Lebensgrundlage etwas, das durch den Tod nicht verändert wird. Wenn unser Herz licht ist, sind wir immer im Licht, gleichviel was uns von außen durch die Sinne noch angeboten wird als Erlangen, Nichterlangen, Gewinn, Verlust, Verehrung und Verachtung.

Wessen Herz aber dunkel ist, der ist immer im Dunklen,

und dann meint er, durch äußere sinnliche Erlebnisse sich Hel-  
leres heranreißen zu können, aber es misslingt ihm immer  
mehr. Das ist die höhere Dimension, auf die in allen Religio-  
nen hingewiesen wird: „Sorge dafür, dass du bei dir selber  
Wohl gewinnst, du kannst es.“

### Erben des Wirkens

Dann nennt der Erwachte die letzte und wichtigste Betrach-  
tung, die wir auch bereits gestreift haben:

*Aus welchem Grund aber, ihr Mönche, sollte man öfter  
bei sich erwägen: „Eigentum und Erbe meines Wirkens  
bin ich, meinem Wirken entsprossen, mit ihm ver-  
knüpft; das Wirken ist mein Lebensgrund und ich  
werde das gute und üble Wirken, das ich wirke, zum  
Erbe haben?“*

*Die Wesen, ihr Mönche, führen meist einen schlech-  
ten Lebenswandel in Taten, Worten und Gedanken.*

*Wer aber öfter bei sich erwägt, dass er Eigentum  
und Erbe seines Wirkens ist, dass er das gute und üble  
Wirken, das er wirkt, zum Erbe haben wird, bei dem  
schwindet dieser schlechte Wandel entweder ganz oder  
er wird abgeschwächt.*

*Aus diesem Grund, ihr Mönche, sollte man, ganz  
gleich ob Mann oder Frau, ob man im Haus lebt oder  
im Orden, öfter bei sich erwägen: „Eigentum und Erbe  
meiner Taten bin ich, bin meinen Taten entsprossen,  
mit ihnen verknüpft, habe sie zum Lebensgrund und  
werde das gute und üble Wirken, das ich wirke, zum  
Erbe haben.“*

Das Wort des Erwachten, dass wir „Erben unseres Wirkens“  
sind, bedeutet: Die Begegnungen des Lebens treten an uns  
heran, wir nehmen dazu Stellung, und sie sinken in die Ver-

gangenheit, kommen aber in dem für uns nicht einsehbaren Kreislauf wieder an uns heran. Insofern sind wir Erben unseres Wirkens.

Weiter heißt es (M 135): Wir sind auch „des Wirkens Kinder“, wir selber schöpfen uns, schaffen uns selber durch unser Wirken. Dass ich jetzt in meinem Geist so bin, wie ich bin, das liegt daran, dass ich dieses Denken gepflegt habe; dass ich jetzt so bin in meinem Charakter, das liegt daran, dass ich die einzelnen Charaktereigenschaften durch geistige Gewöhnung gebildet und gemehrt habe. Das gilt für die üblen wie für die guten Eigenschaften. Und dass ich jetzt diesen Körper habe mit einer bestimmten Kraft oder Schwäche, das habe ich selbst gewirkt durch mein früheres Denken, Reden und Handeln. Es ist nichts in uns und an uns und nichts in unserem Besitz oder Nichtbesitz, das nicht aus früheren Taten geschaffen wurde. Es gibt keine andere Quelle des Erlebens als die, dass wir es selber vorher geschaffen haben. Im früheren Erleben begegnete uns etwas - und wie wir es bei der Begegnung - sei es noch so gering - zum Guten oder zum Schlechten verändert haben, so sinkt es in den Schoß der scheinbaren Vergangenheit und tritt als Zukunft wieder heran, so wie wir es entlassen haben. Die durch die Taten bewirkten Veränderungen an uns selber können wir bei entsprechender Achtsamkeit sofort beobachten, aber in der Umwelt begegnet uns manches erst später. Den Auswirkungen unserer Taten, sowohl denen an der Welt wie denen an uns selber, können wir nicht entfliehen. So heißt es im „Wahrheitspfad“:

*Nicht in der Luft, nicht in der Meerestiefe,  
nicht in dem Herzen fernster Bergeshöhle,  
nicht findet in der Welt man jene Stätte,  
wo man der eig'nen Tat entfliehen könnte. Dh 127*

*Den lang entbehrten teuren Mann,  
der heil aus fernen Landen kommt,*



*begrüßet bei der Wiederkehr  
all seiner Lieben traute Schar.*

*So, wahrlich auch empfangen ihn ,  
der Gutes tat, im neuen Sein  
die guten Taten insgesamt  
wie Freunde einen lieben Freund. Dh 219-220*

*Auch einem Bösen geht es gut,  
solang das Böse nicht gereift;  
ist aber reif die böse Frucht,  
dann geht es schlecht dem schlechten Mann.*

*Auch einem Guten geht es schlecht,  
solang das Gute nicht gereift;  
ist aber reif die gute Frucht,  
dann geht es gut dem guten Mann. Dh 119-120*

Weil das Erleben des Menschen von Ich und Umwelt unlösbar mit seinem Wirken in Taten, Worten und Gedanken verknüpft ist, darum empfiehlt der Erwachte, diese Tatsache öfter zu erwägen und entsprechende Konsequenzen im Denken, Reden und Tun daraus zu ziehen, das Gemüt sauberer und heller zu machen. Erst dann wird auch die erlebte Welt immer heller, immer bedürfnisloser. Soweit wir jetzt nicht daran glauben, liegt es daran, dass wir nicht hell und nicht bedürfnislos sind. Darum erleben wir eine Welt, die so ist, wie wir sie erleben. Das, was wir 'Erleben' nennen, nennen die Großen 'Erträumen'. So wie jeder Traum bedingt ist durch innere Spannungen, innere Trübungen, innere Disharmonien, so ist das Erleben des Menschen abhängig von seiner inneren Disharmonie oder Harmonie, seinen guten oder schlechten Gedanken und Empfindungen. In dem Maß wie sich der Mensch heller und bedürfnisloser macht, in dem Maß wird der ganze Traum heller.

Alle Wesen sind diesen Gesetzen unterworfen

Und nun nennt der Erwachte die Frucht, die sich aus den vorhergegangenen Betrachtungen ergibt:

*Der Heilsgänger, ihr Mönche, erwägt so bei sich:  
,Nicht bin ich ja der einzige, der dem Altern unterworfen ist, dem Altern nicht entgehen kann.*

*Nicht bin ich ja der einzige, der der Krankheit unterworfen ist, der Krankheit nicht entgehen kann.*

*Nicht bin ich ja der einzige, der dem Sterben unterworfen ist, dem Sterben nicht entgehen kann.*

*Nicht bin ich ja der einzige, der von allem Lieben scheidend, sich trennen muss.*

*Nicht bin ich ja der einzige, der Eigentum und Erbe seines Wirkens ist, seinem Wirken entsprossen, mit ihm verknüpft ist, der es zum Lebensgrund hat und das gute und üble Wirken, das er wirkt, einst erben wird.*

*Sondern wo immer Wesen kommen und gehen, sterben und geboren werden, alle diese Wesen sind dem Altern unterworfen, sind der Krankheit unterworfen, sind dem Sterben unterworfen, müssen von allem Lieben scheidend sich trennen, sind Eigentum und Erbe ihres Wirkens, sind ihrem Wirken entsprossen und mit ihm verknüpft, haben ihr Wirken zum Lebensgrund und werden das gute und üble Wirken, das sie wirken, zum Erbe haben.'*

*Indem er aber diese Tatsache häufig bei sich erwägt, da erschließt sich ihm der Heilsweg. Jenen Heilsweg geht er beharrlich. Und indem er jenen Heilsweg beharrlich geht, da schwinden die Verstrickungen, die Triebe sind aufgehoben.*

Wenn man die hier genannten Realitäten häufig bedenkt: Alles, was je geworden ist an Wesen mit ihren Hoffnungen und Enttäuschungen, Menschen, Tiere, niedere und hohe und höchste Geister, alle diese Wesen sind dem Altern, der Krankheit, dem Sterben, ihrem Wirken unterworfen, können dem nicht entgehen - dann sieht man immer stärker die unendliche Vielfalt der ununterbrochenen Wandlungen, wohin nur das Auge reicht. Wer das durch häufiges Betrachten immer tiefer sieht, der hebt sich allmählich still über die Vielfalt des Wandelbaren, und darin liegt das Betreten des Heilswegs, der aus allem Wandelbaren herausführt zum ungewordenen, ewigen Frieden.

So wie der Rauschgiftsüchtige vom Standpunkt des normalen Menschen als krank angesehen wird, weil er etwas zu brauchen glaubt, was nur Leiden verursacht und ihn ruiniert, so gilt vom Standpunkt der Heilgewordenen der normale Mensch als rauschgiftsüchtig, weil er außen Formen, Töne, Düfte usw. begehrt und damit seinen eigenen inneren Frieden versäumt.

Der innere Friede ist ununterbrochenes Wohl ohne Zeit, ohne Raum. Aber die Befriedigung, die das kranke Herz in sinnlichen Vielfaltserlebnissen sucht, bringt Geborenwerden, Krankheit, Altern und Sterben - und wieder Geborenwerden, wieder Krankheit, Altern und Sterben. Die Befriedigung ist von den Erlebnissen abhängig; es muss dieses und jenes herankommen, man will es festhalten, wenn es, dem Gesetz folgend, wieder verblassen will, aber es verschwindet unweigerlich. Wer von den Erlebnissen leben will, ist genarrt; aber wer den Frieden seines Herzens findet, der findet das Leben.

Das sind die Einsichten, zu denen - wie es hier heißt - der Heilsgänger kommt, wenn er bedenkt: Alles, was es an Wesen gibt, das wird geboren, nützt sich ab, wird krank, altert, man muss sich immer wieder von Liebem trennen und muss selbst dahinscheiden.

Wer den Frieden des Herzens entdeckt, der aus heller Gesinnung aufblüht, der beginnt, sich auf diese innere Helligkeit

zu gründen, sie zu pflegen und zu mehren. Dann merkt er, dass er der äußeren Dinge nicht mehr in dem Maß bedarf und dadurch unabhängiger, freier, weniger verletzbar wird. Das ist die Erlebensweise des Heilsgängers, der sich nicht mehr auf die wandelbaren Dinge der Welt stützt.

AUS DEM SAMENKORN ANSCHAUUNG GEHT  
ALLES ÜBLE ODER ALLES GUTE HERVOR  
„Angereichte Sammlung“ (A I,28)

Die Lehrrede

*Was auch immer, ihr Mönche, ein Mensch, der von falscher Anschauung geleitet wird, seiner Anschauung folgend, in Taten wirkend ausführt und unternimmt, in Worten wirkend ausführt und unternimmt und im Geist wirkend ausführt und unternimmt, und was er beabsichtigt, wie sein Verlangen, seine Neigungen, seine Aktivitäten auch immer sein mögen – alles führt zu Unerwünschtem, zu Unerfreulichem, zu Schmerzlichem, führt zu Verderben und Leiden, eben wegen der falschen Anschauung.*

*Gleichwie, ihr Mönche, wenn man den Samen eines Nimba-Baums mit seinen bitteren Blättern oder den Samen eines Bitterkürbis in feuchten Boden legt, dann alles das, was jener Samen des Nimba-Baums oder des Bitterkürbis an Erdssubstanzen und Wassersubstanzen aufnimmt, nur zu bitterem, scharfem, unangenehmem Geschmack führt, eben wegen des bitteren Samens, ganz ebenso geht es, ihr Mönche, mit allem, was ein Mensch mit falscher Anschauung, von dieser geleitet und ihr folgend in Taten wirkend ausführt und unternimmt, in Worten wirkend ausführt und unternimmt, im Geist wirkend ausführt und unternimmt, und was er beabsichtigt, wie sein Verlangen, seine Neigungen, seine Aktivitäten auch immer sein mögen – alles führt zu Unerwünschtem, zu Unerfreulichem, zu Schmerzlichem, führt zu Verderben und Leiden, eben wegen der falschen Anschauung.*

*Was auch immer, ihr Mönche, ein Mensch, der von rechter Anschauung geleitet wird, seiner Anschauung folgend, in Taten wirkend ausführt und unternimmt, in Worten wirkend ausführt und unternimmt und im Geist wirkend ausführt und unternimmt, und was er beabsichtigt, wie sein Verlangen, seine Neigungen, seine Aktivitäten auch immer sein mögen – alles führt zu Erwünschtem, zu Erfreulichem, zu Angenehmem, führt zu Segen und Glück, eben wegen der rechten Anschauung.*

*Gleichwie, ihr Mönche, wenn man einen Zuckerrohrsamensamen oder einen Reissamen oder den Samen eines Weinstocks in feuchten Boden legt, dann alles das, was jene Samen an Erdschichten und Wasserstoff abgeben, nur zu süßem, angenehmem und lieblichem Geschmack führt, eben wegen des guten Samens, ganz ebenso geht es, ihr Mönche, mit allem, was ein Mensch mit rechter Anschauung, von dieser geleitet und ihr folgend in Taten wirkend ausführt und unternimmt, in Worten wirkend ausführt und unternimmt, im Geist wirkend ausführt und unternimmt, und was er beabsichtigt, wie sein Verlangen, seine Neigungen, seine Aktivitäten auch immer sein mögen – alles führt zu Erwünschtem, zu Erfreulichem, zu Angenehmem, führt zu Segen und Glück, eben wegen der rechten Anschauung.*

Unsere Anschauung bestimmt  
unser Denken, Reden, Handeln

Warum werden die Samenkörner von Pflanzen mit der Anschauung verglichen? Die Wirkung der Anschauung ist wie die bei Pflanzensamen, die in die Erde gesetzt werden. Es

kommt nur das zustande, was im Samen schon vorgegeben ist. Der Same bestimmt, welche Pflanze wächst.

Ebenso, wenn die rechte Anschauung vorhanden ist, dann ist es nur eine Zeitfrage, dass das, was von dieser rechten Anschauung als das Rechte, das Heile gesehen wird, auch erreicht, erlebt, erfahren wird.

So sagt der Erwachte (A X,121): *So wie der Morgenröte der helle Tag zwangsläufig folgt, so folgt der heilenden rechten Anschauung zwangsläufig die Erreichung des Nirvāna, des endgültigen Heils.* Ebenso wenn das Samenkorn in feuchte Erde kommt, dann wächst daraus zwangsläufig die Pflanze, die im Samen schon vorgegeben ist.

Das Samenkorn enthält die Idee, die Vorstellung dessen, was werden soll. Die Idee ist das Treibende, Gestaltende beim Samenkorn. Ebenso ist die Anschauung im Geist, die Idee, der treibende Impuls. Die Ansicht über das, was wohl tut und sich lohnt und was schmerzlich und schädlich ist, lenkt und bestimmt das Tun und Lassen aller Wesen vom Regenwurm bis zum Menschen und zur Gottheit. Nach dem, was er als lohnend ansieht, richtet der Fuchs ebenso sein Tun wie der Verbrecher, der Bürger, der religiöse Mensch. Ihre Unterschiede liegen hauptsächlich in der Enge oder Weite des Horizonts, den sie mit der Frage nach dem, was sich lohnt, ausmessen. Je mehr einer im Zweifel ist, ob sich das lohne, um so zögernder wird er seine Kräfte einsetzen, um so öfter wird er überlegen und sich Rat holen, um so weniger wird er sich für dieses Ziel einsetzen.

Da alle Willensbildung immer so vor sich geht, dass der Mensch in allen Situationen, die ihm als unzulänglich erscheinen, stets seine Anschauung über das befragt, was er nun wohl zu tun oder zu lassen habe, um zu einer besseren Situation zu kommen, so ist tatsächlich die Anschauung von entscheidender Bedeutung für alles Tun und Lassen des Menschen mit den Folgen des Tuns und Lassens.

Der mit *falscher* Ansicht über das Nützliche und Schädliche, das Heilsame und Unheilsame behaftete Mensch, z.B. mit

der Ansicht: „Gutheit ist Dummheit“, der wirkt, immer von dieser Ansicht bewegt und gelenkt, darauf hin, dass sich seine vorhandenen schlechten Eigenschaften verstärken und dass noch nicht vorhandene schlechte Eigenschaften sich bei ihm entwickeln und dass seine vorhandenen guten Eigenschaften abnehmen und dass keine neuen guten Eigenschaften bei ihm entstehen können. So mehren sich bei ihm die schlechten Dinge und mindern sich die guten.

Der mit *rechter* Ansicht über das Nützliche und Schädliche, das Heilsame und Unheilsame begabte Mensch – z.B. mit der Ansicht: „Geben ist seliger denn Nehmen“ oder „Gutes Tun hat gute Folgen, schlechtes Tun hat schlechte Folgen“ – der wirkt, von dieser Ansicht immer bewegt und gelenkt, darauf hin, dass sich seine vorhandenen guten Eigenschaften verstärken und dass noch nicht vorhandene gute Eigenschaften sich bei ihm entwickeln, dass seine vorhandenen schlechten Eigenschaften abnehmen und dass keine neuen schlechten Eigenschaften bei ihm entstehen können. So mehren sich bei ihm die guten Dinge und mindern sich die schlechten.

Die Wirkung der moralisch indifferenten Anschauung der Naturwissenschaft sehen wir im Westen. Sie lässt nicht erkennen, inwiefern eine moralische, sittliche Haltung wichtig sei, und vermittelt dadurch dem Menschen: Je mehr der Mensch Geld und Gesundheit hat, je weniger Zeit er für Arbeit einsetzt, um so besser ist es. Inzwischen ist gegenüber dieser Auffassung Skepsis wach geworden, aber zugleich auch Ratlosigkeit, was wirklich sinnvoll ist. Aber alles Religiöse, alles Überweltliche, Nichtmaterielle, überhaupt geistige Werte können von der Naturwissenschaft nicht gefunden werden. Von der Soziologie wird erkannt, dass soziales Verhalten wichtig ist, um Verträglichkeit unter den Menschen aufrecht zu erhalten. Aber diese Erkenntnis genügt nicht, den Egoismus zu zügeln. Erst die Einsichten durch die Religionen: Dein eigener Vorteil ist es, wenn du für andere mitsorgst, wenn du freundlicher, wohlwollender wirst, dann geht es dir und den anderen



gut – solche Einsichten vermitteln die Anschauung, die die Triebe des Egoismus, die Egozentrik direkt angeht.

Diese Anschauung kann nicht durch naturwissenschaftliche Forschung, die nur das sinnlich Wahrnehmbare untersucht, begründet werden. Geld, Gesundheit, Freizeit, Genuss sind heute die angestrebten Werte, aber die religiösen Anschauungen gehen darüber hinaus. Die Religionen empfehlen: „Liebe deinen Nächsten wie dich selbst, tu für den Nächsten dasselbe wie für dich, denn wenn du den Mitwesen Übles tust, trifft es morgen dich.“ Der materialistische Mensch hat Angst davor, arm zu werden. Aber schlecht, egoistisch zu werden, bietet im Hinblick auf die üble Ernte viel mehr Grund zur Angst. Dieser Anlass zur Angst ist heute jedoch nur selten anzutreffen. Das ist die Wirkung der Anschauung, der Idee, die uns bei allem, was wir unternehmen, vorschwebt als das Ratgebende. Wir überlegen oft: Was tue ich jetzt, was ist das Richtige? Wir fragen also die Anschauung um Rat. Sie ist die Idee, die uns kommt als das jetzt Erlösende, das die augenblicklichen Schwierigkeiten auflöst, ohne hoffentlich hernach in eine noch größere Schwierigkeit hineinzuführen.

Wenn etwas Lockendes oder Abstoßendes erlebt wird, merken wir, dass sich die gefühlsbedingte Anschauung unmittelbar vordergründig meldet, unsere beste Anschauung meldet sich oft nur zögernd. Die Anschauung wird von einem besonnenen Menschen immer wieder korrigiert, sie bestimmt von Fall zu Fall unser Denken, Reden und Handeln.

Im Wortlaut der Lehrrede kommt das deutlich zum Ausdruck: *Was einer, der von falscher Anschauung geleitet wird, seiner Anschauung folgend in Taten, Worten und Gedanken wirkend unternimmt...* Wenn ich die Idee, die Anschauung habe: „Das lass’ ich nicht auf mir sitzen“, dann ist diese Idee, diese Anschauung entgegengesetzt der Anschauung: „Gut ist es, das selbst Gewirkte hinzunehmen.“ Die Anschauung zwingt zu einem entsprechenden Handeln, wie das Samenkorn zu einer entsprechenden Pflanze heranwächst.

Das Samenkorn eines Baumes mit bitteren Blättern oder der Samen eines Bitterkürbis kann kein Zuckerrohr hervorbringen.

Die Gegebenheit der Triebe –  
Wahrnehmung – falsche Anschauung

Die normale Quelle der Anschauung ist diejenige Wahrnehmung, die durch das unmittelbare Abschmecken des Sinnesindrucks, der Formen, Töne, Düfte, Säfte, Tastungen und Denkobjekte seitens der Sinnesdränge entsteht. Entsprechend dem aufgekommenen Gefühl wird die Anschauung gebildet: „Das tut wohl, das tut weh, ist schön bzw. hässlich.“ Gier und Hass, Anziehung und Abstoßung machen zu einer solchen Zeit für alle anderen Einsichten blind (Blendung); nur das augenblicklich Gefühlte, also die Bewertung durch die Triebe gilt.

Wenn Menschen die Anschauung haben, es gehe einzig um Erfüllung ihrer Genusssucht, und Güte und Rücksicht seien entbehrlich, so machen sie diese Anschauung zu ihrem Maßstab, bewerten die Wunscherfüllung hoch, Güte und Rücksicht dagegen gering. Auf Grund dieser Bewertung mehrten sich im Herzen, im Triebehaushalt Gier und Rücksichtslosigkeit. Dadurch mehrt sich in der Aktivität das Zerstörende, und im Erleben nimmt das Schmerzliche zu und nimmt das Erfreuliche ab. Wer Wohl für den gegenwärtigen Augenblick anstrebt, die augenblicklichen Triebe befriedigen will – wie wir es alle von Kindheit an gewohnt sind – denkt nicht an weiterreichendes Wohl, er setzt sich nicht für weiterreichende Ziele ein, und so gewinnt der Mensch normalerweise falsche Anschauung, d.h. durch seine Triebe verblendete Anschauung, die er seiner vordergründigen Blendungswahrnehmung darüber entnimmt, was sich lohnt oder nicht lohnt, und danach geht er dann vor.

Was wahrgenommen wird, darüber entscheiden die Triebe, der Charakter der Menschen, seine Grundart. Der Erwachte sagt: Es gibt die Gegebenheit dunkler, mittlerer und heller Triebe (S 14,13), und der Gegebenheit der Triebe entsprechend ist die Wahrnehmung, und daraus entnehmen die Wesen

ihre Anschauung. Es gibt Menschen, die mit breiter Selbstverständlichkeit üble Ziele nennen und sie anstreben. Da merkt man: Das ist unmittelbare Anschauung aus der Wahrnehmung, die durch den Charakter bedingt ist. Ein anderer von hellerer Art hat andere Anschauungen, die aber auch er lediglich aus seiner triebbestimmten Wahrnehmung entnimmt. Je nach der Gegebenheit der Triebe ist die Wahrnehmung, und entsprechend ist die Anschauung. Und weil der Charakter, die Triebe (Gier und Hass, Anziehung, Abstoßung) die Anschauung bestimmen, darum bezeichnet der Erwachte sie als Blendung, als Wahn, als falsche Anschauung.

Es sind einzig die Religionslehrer, die die Wirklichkeit triebfrei, unverblendet sehen, und es bedarf deren Mitteilung, um zur rechten Anschauung zu kommen.

### Fünffach gesteigerte rechte Anschauung

Alle rechten Anschauungen werden nicht von den vordergründigen Erfahrungen dieses Lebens geliefert. Der Erwachte gibt eine fünffach gesteigerte rechte Anschauung, auf die uns nur größere Geister, die u.a. Sinnensucht überwunden haben, hinweisen können. In den Lehreden M 56, 91 u.a. - ergänzt durch M 41, 60, 110, 114, 117 u.a. - heißt es:

*Und der Erwachte führte ihn in fortschreitendem Gespräch in die Wahrheit ein:*

- (1) sprach mit ihm zuerst über das Geben;*
- (2) sprach danach über den tauglichen Lebenswandel; es gibt eine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens (M 41 u.a.);*
- (3) sprach danach über himmlische Welt; es gibt nicht nur das Diesseits, sondern auch ein Jenseits. Es gibt über- und untermenschliche Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen durch Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen (M 41 u.a.);*

*(4) sprach danach über das Elend alles sinnlichen Begehrens und über den Segen vollständiger Begehrensfreiheit; es gibt in der Welt geistliche Asketen und Reine, die diese und jene Welt in überweltlicher Schau erlebt und erfahren haben und darüber lehren (M 41 u.a.);*

*(5) Wenn der Erwachte sah, dass der Hörer (durch die bisherige immer tiefer gewordene Belehrung) im Herzen fähig, bereit, klar, erhoben und ganz geöffnet war, dann gab er jene Lehre, die den Erwachten eigen ist: die vier Heilswahrheiten über die Gesamtheit der Leidensdinge, ihre Ursache und Aufhebung und den Weg, vom Leiden vollständig frei zu werden.*

Von diesen fünf immer höheren und immer weiterreichenden Lehren entsprechen die ersten drei den Grundlehren aller anderen Religionen, einschließlich der christlichen, sie sagen:

1. Geben ist seliger als Nehmen.
2. Was der Mensch sät, das wird er ernten.  
Darum geben die Religionslehrer die Tugendregeln.
3. Es gibt nicht nur die diesseitige, sondern auch eine jenseitige Welt.  
(„*Meines Vaters Haus hat viele Wohnungen.*“ – Joh. 14,2)

Die erste rechte Anschauung:  
Geben ist seliger als Nehmen

Die Religionslehrer sagen als erstes, anderen zu geben ist hilfreich, es lohnt sich für den Geber nicht nur für dieses Leben, sondern auch für die nächsten Leben. Wer eine helle Art hat, der empfindet, wenn er irgendwo Not sieht und dann gibt, innere Befriedigung und Erhellung. Mit seinem Geben ist eine Notspannung, die er mit dem Notleidenden empfand, aufgelöst worden. Wer diese Gegebenheit der Triebe hat, hat beim Geben auch diese Wahrnehmung. Von dieser Erfahrung her sagt er: Geben ist wahrhaftig etwas Gutes. Aber er mag trotzdem noch denken: „Was ich weggegeben habe, habe ich nun weni-

ger.“ Die Religionsgründer aber sehen, dass das Gegebene für den Geber nicht verloren ist.

*Angelus Silesius*, ein Christ des späten Mittelalters, sagt:

*Der Geizhals muss davon,  
lässt anderen sein Geld.  
Der Weise schickt's für sich  
voran in jene Welt.*

Ebenso sagt der *Buddha*:

*Brennt rings das Haus,  
so hilft uns nur  
das rasch hinausgetrag'ne Gut.  
Nur dieses nützt uns nach dem Brand.  
Nicht hilft uns, was im Haus verblieb.*

*Ganz ebenso brennt diese Welt,  
denn alles altert, stirbt hinweg.  
Da bringt nur reiches Geben Schutz,  
die Gaben helfen drüben uns. (A III,54)*

*Gute Werke sind den Wesen  
die Stützen für die nächste Welt. (A V,36)*

*Würden die Wesen die Ernte für das Austeilen von Gaben  
kennen, wie ich sie kenne, so würden sie nichts essen, ohne  
gegeben zu haben. (It 26)*

Und *Jesus* sagt:

*Gebt, so wird euch gegeben. (Luk. 6,38)  
Es wird einem jeglichen gegeben nach seinen Werken.  
(Offb. 2,23 u. 22,12)  
Geben ist seliger als Nehmen. (Apg. 20,35)*

Im Augenblick hat der Geber das Gegebene nicht mehr, aber er hat einen Geber und einen Beschenkten in die Vergangenheit geschickt. So erwartet auch ihn in seiner Zukunft, dass ihm gegeben wird. Wenn er noch zusätzlich in liebevoller Gesinnung gegeben hat, dann kommt das Gegebene vielfach zurück. Dieser Zusammenhang, dass aus meinem Weggeben von Geld und Gut zwangsläufig auch an mich wieder Geld und Gut zurückkommt, ist aus der sinnlichen Wahrnehmung nicht zu entnehmen, das können wir nur von Größeren hören, die den karmischen Gesamtzusammenhang überblicken. Die aber betonen, dass die Tat des Gebens sogar den Wert des gegebenen Gutes übertrifft, größere Folgen hat, beständiger in seiner Wirkung ist. Das ist ein himmlisches Gesetz.

Der Erwachte wurde einmal über die guten Folgen des Gebens in diesem Leben gefragt. Der Erwachte antwortete (A V,34):

*Wer gibt, wer ein Meister im Geben ist, der ist bei vielen Menschen beliebt und gern gesehen. – Einen, der gibt, der ein Meister im Geben ist, suchen gute, rechte Menschen auf. – Über einen, der gibt, der ein Meister im Geben ist, verbreitet sich ein guter Ruf. – Er tritt, in welche Gesellschaft er sich auch begibt, in eine Gesellschaft von Adligen oder Brahmanen, Bürgern oder Pilgern, mit innerer Sicherheit und Unbefangenheit auf: das sind Früchte des Gebens im jetzigen Leben.*

*Endlich erscheint einer, der gibt, der ein Meister im Geben ist, nach dem Versagen des Körpers, jenseits des Todes, auf guter Bahn wieder in himmlischer Welt. Das ist eine Frucht des Gebens in jenseitiger Welt.*

Und in einer anderen Lehrrede sagt er von einem durch Tugend, durch helle innere Art in himmlische Welt Gelangten (A V,32):

*Derjenige, der da Geber ist, der übertrifft als Götterwesen Nichtgeber in fünf Dingen: in himmlischer Lebenskraft, in himmlischer Schönheit, in himmlischem Glück, in himmlischem Ansehen, in himmlischer Macht. Wenn er später wieder in der Menschenwelt erscheint, dann übertrifft der Geber als Menschenwesen den Nichtgeber in fünf Dingen: in menschlicher Lebenskraft, in menschlicher Schönheit, in menschlichem Glück, in menschlichem Ansehen, in menschlicher Macht.*

Die zweite rechte Anschauung:  
Es gibt eine Saat und Ernte  
guten und üblen Wirkens

Wer in seinem Erdenleben Wohltaten gesät hat, der wird in himmlischer Welt ebenfalls Wohltat und Freude ernten; wer aber Übeltaten säte, der wird in untermenschlicher Welt Übelat und Schmerz ernten; aber aus gemischten Taten geht auch wieder ein aus Freude und Schmerz gemischtes Leben hervor. Von dem Erwachten heißt es:

*Der Vollendete sieht mit dem feinstofflichen Auge, dem gereinigten, die menschlichen Grenzen übersteigenden, die Wesen dahinschwinden und wiedererscheinen, gemeine und edle, schöne und unschöne, glückliche und unglückliche. Er erkennt, wie die Wesen je nach dem Wirken wiederkehren: „Diese lieben Wesen sind in Taten dem Schlechten zugetan, in Worten dem Schlechten zugetan, in Gedanken dem Schlechten zugetan. Sie tadeln Heiliges, achten Verkehrtes, tun Verkehrtes; bei Versagen des Körpers jenseits des Todes gelangen sie auf den Abweg, auf schlechte Lebensbahn, zur Tiefe hinab in untere Welt. – Jene lieben Wesen aber sind in Taten dem Guten zugetan, in Worten, in Gedanken dem Guten zugetan, tadeln nicht Heiliges, achten Rechtes, tun Rechtes; beim Versagen des Körpers jenseits des Todes gelangen sie auf gute Lebensbahn, in selige Welt.“ (M 12 u.a.)*

Auch Jesus sagt: „Was ihr sät, das werdet ihr ernten.“ (Gal.6,7) Wer mit seinem anvertrauten Pfund gewuchert hat, der wird diese große Menge und noch etwas dazu bekommen (Luk. 19,12-26). Zwar wird meistens derjenige, welcher ein großes Pfund hat, sich auch um so mehr bemühen, dasselbe zu vergrößern, und wird derjenige, dem nur ein geringeres Ahnen und Begreifen der geistigen Gesetze möglich ist, dieses Wenige leichter verlieren in seinem Leben; aber es kommt eben auch vor, dass Menschen ihre denkerischen Fähigkeiten nicht anders einsetzen, als um sich ihr Weltleben leichter und ihr sinnliches Genießen feiner zu machen. Diese haben „vom Brot allein“ gelebt, vom sinnlichen Bereich, haben nicht ihr höheres Begreifen genährt, und darum werden sie ihr Pfund verlieren.

Weil die Religionsgründer wissen, dass die Aufwärts- und Abwärtsentwicklung der Wesen von ihrem Verhalten abhängt und dass ihr Verhalten von ihrer Anschauung abhängt – darum sind die Religionsgründer an die Menschen herantreten, geben ihnen Rat und bieten ihre Führung an, um den Menschen von dem Weg abzubringen, der in Unheil und Leiden führt, und ihm auf den Weg zu helfen, der aus dem Leiden herausführt in das Heil.

In der christlichen Kirche ist die Forderung, das innere Wesen zu läutern, im Lauf der Zeit verblasst und zurückgetreten. Dagegen ist der Gnadengedanke immer einseitiger herausfiltriert worden. Dabei zeugen fast alle Aussprüche von Jesus und auch viele Stellen aus dem Alten Testament sowie die Aussagen der Apostel und Jünger ganz eindeutig von der Notwendigkeit der inneren Läuterung.

Das menschliche Wirken ist einmal dunkel, einmal hell, und darum erfahren wir auch Dunkles und Helles gemischt. Aber wir haben die Möglichkeit, mehr Dunkles als Helles zu wirken oder mehr Helles als Dunkles, wie es *Jakob Böhme* ausdrückt:

*Das menschliche Leben ist der Angel zwischen Licht und Finsternis; welchem es sich hingibt, in demselben brennt es.*



Je höher die Religionen stehen, um so deutlicher sind ihre Offenbarungen des himmlischen Gesetzes. Ihre Gründer haben durch Überwindung ihrer sinnlichen Tendenzen die Grenzen des Menschentums überschritten, in ihrem Schauen und Erkennen alle Nebel durchdrungen und dann nach einem Namen für die erfahrene Wahrheit und nach einem Pfad gesucht, um die Menschen ihrer Zeit zum Verständnis des Gesetzes zu führen. Sie haben es benannt mit Namen wie: Gott – Jehova – Herr – Brahma – Karma – Gesetz.

Es ist ein Gesetz, dass Erleben nichts anderes ist als die Wiederkehr des von uns Ausgegangenen. Diese rechte Anschauung kann durch sinnliche Wahrnehmung nicht erfahren werden. Und von den Religionsgründern kann sie nur an diejenigen übermittelt werden, die nicht ausschließlich auf die blendenden Eindrücke der sinnlichen Wahrnehmung fixiert sind, sondern eine Ahnung von geistigen Zusammenhängen in dieses Leben mitgebracht haben. Diese müssen sich dann aber noch dazu erziehen, die tieferen Wahrheiten in ihrem Erleben bestätigt zu finden. Von sich aus, befangen in der Blendung durch die sinnliche Wahrnehmung, kommt der Mensch nicht zu der rechten Anschauung vom Karmagesetz, wie sie die Erwachten haben:

### Die dritte rechte Anschauung:

*Es gibt nicht nur das Diesseits, sondern auch ein Jenseits (M 56 u.a.)*

*Es gibt über- und untermenschliche Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen durch Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen (M 41 u.a.)*

Zum Erscheinen in der jenseitigen Welt – und die meisten Wesen erscheinen nach dem Tod zunächst dort – benötigen die Wesen keine elterliche Paarung, keinen nur langsam wachsenden grobstofflichen Körper, keine Fürsorge seitens der Eltern. Sie sind dort sogleich als vollentwickelte Wesen mit ihrem

ganzen Wollen, Fühlen und Denken wie in der Menschenwelt und mit einem feinstofflichen Körper von geringer Dichte. Zu diesen Wesen zählen die übermenschlichen Wesen, die als Engel oder Gottheit bezeichnet werden, die die Ernte ihres guten Wirkens erfahren. Und hierzu zählen auch jene Wesen, die sich durch unmittelbares Erscheinen im Jenseits vorfinden in dunkler, trüber bis qualvoller Umgebung und die Ernte ihres egoistischen, die Mitwesen schädigenden Wirkens erfahren.

Die vierte rechte Anschauung:  
*Das Elend sinnlichen Begehrens  
und das Wohl der Begehrensfreiheit (M 56 u.a.)*

*Es gibt nicht nur Geburt durch Eltern, sondern auch geistunmittelbare Geburt. (M 41 u.a.) Der Erwachte zeigte Elend, Grobheit und Schmutz alles sinnlichen Begehrens (durch das die Wesen einen durch Eltern gezeugten Werkzeugkörper brauchen) und den Segen der Freiheit von sinnlichem Begehren (wodurch geistunmittelbares Sein möglich ist – Brahmawelt). (M 56, 91 u.a.)*

Dieser vierten Lehre des Erwachten gleicht die hohe Mystik sowohl des Christentums wie des Sufismus im Islam wie auch die Mystik in Indien und China. Diese Lehre lautet kurz gefasst:

Wer nicht nur Wohltäter, sondern ein vollkommen reines Herz gewonnen hat, der erfährt eine solche herzunmittelbare unbeschreibliche Seligkeit, dass er darüber Erde und Himmel, Kommen und Gehen vergisst und so über alle Vielfalt und Begegnung zwischen Ich und Du hinaussteigt zur seligen Einheit, der „*unio mystica*“. Darüber sagt *Jesus: Selig sind, die reinen Herzens sind, denn sie werden Gott schauen.*

Diese überirdische und überhimmlische Einigung des Herzens wird in Indien „*samādhi*“ genannt, in China das „*Tao*“. Von diesem Zustand sagt der Mystiker *Jakob Böhme:*

*Wem Zeit wie Ewigkeit und Ewigkeit wie Zeit,  
der ist befreit von allem Leid.*

Und *Jan van Ruisbroeck*, ein anderer christlicher Erfahrer dieser seligen Herzenseinigung, sagt:

*Ich habe die selige Ewigkeit gefunden!*

*Ich hab sie gefunden im innersten Grunde.*

*Des freut sich mein Geist, und es jubelt die Seele:*

*„Besiegt ist die Erde, verschwunden die Zeit.“*

So entsprechen also auch der vierten Lehre des Buddha die Erfahrungen vieler anderer Weiser aus anderen Religionen.

### Die fünfte rechte Anschauung: die vier Heilswahrheiten

Die vier Heilswahrheiten, die der Erwachte lehrt, stellen die höchste von den fünf rechten Anschauungen dar. Sie kann nur auf der Grundlage eines sicheren Verständnisses der vier ersten Lehren verstanden werden. Diese fünfte, die höchste Lehre des Buddha, führt aus dem Kreislauf des Immer-wieder-Geborenwerdens-und-Sterbens heraus zur Beendigung allen Leidens. Diese hat der Erwachte nur noch mit anderen Erwachten gemein, wie sie nach seiner Aussage auch weit vor ihm, in viel früheren Zeiten, immer wieder erschienen waren und wie sie auch später immer wieder erscheinen werden.

Die vier Heilswahrheiten zeigen auf:

1. *Dies ist das Leiden*, nämlich das Leiden an den fünf Zusammenhäufungen.
2. *Dies ist die fortgesetzte Leidensentwicklung*, nämlich der Durst, die Triebe, Tendenzen, Dränge.
3. *Dies ist die Leidensauflösung*, die Auflösung des Durstes.
4. *Dies ist die zur Leidensauflösung führende Vorgehensweise:*

Die acht Übungsstufen zur vollständigen Heilung.

Die erste Stufe dieses achtegliedrigen Heilswegs ist die Ausbildung der rechten Anschauung, das Thema unserer Lehrrede.

In M 65 vergleicht der Erwachte die Bändigung der Triebe durch die Übungen auf dem achtegliedrigen Heilsweg mit den Übungen, die ein Rossebändiger mit den Pferden vornimmt. Wenn ein Rossebändiger ein edles Pferd bekommt, bei dem

sich der große Einsatz, die große Hingabe lohnt, um das Tier zu seinen höchsten Möglichkeiten zu bringen, dann lässt er das Tier zuallererst Übungen am Gebiss machen. Jedes Pferd wird am Gebiss gelenkt. Wie das Gebiss vom Zügel geführt wird, dahin wendet sich der Kopf, dahin blickt es, und in die Richtung geht es dann auch. Nach seinen Trieben würde das Pferd dem Duft von Gras oder Wasser oder dem von Artgenossen nachgehen, aber durch die Lenkung sieht es dahin, wohin es gelenkt wird, und geht in die gewünschte Richtung. Das ist ein Bild für den die Leidensminderung anstrebenden Menschen: Nicht dahin sehen, wohin die durch die Triebe bestimmte Wahrnehmung ihn reißen will, nicht den täuschenden vordergründigen Anschein beachten – wie das Pferd seinen Triebwünschen folgt –, sondern den Blick, den Kopf auf die Herkunft und die Folgen der Hingabe an die durch die Triebe verlockend erscheinenden Dinge richten: Daraus erwächst rechte Anschauung. Wenn wir uns angewöhnen, so zu blicken, dann finden wir die Aussagen der Großen in unserer Existenz bestätigt. Wenn die Wahrheit gesagt ist, die Stimme des anderen gehört ist, und der Geist der Blickrichtung folgt, d.h. dem Blick durch die Oberfläche, die Luftspiegelung der Triebe, durch den Schein hindurchgeht, dann sehen wir die Wahrheit, dann haben wir die heilende, von Trieben unbeeinflusste rechte Anschauung gewonnen.

### Zwei Voraussetzungen der rechten Anschauung

Die rechte Anschauung bedarf also zweier Voraussetzungen (M 43):

1. der Stimme eines anderen, heutzutage z.B. der Lehrreden, der Gespräche mit Kennern der Lehre, wobei den Wahrheiten offenen Ohres gelauscht wird,
2. der auf die Herkunft gerichteten Aufmerksamkeit, d.h. die vom Erwachten genannten Wahrheiten bei sich selber beobachten.

*Offenen Ohres hört er die Lehre, sagt der Erwachte (M 95), d.h. mit bewusster und gewollter Aufmerksamkeit, also weder gleichgültig und zufällig hören bzw. lesen noch erst recht nicht mit Zurückhaltung, sondern gerade mit größter Aufmerksamkeit und Wachheit und zweitens nicht nur intellektuell erfassen, sondern das Aufgenommene auf das bei sich Erfahrene beziehen und anwenden. In A 1,27 bezeichnet der Erwachte die auf die Herkunft gerichtete Aufmerksamkeit als Voraussetzung für rechte Anschauung und deren Fehlen als Ursache für falsche Anschauung:*

*Nichts kenne ich, ihr Mönche, was in solchem Maß falsche Anschauungen entstehen lässt und entstandene falsche Anschauungen zum Wachsen bringt wie die nur auf die Oberfläche der Erscheinungen gerichtete Aufmerksamkeit. Wahrlich, ihr Mönche, wer nur auf die Oberfläche achtet, in dem entstehen falsche Anschauungen und die bereits vorhandenen falschen Anschauungen wachsen.*

*Nichts kenne ich, ihr Mönche, was in solchem Maß rechte Anschauungen entstehen lässt und entstandene rechte Anschauungen zum Wachsen bringt wie die auf die Herkunft der Erscheinungen gerichtete Aufmerksamkeit. Wahrlich, ihr Mönche, wer auf die Herkunft der Erscheinungen achtet, in dem entstehen rechte Anschauungen, und entstandene rechte Anschauungen wachsen.*

„Die Stimme des anderen“ ist dem Samenkorn vergleichbar, und das Gesagte bei sich selber beobachten, ist dem Hineinlegen des Samenkorns in die Erde vergleichbar.

Und nun heißt es in unserer Lehrede:

*Alles, was ein Mensch von der rechten Anschauung geleitet und ihr folgend in Taten, Worten und Gedanken beabsichtigt und unternimmt, das führt zu Erwünschtem, Erfreulichem, zu Angenehmem, zu Segen und Glück.*

Welcher Art ist dieses Beabsichtigen und Unternehmen, das zu Segen und Glück führt? Die Wirkung der gewonnenen und immer wieder auf sich angewandten rechten Anschauung zeigt sich daran, dass aus ihr fünf Eigenschaften hervorgehen, so wie das Samenkorn in der Erde nach einiger Zeit kleine, immer größer werdende Blättchen hervorbringt. Diese Eigenschaften, die aus der rechten Anschauung hervorgehen, unterstützen und stärken ihrerseits wiederum die rechte Anschauung und bewirken, dass die Triebversiegung erreicht wird. Diese fünf Eigenschaften sind in M 43 genannt.

Fünf Eigenschaften erwachsen aus  
der rechten Anschauung und unterstützen sie

1. Tugend (*sīla*)

Die vom Erwachten vermittelte Anschauung über die Existenz in ihrem Zusammenhang ist insofern die „rechte“ Anschauung, weil sie der Wirklichkeit, den Realitäten, entspricht. Weil es in der Wirklichkeit so ist, dass eben nur aus gewährender Gesinnung und Haltung des Täters im Lauf der Zeit ein helleres Erleben in helleren Daseinsformen für ihn selbst hervorgeht, dagegen aus verweigernder und entreißender Haltung des Täters im Lauf der Zeit schmerzliches Erleben in dunklen und dunkelsten Daseinsformen für den Täter selbst hervorgeht, darum führt die Anerkennung dieser rechten Anschauung den Menschen dazu, dass er seiner Willkür, sofern diese auf Verweigern und Entreißen aus ist, nicht folgt, sondern sich zu gewährender Gesinnung entschließt, zur Tugend. Er übt sich in der Tugend durch die beharrliche, gewissenhafte Übung in einer mit den vom Erwachten genannten Tugendregeln übereinstimmenden Lebensführung.

Der Erwachte empfiehlt (Dh 53):

*Wie man aus reichem Blumenkorb  
sich viele Kränze winden kann,  
so winde sich der Sterbliche  
viel Heilsames ins Leben ein.*

Das Leben ist eine Gelegenheit für „den Sterblichen“, viel Heilsames zu wirken. Warum? Der Mensch lebt gleichzeitig in zwei Dimensionen, übersieht aber meistens eine von beiden. Wir können das jetzige Leben vergleichen mit einer Stube, die wir für uns auspolstern, an die wir unsere Ansprüche stellen: In meiner Lebensstube soll es so und so sein: „So soll mein Beruf sein, so sollen meine Ehe, meine Kinder, mein Feierabend, meine Ferien sein.“ Das ist die eine Dimension. Die andere, nur dem Belehrtten und Aufmerksamen erkennbare Dimension besteht in der Tatsache: Diese Stube ist ein Fahrstuhl, der mit jedem Gedanken, mit jeder Tat ein klein bisschen höher steigt oder ein klein bisschen tiefer sinkt. In diesem Leben merken wir die Aufwärts- oder Abwärtsentwicklung kaum: Wir haben künstliches Licht in der Stube, und wir holen uns, was wir brauchen. Und während dieses sichtbare Leben gestaltet wird und der Mensch dabei unversehens in Bedürftigkeit zunimmt, in Egoismus, Hass, Rohheit zunimmt, wozu die heutige Reklame und sonstige Beeinflussung den Menschen erzieht, dessen Fahrstuhl sinkt unbemerkt abwärts. Mit dem Tod steigt „der Sterbliche“ aus seiner Lebensstube aus, und zwar auf dem Niveau, auf dem der Fahrstuhl angelangt ist: Ein helles Herz mit gutem Wirken findet Zugang zu hellen Wesen, ein dunkles Herz mit üblem Wirken findet Zugang zu dunklen Wesen. Das ist die andere Dimension des Lebens, bestimmt durch das Gesetz: Ein jeder Gedanke, mit welchem niedere Eigenschaften positiv, gute Eigenschaften negativ bewertet werden, bringt innerhalb des Samsāra einen Grad mehr nach unten, in mehr Dunkelheit, in mehr Kälte, in mehr Leiden hinein. Damit ist ein dunklerer Trieb entstanden oder etwas verstärkt und feinere Triebe sind etwas abgeschwächt. Ein jeder Gedanke, mit dem wir gute Eigenschaften positiv und niedere Eigenschaften negativ bewerten, bringt uns innerhalb des Samsāra einen Schritt mehr nach oben in etwas weniger Leiden. Das ist der Fahrstuhl.

Den Fahrstuhl anzuheben ist eine Tätigkeit, die sich mehr lohnt als das Auspolstern der gegenwärtigen Lebensstube,

denn, naiv ausgedrückt: Das Herz lebt länger als der Körper, und entsprechend der Qualität des Herzens ist die Lebensqualität. Aus dieser rechten Anschauung geht die Tugend hervor.

So wie aus einem jungen Reis, das aus einem Samen hervorgegangen ist, dann auch die mannigfaltigen Zweiglein hervorgehen, welche allmählich zur Ausbildung der gesamten fruchttragenden Pflanze führen, so geht die Tugend aus der rechten Anschauung hervor.

Die rechte Anschauung zwingt zu gutem Verhalten in der Begegnung, zu sanftem, liebevollem Umgang mit anderen. Handeln oder reden wir im Affekt und nicht nach der rechten Anschauung, triumphieren Verlockung oder Abstoßung, dann warnt die rechte Anschauung vor leidvollen Folgen. Je hellmütiger wir werden, um so mehr schmerzt es uns unmittelbar, wenn wir einem anderen wehtun. Im Affekt mag es noch geschehen, aber zugleich tut es dem Täter weh. Das Schonen und Wohltunwollen ist dann zu einem Trieb geworden. – Nur durch das Bemühen um sanfte, erhellende Begegnung kommen wir zur Einebnung des Gegensatzes zwischen Ich und Du, wird Ruhe und Frieden erfahren. Wer die heilende rechte Anschauung gewonnen hat, der kommt zu Verhaltensweisen, die auf die Einigung hinführen, weil die rechte Anschauung sagt: Es gibt kein Heil, wenn ich nicht alles, was mir begegnet, ein-ebne, d.h. so gut wie möglich besänftige, schlichte.

## 2. Lehrkenntnis, Erfahrung (*suta*)

Der Päliebegriff „*suta*“ leitet sich ab von *sunāti*=hören. *Suta* ist zweites Partizip zu *sunāti*, also wörtlich: Gehörtes, d.h. etwas, das man auf dem Weg des Zuhörens in den Geist aufgenommen hat. Das Adjektiv *sutavant* bezeichnet den religiös Erfahrenen, Belehrteten und Bekehrten, den Heilsgänger, der den Stromeintritt gewonnen hat, das Gegenteil *a-suta-vant*, den Weltling. Der Heilsgänger wird auch *ariya sāvako* (abgeleitet von Hören) genannt, d.h. der Hörer, der der Lehre gehorsam ist.



Wir sehen aus dieser Begriffsanalyse bereits, dass unter „Lehrkenntnis“ nicht gemeint ist, dass man mit den Ohren viel Wahrheit hört und diese in den Geist aufnimmt, sondern dass man ihr auch mit dem Herzen und mit der Tat gehorcht.

Die rechte Anschauung zwingt zum immer weiteren Erwerben und Vertiefen der Lehrkenntnis. Wir wissen, dass die Lehrkenntnis durchaus nicht auf einmal, durchaus nicht in einer Stunde, nicht in einem Tag und nicht in einem Jahr erworben wird, sondern erst ganz allmählich, wie der Erwachte es immer wieder ausdrücklich sagt und wie es ein jeder, der in der Lehre steht, an sich erfährt. Und da kommt es nun darauf an, ob wir im Lauf der Zeit immer mehr Neigung bekommen, unsere Lehrkenntnis zu mehren, oder ob wir diese Neigung im Lauf der Zeit verlieren. Unter welchen Umständen werden wir immer mehr Neigung bekommen, die Lehrkenntnis zu mehren, und unter welchen Umständen wird diese Neigung verloren gehen?

Damit kommen wir wieder zur rechten Anschauung selbst: Wer da aus den ersten Begegnungen mit der Lehre des Erwachten merkt, dass sie ihm Gutes bringt, nämlich rechte Orientierung über die Wege, die aus dem Elend herausführen, der wird große Freude und starken Willen haben, diese Lehre immer tiefer und immer umfassender kennenzulernen, um immer deutlicher die richtigen und die falschen Wege zu erkennen. Wenn man einem Kind zum ersten Mal etwas Honig zu kosten gibt, dann wird es von da an, weil der Honig ihm gut schmeckt, immer begierig auf Honig sein. Ganz ebenso wird jeder, der an sich erfährt und merkt, dass die rechte Anschauung ihm hilfreich und segensreich ist, stärkstes Verlangen haben, diese rechte Anschauung immer mehr zu gewinnen und darum immer mehr Lehrreden lesen, bedenken, durchdringen, das Gelernte immer tiefer, immer stärker mit der Existenz vergleichen, um immer sicherer zu werden über die verschiedenen Wege und ihre Ziele.

Der Erwachte sagt (M 95):

*Die gehörte Lehre behält er im Gedächtnis.  
Die so bewahrten Lehren prüft er gründlich auf ihren Sinn.  
Dem gründlich Prüfenden erschließen sich die Lehren.*

Erst dann, wenn wir viele Lehrreden wieder und wieder gelesen haben und wichtige Zusammenhänge im Gedächtnis behalten, die einzelnen Aussagen der Lehrreden zueinander in Beziehung setzen, die Aussagen nebeneinander betrachten, miteinander vergleichen und ihre gegenseitige Ergänzung entdecken, steht uns die Lehre wirklich zur Verfügung. Darum sagt der Erwachte:

*Häufige Wiederholung der verstandenen Wahrheit vergrößert die Verständniskraft. Nichtwiederholung der verstandenen Wahrheit verhindert die Verständniskraft. (A X,73)*

Im Anfang ist die rechte Anschauung noch dünn. Der Geist weiß aber, dass diese Anschauung die einzig richtige ist, und darum bedauert die rechte Anschauung, dass die rechte Anschauung quantitativ noch schwach ist. Der Geist kann klar erkennen, dass nur sie zum Heil führen kann, aber er erkennt auch, dass im Geist noch viele falsche Anschauungen sind, die oft das Handeln bestimmen. Darum kann die dünne rechte Anschauung gar nicht anders, als die falsche Anschauung ununterbrochen anzugreifen, zu überzeugen, auszuroden. Es ist ein Prozess des Radierens und des Zeichnens. Ausradiert wird die Wertschätzung der vordergründigen bunten Vielfalt, und immer mehr gezeichnet wird das richtige Weltbild.

Das Aufnehmen der Lehre in das Gedächtnis und das Erkennen des Sinngehalts ist ein Prozess, der sich über längere Zeit hin erstreckt und der je nach der Intensität und Ausdauer und Gründlichkeit, mit der er betrieben wird, zu der erforderlichen Kenntnis jenes Bildes der Existenz führt, das der Erwachte durch seine eigene Erfahrung erlebt und erfahren hat und von dem er in den Lehrreden immer wieder berichtet. Dieses Bild der Existenz übersetzt der Erwachte in seine Lehrreden hinein. In jeder Lehrrede berichtet er Teile davon, und

diese Lehrreden müssen wir in uns aufnehmen und müssen das in ihnen Gesagte zusammensetzen zu einem widerspruchsfreien Gesamtbild.

Der Erwachte vergleicht dieses Verständnis der Lehre (A III,70) mit dem Schmelztiegel, in dem das Gold geschmolzen wird. Alles bisher Erfahrene, der Inhalt des Geistes und Herzens, das gesamte innere Wesen mit allen seinen Widersprüchen und Widerhaken wird durch das ganz andere Seinsverständnis umgeschmolzen, der Wahrheit nachgebildet. Ein anderes Mal vergleicht der Erwachte das Verständnis der Lehre mit einer Waffe. Er nennt drei Waffen: Lehrkenntnis, Abgeschlossenheit und Weisheit. (D 33) Diese drei Waffen sind wie folgt zu verstehen: Die Lehrkenntnis ist die Wurfwaffe, die den Feind schon von weitem trifft, bevor er herangekommen ist, die Einsamkeit ist der Schild gegen die Waffen anderer, und die Weisheit ist die Handwaffe des Schwertes, mit dem man im Nahkampf den Feind tötet. – Diese Deutung wird durch eine andere Lehrrede (A VII,63) gestützt, in welcher der Erwachte die Lehrkenntnis mit Pfeilen und Speeren vergleicht, d.h. mit Fernwaffen. Er sagt, dass in der Festung viele solcher Waffen aufgestapelt sind, um die Feinde abzuwehren. Die Lehrkenntnis wirkt schon von weitem ein auf den Feind, die Triebe, indem sie den Pfeil oder den Speer der Lehrkenntnis, die Durchschauung aller unbeständigen Dinge als unbeständig, abschießt, so dass die akute Anfechtung schon zum Teil ferngehalten wird.

Die Lehrreden sind nur Mittel zum Zweck, Lehrkenntnis zu erwerben, um die Triebe entlarven und aufheben zu können. Wer die Lehrreden alle kennt, sie aber nur nach ihrem Wortlaut kennt, der mag viel wissen und mag viel Mühe aufgewandt haben, aber er kennt noch nicht das dem Erwachten vorliegende und mit den Lehrreden übermittelte Bild der Existenz; er kommt nicht zur „Erkenntnis des Sinngehalts“. Diese gewinnt er erst durch die zweite der beiden Voraussetzungen der rechten Anschauung, nämlich durch das Beobachten der

vom Erwachten genannten Zusammenhänge bei sich selber, durch auf die Herkunft gerichtete Aufmerksamkeit.

Auf die Herkunft gerichtete Aufmerksamkeit,  
geistige Erfahrung (*yoniso manasikāra*)

Die auf die Herkunft gerichtete Aufmerksamkeit ist die Aufmerksamkeit auf die geistigen Vorgänge, insbesondere auf die Wirksamkeit der Triebe und die durch sie ausgelösten geistigen Vorgänge.

Die auf die geistigen Vorgänge gerichtete Aufmerksamkeit ist einerseits die Voraussetzung für rechte Anschauung, wie vorher beschrieben (M 43 und A I,27), und zum anderen die zwangsläufige Folge. Es kann einer nicht das vom Erwachten Gehörte im Gedächtnis haben, ohne die Gewohnheit zu entwickeln, auf die geistigen Vorgänge bei sich selber zu achten und sie beeinflussen zu wollen.

Welcher Art sind diese geistigen Vorgänge?

Nehmen wir an, dass ein Mensch einen anderen Menschen sieht, zu dem er ein starkes Verlangen, eine starke Zuneigung hat. In einem solchen Fall geschehen verschiedene geistige Vorgänge: Zunächst wird plötzlich wahrgenommen, erlebt: „Da ist ja wieder dieser Mensch.“ Was einen Augenblick vorher noch nicht im Geist war, das kommt nun plötzlich auf. Zugleich geschieht sofort ein zweiter geistiger Vorgang ganz anderer Art. Weil er aber sozusagen gleichzeitig geschieht, so wird er von dem Menschen, der seine Aufmerksamkeit nach außen, auf den geliebten Menschen gerichtet hat, nicht von dem ersteren Vorgang unterschieden, sondern wird für eines genommen. Der erste geistige Vorgang war nur das Wissen: „Das ist dieser Mensch.“ Der andere Vorgang ist ein Fühlen, und zwar ein Wohlgefühl, eine Freude.

Aber damit ist der geistige Prozess noch nicht beendet, denn sofort kommt noch etwas auf: ein Verlangen, Ersehnen, Begehren, ein geistiger Durst nach diesem Menschen. Zwar ist dieses Verlangen und Dürsten auch als Gefühl anzuspre-

chen, aber es ist dennoch ganz anderer Art als das vorhin bezeichnete Gefühl. Das Wohlgefühl, das durch die sinnliche Wahrnehmung (durch das Sehen des geliebten Menschen) aufkommt, ist eine Reaktion oder besser gesagt, eine Resonanz auf etwas Zurückliegendes. Es kommt aus der Erinnerung an die (einmalige oder häufige) Erfahrung: „Durch diesen Menschen habe ich Gutes, Liebes, Schönes, Beglückendes erlebt.“ Ohne die (irrtümliche oder nicht irrtümliche) Verbindung beglückender Erfahrung mit dem Gegenstand der Wahrnehmung kann bei einem Anblick oder bei einer Erinnerung kein Wohlgefühl aufkommen.

Während also das beim Anblick eines geliebten Menschen aufkommende Wohlgefühl sich auf etwas Zurückliegendes bezieht, ist umgekehrt das danach aufkommende Wünschen und Sehnen auf etwas Zukünftiges gerichtet: Es ist der Wunsch, mit ihm wieder zusammen zu sein. Das Gefühl ist Resonanz, das sehrende Dürsten ist Intention, ist Wollen. Damit haben wir schon drei Vorgänge, die alle geistiger Natur sind, die aber je besonderer Art sind und je ihre besonderen Bedingungen haben: Wissen, Fühlen und Wollen. Wer seine Aufmerksamkeit auf diese Vorgänge richtet, der erfährt Geistiges, gewinnt geistige Erfahrung.

Aber mit den bisher geschilderten drei geistigen Vorgängen ist der Prozess durchaus nicht abgeschlossen, wie ja jeder Mensch, der sich selbst etwas beobachtet, aus eigener Erfahrung (also geistiger Erfahrung) weiß, denn sofort mit dem durstigen Sehnen melden sich die verschiedensten und auch einander widersprechenden Erinnerungen und veranstalten einen Widerstreit von verschiedenen Gedanken, ein Ringen, das oft mehr ein unbeherrschtes Gewoge als ein beherrschtes Abwägen und Erwägen ist.

Aufgerufen von dem sehnsüchtigen Dürsten nach neuer Begegnung werden Pläne entworfen (geistiger Vorgang); mit den Plänen kommt, je stärker die Sehnsucht nach Realisierung der Begegnung ist, zwangsläufig um so stärker die Frage (geistiger Vorgang) nach der Durchführbarkeit der Pläne auf

und von daher die Sorge (geistiger Vorgang), dass jener geliebte Mensch vielleicht keine Neigung oder keine Zeit zu dem erwünschten Treffen habe. Das führt zu der Suche (geistiger Vorgang) nach Mitteln und Wegen, ihm das Treffen lieb und leicht zu machen.

Unter Umständen handelt es sich auch um Wünsche, die von dem „Gewissen“ nicht gut geheißten werden, um Wünsche also, deren Aufkommen und Bedenken und Bewegungen allmählich oder plötzlich jene Erscheinung aufkommen lässt, welche wir die „Gewissensstimme“ (geistiger Vorgang) nennen, deren Herkunft und Zustandekommen der nach außen gewandte Mensch und eine nach außen gewandte Wissenschaft nicht kennen, deren zwifache Herkunft und mehrfache Bedingtheit man aber aus gründlicher Beobachtung der geistigen Erfahrung einwandfrei erkennen kann, so dass sich durch die gründliche geistige Erfahrung unbegrenzte Möglichkeiten einer in allen Religionen geforderten Gewissensbildung und Gewissenspflege ergibt.

Durch diese neue geistige Erscheinung, das Gewissen, wird der Vorgang noch erheblich komplexer. Diese Stimme löst im ersten Aufkommen ihrer Mahnung ein (geistiges) Stutzen und (geistiges) Zurücktreten aus. In manchen Fällen mag es dabei bleiben, in anderen Fällen aber meldet sich danach das (geistige) Begehren um so ungestümer, und zugleich kommt eine Gereiztheit (geistig) über den Einspruch des Gewissens auf, über jene Störung, welche die Gefahr der Verhinderung des Ersehnten mit sich bringt. Hier gibt es nun die (geistigen) Möglichkeiten, sich mit dieser Stimme auseinanderzusetzen und sich ihr zu beugen, oder die Möglichkeit, nicht auf sie zu hören, sie zu ignorieren und um so intensiver auf den Gegenstand des Begehrens zu schauen, sich an ihm zu entzünden (geistig), bis alle Hemmungen (geistig) vergessen sind – oder es gibt die Möglichkeit, die Gewissensstimme dadurch zu entkräften, dass man ihr eine fragwürdige Herkunft zuschreibt und sie damit als maßgebliche Instanz ablehnt.

Das sind schon drei verschiedene geistige Einstellungen allein dem Gewissen gegenüber, und es ist sofort zu erkennen, dass eine jede Einstellung auch wieder ganz andere Folgen nach sich zieht. Aber es ist nicht etwa so, dass jeder Mensch in jedem Fall zwischen ihnen wählen könnte, sondern sie haben wiederum ihre geistigen Bedingungen und Bedingtheiten, und wer mangels geistiger Erfahrungen diese nicht kennt, der ist ihnen blind ausgeliefert. Das Ergebnis des Kampfdramas steht schon längst vor dem bewussten Willensentschluss ebenso fest, wie bei einer noch hin und her pendelnden Waage schon feststeht, welche Waagschale am Ende des Pendelns tiefer und welche höher stehen wird. Die endgültige Willensentscheidung wird ebenso sehr von der Größe der beteiligten ungleichen (geistigen) Kräfte und (geistigen) Einsichten bestimmt, wie der endgültige Stand der Waagschale von den beteiligten ungleichen Gewichten auf ihnen.

Natürlich sind die hier geschilderten geistigen Vorgänge erst ein Bruchteil des gesamten geistigen Prozesses, denn je nach dem Verhalten gegenüber dem „Gewissen“ werden die Gedanken sein, die als Folge davon aufsteigen, und diese Gedanken haben wiederum geistige Folgen: Vorfreude oder Missmut, Erleichterung oder Beklemmung, Zweifel und Widerspruch, Resignation oder Ärger. Und ob nun das Ergebnis dieses geistigen Gewoges zu dem „Entschluss“ führt, dieses ersehnte Treffen zustande kommen zu lassen, oder zu dem Entschluss, darauf zu verzichten: immer sind unterschiedliche Gefühle, neue Erwägungen und Überlegungen die Folge.

Ähnliche vielfältige geistige Vorgänge mannigfaltiger Art finden statt, wenn der Mensch einen Gegenstand seiner Abneigung wahrnimmt, einen ihm unsympathischen „unausstehlichen“ Menschen, ein Gesprächsthema, eine bestimmte Arbeit, Aufgabe, Verpflichtung, die er „nicht leiden“ kann. Auch hier steigen in unmittelbarer Verbindung mit dem geistigen Akt der sinnlichen Wahrnehmung des betreffenden Menschen oder Gegenstands (geistige) Gefühle auf, aber nicht Wohlgefühle wie zuvor, sondern unangenehme Gefühle,

Wehgefühle, die bei dem so Fühlenden kein Ersehnen auslösen wie zuvor, sondern (geistige) Ablehnung, Abneigung, Abwendung. Daraus geht nicht wie zuvor der Gedanke hervor: „Was kann ich tun, um es zu erlangen“, vielmehr kommt nun der (geistige) Gedanke auf: „Was kann ich tun, um diese Sache von mir abzuwenden oder fernzuhalten, wie kann ich ihr entgehen?“ Auch hier mag sich dann das (geistige) „Gewissen“ melden und an Pflichten und Verpflichtung erinnern usw. Und auch hier löst die Stimme des Gewissens die unterschiedlichen (geistigen) Denkreaktionen aus, mit weiteren (geistigen) Stimmungen im Gefolge, wie Ärger, Gereiztheit, Beklemmung, Erleichterung, Genugtuung usw.

Das hier geschilderte geistige Gewoge spielt sich vielleicht in wenigen Sekunden ab. Wenn aber in diesen Sekunden der Blick des Betreffenden gebannt an dem geliebten Menschen oder verdrossen an der unlieben Aufgabe hängt, wenn der Mensch seine Aufmerksamkeit nur auf das durch die sinnliche Wahrnehmung Erschienene richtet, dann merkt er alle diese geistigen Vorgänge nicht und gewinnt auch keine geistige Erfahrung. Ein solcher bleibt diesen geistigen Verwicklungen blind ausgeliefert – wie die Waage den Gewichteten.

Daraus ergibt sich, dass die geistige Erfahrung unvergleichlich häufiger, vielfältiger und wichtiger ist als die sinnliche, ja, dass ohne die geistige Erfahrung der Mensch geradezu blind dahinlebt oder etwa wie ein scheu gewordenes Pferd ganz ohne Vernunft daherrast bis zur Vernichtung. Der Erwachte sagt zu dem, der seine Lehre gehört hat: Du merkst ja, wenn in dir Begehren und Hassen ist, du merkst dein Gerissenwerden. (A III,55) Der Belehrtete beobachtet die Triebe und ihre Auswirkungen bei sich. Hat er bisher nur über die Triebe gehört oder gelesen, so merkt er, wenn er sich z.B. um rechtes Verhalten bemüht, bei sich selber die Gewalt der Triebe, erfährt bei sich die vom Erwachten beschriebenen Herzensbefleckungen. Früher ließ er sich vom Strom der Triebe treiben, ohne sie zu merken, jetzt meldet die vom Erwachten gehörte rechte Anschauung: „Den Trieben folgen bringt Leiden.“ Er beginnt,



gegen den Strom der Triebe anzugehen, nicht mehr in der gewohnten Weise zu reagieren, fühlt sich gehemmt in heilsamer Zucht. Durch dieses Gegenangehen gegen die Gewöhnung merkt er sein Versagen, fängt an, Gegenkräfte zu sammeln, seine Waffen zu üben, gewinnt geistige Erfahrung.

Bei dieser Betrachtungsweise, bei welcher der Blick nicht nach außen auf die auf- und absteigenden Erscheinungen, sondern nach innen auf die Herkunft der Dinge: die Triebe und ihre Auswirkungen gerichtet ist – gewähren die Lehren des Erwachten immer mehr Durchblick durch die Existenz, und die Triebe nehmen ab. Es kann nicht einer sein Begehren und Hassen immer wieder beobachten, negativ bewerten und dabei in Begehren und Hassen zunehmen. Auf diese Weise wird „durchdringender Anblick“ gewonnen, und durch diesen durchdringenden Anblick wird die Existenz so gesehen, wie sie in Wirklichkeit ist.

### 3. Gedankenaustausch mit Gleichgesinnten (*sākaḥchā*)

Die rechte Anschauung führt auch zum Gespräch mit Gleichgesinnten, lässt den Nachfolger Austausch von Einsichten und Erfahrungen suchen. Wir wissen, dass der Erwachte immer wieder von den drei „Kleinodien“ spricht. Diese sind erstens der Buddha selber, zweitens die Lehre (Dhamma), drittens die Gemeinde der Heilsgänger (Sangha). Das fruchtbare Gespräch über die Lehre, der Austausch der Einsichten und Erfahrungen ist das, was durch den Sangha, die Gemeinde der Heilsgänger, ermöglicht wird.

Das beste Bild hierfür gibt der Erwachte in M 34 im Gleichnis vom Rinderhirten mit seiner Herde. Er sagt, in dieser Rinderherde gebe es die Stiere, die Väter der Herde, die Führer der Herde, dann die erfahrenen reifen Kühe, dann die Färsen und Starken (die das Kälberstadium überwunden haben, aber noch nicht ausgewachsene Kühe bzw. Stiere sind) und zuletzt die jungen Kälber. Ein Kalb nimmt einen ganz

anderen Platz in der Herde ein als die erfahrenen älteren Stiere. Ein Kalb gewinnt zunächst durch die gesamte Herde immer nur Anleitung, Erfahrung, Orientierung. Allmählich wird es selbstständiger, kennt manches nun schon selber, aber lernt manches von den Erfahreneren noch hinzu. Allmählich wird es erfahrungsträchtig, wird zum erwachsenen Rind, zur Kuh oder gar zum Stier, zum Vater, Führer der Herde. So wie das Kalb zuerst nur aufnehmend war, aber allmählich lernend und lehrend wurde, indem es die inzwischen hinzugekommenen neuen Kälber wiederum lehrte, bis es selber immer weniger zu lernen hatte, selber immer mehr erkannte und selber immer mehr lehren konnte – so auch entwickelt sich das Verhältnis des Kenners der Lehre innerhalb der Gemeinde.

Der Stier bedarf der Herde nicht, ist nicht auf sie angewiesen, wird ohne sie nicht umkommen. Aber die Herde mit allen unerfahrenen jüngeren und schwächeren Tieren und besonders den Kälbern bedarf des Stieres, bedarf seiner Erfahrung, Kenntnis und Vorsicht, seiner Kraft und Stärke, seiner Führung. Was der Stier früher, als auch er ein schwächliches, unerfahrenes Kälblein war, von der Herde bekommen, angenommen, gelernt hat, das gibt er nun aus seiner Erfahrung, Kenntnis und Kraft an die immer wieder nachwachsende Herde weiter. Genau so ist das Verhältnis der Gleichgesinnten untereinander im Sangha. Und so sehen wir auch jene geheilten triebversiegteten Mönche, die wahrlich der anderen nicht bedürfen, doch immer wieder sich ihrer annehmen und sie belehren. (M 67)

Ebenso wie gerade diejenigen Kälber, welche da glauben, dass sie allein schon die rechten Wege finden, am meisten gefährdet sind, so sind auch diejenigen Buddhisten, die glauben, ohne Beratung den Weg gehen zu können, am meisten gefährdet. Wir bedürfen des Gedankenaustauschs. Im einsamen Monolog verankert sich die rechte Anschauung nicht so tief und vielseitig, wie wenn wir mit Gleichstrebenden darüber sprechen. Und: Allein bleibend besteht die Gefahr, in Sackgassen zu geraten.

Jeder einsichtige Buddhist, der Gelegenheit zu einem ernsthaften, besonnenen Gedankenaustausch mit Gleichgesinnten hatte, hat die Erfahrung gemacht, dass man durch eine Aussprache mit anderen nicht nur von mehr oder weniger starken inneren Anspannungen und Zerrungen befreit wurde, sondern auch wichtige Korrekturen und Ergänzungen in der eigenen Anschauung erfuhr. Im Gespräch mit Gleichstrebenden, den unterschiedlichen Erfahrungszentren, die jeder Nachfolgende ja darstellt, merkt er z.B. „Dafür war ich noch ganz blind. Das habe ich falsch gemacht.“ Im Gespräch erfährt er Erleichterung und Ermutigung in dem Bewusstsein, dass da auch andere Menschen diese Lehre als die richtige erkennen, ihr beharrlich folgen, dass sie Schwierigkeiten überwinden, den Anfechtungen mehr oder weniger widerstehen und dass sie, langsam aber sicher, Fortschritte machen, in Tugend zunehmen, zunehmend zu Einsichten kommen, sich umgewöhnen.

Die in solchen Gesprächen erworbene Zuversicht und Sicherheit mehren die Kraft und die Ausdauer in der einsamen Übung, und aus dieser beharrlich gepflegten Übung gehen dann endlich, im Lauf der Zeit allmählich zunehmend, immer stärker die beiden letzten Eigenschaften der rechten Anschauung hervor, nehmen immer mehr zu und werden immer stärker: innere Ruhe und Klarsicht, *samatha* und *vipassanā*.

#### 4. Innere Ruhe (*samatha*)

Die rechte Anschauung zieht denjenigen, der sie besitzt, immer mehr von der Welt und ihren äußeren Dingen ab und lenkt ihn immer mehr zu den inneren Vorgängen. Während der gewöhnliche Mensch, welcher die Zusammenhänge in der Existenz nicht kennt, fasziniert auf die tausendfältigen Erscheinungen und auf eine durch sie entworfene „äußere Welt“ starrt, achtet der Kenner der Lehre bei allen Erscheinungen immer nur auf ihr Erscheinen, er lässt sich nicht blenden und täuschen von den erschienenen Formen, Farben, Tönen usw.; er weiß,

dass es nur Wahnbilder sind, durch Wahrnehmung erschienen, ein automatischer Vorgang, durch die Triebe bedingt, und dass alle Aktivität, die aus der Wahrnehmung hervorgeht, nur ein Sichklammern an Unbeständiges ist. Er erkennt die fünf Zusammenhäufungen je einzeln und in ihrem Zusammenwirken als wandelbar, haltlos, zerbrechlich, als nicht-ich, und dieses Erkennen führt dazu, dass er sich innerlich von ihnen abwendet. Viele Begegnungen, die nur wieder Begehren oder Hassen wecken, meidet er in dem Wissen: Diese verlockenden Dinge reißen ins Dunkle, halten im Unbeständigen, Leidigen. So beginnt eine ganz andere Wachstumsperiode, die echte Triebminderung. Bisher ging es vorwiegend um Klärung und Kampf und darum, bei den Begegnungen die Wünsche anderer zu bedenken und möglichst zu erfüllen. Aber jetzt geht es um das Bemühen, in der Stille, in der Ungerissenheit von den Trieben zu bleiben, die Einsichten kontinuierlich gegenwärtig zu halten, in ihnen zu wohnen. Der unheilvolle Charakter der wilden Erregungen bei Berührung der Triebe wird deutlich gesehen, und der Nachfolgende ist bemüht, sie schnell wieder zur Ruhe zu bringen. Wenn gute Empfindungen aufkommen, Mitempfinden, Rücksicht, dann pflegt und mehrt er diese, aber üble Gedanken von Antipathie bis Hass ist er bemüht aufzulösen.

So beginnt bei ihm die innere Beruhigung. Er wird den Erscheinungen gegenüber immer gleichmütiger, gewinnt immer mehr inneren Frieden, innere Ruhe. Und er spürt immer mehr die Wohltat dieser Beruhigung. Er spürt, wie er in zunehmendem Maß befreit wird von sinnlosen Hoffnungen und sinnlosen Sorgen um Nichtigkeiten und von dem Hetzen und Jagen, um Scheindinge zu erraffen, die, wenn man sie erlangt zu haben glaubt, sich als hohl und leer erweisen. So macht er sich frei von der gespenstischen Jagd nach dem Wandelbaren.

Samatha, innere Ruhe, ist nicht von äußerer Ruhe abhängig, sondern bedeutet, dass der Übende, wenn er von Gefühlen bewegt wird, sich bemüht, diese schnell zur Ruhe zu bringen. Es gab unter Malern einmal eine Preisaufgabe, den Frieden

darzustellen. Es wurden u.a. stille, nächtliche Mondlandschaften dargestellt, aber einer hat eine Weide am Ufer eines wildbewegten Baches gemalt. Die Weidenzweige wurden von dem strudelnden Wasser hin und her gerissen, und in diesen Zweigen saß ein Vogel und jubilierte zum Himmel auf. Dieses Bild hat den ersten Preis bekommen. Der Vogel hat sich von der äußeren Wildheit und Unruhe nicht stören lassen. Er lebte in seiner Welt und jubelte. Samatha wird nur dann gewonnen, wenn wir dafür sorgen, dass wir in unserem inneren Haushalt unter allen Umständen so bald wie möglich wieder zur Gelassenheit kommen. Wenn wir empfindlich getroffen worden sind, dann kann man in Gedanken immer wieder die Begebenheit aufwühlen: „Der hat zu mir so und so gesprochen, das und das getan.“ Oder aber man kann diese Gedanken abtun in dem Wissen: 1. Er musste so sprechen nach seinem Haushalt. 2. Alles, was mich trifft, ist nur Wiederkehr dessen, was von mir ausgegangen ist. Jetzt hab ich die wunderbare Gelegenheit, wieder einen Brocken Selbstgeschaffenes hinzunehmen und damit abzutragen. Und schnell wieder innen zur Ruhe kommen in dem Wissen: „Nicht von der Vergangenheit lebe ich, sondern auf die Zukunft lebe ich hin. Ich will immer lediger, freier werden.“ So kommt man immer eher wieder zur Ruhe. Wir können unter allen Umständen, selbst wenn wir hingerichtet werden sollten, mit Anstrengung durch Heranziehung rechter Gedanken einen Grad gelassener werden, zu größerer Ruhe finden als ohne Anstrengung. Mit klarer Einsicht den Unwert der Wahrnehmungen sehen, lässt diese an Gewicht verlieren und uns Ruhe gewinnen. Wer damit anfangen wollte, zuerst günstige äußere Umstände zu schaffen, um Ruhe zu gewinnen, der wird merken: Was ich nicht innerlich ändere, ist nicht geändert.

Es ist ein langer Weg von den ersten Anfängen rechter Anschauung, von dem daraus erfolgenden Bemühen um entsprechende Tugend, von der zunehmenden Lehrkenntnis, von den aus eigenen Erfahrungen und den Gesprächen mit die Lehre kennenden Freunden gewonnenen Korrekturen, Ergän-

zungen und Vertiefungen der rechten Anschauung und von dem Erspüren des Erlebnisses innerer Beruhigung über das zunehmende Lassen, Ablassen von der Vielfalt und von der Jagd nach vermeintlichen Außendingen bis zur Entwöhnung von dem üblichen Dichten und Trachten nach den tausend Dingen.

Je mehr der Nachfolger die Existenz in ihrem Zusammenhang sieht, um so weniger wird er betroffen vom Anlegen oder Ablegen von Körpern. Geborenwerden, Altern und Sterben wird dem Nachfolger immer unwichtiger. Unter äußeren Kulissen den Strom der Triebkräfte zu mindern, das ist ihm die Hauptsache. Er weiß: „Was in diesem Leben nicht gelingt, wird in den nächsten Leben gelingen.“ Der westliche Mensch hat keine Vorstellung davon, wie nur ganz allmählich die geistig-seelischen Einsichten und Eigenschaften wachsen. Er hat in seinem Geist schnell eingesehen, was sich anzustreben lohnt und was sich nicht lohnt. Bei den äußeren Dingen geht er nach seinen Einsichten vor und erlebt schnellen Erfolg. So erwartet er auch bei den inneren Dingen eine schnelle Umsetzung aus seinen Einsichten in die Praxis des Redens und Handelns. Erst wer mehr nach innen lebt, wer seinen seelischen Haushalt im Blick hat und überwacht, der weiß: Was ich eingesehen habe, das ist im Geist gesetzt als Sollen. Aber es braucht Zeit, dahin zu wachsen. Ich kann nicht erwarten, dass das gesetzte Sollen schon das Sein zur Folge hat, sondern die Einsicht „das ist das Lohnende“ muss ich immer wiederholen. Ich muss mit Beglückung sehen, dass die rechte Anschauung zum Wohl führt, und muss merken, dass es gar nichts Lohnenderes für mich gibt, als den rechten Anblick zu wiederholen. Das ist die zweite Stufe des achtgliedrigen Wegs: Betrachten, wie heilsam, wie souverän, wie unverletzbar man in diesem Status ist, aber mit dem Getriebensein durch die Triebe im Elend ist.

Es ist ein weiter Weg, aber es ist ein Weg der zunehmenden Beruhigung. Es ist eine Entwicklung wie die bei jenem Mann, der in rasendem Laufen zu sich kommt und sich fragt: „Wozu renne ich denn, ich kann doch gehen“, und der nun

vom Rennen ablässt und ruhig dahinschreitet und die Wohltat der Beruhigung merkt und der sich nun fragt: „Aber wozu gehe ich denn überhaupt, ich kann doch stillstehen“, und der nun das Gehen lässt und stillsteht und die weitere Beruhigung und ihre Wohltat bei sich merkt, der aber dann auf den Gedanken kommt, dass das Stehen doch sinnlos ist und dass man leichter sitzt, und der sich nun setzt und eine weitere Erholung und Beruhigung merkt und der nun erst fähig ist, die vollkommen ruhige Lage zu begreifen, zu wünschen und anzustreben, sich nun hinlegt und damit erst von aller Anstrengung und Mühe vollkommen befreit ist.

Das ist der Weg der allmählichen Beruhigung, der beschritten wird durch das allmähliche Ablassen von allem Ergreifen, durch das allmähliche Zurücktreten von den Dingen der Vielfalt aus der Durchschauung ihrer Sinnlosigkeit und Leidigkeit. Das ist der Weg des fortschreitenden Gewinns von Ruhe, von samatha.

So geht aus der rechten Anschauung Ruhe und Beruhigung hervor. Und indem der Mensch die Ruhe und Beruhigung erfährt und erlebt, indem er die Labsal des Friedens kostet, da wird auch diese Erfahrung von der Labsal des Friedens in die rechte Anschauung hineingenommen und vertieft die rechte Anschauung, denn nun weiß er aus unmittelbarer Erfahrung, was er vorher nur gehört oder geahnt hatte: wie unvergleichlich Seligkeit und Ruhe schmecken, wenn man von der sinnlosen Hetzjagd nach den äußeren Dingen mehr zurückgetreten ist. So wohnt jetzt der rechten Anschauung die Eigenschaft der inneren Ruhe inne, und diese rechte Anschauung ist eine unvergleichlich tiefere und kraftvollere als die noch nicht mit dieser Eigenschaft begabte.

#### 5. Klarblick (*vipassanā*)

Wer innere Gemütsruhe gewohnt ist, nicht eine gelegentliche Stille, die auch der normale Mensch manchmal im Alltag erfährt, sondern eine erarbeitete, gewachsene Ruhe, bei der starke Gemütsbewegungen gar nicht mehr vorkommen und mittlere

re schnell wieder abebben, bei dem kommt, wenn er einer Wahrheit nachspürt, Klarblick auf. Was man in den Lehrreden schon immer gelesen hat, blitzt als Wahrheit auf in einer durchdringenden Evidenz, die nicht mitteilbar ist. Der Erwachte sagt: Er könnte reden bis zu unserem Tod und all unsere Fragen beantworten, wir würden den Klarblick nicht gewinnen. Wir müssen wachsen, die inneren Befleckungen abtun, das innere Rasen muss zur Ruhe kommen, dann erst wird die Wahrheit offenbar. Wenn das Wasser in einem See nicht mehr bewegt ist, längere Zeit ganz still ist, dann setzt sich aller Schmutz am Boden ab, und was immer schon im Wasser war, das kann man dann sehen. Wenn das Wasser bewegt ist, dann sieht man nur das Wasser. Wenn es rein und still ist, dann kann man durch das Wasser hindurch die Fische sehen. Der von Trieben weniger Bewegte durchschaut immer klarer, immer durchdringender, immer stärker aufblitzend die Wahnhaf-tigkeit der fünf Zusammenhäufungen. Das ist der durch Ruhe, durch Nichtabgelenktsein von den Trieben bedingte Klarblick.

Der Erwachte erklärt in einem Gleichnis (M 64), dass nur derjenige das Kernholz eines Baumes (mit dem allein man haltbare Dinge machen kann) entdecken und kennenlernen könne, der die außen sichtbare Rinde des Baumes als *nicht haltbar erkannt und entfernt* hätte und der weiterhin das dann sich zeigende Grünholz des Baumes ebenfalls als nicht haltbar *erkannt und entfernt* hätte. Nur einem solchen zeigt sich dann das Kernholz, und er erfährt, dass dieses für seine Zwecke tauglich ist. – Daraufhin sagt der Erwachte, dass ebenso auch nur derjenige das Todlose, das Ungewordene, das Nirvāna, sehen, erkennen und erfahren werde, der zuvor alles Vergängliche, Zerbrechliche und darum Leidvolle, Ichlose – und das sind die fünf Zusammenhäufungen – je einzeln und in ihrem Zusammenwirken als wandelbar, haltlos und nicht-ich durch-schaut und sich innerlich davon abgewandt habe: Nur für diesen blinkt – irgendwann zum ersten Mal – das Todlose, das Ungewordene, das Nirvāna selber, hervor: das ist der durch



innere Ruhe, durch Nicht-abgelenktsein von den Trieben bedingte Klarblick.

Klarblick ist das Hindurchdringen durch den Nebel des von den Trieben erzeugten Wahns. Immer mehr Zusammenhänge werden gesehen, und irgendwann kommen, wenn die letzten Anhaftungen durch die Erfahrung inneren Wohls (*samādhi*) geschwunden sind, die beiden Enden: Ursache und Wirkung zusammen, der Klarblickende sieht in entblendeter Wirklichkeitssicht (*yathābhūta nānadassana*) den geschlossenen Kreis aller Wirkungen Ursache. Die universale Wahrnehmung wird gewonnen, der Durchbruch zur rückerinnernden Erkenntnis vergangener Daseinsformen, das transzendente Schauen des Verschwindens und Erscheinens der Wesen durch Sterben und Geburt; da wird Diesseits und Jenseits gleicherweise durchschaut, werden alle Räume und alle Dimensionen wie eines, und so offenbart sich die Existenz in ihrer Leidhaftigkeit und Sinnlosigkeit der endlosen Umwandlungen.

Der Erwachte sagt, dass die rechte Anschauung zum Nibbāna hinreißt. Und die rechte Anschauung reißt zum Nibbāna hin, indem aus ihr diese fünf Hilfen erwachsen, die darin bestehen, aus der Begegnungsebene immer mehr herauszuwachsen zu samatha, zur Beruhigung, zur Ruhe, zu weltlosen Entrückungen, zu einem leuchtenden Herzen, bis die Anschauung existenzidentisch wird und damit schlechthin erlösenden Charakter hat, so dass die Erlösung aus ihr hervorgeht.

DAS GLEICHNIS VOM JUDASBAUM  
„Gruppierte Sammlung“ (S 35,204)

Ohne Wandlung kein Verständnis

Der folgende Bericht über die wiederholte gleiche Fragestellung eines Mönches zur Zeit des Buddha und über die verschiedenen Antworten auf die gleiche Frage lässt besonders deutlich erkennen, dass diese Heilslehre - wie auch alle anderen ernsthaft auf die Annäherung an den Heilsstand hinzielenden Religionslehren - nicht zum Zweck einer intellektuellen Erkenntnis gegeben ist, sondern zum Zweck der Umerziehung, ja, der Umwandlung und letztlich der vollständigen Transformation des Menschen. Die natürliche Beschaffenheit des Menschen und der Heilsstand schließen einander aus.

Das zeigt sich bei der Lehre des Buddha schon in der Formulierung *der vier heilenden Wahrheiten*. Von ihnen dienen die drei ersten lediglich dazu, dass der Mensch einsieht, dass er und warum er mit den in der *vierten Heilswahrheit* beschriebenen acht verschiedenen Übungen sich innerlich völlig umwandeln muss.

Die *erste* von den vier Heilswahrheiten zeigt auf, in welcher Leidensmasse der normale Mensch sich befindet. Der aufmerksame Hörer dieser Lehre, der das Gelernte mit seiner eigenen inneren Erfahrung vergleicht, kommt zu einer erheblich tieferen Einsicht seiner Verstrickung in Leiden und Elend und gewinnt dadurch erst einen Blick dafür, welche bisher ungeahnten Überhöhungen seines jetzigen Lebenszustandes für ihn möglich und zur endgültigen Heilsfindung auch erforderlich sind. Er erkennt, dass es ein Stufenweg ist, der von seinem jetzigen Leiden zum Wohl, vom Wohl zur Seligkeit, von Seligkeit zur Erhabenheit und von dem erhabenen Zustand zur vollständigen Unverletzbarkeit in endgültiger Geborgenheit führt.

Mit der *zweiten* Wahrheit beginnt er mehr und mehr zu verstehen, dass es innere Dränge sind, die ihn bisher unendlich

lange im Leidenszustand gehalten haben. Dadurch geht ihm auch die *dritte* Wahrheit auf, dass nämlich diese Dränge aufgelöst und ganz und gar ausgerodet werden müssen. Diese Einsichten führen zur *vierten* Wahrheit als den Weg, die Vorgehensweise, um sich dieser Dränge allmählich immer mehr zu entledigen bis zur Vollständigkeit. Auf diesem Weg reinigt und klärt und beruhigt sich das Herz immer mehr bis zur Vollen- dung.

#### Vier rechte Antworten nicht verstanden

Ein Beispiel für das Unverständnis dessen, der den erforderlichen Läuterungsstand noch nicht erreicht hat und für die Schwierigkeit, es ihm voll verständlich zu machen, bildet die folgende Rede.

*Ein Mönch fragte einen anderen: Wann besitzt, Bruder, ein Mönch klares, unverblendetes Sehen (dassana su-visuddha)? –*

*Wenn da, Bruder, der Mönch die sechs Süchte nach Berührung (phassāyatana), ihre Fortsetzung und ihre Beendigung der Wirklichkeit gemäß klar erkennt, dann besitzt, Bruder, ein Mönch klares, unverblendetes Sehen. – Da war dieser Mönch nicht zufrieden mit der Antwort, darum ging er zu einem anderen Mönch und fragte auch diesen: Wann besitzt, Bruder, ein Mönch klares, unverblendetes Sehen? –*

*Wenn da, Bruder, der Mönch die fünf Zusammenhäufungen (upādānakkhandhā), ihre Fortsetzung und ihre Beendigung der Wirklichkeit gemäß klar erkennt, dann besitzt, Bruder, ein Mönch klares, unverblendetes Sehen. –*

*Auch mit dieser Antwort war der Mönch nicht zufrieden, ging darum zu einem dritten Mönch und fragte diesen: Wann besitzt, Bruder, ein Mönch klares und*

*unverblendetes Sehen? –*

*Wenn da, Bruder, der Mönch die vier großen Gewordenheiten (mahābhūta), ihre Fortsetzung und ihre Beendigung der Wirklichkeit gemäß klar erkennt, dann besitzt, Bruder, ein Mönch klares und unverblendetes Sehen. –*

*Wiederum fühlte der Mönch sich nicht zufrieden gestellt mit der Antwort, begab sich zu einem anderen Mönch und fragte auch diesen: Wann besitzt, Bruder, ein Mönch klares und unverblendetes Sehen? –*

*Wenn da, Bruder, der Mönch der Wirklichkeit gemäß klar erkennt: „Was immer durch Entstehen da ist, das verfällt auch immer der Vernichtung“, dann besitzt, Bruder, ein Mönch klares und unverblendetes Sehen. –*

*Da der Mönch auch in dieser vierten Antwort keine Hilfe empfand, so begab er sich endlich zum Erhabenen und berichtete dem Erhabenen die vier verschiedenen Antworten der vier Mönche auf seine immer gleiche Frage und auch, dass diese Antworten ihm leider nicht geholfen hätten, weshalb er nun an den Meister dieselbe Frage richtete: Wann besitzt, o Herr, ein Mönch klares und unverblendetes Sehen? –*

Gier und Hass bewirken irritierende Blendung

Die Frage des Mönchs, wann ein Mönch klares und unverblendetes Sehen besäße, lässt erkennen, dass der Mönch wohl weiß, dass es, um zum Heilsstand zu gelangen, auf die Reinigung, die innere Läuterung ankommt. Aber die Tatsache, dass der Mönch die vier verschiedenen Antworten nicht verstanden hat, zeigt andererseits, dass er die Dinge nicht so sehen kann wie seine Brüder, dass er über die blendungsfreie Sicht noch nicht verfügt. Er weiß (im Geist - *mano*) um die Notwendig-

keit der Läuterung, aber er hat sie noch nicht (im Herzen - *citta*) vollzogen. - Was ist klares, unverblendetes Sehen (*dasana suvisuddha*)? Und was besagen die vier Antworten?

Der Erwachte sagt, dass das Herz (*citta*) des normalen Menschen besetzt ist mit der dreifachen Krankheit *rāga*, *dosa*, *moha*, was meistens übersetzt wird mit Gier, Hass und Blendung. Die ersten beiden Begriffe weisen auf die gesamten Triebe hin, von welchen die Wesen getrieben und bewegt werden. Jeder einzelne Trieb ist auf etwas Bestimmtes aus, fühlt sich dazu hingezogen (das ist die „Gier“-Seite), und ist genau dementsprechend von dem Entgegengesetzten abgestoßen (das ist die „Hass“-Seite des Triebs). Insofern ist ein jeder Trieb eine Festlegung auf ein ganz bestimmtes Bedürfnis, ist ein Hindernis für unbefangenen, klaren Anblick der Dinge.

Diese beiden Elemente, Gier und Hass, sind nun die Bedingung für die Blendung, der wir alle verfallen sind. Wegen der Gier, d.h. wegen des inneren lechzenden Bedürfnisses nach bestimmten Dingen, nach Anerkennung, nach sinnlicher Wahrnehmung und sinnlichen Freuden, müssen diese Dinge, wenn sie uns begegnen, ein großes Wohlgefühl auslösen, und wegen des großen Wohlgefühls müssen sie uns als schön, als herrlich, als beglückend erscheinen, und die den Bedürfnissen widersprechenden Dinge müssen als abstoßend erscheinen: Das ist die Blendung. In Wirklichkeit haben die Dinge selbst keinen Wert. Erst unsere Bedürftigkeit, unser innerer Mangel, unser Vakuum gibt ihnen den Wert.

Es ist also Gier und Hass die Ursache dafür, dass manche Dinge uns so leuchtend und verlockend anblitzen, dass wir ihnen nachjagen, evtl. gar bis zu letzter Rücksichtslosigkeit, und dass andere Dinge uns so erschrecken, abstoßen und anwidern, dass wir sie bis zu letzter Rücksichtslosigkeit abzuweisen, zu vertreiben, zu vernichten oder vor ihnen zu fliehen trachten. Das ist die Blendung, durch Gier und Hass bedingt. Und diese Blendung ist die Trübung des Blicks, ist die Verhinderung des klaren und unverblendeten Sehens, nach welchem

der Mönch fragt.

Dem Heilgewordenen dagegen, der aus der Grundnot von Gier und Hass ganz herausgewachsen ist, offenbaren sich diese Dinge nur noch so, wie sich einem Erwachsenen die Stöckchen und Steinchen und die Sandburgen offenbaren, mit denen er in der Kindheit phantasievoll gespielt hatte. Der Fortfall des inneren Bezugs dazu hebt die Täuschung auf.

### Der Scheich und der Kranke

Ein Gleichnis dafür gibt ein Derwisch: Ein Scheich bittet ihn um Belehrung in der Wahrheit, und dieser sagt zu ihm: Bist du schon einmal mit deinem Tross auf die Löwenjagd geritten? – Ja –, sagt der Scheich.

Bist du dabei schon einmal von deinen Begleitern mehr oder weniger weit abgekommen und hast dich allein gefunden? – Ja, auch das ist mir widerfahren. –

Was meinst du nun, wenn du dich einmal von dem Tross so weit entfernst, dass du nicht mehr zu ihm zurückfindest, dass du in der Wüste umherirrst und, weil du keine Vorräte bei dir hast, nun zu verdursten drohst. Was willst du dann machen? –

Ja, was soll ich dann machen? –

Nach zweitägigem Umherirren kannst du dich nicht mehr aufrecht halten, liegst im Sand, im Sonnenbrand, siehst im Geist quellfrisches Wasser vor dir, siehst dein Schloss, deine Frauen und dein Reich, aber du liegst hilflos am Boden, und du spürst die Hand des Todes. –

Schrecklich, o Weiser, befreie mich von diesem Anblick. –

Da siehst du zwei Männer sich nahen. Der eine hat Wasser bei sich, aber er fordert dafür die Hälfte deines Reiches. Würdest du ihm das geben? –

Warum fragst du? Sofort würde ich ihm das geben. –

Wie du das Wasser trinken willst, zeigt sich, dass deine Kanäle schon verdorrt sind und das Wasser nicht annehmen. Der Begleiter des Wasserträgers ist ein Arzt. Er kann dir helfen, aber er fordert die andere Hälfte deines Reiches. Was wirst du

tun? –

Warum fragst du? Ich werde es ihm geben. –

Und was bleibt dir dann? – Die Hauptsache, der Kern, mein Leben. –

Und nun sieh, mein Scheich, wo du bist, sieh deine Herrlichkeit, dein Schloss, deine Frauen, deine Regierung, und das Ganze ist doch nicht mehr wert als ein Schluck Wasser. –

\*

Ein anderes Bild: Ich habe einen Kranken besucht, der um seinen sicheren baldigen Tod wusste. Er war der ideenreiche Besitzer eines angesehenen kunstgewerblichen Betriebs. Noch andere Besucher waren dort. Trotz des Ernstes gibt es auch alltägliche Themen. Seine Tochter erzählt, dass ihre Freundin ihr traurig geschrieben habe, dass sie trotz ihrer Schulbildung jetzt in einer Fabrik Knöpfe drehen müsse. Ich beobachte den Kranken, der mit zuhört. Ich weiß, dass der im Augenblick lebhaft Besuchte doch meistens allein ist, sich selbst überlassen, und er weiß, dass bald ein Sarg bestellt werden wird. Seine Augen werden feucht, und wie seine Frau sich über ihn beugt, flüstert er: „Ich wollte, ich dürfte noch Knöpfe drehen.“

Ähnlich geht es uns allen: In einem Netz von Bedürftigkeiten gefangen, erscheint uns jetzt dieses beglückend, jetzt jenes schrecklich. Die von Gier und Hass Befreiten, die Geheilten sind von dieser Blendung frei. Die gesamte äußere Welt und der „eigene“ Körper sind für sie - Schatten. Was würde *Mahāmogallāno* geben wollen, um vom Mörderdolch befreit zu werden, und was *Upaseno*, um vom Schlangengift befreit zu werden? Für sie war das Ereignis, das dem im Netz von Gier und Hass Gefangenen und darum Geblendeten als schreckliches Ende erscheint, gerade umgekehrt das Ablegen der letzten Last, nach welcher ihr Wohl vollkommen ist.

Diese Blendung, durch welche der Blick getäuscht und verdeckt, also der klare, unverblendete Anblick gerade verhindert wird, der wird von den Hindu „der Schleier der māyā“ genannt. Gier und Hass, die Zuneigungen und die Abneigun-

gen unseres Herzens, breiten über alles, was wir wahrnehmen, einen trügerischen Schleier; das innere Begehren lässt das eine entzückend, und die Abneigung lässt das andere erschreckend erscheinen. „Maler Herz malt“, sagt der Erwachte, und was er malt, das ist die Welt der schönen und hässlichen Dinge. Er malt mit Gier und Hass, und das Bild ist die Blendung. - Der unverblendete Anblick aber ist der klare Anblick des von Gier und Hass Befreiten, ist der blendungsfreie Anblick. Und was der blendungsfreie Anblick da sieht, wo der durch Gier und Hass Geblendete sich selbst in der bunten Welt sieht, das kann der Geblendete nie ganz begreifen. Die vier Mönche haben dem fragenden Mönch kurz berichtet, was sie mit klarem, unverblendetem Anblick sehen, aber der Mönch hat es nicht verstanden.

Je mehr Gier und Hass, um so mehr Blendung, Welterlebnis, wahnhaftes Entzücken und wahnhafter Schrecken, um so mehr Nachjagen dem Entzückenden und Gejagtwerden vom Schrecklichen.

Je weniger Gier und Hass, um so weniger Schleier der māyā, um so weniger Welttäuschung, Jagen und Gejagtwerden, um so mehr blendungsfreies Sehen, um so mehr Herzensfrieden, Wahrheit, Klarheit, Sicherheit.

Von daher ist zu verstehen, dass der blendungsfreie Anblick nur durch die Befreiung des Herzens von Gier und Hass gewonnen werden kann.

### Der Weg zur Reinigung

In der Rede „Die Etappenreise“ (M 24) sprechen zwei der größten Mönche des Erwachten miteinander über die Entwicklungsphasen vom normalen Menschen bis zum Heilsstand. Da werden schon die drei ersten Phasen wie folgt beschrieben:

*Durch die Läuterung der Begegnungsweise (sīlavisuddhi) wird die Herzensreinheit (cittavisuddhatthā) erreicht.*

*Durch die Reinigung des Herzens wird die vollständige*



*Reinheit des Anblicks (ditthivisuddhatthā) erreicht.*

Wer die Lehre kennt, der erkennt hierin schon die großen drei Etappen, aus welchen als viertes die Erlösung hervorgeht: Tugend (*sīla*), Herzenseinigung (*samādhi*) und Weisheit (*paññā*).

Die fortschreitende Reinigung des Tugendwandels bewirkt, wie schon öfter beschrieben, die Erhellung des Grundgefühls nach dem Gleichnis vom Goldläutern. (A III,102-103) Durch diese Erhellung wird dem Menschen bei sich selber wohl, und er wird abgezogen von der äußeren Vielfalt. Nun erst erkennt er die guten und die üblen Regungen seines Herzens deutlicher, und darum arbeitet er mit größerer Intensität an dessen Reinigung von Gier und Hass. Durch diese Entwicklung kommt er immer mehr vom Begegnungsleben zu den Entrückungen von der sinnlichen Wahrnehmung (*jhāna*). Er durchtränkt, wie der Erwachte immer wieder ausdrücklich empfiehlt, sein ganzes inneres Wesen mit dem in der Entrückung erfahrenen seligen Frieden, so dass er dadurch völlig gereinigt und befreit wird von aller Unruhe und Begegnungssucht mit den Dingen der Welt. Das ist die Entwicklung vom Begegnungsleben (*papañcasaññā*) zum inneren Herzensfrieden (*samādhi*), der von der Welt ablöst. Gegenüber dem im Herzen empfundenen seligen Frieden werden ihm die äußeren Dinge schal und leer, und der so Gereinigte erfährt bei sich, dass sie immer schon schale und leere Schemen waren, dass ihn aber seine frühere Süchtigkeit nach Sinneseindrücken so sehr getäuscht und geblendet hatte. So ist er befreit von der Blendung, hat klares, unverblendetes Sehen erworben.

Die gesicherte und die verlorene Gazelle

Ein solcher lebt nur noch zweierlei Lebensweisen: Soweit er nicht gefordert wird durch seine Mitbrüder oder fragende Hausleute und soweit es ihm nur immer möglich ist, so weit weilt er in der seligen weltbefreiten Entrückung. Diesen Zu-

stand, in welchem die Welt, an welche wir glauben, nicht erfahren wird, nennt der Erwachte *feine Wahrheitswahrnehmung* und vergleicht den Menschen, der in diesem Zustand verweilt, mit den Gazellen, die sich fern von den Schlingen der Wildsteller (*Māro*) und fern von deren als Köder ausgestreutem Futter im tiefen Walde aufhalten, wo sie keiner Gefahr ausgesetzt sind (M 26 Ende).

Die andere Lebensart ist das Wiederauftauchen zur sinnlichen Wahrnehmung, sei es wegen des täglichen Almosengangs oder um weitere Belehrung durch den Erwachten zu hören oder um Hausleute oder jüngere Mönche zu belehren, oder sei es, weil noch Reste innerer Unruhe aus dem früheren Begegnungsleben vorhanden sind und darum ein durchgängiger Entrückungszustand ihm noch nicht möglich ist.

Aber was ein solcher in sinnlicher Wahrnehmung erfährt, ist nicht das, was wir in sinnlicher Wahrnehmung erfahren. Den großen tiefen Frieden, der sich in den Entrückungen in seinem Herzen ausbreitet, bewahrt er auch, während seine Sinne wieder die Welt aufnehmen. Seine innere Helligkeit lässt ihn erkennen, dass die sogenannte äußere Welt nichts anderes ist als ein Heranrieseln und Fortrieseln von Formen, entstehende und schon wieder vergehende, ein sinnloses leeres Schattenspiel - da wo der Verblendete sich lebendig im Umgang mit Lebendigem, im Umgang mit Beglückendem und Entsetzlichem wähnt. - Einen solchen, der von den Erscheinungen sich nicht mehr blenden lässt, vergleicht der Erwachte mit der Gazelle des Waldes, die zu dieser Zeit nicht in den tiefen Forst abseits des Jägers vorgedrungen ist, sondern sich im Bereich des Jägers aufhält, ja, auf der vom Jäger ausgelegten Schlinge liegt. Aber sie liegt unverfangen auf der Schlinge, und wenn der Jäger kommt, so kann sie einfach davonlaufen, ist dem Jäger nicht verfallen. -

Die Geblendeten aber, die von den einen Sinneseindrücken entzückt, von den anderen erschreckt werden und den Ausgang aus der Gefangenschaft nicht kennen, vergleicht der Erwachte mit dem Wild, das auf der Schlinge des Jägers liegt und darin

verfangen ist. Kommt der Jäger, so kann es nicht davonlaufen, sondern ist der Willkür des Jägers (*Māro*) ausgeliefert. (M 26)

Der Anblick des normalen mit Gier und Hass besetzten Menschen, der von den Erscheinungen geblendet wird, von den einen entzückt, von den anderen erschreckt wird, und der aus Entzücken die einen Dinge an sich reißt, aus Erschrecken die anderen Dinge von sich weist und darum das Begegnungsleben fortsetzt auf menschlicher Ebene, auf untermenschlicher Ebene und auf übermenschlicher Ebene, verhindert ein Entrinnen aus dem Samsāra. Dagegen bedeutet der Anblick des von Gier und Hass weitgehend befreiten Menschen, der von den Erscheinungen nicht mehr geblendet wird, die angenehmen Erscheinungen nicht an sich reißt, die unangenehmen nicht von sich weist, dass er das Begegnungsleben verlassen kann, in Entrückungszuständen der Zeitlichkeit und Räumlichkeit entringen kann. Wenn dieser in seinem Vorgehen gemäß der Anleitung des Erwachten fortfährt, so wird er das *Nirvāna* gewinnen. –

Was besagen nun die Antworten der Mönche, was klares, unverblendetes Sehen sei?

### Die Antwort des ersten Mönchs

Der erste Mönch beschrieb seinen Anblick wie folgt:

*Wenn da, Bruder, der Mönch die sechs Süchte nach Berührung (phassāyatana), ihre Fortsetzung und ihre Beendigung der Wirklichkeit gemäß klar erkennt, dann besitzt, Bruder, ein Mönch klares, unverblendetes Sehen.*

Dem Begriff *āyatana* liegt die Wurzel *yam* zugrunde, die bedeutet „sich ausstrecken, ein Ziel haben, darauf aus sein“, genauso wie das Wort „Tendenz“ – abgeleitet von lat. *tendere* – „spannen“, „sich hinstrecken auf etwas“, „hinzielen“, „hinspannen“ bedeutet. Die Triebe, Tendenzen strecken sich aus,

drängen nach Berührung.

Es gibt einen Ausgangs- und einen Zielpunkt der Triebe: Der Ausgangspunkt ist das (gelegentlich fühlbare) innere Vakuum, die zu sich gezählte Spannung (*ajjhattika salāyatana*). Der Zielpunkt ist das als außen Wahrgenommene, die Vorstellung, die Einbildung (*bahiddha āyatana*).

Luger, Lauscher, Riecher, Schmecker, Taster, Denker in den Sinnesorganen und im Körper sind zu sich gezählte Süchte, und Formen, Töne, Düfte, Säfte, Tastbares, Gedanken sind als außen wahrgenommene Zielpunkte der Triebe, Vorstellungen, Einbildungen.

In der Kette des Bedingungsringes bezeichnet der Erwachte die Tatsache, dass der Wollenskörper (*nāma-kāya*) sechsfältig ist, mit dem Begriff *salāyatana* = sechsfache Süchtigkeit.

Durch jede Berührung der Sinnesdränge wird der von ihnen erfahrene Gegenstand (Form, Ton usw.) und die Gefühlsantwort der Triebe zusammen in den Geist eingetragen. Die Dränge in den Sinnesorganen äußern Wohlgefühl, wenn das bei ihnen zur Berührung kommende Außen ihnen entspricht, und äußern Wehgefühl, wenn das Ankommende ihnen widerstrebt. Diese Gefühlsurteile der Triebgeschmäcke – Wohlgefühl bei den den Trieben angenehmen Erscheinungen, Wehgefühl bei den den Trieben unangenehmen Erscheinungen – geben ein verzerrtes, entstellendes Bild der „Wirklichkeit“, d.h. des ankommenden einst Gewirkten, das solcherart subjektiv gefärbt, als Wahrnehmung in den Geist eingetragen wird: „Das ist eine angenehme oder unangenehme Sache oder Person.“ Worauf die Sinnesdränge stark aus sind, das wird stark, „blendend“ gefühlt und kommt stärker als andere gleichzeitig wahrgenommene Erscheinungen in den Geist und bewirkt starke Wahrnehmung. So bestimmen also die Triebe, die Sinnesdränge, die Vorlieben und Abneigungen mit dem von ihnen geäußerten Gefühl, gleichviel ob sie gut oder schlecht, schädlich oder nützlich sind, was als erlebt registriert wird und was nicht. Darum bezeichnet der Erwachte die Wahrnehmung als Blendung, als *Fata Morgana*, als Luftspiegelung.

Der geläuterte Mensch mit unverblendetem Anblick erkennt die sechs Süchte nach Berührung als die aus früherem Wahn erzeugten Wunden und ist dabei, sie zu heilen. Er weiß jetzt, wodurch die sechs Süchte nach Berührung immer weiter sich fortsetzend entstehen: Wenn das, was durch die Süchte nach Berührung als angenehm erscheint, auch von dem Geist für angenehm gehalten und bejaht wird, dann ist die jeweilige Sucht nach Berührung verstärkt worden, das Leiden weiterhin fortgesetzt. Und wenn das von den sechs Süchten nach Berührung als unangenehm und schmerzlich und ekelhaft Erfahrene auch von dem Geist so beurteilt wird, so ist die Abneigung bei den Süchten nach Berührung verstärkt worden, die Süchte nach Berührung fortgesetzt, Leiden fortgesetzt worden. So verhält sich ein jeder normaler Mensch, der von dem Erhabenen nicht über die Zusammenhänge aufgeklärt ist.

Wer aber durch die Lehre des Erwachten und durch die eigene innere Läuterung zum unverblendeten Anblick gekommen ist, der hat die sechs Süchte nach Berührung als Wunden durchschaut, die den Wahn erzeugen und darum das Leiden fortsetzen und hat sie bereits ganz erheblich gemindert. Sein Geist weist das Urteil der Süchte nach Berührung nach Wohl und Wehe ab, denn er weiß, dass es ein Wahnurteil ist, aus Verblendung entstanden, und dass es das Leiden fortsetzt. So kommt er zur Aufhebung der sechs Süchte nach Berührung, und damit entrinnt er dem Kreislauf des Immer-wieder-Geborenwerdens-und-Sterbens.

### Die Antwort des zweiten Mönchs

Der andere Mönch sah mit seiner unverblendeten Sicht

*der fünf Zusammenhäufungen (upādānakkhandhā)  
Fortsetzung und ihre Beendigung der Wirklichkeit  
gemäß.*

Wo immer die Blendung Vielfalt erscheinen lässt und der

wahnhafte Eindruck von einem Ich in der Welt besteht - da geschieht in Wirklichkeit und Wahrheit das Spiel der fünf Zusammenhäufungen. Da geschieht immer nur Wahrnehmung (*saññā* - 3) von Formen (*rūpa* - 1) und Gefühlen (*vedanā* - 2). Der von dem geblendeten Blick erfüllte Geist geht die als wohlthuend oder schmerzlich wahrgenommenen Formen im Denken, Reden und Handeln aktiv an (*sankhāra* - 4), die angenehmen Formen ergreifend, die unangenehmen Formen fortstoßend. Und dieses lebenslängliche Spiel wird Gewohnheit, wird programmiert, läuft automatisch wie ein immer mehr in Schwung gesetztes Schwungrad, und das ist die programmierte Wohlerfahrungssuche (*viññāna* - 5). Diese so in Gang gekommene, zusammengehäufte programmierte Wohlerfahrungssuche ist der Zusammenhäufer der übrigen vier Zusammenhäufungen.

Wo aber Formen (1) und Gefühle (2), wenn sie wahrgenommen (3) werden, mit unverblendetem Blick gesehen werden, da besteht die Aktivität (4) eines solchen Weisen nicht in der Jagd nach dem Angenehmen und in der Flucht vor dem Schmerzlichen, sondern im Bedenken, dass diese Bilder und Gefühle lediglich Rückkehr der aus früherem Wahn geschaffenen Gestaltungen sind und dass diese Anströmung der Erscheinungen dann zur Ruhe kommt, wenn dazu nicht mehr Stellung genommen wird, nicht reagiert wird. Durch dieses Bedenken wird die lebenslänglich eingespielte programmierte Wohlerfahrungssuche (5) immer mehr zur Ruhe gebracht. Der Zusammenhäufer der vier übrigen Zusammenhäufungen häuft immer weniger zusammen - und so wird die Möglichkeit der Beendigung der fünf Zusammenhäufungen erfahren.

### Die Antwort des dritten Mönchs

*Wenn da, Bruder, der Mönch die vier großen Gewordenheiten (mahābhūta), ihre Fortsetzung und ihre Beendigung der Wirklichkeit gemäß klar erkennt, dann besitzt, Bruder, ein Mönch klares, unverblendetes Se-*

hen. –

Die vier großen oder ausgedehnten oder weit umfassenden (*mahā*) Gewordenheiten (*bhūta*) sind die Gegebenheiten des Festen, des Flüssigen, des Hitzigen, des Luftigen, die der Erwachte zusammenfasst unter dem Begriff *rūpa*, zu übersetzen mit: Form, Gestalt, Bild, Erscheinung, Materie, das Physische: *Die vier Gewordenheiten sind der Grund, die Bedingung für das Offenbarwerden der Häufung Form. (M 109)* Das Pāliwort *mahā-bhūta* bedeutet, dass die vier Elemente, wie sie im klassischen Altertum genannt werden, nicht absolut für sich bestehen, sondern dass sie geworden, geschaffen, gewirkt sind. *Bhūta* ist das Geschaffene, Erzeugte, ist unsere Schöpfung, die als Gegebenheit (*dhātu* – andere Bezeichnung für die vier Gewordenheiten) wahrgenommen wird. Es gibt keine unabhängig für sich bestehende Form, keine „Welt da draußen“, keine „objektive Welt“, deren Festigkeit, Flüssigkeit, Hitze und Luft ein souveränes Individuum, ein „Ich“ betrachtet und deren Töne es hört, die die Ursache für sein Erleben seien.

Auch die heutigen westlichen physikalischen Forschungen haben inzwischen zu Einsichten geführt, die von den Forschern dahingehend interpretiert werden, dass es eine „objektive Welt“ nach früherer naiver Auffassung nicht gibt, dass vielmehr ohne das beobachtende und erlebende Subjekt die Welt *nicht etwa* nur nicht wahrgenommen wird, sondern dass sie auch nicht „besteht“, dass also Subjekt und Objekt nur in unlöslicher Verbindung bestehen.

In Wirklichkeit ist nicht eine Welt gegenüber einem Ich oder ein Ich gegenüber einer Welt, vielmehr besteht eine fest gesponnene Verbindung zwischen dem Wirken des Täters und dem ihn umgebenden Gewirkten, wobei dieses Gewirkte *die Illusion einer gespaltenen Begegnungs-Wahrnehmung erzeugt: den Luger, an den erfahrbare Formen herantreten, den Lauernden, an den erfahrbare Töne herantreten... (M 18)*

Das Herantretende sind die Gegebenheiten (*dhātu*). Das Wort *dhātu*, herkommend von *dahati* = hinstellen, bedeutet

„das Hingestellte, nun da Stehende, das Gebildete, Eingebildete, Angewöhnte und dadurch Vorhandene“, also das Gegebene, mit welchem wir bei all unserem Planen und Anstreben zu rechnen haben. Der unverblendete Blick sieht: Alles Herantretende, alles Begegnende, alles Erlebte ist selbst gewirkt, selbst geschaffen.

### Die Antwort des vierten Mönchs

*Wenn da, Bruder, der Mönch der Wirklichkeit gemäß klar erkennt: „Was immer durch Entstehen da ist, das verfällt auch immer der Vernichtung“, dann besitzt, Bruder, ein Mönch klares, unverblendetes Sehen.*

Dieser Mönch hat erfahren: Die wirklichkeitsgemäße Wahrnehmung der Unbeständigkeit befreit von aller Blendung, indem der Beobachtende beim Anblick der Dinge die Aufmerksamkeit nicht ausschließlich auf ihre augenblickliche Verfassung beschränkt und sich davon berühren, abstoßen oder verlocken lässt, sondern darauf achtet, woraus jene gegenwärtige Erscheinung hervorgegangen ist und wie sich alle ihre Teile ununterbrochen wandeln und in andere Formen übergehen werden:

*Kein Dasein hat Beständigkeit  
und kein Gebilde dauert an.  
Anrieselnd häuft es hier sich an,  
und rieselnd rinnt es schon davon. (Thag 121)*

In der „Versammlung“ (Sn 574-578) in dem „Pfeil“ überschriebenen Kapitel (K.E. Neumann übersetzt „Dorn“) wird das Entstehen/Vergehen bei dem Schlimmsten beschrieben, das den im Wahn befangenen Wesen bevorsteht: bei der immer wiederkehrenden Trennung von Lieben und der immer wiederkehrenden Furcht vor dem eigenen Tod:

*Unbestimmbar, unerkennbar*



*Sterblichen ist hier das Leben,  
kümmerlich und karg erlesen  
und in Leiden eingewunden.*

*Keines kennt man doch der Mittel,  
dass Gebor'nes nicht verderbe,  
und dem Altern folgt das Sterben:  
Also ist es Art der Wesen.*

*Früchten ähnlich, reif geword'nen,  
fallen und im Falle fürchten  
sich die sterblichen Gebor'nen  
immer vor dem Todessturze.*

*Wie des Haffners Töpferware,  
vielgeformte Tongefäße,  
große Krüge, kleine Schalen,  
ob gebrannt schon, ungebrannt noch,  
alle doch zerbrechen endlich,  
unser Dasein ist nicht anders.*

Der erfahrene Heilsgänger kann sich nicht mehr vor dem Vergehen fürchten. Der Tod ist für ihn kein Sturz, weil er mit diesem Körper nicht mehr rechnet, weil er alles Wahrgenommene mit unverblendetem Blick erkennt: *Alle Dinge sind ungeeignet, sie zu lieben und festzuhalten.* (M 37) Er weiß: Alle Dinge geben keinen Halt, keine Heimat, sind vergängliche Schemen, Schein, Blendwerk, sind darum untauglich, dauerhaftes Wohl zu geben.

#### Vier Gesichter des gleichen Baums

Der Erhabene erkennt an den ihm berichteten Antworten der vier Mönche, dass diese über unverblendetes Sehen verfügen, dass sie den Anblick der Wahrheit gewonnen haben, also „*sappurisa*“, auf das Wahre ausgerichtete Menschen sind -

dass aber der fragende Mönch den unverblendeten Blick noch nicht erworben hat und darum die Antworten nicht verstehen kann. Deshalb gibt der Erhabene diesem Mönch auf die gleiche Frage nicht noch eine fünfte Antwort, da er diese auch nicht verstehen würde, sondern zeigt ihm zunächst anhand des Gleichnisses vom Judasbaum, dass jene vier Mönche tatsächlich unverblendet sehen und darum wahr gesprochen haben.

Der Judasbaum zeigt je nach der Jahreszeit vier sehr verschiedene Gesichter, so dass ein Mensch, der diesen Baum nicht kennt, annehmen muss, dass es vier verschiedene Bäume seien. -Ähnlich geht es ja auch mit vielen Bäumen bei uns im Norden. Ein Kirschbaum ist zur Blütezeit wie ein großer weißer Ball, besteht im Winter dagegen aus kahlen Ästen und Zweigen, ist hernach wieder ein Ball aus grünen Blättern und ist endlich zur Früchtezeit überall rot oder schwarz durchsetzt. Und ganz ebenso wie einer, der solche Bäume nicht wirklich kennt, in jedem Fall meinen muss, es sei wieder ein ganz anderer Baum, so auch kann der Mönch, dem die unverblendete Sicht fehlt, unter den vier verschiedenen Aussagen jener vier Mönche nicht erkennen, dass es sich immer um die gleiche Wahrheit von dem großen umfassenden Samsāra-Gesetz handelt. Hier folgt nun das Gleichnis des Erwachten:

*Gleichwie, Mönch, wenn da ein Mann wäre, der noch nie einen Judasbaum gesehen hätte. Er würde einen anderen Mann, der den Judasbaum gesehen hätte, fragen: Von welcher Art, lieber Mann, ist der Judasbaum? – Der würde antworten: Schwarz ist der Judasbaum, lieber Mann, gleichwie ein verkohlter Stumpf. – Der Mann spricht so, weil der Judasbaum zu der Zeit, in der dieser Mann ihn angeblickt hatte, gerade so aussah. –*

*Da nun wäre der Mann unzufrieden mit der Beantwortung seiner Frage und würde einen anderen Mann, der auch den Judasbaum gesehen hätte, fragen: Von*

*welcher Art, lieber Mann, ist der Judasbaum? – Dieser würde antworten: Rot ist der Judasbaum, lieber Mann, wie ein Stück Fleisch. – Der Mann spricht so, weil der Judasbaum zu der Zeit, in der dieser Mann ihn angeblickt hatte, gerade so aussah. –*

*Da nun wäre der Mann unzufrieden mit der Beantwortung seiner Frage und würde einen anderen Mann, der auch den Judasbaum gesehen hätte, fragen: Von welcher Art, lieber Mann, ist der Judasbaum? – Dieser würde antworten: Der Judasbaum hat platzreife Fruchtkapseln wie ein Akazienbaum. – Der Mann spricht so, weil der Judasbaum zu der Zeit, wo dieser Mann ihn angeblickt hatte, gerade so aussah. –*

*Da nun wäre der Mann unzufrieden mit der Beantwortung seiner Frage und würde einen anderen Mann, der auch den Judasbaum gesehen hätte, fragen: Von welcher Art, lieber Mann, ist der Judasbaum? – Dieser würde antworten: Voller Laub ist der Judasbaum, lieber Mann. Er gibt dichten Schatten wie ein Feigenbaum. – Der Mann spricht so, weil der Judasbaum zu der Zeit, wo dieser Mann ihn angeblickt hatte, gerade so aussah.*

*Ebenso, Mönch, wie jeder der vier Männer, die den Judasbaum gesehen haben, ihn so beschreiben, wie sie ihn gesehen haben, ebenso auch haben diese Menschen, die auf das Wahre, das Vollkommene, ausgerichtet sind, mit unverblendetem Blick je nach ihren Einsichten geantwortet.*

### *Der Mensch als gefährdete Grenzfestung*

Die vier Gleichnisse bestätigen dem Mönch nur, was er durch seine vier vergeblichen Fragen bei den anderen Mönchen bereits erfahren hat: dass das unverblendete Sehen und damit die Wahrheit von der Wirklichkeit des *Nirvāna* durch Worte allein

nicht mitgeteilt werden kann - dass vielmehr der Hörer einen Beitrag leisten, sich wandeln muss, sich einen anderen Blick erwerben muss, um die Wahrheit zu fassen.

Darum erklärt der Erhabene dem Mönch anhand des Gleichnisses von der Grenzfestung noch näher, wie ein Mönch beschaffen sein muss, um über unverblendetes Sehen zu verfügen, um zu dem Wahrheitsanblick, der zum Nibbāna führt, fähig zu sein. Wenn der Mönch dieses Gleichnis richtig versteht, dann wird er erkennen, was er tun und was er lassen muss, um so zu werden, dass ihm das gelingt.

*Gleichwie, Mönch, wenn da eine königliche Grenzfestung wäre, festgebaut mit Wällen und Türmen, mit sechs Toren und einem weisen, klugen, verständigen Torhüter, der Fremden den Eintritt verweigere und Bekannte hereinlasse.*

*Da käme von östlicher Richtung ein Eilbotenpaar und sagte zu dem Torhüter: Wo, lieber Mann, ist der Herr dieser Grenzstadt? – Der Torhüter würde antworten: Er hat sich, ihr Herren, im Zentrum niedergelassen, wo die vier Hauptstraßen sich kreuzen. – Da würde nun das Eilbotenpaar seine Botschaft von der Wirklichkeit in die Obhut des Herrn der Grenzfestung geben und würde auf demselben Weg wie gekommen zurückgehen.*

*Ebenso käme von westlicher - von nördlicher - von südlicher Richtung ein Eilbotenpaar und sagte zu dem Torhüter: Wo, lieber Mann, ist der Herr dieser Grenzstadt? – Der Torhüter würde antworten: Er hat sich, ihr Herren, im Zentrum niedergelassen, wo die Hauptstraßen sich kreuzen. – Da würde nun das Eilbotenpaar seine Botschaft von der Wirklichkeit in die Obhut des Herrn der Grenzfestung geben und würde auf demselben Weg, wie gekommen, zurückgehen.*

*Das Gleichnis nun habe ich gegeben zum Verständnis des Sinns. Dies ist der Sinn: ‚Grenzfestung‘, o Mönch, ist eine Bezeichnung für den aus den vier großen Gewordenheiten bestehenden Körper, der von Vater und Mutter gezeugt, angehäuft aus einer Menge fester und flüssiger Nahrung ist, der der Unbeständigkeit, dem Verschleiß, der Vernichtung, der Zerstörung unterworfen ist.*

*‚Sechs Tore‘ nun, o Mönch, das ist eine Bezeichnung für die sechs zu sich gezählten Sinnensüchte. ‚Der weise Torhüter‘ - das ist eine Bezeichnung für die Wahrheitsgegenwart (sati). ‚Das Eilbotenpaar‘ - das ist eine Bezeichnung für Ruhe und Klarblick. ‚Der Herr der Grenzfestung‘ - das ist eine Bezeichnung für die programmierte Wohlerfahrungssuche (viññāna). ‚Das Zentrum, wo die Hauptstraßen sich treffen‘ - das ist eine Bezeichnung für die vier großen Gewordenheiten: die Gegebenheit des Festen, des Flüssigen, der Hitze, der Luft. ‚Die Botschaft der Wirklichkeit‘ - das ist eine Bezeichnung für das Nibbāna. ‚Der Weg, auf dem sie gegangen sind‘ - das ist eine Bezeichnung für den achtgliedrigen Weg, nämlich rechte Anschauung, rechtes Bedenken, rechte Rede, rechtes Handeln, rechte Lebensführung, rechter Kampf, rechte Beobachtung, rechte Einigung.*

### Die Festung ohne den Torhüter

Die Grenzfestung mit dem weisen Torhüter und dem ankommenden Eilbotenpaar „Ruhe und Klarblick“ ist ein Bild nicht für den normalen Menschen mit Gier, Hass und Blendung, sondern für den Weisen mit dem unverblendeten Blick. Wir verstehen das besser, wenn wir zuvor die normalen Menschen mit der Grenzfestung vergleichen.

Der Erwachte sagt, dass die Grenzfestung für den Körper gilt und der innewohnende „Herr der Festung“ für die programmierte Wohlerfahrungssuche (*viññāna*). Die sechs Tore gelten, wie der Erwachte sagt, für die „sechs zu sich gezählten Sinnensüchte“.

Der unbelehrte Mensch gleicht der Festung mit den sechs Toren, *aber ohne Torhüter*. Seine Sinnesdränge, die auf Berührung durch angenehme Formen aus sind, lassen durch die fünf Tore der Sinne herein, was da will: Der Luger erfährt Formen, der Lauscher Töne, der Riecher Düfte, der Schmecker Säfte, der Körper Tastbares. Das sind zunächst fünf Tore. Der Geist wird wie folgt aufgebaut:

„Der Herr der Festung“ im blinden Dienst der  
Triebe

Die Sinnesdränge erfahren bei ihnen angenehmer Berührung durch das als außen Erfahrene Wohlgefühl, bei ihnen unangenehmer Berührung Wehgefühl. Diese Erfahrungen werden im Geist zentral gesammelt und zugeordnet. Darum heißt es (M 43), dass der Geist (*mano*) die Sammelstätte und der Fürsorger (*patisarana*) für die fünf Sinnesdränge sei. So entsteht und besteht der Geist als sechstes „Sinnestor“. Entsprechend läuft im Geist die Aufmerksamkeit und registriert die Wege zu dem Angenehmen hin und registriert die Möglichkeiten zur Vermeidung des Unangenehmen. Diese automatische Aktivität, hinter welcher kein souverän entscheidender Täter steht, die lediglich aus den eingetragenen Daten programmiert wird, ist die programmierte Wohlerfahrungssuche des Geistes (*viññāna*). Sobald die Wahrnehmungen von angenehmen oder unangenehmen Formen, Tönen, Düften, Schmeckbarem und Tastbarem im Geist als Wahrnehmung eingetragen sind, da bewirken diese Daten, wie wir bei uns erfahren, auch augenblicklich den jeweiligen Willen, das Angenehme möglichst immer wieder wahrzunehmen, das Unangenehme möglichst immer zu vermeiden. Dementsprechend

läuft im Geist die Aufmerksamkeit und registriert die Wege zu dem Angenehmen hin und registriert die Möglichkeiten zur Vermeidung des Unangenehmen.

Dieser Wille erhält seine *Kraft* von der Stärke der Gefühle, die von den Sinnesdrängen ausgehen. Was von diesen als sehr angenehm und köstlich empfunden wurde, dahin entsteht durch das starke Wohlgefühl auch ein starkes Verlangen, der „Durst“. Was als besonders unangenehm, schmerzlich, ekelhaft empfunden wurde, dahin richtet sich ein entsprechend starker Wille zur Abwehr, zur Vermeidung, zur Flucht. Das ist die andere Seite des Durstes.

Diese ganze im Geist (*mano*) vor sich gehende automatische Aktivität, hinter welcher kein souverän entscheidender Täter steht, die lediglich aus den eingetragenen Daten programmiert wird, ist die programmierte Wohlerfassungssuche (*viññāna*). Die Wohlgefühle bewirken die Willensströmung nach Wiederholung, und die eingetragenen Wege, auf welchen die Wohlgefühle entstanden, bewirken die einzuschlagenden Wege zur Wiederholung. Die Stärke der Wohlgefühle bewirkt die Stärke des Dranges, des Durstes nach Wiederholung, bewirkt die Stromkraft (*viññāna-sota*), mit welcher die Programme sich durchsetzen. Ebenso bewirken umgekehrt die aus sinnlichen Wahrnehmungen in den Geist eingetragenen schmerzlichen Erfahrungen ein entsprechendes Fortstreben auf den erfahrenen Wegen der Vermeidung, und auch dieses nur in der Kraft, die von der Stärke des schmerzlichen Gefühls erzeugt wird.

So sind die gesamten Programme, der durchgängige Aktivitätsfluss des Geistes (*viññāna-sota*), entstanden aus den Gefühlen der Sinnesdränge und aus den im Geiste gesammelten bisherigen Wahrnehmungen von den Wegen, die zu Wohl und Wehe geführt haben. So heißt es ausdrücklich in M 43:

*Was man fühlt, das nimmt man wahr;  
was man wahrnimmt, das erfährt man (vijānāti) –*

d.h. der Geist erfährt es.

So gesehen ist das *viññāna*, der „Herr der Festung“, ein schein-intelligenter Programmablauf, programmiert aus den Wohl- und Wehgefühlen der Sinnesdränge des Wollenskörpers und den dadurch bedingten blendungsreichen Wahrnehmungsdaten des Geistes. Er kann auf nichts anderes aus sein als auf die Wiederherbeiführung der in den Geist eingetragenen Wohldaten auf den ebenfalls eingetragenen Wegen mit der Kraft, die von der Stärke des Wohlgefühls geliefert wurde, und nach dem gleichen Gesetz muss diese Programmiertheit anstreben, die mit Wehgefühl eingetragenen Daten für die Zukunft zu vermeiden.

So wie von einem *rasenden Schwungrad* kein neuer Impuls erwartet werden kann, wie es vielmehr in seiner Bewegung nur das Ergebnis ist von einer Drehrichtung und von einer Schwingkraft, die *aus anderen Quellen* in es hineingegeben sind - und ganz ebenso wie ein Computer nie über sich hinausgehen, sondern immer nur wiedergeben kann, was in ihn hineingegeben wurde, so auch ist die programmierte Wohlerfahrungssuche, der Herr der Festung, nur der automatische Wiederholer und Fortsetzer des ursprünglich von den Sinnesdrängen Diktierten – ein Roboter.

Von daher ist zu verstehen, dass die programmierte Wohlerfahrungssuche, solange sie nur aus dem durch die Sinnesdränge erfahrenen Wohl und Wehe aufgebaut ist, solange also kein Wissen von höherem, größerem, bleibendem Wohl in den Geist (*mano*) gelangt ist, so lange auch immer nur das sinnliche Wohl zu genießen und das sinnliche Wehe zu vermeiden anstreben muss und d.h. den *Samsāra* fortsetzen muss.

Der Erwachte sagt von der programmierten Wohlerfahrungssuche, dass sie als *gandhabba*, also als Lenker eines jenseitigen (feinstofflichen) Körpers mit diesem in den Mutterschoß eines Menschen anlässlich der Paarung einsteigt und sich einen Körper aufbaut und mit diesem und in diesem aus dem Mutterschoß hervorkehrt als „Mensch“ (D 15 und M 38 und M 93).

So wie die programmierte Wohlerfahrungssuche schon vor



dem Eintritt in den Mutterschoß die Herbeiführung von Wohlgefühlen und die Vermeidung von Wehgefühlen betrieben hat, so fährt sie, nachdem sie mit dem Menschenkörper aus dem Mutterleib hervorgekommen ist, nur ununterbrochen fort, durch den Luger Formen zu erfahren, durch die Ohren Töne, durch die Nase Düfte usw., solange der Körper funktioniert.

Weiter sagt der Erwachte von der programmierten Wohlerfahrungssuche, dass sie den nicht mehr benutzbaren, untauglich gewordenen Körper verlässt (M 43), um sich anderweitig wieder einen neuen Körper zu verschaffen (D 21 und 19). So ist die programmierte Wohlerfahrungssuche der Herr des Körpers, der „Herr der Festung“, aber er ist kein „souveräner“ und vor allem kein weiser Herr. Er ist geistig „steril“, ist das eingespielte Lenkprogramm und Handhabungsprogramm dieses Körperwerkzeuges, ist nur die Fortsetzung und Verewigung der bisherigen Erfahrung, ist „Schwungrad“.

### Was ist das Zentrum?

Der Torhüter antwortet dem Eilbotenpaar: *Der Herr der Festung hat sich im Zentrum niedergelassen, wo die vier Hauptstraßen sich kreuzen.* Und der Erhabene erklärt, dass dieser Kreuzungspunkt der vier Hauptstraßen die Bezeichnung für die *vier großen Gewordenheiten* sei, *für die Gegebenheit des Festen, des Flüssigen, der Hitze und der Luft.* - Was soll das bedeuten?

Wir wissen, dass die programmierte Wohlerfahrungssuche im Geist wirksam ist. Inwiefern gilt dieser nun als jener Kreuzungspunkt der vier Hauptstraßen und damit als Treffpunkt der vier großen Gewordenheiten, die ja zusammen das ausmachen, was der Erwachte „Form“ (*rūpa*) nennt? -

Im Geist des normalen, unbelehrten Menschen ist das mit den fünf Sinnesdrängen Erfahrene als Wahrnehmung eingetragen. Und dieses, nämlich alles, was irgendwie sichtbar, hörbar, riechbar, schmeckbar und tastbar ist, das besteht immer nur

aus jenen vier großen Gewordenheiten, aus Festem, Flüssigem, Hitze oder Luftigem bzw. aus einem Gemisch daraus. Wir nennen es „Materie“ und nennen seine Gesamtheit die „Welt“ und stehen unter dem Eindruck, die Welt wahrzunehmen. Diese Wahrnehmung bezeichnet der Erwachte immer wieder als Blendung, Täuschung, Einbildung. Dahinter steht letztlich nur immer die in der Wahrnehmung, im Wahn stattfindende Begegnung mit Festem, Flüssigem, Hitze und Luftigem.

In M 1 heißt es gleich zu Anfang, dass der unbelehrte Mensch (also jeder Mensch in den ersten Lebensjahren und die allermeisten Menschen zeitlebens) „Festes“ wahrnimmt, „Flüssiges“, „Hitze“ und „Luftiges“ wahrnimmt und als fünftes „*bhūta*“, das daraus „Gewordene“, durch Blendung Erscheinende wahrnimmt und, nachdem er es wahrgenommen hat, nun auch dergleichen „denkt“ (*maññati*), damit Umgang pflegt, allmählich damit rechnet und sich daran gewöhnt. So ist der Geist letztlich nur durch die Erfahrung dieser vier Aggregatzustände: Festigkeit, Flüssigkeit, Hitze und Luft entstanden. Darum ist die programmierte Wohlerfassungssuche, der in dem so beschaffenen „Geist“ wohnende und agierende „Herr“, auch auf nichts anderes aus als auf die in der sinnlichen Wahrnehmung immer wieder erscheinenden vier Gegebenheiten. Alles das, was zur Berührung der begehrenden Sinnesdränge führt, das sind nur die vier Gegebenheiten: Festigkeit, Flüssigkeit, Hitze und Luft. Aber die aufleuchtenden Wohl- und Wehgefühle seitens der berührten Sinnesdränge erzeugen daraus eine Wahnwelt von entzückenden und schrecklichen sichtbaren, hörbaren, riech-, schmeck- und tastbaren „Dingen“.

Diesen Wahn zu durchbrechen, rät der Erwachte (in M 140) dem Mönch *Pukkusāti*, dass er auf diese Tatsache achten möge und, statt sich von den Sinneseindrücken blenden zu lassen, nur beobachten möge, wie dieser „lebendig“ erscheinende Körper ganz ebenso wie alles äußere, durch die Sinnesdränge Erfahrbare immer doch nur Festigkeit, Flüssigkeit, Hitze und

Luft sei. Und er verspricht, dass bei einem solchen, der so vorgeht, der die Wahrheit von der Wirklichkeit fest im Auge behält (*saccānurakkhana*) und den weisheitlichen klaren Anblick nicht vernachlässigt (*paññā nappamajjati*) - das ist der „weise Torhüter“ - dass bei einem solchen die programmierte Wohlerfahrungssuche, „der Herr der Festung“ gereinigt und geläutert werde. Damit ist der „Herr“ vollkommen gewandelt, ist nicht mehr auf sinnliche Wahrnehmung aus, braucht keinen sterblichen Körper mehr.

In diesem mit Eindrücken von den vier Gegebenheiten angefüllten Geist wohnt also die programmierte Wohlerfahrungssuche, die nichts anderes ist als das geist-automatische Hinstreben zu den als angenehm erfahrenen Gegebenheiten auf den als möglich erfahrenen Wegen. Dieses geistautomatische Rasen und Herumhetzen des Körpers zu den angenehmen Erscheinungen hin und von den unangenehmen Erscheinungen fort: das ist die programmierte Wohlerfahrungssuche, im Geist entstanden, im Geist wohnend, gespeist aus den täuschenden Eindrücken von angenehm und unangenehm. Und solange in den Geist keine der höheren, größeren und seligen Erfahrungen kommen, so lange muss die programmierte Wohlerfahrungssuche, der „Herr der Festung“, weiterhin automatisch die Körper herumhetzen, bis sie verschlissen sind, sich neue Körper bauen und sie wiederum herumhetzen – und so fort: das ist Samsāra.

### Fremde und Bekannte

Hier zeigt sich, warum der Erwachte den menschlichen Körper just mit einer „Grenzfestung“ vergleicht. Die Grenze berührt Feindesland. Die Festung ist gefährdet. Es kommen nicht nur Freunde an das Tor, sondern es können sich auch Feinde einschleichen. Darum sagt der Erwachte, dass es eines weisen, klugen, verständigen Torhüters bedürfe, der Fremden den Eintritt verweigere und nur Bekannte hereinlasse. Was bedeuten nun die durch den Torhüter „abzuweisenden Fremden“ und die einzulassenden Bekannten?

Wir müssen wissen, dass im Altertum „Fremde“ so viel bedeutete wie gefährliche Menschen, mögliche Feinde, Kundschafter, vor welchen man sich hüten musste. In diesem Sinn mahnt der Erwachte immer wieder seine Mönche, nur auf dem *eigenen inneren Gebiet* zu wirken und zu arbeiten, weil dies allein fruchtbar und wirkungsvoll sei. (D 26) Unter dem *eigenen Gebiet* versteht der Erwachte den eigenen Körper, die eigenen Gefühle, das zu sich gezählte Herz (D 26). Diese sind entsprechend dem achtgliedrigen Weg so zu behandeln, dass daraus die Heilsentwicklung hervorgeht. Dagegen bezeichnet der Erwachte die von außen durch die fünf Tore in die „Festung“ eindringenden Erscheinungen, die Formen, Töne, Düfte, das Schmeckbare und Tastbare, immer als das „Äußere“, das andere, Fremde (*bahiddha*), und mahnt, diesen Erscheinungen keine Aufmerksamkeit zu widmen und ihnen nicht nachzugehen (darum die Übung Zügelung der Sinnesdränge).

Ebenso gilt auch in allen anderen Heilslehren, die vom *samādhi*, von der *unio* oder vom *Tao* wissen, das von außen durch die Sinne Eindringende als das Gefährliche, das Feindliche, vor dem man sich zu hüten hat. So sagt *Ruisbroeck*:

*Kennst du die Wahrheit und kannst innen bleiben,  
trübt Furcht dich nicht noch lockt dich fremde Liebe,  
so bist du frei, bist ledig alles Kummers,  
genießest Gott in übersel'ger Freude.  
Gelungen ist es mir, die Liebe hat's befohlen,  
durchdrungen hab ich allen äußern Tand,  
das Herz ist frei, entbunden aller Täuschung.*

*Die Wahrheit kennen* heißt, zu wissen, dass alles, was durch die Sinne hereinkommt, kümmerlich, vergänglich und wandelbar ist. Und *innen bleiben können* bedeutet: in der weltlosen Entrückung oberhalb und außerhalb der sinnlichen Wahrnehmung leben zu können (*Steig über die Sinne, hier lebet das Leben*). Einen Menschen, der so leben kann, lockt nicht mehr *fremde Liebe*, d.h. die Liebe zu dem sinnlich Wahrnehmbaren,

zu der äußeren Welt. Er genießt das raumlos zeitlos Selige, das mancher christliche Mystiker - nicht jeder - „Gott“ nennt, in *übersel'ger Freude*. Ein solcher Entrückungsgewohnter, in Seligkeit Gebadeter, hat kein inneres Bedürfnis mehr nach den sinnlich wahrnehmbaren Dingen, und darum kann er sie jetzt erst durchschauen als *Tand* und *Täuschung*.

Selbst im Raum der christlichen Kirche gab es im Altertum diese Erkenntnis. So lesen wir von *Papst Gregor I.* :  
*Das Gesicht, das Gehör, der Geschmack, der Geruch und das Getast sind gleichsam Wege der Seele, auf welchen sie aus uns herausgeht und dasjenige begehrt, was nicht zu ihrem Wesen gehört; denn durch die Sinne des Leibes, gleichwie durch Fenster, bezieht unsere Seele die äußeren Dinge, und indem sie dieselben beschaut, erwacht in ihr das Verlangen danach.*

Ebenso sagt *Tschuangtse* :

*Das Wesen des vollkommenen Tao ist tief verborgen: Fasse Fuß, wo nichts zu sehen ist, wo nichts zu hören ist, lass' die Ruhe deine Seele umfassen; und dein Geistkörper wird seine eigene Gestalt gewinnen.*

Und von *Laotse* haben wir das Wort:

*Wer stets begierdenlos,  
der schaut seine Geistigkeit.  
Wer stets Begierden hat,  
der schaut seine Außenheit.*

Diese Mahnung finden wir in allen Hochreligionen. Das Leben mit der sinnlichen Wahrnehmung gilt als eine fortgesetzte tödliche Krankheit voll Schmerzen und Qualen. Aber solange kein Wissen und keine Erfahrung von dem Größeren in den Geist (*mano*) gelangt ist, so lange ist und bleibt die programmierte Wohlerfassungssuche, der „Herr der Festung“, nach wie vor auf die äußeren sinnlich wahrnehmbaren Dinge ausgerich-

tet.

Der normale Mensch befindet sich also in gefährlicher Gegend. Er ist „Grenzfestung“. Und solange er nichts anderes kennt und nichts anderes erfährt als die sinnliche Wahrnehmung, so lange ist er geradezu verloren. Darum sagt der Erwachte, dass es eines weisen Torhüters bedarf, der nicht mehr jeden in die Festung hereinlässt, und dass der Herr der Grenzfestung oft und oft von dem Eilbotenpaar „Ruhe und Klarblick“ besucht und belehrt werden muss. - Wer ist der weise Torhüter?

### Das wahre Wesen der *sati*

In der Erklärung des Gleichnisses sagt der Erwachte, dass unter dem weisen, klugen, verständigen Torhüter, der die Fremden abweist und die Bekannten hereinlässt, die *sati* zu verstehen sei. So ist *sati* eine Eigenschaft von größter Bedeutung.

*sati* ist abgeleitet von *sarati* = „er erinnert sich“ (ebenso gesteigert *anussarati* - „er beobachtet und behält es“). -

Wir Menschen haben bekanntlich ein sehr unterschiedlich gutes oder schlechtes Gedächtnis. Von Natur behält der Mensch hauptsächlich das immer wieder Erlebte und das, was ihn am stärksten angenehm oder unangenehm berührt hat, im Gedächtnis: das Beglückende und das Entsetzliche. Da er aber ununterbrochen weitere Sinneseindrücke durch alle fünf Sinne gewinnt, so tritt immer wieder neues Erfreuliches oder Unangenehmes in sein Bewusstsein, wodurch zugleich andere Dinge aus dem Bewusstsein verdrängt werden. Je mehr einer seine Aufmerksamkeit von den gefühlsstärksten Eindrücken in Anspruch nehmen lässt, um so schlechter erinnert er sich der mehr nüchternen Dinge, deren Erinnerung das praktische Leben in Familie und Beruf eigentlich von ihm fordert. Insofern spricht man von schlechtem und gutem Gedächtnis.

Der Erwachte sagt nun, dass ein jeder Mensch, der schon länger unter dem Einfluss der *rechten Anschauung* steht und danach seine Lebensführung richtet, so dass er auf dem acht-

gliedrigen Weg eine bestimmte Entwicklungsstufe erreicht hat, dann eben über *sati*, über ein gutes Gedächtnis verfüge. Er ist dann mit *sati* begabt (*satimā*). Von ihm wird gesagt:

*Er ist mit einem guten Gedächtnis ausgestattet. Was da einst getan oder gesagt wurde, daran denkt er (sarati), daran erinnert er sich (anussarati - M 53).*

Diese Entwicklung gehört zu den großen Wandlungen des Menschen auf seinem Entwicklungsweg zum Heilsstand. Damit ist also in seinem Geist aus dem ursprünglichen Chaos (des normalen Menschen) eine größere Ordnung und Gliederung eingetreten. Die Dahingelangten haben alle nur gutes Gedächtnis.

Aber die *sati* ist mehr als Sich-gut-erinnern-Können und bei den jeweiligen Vorgängen achtsam beobachten, denn der Erwachte sagt, dass der Torhüter *sati* „weise, klug und verständig“ sein soll, *und sagt weiter*, dass er zwischen Fremden und Bekannten unterscheiden können soll, *und sagt endlich*, dass er sogar handeln soll, indem er den Fremden den Eintritt verweigert und die Bekannten hereinlässt. Und doch nennt der Erwachte diesen so weise unterscheidenden, urteilenden und tätlich vorgehenden Torhüter „*sati*“. Wie ist das zu verstehen?

In M 117 haben wir eine erste Erklärung für die praktische Anwendung und Tätigkeit der *sati*. Da wird an den ersten fünf Gliedern des achthgliedrigen Wegs erläutert, wie zu deren Erwerb immer die *sati* erforderlich ist und wie die *sati* dadurch auch wächst und zunimmt. Es heißt da - z.B. zum Erwerb der rechten Rede:

1. man muss die *rechte Anschauung* haben darüber, was falsche und was rechte Rede sei (falsche Rede ist: Verleumden, Hintertragen, verletzende Rede, Geschwätz; rechte Rede ist deren Vermeidung).
2. man muss *sati* haben, d.h. man muss während seines Redens achtsam beobachten, ob die jetzige Redeweise richtig oder falsch ist,

3. man muss *tatkräftig bewirken*, dass man die durch *sati* als falsch erkannte Rede zurückhält, unterlässt oder wieder zurücknimmt und die als recht erkannte Rede übt und pflegt.

Wir sehen, dass alle drei Fähigkeiten dem Torhüter *sati* zugesprochen werden. Daraus zeigt sich, dass die *sati kein neutrales Werkzeug* nur zur gleichmäßigen Beobachtung oder Erinnerung der Vorgänge ist, dass sie vielmehr *im Dienst der „Weisheit“* stehen muss, und das ist die *„rechte Anschauung“*. Erst wenn wir die Lehre des Erwachten weitgehend gefasst haben („rechte Anschauung“), dann fangen wir an zu begreifen, was für uns schädlich und was für uns nützlich ist. Damit haben wir dann *Weisheit* gewonnen. Und nun geht es darum, dass wir dieses Wissen um das Schädliche und das Nützliche im Alltag bei unserem gesamten Erleben und bei unserem Tun und Lassen anwenden. Das ist die *sati*.

So steht also die *sati* im Dienst der ganzen Lehre. Sie setzt die Kenntnis der Lehre voraus: Durch *die rechte Anschauung* wissen wir, was für uns gut und schlecht, förderlich und hinderlich ist. Die *sati* sorgt dafür, dass wir dieses Wissen nicht nur bei Gesprächen über die Buddhalehre haben, sondern sie wacht im praktischen Alltag über unser Tun und Lassen, ob wir das Heilsame tun oder das Unheilsame. Und die *Tatkraft* sorgt dafür, dass wir die unheilsamen Dinge, wenn sie in uns aufsteigen, vertreiben, nicht durchführen und die heilsamen Dinge, wenn sie in uns aufsteigen, durchführen und fördern. Die *sati*, die nur beobachtet, ohne zu bewerten und ohne dazu beizutragen, dass das Unheilsame vertrieben wird - *die ist falsch*.

Darum unterscheidet der Erwachte zwischen *rechter und falscher sati*, wie überhaupt bei allen Gliedern des achtgliedrigen Weges zwischen der richtigen und der falschen Weise unterschieden wird. Wie die rechte *sati* zur Heilsentwicklung hilft, so die falsche zur Entwicklung des Unheils. Jeder Mensch, der z.B. Intrigen spinnen, verleumden oder andere Verbrechen begehen will, kann um so länger vor äußerer Ent-



deckung bewahrt bleiben, je mehr er *sati* anwendet. Und ein sogenanntes „perfektes“ Verbrechen ist ohne die *sati* gar nicht möglich.

Wir sehen, dass auch die falsche *sati* doch „*sati*“ ist insofern, als der Mensch mit äußerster Geistesgegenwart bei seinem Unternehmen vorgeht und darauf achtet, dass er all die Dinge im Auge behält, die bei seinem Unternehmen fördernd und störend sind. *Diese sati ist aber falsch insofern*, weil ein so vorgehender Mensch das karmische Gesetz nicht kennt. Er weiß nicht, dass er mit jeder Schädigung anderer nicht seinem Vorteil dient, sondern seinen Untergang bereitet, sein Leiden vermehrt. Diese *sati* steht nicht im Dienst der Weisheit, sondern der Torheit.

Die *sati* ist nicht die Weisheit selbst, sondern sie ist und bleibt die aufmerksame Beobachtung der Vorgänge - und es gibt, wie gesagt, eine solche aufmerksame Beobachtung auch im Dienst der Torheit und des Verbrechens. Die *sati* für den Heilsweg aber ist die aufmerksame Beobachtung im Dienst der Weisheit. Sie weiß - und zwar durch die *rechte Anschauung* - was heilsam und was heillos ist, was zur Befreiung und Erlösung (*vimutti*) führt und was die Erlösung verhindert. Darum sagt der Erwachte, dass die Erlösung Ziel und Zuflucht (*patisarana*) der rechten *sati* sei (S 48,42). Sie lässt nichts zu, was die Erlösung verhindert.

Daraus zeigt sich, dass ein so weiser tatkräftiger Torhüter, wie der Erwachte ihn fordert, nur ganz allmählich heranwachsen kann. Man muss durch die Lehre des Erwachten gründlich wissen, was für einen selbst heilsfördernd und was heillos ist (*das ist Weisheit*). Man muss ferner Praxis und Erfahrung gewonnen haben in der Übung, sich das Heilsfördernde anzueignen und das Heillose zu meiden (*das ist Tugend*). Auf diese Weise nur entsteht allmählich der weise, aufmerksame und tatkräftige und auch mutige Torhüter *sati*.

## An welchem Tor steht die *sati* und warum?

Warum soll dieser Torhüter gerade am Tor stehen und nicht an anderen Orten der Festung? - Der „Herr der Festung“, die programmierte Wohlerfahrungssuche, die den Körper durch die Welt herumjagt, steht nicht am Tor, sondern hat sich im Innern der Festung niedergelassen, im Geist (*mano*) und handhabt alles von da aus. Der Herr kann nur danach dirigieren, was als schön und als hässlich, als nützlich und schädlich, als gut und schlecht wahrgenommen wurde. Und da der Geist all sein Wissen und all seine Erfahrung über das Nützliche oder Schädliche immer nur durch die sechs Tore erhält, so ist es von größter Wichtigkeit, dass ihn durch diese Tore die Wahrheit über die Wege zu Wohl und Heil erreicht und dass alle verblendenden und täuschenden Mitteilungen nicht mehr durch die Tore hereingelassen und zu ihm hin gelassen werden. Darum soll der weise Torhüter am Tor stehen.

An welchem Tor steht und wacht nun die *sati*? Der Erwachte sagt, dass die Festung sechs Tore habe, spricht aber nur von einem Torhüter. Natürlich braucht eine Festung mit sechs Toren auch sechs Torhüter; aber das Gleichnis gilt für den Menschen. Und der Mensch, obwohl auch er sechs Tore hat, braucht doch nur einen Torhüter. Der Erwachte will die Gleichnisse nie buchstäblich, sondern immer nur im Dienst der Hauptsache, für die sie gelten sollen, verstanden wissen.

*Inwiefern braucht der Mensch nur einen Torhüter?* Die vom Erwachten den Mönchen oft genannte Übung in der Zügelung der Sinnesdränge scheint dem zu widersprechen. Sie hat stets die Formulierung:

*Hat da der Mönch mit dem Auge (dem innewohnenden Luger) eine Form erblickt, so beachtet er weder die Erscheinungen noch damit verbundene Gedanken (Assoziationen). Da Begierde und Missmut, üble und unheilsame Gedanken den, der die Sinnesdränge nicht bewacht, gar bald überwältigen, so übt er diese Bewachung, wacht aufmerksam über die Sinnesdrän-*

*ge. Hat er mit dem Ohr (dem innewohnenden Lauscher) einen Ton gehört....*

*(M 78, 141, D 2 u.a.)*

Da so von allen fünf Sinnesdrängen und als sechstes auch vom Geist gesagt wird, so scheint auf den ersten Blick ja doch bei allen sechs Toren ein weiser Torwächter erforderlich. Doch Auge und Ohr, Nase, Zunge und Körper mit den innewohnenden Sinnesdrängen wissen nicht, ob mit ihnen etwas gesehen, gehört, gerochen, geschmeckt und getastet wurde, sondern *immer nur der Geist (mano)*. In ihn wird alles eingetragen. Wenn wir also wissen, dass wir „eine Form gesehen“ haben, dann befindet sich dieses Form-Wissen bereits im Geist. So geht es mit allen fünf Sinnen. Erst mit Eintritt der Wahrnehmung im Geist wissen wir um unser „Gesehenhaben, Gehörhaben, Gerochenhaben“ usw. Nachdem wir nun wissen, was da gesehen, gehört, gerochen usw. wurde, geht es darum, sich nicht von den Reizen der Sinneseindrücke reizen zu lassen und ihnen nicht nachzugehen, sondern sie wieder fallen zu lassen. Die *sati*, der weise Torhüter, braucht also nur an einem Tor, im Geist (*mano*) zu wachen.

Im Geist befindet sich aber auch die dauernd tätige programmierte Wohlerfahrungssuche, die als „Herr der Festung“, das ist dieses Körpers, bezeichnet wird, denn sie allein ist der Lenker und Handhaber dieses Körpers, die auf die Wahrnehmungen reagiert mit Denken, Reden und Handeln, mit üblem und gutem Denken, mit sanfter und verletzender Rede, mit Schlagen und Morden wie auch mit Geben und Helfen. Jeder Einsatz dieses Körpers geschieht durch die im Geist stattfindende programmierte Wohlerfahrungssuche.

Es mag zunächst so scheinen, als ob die Erfahrung der Sinnesdränge ein mehr passiver Vorgang sei, durch welchen das Wissen über die Welt in den Geist gelangt, dass dagegen Denken, Reden und Handeln aktiver sei, indem der Mensch damit nun die so erfahrene Welt angehe. Doch sind die sinnlichen Erfahrungsakte ein ebenso aktives Angehen der „Welt“: Weil

nämlich im Geist die Erfahrung vorliegt, dass es angenehme, wohltuende, befriedigende Formen, Töne, Düfte, Säfte und Tastbares gibt, darum ist im Geist Absicht und Bewegung entstanden, sind die Programme eingespielt, um ununterbrochen durch die fünf Sinnesorgane hindurch Formen, Töne, Düfte, Schmeckbares und Tastbares zu erfahren zur Befriedigung der sinnlichen Bedürftigkeit.

So ist die schwungradartig dauernd tätige Wohlerfahrungs-suche, obwohl „Herr“ dieses Körpers, doch immer nur Ablauf von im Geist gebildeten Programmen, die beim unbelehrten Menschen immer nur auf die Mehrung sinnlichen Wohls und die Vermeidung sinnlicher Schmerzen aus sind. Darum vergleicht der Erwachte die programmierte Wohlerfahrungs-suche mit dem törichten, nur vordergründige Lust suchenden Affen.

Der Geist als „Fürsorger“ der Sinnesdränge,  
die *sati* als „Fürsorger“ des Geistes

Wegen dieses Dienstes, den der Geist des normalen, vom Erwachten nicht belehrten Menschen den sinnlichen Trieben leistet, bezeichnet der Erwachte (S 48,42) und ebenso auch *Sāriputto* (M 43) diesen Geist als den *Verwalter und Fürsorger (patisarana) der fünf Sinnesdränge (indriya)*, also des sinnlichen Begehrens. Aber weil der so beschaffene Geist nur das durch Befriedigung der Begehrenungen entstehende Wohlgefühl kennt, darum nie den Heilsstand anstreben wollen kann, und so mit ununterbrochen wechselnden Körpern im Samsāra von Station zu Station umherirren muss, so bedarf es des Einbruchs der Wahrheit über die Unermesslichkeit des Samsāra-Leidens und über die Möglichkeit, zum Heilsstand zu gelangen.

Dieser Einbruch ist nur durch die *Weisheit* möglich, und die dauernd wachsame Anwesenheit der Weisheit - das ist die *sati*. Darin liegt der Grund, dass der Erwachte in der gleichen Lehrrede (S 48,42) diese *sati* wiederum als den Verwalter und Fürsorger (*patisarana*) eben des Geistes (*mano*) bezeichnet. Das bedeutet also: Ohne den gewöhnlichen Geist des gewöhnli-

chen Menschen gäbe es gar keine Befriedigung der sinnlichen Bedürftigkeiten - aber ohne die *sati* bliebe es bei der weiteren Fortsetzung der seit undenkbar langen Zeiten schon bestehenden Jagd nach sinnlicher Befriedigung bei ununterbrochen wechselndem Geborenwerden, Altern und Sterben.

Die fünf Sinnesdränge selbst können sich in keiner Weise helfen, sie wohnen den Sinnesorganen des Körpers inne wie juckende Wunden oder wie Magnetismus dem Magneteisen. Die juckenden Wunden machen große Schmerzen, aber sie haben selbst kein Wissen und keine Werkzeuge, wodurch das relativ wohltuende Kratzen an ihnen bewirkt werden könnte. Sie müssen warten, bis es geschieht. So ist der Säugling ein mit seinen Sinnesdrängen fünffach Bedürftiger, der sich in keiner Weise helfen kann, solange in seinen Geist noch keine Erfahrung über erfreuliche, erlösende Berührungen eingetragen sind. Erst durch die Berührungen mit den Gegenständen (den vier Gewordenheiten) entstehen bei ihm die Wohl- und Wehgefühle und werden die Erfahrungen, die dazu geführt haben, in den Geist eingetragen. Und nachdem in den gleichen Geist ebenfalls die Erfahrungen eingetragen worden sind, wie die Glieder, die Hände und Füße zu bewegen sind, um mit dem Körper an die betreffenden Dinge zu kommen - also im Lauf der Entwicklung des Säuglings zum Kleinkind - da tritt der Geist immer mehr in den Dienst der Sinnesdränge als ihr Verwalter und Fürsorger (*patisarana*). Diese verwaltende und fürsorgende Tätigkeit des Geistes ist die programmierte Wohlerfahrungssuche. Durch diese Tätigkeit aber bleibt das sinnliche Begehren, die Abhängigkeit von der Begegnung mit den vielfältigen Dingen, erhalten und wird gesteigert. Der Körper aber wird älter, verschleißt und stirbt. Die ununterbrochen hungerleidenden Sinnesdränge bleiben bestehen als Wollenskörper und mit ihm der Geist und die programmierte Wohlerfahrungssuche. Diese Gesamtmotorik verlässt den sterbenden Fleischkörper und wandert weiter durch die verschiedensten Daseinsformen und kann, solange sie so bleibt, von der hungerleidenden Hetze nicht erlöst werden. Diesen Zustand ver-

gleichet der Erwachte mit dem einer Gazelle, die sich in den Fallstricken des Jägers verfangen hat. (M 26)

Darum sagt der Erwachte, dass diese Festung, der Körper, einen „weisen, klugen, verständigen Torhüter“ haben müsse, der Fremden den Eintritt verweigere und Bekannte hereinlasse. - Und wir verstehen nun, warum der Erwachte diese Forderung aufstellt. Der Geist kann nichts anderes anstreben, als das ihm bisher bekannte Wohltuende immer wieder zu erlangen und das ihm bisher bekannte Schmerzliche möglichst immer zu vermeiden. Solange er kein höheres Wohl kennt als das von der Befriedigung der Sinnesdränge ausgehende, so lange kann er nichts anderes anstreben, so lange gibt es keine anderen Programme, so lange werden weiterhin die Formen, Töne, Düfte, das Schmeckbare und das Tastbare ergriffen. Darum bedarf der Geist selbst eines weiterblickenden Verwalters und Fürsorgers: eben der *sati*.

Die *sati* als weiser Torhüter bedeutet nach den Erklärungen des Erwachten die ständige Anwesenheit der „Weisheit“, der vom Erwachten vermittelten „rechten Anschauung“ am Tor des Geistes. Von dieser rechten *sati* sagt der Erwachte, dass sie nur die Erlösung und Befreiung (*vimutti*) im Sinn habe, dass die Erlösung ihre Zuflucht sei (*patisarana* - S 48,42). Den im Weltgetriebe mit dieser *sati* begabten Menschen vergleicht der Erwachte mit der unverfangen auf den Schlingen des Wildstellers liegenden Gazelle (M 26). Die *sati* durchschaut die verlockenden und abstoßenden Wahrnehmungen als scheinwohlig, trügerische Erscheinungen, die das Leiden fortsetzen, den Samsāra fortsetzen, dem Elend kein Ende machen. Durch diese Bewertung seitens der beobachtenden *sati* werden sie nicht mehr als Wohltaten in den Geist eingeschrieben, und dadurch können in einem solchen Geist auch keine weiteren auf Befriedigung des sinnlichen Begehrens gerichteten Programme mehr entwickelt werden, und die alten werden allmählich gebremst und gelöscht. Insofern verweigert der weise, kluge, verständige Torhüter - eben die *sati* - „den Fremden den Eintritt“. Und insofern ist diese *sati* tatsächlich der „Fürsorger“

(*patisarana*) des Geistes.

Der weise Torhüter erwächst nur allmählich.

Aber wann ist diese *sati*, das Eingedenksein der Heilswege und der Elendswege und die Anwendung dieses Wissens auf das je augenblickliche Tun und Lassen - wann ist diese *sati* als weiser Torhüter, der nur die Freunde hereinlässt und die Fremden abweist, in einem Menschen erwachsen und wirksam? Damit kommen wir zu der Bedeutung dieses Gleichnisses. Der Mönch, der die Antworten seiner Brüder über das unverblendete Sehen nicht verstand, hatte diese *sati* noch nicht.

Wer sein Leben nach der Wegweisung des Buddha zu führen sich bemüht, der wird bei sich erfahren, dass Gier und Hass die Hauptverhinderer der *sati-Fähigkeit* sind. Diese beiden Drangrichtungen aller Triebe lösen bei der ununterbrochenen Erfahrung der Sinnesdränge die starken Empfindungen, Gefühle, Emotionen aus. Daraus wird fast augenblicklich im Dienst von Gier und Hass gedacht, geredet und gehandelt - und manchmal mag sich hinterher, zu spät, die *sati*, die Erinnerung, einstellen: „Du wolltest doch so und so handeln, du solltest doch so und so handeln. Da hat es dich doch wieder überwältigt.“

Je mehr Gier und Hass, um so stärker Wohl- und Wehgefühle, um so stärker setzt sich der Lustwille durch, um so weniger kann die Wahrheit sprechen, die Weisheit anwesend sein, um so weniger also setzt sich die *sati* durch. *Sati* bedeutet nach dem Gleichnis vom Torhüter, dass die jeweils gegenwärtigen Vorgänge auch jeweils mit den Augen der Weisheit gesehen und unterschieden werden und dass dadurch die unheilsamen Vorgänge vermieden und die heilsfördernden unternommen werden. Das sind die Kennzeichen der *sati*.

Diese *sati*, der weise, aufmerksame und klarblickende Torhüter, bildet das siebente Glied auf dem achtgliedrigen Heilsweg. *Sie ist am Anfang des Heilswegs noch nicht* „in der Festung“, in diesem Körper. Solange Gier und Hass noch in fast

unbeschränkter Stärke dem Körper innewohnen, so lange wird die Aufmerksamkeit des Geistes fast nur von den aufspringenden Wohl- und Wehgefühlen in Anspruch genommen. Und seine Unternehmungen werden von den verlockenden und den abstoßenden Zielen veranlasst. Darum bedarf es einer weitgehenden Minderung von Gier und Hass in dem menschlichen Herzenshaushalt, bis die *sati*, die ruhige, klarblickende Aufmerksamkeit erwachsen und immer gegenwärtig sein kann. Die *sati* setzt eine weitgehende Entwicklung in der Tugend, eine gewachsene innere Zucht voraus.

Aber das vom Erwachten entdeckte und beschriebene Heilsziel, das *Nirvāna*, ist ja auch kein Ziel, mit dem irgendein anderes in dieser oder in jener Welt aufgezeigtes Ziel verglichen werden könnte. Es ist im wahrsten Sinn des Wortes das „Ziel aller Ziele“, denn alle anderen Ziele, welche immer es auch sein mögen, zerbrechen irgendwann, sei es nach Tagen, sei es am Ende des jetzigen Lebens oder sei es nach Weltzeitaltern. Und nachdem jene Ziele wieder zunichte geworden sind, da nehmen auch wieder die Leiden zu und wird der *Samsāra* fortgesetzt. Allein das *Nirvāna* ist, da es ebenso wie die Stille aus sich selbst besteht, an keine Bedingungen gebunden ist, durch nichts geworden ist, auch in keiner Weise zerstörbar. Und allein das *Nirvāna* ist das höchste vollkommene Wohl oberhalb hellster Erhabenheit. Darum ist das *Nirvāna* das Ziel aller Ziele. Wenn es erreicht ist, so bleibt nichts mehr zu wünschen, nichts mehr zu tun übrig.

Dieses Ziel ist nicht von heute auf morgen zu erreichen. Dieses Ziel wurde schon von den Zeitgenossen des Erwachten, die das Dasein und seine Gesetze weit besser kannten als wir, meistens nicht im gleichen Leben, sondern erst nach mehreren Leben erreicht, denn die Läuterung ist nur ein langsames Wachsen. In den Reden wird immer wieder ausgedrückt, dass die Heilsentwicklung in allen ihren Phasen nur eine ganz allmähliche ist. Aber angesichts dieses Ziels des endgültigen Heilsstands ist es unangebracht, nach der Länge des Weges und nach der Dauer der Übung zu fragen, denn ohne dieses



Ziel erreicht zu haben, enden keine Wege, endet kein Leiden, setzen sich fort Blut und Tränen, Gier und Hass, Blendung und Wahn. Doch es wird schon auf dem Heilsweg von Schritt zu Schritt heller.

### Durch das „Eilbotenpaar“ zum Heil

Auch diese Eilboten sind nicht am Anfang da, entstehen wie die *sati* erst allmählich.

Nach M 43 wird *Sāriputto* gefragt, welcher Förderungen und Hilfen (*anuggaha*) es bedürfe, um mittels der bereits erworbenen rechten Anschauung im Lauf der Zeit den Heilsstand zu erreichen und an sich zu erfahren. Auf diese Frage hin nennt *Sāriputto* der Reihe nach fünf verschiedene Hilfen, von welchen die beiden, die das „Eilbotenpaar“ bilden, erst die letzten sind. Die Anwendung dieser fünf Begriffe lässt deutlich erkennen, dass sie nicht etwa irgendwie „zusätzliche“ Hilfen sind, ohne welche es auch ginge, sondern es sind die unentbehrlichen Bewirker der Heilsentwicklung. Und die Hilfen setzen, wie Frage und Antwort zeigen, voraus, dass die heilende rechte Anschauung bereits erworben ist und vorliegt, denn nur durch diese kommt ja der Mensch dazu, dass er die ganze Leidensmasse, die mit seinem jetzigen Zustand als Mensch im Samsāra verbunden ist, so sehr durchschaut hat und die Möglichkeit der Befreiung davon so deutlich begriffen hat, dass bei ihm nun ein Sehnsuchtsgefälle auf die Erlösung hin und von dem Samsāra weg entstanden ist. Nur diese Kraft des *Sehnsuchtsgefälles* kann bewirken, dass man jene fünf Hilfen im Lauf der Zeit von Wegesetappe zu Wegesetappe erwirbt und damit immer weiter gelangt.

*Die erste dieser fünf Hilfen ist die Tugend (sīla).* - So schwer die Tugend zu erwerben ist für den, der vom Heilsstand nichts weiß, der seine Ziele in der Welt hat und auf Besitz, Genuss, Macht und Ansehen aus ist, so wenig auch wird der Heilsgänger, der die Welt und den Samsāra kennen und fürchten gelernt hat, in der Aneignung der echten, rechten,

tugendlichen Lebensweise behindert, weil er in dieser Welt keine endgültigen Ziele mehr hat.

*Die zweite notwendige Hilfe ist die reiche Kenntnis der Belehrungen des Buddha (suta).* Auch dies kann nicht ausbleiben, denn der Heilsgänger, der die Gebrechlichkeit und die Wahndimension der gewordenen Erscheinungen und die Freiheit davon begriffen hat, der kann nicht mehr „vom Brot allein leben“, sondern will immer wieder an den Lichtblicken sich stärken und laben, die der Erwachte mit seinen Unterweisungen vermittelt.

*Die dritte erforderliche Hilfe ist das Erfahrung austauschende Gespräch mit Gleichstrebenden* (das auch schriftlich stattfinden kann), wodurch man aus eigenen geistigen Sackgassen herauskommen, ergänzende Aspekte der Lehre und der Praxis kennenlernen kann und auch ermuntert und ermutigt wird.

*Die vierte und die fünfte Hilfe endlich*, die letzten der fünf, bilden das Eilbotenpaar, von welchem in unserem Gleichnis die Rede ist: *die innere Ruhe (samatha)* und der nur dadurch mögliche ungetrübte *helle Klarblick (vipassanā)*. Diese beiden zusammengehörigen Eigenschaften spielen in allen höheren Heilslehren eine bedeutende Rolle. Das Gemüt oder die „Seele“ des Menschen werden gern mit dem Meer oder dem Wasser eines Sees verglichen, und es wird gesagt, dass man in einem wogenden oder auch nur gekräuselten Wasserspiegel nichts richtig erkennen könne, weil alles verzerrt wird. Wenn aber das Wasser zur Ruhe kommt und die Oberfläche spiegelglatt wird, dann kann man darin alles erkennen, wie es ist. Das ist der Zusammenhang von Ruhe und Klarblick.

Daraus zeigt sich zugleich, dass innere Ruhe und Klarblick erst in dem Zustand fortgeschrittener Reife möglich sind. Der normale Mensch ist fast ständig in mehr oder weniger erregter und oft leidenschaftlicher Gemütsbewegung. Die eigenen inneren Triebe drängen auf Erfüllung und Befriedigung, und so wird der Mensch herumgejagt, und darum ist sein Gemüt kein klarer Wasserspiegel, und darum kann er die Wahrheit nicht

sehen. Er sieht nur seine vermeinten Interessen und sieht selbst diese verzerrt und sieht Hindernisse, wo oft keine sind, sieht aber die wahren Hindernisse seines Heils nicht. Gerade diese gilt es zu sehen.

Wer aber durch die Unterweisungen des Erwachten das Gesetz des Samsāra versteht und sich schon jahrelang auf dem Weg zur Heilsentwicklung befindet und auf diesem Weg die ersten drei der vorhin genannten „Förderungen und Hilfen“ (*anuggaha*) allmählich sich erworben hat, der erfährt nun auch immer häufiger Phasen einer inneren Ruhe und damit verbundenen Klarheit. Diese innere Ruhe wird bei dem von der *rechten Anschauung* Geführten im Lauf der Jahre immer tiefer und währt länger, die daher mögliche Klarheit wird heller und erlaubt einen tiefergehenden Einblick in die wirklichen Zusammenhänge des Samsāra.

Das Eilbotenpaar, von welchem hier die Rede ist, ist ein Bild für Ruhe und Klarblick von höchster Vollkommenheit. Es ist *unverblendetes Sehen*, und das hat mit Denken und Grübeln nichts zu tun. Darum genießt dieses Eilbotenpaar auch bei dem „weisen Torhüter“ höchstes Ansehen: Während es den Torhüter anspricht mit „lieber Mann“, bezeichnet der Torhüter es dagegen als „Herrn“; und während er am Tor alle Beschäftigung mit den Sinneseindrücken abwehrt, weist er dem Eilbotenpaar bereitwilligst den Weg zum Innern der Festung, damit es dort seine Botschaft dem Herrn der Festung übergeben kann. Die *sati* erkennt Ruhe und Klarblick als höchste Heilsförderung.

Der Erwachte sagt immer wieder, dass der Heilsstand und sein unennbares Wesen in keiner Weise ergrübelt, nie auf den Wegen des Denkens verstanden werden könne (*atakkāvacāra*), dass er aber vom Weisen, der durch vollständige Läuterung über das normale Menschentum hinaus und zur unverblendeten Sicht gewachsen ist, „unmittelbar entdeckt, erfahren werde“ (*panditavedanīya*). Und *Ruhe und Klarblick* sind die Bringer dieser unmittelbaren Erfahrung.

Im Gegensatz zu dem nur allmählichen und langsamen

Wachsen in der Heilsentwicklung spricht der Erwachte in dieser Lehrrede von „Eilboten“. Damit zeigt sich die durch sie vermittelte ganz besondere Weise der Wahrheitserfahrung: fern von allem Denken, Folgern und Schließen geschieht sie als blitzartiger Einbruch jener ganz anderen Dimension bzw. Dimensionslosigkeit, der zuvor nicht geahnten: darum nennt der Erwachte sie „Eilboten“.

Ihre Botschaft sei „eine Bezeichnung für das *Nirvāna*“, sagt der Erwachte. Diese Erklärung darf nicht falsch verstanden werden, weil sonst das Wesen des Klarblicks verfehlt wird: die von dem Eilbotenpaar übermittelte „Botschaft von der Wirklichkeit“ ist nicht „eine Botschaft“ vom *Nirvāna*, „eine Mitteilung, Vorstellung oder ein Gedanke über“ das *Nirvāna*, sondern ist, wie der Erwachte sagt, „das *Nirvāna*“. Das bedeutet: Für die blitzaugenblickliche Dauer der Anwesenheit des Eilbotenpaares wird das *Todlose*, das *Ungewordene selber erfahren, gesehen*. Wie kommt es dazu?

Wie es dazu kommt, das erklärt der Erwachte in M 64 an einem Gleichnis, in dem er sagt, dass nur derjenige das *Kernholz* eines Baumes (mit dem allein man haltbare Dinge machen kann) entdecken und kennenlernen könne, der die außen sichtbare Rinde des Baumes *als nicht haltbar erkannt und entfernt hätte* und der weiterhin das dann sich zeigende Grünholz des Baumes ebenfalls *als nicht haltbar erkannt und entfernt hätte*. Nur einem solchen zeigt sich dann das Kernholz, und er erfährt, dass dieses für seine Zwecke tauglich ist. - Daraufhin sagt der Erwachte, dass ebenso auch nur derjenige das *Todlose*, das *Ungewordene*, das *Nirvāna* sehen, erkennen und erfahren werde, der zuvor alles Vergängliche, Zerbrechliche und darum Leidvolle - und das sind die fünf Zusammenhäufungen - je einzeln und in ihrem Zusammenwirken als wandelbar, haltlos und zerbrechlich durchschaut und sich innerlich davon abgewandt habe: nur für diesen blinkt - irgendwann zum ersten Mal - das *Todlose*, das *Ungewordene*, das *Nirvāna* selber, hervor: das ist der durch Ruhe bedingte Klarblick.

Wir müssen dieses Gleichnis vom Kernholz, das der Erwachte häufig bei verschiedenen Gelegenheiten benutzt, richtig verstehen. Die Suche nach dem Kernholz - nach wahrer Sicherheit und Geborgenheit in dieser Flucht der Erscheinungen - ist ein Bild für den hochsinnigen und weitblickenden Menschen, der den Wesenszug an sich hat, den der Erwachte „Vertrauen“ (*saddhā*) nennt. Es ist ein Mensch, bei dem das Wissen um die unausdenkbar lange Vergangenheit seiner bisherigen Daseinswanderung, um die Unsterblichkeit des inneren, den Körper benutzenden Wanderers und um die Grauen und Leiden dieser Wanderung nicht ganz und gar ins Unbewusste gesunken ist, bei welchem vielmehr eine Ahnung davon geblieben ist, so dass er sich von den Begegnungen und Banalitäten des gegenwärtigen Körperlebens nicht völlig in Anspruch nehmen und aufzehren lässt, sondern ein sorgendes suchendes Fragen mitbringt nach dem Haltbaren, nach dem „Ewigen“, nach dem Heil. Der Erwachte formuliert das sorgende Fragen solcher hochsinnigen Heilssucher gerade im Zusammenhang mit dem Gleichnis vom Kernholz immer wieder (M 29, 30 und andere):

*Versunken bin ich in der endlosen Kette von Geborenwerden, Altern und Sterben, in Sorge, Jammer und Leiden, in Gram und Verzweiflung, in Leiden versunken, in Leiden verloren! O dass es doch etwa möglich wäre, dieser ganzen Leidensfülle ein Ende zu machen.*

Ein solcher weiß zwar nicht, was das Heil ist, wie das Heil ist und wie es erlangt wird, aber alles, was er hier täglich sichtbar und hörbar erlebt (und das gilt für die offen sichtbare Rinde des Baumes), das erkennt er als brüchig und elend. Er erkennt nach dem Wort von *Matthias Claudius* :

*... dass wir hier ein Land bewohnen,  
wo der Rost das Eisen frisst,  
wo durchhin um Hütten und um Thronen  
alles brechlich ist,*

*dass wir hin aufs Ungewisse wandeln  
und in Nacht und Nebel stehn,  
nur nach Wahn und Schein und Täuschung handeln  
und das Licht nicht sehn,  
dass im Dunkeln wir uns freu'n und weinen  
und rund um uns, rings umher  
alles, alles, mag es noch so scheinen, eitel ist und leer...*

Und er sucht und sehnt sich:

*... o du Land des Wesens und der Wahrheit,  
unvergänglich für und für;  
mich verlangt nach dir und deiner Klarheit,  
mich verlangt nach dir.*

Sucher solcher und ähnlicher Art sind es, für welche das Gleichnis vom Kernholz gilt. Sie suchen die Wegweisung zum Heil im Sinne von *Hermann Hesse*:

*Die eigentlichen Weisheiten aber und Erlösungsmöglichkeiten sind nicht zur Belehrung und auch nicht zur Unterhaltung da, sondern nur für die, denen das Wasser an den Hals geht.*

Solche Menschen haben keine Ruhe, bis sie das „*summum bonum*“, das höchste Gut, das unzerstörbare, das ewige, das Todlose, gefunden haben. Zu dieser Suche kann keiner aufbrechen wollen, der da sicher glaubt, dass sein Dasein mit der Geburt seines Körpers begonnen habe und mit der Vernichtung seines Körpers enden werde; zu dieser Suche bricht nur auf, wer sich ein ahnendes Wissen bewahrt hat davon, dass er schon lange, lange wandert und irrt.

Die sichtbare Rinde des Baumes mag für das „Begegnungsleben“ (*papañcasaññā*) in der sinnlichen Wahrnehmung gelten. Fast alle modernen Menschen geben sich, weil sie nichts ande-

res kennen, bedenkenlos mit dem Begegnungsleben zufrieden, obwohl sie mit den meisten der einzelnen Begegnungen nicht zufrieden sind. Sie hoffen aber und streben immer wieder an, bessere Begegnungen zu gewinnen. Weil sie an keine andere Daseinsmöglichkeit glauben, darum halten sie sich an die „Rinde des Baumes“ und suchen innerhalb der Rinde nach besseren, mehr haltbaren und mehr glatten Stellen.

Ebenso mag das *Grünholz* für das Leben in der Entrückung, dem *samādhi* und der „*unio*“ in der abendländischen Mystik gelten. Dahin gelangen nur solche, welche sich vom Begegnungsleben kein Heil versprechen, welche die Rinde abgebrochen und fortgeworfen haben, wie es in der Mystik aller Kulturen erfahren wird. Wer jenes selige Leben oberhalb und außerhalb der Sinne erfahren hat - *und keine darüber hinausgehende Belehrung erfahren hat* - der erkennt nicht, dass das Grünholz wohl erheblich länger hält als die Rinde, aber doch nicht wahrhaft haltbar ist, nicht wirklich tauglich ist. Aus dem Glauben an das „Grünholz“ entsteht der Jubel der Mystiker:

*Ich habe die selige Ewigkeit funden,  
ich hab sie gefunden im innersten Grunde...*

und entsteht ihr Rat an die anderen Menschen:

*Steig über die Sinne, hier lebet das Leben,  
o selig der Geist, der dahin ist 'kommen.*

Wer aber vom Erwachten belehrt ist darüber, was auch an den seligen Entrückungen je einzeln noch wandelbar ist, veränderlich ist und darum unzuverlässig, unhaltbar und unzulänglich - und wer dann in ruhiger aufmerksamer Beobachtung diese Mängel selber erkennt und durchschaut, der verwirft dann auch das Grünholz.

Aber das Entrückungsleben, der *samādhi*, wird nicht wie das Begegnungsleben durch Meiden und Lassen überwunden, sondern, wie der Erwachte immer wieder anleitet, zuerst gerade durch volles Ergreifen, indem der Übende sein Herz in

diesem seligen Leben ausbadet. Dann erfolgt die immer tiefere Vertiefung des *samādhi*, indem zunächst jene dem *ersten* Entrückungsgrad noch anhaftende Unzulänglichkeit erkennt und losgelassen wird. Dadurch gewinnt man den von ihr freien *zweiten* Entrückungsgrad und badet sein Wesen in diesem aus. Nach einiger Zeit erkennt und empfindet man auch die diesem noch anhaftende Unzulänglichkeit und gewinnt durch deren Loslassen den *dritten* Entrückungsgrad - und so geht die fortschreitende Vertiefung des Herzensfriedens immer fort, bis die *Erlösung*, das *Nirvāna*, übrig bleibt, wie es genau beschrieben ist in M 66 und M 102 sowie in A IX 31 und 42.

Beide Wahrnehmungsweisen: sowohl das Begegnungsleben, die natürliche Erlebensweise in der gesamten Sinnen-suchtwelt, wie auch das Entrückungsleben bestehen aus den fünf Zusammenhäufungen und bestehen durch die fünf Zusammenhäufungen. Diese nehmen aber mit zunehmender Vertiefung immer mehr ab, werden zarter und dünner und gelangen zuletzt zur Auflösung (M 149).

Durch diese fortschreitende Vertiefung des *samādhi*, des Herzensfriedens, der Ruhe, *samathā*, nimmt auch der Klarblick immer mehr zu, bis er jene Tiefe gewonnen hat, die der Erwachte dem „Eilboten“ zuspricht.

Die Hauptbeschäftigung der zu dieser inneren Ruhe gewachsenen Menschen besteht darin, dass sie bei sich selbst Aufgang und Untergang der fünf Zusammenhäufungen beobachten und verfolgen. Von dieser Beobachtung sagt der Erwachte immer wieder, dass sie zum *Nirvāna* führt. Darum ist es ihre liebste und zugleich beglückende Beschäftigung, weil sie an sich erfahren, dass sie, wenn sie Beobachter dieser geistig-seelischen Vorgänge sind, dann nicht mehr deren Gefangener sind, dass sie darüber stehen und sie beherrschen. Darum heißt es:

*Je mehr und mehr er bei sich merkt (sammāsati),  
wie die Zusammenhäufungen  
im Wechsel nur entstehn, vergehn,  
wird er erhellt und heilsentzückt,*



*da er das Todlose erfährt. (Dh 374)*

...*da er das Todlose erfährt (amatam tam vijānatam)*. - Dieser Vers sagt mit anderen Worten, dass das Eilbotenpaar seine Botschaft, das *Nirvāna*, das Todlose, bei dem Herrn der Festung, der programmierten Wohlerfahrungssuche, niederlegt.

Der „Herr der Festung“, der Bewegter des Körpers, die programmierte Wohlsuche des Geistes, ist bei einem bis zu der hier beschriebenen Entwicklung geläuterten Menschen nicht mehr in alter Weise auf die sinnliche Wahrnehmung aus. Sie unterscheidet zwar nach wie vor zwischen dem Wohltuenden und dem Schmerzlichen und strebt das Wohltuende an. Aber inzwischen ist immer mehr höheres Wohl als das sinnliche erfahren worden, und darum ist sie nun darauf aus.

In M 138 wird näher beschrieben, wie bei einem Menschen, der die Seligkeit der Entrückungen bei sich erfährt, die bisher auf die sinnliche Wahrnehmung gerichteten Programme umprogrammiert werden zur Erfahrung der herzunmittelbaren Seligkeit der Entrückungen.

Ein so beschaffener Mensch weilt entweder in den seligen Entrückungen oder erfährt das Begegnungsleben in einer stillen klaren Weise. Sein Herz wird von den Sinneseindrücken kaum noch bewegt. Während der gewöhnliche Mensch bei den aufspringenden Gefühlen und Wahrnehmungen seine Aufmerksamkeit auf die betreffenden wohltuenden und schmerzlichen Gegenstände und Vorgänge richtet und diese zu erlangen oder abzuwehren trachtet, so hat ein solcher, von allen Gemütswallungen frei, die Möglichkeit, das Aufsteigen jener Formen und Gefühle und Wahrnehmungen zu beobachten. Seine Aktivität jagt diesen nicht nach, sondern besteht in deren Beobachtung und Durchschauung. Diese Betrachtung ist seine Gewohnheit geworden.

Wo dieses Stadium nun erreicht ist, wo das Heran- und wieder Fortrieseln der fünf Zusammenhäufungen als unzulänglich, haltlos und schmerzlich durchschaut wird, da geschieht immer öfter jener Einbruch des „Todlosen“. So wie die

Durchschauung von Rinde und Grünholz als untauglich auf die Dauer zu deren Entfernung führt und wie deren Entfernung erst zum Offenbarwerden des Kernholzes führt, so auch offenbart sich dem, der in Augenblicken tiefster Ruhe auch am klarsten das seelenlose Auf- und Absteigen der fünf Zusammenhäufungen betrachtet, immer wieder mit einer blitzartigen Plötzlichkeit „unterhalb“ der verworfenen fünf Zusammenhäufungen - das Unzusammengesetzte, das Ungewordene, das Todlose, das *Nirvāna*.

Dieser Klarblick ist eine stille überweltliche Invasion, ist der schweigende Einbruch der weltlosen todlosen Wirklichkeit und Klarheit. - Dieser Klarblick zeigt nicht einen Ausweg aus dem Weltgefängnis, denn daraus gibt es keinen Ausweg; der Samsāra ist ein geschlossenes Labyrinth ohne Ausgang.

Der Klarblick bewirkt etwas anderes: Er bewirkt, dass für die blitzaugenblickliche Zeit seiner Anwesenheit dieses ganze Gefängnis, dieses aus den fünf Zusammenhäufungen gebildete -eingebildete - unermessliche Samsāralabyrinth - nicht „da“ ist, eliminiert ist, nie gewesen ist. Für diesen Augenblick, in diesem Klarblick ist „das Tor zum *Nirvāna* einen Spalt breit geöffnet“ gewesen, ist das Todlose, das Unzerstörbare, die einzige Sicherheit in dieser Wildnis, für einen Augenblick erfahren worden - das Kernholz.

Der Erwachte sagt: *Im Anblick des Todlosen tauchen alle Dinge unter. (A X,58)* Dass im Anblick des Todlosen alle Dinge, alle Erscheinungen, die immer nur vorüberrieselnden, haltlosen, untergetaucht sind, wie nicht vorhanden sind, das hat ein so Übender erfahren. Diese Erfahrung hat ihm die Erhabenheit dieses weltüberlegenen Klarblicks zum einzig lohnenden Ziel, zum Ziel aller Ziele werden lassen.

Diese Erfahrung ist in den Geist gelangt, in den Geist, der früher erfüllt war von ungezählten Programmen der Wohlsuche in der äußeren Welt, der durch die Entdeckung der Entrückungen von all jenen Weltprogrammen entleert wurde, um die selige Ruhe der Entrückungen zu erfahren. Dieser Übergang hat die programmierte Wohlerfahrungssuche fast schon zur

Ruhe gebracht. Aus den ungezählten Erfahrungsakten der fünf Sinnesdränge wurden die wenigen zählbaren, die zum Weilen in den Entrückungen führen.

Aber gegenüber dem nun erfahrenen Todlosen werden die ersten Grade der Entrückungen so grob empfunden wie früher gegenüber den ersten Entrückungserfahrungen die gesamte sinnliche Wahrnehmung empfunden wurde.

Und so wie die programmierte Wohlerfahrungssuche nach der Erfahrung der Entrückungen ganz auf diese eingestellt wurde und beruhigt wurde bis fast zum Stillstand, so wird die programmierte Wohlerfahrungssuche, der Herr der Festung, nun auf die höchste aller Erfahrungen, auf die Erfahrung des Todlosen, umgestellt.

Die Erfahrung des Todlosen geschieht durch endgültige Ausrodung aller Erfahrung - das ist die Wirkung davon, dass das Eilbotenpaar seine Botschaft, das *Nirvāna*, bei dem Herrn der Festung niederlegt.

Das Eilbotenpaar, heißt es, geht auf demselben Weg, wie es gekommen, fort. - Die Erfahrung des Todlosen im hellen Klarblick muss öfter und öfter geschehen, das Eilbotenpaar muss öfter kommen, die Botschaft wird immer wieder entgegengenommen, das Todlose wird gesehen, die Freiheit von den fünf Zusammenhäufungen wird immer wieder geschmeckt, und die Erinnerung daran wirkt nun: Bei allen Eindrücken der Sinne und bei allen übersinnlichen Erfahrungen gibt diese Freiheitserfahrung ihren Kommentar: „Rinde ist das, Grünholz ist das, nicht das Kernholz, das ich kennengelernt habe, nicht das Heil.“ So wird die programmierte Wohlerfahrungssuche vom letzten Erfahren des Wandelbaren entwöhnt. Und so wie das Kernholz des Baumes übrig bleibt, wenn man Rinde und Grünholz entfernt, so bleibt das Todlose, das *Nirvāna*, übrig, nachdem die Wohlerfahrungssuche nichts mehr erfährt, nachdem sie ausgerodet ist.

GLEICHNISSE FÜR DIE FÜNF  
ZUSAMMENHÄUFUNGEN  
DIE REDE VOM SCHAUMBALL  
„Gruppierte Sammlung“ (S 22,95)

1. Form als Schaumgebilde

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene in Ayojjhāya, am Ufer des Ganges. Dort wandte sich der Erhabene an die Mönche: Ihr Mönche! – Ja, Herr –, antworteten jene Mönche dem Erhabenen. Der Erhabene sprach:*

*Gleichwie etwa, ihr Mönche, der Gangesstrom ein großes Schaumgebilde dahinschwemmte, und ein scharfsichtiger Mann sähe es, betrachtete es und ginge ihm auf den Grund. Indem er es sieht, betrachtet und ihm auf den Grund geht, erscheint es ihm leer, hohl und ohne Kern. Wie könnte denn, ihr Mönche, in einem Schaumgebilde ein Kern sein?*

*Ebenso nun auch, ihr Mönche, was es auch immer an Form gibt, vergangene, zukünftige oder gegenwärtige, zu sich gezählte oder als außen erfahrene, grobe oder feine, gemeine oder edle, ferne oder nahe, diese sieht der Mönch und betrachtet sie und geht ihr auf den Grund. Indem er sie sieht und betrachtet und ihr auf den Grund geht, erscheint sie ihm leer, hohl und ohne Kern. Wie könnte denn, ihr Mönche, in einer Form ein Kern sein?*

Unter „Form“ im Sinn der Lehre wird alles das verstanden, was durch die fünf Sinnensüchte erscheint: was mit dem Luger gesehen, mit dem Lauscher gehört wird, was gerochen, geschmeckt und getastet wird, also alles, was durch die fünf Sinnesdränge im Körper, der ebenfalls „Form“ ist, an Sichtbarem, an Tönen, Düften usw. erfahren werden kann. Das zu-

sammen ist das, wovon der Erwachte sagt, dass es als Festigkeit, Flüssigkeit, Temperatur und Luftigkeit erfahren wird und was wir im Westen als „Materie“ bezeichnen.

Diese Form wird hier mit Schaum, mit Gischt verglichen, der nur in wild bewegtem Wasser entsteht. Ein Mensch steht am Ufer des Ganges und betrachtet gründlich die Schaumgebilde auf den Wogen. Er schaut nicht nur oberflächlich auf das Wasser, und er ist nicht mit den Gedanken bei anderen Dingen, er hat auch nicht die ganze Wasserfläche im Blick, sondern er hat einen Schaumball auf einer Woge gesehen und hat seine Aufmerksamkeit darauf gerichtet. Dieser Schaumball erscheint als ein substanzhaftes Gebilde, so wie uns jede Form erscheint, aber bei gründlicher Untersuchung ist zu erkennen, wie dieser Schaumball aus einzelnen hohlen, leeren Wasserbläschen besteht, die eines nach dem anderen platzen - bis der Betrachter nur noch Wasser sieht. Dann ist das Schaumgebilde restlos verschwunden, hat keinerlei Spuren hinterlassen; nichts Festes, Greifbares, Substanzhaftes ist übrig geblieben. Aber schon treibt der Strom eine neue Woge heran mit neuen Schaumkronen, die ebenso Substanzhaftes vortäuschen, obwohl sie nur „aufgeblähtes Wasser“ sind, aber ebenso zerplatzen, sich in Nichts auflösen. So wie lauter aufgeblasene, mit Luft gefüllte, alle Augenblicke platzende Gischtbläschen auf dem Wasser, so ist alle Form zu betrachten: der zu sich gezählte Körper, die Körper der „anderen“ und die Objekte der „Welt“. Wasser gilt in der Lehre und überhaupt im alten Indien meist als Gleichnis für die Psyche, das Herz.

Nur aus strömendem, bewegtem Wasser kann Schaum entstehen, aus ganz stillem Wasser kann kein Schaum entstehen. So kann auch nur aus bewegtem Gemüt Form eingebildet und erfahren, erlebt werden. Je wilder es sich bewegt, je reißender es - seinem Gefälle folgend - dahinströmt, um so mehr wird Wechsel und Veränderung der Form erfahren, in um so härteren und dichteren und gröberen Beschaffenheiten auch prallen Ich- und Umweltsformen aufeinander in spannungsvoller, streithafter Begegnung. Je zarter und sanfter das

Wasser sich bewegt, in um so feineren, weniger dichten, strahlenderen Beschaffenheiten erscheint die Form, und um so länger scheint die Form anzuhalten, und zugleich erscheint sie um so müheloser umgestaltbar. Nichtform, Formfreiheit, aber gibt es nur, wo die Tendenzen schweigen, stillstehen, nicht strömen. Entweder sie sind völlig aufgelöst wie beim Geheilten, oder sie sind in die Latenz zurückgetreten wie bei den Wesen der formfreien Welt (*arūpaloka*), der feinsten der drei Daseinserfahrungen. In jenem Zustand ist kein Strömen, kein inneres Wogen, darum erscheint so lange auch keine Form.

Der Körper, der als Form erfahren wird, erweckt wie das Schaumgebilde den Eindruck von etwas Festem, Beständigem, aber bei gründlichem Hinschauen und Untersuchen erkennt man: der Körper besteht nicht, er ist in ununterbrochenem Werden. Es kommt Nahrung herein und fließt ab. Luft wird eingesogen, strömt einen Augenblick hindurch und wird wieder ausgestoßen. Flüssiges und Festes wird aufgenommen, strömt unter mancherlei Veränderung hindurch und wird ausgeschieden. Wärme wird durch Umwandlung der Nahrung erzeugt und nach außen abgegeben. Der Mensch isst ständig Körper, verwandelt ständig Körper und scheidet ständig Körper aus. Die vermeintliche „Materie“ wechselt ununterbrochen, ist in ständigem Entstehen und Vergehen. Festes, Flüssiges, Wärme und Luftiges erwecken durch die organische Struktur den Eindruck eines bestehenden Körpers, sind aber, gründlich jedes für sich betrachtet, nichts anderes als eine schillernde Struktur platzender Schaumblasen, die, kaum entstanden, schon wieder vergehen.

Welche Form man auch betrachtet, sie ist im Entstehen und Vergehen. Immer verändert sie sich im Kleinen und im Großen. Es gibt Mikroskope mit gewaltiger Vergrößerung - auch diese offenbaren nur die Wandlungen der Körperzellen und ihrer Unterstrukturen, zeigen das Platzen der Bläschen schon in kleinsten Stadien. Es gibt Teleskope, mit denen wir die kleinsten Sterne und die gewaltigsten Sterne und Galaxien und Galaxienhaufen in geradezu unermesslichen Fernen erfassen,

und wir erkennen auch bei diesen, ob sie „jung“ sind oder „alt“ sind - erkennen gerade darin, dass sie „jung“ oder „alt“ sind, - dass auch sie im Entstehen und Vergehen sind.

Was jetzt Körper ist, war gestern Nahrung, waren vorgestern Früchte und Pflanzen oder Tierleiber, war davor Erde und war davor verwesene Körper oder Kot und war davor noch nicht verwesene Körper, noch nicht Kot, war ein Körper und war davor Nahrung auf dem Teller und war davor Pflanze, Frucht oder Tierleib und war davor Erde: ein ständiger Kreislauf: Erde - Pflanze - Nahrung - Körper - Kot - Verwesung - Erde ... Vom Menschenstandpunkt aus wird Nahrung positiv angesehen, denn sie hält Menschenkörper aufrecht. Von der Erde aus dagegen wird Kot und Verwesung positiv angesehen, denn alles, was von Körpern ausgeschieden wird, und die Körper selbst werden ja wieder Erde, halten Erdenart aufrecht.

Wenn man dies betrachtet, kommt der erste Riss in die Identifikation zwischen dem, was man gewohnheitsmäßig als „sich selber“ empfindet, und dem Körper. Der Körper wird unmerklich gegenübergestellt, eine leise Befremdung tritt ein. Man merkt, dass man ohne ihn leben kann, man hat eine Betrachtung gehabt, in der der Körper nicht der Ichpunkt war, sondern ein Gegenstand der Betrachtung. Man sah, dass der Körper nicht zwei Augenblicke derselbe ist: von Mahlzeit zu Mahlzeit, von Atemzug zu Atemzug ist immer nur der Anschein von „Materie“ in Bewegung. Was jetzt als Körper zum Ich gerechnet wird, das ist zu einer Zeit eine Form, „Nahrung“, die Entzücken auslöst, ist aber zu wieder einer anderen Zeit eine Form, „Kot“, die Ekel auslöst. Für die klare, nüchterne Beobachtung ist es immer dasselbe, für das Gefühl ist es nie dasselbe.

Das Vergehen fällt uns nicht auf, solange der Körper immer wieder neu von „anderem“ Festem, Flüssigem, Temperatur und Luftigem als Nahrung gespeist wird - ebenso wenig wie beim Ganges das Vergehen auffällt, solange immer neue Wogen mit neuem Schaum heranrollen. Sobald aber diese Nahrung auch nur kurz unterbrochen wird - bei Krankheit und

Tod des Körpers - wird jedem Menschen die Kernlosigkeit, die Substanzlosigkeit der Form, der sogenannten Materie, deutlich, die in Wirklichkeit jeden Augenblick zu beobachten ist: Denn wie könnte auch in der Form ein Kern sein? Es ist nichts an der Form, das selber „eigenständig“, festgegründet bestünde, das - selber beständig - von Unbeständigem umrieselt würde. „Kern“ bedeutet ja Haltbares, Zuverlässiges, Beständiges, auf das man sich stützen, von dem man ausgehen kann. In vielen Lehrreden wird geschildert, wie ein Mensch festes, haltbares Kernholz sucht, um daraus etwas zu bauen, und darum Rinde und Grünholz verwirft, nicht brauchen kann. Kernholz war in Indien das Symbol des Haltbaren, des Edlen, so wie wir sagen: „Das ist reiner, haltbarer, verlässlicher Granit.“

Der Mensch stützt sich, verlässt sich auf den „eigenen“ Körper und rechnet mit den Körpern und Gegenständen seiner Umgebung: „Das ist meine Frau, mein Kind, meine Wohnung.“ Die Vorstellung „ist“ suggeriert schon Beständigkeit. Entsprechend erschrickt der Mensch bei Veränderung, Krankheit, Tod und Vernichtung, weil sich dann die schaumartige Wandelbarkeit offenbart: ein ständiges Entstehen und Vergehen und Verschleiß der Materie. Diese Entwicklungen geschehen nicht etwa mit unserem Willen oder gar aus unserem Willen, sondern geschehen ohne, ja meist gegen unseren Willen und gegen unsere Wünsche. Und das ist es, was der Erwachte als Nicht-Ich (an-atta) auffasst. Wir können den Körper nicht so machen und haben, wie wir wollen; insofern ist er fremd, „nicht ich“. Ebenso können wir die „Außenform“, die Welt, nicht so haben, wie wir wollen: Sie gehört uns nicht, ist nicht unser Eigentum, ist „fremd“.

Der Erwachte sagt, dass sich der Mensch an die Form anklammere, wie ein in der Strömung Treibender sich haltsuchend mit aller Hoffnung am Uferschilf anklammere. Aber das Schilf bietet keinen Halt, es reißt ab. Ganz ebenso hält keine Form auf die Dauer, was der oberflächliche Blick sich von ihr verspricht, und der Mensch erfährt durch seine Gewöhnung an



die Vorstellung von „Materie“ als etwas Festem, Zuverlässigem immer wieder Not und Untergang. Aber er hält an dieser Gewöhnung fest, obwohl selbst innerhalb der Sinnenwelt gerade diejenigen, die ausgezogen sind, der Materie auf den Grund zu gehen, sie heute während der Stunden ihres Forschens selber längst nicht mehr als etwas Festes ansehen, sondern als „Erscheinungsform von Energie“.

Wer die Form so beobachtet und durchschaut, der weiß: Wenn ich mich auf Formen stütze, dann liefere ich mich dem Untergang aus, denn ich kann die Formen nicht festhalten. Wenn der Anblick des eigenen Körpers - nicht in theoretischem Erwägen, sondern in gründlicher Beobachtung - gut gelingt, dann besteht während der Zeit eines solchen Betrachtens nicht mehr die Vorstellung vom „eigenen Körper“. Zu der Zeit ist der Betrachter vom Körper losgelöst. Durch das Betrachten wird das, was man als das Ich, als den Betrachter empfindet, dem Objekt gegenübergestellt, so wie der Mann, am Ufer stehend, getrennt ist von den Schaumgebilden auf dem Wasser und sie nur unbeeinflusst aufmerksam und gründlich beobachtet. Der Beobachter tritt zurück von den als haltlos, als unzulänglich erkannten, in ständigem Entstehen/Vergehen begriffenen rieselnden Formen. Er distanziiert sich innerlich von ihnen und empfindet ein gewisses Befremden darüber, dass er sich so lange Zeiten mit dieser seinem Einfluss so völlig unzugänglichen, nach ihrem Gesetz sich wandelnden, schaumblasenhaften sogenannten „Materie“ identifiziert hat.

Indem der Beobachter auf diese Weise von dem Beobachteten zurücktritt, merkt er, dass er nichts verloren, sondern mehr Sicherheit gewonnen hat, dass er nicht in ein Nichts tritt, dass nicht etwa nichts übrig bleibt, sondern dass er sich im Gegenteil nur von Unbeständigem zurückgezogen hat, dass er jetzt überhaupt erst das Gebiet zu betreten beginnt, wo keine Verletzbarkeit ist. Von den Wandlungen der Form ist er im Augenblick nicht mehr getroffen. Von den Tendenzen her lebt er zwar noch mit der Form, hat er noch ein „Gefälle“ zur

Form. Wenn ihm zu anderen Zeiten der Körper bedroht würde, so wäre er wieder erschrocken. Im Geist aber ist das Wissen von der Unbeständigkeit und Kernlosigkeit der Form, und dieses Wissen zeigt dem Beobachter immer wieder, dass die Gewöhnung, sich an die Form zu klammern, ans Elend, an die Ungeborgenheit bindet.

In M 137 heißt es: *Wer die Unbeständigkeit sieht, wird freudig bewegt.* Er merkt: „Ich bin auf dem richtigen Weg, auf festem Boden, meine Unabhängigkeit und Unverletzbarkeit wächst.“ Dadurch wird er freudig bewegt.

Bei häufiger geistiger Loslösung von der Form wird dieses freudige Gefühl selbstverständlicher, und das nennt man inneren Gleichmut, der gelassen dem Rieseln der Formen zusieht mit dem sicheren Gedanken und dem erleichterten Gefühl: „Nicht ich bin es, der entsteht und vergeht.“

Der Erwachte sagt, dass so alle Form, „*vergangene, zukünftige und gegenwärtige*“ Form, zu betrachten sei. Es gibt keine Körperart, die ich in der endlosen Folge der Weltzeitalter im Samsāra nicht schon einmal gehabt hätte: von brahmischen Formen bis hinab zu höllischen Formen über die Körper aller Geister, Gespenster, Tiere, primitiver Gottheiten und höherer Gottheiten, alle Arten von Menschenkörpern, von den wohlgebautesten, kraftvollsten bis zu den elendesten Missbildungen. Ununterbrochen sind aus Wahn (*avijjā*) Körper angelegt und abgelegt worden, Schaumbälle gebildet und wieder zu Wasser geworden. Und auch in diesem ihm derzeit bewussten Leben betrachtet der Übende „seine“ vergangenen Formen des Säuglings, des Kleinkinds, des jungen Menschen, die gegenwärtige Form des Erwachsenen und die zukünftige Form des Greises - jede von ihnen eine andere und keine auch nur einen Augenblick gleich - Rieseln... Alle diese wechselnden Bilder sieht der unbelehrte gewöhnliche Mensch als „ich“, als „mein“ an. Der Betrachter aber distanziert sich von ihnen in der Betrachtung, sieht sie als aus Nahrung gebildete, auf dem Nahrungsstrom aufgetriebene und dahintreibende platzende leere Schaumbälle, die nicht zu ihm gehören.

*Zu sich gezählte und als außen erfahrene Form* ist zu betrachten: Nicht nur der Körper, den er bislang - und aus alter Gewöhnung auch jetzt noch - als „eigen“ empfand, betrachtet er auf diese Weise, sondern er sieht auch die Körper der „anderen“, auch die seiner Nächsten, als ständig rieselnden Fluss. Die Körper sind Namen für Stadien dauernden „Materie“-flusses - Nahrungsflusses. Wenn der Mensch seine Lieben mit deren Körper identifizierte, dann müsste er nun beim Gedanken an den Stoffwechsel denken: „Meine Lieben entstehen und vergehen dauernd“, und in dem Maß der Identifikation wird er auch über deren Vergehen entsetzt. Darum betrachtet der belehrte Mensch auch die Körper der anderen, der ihm Lieben, um inneren Abstand von den Wandlungen „ihrer“ Körper zu gewinnen.

Und noch zwei weitere Gesichtspunkte bei der Form nennt der Erwachte: Zuerst empfiehlt der Erwachte, wie eben beschrieben, vergangene, zukünftige, gegenwärtige Form auf ihre Unbeständigkeit hin zu untersuchen, dann die Unbeständigkeit zu sich gezählter und als außen erfahrener Form zu betrachten. Dann, sagt der Erwachte, sollen *die groben und die feinen Formen* betrachtet werden, also die Formen größerer und geringerer Dichte, die massereicheren und die mit weniger Masse. Die Begriffe sagen hier im Westen nicht viel. Aber im Mittelalter wusste man auch hier noch von guten und bösen Geistern, Dämonen und Engeln, und ebenso spricht der Erwachte von einer unübersehbaren Vielzahl und Vielartigkeit jenseitiger Wesen, sowohl übermenschlicher wie untermenschlicher. Deren Körper sind für unsere Begriffe „fein“, d.h. wir können sie mit unseren groben Sinnen nicht wahrnehmen. Doch so wie sie dem mittelalterlichen Menschen weit mehr gegenwärtig waren und wie er weit mehr mit ihnen rechnete, so galt es auch in Indien und gilt es heute noch. Wenn wir die Berichte in der Bibel lesen, erkennen wir immer, dass die Menschen, wenn ihnen solche Engel oder Dämonen erschienen, tief erstaunt und gar erschüttert waren, weil eben im Westen angenommen wurde, dass alle jenseitigen Wesen ewig

lebten. Der Erwachte entlarvt die Naivität dieser Vorstellung, indem er sagt und erklärt, dass Formen aller Art in ständig sich veränderndem Fluss sind, auch die für unsere groben Sinne „feinen“ der guten wie der bösen Geistwesen.

Ferner empfiehlt der Erwachte, *gemeine und edle Formen* zu betrachten. Ob die Körper die hohe Spiritualität ihrer Bewohner spiegeln oder deren abgrundtiefe Gemeinheit - sie befinden sich in dauerndem Wechsel. Der Leib des Buddha mit den zweiunddreißig Merkmalen eines höchsten Wesens in menschlicher Form (D 30) war ebenso den dauernden Wandlungen unterworfen und ist untergegangen wie die Leiber der verdorbensten Wesen. Auch die höchste Moral kann nichts daran ändern, dass Form ein dauerndes Rieseln ist, dem nicht nur die vom Gemeinen gewirkten Formen, sondern auch die reine Form eines Brahma unterliegt.

*Nahe oder ferne Formen:* Auch unter diesem Gesichtspunkt empfiehlt der Erwachte die Form zu betrachten. Wem an der vollkommenen Durchschauung des Wesens der Form als solcher gelegen ist, weil er versteht, dass er dadurch zu einer erheblich größeren Unverletzbarkeit erwächst, der wird diese Winke dessen, der die größte und höchste Erfahrung im Erwerb der vollkommenen Unverletzbarkeit gewonnen hat, nicht überhören und wird jede Gelegenheit benutzen, um die gewöhnte und eingepflanzte Formgläubigkeit und Beständigkeitsgläubigkeit mehr und mehr aufzulockern, zu entflechten, um damit immer freier oberhalb der Formerscheinung zu stehen. Es können oft die kleinsten Dinge in unserer nächsten Umgebung sein, z.B. der Ring an unserem Finger, oder die fernsten Gestirne, die uns nachts leuchten, bei deren gründlicher Betrachtung und Durchschauung wir geradezu erfahren können, wie sich das uns rings umfangende Gefängnis der Formen verdünnt, die Gitterstäbe brüchiger werden und wir eine Ahnung bekommen von der Freiheit von Form.

Durch diese umfassende Betrachtung der Form wird jegliche Form in ihrem wahren Wert als leer, hohl und nichtig erkannt. Dadurch gewinnt der Betrachter Abstand von ihr, wie

der scharfschende Mann am Ufer des Ganges gelassen die Schaumbälle auf einen Kern hin untersucht und sie als kernlos, unzuverlässig, unbrauchbar erkennt und deshalb von ihrem Aufschäumen, ihrem Formenspiel und Zerplatzen nicht berührt wird, den Einzelheiten des Formenspiels nicht mehr nachgeht, unbewegt, gleichmütig in heller Sicherheit bleibt.

## 2. Gefühl als Blasen auf dem Wasser

*Gleichwie etwa, ihr Mönche, während der Herbstregen im Wasser eine Blase entsteht und vergeht, und ein scharfsichtiger Mann sähe sie, betrachtete sie und ginge ihr auf den Grund. Indem er sie sieht, betrachtet und ihr auf den Grund geht, erscheint sie ihm leer, hohl und ohne Kern. Wie könnte denn, ihr Mönche, in einer Blase ein Kern sein?*

*Ebenso nun auch, ihr Mönche, was es auch immer an Gefühl gibt, vergangenes, zukünftiges oder gegenwärtiges, inneres oder äußeres, starkes oder schwaches, gemeines oder edles, fernes oder nahes, das sieht der Mönch und betrachtet es und geht ihm auf den Grund. Indem er es sieht und betrachtet und ihm auf den Grund geht, erscheint es ihm leer, hohl und ohne Kern. Wie könnte denn, ihr Mönche, in einem Gefühl ein Kern sein?*

Wenn der Regen in dicken, schweren Tropfen herunterprasselt und auf Wasserflächen aufprallt, dann entstehen bekanntlich Gegenspritzer. Bei genauerem Hinsehen erkennt man, dass sie Blasen bilden, wie es in der Lehrrede heißt. Dieses Auffahren des Wassers zu einer sich aufblähenden und spritzend zerplatzenen Blase auf der Wasserfläche nach dem Einschlag eines Regentropfens nimmt der Erwachte als Gleichnis für jedes der vielen Gefühle. So schnell wie sie entstehen, vergehen sie auch schon wieder, denn die nachfolgend aufprallenden Trop-

fen zerstören die entstandenen Blasen und rufen neue hervor. Ebenso ist es mit den Gefühlen. Sie entstehen bei den verschiedenartigsten Sinneseindrücken als Resonanz der Tendenzen auf die Berührungen durch die sinnlich wahrgenommenen oder vorgestellten, erinnerten Formen, Töne, Düfte usw. und werden durch immer wieder neue Gefühle, die aus neuen Berührungen hervorgehen, abgelöst oder unterbrochen.

Der Wollenskörper besteht aus verschiedenartigen, mehr oder weniger starken, auf bestimmte Erlebnisse gerichteten Tendenzen. Der eine Mensch mag z.B. dieses lieber essen, der andere jenes. Dem einen widersteht der eine Geschmack, dem anderen jener. Wenn von den Trieben der Zunge (dem Schmecker) bestimmte Speisen erfahren werden, welche den Trieben entsprechen, so reagieren diese mit einem mehr oder weniger starken Wohlgefühl. Dieses mehr oder weniger starke Wohlgefühl bewirkt ein mehr oder weniger starkes Merken, Bemerken, Aufmerksamwerden auf jenes Wohl und auf die Ursache des Wohls: Das ist die Wahrnehmung. So sind Gefühl und Wahrnehmung durch die Triebe bedingt. Je stärker das Gefühl ist, gleichviel ob Wohlgefühl oder Wehgefühl, um so stärker wird die Aufmerksamkeit auf das Gefühl und auf den das Gefühl auslösenden Gegenstand der Erfahrung gerichtet, um so stärker wird der betreffende Gegenstand, der betreffende Vorgang bemerkt, d.h. wahrgenommen.

Durch die Kette der ununterbrochen stattfindenden Berührungen und Erfahrungen der Tendenzen kommen ununterbrochen Gefühle aller Art auf: Wohlgefühle oder Wehgefühle oder gemischte Gefühle, stärkere oder schwächere Gefühle. Hört die Berührung auf, so hört das dadurch bedingte Gefühl auf - hört der Regen auf, auf das Wasser zu klatschen, so bilden sich keine Blasen mehr. Das Wasser schlechthin kann auch hier als Gleichnis für die Psyche, das Herz, die Gesamtheit der Triebe, gelten: das Wasser auf der Erde als Gleichnis für die in den Sinnesorganen wohnenden Tendenzen, den Wollenskörper, und das Wasser, das als Regentropfen herabprasselt – und dereinst aus dem Wasser aufgestiegen war – als

Gleichnis für die fixierten Ideen, für die Bilder, die der Maler Herz gemalt hat.

So wie die Blase nicht eigenständig ist, gar nichts an sich ist, sondern ein Produkt des Aufeinandertreffens - der Berührung - von Wasser von oben (Regen) und Wasser auf der Erde (Ströme, Pfützen), so besteht auch das Gefühl nicht eigenständig, nicht an sich, sondern durch Bedingungen, durch das Zusammentreffen von Zu sich Gezähltem und als außen Erfahrenem. Für die Dauer der Bedingungen ist Gefühl, hören die Bedingungen auf, ist Gefühl nicht da. Da aber in jedem Augenblick durch neue Berührungen neue Gefühle entstehen, so ist eben immer Gefühl, und darum fasst man es als zu einem lebendigen Ich gehörig, als etwas selbstständig Bestehendes auf. Aber Gefühl ist nichts Selbstständiges, sondern nur eine Resonanz der Tendenzen. Schon diese Tatsache, dass Gefühl eine Resonanz ist, lässt erkennen, dass wir nicht über es verfügen können, dass wir auch darin nicht souverän sind. Also hat auch das Gefühl - das was die meisten Menschen als „Kern des Ich“ ansehen - nichts mit einem „Ich“ zu tun. Das ständig wechselnde Gefühl ist ohne Kern und Halt, das heißt, es gibt nichts Bleibendes und nichts Individuelles, Unteilbares am Gefühl - es gibt gar nicht „das Gefühl“, das „sich“ ändert, sondern nur ständigen Wechsel, ständiges Rieseln immer neuer, durch immer neue Berührungen bedingter, zusammengesetzter Gefühle: Spritzer auf Spritzer folgt, Blase auf Blase bläht sich und platzt.

Weil wir in den Gefühlen schwimmen, merken wir nicht ihr Rieseln, nehmen sie als etwas vermeintlich Durchgehendes - „das Gefühl“ - wie der faszinierte Kinobesucher die projizierten tausend Einzelbilder des Filmstreifens als etwas Durchgehendes nimmt. Dieses nur vermeintlich Durchgängige nehmen wir für „das Leben“. Die Qualität unserer Gefühle bestimmt die Qualität der Existenz. Die Gefühle sind es, die den einzelnen Erlebnissen und damit unserem ganzen Leben jeweils Stimmung und Klang verleihen, durch deren Vielfalt und Wechsel unsere Erlebnisse für unseren kranken Ge-

schmack überhaupt erst „lebendig“ werden, uns ansprechen, uns engagieren, so dass wir sie im Gefühl erst als unser Erleben nehmen.

Diese Tatsache benutzen Literatur, Dichtung und andere Künste, um Gefühle zu erzeugen und zu „kultivieren“, um Gefühle der Leidenschaft, der Spannung oder der Wehmut, des Mitempfindens, der Daseinsfreude usw. zu vertiefen, zu pflegen und zu mehren. Wenn die Künste uns ansprechen, d.h. unsere Tendenzen berühren, dann ist uns das von ihnen Ausgesagte wie eigen Erlebtes, Empfundenes. Insofern ist das durch die Tendenzen hervorgerufene Gefühl Stimmung und Klang unseres Lebens: Immer sind es Gefühle, durch bestimmte Bedingungen entstandene Gefühle, auf Grund derer wir uns wohl oder wehe, glücklich oder schmerzlich fühlen.

Indem wir die vielen Gefühle als etwas Durchgängiges ansehen, als „das“ Gefühl - uns mit „dem“ Gefühl identifizieren: „Ich bin so glücklich, ich bin so traurig“ -, sind wir dem Wechsel von Wohl und Wehe unterworfen, sind abhängig von den Gefühlen und ihren Bedingungen. Wir suchen etwas Festes, Haltbares, an das wir uns halten können: unwandelbare Liebe des Nächsten, ständige Anerkennung, dauernden Erfolg, Lebensglück und Freude, aber da schon die Bedingungen für unsere Gefühle, unsere Tendenzen, Wünsche und Neigungen, sich in jedem Augenblick etwas ändern entsprechend den inneren und äußeren Einflüssen, wie erst wechselt und wandelt sich das Gefühl. Und nur selten haben wir so gut gewirkt, dass auch nur für kurze Zeit einzig das den Tendenzen Entsprechende uns berührt und Wohlgefühl auslöst.

Trotzdem sind und bleiben wir abhängig von den Gefühlen, und zwar solange Tendenzen uns treiben; Gefühle sind ja nichts anderes als die Sprache der Tendenzen. Wir können uns nicht vornehmen: „Lass ab von den Gefühlen.“ Aber wir können die Gefühle als etwas Unzulängliches, Kernloses, als substanzlose Blase durchschauen, ihrem Wechsel und dem Wechsel ihrer Bedingungen zusehen. Dadurch sind wir für den Augenblick der Betrachtung von den normalen weltlichen



Gefühlen distanziert und empfinden durch dieses Loslassen der normalen Gefühle ein Gefühl der Entlastung, ein Gefühl der Freiheit, das edler und größer und unabhängiger ist als diejenigen Gefühle, die durch die Berührung der sinnlichen Tendenzen entstehen. *Wer die Unbeständigkeit der Gefühle betrachtet, empfindet ein großes inneres Glück*, sagt der Erwachte (vgl. M 137). Dieses innere Glück kann der Mensch in sich selber erzeugen; damit ist er nicht mehr abhängig von äußeren Bedingungen. Darum wird dieses als das höhere Gefühl bezeichnet, das, häufig erzeugt und gepflegt, den Menschen so erfüllt und sättigt, dass er dagegen niedere sinnliche Wohlgefühle als Belästigung und Störung empfindet. Der Erwachte sagt von dem Weg, den er selber bis zur Erwachung gegangen war: *Um höheren Wohles willen mocht' ich niederes Wohl lassen. (M 75)*

Darum empfiehlt der Erwachte die Betrachtung der Substanzlosigkeit, Kernlosigkeit und Unzuverlässigkeit vergangener und ebenso auch der zukünftigen Gefühle. Wie verstrickt sich der Mensch oft in der Erinnerung an vergangenes Gefühl: „Dort fühlte ich mich so wohl. Ach, wie war das damals schön“ oder „Was habe ich dort Schreckliches erlebt“ oder in der Vorfreude oder in der Erwartung schmerzlicher Gefühle. Der Erwachte sagt (S 35,207):

*„Wenn der unerfahrene gewöhnliche Mensch auch noch Gedanken und Vorstellungen über mögliche zukünftige weltliche Erlebnisse und Ereignisse nachhängt, so wird ein solcher Tor noch zusätzlich von Schmerzen getroffen.“<sup>2</sup>*

Die vielfältigen Hoffnungen und Sorgen nehmen den Menschen gefangen, bilden seine Verstrickungen in seinem Erlebensradius, fesseln ihn im Vielfältigen, Kleinen, Engen, so dass er keine Zeit und Kraft und auch gar kein Auge dafür hat, höheren Dingen nachzugehen. Durch diese Hoffnungen und

---

<sup>2</sup> Vgl. das Gleichnis von den zwei Pfeilen (S 36,6)

Sorgen ist er seinen Vorstellungen und Empfindungen ausgeliefert, die einmal so, einmal anders sind:

*Er ist bald entzückt, bald verstimmt, und was für ein Gefühl er auch fühlt, ein freudiges oder leidiges oder weder freudiges noch leidiges, dieses Gefühl gilt für ihn, darum denkt er herum und stützt sich darauf. (M 38)*

Und auch die Gefühle anderer Wesen empfiehlt der Erwachte als flüchtige, leere, substanzlose Wasserblasen zu betrachten, um innerlich unabhängig zu werden. Wie sehr der normale Mensch - ohne dass er es will - von den Stimmungen seines Nächsten mitbetroffen wird, merkt, wer mit Menschen zusammenlebt. Wir sagen „Fröhlichkeit wirkt ansteckend.“ Aber nicht nur Fröhlichkeit steckt an: alle Gefühle der Nächsten, soweit wir sie bemerken, erleben wir mit: werden niedergedrückt, wenn der andere „schlechte Laune“ hat, können uns nur schwer lösen, wenn der andere Angst („Lampenfieber“) hat oder depressiv ist. Darum empfiehlt der Erwachte, auch die Flüchtigkeit und Abhängigkeit der Gefühle der Mitwesen von ihren Tendenzen und äußeren Ereignissen zu betrachten, sich den Blasencharakter ihrer Gefühle vor Augen zu halten, um innerlich nicht mit ihnen zu zittern wie ein Blatt im Wind.

Starke und schwache Gefühle empfiehlt der Erwachte als hohl, leer, kernlos zu betrachten, nicht nur die massiven, stark auffallenden Gefühle, die uns hierhin und dorthin zerren, sondern auch jene schwachen Anmutungen, Stimmungsfetzen und Launen, die der normale Mensch unbeachtet lässt, die ihn aber genauso wie die starken Gefühle in seinem Lebenskreis gefangenhalten und umhertreiben.

*Gemeine und edle Gefühle* empfiehlt der Erwachte als flüchtig, als hohl, leer und kernlos zu betrachten, aber in eindeutiger Reihenfolge und Abstufung:

Der Erwachte nennt (M 139) das Sinnenwohl *kotiges, gemeines Menschenwohl, heillosoes Wohl, leidig, qualvoll, jammervoll, reich an Schmerzen, verkehrtes Vorgehen, das zu Streit und Krieg führt*. Der Begehrende hat nie genug, ist also

nie zufrieden, und durch das Gefesseltsein an sinnliches Begehren, um der begehrten Objekte willen, kommt es zu Hass und Feindschaft unter den Menschen. Darum kann durch das Begierdenwohl nicht das Wohl erlangt werden, das der Mensch ersehnt. Darum ist es ein gemeines, niedriges, nur im Augenblick gefühltes, geringes Wohl.

Anders dagegen das Wohl der weltlosen Entrückungen. Dies edle Wohl empfiehlt der Erwachte zunächst *zu hegen und zu pflegen*, denn es sei ein *Wohl der Ablösung, Wohl der Abgeschiedenheit, Wohl der Beruhigung, Wohl der Erwachung*. Indem sich der Mensch mit diesem von allem Außen unabhängigen Wohl sättigt und erfüllt, kann er von dem niedrigen, gemeinen Wohl lassen.

Sobald er aber von dem niedrigen Gefühl abgekommen und von dem edlen Gefühl ganz erfüllt ist, dann bleibt er dabei nicht stehen, sondern besinnt sich darauf, dass dieses edle Wohl eine selige Stufe zum Heil, aber noch nicht das Heil selber ist und dass es darüber hinaus noch edleres, noch höheres - ewiges Wohl gibt. Und so badet er sich zwar in diesem seligen Wohl, vor dem er sich - anders als vor dem Sinnenwohl - nicht zu scheuen braucht, aber er bleibt auch dabei klar besonnen und betrachtet auch das erlangte weltlose Wohl daraufhin, ob es von Dauer sei, erkennt seine Bedingtheit und Unbeständigkeit und löst sich damit auch davon ab, um das höchste Wohl, die unverletzbare Unverletztheit, zu erreichen, von der Sāriputto sagt (A IX,34), dass das Nibbāna, die Freiheit von Gefühlen, das höchste Wohl sei.

Und schließlich sind auch die Gefühle unter dem Gesichtspunkt der Nähe und Ferne zu betrachten: die Gefühle meiner Nächsten neben mir und die Gefühle von weit entfernten Wesen, von denen ich höre - die Gefühle brahmischer und höllischer Wesen, von Tieren und Gespenstern - alle diese Gefühle sind ebenso flüchtig, hohl und kernlos, ohne Substanz in ständigem Fluss wie die in mir jetzt empfundenen Gefühle. In dieser umfassenden Betrachtung gewinnt der Mensch zugleich ein Empfinden dafür, wie der ganze Strom der Wesenheiten in

allen Welten zu allen Zeiten ein Strom des Wollens und demzufolge des Fühlens ist - und indem sich ihm zu solchen Zeiten die Schranken zwischen Ich und Du lösen, gewinnt er Abstand von den eigenen Gefühlen, wird nicht mehr wie ein auf den Wogen tanzendes Schiff hierhin und dorthin getrieben. Wird er von den innewohnenden Tendenzen doch einmal zu Gefühlswogen hingerissen, so ist eine Frucht solcher Betrachtungen, dass er sein Gerissensein merkt und entsprechend seiner geübten Betrachtungsgewohnheit die Bedingtheit und Flüchtigkeit aller Gefühle erkennt und dadurch wieder Abstand von ihnen gewinnt, festen Boden unter den Füßen spürt und bald wieder zur Ruhe kommt, dass er geduldiger, ruhiger und sicherer wird. In dem Maß, wie er der Berührung - dem Auftreffen des „Wassers von oben“ (der vom Maler Herz gemalten Erscheinung) auf das „Wasser auf der Erde“ (die Tendenzen) - still zuschaut, in eben dem Maß werden die Blasen kleiner, die Spritzer bei ihrem Platzen kleiner, das Wasser stiller - bis endlich der Regen aufhört und der Wasserspiegel zum klaren Alpensee wird, welcher in den Lehrreden als Gleichnis für das heile Herz gebraucht wird.

### 3. Wahrnehmung als Luftspiegelung

*Gleichwie etwa, ihr Mönche, im letzten Monat des Sommers in der Mittagsglut eine Luftspiegelung erscheint, und ein scharfsichtiger Mann sähe sie, betrachtete sie und ginge ihr auf den Grund. Indem er sie betrachtet und ihr auf den Grund geht, erscheint sie ihm leer, hohl und ohne Kern. Wie könnte denn, ihr Mönche, in einer Luftspiegelung ein Kern sein?*

*Ebenso nun auch, ihr Mönche, was es auch immer an Wahrnehmung gibt, vergangene, zukünftige oder gegenwärtige, zu sich gezählte oder als außen erfahrene, starke oder schwache, gemeine oder edle, ferne oder nahe, diese Wahrnehmung sieht der Mönch, betrachtet*

*sie und geht ihr auf den Grund. Indem er sie sieht, betrachtet und ihr auf den Grund geht, erscheint sie ihm leer, hohl und ohne Kern. Wie könnte denn, ihr Mönche, in einer Wahrnehmung ein Kern sein?*

Unter der Wahrnehmung des normalen Menschen verstehen wir das Erlebnis eines konkreten nennbaren Beeindrucktseins, und zwar das Beeindrucktsein von Formen und Gefühlen, das eine durch die Triebe gefärbte, geblendete Eintragung in den Geist darstellt. Das Pāliwort für Wahrnehmung heißt *saññā* (*sam-jñā*), und das bedeutet „zusammenwissen“. Es ist das Wissen um die Formen, Töne, Düfte usw. zusammen mit unserem Empfinden, unserem Betroffensein, unserem Gefühl für die erlebte Form, d.h. zusammen mit der subjektiven Stellungnahme des Herzens, also das Erleben einer Situation, einer Szene, in welcher als „innen“ Empfundenes („Ich“) durch als „außen“ Empfundenes („Objekt“) betroffen wird.

Diese Wahrnehmung vergleicht der Erwachte mit einer Luftspiegelung, d.h. einer Licht-Erscheinung, welche verursacht ist durch etwas, das anders geartet ist und sich an anderem Ort befindet, als es scheint.

Im „Großen Brockhaus“ wird über die Luftspiegelung gesagt:

*Luftspiegelung entsteht durch Krümmung der Lichtstrahlen bei kontinuierlicher Brechung in Luftschichten wechselnder Dichte und damit wechselnder Brechkraft, wie sie sich z.B. über stark erhitzten (Wüste) oder gekühlten Ebenen bilden. Der Verlauf der Sehstrahlen in einer derart geschichteten Atmosphäre lässt gehobene oder gesenkte, aufrechte oder umgekehrte, aber nicht seitenverkehrte ‚Spiegelbilder‘ entstehen. Unter dem Horizont liegende Gegenstände können über dem Horizont sichtbar werden, gespiegeltes Himmelslicht kann auf einer trockenen Fläche Wasser vortäuschen. Luftspiegelungen sind zu beobachten in der Wüste (Fata Morgana).*

na), auf erwärmten Landstraßen, an sonnenbestrahlten Mauern, über dem Watt und über Wasser.

(„Der Große Brockhaus“, Wiesbaden 1955, Bd.7, S.365)

Wie die Luftspiegelung, die Fata Morgana, eine Projektion von Gegenständen oder Landschaften ist, die selbst nicht dort und so nicht sind, wo und wie die Fata Morgana erscheint, ja die es - wie bei der Vortäuschung von Wasser durch gespiegeltes Himmelslicht auf einer trockenen Fläche - überhaupt nicht gibt, ebenso entstehen durch die Gefühlsbesetzung der erlebten Objekte Vorstellungen von schönen, wohligen, gehaltvollen, beständigen Dingen oder von unschönen, widerwärtigen, störenden Dingen. Wer die Luftspiegelung sieht, der sagt: „Da ist der See, da ist der Turm, da ist die Palme, da ist der Brunnen.“ In Wirklichkeit ist da nur Luft. Ganz woanders liegt die Ursache für dieses Bild, und sie sieht auch ganz anders aus als das verzerrte Bild. Ebenso täuscht die Wahrnehmung eine reale, unabhängig vom Erleber bestehende, in sich fest gegründete Welt vor. In Wirklichkeit ist sie eine mehrfache Täuschung.

Der Erwachte sagt: *Was man (ich) fühlt, das nimmt man (ich) wahr*, und das bedeutet zugleich: „Was man (ich) stark fühlt, das nimmt man (ich) stark wahr, was man aber schwach fühlt, das nimmt man auch nur schwach wahr.“ Das Gefühl ist der Griffel, der das Erfahrene in den Geist einträgt, und da prägt starkes Gefühl stark ein, aber schwaches Gefühl nur schwach. Und da die Stärke des Gefühls von der Stärke der Tendenzen bestimmt wird, so bewirken die Tendenzen Wahrnehmungen von sehr unterschiedlicher Stärke, Deutlichkeit und „Lebenskraft“. Und zu diesen Tendenzen sagt der Wahrnehmende „Ich“: „Ich erlebe.“

Die unterschiedlich starke Wahrnehmung führt zu der natürlichen Auslese der jeweils stärksten. Was im Augenblick gerade mit dem stärksten Gefühl besetzt ist, das fällt am meisten auf, wird am meisten wahrgenommen, bewusst, erlebt, bemerkt; was zwar gleichzeitig, aber durch etwas schwächeres Gefühl zur Wahrnehmung kommt, das wird zwar auch gleich-

zeitig wahrgenommen, aber die mit dem stärkeren Gefühl besetzten Erfahrungen fallen stärker auf, lenken die Aufmerksamkeit auf sich und lenken sie darum von den mit schwächeren Gefühlen entstandenen Wahrnehmungen in dem gleichen Maß ab. Die starken Gefühle können die schwachen derart überschreien, dass der Gegenstand, der das schwache Gefühl erzeugt, im Extremfall überhaupt nicht beachtet und registriert wird. Das gilt für die Auswahl der Wahrnehmung von „ganzen“ Objekten oder Objektgruppen ebenso wie für die Auswahl dessen, was man für das Charakteristische oder Wesentliche einer Erscheinung hält. So spricht die eine Wahrnehmung aufdringlich laut, die andere flüsternd und überhörbar. Außerdem sagt die Wahrnehmung durch die Zugabe von Gefühl seitens der Tendenzen: „Hier ist diese schöne, diese hässliche Form; hier ist etwas Sympathisches, Unsympathisches.“ So ist der Mensch durch die Teilnahme der Tendenzen seiner Psyche bei jedem Erlebnis sogleich in eine bestimmte Perspektive, in ein bestimmtes Verhältnis zu dem Objekt gezwängt, und darum kommt bei ihm fast ununterbrochen je nach dem Erlebnis Freude oder Verdruss, Begier oder Ekel, Hoffnung oder Enttäuschung auf.

Ein buddhistisches Symbol für das Gefühl ist das Bild eines von einem Pfeil im Auge getroffenen Mannes. Das bedeutet ja, dass dieser Mann nicht mehr richtig sehen kann. Und tatsächlich ist das Gefühl eine irritierende Zugabe seitens der Tendenzen. Durch unser Gefühl erleben wir die Erlebnisse lückenhaft, falsch und entstellt. Darum vergleicht der Erwachte die Wahrnehmung mit täuschenden Luftspiegelungen. So sind also alle Objekte, die der normale Mensch auf normalem Weg erfährt, bereits mit Gefühlen besetzt, durch Gefühle mehrfach verfälscht.

Unsere Wahrnehmung wäre also um so wirklichkeitsnäher, je weniger Gefühl anlässlich der betreffenden Erfahrung seitens der Tendenzen ausgelöst würde. Darum bemüht sich jeder gewissenhafte Mensch, wenn er irgendeiner Sache genau „auf den Grund gehen“ will, um die größte ihm mögliche „Nüch-

ternheit", womit er ja gerade die Ausschließung jeder „Befangenheit durch das Gefühl" meint. Aber wer sich genau beobachtet, der erkennt bald, dass er mit einer dahin gerichteten Bemühung nur eine graduelle Neutralisierung erreicht und dass er zu dieser Zurückhaltung seines gesamten Neigungsgefüges auch nur kurzfristig und manchmal gar nicht fähig ist.

Aber die Entstellung unserer Wahrnehmung geht noch weiter. Nicht nur dass man infolge der Gefühlsbesetzung sehr vieles überhaupt nicht beachtet und registriert und nicht nur dass man das, was man beachtet und registriert, verzerrt sieht, wie die Luftspiegelung ein verzerrtes, oft sogar kopfstehendes Bild ferner Gegenstände liefert: Eine weitere Verzerrung besteht darin, dass die von den schwächsten Gefühlen begleiteten Erfahrungen zugleich zu den schwächsten Wahrnehmungen, ja, zu den kaum merklichen, führen, und nur die von den mittelstarken und stärksten Gefühlen begleiteten Erfahrungen führen zu den mittelstarken und stärksten Wahrnehmungen. Die schwächsten Wahrnehmungen, die bei einigermaßen wirklichkeitsgemäßer Ansicht am wenigsten verzerrt sind, werden uns nur bewusst wie leises Geflüster, die stärksten Wahrnehmungen, die gerade auch am stärksten entstellt und verzerrt sind, erfahren wir dagegen wie lautestes Rufen und Schreien. Wenn nun gleichzeitig leises Geflüster und lautes Rufen ertönen, dann können wir eben wegen des lauten Rufens das leise Geflüster nicht hören. Das bedeutet also: Solange gleichzeitig mit starken Gefühlen besetzte Erfahrungen der Triebe und andere mit schwachen Gefühlen besetzte Erfahrungen der Triebe zur Wahrnehmung gelangen, da drängen sich immer die stärksten Wahrnehmungen auf Kosten der schwächeren in die Wahrnehmung. Und da die stärkeren Wahrnehmungen zugleich auch die stärker entstellten sind, so erfährt der normale Mensch alle verzerrten und verstellten Erlebnisse viel gravierender und alle der Wirklichkeit mehr entsprechenden Erlebnisse viel schwächer und leiser. - Wir können sagen, dass der normale Mensch fast ununterbrochen gleichzeitig mehrere „Flüster"-Wahrnehmungen und „Ruf“-Wahrnehmungen hat



und dass in solchem Fall immer die „Flüster“-Wahrnehmungen wegen der Lautstärke der „Ruf“-Wahrnehmungen nicht ankommen.

*Platon* schildert in seinem bekannten Höhlengleichnis, dass der normale Mensch nur die Schatten der wahren Dinge erlebe und an die Wirklichkeit selbst nicht gelangen könne. Jeder normale Mensch beginnt ja von der Geburt an, die von seinen Tendenzen ausgewählten und verfärbten Erlebnisse und Erfahrungen einzusammeln, sein Gedächtnis füllt sich von Tag zu Tag mit weiteren Erlebnissen und Erfahrungen. Er verbindet sie im sechsten Sinn, dem Geist, miteinander und macht sich daraus ein Bild und eine „Weltanschauung“. Und gerade dieses gewohnte Welt-Bild, sagt der Erwachte, ist völlig abwegig, ist Falschwissen. Nie kann der Mensch mit den aus diesen Erfahrungen konstruierten Weltanschauungen die Probleme seines Lebens bis zum Grund lösen.

Etwa zweihundert Jahre vor Platon hat der Erwachte die Situation des Menschen in einem Höhlengleichnis dargestellt, das mit den Worten beginnt:

*Gefesselt in der Höhle, vielverkettet,  
verharrt der Mensch, in Blendwerk tief versunken. (Sn 772)*

Wir haben bisher die Verzerrung der Wahrnehmung durch das Gefühl besprochen, für die der Erwachte das Gleichnis von der Luftspiegelung gibt. Und wir sind bei der Besprechung bisher von demjenigen Fall der Luftspiegelung ausgegangen, bei welchem „real vorhandene“ Gegenstände - z.B. eine Oase - in anderer, verzerrter, oft umgekehrter Form an anderer Stelle vorgespiegelt wurden. Aber wenn wir die Ursache für die Luftspiegelung genauer betrachten, den luftgespiegelten Gegenstand, z.B. die Oase selber, so müssen wir sagen, dass auch sie nicht als Gleichnis für eine objektiv bestehende Welt gilt, sondern als Gleichnis für die Wiederkehr einst gewirkter früherer Taten, wie sie uns in der Wahrnehmung von Formen, Tönen, Düften usw. entgegentritt. Alle diese erscheinenden

Formen sind ja durch subjektives, durch Gefühl bestimmtes Wirken zustande gekommen. Sie sind also nicht aus „materiellen“ Ursachen geworden, sondern sind aus psychischen Realitäten - aus den Beschaffenheiten der Tendenzen - geworden. Daran erinnert die verhängnisvollste Art der Luftspiegelung, auf die offenbar das Gleichnis in erster Linie zielt und die am genauesten der Grundsituation des Menschen entspricht: Die Vortäuschung von Wasser über trockenem Boden durch gespiegeltes Himmelslicht, durch die der vom Durst gepeinigte Wanderer in der Wüste (Samsāra) oft genarrt wird: Das was da vorgespiegelt wird - durstlöschendes Wasser - das ist nicht einmal in der Entfernung und nicht einmal in anderer Gestalt vorhanden, es ist nichts als Spiegelung des „Himmelslichts“, d.h. des Seelischen. Die Spiegelung hat also keinerlei beständige Grundlage. Das ist die tiefste Schicht des Gleichnisses, die durch viele Aussagen in den Lehreden bestätigt wird.

So heißt es in S 12,37 von dem Körper: *Nicht ist dieser Körper euch gehörig noch auch einem anderen. Das frühere Wirken, das zusammengehäufte, zusammengesonnene, wird fühlbar - so ist es anzusehen.* Nicht nur der Körper: jede Form ist durch früheres Wirken zusammengehäuft: Weil der Mensch etwas gesehen, gehört usw., also erlebt hat, d.h. weil da eine Wahrnehmung aufgestiegen ist, hat er dazu Stellung genommen, hat an der von der Wahrnehmung projizierten, erlebten „Welt“ gewirkt in Wohlwollen, Abwendung oder Gleichgültigkeit, und entsprechend wohltuende oder schmerzliche Formen treten nun an ihn heran. An „ihn“ - d.h. an seine Tendenzen. Und nun wird diese Wiederkehr seiner Taten - die er gar nicht als solche erkennt, sondern für Szenen in einer „ihn“ umgebenden „objektiven Welt“ hält - auch noch zweitens verzerrt durch die Gefühlszugabe seitens der augenblicklichen Tendenzen.

Ein Beispiel: Ein Mensch hat sich durch viel verweigerndes und entreißendes Tun im vorigen Leben viele Feinde geschaffen. Er selber ist in diesem Leben von dunkler, trüber Gemütsart, und von außen erlebt er wenig Wohlwollen und

Freundschaft, sondern von allen Seiten her Feindschaft von Kind an. Er wird misstrauisch und verbittert allen Menschen gegenüber und entwickelt die Ansicht, dass keinem zu trauen sei. Dieses Urteil ist entstanden aus seiner eigenen jetzigen Gefühlszugabe auf Grund seiner dunklen Gemütsart. Wie erlebt dagegen ein Mensch die Welt, der auch in früheren Leben Feindschaft gesät hat, aber inzwischen ein heller, wohlwollender Charakter geworden ist? Die früher gewirkten feindlichen Gegenwendungen treten zwar jetzt an ihn heran, aber wegen seiner jetzigen hellen Gemütsart wird ihm diese feindliche Gegenwendung kaum fühlbar. Vielleicht erlebt er am Anfang vieler Begegnungen etwas, was er bei sich als Missverständnis bezeichnet, aber diese werden schnell beigelegt, und seine wohlwollende Haltung schafft ihm Freunde. So besteht „Hölle“ mit ihren Schmerzen, Qualen und Entsetzen aus der Wahrnehmung, die durch übel geartete, rohe, mörderische, brutale, gemeine Gemüter zustande kommt, und wird „Himmel“ wahrgenommen von hellen, reinen, edlen Gemütern. Und „Erde“ mit Menschen und Tieren, Völkern, Meeren und Kontinenten, persönlichen Schicksalen mit angenehmen und unangenehmen Erlebnissen besteht in der Wahrnehmung, die aus solchen Herzen hervorgeht, in denen die Kräfte des Wohlwollens und Übelwollens gemischt sind.

Die in der Ferne vorgegaukelte Luftspiegelung besteht aus Luft, aus nichts, ist leer und kernlos, ohne Substanz, obwohl sie den Eindruck von festen Gegenständen macht, und so besteht auch die Wahrnehmung nur als Produkt unseres Herzens und unseres Wirkens, ist selber hohl und leer, ohne Eigenständigkeit. Ändert sich das Herz, unser Wirken, so ändert sich die Wahrnehmung. Die Wahrnehmung ist nichts als ein Anzeiger der inneren Beschaffenheit, sei sie vergangene, zukünftige, gegenwärtige, eigene oder fremde, starke oder schwache, gemeine oder edle, ferne oder nahe Wahrnehmung.

Es gibt faszinierende, farbige, ganz verzerrte, für den erschöpften Wüstenwanderer lebensgefährliche Luftspiegelungen, und es gibt harmlose, fast durchsichtige. Der zum Heils-

stand Gelangte, dessen Erlebnisse nicht mehr an Wohl- oder Wehgefühle gebunden sind, der hat mit Luftspiegelungen, mit Täuschungen nichts mehr zu tun. Das heißt, dass er, solange dieser Körper noch besteht, zwar das mit den Sinnesorganen verbundene Erleben als Erleben, aber nicht die Inhalte der Erlebnisse als Spiegelungen einer „objektiven Welt“ sieht, sondern dass er die Herkunft der noch ablaufenden Prozesse - des früheren Wirkens - klar vor Augen hat und in dieser Klarheit und Sicherheit inmitten der nur noch während der Dauer des Körpers ablaufenden Prozesse, die „ihn“ nicht berühren, in unerschütterlichem Frieden, in hellem Gleichmut, im höchsten Wohl wohnt. Das Spezifische der Wahrnehmung des Nichtgeheilten, die Gefühlsverzerrung, ist weggefallen.

Der unbelehrte Mensch aber, der nichts von dem Spiegelungscharakter der Wahrnehmung weiß, versucht die „Welt“ zu verändern, ohne sich der wahren Herkunft dieser Spiegelung unserer Taten und unseres Herzens bewusst zu sein. Darum mahnen alle Religionen, dass „die Welt“ nur jeder bei sich selber in seinem eigenen Herzen verändern könne.

#### 4. Aktivität als Bananenstaude

*Gleichwie, ihr Mönche, wenn ein Mann, das Kernholz eines Baumes begehend, suchend, danach ausgehend, mit einem scharfen Beil versehen, sich in den Wald begäbe. Dort erblickte er eine große Menge gerader, frischer, fester Bananenstämme. Einen von ihnen fällte er an der Wurzel, schnitt die Krone ab und rollte hierauf den aus Blattscheiden gebildeten Stamm auf. Nachdem er nun die Blattscheiden auseinandergerollt hätte, fände er in dieser nichtigen Hülle nirgendwo Kernholz. Diese Blattscheiden sähe ein scharfsichtiger Mann, betrachtete sie und ginge ihnen auf den Grund. Indem er sie sieht, betrachtet und ihnen auf den Grund geht, erscheinen sie ihm leer, hohl und ohne*

*Kern. Wie könnte denn, ihr Mönche, in einem Bananenstamm ein Kern sein?*

*Ebenso nun auch, ihr Mönche, was es auch immer an Aktivitäten gibt, vergangene, zukünftige oder gegenwärtige, zu sich gezählte oder als außen erfahrene, starke oder schwache, gemeine oder edle, ferne oder nahe, diese Aktivitäten sieht der Mönch, betrachtet sie und geht ihnen auf den Grund. Indem er sie sieht, betrachtet und ihnen auf den Grund geht, erscheinen sie ihm leer, hohl und ohne Kern. Wie könnte denn, ihr Mönche, in Aktivitäten ein Kern sein?*

Erst in diesem Gleichnis für die vierte der fünf Zusammenhäufungen erscheint zum ersten Mal der Mensch nicht nur als Zuschauer, sondern als Täter. Form, Gefühl und Wahrnehmung werden rein passiv erfahren und sind Ernte seiner Taten und seiner Herzensbeschaffenheit. Hier in diesem Gleichnis aber wird er aktiv. Er sucht nach Kernholz, nach festem, haltbarem Holz, aus dem er sich ein sicheres Haus oder Floß bauen kann, aber er sucht falsch. Die Bananenstaude ist zwar baumförmig, aber sie hat nur einen aus Blattscheiden gebildeten Scheinstamm. Daraus kann man nichts Haltbares herstellen.

Die gesamte Aktivität der Wesen besteht im Denken, Reden und Handeln. Diese ist letztlich gelenkt von den tieferen Leitbildern und Wertanschauungen. So geht jede Aktivität vom Geist aus, zu dem auch unser Gedächtnis von dem bisher Erlebten gehört. Dort entsteht von Fall zu Fall der Wille, die Absicht, sich so und so zu verhalten. Diese Absicht, dieser Wille ist immer abhängig von den im Gedächtnis angesammelten Erfahrungen und Belehrungen über das, was uns wohltut und was uns schmerzlich ist und wie man das Wohltuende erlangen und das Schmerzliche vermeiden könne. Diese Erfahrungen nehmen im Laufe des Lebens immer mehr zu und be-

wirken darum auch eine ständig sich zumindest etwas wandelnde Strebensrichtung.

Jede Lektüre beeinflusst etwas unsere Maßstäbe und unser Wollen und damit unser Denken, Reden und Handeln. Jede Reklame, die wir aufnehmen, verändert unser Wollen in Bezug auf jenes Objekt - und in dem gleichen Maß ist man wieder etwas abgelenkt von seinen „kontinuierlicheren“ Leitbildern - es sei denn, die letzteren sind so stark und leuchtkräftig und stehen so sehr im Widerspruch zu der mit der Reklame empfohlenen Lebensform, dass sie sich durchsetzen und den Einfluss der Reklame vernichten. Damit aber ist das Leitbild schon wieder um einen Grad stärker und fester geworden. Jeder Mensch, der eine Zeitung gelesen aus der Hand legt, ist ein anderer als derjenige, der sie zur Hand nahm: Neue Erlebnisse, Erfahrungen sind in das Gedächtnis gelangt, Maßstäbe befestigt oder verändert worden.

Der Erwachte sagt, dass alle Wesen von den geringsten bis zu den höchsten, vom Regenwurm bis zu den hellsten himmlischen Geistern immer nur das anstreben müssen, was ihnen ihr Geist als das Schönerer und mehr Wohltuende in Aussicht stellt, und dass ihr Geist ihnen immer nur das als das mehr Wohltuende in Aussicht stellen kann, was aus bisheriger Erfahrung oder durch anderweitige Belehrung in den Geist hineingelangt und als Gedächtnis aufbewahrt worden ist. Diesem Gesetz der Willensbildung unterliegen alle Wesen. Darum können die Wesen nur dann aus dem Leiden heraus- und damit dem Heilsstand näher kommen, wenn sie in ihrem Geist die richtige Anschauung darüber, was aus dem Leiden herausführt, aufgenommen und bewahrt haben.

In diesem gesetzlichen Zusammenhang der Willensbildung liegt der Grund, dass alle Religionsstifter oder Heilslehrer ihre Aufgabe darin erblicken, dem Menschen deutlich zu zeigen, dass und warum er auf den üblichen menschlichen Wegen der Nächstenblindheit nur in immer mehr Leiden gelangt und dass er nur durch eine alle Lebewesen einbegreifende Nächstenlie-

be zu dem Stand größeren Wohls und größerer Helligkeit im Diesseits und im Jenseits gelangen kann.

Und weil der Wille des Menschen nicht in blinder „Freiheit“ besteht, nicht in Willkür besteht, sondern in unlöslicher Abhängigkeit von den im Gedächtnis bewahrten Ansichten über das, was zu seinem wahren Wohl führt - darum eben kann z.B. Jesus sagen, dass diejenigen, die an ihn glauben, auch ganz sicher „selig werden“, denn die da wirklich an Jesus glauben, die folgen auf jeden Fall seinen Ratschlägen, üben sich in Nächstenliebe, halten die Tugendgebote und gelangen damit tatsächlich schon hier, aber erst recht nach diesem Leben, zu größerer Harmonie und Helligkeit.

Und weil der Wille, die Absicht des Menschen in unlöslicher Abhängigkeit von den im Gedächtnis aufbewahrten Einsichten über das für ihn Nützliche und Wohltuende entsteht und besteht - nur darum kann der Buddha versprechen: Wer bei sich selber das ununterbrochene Auf- und Abtauchen der fünf Zusammenhäufungen in ihrem Bedingungs-zusammenhang beobachtet und dabei die Schmerzhaftigkeit und Ausweglosigkeit dieses „Spiels“ erkennt und durchschaut, der kommt eben dadurch zwangsläufig zur Abwendung von diesen fünf Zusammenhäufungen, und dadurch erreicht er mit gesetzmäßiger Folgerichtigkeit in absehbarer Zeit den endgültigen Heilsstand.

Unser ganzes Anstreben und Beabsichtigen ist immer auf Verbesserung unserer Situation aus: auf größtmögliches Wohl und Sicherheit. Sicherheit bedeutet, dass das Wohl bleibe. Das wünscht jeder Mensch. Mag etwas noch so schön sein: wenn man weiß oder fürchtet, dass es im nächsten Augenblick zerbricht, dann hat es nur geringen Wert, und man nimmt es nur dann, wenn man nichts Besseres hat.

Die Aktivität des normalen Menschen besteht in immer erneuter Leidflucht und Wohlsuche bei den ungezählten Dingen der Welt zum Zweck der Befriedigung, was der Erwachte „Ergreifen, Aneignen“ (*upādāna*) nennt. Er vergleicht es mit dem fortgesetzten Unterhalten eines Feuers: Auf einen bren-

nenden Holzstoß schichtet man immer wieder weiteres Holz, ehe er niedergebrannt ist. Immer wieder legt man weiteres Brennmaterial auf. Dadurch brennt das Feuer weiter. Dieses brennende Feuer ist nichts anderes als die ersten drei der fünf Zusammenhäufungen, nämlich die Wahrnehmung von Formen und Gefühlen; und das Auflegen von weiterem Brennmaterial, das Ergreifen und Aneignen am Tor der Gegenwart geschieht durch die zwei letzten Zusammenhäufungen, die Aktivität und die programmierte Wohlerfahrungssuche.

Das Gleichnis von der Bananenstaude zeigt noch in relativ milder Form die Vergeblichkeit des menschlichen Strebens, mit der normalen, aus der sinnlichen Wahrnehmung abgeleiteten menschlichen Vernunft zu endgültigem Wohl und Heil zu kommen. Mit anderen Gleichnissen zeigt der Erwachte, dass die Situation des blinden Menschen, solange er die Wahrheit über die Zusammenhänge von Glück und Wohl und Elend und Leiden nicht kennt, unendlich ernster, schmerzlicher, gefährlicher und tödlicher ist. Letztlich dienen alle unsere Bestrebungen immer nur dem einen Ziel, den unaufhaltsamen Tod fernzuhalten: Jeder neue Atemzug hält den Erstickungstod auf. Mit jeder neuen Nahrungsaufnahme beugen wir dem Hungertod vor und mit jedem Trinken dem Tod durch Verdursten. Der Körper ist so angelegt, dass er von sich aus in jedem Augenblick zum Tod auslaufen würde, und immer müssen wir ihn durch Gegenmaßnahmen in Gang halten. Darum vergleicht der Erwachte die gesamte Aktivität des sterblichen Menschen mit einem Mann, der am Rand einer glühenden Kohlengrube von zwei Männern gepackt wird, die ihn in die Grube werfen wollen, und der nichts anderes tut, als sich ununterbrochen gegen diese Vernichtung zu wehren. (S 12,63) Jeder Mensch wehrt sich kürzere oder längere Zeit, aber jeder Mensch verfällt letztlich der Übermacht dieser Männer (Alter und Tod).

Der Erwachte würde das, was diese Gleichnisse ausdrücken wollen, nicht in solcher Deutlichkeit den Menschen vor Augen führen, wenn er nicht auch den Ausweg aus dieser entsetzlichen Situation wüsste. Seine Lehre dient keinem anderen



Zweck, als den Menschen durch Vermittlung der rechten Anschauung umzuprogrammieren auf eine Aktivität und damit Wohlsuche, aus welcher der Zustand des Heils hervorgeht.

Wenn man die erbärmliche Hilflosigkeit der fünf Zusammenhäufungen so durchschaut, wie der Erwachte es lehrt, dann versteht man, dass jegliche darauf gerichtete Aktivität völlig vergeblich ist, versteht, wenn der Erwachte sagt, dass alle Aktivität, vergangene, zukünftige, gegenwärtige, eigene oder fremde, starke oder schwache, gemeine oder edle, nahe oder ferne, hohl, leer und nichtig ist wie der Schein-Stamm der Bananenstaude.

##### 5. Programmierte Wohlerfahrungssuche: der Gaukler, der Gaukelwerk erzeugt

*Gleichwie etwa, ihr Mönche, ein Gaukler oder sein Gehilfe am Treffpunkt vierer Straßen sein Gaukelwerk zeigt, und ein scharfsichtiger Mann sieht es, betrachtet es und geht ihm auf den Grund. Indem er es sieht, betrachtet und ihm auf den Grund geht, erscheint es ihm leer, hohl und ohne Kern. Wie könnte denn, ihr Mönche, im Gaukelwerk ein Kern sein?*

*Ebenso nun auch, ihr Mönche, was es auch immer an programmierter Wohlerfahrungssuche gibt, vergangene, zukünftige oder gegenwärtige, zu sich gezählte oder als außen erfahrene, starke oder schwache, gemeine oder edle, ferne oder nahe, die sieht der Mönch und betrachtet sie und geht ihr auf den Grund. Indem er sie sieht und betrachtet und ihr auf den Grund geht, erscheint sie ihm leer, hohl und ohne Kern. Wie könnte denn, ihr Mönche, in der programmierten Wohlerfahrungssuche ein Kern sein?*

So wie der Gaukler oder Zauberkünstler ein Gaukelwerk nach dem anderen erscheinen lässt, so erzeugt, projiziert die pro-

grammierte Wohlerfahrungssuche im Dienst der Triebe nach dem Diktat der bisherigen Erfahrungen des Geistes weitere Erfahrungen, eine nach der anderen - Gaukelwerk.

Warum wird die programmierte Wohlerfahrungssuche Gaukler genannt? Im Geist befinden sich die gespeicherten, durch subjektives Gefühl verzerrten Wahrnehmungen, die wegen der Gefühlsfaszination gar nicht als Wahrnehmung erkannt und registriert sind, sondern unter den Namen der vielfältigen vom Geist hineingedeuteten chaotischen Inhalte registriert sind; in Wahrheit aber sind es Luftspiegelungen, die ein so und so beschaffenes Ich in einer so und so beschaffenen Welt vortäuschen. Von diesem Geist, in welchem das wirkliche Geschehen nicht registriert ist, dafür aber nur das von den Luftspiegelungen Vorgetäuschte registriert ist - von diesem falsch, wahnhaft programmierten Geist geht die programmierte Wohlerfahrungssuche aus, die vom Empfindungssuchtkörper geladene, zu sich gezählte Form an Außenform heranzubringen zwecks Berührung der Triebe.

Das Unheimliche an dieser vom Geist ausgehenden programmierten Wohlerfahrungssuche ist nun - und hier liegt die Grenze des Gleichnisses -, dass sie kein bloßer Illusionskünstler ist, der harmlose Kunststücke vorgaukelt, die kein Zuschauer ernst nimmt, sondern dass uns jede Wohlerfahrungssuche mit Hoffnung oder Gewissheit erfüllt, die letztlich immer enttäuscht wird, es sei denn, die programmierte Wohlerfahrungssuche ist auf das wahrhaft Unzerbrechliche gerichtet.

Die programmierte Wohlerfahrungssuche ist es, von der der Erwachte sagt, dass sie von einem Leben zum anderen überspringt. Und gerade diese vom Empfindungssuchtkörper angetriebene und vom Geist gelenkte, Dasein fortsetzende programmierte Wohlerfahrungssuche ist, wie aus dem bisher Gesagten hervorgeht, das Allerabhängigste von allen fünf Zusammenhäufungen. Wohl- und Wehgefühle haben als Resonanz der Tendenzen auf das Erlebte die reaktiven Aktivitäten ausgelöst, die jeweiligen Situationen haben die Formen der Aktivitäten bestimmt und allmählich das Rad in Schwung

gesetzt, die Wohlerfahrungssuche programmiert. So wie der einer rollenden Billardkugel innewohnende Schwung durch den Anstoß an eine andere stillstehende in diese überspringt und sie nun nach Richtung und Geschwindigkeit genau so rollen lässt, so zündet ein „Leben“ das andere an, so bewegt die sinnlose programmierte Wohlerfahrungssuche im Dienst von Herz und Geist einen Leib nach dem anderen.

Wo aber Formen (1) und Gefühle (2), wenn sie wahrgenommen werden (3), mit dem blendungsfreien Anblick gesehen werden, da besteht die Aktivität (4) eines solcherart Belehrteten im Bedenken, dass diese Gefühle und Bilder lediglich Rückkehr der aus früherem Wahn geschaffenen Gestaltungen sind und dass dieser Anstrom der Erscheinungen dann zur Ruhe kommt, wenn dazu nicht mehr Stellung genommen wird, nicht reagiert wird. Durch dieses Bedenken wird die programmierte Wohlerfahrungssuche darauf ausgerichtet, den Wahn-Geist als den Gaukler, den magischen Schöpfer von Ich und Welt, zu durchschauen, der das Gaukelwerk von Ich- und Welterlebnis und die dadurch bedingte Auseinandersetzung eines vorgegaukelten Ich in den vorgegaukelten Gefahren einer vorgegaukelten Welt schafft, wodurch als „harte Realität“ das Erleben von Auseinandersetzung, von Begegnung mit allen Verzückungen, Gefahren und Enttäuschungen unendlich weitergeht. Mit dieser Durchschauung wird der Übende dieses zuvor unbemerkte Spiel nicht ungebremst fortsetzen. Er wird es zwar aus seinem innewohnenden Drang noch nicht ganz einstellen können - aber immer öfter hält er inne und betrachtet es und geht ihm so auf den Grund, sieht seine Hohlheit und Leerheit, wie es immer wieder in der hier besprochenen Lehrrede von den fünf Zusammenhäufungen heißt. Mit dieser Durchschauung fängt ein Zurücktreten von diesem Spiel an. Der Durchschauende ist ihm gegenüber skeptisch geworden, hält an sich, wo er nur kann, findet immer weniger daran. Von daher erfährt er eine zunehmende Beruhigung und merkt mit Staunen: Der Geist, der bewegt war von tausendfältiger Vielfalt und Wirrsal, hatte früher ein ganz anderes Bild von Welt:

Wenn er an „Welt“ dachte, hatte er eine viel wildere Vorstellung von ihr. Für einen Geist, der befreit ist von dieser Vielfalt und nur noch angefüllt mit Stille, Sinnvollem, ist die Welt eine ganz andere, er erfährt anderes. Die Welterscheinung, das Gaukelspiel ist abhängig von dem Gaukler, dem Diener des Geistes und Sklaven des Herzens: der programmierten Wohlerfahrungssuche.

Ist aber in den Geist die Wahrheit über den Samsāra und den Ausweg gekommen, dann verfolgt die programmierte Wohlerfahrungssuche nicht mehr die blendenden Wahrscheinungen, sondern blickt auf den verborgenen Herd der Krankheit, auf die Triebe des Herzens, und sucht diese zu mindern und aufzuheben. So befreit sich der Übende allmählich von der Knechtschaft des Herzens, von den Gemälden des Herzens und dem Gaukelspiel der programmierten Wohlerfahrungssuche.

Wo er sich bisher erregt und hektisch bemüht oder sich dem Ziel nah oder bedrängt und bedroht gefühlt hat - da sieht er nur Schaumbälle, Wasserblasen, Spiegelungen, die Sinnlosigkeit seiner bisherigen Aktivität, das vom Geist produzierte Gaukelwerk. Dadurch kommt seine Aktivität zur Ruhe. Er wird ein stiller Beobachter der rieselnden Prozesse. So kommt eine zu einer tiefen Erleichterung führende Abwendung auf gegenüber dem Spiel der fünf Zusammenhäufungen: eine ganz neue, zum Loslassen hinziehende Art von Durst kommt auf, der Durst, nicht mehr mitgerissen zu werden (*nirodhatanhā*). Dieser Durst kommt erst dann auf, wenn man die fünf Zusammenhäufungen in ruhiger Betrachtung bei Abwesenheit der Tendenzen als leere Leidensmasse empfindet. Dadurch entsteht ein anderes Urteil über die Dinge, mit denen er bisher verwachsen war.

Wegen der durchdringenden Heilwirkung dieser Betrachtung der fünf Zusammenhäufungen fasst der Erwachte den Inhalt am Schluss der Lehrrede in Verse und lenkt die Aufmerksamkeit auf die Betrachtung des Punktes, an welchem zuerst anzusetzen ist: auf die Betrachtung der zu sich gezähl-

ten Form, des Körpers, der den, der sich mit ihm identifiziert, dem Tod ausliefert und so der wahre „Henker“ des Unbelehrten, nicht Heilskundigen ist, der den Tod des Körpers als „sein“ Tod empfindet.

*Form als leeres Schaumgebilde,  
das Gefühl als Wasserblase,  
Wahrnehmung: Fata Morgana,  
Aktion: Bananenstaude,  
Wohlerfahrungssuche: Gaukler,  
das zeigt auf der Sonnenhelle.*

*Wie man immer dies betrachtet  
und mit Gründlichkeit erkundet:  
leer und öde ist es alles;  
das sieht jeder Aufmerksame.*

*Geht hier von diesem Körper aus,  
der Weltenkenner hat's gezeigt:  
wenn von drei Dingen er entleert,  
seht ihr nur noch verlass'ne Form.*

*Wenn die Wohlerfahrungssuche  
samt der Lebenskraft und Wärme  
diesen Leib verlassen haben,  
liegt er da wie weggeworfen,  
Fraß für andre, leer vom Willen.*

*Solcherart ist er gebildet,  
Gauklerwerk, der Toren Thema.  
Als der Henker sei erkannt er:  
nicht ist da ein Kern zu finden.*

*Darum hier die Fünferhaufen,  
die betrachte unermüdlich  
sich der Mönch bei Tag und wahre  
Tag und Nacht sich Weisheit, Klarheit.*

*So lös' er alle Fesseln los  
und wirke selbst, was Zuflucht gibt.  
Als ob sein Haupt in Flammen stünd',  
so streb' er zur Unsterblichkeit.*

Dies sagt der Erwachte zu seinen Mönchen, die auf Grund ihres Verständnisses der Lehre und ihrer inneren und äußeren Bindungen zur Welt sich entschlossen haben, in den Orden zu gehen, d.h. den Weg zur Befreiung zu gehen. Ihnen sagt der Erwachte geradeaus und nackt die Wahrheit. Für uns ist es eine Mitteilung auf mehr oder weniger weite Entfernung. Aber es ist nicht entscheidend, wie wir jetzt eine solche Analyse der Existenz empfinden. Die Hauptsache ist, dass wir uns dieser Betrachtung annähern mit den Mitteln, die den Hausleuten gegeben sind. Denn ob Hausleute oder Mönche - die Durchschauung der fünf Zusammenhäufungen macht frei und macht unabhängig, macht den Menschen zum Lenker seines Schicksals. Denn sie löst den Wahn auf.

## WOHER KOMMT DIE AUFFASSUNG VOM ICH?

„KHEMAKO“

„Gruppierte Sammlung“ (S 22,89)

Die nachfolgende Lehrrede gehört zum Khandha-Samyutta, der Gruppe, die von den fünf Komponenten der Existenz, von den „fünf Zusammenhäufungen“ handelt. Aber auch die meisten Lehrreden der zentralsten Sammlung des Pālikanon, der „Mittleren Sammlung“, behandeln das gleiche Thema. Dabei gibt der Erwachte durch seine Belehrung die Möglichkeit, dass der ernsthafte Schüler sich in aufmerksamer Selbstbeobachtung in zunehmendem Maß bis zur Vollständigkeit davon überzeugen kann: das fortgesetzte Zusammenspiel dieser fünf Zusammenhäufungen ist es, wodurch ununterbrochen der Eindruck eines „ich bin“ erweckt wird, aber dennoch entzieht sich jede der fünf Zusammenhäufungen in ihrem Entstehen und Vergehen völlig unseren Wünschen und unserer Einflussnahme, da sie jede nach ihrem eigenen Gesetz ununterbrochen aufkommen und schwinden. Damit erweist sich die Vorstellung „ich bin“, die Vorstellung von einem „Selbst“, als eine große Täuschung, die der Nachfolger auflöst, wenn er aufmerksam und gründlich genug bei sich selbst diese fünf Zusammenhäufungen entdeckt und in ihrem Entstehen und Vergehen beobachtet und verfolgt. Mit der Auflösung dieser Täuschung hat er endgültig und unwiderruflich den Weg betreten, der in einer absehbaren und endlichen Zeit den sogenannten „Daseinskreislauf“ beendet, der ein Kreislauf von ununterbrochen wechselnden Erscheinungen und Empfindungen, gefügt aus den fünf Zusammenhäufungen, ist. So ist die Aneignung des richtigen Verständnisses vom Selbst und vom Nichtselbst der Anfang der Befreiung.

Unter dem Selbst wird die innere Souveränität der Person verstanden, d.h. die Verfügungsgewalt über sich selbst oder jedenfalls über einen echten inneren Kern. Davon ist jeder normale Mensch überzeugt, ohne sich genauere Rechenschaft darüber abzulegen. Er hat den Eindruck, dass er zwar gele-

gentlich diesen oder jenen Einflüssen ausgesetzt sei, im Grunde aber ein selbstständiges Ich sei, das unter Berücksichtigung der äußeren Gegebenheiten nach seinem eigenen Befinden tun und lassen und erleben könne.

Der Erwachte hat bei sich erfahren: Mit diesem Selbst, mit der persönlichen Souveränität verhält es sich ganz anders als der normale Mensch annimmt, und gerade diese falsche Annahme des unbelehrten Menschen ist es, die ihn im Samsāra gefangen hält; aber ohne diese falsche Annahme aufzugeben, kann nicht einmal der erste Schritt zum Ausgang aus dem Samsāra gemacht werden. Darum besteht der Kern der Lehre des Erwachten darin, dem einsichtigen und zu gründlicher Beobachtung fähigen Menschen die Mittel in die Hand zu geben, um sich von den wahren Verhältnissen und Gegebenheiten zu überzeugen.

Viele der Lehrreden, die von diesem Kernproblem handeln, geben näheren Aufschluss darüber, inwiefern jede der fünf Zusammenhäufungen ganz unabhängig von unserem Wollen und Wünschen und Sorgen nach ihrem eigenen Gesetz entsteht und vergeht und darum nicht als ein Ich oder Selbst angesehen werden kann. Gerade diese nähere Ausführung ist in der hier zu behandelnden Lehrrede nicht gegeben, weshalb wir sie weiter unten einfügen. Dafür aber zeichnet sich die Lehrrede dadurch aus, dass hier von einem erfahrenen, schon fast - und am Ende dieser Unterweisung ganz - zur Erwachung und Erlösung gelangten Mönch ausgesprochen wird, dass die Auffassung „ich bin“, also die Auffassung von einem Selbst durch nichts anderes und aus keiner anderen Quelle zustande kommt als aus diesem Fünferspiel, den fünf Zusammenhäufungen.

Die Lehrrede lautet:

*So hab ich's vernommen. Einst weilte eine Anzahl Mönche, Ältere des Ordens, zu Kosambi, im Ghosita-Kloster. Damals nun befand sich der Ehrwürdige Khemako krank, leidend, von schwerer Krankheit be-*



fallen, im Badarika-Kloster. Als nun jene Ordensälteren sich am Abend aus der Zurückgezogenheit erhoben hatten, wandten sie sich an den Ehrwürdigen Dasako: Geh, Bruder Dasako, begib dich zum Mönch Khemako und sprich zu ihm: „So, Bruder Khemako, sprechen zu dir die Ordensälteren: ‚Geht es dir angenehm, Bruder, geht es zufriedenstellend? Nehmen die Schmerzen ab und nicht zu? Ist ein Abnehmen zu bemerken, nicht ein Zunehmen?‘ – Ja, Brüder –, antwortete der Ehrwürdige Dasako den Ordensälteren, begab sich zum Ehrwürdigen Khemako und sprach zu ihm: So, Bruder Khemako, sprechen zu dir die Ordensälteren: ‚Geht es dir angenehm, Bruder, geht es zufriedenstellend? Nehmen die Schmerzen ab und nicht zu? Ist ein Abnehmen zu bemerken, nicht ein Zunehmen?‘ – Nicht geht es mir angenehm, Bruder, nicht geht es zufriedenstellend; heftig sind meine Schmerzen, sie nehmen zu, nicht nehmen sie ab; ein Zunehmen ist zu bemerken, nicht ein Abnehmen. –

Es begab sich nun der ehrwürdige Dasako wieder zu den Ordensälteren und berichtete ihnen die Worte des Ehrwürdigen Khemako. – Geh, Bruder Dasako, begib dich zum Mönch Khemako und sprich zu ihm: So, Bruder Khemako, sprechen zu dir die Ordensälteren: „Fünf Zusammenhäufungen, Bruder, wurden vom Erwachten verkündet: Die Zusammenhäufung Form, die Zusammenhäufung Gefühl, die Zusammenhäufung Wahrnehmung, die Zusammenhäufung Aktivität, die Zusammenhäufung programmierte Wohlerfassungssuche. Betrachtet nun der Ehrwürdige Khemako von diesen fünf Zusammenhäufungen irgendetwas als das Selbst oder als etwas zu einem Selbst Gehörendes?“ – Ja, Brüder –, antwortete der ehrwürdige Dasako den Ordensälteren, begab sich zum ehrwürdigen

*Khemako und sprach zu ihm: So, Bruder Khemaka, sprechen zu dir die Ordensälteren: „Fünf Zusammenhäufungen, Bruder, wurden vom Erwachten verkündet: die Zusammenhäufung Form, die Zusammenhäufung Gefühl, die Zusammenhäufung Wahrnehmung, die Zusammenhäufung Aktivität, die Zusammenhäufung programmierte Wohlerfahrungssuche. Betrachtet nun der ehrwürdige Khemako von diesen fünf Zusammenhäufungen irgendetwas als das Selbst oder als etwas zu einem Selbst Gehörendes? – Nicht betrachte ich von diesen fünf Zusammenhäufungen irgendetwas als das Selbst oder als etwas zu einem Selbst Gehörendes. –*

*Es begab sich nun der ehrwürdige Dasako wieder zu den Ordensälteren und berichtete ihnen die Worte des Ehrwürdigen Khemako. – Geh, Bruder Dasako, begib dich zum Mönch Khemako und sprich zu ihm: So, Bruder Khemako, sprechen zu dir die Ordensälteren: „Wenn der ehrwürdige Khemako nichts von diesen fünf Zusammenhäufungen als das Selbst betrachtet oder als etwas zu einem Selbst Gehörendes, so ist der ehrwürdige Khemako also ein Geheilte, den nichts mehr verletzen kann?“ – Ja, Brüder –, antwortete der Ehrwürdige Dasako den Ordensälteren und begab sich zum ehrwürdigen Khemako und sprach zu ihm: So, Bruder Khemako, sprechen zu dir die Ordensälteren: „Wenn der ehrwürdige Khemako nichts von diesen fünf Zusammenhäufungen als das Selbst betrachtet oder als etwas zu einem Selbst Gehörendes, so ist der ehrwürdige Khemako also ein Geheilte, den nichts mehr verletzen kann?“ – Nicht betrachte ich, Bruder, von diesen fünf Zusammenhäufungen irgendetwas als das Selbst oder als etwas zu einem Selbst Gehörendes, doch nicht bin ich ein Geheilte, den nichts mehr ver-*

letzen kann. Was mich da, Bruder, bei den fünf Zusammenhäufungen als „ich bin“ angekommen ist, dieses sehe ich bei näherer gründlicher Beobachtung nicht als „ich bin“ an. –

Es begab sich der ehrwürdige Dasako nun wieder zu den Ordensälteren und berichtete ihnen die Worte des Ehrwürdigen Khemako. – Geh, Bruder Dasako, begib dich zum Mönch Khemako und sprich zu ihm: So, Bruder, sprechen zu dir die Ordensälteren: „Was du „ich bin“ nennst, was ist dieses „ich bin“? Sagst du zur Form: „ich bin“, sagst du: „außerhalb der Form bin ich“? Sagst du zum Gefühl: „ich bin“, sagst du: „außerhalb des Gefühls bin ich“? Sagst du zur Wahrnehmung „ich bin“, sagst du: „außerhalb der Wahrnehmung bin ich“? Sagst du zu den Aktivitäten: „ich bin“, sagst du: „außerhalb der Aktivitäten bin ich“? Sagst du zur programmierten Wohlerfahrungssuche: „ich bin“, sagst du: „außerhalb der programmierten Wohlerfahrungssuche bin ich“? Was du „ich bin“ nennst, was ist dieses „ich bin“? – Ja, Brüder –, antwortete der ehrwürdige Dasako den Ordensälteren und begab sich zum ehrwürdigen Khemako und sprach zu ihm: So, Bruder Khemako, sprechen zu dir die Ordensälteren: „Was du „ich bin“ nennst, was ist dieses „ich bin“? Sagst du zur Form: „ich bin“, sagst du: „außerhalb der Form bin ich“? Sagst du zum Gefühl: „ich bin“, sagst du: „außerhalb des Gefühls bin ich“, sagst du zur Wahrnehmung: „ich bin“, sagst du: „außerhalb der Wahrnehmung bin ich“? Sagst du zu den Aktivitäten: „ich bin“, sagst du: „außerhalb der Aktivitäten bin ich“? Sagst du zur programmierten Wohlerfahrungssuche: „ich bin“, sagst du: „außerhalb der programmierten Wohlerfahrungssuche bin ich“? Was du „ich bin“ nennst, was ist dieses „ich bin“? – Genug, Bruder.

*Wozu dieses Hin- und Hergehen! Bring mir den Stab, ich will mich nun selbst zu den Ordensälteren begeben.*

*Und auf den Stab gestützt, begab sich der ehrwürdige Khemako zu den Ordensälteren. Dort angelangt, tauschte er höfliche, freundliche Worte mit ihnen und setzte sich zur Seite nieder. Und die Ordensälteren stellten ihm noch einmal dieselbe Frage. – Nicht sage ich, Brüder, zur Form: „Ich bin“. Nicht sag ich: „Außerhalb der Form bin ich“. Nicht sage ich zu Gefühl - Wahrnehmung - Aktivitäten - programmierter Wohlerfahrungssuche: „ich bin“. Nicht sage ich: „Außerhalb von Gefühl - Wahrnehmung - Aktivitäten - programmierter Wohlerfahrungssuche bin ich“. Was mich da, Brüder, bei den fünf Zusammenhäufungen als „ich bin“ angekommen ist, dieses sehe ich bei näherer gründlicher Beobachtung nicht als „ich bin“ an. Es ist, Brüder, wie mit dem Duft einer blauen, roten oder weißen Lotusblüte. Wer da sagt: „Das Blatt hat den Duft – der Stängel hat den Duft - die Staubfäden haben den Duft – würde ein solcher recht sprechen? – Gewiss nicht, Bruder. – Wie nun aber, Brüder, würde er recht erklären? – Die Blüte als Ganzes hat den Duft: so sprechend, Bruder, würde er recht erklären. – Ebenso auch, Brüder, sage ich nicht zur Form: „ich bin“. Nicht sage ich zu Gefühl - Wahrnehmung – Aktivitäten - programmierter Wohlerfahrungssuche: „ich bin“. Nicht sage ich: „Außerhalb von Gefühl - Wahrnehmung - Aktivitäten - programmierter Wohlerfahrungssuche bin ich“. Was mich da, Brüder, bei den fünf Zusammenhäufungen als „ich bin“ angekommen ist, dieses sehe ich bei näherer gründlicher Beobachtung nicht als „ich bin“ an.*

Wir sehen hier, dass Khemako einen feinen Unterschied he-

rausstellt: So wie jedem normalen Menschen, so drängt sich auch Khemako aus dem Spiel der fünf Zusammenhäufungen, die zusammen den Eindruck von Leben und von Existenz machen, die Vorstellung eines „ich bin“ auf. Aber er berichtet hier - und das unterscheidet ihn von dem gewöhnlichen, unbelehrten und ungeübten Menschen - dass diese Vorstellung seiner näheren gründlichen Beobachtung nicht standhalte. Bei einer solchen Beobachtungsweise, wie der Erwachte sie rät und zu welcher er die Anleitung gibt, zeigt sich, dass die „Ich bin“-Vorstellung zwar aus nichts anderem als gerade aus diesem Fünferspiel hervorgeht, aber doch eine Täuschung ist. Es ist etwa so, wie wenn man an den vier Endpunkten eines Balkenkreuzes je eine brennende Fackel anbindet und dann das Kreuz um seinen Mittelpunkt in Schwung setzt. Während man zuvor vier brennende Fackeln sah, erscheint nun durch die schnelle Umdrehung des Kreuzes ein geschlossener Feuerring, eine Einheit. Ganz ebenso geht es bei dem Zusammenwirken der fünf Zusammenhäufungen, wie Khemako es an dem Beispiel von der Lotusrose zeigt. Aber hier soll jetzt erst aufgezeigt werden, inwiefern jede der fünf Zusammenhäufungen ganz unabhängig von dem menschlichen Wünschen, Verlangen, Fürchten und Sorgen nach ihrem eigenen Gesetz entsteht und vergeht.

Die erste der fünf Zusammenhäufungen ist die *Form (rūpa)*, sei es die des Körpers, die wir meist als „innen“, als „eigen“ auffassen, seien es die Formen der „Welt“, die wir als „außen“, als „fremd“ auffassen. Wir zählen den Körper ganz natürlicherweise zu unserem Ich, aber es ist nicht schwer zu erkennen, dass wir durchaus nicht souverän über den Körper verfügen, sondern ihm und seinen Entwicklungen geradezu ausgeliefert sind. Irgendwann in der Kindheit entdecken wir, dass wir einen so und so beschaffenen Körper haben, erkennen im Vergleich zu unseren Kameraden manches Geringere und manches Bessere, aber wir haben ihn so hinzunehmen, wie er ist. Es kann keiner „seiner Länge eine Elle zusetzen“ noch kann er sich kleiner machen, wenn er sich zu groß vorkommt.

Man kann manchen Krankheiten durch entsprechende Verhaltensweise vorbeugen, aber auf keinen Fall immer und allen Krankheiten. Und unentrinnbar läuft die Entwicklung des Körpers auf seine Alterung zu, wird immer morscher und geht spätestens an Altersschwäche zugrunde, wenn ihn nicht vorher schon Krankheit dahingerafft hat. Fast alle diese Entwicklungen geschehen nicht etwa mit unserem Willen oder gar aus unserem Willen, sondern geschehen ohne, ja meist gegen unseren Willen und gegen unsere Wünsche. Und das ist es, was der Erwachte als Nichtselbst auffasst. Wir können den Körper nicht so machen und haben wie wir wollen; insofern ist er fremd, „nicht ich“. Ebenso können wir die Außenform, die Welt, nicht so haben, wie wir wollen: Sie gehört uns nicht, ist nicht unser Eigentum, ist „fremd“.

Die zweite der fünf Zusammenhäufungen ist das *Gefühl* (*vedanā*). Wenn das Gefühl unser Selbst wäre, dann würden wir zu jeder Stunde und in jedem Augenblick uns die Gefühle schaffen können, die wir wünschen, und dann wären wir von der Geburt bis zum Tod nur glücklich und heiter und hell - denn es gibt kein Lebewesen, das sich Gefühle und Stimmungen wünscht, die ausschließlich schmerzlich und düster sind. Wir sehen daraus, dass die Gefühle über uns kommen unabhängig von unserem Wünschen und Wollen. Sie sind also durchaus nicht in ständiger Übereinstimmung mit uns, also erst recht nicht unser „Selbst“. Das Gefühl kommt auf von Fall zu Fall als die Resonanz unserer verborgenen inneren Anliegen, unserer Triebe, auf das jeweils von unseren Sinnen Erfahrene. Schon die Tatsache, dass Gefühl eine Resonanz ist, lässt erkennen, dass wir nicht über es verfügen können, dass wir darin nicht souverän sind. Zwar können wir anstreben, dass wir die Dinge bekommen, die unseren Anliegen entsprechen, und die Dinge vermeiden, die unseren Anliegen widerstreben. Aber einmal zeigt sich gerade darin, dass unser Gefühl abhängig ist und wir nicht souverän darüber verfügen, zum anderen gelingt es uns ja nur in wenigen Fällen, das unseren Anliegen Entsprechende zu erlangen und das ihnen Widerstrebende zu

vermeiden. Und so kommt es, dass wir uns in der Welt mit einem Körper vorfinden, mit dem wir in mancher Hinsicht zufrieden, in mancher Hinsicht nicht zufrieden sind, und mit Gefühlen, von denen zwar manche wohl tun, eine große Anzahl aber an jedem Tag alles andere als wohl tuend, unseren Wünschen entsprechend ist. Wir beherrschen sie nicht, darum können wir sie nicht als „ich“ bezeichnen.

Die dritte der fünf Zusammenhäufungen ist die *Wahrnehmung* (*saññā*), die nichts anderes als die Tatsache des Erlebnisses ist, und zwar des Erlebnisses von Formen und Gefühlen. Von allen Formen und Gefühlen wissen wir allein durch die Wahrnehmung. Sie erst ist es, wodurch wir Formen und Gefühle ununterbrochen erfahren, ihren Wechsel und Wandel in der Kette der Erlebnisse und damit das, was wir „Leben“ nennen. Der Erwachte kennzeichnet die Unzulänglichkeit der Wahrnehmung mit den Worten: „Vereint sein mit Unliebem und getrennt sein von Liebem.“ Das sind die konkreten Erlebnissituationen des normalen Menschen, die einander folgen vom morgendlichen Erwachen bis zum abendlichen Einschlafen. Auch die Träume liefern Erlebnissituationen, und am anderen Morgen beginnen wieder die des Tages. Und immer gilt: Es werden zwar immer Formen und Gefühle wahrgenommen, aber wir erkennen sie nicht als Wahrnehmung von Formen und Gefühlen, sondern sehen darin „objektive“, vom Erleber unabhängige Dinge: die Begegnung mit den Familienmitgliedern, mit den Kollegen im Beruf, mit den Nachbarn, den „toten Dingen“, der „Natur“ usw. und auch die Begegnung mit uns selber, kurz: „Welt“ und „Ich“. Näher besehen liefert die Wahrnehmung zwar nichts anderes als Formen und Gefühle, aber durch den gefühlsbedingten Blendungscharakter der Wahrnehmung, die der Erwachte darum mit einer Luftspiegelung vergleicht, werden die Formen und Gefühle wahrgenommen als Streit oder Eintracht mit dem Partner, dem Bruder, dem Kollegen, als Armut oder Reichtum, als Kriegszeiten oder Friedenszeiten usw., kurz als „das Leben“ mit seiner Kette von „Schicksalen“.

Können wir die so beschaffene Wahrnehmung gestalten nach unserem Wunsch und Willen? Sind wir Herr unserer Wahrnehmung? Diese Frage kann niemand mit Ja beantworten. Wir durchschauen die Wahrnehmung ja meist nicht einmal - zumindest nicht gleich, wenn sie aufkommt. Die Erscheinungen fesseln unsere Aufmerksamkeit so, dass wir die Bausteine selber, Form und Gefühl, besonders die Form als solche kaum je rein bemerken und daher auch das Gesetz ihres Entstehens und Vergehens nicht sehen und nicht beachten. Und so stehen wir ratlos vor dem Phänomen, dass die Flucht der Erscheinungen uns zerrinnt. Sie kommt und geht nach ihrem Gesetz. Sogar die Wahrnehmung, „unser“ Bewusstsein, ist also „fremd“, ist nicht „ich“.

Diese drei ersten Zusammenhäufungen, die in unserer Lebensform immer geschlossen erscheinen, bilden den passiven Teil eines jeden Erlebnisses, der uns irgendeine Situation liefert, die an uns herantritt - eine Auseinandersetzung, eine Begegnung, eine Mahlzeit, eine Krankheit usw. Darauf antworten wir in Gedanken, Worten oder Taten oder in allen drei Weisen. Das ist die *Aktivität (sankhāra)*, die vierte der fünf Zusammenhäufungen.

Sind wir darin souverän? Stehen uns die universalen Möglichkeiten menschheitlichen Agierens zur Verfügung, d.h. können wir denken, reden, handeln, wie wir wollen? Können wir das überhaupt wollen? Wir wissen, dass schon unser Wollen generell beschränkt ist und auch von Fall zu Fall abhängig ist.

Generell beschränkt ist es dadurch, dass wir immer nur solches wollen können, was wir kennen, was wir wissen oder wenigstens ahnen. Es kann kein Wesen einen Willen aufmachen nach etwas, wovon es überhaupt keine Ahnung hat. Das bedeutet, dass unser bisheriges Milieu, unsere bisherige Erfahrung den Gesamtkreis unserer Wollensmöglichkeiten bestimmen. Über diesen Gesamtkreis hinaus kann unser Wollen nie gehen, es sei denn, dass die Erfahrung zunimmt, dass die Milieueinflüsse noch weiterhin variiert werden.

Aber auch innerhalb dieses begrenzten Gesamtkreises un-



seres Wollens sind wir von Fall zu Fall im Wollen festgelegt. Zwar nicht in der engsten und schmalsten Gasse, aber doch in der Grundrichtung. Sobald eine Situation an uns herangetreten ist, die als schmerzlich empfunden wird, dann kommt spontan das Wollen auf, sie auf diesem oder jenem Weg zu verlassen. Und bei solchen Situationen, die als angenehm, erfreulich, beglückend, erhellend empfunden werden, kommt spontan der Wille auf, sie zu erhalten. Wegen einer als schmerzlich empfundenen Situation kommt nie das Wollen auf, sie zu erhalten. Wenn aber doch das Wollen aufkommt, sie zu erhalten, dann nur darum, weil die Situation erkennen lässt, dass ihre Vermeidung zu noch größeren Unannehmlichkeiten und Schmerzen führen würde, ihre Erhaltung also der Erhaltung des „kleineren Übels“, des relativ Besseren dient. Also bleibt es bei dem Grundgesetz, dass jede schmerzliche Situation zu dem Willen zwingt, sie auf bestmöglichen Wegen zu verlassen, und jede wohltuende Situation zu dem Willen zwingt, sie bestmöglich zu erhalten, wobei das sogenannte „Bestmögliche“ - oft nur das „kleinere Übel“ - allein im Rahmen der Gesamterfahrung des betreffenden Wesens gesucht und gefunden werden kann. Außerdem: Je schmerzlicher oder gar furchtbarer die Situation ist, um so plötzlicher, stärker ist der Wille, sie zu verlassen, und um so weniger Skrupel kommen auf über die Wege, wie sie verlassen wird.

So zeigt sich, dass das gemeinsame und gemischte Auftreten der ersten drei Zusammenhäufungen über uns kommt nach einem Gesetz, das nicht unserem Willen unterliegt, sondern das unabhängig von unseren Neigungen und Wünschen besteht. Wir sind der Kette der Erlebnisse ausgeliefert. Ja, in dieser Kette der Erlebnisse finden wir ja auch „uns selbst“ vor. Die Erlebnisse liefern auch jeweils den Erleber, liefern die Form des Erlebers und des Erlebten, das Gefühl des Erlebers und die Wahrnehmung des Erlebers in Begegnung mit bald Wohltuendem, bald Schmerzlichem. Und daraufhin kommt als viertes ein Wollen auf, von dem empfunden wird, dass es bei dem Erleber aufkomme. Aber es kommt gesetzmäßig auf und

unweigerlich nur gemäß dem bisher dort angesammelten Erfahrungsschatz und gemäß der mit der Situation aufgekommene Gefühlsqualität nach Schmerz oder Glück. Und während dieser geistige Prozess vor sich geht in ständigem Wechsel des Auftretens von passiv erfahrenen Situationen und „aktiver“ Reaktion, da sagen wir, denken wir, empfinden wir: „Ich lebe, ich will leben.“

Die fünfte der fünf Zusammenhäufungen, die *programmierte Wohlerfahrungssuche* (*viññāna*), ist die aus der denkerischen Aktivität entstehende Gewöhnung, künftig wiederum so zu agieren. Es ist unsere Gewohnheit, die sich in jeder Geste, in jeder Reaktion, in jeder Äußerung des Menschen zeigt. Von Kind an hat sich eine Aktionsweise eingespielt nach dem Gesetz: Das Unangenehme fliehen oder meiden, das Angenehme suchen oder behalten. Die Triebe bestimmen, was als angenehm oder unangenehm empfunden wird, und die äußeren Umstände, die Gepflogenheiten in dem Lebenskreis, in der Familie, in der man aufwuchs, bestimmen die Formen, die mehr oder weniger rücksichtsvollen oder rücksichtslosen, heimlichen oder offenen Formen, mit denen der Geist das Angenehme zu erhalten oder zu erlangen anstrebt, das Unangenehme zu meiden oder zu fliehen anstrebt. Diese Aktionsweise spielt sich ein, wird programmiert, und mit den fortschreitenden Kinderjahren und erst recht beim Erwachsenen ist das allermeiste eingespielt und läuft automatisch ab. Je älter man wird, um so schwerer lässt sich die Gewöhnung durchbrechen und ein neuer Impuls einprogrammieren. Und selbst der neue Impuls ist nach seiner Grundrichtung bereits festgelegt. Das ist die programmierte Wohlerfahrungssuche, das Schwungrad des Weiteragierens nach bisherigem Agieren, der blinde und verborgene Drahtzieher der Marionette „Ich“.

Diese Gewöhnung, diese Programmiertheit ist zwar nachweisbar an der messbaren feinelektrischen Strömung in den Gehirnzellen. Aber wie der Erwachte zeigt, entsteht die Gewöhnung nicht durch die Gehirnzellen und aus den Gehirnzellen, sondern bedient sich ihrer, um für die Dauer ihres Körper-

lebens diesen Fleischkörper zu bewegen nach ihren Wünschen. Und dieser blinde Lenker der Person steigt beim Tod mit dem feinstofflichen Körper aus dem grobstofflichen aus, verlässt ihn für die Umstehenden unsichtbar und wird zu einem Spannungsfeld hingezogen, das seinen Qualitäten im Habenwollen und Nichthabenwollen und in Rücksichtslosigkeit und Rücksicht entspricht. Das erlebt er als seinen neuen „Ort“, und dort agiert er weiter. Die programmierte Wohlerfahrungssuche, das *viññāna* ist es, von dem der Erwachte sagt, dass es von einem Leben zum anderen überspringt. Und gerade dieses Dasein fortsetzende *viññāna* ist, wie aus dem bisher Gesagten hervorgeht, das Allerabhängigste von allen fünf Zusammenhäufungen. Wohl- und Wehgefühle haben als Resonanz der Triebe auf das Erlebte die reaktive Aktivität ausgelöst, die jeweiligen Situationen haben die Formen der Aktivität bestimmt und so allmählich das Rad in Schwung gesetzt, die Gewöhnung eingefahren - und diese eingefahrene Gewöhnung springt über von dem alten Leib in den neuen. So wie der einer rollenden Billardkugel innewohnende Schwung durch den Anstoß an eine andere stillstehende in diese überspringt und sie nun nach Richtung und Geschwindigkeit genau so rollen lässt, so zündet ein „Leben“ das andere an, so bewegt eine sinnlose Aktivitätsströmung einen Leib nach dem anderen. Und dieser ganze seelenlose schmerzliche Prozess kann aus sich selber nie zu Ende gelangen, obwohl das Leiden die besonnenen Wesen immer und immer wieder nach einem Ausweg suchen lässt. Und so erstehen - selten, selten - solche Wesen, die allmählich eine so große Aufmerksamkeit in der Beobachtung und Untersuchung dieser Leidenszusammenhänge entwickeln in Verbindung mit innerer Stille und Klarheit, dass sie das Gesetz dieses Prozesses durchschauen und dadurch erwachen und dann über diese Tatsache aufklären und dem, der diesen Zusammenhang versteht und begreift, den Weg zeigen, wie er diese seelenlose, mühselige, schmerzhaft, in sich endlose Dynamik beenden könne und wie dabei die Schmerzen abnehmen, die Dunkelheit abnimmt, die Abhängigkeit abnimmt.

Wer diese seelenlose Dynamik gegenseitig sich schiebender blinder Kräfte nicht erkennt und nicht durchschaut, sondern an ein „Ich-bin“ glaubt, den muss die Aufdeckung der Wahrheit im Anfang erschüttern, wie der Erwachte es in M 22 sagt auf die Frage, ob man sich denn beunruhigen könne über etwas, das es nicht gibt:

*Es hat zum Beispiel einer den Glauben: „Das ist die Welt, das ist die Seele, das werde ich nach meinem Tode werden, unvergänglich, beharrend, ewig, unwandelbar, ewig gleich, ja, werde ich so verbleiben.“ Der hört vom Erwachten oder von einem vom Erwachten Belehrten die Verkündung der Wahrheit, hört von der Entwurzelung aller Vorliebe und Neigung für Ansichten aller Art, vom Zur-Ruhe-Kommen aller Aktivitäten, von der Loslösung von allen Erscheinungen, von der Versiegung des Durstes, der Entreizung, Ausrodung, vom Nibbāna. Da wird ihm zumute: „Vernichtet werde ich sein, o, zugrunde gegangen, ach! Nicht mehr werde ich sein!“ Er ist traurig, gebrochen, er jammert, schlägt sich stöhnend die Brust und gerät in Verzweiflung. Auf solche Weise kann man sich beunruhigen über etwas, das es nicht gibt.*

Wer aber in aufmerksamer gründlicher Selbstbeobachtung nach Anleitung des Erwachten durchschaut hat, dass da kein „ich-bin“ ist, wo der Eindruck von „ich-bin“ besteht, der kann nicht erschüttert werden. Denn der Übende erfährt, wie es befreit, wenn er das Spiel der fünf Zusammenhäufungen bei sich merkt. Er hat während eines solchen Anblicks alles Gewordene, Bedingte beiseite geschoben, und der Nibbāna-Grund ist einen Augenblick freigelegt, wie der Erwachte sagt: *Er steht da und hat das Tor zum Todlosen einen Spalt breit aufgedrückt. (S 12,33)*

Durch diesen Anblick, durch den der vielfältige mächtige Tendenzenstrom für einen Augenblick gleichsam „ausgeschaltet“ ist, werden die gesamten Triebe künftig in einem feinen Grad

geringer, drängen nicht mehr so wild wie zuvor: Die gesamten Erscheinungen von „Ich“ und „Welt“, die bisher sein „Alles“ waren, hat er einen Augenblick wirklichkeitsgemäß als tote, geschobene Prozesse gesehen - und in diesem Anblick konnte er nichts an ihnen finden. Von nun an kann er sie im Grunde nie mehr so vorbehaltlos als „Lebensinhalt“ ansehen, auch wenn sie ihn noch faszinieren. Die frühere Leidenschaftlichkeit bei Anziehung und Abstoßung ist verblasst, der so weit Gediehene hat eine nie gekannte Sicherheit im Todlosen und damit eine andere Dimension des Wohls erfahren.

So etwa muss man sich die Erfahrungen des Mönchs Khemako vorstellen, der in Zeiten der Besinnung die Freiheit von der Last der „Ich bin“-Behauptung erfahren hat. Mit dem Gleichnis von der Lotusblüte zeigt Khemako deutlich, wie der Trug des Ich-bin zustande kommt. Er vergleicht den Duft, der von der gesamten Lotusblüte ausgeht, nicht etwa mit einem wirklichen Ich oder Selbst, sondern mit dem bloßen *Eindruck* „Ich-bin“, der *Empfindung*, der Meinung „ich bin“, wie es ja ganz offensichtlich bei jedem Menschen aufkommt.

Und hier sagt nun Khemako, dass man von dem Duft der Lotusblüte nicht sagen könne, dass dieser allein von ihren Blättern käme oder allein von ihrem Stängel oder von ihren Staubfäden usw., vielmehr ströme die Blüte im Ganzen diesen Duft aus. Und er sagt, dass ganz ebenso nicht allein die Körperlichkeit den täuschenden Eindruck des „Ich bin“ vermittelt und nicht allein das Gefühl oder allein die Wahrnehmung usw., sondern dass erst das Zusammenspiel und das Zusammenwirken dieser fünf Erscheinungen den täuschenden Eindruck eines „ich bin“ vermittelt: Keine einzelne der fünf Zusammenhäufungen würde man „ich“ nennen - das haben wir bei ihrer Betrachtung gesehen. Was „ich“ genannt wird, ist also nichts als der *Eindruck*, der *Anschein*, den das Zusammenspiel der fünf ichlosen, kernlosen, tot geschobenen Zusammenhäufungen hervorruft.

Die älteren Mönche haben eine herausfordernde Frage an den Bruder Khemako gestellt, und der Bruder antwortet, dass

er kein Geheilter sei, obwohl er die fünf Zusammenhäufungen durchschaue in ihrer gegenseitigen Bedingtheit und Abhängigkeit. Und indem er es durchschaut, steht er beobachtend darüber, hat sozusagen eine höhere Instanz aufgebaut, die sich reckt und sagt: „Jetzt ist es genug mit dem dummen Spiel der fünf Zusammenhäufungen.“ Diese höhere Instanz, die Weisheit, hebt den ringförmig geschlossenen Bedingungs-zusammenhang der fünf Erscheinungen allmählich auf. Sie ist es, die bei dem Mönch Khemako sagt: „Was mich da ankommt: ‚ich bin‘, das ist nur ein tot-mechanisches Angestoßen-Sein von sich gegenseitig bedingenden Faktoren, die jeder für sich unbeständig sind.“ Dadurch, dass er nicht blind auf die von den Tendenzen gefärbten Wahrnehmungen reagiert, sondern im Geist eine andere - auf Durchschauung gerichtete - Aktivität aufmacht, durchbricht er den Kreislauf. Er kann nicht verhindern, dass spontan von den Trieben gefärbte Wahrnehmungen aufkommen; sozusagen passiv erfährt er: „Ich habe etwas erlebt.“ Aber sofort korrigiert er diese Auffassung: „Das bin nicht ich, das musste so aufkommen entsprechend den Trieben, da ist keine beständige Persönlichkeit, da ist nur ein Drängen und Schieben von vielerlei Wollungen, von denen die stärksten sich durchsetzen ohne einen bewussten Lenker oder Führer.“ Khemako spricht also von zwei verschiedenen Anschauungen: der triebhörigen, die ihn empfinden lässt „ich bin“ und dem gleich daran anschließenden Urteil der Weisheit: „Das bin ich ja gar nicht.“ Die erstere Auffassung kommt ihm wegen der noch vorhandenen achten Verstrickung „Ich-bin-Vermeinen, Empfinden“, durch die jeder Nichtgeheilte gefesselt ist, das spontane Getroffensein: „Mir ist dies oder das.“ Je stärker aber ein Mensch im Geist den rechten Anblick verankert hat, um so weniger kann er in seinem gedanklichen Sprachbereich die Reaktion zulassen: „Mir ist das geschehen.“ Sofort ist er bei solchem Gedanken wach: „Wer ist ‚mir‘? Wovon lässt du dich da wieder täuschen!“

Wenn einer nach der Belehrung durch den Erwachten bei sich selber in gründlicher Überlegung erkennt: „Ein Ich gibt es

nicht“, dann hat er die erste Verstrickung, die geistige Ansicht, dass da eine Persönlichkeit sei, die getroffen werden könnte, aufgehoben. Wohl aber ist er noch von der achten Verstrickung, dem ganz spontanen triebbedingten „Ich-Empfinden“ gefesselt. Die erste Verstrickung wird gedanklich in geistiger Durchdringung aufgehoben, sie muss zuerst aufgebrochen werden. Die achte Verstrickung aufzuheben, erfordert aber bereits eine innere Abgelöstheit von allem Wollen.

Wer schwimmend von einer Strömung im Meer abgetrieben wird und dadurch immer weiter von seinem Kurs abkommt, der merkt diese „Abdrift“ nicht, weil er nirgends einen festen Anhalt hat. Wer aber innerhalb der Strömung im seichten Wasser Grund gewinnen, feststehen kann, der erst spürt die andrängende Strömung, weil er sich gegen sie behaupten muss.

Ganz ebenso ist es mit den durch den Erwachten nicht belehrten und den belehrten Menschen. Der Unbelehrte überlässt sich der Strömung seiner Triebe mehr oder weniger, wird von ihr bewegt und merkt sie darum nicht. Und weil er sie nicht bemerkt, so kann er leichter sich als eine Einheit, als ein Selbst ansehen. - Wer aber durch den Erwachten belehrt, auf das von den inneren Trieben in Gang gehaltene Spiel der fünf Zusammenhäufungen achtet, der bemerkt, je mehr er in dieser Beobachtung Übung gewinnt, um so mehr die gewaltige Anströmung jener fünf aufkommenden und schwindenden Erscheinungen. Er merkt ihren Andrang, ihr Rollen, ihr Reißen und erfährt dabei, wie eine jede im Aufkommen die andere hervorbringt und wieder schwindet. Erst durch das beobachtende Stillstehen kann er das Spiel der ungerufenen und ungewollten Erscheinungen beobachten. Dabei erfährt er, wie dieses Spiel der Erscheinungen den Eindruck „ich bin“ erweckt, und erfährt zugleich, dass es mit einem „ich bin“ oder Selbst nichts zu tun hat, dass es eine hinreißende Leidensmasse ist und dass er durch sein stillstehendes Beobachten diese Strömung immer mehr zum Abflauen bringt, dass damit innere Freiheit und inneres Wohl zunehmen. So erkennt er, dass die vollkommene

Befreiung von der fünffachen Strömung auch das vollkommene Heil ist.

Zwar gelingt das stillstehende Beobachten nicht immer. Man merkt, was es für eine Kraft kostet, um diese Strömung zu beobachten, seinen festen Stand zu behalten. Die programmierte Wohlerfahrungssuche will so und so denken, in den gewohnten triebbedingten Bahnen laufen. Eine Zeitlang bemüht man sich, und es mag gelingen, aber ehe man sich versieht, befindet man sich schon wieder in irgendwelchen Gedankenassoziationen, und es rollt wieder in den gewohnten Bahnen. Wieder mag man sich auffangen, ist aber bald wieder bei dem Gewohnten. Der Mönch sagt mit anderen Worten: dieses gewohnte Ich-bin-Dünken (*asmi-māno = māno-samyojana*, 8.Verstrickung) habe ich noch, es kommt mich an bei jedem Erlebnis, aber den fesselnden Glauben an Persönlichkeit (*sakkāyaditthi-samyojana*, 1.Verstrickung) habe ich nicht mehr. Denn sobald mich der Gedanke ankommt „Das bin ich“, durchschaue ich ihn als Irrtum.

Khemako fährt nun fort:

*Wenn auch, ihr Brüder, einem erfahrenen Heilskundigen die fünf an das Untere haltenden Verstrickungen zum Schwinden kommen, so ist da dennoch bei den fünf Zusammenhäufungen ein geringes, noch nicht beseitigtes Maß des Dünkens „ich bin“, des Willens „ich bin“, der Neigung „ich bin“. Später weilt er nun bei den fünf Zusammenhäufungen in der Betrachtung ihres Entstehens und Vergehens: „So ist die Form, so ist die Entstehung der Form, so ist das Vergehen der Form. So sind Gefühl - Wahrnehmung - Aktivitäten - programmierte Wohlerfahrungssuche, so ist die Entstehung der programmierten Wohlerfahrungssuche, so ist das Vergehen der programmierten Wohlerfahrungssuche.“ Wenn er so bei den fünf Zusammenhäufungen in der Betrachtung ihres Entstehens und Vergehens*



*weilt, so kommt auch jenes geringe, noch nicht beseitigte Maß des Dünkens „ich bin“, der Neigung „ich bin“ zum Schwinden.*

Khemako spricht hier von dem Aufgehoben-Sein der fünf an das Untere haltenden Verstrickungen - Glaube an Persönlichkeit, Daseinsbangnis, Hängenbleiben an vorgesetzten Verhaltensweisen, weltliches Begehren und Hassen, ist also selber von ihnen frei. Damit hat er den Grad des *Nichtwiederkehrers* erreicht, er wird nach dem Fortfall des Leibes nicht mehr in diese sinnliche Welt wiederkehren, sondern von nichtsinnlichen Bereichen aus die Vollendung gewinnen.

Wenn die vierte und fünfte Verstrickung noch vorhanden sind, das sinnliche Begehren, das nach außen Lungern und Lauschen, und erst recht die Hassensformen, dann kostet es noch mehr Kampf, um sich klar zu machen, dass dieses begehrende und hassende „Ich“ nur ein Spiel von einander sich bedingenden Faktoren ist, weil die Aufmerksamkeit des Begehrenden und Hassenden hauptsächlich auf die ersehnten oder gehassten Gegenstände gerichtet ist. Je stärker der Mensch von den Dingen fasziniert ist, um so stärker ist das Ich-bin-Gefühl. Die Faszination und die Stärke des Ich-Gefühls korrespondieren miteinander, bedingen sich gegenseitig. Je weniger ein Wesen fasziniert ist, um so fähiger ist es, das Spiel der fünf Zusammenhäufungen zu durchschauen, wenn es von einem Erwachten belehrt wurde.

Hier sagt Khemako, dass ihn noch ein geringes Maß an Ich-bin-Dünken ankommt.

Ein Beispiel für Ich-bin-Dünken auf einer solchen Höhe gibt ein Gespräch zwischen Anuruddho und Sāriputto. Anuruddho sagt: Mit dem himmlischen Auge schaue ich durch tausend Welten, in den weitesten Räumen erlebe ich die Vorgänge des Entstehens und Vergehens. Warum komme ich nun nicht zu dem letzten Schritt der Triebversiegung? Darauf antwortet Sāriputto: Dass du denkst: „Ich sehe das“, das ist Ich-bin-Dünken, und daher rührt auch die neunte Verstrickung, die

Erregung, eine gewisse Unruhe: „Ich komme immer noch nicht ans Ziel.“ Das setzt voraus die Empfindung: „*Mir* läuft etwas zuwider.“ Wer so denkt, der steht noch nicht darüber, sondern ist getrieben von Trieben, wenn auch den besten, der Heilssehnsucht, die sich zeigt als „Nichtseinwollen“ (*vibhavatanhā*). Nur durch Anliegen bedingt ist der Ich-Eindruck. Wenn gar keine Anliegen sind, kann kein Ich-Dünken sein. Und zu einer Zeit, wo Ich-Dünken als Trug ganz durchschaut wird, gibt es keine Anliegen. In solcher Zeit ist man neutral, da man ganz deutlich merkt: „Da ist gar kein Ich“. Darum kann auch keinerlei Erregung aufkommen, denn einem solchen ist nichts zuwider. Während solcher Zeiten hat der Betrachtende vorübergehend die Hemmung *Wahn* aufgehoben, bis die durchschauende Betrachtung wieder aufhört.

Khemako sagt, dass ihn noch ein geringes Maß an Ich-bin-Dünken ankomme, aber dann betrachte er Entstehen und Vergehen der Form (durch Nahrung und Atmung), das Entstehen und Vergehen der Gefühle (durch Berührungen), das Entstehen der Wahrnehmungen (durch Herantreten von Formen und Gefühlen) und Vergehen (durch Nichtherantreten von Formen und Gefühlen), das Entstehen der Aktivität (als Reaktion auf Wahrnehmungen) und das Vergehen der Aktivität (bei nicht engagierenden Wahrnehmungen), das Entstehen der programmierten Wohlerfahrungssuche (durch Wiederholung bestimmter Aktivitäten) und das Vergehen dieser programmierten Wohlerfahrungssuche (auf Grund anderer Aktivität), wodurch wieder eine andere programmierte Wohlerfahrungssuche geschaffen wird, die wieder entsprechende Formen als Nahrung erfährt usw.

Khemako zeigt nun die Reinigung der Wesen vom Ich-Gedanken noch einmal an einem Gleichnis:

*Wie wenn da, Brüder, ein unreines, fleckiges Gewand ist, und die Eigentümer übergeben es einem Wäscher. Dieser weicht es gleichmäßig ein in salziger Lauge, in ätzender Asche oder mit Kuhmist und spült es dann in*

*klarem Wasser. Obgleich nun dieses Gewand rein und sauber ist, so hat es doch noch einen geringen, noch nicht beseitigten Laugengeruch oder Aschengeruch oder Kuhmistgeruch. Der Wäscher gibt es nun den Eigentümern zurück, und diese legen es in eine dufterfüllte Truhe. Jener geringe, noch nicht beseitigte Laugengeruch oder Aschengeruch oder Kuhmistgeruch, auch dieser kommt dann zum Schwinden. Ebenso auch, Brüder, wenn er so bei den fünf Zusammenhäufungen in der Betrachtung ihres Entstehens und Vergehens weilt, so kommt auch jenes geringe, noch nicht beseitigte Maß des Dünkens „ich bin“, der Neigung „ich bin“ zum Schwinden. –*

*Nach diesen Worten sprachen die Ordensälteren zum ehrwürdigen Khemako: Nicht haben wir den ehrwürdigen Khemako befragt in der Absicht, ihn zu belästigen; vielmehr weil der ehrwürdige Khemako fähig ist, die Lehre des Erhabenen in ausführlicher Weise darzulegen, aufzuzeigen, kundzutun, zu begründen, zu eröffnen, zu erklären, zu verdeutlichen. So ist denn nun vom ehrwürdigen Khemako die Lehre des Erhabenen in ausführlicher Weise dargelegt, aufgezeigt, kundgetan, begründet, eröffnet, erklärt und verdeutlicht worden. – So hatte der ehrwürdige Khemako gesprochen. Erhoben und beglückt freuten sich jene Ordensälteren über das Wort des ehrwürdigen Khemako. Während aber diese Erklärung gesprochen wurde, löste sich bei sechzig der Ordensälteren das Herz ohne Ergreifen von den Wollensflüssen/Einflüssen, und ebenso bei dem ehrwürdigen Khemako.*

In der buddhistischen Tradition wird diese Stelle folgendermaßen erklärt:

*Das unreine Gewand bedeutet die unreine Herzensbeschaffenheit des Weltmenschen. Die drei scharfen Substanzen sind die drei Betrachtungen. Das mit den drei scharfen Substanzen gewaschene Gewand ist die von der dargelegten Lehre durchtränkte Herzensbeschaffenheit des Nichtwiederkehrers. Der geringe Laugengeruch usw. sind die durch den Heiligkeitspfad noch zu vernichtenden Befleckungen. Der dufterfüllte Behälter ist das Wissen des Heiligkeitspfades. Das durch diesen dufterfüllten Behälter bewirkte Schwinden des Laugengeruchs usw. ist die Vernichtung der gesamten Befleckungen durch den Heiligkeitspfad.*

Das heißt also, dass man durch die beharrliche Pflege der drei Betrachtungen: der Unbeständigkeit, der Leidhaftigkeit, der Nicht-Ichheit (*anicca, dukkha, anatta*) sein Wesen weitgehend von weltlichem Begehren und Hass befreit. Diese Befreiung wird noch verstärkt, wenn dem Betrachtenden Einigung, Herzensfriede zuteil wird, der mit dem klaren Wasser verglichen wird, in welchem der Wäscher das Gewand nachspült. Dann erst treten die letzten Verstrickungen zutage, werden bemerkt: das Begehren nach Form und Nichtform (*rūparāga* und *arūparāga*), das letzte feine Ich-bin-Dünken (*asmi-māno*), letzte Erregbarkeit (*uddhacca*) und der Rest des Wahns (*avijjā*). Diese nur noch an den oberen Teil der rieselnden Daseinsmöglichkeiten haltenden Verstrickungen - das ist in dem Gleichnis der geringe Laugengeruch, der dem Gewand noch anhaftet.

Wenn einer, der die Nichtichheit gänzlich durchschaut hat, außerdem so weit gediehen ist, dass er mit der Abwehr von sinnlichem Begehren und Hass gar nichts mehr zu tun hat, dass er, von der Außenwelt völlig unabhängig, in sich hell ist und nur noch die restlichen feineren Verstrickungen abzutun hat, dann hat er den todlosen Anblick, das Erlebnis der zeitweisen Freiheit von den fünf Zusammenhäufungen, viel, viel anhaltender und deutlicher gegenwärtig als früher durch die vielen Zerrungen hindurch. Das wird verglichen mit dem Einlegen des Gewandes in einen duftenden Behälter. Dieser Hei-

ligkeitsanblick ist beim Nichtwiederkehrer fast durchgängig mit nur gelegentlichen Unterbrechungen gegenwärtig. Dieser reine, klare Duft rodet die letzten Reste von Ergreifen aus, die von der früheren Behandlung mit den auflösenden Mitteln, des Anblicks der Unbeständigkeit, der Leidhaftigkeit und der Nichtlichkeit, noch nicht erfasst worden waren.

Dieser Anblick überragt alle anderen denkerischen Möglichkeiten gegenüber dem, was sonst als „Ich“ erscheinen will. Aber wir müssen wissen, dass wir selten zu dem Allerhöchsten fähig sind, zu dem Anblick, der wie ein unwiderstehliches Reinigungsmittel alle Grenzen, alle Horizonte auflöst, vor dem nichts Gewordenes bestehen bleibt.

Die falsche Anschauung, die unmittelbare Anwendung „ich bin“ kann nicht widerlegt, nicht zur Ruhe gebracht werden, solange und soweit wir von Sinnlichkeit und Hassensformen bewegt werden. Durch diese stark bewegenden Gemütswallungen wird der wirklichkeitsgemäße Anblick verhindert, und selbst wenn in neutraleren Zeiten der rechte Anblick mehr durchkommen kann - es ist wie wenn man einen Augenblick mit einem Schild einen Strom aufgehalten hat, aber dann bricht das Wasser sich Bahn, und man wird weggeschwemmt, kann den rechten Anblick nicht halten und befindet sich wieder im Strudel.

Wir müssen zuerst dafür sorgen, dass viel weniger Wasser herankommt, das uns umzuwerfen droht. Das bedeutet vor allem und zuerst: Allen Anwendungen des Hassens und der Gewaltsamkeit widerstehen, und es bedeutet, den Sinnendingen wenigstens nicht hemmungslos nachgehen. Diese Reihenfolge, die der Erwachte besonders den Hausleuten empfiehlt, schützt vor einem verbissenen „Entbehren sollst du, sollst entbehren“. Denn wer vor allem alle Antipathie, alle Formen der Abneigung bei sich ausrodet, der erhellt sein Herz und seine Umwelt allmählich so sehr, dass vor dieser feinen wohlthuenden Helle die Sinnendinge - beginnend mit dem Groben - fast von allein zurückzutreten beginnen, so dass er bei vernünftigem Vorgehen nie in inneren Mangel gerät, sondern an

innerem Wohl zunimmt. Eine Handhabe für die Minderung von Hass und Gelüstigkeit geben die Tugendschritte des Achtpfades: Rechte Rede, rechtes Handeln, rechte Lebensführung. Tugend und Weisheit bedingen sich gegenseitig. Wer das eine pflegt, der fördert das zweite und umgekehrt. Auf die Dauer kann eines allein nicht bestehen. Darum ist ein Mensch, der die heilende rechte Anschauung kennengelernt hat, um die es in dem Gespräch zwischen Khemako und den Ordensälteren geht, auch dann bei der Grundlegung des Höchsten - der zum Klarwissen führenden Einigung - wenn er mit diesem Wissen in seinen täglichen Begegnungen sich um Tugend bemüht, und er fördert die Befriedung und Besänftigung seiner täglichen Begegnungen, wenn er den weisheitlichen Anblick pflegt, wie es z.B. der Leser dieser Lehrrede tut. Wer das sieht, der wird nicht voll Ungeduld warten, wann er endlich „aus dem Anfängerstadium heraus zu den 'eigentlichen' Übungen“ komme, sondern er kann sein ganzes Leben als ein einziges Schreiten auf dem Achtpfad ansehen.

Welche Förderung dabei der Umgang mit Gleichgesinnten, das hilfreiche Gespräch, bieten kann, das sehen wir bei Khemako und den Ordensälteren: Was sich bei ihnen in innerlich abgeschiedener stiller Betrachtung vorbereitet hatte, das kam durch die tiefen Fragen der Ordensälteren und die klärenden Antworten, die Khemako ihnen und sich selber gab, bei Khemako und bei den Ordensälteren zu vollkommener Reife.

DIE WANDERUNG IN DER HEIMSTATT UND  
DER NICHT MEHR IN DER HEIMSTATT WANDERNDEN  
Gruppierte Sammlung (S 22,3)

Einleitung

In der folgenden Rede stößt der Nachfolger gleich zu Anfang auf eine ihm bekannte Erscheinung. Wer immer wieder Lehrreden liest, um die Existenz in ihrer Verflechtung und die Möglichkeit ihrer Auflösung zu verstehen, der erfährt bei sich, dass er manchmal tagelang oder wochenlang eine Aussage des Erwachten im Geist bewegt und immer wieder darüber nachdenkt und immer wieder diesen oder jenen Punkt umkreist, weil ihm noch nicht klar ist, was das bedeuten soll.

In solchen Fällen haben wir es heute erheblich schwerer als die Anhänger zur Zeit des Erwachten, denn jene konnten vom Erwachten oder von weisen Mönchen die befriedigende Aufklärung bekommen und damit den Knoten lösen. Das ist heute nicht mehr möglich, aber durch gründliches Lesen und Bedenken der vielen überlieferten Reden können wir uns gut helfen, denn diese ergänzen und bestätigen sich gegenseitig.

Im vorliegenden Fall hat ein Anhänger über einen vom Erwachten früher gesprochenen Vers meditiert, in welchem der große Gegensatz zwischen einem „Geheilten“ und dem normalen Menschen aufgezeigt wird. Dieser „Hausvater“, im damaligen seelenkundigen Indien geboren und aufgewachsen, weiß über die inneren geistig-seelischen Dinge erheblich mehr als der moderne Mensch, aber es sind einige Begriffe jenes Verses so dicht, dass auch er nach Aufklärung fragt.

Es ist hier die Rede von geistig-seelischen Erscheinungen, den Trieben und Emotionen, deren Wesen und Gesetz der moderne Mensch weit weniger kennt und beachtet als die äußeren Erscheinungen, obwohl sie in Geist und Gemüt wühlen und wirken mit all ihrem Einfluss auf Empfinden, Denken und Handeln und damit auf unser „Schicksal“. Der darüber unwissende Mensch handelt und lebt im Zwang dieser unterbewuss-

ten und unbewussten Kräfte; wer sie aber kennenlernt, der kann ihr Spiel allmählich überblicken, beherrschen und zuletzt sich befreien.

In Vollständigkeit gelingt diese Aufgabe nur abseits des allgemeinen Verbandes der gesellschaftlichen Reize und Ablenkungen und der beruflichen Zwänge.

### Der Denkspruch

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der ehrwürdige Mahā-Kaccāno bei den Avantiern an einem Bergabhang in der Nähe von Kuraraghara. Da nun begab sich Haliddikani, der Hausvater, zum ehrwürdigen Mahā-Kaccāno, begrüßte ihn ehrerbietig und setzte sich zur Seite nieder. Seitwärts sitzend, sprach Haliddikani zum ehrwürdigen Mahā-Kaccāno:  
Der Erhabene hat einstmals erklärt, o Herr: <sup>3</sup>*

*Die Heimstatt aufgegeben,  
auch in der Welt nicht wandernd,  
der Überwinder ist mit and'ren nicht vertraut,  
sucht nichts mehr in der Welt,  
von Zukunftshoffnung frei:  
ein solcher mag um Meinungen nicht streiten.*

*Was ist der Sinn dieser kurzen Aussage des Erhabenen, o Herr? –*

Hier fragt also der Anhänger Haliddikani, der wahrscheinlich schon lange Nachfolger des Erwachten ist, nach dem Sinn eines Verses, den der Erwachte in einem früheren Gespräch vorgebracht hatte. Es geht darin um die Kennzeichnung der inneren Freiheit eines Geheilten (*arahat*) und Vollendeten, der

---

<sup>3</sup> Sn 844



sich von allen Abhängigkeiten, in welchen Tiere und Menschen, Geister und Götter sich befinden, vollkommen abgelöst hat, der in keiner Weise und zu keinen Zeiten mehr verletzbar ist und insofern das Todlose gewonnen hat.

In diesem Vers werden sechs Verhaltensweisen kurz angedeutet. Diese beschäftigen Haliddikani. Manche davon versteht er schon gut, manche weniger, und er hat erfahren, wie hilfreich es ist, vom Erwachten oder von reifen Mönchen Näheres zu hören.

Die Antworten des Mönchs werden ihm ausgereicht haben; aber wir bedürfen näherer Erklärung der Worte des Mönchs. Wie schon öfter empfohlen, gewinnt der Leser eine gründlichere Kenntnis von der Lehre, wenn er zuerst mit jenem Vers nur die (kursiv gedruckten) Erklärungen des Mönchs liest ohne unsere zusätzlichen Erläuterungen, dann selbst über die Erklärungen des Mönchs nachdenkt und sie zu verstehen sucht und danach erst sich den Text im Zusammenhang erarbeitet.

Die Heimstatt aufgeben,  
auch in der Welt nicht wandernd

*Inwiefern wandert einer in der Heimstatt?*

*Form und Gefühl und Wahrnehmung und Aktivität bilden die Heimstatt der programmierten Wohlerfahrungssuche (viññāna).*

*Da die programmierte Wohlerfahrungssuche mit Anziehung an Form und Gefühl und Wahrnehmung und Aktivität gebunden ist, wird sie „Wanderer in der Heimstatt“ genannt.*

*Insofern ist einer „ein Wanderer in der Heimstatt“.*

*Und wie ist einer „ein nicht mehr in der Heimstatt Wandernder“?*

*Was da, Haliddikani, Willensdrang und Gier nach Form ist, sich an Form befriedigen wollen und danach dürsten, dieses Da-immer-Herantreten, Ergreifen, die*

*Neigung des Gemüts, bei den Formen zu bleiben und zu wohnen, das ist vom Geheilten aufgehoben, mit der Wurzel abgeschnitten, wie eine entwurzelte Palme, die nicht wieder sprießen kann, nie wieder wachsen kann.*

*Was da, Haliddikani, Willensdrang und Gier nach Gefühl - Wahrnehmung - Aktivität - programmierter Wohlerfahrungssuche ist, sich daran befriedigen wollen und danach dürsten, dieses Da-immer-Herantreten, Ergreifen, die Neigung des Gemüts, bei Gefühlen - Wahrnehmung - Aktivität - programmierter Wohlerfahrungssuche zu bleiben und zu wohnen, das ist vom Geheilten aufgehoben, mit der Wurzel abgeschnitten, wie eine entwurzelte Palme, die nicht wieder sprießen kann, nie wieder wachsen kann.*

*Darum wird der Geheilte ein „nicht mehr in der Heimstatt Wandernder“ genannt. Insofern, Haliddikani, ist einer „ein nicht mehr in der Heimstatt Wandernder“.*

*Und wie, Haliddikani, ist einer „ein Wanderer in der Welt“ (niketasāri)?*

*Wandert einer, an den Umgang mit Formen, Tönen, Düften, Geschmücken, Tastungen und Gedanken gewöhnt, daran gebunden (im Samsāra), so wird er „ein Wanderer in der Welt“ genannt.*

*Und wie, Haliddikani, ist einer „kein Wanderer in der Welt“?*

*Die Bande und die Verstrickungen, die den Wanderer an den Umgang mit Formen, Tönen, Düften, Geschmücken, Tastungen und Gedanken binden, die sind vom Geheilten aufgehoben, mit der Wurzel abgeschnitten, wie eine entwurzelte Palme, die nicht wieder sprießen kann, nie wieder wachsen kann.*

*Insofern wird der Vollendete „kein Wanderer in der Welt“ genannt. –*

Wir sehen, dass hier als das Heim – das heißt als das Ich - die Zusammenhäufungen genannt werden. Wo die Zusammenhäufungen spielen, da wird „Ich bin“ erlebt, „Ich bin“ behauptet, besteht der Ich-bin-Glaube (*sakkāyaditthi*).

Dagegen werden in dieser Lehrrede die fünf als außen erfahrenen Formen, Töne, Düfte, das Schmeck- und Tastbare mit dem daraus hervorgehenden Denkbaren als „die Welt“ verstanden. Letztlich haben wir es „innen wie außen“, das heißt sowohl beim zum Ich gezählten Körper wie bei der als außen erfahrenen Welt, immer mit „Form“ zu tun, denn das Sichtbare, Hör-, Riech-, Schmeck- und Tastbare wird ebenso wie der Körper als „Form“, Materie, wahrgenommen.

Der sinnensüchtige Mensch, solange er sich mit dem Körper, der ersten Zusammenhäufung, identifiziert, wendet sich ununterbrochen an die „Welt“ der Formen, Töne, Düfte..., um von ihnen Befriedigung (Wohlgefühl) zu gewinnen. Aber wer die Leidigkeit der vergeblichen Wohlsuche durchschaut hat, löst sich aus der Abhängigkeit von dem als Ich und Umwelt Erlebten.

Mahā-Kaccāno erläutert in seiner Antwort den Zustand des Geheilten: Der Überwinder, der Vollendete, der Triebversiegte hat den Glauben an Persönlichkeit (*sakkāyaditthi*) als den Grundirrtum durchschaut und darum aufgegeben, empfindet die Zusammenhäufungen nicht als eigen (*sa-kāya*), als „Heimstatt“. Er sieht weder den Körper noch die Gefühle noch die Wahrnehmungen noch die geistige Aktivität als Ich oder Heim an und lässt sich bei ihnen nicht mehr nieder. Darum auch wandert die programmierte Wohlerfahrungssuche, die fünfte Zusammenhäufung, nicht mehr in der von der Wahrnehmung angebotenen Welt auf der Suche nach geliebten Formen, Tönen, Düften, Geschmäcken, Tastungen und Denkobjekten (*niketasāri*). Der Gierlose, befreit von dem Verlangen nach Wahrnehmung, lebt in einer dem normalen Menschen nicht vorstellbaren inneren hellen Ruhe. Er ist nicht mehr auf das Umherrschen, das Erfahren der Dinge der „Welt“ aus, ist nicht mehr an Welterfahrung gebunden, gefesselt, er ersehnt, be-

geht nicht mehr die vielfältigen Dinge der Welt, die der normale Mensch mit seinen Sinnesdrängen heranzuraffen bemüht ist, um zu angenehmen Gefühlen und Wahrnehmungen zu kommen. Darum kann er auch von keinerlei Vorgängen mehr betroffen werden.

### Leben ist Wollen und Wahrnehmen

Einen Zugang zu den hier genannten Zusammenhäufungen, die den Eindruck von eigen (der „Heimstatt“) erwecken, gewinnen wir, wenn wir uns vor Augen führen, dass unser gesamtes Leben, von dem der Erwachte sagt, dass es der ständige Ablauf der fünf Zusammenhäufungen ist, aus nichts anderem besteht als aus fortgesetztem Wechsel von Wahrnehmungen und Wollen: den durch Wahrnehmen erfahrenen Erlebniszenen und entsprechendem Wollen, Reagieren von unserer Seite. Wollen und Wahrnehmen sind die beiden Seiten des Lebens und drücken sich auch in unserer Sprache aus in aktiv und passiv, in Tatform und Leideform.

Unser passives Erleben besteht immer aus den ersten drei der fünf Zusammenhäufungen, indem von den Sinnesdrängen im Körper erfahrene Formen (1) gefühlt (abgeschmeckt) (2) werden und dann als sinnhabende Dinge, Wesen, Ideen, Aufgaben wahrgenommen (3) werden. Formen, Gefühle, Wahrnehmungen - diese drei Zusammenhäufungen sind die drei unzertrennlichen Komponenten des passiven Erlebnisteils jedes normalen Menschen.

Und je nachdem, ob der Sinneseindruck den dem Körper innewohnenden Sinnesdrängen gefallen oder missfallen hat - also zu Wohl- oder Wehgefühlen geführt hat -, kommt dann sofort unsere Reaktion, unser Wollen (*cetanā*), unsere Aktivität auf, die vierte Zusammenhäufung. (Von der fünften wird später die Rede sein.) Wir reagieren, indem wir das Angenehme möglichst festhalten, das Unangenehme möglichst beseitigen wollen. Aber während wir noch damit beschäftigt sind, werden schon wieder von den Sinnesdrängen des Körpers

Formen (1) gefühlt (2) und als sinnhabende Dinge, Wesen, Ideen, Aufgaben wahrgenommen (3), worauf wiederum mit Wollen reagiert wird (4). Wo dieses Spiel geschieht, da sagen wir: „Ich lebe und erlebe.“ Aber woher und wie geschieht dieses „Spiel“?

### Leben ohne Ende

Wir sterben nicht und sind auch in früheren Inkarnationen nie gestorben. Wenn der Körper als Leiche daliegt, dann ist das Wollende und Wahrnehmende nur ausgestiegen. Der Wollende und Wahrnehmende sieht einerseits seine Leiche jetzt da liegen, aber zugleich schon die vor ihm Gestorbenen, seine Eltern und andere, die ihn begrüßen, und lebt sein Leben so weiter, wie er es sich bis dahin erwirkt hat. So sagt *Koa Shonin*:

*Eine Seele haust für eine Weile,  
länger oder kürzer, in einem Leibe,  
und dann pflegen die Menschen  
von einem Ich zu sprechen;  
indes von einem wahren, dauernden Sein  
kann da im Ernst niemals die Rede sein.  
Was man so Seele nennt,  
es lässt sich etwa mit einem Wandersmann vergleichen,  
der von Herberg‘ zu Herberg‘ wandert....  
Der Leib aber seinerseits lässt sich vergleichen  
einem Herbergebett, darin man auf der Wanderschaft  
heute da und morgen dort einmal die Nacht verbringt.  
Er hat der Seele eine Raststatt zu bieten  
für die kurze Spanne Zeit,  
die man ein Menschenleben nennt.*

Wir müssen uns abgewöhnen, den Tod von außen zu betrachten, d.h. auf die Leiche zu blicken. Der Körper ist immer tot, auch wenn er noch von Lebenskraft erfüllt, von den Trieben und vom Geist wie eine Marionette bewegt wird. Auch dann

weiß er selber nichts von sich, will nichts und kann nichts, ist immer nur Werkzeug. Der Wollende und Wahrnehmende aber, der Bewusstsein von etwas hat, hat es auch nach dem Tod, er ist nur umgezogen. Geburt ist Umzug, Tod ist Umzug. So sagt *Heinrich Zimmer*:

*Unaufhörlich, in allen Landen, unter allen Himmeln, im Wasser und auf dem Festen, werden sie geboren und sterben dahin wie Blasen im Wasser. Das ist 'Samsāra', der Kreisfluss des Lebens ohne Tod und Auferstehung. Denn Tod und Geburt sind nur verhängte Tore, durch die der ewige Wanderer 'Leber' von Lebensraum zu Lebensraum schreitet, ahnungslos in jedem als einzigem befangen, so lang er nicht die Schleier heben kann.*

Der Körper gilt in allen Religionen und wie wir es an uns erfahren, als zeitlich, vergänglich. Daneben sprechen die meisten anderen Religionen von der „ewigen Seele“, und diese wird als wollend und wahrnehmend, also als erlebend verstanden. Die Eigenschaften des Wollens werden beim Erwachten als Gier und Hass, als Anziehung und Abstoßung, bezeichnet, und die Eigenschaft des Wahrnehmens als Blendung. In diesen Punkten ist also Übereinstimmung zwischen allen Religionen insofern, als nach der Vernichtung des Körpers Wollen und Wahrnehmen, also Erleben, je nach den seelischen Qualitäten sich ohne zeitliche Beschränkung fortsetzt.

Der sichtbare Körper unterliegt der Zeit. Die geistig-seelischen Qualitäten aber: das Wollen, das Begehren, üble oder gute Gesinnung, Torheit oder Weisheit - die gesamte Triebstruktur -, die der Buddha Gier, Hass, Blendung nennt, unterliegen nicht der Zeit, d.h. sie werden allein durch den Ablauf der Zeit nicht älter, nicht stärker und nicht schwächer, kommen durch ihn nicht zum Ende, aber sie sind dennoch nicht ewig, weil sie durch andere Umstände, nämlich durch weltanschauliches Denken und Betrachten und Eingewöhnen langsam, aber ununterbrochen verändert werden, verstärkt

oder abgeschwächt werden. Und sie können nur durch eine ganz bestimmte vom Erwachten vermittelte Einsicht völlig zur Auflösung gebracht werden. Insofern sind sie nicht das, was in der christlichen Lehre etwa als „die ewige Seele“, d.h. als unveränderlicher Kern, bezeichnet wird. Gier und Hass, Anziehung und Abstoßung seitens der Triebe verändern sich ständig, aber sie sind die innere Motorik, durch welche die Zusammenhäufungen in ihrem ununterbrochenen Fluss überhaupt bestehen - durch die sich die verschiedenen Daseinsformen wie Episoden aneinanderreihen. So wie bei einer Uhr alle sichtbaren und hörbaren Vorgänge, der Lauf der verschiedenen Zeiger und der Stundenschlag, nur durch den inneren Antrieb, durch Federkraft oder elektrischen Strom, vor sich gehen, so geht „Existenz“, das Herausstehen aus dem Frieden der Geborgenheit, der mühselige Lauf der fünf Zusammenhäufungen mit allen Wirrsalen und Leiden nur durch diesen dreifachen Antrieb vor sich.

Darum sagt der Mönch, dass die programmierte Wohlerfahrungssuche, die fünfte Zusammenhäufung, in der Heimstatt umherwandere und dass sie nur dann nicht mehr umherwandere, wenn Gier, Wille, Befriedigung und Durst ganz ausgetilgt seien. Daher kommt es, dass von Gier, Hass, Blendung Geheilte dieses Spiel schon bei Lebzeiten, wie und wann sie wollen, stillstellen können und dass es mit Ablegen des Körpers endgültig aufhört. Wir müssen also untersuchen, was Gier, Hass, Blendung sind und wie diese das Spiel der fünf Zusammenhäufungen in Gang halten und seine Qualitäten bestimmen.

### Was ist Gier, Hass, Blendung?

Die Pālibegriffe *rāga*, *dosa*, *moha* haben wir zunächst, wie es fast überall geschieht, mit „Gier, Hass, Blendung“ wiedergegeben, aber die eigentliche Bedeutung, besonders der beiden ersten Begriffe, liegt erheblich tiefer. Unter Gier und Hass verstehen wir in der Regel die beim Menschen im Umgang mit den Mitmenschen und den Dingen deutlich erkennbaren Emo-

tionen; aber *rāga* und *dosa* deuten auch auf die verborgenen Vorbedingungen für die in Erscheinung tretenden Emotionen von Gier und Hass hin.

So wie bei einem abwärts sprudelnden Bach alle sichtbare Bewegung des Wassers, sein rasches oder stilles Fließen im glatten Bett und sein Sprudeln und Schäumen bei Widerständen doch nur die Folge ist von zwei anderen Gegebenheiten: von dem Gefälle der Landschaft und dem Gewicht des Wassers, so auch sind alle beim Menschen in Erscheinung tretenden Lebensäußerungen, sein Wahrnehmen und sein Wollen nur die Folge eines „inneren Gefälles“, einer heimlichen, unbewussten Hinneigung und Sehnsucht nach bestimmten sinnlich wahrnehmbaren Dingen dieser Welt und Abneigung von entgegengesetzten Dingen. Diese latente immerwährende doppelseitige Sucht bewirkt bei der Begegnung mit den entsprechenden Objekten (Menschen oder Gegenständen) die dann merkbaren Gier- und Hassformen, Anziehung und Abstoßung.

Ein näheres Bild hierfür: Ganz so wie in einem Magneten, auch wenn er mit keinerlei Eisen in Berührung kommt, ununterbrochen Anziehung und Abstoßung als eine Energie unsichtbar wirksam ist, aber erst bei der Begegnung mit Eisen erkennbar wird, so auch sind bei allen Lebewesen Anziehung und Abstoßung (*rāga* und *dosa*) ununterbrochen vorhanden als ein dauerndes schmerzliches Spannungsgefälle, eine Unerlöstheit im Mangelzustand, die wir nur wegen des Dauerzustands meist nicht bemerken. Erst bei der Begegnung mit Dingen spüren wir das Verlangen (die „Gier“) und die Befriedigung oder Nichtbefriedigung. Und ebenso spüren wir bei der Begegnung mit den dem verborgenen Anliegen entgegenstehenden Dingen bei uns die Regungen von Ablehnung (den „Hass“).

Wir sehen also, dass wir unter „Gier und Hass“ normalerweise die akuten Anwandlungen verstehen, die nach der Begegnung mit Dingen und Menschen in uns aufkommen; diese aber sind die Folge von zugrundeliegender Gier und Hass (*rāga* und *dosa*), womit der Erwachte jenes dem Menschen be-



ständig innewohnende geistige Neigungsgefälle bezeichnet, einen latenten geistigen Magnetismus von Anziehung und Abstoßung, einen unbewussten Hunger nach den tausendfältigen Erlebnissen. Diese unbewusste Erlebnissüchtigkeit ist eine immerwährende und darum im Geist wenig registrierte Not, aus welcher der Mensch nur gelegentlich durch eine befriedigende Begegnung befreit wird, wenn genau die ersehnten Erlebnisse eintreten (wie wenn bei dem Magneten das in nächste Nähe gelangte Stück Eisen heranspringt). Ebenso erscheint die Abstoßung, die Hassform, dann, wenn ein der inneren Sucht entgegengesetztes Objekt zur Berührung kommt.

Wo befinden sich Anziehung und Abstoßung (*rāga* und *dosa*)? In den Reden lesen wir immer wieder, dass es drei Gefühle gibt: Wohlgefühle, Wehgefühle und Weder-Weh-noch-Wohlgefühle. Weiter wird gesagt, dass diese drei Arten von Gefühl achtzehnfach sind, weil sie an sechs Stellen des Körpers erlebt werden, nämlich bei den fünf Sinnesorganen, den Augen, Ohren, der Nase, der Zunge und dem Körper im ganzen zum Tasten und zusätzlich am Geist. Diese sechs machen zusammen den gesamten unseren Augen erscheinenden Körper aus, den *rūpa-kāya*, der als ein aus Knochen, Fleisch, Nerven usw. beschaffenes Instrument erlebt wird, das durch die vegetativen Vorgänge in Gang gehalten wird.

Diesem sichtbar bestehenden Körper wohnen „Gier und Hass“, Anziehung und Abstoßung, unsichtbar ebenso inne, ihn ganz und gar durchdringend, wie einen Eisenmagneten der Magnetismus unsichtbar ganz und gar durchdringt. Und ganz ebenso wie ein Eisenstab von sich aus völlig neutral und „willenlos“ ist, aber wenn ihm Magnetismus innewohnt, eben dadurch geradezu „Anliegen“ bekommt, einen Willen bekommt und nun mit dem einen Pol anzieht, mit dem anderen Pol abstößt - ganz ebenso sind Gier und Hass die anziehenden und abstoßenden Kräfte, welche den gesamten Körper durchziehen und damit in den Sinnesorganen die Anliegen ausmachen, die Empfindlichkeit ausmachen, das Wollen ausmachen.

So wohnt zum Beispiel dem Auge ein Drang („Gier“) zum

Sehen inne. Es ist also nicht, wie aus Unkenntnis angenommen, ein neutrales Auge, das sehen kann, sondern ist ein Luger, der sehen will: Gier. Und wenn er längere Zeit nichts sieht, dann meldet sich sein Unbefriedigtsein: das ist das Abgestoßensein, die Hassseite. - Aber nicht nur das Sehenswollen an sich wohnt dem Auge inne, sondern auch noch besonderer Geschmack, die Gier nach bestimmten Formen (frisch, blühend). Und wenn stattdessen das Gegenteil vor Augen tritt (verwelkt, verwest), dann meldet sich wiederum das Abgestoßensein, die Hassseite, z.B. als Ekel. So ist es mit allen Sinnesorganen.

Die körperlichen Sinnesorgane sind nur Werkzeuge, aber die ihnen innewohnenden Triebe mit Anziehung und Abstoßung, Gier und Hass, werden darum „Dränge, Lenkkräfte“ (*indriya*) genannt, weil sie auf ganz Bestimmtes aus sind und vom Gegenteil abgestoßen werden. Der Erwachte vergleicht sie mit unterschiedlichen Tieren, deren jedes sein geliebtes Ziel hat, dieses anstrebt. Insofern wird der Mensch von diesen sechs Kräften (*indriya*) herumgerissen und gelenkt, um zu dem Angenehmen hin- und von dem Unangenehmen fortzukommen. Anziehung und Abstoßung sind die zwei Seiten einer Tendenz, einer Geneigtheit, die von dem ihr Angenehmen angezogen und von dem ihr Unangenehmen abgestoßen ist.

Darum haben diese den sichtbaren Fleischkörper (*rūpa-kāya*) ganz und gar durchdringenden Tendenzen, „Gier und Hass“, ebenfalls Körperform, bilden den unsichtbaren Anliegenkörper, Empfindungssuchtkörper, der darum *nāma-kāya* (Benennungs-, Bewertungskörper) heißt, weil allein er es ist, welcher die gesamten zur Berührung kommenden Dinge überhaupt erst empfindet und nach seinem „Geschmack“ bewertet und beurteilt als angenehm oder als unangenehm. So kommt also die ursprüngliche Bewertung und Beurteilung der bei den Sinnen zur Berührung kommenden Formen, Töne, Düfte usw. allein von Gier und Hass, den Trieben. Diese Urteile äußern sich als Gefühl, als Wohlgefühl, Wehgefühl oder Weder-Wehnoch-Wohlgefühl. Darum vergleicht der Erwachte (M 146)

den von dem Wollenskörper durchtränkten Fleischkörper mit einem von Öl durchtränkten Docht einer Lampe: So wie nicht der Docht selbst, sondern das Öl im Docht erst das Licht gibt, so kann der Fleischkörper selbst nichts empfinden, sondern nur der ihn durchtränkende Wollenskörper, der aus Anziehung und Abstoßung, „Gier und Hass“ besteht.

### Sinnensucht erzwingt die Wahrnehmung

Über die weitere Entwicklung sagt dann der Erwachte (M 18):  
*Was man empfindet/fühlt, das nimmt man wahr.*

Die Wahrnehmung heißt in Pāli *saññā*, d.h. zusammenwissen. Es ist immer das Wissen um das betreffende Ding (Formen, Töne usw.) einschließlich des im Gefühl zum Ausdruck kommenden Urteils der innewohnenden Gier und des Hasses. Dieses Gefühlsurteil ist immer „subjektiv“ bedingt, eben das Urteil der Tendenz: es ist die aus Gier und Hass, aus dem Wollenskörper (*nāma-kāya*) entstehende Blendung.

So kommen also die drei ersten der fünf Zusammenhäufungen, die Wahrnehmung von Form und Gefühl, der passive Teil jedes Erlebnisses, durch Berührung zustande: die Berührung des vom Wollenskörper (von Gier und Hass) durchtränkten Fleischkörpers seitens der Formen, Töne, Düfte, des Schmeckbaren und Tastbaren. So bewirkt also nicht, wie man aus Unkenntnis behauptet, der Einfall von Lichtstrahlen in das physische, sinnliche Auge allein schon die Wahrnehmung und das Bewusstsein von Formen und Farben, vielmehr entsteht dieses Bewusstsein nur darum, weil Anliegen in Form von bestimmten Zuneigungen und Abneigungen im Körper wohnen und an der Berührung Anteil haben.

So sind die Gefühle die „Erwecker“ der Wahrnehmung, also die Erzeuger des Erlebnisses. Und diese Gefühle kommen von dem inneren Begehrer des Erlebnisses, eben von Gier und Hass. Darum ist die Wahrnehmung, die Kette unserer Erlebnisse, nicht etwa ein souveräner Akt, über welchen wir nach Wunsch verfügen können, sondern es ist ein rasanter geistiger

Mechanismus, der aus einem sechsfachen, dem ganzen Körper innewohnenden Hunger (Gier und Hass) herkommt. Diesen sinnlichen Hunger vergleicht der Erwachte mit den Wunden eines Aussätzigen: so wie diese ununterbrochen jucken und das Kratzen und Reißen erzwingen, so erzwingt die innere Sinnensucht die sechsfache sinnliche Wahrnehmung.

### Die Aktivität (*sankhāra*)

Die vierte der fünf Zusammenhäufungen, die Aktivität, geht ganz und gar aus den ersten drei Zusammenhäufungen, der Wahrnehmung von Formen und Gefühlen hervor, denn sie besteht aus dem beständigen Bemühen, die als angenehm empfundenen Formen möglichst zu erlangen und die als unangenehm empfundenen Formen möglichst zu fliehen und zu vermeiden. Diese Aktivität wird in der Gruppierten Sammlung (S 22,57) wie folgt erläutert:

*Es gibt da Absicht auf sechs verschiedenen Gebieten (cetanā-kāya): Absicht auf sichtbare Formen, auf hörbare Töne, auf riechbare Gerüche, schmeckbare Säfte, auf Tastbares und auf Gedanken. Dieses nennt man, ihr Mönche, Aktivität (sankhāra).*

Wo findet diese Aktivität statt? Darüber heißt es in M 43 und kann auch jeder bei sich selbst erfahren: Jeder der Sinnesdränge in den Körperwerkzeugen ist nur auf sein Gebiet aus: Der Luger lugt nach Farben und Formen, nicht nach Tönen oder Düften. Ebenso geht es mit den anderen Sinnesdrängen. Kein Sinnesdrang weiß etwas von dem anderen. Aber der Geist (*mano*) weiß von allen Sinneseindrücken und um ihren Anteil am Ganzen, so dass wir urteilen, dass dieses Ding, dieses Wesen, diese Idee, diese Aufgabe angenehm, jene aber unangenehm sind. Der Geist spricht damit aber nur das als Gefühl (Blendung) ausgesprochene Urteil der Triebe aus, das Urteil von Gier und Hass.

Gier und Hass sind der einzige Empfinder und damit der erste Diktator der Aktivitäten, und der Geist, solange er noch nichts Besseres weiß, ist sein verstehender Ausführer mit dem ihm eigenen Drang nach Orientierung und der Absicht, die als Ich aufgefasste Person insgesamt und auf allen Gebieten bestmöglich zu fördern.

Wenn z.B. ein Kind zum ersten Mal ein Stück Marzipan isst, dann erfährt der „Schmecker“ (Gier und Hass in der Zunge) nur den Geschmack des Marzipans, aber nicht den Geruch. Zugleich erfährt der „Riecher“ (die Neigung zu Gerüchen, Gier und Hass in der Nase) den Geruch des Marzipans, aber nicht den Geschmack; und ebenso erfährt der Luger im Auge nur das Aussehen. Aber nun werden Geschmack, Aussehen und Geruch zusammen dem Geist gemeldet. Nun „weiß“ der Geist alle drei Sinneseindrücke, fügt sie zu dem Eindruck „Marzipan“ zusammen und weiß um das positive Urteil der Triebe in Form des Wohlgefühls: Wenn nun das Kind am anderen Tag auch nur mit einem Sinn auf Marzipan stößt, etwa nur durch Riechen, dann weiß es durch den Geist auch sogleich, wie es schmeckt und aussieht, und es wird dann - und das ist die Absicht, die Aktivität (*sankhāra*) - dem Geruch nachgehen und danach trachten, das Marzipan zu bekommen.

Die Aktivität besteht dabei aus zwei Elementen: Aus dem Ziel des Anstrebens und der Kraft des Anstrebens. Das Ziel gewinnt sie aus der Wahrnehmung der ersten zwei Zusammenhäufungen: Was durch die Sinne je an angenehmen Formen wahrgenommen wurde, das strebt sie in Zukunft wieder wahrzunehmen an. Und was je durch die Sinnesdränge an unangenehmen Formen wahrgenommen wurde, das strebt sie in Zukunft zu vermeiden an. So hat sie ihr Ziel von den wahrgenommenen Formen.

Die Kraft des Anstrebens oder Fortstrebens bekommt sie von der Stärke der Gefühle. Denn je stärker die Wohl- oder Wehgefühle bei den wahrgenommenen Dingen waren, um so stärker ist die Kraft des Anstrebens oder des Vermeidens, sofern nicht aus anderen geistigen Einsichten die Gefühlsurteile

ignoriert werden zugunsten einer anderen Absicht. Der besonnenere Mensch prüft gründlicher, der oberflächliche weniger gründlich, was er aus dem jeweils Begegnenden machen kann, um nicht nur den augenblicklichen, sondern auch möglichen späteren Unannehmlichkeiten und Schäden vorzubeugen und - wenn es sich um Handlungen handelt, die auch andere Personen betreffen - behält er im Blick, dass sein Tun möglichst allen Beteiligten nützt oder den anderen wenigstens nicht schadet. Mit diesen gründlicher oder flacher oder kaum gehegten Bedenken kommt seine Absicht zustande, aus der er dann redet und handelt.

So entsteht also die aktive Seite des Lebens, die fortgesetzte Kette der einzelnen Absichten und Taten des Menschen in Reaktion auf die passive Seite des Erlebens, auf die Kette der ununterbrochen aufkommenden Wahrnehmungen von den als angenehm und unangenehm empfundenen Formen, Tönen, Düften, Geschmücken, Tastungen und Gedanken.

Bisher war die Rede von der Aktivität des „normalen Menschen“ (*puthujjano*), der die Zusammenhäufungen noch nicht durchschaut hat und darum noch nicht in die Anziehung zum Heilsstand gelangt ist, noch kein Stromeingetretener (*sotāpanno*) ist. - Unter den „normalen Menschen“ gibt es zwei Gruppen: Die Aktivität des nach den Religionen wie auch nach dem Maßstab der menschlichen Gesellschaft „übeln“ Menschen besteht vorwiegend darin, rücksichtslos seine Wünsche zu befriedigen, ohne nach den Schäden zu fragen, die er in seiner Umgebung verursacht, weil er nicht weiß, welcher Schaden diese Vorgehensweise ihm selber bringt. Der „anständigere, rücksichtsvolle oder tugendhafte“ Mensch dagegen strebt das Erlangen des Wohls und Vermeiden des Wehe in dem Maß an, wie er glaubt, in seiner Umgebung niemand anderem dadurch zu schaden. Im Unterschied zu diesen beiden Menschengruppen hat der in die Heilsanziehung Gelangte durchschaut, dass letztthin alle Formen und auch alle Gefühle, die hier oder auch in anderen Welten erfahren werden, sowohl die vergangenen wie auch die zukünftigen wie auch die gegenwärtigen, sich

immer nur in ununterbrochener Wandlung befinden und darum keinen sicheren Halt bieten. Von daher hat er den unbefriedigenden Charakter aller Dinge so durchschaut, dass er trotz seiner vorhandenen Anhänglichkeit an die einen Erscheinungen und des Abgestoßenseins von den anderen Erscheinungen seiner Gewöhnung zur Befriedigung seiner Gefühle nicht mehr folgen will, d.h. nichts mehr ergreifen will. Das ist die den Willen wandelnde denkerische Aktivität des in den Reden (M 57) beschriebenen vierten Menschen gegenüber dem Andrang der als angenehm oder unangenehm empfundenen Formen: Er hat trotz noch vorhandener Zuneigung zu den einen und Abneigung gegenüber den anderen Erscheinungen die Absicht gefasst, alle Absichten auf helles, dunkles und gemischtes Wirken zu lassen, denn er hat erkannt, dass unverletzbares Wohl erst im Zurücktreten von allen vergänglichen Dingen erlangt werden kann. Indem er sich immer wieder die Sinnlosigkeit des durch Befriedigung endlos bleibenden Samsāra vor Augen führt - durch diese beständige aufmerksame Übung, die aus weiser Einsicht hervorgegangen ist und nun sein Reden und Handeln bestimmt - mindert er allmählich die Anhänglichkeit an Formen, Gefühle und Wahrnehmungen.

Die fünfte Zusammenhäufung ,  
die programmierte Wohlerfahrungssuche (*viññāna*)

Die programmierte Wohlerfahrungssuche ist es, die in der Heimstadt, den vier Zusammenhäufungen, wandert.

Was ist die programmierte Wohlerfahrungssuche und wie kommt sie zustande?

Die programmierte Wohlsuche ist eine aus mehr oder weniger gründlicher oder flacher Erwägung geschaffene Gewöhnung, Programmiertheit, indem der Mensch im Lauf der Zeit in seiner Weise des denkerischen und körperlichen Reagierens immer gewohnter, sicherer und damit festgelegt wird. Viele Eindrücke im Leben und darum auch die Reaktionen des Geistes darauf mit denkerischem Kombinieren, Steuerung und

Lenkung des Körpers wiederholen sich, werden ein unbewusster Programmablauf, eine unbewusste Steuerung, die im Kleinkindalter in bewusster Aktivität im Denken, Reden und Handeln unbemerkt aufgebaut wurde und die bei jeder inneren und äußeren Umstellung auch wieder von der denkerischen Aktivität umprogrammiert wird. Diese programmierte Lenkung und Steuerung geschieht in unmittelbarer Verknüpfung mit den durch die Sinnesdränge in den Geist eingetragenen Wohl- und Wehe-Erfahrungen und der denkerischen Reaktion darauf. Das heißt, die Programmiertheit besteht darin, Körper und Geist so zu lenken, dass das bereits erfahrene Wohl wieder erfahren wird und das erfahrene Wehe vermieden wird. So ist die programmierte Wohlsuche eine Kette von spontanen, unwillkürlichen, auf Erleichterung gerichteten Aktionen, die immer dann vor sich gehen, wenn der Mensch nicht seine Aufmerksamkeit besonnen aufmacht und mit Überlegung handelt. Wer sich beobachtet, kann bei sich erkennen, dass auf alle Wahrnehmungen und Sinneseindrücke sofort Reaktionsweisen aufkommen wollen, die automatisch auf die momentane Erleichterung aus sind. Nur bei Achtsamkeit wird die Folgen bedenkende Überlegung aktiv und lässt auf manche momentanen Erleichterungen verzichten zugunsten einer späteren dauerhafteren Erleichterung.

Wenn zum Beispiel ein Mensch im Wohnzimmer beim Lesen sitzend, ein als Hunger empfundenes Mangelgefühl hat, dann steht er automatisch auf, steuert bei ununterbrochen stattfindender programmierter Wohlerfahrungssuche, um den Weg bis zur Nahrungsquelle zu erkennen, die Speisekammer oder den Kühlschrank an, besichtigt die unterschiedlichen Speisen und nimmt automatisch die am stärksten „einladende“ (von der größten Spannung herkommende und darum größte Befriedigung versprechende) Nahrung - wobei sich dann Vernunft und Einsicht einschalten können, welche aus Gesundheitsgründen, Finanz- oder sonstigen Gründen eine andere Wahl vorschlagen.

Die programmierte Wohlerfahrungssuche ist im Dienst der



hungernden Triebe ständig bestrebt, Formen (1), also Objekte an die Sinne und die Sinne an die Objekte heranzubringen zum Zweck der Berührung der Sinnesdränge, um Wohl (Gefühl - 2) zu erfahren, das mit der Form als angenehm, unangenehm oder gleichgültig wahrgenommenes Ding (3) in den Geist eingetragener wird, der dann wieder aktiv wird zur erneuten, eventuell veränderten Reaktion (Gier oder Hass) auf das Wahrgenommene. Dadurch veranlasst, wird auch die programmierte Wohlerfahrungssuche verändert. So ist die programmierte Wohlsuche immer im Bereich der vier Zusammenhäufungen tätig, stützt sich auf sie, ist auf sie aus, macht sie zu ihrer Heimstatt, ihrem Wirkungsbereich, in dem sie herumwandert. Darum sagt der Erwachte (D 33 IV):

*Vier Stützpunkte der programmierten Wohlerfahrungssuche gibt es: mittels der Form, des Gefühls, der Wahrnehmung, der Aktivität besteht die programmierte Wohlerfahrungssuche. Auf Form, Gefühl, Wahrnehmung und Aktivität gestützt, der Befriedigung dienend, wächst sie, gedeiht und entfaltet sich.*

Und er gibt dazu ein Gleichnis (S 22,54):

*Es gibt fünf Arten von Samen. Welche fünf? Wurzelsamen, Baumsamen, Samen von Schößlingen, Knollensamen und Kornsamen. Angenommen, alle diese Samen sind unbeschädigt, nicht verfault, unverdorben von Wind und Hitze, keimfähig und gut gepflanzt, aber weder genügend Erde noch Wasser ist vorhanden. Könnten diese fünf Samen wachsen, zur Entfaltung gelangen? - Gewiss nicht. - Angenommen, alle diese Samen sind unbeschädigt, nicht verfault, unverdorben von Wind und Hitze, keimfähig, aber nicht gut gepflanzt, Erde und Wasser sind ausreichend vorhanden. Könnten diese fünf Samen wachsen, gedeihen, zur Entfaltung kommen? - Sicher nicht. -*

*Angenommen, alle diese fünf Samen sind unbeschädigt, nicht verfault, unverdorben von Wind und Hitze, keimfähig und gut gepflanzt, und Erde und Wasser sind ausreichend vorhan-*

*den. Könnten diese fünf Samen wachsen, gedeihen, zur Entfaltung kommen? - Sicher. –*

*Die Erde ist ein Gleichnis für die vier Stützpunkte der programmierten Wohlerfahrungssuche: Form, Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität. Das Wasser ist ein Gleichnis für den Drang nach Befriedigung (nandi-rāga). Die fünf Samen sind ein Gleichnis für die (von der Erde - den vier Zusammenhäufungen - und vom Wasser - dem Begehren -) sich ernährende (sāhāram) programmierte Wohlsuche.*

So wie der Same nur in der Erde zum Keimen und zur Entfaltung kommt, so auch kann die programmierte Wohlerfahrungssuche, die fünfte Zusammenhäufung, nur aus den vier Zusammenhäufungen hervorgehen.

Aber so wie der Same in der Erde nur bei Zugabe von Wasser zum Keimen und zur Entfaltung kommen kann, so auch entwickelt sich die programmierte Wohlerfahrungssuche nur dann aus den vier Zusammenhäufungen, wenn bei dem Wahrnehmungsvorgang Gier beteiligt ist, ein Drang nach Befriedigung. Die programmierte Wohlerfahrungssuche würde nicht an Form, Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität herantreten, sich nicht dabei befriedigen, wenn nicht schon öfter Berührungen größere Befriedigung ausgelöst hätten. Das stark befriedigende Erlebnis erst bewirkt die Programmierung im Geist auf Wiederholung: von Begehren angetrieben, vom Geist gelenkt.

Weil es sich so verhält, darum erklärt in unserer Lehrrede der Mönch dem Hausvater, dass die vier Zusammenhäufungen die Heimstatt für die programmierte Wohlerfahrungssuche sind, solange eben eine gierhafte Bindung an die vier besteht, ein Sich-Befriedigen-Wollen.

Der programmierten Wohlerfassungssuche  
den Boden entziehen

In unserer Lehrrede heißt es:

*Und wie, Hausvater, ist einer „ein nicht mehr in der Heimstatt Wandernder“?*

*Was da, Hausvater, Willensdrang und Gier nach Form, Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierter Wohlsuche ist, sich an Form, Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierter Wohlsuche befriedigen wollen und danach dürsten, dieses Immer-Herantreten, Ergreifen, die Neigung des Gemüts, bei den Formen, Gefühlen usw. zu bleiben und zu wohnen, das ist vom Geheilten aufgehoben, mit der Wurzel abgeschnitten, wie eine entwurzelte Palme, die nicht wieder sprießen kann, nie wieder wachsen kann.*

*Darum wird der Geheilte ein „nicht mehr in der Heimstatt Wandernder“ genannt. Insofern, Hausvater, ist einer „ein nicht mehr in der Heimstatt Wandernder“.*

In demselben Sinn und noch etwas ausführlicher heißt es in einer weiteren Rede (S 22,53):

*Herantreten (upāyo) ist Unerlöstheit (avimutto), Nicht-herantreten ist Erlösung. An Formen, Gefühle, Wahrnehmungen, Aktivität herantretend, verweilt die programmierte Wohlsuche bei der Form..., an der Form... erfreut, auf die Form... gestützt, der Befriedigung folgend, wächst sie, gedeiht und kommt zur Reife.*

*Wollte da nun einer sagen: „Außerhalb von Form, Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität will ich Kommen und Gehen, Schwinden und Erscheinen, Gedeihen, Wachstum und Entfaltung der programmierten Wohlsuche erklären“, so wäre das unmöglich.*

*Ist aber die Gier nach Formen, Gefühlen, Wahrnehmungen, Aktivität, programmierter Wohlerfahrungssuche aufgegeben, so ist durch Aufgeben der Gier das Erfreue fort, und es gibt keinen Stützpunkt für die programmierte Wohlerfahrungssuche mehr. Ohne Stützpunkt wächst die programmierte Wohlerfahrungssuche nicht, wirkt nichts mehr, ist man befreit. Befreit ist man glücklich; weil man glücklich ist, ist man unerschüttert, unerschütterlich ist man bei sich selbst vollkommen gestillt, und man weiß: „Versiegt ist die Geburt, gewirkt das Werk, vollendet ist, was zu tun war. Nichts mehr nach diesem hier.“*

In S 12,15 heißt es, dass „die Gewohnheitsbande, immer heranzutreten, zu ergreifen, sich anzueignen, dabeizubleiben - praktisch diese Welt“ seien.

Dieses Herantreten, Ergreifen (*upādāna*) wird erklärt als ein Sichbefriedigen bei den Gefühlen, das dadurch zustande kommt, dass die Gier nach Befriedigung das Heranführen des Körpers mit seinen Sinnesorganen an die Sinnendinge oder der Sinnendinge an die Sinnesorgane durch die programmierte Wohlerfahrungssuche zum Zweck der Berührung der Tendenzen erzwingt. Wer durch die Entwicklung tugendlicher Verhaltensweise und eines rücksichtsvollen, wohlwollenden Charakters zu großem inneren Wohl gelangt ist und darum auf sinnliches Erleben weniger angewiesen ist, der strebt nun unmittelbar den Zustand des Geheiltseins an, will „diese Welt“ - nämlich das ständige Berührt- und Gereiztwerden des Tendenzen-vakuums durch die Sinnendinge mit entsprechender Gefühls-äußerung - aufheben. Der Ansatzpunkt dazu besteht darin, trotz des Berührtwerdens sich den aufkommenden Gefühlen nicht hinzugeben, an die erfahrenen Objekte nicht begehrlieh heranzutreten. Da die Befriedigung als leidbringend erkannt ist, will der Geist auch keine Sinnendinge an die Sinnendränge heranzuführen. Von einem solchen heißt es: *Er hat Absicht aufgegeben.* (M 57) Durch die Umpolung der Aktivität (*sankhāra*), der denkerischen Absicht auf Nicht-Herantreten, wird der programmierten Wohlerfahrungssuche der Boden, die Grund-

lage und Stütze entzogen. Damit wird der Drang, „in der Heimstatt herumzuwandern“, aufgehoben. Die Heimstatt, die vier Zusammenhäufungen, werden nicht mehr als Heimstatt angesehen, sondern sind als verkappte Mörder erkannt, wie in S 22,85 beschrieben:

*Stelle dir vor, Bruder Yamako, da ist ein Hausvater oder der Sohn eines Hausvaters. Der ist reich, sehr begütert, mit großem Vermögen und gut bewacht. Bei dem taucht nun ein Mann auf, der ist auf seinen Schaden aus, auf sein Unheil; der will, dass er keine Ruhe findet, und trachtet ihm nach dem Leben. Der dünkt: „Dieser Hausvater oder Hausvatersohn ist reich, sehr begütert, hat großes Vermögen, aber er ist gut bewacht. Schwierig ist es, ihm mit Gewalt das Leben zu nehmen. Sollte ich mich bei ihm nicht lieber einschmeicheln und ihm dann das Leben nehmen?“ - Da geht er zu dem Hausvater oder Sohn eines Hausvaters und sagt zu ihm: „Herr, ich möchte dir dienen.“ Und jener Hausvater oder Hausvatersohn nimmt ihn in seine Dienste. Und jener dient ihm nun: Vor ihm steht er auf, nach ihm legt er sich, ist ein pflichttreuer Diener, der sich gut führt und schön redet. Da wird ihn nun jener Hausvater oder Sohn eines Hausvaters als Freund betrachten, als Gefährten betrachten, wird ihm sein Vertrauen schenken. Sobald nun jener Mann den Eindruck hat: „Jener Hausvater oder Hausvatersohn vertraut mir“, da bringt er ihn, sobald sie an einem einsamen Ort sind, mit scharfem Schwert um.*

*Was meinst du, Bruder Yamako, als der Mann zu jenem Hausvater oder Hausvatersohn ging und zu ihm sprach: „Herr, ich möchte dir dienen“ - war er da nicht auch schon ein Mörder, und jener hatte nur nicht erkannt: ‚Der ist mein Mörder‘?*

*Auch als der Mann ihm diente: vor ihm aufstand, nach ihm sich niederlegte als pflichttreuer Diener, der sich gut führte und schön redete, - war er nicht auch da schon ein Mörder, und jener hatte nur nicht erkannt: ‚Mein Mörder ist er‘?*

*Als sie sich an einsamem Ort befanden und der Mann ihm*

*mit scharfem Schwert das Leben nahm - auch da war er ein Mörder, und jener hatte nur noch nicht erkannt: ‚Der ist mein Mörder‘? –*

*So ist es, Bruder. –*

*Ebenso, Bruder, ist es bei einem unbelehrten Weltling. Der sieht die Form, den Körper; als vom Selbst verursacht an oder das Selbst als körperförmig oder den Körper als zum Selbst gehörig oder das Selbst in der Körperlichkeit enthalten. - Er betrachtet das Gefühl - die Wahrnehmung - die Aktivität - die programmierte Wohlsuche als vom Selbst verursacht oder das Selbst als programmierte Wohlsuche oder die programmierte Wohlsuche als zum Selbst gehörig oder das Selbst in der programmierten Wohlsuche enthalten.*

*Er durchschaut nicht der Wirklichkeit gemäß die Körperlichkeit als vergänglich: „Unbeständig ist die Körperlichkeit.“ Er durchschaut nicht der Wirklichkeit gemäß Gefühl – Wahrnehmung – Aktivität – programmierte Wohlsuche als vergänglich: „Unbeständig ist das Gefühl, die Wahrnehmung, die Aktivität, die programmierte Wohlsuche.“*

*Er durchschaut nicht der Wirklichkeit gemäß die Körperlichkeit als leidvoll: „Leidvoll ist die Körperlichkeit.“ Er durchschaut nicht der Wirklichkeit gemäß Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierte Wohlsuche: „Leidvoll ist das Gefühl, leidvoll die Wahrnehmung, leidvoll die Aktivität, leidvoll die programmierte Wohlsuche.“*

*Er durchschaut nicht der Wirklichkeit gemäß den Körper als ichlos: „Die Körperlichkeit ist ohne Selbst.“ Er durchschaut nicht der Wirklichkeit gemäß Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierte Wohlsuche: „Ichlos ist das Gefühl, ichlos die Wahrnehmung, ichlos die Aktivität, ichlos die programmierte Wohlsuche, ohne Selbst.“*

*Er durchschaut nicht der Wirklichkeit gemäß das Körperliche als zusammengesetzt: „Zusammengesetzt ist Körperlichkeit.“ Er erkennt nicht der Wirklichkeit gemäß Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierte Wohlsuche: „Zusammengesetzt sind Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierte*

*Wohlsuche.“*

*Er durchschaut nicht der Wirklichkeit gemäß die Körperlichkeit als Mörder: „Mörderisch ist die Körperlichkeit.“ Er durchschaut nicht der Wirklichkeit gemäß Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierte Wohlsuche: „Mörderisch sind Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierte Wohlsuche.“*

*Er tritt an das Formhafte, die Körperlichkeit, heran und ergreift sie in der Auffassung: „Der Körper ist mein Selbst.“*

*Er tritt an das Gefühl heran - an die Wahrnehmung - an die Aktivität - an die programmierte Wohlsuche heran - und ergreift sie in der Auffassung: „Sie sind mein Selbst.“ Dem werden diese fünf Zusammenhäufungen, weil er an sie herangetreten ist, weil er sie ergriffen hat, lange Zeit zum Unheil und Leiden gereichen.*

Dagegen der erfahrene Heilsgänger, der die fünf Zusammenhäufungen als Mörder erkennt:

*Er sieht die Form, den Körper, nicht als vom Selbst verursacht an oder das Selbst als körperförmig oder den Körper als zum Selbst gehörig oder das Selbst in der Körperlichkeit enthalten. - Er betrachtet das Gefühl - die Wahrnehmung - die Aktivität - die programmierte Wohlsuche - nicht als vom Selbst verursacht oder das Selbst als programmierte Wohlsuche oder die programmierte Wohlsuche als zum Selbst gehörig oder das Selbst in der programmierten Wohlsuche enthalten.*

*Er durchschaut der Wirklichkeit gemäß die Körperlichkeit als vergänglich: „Unbeständig ist die Körperlichkeit.“ Er durchschaut der Wirklichkeit gemäß Gefühl - Wahrnehmung - Aktivität - programmierte Wohlsuche - als vergänglich: „Unbeständig ist das Gefühl - die Wahrnehmung - die Aktivität - die programmierte Wohlsuche.“*

*Er durchschaut der Wirklichkeit gemäß die Körperlichkeit - Gefühl - Wahrnehmung - Aktivität - programmierte Wohlsuche - als leidvoll - ichlos - als zusammengesetzt - als Mörder.*

*Er tritt nicht an sie heran und ergreift sie nicht in der Auf-*

*fassung: „Sie sind mein Selbst.“ So wird ihm das Nichtergreifen dieser fünf Zusammenhäufungen, weil er nicht an sie herangetreten ist, weil er sie nicht ergriffen hat, lange Zeit zum Nutzen und Wohl gereichen.*

Solange der programmierten Wohlsuche erlaubt wird, immer wieder die Berührung der Triebe des Herzens mit den von ihnen begehrten Formen, Tönen... sowie Gedanken und Vorstellungen und damit Gefühle, Wahrnehmungen, Aktivitäten herbeizuführen, so lange wird Berührung der Triebe und damit Wehe und Leiden weiterhin bleiben. Darum muss die programmierte Wohlsuche gehindert werden, in Zukunft immer wieder zur Berührung der Triebe zu führen:

*Wenn die programmierte Wohlsuche im Psycho-Physischen (nāma-rūpa) nicht mehr Fuß fassen würde, dann gäbe es künftig nicht mehr Geburt, Altern, Sterben, eine Fortsetzung des Leidens. (D 15)*

Im Sinn dieser Einsicht lesen wir in D 11, wie der Erwachte einem Mönch, der die Wahrheit außerhalb der Lehre des Erwachten suchte, aufzeigt, dass man zur Erkenntnis des Heils von der Frage ausgehen müsse, wo die Vielfaltwahrnehmungen, die Begegnungswahrnehmungen endgültig zur Ruhe kommen. Und er erläutert, dass die richtige Fragestellung lauten müsse:

*Wo kann nicht Erde, Wasser nicht,  
nicht Wärme und nicht Luft bestehen  
und groß und klein und grob und fein  
und was als schön und unschön gilt,  
Empfindungssucht, Empfindbares,  
wo wird das restlos aufgelöst?*

Dazu ist dieses die rechte Antwort:

*Erfahrung, die so unscheinbar,  
die ohne Ruhe suchende,*



*wo diese wird zur Ruh‘ gebracht,  
da kann nicht Erde, Wasser nicht,  
nicht Wärme und nicht Luft bestehn,  
nicht groß und klein, nicht grob und fein  
und was als schön und unschön gilt,  
Empfindungssucht, Empfindbares (nāma-rūpa),  
wird alles restlos aufgelöst.  
Wo die Erfahrung nicht mehr sucht,  
da wird dies alles aufgelöst.*

Die Menschen können die Erfahrungssuche nicht einfach stillstellen. Darum lehrte der Erwachte auch den damaligen Inder zunächst, einen bewusst sittlich geführten Lebenswandel anzustreben, durch welchen er im Lauf der Zeit bei sich selber zu einer unmittelbar empfundenen hellen Gemüthaltung kommt, die ihn so erfüllt und befriedet, dass er die mancherlei kleinen Befriedigungen, die der gewöhnliche Mensch anstrebt, immer weniger braucht und darum immer mehr in einer aufmerksamen inneren Stille leben kann, durch die ihm der Einblick in die wahren Zusammenhänge des geistig-seelischen Lebens möglich wird. In dieser Stille vermochte der Erwachte manchen seiner Nachfolger einen Blick für das Ungewordene, das ewig Sichere, das Nirvāna, das Todlose, zu eröffnen, ihnen „die Wahnbande“ abzunehmen. Dieser unmittelbare Einblick gibt dem Erfahrer die Gewissheit, dass die unzerstörbare Sicherheit unverletzbaren Heils wirklich erreichbar ist. Dadurch bekommt er eine durch nichts Weltliches und durch nichts Überweltliches wieder auflösbare Verbindung zum Nirvāna. Das wird in den Reden ausgedrückt: *amatam tam vijānatam*, „das Todlose erfuhr er da“:

*Je mehr und mehr er bei sich merkt,  
wie die Zusammenhäufungen  
im Wechsel nur entstehn, vergehn,  
wird er erhellt und heilsentzückt,  
da er das Todlose erfährt. (Dh 374)*

*Sujātā*, eine zum Heilsstand gelangte Nonne, berichtet, wie sie durch die Belehrung des Erhabenen zum ersten Mal zu diesem Anblick des Todlosen kam:

*Wie ich des Weisen Wort vernahm,  
verstand ich tief der Wahrheit Sinn.  
Reizlos ward mir die Weltlichkeit,  
Todlosigkeit verstand ich da.*

*Als so ich höchstes Heil erfuhr  
(tato viññāta-sadhamma),  
verließ ich Heim und Haus und Welt,  
dreifach Wahrwissen wurde mir:  
truglos ist Buddhas Wegweisung. (Thig 149/150)*

Dieser Bericht von *Sujātā* zeigt in den wenigen Zeilen, wie durch die in ihren Geist gelangten Worte des Erwachten eine akute Umwandlung der programmierten Wohlerfahrungssuche geschah. Sie erfuhr ein Wohl, das nicht mehr mit irgendeinem Ding, nicht mehr mit irgendeinem Ereignis verbunden war, ein Wohl, das zuverlässig war, unzerstörbar war, weil es durch nichts bedingt war. - Mit dieser inneren beseligenden Erfahrung, dass es das gibt, ging zugleich die Erkenntnis auf, dass alles andere, die gesamte Weltlichkeit, nur aus Zerbrechlichem besteht - und wie ein Schiffbrüchiger, im Ozean schwimmend und sich hochreckend, in der Ferne die rettende Küste sieht, dann mit aller Kraft auf geradestem Wege auf diese Küste zuschwimmt - so war *Sujātā* durch die Erfahrung jenes Friedens außerhalb aller rieselnden Weltlichkeit endgültig umgewendet, nur noch dem Todlosen, der Sicherheit, zugewandt. Das unbeschreibliche Wohl erfahrener Unverletzbarkeit ließ sie nun nicht ruhen, sich immer mehr auf dieses Ziel hin zu richten, bis sie in der Erfahrung des dreifachen Wahrwissens:

1. Rückerinnerung ungezählter früherer Geburten,
2. mit übermenschlichem Blick die Wesen von Diesseits zum Jenseits und umgekehrt wechseln sehen,

3. sich von aller Verletzbarkeit endgültig befreit sehen, die letzten Verstrickungen restlos aufgelöst hatte. Damit ist dann auch die programmierte Wohlerfahrungssuche zur Ruhe gekommen, denn das unzerstörbare Wohl ist ja erreicht. Auf diese Weise wird einer

*„kein Wanderer in der Welt“ genannt: Die Verstrickungen, die den Wanderer an den Umgang mit Formen, Tönen, Düften, Geschmächen, Tastungen und Gedanken verstrickt halten, die sind vom Vollendeten aufgehoben, an der Wurzel abgeschnitten, wie eine entwurzelte Palme, die nicht wieder sprießen kann.*

Und nun zeigt der Erwachte in seinem Vers an einigen Beispielen, wie sich das Nicht-mehr-Verstricktsein, Nicht-mehr-Gebunden-sein, das Nicht-mehr-Wandern in der Heimstatt und damit auch das Nicht-mehr-Wandern in der Welt im Verhalten des Geheilten auswirkt, und der Mönch Mahā-Kaccāno schildert in seiner Erklärung zuerst das Verhalten des noch von Begehren Gefesselten und darum in der Heimstatt Wandernden und zeigt anschließend die Freiheit und Erhabenheit des von allem Wünschen befreiten, klarblickenden Geheilten.

Der Überwinder ist mit anderen nicht vertraut

*Und wie lebt einer mit anderen vertraut? Da, Hausvater, macht sich einer die Angelegenheiten der im Hause Lebenden ganz zu eigen: mitfreuend, mitbetrübt, bei den Fröhlichen erfreut, bei den Leidenden leidend, bei den Pflichten der anderen gerät er selbst in das Joch von diesen.*

*So, Hausvater, lebt einer mit anderen vertraut.*

Der Wortlaut zeigt das Angejochtsein, das Aufgehen in der Gemeinschaft: Fröhlich werden durch die Fröhlichen und traurig werden durch die Traurigen. Hier ist nicht die sich in den

anderen versetzende Anteilnahme am Nächsten gemeint, sondern das triebhafte eigene Verknüpftsein mit dem Schicksal der Mitwesen, das gefühlsmäßige Gebundensein an sie.

Im Vorangegangenen ist geschildert, wie die programmierte Wohlerfahrungssuche den angenehmen Formerscheinungen, Gefühlen, Wahrnehmungen und Aktivitäten nachgeht. Hier zeigt sich das soziale Verhaftetsein, das Nachgehen der programmierten Wohlsuche bei angenehmen wie auch unangenehmen Wahrnehmungen von Mitwesen und das dadurch bedingte Gebundensein an sie. Wenn der Mensch in seinem Denken und Tun vielfältig verbunden ist mit den Angelegenheiten seiner Mitwesen, aus ihnen sein Wohl und Wehe bezieht, dann ist er ihrem Schicksal neben seinem eigenen zusätzlich ausgeliefert. Abhängig von dem Ergehen der Menschen um ihn herum und abhängig auch von seinem eigenen Ergehen ist er doppelt verletzbar.

Wie ist dagegen ein Mensch beschaffen, der wohl an der Gemeinschaft Anteil nimmt, aber doch innerlich nicht an sie angejocht ist?

*Und wie lebt einer nicht vertraut? Da, Hausvater, macht sich einer die Angelegenheiten der im Hause Lebenden nicht zu eigen: nicht mitfreuend, nicht mitbetrübt, bei den Fröhlichen nicht erfreut, bei den Leidenden nicht leidend, bei den Pflichten der anderen gerät er nicht selbst in das Joch von diesen.*

*So, Hausvater, lebt einer nicht vertraut.*

Der Überwinder, der Geheilte, ist es, der nicht mit anderen vertraut ist, der frei von Anliegen an andere ist, ein Triebgestillter, Durstversiegter, der alles Wollen aufgehoben hat. Er steht den Erscheinungen, gleichviel welche es sind, unbetroffen und ungetroffen gegenüber wie ein Mensch, der am Ufer eines klaren Alpensees vorüberkommt und dabei sieht, was in dem Wasser alles vor sich geht. Da spielen sich Dramen eben-

so ab wie Freudensprünge - aber Wasser ist nicht der Lebensbereich des Menschen. So fern ist der Geheilte der Welt der gesamten Wesen: der Götter, Menschen und Tiere.

Die Wollensflüsse, die den Menschen hineinreißen in die Stimmungen seiner Umgebung, sind beim Geheilten vollständig aufgelöst. Erst durch diese innere Freiheit ist er fähig, die Stimmungen der Mitwesen, mit denen er je und je zu tun hat, unmittelbar in ihrer Herkunft zu erkennen und darum in jener sanften Weise aufzulösen, wie sie dem von allen Leidenschaften Befreiten eigen ist, und dem so Beruhigten weitere Anleitung zur Überwindung von Hindernissen in seinem Leben zu geben. Weil er mit den tausend Begegnungen nicht mehr verflochten ist und nicht mehr hin und her gerissen wird, darum gerade gelingen ihm Entspannung und Befriedung der Notleidenden, Geängstigten und Besorgten. *Swami Ramdas* sagt von dem Geheilten:

*Ein Heiliger ist wahrhaftig ein Segen für die Welt. Durch die Verbindung mit ihm werden Tausende vom Druck ihrer Sorgen, Zweifel und Ängste befreit. Er lebt, was er verkündigt, und verkündigt, was er lebt.*

Der Überwinder sucht nichts mehr in der Welt

*Und wie, Hausvater, sucht einer in der Welt? Da, Hausvater, ist einer bei den Sinnendingen nicht frei von Reiz, nicht frei von Geneigtheit, nicht frei von Zuneigung, nicht frei von Wünschen, nicht frei von Fiebern, nicht frei von Durst.*

*So, Hausvater, sucht einer in der Welt.*

In dem Kapitel „Gier, Hass, Blendung“ wurde bereits beschrieben, wie die fünf Zusammenhäufungen durch die dem Körper innewohnenden Sinnendränge immer weiter zusammengehäuft werden. Der normale Mensch erlebt von seiner Geburt an sinnliche Wahrnehmung, nämlich Sehen, Hören,

Riechen, Schmecken und Tasten; und er erlebt durch diese fünffache sinnliche Wahrnehmung fast sein gesamtes Wohl und Wehe. Darum hat der normale Mensch von der Geburt an seine geistige Aufmerksamkeit in zunehmendem Maß auf diese äußere Welt der Formen, Töne, Gerüche, des Schmeckbaren und des Tastbaren gerichtet, ist in seinem Geist ihr ganz zugewandt, achtet darauf, dass er das Angenehme bekomme und dem Unangenehmen ausweiche. Bei bereits stattgefundenen angenehmen Begegnungen mit Erscheinungen verspricht ihm der Geist, dass er dort wieder Wohl genießen kann. Diese freudige Zuwendung des Geistes – die Gefühlsseite des Geistes wird „Gemüt“ (*ceto*) genannt – zu den erinnerten wohlthuenden Erlebnissen: das ist ein Zeichen für die Bindung des Geistes/Gemütes an die Sinnensucht. Und er kennt kaum ein anderes Wohl als das durch die äußere sinnliche Wahrnehmung eintretende. Wenn er nun auf die Sinnendinge verzichten sollte, dann muss er gerade wegen seiner Bindung in demselben Gemüt eine innere Leere, einen Mangel, eine Abneigung empfinden.

Das wird aber dann anders, wenn der Mensch durch den Erwachten oder durch andere Überwinder die Wahrheit über die Sinnlichkeit erfahren hat. Der Erwachte bezeichnet unsere gesamte sinnliche Wahrnehmung, also alles das, was wir sehen, hören, riechen, schmecken und tasten und woraus wir im Geist unsere Vorstellung von der Welt bauen, als „Blendung“ und als „Luftspiegelung“, und er sagt ausdrücklich (M 106), dass alle diese Dinge nicht so sind, wie sie uns scheinen, sondern *schemenhaft, trügerisch und eingebildetes Blendwerk* sind. Dagegen bezeichnet der Erwachte den Zustand der seligen Entrückung von der Welt, in welchem anstelle der sinnlichen Wahrnehmung, des Welterlebnisses, weltlose innere Seligkeit empfunden wird, als „Wahrheitserlebnis“ (D 9) und gar als „Erwachungs seligkeit“ (M 139).

Wenn also der heilsuchende Mensch erfährt, dass man durch die gesamten sinnlichen Erlebnisse sich wie in einem Wahntraum befindet und dass es jenseits der sinnlichen Erleb-

nisse eine solche „Seligkeit der Erwachung“ (M 139) gibt, wie man es sich nicht vorstellen und auch nicht ahnen kann - da werden bei einer solchen Botschaft viele Menschen stutzig. Sie erinnern sich der Tatsache, dass sie durch die sinnlichen Befriedigungen immer nur kurz erfreut sind, dass im Grunde ihre sinnliche Bedürftigkeit dadurch gerade zunimmt und sie in immer größere Abhängigkeit geraten.

Wer darüber hinaus Vertrauen empfindet gegenüber solchen Botschaften von höheren Erlebnisweisen als der sinnlichen, der beginnt nicht nur dem sinnlichen Leben gegenüber eine Zurückhaltung zu entwickeln, sondern auch eine Sehnsucht nach der verheißenen und vielleicht geahnten größeren Freiheit.

Ein Mensch solcher Art ist in seinem Herzen (*citta*) zunächst noch fast so verstrickt wie er vorher war, aber in seinem Geist/Gemüt (*ceto*) findet nun eine Umstellung statt. Wenn er nicht nur nüchtern einsieht, dass er mit der Sinnlichkeit auf die Dauer kein Wohl erfährt, sondern darüber hinaus auch Sehnsucht empfindet nach der größeren Freiheit, durch welche er von allem Außen unabhängig wird, dann wird das die „Zuwendung des Gemüts zur Herzenseinung (*samādhi*)“ genannt. Und das bedeutet zugleich das „Abschneiden der Bande des Gemüts von der Sinnensucht“ (M 16). Er hat im Herzen noch sinnliche Triebe, aber sein Geist ist von diesen abgewandt aus nüchterner Durchschauung des Leidens der Sinnlichkeit, aus der Abneigung des Gemütes gegenüber der Sinnlichkeit und der Zuwendung des Gemütes zur Herzenseinung.

Es gab zur damaligen Zeit im Orden des Erwachten keinen Mönch, der nicht viele Male gehört hatte, inwiefern die Sinnendinge schwere Fesseln und Lasten des Menschen sind, die ihn an Schmerz und Tod und Untergang gebunden halten, inwiefern mit den Sinnendingen das Heil nicht gewonnen werden kann: das wusste also jeder Mönch.

Nun geht es darum, ob der Mönch diese Wahrheit auch für sich allein öfter gründlich betrachtet oder ob er in seinem Denken und Bewerten der Welt zugewandt und verbunden

bleibt. Der letztere Mönch kann in seinem Gemüt keine Neigung fassen, von den Sinnendingen abzulassen.

Erst wem es gelingt, in einer möglichst unabhäugelten Betrachtung durch die vordergründig aufkommenden Wohl- und Wehgefühle hindurchdringend zu erkennen, dass diese Gefühle von den blinden Trieben kommen, welche die tiefe Krankheit des Menschen sind, weshalb es nicht um die Befriedigung dieser Triebe, sondern um ihre Heilung geht - wem es gelingt, sich das vielfältige Elend dieser Krankheit und die herrlichen Erleichterungen und Erhöhungen im Lauf der fortschreitenden Gesundung vor Augen zu führen - bei einem solchen werden eben durch diese Betrachtungen die Bindungen des Gemüts an die Sinnensucht nach und nach vollständig abgeschnitten. Diesen Prozess hat der Überwinder hinter sich. Er ist nach dem Wort von Mahā-Kaccāno

*bei den Sinnendingen ohne Reiz, ohne Geneigtheit, ohne Zuneigung, ohne Wünsche, ohne Fiebern, ohne Durst. So ist er frei von Sinnensucht.*

Der Überwinder ist von Zukunftshoffnung frei

*Und wie hofft einer auf die Zukunft?*

*Da denkt, Hausvater, einer: „Möchte doch in Zukunft so die Form sein, so das Gefühl, die Wahrnehmung, die Aktivität, die programmierte Wohlerfassungssuche.“*

*So hofft einer auf die Zukunft.*

Der moderne Mensch denkt fast ausschließlich an das gegenwärtige Leben, und er braucht viel Aufmerksamkeit und geistige Umerziehung, bis er durch Verständnis der Karmalehre und der fortgesetzten Wiedergeburt dazu kommt, an sein Dasein über den körperlichen Tod hinaus ebenso häufig und konkret nachzudenken wie über sein jetziges.

Aber das ist völlig anders in Indien und besonders zur Zeit



des Erwachten. Der religiöse Inder sieht sich auf endloser Wanderung durch alle Daseinsbereiche, durch menschliche, untermenschliche und übermenschliche. Sie sind ihm alle ebenso gewiss und ähnlich bunt wie das irdische Leben; die himmlischen Bereiche sind hell und strahlend schön, die untermenschlichen finster und qualvoll. Er rechnet selbstverständlich mit der Fortsetzung seines Lebens nach dem Verlassen des Körpers, und darum strebt er die besten Möglichkeiten für sein nachmaliges Leben an.

Auch wenn er durch die Lehre des Buddha verstanden hat, dass auch der Aufenthalt in allen Himmeln nur vorübergehend ist, nicht ewig währt - so bringt er doch eine große Neigung zu himmlischem Erleben mit. Er hält sich die Schönheit und lange Lebensdauer des feinstofflichen Körpers in den himmlischen Bereichen vor Augen (erste Zusammenhäufung); die Wohlgefühle durch Unbeschwertheit vom grobstofflichen Körper, Wegfall des Schlafbedürfnisses und von Krankheit sowie die große seelische Harmonie mit den Mitwesen (zweite und dritte Zusammenhäufung); er stellt sich vor, wie ihn ausschließlich helle, rücksichtsvolle, wohlwollende Aktivität bewegen wird (vierte Zusammenhäufung); wie die programmierte Wohlsuche nur Angenehmes erfahren wird. Mit solchen erwartungsvollen Gedanken an die Zukunft löst sich der so Betrachtende von menschlicher Rücksichtslosigkeit und bemüht sich um rücksichtsvollere, fürsorglichere Umgangsweise mit den Mitwesen und wird damit fähig zur Wiedergeburt in himmlischem Dasein.

*Und wie ist einer von Zukunftshoffnung frei?*

*Da denkt, Hausvater, einer nicht: „Möchte doch in Zukunft so die Form sein, so das Gefühl, die Wahrnehmung, die Aktivität, die programmierte Wohlsuche.“*

*So, Hausvater, ist einer von Zukunftshoffnung frei.*

Der Überwinder, der Geheilte hat die Vergänglichkeit auch schönster und erhabenster Formen, Gefühle, Wahrnehmungen und Aktivitäten gesehen, alles Verlangen nach ihnen gestillt und erfährt nach Wunsch die Todlosigkeit, die Freiheit von dem automatischen Ablauf der fünf Zusammenhäufungen. In dem Wohl dieser heilen Situation hat er wahrlich kein Bedürfnis mehr nach den Zusammenhäufungen. Sie sind ihm wie ein verlassenes Gefängnis, auf das er nicht zurückschaut.

Der Überwinder streitet nicht um Meinungen

*Und wie, Hausvater, streitet einer um Meinungen?*

*Da führt einer solche Reden wie: „Du verstehst diese Lehre und Wegweisung nicht; aber ich verstehe diese Lehre und Wegweisung; wie könntest du auch diese Lehre und Wegweisung verstehen! Falsch bist du vorgegangen, ich aber bin richtig vorgegangen; was vorher zu sagen gewesen wäre, das hast du nachher gesagt, und was nachher zu sagen gewesen wäre, vorher; meine Rede trifft den Kern, deine nicht, sie hält der Prüfung nicht stand, ist verkehrt; du gibst müßiges Geschwätz von dir, tadelnswert, du bist widerlegt; widerstehe, wenn du kannst.“*

*So, Hausvater, streitet einer um Meinungen.*

Hier geht es nicht um ein sachliches Gegenüberstellen von Meinungen und Auffassungen, sondern um gereiztes Angreifen des Gesprächspartners, um ihn „klein“ zu kriegen, um sich nach oben zu spielen, das eigene Anerkennungsbedürfnis zu befriedigen - vor sich und anderen. Durch diese rücksichtslose Art werden die geschaffenen, entlassenen und später wieder an den Streiter herantretenden Wahrnehmungen dunkel und chaotisch sein. Das nach Anerkennung suchende Ich wird das Gegenteil dessen erleben, was es begehrt – weil es Streit, Gewalt-samkeit statt Anerkennung des anderen in die Welt gesetzt hat, weil es die Spannung zwischen Ich und Du nicht eingegebenet,

sondern vergrößert und damit neue Gegensätze, also neues Leiden, geschaffen hat.

Weil der Kenner dieser Zusammenhänge die große Leidensmasse des Samsāra in allen seinen Stätten begriffen hat und ihr unbedingt entrinnen will, weil dies sein hauptsächlichstes Ziel ist, darum bringt ihn dieser dringende Wunsch auf die Dauer von Gedanken an irgendwelche Auffassungen über das Weltliche ab. So wird Streitgesprächen der Boden entzogen.

Der Geheilte nun hat den ganzen Samsāra durchschaut als eine bedingte mühselige, schmerzliche, sinnlose Wanderung im Kreislauf. Er sucht nicht nur solche kleinen oder größeren Streitereien mit Nachgiebigkeit zu beenden, sondern für ihn ist das, was wir „Dasein“ nennen, „Erleben“ nennen, aus völlig klarer Durchschauung auch endgültig abgetan; es gibt für ihn keinerlei Probleme mehr, sondern immer nur das eine: loslassen, zurücktreten ohne Anspruch, ohne Aufbegehren! Das ist die Haltung des Überwinders.

*Und wie, Hausvater, streitet einer nicht um Meinungen?*

*Da führt einer nicht solche Reden wie: „Du verstehst diese Lehre und Wegweisung nicht; aber ich verstehe diese Lehre und Wegweisung; wie könntest du auch diese Lehre und Wegweisung verstehen! Falsch bist du vorgegangen, ich aber bin richtig vorgegangen. Was vorher zu sagen gewesen wäre, das hast du nachher gesagt; und was nachher zu sagen gewesen wäre, vorher; meine Rede trifft den Kern, deine nicht, sie hält der Prüfung nicht stand, ist verkehrt; du gibst müßiges Geschwätz von dir, tadelnswert, du bist widerlegt; widerstehe, wenn du kannst.“*

*Um solche Meinungen streitet einer nicht.*

*So, Hausvater, ist es im Einzelnen zu verstehen, was der Erhabene einstmals erklärt hat:*

*Die Heimstatt aufgegeben,  
auch in der Welt nicht wandernd,  
der Überwinder ist mit and'ren nicht vertraut,  
sucht nichts mehr in der Welt,  
von Zukunftshoffnung frei:  
ein solcher mag um Meinungen nicht streiten.*

DER VIERFACHE ZUSAMMENHANG  
IN DER EXISTENZ (S 14,13) UND  
DAS GLEICHNIS VON DEN AFFEN (S 47,7),  
DER WEG DER ÜBERWINDUNG

Der endlose Kreislauf von Bedingtheiten (S 14,13)

So sehen die Vollendeten den Weg der Wesen durch den Samsāra, den Kreislauf des Immer-wieder-Geborenwerdens und Sterbens: Die Auffassungen, die ein Wesen je nach Charakter und Beeinflussung durch die Umwelt in seinen Geist aufnimmt (Bedenken) und die dadurch jeweils entstehenden oder sich verändernden Triebe und Wünsche seines Herzens, die Neigungen, Dränge, Leidenschaften, bestimmen sein Wollen und damit sein Tun und Lassen in Hass und in Liebe, im Lichten und Dunklen - und danach ist die Ernte, sein Erleben, seine Wahrnehmung.

Wenn Menschen die **falsche Ansicht** haben (1), dass ihr Heil in der Erfüllung ihrer Genussucht liege und Güte und Rücksicht entbehrlich seien, so machen sie diese Ansicht zu ihrem Maßstab, so **bewerten** sie die Wunscherfüllung hoch und bewerten Güte und Rücksicht gering (2). Auf Grund dieser Bewertung mehrten sich **im Herzen, im Triebhaushalt**, Gier und Rücksichtslosigkeit (3). Wegen dieser Veränderung ihrer inneren Art mehrte sich in ihrer **Aktivität (4)** das Zerstörende und minderte sich das Einigende. Auf Grund dieser Veränderung ihrer Aktivität nimmt **im Erleben, in der Wahrnehmung** das Schmerzliche zu und nimmt das Erfreuliche ab (5).

So geht aus der Anschauung, dass in der Erfüllung der Genussucht Wohl liege und Güte und Rücksicht zweitrangig seien, in der Existenz Leiden hervor, das die Menschen verabscheuen und darum eigentlich verhindern möchten. Darum wird diese Weltanschauung und dieser Maßstab „falsch“ genannt und werden die daraus hervorgehende innere Art und die daraus hervorgehende Aktivität „schlecht“, „böse“, „untu-

gendhaft“ (= untauglich, da nicht zum Wohl führend) oder „unheilsam“ genannt.

Wenn aber die Menschen die Anschauung haben (1), dass ihr Wohl in der Liebe zu den Mitwesen und in der Mäßigung der Begierden liege, so machen sie diese Anschauung zu ihrem Leitbild, bewerten Freundschaft, Liebe und Mäßigung hoch und bewerten Begierde und Erfüllung der Wünsche gering (2). Auf Grund dieser Bewertung mehrt sich bei ihnen die Neigung zu Güte und Rücksicht und mindert sich die Neigung zu Begehrlichkeit (3). Wegen dieser Veränderung ihrer inneren Art, ihrer Triebe, mehrt sich in ihrer Aktivität das vereinigende Element und mindert sich das zerstörende Element (4). Auf Grund dieser Veränderung ihrer Aktivität nimmt im Erleben das Erfreuliche zu und nimmt das Schmerzliche ab (5).

So geht aus der Anschauung, dass in der Mäßigung der Begierden und in der Liebe zu den Mitwesen größeres Wohl liege, Helligkeit und Sicherheit hervor, wie es die Menschen lieben und ersehnen. Darum wird diese Weltanschauung und dieser Maßstab „richtig“ genannt und wird solche innere Art und solche Aktivität „gut“, „tugendhaft“ (= tauglich, da zu Wohl führend), „heilsam“ genannt.

Diese Abfolge von Bedingtheiten können wir den „Erzeugungszusammenhang“ nennen, da er mit der Anschauung beginnt, dem erzeugenden und verändernden Element. Er bleibt für die sinnliche Wahrnehmung verborgen, kann darum nur von den über die sinnliche Wahrnehmung Hinausgetretenen, Transzendenten, den Weltunabhängigen, erkannt und den Menschen nahe gebracht werden zur eigenen Beobachtung.

Noch mehr verborgen ist dem der sinnlichen Wahrnehmung zugewandten Menschen eine Reihenfolge, die der Erwachte in S 14,13 nennt, welche die Herkunft, die Bedingung für die Ansichten, die Anschauungen, nennt, wodurch der Eindruck, die Anschauung sei der Erzeuger von allem, wieder ausgelöscht wird und nur der Eindruck eines endlosen, ausweglos erscheinenden Kreislaufs bestehen bleibt:

*Aus den jeweiligen Gegebenheiten (dhātu)  
steigt die Wahrnehmung (saññā) auf,  
aus der Wahrnehmung entsteht Anschauung (ditthi),  
aus Anschauung entsteht Bedenken (vitakka).*

Was versteht der Erwachte unter „den Gegebenheiten“?

### Die Gegebenheiten (*dhātu*)

Das Wort *dhātu*, herkommend von *dahati* = hinstellen, bedeutet „das Hingestellte, Geschaffene, Gewirkte, nun da Stehende, das Gebildete, Angewöhnte und dadurch Vorhandene“, also das Gegebene, mit welchem wir zu rechnen haben. In M 115 nennt der Erwachte einundvierzig Gegebenheiten, die sich zusammensetzen aus:

18 Gegebenheiten:

Die Gegebenheit des Auges (mit dem innewohnenden Lugerdrang) - der Form - der Luger-Erfahrung;

die Gegebenheit des Ohres (mit dem innewohnenden Lauscherdrang) - der Töne - der Lauscher-Erfahrung;

die Gegebenheit der Nase (mit dem innewohnenden Riecherdrang) – den Düften - der Riecher-Erfahrung;

die Gegebenheit der Zunge (mit dem innewohnenden Schmeckerdrang) - den Geschmächen - der Schmecker-Erfahrung;

die Gegebenheit des Körpers (mit dem innewohnenden Tasterdrang) - dem Getasteten - der Tastererfahrung;

die Gegebenheit des Gehirns (mit dem innewohnenden Denkerdrang) - den Gedanken/Dingen - der Denker-Erfahrung.

6 Gegebenheiten:

Festigkeit, Flüssigkeit, Hitze, Luft, Raum, Erfahrung.

6 Gegebenheiten:

Wohl, Wehe, Freude, Trauer, Gleichmut, Wahn.

6 Gegebenheiten:

1. Sinnensucht
2. Antipathie bis Hass

3. Schädigung, Belästigung aus Rücksichtslosigkeit
4. Sinnensuchtfreiheit
5. Liebe, Wohlwollen
6. Mitempfinden/Erbarmen, Schonen, Fürsorge, Hilfsbereitschaft.

3 Gegebenheiten:

Die Selbsterfahrung 1. Sinnlichkeit, 2. Reine Form, 3. Formfreiheit.

2 Gegebenheiten:

Das Unzusammengesetzte und das Zusammengesetzte.

Diese insgesamt 41 Gegebenheiten - die Griechen würden sie als Essenzen bezeichnen - umfassen alles, was es an physischen und seelischen Eigenschaften gibt, und die Möglichkeit des Nibbāna, das Nicht-Bedingte, Nicht-Zusammengesetzte.

Wir können die Gegebenheiten des Zusammengesetzten einteilen in

1. die Triebe und Eigenschaften der Wesen, die innere Ernte des Gewirkten: Sinnensucht, Antipathie bis Hass, Schädigenwollen und ihre positiven Gegenteile,
2. die Gesamtheit des von uns als Außen Gewirkten,
3. die Gefühle, die durch Berührung der Triebe mit dem als außen Erfahrenen entstehen.

Diese Gegebenheiten machen die verborgenen Wurzeln der Existenz aus: die Triebe, den Wollenskörper (*nāma-kāya*), und die aus den Trieben, aus ergreifendem Wirken hervorgehende, oft noch latente Ernte des Gewirkten, das latente Dasein, das erst später in Erscheinung tritt. Weil das triebbedingte Gewirkte da ist, in die Existenz gesetzt ist, nur der beschränkten Wahrnehmung nicht offenbar ist, gibt es z.B. Präkognition. Hellseher können die Zukunft, das In-Erscheinung-Treten des Gewirkten, vorhersagen. Auf Grund der Triebe, der Wollensstruktur wird ergriffen, und durch Ergreifen wird der Wollenskörper erhalten, wenn auch ständig verändert, und latentes Dasein wird in die Zukunft gesetzt, das wieder als bestimmte



Wahrnehmung von Formen, Tönen, Düften, Säften, Tastbarem herantritt - so jedenfalls in dem Bereich der Sinnensucht-Erfahrung. Aber der Erwachte nennt als gewirkte Gegebenheiten nicht nur die Sinnensucht-Erfahrung, sondern

drei Arten von Erntebereichen (*bhava*):

Die Erfahrung der Sinnensucht, der Reinen Form, der Nichtform. Sinnensucht bedeutet, dass ich in der Umwelt etwas Sinnliches haben will. Nur in der Erfahrung der Sinnensucht gibt es soziales/asoziales Verhalten: rücksichtslos anderen nehmen oder die Anliegen anderer mitbedenken. Die Sinnensucht führt zu Antipathie bis Hass, Rohheit, Gewaltsamkeit denen gegenüber, die der Erfüllung des Begehrens entgegenstehen. - Die Erfahrung der Reinen Form setzt eine Triebstruktur voraus, die von Sinnensucht rein ist. - Die Erfahrung der Nichtform setzt ein Herz voraus, das auch keine Form mehr begehrt.

Mit der Geburt eines Wesens auf der ihm gemäßen Stufe erlebt es die Auswirkung früheren Wirkens: Der Sack der gewirkten Begegnungen öffnet sich, und eine Begebenheit nach der anderen tritt in Erscheinung, wird nun auch für das Wesen „geboren“. Der noch geschlossene Sack, dessen Inhalt für uns nicht sichtbar ist, das ist *bhava*, das durch unser Wirken vorhandene potentielle Dasein, die geschaffene Gegebenheit.

Jedes Wesen erntet mit jedem Erlebnis, d.h. bei jeder Begegnung mit Wesen oder Dingen oder Ereignissen immer nur das, was es irgendwann zuvor selber durch eigenes Denken, Reden oder Handeln gesät, d.h. ins Dasein gesetzt hat. Was im Reden und Handeln in die Welt hineingetan wurde, das ist geschaffen, ist da und hat keine Ruhe, ehe es nicht wieder bei mir als Täter angekommen ist. Dieses „Unterwegs-Sein“, das ist *bhava*, Werdesein. Das Geschaffene und darum Daseiende, Gegebene - der Daseinssack - wird durch das Wirken der Wesen ununterbrochen gemehrt und verändert, weshalb der Er-

wachte Dasein auch als Strom des Werdeseins bezeichnet (*bhavasota*).

Durch jedes wohlwollende Wirken wird ein etwas wohlwollenderes Begegnungsverhältnis in die Vergangenheit geschickt - und damit in die Zukunft geschickt, wird das „Ich“ um einen Grad mehr mit wohlwollendem, gewährendem Geist geprägt, wird das mit Wohlwollen behandelte Du um einen Grad zufriedener, entspannter, freudiger, zu ähnlichem Tun geneigter: Und dieses jetzt so geschaffene, durch den gegenwärtigen verbessernden, erhellenden Schöpfungsakt so gestaltete Verhältnis eines wohlwollenderen Ich in sanfterer Begegnung mit einem entspannteren, erfreueren und meistens auch wohlwollenderen Du - diese Schöpfung ist nun „da“, ist durch bestimmte Einflüsse, Kräfte, Gesinnungen und Taten so gewirkte Wirkung. Diese Wirkung entschwindet lediglich der Sichtbarkeit, also der unendlich kleinen Gegenwart des Verblendeten, bleibt aber als wirkende Wirkung bestehen und taucht zu ihrer Zeit wiederum in die unendlich kleine Gegenwart des Verblendeten ein, wird in ihrer zuletzt umgeschaffenen Qualität erfahren, wird als wohltuendes oder schmerzliches „Schicksal“ erlitten.

Die Gegebenheiten, die noch verborgenen, bestehen also aus dem durch Wirken (Denken) ständig veränderten Spannungsleib, der inneren Ernte, und dem als Außen Geschaffenen. Das als Außen Geschaffene geht in die Latenz (*bhava*). Der Spannungsleib, die Triebe, die sich im Gefühl äußern, sind zwar verborgen - insofern, als sie nicht zu sehen, zu hören, zu riechen, zu schmecken, zu tasten sind -, aber sie machen den jeweils neuesten Stand des Triebkomplexes aus. Wenn ich jetzt einen meinen Charakter verbessernden Gedanken gefasst habe, dann wird der Spannungsleib, der Triebkomplex, um diesen Gedanken verbessert. Wird ein Trieb einleuchtend und aufleuchtend als übel durchschaut, dann ist damit der Spannungsleib geändert. Jener Zug, der vorher war, ist jetzt nicht mehr vorhanden, oder wenn er sehr stark war, ist er jetzt gemindert. Was wir nach außen schaffen, geht in die

Latenz und tritt von außen heran. Den Spannungsleib (*nāma-kāya*) aber, den so und so beschaffenen, den haben wir immer bei uns.

*Aus den jeweiligen Gegebenheiten  
steigt die Wahrnehmung auf*

Der unbelehrte Mensch nimmt eine objektive, außerhalb seiner selbst bestehende Welt an, aus welcher er dies oder das auf gelesen, erfahren hat. Der Erwachte aber sagt: Je nach dem, was du dahin gesetzt oder je nach dem, als wen oder was du dich dahin gesetzt hast, ist die Wahrnehmung, nicht ist die Wahrnehmung zufolge einer objektiven Welt.

Durch jede Berührung der Gegebenheit der fünf im Körper inkarnierten Sinnesdränge wird die Gegebenheit: der von ihnen erfahrene Gegenstand (Form, Ton usw.) - und die Gegebenheit der Gefühlsantwort der Triebe zusammen in den Geist eingetragen. Die Dränge in den Sinnesorganen und im ganzen Körper erfahren die Gegebenheit Wohlgefühl, wenn sie von dem Gewünschten berührt werden, und erfahren die Gegebenheit Wehgefühl, wenn das Gegenteil des Ersehnten ankommt. Diese Gegebenheiten: Gefühlsurteile der Triebgeschmäcke - Wohlgefühl bei den den Trieben angenehmen Erscheinungen, Wehgefühl bei den den Trieben unangenehmen Erscheinungen - sind eine Entstellung und Verzerrung der Gegebenheit Erfahrung, die, solcherart subjektiv gefärbt, als Wahrnehmung in das Gedächtnis eingetragen wird. Wahrnehmung allein besteht schon aus drei Dingen: Form und Gefühl wird wahrgenommen. Der Geist, das Gedächtnis kennt gar nichts anderes als die gefühlsbesetzten Eintragungen der Triebe. Diese gefühlsbesetzten Wahrnehmungen, von welchen wir leben, durch welche wir an Ich und Welt und Dasein glauben, sind - wie ein Traum - ein geistiger Vorgang, entstanden aus den Gegebenheiten der Triebe und der Gegebenheit des als außen Geschaffenen. Die Wahrnehmungen, Bewusstwerdungen, hält der Geist fest und ordnet immer die neue in die schon bestehenden

ein. So haben wir im Geist ein Kontinuum, das wir als Erinnerung bezeichnen. Jede Erinnerung ist Inhalt einer Wahrnehmung. Aber nicht alles, was gewirkt ist, ist schon in der Wahrnehmung. Das meiste ist noch nicht im Erleben, ist uns noch nicht zugänglich, ist im *bhava*, in der Latenz.

Ein Mönch des Erwachten, Nandako, veranschaulicht in einem Gleichnis (M 146), wie an der Wahrnehmung des Geistes die beiden Wurzeln der Existenz beteiligt sind: die Triebe und das als außen Gewirkte. Nandako vergleicht den lebenden Menschen mit einer brennenden Öllampe. Das Öl in der Lampe, das den ganzen Docht (Gleichnis für die körperlichen Sinneswerkzeuge) durchzieht, gilt für die fünf Begehrensdränge, die die Sinnesorgane durchziehen, und gilt als sechstes auch für den das Gehirn durchziehenden geistigen Drang nach gedanklicher Beschäftigung mit den Objekten. Ganz so wie das Öl den Docht durchzieht, so durchziehen die Begehrensdränge in ihrer Gesamtheit als eine im Körper ausgebreitete Empfindlichkeit, eben als Wollens- oder Spannungskörper, den Fleischkörper mit seinen Sinnesorganen.

Und die Flamme dieser brennenden Öllampe, die ja nie durch den Docht allein, sondern gerade durch sein Durchtränksein mit Öl zustande kommt, gilt für das Aufleuchten des Erlebnisses, also für Gefühl, und der Schein für die Wahrnehmung. So kommt der Eindruck eines die Umwelt empfindenden, erlebenden Ich zustande, das diese oder jene angenehmen oder unangenehmen Erlebnisse hat.

Bei stark herausragendem Docht, wenn also ein großer Teil des ölgetränkten Dochtes brennen kann, entsteht eine Flamme mit großem Lichtschein, und bei ganz wenig herausragendem Docht kann der Lichtschein nur klein bleiben. Je mehr Triebe, je größer die Spannung, desto stärker ist Gefühl (die Flamme) und desto leuchtkräftiger die Wahrnehmung (der Schein). Bei wenigen Trieben entsteht wenig Gefühl und Wahrnehmung von geringerer Leuchtkraft – und bei Fortfall der Triebe entsteht kein Gefühl und keine gefühlsgetränkte Wahrnehmung.

So ist die Gegebenheit der Triebe die innere Bedingung für das Aufkommen von Gefühl.

Die äußere Bedingung für das Aufkommen von Gefühl ist durch die Ankunft der Ernte aus früherem Wirken gegeben, d.h. durch die zur Berührung (des Spannungsleibs) kommenden Sinneserfahrungen, die in den Geist als Wahrnehmungen eingetragen werden. Diese Ernte vergleicht Nandako mit dem Schatten, den ein Baum wirft. Der in der Erde verwurzelte Stamm mit dem weitverzweigten Ast- und Laubwerk, der in allen seinen Teilen einer ständigen Wandlung unterliegt, gilt für die einst gesäte äußere Ernte, die mittels Erfahrung der Triebe an den Menschen herantritt.

Die herantretenden, teils als angenehm, teils als unangenehm, teils als gleichgültig empfundenen Erlebnisse werden verglichen mit dem Schatten des Baums, welcher durch das flackernde Licht der Öllampe und durch den Baum selbst bedingt ist. Der Mensch erfährt also nicht die Früchte seines Wirkens, den „Baum“, so wie er ist, sondern eben nur seinen Schatten, der erzeugt wird von dem Brand des Öls, von dem Spannungsleib, den Trieben. Wir erleben nicht die ankommende Ernte, wie sie gewirkt worden ist, sondern erleben sie erst, nachdem die innewohnenden Triebe ihr verzerrendes Urteil gesprochen haben. Bei starkem Licht ist der Schatten kräftig, bei schwachem Licht schwach, und ohne Licht ist gar kein Schatten. Damit zeigt Nandako die sich im Gefühl äußernde Empfindlichkeit und Treffbarkeit durch die als schmerzliche oder wohltuende Ernte aus früherem Wirken herantretenden Berührungen, die aber doch nur nach der Stärke der jetzigen Triebe empfunden werden können.

Die zwei zusammenwirkenden Gegebenheiten als Quellen des Gefühls werden von Nandako ausdrücklich unterschieden:

*Was da auf Grund der sechs zu sich gezählten Sinnesdränge in den zu sich gezählten Sinnesorganen an Wohl-, Weh- oder Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl aufkommt und was da auf*

*Grund des als sechsfaches Außen Erfahrenen an Wohl- oder Weh oder Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl aufkommt...*

*Auf Grund der sechs zu sich gezählten Sinnesdränge in den zu sich gezählten Sinnesorganen aufkommendes Gefühl* bedeutet den Aspekt: Die Triebe, welche den Sinneswerkzeugen so innewohnen wie das Öl dem Docht einer brennenden Öllampe, werden bei der Berührung durch die zum Außen gezählten Sinnesobjekte berührt und antworten mit Gefühl.

*Auf Grund des als sechsfaches Außen Erfahrenen aufkommendes Gefühl* bedeutet den Aspekt: auf Grund der herantretenden Berührungen als Früchte des Wirkens aufkommendes Gefühl. Der erlebte Schatten, die gefühlsbedingte Wahrnehmung, ist also einmal bedingt durch den vom Öl (den Trieben) kommenden Lichtschein und zum anderen bedingt durch den Baum (die Ernte des Wirkens). Das sind die zwei Quellen des Gefühls und der Wahrnehmung.

Aus den Sinnesdrängen des Körpers und dem als Außen Erfahrenen geht also Gefühl und damit Wahrnehmung hervor: *So kommen denn diese zwei Dinge auf zwei verschiedenen Wegen im Gefühl zu einem zusammen. (D 15)* Ebenso heißt es in A X,58: *Worin kommen alle Dinge zusammen? Im Gefühl.*

Das von Nandako benutzte Gleichnis besagt: Wir erleben nicht die Dinge selber, wir erleben sie als Wahrnehmung, als Schatten. An anderer Stelle vergleicht der Erwachte die Wahrnehmung mit einer Luftspiegelung, einer Fata Morgana. Die Gegebenheiten der Triebe und des als Außen Gewirkten bestimmen die Wahrnehmung. Die beiden Anteile werden oft in unterschiedlicher Stärke wahrgenommen: Einmal können räumliche Bilder wahrgenommen werden mit nur schwachem Gefühl besetzt, ein anderes Mal werden hauptsächlich Empfindungen, Bedürfnisse, Süchte, Widerstreben, seelisches Gerissensein wahrgenommen, und Bilder werden nur schwach verzeichnet. Aber immer wird bildhaft geträumt eine Welt, und spannungshaft wird geträumt ein Ich mit tausend festge-

legten Wünschen, hin und her gerissen, ein Hungerleider, ein Haben- und Seinwollen.

### Tod bedeutet nicht Auflösung der Wahrnehmung

Die Beschaffenheit der Wahrnehmung kann nicht durch äußere Umstände aufgelöst werden, weder durch Aufsuchen einer anderen Umwelt noch durch Aufsuchen einer möglichst umweltlosen Weite noch auch durch Vernichtung des Körpers im Tod. Das liegt daran, dass die Wahrnehmung nicht von der Umwelt, sondern von der Psyche ausgelöst wird. Und die Psyche hat man immer bei sich, ja, man ist Psyche.

Wer den ersten Versuch unternimmt, indem er seine gegenwärtige vielfältige Umwelt mit einer anderen vielfältigen vertauscht, der wird sehen, dass er „sich“ dahin mitgenommen hat, dass er dort die gleichen Ärgernisse und Annehmlichkeiten erfährt, nur eben in etwas anderer Form. Das liegt daran, dass die Wahrnehmung nicht von der Umwelt, sondern von der Psyche ausgelöst wird. Und die Psyche hat man immer bei sich, ja, man ist Psyche.

Wer den zweiten Versuch der Beendigung seiner Wahrnehmung macht, indem er sich in eine stille, weite Landschaft oder auf das Meer zurückzieht, der wird nach einer sehr kurzen, vielleicht als ruhig empfundenen Übergangszeit sehr bald die bisherige bewegte Umwelt vermissen und wird sich dann in seinem Geist mit den vergangenen Szenen seines Lebens erneut auseinandersetzen bis zum lauten Gespräch, zum Schelten und Lachen wie früher zu Hause. Auch das liegt daran, dass die Wahrnehmung nicht von der Umwelt, sondern von der Psyche ausgelöst wird. Und die Psyche hat man immer bei sich, ja, man ist Psyche.

Und wer den dritten Versuch macht, weil er meint, alle Wahrnehmung komme von den Sinnen und dass man, wenn man tot sei, nicht mehr wahrnehmen könne, der wird erfahren, dass im Augenblick des Sterbens Sehen und Hören aufhört, und wird dies als Bestätigung seiner Auffassung von der Ver-

nichtung des Menschen im Tod ansehen. Zugleich erfährt er aber, dass die Wahrnehmung von sich selbst doch geblieben ist und dass er mit dieser Wahrnehmung die völlige Dunkelheit und Geräuschlosigkeit feststellt, dass also die sinnliche Wahrnehmung völlig untergegangen ist. Aber gleich anschließend wird er einige Dinge erfahren, aus denen er nicht recht klug wird – so als ob er durch einen dunklen Gang geschoben würde oder führe. Damit erfährt er bereits eine erste Sinnstätigkeit, nämlich ein Tasten. Er erfährt die Veränderung seines Standorts, die Bewegung dessen, was er als Ich auffasst, und im nächsten Augenblick macht er eine Erfahrung, die ihn um so mehr erstaunt, je sicherer er geglaubt hatte, die Vernichtung des Körpers sei auch die Vernichtung des Lebens. Er sieht sich völlig lebendig als Sehender und Hörender in derselben Umgebung wie vor seinem Tod. Aber zugleich sieht er seinen Körper da, wo er ihn verlassen hat, als Leiche liegen, jedoch blickt er nicht aus seinem Körper heraus wie bisher, sondern er blickt von einem Ort außerhalb des Körpers auf den toten Körper. Er sieht, dass er sehen und hören kann ohne den Körper. Wenn ein solcher nicht zu sehr von diesem Anblick fasziniert, bei dem Hinblick auf seinen Körper bleibt, sondern nun auf sich selbst als den Seher und Hörer achtet, dann merkt er, dass er einen feinstofflichen Körper hat, der unvergleichlich leichter ist – und seinen Gedanken folgt.

Befinden sich in seiner Umgebung Menschen, dann macht er eine Entdeckung, die ihn um so mehr erstaunt, je weniger er vorher davon geahnt hat. Er merkt, dass er die Menschen zwar sehen und hören kann, er sich unter ihnen befindet, dass aber diese Menschen ihn weder sehen noch hören. Er merkt, dass er die Menschen nach wie vor kennt, die Bekannten und Verwandten nach wie vor als seine Bekannten und Verwandten auffasst, die ihm Fremden nach wie vor als Fremde, dass sich für ihn in seiner Wahrnehmung gar nichts geändert hat, aber für die Menschen ist er - nicht da. Will er dann die Angehörigen darauf aufmerksam machen, dass er doch nicht der dort tot liegende Körper sei, sondern dass er lebendig hier stehe, dann



merkt er, dass auch bei lautem Rufen ihn niemand hört, obwohl er die Menschen sprechen hört und alles versteht. Für normale Menschen ist er ebenso wenig körperhaft wie ein Schatten und völlig unsichtbar. Will er dann die ihm Nächsten auf sich aufmerksam machen, indem er sie anfasst und rüttelt, so merkt er, dass er sie nicht tasten kann. Seine Hand geht durch sie hindurch.

So zeigt sich ihm, dass er auch durch den Tod seine Wahrnehmung nicht hat auflösen können. Er erlebt abgesehen von den ersten Neuigkeiten beim Übergang in das Jenseits dort bald sehr ähnliche Freuden und Leiden, Sorgen, Ängste oder ein heiteres Leben - wie zuvor in der Menschenwelt. Sehr bald erfährt er auch - oft schon gleich nach seiner Entdeckung seines Weiterlebens - dass ihm dort solche nahen und fernen Angehörige, Freunde und Feinde begegnen, von denen er weiß, dass sie alle schon vor ihm gestorben waren. Diese kann er nicht nur sehen und hören, sondern auch tasten, sie begrüßend umarmen, und so merkt er, dass er mit den vor ihm schon Verstorbenen in einer gleichen Welt lebt, in einer gleichen Dimension, die aber nicht mehr die Dimension der menschlichen Körper ist. Das liegt daran, dass die Wahrnehmung nicht von der Umwelt, sondern von der Psyche ausgelöst wird. Und die Psyche hat man immer bei sich, ja, man ist Psyche.

Sollte er nun meinen, er sei jetzt von dem zeitlichen Leben in das ewige Leben übergegangen, dass er in jener Welt nun ewig lebe, so wird er nach kürzerer oder längerer Zeit wieder enttäuscht werden. Er wird auch dort im Lauf von Zeitabläufen, die sehr unterschiedlich sind, doch wieder ein Altern, Sterben und nach dem Sterben sofort wieder ein Neuerscheinen erfahren, wobei die neue Situation u.U. wieder nur wenig verändert ist.

Die Beschaffenheit der Wahrnehmung kann nie durch äußere Anlässe aufgelöst werden, nur durch innere, d.h. nur dadurch, dass die Gesamtheit der Triebe erhellt oder gar die allerletzten feinsten Triebe, die letzten Verstrickungen, aufgelöst werden. Wenn aber einer, der noch Triebe hat, bei dem also

die Wahrnehmung noch nicht restlos aufgelöst ist, körperlich vernichtet wird, dann besteht er drüben weiter mit der gleichen Beschaffenheit der Wahrnehmung wie vorher.

*Meister Eckehart* sagt:

*Die Seele ist nicht in der Welt, sondern die Welt ist in der Seele.*

Und der Erwachte sagt dasselbe mit anderen Worten:

*Der Körper ist nicht in der Welt, sondern die Welt ist im Körper* - im von den Trieben besetzten Körper.

### Viererlei Wahrnehmungsmöglichkeiten

Wir haben wenigstens vier Arten von Wahrnehmung, vier Erfahrendimensionen:

1. Die für den Menschen normale ist die sinnliche Wahrnehmung. Auf diese gründet die Naturwissenschaft und überschreitet sie nicht.

2. Die geistige Wahrnehmung von Wollen, Fühlen und Denken geschieht mit keinem der fünf Sinne, sondern unmittelbar mit dem Geist; sie ist nur dem Beobachter bei sich selber möglich.

3. Es gibt übersinnliche Wahrnehmungen vielfältiger Art. Viele Reanimierte berichten, dass sie zu der Zeit, als ihr Körper im Krankenhaus als tot galt, außerhalb des Körpers waren, unsichtbar für die Umwelt, aber sie sahen sie, hörten und rochen Gerüche. Darüber hinaus konnten sie im feinstofflichen Bereich die vor ihnen gestorbenen Verwandten und Bekannten begrüßen, sie nahmen also zwei verschiedene Welten wahr.

Eine andere Weise der übersinnlichen Wahrnehmung ist die Telepathie, Gedankenlesen, Vorauswissen, geistunmittelbare Kraftanwendung, ohne Körperglieder einzusetzen.

4. Eine andere Art der Wahrnehmung ist die in allen höheren Religionen beschriebene Entrückung, die unio, die Herzenseinigung (*samādhi*). Da wird weder diese Welt noch jene Welt wahrgenommen, keine sinnliche, keine übersinnliche Wahrnehmung, auch keine geistige durch Denken oder Beobachten

der inneren Vorgänge, sondern es wird nur ein seliges Gefühl ohne Wandlung wahrgenommen. Es ist ein seliger Zustand ohne Zeit, erscheint wie Ewigkeit, dauert aber nur eine begrenzte Zeit.

*Aus der Wahrnehmung entsteht  
Anschauung*

Über das, was erlebt wird, kommt spontan ein Urteil, eine Bewertung, eine Anschauung auf: Z.B. „Der Kuchen schmeckt gut.“ Aber dann melden sich sofort anschließend die in den Geist eingetragenen Erfahrungen: „Aber zu viel davon verdirbt den Magen“ oder „Da sind mehrere, die sollen auch was davon haben.“ Immer folgt auf das Erlebnis eine Stellungnahme. Je primitiver die Anschauung ist, um so wahrnehmungsnäher ist sie, und je differenzierter ein Mensch in seinem geistigen Abwägen ist, um so differenzierter ist auch seine Anschauung. Es kann sich eingespielt haben, dass ein Mensch die vordergründige Anschauung bald lässt und bald bei der Anschauung ist, die er gelten lässt als richtige Anschauung, die endgültig zum Wohl führt.

Weil das Ich hungrig, durstig ist, weil es erleben will, darum folgt auf jede Wahrnehmung die Feststellung, die Anschauung: „Das ist angenehm, das ist unangenehm“ und „Wie kann ich erreichen, dass das Angenehme bleibt und das Unangenehme schwindet?“ Eine Anschauung dient immer dem Zweck, zu Wohl zu kommen, zur Sicherheit, oder wenn Wohl erlebt wird, dass das Wohl bleibe. Die Ansichten korrigiert man, erweitert sie, vertieft sie je nach den Wahrnehmungen. Immer besteht eine Ansicht als Richtungsweiser für die Reaktion auf das Erlebnis.

*Aus Anschauung entsteht Bedenken -*  
Bedenken schafft innere und äußere Gegebenheiten

Das, was wir im Geist als Anschauung haben, beeinflusst sofort die Art unseres Denkens. Über das, was in der Anschauung als da seiend und so seiend angenommen wird, als zu Wohl oder Wehe führend erkannt wird, wird nachgedacht in bezugschaffendem Denken. Durch geistige Bewertung, durch Bedenken des Wahrgenommenen setzen wir Gegebenheiten ins Dasein als einen zweifach verborgenen, nicht einsehbaren Grund.

In M 19 zeigt der Erwachte, wie durch Bedenken

1. die inneren Gegebenheiten geschaffen werden: *Was der Mensch häufig erwägt und sinnt (vitakka, vicāra), im Geist bedenkt, dahin geneigt wird das Herz*, die Herzensgegebenheit. Und in M 18 zeigt der Erwachte als

2. wie durch Beachten, Bedenken, im Geist Bewegen, Gegenüberstellen die äußeren Gegebenheiten geschaffen werden:

*Dadurch dass der Mensch sich etwas gegenüberstellt (papañceti), erzeugt er die Illusion einer gespaltenen Begegnungswahrnehmung (papañca saññā sankha): das Auge (mit dem Luger), an das erfahrbare Formen als vergangen, zukünftig, gegenwärtig herantreten, das Ohr (mit dem Lauscher), an das erfahrbare Formen als vergangen, zukünftig, gegenwärtig herantreten...*

Dreimal sechs Gegebenheiten werden geschaffen:

Auge (mit dem innewohnenden Luger), Form, Luger-Erfahrung,

Ohr (mit dem innewohnenden Lauscher), Ton, Lauscher-Erfahrung,

Nase (mit dem innewohnenden Riecher), Duft, Riecher-Erfahrung,

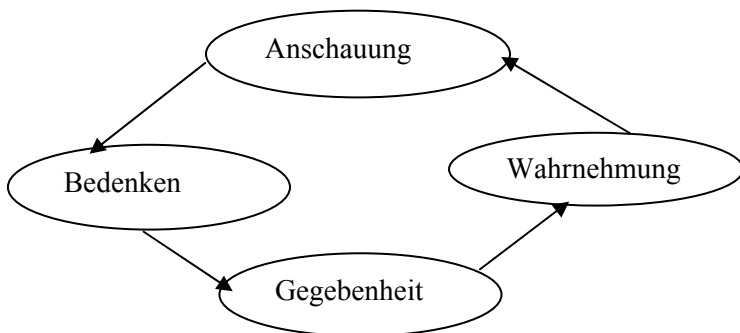
Zunge (mit dem innewohnenden Schmecker), Saft, Schmecker-Erfahrung,

der ganze Körper (mit dem innewohnenden Taster), Getastetes, Taster-Erfahrung,

Gehirn (mit dem innewohnenden Denker), Gedanke, Denker-Erfahrung.

Indem der Mensch sich etwas (Form) gegenüberstellt („ich“ sehe „etwas“) und damit im Bedenken ausbreitet, da schafft er die Gegebenheit Form, und diese Gegebenheit tritt als Illusion von Begegnungen, als die Wahrnehmung eines gesunden oder kranken Körpers, als die Wahrnehmung freundlicher oder feindlicher Umwelt wieder „an ihn“ heran.

Anschauung und Bedenken sind die geistige Seite des Menschen. Die Anschauung nennt die positiven und negativen Seiten einer Sache oder einer Situation, und entsprechend unserer Anschauung denken wir und versuchen das Negative zu meiden. Der Erwachte sagt: *Wer üblen Geistes denkt* - d.h. aus falscher Anschauung redet und handelt -, *dem folgt zwangsläufig Leiden nach (Dh 1)*, er schafft dunkle Gegebenheiten – Herzensgegebenheiten und dunkle äußere, noch verborgene Ernte, die dann als Wahrnehmung herantritt. *Wer rechten Geistes denkt* - d.h. aus rechter Anschauung redet und handelt -, *dem folgt zwangsläufig Wohlsein nach (Dh 2)*, er schafft helle Gegebenheiten - die Gegebenheit helles Herz und helle äußere, oft noch verborgene Ernte, die dann als Wahrnehmung herantritt. So schließt sich der Kreis



Wenn im Geist ein erschienenes Ding, ein Mensch, eine Aufgabe, eine Eigenschaft oder Verhaltensweise positiv bewertet wird, dann schaffen die positiven Gedanken einen Bezug zu dem Bedachten, eine Verbindung, ein Band: Eine Neigung, ein Gefälle dahin ist entstanden: *Vom Denken gehn die Dinge aus. (Dh 1)* Wir schaffen mit dem Bedenken Bezüge und wir lösen mit dem Bedenken Bezüge. Wenn wir den leidvollen Charakter der leidvollen Dinge nicht erkennen, sondern für wohltuend halten, dann schaffen wir dazu Bezüge und Neigungen. Erlebt man, dass Dinge, zu denen man schon Bezug hat, leidvoll sind, dann kann man die Bezüge durch Bedenken lösen, indem man - nichts sich vormachend - betrachtet, welcher Art das Leiden dabei ist. Bezüge gibt es nur zu Dingen, die für Wohl gehalten werden. Es gibt keinen Willen, der auf Leidiges aus ist. Wenn wir eine Sache für Wohl halten, muss eine Neigung dahin entstehen. Wenn wir eine Sache für leidbringend halten, muss sich das Denken davon abwenden. Ob wir dabei eine Sache zu Recht oder zu Unrecht für Wohl oder Wehe halten, spielt keine Rolle. Es ist die im Geist vorhandene Anschauung, die bestimmt, was positiv, was negativ bedacht wird, und dadurch wird die Herzensgegebenheit bestimmt. Wer sinnliche Dinge positiv bewertend bedenkt, der mehrt Sinnensucht im Herzen. Wer Mitwesen gegenüber Antipathie bis Hass, Rohheit, Schädigenwollen für wichtig, für notwendig usw. hält und so bei sich zulässt, der bewertet damit diese Gesinnung positiv, mehrt sie so und dessen Herz wird dahin geneigt.

Der Erwachte berichtet (M 19), dass er erkannte:

*Aufgestiegen ist mir da dieser Gedanke der Sinnensucht – der Antipathie - des Schädigenwollens -, und er führt zu eigener Beschwer, zu anderer Beschwer und zu beider Beschwer. Er rodet die Weisheit aus, bringt Verstörung mit sich, führt nicht zur Triebversiegung.*

*„Führt zu eigener Beschwer“ - als ich mir dies vor Augen führte, da schwand der Gedanke der Sinnensucht - der Antipathie - der Rücksichtslosigkeit. „Führt zu anderer Beschwer“ -*

*als ich mir dies vor Augen führte, da schwand der Gedanke der Sinnensucht - der Gedanke der Antipathie - der Gedanke der Rücksichtslosigkeit.*

Indem er nicht dem lockenden Sinnensucht-Gedanken nachging, augenblickliches Wohlgefühl nicht suchte, sondern an die Wirkung dieses Gedankens dachte: Er führt zu eigener Belastung, indem das Bedürfen wächst, und je bedürftiger man ist, um so rücksichtsloser ist man in der Suche nach Erfüllung, schädigt andere - er ist zu beider Schaden -, konnte er die Neigung zur Sinnensucht überwinden.

*„Führt zu beider Beschwer - rodet die Weisheit aus - bringt Verstörung mit sich - führt nicht zum Nirvāna“ - als ich mir dies vor Augen führte, da schwand der Gedanke der Sinnensucht - der Antipathie - der Rücksichtslosigkeit. Und wann auch immer ein Gedanke der Sinnensucht - der Antipathie - der Rücksichtslosigkeit in mir aufstieg, da wies ich ihn ab, vertrieb ihn, vernichtete ihn.*

*„Führt zu beider Beschwer, rodet die Weisheit aus“* - diese Überlegung bedeutet: Ich kann nicht die Zusammenhänge unabgelenkt betrachten, wenn ich mich belastet und andere geschädigt habe, voll Reuegedanken und in Leidenschaften bin - wenn ich mir das vor Augen führe, dann kann ich Sinnensucht-Objekte, Antipathie bis Hass, Rücksichtslosigkeit nicht positiv bewerten. Auf diese Weise etwas als leidbringend erkennen, mindert den Bezug dazu. Wenn wir jedoch am anderen Tag die Betrachtung des lustvollen Charakters derselben Sache zulassen, dann ist der Bezug wieder gemehrt.

Normalerweise bewegt sich der unbelehrte Mensch immer in einem ähnlichen Kreislauf: Entsprechend den Gegebenheiten der Triebe und des als Außen Gewirkten ist die Wahrnehmung. Entsprechend der Wahrnehmung ist die Anschauung, das Bedenken, wodurch neue Gegebenheiten geschaffen werden und damit neue Wahrnehmungen. Grundsätzlich ändert

sich nichts, es sei denn, der Mensch erlebt einen großen Einschnitt in seinem Leben, der ihm eine ganz andere Einsicht vermittelt. Zum Beispiel wer durch den Erwachten gelernt hat, dass die Anschauung darüber entscheidet, ob er Wohl oder Wehe erlebt, der sorgt, dass er die bestmögliche Anschauung gewinnt. Je richtiger die Anschauung ist, mit der der Geist die Wahrnehmung untersucht, um so bessere Gegebenheiten werden geschaffen. Wer durch den Erwachten die Kenntnis gewonnen hat, dass die fünf Zusammenhäufungen unbeständig, leidvoll, nicht-ich sind, der strebt ihre Überwindung an. Er analysiert die Wahrnehmung aufmerksamer. Nicht folgt er der triebhörigen Anschauung: „Das ist schön, das ist hässlich, also mach ich es so.“ Sondern er beobachtet: „Sieh, da ist etwas, das erscheint den Trieben unsympathisch. Die Gegebenheit der Triebe ist früher gewirkt, und auch das Herangetretene, das jetzt den Trieben widerspricht, ist früher gewirkt. Jetzt ist die Gelegenheit, Empfindlichkeit zu mindern und nichts Übles als Gegebenheit in die Latenz hinein zu geben.“ So kann nach einer Wahrnehmung statt sich nur wie immer in ähnlichem Kreislauf zu bewegen - statt der triebhörigen eine rechte Anschauung gebildet, bedacht werden, die zu besseren Gegebenheiten, zu besserer Ernte führt. Wie die Anschauung ist, so ist unweigerlich das Bedenken, Reden und Handeln, und daraus entstehen die Gegebenheiten: die inneren Gegebenheiten und die Gesamtheit des als außen Erfahrenen, das an den Erleber wieder herantritt.

So haben wir nur zweierlei:

1. Gegebenheiten steigen auf in einer gespaltenen Wahrnehmung: Ich in Begegnung.
2. Durch das Bedenken und das daraus sich ergebende Reden und Handeln glaubt man, das Begegnende zu korrigieren, damit es angenehm/schön werde, aber dadurch hat man innere und äußere Gegebenheiten geschaffen, etwas in die Latenz hineingewirkt, das als Wahrnehmung wieder herantritt.



*Die Gegebenheiten sind  
der selbstgewirkte verborgene Grund,  
aus dem die Wahrnehmungen aufsteigen*

Die vom Erwachten genannten Gegebenheiten sind das Geschaffene, das unsichtbare, verborgene. Die drei schlechten Eigenschaften (Sinnensucht, Antipathie bis Hass, Rücksichtslosigkeit) und die drei guten Eigenschaften (Sinnensuchtfreiheit, Mitempfinden/Liebe, Schonen) machen die verborgene Psyche aus. Wohl und Wehe ist durch die Psyche bedingt, kann nur bei der empfindenden Psyche aufkommen. Der bei den Gegebenheiten auch genannte Gleichmut - die Abwesenheit der drei schlechten und guten Eigenschaften - befähigt zur Erfassung der Wahrheit.

Mit Sinnensucht als Gegebenheit wird die Sinnensuchtwelt erlebt mit den Sinnesgegebenheiten. Mit Sinnensuchtfreiheit als psychischer Gegebenheit wird nach dem Tod Reine Form, brahmisches Dasein erlebt. Wer sich in Ich-Du-Gleichheit, im Schonen übt, der erlebt durch diese psychische Gegebenheit reine, leuchtende Form, nicht mehr Festigkeit: *Leuchtende, strahlende Wesen kreisen im Raum*. Mit Formfreiheit als psychischer Gegebenheit wird Nichtform erlebt.

Die Dimension des Lebens, unser Erlebensbereich ist die Wahrnehmung, das Bewusstsein. Wie durch Traumbewusstsein ein Ich erscheint in Begegnung mit Begegnendem, das Resonanz, Gefühl, und Aktivität als Reaktion auf das Gefühl auslöst und man nachher feststellt: „es ist nur ein Traum“ - so sagt der Erwachte: die ganze Wahrnehmung ist Traum. Aber der Traum hat seine Bedingungen: die gewirkten Gegebenheiten. Der Mensch erfährt sich als einer, an den ununterbrochen Erlebnisse herankommen, und der ununterbrochen handelt in ununterbrochener Dynamik. Der Erwachte zeigt: Du selber bist der Schöpfer. Dein Wirken geht als Gegebenheiten in das dir nicht Zugängliche, und diese Qualitäten tauchen als Wahrnehmung, als Erlebnis wieder auf. Darum musst du wissen, welches Wirken Besseres und welches Schlechteres bringt.

Am Tor der Gegenwart handelt der Mensch. Er hat z.B. wahrgenommen: „Dieser unangenehme Mensch beleidigt mich.“ Er macht sich die Anschauung: „Das darf ich mir nicht gefallen lassen“, und da er sich beleidigt fühlt, wehrt er sich. Durch das Sichwehren wird die Gegebenheit Antipathie bis Hass, evtl. Rohheit verstärkt, der Spannungsleib, der Wollenskörper ist dunkler geworden, der Geist ist programmiert, auch in Zukunft so zu handeln. Er hat ferner an Form, an einer Person gehandelt, er ist der Person visuell übel begegnet (hat z.B. ein abweisendes Gesicht gemacht) oder ist ihr mit verletzender Rede oder gar tötlich begegnet. So hat er sichtbare Formen, hörbare Töne oder gar Tastbares als Gegebenheiten in die Latenz geschickt. So hat er 1. die Gegebenheit der Triebe, das Seelische, verschlechtert, 2. seinem Geist das Programm, sich so und so zu wehren, eingepägt und 3. sind seine vegetativen Kräfte: Atmung, Herzschlag, Stoffwechsel durch das emotionale Sichwehren negativ beeinflusst. Diese körperliche Verschlechterung nennt der Erwachte als Folge üblen Wirkens in M 135. Wer andere tötet, wird im nächsten Leben kurzlebig sein. Wer andere roh behandelt, wird im nächsten Leben gebrechlich sein. Wer zornig ist, also anderen mit Zorn begegnet, der wird im nächsten Leben hässlich.

So wird 1. durch Wirken im Denken, Reden und Handeln das Ich verändert – seelisch, geistig, körperlich, 2. die Umwelt: die Formen, Töne, das Tastbare verändert.

Mit den fünf Sinnen erleben wir nie einen Menschen, nie ein Ding, sondern durch das Auge (mit dem innewohnenden Luger, dem Drang zum Sehen) erfahren die Triebe nur Formen, mit dem Ohr nur Töne usw. Der Geist erst benennt die Wahrnehmung mit „der sympathische oder unsympathische Mensch Soundso“, „das nützliche oder nutzlose Ding Soundso“ usw. Alles, was am Tor der Gegenwart begegnet: körperliche, geistige, seelische Verfassungen samt Umwelt, ist alles aus den durch Wirken geschaffenen Gegebenheiten entstanden. Die Gegebenheiten in der Latenz sind die Voraussetzung für die Ich-Erscheinung und die Umwelt-Erscheinung. In je-

dem Augenblick wirken wir in den Körper hinein, in den Geist hinein, in die Seele hinein und in die Umwelt hinein. Solange wir denken, ist Handeln, ist Schaffen von Gegebenheiten. So gibt es nur Schaffen und Geschaffenes.

Wer ist dann der Schöpfer des Übelen und Guten und der Nichtmehrschöpfer? Aus grobem Wahn, aus grober Anschauung entsteht übler Schöpfer und übles Geschaffenes, aus feinem Wahn entsteht ein hellerer Schöpfer und helleres Geschaffenes, und aus Nicht-mehr-Wahn vergeht der Schöpfer, *da schichten sich die fünf Zusammenhäufungen ab*. Nicht ein Ich ist der Schöpfer. Das Ich entsteht nach dem Grad des Wahns, wandelt sich ununterbrochen. Wahn lässt ein Ich erscheinen, das durch Wirken seine Umwelt schafft. Hellerer Wahn lässt ein helleres Ich und eine hellere Umwelt schaffen. Auch Wahn besteht nicht ohne Bedingungen: Wo Denkmöglichkeit ist, da ist die Denkmöglichkeit, im Wahn zu denken, und die Denkmöglichkeit der Weisheit. Weisheitliches Denken kennt die genannten Bedingungsbeziehungen, führt aus dem Leiden heraus. Ein Denken, das die Bedingungsbeziehungen nicht berücksichtigt, muss Wahn-Gespinnste, Wahn-Wahrnehmungen schaffen. Wenn das wahrgenommene Ich sanft der begegnenden Umwelt begegnet, begegnet die Umwelt sanft, die Wahrnehmung wird heller, sanfter. Aber so wird Wahrnehmung nicht überwunden.

Wenn das wahrgenommene Ich nicht mehr schöpft, weil der Geist die Bedingungsbeziehungen durchschaut hat, dann tritt das bisher Geschaffene noch heran, *aber dem schichten sich*, wie der Erwachte sagt (M 149), *die fünf Zusammenhäufungen weiterhin ab, und der Durst, der Wiederdasein säende, befriedigungssüchtige, hier und dort Befriedigung suchende, der schwindet ihm dahin. Dem schwinden körperliche Spannungen, schwinden seelische Spannungen, schwinden körperliche Qualen, schwinden seelische Qualen, schwindet körperliches Fiebern, schwindet seelisches Fiebern, und körperliches und geistiges Wohl erfährt er an sich*.

Anschauung/Denken/Gedanken,  
welche alle Gegebenheiten aufheben

Aus der vom Erwachten vermittelten weltüberlegenen Anschauung erwächst das Bestreben, alle Gegebenheiten aufzuheben. Der Erwachte wurde einst von einem Sakker-Prinzen gefragt (M 18):

*Was bekennt der Asket? Der Erwachte antwortete: Dass der Bekenner durch nichts in der Welt in seinem Frieden gestört wird, dass in dem von allen Begierden abgelöst Verweilenden, Reinen, der kein Fragen mehr kennt, der alle Unruhe abgetan hat, der weder nach Sein noch nach Nichtsein verlangt, Wahrnehmungen nicht mehr eindringen. Das bekenne ich, das verkünde ich.*

Der normale Mensch empfindet das verletzende Wort eines anderen als ein solches, es dringt in ihn ein; er fühlt sich verletzt und muss sich damit beschäftigen, ob er es will oder nicht, denn alles von außen Erfahrene wird von den Anliegen und Süchten abgetastet und abgeschmeckt. Auf das, was ihnen entspricht oder widerspricht, antworten sie mit Gefühl, und der Mensch spürt ganz spontan mit den Wahrnehmungen zusammen den Drang des Zugewandtseins oder des Widerstrebens. Diese Empfindlichkeit hat der Geheilte aufgehoben. Bei ihm dringen Erscheinungen nicht mehr ein, sondern ziehen wie Schatten nur darüber hin. Wahrnehmungen - die triebbedingten, gefühlsbesetzten Eintragungen in den Geist - sind Wahn-szenen, aus denen der Erleber seine Anschauung bezieht, die er bedenkt, wodurch der Wahn von Ich und Welt immer noch mehr befestigt wird. So vergleicht der Erwachte den gewöhnlichen Menschen mit einem feuchten Lehmhügel und die von außen kommenden Wahrnehmungen mit darauf geschleuderten Steinkugeln, die tief eindringen (M 119). Der feuchte Lehmhügel gilt für den mit dem Wollenskörper (*nāma-kāya*) „geladenen“ normalen Menschen, für den die furchtbarste

Steinkugel der Tod ist, der Zerfall des alle Sinneswerkzeuge tragenden Fleischkörpers. – In den Geheilten aber, sagt der Erwachte, könne der Tod ebenso wenig wie andere Sinneseindrücke, weder Schmerzen noch Wohlgefühle, eindringen, so wie leichte Wollknäuel, die gegen eine Eichenbohlentür geworfen werden, in diese nicht eindringen können. Die Eichenbohle gilt für den vom Wollkörper befreiten Körper des Geheilten, des Triebversiegten. Der Heilgewordene steht still, frei und völlig unbedrängt in den Fluten der Erscheinung. Weil keine Tendenzen, keine Anliegen mehr da sind, darum antwortet nichts mit Gefühlsbewegung. Wo bei normalen Menschen Wohl- und Wehgefühl ist, da ist in dem vollkommenen Frieden des Geheilten nur das gleichmütige, klare Merken ohne innere Anliegen:

*Wenn die Illusion der gespaltenen Begegnungswahrnehmungen, Mönch, wodurch auch immer bedingt, an den Menschen herantritt und der Mönch sich nichts aus ihnen macht, sie nicht begrüßt und anerkennt, sie nicht festhalten will, dann endet alle Giergeneigtheit, dann endet alle Abwehrgeneigtheit, dann endet alle Ansichtsgeneigtheit, dann endet alle Unsicherheitsgeneigtheit, dann endet alle Geneigtheit, „ich bin“ zu empfinden, dann endet alle Geneigtheit zum Daseinwollen, dann endet alle Wahngeneigtheit. Dann endet auch Wüten und Blutvergießen, Krieg und Zwietracht, Zank und Streit, Lug und Trug. Dann schwinden alle üblen, unheilsamen Dinge restlos. (M 18)*

*Wodurch die Illusion der Begegnungswahrnehmungen auch immer bedingt ist - damit will der Erwachte sagen: Es sei jetzt davon abgesehen, wodurch die Wahrnehmungen bedingt sind, nämlich sie sind durch die vorher beschriebenen Gegebenheiten bedingt - der Kenner der Lehre, der Heilsgänger verspricht sich von den Begegnungswahrnehmungen kein Wohl. Er weiß: Das Herantretende ist Leidensernte von früher. Er setzt nicht mehr darauf. Er weiß im Geist, in der Anschauung: Mit*

diesen Dingen bleibe ich dem Leiden ausgeliefert. Auf Grund seiner noch vorhandenen Triebe kann er noch nicht ohne Befriedigung der Triebe leben, er genießt noch manches, es reißt ihn noch manches hin und es stößt ihn manches ab. Die Gier- und Abwehrgeneigtheit ist noch vorhanden, aber sie mindern sich. Mit rechter Anschauung geht er den Erlebnissen auf den Grund. Er merkt: Wahrnehmungen treten heran, sie tun unmittelbar wohl und wehe. Wenn darauf reagiert wird, bleibt der Leidenskreis, der ein Ich in einer Welt entwirft mit Feindschaft, Freundschaft, mit Geborenwerden, Altern, Sterben, bestehen. Darum muss der Geist mit Hilfe der vom Erwachten aufgenommenen Weisheit diesen circulus vitiosus durchbrechen: Auch wenn angenehme Wahrnehmungen bestehen, bemüht sich der Heilsgänger, nicht verlangend um sie herum zu denken, und bei unangenehmen Wahrnehmungen bemüht sich der Heilsgänger, nicht der Sucht, sie abzustößen, blind zu folgen. Der Unbelehrte sagt: „Das ist das Schöne, morgen und übermorgen werde ich dem wieder nachgehen.“ Der Heilsgänger sagt: „Hier ist noch solche Bedürftigkeit, dass etwas als schön empfunden wird, dadurch wird gegenteiliges Erleben als schmerzlich empfunden. Ich will ja gerade die Verletzbarkeit aufheben.“ Mit dieser Anschauung und entsprechender Absicht wird ihm erst so richtig die Macht der Trieb-Gegebenheit bewusst.

Im Samyutta-Nikāya (S 35,187) heißt es:

*„Unermesslich“, sagt, ihr Mönche, der unbelehrte Mensch vom Ozean, doch gilt das nicht im Orden des Geheilten vom Ozean. Eine große Wassermenge, ihr Mönche, eine große Wasserflut ist der Ozean. Aber der Luger im Auge des Menschen ist der Ozean. Durch seine Kraft wird Form erzeugt. Wer diese Form schaffende Kraft besiegt, der wird ein Überquerer des Luger-Ozeans genannt mit seinen Wogen, den Strudeln, Krokodilen und Untieren. Er ist der Reine, er hat das andere Ufer erreicht und steht auf sicherem Grund.*

*„Unermesslich“, sagt, ihr Mönche, der unbelehrte Mensch vom Ozean, doch gilt das nicht im Orden des Geheilten vom Ozean. Eine große Wassermenge, ihr Mönche, eine große Wasserflut ist der Ozean. Aber der Lauscher im Ohr - der Riecher in der Nase - der Schmecker in der Zunge - der Taster im ganzen Körper - der Denker im Gehirn - ist der Ozean. Durch seine Kraft werden Ton - Duft - Saft - tastbarer Körper - werden Gedanken erzeugt. Wer diese Ton - Duft - Saft - Tastbares - Gedanken erzeugende Kraft besiegt, der wird ein Überquerer des Lauscher- Riecher- Schmecker- Taster- Denker-Ozeans genannt mit seinen Wogen, den Strudeln, Krokodilen und Untieren. Er ist der Reine, er hat das andere Ufer erreicht und steht auf sicherem Grund.*

Der Ozean, der unendliche, bei dem man kein Ende sieht, das sind die Triebe, bei denen es keine bestimmte Zeit gibt, in der sie sterben. Sie sind unsterblich, wenn sie nicht bewusst gemindert bis aufgehoben werden. Die Triebe sind die Ursache, das Spannungsfeld, das auf Formen gespannt ist. Wenn wir bestimmte Formen sehen, dann glühen in uns Begehren, Hasen. Das Gemüt wird von den Eindrücken wild bewegt. Und dann ist der Mensch den Gefahren des Meeres ausgeliefert: dem Strudel, dem Gleichnis für die Sinnlichkeit, den Wogen, dem Gleichnis für Ärger und Zorn, dem Krokodil, dem Gleichnis für Gefräßigkeit, und dem Hai, dem Gleichnis für Sexualität. Durch diese Gefahren sind wir alle im Lauf des Daseinskreislaufs in Unterwelten geraten und wieder aufgetaucht, sind den Gefahren erlegen, haben aber auch oft den Gefahren widerstanden durch zuchtvollen Lebenswandel. Aber solange die Triebe nicht durch negative Bewertung nach und nach aufgehoben werden, solange noch Objekte der Außenwelt bejaht werden, so lange sind wir, gleich Schwimmenden im Ozean, den Gefahren ausgeliefert.

Ein anderes Gleichnis des Erwachten schildert noch anschaulicher die Gefahren der Sinnensucht und nennt zugleich den Weg zur Überwindung:

Das Gleichnis von den Affen  
im Himālaya-Gebirge (S 47,7)

*Es gibt auf dem Himālaya, dem König der Berge, schwer zugängliche hohe Felsen, die weder für Affen noch für Menschen gangbar sind. Es gibt auf dem Himālaya, dem König der Berge, steile Gebiete, die wohl für Affen, aber nicht für Menschen zugänglich sind, und es gibt auf dem Himālaya ebenes Gelände, das sowohl für Affen als auch für Menschen gangbar ist.*

Der Affe ist erheblich behänder und beweglicher als der Mensch, und so gibt es Gebiete, in denen er sich aufhalten kann, aber nicht der Mensch. Der oberste Bereich ist weder Affen noch Menschen zugänglich, der unterste beiden.

*Auf den für Affen und Menschen gangbaren Wegen legen die Jäger, welche auf Affenfang aus sind, Leimköder aus. Diejenigen Affen nun, die nicht töricht und nicht vorwitzig sind, die meiden die Leimköder, sobald sie sie gesehen haben, schon von weitem. Wenn aber ein törichter und vorwitziger Affe den Leimköder sieht, so nähert er sich ihm, fasst ihn mit einem Vorderfuß und bleibt an ihm hängen. In der Absicht, diesen Vorderfuß wieder freizumachen, fasst er den Leimköder mit dem anderen Fuß und bleibt mit beiden hängen. Dann fasst er ihn mit dem Hinterfuß, um die Vorderfüße freizumachen, bleibt wiederum hängen, ebenso mit dem vierten Fuß. Endlich versucht er mit dem Maul, die Vorder- und Hinterfüße freizumachen und bleibt nun auch mit dem Maul daran hängen. So, ihr Mönche, fünffach gefesselt, bleibt der Affe dort liegen, wehrlos und elend und ist der Willkür des Jägers ausgeliefert. Diesen Affen erschlägt der Jäger, macht sich*



*am Feuer einen Braten daraus und geht befriedigt weiter.*

*Ebenso geschieht es mit jedem, der auf nicht zu begehendem Gebiet wandelt, in fremdem Bereich. Darum, ihr Mönche, wandelt nicht auf nicht zu begehendem Gebiet, wandelt nicht in fremdem Bereich. Wer da auf nicht zu begehendem Gebiet wandelt, in fremdem Bereich, zu dem wird Māro Zutritt erlangen, über den wird Māro Macht gewinnen.*

Was bedeutet in diesem Gleichnis das fremde Gebiet? Es gibt ja im Himālaya Gebirgsteile, die wegen ihrer „steilen Gebiete“ für Menschen normalerweise unzugänglich sind, für Affen aber zugänglich. Denen würde dort nichts passieren.

Aber in dem Gleichnis wird das Menschen und Affen zugängliche Gebiet weit mehr behandelt. Dort, wo Affen und Jäger verkehren, da gehen die besonnenen Affen, die nicht töricht und vorwitzig sind, nicht an die Köder heran. Wenn sie die Köder schon von weitem sehen, bleiben sie zurück. Nur die törichten und unbesonnenen Affen gehen heran, bleiben hängen, bis sie sich nicht mehr bewegen können, und sind so Beute des Todes.

*Was ist nun das vom Mönch nicht zu begehende Gebiet? Was ist für ihn fremder Bereich? Es sind die fünf Begehensdinge: die vom Luger erfahrbaren Formen, die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen, der Sucht entsprechenden, reizenden; die vom Lauscher - Riecher - Schmecker - Taster erfahrbaren Töne - Düfte - Säfte - Tastungen, die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen, dem Begehren entsprechenden, reizenden. Diese fünf Begehensdinge sind das von einem Mönch nicht zu begehende Gebiet, sind für ihn fremder Bereich.*

Das nicht zu begehende Gebiet ist also die gesamte Welt. Alles außen Erlebte sind erlebte Formen oder Töne, Düfte, Säfte, Tastungen. Die Welt ist für den Menschen nicht neutral, sondern da gibt es Bezüge, Begehungen, Geliebtes und Gehasstes in allen Graden. Im Umgang mit Lebewesen sprechen wir vorwiegend von Sympathie und Antipathie, bei toten Gegenständen sprechen wir von schön und hässlich. In beiden Fällen ist es ein Hingerissensein oder ein Abgestoßensein, also ein Verstricktsein.

Auf die zwangsläufige Verstrickung beim Festhalten der Begehensdinge weist auch das Pāliwort für die fünf Begehungen - *kāmaguna* - hin. Das Wort bedeutet wörtlich „Sinnensucht-Fäden“. Aus ihnen spinnst der Mensch das klebrige Gespinnst, in das er sich mit jedem weiteren Reagieren auf Sinnesreize und mit jedem weiteren Ausspinnen von „Sinnensuchtfäden“ weiter verfesselt. Der Affe soll in seinem Gebiet bleiben und nicht auf die Köder, die dem Begehren verlockend erscheinen, hereinfallen. Die Köder liegen im fremden Gebiet, und die entsprechen dem mit den Sinnen Wahrgenommenen. Aber nur der besonnene Affe bleibt auf dem eigenen Gebiet, der Vorwitzige und Törichte fällt auf die Köder herein.

Auch diejenigen Menschen, die niemals, auch nicht bei stärksten Begehungen, irgendeine der Tugendregeln übertreten, hängen an Menschen oder Dingen, kleben an ihnen; und das ist ihr Leimköder, aber sie tun deswegen nichts Übles und nehmen unter Umständen sogar einen Verlust ohne Aufbegehren hin. So sind sie zwar schwer behindert, den Affen vergleichbar, die nur mit ein oder zwei Pfoten am Leimköder hängengeblieben sind, mögen aber dem Jäger noch eine Zeitlang entgehen.

Wer aber hemmungslos alles ergreift, was er liebt, und abstößt, was er hasst, der folgt hemmungslos den Begehungen. Alle Mittel zur Erreichung des Gewünschten sind ihm dann recht, auch die schlimmsten. Das ist im Gleichnis das bewegungslose Gefesseltsein mit allen fünf Gliedern, das völlige Ausgeliefertsein an den Jäger, dem der von einem Er-

wachten nicht Belehrte nicht entgehen kann. Es ist die Vollen-  
dung in unheilsamen Dingen mit dementsprechenden Folgen.

Der normale Mensch identifiziert sich mit dem Körper. Darum fürchtet er den Untergang des Körpers als „seinen“ Untergang und plant nur bis zu diesem „seinem“ Untergang hin. Dadurch hat er keinen Anlass, sich längerfristig um Tugend zu bemühen, sich heller zu machen, sich über sich hinaus zu entwickeln, gar den Tod zu überwinden. Er fürchtet den Tod, da er am Leben hängt, festklebt an den Begehrendingen. Das ist der Hauptgrund für das entsetzliche Leiden, das Māro, die Symbolgestalt für Tod und Unbestand, mit sich bringt.

Am Ende von M 26 werden in einem ähnlichen Gleichnis - ein Tier wird vom Köder verlockt, verstrickt, gefesselt; damit kann es Māro leicht töten - drei Verhaltensweisen gegenüber dem Begehren gezeigt:

*Von allen den Asketen oder Brahmanen, die sich da der fünf Sinnendinge verlockt, geblendet, hingerissen bedienen, ohne das Elend zu sehen, ohne an Entrinnung zu denken, von denen gilt das Wort „verloren, verdorben, dem Gefallen Māros überliefert“. Gleichwie etwa wenn sich ein Wild des Waldes auf eine Fallschlinge legte und mit dem Fuß darin verstrickt wäre. Da gilt von diesem Wild „verloren, verdorben, dem Gefallen des Jägers ausgeliefert“. Denn kommt nun der Jäger heran, so wird es nicht hinwegeilen können, wohin es will. Ebenso auch, ihr Mönche, gilt von allen den Asketen oder Priestern, die sich da der fünf Sinnendinge verlockt, geblendet, hingerissen bedienen, ohne das Elend zu sehen, ohne an Entrinnung zu denken, das Urteil: „Sie sind verloren, verdorben, dem Gefallen Māros ausgeliefert“.*

*Von allen den Asketen oder Brahmanen aber, die sich da der fünf Sinnendinge nicht verlockt, nicht geblendet, nicht hingerissen bedienen, die das Elend sehen, der Entrinnung eingedenk sind, von denen gilt das Wort „nicht verloren, nicht verdorben, dem Gefallen Māros nicht ausgeliefert“.*

*Gleichwie etwa, ihr Mönche, wenn sich da ein Wild des Waldes auf eine Fallschlinge hinlegte, aber unverstrickt mit dem Fuß. Da gilt von diesem Wild „nicht verloren, nicht verdorben, nicht dem Gefallen des Jägers ausgeliefert“. Kommt nun der Jäger heran, so wird es hinwegeilen können, wohin es will. Ebenso auch gilt von allen Asketen und Brahmanen, die sich von den fünf Sinnendingen nicht verlockt, nicht geblendet, nicht hingerissen bedienen, die das Elend sehen und der Entrinnung eingedenk bleiben, das Urteil: „Nicht verloren, nicht verdorben, dem Gefallen des Bösen nicht überliefert.“*

Das Wild ist in enger Verbindung mit der Schlinge, mit der Gefährdung, aber es hütet sich, ist vorsichtig, ist nicht gefesselt.

Doch es gibt noch eine dritte Möglichkeit:

*Gleichwie ein Wild des Waldes in fernen Waldesgründen schweigend, gesichert geht, steht, sitzt, liegt, und zwar darum, weil es sich ganz aus dem Bereich des Jägers heraushält, ebenso auch, ihr Mönche, verweilt da ein Mönch abgeschieden von weltlichem Begehren, abgeschieden von allen heilloosen Gedanken und Gesinnungen in stillem Bedenken und Sinnen. Und so tritt die aus innerer Abgeschiedenheit geborene Entzückung und Seligkeit ein, der erste Grad weltloser Entrückungen. Ein solcher wird Mönch genannt, geblendet hat er den Tod, spurlos vertilgt sein Auge, entschwunden ist er dem Bösen.*

Hier ist von dem Wild die Rede, das überhaupt nichts mit der Schlinge zu tun hat, weder unverfangen noch verfangen darauf liegt, sondern sich in einem Gebiet bewegt, in dem gar keine Schlingen liegen, wo gar kein Jäger hingelangen kann, in tiefen Waldesgründen. Das entspricht im Gleichnis vom Himālaya dem mittleren Teil des Gebirges, zu dem der Mensch, der Jäger, keinen Zutritt hat, in dem der Affe gesichert ist, als Gleichnis für die Zustände der weltlosen Entrü-

ckungen. Für die Zeit, in der der Mensch in diesen verweilt, kann Māro ihm nichts anhaben, ihn nicht einmal finden, es besteht nicht die Möglichkeit des Todes oder der Gefahr oder des Schmerzes. Es ist ein von allen Mystikern gepriesener seliger Wohlzustand, in dem kein Ich und keine Welt erlebt wird. Es ist wie eine Pause in der Gefahr. Der Erleber der weltlosen Entrückungen hat die Welt nicht überwunden, ist nur für die Zeit außerhalb der Weltlichkeit. Zu der Zeit kann Māro dem Entrückten nichts anhaben. Diesen Zustand bezeichnet der Erwachte nicht als „auf eigenem Gebiet weilen“, denn in der weltlosen Entrückung wird kein Eigen erlebt und kein Nichteigen, kein Fremdes, erlebt. Da ist nur Einheitserlebnis.

Normalerweise ist der Mensch auf der Begegnungsebene. Da gilt es, mit Hilfe der Belehrung durch den Erwachten sich richtig zu verhalten gegenüber dem, was durch die Sinne herantritt. Aber seinen Mönchen, die den Tod überwinden wollen, rät der Erwachte:

*Die fünf Begehrensdinge sind das von einem Mönch nicht zu begehende Gebiet, sind für ihn fremder Bereich. Wandelt aber auf eurem eigenen Gebiet, ihr Mönche, im angestammten Bereich. Wenn ihr auf eurem eigenen Gebiet wandelt, im angestammten Bereich, so wird Māro, der Tod, keinen Zutritt erlangen, keine Macht gewinnen. Was ist nun des Mönches eigenes Gebiet, sein angestammter Bereich? Es sind die vier Stützen der Wahrheitsgegenwart, vier Dinge, derer er immer eingedenk sein soll:*

*Da wacht ein Mönch - nach Verwindung weltlichen Begehrens und Bekümmerns - beim Körper über den Körper - er wacht über die Gefühle - wacht über das Herz - wacht über die Erscheinungen - unermüdlich, soweit es zur Durchschauung, dem Gewärtighalten der*

*Wahrheit, erforderlich ist. Abgelöst verweilt er, und nichts in der Welt ergreift er.*

Dieser Rat gilt für weit fortgeschrittene Mönche, *die nichts in der Welt ergreifen*. Es ist das siebente Glied des achtgliedrigen Wegs, Satipatthāna, die vier Pfeiler der Selbstbeobachtung. Die Mönche sollen auf dem eigenen Gebiet bleiben. Der Körper ist der eigene Bereich, während die mit dem Körper wahrnehmbaren Formen, Töne, Düfte, Säfte, das Tastbare zum fremden Bereich gezählt werden. Da ist der Rat, in diesem fremden Bereich nicht mit Sehnsucht und Abneigung herumzutasten, sondern 1. das Körperwerkzeug zu beobachten und 2. die Gefühle zu beobachten. Die Gefühle kann man nur bei sich selber fühlen. Z.B. kann man auch mit größtem Mitleid und Erbarmen nie die Gefühle des anderen fühlen. Es gibt nur einen Gefühlsort - bei sich selbst. Indem der Übende bei den Gefühlen über die bei sich aufgetretenen Gefühle wacht, beobachtet er, wie sie aufsteigen und absteigen, ist ganz bei sich und merkt: Weil der Luger, der Lauscher usw. das und das erfahren hat, die Anliegen bei mir berührt worden sind, haben diese mit Gefühl geantwortet, wie wenn durch das Reiben von zwei Hölzern Wärme entsteht. (M 140) Reibt man sie nicht, entsteht keine Wärme; hört Berührung auf, hört das entsprechende Gefühl auf. Durch diese Beobachtung hört die Identifikation mit dem Gefühl auf.

Ferner wacht der Übende 3. beim Herzen über das Herz, über begehrende Zuwendung oder Ablehnung, Widerstreben, Antipathie. Und er wacht 4. über innere Erscheinungen, wie z.B. über die fünf Hemmungen, beobachtet geistig-seelische Zustände bei sich, beobachtet das bedingte Entstehen und Vergehen innerer Verfassungen. *Das ist des Mönches eigenes Gebiet*, auf dem er Veränderungen bewirken kann. Die Welt als „ein geistig' Ding“ versucht er nicht mehr zu verändern.

Der geradeste Weg zur Weltüberwindung ist hier genannt, wenn der Mensch nicht mehr von den Sinnendingen gerissen ist, die siebente Stufe des achtgliedrigen Wegs. Doch der Er-

wachte nennt vor dieser Übung noch sechs weitere Stufen in seinem achtgliedrigen Heilsweg.

Zuerst geht es für jeden Nachfolgenden darum, dass er von den Dingen, die durch die fünf Sinne erlebt werden, nicht mehr so getroffen, nicht mehr so himmelhoch jauchzend und zu Tode betrübt wird, dass er die Wandelhaftigkeit aller Erscheinungen immer mehr bedenkt und weiß und im Auge hat und immer mehr innere Erhellung anstrebt. Wenn er das mehr im Auge hat, dann wird allmählich weltliches Begehren und Bekümmern, weltliches Planen und Sorgen geringer. Wer eine Familie hat, hat seine Aufgaben in der Welt. Aber das ist wie beim Affen mit dem Köder oder dem Wild auf der Schlinge. Solche Aufgaben kann man in der Welt erfüllen, unverflochten oder mit geringer Verflechtung; oder aber man kann sich mit seinem ganzen Herzen an die Begehrendinge fesseln. Dadurch werden die Erlebensszenen wilder, Freude und Trauer folgen einander in schnellem Wechsel.

Der vom Erwachten Aufgeklärte weiß, dass die Sinnendinge gefährlich sind. Er bedarf ihrer, muss sich ihrer bedienen, er hat Wohlgefühl bei manchen, Wehgefühl bei anderen, aber auf diesem Wohlgefühl reitet er nicht blind in die Welt hinein, sondern sagt sich: Hier sind Triebe berührt worden, dadurch entsteht Wohlgefühl. Aber ich weiß Besseres als sinnliches Wohlgefühl. Er empfindet noch unmittelbar bei den Sinneseindrücken: „Das tut wohl, wehe“ - das ist das Getroffenwerden durch den ersten Pfeil -; aber länger über das Getroffensein nachzudenken - der zweite Pfeil -, das versagt er sich in dem Wissen: Die einzelnen sinnlichen Reize geben nur wenig Befriedigung. Sie sind wie ein kurzes erhellendes Streichholzlicht in einer dunklen Höhle. Aber wer die Tugend übt, von der der Erwachte spricht, nicht nur das Böse lässt, sondern heller, wohlwollender wird, bei allen Gedanken an Lebewesen gar nicht mehr im abschätzigen Sinne denkt, der wird dauerhaft innerlich heller, und dadurch erscheinen die äußeren Sinnendinge viel weniger reizend. Inneres Wohl, innere Helligkeit beherrscht immer mehr die Gemütsverfassung, und entspre-

chend erscheint sinnliche Befriedigung immer blasser. Ein solcher ist schon als im Haus Lebender auf dem Weg, Māro zu entgehen.

Neun Stätten der Wesen, davon sind zwei  
auch den Affen unzugänglich

Das Gebirge von der untersten Talsohle bis zum höchsten Gipfel ist ein Gleichnis für alle Daseinsmöglichkeiten innerhalb des Samsāra, deren Einteilung wir in D 33 finden unter dem Titel „Neun Stätten der Wesen“. Dort werden die gesamten Möglichkeiten des Samsāra aufgeteilt in die sinnhafte Selbsterfahrnis, in die vier Stadien formhafter Selbsterfahrnis und in die vier Stadien der formfreien Selbsterfahrnis. In derselben Lehrrede wird von sieben verschiedenen Stadien der programmierten Wohlerfahrungssuche gesprochen: von der Gewöhnung an größte Untugend bis zur Gewöhnung an Stadien von innerer Ruhe und tiefstem Frieden. Diese sieben Stätten der programmierten Wohlerfahrungssuche sind identisch mit sieben der „neun Stätten der Wesen“, so dass zwei Stätten der Wesen übrig bleiben, an denen die programmierte Wohlerfahrungssuche keinen Anteil hat. Diese beiden Stätten gelten für den obersten Teil des Himālaya-Gebirges, der weder Affen noch Menschen zugänglich ist. Diese beiden obersten Stätten sind die Grenzscheide möglicher Wahrnehmung (Wahrnehmung und Nicht-Wahrnehmung im Wechsel) und die vorübergehende Wahrnehmungslosigkeit: zwei Stätten, die dem Nirvāna sehr nahe sind, da sie in einem vorübergehenden Ausfall der Wahrnehmung bestehen.

Der Schwung der programmierten  
Wohlerfahrungssuche im Dienst der Triebe

Sieben Stätten der programmierten Wohlerfahrungssuche werden in D 33 genannt. Die Qualität der programmierten Wohlerfahrungssuche bestimmt die Qualität der Stätte des Daseins,



des Erlebens. Was ist die programmierte Wohlerfassungssuche? Die meiste Aktivität zur Erfüllung der Triebe geschieht bei den Wesen in festgelegten Programmen, um Wohl zu erfahren und Wehe zu vermeiden entsprechend den im Geist eingeschriebenen Daten. Doch ist diese Wohlsuche nicht als ein Täter aufzufassen. Sie ist lediglich ein komplexes programmgesteuertes System, ist die aus der bisherigen Erfahrung des Geistes hervorgegangene Programmiertheit der Wohlsuche und Weheflucht. Darum empfiehlt der Erwachte den Mönchen (M 138):

*Immer wieder, ihr Mönche, mag der Mönch prüfen, ob ihm, dem Prüfenden, nach außen die programmierte Wohlerfassungssuche nicht zerstreut, nicht ausgebreitet werde, sich nicht auf inneres Wohl stütze, frei von Ergreifen nicht erschüttert werde. Ist nach außen die programmierte Wohlerfassungssuche nicht zerstreut, nicht ausgebreitet, stützt sie sich nicht auf inneres Wohl und wird sie, frei von Ergreifen, nicht erschüttert, dann gibt es künftig keine Leidensentwicklung mehr, kein Geborenwerden, Altern und Sterben.*

Die Mönche baten den ehrwürdigen Mahākaccāno um Erklärung dieser kurzen Belehrung, und dieser antwortete:

*Was heißt, ihr Brüder, die programmierte Wohlerfassungssuche ist nach außen zerstreut und ausgebreitet? - Hat da, Brüder, ein Mönch mit dem Luger (dem Trieb im Auge) eine Form gesehen, mit dem Lauscher einen Ton gehört usw., dann geht die programmierte Wohlerfassungssuche den Formerscheinungen nach, knüpft an wohlthuende Formerscheinungen an, bindet sich daran, wird von den Formerscheinungen fesselverstrickt. Das heißt: Die programmierte Wohlerfassungssuche ist nach außen zerstreut, ausgebreitet.*

Durch die Erfahrung von Formen mittels des Auges, dem das innere Anliegen (*nāma-kāya*) innewohnt, antwortet dieses mit

Gefühl, und zwar mit Wohlgefühl, wenn es dem Anliegen entspricht, mit Wehgefühl, wenn es dem Anliegen widerspricht. Neben dem, der Angenehmes wahrnimmt, kann sein Freund stehen, der dieselbe Form sieht und dabei gleichgültig ist oder gar ein Wehgefühl empfindet, weil er andere Anliegen hat. Die Werte der Objekte liegen nicht in den Objekten, sondern werden durch unser Begehren, unsere Bedürftigkeit verursacht. Diese antwortet bei jeder Sinneserfahrung mit Gefühl. Was durch die Bedürftigkeit, durch Anziehung und Abstoßung mit Gefühl übergossen wird, kommt in den Geist. Die Wahrnehmung zeigt die Blendung, den falschen Eindruck im Geist, der durch Anziehung und Abstoßung bedingt ist. So glaubt der Geist zu wissen: Das ist das Angenehme, Unangenehme.

Die gefühlsübergossenen Wahrnehmungen von Formen - also die ersten drei Zusammenhäufungen - geschehen passiv. Weil der Körper des nach außen gerichteten Menschen hier steht und die Augen in diese Richtung schauen, muss etwas wahrgenommen werden. Die Ohren können Geräusche aus einem bestimmten Umkreis aufnehmen, auch das muss wahrgenommen werden. Jetzt geht es um die Reaktion auf diese Erlebnisse. Zuerst heißt es (M 138):

Die programmierte Wohlerfahrungssuche, der auf Wohl ausgerichtete Geist, folgt den Formen nach. Der im Dienst der Triebe nach Wohl suchende Geist tastet herum in der Welt auf der Suche nach Angenehmem und vor der Flucht vor Unangenehmem. Gleichgültiges wird kaum registriert. Das Angenehme merkt er sich, *darán knüpft er an, daran bindet er sich*. Er kann jetzt, auch wenn er die Objekte sinnlich nicht wahrnimmt, sie im Geist vor sich sehen, kann an sie denken: „Das war das Schöne.“ Durch dauernde weitere Pflege, durch immer wieder Hinneigen zu diesen Dingen wird er *fesselverstrickt*. Durch jedes bewusste oder unbewusste positiv bewertende Denken ist das Verlangen größer geworden. Und aus einem feinen Spinnwebfaden ist ein Strick und dann ein schwer lösbares Tau geworden, das aber aus ungezählten Fasern - den Auswirkungen früherer positiver Bewertungen -

besteht. Der Geist des Menschen ist von Natur so geartet, dass er von der Geburt an nach außen schaut. Der Säugling hat in dieser Welt noch fast nichts erfahren, weiß noch nicht, was angenehm und unangenehm ist, aber die Wohlsuche des Geistes im Dienst der Triebe ist schon in Aktion. Er merkt sich die bekommene Milch, die gut schmeckt. Er merkt sich den Kopf der Mutter, der damit verbunden ist, merkt die Schritte der Mutter, wenn sie kommt - schon hört das Weinen des hungrigen Kindes auf. Die programmierte Wohlerfahrungssuche ist wie ein Schwungrad, das langsam an Schwung zunimmt, aber allmählich immer mehr schwingt und damit immer schwieriger hemmbar ist.

So wird die programmierte Wohlerfahrungssuche nach außen zerstreut, ausgebreitet, ist an das Außen gebunden, weiß: Diese schönen Dinge gibt es, jene schlimmen Dinge gibt es. Je mehr der Geist angenehme Dinge bedacht hat, um so mehr bedarf er ihrer jetzt, ist fesselerstrickt. Je stärker das Begehren ist, um so stärker ist dann auch der Wille, das Begehrte zu erlangen. Dieser Verfesselung sind alle Wesen ausgeliefert, wenn sie dem normalen Fluss der programmierten Wohlerfahrungssuche - ohne einen durch die Belehrung des Erwachten erworbenen Überblick - nachgehen.

Das Symbol für den Denker (*mano*) wie für die programmierte Wohlerfahrungssuche (*[mano-]viññāna*) ist der Affe, der auf den Bäumen von Frucht zu Frucht springt, immer wieder von einer anderen Nahrung verlockt. Ähnlich heißt es in Sn 791:

*Verlockt von Launen kann man nicht entkommen:  
das eine nehmen auf, ein and'res ab sie werfen,  
wie Affen, einen Zweig ergreifend, lösen sich vom and'ren.*

Der Affe ist das menschenähnlichste Tier, und der Affe hat mit dem Menschen das auffällige Herumlungern und Lugen nach Interessantem, Abwechslungsreichem und mit dem gewohnten Ablauf der programmierten Wohlerfahrungssuche das behände

Hinspringen auf das jeweils Interessanteste gemein. Wenn der Affe, die programmierte Wohlerfassungssuche, außen nichts Interessantes findet, dann holt sie aus dem Gedächtnis die mit Gefühl besetzten Gedächtnisinhalte hervor: „Gestern hab ich das Schöne erlebt“ oder „Wie hat der mir Unrecht getan, er weiß nicht, dass...“

*Wie aber ist die programmierte Wohlerfassungssuche nach außen nicht zerstreut, nicht ausgebreitet? Hat da ein Mönch mit dem Auge (mit dem innewohnenden Trieb) eine Form gesehen,... dann geht die programmierte Wohlerfassungssuche den Formerscheinungen nicht nach, knüpft nicht an wohlthuende Formerscheinungen an, bindet sich nicht daran, wird von den Formerscheinungen nicht fesselerstrickt. Das heißt: „Die programmierte Wohlerfassungssuche ist nach außen nicht zerstreut, nicht ausgebreitet.“*

Wir können uns Dinge, die uns angenehm oder unangenehm sind, merken, sie pflegen: „O das ist das Angenehme, das ist das Unangenehme“, wir können aber auch einsehen: „Das ist nicht so wichtig, den Trieben gefällt das, aber es gibt wichtigere Dinge.“ Dann ist diese Wahrnehmung nicht so tief in den Geist eingeschrieben, reißt uns nicht so sehr hin. Selbst wenn wieder die Aussicht besteht, das Angenehme zu erlangen, kann man doch in Ruhe prüfen: „Ist das für mich wahrhaft Wohl oder führt es auf dem Weg eines vorübergehenden Scheinwohls doch in immer mehr Elend und Abhängigkeit?“ Wer so prüft, der hat eine bessere Instanz eingesetzt als die vordergründige Lustsuche: die Weisheit, über die besonders der vom Erwachten belehrte Mensch verfügt. Aber schon jeder folgerecht denkende Mensch wird unterscheiden: Was ist zu meinem Nachteil und was ist zu meinem wirklichen Vorteil? Das sind vernunftgemäße Maßstäbe. Auch aus den heutigen Gepflogenheiten gewinnen wir Maßstäbe darüber, was gut oder schlecht ist. Aber der Erwachte nennt andere Maßstäbe. Und wer vergleichen kann, wird sehen, welche Maßstäbe rea-

listischer sind, welche ein Scheinwohl zeigen und welche ein Dauerwohl versprechen, und kann dann wählen. Dieses Unterscheiden heißt, die Weisheit, die höhere Instanz, über die programmierte Wohlerfahrungssuche stellen. Wer sie ausgebildet hat, hat eine Kraft gewonnen, der man kaum zuwiderhandeln kann. Sehenden Auges kann kein Mensch in den Abgrund springen, wenn er weiß: „Da erfahre ich tödliche Schmerzen und Tod“, sondern nur wenn er meint, dort unten biete sich ein sicherer Weg.

Wer von höheren Maßstäben nichts weiß, bei dem entwickelt sich die programmierte Wohlerfahrungssuche, die vordergründige Lustsuche des Geistes, automatisch. So wie ein Schwungrad langsam angestoßen wird, sich aber bald mit großer Wucht dreht und nicht so schnell wieder anzuhalten ist, sondern nur allmählich, so verhält sich die gesamte programmierte Wohlerfahrungssuche eines jeden Wesens, auch jeder Gottheit. Eine große hohe, reine Gottheit muss gut sein, gemäß ihrem Schwungrad kann sie nicht schlecht sein; ihr Schwungrad schwingt wie bei einem üblen Wesen. In der Wucht, in der Triebkraft ist kein Unterschied, nur in der Richtung. Einer, der nur seinem Schwungrad folgt, der mag heute eine hohe Gottheit sein, er wird im Lauf der Zeit durch wieder andere Eindrücke, wenn er keine Weisheit besitzt, wieder abwärts gelangen. Der Erwachte gibt viele Berichte über die Aufwärts- und Abwärtsentwicklung der Wesen durch die Äonen.

Ohne die Weisheit sind die Wesen verloren, bleiben in der programmierten Wohlerfahrungssuche gefangen. Ein Schwungrad kann aus sich selbst nie einen neuen Impuls geben, es schwingt nur immer weiter. Alle Sekunden oder Stunden oder Leben, in denen wir dem folgen, wie es von selber in uns aufkommt, sind umsonst gelebt. Da wird nur weiter geschwungen nach der eingespielten Programmiertheit, es läuft von selber. Nur in den Augenblicken, in denen wir uns innerlich aufrichten und fragen: „Was ist wirklich heilsam, was ist wirklich übel?“, da bekommt das Schwungrad einen hilfreichen Anstoß. Wenn wir uns wohlwollend besinnen, dann be-

kommt das Schwungrad einen Stoß mehr in Richtung auf Wohlwollen, jetzt schwingt von selber dieses Wohlwollen mit. Auch Götter haben ihr Schwungrad, das ist fast nur Wohlwollen, aber es ist meist ein unkontrolliertes Schwungrad, dem sie ausgeliefert sind.

In unserer Rede werden zwei verschiedene Affen genannt: Der eine hält sich zurück, er hat seine Weisheitsmöglichkeit eingesetzt, nicht eine vom Erwachten bekommene Weisheit, aber doch eine Vorsicht, durch die er länger lebt. Der andere Affe folgt nur seinem Begehren, seinem inneren Schwungrad. Doch kann auch die täglich geübte, vom Erwachten gewonnene Weisheit das Schwungrad des Denkens und Wollens bestimmen. Wenn sich der rechte Anblick von sich aus meldet und wenn die Meldung Kraft hat, so dass man daraufhin entsprechend handelt, dann ist der Übende auf das Heil hin programmiert. Von da an ist es nur noch ein Wachstumsprozess bis zur Triebversiegung.

So wird die programmierte Wohlerfahrungssuche einmal nach außen zerstreut und ausgebreitet, wenn man sich den Trieben überlässt, und sie kann auch nicht nach außen zerstreut und bewegt werden, wenn man von sich aus an das größere, dauerhaftere Wohl denkt. Das hat den Vorteil, dass es auch allen, mit denen ich zu tun habe, Wohl bringt. Je besonnener ich werde, um so besser ist nicht nur mein moralischer, vernünftiger Einfluss auf die Umgebung, sondern auch mein Wohltun ist größer, als wenn ich selber dem Begehren oder dem Zorn folge. Für mich und für den anderen und für die ganze Welt gibt es nichts Besseres, als das wahre Wohl kennenzulernen und anzustreben und das Schwungrad der Gewöhnung nach und nach von solchen Einflüssen formen zu lassen.

Das Schwungrad der programmierten Wohlerfahrungssuche (*viññāna*) verlässt im Tod den grobstofflichen Körper zusammen mit *nāma-rūpa*, den Trieben und dem feinstofflichen Körper. *Es wuchtet dahin (samvattati)* - von den Trieben angetrieben - und lenkt zur Wiedergeburt in einem neuen Kör-

per. Dabei hat das Schwungrad der programmierten Wohlerfahrungs-suche mit Leben und Sterben, mit diesem oder jenem Körper, mit Entstehen, Vergehen gar nichts zu tun. Es steigt aus und ein. Was wir Rückerinnerung an vergangene Daseinsformen nennen, heißt in Pāli *pubbenivāsa*, wörtlich frühere Wohnungen. Ein neuer Körper ist nicht eine neue Daseinsform, sondern eine andere Wohnung, der Bewohner ist immer dasselbe: das Schwungrad der programmierten Wohlerfahrungs-suche, von den Trieben angetrieben. Mit diesem Schwungrad ist das Heil nicht zu finden. Erst wenn dieser Schwung ganz und für immer herausgenommen ist, dann ist der gegenwärtige Körper die letzte Wohnung - des Geheilten; und der ist überhaupt nicht mehr im Himālaya-Gebirge, sondern außerhalb des Himālaya.

Die Zeitgenossen des Erwachten sagten, wenn sie über diese inneren Zusammenhänge hörten: So ist es, ich hab' es nur bisher nicht gewusst. Es ist, als halte jemand in einen dunklen Raum ein Licht: Jetzt sieht man erst die Dinge, die immer da waren. Warum ist der Raum dunkel? Weil die Wesen sich blenden lassen von den äußeren Dingen. Das „eigene Gebiet“, die innere Art, ist für uns dunkel, weil wir immer wieder vom Außen verlockt, verleitet werden, Äußeres zu beachten und anzustreben. Die inneren Vorgänge kennenlernen und durchschauen: das führt zur Meisterung der Existenz. Die leicht Dahinlebenden, sagt der Erwachte, sind den Leichen gleich:

*Sein Bauch wächst immer mehr und mehr,  
aber seine Weisheit wachset nicht. (Dh 152)*

Umsonst ist er gealtert, heißt es von ihm. Und irgendwann wird wieder ein Wesen irgendwo geboren bei Eltern, die es sich durch sein voriges Verhalten seinen Eltern gegenüber geschaffen hat, mit den Kindern, die es sich durch sein früheres Verhalten mit seinen damaligen Kindern geschaffen hat, mit dem Partner, den es sich durch sein früheres Verhalten

geschaffen hat, mit der Umwelt, wie es sie durch Gewähren, Verweigern oder Entreißen im früheren Leben geschaffen hat. Nichts tritt heran, was nicht selber gewirkt worden ist. Alles Erleben ist Ernte, alles Tun ist Säen.

Wir, die wir die Lehre kennen, wissen, dass wir nicht mit allen fünf Gliedern an der Leimrute hängen, dass wir Māro, dem Gesetz der Vergänglichkeit, nicht ganz wehrlos ausgeliefert sind. Wir streben nicht nur nach außen nach dem Angenehmen, sondern legen uns Beschränkungen auf, setzen uns Grenzen mit dem Gedanken: Um keinen Preis will ich andere verletzen, in ihre Interessengebiete eindringen. Die vom Erwachten genannten Tugendregeln dienen nicht schon gleich dem radikalen Verzicht auf Begehren, sondern der Einschränkung, dass man um der Erfüllung des Begehrens willen doch nicht anderen schadet. Wer diese Tugendregeln im Auge behält und sich mehr und mehr angewöhnt, der merkt eine positive Entwicklung, über die er sich freut. Dadurch nimmt sein Begehren nach äußeren Dingen ab. Er hängt nicht mit allen Gliedern an der Leimrute, und die daran hängenden Glieder bekommt der Nachfolgende allmählich auch wieder los, aber nicht, indem er die andere Pfote auch noch auf den Leim setzt, sondern indem er manches Üble einfach abstreift: „Damit will ich nichts zu tun haben.“ Bei solchem Verzichten lässt man Federn. Es ist eine Überwindung, wenn die Leimrute abgestreift wird und dabei Haare ausgerissen werden – es ist ein augenblicklicher Schmerz, aber man ist etwas freier geworden.

Um die Kraft zu gewinnen, so vorzugehen, um dem Schwungrad bessere Anstöße zu geben, muss die Weisheit, die Erkenntnis der inneren Vorgänge vorhanden sein. Diese gewinnt man durch geeignete Gespräche, Vorträge und Lesen, und dann Bedenken für sich allein. Nur solche Wesen, die - durch den Erwachten belehrt - die programmierte Wohlerfassungssuche begriffen und dadurch noch eine zweite Instanz für ihre Willensbildung, eben die Weisheit, das Klarwissen, gewonnen haben, allein diese Wesen sind bei der Willensbildung nicht nur der Automatik der programmierten Wohlerfassungs-



suche ausgeliefert, sondern haben nun einen gespaltenen Willen, haben zwei verschiedene Wurzeln ihres Willens. Sie wissen, dass die Weisheit ein besserer Berater ist als die Triebe. Mit der Weisheit wird das begehrende Verlangen beobachtet, erkannt und durchschaut, indem die Sinnesdränge und ihr Kontaktfassen beobachtet wird und weniger die durch den Kontakt erfahrenen „Objekte“.

Die Mystik in allen Kulturen nennt die Sinnendinge „fremdes Gebiet“. Das „Innen“ ist das „eigene Gebiet“. Hier ist die Maschinerie, durch welche Welt entsteht, Welt fortgesetzt wird und Welt aufgelöst wird, nicht „außen“, sondern „innen“. An der Welt, an den anderen Menschen, am Du operieren zu wollen, um sie zu verbessern, das ist vergeblich, denn es ist Operieren an fremdem - das heißt nicht beherrschbarem - Gebiet. Denn alle äußeren Gegebenheiten sind Ernte aus der Beschaffenheit der Triebe.

#### Erst das Erlebnis der Entrückungen befreit von den Leimködern

*Lianenwerk im Walde gleich, luftwurzeln wie der Feigenbaum* reckt der Mensch von der Geburt an seine Wohlsuchefühler in die Welt hinein, und der Geist verzeichnet: „Das ist das Angenehme, jenes das Unangenehme.“ Weil außen wohlthuende und widerwärtige Dinge erlebt wurden, hat er Tausende von Fesseln nach außen, die geistige Aufmerksamkeit ist nach außen zerstreut, ausgebreitet. Die Wesen, die nach der Beschaffenheit ihres Herzens nur dunkles Grundgefühl haben, haben innen kein Wohl, sie sind auf äußeres Sinnenwohl angewiesen.

Erst durch die Erfahrung inneren überweltlichen Wohls wird die programmierte Wohlerfahrungssuche der Außendinge entwöhnt und geht still der Erfahrung inneren Wohls nach, ist also noch tätig. Das wird in diesem Gleichnis verglichen mit dem nur Affen zugänglichen mittleren der drei Bereiche.

Dieser Zustand wird erreicht (nach dem ständig gleichen Wortlaut in den Lehrreden) *fern von Begierden, fern von unheilsamen Dingen*, d.h. wenn der in der Kenntnis der Lehre und in der inneren Läuterung fortgeschrittene Mensch durch das Bedenken großer weitreichender Zusammenhänge, die der Erwachte gelehrt hat, oder durch innere Gemütshebungen zu immer tieferen Einsichten und Einblicken kommt und darüber beglückt ist. Diese Beglückung springt bei auch äußerer Ruhe über in eine Art Entzückung und Verzückung. Und: *Verzückten Geistes wird der Körper - die Sinnesdränge - gestillt (piti-manassa kāya passaddhi)*.

Nur durch höheres Wohl kann sich die programmierte Wohlerfahrungssuche von dem niedrigen Wohl entwöhnen. Das Entzücken reißt die geistige Aufmerksamkeit aus dem Körpergefängnis heraus auf sich und zieht sie damit ab von der normalen Gewöhnung, durch das Auge mit dem innewohnenden Luger Formen zu erfahren, durch das Ohr mit dem innewohnenden Lauscher Töne zu erfahren usw., so dass ein Mensch, der in heller Herzensverfassung hohen Gedanken nachgeht, dann unversehens alle sinnliche Erfahrung vergisst, verliert. Wo großes Wohl aufkommt, dahin muss sich die Aufmerksamkeit des Geistes richten, das ist ein Gesetz.

Die geistige Beglückung ist erheblich mehr Wohl als alles Wohl, das ein Mensch durch die Sinne gewinnt. Der Affe hat eine viel bessere Kost kennengelernt und wird von den fünf Sinnesdrängen abgelöst und hingerissen auf ein viel höheres Wohl. Erst nach der weltlosen Entrückung kann sich der Mensch der Seligkeit in den weltlosen Entrückungen freudig erinnern, sie bejahen und begrüßen und auch an den Entrückungen hängen, aber dadurch entwöhnt er sich immer stärker bis endgültig der Begehrenden, die der Erfahrer der weltlosen Entrückungen immer mehr in ihrer Gefährlichkeit durchschaut.

Der Erwachte sagt ausdrücklich: Wer die weltlosen Entrückungen erlebt, soll den ganzen Körper mit diesem Glück der weltlosen Entrückungen durchdringen und ganz erfüllen, da-

mit auch nicht der kleinste Winkel des Körpers von diesem höheren Wohl unbesetzt bleibe. Warum? Dieses außersinnliche Wohl löscht die Sucht nach dem sinnlichen Wohl, dem irdischen und dem himmlischen, radikal aus nach dem Wort des Erwachten: *Um höheren Wohles willen kann man geringeres Wohl preisgeben. (M 14)*

Wer die weltlosen Entrückungen nicht erreicht, der kann sich nicht vom Begehren endgültig lösen, wie der Erwachte in M 25 sagt. Er schildert dort Asketen, die sich zwar beharrlich von den verlockenden Sinnendingen zurückhielten, aber nicht zu weltlosen Erfahrungen kamen und darum sich Gedanken über die Struktur, über das Woher und Wohin von „Ich“ und „Welt“ machten und an den gewonnenen Ansichten über „Ich“ und „Welt“ festhielten. Durch dieses Hängen an Ansichten befinden sie sich wiederum in Māros Bereich, erleben „sich in der Welt“. Ihr Vakuum nach Erlebnissen drängt nach geistigem Ausspinnen, so kommen sie zu Ansichten wie „Ewig ist die Welt“, „zeitlich ist die Welt“ und andere Dogmen. Ihr Glaube an die Welt wird so verstärkt, wird vertieft. Sie genießen nicht sinnlich, aber sie können die Sinnlichkeit wegen ihres Hängens an Ansichten über sie nicht verlieren. Nur wer höheres Wohl erfährt, kann sie verlieren. Selbst Asketen bleiben ohne weltlose Erfahrungen im Bereich der Leimköder, obwohl sie diese aus Angst oder Disziplin nicht anfassen. Sie bleiben in der Welt der Vielfalt und Gefahr, fern noch von Sicherheit und Frieden. Erst durch die herzunmittelbare Seligkeit der weltlosen Entrückungen kann der Kenner der Lehre zunehmende bis vollkommene Befreiung von den sinnlichen Leimködern erreichen.

Was ist Herzenseinigung (*samādhi*)  
und welches ist der Weg dahin?

Die weltlosen Entrückungen geschehen im Zustand der Herzenseinigung. Wenn noch die Gegebenheit (*dhātu*) Neigung nach Sinneseindrücken besteht – wenn der Luger, Lauscher

usw. auf bestimmte von außen kommende, durch den grobstofflichen Körper erfahrbare Formen, Töne usw. gespannt ist -, dann ist entsprechende Wahrnehmung. Wo es Ersehntes, Entzückendes gibt, da gibt es auch Abstoßendes, Ungeliebtes, Gehasstes. Ebenso wenn in einer Psyche Feindseligkeit ist, dann ist die Wahrnehmung Feindschaft. Immer wird dabei eine Zwiefalt, eine Vielfalt erlebt. Die Psyche ist gespalten in Erlebenwollen und Erlebtes (*nāma-rūpa*). Es gibt die Zwiefalt mit harter Begegnung: feindselig, entreißend, vernichtend und weniger hart verweigernd und auch sanft, dem Hungerleider Erfüllung bringend. Der Erwachte vergleicht diesen Zustand der Zwiefalt mit einer Aussatzkrankheit (M 75). Wen es wegen der Aussatzwunden überall am Körper juckt, der muss auch überall ununterbrochen kratzen. Wer da nicht kratzen wollte, der leidet Not bis zur Unerträglichkeit.

Herzenseinigung ist die Abwesenheit vom Lungern nach außen. Es ist kein Hungerleider mehr, der sich kratzen muss. Das, was dann als Ich erlebt wird, hat in sich selbst Genüge, erlebt Wohl ohne Kratzen, hat Fülle und Frieden. Befriedigung setzt voraus Hunger und Durst, Befriedigung erfordert Mühe und erfolgt längst nicht immer. Einebnung der Zwiefalt, Frieden ist ein Wohl der Unabhängigkeit von außen.

Als Weg zum Herzensfrieden bezeichnet der Erwachte immer wieder die Entwicklung des Herzens zu Verständnis und Nachsicht mit allen Wesen. Im Gleichnis vom Bauern (A III,93) nennt der Erwachte drei Tätigkeiten: Der Bauer kann mit starkem Einsatz und Fleiß den Boden ebnen, die Pflanzen setzen und die Pflanzen begießen. Das Wachsen der Pflanzen selber aber kann er nicht betreiben. Diese wachsen nach ihrem Gesetz. So kann der Mensch, der die Lehre begriffen hat, mit Eifer und Fleiß Tugend mehren: das ist das Ebnen des Bodens, das Einebnen, das Angleichen des Gegensatzes zwischen Ich und Du. Er kann bewusst die Ich-Du-Gleichheit, die Herzenseinigung anstreben - im Gleichnis die Pflanze setzen -, und er kann sich um den wahren Anblick der Dinge bemühen - im Gleichnis die Pflanze gießen. Mit diesen drei

Übungen kommt es zum Wachstum der Pflanze Herzenseinigung. Durch die zunehmende rechte Anschauung wird das Agieren nach außen ruhiger, gelassener, weniger spontan und affektgeladen. So führt die Weisheit im Lauf der Zeit zur Tugend, zum Einebnen der Welterscheinung, der Ich-Umwelt-Gegensätzlichkeit. Die Begegnung wird sanfter, das Ankommende wird immer mehr verstanden als das, was irgendwann selbst geschaffen wurde.

Was kann der Nachfolger der Lehre tun, um der Herzenseinigung, den weltlosen Entrückungen näher zu kommen? Man hat anderen wohlgetan, hat anderen Freude gemacht, aus einer Klemme herausgeholfen, etwas Ungutes von anderen übersehen, ihm nicht nachgetragen. Dadurch wächst immer weniger verstörbar innere Freude, innere Helligkeit. Dazu möglichst wenig zu den Angeboten in den verschiedenen Medien greifen, denn das erzeugt das Gegenteil von Herzenseinigung, vermehrt Vielfalt, erregt, entzückt, weckt Ablehnung und Ärger. Der Affe soll nach und nach entwöhnt werden, außen Wohl zu suchen. Darum die Vielfalt meiden, um Raum und Zeit zu haben, über das Erlebte - es wird ja noch genug erlebt - in Ruhe nachdenken zu können, es zu verwerten, nützlich zu machen, daraus zu lernen. Die meisten Menschen werden mit Erlebnissen überfüttert und können eine Zeit mit etwas weniger Erlebnissen kaum noch ertragen. Kein Verarbeiten und nur Erleben, den Trieben folgen, ist das Gegenteil von Herzenseinigung und mehrt die verschiedenen Hassformen: Ärger, Zorn, Neid, Eifersucht. Das Zwiefalt-Erleben - Wahn - wird dramatisiert, immer härtere Begegnungen finden statt.

Hier hilft in erster Linie die Änderung der Grundeinstellung allem Du gegenüber. Die primitiv begehrende Grundeinstellung ist, dass wir bei jedem, der uns begegnet, unbewusst oder bewusst beobachten: „Was nützt der mir?“ Hier ist ein Ich mit allerlei Neigungen, und „der da“ passt diesem Ich oder passt diesem Ich nicht. Jeder Begegnende ist für mich ein Ausbeutungsobjekt: „Was ist der für mich, was bedeutet er mir, was kann ich von ihm haben?“

Vielen Menschen, die uns sympathisch sind, die wir zu lieben glauben, sind wir darum zugeneigt, weil sie uns Nutzen bringen, weil uns wohl ist, wenn sie da sind. Diese Anhänglichkeit an etwas, durch das mir wohl ist, führt jedoch zur Feindschaft denen gegenüber, die mir wehtun.

Sinnliches Begehren tritt zurück durch  
Ich-Du-Gleichheit/Liebe, Schonen,  
innere Freudigkeit

Aus der Geringschätzung anderer im Vergleich zu sich selber kommt, wenn der andere einem nicht liegt oder im Weg ist, durch das Verfolgen der eigenen Interessen Gegenwendung auf. *Vyāpāda*, Antipathie bis Hass, und *vihimsā*, Rücksichtslosigkeit, Rohheit, Gewaltsamkeit, das Schädigen anderer, sind Kräfte, die unser Erleben, unser Dasein verdunkeln. Wenn der Erwachte Tugend empfiehlt, worunter meistens die Tugendregeln, die *sīla*, verstanden werden, dann geht es hauptsächlich darum, durch das Bemühen um Tugend unsere Triebe zu verbessern, Antipathie bis Hass-Neigungen, Rohheit, Gewalt-samkeits-Neigungen zu überwinden, von der Gewohnheit zu lassen, dass das Du geringer gewertet wird als das Ich.

Der Erwachte sagt (Sn 772):

*Gefesselt in der Höhle, vielfach überschichtet,  
verharrt der Mensch, in Blendwerk tief versunken.*

Von seiner dunklen Herzensverfassung her befindet sich der normale Mensch wie in einer finsternen Höhle, und da sind alle Begegnungserlebnisse, durch die Begehungen befriedigt werden, zu vergleichen mit einem kurzen Streichholzlicht, das für einen Augenblick Helligkeit schafft. Das kurz aufflammende Streichholzlicht sind die Befriedigungen eines ununterbrochenen inneren Hungerns oder eines ununterbrochenen vielfältigen Juckens. Der Erwachte aber sagt: Wir können erreichen, dass das Hungern, das Dürsten, das Jucken ganz und gar auf-

hört. Der erste Schritt dazu ist nicht die Entwöhnung von den sinnlichen Bedürfnissen, der erste Schritt ist immer: Gegenüber allen Lebewesen rücksichtsvoller zu werden, sie mehr zu entdecken, Antipathie bis Hass und Rohheit gegen andere zu mindern. Warum? Weil durch Antipathie bis Hass und Rohheit unser existentialer Zustand, unsere Grundstimmung eben dunkel und kalt ist, und dieser suchen wir durch sinnlichen Genuss zu entfliehen. Durch die Suche nach sinnlichen Genüssen kommt zusätzlich zur Dunkelheit Unruhe, Enttäuschung durch nicht erfüllte Begehrensbefriedigung. Aber wenn die innere Kälte und Dunkelheit aufgehoben ist, wenn einem bei sich selber gleichmäßig hell und gut zumute ist durch Gedanken, die Antipathie bis Hass und Rohheit aufheben, dann wird das sinnliche Begehren von selber geringer. Unser Begehren ist in dem Maß stark, als wir nicht in uns Glück, Helligkeit, Harmonie, ein beruhigtes Gewissen und Frieden mit der Umgebung haben. In dem Maß, wie das fehlt, ist alles Bemühen um Überwindung weltlichen Begehrens vergeblich.

In M 62 nennt der Erwachte vier sogenannte Strahlungen, brahmische Zustände als Übungen - wodurch die Wesen – Brahma wesensgleich - bei Brahma wiedergeboren werden. Er sagt zu dem Mönch *Rāhulo*:

Wenn er 1. Ich-Du-Gleichheit (*mettā*) übe, dann mindere sich Antipathie bis Hass.

Wenn er 2. Schonen, Sanftmut (*karuna*) gegenüber allen Lebewesen übe, dann mindere sich Gewalttätigkeit, Rohheit (*vi-himsa*).

Wenn er 3. die Entwicklung von Freude, Hellmütigkeit (*mudita*) betreibe, dann werde Missmut vergehen.

Wenn er 4. Gleichmut (*upekha*) übe, dann werde aller Widerwille (*patigha*) vergehen, dann könne er nicht mehr bei irgendeinem Erlebnis zurückschrecken, weder mit Antipathie noch mit Ekel.

Schon wenn Antipathie bis Hass und Rohheit überwunden sind, dann ist bereits Hellmütigkeit, Freude im Herzen. Ein Mensch, der sich vom Hass zur Liebe, von der Rohheit zur

Schonung mehr und mehr entwickelt, der allmählich die nicht messende Metta-Liebe entfaltet und die schonende Einfühlung im Umgang mit allen Wesen und Dingen, kommt zu einem hellen Grundgefühl, das bald nicht mehr von ihm weicht. Die Freude ist die endgültige Überwindung von Missmut, Unlust und Öde, von Lähmung und grauer Freudlosigkeit. Wenn diese dunklen Gemütsverfassungen mit dem am Himmel geballten Gewölk verglichen werden, so bedeutet die Freude, dass dieses gesamte Gewölk aufgelöst ist, dass auch der letzte blasser Dunst, den sie hinterlassen hatten, sich verflüchtigt hat, so dass die strahlende Bläue des Himmels ringsum ungetrübt ist. Das ist das Gleichnis für Freude, für die ungetrübt helle Wärme des Gemüts, die den Grundton des inneren Lebens ausmacht und den Menschen fast unverletzbar macht.

Durch Üben in Ich-Du-Gleichheit, in unterschiedsloser Liebe zu allen Wesen, und durch Sanftmut, Schonen schwindet das Dunkle, Kalte im Herzen, wie Morgenröte, Morgensonne und Sonnenwärme die Kälte und Dunkelheit der Nacht vertreiben. Innere Freudigkeit kommt auf, wenn man durch gutes Verhältnis zu den Mitmenschen, durch gute innere Haltung bei schwierigen Begegnungen mit sich zufrieden ist, woraus Reuelosigkeit, ein gutes Gewissen wächst aus einem zur Zeit heilen und unverspannten Gemüt, wie der christliche Mystiker *Ruisbroeck* sagt: „*Gewissenslauterkeit und Tag um Tag Unschuldigkeit*“ und der Erwachte (A XI,2):

*Wer tugendhaft ist, in Tugend gefestigt, der braucht nicht anzustreben: „Möchte ich doch mit reinem Gewissen leben“; gesetzmäßiger Zusammenhang ist es, dass der Sittenreine, in Tugend Vollkommene stets reines Gewissen hat.*

*Wer mit reinem Gewissen lebt, der braucht nicht anzustreben: „Möchte mir doch innere Freudigkeit aufgehen“: gesetzmäßiger Zusammenhang ist es, dass aus Gewissensreinheit innere Freudigkeit (pāmujja<sup>4</sup>) aufgeht.*

---

<sup>4</sup> mudita und pāmujja haben die gleiche Wurzel: mudita Partizip Perfekt von mud, pāmujja Partizip-Form von pa und mud: Freude



Reines Gewissen - mit dem anderen auf gleich und gleich stehen ohne trennende Emotionen, ihn lieben wie sich selbst, bis das Verhältnis glatt, eine Einheit wird - diesen Zustand vergleicht der Erwachte mit dem Reifwerden für das Einschmelzen von Goldkörnern. In A III 102-103 vergleicht er das Herz mit Goldsand, in dem Steine, Kies, Sand vorherrschen. Zuerst sammelt der Goldwäscher die Steine heraus, dann den Kies, allmählich auch den Sand. Zuletzt bleiben feine Goldkörner übrig als Gleichnis für ein helles, sanftes Herz in liebevollem, schonendem Umgang mit anderen. Jeder spontan aufkommende Gedanke ist nur wohlwollend, hell, aber es ist noch Vielfaltserleben. Jetzt, sagt der Erwachte, hat der Goldwäscher seine Arbeit getan, jetzt beginnt die Arbeit des Goldschmieds, der die Goldkörner im Schmelztiegel zusammenschmelzt zu einer Einheit. Das Zusammenschmelzen ist das Gleichnis für *samādhi*, die Herzenseinigung. Vielfalt ist nicht mehr nötig, wenn alles gleich ist, wenn das Du nicht weniger ist als das Ich. Nur dadurch ist Vielfalt, dass der Wahn zwischen Ich und Du unterscheidet. Wer weiß, dass die Vielfalt erhalten wird durch den Gedanken: „Hier bin ich, das begegnet mir, das passt mir nicht, das passt mir“, der deutet sie richtig als den Auswurf von früher. Mit dieser Einsicht werden die Vielfaltsbilder geringer, immer sanftere Begegnung und immer weniger Begegnung findet statt. Irgendwann ist die innere Freudigkeit, das innere Wohl so groß, dass Einzelheiten, Formen, Töne usw. nicht mehr wahrgenommen werden.

In dem Maß, wie Ich-Du-Gleichheit und Schonen nicht vorhanden sind, in dem Maß ist die Grundstimmung dunkel, so dass wir uns öde, gelangweilt, elend, eben misshütig fühlen, eine Grundverfassung, die man nicht merkt, wenn man sinnlich gereizt ist oder im Streit mit anderen lebt. Hat der Mensch sinnliche Eindrücke, die ihn beschäftigen, interessieren, ihn hin und her reißen, dann merkt er diese innere Öde, diesen Misshüt nicht. Aber da ist die innere Öde nur überdeckt durch sinnliche Ablenkungen, durch Vielfaltserlebnisse, Ärger und Wut. Es ist Dunkelheit mit Blitzen und Donnern.

Aber sobald das Gewitter vorbei ist, ist die dunkle Kälte wieder fühlbar und ebenso die Bedürftigkeit nach sinnlichen Eindrücken. Die Bedürftigkeit nach sinnlichen Erlebnissen wird vergeblich ausschließlich durch Verzicht auf sinnliche Befriedigung bekämpft, vielmehr ist der gerade Weg außer der Pflege des wahrheitsgemäßen Anblicks der Sinnendinge, der rechten Bewertung, der, im Herzen heller, wärmer zu werden, das Du zu entdecken und klar zu sehen, dass bei allen Lebewesen dasselbe Anliegen ist wie bei einem selber. Wenn wir erkennen, wie wir alle in gleicher Weise geworfen sind, das Wohl suchen und ersehnen und das Wehe fürchten und fliehen, jeder mit seinen Mitteln, dann ist uns immer weniger der eine fehlerhaft und darum unlieb, der andere fehlerlos und darum lieb. Denken wir daran, wie eine Mutter ihr Kind liebhat. Sie kennt alle Schwächen des Kindes, es tut der Mutter oft sehr weh, reizt sie sogar oft, aber sie hat ihr Kind trotzdem lieb und sorgt in jeder Weise für es. Darum nimmt der Erwachte oft die Mutterliebe als Beispiel (Sn 149-150):

*Wie die Mutter ihren eigenen Sohn lebenslang nur immer als ihr Kind umhegt,  
ebenso bei allem, was da lebt, öffne sich der Geist entfaltend,  
messe nicht.*

*Denn die Liebe zu der ganzen Welt, die kann nur ein Geist entfalten, der nicht misst:  
aufwärts, abwärts in die Breite hin – frei von Enge, Gegnerschaft und Widerstreit.*

Die fürsorgende Haltung der Mutter ist unvergleichlich besser als die Kritik gegen das Schwache oder die Abwendung von dem Schwachen. Sie ist indes immer noch ein Hinblick auf das Schwache, dem ja die Fürsorge gilt. Man sieht noch bei den anderen die vielen Schwächen, aber man hat die Kritik abgetan aus Verständnis für die inneren Gegebenheiten, aus denen die Schwächen hervorgehen, aus denen das Starke und Große hervorgeht. Das innere Grollen gegen die Fehler der anderen

hat völlig aufgehört: Nachsicht ist gewachsen und väterliche und mütterliche fürsorgliche Gesinnung. Das ist ein großer Entwicklungsweg. Ein solcher Mensch wird nicht mehr verdunkelt von Ärger, Verdruss, von Ungeduld und gar Zorn.

Worin ist die Mutterliebe der metta-Liebe, der Ich-Du-Gleichheit, verwandt und worin weicht die Mutterliebe von der metta-Liebe ab?

Warum nimmt der Erwachte die Mutterliebe als Gleichnis für die Ich-Du-Gleichheit, für die Liebe zu allen Wesen?

Der Grund dafür, dass dem Menschen Hassen leichter fällt als Lieben, liegt darin, dass es nur einen Ort gibt, an dem gefühlt wird, an dem Wohl und Wehe, Ersehnen und Abgestoßensein unmittelbar gefühlt wird, unmittelbar aufkommt. Dieser Ort wird „Ich“ genannt. Darum muss jedes Ich in erster Linie für sich selbst Wohl anstreben und Wehe vermeiden wollen. Weil jeder nur sein eigenes Wohl und Wehe fühlt, aber nicht das des anderen, darum bedenkt er immer erst in zweiter Linie - wenn überhaupt - das Wohl der Mitwesen. Der Mensch kann sich wohl mehr oder weniger in den anderen hineindenken, was manche Menschen sehr stark tun, andere überhaupt nicht, und kann sich dann, von seiner eigenen Erfahrung ausgehend, vorstellen, wie dem anderen zumute sein wird, aber nie kann man ein Gefühl fühlen, das nicht in einem selbst aufgekommen ist. Eine rechte Mutter aber fühlt für ihr Kind fast ebenso wie für sich selbst. Sie fühlt nicht, was ihr Kind fühlt, aber sie fühlt für ihr Kind. Sie ist mit ihrer Aufmerksamkeit fast so bei dem Kind wie bei sich. Sie ist mit dem Kind verbunden, und das Gefühl des Kindes ist ihrem eigenen so nah, wie es bei anderen Menschen nicht so leicht sein kann. Darum muss eine rechte Mutter ihrem Kind in allen Umständen fast ebenso sehr Wohl wünschen und Wehe zu vertreiben wünschen wie für sich selber. Keinem normalen ungeübten Menschen ist ein anderer Mensch so nahe wie einer rechten Mutter ihre Kinder. Sie liebt ihre Kinder unabhängig davon,

ob sie böse oder gut sind, ob sie sie wiederlieben oder nicht wiederlieben. Oft liebt die Mutter die einen mit Traurigkeit, die anderen mit Freude, aber sie liebt sie alle und wünscht allen das Beste und möchte dazu beitragen, dass sie es gut haben. In diesem Punkt kommt die Mutterliebe der Metta-Liebe nahe.

Aber in einigen wichtigen Punkten unterscheidet sich die Mutterliebe von der Metta-Liebe.

Die Mutterliebe ist beschränkt nur auf die von ihr Geborenen und manchmal auch auf die von Kindheit an angenommenen und betreuten Kinder, aber anderen Menschen begegnet die Mutter durchaus nicht immer einführend und mitfühlend. Eine Frau, die ihren Kindern eine fürsorgliche, liebende Mutter ist, kann zugleich ihrer Nachbarin gegenüber wie ein Drache auftreten und kann, wenn sie nur an die Nachbarin denkt, in dunkler Gemütsverfassung sein. Aber beim Anblick ihrer Kinder wird sofort wieder Liebe und Fürsorge wach.

Die reine metta-Liebe aber hat nichts damit zu tun, durch wen das Mitwesen geboren wurde, auch nicht damit, ob es gut oder böse ist, auch nicht damit, ob es Mensch oder Tier oder ein sonstiges Wesen ist. Die reine metta-Liebe bleibt dessen eingedenk, dass überall, wo ein Antlitz ist, auch Fühlen ist. Überall wo Fühlen ist, da ist auch Sehnsucht nach Wohl und Angst vor Wehe. Die rechte metta-Liebe nimmt das Ich, den Gefühlsort, als Beispiel dafür, dass alle Wesen Wohl ersehnen und Wehe fürchten und fliehen, dass bei allen Wesen die Mehrung von Wohl und die Minderung von Wehe bedacht wird.

Ein weiterer Unterschied zwischen der Mutterliebe und der metta-Liebe besteht darin, dass eine Mutter von der starken Bindung an das Kind her einen Mechanismus des Helfenwollens entwickelt, der sich auch dann noch betätigt, wenn er vom Kind nicht mehr gewünscht oder als lästig empfunden und auch nicht mehr gebraucht wird. Dieser Helferwille aus Anhänglichkeit und Abhängigkeit ist die Ursache vieler Streitereien. Es ist eine Fessel, die oft zur menschlichen Mutterliebe gehört, mit der aber die metta-Liebe gar nichts zu tun hat.

Die metta-Liebe kann sich ganz auf das gedankliche Wohlwünschen beschränken, wenn sie merkt, dass der andere auch nicht die leiseste Form von Einmischung wünscht, und sie kann auch zupacken, geben und helfen, wenn es erforderlich ist und wenn die Hilfe angenommen wird.

Ein weiterer Unterschied zwischen der metta-Liebe und der Mutterliebe ist der, dass die metta-Liebe keinerlei Angst und Sorgen kennt. Sie ist beim Kenner der Lehre verbunden mit der Erkenntnis des durchgängigen entsetzlichen Leidens im gesamten Samsāra, und darum kann sie sich nicht aufregen über ein augenblickliches akutes Leiden. Alle Angst und Besorgnis kommt nur aus Torheit. Die metta-Liebe aber trägt einfach zur Erhellung und Befreiung bei. Sie nimmt hin, was auf dem Weg zur Erhellung und Befreiung aus früherem Karma noch herankommt und nimmt unbeirrt in dieser Liebe zu, die zwischen sich und anderen keinen Unterschied macht.

Durch den Wunsch, dass allen wohler werde, tritt die eigene Bedürftigkeit in den Hintergrund, und die Fesseln werden dünner. Der Erwachte sagt (It 77):

*Ein Mensch, der sich in Liebe übt, in unbegrenzter, klar bewusst, dem werden bald die Fesseln dünn, der Haftung Schwinden spürt er gut. Und liebt er so ein Wesen nur, so rein von Hassen bringt's schon Heil. Doch wer voll Mitempfinden alle meint, schafft unermessliches Verdienst.*

„Unbegrenzte Liebe“ bedeutet, dass man die Wesen, die einem begegnen, überhaupt nicht mehr misst, nicht mehr beurteilt nach böse oder gut, dass man die Liebe auch nicht von der Verfassung der Wesen abhängig macht, sondern allen nur Wohl wünscht. Wem es schwer fällt, den Üblen mit Liebe zu bedenken, der kann daran denken, dass der Üble die Ernte seines üblen Wirkens in der Zukunft erfahren wird und dass es darum um so wichtiger ist, gerade ihm Wohl zu wünschen.

Es liegt dem Menschen weit mehr, an den anderen Menschen herabwürdigend zu denken, das Negative schnell zu

sehen, weil er sich selber überlegen, wohler fühlt, wenn er beim anderen Negatives sieht. Da geht es darum, dies bewusst zu merken und bewusst umzuschalten, heraufwüdigend die Wesen zu bedenken und ihnen eine gute Entwicklung zu wünschen. Wenn wir die Gewöhnung entwickeln, im erhellenden Sinn an andere zu denken, dann gelingt es uns auch bei uns selber, aus dunklen Stimmungen heraus zum Hellere zu kommen. Wenn wir mit metta-Gesinnung an die Wesen denken und die metta-Gesinnung, heraufwüdigende Vorstellungen, zur Gewöhnung machen, dann haben wir sie auch in Bezug auf uns selber, dann haben wir sie in jeder Situation – das gibt ein ganz anderes Lebensgefühl.

Ein chinesisches Wort lautet:

*Man fragte einen Weisen:*

*„Worin besteht die Weisheit?“*

*Er sprach:*

*„Darin, dass man die Menschen versteht.“*

*Man fragte ihn dann:*

*„Worin besteht die Tugend?“*

*Er antwortete:*

*„Darin, dass man die Menschen liebt.“*

Die Menschen verstehen können wir dann, wenn wir uns selber verstehen. Je mehr wir merken, dass wir durch unsere Triebe so empfinden müssen, wie wir empfinden, durch unsere Denkgewöhnungen auch so denken, reden und handeln müssen, dass unser Wille bedingt ist, wie ein herabschießender Bach je nach der Steilheit des Gefälles so stark strömen muss und je nach den Widerständen im Gelände zu seinen Windungen genötigt wird, um so mehr entdecken wir dies auch bei anderen. Dann verstehen wir den Menschen, und damit ist allem Hass, allem Grimm der Boden entzogen - aus Weisheit, aus Verständnis des anderen.

Wenn man sich selber versteht und weiß, dass man auf Wohl aus ist, dann weiß man, dass der andere auch auf Wohl

aus ist. Man versteht, dass der andere durch seine Umgebung, durch seine Triebe gerade in dieser Verfassung sein muss, wie ich oft auf Grund meiner Triebe und der äußeren Umstände in einer bestimmten Verfassung sein muss. Darum urteilt der Weise nicht, sondern wünscht den anderen Wohlsuchenden Wohl, Entspannung, Befriedigung und Frieden.

Mit der Metta-Liebe kann der Nachfolger bis an das Tor zum Nibbāna kommen. In M 7 werden zuerst die Herzensbefleckungen genannt, die der Übende bei sich entdeckt und überwindet. Je mehr sie gemindert sind, um so mehr gelingt die Übung in Ich-Du-Gleichheit und Schonen. Ein solcher kommt dann zu der Einsicht: *Gemeines und Edles ist da* - d.h. die übliche weltliche sinnliche Wahrnehmung gibt es - und Edles wird wahrgenommen - ein helles Herz, die Strahlungen, Entrückungen - *und es gibt eine Entrinnung durch Übersteigerung der Wahrnehmung*. Dieses erkennend und darauf hinarbeitend, kommt er zur Triebversiegung.

Die metta-Übung ebnet alles Wollen und Fühlen der Wesen ein, so dass kein Unterschied zwischen den Wesen empfunden wird - wir sind alle Wohlsucher -, und die Betrachtung der Unbeständigkeit aller Form ebnet die Unterschiede in Bezug auf Form, auf Körper ein. Wenn uns ein Körper begegnet, der uns jung und schön oder alt und verwelkt erscheint, dann wissen wir: Das ist die Eigenschaft der Form: frisch anzufangen und dann zu verfallen, immer wieder neu, wie Schaumblasen entstehen und vergehen. Und sowohl der zu sich gezählte Körper wie alle Körper, alle Form, die als außen erfahren wird - alle Form besteht aus Festigkeit, Flüssigkeit, Temperatur und Luft, so unterschiedlich die Formen auch dem Auge erscheinen mögen.

Mit dieser Betrachtung wird unterschiedliche Formwahrnehmung einge ebnet, und der Gegensatz Ich-Du im Wollen und Fühlen wird durch die Betrachtung der Ich-Du-Gleichheit aufgehoben - das ist der Weg zur Herzenseinigung.

Auf dem Weg bis dahin ist alle dem Menschen eigene Kritik und aller Hochmut und aller Dünkel hinweggespült, ist alle

Ungeduld und aller Ärger aufgelöst, und es ist eine Sanftmütigkeit gewachsen, die nicht von dieser Welt ist. Eine solche Sanftmut kann nur gedeihen, wenn alle weltlichen Ziele, welche den Menschen reißen und zerren, welche seine Ungeduld und seine Härte entfachen, für Staub erachtet worden sind, weil das Heil begriffen und zeitweilig bereits erfahren wurde. Diese Sanftmut ist eine Frucht der Weisheit, welche das Todlose endgültig begriffen hat und sich auf dem sicheren Weg dahin weiß. Solche Art von Sanftmut erwächst, wenn die Bezüge und Neigungen zum Endlichen abgetan sind.



DIE NÄHERIN DURST  
„Angereichte Sammlung“ (A VI,61)

Ausgangspunkt für diese Lehrrede ist ein Frage-Antwort-Gespräch zwischen dem Brahmanen Tissametteyyo und dem Erwachten, das in der „Sammlung der Verse“, Suttanipāta, (Sn 1040-1042) überliefert ist. Metteyyo, der später in den Orden des Erwachten eintrat, fragt den Erwachten, wer in der Welt glücklich ist, von allem Leiden frei, von jeder Regung frei ist. Und der Erwachte antwortet: Ein Triebversiegter, der an nichts mehr haftet, ist ohne Regung, ohne Durst. In der Lehrrede „Einzig von innerem Wohl beglückt“ (M 131) schildert der Erwachte das Glück des Triebversiegten, des Denkgestillten, und in seiner Antwort an Metteyyo beschreibt er in den folgenden Versen das Vorgehen und die Einsichten, die den Mönch triebversiegt werden lassen.

Tissametteyyo fragt:

*Wer lebt glücklich hier in dieser Welt?  
Wer ist von jeder Regung frei?  
Wer, hat er beide Enden klar durchschaut,  
nun weise in der Mitte haftet nicht?  
Wen nennst du einen großen Mann?  
Wer überwand die Näherin?*

Der Erwachte antwortet:

*Wer in der Sinnenwelt den Reinheitswandel führt,  
von Durst genesen, stets der Wahrheit gegenwärtig,  
der Mönch, der klar durchblickend, triebversiegt nun ist,  
nicht gibt es Regung mehr in ihm.*

*Wer beide Enden klar durchschaut  
und weise in der Mitte haftet nicht:  
den nenn' ich einen großen Mann:  
Er überwand die Näherin.*

(Sn 1040-1042)

Über diese Verse kommt es zu einem Gespräch zwischen Mönchen, die deren Sinn auf verschiedene Weise erklären:

*So hab ich's vernommen. Einst weilte der Erhabene im Hirschpark bei Benares, am Einsiedlersteig. Als nun dort eine Anzahl Mönche am Nachmittag, nach Beendigung des Mahls, in der Empfangshalle versammelt beieinander saßen, entstand unter ihnen das folgende Gespräch:*

*Das hat, Brüder, der Erwachte geantwortet im „Weg zum anderen Ufer“ auf Metteyyos Frage:*

*Wer beide Enden klar durchschaut  
und weise in der Mitte haftet nicht:  
den nenn' ich einen großen Mann:  
Er überwand die Näherin.*

*Was ist nun aber, ihr Brüder, das eine Ende, was das andere Ende, was ist die Mitte und was ist die Näherin? – Auf diese Worte sprach einer der Mönche zu den älteren Mönchen:*

***Berührung, Brüder, ist das eine Ende,  
Berührungs-Fortsetzung ist das andere Ende,  
die Mitte ist Berührungs-Aufhebung.***

*Der Durst aber ist die Näherin. Denn der Durst näht beide Enden zusammen zu dieser oder jener Form von Wiedergeburt.*

*Insofern, Brüder, betrachtet der Mönch das auf Abstand zu Betrachtende auf Abstand, das zu Durchschauende durchschaut er. Wenn nun, Brüder, der Mönch das, was auf Abstand betrachtet werden muss, so auf Abstand betrachtet, das, was zu durchschauen ist, so durchschaut, so macht er noch zu Lebzeiten dem Leiden ein Ende. –*

*Darauf sprach ein anderer Mönch zu den älteren Mönchen:*

***Vergangenheit, Brüder, ist das eine Ende,  
Zukunft ist das andere Ende,  
die Gegenwart ist die Mitte.***

*Der Durst aber ist die Näherin. Denn der Durst näht beide Enden zusammen zu dieser oder jener Form von Wiedergeburt.*

*Insofern, Brüder, betrachtet der Mönch das auf Abstand zu Betrachtende auf Abstand, das zu Durchschauende durchschaut er. Wenn nun, Brüder, der Mönch das, was auf Abstand betrachtet werden muss, so auf Abstand betrachtet, das, was zu durchschauen ist, so durchschaut, so macht er noch zu Lebzeiten dem Leiden ein Ende. –*

*Darauf sprach ein anderer Mönch zu den älteren Mönchen:*

***Wohlgefühl, Brüder, ist das eine Ende,  
Wehgefühl ist das andere Ende,  
die Mitte ist das Weder-Weh-noch-Wohlgefühl.***

*Der Durst aber ist die Näherin. Denn der Durst näht beide Enden zusammen zu dieser oder jener Form von Wiedergeburt.*

*Insofern, Brüder, betrachtet der Mönch das auf Abstand zu Betrachtende auf Abstand, das zu Durchschauende durchschaut er. Wenn nun, Brüder, der Mönch das, was auf Abstand betrachtet werden muss, so auf Abstand betrachtet, das, was zu durchschauen ist, so durchschaut, so macht er noch zu Lebzeiten dem Leiden ein Ende. –*

*Darauf sprach ein anderer Mönch zu den älteren Mönchen:*

***Das Psychische ist das eine Ende,  
das Körperliche ist das andere Ende,***

**die Mitte ist die programmierte Wohlerfahrungssuche.**

*Der Durst aber ist die Näherin. Denn der Durst näht beide Enden zusammen zu dieser oder jener Form von Wiedergeburt.*

*Insofern, Brüder, betrachtet der Mönch das auf Abstand zu Betrachtende auf Abstand, das zu Durchschauende durchschaut er. Wenn nun, Brüder, der Mönch das, was auf Abstand betrachtet werden muss, so auf Abstand betrachtet, das, was zu durchschauen ist, so durchschaut, so macht er noch zu Lebzeiten dem Leiden ein Ende. –*

*Darauf sprach ein anderer Mönch zu den älteren Mönchen:*

**Die sechs zu sich gezählten Sinnensüchte sind das eine Ende, das als außen Vorgestellte ist das andere Ende,**

**die Mitte ist die programmierte Wohlerfahrungssuche.**

*Der Durst aber ist die Näherin. Denn der Durst näht beide Enden zusammen zu dieser oder jener Form von Wiedergeburt.*

*Insofern, Brüder, betrachtet der Mönch das auf Abstand zu Betrachtende auf Abstand, das zu Durchschauende durchschaut er. Wenn nun, Brüder, der Mönch das, was auf Abstand betrachtet werden muss, so auf Abstand betrachtet, das, was zu durchschauen ist, so durchschaut, so macht er noch zu Lebzeiten dem Leiden ein Ende. –*

*Darauf sprach ein anderer Mönch zu den älteren Mönchen:*

**Etwas zu sich Zählen ist das eine Ende, die Fortsetzung des Etwas-zu-sich-Zählens ist das andere Ende,**

**die Mitte ist die Aufhebung  
des Etwas-zu-sich-Zählens.**

*Der Durst aber ist die Näherin. Denn der Durst näht beide Enden zusammen zu dieser oder jener Form von Wiedergeburt.*

*Insofern, Brüder, betrachtet der Mönch das auf Abstand zu Betrachtende auf Abstand, das zu Durchschauende durchschaut er. Wenn nun, Brüder, der Mönch das, was auf Abstand betrachtet werden muss, so auf Abstand betrachtet, das, was zu durchschauen ist, so durchschaut, so macht er noch zu Lebzeiten dem Leiden ein Ende. –*

*Darauf sprach einer der Mönche zu den anderen Mönchen: Nach unserem eigenen Verständnis, ihr Brüder, haben wir nun alle geantwortet. Lasst uns nun zum Erhabenen gehen. Wie es uns der Erhabene erklären wird, so wollen wir es bewahren. – Gut, Brüder, erwiderten jene Mönche, und die älteren Mönche begaben sich darauf zum Erhabenen. Beim Erhabenen angelangt, begrüßten sie ihn ehrerbietig und setzten sich zur Seite nieder. Darauf berichteten sie dem Erhabenen das ganze Gespräch, das zwischen ihnen stattgefunden hatte, und fragten ihn: Wer, o Herr, hat da wohl recht gesprochen? –*

*Alle habt ihr recht gesprochen, ihr Mönche, in vielfältiger Weise. Worauf sich aber im „Weg zum anderen Ufer“ meine Antwort auf Metteyyos Frage bezog, das will ich euch sagen:*

***Berührung, Brüder, ist das eine Ende,  
Berührungs-Fortsetzung ist das andere Ende,  
die Mitte ist Berührungs-Aufhebung.***

*Der Durst aber ist die Näherin. Denn der Durst näht beide Enden zusammen zu dieser oder jener Form von Wiedergeburt.*

*Insofern, Brüder, betrachtet der Mönch das auf Abstand zu Betrachtende auf Abstand, das zu Durchschauende durchschaut er. Wenn nun, Brüder, der Mönch das, was auf Abstand betrachtet werden muss, so auf Abstand betrachtet, das, was zu durchschauen ist, so durchschaut, so macht er noch zu Lebzeiten dem Leiden ein Ende. –*

Die beiden Enden,  
die Mitte und die Näherin Durst,  
die beide Enden zur Wiedergeburt zusammennäht

Der triebversiegte Denkgestillte nimmt keinerlei Stellung mehr zu dem Erlebten. Die eine Seite, die er durchschaut hat, ist die Ankunft der gefühlsübergossenen Erlebnisse, die Wahrnehmung. Die andere Seite, die er durchschaut hat, ist die Fortsetzung der Wahrnehmung auf Grund inneren Willens, das Weitersein im nächsten Augenblick oder in ferner bis fernster Zukunft in nächsten Leben. – Beide Enden durchschaut der vom Erwachten Belehrt und „reagiert“ nicht, folgt dem Durst nicht „in der Mitte“, wodurch die Fortsetzung der Wahrnehmung verhindert wird, die beiden Enden also nicht zusammengenäht werden.

Der Erwachte nennt vier Arten von Wirken (M 57):

- 1. Dunkles Wirken, das dunkle Folge hat,*
- 2. lichtetes Wirken, das lichte Folge hat,*
- 3. dunkel-lichtes Wirken, das dunkel-lichte Folge hat,*
- 4. weder dunkles noch lichtetes Wirken, Wirken ohne Absicht der Gefühlsbefriedigung, das zur Wirkensversiegung, zum Heil, führt.*

Mit „der Mitte“ in unserer Lehrrede sind die ersten drei Arten des Wirkens gemeint: die durstgetriebene, Befriedigung des Gefühls suchende ergreifende Aktivität, die je nach der Anschauung und der charakterlichen Qualität gute oder üble Ern-

te schafft und damit den Leidenskreislauf fortsetzt. Die letztere Art des Wirkens ist diejenige, um die sich der fortgeschrittene Heilsgänger „in der Mitte“ bemüht, nämlich um die Aufhebung der Absicht auf Gefühlsbefriedigung, ein Wirken, das die Triebe zum Versiegen bringt.

Für den Nachfolger besteht der Weg zum Heil darin, dass er sich bemüht, zunächst immer mehr zur Befriedigung seiner besseren Triebe zu handeln und damit von den niedrigeren Trieben ganz frei zu werden, immer mehr inneres Wohl zu entwickeln und endlich von jeder Gefühlsbefriedigung mehr und mehr frei zu werden, etwa mit der Übung, wie sie der Erwachte für den fortgeschrittenen Mönch schildert (M 106):

*Da geht ein Mönch so vor: „Nicht sei und nicht mir sei, nicht werde und nicht mir werde, was immer es gibt, was je geworden ist, ich gebe es auf.“ So gewinnt er Gleichmut. Über diesen Gleichmut ist er nicht erfreut, begrüßt ihn nicht, stützt sich nicht auf ihn. Weil er über diesen Gleichmut nicht erfreut ist, ihn nicht begrüßt, sich nicht auf ihn stützt, ist die programmierte Wohlerfahrungssuche nicht daran gebunden. So findet kein Ergreifen statt. Ohne Ergreifen wird der Mönch erlöschen.*

Der so weit fortgeschrittene Heilsgänger meidet das Angezogenwerden von jeglicher Wahrnehmung, und sei sie noch so fein, in dem Wissen:

*Dies ist noch Erfahrung von etwas (sakkāya). Aber nicht die Erfahrung von etwas ist der unvergängliche Friede der Todlosigkeit, sondern dies: die Freiheit von allen Herzenstrieben, die durch Nichtergreifen gewonnen wird.*

Dann ist die Näherin Durst überwunden. Mit der Näherin ist gemeint: Der normale Mensch nährt dauernd durch seine durstgetriebene Reaktion auf die herantretenden Wahrnehmungen mit der Absicht, die Zukunft zu verbessern, in der Zukunft dafür zu sorgen, dass Wohl erfahren wird, die beiden Enden

zusammen, verbindet durch sein Wirken in der Gegenwart die Vergangenheit mit der Zukunft.

Das Herbeiführen einer Befriedigung des Gefühls ist durch den zuvor empfundenen Mangel bedingt. Dieser akut sich meldende Mangel ist der Durst. Durst ist das bewusst gewordene Unbefriedigtsein in Bezug auf Bestimmtes, das den Menschen zur Befriedigung drängt, ist ein inneres lechzendes Verlangen nach den verschiedenen sinnlichen und geistigen Erlebnissen, das, obwohl zur Erhaltung des Körpers meist nicht nötig, doch so stark sein kann wie das Bedürfnis nach Einatmen, Ernährung und Schlaf. Es ist ein bewusst gewordener, im Geist sich meldender Drang, dessen Erfüllung zur Erhaltung der normalen entspannten Gemüts- und Geistesverfassung ebenso unerlässlich ist wie die körperliche Nahrung zur Erhaltung des Körpers.

Indem man dem fühlbar gewordenen Durst nach Genießen, Abweisen usw. folgt, sich das Ziel, das der Durst anstrebt, „zu eigen macht“ – die Näherin Durst näht beide Enden zusammen –, ist das im Durst zum Ausdruck gekommene Verhältnis des erlebten Ich zu der betreffenden erlebten Begegnung im Dasein (*bhava*) erhalten geblieben, sie wird in Zukunft wieder begegnen. Das heißt in jeder auftauchenden zweipoligen Situation, in der ein Ich in Begegnung mit Begegnendem erlebt wird, wahrgenommen wird, da gehört es zu diesem Erleben, dass sich im „Ich“ bei jedem durch die Begegnung ausgelösten Wohlgefühl spontan das Verlangen – der Durst – nach Bewahrung dieses Wohlgefühls meldet, d.h. nach Erhaltung oder weiterer Herbeiführung dieser wohltuenden Situation, weil man sich dann als befriedigt empfindet. Ebenso meldet sich bei jedem durch die Begegnung ausgelösten Wehgefühl spontan das Verlangen – Durst – nach Aufhebung dieses Wehgefühls, d.h. nach Beendigung und zukünftiger Vermeidung dieser leidigen Situation, weil man auch dann erst „befriedigt“ ist. So ist also „Durst“ nichts anderes als der Drang nach Gefühlsbefriedigung. Darum heißt der Durst „der stets auf Befriedigung drängende“. (M 141)



Der Erwachte sagt (M 1): „*Befriedigung ist des Leidens Wurzel.*“ Jede Befriedigung, die der Mensch bejaht und wieder zu erlangen trachtet, ist der Anfang eines neuen Programms: „Das ist schön, das will ich wieder haben; wie bekomme ich es?“ So entsteht das Programm, diese Befriedigung immer wieder herbeizuführen, immer weiter so zu wollen, letztlich aus dem Anstoß „Befriedigung“. Insofern haben wir die Begegnung oder die Sache nicht neutralisiert, sondern mit Gefühl an uns gebunden. Damit ist die betreffende Situation nicht aufgelöst, sondern wird uns in Zukunft wiederum begegnen: das im Durst zum Ausdruck gekommene Verhältnis des erlebten Ich und der erlebten Welt ist erhalten geblieben (Dasein, *bhava*) und muss wieder in Erscheinung treten (Geburt, *jati*): die beiden Enden Vergangenheit und Zukunft sind in der Gegenwart durch „Befriedigung suchen bei den Gefühlen“ zusammengenäht worden. „Durst, Ergreifen“ bedeutet also, die wahrgenommene Umwelt mit dem wahrgenommenen Ich verknüpfen, sich an die Umwelt ketten, ihrer bedürfen. Ist so das Erlebnis der Befriedigung ins Dasein getreten, Gewöhnung geworden, dann ist ein noch bedürftigeres „Ich“ in einer gewährenden oder verweigernden Umgebung entsprechend der moralischen Qualität der Befriedigungen entstanden. Wo immer man einem Wehgefühl ausweicht oder ein Wohlgefühl zu erlangen sucht, da hat man die Neigungen und Triebe seines Herzens, seine Empfindlichkeiten und damit seinen Wesenszuschnitt, bestätigt, hat nach seiner Sympathie und Antipathie gehandelt und darum die Verbindung zu jener Situation erhalten oder gar verstärkt.

So bindet das Wollen, die Näherin Durst (das Pāliwort für Durst – *tanhā* – ist weiblich), und das aus ihm hervorgehende Reden und Handeln beide Enden zusammen zur Fortsetzung in dieser oder jener Daseinsform.

Weil alles Geschaffene, nachdem es in die Vergangenheit gesunken ist, in dem Daseinsstrom dahinziehend, irgendwann wie aus der Zukunft kommend zu dem Ort der Schöpfung zurückkehrt, darum wird dieser Daseinsstrom auch als „Da-

seinsrad“ (*bhavacakka*) oder „Lebensrad“ bezeichnet. In der buddhistischen Symbolik sind solche Lebensräder dargestellt, die zwischen den Speichen angefüllt sind mit den vielfältigsten Szenen aus menschlichem, tierischem Leben, gespenstischem, höllischem und himmlischem Leben.

Man mag dabei an die großen Wasserpumpen im Altertum denken, wie sie bis zu Anfang des 19. Jahrhunderts wohl noch vorzufinden waren. Sie bestanden als sogenannte „Tretmühlen“, senkrecht angebrachte, oft haushohe Räder. Ihre Achse wurde durch Stützbalken so hoch befestigt, dass die äußere Rundung des Rades nicht den Boden berührte. In den Felgen hatten ganz früher Sklaven, später Knechte zu gehen, so dass das Rad sich auf der Stelle drehte. Durch das Drehen des Rades wurde eine Pumpe betätigt, die aus Brunnen oder Kanälen Wasser heraufholte. Die die Felgen tretenden Personen hatten den Eindruck vorwärts zu gehen, aber durch ihr Vorwärtsgen belasteten sie das Rad mit jedem Schritt, so dass diese Stelle wegen des Gewichts nach unten gedrückt wurde. Auf diese Weise drehte sich das Rad in dem Maß des Vorwärtsschreitens der Menschen, so dass es nach einiger Zeit die erste Runde vollendete und anschließend immer nur die gleichen Runden wiederholte.

Ebenso, aber für undenkliche Zeiten, verhält es sich mit unserem „Lebensrad“. Alles, was wir bedingt durch unser Wollen, unseren Durst, in die Welt hinein handeln durch Geben an andere oder Nehmen von anderen, durch gehässige oder freundliche Worte und Taten im Umgang mit Lebenden und mit Dingen – das legen wir in unser Laufrad, gehen selber immer weiter in die Zukunft und legen täglich unser Wirken hinter uns ab. Und so kommt es, dass wir beim Weitergehen auf den Felgen nur immer wieder auf unsere vergangenen Taten stoßen, ohne sie wiederzuerkennen, darauf wieder durstgetrieben reagierend handeln, ins Rad hineinlegen (Saat) und bei der späteren Runde das Gesäte wieder ernten.

Alles, was uns beim Vorwärtsgen auf den Felgen zu begegnen scheint, ist immer nur das, was wir gestern oder

vorgestern oder in irgendeiner weiteren Vergangenheit aus Durst getan, geredet, gedacht haben.

1. Berührung ist das eine Ende,  
Berührungs-Fortsetzung ist das andere Ende,  
die Mitte ist Berührungs-Aufhebung.  
Die Näherin Durst näht beide Enden zusammen  
zur Wiedergeburt

Das eine Ende ist Berührung (der Luger – der Trieb im Auge – ist berührt worden, hat eine Form erfahren, der Lauscher...), das andere Ende ist die Berührungs-Fortsetzung (d.h. immer wieder wird der Luger, Lauscher...berührt, erfährt eine Form). Der Durst gilt als das Zusammennähen der beiden Enden, als die Näherin.

Berührung der lungernden Süchte im Körper ist eingetreten, wenn einer der nach bestimmten Erfahrungen lechzenden, berührungssüchtigen Triebe im Körper nun auch von dem berührt wird, worauf er gerichtet ist. Der Erwachte nennt sechs Arten von Berührungen:

Luger-Berührung

Lauscher-Berührung

Riecher-Berührung

Schmecker-Berührung

Taster-Berührung

Denker-Berührung.

Die fünf Sinnesdränge drängen nach Berührung durch die fünf äußeren Erfahrungsmöglichkeiten, und der Denker, der Trieb zum Denken, drängt nach Verarbeitung der aufgenommenen Sinnendinge.

In M 18, 38 u.a. fasst der Erwachte den Erfahrungsvorgang kurz zusammen:

*Durch den Luger und die Form entsteht die Luger-Erfahrung.  
Durch den Lauscher und die Töne entsteht die Lauscher-Erfahrung usw.*

und fährt dann fort:

*Der drei Zusammensein (Luger, Form, Luger-Erfahrung) ist Berührung.*

Das heißt, gleichzeitig mit der Erfahrung des Lugers (des Triebs im Auge) hat die Berührung der Triebe stattgefunden.

Da die Triebe bestimmte, spezifische Neigungen sind, so können die Berührungen ihnen mehr entsprechen oder weniger, also stärker oder schwächer unangenehm sein, und genau dementsprechend ist ihre Antwort, das Gefühl.

Für die Empfindlichkeit seitens der Triebe durch die Berührung gibt der Erwachte folgendes Gleichnis (S 12,63): Ein Rind hat sich die Haut aufgerissen, so dass große Wunden entstanden sind, in denen man das äußerst empfindliche rohe Fleisch sehen und berühren kann. Wenn dieses Tier sich auf dem freien Feld bewegt, dann kommen Insekten der Luft und dringen in die Wunde ein, so dass das Tier furchtbare Schmerzen empfindet. Wenn es sich auf den Boden legt, dringen die vielfältigen Insekten der Erde in die Wunde hinein und kratzen und beißen und reiben. Das Tier weiß nicht mehr, wohin es vor Schmerzen fliehen soll. Und wenn es keinen anderen Ausweg sieht, als ins Wasser zu tauchen, dann sind es die vielen kleinen Wassertiere, welche ebenfalls über die Wunde herfallen und kratzen und beißen, so dass das Tier sich windet und ganz von Sinnen ist vor entsetzlichen Qualen.

Der Erwachte vergleicht hier die Sinnesdränge mit offenen Wunden, durch die die Insekten – die vielerlei Sinneseindrücke – schmerzlich fühlbar werden. Was sich auch für ein Insekt auf dem rohen Fleisch niederlässt, die Berührung ist mehr oder weniger schmerzhaft. Und so wie das Tier am rohen Fleisch besonders empfindlich ist, so ist der Mensch durch die Triebe bei der Berührung besonders empfindlich.

Der Luger als der Formensüchtige z.B. hat etwas Äußeres erfahren und hat sein subjektives Urteil dazu gegeben. Diese zwei verschiedenen Dinge, die Außenformen und das Gefühl als Urteil der Triebe, werden in den Geist eingetragen. Jetzt ist

im Geist ein doppeltes Wissen (Wahrnehmung): Das Wissen um eine Form und darum, dass sie „angenehm“ oder „unangenehm“ ist. Der Geist beachtet und unterscheidet aber nicht diese zweierlei Wissen, sondern für ihn ist es eine „begehrtenwerte oder abstoßende Form“. Von der in den Geist eingetragenen Wahrnehmung, die nun mit den bereits vorhandenen Daten im Geist assoziiert wird, sagt der Erwachte, dass in ihr alles Sinnen und Erwägen wurzele (D 21), und das ist das Beabsichtigen und Anstreben als Reaktion auf das Bewusstgewordene: Aktivität, die vierte der fünf Zusammenhäufungen. So gehen aus der Berührung die drei Zusammenhäufungen, Gefühl, Wahrnehmung und Aktivität hervor. So heißt es auch in M 109:

*Berührung ist der Grund, Berührung ist die Bedingung, dass Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität erscheinen kann.*

Gefühl und Wahrnehmung sind die ersten psychischen Erscheinungen, die durch die Berührung der Triebe erscheinen. Darauf folgt nun „in der Mitte“ entweder die durstgetriebene Absicht, der Berührung zu folgen, um Wohlgefühl zu erreichen, oder sich für die geistige Aufmerksamkeit, für prüfendes Nachdenken, zu entschließen, um zu Erkenntnissen und Einsichten zu kommen. Geistige Aufmerksamkeit aufmachen steht im Gegensatz zu der Absicht, der Berührung zu folgen und damit dem momentan angenehmen Gefühl nachzujagen. Wenn dem Durst nach Berührung durch eine Form gefolgt wird, dann folgt auch immer Fortsetzung der Berührung, der Erfahrung von Form. Wer aber bei einer Berührung nicht dem Durst folgt, sich nicht befriedigt, weil er nicht will, dass im Samsāra diese Sache immer wieder vorkommt, immer wieder erfahren wird, dann kommt diese Erfahrung nicht mehr auf, setzt sich nicht fort. Wenn sich der Übende bei den unterschiedlichen Berührungen so verhält, die Näherin Durst nicht arbeiten lässt, dann hat er (in der Mitte) Berührungsaufhebung geschaffen, die beiden Enden nicht zusammenge-

näht, wenn auch bei einer solchen Übung noch nicht schon die Neigung zu einer bestimmten Sache endgültig aufgehoben ist. Aber wie stark Einsicht und Übung war, so stark ist der Durst gemindert, werden die beiden Enden nicht zusammengenäht.

Wir alle kennen diese beiden Möglichkeiten unserer Absicht, denn wir entscheiden fortlaufend und fast unbewusst darüber, ob wir unserer Neigung oder unserer Vernunft bzw. Moral folgen wollen, ob wir der Lust und Unlust oder der geistigen Einsicht folgen wollen.

Der Durst näht eine Berührung an die andere. Wird der Berührung gefolgt mit dem Hinblick auf augenblickliches Wohlgefühl, so ist die Fortsetzung der Berührung gegeben, d.h. dem Durst folgend wird reagiert, gewirkt, und dadurch wird der Leidenskreislauf des Immer-wieder-Geborenwerdens-Sterbens in Gang gehalten, und *den Wiedergeborenen berühren wieder Berührungen* (M 57). Es werden ununterbrochen irgendwelche Triebe berührt, wird etwas erlebt, und durch unsere Stellungnahme in Gedanken, Worten und Taten setzen wir Berührungen fort. Der weit fortgeschrittene Heilsgänger in der allerletzten Phase der Entwicklung zum Nibbāna hat in der Mitte die Berührung unterbrochen, ist nicht der Berührung der Triebe gefolgt, die Näherin Durst kann nicht in Tätigkeit treten, und das bedeutet die Aufhebung der Berührungs-Fortsetzung.

Diesen Zusammenhang kann man nicht früh genug erkennen, begreifen. Darum wird hier gesagt: *Insofern durchschaut der Mönch das zu Durchschauende*. Der Heilsgänger weiß: Von der Reaktion hängt es ab: Ich kann, berührt von einer Trieb-Erfahrung, mir gegenwärtig halten: Dies tritt heran aus früherem Wirken. *Das bin ich nicht, das gehört mir nicht, das ist nicht mein Selbst*. In der Mitte kann der Übende bewirken, ob das Leiden fortgesetzt wird oder aufhört – je nach dem, ob er der Berührung folgt oder die Vorgänge ungebildet bei sich beobachtet.

2. Vergangenheit ist das eine Ende,  
Zukunft ist das andere Ende,  
die Gegenwart ist die Mitte.

Die Näherin Durst nährt beide Enden zusammen  
zur Wiedergeburt

Indem der Mensch der Berührung folgt, dem augenblicklichen Wohlgefühl nachjagt, entsprechend den Trieben reagiert, dann schafft er damit Zukunft: zukünftige Berührungen. In der Vergangenheit waren Berührungen – das eine Ende – in der Zukunft geschehen weiterhin Berührungen – das andere Ende –, weil in der Gegenwart, „der Mitte“, mit Hinblick auf zukünftiges Wohl den Berührungen gefolgt wird – die beiden Enden durch die Befriedigung des Durstes verbunden werden. Das Herantreten und Verschwinden von Berührungen erweckt den Eindruck von Zeit. Die gehabtten Berührungen werden der Vergangenheit zugeschrieben, die zu erwartenden Berührungen der Zukunft und die im Augenblick stattfindenden Berührungen der Gegenwart.

Die Welt, die wir erleben, ist bereits die Ernte unseres bisherigen Reagierens. Welt ist nicht eine objektive Gegebenheit an sich, die unabhängig von uns besteht und die wir nach unseren Wünschen ausbauen können, sondern sie ist die auf für uns verborgenen Wegen, daher heimlich-unheimlich entstandene Ernte unseres Wirkens, wie es der Erwachte sagt (M 57):

*Da wirkt einer in Taten, Worten und Gedanken immer wieder belastend und beschwerend. Und weil er immer wieder so wirkt, so gelangt er in lastvoller Welt wieder zum Dasein. Und ist er in lastvoller Welt wieder zum Dasein gelangt, so treffen ihn belastende Berührungen. Von belastenden Berührungen getroffen, fühlt er belastendes Gefühl, einzig schmerzhaft, gleichwie etwa höllische Wesen. Ganz so wie sie geworden sind, ist der Wesen Wiedergeburt. Durch das, was einer wirkt, wird er wiedergeboren. Der Wiedergeborene wird von Berüh-*

runge getroffen. Darum sage ich: „Erbe des Wirkens sind die Wesen.“

*Da wirkt einer in Taten, Worten und Gedanken immer wieder ganz ohne die Wesen zu belasten und zu beschweren. Und da er immer wieder in Taten, Worten und Gedanken ohne zu belasten und zu beschweren wirkt, so gelangt er in lastfreier Welt wieder zum Dasein. Und ist er in lastfreier Welt wieder zum Dasein gelangt, so treffen ihn lastfreie Berührungen. Von lastfreien Berührungen getroffen, fühlt er lastfreies Gefühl, einzig beglückend, gleichwie etwa strahlende Götter. Ganz so wie sie geworden sind, ist der Wesen Wiedergeburt. Durch das, was einer wirkt, wird er wiedergeboren. Der Wiedergeborene wird von Berührungen getroffen. Darum sage ich: „Erbe des Wirkens sind die Wesen.“*

*Da wirkt einer in Taten, Worten und Gedanken immer wieder einmal belastend und beschwerend und immer wieder einmal ganz ohne die Wesen zu belasten und zu beschweren. So gelangt er in einer teils lastvollen, teils lastfreien Welt wieder zum Dasein. Und ist er in einer teils lastvollen, teils lastfreien Welt wieder zum Dasein gelangt, so treffen ihn belastende und lastfreie Berührungen. Von belastenden und lastfreien Berührungen getroffen, fühlt er belastendes und lastfreies Gefühl, beglückend und schmerzhaft gemischt, gleichwie etwa bei Menschen, manchen Göttern und manchen Geistern. Ganz so wie sie geworden sind, ist der Wesen Wiedergeburt. Durch das, was einer wirkt, wird er wiedergeboren. Den Wiedergeborenen treffen Berührungen. Darum sage ich: „Erbe des Wirkens sind die Wesen.“*

Das absichtliche Wirken zur Befriedigung der Gefühle erzeugt ununterbrochen Wirkungen, die unmittelbar oder irgendwann später an den Menschen herantreten, empfunden werden nach dem Gesetz:

Wie der Mensch heute in seinem Geist denkt und bewertet, danach wird morgen sein Herz, sein Charakter (innere Ernte)



und damit sein Tun und Lassen in seiner engeren und weiteren Umwelt, und das bewirkt übermorgen die äußere Ernte: Kurzlebigkeit oder Langlebigkeit, Krankheit oder Gesundheit, Hässlichkeit oder Schönheit, Armut oder Reichtum, sozial niedrige oder hohe Stellung, seelischen Reichtum oder Armut, Torheit oder Weisheit. (M 135)

Durch jedes wohlwollende Wirken wird ein etwas wohlwollenderes Begegnungsverhältnis in die Vergangenheit geschickt – in die Zukunft geschickt, wird das Ich um einen Grad mehr mit wohlwollendem, gewährendem Geist geprägt, wird das mit Wohlwollen behandelte Du um einen Grad zufriedener, entspannter, freudiger, zu ähnlichem Tun geneigter: Und dieses jetzt so geschaffene, durch den gegenwärtigen verbessernden, erhellenden Schöpfungsakt so gestaltete Verhältnis eines wohlwollenderen Ich in sanfterer Begegnung mit einem entspannteren, erfreuteren und meistens auch wohlwollenderen Du – diese Schöpfung ist nun „da“, ist durch bestimmte Einflüsse, Kräfte, Gesinnungen und Taten so gewirkte Wirkung. Diese Wirkung entschwindet lediglich der Sichtbarkeit, das heißt: der unendlich kleinen Gegenwart des Verblendeten, bleibt aber als wirkende Wirkung bestehen und taucht zu ihrer Zeit wiederum in die unendlich kleine Gegenwart des Verblendeten ein, wird in ihrer zuletzt umgeschaffenen Qualität erfahren, wird als wohltuendes „Schicksal“ erlitten. Und dann wird je nach den Einsichten, Tendenzen und Gewöhnungen, die jenes Ich zur Zeit jener Begegnung bewegen, seitens des Ich wiederum gehandelt und geantwortet. So geschieht wieder ein schöpferischer Akt, ein verbessernder oder verschlimmernder, einer, der ein erhelltes Verhältnis in die „Vergangenheit“ schickt – in die Zukunft schickt – oder ein verdunkeltes.

Der von dem Erwachten über den Ausgang aus dem Samsāra belehrte, weit fortgeschrittene Heilsgänger jedoch hat alle Wirkensabsichten aufgegeben, weil er auf keinerlei Folgen oder Wirkungen – sondern allein auf die Nichtfortsetzung des Samsāra – aus ist. Und warum ist er nicht mehr auf die Fortsetzung des Samsāra aus? Weil sein Geist ganz durch-

drungen ist von der Erkenntnis, dass er sich bisher von Luftspiegelungen ernährte und bewegen ließ und in einer Blendung, in einem Wahn lebt, es gebe ein Ich und es sei da die Welt. Wenn dieser Wahn aufgehoben ist und die rechte Anschauung im Geist fest Wurzeln gefasst hat, dann hat er auch die Absicht, Dunkles oder Helles oder Dunkel-Helles zu wirken, aufzugeben, um den Wahntraum allen Erlebens, dunklen wie lichten Erlebens, zu beenden nach der Wegweisung des Erwachten (M 131, 132, 133):

*Man lass Vergangenes nicht auferstehn,  
auf Künftiges man nicht die Hoffnung setz';  
Vergangenes ist abgetan,  
Zukünftiges noch nicht gekommen an.*

*Stattdessen sehe man mit klarem Blick,  
was in der Gegenwart besteht.  
Was unbesiegbar, nicht erschüttert werden kann  
(das Nibbāna),  
wer das gesehn hat, breit' es aus.*

*Die Anstrengung –  
noch heute muss erfolgen sie:  
Ob morgen tot, wer weiß es wohl?  
Nicht schachern kann man mit des Todes Heer.*

*Wer glühend-ernst so ausharrt und  
bei Tag und Nacht nicht weicht,  
einzig von innerem Wohl beglückt,  
gestillt und weise wird er so.*

Wie aber lässt man Vergangenes nicht auferstehn, setzt nicht auf Zukünftiges, wird in der Gegenwart nicht von den Erscheinungen bewegt?

Indem der Geist, die programmierte Wohlerfahrungs-suche, den vergangenen fünf Zusammenhäufungen: Form, Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierte Wohlerfahrungs-suche nicht nachgeht (M 133): „*So war einst die Form gewesen!*“ und nicht dabei Befriedigung sucht und nicht auf zukünftige Form, zukünftiges Gefühl, zukünftige Wahrnehmung, zukünftige Aktivität, zukünftige programmierte Wohlerfahrungs-suche hofft – „*so will ich einst meine Form...haben*“ – und in der Gegenwart die fünf Zusammenhäufungen nicht als Ich, als Selbst ansieht, dann wird der Heilsgänger bei der Wahrnehmung von Dingen nicht bewegt.

Der Heilsgänger, der das Spiel der fünf Zusammenhäufungen als uneigen, nicht-ich durchschaut, bewertet bei ruhiger Überlegung keine Neigung mehr positiv, die das Nibbāna, das unerschütterbare, verhindert. Er bewertet keinerlei Absicht in Bezug auf die fünf Zusammenhäufungen positiv, weder für die Zukunft noch für die Vergangenheit noch in der Gegenwart. Die Näherin Durst ist aufgehoben.

Ein anderer Mönch nennt denselben Zusammenhang unter einem anderen Aspekt:

3. Wohlgefühl ist das eine Ende,  
Wehgefühl ist das andere Ende,  
die Mitte ist das Weder-Weh-noch-Wohlgefühl.  
Die Näherin Durst näht beide Enden zusammen  
zur Wiedergeburt

Das Gefühl ist unmittelbare Resonanz der inneren Neigungen auf das gerade Erfahrene. Das Erfahrene tut den Neigungen, den Trieben, wohl oder wehe. Der Erwachte sagt (M 36):

*Da entsteht einem unerfahrenen gewöhnlichen Menschen ein Wohlgefühl. Vom Wohlgefühl erfreut, wird er wohlbegierig und verfällt der Wohlhingabe und Wohlsucht. Nun vergeht ihm dieses Wohlgefühl, und durch dessen Schwinden entsteht ein Wehgefühl. Von diesem Wehgefühl getroffen, wird er traurig,*

*elend, jammert, schlägt sich weinend an die Brust, gerät in Verzweiflung.*

Der Mensch wird wohlbegierig, verfällt dem Durst, dem Drang nach Gefühlsbefriedigung, der Wohlhingabe und Wohl-sucht in dem Gedanken: „Das ist das Angenehme, das so wohltut. Das will ich kosten und genießen.“ (*„Von einem Wohlgefühl getroffen, treibt ihn der Giertrieb“* – *rāgānusaya*, M 44). Schwindet das durch die Sinnesdränge erfahrene Wohlgefühl, dann entsteht Wehgefühl. Der triebhörige Geist hat sich an das Wohlgefühl gewöhnt und vermisst darum dessen Ausbleiben. Das Herz wird bewegt, aufgewühlt von Trauer und Verzweiflung: „Das Wohltuende habe ich nun nicht mehr.“ (*„Von einem Wehgefühl getroffen, treibt ihn der Abwehrtrieb“* – *patighānusaya*, M 44).

Jedes durstgetriebene Ergreifen, Sich-Befriedigen, das der Geist bejaht und wieder zu erlangen trachtet, verstärkt die Gewöhnung an die Befriedigung: „Das ist schön, das will ich wieder haben; wie bekomme ich es?“ Ist so das Erlebnis der Befriedigung Gewöhnung geworden, dann ist ein noch bedürftigeres „Ich“ entstanden. Weil der Mensch sich an den Genuss gebunden hat, der Genuss einer bestimmten Sache ihm etwas als eigen Empfundenes geworden ist, muss Wehgefühl aufkommen. *„Ist Lust aufgegangen, geht Leid auf.“* (M 145)

Erreicht der Mensch das ersehnte Sinnenwohl, so treibt der Durst ihn zum Ergreifen (*upādāna*). Erreicht er es nicht oder schwindet es ihm wieder – was unvermeidlich ist –, so trifft ihn Wehgefühl um so mehr, als er sich vorher mit seiner ganzen Erwartung auf das Wohl ausgerichtet hatte.

Aber nicht nur durch (Ausbleiben von) Wohl- und (dadurch verursachtes) Wehgefühl wird der Mensch an Leiden gebunden, sondern auch durch Weder-Weh-noch-Wohlgefühl. Der Erwachte sagt (S 36,6) von dem unbelehrten, nicht heilskundigen Menschen, der Wohl sucht und Wehe verabscheut:

*Nicht kennt er der Wirklichkeit gemäß Entstehen und Vergehen, Labsal und Elend dieser Gefühle und die Befreiung von ihnen. Und da er nicht der Wirklichkeit gemäß Entstehen und Vergehen, Labsal und Elend dieser Gefühle und die Befreiung von ihnen kennt, so treibt ihn bei einem Weder-Weh-noch-Wohlgefühl der Wahntrieb.*

Und in M 43 heißt es:

*Weil die Wesen vom Wahn gehemmt/gehindert, vom Durst verstrickt, immer wieder auf Befriedigung aus sind, darum reißt es sie zu immer neuer Geburt in einer neuen Daseinsform.*

Bei sinnlichen Eindrücken, die Weder-Weh-noch-Wohlgefühl auslösen, kommt den normalen Menschen Wahn an, d.h. es denkt in ihm so weiter, wie es eben denkt, die denkerische Bewegtheit rollt weiter, wie sie gerade rollt. Bei Weder-Weh-noch-Wohlgefühl, in neutralen Zeiten, in denen wir nicht von starken Gefühlen bewegt werden, nehmen wir keine besondere Stellung zu dem wahrgenommenen Objekt.

Solange der Wahn besteht, dass ein Ich einer objektiven Welt ausgeliefert ist, dass es in der Welt Schönes und Angenehmes und Unschönes und Unangenehmes gibt und dass man das Schöne und Angenehme möglichst erlangen und das Unschöne und Unangenehme möglichst von sich abhalten, es fort tun sollte, so lange wird dem Durst gefolgt, und um so mehr befestigt sich der Wahn: „Ich erlebe dieses oder jenes Angenehme oder Unangenehme.“

Durst und Wahn sind der Grund, dass immer wieder neue Körper angelegt werden. Je gröber der Wahn ist, um so gröber wird alles Erleben, an um so schmerzlichere Erlebnisse ist der Mensch gebunden. Wahn, ob grob oder fein, lässt Wollen und Wahrnehmen, die Wollensflüsse/Einflüsse (*āsavā*), das Leiden, weiterfließen.

Giertrieb, Abwehrtrieb, eben Durst aus starken Gefühlen sind Verstrickungen, Fesseln, während in den Lehrreden vom Wahn als einer bloßen Hemmung gesprochen wird (M 43). Eine Verstrickung, eine Fessel kann man nicht unmittelbar zerreißen, sondern nur allmählich aufknüpfen; solange sie noch die Glieder umschließt, kann man sich nicht richtig bewegen, auch wenn man es will. Bei einer Hemmung hingegen hat man im Augenblick nur nicht die Neigung, sich zum Besseren aufzuraffen: man könnte es aber, wenn man nur wollte. In Zeiten starker Begehrlichkeit haben wir genug damit zu tun, uns so weit zu bändigen, dass wir den Anwandlungen wenigstens nicht mit der Tat folgen. Es ist uns fast unmöglich, in den Zeiten starker gefühlsmäßiger Verstrickung kühl und klar zu beobachten. Aber in den Zeiten, in denen keine starken Wohl- oder Wehgefühle erlebt werden und uns somit keine starken begehrliehen oder abgeneigten Anwandlungen fesseln, in denen wir also nur von der „Hemmung des Wahns“ gehemmt sind, da können wir diese Hemmung durchbrechen und können klare, durchschauende Gedanken im entlarvenden Sinne denken, können die Dinge auf Abstand aufmerksam betrachten und können damit zu immer tieferen Einsichten über das wahre Wesen der Dinge kommen.

Wenn ein hungriger Mensch eine köstliche Speise sieht und sich dann vor Augen führt, dass diese Speise vergiftet ist, dann fällt ihm trotzdem der Verzicht schwer. Wenn er aber gesättigt ist und gar keine Speise mehr sieht und wenn er dann über vergiftete Speise nachsinnt, dann sieht er das Negative des Negativen viel ungestörter, denn er wird nicht von lustvollen Gedanken gereizt, bewegt und abgelenkt.

Für denjenigen, dem die Wahnbande durch die Lehre abgenommen wurden, besteht „in der Mitte“, bei Weder-Wehnoch-Wohlgefühl, in der neutralen Zeit, die Möglichkeit zu verhindern, dass die Näherin Durst beide Enden – Wohl- und Wehgefühl in ihrem Kommen und Gehen – zusammennäht. Der Heilsgänger hält sich vor Augen, dass bei Wohl- oder Wehgefühl nicht ein „Ich“ getroffen worden ist, sondern dass

selbstgewirkte Erscheinungen auf selbstgewirkte Triebe gestoßen sind. Wegen unserer beschränkten Perspektive sehen wir ein Wehgefühl als etwas Einmaliges an, und es besteht doch nur im Zusammenhang mit früherem positiv bewerteten Wohlgefühl, das nun geschwunden ist.

Das Bemühen um den rechten Anblick in den „neutralen Zeiten“, also in den Zeiten geringerer Gefühlsbewegtheit, „in der Mitte zwischen den beiden Enden“, bewirkt, dass die Zeiten der Gier- und Abwehrtriebe, die Zeiten des Durstes, allmählich immer seltener, immer geringer werden.

Werden wir herausgefordert durch irgendeine gefühlsbesetzte Wahrnehmung, meldet sich Zuwendung oder Abwendung sofort. Da kommt es darauf an, dass wir in neutralen Zeiten, dem Weder-Weh-noch-Wohlgefühl, öfter die Schädlichkeit der Gier- und Abwehr-Triebe, des Durstes bedacht und an die jeweiligen Situationen angeknüpft haben, in denen die Triebe üblicherweise gereizt werden, damit uns im Augenblick der Gefährdung die Schädlichkeit des Durstes leuchtkräftig vor Augen steht. Zu der Zeit, in der wir auf äußere Dinge hoffen oder über etwas zornig sind, sind wir zu bewegt, um still, weise die Zusammenhänge zu beobachten, aber in neutraleren Zeiten, bei Weder-Weh-noch-Wohlgefühl ist es leichter möglich. Dadurch lösen sich die Verstrickungen auf und der Heilsgänger gelangt in eine immer stillere, gleichmäßigere Verfassung, in der der Geist immer klarer die Situation sieht. Der Erwachte sagt vom belehrten, heilskundigen Menschen (S 36,6):

*Wenn der (weit fortgeschrittene) Heilsgänger vom Wehgefühl getroffen wird, sucht er nicht Befriedigung beim Sinnenwohl. Und warum nicht? Es kennt der erfahrene Heilsgänger eine andere Befreiung vom Wehgefühl als das Wohl durch die Sinne. Indem er nicht Befriedigung beim Wohlgefühl der Sinnesdränge sucht, ist er nicht beherrscht vom Giertrieb (dem Durst).*

*Er kennt der Wirklichkeit gemäß Entstehen und Vergehen, Labsal und Elend der Gefühle und die Befreiung von ihnen. Und da er der Wirklichkeit gemäß Entstehen und Vergehen, Labsal und Elend der Gefühle und die Befreiung von ihnen kennt, so ist er bei einem Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl nicht beherrscht vom Wahntrieb.*

*Wenn er ein Wohlgefühl empfindet, so empfindet er es als ein Entfesselter, wenn er ein Wehgefühl oder ein Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl empfindet, so empfindet er es als ein Entfesselter. Der erfahrene Heilsgänger ist nicht gefesselt an Geborenwerden, Altern, Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung, ist nicht gefesselt an Leiden.*

Die Näherin Durst kann nicht mehr die beiden Enden, Wohl und Wehe, zusammennähen, weil es wegen des Fehlens des Resonanzbodens, der Triebe, keine Gefühle mehr gibt. Ein solcher wirkt keine Zukunft mehr, hat den Leidenskreislauf beendet.

4. Das Psychische ist das eine Ende,  
das Körperliche ist das andere Ende, die Mitte  
ist die programmierte Wohlerfassungssuche.  
Die Näherin Durst näht beide Enden zusammen  
zur Wiedergeburt

#### Die Psyche im Körper

Wir bekommen sowohl zu dem Pālibegriff *nāma-rūpa* wie auch zu dem aus dem Griechischen kommenden Wort „das Psycho-Physische“ ein erheblich näheres und natürlicheres Verhältnis, wenn wir – zunächst mit Vorbehalt – an den alten deutschen Doppelbegriff „Leib und Seele“ denken, denn das ist unter *nāma-rūpa* zu verstehen mit den folgenden drei Abwandlungen:



1. die Reihenfolge ist umgekehrt, denn *nāma* gilt für „Seele“, die Psyche, und wird darum in den höheren Kulturen immer zuerst genannt.
2. *Rūpa* gilt nicht nur für den grobstofflichen „Leib“, den aus Knochen, Fleisch und Blut bestehenden Körper, sondern auch für den feinstofflichen Leib und für die gesamte äußere mit den fünf Sinnen erfahrbare Welt, aus welcher der Leib ja durch die Ernährung hervorgegangen ist.
3. Bei dem Wort „Seele“ mögen manche Buddhisten an die christliche Vorstellung von der „ewigen Seele“ denken, aber der mit dem Pāli vertraute Leser weiß, dass für „ewige Seele“ in Pāli das Wort „atta“ steht und dass von *nāma-rūpa* ausdrücklich gesagt wird, dass es an-atta, ohne Ichkern, eben wandelbar sei. Da aber das griechische Wort „Psyche“ nicht die Vorstellung von „ewig“ erweckt, so benutzen wir für *nāma* vorwiegend das Wort „Psyche“.

Die alten Kulturen im Westen erkannten die Seele als die Grundlage des Lebens, ja, als den „Erleber selber“. Darunter wurde das eigentliche geistige Zentrum des Lebewesens, sein „Herz“ mit den unterschiedlichen Anliegen, Neigungen, Leidenschaften und den gesamten Charaktereigenschaften verstanden, die nie als physiologisch oder sonstwie materiell bedingt aufgefasst wurden, sondern als geistig, wie es ein jeder Mensch, der auf sich achtet, bei sich selbst erfährt. Die Lebewesen verfügen über eine Empfindlichkeit, über ein geistig-seelisches Mögen und Nichtmögen, das sich bei jedem Erlebnis, bei jeder sinnlichen Wahrnehmung und bei jedem Überlegen, was zu tun und zu lassen sei, meldet als ein Drang, der so und so will und nicht anders möchte und der durch jeden Gedanken verändert, etwas verstärkt oder abgeschwächt wird. Dieser mehr oder weniger starke Drang, der bei größerer Stärke auch als Leidenschaft empfunden und benannt wird, wird oft von der Erfahrung des Geistes verurteilt. In der buddhistischen wie in der christlichen Überlieferung wird der Geist mit zur Seele gezählt.

Der Geist kann unterscheiden, kann auf vergangene Erfahrungen zurückblicken, kann beurteilen, welche Handlungsweisen einem selbst und dem Nächsten schaden oder nützen, und vor allem weiß er, welche von den Trieben gewünschten sinnlichen Genüsse sich schon oft als schädlich erwiesen haben. Insofern sind dem Geist Vernunft und Moral in einem gewissen Sinn eigen. Dagegen bestehen die Neigungen, die Dränge, Triebe, Tendenzen der Wesen unabhängig von Vernunft und Moral. Sie sind einfach blinde Dränge. Wer nur etwas auf sich achtet, der kennt manche Situationen seines Lebens, in welchen sich dieser Widerspruch zeigt: „Ich müsste jetzt eigentlich das und das tun – habe jedoch keine Lust. – Aber wenn ich meiner Trägheit nachgebe, dann hat das unangenehme Folgen.“

Die Triebe äußern sich in einem mehr oder weniger starken oder gar hinreißenden Drang zu etwas hin oder von etwas fort, und die Tätigkeit des Geistes besteht im Vergleichen, Abwägen, Überlegen. Diese beiden Bewegungen, Herz und Geist, werden unter dem Pālibegriff *nāma* verstanden. Und da das Herz mit seinen Trieben und der Triebseite des Geistes den ganzen Körper durchzieht, also in Körperform besteht, so wird in den Lehrreden auch von *nāma-kāya*, dem Wollenskörper oder Empfindungssuchtkörper, gesprochen.

Bei der Berührung der Sinnesorgane durch das als außen Erfahrene werden die in den Sinnesorganen wohnenden Tendenzen der Psyche als die Empfindungssucht berührt. Diese Empfindungssucht ist entstanden durch positive und negative Bewertungen der mit den Sinnesorganen erfahrbaren Dinge der äußeren Welt und der im Geist gepflegten Vorstellungen, mit der Ich-Vorstellung an der Spitze. Das Denken des Menschen hat es an sich, dass jeder denkerische Bezug – z.B. die positive Bewertung irgendeines für uns neu auftauchenden Gegenstandes – dazu führt, dass eine gewisse Spannung auf das Erscheinen oder Wiedererscheinen dieses Gegenstandes hin entsteht oder verstärkt wird.

Diese Neigungen, diese Spannungen, die etwas völlig anderes sind als der „stoffliche Körper“, durchdringen die Körper der Wesen ebenso, wie nach einem Gleichnis des Erwachten ein im Wasser liegendes Holzstück ganz und gar von Wasser durchtränkt ist (M 36 und 85) oder wie ein Lampendocht vom Öl (M 146).

Insofern sind die Sinnesorgane selber und das ihnen innewohnende Lungern und Lechzen zweierlei und werden darum in Indien auch unterschiedlich benannt. Während wir immer nur von Augen, Ohren, Nase usw. sprechen, spricht der Inder von diesen körperlich sichtbaren Organen nur dann, wenn sie beschädigt sind oder fehlen, mit den Bezeichnungen *akkhi* (Auge), *kannam* (Ohr), *nāsā* (Nase) usw. Wenn aber von den Sinnesorganen in ihrer Tätigkeit bei der sinnlichen Wahrnehmung die Rede ist, dann werden nicht nur diese, sondern auch die den Sinnen innewohnenden Dränge, die die sinnliche Wahrnehmung erst ermöglichen, mitgenannt, und zwar mit den Ausdrücken *cakkhu*, *sotam*, *ghānam* usw. Wenn wir diese Begriffe sinn- und wortgetreu wiedergeben wollen, dann müssen wir sagen: Nicht die Augen, sondern der Luger, der triebhafte Drang, sieht Formen, nicht die Ohren, sondern der Lauscher, der triebhafte Drang, hört Töne usw. „Luger, Lauscher“ usw. zeigen das unmittelbar gespürte Wollen, das sich als Zu- oder Abneigung, Anziehung oder Abstoßung (*rāga* und *dosa*) kundtut und sich der Werkzeuge des Körpers bedient. Die Lugerdränge im Auge haben eine Zuneigung zu Bestimmtem, und nur wenn solches erfahren wird, wird Wohlgefühl ausgelöst. Wenn Entgegengesetztes gesehen wird, dann löst das ein Wehgefühl aus. Durch die Gefühle wird der Mensch aufmerksam, er nimmt wahr. Ohne dieses innere Lungern würde der Mensch gar nichts wahrnehmen, da dann das Interesse fehlte. Er würde in sich selbst ruhen. Der normale Mensch aber wird durch das fünfältige Lungern durch die Welt der Formen, Töne, Düfte, des Schmeck- und Tastbaren gejagt. So wohnt also die Erlebenssucht dem Körper bereits inne. Darum ist es nicht so, dass der Mensch mit den Sinnen wahrnehmen kann,

sondern dass er wahrnehmen muss. Es drängt ihn dazu; er lechzt danach.

Die Grundlage des Menschen besteht also nicht in dem „stofflichen“ Körper, sondern in seinem Erlebenshunger, Erlebensdurst, in seinem Lechzen und Lungern nach den erfahrbaren Dingen. Wer sich darüber nicht klar ist, der gehe einmal ohne Radio, Zeitung, Fernseher und Telefon für drei Wochen in die Einsamkeit. Die Tatsache, dass der Mensch nicht nur empfindungsloser Körper ist, sondern mit vielfältigen Anliegen nach den entsprechenden Berührungen lungert und lechzt, vergleicht der Erwachte (M 75) mit einem Menschen, dessen Blut so vergiftet ist, dass er am ganzen Körper Wunden hat, die unheimlich jucken und ihn zum dauernden Kratzen zwingen. Der Erwachte sagt (S 35,70), dass ein Mensch bei einem Sinneseindruck, wenn er darauf achtete, unmittelbar bei sich selbst merken könne, ob er eine fesselnde Neigung zu den Sinnesobjekten habe oder nicht, ob er angezogen oder abgestoßen sei.

Da jede Tendenz ein anderes Gespanntsein nach einer anderen Berührung ist, so ist die Summe der Tendenzen, die einen Menschen bewegen, auch eine Summe von unmessbar vielfältigen Spannungen, Ersehnungen, Verlangungen. Da aber dieses vielfältige Gespanntsein lebenslang ohne große Veränderung im Menschen besteht, so ist er sich dessen nicht bewusst. Dennoch wird die Spannung gefühlt, denn es besteht ja nicht ein Zustand der Entspannung, der Ruhe, der inneren Heiterkeit und des Friedens; es ist also weder ein positiver wohltuender Zustand noch eine neutrale Verfassung ohne Wohl und Wehe, sondern es ist eine große Summe von Mangelgefühlen, von mehr oder weniger stark gefühlten, aber nicht erkannten Ersehnungen. Diese Gesamtheit des von allen vorhandenen Tendenzen der Psyche ununterbrochen ausgehenden und nicht bewussten Gespanntseins, Hungerns, Verlangens und Ersehns – das ist die lebenslängliche Grundbefindlichkeit des Menschen.

Der gegenständliche (samt dem feinstofflichen) Körper ist der Träger des substanzlosen Spannungskörpers. Fehlt der Werkzeugkörper, dann ist gegenständliche Berührung unmöglich. Fehlen die Triebe, die Spannung, und die daher rührende Empfindlichkeit, dann gibt es keine Gefühlsresonanz bei Berührung. Um Formen, Töne, Düfte usw. empfinden und dann wahrnehmen zu können, muss ein gegenständlicher Körper (*rūpa-kāya*) da sein mit den entsprechenden Organen und muss den Organen der Drang nach Empfindung innewohnen. Wenn die Empfindungsbedürftigkeit fehlt, dann gilt der gegenständliche Körper als „tot“. Wenn aber der gegenständliche (samt feinstofflichem) Körper fehlt, dann können von dem Wollenskörper (*nāma-kāya*) alle Dinge, deren Ankunft einer Gegenständlichkeit bedarf, nicht empfunden werden, weil es da keine „Ankunft“ gibt. Weil es sich so verhält, darum sagt der Erwachte (D 15): *Darum ist dies die Voraussetzung, dies die Bedingung für Berührung, nämlich der Wollenskörper (nāma-kāya) und der gegenständliche Körper (rūpa-kāya).*

#### Die Mitte: die programmierte Wohlerfahrungssuche

Was ist die programmierte Wohlerfahrungssuche? Alle Wohl- und Wehe-Erfahrungen durch die fünf Sinnesdränge – also die Teilerfahrungen (*viññāna-bhāga*) – werden in den Geist als Wahrnehmungen eingeschrieben; somit kennt allein der Geist die Wünsche aller fünf Sinnesdränge nach Wohlerfahrung und auch die Erfüllungsmöglichkeiten. Manche Daten sind im Geist mit starkem Wohlgefühl eingetragen, manche mit starkem Wehgefühl, viele mit mittelstarken Gefühlen. Der Erwachte sagt:

*Durch den Geist und die Dinge (die eingetragenen Daten) entsteht die Geist-Erfahrung (mano-viññāna).*

Auf Grund der Wahrnehmung im Geist entsteht die Absicht, durch Denken, Reden und Handeln (vierte Zusammenhäufung) zu Wohl zu gelangen. Der Geist steht im Dienst der Sinnes-

dränge, sucht in ihrem Dienst Wohl zu erfahren. Und das heißt, der Geist wird durch die verschiedenen Triebe verstört, irritiert oder gereizt, gar entsetzt – und das bedeutet verblendet. Weil der Geist durch die gefühlsbesetzten Daten verstört, gereizt, irritiert, eben verblendet ist, darum befasst er sich mit dem Erfahrenen, breitet Welt immer mehr aus. Er allein kennt die Wünsche aller fünf Sinnesdränge nach Wohlerfahrung und auch die Wege zur Erfüllung und agiert in ihrem Dienst bewusst sich ausbreitend, in die Weite gehend. Die Tätigkeit des Geistes (*mano-viññāna*) ist vom Geist, vom Gedächtnis (*mano*) selber nicht zu trennen. Der Geist weiß um die einzelnen Sinneseindrücke, besonders um diejenigen, die mit starkem Gefühl besetzt als Wahrnehmung in ihn eingeschrieben wurden, und er fügt die einzelnen Eintragungen zu einem Ganzen zusammen und sucht nach Erfüllungsmöglichkeiten für die Triebe.

So werden vom Säuglingsalter an im Geist Bezugspunkte in der Welt angesammelt: „Dies ist angenehm, jenes unangenehm. So sind die angenehmen Dinge zu erreichen und so ist den unangenehmen Dingen auszuweichen.“ Immer mehr Programme werden gespeichert, Muster geprägt, die programmierte Wohlerfassungssuche breitet sich aus. Beim erwachsenen Menschen geschieht die meiste Aktivität zur Erfüllung der Triebe in festgelegten Programmen, um Wohl zu suchen und Wehe zu vermeiden – entsprechend den eingeschriebenen Daten. Doch ist diese Wohlsuche nicht als ein Täter aufzufassen. Sie ist lediglich ein komplexes programmgesteuertes System, ist die aus der bisherigen Erfahrung des Geistes hervorgegangene Programmiertheit der Wohlsuche und Weheflucht.

Was wohl und weh tut, wird von dem Geschmack der einzelnen Dränge beurteilt, die auf Bestimmtes aus sind und Bestimmtes nicht mögen. Im Geist ist aus den gesamten bisherigen Erfahrungen eingetragen, was den verschiedenen Anliegen wohltut und was ihnen wehtut und wie das Wohltuende möglichst zu erreichen ist und wie das Schmerzliche möglichst vermieden werden kann. Danach werden Körper und Geist bei

allen zukünftigen Anliegen und Regungen gesteuert und eingesetzt.

Auch wenn ein Mensch sich entschließt, einem inneren augenblicklichen Drang nach Befriedigung einer Sucht nicht nachzugeben, sondern das zu tun, was er für richtiger hält, so geschieht all sein dementsprechend automatisch ablaufendes Tun im Denken, Reden und Handeln doch als erfahrungsbe gründete Handhabung des Körpers und des Geistes zur Wohl suche – nur eben zur Suche eines höher und beständiger bewerteten Wohls – wodurch der Körper an die Objekte und die Objekte an die Sinnesorgane herangebracht werden (*viññāna* führt *rūpa* an *nāma*). – Dadurch werden die Triebe in den Sinnesorganen berührt und bei Entsprechung befriedigt oder bei Nichtentsprechung abgestoßen.

Insofern ist die programmierte Wohlerfahrungssuche der Verflechter, der die Psyche mit den Dingen verflucht. Diese Verflechtung, Verstrickung schildert der Erwachte (M 138, hier zusammenfassend zitiert):

*Mehr und mehr, ihr Mönche, soll der Mönch Obacht geben, dass ihm da, während er Obacht gibt, die programmierte Wohlerfahrungssuche nicht nach außen zerstreut und zerfahren ist.*

*Wie wird sie zerstreut und zerfahren?*

*Hat der Mensch mit dem Luger eine Form gesehen (= gefühlsbesetzte Wahrnehmung ist im Geist eingetragen), dann geht die programmierte Wohlerfahrungssuche den Formerscheinungen nach, knüpft an wohltuende Formerscheinungen an, bindet sich daran, wird von wohltuenden Formerscheinungen fesselerstrickt.*

*Die programmierte Wohlerfahrungssuche geht den Formerscheinungen nach, d.h. sie ist im Dienst der hungernden Triebe bestrebt, hier und da Außenobjekte an die Sinne oder die Sinne an die Außenobjekte heranzubringen. War das Objekt bereits als wohltuend erfahren, so lenkt die programmierte Wohler-*

fahrungssuche den Körper zur erneuten Erfahrung des Objekts.

*Die programmierte Wohlerfahrungssuche knüpft an wohlthuende Formerscheinungen an:* Das Anknüpfen ist das Merken, Erfahren: „O, das tut wohl.“ Das Wissen um die Wohltat der Form und um den Ort, wo der Gegenstand erreicht wird, ist jetzt im Gedächtnis eingetragen.

Die aus bisheriger Erfahrung programmierte Wohlerfahrungssuche hat einen neuen Wohlgegenstand erfahren, der nun in das Wohlsuchprogramm eingefügt, d.h. programmiert wird, die programmierte Wohlsuche *bindet sich daran*.

Wenn nun immer wieder die Verbindung mit dem Objekt hergestellt wird, immer wieder ein neuer Faden geknüpft wird, dann kann diese so gewachsene Verbindung nicht mehr mit einem Ruck zerrissen werden. Das ist die allmähliche Verstrickung: *Die programmierte Wohlerfahrungssuche wird von wohlthuenden Formerscheinungen fesselerstrickt*. Ein neuer Programmfluss ist entstanden, ein automatischer Ablauf, wenn im Geist das bestimmte Bild aufkommt, ausgelöst durch die Qualität und Kraft der Triebe. Die Fesselung an das wohlthuende Objekt wird durch jede positive Bewertung und das dadurch entstehende oder verstärkte Programm immer etwas stärker. So entstehen Triebe bzw. werden verstärkt.

Die Fesselung der programmierten Wohlsuche an bereits vergangene Erlebnisse zeigt der Erwachte (M 131, 132) an der Tatsache, dass der Geist sich an diese gefühlsbesetzten Erlebnisse mit Befriedigung erinnert:

*Wie lässt man Vergangenes auferstehn? „So war bei mir einst Auge (mit dem innewohnenden Luger), Form, Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierte Wohlerfahrungssuche“ – so ist die programmierte Wohlerfahrungssuche mit der Gier nach Befriedigung daran gefesselt; und weil die programmierte Wohlerfahrungssuche daran gefesselt ist, befriedigt man sich dabei, und weil man sich dabei befriedigt, lässt man Vergangenes auferstehn.*



Im Sterben verlässt die programmierte Wohlerfassungssuche mit dem Psychischen und dem Physischen (der feinstofflichen Form) den bisher benutzten Fleischkörper, der dadurch zum Leichnam wird, und lenkt das Psycho-Physische in seiner gewohnten Aktivität in ununterbrochenen Erfahrungsakten je nach der Reinigung oder Besudelung des Herzens im Rahmen der karmischen Möglichkeiten zu reineren oder dunkleren Wesen und Situationen und lenkt auch das Psycho-Physische anlässlich der Paarung zweier Lebewesen in den Mutterleib, wodurch wieder ein neuer Fleischkörper aufgebaut und dann geboren wird. In diesem Sinne sagt der Erwachte (D 15):

*Wenn da etwa, Ānando, keine programmierte Wohlerfassungssuche in den Mutterleib einträte, würde dann wohl das Psycho-Physische in dieser Welt erscheinen können? – Gewiss nicht, o Herr. –*

*Oder wenn etwa, Ānando, die programmierte Wohlerfassungssuche vom werdenden Kindlein wieder zurückträte, vom Knäblein oder Mädchen, würde dann wohl das Psycho-Physische sich weiterentwickeln und hier erscheinen können? – Gewiss nicht, o Herr. –*

*Darum also, Ānando, ist dies eben der Anlass, dies die Herkunft, dies die Entwicklung, dies die Bedingung für das Psycho-Physische, nämlich die programmierte Wohlerfassungssuche.*

Beim Säugling beobachten wir besonders deutlich die Ernährung des Psychischen durch die programmierte Wohlerfassungssuche. Der Säugling hat einen ihm selbst unbewussten Hunger nach Berührung und Befriedigung der Dränge des Wollenskörpers, aber sein Geist hat in dieser Welt noch keine Erfahrungen eingesammelt. Er kennt hier noch kein Objekt, das ihm wohl tut, und er verfügt in seinem jetzigen Bewusstsein nicht über seine Erfahrungen aus früheren Leben. Aber er ist von früheren Leben her darauf programmiert, die programmierte Wohlerfassungssuche, den Laufjungen des Geis-

tes, in Bewegung zu setzen, um die Daten des Geistes zu durchforsten, auf welche Weise die ersehnten Berührungen zu erlangen seien, und den Körper entsprechend zu lenken. Es dauert seine Zeit, bis die Situationen und Möglichkeiten zur Befriedigung der Triebwünsche im Geist gespeichert sind und die programmierte Wohlerfahrungssuche durch Herannehmen der Außenform an die Sinnesorgane die Triebe ernähren, befriedigen kann, die umprogrammierte Wohlerfahrungssuche also passend für das Psycho-Physische arbeitet.

Der Erwachte sagt: *„Auf Form, Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität gestützt, besteht die programmierte Wohlerfahrungssuche. Befriedigung suchend, keimt sie auf, entfaltet sich, breitet sich aus.“* (D 33 IV) Wenn sich die programmierte Wohlerfahrungssuche auf die vier Zusammenhäufungen – oder zusammenfassend ausgedrückt: das Psycho-Physikum – stützen kann, wenn die vier Zusammenhäufungen der programmierten Wohlerfahrungssuche zur Verfügung stehen, dann besteht sie weiter, wuchtet weiter dahin. Die programmierte Wohlerfahrungssuche gleicht dem gewichtigen Schwungrad einer durch irgendeinen Antrieb in Bewegung gesetzten Maschine: Das Schwungrad hält sie in der bisherigen Weise in Gang. So hält die programmierte Wohlerfahrungssuche das Tun und Lassen in allen Einzelheiten in Gang, wie es sich durch die verschiedenen früheren Situationen des Lebens, die uns zur Stellungnahme herausforderten, aus unseren damaligen Ansichten oder Neigungen eingespielt hatte.

Der Erwachte empfiehlt (M 138) dem fortgeschrittenen Heilsgänger, die programmierte Wohlerfahrungssuche von dem triebgesteuerten Psycho-Physikum zurückzuziehen. Wenn die Triebe berührt werden und das dadurch ausgelöste Gefühl immer wieder gekostet wird, dann ist der Geist erfüllt von Blendungsmeldungen: angenehm/unangenehm. Der fortgeschrittene Heilsgänger wird die Berührung nicht wiederholen. Er sagt sich: „Da ist wieder ein Reiz ausgelöst, dem folge ich nicht.“ Statt der Berührung zu folgen, setzt er seine Vernunft ein im Erkennen: „Das sind die unheilsamen, leidvollen Din-

ge.“ Das Programm, der Berührung zu folgen, besteht, aber er hat sich aus rechter Anschauung und der Erfahrung höheren Wohls entschlossen: „Ich folge nicht der Neigung.“ Damit prägt er Zurückhaltung in den Geist hinein, heilsame, gute Veränderungen, die nun ihrerseits wieder zu einem Programm werden:

*Nachdem der Mönch mit dem Auge (dem der Luger innewohnt) eine Form gesehen...mit dem Geist (dem der Denker innewohnt) ein Ding erfahren hat, dann geht die programmierte Wohlerfahrungssuche den Formerscheinungen und Dingerscheinungen nicht nach, knüpft nicht an wohltuende Form- und Dingerscheinungen an, bindet sich nicht daran, wird von den Formerscheinungen und Dingerscheinungen nicht fesselverstrickt. So ist die programmierte Wohlerfahrungssuche nach außen nicht zerstreut, nicht ausgebreitet.*

Dieselbe Empfehlung – unter anderem Namen – ist die Sinnenzügelung, die Zügelung der Sinnesdränge, wodurch der Geist nicht mehr den Sinnendingen folgt, weil er nicht verstört, gereizt wird und sich darum nicht an sie bindet und nicht von ihnen gefesselt wird. Die Zügelung der Sinnesdränge hat den Wortlaut:

*Hat da der Mönch mit dem Auge (dem der Luger innewohnt) eine Form erblickt..., so beachtet er weder die Erscheinungen noch damit verbundene Gedanken (Assoziationen). Da Begierde und Missmut, üble und unheilsame Gedanken den, der die Sinnesdränge nicht bewacht, gar bald überwältigen, so übt er diese Bewachung, wacht aufmerksam über die Sinnesdränge. (M 27, 38, 51 u.a.)*

*Er beachtet nicht die Erscheinungen* – das bedeutet: Er folgt den vordergründigen Sinneseindrücken weder mit zustimmendem Denken, wenn sie ihm ein Wohlgefühl bereiten, noch mit ablehnendem Denken, wenn sie ihm ein Wehgefühl

bereiten. *Er beachtet nicht die damit verbundenen Gedanken* – das heißt, er umspinnt nicht die Sinneseindrücke mit – wiederum gefühlsübergossenen – Gedankenassoziationen, die an das Wahrgenommene angeknüpft werden, wodurch Begierde bei Erlangen bzw. Traurigkeit, Missmut bei Nichterlangen des Gewünschten fortgesetzt wird, wie es ein Mönch ausdrückt (Thag 794-795):

*Wer Formen unbesonnen sieht,  
nur achtend auf den lieben Gegenstand –  
mit aufgeregtem Herzen fühlt er da  
und klammert sich daran.*

*Dem schwellen die Gefühle an,  
vielfältig, durch die Form erzeugt:  
Vom Schau'n nach außen, Heftigkeit,  
zerschlagen wird ihm ganz das Herz.  
So ist der Leiden Häufende  
des Brandes Löschung fern, heißt es.*

*Nur achtend auf den lieben Gegenstand* – das ist die programmierte Wohlerfahrungssuche des Geistes, die an die angenehmen Erscheinungen anknüpft, sich an sie bindet und fesselverstrickt wird.

In den „Liedern der Mönche“ (Thag 125, 126) wird der Drang der Geist-Erfahrung, der programmierten Wohlerfahrungssuche, den Wahrnehmungen nachzugehen, mit einem ungebändigten Affen verglichen:

*Ein Affe schlendert, schleicht herum  
im fünftürigen Körperhaus (die 5 Sinne mit d.Sinnesdrängen).  
Von Tür zu Türe steht er still  
und pocht und rüttelt rau.*

Der Affe, der Geist, die programmierte Wohlerfahrungssuche, will die Türen öffnen, die Sinnesdränge befriedigen. Aber ein Mönch, der Zügelung der Sinnesdränge übt, sagt:

*Halt ein, o Affe, bist gebannt.  
Verhalt dich nicht wie früher mehr.  
Mit Weisheit halt ich dich zurück,  
du kommst mir, wahrlich, nimmer nah.*

Der Affe, also die vom Geist ausgehende programmierte Wohlerfahrungssuche, rüttelt an der Tür des Auges, Ohres usw., sucht sie gewaltsam zu öffnen. Sie möchte, dass das Auge mit dem innewohnenden Luger die angenehme Form sieht, weil im triebgelenkten Geist die Eintragung enthalten ist: „Angenehme Form, schau hin.“ Er muss rütteln, denn auch Wahrheitsgegenwart ist im Geist, und die verfolgt nüchtern den Kampf mit dem Affen und setzt Vernunft ein gegen den Wunsch, der Berührung zu folgen. Wenn der Mönch, dessen Herz hell geworden ist, Zügelung der Sinnesdränge übt, vermindert er die durch Berührung entstehenden Gefühle und damit den Lauf der programmierten Wohlerfahrungssuche.

Der Übende erfährt, dass die Sinnesdränge dauernd auf der Lauer liegen und lugen, dass sie von „außen“ hereinnehmen wollen. Darum hält er den Körper, in dem die Sinnesdränge wie wilde Tiere lungern, zurück, beschränkt die Wahrnehmungen auf das Notwendigste. Durch die Zügelung des Geistes, der programmierten Wohlerfahrungssuche, ist der Affe gebändigt, die Sinnesdränge melden nur noch schwaches Gefühl, das den Geist nicht mehr reizt. So ist die Welt fern für ihn. Wenn diese Übung ganz gelingt, der Geist, die programmierte Wohlerfahrungssuche, den Sinnendingen nicht mehr nachgeht, dann wird die Herzenseinigung erfahren.

In M 140 und 43 wird gesprochen von der von den fünf Sinnesdrängen befreien, abgelösten, gereinigten, geläuterten Geist-Erfahrung, der geläuterten programmierten Wohlerfahrungssuche. Die frühere automatische Wohlsuche bei Formen, Tönen usw. ist abgetan. Die ruht jetzt bei dem herzunmittelbaren Wohl. Dem Affen brauchen nicht mehr die Türen zugehalten werden, der Affe selbst, der Denker, die programmierte Wohlerfahrungssuche, ist gebändigt. Alles früher dem Körper

innewohnende Begehren und Hassen, alle Anziehungen und Abstoßungen in Bezug auf die Sinnendinge sind aus dem Körper entfernt. Ein solcher Heilsgänger ist reinen Herzens, ohne Verlangen nach Sinnendingen, und darum ist auch die Geist-Erfahrung, die programmierte Wohlerfahrungssuche, geläutert, gereinigt, braucht nicht mehr von weltlichen Dingen abgehalten zu werden, denn sie ist auf nichts Weltliches mehr gerichtet.

Und bei dem vom Erwachten noch weitergehend Belehrten stützt sich die programmierte Wohlerfahrungssuche auch nicht auf inneres Wohl. Der fortgeschrittene Heilsgänger ist „unerschütterlich infolge von Nichtergreifen“ in dem Wissen: Da ist kein souveränes lenkendes Ich/Selbst. Ein so Sehender identifiziert sich mit keiner Erscheinung oder Nichterscheinung, und darum geht die programmierte Wohlerfahrungssuche nicht mehr im Dienst der Triebe den Formen nach, verknüpft die Psyche nicht mehr mit dem Physischen – das Immer-wieder-Körper-Anlegen-und-Ablegen ist beendet. Der Geheilte „*hat dem Leiden noch zu Lebzeiten ein Ende gemacht*“.

5. Die sechs zu sich gezählten Süchte  
(*ajjhattika salāyatana*) sind das eine Ende,  
das als außen Vorgestellte (*bahiddha āyatana*)  
ist das andere Ende,  
die Mitte ist die pr. Wohlerfahrungssuche.  
Die Näherin Durst näht beide Enden zusammen

Diese Aussage sagt dasselbe wie die vorausgegangene. Es ist lediglich eine Aussage darüber, dass das Psychische vorwiegend aus den sechs Sinnesdrängen besteht. Weil die Psyche, der Spannungsleib in den Sinnesorganen des Körpers, es an sich hat, auf sechs Arten von Vorstellungen, Eindrücken, eben auf bestimmte Formen, Töne, Düfte, Geschmäcke, Tastungen und Gedanken gespannt zu sein, darum werden diese sechs Gespanntheiten, die zusammen die Gesamtmöglichkeit des sinnlichen Erlebens ausmachen, als vorwiegende Dränge des

Psycho-Physischen extra genannt. Denn was immer wir durch die Wahrnehmung eines grobstofflichen Körpers erleben, wie komplex ein Erlebnis, ein beglückendes oder entsetzliches von längerer oder kürzerer Dauer, auch sein mag, es ist immer Erfahrung der Süchte von erfreulichen bis schmerzlichen Vorstellungen von Formen, Tönen usw.

Der Erwachte lehrt, dass die Erfahrung von „Welt“ sowohl wie die Erfahrung von „Ich“ Erfahrung ist, also aus „Erleben“, d.h. aus Bewusstsein, aus Vorstellungen besteht, dass wir es also nicht mit einer unabhängig von uns bestehenden Außenwelt zu tun haben – vielmehr unser Leben aus nur zweierlei besteht: aus der rieselnden Folge der von uns ausgehenden Taten und Gesinnungen – ausgehend von unserem Geist und vorwiegend angetrieben von den Trieben des Herzens – und unserem Erleben als der Rückkehr des von uns ausgegangenen Gewirkten. Der Erwachte sagt (A IV,45):

*In diesem Körper (einschließlich des Wollenskörpers) mit Wahrnehmung und Geist, da ist die Welt enthalten und der Welt Fortsetzung, der Welt Beendigung und die zur Weltbeendigung führende Vorgehensweise.*

Das heißt, die im Körper inkarnierten Sinnensüchte, das Herz mit der Gesamtheit seiner Triebe, entwirft im Geist das Bewusstsein einer Welt, die nicht „da draußen“ ist, unabhängig vom Erleber, sondern von den Trieben nach außen projiziert ist.

Die dem Körper innewohnenden Sinnensüchte bestimmen die sinnliche Wahrnehmung. Wenn diese Sucht nach Weltwahrnehmung ruht, weil im Herzen Größeres, Seligeres erfahren wird, dann ist auch nicht Wahrnehmung von Welt.

Die programmierte Wohlerfahrungssuche des normalen Menschen führt den Körper mit den Sinnesdrängen an die gewünschten Formen heran oder die Formen an die Sinnesdränge. Der weit fortgeschrittene Heilsgänger hält die programmierte Wohlerfahrungssuche zurück oder stellt sie gar

still – wodurch die Näherin Durst nicht mehr die Sinnesdränge mit dem Vorgestellten zusammennäht, denn die Sinnesdränge schweigen oder sind aufgehoben, und darum gibt es auch keine gefühlsbesetzten Vorstellungen, Eindrücke.

6. Etwas zu sich Zählen ist das eine Ende,  
die Fortsetzung des Etwas-zu-sich-Zählens  
ist das andere Ende,  
die Mitte ist die Aufhebung  
des Etwas-zu-sich-Zählens.

Die Näherin Durst näht beide Enden zusammen  
zur Wiedergeburt

Hat der Mensch die übliche Wahn-Auffassung, Körper, Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität und programmierte Wohlerfahrungssuche als Ich anzusehen, und verlangt er nach als außen erfahrenen Formen, dann ist eine zwangsläufige Folge, das als wohltuend Empfundene als mein und eigen zu betrachten: „Mein Körper, meine Wünsche, mein Erleben.“ Das Kind empfindet von dem als außen Erfahrenen Eltern, Freunde, Kleidung und Spielzeug als sein eigen, und im Lauf des Lebens mehrt sich das Eigentum: „Meine Frau, meine Kinder, meine Tiere, mein Haus, mein Garten, mein Auto, meine Kenntnisse in meinem Beruf“ usw. Schon in diesem einen Körperleben kann jeder aufmerksame Mensch bei sich und anderen beobachten, wie sich die Neigung, etwas zu sich zu zählen, und das zu sich Gezählte mehrt. Alter, Krankheit und Tod tun der Neigung keinen Abbruch, auch wenn der Mensch im Alter und bei Krankheit gezwungen ist, von vielem, das er als Mein ansah, zurückzutreten. In jedem Leben wird die Neigung des unbelehrten Menschen, Angenehmes, Wohltuendes zu sich zu zählen, größer. Ein geistiger Einbruch geschieht nur durch die Lehre des Erwachten, wenn der Geist erfährt, dass der Ich- und Mein-Gedanke eine leidverursachende Illusion ist, so dass der Belehrte nun nicht mehr mit Überzeugungskraft ein Ich und Mein annehmen kann und sich darum der



Ich- und Mein-Gedanke auch in zukünftigen Leben nicht fortsetzen kann.

Je stärker der Mensch von den Dingen fasziniert ist, um so stärker empfindet er sich als „Ich“ der „Welt“ gegenüber. Denn jeder Trieb suggeriert dem Wahnbefangenen: „Ich möchte, ich will das und das.“ Der Erwachte nennt die Triebe „die Ich- und Meinmacher“ (*ahamkāra, mamamkāra, mānānusa*). Je stärker und vielfältiger die Triebe sind, um so stärker ist die Auffassung, eine Persönlichkeit zu sein, und um so mehr werden die erlebten Dinge zu sich gezählt, als Mein angesehen. Die „Ich- und Mein“-Empfindung und -Vorstellung („ich sterbe, ich verliere meine Freunde, meinen Besitz“) ist die Ursache allen Leidens, und ihre Aufhebung bedeutet die Aufhebung des Wahns von Ich und Umwelt (10. Verstrickung).

Die Triebe geben bei Berührung ein Gefühl ab, und der Erwachte sagt dann in der 3. Person Einzahl: „Was man fühlt, nimmt man wahr.“ Mit Gefühl und Wahrnehmung ist der Eindruck einer fühlenden Person („man“) entstanden, die etwas erlebt. Durch die vielen gefühlsbesetzten Eintragungen im Geist ist die gemütsmäßige Empfindung eines gleichbleibenden Zentrums, eines Ortes, an dem die Erlebnisse ankommen, entstanden: die Ich-bin-Empfindung (*asmi-māno*). Das von den Trieben kommende Gefühl ist es also, das die Subjektivität „ich fühle“ suggeriert. So stark wie die drängenden Triebe sind und das von ihnen ausgehende Wohl- oder Wehgefühl, so stark sammelt sich das „Ich-bin-Gefühl“ im Geist. Weil der Geist als immer gleicher Ankunftsort der Empfindungen und Vorstellungen den vielen wechselnden Orten der als außen empfundenen Welt gegenübersteht, darum entsteht in ihm als der Sammelstelle der Gefühle die „Ich-bin“-Empfindung.

Der Geist urteilt nicht neutral: „Das hat der Luger erfahren, das hat der Tastdrang im Körper getastet, dadurch sind Gefühle entstanden“, sondern der Geist als Sammelstätte aller Erfahrungen urteilt automatisch, zwanghaft: „Ich hab es gesehen und gespürt, darum will ich jetzt...“ So sagt auch *Sāriputto* (S 22,1):

*Ein unbelehrter normaler Mensch ist besetzt von der Idee: „Das ist mein Körper, das ist mein Gefühl, das ist meine Wahrnehmung, das ist meine Aktivität, das ist meine programmierte Wohlerfahrungssuche, das bin ich.“ Wenn sich nun bei einem von dieser Idee so besetzten Menschen der Körper (und ebenso alle Zusammenhäufungen) wandelt, verändert, dann empfindet er das als seine Veränderung und Gefährdung, und dadurch kommen bei ihm Kummer, Angst, geistiger und körperlicher Schmerz auf.*

Es sind die Triebe, die bewirken, dass die fünf Zusammenhäufungen als Ich und Mein angesehen werden. Diese Gewöhnung wird aufgehoben durch die vom Erwachten gegebene, auf das Ich bezogene Übung: „Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Ich.“ Und er sagt (A III,34):

*Ob Vollendete auftreten oder nicht auftreten, fest steht diese Tatsache, dieses Gesetz: Alle Gebilde sind unbeständig, alle Gebilde sind leidvoll, alle Dinge sind nicht ich.*

Immer wieder verweist der Erwachte auf die Tatsache der Unbeständigkeit, die die Vorstellung einer absoluten, beständigen Wesenheit, eines Ichkerns, den man als unveränderlich erkennen könnte, aufhebt. Er sagt (M 148):

*Wenn einer behaupten wollte: „Das Auge (mit dem innewohnenden Luger), das Ohr (mit dem innewohnenden Lauscher) ist das Ich“, so geht das nicht an, denn beim Auge (mit dem innewohnenden Luger) zeigt sich Entstehen und Vergehen; wobei sich aber Entstehen und Vergehen zeigt, da ergibt sich für einen solchen: „Mein Ich entsteht und vergeht.“ Darum geht es nicht an zu behaupten: „Das Auge (mit dem innewohnenden Luger) ist das Ich.“ Also ist das Auge (mit dem innewohnenden Luger) nicht das Ich.*

(Ebenso sind die anderen Sinnesorgane mit den innewohnenden Sinnesdrängen und die jeweiligen Formen, die jeweilige Erfahrung, Berührung, Gefühl, Durst nicht das Ich, weil sie entstehen und vergehen).

*Das aber ist der Weg zur Entstehung des Glaubens an Persönlichkeit: „Das Auge (mit dem innewohnenden Luger)“, sagt man, „das gehört mir, das bin ich, das ist mein Selbst. Die Formen, Luger-Erfahrung, Luger-Berührung, Gefühl, Durst: das gehört mir, das bin ich, das ist mein Selbst.“*

*Das aber ist der Weg zur Aufhebung des Glaubens an Persönlichkeit: „Das Auge (mit dem innewohnenden Luger)“, sagt man, „das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst. Die Formen, Luger-Erfahrung, Luger-Berührung, Gefühl, Durst: das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst.“*

(Das Gleiche gilt für die anderen Sinnesorgane mit Sinnesdrängen.)

Der Erwachte meint nicht: „Du sollst das Ich lassen.“ Er sagt: „Die fünf Zusammenhäufungen, diese vergänglichen Faktoren, können nicht das Ich sein.“

Das Pāliwort für Glaube an Persönlichkeit ist *sakkāyaditthi*. Das Wort *kāya* in *sa-k-kāya* ist der Ausdruck für alles „etwas“, das erlebt wird oder zum Erleben beiträgt: einzelne oder alle fünf Zusammenhäufungen, und *sa-k-kāya-ditthi* ist die Anschauung, dass einer sich mit (*sa*) etwas (*kāya*) identifiziert, es als ich und mein, als „eigen“ ansieht – insofern die Übersetzung „Glaube an Persönlichkeit“.

Auch die Grenzscheide möglicher Wahrnehmung, die Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung, die der weit fortgeschrittene Mönch gewinnt durch die meditative Vorstellung:

*Leer ist dies vom Ich, von mir oder etwas. Nicht bin ich irgendwo von irgendwem, irgendetwas von diesem. Nicht gehört mir etwas irgendwo bei irgendetwas, nicht gibt es irgendetwas – sogar diese Spitze der Wahrnehmung, die feinste und stillste,*

blasseste, schwächste Wahrnehmung, die durch die Aufhebung fast aller Triebe noch besteht, soll der Übende, der unzerstörbaren Frieden anstrebt, auch noch abweisen mit dem Gedanken: *esa sakkāya, dies ist noch etwas*, mit dem sich der Erfahrer identifiziert, worauf er sich stützt, eben Wahrnehmung. Das Ergreifen auch nur einer einzelnen Zusammenhäufung nährt den Glauben an Persönlichkeit, den Gedanken „Mein ist das“, fesselt an den Samsāra: „*Dies ist noch etwas (sakkāya). Nicht die Erfahrung von etwas, sondern die Erlöschung aller Triebe des Herzens, die durch Nichtergreifen gewonnen wird, das ist der wahre, unvergängliche Friede der Todlosigkeit.*“ (M 106)

Wer sich beharrlich darin übt und beharrlich dabei bleibt, die Unbeständigkeit der fünf Zusammenhäufungen nach den mannigfachen Anleitungen des Erwachten immer wieder in Ruhe zu betrachten, der entdeckt und erfährt, wenn er richtig vorgeht und wenn seine innere Verfassung es zulässt, einen durch nichts verletzbaren und antastbaren inneren Zustand, von dem er spürt, dass dies die Sicherheit ohne alle Maßen und Grenzen ist, eine ruhige Befindlichkeit oberhalb aller Wirrnis und Bewegtheit, eben das Todlose. Von da an ist für einen solchen die durchschauende Betrachtung der Nicht-Ichheit der fünf Zusammenhäufungen seine liebste, ja beglückendste Beschäftigung, von welcher der Erwachte in M 137 sagt:

*Wer bei den Formen, Tönen, Düften usw. die Unbeständigkeit gemerkt hat, die Wandelbarkeit und den Untergang bemerkt hat in der Einsicht „Formen von einst wie von heute, alle Formen sind unbeständig, leidig, wandelbar“ und dies der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit betrachtet, der wird im Geist beglückt. Eine solche Beglückung, das ist die mit Befreiung verbundene Beglückung.*

Nur derjenige, der den Anblick „die fünf Zusammenhäufungen sind unbeständig, leidvoll, nicht ich“ liebt, weil er durch ihn

auf sicherem Boden steht und zur Unverletzbarkeit, zum Todlosen durchdringt, hat ganz sicher für sich selbst die Gewissheit, in absehbarer Zeit sich von allem Unbeständigen lösen zu können. Und die Liebe zu diesem Anblick wächst durch immer wiederholtes Betrachten. In diesem Sinn sagt *Georg Grimm* in seinem Buch „Die Lehre des Buddha“, Wiesbaden 1957:

*Wenn man einen falschen Schein, der das Auge öffnet, zum Beispiel, dass im Zwielflicht der Nacht ein eigentümlich geformter Baumstumpf eine verummte Gestalt vortäuscht, wegbringen will, so ist das nur dadurch möglich, dass man den Blick so lange und scharf auf den falschen Schein auslösenden Gegenstand heftet, bis die Wirklichkeit hervortritt. So muss man auch so lange und immer wieder alles mit dem Scheinwerfer der drei Merkmale (unbeständig, leidvoll, nicht-ich) betrachten, bis der gegenteilige falsche Schein, zufolge dessen wir die fünf Gruppen (die fünf Zusammenhäufungen) für unsere Persönlichkeit halten, schwindet. Das aber wollen die Lehrreden des Buddha erreichen, eben weshalb sie immer und immer wieder und unter den verschiedensten Gesichtspunkten den Blick auf diesen falschen Schein lenken. Man muss durch tägliche, jahrelang fortgesetzte Einstellung das Denken in die Richtung der Erkenntnis der drei Merkmale in diese Bahnen zwingen, wodurch dann im gleichen Maß jener falsche Schein schwinden wird.*

DIE LAST  
„Gruppierte Sammlung“ (S 22,22)

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene zu Sāvattṭhi im Siegerwald, im Garten Anāthapindikos. Dort nun wandte sich der Erhabene an die Mönche: Ihr Mönche! –, Erhabener –, antworteten da jene Mönche dem Erhabenen aufmerksam. Der Erhabene sprach:*

*Die Last will ich euch zeigen, ihr Mönche, den Träger der Last, das Aufladen der Last und das Abwerfen der Last. Das höret und achtet wohl auf meine Rede.*

*Was, ihr Mönche, ist nun die Last? Die fünf Zusammenhäufungen, wäre da zu antworten. Welche fünf? Es ist die Zusammenhäufung Form, die Zusammenhäufung Gefühl, die Zusammenhäufung Wahrnehmung, die Zusammenhäufung Aktivität, die Zusammenhäufung programmierte Wohlerfassungssuche. Das nennt man, ihr Mönche, die Last.*

*Und was ist, ihr Mönche, der Träger der Last? „Die Person (puggala)“, wäre da zu antworten, nämlich dieser oder jener Ehrwürdige solchen Namens, solchen Geschlechts. Das nennt man, ihr Mönche, den Träger der Last.*

*Und was ist, ihr Mönche, das Aufladen der Last? Es ist dieser Durst, der Weiterwerden schaffende, Befriedigungssüchtige, bald hier, bald dort Befriedigung suchende: der Durst nach Sinnendingen, Durst nach Seinwollen, Durst nach Vernichtung. Das nennt man, ihr Mönche, das Aufladen der Last.*

*Und was ist, ihr Mönche, das Abwerfen der Last? Es ist eben dieses Durstes fortschreitende Abschwächung bis zur vollkommenen Ausrodung durch Loslassen und Sich-Abwenden von ihm, Sich-Freimachen*

*und ihn Nicht-mehr-Dulden. Das nennt man, ihr Mönche, das Abwerfen der Last. –*

*So sprach der Erhabene. Nachdem er solches gesagt hatte, sprach er noch ferner:*

*Die Last sind die fünf Häufungen,  
und wer sie trägt, ist die Person.  
Last-Laden ist das Leid der Welt,  
das Last-Ablegen ist das Wohl.*

*Ist abgeworfen schwere Last,  
nimmt nimmermehr man neue auf:  
Wer Durst mit Wurzel riss heraus,  
gesättigt ist er, wünschelos.*

Was ist die Last? Die fünf Zusammenhäufungen

Als erste der vier Heilswahrheiten gibt der Erwachte auf die Frage, was das Leiden sei, die Antwort: Die fünf Zusammenhäufungen. Dieselbe Antwort gibt er hier auf die Frage, was die Last sei. Die Last ist nur ein anderer Begriff für das Leiden. Der Inbegriff alles nur denkbaren Leidens, großen und kleinen, groben und feinen, das sind die fünf Zusammenhäufungen. Es gibt kein Leiden und keine Last außerhalb von ihnen.

Die erste leidvolle Last ist die Form, die Materie (erste Zusammenhäufung): der Leib als Sinneswerkzeug, die zu sich gezählte Form, mit der dadurch entworfenen Welt. Der Körper ist durch Alter, Krankheit, Tod dem Leiden unterworfen und vor allem dem ihm innewohnenden Begehren, das nie ganz erfüllt werden kann. So wie die Radio- und Fernsehwellen unsere Räume und Möbel und unsere Körper durchdringen und in ihnen keinen Raum beanspruchen, so auch wohnen die Triebe als etwas völlig anderes, als Spannungsfeld im Körper, ohne dass sie in ihm einen Raum benötigten. Der Körper des

Menschen ist mit den Trieben „geladen“. Je nach dem, welche Anliegen und Neigungen den Sinnesorganen innewohnen, empfindet der eine bei Berührung Entzücken und Freude, der andere Ablehnung, Abstoßung, Ekel, und ein Dritter kann angesichts der gleichen Objekte im Gefühl wenig oder gar nicht bewegt sein, also gleichgültig bleiben.

Daran erkennen wir, dass die Gefühle (zweite Zusammenhäufung) nicht durch den äußeren Gegenstand, der erlebt wird, bedingt sind, sondern durch das Verhältnis der Triebe zu dem Erfahrenen. Wo Liebe oder Begehren zu einem bestimmten Objekt besteht, da muss bei dem Erscheinen des Objekts Wohlgefühl aufkommen, wo aber bei anderen Trieben bei dem gleichen Objekt Ablehnung, Abstoßung aufkommt, da muss bei der Begegnung mit dem gleichen Objekt Wehgefühl empfunden werden. Und wenn keinerlei Beziehungen, Triebbeziehungen zu diesem Objekt bestehen, weder Zu- noch Abneigung, da können die Triebe bei einer Begegnung mit diesem Objekt auch nur mit einem indifferenten Gefühl, mit Weder-Weh-noch-Wohlgefühl antworten.

Der Erwachte sagt: „Was man fühlt, das nimmt man wahr.“ Die Wahrnehmung (dritte Zusammenhäufung) ist der Vorgang, in dem das Erfahrene wahrgenommen, bewusst wird, erlebt wird. Der Augenblick, da ein Mensch merkt oder weiß, dass er dieses oder jenes sieht oder hört usw., also erlebt: das ist der Augenblick der Wahrnehmung. Der Erwachte spricht von der Flüchtigkeit der Wahrnehmung, die er mit Luftspiegelungen vergleicht. Die Luftspiegelung, die eine ferne Oase vorgaukelt, besteht aus Lichtreflexen in der Luft, ist leer und kernlos, ohne Substanz, obwohl sie den Eindruck von festen Gegenständen macht. Und so besteht auch die Wahrnehmung nur als Projektion der Triebe, ist selber hohl und leer. Ändern sich die Triebe, so ändert sich die Wahrnehmung. Wir haben es nicht in der Hand, immer Angenehmes wahrzunehmen, und unangenehme Wahrnehmungen, wenn sie erwartet werden oder eintreten, sind eine stark drückende Last.



Nachdem Form und Gefühl wahrgenommen wurden, setzt die Aktivität (vierte Zusammenhäufung) im Denken, Reden und Handeln ein, die darin besteht, die als angenehm empfundenen Formen möglichst zu erlangen und die als unangenehm empfundenen Formen möglichst zu fliehen und zu vermeiden.

Der Erwachte vergleicht die gesamte Aktivität des unbelehrten Menschen im Denken, Reden und Handeln mit einem Mann, der am Rand einer glühenden Kohlengrube von zwei Männern gepackt wird, die ihn in die Grube werfen wollen, und der nichts anderes tut, als sich ununterbrochen gegen diese „Vernichtung“ zu wehren (S 12,63). Jeder Mensch wehrt sich kürzere oder längere Zeit, aber jeder Mensch verfällt letztlich der Übermacht dieser Männer: dem Alter und dem Tod. Das ist das Leiden, die Last der Aktivität – sinnlos, hilflos.

Sobald sich die Aktivität durch Wiederholung eingespielt hat, läuft sie von selber; d.h. irgendein Sinneseindruck bewirkt im Geist schon die fast unbewusste, aber blitzartige Erinnerung, dass im Zusammenhang mit diesem Sinneseindruck so und so geartetes Angenehmes oder Unangenehmes erfahren wird, das Angenehme so und so erlangt und das Unangenehme so und so vermieden werden kann. Diese Wege zum Erlangen des Angenehmen oder Vermeiden des Unangenehmen sind bereits eingespielt. Darum sind die entsprechenden „Gleise“ blitzartig gestellt, und der Handlungsablauf ist „programmiert“, läuft entsprechend. Das ist die programmierte Wohlerfahrungssuche (fünfte Zusammenhäufung), die Wohl vorgaukelt, aber zum Leiden führt, weshalb der Erwachte sie mit einem Gaukler vergleicht.

Der unbelehrte Mensch kennt nicht die unerwünschten Folgen, die Leidhaftigkeit, die Last, die sich aus dem Verstricktsein in die fünf Zusammenhäufungen ergibt, wie es der Erwachte in M 149 schildert:

*Wer das Auge (mit dem innewohnenden Luger), die Form, Luger-Erfahrung, Luger-Berührung, das Gefühl, das Ohr (mit dem innewohnenden Lauscher) usw. nicht der Wirklichkeit*

*gemäß versteht, wird davon (positiv oder negativ) gereizt (sarradjati). Weil er davon gereizt ist, drin verstrickt ist (samyuta), sich blenden lässt (samūlha), Befriedigung sucht (assādānupassī = nur auf das Befriedigende, die Labsal, sieht, d.h. verblendet die Wahrnehmung positiv oder negativ bewertet und so den Durst verstärkt), häufen sich ihm die fünf Zusammenhäufungen weiterhin auf, und der Durst und die Sucht nach Befriedigung wächst weiter. Dem wachsen körperliche Qualen, gemüthafte Qualen, körperliches und gemüthafes Fiebern, körperlicher und geistiger Schmerz nehmen zu.*

Ebenso heißt es in M 28:

*Was nun bei diesen fünf Zusammenhäufungen Wunsch (chanda), Sich-dabei-Niederlassen (ālaya), Entlangdenken/positives Bewerten (anunaya) und Neigung (ajjhosāna) ist, das ist die Weiterentwicklung von Leiden.*

Was ist der Träger der Last?

Die hier besprochene Lehrrede war schon 500 Jahre nach dem Buddha, also vor 2000 Jahren der Anlass, dass sich eine der Sekten des Hīnayāna bildete (in Sanskrit pudgala-vādin), welche aus ihr eine Theorie ableitete, nach welcher der erlöste Geheilte als entlasteter Träger die für ewig befreite Person (Pāli: puggala, Skr.pudgala) darstellte. Das heißt, die Person wurde als mehr als der Träger der Last aufgefasst, von dem in dieser Lehrrede allein die Rede ist, nämlich als das, was die vorbuddhistischen Inder *atman* (*Selbst, Ich*) nannten. Der Buddha hat aber ausdrücklich das Dogma: „Der Vollendete besteht nach dem Tod“ verworfen und so ausdrücklich einen übrig bleibenden Träger verneint.

Der in dieser Lehrrede vom Erwachten als Träger der Last Bezeichnete (*puggala*) ist nicht etwas anderes als die Last, die fünf Zusammenhäufungen: „Er“ besteht nicht außerhalb von ihnen, sondern ist nur mit einem Namen bezeichnete, wahrge-

nommene Form (1. und 3. Zusammenhäufung), ist sozusagen die wahnhafte Sicht des Unbelehrten, der da eine selbstständige Person wahrnimmt, wo es in Wirklichkeit nur das Zusammenspiel der fünf Zusammenhäufungen gibt. Der entlarvende Anblick dieser Person besteht darin, die Last einschließlich „Umwelt“ als nichts anderes als das Zusammenspiel der fünf Zusammenhäufungen zu sehen. Die fünf Zusammenhäufungen sind für den übenden Mönch, den ehrwürdigen puggala namens Soundso, wie es in der Lehrrede heißt, den Durchschauer, der den Unbestand und die Leidhaftigkeit der fünf Zusammenhäufungen erkennt und die Unmöglichkeit, sie nach Wunsch zu handhaben, der sich aber an sie gefesselt sieht, wahrlich eine drückende Last, die in anderen Reden (S 22,85) als mörderisch bezeichnet wird.

Darum bemüht sich der kämpfende Nachfolger um das Abwerfen der Last, um das Aufgeben der Verstrickungen, die ihn an die fünf Zusammenhäufungen fesseln, und diesen Kampf bezeichnet der Erwachte als das Wirken im eigenen Bereich, die Arbeit an „sich selbst“:

*Das Selbst nur ist des Selbstes Herr,  
das Selbst nur ist des Selbstes Hort!  
Daher behüte wohl dich selbst,  
wie edles Ross der Händler hegt. (Dh 380)*

und

*Selber die Leuchte, selber die Zuflucht  
sollt ihr sein ohne andere Zuflucht,  
mit der gewiesenen Wahrheit als Leuchte,  
mit der gewiesenen Wahrheit als Zuflucht,  
ohne andere Zuflucht. (D 16)*

und

*Das eigne Heil versäume nicht  
um anderer noch so großer Ziele;  
hast du das eigne Heil erkannt,  
gedenke eifrig deiner selbst. (Dh 166)*

Alle diese Äußerungen lassen nicht auf ein „Ich an sich“, ein Selbst schließen, sondern besagen lediglich, dass das wahrgenommene Ich, das sich auf Grund der Durchschauung selber zur Last geworden ist, nun aufricht, um sich vom Wahn zu befreien, denn nur bei „sich selber“ ist der „schöpferische Grund“ des Wirkens. Der Buddha passte sich im Sprachgebrauch der Struktur der Sprache an, die ohne das Subjekt-Objekt-Schema gar nicht bestehen kann, und verwendete den Ausdruck „Ich“, „Selbst“ zwar nicht in den letzten Durchschauungsübungen (Satipatthāna) und der Kette der Bedingten Entstehung, aber in den meisten anderen Reden. Die Ausdrucksweise „ich löse mich ab“ entspricht nicht der wahnlosen Perspektive, wohl aber wird der Ablösungsprozess subjektiv so erfahren, und darum spricht der Erwachte auch in der Ichform, z.B. *Mögen auch die anderen üble Herzenseigenschaften haben, „wir“ aber werden... (M 8)* und *Wie wenn „ich“ nun mit weitem, tiefem Gemüt verweilte und hätte die Welt überwunden, über ihr stehend im Geist (M 106)*. Dieses „Ich“ mag sich unbewusst mit der vom Erwachten aufgenommenen rechten Anschauung identifizieren, die als zum Wohl führend erkannt worden ist. Die richtige Anschauung ist richtig, aber eine Identifikation dieser Anschauung mit „dem Ich“ ist noch wahnhaft. Die rechte Anschauung sagt mir, dass ich mich zum Beispiel von dieser Form des Reagierens lösen muss, um Wehe zu meiden, Wohl zu erfahren. Diese aufgenommene rechte Anschauung, die der Übende als Rettungsanker erkannt hat, ist sein Lenker und Führer zum Heil. Sie behütet den Kenner der Lehre, dem es um Reinigung des Herzens, um Aufhebung von Anziehung, Abstoßung, Blendung geht, die immer wieder das Klammern an den fünf Zusammenhäufungen bewirken.

### Was ist das Aufladen der Last?

Das immer wieder neue Ergreifen der fünf Zusammenhäufungen, ihre positive Bewertung, das ist das Aufladen der Last. Wenn keine Triebe, keine Gier, keine Sehnsucht nach be-

stimmten Formen, bestimmten Gefühlen, bestimmten Wahrnehmungen, bestimmten Aktivitäten, nach bestimmter programmierter Wohlerfassungssuche wären, dann würde es diese fünf Ergreifens-Häufungen nicht geben. Die Gier, die Triebe wohnen als sechs auf Berührung gespannte Süchte in der zu sich gezählten Form, wohnen dem Körper inne. Durch die dem Körper, der zu sich gezählten Form (1.Zusammenhäufung), innewohnende Gier, durch die Süchte, die Triebe nach Berührung, kommt die bei der Berührung als außen erfahrene Form (1.Zusammenhäufung) – und das bedeutet alles Sichtbare, Hörbare, Riechbare, Schmeckbare, Tastbare – zur Erfahrung der Süchte, der Triebe. Die berührten Triebe antworten mit Gefühl (2.Zusammenhäufung): mit Wohlgefühl, wenn das von ihnen Erfahrene ihnen entspricht, und mit Wehgefühl, wenn es ihnen nicht entspricht. Das so von den Trieben Erfahrene wird mit Gefühl übergossen in den Geist, in das Gedächtnis, eingetragen, und damit hat der Mensch die Wahrnehmung (3.Zusammenhäufung), das Wissen um die jeweilige Form. Denn das durch die Triebe dem Geist als Form-Wahrnehmung usw. Gemeldete wird sofort im Geist einander zugeordnet, wird bewegt im Assoziieren und Kombinieren der einzelnen Sinneserfahrungen: *Durch den Geist und die Dinge entsteht die Geist-Erfahrung*. Der Geist weiß jetzt z.B. „Ich sehe diesen schönen Tisch.“ Nur durch die Gier, die Triebe, bekommen die Erscheinungen bei der Berührung der Triebe den Zusatz von Wohl- und Wehgefühl, erscheinen dadurch erst in der Wahrnehmung als schön bis entzückend oder unschön, schrecklich, ekelhaft. Darum sagt der Erwachte: Die fünf Zusammenhäufungen wurzeln in der Gier (*chandamūlaka – M 109*), und d.h. in den Trieben, in der Süchtigkeit. Wir beobachten bei uns, dass wir uns dem als angenehm empfundenen Erlebnis spontan zuwenden und uns von dem als unangenehm empfundenen Erlebnis ebenso spontan abwenden. Dieser Triebwille wird ganz unmittelbar gespürt als ein Lechzen, Dürsten, Drängen in der genannten Richtung. Er kommt bei jedem normalen Menschen mit dem Gefühl auf nach dem

Wort des Erwachten: *Durch das Gefühl bedingt ist der Durst.* Dieser durstige Drang ist es, der den Menschen in jedem Augenblick bei jedem Gefühl mit einem neuen Willen herumjagen, herumtreiben will in der gleichen blinden Aktivität wie etwa ein ungesteuertes Auto. Die starken Wohlgefühle lösen auch einen starken zu dem Erlebten hinstrebenden Durst aus; die starken Wehgefühle dagegen lösen einen starken fortstrebenden Durst aus, während die schwächeren Wohl- und Wehgefühle auch einen entsprechend schwächeren Durst auslösen bis hin zur Gleichgültigkeit bei den kaum merklichen Gefühlen.

Unter Durst wird also verstanden, dass man im Geist um seine Zuneigung zu diesen Objekten oder Abneigung gegen jene Objekte weiß und die Kraft der Zuneigung und Abneigung spürt. Der Durst ist das Fühlen und Wissen im Geist, was einen entsprechenden Einfluss auf den Willen ausübt.

Von dem Durst sagt der Erwachte, dass er auf dieses und jenes setzt, mit diesem und jenem rechnet, sich zu befriedigen sucht. Der Durst wird in seinem Drang nach Befriedigung durch ein bestimmtes Erlebnis wie ein mehr oder weniger schweres Gewicht gespürt, und die Erfüllung wird als erlösend empfunden so wie das Ablegen eines Gewichts. Da aber die Welt keine Schüssel ist, aus der der Durstige unentwegt das schöpfen kann, was er bedarf, so ist Nichterlangen und damit Wehgefühl unvermeidbar:

*Vom Durste wird die Welt gelenkt,  
der Durst, der reißt sie hin und her.  
Vollkommen ausgeliefert ist  
die Welt des Durstes Allgewalt. (S 11,63)*

*Gefesselt mit des Durstes Band,  
das Herz gereizt von Sein zu Sein,  
in Māros Joche eingespannt,  
ohn' Kampfesfrieden, ohne Ruh'  
durchwandern sie den Wandelkreis,  
die Menschen von Geburt zu Grab. (It 58)*

Weil der Mensch dem Durst nach Wohl folgt, ergreift er die vergänglichen Dinge und bindet sich somit an das Leiden, endlos, über Geburten und Tode hinweg. Überallhin schleppen wir den Durst als Begleiter mit – genauer: er schleppt „uns“, er ist eine wahre Last, ein Schatten, der uns untrennbar folgt. So wie ein Horn mit dem Rind mitwächst (J 467) – ebenso wächst bei den Wesen mit zunehmenden Trieben auch der Durst, so dass sie in der Regel am Ende des Lebens durstiger, also ärmer sind als am Anfang und darum das nächste Leben schon durstiger beginnen.

Was ist das Abwerfen der Last?

Die Überwindung des Durstes.

*Was aber ist die Heilswahrheit von der Leidensauflösung? Es ist eben dieses Durstes fortschreitende Abschwächung bis vollkommene Ausrodung durch Loslassen und Sichabwenden von ihm, Sichfreimachen und ihn Nicht-mehr-Dulden. (M 141) Was bei diesen fünf Zusammenhäufungen Hinwegführung des Wunschesreizes (chandarāgavinaya) ist, Aufhebung des Wunschesreizes (chandarāgapahāna), das ist die Ausrodung von Leiden. (M 28)*

So gewaltig und hinreißend der Durst auch für den unbelehrten Menschen ist, der von einem Erwachten Belehrte kann ihm doch beikommen. Bei all seiner Kraft besteht der Durst ja nicht aus sich heraus. Er ist nicht die selbstständige Macht, als die er erscheint, sondern er steht und fällt mit der Kraft der Triebe, auf deren Befriedigung er aus ist. Wahn war es, der ihn so gewaltig anschwellen ließ.

Wenn ein nicht nur auf vordergründiges, bald wieder vergehendes Wohl programmierter, sondern längerfristiges Wohl und Sicherheit suchender Geist von Religionslehrern hört, dass vordergründige Wohlsuche und dadurch bedingte Abhängigkeit in immer größeres Leiden verstrickt und er dies bei sich selber erfährt, dann stellt er die gewonnene rechte Anschauung

von dauerhafterem Wohl über sein vordergründiges Dichten und Trachten und steht somit außerhalb, oberhalb der primitiven Wohlsuche. Er nimmt wahr, dass Jagen nach sinnlichem Wohl dem zermürbenden Wechsel von Erlangen und Nichterlangen, Altern und Sterben ausliefert und dass rücksichtsloses Entreißen dessen, was man selber begehrt, Feindschaft erzeugt. Der beobachtende Geist erkennt: Diese immer wieder Feindschaft erzeugenden Triebe sind Dauertod, sie fesseln an Vergängliches. Diese Einsicht, gewonnen durch Beobachtung der vordergründigen Wohlsuche und ihre negative Bewertung ist eine Reaktion (4.Zusammenhäufung) auf die Wahrnehmung (3. Zusammenhäufung): „Leidvoll ist vordergründige Wohlsuche“, d.h. leidvoll und vergeblich ist der Versuch, angenehmes Gefühl (2.Zusammenhäufung) durch Ergreifen von angenehm zu empfindenden Formen (1.Zusammenhäufung) seitens der Triebe im Körper (1.Zusammenhäufung) zu erlangen, wobei alle gemachten Erfahrungen im Geist gespeichert werden und diese Einsicht untermauern, so dass sie bei jedem Erlebnis spontan mit aufkommt, d.h. damit bereits programmiert ist (5.Zusammenhäufung).

Und wenn nun gar die Lehre des Erwachten in den Geist aufgenommen wird, dass es ein Wohl außerhalb alles Bedingten und darum Unbeständigen und Leidvollen gibt durch Lösung von allem Bedingten, dann beobachtet der Übende das automatische Zusammenspiel der fünf Zusammenhäufungen als einer, dessen Geist auf das höchste Wohl programmiert ist.

Ist aber das sichere Ufer erreicht, die unzerstörbare Unverletzbarkeit gewonnen, dann wird als allerletztes auch dieses Programm der Wohlsuche samt der ihm zugrunde liegenden rechten Anschauung entlassen, weil es nichts mehr zu suchen gibt, wenn das Ersehnte, Gesuchte auf ewig gefunden ist. Darum wird die rechte Anschauung mit einem Floß verglichen, tauglich zur Überfahrt, aber überflüssig geworden, wenn das heile Ufer erreicht ist. Damit ist der letzte Ich-Anker aufgegeben, wie es der Erwachte unmissverständlich ausdrückt in wahnloser, perspektivenloser Ausdrucksweise: „Kein Nach



diesem mehr“. Ein Vollendeter weiß, dass es für ihn kein Nachher mehr gibt. Nicht denkt er, dass es ihn selber in fernerer Zukunft nicht mehr gebe, weil er ja erloschen sei, sondern er weiß, dass alle Zeitvorstellung und darum also auch Vorher und Nachher törichte Einbildung war und ist, durch Wahn bedingt, und dass mit der endgültigen Erlöschung des Wahns und dem endgültigen Schwinden aller Wollensflüsse und Einflüsse auch Raum und Zeit nicht mehr sind, kein Vorher und kein Nachher ist. Er steht endgültig außerhalb des Getriebes der fünf Zusammenhäufungen, hat den Fels des Wahns überwunden und kann nun das Getriebe der Zusammenhäufungen in umfassender Klarheit beobachten.

Der Heilgewordene, der Lastfreie, Triebversiegte, der den Durst restlos versiegt hat, trägt zwar die Last der Zusammenhäufungen nicht mehr, aber solange der Leib existiert, ist sie – als abgelegte Last – noch vorhanden. Es gibt noch die fünf Erscheinungen, aber es gibt kein Ergreifen, Zusammenhäufen mehr, und darum erscheinen die Zusammenhäufungen so fremd, wie uns Holz und Blätter, die man im Wald wegträgt (M 22).

Will man aber nun herausfinden, woraus denn dieser entlastete „Träger“ besteht, dann merkt man, dass alle Bezeichnungen ausnahmslos aus dem Bereich der fünf Zusammenhäufungen, d.h. aus der Last, herkommen. Mit den Kategorien der Last kann man aber die Entlastung nicht benennen. Die Last endgültig abgelegt zu haben, bedeutet im gleichen Atemzug auch, kein Träger mehr zu sein. Der Geheilte hat alles Gewordene, Gestaltete, Bedingte abgelegt. Heil ist daher, ob zu Lebzeiten oder nach dem Wegfall des Leibes, gänzlich unerfassbar, wie es der Erwachte ausdrückt mit den Worten:

*Jede Form, jedes Gefühl, jede Wahrnehmung, jede Aktivität, jede programmierte Wohlerfahrungssuche, durch welche man den Vollendeten bezeichnend bezeichnen wollte, ist von ihm überstanden, mit der Wurzel ausgerissen, einem Palmstumpf gleichgemacht, so dass sie nicht mehr keimen, nicht mehr sich*

*entwickeln kann. Von der Bezeichnung Form, Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierte Wohlerfahrungssuche abgelöst, ist der Vollendete tief, unermesslich, schwer zu erforschen gleichwie etwa der Ozean. (M 72)*

Das Nirvāna, das höchste Wohl, die unverletzbar Unverletztheit, ist jenseits aller Fixierungen durch Begriffe. Der Erwachte hat alles Nennbare als Last gezeigt und hat die endgültige Freiheit von allen Lasten als das heile Ziel jenseits alles Nennbaren gezeigt. Und er hat den Weg gezeigt, die Lasten als Lasten zu erkennen und sie Stück um Stück abzulegen, und an dem allmählich wachsenden Gefühl der Entlastung, das der Nachfolger leibhaftig erfährt, unmittelbarer als es jede Sprache zu vermitteln vermag, zu erfahren, dass er auf dem richtigen Weg der Lastentledigung ist – bis auch die letzte Last für immer abgelegt ist. –

Da bleibt kein Lastenträger übrig

Es gibt kein „Ich bin“, es gibt nur eine „Ich bin“-Vorstellung. Die Empfindungen, die von den Trieben ausgelöst werden und in den Geist eingetragen werden, bewirken ab zweitem bis drittem Lebensjahr – wenn der Geist mit gefühlsbesetzten Daten angefüllt wird – das Ich-bin-Vermeinen (*asmi-māno*). Mit jeder Zuwendung zu einem neuen Gegenstand der Umwelt nimmt zugleich die Bedürftigkeit des sog. Ich zu. Ich und Umwelt nehmen immer in genau gleicher Weise zu und ab. Die Bedürfnisse sind es überhaupt, welche zum „Ich-bin“-Sagen führen, zur Ich-bin-Auffassung und -Behauptung. Diese Ich und Mein machende Meinungs-Geneigtheit (*ahamkāra mamamkāra mānānusaya*) ist nur möglich bei innerem Bedürfnis nach sinnlichen oder rein formhaften Eindrücken. Wenn die Sinnesdränge solche Eindrücke bekommen, dann reagieren sie mit Emotionen, mit Wohl- und Wehgefühl. Diese werden im Geist sofort wahrgenommen, und dann sagt der Geist: „Ich mag das“ oder „Jenes mag ich nicht.“ Insofern

erzeugen die Triebe im Geist die Ich-Meinung, die Ich-bin-Meinung und Das-ist-mein-Meinung. Es ist also nicht irgendwo und irgendwie ein Ich an sich da, sondern es ist immer nur die Ich-Meinung und die Mein-Meinung, und diese kommen von den Trieben. Mit dem Rückzug von der Welt lösen sich alle Welt wollenden Triebe auf, und damit löst sich auch die Ich-bin-Meinung zunächst graduell auf. Man merkt, dass die Ich-Meinung um so blasser ist, um so weniger noch in Erscheinung tritt, als auch das Weltbedürfnis geringer geworden ist.

Das lässt erkennen, dass das, was wir Ich nennen, eine Minusgröße ist, eben ein Komplex von Bedürfnissen, von Ersehungen, Wünschen, Süchten, das von der Welt die Erfüllung erwartet. Wir sind ja auf die Dinge der Welt gerichtet. Insofern erscheint die Welt jedem Wesen genau so positiv, als er selber ein negativer Suchtkomplex, ein Hungerleider, ist. Und von der Welt sich ablösen, bedeutet nicht, die Sucht behalten und nur auf die Welt verzichten, was gar nicht geht, sondern bedeutet, die Sucht auflösen, wodurch Welt nicht mehr erscheint. Wenn aber die Triebe abnehmen, nimmt auf dem Weg der Tendenzenminderung auch die Ich-bin-Vorstellung ab, und wenn alle Lasten abgelegt sind, gibt es auch keine Ich-bin-Vorstellung mehr. Die Minusgröße Ich und die Plusgröße Welt sind immer einander gleich. Hat ein Mensch beispielsweise eine „Ichstärke“ von minus 1000, so erscheint ihm auch eine Welt von der Stärke plus 1000. Der von aller Sucht Befreite ist plus minus Null. Da bleibt kein Lastenträger übrig.

DREI FALSCHER ANSCHAUUNGEN, IHRE BERICHTIGUNG,  
UND DER ZUSAMMENHANG:

KÖRPER - HERZ – GEIST

„Angereihte Sammlung“ (A III,62)

In der folgenden Rede macht der Erwachte zunächst auf drei verschiedene falsche Anschauungen über die Herkunft unserer Erlebnisse, also unserer Freuden und Leiden, aufmerksam. Unter diesen Dreien scheint die erstere Lebensauffassung das Karmagesetz zu sein, aber der Erwachte zeigt, wie eine falsche Auffassung darüber heilsames Streben unmöglich macht. – Dann zeigt der Erwachte im zweiten Teil der Rede die dreigliedrige Struktur des Menschen nach Körper, Herz und Geist auf und zeigt das daran gebundene Leiden und den Ausweg:

*Diese drei Lebensanschauungen (titthāyatanāni) gibt es, ihr Mönche, die, wenn sie von nachdenklichen Menschen (panditehi) übernommen, gepflegt und besprochen werden, dann als Folge zur Tatlosigkeit und Resignation führen. Welche drei Lebensanschauungen sind das?*

*1. Da sind, ihr Mönche, Asketen und Brahmanen, die da glauben und lehren: Was immer auch das Menschenkind erleben mag an Wohl oder Wehe oder weder Wehe noch Wohl, alles dieses ist allein aus früherem Wirken hervorgegangen (pubbe kata hetu).*

*2. Dann gibt es, ihr Mönche, Asketen und Brahmanen, die da glauben und lehren: Was immer auch das Menschenkind erleben mag an Wohl oder Wehe oder weder Wehe noch Wohl, alles dieses ist durch einen Schöpfergott verursacht.*

*3. Ferner gibt es, ihr Mönche, Asketen und Brahmanen, die da glauben und lehren: Was immer auch das Menschenkind erleben mag an Wohl oder Wehe oder weder Wehe noch Wohl, alles dieses ist grundlos,*

*ohne Ursache zustande gekommen.*

*Da habe ich, ihr Mönche, die ersteren Asketen und Brahmanen aufgesucht und sie gefragt: „Ist es wahr, ihr Freunde, dass ihr lehrt und denkt: Alles was der Mensch an Wohl oder Wehe oder weder Wehe noch Wohl erlebt, das sei nur die Folge seines früheren Tuns“?*

*Da haben mir diese Freunde dann bestätigt, dass sie es so sehen.*

*Daraufhin sagte ich zu ihnen: „Dann würden ja, ihr Freunde, die Menschen nur durch früheres Wirken zu Mördern, Dieben oder zu Verführern, würden nur durch früheres Wirken zu Verleumdern oder Hinterträgern, Schimpfern oder Schwätzern, würden nur durch früheres Wirken habgierig, voll Antipathie bis Hass sein oder falsche Anschauung haben.“*

*Wenn man, ihr Mönche, auf diese Weise das frühere Wirken zum Kern seiner Anschauung macht und nur davon ausgeht, dann kann kein Wille aufkommen, kann man keine Kraft aufbringen, um das Rechte zu tun, das Falsche zu lassen.*

*Wenn einer wirklich und wahrhaftig nicht weiß, was zu tun und zu lassen ist, und darum uneingedenk höherer Maßstäbe ist, nicht über sich wacht, so ist er nicht mit Recht als richtig und heilsam strebender Asket und Brahmane zu bezeichnen. Dies ist mein erster Einwand gegen jene Asketen und Brahmanen, die solche Ansicht vertreten.*

Allen Wesen ist gemeinsam, dass sie Wohl wünschen und Wehe vermeiden wollen. Aber die Auffassung darüber, wie man dieses erreicht, ist bei den Menschen sehr unterschiedlich. In dieser Lehrrede ist von Asketen und Brahmanen die Rede. Die Brahmanen bilden eine der vier Kasten des alten Indien, die

anfänglich in uralten Zeiten das religiöse Streben nach Reinigung im Auge hatten – die Brahmanen bezeichneten sich nach dem Gott Brahma, der ihnen als das höchste reine Wesen galt –, aber im Laufe der Jahrhunderte trat das religiöse Interesse zurück, und viele widmeten sich anderen Berufen.

Die „Asketen“ waren solche, die den bürgerlichen Stand verlassen hatten, um ungestört von Familie und Beruf sich mit Sinnfragen oder der eigenen Läuterung beschäftigen zu können und die dann darüber lehrten und Anhänger gewannen. Unter den Asketen gab es auch solche, die der Auffassung waren, nur durch Wehe könne man Wohl erlangen, und darum durch Selbstkasteiung einst gewirktes Übles abtragen wollten.

Wie diese Bemühungen im alten Indien in der Praxis ausahen, darüber berichtete der König Pasenadi dem Erhabenen (M 89). Er sagte, dass er öfter Asketen in den Wäldern aufgesucht und gesehen habe, dass sie mit trüben Mienen herumsaßen oder Gespräche über nichtige Dinge führten. Wenn er sie gefragt habe: „Ihr habt doch das Haus verlassen, um ein Ziel zu erreichen“, dann hätten sie gesagt: „Hochziehendes fehlt uns, fesselnde Aufgaben fehlen uns.“ Im Gegensatz zu diesen Asketen aber seien die Mönche des Erwachten angeregt, hätten ein hohes Ziel vor Augen, seien *glücklich, voller Freude, von beglücktem Aussehen, frohen Herzens, in innerer Ruhe, befriedet, wachsam, sanften Gemüts*. – *Glücklich, voller Freude* bei der Läuterungsarbeit kann man nur sein, wenn man ein lohnendes Ziel sieht, wenn man weiß, was man erreichen kann und wie man vorgehen muss.

In dieser Lehrrede nun sagt der Erwachte, dass die Asketen und Brahmanen bei den drei genannten Anschauungen resignieren müssen, weil sie kein Ziel vor sich sehen.

#### Die erste Anschauung:

Alles Erleben ist allein aus früherem Wirken hervorgegangen.

Diese von Asketen und Brahmanen verkündete Ansicht ist an sich richtig und ist eine Kurzformulierung der einen Seite der

Karmalehre des Buddha: Erleben gibt es nur auf Grund früheren Wirkens (*pubbe kata hetu*). Aber der Erwachte zeigt, dass diese eine Seite der Karmalehre, der Anblick der karmischen Herkunft unserer Erlebnisse, allein nicht genügt.

„Karma“ bedeutet nicht nur Ernte – auch im populären westlichen Sprachgebrauch hat sich die Bedeutung des Wortes „karma“ auf die Seite der Wirkung verlagert, und karma ist so eine Art Ersatz für „Schicksal“ geworden – sondern bedeutet auch und vor allem „Wirken“. Beides kann nicht voneinander getrennt werden: jedes Wirken hat eine genau entsprechende Wirkung als Ernte. Die Gesamtheit unseres Wirkens – im Tun und im bewussten Unterlassen – zwischen gut und schlecht, und die Gesamtheit unseres Erlebens und Erleidens zwischen Glück und Leid ist karma, die gesamte Existenz – Säen und Ernten – ist karma. In diesem Sinne erklärt der Erwachte (S 12,37) zum Beispiel, dass unser gegenwärtiger Körper „altes“ karma sei, also die Wirkung aus dem Wirken in früherem Leben, und dass dagegen unser jetziges Tun und Lassen im Denken, Reden und Handeln „neues“ karma sei, also ein Wirken, das später Wirkungen nach sich zieht.

Der Erwachte hält hier der ersten falschen Anschauung der Asketen und Brahmanen entgegen, dass die Menschen doch nicht nur durch früheres Wirken untugendhaft würden, sich als Mörder usw. erlebten, sondern ja auch in diesem Leben durch Annehmen falscher Anschauungen oder durch besondere Herausforderungen sich zu Mördern usw. entwickeln könnten, dass sie aber ebenso auch in diesem Leben die Möglichkeit hätten, sich zur Bändigung ihrer Triebe oder Sichgehenlassen abwärts oder aufwärts zu entwickeln.

Zwar ist es so, dass sowohl Tendenzen wie auch Einsichtsmöglichkeiten, die ein Mensch in dieses Leben mitbringt, einzig und allein aus seinem früheren Wirken (karma) hervorgegangen sind, aber das heißt nicht, dass er nicht neue Einsichten gewinnen kann, deren häufiges Bedenken die bestehenden Tendenzen ganz und gar verändert. Es wäre eine falsch verstandene Karmalehre, nur die jetzige Wirkung früheren Wir-

kens zu berücksichtigen und nicht die Konsequenz zu ziehen: „Dann kann ich doch mit heutigem Wirken Besseres für die Zukunft schaffen!“ Der Mensch ist nicht endgültig seinem Schicksal ausgeliefert; er hat, wie der Erwachte sagt (M 96), „eine weltüberlegene heilsmächtige Fähigkeit, die der Erwachte ihm aufzeigt und ihn nutzen lehrt“. Er hat die Möglichkeit, je nach der Veränderung seiner Einsichten, der dadurch allmählich veränderten Triebe und entsprechendem Verhalten, Stufe für Stufe aufzusteigen zu einer höheren Daseinsform bis zur vollständigen Überwindung der Welt.

Auch *Jesus* beschreibt in seinen „Seligpreisungen“ und in den vielen Gleichnissen vom „Himmelreich“, zu welchen großen und lichten Daseinsformen der Mensch durch entsprechendes Verhalten gelangen kann. Diese Hinweise sollen den Menschen mahnen und ihn ermutigen: Schätze dich nicht nach der Erbärmlichkeit des äußerlichen sterblichen Körpers ein, sondern erkenne deinen Geist und dein Herz: Sieh und erinner dich, dass immer nur dein Geist und dein Herz es sind, die diesen willenlosen Körper benutzen. Erinnere dich, dass du bisweilen auch hochherzige, ja fast göttliche Gedanken und Anmutungen in deinem Gemüt hegst und dass du innige geistige Freude empfindest, wenn du aus solchem Geist denkst und handelst. Das ist dein besseres Ich, ja, so willst du überhaupt sein. Darum bleibe diesem treu und wende dich ab von dem dumpfen niederen Tier in dir. Wenn du dich deinen höchsten geistigen Möglichkeiten widmest, dann werden sie dir immer realer, werden stärker, und du erfährst noch in diesem Leben:

*Mensch, was du liebst, in das  
wirst du verwandelt werden;  
Gott wirst du, liebst du Gott;  
und Erde, liebst du Erden.  
(Angelus Silesius, Cherub. W. V. 200)*

In diesem Geist ist der Grundappell aller Heilslehren zu allen Zeiten und in allen Kulturen gewesen:



Mensch, was an dir sichtbar ist, dein Körper,  
das ist Erde und wird wieder Erde;  
aber was ihn bewegt, deine Seele, dein Wollen,  
das ist dein Leben, und das stirbt nicht,  
doch es verändert sich.

Und aus dem schlechter werdenden Wollen  
geht dunkles und elendes Leben hervor.  
Nur aus dem helleren Wollen  
geht helleres Leben hervor.

Wir spüren alle den Zug in uns, der uns ausschließlich fesseln will an das sichtbar bewegte Körperliche, aber oft auch ist das Raunen der anderen Seite unseres Wesens zu spüren, das uns mahnt, dass wir zu etwas „Besserem geboren“ sind.

Diese heilmächtige, weltüberlegene Fähigkeit des Menschen, die Fähigkeit zur Umerziehung in diesem Leben ist es auch, die der Erhabene der Behauptung der Brahmanen entgegenhält (M 96), dass sich ein Mensch seine Kastenzugehörigkeit früher gewirkt hätte und dass sie für die Dauer dieses Lebens nicht aufgehoben werden könne. Der Erwachte nennt praktische Übungen, durch welche der von ihm Belehrte und Aufgeklärte, gleichviel in welchem der vier Stände er geboren ist, noch in diesem Leben über alle Stände, Menschen und Götter, hinauswachsen kann zum Heilsstand:

*Mag da auch einer von sich wissen, dass er von Vater und Mutter aus von dieser oder jener Abstammung ist und danach eben auch genannt wird – in einer Kriegerfamilie geboren, eben „Krieger“ genannt wird – in einer Brahmanenfamilie geboren, eben „Brahmane“ genannt wird – in einer Bürgerfamilie geboren, eben „Bürger“ genannt wird – in einer Dienerfamilie geboren, eben „Diener“ genannt wird.*

*Wenn er aber nun aus dem Hause in die Hauslosigkeit gegangen und zu der von dem Vollendeten aufgezeigten Wegweisung gekommen ist und dadurch*

*1. dem Töten ganz abgeneigt geworden ist, (pativirato)*

2. dem Nehmen von Nichtgegebenem ganz abgeneigt geworden ist,
3. dem unkeuschen Wandel ganz abgeneigt geworden ist,
4. der Verleumdung ganz abgeneigt geworden ist,
5. dem Hintertragen ganz abgeneigt geworden ist,
6. verletzender Rede ganz abgeneigt geworden ist,
7. geschwätziger Rede ganz abgeneigt geworden ist,
8. der Habsucht ganz abgeneigt geworden ist,
10. Antipathie bis Hass ganz abgeneigt geworden ist
11. und die rechte Anschauung erworben hat –  
dann ist ein solcher damit ein Eroberer des wahren,  
des einzig heilsamen Standes geworden.

Der Erwachte stellt hier also die Möglichkeit des Menschen heraus, durch gründliches Verständnis der von ihm vermittelten rechten Anschauung zu einem solchen Lebenswandel in Tugend und Herzensläuterung zu kommen, durch welchen der Mensch sich schon in diesem Leben völlig umerziehen und damit den Heilsstand endgültig erreichen kann. Es ist dasselbe Wirkensgebiet, das der Erwachte in unserer Rede (A 111,62) den Asketen und Priestern als Wirkensgebiet entgegenhält, auf dem man doch schon in diesem Leben Wirkungen schaffen könne, die sich jetzt schon auswirken, woraus sich zeige, dass man durch jetziges bewusstes Wirken die Wirkung früherer Taten aufheben könne.

Zwar sind in M 96 zwei Aussagen enthalten, die nur den Mönchsstand betreffen, doch werden in den Reden ebenso häufig, so auch in A III,62, diese zehn heilenden Wirkensweisen für den im Hausleben verbleibenden Nachfolger genannt mit den beiden Abwandlungen, dass erstens nicht von dem Gang in die Hauslosigkeit die Rede ist und zweitens anstelle vollkommener Keuschheit die Forderung besteht, in keiner Weise in andere Partnerverhältnisse einzudringen oder unter der Obhut anderer stehende Jugendliche zu verführen. In allen übrigen Punkten aber lauten die zehn heilenden Wirkensweisen für Mönche und weltlich Lebende wörtlich gleich.

Da lassen nun die vielen überlieferten Reden erkennen, dass seinerzeit ungezählte Nachfolger sich in diesen zehn heilenden Wirkensweisen zeitlebens geübt und dadurch große, weitreichende Fortschritte erreicht haben bis zur Erlangung des Heilsstandes.

Gewöhnlich werden vom Erwachten den im Hause Lebenden die „*fünf sīla*“ genannt und deren Innehaltung empfohlen. (A VII,40, 46 u.a.) Davon stimmen die ersten vier mit den hier genannten vier ersten heilenden Wirkensweisen (Nicht töten, nicht stehlen, keine unrechten Geschlechtsbeziehungen, nicht verleumden) überein; das fünfte *sīla* betrifft Vermeidung jeglicher Rauschmittel. Die ernsthafte Gewöhnung an diese fünf Verhaltensweisen (*sīla*) bis zu ihrer Beherrschung ist eine große Hilfe für die weitere Entwicklung des Nachfolgers. Doch sagt der Erwachte von den fünf *sīla*, dass ihre Innehaltung nur eben das weitere Abgleiten in Daseinsformen unterhalb des Menschentums vermeidet, während die zehn heilenden Wirkensweisen schon mit dieser ihnen zukommenden Bezeichnung ausdrücken, dass sie den Menschen, der sie innehält, nicht nur aus dem größeren Leiden herausführen, sondern von dem weiteren Umlauf im gesamten Samsāra befreien. Denn bei ihnen geht es nicht nur um rechtes Reden und Handeln, sondern darüber hinaus um die Entwicklung von Herz und Gemüt zu immer weniger Zorn, Ärger, Neid wie überhaupt Egoismus. Außerdem wird als zehnte heilende Wirkensweise die rechte Anschauung genannt. Diese ist es, die gleich einem Wegweiser dem Menschen immer wieder aufzeigt, dass aus guter Gesinnung auch gute Taten und damit helles, erfreuliches Erleben hervorgehen und aus übler Gesinnung üble Taten mit dunklem Erleben. Diese beiden Dinge: Die Beschaffenheit von Herz und Gesinnung und die Einsichten des Geistes sind die wirksamsten Wurzeln für das Hervorbringen einer immer besseren Lebensführung und letztlich für die Entwicklung über alles Vergängliche hinaus bis zum Heilsstand.

Diese zehn heilenden Wirkensweisen sind nicht etwa in der genannten Reihenfolge zu üben, sondern von Fall zu Fall, je

nach den Erfordernissen der praktischen Situation: Da wo man mit anderen zu sprechen hat, da geht es um die rechte Übung in rechter Rede und da, wo man den Mitwesen handelnd begegnet, da geht es um rechtes Handeln, aber die Herzensläuterung und der Erwerb der rechten Anschauung sind Objekte allein der geistigen Bewertung, betreffen immer nur die Arbeit an sich selber, und das gelingt nicht ohne häufige gründliche Besinnung auf die erworbene rechte Anschauung.

Durch das gründliche Studium der Lehre des Erwachten gewinnt der Mensch zunächst die deutliche Einsicht und hernach auch die Erfahrung, dass und inwiefern die Triebe und die von ihnen ausgehende Anziehung (Gier), Abstoßung (Hass) und Blendung die seelischen Schiebekräfte sind, welche den Menschen ununterbrochen zum Reden und Handeln drängen. Er sieht, dass sie entstanden sind durch Unkenntnis über die wahren Zusammenhänge des Lebens, welche jetzt erst der „rechten Anschauung“ über diese Zusammenhänge weicht. Der Erwachte vergleicht die Menschen mit falscher Anschauung, die, durch ihre Trieburteile geblendet, das den Sinnen Angenehme zu erlangen und das Unangenehme zu meiden suchen, mit einer Karawane, die in der Wüste auf eine Fata Morgana zugeht, auf ein Trugbild, ein Blendungsbild, das eine Oase vorgaukelt, aber letztlich in den Tod führt und nicht zum Heil.

Mit dem Aufgehen rechter Anschauung ist dem Menschen „der Star gestochen“: jetzt erst kann er richtig sehen; nun erst kann er erkennen, inwiefern fast sein ganzes Sinnen und Beginnen von den Trieben, von „Gier“ und „Hass“, das heißt von Zuneigung für die einen Erscheinungen und von Abneigung gegen die anderen Erscheinungen, gelenkt wird.

Er bemerkt „Habsucht“ und „Antipathie bis Hass“ bei sich als Auswirkungen der Triebe und erkennt sie als Quelle seines Elends. Von nun an trachtet er, sie zu mindern und kämpft darum, dass er in Zukunft den Anwendungen von Habsucht und Antipathie nicht mehr folgt, sondern sie als seine Feinde, die ihn selbst in Not führen, betrachtet und durchschaut - und

das ist der gerade Weg, sie immer mehr zu mindern bis zu ihrer völligen Auflösung.

Da aber diese drei geistigen Haltungen - falsche Anschauung, Habsucht und Antipathie bis Hass - die Ursache sind für alle inneren Antriebe zu üblem Tun und Lassen, also für Untugend, so kommt jeder Mensch, der sich in rechter Anschauung und rechter Gesinnung übt und dementsprechend sein Verhalten überwacht, von allem üblen Denken, Reden und Handeln immer mehr ab. Darin liegt der von der Einübung der zehn heilenden Wirkensweisen ausgehende Segen, der das Erleben des Menschen völlig verändern kann: von Ausgeliefertsein an sinnliche Begierden über die Erlebnisse der Herzenseinung bis zu weltlosen Entrückungen und zum Erreichen völliger Triebfreiheit, des Nirvāna.

Diese lockenden Ziele haben die Anhänger des Erwachten vor Augen, und darum konnten sie falsche Wirkensweisen aufgeben und sich in den zehn rechten Wirkensweisen üben.

#### Die zweite Anschauung:

Alles Erleben geschieht nur durch die Macht eines Schöpfers

*Dann gibt es, ihr Mönche, Asketen und Brahmanen, die da glauben und lehren: Was immer auch das Menschenkind erleben mag an Wohl oder Wehe oder weder Wehe noch Wohl, alles dieses ist durch einen Schöpfergott verursacht.*

*Da habe ich, ihr Mönche, jene Asketen und Brahmanen aufgesucht und sie gefragt: „Ist es wahr, ihr Freunde, dass ihr lehrt und denkt: 'Alles was der Mensch an Wohl und Wehe oder an weder Wehe noch Wohl erlebt - alles dieses sei aus der Macht eines Schöpfers hervorgegangen?'“ – Da haben mir diese Freunde bestätigt, dass sie es so sehen. Daraufhin sagte ich zu diesen zweiten Asketen und Brahmanen: „Dann würden ja, ihr Freunde, die Menschen nur*

*durch die Macht eines Schöpfers zu Mördern, Dieben und Verführern, würden nur durch die Macht eines Schöpfers zu Verleumdern oder Hinterträgern, Schimpfern oder Schwätzern, würden nur durch die Macht eines Schöpfers habgierig, gehässig oder gelangten zu falschen Anschauungen.“*

*Wenn man, ihr Mönche, auf diese Weise die Macht des Schöpfers zum Kern seiner Anschauung macht und nur davon ausgeht, dann kann kein Wille zustandekommen, kann man keine Kraft aufbringen, um das Rechte zu tun, das Falsche zu lassen. Wenn einer wirklich und wahrhaftig nicht weiß, was zu tun und zu lassen ist, und darum uneingedenk höherer Maßstäbe ist, nicht über sich wacht, so ist er nicht mit Recht als richtig und heilsam strebender Asket und Brahmane zu bezeichnen. – Dies ist mein zweiter Einwand gegen jene Asketen und Brahmanen, die solches behaupten, solcher Ansicht sind.*

Diese zweite zur Zeit des Erwachten vorkommende Lehre besagt, dass der Mensch keine Möglichkeit zur Änderung seines Charakters habe, weil er ja so wie er ist, von Gott geschaffen worden sei und darum auch keinen Einfluss auf die Gestaltung seines Erlebens haben könne.

Dieser Auffassung hält der Erwachte entgegen, dass der Mensch dann also durch den Willen des Schöpfers zum Mörder usw. würde. Damit drückt er indirekt aus:

1. dass ein solcher Gott kein guter und barmherziger Schöpfer sein könne, da er Wesen von solch üblem Tun geschaffen habe und
2. dass die Festlegung von Erleben und Charakter durch einen Schöpfergott doch der allgemeinen Erfahrung widerspreche, dass man die Triebkräfte beherrschen und lenken und auch ganz verändern kann. Auch die weltlichen Gerichte gehen ja

davon aus, dass der Mensch für seine Handlungen verantwortlich ist, und Eltern meinen, ihre Kinder zum Guten erziehen zu müssen. All das wäre sinnlos, wenn Charakter und Erleben von vornherein durch die Macht eines Gottes festlägen.

Die Auswirkung dieser fatalistischen Lehre muss ein resignierendes Sichgehenlassen und sinnliches Genießen sein, denn wenn der Mensch glaubt, dass er ohnmächtig dem Schöpfungswerk eines Gottes ausgeliefert sei, dann kann *kein Wille aufkommen, das Rechte zu tun, das Falsche zu lassen.*

Die dritte Anschauung:  
Was irgend erlebt wird, alles ist ohne Ursache  
zustande gekommen

*Ferner gibt es, ihr Mönche, Asketen und Brahmanen, die da glauben und lehren: Was immer auch das Menschenkind erleben mag an Wohl oder Wehe oder weder Wehe noch Wohl, all dieses ist grundlos und ohne Ursache zustande gekommen.*

*Da habe ich, ihr Mönche, jene dritten Asketen und Brahmanen aufgesucht und sie gefragt: „Ist es wahr, ihr Freunde, dass ihr lehrt und denkt: „Alles, was der Mensch an Wohl und Wehe oder an weder Wehe noch Wohl erlebt, alles dieses sei grundlos und ohne Ursache zustande gekommen?“*

*Da haben mir dann auch diese Freunde bestätigt, dass sie es so sehen.*

*Daraufhin sagte ich zu diesen dritten Asketen und Brahmanen: „Dann würden ja, ihr Freunde, die Menschen ohne Grund und Ursache zu Mördern, Dieben oder zu Verführern, würden ohne Grund und Ursache zu Verleumdern oder zu Hinterträgern, Schimpfern oder Schwätzern, würden ohne Grund und Ursache habgierig, gehässig oder gelangten zu falschen An-*

*schauungen.“*

*Wenn man, ihr Mönche, das Zustandekommen ohne Ursache zum Kern seiner Anschauung macht und nur davon ausgeht, dann kann kein Wille zustande kommen, kann man keine Kraft aufbringen, um das Rechte zu tun und das Falsche zu lassen.*

*Wenn einer wirklich und wahrhaftig nicht weiß, was zu tun und was zu lassen ist, und darum uneingedenk höherer Maßstäbe ist, nicht über sich wacht, so ist er nicht mit Recht als richtig und heilsam strebender Asket und Brahmane zu bezeichnen. Dies ist mein dritter Einwand gegen jene Asketen und Brahmanen, die solche Ansicht vertreten.*

Diese Auffassung, die in Indien zur Zeit des Erwachten auch vertreten wurde, wird in einer anderen Rede (M 76) näher beschrieben. Da behauptet ein Asket diese Meinung, diese Ansicht:

*Es gibt keinen Grund, es gibt keine Ursache für die Schlechtigkeit der Wesen; ohne Grund, ohne Ursache werden die Wesen schlecht. Es gibt keinen Grund, keine Ursache für die Reinheit der Wesen; ohne Grund, ohne Ursache werden die Wesen rein. Es gibt weder Geneigtheit noch Fähigkeit zur Tatkraft. Es gibt keinen Kampfesmut und keine Anstrengung. Alle Wesen, alle Atmenden, alle Gewordenen, alle Lebewesen sind einflusslos, machtlos, kraftlos. Zwangsläufig kommen sie zustande und entwickeln sich zur Reife und empfinden in einer der sechs Arten Wohl und Wehe.*

Zu dieser Auffassung sagt der Erwachte:

*Da nun überlegt ein verständiger Hausvater:*

*„Dieser liebe Asket behauptet eine solche Meinung, eine solche Ansicht. Beide sind wir also hier ohne Unterschied eins, obzwar ich nicht behauptete, dass wir ohne Grund, ohne*



*Ursache rein werden. Ein Übermaß ist es von diesem lieben Asketen, nackt zu gehen, den Scheitel zu scheren, auf den Fersen zu sitzen, Haar und Bart auszuraufen, wenn ich, der ich in einem Hause voller Kinder lebe, Seide und Sandel gebrauche, Schmuck und duftende Salben verwende, an Gold und Silber Gefallen habe, nach dem Tod ganz dasselbe wie dieser liebe Asket erfahren werde. Was könnte ich bei solchem Asketen lernen, was für Erfahrungen gewinnen, wenn ich bei ihm den Reinheitswandel führte.“ Er merkt: „Dies ist kein Reinheitswandel“ und wendet sich unbefriedigt davon ab.*

Der Reinheitswandel ist eine Anstrengung und Mühe, ein planmäßig durchgeführter Läuterungskampf um späteren höheren Wohles willen in der Annahme, dass der Mensch nicht durch Zufall in die jeweilige Lebenssituation hineingeboren wurde, in der er sich befindet, sondern sie selbst geschaffen hat, dass er also nicht einem für seine Wünsche und sein Streben tauben Schicksal ausgeliefert ist, sondern durch Verbesserung von Anschauung und Herz zu besserem Erleben kommen kann.

Da sagt sich nun ein im Haus, im Genuss lebender Anhänger: Wenn dieser liebe Asket aber meint, Anstrengung und Mühe gäbe es gar nicht, warum nimmt er dann die Unbequemlichkeit und Mühe seiner Selbstkasteiung auf sich, wenn sie später doch kein besseres Ergebnis bringt als der Genuss des im Haus Lebenden?

In den Lehrreden werden die Menschen, die behaupten, Handeln sei ganz ohne Wirkung, alles Erleben sei blinder Zufall, öfter erwähnt. Besonders *Makkhali Gosalo*, dessen Lehre der Buddha ausdrücklich als die verderblichste aller Irrlehren nennt (A I,30 und A III,138), verkündete die hier in M 76 genannte Lehre. Dazu wurde dann noch behauptet, mit dem Tod sei Existenz vernichtet (wie von *Ajito Kesakambalo* - D 2), oder es wurde selbst bei Annahme der Fortexistenz eine Verknüpfung der diesseitigen Saat mit der jenseitigen Ernte geleugnet (wie bei *Purāno Kassapo*). Diese Ansichten führen naturgemäß zu der Auffassung, dass man ruhig seinen Trieben

nachgehen könne, da alles Tun, alles Wirken ja keinerlei Auswirkung habe. Und darum sagt der Erwachte in unserer Lehrrede, dass diese Wirkensleugner keine Kraft aufbringen könnten, um das Rechte zu tun und das Falsche zu lassen.

Diesen drei falschen Anschauungen der Asketen und Brahmanen, die nicht auf Erfahrung beruhen, sondern auf bloßem intellektuellem Ausspinnen, stellt der Erwachte nun die von ihm aufgezeigten Gesetzmäßigkeiten und Zusammenhänge gegenüber, die nicht ausgedacht, sondern selbst erfahren sind und darum, wie er sagt, von einsichtigen Asketen und Priestern als fehlerfrei, untadelig angesehen werden.

Der Erwachte zeigt einen dreifachen Zusammenhang:  
Körper – Herz – Geist

*Sechs Gegebenheiten gibt es, ihr Mönche. Das ist die von mir aufgezeigte Lehre, die von einsichtigen Asketen und Brahmanen nicht getadelt wird, als klar, fehlerfrei, untadelig beurteilt wird.*

*Sechs Süchte nach Berührung gibt es, ihr Mönche. Das ist die von mir aufgezeigte Lehre ...*

*Achtzehnfaches geistiges Angehen gibt es, ihr Mönche. Das ist die von mir aufgezeigte Lehre, die von einsichtigen Asketen und Brahmanen nicht getadelt wird, als klar, fehlerfrei, untadelig beurteilt wird.*

In diesen drei genannten Komponenten: den Gegebenheiten, den Süchten nach Berührung und dem geistigen Angehen, ist – grob gesagt – das enthalten, was der Westen unter Körper, Herz und Geist versteht.

Die sechs Gegebenheiten

*Dies sind, ihr Mönche, die sechs Gegebenheiten: die Gegebenheit Festigkeit, Flüssigkeit, Wärme, Luft,*

*Raum, Erfahrung. Diese sechs Gegebenheiten gibt es, ihr Mönche. Das ist die von mir aufgezeigte Lehre. Wurde dies gesagt, so wurde es darum gesagt.*

Das Wort „*dhātu*“, das wir hier mit „Gegebenheit“ übersetzt haben, kommt von dem Verb *dahati* und bedeutet wörtlich: das „Hingestellte“, die vorliegenden Gegebenheiten, Gewordenheiten. Das bedeutet keineswegs, dass sie von irgendeiner unbekanntem Macht „gegeben“ sind, sondern dass wir sie von Geburt an so „als gegeben“ vorfinden - aber eben als die „Erben unseres Wirkens“.

An anderer Stelle (M 140) sagt der Erwachte statt „Es gibt sechs Gegebenheiten“: „*Mit sechs Gegebenheiten besteht der Mensch*“. Das bedeutet, dass der natürliche, sinnensüchtige Mensch sich selbst und seine Umgebung immer und überall mit diesen Gegebenheiten zusammen erlebt. Sein Erleben besteht auf der Basis dieser sechs Gegebenheiten, sie sind Inhalte seiner Wahrnehmung.

Unter den ersten fünf Gegebenheiten wird alles mit den Sinnen Wahrnehmbare verstanden, die Dinge der „Welt“ einschließlich des Körperwerkzeuges. Die sechste Gegebenheit, Erfahrung, besagt, dass diese fünf Gegebenheiten erfahren werden. Der Mensch erfährt das, was er als „Materie“ deutet, als Festes, Flüssiges, Temperatur und Luft, gleichviel in welcher Gestalt oder Form sie auftritt als Sichtbares, Hör-, Riech-, Schmeck- und Tastbares, als zum Ich gezählte Form, Körper, und als zum Außen gezählte Form.

Die vier ersten Gegebenheiten, die meistens nicht isoliert und rein, sondern in einem Gemisch erfahren werden, werden stets in räumlicher Ausdehnung (fünfte Gegebenheit) und ebenso als „Zwischenraum“ zwischen sinnlich wahrgenommenen Dingen erfahren. Dadurch erst sprechen wir von „nah und fern“, von „Kommen und Gehen“, von „Wohnraum“ und „Weltraum“ (Kosmos). Auf die Vorstellung von „Raum“ kommt ein Wesen nur in einer Daseinsweise, in der Sinnliches (die vier ersten Gegebenheiten) erfahren wird.

*Sechs Süchte nach Berührung gibt es.*

Die Erfahrung der Gegebenheiten geschieht durch sechs auf Berührung gespannte Süchte (*phassāyatana*):

*Die Sucht des Lugers nach Berührung durch Formen,  
die Sucht des Lauschers nach Berührung durch Töne,  
die Sucht des Riechers nach Berührung durch Düfte,  
die Sucht des Schmeckers nach Berührung  
durch Schmeckbares,  
die Sucht des Tasters nach Berührung durch Tastbares,  
die Sucht des Denkers nach Berührung  
durch Denkobjekte / Gedanken.*

Jeder kann bei sich selbst unmittelbar feststellen, durch welche der fünf Sinnensüchte er Festigkeit, Flüssigkeit, Temperatur und Luftart erfährt, obwohl es nur sehr wenige sinnliche Eindrücke gibt, die ausschließlich von einer dieser vier Gegebenheiten ausgehen. Sie treten meistens gemischt auf.

Festes, Flüssiges und Temperatur werden durch den Drang nach Schmeck- und Tastbarem erfahren. Schallwellen (= Luftiges) werden durch den Drang nach Tönen erfahren; Duftwellen (= Luftiges) werden durch den Drang nach Düften erfahren.

Der Luger eines kleinen Kindes mit seinem unbewussten Drang nach dem Sehen von Formen erfährt zuerst nur Farb- und Helligkeitsunterschiede, ohne dass der Geist mangels Erfahrung sie schon deuten kann. Es kennt auch noch nicht nah und fern. Erst im Lauf der Zeit unterscheidet es das seinen Händen und Füßen Erreichbare von dem Nichterreichbaren und kommt in noch weiterer Zeit zu genauerer Unterscheidung der Abstände, des Raumes. Es deutet allmählich im Geist alle mit dem Luger erfahrenen Farben und Konturen, und auf dem Weg zunehmender Erfahrung durch alle fünf Sinne bilden sich im Geist allmählich zusammenhängende Vorstellungen von

den verschiedenartigen Dingen und ihrer Bedeutung. Diese Triebe des Geistes aller Wesen, jeden Sinneseindruck und auch jedes innere Erlebnis sogleich zu beurteilen und zu deuten, die Triebe nach Orientierung und Information, drängen die Wesen zur ständigen Auseinandersetzung mit den Detail- und Gesamteindrücken.

In dem Maß, wie die Sinneseindrücke bei dem erfahrenden Kind besonderes Interesse auslösen, indem sie stärker wohl tun oder weh tun, beschäftigt sich das Denken mit diesen, und so werden sie allmählich näher kennengelernt, während die gleichgültig empfundenen Eindrücke noch längere Zeit nicht näher bedacht und darum auch nicht näher erkannt und verstanden werden.

Es sei hier noch einmal darauf hingewiesen, dass der den Sinnesorganen innewohnende Drang nach sinnlicher Wahrnehmung und der dem Geist innewohnende Drang nach Orientierung diese überhaupt erst ermöglicht. In der westlichen Naturwissenschaft ist man sich bewusst – und gibt es gelegentlich zu – dass man nicht weiß, wie es zustande kommt, dass die körperlichen Sinnesorgane, Nerven und Muskeln, indem sie auf die Dinge der „Außenwelt“ gerichtet werden, die gewünschten Formen, Töne usw. wahrnehmen können, da die Wahrnehmung ja ein geistiger Vorgang ist. Darum wird aus den eigenen Reihen der Naturwissenschaftler öfter darauf hingewiesen, dass diese Frage noch nicht gelöst sei.

Die alte Welt sowohl des Ostens wie des Westens hatte für die seelischen Gegebenheiten, für den Drang nach sinnlicher Wahrnehmung und denkendem Deuten, die die unverzichtbaren Voraussetzungen für Wahrnehmung überhaupt sind, noch starke Aufmerksamkeit. Im Osten wurden die Dränge nach Wahrnehmung ausdrücklich anders bezeichnet als das Organ, dem dieser Drang innewohnt.

Wo lediglich von den körperlichen Organen die Rede ist, etwa von gesunden oder kranken Augen, von verstümmelten oder kranken Ohren oder der Nase, da wird Auge in Pāli stets mit „*akkhi*“ bezeichnet, Ohr mit „*kanna*“ und Nase mit „*nā*-

sā“. Zum Beispiel berichtet der Erwachte (M 36) von der vergeblichen und darum sinnlosen Bemühung, den Atmungsvorgang durch Mund, Nase und gar die Ohren einzustellen: auch dort ist von *nāsā* und *kanna* die Rede.

Wo aber von den Drängen zur sinnlichen Wahrnehmung die Rede ist, da heißt es stets *cakkhu* statt *akkhi* und *sota* statt *kanna* und ebenso *ghāna* statt *nāsā*. Man achte einmal bei den folgenden Pālisätzen auf den Wortzusammenhang. Die entsprechenden deutschen Übersetzungen lauten:

mit dem Ohr einen Ton gehört habend,  
mit der Nase einen Duft gerochen habend.  
Dafür heißen die Pālisätze wie folgt:

*Sotena saddam sutvā*

*ghānena gandham ghayitvā.*

Bei dem letzten Pālisatz liegt allen drei Worten die gleiche Wurzel zugrunde: *ghānena gandham ghayitvā!* Wenn man das adäquat übersetzen wollte, so müsste man sagen:

„Durch den Riecher Gerüche gerochen habend.“

Ebenso müsste es heißen:

„Durch den Hörer Hörbares gehört habend.“

Ebenso heißt es:

*sotañ ca paticca sadde ca uppajjati sota-viññānam,*

*ghānañ ca paticca gandhe ca uppajjati ghānaviññānam.*

Durch Hörer und das Hörbare entsteht Hörer-Erfahrung, durch den Riecher und die Gerüche entsteht Riecher-Erfahrung.

Hier ist also nicht von körperlichen Werkzeugen: Nase und Ohren die Rede, sondern von inneren drängenden Wollensrichtungen, von Tendenzen, Neigungen nach sinnlicher Wahrnehmung die Rede, und diese sind es, die erfahren. Zum Beispiel der Riecher riecht Gerüche. Dieser erste Akt des Riech-Prozesses ist noch nicht dem Geist gemeldet, wird also von der Person noch nicht erfahren. Der nächste Satz in der Beschreibung des Erwachten für diesen Prozess lautet: „*Der drei Zu-*

*sammensein ist Berührung.*“ Das heißt, wenn der „Riecher“ zur Erfahrung des Geruchs gekommen ist – wenn also nicht zur gleichen Zeit Erfahrungen anderer Sinnesdränge stark engagieren – dann hat die Berührung des Riechers stattgefunden. Und *„Durch Berührung bedingt ist Gefühl.*“ Und zwar Wohlgefühl, wenn der Geruch dem subjektiven Geschmack des Riechers entspricht, und Wehgefühl, wenn er ihm widerspricht, und mehr oder weniger neutrales Gefühl, wenn er dem Riecher gleichgültig ist. Der nächste Satz in der Psychenlehre des Erwachten heißt: *„Was man fühlt, das nimmt man wahr.“* Das bedeutet, dass nun der von dem Riecher erfahrene („gerochene“) Duft und das vom Riecher dazu gegebene Gefühl, also beides zusammen, dem Geist gemeldet wird, so dass jetzt die Person um einen angenehmen oder unangenehmen Geruch weiß.

Das Pāliwort für „Wahrnehmung“ heißt *„saññā“* und das Verb *„sañjānāti“*, wörtlich „zusammenwissen“. Es ist ein Wissen von zweierlei: von dem „äußeren“ Gegenstand und von dem „persönlichen“ Geschmack. Dass dieses „Wissen“ nur zustande kam, weil die in den Sinnesorganen und dem Geist wohnenden Dränge berührt worden sind, wird nicht bemerkt und gewusst. Das ist die Ursache dafür, dass wir eine in „Innen“ und „Außen“ gesplattene Welt erleben.

Dabei aber erläutert der Buddha, dass alles, was der Mensch gegenwärtig wahrnimmt, aus Dingen besteht, die er durch sein bisheriges Wirken in Gedanken, Worten und Taten geschaffen hat. Das heißt also, dass der Mensch der Schöpfer seiner Erlebnisse ist, dass er in diesem Leben und über den Tod hinaus immer nur die Dinge erfährt, die er selber gemacht hat. Ganz so wie uns in jedem Traum immer nur begegnen kann, was unsere Psyche entsprechend unserem Charakter jeweils ausbrütet, ganz ebenso vergleicht der Erwachte die sinnliche Wahrnehmung mit Träumen, aus welchen der Buddha und die durch seine Belehrung zum Heil Gelangten erwacht sind.

Um dem westlichen Menschen verständlich zu machen,

inwiefern die von uns als stofflich erfahrenen Sinnesorgane die Fähigkeit haben, geistiges Erleben, eben die Wahrnehmung, das Bewusstsein von Formen, Tönen, Düften usw. zustande zu bringen, sei hier ein Gleichnis gegeben:

Wenn wir eine Geigensaite, die noch nicht aufgespannt ist, auf dem Tisch liegen haben, dann können wir ihr keinen Ton entlocken. Wenn diese Saite aber auf die Geige gespannt worden ist, dann besteht sie nicht mehr nur aus einer Darm- oder Stahlsaite, sondern besteht aus zweierlei: eben aus der Saite und aus einer Spannung. Die Saite ist vergewaltigt, der molekulare Zusammenhang ist verspannt. Man kann sich fast vorstellen, dass sie Schmerz empfindet. Und wenn sie nun mit dem Finger gezupft oder dem Bogen gestrichen wird, dann gibt sie einen Ton, den man der losen Saite nie entlocken kann. Aber nicht nur das, die unterschiedliche Spannung macht sich dadurch bemerkbar, dass sie, je stärker die Spannung ist, einen um so helleren Ton hervorbringt. Bekanntlich ist die Geigensaite so befestigt zwischen der Schnecke und dem Saitenhalter, dass sie da, wo sie der Schnecke am nächsten ist, auch der Unterlage, auf die sie gedrückt wird, am nächsten ist (vielleicht nur ein bis zwei Millimeter). Wenn sie dort heruntergedrückt wird, dann ist ihre an sich schon vorhandene Spannung um ein Weniges verstärkt. Wenn man aber dieselbe Geigensaite in der Nähe des Steges herunterdrückt, so wird sie erheblich stärker verspannt, so dass dort höhere Töne entstehen. Die ungespannte Geigensaite an sich gibt keinen Klang; erst wenn noch etwas ganz anderes, eine Vergewaltigung, hinzutritt, entstehen Töne. Es ist wie eine Schmerzäußerung. So wie die Geigensaite aus dem Wunsch des Instrumentenbauers nach einem schönen Klang entstanden ist, ganz ebenso sind die Sinnesorgane, wie der Erwachte lehrt, aus dem Gespanntsein der Sinnesdränge nach sichtbaren Formen, hörbaren Tönen usw. überhaupt erst entstanden. Die körperliche Erscheinung ist darum für den Kenner der Zusammenhänge Ausdruck seines fünffachen Bedürfnisses nach Weltwahrnehmung, mit welcher sich dann der Geist als sechster beschäftigt. Darum



wird das sechsfältige Interesse der Seele nach fünffacher sinnlicher Wahrnehmung und der Verarbeitung und Verwertung dieses Wahrgenommenen mit dem Geist als sechstes als „*āyātana*“ (Sucht, Drang, Spannung) bezeichnet. Diesem Begriff liegt die Wurzel *yam* zugrunde, die bedeutet „sich ausstrecken“, ein Ziel haben, darauf aus sein, genauso wie das Wort „Tendenz“ - abgeleitet von *tendere* - „spannen“, „sich hinrecken auf etwas“, „hinzielen“, „hinspannen“ bedeutet. Die Triebe, Tendenzen strecken sich aus, drängen nach Berührung durch die sechs äußeren Erfahrungsbereiche und werden als Verlangen und Sehnsucht empfunden. Diese Triebe sind Ursache und Wurzel des sichtbaren und als substantiell erlebten Körpers, durchdringen und durchziehen als sinnlich nicht wahrnehmbare Spannungen und Dränge die Sinnesorgane und damit den ganzen Körper, weshalb sie im gegenständlichen Körper (*rūpa-kāya*) einen Trieb- oder Spannungs- oder Empfindungssuchtkörper (*nāma-kāya*) bilden. Die Tatsache, dass dieser Empfindungskörper sechsfältig ist, bezeichnet der Erwachte mit dem Begriff „*salāyātana*“, sechs Süchte. Der Luger (die Triebe im Auge) ist eine Sucht nach bestimmten Formen; der Lauscher (die Triebe im Ohr) ist ein Vakuum nach Berührung durch bestimmte Töne und bedingt Abstoßung entgegengesetzter usw. Diese nach Berührung und damit Erfahrung drängenden Triebe und das von ihnen Erfahrene nennt der Erwachte immer zusammen als sechs Paare und nie als zwölf einzelne Faktoren:

Der Luger und die Formen  
der Lauscher und die Töne usw.

Durch die Berührungssüchte in den Sinnesorganen (der berührungshungrige Luger, Lauscher usw. wird als Ich bezeichnet - *ajjhattika-āyatana* – von K.E. Neumann als „Innengebiet“ übersetzt) kommt zwangsläufig das früher gewirkte und bei der Berührung als außen Vorgestellte (*bahiddha āyatana* – von K.E. Neumann als „Außengebiet“ übersetzt: Formen, Töne usw.) zur Berührung. Der Erwachte lehrt, dass die Erfahrung von „Welt“ sowohl wie die Erfahrung von „Ich“ Erfahrung ist,

also aus „Erleben“, d.h. aus Bewusstsein besteht, dass wir es also insofern nicht mit einer unabhängig von uns bestehenden Außenwelt zu tun haben, vielmehr unser Leben aus nur zweierlei besteht: aus der rieselnden Folge der von uns ausgehenden Taten und Gesinnungen – ausgehend von unserem Geist und vorwiegend angetrieben von den Trieben des Herzens – und unserem Erleben als der Rückkehr des von uns ausgegangenen Gewirkten. Dennoch haben wir fast ununterbrochen den Eindruck, als ob „wir“ mittels der Sinnesorgane unseres Körpers „eine Außenwelt“ erlebten durch Sehen, Hören usw., dass also „die Welt“, die „wir“ wahrnahmen, „um uns herum“ sei. Der Erwachte lehrt jedoch (A IV,45):

*In diesem Körper (einschließlich des Empfindungssuchtkörpers) mit Wahrnehmung und Geist, da ist die Welt enthalten und der Welt Fortsetzung, der Welt Beendigung und die zur Weltbeendigung führende Vorgehensweise.*

Das heißt, die im Körper inkarnierten Sinnensüchte, das Herz mit der Gesamtheit seiner Triebe, entwirft im Geist das Bewusstsein einer Welt, die nicht „da draußen“ ist, unabhängig vom Erleber, sondern von den Trieben nach außen projiziert ist.

Die dem Körper innewohnenden Sinnensüchte bestimmen die sinnliche Wahrnehmung. Wenn diese Sucht nach Weltwahrnehmung ruht, weil im Herzen Größeres, Seligeres erfahren wird, dann ist auch nicht Wahrnehmung von Welt.

Diese Tatsache wird am Ende von M 28 bis ins Kleinste erklärt. Da sagt der weise Mönch *Sāriputto*: Wenn keine „Ernährung“ (Berührung der Triebe) stattfindet, dann kommt es nicht zur sinnlichen Erfahrung äußerer Formen. - Das heißt ja, dass ohne Triebe Formen nicht erlebt werden. Erst durch das Begehren nach Berührung kann diese stattfinden. So geht also Wahrnehmen nicht aus dem Einfall von Lichtstrahlen in das Auge, Schallwellen ans Ohr usw. hervor, sondern aus dem inneren begehrenden Wollen nach solchen Dingen oder - bei

dem vom Begehren Befreiten - aus einem bewussten Richten der geistigen Aufmerksamkeit nach außen.

Und in M 43 wird erklärt, dass die Gesamtheit der Triebe, der Zuneigungen und Abneigungen (Gier und Hass) „die Erscheinungsmacher“ (*nimittakarana*) sind, und die Erscheinungen sind ja zusammen „die Welt“. Ja, dort heißt es, dass sie überhaupt „das Etwas“ (*kiñcana*) sind, und alles Etwas zusammengenommen ist ja die Welt. So sind die Süchte nach Berührung der unmittelbare Weltmacher, sind die Wurzel der Welt, des *rūpa*. Der kleinliche Empfinder empfindet kleinliche *rūpa*, erbärmliche Welt mit viel Not. Der über alles Kleinliche hinausgestiegene, hochherzige Empfinder empfindet helle, selige *rūpa*, selige Welt. Wo aber alle Bedürftigkeit und Empfindlichkeit restlos aufgelöst ist - wo ist da Welt?

#### Die vom Geist ausgehende Aktivität

Das Gefühl als die Antwort der Sucht nach Berührung (im betroffenen Sinnesorgan) auf die Berührung wird zusammen mit der von den Trieben in den Sinnesorganen erfahrenen Form, dem Ton usw. dem Geist gemeldet, wird wahrgenommen. Der Geist fügt die Meldungen der Sinnesdränge zusammen, so dass der Mensch in seinem Geist z.B. weiß: „In diesem Geschäft habe ich die schönen Äpfel preiswert bekommen.“ Auf diese Weise ist im Gedächtnis das Wissen um ein in seinem Anliegen befriedigtes oder unbefriedigtes „Ich“ und um angenehme oder unangenehme „Dinge“.

Und nun nimmt der Geist aktiv Stellung zu den Erlebnissen, wie der Erwachte in unserer Lehrrede, ebenso wie in M 137, erklärt:

*Achtzehnfaches geistiges Angehen hat der Mensch an sich: Hat er mit dem Luger eine Form erblickt, so geht er die erfreulich bestehende Form an, geht die unerfreulich bestehende Form an, geht die gleichgültig bestehende Form an. Hat er mit dem Lauscher einen Ton*

*gehört - mit dem Riecher einen Duft gerochen - mit dem Schmecker einen Saft geschmeckt - mit dem Taster eine Tasting getastet - mit dem Denker ein Ding erfahren, so geht er das erfreulich bestehende Ding an, geht das unerfreulich bestehende Ding an, geht das gleichgültig bestehende Ding an.*

*Dieses achtzehnfache geistige Angehen gibt es, ihr Mönche. Das ist die von mir aufgezeigte Lehre. Wurde dies gesagt, so wurde es darum gesagt.*

Da es sich um Beeindruckung von sechs verschiedenen Süchten handelt und da auf jeden der sechs Sinnesdränge der Eindruck dreifach verschieden, nämlich wohlthuend oder unangenehm oder neutral sein kann, so kann der Geist, der auf den jeweiligen Sinnesindruck reagiert, in sechs mal drei = achtzehn verschiedenen Weisen die Dinge angehen (s. M 137, 140, A III, 101).

Von den Trieben des Herzens geht das unbewusste, aber fühlbare Verlangen nach bestimmten Erlebnissen aus; und wenn bestimmte Berührungen seitens der Triebe verlangt werden, aber andere Berührungen erfahren werden, dann antworten sie darauf mit Wehgefühl, worauf der Geist unter Heranziehung der aus Erfahrung und Belehrung im Gedächtnis eingetragenen Daten auf anderem Weg doch zum Wohl zu kommen sucht: „*Er geht die unerfreulich bestehende Form an.*“ Bei Befriedigung der Tendenz („*bei erfreulich bestehender Form*“) strebt er die Wiederholung an, und bei weder erfreulichen noch unerfreulichen Eindrücken wird auch der Geist kaum aktiv. – Wie bei den fünf Wirksamkeiten der Psyche (*nāma*) beschrieben,<sup>5</sup> hat die geistige Aktivität die beiden Möglichkeiten: entweder sich erneut für die Berührung zu entschließen, um zum Wohl zu kommen, oder sich für die geistige Aufmerksamkeit, prüfendes Nachdenken zu entschie-

---

5 S. „Die fünf Wirksamkeiten der Psyche“ im Bedingungs-zusammenhang (z.B. in M 9)

ßen, um zu Erkenntnissen und Einsichten zu kommen – zu falschen, heilsuntauglichen bei falscher Anschauung, zu richtigen, heilstauglichen bei rechter Anschauung.

Wir alle kennen diese beiden geistigen Möglichkeiten, denn wir entscheiden fortlaufend und fast unbewusst darüber, ob wir der Lust und Unlust, der spontanen Reaktion oder (rechten oder falschen) geistigen Einsichten folgen wollen.

Die erste geistige Aktivität, der Wille, die Absicht des Menschen, ist meistens auf die Berührung gerichtet zur Herbeiführung des Angenehmeren oder zum Abbruch des Unangenehmen, während die vernunftgemäßeren Erwägungen, die Betrachtung der Situation auf Grund rechter oder falscher Anschauung – wenn überhaupt – immer erst in zweiter Linie aufkommt.

Durch die Bevorzugung des Gefühls - Befriedigung des Gefühls = Ergreifen (*upādāna*) bleiben die Triebe erhalten, bleibt der Mensch abhängig von den Berührungen der Triebe durch die Gegebenheiten, wie es der Erwachte beschreibt mit den Worten (M 36):

*Da steigt einem unbelehrten Menschen ein Wohlgefühl auf. Wenn er vom Wohlgefühl getroffen ist, wird er wohlbegehrlich, gibt sich dem Wohlgenuss hin. Wenn er sich dem Wohlgefühl hingibt, sein Denken darum herumkreisen lässt, dann wird das Herz aufgewühlt und (noch mehr) daran gefesselt.*

Das heißt, dass sich das Herz an die Dinge gewöhnt: *Was der Mensch häufig bedenkt und sinnt, dahin geneigt wird das Herz.* (M 19)

Der Drang nach Befriedigung, empfunden als bewusster Durst oder Drang nach bestimmten Erlebnissen, ist wie ein Leck im Schiff. So wie man bei einem lecken Schiff nur deshalb immer pumpen muss, um es über Wasser zu halten, weil es ein Leck hat, so muss man nur wegen des Durstes die Befriedigung anstreben, muss die betreffenden begehrten Dinge, von denen man „meint“, sie seien für einen nötig, heranschaffen, ergreifen; und je mehr Bedürfnisse da sind, um so mehr muss herangeschafft werden. Da ist also ein vielbedürftiger

Mensch wie ein durchlöchertes Schiff, bei welchem die ganze Mannschaft ununterbrochen nur mit dem Pumpen beschäftigt sein muss, während ein Bedürfnisfreier wie ein leckfreies Schiff ist, das sicher und ruhig über Wasser bleibt.

Da aber die Welt keine Schüssel ist, aus der der Durstige unentwegt schöpfen kann, wessen er bedarf, so ist Nichterlangen und damit Wehgefühl unvermeidbar. Und selbst wenn er erlangt und dadurch Wohlgefühl empfindet: das Wohlgefühl ist unbeständig, vergeht:

*Mit dem Schwinden von Wohlgefühl aber steigt Wehgefühl auf, und durch dieses Wehgefühl wird er erschreckt, erschüttert, verstört. (M 38)*

Jede im Geist bejahte Befriedigung vergrößert den Durst, und durch die Hingabe an das Wohl wird neues Leiden geschaffen.

Die geistige Aktivität, der Wille, geht also in der Regel entweder dahin, die Berührung, welche zu Wohlgefühl geführt hat, wieder herbeizuführen, oder aber es ergeben sich andere Ansichten oder Einsichten, so dass er zu prüfendem Nachdenken kommt, denn das Gedächtnis enthält auch Erfahrungen, die die totale Erfüllung der Sinnenwünsche fragwürdig machen, z.B. wenn er als Folge von Wunscherfüllung Krankheit, Konflikte mit Personen seiner Umwelt oder Durchkreuzung ihm wichtiger Anliegen erfährt. Von daher kommt er zu einer mehr oder weniger bewussten und entschiedenen Steuerung nach den Maßstäben von Vernunft und Moral, indem er unter Umständen mehr oder weniger drängende Wünsche der Triebe nicht erfüllt, weil er aus vergangenen Erfahrungen voraussieht, dass er dadurch bald oder später Schaden haben würde (Vernunft) oder dass er dadurch andere schädigt und gefährdet (Moral), oder er hat von religiösen Menschen gehört: es gibt höhere Welten, in denen viel mehr Wohl erfahren wird als auf der Erde. Auch wenn er diese Tatsache im Geist anerkennt, ist die programmierte Wohlsuche nach wie vor auf sinnliches Wohlgefühl aus. Da meldet sich nun die weisheitliche Erfahrung und sagt nicht nur, dass aus rücksichtslosem Verfolgen sinnlicher Neigungen Nachteile für ihn selber erwachsen, son-

dem auch, dass Rücksicht und gar Fürsorge für das Wohlergehen der Mitwesen ein unmittelbares Wohl mit sich bringt, das feiner und größer ist als das Wohl sinnlicher Befriedigung. Und vor allem erwächst aus diesem Sinn der Fürsorge für alle auch immer mehr Eintracht, gegenseitige Anerkennung und Zuneigung.

Aber die geistige Aktivität als weisheitliche Erinnerung, die die lockende Erfahrung verdrängen will, weist nicht nur hin auf spätere Nöte durch den Genuss oder auf höhere Genussmöglichkeiten durch Berücksichtigung der Anliegen anderer: der Weisheit steht noch eine höhere, hilfreichere Erfahrung und damit Erinnerung zur Verfügung: sie weiß, dass die Gewohnheit der sinnlichen Befriedigung sich durch hemmungslose Fortsetzung immer mehr befestigt und dass man damit nicht nur nicht aus der Sinnensuchtwelt ganz herauskommt, sondern durch zunehmende Bedürftigkeit sogar weiter abwärts gleitet. Und wer gar den ganzen Mechanismus der Triebbefriedigung mit all ihren Folgen und ebenso des Abstehens von der Triebbefriedigung vor Augen hat, dessen Erinnerung, dessen geistige Aktivität reicht weit über eine nur triebhörige oder triebhörig-kritisch-vernünftige Anschauung hinaus. Dann besteht die geistige Aktivität in dem Gegenwärtighalten der Einsicht: „Wenn ich diese schädliche Neigung in mir ausgerodet habe, dann bin ich eine beschwerende, sinnlose und unwürdige Last losgeworden, bin dem endgültigen Wohl ein Stück näher gekommen, dann geht es mir besser. Entlastung von Trieben tut wohl. Wie sehr muss da erst totale Triebfreiheit wohl tun!“

Während ein Nachfolger, der keine weltlosen Entrückungen oder gar den Anblick des Nirvāna erfahren hat, den sinnlichen Verlockungen kämpfend widerstehen und seine weisheitliche Aktivität einsetzen muss, so wird derjenige, der zeitliche Erlösungen oder gar durch die Betrachtung der Unbeständigkeit und Leidhaftigkeit das Ungewordene, Todlose erfahren hat, nun nicht nur der Weisheit im Widerspruch zu der kurz-sichtigen Verlockung der berührungshungrigen Triebe dahin folgen, sondern er wird vor allem von der viel tiefergehenden

Wohlerfahrung im Anblick der Unverletzbarkeit des Todlosen gezogen. Wir sehen hier die Aktivität des Geistes auf zwei entgegengesetzten Bahnen - den durch Berührung der Sinnesdränge entstandenen Gefühlen nachgehen oder den vom Geist erkannten höchsten Einsichten folgen – einmünden in die programmierte Wohlsuche, die programmierte geistige Aktivität, die entweder durch Befriedigungssuche bei den fünf Gegebenheiten im Samsāra festhält – „*Befriedigung ist des Leidens Wurzel*“ sagt der Erwachte (M 1) – oder zum Verständnis weisheitlicher Einsichten, Tugendläuterung und zur Erhellung und Reinigung des Herzens treibt.

Diese letztere Aktivität des Geistes, die mit der Aufnahme von Weisheit beginnt und mit der Programmierung des Geistes auf höheres, bleibendes Wohl schon Gewöhnung geworden ist und damit aus dem Samsāra, dem endlosen Leidenskreislauf, herausführt, ist darum die einzig fruchtbare, sich lohnende Anstrengung im Gegensatz zu den drei falschen Anschauungen der Asketen und Brahmanen, die den Geist nicht zu lohnender Anstrengung aktivieren.

Wegen der fühlenden Wesen zeigt der Erwachte  
das Leiden und den Ausweg daraus

Und nun schildert der Erwachte den bisher nur kurz genannten Leidenskreislauf vom Abschmecken der gewirkten Gegebenheiten (*dhātu*) durch die Triebe und geistigem Nachgehen der Triebbefriedigung zum Zweck erneuter Berührung der Triebe von der Geburt an und zeigt mit den vier Heilswahrheiten das Leiden, das aus geistigem Angehen, aus dem Sich-Befriedigen bei den Gefühlen erwächst, und den Ausweg daraus :

*Diese vier Heilswahrheiten gibt es, ihr Mönche. Das ist die von mir aufgezeigte Lehre. Warum wurde das gesagt? Nachdem sechs Gegebenheiten ergriffen sind, entsteht eine Leibesfrucht. Mit der Leibesfrucht ist das Psycho-Physische. Durch das Psycho-Physische be-*



*dingt sind die sechs (zu sich gezählten) Süchte nach sechs als außen erfahrenen Vorstellungen/Einbildungen (salāyatana). Wegen der sechs (zu sich gezählten) Süchte nach sechs als außen erfahrenen Vorstellungen/Einbildungen gibt es Berührung. Der Berührung wegen ist Gefühl. Dem Fühlenden aber, ihr Mönche, zeige ich auf: „Dies ist das Leiden, dies ist die Leidensursache, dies ist die Leidensauflösung, dies ist der zur Leidensauflösung führende Weg.“*

Wir streben alle nach Wohl, kennen aber oft nicht die Wege dahin, ja, wissen nicht einmal, was wirklich Wohl und Leiden ist, und darum wird so viel Leiden gefühlt. Wegen dieses Leidens, sagt der Erwachte, lehren die Erwachten, zeigen den Weg zu dauerhaftem Wohl.

Manche Menschen sagen: „Mir geht es um die Dinge, nicht um die Gefühle. Wenn ich die Dinge habe, ist mir wohl; sonst ist mir wehe.“ Diese Aussagen zeigen aber gerade, dass sie um der Gefühle willen nach den Dingen streben. Es kommt auch häufig vor, dass sich ein Mensch von bestimmten Dingen ein Wohlgefühl verspricht und es darum anstrebt, aber wenn er das Gewünschte erlangt hat, kein Wohlgefühl erlebt, weil ihm die Sache doch nicht das Wohl bringt, das er wünschte. Daran sieht man: es geht den Wesen bei den Vielfaltdingen immer nur um das Wohlgefühl. Die meisten sinnensüchtigen Wesen haben keine Ahnung davon, dass das Begegnungsleben in der Sinnensuchtwelt die größte und schmerzlichste unter drei Daseinsmöglichkeiten ist, können darum die höheren Möglichkeiten auch nicht anstreben wollen, sondern versuchen nur ununterbrochen, möglichst angenehme Begegnungen mit den Sinnendingen anzustreben – aber erfahren doch mehr Leiden als Wohl aus folgenden Gründen:

1. Jede aus dem Genuss von Sinnendingen hervorgehende Befriedigung ist nur sehr kurz. Bald ist die Befriedigung vorbei, und neuer Durst treibt zu neuem Erleben.

2. Die Interessensphären der Mitwesen greifen meistens ineinander: Man muss oft entweder verzichten oder rücksichtslos kämpfen.

3. Mit jedem Genießen der Sinnendinge nimmt der Durst nach Genuss immer mehr zu, man muss immer mehr haben, weshalb die Weisen die Sinnensucht als eine Süchtigkeit ansehen.

4. Dadurch nehmen Rivalität, Streit, Feindschaft, Gehässigkeit zu: von den feinsten Spannungen an bis zu Mord, Totschlag und Krieg.

5. Je mehr Neid, Eifersucht, Misstrauen, Feindschaft und Streit zunehmen, um so weniger bleibt Zeit, Kraft und Möglichkeit zum Sinnengenuss.

6. Auf begehrlisches und gehässiges Wirken in Gedanken, Worten und Taten folgt nach dem Tod Unterwelt mit Sinnenqual und Entsetzen.<sup>6</sup>

7. Auch der höchste und ganz selten mögliche Sinnengenuss in Frieden und Eintracht ist in unserem Zeitalter und im Menschentum doch meistens mühselig und beladen.

8. Und immer droht und endlich siegt – der Tod.

Für jeden Sinnensüchtigen beginnt das Leben im Diesseits damit, dass er die fünf Gegebenheiten ergreift und sie erfährt:

*Nachdem die sechs Gegebenheiten (im Mutterleib) ergriffen worden sind, entsteht eine Leibesfrucht, mit der Leibesfrucht ist das Psycho-Physische.*

Was heißt das? In M 38 lesen wir:

*Wenn Drei zusammenkommen, dann entsteht eine Leibesfrucht.*

Es wird erklärt, dass Mutter und Vater zusammenkommen müssen und dann als drittes Wesen der Jenseitige (*gandhabba*), also das Wesen, das zur Geburt drängt und darum einen Leib aufbauen will, in den Mutterschoß einsteigt. Statt „Jensei-

---

6 S. M 13 und 14

tiger“ wird in anderen Lehrreden (D 15) „die programmierte Wohlsuche des Geistes (*viññāna*)“, genannt, die das Psycho-Physische (den Empfindungssuchtkörper im feinstofflichen Leib) zum Eintritt in den Mutterleib lenkt.

Von diesem Augenblick an eignet sich das bisher jenseitig gewesene Wesen, das zukünftige Kind, im Mutterleib ein Ei an, das aus Festem, Flüssigem, Wärme und Luft besteht, einen gewissen Raum einnimmt und sich im Mutterleib zu dem kindlichen Körper entwickelt, der nach vielerlei Aussagen bereits im Mutterleib erfährt (sechste Gegebenheit) und unseren Sinnen erkennbar nach vollkommener Herstellung und Auszug aus dem Mutterleib auch die „äußere Materie“ erfährt. Das Ganze geschieht vom Augenblick des Eintretens des jenseitigen Wesens an in ununterbrochenem Zusammenwirken von Leib und Seele (*nāma-rūpa*) des Sinnensüchtigen in Begegnung mit „Welt“. Das beschreibt der Erwachte mit den Worten:

*Durch das Psycho-Physische bedingt sind die sechs zu sich gezählten Süchte nach sechs als außen erfahrenen Vorstellungen / Einbildungen (salāyatana).*

Das heißt lediglich, dass das Psycho-Physische in seiner Struktur aus sechs zu sich gezählten Süchten nach sechs als Außen erfahrenen Vorstellungen besteht. Die Psyche ist ein sechs-faches Spannungsgefüge, das es an sich hat, auf sechs Arten von Eindrücken gespannt zu sein. Wegen der sechs Süchte nach sechs als außen erfahrenen Vorstellungen/Einbildungen gibt es Berührung, und durch Berührung bedingt ist Gefühl.

Wegen der sechs Sinnesdränge des Jenseitigen wird ein grobstofflicher Körper mit Sinnesorganen aufgebaut, durch den die Triebe des Sinnensüchtigen bei der Berührung und Begegnung mit den sichtbaren Formen, den hörbaren Tönen, den Düften, dem Schmeck- und Tastbaren die ersehnte Befriedigung für ihre Sinnensüchtigkeit zu erlangen suchen, so schon im Mutterleib und ab der Geburt. So spielt sich das Le-

ben in ununterbrochener Berührung und Begegnung mit sinnlich wahrgenommenen Formen, Tönen, Düften, Schmeck- und Tastbarem ab, was mit Gefühl besetzt in den Geist eingetragen wird. Daraus folgert der Geist dann wieder, welche Begegnungen in Zukunft angestrebt und welche gemieden werden sollen.

Alles geschieht zu dem Zweck, Wohl zu erleben und Wehe zu vermeiden. Darum sagt der Erwachte:

*Wegen des empfindenden, fühlenden Wesens zeige ich auf, was Leiden ist, wodurch Leiden entsteht und sich fortsetzt, wie Leiden aufgelöst wird und wie die zur Leidensbeendigung führende Vorgehensweise ist.*

### *1. Die Heilswahrheit vom Leiden*

Der Erwachte beschreibt die erste Heilswahrheit vom Leiden wie folgt (so auch in M 141 u.a.):

*Geburt ist Leiden, Altern ist Leiden, Krankheit ist Leiden, Sterben ist Leiden.*

*Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung sind Leiden.*

*Vereintsein mit Unliebem, Getrenntsein von Liebem ist Leiden,*

*Was man begehrt, nicht erlangen, ist Leiden, kurz gesagt: Die fünf Zusammenhäufungen sind Leiden.*

Die vom Erwachten genannten Leidensformen verteilen sich auf die ersten vier dieser fünf Zusammenhäufungen, und damit erschöpfen sich die gesamten Leidensmöglichkeiten aller Wesen in allen Bereichen der Existenz.

1. Geburt, Alter, Krankheit und Sterben – das sind die Leiden, die an der Form erlebt werden.
2. Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung –

das sind die Leiden, die am Gefühl erlebt werden.

3. Vereintsein mit Unliebem und Getrenntsein von Liebem – das sind die Leiden, die in der Wahrnehmung, im Erleben erfahren werden.
4. Was man begehrt, nicht erlangen, die meistens vergeblichen Bemühungen des Menschen, zu Wohl zu kommen, die letztlich durch Altern und Sterben endgültig durchkreuzt werden, das sind die Leiden, die man beim Anstreben, also in der Aktivität, erfährt.

Der fünften Zusammenhäufung, der programmierten Wohlsuche, ordnet der Erwachte keine spezielle Leidensform zu, denn sie ist die programmierte Aktivität, die durstgetriebene, im Geist ausgebildete Wohlerfahrungssuche (*viññāna*), die die Sinnesorgane an die gewünschten Objekte oder diese an den Körper führt, also *rūpa* mit *nāma* verbindet, wodurch Leiden insgesamt fortgesetzt wird.

Das Leiden durchschauen, die erste Heilswahrheit begreifen, heißt also, die fünf Zusammenhäufungen zu betrachten, wodurch die vierte und fünfte Zusammenhäufung korrigiert werden. Alles, was irgend erfahren wird und erfahrbar ist, einschließlich des Erfahrens selber, das ist immer nur innerhalb dieser fünf Zusammenhäufungen – es gibt keine andere Möglichkeit:

Formen (1) und Gefühle (2) werden wahrgenommen (3). Das heißt, was durch die mit Sinnesdrängen besetzten Sinnesorgane erfahren, gefühlt wird, gelangt in den Geist als Wahrnehmung. Die Gefühle sind die „subjektive“ Geschmacksmeldung der Sinnesdränge als angenehm oder unangenehm, als sympathisch oder unsympathisch. Damit sind die im Geist zu einem Ganzen zusammengefügt Eindrücke nicht seelenlose Formen, Töne usw., sondern angenehme oder unangenehme Dinge des Lebens, wie wir es in jedem Augenblick erfahren und wiedererkennen. Die „Seele“ – das Empfindende, Wertende, Benennende (*nāma*) – hat ihren Bezug zu ihnen als Gefühl geäußert. – Sind angenehme oder unangenehme Dinge wahrgenommen, so wird der Geist aktiv (4), geht die gefühlsbesetz-

ten Dinge an, folgt in den meisten Fällen dem Durst – das ist Ergreifen (*upādāna*) – indem er die angenehmen Dinge zu erlangen sucht (sofern er nicht sogleich erkennt, dass sie unangenehme Folgen nach sich ziehen) und die unangenehmen Dinge zu vermeiden sucht (sofern er nicht sogleich erkennt, dass die Vermeidung – z.B. der Erfüllung mancher Pflichten – unangenehme Folgen nach sich zieht). So fügt der Geist dem positiven oder negativen Urteil der Triebe, die bei ihm ein spontanes „Hin“ oder „Weg“ auslösen, noch anderes Erfahrungswissen hinzu.

Diese von frühester Jugend auf eingeübte Angehungsweise auf die Wahrnehmung spielt sich ein, wird Gewöhnung, und aus bisheriger Wohl- und Wehe-Erfahrung wird nun der Körper vom Geist gehandhabt und gelenkt (programmierte Wohlerfahrungssuche – 5), um das Angenehme wieder zu erfahren und das Unangenehme und Schmerzliche zu vermeiden, aber meistens in Unkenntnis dessen, was letztlich leidvoll ist und Leiden nach sich zieht. So sagt der Erwachte (M 149):

*Wer den Luger, die Form, Luger-Erfahrung, Luger-Berührung, Gefühl usw. nicht der Wirklichkeit gemäß versteht, wird davon (positiv oder negativ) gereizt (sārajati). Weil er davon gereizt ist, darin verstrickt ist (samyutta), sich blenden lässt (samulha), Befriedigung sucht (assādānupassī = nur auf das Befriedigende sieht, d.h. verblendet die Wahrnehmung annimmt und so den Durst verstärkt), häufen sich ihm die fünf Zusammenhäufungen weiterhin auf und der Durst und die Sucht nach Befriedigung wächst weiter. Dem wachsen körperliche Spannungen, gemüthafte Spannungen weiter; körperliche Qualen, gemüthafte Qualen, körperliches und gemüthafte Fiebern, körperlicher und geistiger Schmerz nehmen zu.*

Die fünf Zusammenhäufungen entsprechen dem in dieser Lehrrede bereits behandelten Zusammenhang: Fünf vorgestellte Gegebenheiten werden von sechs Berührungssüchten erfahren und vom Geist angegangen (s. die Gegenüberstellung auf der folgenden Seite), und beide Zusammenhänge können grob

zusammengefasst werden als das Zusammenwirken von Körper, Herz (Trieben) und Geist in ihrem endlosen, sinnlosen Kreiszusammenhang, der immer wieder neu die Vorstellung eines empfindenden, fühlenden Ich in einer als Wohl und Wehe erlebten Welt entwirft.

Den Ausbruch aus diesem Leidenszusammenhang bewirkt die Aktivität des Geistes, in den die Kenntnis der Heilswahrheiten gelangt ist.

Und nun nennt der Erwachte scheinbar abweichend von der sonstigen Formulierung der zweiten Heilswahrheit vom Leiden als Leidensfortsetzung die Kette der bedingten Entstehung.

<b>Fünf Zusammenhäufungen</b>		<b>Zusammenhang in A III,62 M 140 u.a.</b>
Körper und Außenform	Form ( <i>rūpa</i> ) (die als „außen“ erlebte Materie und der als „Ich“ aufgefasste Körper, der mit Sinnen-süchten besetzt ist)	<u>Fünf Gegebenheiten</u> ( <i>dhātu</i> ) (Festes, Flüssiges, Temperatur, Luft, Raum)
Herz		werden von fünf <u>Berührungssüchten</u> (Luger, Lau-scher, Riecher, Schmecker, Taster) erfahren (Erfahrung = sechste Gegebenheit)
	Gefühl ( <i>vedanā</i> )	und mit Gefühl beantwortet.
	Wahrnehmung ( <i>saññā</i> )	Form und Gefühl werden als Wahrnehmung in den Geist eingetragen (Blendung) und assoziiert (sechste Berührungssucht nach Information)
Geist	Aktivität ( <i>sankhāra</i> ): Absicht auf Formen, Töne, ...	<u>Geistiges Angehen</u> : Das Angenehme wird angestrebt, das Unangenehme zu vermeiden gesucht (so weit keine späteren schlimmeren Folgen vorausgesehen werden)
Geist	Programmierte Wohlerfahrungssuche ( <i>viññāna</i> )	Aus bisheriger Wohl-, Wehe-Erfahrung wird im Geist die Wohlerfahrungssuche programmiert: Sie lenkt d. Körper zur Erfahrung
Körper Außen-	Form	der fünf Gegebenheiten zum Zweck erneuter Be-



<b>Fünf Zusammen- häufungen</b>	<b>Zusammenhang in A III,62 M 140 u.a.</b>
form	rührung der Sinnensüchte
Herz	
Gefühl	die mit Gefühl antworten, ...
usw.	usw.

2. Die Heilswahrheit von der Leidensursache  
*Welches ist die Heilswahrheit von der Leidensursache?*

1. *Durch Wahn bedingt sind die Bewegtheiten.*
2. *Durch die Bewegtheiten bedingt ist die programmierte Wohlsuche.*
3. *Durch die programmierte Wohlsuche bedingt ist das Psycho-Physische.*
4. *Durch das Psycho-Physische bedingt sind die sechs zu sich gezählten Süchte nach sechs als Außen erfahrenen Vorstellungen.*
5. *Durch die sechs zu sich gezählten Süchte nach sechs als Außen erfahrenen Vorstellungen bedingt ist Berührung.*
6. *Durch Berührung bedingt ist Gefühl.*
7. *Durch Gefühl bedingt ist Durst.*
8. *Durch Durst bedingt ist Ergreifen.*
9. *Durch Ergreifen bedingt ist Dasein.*
10. *Durch Dasein bedingt ist Geburt.*
11. *Durch Geburt bedingt ist Altern und Sterben.*

Der Durst ist die Ursache fast aller vom Menschen ausgehenden Bewegung und Dynamik, die Ursache aller Verwicklun-

gen, Krisen und Katastrophen im Lauf der menschlichen Entwicklung.

Bei aller Kraft des Durstes besteht er aber doch nicht aus sich heraus, er ist nicht die selbstständige Macht, als die er erscheint, sondern er steht und fällt mit der Kraft der Triebe und der von ihnen entworfenen gefühlsbesetzten Wahrnehmung, die der Erwachte als Blendung (*moha*) bezeichnet. Die Triebe wählen das zu Beachtende nicht aus nach Vernunft, Moral oder Notwendigkeit, sondern die Stärke der Triebe, das Anliegen bestimmt bei der Berührung mit den Außendingen völlig blind die Stärke des Gefühls; z.B. erleben Menschen auf Grund ihrer unterschiedlichen Triebe dieselbe Umgebung oft völlig verschieden bis gegensätzlich. Sie erleben sie durch ihre Triebe verblendet. Hinzu kommt, dass die gefühlsbesetzten Wahrnehmungen, die den Geist füllen, in diesem die wahnhafteste Vorstellung erzeugen: „Der Empfindende bin ich, das Empfundene ist die Welt.“ Und „Dies gefällt mir, jenes missfällt mir.“ Nur auf Grund dieser Wahnvorstellung von Ich und Welt kann Durst aufkommen, gespürte Zuneigung zu diesem oder Abneigung gegen jene Objekte.

Wie eng Durst und Wahn zusammenhängen, beschreibt der Erwachte in einem Gleichnis. (M 105) Er vergleicht den normalen, von ihm nicht belehrten Menschen mit einem vom Giftpfeil getroffenen und darum in Todesgefahr stehenden.

Der Pfeil, der eine Wunde aufreißt, in der er nun steckt, ist ein Gleichnis für den Durst. Das tödliche Gift am Pfeil gilt als Gleichnis für Wahn (*avijjā*). Der normale, unbelehrte Mensch ist durch seinen wahnbedingten Glauben an ein Ich und an eine Welt und durch seinen schmerzlich drängenden sechsfältigen Durst dem Tod, dem Samsāra verfallen: eine von den Trieben kommende traumhafte Wahrnehmung hält er für äußeres wirkliches Geschehen, das von ihm erlebt würde. Der Giftpfeil steckt in ihm, so folgt er der Fata Morgana und strebt die von ihr angebotenen, den Trieben verlockend erscheinenden Objekte an, sucht zu vermeiden, was an dieser Fata Morgana als Schreckliches erscheint, und kann doch letztlich dem, was

seinem Geist als das Schrecklichste erscheint – dem, was er für die Vernichtung des Ich hält, dem körperlichen Tod – nicht entgehen.

So ist der triebbedingte Wahn eines Ich in einer Umwelt die noch vor dem Durst liegende Ursache für die Fortsetzung des Leidens, die alle weiteren Glieder der bedingten Entstehung und als achtens auch den Durst bedingt. Aus diesem Grund wird hier nicht nur der Durst allein genannt, sondern der gesamte Bedingungs-zusammenhang, der ausführlich in M 9 besprochen ist. Die Beschaffenheit des triebbedingten Wahns (*avijjā* - 1) bestimmt Qualität und Anzahl der drei Bewegtheiten, Vorgänge (*sankhāra* - 2). Grober Wahn entwirft die Vorstellung eines sinnensüchtigen Ich in einer sinnensüchtigen Welt mit allen drei Bewegtheiten oder Vorgängen: körperliche Bewegtheit, denkerische Bewegtheit, Bewegtheit von Gefühl und Wahrnehmung; mittlerer Wahn entwirft ein Ich- und Welterlebnis, das in der Vorstellung von Reiner Form (frei von Sinnensucht und „Materie“-Erlebnis) besteht; feinsten Wahn entwirft die Wahrnehmung von Formlosigkeit (nur Bewegtheit von Gefühl und Wahrnehmung) ohne Ich- und Welt-Erlebnis. Von der denkerischen Bewegtheit geht die programmierte Wohlsuche aus (*viññāna* - 3), welche die gewünschten Formen an die vom Empfindungssuchtkörper besetzten Sinnesorgane (*nāma-rūpa* - 4) heranführt. Bei dieser Berührung (*phassa* - 5) des Wollenskörpers, der zu sich gezählten sechs Süchte nach sechs als Außen erfahrenen Vorstellungen (*salāyatana* - 6) entsteht Gefühl (*vedanā* - 7), welches die Absicht auslöst, den Durst (*tanhā* - 8), das Angenehme zu erlangen, das Unangenehme zu vermeiden, falls nicht Vernunft oder Weisheit ein anderes Vorgehen anregen. Der Durst treibt dazu, sich bei dem Gefühl zu befriedigen (*upādāna* - 9): das als angenehm Empfundene in Gedanken, Worten und Taten zu genießen, das als unangenehm Empfundene in Gedanken, Worten und Taten zu meiden und zu fliehen. Das so mit Gefühl Besetzte, Herangenommene ist nun an einen als Ich empfundenen Täter gebunden, das Verhältnis beider ist damit ins Dasein (*bhava* - 10) gesetzt und

wird wieder herantreten, geboren werden (*jati - 11*) und damit altern und sterben (*jarāmarana - 12*).

So hält der triebbedingte und triebebedingende Wahn, dass da ein fühlendes, begehrendes Ich einer Umwelt gegenüberstünde, als allererste Leidensursache das ganze Leidenschwungrad in Bewegung, setzt Leiden - immer wieder Geborenwerden, Altern und Sterben, Nichterlangen des Begehrten, Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung - immer nur fort, ausweglos.

### 3. Die Heilswahrheit von der Leidensauflösung

*Und welches ist die Heilswahrheit von der Leidensauflösung?*

*Durch die restlose Auflösung des Wahns sind die Bewegtheiten aufgelöst.*

*Durch die Auflösung der Bewegtheiten ist die programmierte Wohlsuche aufgelöst.*

*Durch die Auflösung der programmierten Wohlsuche ist Psycho-Physisches aufgelöst.*

*Durch die Auflösung von Psycho-Physischem sind die sechs zu sich gezählten Süchte nach sechs als Außen erfahrenen Vorstellungen aufgelöst.*

*Durch die Auflösung der sechs zu sich gezählten Süchte nach sechs als Außen erfahrenen Vorstellungen ist Berührung aufgelöst.*

*Durch die Auflösung der Berührung ist Gefühl aufgelöst.*

*Durch die Auflösung des Gefühls ist Durst aufgelöst.*

*Durch die Auflösung des Durstes ist Ergreifen aufgelöst.*

*Durch die Auflösung des Ergreifens ist Dasein aufgelöst.*

*Durch die Auflösung des Daseins ist Geburt aufgelöst.*

*Durch die Auflösung von Geburt lösen sich  
Altern, Sterben, Kummer, Jammer, Schmerz,  
Gram und Verzweiflung auf.  
So kommt es zur Auflösung der gesamten Leidensan-  
häufung. – Dies nennt man die Heilswahrheit von der  
Leidensaflösung.*

Wer durch die Lehre des Erwahten begriffen hat, dass die Weltwahrnehmung ein krankhaftes, delirienhaftes Träumen von selbst ausgesponnenen Vorstellungen ist und dass sein gespürter Durst und Drang nach Befriedigung letztlich durch seine wahnhaftige Einbildung bedingt ist – dem sind die Bande des Wahns abgenommen. Er kann bei nüchterner Überlegung nicht mehr dem trügerischen Anschein verfallen, dem Wahn-  
eindruck, den die sinnliche Wahrnehmung auch ihm immer noch aufdringen will, dem Eindruck, dass da ein empfindendes Ich sei, dem die erlebte Welt gegenübersteht. Er sieht, dass die gefühlsbesetzten Blendungsdaten im Geist diesen Wahn erzeugen, und er sieht, dass alles Dürsten der Wesen, sowohl das drängende Verlangen nach den einen wie das besorgte Fliehen und Vermeiden der anderen Eindrücke, eine Krankheit des mit Trieben besetzten Herzens und die Ursache allen Leidens ist, das sich so lange fortsetzt, als die Krankheit nicht geheilt ist.

Von jetzt an denkt er bei jedem bewusst gewordenen seh-  
nenden Verlangen nach den einen und spontaner Abwendung von den anderen äußeren Erscheinungen mehr oder weniger daran, dass die Befriedigung des Durstes Leiden bringt, ihn im leidvollen Samsāra festhält. So sind ihm auch die Bande des Durstes (im Geist) genommen worden, er kann nicht mehr irgendeine der fünf Zusammenhäufungen endgültig als wohl-  
versprechend ansehen.

Aber die von dem Giftpfeil aufgerissene Wunde besteht noch und schmerzt öfter - das bedeutet, dass sein Herz von der Verstrickung des Wahns und des Durstes noch nicht frei ist und dass darum die Sinneserfahrungen fast noch die gleichen

Wohl- und Wehgefühle auslösen wie zuvor und zur Befriedigung drängen. Einen solchen Menschen vergleicht der Erwachte (M 105) mit einem Menschen, der da eine Schüssel mit verlockend aussehender, lieblich duftender Speise sieht, die auch köstlichen Geschmack verspricht, dass er aber von ihr weiß, dass sie vergiftet ist. Den Sinnesdrängen (das ist die Wunde) ist die Speise verlockend, und das reißt ihn noch öfter hin, sie zu genießen, aber in seinem Geist ist die Warnung, diese als tödlich durchschaute Speise nicht zu genießen: so ist der noch zwitterhafte, noch widerspruchsvolle Zustand des Heilsgängers, der den Weg der Heilsentwicklung endgültig betreten hat. Dieser Zustand währt so lange, als die Pfeilwunde noch nicht geheilt, das sinnliche Begehren aus dem Körper noch nicht ausgetrieben ist. In seinem Geist aber hat er bereits Wahn und Durst erkannt als die Ursache all seiner Leiden und Irrfahrten. In seinem Geist kann er den Ich- und Weltwahn immer wieder überwinden, und die durstige Forderung nach sinnlicher Befriedigung kann er im Geist durchschauen als die Wirkung der nach Entfernung des Pfeils noch verbliebenen Wunden, auf deren möglichst baldige und gründliche Heilung jetzt alles ankommt.

Ein solcher Mensch geht aufmerksam und vorsichtig durch dieses sinnliche Leben. Er hält sich vor Augen, dass die von dem Giftpfeil aufgerissene innere Wunde die Ursache ist für seine noch vorhandene Reizbarkeit durch die sinnlichen Erscheinungen. Von dem Geheilten, der von allen Trieben frei ist, sagt der Erwachte im obigen Gleichnis, dass ihm die sinnliche Welt nicht mehr als eine zwar vergiftete, aber dennoch köstlich lockende Speise erscheine, sondern wie eine giftige Schlange, die nicht nur wegen des Giftes, sondern auch wegen ihres Aussehens nur abstößt.

#### 4. Die Heilswahrheit von dem Weg zur Leidensauflösung

*Und welches ist die Heilswahrheit von der zur Leidensausrodung führenden Vorgehensweise?*

*Dies ist der heilende achtgliedrige Weg, nämlich  
rechte Anschauung,  
rechte Gemütsverfassung,  
rechte Rede,  
rechtes Handeln,  
rechte Lebensführung,  
rechtes Mühen,  
rechte Wahrheitsgegenwart,  
rechte Einigung.*

*Dies nennt man, ihr Mönche, die Heilswahrheit von  
der zur Leidensausrodung führenden Vorgehensweise.*

*Diese vier Heilswahrheiten gibt es, ihr Mönche. Das ist  
die von mir aufgezeigte Lehre... Wurde dies gesagt, so  
wurde es darum gesagt.*

Das erste Glied des Heilswegs, rechte Anschauung, beinhaltet die Erkenntnis, dass Wahn und Durst – die entscheidenden Faktoren im gesamten Bedingungs-zusammenhang<sup>7</sup> – die Ursache sind für das ausweglose Verbleiben im Leidensgang durch den Samsāra. Die Pflege dieser gewonnenen Einsicht führt immer wieder zur heilenden Gemütsverfassung: Freiheit von dem Durst nach Sinnendingen, von Antipathie bis Hass und Rücksichtslosigkeit.

Solange die heilende Gemütsverfassung lebendig gegenwärtig ist, kann der Nachfolger nicht untugendhaft handeln. Aber auch ohne Vorhandensein der rechten Gemütsverfassung bemüht sich der Nachfolger um Tugend. Selbst wenn er auf jemanden sehr ärgerlich ist oder etwas stark begehrt, was einem anderen gehört, dann wird er eingedenk der karmischen

---

7 Wir lesen in M 43 die Frage eines Mönches: „Wodurch setzt sich Dasein immer fort?“ - Darauf antwortet Sāriputto: „Weil die Wesen gehemmt durch Wahn (*avijjā*) und gefesselt durch Durst (*tanhā*) immer wieder da und dort Befriedigung suchen, darum wird Dasein immer weiter fortgesetzt.“

Folgen von üblen Taten, die sein eigenes Wohlergehen im Diesseits und im Jenseits gefährden, seiner Gemütsverfassung widerstehen und Übles lassen. Aber jeder Leser, der sich aufmerksam beobachtet, wird wissen, welchen starken Einfluss die jeweilige Gemütsverfassung auf sein Reden und Handeln ausübt, und darum werden wir leicht verstehen, dass jemand, der immer wieder über das Karmagesetz nachdenkt und sich die Folgen vor Augen führt und dadurch immer wieder nicht nur intellektuell, sondern auch mit dem Gemüt erfährt, wie wohltuend eine schonende und fürsorgliche Haltung jedermann gegenüber ist, allmählich zu einer fürsorglichen und schonenden Gemütsverfassung hinfindet, durch die ihm rechte Verhaltensweisen im Umgang mit den Mitmenschen viel leichter fallen. Daraus gewinnt er selbst innere Freude, die ihm eine weitere Entwicklung der Fürsorge und Nächstenliebe noch mehr erleichtert.

Der Abschnitt der Tugendläuterung ist der bewegteste und vielseitigste Teil des achtgliedrigen Weges. Wer sich diesen Abschnitt erobert hat, der hat wahrlich den schwierigsten Teil des ganzen Entwicklungsganges vollbracht. Der Erwachte vergleicht ihn mit der Ersteigung eines großen, hohen Felsens. (M 125)

Auf der Höhe des Felsens, gesichert vor dem Dschungel und allen seinen Gefahren, legt sich der Mann hin und ruht aus. Das gilt für die Entwicklung des *samādhi*, der Herzenseinigung (dritter Abschnitt oder sechstes bis achttes Glied des achtgliedrigen Heilswegs).

Nachdem er sich völlig ausgeruht und alle Strapazen des Kletterns weit hinter sich gelassen und vergessen hat, schaut er nun von der oberen Plattform des Felsens – seiner jetzigen Daseins- und Lebensebene – rings umher: jetzt erst sieht er alle Möglichkeiten des Daseins, wie sie wirklich sind; zuvor aber war ihm alles durch den Felsen verborgen und verdeckt. Dieser Zustand wird Weisheit, Klarblick (*paññā*) genannt, und er führt zur Erlösung im Heilsstand.

Mit diesen beiden Endpunkten seiner ganzen Entwicklung:



mit Weisheit und Erlösung, der Frucht des achtgliedrigen Heilswegs, hat er rechte Anschauung und rechte Gemütsverfassung erst vollkommen, d.h. aus Erfahrung erworben. Dagegen ist die am Anfang des achtgliedrigen Heilswegs genannte rechte Anschauung, die aus der Aussage des Erwachten über das Dasein in den Geist übernommene, zunächst mehr eine theoretische Erkenntnis, eine Richtschnur für die Herzenswandlung. Ebenso ist das Bemühen um rechte Gemütsverfassung am Anfang nur gelegentlich erfolgreich, während man noch länger in der alten Weise denkt und empfindet. - Das ist völlig überwunden von dem Geheilten, der aus eigener Erfahrung weiß, wie es sich mit dem Dasein verhält, und dessen Herz vollkommen rein ist.

Schon während des Tugendkampfes, währenddessen immer wieder die vom Herzen aufsteigende falsche Anschauung die gelernte und eingesehene rechte Anschauung verdrängen will, erfährt der Übende, wie er getrieben wird von den Trieben des Herzens. So lernt er sein Wesen erst richtig kennen, gewinnt Erfahrungsweisheit, die viel tiefer ist als die angelesene und gehörte. Darum sagt der Erwachte immer wieder, dass die rechte Tugend auch die rechte Weisheit fördert, aber auch, dass die rechte Weisheit wieder die rechte Tugend fördert.

Der moderne Mensch hat wenig Erfahrung in einer Umerziehung des gesamten Verhaltens, weil es heute in der Welt kaum noch solche tiefen religiösen Einsichten und Disziplinen gibt, die dergleichen lehren und betreiben. Dazu fehlt unter allen westlichen Wissenschaften ganz und gar die Heilswissenschaft. Darum kann man sich sehr schwer vorstellen, wie langsam eine solche Umerziehung vor sich geht und wie vieler Anläufe und Anstrengungen es bedarf.<sup>8</sup>

\*

---

8 Die einzelnen Stufen des achtgliedrigen Heilswegs haben wir ausführlich beschrieben in „Meditation nach dem Buddha“ S.35ff.

Die vier Heilswahrheiten bilden die höchste Aussage und Lehre des Erwachten. Die erste Heilswahrheit zeigt Hinfalliges als hinfällig, Leidiges als Leiden; die zweite Heilswahrheit zeigt die Verursachung des Leidens durch Durst, bedingt durch den Wahn von Ich und Welt und die daraus entstehende Kette von Bedingtheiten.

Die dritte Heilswahrheit zeigt: Wir sind der Kette der Bedingtheiten, dem automatischen Ablauf und dem dadurch bedingten Leiden nicht ausweglos verfallen, sondern wir können diesen Automatismus unterbrechen und ihn auflösen.

Die vierte Heilswahrheit zeigt die Vorgehensweise zur schrittweisen Auflösung des Leidens auf.

*Diese vier Heilswahrheiten gibt es, ihr Mönche. Das ist die von mir aufgezeigte Lehre, die von einsichtigen Asketen und Brahmanen nicht getadelt wird, als klar, fehlerfrei, untadelig gesehen wird. Wurde dies gesagt, so wurde es darum gesagt.*

ÜBER DIE GESPENSTER  
aus dem Khuddako-pātho, Peta-Vatthu und Samyutta-Nikāya

Gespenster im umfassenden Sinn =  
die Abgeschiedenen

Mit dem Pālibegriff *peta* im umfassenden Sinn = Abgeschiedener, Vorangegangener ist noch nicht ein bestimmter jenseitiger Zustand, ein bestimmter Bereich im Jenseits gemeint, sondern nur die Tatsache des Abgeschiedenseins von hier und des Eintritts ins Jenseits (Sn 590, Sn 807), im Tibetanischen Totenbuch auch „Zwischenreich“ genannt. Der Abgeschiedene lebt, wenn er menschliche Art hat, auch im Zwischenreich menschlich, bis er, wieder von Menschen angezogen, bei ihnen wiedergeboren wird. Der Abgeschiedene hat alle Erinnerungen an das vergangene Erdenleben. Er sieht als solcher seine Schwächen und Stärken, die auch im feinstofflichen Körper sichtbar sind, und hat dieselben Sehnsüchte und Anhänglichkeiten wie als Mensch.

*Sogyal Rinpoche* berichtet über den feinstofflichen Körper (*dibba-kāya*), den er Geistkörper nennt, nach dem Tod<sup>9</sup>. (Andere Bezeichnungen für den Geistkörper oder feinstofflichen Körper sind Astral-, Luicid- oder Fluidal-Körper.):

*Er besitzt alle Sinne; er ist äußerst leicht, luzide (hell, leuchtend) und beweglich, und die Bewusstheit ist angeblich siebenmal klarer als im Leben mit dem grobstofflichen Körper. Er ist außerdem mit einer rudimentären Form von Hellsichtigkeit ausgestattet; obwohl sie nicht bewusst und willentlich eingesetzt werden kann, verleiht sie dem Geistkörper die Fähigkeit, die Gedanken anderer zu lesen.*

*Wegen des machtvollen Einflusses des Denkens, das man*

---

<sup>9</sup> in „Das tibetische Buch vom Leben und vom Sterben“  
Otto Wilhelm Barth Verlag, 1994, S.339-341

auch als „karmischen Wind“ bezeichnet, ist der Geistkörper nicht in der Lage, auch nur für einen Augenblick stillzuhalten – er ist unaufhörlich in Bewegung. Durch bloße Kraft der Gedanken kann er ungehindert an jeden erdenklichen Ort gelangen. Da der Geistkörper keine materielle Grundlage hat, kann er durch solide Hindernisse wie Wände oder Berge einfach hindurchgehen.

Erhard Bätzner schreibt in seinem Buch „Das Rätsel des Lebens und das Geheimnis des Todes“ (Grafring 2005), viele Einzelberichte über das Zwischenreich zusammenfassend:

*In Bezug auf Aussehen, Kleidung, Ausdrucksweise und Verhalten der Verstorbenen besteht in der Astralwelt der größte Unterschied. Das Aussehen der Verstorbenen entspricht ihrem Charakter. Jeder Gedanke und jede Regung, ja, selbst das schwächste Gefühl prägt sich sofort in die Gestalt ein und ruft in ihr eine entsprechende Veränderung hervor. Eine Verstellung ist darum unmöglich. Jeder offenbart dort durch sein Aussehen, wie sein Inneres beschaffen ist. Wer oft auf Erden in Pracht und Herrlichkeit lebte und als Krösus gefeiert wurde, sieht dort wie ein gieriges Raubtier oder ein verkommener Mensch aus. Mancher schlichte, scheinbar ganz unbedeutende, unbeachtete, bescheidene Mensch leuchtet und strahlt dagegen nach seinem Tod in der Astralwelt und den höheren Sphären wie ein Stern oder eine Sonne. Er zeigt eine Reinheit und Schönheit, wie sie der genialste Künstler nicht idealer darstellen könnte.*

*Die Sprache des Verstorbenen besteht in einer Gedankenübertragung, die sich unmittelbar dem Bewusstsein des anderen einprägt und entsprechend erwidert werden kann.*

*Grundverschieden ist das Verhalten der einzelnen Verstorbenen. Der geistig träge Mensch hat ein großes Verlangen nach Ruhe und Bequemlichkeit. Er hält sich entweder in der ehemaligen Wohnung selbst auf oder aber in ihrer unmittelbaren Nähe, bis er andere entkörperte Begleiter findet, vor allem*

*Freunde und Verwandte. Diese waren wohl schon vorher neben ihm, doch hatte er sie bisher weder bemerkt noch sie verstanden. Allmählich lernt er neue Dinge kennen, und in demselben Maß, wie sein Verständnis für seine Umgebung wächst, werden auch die Neigungen, Wünsche und Begierden in ihm stärker und lebendiger. Erstaunt sieht er sich sogleich an dem Ort und im Besitz des Gegenstands seines Wunsches.*

*In kleineren und größeren Gruppen schließen sich die Verstorbenen ihrem Charakter, ihrem Wissen, ihren Fähigkeiten und Anschauungen entsprechend zusammen, knüpfen Freundschaften und bilden Vereinigungen und Parteien.*

*Der Naturverbundene lebt im Jenseits sein Naturdasein weiter und glaubt in der Natur zu sein, die er durch seine Gedanken und Vorstellungen um sich geschaffen hat.*

*Ein anderer erwartet sein Heil von äußeren Reformen. Dabei kommt er mit seinen Neuordnungen nie zu Ende und fällt von einem Extrem in das andere.*

*Der Trinker frönt auch nach seinem Tod seiner Leidenschaft. Er begibt sich an die Orte, an denen Alkohol zubereitet und genossen wird, um sich an den Düften zu laben, die er in sich aufnimmt, ähnlich wie der verkörperte Mensch die Luft einatmet. Auch veranlasst er auf Erden lebende Trinker, dem Laster recht oft zu frönen, um dann seine Begierde mitbefriedigen zu können. Auf diese Weise macht sich mancher zur Trunksucht Neigende nach und nach, ohne es zu ahnen, zum blinden Werkzeug und Spielball niederer Charaktere, die ihn beeinflussen und allmählich ganz nach ihrem Willen leiten und beherrschen. Da der Trinker im Jenseits kein volles Genügen des früher gekannten Genusses hat, so ist die Gier nach Befriedigung seines Lasters um so stärker. Er gerät darum oft in einen Zustand wahnsinniger Raserei.*

*Ist für den Mörder der Augenblick des Todes gekommen und ziehen die Bilderreihen seiner Taten und Gedanken an ihm vorüber, so wird ihm sein Verbrechen in seiner ganzen Tragweite und Ausweitung vor Augen stehen. Ist es ihm vielleicht im Erdenleben gelungen, seiner Bestrafung zu entgehen,*

so wird es ihm nunmehr klar, dass es in Wirklichkeit kein Ent-  
rinnen gibt. Der Umstand, dass seine Gedanken sowie auch  
die seines Opfers als reale Formen in voller Lebendigkeit dau-  
ernd vor ihm stehen, lässt ihn nicht zur Ruhe kommen. Sie  
verfolgen ihn beständig, wohin er sich auch wenden mag, und  
er wähnt sich dadurch fortwährend in mannigfacher Weise  
gepeinigt. Er glaubt, schwere, fast erdrückende Lasten über  
weite Ebenen und Berge schleppen zu müssen oder sich in  
großer Gefahr zu befinden. Rastlos wandert er von Ort zu Ort.  
Überall fühlt er sich bedroht. Nirgends glaubt er eine Heimat,  
eine kurze Ruhestätte oder ein Verständnis zu finden.

Der Mörder aber, den die Strafe der Hinrichtung ereilte,  
ist von Hassgedanken erfüllt, wenn er aus dem physischen  
Leben scheidet. Er versucht noch weiter zu morden und sich  
an der Menschheit zu rächen. Nachdem er sich seines Körpers  
gewaltsam beraubt sieht, wendet er sich dorthin, wo er ver-  
wandte Neigungen findet.

Der Selbstmörder erblickt in dem ihn umgebenden Dunkel  
seine eigenen Gedankenformen als farbig leuchtende Bilder,  
die gleich lebendigen Persönlichkeiten in lebhafter Bewegung  
um ihn kreisen. Da die meisten Selbstmörder nicht unterschei-  
den können, ob es wirkliche Wesen oder Scheingebilde sind, so  
ergreift sie bei diesem Anblick meist eine heftige Furcht. Sie  
hofften, nach dem Tod allen Hindernissen und Widerwärtig-  
keiten entrückt zu sein, und nun wird ihnen klar, dass diese  
sich nur fortwährend steigern und vermehren. Viele Selbst-  
mörder, die in ihrer großen Erregung ihren physischen Körper  
nicht beobachtet haben, glauben, ihre Absicht sei ihnen noch  
nicht vollständig gelungen und sie lebten noch als Mensch.  
Das bestärkt sie in dem Wahn, die unheilvolle Tat immer wie-  
der ausüben zu müssen, um dem leidvollen Zustand und der  
unangenehmen Umgebung entgehen zu können. Andere, die  
ihren verlassenen Körper noch beobachten und den Jammer  
ihrer Freunde, Angehörigen und Bekannten mitanhören, bre-  
chen nun gleichfalls in heftige Klagen aus. Sie folgen ihrem  
Leichnam auf den Friedhof, stehen manchmal wochen- und

*monatelang vor ihrem Grab und versuchen mit allen Mitteln, ihren Körper wieder zu beleben, in ihn einzutreten.*

*Erst wenn die Selbstmörder für Belehrungen höherer Wesen zugänglich geworden sind, bessert sich ihre traurige Lage und beginnt für sie die Vorbereitung für ihren Aufstieg.*

Gespenster im engeren Sinn =  
leidende „Arme Seelen“

Da die allermeisten Menschen kaum Kenntnis von dem Saat-Ernte-Gesetz haben und darum von geringer Moralität sind, so werden sie nach dem Tod nicht in einem menschenähnlichen Zwischenreich wiedergeboren, sondern gleich in der Hölle, in tierischem Schoß und im Gespensterreich in der engeren, zweiten Bedeutung des Begriffs *peta*, der mit „Gespenst“, „Arme Seele“, „Hungergeist“ übersetzt wird.

Auf die Frage, was den Menschen nach seinem Tod erwartet, antwortete der Erwachte (S 56,102-130), indem er ein klein wenig Erde mit dem Nagel seines Fingers aufhob und die Mönche fragte:

*Was ist wohl größer, Mönche, dies klein wenig Erde, das ich auf dem Nagel meines Fingers habe, oder die große Erde? – Viel mehr als dies klein wenig Erde ist die weite Erde. Gegenüber der weiten Erde kann dies winzig wenig Erde, das der Erhabene auf dem Nagel seines Fingers hat, nicht gezählt, nicht gerechnet, in gar keinen Vergleich gesetzt werden. –*

*Ebenso winzig ist, gegenüber der Anzahl der Lebewesen überhaupt, die Anzahl der Wesen, die nach ihrem Tod als Menschen oder gar als Götter wiedergeboren werden, im Vergleich zu der unermesslichen Zahl von Wesen, die nach dem Tod als Tiere, als Gespenster oder als höllische Wesen wiedererscheinen.*

Die Welt der dunklen, leidenden Gespenster wird vom Erwachten mit einem Baum verglichen, zu dem ein erschöpfter,

vom Sonnenbrand ausgedörrter Wüstenwanderer gelangt. Aber der Baum ist auf schlechtem Erdreich gewachsen, hat nur wenig Blattwerk und wirft nur wenig Schatten (M 12). Das schlechte Erdreich: das sind die geringen guten Taten und Gesinnungen. Das spärliche Laub: das sind die wenigen guten Früchte, die man gesät hat. Der kärgliche Schatten: das ist das geringe Wohl, das man erntet. Die Gespensterwelt in diesem engeren Sinn ist, wie der Erwachte generell sagt, meist von Wehe erfüllt, nur von wenig Wohl. Doch ist die Lebensqualität innerhalb des Gespensterreichs sehr unterschiedlich. Das Gleichnis vom Baum zeigt, dass man sich unter den Baum hierhin und dorthin setzen kann, dass man hier weniger, dort etwas mehr Schatten bekommt.

So ist der Unterschied zwischen dem äußersten Wohl und dem äußersten Wehe innerhalb des Gespensterreichs unvergleichlich größer als der Unterschied zwischen den höchsten gespenstischen Daseinsformen und den niedrigsten göttlichen Daseinsformen auf der einen Seite, aber auch als der Unterschied zwischen den niedrigsten gespenstischen Daseinsformen und den leichtesten höllischen Daseinsformen auf der anderen Seite. Ja, es liegen Berichte vor, wonach viele Gespenster zeitweilig höllische Qualen erleiden und zeitweilig erheblich weniger Leiden haben. Ganz ebenso ist auch die Spannweite des Leidens innerhalb der Höllen unvergleichlich größer als die Spannweite zwischen den leichtesten Höllenqualen und den schwersten gespenstischen Qualen. Ja, man muss nach den Berichten sogar sagen, dass die äußersten Qualen innerhalb des Gespensterreichs bis zu den mittleren Qualen der Hölle hinabreichen.

### Ursachen für die Wiedergeburt als Gespenst

Als Hauptursache für die Wiedergeburt im Gespensterreich bezeichnet der Erwachte die spezifischen Laster der Selbsterhaltungssucht, nämlich Verweigern, Geiz, Neid, Eifersucht, Schadenfreude, Heimtücke, Heuchelei, Betrug und verleumde-



rische Rede, ferner werden im Petavatthu genannt das Töten von Tieren als Schlachter und Jäger, Tierquälerei, Abtreibung, der Beruf des Scharfrichters, Stehlen, in andere Ehen einbrechen, Alkoholverkauf, Schelten und Schimpfen, besonders Beschimpfen von Mönchen, Unmoral verbreiten.

Im Allgemeinen wird die Erscheinung der Petas beschrieben als grauenerregend, furchtbar. Sie sind ohne Bekleidung, nackt oder in Lumpen oder bedecken nur mit den Haaren ihre Scham. Sie riechen nach Verwesung, sind von schwarzen Fliegen übersät, stinkend, abgemagert, ohne Fleisch und Blut, mit hervorstechenden Rippen wie ein Skelett. Sie sind hungrig, gierig nach Nahrung und nehmen fürlieb mit allem, was sie finden, mit Schmutz und Unflat. Sie sind in ihrem Benehmen unstet, voll Furcht, von Gewissensbissen gepeinigt. Aus Reue über ihre begangenen üblen Taten weinen sie.

Die Petas werden im tibetischen Rad des Lebens bildlich in der linken unteren Hälfte dargestellt als Wesen mit spindeldürren Gliedern und aufgeschwollenen Leibern. Sie sind in ständiger Not durch Hunger- und Durstqualen. Nach dieser Darstellung gibt es in ihrem Reich zwar große Reichtümer (Juwelen) und auch Speise und Trank in Mengen, aber die Petas haben einen Mund, der nicht größer ist als ein Nadelöhr, und Schlünde, Speiseröhren, die nur den Durchmesser eines Haares haben, durch welche sie niemals eine befriedigende Mahlzeit für ihre oft riesigen Körper einnehmen können. Und wenn sie etwas Speise zu sich genommen haben, wird sie in ihrem Leib glühend heiß und verwandelt sich in ihrem Magen in scharfe Messer, Sägen und andere Waffen, die sich durch die Eingeweide nach außen hindurchbohren und große, schmerzhaft Wunden reißen. Sie rufen dauernd aus: „Wasser, Wasser, gebt uns Wasser!“ Der Durst wird auf dem Bild ausgedrückt durch eine Flamme, die aus ihrem ausgedörrten Mund herauskommt, und wo auch immer sie versuchen, Wasser zu berühren, da verwandelt es sich in flüssiges Feuer.

In Wirklichkeit mögen die Gespenster ganz anders aussehen und vor allem sehr, sehr unterschiedlich. Aber diese sym-

bolische Darstellung soll zum Ausdruck bringen, dass ihr Leben ein Hungern ist, d.h. ein vergebliches Begehren: Sie hungern und lechzen nach grobstofflichen Dingen, an die sie sich während ihrer Lebenszeit als Mensch mit dem Fleischleib gewöhnt hatten. Da viele alte Menschen, wenn der Körper für sinnlichen Genuss immer weniger taugt und wenn sie sich wegen ihrer körperlichen Schwäche nicht mehr durchsetzen können, dann verbittert, geizig und verweigernd werden, so liegt es nahe, dass die Wiedergeburt als *peta* bei den Griechen wie auch seitens der christlichen Kirche wie auch vom Erweachten als der für jeden Menschen sich ergebende Normalfall dargestellt wurde. Wer verweigernd gelebt hat, immer Gedanken der Abweisung und Kälte pflegte, immer dunkler wurde, der erlebt danach als Folge, dass ihm nach dem Tod dasselbe begegnet: Dunkelheit, Kälte, Verweigern. Er ist ausgestoßen (S 2,25). Er greift mit all seinem Wollen, seinen Tendenzen, seinen Trieben, ins Leere, er will haben, aber er bekommt nicht. Denn durch den „Tod“ sind die Wesen in ihrem Geist und Gemüt nicht verändert worden, sie haben das Werkzeug, den Leib, von welchem in allen Religionen gesagt wird, er sei einem nur für eine Zeitlang geliehen, wieder abgeben müssen, haben das aber nicht zu Lebzeiten bedacht, sondern sich leibesabhängig gemacht. Und genau in dem Maß ihrer Leibesabhängigkeit ist jetzt ihr Leiden, ihr Vermissten, ihr Entbehren. Dieses Hungern ist ein Grundzug des Gespensterlebens. Von Hunger und Durst, ebenso wie vom Bedürfnis nach Liebe und Wärme gepeinigt und vor allem von Reue gequält, suchen diese Armen Seelen im Menschenreich Hilfe.

In der katholischen Glaubenslehre wird diese verzehrende Reue der Wesen als Fegefeuer beschrieben, als *purgatorium*, Reinigungsort, als reinigendes Feuer. So haben wir uns das Fegefeuer vorzustellen: als die subjektive Wahrnehmung eines Brennens der Armen Seelen durch die Gedanken: „Ach, hätte ich doch in meinem Erdenleben nicht so übel gewirkt!“ Die Armen Seelen sehen die in ihrem vergangenen Erdenleben von ihnen gequälten Wesen und deren Leiden gestalthaft vor sich,

und die innere Reue brennt so sehr, dass ihr feinstofflicher Leib, der ihren seelischen Zustand widerspiegelt, ihnen wie materielles Feuer erscheint. Manche Armen Seelen, die Menschen um Hilfe anflehten, haben sichtbare Brandspuren ihrer feinstofflichen Hände auf Holz, Papier oder Stoff hinterlassen. *Wilhelm Otto Roesermüller* schreibt in seinem Büchlein „*Vergesst die Armen Seelen nicht*“ (Nürnberg 1962):

*Mit diesen Brandmalen wollen die Armen Seelen einen greifbaren Beweis ihrer Manifestation geben. So brannte Schwester Theresa Margherita Gesta am 3. November 1859, zwölf Tage nach ihrem Ableben, ihre Hand in eine Tür ein und bezeichnete mit ihrer Stimme „Mein Gott, was muss ich leiden“ dies als Beweis ihrer Anwesenheit. Über dieses Brandmal hat der Erzbischof von Foligno eine Beurkundung des Falles nach gründlicher Überprüfung gegeben. Die Tür kann noch heute im Kloster der Franziskanertertiarinnen von Foligno besichtigt werden. Im kleinen Fegfeuermuseum der Kirche S. Cuore del Suffragio zu Rom sind solche eingebrannten Hände als Beweisstücke der Erscheinung Armer Seelen zu besichtigen.*

Wie können Menschen den Gespenstern helfen?

Die Erscheinungen der Gespenster, der Armen Seelen, sind so bekannt, dass die katholische Kirche neben dem Tag, der dem Gedenken der Heiligen gewidmet ist (Allerheiligen), auch noch einen „Allerseelen“ genannten Tag kennt. Der heilige *Odilo von Cluny* (962-1048) hatte seinerzeit diesen Tag eingeführt, um dieser Geister (der „Armen Seelen“) zu gedenken und ihnen das Gebet der Gläubigen zuzuwenden. Für den in der christlichen Religion erzogenen Menschen ist das Lesen von Messen, das Singen von Psalmen usw., wobei der Abgeschiedenen in Liebe gedacht wird, die höchste Form der Hingabe. Das in Indien und China geübte Almosengeben an Verstorbenen hat seine Entsprechung im buddhistischen Kanon. Es heißt in der Kürzeren Sammlung des Pälikanon im Khuddako-

pātho, Text VII über die Armen Seelen:

*Ungesehen von uns stehen sie da in öden Gegenden oder an Kreuzwegen oder in der Tür ihres früheren Heims und lechzen nach Verbindung mit den Hinterbliebenen und nach Nahrung.*

*Sie sehen, wie Speise und Trank reichlich aufgetragen wird, aber wegen ihres früheren Wirkens denkt man nicht an sie.*

*Die aber Mitleid haben mit ihren verstorbenen Anverwandten, die spenden ihnen zur rechten Zeit die geliebten Getränke und Speisen und denken dabei: „Dies soll euch gegeben sein, ihr sollt satt werden und befriedigt sein.“*

*Und die dort zusammengekommenen petas, die früheren Verwandten, nehmen die ihnen gewidmeten Speisen und Getränke mit Freude und Danksagung an und denken: „Lange mögen unsere Verwandten auf Erden leben und mögen glücklich sein. Sie haben an uns gedacht und haben uns gelobt. Diese Tat bleibt nicht ohne gute Ernte.“*

*Der Mensch möge bedenken, dass dort in dem Reich der petas kein Ackerbau möglich ist, durch den man sich ernähren könnte, auch nicht Rinderzucht noch Handel mit Gegenständen. Die Armen Seelen finden Labsal nur, wenn ihnen von den Hinterbliebenen gespendet wird.*

*So wie der herabströmende Regen die lechzende Landschaft tränkt und sättigt, ebenso hilft den abgeschiedenen Geistern nur die freiwillig dargebrachte Spende. An diese Möglichkeit, die abgeschiedenen Geister zu sättigen, zu laben und sie zu erfreuen, möge man denken und Gutes tun. Alles Trauern und Wehklagen der Hinterbliebenen über die Abgeschiedenen,*

*Kummer und Weinen ist für die armen Geister keine Hilfe und kein Trost. Aber das Anbieten von Speisen und Getränken, das die armen Geister labt und erfreut, bringt auch eine gute Ernte den hinterbliebenen Spendern.*

Die feinstofflichen Wesen können nicht die grobstoffliche Nahrung unmittelbar verzehren, weil dazu das grobstoffliche Werkzeug fehlt. Da aber alle Speise feinstoffliche Lebensenergie oder Lebenskraft enthält, kann sie von den Jenseitigen aufgenommen werden. Diese Energie oder Lebenskraft (*ojā*) wird in westlichen okkultistischen Kreisen als „Od“ bezeichnet.

Am besten helfen wir unseren verstorbenen Freunden und Verwandten durch unsere liebevollen Gedanken. Diese sind das beste Geleit für den Verstorbenen, denn sie machen auch ihn offen für hellere Empfindungen.

Im christlichen, im islamischen wie auch im buddhistischen Bereich gibt es zahlreiche Berichte, in denen Menschen zu Gespenstern in Beziehung traten, sich mit ihnen unterhielten und ihnen halfen. Dies zeigt sich auch in manchen Berichten aus dem *Petavatthu*, einem Text aus der Kürzeren Sammlung des *Pālikanon*, übers. von Hellmuth Hecker, 2001, Verlag Beyerlein und Steinschulte. – So berichtet *Petavatthu* II,3 über

Die einstige Mitfrau als Gespenst<sup>10</sup>

*In Sāvatti lebte ein reicher Hausvater, der der Lehre ergeben war. Seine Ehefrau Mattā aber war ungläubig, jähzornig und unfruchtbar. Um die Familienlinie zu erhalten, nahm er sich eine zweite Frau namens Tissā, die ebenfalls der Lehre ergeben und von liebelichem Wesen war. Sie gebar ihm bald einen Sohn, der Bhūta*

---

<sup>10</sup> Übersetzung von W. Stede

genannt wurde. *Mattā* aber wurde immer neidischer und eifersüchtiger auf sie, tat Böses, kam zur Peta-Welt und zeigte sich eines Abends der *Tissā*. Die fragte sie, wer sie sei:

*Tissā:*      *Nackt bist du, unschön anzusehn,  
bist abgezehrt, die Adern frei,  
o du, von der man Rippen sieht,  
du Magre, sag, wer bist du wohl?*

*Mattā:*      *Matta bin ich, Tissa bist du,  
einst war ich deine Nebenfrau.  
Da böses Wirken ich gewirkt,  
gelangte ich zur Peta-Welt.*

*Tissā:*      *Was hast du Böses denn getan  
in Taten, Worten und im Geist,  
dass du als Ernte für dies Werk  
zur Peta-Welt hinabgelangt?*

*Mattā:*      *Gar heftig war ich einst und barsch,  
voll Neid und Geiz und Heimlichkeit;  
dafür, dass Schlechtes ich gesagt,  
gelangte ich zur Peta-Welt.*

*Tissā:*      *Das alles weiß ich noch sehr gut,  
wie du so heftig immer warst.  
Doch etwas andres frag ich dich:  
Warum strotzt du denn so vor Schmutz?*

*Mattā:*      *Du wuschest dir den Kopf einmal,  
ein reines Kleid hat dich geschmückt,  
ich aber war es dann noch mehr,  
ich war noch mehr geschmückt als du.  
  
Der Herr Gemahl erblickte mich,  
doch angesprochen hat er dich.*

*Da überkam mich Eifersucht  
und großer Zorn stieg in mir auf.*

*Ich griff da nach dem Kehrlicht und  
überschüttete dich damit.*

*Als Ernte dieses Wirkens bin  
mit Schmutz ich überschüttet nun.*

*Tissā: Das alles weiß ich noch sehr gut,  
wie du den Kehrlicht auf mich warfst.  
Doch etwas andres frag ich dich:  
Warum verzehrt die Krätze dich?*

*Mattā: Heilmittel nahmen beide wir  
und gingen dafür in den Wald.  
Du aber nahmst das Heilkraut ein,  
ich nahm die rauen Früchte mit.*

*Nichtsahnend, wie du also warst,  
bestreute ich dein Bett damit.  
Als Ernte dieses Wirkens bin  
von Krätze ich hier jetzt verzehrt.*

*Tissā: Das alles weiß ich noch sehr gut,  
wie du das Bett mir hast bestreut.  
Doch etwas andres frag ich dich:  
Warum erblicke ich dich nackt?*

*Mattā: Mit Freundinnen zusammen warst  
auf 'nem Familienfeste du.  
Geladen warst mit dem Gemahl,  
doch ich war eingeladen nicht.*

*Nichtsahnend, wie du also warst,  
nahm ich das Kleid dir schnell hinweg.  
Als Ernte dieses Wirkens bin  
ich unbekleidet also hier.*

Tissā wurde eingeladen, sie nicht. Die Reaktion: Neid, Eifersucht zogen in ihr Herz, anstatt sich mitzufreuen. Anstatt, wenn es ihr übel ging, zu überlegen, wie sie es besser machen könnte, hat sie sich negativ verhalten: Eifersucht, Ärger, Zorn, Wut stiegen in ihr auf. So wurde ihre Psyche immer übler, dunkler und dunkler. In jedem Augenblick tun wir etwas in unser Herz hinein: eine Neigung zum Ärger, zum Zorn, zu Neid, zu Wut, zu Missgunst oder was es gerade ist – oder umgekehrt: Mitfreude, dem anderen helfen. Es geht darum, wie man sich in den Situationen verhält, die einem nicht passen – ob man die negative Konsequenz des Abstoßens, des Verweigerens, des Entreißens zieht oder zu der positiven durchfindet. Das ist eine Entscheidung, die in jedem Augenblick vor einem steht, und da kommt es jetzt darauf an, wie ich mich verhalte: ob ich jetzt positiv denke, fühle, rede, handle oder negativ. Wir sind die Summe unserer Gedanken, die Summe unserer Gesinnungen und Taten, und genau das, was wir im Lauf der Zeit an uns gebaut haben, tritt wieder an uns heran.

*Tissā: Das alles weiß ich noch sehr gut,  
wie du das Kleid mir nahmest weg.  
Doch etwas andres frag ich dich:  
Weshalb riechst du so sehr nach Kot?*

*Mattā: Die Salbe dein, die Kränze dein  
und auch das wertvolle Parfüm,  
ich warf es in den Abtritt wohl.  
Dies Böse war von mir getan.  
Als Ernte dieses Wirkens ich  
bin eine, die da riecht nach Kot.*

*Tissā: Das alles weiß ich noch sehr gut,  
wie jenes Böse du getan.  
Doch etwas andres frag ich dich:  
Wie kamst auf schlechte Fährte du?*

*Mattā: Wir beide hatten Anteil gleich*



*am Reichtum, den das Haus uns bot.  
Obwohl's genug zum Spenden gab,  
schuf ich kein Eiland doch für mich.  
Als Ernte dieses Wirkens kam  
ich auf die schlechte Fährte dann.*

*Schon damals hast du mich gewarnt:  
„Du pflegst ein Wirken, das ist bös.  
Nicht wirst mit bösem Wirken du  
erlangen gute Fährte je.“*

*Tissā: Genau das Gegenteil tat'st du,  
und auch beneidet hast du mich.  
Sieh, was die reife Ernte ist  
dafür, dass Böses man gewirkt.*

*Im Hause hatt'st du Dienerinn',  
du hattest Schmuck gar vielerlei.  
Das alles dienet andren nun,  
Genüsse sind nicht dauerhaft.*

*Des Bhūta Vater, der wird jetzt  
vom Markte kehren heim nach Haus.  
Vielleicht wird er dir geben was,  
darum geh noch nicht fort von hier.*

*Mattā: Nackt bin ich, unschön anzusehn,  
bin abgezehrt, die Adern frei.  
Mit unbedeckter Scham darf mich  
der Vater Bhūtas sehen nicht.*

*Tissā Wohlan, was soll ich geben dir,  
was kann ich denn hier tun für dich,  
wodurch du glücklich werden kannst,  
dass alle Wünsche dir erfüllt?*

*Mattā: Vier Mönche als die Ordensschar  
und noch vier andre Männer dann,*

*acht Mönche mögest speisen du  
und mir die Gabe rechnen zu.  
Dann werd ich wieder glücklich sein,  
und alle Wünsche sind erfüllt.*

*Sprecher: „Nun gut“, versprach sie es ihr dann  
und speiste acht der Mönche gut,  
gab ihnen auch Gewänder mit  
und rechnet' ihr die Gabe zu.*

*Sofort nach dieser Zuweisung  
da zeigte sich die Ernte schon  
an Speise, Kleidung und an Trank:  
Das war hier dieser Gabe Frucht.*

*Darauf in glänzend reinem Kleid  
Benares' Bestes trug sie wohl –,  
geschmückt mit allerschönstem Stoff,  
so kam sie auf die Mitfrau zu.*

*Tissā: Gar überschön bist du,  
wie du da stehst, o Göttliche,  
nach zehn der Seiten strahlend hin,  
so wie der Morgenstern es tut.*

*Woher bist du geworden so,  
weshalb hast dieses du erlangt  
und fallen dir Genüsse zu,  
die lieb dem Geiste immer sind?*

*Ich frage dich, o Göttin, du Vielmächt'ge,  
du menschnaher Geist, durch welch  
Verdienst wohl  
hast du bewirkt denn, dass du also leuchtest,  
dass allerwärts dein Körper herrlich strahlet?*

*Mattā: Mattā bin ich, du bist Tissā,*

*einst war ich deine Nebenfrau.  
Nachdem ich böses Werk gewirkt,  
gelangt' ich in die Peta-Welt.*

*Durch deine Spende, die du gabst,  
erfreue ich mich ohne Furcht.  
Lang leben, mögest, Schwester, du  
mit allen den Verwandten dein.  
Wo's Kummer nicht, nicht Trübung gibt,  
zu Selbstgewalt'gen mögst du gehn.*

*Der Lehre folgend nach allein  
und Gaben gebend, Schöne du,  
des Geizes Übel tilgend aus  
mit seiner Wurzel, tadelfrei,  
wirst du in Himmel gehen ein.*

Die Mitfrau gibt also acht Mönchen Speise; und kaum hat sie es getan, erscheint ihr die andere in derselben Nacht goldstrahlend mit den herrlichsten Gewändern und sagt, sie genösse jetzt die köstlichsten Speisen. Sie ist jetzt also in einen unteren Himmel gelangt und lebt für eine begrenzte Zeit herrlich und in Freuden durch die Gabe der anderen.

Wir sehen aus diesem Bericht, dass es möglich ist, durch Gaben die Wesen im Gespensterreich von ihrer Pein zu erlösen. Wie ist aber das Übertragen von Verdienst zu erklären? Nach dem Karmagesetz heißt es doch immer wieder, dass jeder selbst ernte, was er selbst gesät habe. – Auch bei uns Menschen gibt es ja dies, dass Menschen in großer materieller Not ihre Nächsten um Hilfe bitten. Ihre Not ist karmische Ernte aus irgendwelchem früheren üblen Tun, aber da werden die meisten der Nächsten nicht etwa denken und sagen: „Deine Not steht dir karmisch zu, ich darf dir nicht helfen“, sondern manche werden einfach helfen mit Geld oder Gut. Dieses Geld oder Gut, das sie nun fortgeben, war ihnen ja früher als karmische Ernte für frühere gute Tat zugekommen, und so haben sie

nun auch von ihrer karmischen Ernte einem anderen, der durch sein Karma in Not geraten war, etwas gegeben.

Daran sehen wir also, dass es schon im Diesseits grundsätzlich möglich ist, von seiner karmischen Ernte anderen abzugeben. Alles, was man aus Freundschaft oder Hilfsbereitschaft oder Mitempfinden einem anderen schenkt ohne abgerechnete Gegenleistung, das schenkt man ja von seinem Besitz, der einem karmisch zugekommen ist. Somit gibt man von seiner karmischen Ernte.

Aber wie ist es karmisch zu erklären, dass jene Notleidenden und Bittenden – gleichviel ob im Diesseits oder im Jenseits – die doch nach dem Karmagesetz in diese Not geraten mussten, nun auf ihr Bitten hin eine Erleichterung bekommen. Das scheint auf den ersten Blick nicht karmisch begründet zu sein, ist es aber doch.

Wir können ja erfahren, dass viele Menschen, die in Not sind, ihre Nächsten vergeblich um Hilfe bitten. Und andere Menschen bitten in ihrer Not den Nächsten nicht vergeblich um Hilfe. Dieses unterschiedliche Ergebnis ist wiederum karmisch bedingt. Denn immer bitten diejenigen ihre Nächsten – im Diesseits oder Jenseits – vergeblich um Hilfe, die auch früher zu anderen Zeiten, als es ihnen besser ging, von anderen Notleidenden vergeblich um Hilfe gebeten worden waren. Diejenigen aber, denen auf ihre Bitte hin eine Hilfe zuteil wird, sind solche, die auch früher manchmal, wenn sie um Hilfe gebeten worden waren, anderen geholfen haben.

Damit ist also die Ernte ganz nach der Saat, die Wirkung ganz entsprechend dem Wirken: Wer vorwiegend geizig, verweigernd oder gar entreißend war, der wird infolge davon später vorwiegend Not erleiden. Wenn er aber doch dann und wann auf dringende Bitte hin Erbarmen gezeigt hat, so wird er auch später, wenn er Not erleidet, dann und wann Erbarmen erfahren. Da spielt es nun keine Rolle, ob das im Diesseits oder im Jenseits geschieht.

In diesem Bericht tritt an die Stelle der direkten Opfer die indirekte Opfergabe an den Orden, an eine reine, lautere In-

stanz, die das Gespenst verehrt, wie sein Hinweis zeigt. Mit dieser Verehrung des Reinen, der die Offenbarung seiner üblen Taten in allen Einzelheiten der früheren Mitfrau gegenüber vorangegangen ist, hat sich das Wesen über die niederen Eigenschaften erhoben, die seine Wiedergeburt als Gespenst bewirkten, und erfährt als Folge davon die beschriebene Erleichterung von den üblen Folgen übler Taten.

Geister, denen nicht zu helfen ist

Aber es gibt auch Wesen in der Gespensterwelt, denen auf keine Weise zu helfen ist, die ihr selbstgewirktes Elend durchleiden müssen. Der Erwachte sagt (M 129): *Nicht eher kann er sterben, als nicht sein übles Wirken erschöpft ist.*

Die Kinderfresserin (Petavatthu I,7)  
Ein Gespräch zwischen einem Mönch  
und einer peti, einer Gespenstin

*Unbekleidet und von üblem Aussehen bist du,  
übelriechend strömst du Hauch der Verwesung aus,  
übersät bist du mit schwarzen Fliegen,  
als wer befindest du dich in diesem Zustand? –*

*Bin eine peti ja, o Herr,  
ging abwärts, kam in Yamas Welt.  
Nachdem ich böses Werk gewirkt,  
gelangt ich in die Petawelt.*

*Früh sieben Kinder ich gebär,  
am Abend sieben weitre dann.  
Geboren kaum, da fress' ich sie,  
doch nimmer werde ich da satt.*

*Mein Herz von Hunger wird verzehrt,  
es brennet und es raucht davon,  
ich finde Branderlöschung nicht,*

*von inn'rer Feuersglut gequält. –*

*Was hast du Böses denn getan  
in Taten, Worten und im Geist?  
Für welches Wirken reift es dir,  
dass du das Fleisch der Kinder frisst? –*

*Ich hatte einst der Söhne zwei,  
mit Jugendschönheit recht begabt,  
ich, durch die Fruchtbarkeit betört,  
verachtete den Gatten mein.*

*Da wurde böse mein Gemahl  
und nahm sich eine andere Frau,  
und als sie von ihm schwanger ward,  
da wurde ich ihr böß gesinnt.*

*Verderbt im Geiste brachte ich  
die Leibesfrucht zur Abtreibung,  
der Embryo nach Monden drei  
in faulem Blute ging dahin.*

*Und seine Mutter, aufgebracht,  
rief die Verwandten schnell herbei.  
Sie hieß mich schwören einen Schwur,  
nachdem sie mich gescholten sehr.*

*Ich leistet' einen furchtbar'n Schwur,  
ich log und wurde meineidig:  
„Will essen eigner Kinder Fleisch,  
wenn ich so etwas hätt verübt.“*

*Als Reife dieses Wirkens dann  
und für den Meineid ebenfalls  
fress ich hier meiner Kinder Fleisch,  
mit Eiter und mit Blut beschmiert.*

Das ist der Schoß der Erscheinung – unvorstellbar im Fleisch-

leib – jeden Morgen und Abend sieben Söhne gebären und dann zum Entsetzen der Mutter diese belebten Körper fressen. Sie wird hin und her gerissen von Muttergefühlen und Hunger und Durst, die doch nicht gestillt werden können, und weiß: Dass ich dies Schreckliche erleben muss, ist die Ernte meines üblen Tuns.

Ein weiterer Bericht aus dem Peta-Vatthu (I,11): Der Lehrer eines jungen Mönchs ließ diesen kraft seiner Geistesmacht zu seiner Belehrung verstorbene Verwandte sehen und sagte zu ihm, er solle sie über die Taten befragen, deren Ernte sie nun im Jenseits erleben.

### Die Ernte des Gebens und des Geizes (PV I,11)

*Voran auf weißem Elefanten reitet einer,  
auf Maultierwagen einer in der Mitte,  
dahinter eine Jungfrau in der Sänfte,  
die Glanz ausstrahlt nach jeder Himmelsrichtung.*

*Ihr aber da, mit Hammern in den Händen,  
im Antlitz Tränen, Körper aufgerissen,  
als Mensch ihr wart, was wirktet ihr an Bösem,  
dass gegenseitig euer Blut ihr trinket? –*

*Der Vater sprach:*

*Der, welcher vorn sitzt auf dem Ilf, dem weißen,  
auf dem vierfüß'gen Elefanten reitet,  
war unser Sohn einst, unser Ältester.*

*Weil Gaben er gegeben, freut ihn Glück nun.*

*Der, welcher in der Mitte folgt im Maultierwagen,  
vierspännig und gar schnelle fahrend,  
war unser Sohn, der mittlere gewesen,  
gar frei von Geiz, als Gabenspender leuchtet er.*

*Die, die da hinten in der Sänfte folgt,*

*die Jungfrau, weise, mit gazellenhaftem Auge,  
war unsre Tochter, war die Jüngste früher.  
Auch halbes Glück genießend, freut sie nun sich.*

*In früh'ren Leben spendeten sie Gaben  
gar heit'ren Herzens an Brahmanen und Asketen,  
wir aber waren leider geizig nur gewesen  
und schimpften auf Brahmanen und Asketen.  
Wir dörren aus wie Gras, das abgeschnitten,  
sie aber, die gegeben, wandeln glücklich. –*

*Was ist denn eure Speise, was ist euer Lager,  
wie lebt ihr, die ihr tatet böse Dinge,  
die ihr bei großem, grenzenlosem Reichtum  
das Glück verscherzend Leiden nun erfahret? –*

*Wir schlagen uns einander hier  
und trinken Blut und Eiter wohl,  
doch soviel wir auch trinken dann,  
wir werden nie befriedigt, satt.*

*Weil nicht gegeben wir, wir müssen klagen,  
nachdem, gestorben, wir in Yamas Reich gekommen.  
Wir sehen den Genuss und sind doch davon ferne.  
Genießen könn' wir nicht und auch Verdienst nicht  
wirken.*

*Von Hunger, Durst in anderer Welt gepeinigt,  
wir Petas lange brennen dann gequälet.  
Weil Werke wir gewirkt, die Leiden züchten,  
erfahren wir des Leidens bittre Früchte.*

*Vorüber geht Besitz und Gut,  
vorüber rauscht die Lebenszeit.  
Erkennend wie es also ist,  
der Weise schaff' ein Eiland sich.*



## Höllennahe Gespenster (S 19)

Manche Wesen müssen die Frucht ihrer Taten, derentwegen sie bereits lange Zeiten in der Hölle verbracht haben und nun noch einen Rest in der oft nur wenig weniger leidensreichen Gespensterwelt abbüßen müssen, bis zur Neige auskosten. Mahāmoggallāno, ein Mönch des Erwachten, sah mit dem himmlischen Auge diese Wesen und berichtete darüber dem Erwachten und anderen Mönchen, worauf der Erwachte jeweils erklärte, welche Taten die Ursache für den jeweiligen Zustand waren. (S 19)

*Ich sah ein Skelett, das durch die Luft flog, Geier, Krähen und Falken dicht hinter ihm. Sie hackten nach ihm und rissen an seinen Rippen, während es laute Schmerzensschreie ausstieß. – Dieses Wesen war ein Viehslächter in Rājagaha. Wegen dieser Tätigkeit ist es Hunderttausende von Jahren in der Hölle gewesen. Als Ergebnis seines Wirkens hat es nun noch diese Wiedergeburt erlangt. –*

*Ich sah einen Fleischklumpen, der durch die Luft flog; Geier, Krähen und Falken dicht hinter ihm. Sie hackten nach ihm und rissen an seinen Rippen, während er laute Schmerzensschreie ausstieß. – Auch dieses Wesen war ein Viehslächter in Rājagaha. Wegen dieser Tätigkeit ist er Hunderttausende von Jahren in der Hölle gewesen. Als Ergebnis seines Wirkens hat er nun noch diese Wiedergeburt erlangt. –*

*Ich sah ein Stück Fleisch, das durch die Luft flog, Geier, Krähen und Falken dicht hinter ihm. Sie hackten nach ihm und rissen an ihm, während er laute Schmerzensschreie ausstieß. – Dieses Wesen war ein Vogelsteller in Rājagaha. Wegen dieser Tätigkeit ist er Hunderttausende von Jahren in der Hölle gewesen. Als*

*Ergebnis seines Wirkens hat er nun noch diese Wiedergeburt erlangt. –*

*Ich sah einen Mann, dem die Haut abgezogen war, durch die Luft fliegen, Geier, Krähen und Falken dicht hinter ihm. Sie hackten nach ihm und rissen an ihm, während er laute Schmerzensschreie ausstieß. – Dieses Wesen war ein Schafschlächter in Rājagaha. Wegen dieser Tätigkeit ist er Hunderttausende von Jahren in der Hölle gewesen. Als Ergebnis seines Wirkens hat er nun noch diese Wiedergeburt erlangt. –*

*Ich sah einen Mann, von Speißen starrend, durch die Luft fliegen. Ständig entfernten sich die Speiße und flogen dann wieder in seinen Körper, wobei er Schmerzensschreie ausstieß. – Dieses Wesen war ein Rotwildjäger in Rājagaha. Wegen dieser Tätigkeit ist er Hunderttausende von Jahren in der Hölle gewesen. Als Ergebnis seines Wirkens hat er nun noch diese Wiedergeburt erlangt. –*

*Ich sah einen Mann von Pfeilen starrend, durch die Luft fliegen. Ständig entfernten sich die Pfeile und flogen dann wieder in seinen Körper, wobei er Schmerzensschreie ausstieß. – Dieses Wesen war ein Richter in Rājagaha. Wegen dieser Tätigkeit ist er Hunderttausende von Jahren in der Hölle gewesen. Als Ergebnis seines Wirkens hat er nun noch diese Wiedergeburt erlangt. –*

*Ich sah einen Mann, von Dolchen starrend, durch die Luft fliegen. Ständig entfernten sich die Dolche und stießen dann wieder in seinen Körper, wobei er Schmerzensschreie ausstieß. – Dieses Wesen war ein Tierbändiger in Rājagaha. Wegen dieser Tätigkeit ist er Hunderttausende von Jahren in der Hölle gewesen. Als Ergebnis seines Wirkens hat er nun noch diese Wiedergeburt erlangt. –*

*Ich sah einen Mann, von Dolchen starrend. Diese drangen ihm durch den Kopf und kamen aus dem Mund heraus. Sie drangen in den Mund ein und kamen aus der Brust heraus. Sie drangen in die Brust ein und kamen aus dem Bauch heraus. Sie drangen in den Bauch ein und kamen aus den Schenkeln heraus. Sie drangen in die Schenkel ein und kamen aus den Schienbeinen wieder heraus. Sie drangen in die Schienbeine ein und kamen aus den Füßen wieder heraus, während er Schreie in höchster Not ausstieß. – Dieses Wesen war ein Verleumder in Rājagaha. Wegen dieser Eigenschaft ist er Hunderttausende von Jahren in der Hölle gewesen. Als Ergebnis seines Wirkens hat er nun noch diese Wiedergeburt erlangt. –*

*Ich sah einen Mann, der bis zum Kopf in einer Dunggrube versunken war, Geier, Krähen und Falken dicht über ihm. Sie hackten nach ihm und rissen an ihm, während er laute Schmerzensschreie ausstieß. – Dieses Wesen war ein Ehebrecher in Rājagaha. Wegen dieser Eigenschaft ist er Hunderttausende von Jahren in der Hölle gewesen. Als Ergebnis seines Wirkens hat er nun noch diese Wiedergeburt erlangt. –*

*Ich sah einen Mann, der, in der Dunggrube eingesunken, mit beiden Händen Dung aß, Geier, Krähen und Falken dicht bei ihm. Sie hackten nach ihm und rissen an ihm, während er laute Schmerzensschreie ausstieß. – Dieses Wesen war ein Brahmane in Rājagaha. Er hatte den Buddha Kassapo, der in Rājagaha lehrte, mit vielen Mönchen zum Mahl eingeladen und dann ihre Schüsseln mit Dung füllen lassen. Dazu hatte er gesagt: „Mögen die Herren sich sattessen und davon mitnehmen, soviel sie wollen. – Wegen dieser Tat ist er Hunderttausende von Jahren in der Hölle gewesen. Als Ergebnis seines Wirkens hat er nun noch*

*diese Wiedergeburt erlangt. –*

*Ich sah eine ausgedörrte, ausgetrocknete, rußige Frau durch die Luft fliegen. – Diese Frau war die erste Gattin des Königs von Kalinga. Sie hatte, von Eifersucht getrieben, eine Kohlenpfanne über eine ihrer Mitfrauen ausgeschüttet. Wegen dieser Tat ist sie Hunderttausende von Jahren in der Hölle gewesen. Als Ergebnis ihres Wirkens hat sie nun noch diese Wiedergeburt erlangt. –*

*Ich sah den kopflosen Rumpf eines Mannes durch die Luft fliegen; Auge und Mund waren auf seiner Brust. Geier, Krähen und Falken flogen hinter ihm her, zogen an ihm und rissen ihn schließlich in Stücke, während er Schreie in höchster Not ausstieß. – Dieses Wesen war ein Räuber namens Hārīka in Rājagaha. Wegen dieser Tätigkeit ist er Hunderttausende von Jahren in der Hölle gewesen. Als Ergebnis seines Wirkens hat er nun noch diese Wiedergeburt erlangt. –*

*Ich sah einen Mönch durch die Luft fliegen, sein Untergewand brannte, ebenso seine Schale, sein Gürtel und auch sein Körper. Er stieß Schreie in höchster Not aus. – Dieser Mönch war ein übel lebender Bruder zur Zeit des Buddha Kassapo. Wegen seines schlechten Tuns ist er Hunderttausende von Jahren in der Hölle gewesen. Als Ergebnis seines Wirkens hat er nun noch diese Wiedergeburt erlangt. –*

Man kann viele solcher Berichte lesen; sie zeigen immer die gleiche Reihenfolge auf: Berichte darüber

1. welches Elend die Gespenster erleiden,
2. auf Grund welchen Wirkens sie solches erleben und evtl.
3. wie sie sich wandeln.

EXISTENZ, WIE DER ERWACHTE SIE LEHRT  
„Gruppierte Sammlung“ (S 12,15)

Wahn und Durst

In den Reden des Buddha wird der Fall berichtet, dass ein Mönch des Erwachten, während er einige Tagesstunden abseits im Wald einsam verweilt, auf solche Gedanken und Vorstellungen kommt, die ihn am Erwachten und an der Lehre zweifeln machen. Statt die ihm zur Gesundung von Geist und Herz empfohlenen Betrachtungen und Übungen zu entfalten, denkt er, wie man hier sagen würde, „über Gott und die Welt“ nach. (M 63) Dabei fällt ihm auf, dass der Erwachte eigentlich die Hauptfragen des Lebens gar nicht behandelt, geschweige denn aufklärend beantwortet habe. Weder habe er ausgesagt, wie weit diese Welt sich räumlich ausdehnt - ob sie endlich oder unendlich ist - noch wie lange sie zeitlich besteht - ob sie ewig oder vergänglich ist.

Und so beschließt dieser Mönch, an den Erwachten heranzutreten und ihn dringend zu bitten, ihm entweder diese Fragen zu beantworten oder einzugestehen, dass er die Fragen nicht beantworten könne. Im letzteren Fall wolle der Mönch den Orden verlassen und zum bürgerlichen Leben zurückkehren.

Nachdem der Mönch diese Gedanken seinem Meister vorgetragen hat, fragt der Erwachte ihn zunächst, ob sie seinerzeit, als er in den Orden eintrat, miteinander vereinbart hätten oder der Erwachte ihm versprochen habe, ihm solche weltanschaulichen Fragen zu beantworten - worauf der Mönch zugibt, dass keines von beiden der Fall war. Damit ist zunächst die rechtliche Seite dieser Frage geklärt, denn der Mönch sieht, dass der Erwachte kein Versprechen unerfüllt gelassen hatte. -

Dann aber gibt der Erwachte dem Mönch die entscheidende Auskunft, durch welche das Blatt sich wendet. Es ist dies das Gespräch, dem wir das berühmte Gleichnis des vom *Giftpfeil*

getroffenen Menschen verdanken, mit welchem der Erwachte ein völlig anderes Bild von der Situation des Menschen gibt, als wir selbst es haben, und weshalb er auch ganz andere Vorgehensweisen nennt, als der Mensch glaubt wählen zu sollen: Da liegt ein vom Giftpfeil getroffener Mann. Der Pfeil im Fleisch verursacht ununterbrochenen Schmerz, das Gift dringt in das Blut ein und droht, zum sicheren Tod zu führen. Wenn der Mann gerettet werden soll, so müssen Pfeil und Gift sogleich aus der Wunde restlos entfernt und die Wunde gründlich gereinigt werden. Das ist das, was jetzt nottut. - Freunde und Verwandte des Mannes besorgen rasch einen Arzt, aber wie dieser die erforderliche Hilfe leisten will, da sagt der Mann - schon unter dem Einfluss der Giftwirkung - dass er sich nicht eher operieren lassen wolle, bis er wisse, wer der Schütze ist, aus welcher Gegend er kommt, zu welchem Stand er gehört, von welchem Körperbau er ist usw. Ferner will er vorher wissen, von welcher Art Bogen und Sehne sind, mit denen geschossen wurde, und aus welchem Material der Pfeil und die tief im Fleisch sitzende Spitze gefertigt sind. Dies alles will er aber wissen, *bevor* er sich operieren lässt. Der Erwachte stellt fest, dass dieser Mann sterben würde, bevor all diese Fragen beantwortet werden könnten. - Dieses Gleichnis ist die Antwort des Erwachten auf die weltanschaulichen Fragen des Mönches. Was will diese Antwort besagen?

In M 105 erklärt der Erwachte näher, was der „Giftpfeil“ bedeutet: Das unheimlich wirkende Gift steht für den *Wahn*. Der schmerzende Pfeil im Fleisch steht für den *Durst*. Wer die Lehrreden liest, dem begegnen diese beiden Begriffe immer wieder, und er erkennt bald ihre zentrale Bedeutung. In vielen Lehrreden wird, wie etwa in M 43, gesagt, dass die Wesen „*durch Wahn gehemmt und durch den Durst gefesselt*“ bei den vielen ihnen begegnenden Erscheinungen Befriedigung suchen müssen und darum ruhelos und leidvoll von Dasein zu Dasein wandern, so lange bis sie Wahn und Durst endgültig überwinden, bis Pfeil und Gift restlos aus der Wunde entfernt sind.

*Wahn* - das Gift - ist die unheimliche, verborgene geistige

Bedingung für alles falsche ausweglose Vorgehen der Wesen durch Tod und Leben, Schmerzen und Leiden hindurch, ohne selbst bemerkt werden zu können - und der *Durst*, der Pfeil, ist die offenbare, weil schmerzliche Wirkung der kranken Triebe des Herzens, welche die Wesen von einem Verlangen zum anderen treiben in nie zur Ruhe kommendem Wünschen und Sehnen - es sei denn, dass durch einen Erwachten der Anstoß gegeben werde, der zur Aufhebung von Wahn und Durst führt.

### Der Fels des Wahns

Was ist „Wahn“? - Der Erwachte erklärt ihn in M 125 wiederum mit einem Gleichnis, das zugleich auch ein erstes Bild gibt von dem wesenhaften Unterschied zwischen dem Wissen des Erwachten und dem Wahn des normalen Menschen.

Da sind zwei Freunde von ihrem Dorf bis zum Fuß eines nahen Felsens gegangen. Dort angelangt, steigt der eine Freund den Felsen ganz hinauf. Als er oben ist, ruft der andere von unten hinauf, was er dort oben wohl sehen könne. Darauf beschreibt dieser ihm die im Rundblick sichtbare weite, lichte Landschaft. Der unten Verbliebene hält solche Sicht für unmöglich, worauf der andere Freund vom Felsen herabsteigt und dann seinen Freund, am Arm ihn stützend, hinaufführt. Oben lässt er ihn zunächst eine Weile ausruhen und fragt dann, was er sehe. Jetzt bestätigt der Freund, dass alle diese großartigen Schönheiten wirklich zu sehen sind, und gibt zu, dass ihn zuvor, untenstehend, der mächtige Felsen gehindert habe, wirklich Vorhandenes zu sehen.

Die beiden Freunde, die Arm in Arm das Dorf verlassen und zu dem Felsen wandern, gelten für Menschen, die sich von der Menge lösen, weil sie mit den Oberflächlichkeiten nicht zufrieden sind, sondern Wahrheit und Klarheit über das Leben suchen. Aber es zeigt sich ein entscheidender Unterschied zwischen diesen beiden Wahrheitssuchern.

Jener Freund, der in der Niederung am Fuße des Felsens verblieben war, gilt für Philosophen und Denker, die im Grun-

de in ihrer natürlichen geistig-seelischen Verfassung verbleiben, also nicht diejenigen inneren Wandlungen an sich vollziehen, welche aus den beschränkenden Perspektiven von Vielfalt und Raum und Zeit hinausführen und die darum nicht zur Aufdeckung und Entschleierung der Wirklichkeit kommen können, sondern auf eigenes Vermeinen und Konstruieren angewiesen sind.

Der andere Freund, der vom Fuß des Felsens aus ohne weiteres und allein hinaufklettert, gilt für den Buddha, den Erwachten, der aus sich selber, als sein eigener Arzt, ohne einen anderen Arzt den vergifteten Pfeil aus seiner Wunde zieht und dadurch völlig gesund wird. Er hat in beharrlicher gründlicher Selbsterziehung die schmerzliche Krankheit des hinreißenden Durstes völlig überwunden und ist durch diese Befreiung des Herzens zu einer ungeahnten Erweiterung des Bewusstseins über alle Dimensionen und Räume und Zeiten hinaus gelangt zum unmittelbaren Anblick aller wirkenden Zusammenhänge. Mit diesem Durchbruch eines universal gewordenen Bewusstseins ist der Wahn aufgehoben, und er sieht nun, dass alles Fragen des „normalen“ Menschen durch den Aufenthalt in diesem Felsenwinkel, durch die geistige Abseitigkeit, durch das beschränkte Bewusstsein bedingt ist und dass das Wissen nur durch Genesung von Geist und Herz in dem völlig befreiten Bewusstsein gewonnen werden kann.

Damit sind wir dem Verständnis des sogenannten Wahns um einen Grad näher. Die Erwachten haben auf dem Weg ihrer Erwachung durch die unvorstellbar erweiterte Erfahrung erfahren, dass sie vor ihrer Erwachung, als sie noch im Status des normalen Menschen waren, eine völlig verstellte, verblendete und täuschende Wahrnehmung hatten und damit überhaupt nicht auf dem Boden der Wirklichkeit standen. Sie wissen nun aus ihrer eigenen Erfahrung, dass das, was alle normalen Wesen - also der fragende Mönch wie auch wir - zu erleben glauben, in Wirklichkeit gar nicht so ist, wie es sich dem Geist bietet, denn es ist auf dem Weg der sinnlichen Wahrnehmung durch den Filter des inneren begehrenden drängen-



den Durstes gegangen, der den größten Teil des den Sinnen Angebotenen gar nicht durchgelassen und die durchgelassenen Bruchstücke erheblich entstellt und verfärbt hat. Darum ist das, was unser Geist als „erlebt und erfahren“ registriert und woraus er seine Vorstellung von „Welt“ und von „Ich“ konstruiert, so wenig Wirklichkeit wie etwa eine Luftspiegelung oder ein Schatten oder ein Traum.

So bedeutet Wahn, in einer Abseitigkeit zu sein, abseits der Wirklichkeit zu sein, in einer falschen Dimension sein wie Schatten und Traum. Darum ist es hilflos, die Schatten- oder Traumfetzen durch Konstruktion, Spekulationen oder Fragen ergänzen und vervollständigen zu wollen, wie der Mönch versucht; vielmehr ist es erforderlich, die Dimension zu wechseln, also zu transzendieren, um aus dem Bereich der Schatten in den der Wirklichkeit, in den der Schattenwerfer zu gelangen. Dieser Transzendierung entspricht das Ersteigen des Felsens. Es ist das Bild für die Minderung bis völlige Auflösung des Durstes, der alle Irrsal bewirkt.

Wir sehen in diesem Gleichnis, dass der Erwachte – und das unterscheidet ihn von allen Philosophen – zuerst sich selbst die Freiheit erobert hat und dann erst dem Menschen hilft. Er tut dies nach dem von ihm erkannten Grundgesetz, dass nur ein selbst aus dem Sumpf Befreiter auch anderen aus dem Sumpf heraushelfen kann. Und zwar hilft er in *drei* Phasen bis zur endgültig heilen Situation, zur Freiheit. Zuerst geht es um das allmähliche Ersteigen des Felsens, dann folgt oben auf der Höhe des Felsens das Ausruhen, bis alle Mühsal des Ersteigens abgetan und vergessen ist. Und dann erfolgt jener universale Rundblick in den gesamten Umkreis des weiten, weiten Horizonts.

Diese in dem Gleichnis sich bereits andeutenden drei Phasen durchziehen die gesamte Lehre des Erwachten als die drei großen Entwicklungsetappen, die von dem Status des vom Giftpfeil Getroffenen und darum wahnbefangenen Menschen führen bis zu dem des in keiner Weise mehr Begrenzbaren und Verletzbaren, eben des endgültig Geheilten und Heilen. Die

drei Phasen heißen in der Sprache der Lehrreden: *sīla* - *sa-mādhi* - *paññā*, und sie führen zur *vimutti*, zur endgültigen Freiheit.

### Bewusstseins-Erweiterung

Jede der drei Entwicklungsphasen bedeutet eine völlig andere Bewusstseinsweise, die nur durch Transzendieren, durch Übersteigen der vorherigen erreicht wird und darum eine völlig andere Existenzweise bewirkt. Von diesen Dreien kennt der moderne Mensch nur einen kleinsten Ausschnitt von den Möglichkeiten nur der ersteren - *sīla* - während die beiden anderen nach Qualität und Struktur von solcher Art und Beschaffenheit sind, dass ihr Verständnis nur bei vorsichtigster Beschreibung und bei einführender Beobachtung vermittelt werden kann. Zunächst folgt hier nur eine erste Unterscheidung.

*Sīla* bedeutet im weitesten Sinn des Wortes das Verhalten des Menschen in der fast allen Menschen allein bekannten Lebensform, nämlich in seiner lebenslänglichen Auseinandersetzung mit der Umwelt, also in der Begegnung und im Umgang mit den Mitmenschen, mit sich selber und auch mit den Dingen und Aufgaben, um seinen Wünschen und Zielen nachzukommen. Diese unsere gewohnte Lebens- und Erlebensweise besteht in einer fast ununterbrochenen Kette von Erlebnissen bei ständiger Wandlung der Situationen. Es sind fortlaufende Begegnungen mit den Mitmenschen, den Nächsten und Ferneren, mit sich selbst und mit Aufgaben und Dingen. Die Begegnungen treten an das Ich heran - das ist der *passive* Teil des Erlebnisses - und das Ich verhält sich auf die Begegnungen je nach seinen Neigungen und Einsichten - das ist der *aktive* Teil des Erlebnisses. Diese Aktivität, welche in diesen oder jenen Weisen des Verhaltens besteht, wird mit „*sīla*“ im weitesten Sinne des Begriffes bezeichnet.

Im engeren Sinne hat *sīla* bereits den positiven Charakter und bedeutet also das *gute* Gehaben und Verhalten in der Begegnung mit der Mitwelt und Umwelt, also den rücksichtsvol-

len, wohlwollenden, entgegenkommenden oder sanften Umgang, und wird darum meistens mit „Tugend“ oder „Sittlichkeit“ übersetzt.

Viele Buddhisten verstehen unter *sīla* nur die äußerlichste Form, die in der Einhaltung von fünf oder acht „*sīlas*“, Verhaltensweisen (Nichttöten, Nichtstehlen usw.) bestehen, doch sagt der Erwachte immer wieder (M 78) und weiß der Praktiker aus Erfahrung, dass auch diese äußeren Verhaltensweisen nur in dem Maß gelingen, als das innere Wesen des Menschen, Charakter, Neigungen und Antriebe dementsprechend sind oder werden. So bedeutet *sīla* also schon eine Umbildung des inneren Menschen.

In unserem Gleichnis aber, im Bild vom Ersteigen des Felsens, bedeutet *sīla* noch mehr. So wie das Ersteigen des Felsens zu der zweiten Etappe führt, zu dem völlig entspannten Ausruhen auf der Höhe des Felsens, so geht es hier um solche *sīla*, welche geradewegs auf den Herzensfrieden, *samādhi*, hinführen. Hier sind also diejenigen Begegnungsweisen, Verhaltensweisen zu entwickeln, die überall zur Besänftigung, zur Erhellung, zur Befriedung, zur Entspannung und zur Beruhigung führen.

*Samādhi* – das Ausruhen auf der Höhe des Felsens – das ist die auf dem eben beschriebenen *sīla*-Weg gewonnene vollständige Einebnung aller beschränkenden Gegensätze und Unterschiede bis zur völligen Angleichung, ja, bis zur Einheit, zur „*unio*“, und die dadurch aufkommende, von Ding und Raum und Zeit und von aller Begegnung völlig befreite Bewusstseinsweise in einem vollendeten, seligen Frieden des Herzens, in dem keinerlei Maße gesetzt sind. In diesem heute unbekanntem Zustand ist kein Kommen und Gehen, keine Begegnung und darum auch kein *sīla*.

*Paññā*, der ringsum unbehinderte, alle Horizonte aufhebende, universal gewordene Rundblick - das ist jene Weisheit, die nichts zu tun hat mit aller aus beschränkter Bewusstseinsweise hervorgehenden Spekulation und Forschung, die vielmehr in der erlebten und erfahrenen *Sprengung* und Transzendierung

dieser beschränkten Bewusstseinsweise besteht und im Anbruch eines universalen Bewusstseins, in welchem alle Vergangenheit und alle Zukunft, wie der normale Mensch sie kennt, sich als begrenzende „Scheuklappen“ erweisen, die nun abgefallen sind. Nun kann er sich selber alle Fragen beantworten, die das Verhältnis zwischen Leib und Leben und die Realität der Welt betreffen.

Die unser Erfahren eingrenzenden Scheuklappen sind nicht durch Denken und nicht durch Untersuchung der dem beschränkten Bewusstsein sich anbietenden „objektiven Welt“ abnehmbar, doch auf dem dreigliedrigen Entwicklungsweg, durch Klärung und Befreiung des Herzens, fallen sie ab wie faule Früchte. Und dieser dritte Entwicklungsschritt, wenn er ganz vollendet ist, bewirkt die Erwachung (*bodhi*) und damit die endgültige Freiheit (*vimutti*).

*Wenn mutig mit des Ernstes Kraft  
der Weise sich vom Leichtsinn löst,  
sieht von der Weisheit Sinne er  
von Sorgen frei die Sorgenwelt.  
Wie man von Berg auf Täler blickt,  
erkennt er nun der Tore Tun. Dh 28*

Das ist die dem Felsengleichnis innewohnende tiefere Antwort des Erwachten an den Mönch, der Aufklärung haben will über die Welt: dein begrenztes Welterlebnis und dein begrenztes Ich-Erlebnis, das dich zu diesen Fragen drängt, ist durch die Krankheit deines Geistes und deiner Seele bedingt. Ich bin nicht gekommen, um dich über den Inhalt deiner verblendeten Fieberträume aufzuklären, sondern um dich aufzuklären über deine *Krankheit*, über die Bedingungen ihrer Entstehung und über den Weg zu der erforderlichen Genesung von Geist und Seele, aus welcher alle Leiden und alle Ängste vergehen wie Nebel in der Sonne.

Welche Bedeutung die in dem Felsengleichnis sich bereits andeutenden drei großen Etappen der Heilsentwicklung in der

gesamten Lehre haben, das drückt der Erwachte selbst gegen Ende seiner Laufbahn aus (D 16):

*Weil da, ihr Mönche, vier Dinge nicht erobert, nicht erworben worden waren, darum nur sind diese unermesslichen Zeitläufe durchwandert worden, durchirrt worden, von mir sowie von euch.*

*Welche vier Dinge sind das?*

*Weil da, ihr Mönche, die heilende Begegnungsweise (ariya sīla) nicht erobert, nicht erworben worden war, darum sind diese unermesslichen Zeitläufe durchwandert worden, durchirrt worden, von mir sowie von euch,*

*weil da der heilende Herzensfrieden (ariya samādhi) nicht erobert, nicht erworben worden war, darum sind diese unermesslichen Zeitläufe durchwandert worden, durchirrt worden, von mir sowie von euch;*

*weil da die heilende Weisheit (ariya paññā) nicht erobert, nicht erworben worden war, darum sind diese unermesslichen Zeitläufe durchwandert worden, durchirrt worden, von mir sowie von euch;*

*weil da die heilende Freiheit (ariya vimutti) nicht erobert, nicht erworben worden war, darum sind diese unermesslichen Zeitläufe durchwandert worden, durchirrt worden, von mir sowie von euch.*

Und nun nennt der Erwachte den Status, den er zuerst für sich selbst erworben hat und zu dem er durch sein Vorbild, seine Anleitung und seine geistige und seelische Betreuung viele, viele seiner Nachfolger ebenfalls gebracht hat:

*Da ist aber jetzt, ihr Mönche, die heilende Begegnungsweise erobert und erworben worden, der heilende Herzensfrieden erobert und erworben worden, die heilende Weisheit und die heilende Freiheit erobert und erworben worden: Versiegt ist der Werdensdurst, abgeschnitten die Werdensader; nicht mehr gibt es Weiterwerden.*

So durfte der Erwachte von sich und von vielen hundert seiner Anhänger damals sagen. Der moderne Mensch dagegen kennt diese Entwicklungen nicht. Der soziale Unfriede zeigt, die große zwischenmenschliche Not beweist, dass ihm noch nicht die Vorstufe der ersten Etappe, der heilenden Begegnungsweise, eignet, geschweige die weiteren. Wer aber in diese heilenden Entwicklungen hineinwächst und sie aus Erfahrung kennenlernt, der hört damit auch auf, „modern“ zu sein in des Wortes wirklicher Bedeutung. Denn mit dieser Entwicklung wird man zeitlos, sicher, fest. - „Modern sein“ aber bedeutet, stets das Vergangene verwerfen zugunsten des Gegenwärtigen und also vom Gegenwärtigen schon wissen, dass es morgen auch verworfen sein wird und so fort. Das ist Ratlosigkeit. Den Begriff des Modernen, des wechselnden Modus, gibt es immer nur dann, wenn ein Menschenkreis irritiert ist, keine fraglosen Grundwerte mehr kennt. Dann beginnt das Spiel der wechselnden Formen, und das läuft auf das Chaos zu, wenn nicht rechtzeitig sichere Werte erkannt und zum Anhalt genommen werden.

Am Rand sei hier vermerkt, dass diese drei großen Entwicklungsstapen vom Erwachten nicht „erfunden“, ausgedacht, sondern nur einfach entdeckt, an sich selbst erfahren wurden, denn es sind die realen und daher unumgänglichen Entspannungen aller Verspannungen, es sind die Entnestelungen aller Vernestelungen, die Entfesselungen aller Fesselungen, und diese Lösungen und Befriedungen führen von unserem Status, den wir mangels besseren Wissens für den „normalen“ halten, zu der höchsten und letzten Norm, zu der perspektivenfreien, schwebenden Freiheit, die durch nichts Fremdes erreichbar und antastbar ist: zur Heilung, zum summum bonum.

Und weil dies der reale und einzige Entwicklungsweg von der uns vertrauten Fesselung zu der uns unbekanntem Freiheit ist, darum finden wir mehr oder weniger andeutende, unvollständige oder tiefere Aussagen über diese Schritte in allen Kulturen, in welchen einzelnen oder vielen Menschen ein grö-

ßeres oder kleineres Stück dieses Weges gelang: so schon im vorbuddhistischen Brahmanentum wie im späteren Hinduismus, bei Laotse und Tschuangtse und ebenso in den vom Osten her inspirierten und genährten *mystischen Erhöhungen* des Islam und Christentums. So singt *Angelus Silesius* unter dem Einfluss eines Reineren:

*Ein Tor ist viel bewegt,  
des Weisen ganzes Tun,  
das zehnmal edeler,  
ist Lieben, Schauen, Ruhn.*

Die Bewegtheit des Toren ist das falsche, das Lieben des Weisen ist rechtes Verhalten (*sīla*), das „Ruhn“ ist der Herzensfriede (*samādhi*), und das „Schauen“ ist jene Weisheit (*paññā*), die dort anfängt, wo die beschränkte Erfahrung aufhört.

### Drei Erscheinungen überwinden

*Drei Erscheinungen gibt es in der Welt, ihr Mönche. Wenn diese nicht wären, nicht brauchte dann der Vollendete in der Welt zu erscheinen, der Geheilte, Vollkommen Erwachte. Und nicht brauchte dann die vom Vollendeten verkündete Wahrheit und Lebensanleitung in der Welt zu leuchten! – Welche drei Erscheinungen sind das? Geborenwerden, Altern und Sterben. – Wenn diese drei Erscheinungen in der Welt nicht anzutreffen wären, dann brauchte der Vollendete nicht in der Welt zu erscheinen, der Geheilte, Vollkommen Erwachte. Und nicht brauchte dann die von dem Vollendeten verkündete Wahrheit und Lebensanleitung in der Welt zu leuchten!*

*Da aber nun, ihr Mönche, diese drei Erscheinungen in der Welt anzutreffen sind, darum eben erscheint ein Vollendeter in der Welt, ein Geheilter, vollkommen Erwachter. Und darum leuchtet die von dem Vollendeten verkündete Wahrheit und Lebensanleitung. (A X, 76)*

Dieses Wort steht geradezu über der gesamten buddhistischen Heilslehre, denn hier nennt der Erwachte den Grund des Kommens und Lehrens aller Erwachten: Geburt, Altern und Sterben, kurz: das Leiden.

Der Erwachte will denen, welche seine Lehre hören und seiner Anleitung folgen, helfen, dass Geburt, Altern und Sterben überwunden werde, dass es das nicht mehr gebe.

Was soll das heißen, wenn es *mehr* sein will als das Ende im Nichts, mehr auch als ein schönes Märchen und mehr als die von theologischer Seite lange Zeit gehörten und nun verstummenden Versprechen vom „ewigen Leben“?

Aber wenn der moderne Mensch diese Fragen und Zweifel hegt, dann muss er sich auch die Frage stellen, wie weit er denn die Existenz kenne. Er kennt etwas vom äußeren Menschenleben, wenig vom inneren. Außerdem sieht er Tiere und Pflanzen und diesen im Raum ausgedehnten Kosmos. Aus diesen seiner Bewusstseinslage zugänglichen Eindrücken hat sich der „gesunde Menschenverstand“ ein Bild gebildet darüber, was wohl Existenz und Leben sei. Die Tatsache, dass er diese ihm bekannte dreidimensionale Ausdehnung mit ihrem Inhalt als das „Universum“ bezeichnet, bedeutet, dass er andere Bewusstseinslagen, andere Existenzdimensionen nicht ahnt und von sich aus auch keinen Zugang dazu hat. Darum ist in seinem Bild von der Existenz kein rechter Platz für die Verheißung des Erwachten, dass Geburt, Altern und Sterben überwunden werden könne und dass in der Aufhebung von Geburt, Altern und Sterben nicht das Nichts liege, sondern die Aufhebung alles Leidens, das vollendete Wohl und Heil, also eine Unverletztheit, die unverletzbar bleibe. Es ist natürlich, dass der moderne Mensch solche Verheißung mit seinem Bild nicht vereinbaren kann.

Blicken wir noch einmal auf den, der diese Verheißung in aller Ernsthaftigkeit ausspricht. Der Erwachte bezeichnet sich nicht als „Gott in Ewigkeit“, der als Schöpfer und Richter von oben her bestimmt, was zu sein habe und was nicht zu sein habe; vielmehr bezeichnet er sich als einen, der bei seiner Ge-



burt ähnlich wie auch wir weder vollendet noch geheilt noch erwacht war, sondern unten am Fuß des Felsens, im Dämmerdunkel des Dschungel gelebt hatte und darum ebenso blind war für die Zukunft und für das, was sie bringe, wie auch wir sind. Wir haben von ihm gehört:

*Weil da, ihr Mönche, vier Dinge nicht erobert, nicht erworben waren, darum nur sind diese unermesslichen Zeitläufe durchwandert worden, durchirrt worden; von mir sowie von euch.*

Aber diese vier Stadien, die es zu erobern gilt, hat dieser Mensch sich selbst erobert, ist dadurch geheilt und erwacht und hat danach Tausenden seiner Nachfolger durch Vorbild, Anleitung und Belehrung zu den gleichen Entwicklungen verholfen, und ihnen sind in den inzwischen verstrichenen zweieinhalbtausend Jahren ungezählte Menschen in dieser Entwicklung gefolgt.

Es sei auch schon deutlich gesagt: Wenn es um das eine und einmalige Leben ginge, das der moderne Mensch nur kennt und an das er nur glaubt, dann würde der Erwachte sich selbst und die Heilsucher nicht bemühen, denn wenn diesem gegenwärtigen Leben in wenigen Jahren oder Jahrzehnten der Untergang in das Nichts folgte, dann würde sich dafür keine große Anstrengung lohnen, dann gibt es nichts Besseres zu tun, als so schön und leicht wie möglich in Eintracht und Freundschaft mit den Mitwesen dieses Leben zu genießen. - Existenz ist aber sehr anders.

### Unermessliche Zeitläufe

Aus seiner eigenen Erfahrung berichtet der Erwachte sehr konkret, dass man von der Höhe des Felsens aus in dem ringsum reichenden Blick solche Räume und Zeiten durchschauen und außerdem Mächte und Fähigkeiten betätigen kann, die den unten im Dschungel Lebenden völlig unzugänglich und unbekannt sind. Diese Erfahrungen machen zusammen das aus,

was wir die „universale Bewusstseinsweise“ nennen, welche die universalen Möglichkeiten der Existenz offenbart. Sie werden in den überlieferten Reden wohl über fünfzigmal beschrieben, und zwar immer im selben Wortlaut.

Hier zitieren wir nur den Bericht, der unsere Frage von Geburt, Altern und Sterben unmittelbar betrifft. Selbst diese eine Möglichkeit lässt schon erkennen, dass sich mit der universalen Bewusstseinsweise ein anderes „Universum“ auftut als das der Naturphilosophie.

Nachdem der Erwachte noch vor Beendigung der ersten Hälfte seines achtzigjährigen Lebens zuerst „den Felsen erstieg“ hatte, sein ganzes Verhalten in seiner Umgebung zur Besänftigung, zur Erhellung, zur Befriedung, Entspannung und zur Beruhigung geführt hatte, nachdem er dann, „auf der Höhe des Felsens ausgeruht“ hatte, mit einem uns nur erahnbaren, seligen Herzensfrieden, der über alle sinnliche Wahrnehmung hinausreicht, sich völlig durchdrungen hatte, da überblickte er - und hier folgt der Bericht:

*Solchen Herzens, geeint, geläutert, gereinigt, fleckenlos, trübungsfrei, sanft, fügsam und ohne Willkür vollkommen still geworden, richtete ich das Herz auf die erinnernde Erkenntnis früherer Daseinsformen. Ich erinnerte mich an viele verschiedene frühere Daseinsformen als wie an ein Leben, dann an zwei Leben, dann an drei Leben, dann an vier Leben, dann an fünf Leben, dann an zehn Leben, dann an zwanzig Leben, dann an dreißig Leben, dann an vierzig Leben, dann an fünfzig Leben, dann an hundert Leben, dann an tausend Leben, dann an hunderttausend Leben, dann an die Zeiten während mancher Weltenentstehungen, dann an die Zeiten während mancher Weltenvergehungen, dann an die Zeiten während mancher Weltenentstehungen-Weltenvergehungen.*

*'Dort war ich, jenen Namen hatte ich, jener Familie gehörte ich an, das war mein Stand, das mein Beruf, solches Wohl und Wehe habe ich erfahren, so war mein Lebensende: dort verschieden, trat ich anderswo wieder ins Dasein: da war ich*

*nun, diesen Namen hatte ich, dieser Familie gehörte ich an, dies war mein Stand, dies mein Beruf, solches Wohl und Wehe habe ich erfahren, so war mein Lebensende: da verschieden trat ich hier wieder ins Dasein.' So erinnerte ich mich vieler verschiedenen früheren Daseinsformen mit je den karmischen Zusammenhängen und Beziehungen. Dieses Wissen hatte ich nun als erstes errungen, das Wahn zerteilt, das Wissen gewonnen, das Dunkel zerteilt, das Licht gewonnen.“ (M 4)*

*„Gleichwie etwa wenn ein Mann von seinem Aufenthaltsorte nach einem anderen Orte ginge und von diesem Orte wieder nach einem anderen Orte und von diesem Orte nach seinem eigenen Orte zurückkehrte; der sagte sich rückblickend: 'Ich bin von meinem Orte nach jenem Orte gegangen, dort habe ich so gestanden, so gesessen, habe so gesprochen, so geschwiegen; von jenem Orte bin ich nach einem weiteren Ort gegangen, da habe ich nun so gestanden, so gesessen, habe so gesprochen, so geschwiegen; dann bin ich von dort nach meinem eigenen Ort wieder zurückgegangen': ebenso nun auch erinnerte ich mich an viele verschiedene frühere Daseinsformen mit je den karmischen Zusammenhängen und Beziehungen.“ (M 39)*

Wir erkennen den Zweck des aus unserem eigenen Leben entnommenen Gleichnisses. Der Erwachte will uns helfen, in diesen ganz anderen Maßstab hineinzuwachsen. So wie wir dieses unser jetzige Leben als unser *ganzes* Leben auffassen, innerhalb dessen wir viele, viele Orte wechseln, von der Wohnung zur Berufsstätte, zu den Verwandten, den Ferienorten usw., so ist es dem, der die mit dem Ersteigen des Felsens verglichenen inneren Wandlungen an sich vollzogen hat, möglich, die größere, die unermessliche Durchgängigkeit seines Lebens zu entdecken, innerhalb welcher die uns heute als das ganze Leben geltende Spanne von wenigen Jahrzehnten nur eine kurze Episode ist.

## Immer wieder – immer wieder

Geburt, Altern und Sterben in ununterbrochener, in lückenloser Folge. Es bedarf einiger Einfühlung, um das zu verstehen. Solange wir Geburt als die *Entstehung* von Leben auffassen und das Sterben als dessen Vernichtung, da muss uns ein Leben von der Geburt bis zum Tod als eine geschlossene Einheit erscheinen und ein etwa folgendes Leben als eine neue, eine andere Einheit. Aber die vom Erwachten berichtete Rückerinnerung an die früheren Leben lässt einen alle diese Leben umfassenden und wissenden Geist erkennen, der diese Leben als eine Reihe zusammenhängender Erlebnisse sieht. Dieser Geist ist also das durchgängige Erinnern und Wissen vom Leben.

So ist etwas im Menschen vorhanden, das ihm nach seiner uns bekannten Verfassung zwar nicht zugänglich ist, das er sich aber durch die mit dem Ersteigen des Felsens angedeutete Entwicklung zugänglich machen kann. Sein jetziger Menschenverstand ist aufgebaut vorwiegend aus den faszinierenden Oberflächenerlebnissen, die er mit diesem erst seit der letzten Geburt bestehenden Körper eingesammelt hat. Sein Denken und Wollen beschäftigt sich vorwiegend mit dem Bemühen um Wiederholung der angenehmen, verlockenden Erlebnisse und um Vermeidung der unangenehmen und schmerzlichen. Dieser von blendenden Einzelsituationen angesammelte unruhige Geist, den der Erwachte mit Kehricht vergleicht, kann sich nicht weiter erinnern.

Wer aber diese Faszinationen als klein und als Fesselung durchschaut und über sie hinauswächst, sich von Gräbern immer weniger beunruhigen lässt - das gehört mit zu dem Erklettern des Felsens - dem wird aus den tieferen und weiteren Schichten der Psyche das weiterreichende Erinnern zugänglich.

In dieser größeren Sicht und auf der Basis des durchgängigen Geistes ist „Geburt“ nicht Anfang und ist „Sterben“ nicht Ende der Existenz, ist vielmehr ein sogenanntes Menschenleben nur eben ein Erlebnis innerhalb der Existenz. Das ist die

ganz andere Sicht. Sie lässt auch erkennen, warum der Erwachte den Weg weist zur Aufhebung des Wahns.

Und so wie in diesem Licht Geburt und Sterben anders aussehen, als wir es gewöhnt sind, so ist es auch mit dem „Altern“. Der normale Mensch betrachtet die zweite Hälfte oder das letzte Drittel des Menschenlebens als das Altern, aber in Wirklichkeit ist dem Körper bei der Geburt bereits die ihm gehörige Lebenskraft mitgegeben und innewohnend, ist bei der Geburt in ihrer Fülle vorhanden und nimmt nun von Tag zu Tag ab. Das gilt als „Altern“. Äußerlich gesehen erfolgt bei Mensch, Tier und Pflanze zunächst eine Entwicklung in die Jugendblüte und Fülle hinein bis auf die Höhe des Lebens, doch ist das nur das Bild der äußeren Entwicklung, während in den sie verursachenden Wurzeln die Lebenskraft von der Geburt an nur abnimmt, und zwar wird sie durch wildere Lebensweise schneller verzehrt, durch schlichtere langsamer.

So gesehen ist jedes Körperleben, auch nach dem Gleichnis des Erwachten, eben nur eine zeitlich begrenzte Lebensepisode, ein „Besuch“ an diesem und jenem Ort mit dieser oder jener Situation, ein Besuch, der seinen Anfang hatte, seinen Verlauf und sein Ende und dem weitere Besuche folgen, an die man sich erinnern kann.

Es ist also lediglich die Faszination durch die Erscheinungen, die unseren Geist so sehr an die sporadischen Einzelheiten und Vordergründigkeiten fesselt, ja, ihn von ihnen sich formen lässt, so dass ihm der untergründige, durchgängige Wirkensstrom, aus dem sich diese Einzelbilder entwerfen, gar nicht zugänglich wird. Und weil unserem Geist wegen seiner Blendung durch das Außen die geistig-seelischen Kräfte, die alles bewegenden und bewirkenden, die zeitlosen und raumlosen, verborgen bleiben, so erscheint ihm Geburt, Altern und Sterben als Beginn, Verlauf und Beendigung des ganzen Lebens. - Weil aber der Erwachte diese durchgängige untergründige Kraft durchschaut und erkannt hat, darum ist ihm dieser Wechsel nicht mehr Anfang und Ende. Und weil er diese aus Wahn geschaffene untergründig sich dahinwälzende Kraft des

Durstes durch das gewonnene Wissen hat völlig bändigen und aufheben können, so konnte er nicht nur die Täuschung über Geburt und Tod als Anfang und Ende, sondern konnte auch Anfang und Ende selbst, konnte Wechsel und Wandel endgültig einebnen, glätten, aufheben. Und ebenso haben es nach seiner Anleitung Tausende und Abertausende vollbracht.

Der Erwachte berichtet, dass es diese rückerinnernde Schau über ungezählte Leben und durch viele Weltperioden hindurch auch schon in viel früheren Zeiten in den religiösen Kreisen Indiens gab. Abgesehen davon, dass in sehr unregelmäßigen und zum Teil unmessbaren Zeitabständen auch immer wieder „vollkommen Erwachte“ erschienen, die einzigen, welche sich die universale Bewusstseinsweise in ihrer Vollständigkeit und vor allem daraus die Befreiung (*vimutti*) erwarben - abgesehen davon haben immer wieder große und reine Geister zu dieser weiten, rückerinnernden Schau vergangener Lebensformen gefunden.

Durch diese auch im Hinduismus verbreitete religiöse Tradition, gespeist noch durch ungezählte, zu allen Zeiten bis auf den heutigen Tag immer wieder auftretende sporadische Fälle von *teilweiser* Rückerinnerung, geht durch fast das gesamte Asien das raunende Wissen von der Fortexistenz als der natürlichen Daseinsweise, und so kommt es, dass die Menschen seinerzeit zum Erwachten kamen mit der in den Lehrreden oft ausgedrückten Sorge:

*Versunken bin ich in der endlosen Kette von Geburt, Altern und Sterben, in Sorge, Jammer und Leiden, in Gram und Verzweiflung, in Leiden versunken, in Leiden verloren! O dass es doch etwa möglich wäre, dieser ganzen Leidensfülle ein Ende zu machen. (M 29, 30 u.a.)*

Diese drei Dinge, Geburt, Altern und Sterben, zu beseitigen, die mit allen menschlichen Mitteln - mit Chemikalien, Atombomben, Veränderung der körperlichen Erbanlagen - nicht ausgelöscht werden können und die auch alle Priester und

Weisen der vor- und nachbuddhistischen Religionen zu überwinden sich vergeblich bemüht hatten - darum erscheinen Vollendete.

### Alles fließt

Wo nun Geburt samt Altern und Sterben als nur eine beginnende, ablaufende und endende Episode innerhalb eines unvergleichlich großen Ganzen durchschaut und erkannt wird, da bleibt kein Unterschied mehr übrig zwischen einem so verlaufenden Menschenleben und jedem einzelnen innerhalb desselben aufkommenden Erlebnis, denn auch jedes Erlebnis tritt aus einer vom Menschen uneingesehenen Zukunft an ihn heran, hat seine Entwicklung innerhalb einer kürzesten, kurzen oder längeren Zeit und endet, „stirbt“ immer mit der „Geburt“ des folgenden Erlebnisses.

Ganz in diesem Sinn sagt der Erwachte, dass auch Frau und Kind, Haus und Hof, Gold und Silber der Geburt, dem Altern, dem Sterben unterworfen seien (M 26). - „Gold und Silber“ ist der Geburt unterworfen - darin zeigt sich, dass die drei Strukturmerkmale nicht nur für Lebewesen gelten, sondern für alles, was als Erlebnis begegnet, dass also „Geburt und Tod“ nicht nur wörtlich, sondern auch im übertragenen Sinne gelten. Wann ich an Geld und Gut komme, dann ist das für mich „geboren“, wann mir ein Freund oder ein Feind erstehen oder wann ich eine Frau heirate, dann sind diese für mich „geboren“, und diese Begegnungen oder Verbindungen währen ihre Zeit und zehren mit jedem Tag von der ihnen zukommenden Dauer, „altern“ also und enden spätestens mit dem Ende meines gegenwärtigen Lebens, enden oft auch vorher. Jedes nebensächliche oder zentrale Erlebnis wird mir geboren, altert und stirbt, sei es ein freundlicher Brief oder eine Schreckensnachricht oder ein Streit oder eine glückliche Stunde: Ununterbrochen kommt etwas an, begegnet etwas, wird etwas erlebt, währt seine Zeit, entwickelt sich so oder so und – ganz gewiss - endet irgendwann. Und so ist mein jetziges Menschenleben auch ein „Erlebnis“, ein in der Alterung begriffe-

nes Erlebnis, nach dessen Ende weitere Erlebnisse folgen, solange Wahn währt.

Und mit letzter Deutlichkeit zeigt der Erwachte, dass das, was nach seiner Oberfläche wie Leben und Dasein aussieht, in seiner Wirklichkeit eine ununterbrochene Strömung von ankommenden und schon weiterziehenden Erscheinungen ist, eine alles einebnende Strömung von Wahrnehmungen, Bewusstwerdungen in ununterbrochener Folge. -

*Alles, ihr Freunde, ist der Geburt unterworfen, dem Altern und dem Sterben unterworfen. Was aber heißt 'alles'?*

*Das Auge und die Formen,  
das Ohr und die Töne,  
die Nase und die Düfte,  
die Zunge und die Säfte,  
der Leib und das Tastbare,  
der Geist und die Dinge.*

*Dieses alles, ihr Freunde,  
ist der Geburt unterworfen,  
dem Altern und dem Sterben unterworfen. (S 35,33)*

In jedem Augenblick einer – einige – dieser Sinneseindrücke, in jedem Augenblick schon wieder andere, eines reicht dem anderen die Türklinke des Bewusstseins. Aus diesem Fluss macht der Geist die fest stehende Welt. Wir haben nie wirklich Welt erlebt, nur Formen, Töne, Düfte und haben daraus Welt gemacht. Der oberflächliche Mensch meint, dass die Welt die Grundlage seiner Erlebnisse sei, aber sie ist deren Summe.

Geburt, Altern und Sterben - diese dreigliedrige Struktur eignet jeglicher Existenzform aller Wesen einschließlich der wie immer beschaffenen Götter. Und nur weil die Wesen sich durch das jeweilige Erscheinen so faszinieren lassen, hinreißen und abstoßen lassen, darum ist der Geist auf das Jeweilige gerichtet, und darum lässt er das Vorherige fallen. Und wegen dieses Vergessens des Vorherigen erscheint ihm die Geburt als erster Anfang, obwohl sie nur Fortsetzung in variiertes Form



ist. Ebenso muss ihm als Ende erscheinen, was nur Weiterfließen ist. Und wegen der gleichen Faszination durch die je erscheinenden Dinge sieht ein solcher Geist nicht den unterschwellig durchgängigen Strom des hinreißenden *Durstes*, der diese wechselnde Erscheinungsfolge bewirkt.

Alles fließt - aber die Faszination hält fest, sie verbindet und verkittet, schafft für eine Zeitlang den Eindruck von „Sein“, wo doch immer neues Werden ist. Und sie bewirkt auch die Täuschung, dass mit der Vernichtung des Körpers das Sein aufhöre und das ewige „Nichts“ begänne. Der Erwachte aber sagt, dass er „oben vom Felsen aus“ sehe, dass das Leben kein „Sein“ und der Tod kein Untergang im Nichts ist, sondern beides ein ununterbrochenes Werden im ununterbrochenen Heranfließen und Fortfließen. Und dieses Fließen kann aus sich selbst kein Ende finden, weil der unbelehrte Mensch durch seine Faszination diese Strömung selbst in Gang hält und fortsetzt: Wahn und Durst.

Weil es sich so verhält, darum erscheinen Vollendete in der Welt, und darum leuchtet zeitweilig in der Welt das vom Vollendeten erfahrene Gesetz zur Beseitigung.

Was sagt der Erwachte nun über die Beseitigung und Überwindung von Geburt, Altern und Sterben?

Gier, Hass, Blendung – die Wurzeln des Elends

In der vorhin zitierten Lehrrede (A X,76) fährt der Erwachte fort:

*Ohne drei Dinge, ihr Mönche, überwunden zu haben, ist es unmöglich, Geburt, Altern und Sterben zu überwinden.*

*Welche drei Dinge?*

*Ohne Gier überwunden zu haben, ohne Hass überwunden zu haben, ohne Blendung überwunden zu haben, ist es unmöglich, Geburt, Altern und Sterben zu überwinden.*

Hier nennt der Erwachte die Ursachen für die Dreiheit von

Geburt, Altern und Sterben und nennt im Folgenden auch die Bedingungen für Gier, Hass und Verblendung. Gier und Hass sind die verborgenen Wurzeln des offenbaren Durstes.

Der Erwachte, sagt, der Fluss von Erscheinen und Entschwinden, von Geburt, Altern und Sterben sei bedingt durch Gier, Hass und Blendung, die schon durch ihre Bezeichnung als negativ, als übel, als Krankheiten ausgewiesen sind. Mit diesen Krankheiten zusammen besteht der Fluss des Geborenwerdens, Alterns und Sterbens, wo aber diese drei Krankheiten aufgehoben sind, da sei auch - sagt der Erwachte - Geburt, Altern und Sterben, das Kommen und Gehen völlig aufgehoben, sei nicht vorhanden. Da sei Sicherheit und Heil.

Wer einige der überlieferten Reden des Erwachten gelesen hat, der weiß, dass Gier, Hass und Blendung immer wieder als die Grundübel oder Krankheiten der Psyche, der Seele, des Herzens (*citta*) bezeichnet werden und dass der Geheilte, der „Heilige“ davon völlig genesen ist und eben darum auch von der unaufhaltsamen Strömung des Erscheinens und Entschwindens völlig befreit ist. Der Geheilte ist selbstständig, ist autonom in der ursprünglichen Bedeutung dieses Begriffes. Darum zielen alle Ratschläge und Anleitungen des Erwachten darauf hin, dem Einsichtigen die Wege zu zeigen, die aus dieser dreifachen Krankheit Schritt für Schritt herausführen bis zu ihrer vollkommenen Überwindung.

Jeder aufmerksame Mensch erfährt und erkennt bei sich selbst mit unzweifelhafter Deutlichkeit, dass „in ihm“ wenigstens zwei Instanzen sind, die seine Erlebnisse beurteilen und sein Tun und Lassen bestimmen wollen. Die eine ist die Stimme der Triebe, die Stimme von „Gier und Hass“, die andere die der Einsicht oder der Vernunft. In diesem Sinn spricht man bisweilen auch von „Herz“ und „Geist“.

Von diesen beiden den Willen des Menschen bestimmenden und bewegenden Instanzen: Vernunft und Triebe achtet ganz offensichtlich nur die erstere, die Vernunft, mehr oder weniger darauf, dass der Mensch durch sein Tun und Lassen weder das eigene Leben, seine eigene Gesundheit gefährde noch anderen

Menschen Schwierigkeiten bereite. Dagegen ist das Verlangen des Triebs allein auf nichts anderes als auf die Befriedigung aus, d.h. auf das Begehrte und auf die Vermeidung des Entgegengesetzten. Die Gier will das Begehrte ganz unabhängig davon, ob die gegenwärtigen Umstände es überhaupt ermöglichen oder nicht und ob der Begehrende oder der Mitmensch dadurch zu Schaden kommen oder nicht. Der Wille von Gier und Hass ist ein blindes Gefälle; und nur die dauernde mehr oder weniger deutliche Mitsprache und Mitbestimmung der Einsicht oder Vernunft bewirkt die Vermeidung der größten Gefahren, Schwierigkeiten oder Unannehmlichkeiten.

Ein jeder Trieb ist ein innerer spürbarer Zug und Drang nach einem bestimmten Erlebnis - das ist die „Gier“-Seite oder seine Anziehung - und ist damit zugleich in Bezug auf das dem angestrebten Erlebnis Entgegengesetzte ein ebenso starkes Widerstreben und Abgeneigtheit - das ist seine „Hass“-Seite oder Abstoßung. So ist jeder Trieb ein kleinster Teil Gier und Hass, und so macht die Summe der ungezählten Triebe eines Menschen seine Gesamtstärke an Gier und Hass aus.

Der Erwachte vergleicht die Triebe mit einem schief gewachsenen Baum, der eben wegen seiner schiefen Lage mit einem schweren Gewicht der einen Seite zugeneigt („Gier“) und von der entgegengesetzten Seite fortgeneigt ist, der sich darum viel schwerer aufrecht halten kann als ein nach keiner Seite geneigter, senkrecht stehender Baum.

So ist jeder Trieb ein blinder Hungerleider und ist auf nichts anderes als auf das Begehrte aus, das kurzfristig befriedigt. Die Gesamtheit der Triebe macht den unübersehbar vielfältigen Gesamthunger des Menschen aus, oder, wie der Erwachte sagt, den *Durst* oder Drang nach den tausendfältigen Dingen. Wegen des Durstes ist der Geist, die Einsicht oder Vernunft bei den meisten Menschen fast nur damit beschäftigt, von Fall zu Fall die Mittel und Wege zu suchen, die möglichst ohne zu große Gefahren, Schäden oder Schwierigkeiten zur Befriedigung der fortlaufend sich meldenden kleineren und größeren Begehungen führen. So wird der Mensch hauptsäch-

lich durch Gier und Hass in Bewegung gesetzt und ruhelos in Bewegung gehalten, während die Vernunft dabei mit mehr oder weniger Erfolg die notwendige Steuerung übernimmt.

### Täuschung über Wohl und Wehe

Der Erwachte, der sich in der Situation des Mannes auf der Höhe des Felsens befindet, sagt aus seiner unvergleichlich erweiterten Erfahrung, dass all unser Erleben, unser gesamtes aus den Einzelwahrnehmungen aufgebautes Wissen und Bewusstsein ebenso wie auch sein früheres Bewusstsein Blendwerk und Täuschung sei. Er vergleicht die Wahrnehmungen, unsere sinnlichen Erfahrungen, mit Luftspiegelungen, mit Schatten und mit Träumen. Er hat früher ja die gleichen sinnlichen Erfahrungen gehabt wie wir, kannte wie wir nur diese. Dann aber hat er durch seine fortschreitende Minderung von Gier und Hass, von Anziehung und Abstoßung - und das bedeutet das allmähliche Ersteigen des Felsens - seine sinnliche Wahrnehmung verändert und geklärt. Es ist so, wie wenn ein Träumer im Traum allmählich merkt, dass er träumt und mit dieser Beobachtung und Erkenntnis immer weniger von den Traumerscheinungen geblendet und gerissen wird, so dass er damit zur Übersteigung des Traumes, zum Erwachen kommt.

Auf diesem Weg der abnehmenden Blendung und Faszination durch die Erscheinungen bis zur Vollendung des Herzensfriedens, in welchem der Fluss der Erscheinungen zur Ruhe gekommen war, trat dann für ihn die *Erwachung* ein, der Durchstoß zu den ganz anderen Erlebensebenen, von denen oben nur eine, die Rückerinnerung an die vergangenen Daseinsformen, beschrieben wurde. Infolge dieser an sich selbst gemachten Erfahrung vergleicht der Erwachte unsere sinnliche Lebensform mit Luftspiegelungen, mit Schatten und Träumen. Er sieht, in welchem ungeahnten Maß er früher der Blendung verfallen war und der normale von Anziehung und Abstoßung gerissene Mensch verfallen ist.

Eine Seite der Blendung ist die schwere Täuschung über

Wohl und Wehe. Wir stecken so sehr in dieser Täuschung, dass wir uns gar keine Vorstellung von unserer wahren Verfassung machen können. Der Erwachte, der sich durch die mit dem Ersteigen des Felsens verglichene innere Entwicklung zu ungeahntem Wohlbefinden und inneren Helligkeiten entwickelt hat, kann aus seiner eigenen Erfahrung den Zustand wirklicher Gesundheit und die tiefe Krankhaftigkeit des menschlichen Zustands ermessen, aber er sieht zugleich, dass er uns, die wir dem wahren Wohl so sehr fern sind, nur durch ein Gleichnis eine ungefähre Vorstellung über unsere große Täuschung vermitteln kann.

In M 75 vergleicht der Erwachte die vielen den Menschen jagenden Triebe, also Gier und Hass, mit den mancherlei schwärenden Wunden eines Aussatzkranken. Diese jucken und stechen ihn fast ununterbrochen so sehr, dass er dauernd an ihnen kratzen und reiben muss. Ja, er geht in die Nähe eines Feuers, lässt die Hitze auf die Wunden einwirken und zieht und reißt Fasern von den Rändern der Wunden ab. Diese Behandlungen sind sehr schmerzlich, und die Wunden werden dadurch größer und schlimmer; aber der von dem Stechen und Jucken Geplagte empfindet das Kratzen und Reißen an den Wunden als vorübergehende Befriedigung: Das ist seine Blendung. So kennt der Kranke lediglich wegen der Aussatzwunden nur zwei entgegengesetzte Arten von Schmerz, und nur die Tatsache der Gegensätzlichkeit dieser Schmerzen lässt den einen Schmerz als Befriedigung erscheinen. Solange er zwischen den beiden einzigen Möglichkeiten hin und her wechselt, ist keine Genesung möglich, vielmehr werden die Wunden größer, wird die Eiterabsonderung stärker, und der Kranke beschleunigt damit den Verfall seines Körpers.

Die Aussatzwunden dieses Gleichnisses stehen für die Triebe des Menschen, für Gier und Hass. So wie die einzelnen Wunden jucken und stechen, so ist jeder Trieb ein sehndes Verlangen, eine „Gier“ nach dem Erlebnis, worauf er aus ist. Aus diesem Verlangen heraus bemüht sich der Mensch, das begehrte, ersehnte Erlebnis herbeizuführen, was ihm in vielen

Fällen nicht gelingt. Wo es gelingt, da empfindet seine Gier Befriedigung, obwohl diese Erlebnisse in Wirklichkeit nur eine andere Form von Schmerz und Leiden sind, aber der von den Trieben gejagte normale Mensch hat keine Vorstellung von wirklichem Wohlgefühl.

Der Erwachte fragt in jener Lehrrede den Gesprächspartner, ob der Aussatzkranke, wenn er durch einen befähigten Arzt völlig gesund würde, dann noch Lust hätte, an seinem Körper so zu kratzen und zu reiben, ihn an den glühenden Kohlen zu versengen und Fasern und Streifen abzureißen, worauf der andere zugibt, dass das kein Gesunder tun würde, ja, dass er sich mit aller Kraft wehren würde, wenn man ihn an die glühenden Kohlen heranziehen wollte, dass aber der Aussatzkranke eben durch seine juckenden, stechenden Wunden sinnesverwirrt sei und nichts Besseres wisse als diese andere Art von Schmerz. - Darauf sagt der Erwachte, dass ganz ebenso der von den rasenden Trieben endgültig Geheilte und Befreite solches Maß an Wohl und Frieden erlangt, wie man es nicht ahnen könne, solange man von Gier und Hass getrieben und nur auf Befriedigung angewiesen sei.

Erst durch dieses Gleichnis wird dem verständigen Menschen eine Perspektive eröffnet, zu welcher er sonst keinen Zugang haben kann. Er kann sich vorstellen, dass die gesamten ihm und allen normalen Menschen bekannten Gefühle, seine Wohl- und Wehgefühle, nur einen kleinen Ausschnitt aus den gesamten Gefühlsmöglichkeiten darstellen, dass sie nur zwei verschiedene Arten von Schmerzen sind, wovon die eine Schmerzart relativ geringer ist und darum für den, der außer ihr nur noch die andere Schmerzart des Begehrens kennt, als Wohltat empfunden werden muss. Jedes Lebewesen kann ja nur innerhalb seines Erfahrungsbereiches unterscheiden. Was es aber darüber hinaus an viel Schmerzlicherem und viel Angenehmerem und Beglückenderem gibt, das kann er, da er es nie erfuhr und nie davon hörte, in seinen Maßstab nicht mit einbeziehen.

Hier aber spricht einer, der nicht wie der normale Mensch

„am Fuß des Felsens“ im Dämmerdunkel des Dschungels geblieben ist, sondern sich zu der höchsten Höhe des Daseins entwickelt hat und darum die Gesamtmöglichkeiten der Existenz kennt. Er blickt auf unsere Wohlsuche, wie der vom Aussatz Geheilte auf die vergeblichen Mühsale und Schmerzen eines Aussatzkranken blickt, und darum hat er das beinahe halbe Jahrhundert, das er nach seiner endgültigen Genesung noch unter den Menschen weilte, ausschließlich dazu benutzt, die Menschen über die Möglichkeiten der Heilung und über die Wege dahin zu unterrichten und sie zu dem entsprechenden Tun anzuleiten.

Der Erwachte nennt in D 9 und anderenorts geradezu eine „Himmelsleiter zur Erwachung“:

*Alle Befleckungen und Besudelungen werden bei diesem Aufsteigen abgetan, die reinen Eigenschaften werden erworben, die Weisheit in ihrer ganzen Fülle und Weite wird erobert, und mit dieser Entwicklung zugleich wächst eine zunehmende Erhellung des Gemütes, eine geistige Beglückung, eine tiefe innere Ruhe, Klarheit des Geistes und Gemüts und ein seliger Zustand.*

Nur auf diesem Weg der Säuberung von Gesinnung und Charakter, der Ausbildung in *sīla - samādhi - paññā*, ist die schmerzliche Grundverfassung der Wesen, der Status des Aussatzkranken, zu überwinden. Dieser Weg wird verglichen mit dem Ersteigen des Felsens, dem endgültigen Ausruhen auf seiner Höhe und dem alles umfassenden Rundblick.

Mit dem Bild vom Aussätzigen und dem Erklettern des Felsens will der Erwachte denen, die Augen und Ohren haben, sagen, was gewonnen werden kann an ungeahntem Wohl, an Helle und Weite, wenn man den Weg geht, der von dem Aussatz befreit. Gier und Hass als Krankheiten des Herzens machen die Wesen verblendet, dass sie die Gesundheit und das, was sie mit sich bringt, nicht ahnen, vielmehr meinen, das Leben müsse so elend sein, wie sie es kennen. Darum können

sie von sich aus gar nicht herauskommen, sondern können nur durch die Kunde eines Erwachten über den Leidenscharakter ihres Daseins und über die Möglichkeit ungeahnten Wohls aufgerufen werden.

### Täuschung über die Dimension der Welt

Wenn der Mensch die Tatsache seiner Existenz in der umfassendsten und zugleich kürzesten Weise ausdrücken will, dann wird er sagen: „Ich bin in der Welt.“ Mit diesem Satz ist ausgedrückt die Auffassung, dass die Welt das Umfassende, das Große und Ganze sei und dass das Ich sich darin befinde. - Wenn er des Näheren nach der Welt gefragt wird, so verweist er auf die ihn umgebenden wahrnehmbaren Dinge, die sich im dreidimensionalen Raum ausdehnen, und auf die Fortsetzung dieses Raums über die Reichweite seiner Wahrnehmung hinaus. Das ist die „Welt“. Wenn er des Näheren nach dem „Ich“ gefragt wird, so verweist er in erster Linie auf diesen Körper, mit dessen Sinnesorganen die Welt wahrgenommen wird, womit sich zu bestätigen scheint, dass das „Ich“ sich in der „Welt“ befindet. Diese Behauptungen über das Ich und die Welt scheinen auf den ersten Blick selbstverständlich und richtig zu sein.

Wenn wir aber fragen, wo denn diese Welt samt dem Ich gefunden, entdeckt und erkannt worden sei, so dass wir uns berechtigt sähen, ihre Existenz samt der des Ich zu behaupten, dann stoßen wir auf etwas ganz anderes, auf etwas, das wir „Erleben“ nennen: Weil Erlebnis von Welt und Ich ist, darum wird das Sein der Welt behauptet. Durch Erleben und Erfahren ist das Sein der Welt ausgewiesen. Das Ich und die Welt sind im *Erleben* entdeckt worden als das *Erlebte*, sie sind im *Bewusstsein* entdeckt worden als das *Bewusstgewordene*: sie bestehen im *Wissen* als das *Gewusste*. Das heißt also: Dasjenige Ich und diejenige Welt, die wir allein kennen, bestehen im Bewusstsein, im Geist, sind geistiger Art, und nach einem „Außerhalb“ des Bewusstseins können wir nie hingelangen.



Diese Tatsache leuchtet schon darum ein, weil ein jeder Mensch das Bewusstsein ganz unmittelbar erfährt, während er alles andere, was er nur irgend erfährt und erfahren kann, immer nur *durch* das Bewusstsein erfährt, immer nur im Bewusstsein erfährt als Bewusstgewordenes. Wenn aber kein Bewusstsein ist, dann ist auch kein Erleben und kein Erfahren, dann wird kein Ich und keine Welt erlebt, dann wird auch das Sein eines Ich und einer Welt nicht behauptet und nicht einmal vermisst.

Obwohl uns also eine Welt, die nicht aus Bewusstsein bestünde, nicht aus Bewusstsein gemacht wäre, gar nicht begegnen kann und uns noch nie begegnet ist, so wird doch - besonders im Westen - nach der Herkunft und Entwicklung einer „objektiven“ Welt jenseits des Bewusstseins geforscht, nicht aber nach der Herkunft des die Welt entwerfenden und anbietenden *Bewusstseins*.

Und obwohl ein Ich, das anders als im Bewusstsein und aus Bewusstsein bestünde, noch nie erlebt wurde, obwohl also das Bewusstsein das Ich entwirft und anbietet, so wird doch angenommen: das Ich *habe* das Bewusstsein. Der stille Hinblick auf die eine Frage, woher wir denn von dem Ich wissen, würde den Irrtum aufklären und dann zu der Frage nach der Herkunft des ein „Ich“ und eine „Welt“ entwerfenden *Bewusstseins* führen. Aber diese Frage wird übergangen, wird nicht beachtet.

Die Folge dieses Vorgehens ist die bisherige Ergebnislosigkeit des Forschens und die Ratlosigkeit: Das Welträtsel ist durch Spekulationen, welche über das Bewusstsein hinausgehen wollen, nie zu lösen, sondern nur durch *Erweiterung* des Bewusstseins, der Wahrnehmung, wie es die Erwachten erlangt haben und wozu sie die Wege weisen.

Weil die Erwachten das Bewusstsein bis zur Universalität erweitert haben, darum haben sie die Bedingungen aller Erscheinungen *erfahren*. So sagt der Buddha, dass er zu allen Zielen, zu den guten und den schlechten, die einzuschlagenden Wege kenne. Er sieht, dass die Wesen nicht beachten, dass die

Dimension, in welcher sie sich und alles ihnen Begegnende vorfinden, die des - Bewusstseins ist, und darum spricht er von der Blendung. Die gesamten Lehren des Erwachten sind durchzogen von Hinweisen auf den geistigen Charakter alles Erfahrens und Erfahrbaren.

Die ersten Verse der Spruchsammlung „Wahrheitspfad“ beginnen mit den Worten:

*Vom Geiste gehen die Dinge aus,  
sind geistgebildet, geistgefügt.*

Und in dem ersten Kapitel der größten und ältesten buddhistischen Spruchsammlung (*Suttanipāta*) kehrt immer wieder die Aufforderung, im Hinblick auf die Erscheinungswelt zu erkennen:

*Dies alles gilt nicht wirklich...*

das heißt, dass die Dinge, wie bei einem Traum, nicht so sind, wie sie scheinen. Darum auch heißt es in der ersten Rede der zentralsten, der sogenannten „Mittleren Sammlung“, dass der unbelehrte Mensch über alles, was er wahrnimmt, nachdenkt, sich damit verbindet, sich daran gewöhnt und damit rechnet, und dass er eben dadurch nicht zur Befreiung vom Leiden kommen könne; dass aber der Belehrt, der Heilsverständige sich von dem Wahrgenommenen nicht beeinflussen lassen, diesem nicht nachhängen solle. Dann werde er das wahre Wesen des Erlebens bald gründlich kennenlernen und von allem Leiden befreit werden. Natürlich ist damit nicht gesagt, dass man alle erlebten Begegnungen mit Menschen, Aufgaben und Pflichten ignorieren solle, als wenn sie nicht wären. Die Erscheinungen kann man nicht leugnen, und ihre Begegnung mit der Ich-Erscheinung tut immer wieder wohl oder wehe, aber die gesamte Flucht der Erscheinungen und Begegnungen hat ihre Wurzeln in einer ganz anderen Dimension, und nur dort, bei den Wurzeln, muss man wirken, wenn man die Erscheinungen verändern und die Begegnungen besänftigen will, damit das Schmerzliche abnimmt und das Wohl zunimmt.

Immer wieder vergleicht der Erwachte das gesamte Erleben mit Träumen und Traumbildern, und er sagt, dass der Mensch, der von dieser Verblendung und damit vom Leiden frei werden wolle, dieser Tatsache eingedenk bleiben solle, dann wird er nicht die Träume selber, sondern ihre Ursache, die seelischen Spannungen zu beeinflussen suchen. Ebenso bezeichnet der Erwachte die gesamte Wahrnehmung als *Luftspiegelung*, das heißt als verzerrten Abglanz von etwas, das in Wirklichkeit ganz anders und auch an ganz anderem Ort ist. Der gleiche Sinn liegt in dem vom Erwachten immer wieder verwendeten Gleichnis vom Schatten (das zwei Jahrhunderte später auch Platon in seinem Höhlengleichnis benutzt.) Alle diese Aussagen weisen auf die ebenso unleugbare wie unbeachtete Tatsache der Bewussthaftigkeit aller Erscheinungen hin. In dem gleichen Sinne sagt *Descartes*:

*Ich habe niemals im Wachzustand eine Empfindung gehabt, die ich nicht auch im Schlaf hätte haben können. Und da ich nicht glaube, dass die Dinge, die ich im Schlaf zu fühlen scheine, in irgendwelchen Objekten außer mir vorgehen, so sehe ich nicht ein, warum ich den Empfindungen des Wachzustandes eher glauben sollte. (6.Meditation)*

Ebenso sagt *Shakespeare* („Sturm“ IV,1):

*Wir sind aus solchem Stoff, wie Träume sind bestanden,  
und unser karges Leben ist rings in Schlaf getaucht.*

Und *Joh. Gottfried Herder* sagt („*Amor und Psyche*“):

*Ein Traum, ein Traum ist unser Leben auf Erden hier,  
wie Schatten auf den Wolken schweben und schwinden wir.  
Und messen unsere trägen Tritte  
nach Raum und Zeit;  
und sind - und wissen 's nicht - in Mitte der Ewigkeit.*

Diese Einsicht von der allgemeinen Verblendung über die Dimension und den Charakter der Welt ist in allen Kulturen bei den besonnenen Menschen erwachsen und wurde überall in ähnlicher Weise formuliert. Im alten China gibt *Tschuangtse* der Vertauschbarkeit von Traumerleben und wachem Erleben überraschenden Ausdruck in dem Bild vom Schmetterling:

*Ich - Tschuangtse - träumte einst, ich sei ein Schmetterling, ein hin- und herflatternder; in allen Zwecken und Zielen ein Schmetterling. Ich wußte nur, dass ich meinen Launen wie ein Schmetterling folgte und war meines Menschenwesens unbewusst. Plötzlich erwachte ich; und da lag ich: „Wieder ich selbst.“*

*Aber nun weiß ich nicht, ob ich ein Mensch bin, der zuvor träumte, er sei ein Schmetterling, oder ob ich wirklich ein Schmetterling bin, der jetzt nur träumt, er sei ein Mensch...*

### Die Herkunft des Erlebens

Natürlich hat jede bewusst werdende Erscheinung eine Ursache und eine Herkunft. - Es ist zwar ganz unwiderleglich und wird spätestens bei gesammeltem Hinblick klar, dass all unser Wissen - das Wissen von uns selber und von den Dingen, deren Summe wir die „Welt“ nennen - immer nur vom *Erleben* kommt und dass Erleben immer nur *Wahrnehmung, Bewusstsein* ist. Es kann auch nicht bezweifelt werden, dass wir das Bewusstsein überhaupt nie überspringen und an Nichtbewusstes gelangen können und dass es insofern immer Spekulation bleibt, über eine Dimension *außerhalb* des Bewusstseins etwas aussagen zu wollen. In diesem Sinn sagt *Schiller*:

*Die Philosophie erscheint immer lächerlich, wenn sie aus eignen Mitteln, ohne ihre Abhängigkeit von der Erfahrung zu gestehen, das Wissen erweitern...will.*

Auch kein Gott und kein Erwachter kann über das Bewusstsein hinaus etwas erfahren oder wissen. - Aber diese größeren und reineren Wesen haben das Bewusstsein *erweitert*, und die *Erwachten* sind es, die das Bewusstsein zur Universalität ent-

wickelt haben, so dass sie alle Ursachen aller mit unserem beschränkten Bewusstsein erfahrenen Wirkungen erkennen und uns nennen (und uns außerdem die Übungen nennen, mit welchen wir selber zur Erweiterung des Bewusstseins kommen.).

Aus dieser erweiterten Erfahrung nun sagt der Erwachte über die Herkunft dieses schier ununterbrochen fließenden, vielseitigsten bewussthlichen Angebotes: „*Vom Geiste gehen die Dinge aus, sind geistiger Art*“, und die Summe der Dinge, die einer erfährt und erlebt, sind ihm die „Welt“. Sein östlicher Zeitgenosse *Laotse* sagt also mit anderen Worten das gleiche, und seine Warnung vor dem äußerlichen technischen Handeln ergänzt der Erwachte mit dem Hinweis auf die richtigen Ansatzpunkte:

*Wer da aus schlechtem Geiste spricht,  
wer da aus schlechtem Geiste wirkt,  
dem folgt zwangsläufig Leiden nach,  
wie Radspur folgt der Zugtierspur.*

*Wer da aus gutem Geiste spricht,  
wer da aus gutem Geiste wirkt,  
dem folgt unhemmbar Wohlsein nach,  
dem untrennbaren Schatten gleich.*

Der „schlechte“ Geist ist der von Gier und Hass, also den Trieben inspirierte; den guten Geist hat nur das von Gier und Hass freie Herz. Also nicht zur Passivität laden die weisen Kenner der Herkunft der Welterscheinung ein, sondern sie empfehlen dort anzusetzen, wo die Erscheinung bewirkt wird. Am Schatten selbst z.B. kann man nichts ändern, sondern nur durch Verstellen, Verändern der Lichtquelle und durch Verstellen und Verändern des schattenwerfenden Gegenstandes. Ebenso kann man an Luftspiegelungen selbst nichts verändern, da sie das verstellte Abbild von Gegenständen und Konturen sind, die sich an anderen Orten befinden und nur durch deren

Veränderung oder durch Veränderung des Sonnenstandes beeinflusst werden können. Auch die Bilder und Erlebnisse des Traums, die entzückenden und entsetzlichen Begegnungen, sind bedingt durch Ursachen, die *außerhalb* des Traums liegen, sind bedingt durch Spannungen des Gemüts und Geistes; darum können sie nur durch Auflösung oder Veränderung dieser Spannungen verändert werden. So ist alles, was als Traum oder als Luftspiegelung oder als Schatten erscheint, nicht so wie es erscheint, sondern hat eine andersartige Ursache und kann nur durch Veränderungen an der Ursache verändert werden.

Wer da plötzlich neben sich den Schatten eines ausgestreckten Arms mit drohend geschwungenem Hammer sieht, der wird ganz sicher nicht auf diesen Schatten zuspringen und ihn abwehren oder vernichten wollen, denn er weiß ganz unmittelbar und ohne Überlegung, dass er den Schatten in keiner Weise ergreifen, verschieben oder vernichten kann. Aber er wird sich auch nicht damit beruhigen, dass das ja „nur ein Schatten“ sei und darum passiv bleiben, sondern wird sich eilig umblicken nach der Ursache des Schattens, d.h. nach jener Gestalt, von welcher der bedrohliche Schatten ausgeht, und er wird danach trachten, wie er diese Gestalt abwehre oder bändige oder ihr durch Flucht entgehen könne.

Ebenso gibt es kein Erlebnis ohne eine entsprechende Verursachung. Es gibt keine aus Wahrnehmung und Gefühl entworfene Situation, keine beglückende und keine schmerzliche, die nicht aus entsprechenden geistigen Qualitäten so entworfen wäre. Als *Blendung* bezeichnen die Erwachten das gesamte Erleben des normalen Menschen, und *Gier* und *Hass* nennen sie als Ursache und Bedingung der Blendung. Gier, Hass und Blendung werden in den Lehrreden immer wieder als die üblen verdunkelnden Eigenschaften der *Psyche* oder des Herzens bezeichnet, während das völlig genesene und befreite Herz nichts mehr mit Gier, Hass und Blendung und damit mit Wechsel und Wandel, mit Kommen und Gehen zu tun hat. So entscheidet die Qualität des Herzens über die Qualität des

Erlebens: Die Welt ist ein geistig Ding.

Die Stärke dieser Blendung, die Grobheit oder Feinheit des Wahns, des Lebenstraums wird geschaffen und bestimmt von der Stärke von Gier und Hass, von der Stärke, der Grobheit oder Feinheit dieser der Psyche innewohnenden spannungsvollen Triebe, der inneren unwillkürlichen Anziehungen und Abstoßungen in Bezug auf die unterschiedlichen Erscheinungen: Das ist der Zusammenhang dieser drei geistigen Erscheinungen.

Der Erwachte vergleicht die Psyche mit einem Maler, der mit mancherlei Farben auf mancherlei Grundlagen immer wieder Gestalten malt, Mannesgestalten und Frauengestalten, bald gröbere, bald feinere, hellere und dunklere; aus immer wieder neuen Ideen immer wieder neue Gestalten. Gier und Hass sind die malenden Ideen und Kräfte, bald gröber, bald feiner. - Und je nach den Ideen werden die gemalten Erscheinungen, die Gestalten der Männer, der Frauen, je nach den Qualitäten von Gier und Hass wird die Qualität des Lebenstraums. Und wir, die wir uns erleben in dem Bewusstsein, Männer zu sein, Frauen zu sein, ältere oder jüngere - wir selbst, die wir uns unserer Ichheit, unserer Erlebnisse bewusst werden, sind aus den Ideen des seelischen „Malers“, aus Gier und Hass, hervorgegangen, und die Spannungen unseres Lebens und Erlebens sind die Spannungen der Triebe. Das ist die Blendung.

Wie der Maler „Herz“ malt und wie wir von den gemalten und bewegten Bildern *geblendet*, uns gar mit ihnen identifizieren, mit ihnen zu entstehen und unterzugehen wännen, das hat mit ergreifenden Worten ein Mönch aus der Zeit des Buddha ausgedrückt. Er sieht im Geist das Entstehen und Sterben der von Blendung bewegten Wesen, das immer wieder erneute Auftauchen, Geborenwerden in den unterschiedlichen Kasten und Ständen, aber auch in den außermenschlichen Daseinsformen, und er rechnet jetzt ab mit seinem Herzen und sagt ihm die Nachfolge auf:

*Geduld'ger Diener war ich dir zu jeder Zeit,  
durch viele Leben hin warst du zufrieden, Herz:  
Die Wiederdarstellung verdank' ich dir im Dienst,  
den Irrniswandel langen Leidens, das du schufst.*

*Du, Herz, allein, schaffst uns der Priester Ahnenstamm,  
du machst zum Fürsten und du machst zum König uns,  
so werden Bürger wir, so werden Diener wir  
und werden Götter gar durch dein Begehren nur.*

*Durch deine Fügung folgen wir Dämonen nach,  
dein Same baut uns in der Hölle Wurzeln an,  
durch dich allein gelangen wir in Tieres Schoß,  
auf deiner Spur umspinnt uns das Gespensterreich.*

*Einst stürmtest blindlings du mein Herz dahin,  
wohin dein Wille, deine Sucht nach Lust dich trieb:  
von heut an werd ich tapfer halten dich zurück,  
gleichwie der Bändiger den Elefanten zwingt.*

*Du wirst mich nun wahrhaftig nimmer trügen mehr,  
als ob du jetzt und jetzt mir gäbst den Siegespreis,  
da du mich kirrend, wie man Tolle kirrt, nur lockst.  
(Thag 1126-1130)*

Der Maler Herz malt, und er wird malen, solange Gier und Hass, Anziehungen und Abstoßungen, Vorstellungen und Wünsche das Herz bewegen. Und das geschieht so lange, als der Wahn besteht, solange dieser geistige Zusammenhang des geistigen Erlebensvorganges nicht erkannt und durchschaut wird und aus dieser Erkenntnis und Durchschauung nicht der geistige Wille und die geistige Kraft aufkommt zum Widerstand gegen die Faszination dieser Blendung. Nur durch diesen Widerstand wird die Traumbblendung allmählich abgeschwächt und verdünnt und aufgehoben, wird die beschränkte Bewusstseinsweise durchbrochen und wird das Tor zu dem ganz ande-



ren, zur Freiheit geöffnet. Darum fordert der Erwachte den einsichtigen Menschen auf

*dass er sein Herz in der Gewalt habe,  
nicht aber in der Gewalt des Herzens wandle*

und im Zusammenhang mit jenem Gleichnis von dem Maler sagt der Erwachte, dass der Mensch sich öfter vor Augen führen solle:

*Lange Zeit war dieses Herz besudelt durch Gier und Hass und durch Blendung. Die Besudelungen des Herzens besudeln die Wesen, aber die Reinigung und Erhellung des Herzens reinigt und erhellt die Wesen.*

Dieses Wort ist in seiner ganzen Tiefe nicht leicht zu verstehen, denn das, was hier als Besudelung und als Flecken bezeichnet wird, das ist unsere „Erscheinungswelt“ samt der Ich-Erfahrung. Und diese erscheint so aufdringlich und scheint so total und unausweichlich unser Leben und Erleben auszumachen, dass wir eines anderen Bildes bedürfen, um ihre Begrenztheit und Grenzen zu erfassen und die Möglichkeit, ihr zu entrinnen zu einer ungeahnten Freiheit.

### Wahn und Wirklichkeit

Da wälzt sich ein Fieberkranker auf seinem Lager. Sein hochroter Kopf liegt nicht einen Augenblick still. Die glänzenden quellenden Augen irren hin und her. Aber die Umstehenden erkennen, dass er sie gar nicht sieht, dass er nicht „bei sich ist“. Sein Geist ist erfüllt von Bildern und Szenen, die nicht vor den Sinnesorganen seines Körpers stehen. Der Kranke ist im Delirium. - So sieht es der Zuschauer. -

Was aber sieht der Kranke? - Er ist nicht der Kranke, weiß nichts von seinem Fieber und nichts von seiner Krankheit. Er erlebt nicht die Krankenstube und nicht den fieberheißen Kör-

per. Er hat mit diesem sich wälzenden Körper gar nichts zu tun, ist ein ganz anderer und befindet sich in heißem Ringen in immer neuen Gefahren, mit immer neuen Feinden.

Er ist von Brausen und Sausen umgeben. Das Boot ist schon fast voll gelaufen. Auf dem sturmgepeitschten Meer wird es umhergeworfen wie eine Nusschale. Da sieht er am nachtdunklen Himmel die schrecklichste schwarze Woge, hoch wie eine Hauswand, heranrasen. Seine Angst will ihn zersprengen. Im Kentern des Bootes zerbricht krachend der Mastbaum, zerschlägt seinen Kopf. Alles ist Wasser... alles ist Dunkelheit... alles ist Schweigen. - - -

Da stehen die Feinde in Reih und Glied. Ihre verächtlichen Blicke sind auf ihn gerichtet. Er ist gebunden und hört sein Urteil. Er schreit laut, dass er es nicht war, dass er unschuldig ist. Er bittet weinend um Gnade. Die Blicke der Feinde werden höhnisch. Sie laden die Gewehre. Er schlägt verzweifelt die Hände vor seine Augen - es kracht. - - -

Über den Kamm des Hügels steigt die Morgenröte herauf. Ihm ist ganz leicht zumute, und er weiß mit sicherer Hoffnung: gleich wird er ihr begegnen. Er weiß nur vom jetzigen Augenblick und von der kommenden Begegnung. Er weiß nichts von der Hinrichtung, nichts von dem Schiffbruch im Sturm. Er weiß nichts von den anderen vielen, vielen Leben und Toden. Der Augenblick erfüllt seinen Geist, und seine Hoffnung ist auf das Kommende gerichtet. -

Arzt und Pfleger blicken auf einen fieberheißen Körper. Sie sehen, wie die Gesichtszüge immer wieder zwischen Angst und Entzücken wechseln, wie der Körper sich auf dem Lager herumwirft, die Fäuste ballt, mit den Armen um sich schlägt, als ob er gegen Feinde kämpfe. Und immer wieder wird er für einen Augenblick still wie tot, und immer wieder bricht er neu auf.

Der Arzt misst die Temperatur, gibt eine Spritze, schreibt ein Rezept; dann sagt er zu dem Pfleger, dass das Fieber bald nachlassen und der Kranke schlafen werde. Aber die wilden Wahnträume und die Ängste hätten ihn stark mitgenommen.

Er müsse lange schlafen und ruhen, um sich zu erholen, bevor er erwacht.

Was will das Bild sagen? - Die Deliriumsszenen stehen für das „normale“ Erleben des Menschen und stehen für die Kette der aneinandergereihten Leben – für die unermessliche Daseinswanderung (*Samsāra*), und das ist es, was die Erwachten mit Blendung bezeichnen. - Der blutheiße Körper, der die Fieberszenen bewirkt, steht für Gier und Hass, für die dem Menschen eingebluteten und ihn bewegenden Triebe, für seine ungezählten, aber meist unerkannten Zuneigungen und Abneigungen, die seine Verblendung, sein Erleben, sein Bewusstsein bewirken. - Der Arzt, der auf die ohnmächtigen Anstrengungen des Phantasierenden blickt, ist der Erwachte, der die vergeblichen Anstrengungen, Ängste und Verzückungen der in Einbildungen befangenen Wesen sieht und denen, die ihn hören, den Weg zur Befreiung und Erwachung weist. - Die nichtsahnenden Menschen fragen nach zeitlicher und räumlicher Ausdehnung dieser Erscheinungswelt - die Erwachten aber verhelfen zur Erwachung aus diesem schreckensreichen, Raum und Zeit entwerfenden Weltentraum.

Der Kranke hat durch eine zweifache Transzendierung die Wirklichkeit überstiegen und übersprungen in eine Abseitigkeit hinein. Der traumlose Schlaf trennt ihn vom wachen Erleben, hebt das Bewusstsein von jener Welt auf, in welcher doch sein verletzbarer Körper bewusstlos und unbewacht zurückbleibt. Aber die Delirien und Phantasien liegen noch *unterhalb* des Schlafes, denn sie schaffen zusätzlich eine Wahnwelt: ein Schein-Ich, das sich in entsetzlichen und beglückenden Begegnungen mit bedrohlichen, schmerzlichen und leuchtenden Ereignissen sieht und fühlt. Die Ängste, Schrecken und Verzückungen dieser Wahnszenen schlagen zurück auf den in der anderen Welt bewusstlos liegenden Körper, gefährden ihn durch die völlig unkontrollierten Bewegungen seiner Glieder und verzehren seine Kräfte.

Darum erkennt der Arzt die drei Entwicklungsetappen, die der Kranke durchlaufen muss, um zur vollen Genesung in der

Erwachung zu gelangen. Zunächst muss er diese Wahnwelt aufheben: die Dramatik seiner hetzenden und kraftzehrenden Wahnträume muss zum Abklingen und Abebben gebracht werden. Die Szenen und Bilder müssen an Leuchtkraft verlieren, müssen verflüchtigt und aufgelöst werden, so dass der Kranke aufsteigt aus den Wahnvorstellungen in den Genesungsschlaf, oberhalb des Wahns.

Dann aber, wenn der Kranke die Grenze vom Traum zum traumlosen Schlaf überstiegen hat, die Grenze von der ruhelosen Jagd der Ereignisse in die Stille, aber noch von Rückfällen in den Wahn bedroht ist, dann muss der Schlaf gesichert und vertieft werden, damit der Gehetzte zu der erforderlichen Entspannung und Beruhigung kommt in fortschreitender Entfernung von der Wahnwelt, in immer tieferem Vergessen der Schemen.

Danach kann die dritte Phase zur vollen Genesung führen: Wenn der Schlaf oberhalb der Wahnträume zu einer solchen Tiefe gediehen ist, in welcher die entspannte Ruhe des Gemüts vollkommen wird, dann setzt die Regeneration der Kräfte ein und entwickelt sich fort, bis im Erwachen das Bewusstsein sich bei dem Körper wieder vorfindet.

Aus dem Wahntraum aufsteigen in den Genesungsschlaf und durch diesen hindurch zum Erwachen gelangen. Das bedeutet, von der beschränkten Wahrnehmungsweise in der Verblendung sich zur freien Wahrnehmungsweise entwickeln und von dieser zur universalen: *sīla - samādhi - paññā*.

Alle Erwachten lehren diese drei Entwicklungsetappen zur Genesung und Erwachung. Die Wege und Übungen dazu sind vollständig beschrieben in der ursprünglichsten Überlieferung der Aussagen des Buddha; sie sind in Andeutungen enthalten in allen Wegweisungen zu heileren Situationen, in dem gesunden und nüchternen Teil der mystischen Strömungen aller Religionen. Denn es ist der gerade Weg zur Erwachung und zur Befreiung.

Aber der ganze Umfang der Blendung ist nicht leicht zu durchschauen.

## Täuschung über die Dualität

Die Deliriumsszenen eines Schein-Ich in beängstigenden und beglückenden Begegnungen schaffen eine Wahnwelt mit einer Wahndramatik, schaffen die täuschende Dualität eines Ich in einer Umwelt. Zugleich verbergen sie die Wirklichkeit. Das Fieber-Ich, das da im Delirium erscheint, ahnt nicht, dass es kein wirklicher Täter und Lenker ist, sondern will sein vermeintes Leben nach seinen Wünschen und Hinsichten gestalten. Auf dem Ozean versucht es mit rasender Angst, die Katastrophe zu vermeiden, aber jede Idee, die ihm kommt, und jeder Handgriff, den es tut, sind geschaffen und gesteuert samt der wilden See und der die Szene beendenden haushohen Woge in jener ganz anderen Dimension, an die das Fieber-Ich nicht denkt: dort, wo der fiebrige Körper liegt. In der Gerichtsszene will es mit Empörung die gemeine Verleumdung zurückweisen, die Sache richtigstellen und den gefährlichen Spion vor den Richterstuhl bringen - aber diese gesamte Szenerie mit Argumenten, Flüchen und Bitten, mit der Verurteilung und der Erschießung, der da eine täuschende Dualität vorgaukelt, ist geschaffen durch eine außerhalb liegende Ursache. Das Erscheinungs-Ich, das sich der Welt gegenüberzustehen glaubt und die Welt gestalten will nach seinem Wunsch, ist kein wahres Gegenüber und kein wahrer Gestalter, sondern ist das zum Weltspiel gehörige und von der Welterscheinung untrennbare Korrelat und wird mit der Welt und mitsamt den harten oder sanften Begegnungen gebräut und gebildet in allen einzelnen Situationen in einer Dimension, die jenseits dieser Welterscheinung liegt, dort wo der fiebrige Körper liegt. Das ist die reale Dualität, und nur wer diese kennt, wie der Arzt sie kennt, der kann die Delirienkämpfe und Ängste auflösen.

Das Gleichnis von dem Fiebertraum steht dem, was der Mensch das „wahre Leben“ nennt, näher, als es scheint. Der von den Erwachten unbelehrte Mensch ist ichgläubig und weltgläubig, weil er das Ich und die Welt „erlebt“. Die Tatsache des Erlebens genügt ihm als „Beweis“ für das Dasein von

Ich und Welt. Wie der Fieberkranke in den Phantasien, wie fast jeder Träumer in fast jedem Traum, so kommt der normale Mensch gar nicht auf die Frage, ob dieses Erleben nicht vielleicht eine Krankheit sei, ein Traum, ein Wahn, denn er kennt ja nichts anderes als dieses Erleben. Und jenseits des Erlebens vermutet er das Nichts, das er den „Tod“ nennt. So gibt es für den normalen Menschen nur das Problem, wie er das Ich in dieser Welt möglichst lange und in möglichst wohlthuender Weise hindurch bringe.

Das ist die *Dualität*, an die der von den Erwachten unbelehrte Mensch glaubt. Und darum glaubt er, er müsse auf die Welt einzuwirken oder zu reagieren versuchen, müsse möglichst das Wohltuende heranziehen, das Schmerzliche fernhalten, möglichst den Untergang hinausschieben. Und so versucht das Ich „die Welt zu erobern durch Handeln“ (Laotse). Und je stärker die Faszination durch den Traum ist, um so weniger kann die Ahnung aufkommen, dass es auch noch ganz andere Arten von Träumen, himmlisch-lichte bis höllisch-entsetzliche, gibt und dass es oberhalb und außerhalb aller brauenden Träume auch das ganz andere, das Wachsein, das Freisein geben muss.

Die Erwachten aber sagen, dass die Ich-Umwelt-Polarität keine echte, sondern eine scheinbare Zweiheit sei, eine Aufspaltung und Ausbreitung der Erscheinung<sup>11</sup>, bedingt durch die befleckende und schmerzliche Krankheit der Psyche, des Herzens, durch die Zerrissenheit in *Gier* und *Hass*. Das erscheinende Ich ist nicht der Gestalter der erscheinenden Umwelt, sondern ist mit ihr zusammen und mit den Formen und Weisen der jeweiligen Begegnungen, der beglückenden und entsetzlichen, der harten und sanften, gebildet aus den ungezählten ungesehenen seelischen Triebkräften, die als Hinstrebungen und Zuneigungen zu den einen Erscheinungen und als Fortstrebungen, Abneigungen und Abstoßungen gegenüber den anderen Erscheinungen bestehen und wirken. Diese ungezähl-

---

<sup>11</sup> papañcasaññā

ten verborgenen und unbeachteten seelischen Kräfte sind die Komponisten der Welterscheinung und Icherscheinung, des Lebensdramas, seiner überzeugenden Leuchtkraft und darum seiner Faszination.

Der unbelehrte Mensch, der die Ich-Erscheinung und die Welt-Erscheinung nicht durchschaut, glaubt an ein selbstständiges Ich, an dessen Wirkensfreiheit und Gestaltungskraft, aber die Erwachten, die sich zur Genesung von aller Blendung entwickelt und die Welterscheinung und die Icherscheinung völlig durchschaut haben, lehren, dass es die Triebe des Menschen sind, die ungezählten Hinneigungen und Abneigungen, welche die unterschiedliche Färbung und Leuchtkraft seiner Erlebnisse bestimmen. Und diese von Gier und Hass bereits entstellten und zensierten „Erlebnisse“, also Blendungsbilder sind es, die von der Geburt an den Geist des Menschen mit „Erfahrung“ anfüllen und sein Weltbild komponieren. Und Gier und Hass sind es, welche sein Denken und Bewerten bestimmen, seinen Willen bilden, sein Handeln lenken.

Der Maler „Herz“ malt ununterbrochen Gestalten, Mannesgestalten und Frauengestalten. *Gier* und *Hass* liefern die Ideen des Malers. Und die ständig wechselnden Gemälde, die die Erwachten Blendung nennen, nennen wir das Leben.

Darum belehren die Erwachten den Menschen über den Unterschied zwischen dem scheinbaren und dem wirklichen Gestalter des Erlebens, und sie leiten ihn an, den wirklichen Gestalter so zu bilden, dass die Blendung mit ihrer unermesslichen Leidensfülle endige. So wie die Hitze des Bluts die Fieberdelirien bewirkt, so bewirken die verborgenen Anziehungen und Abstoßungen der ungezählten und unterschiedlichsten Triebe das Hervorgehen von Erscheinungen, welche ein Ich, das sich so nicht gewollt hat, in eine Existenz werfen, die es so nicht gewollt hat und die es nicht meistern kann. Aber so wie mit dem Nachlassen des Fiebers auch die schemenhafte Dramatik abnimmt und endet und den Kranken zur Genesung und zur Erwachung kommen lässt, so leiten die Erwachten diejenigen, die durch ihre Belehrung zum Ver-

ständnis der heilen Situation gelangt sind, zu der fortschreitenden Befreiung des Herzens von Gier, Hass und Verblendung und damit über die genannten drei Etappen bis zur vollen Erwachung und Befreiung.

Nicht „Sein“ oder „Nichtsein“

Das Bild vom Fiebertraum vermittelt einen Eindruck von der geistigen Dimension, in welcher die schier ununterbrochene Flucht der Erscheinungen, der Begegnungen eines Ich mit Begegnendem stattfindet. Aber daraus ergibt sich die Frage, *woher* die auftauchenden Erscheinungen kommen und *wohin* die von den nächsten Erscheinungen verdrängten entschwinden und was aus ihnen wird. Zur Beantwortung dieser Frage soll die folgende Lehrrede (S 12,15) helfen.

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Sāvatti, im Siegerwald, im Garten, Anāthapindikos. Da nun begab sich ein Mönch aus dem Haus Kaccāyano zum Erhabenen, begrüßte den Erhabenen ehrerbietig und setzte sich zur Seite nieder. Zur Seite sitzend, sprach der Mönch zum Erhabenen:*

*1) „Rechte Anschauung, rechte Anschauung“, sagt man immer, o Herr. Inwiefern, nun, o Herr, gibt es rechte Anschauung? –*

Darauf antwortet der Erwachte:

*2) An zweierlei, Mönch, hängt diese Welt praktisch: an der Behauptung vom Sein und an der Behauptung vom Nichtsein.*

*3) Wer aber das fortgesetzte Erscheinen von Welt ganz nach der Wirklichkeit mit vollkommener Klarheit beobachtet, der kann die Behauptung vom Nichtsein nicht gelten lassen.*



4) *Und wer das Auflösen von Welt ganz nach der Wirklichkeit mit vollkommener Klarheit beobachtet, der kann die Behauptung vom Sein nicht gelten lassen.*

5) *Die Gewohnheitsbande, immer heranzutreten, anzueignen, dabeizubleiben - das ist praktisch diese Welt - dieses Herantreten, sich Aneignen und die Neigung, das Gemüt darauf zu richten und dort sich aufzuhalten.*

6) *Wenn man da aber nicht herantritt, nicht anhängt, nicht sich dorthin richtet und:*

*„hier ist gar kein Ich!*

*Leiden ist alles, was immer entsteht,*

*Leiden ist alles, was immer vergeht“ -*

*in diesem Wissen nicht mehr zweifelt, nicht mehr bangt, im Besitz des von allen Meinungen unabhängig machenden Klarwissens - das ist, Mönch, rechte Anschauung.*

7) *„Das All besteht“, das ist das eine Zuviel; „das All besteht nicht“, das ist das zweite Zuviel. Diese beiden Extreme vermeidet der Vollendete und zeigt die in der Mitte liegende Wahrheit auf:*

8) *Durch Wahn (1) sind die Bewegtheiten (2).*

*Durch Aktivität ist programmierte*

*Wohlerfahrungssuche (3).*

*Durch programmierte Wohlerfahrungssuche ist das Psycho-Physische (4).*

*Durch das Psycho-Physische sind die sechs Süchte (5).*

*Durch die sechs Süchte ist Berührung (6).*

*Durch Berührung ist Gefühl (7).*

*Durch Gefühl ist Durst (8).*

*Durch Durst ist Ergreifen (9).*

*Durch Ergreifen ist Werdesein (10).*

*Durch Werdesein ist Geburt (11).*

*Durch Geburt ist Altern und Sterben (12).*

*So bleibt es bei der Fortsetzung dieser gesamten Leidensmasse.*

*9) Aber durch des Wahns (1) vollständige Auflösung wird Aktivität (2) aufgelöst. Durch Auflösung der Aktivität wird programmierte Wohlerfassungssuche (3) aufgelöst - usw. - Das ist die Auflösung dieser gesamten Leidensmasse.*

Diese Antwort des Erwachten kann ein Außenstehender unmöglich im vollen Sinn verstehen; aber die Erklärungen werden erkennen lassen, dass sie das Grundgesetz des Existenzzusammenhangs enthält. -

Der Mönch fragt nach der *rechten Anschauung*, weil er vom Erwachten weiß und auch an sich selbst erfährt, dass die gesamten Strebens- und Gemütskräfte des Menschen sich immer zu denjenigen Zielen hinstrecken, die von seiner Anschauung genannt und gesetzt werden, von seiner *Anschauung* oder Vorstellung über das, was anzustreben und zu gewinnen sich lohne und was sich nicht lohne, denn die Anschauung über das, was wohltut oder sich lohnt und was schmerzlich oder schädlich ist, lenkt und bestimmt das Tun und Lassen aller Wesen vom Regenwurm bis zum Menschen. Nach dem, was er als lohnend ansieht, richtet der Fuchs ebenso sein Tun wie der Verbrecher, der Bürger, der Jugendliche und der religiöse Mensch. Ihre Unterschiede liegen hauptsächlich in der Enge oder Weite des Horizontes, den sie mit dieser Frage ausmessen.

Der Erwachte nun hat seine Horizonte nicht nur unermesslich erweitert, was mit dem Gleichnis vom Ersteigen des Berges und dem Ausblick von oben ausgedrückt wird, sondern ist zum universalen Bewusstsein erwachsen, für welches der Gesamtumfang der Existenz mit Struktur und Gesetz und den Bedingungszusammenhängen lückenlos zutage liegt. Aus diesem erfahrungsbegründeten Wissen zeigt der Erwachte auf,

was überhaupt und insgesamt unzulänglich und leidvoll ist und was da ganz herausführen kann bis zum vollkommenen und unzerstörbaren Wohl, das er selbst bereits erlangt hat.

Weil nun die Wesen all ihr Tun und Lassen nach ihrer Ansicht über das, was sich lohnt und nicht lohnt, ausrichten, darum beginnt der vom Erwachten aufgestellte achtgliedrige Entwicklungsweg zur Aufhebung alles Leidens und zur Gewinnung des vollkommenen Wohls eben mit dieser von ihm erworbenen und mitgeteilten richtigen Ansicht.

Jener Mönch besitzt zwar bereits die rechte Anschauung, hat sie sich im Lauf seiner Zugehörigkeit zum Orden erworben und versteht sie - sonst würde der Erwachte ihm nicht diese tiefste und dichteste Antwort geben, die für einen Anfangenden gar keine Aufklärung enthält - aber er wünscht sich eine *Auffrischung* und vor allem einen *Ansporn* durch die Worte seines Meisters, denn je sicherer und leuchtkräftiger die rechte Anschauung über das einzig und endgültig Lohnende im Geist wohnt und wirkt (*saddhā*), um so leichter und sicherer werden die übrigen sieben Glieder des Weges gemeistert.

In Absatz (3) sagt der Erwachte, dass einer, der das fortgesetzte Erscheinen von Welt ganz nach der Wirklichkeit mit vollkommener Klarheit beobachten könne, nicht ein Nichtsein der Welt behaupten würde. Und im Satz (4) heißt es, dass er auch ein Sein der Welt nicht behauptete, weil er ja ganz ebenso das Vergehen und Schwinden von Welt beobachten könne.

Die hier genannten Beobachtungsweisen - „*ganz nach der Wirklichkeit mit vollkommener Klarheit*“ - sind ohne gründliche Übungen und ohne bestimmte Lebenseinstellungen nicht möglich; sie gehören einem höheren Grad der Meditation zu, die jener fragende Mönch beherrscht, weshalb er sogleich weiß, was gemeint ist. - Für uns bedarf es der Erklärung.

Die machtvolle Anströmung einer ununterbrochen sich wandelnden Erlebnisszenerie, Bewusstseinsszenerie, die immer ein Ich in Begegnung mit Umwelt in die Gegenwart spült, die auch die mannigfaltigsten Gefühle von Wohl und Wehe, von Beglückung, Schmerz, Angst und Verzweiflung mit sich

bringt: eben die in den vorigen Kapiteln näher beschriebene *Flucht der Erscheinungen* ist es, in welcher wir uns entdecken und vorfinden, sie ist unsere ganz unmittelbare und darum unleugbare Erfahrung. Darin sind wir alle einig; die Widersprüche beginnen erst bei der *Deutung* dieser unmittelbar gegebenen Erfahrung, d.h. also bei der Frage, was diese Erfahrungskette bedeute und woher sie komme.

Da führen nun die allermeisten Menschen diese Erlebnisse auf eine materielle, im Raum ausgedehnte Welt oder auf ein Reich ewiger Ideen zurück - das ist die Behauptung vom Sein der Welt - während andere, die sich bewusst sind, dass über die Dimension des Bewusstseins hinaus gar nichts erfahren und darum nichts behauptet werden kann, mehr oder weniger zur Behauptung vom Nichtsein der Welt neigen.

Diese beiden extremen Behauptungen sind also nicht unmittelbare Erfahrung, die immer nur als Erleben, als Wahrnehmung, als Bewusstsein da ist, sondern sind Deutungen, Meinungen, Vermutungen, Annahmen, Philosophien. Und diese Meinungen müssen überall dort entstehen, wo das Bewusstsein *beschränkt* und begrenzt ist, also nicht den „Ort“ erfasst, aus dem eine Szene nach der anderen auftaucht, und nicht den Ort, in den sie wieder entschwindet. Unsere Bezeichnungen für diese uneinsehbaren Bereiche des Auftauchens mit „*Zukunft*“ und des Schwindens mit „*Vergangenheit*“ sind Verlegenheitslösungen, denn das total gewordene Bewusstsein der Geheilten umfasst diese drei Bereiche in einer universal gewordenen Gegenwart und Gegenwärtigkeit.

Der erste Mensch, der in unserer geschichtlichen Zeit sich dieses totale Bewusstsein erwarb, ist der Erwachte. Und durch ihn, seine Lehre, seine Anleitung und sein Vorbild sind im Lauf seiner bald fünfzigjährigen Lehrtätigkeit und der nachfolgenden Jahrhunderte Tausende und Abertausende Menschen ebenfalls zu dieser Vollendung, und Erwachung gekommen, sind von *Wahn und Durst* befreit und sind geheilt. Sie alle wussten dann aus unmittelbarer Erfahrung in vollständiger Klarheit, woher die bewusstwerdenden Szenen kommen und

wohin sie nach ihrem Vorüberziehen entschwinden. Darum wussten sie auch und haben vollbracht, was zu tun ist, um diese gesamte Szenerie zu meistern und zu denjenigen Zielen zu lenken, die sich dem universalen Bewusstsein als die einzig lohnenden offenbaren.

Was sagt nun der Erwachte in obiger Rede über den uns verborgenen „Schoß der Vergangenheit und der Zukunft“?

### Weltfortsetzung durch Ergreifen

Diese erste Auskunft liegt im fünften Satz: *Die Gewohnheitsbande, immer heranzutreten, zu ergreifen und dabei zu verbleiben - das ist praktisch diese Welt.* Dieser Satz hat fast nur jene vier Hauptbegriffe. Aber jeder ist nach der konzentrierten Aussageweise des Erwachten bei diesem zentralen Problem von ungeheurem Gewicht, dem keine Übersetzung gerecht werden kann, weshalb er der Erklärung bedarf. Außerdem wird dieser Satz durch viele anders formulierte, die gleiche Frage von anderer Seite beantwortende Aussagen in vielen Unterweisungen bestätigt, ergänzt und unterstützt.

*Die Gewohnheitsbande, heranzutreten.* Am Gleichnis des Fiebertraumes wurde gezeigt, dass in jeder bewusst werdenden Situation, in jedem Augenblick das Ich samt dem Begegnenden als eine zweipolige Einheit erscheint. Und da das Ich, das wir in unserer eigenen Erfahrung kennen, nichts anderes hat und nichts anderes weiß als das Begegnende und darum keine andere Blickrichtung kennt als die auf das Begegnende hin (das auch das „Ich“ selber sein kann, wenn „eigene“ Eigenschaften und Fähigkeiten betrachtet werden), so entstehen und bestehen *die Gewohnheitsbande, an das Begegnende heranzutreten.*

Solange nun in jeder Situation das bewusst gewordene Ich (der eine Pol) sich dem mit ihm zugleich auftauchenden Begegnenden (der andere Pol) zuwendet oder zugewandt hält, da

kann diese Zweipoligkeit - das Bewusstsein, das Erlebnis eines Ich in der Welt - nicht aufgebrochen, nicht aufgelöst, nicht erlöst werden. Das ist der Sinn der ersten beiden Begriffe.

*Zu ergreifen, sich anzueignen und dabei zu verbleiben.* - Der hier mit „Ergreifen“ und auch „Aneignen“ übersetzte Pāli-Begriff „*upādāna*“ gehört zu den gewichtigsten und trüchtigsten in der gesamten Lehre (wie es nicht anders sein kann, wenn es um die Frage nach der Bedingung der „Weltfortsetzung“ geht). Der Begriff wird übersetzt mit „Anhängen“ (K.E.Neumann), aber auch mit „*Ergreifen, Annehmen, Aneignen*“ usw. Aber was steckt dahinter? Der Erwachte erklärt es in M 38 (und an anderen Stellen) genauer:

*Bei den Gefühlen sich befriedigen (nandī),  
das ist Ergreifen (upādāna).*

Das bedeutet für den normalen Menschen: In jeder auftauchenden zweipoligen Situation, in der ein Ich in Begegnung mit Begegnendem erlebt wird, bewusst wird, da meldet sich im „Ich“ bei jedem durch die Begegnung ausgelösten Wohlgefühl spontan das Verlangen - „Durst“ - nach *Bewahrung* dieses Wohlgefühls, d.h. nach Erhaltung oder weiterer Herbeiführung dieser wohltuenden Situation, weil man dann „befriedigt“ (*nandī*) ist. Ebenso meldet sich bei jedem durch die Begegnung ausgelösten Wehgefühl spontan das Verlangen - Durst - nach *Aufhebung* dieses Wehgefühls, d.h. nach Beendigung und zukünftiger Verhinderung dieser leidigen Situation, weil man auch dann erst „befriedigt“ ist. So ist also „Durst“ nichts anderes als der Drang nach Gefühls-Befriedigung. Darum heißt er „*der stets auf Befriedigung drängende (nandī-rāgasahāgata)*“.

Indem man also diesen beiden Durstrichtungen folgt, hat man in beiden Fällen seine Gefühle befriedigt (*nandī*). Und diese Befriedigung wird als ein Akt des „Ergreifens“ (*upādāna*) bezeichnet, was meistens missverstanden wird. - Warum gilt die Gefühlsbefriedigung als Ergreifen? Was bedeutet Er-

greifen?

In jeder Begegnungssituation werden die Gefühle immer bei dem „Ich“ empfunden, und immer zeigen sie das Verhältnis der Neigungen, Triebe, Tendenzen des Ich zu dem Begegnenden an. Immer sind Wohlgefühl oder Freude das eindeutige Zeichen für ein begehrendes, positives Verhältnis des Ich zu dem Begegnenden, und immer drücken Wehgefühle oder Trauer, Ärger, Zorn ein mehr oder weniger großes Missverhältnis der Neigungen des Ich zu dem Begegnenden aus.

Wenn nun das Ich in seinen Gefühlen *Befriedigung* anstrebt - wie es allermeistens direkt und fast immer indirekt geschieht - indem es das Wohltuende zu bewahren, dem Schmerzlichen zu entgehen trachtet (gleichviel ob das gelingt oder nicht), so ist es in beiden Fällen seinen inneren Neigungen und Trieben, seinen Zuneigungen („Gier“) oder Abneigungen („Hass“) *gefolgt*, hat aus diesen heraus angestrebt, hat sie also *bestätigt* und damit erhalten und bewahrt. Damit ist natürlich auch das *Verhältnis* des Ich zu dem Begegneten bestätigt, erhalten und *bewahrt* geblieben. Aber nicht nur das: Der Erwachte sagt, damit sei auch die bewusst gewordene Situation erhalten geblieben, nicht aufgelöst worden - das ist der Sinn von „Ergreifen, Aneignen“.

Es ist zwar leicht einzusehen, dass das Verhältnis des Ich zu dem jeweils Begegnenden (also Sympathie oder Antipathie, Lust oder Unlust, Verlangen oder Ekel usw.) so bestehen bleibt, wenn wir unsere Einstellung zu dem Begegnenden nicht verändern, aber wie soll man verstehen, dass diese Situationen selber dadurch „angeeignet“, erhalten geblieben sind und was das für den Menschen zu bedeuten hat, denn wir sehen ja, dass eine jede Situation schon im nächsten Augenblick zu „Vergangenheit“ geworden ist, da sie durch die nächste aus dem beschränkten Bewusstsein verdrängt wird.

Da sagen nun die zum universalen Bewusstsein Erwachten, dass sie sehen und beobachten, wie jede anlässlich der Begegnung nicht erlöste, nicht aufgelöste, sondern nur ein wenig veränderte Situation - also ein Ich in seinem Verhältnis mit

dem Begegneten - wenn sie von der nachfolgenden Situation aus dem beschränkten Bewusstseinsraum hinausgedrängt ist, *weiterbesteht und weiterwandert* auf den ihr entsprechenden Wegen und dass alle diese Situationen über kurz oder lang wie aus „Zukunft“ kommend, wieder in das beschränkte Bewusstsein eintreten, dort wieder „ergriffen“, d.h. nur so oder so behandelt, mehr oder weniger verändert, aber fast nie aufgelöst werden, doch wiederum durch die nächsten Situationen aus dem beschränkten Bewusstsein verdrängt werden und, da sie unerlöst sind, unweigerlich wiederkehren müssen - und so fort, solange sie nicht aufgelöst werden. Damit bleibt die Kette der bewusst werdenden Begegnungssituationen bestehen und damit auch der Eindruck, die Einbildung eines Ich in ständiger Auseinandersetzung mit „Welt“. Das ist der Sinn des Satzes:

*Die Gewohnheitsbände, immer heranzutreten, anzueignen und dabei zu verbleiben - das ist praktisch diese Welt.*

### *Der kreisende Strom der Szenen*

Die Erwachten zeichnen aus ihrer Gesamtsicht ein völlig anderes Bild vom „Dasein in der Welt“, als es sich dem beschränkten Bewusstsein bietet. Wir leben von der unendlich kleinen „Gegenwart“. Unser vergangenes Tun halten wir für „erledigt“, für zwar noch teilweise in der Erinnerung bestehend, aber sonst eben für nicht mehr wirksam. Wir blicken immer in die Zukunft, blicken mit Hoffnung oder Sorge auf die kommenden Ereignisse - denn wir glauben an eine „Zeit“, die aus einer unendlichen nebelhaften uneinsehbaren Zukunft in gradwegiger Linie auf uns zukomme, uns im gegenwärtigen Augenblick treffe, diesen Augenblick unserer Existenz ausmache und weiterhin in gerader Linie in die bodenlose nebelhafte Vergangenheit und ihre unendlichen Tiefen entschwinde mit-samt unseren Erlebnissen und Taten.

Die Erwachten aber sagen, dass solche Vorstellungen von



„Zukunft“ und „Vergangenheit“ nur Bilder der Träumenden und Geblendeten seien, die von der jeweiligen Begegnung fasziniert und hingerissen, nur das Begehrte zu erraffen, das Widerwärtige abzustoßen trachten, die jedem neuen Aufblitzen sich zuwenden, um Befriedigung zu suchen und eben darum keine Aufmerksamkeit und keinen Blick frei haben für das Entschwindende. Und nur weil sie das Entschwindende nicht im aufmerksamen Blick behalten, darum meinen sie, und müssen sie meinen, das sei „nicht mehr da“, das gäbe es nicht mehr, sei vernichtet.

Sie leben ernstlich in dem Glauben, dass die von ihnen in jedem Augenblick doch wirklich geschaffenen Fakten, die verweigernde oder gewährende Handlung gegenüber dem Nächsten und das dadurch geschaffene wohltuende oder gespannte Verhältnis eines Ich gegenüber dem Begegnenden mit dem Ausscheiden aus der Gegenwart und Eintritt in die „Vergangenheit“ ausgegossen wären wie Milch auf den Sandboden.

Zwar treten ihre Schöpfungen von Spannung oder Harmonie im Umgang mit ihren Allernächsten durch deren Reaktion unmittelbar und darum sichtbar an sie heran, weshalb sie dem Rechnung tragen. Aber sie folgern nicht, dass alle Schöpfungen nach dem gleichen Gesetz bestehen. „Vergangenheit“ ist für sie, da sie sie nicht sehen, so viel wie „Nichtmehrdasein“. Bei allen sichtbaren Dingen halten sie das Gesetz der Kausalität – das Bewirken von Wirkungen hoch und anerkennen es - aber mit dem Vergessen der in die Vergangenheit entwichenen Taten vergessen sie auch, dass diese ja ebenso wie die noch sichtbare Situation geschaffen wurden und nun solange sein müssen, bis sie wieder entschaffen, wieder aufgelöst und erlöst werden.

Weil sie in dieser Weise die Vergangenheit als erledigt ansehen - ihre eigenen Schöpfungen in Gedanken, Worten und Taten als nicht mehr bestehend ansehen - darum bringen sie diese in keinerlei Beziehung zu ihrer „Zukunft“, von welcher sie alles Wohl und Glück erhoffen und ersehnen. Da aber alle

„zukünftigen“ Erlebnisse nur die Wiederkehr der durch früheres Tun geschaffenen („geschöpften“) gewährenden oder ent-reißenden oder verweigernden Begegnungsverhältnisse zwischen Ich und dem Begegnenden sind, so wird durch jede Tat in jedem Augenblick an der „Zukunft“ gestaltet.

Durch jede wohlwollende Tat wird ein etwas wohlwollenderes Begegnungsverhältnis in die Vergangenheit geschickt - in die Zukunft geschickt, wird das Ich um einen Grad mehr mit wohlwollendem, gewährendem Geist geprägt, wird das mit Wohlwollen behandelte Du um einen Grad zufriedener, entspannter, freudiger, zu ähnlichem Tun geneigter: Und dieses jetzt so geschaffene, durch den gegenwärtigen verbessernden, erhellenden Schöpfungsakt so gestaltete Verhältnis eines wohlwollenderen Ich in sanfterer Begegnung mit einem entspannteren, erfreuteren und meistens auch wohlwollenderen Du - diese Schöpfung ist nun „da“, ist durch bestimmte Einflüsse, Kräfte, Gesinnungen und Taten so gewirkte Wirkung. Diese Wirkung entschwindet lediglich der Sichtbarkeit, das ist der unendlich kleinen Gegenwart des Verblendeten, bleibt aber als Wirkung bestehen und taucht zu ihrer Zeit wiederum in die unendlich kleine Gegenwart des Verblendeten ein, wird in dieser zuletzt umgeschaffenen Qualität erfahren, wird als wohlthuendes oder schmerzliches „Schicksal“ erlitten. Und dann wird je nach den Einsichten, Trieben und Gewöhnungen, die jenes Ich zur Zeit dieser Begegnung bewegen, seitens des Ich wiederum gehandelt und geantwortet. So geschieht wieder ein schöpferischer Akt, ein verbessernder oder verschlimmernder, einer, der ein erhelltes Verhältnis in die „Vergangenheit“ schickt - in die Zukunft schickt - oder ein verdunkeltes.

Diese Art des lediglich verbessernden oder verschlechternden Umgangs mit den einzelnen gegenwärtigen Begegnungssituationen, wodurch das Spannungsverhältnis zwischen dem Ich und dem Begegnenden nur verändert, nicht aber aufgelöst wird, das ist die Verhaltensweise, die „Ergreifen“ (*upādāna*) genannt wird. Darum sagt der Erwachte:

*Die Gewohnheitsbande, immer heranzutreten, anzueignen und dabei zu verbleiben – das ist praktisch diese Welt.*

Das heißt aber: die Grundlage allen Erlebens und Erleidens mit Geburt, Altern und Sterben ist *nicht* gegeben durch eine jenseits des Erlebens materiell in dreidimensionalem Raum ausgedehnte Welt, welcher der Mensch, aus ihr hervorgehend, machtlos ausgeliefert wäre bis zu seiner Vernichtung - die Grundlage allen Erlebens und Erleidens ist auch nicht gegeben durch eine still bestehende Idee von einer so und so beschaffenen Welt, vielmehr besteht die Grundlage alles Erlebens und Erleidens in dem Wahn der traumhaft sich Erfahrenden, aber ihr Traum-Ich nicht als Ich-Wahn Durchschauenden, jener von den Erwachten entdeckten, beobachteten und erkannten machtvollen Rundlaufströmung der unterschiedlichsten, spannungsvollen, fühlhaften Begegnungsszenen, die in einer gewissen Reihenfolge „herantreten“, in das beschränkte Bewusstsein eintreten, als Gegenwarterscheinung schmerzlich oder wohlthuend empfunden werden, nach der jetzigen Verfassung des „Ich“-teils behandelt, verändert werden und schon wieder der Gegenwart entschwinden vor dem Andrang der nächsten: Diese machtvoll andringende Strömung von bewussthlichen Begegnungsszenen, die jenseits unseres beschränkten Bewusstseins wie ein gewaltiges Schwungrad ihre uneinsehbaren Kreise kreist - das ist die Grundlage unseres Erlebens und Erleidens.

An einem Punkt erreicht dieser unsichtbar kreisende Strom das Tor unseres beschränkten, „Gegenwart“ genannten Bewusstseins, stößt eine Begegnungsszene nach der anderen herauf. Hier trifft uns Wohl und Wehe, hier sprechen wir vom Erleben und vom Schicksal, von Glück und Leid, hier nimmt das Ich Stellung zu dem ihm Begegnenden und antwortet darauf mit seinen Mitteln, indem es das Wohlthuende entweder gierig-raffend an sich zu reißen sucht oder fürsorgend mit dem Nächsten zu teilen sucht, indem es das Schmerzliche und Un-

angenehme blind zu fliehen, mit Zorn rücksichtslos abzustoßen oder aber standhaft zu ertragen sucht in der Hoffnung auf späteres Wohl.

So passiert diese gewaltige uneinsehbare Szenenströmung, Erlebnisströmung, Daseinsströmung (*bhava-sota*) an einem Punkt jenes Tor, das wir unser Leben nennen. Und nur hier, am Ichort, wird eine Szene nach der anderen zum erfahrenen Erlebnis, zum schmerzlichen oder freudigen. Und nur hier am Ich-Ort wird die Szene, je nachdem wie das Ich *herantritt, sich aneignet, dabei verbleibt* etwas verändert, wird verdunkelt oder erhellt, wird wohltuender oder schmerzlicher und - ist schon wieder verschwunden in den uneinsehbaren Schoß des nun „Vergangenheit“ genannten, um mit dessen gewaltigem Rundlauf zu seiner Zeit wiederzukehren, bewusstes Erlebnis zu werden, Schicksal zu werden, schmerzlich oder freudig usf. - solange das Ich die Gewohnheitsbande, heranzutreten, sich anzueignen, dabei zu verbleiben, nicht aufgegeben hat und zu der Haltung gekommen ist, die geeignet ist, die Daseinsströmung nach und nach aufzuheben.

*Was je gebildet, rieselt hin,  
was je gebildet, bringt nur Weh,  
und nirgend ist ein wahres Ich.  
Wer dies mit klarem Blicke sieht,  
wird bald des Leidensweges satt:  
Das ist der Weg zum hellen Heil.  
(Dh 277-279)*

So ist alles, was wir erleben und in absehbarer Zukunft erleben werden, auch jetzt schon „da“ - insofern gilt bhava als „Dasein“. Es ist nur noch nicht „hier“ an dem Durchgangstor, das wir „Gegenwart“ nennen - insofern gilt bhava als „Werden“. Aber alle Szenen, Situationen und Erlebnisse, die der Daseinsstrom enthält und zu seiner Zeit an die Oberfläche unserer Gegenwart spülen wird, das alles ist irgendwann auch da geschaffen worden, wo es jetzt wohltuend oder schmerzlich er-

scheint und wo es jetzt wiederum von dem Ich etwas verändert wird, verdunkelt oder erhellt wird, verhärtet oder besänftigt wird und wieder entschwindet - nur unserem kurzsichtigen Blick entschwindet, um mit dem Daseinsstrom dahinzuziehen und wiederzukehren. So erleben wir immer nur Selbstgeschaffenes, nicht Schicksal, sondern Schaffsal, Schöpfung, eigene Schöpfung, je nach dem Maß des Wahns, aus welchem das vermeinte Ich zur Zeit der Schöpfung schuf. Darum sagt der Erwachte (M 135):

*Erben des Wirkens sind die Wesen,  
Kinder des Wirkens sind die Wesen.*

Und weil alles Geschaffene, nachdem es für den Menschen in die Vergangenheit gesunken ist, in dem Daseinsstrom dahinziehend irgendwann wie aus der Zukunft kommend zu dem Ort der Schöpfung zurückkehrt, darum wird dieser Daseinsstrom in den Kreisen derer, die ihn so erkennen, auch als „Daseinsrad“ (*bhavacakka*) oder „Lebensrad“ bezeichnet. In der buddhistischen Symbolik sind solche Lebensräder dargestellt, die zwischen den Speichen angefüllt sind mit den vielfältigsten Szenen aus menschlichem und tierischem Leben, aus gespenstischem, höllischem und himmlischem Leben. Und das Rad selbst mit all seinem Inhalt an Schrecken und Leiden und Freuden befindet sich in den Klauen Māros, der der Dämon der Unbeständigkeit und der Blendung ist. Denn solange dieser Fiebertraum der aus Bewusstsein gesponnenen Szenen nicht als Blendung durchschaut ist, solange nicht klares Wissen über die Herkunft dieser Szenenmassen aufgekommen, der Wahn durchbrochen ist, so lange bestehen und bleiben bestehen

*die Gewohnheitsbande, immer heranzutreten, anzueignen, dabei zu verbleiben -  
und das ist - so sagt der Erwachte aus seinem universalen Durchblick über das Ganze - praktisch diese Welt.*

## Der Bedingungsring

Dieser Zusammenhang ist in dem zwölfgliedrigen Bedingungsring kurz und bündig ausgedrückt. Er ist in M 9 ausführlich besprochen. Es geht jetzt nur um seine fünf letzten Glieder:

*Durch Gefühl ist DURST (8).*

Jeder Mensch kann als unabweisbare Tatsache bei sich beobachten, dass er alle Sinneseindrücke, die ihm angenehm, wohltuend, erfreulich sind (also „Gefühl“) gern beibehalten, bewahren oder sobald wie möglich wiederholt erleben möchte, dass er einen Zug oder Drang (*Durst*) in dieser Richtung verspürt.

Daran erkennen wir den Unterschied zwischen Gefühl und Durst: Das Gefühl ist unmittelbare *Resonanz* unserer inneren Neigungen auf das gerade vorhandene Erlebnis. Das Erlebnis tut den inneren Neigungen wohl oder wehe. Dagegen ist der *Durst* nicht mehr direkte Resonanz, sondern ist dadurch unmittelbar ausgelöste *Intention*, Wollensrichtung: Weil das Erlebnis wohltut (*Gefühl*), darum will man, möchte man (*Durst*) das Erlebnis weiterhin bewahren oder es wiederholen. Das ist der Bedingungs-zusammenhang zwischen Gefühl und Durst.

Wenn nun irgendwelche Rücksichten auf andere oder Pflichten die Beibehaltung oder Wiederholung des Wohltuenden nicht erlauben, so verspürt man bei sich einen gewissen Verzicht, ein Entbehren. Auch daran ist der Durst zu erkennen.

Ebenso verspürt man bei allen Sinneseindrücken, die unangenehm, widerwärtig oder schmerzhaft sind (*Gefühl*), sofort einen Zug oder Drang (*Durst*), diese möglichst aufzuheben, sich ihnen zu entziehen, sich davon abzuwenden, die Situation zu verändern. Wenn aber Rücksichten auf andere oder Pflichten es einem nicht erlauben, diese Situationen aufzuheben oder sich ihnen zu entziehen, dann empfindet man eine mehr oder weniger große Last oder Schwere, ein Ertragenmüssen von Schmerzlichem. So bewirkt *Gefühl* den *Durst* oder Drang.

## Durch Durst ist ERGREIFEN (9)

Durch den Durst nach Befriedigung des Gefühls ist das begehrende Ich gedrängt, diese Situation nicht unbeteiligt vorbeigehen zu lassen, sondern sein inneres Verhältnis zu dem Begegneten festzuhalten, zu bewahren und also die Situation zu ergreifen (*upādāna*).

Die Erwachten sehen und sagen, dass alle Situationen, in denen der *Durst* befriedigt wurde, nicht zum Ende gekommen, nicht aufgelöst sind, sondern weiterbestehen. Jedes rücksichtsvolle Erwerben oder rücksichtslose Heranreißen von Begehrtem und Geliebtem und jedes mehr oder weniger rücksichtsvolle Ablehnen oder rücksichtslose Zurückstoßen von Unangenehmem ist eine Schöpfung (Karma), ist nun geschaffen, ist nun „da“.

Aber wir achten nicht oder nicht genug auf die Tatsache unserer geistigen Motive, auf die wirkenden Kräfte der geistigen Neigungen, auf die fortlaufend entstehenden Willensentschlüsse und die damit geschaffenen, veränderten oder erhaltenen fühlhaften geistigen Beziehungsverhältnisse, Bindungsverhältnisse zu den begegnenden Menschen, Tieren oder Dingen. Und weil wir es nicht genug beachten, darum fragen wir nicht, ob ein solches Wirken nicht auch seine Wirkungen haben müsse. Wir achten vorwiegend darauf, ob eine Begegnung wohl oder wehe tat (*Gefühl*) und sind schon mit der nächsten Begegnung beschäftigt, auf die wir wiederum je nach dem Geschmack und dem inneren Haushalt reagieren - und so fort - und so fort.

## Durch Ergreifen ist WERDESEIN (10)

Das Pāliwort *bhava*, das wir hier mit Werdesein übersetzen und häufig auch mit „Dasein“ (Daseinsstrom, Daseinsrad), bedeutet im tieferen Sinn Dasein, heißt aber nach wörtlicher Übersetzung „Werden“. Das hat seinen Grund. Der frühere Inder versteht unter „*bhava*“ ganz ebenso wie wir unter „Da-

sein“ die Tatsache, dass man sich durch sein Erleben und Erleiden in der Mitwelt und Umwelt als „da seiend“ und zugleich auch als „so seiend“ erfährt und dass man dieser Tatsache in allen Unternehmungen Rechnung trägt, indem man wirkt und handelt auf ein möglichst wohlthuendes „Sosein“ hin. Dieser Anblick ist allen Menschen in Ost und West gemeinsam, auch denen, die sich davon keine Rechenschaft ablegen. Insofern also ist der Daseinsbegriff allen Menschen gemeinsam.

Aber dieses Dasein und Sosein, das der moderne Mensch mehr statisch als Dasein innerhalb eines Universums auffasst, sieht der Inder - und bezeichnet in voller Exaktheit der Erwachte - als jene reißende, unübersehbar große Strömung von Einzelszenen (*bhavasota*), deren jede, durch früheres Wirken bedingt, nun „da“ ist, aber mit der gesamten Strömung jenseits des beschränkten Bewusstseins dahintreibt und zu ihrer Zeit in das beschränkte Bewusstsein als Gegenwart eintritt, erfahren und erlitten wird. So besteht das Dasein nicht statisch, sondern als Flucht der Erscheinungen.

Darum versteht der Inder unter *bhava* zunächst und im Grunde ganz wie auch wir, dass nicht „nichts“ ist (nihil), dass vielmehr der Mensch mit allem, was ihm begegnet, „da“ ist - und er versteht im Unterschied zum modernen Menschen, dass dieses „da“-sein vor sich geht in Form jenes selbstgeschaffenen und schaffbaren Szenenflusses. Darum gibt es in der Sprache der überlieferten Reden, im Pāli, gar kein Wort für „Dasein“ im statischen Sinne, und wieder aus diesem Grund können auch die Übersetzer, die *bhava* mit *Werden* übersetzen, dennoch oft auf die Übersetzung mit *Dasein* nicht verzichten.

Wieso nun durch Ergreifen Dasein oder Werdesein bedingt ist, das ist im vorigen Kapitel im Zusammenhang aufgeführt worden. Unter „Ergreifen“ wird das gefühlsbefriedigende Wirken verstanden. Dieses ist ein Schöpfungsakt, und die Wirkung ist nun „da“ (Dasein), entschwindet aber der Gegenwart, um in dem großen Daseinsstrom dahinzutreiben, bis ihre Zeit ist, in dem beschränkten Bewusstsein „Gegenwart“ zu



werden, „Erlebnis“ zu werden. Insofern ist Ergreifen die Schöpfung. Das Geschaffene ist nun „da“, ist u.U. auch schon im nächsten Augenblick „hier“, u.U. aber auch erst nach undenklichen Zeiten. Dann geschieht wieder ein irgendwie schöpferisch umformender Akt, die Szene wird verändert, entschwindet, kreist und kehrt wieder.

## Durch Werdesein ist GEBURT (11)

Wir erinnern uns, dass der Erwachte unter „Geburt“ nicht nur die Geburt der Lebewesen, der Menschen und Tiere, versteht, sondern auch das Auftauchen, das Gegenwärtigwerden eines jeden einzelnen Erlebnisses<sup>12</sup>. Und wir sehen in diesem Satz auch den grundsätzlichen Unterschied zwischen der normalen westlichen Auffassung und dem Einblick des Erwachten in die wirklichen Vorgänge. Betrachten wir es zunächst in Bezug auf die Geburt des Menschen.

Wir sagen: „Durch die Geburt tritt man ins Dasein, mit der Geburt fängt das Dasein an, durch die Geburt ist Dasein bedingt.“

Doch hier sagt der Erwachte genau umgekehrt: „Durch das Dasein ist die Geburt bedingt.“ Das Dasein ist also schon die Voraussetzung für die Geburt. Die Wesen müssen schon da sein, um geboren werden zu können.

Mit diesem „Dasein“ als Voraussetzung zur Geburt ist aber nicht etwa die embryonale Entwicklung gemeint, die der moderne Mensch ja als das „Entstehen des Menschen“ auffasst, der Erwachte aber nur als das Anlegen eines neuen Sinnesapparats, Körperwerkzeugs, beschreibt. Dieses Körperwerkzeug allerdings „entsteht“ in der embryonalen Entwicklung, aber das Wesen selber ist schon vorher „da“, sagt der Erwachte.

Die Bedingungen für die Geburt des Menschen beschreibt der Erwachte in M 38 wie folgt:

---

<sup>12</sup> Näheres darüber s. Kapitel „Alles fließt“

*Wenn Drei sich vereinen, so bildet sich eine Leibesfrucht.*

*Da sind Vater und Mutter vereint, aber die Mutter hat nicht ihre Empfängniszeit und der Jenseitige ist nicht hinzugetreten, so bildet sich auch keine Leibesfrucht.*

*Da sind Vater und Mutter vereint, und die Mutter hat ihre Empfängniszeit, aber der Jenseitige ist nicht hinzugetreten. So bildet sich ebenfalls keine Leibesfrucht.*

*Sind aber Vater und Mutter vereint und hat die Mutter ihre Empfängniszeit und ist der Jenseitige hinzugetreten, so bildet sich durch der drei Vereinigung eine Leibesfrucht.*

*Eine solche Frucht, ihr Freunde, hegt nun die Mutter etwa neun Monate im Leibe.*

Unter „Jenseits“ ist letztlich nichts anderes zu verstehen als alle Erscheinungen, die jenseits unserer beschränkten Wahrnehmbarkeit liegen, also unserem beschränkten Bewusstsein nicht zugänglich sind, die aber von den Erwachten gesehen werden. Es ist jener szenenreiche Daseinsstrom, in welchem alles ist, schon „da“ ist, was je zur Erscheinung kommen wird.

Und hier sagt der Erwachte nun, dass die Geburt nicht das Entstehen, sondern nur das Erscheinen eines bereits vorhandenen Wesens ist. Und ebenso beschreibt der Erwachte, dass auch der Tod nicht die Vernichtung, der Untergang, die Auslöschung eines Wesens ist, sondern nur sein Entschwinden aus dem bisherigen beschränkten Bewusstseinsraum. Der Erwachte sagt, dass seinem total erweiterten Bewusstsein der Gesamtzusammenhang des Kommens und Gehens offen zutage liegt. Und ähnlich wie seine Beschreibung von der Rückerinnerung an seine eigenen ungezählten früheren Leben liegen auch Beschreibungen seines Einblicks in das Kommen und Gehen der Wesen vor in folgendem Wortlaut:

*Solchen Herzens, innig, gesäubert, geläutert, gediegen, schlackengeklärt, geschmeidig, fügsam, unverletzbar, richtete ich mein Herz auf die Erkenntnis des Verschwindens-Erscheinens der Wesen. Mit dem feinstofflichen Auge, dem gereinigten,*

*über menschliche Grenzen hinausreichenden, sah ich die Wesen dahinschwinden und wiedererscheinen, gemeine und edle, schöne und unschöne, glückliche und unglückliche. Ich erkannte, wie die Wesen je nach dem Wirken wiederkehren:*

*„Diese lieben Wesen sind im Handeln dem Schlechten zugetan, in Worten dem Schlechten zugetan, im Geist dem Schlechten zugetan, tadeln das Reine, achten Verkehrtes, tun Verkehrtes: Bei der Auflösung des Leibes nach dem Tod gelangen sie auf den Abweg, auf schlechte Fährte, zur Tiefe hinab, in untere Welt.*

*Jene lieben Wesen sind aber im Handeln dem Guten zugetan, in Worten dem Guten zugetan, im Geist dem Guten zugetan. Sie tadeln nicht Reines, achten Rechtes, tun Rechtes: Bei der Auflösung des Leibes nach dem Tod gelangen sie auf gute Fährte, in selige Welt.“ So sah ich mit dem feinstofflichen Auge, dem gereinigten, über menschliche Grenzen hinausreichenden, die Wesen dahinschwinden und wiedererscheinen, gemeine und edle, schöne und unschöne, glückliche und unglückliche, ich erkannte, wie die Wesen je nach dem Wirken wiederkehren. Dieses Wissen hatte ich nun als zweites errungen, das Wahn durchstoßen, das Wissen gewonnen, den Durst aufgelöst, den Klarblick gewonnen.*

Der Erwachte sagt hier nicht, dass er nur die Menschen, also die unserem beschränkten Bewusstsein zugänglichen Wesen nach dem Tod je nach deren Wirken in hellere oder dunklere Daseinsformen einkehren sähe, sondern er spricht von den „Wesen“ allgemein, d.h. dass er ganz ebenso wie er die Diesseitigen je nach ihrem Wirken in helleres oder dunkleres Jenseits gehen sieht - ganz ebenso auch Jenseitige, nachdem sie ihr dortiges Leben abgelebt haben, je nach der Qualität ihres Wirkens in wiederum andere Daseinsformen - und dabei u.a. auch in die Menschenform einkehren sieht. Er drückt das wie folgt aus:

*Gleichwie etwa, ihr Freunde, wenn mitten auf dem Marktplatz*

*ein Turm stünde und ein scharfsehender Mann stiege hinauf und gewährte die Leute, wie sie die Häuser betreten und wieder verlassen, auf den Straßen herankommen und weiterziehen oder auf dem Marktplatz sich hingesezt haben. Der sagte sich nun: ‚Diese Leute treten in das Haus ein, diese verlassen es wieder, diese kommen heran und ziehen weiter auf den Straßen, diese haben sich auf dem Marktplatz niedergelassen‘ -*

*ebenso auch sah ich mit dem feinstofflichen Auge, dem gereinigten, über menschliche Grenzen hinausreichenden, die Wesen dahinschwinden und wiedererscheinen, gemeine und edle, schöne und unschöne, glückliche und unglückliche, ich erkannte, wie die Wesen je nach ihrem Wirken wiederkehren.*  
(D 2)

So ist also das Dasein des Wesens selber die Voraussetzung für die Geburt, d.h. ein „jenseitiges“, unseren Sinnen nicht zugängliches, für unsere Begriffe „unstoffliches“ Wesen tritt nach der Aussage des Erwachten im Augenblick der Zeugung in den Mutterschoß ein und baut sich im Lauf der folgenden neun Monate das Werkzeug „nach Maß“ und kommt mit diesem versehen zur Geburt. Und was wir ab der Geburt eines Menschen von ihm zu sehen bekommen - das Diesseitige - das ist ja nur der aus der Nahrung der Mutter aufgebaute Körper als Werkzeug der sinnlichen Wahrnehmungen und Befriedigungen.

Entsprechend verhält es sich mit der „Geburt“ eines jeden Erlebnisses. Wenn es für uns normale Menschen, für unsere beschränkte Bewusstseinsweise in Erscheinung tritt, sozusagen „geboren“ wird, so nur darum, weil dieses Ereignis längst schon „da“ war, längst schon im Daseinsstrom mit den anderen Erscheinungen, Ereignissen seine Bahn zog - es war nur eben noch nicht „hier“.

Nicht nur die Erwachten, also nicht nur der Buddha und die durch ihn ebenfalls zur Erwachung gekommenen Menschen, sondern auch viele in der geistigen Entwicklung noch längst nicht bis zu dieser Spitze gediehene und eine große Anzahl

besonders veranlagte Menschen wissen um „kommende“ Ereignisse. Darauf fußt die heute von dem unterrichteten Menschen nicht mehr bestrittene Erscheinung der „Präkognition“.

Durch Geburt ist ALTERN und STERBEN (12)

Schon im 8. Kapitel ist erklärt, dass unter „Altern“ die Gesamtdauer von dem Erscheinen („Geburt“) bis zum Verschwinden („Sterben“) verstanden wird, gleichviel ob diese Dauer bei einer bewusstwerdenden Situation unmessbar kurz oder bei dem von dem beschränkten Gedächtnis festgehaltenen Gesamtleben im „Diesseits“ länger zu währen scheint.

So ist also Geburt *kein* Entstehen, sondern nur das Wiederauftauchen aus dem uns nicht zugänglichen Bereich. Und so ist Sterben *keine* Auflösung, kein Vergehen, sondern nur das Entschwinden in den uns nicht zugänglichen Bereich. Es ist also alles, das bei der Begegnung (zwischen „Geburt“ und „Sterben“) nicht erlöst, nicht aufgelöst wurde, auch weiterhin da, ist immer „da“, ist potentiell Dasein, „Werdesein“ (*bhava*), es ist nur eben nicht immer „hier“, d.h. in dem engen Gefängnis des beschränkten Bewusstseinsraums.

Und nur hier, wo es bewusst wird, erlebt, erfahren wird, also zwischen Geburt und Sterben, hier könnte die Situations-Spannung befriedet, zur Ruhe gebracht, aufgelöst werden. Aber von dem Nichtwissenden, dem die Fiebertraumsituation nicht durchschauenden Ichpol, wird das Verhältnis zu dem Begegneten fast immer bestätigt oder nur ein wenig verändert, oft vergrößert, manchmal verfeinert - und ist schon wieder verschwunden, um in der Qualität, die es bei jener Begegnung durch die Reaktion des „Ich“ bekommen hat, zu seiner Zeit wieder zu erscheinen, wiederum wenig verändert zu werden, durch die nächste verdrängt, zu verschwinden, wiederzuerstehen und so fort. Das ist der Sinn des dem zwölften Bedingungsglied angeschlossenen Satzes: *So bleibt es bei der Fortsetzung dieser gesamten Leidensmasse.*

Wir sehen, dass die Erwachten, die von der Höhe des Ber-

ges aus den Gesamtzusammenhang schauen und kennen, einen völlig anderen Begriff von Geburt und Tod haben als der normale Mensch, der nicht sehen kann, was vor der Geburt war, und diese darum als Entstehung und Anfang auffasst und ebenso nicht sehen kann, was nach dem Tod ist, und darum den Tod als Untergang und Vernichtung auffasst. So wie jede Quelle nicht das Entstehen des Wassers ist, sondern nur immer Aufbruch und Ausbruch einer bis dahin unterirdisch gewesenen Strömung, die mit geeigneten Augen oder anderen Instrumenten auch gesehen und festgestellt werden könnte, so sehen die Erwachten nicht nur durch ihre Erinnerung an ungezählte frühere Daseinsformen, sondern auch ganz unmittelbar die gesamte Strömung aller bestehenden Situationen und nennen sie die „Daseins-Strömung“ (*bhavasota*). Sie sehen die Strömung aller kleinsten und komplexeren Ich-Umweltspannungsverhältnisse, die bei dem letzten Auftauchen nicht aufgelöst, nicht erlöst wurden, weiterbestehen und durch die nächsten abgedrängt, „jenseits“ des beschränkten Bewusstseins ihre kürzeren oder längeren Bahnen ziehen, bis sie wieder eintauchen ins „Diesseits“, in die „Gegenwart“, wiederum aus Wahn und Durst so oder so behandelt, etwas verändert, fast nie aufgelöst, nie erlöst werden und wieder untertauchen. Das ist die „Fortsetzung der gesamten Leidensmasse“. Und wer diesen Kreislauf der ungelenkten, unbeherrschten endlosen Begegnungen, der sanfteren, härteren und härtesten Begegnungen „ganz nach der Wirklichkeit mit vollkommener Klarheit beobachtet, der kann die Behauptung vom „Nichtsein nicht gelten lassen“.

### Weltauflösung

Die vom Erwachten als Bedingung der „Welt“-Fortsetzung (5. Satz) genannte Haltung des Erscheinungs-Ich haben wir als natürliche Haltung des Menschen erkannt: *Die Gewohnheitsbande, immer heranzutreten, sich anzueignen, dabei zu verbleiben.* - Aber im 6. Satz nennt der Erwachte die Haltung, die zur Weltauflösung führt, und es ist kein Zwei-

fel, dass diese Haltung den meisten Menschen, da sie die „Welt“ nicht kennen, ganz unvorstellbar ist:

*(6) Wenn man da aber nicht herantritt, nicht sich aneignet, nicht sich dahin richtet und:*

*„hier ist gar kein Ich!*

*Leiden ist alles, was immer entsteht,*

*Leiden ist alles, was immer vergeht‘ -*

*in diesem Wissen nicht mehr zweifelt, nicht mehr bangt, im Besitze des von allen Meinungen unabhängig machenden Klarwissens - das ist, Mönch, rechte Anschauung.*

Das soll die rechte Anschauung sein, also die realistische, die der Wirklichkeit entsprechende, sagt der Erwachte, und er sagt es mit Worten, die an Bestimmtheit, an Festigkeit und Sicherheit nicht zu übertreffen sind. Was soll das bedeuten? Wer von uns könnte seinem gesamten Leben und Erleben gegenüber die hier vorgezeichnete Haltung einnehmen, und wer könnte es mit dieser durch nichts beirrten Sicherheit!

Es wurde schon gesagt, dass diese Antwort an einen Mönch gerichtet ist, der bereits tief versteht und weiß, aber noch nicht erwacht ist und sich nur Unterstützung und Bestärkung erbat für seinen weiteren Kampf um Befreiung vom Wahn und um die *Erwachung*. Und damit haben wir das Stichwort, das zum Verständnis führt. Hier spricht ein bereits Erwachter zu noch nicht Erwachten, zu noch in Träumen Befangenen. Es sind zwei völlig verschiedene Perspektiven.

Wie ergeht es einem Träumer, wenn er in seinen Traum hinein die Stimme eines Wachen vernimmt: „Du höre! Alle die Dinge, die dir erscheinen, und alle Begegnungen, die du erfährst, die erfreulich erscheinenden und die entsetzlich erscheinenden, die haben keine andere Herkunft und keine andere Stütze als deinen Glauben an sie. Sie sind die Bilder und Begegnungen deiner lange schon gepflegten und gewöhnten

Einbildungen. Und indem du sie immer wieder fasziniert betrachtest und nicht loskommst, indem du an sie herantrittst, sie ergreifst und dabei verbleibst, da spinnst du diese Kette der Erscheinungen nur immer weiter, gewöhnst deinen Geist nur immer ausschließlicher an solche Auseinandersetzungen, bildest dir die Bilder immer stärker ein, und damit *bleibst* du Opfer dieser Imagination.“

Wenn eine solche Stimme in einen mehr oder weniger lebhaften Traum eindringt, dann wirkt sie zunächst in das Traumleben hinein wie eine Störung. Das geträumte Ich, das sich mehr oder weniger fasziniert in Auseinandersetzung mit geträumten Erscheinungen befindet, ist durch diesen Traum in eine Existenz hineingeworfen, die es für das wahre Leben hält, und es erfährt mit diesen Begegnungen eine Welt, die es eben wegen der Erfahrung für erfahrungsbewiesen, also für wirklich hält.

Wenn dieses Ich aber nun auf dem gleichen Weg der *Erfahrung* die Stimme vernimmt, dass alle gegenwärtige Erfahrung *Traumerfahrung* sei und dass es daraus ein *Erwachen* gebe und dass mit dem Erwachen alle jene Abhängigkeiten und Nöte endgültig aufhörten, dann *weiß* jenes hörende Ich wiederum aus Erfahrung, dass es ja wahrlich Träume gibt und dass Träume völlig andere Erlebnisszenen imaginieren, die den Träumer so faszinieren können, dass er Traumbilder für Wirklichkeit hält und von sich aus von dieser Szenerie nicht loskommt.

Genau so aber ist die Wirkung dieser Lehre. Der Erwachte richtet an die Menschen und Geister den Weckruf:

*Wacht auf, erhebt euch, setzt euch hin:  
wie könnte Träumen helfen euch,  
flieht doch der Schlaf den siechen Mann,  
der von dem Pfeil getroffen ward.  
Wacht auf, erhebt euch, setzt euch hin,  
strebt tapfer echten Frieden an,  
dass euch der Fürst der Schemen nicht  
als blinde Beute ködern kann. (Sn 331-332)*



Der Mensch, der diese Stimme vernimmt, wird vielleicht zunächst stutzig und für einen Augenblick irritiert. Und dann kommt es darauf an, ob die Faszination des Lebenstraums so stark ist, dass sie sich durchsetzt und jene Stimme wieder überspielt und vergessen macht, oder ob umgekehrt dieser Weckruf sich durchsetzt, ob der Träumer ihn aufnimmt, auf ihn achtet und darum von seinem Traum zurücktritt, so dass es zur Erwachung kommt. Über diese zwei Möglichkeiten sagt der Erwachte aus tausendfältiger Erfahrung, dass die Wesen, die nicht so sehr verblendet und hingerissen sind, seine Stimme hören, dass sie „Hörer“ werden und damit die zur Erwachung erforderliche Haltung einnehmen.

Und diese zur Erwachung erforderliche Haltung gegenüber den gesamten bewusstwerdenden Erscheinungen ist es, die der Erwachte in dem eben zitierten Satz 6 genau aufzeigt als den richtigen Anblick, als rechte Ansicht.

*Wenn man da aber nicht herantritt, nicht sich aneignet, nicht sich dahin richtet und:*

*'hier ist gar kein Ich!*

*Leiden ist alles, was immer entsteht,*

*Leiden ist alles, was immer vergeht' -*

*in diesem Wissen nicht mehr zweifelt, nicht mehr bangt, im Besitz des von allen Meinungen unabhängig machenden Klarwissens - das ist, Mönch, rechte Anschauung.*

Damit erkennen wir, dass es diesem gesamten Leben und Erleben gegenüber *zwei* völlig entgegengesetzte Haltungen und Perspektiven gibt: die des *Befangenen*, des von der Situation Eingefangenen und Beeinflussten (*s'āsavā*), mit welcher die Welterscheinung nur immer weiter fortgesetzt wird - und die ganz andere Haltung, mit welcher man *oberhalb* der gesamten Weltwahrnehmung und Ich-Wahrnehmung (*lokuttara*) steht und unbefangen und unbeeinflusst (*anāsavā*) von allen Erscheinungen ihre Gesetzmäßigkeit erkennt und durchschaut.

Das ist die Haltung, die schrittweise zu Weltüberwindung, zur Auflösung der Welterscheinung führt.

Warum ist das so?

Der dem beschränkten Bewusstsein nicht zugängliche Szenenstrom spült Szene um Szene in das Bewusstsein. Es sind Szenen, wie sie aus früheren Begegnungen je nach dem früheren Wirken in Gedanken, Worten und Taten gebildet und entwickelt worden waren. In jeder Szene hat das Ich einen bestimmten Bezug zu den miterscheinenden Objekten, den Menschen oder Dingen, hat „Gier“ oder „Hass“, Anziehung oder Abstoßung. Dieser Bezug macht die Polarität der Szene aus, und die Polarität allein bedingt den Bestand der Szene. Bei jeder Bewusstwerdung wird durch die Aktion des Ich in Gedanken, Worten oder Taten der Bezug zu dem Objekt etwas verändert, wird verstärkt oder abgeschwächt. Damit ist die Polarität, durch welche die Szene überhaupt besteht, etwas verändert. Das ist die Tätigkeit des um seinen Wahncharakter nicht wissenden Wahn-Ich, und durch diese Tätigkeit bleibt der die Polarität erhaltende Bezug stärker oder schwächer, bleibt also Gier und Hass, Anziehung und Abstoßung erhalten, und damit bleiben die Szenen, die schmerzlichen und wohlthuenden, die entzückenden und entsetzlichen, erhalten. Und jede Szene geht nach ihrer Veränderung dem beschränkten Bewusstsein verloren, bleibt aber in dem unterirdischen Daseinsstrom, ist einer seiner Tropfen, ernährt ihn weiter und wird von ihm zu ihrer Zeit wieder nach oben in das Bewusstsein gespült nach dem Wort des Erwachten (M 148):

*Dass aber einer, ihr Mönche, der bei Wohlgefühl die Giergeneigtheit nicht aufgibt, bei Wehgefühl die Abwehrgeneigtheit nicht abweist, bei Weder-Weh-Noch-Wohl-Gefühl die Wahneneigtheit nicht austilgt, Wahn nicht überwunden, Wissen nicht erworben hat, noch bei Lebzeiten dem Leiden ein Ende machen könne: das ist unmöglich.*

Wenn aber das Wahn-Ich um seinen Ich-Wahn weiß, so klar

und überzeugt weiß, dass es da „nicht mehr herantritt, nicht sich aneignet...“, dann hebt das dem Wahn-Ich eingegangene Wissen um den Ich-Wahn auch den Wahnbezug zu dem Wahnobjekt auf, hebt damit die der Wahnszene innewohnende polare Spannung vom Wahn-Ich zum Wahn-Objekt auf, und damit ist die nur durch die polare Spannung bestehende bewusste Szene aufgelöst wie nie gewesen, ist aus dem Daseinsstrom endgültig herausgenommen, nach dem Wort des Erwachten (M 148):

*Dass aber einer, ihr Mönche, der bei Wohlgefühl die Giergeneigtheit aufgibt, bei Wehgefühl die Abwehrgeneigtheit abweist, bei Weder-Weh-noch-Wohl- Gefühl die Wahngeneigtheit ausgetilgt, Wahn überwunden, Wissen erworben hat, noch bei Lebzeiten dem Leiden ein Ende machen könne: das ist möglich.*

Wer sich in dieser weltauflösenden Entwicklung wirklich und praktisch befindet, für den gilt das Wort des Erwachten in Satz 3 und 4 der vorigen Auskunft an den Mönch:

*3) Wer aber das fortgesetzte Erscheinen von Welt ganz nach der Wirklichkeit mit vollkommener Klarheit beobachtet, der kann die Behauptung vom „Nichtsein“ nicht gelten lassen.*

*4) Und wer das Auflösen von Welt ganz nach der Wirklichkeit mit vollkommener Klarheit beobachtet, der kann die Behauptung vom „Sein“ nicht gelten lassen.*

Ein solcher erfährt unaufhörlich mit vollkommener Klarheit, wie Wahn jene die Welterscheinung bewirkende Daseinsströmung immer weiter ernährt und somit die Weltschöpfung fortsetzt und damit die Welterscheinung fortsetzt; wie aber das wissende Verstehen um diese ausweglose Leidensschöpfung diese leidensschöpferische Tätigkeit einstellt, die Bezüge aufhebt, die Spannungen aufhebt, die Szenen aufhebt, nichts mehr in diese Leidensströmung hineingibt, so dass diese zum Auslaufen kommt, dass die Wahnbefangenheit abnimmt, die

Wachheit und Klarheit zunimmt bis zur Vollendung.

Wem diese Haltung des unbefangenen stillen Durchschauens auch nur augenblicksweise bis zum Grunde gelingt, der erfährt damit die Ahnung einer unaussprechlichen Befreiungsmöglichkeit. Ihm geht der Sinn des Leitsatzes auf, unter dem der Erwachte seine gewaltige gewaltlose Erlösungshilfe begann:

*Erdröhnen soll in dunkler Welt  
die Trommel der Todlosigkeit. (M 26)*

\* \* \* \*

Wem dieser Zusammenhang schon aus dieser skizzenhaften Aufzeichnung einleuchtet, der wäre dennoch übel daran, wenn er von sich fordern wollte, die in Satz 6 genannte Haltung zu den Erlebnissen, die sich aus dieser Einsicht ergibt, nun schon dauernd einzunehmen. Es wäre, wie wenn einer mit einem Globus in der Hand nach dessen kargen Aufzeichnungen aus einer arktischen Gegend nach den besseren Zonen wandern wollte - ohne andere Hilfe würde er in viele Nöte und Gefahren geraten, wie es heute bei vielen Menschen zu beobachten ist, die sich ebenso blindgläubig wie ernsthaft sogenannten „buddhistischen“ wie auch anderen östlichen Meditations- und Übungspraktiken hingeben.

Drei Verstrickungen verhindern die Erwachung

*Ohne drei Dinge, ihr Mönche, abgetan zu haben, ist es unmöglich, Gier und Hass und Verblendung aufzulösen. Welche drei Dinge? Ohne die Identifizierung mit dem Erscheinungs-Ich (sakkāyaditthi) abgetan zu haben, ohne Daseinsbangnis (vicikicckā) verloren zu haben, ohne die Bindung an die Begegnung (sīlabbata-parāmāsa) aufgegeben zu haben, ist es unmöglich, Gier und Hass und Verblendung aufzulösen. (A X, 76)*

Diese drei Verstrickungen sind die ersten von insgesamt *zehn* geistig-seelischen, meistens „Fesseln“ genannten Verflechtungen, Verstrickungen, Vernestelungen, Umspinnungen, die zusammen das wechselvolle, uns allein bekannte Dasein, Leben und Sein nicht nur bedingen und durchziehen, sondern überhaupt ausmachen. Darum bedeutet die schrittweise Ablegung dieser zehn Verstrickungen auch die schrittweise Entwicklung von dem Status, den wir „normaler Mensch“ nennen, bis zu dem des endgültig Erwachten.

Die allmähliche Minderung bis Auflösung dieser zehn Verstrickungen, die nur nach der im achtgliedrigen Heilungsweg genauer gegebenen Anleitung geschehen kann, bedeutet das allmähliche Ersteigen jenes Berges bis zu seiner oberen Plattform, auf der alle Gefahren gebannt sind, Geborgenheit erreicht ist, und von dessen Höhe aus der Rundblick in den Gesamtzusammenhang möglich ist.

Von diesen zehn Verstrickungen kommt den genannten ersten drei - und ganz besonders der allerersten - die Schlüsselstellung zu insofern, als nach ihrer Auflösung *kein Stillstand* mehr eintreten kann in der weiteren Minderung bis Auflösung aller übrigen Verstrickungen, denn sie bilden die Grundlage für alle übrigen. Was bedeuten nun diese drei Verstrickungen.

### Identifizierung mit dem Erscheinungs-Ich

Hierzu braucht nicht mehr viel gesagt zu werden, denn es wurde erklärt, dass das Erscheinungs-Ich einer jeden Begegnungssituation, wenn es für ein wirkliches autonomes Ich gehalten wird - von Szene zu Szene an das ihm Begegnende herantritt, darauf mit seinem Gier-Hass-Geschmack reagiert und damit den Kreislauf der Verblendungs-Szenen endlos fortsetzt. Darum wird die Forderung der Auflösung dieser ersten Verstrickung von dem aufmerksamen Leser sicherlich als natürliche Folgerung, ja, als in dem bisher Gesagten bereits enthalten, empfunden.

Wer aber versuchen wollte, diese Haltung praktisch einzu-

nehmen, der würde damit den entscheidenden Unterschied zwischen dieser Blendung und den uns bekannten Träumen erfahren. Aus dem Traum sind wir im Augenblick des Aufwachens heraus. Es geschieht eine kleine Umwendung, und damit ist die Identifizierung mit dem Traum-Ich aufgelöst, ist zerbrochen: Man findet das für „wirklich“ gehaltene Ich im Augenblick des Erwachens auf dem Lager vor. - Bis aber die endgültige Erwachung aus der wirklichen Verblendung erreicht ist, bedarf es eines unvergleichlich längeren Prozesses, denn trotz der Durchschauung geht das Blendungsspiel zunächst noch weiter. Die Szenen, die zusammen das „Leben“ ausmachen, folgen nach wie vor einander, und nach wie vor lösen die einen Begegnungen Wohlgefühl, die anderen Wehgefühl aus, veranlassen die einen Begegnungen, dass das Ich sie festhalten und weitergenießen möchte, und veranlassen die anderen, dass es sie fortstoßen oder sich ihnen entziehen möchte. Ja, anfänglich ist sogar das Wissen um den Blendungscharakter dieser ganzen Szenerie meistens völlig vergessen.

Es ist wohl leicht verständlich, warum das Aufwachen aus dem nächtlichen Traum viel schneller abgeschlossen ist als das wahre und wirkliche Erwachen aus der „Leben“ genannten Kette der Blendungen, denn *nach* dem morgendlichen Aufwachen können Gier, Hass und Blendung ihr Spiel weiterhin ganz ebenso treiben wie im nächtlichen Traum, es hat nur ein Szenenwechsel stattgefunden: Maler Herz malt ein anderes Bild. Das wahre Erwachen aber, das zur endgültigen Beendigung des trügerischen Szenenspiels führt, ist nur durch die vollständige Ausheilung von „Gier und Hass“, der hinreißenden Anziehungen und Abstoßungen möglich, und zur Lösung dieser Verstrickungen und Gespinste bedarf es eines Prozesses, dessen Dauer abhängig ist von der Stärke der Verstrickung und von der Intensität und Zweckmäßigkeit der Auflösungsbemühungen.

Wohl ist bei demjenigen, der die Begegnungskette als Blendung durchschaut, dieses Wissen immer wieder neu gegenwärtig, manchmal stärker, manchmal schwächer, und wohl

führt dieses Wissen allmählich auch zu einer kleinen Wandlung in der Haltung, führt zu einem leisen *Zurücktreten*, zu einer gewissen Lockerung des Zugriffs, ja, allmählich auch zu einer Zurücknahme des natürlichen blinden *Anspruchs* auf „die Dinge“ - aber es ist nur ein sehr allmählicher Prozess, bis *die Gewohnheitsbände, immer heranzutreten, sich anzueignen und dabei zu verbleiben*, aufgelöst sind, und es kostet eine Zeit der Übung in zunehmender gründlicher Aufmerksamkeit, bis die in Satz 6 genannte richtige Anschauung und Haltung einzutreten beginnt:

*Wenn man da aber nicht herantritt,  
nicht sich aneignet, nicht sich dahin richtet und:  
'hier ist gar kein Ich!  
Leiden ist alles, was immer entsteht,  
Leiden ist alles, was immer vergeht' -  
in diesem Wissen nicht mehr zweifelt, nicht mehr  
bangt, im Besitz des von allen Meinungen unabhängig  
machenden Klarwissens - das ist, Mönch, rechte  
Anschauung.*

Wenn aber dieser Sachverhalt verstanden ist, dann ist eine erste ahnende *Verbindung* gewonnen zu der ganz anderen Dimension der Wachheit, der *bodhi*. Indem die oberflächliche naive „Ich bin“-Auffassung als Irrtum aus Wahnbefangenheit durchschaut ist, da beginnt wie in einer *geistigen Zeugung* der Ansatz einer überlegenen, einer *wacheren* Instanz, und damit beginnt die Möglichkeit, von einer höheren Warte aus das Wahn-Ich in seinem Umgang mit dem Begegnenden zeitweilig zu beobachten, zeitweilig zu kontrollieren, zeitweilig zu beeinflussen, zurückzuhalten. Diese im ersten, zartesten Ansatz konstituierte übergeordnete Instanz wird *Wissen* genannt (*vij-jā*), wird *Wachheit* genannt (*bodhi*), wird *Weisheit* genannt (*paññā*), wird *Erkenntnis* genannt (*ñāna*), wird *Durchblick* genannt (*dassana*).

Ein dazu Gelangter kann bei sich beobachten, wie diese von der Erwachungslehre des Erwachten in geistiger Zeugung erwachsende, wachere Instanz nun beginnt, sein kleines Wahn-Ich anzusprechen und mit ihm in Zwiesprache und Auseinandersetzung einzutreten - in eine Auseinandersetzung, in welcher die Weisheit das Wahn-Ich mehr und mehr von seinem Ichwahn überzeugt und ganz allmählich immer mehr zum Zurücktreten bewegt.

### Daseinsbangnis und Unsicherheit

In dem gleichen Maß, wie allmählich die Identifizierung mit dem Erscheinungs-Ich abnimmt, erfährt man an sich, ganz ohne es bewusst betrieben zu haben, eine zuerst nur sehr feine, aber wohltuende Wandlung seiner Selbsterfahnis, seines Daseinsgefühls, das bei allen Menschen von einer meistens unbewussten, oft aber über die Bewusstseinsschwelle eindringenden *Daseinsangst, Grundbangnis und Ungeborgenheit* durchzogen ist. Bei allen Menschen, die sich mit dem bewusst gewordenen körperlich dargestellten Ich identifizieren, besteht diese Angst vor dem Kommenden und vor dem ganz sicheren Tod, und oft auch beklemmt den weiterblickenden Menschen eine tiefere Ungewissheit über das Woher und Wohin und Warum dieses Daseins.

Der Erwachte vergleicht diese Situation des normalen, von der Daseinsbangnis und dem Gefühl der Ungeborgenheit bewusst oder unbewusst begleiteten Menschen mit einem Mann, der sich mit seinem ganzen Vermögen in fremder, gefährlicher Wildnis befindet, wo er jeden Augenblick einen Überfall auf Leben und Gut zu fürchten hat.

Wer aber das Erscheinungs- oder Traum-Ich so sicher als Verblendung, als Traum durchschaut, dass er die Identifizierung schon um einige Grade zurücknehmen und mindern konnte, der erfährt auch ein Schwinden dieser Grundangst, er erfährt die feine, wohltuende Wandlung des Daseinsgefühls. Erst jetzt, wo der lebenslänglich gewohnte, darum kaum noch



registrierte Würgegriff dieses Phantoms *nachlässt* - durch die gespürte Erleichterung - wird er ihm überhaupt erst bewusst. Nun *erfährt* der Mensch unmittelbar und ganz ohne anderweitige Belehrung, dass diese Daseinsbangnis mit der Ich-Vorstellung verbunden war, dass überhaupt diese Ich-Vorstellung der Kern der gesamten Verletzbarkeit ist. Mit ihrer Minderung und Auflösung nimmt alle Angst und Bangnis ab bis zur Verflüchtigung.

Damit *erfährt* er, dass es die Möglichkeit gibt, alle Gefährdung und alle Angst endgültig zu verlieren, und das gibt eine Erleichterung, die erlebt wird, aber nicht näher beschrieben werden kann. Von dem zu dieser Entwicklung gelangten Menschen gibt der Erwachte das Bild des aus der gefährlichen Gegend in die Nähe des heimatlichen Dorfes gelangten Menschen, der sich bald in der sicheren Heimat weiß.

Mit dem Fortfall dieser Grundangst wird noch ein anderes geistiges Ereignis erfahren, das in dem Gleichnis des der Heimat sich nähernden Menschen nur angedeutet ist, aber in einem anderen Gleichnis klar wird.

Dort vergleicht der Erwachte die blendungsvolle Strömung der Begegnungsszenen, die ununterbrochen den Eindruck (*āsāvā*) eines „Ich-in-der-Welt“ eindringen, die Strömung, von welcher kein Anfang und kein Ende zu sehen ist, mit dem Ozean, in welchem die Wesen sich ununterbrochen mit Schwimmen an der Oberfläche zu halten versuchen. Das Rudern und Treten, Anstrengen und Mühen, das allein über Wasser hält, ist das Festhalten an der Tugend, das allein vor dem Absinken in Unterwelt bewahrt. Die Schwimmenden sind nicht nur von den Gefahren des Meeres, von Strudeln, Wogen und Haien bedroht - sie müssen nicht nur ununterbrochen in Bewegung bleiben, um nicht zu ertrinken, sondern vor allem - sie wissen nichts anderes, kennen nichts anderes als dieses unermessliche Wasser. Denn soweit sie sich erinnern und denken können und soweit sie von anderen, denen sie schwimmend begegnen, hören, gibt es keine andere Erfahrung und kein anderes Leben, als sich mit Schwimmen und Mühen an

der Oberfläche zu halten, immer nur an der Oberfläche zu halten, ohne ein anderes Ziel und einen anderen Sinn als den, dass der sichere Untergang doch nicht verhindert, sondern nur so lange wie möglich hinausgeschoben werde.

Wer aber den Erwachten so verstanden hat, dass er das Erscheinungs-Ich als eine große Verblendung durchschaut, dass er eine Ahnung von der Möglichkeit des *Erwachens* gewinnt, den vergleicht der Erwachte mit einem Schwimmenden, der sich nun schwimmend so hoch wie möglich gereckt hat, ringsum Umschau gehalten und in der Ferne etwas entdeckt hat, von dem er bisher noch nie etwas gehört noch geahnt hatte: ein Ende des Weltmeeres, eine sichere Küste, festen Boden.

Nun weiß er, was er zu tun hat. Er kennt jetzt das eine, das nottut. All sein Mühen, sein Leben, sein Dasein bekommt nun erst einen Sinn und ein Ziel („*atthaveda*“). Er fühlt, wie mit dieser Entdeckung eine tiefe, tiefe unbewusst gewesene Resignation von ihm abfällt, wie Mut und Kraft in ihn einziehen („*virīya*“) und wie er sich auf dieses Ziel hin zu strecken und zu richten beginnt und es immer weniger aus dem Auge lässt („*sati*“).

Wer diese Erfahrung bei sich erfährt, der weiß, wie gültig die Verheißung des Erwachten ist, dass der so empfundenen Entdeckung des Ziels auch die wirkliche und endgültige Eroberung des Heils so sicher folgen müsse wie der Morgendämmerung der helle Tag folgt.

Die erste Verstrickung, die Identifizierung mit dem Verblendungs-Ich, wird dort, wo die Verblendung als solche begriffen wird, durch wiederholte Betrachtung der bedingten geistig-mechanischen Herkunft dieser Ich-Erscheinung bewusst und gewollt nach und nach aufgebrochen, gemindert und abgelöst. Aber die Aufhebung dieser zweiten Verstrickung, der Daseinsbangnis, braucht nicht bewusst betrieben zu werden, sondern tritt als Frucht der fortschreitenden Minderung bis Aufhebung der ersteren ein, ja, sie ist das sichtbare und spürbare Zeichen für die fortschreitende Auflösung der Verstrickung im Ichwahn.

## Bindung an die Begegnung

Der Erwachte bezeichnet die Bindung an die Begegnung als die dritte Verstrickung, die aufgegeben sein muss. Dazu ist es erforderlich, zuerst einmal das Wesen dieser Verstrickung selbst und ihre gewaltige Spannweite wenigstens mit einem ersten Überblick zu umfassen. Denn durch diese Bindung, d.h. durch das „Herantreten“ an das jeweils Begegnende, ist die Daseinsströmung (*bhavasota*) selber und ihr sinnloser, auswegloser Rundlauf bedingt und sind auch alle Qualitäten der Daseinsströmung, alle wohltuenden bis entsetzlichen im menschlichen Dasein sowie auch alle übermenschlichen und untermenschlichen, bedingt.

In Bezug auf die Lebensführung, die Verhaltens- und Begegnungsweise der Menschen wurde in früheren Zeiten zwischen den guten und den schlechten Sitten unterschieden, zwischen Moral und Unmoral, während man heute mehr von sozialem und unsozialem Verhalten spricht. Im Kern sind diese Unterscheidungen fast gleich. Es ging und geht immer darum, ob die zwischenmenschlichen Beziehungen gestört, gefährdet, zerrissen werden oder geordnet, verbessert und harmonischer werden. Es ist die Unterscheidung zwischen der *harten Begegnung*, die zum Zusammenbruch der Gemeinschaften und der Einzelnen führt, und der *sanften*, fürsorgenden, wohlwollenden Begegnung, die zur gegenseitigen und damit allgemeinen Förderung, Erhöhung und Erhellung führt.

Der Erwachte sagt nun, dass durch üble, negative Verhaltensweisen, durch harte, rücksichtslose Art, mit welcher die Erfüllung der Wünsche und Begierden des Wahn-Ich angestrebt wird, auch der Charakter der geschaffenen, entlassenen und später wieder auftauchenden Begegnungsszenen immer dunkler, wilder, chaotischer und schmerzlicher wird bis zu solchen schrecklichen Formen, wie sie aus den dunklen Stadien vieler Kulturen berichtet werden, und dass sie darüber hinaus zu den mancherlei untermenschlichen Daseinsformen bis zu dämonischen und höllischen Begegnungen führen, von

welchen in allen Religionen die Rede ist.

Natürlich sind diese Szenen und damit die gesamten erscheinenden Daseinsbereiche samt dem miterscheinenden Ich lediglich Einbildungen, aber schmerzlichsste und entsetzliche Einbildungen und Verblendungen, sind ganz ebenso eingebil-dete Verblendung, wie das weniger schmerzliche „menschliche Dasein“, das „jetzt“ gerade bewusst wird, erlebt wird, erfahren und geglaubt wird und aus der das Wahn-Ich an das jeweils Erscheinende jeweils herantritt.

Aber von den *guten Sitten*, von den sanften, fürsorgenden und wohlwollenden Begegnungsweisen, wie sie in allen Reli-gionen und auch in vielen auf das Diesseits beschränkten Leh-ren empfohlen werden, sagt der Erwachte, dass damit der Cha-akter der geschaffenen, entlassenen und später wieder auftau-chenden Begegnungsszenen immer heller, erfreulicher, har-monischer und beglückender wird. Die Qualitäten der Begeg-nungsszenen können bis zu den höchstmöglichen menschli-chen Formen entwickelt werden - wie der Erwachte sie aus dem alten Indien berichtet - und noch weit darüber hinaus bis zu den mancherlei übermenschlichen Daseinsformen in immer helleren, himmlischen, herrlichen Bereichen, von welchen in allen Religionen die Rede ist. So sagt der Erwachte (M 41):

*Wegen unrechten, verderblichen Wandels gelangen da die We-sen bei der Auflösung des Körpers nach dem Tod auf einen Abweg, auf schlechte Fährte, in Verderben und Unheil.*

*Wegen rechten und guten Wandels gelangen da die Wesen bei der Auflösung des Körpers nach dem Tod auf gute Fährte, in selige Welt.*

Aber hier ist der Punkt, wo der Erwachte über alle anderen Heilslehren hinausgeht. Er sagt nicht nur, dass die Erfahnis himmlischen Daseins in beglückenden, wohltuenden Begeg-nungen wie auch die Erfahnis untermenschlicher, schmerzli-cher, qualvoller Daseinsformen bis zu dämonischen und hölli-schen Begegnungen ganz ebenso eingebildet ist, Verblendung ist wie „jetzt“ die Begegnung als Mensch mit menschlicher

Umwelt - sondern er weist auf *zwei* Bedingungsbeziehungen hin, die im Unterschied zu den Lehren aller Offenbarungsreligionen dem Kausalbedürfnis des erfahrenen, denkenden Menschen genügen.

Der eine Zusammenhang ist in den beiden ersten Gliedern des zwölfgliedrigen Bedingungsringes ausgedrückt. Das erste Glied heißt „Wahn“ und das zweite „die drei Bewegtheiten“, nämlich körperliche Bewegtheit, denkerische Bewegtheit und Bewegtheit von Gefühl und Wahrnehmung. Und der Bedingungsbeziehungsring zwischen beiden wird ausgedrückt durch Wahn (1) sind die Bewegtheiten (2).

Das bedeutet in unserem Zusammenhang: Wo Wahn herrscht, wo also das Blendungs-Ich für ein wahres und wirkliches Ich gehalten und die gesamte Szenenfolge als durch eine an sich seiende Welt bedingt angesehen wird, da geschieht auch diejenige „weltfortsetzende“ denkerische Aktivität, die in Satz 5 unserer Rede beschrieben wird:

*Die Gewohnheitsbände, immer heranzutreten,  
zu ergreifen, dabei zu verbleiben -  
das ist praktisch diese Welt.*

So bleibt mit dieser durch *Wahn* bedingten *Aktivität* der Rundlauf der Szenen erhalten: Immer sinkt eine durch die Begegnung nur etwas geänderte, aber nicht aufgelöste Szene nach der anderen in die „Vergangenheit“ und rinnt mit allen unerlösten Szenen als die Daseinsströmung (*bhavasota*) jenseits unserer Erfahrbarkeit - aber nicht jenseits der Erfahrbarkeit des Erwachten - den für uns unübersehbaren Rundweg dahin und tritt früher oder später wie aus „Zukunft“ auftauchend wieder heran.

Dieser ununterbrochene Szenenwechsel bringt mit sich alle im Bereich des beschränkten Bewusstseins nur möglichen Freuden und Leiden, Entzückungen und Qualen und Entsetzen und bringt mit sich im ständigen Wechsel Geburt, Altern und Sterben in menschlichen, übermenschlichen und untermensch-

lichen Formen.

Wie lange?

Solange der Wahn währt, solange man den Weckruf eines Erwachten nicht richtig verstanden und angenommen hat, solange als aus Wahn um die wahren Zusammenhänge *die Gewohnheitsbande bestehen, immer heranzutreten, sich anzueignen, dabei zu verbleiben.*

Ein Mönch im Orden des Erwachten, der diesen Zusammenhang vom Erwachten gelernt hat und in den üblen Qualitäten des *Herzens*, in „Gier“ und „Hass“, den aus Wahn gebildeten, die Ursache erkannte für alle Leidensbildung, drückt diese seine Einsicht über die „Gemälde“ des „Malers“ Herz aus (Thag 1127/1128):

*Du, Herz allein, schaffst uns der Priester Ahnenstamm,  
du machst zum Fürsten uns und machst zum König uns,  
so werden Bürger wir, so werden Diener wir  
und werden Götter gar durch dein Begehren, Herz.*

*Durch deine Fügung folgen wir Dämonen nach,  
dein Same baut uns in der Hölle Wurzeln an,  
durch dich allein gelangen wir in Tieres Schoß,  
auf deiner Spur umspinnt uns das Gespensterreich.*

Der zweite Bedingungs Zusammenhang ist der folgende: Der Wechsel und Wandel von den untermenschlichen, entsetzlichen Daseinsformen, den menschlichen und den helleren, beglückenden Erscheinungsformen, den „himmlischen“, und von dort allmählich oder rascher wieder zu den dunklen, folgt einem Gesetz, das der aufmerksame Mensch, der auf seine eigenen Motivationen achtet, wohl einsehen kann und das uns auch die Geschichte der Kulturen lehrt:

Wo ein Wesen, eine Familie oder ein Volk Not und Leiden erfahren, da ersteht mit Zwang der Wille, aus dieser Situation herauszukommen, und entsteht mit Zwang ein Suchen nach dem Ausweg - denn Leiden tut weh! Darum kommen die Wesen, die sich im Elend befinden, nach kurzen oder langen Irrungen und Wirrungen auch einmal auf den einzig möglichen

Weg zu helleren Situationen, der darin besteht, dass sie von den harten, rohen „Sitten“ zu den sanfteren übergehen, sich um Rücksicht bemühen. Wenn dann noch die früher gewirkten dunklen und schmerzlichen Begegnungsszenen auftauchen, so werden sie unter dem Einfluss der besseren Einsicht von Fall zu Fall ein wenig verbessert und besänftigt, ziehen verbessert im Daseinsstrom dahin und kehren als verbesserte Erlebnisse wieder, wie der Erwachte es in D 26 in aller Deutlichkeit schildert. Darum bleiben die Wesen nicht unendlich in den entsetzlichen Daseinsformen - die „Hölle“ währt nicht ewig - sondern gelangen irgendwann zu den erträglicheren oder freundlicheren oder gar beglückenden.

Aber mit derselben Gesetzlichkeit, die den Notleidenden zwingt, nach einem Ausweg aus den Nöten zu suchen, bestimmt das Erleben von Wohl und Glück den Willen der Wesen, dieses Glück so gut wie möglich zu genießen und so gut wie möglich zu erhalten. Bei dem allmählichen oder mehr plötzlichen Übergang von notvollen Lebenszeiten zu leichteren und glücklichen mag manches besonnene Wesen noch eine Zeitlang des Zusammenhangs von Tugend und Wohlfahrt eingedenk sein und sich weiterhin um die guten Sitten bemühen - aber die gegenwärtigen, wohltuenden, erhellenden, beglückenden Erlebnisse erfüllen immer mehr sein Herz, seinen Geist, sein Dichten und Trachten. Der Erwachte nennt das Gesetz, das jeder aufmerksame Forscher in der Menschheitsgeschichte wie auch in seinem eigenen Erleben mit unverrückbarer Regelmäßigkeit wirksam werden sieht:

*Wer genießt, der vergisst. (D 19)*

Dieses Gesetz wird gern auf die sogenannten „Emporkömmlinge“ angewandt, aber wir sehen es auch bei alten Geschlechtern und Dynastien bestätigt. Das geht aus den größten Geschichtswerken der Weltliteratur wie den chinesischen Sammlungen von Schriften der „alten und neuen Zeit“ hervor, nach welchen vor über 4000 Jahren der berühmte chinesische Kai-

ser Schun von seinem Minister wie folgt beraten wurde:

*Während einer längeren Friedenszeit lockern sich in der Regel unmerklich auch die besten Gesetze, bis man allmählich dahin kommt, sie überhaupt nicht mehr zu beachten. Man lebt seinem Vergnügen und dem Müßiggang, wenn nicht gar der Ausschweifung und dem Laster. Das darf der Fürst unter keinen Umständen.... Den Gesetzen darf er keinen Abbruch tun noch die Ungunst der Straße scheuen, sein persönliches Interesse muss er zurückstellen hinter der Rücksicht auf das allgemeine Wohl, dem Volke muss er schaffen, was es zu seinem Lebensunterhalt braucht - bei solcher weisen Führung wird ihn jedermann willig als Herrscher anerkennen.*  
Franz Kuhn „Chinesische Staatsweisheit“

Auch die alten Mythen in den verschiedenen Kulturen berichten von den Titanen und Göttern nicht nur edle und hochherzige Handlungen, sondern auch Orgien von Genuss und Lust und Übermut, und da, wo sich der Wunscherfüllung Hindernisse in den Weg stellen - auch von Frevel. Wer nicht mehr weiß, dass sein jetziges glücklicheres, schöneres Erleben die Folge ist eines vorherigen schuldlosen, alle Mitwesen schonenden Wandels, von dem sagt der Erwachte (M 5):

*Von diesem ist zu erwarten, dass die blendenden Erscheinungen ihn hinreißen werden und dass er, von den blendenden Erscheinungen hingerissen, sein Herz von der Gier wird aufwühlen lassen und dass er dann mit Gier, Hass, Blendung, voller Befleckungen, beschmutzten Herzens sterben wird -*

und daraus geht dann ja auch wieder verdunkeltes „Schicksal“, selbstgeschaffenes dunkles Schaffsal, gehen Leiden und Qualen hervor.

Der Erwachte, der das gesamte Spiel zwischen Diesseits und Jenseits überblickt und durchschaut, sagt, dass unter allen Wesen, die sich in dieser oder jener Daseinsform in Wohlsein,



Glück und Helligkeit befinden, keines ist, das nicht vor kürzerer oder längerer „Zeit“ Elend, Not und Dunkelheit erfahren hätte, und dass unter allen Wesen, die sich jetzt im Elend befinden, keines ist, das nicht herabgesunken wäre vor längerer oder kürzerer Zeit aus glücklicheren Zuständen. Auch durch die Mythen geht das Raunen von der Götterdämmerung, von dem Absinken der Wesen, und in der jüdisch-christlichen Mythologie gilt Luzifer als ein gefallener Engel. Der Erwachte drückt aus, wie er und die durch seine Heilswegweisung zur Aufhebung aller Verblendung, zur Erwachung und Vollendung Gelangten diese Ereignisse unmittelbar sehen mit dem geklärten, Diesseits und Jenseits durchdringenden Auge:

*Wer gleich im Augenblick  
das Weltall tausendfach  
vor Augen hat,  
gleicht Brahma-Göttern.  
Doch wer geistmächtig-wach  
auch Götterwelt  
entstehn – vergehen sieht -  
der ist vollendet. (Thag 909)*

Mit dieser Erfahrung sagt der Erwachte, dass in diesem gesamten Bereich der Verblendung von seinen untersten Möglichkeiten bis zu seinen obersten, von den dunkelsten bis zu den lichtesten - kein Anhalt ist, kein Bleiben ist, keine Heimat ist, wie lange auch immer nach den naiven Maßstäben der Wesen die eine oder andere Qualität der Erscheinungsflucht dauern mag. Darum werden die Wesen, die gegenwärtig die sanfte, wohltuende, erhellende Begegnung pflegen, daraus im Lauf der Zeit auch ganz sicher zu entsprechend wohltuenden Daseinsformen gelangen - aber sie werden, wenn sie nicht durch die Kenntnis dieser Zusammenhänge vom Wahn zum Wahr-Wissen kommen, wenn sie die Verblendung nicht als Verblendung durchschauen, doch wieder abwärts sinken und wieder aufwärts steigen in entwicklungslosem, ziellosem und darum sinnlosem Wechsel, bis sie die Verblendung durch-

schauen und „nicht mehr herantreten...“.

Das ist das Gesetz des Samsāra, des Umlaufs der Wesen; es ist das Höherwandern und wieder Abwärtswandern an jenem Berg „Wahn“, solange man keine Ahnung hat von der Geborgenheit und Sicherheit auf seiner oberen Ebene, solange man diese nicht kennt, nicht anstrebt, nicht erreicht und darum auch nicht zu dem universalen Rundblick kommt, der endgültig aufklärt und endgültig frei macht.

Solange diese Entwicklung nicht verstanden ist, so lange lebt man in einer Heilserwartung bei heillosen Dingen und treibt dahin zwischen Hoffnung und Verzückung, zwischen Resignation und Verzweiflung ohne Ende - denn in dem Nebel des Wahns kann man nicht sehen, wohin der Weg führt.

### Aufhebung der Bindung

Wenn „schlechte“ Sitten in elende harte Begegnungsweise, in Dunkelheit und Leiden führen - wenn es aus Dunkelheit und Leiden keinen anderen Ausweg gibt als den der „guten“ Sitten - wenn aber der Genuss der beglückenden Erlebnisse auf die Dauer ganz sicher wieder von den guten Sitten, von der sanften, hellen Begegnungsweise ablenkt (*wer genießt, der vergisst*), so dass wiederum Götterdämmerung, Kulturverfall, Absinken und Leiden folgen - wenn sich also Aufstieg und Abstieg mit kausalem Zwang folgen müssen und der gesamte Rundlauf der Daseinsströmung nur aus einer ständigen Wandlung von wohltuenderen, lichterem Begegnungsszenen, Erlebnissen, Traumbildern mit qualvolleren, dunkleren besteht und wenn diese Erscheinungsströmung nichts anderes enthalten kann - dann ist die Daseinsweise dieser Erscheinungsströmung, dieser Flucht der Erscheinungen ausweglos, ohne ein Ziel, darum sinnlos und nur Leiden.

Ganz in dieser Weise wurde schon vor dem Erscheinen des Erwachten diese Daseinsweise in der Begegnungsstruktur von vielen heilsuchenden Indern durchschaut, und wir finden aus jener Zeit häufig die Formulierung:

*Versunken bin ich in (dem endlosen Rundlauf von) Geburt, Altern und Sterben, in Leiden versunken, in Leiden verloren; ach, dass es doch einen Ausweg geben möchte, um dieser ganzen Leidensmasse ein Ende zu machen. (M 29, 30 u.a.)*

Den Ausweg daraus hat der Erwachte in Satz 6 unserer Rede genannt:

*Wenn man da aber nicht herantritt,  
nicht sich aneignet, nicht sich dahin richtet und:  
„hier ist gar kein Ich!  
Leiden ist alles, was immer entsteht,  
Leiden ist alles, was immer vergeht“ -  
in diesem Wissen nicht mehr zweifelt, nicht mehr bangt, im Besitz des von allen Meinungen unabhängig machenden Klarwissens - das ist, Mönch, rechte Anschauung.*

In dieser rechten Anschauung ist enthalten das Bewusstsein, dass der Erwachte ja erwacht ist aus jenem Traum, den wir noch träumen und, in Wahn befangen, „Leben“ nennen. Und in diesem Bewusstsein ist wirksam die Zuversicht, dass es jenseits dieser ausweglosen, sinnlosen und lastvollen Begegnungsszenerie, aus welcher der im Wahn befangene Mensch sich immer wieder vergeblich einen sinnvollen Lebenslauf oder einen menschheitsgeschichtlichen Sinn zu konstruieren versucht, das ganz andere gibt: das Erwachen zur Freiheit, in welchem die wirre Ich-Umwelt-Spaltung versöhnt und aufgehoben ist wie nie gewesen.

Diese Entwicklung zur Genesung und vollen Befreiung hat der Erwachte angezeigt in dem Bild von dem Ersteigen des Bergs, dem Ausruhen auf seiner oberen Ebene und dem Ausblick und Überblick von dieser Höhe, durch welchen man alles, dessen man zum Wissen bedarf, erfährt in eigener unmittelbarer Erfahrung. Es sind *śīla*, *samādhi* und *paññā*, welche

zur *vimutti* führen, zur endgültigen Befreiung von jeglicher Abhängigkeit, Bedingtheit, Treffbarkeit, zu dem unverlierbaren Status oberhalb des Wechsels von Geburt, Altern und Sterben.

Das *Hinaufsteigen* am Berg auf ebeneren oder steileren Wegen bedeutet die Verbesserung der *sīla*, bedeutet die langsamere oder intensivere Entwicklung von hilfsbereiten und wohlwollenden Begegnungsweisen, die Minderung aller Arten von Hass und Zorn und Erregung und die Mehrung von Liebe, Sanftmut und innerer Helligkeit. Mit dieser Entwicklung und Haltung gibt der Täter zwar immer freundlichere Szenen in die Daseinsströmung, die nun nach ihrem kürzeren oder längeren Rundlauf auch wiederkehren; da der Verstehende und Klarblickende aber alle diese Szenen als selbstgewirkte Verblendungen weiß, als Luftspiegelungen, Traumbilder, Krankheit, die nur lieblichere Formen der Traumtäuschung bringen, aber kein Erwachen sind zur Wirklichkeit, darum tritt er nicht mehr an die Begegnungserscheinungen heran, erwartet sein wahres Wohl nicht mehr von ihnen, sondern nur von ihrem *Loslassen*. Der Übergang zu dieser Einstellung und Haltung ist die Aufhebung der Bindung an die Begegnungsweise. Es ist noch nicht die Aufhebung der Begegnung selbst, aber die *Lösung der Bindung* an sie.

Diese Haltung drückt der Erwachte in M 18 aus, wo er demjenigen, der durch seine Lehre den Entwicklungsweg vom Leiden zum Heil begriffen hat, sagt, dass er von den der Reihe nach herantretenden Wahrnehmungsszenen nichts mehr erwarten und erhoffen solle (*abhinandati*), sie nicht mehr in sein Denken einbauen (*abhivadati*), an sie nicht mehr sich anklammern, auf sie nicht mehr sich stützen (*ajjhosaya titthati*) solle, weil er nur durch diese Haltung allmählich zur Beendigung aller inneren und äußeren Aufreizungen, Abstoßungen, Sorgen, Meinungen, Zweifel und Ängste komme, zur Beendigung auch von Zank und Streit, zur Beendigung aller äußeren und inneren Spaltungen und Spannungen. So eben kommen alle üblen, heillosen Erscheinungen restlos zum Schwinden. In

diesen Ratschlägen des Erwachten sieht der Verstehende seine eigene Einsicht bestätigt, dass nämlich nur auf diese Weise die Verblendung aufgelöst und die Erwachung eingeleitet werden kann.

\*\*\*\*

So sind also dem gesamten Erleben gegenüber *drei* sehr verschiedene Haltungen des Menschen zu erkennen.

Es ist einmal die Haltung des modernen westlichen Menschen, der aus dem naturwissenschaftlichen moralisch indifferenten Weltbild keine Aufforderung zu einem sittlich hochherzigen Verhalten entnimmt und sich von der modernen Psychologie gar gewarnt sieht vor etwaiger Verdrängung von Aggression und sinnlichen Bedürfnissen. Ein solcher bemüht sich, sein „kurzes Leben voll zu genießen“, also sich gegenüber der Umwelt durchzusetzen, um selbst nicht zu kurz zu kommen. Er hat kein bewusstes Streben nach Rücksicht, Hilfsbereitschaft, Wohlwollen und Nachsicht mit den Mitlebenden, sondern folgt mehr oder weniger bewusst und gewollt seinen Trieben und Neigungen, die zwar meistens nicht extrem übel und verbrecherisch, aber auch nur selten sozial einigend, förderlich und erhellend sind – die heute allgemein übliche Haltung, aus welcher die spürbar zunehmende Dunkelheit und Kälte der zwischenmenschlichen Beziehungen hervorgeht, die, wenn sie fortschreitet, zu Abwehr und Angriff aller gegen alle führt.

Eine *andere* Haltung ist die des ebenfalls weltgläubigen, aber im besten Sinne des Wortes „humanen“ und hochherzigen Menschen, der entweder aus nur halb bewussten inneren Empfindungen und Neigungen oder auch aus gewonnenen Einsichten mit Bewusstsein und Absicht immer nur die erhellende und sanfte Begegnung mit dem Nächsten anstrebt und zu pflegen sich bemüht in der Zuversicht, dass auf diesem Weg auf jeden Fall in seiner engeren Umgebung mehr Harmonie, Wärme, Helligkeit und Vertrauen erwachsen und bestehen und dass, je mehr Menschen den gleichen Weg beschreiten, um so sicherer

daraus allgemeine Ordnung, Wohlfahrt und zwischenmenschliche Harmonie hervorgehe.

Die *dritte* Haltung ist die des vom Erwachten über den Gesamtzusammenhang Belehrten, der die „Welt“ durchschaut als jene reißende Strömung der bewustlichen Szenen, als jene aus Wahn geschaffene Flucht der Blendungserscheinungen. Er weiß, dass diese Szenenfolge denjenigen, der der Verblendung nicht widerstrebt, gerade vom Erwachen zum Wahren und Wirklichen zurückhält, von der Genesung zum endgültigen Heil und Wohl zurückhält. Er weiß, dass diese machtvoll andringende Strömung einzig gespeist ist aus seinem früheren nichtwissenden Wirken und dass sie, wenn er nun nicht mehr *herantritt, sich nicht aneignet und nicht dabei verbleibt*, dann ganz sicher allmählich verebben und versiegen muss.

Mag der Fluss der Erscheinungen noch ununterbrochen begegnen, so ist er selbst, soweit ihn sein groeres Wissen leitet, doch *kein* Begegnender mehr. Er hält sich zurück, stellt keine Ansprüche mehr an die Erscheinung. Mag er aus der bisherigen Gewohnheit und vom Durst gerissen, bei vielen der Szenen doch wieder herantreten und sich aneignen, so hat er dennoch in der tiefsten, verborgenen Wurzel seiner Willensbildung die Bindung an die Begegnungsweise endgültig aufgehoben. Darum kann sein aktives Begegnen und Reagieren auf die erscheinenden Szenen nur abnehmen bis zum Aufhören, und darum kann die nur aus dem Begegnen und Reagieren gespeiste Daseinsströmung der Blendungsszenen nur abnehmen bis zum Aufhören.

Diese Haltung, die aus der endgültigen Aufhebung der Bindung an die Begegnung allmählich hervorgeht, nennt der Erwachte die „heilende Begegnungsweise“ (*ariya sla*) und sagt von ihr, dass sie allmählich aus allen Wirren und Problemen der Begegnungsszenen, aus allen inneren Spannungen und Spaltungen heraus und zum vollen inneren Frieden, zur seligen weltlosen Entrückung hinfhre (*samdhi samvattati*), dass es diejenige Haltung sei, welche die bereits Geheilten oder „Hei-

ligen“ in Vollkommenheit besitzen und die ihnen gemäß sei (D 33: *ariya kantā silā*). Ein solcher habe alles Reagieren auf die Erscheinung aufgegeben (M 7: *yathodhi pahīna*).

Der Pālibegriff für diese dritte aufzugebende Verstrickung wird oft übersetzt mit „Sich Klammern an Riten und Regeln“ oder „Sich Klammern an Tugendwerk“, und wer verstanden hat, dass in der *Begegnung* und mit der Begegnung – mit der harten, rohen wie mit der sanften, hellen – keine Sicherheit und kein Heil endgültig erreichbar ist, dass alle Begegnung zum Wahnbereich gehört, aus dem es zu erwachen gilt – der fasst den weitreichenden und tiefen Sinn dieses Begriffes. An dieser oder jener Begegnungsweise festhalten – und sei es die beste – also selbst ein Begegnender bleiben wollen, das ist die Verstrickung, mit welcher man nicht über den Begegnungsbereich hinaus, aus dem Strom der Wahnträume nicht herauskommt.

Der Sinn der Heilslehre der Erwachten aber liegt in der Durchkreuzung dieses Stroms der Blendungsszenen, der Begegnungsszenen und in der Hinführung zur Küste des Friedens und der Sicherheit. Darum sagt der Erwachte, dass zwar nur mit *guter, sanfter* und erhellender Begegnungsweise alle äußeren und inneren Konflikte und Spannungen, das grelle Blenden der Begegnungsszenen und die Erregungen des Gemüts gemindert werden, der „Ort“ der Erwachung zur vollkommenen Sicherheit aber ganz außerhalb der Begegnungsströmung liege, in der vollkommenen Auslöschung der Wahnblendungen, an der sicheren Küste der Unwandelbarkeit. So wie einer, der mit dem Floß die große Strömung überquert und durch das stillere Küstengewässer bis ganz zum sicheren Ufer gelangt sei, dann das Floß endgültig liegen lasse, hinter sich lasse und nun hingehe, wohin er wolle, so auch lasse der über Wahn und Heil belehrte „Heilskundige“ (*ariya sāvako*) sogar von der *Bindung* an das rechte Tun, geschweige vom Unrecht. (M 22)

Dieses Wort darf nicht falsch verstanden werden. Gerade von uns nicht, die wir auf jeden Fall äußerlich im Strom der Begegnung uns vorfinden und leben. Die Strömung all dieser

Szenen ist die Ernte all unseres früheren Tuns und kann nicht einfach ignoriert werden, als wäre sie nicht da. So wie wir für den „eigenen“ Körper, der uns ununterbrochen begegnet, weiterhin sorgen, um ihn bei Kräften zu halten, so auch haben die „eigenen“ Pflichten und Aufgaben, die wir im Lauf des Lebens übernommen haben, nun mit an unserer Lebensstruktur, an unserem Begegnungszusammenhang gebaut, nun ist das innere und äußere Wohlbefinden derer, die inzwischen unsere „Nächsten“ geworden sind, von uns und unserem Verhalten abhängig.

Diese dritte Haltung, die nur der vom Erwachten über das Gesamtwesen von Existenz Aufgeklärte einnehmen kann – und zu der auch ein solcher *innerlich* nur ganz allmählich hinfindet – unterscheidet sich *äußerlich* kaum von der vorhin an zweiter Stelle genannten Verhaltensweise des hochsinnigen, humanen, aber weltgläubigen Menschen. Darum muss sie, wo sie so noch nicht ist, mehr und mehr erworben, angeeignet und zur Gewohnheit werden. Der Unterschied zwischen der zweiten und dritten Haltung liegt nur in der *inneren* Zielsetzung und *inneren* Erwartung, denn während der erstere, der mit dieser Welt und vielleicht auch mit jenseitiger Welt rechnet, auf die helle, sanfte Begegnung hüben und drüben als auf sein Endziel zustrebt, so sieht der vom Erwachten Aufgeklärte dieses Ziel als einen *Durchgang*, durch den hindurch er als Endziel das Erwachen aus diesem Wahntraum und die vollständige Unabhängigkeit von allem Kommen und Gehen fest im Auge behält.

Ein solcher erfüllt hier still seine Aufgaben, und wo die Wesen an ihn herantreten, da ist er um erhellende, sanfte Weise bemüht. Er empfindet die ihm gelingende Entspannung und Befriedung der Notleidenden, Geängstigten und Besorgten und das zunehmende Vertrauen der Mitwelt und Umwelt wohlthuend, aber er bleibt bemüht, durch alle wogenden Bilder und Szenen hindurchzublicken und die Küste des Friedens immer sicherer ins Auge zu fassen.



Von einem solchen sagt der Erwachte (M 78), dass er, wo Aufgaben an ihn herantreten, immer in der ihm bestmöglichen sanften und erhellenden Weise handelt („*sīlavat*“), dass er aber durch seinen Hinblick auf das Endziel kein „Tätternaturell“ („*sīlamaya*“) mehr sei, dass er nicht bei heilsamen Sitten stehenbleibe, dass er jene Gemütererlösung, Weisheitserlösung der Wirklichkeit gemäß verstehe, wodurch heilsame Sitten restlos untergehen.

EINSTIEG IN DIE HEILSENTWICKLUNG  
„Gruppierte Sammlung“ (S 55,37)

Die folgende Unterweisung hilft uns, den Stand unserer eigenen geistigen Entwicklung richtig zu beurteilen. Wer der Wegweisung des Buddha schon um einige Schritte gefolgt ist, der weiß um seine inneren Wandlungen und blickt darum auf seine frühere Haltung als auf einen heute überwundenen Zustand zurück. Damals unwissend über die Entwicklungsmöglichkeiten in diesem Leben und drüben, ist er inzwischen zu erweiternden und erhöhenden Einsichten gekommen.

Und über diese *geistigen* Veränderungen hinaus hat der Nachfolger bei sich noch eine Veränderung seiner *Gemütslage* erfahren durch eine nähere, verstehende Einstellung zu den Mitmenschen wie überhaupt zu den Lebewesen. Dadurch gewann er auch einen tieferen Einblick in das Wesen der inneren drängenden Triebe und in die Erfordernisse von Wachsamkeit und Zucht, um aus der Willkür dieser Triebe herauszukommen.

Je mehr er durch diese Entwicklung innerlich geordneter und stärker wurde, um so mehr ist ihm dabei klar geworden, dass ihm noch manche weitere Wandlungen bevorstehen, bis der Heilsstand erreicht ist.

In der folgenden Unterweisung nennt der Erwachte, veranlasst durch die Frage des Fürsten Mahānāmo, die ersten Etappen der Heilsentwicklung, und zwar von der Begegnung mit der Lehre an bis zur Vollendung der *sotāpatti*, d.h. des Eintritts in die Heilsströmung, mit dem damit verbundenen hohen Grad der tugendlichen Herzensart.

Die Unterweisung

*Einstmals weilte der Erhabene im Land der Saker im Kapilavatthu im Park der Feigenbäume.*

*Da begab sich der Sakerfürst Mahānāmo zum Erhabenen, begrüßte den Erhabenen ehrerbietig und setzte*

sich zur Seite nieder. Zur Seite sitzend, sprach der Sakyerfürst Mahānāmo zum Erhabenen:

Wann ist wohl, o Herr, jemand ein Nachfolger (upāsako)? – Wenn da, Mahānāmo, einer zum Erwachten Zuflucht genommen hat, zur Lehre Zuflucht genommen hat und zur Gemeinschaft der Heilsgänger Zuflucht genommen hat, dann ist er, Mahānāmo, ein Nachfolger. –

Und wann ist wohl, o Herr, ein Nachfolger in Tugend gefestigt (sīlasampanna)? –

Wenn da, Mahānāmo, dem Nachfolger das Töten widerstrebt; das Nehmen von Nichtgegebenem widerstrebt; unrechter Geschlechtsverkehr widerstrebt; Verleumdungen widerstrebt; Alkohol und andere die Vernunft und Selbstkontrolle behindernden Mittel zu nehmen widerstrebt – dann ist, Mahānāmo, der Nachfolger in Tugend gefestigt. –

Und wann ist wohl, o Herr, ein Nachfolger im Vertrauen gefestigt (saddhāsampanna)? –

Wenn da, Mahānāmo, ein Nachfolger vertrauend ist, wenn er Vertrauen hat zum Erwachtsein des Vollendeten in dem Gedanken: „Das ist der Erhabene, der Heilgewordene, vollkommen Erwachte, der im Wissen und Wandel Vollendete, der zum Heil der Wesen gekommene Kenner der Welt. Er ist der unübertreffliche Lenker derer, die erziehbar sind, ist Meister der Götter und Menschen, erwacht, erhaben“ – dann ist dieser Nachfolger im Vertrauen gefestigt. –

Und wann ist wohl, o Herr, ein Nachfolger im Loslassen gefestigt (cāgasampanna)? –

Da lebt, Mahānāmo, ein Nachfolger im Haus mit einem Gemüt, das frei ist vom Makel des Geizes, der Kleinlichkeit und Engherzigkeit. Ihm ist das Loslassen leicht und lieb. Er gibt mit offenen Händen, hat Freu-

*de am Verschenken, ist offen für Bitten, glücklich, wenn er Gaben austeilen kann. Ein solcher Nachfolger ist im Loslassen gefestigt. –*

*Und wann ist wohl, o Herr, ein Nachfolger in Weisheit gefestigt (paññāsampanna)? –*

*Da ist, Mahānāmo, ein Nachfolger weise, weiß um das Gesetz des Entstehens und Vergehens, besitzt Weisheit, die heilende, durchdringende, die zur völligen Leidensvernichtung führt. Ein solcher Nachfolger ist in Weisheit gefestigt. –*

### Fünfstufige Entwicklung

Der Fürst Mahānāmo, ein naher Blutsverwandter des Buddha, der an seiner Stelle die Herrschaft über die Saker übernommen hatte und schon lange der Wegweisung des Erwachten nachfolgte, fragt hier den Erwachten nach einer fünfstufigen Entwicklung, die der Entwicklung in M 120 „Wiedergeburt gemäß dem Anstreben“ sehr ähnlich ist. Wir stellen hier beide Reihen nebeneinander, denn durch den Vergleich unterschiedlich beschriebener Entwicklungsreihen kommt man zum tieferen Verständnis. Bei diesen Reihen ist die Reihenfolge nicht von oben nach unten, sondern von unten nach oben, weil es sich um eine aufsteigende Entwicklung handelt.

<u>M 120:</u>		<u>S 55,37 (Mahānāmo) :</u>
Weisheit	5.	in Weisheit gefestigt
Loslassen	4.	im Loslassen gefestigt
Erfahrung	3.	im Vertrauen gefestigt
Tugend	2.	in Tugend gefestigt
Vertrauen	1.	Nachfolger

Wir sehen hier auf den ersten Blick, dass die Stufen 2, 4 und 5 in beiden Reihen übereinstimmen, nur eben, dass Mahānāmo zusätzlich fragt, wann man in diesen Eigenschaften „gefestigt“

sei. Das lässt seine gute Selbstbeobachtung erkennen, denn er hat wie jeder aufmerksame Mensch bei sich beobachtet, dass man bei beharrlichem Einsatz verhältnismäßig bald schon diese Eigenschaften dann und wann oder auch häufiger zur Verfügung hat, dass man aber doch noch gar nicht in sie hineingewachsen, darin gefestigt ist. Darum ist diese Unterscheidung wichtig.

Außerdem bestehen Unterschiede in den Stufen 1 und 3, auf die wir bei der folgenden näheren Besprechung zurückkommen.

### *Der Nachfolger (upāsako)*

Mahānāmo fragt zuerst, wann einer als Nachfolger des Erwachten gelten könne, und der Erwachte antwortet darauf, dass derjenige, der zu ihm und zur Lehre und zur Gemeinschaft der Heilsgänger Zuflucht genommen habe, damit ein Nachfolger sei.

Zuflucht sucht ein Mensch dann, wenn er sich in Gefahr und in blinder Ausweglosigkeit fühlt, und er sucht sie nur dort, wo er einen Retter zu sehen glaubt. Das sind zwei verschiedene Voraussetzungen: Einmal sich in Gefahr, in Daseinsnot sehen - nicht in gesundheitlicher oder politischer, sondern in existentialer, die alle Dimensionen des Lebens, Diesseits und Jenseits, umgreift, - und als zweites, dass man einem Menschen begegnet ist, von dem man den Eindruck hat, dass er einem rettende Hilfe und Wegweisung bieten kann. Das sind die Voraussetzungen, um Zuflucht zu nehmen.

Wer nur an das körperliche, sinnlich wahrnehmbare Leben bis zum Tod denkt, dem fehlt die erste Voraussetzung, und ein solcher sucht auch nicht nach einem Retter oder Wegweiser, der aus der existentialen Not heraushilft. Es ist also immer nur ein weitblickender, mehr oder weniger „religiöser“ Mensch, der die Daseinsnot empfindet und sich nach Hilfe umsieht.

Im Unterschied zu weltlichen Lehrern bezeichnet sich der Buddha als „Vollendeter“. Das deutet auf eine bestimmte Ent-

wicklung hin und darauf, dass diese abgeschlossen, das Ziel erreicht ist. Diese von ihm vollendete Entwicklung ist es, die ihn aus aller Daseinsnot ganz und gar und endgültig herausgehoben hat, so dass er sich in keiner existentialen Not mehr fühlen kann und nach keinem Retter Ausschau halten muss, sondern selber Retter sein kann für jene anderen, die ihre Daseinsnot erkennen und fühlen.

Darum geht es: Ob man seine Daseinsnot fühlt oder nichts davon fühlt. Darin unterscheidet sich der im alten klassischen Sinn „religiöse“ Mensch von dem weltlichen, vordergründigen. Nicht blinde Gläubigkeit, sektiererische „Frömmigkeit“, sondern ein inneres Gespür dafür, dass der Mensch mehr ist als das, was sich zwischen Geburt und Tod des Körpers vollzieht, dass dieser sich jetzt erfahrende Mensch eine weit größere Vergangenheit habe als die Jahre seines körperlichen Lebens und dass sein jetziges Menschenleben eine Aufgabe habe, dass es um eine Entwicklung gehe, von deren Notwendigkeit er zwar ein Gespür hat, die er aber nicht genug kennt, über die er nichts Genaueres weiß, und dass er, wenn er sie nicht erfährt und betreibt, dann in einem viel tieferen Sinn verloren gehen könne als durch das, was der oberflächliche Mensch den „Tod“ nennt. - Das alles gehört zu der Daseinsnot des religiösen Menschen.

Für den so empfindenden Menschen weist der Ausdruck „der Vollendete“ auf ein Wesen hin, das diese tiefe dunkle Not, die uns ein äußeres Leben in der äußeren Welt vorspielt, völlig überwunden hat. Aus dem dunklen Gefühl dieser Not nahmen seinerzeit manche Juden zu Jesus Zuflucht mit der sorgenden Frage: *Was muss ich tun, dass ich selig werde?* Aus dem gleichen Gefühl wandten sich fünfhundert Jahre früher die Weisen Indiens, die sich bereits klar waren über die Unsterblichkeit des Lebens, über die ununterbrochene Fortsetzung der Daseinsformen, gegenüber welchen das gegenwärtige menschliche Leben wie ein Tropfen ist im Strom der Wandlungen, an den Buddha mit der Sorge:

*Versunken bin ich in der endlosen Kette von Geborenwerden, Altern und Sterben und Wiedergeborenwerden, Altern und Sterben; in Leiden bin ich versunken, in Leiden verloren: o dass es doch einen Ausweg geben möge, um dieser ganzen Leidensmasse ein Ende zu bereiten. (M 29, 30 u.a.)*

Diese Menschen sehen ihr gegenwärtiges Leben, in welchem sie rückwärts nicht über ihre Geburt in dem gegenwärtigen Körper und vorwärts nicht über den Tod, ja, nicht einmal über die gegenwärtige Stunde hinausblicken können, wie ein Dasein im dunklen, brodelnden Nebel, in einem blinden Unwissen. Sie erkennen, dass es um noch ganz andere Entwicklungen geht als um die des körperlichen Lebens, bei welchem der Körper jung antritt, in seine Kraft hineinwächst, auf die Höhe seiner Kraft gelangt und dann allmählich abreift und zuletzt der Erde übergeben wird. - Er erkennt, dass er innerhalb dieser Ebenen, horizontalen Entwicklung jene andere Entwicklung betreiben muss, eine Entwicklung seines Herzens und seines Geistes, um über die dunklen dumpfen Nebel hinauszugelangen in größere Höhe und Klarheit. - Ein solcher sieht in der Selbstbezeichnung des Buddha als „vollendet“ einen verheißenden Hinweis auf diese Entwicklung.

Und der Buddha wird von denen, die ihn kennen gelernt haben, als der *im Wahrwissen (vijjā) und im Wandel (carana) Vollendete* bezeichnet. Das Pāliwort *vijjā* bedeutet nicht irgendein Wissen, ein erdachtes, konstruiertes, traumhaftes oder phantasiertes, sondern das Wissen, das aus der Vollendung der Entwicklung, aus der Erfahrung des Heilsstands hervorgeht. Der Buddha nennt unter den zehn ihm eigenen weltüberlegenen Buddha-Eigenschaften die Fähigkeit, dass er „zu allen Zielen den Weg“ kenne. Er kennt die Wege, die durch die Daseinswüste führen mit den vielfältigen „Fata Morgana“-Bildern und der zugrundeliegenden Not des Dürstens, und er kennt den Weg, der aus allen diesen Wüsten ganz herausführt zur endgültigen Sicherheit. Das ist das Wahrwissen des Buddha.

Und der Buddha ist im *Wandel* vollendet. Hierin liegt der Unterschied zwischen allen philosophischen Denkern und den praktischen Heilsgängern, d.h. denen, welche über alles Philosophieren hinaus mit ihrem ganzen Sein sich zu dem Heilsstand hinentwickeln, indem sie alles, was an ihnen an kleinlichen, menschlichen Schwächen, an Einbildungen und Wunschträumen ist, übersteigen und ausrodern, um jene Vollkommenheit, von welcher in den Kreisen der Heilsucher in vielerlei Tonarten die Rede ist, nun aber auch wirklich und wahrhaftig an sich persönlich zu vollziehen. So wurde auch in der Mystik des Abendlands unterschieden zwischen den „Lehremeistern“, den Theoretikern, und den praktischen Vollbringern, den „Lebemeistern“.

So ist der Buddha der im Wahrwissen und im Wandel Vollendete, der nichts mehr anzustreben hat und für den nichts mehr zu tun übrig bleibt wie bei einem, der nach langer, langer heimatloser Odyssee endlich heimgefunden hat. Und darum ist der Buddha auch Retter, zu welchem der hochsinnige Mensch, der sich seines unsicheren gefährdeten Zustands bewusst ist, Zuflucht nimmt.

Aber das muss trotz eines unmittelbar aufkommenden Vertrauens nicht schon gleich bei der ersten Begegnung geschehen. Wenn ein besorgter Heilssucher an die recht dargelegte Lehre des Buddha gelangt, dann wird er zuerst zuhören oder lesen und das Verstandene bedenken. Und wenn das Bedachte ihm einleuchtet, dann gewinnt er eine erste Zuneigung, aber noch ohne Verbindlichkeit. Man mag sich dann als einen „Sympathisanten“ bezeichnen, will noch mehr davon kennenlernen, will weiterhin prüfen, bis man allmählich mehr Vertrauen, ja, fast Zuversicht gewinnt. Hier sehen wir, warum in der anderen fünfstufigen Entwicklungsreihe zuerst „Vertrauen“ genannt wird. Die Annäherung, Prüfung und Beobachtung ist vorausgegangen, Vertrauen ist gewachsen und hat dann zu der inneren Entscheidung geführt, sich an diesen Lehrer zu halten.



Ein solcher kommt allmählich immer stärker zu der ausgeprägten Empfindung und zu dem Entschluss: „Der Erhabene und seine Lehre und die Schar der Heilsgänger“, die sollen von nun an meine Richtschnur sein, die Richtschnur meines Lebens. Nach dieser will ich mich immer mehr ausrichten in dieser Welt; und wenn da ein anderes Verhalten oder Vorgehen behauptet oder geübt wird von Nachbarn oder Freunden oder in den Tageszeitungen, Radio, Fernsehen, Illustrierten, da werde ich vorsichtig sein und werde bei der vom Erwachten gezogenen Richtschnur bleiben. Insofern habe ich zum Buddha, zu der Lehre und zur Gemeinschaft der Heilsgänger Zuflucht genommen."

Mit diesem Entschluss hat man sich von allen anderen Lehren und Ansichten, mit welchen man bisher in Berührung kam, abgeknüpft, hat sich dieser Lehre zugewandt, ist in diesem Punkt nun entschieden. Die Zufluchtnahme geschieht in den buddhistischen Ländern heute noch etwa mit den Worten (die man auch für sich allein denken oder sprechen kann):

*Zum Erwachten (Buddha) nehme ich meine Zuflucht! Zur Lehre (dhamma) nehme ich meine Zuflucht!*

*Zur Gemeinschaft der Heilsgänger (sangha) nehme ich meine Zuflucht.*

Der Inder zur Zeit des Erwachten hat, ähnlich wie im Westen der Mensch des Mittelalters, weit mehr Gespür für weltüberlegene Größe und Weite und war darum mehr bereit zu Vertrauen und Glauben als der moderne Mensch. Das ist in allen Kulturen immer dann der Fall, wenn es dort Heilslehrer gibt, die den Weg der inneren Befreiung bis zu so hohen Graden gegangen sind, dass sie mit ihrem ganzen Auftreten und Sein, mit der Art ihrer Sprache und dem, was sie sagen, ein Zeugnis geben davon, dass es Charaktere und Persönlichkeiten gibt, die denen des normalen Menschen weit überlegen sind, die man in ihrer Größe nicht recht ermessen kann, die aber auf geistige Dimensionen weit über das Menschentum hinaus hinweisen,

zu denen man aufblickt und Vertrauen hat. Sie machen den Menschen ahnen und fühlen, dass es mit diesem Leben zwischen Geburt und Tod des Körpers allein „nicht getan“ ist, dass hinter dieser sichtbaren Seite des Daseins noch mehr liegt, das ebenso zu uns gehört wie das jetzt erfahrene Leben.

Weil das heute im Westen schon lange fast ganz fehlt, darum kann solches Vertrauen immer schwer entstehen. Der nach außen gewandte moderne Mensch kennt nur diese Welt und sein körperliches Leben und danach die endgültige Vernichtung im Tod. Insofern trifft das Wort zu, das einmal ein christlicher Missionar in Japan geprägt haben soll:

*Der Abendländer verstrickt sich im Laufe des Lebens immer stärker in seine Vorstellungswelt und hat darum panische Angst vor dem Tod.*

*Der religiöse Asiate dagegen tritt bei seiner Geburt nur zögernd mit einem Bein in diese Welt; und mit dem Tod zieht er dieses eine Bein wieder zurück.*

(zitiert nach Graf Dürckheim)

Solche religiösen Menschen empfinden die Heilslehrer als die von ihnen gesuchten Wegweiser, ja, als die Erretter aus ihrer Daseinsnot, und darum nehmen sie „Zuflucht“ zu ihnen. Und mit solcher Zufluchtnahme werden sie dann auch aufmerksame Befolger der Wegweisung des Lehrers, werden „Nachfolger“.

### *In Tugend gefestigt*

An der zweiten Frage des Sakyerrfürsten - wann ein Nachfolger in Tugend gefestigt sei - ist zu sehen, wie tief er bereits die Nachfolgerschaft auffasst. Sie ist für ihn die verbindliche Zuwendung zu dem Erwachten und zu seiner Unterweisung für die Selbsterziehung. Und da der erste Schritt der Selbsterziehung - nach dem Erwachten wie auch nach anderen Heilslehren - immer in dem Erwerb der tugendlichen Haltung und des tugendlichen Wandels besteht, so fragt Mahānāmo danach.

Aber auch hier hat er ganz klare Vorstellungen von Tugend. Er fragt, wann einer *in Tugend gefestigt* sei.

Der Erwachte antwortet, der Nachfolger sei dann in Tugend gefestigt, wenn ihm ein Abweichen von den fünf Verhaltensweisen widerstrebt, d.h. dass er diese Lebensführung so liebt, dass ein Abweichen davon, wenn es in besonderer Bedrängnis doch geschehen ist, ihm schmerzlich ist. Damit gewinnen wir auch einen sicheren Maßstab, um uns selbst zu messen und zu prüfen.

Wer diese Verhaltensweisen ernsthaft auf sich nimmt und sich bemüht, sie nicht nur äußerlich, sondern von ganzem Herzen zu erfüllen, der erfährt bei sich die tausend inneren Anwandlungen seiner bisherigen Gewohnheiten, die ihn zu anderem Tun und Lassen hinreißen wollen. Er merkt die triebhaften Kräfte, die den geistigen Entscheidungen entgegenstehen, und die oft hin und her gehenden Kämpfe, und von daher geht ihm allmählich auf, dass ein Lebewesen ein Triebkomplex ist, der von im Inneren aufsteigenden Wunschvorstellungen her geleitet und gedrängt wird, diese hungernden und lungernden Wünsche zu erfüllen. Er erkennt an sich selbst, was *Lenau* aus eigener Erfahrung bekennt:

*In meinem Innern ist ein Heer von Kräften,  
unheimlich, eigenmächtig, rastlos, heiß,  
entbrannt zu tief geheimnisvoll'n Geschäften,  
von welchen all mein Geist nichts will noch weiß.*

Da aber nun in seinem Geist der Wille zur Befolgung der Wegweisung des Erwachten eingepflanzt ist, so steht dieser neue Wille den Wünschen der alten Triebe entgegen. In der Gegensätzlichkeit dieser beiden Stimmen und Kräfte lernt er unterscheiden, dass die Stimmen der Triebe dunkel, grob, wild sind; dagegen empfindet er die Stimmung, die aus den vom Erwachten empfohlenen fünf Verhaltensweisen hervorgeht, aus dem brüderlichen mitempfindenden Umgang mit den anderen Lebewesen, als eine zartere, hellere Seinsweise, und er

merkt auf dem Weg ihrer Aneignung, dass er Scham empfindet gegenüber dem vorigen Wesensstand.

Die erste empfohlene Verhaltensweise, das Nichttöten, bezieht sich auf Menschen und Tiere. Getötet zu werden, ist für ein Lebewesen das Schrecklichste, die stärkste denkbare Schädigung.

Die zweite empfohlene Lebensweise betrifft das Vermeiden von habsüchtigem Einbruch in den Besitz anderer Menschen (Diebstahl).

Die dritte empfohlene Lebensweise betrifft das Vermeiden von falschem Wandel im Geschlechtsumgang. Darunter wird sowohl der Einbruch in andere Partnerverhältnisse verstanden wie die Verführung junger Menschen, die noch unter der Obhut von Erwachsenen leben. Wer das tut, der nutzt seine Sexualneigung aus, nur um körperliche Befriedigung zu gewinnen, und überlässt hernach den Verführten wieder sich selbst.

Bei Nichteinhaltung dieser drei Lebensweisen werden andere Lebewesen am Leben, am Besitz und am seelischen Gleichgewicht geschädigt. Wer das tut, der hat die Tugendregeln übertreten. Wer das zwar nicht tut, aber noch geistige Vorstellungen solcher Art bei sich zulässt, der ist in diesen Tugenden noch nicht gefestigt. Wer aber mehr und mehr in der liebenden, rücksichtsvollen Gesinnung zunimmt, der kann hernach diese drei üblen Handlungsweisen gar nicht mehr begehen wollen.

In dem Sinn sagt *Schopenhauer*:

*Grenzenloses Mitleid mit allen lebenden Wesen ist der festeste und sicherste Bürge für das sittliche Wohlverhalten und bedarf keiner Kasuistik. Wer davon erfüllt ist, der wird zuverlässig keinen verletzen, keinen beeinträchtigen, keinem wehetun, vielmehr mit jedem Nachsicht haben, jedem verzeihen, jedem helfen, soviel er vermag; und alle seine Handlungen werden das Gepräge der Gerechtigkeit und Menschenliebe tragen.*

Mit solcher Gesinnung der Menschenliebe kann die Tugend als gefestigt angesehen werden. Wer von Natur schon rücksichtsvoll und mitempfindend ist, der hat es leichter, denn in seinem Wesen empfindet er eine große Hemmung, andere Menschen zu schädigen, traurig und unglücklich zu machen. Dieser hat schon einen größeren Vorsprung auf dem Weg, sich in Tugend zu befestigen, denn das Mitempfinden mit den anderen Lebewesen hält den, der es besitzt, vor üblem Tun gegenüber dem Nächsten zurück. - Aber die größte und wirksamste Hilfe, um *in Tugend gefestigt* zu werden, ist die Minderung der wilden, leidenschaftlichen Begehungen, die eben bis zum Mord, zum Diebstahl und zur Verführung führen könnten.

Die vierte empfohlene Lebensweise, die Haltung der Wahrhaftigkeit, beschreibt der Erwachte so:

*Trügerische, verleumderische Aussagen über Worte oder Taten anderer hat er verworfen, der Verleumdung widerstrebt sein Wesen. Die Wahrheit spricht er, der Wahrhaftigkeit ist er ergeben, standhaft, vertrauenswürdig, ohne von weltlichen Interessen bewogen, zu verleumden oder zu täuschen.*

Lüge mit Betrugsabsicht zum Schaden anderer, das ist die schlimmste Form von Lüge, ist trügerische Rede. Die deutsche Sprache hat das Wortpaar „Lug und Trug“. Lüge bedeutet unwahre Rede, aber die üble Gesinnung, die Betrugsabsicht, um eigener Vorteile willen Mitwesen zu schädigen, macht eine Lüge zum Betrug. Der Erwachte sagt (M 61): *Kopfstehend ist das Asketentum derer, die, während sie bewusst eine trügerische Aussage machen, keine Scheu, keine Hemmung empfinden.*

In einer anderen Rede (It 25) wird nicht nur zu einem Mönch, sondern zu jedem Menschen, auch dem im Haus Lebenden gesagt:

*Wer sich einer bestimmten Übertretung schuldig macht, für den gibt es keine Übeltat, sage ich, die er nicht begehen könnte. Welche Übertretung ist das? Das ist trügerische Rede.*

In den Reden des Erwachten werden die heimlichen Menschen, die zu Ungradheit, Lug und Trug greifen und auf so gewundenen Wegen durch das Leben schleichen, mit Schlangen und anderen kriechenden Tieren verglichen, und es heißt, dass sie durch ihre Art zu solchem Tierdasein gelangen können. (A X,205)

Die allgemeine Nächstenliebe, die offene Zuwendung zum Du, durch die einem die Wünsche und Bedürfnisse des Mitwesens genauso gültig sind wie die eigenen, macht das Herz der gesamten Tugendhaftigkeit aus.

Die fünfte empfohlene Lebensweise:

*Berausende Getränke oder andere die Vernunft und Selbstkontrolle behindernden Mittel zu nehmen - das hat er aufgegeben; dem widerstrebt sein Wesen, solche Mittel nimmt er nicht zu sich.*

Die Namen der Rauschmittel wechseln im Lauf der Jahrhunderte und auch in den unterschiedlichen Kulturen; darum nennt der Erwachte, um keine Missverständnisse aufkommen zu lassen, ausdrücklich die ihnen gemeinsame gefährliche Wirkung: alle Mittel, welche den Menschen „lässig“ oder „leichtsinnig“ (*pamāda*) machen. Dieser Ausdruck ist eindeutig. Wer solche Mittel nimmt, der bringt sich damit in eine Verfassung, in der seine klare Vernunft und die Einsichten und guten Absichten seines Geistes beeinträchtigt bis vergessen sind, in der die Tür zum Führerstand der Vernunft zugeschlagen ist und die Triebe seines Wesens unmittelbar sich auswirken können. Es ist schon häufig vorgekommen, dass Menschen, die auf geistigem Gebiet tapfer kämpften, durch Berausung doch zu manchem Üblen fähig waren. Da man außerdem berausende Mittel selten in besonnener, oft aber

in lässiger/leichtsinniger Gesellschaft zu sich nimmt, so steht man dann unter weiteren ungünstigen Einflüssen. Darum ist eine ernsthafte tugendliche Lebensführung zur Entwicklung hochherziger Art auf Dauer unvereinbar mit dem Einnehmen von Rauschmitteln.

Auch westliche Buddhisten sagen manchmal: „Ach, ein Gläschen schadet nicht. Der Buddha spricht von Berauschung, und Berauschung werde ich natürlich immer meiden. Man muss das nicht zu buchstäblich nehmen.“ Solche Einwände erlebte der Buddha auch früher schon, zwar nicht am Anfang seiner Ordensbildung. Als er noch fast unbekannt und fast ohne Anhang durch die Lande zog und Mut dazu gehörte, diesen Asketen als Meister anzuerkennen und ihm zu folgen, da kamen nur die erstrangigen Geister zu ihm, die schon immer mit großer Besorgnis nach der Lösung des Daseinsrätsels gesucht hatten, um den tieferen Gefahren hier und vor allem im Jenseits zu entrinnen, ja, um überhaupt zur Meisterung des Daseins zu kommen. Diese erkannten sehr bald, dass dieser Asket Gotamo gerade das anbot, was sie suchten. Und sie erkannten ebenso sicher, dass er für sich endgültig gewonnen hatte, wonach sie trachteten. Daraus wuchs ein solches Vertrauen, dass sie alle weltlichen Bindungen lösten, um ihm ganz zu folgen. Diese Menschen waren auch in ihrem bürgerlichen Leben schon diszipliniert, lebten in gesetzten Ordnungen.

Aber als sehr bald der Orden durch das Wissen und die Abgelöstheit solcher Mönche berühmt und angesehen war und immer größer wurde, da traten auch schwächere Geister ein, um mit zu den berühmten Mönchen zu gehören und das entsprechende Ansehen und gute Verpflegung zu genießen. Diese brachten ihre lässigen Lebensgewohnheiten mit, und da musste der Buddha immer mehr Regeln erlassen, damit der Zweck des Ordenslebens, eben der Reinheitswandel zur Aufhebung aller Triebe, erfüllt werde.

Über die neuen Regeln, mit welchen sie nicht gerechnet hatten, wurden viele der lässigeren Geister verdrossen: *Allzu kleinlich ist doch dieser Asket. Was wird es denn auf solche*

*Kleinigkeit ankommen!* Weil ihnen die starke Heilssehnsucht und das Vertrauen fehlte, darum mochten sie solche Regeln nicht einhalten. Diese kamen, solange sie der weisen Führung des besten Kenners von Herz und Gemüt des Menschen nicht folgten, so lange auch im Orden nicht vorwärts. Wer eine Ahnung von der Weisheit und Erlösung des Erwachten gewonnen hat und selbst auf die Erlösung von Blindheit und Leiden hinzieht, der wird - ob damals oder heute lebend - über die klare Wegweisung glücklich sein und nicht abweichen.

Der Erwachte benutzt hier, wo es um die Rauschmittel geht, das Wort "Leichtsinn" (*pamāda*). Das Gegenteil davon ist "Ernsthaftigkeit" (*appamāda*); und das bedeutet, dass man sich in den unterschiedlichsten Lebenssituationen und in den unterschiedlichsten menschlichen Gesellschaften und Gemeinschaften seiner Vorsätze und seiner Ziele bewusst und ihnen treu bleibt, dass also Vernunft und Selbstkontrolle wirksam bleiben. Diese beiden einander entgegengesetzten Grundhaltungen und Grundarten der Menschen - Leichtsinns und Ernsthaftigkeit - werden in allen Religionen in gleicher Weise stark betont. Sowohl Jesus als auch der Buddha vergleichen sich mit einem Sämann, und sie sagen, der Sämann könne noch so guten Samen ausstreuen - ob er aber aufgehe oder nicht, hänge nur von der Qualität des Bodens ab. Da gilt immer der leichtsinnige Mensch - ob mit oder ohne Rauschmittel - als untauglicher Boden für den Samen; als tauglich für das Aufgehen des Samens gilt allein der ernsthafte Mensch, und diesen im Sinn der Heilstauglichkeit gibt es nur ohne Rauschmittel. Das bedeutet, dass nur diese ernsthaften Menschen fähig sind, das in den Religionen gewiesene Heilsziel zu erreichen. In den Sprüchen heißt es:

*Ernsthaftigkeit besiegt den Tod.  
Der Leichtsinns ist der Todesgang.  
Die Ernsten sterben nimmermehr.  
Die Lässigen sind Leichen gleich. (Dh 21)*



Dieses Wort erinnert an ein anderes Wort, das Jesus zu dem reichen Jüngling sagte, der ihm nachfolgen, aber zunächst die Leiche seines gestorbenen Vaters begraben wollte. Zu ihm sagt *Jesus: Lass die Toten ihre Toten begraben und folge du mir nach.*

Wir sehen an beiden Aussprüchen, dass die Heilslehrer ein anderes Bild von „tot“ und „lebendig“ haben als der normale Mensch. Für alle Heilslehrer gilt als „tot“ der Leichtsinnige, der sich mit seinem gesamten Tun und Lassen den jeweils augenblicklichen Anwandlungen und Neigungen überlässt, der nicht nach dem Woher und Wohin seines Lebens fragt, kaum an die zukünftigen Jahre seines Erdenlebens denkt, geschweige an das „Danach“, der vielmehr seinen jeweiligen Wünschen und Wunschvorstellungen ganz ebenso folgt, wie ein vom Baum gewehtes Blatt je nach der Windrichtung willenlos herumgetrieben wird: ein solcher kann kein Ziel richtig erreichen.

Unter „ernsthaft“ wird dagegen derjenige verstanden, der selbst bei gleichartigen oder ähnlichen Wünschen, wie sie auch der Leichtsinnige hat, dennoch seinen besseren Einsichten folgt und die Ziele, die er sich gesetzt hat, fest im Auge behält. Dieser Mensch gilt bei den Heilslehrern als „lebendig“, weil er mit dieser Haltung den Heilsstand gewinnen kann.

Der Erwachte nennt immer wieder „Weisheit und Tugend“ als die beiden Hilfen, die in gegenseitiger Abhängigkeit und Förderung den Menschen, der sie sich aneignet, zu höherem Leben und auf die Dauer gar bis zur Freiheit bringen.

Dabei wird unter ‚Weisheit‘ verstanden, dass der Mensch durch die Belehrung des Erwachten zu allmählich immer weiter fortschreitender Auflösung des tiefen Daseinsrätsels gelangt, das heißt das Dasein immer tiefer versteht und damit auch seinen gegenwärtigen geistigen Standort innerhalb der gesamten Daseinsmöglichkeiten versteht. Von daher sieht er, welche dunklen Möglichkeiten bereits unter ihm liegen und welche hellen, guten noch über ihm liegen: er ist immer mehr „orientiert“.

So wie ein Mensch, der keinerlei geographische Kenntnisse hat - etwa im Mittelalter ein Köhler, der zeitlebens im Wald in seiner Hütte lebte, seine Situation in keiner Weise mit anderen Lebensmöglichkeiten auf der Erde vergleichen konnte, wie er aber, wenn er über die Länder und Meere, über die Zonen und Klimata unterrichtet würde, dann ganz andere Möglichkeiten gewänne, sich in ein besseres, schöneres Gebiet hinzubegeben - ganz ebenso ist es das Anliegen aller Heilslehrer oder Religionsstifter, dem Menschen ein möglichst umfassendes Bild von den vielen Daseinsmöglichkeiten ober- und unterhalb des Menschentums zu geben, von den unterschiedlichen Qualitäten zwischen dunkel und licht, zwischen erschreckend und erhaben. Denn der Mensch kennt ebenso nur sein Menschentum, wie der mittelalterliche Köhler nur den Wald kannte. Insofern trachten die Heilslehrer danach, dem Menschen zu sagen, dass sein Menschsein nicht ewig währe, dass er aber hernach weiterhin „da“ sein werde und dass es sehr darauf ankomme, wie er sich dann befinde: er könne zu dunkleren und zu lichterem Seinsmöglichkeiten gelangen. Der Erwachte aber geht hier über alle hinaus: Mit seinen vielen Unterweisungen stellt er dem Wahrheit und Heil suchenden Menschen geradezu einen Atlas der Existenz zur Verfügung, in welchem die lichterem und die dunklerem Stätten eingezeichnet sind und auch die Wege dahin. Deren Kenntnis nennt der Erwachte „Weisheit“.

Unter „Tugend“ versteht der Erwachte die praktische Verhaltensweise, die dem über die Daseinsmöglichkeiten orientierten Nachfolger nun hilft, die geistigen Wege zu gehen, die von seinem Status zu dem hellerem, größeren führen bis zur Erhabenheit. Dabei bilden die hier beschriebenen fünf Tugendregeln das Fundament der Verhaltensweise, Begegnungsweise im Umgang mit den Lebewesen und Dingen - auch mit sich selber - als die ersten unerlässlichen Schritte zum höheren Leben.

Der normale Mensch hat in seinem Herzen bewusst oder unbewusst, bemerkt oder unbemerkt „Freunde“ der Tugend

und auch „Feinde“ der Tugend; und diese machen sich dann bemerkbar, wenn er beginnt, nun beharrlich und konsequent nach der Tugendweisung des Erwachten zu leben. Der ihm innewohnende Grad an natürlicher Nächstenliebe, Mitempfinden mit dem Du und vor allem seine aus der Daseinsorientierung gewonnene Absicht, auf der Daseinsleiter aufzusteigen zu höherem Leben, sind die Freunde seiner Tugendbemühungen, von welchen er Unterstützung erfährt.

Aber in den vielen unlieben oder gar widerwärtigen Situationen des Lebens melden sich die Feinde des Tugendwandels, wie Geltungsdrang, Trotz, Leichtsinn, Zorn, Beleidigtsein, Bequemlichkeit, Neid, Übelwollen usw. Diese treten oft sehr stark auf, behaupten ihren Platz und wollen sich durchsetzen. Bei diesen Anwandlungen von der Feindesseite her unterliegt man entweder, oder man vergegenwärtigt sich die "Weisheit", das heißt, man denkt daran, in welcher Dunkelheit man sich befindet, dass man sich aber herausarbeiten und schon hier im menschlichen Leben zu helleren Empfindungen und Haltungen kommen kann und dann später nach Ablegen des Körpers zu hellerem Dasein gelangt. So hilft die Weisheit, die Tugend zu stützen, und die Tugend wiederum verstärkt die Weisheit.

### *Im Vertrauen gefestigt*

Der Erwachte sagt, dieser Zustand: *Im Vertrauen gefestigt* ist dann erreicht, wenn ein Nachfolger vertrauend ist, wenn er Vertrauen hat zum Erwachtsein des Vollendeten in dem Gedanken:

*Das ist der Erhabene, der Heilgewordene, vollkommen Erwachte, der in Wissen und Wandel Vollendete, der zum Heil der Wesen gekommene Kenner der Welt. Er ist der unübertreffliche Lenker derer, die lenkbar sind, ist Meister der Götter und Menschen, erwacht, erhaben.*

Dieser vom Erwachten geprägte Wortlaut zur näheren Bezeichnung des Erhabenen ist gerade für den westlichen Menschen, der der Lehre näher kommt, von größter Bedeutung,

denn in dem gesamten modernen westlichen Geistesgut, in dem, was der heutige Mensch - seit der Entwicklung der nur die äußeren Dinge betrachtenden Naturforschung - zu sehen, zu hören und zu bedenken bekommt, ist fast nichts von den hier genannten Eigenschaften und Fähigkeiten enthalten. Darum liest man leicht über den Sinn dieser Eigenschaften des Erhabenen hinweg. Hinzu kommt, dass alle die vom Erwachten genannten Eigenschaften *geistige* Qualitäten sind, die wir mit keinem unserer fünf Sinne an einem anderen erkennen können. Wir können wohl tief beeindruckt von Aussehen und Haltung eines solchen Vollendeten sein, aber wir können kaum ahnen, geschweige wissen, was für innere Qualitäten es sind, die zu diesem Aussehen und zu dieser Haltung führen, und wie das Lebensgefühl eines solchen ist. Und doch sagt der Erwachte, dass der Übende durch seine vielfältigen geistigen Erfahrungen auf dem Weg der Befestigung in Tugend und Weisheit Vertrauen gewinnt zu den von ihm genannten geistigen Eigenschaften und Wesenszügen seiner Person.

Wenn nämlich der Nachfolger die beiden ersten Entwicklungsabschnitte voll ausgebildet hat, zuletzt sich auch ganz zu der rechten Einstellung zu allen Mitwesen in der sanften Verhaltensweise, Begegnungsweise befestigt hat, dann hat er einen weiten und gewundenen Weg zurückgelegt, einen mehrjährigen, ja, für die meisten heutigen Menschen einen jahrzehntelangen Weg der entschiedenen Selbsterziehung und Umerziehung. Erst aus diesen Erfahrungen und inneren Einflüssen hat er eine Ahnung bekommen von der die Welt und das Leben überragenden Art des Erwachten.

Weil Mahānāmo in seiner langjährigen Nachfolge diese geistigen Wandlungen, Erhellungen und Ahnungen bei sich erfahren hat und ihm dadurch erst allmählich ein Licht aufgegangen war über die schwer zu ermessende Gemüts- und Weisheitstiefe dieses Erwachten, wodurch er in seinem Vertrauen unerschütterlich geworden ist, darum fragt er, darum möchte er vom Erwachten Bestätigung hören.

In der anderen Entwicklungsreihe laut der 120. Rede der „Mittleren Sammlung“ ist die dritte Stufe mit „Erfahrung“ (*suta*) bezeichnet. So sehr sich dieser Begriff auch von der Bezeichnung „In Vertrauen gefestigt“ unterscheiden mag, so gehören doch beide zusammen.

Das Pāliwort „*suta*“ muss mit „gehört“ übersetzt werden und bedeutet: „Einer, der viel gehört hat“. Wir würden heute im Zeitalter des Schreibens und Druckens sagen: „Er ist bele-sen“. Damit ist aber gerade nicht ein Vielwisseur, ein „Hans in allen Gassen“ gemeint, sondern einer, der über das erste und wichtigste Thema unseres Lebens: über das Dasein und sein Gesetz und die Wege aus Abhängigkeit zum Heil Bescheid weiß. „*Suta*“ drückt mehr aus als nur eine angelernte Kenntnis, sondern bedeutet Erfahrung, dass man im Umgang mit der Sache vertraut ist, dass das Aufgenommene im Denken und Handeln zur Verfügung steht.

Dass die vom Erwachten vernommene Wahrheit dem Menschen im praktischen Leben zur Verfügung steht, das drücken beide Begriffe: „Erfahrung“ wie auch „In Vertrauen gefestigt“ aus. Der erstere Begriff drückt aus, dass der betreffende Mensch die Lehre des Erwachten in sich aufgenommen hat, er nun erfahren ist, und der zweite Begriff drückt aus, dass er im praktischen Umgang mit dieser Lehre, eben in der Nachfolge, der Einübung der Tugend, ihre Bewährung bei sich erfahren hat. Darum ist er jetzt im Vertrauen zu der vernommenen Wahrheit gefestigt. Und darum ist er gefestigt im Vertrauen zu jenem überragenden Wesen, welchem er die gewonnene Erfahrung verdankt, zum Erhabenen.

In den vielen Jahren seiner praktischen und konsequenten Selbsterziehung und Umerziehung zu der vom Erwachten empfohlenen Tugend gewann er einen immer deutlicheren und tieferen Eindruck von jenem geistigen Wirrsal, das wir „Mensch“ nennen, das äußerlich durch den Körper als eine Einheit erscheint, das aber aus tausend geistigen energetischen, mehr oder weniger kraftvollen Anliegen, Bedürfnissen,

Wünschen und Ersehnungen besteht, die der Erwachte zusammengenommen „Gier“ (*rāga*) nennt; - und aus ebenso vielen Abneigungen, Abstoßungen, Ekel- und Empörung-Anwandlungen besteht, die der Erwachte „Hass“ (*dosa*) nennt. Er erfuhr an sich, dass diese dem Körper keine Ruhe lassen, sondern ihn rundum durch die nähere und fernere Umgebung hetzen in dem fortgesetzten Anstreben, das Ersehnte zu erlangen und das Unangenehme und Gefürchtete abzuwehren. Diese gesamten Bewegkräfte des Menschen sind an sich chaotisch und werden nur mühsam zusammengehalten durch die Erfordernisse und Pflichten im Ablauf des Tages. Wer aber nicht gezwungen wird von den Tagespflichten und -erfordernissen und auch keine Einsichten in die Entwicklung von Heil und Unheil hat, wer in Wirklichkeit ganz und gar das wäre, was der Volksmund heute „Playboy“ nennt, ein gedankenlos verspielter Lustsucher, dessen Denken steht, ähnlich wie beim Tier, im sklavischen Dienst der chaotischen Triebe, die diesen Körper bis zu seinem Tod umherjagen und danach den anderen für uns unsichtbaren feinstofflichen Körper in jenseitigen dunklen Bereichen weiterhin umherjagen.

Dieses in den Unterweisungen des Erwachten entworfene Bild von den Bewegkräften der Wesen ist dem Nachfolger der Lehre in seinem Kampf um die Befestigung in der Tugend immer lebendiger geworden. Er hat einen Begriff bekommen, von welchen Daseinsabgründen der Erhabene den Menschen fernhält. Von daher geht ihm auch eine Ahnung auf davon, zu welcher Höhe, Größe, Weite und endgültigen Freiheit dieser *Meister der Götter und Menschen* denjenigen führt, der ihm vertrauend folgt, ja, er versteht nun deutlicher, was hinter den Worten steht:

*Das ist der Erhabene, der Heilgewordene, vollkommen Erwachte, der im Wissen und Wandel Vollendete, der zum Heil der Wesen gekommene Kenner der Welt. Er ist der unübertreffliche Lenker derer, die erziehbar*

*sind, ist Meister der Götter und Menschen, erwacht, erhaben.*

Für die hier von dem Erhabenen genannten einzelnen Qualitäten seines Wesens gibt es in der gesamten westlichen Geistigkeit, in unserer heutigen Kultur, keinen Wurzelboden. Darum konnten sie hier auch nicht erwachsen, und darum können sie ohne Erfüllung der Voraussetzungen, die mit den beiden vorher beschriebenen Stufen klar bezeichnet sind, nicht verstanden werden.

Im alten Abendland dagegen, in der Erfahrung der Mystik, der weltlöschenden, weltbefreiten seligen Einheit, in jenem Frieden, „der höher ist als alle Vernunft“, einem Zustand, der dem vom Erwachten erlangten und beschriebenen endgültigen Heilsstand oberhalb von Leiden und Tod schon auf Sichtweite nähergekommen ist - da gab es bei manchen der einsam unentwegt vorgehenden Heilssuchern eine Ahnung von Verständnis für diese vom Erwachten genannten Eigenschaften.

Aber die Sachwalter der kirchlichen Dogmen hatten diese Stimme der geistigen Erfahrung, der Mystik, bald erstickt, hatten damit den fruchtbaren Wurzelgrund religiösen Heilsstrebens versandet. Damit verdorrte auch ihre eigene Heilsv Verkündigung, wurde nicht mehr als nahrhaftes Brot empfunden, sondern als leere Phrase - und so kam es, dass ein ganz anderes Streben sich in der westlichen Welt breitmachte, das sich in bewusster Abwendung von leerem Gerede über Jenseits und Ewigkeit ausschließlich dem Sichtbaren in dieser Welt, der Natur und ihren Erscheinungen zuwandte in der Absicht, sich aus gründlicher Erforschung der sinnlich wahrnehmbaren Dinge dieser Welt ein gesichertes Wissen und Erkennen vom Menschen und seinem Leben zu erwerben: die Naturforschung. Diese hat von Anfang an alles Geistige, Seelische, Zeitlose, das in Philosophie und Theologie oft Gegenstand ausschweifender Phantasie war, grundsätzlich beiseite gelassen, hat insofern das Kind mit dem Bade ausgeschüttet und hat geglaubt, auf dem Weg der einseitigen Erforschung alles

sichtbar Gegebenen die „Welt“ und das „Leben“ so erkennen zu können, dass man zur Beherrschung des Lebens käme – mit dem Ergebnis, dass sich heute, nach hundert Jahren solchen Vorgehens eine feindlich aufgespaltene, waffenstarrende Menschheit gegenübersteht auf einer Erde, die schon halb in eine Schutthalde verwandelt wurde.<sup>13</sup>

Alle Heilslehrer lehren - und die Naturforschung bestätigt es, weil es sichtbar ist - dass die Körper der Menschen letztlich aus Erde entstehen, durch fortgesetzte Zufuhr der aus der Erde entstandenen Nahrung erhalten und unterhalten werden und zuletzt trotz aller Nahrung doch wieder zu Erde werden; dass die Körper also der Zeit unterliegen.

Und alle Heilslehrer lehren - aber die Naturforschung weigert sich, dies zu erforschen, weil es nicht sichtbar ist -, dass die Körper benutzt und bewegt werden von den Trieben des „Herzens“, der „Seele“, und dass diese Triebe nicht mit dem Körper geboren werden, altern und sterben, dass sie nicht, wie der Körper, der Zeit unterliegen, sondern wie alle Kraft, die physisch festgestellte und auch die geistige, dem Gesetz des Beharrens unterliegen.

Heute noch geht durch diejenigen Kulturen und Völker, welche von der für die geistigen Zusammenhänge blinden Naturwissenschaft noch nicht völlig überwölkt worden sind, aus täglich bestätigter Erkenntnis das Wissen:

*Von selber erschläfft der Körper, nicht aber das Begehren,  
von selber schwindet die Schönheit, nicht aber die üble Gesin-*

---

<sup>13</sup> Bei den Ausführungen über „die Naturwissenschaft“ oder „die Naturforschung“ sind selbstverständlich keine Personen gemeint und in gar keiner Weise die Heere der Männer und Frauen, die unabhängig von ihrer Weltanschauung in naturwissenschaftlichen Berufen als Ärzte, Physiker usw. ihr Brot verdienen, sondern, wie aus dem Gesagten deutlich ersichtlich, ausschließlich jene geistige Haltung, welche davon ausgeht, dass man das Wesen des Lebens („Leben“ im umfassenden Sinn) erkennen, das Daseinsrätsel lösen könne - allein auf dem von der Naturwissenschaft bisher beschrittenen Weg.



*nung. Von selber werden wir Greise, nicht aber von selber weise.*

Dieses Bild ist dort, bewusst und unbewusst, ebenso führend und lenkend wie in dem von den Lehren der Naturwissenschaft geblendeten Westen die Auffassung herrscht:

„Durch den Körper leben wir; mit Vernichtung des Körpers ist alles aus, ist Schluss.“

Der Erwachte lehrt, dass die auf sinnliche Wahrnehmung gerichteten, nach sinnlicher Wahrnehmung dürstenden Triebe ein geistiges Spannungsfeld bilden, ein sechsgliedriges in Körperform, das er *nāma-kāya* nennt, den Empfangungssuchtkörper, Wollenskörper. Dieses unsichtbare Spannungsfeld, der eigentliche „Leber“, von dem alles Empfinden und alles Wollen ausgeht, bildet, wenn es anlässlich der Paarung von Eltern in den Mutterschoß gelangt, die Grundlage und den Strukturplan für den Aufbau des Fleischkörpers. Die Sucht nach Sehen baut sich die Augen auf und wohnt darin, die Sucht nach Hören baut sich die Ohren auf und wohnt darin, ebenso die Sucht nach Riechen und Schmecken, während die Sucht nach Tasten dem ganzen Körper innewohnt. Diese fünffache Sucht baut den Körper und die ihr als sechstes zugehörige Leitstelle, den Geist. Dieser registriert und koordiniert alle Sinneseindrücke und sorgt dafür, dass der Körper möglichst zu den angenehmen Formen, Tönen, Düften usw. gelange und möglichst von den unangenehmen Formen, Tönen, Düften usw. ferngehalten werde. Diese zusammen sind es, welche sich innerhalb der bekannten Entwicklungszeit den sichtbaren Körper aufbauen.

So sagt der Erwachte (M 38 u.a.):

*Wenn drei Wesen sich vereinigen, dann kommt es zur Bildung einer Leibesfrucht. Wenn Vater und Mutter zusammenkommen, die Mutter aber nicht ihre periodische Empfängniszeit hat und das jenseitige Wesen (gandhabba) nicht hinzutritt, dann entsteht keine Leibesfrucht.*

*Wenn Vater und Mutter zusammenkommen und wenn auch die Mutter ihre periodische Empfängniszeit hat, jedoch das*

*jenseitige Wesen nicht hinzutritt, dann entsteht ebenfalls keine Leibesfrucht.*

*Kommen aber Vater und Mutter zusammen und hat die Mutter ihre periodische Empfängniszeit und tritt auch das jenseitige Wesen hinzu, so entsteht - durch der drei Wesen Vereinigung - eine Leibesfrucht.*

So lehrt der Erwachte, dass der aus der Gesamtheit der Triebe organisch gefügte, in tausendfältigen Varianten immer nur auf Erlangen des Begehrten und auf Vermeiden des Gehassten gerichtete zeitlose „Leber“ nicht „gezeugt“ wird, sondern zu den beiden Eltern als Dritter hinzukommt, neu inkarniert und, nachdem er aus dem Mutterschoß hervorgekommen ist, den Körper wieder nach seinen Interessen durch das Leben jagt, wobei je nach aufgenommenen richtigen oder falschen Anschauungen die üblen oder die guten Triebe langsam stärker oder schwächer werden, wodurch die als „ich bin“ sich auffassende geistige Lenkung etwas „besser“, sozialer, oder rücksichtsloser, begehrlischer, brutaler, also „schlechter“, wird und dann nach dem Verschleiß des der Zeit unterliegenden Körpers wieder aussteigt, um drüben in entsprechenden helleren oder dunkleren Ebenen weiterzusuchen zwischen Erlangen und Nichterlangen, sich irgendwann wieder zu inkarnieren und so fort, ohne Ende - solange das Wesen sein Gesetz, seine Bedingtheit, nicht durchschaut und aus dieser Durchschauung die Konsequenzen zieht. So lehren die Heilslehrer, die bei sich selbst das Wesen der unsichtbaren Triebe beobachtet, erfahren und durchschaut haben.

Von all dem ahnt die gesamte Naturforschung nichts, weil sie nicht das Bewegende, das unsichtbar ist, untersucht, sondern nur das sichtbar Bewegte, die Körpermarionette. So hat die Naturforschung das Dogma entwickelt, dass aus dem belebten, aus Knochen, Fleisch und Blut bestehenden Körper jenes ganz unvergleichlich andere, das *Bewusstsein*, entstehe und entstanden sei (der Geist, mittels dessen der Körper überhaupt erst bewusst, erfahrbar wird). Dieses Dogma, dass das Bewusstsein durch den Körper entstehe (man gibt zu, noch

nicht genau zu wissen, wie das geschieht), ist absurder als alle theologischen Dogmen. Aber es ist bei der weit mehr auf sinnliche als auf geistige Wahrnehmung gerichteten westlichen Menschheit dennoch leichter angenommen worden als die Dogmen der Theologie, zumal die christliche Theologie, nachdem sie die Stimme der geistigen Erfahrung, die Mystik, erstickt hatte, keine Begründung mehr bringen konnte für ihre Behauptung vom „ewigen Leben“.

In diesem Denkraum und Vorstellungsraum, in welchem nur das Sichtbare gilt, da können die dem Buddha, dem Erhabenen zugeschriebenen oben genannten Eigenschaften nicht begriffen werden. Wer aber aus einem anfänglichen Vertrauen die Übung in dem vom Erwachten genannten tugendlichen Verhalten auf sich nimmt und durchhält, der bekommt auf diesem Weg eine so lebendige Erfahrung von der dämonischen Kraft jener vielfältigen geistigen Triebe, die den Menschen so oft zu einem Tun und Lassen wider seine Vernunft hinreißen wollen, dass er eben durch diese Erfahrung zu der bewussten Zuwendung und Beobachtung seines seelischen Wesens kommt. Im Lauf dieser fortschreitenden Übungen erkennt er, dass alle seine Triebe mit dem Älterwerden des Körpers nicht älter werden, dass sie allein durch die Art seines Denkens und denkerischen Bewertens und Einübens langsam gewandelt werden. So wie eine Rakete in unbeeinflusstem Raum in der gleichen Richtung und Geschwindigkeit unendlich weiterfliegen würde und nur durch neue Anstöße in ihrem Lauf geändert würde, und zwar genau dem Anstoß entsprechend - so erkennt der sein Herz reinigende, läuternde Mensch das Gesetz seiner Triebe. Von daher sieht er, dass die Naturwissenschaft sich nicht mit dem Leben selbst, sondern mit den Kulissen des Lebens beschäftigt, er aber nun bei der Dynamik, den Wurzelkräften des Lebens ist. Und er erfährt, dass er über diese Wurzelkräfte Macht gewinnen kann. Auf diesem Weg gelangt er allmählich zu einem ahnenden Verständnis der erhabenen Eigenschaften des Erwachten. So wird er im Vertrauen gefestigt.

Diese Tatsachen und Zusammenhänge lassen erkennen, dass es wenig Sinn hat, jene oben genannten Eigenschaften des Buddha zu erläutern oder näher zu betrachten. Denn der Geist, der nur von der vordergründigen Weltsicht gespeist und erfüllt ist, hat keine Möglichkeit eines Zugriffs zu diesen Qualitäten - und der andere, der die hier genannten beiden Voraussetzungen erfüllt hat und „in Tugend gefestigt“ ist, der ist auf dem Weg der vielen tiefgehenden Erfahrungen mit seinem inneren geistig-seelischen Wesen dem Verständnis dieser Qualitäten des Erwachten zugewachsen.

### *Im Loslassen gefestigt*

Auf die Frage Mahānāmos, wann dieser Zustand eingetreten sei, woran er zu erkennen sei, sagt der Erwachte:

*Da lebt, Mahānāmo, ein Nachfolger im Haus mit einem Gemüt, das frei ist vom Makel des Geizes, der Kleinlichkeit und Engherzigkeit. Ihm ist das Loslassen leicht und lieb. Er gibt mit offenen Händen, hat Freude am Verschenken, ist offen für Bitten, ist glücklich, wenn er Gaben austeilen kann.*

Wir haben gesehen, dass der Nachfolger durch die große, nur im Lauf von Jahren vollziehbare Umerziehung zur tugendhaften Lebensführung und der erhellenden, wohlwollenden Gesinnung gegenüber allen Lebewesen auch ein tieferes Verständnis gewinnt für das Wesen des Buddha, des Erwachten. Die vielen kleinen Ablösungen von alten ungunen Gewohnheiten in üblen Verhaltensformen, Reaktionsweisen und auch in Hemmungslosigkeiten haben zur Befreiung des Herzens und des Gemüts von mancherlei Verdunklungen und Befleckungen geführt und damit zu einer vorher nicht geahnten Erhellung des inneren Wesens. Es ist, wie wenn - nach einem Gleichnis des Buddha (A III,102-103) - der Goldwäscher aus seiner

Wanne den Kies, den Sand und Schmutz immer mehr entfernt, so dass in dem Gefäß der Goldgehalt immer mehr beherrschend wird.

Durch diese Erfahrungen ist man überhaupt auf die Möglichkeit der Veränderung der Grundlagen aufmerksam geworden. Während man bisher nur den sterblichen Körper und damit auch den Tod vor Augen hatte, hat man nun viel mehr Umgang mit Herz, Gemüt und Geist, die mit dem Körper, mit der Zeit und dem Tod gar nichts zu tun haben. Darum rechnet man längst nicht mehr ausschließlich mit der kurzen Daseinszeit dieses körperlichen Bestands, sondern weiß, dass man bei Bemühungen ist, die die zukünftige Daseinsform noch weit mehr erhöhen und erhellen, als es schon in der gegenwärtigen gelungen ist.

Mit dieser tieferen Erkenntnis des Lebens und seiner endlosen Gesetzmäßigkeit ist auch die Gestalt des Buddha wie aus einem dunklen Hintergrund immer näher vor Augen getreten als etwas das Menschentum weit Überragendes, fast Unfassbares. Durch diese verschiedenartigen Einsichten ist dem Nachfolger die gegenwärtige Daseinsform und Lebensform im menschlichen Körper und der äußere Besitz an Geld und Gut zu einem kleinen Bruchteil, zu einer unscheinbaren Zutat im Verhältnis zu seinem Gesamtleben geworden, weil er die Entfaltung von Geist und Seele, von Herz und Gemüt weit deutlicher, tiefer und beglückender empfindet als alles Äußere, beglückender auch als Geld und Gut. Ja, er empfindet das Gewicht, das er früher auf das Sammeln und Festhalten von Geld und Gut legte, als peinlich, erbärmlich.

Die religiösen Schriften des Ostens vergleichen den eifrigen Sammler von irdischem Gut mit einem Käfer, der die vielen kleinen auf der Erde gefundenen Kotbröckchen sammelt, zu einer Kugel formt und diese an den Eingang seines Erdlochs rollt, aber sie ist so groß, dass er sie nicht in seine Höhlenwohnung hineinbekommen kann, sondern draußen lassen muss. - So - sagen die großen Weisen - muss der Mensch seinen angesammelten äußeren Besitz draußen lassen, wenn seine

geistige Person nach dem Verlassen des Körpers je nach ihren eigenen Qualitäten weiterwandert.

Ein zu solchen Betrachtungen Gewachsener und so Sehender hat inzwischen, oft ohne es zu bemerken, ein völlig anderes Verhältnis zu seinem irdischen Besitz und zugleich einen viel aufmerksameren Blick für die Not der Mitmenschen gewonnen. Zum einen hat er die große Erleichterung und Befreiung durch das Nicht-mehr-Haften an vergänglichem Besitz erfahren; und zum anderen hat er innere Freude und Erhellung durch fürsorgende Zuwendung zu den Notleidenden erfahren, denen er nach seinem Vermögen hilft.

Er hat seine Wunschbesessenheit weitgehend gemindert, aber um so mehr hat er sie bei sich und bei allen anderen Wesen erkannt und durchschaut. Und immer mehr ist ihm jetzt, wenn ihm Lebewesen begegnen, deren Wunschbesessenheit vor Augen, deren Wunschhaftigkeit, deren Sehnen nach Wohl und deren Angst vor Wehe. Er ist nicht mehr einer, der hauptsächlich bei den Wesen fragt: „Was habe ich von ihnen“, sondern ist einer geworden, der auf Verständnis, Rücksicht, Wohltun, Förderung aus ist - weil er weiß, wie ihm selber zumute war und ist.

Er hat gemerkt, dass er mit seiner Zuneigung zu dem einen und mit seinem Anstoßnehmen, Verurteilen des anderen immer nur mit dem umwälzenden Samsāra sich mitumwälzt, im Ozean der Leiden treibt, und dass nichts anderes heraushilft als Zurücktreten, so dass man kein Mitgerissener mehr ist, sondern ein Zuschauer wird - aber kein „kalter Zuschauer“, sondern ein verstehender, allen Wesen Wohl wünschender und ihnen in der bestmöglichen Weise helfender Zuschauer. Durch diese Situation ist die praktische Haltung des Loslassens bestimmt.

Er empfindet diese Lebenshaltung als Befreiung von schwerem Ballast und als eine Entwicklung zu mehr Größe und Weite. Er merkt, dass sein äußeres und inneres Leererwerden zugleich sein Leichterwerden, Hellerwerden und Grö-

berwerden ist. So wird seine Liebe zum Loslassen, seine Gewöhnung an Loslassen noch immer bewusster und natürlicher.

*In Weisheit (paññā) gefestigt*

*Und wann ist wohl, o Herr, ein Nachfolger in Weisheit gefestigt? –*

*Da ist, Mahānāmo, ein Nachfolger weise, ist gefestigt in dem Wissen um das Gesetz des Entstehens und Vergehens, besitzt Weisheit, die heilende, durchdringende, die zur völligen Leidensvernichtung führt. –*

In den alten Völkern wurde die Weisheit vorwiegend den alten Menschen zugeschrieben, aber durchaus nicht allen alten Menschen, sondern denjenigen, die den rechten Weg durch ihr Leben gefunden haben.

Der junge Mensch ist in der Regel noch stärker von Wunschträumen, Illusionen und Utopien erfüllt und lässt sich von diesen lenken: In der Vollkraft seines Körpers, beflügelten Geistes und mehrere Jahrzehnte des Lebens noch vor sich, versucht er, seine Wunschbilder zu realisieren. Auf diesem Weg begegnen ihm im Lauf der Jahre die sogenannten „Unwägbarkeiten“, die Überraschungen des Lebens, die ungezählten, vom blinden Menschen unvorhersehbaren Ereignisse und Begebnisse. Es tritt vieles an ihn heran, womit er nie gerechnet hatte; und es verlassen ihn Menschen und Dinge, auf die er doch fest gebaut hatte.

Unter diesen „Schicksalsschlägen“ wird der eine roh, hält rücksichtslos fest, was er liebt, und weist rücksichtslos ab, was er nicht mag. Ein anderer resigniert, wird missmutig und verbittert oder krank. Ein dritter aber findet zwischen all diesen unverhofften Ereignissen die Andeutung einer verborgenen Gesetzlichkeit, achtet nun mehr und mehr darauf und richtet seine Lebensführung nach diesen tieferen Erkenntnissen. Dadurch gelangt er zu einer gewissen inneren Sicherheit und

Ruhe. Mit weiter reichendem und klarer gewordenem Blick durchdringt er den trügerisch verlockenden und schreckenden Anschein der Erscheinungen, erkennt ihre wahre Substanz und wählt darum das Hilfreiche, Rechte aus erworbener Weisheit.

Auf diesem Boden, aber doch noch weit darüber hinausreichend, steht der Begriff der Weisheit beim Erwachten. - Der Buddha sagt: Das Herz ist es, die geistig-seelische Art des Menschen, wodurch alles erscheint, was da erscheint. Das Maß von Gier, Hass, Blendung, womit das Herz besetzt ist, bestimmt die gute oder üble Qualität alles Erscheinenden. Dabei erweisen sich Gier und Hass als die dem Menschen innewohnenden Triebkräfte, die all sein Wollen, Planen, Sehnen und Verabscheuen bestimmen und seine gesamten Unternehmungen lenken. Nur durch diese innere Gier erscheint das Begehrte herrlich, und dem inneren Hass muss das Gehasste hässlich erscheinen: das ist die Blendung, bedingt durch die Triebkräfte Gier und Hass. Je mehr nun Gier und Hass im Menschen zunehmen, um so mehr nimmt die Blendung zu, werden seine Erlebnisse finster, schmerzlich und schrecklich. Je mehr aber Gier und Hass abnehmen, um so heller, feiner, beglückender werden seine Erlebnisse.

Dieses geistige Gesetz der Existenz so zu verstehen, dass man in Gier und Hass des Herzens die Ursache aller Leiden und Schmerzen und den Tod erkennt und in der Auflösung von Gier und Hass seine Befreiung und sein Heil, das bezeichnet der Erwachte mit *paññā*, dem ungetäuschten klaren Blick.

Wer diesen Klarblick gewonnen hat, der ist zwar noch lange nicht von Gier, Hass, Blendung völlig befreit, aber er hat durch die gründliche Erarbeitung der Lehre des Erwachten bereits eine dreifache Entwicklung an sich erfahren:

Zum ersten hat er gut verstanden, dass die Existenz in allen Daseinsformen - den menschlichen, den untermenschlichen und den übermenschlichen - immer nur "komponiert" ist aus jenen fünf Zusammenhäufungen: Form (1), Gefühl (2), Wahrnehmung (3), Aktivität (4) und programmierter Wohlerfassungssuche (5). Er hat begriffen, dass Gier und Hass, ein inne-



res krankhaft drängendes Wollen, der eigentliche Antrieb, die Motorik dieser fünf Zusammenhäufungen sind. Aus Gier und Hass heraus denkt, redet und handelt der Mensch, um zur Erfüllung seiner Wünsche zu kommen. Und dieselbe Krankheit Gier und Hass ist es auch, die alles durch die Sinne Wahrgenommene mit ihrem Geschmack abschmeckt und nach ihrem Urteil beurteilt und somit Wohl- und Wehgefühle auslöst, die wiederum zu entsprechendem Handeln führen. Er hat begriffen, dass mit Gier und Hass und Blendung kein Ende des Wandels und der Wandlungen ist, gleichviel, wie viele Körper gewechselt werden.

Der zweite Abschnitt seiner Entwicklung: Nachdem er vom Erwachten das Gesetz der Existenz in seinen Geist übernommen und verstanden hat, beginnt er in seinen einzelnen Lebenssituationen bei sich selbst unmittelbar zu beobachten, wie da tatsächlich Gier oder Hass jeweils der Antrieb seiner Wünsche, Planungen und Unternehmungen ist, dass die Dinge der Welt nur bei oberflächlichem Hinblick verlockend oder abstoßend erscheinen, also blenden, dass aber bei gründlichem Hinblick das Verlockende entlarvt, entfärbt wird und sich als dürr und trügerisch erweist. Auf diese Weise hat er bei sich selbst erfahren, dass die drei ersten Zusammenhäufungen, die Gefühlsbesetzung (2) der wahrgenommenen (3) Formen (1) den Trug bewirken und dass man durch zurückhaltende, nüchtern-aufmerksame Beobachtung die gleichen Formen mit weniger oder gar ohne Gefühlsbesetzung wahrnehmen kann und damit ein ganz anderes Bild von der Situation gewinnt. Damit gewinnt er die tiefgehende Lebenserfahrung, dass die Weltblendung nicht von der Welt kommt, sondern von Gier und Hass des Herzens; dass man Gier und Hass vorübergehend zurücknehmen kann, wodurch augenblicklich auch die Blendung fortfällt.

Diese Tatsache drückt der Erwachte in seiner Antwort an Mahānāmo aus, wenn er sagt:

*Da ist ein Nachfolger weise, ist gefestigt in dem Wissen um das Gesetz des Entstehens und Vergehens, besitzt*

*Weisheit, die heilende, durchdringende, die zur völligen Leidensvernichtung führt. –*

Das Leiden ist noch nicht aufgelöst, aber die Pflege dieses Anblicks führt zur Auflösung. Das ist der zweite Abschnitt seiner Entwicklung.

Der dritte Abschnitt in der Entwicklung dieses Menschen und damit die Vollendung *der durch Hören erworbenen Weisheit (suta-mayā-paññā)* wird gewonnen durch eine Erfahrung, die aus der gründlichen Pflege der Festigung der Weisheit hervorgeht und die für den normalen Menschen, der diese Pflege nicht betreibt, schwer zu beschreiben ist. Es ist die Erfahrung, die in der 48. Rede der "Mittleren Sammlung" unter den sieben Gewissheiten des in die Heilsströmung Eingetretenen an zweiter Stelle genannt wird:

*Indem ich da diesen Anblick hege und pflege und ausbilde (den alle Blendung durchdringenden Anblick vom Entstehen und Vergehen der Erscheinungen), da merke ich bei mir, dass das Gemüt ruhig wird (samathā) und die Triebe abnehmen (nibbutim).*

Diese Erfahrung, dass sich durch die Nachfolge sein gesamtes inneres und äußeres Leben immer mehr erhellt, beruhigt, erhöht und dass er tatsächlich alles Schicksal und alle Treffbarkeit zu übersteigen auf dem Weg ist - diese beglückende und sicher machende Erfahrung führt zwangsläufig dazu, dass der Nachfolger immer beharrlicher und intensiver den wirklichkeitsgemäßen Anblick pflegt und dass darum eine vorübergehende Aufhebung der Blendung durch Aufhebung der in den Reden häufig genannten fünf Hemmungen immer häufiger vorkommt, immer leichter herbeigeführt werden kann und länger andauert. So werden die Verstrickungen, die an das Dasein gefesselt halten, nach und nach aufgelöst. Damit nimmt die Blendung immer mehr ab, bis der Heilsstand, das Nirvāna, erreicht ist.

Wer in diese nun unhemmbar gewordene Heilsentwicklung eingetreten ist, der kann nicht mehr innerhalb des Daseins verloren gehen, kann nicht mehr unterhalb des Menschentums

geraten, kann nur noch aufwärtssteigen und wird in sehr begrenzter Zeit das Ziel aller Ziele endgültig erreicht haben. Darum wird dieser Anblick, diese Weisheit als gefestigt, das heißt als endgültig gesichert bezeichnet.

Diese fünf Stadien, nach welchen der Fürst Mahānāmo den Erhabenen fragt, kann der einsichtige Mensch, der in der rechten Weise an die Lehre des Erwachten kommt, noch in diesem Leben gewinnen.

HERAUS AUS DEM ELEND  
„Angereichte Sammlung“ (A VIII,36 und A V,130)

I. Die vier Grade der Wohlsuche

In der 46. Rede der „Mittleren Sammlung“ sagt der Erwachte zu seinen Mönchen:

*Die meisten Wesen, ihr Mönche, haben das Verlangen, den Willen und die Sehnsucht: „Ach, möchte doch alles Unerwünschte, Schmerzliche und Dunkle ganz und gar aufhören und dagegen das Erwünschte, Erfreuliche und Erhellende immer mehr zunehmen!“ - Aber bei diesen Wesen, ihr Mönche, obwohl sie so wünschen und sich sehnen, nimmt das Unerwünschte, Schmerzliche und Dunkle dennoch immer mehr zu, und das Erwünschte, Erfreuliche und Erhellende schwindet mehr und mehr. Was denkt ihr nun, Mönche, warum das so ist? -*

*Darauf sagen die Mönche: In dem Erhabenen wurzelt unsere Kenntnis der Wahrheit, vom Erhabenen fließt sie uns zu. Der Erhabene ist ihr Hüter. Darum, wahrlich, gibt es nichts Besseres, als wenn, o Herr, der Erhabene selbst uns über diesen Zusammenhang aufklären wollte. Was die Mönche vom Erhabenen gehört haben, das werden sie bewahren. -*

Die Antwort des Erwachten folgt im nächsten Kapitel; sie wird verständlicher, wenn wir sehen, wie weit die Wohlsuche der Wesen reicht und wie unterschiedlich sie gerichtet ist. Die Mönche, mit welchen der Erwachte spricht, kennen diese Dinge längst, denn sie haben es aus anderen Reden von ihm schon gehört und bei sich selbst erfahren. -

Ebenso können auch wir bei uns selbst und in unserer Umwelt beobachten, dass geradezu jedes Lebewesen sich in jedem Augenblick mehr oder weniger unbewusst oder bewusst die Frage stellt: „*Was muss ich tun, dass mir wohler wird?*“ - So fragt die Fliege, die vergeblich am geschlossenen Fenster sur-

rend, nach einem Ausgang sucht; so fragt der Regenwurm, der in der Wüste einer betonierten Straße kriechend, sich nach feuchtem Erdreich sehnt. Die unbewusste Wohlsuche führt die Hand des gelangweilten Säuglings blind umher, weil sie schon oft Wohltuendes vor die Augen oder an Lippen und Zunge gebracht hat. Indem die blind bewegte Hand wiederum etwas ergreift und in den Mund führt - und indem dadurch ein übler Geschmack und Geruch aufkommt, da bewegt die blinde Wohlsuche Lunge und Mund des Säuglings zum Weinen und Schreien, ohne dass dort das Wissen aufkommt, dass es der Geschmack des blind ergriffenen eigenen Kots ist, der die Wohlsuche so enttäuscht. Dieses Bild vom Säugling benutzt der Erwachte als Gleichnis (A X,99) für die blinde wahngeleitete Wohlsuche des Menschen, der das Karmagesetz nicht kennt und darum fast nur zu abstoßenden schmerzlichen Erlebnissen kommt.

Auch das größere Kind in seinen Spielen und der Erwachsene in den tausend unterschiedlichen Situationen seines Lebens sind im ununterbrochenen halbbewussten oder vollbewussten Abschätzen der bevorstehenden Situationen, was an ihnen wohltuend und erfreulich sei oder was schmerzlich und peinlich sei, wie man das Erfreuliche gewinnen, das Peinliche meiden könne. Wer bei sich selber, bei seinem eigenen Tun und Lassen näher hinsieht, der wird erkennen, dass all seine Unternehmungen in jedem kleinsten Einzelfall und alle seine großen Planungen immer nur darum geschehen, weil er direkt oder indirekt Unangenehmem, Widerwärtigem ausweichen oder Angenehmes, Ersehntes erlangen will, also um des Wohles willen. Die Wohlsuche und die Vermutung, wie man zu Wohl gelangen könne, ist der einzige Erzeuger, der einzige Beweggrund und der einzige Lenker des Willens und aller Unternehmungen der Wesen. Wie die Kompassnadel zum Norden, so strebt der Wille der Wesen zum (vermuteten) Wohl.

*Auch der religiöse Mensch* steht unter demselben Gesetz. Er unterscheidet sich von dem ausschließlich diesseitig eingestellten Menschen und von allen Tieren nur darin, dass er mit

der Fortsetzung seines Lebens über den Tod hinaus mehr oder weniger sicher rechnet und darum auch für das jenseitige Leben ebenso Wohl sucht und nach Wohl fragt wie für das hiesige Leben. Und soweit der religiöse Mensch davon überzeugt ist, dass das jenseitige Leben unvergleichlich länger dauert als das hiesige, ja, dass es ohne Ende sei, um so dringender wird ihm die Frage, wie er dort ohne Schmerz und Qual in Glück und Seligkeit leben könne.

„*Was muss ich tun, dass ich selig werde?*“ - mit dieser Frage sind laut den christlichen Büchern früher viele Juden an Jesus herantreten. Es waren solche, die das Gericht Gottes fürchteten, darum ihre Zukunft in der Ewigkeit sichern wollten. Ebenso kamen zu dem Erwachten, dem Buddha, häufig Hausleute, einzelne wie auch die Einwohner ganzer Dörfer mit den Fragen und Wünschen: „Wir möchten nach diesem Leben vor jenseitigen Schmerzen, Qualen und Ängsten bewahrt bleiben und möchten in Himmeln mit noch mehr Wohl und Glück leben, als es im Menschentum möglich ist; zeige uns die Wege dahin. Wie müssen wir sein, um später himmlische Wonnen genießen zu können?“

*Es sind da vier Grade von Wohlsuche zu erkennen.* - Die meisten Tiere und der Augenblicksmensch, die nur auf die unmittelbare *Gegenwart* blicken, fragen nach den Wegen zum Wohl für diesen und für den nächsten Augenblick und fragen nicht danach, ob der dritte Augenblick auch noch Wohl und Glück oder den Untergang bringt.

Wessen geistiger Zuschnitt so ist, dass er auch an morgen denkt und an die ganze Zeitdauer seines voraussichtlichen Lebens, der strebt danach, im Alter bis zum Tod vor Not und Leiden bewahrt zu bleiben und arbeitet darum auf ein angenehmes, wohltuendes, glückliches Leben in dieser Welt hin, fragt aber nicht danach, was zu tun und zu lassen ist, um auch jenseits des Todes vor Qual und Angst bewahrt, glücklich leben zu können.

Und wer aus seelischen Quellen halbbewusster Ahnungen

oder aus bewusst gewordenen Einsichten davon überzeugt ist, dass er sein hiesiges Leben über den Tod hinaus im Jenseits fortsetzen wird, der muss mit der gleichen Logik auch nach den Wegen zu Wohl und Glück und zur Vermeidung von Angst und Qual im jenseitigen Leben fragen und suchen, bis er eine Botschaft vernimmt, die ihm glaubwürdig ist und nach deren Wegweisung er sein Tun und Lassen richtet, um auch in seinem jenseitigen Leben glücklich zu sein.

Auch die *vierte Art der Fragen nach Wohl und Heil* unterliegt im Grunde der gleichen Struktur. Wer da aus Quellen, die ihm sicher und wahr und göltig erscheinen, zu wissen glaubt, dass sein Leben in aller Vergangenheit schon immer zwischen Diesseits und Jenseits wanderte, und solange er den Ausgang aus dieser Wanderung nicht kennt, auch in aller Zukunft weiterhin wandern wird, dass er immer wieder schon alles an Wohl und Glück und Seligkeit in allen hohen und höchsten Daseinsformen genossen hat und immer wieder schon in allen grauen und dunklen Reichen alle Mühsal, Qual und Not gelitten hat und dass er sie weiterhin erleiden muss im ständigen Wechsel und Wandel zwischen hüben und drüben, zwischen Glück und Elend – dessen Wohlsuche formuliert sich mit derselben Gesetzmäßigkeit zu der Frage nach dem Ausgang ins Freie, nach dem Reich, dahin die Schatten des Samsāra nicht reichen. Es ist die sorgende Frage, mit welcher sich damals die größten Zeitgenossen an den Erwachten wandten:

*Versunken bin ich in Geburt, Altern und Sterben und Wiedergeborenwerden, Altern und Sterben ohne Ende, ohne Ende. In Leiden bin ich versunken, in Leiden verloren. Ach, dass es doch möglich wäre, dieser ganzen Leidensfülle ein Ende zu machen.*

Sie fragten den Erwachten so, weil er von sich sagte, dass er die Heilsentwicklung vollendet habe, dem Daseinsumlauf (Samsāra) entronnen sei und den Ausgang ins Freie gewonnen habe, und weil sie in seiner Person das Bild des Befreiten, des Siegers, erkannten.

Von diesen vier Arten der Suche nach Wohl und Heil suchen diejenigen, die ihr eigenes Wesen nicht kennen, darum ihren Körper als sich selbst, als ihr Wesen ansehen – darum auch den Untergang des Körpers für ihre eigene Vernichtung halten – nur innerhalb der jetzigen körperlichen Existenz nach Wohl. Unter diesen sind solche, die lediglich den gegenwärtigen und folgenden Augenblick ins Auge fassen und nicht nach morgen fragen, sind aber auch andere, die ihren Blick über die gesamte voraussichtliche Zeitspanne erstrecken und nach den ebenen und erfreulichen Wegen durch das Leben bis zum Tod suchen.

Da ist natürlich die weiter reichende Wohlsuche sicherer: sie umfasst ja ebenfalls den gegenwärtigen und nächsten Augenblick, aber sie achtet auch darauf, welche morgigen Folgen das heutige Tun und Unterlassen nach sich zieht. Eine momentane Bequemlichkeit oder ein gegenwärtiger verlockender Genuss können langfristige peinliche, notvolle Folgen nach sich ziehen. Die Weisheit der Völker spricht davon, dass manche Medizin im Augenblick bitter schmeckt, aber endgültige Genesung nach sich zieht, und dass es Speisen gibt, köstlich nach Aussehen, Duft und Geschmack, die aber sehr unbedenklich oder gar giftig sind, *und dass ein Tor ist*, wer da auf solches augenblickliche Wohl nicht verzichtet, das lange, lange Leiden nach sich zieht. - Darum also ist innerhalb des gegenwärtigen Lebens eine Wohlsuche, die den Blick über die gesamte voraussichtliche Zeitspanne erstreckt, ganz erheblich sicherer und hilfreicher als die des „Augenblicksmenschen“.

Aber ebenso umfasst und überragt das Trachten *des dritten Grades der Wohlsuche* auch die beiden ersteren Grade. Wer aus der Kenntnis seines inneren und äußeren Wesens die klare Einsicht gewonnen hat, dass das innere Wesen mit dem sogenannten Tod gar nichts zu tun hat, dass es lediglich den Körper ablegt und sich mit anderem Körper weiterhin vorfindet, oder wer durch starken Glauben an seine Religion von jenseitigem Leben überzeugt ist, der ist mit natürlicher Konsequenz darum besorgt, dass auch sein weiteres Dasein, gegenüber welchem



das gegenwärtige Körperleben ja nur kurz ist, ganz ebenso frei von Not und Qual sei, dass es erträglich bleibe oder gar glücklich und beseligend sei. -

Wer in die Beobachtung seiner Triebe, seiner inneren ihn bewegenden Empfindungen, Leidenschaften, Anmutungen und Beweggründe eingestiegen ist und diese Beobachtung beharrlich betreibt, der kommt zu der Gewissheit, dass diese Triebe, die Träger seines Lebens, auch die Bestimmer seiner Lebensqualität sind und dass sie, die nicht mit dem Körper geboren sind, nicht mit dem Körper altern und nicht mit dem Körper sterben, auch bei dem nächsten Körper seinen „Charakter“ ausmachen, sein Wollen, Tun und Lassen veranlassen, dass darum die Qualität der Triebe auch die Qualität seines weiteren Lebens bestimmen wird, wie sie auch schon sein hiesiges Leben gestalten. Ein solcher wird sein gegenwärtiges Leben nicht aus dem Auge verlieren – die Wohlsuche für den gegenwärtigen Augenblick ist uns tief eingefleischt – aber er wird nur solches Wohl annehmen, wodurch das spätere Wohl über den Tod hinaus nicht gefährdet, sondern gar gefördert wird. In diesem Sinne sagt ein Moslem, Hassan al-Basri:

*O Menschenkind,  
verkaufe dein Diesseits  
für dein Jenseits,  
dann wirst du beide gewinnen;  
aber verkaufe nicht dein Jenseits  
für dein Diesseits,  
sonst wirst du beide verlieren.*

Er drückt damit ebenso wie die Weisen anderer Religionen aus, dass es eine Wohlsuche für das diesseitige Leben gibt, wodurch das Wohl der jenseitigen Zukunft gefährdet wird (mit Rücksichtslosigkeit und Härte seine hiesigen Ziele anstreben), dass es aber auch hiesige Wohlsuche gibt, die zugleich das Wohl im nächsten Dasein fördert (in allen diesseitigen Bestrebungen das Mitwesen nicht zu kurz kommen lassen, sondern in die Fürsorge miteinbeziehen). So umfasst der dritte Grad

der Wohlsuche – der die Kenntnis vom Wesen des Lebens zur Voraussetzung hat – auch den zweiten und ersten Grad der Wohlsuche, ist größer und reicht weiter.

Dieser dritte Grad der Wohlsuche, der den zweiten und ersten Grad, also jeden Augenblick diesseitigen und jenseitigen Lebens mit umschließt, *wird nahezu von allen Religionen geweckt* und ist darum jedem ernsthaften Anhänger seiner Religion eigen, selbst wenn ein solcher je nach dem Grad seiner Leidenschaftlichkeit vom Eindruck des Augenblicks sich manchmal hinreißen lässt zu Taten, aus welchen sich die Schatten seiner Zukunft entwickeln. Viele dieser Menschen beobachten bei sich, dass sie trotz besseren Wissens oder Glaubens weit mehr die Wohlmehrung für dieses Leben betreiben als die für das Jenseits. Davon zeugen viele Aussprüche und Berichte aus den früheren Jahrhunderten des Abendlandes, obwohl die Menschen damals weit mehr an das „ewige Leben“ glaubten als heute. So sagt ein alter Spruch:

*Im Tod hat keiner noch geklagt:  
„hätt' ich mehr Geld und Gut gehabt“,  
doch: „hätt' ich Gutes mehr getan“,  
so klagt im Tod fast jedermann.*

Aber der *vierte* Grad der Wohlsuche ist selten, sehr selten in der Welt der Wesen. Und die rechte Antwort auf diese sehr seltene Wohlsuche, die Wegweisung zum endgültigen Heil, ist noch unvergleichlich seltener. Sie erscheint in der endlosen Abfolge der Weltzeiten und Äonen, in welchen wir mühselig, schmerzlich, ziellos immer nur auf und ab kreisen, *nur mit einem Buddha, mit einem Erwachten*, und seine Wegweisung währt nur so lange, als seine Lehre unverdorben unter den Nachfolgern wirksam ist.

Zu den Einsichten, die zu dem vierten Grad der Wohlsuche führen, kann nur ein Geist kommen, der sich von keiner äußeren diesseitigen und auch jenseitigen Sinneserscheinung mehr endgültiges Wohl verspricht, der die Welterscheinung in allen ihren geschichtlichen und ungeschichtlichen Qualitäten, in

allen ihren diesseitigen und jenseitigen, himmlischen und untermenschlichen, durchschaut hat als symbolhafte, phantomische Gebilde der lichten und dunklen Triebkräfte des Herzens, der leise oder deutliche Erinnerungen hat an früher erlebte Situationen, der darum alle Welterscheinung begriffen hat als geistige Rauchentwicklung, die erzeugt wird und abhängig ist von dem inneren Feuer der Leidenschaften, Emotionen und Motivationen, und dem darum klar geworden ist, dass es um deren Tilgung geht, um die völlige Reinigung und Befreiung des Herzens von allem „Eigen“ und allem „Wollen“, der aber nicht den Weg dahin weiß. Weil aber dieser Blick im Westen fehlt, darum fehlt auch die Wohlsuche des vierten Grades. Dieser tiefe Blick weiß um alle Himmel und alle Höllen und weiß um die Zwangsläufigkeit des Auf und Ab und Auf und Ab, solange der Ausgang aus dieser Raucherzeugung nicht gefunden, das Feuer nicht gelöscht werden kann. Diese sind es, die nach dem „Nirvāna“, nach der Erlöschung des Feuers fragen.

Der so Sehende erkennt, dass der dritte Grad der Wohlsuche nicht ausreicht, dass jedes Wesen alles so erreichbare Wohl in allen Himmeln schon ungezählte Male erfahren hat und dass er doch immer wieder in alle Schmerzen und Qual und in alle Höllen gelangt war und dass es gar nicht anders sein kann und werden kann, solange er den Ausgang nicht findet, der im Auslöschen des Feuers besteht dadurch, dass es keine weitere Nahrung bekommt (*upādāna* - Ergreifen).

Diese Geister sind es, die in einer tiefen, von allen Rauchgebilden freien Einsamkeit, an welcher kein Du teilnimmt, die sorgende Frage aufwerfen, wie man aus dieser Wahnbefangenheit und wahnhaften Bedrängnis endgültig und für immer aufwachen könne und unverletzt bleibe. Und wenn sie zu einer Zeit, in der ein Erwachter, ein Buddha, erscheint, diese höchste Frage nach Wahrheit und Heil stellen, dann ist diesen Geistern bald geholfen; denn der Erwachte vermittelt diese echte Kenntnis vom endgültigen Heil und von den Wegen dahin *in den vier Heilswahrheiten vom Leiden*. Von diesen

bezeichnen die ersten beiden Wahrheiten den Leidensbereich in seiner ganzen Ausdehnung samt dem Antrieb zur Fortentwicklung des Leidens und behandelt die *dritte* Heilswahrheit die Möglichkeit der endgültigen Abstellung des alles Leiden fortentwickelnden Antriebs (*tanhā = Durst*) und enthält die *vierte* Heilswahrheit die klare Wegweisung, um sich aus den gesamten Leidensmöglichkeiten Schritt für Schritt immer weiter herausarbeiten zu können, bis man den Heilsstand gewonnen hat, dem Daseinsumlauf entronnen ist. So zielt die Lehre des Erhabenen auf die fortschreitende Wohlmehrung hin bis zur Eroberung des endgültigen Heils, und dient die Kenntnis des Leidens und seiner Ausdehnung lediglich als Voraussetzung für das Verständnis vom Heilszustand und von dem, was zu ihm hinführen kann.

## 2. Gestaffelte Wohlmehrung

In der am Anfang des ersten Kapitels zitierten Rede (M 46) fährt der Erwachte fort:

*Wer da, ihr Mönche, ein unbelehrter, gewöhnlicher Mensch ist, der hat keinen Blick für den Heilszustand (ariya), er kennt gar nicht das Wesen des Heils und ist unbewandert in den Eigenschaften des Heils. Er hat darum auch keinen Blick für die wahren Menschen (sappurisa), kennt nicht die Art des wahren Menschen und ist unbewandert in dessen Eigenschaften. Darum weiß ein solcher auch nicht, was zu betreiben und was nicht zu betreiben ist, was zu befolgen und was nicht zu befolgen ist, um zur Mehrung von Wohl und Heil zu kommen.*

*Und weil er diese Dinge nicht zu unterscheiden weiß, darum betreibt er das Nicht-zu-Betreibende und das zu Betreibende betreibt er nicht, darum befolgt er nicht, was zu befolgen ist, und befolgt, was nicht zu befolgen ist. Indem er so falsch vorgeht, da mehrt sich bei ihm das Unerwünschte, Schmerzliche, Dunkle und mindert sich bei ihm das Erwünschte, Erfreuliche, Helle. So muss es eben demjenigen ergehen,*

*der die rechte Kenntnis nicht hat.*

*Wer die rechte Erkenntnis nicht hat, sagt der Erwachte, der muss darum auf den Leidenswegen bleiben. Wer den wirklichen endgültigen Heilsstand – der unabhängig von den fünf Zusammenhäufungen (upādānakkhandha) besteht – nicht kennt und die Wege, die dahin führen, nicht kennt, der könne auch die „wahren Menschen“ – diejenigen, die sich endgültig auf dem Heilsweg befinden – nicht erkennen, könne sie nicht von den gewöhnlichen Menschen unterscheiden, könne darum auch nicht den rechten Umgang pflegen, die rechten Dinge betreiben, den falschen Umgang meiden, die falschen Bestrebungen unterlassen und könne eben darum auch von allem Leiden nicht endgültig frei werden.*

Diese wahre Erkenntnis vermittelt der Erwachte mit den ungezählten Reden, die in dem großen „Korb der Reden“ (Suttapitaka) auf uns gekommen sind. Die Reden haben alle immer nur zweierlei Inhalt. Zum einen zeigen sie die Grundzusammenhänge innerhalb des existentialen Geschehens auf (dhammam desana) und zum anderen enthalten sie Anleitungen zu den Übungen (anusāsana), für das praktische Vorgehen des Heilssuchers in der Selbsterziehung und Umbildung.

Orientierung und Übung, Wissen und Wandel – diese beiden bilden das ganze Rezept des Buddha, mit welchem er die Heilssucher, die ihm vertrauen, heilt. Dieses doppelte Rezept verkündet er bereits in seiner berühmten Einladung (M 80):

*Willkommen sei mir ein besonnener Mann,  
offen, ehrlich, von gerader Natur.  
Ich leite ihn zu den Übungen schrittweise an (anusāsami),  
ich zeige ihm die Wahrheit auf (dhammam desemi).  
Wenn er nach der Anleitung sich einübt,  
so wird er in nicht langer Zeit  
selber sehen und selber erfahren,  
dass man da gänzlich frei wird  
von den Banden des Wahns (avijjā).*

Die Einladung zeigt, dass der Erwachte einmal ein ganz bestimmtes Wissen vermittelt (*dhammam desemi*) und zum anderen Anleitungen für den Wandel, für eine Umordnung, Läuterung, Erhellung und Befreiung des inneren Wesens gibt (*anusāsami*), die zum Heilsstand hinführt. Zugleich lässt die Einladung erkennen, welche große Bedeutung der Erwachte gerade der *Übung* zuschreibt, dem *Wandel*, denn seine Verheißung gilt nur demjenigen, der „nach der Anleitung sich einübt“.

Dieselbe zweifache Hilfe des Buddha zeigt sich auch in dem von ihm aufgestellten achtgliedrigen Heilsweg. *Das erste Glied, rechte Anschauung*, bedeutet, dass man durch die Lehren des Erwachten das „Dasein“, in dem wir uns vorfinden, seine Struktur und seine Gesetze, allmählich immer tiefer kennen und durchschauen lernt, bis man den Ausweg ins Freie erkennt. - Das ist also die Orientierung. *Die sieben weiteren Glieder des achtgliedrigen Weges betreffen alle nur die Übung*, d.h. dass man gemäß den gewonnenen Einsichten oder im Vertrauen auf den Erwachten nach seinen Anleitungen praktisch vorgeht in innerer Umbildung und Reinigung, bis man durch den Ausgang ins Freie gelangt ist, den Stand des Nirvāna erlangt hat.

In der folgenden Rede (A VIII,36) werden nun *drei Übungen genannt*, welche den Menschen, der sich so übt, von dem natürlichen Standpunkt zwischen den mancherlei Leiden und Gefahren, in denen wir uns befinden, fortschreitend weiterbringen und entwickeln bis zum vollendeten Heilsstand. Diese Übungen zur Förderung von Wohl und Heil nennt der Erwachte hier „*Felder der Wohlförderung*“, weil jede der Übungen ein ganz bestimmtes Feld der Betätigung ausmacht, wie wir sehen werden. Ein so sich Übender hat die Daseinszusammenhänge durch die Belehrung des Erwachten entweder schon vor Beginn des Übungsweges so begriffen, dass er vom unbelehrten gewöhnlichen Menschen zum „wahren Menschen“ (*sappurisa*) und damit zum „Heilsgänger“ (*ariya savako*) erwachsen ist, oder er lernt diese Daseinszusammenhänge *in den Jahren seiner fortschreitenden Übungen* auf seinem Übungsweg im-

mer besser kennen, so dass er in beiden Disziplinen, im *Wissen* und im *Wandel* gleichzeitig fortschreitet und sich vollendet.

*Diese drei Felder der Wohlförderung (puññakiriya vatthu) gibt es, nämlich:*

*das im Spenden (dāna) bestehende Feld der Wohlförderung;*

*das im tauglichen/tugendlichen Verhalten (sīla) bestehende Feld der Wohlförderung,*

*das in der Übersteigerung (bhāvana = Transformierung, Transzendierung) bestehende Feld der Wohlförderung.*

*1. Ist da, ihr Mönche, von einem Wesen das im Spenden bestehende Feld der Wohlförderung nur wenig gepflegt worden, das im tauglichen/tugendlichen Verhalten bestehende Feld der Wohlförderung auch nur wenig gepflegt worden, das in der Übersteigerung bestehende Feld der Wohlförderung gar nicht gepflegt worden, so erscheint ein solches Wesen nach Zerfall des Körpers, jenseits des Todes, in elenden Verhältnissen unter Menschen wieder.*

*2. Ist da, ihr Mönche, von einem Wesen das im Spenden und das im tauglichen/tugendlichen Verhalten bestehende Feld der Wohlförderung mittelmäßig und das in der Übersteigerung bestehende Feld der Wohlförderung nicht gepflegt worden, so erscheint ein solches Wesen nach Zerfall des Körpers, jenseits des Todes, in glücklicheren Verhältnissen unter Menschen wieder.*

*3. Sind da aber, ihr Mönche, von einem Wesen die im Spenden und im tauglichen/tugendlichen Verhalten bestehenden Felder der Wohlförderung stärker und das in der Übersteigerung bestehende Feld der Wohlförderung nicht gepflegt worden, so erscheint ein solches Wesen nach Zerfall des Körpers, jenseits des Todes, in*

*der Himmelswelt unter den Göttern der Vier Großen Könige wieder. Dort aber übertreffen die Vier Großen Könige selbst, da sie das Spenden und tuglichen/tugendliches Verhalten noch stärker gepflegt haben, alle Götter ihres Gefolges in zehn Dingen: in himmlischer Lebensdauer, himmlischer Schönheit, himmlischem Glück, himmlischem Ruhm, himmlischer Herrschaft und im Genuss himmlischer Formen, himmlischer Töne, Düfte, Geschmäcke und himmlischer Tastempfindungen.*

*4. Bei noch stärkerer Pflege jener beiden Felder der Wohlförderung und ohne Pflege des dritten Feldes erscheint ein solcher nach Zerfall des Körpers, jenseits des Todes, unter den Göttern der Dreiunddreißig wieder. Dort aber, ihr Mönche, übertrifft Sakko, der König der Götter, da er das im Spenden und im tuglichen/tugendlichen Verhalten bestehende Feld der Wohlförderung in höherem Grade gepflegt hat, die Götter der Dreiunddreißig in folgenden zehn Dingen: in himmlischer Lebensdauer, himmlischer Schönheit, himmlischem Glück, himmlischem Ruhm, himmlischer Herrschaft und im Genuss himmlischer Formen, himmlischer Töne, Düfte, Geschmäcke und himmlischer Tastempfindungen.*

*5. Bei noch stärkerer Pflege jener beiden Felder der Wohlförderung und ohne Pflege des dritten Feldes erscheint ein solches Wesen nach Zerfall des Körpers, jenseits des Todes, unter den Gezügelten Göttern wieder. Dort aber, ihr Mönche, übertrifft der Göttersohn Suyāmo, der das im Spenden und im tuglichen/tugendlichen Verhalten bestehende Feld der Wohlförderung in noch höherem Grad gepflegt hat, die Gezügelten Götter in eben diesen zehn Dingen.*

*6. Bei noch stärkerer Pflege jener beiden Felder der*



*Wohlförderung und ohne Pflege des dritten Feldes erscheint ein solches Wesen nach Zerfall des Körpers, jenseits des Todes, unter den Seligen Göttern wieder. Dort aber, ihr Mönche, übertrifft der Göttersohn Santusito, der das im Spenden und im tauglichen/tugendlichen Verhalten bestehende Feld der Wohlförderung in noch höherem Grade gepflegt hat, die Seligen Göttern in eben diesen zehn Dingen.*

*7. Bei noch stärkerer Pflege jener beiden Felder der Wohlförderung und ohne Pflege des dritten Feldes erscheint ein solches Wesen nach Zerfall des Körpers, jenseits des Todes, unter den Schaffensfreudigen Göttern wieder. Dort aber, ihr Mönche, übertrifft der Göttersohn Sunimitto, der das im Spenden und im tauglichen/ tugendlichen Verhalten bestehende Feld der Wohlförderung in noch höherem Grad gepflegt hat, die Schaffensfreudigen Götter in eben diesen zehn Dingen.*

*8. Bei noch stärkerer Pflege jener beiden Felder der Wohlförderung und ohne Pflege des dritten Feldes erscheint ein solches Wesen nach Zerfall des Körpers, jenseits des Todes, unter den Selbstgewaltigen Göttern wieder. Dort aber, ihr Mönche, übertrifft der Göttersohn Willensgewalt, der das im Spenden und im tauglichen/tugendlichen Verhalten bestehende Feld der Wohlförderung in noch höherem Grade gepflegt hat, die Selbstgewaltigen Götter in eben diesen zehn Dingen.*

*Das sind, ihr Mönche, die drei Felder der Wohlförderung.*

Wie ist diese Rede zu verstehen? - Die Heilslehrer sagen von sich, dass sie jene innere Verfassung an Herzensreinheit und geistigem Klarblick gewonnen haben, die durch alles Vordergrundige und Vor-Augen-Liegende hindurch die tiefer liegen-

den Zusammenhänge und wirkenden Kräfte sieht, aus welchen alle im Leben erfahrbaren Dunkelheiten, Schmerzen und Qualen wie auch Erhellungen, Erhöhungen, Wohl und Glück hervorgehen, und dass sie aus dieser Sicht heraus dem Menschen eine heilstaugliche, tugendliche Lebensführung anraten, dass viele Menschen auch aus früheren Leben in anderen Welten und auch hier leise Erinnerungen und zarte Ahnungen mitbringen über die Gültigkeit und Wirksamkeit dieser Zusammenhänge und darum ihren Wegweisungen das erforderliche Vertrauen, den erforderlichen Glauben entgegenbringen, dass aber andere Menschen dem unfruchtbaren Boden gleichen, völlig blind sind für jene tieferen Wirksamkeiten und Wirkungen und darum, solange sie so bleiben, die Wegweisungen nicht fassen und nicht befolgen können.

Der Erwachte nun hat auf dem Weg zu seiner Erwachung „die universale Bewusstseinsweise“ erworben, so dass er um die gesamten Daseinsmöglichkeiten und um die Wege, die dahin führen, weiß. Von diesen Daseinsmöglichkeiten, die nach oben und unten weit über das Menschentum hinausgehen, *wissen alle echten Heilslehrer mehr oder weniger* und wissen alle vollkommen Erwachten alles.

Aus diesem Wissen unterscheidet der Erwachte *drei große Erfahrungsbereiche*, deren hellster und am meisten wohltuender der „formfreie“ Bereich ist. Der mittlere ist die Welt der reinen Formen. Der unterste der drei großen Erfahrungsbereiche ist die „Sinnensuchtwelt“, in welcher jene sechs himmlischen Daseinsweisen, die der Erwachte in der Rede nennt, die oberen schönsten Möglichkeiten bilden, dann folgt abwärts als siebentes das Menschentum und folgen endlich unterhalb des Menschentums noch die drei weiteren Bereiche: 8. Gespensterbereich, 9. Tierwelt und 10. höllische Unterwelt.

In der vorstehenden Rede hat der Erwachte zwar drei Felder der Wohlförderung genannt, aber zunächst sehen wir nur die Folgen aus der Pflege der zwei ersteren Felder beschrieben, nämlich die Folgen von acht immer mehr zunehmenden Graden von Gebefreudigkeit und von tugendlicher Lebensfüh-

rung. Unter der letzteren wird, wie die gesamten Reden des Erwachten erkennen lassen, ein zunehmender Grad von Liebe zu den Mitwesen verstanden, von Ich-Du-Gleichheit, von Rücksicht, Nachsicht, Wohlwollen, von mettā, wodurch der gesamte zwischenmenschliche Verkehr sanfter, wohlthuender, heller und friedvoller wird bis zu solchen Graden, wie man sie bei Menschen selten und heute hier im Westen fast nie vorfindet, die „engelhaft“, ja „göttlich“ sind und darum auch nach dem Verlassen des Körpers solches Dasein bewirken.

Da zeigt sich nun nach der obigen Rede, dass schon, um im nächsten Leben wieder Menschentum zu erlangen, ein gewisser Grad von Geben und Tugend vorhanden sein muss und dass ein sehr geringer Grad von diesen Eigenschaften nach dem Tod auch nur zu niederen Ebenen des Menschentums führt, wo man also auf verschiedenen Gebieten mehr oder weniger kümmerlich lebt, und dass erst ein stärkerer Grad an diesen beiden Eigenschaften auf höhere Ebenen im Menschentum führt, wo man in „glücklicheren Verhältnissen“ lebt, wo man sich körperlich gesünder und schöner vorfindet, mehr Wohlstand besitzt und mit geliebten Menschen zusammenlebt.

Dann nennt der Erwachte über diese zwei zum Menschentum führenden Grade hinaus noch sechs immer höhere Grade von Gebefreudigkeit und Tugendhelligkeit und nennt sechs dementsprechende übermenschliche Himmelswelten, zu denen diese Eigenschaften nach dem Tod führen. Außerdem zeigt sich, dass auch das höchste Maß an Gebefreudigkeit und Tugendhaftigkeit allein nicht über die sinnlichen Welten hinausführen kann, dass es mehr bedarf, um den mittleren oder oberen Werdebereich zu erlangen oder gar die Erlösung. *Dieses Mehr liegt in dem dritten vom Erwachten genannten Feld der Wohlförderung, nämlich durch „Übersteigerung, Transformierung, Transzendierung (bhāvana)“.* Aber dieses dritte Feld der Wohlförderung kann nur von solchen erfolgreich bearbeitet und gepflegt werden, die in der Bearbeitung der beiden erstgenannten Felder der Wohlförderung schon große Fortschritte gewonnen, bereits innere Erhellungen erfahren haben und auf

die Vollendung in Tugendhelligkeit aus sind.

### 3. „Felder moderner Wohlsuche“

Der Ausdruck „Felder der Wohlförderung“ lässt erkennen, dass es sich um bestimmte, abgegrenzte Bereiche handelt, in welchen „ackernd“ und wirkend, man sein Wohl fördert. Solche Felder werden in allen Religionen genannt, vor allem die zwei ersten der vom Erwachten genannten drei Felder der Wohlförderung, nämlich das mitempfindende Abgeben und Mitgeben an Bedürftige und als zweites die Pflege der zur Wohlförderung tauglichen Begegnungsweise, der Tugend.

Auch der moderne Mensch hat sich Felder gewählt, auf welchen er sein Wohl zu fördern sucht, Felder, die er bearbeitet, beackert und pflegt, weil er sich eben davon „Wohlförderung“ verspricht.

Das erste Feld sind seine Liebhabereien, seine „Hobbies, Steckenpferde“, die ihm unmittelbar Freude bereiten. Wir brauchen nur an unsere eigenen Lieblingsbeschäftigungen zu denken, dann wissen wir, dass das bestimmte Bereiche oder Felder in unserem Leben sind, in denen wir uns gern betätigen, weil das uns unmittelbar wohltut.

Ein anderes Feld der Wohlförderung ist bekanntlich das Streben nach *Wohlstand, Reichtum, Geldbesitz*, weil man weiß, dass man sich dann auch morgen und in den kommenden Jahren seine Hobbies und seine anderen Freuden erlauben kann. Für Geld kann man sich fast alles, was die äußere Welt zu bieten hat, kaufen, kann sich auch durch Menschen oder Maschinen (Autos) bedienen lassen, so dass das gegenwärtige Leben bequemer ist. Darum ist das Streben nach Geld und Wohlstand in der Menschheit wohl das am meisten beackerte „Feld der Wohlsuche“, von welchem man sich in einem gewissen Rahmen durchaus mit Recht Wohlförderung verspricht.

Ein weiteres Feld der Wohlsuche betrifft die *Pflege der Gesundheit*. Dieses Feld ist fast so vielseitig und wird fast ebenso stark bearbeitet wie das des Wohlstandes. Viele Menschen

sagen: Was nützt aller Reichtum, wenn man krank und elend ist. Darum beschäftigen sich heute auch alle Kommunikationsmittel mit der Frage, wie man gesund bleibe. Da geht es einmal um die Ernährung und zum anderen um die körperliche Betätigung, und diese beiden Stichworte werden den Leser daran erinnern, in welcher Weise auch er selbst dieses Feld der Wohlsuche pflegt und bearbeitet.

Wenn wir nun diese Wohlsuche mit den im ersten Kapitel beschriebenen vier Graden der Wohlsuche vergleichen, dann erkennen wir, dass die Lieblingsbeschäftigungen („Hobbies“) dem ersten Grad der Wohlsuche, nämlich nur dem unmittelbaren, je augenblicklichen Wohl dienen. Unter „Liebhaberei“ wird ja gerade eine Tätigkeit verstanden, die einem während ihrer Ausübung wohltut und Freude macht. Es gibt zwar solche Liebhabereien, die anstrengen, wie etwa das Erklettern von Bergen oder andere Sportarten; aber wenn man sie nicht vorwiegend um der Gesundheit oder des Geldverdienens willen durchführt, sondern weil ihre Ausübung unmittelbar Freude macht, dann sind es eben Liebhabereien, augenblickliche Annehmlichkeiten. Es gibt sogar solche Hobbies, die ungesund sind (Geselligkeiten, in denen stark getrunken und geraucht wird, oder gefährliche sportliche Tätigkeiten) und auch solche, die den Menschen leicht arm machen (Glücksspiele und dgl.): das sind alles Hobbies, die in baldiger oder späterer Zukunft Schmerzen und Leiden nach sich ziehen. Daran ist zu erkennen, dass es Menschen gibt, *welchen das augenblickliche gegenwärtige Wohl über alles geht, unabhängig von den Folgen für die Zukunft.*

Die beiden anderen „Felder der Wohlsuche“ aber: das Streben nach Reichtum, Wohlstand und nach Gesundheit *betreffen den zweiten Grad der Wohlsuche*, nicht den ersten, d.h. diese Bemühungen bringen (wenn sie Erfolg haben) im Lauf dieses Lebens Wohlstand oder eine größere Gesundheit oder beides zustande, doch muss man, um sie zu erreichen, in vielen Fällen auf manches gegenwärtige Wohl verzichten. Um Geld zu ver-

dienen, müssen die meisten Menschen manche Arbeit auf sich nehmen, müssen morgens regelmäßig pünktlich aufstehen, den Beruf ausüben, müssen auf manche momentane Bequemlichkeit und Annehmlichkeit verzichten, oft auch solche Vorgesetzte, Kollegen oder Untergebene ertragen, die durchaus nicht angenehm sind. - Ganz ebenso zielt auch die Pflege der Gesundheit, sei es durch Ernährung, sei es durch Sport, vorwiegend auf Wohl und auf Vermeidung von Leiden in den kommenden Jahren und Jahrzehnten ab, solange wir als Menschen leben, kostet aber im Augenblick oft Verzicht und Mühe. Viele Menschen bedenken bei der Bereitung der Speisen oder beim Essen, was gesund oder was schädlich sei, und verzichten auf manche Lieblingsspeisen, nachdem sie gehört haben, dass davon ihr zukünftiges Wohl untergraben würde. Auch die sportliche Ausübung fordert von vielen Menschen – eben von solchen, die sie vorwiegend der Gesundheit wegen pflegen – in der Gegenwart manche Überwindung und Anstrengung und manche Verzicht auf Bequemlichkeiten und dergleichen – um eines zukünftigen länger währenden Wohls willen.

So ist zu sehen, dass die heute in der modernen Welt übliche dreifache Wohlsuche ausschließlich den ersten und zweiten Grad betrifft: Man will heute und jetzt Wohltuendes, Schönes, Erfreuliches erleben, aber auch morgen, übermorgen und durch das ganze Leben bis zum Tod. Aber man strebt nicht nach Wohl jenseits dieses Lebens. Weil man von einer Fortsetzung des Daseins jenseits des Todes nichts weiß und meistens auch nicht daran glaubt, so bleibt die Wohlsuche immer nur im Rahmen dieses Lebens.

Diese moderne Wohlsuche ist so offen und vordergründig, dass sie ohne weiteres einleuchtet. Jeder weiß, dass die Liebhabereien darum so genannt werden, weil sie unmittelbar Freude machen, wohltun, in Stimmung halten. Ebenso weiß jeder, dass Reichtum und Gesundheit ganz erheblich mehr wohltun als Armut und Krankheit. Wir erfahren dies täglich ganz unmittelbar an uns selbst und überall in unserer Umgebung. - Aber gerade diese Felder hat der Erwachte nicht ge-

nannt.

Dagegen ist für viele Menschen nicht ebenso leicht zu erkennen, dass durch Geben und durch Tugend und gar durch Transzendierung Wohl und Heil gefördert, ja, unermesslich erhöht und zur Vollkommenheit gebracht wird, wie der Erwachte verheißt. Vielmehr hat man den Eindruck, dass man vom Abgeben und Mitgeben auf jeden Fall um das, was man da abgibt, nicht reicher, sondern ärmer wird und dass das Bemühen um Tugend, um die Innehaltung der vom Erwachten und auch in den anderen Religionen genannten Verhaltensweisen in vielen Punkten uns sehr anstrengt, Kraft und Überwindungen kostet, ganz zu schweigen von der Übung in der Transzendierung. Und doch nennt der Erwachte gerade diese drei Betätigungsweisen „Felder der Wohlförderung“ und nennt jene drei anderen, deren Wohl nicht zu leugnen ist, überhaupt nicht. Was ist davon zu halten?

Auf diese Fragen geben uns die mehreren tausend längeren und kürzeren Reden Antwort, die uns im „Korb der Lehrreden“ (Suttapitaka) überliefert und zugänglich sind. Eine der Antworten, die unser Problem unmittelbar angehen, finden wir in A V,130. Dort beschreibt der Erwachte die möglichen Verluste wie auch Gewinne, die der Mensch in diesem Leben haben kann, und nennt auch die Folgen davon in den weiteren Leben. Es heißt da, dass es für die Wesen *fünf Arten von Verlust und Unglück* gibt.

*Verlust an geliebten Menschen in Verwandtschaft und Freundschaft,*  
*Verlust an Gesundheit, Kraft, Frische,*  
*Verlust an Geld und Gut,*  
*Verlust an tauglicher, tugendlicher Lebensführung,*  
*Verlust an rechter weiser Anschauung über die*  
*Daseinszusammenhänge und die Wege ins Helle und Heile.*

Ganz ebenso nennt der Erwachte dann die Möglichkeit, inner-

halb des jetzigen Lebens *auf diesen fünf Gebieten zu Gewinn und Fortschritt* zu kommen, und nennt die Folgen davon in den weiteren Leben:

1. *geliebte Menschen unter Verwandten und Freunden zu haben und zu gewinnen,*
2. *Gesundheit, Kraft, Frische zu haben und zu mehren,*
3. *Geld und Gut, Haus und Hof zu haben und zu mehren,*
4. *Taugliche / tugendliche Lebensführung zu haben und zu mehren,*
5. *rechte, weise Anschauung über die Daseinszusammenhänge und die Wege ins Helle und Heile zu haben und zu mehren.*

In diesen fünf „Gewinnen und Verlusten“ sind sowohl die drei Felder der Wohlsuche des modernen Menschen enthalten als auch die vom Erwachten empfohlenen „drei Felder der Wohlförderung“. Hier wird Gesundheit und Reichtum genannt, und wer über diese beiden verfügt, der kann natürlich auch seinen Liebhabereien nachgehen und damit allen drei Feldern der menschlichen Wohlsuche. Außerdem nennt der Erwachte auch das Wohl, das wir durch geliebte Menschen, Verwandte und Freunde erfahren und das wir alle kennen und zu schätzen wissen.

Weiter aber nennt der Erwachte noch Tugend und Weisheit und sagt, dass man auch diese beiden Eigenschaften im Leben gewinnen und mehren wie auch mindern und verlieren kann. Damit sind wir aber bei den „drei Feldern der Wohlförderung“: Das erste Feld, das „Geben“, zählt im weiteren Sinne mit zur Tugend, ist also hierin enthalten. Das dritte Feld der Wohlförderung, die Transzendierung, setzt ebenso wie auch die Mehrung von Tugend voraus, dass man „Weisheit“ gewonnen habe, d.h. die Einsicht von den Erfordernissen für eine wahrhafte



Erhöhung und Erhellung des Lebens bis zur Heilsgewinnung. Insofern führt die Weisheit sowohl zum Geben wie zur Tugend wie zu der Transzendierung. So haben wir in diesen fünf verschiedenen „Gewinnen und Verlusten“ sowohl die Felder der „Wohlsuche“ des modernen Menschen als auch die vom Erwachten genannten Felder der „Wohlförderung“.

Aber der Erwachte geht weiter: *Er spricht von den Folgen*, die es nach sich zieht, wenn wir in diesem Leben an diesen fünf Dingen immer mehr zunehmen und gewinnen oder darin immer mehr abnehmen und verlieren. - Unser gegenwärtiges Leben währt nicht ewig, irgendwann kommt ganz sicher das Ende, und dann zeigen sich die Folgen, sowohl die Folgen von den drei Arten der modernen Wohlsuche als auch die Folgen der vom Erwachten genannten drei Arten der Wohlförderung. Über diese Folgen sagt der Erwachte in der gleichen Rede weiter:

*Nicht aber, ihr Mönche, gelangen die Wesen durch den Verlust an lieben Menschen, an Reichtum und an Gesundheit nach dem Untergang des Körpers jenseits des Todes auf den Abweg in die Leiden der Unterwelt; aber durch den Verlust an Tugend und den Verlust an Weisheit, ihr Mönche, gelangen die Wesen nach dem Untergang des Körpers jenseits des Todes auf den Abweg in die Leiden der Unterwelt.*

Ganz ebenso sagt der Erwachte über die Gewinne:

*Nicht gelangen da, ihr Mönche, die Wesen durch den Gewinn an lieben Menschen, an Reichtum und an Gesundheit nach dem Untergang des Körpers jenseits des Todes auf gute Laufbahn, in glückliche himmlische Welt, aber durch den Gewinn an Tugend und den Gewinn an Weisheit, da gelangen die Wesen, ihr Mönche, nach dem Untergang des Körpers jenseits des Todes auf gute Laufbahn, in glückliche, himmlische Welt.*

Diese im nächsten Leben zu erfahrenden Folgen aus den fünf Gewinnen und Verlusten dieses Lebens braucht mancher Leser nur einmal zu hören und sieht sie in natürlicher Weise sogleich ein. Wir alle wissen, dass wir unsere lieben Menschen, unseren Reichtum und unsere Gesundheit beim Tod zurücklassen im Land unseres von uns verlassenen Körpers, und viele von uns wissen darüber hinaus, dass wir das uns eigene größere oder kleinere Maß an Tugend und Weisheit „mitnehmen“, denn diese machen ja unser geistiges Wesen aus, das im Tod den Körper verlässt und sich dann so vorfindet, wie es sich während des körperlichen Lebens zu mehr oder zu weniger Tugend und Weisheit entwickelt hatte. Tugend und Weisheit oder Untugend und Torheit mit allen dazwischen liegenden Graden machen unsere Eigenschaften und (Un-)Fähigkeiten aus, sind also unser Wesen. Dagegen sind Verwandte, Reichtum und Gesundheit nur äußerer Besitz. Diesen Besitz verlieren wir spätestens mit dem Tod, vieles schon in diesem Leben. Die Eigenschaften aber, die unser Wesen ausmachen, sind wir selbst, sind darum immer, wo wir sind. Der dreifache Besitz kann uns von anderen entrissen werden, aber unsere inneren Eigenschaften kann uns niemand geben und nehmen, kein Gott und kein Dämon.

Dabei wird unter „*Weisheit*“ verstanden, dass man echt und bis auf den Grund aus den Religionen erfahren und sich angeeignet hat das Wissen, welche Eigenschaften und Fähigkeiten in aller Zukunft diesseits und jenseits zu immer mehr Wohl führen bis zum vollkommenen Heil. Das bedeutet: Wer nur an den ersten Grad der Wohlsuche denkt (s. erstes Kapitel), der ist am stärksten *töricht*, denn er gerät über vordergründiges Wohl immer in baldige Enttäuschungen und Leiden. Wer den *zweiten* und gar *dritten* Grad der Wohlsuche betreibt, der gilt als entsprechend weniger töricht oder entsprechend mehr weise, denn er erlangt ja an Wohl, wie es alle Wesen immer nur suchen, weit mehr als derjenige, der sich mit dem ersten Grad begnügt. Doch wer den *vierten* Grad der Wohlsuche betreibt, der besitzt oder erlangt den höchsten Grad der Weisheit. So

wird also unter „Weisheit“ und entsprechend unter „Torheit“ *nicht nur* verstanden, dass man durch Belehrung um die vier Grade der Wohlsuche „weiß“, sondern es geht tiefer: Wer zwar von allen vier Graden der Wohlsuche zu reden weiß, trotzdem aber die geistige Gewohnheit hat, vorwiegend das erste Wohl zu suchen und dabei nicht darauf zu achten, ob dieses Wohl auch für dieses Leben und darüber hinaus anhält, der gilt dennoch als töricht.

Umgekehrt mag einer von dem dritten und vierten Grad der Wohlsuche in seinem bisherigen Leben nichts gehört haben, darüber nicht belehrt worden sein, hat er aber den inneren „Zuschnitt“, dass er immer wieder darüber nachdenkt, ob denn der Tod die endgültige Vernichtung sei oder ob das Leben über den Tod hinaus weiterreiche und welche Qualitäten es dann habe und wie man sich verhalten müsse, um auch jenseits des Todes zu guter Qualität zu kommen - das gilt als Weisheit und führt ganz sicher früher oder später zum Wissen darüber.

Und *unter Tugend wird verstanden*, dass man nun durch praktische Übung und Selbsterziehung danach strebt, sich all jene heilsfördernden Eigenschaften und Fähigkeiten, von welchen man nun weiß, dass sie das Wohl des dritten und des vierten Grades fördern, anzueignen.

So lehrt also die Weisheit die Wege zu echter Wohlförderung und bedeutet Tugend, dass man diese Wege nun praktisch gehe, ja, dass man die Gewohnheit und die Art gewonnen habe, nur noch in dieser Weise zu leben. Es geht also um Lehre und Leben, um Wissen und Wandel, um Tugend und Weisheit.

Unter diesem vom Erwachten gegebenen Blickpunkt der Weisheit bekommt die moderne dreifache Wohlsuche eine erheblich andere Bedeutung. Denn die *Weisheit* lehrt uns, unser jetziges Leben in seinen Qualitäten von Wohl und Wehe als *Ernte aufzufassen*, als Ernte aus unseren Bemühungen im früheren Leben. Da sagt nun der Erwachte, dass unser jetziges Leben mit dem jetzigen Glück und Leid und Wohl und Weh *nicht hervorgegangen ist* aus dem, was wir im vorigen Leben

an Freundschaft gewonnen oder verloren haben, an Reichtum und Gesundheit gewonnen oder verloren haben, sondern aus dem im vorigen Leben *angeeigneten Maß von Weisheit und von Tugend oder von Torheit und von Untugend* hervorgegangen ist. Diesen beiden früher erworbenen inneren Qualitäten des Menschen ist alles zuzuschreiben, was uns in diesem Leben begegnet: Du hast das Maß an lieben oder unlieben Freunden und Verwandten, wie es dem im vorigen Leben erworbenen oder verlorenen Grad von Tugend und Weisheit entspricht, und du hast das große oder ausreichende oder geringe Maß an Geld und Gut, wie es der im früheren Leben erworbenen oder verlorenen Tugend und Weisheit entspricht. Und du hast das Maß an körperlicher Gesundheit und Widerstandskraft, wie es der im früheren Leben erworbenen oder verlorenen Tugend und Weisheit entspricht. Auch das Maß, wie deine jetzige dreifache Wohlsuche, dein Bemühen um wohltuende Freundschaft, um ausreichenden Besitz, um Förderung der Gesundheit, dir gelingt oder nicht gelingt, ist ebenfalls bedingt durch den im vorigen Leben erworbenen oder verlorenen Grad von Tugend und Weisheit.

Wir sind ja alle in diesem Leben auf der dreifachen Wohlsuche, denn wir spüren täglich am eigenen Leib und sind uns darum einig darin, dass unser Wohl und Wehe im gegenwärtigen Leben weitgehend von Wohlstand, Gesundheit und Freundschaft abhängt. Aber wir sehen auch bei uns selbst und in unserer gesamten Umgebung, wie so sehr unterschiedlich dieses dreifache Wohl verteilt ist und wie so sehr unterschiedlich schwer oder leicht es durch unsere täglichen Bemühungen erreicht werden kann. - Dazu sagt also der Erwachte: Alles, was du auf diesen drei Gebieten hast und gewinnst, das kommt von der im vorigen Leben gewonnenen Tugend und Weisheit; aber alles, was du auf diesen drei Gebieten vermisstest und vergeblich ersehnt, das kommt aus dem im vorigen Leben erlittenen Verlust an Tugend und Weisheit.

Diesen Zusammenhang zeigt ja auch die andere, im zweiten Kapitel zitierte Rede des Erwachten von der achtfachen

Zunahme in mitempfindendem Abgeben an Bedürftige und in tugendlicher Lebensführung: Ein geringes Maß an diesen beiden Eigenschaften führt hernach auch nur zu dürftigem Menschenleben, wo die drei Arten von Wohl: liebe Mitmenschen, Reichtum, Gesundheit nur dürftig vorhanden sind; aber ein größeres Maß an mitempfindender Gebefreudigkeit und Tugendlichkeit führt hernach auch zu glücklicherem Menschentum. Darüber hinaus nennt der Erwachte noch sechsmal immer stärkere Grade in diesen beiden Eigenschaften und als Folge davon immer höhere Daseinsformen in immer helleren, höheren Himmelsbereichen mit entsprechend glücklichem, seligem, langlebigem Dasein - bis zu der höchsten lichtesten Höhe der Sinnensuchtwelt.

Aber ebenso ist in der Rede enthalten - wenn auch nicht ausgesprochen -, dass das gänzliche Fehlen an mitempfindendem Geben und an tugendlicher Lebensart im nachfolgenden Leben nicht mehr zu Menschentum führen kann, sondern zum Absinken in eines der drei darunter liegenden Bereiche - bis zu der tiefsten dunkelsten Tiefe der Sinnensuchtwelt.

Wir müssen also sagen: Dass wir jetzt Menschen sind, mehr oder weniger wohlhabend, mehr oder weniger gesund, mehr oder weniger Gelegenheit zu erfreulichen Erlebnissen, das verdanken wir nicht den im vorigen Leben gepflegten Bemühungen um Gesundheit, Reichtum und „Hobbies“, sondern verdanken wir den damaligen Bemühungen um Tugend und Weisheit: nach dem Maß, wie wir damals anderen, die wir in Not sahen, durch entsprechende Gaben geholfen haben. Wie wir damals entsprechend den in allen Religionen genannten Normen eines tugendlichen Lebens gelebt haben, in dem Maß erfahren wir heute Wohl und Wehe durch Gesundheit oder Krankheit, durch Reichtum oder Armut, durch liebe oder unliebe Mitmenschen.

Unter diesem Blickpunkt erst wird unsere Frage beantwortet, warum der Erwachte die dreifache *Wohlsuche*, die der moderne Mensch fast ausschließlich betreibt, nicht als „Felder der

*Wohlförderung*“ bezeichnet und dagegen die Pflege des mitempfindenden Gebens und der tugendlichen Lebensführung als „Felder der Wohlförderung“ empfiehlt und bezeichnet, denn das, was der normale Mensch ersehnt: viele erfreuliche angenehme Erlebnisse zu haben, wohlhabend zu sein und körperlich gesund und rüstig, das gewinnt er mit all seinem unmittelbaren Anstreben durch Gesundheitspflege, Berufswahl und Geldverdienen doch nur in dem Maß, als er durch früheres mitempfindendes Wohltun und Mitteilen und durch frühere tugendliche Lebensführung die Wege dieses Lebens bereitet und die Tore dieses Lebens geöffnet hat. Wir sehen bei uns selbst und in unserer Umgebung, wie viele Menschen mit allen ihren Bemühungen zu nichts kommen und wie diese Dinge anderen Menschen in den Schoß fallen, und wir sehen alle dazwischen liegenden Grade und Möglichkeiten.

*Unser jetziges Leben* ist mit dem Wohl und Wehe, das es uns bietet, *die Ernte aus früherer Saat*. Aber in dem, was wir heute tun und lassen, im Geben und in Tugend, ist unser jetziges Leben die Saat für spätere Ernte. Und diese Saat hängt ab von dem Maß unserer Weisheit oder Torheit.

Freunde, Reichtum und Gesundheit in diesem Leben tun unmittelbar wohl. Darüber ist kein Zweifel. Zwar bringt jedes nur das ihm eigene Wohl, das ein begrenztes ist, wie jeder, der diesen Dingen bei sich selbst nachgeht, weiß. - Aber über das Wohl, das aus *Tugend und Weisheit hervorgeht*, kann man nur mit solchen sprechen, die es besitzen. Von allen diesen aber hört man, dass das von diesen Eigenschaften ausgehende Wohl himmelhoch über dem steht, was die drei Felder der weltlichen Wohlsuche zu bieten haben.

Das dreifache menschliche Wohl in diesem Leben anzustreben und zu mehren, erfordert seinen Einsatz. Tugend und Weisheit in diesem Leben anzustreben und zu mehren, erfordert auch seinen Einsatz.

Das dreifache menschliche Wohl kannst du nur bis zu bestimmten Grenzen erwerben, denn die menschliche Gesundheit ist begrenzt, durch Unfall und Krankheit gefährdet, durch

Alter und Tod beendet, und auch der Reichtum hat Grenzen, denn der Milliardär kann nicht mehr Wohl genießen als der Millionär.- Aber Tugend und Weisheit sind unbegrenzt erlangbar. Je mehr du dich darum bemühst, um so mehr erwirbst du. Je mehr du erwirbst, um so glücklicher bist du. Im Tod sind die drei weltlichen Wohlbringer verloren, aber Tugend und Weisheit bleiben über den Tod hinaus. Und nur die dir von der Weisheit empfohlene Übung im Mitgeben und in der Tugend sind es, die dir auch im nächsten Leben Reichtum bescheren, Gesundheit bescheren und Freundschaft bescheren und die dir, wenn du sie in höherem Maß erworben hast, alle diese Dinge in übermenschlichem Maß bescheren, eben in himmlischer Weise mit himmlischem Glück, bis zu den höchsten lichtesten Höhen der Sinnensuchtwelt.

## 5. Torheit und Weisheit

Eine solche Aussage, dass die sechs stärkeren Grade von mitempfindender Gebefreudigkeit und tugendlichem Lebenswandel, also tauglicher Begegnungsweise mit den Mitwesen, nach dem Verlassen des Körpers jenseits des Todes zu den sechs verschiedenen übermenschlichen Himmelswelten bis zu den höchsten leuchtendsten Höhen der Sinnensuchtwelt führen, löst bei den unterschiedlichen Lesern auch sehr unterschiedliche Gedanken und Empfindungen aus, *denn wir Menschen sehen nur das, was „vor Augen ist“*.

Es ist wiederholt gesagt, dass alle Heilslehren, alle Religionen aufzeigen, dass das Leben nicht mit dem Körper endet. Selbst die ganz fragmentarischen, bruchstückhaften Lehren, zu welchen wir die wenigen Evangelien des Christentums zählen müssen, enthalten diese Behauptung offen und ebenso zwischen den Zeilen, obwohl sie keinerlei nähere Begründungen dafür liefern. Aber die tieferen und vollständigen Lehren, wie wir sie vorwiegend im Mittleren und Fernen Osten finden, begründen diese Tatsache so einleuchtend und nachvollziehbar, dass infolge davon der östliche Mensch weit mehr mit der

endlosen Todlosigkeit des Lebens rechnet als der westliche.

Aber die Annahme dieser Lehren hängt nicht nur von der Überzeugungskraft des Angebots, sondern ebenso sehr von der subjektiven Beschaffenheit des Hörers ab. Darum eben vergleichen sich die Heilslehrer, die in die Gesetze des Daseins unvergleichlich tiefer eingedrungen sind als der normale Mensch, mit einem Sämann, der zwar die Samen der Wahrheit über die Gesetze des Lebens und des Daseins ausstreut, aber sich bewusst ist, dass das Wachstum einzig von der Beschaffenheit des Bodens abhängt. Hinter diesem Bild vom unterschiedlichen Boden sieht der Erwachte den unterschiedlichen Grad der „Aufmerksamkeit, Beobachtungsfähigkeit“ (*manasikāra*) des Menschen als den entscheidenden Faktor für die Ausbildung richtiger oder falscher Seinsicht.

Die vordergründigste, flachste Beobachtungsweise unterscheidet ausschließlich zwischen den angenehmsten und unangenehmsten Sinneseindrücken: hingerissen von den angenehmen, sucht sie diese mit allen Mitteln zu halten, und abgestoßen von den unangenehmen, strebt sie mit allen Mitteln, sie fernzuhalten oder sich von ihnen zu entfernen, ohne nachzuprüfen, welche Folgen sich daraus ergeben. Das ist die Art des „Toren“. - Der Leser sieht, dass diese dem ersten Grad der im ersten Kapitel besprochenen vier Grade der Wohlsuche entspricht, der Wohlsuche nur für den gegenwärtigen und nächsten Augenblick. Darum kann, wer sich von den Erscheinungen so blenden lässt, dass er keine Aufmerksamkeit für die möglichen weiteren Entwicklungen übrig hat, nicht einmal sicher zu morgigem oder gar späterem Wohl innerhalb dieses Lebens kommen, geschweige über die jetzige körperbedingte Lebensform hinausgehend.

Eine erheblich tiefere Aufmerksamkeit (*manasikāra*) führt dazu, dass der Mensch im Lauf der Jahre dahin kommt, bei sich und bei seinen Mitwesen den bewegten Körper zu unterscheiden von den ihn bewegenden und benutzenden *geistigen* Auffassungen und Einsichten und *seelischen* Empfindungen und Triebkräften. Je mehr einer aber *zu dieser Unterscheidung*



*zwischen den sinnlich wahrnehmbaren, bewegten Körpern und den alles bewegenden, aber sinnlich nicht wahrnehmbaren geistigen Trieb- und Lenkkräften kommt*, um so mehr richtet er seine Aufmerksamkeit auf die letzteren. Diese Beobachtung der inneren Triebkräfte, Einsichten, Motivationen und Beweggründe führt ihn im Lauf der Zeit zum ahnenden bis sicheren Verständnis der Tatsache, dass diese überhaupt das Wollen und Empfinden ausmachen, also das „Leben“ sind, dass sie aber nicht mit dem Körper entstanden sind, nicht mit dem Körper altern und auch nicht mit dem Körper sterben. Diese mehr oder weniger deutlichen Einsichten aus einem mehr oder weniger tiefen Grad der Selbstbeobachtung (*manasikāra*) sind es, die den Menschen zu den Religionen finden lassen, deren Gründer erheblich tiefere Einsichten in diese Zusammenhänge gewonnen haben und darüber lehren. Das ist der „fruchtbare Boden“, den der Erwachte *yoniso manasikāra* nennt: „auf die Grundlagen, auf die Herkunft, gerichtete Aufmerksamkeit“. Das ist das Wesen der Weisheit.

Durch diese Unterschiedlichkeit der Beobachtung ist es bedingt, dass die Ende des vorigen Kapitels ausgesprochene Behauptung von den verschiedenen übersinnlichen Himmelswelten bei den unterschiedlichen Lesern sehr unterschiedliche Auffassungen und Empfindungen auslösen. Je mehr der Mensch „guten Bodens“ bei sich beobachtet, dass die das Erleben, Wollen und Empfinden machenden Triebe nicht mit dem Körper altern und sterben, dass sie gar nicht der „Zeit“ unterliegen, sondern nur durch die unterschiedlichen denkerischen Bewertungen seitens des Geistes verstärkt oder abgeschwächt werden, entstehen oder vergehen, dass darum jeder Mensch auch in seinem geistigen Wesen zwar ununterbrochen sich etwas verändert, *aber nie auf diese Weise „beendet, vernichtet“* werden kann, um so mehr kommt er zum Verständnis der Aussagen in allen Religionen, dass einzig und allein die in diesem Leben vollzogenen Wandlungen seiner geistigen Qualitäten auch die Qualität des nachfolgenden Lebens bestimmen. Ja, ein solcher, der diese Zusammenhänge mehr und

mehr versteht, hat bereits in diesem Leben bei sich beobachten können, dass seine äußeren Lebensqualitäten zwischen dunkel und licht sich unmerklich-merklich gewandelt haben mit der Wandlung der geistig-charakterlichen Qualitäten von kaltem Geiz zu mitempfindendem Abgeben und Mitgeben und von Rücksichtslosigkeit zu Nachsicht, Achtung und zu wohlthuernder Fürsorge.

Aus der zunehmenden Hinwendung zu der Beobachtung dieser geistigen Gegebenheiten treten ihm diese immer mehr vor Augen und in sein Bewusstsein. Von daher durchschaut er immer mehr all seine Erlebnisse mit den Menschen und Dingen seiner Umgebung als Ernte aus der Saat, die von seinem Wesen und den durch sein Wesen bedingten Taten ausgegangen ist, durchschaut die Kette der lebenslänglichen sinnlichen Wahrnehmungen als das Echo all seiner Taten, die von ihm in die Welt hineingegeben sind. Er erkennt sein geistiges Wesen als den jeweiligen Erzeuger der jeweiligen „Welt“ und erkennt die von seinem geistigen Wesen ausgehenden Wollungen und körperlichen Unternehmungen als das jeweilige Bauen und Erzeugen und Konstruieren von „Welt“ mit dunklen und lichten Parteien, und er durchschaut die Kette seiner lebenslänglichen Erlebnisse als den Film, den er selbst hergestellt hat und an dessen Fortsetzung er mit jeder seiner Taten arbeitet, mit dunkleren und mit helleren.

Durch diese Einsichten *kann er sich nicht mehr aufhalten mit Klagen und Seufzen über die üblen Erlebnisse und die Schlechtigkeit der „Welt“* und mit Anklagen gegen die Menschen, von denen er Dunkles oder Schmerzliches erfährt, denn er durchschaut sie als die Rückbringer des von ihm Ausgegangenen. Er sieht nun, dass er die Möglichkeit hat, ganz ebenso erheblich lichtere, erfreulichere, ja, edlere Erlebnisse zu schaffen, wie er bisher die mittelmäßigen und trüben geschaffen hat.

Mit diesen Einsichten wird ihm nachträglich noch unvergleichlich deutlicher, dass diese Wahrheit, zu der er durch Erfahrung gekommen ist, ja die Grundlehre aller Religionen

bildet: Wie du in deinem Herzen bist, so wirst du in deinem Leben erfahren. Wenn du in deinem Herzen dunkler oder heller wirst, dann wirst du in der Fortsetzung deines Lebens Dunkleres oder Helleres erfahren. Du hast die Qualitäten deines jetzigen Lebens gemacht, du kannst lichtere Qualitäten machen. Das ist der Sinn, der der Aussage des Erwachten zugrunde liegt, dass das jetzige Sich-Erleben als Mensch in menschlicher Welt die Ernte ist daraus, dass zuvor in einem nur mäßigen Maß die zwei Felder der Wohlförderung: Geben und tugendliche sanfte Begegnung, gepflogen wurden und dass aus noch geringerer Bearbeitung dieser beiden Felder demnächst nicht einmal mehr Menschentum erfahren werden kann, dass aber aus zunehmender Pflege dieser Felder der Wohlförderung in Zukunft auch zunehmendes Wohl, zunehmende Helligkeit, Freudigkeit und Glück hervorgeht bis zu den höchsten, lichtesten Höhen der Sinnensuchtwelt.

## 6. Vollendung von Wohl und Heil

Aber auch der höchste Himmel innerhalb der Sinnensuchtwelt gehört eben der Sinnensuchtwelt an, und diese ist von den drei großen Erfahrungsbereichen, die den Samsāra, den gesamten Umlauf der Wesen mit allen Höhen und Tiefen ausmachen, der unterste, der geringste. Von unserem menschlichen Standpunkt aus, den wir nach unserem Charakter, nach unserer Moral und nach unseren Erlebnissen und Empfindungen innehaben, ist die höchste, lichteste Höhe der Sinnensuchtwelt ein Dasein in seligem Wohl. Aber für die Wesen des mittleren der drei großen Erfahrungsbereiche, für Brahma und höheren Geister der Welt der reinen Form, ist die Sinnensuchtwelt von oben bis unten, von den höchsten Himmeln bis zu den tiefsten Höllen dunkel, schmerzlich, abstoßend. So groß der Unterschied zwischen unten und oben innerhalb der Sinnensuchtwelt ist – eine ganz andere, eine unvergleichliche Art ist den Wesen der mittleren der drei großen Erfahrungsbereiche eigen – von dem obersten, dem hellsten und erhabensten, dem „formfreien Be-

reich“, ganz zu schweigen.

Den Wesen dieses formfreien Seins ist nur noch ein Leiden eigen: Auch dort geht es, gleichviel nach welchen unermesslichen Zeiten – zu Ende (*vīparināmadukkhātā*). Dem Samsāra entrinnen kann nur, wer sich auch dort, auch in jenem erhabenen Frieden nicht „etabliert“, wer auch ihm gegenüber jene unangelegene Uneingepflanztheit einnimmt, die sich dieser letzten feinsten erhabenen Gewordenheit gegenüber so verhält, wie wenn sie nicht wäre, wie wenn sie nicht erfahren würde. Mit dieser Haltung der Ungerichtetheit und Unverbundenheit wird dann auch diese letzte Sprosse der Daseinsleiter verlassen. Das ist so, wie wenn nach dem Aufhören aller Geräusche, der je bedingten und je gewordenen, nach dem Aufhören auch des letzten feinsten Klangs die immerwährende Stille, die durch nichts bedingt ist und darum unvergänglich ist, übrig bleibt. Dieser „Zustand“ erst wird „Vollendung“ genannt. Weil jener Prinz Siddhattha im damaligen Indien von sich selbst alles das, was nach hier und nach dort geneigt macht, was jenen Zustand ungerichteter, unbeeinflusster, schwebender Freiheit verhinderte, abgetan und losgelassen hatte, darum wurde er der „Vollendete“ genannt. Darum konnte er den Weg weisen, zur Vollendung zu gelangen.

Die drei großen Erfahrungsbereiche, die zusammen den Samsāra bilden und unter welchen die Sinnensuchtwelt die unterste, größte ist, sind miteinander fast nicht vergleichbar. Innerhalb jedes der Erfahrungsbereiche findet zwar von unten bis oben eine graduelle Verfeinerung statt; aber der Übergang von dem einen Erfahrungsbereich zum anderen ist eine radikale Veränderung, ist eine Transformierung, eine Transzendierung, die mit der Entwicklung einer Raupe zum Schmetterling verglichen werden kann. Aus zunehmender, fortschreitender Bearbeitung der zwei ersten „Felder der Wohlförderung“, durch wohlwollendes Mitteilen und Wohltun und durch die tugendliche Lebensführung entsteht eine gradlinige innere Erhellung des Herzens. Diese Entwicklung, die bis zu der Herzensqualität der Götter der höchsten Himmel der Sinnensuchtwelt führt,

ist zu vergleichen mit dem Wachstum der entstandenen Raupe bis zu ihrer vollen Größe und Reife.

Der Übergang, die Transzendierung von den höchsten Qualitäten der Sinnensuchtwelt zu der Erfahrung der reinen Form (dem mittleren Werdbereich) ist zu vergleichen mit Übergang und Umwandlung (Transformierung) der Raupe zur Puppe – ein völlig anderer Zustand.

Die gradlinige Entwicklung im Aufstieg durch die verschiedenen Sphären der reinen Form durch Entwöhnung von der Lebensweise in sinnlicher Wahrnehmung und Hingewöhnung zu dem Zustand des samādhi im Herzensfrieden gleicht innerhalb des Puppenstatus dem Umbau des Organismus von der ursprünglich gefräßigen Raupe zum künftigen Schmetterling. Dieser Umbau geht allmählich und gradlinig vor sich, aber von außen gesehen bleibt der Puppenzustand.

Doch irgendwann ist die Reifung vollendet: eine hauchdünne Haut öffnet sich und offenbart nun, dass in ihrem Inneren nichts mehr von Raupe ist, etwas völlig anderes tritt zutage, breitet die Flügel aus und fliegt davon. – Das ist nur ein schwacher Vergleich, der zeigen soll, dass die Gesamtentwicklung wohl einen Zusammenhang hat, dass aber innerhalb ihrer große Zäsuren, Veränderungen, Transformierungen stattfinden, die von uns, die wir unterhalb sind, kaum geahnt werden können. - Diese dreifache Entwicklung bezeichnet der Erwachte als „drei Arten von Selbsterfahrnis“ (*attapatilābha* - D 9), deren erste die schmerzlichste und deren letzte die am wenigsten schmerzliche ist, und mit deren Überwindung alle Leiden von den größten bis feinsten endgültig überwunden sind in der Vollendung, im Heilsstand. Darum gibt der Erwachte in vielen anderen Reden die Wegweisung und Anleitung, wie man die erste dieser drei großen Arten von Selbsterfahrnis zunächst von ihrer größten Art immer mehr befreit, wie man dann transzendiert zur zweiten Art der Selbsterfahrnis und dann diese immer mehr verfeinert, um dann zur dritten Art zu transzendieren, bis man auch diese nach ihrer vollkommenen Erfüllung verlassen, loslassen kann zur vollkommenen Freiheit

der Erlösung.

Wir haben gesehen, dass die Bearbeitung und Beackerung der zwei ersten Felder der Wohlförderung, die der Erwachte in A VIII,36 näher beschrieben hat, mit zunehmendem Gelingen bis zu den lichtesten, höchsten Höhen der Sinnensuchtwelt führt, aber nicht darüber hinaus. Damit ist die Entwicklung jener untersten, ersten Art der Selbsterfahrnis, die der Erwachte die „grobe“ nennt, abgeschlossen. Über die Sinnensuchtwelt hinaus, durch den Erfahrungsbereich der reinen Form hindurch und darüber hinaus, durch den Bereich des formfreien Seins hindurch und bis zur Vollendung des Heilsstandes – dahin führt allein die Beackerung und Bearbeitung des vom Erwachten in jener Rede an dritter Stelle genannten, aber dort nicht näher beschriebenen „Feldes der Wohlförderung durch Übersteigerung, Transzendierung, Transformierung (*bhāvanā*)“.

Doch diese Entwicklung können nur solche Menschen betreiben wollen und vor allen Dingen durchführen und durchhalten, welchen die schon häufiger genannten Grundvoraussetzungen aller heilsamen Entwicklung eigen ist: Tugend und Weisheit oder Weisheit und Tugend.

Wenn der normale, von einem Vollendeten, einem Erwachten nicht belehrte Mensch durch tugendliches Streben nach dem Verlassen des Körpers jenseits des Todes in höhere himmlische Welt gelangt, mehr oder weniger unvorhergesehen eine Daseinsform erfährt, die gegenüber dem verlassenen menschlichen Dasein von ihm geradezu als selig empfunden wird und in welcher der Zeitfaktor, der unser menschliches Dasein so sehr bedrängt, kaum spürbar ist, dann ist er „wunschlos glücklich“. Auch wenn er im Lauf von Zeiten, die alles Menschenmaß weit übersteigen, die Ahnung oder Erfahrung gewinnt, dass das dortige Dasein nicht ewig währt, dann sind doch die jeweils gegenwärtigen Freuden so groß, dass sie wenig Raum lassen zum weisheitlichen Beobachten und Nachdenken und Forschen nach der wahren Unabhängigkeit und Freiheit in der Erlösung. Es ist ein höherer Grad von Weisheit erforderlich, eine höhere, klarere Erkenntnis der Daseinszusammenhänge,

um einen Blick für den Heilsstand zu bekommen und durch ein zunehmendes Verständnis vom Wesen des Heilsstandes auch einen solchen Maßstab zu bekommen und zu haben, mit welchem alle wandelbaren Daseinsformen als solche durchschaut werden. Diesen Weisheitsgrad nennt der Erwachte in den verschiedenen Reden immer wieder im gleichen Wortlaut, der auch in M 46 an die zwei bereits zitierten Aussagen anschließt.

*Wer da, ihr Mönche, ein belehrter, erfahrener Heilsgänger ist, der behält den Heilsstand (ariya) im Blick, er kennt das Wesen des Heils und ist bewandert in den Eigenschaften des Heils. Er hat darum auch einen Blick für die wahren Menschen (sappurisa), kennt die Art des wahren Menschen und ist bewandert in dessen Eigenschaften. Darum weiß ein solcher auch, was da beharrlich zu betreiben und was nicht zu betreiben ist, was zu erfahren ist und was nicht zu erfahren ist, um den Heilsstand zu gewinnen.*

*Und weil er diese Dinge zu unterscheiden weiß, darum betreibt er das zu Betreibende und unterlässt das Nicht-zu-Betreibende, darum befolgt er, was zu befolgen ist, und unterlässt das Nicht-zu-Befolgende. Indem er so recht vorgeht, da mehrt sich bei ihm das Erwünschte, das Wohltuende, Helle und mindert sich bei ihm das Unerwünschte, Schmerzliche, Dunkle. So muss es eben demjenigen ergehen, der die rechte Kenntnis besitzt.*

Ein „belehrter erfahrener Heilsgänger“ zu sein, das ist die Voraussetzung für alles weitere Anstreben und Vollbringen, denn nur ein solcher behält den Heilsstand im Blick, und nur wer den Heilsstand im Blick behält, der kann jede Station innerhalb des unermesslichen Daseinsumlaufs im Samsāra, auch die hellsten und hehrsten, untrüglich erkennen und durchschauen als Stationen und Räume innerhalb des Samsāra-Labyrinths, als Produkte und Gebilde der Werdensströmung, durch welche die Wesen ununterbrochen verändert werden und

zu immer wieder anderen Räumen, anderen Stationen gelangen, ununterbrochen, ohne Ausweg. Nur wer dies durchschaut, der lernt allmählich jene fünf Komponenten kennen, welche alle Daseinserscheinungen, alle Samsāra-Stationen „komponieren, konstruieren, bilden, darstellen“ und lernt die Gesetze ihres Entstehens und Vergehens, ihrer ununterbrochenen Wandelbarkeit kennen und lernt ihren schmerzlichen Charakter kennen und gewinnt dann einen Begriff und eine Vorstellung von dem unantastbaren Heilsstand jenseits der fünf Zusammenhäufungen: Form, Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität und programmierte Wohlerfassungssuche.

Dieses Wissen und *dieser Status des „belehrten erfahrenen Heilsgängers“* wurde schon zur Zeit des Erwachten von den allermeisten nicht von heute auf morgen, sondern nur in langen Jahren des zunehmenden Studiums der Lehren des Erwachten und der fortschreitenden Aneignung des tugendlichen/tauglichen Lebenswandels mit fortschreitender innerer Erhellung und Erhöhung: *also durch Tugend und Weisheit erworben.*

Vielleicht hat der Erwachte aus diesem Grund in unserer Rede zwar von allen „drei Feldern der Wohlförderung“ gesprochen, hat aber nur die zwei ersten Felder der Wohlförderung und ihre großen erhellenden Auswirkungen näher erklärt. Wer in diesem Leben in seinem praktischen Alltag auf diesen Feldern der Wohlförderung arbeitet, wer in Familie, Freundschaft, Beruf wie überhaupt in jeder Begegnung an seiner inneren tugendlichen Erhellung und Erhöhung arbeitet und immer wieder in ruhigen Stunden sich in den überlieferten Reden des Erwachten unterrichtet über das Wesen und den Zusammenhang der fünf Zusammenhäufungen, der wächst durch diese Mehrung von Tugend und Weisheit im Lauf der Zeit jenem vom Erwachten bezeichneten Status des *„belehrten erfahrenen Heilsgängers“* immer näher, und er erkennt es daran, dass er den Heilsstand immer mehr in den Blick bekommt und immer mehr im Sinn behält.

Der Vollständigkeit halber soll aber aus einer anderen Rede



ergänzt werden, was der Erwachte als Übersteigen, Transzendieren und Transformieren (*bhāvanā*) bezeichnet, also als „drittes Feld der Wohlförderung“. In der „Angereichten Sammlung“ finden wir im Siebenerbuch, in der 67. Rede jene sieben Gruppen von Übungen der Oberstufe genannt, die auch in anderen Reden häufig vorkommen, die immer in der gleichen Reihenfolge (nach Zahlen geordnet: 4,5,7,8) genannt und immer wieder als die wichtigsten Übungen für den letzten Teil des Heilsweges beschrieben werden, nämlich:

1. *Vier Satipathāna* (7. Glied des achtgliedrigen Heilsweges), übersetzt von Neumann: „Pfeiler der Einsicht“, von Nyānaponica und Nyānatiloka „Grundlagen der Achtsamkeit“. Es handelt sich um die Beobachtung von vier zu erfahrenden Erscheinungen (der zu sich gezählte Körper, die zu sich gezählten Gefühle, Herzensregungen und die noch übrig bleibenden Erscheinungen eines weit geläuterten Menschen), über deren ununterbrochene Veränderung der Übende sich bewusst ist. Dazu ist natürlich erforderlich, wie auch ausdrücklich gesagt wird, dass alles Interesse von den gesamten weltlichen Erscheinungen abgezogen ist, weil diese als Täuschung durchschaut sind.

2. *Die vier Sammāpadhāna* (6. Glied des achtgliedrigen Heilsweges), „die vier großen Kämpfe“, die zu der Transzendierung von der ersten Art der Selbsterfahrnis, der sinnlichen, zu der zweiten Art der Selbsterfahrnis erforderlich sind: 1. *Aufgestiegene unheilsame Gedanken nicht aufsteigen lassen*, 2. *aufgestiegene üble, unheilsame Gedanken vertreiben*, 3. *unaufgestiegene gute, heilsame Gedanken aufsteigen lassen*, 4. *aufgestiegene heilsame Gedanken festigen, entfalten*.

3. *Die vier iddhipādā*, vier Wege zur Macht über die Materie, zur Erreichung des achten Glieds des achtgliedrigen Wegs: samādhi. Nur von unserem Standpunkt der Ohnmacht in der Abhängigkeit von dem grobstofflichen Körper und der als außen erfahrenen Materie wird dieser Zustand als „Macht“ bezeichnet. Denen, die in diesem Zustand leben, gilt er als „natürlich“.

4. und 5. *Die fünf indriya und bala*, Heilskräfte, welche sich bei dem Kenner der Lehre, der das Wesen des Heilsstandes begriffen hat, im Lauf der Zeit der Reihe nach immer stärker entwickeln: *Vertrauen, Tatkraft, Wahrheitsgegenwart, Herzenseinigung, Weisheit.*

6. *Die sieben bojjhanga*, die Erwachungsglieder, deren erstes bereits dem siebenten Glied des achtgliedrigen Weges entspricht und deren weitere sechs die letzten Entwicklungsphasen bedeuten bis zur vollkommenen Erwachung (*bodhi*): *Wahrheitsgegenwart, Ergründung der Wahrheit, Tatkraft, geistige Beglückung bis Entzückung, Stillwerden der Sinnesdränge, Herzenseinigung, Gleichmut, die in der Abgeschiedenheit wurzeln, in der Reizfreiheit wurzeln, in der Ausrodung wurzeln und einmünden in reif gewordenes Loslassen.*

7. Der achtgliedrige Heilsweg in seiner Ganzheit.

Schon die Aufzählung dieser sieben Gruppen von Übungen (insgesamt 37 Übungen) lässt erkennen, dass es sich, mit Ausnahme der letzten Gruppe, die den ganzen Übungsweg umfasst, um die Oberstufe der Gesamtentwicklung handelt. Diese also werden insgesamt in unserer Rede „*bhāvanā*“ genannt, die Übersteigerung, Transformierung, Transzendierung. Sie führen durch alle drei Arten der Selbsterfahrnis hindurch bis zur vollkommenen Erwachung, Erlösung, Vollendung.

Wer nun die beiden ersten vom Erwachten genannten „Felder der Wohlförderung“ bei sich selbst eifrig bearbeitet und beackert, der gewinnt aus den allmählich aber merklich bei ihm selbst eintretenden inneren Wandlungen im Geist, im Gemüt und im Herzen diejenigen Erfahrungen, die ihm immer mehr Verständnis eröffnen für die Bedeutung und die Art und Weise der einzelnen genannten Übungsgruppen. Indem er durch die Lehrreden des Erwachten auch ein immer tieferes Verständnis für den Leidenscharakter der fünf Zusammenhäufungen gewinnt und für die Tatsache, dass lediglich von ihnen der täuschende „Ich-bin-Eindruck“ kommt, der entwickelt sich auf diesem Weg zum ariya sāvako, zum „erfahrenen belehrten

Heilsgänger“ und erfüllt damit die Voraussetzungen, die zu einem fließenden Übergang von der Bearbeitung der beiden ersten Felder der Wohlförderung zu dem dritten Feld der Wohlförderung und zu der Vollendung dieser Bearbeitung führen.

WAHN UND WAHNBEFREIUNG  
„Gruppierte Sammlung“ (S 12,25)

Die folgende Rede zeigt, dass im damaligen Indien nicht nur der Erwachte, sondern auch viele andere zeitgenössische Lehrer von religiösen Gruppen und Sekten sich bewusst waren, dass das Leben nach dem Karmagesetz verläuft; sie hatten jedoch unterschiedliche Auffassungen darüber, *in welcher Weise das Karmagesetz sich auswirkt*. Außerdem gab es Sektenführer, welche *nicht das Karmagesetz, sondern den Zufall* verantwortlich machten für das Herantreten von Wohl und Wehe an den Menschen.

Diese Auffassungen sind in der folgenden Rede nebeneinander gestellt, und dazu äußern sich nun zuerst Sāriputto und hernach der Erhabene selbst in der Weise, dass sie diese Problematik von der naiven innerweltlichen Anblicksweise, mit welcher sie nicht vollständig gelöst werden kann, zu der höheren Warte des weltüberlegenen Anblicks heben und dann lösen.

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene mit einer Schar von Mönchen zu Sāvatti im Siegerwald, im Garten Anāthapindikos.*

*Damals nun hatte sich der ehrwürdige Bhūmijo um die Abendzeit aus seiner Zurückgezogenheit erhoben und sich zum ehrwürdigen Sāriputto begeben, hatte ihn freundlich begrüßt und sich neben ihm niedergelassen. Zur Seite sitzend, sprach nun der ehrwürdige Bhūmijo zu dem ehrwürdigen Sāriputto:*

*Es gibt ja, Bruder Sāriputto, manche Asketen und Brahmanen, die als Karmalehrer verkünden, dass der Mensch alles Wohl und Wehe selbst verursacht habe. Manche anderen Karmalehrer sagen dagegen, dass das erfahrene Wohl und Wehe durch andere gewirkt sei. Wieder andere lehren, dass das erfahrene Wohl und Wehe sowohl durch einen selbst wie durch andere*

*gewirkt sei. Endlich gibt es ja, Sāriputto, Asketen und Priester, die da lehren, dass alles Wohl und Wehe weder durch eigenes Tun noch durch fremdes Tun, sondern durch den Zufall an den Menschen herantrete.*

*Was sagt nun, Bruder Sāriputto, der Erhabene hie-rüber? Wie müssen wir, wenn andere uns fragen, Be-scheid geben, damit wir das, was der Erhabene gelehrt hat, richtig wiedergeben und nicht gegen den Erhabenen ein unberechtigter Vorwurf erhoben werden kann?*

–  
*Ursächlich entstanden, Bruder, ist Wohl und Wehe, so hat der Erhabene gelehrt. Aus welcher Ursache? Aus der Berührung als Ursache. Wenn man so sagt, wird man das, was der Erhabene gelehrt hat, richtig wiedergeben und kann nicht gegen den Erhabenen ein unberechtigter Vorwurf erhoben werden. –*

Wir sehen, dass es zu jener Zeit wenigstens die oben genannten vier verschiedenen Auffassungen über die Herkunft des an den Menschen herantretenden Wohl und Wehe gab. Wenn nun Sāriputto im ersten Satz sagt, dass alles Wohl und Wehe *eine Ursache* habe, dann widerspricht er nur der vierten Behauptung, nach welcher das Wohl und Wehe keine greifbare Ursache habe, sondern durch Zufall eintrete.

Wenn Sāriputto dann im zweiten Satz sagt, dass die Ursache für alles Wohl und Wehe *in der Berührung* liege, dann weiß der Kenner der Lehrreden, dass er damit auf die Ebene der unbefangenen, unbeeinflussten (*anāsavā*) Daseins-sicht getreten ist, wie sie im *paticcasamuppāda*, in der zwölfgliedrigen Kette der Bedingtheiten, eingenommen wird. Dort wird behauptet und in vielen Reden näher erklärt - dass alles gefühlte Wohl und Wehe immer nur durch Berührung zustandekommen kann.

Alle Sinneseindrücke lösen durch Berührung des Wollens-körpers (*nāma-kāya*) unmittelbar Gefühle aus, Wohl oder We-

he. Auf diese Tatsache weist Sāriputto hin. Aber andererseits sind die jetzt zur Berührung kommenden Sinneseindrücke ja irgendwann aus früherem Wirken, aus früherer Saat hervorgegangen. Diese Tatsache muss bestehen bleiben; auf sie kommt der Erwachte hernach zurück. Doch gleichviel, durch wen jene herantretenden angenehmen oder unangenehmen Sinneseindrücke seinerzeit verursacht worden sind - erst in dem Augenblick, wenn ihre *Berührung* stattfindet, entsteht durch diese Berührung Wohl- oder Wehgefühl. Das besagen die folgenden Absätze ausführlicher:

*„Ob da, Bruder Bhūmijo, manche Karmalehrer Wohl und Wehe als selbstverursacht verkünden, so tritt es doch nur durch Berührung ein. Und ob andere Karmalehrer Wohl und Wehe als durch andere verursacht verkünden oder sowohl durch einen selbst als auch durch andere verursacht verkünden, so tritt es doch nur durch Berührung ein. Und selbst wenn da andere Lehrer verkünden, dass Wohl und Wehe weder durch einen selbst noch durch andere, sondern durch Zufall käme, so tritt es doch nur durch Berührung ein.*

*Wenn also auch, Bhūmijo, die Karmalehrer Wohl und Wehe als durch eigenes Wirken verursacht verkünden – dass es da auf andere Weise als durch Berührung empfunden und gefühlt werden könnte, das gibt es nicht. Und wenn da andere Karmalehrer das Wohl und Wehe als durch andere verursacht oder sowohl durch einen selbst als auch durch andere verursacht lehren – dass es da auf andere Weise als durch Berührung empfunden und gefühlt werden könnte, das gibt es nicht. Und selbst wenn da andere Lehrer verkünden, dass Wohl und Wehe weder durch einen selbst noch durch andere, sondern durch Zufall entstünde – dass es da auf andere Weise als durch Berührung empfunden und gefühlt werden könnte, das gibt es nicht.*

Sāriputto hat also mit seiner Antwort nicht der Aussage widersprochen, dass Wohl und Wehe durch eigenes Wirken oder fremdes Wirken oder beider Wirken geschaffen wird, sondern hat lediglich die unmittelbare Voraussetzung für das Eintreten des Gefühls genannt. Die Berührung allein ist zwar die Bedingung für das Fühlen von Wohl oder Wehe, aber „Berührung“ bedeutet ja, dass da Gewirktes (“Karma“), Ernte aus früherer Saat, an die innere Empfindlichkeit herantritt. Insofern hat die Berührung wiederum ihre Ursache, und auch diese vorgelagerte Ursache ist wiederum durch anderes verursacht und so fort bis zur *avijjā*, dem Wahn, als der ersten Ursache. Das wird hier von Sāriputto aber noch nicht näher erläutert, doch werden wir im zweiten Teil sehen, dass der Erhabene diese Erklärung bringt.

\*

Ānando hatte dem Gespräch Sāriputtos mit Bhūmijo beige-wohnt. Danach ging er zum Erhabenen und berichtete ihm das Gespräch wortwörtlich in der Hoffnung, vom Erhabenen noch weitere Erklärungen zu bekommen. In dieser Hoffnung hat er sich nicht getäuscht. Zunächst wiederholt der Erhabene fast wörtlich die Ausführungen Sāriputtos, geht aber anschließend darüber hinaus.

*Es hatte aber der ehrwürdige Ānando der Unterredung des ehrwürdigen Sāriputto mit dem ehrwürdigen Bhūmijo zugehört.*

*Danach begab sich der ehrwürdige Ānando dahin, wo der Erhabene weilte, begrüßte den Erhabenen ehrfurchtsvoll und setzte sich zur Seite nieder. Zur Seite sitzend, berichtete nun der ehrwürdige Ānando dem Erhabenen die ganze Unterredung Wort für Wort. Darauf sprach der Erhabene:*

*„Gut, gut, Ānando, auf solche Weise hat Sāriputto richtigen Bescheid gegeben. Ursächlich entstanden,*

*Ānando, ist Wohl und Wehe, so habe ich gelehrt. Und aus welcher Ursache? Aus der Berührung als Ursache. Wenn er so sagt, hat er das, was ich lehre, richtig wiedergegeben, und so kann nicht ein unberechtigter Vorwurf gegen mich erhoben werden.*

*Ob da, Ānando, manche Karmalehrer Wohl und Wehe als selbstverursacht verkünden, so tritt es doch nur durch Berührung ein. Und ob andere Karmalehrer Wohl und Wehe als durch andere verursacht verkünden oder sowohl durch einen selbst als auch durch andere verursacht verkünden, so tritt es doch nur durch Berührung ein. Und selbst wenn da andere Lehrer verkünden, dass Wohl und Wehe weder durch einen selbst noch durch andere, sondern durch Zufall entstünden, so tritt es doch nur durch Berührung ein.*

*Wenn also auch, Ānando, die Karmalehrer Wohl und Wehe als durch eigenes Wirken verursacht verkünden – dass es da auf andere Weise als durch Berührung empfunden und gefühlt werden könnte, das gibt es nicht. Und wenn da auch andere Karmalehrer das Wohl und Wehe als durch andere verursacht oder sowohl durch einen selbst als auch durch andere verursacht lehren – dass es da auf andere Weise als durch Berührung empfunden und gefühlt werden könnte, das gibt es nicht. Und selbst wenn da andere Lehrer verkünden, dass Wohl und Wehe weder durch einen selbst noch durch andere, sondern durch Zufall entstünden – dass es da auf andere Weise als durch Berührung empfunden und gefühlt werden könnte, das gibt es nicht.*

Die häufig vorkommenden, wortwörtlichen Wiederholungen der vorher gemachten Aussage haben den wichtigen Zweck, dass sich nicht nur der Sinn der Lehre, die Aussagesubstanz



dem Menschen einprägt, sondern auch der Wortlaut, in dem sie vorgebracht wird. Wer die Aufgabe hat, anderen Menschen wichtige Zusammenhänge näher zu erläutern und diese Aufgabe ernst nimmt, der hat sich im Lauf der Zeit auch die Erfahrung erworben darüber, in welchem Wortlaut die gleiche Lehrsubstanz so oder so missverstanden wird und welcher Wortlaut sie eindeutig vorbringt. Der vom Erwachten geprägte Wortlaut war für seine Zeitgenossen der verständlichste, der am wenigsten Missverständnisse und Irrtümer zuließ. Darum wird von seiner Lehre gesagt, dass sie nach Inhalt und Form vorliege.

Auch der Erhabene hat hier mit den Aussagen ebenso wenig wie zuvor Sāriputto verneint, dass man selber wie auch andere Wesen gute und üble Taten wirke, deren Wirkung oder Ernte irgendwann später als Wohl oder Wehe erfahren werde, sondern er betont nur, dass die aus der früheren guten oder üblen Tat später herantretende Ernte von Wohl und Wehe immer nur durch *Berührung* erfahren werden könne.

In dieser Rede fällt der wiederholte, betonte, ja, geradezu energische Hinweis auf die Berührung als die unmittelbare Ursache für alles aufkommende Wohl und Wehe auf, und das bringt dem Kenner der Reden des Erwachten sogleich mehrere Berichte in Erinnerung, aus welcher die Bedeutung dieser Tatsache hervorgeht.

Der Erwachte lehrt bekanntlich, dass die Ernte allen Wirkens, des „üblen“ wie des „guten“

1. entweder noch in diesem Leben oder
2. in der anschließenden Wiedergeburt oder
3. in irgendeiner späteren Existenz

zur Berührung komme. - Bis dahin aber kann der „Täter“, von welchem die karmische Saat ausging, sich ganz erheblich verändert haben, indem sein Wollenskörper (*nāma-kāya*), dessen Berührung alle Gefühle auslöst, ganz erheblich weniger geworden oder überhaupt nicht mehr vorhanden ist, so dass auch keinerlei Berührungsgefühl unserer Art mehr auftreten kann. Damit wird es aber für diesen völlig bedeutungslos, welche karmischen Wirkungen der Täter früher ausgelöst hat, die nun

an ihn herantreten. Das Letztere gilt bekanntlich von allen Heilgewordenen.

Daraus erkennen wir, dass wir zwei verschiedene Einflussmöglichkeiten auf unser „Schicksal“ haben. Denn selbst wenn wir früher Übles gewirkt haben, dessen Ernte also noch schmerzlich an uns herantreten würde, dann haben wir in der Zwischenzeit bis zu dem Augenblick, in dem die Ernte herantritt, noch die Möglichkeit, unsere innere Empfindlichkeit, die bei der Berührung berührt wird und die Wohl- und Wehgefühle hervorbringt, erheblich herabzumindern oder gar ganz aufzuheben, so dass dann, wenn die üble Ernte aus früherem üblen Tun zur Berührung kommt, doch nur sehr wenig oder - beim Geheilten - gar kein gemütsmäßiges Wehgefühl ausgelöst wird. Der Weg dahin ist genau so weit als stark die Triebe sind.

Der Erwachte sagt ausdrücklich, dass ein und dasselbe mäßig „üble“ Wirken (in Gedanken, Worten oder Taten) den einen Menschen bis zu höllischem Dasein gelangen lassen kann, bei dem anderen aber weder zu Lebzeiten noch später irgendeine Wirkung auslöst, nicht einmal eine kleine, geschweige eine große (A III,99). Die Bedingungen, die der Erwachte dafür nennt, dass die mäßig üble Tat keine Wirkung auslöst, weisen eindeutig auf den Heilgewordenen hin. Diese Unterschiede werden nicht nur durch die mancherlei Aussagen in den Reden völlig klar, sondern sind auch im praktischen Leben immer wieder zu erfahren. So wie bei einem fast vollgelaufenen Schiff der letzte Wassersturz es zum Sinken bringen kann, aber bei einem leeren Schiff der gleiche Wassersturz nichts ausmacht, so können bei einem schwer belasteten Menschen schon kleine üble Taten „das Schiff zum Sinken“ bringen, können zur Unterwelt hinführen, können aber bei einem inzwischen Reingewordenen oder gar zum Heilsstand Gelangten nichts mehr bewirken.

Ein Beispiel dafür haben wir in dem ehrwürdigen *Mahā-moggallāno*. Von diesem Mönch wird berichtet, dass er lange, nachdem er den Heilsstand gewonnen hatte, ermordet worden

ist. Ein solches Erlebnis kann immer nur die Ernte von irgendwelchen früheren ähnlich gearteten Taten sein. Aber als die Ernte jener früheren Tat in Form von Ermordung an ihn herantrat, da hatte er als Heilgewordener überhaupt keinen Wollenskörper mehr, d.h. er war untreffbar, unverletzbar. Die Verletzung und Vernichtung des Körpers war nicht im geringsten „seine“ Verletzung und Vernichtung. Ein etwaiger Zeuge dieser Ermordung mag entsetzt dem Eindruck erliegen, dass dort der ehrwürdige *Mahāmoggallāno* durch schreckliche Messerstiche ermordet wird und verblutet. Aber der „Erleber“ selber, *Mahāmoggallāno* „selber“, hat nichts mehr mit dem Körper und seinen Sinneseindrücken zu tun. Der Heilgewordene ist von Gier und Hass befreit. Und da nur Gier und Hass es sind, die alle Berührungsgefühle auslösen, so kann ein Heilgewordener durch keine Berührung mehr zu irgendwelchen Wehgefühlen kommen. Von ihm wird ausdrücklich gesagt, dass er in sechs erhabenen, unwankbaren Zuständen verweilt, indem alle Eindrücke durch die fünf Sinne und sechstens durch das Denken ihn in keiner Weise mehr treffen können, weil da kein Resonanzboden mehr ist. Natürlich merkt und weiß er in seinem Bewusstsein, was da geschieht, aber es geht ihn nichts an, er empfindet es als ein „Losgelöster“ (*visamyutta*).

Diese Tatsache der fehlenden Treffbarkeit drückt der Erwachte in einem anderen Gleichnis aus, indem er fragt: Wenn da die Sonne durch das östliche Fenster in ein Haus hinein scheint, wo trifft dann ihr Strahl auf? Darauf sagen die Mönche: an der gegenüberliegenden Innenwand des Hauses. Dann fragt der Erwachte: Wenn da aber keine Innenwand ist, wo trifft dann die Sonne auf? Darauf sagen die Mönche: auf den Fußboden des Hauses. So geht das Fragen des Erwachten weiter, bis die Mönche zuletzt sagen müssen: da treffen die Sonnenstrahlen nirgends mehr auf. Mit diesem „Auftreffen“ ist die sechsfache (durch sinnliche Erfahrung und Denken bedingte) Berührung der inneren durch Gier und Hass bedingten Empfindlichkeit gemeint. Da diese aber beim Heilgewordenen

ganz aufgehoben ist, so können die „Sonnenstrahlen“, das sinnlich Wahrgenommene, keine Gefühlsresonanz auslösen. Das eben bedeutet die Unverletzbarkeit des Heilgewordenen. Das ist das Wesen des Heilsstands. Einem solchen, der in einer hellen, heilen inneren Erhabenheit weilt, ist der Körper, den er als Überrest aus früherer krankhafter Verfassung in Gier und Hass und Blendung noch mit sich herumträgt, nur die letzte Last. Er könnte sie jeden Augenblick freiwillig endgültig ablegen, will jedoch anderen Heilssuchern so lange behilflich sein, als sein Körper es zulässt. Wird aber der Körper durch fremde Einflüsse zerstört, so erfährt er damit vorzeitige *Befreiung von der letzten Last*.

Wir sehen die Zwiefältigkeit der karmischen Wirkungen: Alles, was an den Menschen *von außen herantritt*, ist verursacht durch früheres *nach außen hin* gerichtetes Wirken. Aber die Beschaffenheit seines „Innen“, die Empfindlichkeit, der Wollenskörper, Gier und Hass, die ist bedingt durch das *nach innen gerichtete* Wirken. So kann einer, der nach außen Übles gewirkt hat, erreichen, dass zu der Zeit, in der die üble Wirkung von außen an das Innen herantritt, dieses Innen durch völlige Befreiung von Gier und Hass auch völlig unempfindlich und untreffbar und unverletzbar geworden ist, so dass dadurch kein Leiden zustande kommen kann. Darum eben hängt Wohl und Wehe letztlich nur von der Berührung ab.

Ein weiteres Beispiel haben wir in *Angulimālo*, der als Raubmörder viele Menschen umgebracht hatte, dann aber von dem Erhabenen für die Lehre gewonnen wurde, als Mönch in den Orden eintrat und den Heilsstand gewann. In dieser Zeit bewarfen ihn einige Dorfleute mit Steinen und anderen Gegenständen, so dass der Körper blutete. Aber das ist für den Geheilten im Gegensatz zu uns kein gemüthhaftes schmerzliches Erlebnis. Und nach dem Versagen des Körpers sind für ihn der Samsāra und damit alle Leiden endgültig zu Ende. Das bestätigte ihm der Erwachte auch ausdrücklich.

Diesen Zusammenhang erklärt der Erwachte nun in einer Weise, die zwar demjenigen, der nicht mit der Lehre vertraut

ist, zunächst noch dunkel bleiben muss, die aber dem Kenner der Daseinszusammenhänge wieder die atemberaubende Sicht vermittelt, die ihn unmittelbar auf den weltüberlegenen Standpunkt versetzt.

*Wenn hier Körper (kāya) ist, Ānando, dann entsteht hier auch wegen der gesamten Körperabsichten Wohl und Wehe. Wenn hier Sprache (vāca) ist, Ānando, dann entsteht hier auch wegen der gesamten sprachlichen Absichten Wohl und Wehe. Wenn hier Geist (mano) ist, Ānando, dann entsteht hier auch wegen der gesamten geistigen Absichten Wohl und Wehe.*

Hier werden die drei Aktionswerkzeuge genannt, die dem Menschen zu seiner dreifachen Aktivität im Denken, Reden und Handeln zur Verfügung stehen:

Geist für das Denken und Planen,  
die Sprachmöglichkeit für das Reden und  
der Körper für das rein physische Handeln mit Nehmen und Geben, mit Hingehen und Fortgehen.

Dann ist hier von „Körperabsichten, sprachlichen Absichten und geistigen Absichten“ die Rede. Wir würden nur die letzteren gelten lassen, weil Absicht und Beabsichtigen ein geistiger Vorgang ist, gleichviel, ob man zu denken beabsichtigt oder zu reden oder mit dem Körper zu handeln beabsichtigt. Natürlich sieht das der Erhabene ganz ebenso, aber er sieht zugleich die unterschiedlichen Triebhaushalte, die bei dem einen Menschen fast alles Beabsichtigen auf den Einsatz des Körpers, bei dem anderen vorwiegend auf den Einsatz der Sprache verlegen, während andere Menschen sich hauptsächlich denkerisch betätigen.

Hier kommt noch hinzu, dass solche, deren Aktivität sich vorwiegend im Einsatz des Körpers vollzieht, eben von Natur körperlich sehr bewegt und unruhig sind. Selbst wenn sie wollen, können sie nicht lange stillhalten, denn auch ohne bewuss-

tes und gewolltes Beabsichtigen sind sie immer in Regung. Ebenso geht es anderen mit der Sprache. Jeder Mensch ist zwar auf allen drei Gebieten regsam, aber diese Regsamkeit ist sehr unterschiedlich verteilt, nicht nur nach Stärke oder Schwäche, sondern auch nach Grobheit oder Feinheit. Darum spricht der Erwachte von diesen dreifachen Absichten.

Vor allem aber fällt auf, dass der Erwachte in allen drei Fällen einen unlöslichen Zusammenhang zwischen der Anwesenheit des Aktionsorgans und seinem aktiven Einsatz ausdrückt. Er sagt: *Wenn hier Körper (Sprache, Geist) ist, dann entsteht hier auch wegen der gesamten körperlichen (sprachlichen, geistigen) Absichten Wohl und Wehe.*

Hiernach sind die Werkzeuge und ihre Aktivität untrennbar und das heißt: es gibt keinen Körper ohne körperlichen Aktionsdrang. Es gibt kein Sprachwerkzeug ohne den Aktionsdrang zum Sprechen, und es gibt keinen Geist ohne den Drang zum Denken.

Wir wissen aber, dass der von Gier, Hass, Blendung Geheilte und Befreite, der *arahat*, nicht mehr den geringsten Drang zu körperlicher, sprachlicher oder geistiger Aktivität hat. Und da er nicht den geringsten Drang zu dieser dreifachen Aktivität hat, so gilt vom Geheilten nicht das Wort: *Wenn hier Körper ist, wenn hier Sprache ist, wenn hier Geist ist.* - Bei ihm sind diese drei Organe, Werkzeuge, nicht „da“. Wie soll das verstanden werden?

Wir sind jetzt bei der gleichen Einsicht, wie sie am Beispiel von *Mahāmoggallāno* schon aufkam. Dort wurde gesagt: ein etwaiger Zeuge der Ermordung *Moggallānos* mag entsetzt dem Eindruck erliegen, dass dort der ehrwürdige *Moggallāno* durch schreckliche Messerstiche ermordet wird und verblutet, denn für diesen Zeugen ist der Körper *Mahāmoggallānos* „da“, aber der „Erleber selber“, *Mahāmoggallāno* selber, hat keine „Körperabsichten“, hat darum mit dem Körper und seinen Sinneseindrücken nichts zu tun.

Ganz ebenso mag auch hier ein Bürger, der sich im Ge-

sprach mit einem Geheilten, mit einem Triebversiegten (*arahat*) befindet, den Eindruck haben, dass dieser körperlich vor ihm stehe und mit ihm spreche aber der Geheilte selber kann so nicht mehr erleben, erfahren, empfinden, wenn er auch uns Wahnbefangenen gegenüber sich in unserem Sinne ausdrücken mag. Wir müssen das richtig verstehen, müssen uns hinrecken zu jener ganz anderen Wahrheit und Wirklichkeit der Geheilten, der Weltüberwinder. Die „Sonnenstrahlen“ können nirgends mehr auftreffen. Die Geheilten haben das Samsāra-Gesetz, dem wir unterliegen, aufgehoben, sind davon frei, weil sie sich abgelöst haben von den fünf Zusammenhäufungen.

Das zeigt der Erwachte in einem anderen Bild: Da ist ein großer See. Man kann die Fische im Wasser sehen, wie sie dahinziehen oder stillstehen. Man kann auf dem Grund den Sand, die Muscheln und das andere Getier sehen. Dieser ganze See mit all seinem Inhalt gilt für die Existenz, gilt für den Samsāra mit allen seinen Stationen, mit den höchsten Geistern, Göttern, Menschen, Tieren, Dämonen, kurz: er gilt für die fünf Zusammenhäufungen, die Formen, Gefühle, Wahrnehmungen, Aktivitäten und die programmierte Wohlerfahrungssuche. Wir alle sind in diesem Samsāra-See - aber der Geheilte wird verglichen mit einem Mann, der am Ufer des Sees steht, unerreichbar von dem Wasser. Er häuft keine fünf Zusammenhäufungen mehr zusammen, er „hat“ keine fünf Zusammenhäufungen, keine Form, keinen Körper. Das wird immer wieder ausdrücklich betont.

Wir müssen hier drei verschiedene Stadien unterscheiden:

1. *Der normale unbelehrte Mensch* fühlt sich mit seinem Körper, mit seinen Gefühlen, Wahrnehmungen usw. identisch und sagt von all dem: das bin ich. Darum wird er auch an ihnen und durch sie verletzt.
2. Der von dem Erwachten mit Erfolg Belehrte, der zum Heilsgänger (*ariya sāvako*) geworden ist, zum „auf das Wahre ausgerichteten Menschen“ (*sappuriso*), der empfindet sich zwar auch noch mehr oder weniger identisch mit dem Körper, den Gefühlen, Wahrnehmungen usw.; aber er

hat zutiefst begriffen, dass dieser Eindruck Täuschung ist, dass diese fünf Zusammenhäufungen nach ihrem eigenen Gesetz vor sich gehen und dass man darin wahrlich kein souveränes Ich-selbst finden kann. Darum traut er diesem seinem Eindruck der Identität nicht mehr und bemüht sich, nicht mehr weiter zusammenzuhäufen.

3. Aber der von Gier, Hass, Blendung Befreite, der *Geheilte*, hat ein völlig anderes Verhältnis zu diesen fünf Zusammenhäufungen gewonnen, ja, er hat *gar kein Verhältnis mehr zu ihnen*. Er kann sich nicht mehr mit ihnen identifizieren, sie gehen ihn nichts mehr an. Was jenen fünf Zusammenhäufungen geschieht, das geschieht nicht ihm.

Diese geistigen, von jedem Menschen, der sich übt, zur Erfahrung kommenden Verschiebungen des Verhältnisses zur Existenz sind Transzendierungen von solchen Ausmaßen und Auswirkungen, wie sie dem modernen Menschen nicht vorstellbar sind, wie sie aber im Altertum in den Kreisen der Mystiker aller Kulturen in unterschiedlichen Graden erfahren wurden und wie sie dem belehrten Heilsgänger in dem Maß, wie er an seiner Umbildung arbeitet, allmählich verständlich werden.

Der moderne Mensch ist einer so naiven Identifikation mit diesem aus Knochen und Fleisch bestehenden Körper verfallen, dass er glaubt, bei dem Nichtmehrsein des Körpers auch selbst nicht mehr zu sein. Wer aber entsprechend den Anleitungen in allen höheren Heilslehren seine geistigen Vorgänge immer mehr beobachtet, kontrolliert und wandelt, der bekommt allmählich ein ganz anderes Erlebensgefühl und Verhältnisgefühl zu seinem Körper als zu seinem geistigen Wollen, denn er erkennt sein Wollen, Denken und Fühlen als das Lenkende und Bewegende, diesen Gliederkörper aber als das werkzeughaft Bewegte.

Ich will das an einem unbeholfenen Bild zu erklären versuchen: Im Lauf der Zeit dämmert es ihm auf, als ob „er“, der Erlebende, Denkende, Wollende, mit allen Gliedern des Körpers an einer baumlangen Holzbohle gebunden und gefesselt



wäre und immer mit ihr zusammen lebe. Und da er weiß, dass dieses körperliche Leben seine zeitlichen Grenzen hat, so sieht er diese Bohle auf dem langen Tisch eines Sägewerks liegen und sieht, wie die Säge diese Bohle von oben an allmählich immer weiter aufspaltet. So weiß er, dass die Säge zuletzt auch ihn erreichen wird, wenn es ihm nicht gelingt, sich in der Zwischenzeit von dieser Bohle zu entfesseln und ganz davon abzulösen. So besteht die lebenslängliche Übung dessen, der den Unterschied begriffen hat, in der inneren Trennung und Distanzierung seines geistigen Wollens, Fühlens und Wissens von diesem ganz anderen, dem knochigen, fleischigen, blutigen Körperwerkzeug.

Wer aber einmal zu diesen Einsichten, ja, Erfahrungen gekommen ist und sein Leben mit den Bemühungen um seine Rettung, um seine Heilsfindung zubringt, der mag manchmal über die Blindheit und Sorglosigkeit der Menschen erschrecken, die, obwohl sie alle auf der Bohle in den Tod reiten, ahnungslos miteinander streiten darüber, wer die schönste Bohle „sei“, indessen diese immer weiter auf die Säge zuläuft.

Sie wissen auch, dass ihre Bohle auf die Säge zufährt, dass am Ende der 50-90 Jahre der Tod steht. Aber sie sehen nicht, dass sie etwas anderes sind als die Bohle, dass sie zweierlei sind und dass sie sich lösen können. Sie sehen die Bohle als sich selbst und sich selbst als die Bohle. Darum ist der Tod für sie unausweichlich. Darum rechnen sie immer nur bis zum Tod, darum eifern sie, dass diese 60-90 Jahre so viel wie möglich enthalten mögen. Darum ist ihr Geist nur auf das Sichtbare und Greifbare gerichtet, also auf das Tote, ist klein und erbärmlich. Darum erleben sie alle nach dem Ende ihres Lebens in größter Verwunderung, dass ihr Leben doch nicht geendet hat, dass sie nur übergegangen sind in eine andere Form und sich wiederum mit einer Bohle vorfinden zu neuem Beginn. Und die Klügeren unter ihnen merken nun erst, was sie in ihrem Menschenleben versäumt haben, um für bessere Qualitäten der neuen Daseinsform zu sorgen.

Wir haben aber aus allen Hochkulturen Berichte vorliegen

darüber, wie denen zumute ist, denen es noch im Leben, ja, oft in der Jugend und in den mittleren Jahren bereits gelungen ist, sich von der Bohle zu trennen, das geistige Leben zu entdecken, das hoch erhaben über dem Sinnlichen steht und das von allen sinnlichen Vorgängen nicht verletzt werden kann. Und in den Reden des Erhabenen geht es sogar nicht nur um die Befreiung von der Körperlichkeit, sondern von allen fünf Zusammenhäufungen, also auch von Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität und programmierter Wohlerfahrungssuche.

Wie weit das geht, zeigt ein Bericht in S 35,69. Da ist ein Mönch Upaseno, der mit Sāriputto und anderen Mönchen zusammen weilt. Unversehens hat ihn eine Giftschlange gebissen, und er „muss sterben“ - so würde der naive Mensch sagen. Aber dieser, Upaseno, hat nichts Sterbliches *an sich*, hat sich nicht nur von der Bohle, dem Körper, getrennt, sondern von allem Wandelbaren. Er sagt zu seinen Mitmönchen: Eine Giftschlange hat diesen Körper gebissen. Er ist nicht mehr zu bewegen. Nehmt eine Bahre und tragt diesen Körper fort nach außen, dass er nicht hier verwest und vergeht.

Darauf antwortet Sāriputto: Aber wir sehen doch an dem Körper des ehrwürdigen Upaseno gar nichts von den vegetativen Abwehrvorgängen (die ja nach einem Giftschlangengebiss wie überhaupt nach jedem Befall mit einer Krankheit im Körper meistens ganz mächtig bis zu hohem Fieber auftreten).

Der Mönch Upaseno wiederholt nur noch einmal die vorherige Bitte, den Körper beiseite zu schaffen, und sagt anschließend:

*Wer da die Vorstellung hat, Bruder Sāriputto, ‚dies ist mein Auge, dies sind meine Ohren, dies meine Nase, dies meine Zunge, dies ist mein Körper und dies mein Geist‘, bei einem solchen mögen sich, wenn der Körper vergiftet ist, die vegetativen Kräfte zur Abwehr regen. Hier aber, Bruder Sāriputto, gibt es das nicht: ‚Dies ist mein Auge, mein Ohr, meine Nase, meine Zunge, mein Körper, mein Geist.‘ Wie sollten da bei einem solchen die vegetativen Abwehrkräfte aufkommen und*

wirksam werden.

Anschließend an dieses Gespräch wird noch erklärt: *Es hatte aber der ehrwürdige Upaseno lange Zeit schon alle ichmachenden und meinmachenden Ich-bin-Empfindungen völlig ausgerodet.*

Man muss die tiefen existentialen Umkehrungen begreifen, auf welche diese Berichte hindeuten. Dieser Mönch schwimmt nicht wie wir in dem Daseinssee, sondern steht unangefochten am Ufer. - Der Erwachte sagt: *Wenn hier Körper ist, dann entsteht hier auch wegen der gesamten Körperabsichten Wohl und Wehe.* Bei diesem Mönch sind keine Körperabsichten mehr, darum ist auch „hier“ nicht mehr Körper, und darum ist auch kein körperbedingtes Wohl und Wehe. Ihn trifft nicht, was den Körper trifft, das zeigt wohl seine Sprache zur Genüge. Sein Zustand ist ganz unabhängig von den fünf Zusammenhäufungen in heller, erhabener Unantastbarkeit.

Dieser Auszug aus der Existenz wird auch für den Blinden erkennbar an jener äußerlichen Erscheinung, dass die vegetativen Abwehrkräfte, die durch die Identifizierung mit dem gefährdeten Körper aufgerufen und eingesetzt werden, mangels einer solchen Identifizierung nicht mehr aufkommen.

Aber noch viel weiter, ja, über alle Glaubensfähigkeit des vordergründigen modernen Menschen hinaus geht die sichtbare Wirkenskraft dieses Auszugs aus dem, was wir als Existenz auffassen. Darüber lesen wir in der 50. Rede der „Mittleren Sammlung“ von einem Mönch namens „Lebenswalt“. Er konnte schon zu Lebzeiten nicht nur die sinnliche Wahrnehmung, sondern alle fünf Zusammenhäufungen immer wieder vollkommen zur Ruhe bringen, indem er in den Zustand überging, der da genannt wird „Aufhebung von Wahrnehmung und Gefühl“ (*saññāvedayita-nirodha*). Eines Tages saß sein Körper in dieser Verfassung am Waldrand. Da sahen ihn Hirten und Landleute, die ihn kannten, weil er täglich ins Dorf um Almosenspeise kam. Da in diesem Zustand, der bis zu sieben Tagen anhalten kann, weder Atmung noch Herzschlag erkennbar ist,

so hielten sie ihn für tot und sagten verwundert: *Seht nur, sitzend ist dieser Asket gestorben. Lasst uns ihn bestatten.* Nun schichteten sie einen Holzstoß, setzten ihn in Brand und gingen davon. Der Bericht über diesen Vorgang wird wie folgt fortgesetzt:

*Am nächsten Morgen nun kam der ehrwürdige Lebenswalt aus seiner Vertiefung empor, erhob sich, schüttelte die Asche von seinem Gewand, nahm Mantel und Schale und begab sich ins Dorf um Almosenspeise. Da sahen nun jene Hirten und Landleute den ehrwürdigen Lebenswalt wieder von Haus zu Haus schreiten wie immer. Da riefen sie erschreckt und entsetzt aus: „Seht, o seht nur, der Asket, der da sitzend gestorben ist, der ist nun wieder lebendig geworden! -*

Ich bin mir bewusst, wie solche Berichte heutzutage hier im Westen von den meisten Menschen aufgenommen werden: „Das ist unmöglich, die Welt würde kopfstehen, wenn ein toter Mensch, dessen Körper verbrannt wird, wieder leben könnte!“ Die aber die geistigen Zusammenhänge kennen, wissen: Ein Mensch, der mit den fünf Zusammenhäufungen in einer Welt lebt, der kann ein solches Feuer nicht überleben, der kann aber auch nicht diesen Zustand der vollkommensten Ruhe im vollkommensten Wohl einnehmen, in welchem auch Herzschlag, Atem und jegliche Wahrnehmung schweigen. Und sie wissen: Diese Welt samt dem Holzstoß und dem Feuer besteht in der Wahrnehmung, besteht aus Wahrnehmung, ist Luftspiegelung. Wo aber diese Wahrnehmung, diese Luftspiegelung, mit den übrigen vier Zusammenhäufungen verschwunden ist, wo wäre da ein Holzstoß, ein Feuer, ein Körper, eine Welt?

\*

Alle diese Berichte deuten auf eine Grundwahrheit hin, die in den Reden immer wieder stärker und schwächer angedeutet und ausgesprochen ist: Unser Leben in unserer Welt, wie wir es erfahrend erleben, *ist nicht die einzige Wirklichkeit*, ist nicht

die letzte und nicht die endgültige Wirklichkeit, ist vielmehr eine bedingte, durch bestimmte Bedingungen bedingte Wirklichkeit, die nur mit den Bedingungen steht und fällt.

Diese Bedingung heißt „Wahrnehmung“, denn Leben und Erleben ist Wahrnehmen, und Wahrnehmen ist Erleben. Und nur vom Erleben, vom Wahrnehmen, haben wir die Welt mit allen Freuden und Leiden und Ängsten. Das erfahren wir schon durch jeden Traum. Wir sagen zwar von einem Traum: „Er hat keine Wirklichkeit, er liefert eine Scheinwelt, die aus Traumbewusstsein besteht: mag auch einer während des Traums echt zu erleben glauben, dass er mit seinem Wagen gegen einen Baum fährt, Arm und Bein bricht und große Schmerzen fühlt - sobald er erwacht, wird er wissen, dass Wagen und Landschaft und die gebrochenen Glieder samt den Schmerzen „nicht wirklich“ waren, denn sein Körper lag mit heilen Gliedern im Bett.“

So mag einer sagen - aber er darf dabei nicht vergessen, dass er so erst nach seinem „Erwachen“ sagen kann, d.h. nachdem die aus Traumwahrnehmung gesponnene Szenerie geistig überstiegen, transzendiert ist und die ganz andere Wahrnehmung aufgekommen ist. Hätte er aber diese Traumsphäre nicht überstiegen - wie sollte er nicht weiterhin leiden unter den gebrochenen Gliedern?

Jeder hat in Träumen schon Freuden und Leiden, Ängste, Schrecken und Schmerzen erlebt, die zu jener Zeit genauso wirklich waren wie solche, die in der Wahrnehmung des Erwachenseins erlebt werden. Würden wir immer im Traum bleiben und nicht aus ihm erwachen, so wäre uns die Traumwelt die einzige Wirklichkeit, und wir würden sie ganz so wie unsere jetzige Wahrnehmung für Wirklichkeit halten und würden uns darin niederlassen und einrichten und ausbreiten. Und unsere Naturforscher würden den durch die Traumwahrnehmung gelieferten Mikro- und Makrokosmos so untersuchen, wie sie heute den von der anderen Wahrnehmung, die wir das „Wachbewusstsein“ nennen, gelieferten Kosmos untersuchen.

Die „Heiligen“, die Geheilten, werden auch als „Erwachte“

bezeichnet. Sie blicken aus ihrer Wachheit auf uns, in unserer Wahrnehmung Befangene, ganz ebenso, wie wir auf träumende Schläfer blicken, die sich angstvoll von irgendetwas abwenden oder zornig gegen etwas hinwenden. Für die Geheilten ist alles das, was uns bewegt und quält, ganz ebenso „nicht da“, wie für uns alles das „nicht da“ ist, was die Träumenden bewegt und quält. Die Geheilten sind aus unserer Wahrnehmung, in welcher befangen wir „Wirklichkeiten“ träumen, ganz ebenso erwacht, wie wir morgens aus nächtlichen Träumen erwachen. Für die Geheilten ist unsere „Wirklichkeit“ so relativ und bedingt, wie für uns die Wirklichkeit der Träumenden relativ ist und bedingt ist.

Im alten Indien wusste man - und auch im Westen weiß ein jeder, der seinem Erleben in innerer Beobachtung aufmerksam nachgeht - dass die uns bekannte räumlich ausgebreitete dreidimensionale Welt der ungezählten Dinge aus Wahrnehmung besteht. Wir schließen zwar aus der in unserer Wahrnehmung erscheinenden räumlich ausgebreiteten dreidimensionalen Welt auf eine auch außerhalb der Wahrnehmung „an sich seiende“ dreidimensionale Welt. Aber eine solche können wir nie erfahren, weil wir nur durch Wahrnehmung erfahren. - Und da all unser Wohl und Wehe, all unsere Freuden und Leiden und damit unser gesamtes Schicksal immer nur von der Wahrnehmung kommt, so haben alle klarer blickenden Geister immer nur nach der Herkunft der Wahrnehmung geforscht, nicht aber, wie der Naturforscher, nach der Herkunft der „Welt“. Und nur durch die Erforschung der Wahrnehmung und ihrer Bedingungen hat der Buddha, der Erwachte, das Daseinsproblem vollständig lösen, den Heilsstand entdecken, erobern und uns die Wege dahin aufzeigen können. Die Wahrnehmung ist die dritte, die mittlere jener fünf Zusammenhäufungen, deren fortgesetztes Zusammenhäufen auch das Daseinswahnspiel fortsetzt.

Wodurch aber ist die Wahrnehmung bedingt?

Der Erwachte bezeichnet unsere Menschenwelt als „*olari-*

ka“, d.h. so viel wie „grob“ oder „derb“ oder „hart“. Die Welt der sinnlichen Geister aber, der über- und untermenschlichen, der sog. „Astralwesen“ bezeichnet der Erwachte als „dibba“, d.h. soviel wie „feinstofflich“ im Sinne von „dünner“, „luftiger“, weniger „sichtbar“. Aus dem, was der Erwachte über die Erscheinungsvorgänge und Wahrnehmungsvorgänge aus jener *dibba*-Welt berichtet, können wir erkennen, woher die Wahrnehmung und das durch Wahrnehmung Erlebte kommen und wodurch es bedingt ist.

In den Reden finden wir öfter Berichte über Rivalitätskämpfe zwischen einer bestimmten, menschnahen Götterwelt, die Götter der Dreiunddreißig, und einer Art von Gegengöttern, von rebellischen Titanen, den *Asura*. Nach dem Bericht in S 35,207 ist es in einem dieser Kämpfe dem Götterkönig *Sakko* mit seinen dreiunddreißig Göttern wieder einmal gelungen, *Vepacitti*, den Asura-Fürsten, gefangen zu nehmen. Es heißt, man hat ihn dann an allen vier Gliedern und zu fünft am Nacken gefesselt und in einem Raum im Schloss des Götterkönigs gefangen gesetzt.

Hier hat nun der Asura-Fürst natürlich über sein Schicksal nachgedacht, und da berichtet nun der Erwachte: Wenn der Asurafürst bei sich nachdenkend, zu der Erkenntnis kam: die Götter waren eigentlich im Recht, und ich war hier im Unrecht - wenn er also in seinem Gemüt ganz ohne Feindschaft und mit rechter Einsicht war, dann erfuhr er sich ebenso plötzlich wie ganz selbstverständlich nicht mehr gefesselt, sondern als Freund unter den Göttern und mit ihnen die fünf himmlischen Sinnesgenüsse teilend, d.h. seine Wahrnehmung, sein wirkliches Erleben, wandelte sich im engen Zusammenhang mit der Wandlung in seinem Gemüt. Wenn er dann aber wieder ganz so, wie wir ja auch die schwankenden Urteile im menschlichen Herzen kennen - in aufkommendem Stolz, Hochmut und Zorn zu der Auffassung kam: „Ich bin im Recht, und der Angriff war berechtigt, diese Götter sind im Unrecht“, dann fand er sich im gleichen Augenblick wiederum fünffach gefesselt einsam in dem abgeordneten Raum vor.

Hier sehen wir, dass die Wahrnehmung, d.h. die durch Wahrnehmung erstellten Erlebnisse und Situationen sich im engen Zusammenhang mit der inneren Gemütsverfassung wandeln: Bei geglättetem, entspanntem Gemüt (wenn er sein Unrecht einsah), erlebte er auch geglättete erfreuliche Wahrnehmung. Bei finsterer und wogender Gemütsverfassung, bedingt durch bestimmte Herzensbefleckungen, wie Stolz, Zorn, Wut, erfuhr er öde, schmerzliche Wahrnehmung.

Von diesen Erscheinungen, deren viele in den Reden berichtet werden, sagt der Erwachte, dass in der *dibba*-Welt „*sukhuma bandhana*“ herrschten, d.h. feinere Bindungen und Zusammenhänge, die direkter und unmittelbarer wirken: Wie dort die Gemütsverfassung ist, so wird dort sogleich die Wahrnehmung und die durch Wahrnehmung angebotene Situation oder Szene. Dort tritt also der karmische Zusammenhang, der Zusammenhang zwischen Saat und Ernte, zwischen der inneren Verfassung des Täters und seinem äußeren Erleben stets unmittelbar in Erscheinung. In unserer Menschenwelt dagegen, welche der Erwachte als „grob“ bezeichnet, wirkt sich *nur die innere Seite* des karmischen Zusammenhangs, die Gemütsverfassung, unmittelbar aus, während die äußeren Wirkungen, die sinnlich wahrnehmbar sind, erst später eintreten.

Ein Beispiel für die unmittelbar eintretenden *inneren gemüthaften Auswirkungen* wäre Folgendes: Ein Mensch wird über eine erlittene Blamage oder ein vermeintes Unrecht zunächst in seinem Gemüt finster grollend, dann aber erinnert er sich, dass alles Wohl und Wehe, das ihn trifft, letztlich doch irgendwann von ihm ausgegangen ist. Durch diese Einsicht gibt er seinen Groll auf und nimmt sich vor, durch rücksichtsvolleres, verständnisvolleres Vorgehen für spätere bessere Ernte zu sorgen. Mit dieser Besinnung verflüchtigt sich sofort auch seine Gemütsverdunkelung, und er verweilt wieder in einer helleren, freudigeren und positiveren inneren Verfassung. *So tritt die innere Wirkung immer unmittelbar ein.*

Und wenn ein solcher nun durch eine solche geistige Besinnung und daraufhin erfolgte Erhellung und Entspannung



seines Gemüts auch nach außen hin schonender und wohlwollender handelt, so wird er auch dort im Lauf der Zeit immer weniger Betrübliches erfahren und immer mehr angesehen und beliebt werden. So tritt diese letztere, die äußerliche Wirkung unseres Tuns und Lassens in unserer Menschenwelt erst allmählich, zeitlich nachziehend ein, in der *dibba*-Welt aber ebenso unmittelbar wie die innere Wirkung.

Dieser unmittelbare Zusammenhang in der *dibba*-Welt wirkt sich für unsere Begriffe noch erheblich überraschender aus. Darüber ist berichtet in D 21. Eine Anhängerin des Erwachten, die im bürgerlichen Stand geblieben, nicht Nonne geworden war, hatte jahrelang die Belehrungen des Erhabenen gehört und sich in Tugend und Weisheit geübt. Als sie nach Jahren starb, erschien sie wegen ihrer tugendlichen Läuterung bei den eben erwähnten Göttern der Dreiunddreißig und erschien dort, weil sie während ihres Erdenlebens sich um männliche Gemütsverfassung mit Erfolg bemüht hatte, nun als Göttersohn, und zwar als Sohn des Götterkönigs Sakko.

Indem nun dieser Göttersohn seinen himmlischen Aufgaben nachging, ganz wie zuvor seinen menschlichen - da entdeckte er unter den dienstbotenartigen geringeren Göttern drei, die er während seines Erdenlebens als Mönche bei dem Erwachten gesehen hatte. Daraufhin äußerte er diesen drei Göttern gegenüber seine Verwunderung und auch Betrübnis, dass sie, die doch als Mönche ohne all die Hemmungen des bürgerlichen Lebens immer bei dem Erhabenen weilen durften, nur eine so geringe Ernte erworben hätten - und der Bericht über diesen Vorgang fährt nun fort, dass diese drei Götter durch solche Anrede sehr beschämt in sich gingen und bei sich bedachten, dass sie ja wahrhaftig durch den Erhabenen Größeres und Erhabeneres gehört und verstanden hätten als das, was sie nun bedächten und erlebten.

Daraufhin führten sie sich in aller Intensität die höheren Gedanken vor Augen und die größeren Befreiungsmöglichkeiten, die sie beim Erhabenen nicht nur gehört, sondern auch oft

bedacht und mit innerer Freude im Gemüt bewegt und bewahrt hatten. Indem sich so durch diese Besinnung ihr Gemüt erhob, lichter wurde, da verflüchtigten sich vor den Augen des Göttersohns ihre Körper, und dieser drückt die Vermutung aus, dass sie nun wohl in brahmischer Welt erschienen seien.

Diese Berichte sind Bilder, Illustrationen der Tatsache, dass die Gemütsverfassung der Wesen zwischen licht und dunkel, zwischen kleinlich und erbärmlich oder groß und erhaben auch das Erleben, d.h. Gefühl und Wahrnehmung der Wesen bewirkt. Die jeweils erlebte Welt, himmlische, menschliche oder gespenstische, ist jeweils Spiegelbild der lichten oder dunklen Kräfte des Gemüts und Herzens.

Die Welt, die wir erleben, ist wahrnehmungshafte relative Wirklichkeit und Wirksamkeit, bedingt durch die Beschaffenheit unseres Gemüts. Solange unser Gemüt so bleibt, wie es ist, so gemischt zwischen licht und dunkel, zwischen Spannungen, Zerrungen und gelegentlichen graduellen Entspannungen, so lange auch wird ein entsprechendes Leben und Erleben mit zwischenmenschlichen Spannungen, Zerrungen, Streit und gelegentlichen Entspannungen und manchem Hellen erfahren, wahrgenommen. Diese Wahrnehmung ist Wirklichkeit, ist bedingte Wirklichkeit, denn sie wird nicht weichen, solange die Gemütsverfassung nicht weicht. Wird aber die Gemütsverfassung lichter oder dunkler, dann wird auch - ja, muss werden - die Qualität des wahrgenommenen Lebens, der wahrgenommenen Welt lichter oder dunkler.

Der Erwachte sagt von den durch die Wahrnehmung erfahrenen tausendfältigen Situationen, dass sie „Einbildungen“ (*mogha-dhamma*) seien. Aber das heißt nicht - wie man leicht annehmen möchte - dass sie „bloß“ Einbildungen und darum nicht Wirklichkeit seien, sondern dass sie wirklich und wahrhaftig in die Psyche hineingebildet wurden, von den Qualitäten des Gemüts geschaffen wurden und dass sie wirklich und wahrhaftig nicht weichen werden *und nicht weichen können*, solange die Qualitäten des Gemüts so bleiben. Das ist der tiefere Sinn des Wortes *karma* - „Wirken“, es ist wirkliche ge-

wirkte Wirksamkeit von Wohl und Wehe.

Nach diesen Erklärungen verstehen wir die Bedeutung des Wortes: *Wenn hier Körper (Sprache, Geist) ist, dann entsteht hier auch wegen der Körperabsichten (Sprech- und Denkabsichten) Wohl und Wehe.*

Dieser Satz gilt nicht für die von Gier, Hass und Blendung Befreiten, die Geheilten, die Genesenen. Wie diese die Dinge sehen, erfahren, lesen wir in Sn 11-13 in der Übersetzung von Nyānaponika:

*Wer gierfrei weiß: „Unwirklich ist all dies“,  
wer hassfrei weiß: „Unwirklich ist all dies“,  
wer wahnfrei weiß: „Unwirklich ist all dies“,  
als Mönch so lässt man diese, jene Welt,  
aus alter Schuppenhülle wie die Schlange schlüpft.*

Der obige Satz gilt nur für uns Kranke, im Wahn Befangene. Weil wir voll Körperabsichten sind, darum erfahren wir einen Körper; weil wir voll Sprechabsichten sind, darum erfahren wir unsere Sprache, und wegen unserer Denkabsichten erfahren wir den Geist, das Gedächtnis. Darum erfahren wir auch aus diesen dreifachen Absichten und Aktivitäten ununterbrochen „Wohl und Wehe“. Hier ist wahrlich die vom Erwachten als täuschende Luftspiegelung bezeichnete Wahrnehmung von einer solchen Art, die ein körperliches Ich erscheinen lässt, das nicht nur denken, reden und handeln kann, sondern ununterbrochen im ständigen Wechsel denken, sprechen und körperlich *agieren muss und es gar nicht lassen kann, ob wir es wollen oder nicht.*

Ganz umgekehrt verhält es sich bei dem von allen drängenden Wünschen und Wollungen Genesenen, den Geheilten. Da wird in den Reden berichtet (Udāna III,3): Eines Abends kamen etwa fünfhundert Mönche, alle vom Wahn ganz befreit, geheilt, erlöst, zum Erhabenen, der draußen schweigend unter den Bäumen saß. Die Mönche konnten sogleich erkennen, dass der Erhabene Wahrnehmung und Gefühl völlig aufgelöst

hatte, also nicht ansprechbar war. Darum setzten auch sie sich in der Nähe des Erhabenen nieder und begaben sich in die gleiche vollkommen wahrnehmungsfreie Vertiefung. Ānando, der Betreuer des Erhabenen, war in diesem erlauchten Kreis der einzige noch Wahnbefangene, nicht Erlöste. Er nahm an, dass die besuchenden Mönche, wie es üblich war, eine Belehrung durch den Erhabenen wünschten. Als nun die ganze Versammlung vielleicht schon eine Stunde schweigend so gesessen hatte, erlaubte sich der fürsorgliche Ānando eine leise Erinnerung bei dem Erhabenen: *Versammelt, o Herr, sind die Mönche, möge, o Herr, der Erhabene den Mönchen eine Belehrung zuteil werden lassen.* Die Antwort ist Schweigen. Und Ānando schweigt mit. Nach einer weiteren, wohl noch längeren Pause erlaubt sich Ānando noch einmal diese Bitte an den Erhabenen. - Und wieder erfuhr er keine Antwort. Und so geschah es in Abständen wieder. Der Bericht fährt nun fort: Am anderen Morgen aber erhob sich der Erhabene aus dieser Vertiefung und sprach zu Ānando: Wenn du Wahrwissen hättest, Ānando, so wüsstest du, dass diese alle mich gar nicht hören konnten. Ich und diese fünfhundert Mönche befanden sich in unerschütterlicher Einigung des Herzens.

Bei diesen Mönchen waren keine Körperabsichten, keine Sprech- und keine Denkabtsichten mehr. Alle diese automatische Aktivität war endgültig ausgerodet, und der vollkommene Friede war gefunden. Darum war für diese Mönche auch nicht „Körper“, nicht „Sprache“ und nicht „Geist“, und darum konnten diese, wann immer sie wollten, in jenem weltlosen Zustand weilen, in welchem eine Ansprache wie etwa die des Ānando nicht ankommt. Da ist gar kein Empfänger. Es ist der gleiche über alle Weltlichkeit, Treffbarkeit und Verletzbarkeit erhobene und erhabene Zustand, wie ihn der Mönch Lebenswalt eingenommen hatte, den nicht nur keine Sprache, sondern auch kein Feuer erreichen konnte.

Wir aber werden von dieser selbstmotorischen dreifachen Dynamik getrieben und von der dadurch bedingten lebenslänglichen Kette der Begegnungswahrnehmungen mit ihrem Wohl

und Wehe ununterbrochen getroffen, und das ist es, was wir „das Leben“ nennen. Und dieses so verstandene Leben nennt der Erwachte „*avijjā*“. Das wird meistens übersetzt mit „Nichtwissen“, aber darunter muss verstanden werden der Wahn des Träumenden, der seinen Traum für letzte Wirklichkeit hält und der darum an den begegnenden Gestalten ununterbrochen operiert mit Planen, Reden und Handeln und der daraus wie auch aus dem Planen, Reden und Handeln der ihm begegnenden Traumgestalten - sein lebenslängliches „Wohl und Wehe“ erfährt. Das ist der Sinn der nun folgenden Äußerungen des Erhabenen auf die von *Bhūmijo* aufgeworfene Frage nach der Herkunft von Wohl und Wehe.

*Durch den Wahn bedingt, im Wahn (avijjāpaccaya), Ānando, wirkt man selber in Taten, wodurch man Wohl und Wehe erfährt, und wirken andere in Taten, wodurch man Wohl und Wehe erfährt. - Mit Überlegung oder ohne Überlegung mag man in Taten wirken, wodurch man Wohl und Wehe erfährt.*

*Durch den Wahn bedingt, Ānando, wirkt man selber in Worten, wodurch man Wohl und Wehe erfährt, oder wirken andere in Worten, wodurch man Wohl und Wehe erfährt.*

*Mit Überlegung oder ohne Überlegung mag man in Worten wirken, wodurch man Wohl und Wehe erfährt.*

*Durch den Wahn bedingt, Ānando, wirkt man selber in Gedanken, wodurch man Wohl und Wehe erfährt, und wirken andere in Gedanken, wodurch man Wohl und Wehe erfährt.*

*Mit Überlegung oder ohne Überlegung mag man in Gedanken wirken, wodurch man Wohl und Wehe erfährt.*

*So sind diese sechs Vorgehensweisen letztlich nur auf den Wahn zurückzuführen. Ist aber dieser Wahn, Ānando, restlos verblasst und ausgerodet, so ist hier*

*nicht Körper, dessentwegen man Wohl und Wehe erfahren würde; so ist hier nicht Sprache, deretwegen man Wohl und Wehe erfahren würde, so ist hier nicht Geist, dessentwegen man Wohl und Wehe erfahren würde. So gibt es hier gar keine Dimension, gar keine Angriffsfläche, keinen Bereich und kein derartiges Wirken, dessentwegen irgendwie Wohl oder Wehe bei einem erfahren werden könnte.*

Hier geht der Erwachte auf die Frage der anderen Lehrer ein, ob man durch eigenes Tun Wohl und Wehe erfahre oder durch das Tun anderer oder durch beider Tun. Und er sagt: Nur wo Wahn ist, wo der Wahn herrscht - und das ist bei allen außer den Geheilten - da wird auch erlebt, dass man sowohl aus eigenem Tun wie auch aus dem Tun von anderen Wohl und Wehe erfährt, und wird erlebt, dass dieses Tun „mit Überlegung“, also bewusst geschehen sein kann wie auch unüberlegt aus Unaufmerksamkeit. Alle sechs Vorgehensweisen, durch welche Wohl und Wehe erfahren wird, nämlich eigenes Handeln (1) und Handeln der anderen (2), eigenes Reden (3), Reden der anderen (4), eigenes Denken (5), Denken der anderen (6), sind einzig und allein auf den Wahn zurückzuführen, d.h. sind durch den Wahn bedingt. -

Und was der Erwachte, ja, alle Erwachten und alle vom Wahn Geheilten unter dem Wahn verstehen, das ist eben das, was der unbelehrte Mensch für sein normales Leben und Erleben hält: die Illusion der wohlthuenden und schmerzlichen Begegnungswahrnehmungen, die - ganz so wie ein Traum - den Eindruck eines Ich in seiner Umwelt erweckt. Wo dieser Wahn herrscht, also beim normalen Menschen, da handelt das sich erlebende Ich auch mit Taten, Worten und Gedanken an der Umwelt. Und dieses Wirken lässt wieder entsprechende Begegnungswahrnehmungen, wohlthuende und schmerzliche, erscheinen und so fort, ohne Ende solange dieser Wahn besteht.

Wie wörtlich der Erwachte diesen Wahn, *avijjā*, verstanden und begriffen wissen will, das zeigt er mit den Worten: *Ist aber dieser Wahn restlos verblasst und ausgerodet, so ist hier nicht Körper - so ist hier nicht Sprache - so ist hier nicht Geist, dessentwegen man Wohl und Wehe erfahren würde.* Das bedeutet in aller Konsequenz: Wer vom Traum erwacht ist, der findet keinen Träumer mehr vor. Alle körperlichen Situationen des Traumes sind verschwunden, alle sprachlichen und gedanklichen Situationen des Traumes sind verschwunden. *Es gibt überhaupt nicht mehr jene Dimension, jene Angriffsfläche, jenen Bereich, dessentwegen irgendwie Wohl oder Wehe erfahren werden könnte.*

Mit diesen Sätzen hat der Erwachte in mehr „empirischer“ Weise ganz die gleiche Wahrheit aufgezeigt, die er in exakter wissenschaftlicher Weise stets durch den ebenfalls mit dem mit *avijjā* beginnenden *paticcasamuppāda*, dem zwölfgliedrigen Bedingungs-zusammenhang des gesamten Samsāra-Leidens ausdrückt: Durch Wahn bedingt, nur durch Wahn bedingt ist alle (von der im Wahn erscheinenden Person ausgehende) dreifache Aktivität, Bewegtheit (*sankhāra*) und dadurch letztlich alles Wohl und Wehe, alles Leiden mit immer sich fortsetzendem Geborenwerden, Altern und Sterben.

*Avijjā*, der Wahn, ist nach beiden Aussagen die Grundbedingung des gesamten Leidenszusammenhanges. Darum eben sagt der Erwachte im letzten Absatz, dass dieser Wahn restlos verblasst und ausgerodet werden müsse, wenn man von allem Leiden freikommen wolle. - Wie also kann *avijjā*, der Wahn, restlos verblasst und ausgerodet werden?

Vor der Beantwortung dieser Frage müssen wir noch eine Korrektur vornehmen: Am Anfang der Rede berichtete *Bhūmijō* seinem Mönchsbruder *Sāriputto*, dass da verschiedene Karmalehrer unterschiedliche Auffassungen über die Herkunft von „Wohl und Wehe“ äußerten. So wurden die beiden Worte „Wohl und Wehe“ ursprünglich von den fremden Lehrern ins

Gespräch gebracht, von *Bhūmijo* nur weitergegeben an seinen Mönchsbruder und dann von diesem und vom Erwachten aufgegriffen und benutzt.

Und auch wir mögen es ganz natürlich finden, dass nicht nur vom Leiden und Wehe, sondern auch vom Wohl die Rede ist, denn wir Menschen haben ja von vielen Erlebnissen den Eindruck, dass sie uns wohl tun, befriedigen, erfreuen, ja, beglücken oder gar entzücken. -

In Wirklichkeit aber, das heißt an dem letztgültigen Maßstab gemessen, den der Kenner aller Freuden und Leiden, der Erwachte, benutzt, ist an dem, was der normale Mensch erlebt, nämlich *avijjā*, Wahn, keinerlei Wohl, sondern nur Wehe, Leiden, Schmerzen. Unser Eindruck von Wohlgefühl ist, wie der Erwachte vielfältig erklärt, eine große Täuschung und ist bedingt dadurch, dass wir aus allen Gefühlsmöglichkeiten zwischen dem äußersten Wehe und dem höchsten Wohl nur einen sehr kleinen Ausschnitt kennen.

Ein Beispiel für durch beschränkte Kenntnis bedingte Fehlerurteile haben wir beim Schall. Wir wissen, dass wir von allen Schallmöglichkeiten nur einen begrenzten Ausschnitt wahrnehmen können, während viele anderen Schallarten für uns „ultra“ sind, jenseits unserer Wahrnehmbarkeit, für uns „nicht da“ sind. Die uns zugänglichen Schallarten haben wir im Lauf der Zeit gemessen und unterschieden zwischen den lautesten und den leisesten wie auch nach anderen Merkmalen. Wären uns aber alle Schallmöglichkeiten zugänglich, so würden wir vielleicht das, was uns heute als „laut“ gilt, als „leise“ bezeichnen oder umgekehrt.

Ganz ebenso ist es mit Gefühl. Zwischen den äußersten Leidensmöglichkeiten und den äußersten Wohlmöglichkeiten ist dem normalen Menschen, der in der Entwicklung zum Heilsstand noch nicht erheblich fortgeschritten ist, nur ein kleiner Ausschnitt zugänglich. Und innerhalb dieser kleinen Spanne der ihm zugänglichen Gefühle empfindet er die weniger schmerzlichen gegenüber den schmerzlicheren als Wohlgefühle.



Wer sich aufmerksam beobachtet, der hat diese Relativität seines Urteils gelegentlich bei sich erkennen können. Wenn man z.B. längere Zeit einen großen Schmerz zu ertragen hat (Kopfschmerzen, Zahnschmerzen u.a.), dann gewöhnt man sich allmählich daran, so dass dieser Schmerzzustand infolge seiner Dauer allmählich als fast „normal“ empfunden und beurteilt wird. Wenn es aber so weit ist, dann wird auch ein nur graduelles Nachlassen eben dieses Schmerzes bereits als „Wohlgefühl“ empfunden und bezeichnet.

Ein viel drastischeres Beispiel hierfür gibt der Erwachte in M 75. Da sagt er, ein aussatzkranker Mensch habe ganz unerträglich juckende Wunden am Körper. Ein solcher müsse sich wegen des ununterbrochenen Juckens auch ständig kratzen und reißen, bald hier, bald dort. Ja, die Aussatzkranken machten sich Feuerstellen und ließen dort ihre juckenden Wunden halbwegs brennen und kratzten in den heißen Wunden und rissen Fetzen davon ab, weil sie das Jucken nicht ertragen könnten. Der Erwachte sagt: Dieses Kratzen und Reißen an den Wunden, ihr Ausglühen am Feuer und das Abreißen von Fetzen seien in Wirklichkeit ganz entsetzliche Schmerzen. Aber weil das Jucken der Wunden diesen Menschen noch viel schwerer erträglich ist, darum empfänden sie dieses Kratzen, Reißen und Brennen als eine Labsal, als eine Wohltat, als eine Befriedigung. Der Erwachte fragt dort seinen Gesprächspartner, wie es nun einem solchen Mann ergehen würde, wenn er durch einen geschickten Arzt von dem so furchtbar juckenden Aussatz befreit würde, ob er dann auch noch das Kratzen am Körper, das Brennen des Körpers am Feuer und das Abreißen von Fetzen als Wohltat empfände? Der Gesprächspartner gibt zu, dass der Genesene durch nichts zu diesen schmerzlichen Selbstverstümmelungen zu bewegen sei, dass diese auch vorher schmerzlich gewesen seien, aber gegenüber dem noch größeren Schmerz der juckenden Wunden sei es eben relativ als Wohltat empfunden worden.

Dieses Gleichnis wendet der Erwachte auf das Leben und Erleben aller Wesen der Sinnensuchtwelt (*kāma*) an, von der

untersten Hölle über Tierheit und Menschentum bis zu den höchsten sinnlichen Himmeln. Die juckenden Wunden gelten für die Sucht aller sinnlichen Wesen nach Sehen, Hören, Riechen, Schmecken und Tasten. Und so wie die Aussatzkranken immer die Feuerstellen aufsuchen müssen, dort brennen und kratzen und reißen müssen, so werden die sinnlichen Wesen getrieben, zu den geliebten Formen, Tönen, Düften, Säften und dem Tastbaren hinzugehen, den Körper von einem Objekt zum anderen zu bringen, um diese Dinge mit den Sinnen zu genießen.

Der Erwachte erklärt, dass alle die Menschen und Geister, die von dieser Sinnensucht befreit, im seligen *samādhi* leben können, jene Erlebnisse, die wir als Befriedigung und darum als Wohl empfinden, als große Schmerzen und Qualen erkennen. Aber soweit uns die Qualen der Befriedigung von den noch größeren Qualen des süchtigen Juckens befreien und vor allem, soweit wir keine Ahnung haben von den seligen Empfindungen im *samādhi*, so weit können wir wie der Aussatzkranke zu diesem Urteil nicht kommen.

Nach dem Maßstab der Erwachten, die alle Leiden aller Grade hinter sich und unter sich gelassen haben, gibt es innerhalb des gesamten *Samsāra* drei große Leidhaftigkeiten von grob bis fein (D 33):

1. die Leidhaftigkeit des direkten Schmerzes (*dukkhadukkhatā*) ist die größte,
2. die Leidhaftigkeit der Aktivität (*sankhāradukkhatā*) ist die mittlere,
3. die Leidhaftigkeit der Wandelbarkeit (*viparināmadukkhatā*) ist die geringste Leidhaftigkeit.

Diese drei Leidhaftigkeiten werden auch ungefähr den drei großen Daseinsbereichen (*bhava*), Selbsterfahrnissen, zugeordnet.

1. In dem untersten der drei Daseinsbereiche, in unserer Sinnensuchtwelt (*kāma-bhava*), die von den untersten Höllen über

die Tierheit, das Gespensterreich und unser Menschentum bis zu den höchsten der sinnlichen Götter reicht, herrscht nach dem Maßstab der Erwachten, die von ihrer Warte vollkommensten Wohls her alle Leiden aller Grade kennen, durchgängig die größte der drei Leidhaftigkeiten, die des unmittelbaren, meist körperlichen Schmerzes. Die Erwachten sehen natürlich auch den Unterschied innerhalb der Sinnensuchtwelt, zwischen Hölle und Himmel, aber dieser Unterschied, der uns gewaltig zu sein scheint, ist auf die ganze Spanne bis zum vollkommensten Wohl gesehen, nur sehr gering. Für die gesamte Sinnensuchtwelt gilt der äußerste Schmerz. Denn alle Wesen der Sinnensuchtwelt leben nicht unmittelbar, sondern mittelbar, indem sie durch die Sinnesorgane Außenwelt erfahren und wahrnehmen: die Sinneseindrücke führen zur Berührung der inneren Empfindlichkeit (Aussatzwunden). Diese Erfahrung/Berührung wird von den Erwachten mit Schwerter schlägen und dem Nagen und Bohren von Insekten an offenen Wunden verglichen und der Aufenthalt in der Sinnensuchtwelt überhaupt mit dem Aufenthalt in einer glühenden Kohlengrube. Daran ist zu erkennen, dass unsere Unterscheidung zwischen Wehe und Wohl in unserem Menschenleben durch unsere Beschränktheit bedingt ist. Natürlich herrschen hier auch die beiden anderen Leidhaftigkeiten, aber erheblich gröber als in den höheren Welten.

2. In dem mittleren der drei Daseinsbereiche, der Welt der reinen Form (*rūpabhava*), deren geringste schon brahmisches Dasein ist, ist nichts mehr von der Leidhaftigkeit des körperlichen Schmerzes, sondern nur noch die Leidhaftigkeit der Aktivität oder der Regung (*sankhāradukkhata*). Diese Wesen leben weitgehend in den ersten bis mittleren Tiefen des samādhi. An unseren Verhältnissen gemessen ist das ein seliger Herzensfrieden, aber nach dem Maßstab der Erwachten, die sich durch alle drei Leidhaftigkeiten hinauf- und hinausgearbeitet haben bis zum vollendeten Wohl des Nirvāna, herrscht dort noch Mühsal und Regung. Der Wahn jener Wesen ist

längst nicht mehr so grob wie der unsrige, und darum sind auch deren Leiden nicht mehr so stark. Natürlich herrscht hier auch die dritte Leidhaftigkeit, die der Wandelbarkeit, und diese ist hier erheblich häufiger als im „obersten“ formfreien Reich.

3. In dem obersten der drei Bereiche, der drei Selbsterfahrungen, im formfreien Dasein (*arūpabhava*), sind die Leidhaftigkeiten des körperlichen Schmerzes wie auch der Aktivität völlig vergessen. Es herrscht ein Zustand von erhabener Ruhe. An diesem Zustand ist unzulänglich hauptsächlich die Tatsache, dass er noch bedingt ist, und zwar durch zwei der fünf Zusammenhäufungen, durch Gefühl und Wahrnehmung bedingt, aus welchen er besteht. Da alles Bedingte mit den Bedingungen steht und fällt, so wird dieser Zustand im Lauf der Zeit aufgezehrt - insofern „Leidhaftigkeit der Wandelbarkeit“ - und danach fallen jene Wesen je nach dem Grad ihrer noch latenten Belastung wieder in den mittleren oder gar unteren Daseinsbereich, also in größeres Leiden zurück. Einen Begriff von diesen Unterschieden vermittelt M 59, wo alle Stufungen von Leiden und Wohl der Reihe nach genannt werden.

So gibt es nach dem Maßstab der Erwachten, die das vollkommene Wohl des Nirvāna kennen, innerhalb aller Daseinsbereiche, innerhalb des ganzen Samsāra-Sees, nur Leiden, und zwar beginnend mit den allergeringsten an der oberen Grenze aller Daseinsmöglichkeiten über alle immer gröberen Grade bis zu den äußersten Schmerzen und Qualen an der untersten Grenze aller Daseinsmöglichkeiten, den sogenannten Höllen. Von diesen gesamten Gefühlsmöglichkeiten machen die dem normalen Menschen hier im Menschentum erfahrbaren und möglichen nur einen geringen Bruchteil aus.

Wenn wir diese Leidensmöglichkeiten des Daseins in eine Skala etwa von einem Leidensgrad in der höchsten Daseinsmöglichkeit bis zu hundertgradigem Leiden der äußersten untersten Höllenqualen einteilen, dann müssen wir die möglichen Gefühle des Menschentums auf dieser Skala weit unten

suchen, vielleicht zwischen den Graden 70 und 85. Zwischen diesen Graden schwanken wir je nach den Erlebnissen auf und ab. Sind wir mehr oben, oder besser gesagt: weniger unten, so sprechen wir schon von Wohl und Glück und Freudigkeit, und erst wenn wir noch weiter unten sind, dann sprechen wir von Schmerzen, Nöten und Qualen. Aber was ist das gegenüber dem Ganzen?

Von hier aus erst ist zu verstehen, aus welchen Qualen und Leiden die Erwachten befreien wollen und was an Wohl auf denjenigen wartet, der der Wegweisung der Erwachten folgt. *Gefesselt in der Höhle, vielfach zugeschüttet*, sagt der Erwachte (Sn 772), *so steht der Mensch, in Blendung tief versunken*. Aus dieser Höhle entsetzlicher Leiden, Dunkelheiten und Wahnvorstellungen führt der Erwachte mit seiner Wegweisung den verständigen Menschen schrittweise heraus, vom Leiden zum Wohl, vom Wohl zum seligen Frieden, vom seligen Frieden zur Unverletzbarkeit.

An diese Tatsache der weltüberwindenden Entwicklung, die erst den wahren und wirklichen Heilscharakter dieser Lehre begründet, müssen wir denken, wenn wir hören und lesen, dass der Buddha die vier vom Leiden heilenden Wahrheiten lehrt. Denn solange wir den Maßstab des Buddha, mit welchem er die Leiden misst und benennt, nicht kennen, da kann uns keine Ahnung ankommen von den Höhen, Erhellungen, Beglückungen, Beseligungen, die schon oberhalb der Sinnen-suchtwelt so natürlich erfahren werden wie in unserer Welt unsere Gefühle. Aber auch über diese geht der Heilsweg hinaus zu dem Frieden weltbefreiter Entrückungen. Und indem der Übende sich von diesen letzten entstandenen und darum wieder vergehenden Erscheinungen abgelöst hat - von Gefühl und Wahrnehmung - da ist der Heilsstand erreicht, der unverletzlich, unantastbar, unbeeinflussbar (*anāsavā*) ist, das Nirvāna, „das allerhöchste Wohl“ (M 75). Das ist der Stand des vollkommenen Heils, dann erst ist alles Leiden überwunden.

Aber zurück zu den Karmalehrern in unserer Rede. Wir sehen nun, dass es auf ihre beschränkte menschliche Sicht zu-

rückzuführen ist, wenn diese danach fragen, wodurch „Wohl“ und „Wehe“ in diesem Leben bedingt sei, denn wir sehen, dass es in unserem Bereich letztlich nie um Wohl, sondern nur um mehr oder weniger Wehe geht. Bhūmijo, Sāriputto und auch der Erwachte haben hier zwar die von jenen anderen Lehrern vorgebrachten menschlichen Begriffe von Wohl und Wehe stillschweigend übernommen. Aber wann immer der Erwachte oder die Mönche über die Folgen der *avijjā*, des Wahns, sprechen, da sprechen sie nur immer von Leiden, nicht von Wohl, so auch in fast allen anderen Reden dieser Nidāna-Gruppe.

Aus dem groben Wahn geht grobes und größtes Leiden hervor, aus dem mittleren Wahn mittleres Leiden, aus dem feinsten Wahn geht feinstes Leiden hervor, und nur wenn der Wahn ganz aufgehoben ist, dann ist Leiden ganz aufgehoben, dann ist vollkommenes Wohl. Darum sagt der Erwachte, dass dieser Wahn restlos verblasst und ausgerodet werden müsse, wenn man von allem Leiden endgültig freikommen wolle. - Wie aber kann *avijjā*, der Wahn, restlos verblasst und ausgerodet werden? Das ist die Frage, an deren Beantwortung die Heilsfindung hängt.

Der Wahn (*avijjā*) tritt in den Reden häufig in drei verschiedenen Verbindungen auf:

1. als *avijjā-bandhana*, die Bindung, die Bande des Wahns (M 80, 23, 56, 91),
2. als *avijjā-nīvaraṇa*, die Hemmung des Wahns (S 12,15, M 43),
3. als *avijjā-samyojana*, die Verstrickung oder Fessel des Wahns (D 33).

Da der Erwachte ausdrücklich sagt, dass nur des Wahns *restloses Abblassen und Ausroden zum Heilsstand* führe, so müssen auch alle drei Stadien des Wahns restlos ausgerodet werden. Darum müssen wir wissen, was unter Wahn-Bande, -Hemmung und -Verstrickung verstanden wird.

Da außerdem nicht nur der Wahn, sondern überhaupt alle

Eigenschaften, welche den normalen Menschen innerlich vom Heilsstand trennen, in dieser dreifachen Weise, also als Bande, Hemmung und Verstrickung, im Menschen bestehen, so ist es von Bedeutung, diese dreierlei Weisen richtig zu kennen.

1. Im Geist (*mano*) müssen die Bande (*bandhana*) aufgelöst werden.
2. Im Gemüt (*ceto*) müssen die Hemmungen (*nīvarana*) aufgelöst werden.
3. Im Herz (*citta*) müssen die Verstrickungen oder Fesseln (*samyojana*) aufgelöst werden.

Hierzu ein Beispiel aus den überlieferten Reden. Dort ist wohl dreißig- bis fünfzigmal in genau gleichem Wortlaut der Entwicklungsgang des Mönchs bis zum Heilsstand beschrieben. Darin findet sich eine Übung, in welcher die dreifache Wirksamkeit der Eigenschaften, nämlich als Bande, als Hemmung und als Verstrickung, gut zum Ausdruck kommt. Wenn es um die Ausrodung der fünf letzten Hindernisse für den Eintritt in die Entrückungen geht, finden wir bei dem ersten dieser fünf Hindernisse die dreifache Formulierung wie folgt:

1. Er hat sinnliches Begehren verworfen,
2. begierdelosen Gemütes (*ceto*) verweilend,
3. reinigt er das Herz (*citta*) von sinnlichem Begehren. (M 39)

Hier bedeutet die erste Aussage, dass ein solcher Mönch im Geist (*mano*) endgültig durchschaut und begriffen hat, dass das sinnliche Begehren für ihn gefährlich und entsetzlich ist (siehe Aussatz-Gleichnis), dass es ihn in dem untersten der drei Daseinsbereiche zurückhält und seine Entwicklung zum ersehnten Heilsstand, um den es ihm ja geht, verhindert. Diese Einsicht hat dazu geführt, dass er das sinnliche Begehren im Geist endgültig verwirft, es als elend beurteilt und darum von ihm fort will.

Mit dem sinnlichen Begehren wird der Mensch geboren. Von dem ersten Genuss der Muttermilch über die Freude an Formen und Farben und den Genuss der Geschlechtsbeziehungen bis zu den Gaumengenüssen noch im hohen Alter jagt der

Mensch den sinnlichen Begehungen nach, die meisten Menschen kennen kaum ein anderes Wohl als die Befriedigung der sinnlichen Begehungen. Ein solcher Mensch muss ja auf Grund seiner Erfahrungen das sinnliche Begehren – oder besser seine jeweilige Befriedigung – als das einzige oder hauptsächlichste Wohl im Leben ansehen und darum auch mit seinem Willen immer anstreben. Das heißt aber: Ein Mensch, solange er die Schmerzen des sinnlichen Begehrens (Ausatzwunden), ihren Jammer und ihre Erbärmlichkeit (im untersten der drei Daseinsbereiche) nicht kennt und vor allem die Seligkeit und Sicherheit oberhalb des Begehrens und die Möglichkeit dahin zu gelangen nicht kennt, der muss ja so lange das Begehren wollen und kann gar nicht von ihm ablassen wollen. Diese Bindung des Willens, allein des im Geist (*mano*) entstehenden Willens, an dieses oder jenes - hier eben an Begehren - das ist es, was der Erwachte „Bande“ (*bandhana*) nennt.

Was man nicht kennt und nicht vermutet, ja, nicht einmal ahnt, das kann man auch in keiner Weise wollen wollen. In dieser gesetzmäßigen Wahrheit steckt die erste Determinante des Willens bei allen Wesen überhaupt. Die andere Tatsache, dass manche Menschen sich gerade nach etwas Unbekanntem sehnen, ist kein Widerspruch, denn nur derjenige kann etwas noch Unbekanntes erlangen wollen, der eine gewisse Hoffnung und Ahnung hat, dass es Besseres und Schöneres und Größeres gibt als das, was er bisher kennt und hat. Wer aber nichts Besseres erhofft noch ahnt, der kann auch nichts anderes wollen als das Beste dessen, was er bisher kennt. Das ist das Gesetz von den Banden des Geistes, in dem der Wille entsteht.

Sobald ein Mensch aber in vertrauenswürdiger und einleuchtender Weise von irgendetwas viel Besserem hört als es das ist, was er bisher besitzt und weiß, dann muss sich auch sein Wille ganz zwangsläufig von seinen bisherigen Zielen abwenden und den für besser gehaltenen Zielen zuwenden. Diese Tatsache ist eine weitere Determinante des Willens.

Und diese letztere Determinante des Willens benutzt der



Erhabene, indem er dem heilsuchenden Menschen, der also Hoffnung und Ahnung hat, dass es Besseres gibt, die Wahrheit vom Heil in einer überzeugenden Weise vermittelt, indem er das Heil auch wahrlich als Heil erkennen lässt. Damit aber wird im Geist der Grundwille von allem bisher Gewollten abgebunden, werden die Bande gelöst, denn der Wille wendet sich nun dem neu Erkannten, Besseren zu. Wer sich so im Geist von etwas bisher immer Gewolltem und Gepflegtem endgültig abgewandt hat, von einem solchen wird gesagt, dass er „die Bande abgetan“ hat, von den Banden befreit ist. Das liegt in dem obigen ersten Satz: *Er hat sinnliches Begehren verworfen.*

Übergehen wir noch den zweiten Satz (*begierdelosen Gemütes verweilend...*) und betrachten zunächst den dritten: *Er läutert das Herz (citta) von sinnlichem Begehren.* Hier, wo vom „Herzen“ die Rede ist, handelt es sich nie um Bande, sondern immer nur um Fesseln oder Verstrickungen (*samyojana*).

Der Wortlaut von Satz 1 zeigt, dass er das sinnliche Begehren im Geist bereits endgültig verworfen hat, aber der Wortlaut von Satz 3 zeigt, dass er es noch nötig hat, das Herz davon zu läutern, dass er also im Herzen davon noch nicht frei ist. Damit sind wir bei dem schon häufig besprochenen Unterschied bis Widerspruch zwischen den Einsichten des Geistes und den Triebkräften des Herzens. Diesen Unterschied kennt jeder Mensch, der sich über sein Wollen und Vollbringen Rechenschaft ablegt. Diesen Widerspruch drückt Paulus aus in den Worten: *Das Gute, das ich tun will* (Geist), *das tue ich nicht* (Herzenstriebe, Verstrickungen), *aber das Böse, das ich nicht tun will* (Geist), *das tue ich* (Herzenstriebe, Verstrickungen).

Es kann einer irgendeine Eigenschaft oder Verhaltensweise im Geist völlig klar als schädlich erkannt haben und sie darum endgültig verwerfen, kann aber in seinem Triebhaushalt mit den vielfältigen Neigungen, Bedürfnissen, Gewohnheiten dennoch in das im Geist Verworfenen verstrickt, daran gefesselt sein. Dann hat er die Bande der betreffenden Sache gelöst,

aber noch nicht die Verstrickungen des Herzens, die alten, lange gepflegten Gewöhnungen. Aber immer mögen und können wir das Herz nur von solchen Dingen befreien, die wir zuvor im Geist als für uns selbst schädlich durchschaut haben. In diesem Sinne sagt der Volksmund: *Einsicht ist der erste Schritt zur Besserung*.

Mit der vorhin beschriebenen Wendung des Willens im Geist ist eine geistige Zeugung eingetreten. Und so wie die körperliche Zeugung noch nicht die Geburt ist, so ist auch die geistige Zeugung noch nicht die Geburt. Und ebenso wie nach der körperlichen Zeugung alles auf die Geburt hinarbeitet, ebenso beginnt auch nach der geistigen Zeugung, nach der im Geist vollzogenen Abwendung des Willens ("Ablösung der Bande") von den bisherigen Zielen der Prozess der Umbildung des Menschen, indem er nun aus seinem Herzen (*citta*) alle Neigungen, Verstrickungen (*samyojana*), die noch auf die alten gewohnten Ziele aus sind, nach und nach ausrotet bis zur Vollendung. Das ist die Auflösung der Verstrickungen des Herzens. Erst mit deren Vollendung ist der Prozess abgeschlossen.

Daraus zeigt sich entsprechend dem dreigliedrigen Satz in der Lehrrede, dass man immer zuerst die geistigen Bande an irgendeine Haltung oder Sache abgelöst haben muss, um dann allmählich auch die Verstrickungen des Herzens nach und nach abzulösen bis zur Vollständigkeit. Diese Ablösung der Verstrickungen des Herzens von den im Geist verworfenen Eigenschaften oder Verhaltensweisen, die in den Reden als „Läuterung“ bezeichnet wird, geschieht in der Weise, dass man sich bewusst immer wieder so deutlich und klar wie möglich vor Augen führt, inwiefern diese Eigenschaften den eigenen Zielen, dem angestrebten endgültigen Wohl im Wege sind. Mit jeder solchen geistigen Betrachtung im klaren überzeugten Hinblick auf die Verhinderung des eigenen Wohls durch solche Eigenschaften wird die Kraft dieser Eigenschaften im Herzen von Fall zu Fall etwas geringer, die „Verstrickung (*samyojana*)“ etwas dünner nach dem Wort des Erwachten (M 19): *Wie der*

*Mönch häufig betrachtet, beurteilt und bewertet, so wird das Herz geneigt.*“

Nun kann der zweite Satz betrachtet werden: „*Er verweilt begierdelosen Gemütes (ceto).*“ Der Erwachte sagt, was unter „*ceto*“ zu verstehen ist. Zum ersten haben wir vielfach in den Reden die Aussage, dass es körperliche Gefühle gibt (*kāyikā vedanā*) und gemüthafte Gefühle (*cetasikā vedanā*). Unter den körperlichen werden nicht nur das Tasten, sondern alle Gefühle verstanden, die bei sinnlicher Wahrnehmung mittels aller fünf Körpersinne aufkommen. Was dagegen unter den Gemütsgefühlen (*cetasikā vedanā*) zu verstehen ist, erklärt der Erwachte in M 141: *Durch Berührung des Geistes (manosamphassa) entstehen die gemüthhaften Gefühle.* Das heißt also, alle rein sinnliche Wahrnehmung löst unmittelbar keine gemüthhaften Gefühle, sondern körperlich-sinnliche Gefühle aus. Alles Nachdenken dagegen über gegenwärtige, vergangene oder zukünftige Dinge und Erlebnisse, über Geburt und Tod, über das Ich und die Welt, über die Lehre und den Heilsweg, das ja im Geist (*mano*) geschieht, wie überhaupt alles im Geist Auftauchende, löst die gemüthhaften Gefühle aus. *So ist Gemüt (ceto) die Empfindungsseite des Geistes.* Auch im altdeutschen Sprachgebrauch wird das Gemüt betont von den sinnlichen Interessen unterschieden.

Von den fünf leidhaften Gefühlen, welche in den Lehrreden immer wieder in gleicher Reihenfolge genannt werden: *Kummer; Jammer; Schmerz, Gram und Verzweiflung* (M 141 u.a.) sind die zwei ersten und die zwei letzten „gemüthafte“ Gefühle, und nur der Schmerz (*dukkha*) wird laut M 141 als das körperliche Gefühl bezeichnet. (In unserem Sprachgebrauch kann „Schmerz“ auch geistiger Herkunft sein.)

Und nun können wir die Wirksamkeit des Gemüts erkennen. Ein Mensch, der bei klarer Überlegung in seinem Geist das sinnliche Begehren endgültig verworfen hat, aber im Triebhaushalt seines Herzens vom sinnlichen Begehren noch nicht befreit und gereinigt ist, die „Verstrickungen“ noch nicht aufgehoben hat, der kann in seinem Gemüt unterschiedliche

Stimmungen haben: Wenn von dem sinnlichen Begehren des Herzens her ihn sinnesbegehrliche Anwandlungen ankommen, so kann, ehe er sich versieht, dann auch sein Denken, das immer im Geist stattfindet, von dem sinnlichen Begehren des Herzens durchtränkt sein, so dass er sich für einige Zeit bei lustvollen oder verlangenden Empfindungen befindet. Solches begehrende Denken, das ja von entsprechendem Gefühl, Verlangen begleitet ist, bedeutet, dass er nun begehrlichen Gemüts ist, begehrlichen Gemüts denkt, dass ihn „die Hemmung des Begehrens“ beherrscht.

Derselbe Mensch kann aber zu anderer Zeit ganz frei von solchen sinnlichen Anwandlungen bei irgendwelchen förderlichen und heilsamen Gedanken und Besinnungen weilen. Zu dieser Zeit wird von ihm gesagt, dass er *begierdelosen Gemüts* oder mit einem *von Sinnensucht freien Gemüt* verweilt. Das bedeutet, dass er *die Hemmung des Begehrens* (für diese Zeit) aufgehoben hat. Von diesem Zustand ist oben im zweiten Satz die Rede.

Daraus zeigt sich, dass das Gemüt (*ceto*) den Zwischenzustand darstellt zwischen den Einsichten des Geistes und den Trieben und Verstrickungen des Herzens. Das heißt, dass das Gemüt so lange schwanken kann, als noch ein Widerspruch zwischen Herz und Geist besteht, d.h. als im Herzen noch Triebe, Verstrickungen, (*samyojana*) nach solchen Dingen sind, die im Geist bereits endgültig verworfen wurden. Je stärker die Verstrickungen des Herzens noch sind, um so stärker sind auch die Hemmungen, die den Anblick gemäß den Einsichten des Geistes hemmen, um so häufiger ist auch das Gemüt von solchen Gedanken und Empfindungen beschwert. Darum werden die Hemmungen auch als *Befleckungen des Gemüts* und als *Erschwerung des weisen Anblicks* bezeichnet. Je geringer aber die Verstrickungen des Herzens werden, um so seltener können sie sich beim Nachdenken noch durchsetzen. Denn sobald ein solcher Denker die unguete Gefühlsanwandlung bei sich spürt, da geht er energisch gegen sie vor, denn er hat sich inzwischen genug Argumente und andere

Waffen geschaffen, um sie auszuroden.

Es kann also Hemmungen nur dann geben, wenn zwischen Geist und Herz ein Unterschied und Widerspruch besteht: wenn ein Mensch gemüthafte Anwandlungen nach etwas spürt, das er nach seiner Einsicht (im Geist) nicht mehr will, dann fühlt er sich gehemmt, seiner Einsicht zu folgen, und er muss sich anstrengen, wenn er die Hemmung überwinden will. Das ist das Wesen der Hemmung. Damit zeigt sich, dass alle Hemmungen von den Verstrickungen des Herzens kommen und dass es keine Hemmungen mehr geben kann, wenn die betreffenden Verstrickungen des Herzens völlig aufgehoben sind. Dagegen kann kein Mensch, der (vergleichsweise) begierliche Triebe hat, diese als Hemmung empfinden, wenn er sie auch im Geist anerkennt. Ebenso kann einer keine Hemmung mehr empfinden, wenn bei ihm für die im Geist verworfenen Dinge auch keine Triebe, Verstrickungen mehr im Herzen sind.

In D 13 gibt der Erwachte ein drastisches Bild zunächst für die Bande im Geiste und anschließend für die Hemmungen im Gemüt. Dort vergleicht er den Menschen, der ein höheres Wohl als die Befriedigung des sinnlichen Begehrens gar nicht kennt und darum ja auch nicht wollen kann, mit einem Mann, der am Ufer eines Stromes liegt. Das jenseitige Land ist das Land der Sicherheit, des Glücks und des Friedens. Aber der Mann liegt an allen Gliedern fest gebunden bewegungslos am hiesigen Ufer. Darum kann er, solange er so gebunden bleibt, nie hinübergelangen.

Ganz ebenso wie dieser Mann durch die körperlichen Bande nicht zum anderen Ufer kann, ganz ebenso auch bleibt jeder Mensch, solange er in seinem Geist nichts Besseres als das Wohl der Befriedigung des Begehrens kennt, in seinem Willen fest gebunden an das Begehren, d.h. er kann nichts anderes anstreben wollen als das Wohl der Befriedigung. Die körperlichen Bande in dem Gleichnis gelten also in Wirklichkeit für die geistigen Bande des Menschen, der, weil er die Möglichkeiten des wahren Wohls und des Heils nicht kennt, auch gar

nicht dahin wollen kann; beide bleiben am hiesigen Ufer. Das ist das Bild für die *Bande des Geistes*. Zugleich gibt der Erwachte damit ein Bild für die Determiniertheit, die Festgelegtheit des Willens.

Das Bild für die *Hemmungen des Gemüts* ist ein anderes: Da ist ein Mann am hiesigen Ufer. Er ist nicht gebunden, kann sich frei bewegen, er weiß, dass es jenseits des Stroms unvergleichlich besser ist als hier. Aber er weiß auch, dass es der Anstrengung des Schwimmens bedarf, um hinüberzugelangen. Dazu aber rafft er sich im Augenblick nicht auf, sondern legt sich in sein Gewand eingehüllt am hiesigen Ufer nieder. Dieser Mann könnte hinüber, ist nicht gebunden, aber er ist *gehemmt durch seine Gewöhnung* an das Leben am hiesigen Ufer. Im Augenblick führt er sich nicht die großen Vorzüge des Lebens am anderen Ufer vor Augen, sondern die Anstrengung des Schwimmens; im Augenblick ist er träge.

Das ist der Unterschied zwischen den Banden des Geistes und der Hemmung des Gemüts. Die Bande bedeuten, dass der Mensch gar nichts Besseres weiß und darum auch nichts Besseres wollen kann. Die Hemmungen bedeuten, dass er zwar Besseres weiß und es darum auch will, aber zu dieser Zeit ohne die erforderliche Energie und die geistige Klarheit ist, um das zu tun, was er im Geist schon als zu tun notwendig erkannt hat, um zum Besseren zu gelangen. Diese Hemmung des Gemüts kommt von den *Verstrickungen des Herzens*. Er ist noch zu sehr vernebelt in seiner alten Gewöhnung. Zeitweise beherrscht sie ihn, und nur zeitweise überwindet er sie.

Dieser dreifachen Bindung – durch die Bande des Geistes – die Hemmungen des Gemüts und – die Verstrickungen des Herzens – unterliegen alle Eigenschaften, die den Menschen von dem Heilsstand trennen. Alle diese heilsfremden Eigenschaften muss man zuerst im Geist als heilsverhindernd und leidvoll durchschauen, d.h. die Bande davon lösen (*vom Geist gehen alle Dinge aus*, sagt der Erwachte) und muss von da an alle gemüthhaften Anwandlungen, die auf die im Geist verworfene Sache doch noch aus sind, als Hemmungen für seine Heilsgewinnung durchschauen und niederkämpfen.

Auf diese Weise werden die Verstrickungen des Herzens immer schwächer, bis man von diesen zuletzt völlig befreit ist. Dann erst ist der Kampf endgültig gewonnen und beendet. - Betrachten wir nun diese dreifache Bindung beim Wahn (*avijjā*).

Die Befreiung vom Wahn, von den Wahnbanden bis zu den Wahnverstrickungen, ist das A und O, ist im wahrsten Sinne des Wortes „der Anfang und das Ende“ der gesamten Heilsentwicklung. Alle Höherentwicklung des Menschen etwa zu den sinnlichen Gottheiten, zu den brahmischen Kreisen und gar zu den formfreien Daseinsweisen, bringt natürlich entsprechende Leidensminderung und Wohlmehrung mit sich und ist darum hilfreich, aber sie ist, wenn sie nicht darauf angelegt ist, durch die Erfahrungsweisen nur hindurchzuschreiten, um Nirvāna zu erlangen, keine Heilsentwicklung, denn so bleibt man im Samsāra, im Leiden. Unter der wahren Heilsentwicklung wird nur diejenige Entwicklung verstanden, die aus vollständiger Durchschauung der fünf Zusammenhäufungen darauf ausgerichtet ist, sich von diesen zu befreien. Nur bei dieser Zielsetzung kann man sich aus dem gesamten Samsāra, d.h. aus allen drei großen Daseinsstadien mit ihren hundert Graden an Leiden herausarbeiten und wird das Nirvāna gewonnen.

Diese Heilsentwicklung beginnt erst und muss beginnen mit der Befreiung von den *Banden des Wahns im Geist*, und sie endet mit der Befreiung von den *Verstrickungen des Wahns im Herzen*. So zeigt es der Erwachte selbst in seinen Reden und Unterweisungen.

Die erste Auskunft über diese Heilsentwicklung finden wir in der Einladung des Erwachten (M 80):

*Willkommen sei mir ein verständiger Mann, offen, ehrlich, von gerader Natur. Ich unterweise ihn in den Übungen, ich zeige die Wahrheit ihm auf; wenn er nach der Unterweisung sich einübt, dann wird er nach nicht langer Zeit selber erfahren, selber sehen, dass er von Banden befreit ist, nämlich von den*

*Banden des Wahns (avijjābandhana).*

*Gleichwie ein kleiner Knabe, der, solange er die Gefahren nicht kennt, noch bewacht und oft angebunden wird, aber später, von den Bindungen befreit, bei sich merkt: „Frei bin ich jetzt und kann gehen, wohin ich will“, ebenso auch wird der verständige Mann, wenn er nach der Unterweisung sich einübt, nach gar nicht langer Zeit bei sich selber erfahren und bei sich selber sehen, dass er von Banden befreit ist, nämlich von den Banden des Wahns.*

Das ist das Versprechen des Erwachten: Unter den genannten Voraussetzungen werde man die Befreiung von den Banden des Wahns bei sich selbst erfahren und erspüren können. Das Gleichnis von dem Knaben zeigt, inwiefern man diese Wandlung bei sich erfährt. So wie das Kind, nachdem es die gefährlichen Situationen und Gegenstände im Haus und draußen als solche erkannt und meiden gelernt hat, von da an nicht mehr immer wieder zurückgehalten wird, sondern sich frei bewegen kann, so habe auch der von den Banden des Wahns Befreite endgültig ein solches inneres Wissen über die Gefahren aller Daseinsstationen gewonnen, dass er nun auch allen Gefahren nicht nur des jetzigen menschlichen Lebens, sondern des ganzen Samsāra in allen drei großen Bereichen endgültig zu ent-rinnen weiß. - Er ist noch lange nicht entronnen, hat erst in seinem Geist die Einsicht gewonnen, aber er arbeitet jetzt un-irritierbar auf die Auflösung aller Verstrickungen des Herzens hin. Diese Entwicklung ist sicherer als die Entwicklung von der körperlichen Zeugung bis zur Geburt, denn sie kann durch nichts mehr unterbrochen werden.

Avijjā, der Wahn, besteht darin, dass die aus Wahrnehmung bestehende Welterscheinung samt dem darin miterscheinenden ‚Ich‘ nicht als Wahrnehmung durchschaut und erkannt wird, so wie der Träumende seine Erscheinungen nicht als Träume erkennt - sondern für letzte Wirklichkeit hält. Mit diesem Wahn ist keine Beherrschung der Erscheinung, des Daseins, ist keine Freiheit und Erlösung erreichbar.



Alle vom Erwachten nicht belehrten Menschen leben in dem wahnhaften Anblick: „Dies ist die Welt, dieses bin ich.“ So sind sie mit den Banden des Wahns gebunden. Und da wir schon unser ganzes Leben und ungezählte frühere Leben in diesen Wahnbanden lebten, so ist der wahnhafte Anblick der Welt schon längst zu unserer Natur geworden, und wir haben uns mit unserem ganzen Herzen und Wesen in diese Welt hineinverstrickt. Durch diese Triebe und Verstrickungen des Herzens (*samyojana*) kommt es, dass wir das Empfinden haben, die aus Wahrnehmung bestehenden Begegnungserscheinungen bestünden aus an sich bestehenden vier Grundgegebenheiten: aus Festem, Flüssigem, Hitze und Luft. Diese Täuschung nennt der Erwachte „Blendung“. Und die Stärke der Blendung ist es, die uns außerhalb der Wahrheit von der Wirklichkeit, eben in der Wahnverstrickung, hält (*avijjāsamyojana*).

Unter den zehn vom Erwachten immer wieder genannten Verstrickungen, die den Menschen in den gesamten Samsāra des Wahns, in alle drei große Bereiche verstrickt halten und die der Reihe nach von der ersten bis zur letzten aufgelöst werden müssen, um dem Samsāra zu entrinnen, wird die Wahn-Verstrickung als letzte genannt. Erst mit ihrer endgültigen Auflösung ist der Mensch allem Leid, Dunkelheit und Ängsten endgültig entronnen, ist aus dem Daseinstraum ganz aufgewacht und hat den Heilsstand endgültig gewonnen. Darum ruft der Erwachte uns Träumenden, im Wahn Lebenden zu (Sn 331):

*Erwacht, ihr Schläfer, setzt euch auf,  
das Träumen hilft euch nimmermehr.  
Wie fände Schlaf der wunde Mann,  
solang der Pfeil im Körper schmerzt.*

So ist der von den Banden des Wahns Befreite zu erkennen: Er ist wie einer, der in seinen Traum hinein diesen Weckruf vernommen hat. Damit ist die Dimension der Wachheit in sein Traumleben eingebrochen. Zwar fesselt ihn die Traumszenerie noch weiterhin, aber durch das eingedrungene Wissen um das

ganz andere, um die Wahrheit und Wirklichkeit der wachen Dimension weiß der Träumende nun endgültig, dass er sich im Wahn befindet. Wenn er von den Traumszenen wieder gebannt ist, entzückt nach den einen strebt und erschreckt vor den anderen zu fliehen versucht, dann gilt von ihm: *in der Hemmung des Wahns befindlich, durch den Wahn gehemmt.*

Aber da er sein Erleben endgültig als Wahn begriffen hat, so kann er ihm nicht mehr endgültig verfallen, sondern ringt und kämpft sich aus ihm allmählich heraus. Immer wieder führt er sich die Wahrheit vor Augen, dass in Wirklichkeit Wahrnehmung ist, jenes geistige Erscheinen, wo er den Eindruck hat, ein lebendiges Ich in einer materiellen, dreidimensionalen Welt zu sein. In diesem Sinne rät der Erwachte:

*Als Luftgebild sieh ' diese Welt,  
als Wogenschaum sieh diese Welt.  
Wenn so du blickst, dann trifft dich nicht  
der Todesfürst, der Herr der Welt. (Dh 170)*

Wenn er bei dieser Übung ist, dann kann ihn die Erscheinung nicht faszinieren, zu dieser Zeit hat er die Hemmung des Wahns aufgehoben, befindet sich nicht in der Hemmung des Wahns. Im Lauf der Zeit gelingt es ihm immer häufiger und immer leichter, sich von der Hemmung des Wahns zu befreien und die Wirklichkeit so zu begreifen wie sie ist.<sup>14</sup>

Die hier beschriebene Befreiung von den Banden des Wahns (noch nicht von der Wahnverstrickung) ist die Entwicklung von dem Weltgänger (*puthujjana*), der dem Samsāra ausgeliefert ist, zu dem in die Heilsströmung Gelangten, dem Heilsgänger, dem *sotāpanno*, der unwiderruflich geradewegs auf den Heilsstand, auf die völlige Befreiung von allen Verstrickungen hinarbeitet und so Schritt für Schritt aus allen hundert Graden der Daseinsnot herauswächst, bis er auch von den feinsten Leidensformen ebenso wenig mehr berührt werden

---

14 S. die sieben Gewissheiten des von den Banden des Wahns Befreiten nach M 48

kann wie der am Ufer des Sees stehende Mann von dem Wasser des Sees.

Einer, der auf dem Weg ist, sich von den *Banden* des Wahns zu befreien und damit endgültig ein Heilsgänger zu werden, befreit sich dadurch bereits von den ersten drei der zehn Verstrickungen endgültig.

Die erste der zehn Verstrickungen, „Glaube an Persönlichkeit“ (*sakkāya-ditthi*), ist die Befangenheit in der Vorstellung, ein Ich in der Welt zu sein. Wer sich nach der Anleitung des Erwachten eingeübt hat, der hat gerade durch diese eingeübte Selbstbeobachtung immer deutlicher im Geist erkannt, dass da, wo der Eindruck „ich bin“ und „ich bin in der Welt“ besteht, in Wirklichkeit nur das Spiel jener fünf Zusammenhäufungen vor sich geht, indem ununterbrochen Formen (erste der fünf Zusammenhäufungen) und Gefühle (zweite) wahrgenommen (dritte) werden, woraufhin das von der Wahrnehmung gelieferte Ich auf das als Begegnung Wahrgenommene reagiert (Aktivität, die vierte Zusammenhäufung), wodurch sich im Lauf der Zeit das fortgesetzte Angehen der Welterscheinung immer mehr einspielt als die programmierte Wohlerfassungssuche (die fünfte der fünf Zusammenhäufungen). Er hat durchschaut und kann es mit jeder Selbstbeobachtung bestätigen, dass diese Zusammenhäufungen vor sich gehen und dass sie den Eindruck eines „Ich bin in der Welt“ erwecken. Obwohl er diesen Eindruck vom Gefühl her immer noch hat, lässt er ihn nicht mehr gelten, er weist ihn von sich und hält sich gegenwärtig, was er als tatsächlichen Vorgang beobachtet hat und kennt. Das bedeutet die Auflösung der ersten der zehn Verstrickungen.

Diese Auflösung zieht zwangsläufig auch die Auflösung der zweiten nach sich, der Daseinsunsicherheit, des Gefühls der Ungeborgenheit (*vicikiccha*), das den normalen Menschen durch sein ganzes Leben begleitet. Der Erwachte vergleicht dieses Gefühl mit dem eines Menschen, der sich mit seinem ganzen Hab und Gut auf gefährlichen, von Räubern heimgesuchten Wegen befindet, wo er Angriffe auf Leben und Gut

erwarten muss. Von dieser großen lebenslänglich bedrückenden Daseinsbangnis wird endgültig befreit, wer das Spiel der fünf Zusammenhäufungen so durchschaut hat, dass er sich damit nicht mehr identifizieren kann. Das Gefühl dieser Befreiung vergleicht der Erwachte damit, dass jener Mann die gefährliche Reise endlich so weit hinter sich gebracht hat, dass er sich bereits in der Nähe seines heimatlichen Dorfes sieht und sich bald endgültig zu Hause weiß.

Die Befreiung von diesen zwei Verstrickungen zieht ebenso konsequent auch die Befreiung von der dritten Verstrickung nach sich. Sie wird im Pāli *sīlabbataparāmāsa* genannt. Das wird von den einen übersetzt mit „Festhalten an Riten und Regeln“, von den anderen „Sich Klammern an Tugendwerk“. Es hat einen tiefen Hintergrund.

*Sīla* bedeutet nach den Reden ganz eindeutig alles nach außen gerichtete Tun und Lassen im Reden, Handeln und in den übrigen Formen der Lebensführung. Dieses Tun und Lassen kann „gut“ sein, dann gilt der Mensch als tugendhaft (*sīlava*), oder es kann „übel“ sein, dann ist der Mensch untugendhaft (*dussīla*).

So gesehen gilt *sīla* nur für die Welt der Begegnung, das ist vorwiegend der unterste der drei großen Daseinsbereiche, die Sinnensuchtwelt. Die Tugendlosigkeit führt vom Menschentum abwärts in die untere Welt der größeren Leiden, wer aber tugendhaft ist, der gelangt damit nach diesem Leben entweder wiederum zu Menschentum oder darüber hinaus.

Hier geht es nun um den Unterschied zwischen der Tugend des Menschen, der „an der Tugend festhält“, weil er etwa in himmlische Welt gelangen möchte, und dagegen der Tugend dessen, der von den Banden des Wahns befreit, also in die Heilsströmung eingetreten ist. Dieser will zwar ebenfalls durch die tugendliche, die sanfte, wohlwollende Begegnung über das Menschentum hinausgelangen, aber er weiß, dass im gesamten Begegnungsleben in dieser und in jener Welt kein Halt, keine Sicherheit und kein wahres Wohl ist. Er will weder hier noch später die Früchte der sanften Begegnung ernten,

sondern will die Auflösung aller Begegnung, aller Vielfalt und aller Einfalt, überhaupt aller Erscheinung bewirken: den Frieden im Nirvāna. Ein solcher begegnet, solange Begegnung ist, in tugendlicher, sanfter Weise. Aber er hält sich innerlich von allen Erscheinungen zurück. Über die Tugend eines solchen sagt der Erwachte: *Er lässt auch das Recht tun, geschweige das Unrecht.* (M 22)

Das also bedeutet das Freisein von der dritten Verstrickung: dass man den tugendlichen Wandel nicht mehr für das Letzte, für das Höchste hält, dass man das Begegnungsleben nicht überschätzt. Der Heilsgänger weiß, dass nur das Zurücktreten von allen Erscheinungen „das Höchste“ ist: nur so wird Freiheit gewonnen.

Damit unterscheidet sich der von den Banden des Wahns Befreite, der in die Heilsströmung Eingetretene, sowohl von dem Weltgänger wie von dem endgültig Geheilten.

Der Weltgänger, der unbelehrte Mensch aller weltlichen Bildungsgrade, befindet sich im Wahn, ohne es zu wissen oder gar zu ahnen. Der von den Banden des Wahns Befreite, der sotāpanno, weiß, dass er sich im Wahn befindet, fürchtet den Wahn und strebt von ihm fort. Immer wieder gelingt es ihm, durch die aufmerksame Betrachtung des Spiels der fünf Zusammenhäufungen den Wahn vorübergehend abzuschütteln und klar zu sehen.<sup>15</sup> Der auch von der letzten Verstrickung des Wahns Befreite, der Geheilte, Genesene (*arahat*), ist in vollständiger Wachheit vom Wahn ganz befreit, ist in Sicherheit, unverletzbar. Alles was zu tun war, um aus allen hundert Graden des Leidens herauszukommen, das hat er getan.

Über diesen Entwicklungsweg des Heilsgängers von dem „Eintritt in die Heilsströmung“ (dem empfundenen Zug zum Heilsstand hin) bis zur Vollendung des Wegs im Nirvāna ist schon häufig geschrieben worden, darum soll hier nur der besondere Gesichtspunkt der Minderung bis restlosen Auflö-

---

15 Ein Beispiel hierfür und für die heilsfördernde Kraft dieser Übung liefert der Mönch Khemako (S 22,89).

sung der Wahnverstrickung herausgestellt werden. In unserer Rede sagt der Erwachte:

*Ist aber dieser Wahn (avijjā) restlos verblasst und ausgerodet, so ist hier nicht Körper, dessentwegen man Wohl und Wehe erfahren würde: so ist hier nicht Sprache, deretwegen man Wohl und Wehe erfahren würde: so ist hier nicht Geist, dessentwegen man Wohl und Wehe erfahren würde; so gibt es hier gar keine Dimension, gar keine Angriffsfläche, keinen Bereich und kein derartiges Wirken, dessentwegen irgendwie Wohl oder Wehe bei einem erfahren werden könnte.*

Man muss den ganzen Sinn dieser Aussage fassen, denn sie besagt ja, dass Körper, Sprache und Geist, also die ganze „Individualität“, Materie und Geist, nur durch Wahn erfahren werden kann, nur im Wahn besteht, nur aus Wahn besteht, nicht letzte Wirklichkeit ist. Denn, so sagt der Erwachte, wo kein Wahn mehr ist, da gibt es das alles nicht. Und wir haben bei den vom Wahn ganz Geheilten, bei Mahāmoggallāno, Upaseno, bei Lebenswalt und bei Angulimālo, gesehen, dass es für sie, die Befreiten, das alles auch wirklich nicht gibt. - Wie kommt nun bei dem von den Banden des Wahns endgültig Befreiten der Wahn völlig zum Verblässen und zur Ausrodung?

Der Wahn besteht ja darin, dass da in einem Geist und einem Gemüt solche Wollensflüsse/Einflüsse (*āsavā, avijjāsavā*) stattfinden, welchen der Geheilte, der arahat, nicht mehr ausgesetzt ist. So kann z.B. ein Arzt auf einen im Delirium auf seinem Lager sich wälzenden Menschen blicken und kann erkennen, dass dessen Geist und Gemüt von Bildern und Szenen entzückt und entsetzt wird, beeinflusst, getroffen wird, die es „nicht wirklich gibt“, die er „sich eingebildet“ hat: darum „Wahn“.

Ein für uns näher liegendes Beispiel für Wahn haben wir in

der schon wiederholt herangezogenen Erfahrung vom Kinobesuch. - Auf dem Weg zum Kino befindet sich der Mensch noch im Bewusstsein seiner Persönlichkeit mit seinen gesamten Lebensumständen, der Familie, Beruf, Nachbarschaft. Er kennt seine Pflichten, seine Unannehmlichkeiten und seine Vergnügungen.

Wenn aber dann im Kino das Licht ausgeht, dann tritt das alles schon etwas zurück. Das liegt daran, dass wir fast all unsere Erlebnisse unter Beteiligung der Augen, des Sehens erfahren, sei es mit Tageslicht oder mit der Lampe. Wir sind Erlebnisse in völliger Dunkelheit fast nicht gewohnt, und darum rückt eine plötzlich eintretende Dunkelheit alle beim Licht geübten Erlebnisse und damit das bisherige Leben etwas in den Hintergrund.

Dann wird es an der Leinwand hell, und es entwickelt sich dort ein Wahnleben, ein Traumleben. - In wenigen Augenblicken, in einer Zeit, die um so kürzer ist, je packender die gespielte Dramatik ist, vergisst der Betrachter seine eigene Person samt der Familie, ja, er vergisst sogar die mitgekommenen Partner und Freunde, die neben ihm sitzen, denn er lebt für diese Zeit ein Scheinleben mit allen seinen Sensationen, Freuden und Leiden.

So wie wir diesen Zustand kennen als eine freiwillig gewählte große Täuschung, als einen Wahn, so kennen die Erwachten, die Geheilten, unseren Zustand, in welchem wir Körper, Sprache, Geist und Umwelt in dauernder Begegnung erleben, als eine krankhafte Täuschung und Wahn, als starke tiefe Einbildung. Wie tief diese Einbildung ist, erkennen wir an dem Erlebnis, d.h. an unserer Wahrnehmung und Empfindung von „Gegenständen“, wie überhaupt an Gegenständlichkeit. Wir erleben sie als Festes und Flüssiges, als Wärme und Luft in allen möglichen Mischungen und nennen sie „Materie“. Der Erwachte nennt sie Form (*rūpa*) und sagt, dass es die Bezeichnung sei für die Erfahrung, die Wahrnehmung von Festigkeit, Flüssigkeit, Wärme und Luft.

Wir müssen aber verstehen, was das bedeutet: So wie wir

im Traum durch die Traumwahrnehmung erleben können, dass wir mit dem Wagen gegen einen Baum fahren und die Knochen von Körpergliedern dabei zerbrechen, wie wir im Traum also ganz eindeutig „Materie“ erleben, Festes, Flüssiges, Wärme und Luft, sowohl am Traumpörper (zerbrochene Glieder) wie an der Traumwelt (Baum), obwohl der ganze Vorgang eben „nur“ aus Wahrnehmung, aus einer geistigen Beeindruckung und Beeinflussung (*āsava*) von Bildern und Gefühlen besteht, ganz ebenso sehen die Geheilten, die Genesenen, die aus unserem Daseintraum Erwachten und Erlösten uns in unserem Materiewahn.

Wir haben bei unserem Körper einen so tief eingprägten und ausgebildeten Eindruck von Festigkeit, Flüssigkeit, Wärme und Luft, dass wir von der Zerbrechlichkeit dieses Körpers bei der plötzlich harten Begegnung mit anderen Gegenständen fest überzeugt sind, ja, dass wir es auch so „erleben“. Die Geheilten aber, die diesen Wahn aufgehoben haben, gehen durch unsere „Gegenstände“ hindurch, sitzen in der Luft, wandeln auf dem Wasser, werden unsichtbar oder vielfältig, und viele Mönche haben später, nachdem sie das Nirvāna erreicht hatten, ihren Körper vor den Augen von vielen anderen Mönchen plötzlich aufgelöst, zu nichts werden lassen.

Von allen durch die sinnliche Wahrnehmung uns begegnenden Erscheinungen, vor welchen wir wegen unserer Wollensflüsse und daher Beeinflussbarkeit/Einflüsse (*kāmāsavā*) kapitulieren, sagt der Erwachte ausdrücklich: *Schemenhaft, trügerisch, Einbildungen (tucchā, musā, moghadhammā) sind die Sinneserscheinungen, ein Blendwerk ist das Ganze (māyākatam etam), der Toren Unterhaltung (bālalāpana) (M 106)*. Aber dieser Wahn ist bei uns tief eingebildet, wir können ihn nicht einfach übersteigen, sondern es bedarf eines großen Übungswegs zur Wandlung unserer inneren Beziehungen zu den äußeren Erscheinungen. Diesen Übungsweg beginnt endgültig, wer von den Banden des Wahns befreit ist.

Der von den Wahnbanden Befreite, der Heilsgänger, hat die heilende rechte Anschauung (erstes Glied des achtgliedrigen



Wegs) gewonnen, indem er das, was er zuvor mit der Naivität des Wahns für sein menschliches Leben und Erleben in der Welt zwischen Geburt und Tod gehalten hatte, durchschaut hat als das schmerzliche, über unendliche Geburten und Tode hinaus sich fortsetzende Spiel der fünf Erscheinungen, die aus früherem Wahn immer wieder zusammengehäuft wurden.

Aus dieser Durchschauung des Wahns und der Entdeckung der Wahrheit von der Wirklichkeit ergeben sich vollständige Umwertungen aller bisherigen Bewertungen, ergeben sich vollkommen andere Anstrengungen und Ziele. Diese machen das *zweite Glied* des achtgliedrigen Heilswegs aus: das Anstreben rechter Gemütsverfassungen, denn seit dieser Durchschauung ist er nicht mehr fähig zu der bisherigen naiven Lebensauffassung, und darum durchdringt und korrigiert er falsche Gemütsverfassungen, wenn sie aufkommen, mit der rechten Einsicht.

Die auf diesem Weg gewonnene unwankbare rechte Einsicht führt nun zu der großen zweistufigen Anstrengung, durch welche der Wahn immer mehr abgeblasst und zuletzt ausgerodet wird. Die erste dieser beiden Etappen, die das dritte, vierte und fünfte Glied des achtgliedrigen Weges ausmacht, wird „Tugend“ (*sīla*) genannt, und die zweite, die das 6., 7. und 8. Glied ausmacht, wird „Einigung, Vertiefung“ (*samādhi*) genannt. Für uns geht es darum, zu erkennen, wie durch die Tugend der Wahn (*avijjā*), die große Blendung und Täuschung zunächst abgeblasst (*virāga*) wird und dann durch den *samādhi* und seine fortschreitende Vertiefung völlig ausgerodet (*nirodha*) wird.

Wir müssen wissen, dass wir stets von zweierlei Wollensflüssen/Einflüssen (*āsavā*) leben. Von diesen kennen die meisten modernen Menschen nur einen, und solange sie den anderen, dem sie noch stärker ausgesetzt sind, nicht kennen, ist für sie eine geistige Entwicklung schwer und werden sie meistens wieder zurückfallen.

Der Wollensfluss nach Sinnendingen/die Einflüsse durch

Sinnendinge (*kāmāsavā*) bestehen durch die *Illusion einer gespaltenen Begegnungswahrnehmung (papañca-saññā-sankha)*: dass an die Sinnesdränge im Körper erfahrbare Formen herantreten (M 18). In jedem Augenblick werden Formen, Farben, Töne, Düfte, Schmeckbares, Tastbares wahrgenommen und werden als wohltuend oder schmerzlich oder gleichgültig empfunden. Und in jedem Augenblick ordnet der Geist dieses Wahrgenommene in sein Gesamtwissen ein und erzeugt zugleich ein Hinstreben zu dem Angenehmen und ein Fortstreben von dem Unangenehmen. Diese *Illusion einer gespaltenen Begegnungswahrnehmung* zieht sich durch den ganzen Tag vom morgendlichen Erwachen bis zum abendlichen nächtlichen Einschlafen - und so jeden Tag durch das ganze Leben. Es ist wie ein Prasselregen von anbrandenden Wollensflüssen/Einflüssen, Eindrücken, von harten und sanften, von ersehnten und gefürchteten. Und jede dieser Begegnungen löst auf Grund der Sinnesdränge, der Sinnensucht, der Wollensflüsse, Gefühle aus, Wohlgefühle, Wehgefühle, dunkle und helle Gefühle, und die sinnlichen Eindrücke, Wahrnehmungen, Einflüsse, folgen einander so eng und rasch, dass jedem der aufkommenden Gefühle das nächste folgt, ehe das vorhergehende abgeklungen ist.

Das ist der den meisten Menschen bekannte Lebensinhalt. Aber so betrachtet der Mensch sein Erleben nicht; er sieht nicht bei sich die aufbrandenden Gefühle, sondern er nennt die von außen kommenden Dinge bei Namen: „Das ist mein Partner, das sind meine Kinder, das sind im Beruf meine Vorgesetzten und Mitarbeiter, das meine Freunde und Nachbarn. Von den einen erfahre ich mehr Freude, von den anderen mehr Ärger.“ So und ähnlich werden die innen, als Wahrnehmung stattfindenden Erlebnisse nach außen projiziert, wird eine Welt konstruiert von angenehmen Dingen, die teils erreichbar, teils unerreichbar bleiben, und von schmerzlichen Dingen, die man teils fliehen kann, teils hinnehmen muss. Und man glaubt zu wissen, dass diese Erlebniskette mit dem Sarg enden werde.

Das ist der eine Wollensfluss/Einfluss (*kāmāsavā*), der un-

ser Leben ausmacht, den alle kennen und der die meisten Menschen ununterbrochen in Atem hält, die angenehmen Einflüsse zu erraffen, die unangenehmen zu vermeiden.

Der andere Wollensfluss ist der Einfluss durch Seinwollen, Weitersein-Wollen, So-sein-Wollen (*bhavāsavā*). Zum Beispiel: „So wie es jetzt ist, soll es weiter sein“, oder auf Grund moralischer Tendenzen: „Ich möchte mich zum Heilen entwickeln, möchte in brahmischem Dasein wiedergeboren werden oder in Formfreiheit“. Damit deutet der Erwachte die unterschiedliche Beschaffenheit des menschlichen Herzens (*citta*) und Gemüts (*ceto*) an, seinen Charakter, seine seelische Substanz.

Der Erwachte gibt ein Gleichnis in der Lehrrede vom „Goldläutern“ (A III,102-103). Die Goldgräber suchen im Sand nach Gold, sie schaufeln goldträchtigen Sand in ein offenes flaches Gefäß, und aus diesem entfernen sie nun in langer Arbeit alles das, was nicht Gold ist: zuerst die Steine und den Kies, dann Sand, Erde und Schmutz, so dass im Laufe dieser Arbeit das in dem Sand enthaltene Gold immer mehr durchblinkt, bis es hernach allein übrigbleibt.

Mit dem unterschiedlichen Gemisch von Steinen, Sand und Gold vergleicht der Erwachte die menschlichen Herzen. Grobe Befleckungen (Steine) sind schlechte Lebensführung in Taten, Worten und Gedanken. Mittlere Befleckungen (Sand) sind lustvolles Bedenken und Sinnen, Gedanken der Antipathie und des Hasses und Gedanken des Schädigenwollens, die Ursache für ein dumpfes, dunkles Grundgefühl. - Aber Nachsicht, Rücksicht und Schonung in der Begegnung mit den Mitwesen, Fürsorge, Fürsprache und Förderung, Wohlwollen und die Freude am Erfreuen des anderen und auch das aus all dem hervorgehende gute Betragen (*sīlava*) im Reden und Handeln – das sind die Eigenschaften, die das „Gold“ sichtbar machen, von welchen der helle innere Wohlklang, das helle gute Grundgefühl des Menschen ausgeht.

In diesem Gemisch von Steinen, Sand und Gold befindet sich unser aller Herz, und je nach dem Gemisch ist unser

Grundgefühl, unser inneres Sein, das unabhängig von dem Begegnenden ist. Hier zeigt nun der Erwachte in seiner gesamten Belehrung, dass der Mensch, je dumpfer, dunkler und bitterer sein eigener Zustand ist, um so mehr darauf aus ist, durch die tausend Begegnungen Ablenkung zu erleben und womöglich erfreuliche, dass aber ein Mensch, dessen Grundgefühl wohl tut, an diesem genug hat, sich bei sich selber wohlfühlt und darum auf die äußeren Dinge weit weniger angewiesen ist.

Nicht nur aus der Lehre des Erwachten, sondern aus der Läuterungspraxis in allen anderen Religionen liegen Berichte vor darüber, dass ein jeder Mensch, der an der Reinigung seines Herzens von den üblen Eigenschaften, an seiner Läuterung, arbeitet, im Lauf der Zeit auf die feine Wandlung seines inneren Grundgefühls aufmerksam wird. Er entdeckt diesen inneren Klang, er erspürt, was an diesem Klima wohltuend und gut und was noch übel, kalt und dunkel ist. Und er richtet seine Aufmerksamkeit immer mehr darauf, sein Wesen in seinem eigenen Interesse immer mehr zu reinigen und zu erhellen und, wie die Goldgräber, immer mehr Steine und Sand zu entfernen. In diesem Sinne sagt z.B. Meister Eckehart:

*Wer Geduld hat und den Weg  
in rechter Weise beschreitet,  
der findet in der Tugend  
und in der Herzensläuterung  
genug an Honig und Süße,  
um mit dieser Wegzehrung  
Traurigkeit und Trägheit  
zu überwinden.*

Auf diesem Weg der Erhöhung und Erhellung der eigenen inneren Grundverfassung und Grundstimmung macht er eine Erfahrung, die er vorher nicht erwartet hätte: Er entdeckt, dass sein Herz und Gemüt für ihn zu einer heimatlichen Stätte wird, dass ihm ein ruhender Pol erwachsen ist ohne Sorgen und Jagen, eine stille traute Stube, in welcher er alles „draußen“, die mit den Sinnen erfassbare Welt, nicht vermisst, so dass er immer öfter bei sich selbst einkehrt.

Durch diese Entwicklung seines inneren Lebens beginnt er zu erfahren, dass alle durch die Sinne erfahrbaren äußeren Erlebnisse und Ereignisse, die früher seinen ganzen Lebensinhalt ausmachten, jetzt nicht mehr das Ganze sind, sondern nur ein Teil sind, und dass sie den unruhigen, unzuverlässigen Teil seines Erlebens bilden, während die entdeckte innere Stube immer da ist und immer Ruhe gibt, wann er nur wieder einkehrt.

Diese Entwicklung wird in der Läuterungspraxis der verschiedenen Kulturen die *Entwicklung zur Abgeschlossenheit* genannt, und sie gilt als der Umbruch und die Umstellung des Menschen von außen nach innen, von der Welt-Erscheinung zum eigenen Herzen, vom Wahnbereich zum inneren Schöpfer aller Wahn-Erscheinung. Ein solcher arbeitet um so gesammelter und wachsamer an der weiteren Reinigung und Erhellung seines Herzens, das immer mehr seine eigentliche Heimat wird. In diesem Sinn sagt der Erwachte, dass der Mensch, der diese Abgeschlossenheit (*viveka*) entdeckt und entwickelt hat und dabei sich glücklich und froh fühlt, ganz von selber immer wieder den vorwärtsbringenden Gedanken bekommt:

*Was ist noch unheilsam an mir?*

*Was ist noch nicht abgetan?*

*Was wollen wir ablegen? ( It 38)*

Je mehr nun der von den Banden des Wahns Befreite sich der inneren Helligkeit und Ruhe zuwendet und bei sich selber wohnt, um so mehr erfährt er bei sich, dass die gesamten äußeren Dinge für ihn nicht mehr das eigentliche Leben bedeuten, dass sie ihn nicht mehr so beeindrucken und beeinflussen können wie früher. Weder reizen ihn die angenehmen mit der früheren Verlockung noch die unangenehmen mit früherem Zorn, Ekel, Abwehr. Das ist das Nachlassen der Wollensflüsse/Einflüsse durch die äußeren Sinnesdinge (*kāmāsavā*).

Daraus geht ganz von selber das Ablassen des Wahns hervor. Solange im Kino für den Menschen nichts anderes zu erleben ist als nur die Vorgänge auf der hellen Leinwand, da

hält ihn deren künstlich geschaffene Dramatik befangen. Sollte es aber durch irgendwelche Umstände in diesem Kino ganz allmählich heller werden, so dass man bald seine bisher verdrängt gewesene Situation wiedererkennt, die Freunde, die bei einem sitzen, der Alltag in Familie, Beruf usw., dann hat die Filmdramatik nur noch halbe Macht, dann wird sie schon wieder als Wahn empfunden und „gilt“ nicht mehr.

Ganz ebenso auch erlebt der von den „Banden des Wahns Befreite“, die Läuterung seines Herzens Betreibende, das innere, eigenständige Wohl von Herz und Gemüt Erfahrende, bei sich selbst das Abblassen des Weltwahns (*avijjāvirāga*). Auf dem entdeckten und längst erprobten Fundament innerer sicherer und anhaltend zunehmender, heller Wohlbefindlichkeit stehend, empfindet er immer deutlicher und immer unmittelbarer den Wahncharakter der durch die äußere Wahrnehmung gelieferten Welterscheinung. Seit er nicht mehr nur auf die anrieselenden und schon fortrieselnden Welterscheinungen angewiesen ist, seit er seinen inneren Grund entdeckt hat und bei ihm sich wohlfühlt, da entwickelt er sich allmählich von einem von den äußeren Eindrücken Mitgerissenen zu einem leise kopfschüttelnden Zuschauer. Wohl tut er seine Pflicht, wenn die erfahrenen Umstände es erfordern, aber immer mehr mit leichter Hand. Und so merkt er mit tiefer Befriedigung den Anfang einer Entwicklung zur Gesundung, zur Genesung von Wahn und Verletzbarkeit durch die Flucht der Erscheinungen. Das ist der Weg zum Abblassen des Wahns durch die Herzensläuterung. Aber völlig ausgerodet wird der Wahn nur durch die Vollendung des achtgliedrigen Heilswegs in der Übung und fortschreitenden Vertiefung der Herzenseinigung (*samādhi*).

Die Verstrickung des Wahns ist, wie schon gesagt wurde, unter den zehn an den Wandellauf aller drei Leidensbereiche haltenden Verstrickungen die allerletzte. Diese zehn Verstrickungen werden auf dem achtgliedrigen Heilsweg normalerweise der Reihe nach von der ersten bis zur letzten allmählich immer mehr verdünnt und zuletzt ganz aufgehoben.

Der Prozess beginnt mit der Ablösung der Bande des Wahns, und das bringt, wie weiter oben beschrieben wurde, bereits die Aufhebung *der drei ersten Verstrickungen* mit sich.

Die vierte Verstrickung heißt *kāmacchanda*; das ist „Neigung zum sinnlichen Genuss“.

Die fünfte Verstrickung heißt *vyāpāda*, das ist Antipathie bis Hass, wörtlich „übles Verhalten, Vorgehen“. Es bedeutet, wie seine ausdrückliche Gegenüberstellung zu *mettā*, der Nächstenliebe, zeigt, die Nichtbeachtung der Neigungen und Bedürfnisse der Mitwesen. Diese Nichtbeachtung geschieht vorwiegend durch Antipathie bis Hass, aber auch durch eine gewisse Nächstenblindheit, die hauptsächlich bedingt ist durch die vierte Verstrickung, die starken Neigungen nach sinnlichem Genuss. *Vyāpāda* ist darum immer ein „übles Vorgehen“, weil es offensichtlich den Mitwesen schadet und weil dieser Schade nach dem karmischen Gesetz auf den Täter wieder zurückschlägt. Es ist also auch für ihn selber übel und darum töricht.

Diese fünfte Verstrickung ist nach dem obigen Gleichnis vom Goldgräber der Sand, der um des Goldes willen immer mehr hinausgeworfen wird. Und wie bei dem Goldgräber dadurch der Goldgehalt im Sand immer mehr in Erscheinung tritt, so gewinnt der sich läuternde Heilsgänger ein immer helleres, wohltuenderes Grundgefühl, und dieses ist es, das ihn immer mehr von dem sinnlichen Genuss (*kāmacchanda*), von der äußeren Welt abzieht, weil er nun innen ein eigenständiges Glück empfindet, das ihm niemand rauben kann.

Wie weit diese Erhellung praktisch geht, drückt der Erwachte in den Reden immer wieder in unscheinbaren Nebenbemerkungen aus. In M 7 lesen wir z.B., dass für einen, der diese Herzensläuterung und das daraus hervorgehende innere Glück bis zu einem gewissen Grade entwickelt hat, der Wohlgeschmack auch der köstlichsten Speisen nichts mehr bedeutet. Wir müssen das verstehen im Zusammenhang mit dem Gleichnis von den Aussatzwunden. Der normale Mensch, der inneres Glück durch Herzenerhellung nicht kennt, ist auf die

Befriedigung seiner sinnlichen Bedürfnisse angewiesen. Wegen der rasend juckenden „Wunden“ braucht er Befriedigung durch Sinnengenuss. Wer aber von den „Ausatzwunden“ geheilt ist, d.h. von sinnlicher Gier frei geworden ist, der hat kein inneres Jucken mehr, darum hat er gar nichts mehr mit dem Kratzen und Brennen an den Wunden, also Befriedigung durch Geschmack zu tun. Und so wie der vom Ausatz Befreite sich glücklich und wohl fühlt und gar keine Wunden mehr hat, an welchen zu kratzen, zu reißen und zu brennen wäre, so auch ist das innere Glück des von den üblen Gesinnungen geläuterten Herzens ein so großes, dass alles durch die Sinne erfahrbare Wohl dagegen überhaupt nichts bedeutet. Ein solches Wesen wohnt ununterbrochen in einem himmlischen Wohl. Diese Wahrheit, von welcher aus der fortgeschrittenen Läuterungspraxis in allen Religionen berichtet wird, kann gar nicht deutlich genug gesehen werden.

So werden durch fortschreitende Läuterungsübungen alle *fünf* an den unteren Daseinsbereich, („unsere“ Sinnensuchtwelt) haltenden Verstrickungen allmählich völlig aufgelöst, und es geht nun um die Auflösung der letzten fünf Verstrickungen, die in die beiden oberen Daseinsbereiche noch verstrickt und gefesselt halten. Diese Auflösung geschieht, wie bereits gesagt wurde, durch die Pflege des letzten Abschnittes des achtgliedrigen Weges, der aus der 6., 7. und 8. Stufe besteht. Darüber sagt der Erwachte in S 53,54:

*Diese fünf Verstrickungen nach oberhalb gibt es, ihr Mönche, nämlich:*

1. *den Zug zur Form-Wahrnehmung,*
2. *den Zug zur Nichtform-Wahrnehmung*
3. *Ich-bin-Empfindung,*
4. *Erregung,*
5. *Wahn.*

*Die vier Entrückungen (jhāna) sollen erzeugt und gepflegt werden, um zur Erfahrung, zum Verständnis und dann zur Auflösung, zum Aufgeben dieser fünf an das Obere haltenden*



*Verstrickungen zu kommen. Welche vier Entrückungen sind das?*

*Da verweilt ein Mönch, ihr Mönche, abgelöst von den sinnlichen Begehungen (kāmacchanda, die vierte Verstrickung), abgelöst von allen heillosen Gedanken und Gesinnungen (vyāpāda, die fünfte Verstrickung) in stillem Bedenken und Sinnen. Und so tritt die aus innerer Abgeschiedenheit geborene Entzückung und Seligkeit ein, der erste Grad weltloser Entrückungen.*

*Nach Verebbung auch des Bedenkens und Sinnens verweilt er in innerem seligen Schweigen, in des Gemüts Einigung. Und so tritt die von Sinnen und Bedenken befreite, in der Einigung geborene Entzückung und Seligkeit ein, der zweite Grad weltloser Entrückung.*

*Mit der Beruhigung des Entzückens lebt er oberhalb und außerhalb von allem sinnlichen Wohl und Wehe in unverstörtem Gleichmut klar und bewusst und in einem solchen körperlichen Wohlsein, von welchem die Heilskenner sagen: „Dem in unverstörtem Gleichmut klar bewusst Verweilenden ist wohl.“ Ein solcher gewinnt den dritten Grad der weltlosen Entrückungen.*

*Nachdem er über alles Wohl und Wehe hinausgewachsen ist, alle frühere Freudigkeit und Traurigkeit völlig gestillt hat und in einer über alles Wohl und Wehe erhabenen bewussten Gleichmutsreine lebt, da erlangt er die vierte Entrückung und verweilt in ihr.*

*Diese vier Entrückungen, ihr Mönche, sollen erzeugt und gepflegt werden, um zur Erfahrung, zum Verständnis und dann zur Auflösung, zum Aufgeben dieser fünf an das Obere haltenden Verstrickungen zu kommen.*

Die Bedeutung der vorstehenden Aussage soll hier vorwiegend unter dem Wahn-Aspekt betrachtet werden. Die vier Entrückungen stellen die fortschreitende Vertiefung bis Vollendung jener „Abgeschiedenheit“ dar, die durch die Tugendläuterung, wie beschrieben, bereits eingeleitet und stark entwickelt wur-

de. Durch die Tugendläuterung erfuhr er die innere Erhellung und Beglückung, und damit hatte er, der bisher nur nach außen jagte, das eigentliche Fundament seines Lebens entdeckt, seinen inneren Seinszustand. Dadurch war ihm die gesamte Weltwahrnehmung, die vorher sein einziges Erleben war, zu einem zweitrangigen Erleben geworden, von welchem er immer mehr in die innere Abgeschiedenheit zurücktrat. Nun aber, durch die Vollendung des samādhi in der Entwicklung der vier Entrückungsgrade, erfährt er für die Dauer der Entrückungen den vollständigen Fortfall der gesamten sinnlichen Wahrnehmung, damit der Welterscheinung, und ab zweiter Entrückung auch des gesamten Denkens. Damit ist der Mensch nicht etwa unter die sinnliche Wahrnehmung herabgefallen, sondern ist über sie und über alle Weltlichkeit hinausgestiegen gemäß dem Ruf der Entrückungs-Erfahrenen:

*Steig über die Sinne, hier lebet das Leben,  
o selig der Geist, der dahin ist 'kommen.  
(Ruisbroeck)*

Ein solcher erfährt mit den seligen und erhabenen Empfindungen dieser Entrückungen eine solche Seinserhöhung, wie er vorher in keiner Weise ahnen und verstehen konnte. In dem Sinn sagt ein indisches Wort:

*Der Mensch, der die höchste Seligkeit, den samādhi, nicht erfahren hat, behauptet, dass nur die Sinnesgegenstände reizend seien: Sesamöl ist ein Leckerbissen nur für den, der niemals Sahnebutter gekostet hat.*

Diese Worte deuten an, dass die Zustände der Entrückungen alles Beschreibbare übersteigen. Was man hierüber in den verschiedenen Kulturen von den Erfahrern dieser weltlosen Entrückungen hört und liest, das deutet nicht nur auf eine unennbare erhabene Seligkeit, sondern noch mehr auf eine tiefe Sicherheit und Geborgenheit hin. Diese Erlebniszustände können für den, der nur das *Sesamöl der Sinnenfreuden* kennt, darum nicht vorstellbar sein, weil sie nicht eine Steigerung der

Sinnenfreuden, sondern ein völlig anderes sind, das nur durch Verlassen, durch Transzendierung der sinnlichen Wahrnehmung erfahren werden kann.

Und hier zeigt sich nun die völlige Ausrodung des Wahns. Unsere gesamte sinnliche Wahrnehmung mit all ihren „Freuden und Leiden“ bezeichnet der Erwachte als *Blendung* und vergleicht sie mit der *Fata Morgana*, also mit einer *Scheindimension*, in welcher man nicht leben kann, denn sie sind *schemenhaft, trügerisch, Einbildungen und Blendwerk*. Dieses Urteil des Erhabenen gilt also für alles, darin wir leben.

Die Entrückungen dagegen, in welchen dieses alles nicht ist, kein Ich-Erlebnis, kein Umwelt-Erlebnis, kein Begegnungs-Erlebnis - gerade diese bezeichnet der Erwachte als *feine Wahrheitswahrnehmung* (D 9) und bezeichnet sie als *Erwachtungsseligkeit* (M 139).

Wer diesen Aussagen mehr nachsinnt, dem geht auf, in welcher Abseitigkeit - Wahn - wir leben, und er mag eine Ahnung bekommen, wie denen zumute ist, welche die Entrückungen erfahren. Wenn wir aus einem wüsten, schrecklichen Traum erwacht sind zu unserem normalen Leben und Erleben in Familie, im Haus und in den heiteren Tag, dann mögen wir erleichtert aufatmen und uns um so mehr der Entrinnung aus den Traumgefahren freuen. - Ähnlich, aber in einem anderen Maß, blicken diejenigen, denen die Übersteigerung der Begegnungswahrnehmung, die Entrückung aus der gesamten Weltlichkeit, gelungen ist, auf ihr früheres „Leben“ als auf eine entsetzliche Krankheit, und sie betreiben nun mit größter Intensität ihre weitere Läuterung zur Befreiung von den letzten Resten von Weltlichkeit und Begegnungsart. Es geht hier nicht mehr um Gutwerden und Gutsein, das ist längst vollendet, es geht um das endgültige Zurücktreten von den Wahnszenen, um das unwiderrufliche Heraussteigen aus der glühenden Kohlengrube – nie mehr Welt!

Der Erwachte sagt:

*Wenn hier Körper ist, dann entsteht hier auch wegen*

*der gesamten Körperabsichten Wohl und Wehe. Wenn hier Sprache ist, dann entsteht hier auch wegen der gesamten sprachlichen Absichten Wohl und Wehe. Wenn hier Geist ist, dann entsteht hier auch wegen der gesamten geistigen Absichten Wohl und Wehe.*

Diese drei Aktionsweisen wohnen uns allen tief inne als machtvoll treibende Treiber unserer gesamten Aktivität im Denken, Reden und Handeln. Sie sind das Perpetuum mobile der Begegnungserzeugung, der Welterzeugung, mit ihrem „Wohl und Wehe“. Aber es ist „Wohl“ und „Wehe“ nach dem Maßstab derer, die in den Tiefen der Schmerzen und Leiden zu wohnen gewohnt sind. Durch diese dreifachen Absichten, durch diese uns innewohnende und uns treibende Dynamik im Denken, Reden und Handeln ist „Körper“ bewusst, „Sprache“ bewusst, „Geist“ bewusst und die ständige Auseinandersetzung mit dem Begegnenden. Das alles wird aber durch das Erlebnis der Entrückungen immer mehr abgeblasst, bis es zuletzt restlos erloschen ist. Schon in der ersten Entrückung ist weder Erfahrung von Körper noch von Sprache, und ab zweiter Entrückung ist auch keine Erfahrung mehr von Denken. Durch diese Läuterung treten Veränderungen ein, die der normale Mensch sich nicht vorstellen kann, worüber aber die alte Literatur in allen Hochkulturen berichtet. Der christliche Mystiker *Ruisbroeck* erreichte diesen Zustand, aus dem er beglückt ausrufen konnte:

*Tief unter mir liegt alle Zeitlichkeit,  
und hoher Jubel tönt im freien Geiste.*

Die „Zeitlichkeit“ ist gegeben durch die fünffache sinnliche Wahrnehmung, die ununterbrochen einen Sinnesindruck nach dem anderen ins Bewusstsein spült. Darum sagt *Angelus Silesius*:

*Du selber machst die Zeit,  
das Uhrwerk sind die Sinnen.  
Hemmst du die Unruh nur,  
so geht die Zeit von hinnen.*

In der Entrückung ist keine Sinnestätigkeit, und darum ist dort kein Nacheinander, kein Zeitfluss, sondern selige Ewigkeit. Diese Erfahrung bekennt *Ruisbroeck*:

*Ich habe die selige Ewigkeit gefunden!  
Ich hab sie gefunden im innersten Grunde.  
Des freut sich mein Geist, und es jubelt die  
Seele: ‚Besiegt ist die Erde, verschwunden die  
Zeit.‘*

Im Geist dessen, der den begegnungslosen, weltlosen Frieden ohne Kommen und Gehen erfahren hat, geht eine vollständige Umwertung von Werten vor sich und eine Umorientierung seines ganzen Wesens und all seines Strebens.

Er hat erfahren, was schwer auszusprechen und, ausgesprochen, schwer zu verstehen und zu glauben ist. Er hat erfahren, dass es ein „Sein von Welt“ gibt und dass es auch ganz ebenso wirklich ein „Nichtsein von Welt“ gibt, dass nicht das eine das andere ausschließt. Und er hat auch erfahren, dass nicht etwa „Welt“ an dem einen Ort ist und „Nichtwelt“ an anderem Ort, sondern dass immer nur eines ist: entweder Welt oder Nichtwelt - und dass nur das Nichtsein von Welt das Ende aller Mühsal und Ängste und aller Seligkeit Fülle in sich hat.

Nun versteht er das Gleichnis des Erhabenen über diese geistige Wirklichkeit, das Gleichnis von der Milch, der Sahne und der Butter (D 9). Der Erwachte weist darauf hin, dass das von der Kuh Gemolkene jene Verfassung hat, die wir „Milch“ nennen, und dass diese Milch in Sahne übergeführt werden kann und die Sahne in Butter übergeführt werden kann, dass aber nicht alles drei gleichzeitig sein kann. So wie Milch wohl die potentielle Möglichkeit, Sahne zu werden, enthält, aber

nicht Sahne ist, sondern nur durch Veränderung und durch Abstoßung der Magermilch zur Sahne wird - und so wie die Sahne wohl die Möglichkeit, Butter zu werden, in sich enthält, aber nicht Butter ist, sondern nur durch Veränderung und durch Abstoßung der Buttermilch zu Butter wird - ganz so kann aus dem mühseligen gefährlichen Welterlebnis im ruhelosen Wandel durch die untermenschlichen, übermenschlichen und menschlichen Reiche das selige angstbefreite Leben in heller, weltbefreiter Geborgenheit hervorgehen - aber nur durch eine Veränderung des alle Erlebnisse, alle Wahrnehmungen bewirkenden Herzens, durch Läuterung des Herzens von aller Weltsüchtigkeit und Egozentrik.

Und ganz ebenso wie die aus der Vollmilch hervorgehende Sahne nicht neben der Vollmilch besteht, sondern nur unter Umwandlung der Vollmilch hervorgeht, so hat der Erfahrer der seligen Weltfreiheit bei sich erfahren, dass das Nichtwelt-Erlebnis, das Erlebnis der seligen unio, zustandekommt durch eine Einschmelzung all der Widersprüche und Gegensätze, aus welchen das Welterlebnis besteht. Er hat erfahren, dass das Welterlebnis das Produkt schwer erträglicher tausendfältiger Spannungen ist und dass deren Auflösung und Entspannung zum Nichtwelterlebnis führt mit seinem Frieden.

Aber wer will dem Erfahrer diese Erfahrung glauben, solange er sie nicht selbst erfahren hat: Welt ist nicht „an sich“ da, ist nicht letzte Wirklichkeit, sondern besteht als Möglichkeit, als eine Möglichkeit, die einen Komplex großer innerer Spannungen voraussetzt. Nichtwelt ist nicht „an sich“ da, sondern besteht als Möglichkeit, als eine Möglichkeit, die die Aufhebung jener Spannungen zur Voraussetzung hat, Spannungslosigkeit zur Voraussetzung hat.

Ein Fiebernder erfährt Erlebnisse, erfährt lebendige Begegnungen, sieht entzückende oder schmerzliche oder beängstigende Dinge auf sich zukommen und ist in ruheloser Jagd, um das Schöne zu erlangen und festzuhalten und dem Furchtbaren zu entfliehen. Und er kennt und weiß nichts anderes als diese hetzende Jagd. Wenn aber die Krankheit abnimmt und die

Wirklichkeit der Fieberbilder sich auflöst wie Nebel und die andere Wirklichkeit, die wir die des Gesunden nennen, zum Vorschein kommt, dann weiß der Erwachende ganz deutlich, dass er jenes alles nur wegen seiner Krankheit erlebt hatte und dass das Erlebte sich nicht irgendwo außerhalb der Fieberbilder befindet. -

So auch weiß, wer die Entrückung erlebte, die Auflösung des Begegnungslebens, dass sein früheres Erleben einer Welt der Begegnung das Ergebnis einer Krankheit seines Herzens war, die der Erwachte als Gier und Hass bezeichnet. Aus dieser Krankheit des Herzens war jene geistige Blendung hervorgegangen, die ein Ich in Auseinandersetzung mit Welt, mit himmlischer, menschlicher oder dunkler Welt hatte erfahren lassen mit all ihren Nöten und Ängsten. Dann war aus der Abnahme von Gier und Hass auch die Abnahme des Begegnungslebens hervorgegangen, seine Erhellung und seine Besänftigung. Auf diesem Weg hatte irgendwann das Begegnungsleben geendet und seliger, weltbefreiter Frieden war übrig geblieben, wie wenn er immer gewesen wäre. Diesen sieht er nun als das eigentliche wahre Leben an, wogegen ihm alles Begegnungsleben als Wirrsal und Krankheit gilt.

Aus den Berichten der Erfahrer der seligen unio geht übereinstimmend hervor, dass sie jenes einige Leben als die Gesundheit, das Begegnungsleben aber als Krankheit und Wirrsal durchschauen und deshalb seit diesem ersten Erlebnis der unio nun mit größter Konsequenz an der Reinigung ihres Herzens von Gier und Hass gegenüber den begegnenden Erscheinungen arbeiten, um es zur Gesundung zu bringen, damit es nicht mehr die Blendung einer Begegnungswelt produziere, so dass unantastbarer Friede zum Vorschein kommen kann.

Das ist die tiefe, endgültige Umstellung, die ein solcher Erfahrer, der auch nur einmal zu der seligen unio, zu der helleren Gesundheit aufgetaucht war, bei sich vollzieht: bei ihm stellt sich gegenüber dem gesamten Begegnungsleben eine geistig-existentielle Umsiedelung und Aussiedelung ein, eine sanfte Zurücknahme der inneren Beziehungen von den mit den Sin-

nen erfahrbaren Erscheinungen. Auf dem Weg dieser Zurücknahme der gewohnten inneren Verstrickungen mit den Erscheinungen werden die für den normalen Menschen so konkreten, packenden, dramatischen Erlebnisse in fast unmerklicher Weise leichter, heller, schwebender. Die „Welt der harten Tatsachen“, die das harte Herz tatsächlich erfährt, wird von dem im Herzen Sanftgewordenen, dem Unabhängiggewordenen erfahren wie schattenhafte Wolkenschwaden, Nebelschleier, die über dem unendlichen Hintergrund des Himmelsraums dahinziehen und in gar keiner Weise treffen können.

Die Begegnungen und Erlebnisse, welche dem durch Begehren und Hassen gefesselten und geblendeten Geist lebendig und konkret erscheinen, werden von dem in der Heilung Befindlichen als wesenlose, wirre Traumstrukturen erkannt, und durch sie hindurch erblickt er den unendlich hellen, den zeitlosen, ungewordenen, unwandelbaren und ganz untreffbaren und unverletzbaren Untergrund.

Er erfährt, dass nur die Wanderungen und Wandlungen der flüchtigen Strukturen den Eindruck von Zeitabläufen erwecken, dass sie aber geschehen über dem ungewordenen Untergrund, der zeitlos, unberührt, hell verharrt. Damit erfährt er bei sich die vom Erwachten ausgesprochene Wahrheit: *Eine Verdunkelung, ein Schmerz - das ist diese Welt* und *Eine Episode des Herzens - das ist dieser Sterbliche* (A X,208)

Von dieser Entdeckung an strebt der vom Erwachte Belehrte bewusst und mit der ganzen ihm möglichen Einsicht und Festigkeit die Aufhebung und Vermeidung der letzten, leisesten Irritierungen durch die flüchtigen Gebilde an, die der Blinde, Geblendete „Welt“ nennt.

Die weltlosen Entrückungen sind das Tor zur Freiheit, es ist ein seliges Muss, um sich von allem Begehren nach Sinnen dingen zu befreien. Aber die weltlosen Entrückungen sind noch nicht die Freiheit, sind noch veränderlich, wandelbar, noch nicht ewig. Sie sind ein Urlaub von Māro, dem Gesetz der Wandelbarkeit, aber er, Māro, kommt wieder. Die weltlosen Entrückungen sind eine Sprosse auf der Leiter zum Nibbā-



na. Der Nachfolgende hat sie zu ergreifen, um sie dann zu lassen, wie es auch in M 66 heißt:

*Die weltlosen Entrückungen habt ihr zu pflegen und zu mehren und sie dann als unzulänglich zu erkennen und zu lassen.*

Dazu sind nur Erwachte oder von Erwachten belehrte Heilsgänger fähig, nicht die Erfahrer weltloser Entrückungen im Hinduismus und in der christlichen Mystik.

Die Hauptbeschäftigung der zu dem Wohl der Entrückungen Fähigen und vom Erwachten belehrten Mönche besteht darin, dass sie, zurückgekehrt von dem Erlebnis der weltlosen Entrückungen, bei sich selbst Entstehen und Vergehen der fünf Zusammenhäufungen beobachten und verfolgen. Sie blicken auf ihr bisheriges „Leben“ als auf eine Krankheit, als die es der Erwachte ja auch bezeichnet (M 75), und sie betreiben nun mit größter Intensität ihre weitere Läuterung zur Befreiung von den letzten Resten des Ergreifens auch stillster Wahrnehmungen. Es geht bei einem schon so weit Emporgelangten nicht mehr um „gut“ werden und „gut“ sein - es geht um das endgültige Zurücktreten von den Wahnszenen, auch von den feinsten. - In M 64 sagt der Erwachte, was ein Heilsgänger, also ein vom Erwachter Belehrter, wenn er aus einer weltlosen Entrückung wieder „zu sich“ kommt, dann denkt und tut:

*Und was da noch zur Form gehört, zum Gefühl gehört, zur Wahrnehmung gehört, zur Aktivität gehört, zur programmierten Wohlerfassungssuche gehört - solche Dinge sieht er als unbeständig an, als leidvoll, als Krankheit, als Geschwulst, als Pfeil, als weh und als schmerzhaft, als Fremdes, zur Welt Gehöriges, Leeres - als Nicht-Ich. Von solchen Dingen säubert er das Herz.*

*Und hat er das Herz von solchen Dingen gesäubert, so sammelt er das Herz auf das Todlose (mit dem Gedanken): „Das ist der Friede, das ist das Erhabene, dieses Zur-Ruhe-Kommen aller Aktivität, dieses Zurücktreten von allen Da-*

*seinsanhalten, dieses Aufhören des lechzenden Dürstens, die Entreizung, Auflösung, Erlöschung.“*

Wie völlig anders das Heil, der Heilsstand, ist und inwiefern keine Mitteilung an ihn heranreichen kann, das deutet der Erwachte mit einem drastischen Gleichnis an: Er bezeichnet alles für Menschen, Tiere und Geister überhaupt Erlebbare und Denkbare, das gesamte diesseitige und jenseitige Universum, als „im Ei des Wahns“ befindlich und vergleicht die Wesen samt ihrem Wissen, samt ihren weltlosen Entrückungen mit dem Zustand des noch unfertigen Kükens im Ei und sagt von dem Geheilten, er habe die Eischale des Wahns durchbrochen (M 53, A VIII, 11): das Küken, nachdem der Körper ausgereift ist, stößt mit dem Schnabel und den Krallen von innen die Schale durch und dringt hinaus. So auch dringt ein Mönch, der alles Ergreifen aufgehoben hat, durch die Schale des Wahns, kann nun alle Beschränkungen aufheben, Raum und Zeit durchbrechen in einem unvergleichlichen Wissen, in einer unvergleichlichen Klarsicht, mit welcher sich die endgültige Ablösung von allem Bedingten Gebrechlichen, Bedrängenden vollzieht: die Triebfreiheit, unverletzbare Unverletztheit.

DIE STUFEN VOM WAHN ZUM HEIL  
„Angereichte Sammlung“ (A X, 61-62)

1. Teil

Der verdorbene Nahrungskreislauf  
hält in Durst und Wahn fest

*Nicht lässt sich, ihr Mönche , ein erster Anfang des Daseinsdurstes erkennen in dem Sinne, als ob der Daseinsdurst zuvor nicht da gewesen, aber später entstanden wäre. So sage ich. Wohl aber lässt sich erkennen, dass der Daseinsdurst eine bestimmte Bedingung hat: Der Daseinsdurst, sage ich, ihr Mönche, hat eine ihn ernährende Bedingung, ist nicht ohne ernährende Bedingung. Und was ist die ernährende Bedingung des Daseinsdurstes? „Der Wahn“, hätte man zu antworten.*

*Aber auch der Wahn, sage ich, hat eine ihn ernährende Bedingung, ist nicht ohne ernährende Bedingung. Und was ist die ernährende Bedingung des Wahns? „Die fünf Hemmungen“, hätte man zu antworten.*

*Doch auch die fünf Hemmungen, sage ich, haben eine sie ernährende Bedingung, sind nicht ohne ernährende Bedingung. Und was ist die ernährende Bedingung der fünf Hemmungen? „Die dreifache falsche, belastende Lebensführung“, hätte man zu antworten.*

*Doch auch die dreifache falsche, belastende Lebensführung, sage ich, hat eine sie ernährende Bedingung, ist nicht ohne ernährende Bedingung. Und was ist die ernährende Bedingung der dreifachen falschen, belastenden Lebensführung? „Das Ungezügeltsein der Sinnesdränge“, hätte man zu antworten.*

*Doch auch das Ungezügeltsein der Sinnesdränge, sage ich, hat eine es ernährende Bedingung, ist nicht ohne ernährende Bedingung. Und was ist die ernährende Bedingung für das Ungezügeltsein der Sinnesdränge? „Nichteingedenksein und unklares Bewusstsein“, hätte man zu antworten.*

*Doch auch Nichteingedenksein und unklares Bewusstsein, sage ich, haben eine sie ernährende Bedingung, sind nicht ohne ernährende Bedingung. Und was ist die ernährende Bedingung für Nichteingedenksein und unklares Bewusstsein? „Auf den Anschein gerichtete Aufmerksamkeit“, hätte man zu antworten.*

*Doch auch die auf den Anschein gerichtete Aufmerksamkeit, sage ich, hat eine sie ernährende Bedingung, ist nicht ohne ernährende Bedingung. Und was ist die ernährende Bedingung der auf den Anschein gerichteten Aufmerksamkeit? „Vertrauenslosigkeit“, hätte man zu antworten.*

*Doch auch die Vertrauenslosigkeit, sage ich, hat eine sie ernährende Bedingung, ist nicht ohne ernährende Bedingung. Und was ist die ernährende Bedingung der Vertrauenslosigkeit? „Das Hören verkehrter Lehren“, hätte man zu antworten.*

*Doch auch das Hören verkehrter Lehren, sage ich, hat eine es ernährende Bedingung, ist nicht ohne ernährende Bedingung. Und was ist die ernährende Bedingung für das Hören verkehrter Lehren? „Der Umgang mit nicht auf das Wahre gerichteten Menschen“, hätte man zu antworten.*

Ohne Anfang?

Schon der erste Satz in dieser Rede des Erwachten macht stutzig. Denn er liegt dem westlichen Denken sehr fern. Soweit

das abendländische Denken der Frage nach der Herkunft der gegenwärtigen Welt und des Lebens im Einzelnen und im Ganzen nachging, so weit auch suchte es stets nach einem ersten *Anfang*. Wir wissen um die gewagtesten Spekulationen über diese Anfänge, die letztlich immer gipfeln entweder in dem heute überholten Dogma einer seit Ewigkeit lebenden Schöpfergestalt, die in der zeitlosen Ewigkeit „irgendwann“ begonnen hat, aus einem ursprünglichen Nichts alles zu schaffen, oder in dem zur allgemeinen Anerkennung gelangten Dogma der „Evolution“, einer langsamen Entwicklung von immer mehr und immer Größerem aus einem ursprünglichen Nichts.

Das heißt also, dass gerade dort, wo das Gesetz der Kausalität, wo ein gesetzmäßiger Verursachungszusammenhang für das Entstehen und Vergehen aller physischen, seelischen und geistigen Erscheinungen angenommen wird – und immer wieder erfahren wird – dass gerade dort *zugleich* angenommen wird, dass irgendwann ein *Anfang* aus dem Nichts war, dass also aus Ursachlosigkeit die gewaltige vielfältige Welterscheinung mit dem überall zu beobachtenden Verursachungszusammenhang hervorgegangen sei.

Aber dieser logische Bruch hat auch seine Ursachen, denn da der Mensch sich samt einer gewaltigen Vielfalt von Erscheinungen, eben der „Welt“, vorfindet und zwischen diesen Erscheinungen überall jenen Verursachungszusammenhang vorfindet und da er andererseits von dem Gedanken an einen *Anfang* des Etwas und an ein vorheriges *Nichts* nicht loskommen kann, so muss er das folgerichtige Denken zerbrechen durch das Dogma von der „prima causa“, von der ersten Ursache, die trotz aller Kausalität doch eben keine Ursache hat.

Hier aber sagt der Erwachte von einer Erscheinung, die wir alle kennen, die jedem von uns innewohnt, die jeder bei sich beobachten kann, eben von dem Durst nach Dasein (*bhava-tanhā*), dass er zwar bedingt sei, also eine Bedingung habe, eine Nahrung, durch die er besteht, dass aber kein erster *Anfang* dieses Daseinsdurstes zu erkennen sei.

Dem folgerechten Denken gibt diese Aussage eine gewisse Befriedigung, weil man hier in Verbindung mit der Behauptung von der Kausalität oder Bedingtheit aller Erscheinung nicht den Widerspruch eines ursachlosen Anfangs ursachbedingter Erscheinungen behauptet sieht, sondern vielmehr anfangslose Verursachung. Wer diese Folgerichtigkeit zu sehen glaubt, andererseits noch kein Verständnis gewonnen hat für das Wesen der Erwachung und damit für die Verfassung des Erwachten, der muss hinter dieser Behauptung von der Anfangslosigkeit des das Leben bedingenden Daseinsdurstes jenen philosophischen Mut zu sehen glauben, den hier im Westen fast nur Schopenhauer aufgebracht hat.

Wer aber eine Ahnung von dem Zustand der Erwachung (*bodhi*) hat und den Erwachten durch seine Lehrreden kennengelernt hat, der weiß, dass da kein Philosophieren mit Folgern und Schließen ist und kein Mut nötig ist. Der Erwachte bezeichnet alles Philosophieren lächelnd als Grübeleien und als wesenhaft ungeeignet zur Wahrheitfindung. Der Erwachte gründet nur auf Erfahrung, und seine ganze Lehre besteht nur in Anleitungen, wie man zu der Erfahrung kommen könnte, die zur klaren Erkenntnis der Wirklichkeit führt. Es ist nicht die sinnliche Erfahrung der Naturforschung, die horizontal auf die dreidimensionale Welt gerichtet ist, sondern eine Tiefenerfahrung, die eine Säuberung und Ordnung der gesamten geistig-seelischen Bestrebungen, also der Person, voraussetzt.

Aus der durch vollkommene innere Säuberung und Klärung gewonnenen schleierfreien oder staubfreien, nebelbefreiten Existenz-Durchschauung sagt der Erwachte das, was er sagt. – Und weil er weiß, dass es dem gewöhnlichen Menschen schwer fällt, dies von ihm Gesehene zu glauben, darum gibt er vorwiegend Anleitung, wie man durch entsprechende Umbildung seiner selbst auch selbst zu der gleichen Erfahrung kommen könne.

Wer die Reden kennt, der weiß, dass der Erwachte durch seine Erwachung weiter zurückblickt als wir. Er erinnert sich ungezählter vorheriger Leben und ihrer karmischen Zusam-

menhänge und Entwicklungen so genau, dass er sie gar nicht, wie wir, als einzelne und abgeschlossene Leben auffasst, sondern lediglich als „frühere Wohnungen“ (*pubbenivāsa*) bezeichnet. Er hat zurückgeblickt, wie er berichtet, über einundneunzig „Weltzeitalter“, d.h. ebenso viele Entstehungen und Untergänge ganzer Galaxien. Er hat sich immer kreisen sehen, und zwar in dauernd bedingten und verursachten kleinen Veränderungen der Art, nicht nur körperlich, sondern auch charakterlich. Die Triebe des Herzens wandelten sich, die Einsichten des Geistes wandelten sich. Alles wandelte sich, blieb nicht zwei Augenblicke ganz gleich. Aber immer war die Veränderung durch das Vorherige bedingt. – Und immer war Daseinsdurst.

Hier berührt uns das ganz andere und Einzigartige, das jeder kennenlernt, der dieser Lehre ernstlich näherkommt. Es ist die alles verschlingende Zeitlosigkeit – gegenüber der ein Menschenleben ein Nichts ist –, und diese ist gebunden an ihr Gegenteil, an die rieselnde Veränderung von Augenblick zu Augenblick. Jedes Erlebnis hat nur Augenblicksdauer, aber die Kette der aneinander gereihten Erlebnisse ist schier anfangslos. Alles in diesem Leben Auftauchende altert von selber und läuft auf sein Ende zu, aber „Leben“ selber, „Erleben“ altert nicht, läuft nicht auf sein Ende zu, sondern rieselt von Körper zu Körper weiter. Diese Kette der auftauchenden Erscheinungen, die da, wo sie auftauchen, als Leben empfunden werden, bringt jede Erscheinung in die Gegenwart und sogleich in den Untergang. Aber sie selber, diese Kette, läuft nicht auf den Untergang zu und kann ohne ein ganz bestimmtes Eingreifen, dessen Mittel und Wege allein von einem Erwachten gelehrt werden, gar nicht zu Ende kommen.

Aber nicht darum, weil der Erwachte im Rückblick durch einundneunzig Weltzeitalter hindurch nirgends einen Anfang des Durstes erfahren hat, behauptet er, dass der Durst keinen Anfang habe – es könnte ja sein, dass er im zweiundneunzigsten Weltzeitalter einen Anfang des Durstes hätte finden können – sondern weil er auf diesem Weg längst klar durchschaut

und verstanden hat, dass das sogenannte Lebensspiel der uns bekannten Vielfaltsstruktur eines „Ich“ und einer „Welt“ von der Wurzel her ganz anderen Gesetzen unterliegt als der nur an die Oberfläche, an die sinnliche Wahrnehmung gefesselte Blick vermuten und annehmen muss, weil er immer nur Anfänge und Beendigungen sieht.

Der Erwachte sieht, dass die uns bekannte Wahrnehmung eines Ich in einer bunten, vielfältigen Welt bedingt ist durch eine Krankheit des Herzens – so wie Fieberdelirien wirre Bilder bringen – und dass aus der Reinigung und Genesung des Herzens eine solche Wahrnehmung hervorgeht, in welcher diese Erlebensweise, die als Dasein in der Welt mit allen Ängsten erfahren wird, nicht mehr besteht, in welcher vielmehr selige Zeitlosigkeit in einem ungeahnten Frieden besteht, so dass, wer dies auch nur sporadisch erlebt, um so intensiver die geistigen Übungswege geht, die dahin führen.

Dieser Übungsweg – der vom Erwachten aufgezeigte achtgliedrige Gesundungs- und Heilsweg – zielt auf die Auflösung des *Daseinsdurstes*, der Rückgrat und Fundament aller anderen Durstarten ist, der einzige, von dem kein Anfang zu sehen ist.

In vielen Reden über die Durstarten nennt der Erwachte in der Reihe mit Daseinsdurst als erstes den vordergründigen Sinnlichkeitsdurst (*kāmatanhā*) und an dritter Stelle, nach dem Daseinsdurst, den Auflösungsduurst (*vibhavatanhā*). Von diesen sagt der Erwachte nicht, dass sie ohne Anfang seien. Und zwar darum, weil nur der Daseinsdurst das Rückgrat des gesamten Durstes ist. Der Erwachte berichtet von Daseinsformen, in denen kein Sinnlichkeitsdurst ist und erst recht kein Auflösungsduurst. Aber es gibt keine Daseinsform ohne Daseinsdurst. Wenn der oberflächliche Sinnlichkeitsdurst aufgelöst ist, dann leben die Wesen in eigenständigem lichtem Frieden und Glück, und nur der Daseinsdurst bewegt sie. Sinnlichkeitsdurst kann immer wieder entstehen und vergehen, aber vom Daseinsdurst sei kein Anfang zu erkennen, und er kann aufhören nur durch Bedingungen, die durch die Lehre des



Erwachten gesetzt werden. Ehe er aufhört, hat weit vorher der Sinnlichkeitsdurst, der zweitrangige, aufgehört, und erst wenn Daseinsdurst aufhört, dann wird das Ungewordene und Todlose gewonnen. Dann ist Heil und Frieden ohne Zeit.

Aber wenn auch vom Daseinsdurst kein erster Anfang zu erkennen ist, so habe er doch seine Bedingung, sagt der Erwachte, könne ohne diese nicht sein. Diese Bedingung sei der Wahn (*avijjā*), sagt der Erwachte. Also ist auch diese Bedingung anfangslos. Aber auch sie muss aufgelöst werden können, da ja der Daseinsdurst, der durch diese Bedingung besteht, auch aufgelöst werden kann.

So zeigt der erste Teil dieser Rede einen Bedingungs- oder Ernährungszusammenhang von Leidenserscheinungen in *rückwärtiger* Reihe auf. Denn der Daseinsdurst, mit dem wir alle uns vorfinden, ist nicht Anfang, sondern Ende dieser Reihe. Von ihm wird gesagt, dass er durch Wahn bedingt sei, dieser ist durch anderes bedingt, das wiederum seine Bedingung hat und so fort. Und dieser ganzen Leidensreihe erste Bedingung ist „Umgang mit Menschen, die nicht auf das Wahre gerichtet sind“, worunter solche Menschen verstanden werden, die sich noch nicht endgültig auf dem Heilsweg zum Nirvāna befinden, weil sie die entscheidende Erkenntnis vom Leiden und vom Heil nicht haben – das sind also fast alle Menschen.

Von solchen Menschen aber sind wir in der Gegenwart ganz ebenso umgeben, wie wir in der Gegenwart den Daseinsdurst in uns verspüren. So spielen also Anfang und Ende und damit alle zehn Glieder dieser Bedingungsreihe ebenso in der Gegenwart wie in der Vergangenheit. Sie bedeuten keine zeitliche Reihenfolge (weder rückwärts noch vorwärts), sondern nur ein Ineinandergreifen von Bedingungen. Und da vom Daseinsdurst und von dem ihn bedingenden Wahn gesagt wird, dass von ihnen kein Anfang zu erkennen sei, wohl aber ihre ernährenden Bedingungen, so ist also auch von all diesen ernährenden Bedingungen des gegenwärtigen Daseinsdurstes bis einschließlich zum gegenwärtigen Umgang mit den nicht auf das Wahre ausgerichteten Menschen kein Anfang zu erkennen.

Und so ist der schier anfangslose Samsāra, der unheimliche, sinnlose, mühselige Umlauf der Wesen, deren Leidenswanderung der Erwachte bis zum 91. Weltzeitalter rückwärts verfolgt hat, letztlich immer nur bedingt gewesen und bis heute Bedingung durch Umgang mit „nicht auf das Wahre gerichteten Menschen“ (*asappurisa*).

Durch diese nicht auf das Wahre gerichteten Menschen – edle und gemeine – hört man, wie es in der Rede heißt, „verkehrte Lehren“. Es mögen edle und gemeine Lehren und Ansichten sein, aber nie kann man von ihnen die Erwachungslehre hören. So bekommt man durch „nicht auf das Wahre ausgerichtete Menschen“ ein falsches Weltbild, falsche Vorstellungen, Ideen und Leitbilder übermittelt über das, was zum wahren Wohl und Heil führe. Man bleibt also durch den Umgang mit „nicht auf das Wahre ausgerichteten Menschen“ bei den vordergründigen weltlichen Auffassungen, die hauptsächlich darin gipfeln, dass das Leben mit der Geburt begonnen habe, mit dem Tod enden werde und dass darum die besten Hilfsmittel für Wohl und Heil in Gesundheit, Reichtum und Ansehen lägen und vielleicht auch in Rücksicht und Hilfsbereitschaft. Das aber reicht für die endgültige Heilsfindung nicht aus; dazu muss man mehr wissen und tun.

Wir wissen, dass der vom Erwachten genannte Übungsweg, der aus der ganzen Leidensmasse herausführende achtgliedrige Gesundungs- und Heilsweg, mit „rechter Anschauung“ beginnt. Diese rechte Anschauung – nämlich das endgültig ausreichende Verständnis der vom Erwachten aufgewiesenen vier Heilswahrheiten – kann man aber nur gewinnen durch den Umgang mit „auf das Wahre gerichteten Menschen“ (*sappurisa*), weil man nur von solchen auch „rechte Lehre“, eben jene Heilslehre hören und verstehen lernen kann. Diesen Zusammenhang der Heilsentwicklung zeigt der Erwachte im zweiten Teil der Rede weiter unten. Uns Heutigen ist zwar diese erste Bedingung weitestgehend versperrt, denn wir können die rechte Lehre fast nur auf dem Weg über die alten Schriften aus der ursprünglichen Überlieferung des Buddha –

des „rechtsten“ aller Menschen – gewinnen, mit dem wir nur noch „von fern“ Umgang haben. So bestätigt also diese Rede den achtgliedrigen Weg und jener diese Rede. Es ist hilfreich, wenn man beim Lesen und Bedenken der überaus zahlreichen und vielseitigen Reden des Erwachten sich bemüht, das ihnen Gemeinsame und letztlich immer in den vier Heilswahrheiten Gipfelnde zu finden.

Hier also wird zunächst der verdorbene Nahrungskreislauf, der Zusammenhang der Leidensbedingungen, von dem uns allen innewohnenden Daseinsdurst an rückwärts verfolgt bis zu den falschen Anschauungen über Leben und Heil, die bedingt sind durch falschen Umgang.

Und gerade solche Freunde, die von sich den Eindruck oder die Überzeugung gewonnen haben, dass sie durch rechten Umgang mit den alten Wahrheitsquellen mehr und mehr rechte Lehre hören und sich aneignen und dadurch sich auf dem Weg der Heilsentwicklung befinden – diese werden um so deutlicher den hier zu besprechenden negativen und positiven Bedingungs-zusammenhang erfassen.

1. Die ernährende Bedingung  
des Daseinsdurstes (*bhavatanhā*) ist der Wahn (*avijjā*)

*Avijjā* ist mehr als Nichtwissen

Der Begriff „Nichtwissen“ als Übersetzung für *avijjā* suggeriert eine falsche Vorstellung: Man könnte danach meinen, *avijjā* bedeute nur, dass man etwas Bestimmtes nicht wisse; es genüge also zur Aufhebung von *avijjā*, wenn man das fehlende Wissen mitgeteilt erhalte. Damit sei dann die *avijjā* bereits behoben. In Wirklichkeit aber bedeutet *avijjā* nicht einfach „Wissensmangel“, sondern ein „Falschwissen“ insofern, als das, was der normale Mensch durch sein Erleben von Geburt an „weiß“ und woraus er sich sein Weltbild macht und wonach er sich in seinem ganzen praktischen Vorgehen im Leben richtet, ebenso weit entfernt ist von Anblick und Kenntnis der

wahren Daseinszusammenhänge, wie etwa die Schicksale und das Geschehen in einem Traum entfernt sind von dem eigentlichen Schicksal des Träumers in seinem wachen Leben. *Vijjā* – „Wissen“ – ist von dem Wort *vindati* = finden abgeleitet, bedeutet daher im Grunde: nicht mehr im Wahnbereich, abseits der Wirklichkeit, sein, wo man immer vergeblich Wahrheit sucht, sondern nun die Wirklichkeit finden und gefunden haben, die wirklichen Zusammenhänge erfahren und erleben. *Avijjā* bedeutet „nicht finden“, also abseits der Wirklichkeit sein, verirrt sein, irr sein, im Wahn sein, ein Wahnwissen zu haben statt des Wahrwissens. Dieser Wahn endet nicht schon dadurch, dass uns bloß gesagt wird, es sei Wahn – ebenso wie ein Vergifteter, der im tiefen Fieberdelirium liegt, nicht schon dadurch delirienfrei wird, dass ihm einer zuruft, was ihn da so ängstige, sei „nur“ Fieberwahn. Erst muss das Fieber gelindert werden durch Entgiftung – dann werden die lichten Momente häufiger, in denen der Weckruf gehört werden kann, bis endlich der Wahn ganz weicht. Um dies klarer zu machen, wird im Folgenden *avijjā* immer mit „Wahn“ übersetzt. Die Richtigkeit dieser Übersetzung, die ausdrückt, dass *avijjā* nicht nur Wissensmangel ist, wird schon durch den Wortlaut der Aussage bestätigt: *Die ernährende Bedingung für den Daseinsdurst ist der Wahn*: Wenn Wahn eine Nahrung für den Daseinsdurst ist, dann muss er mehr sein als ein bloßes „Nichts“ an Wissen. Er muss eine durstverursachende, „versalzene“, verdorbene Nahrung sein. Was haben wir also unter Wahn (*avijjā*) zu verstehen?

### Die Aufzucht des Wahns

In M 1 wird in bestimmter Reihenfolge der Prozess geschildert, wie ein Mensch vom Säuglingsalter an erlebt, wahrnimmt, sich aus den Wahrnehmungen ein Bild von der Welt macht, sich in diese Welt hineingewöhnt und allmählich auf diese erscheinende Welt baut („*mein ist die Welt*“) und dabei sein Wohl sucht. In A VI,63 sagt der Erwachte, dass das Er-

gebnis jeder Wahrnehmung die Überzeugung und Behauptung sei: *Das gibt es also, ich habe es ja selbst erlebt.*“ Die Wahrnehmung entwirft also die Bilder eines Ich in einer Welt. Der nicht heilskundige Mensch – fasziniert von diesen Bildern – übersieht, dass es *Wahrnehmungen* sind, und füllt seinen Geist mit den Inhalten der sinnlichen Erlebnisse auf und meint, dass dieses Erlebte, das als Mischung der vier „Elemente“ (*mahābhūta*=große Gewordenheiten) in der Dimension „Raum“ erscheint, „an sich“ existent sei. Weil er immer wieder diese Dinge erlebt, aber nicht auf ihre Herkunft aus dem Erleben, der Wahrnehmung, achtet, deshalb setzt er sich mit ihnen auseinander, sucht in ihnen Befriedigung, die er für Wohl hält. „Sucht darin Befriedigung“ (*abhinandati –M 1*) bedeutet, dass diese Welt nun der Gegenstand seiner Wohlsuche ist. K.E.Neumann übersetzt dieses Pāliwort: „*Er freut sich der Dinge*“. Das ist zu eng; denn er freut sich durchaus nicht immer der Welt, sondern er erlebt in ihr auch viel Trauriges. Nichtsdestoweniger sucht er hier seine Befriedigung. Die „Welt“ ist der Gegenstand seiner Wohlsuche und damit der Gegenstand seines Bedenkens (*abhivadati*). Auf sie sind alle seine Pläne gerichtet und vor allem: Auf diese Welt sich stützend, steht er da (*ajjhosāya titthati*), hält er seine Existenz in dieser Welt für wirklich. Das ist Wahn. Weil der Mensch nicht achtet auf die Herkunft von Ich und Welt – nämlich aus dem Erleben –, weil er meint, Ich und Welt seien wirklich, real „da“, d.h. sie hätten unabhängig vom Wirken und Erleben ihren „eigenen“ Ort in der Existenz, seien „an sich da“, darum sucht er in dieser Polarität der Inhalte des Erlebens – in der Polarität von „Ich“ und „Welt“ – Wohl.

### Wahntraum und Wachheit

Um diesen Wahn richtig zu verstehen, mögen wir an sein Gegenteil, den Status eines Erwachten denken. Buddha heißt ja „der Erwachte“. Uns sieht er noch als Schlafende, wähnend Träumende, dass dies oder jenes „sei“. Im Traum träumen wir

ein Ich, das ein Ich sein und bleiben will. Wenn dieses – geträumte – Ich sich in einer – geträumten – gefährlichen Situation sieht, dann kommt Angst auf bei dem – geträumten – Ich, das sich erhalten will. Das ist ein Zeichen für Daseinsdurst. Nur in der Wahrnehmung, die der Erwachte mit Traum vergleicht und als Trug bezeichnet, besteht ein Ich in der Begegnung mit irgendetwas Begegnendem, das von dem wahrgenommenen geträumten Ich als gefährlich aufgefasst wird. Wenn der Träumende aus einem nächtlichen Traum wach wird, die Augen öffnet, dann fällt der Alpdruck fort: „Die Gefahr war gar nicht wirklich, ich habe ja nur geträumt.“ Aber solange wir in dem Wahntraum verharren, ist er uns eben doch „wirklich“, kennen wir nicht die Wachheit.

Der Erwachte hat die Augen geöffnet, ist aus dem Daseins Traum erwacht. Wir sind gegenüber dem Wachbewusstsein des Erwachten Träumende. Wir träumen ein Ich in Begegnung. Weil dieses – geträumte – Ich nichts anderes weiß und sich für wirklich hält (Wahn), will es sein und bleiben: Das ist der Daseinsdurst. Das wahrgenommene Erscheinen von Ich und Welt für ein an sich bestehendes wirkliches Ich in einer wirklichen Welt nehmen, das ist *avijjā* = Wahn; das ist die unmittelbar ernährende Bedingung für den Daseinsdurst.

### Der Wahn nährt den Wahn

Jeder normale Mensch, der sich fragt: „Woher behauptest du: ‚Ich bin‘“ – wird antworten müssen: „Ich erlebe ja, dass ich bin“. So sagt Descartes: „*Ich denke, also bin ich.*“ Erleben ist Wahrnehmung. Und wenn er sich weiter fragt: „Woher weißt du von der Welt?“, so wird er sich sagen: „Ich erlebe die Welt, und die anderen hier erleben ja auch die Welt, also ist sie doch objektiv da.“ – Aber ganz ebenso kann man auch im Traum an Ich und Welt glauben: Wenn z.B. ein Träumender mit einem mitgeträumten Freund zusammen im geträumten Park sitzt und zu dem geträumten Freund sagt: „Ich habe gehört, die Welt sei gar nicht wirklich, also auch der Park hier und du und ich sei-

en nicht wirklich. Es soll alles nur Wahrnehmung, Bewusstsein, wie Traum sein – ist das nicht verrückt?“ Der geträumte Freund sagt: „Ja sicher, das ist verrückt. Du siehst ja, dass wir da sind.“ Jetzt wird der Träumende wach: Wo ist der Freund, der ihm bestätigt hat, das Erlebnis sei Wirklichkeit? Der „Zeuge“ war Zeuge in der Dimension des Wahns. Traum hat den Traum „bestätigt“, Wahn hat den Wahn genährt.

Was wir unser normales Leben, unsere normale Vernunft nennen, mit der wir feststellen: „Ich bin“, das lehrt der Erwachte mehr und mehr in gründlicher Aufmerksamkeit zu durchschauen als eine Kette von Luftspiegelungen, von Täuschungen, von Traumbildern. Eine Luftspiegelung zeigt eine Situation an einem Ort, wo in Wirklichkeit nichts ist als Luftbilder. Diese Luftspiegelung hat Ursachen: Irgendwo ist eine Situation – nur nicht so und nicht, wo sie verzerrt und entstellt erscheint. So, sagt der Erwachte, hat auch unser Erleben einer Situation Ursachen, nur nicht die Ursache, die der Anschein vortäuscht. Diese Situation ist vielmehr gewirkt durch früheres Wirken, das sich als Erscheinung in der Wahrnehmung zeigt.

In der Wahrnehmung handelt das Ich an dem Begegnenden, „nimmt zu ihm Stellung“, indem es bei ihm Befriedigung sucht (*abhinandati*), es deshalb zum Gegenstand seines Bedenkens macht (*abhivadati*) und sich darauf in allem stützt, daran Halt sucht (*ajjhosāya titthati*). Das ist – nur mit anderen Worten ausgedrückt – jenes „Herantreten, Sich Aneignen, Dabeibleiben“, von dem der Erwachte sagt, dass es „praktisch diese Welt“ sei (S 12,15).

Das „Ich“ wirkt an dem Begegnenden in Gedanken, Worten und Taten entweder in gewährender Weise oder in verweigernder oder entreißender Weise, und durch den Einschnitt, den dieses „Stellung Nehmen“ im Strom der Erscheinungen markiert, wird diese Situation, diese Szene des Wirkens nun als „Vergangenheit“ wahrgenommen. Sie ist „in die Welt gesetzt“, ist als wirkende Bedingung „da“, solange sie nicht durch entsprechendes Wirken aufgehoben ist, sie ist im „Dasein“ (*bhava*), wirkt sich irgendwann als „Zukunft“ aus, d.h.

erscheint zwangsläufig wieder – genauer: wird irgendwann wieder bemerkt – denn „da“ war sie, seit sie gewirkt war, nur dem groben Auge unsichtbar. Durch gewährendes Wirken wird das „Ich“ um dieses Wirken gewährender, es erlebt sich anders und erlebt eine gewährendere Welt. Die Situationen – die Szenen des Wirkens – werden harmonischer, heller. Durch verweigerndes, durch entreibendes Wirken wird das Ich verweigernder, entreibender; es erlebt eine verweigerndere und entreibendere Welt, die Situation wird spannungsvoller, dunkler, gefahrvoller. Aber dieses ganze Geschiebe von Wirkungen, ob dunkel, ob hell, spielt sich im Erleben ab. Über das Erleben steigen wir nie hinaus, im Erleben ist die Welt, im Erleben ist das Ich. Dies nicht wissen, nicht kennen, nicht durchschauen – das ist der Wahn (*avijjā*).

Der Wahn ernährt den Daseinsdurst  
Daseinsdurst = Seinwollen – bewusst sein wollen

Der Wahn ist die ernährende Bedingung des Daseinsdurstes. Denn nur wo ein „Ich bin“ empfunden, erlebt, gefühlt und darum auch gedacht wird, da kann die Empfindung „ich will sein und bleiben“ entstehen. Das Daseinwollen, der Daseinsdurst, macht sozusagen das geistige Rückgrat des Lebens aus, denn das Seinwollen, der Daseinsdurst, ist immer zuerst ein Erlebenwollen. So ist Daseinsdurst (Seinwollen) in seiner unmittelbaren Bedeutung: bewusst sein wollen.

Seinwollen und Habenwollen

Darum setzt auch alles Habenwollen, der Sinnlichkeitsdurst (*kāmatanhā*), der die Wesen des unteren der drei Daseinserfahrungen zusätzlich bewegt, immer den anfangslosen Daseinsdurst, das Seinwollen, voraus. Denn nur wo bewusstes Erleben eines „Ich-bin“ ist, da nur kann auch bei diesem „Ich-bin“ der Wille aufkommen: Ich will die angenehmen Objekte haben.



Das innere Begehren nach diesen oder jenen Objekten ist Verlangen, Dürsten. Ohne das Objekt fehlt etwas, der Begehrende fühlt sich ohne das Objekt im Mangel, im Unfrieden, und nur *mit* dem Objekt ist die Befriedigung hergestellt. Daher fiebert er nach Ergänzung. Das ganze Dasein ist ein geistiges Geflecht von Spannungen, von Bezügen zu den Dingen, in das der Mensch verstrickt ist und das in ihm immer wieder den Wunsch bestärkt: Ich will erleben, ich will sein und bleiben, ich will etwas werden, ich will etwas schaffen.

### Seinwollen und Soseinwollen

Im engeren Sinn bedeutet Seinwollen auch Soseinwollen. Der Daseinsdurst umfasst also auch die mehr oder weniger bewussten Wünsche und Vorstellungen in Bezug auf die eigenen körperlichen, geistigen und charakterlichen Eigenschaften. Zwar will man am liebsten in wohltuender, erfreulicher, beglückender Weise da sein, das heißt erleben, aber man will lieber mit Leiden „da“ sein, also erleben als gar nicht.

So ist der Daseinsdurst Grundlage und Rückgrat aller anderen Durstarten, aber der Wahn, der Wahn des „Ich bin“ ist die ernährende Bedingung des Daseinsdurstes. Und da vom Daseinsdurst kein Anfang zu erkennen ist, so kann auch von dem Wahn, der die ernährende Bedingung des Daseinsdurstes ist, kein Anfang zu sehen sein. Aber auch von dem Wahn, diesem wirren Daseinsschöpfer, sagt der Erwachte, dass er eine ernährende Bedingung habe. Welches ist seine ernährende Bedingung?

#### 2. Die ernährende Bedingung für den Wahn sind die fünf Hemmungen

Der Wahn ist in sich geschlossen wie ein Traum, von dem das Traum-Ich ja auch nie den Anfang erkennen kann, weil es, das Traum-Ich, erst mit dem Traum, durch den Traum „da“ war und weil die Traum Inhalte ihre eigene Zeit und ihre eigene

Geschichte projizieren. Aber wenn auch der Wahn keinen ersten Anfang hat, sondern in sich geschlossen ist, so hat er doch seine ernährende Bedingung: die fünf Hemmungen.

Die fünf Hemmungen – 1. weltliches Begehren, 2. Antipathie bis Hass, 3. träges Beharren, Sichttreibenlassen im Gewohnten, 4. Erregbarkeit, geistige Unruhe, 5. Daseinsbangnis – sind vorwiegend bekannt als die fünf Hindernisse für das Wohl der weltunabhängigen Herzenseinigung (*samādhī*). Aber ebenso verhindern sie den klaren Anblick der Wirklichkeit, weshalb sie auch *die Flecken des Gemüts, die lähmenden* (M 39) genannt werden, die *Blindmacher, Unkenntnisschaffenden, Augenlosmacher, Weisheitsvernichter* (S 46,40). Darum wird in A IV,12 umfassend gesagt: Wenn der belehrte Heilsschüler die fünf Hemmungen aufhebe, dann gewinne er jene Weisheit (*paññā*), die das Entstehen und Vergehen der fünf Zusammenhäufungen sieht.

Die oben genannten fünf Hemmungen als die „Bedingungen des Wahns“ (*avijjā*) bedeuten eben fünf derartige Gemüts-haltungen und Gemütsverfassungen, die eine vollständige Verdeckung und Übersichtung der Wahrheit von der Wirklichkeit bewirken, nicht nur bewirken, sondern diese Verdeckung selbst darstellen. Sie sind fünf derartig trübende Verschleierungen der Wirklichkeit, dass der wahrheitsuchende Blick lediglich diese Schleier sieht und sie für die Wirklichkeit halten kann.

Das zeigt sich auch in M 48. Dort werden sieben Gewissheiten genannt, mit denen ein Übender sich allmählich fortschreitend die Frucht des Stromeintritts fühlbar macht. Die erste dieser Gewissheiten entsteht dadurch, dass sich der Übende immer wieder an einem stillen Ort darum bemüht, den vom Erwachten vermittelten wahnlosen Wahrwissens-Anblick der Wirklichkeit zu gewinnen, also den Wahn vorübergehend zu verdrängen. Und der Erwachte sagt, wenn es ihm gelinge, dann darum, weil er während dieser Wahrheits-suche auch frei von den fünf Hemmungen geworden war.

Daran zeigt sich auch schon, was der Erwachte unter Hemmung (*nivāraṇa*) verstanden wissen will, und er erklärt es auch mit einem Gleichnis (D 13): Da ist jemand, der sich in einer gefährlichen Landschaft weiß, am Ufer eines Stroms, von dessen anderem Ufer er weiß, dass dort Sicherheit und Geborgenheit ist, der also nun aufbrechen und hinüberschwimmen müsste und eigentlich auch will, aber sich zu diesem Aufbruch doch noch nicht entschließt, sondern am hiesigen Ufer noch liegen bleibt. Darin zeigt sich, dass diese fünf verschiedenartigen trübenden Verfassungen des Gemüts, die jeder normale Mensch vorwiegend an sich hat, dann erst als Hemmungen gelten, wenn es um die Erreichung eines Ziels geht, dessen Erreichung sie eben hemmen. Wo es aber nicht um die Erreichung jenes Heilsziels geht – bei einem von keiner Religion zu keinem höheren Ziel aufgerufenen Menschen – da sind diese fünf Gemütsverfassungen keine Hemmungen, denn er kennt nicht das andere Ufer und will nicht dahin. Ein solcher gilt laut einem anderen Gleichnis (D 13) als gebunden da liegend. In allen Aussagen des Erwachten zeigt sich, dass die Aufhebung dieser Hemmungen das Gemüt des Menschen über sein normales Höhlendasein, über allen weltlichen Anschein weit hinaus hebt, so dass es für diese kürzere oder längere Frist dem von hohen, reinen Geistern gleicht.

Wir wissen, der wahnfreie Anblick besteht darin, dass man das Spiel der fünf Zusammenhäufungen und ihre Bedingtheit durchschaut, dass man erkennt, dass jede Situation darin besteht, dass *Formen* (1.Zusammenhäufung) und *Gefühl* (2.Zusammenhäufung) *wahrgenommen werden* (3.Zusammenhäufung, worauf *agiert* wird (4.Zusammenhäufung) und eine entsprechende *programmierte Wohlerfahrungssuche* (5.Zusammenhäufung) entsteht.

Form (1.Zusammenhäufung) bedeutet der zu sich gezählte Körper und die erlebte Welt, gleichviel was uns als Gesehenes, Gehörtes, Geruchenes, Geschmecktes, Getastetes begegnet. – Diese Formen lösen immer, wo ein Ich empfunden wird, Gefühle aus (2. Zusammenhäufung). Die Gefühle schwanken auf

und ab, sind unterschiedlichster Art nach Qualität und Quantität. Man beachtet zwar meist nur die an Quantität und Qualität extremen Gefühle, die lauten, stärksten, aber ununterbrochen ist der Strom der Formerscheinungen überlagert von einem Schwall von Gefühl und wird von ihm „moduliert“, verzerrt und verfälscht. So werden Formen und Gefühle im Gedächtnis eingetragen, wahrgenommen, erlebt. Aus Wahrnehmung besteht die Szenerie, die jeweils erlebt wird. Wer das nicht weiß oder nicht dessen eingedenk ist, d.h. wer im Wahn ist, der hält das für die wahre Welt und reagiert darauf mit seiner Aktivität im Denken, Reden und Handeln (4.Zusammenhäufung) und schafft so eine entsprechende Gewöhnung, die Programmiertheit des Menschen (5.Zusammenhäufung). Im Lauf der Jahre laufen diese Programme im üblichen Tagesablauf mehr oder weniger automatisch, sind eingespielt, nur noch neue Situationen fordern wieder zu neuer Stellungnahme heraus: Das ist das ununterbrochene Säen von wieder neuen Situationen, die irgendwann wieder wahrgenommen werden.

Zu einer Zeit, in der wir starke Anliegen an Formen haben, zu einer solchen Zeit können wir den Formen und Gefühlen nicht nüchtern, klar, unbefangen gegenüberreten, können gar nicht sehen, dass wir es – was auch immer wir wahrnehmen, vom Gemeinsten bis zum Feinsten – immer nur mit der Wahrnehmung von Formen und Gefühlen zu tun haben. So sind wir in den wahnhaften Programmen befangen, in Spannungen, die uns aus dem „Stoff“ der Formen und Gefühle Szenen und „Verhaltensmuster“ für diese Szenen vorgaukeln. Zu der Zeit ist man am klaren Sehen – vor allem am klaren Sehen des Spiels der fünf Zusammenhäufungen – „gehemmt“, nämlich auf die angenehmen innerweltlichen Objekte der Sinne fixiert (1.Hemmung), man stößt störend empfundene Wesen ab (2.Hemmung), man kann sich nicht aus dem Sumpfnebel des Gewohnten – in der Sinnenwelt also der Sinne – erheben (3.Hemmung), ist in Aufgeregtheit und Unruhe (4.Hemmung), und so kann man nicht fest stehen, sondern fühlt sich geworfen, ungeborgen, ist von den fünf Hemmungen durchtränkt. Zu

der Zeit, in welcher er von den fünf Hemmungen durchsetzt ist, kann kein Mensch – auch nicht in der tiefsten Einsamkeit – wirklichkeitgemäß die Dinge sehen. So sind die fünf Hemmungen die Verhinderer der Wahnaufhebung, mehr noch: sie sind die Nahrung (*āhāra*) für den Wahn, sie sind Verstrickungen (*samyojana*), die den Menschen im Wahnbereich halten.

### Hemmung und Verstrickung

Der Begriff „Hemmung“ bedeutet, dass die Verstrickungen gleichsam dehnbar sind, dass man sie durch geistig-seelische Kraftanstrengung vorübergehend so stark lockern kann, dass sie in dieser Zeit den Geist nicht hemmen, klar zu sehen, und das Gemüt nicht hemmen, das Wohl der Freiheit von Verstrickungen zu empfinden. Zu der Zeit sind die Verstrickungen zwar noch da, aber sie sind momentan nicht hemmend spürbar.

Hemmung heißt also: das durch Anstrengung zeitweise aufhebbare akute Gehemmtsein des Gemüts durch eine vorhandene Verstrickung. Da aber Verstrickungen nichts sind als Gewöhnungen, so kann man auch kurz sagen: Die Hemmungen sind das Kleben in der Gewöhnung, und die Aufhebung der Hemmungen ist das augenblickliche Durchbrechen dieser Gewöhnungen.

Durch Aufhebung der Hemmung mit der erforderlichen Anstrengung, also durch zeitweiliges Lockern und Dehnen der Verstrickung oder zeitweiliges Sich Freimachen von der hemmenden Gewöhnung wird jedes Mal durch die Dehnung die Verstrickung, d.h. die Gewöhnung an sie, geringer. Zugleich wächst durch die Übung die Kraft und Fähigkeit zum zeitweiligen Dehnen und Lockern, und so können bei rechter Anschauung, rechtem Eingedenksein und rechtem Mühen (vgl. M 117) die Verstrickungen allmählich endgültig aufgelöst werden. In M 48 geht es darum, die fünf Hemmungen vorübergehend aufzuheben, um zeitweilig den wahnfreien Anblick zu gewinnen. Wir sehen also, dass nicht einmal vorübergehend der Wahn durch bloße Mitteilung von Wissen

aufgehoben werden kann, sondern dass eine von den fünf Hemmungen befreite Haltung des Gemüts (durch gründliche Beobachtung des Zusammenspiels der fünf Zusammenhäufungen) hinzukommen muss. Da der Wahn erst recht nicht endgültig aufgehoben werden kann ohne Aufhebung seiner ernährenden Bedingung, der fünf Hemmungen, ist es notwendig, diese genauer kennenzulernen.

### Der Wahn als Hemmung und Verstrickung

Aus dem Gesagten geht hervor, dass der Wahn – also der wahnbefangene Anblick des Lebens und des Daseins – von dem durch den Erwachten belehrten und sich übenden Menschen immer nur für jene kürzeren oder längeren Augenblicke aufgehoben – der klare Anblick der Wirklichkeit gegenwärtig – ist, in denen auch alle fünf Hemmungen aufgehoben sind, dass aber mit dem Zurückfallen in jene fünf gewohnten Gemüthaltungen auch wieder die Verschleierung und Trübung des Blicks eintritt, so dass bei einem solchen Menschen der Wahn wieder dominiert. Doch behält er in Erinnerung, dass er die Wahrheit klar gesehen hat und sich diesen Anblick von Zeit zu Zeit auch wieder schaffen kann.

Durch diesen Zusammenhang der kurzfristigen Aufhebung der fünf Hemmungen mit gleichzeitiger und dadurch bedingter Aufhebung des Wahns zugunsten des wirklichkeitsgemäßen Anblicks zeigt sich deutlich, wie göltig das vom Erwachten genannte Gesetz ist: *Die ernährende Bedingung für den Wahn sind die fünf Hemmungen.* Mit den fünf Hemmungen ist der Wahn gegeben, mit Aufhebung der fünf Hemmungen ist der Wahn aufgehoben. Für die Dauer der Aufhebung der fünf Hemmungen ist auch der Wahn aufgehoben. Mit Rückfall in die fünf Hemmungen besteht auch wieder der Wahn.

Und wenn nun die fünf Hemmungen bei einem um die Heilsgewinnung bemühten Menschen immer häufiger aufgehoben werden, immer leichter aufgehoben werden können,

immer länger aufgehoben bleiben und immer weniger Rückfall geschieht, dann erfolgt diese Entwicklung genau ebenso und gleichzeitig mit dem Wahn, der ja nur durch die fünf Hemmungen ernährt wird. So wird also auch dieser im Lauf der Entwicklung immer leichter aufgehoben, bleibt immer länger aufgehoben, der Rückfall in ihn wird immer geringer bis zu dem Ende, dass das Wahnwissen endgültig und für immer dem Wahrwissen weicht.

Durch diesen Zusammenhang verstehen wir, dass und warum in den Reden der Wahn manchmal als *Hemmung* und manchmal als *Verstrickung* bezeichnet wird. Unter den zehn Verstrickungen, die an den mühseligen, leidvollen, entwicklungslosen Werdens- und Vergehensumlauf festhalten, wird der Wahn immer als die zehnte, die letzte, bezeichnet. Erst wenn diese Verstrickung völlig aufgelöst ist, dann ist die heile Situation endgültig gewonnen. Aber wir sehen, dass der Wahn schon weit vorher, schon nach den ersten aufkommenden tieferen Verständnissen für das Zusammenhäufen der fünf Zusammenhäufungen immer wieder *vorübergehend* aufgehoben wird, und zwar weil durch den konzentrierten tiefen Hinblick auf das Spiel der fünf Zusammenhäufungen die fünf Hemmungen aufgehoben wurden. Der Wahn wurde also ebenso vorübergehend aufgehoben wie die Hemmung. Und in den Wahn fiel man ebenso bald wieder zurück wie in die fünf Hemmungen.

Damit zeigt sich – und darin liegt überhaupt die Möglichkeit für die Entwicklung zur Befreiung – dass der Wahn zuerst immer wieder vorübergehend aufgehoben wird – und das ist Aufhebung der Wahnhemmung (*avijjā-nivarana*) und dass auf diesem Weg die Wahnverstrickung (*avijja-samyojana*) immer dünner und schlichter wird, bis sie eines Tages endgültig reißt. Die fünf Hemmungen im Einzelnen:

#### Die *erste* Hemmung

weltliches Begehren (*kāmacchanda*) ist der unbewusste oder bewusste Willensdrang, Befriedigung durch die Sinne zu er-

fahren. Daraus gehen alle Arten des Suchens und Fiebers und Verlangens nach Sinnendingen hervor, nach der Begegnung der fünf Sinnesdränge mit dem als außen Erfahrenen, weil man dort die ersehnten, geliebten Formen, Töne, Düfte, Geschmäcke und Tastungen zu finden hofft. Aber diese Begegnung zwischen den Sinnesdrängen und dem als außen Erfahrenen kann die Schmerzen der begehrenden Wesen auch erhöhen, da man längst nicht immer das Ersehnte, Erwünschte erlangt und es nie für immer behalten kann. In den Daseins-ebenen, die innerhalb der Begehrenswelt als „Unterwelten“ bezeichnet werden, erfahren die Wesen meistens gerade das Gegenteil von dem, wonach sie lechzen und dürsten. Nur in den höchsten sogenannten „Himmeln“ erfahren die Wesen mehr oder weniger ununterbrochen Befriedigung ihres lechzenden Durstes nach Sinnenwohl. Aber da durch die Befriedigungssuche die Sucht nur größer wird, so müssen alle Wesen der Sinnensuchtwelt, auch die der höchsten sinnlichen Himmel, wenn sie den Ausweg nicht wissen, immer nur zwischen Sinnlichkeitsdurst und seiner vorübergehenden Befriedigung pendeln.

Der Himmel der Sinnensuchtwelt ist Durst mit Erfüllung. Durch die Befriedigungssuche wird der Durst in seiner Latenz vergrößert, und immer wieder braucht man Befriedigung. In den Himmeln der Sinnensuchtwelt erlangt man sie als die Ernte des Wirkens, durch das man auch anderen den Hunger befriedigt hat. Aber diese Ernte wird in den Himmeln aufgezehrt; und je ununterbrochener man hat, was das Herz begehrt, desto weniger sieht man einen Anlass, und desto weniger hat man überhaupt die Fähigkeit, auf neue gute Saat zu sinnen. So ist eines Tages die Ernte erschöpft, der Hunger aber ist geblieben, sogar vermehrt durch die aus Wahn bewirkte positive Bewertung, und so folgt nach dem Himmel immer wieder der Abstieg bis hinab zur Unterwelt. Darum ist die Sucht nach Sinnendingen, nach Befriedigung der Sinne durch unmittelbaren Kontakt mit den Objekten der Außenwelt=Berührung gerade die Wurzel zu größerem Mangel. So befinden sich also die



Wesen der Sinnensuchtwelt von den obersten sinnlichen Himmeln bis zu den untersten Höllen allein wegen ihres Begehrens nach Berührung mit den mit den Sinnen erreichbaren Dingen in ununterbrochenem Mangel, in einem Vakuum, in einem Lechzen und Dürsten, in einer Grundbefindlichkeit von Weh, das nur von den Gefühlen zeitweiliger relativer Erleichterungen aus Befriedigungsakten übertönt wird – die es in den Höllen nie, in den Himmeln der Sinnensuchtwelt öfter bis dauernd, bei den Menschen mehr oder weniger häufig oder selten gibt.

Diese Tatsache macht sich der unbelehrte Mensch nicht bewusst. Aber daran, dass er überhaupt das Gefühl der Befriedigung als eine Erhöhung seiner Situation erfährt, zeigt sich, dass er zuvor unbefriedigt war, es aber wegen seiner Gewöhnung an das dauernde Gefühl des Unbefriedigtseins als seiner Grundbefindlichkeit nicht als etwas Besonderes empfand. Darum vergleicht der Erwachte den Menschen, der in weltlichem Begehren steckt, also nach Art fast aller Menschen durch die fünf Sinne von Fall zu Fall Befriedigung sucht, mit einem Mann, der Schulden hat (M 39). So wie dieser von fremdem Kapital lebt, so lebt der normale Mensch nicht aus sich selber, nicht in innerem Glück und Frieden, sondern von fremden äußeren Dingen. Wer aber auf dem vom Erwachten beschriebenen Weg zu einem solchen Maß von innerer Helligkeit, von Glück und Herzensfrieden gekommen ist, dass er daraus unvergleichlich mehr Wohl erfährt, als man durch alle sinnlichen Freuden nur erfahren kann, den vergleicht der Erwachte mit einem Mann, der durch andere günstige Unternehmungen in den Stand versetzt worden ist, alle seine Schulden zu bezahlen, also von fremdem Geld völlig unabhängig zu werden, und noch reichlich Geld übrig hat, um im Wohlstand zu leben.

### Die zweite Hemmung

*vyāpāda* kann mit den Ausdrücken „Antipathie bis Hass“ oder „Gehässigkeit“, „Übelwollen“ nicht umfassend wiedergegeben

werden. Das Wort *vyāpāda* hängt mit *vyāpajjati* zusammen, dessen Hauptbedeutung viel neutraler einfach heißt: falsch gehen, falsch gerichtet sein. Es ist gemeint, dass der Mensch andere Wesen nicht als sich gleich ansieht, dass er des Nächsten Interessen für geringer ansieht als die eigenen Interessen.

Das positive Gegenteil wäre allumfassende Liebe zu den Wesen (*mettā*). Damit ist nicht eine „inbrünstige“ Bruderliebe oder Nächstenliebe gemeint, sondern eine gewachsene Ich-Du-Gleichheit, die nicht nur auf Menschen oder abgemessene Gruppen von Wesen beschränkt ist, sondern schrankenlos alles Lebendige einbegreift, in der die Bedürfnisse des Du in der geistigen Bewertung und von da aus auch im Empfinden gleiches Gewicht haben wie die Bedürfnisse des Ich, eine Ich-Du-Gleichheit also, in der das Mitwesen nicht gemessen wird nach nützlich oder nachteilig, sympathisch oder unsympathisch. Wer diese geistige Haltung auch nur vorübergehend einnehmen kann, der ist zu der Zeit in Bezug auf alle Wesen nicht perspektivisch gebunden an irgendetwas Kommendes, Gehendes; der hat mit dieser großen Haltung wenigstens auch die dritte Hemmung aufgehoben – oder auch alle fünf, und kann dann oft schon ganz unbefangen die Wahrheit sehen, wenn sie ihm von einem Weisheitslehrer angereicht wird oder wenn sie vom Hören oder Lesen her im Gedächtnis aufsteigt: das Spiel der fünf Zusammenhäufungen.

Aber wer sich bemüht um die Aufhebung dieser Blindheit für die Mitwesen, für ihr Wollen, ihre Lebensinteressen und Bedürfnisse in allen Graden – sogar bis hin zum Verständnis für ihr falsches Handeln – wer das Messen und Aburteilen der Mitwesen aufgibt, der merkt, dass ihm diese Haltung nicht möglich ist, wenn er gerade auf Sinnesobjekte aus ist, aber den Eindruck hat, dass andere ihn daran hindern – auch wenn er keinen Hass gegen sie fühlt. Der Erwachte zeigt, dass durch das sinnliche Begehren die Interessensphären der Wesen sich überschneiden, indem mehrere Wesen auf dasselbe Objekt aus sein können, wodurch Konkurrenz und Rivalität entsteht. Er gibt dafür ein drastisches Gleichnis:

*Wenn da ein Raubvogel einen Fleischfetzen packte und mit sich fortrisse, so stürzten sogleich auch andere Raubvögel auf ihn zu und rauften darum. Wenn nun dieser Raubvogel den Fleischfetzen nicht alsbald fahren ließe, so wäre ihm der Tod gewiss oder tödlicher Schmerz. (M 54)*

Darum sind Antipathie bis Hass (*vyāpāda*) und dadurch oft bedingte Rücksichtslosigkeit (*vihimsā*) einzig durch das sinnliche Begehren bedingt, entstehen immer nur als Folge des sinnlichen Begehrens und treten darum nur in dem unteren der drei Daseinsbereiche auf. So heißt es in M 13 und 14:

*Von sinnlichem Begehren getrieben, gereizt und veranlasst, eben nur aus Begehrlichkeit, streiten Könige mit Königen, Fürsten mit Fürsten, Priester mit Priestern, Bürger mit Bürgern, streitet die Mutter mit dem Sohn, der Sohn mit der Mutter, der Vater mit dem Sohn, der Sohn mit dem Vater, streitet Bruder mit Bruder, Freund mit Freund. So in Zwist, Zank und Streit geraten, gehen sie mit Fäusten aufeinander los, mit Steinen, Stöcken und Schwertern. Und so eilen sie dem Tod entgegen oder tödlichem Schmerz. Das ist die Elendsseite des sinnlichen Begehrens, ist die offenbare Leidenshäufung, die nur durch Begehren bedingt ist....*

*Weiter sodann, von sinnlichem Begehren getrieben, gereizt und veranlasst, brechen sie Verträge, rauben fremdes Gut, stehlen, betrügen, verführen Ehefrauen. Da lassen dann die Richter einen solchen ergreifen und verhängen mancherlei Strafen über ihn... Und so gehen sie dem Tod entgegen oder tödlichem Schmerz. Das aber ist die Elendsseite des sinnlichen Begehrens, ist die offenbare Leidenshäufung, die nur durch Begehren bedingt ist.*

Mit diesen verschiedenen Aussagen zeigt der Erwachte eindeutig, dass Antipathie bis Hass und Rücksichtslosigkeit durch das sinnliche Begehren bedingt sind und nur im Gefolge davon aufkommen.

Doch kann das sinnliche Begehren zeitweilig auch ohne diese übleren, gegen die Mitwesen gerichteten Begleiterscheinungen bestehen. In allen zehn Daseinsformen der gesamten Sinnensuchterfahrung werden die Wesen von *kāma*, der Sinnelust, bewegt; dagegen sind die beiden übleren Qualitäten, wie Antipathie bis Hass und Rücksichtslosigkeit, in dem oberen Teil der Sinnensuchterfahrung kaum vorhanden, sind aber in den untersten Lebensformen, insbesondere in den untermenschlichen, am stärksten vertreten. Das heißt also, dass die Wesen, die neben der Sinnlichkeit auch noch von starkem Hass und starker Rücksichtslosigkeit und Brutalität bewegt werden, eben durch diese Triebe auch die dunkelsten und schmerzlichsten Erlebensweisen haben.

Kein normaler Mensch hat nur äußersten Hass gegen alle Wesen, aber es verfügt auch kein normaler Mensch über die höchste allumfassende, nichtmessende Liebe (*mettā*). Doch haben wir alle Anteil an beidem, an dunkel und licht. Alle wohnen wir irgendwo auf dieser großen Leiter der seelischen Möglichkeiten. Und da wir manchmal etwas mehr Verständnis und Liebe aufbringen und manchmal mehr zu Nächstenblindheit, Ablehnung oder gar Hass neigen, so schwanken wir auf dieser großen Skala der inneren Möglichkeiten innerhalb der unserer Wesensart entsprechenden Bandbreite immer ein wenig aufwärts und abwärts.

Antipathie bis Hass und Rücksichtslosigkeit machen den Menschen dunkel und trüb, so dass er nicht hell und klar denken und sehen kann. Der Erwachte vergleicht deshalb die zweite Hemmung mit Krankheit, Siechtum und Brethaftigkeit (M 39). So wie dem Kranken alle seine Nahrung nicht bekommt und ihm keine Kraft gibt, so zerstört und verdirbt Antipathie bis Hass zum einen schon die Möglichkeit, sich auch nur das Sinnen-, „Wohl“ schmecken zu lassen, und erst recht – und das ist sein eigentlicher Schaden – verdirbt es alles Gute, alle Harmonie, alle Freude, alle Stille: Das hassende Gemüt lässt nicht jene lautere klare Stille des Geistes, jenen Frieden aufkommen, der unerlässlich ist, um klar zu sehen.

### Die dritte Hemmung,

in Pāli *thīnamiddha*, wird zwar von K.E. Neumann übersetzt mit „matte Müde“, also Trägheit im allgemeinen Sinn, und wird oft auch interpretiert als Schläfrigkeit. Das sind aber erst Auswirkungen dieser Hemmung, während in erster Linie darunter verstanden wird die geistige Befangenheit eines Menschen in seiner normalen, gewohnten geistig-seelischen Ebene und Stimmung, seinem Gefühls- und Seinsstandard, verbunden mit der momentanen Ungeneigtheit, sich darüber zu erheben, sich aufzuschwingen zu Höherem – beim Sinnenmenschen also Befangenheit auf der Ebene der weltlichen Banalität. Eine annähernd treffende Übersetzung wäre daher etwa: „Sichttreibenlassen im Gewohnten“. Das bedeutet für den Anhänger der Lehre, dass er sich in einer solchen Verfassung gerade nicht auf den von der Lehre vermittelten Seinsanblick besinnt und darum auch nicht auf seinen besseren Willen, auf seine besseren Entschlüsse, sondern sich gehen lässt. Er hat zur Zeit jene größeren Perspektiven, jene weiteren Horizonte nicht zur Verfügung, die er der Lehre verdankt, und gewöhnt sich damit nicht an diese, hält sich nicht in dem diesen weiteren Perspektiven und Horizonten gemäßen inneren Niveau auf, und darum formt er sein Wesen nicht entsprechend um, obwohl es nur in dem Maß anders, besser, größer, weiter werden kann, als er gerade in jenen weiteren Perspektiven und Horizonten zu leben sich gewöhnt. Diese Hemmung kann unter diesen oder anderen Bezeichnungen – z.B. als „Trockenheit“, „Lauheit“ in der christlich-mystischen Tradition – nur in solchen Lehren erkannt und genannt werden, durch die der Mensch aufgerufen und veranlasst wird, sich über sein bisheriges Sein zu erheben, darüber hinauszuwachsen, einen anderen Status zu gewinnen, und zwar nicht nur hinsichtlich des äußeren Tuns, sondern vor allem in Bezug auf das innere Sein, auf die Herzensart und Herzensverfassung.

Die dritte Hemmung kann nur dann als Hemmung empfunden und aufgehoben werden, wenn die erste und zweite Hem-

mung zeitweilig aufgehoben sind, wenn sinnliches Trachten und Antipathie bis Hass schweigen, wenn „neutrale Zeit“ ist, Zeit des „Weder-Weh-noch-Wohlgefühls“ im Sinnlichen. Dann sich nicht bemühen um Erhebung zu höheren Möglichkeiten, die daraus hervorgehende Erweiterung des Blicks, die Gemütsbefreiungen, geistigen Erhellungen und Beglückungen nicht erfahren, so bleiben wie man ist, in der gewohnten Art hängenbleiben: das ist *thīnamiddha*.

*Thīnamiddha* wird als dritte Hemmung genannt, und sie ist auch die dritte im praktischen Abbauen der üblen Dinge. Denn selbst wenn die beiden ersten Hemmungen gerade einmal nicht sind, so ist die ihnen gemäße dumpfe Ebene im Grund noch nicht verlassen. Darum ist die Aufhebung der dritten Hemmung ein zusätzlicher Schritt und hebt vom Grunde her auf ein höheres Gemütsniveau, führt zu dem „weiten, *erhabenen Gemüt*“ (M 106), mit welchem das Überweltliche erreicht werden kann. Mit der Aufhebung von *thīnamiddha* hat man die gewöhnliche Gemütsverfassung, die der Erwachte oft mit dem Meer vergleicht, mit seinen vier Gefahren (Woge=Zorn, Krokodil=Geschmäckigkeit, Hai=Erotik, Strudel=Sinnenlust) zeitweilig aufgehoben, so dass man zu der Zeit nicht „schwimmt“, nicht einsinken und den Gefahren zum Opfer fallen kann – solange die dritte Hemmung aufgehoben ist. Sich Fallenlassen, Sichtreibenlassen dagegen – das ist *thīnamiddha*.

Die größere Bewegungsfreiheit zu höheren Perspektiven und weiteren Horizonten ist angedeutet mit dem Gleichnis für die Aufhebung der dritten Hemmung als dem Verlassen eines engen Kerkers, in welchem man bisher eingesperrt war (M 39). Dieses Gleichnis erinnert an den anderen Ausspruch des Erwachten, dass er kein Gefängnis kenne, das so fest sei wie die Gefangenschaft in der Tierheit (A VI,45). Im Grunde befinden sich Menschen und Tiere in demselben Gefängnis. Beide sind *gebannt in eine Höhle* (Sn 772), nämlich in die Enge und Beschränktheit des Fleischleibs mit dem entscheidenden Unterschied, dass das Tier, solange es als Tier lebt, nie die Heilslehren vernehmen und verstehen kann, welche aus der

Tierheit, aus dem Menschentum und aus dem gesamten Samsāra herausführen. Aber der Mensch könnte dieses Gefängnis sprengen.

Die Sprengung des Gefängnisses wurde vorhin beschrieben: Sie besteht darin, dass man sich aus der gewohnten weltlich-vordergründig-banalen Gemütslage erhebt, indem man sich auf die von Erwachten gelernten Bedingungsbeziehungen und Befreiungsmöglichkeiten wieder besinnt, zu höheren Perspektiven, weiteren Horizonten kommt und dadurch „den Heilsstand im Sinn“ hat. Bei der Beschreibung der Überwindung der dritten Hemmung (M 39) heißt es, man sei *ālokasaññī*. Das bedeutet „Erhellung wahrnehmend“, also dass man die Kulissen der sinnlichen Welt durchdringt, der vom Erwachten gezeichneten Daseinsperspektiven eingedenk ist und dadurch die normalen menschlichen weltlichen Perspektiven verlassen hat. Man befindet sich in erhellender Durchschauung der Welt.

Der normale Mensch sieht sich zwischen Geburt und Tod als den zwei Enden seines Daseins. Diese beiden Enden bilden die Wände seines Gefängnisses, über das er nicht hinausgeht. Innerhalb dieses Gefängnisses sind seine Familie, sein Beruf und seine Interessen. Innerhalb dieses Gefängnisses sucht er sein größtmögliches Wohl, sucht seine Feinde zu besiegen oder ihnen zu entgehen, sucht seine Freunde und seine Freude, solange er lebt, und der Tod droht als das Ende. Das ist die Auswirkung der dritten Hemmung.

Der Erwachte aber zeigt dem aufmerksamen Heilsschüler, dass Geburt und Tod keine undurchdringlichen Wände, sondern Schleier sind, dass er vor der Geburt war und nach dem Tod weiter sein wird, dass nicht der Körper sein Leben ausmacht, sondern die den Körper überdauernden Triebe sein Leben bedingen, dass die qualitative Verbesserung seiner Triebe auch die Verbesserung seiner jeweiligen Lebensformen bewirkt und die restlose Auflösung aller Triebe zu der restlosen Auflösung aller Wandelbarkeit, aller Verdunkelung, allen

Schmerzes, alles Gewordenen führt und damit zur endgültigen Freiheit.

Dieses theoretisch bedenken oder nachlesen ist noch nicht die Aufhebung der dritten Hemmung. Aber wer es so bedenken kann, dass er im Nachdenken allmählich mit dem nächsten Leben, mit der ferneren Zukunft, dem Samsāra, ebenso sicher rechnet wie bisher innerhalb des Gefängnisses mit dem Heute – der erfährt bei sich, dass die Wände des Gefängnisses bei ihm mehr und mehr zu Schleiern werden, dass sein Kalkulieren, seine Lebensführung sich mehr und mehr über alle weitere und ferne und fernste Zukunft hinaus auf das Endziel richtet: *Der erfahrene Heilsgänger hat den Heilsstand im Sinn.* (M 2 u.a.)

In dieser gesammelten und mit Sammlung gelingenden Betrachtung der vom Erwachten gelernten geistigen Zusammenhänge, die weit über die von der sinnlichen Wahrnehmung (*lokasaññī*) gesetzten Grenzen in Raum und Zeit hinausgehen und die das gegenwärtige Körperleben als einen kleinen Bruchteil der größeren Zusammenhänge erkennen, liegt das Verlassen des engen Gefängnisses, liegt *ālokasaññī*, die erhellende Durchschauung der Wanderungen.

Diese Aufhebung der dritten Hemmung wird noch gekennzeichnet durch die Pālibegriffe *sato sampajāno*. *Sati* bedeutet, dass man eingedenk ist der Daseinsperspektiven, wie der Erwachte sie gezeichnet hat. *Sampajāno*, klares Bewusstsein, heißt, dass man nun seine Haltung, sein Verhalten und Anstreben in Beziehung sieht zu den endlosen Horizonten, in denen wir durch die Belehrung des Erwachen den Samsāra sehen als Spiegelung der Herzensbeschaffenheit.

#### Die vierte Hemmung

heißt in Pāli *uddhacca-kukkucca*, was unterschiedlich übersetzt wird („Geistesunruhe“, „Aufgeregtheit“, Neumann: „stolzer Unmut“). Nach den näheren Erklärungen des Erwachten über diesen Zustand zeigt sich, dass darunter Erregtheit,



Aufgeregtheit, geistige Unruhe und Ungeduld verstanden wird, ein Hin und Her der Gedanken oder die Unruhe eines zu straffen Angespanntseins, so dass man nicht in der Lage ist, in Sammlung das zu bedenken und zu betrachten oder zu betreiben, worum es jetzt geht. Das zeigt sich deutlich daran, dass der Erwachte hierfür in M 39 das Gleichnis eines Knechts wählt, der im Dienst seines Herrn hin und her laufen, Besorgungen und Arbeiten verrichten muss. So wie der Knecht stets nach der Pfeife des Herrn tanzen muss und zu seinen eigenen Angelegenheiten nicht kommt, so bedeutet Aufgeregtheit und innere Unruhe geradezu eine Versklavung des Denkprozesses im Dienst der verschiedenen erregenden Vorstellungen.

Es ist nicht immer leicht, die rechte Vorgehensweise zwischen der dritten und der vierten Hemmung, zwischen Sich-treibenlassen im Gewohnten und Aufgeregtheit und innerer Unruhe zu finden. Aber der Erwachte hat auch hier den mittleren Weg in einem hilfreichen Gleichnis veranschaulicht, im Gleichnis von der Laute (A VI,55): Dem Mönch Sono, der sich beim vergeblichen Streben nach Vertiefung so überanstrengt hatte, dass ihn die Unruhe packte und er erwog, aus dem Orden auszutreten, half der Erwachte durch die Erinnerung an die von Sono einst im Haus geübte Kunst des Lautenspiels: da gäben die Saiten weder einen guten Klang, wenn sie zu straff gespannt seien noch wenn sie zu schlaff gespannt seien; bei mittlerer Spannung aber entfalteten sie ihren vollen Wohlklang.

Dementsprechend sagt der Erwachte in S 11,20:  
*Und wie, ihr Mönche, ist der Wille zu schlaff? Ein Wille, der von Trägheit (kosajja) begleitet, von Trägheit unterjocht ist, das wird, ihr Mönche, ein zu schlaffer Wille genannt. – Und wie, ihr Mönche, ist der Wille zu angespannt? Ein Wille, der von Aufgeregtheit (uddhacca) begleitet, von Aufgeregtheit unterjocht ist, das wird, ihr Mönche, ein zu angespannter Wille genannt.*

Aber nicht alle normalen und törichten Erregungen und Unruhen eines von der Heilsidee völlig unbetroffenen und

unbewegten Menschen gelten als Hemmungen. Diese weltübliche Vielfalt, Aufregung und Unruhe steht hier nicht zur Diskussion. Als vierte Hemmung gilt nur jene Geistesunruhe, Aufgeregtheit, die bei dem strebenden Menschen, der um den Wahrheitsanblick kämpfend sich bemüht und dabei bemerkt oder unbemerkt über die ersten drei Hemmungen schon hinausgekommen ist – doch noch auftritt, indem er noch von mancherlei jetzt als störend empfundenen Gedanken und Erregungen bewegt wird. Diese nun auch zu verlieren durch noch mehr gesammelten Hinblick auf die schon öfter verstandene und gesehene Wahrheit – das ist Aufhebung der vierten Hemmung.

Wir müssen also unterscheiden zwischen der hier in Frage stehenden, zur Wiedererlangung des wirklichkeitsgemäßen Weisheitsanblicks wie überhaupt zum weltüberlegenen samādhi erforderlichen vorübergehenden Aufhebung dieser vierten Hemmung zum ersten, dagegen der hier überhaupt nicht in Frage stehenden Unruhe und Aufgeregtheit des zu keinem höheren Anblick und zu keinem höheren Anstreben eingeladenen weltbefangenen Menschen – und endlich jenem Zustand des „Nichtwiederkehrers“, der sich fast ständig außerhalb der fünf Hemmungen befindet, da er ja sogar die darüber hinausgehenden Verstrickungen schon aufgehoben hat, der nur gelegentlich noch mit leisen Formen von Erregtheit zu tun hat, die als achte Verstrickung (*uddhacca*) bezeichnet wird. So wird berichtet, dass selbst Anuruddho, der viel in den Entrückungen leben und das himmlische Auge in ferne jenseitige Welten richten konnte, einmal von einer feinen Erregung und Ungeduld befallen war, weil er das letzte Ziel trotz seiner hohen Erreichungszustände noch nicht erreichen konnte, so dass Sāriputto ihn darauf hinwies, dass eben dieser Mangel an Ruhe im Loslassen von sich selber – Erregtheit (achte Verstrickung) ein Hindernis für die Erreichung des Nibbāna war (A III,131).

## Die fünfte Hemmung,

*vicikicchā*, ist die Gemütsverfassung und Gemütstrübung Daseinsunsicherheit, Daseinsbangnis aus dem Gefühl der Ungeborgenheit. Der Erwachte vergleicht die Situation eines solchen Menschen, der von diesem Gefühl der Ungeborgenheit bewusst oder unbewusst begleitet wird, mit einem Mann, der mit seinem ganzen Vermögen sich auf einer Reise über Land in gefährlicher Gegend befindet, wo er jeden Augenblick Überfall auf Leben und Gut befürchten muss (M 39).

Aber von dieser Gemütsverfassung gilt wieder das gleiche, was vorhin schon generell von allen Hemmungen gesagt wurde: Diese Gemütsverfassung ist eine „Hemmung“ nur für einen Menschen, der von einer Heilslehre im Gemüt gepackt ist, der schon öfter mit Aufhebung der dritten Hemmung die großen weltüberlegenen Perspektiven eingenommen und die Möglichkeit seiner Befreiung erkannt hat. Erst ein solcher trifft die Unterscheidung zwischen seinem gegenwärtigen Elendszustand in Abhängigkeit und der Möglichkeit der Befreiung. Er sieht die Gefahren des hiesigen Ufers und die Möglichkeit der Heilsgewinnung am jenseitigen Ufer. Er fühlt das Erfordernis hinüber zu gelangen, und erst bei einem solchen kann von Hemmung oder vorübergehender Aufhebung der Hemmung die Rede sein. Die gleichen Verfassungen, die bei einem solchen Menschen als Hemmung bezeichnet werden, sind die Grundverfassungen des heilsunkundigen Menschen, der nichts als diese Welt kennt und glaubt und darum den Tod für das Ende hält. Ein solcher fühlt sich durch diese fünf Gemütsverfassungen nicht gehemmt. Er ist blind für andere Möglichkeiten. Wenn ein solcher meistens keine Zweifel, Unsicherheit und Daseinsbangnis empfindet, dann nicht darum, weil diese Hemmung aufgehoben wäre, sondern weil er sich ohne Besinnung in sinnlichem Begehren oder Antipathie bis Hass oder sonstigem Berauschendem befindet.

Wer aber durch tieferes Verständnis des blinden Spiels der fünf Zusammenhäufungen eine Ahnung bekommen hat von

der Allmacht des Menschen über den gesamten Weltanschein und Daseinsanschein und wer darum die Identifizierung mit dem Schein-Ich aufzubrechen im Begriff ist oder aufgebrochen hat und sie schon um einige Grade zurücknehmen und mindern konnte, der erfährt – wenn er darauf zu achten lernt – allmählich eine feine wohltuende Wandlung des Daseinsgefühls. Erst jetzt, wo der lebenslänglich gewohnte Würgegriff dieses Phantoms nachlässt, kann dieser Würgegriff überhaupt erst – durch die gespürte Erleichterung – bewusst werden. Nun erfährt der Mensch unmittelbar und ganz ohne anderweitige Belehrung, dass diese Daseinsbangnis mit der Ichvorstellung verbunden war, dass überhaupt diese Ichvorstellung der Kern der gesamten Verletzbarkeit ist. Dieses Wissen hat er nun mit im Geist. Zu solchen Zeiten, in denen ihm dies gegenwärtig ist, also zu Zeiten der vorübergehenden Minderung und Auflösung der Ich-Vorstellung, nimmt alle Angst und Bangnis ab bis zur Verflüchtigung. Und wenn sie sich auch zu Zeiten, in denen „wider besseres Wissen“ die Gewohnheit die Oberhand erlangt, wieder meldet: Wer zeitweilig die Auflösung von Angst und Bangnis im rechten Anblick erlebt, der erfährt damit, dass es die Möglichkeit gibt, von aller Gefährdung und aller Unsicherheit endgültig freizuwerden. Das gibt eine Erleichterung, die nur erlebt, aber nicht näher beschrieben werden kann. Den zu dieser Entwicklung gelangten Menschen vergleicht der Erwachte mit einem Wanderer, der aus gefährlicher Gegend endlich in die Nähe des heimatlichen Dorfes und damit in Sicherheit gelangt.

Mit dem Fortfall dieser Grundangst wird noch ein anderes geistiges Ereignis erfahren, das in dem Gleichnis des der Heimat sich nähernden Menschen nur angedeutet ist, aber in einem anderen Gleichnis klar wird: Dort vergleicht der Erwachte die blendungsvolle Strömung der Begegnungsszenen, die ununterbrochen den Eindruck eines „Ich in der Welt“ eindringen, jene Strömung, von welcher kein Anfang und kein Ende zu finden ist, mit dem Ozean, in welchem die Wesen sich ununterbrochen mit Schwimmen an der Oberfläche zu halten

versuchen. Sie sind nicht nur von den Gefahren des Meeres, von Strudeln, Wogen und Haien bedroht – sie müssen nicht nur ununterbrochen in Bewegung bleiben, um nicht zu ertrinken, sondern vor allem: Sie wissen nichts anderes, kennen nichts anderes als dieses unermessliche Wasser. Denn soweit sie sich erinnern und denken können und soweit sie von anderen hören, denen sie schwimmend begegnen, gibt es keine andere Erfahrung und kein anderes Leben, als sich mit Schwimmen und Mühen an der Oberfläche zu halten, immer nur an der Oberfläche zu halten, ohne ein anderes Ziel und ohne einen anderen Sinn als den, dass der sichere Untergang so lange wie möglich hinausgeschoben werde.

Wer aber den Erwachten so verstanden hat, dass er das Schein-Ich als Wahntraum durchschaut, dass er eine Ahnung von der Möglichkeit des Erwachens gewinnt, den vergleicht der Erwachte mit einem Schwimmenden, der sich nun schwimmend so hoch wie möglich aus dem Wasser gereckt hat, ringsum Umschau gehalten und in der Ferne etwas entdeckt hat, von dem er bisher noch nie etwas gehört noch geahnt hatte: ein Ende des Meeres, eine sichere Küste, festen Boden.

Nun weiß er, was er zu tun hat. Er hat keine Zweifel mehr über den Sinn seines Strebens. All sein Mühen, all sein Leben und Dasein erlangt nun erst einen Sinn und ein Ziel, genauer: er erlangt jetzt erst einen Sinn dafür, dass es ein klares Ziel gibt (*atthaveda*). Darauf richtet er sich, dahin streckt er sich. Er fühlt, wie mit dieser Entdeckung eine tiefe, unbewusst gewesene Resignation von ihm abfällt, wie Mut und Kraft in ihn einziehen (*virīya*), wie er einen Sinn für die Gesetze des Daseins (*dhammaveda*) gewinnt, die nicht mehr nur Gegenstand banger, resignierender Spekulationen sind, sondern deren Malen man nun wie mit einem neu erworbenen Auge zusieht. Die dadurch gewonnene „unerschütterliche Zuversicht“ zum Erwachten, zur Lehre und zur Gemeinde der Heilskundigen ist ein wesentliches Merkmal des Gesicherten, des Stromeingetretenen (D 33 IV, S 55,1).

### Die fünfte Hemmung und die zweite Verstrickung

Wer mit der Lehre des Erwachten näher vertraut ist, der weiß, dass die gleiche Eigenschaft, die als fünfte Hemmung bezeichnet wird, nämlich *vicikicchā*, Daseinsbangnis, ebenfalls als zweite der zehn Verstrickungen genannt wird, die auf dem Heilsweg der Reihe nach aufgelöst werden. Es heißt, dass der sotāpan, derjenige, der den Stromeintritt erreicht hat, unter den drei Verstrickungen als zweite eben die Ungeborgenheit aufgehoben hat. Das Aufgehobensein einer Verstrickung (*samyojana*) gilt immer für endgültig. Aber das Aufgehobensein einer Hemmung (*nivarana*) gilt immer nur vorübergehend. Wer nun als sotāpan die Verstrickung Daseinsbangnis endgültig aufgehoben hat, der ist von da ab schon immer in einer sehr ähnlichen Verfassung wie ein noch nicht auf dem endgültigen Heilsweg befindlicher Mensch zu der Zeit, in der er mit und nach den vier anderen Hemmungen als fünftes auch die Daseinsbangnis vorübergehend aufgehoben hat.

Der Grund für die Aufhebung der Hemmung bei dem Menschen, der sich nicht auf dem Heilsweg befindet, ist ein anderer als die Aufhebung der Verstrickung bei dem erfahrenen Heilsschüler. Die fünfte Hemmung hebt sich durch die vorangegangene Aufhebung der vier ersten Hemmungen als eine Folge der zunehmenden Beruhigung wie von selber auf. Der Betreffende erfährt das Gefühl einer unendlichen Erleichterung. Wer vorhin gelesen hat, was das Aufgehobensein der dritten Hemmung bedeutet, durch welche Einsichten und Gemütserhebungen sie aufgehoben werden, dem ist klar, dass der Mensch zu dieser Zeit völlig frei von jeglicher Sorge und Bangnis ist, einfach weil alle weltlichen Gedanken und Erinnerungen völlig abwesend sind. Anders ist es mit der Aufhebung der zweiten Verstrickung. Mit ihr zusammen sind die erste Verstrickung, Glaube an Persönlichkeit, und die dritte Verstrickung, „Sich von irgendwelchen Begegnungs- und Verhaltensweisen endgültiges Wohl versprechen“, mit aufgehoben. Er befindet sich nicht wie bei Aufhebung der fünf Hemmungen in einer vorübergehend empfundenen Ruhe und

Leichtigkeit und ist insofern ohne Daseinsbangnis, sondern er hat bereits viele Male das Spiel der den Eindruck von Leben und Erleben erweckenden fünf Zusammenhäufungen so klar und nüchtern durchschaut, dass er nun vielfältig bei sich erfahren hat, dass Gedanke und Vorstellung „ich bin“ tatsächlich wahnhaft und krankhaft sind und dass er durch die Lehre des Erhabenen die Macht bekommen hat, dieses Spiel langsam, aber sicher völlig zur Ruhe zu bringen. Auf diesem Weg nimmt seine Verletzbarkeit nur immer mehr ab bis zum vollkommenen Heil. Diese Einsicht hat er sich so klar gewonnen, so oft wiederholt, dass er immer wieder der Rechnung nachgehen und zu dem gleichen Ergebnis kommen kann. Dadurch ist bei ihm die Aufhebung der Daseinsbangnis eine endgültige und ist durch klare Weisheit bedingt, die er unter Kontrolle hat.

Ehe aber einer den Stromeintritt endgültig erreicht und damit die Daseinsbangnis als Verstrickung endgültig aufgehoben hat, hat er jene Betrachtung über die Nichtlichkeit der fünf Zusammenhäufungen über ihr wesenloses, aber den Eindruck eines Ich in der Welt erzeugendes Spiel viele, viele Male gepflegt, und jede Betrachtung kann immer nur dann gelingen, wenn bei dem Bemühen der aufmerksamen Durchsicht dieser Zusammenhänge die fünf Hemmungen mit aufgehoben werden. Somit hatte er also auch die Daseinsbangnis in jedem Augenblick, in dem er der Wahrheit nachging, vorübergehend als fünfte Hemmung mit den vier anderen Hemmungen beseitigt. Aber weil das Ergebnis dieser Bemühung immer wieder der klare, alle Illusionen auflösende Anblick des rieselnden Spiels der fünf Zusammenhäufungen war, so wurde er durch jeden Anblick immer tiefer überzeugt, dass er nicht dem Dasein ausgeliefert ist, sondern über dieses Spiel Macht gewinnen, es lenken und zum vollkommenen Ende im vollkommenen Heil führen kann. Durch diese Einsicht, die sich mit jeder Wiederholung vertiefte, wurde die Verstrickung Daseinsbangnis dünner und dünner, und mit ihrem endgültigen Zerrei-

ßen, das gleichzeitig mit dem Zerreißen der ersten und dritten Verstrickung geschieht, ist die sotāpatti gewonnen.

### Gleichnisse für klare Weisheit und die Hemmungen

Nach dieser Beschreibung der Hemmungen dürfte deutlich geworden sein, was schon zu Beginn erklärt wurde: *avijjā* ist etwas ganz anderes als ein intellektuelles Wissensdefizit; *avijjā* ist Wahn, hervorgerufen durch eine das Gemüt vergiftende Nahrung: die fünf Hemmungen. Das zeigt der Erwachte mit zwei Gleichnissen.

Den Heilgewordenen, der mit den fünf Hemmungen gar nichts mehr zu tun hat, weil er weit darüber hinaus alle zehn Verstrickungen endgültig abgetan hat, vergleicht der Erwachte in M 39 und M 77 mit einem „klar sehenden Mann“, der still am Ufer eines durchsichtigen, klaren, unbewegten Gebirgsees steht, die Muscheln und Muschelschalen, den Kies und Sand und die Fischschwärme sieht, wie sie dahingleiten und stillstehen. Dieses Gleichnis veranschaulicht über die Aufhebung der fünf Hemmungen hinaus die Erreichung der universalen Bewusstseinsweise dessen, der den Heilungsprozess, der mit der immer wiederholten Aufhebung der fünf Hemmungen überhaupt erst beginnen kann, zur Vollendung gebracht hat, der ein Heilgewordener (*arahant*) ist.

Aber für die Menschen, die die fünf Hemmungen nicht aufgehoben haben, gibt der Erwachte in A V,193 und S 46,55 das Gleichnis eines Mannes, der in einem Topf mit Wasser sein eigenes Spiegelbild gut erkennen will. Aber ebenso wie ihm das unmöglich sei, wenn das Wasser fünffach getrübt sei, so auch könne einer zu den Zeiten, in welchen das Gemüt von den fünf Hemmungen besetzt sei, weder genau erkennen, was zu seinem eigenen Heil tauglich sei noch zum Heil des anderen noch zu beider Heil.

So wie man in einem Topf mit vielfältig gefärbtem Wasser sein eigen Antlitz nicht der Wirklichkeit gemäß sehen kann, so sei einer, wenn weltliches Begehren (erste Hemmung) sein



Gemüt bewegt, zu dieser Zeit unfähig, genau zu erkennen, was zu seinem eigenen Heil oder zum Heil des anderen oder zu beider Heil diene. Und so wie man in einem Topf mit sprudelnd kochendem Wasser (als Gleichnis für Antipathie bis Hass – zweite Hemmung) und in mit Moos und Blättern überwuchertem Wasser (als Gleichnis für das Sich Treibenlassen im Gewohnten – dritte Hemmung) und in einem vom Wind schwankend bewegten Wasser (als Gleichnis für Aufgeregtheit und Unruhe – vierte Hemmung) und in einem im Dunklen stehenden bewegten getrübbten Wasser (als Gleichnis für Ungeborgenheit und Daseinsbangnis – fünfte Hemmung) sein eigen Antlitz nicht der Wirklichkeit gemäß sehen kann, so auch sei einer, wenn sein Gemüt von einer dieser fünf Hemmungen oder gar von allen bewegt wird, zu dieser Zeit unfähig, genau zu erkennen, was zu seinem eigenen Heil tauglich sei noch zum Heil des anderen noch zu beider Heil. Selbst der von einem Erwachten Belehrte kann zu einer solchen Zeit nicht klar sehen.

Das also sind die fünf Hemmungen als ernährende Bedingung des Wahnwissens, und es dürfte sichtbar geworden sein, dass ihre Anwesenheit tatsächlich das Wahrwissen verhindern, hemmen muss. Zugleich ist wohl auch fühlbar geworden, dass es nicht leicht und nicht ohne Weiteres möglich ist, sich von ihnen zu befreien, weil sie sehr stark mit unserem inneren Lebensgefühl und Lebensstandard verbunden sind. Den Grund dafür zeigt der Erwachte, indem er die ernährende Bedingung für die fünf Hemmungen nennt.

### 3. Die ernährende Bedingung für die fünf Hemmungen ist die dreifache gewöhnliche Lebensführung

Der Päliebegriff für das, was wir hier mit „gewöhnlicher Lebensführung“ wiedergeben („gewöhnlich“ in dem tieferen Sinn von „in der Gewohnheit befangen“) lautet *duccarita* als Gegenteil zu *sucarita*. Unter diesem Begriffspaar wird besonders an dieser Stelle erheblich mehr verstanden als unter der

üblichen Unterscheidung zwischen Tugend und Nichttugend. Unter denen, die die Erscheinungswelt bejahen, gibt es solche, welche in dreifacher Weise tugendlos leben, d.h. im Reden, Handeln und in der Lebensführung, und ebenso gibt es unter ihnen solche, die unter dem Einfluss der verschiedenen Religionen oder unter dem Einfluss von hochsinnigen humanen Auffassungen tugendhaft leben, d.h. im Reden, Handeln und in der Lebensführung sich um edle, hochherzige, wohltuende Umgangsweisen bemühen oder sie zu ihrer Gewohnheit gemacht haben. Sie tun es, weil sie sich davon im Diesseits und vielleicht auch im Jenseits das Wohl für sich und ihre Umwelt versprechen. Sie leben in dieser Weise bewusst und mit Absicht nach dem in D 26 erläuterten innerweltlichen Gesetz, und solange sie nicht – von der ersten oder zweiten Hemmung verdorben – wieder davon abkommen, halten sie daran fest. Das aber nennt der Erwachte „Sich-Binden an die Begegnung“ (*śilābbata-parāmāsa*).

Hier aber, in der Lehrrede A X,62, wird die ernährende Bedingung für die fünf Hemmungen solchen Menschen erklärt, welche die heilende Lehre des Erwachten verstanden haben, die Lehre, die erkennen lässt, dass alle fünf Zusammenhäufungen und damit das, was als „Ich“ erscheint und was als „Welt“ erscheint, gewirkt ist aus Wahn und dass es gilt, dieses ungemein zähe und dichte, von der ungeheuren „Schwerkraft“ der Gewöhnung zusammengehaltene geistige Gespinst allmählich aufzulösen durch Durchschauen, Loslassen und Zurücktreten. Wer diesen Sinn begriffen hat, der verspricht sich weder von der Tugendlosigkeit noch von der Tugendhaftigkeit, d.h. weder von bewusster auf „Selbstbehauptung“ und „Durchsetzung“ ausgehender rücksichtsloser gewaltsamer Begegnung noch von bewusster und gewollter sanfter und edler Begegnung das endgültige Heil, denn er weiß ja, dass die Dramatik der Begegnung eines „Ich“ mit „Welt“ noch zum diesseitigen Ufer, zu Wahn und Leiden gehört und dass nur durch Zurücktreten von allem Erscheinenden, durch inneres Loslassen, Wahn endgültig zu Ende geht. Ein solcher weiß

zwar, dass der Weg zum Loslassen nur über gute Sitten führt – aber diese sind für ihn der Weg zum wohlthuenden Loslassen von „Welt“ und „Ich“. Für einen solchen „belehrten Heilskundigen“, der also des Heils und des Unheils kundig ist (*ariya sāvako*), gelten alle bewussten und gewollten Begegnungsweisen als „gewöhnliche“ Begegnungsweisen, mit welchen auf die Dauer nichts zu erreichen ist als das Weiterdrehen des Rades durch alle Höhen und Tiefen, wie in D 26 beschrieben wird.

Diese Haltung wird genannt *su-carita*, die gute, beschwerlose Begegnungsweise, die in den Lehrreden oft auch bezeichnet wird als *die Tugenden (sīla)*, wie sie die Geheilten empfehlen, die Haltung dessen, der von niemandem und nichts in der Welt etwas erwartet, aber allen, die an ihn herantreten, in heller, sanfter, befriedender und entspannender Weise antwortet oder hilft und nach Beendigung der Begegnung wieder zurücktritt, um weiterhin dem nachzugehen, das seinen Sinn erfüllt: der Erlösung.

### Die Reihenfolge im Ernährungszusammenhang

Wenn man in unserer Lehrrede vernimmt, dass die Nahrung für die fünf Hemmungen die dreifache gewöhnliche Lebensführung sei, so könnte man meinen, dass eher umgekehrt die Anwesenheit der fünf Hemmungen die Ursache für den dreifachen gewöhnlichen Wandel sei. Es ist auch ganz klar, dass ein Mensch zu der Zeit auch alles jenen Hemmungen Entsprechende zu tun in der Lage ist, nämlich begehrlisch süchten und aus Antipathie bis Hass heraus in dieser oder jener Form handeln. Daraus kann natürlich nicht der beschwerlose, zum Wohlführende Wandel des Loslassens und Zurücktretens hervorgehen. Insofern halten die fünf Hemmungen im dreifach gewöhnlichen Wandel fest, hemmen seine Aufhebung.

Aber hier wird auf die Frage, wodurch die fünf Hemmungen ernährt werden, eindeutig gesagt, dass sie durch eine dreifache gewöhnliche Lebensführung bedingt seien.

Diesen Zusammenhang wird jeder bei sich erfahren, der sich aus den fünf Hemmungen herausarbeiten will, denn das kann nur in dem Maß gelingen, als man sich im Begegnungsleben bereits mehr oder weniger gründlich lange Zeiten über den gewöhnlichen Wandel erhoben hat, sich in der Begegnung im guten, beschwerlosen Wandel übt, ihn pflegt und ihn sich mehr und mehr angewöhnt. Die Aufhebung der fünf Hemmungen bedeutet noch erheblich mehr als das Ablassen von gewöhnlicher Lebensführung im Umgang mit Mitwesen und gelingt nur in dem Maß leichter und nachhaltiger, als man vom gewöhnlichen, beschwerhaften Wandel im täglichen Umgang mit den Mitwesen zurückgetreten ist.

Solange und soweit sich einer von der Umwelt, von den diesseitigen oder jenseitigen Dingen und Situationen und der Art der Begegnung mit ihnen das Heil verspricht, so lange bleibt er in der gewöhnlichen Lebensführung und damit im Dunst der fünf Hemmungen. Deshalb ist die dreifache gewöhnliche Lebensführung die Nahrung für alle Hemmungen.

4. Die ernährende Bedingung für  
die dreifache gewöhnliche Lebensführung ist  
die Ungezügelttheit der Sinnesdränge

Wer an die Welt glaubt, der nimmt an ihr teil mit allen seinen Sinnen. Dieses Teilnehmen mit den Sinnen, dieses Lungern und Lügen nach Wohl durch die Sinne ist die ernährende Bedingung für die dreifache gewöhnliche Lebensführung. Das geht hervor aus dem Wortlaut der Zügelung der Sinnesdränge, die der Erwachte beschreibt:

*Hat der erfahrene Heilsgänger mit dem Auge (dem innewohnenden Lugerdrang) eine Form erblickt, so beachtet er weder die Erscheinungen noch damit verbundene Gedanken (Assoziationen). Da Begierde und Missmut, üble und unheilsame Gedanken den, der die Sinnesdränge nicht bewacht, gar bald überwältigen, so übt er diese Bewachung, wacht aufmerksam*

*über die Sinnesdränge. Hat er mit dem Ohr (dem innewohnenden Lauscherdrang) einen Ton gehört... (M 2, 78, 141)*

Es heißt hier nicht, dass man Augen und Ohren verschließen solle, sondern dass man nur dem leidigen blinden inneren Begehren (abhijjhā) und dem Missmut (domanassa) die Grundlage entziehen solle, indem man nicht auch noch im Denken dem Angenehmen oder Unangenehmen, dem, was die Erfahrung der Sinnesdränge dem Geist liefern, nachgeht bis in weitläufige Assoziationen hinein.

Wir sehen aus der Begründung des Erwachten für die Zügelung der Sinnesdränge, welche Folgen die Nichtzügelung der Sinnesdränge hat: das Aufkommen von Begierden, Missmut, weltlichen Assoziationen.

Wer sich durch sinnliche Eindrücke zu Begierden oder Missmut bewegen lässt, indem er ihnen über das sachliche Registrieren hinaus nachgeht, der lebt dauernd in einem schmerzlichen Schwall von Bewegung und Erregung. Er geht den Erscheinungen, die ihn an der Welt interessieren – sei es beim Räuber die Beute, beim edlen Weltherrscher die gerechte Beherrschung der Erde oder beim Missionar die Rettung der Seelen der Menschen – nach bis in die Assoziationen hinein. Und wenn es in der Sinnenwelt seinen – edlen oder unedlen – Zielen gemäß geht, dann ist er davon angezogen; und wenn es seinen Zielen zuwiderläuft, dann ist er abgestoßen. Um die dabei entstehenden Anwandlungen von Begierde und Missmut denkt er herum und spinnt sich damit in Gedanken ein. In diesem Gedankengespinst befangen, wandelt er den gewöhnlichen Lebenswandel, der nie aus dem Auf und Ab herausführt.

Zwar weiß sich der Tugendhafte immer bei gutem Wandel, ist frei von aus der Begegnung veranlassten Gewissensvorwürfen, Beklemmungen und Ängsten und ist insoweit durch seine hellere Gesinnung beglückt. (Durch die Erfüllung der Tugend wird das Glück der Tadelsfreiheit verheißen – D 2.) Dieser Zustand hindert aber nicht, dass ein Tugendhafter, wenn er die Sinnesdränge noch nicht hütet, eben dadurch immer wieder von weltlichem Begehren (1.Hemmung) und mitweltbezoge-

ner Antipathie bis Hass (2.Hemmung) aufgeregt (4.Hemmung) werden und in ein Sich-treiben-Lassen in weltlichen Planungen und Sorgen (3.Hemmung), in Zwiespalt und Daseinsbagnis (5.Hemmung) geraten kann und sei es z.B. die Erregung über die Ungerechtigkeit in der Welt, die Verzweiflung über die Not vieler Völker, selbst wenn diese Trübungen des Gemüts ihn nicht mehr zu üblen Taten bewegen können.

Wegen dieses weltlichen Dichtens und Trachtens bis zum „heiligen Eifer“ zur Verbesserung der Welt oder zur Rettung der Wesen aus edlen Erwägungen und Antrieben führt auch ein tugendhafter „Weltweiser“ einen gewöhnlichen – nämlich aus dem Gefängnis der Begegnungsgewohnheit, der Ich-Umwelt-Spaltung nicht hinausführenden heilenden Wandel, wie es am Beispiel der guten Weltkaiser in D 26 gezeigt wurde.

Da, wie der Erwachte zeigt, die Entwicklung, aus welcher der dreifache gewöhnliche Wandel hervorgeht, erst durch Zügelung der Sinnesdränge untergeht, ist also die Ungezügeltheit der Sinnesdränge die ernährende Bedingung des dreifachen gewöhnlichen Lebenswandels.

##### 5. Die ernährende Bedingung für die Ungezügeltheit der Sinnesdränge ist Uneingedenksein und nichtklares Bewusstsein

Besonders hier ist es angebracht, noch einmal daran zu erinnern, dass wir hier den Bedingungs-zusammenhang des Leidens *rückwärts* betrachten, dass also die Ungezügeltheit der Sinnesdränge und das jetzt zu besprechende Uneingedenksein und nichtklares Bewusstsein letztlich darauf zurückzuführen ist, dass man die Heilslehre des Erwachten noch nicht oder noch nicht genügend kennengelernt hat, und zwar durch falschen Umgang bzw. noch nicht ausreichend langen rechten Umgang. Unter „ausreichend“ wird verstanden, dass man dadurch das geworden ist, was der Erwachte ausdrückt:

*Der erfahrene Heilsgänger hat den Heilsstand im Sinn.*

*Er kennt das Wesen des Heils und ist erfahren  
in den Eigenschaften des Heils.*

*Er hat einen Blick für die auf das Wahre ausgerichteten  
Menschen, kennt die Art der auf das Wahre ausgerichteten  
Menschen und ist erfahren in den Eigenschaften des auf das  
Wahre ausgerichteten Menschen.*

Wer diesen Status erlangt hat, der wird sich in dem bisher Ausgeführten und in dem Folgenden mehr oder weniger bestätigt finden. Wer ihn aber noch nicht erlangt hat, dem wird manches schwer erscheinen und vielleicht auch befremden. Und wenn er überzeugt ist von der Gültigkeit und Richtigkeit der Lehre des Erwachten, dann mag ihn die geringere Vertrautheit mit den hier beschriebenen Entwicklungen noch mit Besorgnis erfüllen. Solche Freunde sollten sich nicht allzu streng und verbissen um die Erreichung der hier beschriebenen Haltungen und Verhaltensweisen bemühen, denn ganz ebenso wie diese ohne die im Geist endgültig verankerte entscheidende rechte Anschauung nie voll gelingen und vor allem nie fruchtbar werden können – ganz ebenso gehen sie aus der im Geist endgültig verankerten rechten Anschauung geradezu von selber hervor. Denn wer eben durch die rechte Anschauung dahin gelangt ist, dass er *den Heilsstand im Sinn* hat, weil ihn nichts anderes mehr endgültig locken – wohl noch vorübergehend ablenken – kann, der kommt geradezu „von selber“ zu dem Willen und der Tatkraft, die zur Ausscheidung aller üblen, törichten und beschränkten Regungen und Verhaltensweisen führen.

Uneingedenksein, die Wahrheit nicht gegenwärtig haben

Uneingedenksein und Eingedenksein – keine Wahrheitsgegenwart und Wahrheitsgegenwart – ist die Übersetzung für *asati und sati*. Die meisten Leser kennen diesen Begriff von *satipatthāna* (wobei vier spezielle Objekte des Eingedenkseins gemeint sind). Einer, der die vom Erwachten gelehrt Wahrheit über die existentiellen Zusammenhänge, über das Leiden

und seine Überwindbarkeit nicht gehört, nicht vernommen hat, kann ihrer auch nicht eingedenk sein, wie aus der Fortsetzung dieser Ernährungsreihe hervorgeht.

Wer dieser Lehre eingedenk ist, der weiß, dass das, was wir durch die Kette der Wahrnehmungen erleben, vom Erwachten als Blendung bezeichnet und mit Luftspiegelung verglichen wird. Damit zeigt der Erwachte, dass die Dinge nicht so sind, wie sie uns durch das Erleben erscheinen, und dass darum alle Reaktion auf das Wahrgenommene, das Erlebte, ungefähr so ist, wie wenn eine Karawane in der Wüste auf eine Luftspiegelung zuwandert: Je näher sie dieser kommt, um so mehr sieht sie sich in die Irre gegangen, denn wo die Oase erschien, zeigt sich nun endlose trockene Sandwüste. Ganz ebenso geht der Mensch zwangsläufig in die Irre, wenn er sich lediglich von den Eindrücken seiner Wahrnehmung leiten lässt, d.h. sich aus seiner vielfältigen sinnlichen Wahrnehmung das Bild seiner Umwelt macht und auf die ihm angenehm erscheinenden Objekte zugeht und die unangenehm erscheinenden vermeiden will. Darum lebt einer, der die Lehre nicht kennt und darum ihrer nicht eingedenk sein kann, auch ohne Zügelung der Sinnesdränge. Er hält das, was die Sinne bieten, für das Richtige, ja, für das Leben. So ist Uneingedenksein der ungekannten Lehre die Nahrung für die Ungezügeltheit der Sinnesdränge.

### Nichtklares Bewusstsein

Der andere Bestandteil dieser Nahrung – nichtklares Bewusstsein – ist damit eng verbunden; denn wie könnte sich bei jemandem, der der Wirklichkeit uneingedenk ist, klares Bewusstsein (*sampajāna*) entwickeln! Der Ausdruck *sampajāna* kommt her von *pajānāti* = hindurchsehen, durchschauen, klar sehen, wovon das Wort *paññā* = Weisheit abgeleitet ist. Damit ist die Haltung gemeint, die aus dem die Blendung mindernden Zurückhalten der Anziehung und Abstoßung entsteht, die Haltung des klaren, ungetrübten Aufblicks auf die Dinge und des aus Abstand gewonnenen Überblicks über die Zusammen-



hänge (M 1 – *abhijānāti*), eine Haltung, die der gewöhnliche Mensch überhaupt nicht kennt, die man nur durch beharrliche Übung, durch beharrliches Mühen um Eingedenksein als dessen Summe und Frucht allmählich immer mehr gewinnt, die aber vollkommen nur dem vom Begehren Freigewordenen gelingt.

Nichtklares Bewusstsein ist zerstreutes Erleben  
ohne Kontinuität

Wer bei jedem Erlebnis das Außen registriert, der ist ununterbrochen zerstreut im Außen. Statt zu wissen, wo und wie sich jetzt sein Körper befindet, welche Entwicklungen in seinem Herzen vor sich gehen, wie sich seine Gewöhnungen mehren oder mindern und nach welcher Richtung – statt also bei sich selbst zu sein, *auf dem väterlichen Gebiet (D 26)* – stattdessen ist sein Bewusstsein ausgefüllt von den durch den Luger erfahrbaren Formen, durch den Lauscher erfahrbaren Tönen, durch den Riecher erfahrbaren Düften usw. samt den daher kommenden Gefühlen. Beim Erleben von Formen, Tönen, Düften usw., die dem Begehren entsprechen, wird ihm begehrlieh wohl zumute, Durst kommt auf, sein ganzes Denken kreist darum, und er tritt an diese Formen heran – wiederum um damit seinen Durst zu löschen, ohne dabei zu merken, dass gerade der Formeneindruck die Anwendung des Durstes auslöste und dass er wegen dieser Durstanwandlung jetzt die Formen angeht. Er wird herumgetrieben und herumgejagt von den Sinneseindrücken, ohne zu merken, *dass* er herumgetrieben und herumgejagt wird. Er merkt gar nicht, wo er ist und wie er ist, sondern merkt immer nur die äußeren Dinge. Ein solcher erlebt darum nicht ein kontinuierliches Leben, sondern erlebt in einem abrupten, unverständlichen Nacheinander Situation um Situation. Er achtet nicht auf die Zusammenhänge, kennt und behält im Gedächtnis nicht die Zusammenhänge, sondern sein Gedächtnis – die Quelle der „Ding-Bildung“ – liefert ihm nur eine unzusammenhängende Reihe von mehr

oder weniger als angenehm oder unangenehm „hervorstehenden“ Einzelerlebnissen.

Unklarheit des Bewusstseins und das Erleben  
der eigenen Psyche („Ich“)

Wer so hauptsächlich auf die Umwelterscheinungen achtet und jeweils den mit allen Umwelterscheinungen perspektivisch mitgegebenen Zentralpunkt ganz selbstverständlich und ohne besondere Achtsamkeit als Ich auffasst, der muss auch – ohne es zu merken – mit jeder anderen Umwelt ein anderes Ich setzen. Dem ist die Umwelt das Wesentliche, und das Ich ist durch die Umwelt bedingt. So kommt der Eindruck des „Geworfenseins“, der Ungeborgenheit zustande. Wer aber – auf Grund seines Eingedenkenseins – klarbewusst ist, der widmet den Umwelterscheinungen, dem „Außen“, weniger Beachtung und den „Ich-Erscheinungen“ und Motiven – dem „Innen“ – mehr Beachtung. So gewinnt er kontinuierlich den Eindruck des ununterbrochen unmerklich-merklich sich wandelnden, „rieselnden“ sogenannten „Ich“, während die „Umwelt“ für ihn blasser bleibt, weniger aufdringlich.

Dieser Aufnahmeweise entgegengesetzt ist die Aufnahmeweise des gewöhnlichen Menschen, vom Kleinkind angefangen. Das Kleinkind kennt überhaupt noch kein Ich. Es lebt nur in den äußeren Erlebnissen. Selbst die „eigenen“ Körperteile begegnen dem Säugling noch fremd und unverbunden als „Außen“, und erst im Lauf der ersten 3-4 Jahre entdeckt es die allen Erlebnissen innewohnende Perspektive, welche ein Zentrum andeutet, und beginnt allmählich, mit dem Zentrum sich zu identifizieren im Ichbegriff, den es erst geraume Zeit nach seinen ersten sprachlichen Versuchen anzuwenden beginnt. So gesehen lebt das Wesen, das uneingedenk ist (*mutthasati*) vorwiegend von der Peripherie, füllt sein Bewusstsein mit der Peripherie und hat damit kein klares Bewusstsein. Ein solches Wesen müsste schematisch-zeichnerisch dargestellt werden als ein mehr oder weniger großer Kreis von starkfarbigen Einzeldingen, die auf eine unausgeprägte Mitte zuströmen, während

das Wesen, das klarbewusst ist, aus einer starken ausgeprägten Mitte besteht, während die peripheren Dinge erheblich blasser gezeichnet sind. Bei dem Klarbewussten hängt die „Umwelt“ vom „Ich“ ab. Bei dem, der kein klares Bewusstsein entfaltet, hängt das „Ich“ von der „Umwelt“ ab. Daher kann er gar nicht von Grund aus die Sinnesdränge zügeln; denn damit würde er sich ja von dem abschneiden, wovon er sein Ich ernährt und gestützt glaubt, wovon er abhängig ist. Zügelung der Sinnesdränge wäre für das Empfinden dessen, der in diesem Sinn kein klares Bewusstsein hat, gleichbedeutend mit Vernichtung. Deshalb muss er geradezu zwanghaft den Sinnendingen nachlaufen.

Bei der Klarbewusstheit dagegen geht es darum, dass der Betreffende sein Erleben mit dem Geist begleitet, d.h. zum einen, dass er immer weiß, wo und wie sich sein Körper befindet, zu welcher Absicht dieser gerade aktiv benutzt wird und wie er benutzt wird; dass er zum zweiten weiß, von welchen Gefühlen er jeweils bewegt wird. Statt sich von Wohlgefühlen hinauf- und von Wehgefühlen hinabschleudern zu lassen, steht er bei diesen Gefühlen – die er als noch nicht Triebbefreiter durchaus noch hat – in sich fest und beobachtet ihre Anwesenheit, ihr Kommen und Gehen. Damit hat er ein ganz anderes Erlebnisobjekt als der in der Klarbewusstheit nicht Geübte. Weil er nicht hauptsächlich die äußeren Einzelsituationen in Erinnerung hat, sondern sich selbst im Geist begleitet, so hat er den zusammenhängenden Strom seines Ich-Erlebnisses vor Augen, seiner Ich-Beobachtung in allen Unternehmungen und in all dem ständigen Wechsel und Wandel der einzelnen mehr oder weniger kurzen Fasern, aus denen der Strang der Ich-Erlebnisse gesponnen ist. Er sieht immer, wo er ist, wie er sich befindet, ohne dabei die Welt zu vergessen oder dort etwas zu versäumen.

Wenn ein solcher z.B. einen Schmetterling sieht, dann mag er spontan noch empfinden: „Wie schön!“, aber dann denkt er klarbewusst: „Hier wird jetzt erlebt ‚fliegender Schmetterling‘. Durch den Anblick entsteht ein Wohlgefühl. Das wird aufhö-

ren, wenn der Schmetterling nicht mehr gesehen wird.“ Wenn er dann eine Blume sieht, so denkt er: „In dem Augenblick, als der Schmetterling wegflog und das durch seinen Anblick bedingte Wohlgefühl aufhörte, da fiel der Blick auf diese Blume hier, und das löste wieder ein Wohlgefühl aus, das vergehen wird, wenn ich die Blume nicht mehr sehe.“ So wird durch Klarbewusstsein zusätzlich zu der Kette der einzeln bestehenden Außeneindrücke noch ein zusammenhängender Faden der Psyche des Erlebers in ihren ständigen Wandlungen mitgezogen. Die Einzelerlebnisse werden sozusagen wie Perlen auf diesen alles zusammenhaltenden, aber aus lauter endlichen Fasern gesponnenen Faden des Erlebers mit aufgereiht. Natürlich ist dieser Beobachtungsfaden der gewohnheitsmäßig als „Ichheit“ aufgefassten Psyche im Anfang der Übung nur sehr dünn und oft auch unterbrochen, und es ist demgegenüber schon ein Fortschritt, wenn zunächst noch mehr der Faden insgesamt erkannt wird und weniger seine einzelnen Fasern. Im Lauf der Übung aber wird der Faden immer zusammenhängender, immer weniger unterbrochen und auch immer klarer und immer deutlicher erkennbar, und immer mehr tritt dann auch dem geschärften Blick seine Zusammengesetztheit aus lauter einzelnen vergänglichen Fäserchen ins Blickfeld, so dass ein solcher eine ganz andere Art von Erleben und eine ganz andere Art von Erinnerung hat. Er hat neben der Erinnerung von Einzelerlebnissen, wie sie auch der in Klarbewusstsein Ungeübte hat, zugleich immer die Erinnerung seiner selbst in der betreffenden Situation, wie er und warum er so handelte, und er hat die Erinnerung, wie aus der einen Situation die nächste hervorging. Er hat also in seinem Geist kein Chaos, sondern einen echten Erlebniszusammenhang.

#### Nichtklares Bewusstsein beim Erlebnis des Todes

Der Erwachte sagt (D 33 IV), dass Menschen mit besonders starkem „klarem Bewusstsein“ diesen Erlebniszusammenhang

nicht einmal durch das Ablegen des einen Leibes und das Anlegen eines neuen Leibes verlieren, sondern dass bei solchen die letzten Atemzüge wissentlich (*vidita* = „gesehen“) ausgehen (M 62), und dass sie klarbewusst in den nächsten Mutterleib einsteigen, klarbewusst darin verweilen und klarbewusst daraus hervorgehen oder dass andere Menschen mit nicht ganz so klarem Bewusstsein immerhin noch klarbewusst in den Mutterschoß einsteigen, mehr oder weniger lange klarbewusst darin verweilen, dann aber auf Grund ihres weniger klaren Bewusstseins eben nicht mehr klarbewusst daraus hervorgehen, während sich bei Wesen mit vorwiegend unklarem Bewusstsein der Wechsel der Leibesform unbewusst vollzieht.

Wer Klarbewusstsein ausgebildet hat, der hat ja seinen Geist entwöhnt, von dem äußeren Angebot zu leben, und hat ihn daran gewöhnt, den Lebensweg der scheinbaren Ichheit, die Entwicklungen und Wandlungen der Psyche lückenlos zu beobachten und zu verfolgen. Wenn ein solcher in seinen letzten Tagen oder Stunden des Leibeslebens ist, so achtet der Geist gewohnterweise gleichermaßen auf das leibliche Ergehen wie auf das Ergehen der Gefühle und des Erlebens. So verfolgt der Geist körperliche und seelische Vorgänge, bleibt unbeirrt auf die Vorgänge der als Ichheit erscheinenden Psyche (*citta*) in dem von ihr bewohnten Körper gerichtet und merkt so auch die letzten Atemzüge unbeirrt und merkt das Eintreten der neuen „jenseitigen“ Situation.

Wer aber immer nur von der äußeren Situation gelebt hat und gar nicht jene geistig-seelische Maschinerie beobachtet, die da als Ich auftritt, wessen Geist nur daran gewöhnt ist, von den Sinnendingen zu leben, der wird leicht in den Stunden des Sterbens entsetzt: Da die Sinne zu versagen beginnen, so hören die Außenerlebnisse – die einzige ihm bekannte Speise des Geistes – auf, und damit wird er „bewusstlos“. Da aber die Sinne meist nur allmählich und in Wellen zu versagen beginnen, so erfährt ein solcher zunächst nur Erlebnislücken. Und indem er nach einer Erlebnislücke doch wieder erlebt, wird er über die vorangegangene Erlebnislücke entsetzt und wird ent-

setzt bei dem Gedanken, dass es ans Sterben geht, worunter er sich bei seiner Erfahrung gar nichts anderes vorstellen kann als das völlige und endgültige Ausbleiben von Sinneserlebnissen. Er hatte während dieses ganzen Leibeslebens immer nur Erlebnisse gekostet, welche durch die Sinne gekommen waren. Da aber nun die Sinne zu versagen beginnen, müssen für ihn auch die Erlebnisse aufhören. Daher sein Entsetzen bis zum Eintritt der völligen Bewusstlosigkeit in diesem Körper und die Schwierigkeit des Sichzurechtfindens und die völlige Diskontinuität und Erinnerungslosigkeit, wenn in einem nächsten Leben ein neuer geistiger oder fleischlicher Leib neue Erlebnisse erfährt, die ein anders benanntes „Ich“ – meist in anderer Familie, in anderer Umgebung, mit anderer „Geschichte“, oft in einem ganz anderen Daseinsbereich – als Zentralpunkt entwerfen; und als einziges Mittel, auch in dem neuen „Leben“ zurecht zu finden, kennt er wiederum nur das eine: den Sinneserscheinungen nachlaufen, die für ihn die ganze „Lebensqualität“ ausmachen. So ernähren Uneingedenksein und nichtklares Bewusstsein auch noch über den „Tod“ hinaus die Nichtzügelung der Sinnesdränge.

6. Die ernährende Bedingung für Uneingedenksein und nichtklares Bewusstsein ist die Betrachtung des Anscheins

Die Grundwahrheit, welche die Erwahten lehren, ist die bedingte Herkunft aller Erscheinungen.

*Wer die bedingte Entstehung sieht, der sieht die Lehre;*

*wer die Lehre sieht, der sieht die bedingte Entstehung. (M 28)*

Wer aber diese Wahrheit nicht kennt, der kann gar nicht *auf die Herkunft gerichtete Aufmerksamkeit (yoniso manasikāra)* aufmachen, da er nichts von der Herkunft weiß. Ein solcher kann daher gar nicht anders, als den Anschein beachten (= *ayoniso manasikāra*): die angenehmen Dinge in den Blick nehmen und anstreben und die unangenehmen verabscheuen und fliehen. Ein solcher kann wohl nach moralischen Gesichtspunkten, nach hohen ethischen Wertbegriffen innerhalb

der Welt Unterscheidungen treffen. So bewirkten die Richtungen der Humanitas, der Stoa usw. eine hohe Menschlichkeit durch Beachtung der innerweltlichen Gesetze. Aber es war doch die Beachtung des Anscheins. Seneca lehrt: Mächtiger als das Schicksal ist, wer innere Werte erzeugt hat. Der Erwachte sagt: Das ist richtig, aber auch die erzeugten inneren Werte vergehen wieder (vgl. M 52). Denn alles, was erzeugt ist, das vergeht.

Nur durch das Hören oder Lesen und Bedenken der Lehre eines Vollkommen Erwachten werden wir angeregt, uns nicht von einzelnen Erscheinungen – auch nicht von den höchsten und hellsten – blenden zu lassen, nicht auf den Anschein, sondern auf die Herkunft der Erscheinungen zu achten – und damit auch auf ihre Hinkunft: *Was irgend auch entstanden ist, muss alles wieder untergehen*. Nicht von den Objekten der Welt etwas erwarten, sondern bei allem Erscheinenden fragen: „Woher kommst du? Wie lange wirst du sein? Wann wirst du zerbrechen?“ Auf die Herkunft (*yoniso*) achten: „Jetzt ist da in mir Begehren aufgekommen, ein Verlangen nach dieser Sache. Da ist in mir ein Mangel, ein inneres Ungenügen so und so bedingt.“

Wer dagegen die Welt jeden Augenblick so ansieht, als ob die Dinge so und so „seien“, wie sie sich den Anschein geben, der hat ein falsches Weltbild, lebt im Wahn und nicht in den Realitäten; denn die Welt – genauer: was sich den Anschein von Welt gibt – *ist* nicht, sondern wird und vergeht ununterbrochen. Wer das, vom Anschein geblendet, nicht sieht – wie könnte ein solcher des wahren Charakters der Dinge, der Wahrheit von der Wirklichkeit, der Daseinsgesetze eingedenk sein? Und wie könnte, wer so im Wahn lebt, klares Bewusstsein haben? So ist Beachtung des Anscheins die Nahrung für Uneingedenksein und nichtklares Bewusstsein.

*Auf den Anschein gerichtete Aufmerksamkeit* nennt der Erwachte hier aber nicht nur die platte sinnliche Vordergründigkeit des Genussmenschen, sondern jegliches weltanschauliches Fragen, das durch eine perspektivische Sicht bedingt ist:

Wer an ein gegenwärtiges Ich glaubt, der muss nach Vergangenheit und Zukunft dieses Ich fragen. Er hat den Anschein und damit Bezweifelbares zur Grundlage gemacht, geht von unerwiesenen Voraussetzungen aus, welche durch die auf die Herkunft gerichtete Aufmerksamkeit als wahnhaft enthüllt werden würden. Ein solches Fragen bewegt sich immer in einem ausgefahrenen Hohlweg: immer wieder dieselben unbewiesenen, wahnhaften Voraussetzungen führen das Denken immer wieder dieselben wahnhaften Wege.

Darum sagt der Erwachte, dass solche Ansichten (*ditthi*) eine ausweglose Sackgasse, einen Hohlweg bilden, dass man sich mit ihnen in öder Wüste befindet, mit ihnen bald dahin, bald dorthin zuckt und gefesselt ist (M 2) und nicht befreit werden kann. Aus so „harmlos“ scheinender Ursache: der Beachtung des Anscheins, wird – den meisten Menschen unbewusst – Unreingedenksein und unklares Bewusstsein ernährt.

#### 7. Die ernährende Bedingung für die Beachtung des Anscheins ist die Vertrauenslosigkeit

Der unbelehrte, nicht heilskundige Mensch kennt nichts als den Anschein, den die Sinne liefern. Wenn dieser bekannte Anschein bei ihm Wohlgefühl hervorruft, dann sieht er keinen Anlass, von seiner Beachtung zurückzutreten zugunsten von etwas, das er nicht kennt. Wenn er daher nicht aus früherem Wirken oder auf Grund eines ihn beeindruckenden Erlebnisses ein starkes Vertrauen hat, dass es Besseres, Verlässlicheres als den Anschein geben müsse, dann muss er zwangsläufig den angenehmen Anschein suchen und den unangenehmen Anschein zu meiden oder zu verbessern suchen. Wenn derselbe Mensch einen Anschein erlebt, der Wehgefühle hervorruft, dann kennt er nicht die Herkunft dieses „Schicksals“ und muss daher den Eindruck haben, dass dieses Unangenehme – das Leiden – aus einem kaum beeinflussbaren Unbekannten auf



ihn zukomme. Er fühlt sich ohnmächtig, ausgeliefert, ins Dasein geworfen.

Der Mensch hat allgemein ein gewisses vordergründiges Vertrauen: „Wenn ich im Beruf etwas leiste, Geld verdiene, dann bin ich in der Gesellschaft angesehen, bin nicht gedrückt, muss nicht hungern und habe kein elendes Dasein.“ Das aber hat nichts mit dem vom Erwachten genannten Vertrauen (*saddhā*) zu tun, das – sofern es unterschwellig vorhanden ist – nur durch das Anhören der rechten Lehre (*sadhamma*) geweckt werden kann.

### Die Grade des rechten Vertrauens als Grade der rechten Anschauung

Der Erwachte unterweist die Menschen über die Möglichkeiten immer höheren und größeren Wohls bis zum vollkommenen Heil. Der vordergründige Grad der rechten Anschauung, dem der Nachfolger zunächst vertraut, ist der, dass Geben für den Geber wohlthuender und hilfreicher – ja, vernünftiger ist als Nehmen. Danach erläutert der Erwachte, dass gute Sitten (*sīla*) noch erheblich hilfreicher sind als das Geben, und beschreibt dann, was gute Sitten im äußeren Tun und in der Herzensgesinnung seien. Einen noch höheren Grad rechter Anschauung vermittelt der Erwachte dann mit der Schilderung der helleren Daseinsformen, die allein schon durch gute Sitten nach diesem Leben für unvorstellbare Zeiten erreicht werden können. Insofern legt der Erwachte auch das innerweltliche gute Gesetz als Voraussetzung zum Verständnis der eigentlichen heilenden Lehre dar und bezeichnet immer wieder den Vertrauenslosen als den, der nicht einmal das innerweltliche Gesetz anerkennt, sondern meint:

*Geben, Opfern und Spenden hat keinen Sinn;  
es gibt keine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens;  
es gibt nicht ebenso wie diese Welt auch eine jenseitige Welt;*

*es gibt keine über- und untermenschlichen Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen; es gibt in der Welt keine Asketen und Brahmanen, welche durch Läuterung und hohe geistige Übung diese und die jenseitige Welt in überweltlicher Schau erlebt und erfahren haben und darüber lehren. (M 60, 117 u.a.)*

Aber das innerweltliche gute Gesetz zeigt der Erwachte nur als eine Teilwahrheit, die zur Erlösung nötig ist, aber nicht ausreicht. Die höchste Lehre, die der Erwachte gibt und der der Nachfolger bis zum Gewinn eigener Erfahrung vertraut, ist diese: Es gibt keine Form, die ewig, unwandelbar ist, und es gibt kein Gefühl, das ewig, unwandelbar ist, keine Wahrnehmung, kein menschliches oder göttliches Wollen, Beabsichtigen, Handeln, keine programmierte Wohlerfassungssuche, die beständig wäre. Ununterbrochen wandeln sich Formen, Gefühle, Wahrnehmungen, Aktivität, programmierte Wohlerfassungssuche, die zusammen das ausmachen, was wir Leben nennen. All dies ist leidvoll, wandelbar, hat keinen Ich-Kern. Die Wandlung geht gesetzmäßig vor sich, so dass dem leidvollen Wechsel und Wandel ein Ende gemacht werden kann. Die Freiheit liegt in der völligen Loslösung davon. Das ist die höchste der sich steigernden Wahrheiten, die der Erwachte nennt. Diese höchste Wahrheit, zusammengefasst in den vier heilenden Wahrheiten – vom Leiden, seiner Ursache, der Möglichkeit der Aufhebung des Leidens, vom Weg, der zur Aufhebung des Leidens führt –, wird in ihrem ganzen Umfang und in ihrer Tiefe erst als letzte von dem Menschen verstanden. Dass aus allem guten und schlechten Wirken Früchte heranwachsen, diese Teilwahrheit wird zunächst viel leichter verstanden. Wer ihr vertraut und danach lebt, der erfährt ihre Wahrheit an sich selber und wird dann sicherer. Durch ein Leben nach dieser Wahrheit wird er heller, zuchtvoller, klarer, sauberer, weniger verwirrt, immer geordneter im Geist und im Gemüt, in seinen Regungen und Motiven. Solchermaßen kla-

rer und reiner geworden in Geist und Herz, wird er immer mehr fähig, die fünf Hemmungen zeitweise aufzuheben und auch die letzte Wahrheit zu verstehen. Und zu einer Zeit, in der sein Herz von den fünf Hemmungen frei ist, versteht er *die Lehre, die den Erwachten eigen ist*, die letzte, die entscheidende Wahrheit, die einzige Wahrheit, die aus dem Samsāra herausführt, auf deren Vorhandensein er bis dahin, auch wenn er sie noch nicht verstand, vertraut hat, weil er in seinem Leben ja immer wieder die Bestätigung der ihm als Vorstufe vom Erwachten gezeigten Teilwahrheit vom innerweltlichen guten Gesetz erfahren hat. – Zu diesen beiden Wahrheiten, sagt der Erwachte, muss ein Zug des Herzens, Vertrauen da sein oder sich entwickeln, wenn man den Heilsweg beginnen und auf dem Heilsweg fortschreiten will.

Vor Vertrauenslosigkeit bewahrt ist nur der Mensch, der in seinen besten Augenblicken eine Ahnung hat, dass *alle* Dinge nicht so sind, wie sie scheinen, und dass es Möglichkeiten geben müsse, aus diesem „Meer des Irrtums aufzutauchen“, dass es Wesen geben könne, die diese Wachheit gewonnen haben und sie anderen aufzeigen können, und dass es zu dem *Weg* dahin gehöre, unter Beachtung des innerweltlich guten Gesetzes zu wirken. Soweit ein Wesen diese Ahnung nicht hat, ist es im tiefsten Sinn von A X,62 noch vertrauenslos und ernährt damit die Beachtung des Anscheins. Diese Vertrauenslosigkeit kann nicht schwinden, wenn man ständig falsche Bewertungen, falsche Lehren hört. Darum heißt es in A X,62 weiter:

8. Die ernährende Bedingung für die Vertrauenslosigkeit  
ist das Hören verkehrter Lehre

Wir haben im 7.Kapitel gesehen, dass ein Mensch, in welchem die Fähigkeit des Vertrauens unentwickelt ist, keinen Anlass sieht, die Beachtung des einzigen vermeintlich „Sicheren“ – nämlich seiner begrenzten, meistens sogar nur auf den diesseitigen Sinnenbereich beschränkten Erfahrung – also die Beachtung der Inhalte seiner Wahrnehmung, die Beachtung des

Anscheins zurückzustellen zugunsten von etwas, das er noch nicht kennt.

Aber manche Menschen haben aus ihren früheren Leben eine Ahnung mitgebracht, haben ein gewisses Vertrauen, dass es noch etwas anderes gäbe als diesen Weltanschein. Die Ahnung äußert sich oft nur in der schwachen Vermutung: „Wer weiß, ob hinter all dem, was ich da erlebe, nicht etwas ganz anderes steckt, wer weiß, ob nicht der Schein trügt.“

Ganz besonders in der Pubertät kommt es häufig vor, dass dem Jugendlichen der bis dahin noch nicht so sehr gewohnte Weltanschein, aus dem er bisher seine Erfahrung aufgebaut hat, unzulänglich erscheint – man spricht dann vom „Jugendpessimismus“. Auch Unglück, Alter, Krankheit, „Schicksalsschläge“ erschüttern bei vielen Menschen das festgefügte, gewohnte falsche Vertrauen in die Echtheit des Weltanscheins und lassen ihn Zuflucht nehmen bei seinen eigenen inneren Quellen. Aber die Zeiten, in denen fast jedem Menschen einmal der Weltanschein und die darauf gebauten Denkgewohnungen und Ansichten ins Wanken geraten, sind mehr oder weniger selten – und wenn er sich dann umhört, dann stößt er überwiegend auf solche Menschen, bei denen zur Zeit die gewohnte Beachtung des Anscheins gerade nicht wankt, oder gar auf solche, die die wankende Gewöhnung gerade mit viel Kunst zusammengeflickt und gestützt haben, um das Leben ertragen zu können, und sie nun als vermeintliche „Festung“ um so verbissener verteidigen, je stärker sie zuvor gewankt hatte. Der junge Mensch, in der Pubertät von Zweifeln am Anschein heimgesucht, findet auch meist bald einen Partner des anderen Geschlechts, der seine ganze Beachtung auf sich zieht, so dass Partnerbeziehung und später Aufbau von Familie und Beruf latente Ahnungen betäuben und dafür sorgen, dass er kaum mehr zur Besinnung kommt. Und ringsum, bei all denen, die gerade nicht ausnahmsweise in einer Phase des wankenden Weltanscheinvertrauens sind, hört er nur Äußerungen und Bewertungen, die den Anschein stützen: „Das ist nun einmal so“... „Wir sind alle nur ein Stäub-

chen im Kosmos.“... „Was ich sehe, das weiß ich; alles andere ist Hirngespinnst.“... „Von den Toten ist noch keiner wiedergekommen.“... „Alle deine Skrupel und Zweifel sind ja wie alle Gedanken nur Folgen irgendwelcher chemischer Veränderungen im Hirn.“... „Deine Überlegungen sind Folgen repressiver Strukturen aus der Zeit der Unterdrückung der arbeitenden Klasse durch Kirche und Obrigkeit“ usw. usw. So ergreift der Anschein wieder die Herrschaft, und man tröstet sich oder resigniert und richtet sich ein: „Es gibt ja auch manche schönen Dinge im Leben.“... „Freut euch des Lebens, solange noch das Lämpchen glüht.“... „Man lebt nur einmal.“ So wird jede Ahnung, das Vertrauen in jenseitige Zusammenhänge, z.B. von Saat und Ernte, erstickt – durch die falschen Lehren.

Diese verkehrten Lehren – seien es nun Allerweltsanschauungen oder Philosophien oder Religionen noch so edler Art – sie alle stellen die Weltgläubigkeit – sei es als platt diesseitige oder als Glauben an eine an sich bestehende jenseitige Welt oder Gottheit – immer wieder her, auch wenn der Mensch ausnahmsweise einmal die Echtheit des Anscheins angezweifelt hat. So wird er gerade dann, wenn er seiner inneren Ahnung folgend, Orientierung, Belehrung sucht, auf Vorbilder sieht, zurückgeholt in die Weltgläubigkeit und ist dann oft noch froh, dass er das lange gewohnte „Vertrauen“ in den Weltanschein wiedergefunden hat, und bleibt gerade durch diese verkehrten Lehren weiter im Bann des Verkehrten, des Wahns. So ernähren verkehrte Lehren die Vertrauenslosigkeit, ersticken vorhandene Ahnungen sinnlich nicht wahrnehmbarer Zusammenhänge.

9. Die ernährende Bedingung für das Hören verkehrter Lehren ist der Umgang mit Menschen, die nicht auf das Wahre ausgerichtet sind.

„Lehren“ – seien es mündliche oder schriftliche – erfährt man immer nur von anderen Wesen. Und alle Lehren, die nicht von einem Erwachten kommen – kommen von Nichterwachten.

Und Nichterwachte – seien es Gemeine oder Edle – sind eben nicht erwacht – sind Träumende, beachten den Anschein ihres – gemeinen oder edlen – Fiebertraums, nehmen die – gemeinen oder edlen – Fiebertraumbilder für die Wirklichkeit.

*Wer Kernloses für kernig hält,  
im Kernigen den Kern nicht sieht,  
der irren Sinnes Wandelnde,  
erreicht nie Kernhaftigkeit. (Dh 11)*

Der Umgang mit solchen in die verkehrte Richtung strebenden, nicht auf das Wahre gerichteten Menschen ist die ernährende Bedingung für das Hören verkehrter Lehren. Das ist eine ganz nüchterne Feststellung, kein moralisches Urteil. Das Pāliwort, das mit „nicht auf das Wahre ausgerichteten Menschen“ wiedergegeben wurde, lautet: *a-sappurisa*. Das heißt nicht „der moralisch schlechte“ oder „unedle Mensch“ – sondern kann, wie in M 113 an vielen Beispielen gezeigt wird, ein Mensch sein, der durch bewundernswerte Läuterung die weltlosen Entrückungen und die höchsten formfreien Vertiefungen bis zur Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung gewonnen hat, der aber ohne die Belehrung eines Erwachten aus Wahn an ein „Ich“ glaubt, welches dieses alles erreicht hat. *Asappurisa* – ein nicht auf das Wahre ausgerichteter Mensch – ist jeder, der noch nicht endgültig in die Heilsentwicklung eingetreten ist – das zeigt sich daran, dass die vom Erwachten zum Stromeintritt geführten Menschen immer wieder aus ihrer Erfahrung ausdrücken, sie seien bisher falsch gerichtet gewesen, indem sie sagen, es sei ihnen, als *wenn man Umgekehrtes aufrichtete oder...Verirrten den Weg wiese*.

Der Umgang mit nicht auf das Wahre ausgerichteten Menschen schließt den Kreislauf des Wahns

Die Lehrreden A X,61 und 62 beginnen mit der Feststellung, dass ein „erster Anfang“ des Daseinsdurstes (A X,60) und des Wahns (A X,61), in welchem sich die Wesen vorfinden, wenn der erste Weckruf eines Erwachten in ihren Fiebertraum ge-

drungen ist, nicht zu finden sei, wohl aber die ernährenden Bedingungen für Daseinsdurst und Wahn. Diese ernährenden Bedingungen für Durst und Wahn werden aufgezeigt – jede von ihnen hat wieder ihre ernährende Bedingung – und so wird in diesem ersten Teil der Lehrrede ein Nahrungsstrom sichtbar, der letztlich vom Umgang mit nicht auf das Wahre ausgerichteten Menschen ausgehend, über das Hören verkehrter Lehre, über Vertrauenslosigkeit, Beachtung des Anscheins, Uneingedenksein und nichtklares Bewusstsein, die Ungezügeltheit der Sinesdränge, die dreifache gewöhnliche Lebensführung, über die fünf Hemmungen zu Wahn und Daseinsdurst führt.

Da die nicht auf das Wahre ausgerichteten Menschen im Wahn leben und man durch den Umgang mit ihnen nur Wahn hört, mit wahnhaften Vorstellungen und Auffassungen ernährt wird, so ist die erste Ursache für den Wahn, die gesucht wurde, wiederum Wahn. Es ist ein geschlossener Kreislauf. Der Wahn ernährt den Wahn: Als der Wahn der „anderen“, als „verkehrte Lehren“ füllt er als Inhalt der Weltwahrnehmung den Geist – und *vom Geiste gehn die Dinge aus (Dh 1)*. Damit hat der Erwachte in diesem ersten Teil der Lehrrede den blinden, sinnlosen, gleichwohl aber nach strengen Gesetzmäßigkeiten ablaufenden „Regelkreis“ des Wahns aufgedeckt – Umwälzung von Wahn, wie wir es am konkreten Beispiel einiger uns ungeheuer erscheinenden, aber gegenüber dem endlosen Samsāra winziger Phasen der sich immer wiederholenden Entwicklung des Teilbereichs namens Menschheit in D 26 sehen.

*Alle Wesen bestehen durch Nahrung (D 33)* – jedenfalls solange sie von der Wahnnahrung abhängig bleiben und darum aus dem Fiebertraum nicht erwachen. Diese Bloßlegung des in sich endlosen Kreislaufs der Nahrung „Wahn“ als Antwort auf die Frage nach der Ursache des Wahns ist so grundlegend und der Gewöhnung des nach einer – gleich zu Anfang vom Erwachten abgewiesenen – ersten Ursache fragenden Menschen so zuwider, dass der Erwachte im folgenden Teil

der Lehrrede das Funktionieren dieses Wahnkreislaufs noch einmal in umgekehrter Reihenfolge nachzeichnet und durch das Gleichnis von der Ernährung des Ozeans durch den Regen im Gebirge verdeutlicht.

#### 10. Rückblick:

Wie der Umgang mit nicht auf das Wahre ausgerichteten Menschen Wahn und Daseinsdurst ernährt – das Gleichnis vom Regen im Gebirge

*Der Umgang mit nicht auf das Wahre ausgerichteten Menschen, ihr Mönche, einmal zustande gekommen, führt zum Hören verkehrter Lehren. Das Hören verkehrter Lehren, einmal zustande gekommen, führt zur Vertrauenslosigkeit. Die Vertrauenslosigkeit, einmal zustande gekommen, führt zur Beachtung des Anscheins. Die Beachtung des Anscheins, einmal zustande gekommen, führt zu Uneingedenksein und Nichtklarbewusstsein. Uneingedenksein und Nichtklarbewusstsein, einmal zustande gekommen, führen zum Ungezügeltsein der Sinnesdränge. Das Ungezügeltsein der Sinnesdränge, einmal zustande gekommen, führt zur dreifach gewöhnlichen Lebensführung, die dreifach gewöhnliche Lebensführung, einmal zustande gekommen, führt zu den fünf Hemmungen. Die fünf Hemmungen, einmal zustande gekommen, führen zum Wahn. Der Wahn, einmal zustande gekommen, führt zum Daseinsdurst. Das also ist die ernährende Bedingung dieses Daseinsdurstes, so kommt er zustande.*

*Gleichwie, ihr Mönche, wenn es oben im Gebirge stark regnet, das Wasser beim Hinabfließen die Bergschluchten Klüfte und Rinnen füllt, die vollen Bergschluchten, Rinnen und Klüfte aber die kleinen Teiche füllen, die gefüllten kleinen Teiche die Seen, die gefüll-*



*ten Seen die Flüsse, die Flüsse die Ströme füllen und die Ströme das Meer, ebenso auch, ihr Mönche, führt der Umgang mit nicht auf die Wahrheit gerichteten Menschen, einmal zustande gekommen, zum Hören verkehrter Lehren... führt der Wahn, einmal zustande gekommen, zum Daseinsdurst. Das also ist die ernährende Bedingung dieses Daseinsdurstes, so kommt er zustande.*

Umgang mit nicht auf das Wahre ausgerichteten Menschen

Die erste Voraussetzung für die Fortdauer des Wahns und für die Leidensfortsetzung ist die, dass der Mensch in seinem Umgang auf *nicht auf das Wahre gerichtete Menschen* beschränkt bleibt, sei es, dass er keinen erfahrenen Heilskundigen trifft oder, wenn er ihn trifft, dass er ihn nicht als solchen erkennt und anerkennt und ihn deshalb gar nicht erst anhört oder ihm nicht vertraut und weiterhin den Umgang mit nicht auf das Wahre gerichteten Menschen vorzieht. Die Folgeschwere dieser an erster Stelle genannten Nahrung des Wahns zeigt der Erwachte an einem Gleichnis: Wenn es oben im Gebirge regnet, dann füllen sich nach und nach mit Wasser: die Bergschluchten, Klüfte, Rinnen, Teiche, die kleinen und großen Seen, die Ströme und endlich das Meer, aus dem – hier unausgesprochen – wieder die Wolken gespeist werden, aus denen der Regen wieder ins Gebirge kommt und so fort.

So auch füllen sich, ausgelöst durch die Berieselung mit verkehrten Lehren, falschen Wertmaßstäben im Umgang mit Nichtbelehrten, Nichtheilskundigen, Geist und Herz der Menschen immer mehr mit falschen Leitbildern und Auffassungen, und diese reißen den Menschen immer mehr mit in Gedanken, Worten und Taten, schwellen an zu einem großen Strom des Leidens.

## Verkehrte Lehre hören

Ein solcher Mensch, der im Umgang mit nicht auf das Wahre ausgerichteten Menschen mit falschen Lehren ernährt wird, unterhält, ohne es zu wissen, den Strom des Durstes, den die *stromentgegengehende* Lehre eines Erwachten aufheben will. Er kann ein hochsinniger Mensch sein, der Vertrauen zur stromentgegengehenden Lehre fassen würde, hört sie aber eben nicht.

### Vertrauenslosigkeit und Beachten des Anscheins

Wenn der Mensch überall nur verkehrte Lehre hört, kommt er nicht zur Verstärkung seines etwa vorhandenen tieferen geistigen Vermögens. Er weiß nicht, dass es überhaupt Erwachte gibt und dass sie den Weg zur Heilung vom Fieberwahn zeigen. Und da nur durch die Lehre eines Erwachten die Träumenden ein anderes Bild vom Dasein gewinnen können, so bleibt er bei dem konkreten gewohnten Trugbild, beachtet den Anschein. Wenn er höheren menschlichen Leitbildern folgt, dann unterscheidet er vielleicht zwischen edel und gemein, pflegt vielleicht das Edle und meidet das Gemeine, und das führt zeitweise zu relativ mehr Wohl – aber zu Gewordenem und darum auch wieder zum Vergehen und damit wieder zu Leiden. Das ist Beachtung des Anscheins: bei dem bleiben, was die Sinne anbieten.

Zu der Erkenntnis, dass das Leben ein Traum ist, sind manche hochsinnigen Menschen – auch im Abendland – gekommen. Aber sie alle haben sich mehr oder weniger mit dieser „rätselvollen“ Tatsache abgefunden; keiner hatte die Kraft, nach dieser weitesten Wanderung, die der Geist innerhalb der Wahrnehmung antreten kann, noch an die Möglichkeit zu denken – geschweige denn auf sie zu vertrauen – dass man durch entsprechendes Wirken aus diesem Traum erwachen kann, und dass dies immer wieder einmal einzelne große Wesen vermocht haben – Erwachte – und dass es unter ihnen auch Voll-

kommen Erwachte gegeben hat, die auch noch die stufenweise Anleitung hinterlassen haben, wie man vom Fiebertraum zur Wachheit kommen kann – nämlich durch Kenntnis und Beachtung der Daseinsgesetze – des Bedingungszusammenhangs.

### Uneingedenksein und nichtklares Bewusstsein

Wer die Lehre nicht kennt, der kann gar nicht der wahren Zusammenhänge eingedenk sein. Soweit einer der wahren Zusammenhänge uneingedenk ist, kann er auch nicht klarbewusst in einer Selbstkontrolle sein. Dahin kann sich nur der immer wieder zurückholen, dessen Vertrauen und Zuversicht in die heilende Wahrheit unerschütterlich geworden ist (D 33 IV, S 55,1). So nährt das Fehlen der mit Vertrauen erfassten Lehre der Erwachten Uneingedenksein und nichtklares Bewusstsein.

### Ungezügeltheit der Sinnesdränge

Wer – vom Anschein geblendet – uneingedenk der wahren Zusammenhänge und ohne klares Bewusstsein ist, der lebt als Mensch von den Sinnendingen, und deshalb kann er gar nicht von Grund aus die Sinnesdränge zügeln; das wäre für ihn wie der Tod: Sehen, Hören, Riechen, Schmecken, Tasten mit den entsprechenden Empfindungen und darüber Denken – das hält er für „das Leben“. Er sagt: „Dieser Mensch ist mir sympathisch, jener Mensch ist mir unsympathisch; dies sind die angenehmen Dinge, jenes die unangenehmen.“ Daraus macht sich der unbelehrte, im Wahn befindliche Mensch sein Weltbild: „Hier bin ich; da draußen ist die Welt; in ihr gibt es Angenehmes und Unangenehmes.“ Um das dem sinnlichen Begehren Unangenehme zu meiden und das Angenehme zu erlangen, lässt er die Sinnesdränge des Körpers intensiv umherschweifen, lebt von den Sinnendingen, und so müht er sich gerade – wie er sagt – mit „wachen Sinnen“ zu leben. So tut mancher aus Uneingedenksein und nichtklarem Bewusstsein mit mehr oder weniger deutlich bewusster Überzeugung gerade das Gegenteil dessen, was Sinnenzügelung heißt.

## Die dreifache gewöhnliche Lebensführung

Wer die Sinnesdränge schweifen lässt, weil er uneingedenk ist und ohne Selbstkontrolle, der ist es auch in der dreifach gewöhnlichen Lebensführung. Denn er lässt die Sinnesdränge ja gerade schweifen, weil er sein Leben glaubt nach dem einrichten zu müssen, was den Sinnesdrängen wohl tut („Lustgewinn“). Damit aber werden seine Sinnesdränge gerade nicht – wie er meint – „wacher“, sondern sie brennen immer stärker, und das Bild, das sie in den Geist einprägen, wird immer mehr in Auswahl und Gestalt vom Gefühl verfälscht. Im Denken, Reden und Handeln reagiert er entsprechend diesem inneren Status. Was seinen Sinnen gefällt, darauf reagiert er begehrend oder erfreut, was ihnen nicht gefällt, darauf reagiert er entsprechend mit Abstoßung. Und wenn gerade keine starke Anziehung oder Abstoßung ist, dann sucht er bei den Sinnendingen – im Wahn – Abwechslung.

## Die fünf Hemmungen

Wo diese dreifache gewöhnliche Lebensführung ist, da spinnt er sich immer tiefer in die fünf Hemmungen ein. Vom weltlichen Begehren, vom „Lustgewinn“ lässt er sich in Gedanken, Worten und Taten leiten. Blind für Wünsche und Bedürfnisse der Mitwesen betrachtet er Mitwesen, die seinen Wünschen im Weg stehen, als Rivalen und begegnet ihnen mit mehr oder weniger Hass. Damit spinnt er sich tiefer in die zweite Hemmung (Antipathie bis Hass) ein. Dieses weltliche Anstreben und Verabscheuen hält ihn in der Treitmühle der weltlichen Banalität fest, lässt ihn sich nicht erheben über die Gewohnheit. Damit spinnt er sich weiter in die dritte Hemmung (Sich-treibenlassen im Gewohnten) ein. Aufgeregtheit und Unruhe lassen den in derart weltlicher Banalität Verstrickten nicht zur Ruhe kommen. So spinnt er sich tiefer in Aufgeregtheit und Unruhe ein (vierte Hemmung). Und in den spärlichen Zeiten relativer Ruhe kommen Öde, Leere, Daseinsbangnis, existen-

tielle Zweifel über ihn, wenn er das, was er aufgebaut hat, dahinschwinden und so vieles völlig anders laufen sieht, als er es erwartet hatte. So spinnt er sich weiter in Daseinsbangnis, Ungeborgenheit (fünfte Hemmung) ein, die er so schnell wie möglich wieder durch weiteres Streben nach Lustgewinn oder Engagement in der weltlichen Banalität zu betäuben sucht.

So wie jede Hemmung ist, so erscheint ihm die Welt. So beurteilt er die Menschen, danach hat er mehr Streit oder mehr Frieden; danach hat er mehr innere Helligkeit und Klarheit oder mehr innere Unzufriedenheit, Missmut, Dumpfheit, Begehren nach tausend Dingen – in Abhängigkeit von diesen fünf Hemmungen.

### Wahn

Diese fünf Hemmungen, diese fünffachen Verdunkelungen und Verderbnisse des Herzens und damit der Wahrnehmung, des Erlebens, schaffen den Wahn. Diese fünffachen Trübungen, die in den Lehrreden mit undurchsichtigem Wasser verglichen werden: die Färbung, das Kochen, die Überwucherung mit Schlingpflanzen und Moos, das Bewegtsein von Wind, die Dunkelheit – diese jeweilige Komposition von fünf Hemmungen schafft den Eindruck eines so und so beschaffenen „Ich“ in Begegnung mit „Welt“, sie ergibt die sogenannten Lebenssituationen. Diese Bilder des Wahns bestehen nur durch die Hemmungen, sind bedingt durch diese Trübungen des Gemüts, diese trüben Farben, mit denen der Maler „Herz“ diese Szenenbilder malt (S 12,64).

### Daseinsdurst

Weil der Wahn darin besteht, dass sich ein Ich in Begegnung mit Begegnendem findet, darum will dieses Ich bleiben: Das ist Daseinsdurst. Nur darum erscheint Daseinsdurst, weil ein Ich erlebt, gewährt wird. Gemäß dem bekannten zwölfgliedrigen Bedingungsring (*paticcasamuppāda*) bedingen sich Wahn und die dreifache Bewegtheit des Körpers, des Herzens (Gefühl und Wahrnehmung) und denkerische Bewegtheit gegen-

seitig. Die Wahrnehmungen, an denen die Sinne des Körpers beteiligt sind, werden positiv oder negativ bewertet. Die ununterbrochene positive oder negative Bewertung der Wahrnehmungen bildet, mehrt und mindert ununterbrochen am Herzen und damit am Wollenskörper (*nāmakāya*), durch den durch Berührung mit dem als außen Erfahrenen Gefühle entstehen, worauf im Denken, Reden und Handeln reagiert wird. Durch die Gewöhnung des Menschen an wohlwollende oder rücksichtslose Umgangsweise wird einmal der vegetative Impuls des eigenen Körpers bestimmt (*rūpa-kāya*), zum anderen wird durch sie die von uns erlebte Welt geschaffen (*rūpa*), die wieder herantritt. Darauf wird wieder gefühlt, reagiert, Dasein fortgesetzt, und immer wieder wird ein Körper angelegt, weil das Triebhafte weiter besteht als die eigentliche geistige „Person“, die keinen Augenblick die gleiche ist. Sie legt wieder einen Körper an. Von Geburt an altert der Körper, ist immer wieder auf dem Weg zu Krankheit und Tod. Das ist der Weg der Gebundenheit, der Fesselung.

Wer keinen Umgang mit Erwachten oder von Erwachten Bekehrten gehabt und daher die rechte Lehre nicht gehört hat und den Geist deshalb nur mit verkehrten Lehren nährt, daher keine Heilswahrheit kennenlernt und keine Möglichkeit des Vertrauens zum Erwachten hat, beim Anschein hängenbleibt, darum auch der Daseinsgesetze nicht eingedenk sein und keine klarbewusste Lebenshaltung entwickeln kann, darum die Sinne schweifen lässt, darum die dreifache gewöhnliche Lebensführung hat, damit in den fünf Hemmungen lebt, die ein Ich in einer Welt vortäuschen (Wahn) – der bleibt mit dieser „Ich-Vorstellung“ beim daseinfortsetzenden Daseinsdurst und hat allermeistens zusätzlich den Sinnlichkeitsdurst (*kāmatanhā*).

Das ist der geschlossene Kreislauf des Wahns: Der Wahn ernährt den Wahn. Die Nahrung „Wahn“ stillt nicht den Durst, sondern erzeugt ihn – wie wenn ein Durstiger Salzwasser trinkt – Meerwasser aus dem Meer, das vom Regen im Gebirge – gespeist wird. Das ist der Dauerzustand der gesamten nicht heilskundigen Menschen, der edlen und der gemeinen:

Sie wollen ununterbrochen den Daseinsdurst mit genau dem stillen, was den Daseinsdurst ernährt: mit Wahn. Nur in der Veränderung der Nahrung liegt die Möglichkeit der Heilung. Diese Heilung von Durst und Wahn zeigt der Erwachte im zweiten Teil unserer Rede.

## II. Teil

### Die Heilung von Daseinsdurst und Wahn durch heilende Nahrung

*Auch die Erlösung aus Wahrwissen, sage ich, ihr Mönche, hat eine sie ernährende Bedingung, ist nicht ohne solche Bedingung. Und was ist die ernährende Bedingung für die Erlösung aus Wahrwissen? „Die sieben Erwachungsglieder“, hätte man zu antworten.*

*Doch auch die sieben Erwachungsglieder haben eine sie ernährende Bedingung, sind nicht ohne solche Bedingung. Und was ist die ernährende Bedingung der sieben Erwachungsglieder? „Die vier Satipatthāna-Übungen“, hätte man zu antworten.*

*Doch auch die vier Satipatthāna-Übungen haben eine sie ernährende Bedingung, sind nicht ohne solche Bedingung. Und was ist die ernährende Bedingung der vier Satipatthāna-Übungen? „Die dreifach schlicht gewordene Lebensführung“, hätte man zu antworten.*

*Doch auch die dreifach schlicht gewordene Lebensführung hat eine sie ernährende Bedingung, ist nicht ohne solche Bedingung. Und was ist die ernährende Bedingung der dreifach schlicht gewordenen Lebensführung? „Die Zügelung der Sinnesdränge“, hätte man zu antworten.*

*Doch auch die Zügelung der Sinnesdränge hat eine sie ernährende Bedingung, ist nicht ohne solche Bedingung. Und was ist die ernährende Bedingung der*

*Zügelung der Sinnesdränge? „Eingedenksein und klares Bewusstsein“, hätte man zu antworten.*

*Doch auch Eingedenksein und klares Bewusstsein haben eine sie ernährende Bedingung, sind nicht ohne solche Bedingung. Und was ist die ernährende Bedingung des Eingedenkseins und des klaren Bewusstseins? „Auf die Herkunft gerichtete Aufmerksamkeit“, hätte man zu antworten.*

*Doch auch die auf die Herkunft gerichtete Aufmerksamkeit hat eine sie ernährende Bedingung, ist nicht ohne solche Bedingung. Und was ist die ernährende Bedingung der auf die Herkunft gerichteten Aufmerksamkeit? „Das Vertrauen“, hätte man zu antworten.*

*Doch auch das Vertrauen hat eine es ernährende Bedingung, ist nicht ohne eine solche Bedingung. Und was ist die ernährende Bedingung des Vertrauens? „Das Hören der rechten Lehre“, hätte man zu antworten.*

*Doch auch das Hören der rechten Lehre hat eine es ernährende Bedingung, ist nicht ohne solche Bedingung. Und was ist die ernährende Bedingung des Hörens der rechten Lehre? „Der Umgang mit auf das Wahre ausgerichteten Menschen“, hätte man zu antworten.*

11. Die ernährende Bedingung für die Erlösung  
von Daseinsdurst und Wahn

Erlösung durch Wahrwissen –  
ernährt durch die sieben Glieder der Erwachung

Wie im zehngliedrigen Kreislauf der verdorbenen Nahrung der Daseinsdurst als letztes – zehntes – Glied genannt wird, so wird in der zehngliedrigen Kette der Heilnahrung die Verbindung von Erlösung und dem sie herbeiführenden Wahrwissen



(*vijjāvimutti*) als letztes, zehntes, Glied genannt. Aber Welch ein Strukturunterschied beider Reihen!

Der vom Wahn (9) genährte Daseinsdurst (10) ist, wie wir bei der Besprechung des verdorbenen Nahrungskreislaufs im ersten Teil der Lehrrede gesehen haben, zwar als letztes Glied der Reihe genannt, aber er ist kein Gipfel und kein Endpunkt, sondern er ist, solange dieser Kreislauf der verdorbenen Nahrung sich aufrechterhält, immer da, und die Glieder der Reihe sind sozusagen nur die Speichen eines sich endlos drehenden Rades der dursterzeugenden „Nahrung“.

Ganz anders dagegen die Kette der Heilnahrung, welche die verdorbene dursterzeugende Nahrung auflöst bis zur vollen Erlösung durch Wahrwissen (10). Diese ist der wirkliche Gipfel und Endpunkt, der in einem allmählichen Wachstum, in einem allmählichen Heilungsprozess vom ersten Glied ab ansteigend, erreicht wird.

Wer nach den neun vorhergehenden Übungen im zehnten und letzten Schritt zum Heil die Dinge endgültig so sieht, wie sie sind – das Bedingte, Zusammengesetzte und damit Vergängliche, Leidige, Kernlose, das sinnlose Spiel der fünf Zusammenhäufungen auf der einen Seite und die heile Situation, das Ewige, Unzerstörbare auf der anderen Seite – der kann an allem Bedingten, Vergänglichen – und seien es die erhabensten Bewusstseinszustände – nichts mehr finden, nachdem er das Heile gefunden hat; er steht nun im Geist kraft dieses herrlichsten Fundes, des Wahrwissens, frei über allem Bedingten, und damit löst sich ihm das Herz von allem Bedingten, Vergänglichen endgültig ab. Da hat das sinnlose, in sich ausweglose Kreisen von Nahrung, die nicht stillt, sondern gerade durstig macht, sein Ende gefunden. In Sn 747 heißt es deshalb:

*Was irgend auch an Leid entsteht,  
durch Nahrung ist all dies bedingt.  
Durch Auflösung der Nahrungen  
gibt es kein Leidestehen mehr.*

Von diesem höchsten unzerstörbaren Wohl, dem Nibbāna, sagt der Erwachte:

*Es gibt, ihr Mönche, ein Ungeborenes, Ungewordenes, Ungeschaffenes, Unzusammengesetztes. Gäbe es dieses Ungeborene, Ungewordene, Ungeschaffene, Unzusammengesetzte nicht, dann wäre hier ein Entrinnen aus dem Geborenen, Gewordenen, Geschaffenen, Zusammengesetzten nicht zu finden.*

*(Ud VII,3 = It 43)*

Die Erlösung ist sozusagen die Reife der Frucht des Wahrwissens. Sie ist aber nicht vom Wahrwissen „ernährt“ – so wenig wie der Fall des vollreifen Apfels vom Baum noch als durch die von den Wurzeln des Baumes durch Stamm und Äste und Zweige dem Apfel zugeführten Nährstoffe „ernährt“ angesehen werden kann. Darum stehen die Erlösung und das sie herbeiführende Wahrwissen auf einer Stufe.

Der letzte Schritt ist getan mit der Vollendung der sieben Glieder der Erwachung

1. das Erwachungsglied Eingedenksein, Wahrheitsgegenwart (*sati*),
2. das Erwachungsglied Ergründung der Wahrheit (*dhammavicaya*),
3. Das Erwachungsglied Tatkraft (*viriya*),
4. das Erwachungsglied geistige Beglückung bis Entzückung (*pīti*),
5. das Erwachungsglied Stillwerden der Sinnesdränge (*kāya passaddhi*),
6. das Erwachungsglied weltunabhängige Herzenseinigung (*samādhi*),
7. das Erwachungsglied Gleichmut (*upekha*).

Von diesen sieben Erwachungsgliedern heißt es (M 118), dass sie sich aus der konzentrierten Übung der vier Satipatthāna-Übungen ergeben. Die sieben Erwachungsglieder werden bezeichnet als *in der Abgeschiedenheit wurzelnd, in der Entreiztheit wurzelnd, in der Ausrodung wurzelnd und einmündend in völliges Loslassen.*

Gleichmut erwächst aus der weltunabhängigen *Herzenseinigung* (6) aber erst dann, wenn dieses selige Glück der weltunabhängigen Herzenseinigung so sehr zum „Normalzustand“ des nach Erlösung Strebenden geworden ist, dass es gar keine „auffallende Veränderung“ mehr ist und daher keinen freudigen Schrecken, kein Erstaunen, überhaupt keine Gemütschwankung mehr hervorruft – eben weil das Gemüt nie mehr lange nennenswert unter die Ebene der weltunabhängigen Herzenseinigung hinabsinken kann, und der Geist dieser köstlichen, jederzeit erreichbaren weltunabhängigen Freiheit immer eingedenk ist.

Die ernährende Bedingung für die weltunabhängige Herzenseinigung ist das *Stillwerden der Sinnesdränge* (5), durch welche die vielen Triebe des Menschen zuvor ihre Bedürfnisse zu befriedigen suchten. Die Sinnesdränge werden still – aber nicht weil sie wie bei der Zügelung der Sinnesdränge mit Mühe zurückgehalten werden. Stillwerden der Sinnesdränge bedeutet vielmehr:

Die programmierte Wohlerfahrungssuche des Geistes (*mano-viññāna*), die der Erwachte mit einem ständig nach den jeweils wohlschmeckendsten Früchten suchenden Affen vergleicht (S 35,206; Sn 125), hat etwas unvergleichlich Feineres gefunden als alle Sinne zu bieten vermögen: geistige Beglückung bis Entzückung (4). Deshalb gibt sie sich nur noch dem hin und vergisst über dem unvergleichlich Wohltuenderen ganz der Sinnesdränge, die nun endlich einmal Ruhe haben von ihrem ständigen Erfahrenmüssen unter dem Kommando des sonst immer nur in der Sinnenwelt herumjagenden Geistes. So kommt zu dem neu entdeckten Wohl der geistigen Beglückung noch hinzu das weitere Wohl aus der Abkühlung des ständigen Brennens der Sinnesdränge, aus dem Zurruhekommen ihres ständigen Jagens, aus dem Stillwerden der Sinnesdränge (5). Erst in diesem doppelten Wohl kann das sonst entweder von den Sinnesdrängen gejagte und vom Geist her bewegte Herz einig werden (6). So ist die ernährende Bedingung für das Erwachungsglied der weltunabhängigen Her-

zenseinigung (6) das Stillwerden der Sinnesdränge (5), das wiederum von der geistigen Beglückung (4) genährt wird.

Diese geistige Beglückung – wenn sie als Erwachungsglied ausreichen soll – ist nicht die flüchtige Überraschung einer besonders günstigen stillen Stunde, von der man nicht wüsste, ob und wie sie zu wiederholen wäre, sondern sie steht auf festem Boden, ist sicherer, verfügbarer Besitz: ihre ernährende Bedingung besteht nämlich darin, dass der zu Erlösung und Wahrwissen Strebende nicht mehr ohnmächtig ist und sich nicht mehr ohnmächtig fühlt, sondern beglückt bei sich feststellen kann, dass in ihm Tatkraft (3) gewachsen ist, jene *Tatkraft und Beharrlichkeit, die unheilsamen Dinge zu überwinden und die heilsamen Dinge zu entfalten. Er ist standhaft, von gestählter Kraft, nicht nachlässig im Guten. Der mit der Tatkraft und Beharrlichkeit ausgestattete erfahrene Heilsgänger aber überwindet das Unheilsame und entfaltet das Heilsame, überwindet das Tadelhafte und entfaltet das Untadelhafte und bewahrt sein Herz in Reinheit. (A VII,63)*

Tatkraft hatten auch die Mystiker der Glaubensreligionen, jene großen, lauterer Menschen, die durch den Glauben an einen allmächtigen Gott oder das glühende Streben nach gottgleicher Läuterung ihres „Selbst“ in den Jubel geistiger Beglückung erhoben wurden, durch welchen ihre Sinnesdränge still wurden, so dass ihr Herz sich einigte zur seligen Schau, die bei den Stillsten und Klarsten unter ihnen einmündete in Gleichmut, wie etwa der christliche Mystiker *Tauler* sagt:

*Das ist die rechte Einigkeit,  
so mich entsetzt nicht Lieb noch Leid.*

Aber insofern sie auch da, wo sie den persönlichen Schöpfergott-Glauben ihrer Kirche weit überstiegen, noch an die Läuterung eines „Selbst“ glaubten – und sei es zur unermesslichen weltlosen Ausdehnung – konnten Tatkraft, geistige Beglückung, Stillwerden der Sinnesdränge, weltunabhängige Herzenseinigung und Gleichmut sie zwar in unermessliche weltunabhängige Erreichungszustände führen:

*...das Gotterfassen*

*hat ohne Maßen  
mich ausgedehnt... Bertgen v. Utrecht*

Aber wo nicht die wahnhafte Vorstellung aufgelöst ist, ein so geläutertes und unermesslich weit gewordenes Selbst könne – mit dem Höchsten vereint – ewig bestehen, da wird der Wahn, wenn auch in der feinsten und edelsten Form, weiter ernährt, da sind zumindest noch nicht die Wurzeln der Zusammenhäufungen: Gefühl, Wahrnehmung und programmierte Wohlerfassungssuche des Geistes, aufgelöst – da haben wir es also noch nicht mit der Kette der Heilnahrung zu tun, sondern mit einer helleren Phase im verdorbenen Nahrungskreislauf; da sind die Glieder des inneren Wachstums, Tatkraft, geistige Beglückung, Stillwerden der Sinnesdränge, weltunabhängige Herzenseinigung, ja selbst Gleichmut, *keine Erwachungsglieder*.

Das zeigt sich ganz klar da, wo in der Wachstumsreihe der Erwachungsglieder die ernährende Bedingung für die Tatkraft (3) genannt wird: Nicht noch so glühender, reiner Glaube, nicht das Eingedenksein an noch so hohe leibhaftig erfahrene überweltliche Zustände, sondern die *Ergründung der Wahrheit*, der Gesetze des Daseins als das zweite Erwachungsglied ist die Nahrung für die Tatkraft, mit der die weiteren Erwachungsglieder entfaltet werden. Die Tatkraft (3) ist also die Kraft dessen, der bereits *selber die Leuchte, selber die Zuflucht, ohne andere Zuflucht, die Wahrheit als Leuchte, mit der Wahrheit als Zuflucht, ohne andere Zuflucht* gesichert vorwärtsschreitet.

Die Ergründung der Wahrheit als zweites Erwachungsglied ist also keine intellektuelle Angelegenheit, sondern ihre ernährende Bedingung ist – wie es bei einem, der selber die Leuchte, selber die Zuflucht geworden ist, auch gar nicht anders sein kann – *sati*, Wahrheitsgegenwart, Eingedenksein (1), und zwar ein Eingedenksein hohen Grades, wie es der Erwachte im Festungsleichnis (A VII,63) beschreibt als

*höchste Besonnenheit, Selbstbeobachtung; er ist eingedenk der Wahrheit. Selbst was vor langer Zeit getan und gesprochen wurde, dessen erinnert er sich genau.*

Bei einem solchen, der Wahrheitsgegenwart/Eingedenksein als Erwachungsglied hat, steht, um mit dem in A VII,63 genannten Festungsgleichnis des Erwachten zu sprechen – der *verständige, erfahrene, kluge Torwächter, der alle Unbekannten zurückweist und nur die Bekannten einlässt*, nicht nur gelegentlich, sondern ständig im Tor. Eingedenksein/Wahrheitsgegenwart als Erwachungsglied ist also das ohne besondere Anstrengung normalerweise vorhandene Lebensklima eines solchen, und was diese Wahrheitsgegenwart in Geist und Herz einlässt, das ist nichts Unbekanntes, Überraschendes, sondern es ist nur noch aus Erfahrung heilsam Bekanntes, wie es ausdrücklich im Gleichnis heißt, ist ein gewärtiges Eingedenksein, ist Gewärtigkeit.

So wird im Rückblick klar: Die sieben Erwachungsglieder müssen zwar durch Übung vorbereitet und ernährt werden, aber sie reifen nur allmählich zu voller Wirksamkeit. Der Erwachte spricht bei den sieben Erwachungsgliedern vom „Entfalten“ (M 2, 77), und Sāriputto nennt in D 34, wo er die verschiedenen Weisen angibt, wie heilsame und unheilsame Dinge anzugehen sind, bei den sieben Erwachungsgliedern als die einzige Weise, sie zu erlangen, ebenfalls nur das *Entfalten (bhāvanā)* dieser sieben heilenden Dinge.

Die ernährende Bedingung für die sieben Glieder der Erwachung sind die vier Satipatthāna-Übungen

Die sieben Erwachungsglieder sind zu entfalten. Das ist zwar immer noch ein „Kampf“, aber der feinste und stillste Kampf, der „Kampf der Entfaltung.“ Sie sind die Krone des dritten Kampfes, bei dem es darum geht, unaufgestiegenes Heilsames aufsteigen zu lassen, und der – wo es gelingt – in den vierten Kampf übergeht: in die Bewahrung des Heilsamen und Rechten.

Vorhandenes Heilsames entfalten – das setzt voraus, dass es nicht nur vorhanden ist, sondern dass man das auch weiß und den jeweiligen Stand seiner Reife oder Unreife kennt und auch jederzeit merkt, wo es sich entfalten will. Und wenn dieses vorhandene Heilsame so stille Dinge sind wie die sieben *auf Abgeschlossenheit gegründeten, auf Reizfreiheit gegründeten, auf Ausrodung gegründeten, im Loslassen gereiften (M 2)* Erwachungsglieder, dann gehört ein Höchstmaß von stillstem, klarstem und geschärfstem Eingedenksein, Gewärtigsein dazu, ihre feine Stimme zu vernehmen, sie zu entdecken und zutage zu fördern.

Das vermag nur diejenige Art des Eingedenkseins, der Wahrheitsgegenwart, zu leisten, welche – als die Krone des Eingedenkseins in Gestalt der vier Satipatthāna-Übungen – völlig abgewandt von weltlicher Vielfalt, nicht mehr vom Kämpfenmüssen abgelenkt, sich nur noch still und wach beobachtend auf keine anderen als die vier Arten von Erscheinungen richtet, die weltunabhängig unmittelbar zugänglich sind, nämlich wie in M 10 gezeigt, ein Eingedenksein, welches 1. die Körpermaschine in ihrer automatisch ablaufenden Mechanik entdeckt und durchschaut, 2. das Aufkommen der Gefühle entdeckt und durchschaut, 3. die wechselnden Zustände des Herzens entdeckt und durchschaut. Dadurch wird der Übende so still, dass sein „geistiges Auge“ klar diejenigen auf- und absteigenden Erscheinungen (*dhamma*) erkennt (4.), welche für die Erwachung wichtig sind, nämlich die An- oder Abwesenheit der fünf Hemmungen in ihrem bedingten Entstehen und Vergehen, das Spiel der fünf Zusammenhäufungen in ihrem bedingten Entstehen und Vergehen, die bedingte jeweilige Entwicklung der Gefesseltheit oder Ungefesseltheit durch die sechs Sinnesdränge und die Entfaltung der sieben Erwachungsglieder – und das nicht nur gelegentlich während einer besonders gut gelungenen Übung, sondern als planvoll wiederholbare, ständig verfügbare Übung.

So werden die sieben Erwachungsglieder entfaltet und ernährt durch die vier Satipatthāna-Übungen (M 118). In dem

Zusammenhang der Heilnahrung stehen die vier Satipatthāna-Übungen an derjenigen Rangstelle (8), an welcher im verdorbenen Nahrungskreislauf die fünf Hemmungen stehen. Das bedeutet: An die Stelle der fünf Hemmungen als „Normalzustand“ des Menschen muss die Satipatthāna-Fähigkeit und -Übung als der „Normalzustand“ getreten sein, in welchen die Psyche wie von selber eintaucht, sobald nichts Besonderes „anliegt“, damit diejenigen Grade von Wahrheitsgegenwart, Ergründung der Wahrheit und Tatkraft als die drei ersten Erwachungsglieder in solcher Stärke und Mächtigkeit erwachsen können, dass sich aus ihnen als die weiteren vier Erwachungsglieder: geistige Beglückung bis Entzücken, Stillwerden der Sinnesdränge, weltunabhängige Herzenseinigung – derart fest und sicher als „Normalzustand“, als „Grundbefindlichkeit“ des Übenden entwickeln, dass ihr Vorhandensein nicht mehr das freudige Erschrecken des „Neulings“ und keinerlei sie wieder zerstörende Gemütsveränderung hervorruft, sondern das Gemüt sich in seiner stillen Helle und weltunabhängigen Höhe völlig gleich bleibt – im Gleichmut, der bei einem solchen dann eine solche „Durchsichtigkeit“ des geläuterten Gemüts bedeutet, dass die Dinge in ihrem wahren Charakter gesehen werden können – wie die Dinge am Grund des Wassers von dem still am Ufer des klaren Alpensees Stehenden souverän überschaut werden können. So führen die sieben Glieder der Erwachung – von der Vollendung der vier Satipatthāna-Übungen ernährt – das erlösende Wahrwissen herauf.

An der hier gezeigten Entwicklung sehen wir zum wiederholten Mal, dass es zum Durchbrechen des verdorbenen Nahrungskreislaufs nicht genügt, weltliches Begehren (erste Hemmung), Antipathie bis Hass (zweite Hemmung), Sichttreibenlassen im Gewohnten (dritte Hemmung), Aufgeregtheit und Unruhe (vierte Hemmung) und Daseinsbangnis, Ungeborgenheit (fünfte Hemmung) aufzuheben. Erforderlich ist vielmehr, dass die durch die zeitweise Aufhebung der fünf Hemmungen gewonnene vorübergehende Unbehindertheit von den entsprechenden Verstrickungen positiv nicht nur dazu benutzt



wird, das weltunabhängige Wohl dieser – zeitweisen – Unbeschwertheit zu kosten, wie es auch der Mystiker tut und wie es der Erwachte zur Entwöhnung vom Sinnen-, „Wohl“ empfiehlt (vgl. das Gleichnis vom Goldläutern in A III,102-103), sondern dass solche Zeiten einer sozusagen „halben Wachheit“ immer wieder auch dazu genutzt werden, nach der Anleitung des Erwachten die Dinge der Wirklichkeit gemäß und der Lehre eingedenk sich so anzuschauen, wie sie wirklich sind – nämlich bedingt entstehend und vergehend: den Körper, die Gefühle, das Herz und alles, was nach diesem Anblick dem nur noch auf das Heil gerichteten Geist noch als beobachtenswert erscheint: die bedingte Entwicklung der fünf Hemmungen, das bedingte Spiel der fünf Zusammenhäufungen, die bedingte Entwicklung der Gefesseltheit oder Fesselfreiheit von den sechs Sinnesdrängen und die Nichtentfaltung oder Entfaltung der sieben Erwachungsglieder – das eben ist ja der Inhalt der vier Satipatthāna-Übungen.

So gibt der Erwachte den zum letzten Ziel strebenden Menschen zu dem mit der Aufhebung der fünf Hemmungen möglichen Wohl der zeitweiligen Gemütererlösungen noch die Möglichkeit der wirklichkeitgemäßen Wahrheitsgegenwart in den vier Satipatthāna-Übungen hinzu, einer Wahrheitsgegenwart, in welcher das einst als Lehre von der Wirklichkeit Gelernte nun beim Erscheinen der Erscheinungen sofort und unmittelbar im stillen Anschauen wiedererkannt wird, nämlich die Vergänglichkeit und Ichlosigkeit. Das gilt für alle Erscheinungen – auch für die sieben Erwachungsglieder selber, also auch für die – bedingt durch Übung – errungene weltunabhängige Herzenseinigung (*samādhī*) und ihren Gipfel, den Gleichmut (*upekha*). Erst durch diesen wirklichkeitgemäßen Anblick werden die durch die Aufhebung der fünf Hemmungen freigelegten Fähigkeiten der Wahrheitsgegenwart, der Ergründung der Wahrheit, der Tatkraft, der geistigen Beglückung, des Stillwerdens der Sinnesdränge, der weltunabhängigen Herzenseinigung und des Gleichmuts zu *Erwachungsgliedern*: Erst ihr Anblick – als immer noch bedingt entstanden und

daher vergänglich und ichlos – macht den Blick wahrhaft frei dafür, dass es darüber hinaus eine höhere Freiheit, ein Ungeschaffenes, Ungewordenes und daher Unvergängliches gibt. So wird das selige Wohl der weltunabhängigen Herzenseinigung und das unvergleichliche Wohl des Gleichmuts noch überhört durch das Klarwissen, dass dieses Wohl weder das unfassbare Gnadengeschenk einer höheren Macht noch ein geheimnisvoll-seliges „Höchstes“, ein „Urgrund“ oder „Seelengrund“ ist, sondern dass es durch die Anwendung der vom Erwachten gewiesenen Daseinsgesetze bedingte, durch Übung gewonnene Sprossen einer Leiter zum höchsten Wohl sind.

Die ernährende Bedingung für die vier Satipatthāna-Übungen  
ist die dreifache schlichte Lebensführung

An dieser vom Erwachten genannten Voraussetzung für Satipatthāna ist zu sehen, dass es vergebliches Bemühen wäre, wenn jemand dem derzeitigen Trend folgen, das heilsame Bedenken aufgeben und „meditative“ Techniken üben wollte in dem Gedanken: „Ich muss nun endlich über das „Anfängerstadium“, über das Mühen um Tugend hinaus und zu den „eigentlichen Übungen“ kommen: Ich muss Satipatthāna üben.“ Wer so denkt und vorgeht, der wird bald schwer enttäuscht; denn all das, was er meint durch Satipatthāna-Übungen überwinden zu können – seine bisherige normale Art und auch Lebensführung – muss *vorher* überwunden sein, denn die ernährende Bedingung für die vier Satipatthāna-Übungen ist gerade die „dreifach schlichte Lebensführung“. Darum ist es gut, sich diese im dritten Kapitel besprochene noch einmal vor Augen zu führen:

a) Die Nicht-Ichheit der fünf Zusammenhäufungen ist schon zuvor so tief begriffen worden, dass im Geist – den Trieben zuwider – klar gesehen wird: Alles Erscheinen, alles „Ich“, alle „Welt“, alle „Begegnung“ ist entstanden aus bezugschaffendem Wirken, das letztlich auf bezugschaffendes Denken zurückgeht. Es reicht darum nicht aus, „die Welt“ oder „das

Ich“ oder „die Begegnung“ verbessern zu wollen. Auf die Dauer hilft nur: durch Zurücktreten von allem Erscheinenden, durch inneres Loslassen alles Gewirkte allmählich aufzulösen. Bis zu seiner Auflösung gilt es außerdem, durch sanfte Begegnung, ohne die ein Auflösen nicht möglich wäre, das Gewirkte heller zu machen. Wer diese Einstellung gewonnen hat, der erwartet nichts mehr von der „Welt“, nichts mehr von „den anderen“, sondern alles nur noch von der Lösung aller Bezüge.

b) Diese Grundeinstellung besteht nicht mehr unverbunden neben einer etwa noch ablaufenden wahngewohnten Anblicksweise, sondern ist „betrachtend und betrachtend“ (M 61) mit den täglichen Wahrnehmungen verbunden, so dass die etwa noch aus alter Gewohnheit zunächst aufkommenden falschen Bewertungen alsbald jeweils die wirklichkeitsgemäßen Bewertungen hinter sich herziehen und von diesen sogleich korrigiert und ausgetilgt werden. Auf dieser Grundlage handelt ein solcher – nur noch klar und still und hell auf Loslassen gerichtet – in der Begegnung verstehend, entspannend, besänftigend.

c) Das ist nicht nur Zielvorstellung oder zeitweise Übung, sondern bei einem solchen ist es normalerweise seine gesamte Lebensführung und Lebenshaltung: eben die dreifach schlichte Lebensführung in Worten und Taten und in der Lebensgestaltung. Rückfälle werden von ihm als Ausnahmen gesehen, aus denen er gleich wieder in die dreifache schlichte Lebensführung zurückkommt.

Eine solche schlichte Lebensführung, die alles heller, einfacher und klarer macht – schon das ist „ein Ziel, aufs innigste zu wünschen“, lange vor dem letzten Ziel anzustreben und erreichbar und weit, weit über ein vordergründiges Verständnis der Tugend hinausgehend.

Für die meisten Menschen liegen auf dem Weg dahin die förderlichsten Meditationen, welche bald schon die Unzufriedenheit mit dem eigenen Vorgehen im Alltag und gegenüber den Mitwesen und die eigene Störbarkeit auflösen und die Grundbefindlichkeit schon merklich heller machen. Wer diese

dreifache schlichte Lebensführung verwirklicht hat, erst der ist nach den klaren Worten des Erwachten als des besten Kenners der menschlichen Psyche in A X,62 reif für die zu den sieben Erwachungsgliedern führenden vier Satipatthāna-Übungen. Das kann auch gar nicht anders sein; denn wer nicht zu diesem schlichten Wandel gelangt ist, in dessen Tiefen und Untiefen rumoren mehr oder weniger bewusst noch so viele Süchte, Sorgen und Kümernisse und Erregungen – eben die fünf Hemmungen –, dass er höchstens zeitweise durch „mühsame Unterdrückung“ (A III,102-103), aber nicht in einer das ganze Gemüt tief durchsättigenden Weise zu jener inneren Gestilltheit hinfindet, aus welcher die vier Satipatthāna-Übungen allein endgültig fruchtbar werden können und die Abkühlung und Löschung des Brandes durch die sieben Erwachungsglieder eingeleitet wird.

Aber gerade die durch A X,62 vermittelte Erkenntnis, dass auch die Heilsentwicklung ein Ernährungsvorgang ist, gibt dem, der die vier Satipatthāna-Übungen der Wirklichkeit gemäß als den *geraden Weg zur Überwindung des Leidens* (M 10) begriffen hat, die Gewissheit, dass er mit jedem Schritt auf dem Weg zu der wohltuenden dreifach schlichten Lebensführung zugleich die ernährende Bedingung für die vier Satipatthāna-Übungen schafft. Der gerade Weg zur Überwindung des Leidens sind die vier Satipatthāna-Übungen, aber der gerade Weg zu den vier Satipatthāna-Übungen ist die dreifache schlichte Lebensführung mit ihren erforderlichen Vorstufen.

Einen „langen Atem“ gilt es für den Heilsgänger zu erwerben, wenn er geradewegs und rüstig vorwärtskommen und die Lehre richtig anfassen will, und gerade auch dann, wenn er sich auf Grund der über die Wichtigkeit der Satipatthāna-Übung gewonnenen rechten Erkenntnis, die ja immer vorangeht (M 117), fragt, wie er am ehesten zu dieser Übung kommen könne. Es führt kein anderer Weg zu dieser Krone der Übungen, und sie gedeiht bei keiner anderen Nahrung als der des dreifach schlichten Lebenswandels. So ist die dreifach schlichte Lebensführung die ernährende Bedingung für die

vier Satipatthāna-Übungen. Und schon diese Nahrung ist heilend und köstlich und würde die Arbeit eines ganzen Lebens lohnen. Das wird noch deutlicher, wenn wir betrachten, wodurch sie wiederum ernährt wird:

Die ernährende Bedingung für die dreifache schlichte Lebensführung ist die Zügelung der Sinnesdränge

Wer die Sinnesdränge nicht zügelt, sondern den Erscheinungen und dem, was ihm dabei einfällt – den Assoziationen – nachgeht, den *überwältigen gar bald Begierde und Missmut, unheilsame und verderbliche Gedanken (M 39 u.a.)*. Darum führt der Weg aus dem durch die Sinnesdränge erregten und gehetzten, blinden und komplizierten Lebenswandel, aus der dreifach gewöhnlichen Lebensführung zu der wohltuend schlichten Lebensführung nur über die Zügelung der Sinnesdränge. Wer sich darin beharrlich und geduldig übt, in stillen Besinnungen sich für die akuten Angehungen durchschauend wappnet und im akuten Fall sich dieser Besinnungen zu erinnern und standzuhalten sucht und, wo das gelingt, das ungeprüfte Glück der Zügelung der Sinnesdränge genießt, wo es noch misslingt, das Misslingen in nüchterner, nichts beschönigender Betrachtung, aber ohne falsche Selbstqual als Ansporn zu künftigem weiterem Bemühen nimmt und eingedenk bleibt, dass auch das ohne sofort sichtbaren Erfolg gebliebene Mühen ein heilsames Wirken, ein Gewicht mehr auf der Waagschale des Kampfes gegen das Gewicht der Gewöhnung war, wer so vorgeht, dessen ganzes Leben wird einfacher, klarer, heller – eben durch die Bändigung der sechs an ihren Leinen ständig nach den verschiedenen Richtungen zerrenden Tiere, mit denen der Erwachte die sechs Sinnesdränge vergleicht. So ist Zügelung der Sinnesdränge die ernährende Bedingung für die dreifache schlichte Lebensführung.

Die ernährende Bedingung für die Zügelung  
der Sinnesdränge ist Eingedenksein und klares Bewusstsein

Wir haben im vorigen Abschnitt gesehen, wie der nicht über den vollständigen Daseinszusammenhang Belehrte auf die Dauer nicht die Sinnesdränge zügeln kann. Denn wer die Daseinszusammenhänge nicht kennt, wie könnte der ihrer eingedenk sein! Und wer der Wirklichkeit gemäß etwas über sie gehört hat, das Gehörte aber mangels wiederholten Bedenkens nur so schwach im Geist hat, dass im akuten Augenblick die Sinnendinge leuchtkräftiger sind als die blassen Eintragungen des wirklichkeitgemäßen Anblicks – auch der kann bei akuten Angehungen die Sinnesdränge noch nicht zügeln, sondern ertappt sich immer wieder dabei, wie er den Erscheinungen und dem, was ihm dabei einfällt, mit dem Denken nachgeht und wie er deshalb von Begierde und Missmut, unheilsamen und verderblichen Gedanken überwältigt wird, also kein klares Bewusstsein hat. – Aber: er ertappt sich nun dabei, und das ist schon ein allererster Anfang von Eingedenksein und klarem Bewusstsein.

Wir sagten vorhin schon, dass Eingedenksein als Torwächter bezeichnet wird, der alles Eindringende kontrolliert. Das Eindringende sind sowohl die sinnlichen Eindrücke wie vor allem die durch die sinnlichen Eindrücke ganz unmittelbar ausgelösten Bewertungen und entsprechende Willensabsichten. Die ersten unmittelbaren Bewertungen gehen ja von den Trieben aus: „Wohl tut das, wehe tut das.“ Da sagt nun der Torwächter, das Eingedenksein, wenn es gegenwärtig ist: „Halt, wer bist du, der du so urteilst; ich weiß, dass es falsche Urteile gibt, darum zeig mal, wer du bist.“ Das Eingedenksein also bemerkt, dass da einfach im Haushalt aufkommt: „Wohl tut das, wehe tut das.“ Ohne dieses Bemerkten würde es sofort weiterrasen zu der Erzeugung des entsprechenden Willens: zum positiven Wohltuenden hin, vom Negativen, Schmerzlichen weg. So hält die sati diese spontanen Urteile der Triebe fest, und durch das Festhalten seitens der sati, durch das Vor-

Augen-Führen seitens der *sati* kann jetzt die rechte Anschauung erst richtig bewerten. Das Eingedenksein ist dasjenige, das das Aufgekommene vor den Richter führt. Zum richtigen Beurteilen, zur Benutzung der rechten Anschauung ist auf die Herkunft gerichtete Aufmerksamkeit nötig. Weil das Eingedenksein die Triebe bemerkt, so dass die Weisheit sie betrachten kann, darum wird auch von dem Eingedenksein gesagt, es beherrsche, es kontrolliere alle Dinge (A X,58). Auch wird von ihm gesagt, es sei wie die Deiche des Stromes Hemmung (Sn 1034/1035), so dass man nicht nach Wohl und Wehe hin ausbricht. Die Deiche sind gesetzt, und die einzelnen Herzensbewegungen können das Auge der Weisheit passieren.

Von daher verstehen wir, in welcher allumfassenden Weise das Eingedenksein die Erlösung des Geistes bewirkt (S 48,42): Der Geist ist ja beim normalen Menschen angefüllt mit den gesamten sinnlichen Eindrücken: „Das ist angenehm, das unangenehm –so kann das Angenehme erreicht, das Unangenehme vermieden werden“, mit all den weltlichen Gesamteindrücken und dem daraus sich ergebenden Weltbild, wozu auch gehört, dass der Tod das Ende sei. Der Geist enthält also vorwiegend das, was mit den Sinnen wahrnehmbar ist.

Durch die Lehre und auch durch andere Religionen kommen nun auch geistige Zusammenhänge in den Geist, solche, die mit den Sinnen nicht nachgeprüft und festgestellt werden können, die man aber mit der auf die Herkunft gerichteten Aufmerksamkeit in ihrer Richtigkeit und Gültigkeit erkennen kann. Durch diese weisheitlichen Einsichten werden fast alle weltlichen Inhalte und Maßstäbe des Geistes als falsch, irrtümlich, Leiden fortsetzend, ja, Leiden vermehrend, durchschaut. Indem man nun immer wieder der richtigen Maßstäbe für das Verderbliche und das Heilende eingedenk ist und so immer mehr alte falsche weltliche Urteile und Bewertungen des Geistes auslöscht und durch die richtigen ersetzt, da erweist sich, wie der Erwachte sagt (S 48,42), das Eingedenksein, die Wahrheitsgegenwart (*sati*) als der beste Verwalter des Geistes, weil sie zuletzt ganz zur Erlösung führt.

## Die Grade des Eingedenkseins, der Wahrheitsgegenwart

Eingedenksein, Wahrheitsgegenwart gibt es in allen Graden nicht nur der Intensität, sondern auch der Objekte, worauf sie gerichtet ist. Der höchste Grad nach den Objekten sind die vier Satipatthāna-Übungen, und diese bringen, je mehr sie sich dem höchsten, mühelosen Grad der Intensität nähern, jene höchste Art des Eingedenkseins – Eingedenksein, Wahrheitsgegenwart als Erwachungsglied – hervor. Die Vollendung der Satipatthāna-Übungen ist die Vollendung des ersten Erwachungsglieds „Eingedenksein/Wahrheitsgegenwart“. Andererseits braucht man auch schon zur Entfaltung der rechten Anschauung und der Tugend Eingedenksein/Wahrheitsgegenwart (M 117); man muss eingedenk sein der rechten Bewertung der Dinge und der Bedeutung der Tugendanleitungen und dass man wegen dieser Bedeutung so und so sein oder werden und sich verhalten will. Aber das unbeeinflusste, d.h. aus der Reizfreiheit und Ausrodung hervorgehende rechte Eingedenksein, das hier gemeint ist, ist diejenige Haltung, die zur endgültigen Abwendung von der Welt der Erscheinungen führt. Dieses Eingedenksein ist nicht schon mit dem Eingedenksein der Tugend, aber auch nicht erst mit der Satipatthānareife erreicht, sondern es ist erreicht, sobald im Geist die Einsicht fest genug verankert ist, dass die gesamte Wahrnehmung, welche ein Ich in einer Welt liefert, nur ein Fiebertraum einer kranken Psyche ist und dass es also allein um die Gesundung der Psyche gehen muss. Ein Dhammapada-Vers (Dh 40) sagt:

*Dem ird'nen Krug vergleiche diesen Körper,  
dein Herz der Festung, die du stark verteidigst.  
Zertriff den Tod mit vollem Weisheitsstrahl  
und hüte en Besiegten, bleib unnahbar.*

Das heißt, dass man des Leibes und der durch ihn zur Wahrnehmung kommenden Welt gar nicht mit Gefühlsteilnahme achten soll (*treib in der Welt dich nicht umher...*), sondern nur auf die Läuterung der Psyche. Damit verweilt man auf dem



Gebiet des Erzeugers, *auf dem väterlichen Gebiet*, also auf dem Gebiet des Bewegenden (Psyche) und nicht mehr des sinnlos und seelenlos Bewegten (der Erscheinung). Um die Erringung dieses rechten Eingedenkseins geht es für den, der die Daseinszusammenhänge begriffen hat, lange bevor er fruchtbar Satipatthāna üben kann.

### Sati und Satipatthāna

Beide Übungen werden meist verwechselt, dürfen aber nicht verwechselt werden, wenn man fruchtbringend vorgehen will: Wir finden Eingedenksein in dem Zusammenhang der Heilnahrung auf drei verschiedenen Ebenen:

1. als höchstes Eingedenksein – nämlich als das Erwachungsglied des Eingedenkseins (9. Glied),
2. in der höchsten, die sieben Erwachungsglieder hervorbringenden Übungsreihe, den vier Satipatthāna-Übungen (8. Glied) und
3. zusammen mit Klarbewusstsein als 5. Glied als die Zügelung der Sinnesdränge, welche erst die dreifache schlichte Lebensführung ermöglicht, auf deren Boden die vier Satipatthāna-Übungen wachsen können.

Nur auf dem Weg von Stufe 2 zu Stufe 1 trifft es zu, dass sati – als Erwachungsglied – durch die Satipatthāna-Übungen hervorgebracht wird. Deshalb wohl meinen viele und gerade ernsthaft strebende Anhänger der Lehre, sie müssten erst Satipatthāna üben, um zum Eingedenksein, zur Wahrheitsgegenwart (*sati*) zu kommen. Dabei wird aber übersehen, dass man zu den vier Satipatthāna-Übungen – wie wir aus der Lehrrede A X,62 eindeutig sehen – wiederum nur kommen kann, wenn man vorher Eingedenksein durch beharrliche Übung auf breiter Front als Lebenshaltung sozusagen angesammelt hat. Das dauernde Anbinden der aus der Lehre gewonnenen Bewertungen und Maßstäbe an die Wahrnehmung und allmählich ihr Einbinden in den Geist – das ist Eingedenksein (*sati*). Aus der sich daraus entwickelnden Nüchternheit und Klarheit geht

zunehmend klares Bewusstsein hervor, das sich des Wahn- und Traumcharakters der Existenz allmählich mehr und mehr – auch mitten im Alltag – bewusst wird.

### Durch Eingedenksein zum klaren Bewusstsein

Wie sich das mit dem Eingedenksein unlöslich verbundene klare Bewusstsein einstellt und auswirkt, wurde vorhin schon gezeigt. Denn wer der Wirklichkeit eingedenk ist, der kann nicht der inneren Anziehung und Abstoßung gegenüber den Objekten folgen wollen, hält diese zurück, bemüht sich um den unverblendeten Anblick der Erscheinungen, und damit wächst der klare, ungetrübte Aufblick auf die Dinge und der Überblick über die Zusammenhänge, wozu der vom Erwachten unbelehrte Mensch nicht in der Lage ist.

### Eingedenksein und Klarbewusstsein des belehrten Heilsgängers

Der Erwachte stellt in M 1 dem gewöhnlichen unbelehrten Menschen den belehrten Heilsgänger als energischen unermüdlichen Kämpfer gegenüber. Dieser nähme nicht mehr in der naiven Weise eine aus den vier großen Gewordenheiten bestehende Welt wahr, sondern er betrachte die Dinge auf Abstand, nehme sie mit Zurückhaltung zur Kenntnis (*abhi-jānāti*). Das aber kann nur, wer vom Erwachten aufgeklärt ist darüber, dass die gesamte Wahrnehmung und die mit ihr angebotene Welt Blendwerk ist, bedingt durch die Leidenschaften der Triebe, Anziehung und Abstoßung. Da er weiß, dass dies Ganze hier *so nicht ist, wie es erscheint* (Sn 9-13), will er sich nicht in das Blendwerk hineinverfangen und verflechten, hält sich zurück, um der wahren Herkunft auf den Grund zu gehen, d.h. er übt auf die Herkunft gerichtete Aufmerksamkeit bei den Dingen, *damit er sie kennenlerne*, wie es in M 1 heißt. Der Erwachte sagt in M 1, dass ein solcher deshalb nicht über die erlebten Dinge nachdenken solle, sich nicht aus den Erleb-

nisinhalten sein Weltbild bilden solle, überhaupt die ganze Welt nicht als zu sich gehörig ansehen und auf diese erlebte Welt in keiner Weise mehr setzen solle. Wessen Geist so umprogrammiert ist, der ist mindestens Stromeingetretener (*sotāpanno*). Er wird bei allen schmerzlichen Begegnungen nicht mehr in aller Tiefe von dem *zweiten Pfeil* (S 36,6) getroffen, d.h. er denkt nicht mehr in letzlichem Ernst schmerzlich über diesen oder jenen Verlust nach, auch wenn er zunächst schmerzlich betroffen ist; denn sofort wenn nach einem unangenehmen Erlebnis ein solches Herumdenken im Bann der Gewohnheit „wider besseres Wissen“ aufkommen will, bedenkt und erinnert er sich (*sammāsati*), dass dieses Ganze nur Krankheiterscheinung, Blendwerk, Traum ist und dass er gesunden will. Bei diesem ist also – nach dem Gleichnis in M 105 – der Giftpfeil aus der Wunde gezogen: der vergiftete Pfeil ist in M 105 das Gleichnis für Wahn und Durst. Der Pfeil als solcher, dessen Wucht die schmerzliche Wunde aufreißt und der nun als das innere Stacheln des vielfältigen Wollens darin wühlt, ist das Gleichnis für den Durst, und das Gift an dem Pfeil ist das Gleichnis für Wahn und bedeutet, dass der Mensch durch den Giftpfeil nicht nur schmerzlich verwundet ist, sondern so vergiftet ist, dass er im Fiebertraum ganz falsche Bilder sieht, ganz falsche Auffassungen hat. Dieser Giftpfeil ist beim Gesicherten vom Stromeintritt an aus der Wunde gezogen, aber die Wunde ist noch da mit ihrer Empfindlichkeit (Anziehung und Abstoßung) auf der ganzen Bahn, welche der Giftpfeil gerissen hatte, und damit ist die Blendung noch nicht geheilt die überall da einen „Empfindlichen“ – ein Ich – vor spiegelt, wo der Giftpfeil eine Wunde gerissen hatte, die noch nicht verheilt ist. So sind in einem solchen noch die Triebe mit Anziehung und Abstoßung – aber jetzt als im Prinzip zutiefst Verneinte, im Geist Verworfenen. Darum gibt es für ihn auch noch nach dem Herausziehen des Giftpfeils die empfindliche schmerzende Wunde, aber durch die rechte Anschauung weiß der Geist, dass auch diese zur Heilung kommt.

Durch Eingedenksein und Klarbewusstsein  
zur Zügelung der Sinnesdränge

Er hat eine ganz andere Lebensauffassung und Seinsauffassung. Er ist von einem gewaltigen Maß von Leiden, Sorgen und Ängsten befreit. Während der Mensch, der mangels Eingedenksein kein klares Bewusstsein hat, die Einschränkung der Beachtung des Anscheins, d.h. der Quantitäten des Lebens geradezu als Gang in die Vernichtung ansehen muss, ist sie für den Klarbewussten das natürliche Lebenselement, das nach längerer Übung schließlich kaum einer Anstrengung mehr bedarf. Er wäre entsetzt, wenn er sich dabei ertappen würde, dass er die Sinnendinge ungezügelt in die Psyche einfließen ließe. Dafür gibt der Erwachte in M 152 folgende Darstellung:

*Da hat...ein Mönch mit dem Auge (dem innewohnenden Luger) eine Form gesehen – mit dem Ohr (dem innewohnenden Lauer) einen Ton gehört – mit der Nase (dem innewohnenden Riecher) einen Duft gerochen – mit der Zunge (dem innewohnenden Schmecker) einen Saft geschmeckt – mit dem Körper (dem innewohnenden Taster) eine Tastung getastet – mit dem Geist (dem innewohnenden Denker) einen Gedanken gedacht – und erfährt Erfreuliches, Unerfreuliches, Erfreuliches und Unerfreuliches. Bei dieser Erfahrung von Erfreulichem, Unerfreulichem, Erfreulichem und Unerfreulichem fühlt er sich gequält, beschämt und empfindet Abscheu davor. – So ist ein Übender auf dem richtigen Weg.*

(Man beachte, dass der Erwachte dies zu Mönchen sagt, denn es ist für im Haus Lebende in dieser Ausschließlichkeit ganz unmöglich. Aber gut ist es zu wissen, dass dies zur Heilsentwicklung auf der vorletzten Ebene gehört. Und wichtig ist es zu wissen, dass die heilende rechte Anschauung, wenn sie so stark im Geist verankert ist, dass es für diesen Geist kein schöneres und lockenderes Ziel als die Erlösung gibt – dass diese Anschauung ganz von selber zur konsequenten Zügelung der Sinnesdränge führt.)

Wo dieses Paar heilender Eigenschaften – Eingedenksein und Klarbewusstsein zunehmend das Leben begleitet, da ist es möglich, auch bei den akuten Angehungen die Sinnesdränge zu zügeln; denn auch einen in Eingedenksein und klarem Bewusstsein Fortgeschrittenen können noch akute Sinneserlebnisse stark bewegen aus der Wucht der Triebe, die von vielen Strebenden unterschätzt wird. Wie dann die Spanne zwischen der schon für ruhigere Lebensaugenblicke errungenen Fähigkeit zu Eingedenksein und Klarbewusstheit einerseits und dem akuten Ansturm von Wogen sinnlicher Angehungen andererseits mit einer gleitenden Skala von Hilfen überbrückt werden kann – von der Umlenkung der Aufmerksamkeit auf eine heilsamere Wahrnehmung – das zeigt der Erwachte im Einzelnen besonders in M 20. So ist Eingedenksein und klares Bewusstsein die ernährende Bedingung für die Zügelung der Sinnesdränge.

Die ernährende Bedingung für Eingedenksein  
und klares Bewusstsein ist  
auf die Herkunft gerichtete Aufmerksamkeit

So wie im verdorbenen Nahrungskreislauf als viertes Glied die Beachtung des Anscheins das Uneingedenksein und unklares Bewusstsein ernährt, so ernährt in der Reihe der Heilnahrung die auf die Herkunft gerichtete Aufmerksamkeit (*yoniso manasikāra*) Eingedenksein und klares Bewusstsein.

Mit der auf die Herkunft gerichteten Aufmerksamkeit dringt der Strebende in die geistig-seelischen Zusammenhänge vor, wodurch er erst zur eigenen *Erfahrung* der vom Erwachten gelehrten Wahrheit kommt. Daraus ergibt sich der dringende Wunsch, diesen Anblick möglichst immer zu bewahren, was nicht möglich ist. Die alten Geistesinhalte, die Alltagsdinge, überdecken wieder den rechten Anblick, aber wegen des Bewusstseins von der großen Wichtigkeit dieser Einsicht kommt es ihm öfter wieder in Erinnerung, sich noch einmal darum zu bemühen. Das ist die Spitze, der erste Anfang von

sati. Je häufiger man sich aber dann den Anblick wiederholt hat, um so stärker ist er im Geist eingepägt und assoziiert an falsche bisher gewohnte Anschauungen und tritt dann mehr oder weniger sofort als Korrektur auf, das ist Eingedenksein. Das Eingedenksein erinnert also im Anfang daran, dass wir die Möglichkeit haben, den entscheidend richtigen Anblick der Existenz uns wieder vor Augen zu führen, was wir dann mit auf die Herkunft gerichteter Aufmerksamkeit wieder tun. Hernach ist der rechte Anblick der Existenz, wenn auch nicht in der ganzen bereits erworbenen Tiefe, sondern etwas flacher, schon leichter zugänglich: Sobald man sich wieder seiner erinnert – Eingedenksein – kann man ihn sich sofort in dieser etwas flacheren Form vor Augen führen und kann dann durch weitere auf die Herkunft gerichtete Aufmerksamkeit ihn vertiefen, zu der bisher schon erworbenen Tiefe vordringen oder diese gar noch mehr vertiefen und verbreiten. Im Lauf der Zeit breitet sich das Eingedenksein noch mehr aus, auch insofern, als man fast während der ganzen Zeit, in der der rechte Anblick nicht gegenwärtig ist, von dem Eingedenksein ein leises unterirdisches Murren und Protestieren hört: „Du solltest doch, du wolltest doch, du weißt doch usw.“, so dass man sich immer häufiger und immer besser der Lehre erinnert und dann mit der auf die Herkunft gerichteten Aufmerksamkeit wieder den Zusammenhängen nachforscht.

Ein chinesisches Wort sagt: *Der Weise forscht nicht nach den Ereignissen, sondern nach der Entstehung der Ereignisse.* Man wird aus den Begebnissen des Alltags – soweit man hinter den Anschein zurückgeht und nach der wahren Herkunft forscht – immer mehr das vom Erwachten genannte Gesetz bestätigt finden, dass alles Tun und Lassen der Wesen in der Welt bestimmt wird von Anziehung, Abstoßung und Blendung. Bei solchem Anblick wird man weiser und gelassener, nachsichtiger, und immer mehr gewöhnt man sich daran zu sehen, dass alle Erscheinungen entsprechende Ursachen haben und genau entsprechend den Regulativen, die wir setzen, ablaufen müssen. Aus Wahn setzen wir falsche Regulative, aus

Nichtwahn, aus der Kenntnis der Zusammenhänge setzen wir rechte Regulative. Wer nicht weiß, nach welchen Gesetzen der Fluss der Erscheinungen so vorüberzieht, wie er vorüberzieht, der ist den Wechselfällen ausgeliefert. Wer aber immer mehr sieht, aus welchen Ursachen welche Wirkungen hervorgehen, der steht unverletzbar über der Situation. Er weiß, was morgen sein wird, weil er ja sieht, welche Bedingungen heute geschaffen werden. Ein solcher erwartet nichts mehr von der „Welt“, genauer: vom Weltanschein. „Welt“ ist nicht beharrendes Dasein, sondern ununterbrochenes Werden und Vergehen. Und die Herkunft von Welt ist nicht im Außen, ist nicht im Anschein, sondern *in eben diesem sechs Klafter hohen Körper mit Wahrnehmung und Geist/Gedächtnis ist die Welt enthalten, der Welt Entstehen, der Welt Ende und der zu dem Ende der Welt führende Pfad (A IV,45)*. Je mehr wir uns gewöhnt haben, je mehr wir fähig geworden sind, bei allen Erscheinungen in diesem Leben die Zusammenhänge zu sehen, auf die Ursachen zu achten, um so eindeutiger sehen wir immer wieder die gemeinsame Wurzel allen Elends. Das Elend tritt in tausend Formen und Farben auf, aber es hat eine einzige dreifältige Wurzel: Anziehung, Abstoßung und Blendung. Durch auf die Herkunft gerichtete Aufmerksamkeit sehen wir die Dinge nicht mehr verblendet, sondern schauen sie in ihrem wahren Wert. Deshalb schwinden in dem Maß, wie die Blendung aufgehoben wird, Anziehung und Abstoßung.

In M 2 fragt der Erwachte und antwortet selbst:

*Was muss erkannt sein zur Versiegung der Wollensflüsse/Einflüsse? Auf die Herkunft gerichtete Aufmerksamkeit und auf den Anschein gerichtete Aufmerksamkeit. Auf den Anschein gerichtete Aufmerksamkeit lässt neue Wollensflüsse/Einflüsse entstehen und lässt die alten erstarken; auf die Herkunft gerichtete Aufmerksamkeit lässt neue Wollensflüsse/Einflüsse nicht aufkommen und zerstört die alten.*

Die Richtung der Aufmerksamkeit – ob auf den Anschein gerichtet oder auf die Herkunft gerichtet – entscheidet darüber,

ob weiterhin der Wahn in die Nahrungskette einfließt und sie zum in sich ausweglosen verdorbenen Nahrungskreislauf macht oder ob durch Zurücktreten vom Wahn dieser verdorbene Nahrungskreislauf unterbrochen werden kann, so dass die Heilnahrung einfließen und die Giftwirkung – das Wundfieberdelirium Wahn – auflösen und die Krankheit von Geist und Gemüt heilen kann. So tief hinab reicht die Bedeutung des Wortes des Erwachten: *Aufmerksamkeit erzeugt alle Dinge.* (A X,58). Die Weichenstellung der Aufmerksamkeit auf Ansehen oder Herkunft – das ist die Weichenstellung zum Leiden oder zum Heil. Deshalb ist sie unvergleichlich mehr als nur eine intellektuelle Angelegenheit. Auf die Herkunft gerichtete Aufmerksamkeit führt nicht zu philosophischen Behauptungen über ein „Ich“ in einer „Welt“, sondern sammelt sich auf die Beobachtung des Daseins, wie es wirklich ist, nicht wie es scheint – eben so, wie es der Erwachte in den vier heilenden Wahrheiten gezeigt hat. Die vier heilenden Wahrheiten sehen – das ist die heilende Nahrung, die den verdorbenen Nahrungskreislauf aufhebt:

„Das ist das Leiden“ – so achtet er auf das wahre Sein der Dinge, erfährt die erste heilende Wahrheit. „Das ist die Ursache des Leidens“ – so achtet er auf die Herkunft der Dinge, erfährt die zweite heilende Wahrheit. „Das ist die Leidensauflösung“ – so achtet er auf die Herkunft der Dinge, erfährt die dritte heilende Wahrheit. „Das ist der zur Leidensauflösung führende Weg“ – so achtet er auf die Herkunft der Dinge, erfährt die vierte heilende Wahrheit.

*Das ist das Leiden – und zwar die fünf Zusammenhäufungen in ihrem Entstehen und Vergehen (M 141, D 22)* – das ist eine perspektivenlose Betrachtung der Dinge, wie sie wirklich sind. Während dieser Betrachtung bleiben die Neigungen des Herzens vorübergehend unbeachtet, der Mensch identifiziert sich nicht mit den fünf Zusammenhäufungen, sondern beobachtet sie und ist in diesem perspektivenlosen Anblick für den Augenblick der Betrachtung nicht treffbar. Und wenn er auf das feine Wohl dieser Untreffbarkeit und Unabhängigkeit,



das er so kennenlernt und das alles andere bisherige Wohl übertrifft, zu achten lernt, dann sehnt er sich allmählich danach und sucht dieses Erlebnis immer öfter herbeizuführen. Das führt allmählich zur Genesung. Deshalb ist die Wahrheit, die man sich durch solche Betrachtung – durch die auf die Herkunft gerichtete Aufmerksamkeit – erschließt, eine heilende Wahrheit. Dies gilt von allen vier Wahrheiten.

*Das ist die Ursache des Leidens – der Durst* – so achtet er auf die Herkunft des Leidens: Wer aufmerksam nach der Herkunft aller leidhaften Erscheinungen forscht, wird den Durst, das vielfältige dürstende Sehnen des Menschen nach immer erneuter Befriedigung, als die Ursache des Leidens erkennen. Nicht bleibt er bei dem Anschein hängen: „Diese böse Welt gewährt mir nicht, was ich ersehne“, sondern mit der auf die Herkunft gerichteten Aufmerksamkeit erkennt er, dass sein eigenes Ersehnen diese oder jene Dinge erst begehrenswert oder abstoßend macht.

Die dritte Wahrheit ergibt sich für den nach der Herkunft fragenden Menschen ganz von selbst aus der zweiten Wahrheit: Weil der Durst Antrieb ist für die dauernde Entwicklung von Leiden, darum kann nur des Durstes Auflösung zur Auflösung und endgültigen Heilung des Leidens führen, zur Löschung des Brandes, zum Nibbāna.

Die vierte Wahrheit, die der nach der Herkunft Forschende vom Erwachten oder dessen Schülern erfährt, ist die Erklärung darüber, wie und in welcher Reihenfolge dieser Durst, der Wiederdasein Säende, der alles Leiden Ausbrütende, aufgelöst werde.

Aber selbst wer die heilende Wahrheit begriffen hat, selbst der beachtet doch meistens im Schwung seiner alten Gewöhnung den Anschein: „O wie ist das schön“ oder „Der hat mich beleidigt“ usw. Überließe er sich dem, so flössen alle Arten von Einflüssen ein und würden den Wahn verstärken. Aber wer durch die Belehrung eines Erwachten einmal auf die Beachtung der wahren Herkunft hingelenkt worden ist, die offensichtlichen Daseinszusammenhänge in guten Augenblicken

gesehen hat, dem ist bei der Beachtung des Anscheins letztlich „nicht mehr ganz wohl“; es kommen ihm vor oder bei oder nach der Beachtung des Anscheins Bedenken. So ist auf die Herkunft gerichtete Aufmerksamkeit die ernährende Bedingung für Eingedenksein und damit auch für klares Bewusstsein.

Die ernährende Bedingung für die auf die Herkunft gerichtete Aufmerksamkeit ist Vertrauen

Was unter dem hier genannten Vertrauen zu verstehen ist, das zeigt sich am besten aus seiner „ernährenden Bedingung“, die im folgenden Abschnitt genannt wird: das Hören der rechten Lehre. Wer, wenn er die Lehren des Erwachten vernimmt, von dem Anhören oder Lesen sogleich oder allmählich den Eindruck gewinnt, dass man den hier vorgebrachten Aussagen über die inneren geistig-seelischen Zusammenhänge gründlicher nachgehen müsse – oder wer eine ihm zunächst selbst noch nicht ganz klare Zuneigung zu dem Gehörten und Gelesenen derart gewinnt, dass er sich nur immer mehr mit dieser Lehre beschäftigt und auf diesem Weg immer mehr in sie eindringt – bei dem hat sich das Vertrauen erwiesen und bewährt, denn er hat ja ganz nach dieser Ernährungsreihe durch das „Anhören“ der rechten Lehre“ das „Vertrauen“ gewonnen, das ihn immer mehr zu der tieferen auf die „Herkunft der Erscheinungen“ gerichteten Aufmerksamkeit gelenkt hat. Durch diese aber kommt er nun aus sich selbst zu immer tieferer Erfahrung der geistigen Zusammenhänge.

Es geht also nicht um ein blindes Glauben oder Vertrauen zu den Lehren wie in den Offenbarungsreligionen, sondern um ein geistiges Aufhorchen oder eine herzliche Zuneigung, die dazu führen, immer mehr davon zu hören, immer tiefer die geistig-seelischen Vorgänge bei sich zu beobachten, immer klarer die Ichlosigkeit hinter diesen gesamten Vorgängen zu erkennen und darum immer konsequenter an der Aufhebung und Einstellung aller jener Wollensdynamik zu arbeiten, die

klar und eindeutig als blind, mühselig, hilflos und darum peinlich durchschaut wird. Solches Vorgehen ist der sicherste Beweis für vorhandenes Vertrauen.

Solange aber ein solcher Mensch die Heilslehre nicht kennen gelernt hat, kann er nicht gut anders, als den Anschein zu beachten – sei es der platteste sinnliche Anschein, sei es der Anschein, den sich das geistige Ausspinnen und Ausgestalten, das gemeine oder edle Sinnen und Erwägen über den Anschein als „Ansicht“ gibt – als Philosophie, Religion, Weltanschauung oder als Wissenschaft. Die Gewohnheit, den Anschein zu beachten, ist von ungeheurer Wucht: Selbst den, der die Lehre schon anfänglich tief begriffen hat, reißt diese Wucht immer wieder mit, so dass er die Herkunft vergisst.

Aber wer auch schon vor seiner Begegnung mit der Lehre des Erwachten öfter und öfter auf seine geistig-seelischen Vorgänge aufmerksam geworden war, auf die unterschiedlichen Gemütsstimmungen, auf das unwillkürliche Aufkommen der verschiedenen Emotionen, wie Neid, Zorn, Wohlwollen, Mitempfinden usw., wer über den Wust seines ununterbrochen vor sich gehenden Denkens und den mannigfaltigen Willensimpulsen immer wieder besorgt den Kopf geschüttelt hat, weil er bei sich erfuhr und verspürte, dass diese ihn lenkten, nicht aber er diese, der gehört zu jener Art von Menschen, die, wenn sie die Lehre des Erwachten in richtiger Darstellung erfahren, sogleich mit großer Hoffnung und großem Vertrauen sich zuwenden, weil sie spüren, dass hier einer spricht, der diese Dinge kennt, ja, der sie beherrscht und der den Weg zeigt, sie zu beherrschen.

Wer so der Lehre eines Erwachten begegnet, der hat einen zwar oft noch verschütteten, aber nicht mehr zu beseitigenden neuen Maßstab in sich, an welchem sich von nun an alles Erleben misst, wodurch zumindest unterschwellig immer wieder eine Ahnung sich meldet, dass all das Erlebte „nicht so“ ist, wie es scheint (Sn 9-13), eine erfahrungsbegründete Ahnung, die ihn auf die Dauer nicht rasten lässt, bis er sich zu der wirklichkeitsgemäßen Anblicksweise durchgearbeitet hat. Das ist

der im Vertrauen bereits enthaltene Keim der auf die Herkunft gerichteten Aufmerksamkeit. Zugleich haben wir gesehen, dass ein Vertrauen, das die ernährende Bedingung für die auf die Herkunft gerichtete Aufmerksamkeit ist, nur auf das Vernehmen der Lehre eines Erwachten zurückgehen kann. Deshalb heißt das zweite Stadium der Heilnahrungsreihe:

Die ernährende Bedingung für das Vertrauen  
ist das Hören der rechten Lehre

Dieser Ernährungszusammenhang ist im Vorherigen schon mit beschrieben worden. Es geht ja hier bei dieser Wegweisung darum, aus dem anfangslosen Leidenswandel endlich und endgültig zur Befreiung zu kommen, nicht aber um irgendein Vertrauen, erst recht nicht um jene Vertrauensseligkeit, die allem Unbekannten, unter dem auch Gefährliches und Falsches sein kann, mit vollem Vertrauen begegnet – und dessen extremes Gegenteil das blinde Misstrauen allem Unbekannten gegenüber ist – sondern es geht um das Vertrauen zu einer Lehre, die die tiefsten und verborgensten Wurzeln der Leidenszusammenhänge aufdeckt – Wurzeln, mit denen wir zutiefst verankert sind durch unsere Ich-bin-Auffassung – es geht also um ein Vertrauen, das schwer zu finden ist bei solchen, die bisher mit ihrem zufälligen Leben zwischen Geburt und Tod zufrieden waren und keine darüber hinausgehenden Fragen gehabt hatten. Darum wurde vorhin schon gesagt, dass das entscheidende und ausreichende Vertrauen zu dieser aus den tiefsten und letzten Leidensgründen endgültig herausführenden Lehre nur in solchen aufsteigt, die auch schon vorher in sich selbst und bei sich selbst solche Fragen gestellt und gehegt haben, die sie nun in dieser Lehre beantwortet finden. Die Lehre eines Erwachten in ihrer Evidenz „hören“, heißt nicht nur akustisch hören, sondern auch ein „Ohr“ haben für ihre Besonderheit als die evidente Lehre von der Wirklichkeit, so dass sie – ungehemmt von den fünf Hemmungen und damit auch von der Hemmung des Wahns – einströmen kann und der

die Lehre Vernehmende von ihrem Strom ergriffen und zum Heil getragen wird. (vgl.M 43, Thag 168,349)

Dass einer so die rechte Lehre „hört“ – dieses „Wunder der Belehrung“ – kann nur von der Stimme eines Wahrheitkünders kommen (bzw. von schriftlicher Überlieferung). Deshalb heißt das erste Glied der heilenden Nahrungsreihe:

Die ernährende Bedingung für das Hören der rechten Lehre ist der Umgang mit auf das Wahre ausgerichteten Menschen

Das Pāliwort für „Umgang“, *samseva*, ist von *sevati* abgeleitet und umfasst nicht nur die unverbindlichen Formen des Umgangs, sondern – betont durch die Verstärkungssilbe *sam* – vor allem auch die nachhaltigen Formen des Umgangs bis hin zum „dienen“, „pflegen“, „verehren“ und – „Zuflucht nehmen“. Von dem Augenblick der „Verehrung“ oder „Zuflucht“ an beginnt die heilende Nahrungsreihe sich zu entfalten. Diese Entfaltung in der Reihenfolge, wie die heilende Nahrung einzunehmen und zu verarbeiten ist, legt der Erwachte nun als den Weg zur Erwachung dar. Dieser Methode der Darlegung sollen auch unsere weiteren Erläuterungen folgen: Während wir im vorigen Kapitel die ernährenden Bedingungen von der Erlösung durch Wahrwissen sozusagen aus der Sicht des Arztes von der Erlösung her zurückverfolgt haben, soll nun die praktische Reihung der heilenden Nahrungen kurz zusammenfassend und mehr aus dem Blickwinkel des Patienten, des leidenden, heilungsuchenden Menschen, betrachtet werden.

Der Umgang mit auf das Wahre ausgerichteten  
Menschen und seine heilenden Folgen  
veranschaulicht am Gleichnis vom Regen im Gebirge

*Der Umgang mit auf das Wahre ausgerichteten Menschen, ihr Mönche, einmal zustande gekommen, führt zum Hören der rechten Lehre. Das Hören der rechten Lehre, einmal zustande gekommen, führt zum Ver-*

*trauen. Das Vertrauen, einmal zustande gekommen, führt zu der auf die Herkunft gerichteten Aufmerksamkeit. Die auf die Herkunft gerichtete Aufmerksamkeit, einmal zustande gekommen, führt zu Eingedenksein und klarem Bewusstsein. Eingedenksein und klares Bewusstsein, einmal zustande gekommen, führen zur Zügelung der Sinnesdränge. Zügelung der Sinnesdränge, einmal zustande gekommen, führt zur dreifach schlicht gewordenen Lebensführung. Die dreifach schlicht gewordene Lebensführung, einmal zustande gekommen, führt zu den vier Satipatthāna-Übungen. Die vier Satipatthāna-Übungen, einmal zustande gekommen, führen zu den sieben Erwachungsmitgliedern. Die sieben Erwachungsmitglieder, einmal zustande gekommen, führen zu Erlösung durch Wahrwissen. Das also ist die ernährende Bedingung von Erlösung durch Wahrwissen, und so kommt sie zustande.*

*Gleichwie, ihr Mönche, wenn es oben im Gebirge stark regnet, das Wasser beim Hinabfließen die Bergschluchten, Klüfte und Rinnen füllt, die vollen Bergschluchten, Klüfte und Rinnen aber die kleinen Teiche füllen, die gefüllten kleinen Teiche die Seen, die vollen Seen die Flüsse, die Flüsse die Ströme füllen und die Ströme das Meer; ebenso auch, ihr Mönche, führt der Umgang mit auf das Wahre ausgerichteten Menschen, einmal zustande gekommen, zum Hören der rechten Lehre;... führen die sieben Erwachungsmitglieder, einmal zustande gekommen, zur Erlösung durch Wahrwissen. Das also ist die ernährende Bedingung von Erlösung durch Wahrwissen, und so kommt sie zustande.*

Der Erwachte verwendet hier für das Wirken der heilenden Nahrung das gleiche Gleichnis wie für das Wirken der verdorbenen Nahrung: das Gleichnis vom Regen bis zum Ozean. Aber nun geht es um die Heilsentwicklung.

Wenn es oben im Gebirge stark regnet, dann füllen sich nach und nach mit Wasser: die Bergschluchten, Klüfte, Rinnen, Teiche, kleinen und großen Seen, die Flüsse, die Ströme bis zum Meer. So auch füllt sich, gespeist durch die Belehrung durch Kenner der Lehre, unser Geist und Herz immer mehr mit der heilenden Lehre an und reißt uns zu fortgesetzter Pflege der Glieder der heilenden Nahrungsreihe immer weiter hin zur Ablösung von allem Erbärmlichen und Begrenzten, bis der unermessliche Ozean, das Nibbāna, erreicht ist.

Dieser aus der Anfangslosigkeit des Leidens über eine endliche Strecke zur Leidfreiheit, zur Löschung des Daseinsbrandes, zum Nibbāna führende Heilungsverlauf beginnt damit, dass aus der Wolke der auf den Menschen sich ständig ergießenden Erlebnisse etwas ganz anderes herabkommt als die Regenfluten des Wahns in Gestalt der Begegnungen mit nicht auf den Wahn gerichteten Menschen: die Begegnung mit der Stimme eines Erwachten.

Der Umgang mit auf das Wahre gerichteten Menschen,  
einmal zustande gekommen, führt zum Hören  
der rechten Lehre

Für die rechte Anschauung nennt der Erwachte in M 43 zwei Bedingungen: die Stimme des anderen und die – erst unter ihrer Anleitung mögliche – auf die Herkunft gerichtete Aufmerksamkeit. *Die Stimme eines anderen* – das ist, wie wir gesehen haben, der Umgang mit erfahrenen Heilskundigen, durch die wir immer wieder die Lehre und ihre Maßstäbe hören, und auf die Herkunft gerichtete Aufmerksamkeit – das ist das Wiederfinden, Bedenken und Nachprüfen des Gehörten in der eigenen Existenz statt den Anschein zu beachten.

Umgang pflegen mit auf das Wahre gerichteten Menschen (*sappurisa samseva*) bedeutet also hier nicht, mit guten, edlen Menschen zusammen sein, sondern solche Menschen aufsuchen, die die Existenz durchschauen, und von ihnen die Lehre hören. Zur Zeit des Erwachten gab es Tausende von Stromein-

getretenen und darüber hinaus Einmalwiederkehrer, Nichtwiederkehrer und Heilgewordene. Diese nur sind *sappurisa*.

Wer kann uns heute sagen, welcher unserer Mitmenschen ein solcher *sappurisa* ist? Mit solchen Begegnungen können wir schwerlich noch rechnen. Wir haben aber die erforderliche „Stimme eines anderen“ in den Hunderten von Lehrreden des Erwachten. Diese Lehrreden sind von dem gesprochen worden, der nicht nur den Stromeintritt, sondern das höchste Heil gewonnen hat – und dies aus eigener Kraft –, der vollkommen erwacht ist aus dem Daseinstraum und der fünfundvierzig Jahre seines Lebens benutzt hat, um Menschen, die das Vertrauen haben, zu unterweisen über das anfangslose daseinsdurstbedingte ununterbrochene Zusammenhäufen der fünf Zusammenhäufungen und über den achtgliedrigen Übungsweg, der dem schier anfangslosen Wahnsinn und Leiden ein Ende macht. Wenn der Mensch sich nun der rechten Belehrung aussetzt durch die Lehrreden und mit Menschen umgeht, die ebenfalls die Nachfolge nach den ursprünglichen Lehrreden als ihre Zuflucht erkannt haben, dann befindet er sich in dieser heilsamen Entwicklung, denn er hört und liest mehr und mehr rechte Lehre und entwickelt sich mit den Gleichgesinn-ten und Geichstrebenden mehr und mehr zu auf das Wahre gerichteten Menschen. So müssen – und können – wir uns heute helfen, denn wir leben nicht unter den glücklicheren Umständen von damals.

Das Hören der rechten Lehre, einmal zustande gekommen,  
führt zum Vertrauen

Wer die Belehrung aus den alten Reden aufnimmt, sie mehr und mehr zur Kenntnis nimmt und eine innere Nähe zu ihr empfindet, ein inneres Angezogensein, Vertrauen, der wird jetzt achtgeben, dass er nicht mehr auf den Anschein hereinfällt, sondern die Dinge in ihrer wahren Beschaffenheit erkennt. Je gründlicher er so vorgeht, desto öfter erlebt er, dass er in der Existenz die Lehre und in der Lehre die Existenz



wiederfindet, dass da, wo er Zweifel hatte, nicht die Lehre „schuld“ war, sondern seine falsche Blickweise und Denkge-  
wohnheit, seine „Kompliziertheit“, und dass mit deren Abbau  
sein Blick immer klarer, das Feld, auf dem er die vollkomme-  
ne Widerspruchsfreiheit und „Stimmigkeit“ der Lehre selber  
erfährt, immer weiter wird. So ernährt das Hören der Lehre  
das Vertrauen bis hin zur Stärke der *unerschütterlichen Zuver-*  
*sicht*, welche als Kennzeichen dessen genannt wird (S 55,1),  
der die Frucht des Stromeintritts gewonnen hat.

Das Vertrauen, einmal zustande gekommen,  
führt zu der auf die Herkunft gerichteten Aufmerksamkeit

Von diesem gesicherten Vertrauen bewegt, tritt ein solcher  
von der Beachtung der blendenden sinnlichen Wahrnehmung  
immer mehr zurück und versucht, die vernommenen geistigen  
Zusammenhänge zu beobachten und zu ergründen. Das ist die  
auf die Herkunft gerichtete Aufmerksamkeit, die trotz aller  
triebbedingten angenehmen und unangenehmen Empfindun-  
gen still nüchtern nur den Gegebenheiten nachforscht. In dem  
Maß, wie es ihm gelingt, erwirbt und vertieft er die rechte  
Anschauung. Er wird zwar noch geblendet von den Eindrü-  
cken, aber er weiß: das ist Bedingtes, Gesätes. Wenn ich jetzt  
nicht mit viel Triebhaftigkeit dazu Stellung nehme, nicht da-  
rauf angezogen oder abgestoßen reagiere, dann werde ich im-  
mer freier. So achtet er auf die Herkunft – auf das Wirken, das  
vom Denken gesteuert ist: *Vom Geiste gehn die Dinge aus.*  
(Dh 1)

Die auf die Herkunft gerichtete Aufmerksamkeit,  
einmal zustande gekommen, führt  
zu Eingedenksein und klarem Bewusstsein

Da die auf die Herkunft gerichtete Aufmerksamkeit ein Be-  
mühen ist, unabgelenkt von den Wahrnehmungen den Dingen  
auf den Grund zu gehen, so bewirkt die dadurch vertiefte rech-  
te Anschauung im Lauf der Zeit gerade von selber die Ent-

wicklung von Eingedenksein und klarem Bewusstsein, weil man das Bedürfnis spürt, sich der rechten Anschauung immer wieder zu versichern und sein Tun und Lassen, sein Denken und Empfinden von Fall zu Fall mit dem Maßstab der rechten Anschauung zu vergleichen. So ist die auf die Herkunft gerichtete Aufmerksamkeit anfänglich noch ohne Eingedenksein, aber im Lauf der Zeit kommt es immer häufiger auf, bis es gegen Ende der gesamten Heilsentwicklung geradezu beständig anwesend ist. Denn im Lauf der Zeit nehmen all die Erscheinungen, die die auf die Herkunft gerichtete Aufmerksamkeit und Eingedenksein verhindern, die blendenden Wahrnehmungen, die starken Gefühlsschwalle und das Vorwiegen des falschen Weltbildes mit falschen Wertmaßstäben immer mehr ab, und jene beiden Grundhaltungen treten häufiger und leichter auf, halten sich länger, bis sie zuletzt ununterbrochen sind. Dann ist der Heilsstand erreicht.

Der Kenner der Lehre, der in der Entwicklung zum Strom-eintritt ist, sieht die Dinge der Welt, aber er lebt nicht davon, er lebt von der Wahrheit, von der Beachtung der Grundlagen, der Herkunft, vom Anblick der Wahrheit. Immer wieder besinnt er sich darauf, weil er merkt, dass ihm dann am wohlsten ist. Dann ist er sofort auf einem Eiland, das vom Tod gar nicht berührt werden kann. So ernährt die auf die Herkunft gerichtete Aufmerksamkeit Eingedenksein und klares Bewusstsein. Ein solcher sieht, hört, riecht, schmeckt, tastet zwar, aber er steht klarbewusst in einer feinen Distanz darüber. Deshalb heißt es:

Eingedenksein und klares Bewusstsein,  
einmal zustande gekommen,  
führen zur Zügelung der Sinnesdränge

Auf einer solchen Grundlage – dem Umgang mit auf das Wahre ausgerichteten Menschen, dem Hören der rechten Lehre, Vertrauen, Eingedenksein und klarem Bewusstsein – wird

Zügelung der Sinnesdränge als Grundhaltung nicht als Last empfunden, sondern als eine unsägliche Entlastung.

Der die Sinnesdränge Zügelnde wandelt – anders als der nur Tugendhafte – in einem von außen ganz unabhängigen und daher ungetrübten inneren Frieden, in dem er unabgelenkt sich weiter auf das Heilsame und Unheilsame besinnen, weiter um die Gewinnung des Heilsamen und die Überwindung des Unheilsamen ringen kann.

So hebt die Zügelung der Sinnesdränge – konsequent und gründlich durchgeführt – alle Trübungsmöglichkeiten, Abhängigkeiten und Störbarkeiten des inneren Friedens auf. Damit werden große innere Kräfte frei für den Kampf um die fortschreitende Läuterung.

Und da der Kämpfende nicht nur über die fünf nach außen gerichteten Sinnesdränge, sondern ganz ebenso über sein Denken wacht, so wird das Denken eines solcherart sich Übenden stiller und leerer an Welt und wird eben dadurch immer bereiter für das Über-der-Welt-Stehen, für das Wirken auf dem „väterlichen“ Gebiet.

Wo er mit äußeren Dingen konfrontiert wird, da ist ihm eigen die innere Haltung des Loslassens. Da wird er nicht von den jeweiligen Objekten fasziniert und ist nicht damit beschäftigt, seine vielfältigen Wünsche zu erfüllen. Insofern erfährt er durch die Erfüllung dieser heilenden Zügelung der Sinnesdränge ein inneres ungetrübtes Glück. (M 38)

Auch die Begegnungen eines solchen mit seinen Mitwesen sind immer weniger belastet von materiellen Interessen, von sinnlichen Bedürfnissen. Denn er hat auf das Heile gesetzt. Deshalb kann er, wenn Lebewesen an ihn herantreten, auf sie im Denken, Reden und Handeln viel unbelasteter und dadurch einführender eingehen. So wird sein ganzes Leben allmählich entspannter, leichter, schlichter. Deshalb heißt es:

Die Zügelung der Sinnesdränge, einmal zustande gekommen,  
führt zur dreifach schlichten Lebensführung

Die dreifach schlichte Lebensführung, die nicht mehr von dem Willen zum Eingreifen getrieben ist, kann nur sein, wenn man von den Begegnungen mit den Sinnendingen, mit Menschen, mit Geistern, selbst höchsten – überhaupt von Begegnungen nichts mehr erwartet. Man will aus allen Begegnungen, den Resten des früheren Wirkens, herauskommen. Man flieht aber nicht die Menschen – da man ja weiß: „Wohin ich auch fliehe: mich nehme ich doch immer mit.“ Man weiß zwar: Allein kann man viel feiner nachdenken. Aber wo Begegnung ist, da ist man gerade wegen der Unbelastetheit von materiellen Interessen und Geltungsdrang offen für diese Begegnung, offen für den anderen, und doch verliert man sich nicht an sie, sondern man steht klarbewusst mit seiner Einsicht in der Situation ohne eigene Anliegen. Um so mehr sieht man die Anliegen des anderen, um so mehr kann man glättend, beschwichtigend, lösend antworten. Das ist ein Ablösen von der Gefangenschaft im immer wieder erneutem Wechsel von Geborenwerden und Sterben, Geborenwerden und Sterben. Diese stillere Haltung gelingt durchgängiger nur dann, wenn die drei Wurzeln aller unheilsamen Dinge, Anziehung, Abstoßung und Blendung, schon erheblich gemindert sind. Auf dem Weg dahin sind die im Dasein haltenden zehn Verstrickungen schon teils aufgehoben, teils erheblich dünner geworden, und gleichzeitig ist durch lange Übung die Fähigkeit zum Lockern der restlichen Verstrickungen immer größer geworden, so dass die fünf Hemmungen immer durchgängiger und immer leichter aufgehoben werden und zumindest die beiden ersten von ihnen – weltliches Begehren und Antipathie bis Hass – schließlich überhaupt nicht mehr vorhanden sind. Darum werden hier die fünf Hemmungen gar nicht mehr ausdrücklich genannt, die im verdorbenen Nahrungskreislauf die ernährnde Bedingung für die dreifache gewöhnliche Lebensführung sind; denn während der Normalzustand eines Menschen, der in der dreifach ge-

wöhnlichen Lebensführung befangen ist, aus dem Verstricktsein in die fünf Hemmungen besteht, ist der Normalzustand eines solchen das Klarbewusstsein, und das Vorhandensein von Hemmungen ist ein Ausnahmezustand, den er ohne größere Mühe rasch überwinden kann. Ein solcher ist nun reif für die Übungen, welche die Verstrickungen ganz lösen sollen.

Die dreifach schlichte Lebensführung,  
einmal zustande gekommen,  
führt zu den vier Satipatthāna-Übungen

Die vier Satipatthāna-Übungen sind die vorletzten Übungen zur Erreichung des Nibbāna. Sie werden noch durch die sieben Erwachungsglieder überhöht, aus welchen dann Wahrwissen und Erlösung hervorgehen. Den Satipatthāna-Übungen kann man im Verständnis und im Darlegen nur in dem Maß gerecht werden, als man sich zu der dazu erforderlichen Reife entwickelt hat. Darum braucht sich kein Leser Sorgen zu machen, wenn ihm die kurze Schilderung dieser Übungen heute noch nicht viel sagt. Das kann gar nicht anders sein, wie gerade der aufmerksame Leser aus dieser Beschreibung erkennen wird. Gerade die hier besprochene Lehrrede A X,62 zeigt, dass tiefgehende Übungen und Wandlungen des Menschen vor dem Eintritt in die Satipatthāna-Übungen vor sich gegangen sein müssen: Stärkung des Vertrauens zur Lehre aus Erfahrung ihrer Gültigkeit durch auf die Herkunft gerichtete Aufmerksamkeit, Eingedenksein der Lehre als ständiger Begleiter und Klarbewusstsein. In diesen vorbereitenden Übungen geht es darum, sich durchgehend des Traumcharakters der Existenz bewusst zu sein, der Entstehungsbedingungen dieses Traums, der Bedingung zu deren Aufhebung und des dahin führenden Wegs, also der vier Heilenden Wahrheiten.

Auf dieser Basis erst sind Zügelung der Sinnesdränge und die darauf beruhende dreifache schlichte Lebensführung durchgehend möglich. Natürlich führt die dreifache schlichte Lebensführung nicht zwangsläufig zu den Satipatthāna-

Übungen. Aber wer den Weg bis hierher gegangen ist und zu dieser inneren Ruhe gereift ist, welche mit der dreifach schlichten Lebensführung über den Menschen kommt, der hat damit erst die Voraussetzungen gewonnen, diese vierfache Übung, die so oft missverstanden und mit *sati* verwechselt wird, richtig durchzuführen und damit auch zu dem Ergebnis zu kommen, das der Erwachte dem, der sie übt, verheißt, das aber noch keiner, der ohne die hier vom Erwachten beschriebene Reife an die Übung heranging, an sich erfahren hat. In dem einleitenden Text der grundsätzlichen Lehrrede über die vier Satipatthāna-Übungen (M 10) sagt der Erwachte immer wieder, dass diese Übungen nur *nach Verwindung weltlichen Begehrens und Bekümmerns* durchgeführt werden können. Was das bedeutet, das ist mit den bisherigen sechs Stadien der heilenden Nahrungsreihe aufgezeigt. Nun erst, nach Durchschreiten dieser sechs Stadien, kann einer während der Übung das vom Erwachten in derselben Rede immer wieder als Kennzeichen für die erfolgreiche und sinnvolle Durchführung der Übung genannte Ergebnis erreichen ...*und uneingepflanzt verharrt er und nichts in der Welt ergreift er.*

Die meisten derer, die sich eine Zeitlang ernsthaft mit der Übung befasst haben, haben auch um so tiefer erfahren, dass die für die richtige Durchführung der Übung erforderliche Aufmerksamkeit eine tiefe innere Ablösung von dem gesamten weltlichen Geschehen erfordert, eine Ablösung, die nicht nur für die Stunde oder die Tage der Übung aufgebracht werden muss, sondern die, wie hier die vorausgegangenen sechs Etappen zeigen, zum Wesen des Menschen geworden sein muss, das sich in Gesinnung und Verhalten verwurzelt. Deshalb sagte der Erwachte einem Mönch, der um Anleitung bat:

*Sobald bei dir das Verhalten (sīla) gut geläutert und die Anschauung (ditthi) eindeutig klar und fest ist, dann kannst du, Mönch, auf das Verhalten gegründet, im Verhalten gefestigt, die vier Satipatthāna Übungen dreifach entfalten (nämlich nach innen, nach außen und nach innen und außen zugleich). (S 47,3)*

Dabei wird hier, wie die Lehrrede deutlich sagt, unter den *sīla*, die die erforderliche Voraussetzung für die fruchtbare Sati-pathāna-Übung bilden, die dreifache schlichte Lebensführung verstanden, die also unvergleichlich stiller ist als alles, was vom normalen Menschen, der die *sīla* innehält, erwartet werden kann.

Der normale Mensch und auch der schon weitgehend nach der Lehre Geschulte ist mit seinen Sinnen nach außen gewandt. Er denkt über die erfahrenen Dinge nach, setzt sich ständig mit der Welt auseinander. Und auch wenn ihm öfter einfällt, dass das Heil nicht gewonnen wird durch Auseinandersetzung mit der Welt, sondern durch Schlichtung der gesamten Beziehungen bis zu ihrer Aufhebung, so ist die Gewohnheit eben doch noch fast dieselbe, und nur durch langjährige wiederholte, tiefe meditative Betrachtung der Nichtigkeit dieses gesamten äußeren Geschehens (vgl. die sog. *saññā-Übungen*, z.B. A X,60), das durch Stellungnahme dazu bloß immer wieder sinnlos angetrieben und variiert wird, tritt im Lauf der Zeit ganz allmählich eine gewisse Zurückhaltung ein und hernach eine gewisse Beruhigung. Ein solcher erst hat weltliches Begehren und Sorgen verwunden und hat Übergänglich schon mehr und mehr den Werkzeugcharakter der Körperlichkeit und das Gewoge seiner Motive und Gedanken entdeckt und beobachtet. So wie der normale Mensch sich hauptsächlich mit der äußeren Welt auseinandersetzt, so ist ein solcher allmählich immer mehr dazu übergegangen, jene Erscheinungen, die da geschehen, wo man oberflächlicherweise „Ich“ sagt – eben den Körper in seiner Werkzeughaftigkeit, das Auf und Ab der Gefühle, die verschiedenartigen Anwendungen des Herzens – zu beobachten, zu entdecken und mehr und mehr zu erkennen. Darum ist er nun auch in der Lage, diese Betrachtung fast zum einzigen Gegenstand seiner Aufmerksamkeit zu machen. Indem ihm diese Übungen an den ersten der drei vom Erwachten genannten vier Objekte (Körper, Gefühle, Herzensbewegtheit) immer besser gelingen, da füllt sich gerade durch diese Beobachtung sein Geist immer

mehr mit dem Wissen um diese Erscheinungen. Damit werden die letzten Reste weltlichen Dichtens und Trachtens aufgehoben, so dass er nun auch immer fähiger wird, bei den auftretenden Erscheinungen über diese Erscheinungen zu wachen, weil diese nun fast alle nur noch Erscheinungen sind, die die Stadien der Befreiung betreffen.

Die vier Satipatthāna-Übungen führen zu  
den sieben Gliedern der Erwachung

Vom Stadium des Stromeintritts ab ist der Übende in zunehmender Erwachung. Er hat die Nicht-Ichheit begriffen, so dass er von allem Formhaften, von Gefühl, Wahrnehmung, von allen Aktivitäten und erst recht von der Gewöhnung daran im Grunde nichts mehr erwartet, sondern nur die unverletzbar heile Situation anstrebt, in welcher auch die letzten Wandlungen und die zartesten Leidensformen überwunden sind. Ein solcher Mensch übt Selbstbeobachtung auf die Erwachung hin und erwirbt damit *sati* als Erwachungsglied. Nur ein solcher unterscheidet bei all seinem Beobachten sofort mit still-klarer Konsequenz, ob das Beobachtete jenem fünffachen vergänglichen Leidigen angehört – und dann erfolgt eine klare, ruhige Abwendung – oder ob es zu den zu der Erwachung, dem Nibbāna führenden sieben Gliedern gehört –dann tritt so lange keine Abwendung ein, als das jeweils beobachtete Erwachungsglied noch nicht so vollkommen reif geworden ist, dass es Zeit wäre, es im Weitersteigen zur nächsten Stufe, dem nächsten Erwachungsglied, fortschreitend zu verlassen. Bei all dem ist er immer eingedenk: *Es gibt noch eine höhere Freiheit*. Nur ein mit diesem Maßstab durchgeführtes, von diesem Maßstab geleitetes Beobachten und Üben führt auf die Erwachung hin und verleiht dem Leben den endgültigen Sinn: sich auf die Befreiung auszurichten, den der Erwachte einmal in den Satz gefasst hat: *Der Kern aller Dinge ist die Erlösung*. (A X,58) Nur eine solche *sati* ist das erste Glied der Erwachung,



und nur aus der so beschaffenen sati können die sechs anderen Glieder der Erwachung hervorgehen.

### Die sieben Glieder der Erwachung führen zur Erlösung durch Klarwissen

Über die sieben Erwachungsglieder wie auch über die anderen Heilsnahrungen könnte Gültiges natürlich nur von solchen gesagt werden, die diese Entwicklung an sich erfahren haben, also zur Erwachung gelangt sind, Heilgewordene sind. – Wir aber müssen uns beschränken auf das, was in den Lehrreden darüber gesagt ist und was ein allmählich gewachsenes Verständnis für die aus der Heilsentwicklung hervorgehenden inneren Wandlungen in vorsichtiger Einfühlung sich vorstellen und denken mag. Da zeigen nun die Reden eindeutig, dass die Entwicklung der Erwachungsglieder nicht etwa jetzt erst beginnt, sondern schon weit früher.

In M 117 wird aufgezeigt, dass schon zur Gewinnung des entscheidenden Heilsanblicks, der zum Stromeintritt führt, das zweite Erwachungsglied gehört – es wird da ausdrücklich mitgenannt –, und das kann ja auch gar nicht anders sein, denn die zur Erwachung führende Anschauung hat ja Erwachungscharakter. Aber während das zweite Erwachungsglied (und damit natürlich auch das erste) im Anfang immer nur gelegentlich für Augenblicke, eben für die Wiederholung des befreienden Anblicks des Todlosen zur Verfügung steht und bald wieder überdeckt wird mit den gewohnten Vorstellungen, so sind diese mit den weiteren Erwachungsgliedern jetzt schon erheblich ausgebildet, so dass es nun um ihre endgültige Vollen- dung geht, woraus sich die Erwachung vollendet.

Was sich in diesen sieben Gliedern entfaltet, das sind darum schon nicht mehr Stufen zur Erwachung, sondern es ist die Erwachung selbst, die mit dem ersten Erwachungsglied – sati – einsetzt, dem Augenblick, in welchem der bisher immer flacher Schlafende, immer heller und beschwerloser Träumende – nachdem bereits die Weckrufe des Erwachten vielfach in

seinen Traum gedungen waren – ein Augenlid einen ersten Spalt breit öffnet und so vom Stromeingetretenen zum Sehenden zu werden beginnt.

Das zweite Glied der Erwachung, Ergründung der Wahrheit, bedeutet, dass einer aus dem Stadium dessen, der die *offensichtliche, zum Selbersehen einladende* Lehre gehört und begriffen und in seinem Leben bestätigt gefunden hat, nun in das Stadium des rundum „Selber Sehenden“ zu treten beginnt. Das erst ist „Lehrergründung“ oder „Wahrheitsgründung“. Es bedeutet, dass man durch die gesamte beschriebene Vorgehensweise und Entwicklung die existentiellen Zusammenhänge nun unmittelbar erfährt, die Wirklichkeit unmittelbar erkennt, selber geradezu „schmeckt“, ohne erst lange den Riegel des Wahns, *avijjā, entfernen* (s.M 23) zu müssen. Eine solche Wahrnehmung nennt der Erwachte *sacca saññā*, d.h. Wahrheitswahrnehmung. Aber wie gesagt tritt der allererste – sporadische – Anfang dieser ersten Erwachungslieder auch schon mit dem allerersten Anfang des endgültigen, unverlierbaren Heilsverständnisses ein, nimmt im Lauf dieser Entwicklung immer mehr zu, um sich jetzt zu vollenden.

Aus dieser so erwachsenen Sicherheit geht das dritte Erwachungsglied hervor: „Tatkraft“ oder „Energie“ (*virīya*). Es ist eben so mit der geistigen Verfassung des Menschen beschaffen, dass er in dem gleichen Maß Tatkraft und Energie für ein Unternehmen entwickelt, als er über den lohnenden, nützlichen, guten Charakter der Sache volle Sicherheit und Zuversicht hat. Aller Mangel an Tatkraft kommt aus Unentschiedenheit; alle Unentschiedenheit kommt aus Unklarheit. Je klarer aber einer sieht, dass dies der beste Weg zu den besten Zielen ist, um so mehr wächst ihm die Tatkraft, und um so machtvoller und unwiderstehlicher schreitet er vorwärts. Aber was hier geschieht als das Sich Vollenden des dritten Erwachungslieds bei einem bis zu diesem Grad der Entwicklung, bis an das Tor zur Vollendung Gelangten, das sieht für Außenstehende nicht mehr nach machtvollm und unwiderstehlichem Vorwärtsschreiten aus. Es sind hier keine großen oder groben Wider-

stände mehr mit „Energie“ zu überwinden, vielmehr geht es hier um eine völlig ungetrübte Entschiedenheit, die sich bei nichts Gewordenem, bei nichts Bedingtem mehr aufhält. Es geht um die allerletzten Lösungen – nicht mehr von festen Verhaftungen, sondern von leisen Nachwehen.

Ging es vorher um die Ablösung von diesem und von jenem, also zugunsten der Freiheit und Unverletzbarkeit um die Ablösung von der in der Abhängigkeit haltenden „Befriedigung“ (*nandi*) durch Habenwollen oder Seinwollen, so bleibt nun, nachdem alle Objekte der Befriedigung losgelassen sind und die Freiheit schon geradezu im Griff liegt, nur noch die Ablösung von der inneren altgewohnten Haltung der Befriedigung selbst übrig, die bei einem solchen schon weitgehend gelockert ist. Es geht darum, sich in seiner Unabhängigkeit von allem Gewordenen und damit auch in seiner Unabhängigkeit von einer Befriedigung über diese Unabhängigkeit – unabhängig vorzufinden.

Es hat wenig Zweck, über die weiteren Erwachungsglieder zu reden und zu schreiben – wir sehen, dass der Erwachte es selbst auch nicht tut. Diese Entwicklungsphasen wollen erreicht und erworben werden, dann werden sie erfahren. Aber wir verstehen leicht, dass nach diesem dritten Erwachungsglied, dem letzten, das noch irgendwie mit Tun zusammenhängt, nun nur noch eine Kette von Reifung und Ernte hervorgeht.

Die geistige Beglückung (*pīti*) als Erwachungsglied ist eine andere, eine stillere und tiefere als die geistige Beglückung, die aus der Entwicklung der *sīla* zu innerer Hochherzigkeit hervorgeht.

Ebenso ist die Gestilltheit (*passaddhi*) als fünftes Erwachungsglied des bis hierhin Entwickelten ein anderes Gestilltsein als das desjenigen, der zum ersten Mal durch die nach innen reißende *pīti* von der körperlichen Sinnestätigkeit abgelenkt wird. Denn dieser hier, der am Tor zur Erwachung steht, ist von der Sinnestätigkeit weitgehend entwöhnt, und seine

Stille erstreckt sich über alle Regungen von Körper, Geist und Herz.

Ebenso ist es mit der weltunabhängigen Herzenseinigung (*samādhi*), dem sechsten Erwachungsglied. Der hierhin Gelangte ist *samādhi* gewöhnt und hat die *samādhi*-Formen des ersten und zweiten Grads der weltlosen Entrückungen, die noch ohne Eingedenksein und Klarbewusstsein sind, längst hinter sich. Sein *samādhi* ist der tiefe des dritten oder vierten Grads. Ihm kann es nicht geschehen, dass er nach der Rückkehr aus diesen Entrückungen noch wieder in die Welt zurückfände und dort dieses oder jenes suchte. Diese vollkommen weltunabhängige Herzenseinigung ist erst erreicht, wenn das Brennen der Sinne, das den normalen Menschen ständig reizt wie den Aussätzigen seine Wunden, nicht nur vergessen, sondern aufgelöst ist.

So münden geistige Beglückung und Stillwerden aller Bewegtheiten in gleitenden Übergängen in die weltunabhängige Herzenseinigung der letzten Grade ein, und dieser *samādhi* ist das Erlebnis des stillsten Friedens nach vollständigem Zur-Ruhe-Kommen alles nach „außen“ und „innen“ gerichteten Dichtens und Trachtens und überhaupt alles Suchens und Drängens. Es ist die gewohnt gewordene Erfahrung von Wohl und Frieden in vollkommener Unabhängigkeit von irgendetwas, in vollkommener Freiheit. Es ist das Wohl des unmittelbaren Soseins des reinen und beruhigten Herzens.

Ist dieser durch Unabhängigkeit von allem, also durch nichts bedingte Friede zu einem vertrauten Zustand geworden, so geht daraus das siebente Glied der Erwachung hervor: Gleichmut (*upekhā*), der durch nichts mehr zerstört werden kann.

Wer nur der Welt gegenüber Gleichheit bewahrt, der kann durch überweltliche Dinge aus dem Gleichmut herausgerissen werden. Darum ist ein solcher Gleichmut kein Erwachungsglied. Wer dieser Welt und jener Welt gegenüber Gleichheit bewahrt, der mag durch den Anbruch der Weltlosigkeit vom Gleichmut abkommen. Darum ist auch ein solcher Gleichmut

kein Erwachungsglied. Wer aber seinen Gleichmut auch über alle Weltlichkeit und Weltlosigkeit ausgebreitet hat, wer bei Erscheinen und Nichterscheinen von Formen, bei Erscheinen und Nichterscheinen von Gefühlen und Wahrnehmungen in seinem Gleichmut unbewegt bleibt, weder vom Erscheinen noch vom Nichterscheinen von Formen, Gefühlen und Wahrnehmungen sich gedrängt oder bewegt fühlt zu irgendeiner Art von Aktivität, bei dem ist das Zusammenhäufen dieser Zusammenhäufungen zur Ruhe gekommen, der ist durch nichts mehr treffbar, der ist nicht mehr verstörbar, der ist nicht mehr verwundbar, der ist wahrhaft sicher, der ist wahrhaft befreit, der ist endgültig genesen.

Das ist der Schritt ins Ziel: Erlösung (*vimutti*) durch Wahrwissen (*vijjā*) vom Daseinsdurst. Damit ist der Fieberbrand, der Daseinsbrand gelöscht (*nibbāna*), das Leidensfieber geheilt.

#### Vier Arten von Nahrung

Alle Sorgen und Leiden, von welchen die Wesen schier zeitlos in rieselnder Veränderung umher getrieben werden, sind bedingt durch die im ersten Teil genannten zehn verschiedenen Arten von verdorbener Nahrung. Ebenso ist die heilsame Entwicklung, die aus allem Leiden endgültig herausführt, durch die zehn beschriebenen heilsamen Nahrungen bedingt. Aber alle diese zwanzig verschiedenartig erscheinenden Nahrungen, die üblen und die guten, sind doch immer nur jene drei Arten von geistiger Nahrung, die der Erwachte öfter – zusammen mit der körperlichen Nahrung – als die einzigen vier Arten von Nahrung bezeichnet, die den Kreislauf aller Wesen unterhalten und die mit der Erlöschung nicht mehr erforderlich sind.

Als erste Nahrung bezeichnet der Erwachte die körperbildende Nahrung aller groben und feinen Arten. Diese spielt für die Heilsentwicklung die allergeringste Rolle, denn es gibt keine körperliche Nahrung, aus welcher Tugend oder Hochherzigkeit hervorgeht oder der weltunabhängige Herzensfriede

oder Weisheit oder Erlösung. Wohl aber gibt es dies, dass man durch zu viel Essen oder durch zu viel Aufmerksamkeit auf geliebte Geschmäcke usw. seine Heilsentwicklung versäumt oder verzögert. Diese übermäßige Zuwendung zur Nahrung aber ist eine geistige Haltung, gehört zur dritten Nahrung.

Die zweite Nahrung heißt Berührung (*phassa*). Sie ist Nahrung insofern als aus Berührung Gefühl und Wahrnehmung hervorgehen. Diese Wahrnehmungen werden in den Geist eingetragen, füllen den Geist von der Geburt an mit dem Wissen über die angenehmen und die unangenehmen Dinge und über die Wege zu den angenehmen Dingen und zur Vermeidung der unangenehmen Dinge.

Die dritte Nahrung ist das gesamte geistige Beabsichtigen (*manosañcetanā*), und wir sehen, wie sie aus der zweiten Nahrung hervorgegangen ist. Denn die zweite Nahrung hat den Geist angefüllt mit dem Wissen um das Angenehme und Unangenehme.

Die vierte Nahrung ist die programmierte Wohlerfahrungs-suche des Geistes. Sie ist zustande gekommen aus der dritten Nahrung. Denn das gesamte geistige Beabsichtigen, zu dem ein Mensch im Lauf seines Lebens kommt, führt zu mehr oder weniger festen Handlungsprogrammen, Erinnerungsprogrammen, so dass der Mensch, je älter er wird, je länger er in dieser Welt sich umgesehen hat, herumgewandert ist und die Dinge genossen und gemieden hat, um so mehr in seinem gesamten geistigen Beabsichtigen schon programmiert ist zu fast automatischen Abläufen. Diese programmierte Wohlerfahrungs-suche (*viññāna*) ist die Nahrung für die Wiedergeburt. Der Erwachte sagt immer wieder, dass beim Tod drei Dinge den Körper verlassen: die Wärme, die Lebenskraft und die programmierte Wohlerfahrungs-suche. Wärme und Lebenskraft sind beendet. Aber von der programmierten Wohlerfahrungs-suche sagt der Erwachte, dass sie es ist, die zusammen mit dem Wollenskörper bei der Zeugung von zwei Eltern hinzutritt und damit wieder einen neuen Körper zu neuem diesseitigem Leben aufbaut.

Nach dieser Beschreibung besonders der drei geistigen Nahrungen können wir leichter erkennen, dass die hier ausführlich beschriebenen zwanzig verschiedenen Nahrungen letztlich doch nur spezielle Qualitätsformen der drei geistigen Nahrungen sind.

Ob z.B. einer durch Umgang mit nicht auf das Wahre ausgerichteten Menschen verkehrte Lehre hört (zwei üble Nahrungen) oder durch Umgang mit auf das Wahre gerichteten Menschen rechte Lehre hört (zwei gute Nahrungen): beide Weisen des Umgangs bewirken die Nahrung *Berührung*. Denn in beiden Fällen wird man berührt und beeindruckt von dem Anblick und dem Verhalten der Menschen, sie werden in das Gedächtnis eingeschrieben. Ebenso wird man berührt von der gehörten unrechten oder rechten Lehre. Auch diese beeindruckt den Menschen und wird in das Gedächtnis eingeschrieben. So kommen durch die eine Umgangsweise ganz andere Inhalte in den Geist als durch die andere Umgangsweise.

Die Berührung mit der gehörten rechten Lehre erweckt bei dem dafür geeigneten Menschen *Vertrauen*, d.h. eine Hinneigung zu dieser Lehre, während das Anhören falscher Lehren und Anschauungen, oberflächlicher Meinungen und dergleichen, nicht dazu führen kann, das tieferliegende Vertrauen zu wecken, weil vordergründige Lehren kein Vertrauen benötigen.

Das Vertrauen aber wird zur dritten Nahrung, denn es schafft ein andersgerichtetes geistiges Beabsichtigen als die vordergründigen, aus der sinnlichen Erfahrung stammenden Lehren, die keines Vertrauens bedürfen und den Willen weiterhin auf die vordergründig sinnlich wahrnehmbaren Dinge richten. So *trennen sich die Leidenswege* und die *Heilswege* hier schon bei der dritten Nahrung durch entgegengesetztes geistiges Beabsichtigen.

Wer die rechte Lehre gewonnen und Vertrauen dazu gefasst hat, der strebt nun mehr und mehr, diese Wahrheit tiefer zu fassen, bemüht sich immer mehr um die auf die Herkunft der Erscheinungen gerichtete Aufmerksamkeit und damit auf

all die Dinge, die in der zehnfachen heilsamen Entwicklung eines dem anderen folgen. Auf diese innere Entwicklung und Umbildung richtet sich immer mehr sein gesamtes geistiges Beabsichtigen (dritte Nahrung).

Da das geistige Beabsichtigen immer mehr in die für heilsam erkannte Richtung gebracht wird, gewöhnt wird, so tritt mehr und mehr die vierte Nahrung in Kraft, die programmierte Wohlerfahrungssuche des Geistes. Der Mensch wird im Lauf der Zeit immer mehr die Dinge zu tun gewöhnt, in die er sich einübt. Es wird seine zweite Natur. Er wird ein solcher.

Die vierte Nahrung gilt hauptsächlich als die Nahrung, die die Wiedergeburt bestimmt. Denn wie die gesamte Gewöhnung eines Menschen bis zum Verlassen des Körpers im sogenannten Tod geworden ist, so wird die Gewöhnung mit einem neuen Körper in dieser oder jener Welt antreten, und es wird dort oder wiederum hier unter den Menschen ein Wesen so geboren und erscheinen, wie es in dem vorigen Leben durch die rechte oder falsche Ernährung geworden ist, die doch immer nur Berührung war oder geistiges Beabsichtigen oder die programmierte Wohlerfahrungssuche des Geistes.



**AUSGEWÄHLTE LEHRREDEN AUS  
DER „ANGEREIHTEN“ UND  
„GRUPPIERTEN“ SAMMLUNG**

**Band 2**

**Herausgeber  
Buddhistisches Seminar 95463 Bindlach**

## Inhaltsverzeichnis

Wenn drei Dinge nicht wären... (A X,76).....	934
Die sieben Schwimmenden (A VII,15) .....	1039
Vom Eintritt in die Heilsströmung (S 25) .....	1073
Das Gleichnis von den zwei Pfeilen (S 36,6) .....	1119
Lässiger und strebender Heilsgänger (S 55,40).....	1142
Elf Meilensteine zum Nibbāna (A XI,2) .....	1165
Aufbau und Ausbau neuer Wahrnehmungen (A X,60) .....	1209
Die Veränderung der Wahrnehmung durch	
Veränderung der Grundbefindlichkeit (S 48,40).....	1239
Das Gleichnis vom Goldläutern (A III,102-103).....	1273
Das Treibholz (S 35,200) .....	1305
Gib mir bitte einen Aufschwung (S 35,95).....	1328
Mag auch der Körper krank sein... (S 22,1) .....	1341
Über das Abtragen und Auflösen von Karma	
(A III,101, A X,208, A IV,195).....	1359
Milde und Strenge in der Unterweisung (A IV,111).....	1416
Das Gleichnis von der uneinnehmbaren Festung	
(A VII,63).....	1427
Weltliche Armut – verglichen mit Armut an heilsamen	
Eigenschaften (A VI,45).....	1460
Wie könnte ich anderen antun, was ich selber nicht mag?	
(S 55,7) .....	1474
Vier Arten des Gebens als Grundlage der Eintracht	
(A IV,32, A VIII,24 u.a.).....	1499
Fürsorge für mich oder für andere? Das Gleichnis vom	
Bambusartisten (S 47,19) .....	1547
Der elffache Segen der Übung in unbegrenzter Liebe	
(A XI,16) .....	1568
Fünf Weisen, Groll zu überwinden (A V,162) .....	1581
Urteilt nicht die Menschen ab (A VI,44).....	1608
Die erste Vorbedingung für den Weg in die Freiheit	
(A V,22).....	1630
Zehn verschiedene Weisen, mit Sinnendingen umzugehen	
(A X,91).....	1650

Segensreiche Eigenschaften für Hausleute (A VIII,54) .....	1690
Die bekehrte Schwiegertochter oder sieben Fraueneigenschaften (A VII,59) .....	1716
Lebensgrundsätze (S 11,11) .....	1731

„WENN DREI DINGE NICHT WÄREN...“  
„Angereichte Sammlung“ (A X,76)

1. Die Endlosigkeit des Samsāra:  
Immer wieder Geborenwerden - Altern - Sterben  
(*jāti - jarā - marana*)

*Drei Erscheinungen gibt es in der Welt, ihr Mönche. Wenn diese nicht wären, nicht brauchte dann der Vollendete in der Welt zu erscheinen, der Geheilte, Vollkommen Erwachte. Und nicht brauchte dann die vom Vollendeten verkündete Wahrheit und Wegweisung in der Welt zu leuchten! Welche drei Erscheinungen sind das? Geborenwerden, Altern und Sterben.*

*Wenn diese drei Erscheinungen in der Welt nicht anzutreffen wären, dann brauchte der Vollendete nicht in der Welt zu erscheinen, der Geheilte, Vollkommen Erwachte. Und nicht brauchte dann die von dem Vollendeten verkündete Wahrheit und Wegweisung in der Welt zu leuchten!*

*Da aber nun, ihr Mönche, diese drei Erscheinungen in der Welt anzutreffen sind, darum eben erscheint ein Vollendeter in der Welt, ein Geheilter, vollkommen Erwachter. Und darum leuchtet die von dem Vollendeten verkündete Wahrheit und Wegweisung.*

Diese Aussage steht geradezu über der gesamten buddhistischen Heilslehre, denn hier nennt der Erwachte den Grund des Kommens und Lehrens aller Erwachter: Geborenwerden, Altern und Sterben, kurz: das Leiden.

Der Erwachte will denen, welche seine Lehre hören und seiner Wegweisung folgen, helfen, dass Geborenwerden, Altern und Sterben überwunden werden, dass es diese Drei nicht mehr gebe.

Was aber soll das heißen, wenn es mehr sein soll als das Ende im Nichts, mehr auch als ein schönes Märchen und mehr als die von christlich-theologischer Seite lange Zeit gehörten und heutzutage verstummenden Versprechen vom „ewigen Leben“?

Wenn der moderne Mensch diese Fragen und Zweifel hegt, dann muss er sich aber auch die Frage stellen, wie weit er denn die Existenz kenne. Er kennt etwas vom äußeren Menschenleben, wenig vom inneren. Außerdem sieht er Tiere und Pflanzen und diesen im Raum ausgedehnten Kosmos. Aus diesen seiner Bewusstseinslage zugänglichen Eindrücken hat sich der „gesunde Menschenverstand“ ein Bild gemacht darüber, was wohl Existenz und Leben sei. Die Tatsache, dass er diese ihm bekannte dreidimensionale Ausdehnung mit ihrem Inhalt als „das Universum“ bezeichnet, bedeutet, dass er andere Existenzdimensionen nicht ahnt und von sich aus auch keinen Zugang dazu hat. Darum ist in seinem Bild von der Existenz kein rechter Platz für die Verheißung der Er wachten, dass Geburt, Altern und Sterben überwunden werden könne und dass in der Aufhebung von Geborenwerden, Altern und Sterben nicht das Nichts liege, sondern die Aufhebung alles Leidens, das vollendete Wohl und Heil, also eine Unverletztheit, die unverletzbar bleibe. Es ist natürlich, dass der moderne Mensch solche Verheißung mit seiner Weltanschauung nicht vereinbaren kann und sie ignoriert.

Blicken wir auf den, der diese Verheißung in aller Ernsthaftigkeit ausspricht. Der Erwachte bezeichnet sich nicht als „Gott in Ewigkeit“, der als Schöpfer und Richter von oben her bestimmt, was zu sein habe und was nicht zu sein habe, vielmehr bezeichnet er sich als einen, der bei seiner Geburt ähnlich wie auch wir weder vollendet noch erwacht war, sich aber dann vier Eigenschaften erworben hat: Tugend, Herzenseinigung, Weisheit, Erlösung, und dadurch aus dem Daseinstraum erwachte. Danach hat er persönlich Tausenden seiner Nachfolger durch Vorbild, Anleitung und Belehrung zu den gleichen Entwicklungen verholfen, und ihnen sind in den inzwischen

verstrichenen zweieinhalbtausend Jahren ungezählte Menschen in dieser Entwicklung gefolgt.

Wenn es um das eine und einmalige Leben ginge, das der moderne Mensch nur kennt und an das er glaubt, dann würde der Erwachte – wie er zu Beginn der Rede sagt – sich selbst und die Heilssucher nicht bemühen; denn wenn diesem gegenwärtigen Leben in wenigen Jahren oder Jahrzehnten der Untergang in das Nichts folgte, dann würde sich dafür keine große Anstrengung lohnen. So lächelte der Erwachte über manche damaligen Asketen, die da einerseits lehrten, dass die Existenz mit dem Fortfall des Leibes im Tode endgültig beendet sei, und die andererseits dennoch sich selbst und ihren Anhängern mancherlei erschwerende Regeln und Lebensführungsformen auferlegten: „Was für einen Zweck hat es dann, sich dieses Leben zu erschweren?“ Wenn mit diesem Leben die Existenz endgültig beendet wäre, dann gäbe es nichts Besseres zu tun, als so schön und leicht wie möglich in Eintracht und Freundschaft mit den Mitwesen dieses Leben zu genießen. Existenz ist aber sehr anders.

Nachdem der Erwachte noch vor Beendigung der ersten Hälfte seines achtzigjährigen Lebens sein Herz durch fortschreitende Gewöhnung an weltlose Entrückungen vollkommen befreit hatte von weltlichem Hangen, gereinigt hatte von allem Begehren der Sinnesdränge, geklärt von allen Schlacken, so dass es völlig unverletzbar und willfährig geworden war, da überblickte er - und hier folgt sein Bericht (z.B. M 77):

*Ich erinnerte mich an viele frühere Leben: zuerst an ein vorheriges Leben, dann an zwei Leben, dann an drei Leben, dann an vier Leben, dann an fünf Leben, dann an zehn Leben, dann an zwanzig, an dreißig, an vierzig, an fünfzig Leben, dann an hundert Leben, dann an tausend Leben, dann an hunderttausend Leben, dann an die Zeiten während mancher Weltenentstehungen, dann an die Zeiten während mancher Weltenvergehungen, dann an die Zeiten während mancher Weltenentstehungen-Weltenvergehungen.*

*Dort war ich, jenen Namen hatte ich, jener Familie gehörte ich an; so war mein Stand, so mein Beruf. Solches Wohl und Wehe habe ich erfahren, so war mein Lebensende; dort verschieden, trat ich anderswo wieder ins Dasein. Da war ich nun, diesen Namen hatte ich, dieser Familie gehörte ich an, dies war mein Stand, dies mein Beruf. Solches Wohl und Wehe habe ich erfahren, so war mein Lebensende; dort verschieden, trat ich hier wieder ins Dasein. So erinnerte ich mich mancher verschiedenen früheren Daseinsform mit je den karmischen Zusammenhängen und Beziehungen.*

*Dieses Wissen hatte ich als erstes errungen, den Wahn durchbrochen, Wahrwissen gewonnen, die Nebel aufgelöst, den Klarblick gewonnen.*

*Gleichwie etwa, wenn ein Mann von seinem Aufenthaltsort nach einem anderen Ort ginge und von diesem Ort wieder zu einem anderen Ort und von dort nach seinem eigenen Ort zurückkehrte, dann sich erinnern könnte: „Ich bin von meinem Ort nach jenem Ort hingegangen; dort habe ich so gestanden, gesessen, habe so gesprochen und geschwiegen, mich so und so verhalten; von jenem Ort bin ich nach einem weiteren Ort gegangen. Da habe ich das und das getan, dort gesessen, das gesprochen. Dann bin ich von dort wieder nach hier zurückgegangen“ - ebenso nun auch erinnerte ich mich an viele verschiedene frühere Leben mit je den karmischen Zusammenhängen und Beziehungen.*

Diesen Überblick hatte der Buddha bei der Erwachung erstmals gewonnen. Ebenso sah er die früheren Leben anderer und wo sie entsprechend ihrem Wirken wiedergeboren werden würden. Von da ab im Lauf der fünfundvierzig Jahre seiner Lehrtätigkeit stand ihm dieses Wissen ununterbrochen zur Verfügung. Er wusste, welche Taten welche Ernte nach sich ziehen.

Der Buddha sagt, dass die Möglichkeit solcher Rückerinnerung und Vorausschau potentiell jedem Menschen gegeben ist, denn zum Menschen gehört das seelische Element, das nicht

dem Gesetz des Körpers unterstellt ist, das also nicht mit dem Körper stirbt. Das Seelische wird zwar im Lauf jedes Lebens unter dem Einfluss neuer Ideen, Anschauungen und Maßstäbe für das, was nützlich und heilsam oder schädlich und unheil- sam sei, mehr oder weniger verändert; es überdauert aber den Körper, und bei Zusammenbruch des Körpers steigt es aus ihm aus wie ein Mann aus einem Auto. Auch mit dem neuen Kör- per entsteht das Seelische nicht und wird nicht geboren, son- dern es ist schon da – ist immer da, solange der Heilsstand nicht erreicht ist.

Dieses überlebende Element, das wir „die Seele“ nennen mögen, wenn wir uns über seinen rieselnden Unbestand klar sind, ist am Menschen das Wollende, Wissende, Denkende, Fühlende, wie überhaupt das Lenkende und Bewegende, wäh- rend der Körper nur ein bewegtes Werkzeug, das Instrument zur sinnlichen Wahrnehmung ist. Auf dieses überlebende Ele- ment verweist der Erwachte mit seiner Aussage in unserer Lehrrede:

2. Anziehung, Abstoßung, Blendung  
(rāga, dosa, moha) sind die Ursache für  
Geborenwerden, Altern und Sterben

Darüber sagt der Erwachte:

*Ohne aber drei Eigenschaften aufgegeben und abgetan zu haben, ist es unmöglich, dass Geborenwerden, Al- tern und Sterben aufhört. Welche drei Eigenschaften sind das?*

*Ohne das (unwillkürliche) Hingezogensein (rāga - „Gier“) zu den einen Dingen abgetan zu haben, das (unwillkürliche) Abgestoßensein von den anderen Din- gen abgetan zu haben (dosa - „Hass“) und ohne die (unwillkürliche) Blendung/Faszination (moha) abge- tan zu haben - ohne diese drei Eigenschaften abgetan zu haben, ist es unmöglich, Geborenwerden, Altern und Sterben zu überwinden.*



Mit dem Hinweis auf Anziehung, Abstoßung und Blendung lenkt der Erwachte über zu etwas, das wir beeinflussen können. - So wie der Fluss von Erscheinen und Entschwinden, von Geborenwerden, Altern und Sterben beschrieben wird, sehen wir keine Möglichkeit, diesen Fluss zu beendigen, sondern sehen uns ihm machtlos ausgeliefert. Wir sind in diesem Fluss nicht Handelnde, Bewegende und Lenkende, wie wir oft zu sein glauben, sondern sind in den Fluss der Existenz geworfen, sind in diesem Fluss erschienen, und diese Strömung der ununterbrochen herantretenden und entschwindenden Erscheinungen fließt unhemmbar auf das Sterben hin, dem neues Geborenwerden folgt, und so fort.

Aber nun sagt der Erwachte, dass diese Strömung bedingt sei durch Anziehung, Abstoßung und Blendung, die schon durch ihre Bezeichnung als negativ, als übel, als Krankheiten ausgewiesen sind. Mit diesen Krankheiten zusammen besteht der Fluss des Geborenwerdens, Alterns und Sterbens; wo aber diese drei Krankheiten aufgehoben sind, da sei auch - sagt der Erwachte - Geborenwerden, Altern und Sterben, das Kommen und Gehen völlig aufgehoben, sei nicht vorhanden. Da sei Sicherheit und Heil.

Wer auch nur einige der überlieferten Reden des Erwachten gelesen hat, der weiß, dass Anziehung, Abstoßung, Blendung (auch vergrößernd bezeichnet als Gier, Hass und Verblendung) immer wieder als die Grundübel oder Krankheiten des Herzens (*citta*) bezeichnet werden und dass der Geheilte, der „Heilige“, davon völlig genesen ist und eben darum auch von der unaufhaltsamen Strömung des Erscheinens und Entschwindens völlig befreit ist. Der Geheilte ist selbstständig, ist autonom in der ursprünglichen Bedeutung dieses Begriffs. Darum zielen alle Ratschläge und Anleitungen des Erwachten darauf hin, dem Einsichtigen die Wege zu zeigen, die aus dieser dreifachen Krankheit Schritt für Schritt herausführen bis zu ihrer vollkommenen Überwindung.

Anziehung, Abstoßung und Blendung sind Eigenschaften, die wir manchmal deutlicher, manchmal weniger deutlich in

uns erkennen und die wir manchmal stärker beeinflussen, mindern oder zurückhalten können, manchmal weniger je nach der zur Verfügung stehenden Vernunft und Nüchternheit.

Jeder aufmerksame Mensch erfährt und erkennt bei sich selbst mit unzweifelhafter Deutlichkeit, dass „in ihm“ wenigstens zwei Instanzen sind, die seine Erlebnisse beurteilen und sein Tun und Lassen bestimmen wollen. Die eine ist die Stimme der Triebe, die Stimme von Anziehung und Abstoßung, die andere die der Einsicht oder der Vernunft.

Von diesen beiden den Willen des Menschen bestimmenden und bewegenden Instanzen: Vernunft und Triebe, achtet ganz offensichtlich nur die erstere, die Vernunft, mehr oder weniger darauf, dass der Mensch durch sein Tun und Lassen weder das eigene Leben, seine eigene Gesundheit gefährde noch anderen Menschen Schwierigkeiten bereite. Dagegen ist das Verlangen der Triebe allein auf nichts anderes als auf Befriedigung aus, d.h. auf das Begehrte und die Vermeidung des Entgegengesetzten. Die Gier will das Begehrte ganz unabhängig davon, ob die gegenwärtigen Umstände es überhaupt ermöglichen oder nicht und ob der Begehrende oder der Mitmensch dadurch zu Schaden kommen oder nicht. Die Triebe mit Anziehung und Abstoßung sind ein blindes Gefälle, und nur die dauernde mehr oder weniger deutliche Mitsprache und Mitbestimmung der Einsicht oder Vernunft bewirkt die Vermeidung der größten Gefahren, Schwierigkeiten oder Unannehmlichkeiten.

### Anziehung - Abstoßung

Ein jeder Trieb ist ein innerer spürbarer Drang oder Zug nach einem bestimmten Erlebnis - das ist die „Gier“-Seite oder seine Anziehung - und ist damit zugleich in Bezug auf das dem angestrebten Erlebnis Entgegengesetzte ein ebenso starkes Widerstreben und Abgeneigtheit - das ist seine „Hass“-Seite oder Abstoßung.

Der Erwachte vergleicht die Triebe mit einem schief gewachsenen Baum, der eben wegen seiner schiefen Lage mit

einem schweren Gewicht der einen Seite zugeneigt (Anziehung, Gier) und von der entgegengesetzten Seite fortgeneigt ist (Abstoßung, Hass), der sich darum viel schwerer aufrecht halten kann als ein nach keiner Seite geneigter, senkrecht stehender Baum.

Jeder Trieb ist ein dauerndes schmerzliches Spannungsgefälle, eine Unerlöstheit im Mangelzustand, die wir nur wegen des Dauerzustands meist nicht bemerken. Erst bei der Begegnung mit Erscheinungen spüren wir das Verlangen („Gier“) und die Befriedigung oder Nichtbefriedigung. Und ebenso spüren wir bei der Begegnung mit den den verborgenen Anliegen entgegenstehenden Erscheinungen bei uns die Regungen von Ablehnung (den „Hass“). Unter „Anziehung“ und „Abstoßung“ verstehen wir also normalerweise die akuten Anwandlungen, die nach der Begegnung mit Erscheinungen - auch Menschen - in uns aufkommen; diese aber sind die Folge der Triebe, jenes dem Menschen beständig innewohnenden Neigungsgefälles, eines unbewussten Hungers nach den tausendfältigen Erlebnissen. Diese unbewusste Erlebnis-süchtigkeit ist eine immerwährende und darum wenig registrierte Not, aus welcher der Mensch nur gelegentlich durch eine befriedigende Begegnung befreit wird, wenn genau die ersehnten Erlebnisse eintreten. Ebenso erscheint die Abstoßung dann, wenn ein der inneren Sucht entgegengesetztes Objekt die Triebe berührt.

Wo befinden sich die Triebe und mit ihnen Anziehung und Abstoßung (*rāga* und *dosa*)? In den Reden lesen wir immer wieder, dass es drei Gefühle gibt: Wohlgefühle, Wehgefühle und Weder-Weh-noch-Wohlgefühle. Weiter wird gesagt, dass diese drei Arten von Gefühlen achtzehnfach sind, weil sie an sechs Stellen des Körpers erlebt werden, nämlich bei den fünf Sinnesorganen, den Augen, Ohren, der Nase, der Zunge und dem Körper im Ganzen als Tastorgan und zusätzlich am Geist. Diese sechs machen zusammen den gesamten unseren Augen erscheinenden Körper aus, der als ein aus Knochen, Fleisch, Nerven usw. bestehendes Instrument erlebt wird, das durch

vegetative Vorgänge in Gang gehalten wird.

Diesem sichtbar bestehenden Körper wohnen die Triebe unsichtbar ebenso inne, ihn ganz und gar durchdringend, wie der Magnetismus einen Eisenmagneten unsichtbar ganz und gar durchdringt. Und ganz ebenso wie ein Eisenstab von sich aus völlig neutral und willenlos ist, aber wenn ihm Magnetismus innewohnt, eben dadurch geradezu „Anliegen“ bekommt, einen „Willen“ bekommt und nun mit dem einen Pol anzieht, mit dem anderen Pol abstößt - ganz ebenso sind Anziehung und Abstoßung Kräfte, welche den gesamten Körper durchziehen und damit in den Sinnesorganen die Anliegen ausmachen, die Empfindlichkeit ausmachen, das Wollen ausmachen.

So wohnt z.B. dem Auge ein Drang („Gier“) zum Sehen inne. Es ist also nicht, wie aus Unkenntnis angenommen, ein neutrales Auge, das sehen kann, sondern ist ein „Luger“, der sehen will: Gier; und wenn er längere Zeit nichts sieht, dann meldet sich sein Unbefriedigtsein: das ist das Abgestoßensein, die Hassseite. - Aber nicht nur das Sehewollen an sich wohnt dem Auge inne, sondern auch noch besonderer Geschmack: die Gier nach bestimmten Formen (frisch, blühend). Und wenn stattdessen das Gegenteil vor Augen tritt (verwelkt, verwest), dann meldet sich wiederum das Abgestoßensein, die Hassseite z.B. als Ekel. So ist es mit allen Sinnesorganen.

Die körperlichen Sinnesorgane allein sind nur Werkzeuge, aber die ihnen innewohnenden Triebe mit Anziehung und Abstoßung, Gier und Hass, werden darum „Dränge, Lenkkräfte“ (*indriya*) genannt, weil sie auf ganz Bestimmtes aus sind und vom Gegenteil abgestoßen werden. Der Erwachte vergleicht sie mit sechs Tieren an sechs verschiedenen Stricken, deren jedes sein geliebtes Ziel hat, dieses anstrebt. Die Stricke, die die Tiere halten, sind in einem Knoten zusammengefasst. Das am meisten lungernde Tier reißt die anderen mit sich gegen deren Willen. Wenn es an seinem Ziel befriedigt ist, verliert es für einige Zeit seine Kraft und wird dann von den anderen, den jeweils am stärksten süchtigen Tieren zu deren Ziel mitgerissen. So besteht das Leben des Menschen darin, dass immer nur

der am stärksten dürstende Trieb zu einer kurzen Befriedigung kommt und dann von einem anderen der sechs Kräfte (*indriya*) herumgerissen und gelenkt wird, um zu dem ihm Angenehmen hin und von dem ihm Unangenehmen fortzukommen. Anziehung und Abstoßung sind die zwei Seiten eines Triebes, einer Geneigtheit, einer Tendenz, die von dem ihr Angenehmen angezogen und von dem ihr Unangenehmen abgestoßen ist.

Darum haben diese den sichtbaren Fleischkörper (*rūpa-kāya*) ganz und gar durchdringenden Tendenzen ebenfalls Körperform, bilden den unsichtbaren Anliegenskörper, Wollens- oder Empfindungssuchtkörper, der darum „*nāma-kāya*“ (Nennungs-, Bewertungskörper) heißt, weil er allein es ist, welcher die gesamten zur Berührung kommenden Dinge überhaupt erst empfindet und nach seinem „Geschmack“ bewertet und beurteilt als angenehm oder als unangenehm. So kommt also die ursprüngliche Bewertung und Beurteilung der bei den Sinnen zur Berührung kommenden Formen, Töne, Düfte usw. allein von den den sechs Sinnen innewohnenden Trieben. Diese Bewertungen äußern sich als Gefühl: als Wohlgefühl, Wehgefühl oder Weder-Weh-noch-Wohlgefühl. Darum vergleicht der Erwachte (M 146) den von dem Wollenskörper durchtränkten Fleischkörper mit dem von Öl durchtränkten Docht einer Lampe: So wie nicht der Docht selbst, sondern das Öl im Docht erst das Licht gibt, so kann der Fleischkörper selbst nichts empfinden, sondern nur der ihn durchtränkende Empfindungssuchtkörper, der sich in Anziehung und Abstoßung, „Gier und Hass“, äußert.

In jedem Augenblick werden Formen/Farben, Töne, Düfte, Schmeckbares, Tastbares wahrgenommen und werden als wohltuend oder schmerzlich oder gleichgültig empfunden, und in jedem Augenblick ordnet der Geist dieses Wahrgenommene in sein Gesamtwissen ein und erzeugt zugleich ein Hinstreben zu dem Angenehmen und ein Fortstreben von dem Unangenehmen. Diese Erlebniskette zieht sich durch den ganzen Tag vom morgendlichen Erwachen an bis zu den Träumen der Nacht - das ganze Leben hindurch. Es ist wie ein Prasselregen

von anbrandenden Einflüssen, Eindrücken, von harten und sanften, von ersehnten und gefürchteten, und jede dieser Begegnungen löst Gefühle aus: Wohlgefühle, Wehgefühle, dunkle und helle Gefühle. Und diese fünffachen sinnlichen Eindrücke folgen einander so eng und rasch, dass jedem der aufkommenden Gefühle das nächste folgt, ehe es abgeklungen ist.

Das ist der den meisten Menschen bekannte Lebensinhalt, aber so betrachtet der Mensch sein Erleben nicht; er sieht nicht bei sich die aufbrandenden Gefühle, sondern er nennt die von außen kommenden Dinge bei Namen: „Das ist mein Partner, das sind meine Kinder, das sind im Beruf meine Vorgesetzten und Mitarbeiter, das meine Freunde und Nachbarn. Von den einen erfahre ich mehr Freude, von den anderen mehr Ärger.“ So und ähnlich werden die innen als Wahrnehmung stattfindenden Erlebnisse nach außen „projiziert“, wird eine Welt konstruiert von angenehmen Dingen, die teils erreichbar sind, teils unerreichbar bleiben, und von schmerzlichen Dingen, die man teils fliehen kann, teils hinnehmen muss, und man glaubt zu wissen, dass diese Erlebniskette mit dem Sarg enden werde. Das ist das Leben, das die Menschen ununterbrochen in Atem hält, das Angenehme zu erraffen, das Unangenehme zu vermeiden. Der Mensch ist daran gewöhnt, dass die Augen immer Gegenstände sehen, die Ohren immer etwas hören usw. Ununterbrochen geschehen Eindrücke, und man nimmt Stellung zu dem Erlebten. An diese automatische Rezeption und Reaktion sind viele so gewöhnt, dass sie gar kein anderes Leben ihrer Person kennen und darum ihre Persönlichkeit zu verlieren fürchten, wenn dieser Strom stark reduziert wird - wenn „nichts los ist“. Aus den sinnlichen Tendenzen heraus werden die tausend Dinge der sinnlichen Wahrnehmung wegen ihrer bestimmten Formen/Farben, Töne, Düfte, Geschmäcke, Tastbarkeiten und Temperatur begehrt.

Wer bei sich selbst auf diese auf die fünf Sinnesgebiete gerichteten Begehungen achtet, der sieht, wie weit sein Leben davon bewegt ist. Erotik und Geschmäckigkeit sind Hauptbereiche des sinnlichen Begehrens, jedoch durchaus nicht die

einzig. Die sinnlichen Triebe sind es auch, die vorwiegend großen Wert auf „schöne“ Kleidung, Wohnung, Gebrauchsgegenstände usw. legen lassen.

Während die sinnlichen Triebe mit ihrem Angezogensein von bestimmtem Sinnlichem und ihrem Abgestoßensein von bestimmtem Sinnlichem (*kāma-rāga*) auf das mit den fünf Sinnen Wahrnehmbare, also den zu sich gezählten Körper und die Außenwelt, gerichtet sind, betrifft das Seinwollen (*bhava-rāga*) das sogenannte „Ich“, das, was man als Zentralpunkt der Gefühle erlebt. Dieses Icherlebnis ist bei dem normalen Menschen weitgehend abhängig von der Resonanz der Mitwesen auf ihn. Der Mensch braucht die als „außen“ erscheinende, seine Ichheit scheinbar bestätigenden Erlebnisse, möchte aus den Gesten, Worten und dem Verhalten der Mitwesen immer wieder in allen Variationen die Bestätigung seines Ich erfahren.

Ferner nennt der Erwachte die Tendenzen nach Anschauung, das Angejochtsein an Orientierung (*ditthi-yoga*) und das Angejochtsein an Wahn (*avijjā-yoga*). Als reißende Fluten (*ogha*) bezeichnet der Erwachte diese Tendenzen, weil wir durch sie und durch die von ihnen veranlassten Gefühle keine Ruhe haben, immer im Aufbruch und in Bewegung sein müssen, immer zu den Gegenständen unserer Bedürfnisse hingerrissen werden, aufgewühlt und vorangetrieben wie das Wasser von der Gewalt einer reißenden Strömung.

### Blendung

Das Gefallen oder Missfallen auf Grund der Triebe lässt den Menschen bestimmte Dinge bevorzugt bewusst werden. Diese Hervorhebung bestimmter Wahrnehmungen durch Anziehung und Abstoßung bewirkt, dass wir andere Dinge, die den Süchten weder positiv noch negativ entsprechen, nicht wahrnehmen. Blendung bedeutet also einmal leuchtkräftige Wahrnehmung von Dingen, die den Trieben stark ent- oder widersprechen, und zum anderen Nichtwahrnehmung solcher Dinge,

durch deren Erleben wir ein ganz anderes Weltbild entwickeln würden, als es uns der triebhörige Geist vorgaukeln will. Ein Beispiel mag dies verdeutlichen:

Wer nachts mit dem Auto über eine Landstraße fährt, mag manchmal beobachtet haben, wie ein Hase in den Lichtkegel seines Scheinwerfers geriet und dadurch sehr gefährdet war, besonders dann, wenn er seinen Blick auf die Scheinwerfer richtet. Blickt der Hase in das Licht der Scheinwerfer, dann kann er nur den erhellten Teil der Straße in Form des Lichtkegels sehen. Dieser Kegel verjüngt sich auf den Scheinwerfer zu, und dieser Scheinwerfer befindet sich - über den Rädern. Für den Hasen, wenn er nicht sehr gewitzigt und erfahren ist, gilt nur der Lichtausschnitt als begehbare Wirklichkeit. Er ist geblendet durch den grellen auf ihn fallenden Lichtschein. Alles außerhalb des Lichtkegels Liegende ist für den Hasen zu einer dunklen schwarzen Wand geworden, zu einer undurchdringlichen Mauer.

Der Lichtkegel gilt in unserem Leben für das Aufleuchten der den Sinnesdrängen unverzichtbaren Sinneseindrücke: die Blendung. Durch dieses bevorzugte Wahrnehmen jener Sinneseindrücke kann er alle anderen transzendenten Wirklichkeiten, die in ihm und um ihn herum sind, nicht wahrnehmen, hat sie von Geburt an nicht wahrgenommen, kann sie darum nicht ahnen und nicht mit ihnen rechnen - ganz ebenso wie der Hase durch die helle Beleuchtung eines Ausschnitts der Straße alles andere nicht mehr sieht und nicht damit rechnet. Und so wie ein unerfahrener Hase nur mit dem Sichtbaren rechnet und deshalb auf die blendenden Scheinwerfer und die tötenden Räder zuläuft, so - sagt der Erwachte - läuft der Mensch, der nur mit der durch Anziehung und Abstoßung bevorzugten sinnlichen Wahrnehmung rechnet und daraus sein Weltbild bezieht, immer wieder auf Tod und Untergang zu und auch innerhalb jedes Lebens von Enttäuschung zu Enttäuschung. Dieses sah der Erwachte in der zweiten Phase seines Erwachens, die er beschreibt:

*Mit dem feinstofflichen Auge, dem gereinigten, die menschl-*



*chen Grenzen übersteigenden, sah ich die Wesen dahinschwinden und wiedererscheinen: gemeine und edle, lichte und dunkle, glückliche und unglückliche. Ich erkannte, wie die Wesen je nach dem Wirken wiedererscheinen: Diese lieben Wesen sind da in Taten dem Schlechten zugetan, in Worten dem Schlechten zugetan, in Gedanken dem Schlechten zugetan; sie tadeln die Heilsgänger, achten Verkehrtes, tun Verkehrtes.*

*Nach dem Versagen des Körpers jenseits des Todes gelangen sie auf den Abweg, auf schlechte Lebensbahn, zur Tiefe hinab in untere Welt.*

*Jene lieben Wesen aber sind in Taten dem Guten zugetan, in Worten dem Guten zugetan, in Gedanken dem Guten zugetan, tadeln nicht die Heilsgänger, achten Rechtes, tun Rechtes. Nach dem Versagen des Körpers jenseits des Todes gelangen sie auf gute Lebensbahn, in selige Welt.*

*So sah ich mit dem feinstofflichen Auge, dem gereinigten, die menschlichen Grenzen übersteigenden, die Wesen dahinschwinden und wiedererscheinen: gemeine und edle, lichte und dunkle, glückliche und unglückliche. Ich erkannte, wie die Wesen je nach dem Wirken wiedererscheinen.*

Wir sehen, dass diese Bewusstseinsweiterung eine ganz andere Art des Durchblicks gewährt als die erste. Der erste Durchbruch bestand in der Erweiterung des Gedächtnisses über seine früheren Leben und Erlebnisse, soweit er sich zurückerinnern wollte. Der zweite Durchbruch aber besteht in der Klärung seines Blicks, seines Auges, so dass er nun gegenwärtige Erscheinungen sehen kann, die dem normalen körperlichen Sehwerkzeug nicht zugänglich sind. Diese Fähigkeit, von welcher mehr oder weniger bruchstückhaft in den tieferen Schichten aller Religionen die Rede ist, wird meistens als das „feinstoffliche“ Auge, das heißt: das zartere, feinere, tiefere Auge bezeichnet, weil es das Seelische erfährt, die Triebe der Wesen mit Anziehung und Abstoßung sieht.

Wo wir also einen Menschen „sterben“ sehen, d.h. den Körper hinfallen und still werden sehen, indem Atem und

Herzschlag aufhören, da sieht der Erwachte - und viele andere dazu Befähigte - das eigentliche Wesen, das sich des Körperwerkzeuges bedient, es gelenkt und bewegt hat, aussteigen und umziehen, die Szene wechseln. Was für unser Auge das Ende eines Menschen ist, das sieht ein solches Auge als Weiterwanderung.

Was der Erwachte als ein „Wesen“ bezeichnet, das Körperwerkzeuge ablegt und wieder andere anlegt und ablegt und weiterwandert und das er bezeichnet als „gemein oder edel, als licht oder dunkel“, das ist die Gesamtheit der Triebe, des Charakters der Wesen. Wir sagen „Triebe“, weil sie das Treibende sind, weil sie den Menschen treiben, dies und das zu tun. Ebenso sprechen wir von dem „Motivhaushalt“ eines Menschen. Das Motivierende bedeutet wiederum das Bewegende, Lenkende. Das alles sind innere seelische Kräfte; sie machen geneigt und sind gefühlsmäßig bestrebt, so oder so zu tun. Wenn wir etwas als das Eigentliche oder Wesentliche des Menschen bezeichnen wollen, dann ist es dieses. Und dieser Motivhaushalt oder Charakter kann qualitativ sehr, sehr unterschiedlich sein, eben wie der Erwachte es nennt: gemein und edel, licht und dunkel. Aber diese Triebe entstehen nicht und vergehen nicht mit dem Körper, sondern nach einem anderen Gesetz. Ohne bestimmte geistige Übungen können sie nicht endgültig und insgesamt aufgelöst werden. Darum die unübersehbar lange Daseinswanderung. So sieht der Erwachte, wie die Wesen in diesem Leben mittels des gegenwärtigen Körperwerkzeugs übel oder gut gewirkt und gehandelt haben in Taten, Worten und Gedanken, dadurch eben gemein oder edel geworden sind und nun nach Verschleiß des Körpers die entsprechende neue Daseinsform erlangen.

Der Erwachte berichtet, dass es die rückerinnernde Schau über ungezählte Leben und durch viele Weltperioden hindurch auch schon in viel früheren Zeiten in den religiösen Kreisen Indiens gab. Abgesehen davon, dass in sehr unregelmäßigen und zum Teil unmessbaren Zeitabständen auch immer wieder „Vollkommen Erwachte“ erschienen, also die einzigen Wesen,

welche sich die universale Bewusstseinsweise in ihrer Vollständigkeit und vor allem daraus die Befreiung erwarben - abgesehen davon haben immer wieder große und reine Geister zu dieser rückerinnernden Schau vergangener Lebensformen gefunden. Durch dieses auch im Hinduismus verbreitete religiöse Phänomen, gespeist noch durch ungezählte, zu allen Zeiten bis auf den heutigen Tag immer wieder auftretende sporadische Fälle von teilweiser Rückerinnerung, geht durch fast das gesamte Asien das raunende Wissen von der Fortexistenz als der natürlichen Daseinsweise.

Diese drei Erscheinungen: Geborenwerden, Altern und Sterben zu beseitigen, die mit allen menschlichen Mitteln - mit Chemikalien, Atombomben, Veränderung der körperlichen Erbanlagen - nicht ausgelöscht werden können und die auch alle Priester und Weisen der vor- und nachbuddhistischen Religionen zu überwinden sich vergeblich bemüht hatten - darum erscheinen Vollendete.

Wo nun Geborenwerden samt Altern und Sterben als nur eine beginnende, ablaufende und endende Episode innerhalb eines unvergleichlich großen Ganzen durchschaut und erkannt wird, da bleibt kein Unterschied mehr übrig zwischen einem so verlaufenden Menschenleben und jedem einzelnen darin aufkommenden Erlebnis, denn auch jedes Erlebnis tritt aus einer vom Menschen uneingesehenen Zukunft an ihn heran, hat seine Entwicklung innerhalb einer kürzesten, kurzen oder längeren Zeit und endet, „stirbt“ immer mit der „Geburt“ des folgenden Erlebnisses.

Ganz in diesem Sinn sagt der Erwachte, dass auch Weib und Kind, Haus und Hof, Gold und Silber dem Geborenwerden, dem Altern, dem Sterben unterworfen sind (M 26). - „Gold und Silber“ ist der Geburt unterworfen. - Darin zeigt sich, dass die drei Strukturmerkmale nicht nur für Lebewesen gelten, sondern für alles, was als Erlebnis begegnet: wann ich an Geld und Gut komme, dann ist das für mich „geboren“; wann mir ein Freund oder ein Feind erstehen oder wann ich

eine Frau heirate, dann sind diese für mich „geboren“. Und diese Begegnungen oder Verbindungen wahren ihre Zeit und zehren mit jedem Tag von der ihnen zukommenden Dauer, „altern“ also und enden spätestens mit dem Ende meines gegenwärtigen Lebens, enden oft auch vorher. Jedes nebensächliche oder zentrale Erlebnis wird mir geboren, altert und stirbt, sei es ein freundlicher Brief oder eine Schreckensnachricht oder ein Streit oder eine glückliche Stunde: ununterbrochen kommt etwas an, begegnet etwas, wird etwas erlebt, währt seine Zeit, entwickelt sich so oder so und - ganz gewiss - endet irgendwann. Und so ist mein jetziges Menschenleben auch ein „Erlebnis“, ein in der Alterung begriffenes Erlebnis, nach dessen Ende weitere Erlebnisse folgen, solange das währt, was der Erwachte Wahn (*avijjā*) nennt. Mit letzter Deutlichkeit zeigt der Erwachte, dass das, was nach seiner Oberfläche wie Leben und Dasein aussieht, in Wirklichkeit eine ununterbrochene Strömung von ankommenden und schon weiterziehenden Erscheinungen ist, eine alles einebnende Strömung von Wahrnehmungen, Bewusstwerdungen in ununterbrochener Folge. -

*Alles, ihr Freunde, ist dem Geborenwerden unterworfen, dem Altern und dem Sterben unterworfen.*

*Was aber heißt „alles“?*

*Der Luger und die Formen  
der Lauscher und die Töne  
der Riecher und die Düfte  
der Schmecker und die Säfte  
der Taster und das Tastbare  
der Geist und die Dinge.*

*Dies alles, ihr Freunde, ist dem Geborenwerden unterworfen, dem Altern und dem Sterben unterworfen. (S 35,33)*

Hier sind die fünf Sinnesorgane genannt einschließlich der ihnen innewohnenden Triebe samt dem Geist, dem Denker als sechstes. Diese machen zusammen das aus, was wir als „Ich“ deuten. Das als außen Erfahrene: Formen, Töne usw. machen

zusammen das aus, was wir als „Welt“ deuten. Und alles dieses ist in ununterbrochener, teils unscheinbarer, teils plötzlicher und starker Wandlung begriffen.

Geborenwerden, Altern und Sterben - diese dreigliedrige Struktur - eignet jeglicher Existenzform aller Wesen, einschließlich der wie immer beschaffenen Geistwesen. Und nur, weil die Wesen sich durch das jeweilige Erscheinen so faszinieren lassen, hinreißen und abstoßen lassen, darum ist der Geist auf das Jeweilige gerichtet, und darum lässt er das Vorherige fallen, und wegen dieses Vergessens des Vorherigen erscheint ihm die Geburt als erster Anfang, obwohl sie nur Fortsetzung in variiert Form ist. Ebenso muss ihm als Ende erscheinen, was nur Weiterfließen ist. Und wegen der gleichen Faszination durch die jeweils erscheinenden Dinge sieht ein solcher Geist nicht den unterschwellig durchgängigen Strom des hinreißenen Durstes von Anziehung und Abstoßung, der diese wechselnde Erscheinungsfolge bewirkt.

Alles fließt - aber die Faszination hält fest, sie verbindet und verkittet, schafft für eine Zeitlang den Eindruck von „Sein“, wo doch immer nur neues Werden ist, und sie bewirkt auch die Täuschung, dass mit der Vernichtung des Körpers das „Sein“ aufhöre und ewiges „Nichts“ begänne. Der Erwachte aber sagt, dass das Leben kein „Sein“ und der Tod kein Untergang im Nichts ist, sondern beides ein ununterbrochenes Werden im ununterbrochenen Heranfließen und Fortfließen, und dieses Fließen kann aus sich selbst kein Ende finden, weil der unbelehrte Mensch durch seine Faszination, seine Blendung diese Strömung selbst in Gang hält und fortsetzt.

Weil es sich so verhält, darum erscheinen Vollendete in der Welt, und darum leuchtet zeitweilig in der Welt das vom Vollendeten erfahrene und dargelegte Gesetz zur Beseitigung und Überwindung von Geborenwerden, Altern und Sterben durch Überwindung von Anziehung, Abstoßung und Blendung. Wie dies geschieht, nennt der Erwachte mit den folgenden drei Eigenschaften.

3. Glaube an Persönlichkeit Daseinsbangnis,  
Überschätzung des Begegnungslebens  
erhält Anziehung, Abstoßung, Blendung

*Ohne aber drei weitere Eigenschaften abgetan zu haben, ihr Mönche, ist es unmöglich, Anziehung, Abstoßung und Blendung zu überwinden. Welche drei?*

*Ohne den Glauben an Persönlichkeit, ohne die Daseinsbangnis und Daseinsorge abgetan zu haben und ohne die Auffassung aufgegeben zu haben, das (sittliche) Begegnungsleben sei das Höchste, ist es unmöglich, das Geborenwerden zu überwinden, das Altern zu überwinden, das Sterben zu überwinden.*

Der Zusammenhang der ersten beiden Dreieiten ist klar: Weil die Wesen, von ihren Trieben getrieben, in Anziehung, Abstoßung und Blendung befangen, dem unheimlichen Kreislauf der Erscheinungen ausgeliefert sind: Geborenwerden, Altern und Sterben, und weil dieser Kreislauf, dieser geschlossene Ring von Bedingungen, ohne einen Anstoß außerhalb seiner Dimension nicht beendet werden kann, darum lehren Vollendete. Sie haben die Dimension der Wahrscheinungen überstiegen, haben zur Beendigung des Zwangslaufs, haben zur Freiheit von allen Dimensionen hingefunden und können den Anstoß geben, der dort, wo er empfangen und aufgenommen wird, auch den Prozess einleitet, der zur Erwachung und Vollendung führt.

Die Wirkung des Anstoßes besteht darin, dass den Wesen, die ihn ganz aufgenommen haben, durch die Mitteilungen und die Übungsanleitungen der Er wachten immer deutlicher wird, dass die gesamte Kette der Erscheinungen, die wir „Leben“ nennen - dieser Wechsel und Wandel zwischen Geborenwerden, Altern und Sterben, zwischen fortgesetztem Verschwinden und Erscheinen - eine große, große Blendung ist, bedingt durch die eingewöhnten Zuneigungen und Abneigungen, die

inneren Triebe, Anziehung und Abstoßung. Daraus folgt, dass mit der allmählichen Auflösung von Anziehung und Abstoßung auch die leidensvolle und ziellose Folge des Geborenwerdens, Alterns und Sterbens aufgelöst wird und anstelle von Angst und Leiden jene Heilsentwicklung beginnt und allmählich fortschreitet bis zu einer unermesslichen, einer unnennbaren Freiheit und Befreiung in der Erwachung. Das ist der Zusammenhang der ersten beiden Dreiheiten.

Aber nun nennt der Erwachte mit der dritten Dreiheit drei Verstrickungen des Menschen und sagt, dass nur die Befreiung von ihnen zur endgültigen Minderung bis Auflösung von Anziehung, Abstoßung und Blendung und damit zur Erwachung führen könne.

Diesen ersten drei Verstrickungen und vor allem der ersten kommt eine Schlüsselstellung zu insofern, als nach ihrer Auflösung kein Stillstand mehr eintreten kann in der weiteren Minderung bis Auflösung aller übrigen (insgesamt zehn) Verstrickungen, denn die erste bildet die Grundlage für alle übrigen.

Erste Verstrickung: Glaube an Persönlichkeit  
(*sakkāyaditthi*)

Die erste Verstrickung ist die Befangenheit des Geistes und Gemüts in der Vorstellung, ein Ich in einer Welt zu sein. Der Geist kommt zu dieser Vorstellung, da er sich mit dem, was die Triebe, die Sinnensüchte wollen, identifiziert.

Der Erwachte sagt (M 102, D 1 u.a.), es gehe darum, der sechs auf Berührung gespannten Süchte (*phassāyatana*) Aufsteigen, Verschwinden und was an ihnen Labsal, Elend und Entrinnung ist, der Wirklichkeit gemäß zu verstehen, weil man sich dann ganz sicher von ihnen ablöst.

Diese sechs auf Berührung gespannten Süchte sind:

*Die Sucht des Lugers nach Berührung durch Formen.*

*Die Sucht des Lauschers nach Berührung durch Töne.*

*Die Sucht des Riechers nach Berührung durch Düfte.*  
*Die Sucht des Schmeckers nach Berührung durch Schmeckbares.*  
*Die Sucht des Tasters nach Berührung durch Tastbares.*  
*Die Sucht des Denkers nach Berührung durch Gedanken.*

Hier ist nicht von körperlichen Werkzeugen: Augen, Ohren usw. die Rede, sondern von inneren drängenden Willensrichtungen, von Tendenzen, Neigungen nach sinnlicher Wahrnehmung: Luger, Lauscher usw. Das sechsfältige Interesse nach fünffacher sinnlicher Wahrnehmung und sechstens der Drang nach Verarbeitung und Verwertung dieses Wahrgenommenen mit dem Geist als sechstes wird als „*āyatana*“ (Sucht, Drang, Spannung) bezeichnet. Diesem Begriff liegt die Wurzel *yam* zugrunde, die bedeutet „sich ausstrecken“, ein Ziel haben, darauf aus sein, genauso wie das Wort „Tendenz“ - abgeleitet von *tendere* - „spannen“, „sich hinstrecken auf etwas“, „hinzielen“, „hinspannen“ bedeutet. Die Triebe, Tendenzen strecken sich aus, drängen nach Berührung durch die fünf äußeren Erfahrungsbereiche und werden als Verlangen und Sehnsucht empfunden.

Durch die Berührungssüchte in den Sinnesorganen (der berührungshungrige Luger, Lauscher usw. wird als zum Ich gezählt bezeichnet - *ajjhātika-āyatana* - von K.E. Neumann als „Innengebiet“ übersetzt) kommt zwangsläufig das früher gewirkte und bei der Berührung als außen Empfundene (*bahiddha āyatana* - von K.E. Neumann als „Außengebiet“ übersetzt: Formen, Töne usw.) zur Berührung. Die Beschreibung des Erwachten für das Zustandekommen der Wahrnehmung lautet: „Der drei Zusammensein ist Berührung.“ Das heißt, wenn der „Luger“ (1) zur Erfahrung (3) einer Form (2) gekommen ist - wenn also nicht zur gleichen Zeit Erfahrungen anderer Sinnesdränge stark engagieren - dann hat die Berührung des Lugers stattgefunden, die Berührung jener Triebe, die das Werkzeug, das Auge, Ohr usw., empfindungssüchtig und empfindlich, eben zum Luger, Lauscher usw., machen. Die



Sucht nach Formen in den Augen ist berührt worden und äußert ihr Urteil als Gefühl:

*Durch Berührung bedingt ist Gefühl, sagt der Erwachte.*

Und zwar Wohlgefühl, wenn das Gesehene dem subjektiven Geschmack des Lugers entspricht, und Wehgefühl, wenn es ihm widerspricht, und mehr oder weniger neutrales Gefühl, wenn das Gesehene dem Luger gleichgültig ist.

Dann sagt der Erwachte in der 3. Person Einzahl:

*Was man fühlt, das nimmt man wahr.*

Das bedeutet, dass nun die von dem Luger erfahrene („gesehene“) Form und das vom Luger dazu gegebene Gefühl, also beides zusammen, dem Geist gemeldet wird, so dass jetzt die Person um eine angenehme oder unangenehme Form weiß. Das heißt: Mit Gefühl und Wahrnehmung, die in den Geist eingetragen werden, ist der Eindruck einer fühlenden Person („man“) entstanden, die das gefühlte Objekt erlebt: „Ich, der ich das und das Angenehme will und das und das Unangenehme nicht will, ich sehe dieses und jenes, das mir gefällt oder missfällt.“ Das Pāliwort für „Wahrnehmung“ heißt „*saññā*“ und das Verb (*sañ-jānāti*), wörtlich „zusammenwissen“. Es ist ein Wissen von zweierlei: von dem „äußeren“ Gegenstand und von dem „persönlichen“ Geschmack. Dass dieses „Wissen“ nur zustande kam, weil die in den Sinnesorganen und im Geist wohnenden Dränge berührt worden sind, wird nicht bemerkt und gewusst. Das ist die Ursache dafür, dass wir fast ununterbrochen den Eindruck haben, als ob „wir“ mittels der Sinnesorgane unseres Körpers „eine Außenwelt“ erlebten durch Sehen, Hören usw., dass also „die Welt“, die „wir“ wahrnehmen, „um uns herum“ sei, dass wir also eine in „Innen“ und „Außen“ gespaltene Welt erleben.

Das Ich-bin-Vermeinen entsteht allmählich. Man kann bei jedem Menschenkind beobachten, dass es in den ersten Jahren nicht „Ich“ sagt, es merkt nur, dass etwas der Zunge wohlzut, dass etwas sich schön anhört, und es sieht gern das lächelnde Gesicht der Mutter. Das sind die Empfindungsantworten der

Anliegen, der Triebe, die einem Magnetismus gleich mit Anziehung und Abstoßung auf das reagieren, was an die Sinnesorgane herantritt. Nur deshalb, weil die sehr verschiedenen Sinnensüchte in den Sinnesorganen ihre Empfindungen und Wahrnehmungen an den Geist weitergeben und der Geist die Fähigkeit des Verbindens und Ordners der Eindrücke hat, vergisst er bei allen normalen Menschen, dass er vorwiegend Meldestelle für die fünf sehr verschiedenen Interessen- und Geschmacksfelder ist: er identifiziert sich mit den jeweils ankommenden Meldungen so, als ob sie von ihm kämen. Und so beginnt das Kind im 2.-4. Lebensjahr „ich“ zu sagen. Es entsteht die Ich-bin-Behauptung, die Auffassung, eine als Ganzheit und Einheit aufgefasste Person zu sein, obwohl sie die Summe der sechs auf Berührung gespannten Süchte ist. Diese im Geist imaginierte Person will ihre Anerkennung als Ich, will nicht von anderen Personen unterdrückt, vernachlässigt sein usw. Und so befestigt sich in einem solchen Geist noch immer mehr der Ich-bin-Gedanke, und von daher rührt bei den sich bietenden Gelegenheiten im Umgang mit anderen die Neigung, das vermeintliche Ich-selbst mit seinen Ansprüchen zu behaupten, sich als ein selbstständiges Ich neben oder womöglich über andere zu stellen.

Dieses durch die Triebe bedingte Ich-bin-Denken befestigt nun auch von der Anschauung her den Triebhaushalt. Wer da glaubt, ein Ich zu sein, der denkt normalerweise im triebmehrenden Sinne, wenn er auch immer wieder auf vordergründiges Wohl verzichtet, um zukünftiges Wohl nicht zu gefährden, wozu auch die Beachtung der Interessen anderer gehört.

Wenn es das gäbe, dass ein Mensch ohne Triebe geboren würde, dann wäre ihm alle Wahrnehmung gleich gültig, er würde sie kaum registrieren, geschweige sich merken. Dann könnte gar nicht der Gedanke aufkommen „ich bin“. Nur der Wunsch, durch die Sinne zu erleben und möglichst Wohl zu erleben, bringt den Geist, der vorzugsweise im Dienst der Triebe arbeitet, dazu, Erlebnisse zu speichern und zu koordinieren und so sich als Erleber gegen das Erlebte abzugrenzen.

Der Erwachte vergleicht die sechs unterschiedlichen Interessen, die Anliegen der Wesen mit sechs unterschiedlichen Tieren (S 35,206). Jedes Tier ist am Ende eines Stricks angebunden, das andere Ende der sechs Stricke ist zu einem Knoten gebunden. Nun zerrt jedes Tier zu seinem Interessengebiet; welches Interesse zur Zeit am stärksten ist, welchen Trieben größere Kraft innewohnt, die ziehen und reißen die anderen mit sich.

Im Geist spielt sich der Kampf der unterschiedlichen Interessen der sechs Tiere ab. Der Mensch möchte z.B. am Abend gern dies oder das sehen oder hören (Fernsehen, Theater, Kino, Freunde besuchen oder still für sich lesen und nachdenken), aber gleichzeitig ist etwas Wichtiges zu erledigen, dessen Versäumnis großen Schaden und Peinlichkeit mit sich bringen würde. In einem solchen Fall hat man den Eindruck, dass man im Geist hin und her überlege, ob man auf das Angenehme verzichtet, um den Schaden durch Versäumnis der wichtigen Sache zu vermeiden, oder ihn in Kauf nimmt, weil man auf das Angenehme nicht verzichten will. Man hat den Eindruck, dass man im Geist entscheide, aber in den allermeisten Fällen entscheidet die Wucht der stärksten Triebe. Der Geist ist nur die Stätte, wo die Entscheidung fällt. Wie bei einer Waage mit etwas ungleichen Gewichten, die noch hin und her schwankt und bei der doch schon feststeht, dass hernach die Waagschale mit dem größeren Gewicht unten sein wird, so geht es den Wesen mit den sechs Drängen: In der Regel entscheiden die stärksten Dränge, doch immer sagt der Geist im sklavischen Dienst dieser Dränge: „Ich werde, Ich will, Ich entscheide.“

„Ich“ ist Einbildung, ist ein illusionärer Name für die Summe von Bedürfnissen, Bezügen. Der Ich-Gedanke ist die schlimmste Falle Māros, der Verkörperung des Übelen, weil er die Menschen im Gefängnis ihres Körpers hält; und die Aufhebung des Persönlichkeitsglaubens ist der Schlüssel zur Freiheit. In diesem Sinn sagt *Shantideva*, ein indischer Mystiker des Mittelalters:

*Was alles an Missgeschicken in der Welt ist,  
so viele Leiden und Schrecknisse es gibt -  
sie alle kommen von der Annahme eines Ich.*

Die Aussage des Erwachten: *Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst* bezieht sich auf die ganze Existenz, d.h. auf die fünf Zusammenhäufungen, in denen das enthalten ist, was eben als Zusammenspiel von Sinnesdrängen und Geist geschildert wurde:

Die ständig durch Denken etwas veränderten Sinnesdränge mit ihren Anziehungen und Abstoßungen durchziehen den grobstofflichen Körper, die sogenannte Form. Bei der Berührung der zum Ich gezählten Form mit Form, die als „außen“ gedeutet wird (1. Zusammenhäufung) werden die Triebe berührt und äußern ihre Anziehung oder Abstoßung als Gefühl (2. Zusammenhäufung), was als gefühlsbesetzte Wahrnehmung (3. Zusammenhäufung) in den Geist eingetragen wird. Durch diese Eintragungen steigt als zum „Ich“ gehörend empfundene Aktivität auf (4. Zusammenhäufung), nimmt Stellung zu dem Wahrgenommenen, indem frühere Erfahrungen des Geistes mit dem neu Eingetragenen in Beziehung gesetzt und beurteilt werden, und es entsteht eine neue Gewöhnung, ein neues Programm bzw. das alte wird verstärkt: die programmierte Wohlerfahrungssuche (*viññāna* - 5. Zusammenhäufung) ist ernährt, auf neuen Wegen oder auf verstärkten alten Wegen nach Wohlerfahrung zu suchen. Entsprechend diesem Programm lenkt die programmierte Wohlerfahrungssuche den Körper, um zu Wohl zu kommen, und der Geist denkt bei diesem automatisch ablaufenden Zusammenspiel der fünf Zusammenhäufungen: „Ich fühle, ich halte dies für besser als das, ich entscheide mich darum nach reiflicher Überlegung für dieses Bessere, und ich werde in Zukunft so und so vorgehen, und ich bin gewohnt, so und so zu denken, zu reden und zu handeln“, obwohl da nur diese fünf ineinandergreifenden Prozesse ablaufen, diese fünf Zusammenhäufungen, deren blitzschnell ineinander greifendes Zusammenspiel den Eindruck

„Ich bin in der Welt“ erweckt.

Je mehr wir ergreifend, hoffend und wünschend in dieses Zusammenspiel verstrickt sind, um so mehr empfinden wir den ständigen Entstehens-Vergehensfluss als eigen und sind leidvoll betroffen über Veränderungen, die den Trieben zuwiderlaufen, erkennen nicht die bedingte, unabhängig von unseren Wünschen ablaufende Geschobenheit - eben die Nichtlichkeit, Nichtmeinheit, - und das heißt Nichtlenkbarkeit des Ablaufs der fünf Zusammenhäufungen.

Aber wenn der Mensch durch die Belehrung eines Erwachten oder eines, der von ihm belehrt wurde, erfährt: „Sieh, die Triebe sind nicht Ich. Es sind angewöhnte Geschmäcke, die im Leiden halten“, dann gewinnt er durch den Hinblick auf die Triebe in den Sinnesorganen Abstand von ihnen, kann sie nicht mehr als Ich und Mein ansehen, erkennt sie als angewöhnten Ballast, der dauerhaftes Wohl verhindert.

Solange der Mensch auf die Rieselkette der Erscheinungen setzt und durch ichvermeinendes Denken die Triebe erhält und erschüttert ist durch das Schwinden, den Untergang der Erscheinungen und sich nicht von ihnen abwendet, so lange gibt es Triebe mit Anziehung, Abstoßung und Blendung und wird damit Geborenwerden, Altern und Sterben erfahren. Die Triebe sind der Bauplan und das Kernelement des nächsten Körpers. Wenn Anziehung zu tierischen, gespensterhaften Dingen besteht, wird ein Dasein in solcher Welt erlebt. Wenn Anziehung besteht zu Höherem, dann wird höhere Welt erlebt, aber nicht Befreiung. Solange Wollen, die Triebe, bestehen mit Anziehung, Abstoßung, Blendung, so lange sind sie das *perpetuum mobile passionis*, das unaufhörliche Leidenskontinuum, und der Glaube an Persönlichkeit, die Identifikation mit den Trieben, ist die Ursache dafür, dass die Aufhebung des *perpetuum mobile passionis* nicht betrieben wird.

## Zweite Verstrickung: Daseinsbängnis und -Sorge (*vicikicchā*)

Durch die Ich-Annahme ist das Daseinsgefühl bei allen Menschen von einer meistens unbewussten, oft aber über die Bewusstseinschwelle dringenden Ungeborgenheit und Unsicherheit, von existentiellen Sorgen durchzogen. Sie wollen Angenehmes erleben und fürchten Unangenehmes, sie wollen „sich“ in voller Funktion erleben und fürchten das Nachlassen ihrer Kräfte, und bewusst oder untergründig besteht Angst vor dem kommenden ganz sicheren Tod. Und vor allem beklemmt den weiterblickenden Menschen eine tiefe Ungewissheit, ein Zweifeln über das Woher und Wohin und Warum dieses Daseins.

Der Erwachte vergleicht diese Situation des normalen, von der Daseinsunsicherheit und dem bängigen Gefühl der Ungeborgenheit bewusst oder unbewusst begleiteten Menschen mit einem Mann, der mit seinem ganzen Vermögen durch eine fremde, gefährliche Wildnis zieht, in der er jeden Augenblick einen Überfall auf Leben und Gut zu befürchten hat.

## Dritte Verstrickung: Das (sittliche) Begegnungsleben als das Höchste ansehen (*sīlabbataparāmāsa*)

Dem gesamten Erleben gegenüber sind *drei* sehr verschiedene Haltungen des Menschen zu erkennen.

Es ist einmal die Haltung des modernen westlichen Menschen, der aus dem naturwissenschaftlichen moralisch indifferents Weltbild keine Aufforderung zu einem sittlich hochherzigen Verhalten entnimmt und sich von modernen Psychologen gar gewarnt sieht vor jeglicher Verdrängung von Aggression und sinnlichen Bedürfnissen. Ein solcher bemüht sich, sein „kurzes Leben spontan und kreativ voll zu genießen“, also sich gegenüber der Umwelt durchzusetzen, um selbst nicht zu kurz zu kommen. Er hat kein bewusstes Streben nach Rück-

sicht, Hilfsbereitschaft, Wohlwollen und Nachsicht mit den Mitlebenden, sondern folgt mehr oder weniger bewusst und gewollt seinen Tendenzen und Neigungen, die zwar meistens nicht extrem übel und verbrecherisch, aber auch nur selten sozial einigend, förderlich und erhellend sind - die heute allgemein übliche Haltung, aus welcher die spürbar zunehmende Dunkelheit und Kälte der zwischenmenschlichen Beziehungen hervorgeht, die, wenn sie fortschreitet, zu Abwehr und Angriff aller gegen alle führt.

Eine *andere* Haltung ist die des ebenfalls weltgläubigen, aber im besten Sinne des Wortes „humanen“ und hochherzigen Menschen, der entweder aus halb bewussten inneren Empfindungen und Neigungen oder bewusst aus gewonnenen Einsichten immer nur die erhellende und sanfte Begegnung mit den Mitwesen anstrebt und zu pflegen sich bemüht in der Zuversicht, dass auf diesem Weg auf jeden Fall in seiner engeren Umgebung mehr Harmonie, Wärme, Helligkeit und Vertrauen erwachsen und bestehen und dass, je mehr Menschen den gleichen Weg beschreiten, um so sicherer daraus allgemeine Ordnung, Wohlfahrt und zwischenmenschliche Harmonie hervorgehen.

Die *dritte* Haltung ist die des vom Erwachten über den Gesamtzusammenhang Belehrten, der die „Welt“ durchschaut als eine reißende Strömung von Wahrnehmungsszenen, als eine vom Wahn geschaffene Flucht von Blendungserscheinungen. Er weiß, dass diese Szenenfolge denjenigen, der der Blendung nicht widerstrebt, gerade vom Erwachen zum Wahren und Wirklichen zurückhält, von der Genesung zum endgültigen Heil und Wohl zurückhält. Er weiß, dass diese machtvoll andringende Strömung einzig gespeist ist aus seinen bisherigen Taten und dass diese Strömung ganz sicher allmählich verebben und versiegen muss, wenn er nun nicht mehr ergreift. Mag der Fluss der Erscheinungen noch ununterbrochen begegnen, so ist der Mensch mit dieser dritten Haltung, soweit ihn sein größeres Wissen leitet, doch *kein* Begegnender mehr. Er hält sich zurück, stellt keine Ansprüche mehr an die Erscheinung,

lässt los. Mag er auch aus der bisherigen Gewohnheit und vom Durst gerissen, bei vielen der Szenen doch wieder ergreifen, so hat er dennoch in der tiefsten, verborgenen Wurzel seiner Willensbildung die Bindung an das Begegnungsleben endgültig aufgehoben.

Der Pālibegriff für diese dritte aufzugebende Verstrickung wird oft übersetzt mit „Sich Klammern an Riten und Regeln“ oder „Sich Klammern an Tugendwerk“. Der Begriff *sīla-vata* bedeutet aber nicht „Riten und Regeln“, eher schon, wie K.E. Neumann übersetzt, „Tugend-Werk“, auch im Sinne von „Tugend-Gelübde“ oder „-Vorsatz“ (s. M 57 „Der Hundelehrling“). Die weitere Benutzung von *vata* zeigt, dass darunter auch „Gewöhnung“, „Praxis“ verstanden wird. Darum müsste, wer *sīla* mit „Tugend“ übersetzt, *sīlabbata* mit „Tugendwerk, Tugendpraxis“ übersetzen. Wem das aber durchaus nicht als eine Verstrickung erscheinen will, der weicht aus, indem er übersetzt „Sichklammern an Riten und Regeln“. *Parāmāsa* (meistens übersetzt mit „Sichklammern“) bedeutet, das Begegnungsleben „als das Höchste (und Letzte) einschätzen“; bedeutet also, nicht darüber hinauszugehen. Wegen der empfundenen existentiellen Daseinsbangnis und der dadurch bedingten Überlegung: „Wie komme ich in diesem Leben zu Wohl, und was kann ich tun, dass es mir auch im nächsten Leben gut geht“, suchen die Menschen nach höheren Wegweisungen in den Religionen und freuen sich, wenn sie die in allen Religionen genannten Tugendregeln erfüllen: „Es hat mich Anstrengung gekostet, aber jetzt bin ich tugendhaft, führe ein untadeliges Leben, mir kann eigentlich nichts mehr passieren, denn ich habe gut vorgesorgt.“

Aber wer verstanden hat, dass in der *Begegnung* und mit der Begegnung, mit der harten, rohen wie mit der sanften, hellen, keine Sicherheit und kein Heil endgültig erreichbar ist, dass alle Begegnung zum Wahnbereich gehört, aus dem es zu erwachen gilt – der fasst den weitreichenden und tiefen Sinn dieses Begriffs. An dieser oder jener Begegnungsweise festhalten, und sei es die beste, tugendhafteste, also selbst ein Begeg-



nender bleiben wollen, das ist die Verstrickung, mit welcher man nicht über den Begegnungsbereich hinaus, aus dem Strom der Wahnträume herauskommt.

Diese drei Eigenschaften – eigentlich ist es nur Glaube an Persönlichkeit, die zwei weiteren Verstrickungen sind Folgeerscheinungen und eng an den Glauben an Persönlichkeit geknüpft – sind nach der Aussage des Erwachten die Grundursache für Anziehung, Abstoßung und Blendung. Wie ist das zu verstehen?

Bisher haben wir gesehen, dass die Triebe das Ich-bin-Gefühl erzeugen: Wenn ein Trieb berührt wird und sein Gefühlsurteil dem Geist meldet, dann sagt der gefühlsgeblendete Geist: „Ich mag das“, „Ich mag das nicht“. Dabei hat es nur dem jeweiligen Trieb gefallen oder missfallen. Wenn kein Trieb wäre, wäre keine Ich-Empfindung, keine Ich-Anschauung. Die Summe der Triebe ist die Summe der Ich-Identifikationen. Insofern sagt der Erwachte, dass die Triebe die Ich- und Meinmacher sind. Die von den Trieben ausgehenden Nöte empfindet der Mensch als seine eigenen. Das von den Trieben ausgehende Wohl bei vorübergehender Erfüllung empfindet er als sein eigenes.

Nun zeigt der Erwachte: Der so entstandene blinde Glaube an das, was die Gefühle suggerieren: „Ich bin“ muss erst aufgehoben werden, ehe die Triebe aufgehoben werden können. Die Triebe erzeugen im Geist die Ich-bin-Anschauung (*sak-kāyaditthi*)<sup>16</sup>, und die Ich-bin-Anschauung ist die Ursache dafür, dass ein Mensch nicht wollen kann, die Gesamtheit der Triebe aufzuheben. Da er sich eins mit den Trieben fühlt, hätte er bei dem Gedanken, die Triebe aufzuheben, das Empfinden, sich selbst aufzuheben, das aber heißt: er selber würde vernichtet.

Der Erwachte zeigt, dass der in seinen Trieben lebende Mensch seine Situation gar nicht richtig erfassen kann. Die

---

16 und weil die Ich-bin-Anschauung den Erleber von der erlebten „Welt“ abgrenzt, zugleich auch die Weltgläubigkeit.

Sinnenerfahrung sagt ihm: „Wohl tut das“, obwohl es an sich wehtut. Nach dem Maßstab der Erwachten, die alle Leiden aller Grade auf ewig hinter sich und unter sich gelassen haben, herrscht in der Sinnensuchtwelt unmittelbarer, ununterbrochener Schmerz - auch in den Augenblicken der Befriedigung, denn was wir als „Befriedigung“ empfinden, das sehen die Geheilten, Genesenen, Erwachten als Kratzen an, als Reißen und Versengen von juckenden Aussatzwunden. Die Sinnesdränge lauern auf Befriedigung, sie sind ein permanenter Mangel und Sog und verursachen damit ein dauerndes Mangelgefühl, Minusgefühl, Wehgefühl, Leiden, das jedoch wegen der fast ununterbrochenen Dauer als normaler Seinszustand empfunden wird, wie beim Aussatzkranken das permanente Jucken zu seinem gewohnten Erleben geworden ist.

Aber das schlimmste Übel der sinnlichen Triebe ist, dass die Süchtigkeit desjenigen, der die Wahrheit nicht kennt, immer mehr zunimmt. Jeder Begehrensgedanke, jede Begehrensvorstellung ist ein Sandkörnchen mehr auf der Waagschale der Begehrlichkeit und verstärkt die Süchtigkeit.

Solange der Mensch in seinem Geist auf die Rieselkette der Erscheinungen setzt und erschüttert ist durch das Schwinden, durch den Untergang der Erscheinungen – und sich nicht von ihnen abwendet, so lange kann Gier, Hass, Blendung nicht weichen und damit nicht Geborenwerden, Altern und Sterben.

Der Erwachte sagt also in unserer Lehrrede: Geborenwerden, Altern und Sterben ist bedingt durch etwas Seelisches, das nicht zur sichtbaren Welt und zum sichtbaren Ich gehört, und dieses Seelische ist seinerseits bedingt durch den Glauben an Persönlichkeit. Somit besteht und wird erhalten durch die Auffassung im Geist, dass ein Ich einer Welt gegenüberstünde, ein großes seelisches Kraftzentrum, Zuneigungen zu bestimmten Dingen und Abneigungen gegenüber anderen, die die Erscheinung von Form entwerfen, die geboren wird, altert und stirbt. Das nennt man einen magischen Zusammenhang: Alle Freude, alle Schmerzen gehen vom Geist aus, sind durch den Geist bedingte traumhafte, faszinierende Erscheinungen.

4. Nicht auf die Herkunft achten,  
dem falschen Weg folgen und Hängen des Gemüts  
am Gewohnten sind die Ursache für den Glauben  
an Persönlichkeit, Daseinsbangnis und die  
Auffassung, das (sittliche) Begegnungsleben sei  
das Höchste

*Ohne aber drei Eigenschaften aufgegeben und abgetan zu haben, ihr Mönche, ist es unmöglich, den Glauben an Persönlichkeit, Daseinsbangnis und Daseinsorge zu überwinden und die Auffassung zu überwinden, das (sittliche) Begegnungsleben sei das Höchste. - Welche drei Eigenschaften sind das? Nicht auf die Herkunft achten, Befolgen des falschen Weges, Hängen des Gemüts am Gewohnten. - Ohne das Nichtachten auf die Herkunft, das Befolgen des falschen Weges und das Hängen des Gemüts am Gewohnten, ohne diese drei Verhaltensweisen abgetan zu haben, ist es unmöglich, den Glauben an Persönlichkeit, Daseinsbangnis und Daseinsorge zu überwinden und die Auffassung zu überwinden, das (sittliche) Begegnungsleben sei das Höchste.*

Nicht auf die Herkunft achten (*ayoniso manasikāra*)

Wer seinen Blick vorwiegend auf die mit den Sinnen des Körpers wahrnehmbare Welt richtet, der erfährt immer nur die sichtbaren Dinge einschließlich der lebendig erscheinenden bewegten menschlichen Körper. Da man aber mit den Sinnen nie die unsichtbaren inneren Kräfte des Wollens und die seelischen Vorgänge: Gefühl, Wahrnehmung und Denken sehen kann, von welchen der Körper bewegt und eingesetzt wird, so muss er den sichtbar bewegten Körper als sich selbst bewegend, sich selbst veranlassend ansehen. Das bedeutet, dass er alle geistig-seelischen Kräfte, Gefühl und Wahrnehmung,

Denken und Wollen, als vom bewegten Körper selbst erzeugt ansieht, wie viele Naturforscher wegen ihrer einseitigen Beobachtung tatsächlich glauben. Wir haben es hier unter anderem mit dem Dogma zu tun, dass die Gehirnzellen des Körpers etwas ganz anderes, nämlich Bewusstsein, Geist erzeugen. Wenn ein so urteilender Mensch dann später diesen Körper unbeweglich und kalt auf dem Totenbett oder im Sarg sieht, dann muss er den ganzen Menschen für vernichtet halten. In dieser einseitigen, vordergründigen Beobachtung, die nur die äußere Seite der Tatbestände des Lebens in den Blick nimmt, liegt der Grund für das Dogma von der Vernichtung des Menschen.

Als „Nicht auf die Herkunft achten“ bezeichnet der Erwachte nicht nur die platte sinnliche Vordergründigkeit des Menschen, sondern auch jegliches weltanschauliches Fragen, das durch eine perspektivische Sicht bedingt ist: Wer ein Ich annimmt, ohne zu fragen, wie die Auffassung, dass es ein Ich gebe, zustande kommt, der muss nach Vergangenheit und Zukunft dieses Ich fragen. Er hat Bezweifelbares zur Grundlage gemacht, geht von unerwiesenen Voraussetzungen aus, welche durch die auf die Herkunft gerichtete Aufmerksamkeit als wahnhaft enthüllt werden würden. Ein solches Fragen bewegt sich in einem ausgefahrenen Hohlweg: immer wieder dieselben unbewiesenen, wahnhaften Voraussetzungen führen das Denken immer wieder dieselben wahnhaften Wege.

Darum sagt der Erwachte, dass solche Ansichten (*ditthi*) eine ausweglose Sackgasse, einen Hohlweg bilden, dass man sich mit ihnen in öder Wüste befindet, mit ihnen bald dahin, bald dorthin gezerrt wird und gefesselt ist (M 2) und nicht befreit werden kann.

Dagegen bedeutet auf die Herkunft (*yoni*, wörtlich „Schoß“) gerichtete Beobachtung: die Triebe mit Anziehung und Abstoßung bei sich spüren und beobachten, erkennen, wie sie Gefühle auslösen, die den Geist blenden, wodurch die Triebwucht noch verstärkt wird. Wir können es in unserem Leben bei uns beobachten, dass nicht der Leib die Triebe be-

wegt und lenkt, sondern dass die Triebe über den Geist den Leib bewegen und lenken, dass die Triebe also dem Leib vorgeordnet sind. Da aber der Leib die Triebe, diese unbewussten Zu- und Abneigungen („Erlebnisspannungen“), weder bewegt noch lenkt noch sonst beeinflusst, sondern nur das Werkzeug als Empfänger und Sender in der leiblichen Dimension darstellt, so kann auch der Wegfall des Leibes auf die Tendenzen keinerlei Einfluss ausüben.

Die Aufmerksamkeit auf die alleinige Beeinflussung der Triebe durch geistige Bewertung (*Was der Mensch häufig erwägt und sinnt, dahin geneigt wird das Herz*) wird in Vollkommenheit gewonnen durch die Belehrung seitens eines Erwachten oder eines, der die Heilslehre des Erwachten verstanden hat. Davon handelt die übernächste Dreierfolge dieser Rede.

Dem falschen (abwärts führenden) Weg folgen  
(*kummagga sevana*)

Die Aufmerksamkeit auf Vordergründiges, die Nichtbeachtung der Herkunft der Erscheinungen, veranlasst den Menschen zu triebmehrendem Denken, dem bald abwärts führendes Reden und Handeln folgt. Das drückt der Erwachte aus, wenn er sagt (A I,2):

*Nichts führt so sehr dazu,  
dass die unheilsamen Dinge sich mehren  
und die heilsamen Dinge sich mindern,  
wie die Betrachtung der vordergründigen Dinge.*

Vordergründig, nicht auf die Herkunft gerichtet, ist die Betrachtung dann, wenn wir bei den verlockenden oder abstoßenden Dingen nichts anderes betrachten als eben das verlockende oder abstoßende Bild. Dann blicken wir mit dem getrübbten Auge der Leidenschaften und denken an die momentane Annehmlichkeit oder Unannehmlichkeit, die aus der betreffenden Sache hervorgeht, und denken nicht daran, dass mit

jeder vordergründigen Betrachtung die verborgen im Herzen liegende und manchmal in ganzer Wucht sich meldende Leidenschaft wieder einen Grad stärker geworden ist. Dieser eine Grad der Verstärkung ist fast nicht zu merken, ist nur ein „Sandkörnchen“. Aber die Häufigkeit solcher Betrachtung macht diese Leidenschaft immer stärker, immer kraftvoller. Und damit gewinnt sie den zwingend drängenden, ja, hinreißenden Charakter, und der Mensch muss so handeln, wie er im Augenblick getrieben wird, obwohl er oft schon im nächsten Augenblick oder in baldiger Zukunft mit Schrecken vor den schmerzlichen Folgen dieser Handlung steht.

Jeder Gedanke ist in irgendeinem Sinne ein Urteil, eine Bewertung, und jede Bewertung ist ein Sandkörnchen auf eine der vielen inneren Willenswaagen. Und jeder Wille beeinflusst das Reden und Handeln. - Und alles Reden und Handeln hat Folgen: Folgen für den Täter, Folgen für seine Umgebung, Folgen für den „Weltlauf“.

Streit und Frieden in meiner Familie, Krieg und Frieden in meiner Welt und das spätere Leben in untermenschlicher und übermenschlicher Welt - sind letztlich zusammengeriselt durch die Sandkörnchen der bewertenden Gedanken.

Die Triebe äußern sich zuerst als Wunschgedanken, als ein mehr oder weniger leises oder starkes Verlangen, so und so tun zu wollen, haben zu wollen, sein zu wollen. Und je mehr wir diese Gedanken pflegen, bejahen, um so stärker werden die Wünsche.

*Unsere Wünsche sind wie kleine Kinder;  
je mehr man ihnen nachgibt,  
um so anspruchsvoller werden sie. (chinesisch)*

Und schließlich werden sie übermächtig, ohne dass man es bemerkt. Darum klagt die christliche Mystikerin *Therese von Avila*:

*Um die Gewohnheiten unserer Natur  
ist es etwas Entsetzliches.*

*Da werden allmählich aus  
unbedeutenden Dingen unheilbare Übel.*

Weil es ein Gesetz ist, dass durch wiederholtes erfreutes oder positiv bewertendes Bedenken der sinnlich als angenehm empfundenen Dinge die Sucht nach diesen immer größer wird - die größere Sucht wiederum eine häufigere Begegnung und Genuss dieser Dinge fordert, um einigermaßen befriedigt zu sein - die Hingabe an den Genuss den Menschen immer weniger fähig macht, im Existenzkampf zu bestehen - und der Mensch wegen seines starken Drangs nach Befriedigung nächstenblind und rücksichtslos wird, gar keinen Blick mehr hat für die Bedürfnisse der Mitwesen - darum warnt der Erwachte immer wieder davor, sich dem sinnlichen Begehren hinzugeben, wie folgende Gleichnisse zeigen:

Der Erwachte schildert (It 109) einen Schwimmer im Fluss, der sich genussvoll der Strömung überlässt (ein Bild für die tagtägliche Befriedigung der Sinne). Aber die Strömung trägt ihn abwärts. Am Ufer steht ein Mensch, der warnend ruft, dass dieses Spiel, vom Wasser sich treiben zu lassen, im Augenblick zwar schön sein möge, dass der Strom aber weiter unten in einen gefährlichen See münde:

*Gleichwie da, ihr Mönche, ein Mensch vom Wasser eines Flusses, das ihm verlockend, erfrischend und angenehm erscheint, flussabwärts getrieben würde. Ihn aber sähe ein am Ufer stehender weitblickender Mann und spräche zu ihm: „Höre, die abwärts treibende Strömung des Flusses erscheint dir angenehm und erfrischend, aber dort unten ist ein See mit Wellen, mit Strudeln, Krokodilen und Alligatoren. Wenn du dahin gelangst, kommst du zu Tode.“*

*Auf diese Warnung hin rudert nun dieser Mensch mit Händen und Füßen gegen den Strom.*

*Dies ist der Sinn des Gleichnisses:*

*Die Abwärtsströmung des Flusses ist ein Gleichnis für den (aus Unkenntnis der Gefahr von Befriedigung zu Befriedigung immer stärker werdenden) Durst nach den angenehmen Sin-*

nendingen.

*Dass das Wasser als angenehm und erfrischend empfunden wird, ist ein Beispiel dafür, dass die den Sinnesorganen des Körpers inwohnenden Süchte nach Berührung befriedigt worden sind.*

*Der tiefe See (in dessen Strudeln der Schwimmer versinkt) ist ein Gleichnis für die fünf untenhaltenden Verstrickungen (Glaube an Persönlichkeit, Daseinsbangnis, das (sittliche) Begegnungsleben als das Höchste ansehen, Sinnensucht und Antipathie bis Hass).*

*Die Wellen sind ein Gleichnis für Zorn und Verzweiflung.*

*Krokodile sind ein Gleichnis für ungezügelt Essen.*

*Alligatoren sind ein Gleichnis für die Sexualität.*

*Gegen den Strom rudern ist ein Gleichnis für das Überwinden der Sinnensucht.*

*Mit Händen und Füßen rudern ist ein Gleichnis für den Einsatz von Tatkraft.*

*Der am Ufer stehende weitblickende Mann ist ein Gleichnis für den Erwachten.*

Laut M 19 gibt der Erwachte ein ähnliches Bild für die Gefahr der Sinnlichkeit wie das des Schwimmers, der sich von der Strömung abwärts treiben lässt. Er spricht da von einer Gazellenherde, die in einem Wald lebt, von dem aus ein Weg durch die Landschaft allmählich abwärts (*kummagga*) in einen Sumpf führt.

Ein Wilderer (Gleichnis für Māro, der alle Wesen ins Verderben führen will) entdeckt diese Herde im Wald und will sie in seinen Besitz bringen. Er hat zwei abgerichtete Ködertiere, die die Herde aus dem Wald heraus auf den abwärts führenden Weg in den Sumpf locken sollen. Das eine Ködertier gilt für die Befriedigungssucht (*nandirāga*), die bei dem Unbelehrten von Befriedigung zu Befriedigung zunimmt, und das andere Tier gilt für Wahn (*avijjā*), durch den der Genießende an die Perspektive Ich-Umwelt gebunden ist und durch den er, blind für die Gefahren der Sinnensucht, nur die Möglichkeiten der



wohltuenden Befriedigung sucht und pflegt.

An anderer Stelle (A VII, 15) vergleicht der Erwachte die Menschen im Samsāra mit Schwimmern im endlosen Ozean. Solange die Schwimmer zurückdenken können, sind sie im Wasser und sind nur bemüht, sich an der Oberfläche zu halten.

Da vergleicht nun der Erwachte den ersten Schwimmer, den Menschen, der hemmungslos seinen Trieben folgt, den Tugendlosen, mit dem Untergegangenen. Der Erwachte sagt: *Die Leichtsinnigen sind den Leichen gleich (Dh 21)*. Denn ganz ebenso wie man im Ozean keinen Halt hat, sondern eben nur mit ununterbrochener Bewegung sich an der Oberfläche und damit am Leben halten kann, ganz ebenso verliert jeder Mensch, der sich im praktischen Leben gehen lässt, sich nicht zusammennimmt, nicht auf sich Acht gibt, den tauglichen (tugendlichen) Umgang mit den Mitmenschen und hat schließlich damit Menschentum verwirkt, sinkt unter das Menschentum.

Vom zweiten Schwimmer sagt der Erwachte, dass er erst noch oben schwimmt, aber danach doch wieder absinkt. Er erklärt, dass dies ein Mensch ist, der zunächst - sei es durch die Gepflogenheiten der Familie, in welcher er heranwuchs, sei es durch den allgemeinen Kulturstand, in dem er lebt - die Auffassung hat:

*Gut ist Vertrauen zu einem rechten Lebenswandel; gut ist Scham und Scheu gegenüber Üblem, und dazu Tatkraft und Weisheit in der Durchführung des Rechten.*

Weil ihm aber äußere Genüsse wichtiger sind als tugendliches Verhalten, vergisst er seine Ansichten und lässt um der erwünschten Freuden willen die Tugendregeln außer Acht, und darum „versinkt“ er, geht den abwärts führenden Weg in falsche Anschauung und Untugend, was ihn nach dem Tod in untermenschliche Bereiche führt. Das ist das Befolgen des falschen Wegs, die zweite der drei Eigenschaften, die es unmöglich macht, den Glauben an Persönlichkeit und die weiteren Verstrickungen aufzuheben.

## Hängen des Gemüts am Gewohnten (*cetaso linatta*)

bedeutet: der Mensch will in seinem Geist nur über das nachdenken, nur das pflegen, was er bisher mit den Sinnen aufgenommen oder durch Anstrengung erreicht hat. Diese Charaktereigenschaft ist oft die Folge davon, dass die Wesen viele Leben lang nur auf den vordergründigen Bahnen ihres Denkens, Redens und Handelns zu bleiben gewohnt sind und sich eine Umgebung wählen, die ebenfalls, am Vordergründigen hängend, nur dem Gewohnten nachgeht, so dass sie, auch wenn sie allein sind, keinen Ansporn spüren und pflegen, das Gewohnte zu durchbrechen, um Leidvollem zu entgehen. Inaktiv und geistig unbeweglich bleiben solche Menschen oft im Gefängnis der Tradition: „Mein Urgroßvater, Großvater und Vater haben dies erlitten, und mir steht es auch bevor. So ist das Leben nun einmal. Man muss es nehmen, wie es kommt.“

Einer relativ heilsamen Tradition folgten seinerzeit Dorfleute, die zum Erwachten kamen (S 55,7) und sagten, sie wollten nicht auf ihr Leben im Haus mit seinen gewohnten Pflichten und Genüssen verzichten, aber nach dem Tod wollten sie in himmlische Welt empor gelangen, um auch dort weiterhin zu genießen; ob der Erwachte ihnen den Weg dahin zeigen könne. Darauf nennt der Erwachte ihnen die fünf Tugendregeln in dem Wortlaut: „Ich möchte nicht des Lebens beraubt werden, nicht bestohlen werden usw., und so möchten es auch andere nicht. Wie könnte ich einem anderen das genaue Gegenteil von dem antun, was mir selber lieb und erwünscht ist.“

- Diese Dorfleute mochten nicht ihr gewohntes Denken und Anstreben von bestimmten Formen, Tönen, Düften, Säften, Tastungen lassen. Sie waren sich zur Zeit ihres Besuchs nicht der Unsicherheit des Daseins bewusst, des Leidens durch immer wieder Geborenwerden, Altern und Sterben, suchten nicht nach endgültiger Sicherheit und waren nicht bereit, ihr bisheriges Leben eventuell verändernde Wahrheiten aufzunehmen.

Selbst für diejenigen, die die Gewöhnung an das Leben im Haus durchbrochen haben wie etwa die Mönche zur Zeit des

Erwachten, ist die Neigung, am einmal Erreichten und Liebgewordenen hängen zu bleiben, eine große Gefahr, wie es der Erwachte schildert (M 30):

*Da ist einer vom Vertrauen bewogen, aus dem Haus in die Hauslosigkeit gegangen: „Versunken bin ich in Geborenwerden, Altern und Sterben, in Wehe, Jammer und Leiden, in Gram und Verzweiflung, in Leiden versunken, in Leiden verloren! O dass es doch möglich wäre, dieser ganzen Leidensfülle ein Ende zu machen!“ Mit solcher Gesinnung hat er das Weltleben verlassen und erlangt Almosen, Ehre und Ruhm. Diese Erlangung von Almosen, Ehre und Ruhm erfreut ihn, und er wird voller Willensregungen. Er brüstet sich dieser Erlangung von Almosen, Ehre und Ruhm und verachtet die anderen: „Ich bin beliebt und berühmt, diese anderen Mönche aber sind unbekannt, unbedeutend.“ Die Erreichung weiterer Ziele aber, die höher und erlesener sind als die Erlangung von Almosen, Ehre und Ruhm, ersehnt und erkämpft er nicht, er hängt am Gewohnten (olīna-vuttika), ist träge und schlaff.*

Selbst wenn ein Mönch Tugend (*sīla*), Herzenseinung (*samādi*) und übersinnliches Sehen (*ñānadassana*) gewonnen hat, kann er noch der Gefahr erliegen, am Erreichten hängen zu bleiben, sagt der Erwachte in dieser Lehrrede (M 30). Erst der Einbruch durch die Seligkeit weltloser, außersinnlicher Entrückungen stellt alles bisher gewohnte Wohl weit in den Schatten, so dass der Erleber mit diesem Reifegrad an keinem früheren sinnlichen, übersinnlichen und keinem geistigen Wohl mehr hängen kann.

Um seine seelischen Regungen zu beobachten und durch Bedenken in die heilsame Richtung zu lenken, bedarf es immer wieder einer Überwindung. Immer wieder muss sich der Übende vor Augen führen, dass Sinnensucht, Antipathie bis Hass und Rücksichtslosigkeit *zu eigener und anderer Beschwer führen*, dass diese Gemütsverfassungen langfristig ein Vorwärtkommen unmöglich machen.

Ist ein Mensch darüber aber gar nicht belehrt, dann sieht er

keinen Grund, seine Gewöhnung, mit diesen drei Gemütsverfassungen zu leben, zu verändern, soweit sie nicht allzu sehr von der Norm abweichen und Mitmenschen nicht allzu sehr verärgern. Er ist sein Leben, so wie er es lebt, im Auskosten von Genüssen, Antipathien und Rücksichtslosigkeiten gewohnt, schaut auf das, was er äußerlich besitzt und erreicht hat - und ist mit dieser Blickrichtung natürlich unfähig, Höheres anzustreben.

Erst dann, wenn ein Mensch seiner Triebe gewahr wird, auf sie als die Herkunft seines Schicksals aufmerksam wird und sie auf Grund eines höheren Maßstabs umzulenken versucht, den falschen Weg aufgibt und immer wieder seine Trägheit überwindet, aufbricht, sich reckt, nach der Möglichkeit endgültiger Sicherheit und Freiheit Ausschau hält, erst dann kann er auf die Wegweisung des Erwachten aufmerksam werden, die die Möglichkeit bietet zu erkennen, dass die Annahme von Ich und Welt Illusion ist.

Die weiteren vom Erwachten in unserer Lehrrede genannten Eigenschaften kennzeichnet eine immer größere Triebhaftigkeit und damit Unfähigkeit zu geistigem Überblick und Durchblick. Die Möglichkeit, die drei Verstrickungen aufzuheben und damit Anziehung, Abstoßung, Blendung und damit das Leiden des Immer-wieder-Geborenwerdens, Alterns und Sterbens, rückt in immer größere Ferne.

5. Erinnerung des Falschen, Unbesonnenheit und seelische Verstörtheit sind die Ursache für  
die Nichtbeachtung der Herkunft,  
Befolgen des falschen Wegs,  
das Hängen des Gemüts am Gewohnten

*Ohne aber drei Eigenschaften aufgegeben und abgetan zu haben, ihr Mönche, ist es unmöglich, Nichtbeachtung der Herkunft, Befolgen des falschen Weges, das Hängen des Gemüts am Gewohnten zu überwinden. Welche drei Eigenschaften sind das? Erinnerung des*

*Falschen, Unbesonnenheit und seelische Verstörtheit. Ohne diese drei Eigenschaften: Erinnerung des Falschen, Unbesonnenheit und seelische Verstörtheit abgetan zu haben, ist es unmöglich, Nichtbeachtung der Herkunft, Befolgen des falschen Weges, das Hängen des Gemüts am Gewohnten zu überwinden.*

Erinnerung des Falschen  
(*mutthasaccam = muttha-sati-ya*)

Das Pāliwort, das wir hier übersetzt haben mit „Erinnerung des Falschen“ setzt sich zusammen aus *muttha-sati-ya*. Das Substantiv *sati* ist abgeleitet von dem Verb *sarati* = „er erinnert sich“. *Muttha*, Partizip Perfekt von *mussati*, bedeutet wörtlich „falsch“ und hängt auch mit *musā*, Täuschung, zusammen: Erinnerung an das Falsche, Täuschende und damit Vergessen des Richtigen, Wahren.

Wir Menschen haben bekanntlich ein sehr unterschiedlich gutes oder schlechtes Gedächtnis. Von Natur behält der Mensch hauptsächlich das im Gedächtnis, was ihn am stärksten angenehm oder unangenehm berührt: das Beglückende und das Entsetzliche. Da er aber ununterbrochen weitere Sinnesindrücke durch alle Sinne gewinnt, so tritt immer wieder neues Erfreuliches oder Unangenehmes in sein Bewusstsein, wodurch zugleich andere Dinge aus dem Bewusstsein verdrängt werden. Je mehr ein Mensch seine Aufmerksamkeit von den gefühlsstärksten Eindrücken in Anspruch nehmen lässt, von jenen, die seine Tendenzen am stärksten berühren, um so schlechter erinnert er sich der mehr nüchternen wahreren Dinge, wie der Einsichten in geistig seelische Zusammenhänge.

Erinnerung des Wahren bedeutet auch die Erinnerung an das, was einem für eine zielgerichtete Lebensführung wesentlich ist. Angenommen ein Mensch weiß, dass er unter schlechtem Einfluss ans Trinken kommt, was er im Grunde nicht will. Wenn er trotzdem der Verlockung folgt, so ist die Erinnerung

an das Verlockende, das Täuschende stärker – und das schon früher durch solche Einflüsse erfahrene Leid vergisst er oder schiebt es beiseite.

Im Geist eines solchen Menschen herrscht das genussorientierte Weltbild vor, das vordergründige Wissen, die vordergründige Erinnerung an das erlebte Wohl der Triebbefriedigung oder auch Abneigung, Hass gegenüber Menschen, die ein Wohl, das ihm in Aussicht zu stehen schien, verhindern oder durchkreuzen, und alles andere tritt davor zurück. Wenn ein solcher Mensch sich überhaupt an Einsichten in geistig-seelische Zusammenhänge erinnert, dann schiebt er diese etwa mit dem Gedanken beiseite: „Heute will ich genießen; was morgen ist, kümmert mich nicht.“ „Einmal ist keinmal.“ Mit diesem Hinblick auf das gegenwärtig Wohltuende ist er „ungebändigten Herzens“, wie es der Erwachte (M 36) beschreibt:

*Da entsteht einem unbelehrten Weltgänger ein Wohlgefühl.  
Vom Wohlgefühl berührt, wird er wohlbegierig und  
verfällt der Wohlsüchtigkeit.*

Er sieht keinen tieferen Lebenssinn und sammelt darum seinen Geist nicht auf Nah- und Fernziele, wie sie die Weisen empfehlen. Er unterscheidet nicht zwischen heilsam und unheilsam, sondern nur zwischen angenehm und unangenehm im sinnlichen Bereich.

Es kann auch sein, dass ein Mensch zeitweise von Leidenschaft, Abneigung oder Rachedgedanken getrieben wird und von der Gegenwärtigkeit dieser Trugbilder, die er selber geschaffen hat, so erfüllt ist, dass in seinem Denken kein Raum mehr für die Betrachtung geistig-seelischer Zusammenhänge ist. Der Sturm kann sich nach einiger Zeit legen, und er kann sich wieder des Wahreren erinnern, aber zu der Zeit, in der die Erinnerung des Trugs, des Falschen akut ist, liegen ihm Gedanken an frühere bessere Anschauungen fern, und er ist unfähig, auf die Herkunft der Dinge, auf innere Vorgänge zu achten.

## Unbesonnenheit (*asampajañña*)

Das Gegenteil *sampajañña* (Verb *pajānāti* = wissen, klar sehen) wird meistens übersetzt mit „Klarbewusstsein“. Eine bessere Übersetzung ist „weise im Blick haben“. Erinnerung des Wahren und Weise-im-Blick-Haben (*sati, sampajañña*) sind zwei Begriffe, die in den Lehrreden meist zusammen genannt werden. Wer sich erinnert: „Ich hatte Einsichten, die erlösen mich“, der kämpft darum, sie sich wieder heranzuholen und sich gegenwärtig zu halten, weise im Blick zu behalten.

Die entgegengesetzte Haltung ist die der Unbesonnenheit, das Wahre, Wesentliche, für einen Wichtige „nicht weise im Blick haben“.

Statt zu wissen: „Jetzt ist in mir Begehren aufgekommen, ein Verlangen nach dieser Sache, ein Vakuum, ein inneres Ungenügen. Dieses ist bedingt: Bei Berührung der Triebe durch von außen Herantretendes sind jetzt diese und jene Gefühle und Wahrnehmungen entstanden, auf die ich so und so reagiere“, statt also bei sich selbst zu sein, ist sein Bewusstsein ausgefüllt von den durch den Luger erfahrenen Formen, den durch den Lauscher erfahrenen Tönen usw. samt den daher kommenden Gefühlen. Beim Erleben von Formen, Tönen usw., die dem Begehren entsprechen, wird ihm wohl zumute. Durst kommt auf, sein ganzes Denken kreist darum, und er tritt an diese Formen heran, um damit seine Dränge zu befriedigen. Bei Nichterfüllung wird er enttäuscht, ist darüber traurig, wütend, beleidigt; und bei vorübergehender Erfüllung ist er erfreut, beglückt. Immer aber wird er herumgejagt von den Sinneseindrücken und Gefühlen, ohne zu merken, dass er herumgetrieben und herumgejagt wird. Er merkt gar nicht die Wucht seiner Triebe, sondern achtet nur auf die angenehmen oder unangenehmen äußeren Dinge. Ein solcher lebt darum nicht ein kontinuierliches Leben, sondern er lebt in einem abgerissenen Nacheinander, Situation um Situation. Er achtet nicht auf den Zusammenhang zwischen Trieben und Erlebnis-

sen, sondern sein Gedächtnis liefert ihm nur eine unzusammenhängende Reihe von mehr oder weniger angenehm oder unangenehm hervorstechenden Einzelerlebnissen.

Darum kann er nicht besonnen Lebensziele verfolgen, unbesonnen folgt er seinen Wünschen und gibt damit die nüchterne Einschätzung seiner Situation preis, die ihn vor Maßlosigkeit und Hemmungslosigkeit bewahren kann. Je stärker ihn das Begehren zur Befriedigung drängt, um so rücksichtsloser strebt er die Erfüllung an, da der Befriedigung verheißende Gegenstand allein sein Denken ausfüllt, und so leiden die zwischenmenschlichen Beziehungen. Spannungen, Anklagen, Streit führen zur Auflösung von Freundschaften und Partnerschaften.

Seelische Verstörtheit, Geistesverwirrung  
(*cetaso vikkhepa*)

Die Folge des Verfalls an die Sinnensucht schildert der Erwachte (M 36) mit den folgenden Sätzen, die der Wohlsüchtigkeit folgen:

*Das Wohlgefühl vergeht, und durch dessen Schwinden entsteht Wehgefühl. Von diesem Wehgefühl berührt, wird er traurig, gebrochen, er jammert, schlägt sich stöhnend die Brust, fällt der Verzweiflung anheim.*

Diese innere Verzweiflung mit ihren Auswirkungen schildert der Gesprächspartner des Erwachten, *Saccako* (M 36), als Nichtbändigung des Herzens mit den Worten:

*Vom Wehgefühl getroffen, wird da einer vom Schlag gerührt oder das Herz zerspringt oder heißes Blut quillt aus dem Mund, oder er fällt der Geistesverwirrung (vikkhepa) anheim.*

Dadurch, dass sich ein Mensch dem empfundenen weltlichen Wohl ganz und gar hingibt, wird er durch dessen Verlust von Schmerz überwältigt. Wenn der Schmerz durch keine sachlich-nüchterne Überlegung gemildert wird, dann wird er verstört,



geistesverwirrt.

Eine solche Geistesverwirrung durch erfahrenes Leid schildert der Erwachte in einer anderen Lehrrede (M 87 „Was einem lieb ist“) an einigen Beispielen:

*Weil einem etwas (Vergängliches) lieb ist, erwächst (bei dessen Verlust) Kummer, Jammer, Leiden, Gram und Verzweiflung, durch Anhänglichkeit entstanden. Vor einiger Zeit war hier in Sāvatti einer Frau die Mutter gestorben - der Vater gestorben - war der Bruder, die Schwester gestorben - war der Sohn, war die Tochter gestorben - war der Mann gestorben. Durch deren Tod irrsinnig, geistesverstört geworden, lief sie von Straße zu Straße und schrie: „Habt ihr nicht meine Mutter...meinen Mann gesehen?“ Dadurch, dass einem etwas (Vergängliches) lieb ist, erwächst (bei Verlust) Kummer, Jammer, Leiden, Gram und Verzweiflung, durch Anhänglichkeit entstanden.*

*Eines Tages war hier zu Sāvatti eine Frau zu Verwandten ins Haus gekommen, und die Verwandten verboten ihr, mit ihrem Mann zu leben, wollten sie einem anderen vermählen. Sie aber beschwor ihren Mann: „Diese Verwandten reißen mich fort von dir und wollen mich einem anderen vermählen!“ Da gab der Mann seiner Frau den Tod und entlebte sich selbst: „Gestorben werden wir beisammen sein.“ Dadurch, dass einem etwas (Vergängliches) lieb ist, erwächst (bei Verlust) Kummer, Jammer, Leiden, Gram und Verzweiflung, durch Anhänglichkeit entstanden.*

Und der Erwachte sagt an anderer Stelle von einem solchen durch seine Triebe vom Gefühl überwältigten Menschen (M 38):

*Was für ein Gefühl er auch fühlt, Wohl, Weh oder weder Weh noch Wohl, in diesem Gefühl lebt und webt er und klammert sich daran.*

Dadurch wird der Mensch zum Spielball seiner Triebe, seiner Gefühle. In einem solchen Zustand kann er unmöglich seinen seelischen Zustand beobachten und lenken. Denn er ist ausge-

füllt von der Erinnerung an falsche, täuschende Erscheinungen und unbesonnen ihnen verfallen.

*Wer Formen unbesonnen sieht,  
nur achtend auf den lieben Gegenstand,  
mit aufgeregtem Herzen fühlt  
er da und klammert sich daran.*

*Dem schwellen die Gefühle an,  
vielfältig durch die Form erzeugt;  
vom Schau 'n nach außen, Heftigkeit  
zerschlagen wird ihm ganz das Herz. (S 35,95)*

6. Abneigung gegen den Besuch der Heilsgänger,  
Abneigung gegen das Hören der Heilslehre  
und Neigung zu abfälligem Urteil  
sind die Ursache für Erinnerung des Falschen,  
Unbesonnenheit und seelische Verstörtheit

*Ohne aber drei Eigenschaften aufgegeben und abgetan zu haben, ihr Mönche, ist es unmöglich, Erinnerung des Falschen, Unbesonnenheit und seelische Verstörtheit zu überwinden. Welche drei Eigenschaften sind das? Abneigung gegen den Besuch der Heilsgänger, Abneigung gegen das Hören der Heilslehre und Neigung zu abfälligem Urteil.*

*Ohne die Abneigung gegen den Besuch der Heilsgänger, ohne die Abneigung gegen das Hören der Heilslehre und die Neigung zu abfälligem Urteil aufgegeben und abgetan zu haben, ohne diese drei Eigenschaften abgetan zu haben, ist es unmöglich, Erinnerung des Falschen, Unbesonnenheit und seelische Verstörtheit zu überwinden.*

Vor dem großen Herzensweh, das die Folge der unbesonnenen

Hingabe an die täuschenden Erscheinungen, an das Augenblickswohl ist, kann den Menschen nur die religio, die Rückverbindung mit weiträumigeren Maßstäben, den Menschen bewahren: der Hinweis auf eine übersinnliche Ordnung der Dinge.

Die Religionen sind stets hervorgegangen aus der Erfahrung solcher Geister, die die normale menschliche Natur überschritten haben, die die Schleier zwischen Diesseits und Jenseits unterschiedlich weit gelüftet und dadurch von jenseitigen, größeren Weiten und Möglichkeiten des Daseins erfahren haben. Sie haben sich freigemacht von den Trieben der Sinnlichkeit und dabei das Zusammenspiel und Gegenspiel von Trieben und Geist am eigenen Leib schmerzlich, aber sieghaft erfahren. Sie gewannen Einblicke in geistige Gesetzmäßigkeiten, die der Erwachte formuliert in dem Satz (D 27): *Eine Ordnung, ein Gesetz besteht zuhüaupten der Wesen, hier schon und in der anderen Welt.*

Es ist das Gesetz, das in der christlichen Religion das Saat-Ernte-Gesetz genannt wird: „Was der Mensch sät, das wird er ernten.“ Diese Ordnung, dieses Gesetz von Saat und Ernte (Karma), dem wir unterstehen, ist unausgesprochen oder ausgesprochen in allen Religionen enthalten:

Wie der Mensch heute in seinem Geist denkt und bewertet, danach wird morgen sein Herz, sein Charakter sein und damit sein Tun und Lassen an seiner engeren und weiteren Umwelt, und das bewirkt übermorgen die karmische Ernte: Gesundheit oder Krankheit und freundschaftliche oder gereizte Reaktion der Umwelt und entsprechende Wiedergeburt in menschlichen, übermenschlichen oder untermenschlichen Daseinsformen.

Wenn das Wirken eines Menschen im Lauf eines Lebens langsam dunkler und übler wird, weil sein Herz allmählich an Hochsinnigkeit verliert und an Antipathie bis Hass und Rücksichtslosigkeit zunimmt, dann führt dieses dunklere Wirken allmählich auch zu dunkleren Wirkungen, zu dunkleren, trübe-  
ren, schmerzlicheren Erlebnissen.

Wenn das Wirken eines Menschen im Lauf seines Lebens allmählich besser und heller wird, weil Antipathie bis Hass und Rücksichtslosigkeit in seinem Herzen allmählich abnehmen, dann wird ein solcher Mensch aus solchem helleren Wirken allmählich auch immer hellere Wirkungen erfahren.

Dem Gesetz von Saat und Ernte, der karmischen Ordnung, die der Erwachte so vollständig aufgedeckt hat, entspricht auch ganz der Rat von *Jesus*, wenn er zum Beispiel sagt:

*„Alles, was ihr wollt, das euch die Leute tun sollen, das tuet ihnen auch. Das ist das Gesetz und die Propheten.“ (Matth. 7,12)*

Mit „dem Gesetz“ drückt er aus, dass dieser gesetzliche Zusammenhang der Existenz innewohnt. Man muss sich ihm fügen, sonst gibt es Wirrsal und Leiden. Mit seinem Hinweis auf die Propheten will *Jesus* sagen, dass auch diese in früheren Zeiten in größeren Zeitabständen erschienenen Propheten (s. Altes Testament) immer schon von dem gleichen Gesetz sprachen.

Das Gesetz von Saat und Ernte, dass der Mensch in dem gleichen Maß, wie er die Mitwesen fürsorglich und wohlwollend oder nächstenblind und rücksichtslos behandelt, in dem gleichen Maß auch im Lauf der Zeit die entsprechende Behandlung von seiner Umwelt erfährt, wird von Christen oft als „Gottes Wille“ bezeichnet. Im alten China nennt *Konfutse* es „den Willen des Himmels“, und *Laotse* nennt es „das himmlische Gesetz“.

Aber ein Mensch, der Weise nicht aufsuchen und ihre Lehre nicht hören mag, der beraubt sich dieser Kraftquelle. Das Wenige, das er gehört oder gelesen hat, vergisst er sofort wieder über dem Jagen nach dem Angenehmen und der Flucht vor dem Unangenehmen, zumal wenn er das, was er aufgenommen hat, auch noch abfällig beurteilt.

Der Erwachte verheißt geistigen Stumpfsinn demjenigen, der es unterlässt, den Kennern der Zusammenhänge zuzuhören

oder sie zu befragen:

*Da ist irgendeine Frau oder ein Mann einem Asketen oder einem Geistlichen begegnet und fragt nicht: "Was ist heilsam, o Herr, was ist unheilsam? Was ist zu tadeln und was ist nicht zu tadeln? Was ist zu betreiben und was ist nicht zu betreiben? Was kann mir, indem ich es pflege, lange zum Unheil und Leiden gereichen? Und was kann mir, indem ich es tue, lange zum Wohl, zum Heil gereichen?"*

*Da lässt solches Wirken, also angewöhnt und zu eigen gemacht, nach dem Versagen des Körpers, jenseits des Todes abwärts geraten auf üble Bahn zur Tiefe hinab, in höllisches Dasein; oder aber wenn man nicht dorthin gelangt, sondern wieder Menschentum erreicht, wird man, wo man da neugeboren wird, stumpfsinnig sein. (M 135)*

Die Anschauung des Menschen über das, was ihn zu Wohl oder Wehe führt, ist der Lenker seines Denkens, Redens und Handelns und damit der Erlebnisse. Und diese für alle Wesen so wichtige Anschauung bilden sich die meisten Menschen vorwiegend unter dem Zwang ihrer Triebe, obwohl sie solche richtige und taugliche Anschauung nur von den Weisen bekommen können, zu denen sie sich hingezogen fühlen. Nur bei ihnen kann man Auskunft darüber bekommen, was das Leben im Ganzen bedeutet, was etwa vor der Geburt war und nach dem Tod sein wird und durch welches Verhalten man allen Schmerzen, Qualen und Ängsten entrinnen kann.

Für solche Auskünfte war in der indischen Welt, besonders der damaligen Zeit, viel mehr Gelegenheit gegeben als heutzutage bei uns. Wer über das indische Straßenbild in Dorf und Stadt auch nur etwas gesehen oder gehört und gelesen hat, der weiß, dass man dort neben den Mengen der im Haus lebenden Männer und Frauen auch immer wieder vereinzelt Geistlichen, Asketen und Pilgern begegnet, also Menschen, die entweder aus Beruf oder aus innerer Berufung sich um ein Wohl und Heil bemühen und bekümmern, das über den Tod hinaus wirk-

sam ist. - Und ähnlich konnte man im Mittelalter bis hoch in die Neuzeit hinein auch hier im Westen vereinzelt Mönchen und Geistlichen begegnen, die ebenso wie die Asketen in Indien schon durch ihr Gewand gekennzeichnet waren. Hier sagt der Erwachte nun: Wer einem solchen Menschen begegnet und gar nicht daran denkt, eine Frage über das Leben zu stellen, und durch diese Begegnung auch nicht zum Nachdenken dazu angeregt wird, später Fragen zu stellen, dessen Geist kreist nur um vordergründige Dinge, er ist eingefangen in seinen Diesseitsfragen, wie er dieses und jenes Begehrte erlangen könne. Er sieht zwar Menschen, die sich mit tiefergehenden Fragen beschäftigen, aber er benutzt nicht den Anlass, sie zu fragen. Er übersieht sie und bleibt in seinem kleinen Zirkel. Vernichtend heißt es über solche Menschen in der indischen Spruchsammlung *Subhāsitarṇāva*:

*Haben wir nicht, wie sich's gehört,  
in Verehrung die Weisen befragt,  
wie die Kette der Wiedergeburten zu sprengen  
sei, haben wir auch keine Tugenden angehäuft,  
die imstande wären, uns die Flügel der Him-  
melstür zu öffnen,  
so waren wir weiter nichts als die Axt, die un-  
serer Mutter Jugendbaum fällt.*

Wer sich nicht von Weiterreichendem, Höherem bewegen lässt, wer seinen Geist gewöhnt, nur die vordergründigen, weltlichen Ziele in diesem Leben - vom platten Genießen bis zur „hohen“ Politik oder der „Weltverbesserung“ - immer wieder zu bedenken, dessen Geistesstruktur wird unfähig, weit-räumige Zusammenhänge zu sehen und zu fassen, er denkt nur von heute auf morgen: Geld mehr oder weniger; Ansehen mehr oder weniger; Macht mehr oder weniger usw. Für die Lenkkräfte zum Heileren hat er keinen Blick, er geht nach angenehm und unangenehm; weder will er sich über das Da-sein als Ganzes orientieren, noch fragt er nach späterem Erge-

hen.

Neigung zu abfälligem Urteil (*upārambhacittata*)

Als dritte Eigenschaft der Menschen, die keine Lust haben, die Weisen aufzusuchen und ihre Lehre zu hören, wird in unserer Lehrrede genannt: die Neigung zu abfälligem Urteil.

Wir erinnern uns des Ausspruchs von *Laotse*:

*Hört der Hochsinnige von  
dem himmlischen Gesetz,  
so wird er ergriffen.  
Hört der Mittelmäßige davon,  
so schwankt und zweifelt er.  
Hört es der gewöhnliche Mensch,  
so lacht er darüber.*

Weil der gewöhnliche Mensch alle Erfahrungen von tieferen Lebenszusammenhängen, etwa vom Gesetz von Saat und Ernte, überspielt hat durch die Hingabe an gröbere, aufreizendere, sinnliche Erlebnisse, darum setzt er nur auf diese und spottet über Aussagen, die aus einem ihm unzugänglichen Bereich kommen, wie es heutzutage religiös Strebende von ihren Mitmenschen zu hören bekommen, wie z.B. „Ich habe viele Menschen operiert und keine Seele gefunden“, „Religion ist Opium für das Volk“, „Vom Tod ist noch keiner zurückgekommen“, „Ich glaube, was ich mit den Sinnen erlebe. Alles andere ist Spekulation“, „Man lebt nur einmal.“ Die Überzeugung eines Menschen von der Unauslöschlichkeit des Lebens ist auf keinem anderen Weg zu gewinnen als durch das Hören oder Lesen von jenen inneren Kräften, die die Existenz begründen, und von der dadurch angeregten Aufmerksamkeit auf das eigene seelische Triebwerk, auf den *eigenen Zeugungs- und Machtbereich*, wie es der Erwachte ausdrückt (*D 27 - yoniso manasikāra*). Menschen, die sich ausschließlich mit der „Welt“ im Näheren und Ferneren auseinandersetzen, mit dem Außen, können die nach innen gewandten Menschen nicht

verstehen und kommen von daher zu abfälligem Urteil. Auch die Erwachten und ihre Mönche waren seinerzeit solchen Urteilen ausgesetzt. Von den Mönchen des Erwachten sagten einst manche Zeitgenossen (M 50):

*„Da kommen sie ja, diese kahlköpfigen Mönche, diese dunkelhäutigen, niedrigen Abkömmlinge, geboren aus den Füßen Brahmas, behaupten: „Wir sind Meditierende, wir sind Meditierende!“, und mit hängenden Schultern, hängenden Köpfen und schlaffer Haltung meditieren sie, grübeln, denken nach und überlegen. So wie eine Eule, die auf einem Ast auf eine Maus wartet, meditiert, grübelt, nachdenkt und überlegt, oder wie ein Schakal, der am Flussufer auf Fisch wartet, meditiert, grübelt, nachdenkt und überlegt, oder wie eine Katze, die neben einem Türpfosten oder einem Abfallkorb oder einem Abfluss steht, meditiert, grübelt, nachdenkt und überlegt, ebenso behaupten diese kahlköpfigen Mönche, diese dunkelhäutigen, niedrigen Abkömmlinge, geboren aus den Füßen Brahmas: „Wir sind Meditierende“, und mit hängenden Schultern, hängenden Köpfen und schlaffer Haltung meditieren sie, grübeln, denken nach und überlegen.“*

*Und die Menschen, die damals starben, gelangten beim Versagen des Körpers nach dem Tod zumeist abwärts, auf schlechte Fährte, in Verderben und Unheil.*

Sie verbauten sich durch ihre abfälligen Urteile für lange Zeiten hindurch den Zugang zum Verständnis höherer Wahrheiten und damit zur Verbesserung ihrer Existenz.

7. Spontane Gefühlserregung, Zügellosigkeit und Untugend sind die Ursache für Abneigung gegen den Besuch der Heilsgänger, Abneigung gegen das Hören der Heilslehre und Neigung zu abfälligem Urteil

*Ohne aber drei Eigenschaften aufgegeben und abgetan zu haben, ihr Mönche, ist es unmöglich, die Abneigung*



*gegen den Besuch der Heilsgänger, die Abneigung gegen das Hören der Heilslehre und die Neigung zu abfälligem Urteil zu überwinden.*

*Welche drei Eigenschaften sind das? Spontane Gefühlserregung, Zügellosigkeit und Tugendlosigkeit.*

*Ohne spontane Gefühlserregung, Zügellosigkeit und Tugendlosigkeit abgetan zu haben, ohne diese drei Eigenschaften abgetan zu haben, ist es unmöglich, Abneigung zum Besuch der Heilsgänger, Abneigung zum Hören der Heilslehre und Neigung zu abfälligem Urteil zu überwinden.*

### Spontane Gefühlserregung (*uddhacca*)

Durch spontane Gefühlserregungen, durch entzückende, beglückende wie auch widerwärtige und schmerzliche, deren Überschwang von *Goethe* beschrieben wird als „himmelhochjauchzend/zu Tode betrübt“, gerät der Mensch aus der Fassung, reagiert und handelt spontan aus dem Erregtsein heraus. Das Pāliwort *uddhacca* bedeutet hochgetragensein, emporgewirbelt sein. Der Erwachte sagt (S 46,53): *Zu einer Zeit, in der das Herz erregt ist, da ist es nicht leicht zu beschwichtigen, gleichwie ein großes Feuer nicht leicht eingedämmt werden kann.* Oder er vergleicht die Erregtheit und Unruhe (vierte Hemmung) mit einem Menschen, der sich in der Sklaverei befindet (M 39) und darum nicht nach eigenem Gutdünken, sondern nach den Befehlen des Herrn leben und arbeiten und seine Interessen zurückstellen muss, d.h. er ist Sklave seiner Triebe und der durch sie verursachten Gefühle und kann zu der Zeit nicht der Wirklichkeit gemäß sehen. Wie die klare Sicht durch die Gefühlserregtheit zunichte gemacht wird, schildert der Erwachte (S 46,55 = A V,193):

*Zu einer Zeit, in der man mit einem Gemüt verweilt, das von Erregung und Unruhe umspinnen, von Erregung und Unruhe*

*erfüllt ist und in der man nicht wirklichkeitsgemäß erkennt, wie man der aufgestiegenen Erregung und Unruhe entrinnt, zu einer solchen Zeit erkennt und sieht man weder wirklichkeitsgemäß das eigene Heil noch das Heil anderer noch das gemeinsame Heil; und selbst die Texte, die man lange Zeit auswendig gelernt hat, fallen einem nicht ein, geschweige die nicht auswendig gelernten.*

*Gleichwie etwa, wenn in einem Teich das Wasser vom Wind aufgerührt, bewegt ist und Wellen schlägt: da könnte auch ein scharfsehender Mann, der darin sein Spiegelbild betrachten wollte, es nicht wirklichkeitsgemäß erkennen und sehen.*

Wenn der Mensch von äußeren Ereignissen bewegt, „himmelhochjauchzend/zu Tode betrübt“ ist, dann ist er von ihnen völlig in Anspruch genommen, dann kreist sein Denken nur darum, und er kann keine Lust empfinden, Heilsgänger zu besuchen und von ihnen die Lehre zu hören oder entsprechende Schriften zu lesen, er würde von ihnen gelangweilt sein, weil er innerlich nicht neutral und sachlich ist, sondern gefühlsmäßig stark erregt und bewegt ist.

#### *Zügellos (asamvara) und tugendlos (dussīla)*

In höchster Erregung ist der Mensch zügellos, d.h. je mehr die Triebe stark gefühlsbesetzte Erscheinungen, starke Blendungen in den Geist hineingeben, um so weniger erfährt der Geist von denjenigen Berührungen der Triebe, die nur wenig Gefühl ausgelöst haben, und steht um so mehr im Dienst der starken Triebe, und das bedeutet, er erhebt keinen Einspruch, wenn die Triebe ihn zügellos und tugendlos werden lassen, ihn hinreißen zu Aggressionen, Zorn, Wut und verletzenden Worten. Er lässt ihnen freien Lauf.

Wir können einem solchen Menschen nachfühlen, dass er keine Lust hat, Heilsgänger aufzusuchen und die Lehre zu hören, wie der Erwachte sagt:

*Nicht merkt der Zorn'ge auf sein Heil,  
die Wahrheit mag er nicht verstehn,*

wenn Finsternis und Blindheit herrscht,  
wo Zorn den Menschen niederzwingt. (A VII,60)

Wenn durch die Stärke der Triebe die Kontrolle und Zügelung durch den Geist fortfällt, dann lebt der Erregte ganz nach seinen Trieben und gerät dadurch in den Interessenbereich der Mitwesen hinein. Der Erwachte nennt ganz unabhängig von dem jeweiligen Kulturstand fünf Tugendregeln, feste Grenzen, innerhalb welcher ein geordnetes Leben mehr oder weniger gesichert ist, durch deren Übertretung aber Ängste und Schmerzen hier und drüben erlitten werden, die Gesellschaftsordnung zusammenbricht und damit Chaos herrscht.

Die fünf Tugendregeln sind:

1. Nichttöten.
2. Nicht Ungegebenes nehmen.
3. Nicht in die Partnerschaftsverhältnisse anderer einbrechen oder Minderjährige verführen.
4. Keine trügerischen, verleumderischen Aussagen machen.
5. Keine berauschenden, die Selbstkontrolle verhindernden Mittel nehmen.

Es handelt sich hier wirklich nur um die fundamentalsten Ratschläge, deren Befolgung auch außerhalb aller religiösen Wegweisung, allein schon zur Aufrechterhaltung eines geordneten und ungefährdeten Zusammenlebens erforderlich ist. Eine Lebensführung ohne diese fünffache Zurückhaltung, welcher der hemmungslos seinen Wünschen folgende Mensch ergeben ist, wird in den Lehrreden als ein Leben *in fünf schrecklichen Gefahren* bezeichnet (A V,174). Nicht nur, dass er andere gefährdet, er zieht schon in diesem Leben Strafe und Verfolgung auf sich, und nach dem Tod sinkt er unterhalb des Menschentums, erfährt die Ernte seines Wirkens.

Es ist selbstverständlich, dass einem solcherart von seinen Trieben Gejagten der Sinn nicht danach steht, Heilsgänger zu besuchen und ihre Lehre zu hören, die durch Zügelung der Triebe Wohl verheißt in diesem und im nächsten Leben.

8. Vertrauenslosigkeit, Engherzigkeit/Geiz und Trägheit sind die Ursache für Erregtheit, Zügellosigkeit und Untugend

*Ohne aber drei Eigenschaften aufzugeben und abgetan zu haben, ihr Mönche, ist es unmöglich, Erregtheit, Zügellosigkeit und Untugend zu überwinden. - Welche drei Eigenschaften sind das? Vertrauenslosigkeit, Engherzigkeit/Geiz und Trägheit.*

*Ohne Vertrauenslosigkeit, Engherzigkeit/Geiz und Trägheit abgetan zu haben, ist es unmöglich, Erregtheit, Zügellosigkeit und Tugendlosigkeit zu überwinden.*

Vertrauen / Vertrauenslosigkeit (*assaddhā*)

Mit Vertrauen ist nicht das weltliche Vertrauen gemeint. Es gibt einfältige Menschen, die noch nicht viel Übles erfahren haben oder das Erfahrene vergessen haben. Sie schenken jedem, der ihnen begegnet, blind Vertrauen und können dadurch Verluste erleiden. Davon rät der Erwachte ebenso ab wie von grundsätzlichem Misstrauen. Gemeint ist hier vielmehr ein gewisses Vertrauen zu den Lehren (Vertrautsein mit den Lehren), die von dem nicht sofort Einsehbaren handeln, nämlich von den karmischen Zusammenhängen, vom Weiterleben nach diesem Leben und von jenseitigen Daseinsformen und von der Möglichkeit der endgültigen Befreiung von allem Wechsel und Wandel und Leiden. Das Vertrauen gleicht im Grunde dem, was der christliche Apostel *Paulus* unter „Glauben“ versteht, wenn er sagt:

*Es ist aber der Glaube eine gewisse Zuversicht darauf, worauf man hofft, und ein Nichtzweifeln an dem, das man nicht sieht. (Hebr.11,1)*

So versteht auch der Erwachte das Vertrauen: Obwohl man das

Jenseits nicht sieht, hat man doch ein Empfinden, eine Ahnung, dass man nicht mit der Geburt in diesem Körper angefangen hat da zu sein, dass diese Geburt nur ein Auftauchen aus etwas anderem ist, wo man früher war, und dass man ebenso den Tod nicht einfach als Vernichtung, als das radikale Ende sieht, sondern nur als das Ende der gegenwärtigen Episode, dass es dann weitergeht entsprechend den inneren Qualitäten.

Der Erwachte sagt, dass das innere Vertrautsein mit der Unsterblichkeit des Daseins keine Einbildung ist, sondern einen realen Grund hat. Er wisse aus eigener Erinnerung und aus leibhaftiger Erfahrung, dass wir alle - ob wir es erinnern oder nicht, ob wir es glauben oder nicht - schon in allen Daseinsformen viele, viele Male gewesen sind. Jeder von uns hat schon alle Leiden, alle Freuden der verschiedenen Daseinsformen unendliche Male erlebt. Und da unterscheidet sich der geistige Mensch von dem sinnlichen dadurch, dass er von dieser Wanderung noch leise, unterschwellige Erinnerungen mitbringt in dieses Leben und sich darum im vertrauten Klima fühlt, wenn er im jetzigen Leben von der Fortexistenz des Seelischen hört, während der nur von dem vordergründig Sinnlichen lebende Mensch diese feinen Erinnerungen bald mit den neuen starken Sinneseindrücken überdeckt hat und darum nur das gegenwärtige Leben gelten lässt.

Er hat keine Ahnung, kein Gefühl für die geistige, „jenseitige“ Dimension unseres Lebens, rechnet nur mit dem Diesseitigen und sieht keinen Grund, seine Tendenzen zu zügeln, sich um Tugend zu bemühen.

#### Engherzigkeit/Geiz (*avadaññuta*)

Er sieht sein gegenwärtiges „Ich“ als das Ganze, als „sein Leben“, als „sein Dasein“ an, und darum unternimmt er zur Sicherung, zur Erhaltung und zum Wohl dieses „Ich“, dieses Ganzen, alles, was nach seiner Auffassung dazu dienlich ist. Das Ich ist ihm wie eine Festung, die dauernd gefährdet ist

und darum verteidigt und gesichert werden muss, und darum zieht er an sich heran und ergreift, was ihm nur irgend dazu geeignet und erforderlich erscheint. Darum ist er auf Nehmen, auf Vermehren eingestellt und nicht aufs Geben. Diese Einstellung ergibt sich zwangsläufig aus der üblichen Auffassung vom „Ich“.

Alle Weisen der Welt jedoch sagen von diesem Ich übereinstimmend, dass gerade dieses An-sich-Reißen und Erraffen und Für-sich-haben-Wollen, das der Sicherung dienen soll, der Quell aller Unsicherheit und alles Leidens ist. Der in dieser Weise um Sicherung bemühte Mensch achtet nicht der Mitwesen. Er hat den Blick hauptsächlich auf sich selbst, auf die eigene Interessensphäre gerichtet und verfolgt nur die vor Augen liegenden Objekte seines Begehrens, ohne zu erkennen, dass ihr Erlangen weitgehend vom Gewähren der Mitwesen abhängt.

Wenn er anderen etwas geben soll, sieht er nicht auf die Bedürfnisse des Nächsten, sondern nur auf die Minderung seines Besitzes. Er sieht ihn besorgt abbröckeln. Wenn auch die Minderung nur ganz gering ist und sein verbleibender Besitz noch riesengroß, er fürchtet doch den Verlust. Da er nur an das vor Augen Liegende denkt, so muss er denken: „Was ich gebe, das habe ich weniger“, deshalb ist er geizig, kleinlich und engherzig. Wer engherzig nur sich selber und sein vordergründiges Wohl im Blick hat, zerstört das wechselseitige Verhältnis von Geben und Nehmen der Menschen untereinander und schafft ein kaltes, enges, verfinstertes, geradezu gespenstisches Gemüt, welches sich alles Weite und Großzügige versperrt und verdunkelt. So sagt *Robert Saitschick*:

*Der Geiz vernichtet die Seele und erfüllt sie mit einem undurchdringlichen Dunkel, so dass sie das Sonnenlicht nicht mehr ertragen kann. Der Geizige verrennt sich allmählich in den dumpfsten Winkel, wohin kein einziger Strahl dringen kann: nur der Geizige kann dort aushalten, wo jeder sonst ersticken müsste, denn bei ihm hat die Natur alles verkehrt.*

*Die Absichten, die sich anfangs zu seiner Habgier noch gesellt haben mögen, hören bald auf, Absichten zu sein, und treten ganz in den Dienst der verkrümmten Triebe der Selbstliebe. Es ist die Liebe eines zusammengeschrumpften Ich zu seiner eigenen Zusammenschrumpfung, die Neigung zum Modrigen und Toten, der Hass gegen alles Weite, Große, Uneigennütziges und Lebendiges; es ist eine gesteigerte Liebe zum Unterirdischen und Erstickenden, zugleich eine geheime Furcht vor dem folgenden Tag und vor dem möglichen Zusammentreffen von Verhältnissen. Welch einseitige Energie und Feigheit liegt in dieser leidenschaftlichen Liebe zum Geld.*

### Trägheit (*kosajja*)

Wer keine aus dem Jenseits hineinragenden Maßstäbe gelten lässt und auch für die Mitmenschen keinen Blick hat, nur seinen vordergründigen Tendenzen lebt, der amüsiert sich mit müßigem Herumtreiben, vertut die Zeit mit Nichtigkeiten. Den Trieben nachgehen, die Pflichten beiseite schieben, ohne an die Folgen zu denken - das ist Trägheit, wie ein deutsches Sprichwort sagt:

*Der Faulen Werktag ist immer morgen,  
sein Ruhetag heute.*

Und

*Komm ich heut' nicht, komm ich morgen.*

Ein weiteres Sprichwort zeigt, wohin eine solche Haltung führt:

*Müßiggang ist aller Laster Anfang.*

Und Gellert sagt:

*Der Mensch zu Fleiß und Arbeit träge,  
fällt auf des Müßigganges Wege  
leicht in das Netz des Bösewichts.*

Auch in den buddhistischen Texten finden wir die Trägheit beschrieben:

*„Es ist zu kühl, es ist zu schwül, es ist zu spät“, so hört man gern; doch weil der Mensch so lässig geht, entfliehn die Stunden flugs dahin. (D 31)*

*Zur Zeit des Aufstehens gerne säumen,  
jung, kräftig, doch der Faulheit hingegeben,  
in der Gesinnung voller Trägheit:  
nicht findet Fauler rechte Pfade. (Dh 280)*

*Gewohnt an Schlaf, Geselligkeit,  
nicht aufstehn und voll Faulheit sein,  
im Zorn alleine raschen Sinns,  
so kennt man Knechtes Angesicht. (Sn 96)*

## 9.

Ehrfurchtslosigkeit, Widerspenstigkeit/Eigensinn, schlechter Umgang sind die Ursache für Vertrauenslosigkeit, Engherzigkeit/Geiz und Trägheit

*Ohne aber drei Eigenschaften aufgegeben und abgetan zu haben, ihr Mönche, ist es unmöglich, Vertrauenslosigkeit, Engherzigkeit/Geiz und Trägheit zu überwinden. - Welche drei Eigenschaften sind das? Ehrfurchtslosigkeit, Widerspenstigkeit/Eigensinn und schlechter Umgang. Ohne Ehrfurchtslosigkeit, Widerspenstigkeit/Eigensinn und schlechten Umgang aufgegeben zu haben, ohne diese drei Eigenschaften abgetan zu haben, ist es unmöglich, Vertrauenslosigkeit, Engherzigkeit/Geiz und Trägheit zu überwinden.*

Ehrfurcht (*ādariya*),  
Ehrfurchtslosigkeit (*anādariya*)

In dem deutschen Begriff Ehrfurcht liegt zweierlei: Verehrung und Furcht. Man verehrt etwas Verehrungswürdiges, das heißt



Größeres, Edleres, Reineres, als was man selber ist und was man als Höheres anerkennt. Wenn man durch ein leuchtendes Vorbild auf das Größere aufmerksam wird, dann scheut man angesichts dessen davor zurück, seinen gewohnten niederen Neigungen zu folgen. So regt das Vorbild uns an, unseren eigenen gewohnten Standort im Niederen zu verlassen. In den buddhistischen Texten werden Ehrfurcht und Verehrung hauptsächlich gegenüber dem Erwachten und seinem Orden erwähnt. Zum Beispiel: Der Hausvater *Potaliyo*, der sich asketisch dünkte, sagte nach der Belehrung durch den Buddha: *Was bin ich, und was ist der Orden des Geheilten, in dem ganz und gar jeder Verkehr abgeschnitten wird?* (das heißt, jede triebbedingte Nach-außen-Wendung aufgehoben ist). Er vergleicht also sein Verhalten mit der Haltung der echten Mönche, zu denen er jetzt ehrfürchtig aufblickt und ihren höheren Standpunkt anerkennt. (M 54)

Dem vertrauend ergebenden Nachfolger, der im Orden des Meisters sich ernsthaft übt, geht die Zuversicht auf: *Meister ist der Erhabene, Nachfolger bin ich. Der Erhabene weiß, ich weiß nicht.* (M 70) Oder die Mönche sagen: *Wer sind wir, und wer sind die Erfahrer der Wahrheit?* und sie erkennen an: *Vom Erhabenen stammt unser Wissen, vom Erhabenen geht es aus, auf den Erhabenen geht es zurück.* (M 68)

Diese Textstellen und viele andere zielen auf eine direkte oder indirekte Verehrung des Erhabenen als des höchsten Wesens oder eines ihm entsprechenden Heiligen. *Verehrung dem Erhabenen (namo tassa bhāgavato)* heißt es in der buddhistischen Verehrungsformel. Ihm beugt man sich (*namati*), ihm fügt man sich, zu ihm blickt man auf, zu den Überwindungen und Befreiungen, die ein Erwachter als erster und in vollkommener Weise verwirklichte.

Jeder Mönch wird ein *Ehrwürdiger* genannt, weil er all den Dingen entsagt hat, an denen der Erdenmensch so hängt. Und er hat als Mönch den Vorsatz gefasst, diese Fesseln auch innerlich zu überwinden. So ist jeder Mönch für den im Haus Lebenden verehrungswürdig, allein schon wegen des guten Wil-

lens.

Der Ehrfurchtslose hat jedoch kein Gespür für das Höhere, Feinere, geschweige dass er Mönche verehren kann, die die Sinnensucht überwinden wollen, die die Freiheit von allen Trieben anstreben. Er mag Zeuge sein einer ehrfurchtgebietenden Tat, z.B. dass einer in den Tod geht, um das Leben anderer zu erhalten oder um höheren Wohls willen Verlockungen widersteht - aber er versteht das Motiv einer solchen Handlung gar nicht, weil ihm selber solche Motive fern liegen und er sie darum bei anderen nicht erkennen kann. Ein der Ehrfurcht Fähiger dagegen ist erschüttert, ergriffen von einem Opfer, von zutage tretender Güte und Ablösung, die ganz selten vorkommen, die einem selbst unmöglich sind und zu deren Verständnis man gerade noch fähig ist. Der Ehrfurchtslose ist nicht *ergriffen bei ergreifenden Dingen* (A IV, 113). Er spottet über Menschen, die sich einen weltlichen Vorteil entgehen lassen, freiwillig auf das, was er Wohl nennt, verzichten.

#### Widerspenstigkeit / Eigensinn (*dovacassa*)

Und weil der Ehrfurchtslose keinen Sinn hat für die Größe und Reinheit anderer, ihre innere Überlegenheit nicht anerkennt, sondern sie für „verrückt“ hält, mag er sich von ihnen nicht belehren lassen, ist *widerspenstig* und *unlenkbar*, auch bei solchen, die ihm nahe stehen und ihn zum Guten zu beeinflussen suchen. Damit gibt es für ihn niemanden, der ihn daran erinnern könnte oder ihm eine Ahnung vermitteln könnte, dass es ein Gesetz von Saat und Ernte gibt, dem alle Wesen untertan sind (*Ein Gesetz steht über den Wesen, hier schon und in der anderen Welt - D 27*) und dass der Mensch eine *weltüberlegene Fähigkeit* besitzt, mit der er sein Welterlebnis verbessern und gar übersteigen kann. (M 96) Er will seinen Neigungen folgen und nicht ein Gesetz beachten oder sich nach Vorbildern richten - weil er sie nicht als weitblickender und edler erkennt.

## Schlechter Umgang (*pāpamittatā*)

Mit dieser Unlenkbarkeit und Starrsinnigkeit isoliert er sich von allen gutmeinenden Menschen, beraubt sich der Möglichkeit des Kontakts mit guten Freunden, ist angewiesen auf den Umgang mit Menschen, die er bei seinen vordergründigen Befriedigungen trifft und die ihm so lange Gesellschaft leisten, als er für sie von irgendeinem Nutzen ist, die wie er egoistisch und selbstsüchtig keiner tieferen Empfindung für Höheres fähig sind. Von solchen Freundschaften sagt der Erwachte (D 31), dass solche schlechten Menschen, selbst wenn sie sich als Freund ausgeben, doch als Feinde zu betrachten sind:

*Vier Fälle sind es, wo der Gefährte nach abwärts als Feind zu merken ist, der sich als Freund gibt:*

*Berauschende Getränke oder andere, die Vernunft und Selbstkontrolle hemmenden Mittel zu genießen, da kommt er mit.*

*Müßig sich auf der Straße herumtreiben, ist ihm recht.*

*Gemeinschaftsvergnügungen besuchen gehen, da schließt er sich an.*

*Der Spielleidenschaft sich hingeben, dazu ist er Gefährte.*

*Das sind die vier Fälle, wo der Gefährte nach abwärts als Feind zu merken ist, der sich als Freund gibt.*

*Mit schlechtem Freunde schlecht gesellt,  
in schlechter Übung, schlechtem Brauch:  
Aus diesem Dasein, jener Welt,  
aus beiden gräbt man sich zugrund.*

Wir erkennen, wie Ehrfurchtslosigkeit, Unbelehrbarkeit und schlechter Umgang jegliches etwa noch vorhandenes Vertrauen zunichte machen. Ein solcher ist nach einem Gleichnis des Erwachten wie eine Lotospflanze, die im Wasser entsteht, im Wasser sich entwickelt und auch mit ihrem Haupt immer unter dem Wasserspiegel bleibt und nur aus dem Wasser ihre Nahrung aufsaugt. Das Wasser ist hier ein Gleichnis für die sinnliche Wahrnehmung. Wer über nichts anderes nachdenkt, nichts

anderes „aufsaugt“ als die angenehmen und unangenehmen sinnlichen Eindrücke und wie er die angenehmen Sinneseindrücke gewinnen, die unangenehmen vermeiden kann, der ist so ausschließlich mit ihnen beschäftigt, dass er nur diese und damit auch nur die irdischen Gesetze kennt. Der Rest an Vertrauen in Jenseitiges, mit dem er vielleicht in dieses Leben eingetreten ist, ist ihm durch seine Ehrfurchtslosigkeit, Unlenkbarkeit und seinen schlechten Umgang verloren gegangen.

10. Gewissenlosigkeit, keine Scheu  
vor üblen Folgen haben und Leichtsinnsinn  
sind die Ursache für Ehrfurchtslosigkeit,  
Unbelehrbarkeit und schlechten Umgang

*Ohne aber drei Eigenschaften aufgegeben und abgetan zu haben, ihr Mönche, ist es unmöglich, Ehrfurchtslosigkeit, Unbelehrbarkeit und schlechten Umgang zu überwinden.*

*Welche drei Eigenschaften sind das? Gewissenlosigkeit, keine Scheu vor üblen Folgen haben und Leichtsinnsinn. Ohne Gewissenlosigkeit, den Mangel an Scheu vor üblen Folgen und Leichtsinnsinn abgetan zu haben, ohne diese drei Eigenschaften abgetan zu haben, ist es unmöglich, Ehrfurchtslosigkeit, Unbelehrbarkeit und schlechten Umgang zu überwinden.*

Mit diesen drei Eigenschaften: Gewissenlosigkeit, keine Furcht vor üblen Folgen haben sowie Leichtsinnsinn sind wir beim geistig und moralisch tiefstmöglichen Stand eines Menschen angelangt.

Gewissenlosigkeit (*ahiri*),  
keine Scheu vor üblen Folgen (*anottappa*)

*Zwei Eigenschaften, sagt der Erwachte, beschirmen die Welt:*

*Gewissenhaftigkeit, Scham und Scheu.* Er gibt ein Gleichnis: Eine Festung hat außerhalb der sie völlig umschließenden Mauer einen tiefen Festungsgraben, auf welchen die Bewohner der Festung von der Mauer aus herabblicken können. In diesen breiten und tiefen Graben, der Feinde aufhalten soll, wurden früher alle Arten von Ausscheidungen geleitet, Abfälle und Unrat hineingeworfen. So wie dieser Graben von den Bewohnern oben auf der Festung als tief unter ihnen befindlich und als abstoßend empfunden wird, so empfindet ein edler, gewissenhafter Mensch, der vorwiegend aus guter Herzensart lebt, Abscheu vor ihm unwürdig erscheinenden Herzensregungen und Taten. Er würde sich, wenn er dem in ihm aufgestiegenen Üblen folgen würde, als auf niedrigster Ebene, weit unter seinem normalen sittlichen Niveau stehend empfinden. So ist Scham die akute Anwandlung eines lauterer gewissenhaften Gemütes auf eine unlautere Absicht, ist der Ausdruck dafür, dass der Mensch höhere Ansprüche an sich stellt, ein höheres Sollen anerkennt und ihm folgen will.

Bei starker Leidenschaft ist auch ein sonst edler Mensch fähig, die Gewissensstimme, die Scham bei Üblem, zu übertönen. Deshalb nennt der Erwachte mit der Scham zusammen die Scheu vor unerwünschten, üblen, peinlichen Folgen. So wie die Festung auf ihrer hohen Rundmauer einen rundum verlaufenden Gang hat, von welchem aus man weit ins Land hineinsehen und die Feinde und die von ihnen drohenden Gefahren rechtzeitig erkennen kann - so weiß der Kenner der Lehre um die karmischen Folgen von üblem Tun. Er scheut (*ottappa*) die unerwünschten peinlichen, üblen Folgen und den Tadel der Weisen und unterlässt aus Furcht davor übles Wirken. Diese zwei Dinge halten den Menschen zurück: Scham vor Üblem aus innerer Lauterkeit oder der Gedanke: „Übeltun bringt mir Schaden.“

Wir sehen, dass der Erwachte zuerst die edlere Kraft einsetzt, die Scham. Es ist edler und heller, wenn der Mensch das Üble lassen kann in dem Gedanken und Empfinden, dass es seiner unwürdig ist, so zu leben, aber dennoch ist es viel bes-

ser, aus Furcht und Scheu (*ottappa*) vor den üblen Folgen alles üble, dunkle Tun zu unterlassen, als es zu tun, wenn nicht schon die Scham es verhindert.

Ebenso empfiehlt der Erwachte (M 54), dass der Nachfolger, sobald ihn die üblen Weisen des Redens und Handelns ankommen wollen, sich als erstes sagen möge, dass er bei solchem Tun sich selbst tadeln müsse und erst als zweites an die üblen Folgen denken möge, die darin bestehen, dass die edleren und weiseren Menschen in seiner Umgebung ihn tadeln oder sich von ihm zurückziehen, und dass er mit solchen Befleckungen des Herzens üble Laufbahn einschlage, auch in den folgenden Leben. *Wem Vertrauen, Scham, Scheu und Tugend fehlen, verfällt der Hölle*, sagt der Erwachte (A IV,212).

### Leichtsinn (*pamāda*)

Aus Gewissenlosigkeit und der Abwesenheit von Furcht vor üblen Folgen erwächst zwangsläufig der Leichtsinns. Im Augenblick aufgehen, jeder Ablenkung folgen: das ist Leichtsinns. Wie ein Blatt vom Wind bald hierhin, bald dorthin geweht wird, ohne Plan, ohne Ziel, so ist der Leichtsinnsige. Er kann keinem Ziel treu bleiben, kann nicht dem Weg einer religiösen Wegweisung beharrlich folgen, kann auch nicht mit Ausdauer gute Sitten anstreben. Die alten Inder erfassten das Gefährliche des Leichtsinns:

*Der Leichtsinnsige vermag nichts für sich zu tun, wie sollte er für andere etwas zu tun vermögen? Daher kommt es, dass der Leichtsinnsige sicher alle Angelegenheiten zunichte macht.*  
(*Mahābhārata XII, 5060-5061*)

*Leichtsinn ist der ärgste Feind, Leichtsinns ist das ärgste Gift, Leichtsinns ist der Räuber an der Burg der Erlösung, Leichtsinns ist der Weg zur Hölle.* (*Subhāsitarṇāva 270*)

Der Erwachte sagt: *Den Leichtsinnsigen trifft Leiden*, sei es in diesem Leben –

*Da geht ein Tugendloser, von Tugend abgewichen durch seinen Leichtsinn großem Verlust an Vermögen entgegen (D 33)*

oder nach diesem Leben, wie es in M 130 geschildert wird, wo *der Richter der Verstorbenen* zu einem gerade Gestorbenen sagt:

*Lieber Mann, aus Leichtsinn hast du nicht günstig gewirkt in Taten, Worten und Gedanken. Da wird man dir, lieber Mann, eben nun so begegnen wie einem Leichtsinnigen.*

Leichtsinn, Gewissenlosigkeit, keine Scheu vor üblen Folgen, auch nicht vor solchen, die deutlich vorhersehbar schon in diesem Leben zu leidigem Erleben führen, sind wahrlich die niederste Wurzel alles Übels. Ein solcher macht sich kein Gewissen daraus, Lebewesen umzubringen, zu stehlen, in andere Ehen einzubrechen und Minderjährige zu verführen, andere durch trügerische Rede zu verleumden und sich zu berauschen. Er lebt leichtsinnig nur dem Augenblick und seinem Vergnügen. Er bedenkt nicht die Folgen in diesem Leben, dass er gefasst und bestraft werden könnte, geschweige dass er an die Folgen im Jenseits dächte. Mit einem solchen Verhalten bereitet er sich den Weg nach abwärts in dunkles Erleben hinein.

Zum Abschluss des bisherigen Teils der Lehrrede mag hier ein Überblick über die gesamten zehnmal drei Eigenschaften folgen:

1. Wenn Geborenwerden, Altern und Sterben nicht wären, dann wäre das Erscheinen eines Vollendeten nicht notwendig.
2. Wenn Anziehung (Gier), Abstoßung (Hass) und Blendung nicht wären, dann wäre nicht Geborenwerden, Altern und Sterben.
3. Wenn Glaube an Persönlichkeit, Daseinsbangnis/Daseinsorge und die Auffassung, das (sittliche) Begegnungsleben sei das Höchste, nicht wären, dann wären auch nicht Anziehung, Abstoßung, Blendung.
4. Wenn Nichtbeachtung der Herkunft, dem falschen Weg

Folgen, Hängen des Gemüts am Gewohnten nicht wären, dann wären auch nicht Glaube an Persönlichkeit, Daseinsbangnis/-Daseinsorge und die Auffassung, das (sittliche) Begegnungsleben sei das Höchste.

5. Wenn Erinnerung des Falschen, Unbesonnenheit, seelische Verstörtheit/Geistesverwirrung nicht wären, dann wären auch nicht Nichtbeachtung der Herkunft, dem falschen Weg Folgen, Hängen des Gemüts am Gewohnten.

6. Wenn Abneigung gegen den Besuch der Heilsgänger, Abneigung gegen das Hören der Heilslehre, Neigung zu abfälligem Urteil nicht wären, dann wären auch nicht Erinnerung des Falschen, Unbesonnenheit, seelische Verstörtheit/Geistesverwirrung.

7. Wenn spontane Gefühlserregung, Zügellosigkeit, Untugend nicht wären, dann wären auch nicht Abneigung gegen den Besuch der Heilsgänger, Abneigung gegen das Hören der Heilslehre, Neigung zu abfälligem Urteil.

8. Wenn Vertrauenslosigkeit, Engherzigkeit/Geiz, Trägheit nicht wären, dann wären auch nicht spontane Gefühlserregung, Zügellosigkeit, Untugend.

9. Wenn Ehrfurchtslosigkeit, Widerspenstigkeit/Eigensinn, schlechter Umgang nicht wären, dann wären auch nicht Vertrauenslosigkeit, Engherzigkeit/Geiz, Trägheit.

10. Wenn Gewissenlosigkeit, Abwesenheit von Scheu vor üblen Folgen, Leichtsinne nicht wären, dann wären auch nicht Ehrfurchtslosigkeit, Widerspenstigkeit/Eigensinn, schlechter Umgang.

Und nun beschreibt der Erwachte in unserer Lehrrede nach einem Rückblick auf die genannten üblen Eigenschaften – nämlich wie der durch Gewissenlosigkeit und Unbesorgtheit vor üblen Folgen Leichtsinne und der mit allen sich daraus



ergebenden dunklen und hinderlichen Eigenschaften Behaftete nicht das Immer-wieder-Geborenwerden, Altern und Sterben aufheben kann – die Folgen, die sich aus dem Nicht-Abgetanhaben der üblen Eigenschaften ergeben. Die üblen Eigenschaften abgetan haben, bedeutet letztlich immer, die entgegengesetzten positiven Eigenschaften erworben haben, weshalb die Überwindung der zehnmal drei üblen Eigenschaften im Folgenden unter dem positiven Aspekt betrachtet wird: dem Erwerb der 10 mal 3 guten Eigenschaften.

1. Freisein von Anziehung, Abstoßung, Blendung  
macht fähig zur Aufhebung von  
Immer-wieder-Geborenwerden, Altern und Sterben

*Wenn drei Eigenschaften abgetan sind, ist man fähig, Geborenwerden, Altern und Sterben aufzuheben.*

*Welche drei Eigenschaften sind das? Anziehung, Abstoßung, Blendung.*

*Wenn diese drei Eigenschaften: Anziehung, Abstoßung, Blendung abgetan sind, ist man fähig, Geborenwerden, Altern und Sterben zu überwinden.*

Die Triebe mit Anziehung und Abstoßung erzeugen einen Körper. Ein Körper ohne Triebe, ohne Anziehung, Abstoßung, Blendung kann nicht wiedergeboren werden und damit altern und sterben. Anziehung, Abstoßung, Blendung sind die Antriebe des sogenannten „Lebens“, sind die Bedingung für immer erneutes Geborenwerden, Altern und Sterben. Der Geheilte hat Anziehung, Abstoßung und Blendung aufgehoben und damit Geborenwerden, Altern und Sterben. Von ihm wird ausdrücklich gesagt, dass er in sechs erhabenen, unwankbaren Zuständen verweilt (D 33 VI, A IV, 195), indem alle Eindrücke durch die fünf Sinne und sechstens durch das Denken ihn in keiner Weise mehr treffen können, weil die Triebe als der Resonanzboden aufgehoben sind. Natürlich weiß er in seinem

Bewusstsein, was geschieht, aber es bewegt ihn nicht triebhaft, er empfindet es als Losgelöster (*visamyutta*).

Diese Tatsache der Freiheit von Treffbarkeit drückt der Erwachte in einem Gleichnis (S 12,64) aus, indem er fragt:

*Wenn da die Sonne durch das östliche Fenster in ein Haus hineinschaut, wo trifft dann ihr Strahl auf? –*

Darauf sagen die Mönche: An der gegenüberliegenden Innenwand des Hauses.–

Dann fragt der Erwachte: Wenn da aber keine Innenwand ist, wo trifft dann die Sonne auf?–

Darauf sagen die Mönche: Auf den Fußboden des Hauses.

So geht das Fragen des Erwachten weiter, bis die Mönche zuletzt sagen müssen: *Da treffen die Sonnenstrahlen nirgends mehr auf.*

Mit diesem „Auftreffen“ ist die sechsfache Berührung des Wollenskörpers gemeint. Da dieser aber beim Heilgewordenen ganz aufgehoben ist, so können die „Sonnenstrahlen“, das sinnlich Wahrgenommene, keine Gefühlsresonanz auslösen. Das eben bedeutet die Unverletzbarkeit des Heilgewordenen, das ist das Wesen des Heilsstands. Einem solchen, der in einer hellen, heilen, von allen Trieben befreiten Erhabenheit weilt, ist der Körper, den er als Überrest aus früherer krankhafter Verfassung in Anziehung, Abstoßung und Blendung noch mit sich herumträgt, nur die letzte Last; er könnte sie jeden Augenblick freiwillig endgültig ablegen, will jedoch anderen Heilsuchern so lange behilflich sein, als sein Körper es zulässt. Wird aber der Körper durch fremde Einflüsse zerstört, so erfährt er damit vorzeitige Befreiung von der letzten Last. Der Erwachte sagt (S 12,25):

*Wenn hier Körper, Sprechwerkzeug, Geist ist, dann entsteht hier auch wegen der gesamten körperlichen, sprachlichen, geistigen Absichten Wohl und Wehe.*

Nach dieser Aussage sind die Werkzeuge und ihre Aktivität untrennbar, und das heißt: Es gibt keinen Körper ohne körper-

lichen Aktionsdrang; es gibt kein Sprachwerkzeug ohne den Aktionsdrang zum Sprechen, und es gibt keinen Geist ohne den Drang zum Denken.

Wir wissen aber, dass der von Anziehung, Abstoßung, Blendung Geheilte und Befreite nicht mehr den geringsten Drang zu körperlicher, sprachlicher oder geistiger Aktivität hat. Und da er nicht den geringsten Drang zu dieser dreifachen Aktivität hat, so gilt vom Geheilten nicht das Wort: *Wenn hier Körper ist, wenn hier Sprechwerkzeug ist, wenn hier Geist ist*, bei ihm sind diese drei Werkzeuge nicht da. Wie soll das verstanden werden?

Ein Mensch, der sich in einem Gespräch mit einem Geheilten, mit einem Triebversiegten (*arahat*) befindet, mag den Eindruck haben, dass da ein „Ich“ körperlich vor ihm stehe und mit ihm spreche, aber der Geheilte selber kann so nicht mehr erleben, erfahren, empfinden, wenn er auch uns Wahnbefangenen gegenüber sich in unserer Sprache ausdrücken mag. Wir müssen das richtig verstehen, müssen uns hinrecken zu jener ganz anderen Wahrheit und Wirklichkeit der Geheilten, der Weltüberwinder. Die „Sonnenstrahlen“ können nirgends mehr auftreffen. Die Geheilten haben das Samsāraresetz, dem wir unterliegen, aufgehoben, sind davon frei, weil sie sich abgelöst haben von der triebbedingten Verbundenheit mit allen fünf Zusammenhäufungen.

Das zeigt der Erwachte in einem anderen Bild: Da ist ein großer See. Man kann die Fische im Wasser sehen, wie sie dahinziehen oder stillstehen. Man kann auf dem Grund den Sand, die Muscheln und das andere Getier sehen. Dieser ganze See mit all seinem Inhalt gilt für die Existenz, gilt für den Samsāra mit allen seinen Stationen, den höchsten Geistern, Göttern, Menschen, Tieren, Dämonen, kurz: er gilt für die fünf Zusammenhäufungen, nämlich die Formen, Gefühle, Wahrnehmungen, Aktivitäten und die programmierte Wohlerfassungssuche. Wir alle schwimmen in diesem Samsāra-See. Aber der Geheilte wird verglichen mit einem Mann, der am Ufer des Sees steht, unerreichbar vom „Wasser“. Er häuft keine fünf

Zusammenhäufungen mehr zusammen, er „hat“ keine fünf Zusammenhäufungen, keine Form, keinen Körper, keine Gefühle.... Das wird immer wieder ausdrücklich betont. Er kann sich mit den Zusammenhäufungen nicht mehr identifizieren, sie gehen ihn nichts mehr an. Darum ist auch „hier“ nicht mehr Körper, und darum ist auch kein körperbedingtes Wohl und Wehe. Ihn trifft nichts, was den Körper trifft. Sein Zustand ist ganz unabhängig von den fünf Zusammenhäufungen in heller, erhabener Unantastbarkeit.

Das zeigt: Unser Leben in unserer Welt, wie wir es erfahrend erleben, ist nicht die einzige Wirklichkeit, ist vielmehr eine bedingte, durch bestimmte Bedingungen erscheinende Wirklichkeit, die nur mit den Bedingungen steht und fällt.

Diese Bedingung heißt „Wahrnehmung“, denn Leben und Erleben ist Wahrnehmen, und Wahrnehmen ist Erleben. Und nur vom Erleben, vom Wahrnehmen haben wir die Welt mit allen Freuden und Leiden und Ängsten. Das erfahren wir schon durch jeden Traum. Wir sagen zwar von einem Traum: „Er hat keine Wirklichkeit, er liefert eine Scheinwelt, die aus Traumbewusstsein besteht: Mag auch einer während des Traumes echt zu erleben glauben, dass er mit seinem Wagen gegen einen Baum fährt, Arme und Beine bricht und große Schmerzen fühlt – sobald er erwacht, wird er wissen, dass Wagen und Landschaft und die gebrochenen Glieder samt den Schmerzen ‚nicht wirklich‘ waren, denn sein Körper liegt mit heilen Gliedern im Bett.“

So mag einer sagen, aber er darf dabei nicht vergessen, dass er so erst nach seinem „Erwachen“ sagen kann, d.h. nachdem die aus Traumwahrnehmung gesponnene Szenerie geistig überstiegen, transzendiert ist und die ganz andere Wahrnehmung aufgekommen ist. Hätte er aber diese Traumsphäre nicht überstiegen – wie sollte er nicht weiterhin leiden unter den gebrochenen Gliedern?

Die „Heiligen“, die Geheilten, die als „Erwachte“ bezeichnet werden, blicken aus ihrer Wachheit auf uns, in unserer Wahn-Wahrnehmung Befangene, ganz ebenso, wie wir auf

träumende Schläfer blicken, die sich angstvoll von irgendetwas abwenden oder zornig gegen etwas hinwenden. Für die Geheilten ist alles das, was uns bewegt und quält, ganz ebenso „nicht da“, wie für uns alles das „nicht da“ ist, was Träumende oder im Fieber-Delirium sich Befindende bewegt und quält. Die Geheilten sind aus unserer Wahrnehmung, in welcher befangen, wir „Wirklichkeiten“ träumen, ganz ebenso erwacht, wie wir morgens aus nächtlichen Träumen erwachen. Für die Geheilten ist unsere „Wirklichkeit“ so relativ und bedingt, wie für uns die Wirklichkeit der Träumenden relativ und bedingt ist.

Die Welt, die wir erleben, ist wahrnehmungshafte, relative Wirklichkeit und Wirksamkeit, bedingt durch die Beschaffenheit der Triebe unseres Herzens.

Wir werden von der Dynamik der Sinnensucht getrieben und von der dadurch bedingten lebenslänglichen Kette der Begegnungswahrnehmungen mit ihrem Wohl und Wehe ununterbrochen getroffen, und das ist es, was wir „das Leben“ nennen. Dieses so verstandene Leben nennt der Erwachte „*avij-jā*“, das wird meistens übersetzt mit „Nichtwissen“, aber darunter muss verstanden werden der Wahn des Träumenden, der seinen Traum für letzte Wirklichkeit hält und der darum an den begegnenden Gestalten ununterbrochen operiert mit Planen, Reden und Handeln, und der daraus – wie auch aus dem Planen, Reden und Handeln der ihm begegnenden Traumgestalten – sein lebenslängliches „Wohl und Wehe“ erfährt.

2. Freisein von Glaube an Persönlichkeit,  
Daseinsbangnis, der Auffassung, das (sittliche)  
Begegnungsleben sei das Höchste, macht fähig zur  
Aufhebung von Anziehung, Abstoßung, Blendung

*Wenn drei Eigenschaften abgetan sind, ist man fähig,  
Anziehung, Abstoßung, Blendung aufzuheben. Welche  
drei Eigenschaften sind das? Glaube an Persönlich-*

*keit, Daseinsbangnis, die Auffassung, das (sittliche) Begegnungsleben sei das Höchste. Wenn diese drei Eigenschaften, Glaube an Persönlichkeit, Daseinsbangnis, die Auffassung, das (sittliche) Begegnungsleben sei das Höchste, abgetan sind, ist man fähig, Anziehung, Abstoßung und Blendung aufzuheben.*

Nur wenn einer denkt oder empfindet „ich bin einer“, dann sucht er dieses Ich zu mästen, zu verteidigen, zu retten. Wer aber in Augenblicken tiefer Ruhe das seelenlose Auf- und Absteigen der fünf Zusammenhäufungen betrachtet und erkennt, dass die fünf Zusammenhäufungen nach ihrem eigenen Gesetz vor sich gehen und dass darin gar kein Ich ist, für dessen Anerkennung und Wohl zu sorgen und zu kämpfen wäre (Aufhebung der ersten Verstrickung), der entzieht den Trieben und damit den Anziehungen und Abstoßungen, die je einzeln dem Geist suggerieren: „Ich möchte dies, ich möchte jenes nicht“, ihre Daseinsberechtigung.

Dieser Klarblick bewirkt, dass für die blitzaugenblickliche Zeit seiner Anwesenheit dieses ganze Gefängnis, dieses aus den fünf Zusammenhäufungen gebildete – eingebildete – unermessliche Samsāralabyrinth nicht „da“ ist, eliminiert ist, wie nie gewesen ist. Für diesen Augenblick, in diesem Klarblick ist *das Tor zum Nirvāna einen Spalt breit geöffnet* gewesen, ist das Todlose, das Unverstörbare, die einzige Sicherheit in dieser Wildnis für einen Augenblick erfahren worden - eine zeitliche Erlösung (*samayam vimutti - A X,75*).

Der Erwachte sagt: *Im Anblick des Todlosen tauchen alle Dinge unter. (A X,58)* Dass im Anblick des Todlosen alle Dinge, alle Erscheinungen, die immer nur vorüberrieselnden, haltlosen, untergetaucht sind, wie nie vorhanden gewesen, das hat ein so Übender erfahren. Mit dieser beseligenden Erfahrung, dass es das gibt, geht zugleich die Erkenntnis auf, dass alles andere, die gesamte Weltlichkeit, nur aus Zerbrechlichem, nur aus Wahn, besteht. Und wie ein Schiffbrüchiger, im Ozean

schwimmend und sich hochreckend, in der Ferne die rettende Küste sieht und mit aller Kraft auf geradem Weg auf diese Küste zuschwimmt - so ist der Erfahrer jenes Friedens außerhalb aller rieselnden Weltlichkeit endgültig umgewendet, endgültig in die Anziehung des Heils gelangt, endgültig abgewandt von allem Gewordenen, Bedingten, Zerbrechlichen, Toten und endgültig zugewandt dem Todlosen als dem wahren Wohl. Er fühlt sich nicht mehr dem Leiden ausgeliefert, fühlt sich frei von aller Daseinsbängnis (zweite Verstrickung), sieht sich endgültig dem Heil näherkommen. Er kann kein Verhalten, keine Begegnung, und sei es die hochsinnigste und edelste, für das Höchste halten (dritte Verstrickung), kann in keiner Entwicklungsstufe, die dem Entstehen/Vergehen ausgesetzt ist, beharren wollen, kann keinen Trieb, keine Anziehung und Abstoßung mehr mit Besonnenheit als positiv bewerten, sich mit ihnen identifizieren, und dadurch ist ihnen die Lebenskraft entzogen. Ihre vollkommene Aufhebung ist zwar noch nicht erreicht, aber die Triebe sind endgültig verurteilt, weil sie als im Leiden haltend gesehen werden. Mit Besonnenheit kann ein solcher den Trieben nicht mehr folgen. Er gibt allem durch sie Entworfenen den Stempel: „Verloren, Gefahr, Mörder.“ Dadurch kann kein Trieb verstärkt werden, alle müssen sie allmählich abnehmen.

*Gerhard Tersteegen* wählte als Gleichnis für die leicht reizbaren Triebe eine zu bewachende Schafherde und stellt sich selber als Hirte außerhalb dieser Herde:

*Ich hab ein Hirtenamt: Begierde und Gedanken sind meine Schafe, drauf mein Auge stets muss sehn; ich halte sie in Eins gesammelt in den Schranken, dass sie zerstreuet nicht auf fremde Weide gehen. (Blumengärtlein I, Nr.401)*

So wie der Hirt auf der Weide die genussstüchtigen Schafe zusammenhält, die dazu neigen, sich hierhin und dorthin zu zerstreuen, um auf fremden Weiden Bäume, Büsche und Pflanzungen abzufressen, so erkennt das Hirtenamt „Weisheit“: „Kein dauerhaftes Wohl, nur Leiden, sofortiges oder zukünfti-

ges Leiden ist gewiss beim Grasen der Triebe auf ‚fremder Weide‘, durch das Aufsaugen der Außenobjekte seitens der Sinnesdränge.“

Der Erwachte unterscheidet zwischen der Einsicht in die Nicht-Ichheit (Aufhebung der ersten Verstrickung „Glaube an Persönlichkeit“ - der Aufhebung der Bande des Wahns) und der Aufhebung der achten Verstrickung: des gemüthften Ichbin-Empfindens. Es ist ein allmählicher Prozess von der Anerkennung der Tatsache der Nicht-Ichheit bis zu ihrem durchgängigen Erleben, geführt von der rechten Anschauung über die Leidhaftigkeit der Triebe und des durch sie Entworfenen; wie der Erwachte sagt (A VIII,46):

*Wenn der Mensch die Leidhaftigkeit der fortgesetzten Veränderung erkennt und bei diesem von der programmierten Wohlsuche geführten Körper die Vorstellung der Nicht-Ichheit beharrlich übt, die ichmachenden und meinmachenden Vorstellungen im Geist aufgelöst hat und alle triebhafte Bewegtheit überwunden hat, so bringt das höchsten Lohn und höchsten Segen und mündet im Todlosen.*

Und in S 12,15 sagt der Erwachte:

*Wenn man da aber nicht herantritt, nicht ergreift, nicht sich aneignet, nicht sich dahin richtet und  
„Hier ist gar kein Ich,  
Leiden ist alles, was immer entsteht,  
Leiden ist alles, was immer vergeht“ -  
in diesem Wissen nicht mehr zweifelt im Besitz des von allen Meinungen unabhängig machenden Klarwissens - das ist rechte Anschauung.*

Mit jedem neuen Bezug, den ein Mensch zu irgendwelchen Gegebenheiten der Umwelt sich aneignet oder sich abeignet, ist an beiden Enden des Bezugs eine Veränderung eingetreten: durch die Aneignung eines neuen Bezugs ist nicht nur irgendein Gliedstück der gewirkten Welt mehr als bisher für den Menschen bedeutungsvoll und zugehörig geworden, sondern



zugleich ist er selbst, sein - ebenfalls gewirktes - Ich in demselben Maß umfangreicher und insofern schwerer, lastender, beziehungsreicher geworden. Diesen Vorgang empfindet man noch deutlicher, wenn er sich in umgekehrter Richtung, nämlich als das Aufgeben einer Beziehung vollzieht: Irgendeine Gegebenheit, welche einem bisher mehr oder weniger unentbehrlich oder doch wichtig erschien, nun als nur immer rieselnd und leidvoll zu durchschauen, so dass jede Zuwendung dazu und jedes Haften daran restlos und spurlos schwindet - das wird als eine deutliche Erleichterung empfunden, und um denselben Grad ist man nun auch weniger verletzbar.

Wenn der Glaube an ein Ich aufgehoben ist, dann wird bei ruhiger Überlegung nur festgestellt: „Den Trieben gefällt es und missfällt es, nicht *mir* gefällt es und missfällt es.“ Triebe, Gefühl, Wahrnehmung, Durst und Absicht werden dann als ein fremder, ohne eigenes Zutun ablaufender Mechanismus betrachtet, und damit wird ihnen allmählich ihre Kraft entzogen. Je weniger kraftvoll die Triebe sich melden, um so mehr kann sich der rechte Anblick durchsetzen, und das Gemüt, die Gefühlsseite des Geistes, empfindet Freude daran, wenn der rechte Anblick gegenwärtig ist. Ein solcher ist, wie der Erwachte ausdrückt, vom schwachen Schwimmer zum starken Schwimmer geworden (M 64), der das Meer des Begehrens kreuzen und zum heilen Ufer gelangen kann.

3. Beachtung der Herkunft,  
dem rechten Weg folgen,  
Nichthängen des Gemütes am Gewohnten  
machen fähig zur Aufhebung des Glaubens  
an Persönlichkeit, Daseinsbangnis, der Auffassung,  
das (sittliche) Begegnungsleben sei das Höchste

*Wenn drei Eigenschaften abgetan sind, ist man fähig, Glauben an Persönlichkeit, Daseinsbangnis, die Auffassung, das (sittliche) Begegnungsleben sei das Höchste, aufzuheben. Welche drei Eigenschaften sind*

*das? Nichtbeachtung der Herkunft, dem falschen Weg folgen, Hängen des Gemüts am Gewohnten. Wenn diese drei Eigenschaften, Nichtbeachtung der Herkunft, dem falschen Weg folgen, Hängen des Gemüts am Gewohnten abgetan sind, ist man fähig, Glauben an Persönlichkeit, Daseinsbangnis, die Auffassung, das (sittliche) Begegnungsleben sei das Höchste, aufzuheben.*

Um den Glauben an Persönlichkeit und die von ihm abhängigen Verstrickungen aufheben zu können, muss also ein Mensch erstens auf die Herkunft der Dinge achten, d.h. den Blick nicht vorwiegend auf die äußeren Erscheinungen gerichtet halten, sondern auf deren Herkunft: die Triebe und die seelischen Erscheinungen; zweitens muss der Mensch, der die Triebe und ihre Beeinflussung seitens des Geistes beobachtet, den rechten Weg zu ihrer Erhellung erkennen und zu gehen beginnen, und drittens muss er sich immer neu bemühen, die Trägheit des Gemüts aufzuheben, um der Wirklichkeit gemäß zu sehen und zu handeln.

### Beachtung der Herkunft

M 28 beschreibt die Übung eines kämpfenden Mönchs, der seine Aufmerksamkeit nicht auf die äußere Welt, sondern auf die seelischen Erscheinungen richtet.

*Wenn die Leute einen solchen Mönch tadeln, verurteilen, verfolgen, angreifen, so denkt er dabei: Entstanden ist mir da dieses Wehgefühl, durch Lauscherberührung bedingt. Es ist bedingt, nicht ohne Bedingung aufgekommen. Wodurch bedingt? Durch Berührung bedingt.*

*,Und die Berührung ist unbeständig', sieht er.*

*,Das Gefühl ist unbeständig', sieht er.*

*,Die Wahrnehmung ist unbeständig', sieht er.*

*,Die Aktivitäten sind unbeständig', sieht er.*

*,Die programmierte Wohlerfahrungssuche ist unbeständig',*

*sieht er.*

*Indem er so die Gegebenheiten zum Objekt macht, da wendet sich sein Herz (der Betrachtung) freudig zu, beruhigt sich, steht dabei still und wird frei.*

Wenn ein solcher Mönch hört, wie da Menschen „ihn“ schelten, verurteilen usw. und er sich dadurch getroffen fühlt, dann macht er sich klar, dass diese jetzt aufkommende Wahrnehmung von scheltenden Menschen lediglich durch die Wahrnehmung von Formen bedingt ist, durch die Wahrnehmung von jener unbeständigen Erde, auf welcher der wahrgenommene „eigene“ unbeständige Leib steht und auf welcher weitere wahrgenommene unbeständige Leiber stehen, von denen die scheltenden Worte ausgehen, und dass dies alles Wahrnehmung ist, die, wie alle Wahrnehmung, so unbeständig ist wie die programmierte Wohlerfassungssuche, durch die es zur Berührung gekommen ist.

Die aufmerksame Beobachtung dieser inneren Vorgänge lässt erkennen: Wo immer die Blendung Vielfalt erscheinen lässt (*papañca*) und der wahnhaftige Eindruck von einem Ich in einer Welt besteht - da geschieht in Wirklichkeit und Wahrheit das Spiel der fünf Zusammenhäufungen, da geschieht immer nur Wahrnehmung (3) von Formen (1) und Gefühlen (2). Der von Blendung erfüllte Geist geht die als wohltuend oder schmerzlich wahrgenommenen Formen im Denken, Reden und Handeln aktiv an (4), die angenehmen Formen ergreifend, die unangenehmen Formen fortstoßend, und dieses lebenslange Spiel wird Gewohnheit, wird programmiert, läuft automatisch wie ein immer mehr in Schwung gesetztes Schwungrad, und das ist die programmierte Wohlerfassungssuche (*viññāna* - 5). Diese so in Gang gekommene und programmierte Wohlerfassungssuche, die Gewöhnung, Außengebiete zu erfahren, bewirkt den Ablauf der übrigen vier Zusammenhäufungen.

Es heißt (M 28), *dass das Herz desjenigen, der die Gegebenheiten so zerlegt, sich der Betrachtung freudig zuwendet,*

*sich beruhigt, dabei still und frei wird.* Diese Verheißung finden wir immer wieder in den Lehreden, und wer mit den richtigen geistigen Voraussetzungen an diese Übung geht, wer beharrlich und gründlich, nüchtern und klar beobachtet und nicht immer wieder in seinem Geist die verblendeten Auffassungen zulässt, die diesen weisheitlichen Einsichten widersprechen, der erfährt an sich die Erfüllung dieser Verheißung, der erfährt zunehmendes Wohl.

*Je mehr und mehr er bei sich merkt,  
wie die Zusammenhäufungen  
im Wechsel nur entstehn, vergehn,  
wird er erhellt und heilsentzückt,  
da er das Todlose erfährt. (Dh 374)*

Wer dies, vom Erwachten belehrt, in eigener Beobachtung immer mehr und immer deutlicher erkennt, dass sich da, wo er „Ich“ denkt und „Welt“ denkt und Begegnungen erlebt, in Wirklichkeit nichts anderes tut als die fünf Zusammenhäufungen, sich gegenseitig bedingende Geschobenheiten, so dass darum gar kein Ich und gar kein Selbst und kein Eigen zu beobachten und zu erkennen ist - der löst sich von diesen fünf Zusammenhäufungen. Soweit er sich nur zurückerinnern kann, hat er immer nur auf die Formen, Gefühle, Wahrnehmungen, Aktivitäten und Programme der Wohlerfahrungssuche geschaut und die damit verbundenen Wohlgefühle zu erlangen und zu bewahren gesucht und die Wehgefühle zu meiden und loszuwerden gesucht. Von diesen Erlebnissen, Wahrnehmungen hatte er gelebt, sie waren ihm die lebenspendende Mutter, aber nun ist er enttäuscht und sieht die fünffachen rieselnden Häufungen als Elendsmasse, in Leiden festhaltend.

Wer da anfängt, die fünf Zusammenhäufungen, die fünf Erreifenshäufungen, zu durchschauen, muss oft noch große Tatkraft (*virīya*) gegen seine Triebe und Gewöhnungen einsetzen, um sich auf die Erkenntnis der Wirklichkeit zu konzentrieren, weil sein Geist noch voller falscher Vorstellungen und Denkgewöhnungen ist.

Der Erwachte spricht in Bezug darauf von einem schwachen Mann, der vorhat, den Ganges schwimmend zu durchqueren, es aber wegen seiner Schwäche nicht vermag; und hernach von einem Mann, der wegen seiner Kräfte den Ganges schwimmend überqueren kann (M 64). Wenn die Einsicht gewonnen ist, dass der sogenannte Lebensprozess zwar den Eindruck eines „Ich bin in der Welt“ erweckt, dass dieser Eindruck aber tatsächlich auf Täuschung beruht und dass alles Leiden, solange diese Täuschung nicht durchschaut wird, auch immer fortgesetzt wird, dann kann ein solcher Geist nicht mehr in der bisherigen naiven Weise dem Ich-bin-Glauben nachgehen. Aber bei vielen Menschen, die zu dieser Einsicht gekommen sind, ist durch ihre Verbundenheit mit den Sinnen in den Anfang noch keine Neigung, die Konsequenzen aus dieser Einsicht zu ziehen: das Gemüt, die Gefühlsseite des Geistes, sperrt sich noch dagegen. Ein solcher Mensch ist der schwache Schwimmer. Solange er in dieser Verfassung ist, kann er noch nicht aus den ersten Verstrickungen herauskommen. Man kann eine Eigenschaft oder Verhaltensweise in seinem Geist völlig klar als schädlich erkannt haben und sie darum endgültig verwerfen, kann aber in seinen Gewohnheiten dennoch in das im Geist Verworfenen verstrickt, daran gefesselt sein. Dann hat man die Bande zu der betreffenden Sache gelöst, aber noch nicht die Verstrickungen des Herzens, die alten, lange gepflegten Gewöhnungen. Darum beginnt nun nach der im Geist vollzogenen Abwendung des Willens (Ablösung der Bande von den bisherigen Zielen) der Prozess der Umbildung des Menschen, indem er nun aus Geist und Herz alle Verstrickungen, die noch auf die alten, gewohnten Ziele aus sind, nach und nach ausrodet. So wird er zum starken Schwimmer.

Wer starke Triebe hat, wird von diesen bewegt und kommt nicht so leicht in die Stille. Wenn er in der Stille ist, dann kommt es auf seine Fähigkeit zum klaren Anblick an, auf seine Betrachtung der Herkunft der Erscheinungen, ob er trotz starker Triebe in der stillen Zeit weit vordringen kann und so den Glauben an Persönlichkeit aufheben kann.

*Nichts führt so sehr dazu, dass die heilsamen Dinge sich mehrren und die unheilsamen Dinge sich mindern, wie die Betrachtung der Herkunft der Dinge. (A I,2)*

Dem rechten Weg folgen und  
Überwindung des Hängens an Gewohntem

Um unabgelenkt auf die Herkunft der Dinge achten zu können, um ohne Blendung sehen zu können, muss der Übende ein tugendhaftes Leben führen, in welchem möglichst kein Streit und Unfrieden mit anderen stören, wo man sich im Gewissen leicht fühlt.

Das kommt gut zum Ausdruck in einem Wort von *Ruisbroeck*. Er spricht von der Schauung oberhalb aller sinnlichen Wahrnehmung. In unserem Zusammenhang geht es ebenfalls um eine stille Schau des Ungewordenen, das erst dann zutage tritt, wenn man an den fünf Zusammenhäufungen beobachtet, wie sie gerade nicht ungeworden, sondern geworden sind, wie sie kommen und gehen in rieselndem Fluss. Dazu gehört dieselbe Voraussetzung, die *Ruisbroeck* nennt:

*Willst du zum Schauen dich bereiten,  
so wähl' die Wege, die hinleiten;  
sie sind: Gewissenslauterkeit  
und Tag um Tag Unschuldigkeit  
und Sittenstrenge wohlgesetzt  
und Sittenreinheit unverletzt;  
die Lüste der Natur beschneiden,  
sie maßvoll und verständig leiten.*

Auch der Erwachte zeigt, dass man mit ungehemmter Aufmerksamkeit und unabgelenkt nur dann geistig-seelische Zusammenhänge über einen längeren Zeitraum hinweg beobachten kann, wenn man frei ist von äußeren und inneren Spannungen und Selbstvorwürfen. Das kommt in seinem Gleichnis von dem vierten unter den Schwimmenden (A VII,15) zum Ausdruck.

Von dem dritten Schwimmer wird gesagt, dass er an der

Oberfläche des Wassers bleibt. Die Einsichten, die ihn am Guten festhalten lassen, hält er sich klar vor Augen:

*Gut ist Vertrauen zu einem rechten Lebenswandel;  
gut sind Scham und Scheu gegenüber Üblem  
und Tatkraft und Weisheit in der Durchführung des Rechten.*

Deshalb wird ihm sein gutes Verhalten immer mehr zur Gewohnheit, fällt ihm leicht und ändert sich nicht von selbst.

Der vierte Schwimmer hat denselben Status wie der dritte: er schwimmt oben und bleibt oben, d.h. er ist Tugend gewohnt; es fällt ihm leicht, andere nicht zu schädigen. Er liebt es, wohlzutun in sanfter, verstehender Art. Insofern gleicht der vierte Schwimmer dem dritten. Aber der vierte hängt nicht an Gewohntem, er hat den Drang in sich, das Leben in seinen Zusammenhängen zu verstehen und dadurch den Sinn kennen zu lernen, um ihn zu erfüllen. Er sieht, wie die Menschen geboren werden, alt werden und wieder sterben und hat andererseits aus den tieferen und stilleren Gründen seines halb unbewussten Denkens eine Ahnung, dass das sinnlich wahrnehmbare Leben nicht das Ganze des Lebens ist, dass ein großer Teil für uns im Dunklen liegt. Darum drängt es ihn nach tieferer Orientierung über die Wurzeln und die Struktur der Existenz. Er will heraus aus dem gewohnten Leben der Unsicherheit, der immer drohenden Gefährdung des Untersinkens. Deshalb reckt er sich immer wieder während des Schwimmens hoch und hält so weit wie möglich nach dem Horizont Ausschau.

Als ihm einmal ein besonders starkes Hochrecken gelingt, da sieht er am Horizont einen Landstreifen, und nun weiß er: „Dort ist das Ende aller Gefahren.“ Das ist ein Gleichnis für die Erkenntnis des Todlosen, mit der das Wissen einhergeht um die Dauergefährdung und Heillosigkeit des Samsāra-Lebens. Wer nach dem Gleichnis die Küste gesehen und als Sicherheit erkannt hat, so dass er kein anderes Streben kennt, als sie zu erreichen, der gilt als der in die Heilsströmung, in die Heilsanziehung Eingetretene, d.h. er hat kein anderes Ziel

mehr und keine andere Anziehung für all sein Streben als die nun endgültig ins Auge gefasste Küste.

Nach dieser Erklärung wird deutlich, dass nur unter den aufgetauchten und sich oben haltenden Schwimmern der dritten Art die vierten Schwimmer sein können, die sich immer wieder recken und Ausschau halten nach Sicherheit und so die Küste, das Todlose, entdecken. Ein von starken Leidenschaften bewegter Mensch, der vorwiegend auf begehrte oder gehasste Dinge schaut ohne Rücksicht auf Mitwesen, hat so sehr mit der Arbeit des Schwimmens zu tun, dass er gar nicht an eine endgültige Rettungsmöglichkeit, an ein Herauskommen aus dem Wasser, denken kann und mag. Die Wogen des Begehrens und Hassens müssen glatter geworden sein, um das Todlose sehen zu können.

4. Erinnerung des Wahren, Besonnenheit, seelische Ausgeglichenheit machen fähig zur Aufhebung der Nichtbeachtung der Herkunft, des dem falschen Weg Folgens, machen fähig zum Nichthängen des Gemüts am Gewohnten

*Wenn drei Eigenschaften abgetan sind, ist man fähig, Nichtbeachtung der Herkunft, dem falschen Weg Folgen, Hängen des Gemüts am Gewohnten aufzuheben. Welche drei Eigenschaften sind das? Erinnerung des Wahren, Besonnenheit und seelische Ausgeglichenheit. Wenn diese drei Eigenschaften abgetan sind, ist man fähig, Nichtbeachtung der Herkunft, dem falschen Weg Folgen, Hängen des Gemüts am Gewohnten aufzuheben.*

Erinnerung des Wahren

Zur Ausbildung der heilenden rechten Anschauung bedarf es, wie bereits bei der Besprechung der Beachtung der Herkunft erwähnt, zwei entscheidender Bedingungen: 1. der Stimme des



anderen, d.h. der Mitteilung der von einem Erwachten entdeckten Wahrheit von der Wirklichkeit; 2. der vom Hörer der Wahrheit immer wieder aufzubringenden *auf die Herkunft der Erscheinungen gerichteten Aufmerksamkeit (yoniso manasikāra)*.

Durch die erste Bedingung, durch das Hören der Mitteilung des Erwachten über den Zusammenhang des Leidens und die Möglichkeit der Heilentwicklung, erfährt man von dem Leidenskreislauf der fünf Zusammenhäufungen und ihrer Ursache, den Trieben. Die Erfüllung der zweiten Bedingung besteht nun darin, dass man sich bemüht, beim Hören der Wahrheit und hernach bei sich selber in seinem eigenen inneren Erleben und Erfahren zu beobachten, zu entdecken und zu durchschauen, dass die Leidenserscheinungen tatsächlich die vom Erwachten beschriebene Herkunft haben. Damit erst kommt man zur eigenen Erfahrung der Wahrheit von der Wirklichkeit, und nur das ist „rechte Anschauung“. Sich der Wahrheit von der Wirklichkeit immer wieder erinnern, wie sie bei der Besprechung der Beachtung der Herkunft beschrieben wurde, das ist die hier gemeinte Erinnerung des Wahren.

Wer die Wahrheit in sich aufgenommen hat, hat das Bedürfnis, öfter allein zu sein und sich wieder des rechten Anblicks zu versichern, den er schon einmal oder manchmal gewonnen hatte. Das innere Wissen zwingt ihn, denn als er den rechten Anblick gewonnen hatte oder ihm nahe war, da hatte er gemerkt, wie frei ihm wurde im Verstehen des Spiels der fünf Zusammenhäufungen, und er hatte gemerkt, dass er in dem Augenblick des unbeeinflussten Anblicks unbeeinflussbar und untreffbar war, dass er das Heile gespürt hatte und dass es gilt, diesen Anblick, der nur gerade für einen Blitzaugenblick angehalten hatte, nun zu befestigen. Er hatte gemerkt, dass es keinen wichtigeren und hilfreicheren Anblick gibt als diesen und dass alles andere Wahnsinn ist in endloser Fortsetzung. Darum hat ein solcher Mensch außerhalb dieser klaren Sicht keine Ruhe und holt sich den rechten Anblick, so gut es geht, wie es in M 48 beschrieben ist:

*Da geht, ihr Mönche, der Mönch in den Wald oder unter einen Baum oder in eine leere Klause und erforscht sich: Sind in mir jetzt Neigungen, die mein Herz derart besetzt haben, dass ich nicht klar und richtig erkennen und sehen kann?*

*Wenn ein Mönch nach Sinnenlust geneigt ist, so ist sein Herz eben besetzt. Wenn ein Mönch zu Antipathie bis Hass geneigt ist, so ist sein Herz eben besetzt. Wenn ein Mönch zum Sich-Treibenlassen im Gewohnten geneigt ist, so ist sein Herz eben besetzt. Wenn ein Mönch zur Unruhe und Aufgeregtheit geneigt ist, so ist sein Herz eben besetzt. Wenn ein Mönch zu Daseinsbangnis geneigt ist, so ist sein Herz eben besetzt. Wenn ein Mönch dieser Welt nachhängt oder jener, so ist sein Herz eben besetzt. Wenn ein Mönch Zank und Streit liebt, wenn er sich in scharfe Reden einlässt, so ist sein Herz eben besetzt.*

*Er aber erkennt: Es sind keine Neigungen in mir, die mein Herz derart besetzt hätten, dass ich nicht klar und richtig denken und sehen könnte. Wohl empfänglich ist mein Geist, die Wahrheit zu fassen.*

Hier ist also von verschiedenen Besetztheiten des Herzens die Rede. Die ersten fünf sind die bekannten und in den Reden häufig vorkommenden fünf Hemmungen. Darüber hinaus geht es als sechstes und siebentes noch um die Besessenheit, in dieser oder in jener Welt vieles anzustreben, Neigungsobjekte zu haben und achtens zu Zank und Streit geneigt zu sein.

In der Lehrrede heißt es nicht, dass der Mönch selber von sich aus sieht: Mein Herz ist jetzt nicht von Sinnenlust besetzt, nicht von Antipathie bis Hass besetzt usw. Vielmehr bemerkt hier nur der Erwachte: Wenn das Herz des Einsamkeit aufsuchenden Mönchs von Sinnenlust besetzt ist, dann kann er die Wahrheit nicht sehen; und wenn sein Herz von Antipathie bis Hass oder von Sichtreibenlassen im Gewohnten oder von Unruhe und Aufgeregtheit oder von Daseinsbangnis besetzt ist, dann kann er die Wahrheit nicht sehen. Der Erwachte sieht und erklärt das hier. Der Nachfolger aber braucht das in diesem Stadium seiner Entwicklung noch nicht zu sehen. Viele Mön-

che und erst recht viele im Haus Lebende, die den Heilsanblick schon gehabt haben, kennen die fünf Hemmungen noch gar nicht aus Erfahrung. Man kann sie aufheben, ohne sie zu kennen, weil man nur auf den Heilsanblick konzentriert ist. Bei wem der rechte Anblick in den Geist eingebrannt ist, bei dem fordert der Anblick, immer wiederholt zu werden, und setzt sich im Geist fest, assoziiert sich bei allen Irrtümern und rodet so nach und nach den ganzen Wahngeist (*avijjā*) aus und mehrt im gleichen Maß Wahrheit. Er ist sozusagen das scharfe Lösungsmittel, das die gesamten wahnhaften Geistinhalte auflöst, die der Erwachte mit Kehrlicht vergleicht. (M 38)

### Besonnenheit

Der Pāli-Ausdruck *sampajāna* kommt her von *pajānāti*, durchschauen, klar sehen, wovon das Wort *paññā* = Weisheit abgeleitet ist. Damit ist eine Haltung gemeint, die aus dem die Blendung mindernden Zurückhalten von Anziehung und Abstoßung entsteht, die Haltung des klaren, ungetrübten Aufblicks auf die Dinge.

Der Erwachte stellt den unbelehrten gewöhnlichen Menschen dem belehrten Heilskundigen gegenüber (M 1). Dieser betrachte die Dinge auf Abstand, nehme sie mit Zurückhaltung zur Kenntnis (*abhijānāti*). Das aber kann nur, wer vom Erwachten aufgeklärt ist darüber, dass die gesamte Wahrnehmung und die mit ihr angebotene Welt Blendwerk ist, bedingt durch die Leidenschaften der Triebe mit Anziehung und Abstoßung. Da er weiß, dass dieses Ganze hier *so nicht ist, wie es erscheint* (*Sn 9-13*), will er sich nicht in das Blendwerk hinein verfangen und verflechten, hält sich zurück, um der wahren Herkunft auf den Grund zu gehen. Auch wenn er bei schmerzlichen Begegnungen zunächst schmerzlich betroffen ist, so denkt er nicht mehr in letztem Ernst schmerzlich über diesen oder jenen Verlust nach, denn sofort, wenn nach einem unangenehmen Erlebnis ein solches Herumdenken im Bann der Gewohnheit „wider besseres Wissen“ aufkommen will, be-

denkt und erinnert er sich, dass dieses Ganze nur Krankheitserscheinung, Blendwerk, Fiebertraum ist und dass er gesunden will.

Wenn die Eigenschaft Besonnenheit vorhanden ist, ist es möglich, auch bei akuten Angehungen die Sinnesdränge zu zügeln, denn auch einen in Besonnenheit Fortgeschrittenen können noch akute Sinneserlebnisse stark bewegen aus der Wucht der programmierten Wohlerfahrungssuche.

### Seelische Ausgeglichenheit (*cetaso vikkhepam pahāya*)

Seelische Ausgeglichenheit bedeutet, nicht mit allen Tendenzen über das Erlebte herzufallen und dann jauchzen und weinen, erst recht nicht über das Ankommende zu zürnen, sondern im Gemüt gleich zu bleiben, sich nicht aus der Fassung bringen zu lassen und nicht sofort aus der ersten positiven oder negativen Erwägung heraus zu handeln, sondern sich zu bemühen, den Erregungszustand bald wieder zur Ruhe zu bringen und wieder klar und weit zu blicken. Zu dieser Gemütsruhe trägt vor allem auch bei, wenn jede einzelne Begegnung mit Bekannten oder Unbekannten verstehend, schonend, fürsorglich behandelt und dann im Geist entlassen wird, ohne verdunkelnde Empfindungen im Unterbewusstsein zu hinterlassen.

Es ist oft ein inneres Wissen um das Karma-Gesetz hinter dieser Gemütshaltung, das das ganze Leben als eine Aufgabe betrachtet, sich zu läutern und zu lösen. Die einzelnen freudigen und schmerzlichen Begebnisse nehmen dann nicht das ganze Empfinden und Denken in Anspruch und klingen darum schneller ab. Über längere Zeit kann ein solcher nicht in fassungslosem Schmerz versinken oder sich übermäßiger Freude hingeben.

Wir erkennen, wie diese drei Eigenschaften: Erinnerung des Wahren, Besonnenheit und seelische Ausgeglichenheit den geistig-seelischen Boden bereiten, um unabgelenkt auf die Herkunft der Erscheinungen achten zu können, wodurch der Glaube an Persönlichkeit aufgehoben werden kann, wodurch

wiederum den Leiden fortsetzenden Trieben mit Anziehung, Abstoßung und Blendung die Daseinsberechtigung entzogen wird.

Und nun die weiteren Voraussetzungen zur Bereitung dieses Bodens:

5. Neigung zum Besuch der Heilsgänger,  
Neigung zum Hören der Heilslehre,  
keine Neigung zu abfälligem Urteil  
machen fähig zur Erinnerung des Wahren, zu  
Besonnenheit und seelischer Ausgeglichenheit

*Wenn drei Eigenschaften abgetan sind, ist man fähig, Erinnerung des Falschen, Unbesonnenheit, seelische Verstörtheit/Geistesverwirrung aufzuheben. Welche drei Eigenschaften sind das? Abneigung gegen den Besuch der Heilsgänger, Abneigung gegen das Hören der Heilslehre, Neigung zu abfälligem Urteil.*

*Wenn diese drei Eigenschaften: Abneigung gegen den Besuch der Heilsgänger, Abneigung gegen das Hören der Heilslehre, Neigung zu abfälligem Urteil abgetan sind, ist man fähig, Erinnerung des Falschen, Unbesonnenheit, seelische Verstörtheit/Geistesverwirrung aufzuheben.*

Neigung zum Besuch der Heilsgänger,  
Neigung zum Hören der Heilslehre

Der Erwachte verspricht als Ergebnis der Neigung, Heilsgänger zu besuchen und die Heilslehre zu hören, den Erwerb eigener Weisheit:

*Da ist irgendeine Frau oder ein Mann einem Asketen oder einem Geistlichen begegnet und fragt: „Was ist heilsam, Herr, was ist unheilsam, was ist zu tadeln und was ist nicht zu tadeln, was ist zu betreiben und was ist nicht zu betreiben? Was*

*kann mir, indem ich es tue, lange zum Unheil und Leiden erreichen, und was kann mir, indem ich es tue, lange zum Wohl, zum Heil erreichen?“*

*Da lässt solches Wirken, so angewöhnt und zu eigen gemacht, nach dem Versagen des Körpers jenseits des Todes auf gute Bahn gelangen in himmlische Welt; oder wenn man nicht dorthin gelangt, sondern Menschentum erreicht, wird man, wo man da neu geboren wird, weise sein. (M 135)*

Wenn es heißt, einer, der Weisen und Heilsgängern die Grundfragen des Menschen stellt, werde im nächsten Leben weise sein, so ist damit nicht gemeint, dass er viel weiß, viele Wissensdaten eingesammelt hat, sondern es bedeutet, dass einer durch das Fragen und Suchen nach Antworten einen Zuschnitt erwirbt, die Dinge größer, weiträumiger zu sehen. Wir sprechen vom Augenblicksmenschen, der nur immer nach dem nächsten Wohl springt, vom Zeitmenschen, der auf weitere begrenzte Zeit, z.B. für das Alter, sorgen will und spart, der z.B. auch daran denkt, dass man sich durch große Rücksichtslosigkeit Feinde schafft und darum im eigenen Interesse möglichst rücksichtsvoll usw. ist – und dem Ewigkeitsmenschen, der nach den endgültigen Auswirkungen alles Tuns fragt: „Was muss ich tun, dass ich zum Heil komme?“ Diese Fragestellung nach der gesamten Entwicklung für seine Zukunft diesseits und jenseits ist es, die nach der Aussage des Erwachten zur Weisheit führt. Wer sich dieses im jetzigen Leben angewöhnt, wer nicht mit dem Wegräumen der vordergründigen Widerstände und dem Heranziehen der vordergründigen Genüsse zufrieden ist, sondern an weitere und weiteste Zukunft denkt, weil er weiß, dass nicht der Körper, sondern die Qualität seines Charakters sein Leben ausmacht und dass die guten Qualitäten gute Daseinsformen und die schlechten Charakterqualitäten schlechte Daseinsformen bewirken, der entwickelt sich zu dem weisheitlichen Menschen.

Der eine fragt bereits als Kind nach dem Woher und Wohin, fühlt sich hingezogen zu religiösen Menschen, die sich um

Läuterung bemühen, und strebt nach stillem Nachdenken; der andere erwacht zwar zu weltanschaulichen Fragen zwischen sechzehn und fünfundzwanzig Jahren, aber dann verliert es sich im Andrang des Sinnlichen. Ein anderer fragt erst bei Unglücksfällen oder im Alter nach seiner ferneren Zukunft. Der eine resigniert, Antworten zu bekommen, oder ist zufrieden mit Teilantworten oder mit der Unterwerfung unter geistige Führer; der andere bohrt und sucht unermüdlich weiter und versucht, wenn er in seiner Umgebung und in der Literatur seines Kulturraums keine Antwort bekommt, in der Weisheit anderer Kulturen oder durch eigene Beobachtungen die Schleier zu lüften. Entsprechend der Art der Fragestellung und ihrer Intensität wird die Gewöhnung und die Neigung, so zu fragen, verstärkt. Und manch einer, der erst im Alter durch Unglücksfälle ans Fragen kam und richtige Antworten darauf bekam, eignet sich nun einen auf fernere Zukunft gerichteten Blick an, entwickelt die Neigung dazu, wodurch er im nächsten Leben schon früh die Eigenschaft besitzt, den geistigen Dingen auf den Grund zu gehen. Ein solcher mag in einer geistigen Umgebung erscheinen mit weitreichender Fragestellung, auch dort nach der letzten Wahrheit fragen und suchen, unterstützt und belehrt von der so geschaffenen Umgebung – und wenn er vor den Unvollkommenheiten auch der höchsten Götterwelten nicht die Augen verschließt, so erlangt er in weiterem Bemühen schließlich das vollkommene Heil, die unvergleichliche Sicherheit. So ist das Sich-hingezogen-Fühlen zu den Weisen und das Hören der Heilslehre letztlich der Ausgangspunkt zum Erreichen höchsten Wohls. In diesem Sinne heißt es in *Subhāsitarṇāva*:

*Weisheit ist ein Schiff, das uns über die Finsternis falscher Lehren bringt. Weisheit entfernt moralischen Schmutz, Weisheit ist ein gefügiger Zauberspruch beim Streben nach der Erlösung; reine Weisheit läutert das Herz; Weisheit ist die Trommel, die zum Aufbruch in die Himmelswelt erdröhnt; Weisheit ist die Bedingung des Heils.*

Keine Neigung zu abfälligem Urteil  
(*upārambha-cittatam pahāya*)

Der Erwachte gibt das berühmte Gleichnis von drei verschiedenen Lotosrosen für die verschiedenen Veranlagungen der Menschen, durch die der eine Mensch nur das Vordergründige sehen und erkennen kann und darum Aussagen über innere Bewegkräfte geringschätzen muss, der andere aber vorwiegend auf die inneren Antriebskräfte achtet und darum für alle Aussagen darüber sehr aufgeschlossen ist. (M 26) Er sagt: So wie alle Lospflanzen, die im Wasser geboren werden, ihre Wurzeln und Stiele im Wasser haben und darum auch aus dem Wasser ihre Nahrung aufnehmen; ebenso kommen alle Menschen mit den Sinnesorganen ihres Körpers hier in dieser Welt zur Geburt, nehmen mit den fünf Sinnen ununterbrochen die vielfältigsten Formen, Farben, Töne, Düfte, Geschmäcke und Tastbares auf und empfinden allerlei Gefühle. Von der Geburt an wird das noch praktisch unbeschriebene Blatt des Geistes mit all diesen Eindrücken angefüllt, so dass das Kind zunächst nichts anderes im Geist hat als das Wissen von den Sinneseindrücken, den wohltuenden und den unangenehmen, und das Wissen, wie man zu den wohltuenden möglichst gelangen kann und wie man die unangenehmen möglichst vermeiden kann. Sein bewusster Geist enthält nichts anderes als die Kenntnis dieser durch die Sinne hereingetragenen Daten. Dieses Leben und Erleben aus der sinnlichen Erfahrung vergleicht der Erwachte mit dem ersten Entwicklungsabschnitt aller Lotosblumen.

Aber dann sagt der Erwachte: Neben den Lotosblumen, die die Oberfläche nie erreichen, sondern ihr Haupt, ihre Blüte nur unter dem Wasserspiegel entfalten, gibt es solche, deren Blüte den Wasserspiegel erreicht, so dass sie nicht immer von Wasser überspült, sondern bisweilen von Wasser frei sind.

Zum dritten gibt es solche Lotosblumen, deren Blüte über den Wasserspiegel hinauswächst, sich in die freie Luft reckt und so vom Wasser ganz unbenetzt bleibt. - Diese unterschied-



lich hohe Blüte der Lotospflanze ist ein Gleichnis für den Geist des Menschen, in den nach der Geburt zunächst meist nur die verschiedensten sinnlich wahrgenommenen Erscheinungen eingesammelt worden sind.

So wie es nun Lotoshäupter gibt, die immer im Wasser und unter Wasser bleiben, so gibt es Menschen, die sich in den sinnlichen Banalitäten etablieren, d.h. geistig ihr ganzes Leben lang sich mit fast nichts anderem als den einzelnen Sinneseindrücken beschäftigen. Dem Angenehmen jagen sie mit allen ihnen möglichen Mitteln nach, und die unangenehmen trachten sie mit allen ihnen möglichen Mitteln zu vermeiden oder zu vertreiben. Die Grundrichtung ihrer Aufmerksamkeit ist bedingt durch die Faszination, welche die sinnlichen Erlebnisse auf sie ausüben.

Aber so wie manche Lotospflanzen ihre Häupter bis zum Wasserspiegel recken und darum nicht immer vom Wasser überspült sind, sondern manchmal auch frei vom Wasser sind, heben fast alle Menschen ihren Geist dann und wann – und sei es noch so selten – über die vordergründig erfahrenen Dinge hinaus und fragen nach den größeren Zusammenhängen, nach ihrem Woher und Wohin. Sie richten so ihre Aufmerksamkeit über die sinnliche Wahrnehmung hinaus auf die inneren geistig-seelischen Regungen, Anmutungen, Empfindungen und Motivationen und kommen dadurch auch vorübergehend zu inneren Erfahrungen, einige sogar zu weiterreichenden Einsichten. Da sie aber immer wieder von ihren sinnlichen Eindrücken fasziniert und überspült werden, so entwickeln sie nur eine gewisse Ahnung von dem Beharren der geistig-seelischen Triebe und des Lebens über den Körper hinaus, so dass sie manchmal glauben und manchmal zweifeln.

Aber ebenso wie es Lotosblumen gibt, die zwar wie alle im Wasser entstanden und aus dem Wasser hervorgegangen sind, aber doch über den Wasserspiegel hinauswachsen und dann ihr Haupt immer oberhalb des Wassers ganz unmittelbar in Luft und Sonne halten, ebenso gibt es Wesen, die sich – oft schon in jungen Jahren – über die vordergründigen Erlebnisse hinaus

recken und ihre Aufmerksamkeit immer mehr auf die Herkunft der Erscheinungen richten. Von daher erkennen sie die geistigen Gegebenheiten, Wirksamkeiten und Zusammenhänge ebenso deutlich, wie andere Menschen die sinnlich erfahrbaren erkennen. Das sind die Menschen, die der Erwachte als „hochsinnig“ bezeichnet. Sie brauchen nicht mehr zu fragen, ob der Tod Ende oder nur Umzug und Übergang der Wesen ist, sie wissen um ihre Triebe, um ihre geistige Person und deren Unbeeinflussbarkeit durch den Fortfall des Körpers. Sie haben das Geistige (im Gleichnis Luft und Himmelsraum) und seine Gesetze bei sich selber erfahren, während die anderen nur ihr sinnliches Erleben (Wasser) kennen. Der Unterwasserlotus sagt: „Es gibt nur das, was ich durch die Sinne erlebe: Wasser.“ Mit der sinnlichen Wahrnehmung erleben wir nur sinnliche Erscheinungen; sie irritieren uns und versetzen uns in Wahn. Aber die dritte Art von Menschen, die dem Überwasserlotus gleichen, sind diejenigen, die mit tiefer Sorge nach der Befreiung gesucht, aber noch keinen Ausweg aus dem Labyrinth gefunden haben. Für sie sind die Darlegungen eines Erwachten *gleichsam Speise und Trank für Geist und Gemüt. (M 5)* In anderen Reden heißt es, dass sich der hochsinnige Mensch durch die Wegweisungen der Heilslehrer oft empfindet wie *gebadet im inneren Bad (M 7)*, gereinigt und bestärkt im Verlangen, so rein zu werden wie derjenige, der diese Lehrrede aus eigener innerer Reinheit und größter Daseinskenntnis sprach: Fern ist ein solcher von einer Neigung zu abfälligem Urteil.

6. Ein nicht erregtes Gemüt, Zügelung und Tugend machen fähig zur Aufhebung der Abneigung gegen den Besuch der Heilsgänger, der Abneigung gegen das Hören der Heilslehre, der Neigung zu abfälligem Urteil

*Wenn drei Eigenschaften abgetan sind, ist man fähig, die Abneigung gegen den Besuch der Heilsgänger, ge-*

*gen das Hören der Heilslehre, die Neigung zu abfälligem Urteil aufzuheben. Welche drei Eigenschaften sind das? Spontane Gefühlserregung, Zügellosigkeit, Untugend. Wenn diese drei Eigenschaften: spontane Gefühlserregung, Zügellosigkeit, Untugend abgetan sind, ist man fähig, die Abneigung gegen den Besuch der Heilsgänger, die Abneigung gegen das Hören der Heilslehre, die Neigung zu abfälligem Urteil aufzuheben.*

Ein nicht erregtes Gemüt

Gefühlserregung gibt es nur, wo Triebe sind. Wenn diese beschwichtigt oder wie bei den Geheilten ganz zur Ruhe gekommen sind, dann ist das Gemüt ruhig und still. Wer von der Einsicht in die Wiedergeburt durchdrungen ist, der weiß, dass durch den Tod seine Arbeit nicht unterbrochen wird, und er rechnet daher mit ganz anderen Zeiträumen. Er strengt sich dabei nicht weniger an, aber er hält Maß.

Dies leitet über zu dem tiefsten Grund für die Nichtaufregung, die innere Gelassenheit, und das ist die Einsicht in die Substanzlosigkeit der Welt. Ein Sinologe, der sich als Europäer intensiv um das Verständnis des Fernen Ostens bemühte, sagt darüber:

*Aufgeregt ist man nur, solange man der Meinung ist, dass es sich um Wirklichkeiten handelt. Wenn man aber weiß, dass alles nur Phänomene sind, die kommen und gehen, so ist man ebenso wenig aufgeregt, wie man aufgeregt ist, weil man Erfahrungen über Träume hat. (Richard Wilhelm)*

Die Aufregung lässt sich nur überwinden, wenn man die in Zeit und Raum erlebten Dinge nicht mehr ernst und wichtig nimmt, weil man weiß, dass sie Wahrnehmung (*saññā*) sind und dass Wahrnehmung „Regung des Herzens“ (*citta-sankhāra*) ist.

## Zügelung und Tugend

Der Abschnitt der Tugend als drittes bis fünftes Glied des achtgliedrigen Heilsweges besteht aus

rechter Rede,  
rechtem Handeln,  
rechter Lebensführung.

Hierunter wird verstanden die Anwendung des in der rechten Anschauung Erkannten in unserem gesamten Tun und Lassen. Die Einhaltung der Tugendregeln erfordert eine gewisse Beschränkung und Zügelung der hemmungslosen und rücksichtslosen Verfolgung der „eigenen Interessen“ bei der Auseinandersetzung mit der Umwelt. Es ist die Auferlegung einer Selbstzucht zugunsten der Mitwesen.

Die große Hilfe, die aus der Tugend erwächst, ist die Befriedung und Erhellung des Begegnungslebens und der innere Friede, der daraus hervorgeht. Ein weiterer wesentlicher Erfolg der Tugendübung ist eine größere Selbsterkenntnis. Indem man sich nämlich nach einem „Sollen“ richtet, eben nach den Tugendregeln, die man einhalten will und die den momentanen seelischen Anliegen in vielen Punkten widersprechen, indem man also nicht mehr zügellos seinen Trieben folgt, da merkt man erst die Wucht der Triebkräfte, die anders wollen, als man sich vorgenommen hat. Es ist wie bei einem Schwimmer: Wenn er sich an den in gleicher Richtung schwimmenden Blättern und anderen Gegenständen im Wasser orientiert und sich mit der Strömung treiben lässt, spürt er gar nicht, wie schnell ihn das Strömungsgefälle mitreißt. Wenn er aber einen festen Punkt am Ufer anpeilt, dann merkt er erst, ob er auf diesen zutreibt oder von ihm abkommt. So merkt man erst dann die Dynamik der Triebe, wenn man sich ein festes Sollen setzt, das ihnen widerstrebt.

Diese Umerziehung vergleicht der Erwachte mit einem jungen Ross, das gezügelt und zu einem bestimmten Verhalten gebracht wird. (M 65) Bei jeder neuen Übung wird es zuerst Abneigung zeigen, eine gewisse Ungebärdigkeit und Unge-

duld, aber nach einiger Zeit ist das Ross in das neue Verhalten hineingewachsen. Dann ist es seine Art, seine Gewohnheit geworden.

Um die Tugendregeln vom Grund her einhalten zu können, gibt der Erwachte den Rat, sich im Umgang mit jedem Lebewesen – Mensch oder Tier – in dessen Lage zu versetzen, indem man sich fragt, ob man wünsche, dass einem selbst das geschehe, was man jetzt dem Begegnenden mit Rede und Handeln antun will. Wer diesem Bild – sich in das Mitwesen zu versetzen – immer wieder einführend nachgeht, der kann damit zum unmittelbaren Erleben einer ganz anderen Perspektive gegenüber dem Mitwesen kommen.

Dieser Gedanke wird noch verstärkt in dem Wissen, dass das Mitwesen – Mensch oder Tier, Freund oder Feind – nur Ernte ist, und das heißt, nur aus der von mir ausgegangenen Saat hervorgegangen ist. Wer das aufmerksam bedenkt, der kommt zu dem Ergebnis, dass jedes Wesen, das ihm begegnet und mit dem er zu tun hat, ihm das Gute – aber ebenso das Üble – wieder zurückbringt, das er selbst irgendwann in diesem oder in einem vorigen Leben durch seine Taten in die Welt geschickt hat. Darum sagen alle Heilslehrer, dass man *den Nächsten so lieben solle wie sich selbst* oder, wie es manchmal ausgedrückt wird, „als sich selbst“. Das heißt, dass man ihm nur das antun solle, was man auch selbst zu erleben wünscht, denn nichts anderes wird man ja in der Begegnung erleben als das, was man anderen angetan hat.

Weil der Übende die üblen Folgen der Untugend kennt, darum führt er sich die jeweils vom Erwachten genannte positive Haltung als das Größere, das Höhere – aber durchaus erreichbare - „Ideal“ vor Augen und hält in den Begegnungssituationen mitten im bewegten Leben trotz mancher Blendung und Durstanwandlung an dem vorgenommenen Leitbild der tugendlichen Lebensführung fest. Indem er sich darauf ausrichtet, sich von der niederen Gewöhnung nach und nach entfernt, erzieht er sich bewusst um. In der Erklärung nennt der Erwachte (M 54) drei Beweggründe, die ein Wesen veranlas-

sen, die Tugend als sein Leitbild aufzurichten:

*Denn wenn ich zu einem werden würde, der Wesen tötet (usw.),*

*1. so müsste ich gar mich selber tadeln*

*(Scham, Gewissenhaftigkeit).*

*2. Auch Verständige würden mich tadeln (Scheu).*

*3. Und nach dem Versagen des Körpers jenseits des Todes  
stünde mir durch das Umbringen von Lebendigem (usw.)  
eine üble, schmerzliche Lebensbahn bevor. (Scheu)*

Das edlere Motiv wird zuerst genannt und erst an zweiter Stelle die Nachteile in der Welt. Und drittens: Umbringen von Lebendigem – Mensch oder Tier, groß oder klein – ist Entreißen des Lebens, führt in das Dunkle hinein und führt dazu, dass mir auch das Leben entrissen wird. *Wer anderen das Leben verkürzt, erfährt eine Verkürzung seines eigenen Lebens. (M 135)* – Das ist das Grundgesetz der Existenz, das Karma: Wirken – Wirkung, das der Erwachte uns immer wieder vor Augen führt.

Wer solcherart seine Dränge zügelt und sich bemüht, die Tugendregeln nicht zu übertreten, für den ist der Besuch der Heilsgänger und das Hören ihrer Lehren „Speise und Trank für Geist und Gemüt“, Erhebung und Befestigung auf dem eingeschlagenen Weg, weshalb er sie gern aufsucht.

#### 7. Vertrauen, Gebefreudigkeit, Tatkraft machen fähig

zur Aufhebung von spontaner Gefühlserregung,  
Zügellosigkeit, Untugend

*Wenn drei Eigenschaften abgetan sind, ist man fähig,  
spontane Gefühlserregung, Zügellosigkeit und Untugend  
aufzuheben. Welche drei Eigenschaften sind das?  
Vertrauenslosigkeit, Engherzigkeit/Geiz, Trägheit.*

*Wenn diese drei Eigenschaften: Vertrauenslosigkeit,  
Engherzigkeit/Geiz, Trägheit abgetan sind, ist man  
fähig, spontane Gefühlserregung, Zügellosigkeit und  
Untugend aufzuheben.*

## Vertrauen

Nur solche Menschen können bei religiösen Lehrern aufhören, die in ihr gegenwärtiges Leben hinein eine Ahnung mitgebracht und sich bewahrt haben von manchen Eindrücken aus ihrer langen, langen Wanderung vor dem gegenwärtigen Leben. Diese Menschen wenden sich fast zwangsläufig den Religionen zu, von welchen sie in ihrem Lebensraum hören. Insofern bedarf es – um überhaupt an eine Religion zu kommen – des „Vertrauens“ - einer unterbewussten übergreifenden Ahnung davon, dass es mehr gibt als das gegenwärtig Sichtbare. Nur wer da überzeugt ist, dass die Seele nicht von selber sterben kann, und davon, dass die Wesen „Erben ihres Wirkens“ sind, dass sie ernten, was sie säen, hat die entsprechende Motivation, seine Tendenzen zu zügeln, sich um Tugend zu bemühen und anderen Wesen mitzugeben von dem, was er besitzt.

## Weitherzigkeit/Freigebigkeit

Von dem Heilsgänger heißt es in den Lehrreden: Er hat seine eigene Wunschbesessenheit weitgehend erkannt und gemindert. Aber dank dieser Selbsterkenntnis ist ihm auch, wenn ihm Lebewesen begegnen, deren Wunschbesessenheit vor Augen, deren Wunschhaftigkeit, deren Sehnen nach Wohl und deren Angst vor Wehe. Darum ist er nicht mehr einer, der hauptsächlich bei den Wesen fragt: „Was habe ich von ihnen“, sondern er ist einer geworden, der auf Verständnis, Rücksicht, Wohltun, Förderung aus ist:

*Ein Heilsgänger lebt im Haus mit einem Gemüt frei vom Mangel des Geizes, der Kleinlichkeit, der Engherzigkeit, geneigt zum Loslassen, mit offenen Händen am Loslassen erfreut, offen für Bitten, glücklich, wenn er Gaben austeilen kann. (S 55,6)*

Die geistige Haltung ist wichtig. Zufrieden sein mit dem Nötigen und am Loslassen Freude haben – das ist der Blick auf sich selber. Den Mitwesen geben, ihnen Freude machen, ihnen

zu einer besseren Situation verhelfen – das ist der Blick auf den anderen. Beides zusammen ergänzt sich und hilft, rechte Gesinnung und rechte Verhaltensweise zu gewinnen. Versuchen wir uns einen Menschen vorzustellen, der durch das Leben geht, ohne Bittende abzuweisen, der jederzeit offen ist, der gern gibt, ob ihm da ein Tier begegnet oder ein Mensch, ob ihm das Wesen sympathisch ist oder unsympathisch, ob es ihm bekannt oder fremd ist, ob es sich um äußere oder innere Dinge handelt, ganz ohne Unterschied – wer einfach ein Mensch sein will, der nicht abweist, sondern in liebender Zuwendung hilft und gibt. Wie viel heller wird es durch solche Haltung allein schon in diesem Leben! Und wenn sie durch beständige Pflege, durch beharrliches Üben zu einer inneren Art geworden ist, um die man nicht mehr zu kämpfen braucht, dann ist das schon übermenschliche Art, ist göttlicher Geruch und göttlicher Geschmack. Ein solcher Mensch muss aus dem Bereich der Feindschaft und Rivalität zwangsläufig herauskommen.

*Sei wahrhaft, diene nicht dem Zorn  
und gib da, wo man Hilfe braucht.  
Durch diese drei Gewohnheiten  
erhebst du zu den Göttern dich. (Dh 224)*

Ähnlich drückt es Ruisbroeck aus:

*Dem hilfsbereiten Menschen und seinem Mitleiden wird die geistige und leibliche Not aller Menschen sichtbar; er dient, er schenkt, er leiht, er gibt Trost jeglichem nach seinem Bedürfnis und soviel er es vermag mit weislicher Überlegung. Durch solche Hilfsbereitschaft übt man die Werke der Barmherzigkeit: der Reiche mittels Unterstützungen und mit seinem Vermögen, der Arme mit seinem guten Willen und dem ehrlichen Wunsch, mehr zu helfen, wenn er nur könnte. So wird die Tugend der Hilfsbereitschaft erfüllt.*

*Durch die aus tiefstem Herzen stammende Hilfsbereitschaft werden all die anderen Tugenden gesteigert und all die anderen Kräfte der Seele verschönt, denn der hilfsbereite Mensch ist allezeit freudigen Geistes und unbesorgten Herzens und*



*überfließend von der Begierde, mit tugendhaftem Beistand sich an alle Menschen hinzugeben.*

*Denn wer hilfsbereit ist und nicht an irdischen Dingen hängt, der ist, wie niedrig er immer gestellt sein mag, Gott ähnlich; sintemalen sein ganzes Inneres und sein Gefühl ein Ausgießen und Geben ist. Damit vertreibt er die vierte Todsünde: Geiz und Gier.*

### Tatkraft

Um die Sinnesdränge zu zügeln, sich um Tugend und Freigebigkeit zu bemühen, ist Selbstbeherrschung und Selbstüberwindung erforderlich. Jeder Mensch bringt nur für die Dinge, die dem Geist wichtig erscheinen, Tatkraft auf. Den großen Einsatz von Tatkraft bei einem Menschen, der das Heil sucht und nun durch Belehrung erfährt, in welcher Richtung es liegt, vergleicht *Jesus* mit einem Bauern, der in seinem gepachteten Acker einen Schatz findet. Der Schatz ist ein Gleichnis für das Himmelreich. Der Bauer darf diesen Schatz nicht an sich nehmen, weil der Acker ihm nicht gehört, sondern nur gepachtet ist. Da verkauft er alles, was er hat, und kauft diesen Acker. Nun gehört der Schatz ihm, d.h. seine ganze Tatkraft bringt der Heilsucher für das auf, von dem er im Geist den Eindruck hat: nichts anderes lohnt sich so wie dieses. Aber der Einsatz der Tatkraft ist bei den Wesen unterschiedlich. Manche gehen im Ganzen rascher vor, setzen ihre ganze Tatkraft ein, aber erlahmen bald. Manche fangen vielleicht sehr langsam an, so dass man meint, sie wären träge, aber sie sind beharrlich und gehen erst nach erfahrenen inneren Fortschritten intensiver vor. So entwickelt jeder, der Vertrauen zur religiösen Wahrheit mitgebracht hat und belehrt wurde, in Abhängigkeit von diesen zwei Faktoren geringere oder größere Tatkraft. Tatkraft ist keine selbstständig drängende Kraft, kein „Drang“, keine Tendenz, sondern eine von Vertrauen und Einsichten des Geistes unterhaltene innere Notwendigkeit zu sinnvoller Aktivität.

8. Ehrfurcht, Lenkbarkeit und guter Umgang  
machen fähig zur Aufhebung von  
Vertrauenslosigkeit, Engherzigkeit/Geiz, Trägheit

*Wenn drei Eigenschaften abgetan sind, ist man fähig, Vertrauenslosigkeit, Engherzigkeit/Geiz, Trägheit aufzuheben. Welche drei Eigenschaften sind das? Ehrfurchtslosigkeit, Widerspenstigkeit/Eigensinn und schlechter Umgang.*

*Wenn diese drei Eigenschaften: Ehrfurchtslosigkeit, Widerspenstigkeit/Eigensinn und schlechter Umgang abgetan sind, ist man fähig, Vertrauenslosigkeit, Engherzigkeit/Geiz, Trägheit aufzuheben.*

Ehrfurcht, Lenkbarkeit und guter Umgang

Ehrfurcht ist die Anerkennung, dass der andere mir in wichtigen geistig-seelischen Eigenschaften überlegen ist, so dass Bewunderung, tiefe Achtung in mir aufkommt. Ehrfurcht kann, wie bereits bei der Ehrfurchtslosigkeit besprochen, nur bei demjenigen aufkommen, der sich selbst um höhere Maßstäbe und Verhaltensweisen bemüht und darum, wie der Erwachte es beschreibt (M 1 u.a.) auch *einen Blick für die rechten Menschen hat, die Art rechter Menschen kennt, erfahren in den Eigenschaften der rechten Menschen ist.*

Ein Beispiel für den engen Zusammenhang zwischen Ehrfurcht, Lenkbarkeit und gutem Umgang einerseits und Vertrauen andererseits gibt die 91. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“ „Brahmāyū“: Die ehrfürchtige Anerkenntnis der großen geistig-seelischen Überlegenheit des Buddha, die der uralte, angesehene Priester Brahmāyū dem Erwachten gegenüber empfand, führte zum Vertrauen zu seiner Lehre, machte seinen Geist bereit für die Aufnahme der Heilswahrheit, machte ihn lenkbar (fern jeder Widerspenstigkeit und jedes Eigensinns) durch den besten Lenker der Götter und Menschen, so dass er

angesichts des besten Umgangs, den es in der Welt gibt, durch das Hören der Lehre des Erwachten die drei Verstrickungen aufheben konnte, in die Heilsanziehung geriet.

9. Gewissenhaftigkeit, Scheu vor üblen Folgen  
und Ernsthaftigkeit machen fähig  
zur Aufhebung von Ehrfurchtslosigkeit,  
Widerspenstigkeit/Eigensinn, schlechtem Umgang

*Wenn drei Eigenschaften abgetan sind, ist man fähig, Ehrfurchtslosigkeit, Widerspenstigkeit / Eigensinn, schlechten Umgang aufzuheben. Welche drei Eigenschaften sind das? Gewissenlosigkeit, fehlende Scheu vor üblen Folgen, Leichtsin.*

*Wenn diese drei Eigenschaften: Gewissenlosigkeit, fehlende Scheu vor üblen Folgen, Leichtsin abgetan sind, ist man fähig, Ehrfurchtslosigkeit, Widerspenstigkeit / Eigensinn, schlechten Umgang aufzuheben.*

#### Scham, Scheu und Ernsthaftigkeit

Wer sich selber ein höheres Sollen setzt, Scham und Scheu vor Üblem empfindet, unterscheidet zwischen tauglicher (tugendlicher) und untauglicher (untugendlicher), heilsamer und unheilsamer Art nicht nur bei sich, sondern ebenso bei anderen; der merkt anerkennend, bewundernd, ehrfürchtig, wenn andere ihm an Lauterkeit überlegen sind, „weiter sind“ als er. Er lässt sich von ihnen beeinflussen und lenken, fühlt sich hingezogen zu ihnen. In demselben Maß, wie er ihren Umgang sucht, pflegt er keinen engeren Umgang mit Untugendhaften, lässt sich vor allem von ihnen nicht beeinflussen.

Das ist der Anfang einer guten Entwicklung, die bis zur Aufhebung von Geborenwerden, Altern und Sterben führen kann. Der Nichtleichtsinnige, der Ernsthafte, setzt sich selber durch gewonnene Einsichten ein höheres Sollen, empfindet die Überlegenheit anderer und öffnet sich ihrem Einfluss.

## Zusammenfassung

10. Scham, Scheu vor üblen Folgen, Ernsthaftigkeit bewirken
9. Ehrfurcht, Lenkbarkeit, guten Umgang.  
Daraus erwachsen dem Strebenden:
8. Vertrauen, Weitherzigkeit/Gebefreudigkeit, Tatkraft.  
Daraus
7. Nichterregtes Gemüt, Zügelung, Tugend.  
Wenn die Möglichkeit besteht, der Heilslehre zu begegnen,  
dann hat ein so bereit gewordenes Gemüt (von Gefühl nicht getrübt  
Denken und Tugend):
6. Neigung zum Besuch der Heilsgänger, zum Hören der Lehre,  
Abneigung gegen abfälliges Urteilen.  
Daraus erwachsen
5. Erinnerung des Wahren, Besonnenheit, seelische Ausgeglichenheit.  
Der Strebende ist fähig,
4. auf die Herkunft zu achten, dem rechten Weg zu folgen,  
nicht am Gewohnten zu hängen.  
Er ist fähig zu erreichen:
3. das Freisein von dem Glauben an Persönlichkeit,  
von Daseinsbangnis, von der Auffassung,  
das (sittliche) Begegnungsleben sei das Höchste,
2. das Freisein von Anziehung, Abstoßung, Blendung,
1. das Freisein von Geborenwerden, Altern und Sterben.

DIE SIEBEN SCHWIMMENDEN  
„Angereihte Sammlung“ (A VII,15)

Die Geschichte eines Menschen ist mit seinem Tod nicht zu Ende, sondern es endet nur eine Episode seines Lebens, an welche sich durch den Tod sofort eine folgende Episode anschließt, und die Lebensqualität des nachfolgenden Lebensabschnittes wird bestimmt durch das Verhalten in der vorangegangenen Lebensepisode. Wir finden bei allen Religionsgründern und bei deren ernsthaftesten Nachfolgern ungezählte Berichte über die geschichtliche Entwicklung von Menschen über diesen Tod hinaus und gewinnen aus diesen Berichten vollkommen andere Maßstäbe für das, was zu tun sich lohnt bzw. sich nicht lohnt, für das, was hilfreich, nützlich oder schädlich und verderblich ist, als wenn wir uns an Maßstäbe halten, die nur das gegenwärtige Menschenleben umfassen.

Aber der Erwachte, der Buddha, geht darüber noch weit hinaus. Er hat den höchsten Wert im Auge und misst den Wandel der Menschen mit diesem Maßstab. – Der Erwachte sagt, dass mit dem Leben, das dem gegenwärtigen Leibesleben hier auf der Erde folgt, durchaus noch nicht die Geschichte des betreffenden Lebewesens beendet sein wird, dass auch jenem Leben weitere Leben folgen werden und dass jedes folgende Leben in seiner Qualität bestimmt wird durch das Tun und Lassen in den vorangegangenen Leben, dass diese Reihenfolge durch die unterschiedlichsten Lebensformen schier unausdenkbar ist und dass allen Aufstiegen zu hohen und höheren Lebensformen auch immer wieder Abstiege folgen in Finsternis, Elend und Qual und wieder Aufstiege und wieder Abstiege, je nach den Einflüssen, welchen sich die Wesen in den verschiedenen Daseinsformen aussetzen.

Aber es gibt einen Ausgang in die endgültige Freiheit, in die Befreiung von dem endlosen Wandel zwischen höheren Lebensformen und niederen Lebensformen, von dem Samsāra. Und erst wer in seinem Wandellauf durch die Daseinsarten irgendwann einmal diesen Ausgang in die endgültige Freiheit

gefunden, ins Auge gefasst hat und als solchen erkannt hat und nun auf den Ausgang zuarbeitet und nicht ruht, bis er ihn erreicht und die endgültige Freiheit gewonnen hat, der wahrhaft gesiegt, der den höchsten Status, den wirklich unvergleichlichen, erreicht. Bis dahin reicht der Maßstab, mit welchem der Erhabene die Wesen misst. Wir erkennen diesen Maßstab in der nachfolgenden Lehrrede. Der Erwachte vergleicht dort die Menschen mit sieben Arten von Schwimmenden im endlosen Ozean. Solange die Schwimmenden zurückdenken können, sind sie im Wasser und bemühen sich, sich immer möglichst an der Oberfläche zu halten.

*Folgende sieben Menschen, ihr Mönche, sind mit Schwimmenden zu vergleichen:*

- 1. Da ist einer untergesunken und bleibt unten.*
- 2. Da taucht einer auf, sinkt aber wieder unter.*
- 3. Da taucht einer auf und bleibt oben.*
- 4. Da taucht einer auf, schaut, so weit er schauen kann, und erkennt in der Ferne festes Land.*
- 5. Da taucht einer auf, schaut in die Ferne, entdeckt festes Land und schwimmt darauf zu.*
- 6. Da taucht einer auf, entdeckt festes Land, schwimmt darauf zu, gewinnt in der Nähe der Küste Boden unter den Füßen.*
- 7. Da ist einer aufgetaucht, hat das Wasser durchkreuzt, das Ufer erreicht und steht gesichert auf festem Boden.*

*Zu 1) Wie aber ist ein Mensch untergesunken und bleibt unten? Da hat ein Mensch sehr viele üble, unheilsame Eigenschaften. So ist ein Mensch untergesunken und bleibt unten.*

*Zu 2) Wie aber taucht ein Mensch auf und sinkt wieder*

*unter? Da taucht in einem Menschen die Einsicht auf:*

*„Gut ist Vertrauen zu einem rechten Lebenswandel; gut sind Scham und Scheu gegenüber Üblem, und gut ist Tatkraft und Weisheit in der Durchführung des Rechten.“*

*Aber jenes Vertrauen, Schamgefühl und Scheu, jene Tatkraft und Weisheit bleiben nicht in ihm noch werden sie stärker, sondern schwinden wieder dahin.*

*So taucht ein Mensch auf und taucht wieder unter.*

*Zu 3) Wie aber taucht ein Mensch auf und bleibt oben? Da taucht in einem Menschen die Einsicht auf:*

*„Gut ist Vertrauen zu einem rechten Lebenswandel; gut sind Scham und Scheu gegenüber Üblem, und gut ist Tatkraft und Weisheit in der Durchführung des Rechten.“*

*Und jenes Vertrauen, Schamgefühl und jene Scheu, Tatkraft und Weisheit bei heilsamen Dingen schwinden nicht mehr noch werden sie stärker, sondern sie bleiben sich gleich. So taucht ein Mensch auf und bleibt oben.*

*Zu 4) Wie aber taucht ein Mensch auf, schaut, so weit er schauen kann, und erkennt in der Ferne festes Land? Da taucht in einem Menschen die Einsicht auf:*

*„Gut ist Vertrauen zu einem rechten Lebenswandel; gut sind Scham und Scheu gegenüber Üblem, und gut ist Tatkraft und Weisheit in der Durchführung des Rechten.“*

*Und nach Aufhebung der drei ersten Verstrickungen ist er in die Heilsanziehung gelangt, ist ein „Heilsgänger“ geworden, und er wird sich, dem Verderben entronnen, unaufhaltsam zur vollen Erwachung entwickeln. So taucht ein Mensch auf, schaut, so weit er schauen kann, und erkennt in der Ferne festes Land.*

Zu 5) *Wie aber taucht ein Mensch auf, schaut in die Ferne, entdeckt festes Land und schwimmt darauf zu? Da taucht in einem Menschen die Einsicht auf:*

*„Gut ist Vertrauen zu einem rechten Lebenswandel; gut sind Scham und Scheu gegenüber Üblem, und gut ist Tatkraft und Weisheit in der Durchführung des Rechten.“*

*Nach Aufhebung jener drei Verstrickungen und nach Abschwächung von Anziehung, Abstoßung und Blendung kehrt er nur noch einmal wieder. Und nur noch einmal zu dieser Welt zurückgekehrt, macht er dem Leiden endgültig ein Ende. So taucht ein Mensch auf, schaut in die Ferne, entdeckt festes Land und schwimmt darauf zu.*

Zu 6) *Wie aber taucht ein Mensch auf, entdeckt festes Land, schwimmt darauf zu und gewinnt in der Nähe der Küste Boden unter den Füßen?*

*Da taucht in einem Menschen die Einsicht auf:*

*„Gut ist Vertrauen zu einem rechten Lebenswandel; gut sind Scham und Scheu gegenüber Üblem, und gut ist Tatkraft und Weisheit in der Durchführung des Rechten.“*

*Und nach Vernichtung der fünf unten haltenden Verstrickungen steigt er über die sinnliche Welt hinaus in höhere Welt, um von dort aus zu erlöschen, nicht mehr zurückzukehren zu dieser Welt.*

*So taucht ein Mensch auf, entdeckt festes Land, schwimmt darauf zu und gewinnt in der Nähe der Küste Boden unter den Füßen.*

Zu 7) *Wie aber ist ein Mensch aufgetaucht, hat das Wasser durchkreuzt, das Ufer erreicht und steht, ein Geheilte, auf festem Boden?*

*Da taucht in einem Menschen die Einsicht auf:*



*„Gut ist Vertrauen zu einem rechten Lebenswandel; gut sind Scham und Scheu gegenüber Üblem, und gut ist Tatkraft und Weisheit in der Durchführung des Rechten.“*

*Und durch Versiegung aller Wollensflüsse/Einflüsse gewinnt er schon bei Lebzeiten die unbeeinflusste Gemüterlösung und Weisheitlösung. –*

*So ist ein Mensch aufgetaucht, hat das Wasser durchkreuzt, das Ufer erreicht und steht, ein Geheilter, auf sicherem Boden.*

*Diese sieben Menschen sind Schwimmern zu vergleichen.*

Dieses Gleichnis des Erwachten gilt für die gesamte Menschheit. Es gibt keinen Menschen, der nicht zu einer dieser sieben Arten von Schwimmenden gehörte, die vom äußersten Elend, von der fast völligen Verlorenheit und Hoffnungslosigkeit bis zum völligen Heil der Sicherheit mit allen dazwischen liegenden Stadien reichen.

Im Gleichnis wird geschildert, dass die Menschen sich im Wasser befinden. Wir wissen, dass Wasser nicht das Element ist, in dem sich der Mensch dauernd aufhalten kann. Der Mensch lebt auf festem Boden, denn da kann er ruhen und atmen, ohne gefährdet zu sein; im Wasser muss er absinken und ertrinken, wenn er sich nicht ununterbrochen bemüht. Damit zeigt das Gleichnis schon, dass alle Menschen, die zu den ersten Gruppen gehören, noch gefährdet sind und dass sie sich nur mit Mühe und ununterbrochener Anstrengung „über Wasser“ halten können – und das heißt: nicht noch unterhalb des Menschentums sinken.

Solange sie den Kopf aus dem Wasser halten können, besteht noch Aussicht auf Rettung; aber da kein Mensch auf die Dauer schwimmen kann, so droht immer das Absinken, der Tod, wenn nicht bald die Lebensform gefunden ist, die dem Menschen gemäß ist, nämlich fester Boden unter den Füßen.

Einige Menschen wissen um die Gefahr: Sie schauen um sich und suchen eine Stätte, an der sie leben können, ihren eigentlichen Lebensbereich.

Einige sind schon froh, wenn sie den Kopf aus dem Wasser heben können, aber sie sind gefährdet, denn sie haben nicht die Kraft, sich ständig über Wasser zu halten. Die anderen aber, die von dem starken Drang beseelt sind, festen Boden unter den Füßen zu gewinnen, sich darum umschaun und festes Land entdecken, werden, da sie sich schon ohne den Anblick des festen Landes und die Hoffnung auf eine mögliche Änderung ihrer Lage über Wasser halten konnten, sich nun, angesichts der Küste, erst recht oben halten und dem festen Boden zustreben.

Das Gleichnis nennt im Großen gesehen die drei möglichen Standorte des Menschen im Wasser: Untergesunkensein, mit dem Kopf über Wasser schwimmen und endlich festes Land in Aussicht oder gar schon erreicht haben. Nur der Letztere ist vollkommen gesichert.

Der Erwachte vergleicht also das Leben der sinnensüchtigen Menschen nicht mit Menschen, die auf festem, sicherem Boden gehen.

Das Wasser ist ein Gleichnis für die Sinnensucht, und die im Wasser Schwimmenden sind ein Gleichnis für Sinnendinge begehrende Wesen. Sie gehen nicht auf festem, sicherem Boden, sondern müssen im Wasser strampeln, immer der Gefahr des Untergangs ausgesetzt. Das Strampeln, das Schwimmen, wobei der Kopf aus dem Wasser ragt, ist ein Gleichnis für das Bemühen um Tugend als Mittel, um sich im Menschentum zu halten.

### 1. Der Untergesunkene, der Tugendlose

Der erstgenannte Mensch schwimmt nicht mehr, er ist im Wasser untergesunken. Das bedeutet, er hat die Tugend, die Sittlichkeit preisgegeben, hat viele üble, unheilsame Eigenschaften, ist untergesunken im Sumpf des Begehrens. Die Bedürftigkeit ist allmählich immer stärker geworden, und der

Mensch hat sich ihr hingeeben. Es ist ein Gesetz, dass durch wiederholtes positiv bewertendes Denken der sinnlich als angenehm empfundenen Dinge die Sucht nach diesen immer größer wird. – Die größere Sucht fordert wiederum einen häufigeren Genuss dieser Dinge, um befriedigt zu sein. – Die Hingabe an den Genuss verstärkt die Sucht, und das macht den Menschen wegen seines starken Drangs nach Befriedigung nächstenblind und rücksichtslos, er wird darum zu allem Schlechten fähig und verliert nach dem Tod sein Menschentum. Dadurch dass er sich hemmungslos, rücksichtslos seinen Trieben hingibt, ist er im geistlichen Sinn schon jetzt der Menschenwelt erstorben.

## 2. Der auftauchende und wieder untersinkende Mensch

Von dem zweiten Menschen wird gesagt, dass er auftaucht, aber wieder untersinkt. Er taucht auf, weil er nicht hemmungslos seinem Begehren und Hassen folgt. Er stellt Forderungen an sich, weil er aus dem Grundzug seines Herzens oder aus Einsicht für sich selber den Wunsch und das Ziel hat: „Ich will gerecht sein, wahrhaftig sein. Ich will gut sein, ich will den anderen Menschen Freude machen. Ich will den Ängstlichen beruhigen, den Armen und Kranken helfen, will den Traurigen trösten, ich will in den Menschen und Tieren Brüder sehen.“

Mit moralischen Maßstäben mag ein Mensch aufgewachsen sein, oder er mag sie sich später erworben haben: In dieser Lehrrede heißt es, dass er nicht zufällig gut ist, sondern ganz bewusst das Gute anstrebt; aus der Erfahrung einer größeren inneren Helligkeit und Vorwurfslosigkeit vertraut er auf die guten Folgen des Gutseins. Ferner schämt er sich und scheut sich, Übles in Gedanken, Worten und Taten zu tun; mag er auch gereizt werden, er müht sich, nicht zornig zu werden. Diese beiden Eigenschaften: Scham (bei sich selbst) und Scheu (vor üblen Folgen) kommen erst allmählich auf, nachdem der Mensch „entgleist“ ist und Taten begangen hat oder ihm Worte entschlüpft sind, über die er sich, wenn er sie sich vor Augen führt, schämt. In dieser Scham und Scheu stellt der

Mensch das Alarmsignal für das nächste Mal, so dass er bei akuter Reizung eine üble Reaktion vermeiden kann.

Ferner besitzt der „Schwimmende“ Tatkraft bei den heilsamen Dingen. In dem Augenblick der Gefahr erinnert er sich oft seiner guten Vorsätze, setzt seine Tatkraft ein in dem Gedanken: „Ich habe mir das Gute doch vorgenommen, jetzt will ich es auch tun, sonst ist ja alles vergebens.“ Und je mehr er die guten Ergebnisse des Gutseins betrachtet, um so mehr Freudigkeit und Kraft entwickelt er, um seinen guten Vorsätzen auch treu bleiben zu können. Indem er sich in dieser Weise müht, beobachtet er sein Verhalten und das der anderen, achtet auf die Auswirkungen guten und üblen Tuns; erkennt die Zusammenhänge zwischen seiner Gesinnung und seinen Taten, und so erfährt er manche Daseinsgesetze, durchschaut sie weise, gewinnt Weisheit. Das ist der Aufgetauchte und Schwimmende, der sich an der Wasseroberfläche hält.

Aber es wird von ihm gesagt, dass er wieder untersinkt. Wann sinkt er wieder unter? Wann verliert er alle diese Einsichten wieder und damit die tugendliche sittliche Haltung und sinkt moralisch abwärts mit den schlimmen Folgen: Verlust des Menschentums und Absinken in untere Welten?

Wer schon einige Jahrzehnte mit offenen Augen durch das Leben gegangen ist, der wird in seiner Umgebung schon manchem Menschen begegnet sein, der eine Zeitlang unter einem guten Einfluss gute Ansätze zu einer Aufwärtsentwicklung zeigte, vielleicht sogar einige Jahre in dieser Entwicklung blieb, der aber dann entweder allmählich oder oft auch unter irgendeiner größeren Enttäuschung plötzlich alle seine guten Vorsätze und schon angesetzten guten Gewohnheiten wieder aufgab und sich fast zum Gegenteil hinkehrte und so im Lauf seines Lebens sich zu üblerer Art entwickelte als der, mit welcher er begann; doch in der Regel verliert ein Mensch, der sich zu den entsprechenden Einsichten und zu der sittlichen Haltung in dem hier geschilderten Maß hingearbeitet hat, diese Qualitäten nicht im selben Leben. Meistens bewahrt er sie durch sein Leben hindurch und gewinnt dadurch erheblich

verbesserte Daseinsformen nach diesem Leben in „himmlischen Welten“.

Aber es ist im Gang des Samsāra so, dass die Wesen in den helleren Daseinsformen die Bedingungen, aus welchen sie dorthin gelangt sind, allmählich vergessen können und durch den Genuss des dort Gebotenen zu Genießenden und zu Genussbedürftigen, Genussgewohnten werden, *ohne* einen Anlass zum Streben zu sehen, da sie ja alles Erwünschte besitzen. Um so schlimmer ist die Enttäuschung, wenn ihr angesammeltes Guthaben an Wohlerlebnissen aufgezehrt ist und das für „ewig“ gehaltene Wohl aufhört. Trauer, Schmerz oder gar Zorn mögen über sie kommen, sie streben unwissend nach weiterem Genuss, geraten in Rivalität und entwickeln allmählich wieder geringere und üble Qualitäten, durch die sie wieder absinken. Diese Situation vergleicht der Erwachte mit dem Schwimmenden, der zwar aufgetaucht war, aber wieder „unterging“. So wie man sich im Wasser auf die Dauer nicht oben halten kann, so kann sich kein sinnliches Wesen im Samsāra auf die Dauer in den oberen Bereichen halten.

Was ist die Ursache dafür, dass ein göttliches oder menschliches Wesen durch den Genuss seine sittliche Höhe wieder verliert, dass der Geschmack der Lust die besseren Einsichten überwältigt? Obwohl der Geschmack der Tugend ein viel größerer, edlerer, feinerer Geschmack ist, der auch viel mehr befriedigt, und obgleich die Wesen ihn auch schon öfter erfahren haben, so achtet der normale Mensch doch mehr auf den aufdringlicheren Geschmack der Lust bei der groben sinnlichen Befriedigung.

Den Geschmack der Tugend müssen wir ertasten und erfahren; er wächst, wenn man sich mehr zurückhält, wenn man Abstand vom Getriebe nimmt, in der Stille. Das fällt den Wesen viel schwerer, sie müssen sich dazu aufraffen; hingegen können sie in der Lässigkeit wieder der Lust nachgehen. Tugendbemühung erscheint dem Begehrenden zeitweilig wie eine saure Pflicht, und darum ist er ständig in Gefahr, sie ungerne oder gar nicht oder nur halb zu üben. Dann aber kostet er

nicht den Geschmack der Tugend und wird von dem Geschmack der Lust überwältigt. Darum heißt es im Dhammapada 116 (Dh 116):

*O wende bald zum Guten dich,  
verschließ dein Herz dem üblen Trieb;  
denn wer nur lässig Rechtes tut,  
bleibt doch dem Üblen zugewandt.*

Der Mensch, der auftaucht, aber wieder untersinkt, ist ein Beispiel für das christliche Gleichnis von dem Samen, der unter die Dornen fiel (Matth.13,7). Er war auf guten Boden gefallen und aufgegangen, aber es wuchsen Dornen und Disteln rings herum, und die Dornen erstickten die Saat wieder.

*Jesus* sagt, dass die Dornen und Disteln ein Gleichnis seien für den Betrug des Reichtums und für die Geschäfte des Alltags. Solange der Mensch von der Sucht nach Erfüllung sinnlicher Begierden getrieben wird, so lange besteht auch die Gefahr der Untugend, des erneuten Absinkens und Versinkens. Unendliche Male sind wir im Samsāra aufgetaucht und wieder untergesunken. Nur wer das Gute und das Böse und seine Herkunft kennt, ist vor dem Versinken gesichert, alle anderen schwimmen mit dem Strom, dem jeweiligen Milieu ausgeliefert, zufällig gut, zufällig schlecht – auftauchend und absinkend.

### 3. Der an der Tugend festhaltende Mensch

Von dem dritten Menschen wird gesagt, dass er, aufgetaucht, an der Oberfläche des Wassers bleibe, dass bei ihm Vertrauen, Scham und Scheu, Kraft und Weisheit sich gleich blieben. Er hat Einsichten gewonnen, die ihn am Guten festhalten lassen, so dass er nicht wieder absinkt, sondern sich schwimmend oben hält. Er hat noch nicht die tiefste Lehre des Erwachten erfasst, er kennt noch nicht den Ausgang aus dem Samsāra, aber er hält an der Tugend fest; scheut sich vor dem Schlechten, bemüht sich kraftvoll um das Gute in dem Wissen um die üblen Folgen des Üblen und die guten Folgen des Guten. Eine

solche Haltung empfehlen auch die anderen Religionen. Aber zu irgendeiner Zeit – und sei es nach Äonen – überschwemmt das Begehren die besten Absichten und Vorsätze, und diese Menschen befinden sich wieder in der Situation des ersten und zweiten Menschen. Auftauchen und endgültig nie wieder untersinken ist nicht möglich ohne die Einsicht, wie sie nur der Erwachte vermittelt.

Darum sagt der Erwachte, dass mit Tugend allein keine Sicherheit gegeben sei. Auch in den höchsten Himmeln ist keine endgültige Sicherheit für den, der keinen festen Boden unter den Füßen hat.

Der dritte Mensch befindet sich in einem Übergangsstadium, in dem es sich noch entscheiden muss, wohin er gelangen wird: wieder abwärts oder zur endgültigen Sicherheit.

#### 4. Der endgültig gesicherte Mensch, der sich in der Heilsanziehung befindet

Der vierte Schwimmer hat denselben Status wie der dritte. Er schwimmt oben und bleibt oben, d.h. er ist Tugend gewohnt, es fällt ihm leicht, andere nicht zu schädigen. Er liebt es, wohlzutun in sanfter, verstehender Art. Insofern gleicht der vierte Schwimmende dem dritten, aber der vierte hat noch den Drang in sich, das Leben in seinen Zusammenhängen zu verstehen und zu meistern. Er sieht, wie die Menschen geboren werden, alt werden und wieder sterben, und hat andererseits aus den tieferen und stilleren Gründen seines halb unbewussten Denkens eine Ahnung, dass das sinnlich wahrnehmbare Leben nicht das Ganze des Lebens ist, dass ein großer Teil für uns im Dunklen liegt. Darum drängt es ihn nach tieferer Orientierung über die Herkunft und die Struktur der Existenz. Diesem Schwimmenden ist aufgegangen, dass der Aufenthalt des Menschen im Wasser nicht der ihm gemäße Aufenthalt ist, dass er sich im Wasser nur durch ständige Wachsamkeit und Bewegung halten kann und dass er trotz Wachsamkeit und Bewegung doch den anderen Gefahren, wie Raubfischen, Strudeln und Sturmweather, ausgeliefert ist. Er hat zwar noch

nie (so das Gleichnis des Erwachten) Land gesehen, geschweige denn festen Boden unter den Füßen gehabt, aber des haltlosen und balkenlosen Wassers ist er zutiefst überdrüssig geworden. Deshalb hält er nun Ausschau, reckt sich während des Schwimmens immer wieder hoch und hält so weit wie möglich nach einer Küste, nach festem Land Ausschau, denn er hat das Vertrauen, dass es Land gibt. Die meisten Menschen unterscheiden, wenn sie etwas weiter sehen als auf die vordergründigen Gewinne und Verluste, nur zwischen der Tugendhaftigkeit mit ihren guten Folgen und der Untugendhaftigkeit und dem daraus folgenden Elend. Dass sie sich ständig mühen müssen, ständig in der Unsicherheit leben, das nehmen sie hin, wie es in den Psalmen heißt:

*Unser Leben währet siebenzig Jahre,  
und wenn es lange währt,  
so sind es achtzig Jahre;  
und wenn es köstlich gewesen ist,  
dann ist es Mühe und Arbeit gewesen.*

In diesen Worten ist nicht die Erwartung und Sehnsucht enthalten nach dem Zweck aller Bemühungen und Unternehmungen. Ein Mensch aber, der nach dem Zweck und Ziel allen Bemühens fragt, nach der endgültigen Sicherheit, der merkt, dass im Wasser, im fremden, tödlichen Element, keine Sicherheit sein kann, dass alles Bemühen um Tugend allein nur relative, begrenzte Sicherheit bietet. Er weist alles Unzulängliche ab und sucht so lange, bis er in seiner Sehnsucht nach dem Heilen, nach Sicherheit, den Erwachten kennenlernt, die Lehre kennenlernt – das wird in dem Gleichnis das „In-die-Ferne-Schauen“ genannt. Er hat viel gehört, prüft und vergleicht das Gehörte mit der Wirklichkeit; und irgendwann erkennt er unter dem Einfluss der stillen, tiefen Unterweisung des Erhabenen: „Das ist festes Land, das ist die Sicherheit, das ist das Heil.“ Für einen Augenblick hat er über alles Vordergründige, sinnlich Wahrnehmbare hinaus die unbeschreibliche Erfahrung von dem Aufhören und Stillstehen alles Werdens und Verge-



hens und damit einen Blick für das „Ungewordene“, das ewig Sichere, das Nirvāna, gewonnen. Dieses wird genannt *amata*, das *Todlose*. Es gibt dem Erleber die Gewissheit, dass diese erfahrene unzerstörbare Sicherheit unverletzbar Heils wirklich erreichbar ist. Er war für einen Augenblick wie im Nirvāna-Zustand und gewann daraus jene unbeschreibliche Erfahrung, durch welche er eine durch nichts Weltliches und durch nichts Überweltliches wieder auflösbare Verbindung zum Nirvāna bekommt.

*Je mehr und mehr er bei sich merkt,  
wie die Zusammenhäufungen  
im Wechsel nur entstehen, vergehn,  
wird er erhellt und heilsentzückt,  
da er das Todlose erfährt. (Dh 374)*

Das vorübergehende Abwesendsein von allem Bedingten und das Erkennen dieser Freiheit befriedet und entspannt unmittelbar durch das begleitende Empfinden von Sicherheit und Unverletzbarkeit, und damit wird die programmierte Wohlerfassungssuche, die immer auf das am meisten befriedigende Wohl aus ist, endgültig umgelenkt. Es entsteht eine Neigung zu diesem befriedenden Anblick, die von Erfahrung zu Erfahrung immer stärker wird.

*Sujātā*, eine zum Heilsstand gelangte Nonne, berichtet, wie sie durch die Belehrung des Erhabenen zum ersten Mal zu diesem Anblick des Todlosen kam:

*Wie ich des Weisen Wort vernahm,  
verstand ich tief der Wahrheit Sinn.  
Reizlos ward mir die Weltlichkeit,  
Todlosigkeit verstand ich da.  
Als so ich höchstes Heil erfuhr,  
verließ ich Heim und Haus und Welt,  
Wahrwissen wurde dreifach mir:  
truglos ist Buddhas Wegweisung.  
(Thig 149/150)*

Dieser Bericht von *Sujātā* zeigt in den wenigen Zeilen, wie durch die von ihrem Geist erfahrenen Worte des Erwachten eine akute Umwandlung des Psychischen geschah. Sie muss schon vorher die tieferen Fragen nach dem Woher und Wohin bewegt haben, wie es überhaupt der östliche Mensch von jeher mehr an sich hatte als der westliche. Das liegt nicht daran, wie oft gedeutet wird, dass der östliche Mensch leichtgläubiger, dem Märchenhaften mehr zugeneigt sei, sondern umgekehrt: er erstreckt sein wissenschaftliches Forschen auch auf das Wesen der Psyche nach dem Rat, den alle Heilslehrer der Menschheit geben: *Erkenne dich selbst*.

Und nun hört *Sujātā* vom Erwachten die Darlegung der fünf Zusammenhäufungen, dass alles Kommende immer nur das ist, was gestern in die Welt gesetzt wurde, dass Wollen die Wahrnehmung von Ich und Welt schafft und dass Nichtergreifen der Mühsal und dem Leiden ein Ende setzt. Die Worte des Erwachten drangen in den Bereich ihrer Seele, die sich bisher nach Wahrheit und Sicherheit gesehnt hatte, und darum konnte die große Beglückung darüber, eine Wegweisung zu unverletzbarem Wohl gefunden zu haben, vorübergehend alle vordergründigen Interessen und alle Unreinheiten der Psyche verdrängen. Sie konnte sich unabgelenkt mit ihrem ganzen Herzen dem Unzerbrechlichen, Heilen, so zuwenden wie etwa ein Mensch, der sich aus einer lauten Gesellschaft in einen stillen, sonnigen Garten begibt und in dieser Stille wie erlöst aufatmet:

*Reizlos ward mir die Weltlichkeit,  
Todlosigkeit verstand ich da.*

Diese Wirkung der Belehrung durch einen vollkommen Erwachten ist in den Lehrreden oft beschrieben (M 56, M 74 u.a.): *Wie ein reines Kleid, von Flecken gesäubert, vollkommen die Färbung annehmen mag, ebenso ging da X..., während er noch dasaß, das reizfreie, ungetrübte Auge der Wahrheit auf:*

*„Was irgend auch entstanden ist,  
muss alles wieder untergehn.“*

*Und X..., der die Wahrheit gesehen, die Wahrheit gefasst, die Wahrheit erkannt, die Wahrheit ergründet hatte, der Daseinsunsicherheit entronnen, ohne Zweifel, in sich selber gewiss, auf keinen anderen gestützt im Orden des Meisters,...*

Mit diesen Worten ist ausgedrückt, dass Zuhörer des Erwachten durch seine die besten Herzenskräfte weckenden Darlegungen für kurze Zeit von den Banden und der Hemmung durch Wahn und von Herzenstrübungen frei werden können, rein wie ein fleckenloses Kleid, und daher vorübergehend im Anblick des Entstehens und Vergehens der Erscheinungen, der ichlosen Bedingtheit des Zusammenspiels von Körper, Herz und Geist, den Ich-Gedanken aufgeben können.

Mit dem Erlebnis der Todlosigkeit, dem Frieden außerhalb von Kommen und Gehen, außerhalb aller Ereignisse und aller Erscheinungen, erfuhr *Sujātā* ein Wohl, das nicht mit irgendeinem Ding, nicht mit irgendeinem Ereignis verbunden war, ein Wohl, das zuverlässig war, unzerstörbar war, weil es durch nichts bedingt war. – Mit dieser beseligenden Erfahrung, dass es das gibt, ging zugleich die Erkenntnis auf, dass alles andere, die gesamte Weltlichkeit, nur aus Zerbrechlichem besteht – und wie ein Schiffbrüchiger, im Ozean schwimmend und sich hochreckend, in der Ferne rettendes Land sieht, dann mit aller Kraft auf geradem Weg auf dieses feste Land zuschwimmt – so war *Sujātā* durch die Erfahrung jenes Friedens außerhalb aller rieselnden Weltlichkeit endgültig umgewendet, endgültig in die Anziehung des Heils gelangt. Damit war ihre Wohlsuche endgültig unprogrammiert, abgewandt von allem Gewordenen, Bedingten, Zerbrechlichen, Toten, und endgültig zugewandt dem Todlosen als dem wahren Wohl. Das unbeschreibliche Wohl erfahrener Unverletzbarkeit ließ sie nun nicht ruhen, sich immer mehr auf dieses Ziel hin zu richten, bis sie alles Begehren nach Zerbrechlichem restlos in sich gelöscht hatte und ihr Herz rein und leuchtend geworden war.

So kann, wenn durch die vorübergehende Abwesenheit aller Bedürftigkeit das von aller Befriedigung völlig befreite geistige Wohl durch den Anblick des Ungewordenen erlebt

wird, dieses in den Geist so eingepägt werden, dass ein unauflösbarer Zug entsteht, dieses Wohl für immer zu gewinnen. Daraus entsteht die endgültige Anziehung zum Heilsstand und die endgültige Abwendung von allen Trieben, von Anziehung und Abstoßung.

Ist der Nachfolger eingetreten (*patto*) in diesen anziehenden Strom (*sota*), so hat er die *sotā-patti* erreicht, ist ein *sotā-panno*, ein in die Heilsanziehung Gelangter, ein Stromeingetretener, d.h. dass je nach seinem Einsatz nach spätestens sieben Leben der Stand des Heils, das Nirvāna, endgültig erlangt ist. Der Weg und der Zustand werden bis dahin nur immer leichter, immer heller, immer wohler, denn zu dieser Wohlerfahrung, zu welcher der Nachfolger letztlich nur durch die Führung der Weisheit gelangt ist, läßt nach diesem Erlebnis nun auch immer die programmierte Wohlerfahrungssuche (*viññāna*) ein, die vorher ausschließlich nur zu sinnlichen Erlebnissen hinlockte, die bei früherer Erfahrung ein Wohl der Befriedigung auslösten. Während ein Nachfolger, der noch keine zeitlichen Erlösungen oder gar den Anblick des Todlosen, des Nirvāna, erfahren hat, den Verlockungen der programmierten Wohlerfahrungssuche stets kämpfend widerstehen und dem Rat der Weisheit folgen muss, so wird derjenige, der das Ungewordene, Todlose, erfahren hat, nun nicht nur der Weisheit im Widerspruch zu der kurzsichtigen Verlockung der programmierten Wohlerfahrungssuche dahin folgen, sondern er wird vor allem von der Wohlerfahrung im Anblick der Unverletzbarkeit des Todlosen gezogen. Die Bande des Wahns, durch die er wähnte, ein souveränes Ich in einer unabhängig von ihm bestehenden Welt zu sein, sind ihm abgenommen, und damit hat er drei Verstrickungen aufgehoben: den Glauben an Persönlichkeit, Daseinsbagnis und die Auffassung, das (sittliche) Begegnungsleben sei das Höchste.

Erste Verstrickung: Glaube an Persönlichkeit  
(*sakkāyaditthi*) ist vom Heilsgänger aufgehoben

Die erste Verstrickung ist die Befangenheit des *Geistes und Gemüts* in der Vorstellung, ein Ich in einer Welt zu sein. Der Geist kommt zu dieser Vorstellung, da er sich mit dem, was die Triebe, die Sinnensüchte wollen, identifiziert.

Der Erwachte sagt (M 102, D 1 u.a.), es geht darum, der sechs auf Berührung gespannten Süchte (*phassāyatana*) Aufsteigen, Verschwinden und was an ihnen Labsal, Elend und Entrinnung ist, der Wirklichkeit gemäß zu verstehen, weil man sich dann ganz sicher von ihnen ablöst.

Diese sechs auf Berührung gespannten Süchte sind:  
*Die Sucht des Lugers nach Berührung durch Formen.*  
*Die Sucht des Lauschers nach Berührung durch Töne.*  
*Die Sucht des Riechers nach Berührung durch Düfte.*  
*Die Sucht des Schmeckers nach Berührung durch Schmeckbares.*  
*Die Sucht des Tasters nach Berührung durch Tastbares.*  
*Die Sucht des Denkers nach Berührung durch Denkobjekte.*

Durch die Berührungssüchte im Körper kommen die bei der Berührung als außen empfundenen Bereiche: Formen, Töne usw. zur Berührung. Die Sucht nach Formen in den Augen wird berührt und äußert ihr Urteil als Gefühl: *Durch Berührung bedingt ist Gefühl.* Die gesehene Form und das Gefühl werden dem Geist gemeldet, so dass der Eindruck einer fühlenden Person entsteht, die das gefühlte Objekt wahrnimmt, erlebt: „Ich, der ich das und das Angenehme will und das und das Unangenehme nicht will, ich sehe dieses und jenes, das mir gefällt oder missfällt.“

Dass diese Wahrnehmung, dieses Falschwissen nur zustande kommt, weil die in den Sinnesorganen und dem Geist wohnenden Dränge berührt worden sind, wird nicht bemerkt und nicht gewusst. Das ist die Ursache dafür, dass wir fast ununterbrochen den Eindruck haben, als ob „wir“ mittels der Sinnesorgane unseres Körpers „eine Außenwelt“ erlebten durch Sehen, Hören usw., dass also „die Welt“, die „wir“ wahrneh-

men, „um uns herum“ sei, dass wir also eine in „Innen“ und „Außen“ gespaltene Welt erlebten.

Kein unbelehrter Mensch denkt: „Da ist die Wahrnehmung von „Wohlgefühl“, sondern er denkt z.B.: Mir tut mein Bein weh“ oder „Den mag ich nicht.“

Das Ich-bin-Vermeinen, der Glaube an Persönlichkeit, entsteht allmählich. Man kann bei jedem Menschenkind beobachten, dass es in den ersten Jahren nicht „ich“ sagt, es merkt nur, dass etwas der Zunge wohltut, dass etwas sich schön anhört, und es sieht gern das lächelnde Gesicht der Mutter. Das sind die Empfindungsantworten der Anliegen, der Triebe, die einem Magnetismus gleich mit Anziehung und Abstoßung auf das reagieren, was an die Sinnesorgane herantritt. Nur deshalb, weil die Sinnensüchte in den Sinnesorganen ihre Empfindungen und Wahrnehmungen an den Geist weitergeben und der Geist die Fähigkeit des Verbindens und Ordners der Eindrücke hat, vergisst er bei allen normalen Menschen, dass er vorwiegend Meldestelle für die fünf sehr verschiedenen Interessen- und Geschmacksfelder ist: Er identifiziert sich mit den jeweils ankommenden Meldungen so, als ob sie von ihm kämen. Und so beginnt das Kind im 2.-4. Lebensjahr „ich“ zu sagen. Es entsteht die Ich-bin-Behauptung, die Auffassung, eine als Ganzheit und Einheit aufgefasste Person zu sein, obwohl sie die Summe von sechs auf Berührung gespannten Süchten ist. Diese im Geist imaginierte Person will ihre Anerkennung als Ich, will nicht von anderen Personen unterdrückt, vernachlässigt sein usw. Und so befestigt sich in einem solchen Geist noch immer mehr der Ich-bin-Gedanke, und von daher rührt bei den sich bietenden Gelegenheiten im Umgang mit anderen die Neigung, das vermeintliche Ich-selbst mit seinen Ansprüchen zu behaupten, sich als ein selbstständiges Ich neben oder womöglich über andere zu stellen.

Dieses durch die Triebe bedingte Ich-bin-Denken befestigt nun auch von der Anschauung her den Triebhaushalt. Wer da glaubt, dass er einer ist, der denkt normalerweise im triebmehrenden Sinn, wenn er auch immer wieder auf vordergründiges

Wohl verzichtet, um zukünftiges Wohl nicht zu gefährden, wozu auch die Beachtung der Interessen anderer gehört.

Wenn es das gäbe, dass ein Mensch ohne Triebe geboren würde, dann wäre ihm alle Wahrnehmung gleich gültig, er würde sie kaum registrieren, geschweige sich merken. Dann könnte gar nicht der Gedanke aufkommen „ich bin“. Nur der Wunsch, durch die Sinne zu erleben und möglichst Wohl zu erleben, bringt den Geist, der vorzugsweise im Dienst der Triebe arbeitet, dazu, Erlebnisse zu speichern und zu koordinieren und so einen Erleber gegen das Erlebte abzugrenzen.

„Ich“ ist Einbildung, ist ein illusionärer Name für die Summe von Bedürfnissen, Bezügen. Der Ich-Gedanke ist die schlimmste Falle Māros, der Verkörperung des Übelen, weil er die Menschen im Gefängnis ihrer Körper hält; und die Aufhebung des Persönlichkeitsglaubens ist der Schlüssel zur Freiheit.

Die Aussage des Erwachten: „Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst“ bezieht sich auf die ganze Existenz, d.h. auf die fünf Zusammenhäufungen:

Die ständig durch Denken etwas veränderten Sinnesdränge mit ihren Anziehungen und Abstoßungen durchziehen den grobstofflichen Körper, die zu sich gezählte Form. Bei der Berührung der zum Ich gezählten Form mit Form, die als „außen“ gedeutet wird (1. Zusammenhäufung), werden die Triebe berührt und äußern ihre Anziehung oder Abstoßung mit Gefühl (2. Zusammenhäufung), was als gefühlsbesetzte Wahrnehmung (3. Zusammenhäufung) in den Geist eingetragen wird. Durch diese Eintragungen steigt als zum „Ich“ gehörend empfundene Aktivität auf (4. Zusammenhäufung), nimmt Stellung zu dem Wahrgenommenen, indem frühere Erfahrungen des Geistes mit dem neu Eingetragenen in Beziehung gesetzt und beurteilt werden, und es entsteht eine neue Gewöhnung, ein neues Programm bzw. das alte wird verstärkt: die programmierte Wohlerfahrungssuche (*viññāna* – 5. Zusammenhäufung) ist ernährt, auf neuen Wegen oder auf verstärkten alten Wegen nach Wohlerfahrung zu suchen. Entsprechend

diesem Programm lenkt die programmierte Wohlerfahrungs-suche den Körper, um zu Wohl zu kommen, und der Geist denkt bei diesem automatisch ablaufenden Zusammenspiel der fünf Zusammenhäufungen: „Ich fühle, ich halte dies für besser als das, ich entscheide mich darum nach reiflicher Überlegung für dieses Bessere, und ich werde in Zukunft so und so vorgehen, und ich bin gewohnt, so und so zu denken, zu reden und zu handeln“, obwohl da nur diese fünf ineinander greifenden Prozesse ablaufen, diese fünf Zusammenhäufungen, deren blitzschnell ineinander greifendes Zusammenspiel den Eindruck „ich bin in der Welt“ erweckt.

Je mehr wir ergreifend, hoffend und wünschend in das Zusammenspiel der fünf Zusammenhäufungen verstrickt sind, um so mehr empfinden wir den ständigen Entstehens-Vergehensfluss als eigen und sind leidvoll betroffen über Veränderungen, die den Trieben zuwiderlaufen, erkennen nicht die bedingte, unabhängig von unseren Wünschen ablaufende Geschobenheit – eben die Nichtichheit, Nichtmeinheit und das heißt Nichtlenkbarkeit des Ablaufs der fünf Zusammenhäufungen.

Aber wenn der Mensch durch die Belehrung eines Erwachten oder eines, der von ihm belehrt wurde, erfährt: „Sieh, die Triebe sind nicht ich. Es sind angewöhnte Geschmäcke, die immer wieder Vergehendes wollen und so im Leiden halten“, dann gewinnt er durch den Hinblick auf die Triebe in den Sinnesorganen Abstand von ihnen, kann sie nicht mehr als Ich und Mein ansehen, erkennt sie als angewöhnten Ballast, der dauerhaftes Wohl verhindert.

Aber solange der Mensch auf die Rieselkette der Erscheinungen setzt und durch ich-vermeinendes Denken die Triebe erhält und erschüttert ist durch das Schwinden, den Untergang der Erscheinungen und sich nicht von ihnen abwendet, so lange gibt es Triebe, gibt es Anziehung, Abstoßung und Blendung und wird damit Geborenwerden, Altern und Sterben erfahren. Die Triebe sind der Bauplan und das Kernelement des nächsten Körpers. Wenn Anziehung zu tierischen, gespensterhaften



Dingen besteht, wird ein Dasein in solcher Welt erlebt, aber nicht Befreiung. Solange Wollen, die Triebe, bestehen mit Anziehung, Abstoßung, Blendung, so lange sind sie das perpetuum mobile passionis, das unaufhörliche Leidenskontinuum, und der Glaube an Persönlichkeit, die Identifikation mit den Trieben, ist die Ursache dafür, dass die Aufhebung des perpetuum mobile passionis nicht betrieben wird.

Es besteht und wird erhalten durch die Auffassung im Geist, dass ein Ich einer Welt gegenüberstehe, ein großes psychisches Kraftzentrum, Zuneigungen zu bestimmten Dingen und Abneigung gegenüber anderen. Das nennt man einen magischen Zusammenhang: Alle Angst, alle Freudigkeit, alle Schmerzen und alle Endlosigkeiten sind durch ichvermeindes Denken erhaltene traumhafte, faszinierende Erscheinungen.

Wer aber meinen würde, nach Aufhebung des Glaubens an Persönlichkeit könne ihn die blendende Erscheinung des Wahn-Ich und der Wahn-Umwelt nicht mehr hemmen, der täuscht sich, denn das „Ich-bin-Empfinden“, die achte, drittletzte Verstrickung, ist mit der Aufhebung des Glaubens an Persönlichkeit (erste Verstrickung) noch längst nicht aufgehoben. Bis die endgültige Erwachung aus dem Wahntraum erreicht ist, bedarf es eines Prozesses, denn trotz der Durchschauung geht das Wahnspiel, das Blendungsspiel zunächst noch weiter. Die Szenen, die zusammen das „Leben“ ausmachen, folgen nach wie vor einander, und nach wie vor lösen auf Grund der noch nicht aufgelösten Triebe, des noch nicht aufgelösten Wahns die einen Begegnungen Wohlgefühl, die anderen Wehgefühl aus, veranlassen die einen Begegnungen, dass das Ich sie festhalten und weitergenießen möchte, und veranlassen die anderen, dass es sie fortstoßen oder sich ihnen entziehen möchte. Ja, anfänglich ist sogar das Wissen um den Wahncharakter dieser ganzen Szenerie meistens völlig vergessen. Wenn und soweit blind und spontan dem blendenden Ich-bin-Eindruck auf den alten Gleisen der programmierten Wohlerfahrungssuche gefolgt wird und eine Ansichtsbildung gar

nicht stattfindet, da wirkt sich zu dieser Zeit der Wegfall des Glaubens an Persönlichkeit, der Identifikation mit dem Wahn-Ich, nicht aus.

Aber allmählich führt dieses Wissen zu einem leisen Zurücktreten, zu einer gewissen Lockerung des Zugriffs, ja, allmählich auch zu einer Zurücknahme des natürlichen blinden Anspruchs auf „die Dinge“, zum Loslassen – aber es ist nur ein sehr allmählicher Prozess, bis die *Gewohnheitsbande, immer heranzutreten, zu ergreifen, sich anzueignen und dabei zu verbleiben* (S 12,15) aufgelöst sind, und es kostet eine Zeit der Übung in zunehmender gründlicher Wahrheitsgegenwart, bis die richtige Anschauung und Haltung durchgängig zu werden beginnt.

Wenn die oberflächliche naive „Ich-bin“-Auffassung als Irrtum aus Wahnbefangenheit durchschaut ist, dann beginnt wie in einer geistigen Zeugung der Ansatz einer überlegenen, einer *wacheren* Instanz, und damit beginnt die Möglichkeit, von einer höheren Warte aus das Wahn-Ich in seinem Umgang mit dem Begegnenden zeitweilig zu beobachten, zeitweilig zu kontrollieren, zeitweilig zu beeinflussen, zurückzuhalten. Diese im ersten Ansatz konstituierte übergeordnete Instanz wird *Wissen (vijjā)* genannt, wird *Wachheit (bodhi)* genannt, wird *Weisheit oder Klarwissen (paññā)* genannt, wird *Erkenntnis (ñāna)* genannt, wird *Durchblick, Schau (dassana)* genannt.

Ein dazu Gelangter kann bei sich beobachten, wie diese aus der Erwachungslehre des Erwachten in geistiger Zeugung erwachsende wachere Instanz nun beginnt, sein kleines Wahn-Ich anzusprechen und mit ihm in Zwiesprache und Auseinandersetzung einzutreten – in eine Auseinandersetzung, in welcher diese Wachheit und Weisheit das Wahn-Ich mehr und mehr von seinem Ichwahn überzeugt und ganz allmählich immer mehr zum Zurücktreten bewegt.

Die zweite Verstrickung: Daseinsbangnis (*vicikicchā*)  
ist vom Heilsgänger aufgehoben

In dem Maß, wie der Glaube an Persönlichkeit abnimmt, erfährt der Heilsgänger an sich, ganz ohne es bewusst betrieben zu haben, eine zuerst nur sehr feine, aber wohltuende Wandlung der Selbsterfahnis, des Daseinsgefühls. Das Daseinsgefühl ist bei allen Menschen von einer meistens unbewussten, oft aber über die Bewusstseinschwelle dringenden Ungeborgenheit und Unsicherheit durchzogen. Bei allen Menschen, die sich mit dem bewusst gewordenen körperlich dargestellten Ich identifizieren, besteht bewusst oder untergründig die Angst vor dem Kommenden und vor dem ganz sicheren Tod, und vor allem beklemmt den weiterblickenden Menschen eine tiefere Ungewissheit, ein Zweifeln über das Woher und Wohin und Warum dieses Daseins.

Der Erwachte vergleicht diese Situation des normalen, von der Daseinsunsicherheit und dem bangen Gefühl der Ungeborgenheit bewusst oder unbewusst begleiteten Menschen mit einem Mann, der mit seinem ganzen Vermögen durch eine fremde, gefährliche Wildnis zieht, in der er jeden Augenblick einen Überfall auf Leben und Gut zu befürchten hat.

Die Daseinsbangnis ist eine im Geist gefühlte, gemüthhaft beklemmende Unsicherheit über das bevorstehende Erleben. Es betrifft nicht die Angst vor körperlichen Schmerzgefühlen, die so lange besteht, wie Triebe nach Sinnendingen befriedigt werden wollen, sondern betrifft allein die existentielle Sorge, wie sie heute z.B. auch bei den Schlagworten „Umweltverschmutzung, Erwärmung der Pole, Ansteigen des Meeresspiegels“ empfunden wird oder wie die von Fortexistenz überzeugten Inder angesichts des unendlichen Samsāra empfanden: *Versunken bin ich in der Kette der Wiedergeburten, o dass es doch einen Ausweg gäbe...*

Wer aber die Identifizierung mit den fünf Zusammenhängungen schon um einige Grade zurücknehmen und mindern konnte, der erfährt auch ein Schwinden dieser existentiellen Grundangst. Er erfährt die feine, wohltuende Wandlung des

Daseinsgefühls, erfährt unmittelbar und ganz ohne anderweitige Belehrung, dass diese Daseinsbangnis mit der Ichvorstellung verbunden war, dass überhaupt diese Ichvorstellung der Kern der gesamten Verletzbarkeit ist. Mit ihrer Minderung und Auflösung nimmt alle Sorge und Bangnis ab bis zur Verflüchtigung.

Damit erfährt er, dass es die Möglichkeit gibt, alle Gefährdung endgültig aufzuheben. Und das gibt eine Erleichterung, die erlebt wird, aber nicht näher beschrieben werden kann. Von dem zu dieser Entwicklung gelangten Menschen gibt der Erwachte das Bild des aus der gefährlichen Gegend in die Nähe des heimatlichen Dorfes gelangten Menschen, der sich schon auf sicherem, heimatlichem Boden weiß.

Die Aufhebung der zweiten Verstrickung reift als Frucht der fortschreitenden Minderung bis Aufhebung der ersten heran, ja, sie ist das sichtbare und spürbare Zeichen für die fortschreitende Auflösung des Glaubens an Persönlichkeit. So heißt es (D 33):

*Unmöglich ist es und kann nicht sein, dass da, wo die Vorstellung „ich bin“ ausgetilgt ist, wo nicht mehr gedacht wird „dieser hier bin ich“ – dass da noch das Herz von Stacheln der Unsicherheit und des Zweifels erfüllt wäre: das gibt es nicht! „Entronnen den Stacheln der Unsicherheit und des Zweifels“ bedeutet es ja, was man „des Ich-bin-Dünkens Aus-tilgung“ nennt.*

Durch die Aufhebung der zweiten Verstrickung gibt es das freudige Gefühl der Geborgenheit und Sicherheit, das auch schon bei der Aufhebung der fünften Hemmung bei demjenigen aufkommt, der sich von allen Hemmungen befreit sieht, der sauber und hell in hohen Gesinnungen verweilt, der ohne sinnliche Bedürfnisse sich unverletzbar und wohl fühlt. Dieses Gefühl kann die weltlosen Entrückungen einleiten, die eintreten können, wenn die fünf Hemmungen aufgehoben sind.

Ein solcher Mystiker – gleichviel in welcher Religion – erlebt also als Frucht weltüberwindender Läuterung unmittelbar im Gefühl zeitweise eine Geborgenheit, ohne dass sie di-

rekt durch weisheitlichen Anblick ausgelöst wurde. Soll aber die Ungeborgenheit nicht nur zeitweise – und sei es für Äonen –, sondern dauernd aufgehoben werden, so muss diesem Gefühl das Wissen um unverlierbare, absolute Unverletzbarkeit, der Anblick vorausgegangen sein, dass da kein Ich ist, das verletzt werden könnte. Dieses Wissen führt zu großer Gelassenheit und Ruhe.

Die dritte Verstrickung:

das (sittliche) Begegnungsleben als das Höchste ansehen

Mit der durch Ich- und Weltwahn bedingten Aktivität der Wesen bleibt der Rundlauf der Wahnszenen erhalten: Immer sinkt eine durch die Begegnung nur etwas geänderte, aber nicht aufgelöste Szene nach der anderen in die „Vergangenheit“ und rinnt mit allen unerlösten Szenen als die Daseinsströmung (*bhavasota*) jenseits unserer Erfahrbarkeit – aber nicht jenseits der Erfahrbarkeit des Erwachten – den für uns unübersehbaren Rundweg dahin und tritt früher oder später wie aus „Zukunft“ auftauchend wieder heran.

Dieser ununterbrochene Szenenwechsel bringt mit sich alle im Bereich der beschränkten Wahrnehmung nur möglichen Freuden und Leiden, Entzückungen und Qualen und Entsetzen und bringt mit sich im ständigen Wechsel Geborenwerden, Altern und Sterben in menschlichen, übermenschlichen und untermenschlichen Formen. Er folgt einem Gesetz, das der aufmerksame Mensch, der auf seine eigenen Motivationen achtet, wohl einsehen kann und das uns auch die Geschichte der Kulturen lehrt:

Wo ein Wesen, eine Familie oder ein Volk Not und Leiden erfahren, da ersteht durch den Zwang des Leidensdrucks der Wille, aus dieser Situation herauszukommen, und entsteht mit Zwang ein Suchen nach dem Ausweg – denn Leiden tut weh! Darum kommen die Wesen, die sich im Elend befinden, nach kurzen oder langen Irrungen und Wirrungen auch einmal auf den einzig möglichen Weg zu helleren Situationen, der darin besteht, dass sie von den harten, rohen „Sitten“ zu den sanfte-

ren übergehen, sich um Rücksicht bemühen. Wenn dann noch die früher gewirkten dunklen und schmerzlichen Begegnungsszenen auftauchen, so werden sie unter dem Einfluss der besseren Einsicht von Fall zu Fall ein wenig verbessert und besänftigt, ziehen verbessert im Daseinsstrom dahin und kehren als verbesserte Erlebnisse wieder. Darum bleiben die Wesen nicht unendlich in den entsetzlichen Daseinsformen – die „Hölle“ währt nicht ewig – sondern gelangen irgendwann zu den erträglicheren oder freundlicheren oder gar beglückenden.

Aber mit derselben Gesetzlichkeit, die den Notleidenden zwingt, nach einem Ausweg aus den Nöten zu suchen, bestimmt das Erleben von Wohl und Glück den Willen der Wesen, dieses Glück so gut wie möglich zu genießen und so gut wie möglich zu erhalten. Bei dem allmählichen oder mehr plötzlichen Übergang von notvollen Lebenszeiten zu leichteren und glücklichen mag manches besonnene Wesen noch eine Zeitlang des Zusammenhangs von Tugend und Wohlfahrt eingedenk sein und sich weiterhin um die guten Sitten bemühen – aber die gegenwärtigen, wohltuenden, erhellenden, beglückenden Erlebnisse erfüllen immer mehr sein Herz, seinen Geist, sein Dichten und Trachten. Der Erwachte nennt das Gesetz, das jeder aufmerksame Forscher in der Menschheitsgeschichte wie auch in seinem eigenen Erleben mit unverrückbarer Regelmäßigkeit wirksam werden sieht:

*Wer genießt, der vergisst. (D 19)*

Wer nicht mehr weiß, dass sein jetziges glücklicheres, schöneres Erleben die Folge ist eines vorherigen alle Mitwesen schonenden Wandels, über den sagt der Erwachte (M 5):

*Von diesen ist zu erwarten, dass die blendenden Erscheinungen ihn hinreißen werden und dass, von den blendenden Erscheinungen hingerissen, sein Herz mit Gier aufgeladen wird und dass er dann mit Gier, mit Hass, mit Blendung befleckt, unlauteren Herzens sterben wird –*

und daraus geht dann wieder verdunkeltes „Schicksal“, selbstgeschaffenes dunkles Schaffsal, geht der Abstieg in Existenzformen voller Leiden und Qualen hervor, in „untere Welt“.

Der Erwachte, der das gesamte Spiel zwischen Diesseits und Jenseits überblickt und durchschaut, sagt, dass unter allen Wesen, die sich in dieser oder jener Daseinsform in Wohlsein, Glück und Helligkeit befinden, keines ist, das nicht vor kürzerer oder längerer „Zeit“ Elend, Not und Dunkelheit erfahren hätte, und dass unter allen Wesen, die sich jetzt im Elend befinden, keines ist, das nicht vor längerer oder kürzerer Zeit aus glücklicheren Zuständen herabgesunken wäre.

Mit dieser Erfahrung sagt der Erwachte, dass in diesem gesamten Wahnbereich von seinen untersten Möglichkeiten bis zu seinen obersten, von den dunkelsten bis zu den lichtesten – kein Anhalt ist, kein Bleiben ist, keine Heimat ist, wie lange auch immer nach den naiven Maßstäben der Wesen die eine oder andere Qualität der Erscheinungsflucht dauern mag. Solange diese Entwicklung nicht verstanden ist, so lange leben die Wesen in einer Heilserwartung bei heillosen Dingen und treiben dahin zwischen Hoffnung und Verzückung, zwischen Resignation und Verzweiflung ohne Ende.

Den Ausweg daraus nennt der Erwachte (S 12,15):

*Wenn man da aber nicht herantritt, nicht ergreift, nicht sich aneignet, nicht sich dahin richtet und: „Hier ist gar kein Ich! Leiden ist alles, was immer entsteht, Leiden ist alles, was immer vergeht“ – in diesem Wissen nicht mehr zweifelt, nicht mehr bangt, im Besitz des von allen Meinungen unabhängig machenden Klarwissens – das ist richtige Ansicht.*

Mit dieser Ansicht erwartet der vom Erwachten Belehrte nicht mehr sein wahres Wohl von den Begegnungserscheinungen, sondern nur von ihrem Stillwerden und Aufhören. Der Übergang zu dieser Einstellung und Haltung ist die Aufhebung der Bindung an die Begegnungsweise. Der Belehrte kann das sittliche Begegnungsleben nicht mehr als das Höchste ansehen.

Es ist noch nicht die Aufhebung der Begegnung selbst, aber die Aufhebung der Bindung an sie.

Diese Haltung drückt der Erwachte in M 18 aus, wo er demjenigen, der durch seine Lehre den Entwicklungsweg vom Leiden zum Heil begriffen hat, rät, er solle von der Reihe der Begegnungswahrnehmungen nichts mehr erwarten und erhoffen (*abhinandati*), sie nicht mehr in sein Denken einbauen (*abhivadati*), sich an sie nicht mehr anklammern, auf sie sich nicht mehr stützen (*ajjhosāya tiṭṭhati*), weil er nur durch diese Haltung allmählich zur Beendigung aller inneren und äußeren Aufreizungen, Abstoßungen, Sorgen, Meinungen, Zweifel und Ängste komme, zur Beendigung auch von Zank und Streit, zur Beendigung aller äußeren und inneren Spaltungen und Spannungen.

Der Pālibegriff für diese dritte aufzugebende Verstrickung wird oft übersetzt mit „Sich Klammern an Riten und Regeln“ oder „Sich Klammern an Tugendwerk“. Der Begriff *sīla-vata* bedeutet aber nicht „Riten und Regeln“, eher schon, wie K.E. Neumann übersetzt, „Tugendwerk“, auch im Sinne von Tugend-Gelübde oder –Vorsatz (s. M 57 „Der Hundelehr-ling“). Die weitere Benutzung von *vata* zeigt, dass darunter auch „Gewöhnung“, „Praxis“ verstanden wird. Darum müsste, wer *sīla* mit „Tugend“ übersetzt, *sīlabbata* mit „Tugendwerk, Tugendpraxis“ übersetzen. Wem das aber durchaus nicht als eine Verstrickung erscheinen will, der weicht aus, indem er übersetzt „Sichklammern an Riten und Regeln“. *Parāmāsa* (meistens übersetzt mit „Sichklammern“) bedeutet, das Begegnungsleben „als das Höchste (und Letzte) einschätzen“, bedeutet also, nicht darüber hinauszugehen. Wegen der empfundenen existentiellen Daseinsbangnis und der dadurch bedingten Überlegung: „Wie komme ich in diesem Leben zu Wohl, und was kann ich tun, dass es mir auch im nächsten Leben gut geht“, suchen die Menschen nach höheren Wegweisungen in den Religionen und freuen sich, wenn sie die in allen Religionen genannten Tugendregeln erfüllen: „Es hat mich Anstrengung gekostet, aber jetzt bin ich tugendhaft, füh-



re ein untadeliges Leben, mir kann eigentlich nichts mehr passieren, denn ich habe gut vorgesorgt.“

Aber wer verstanden hat, dass in der *Begegnung* und mit der Begegnung – mit der harten, rohen wie mit der sanften, hellen – keine Sicherheit und kein Heil endgültig erreichbar ist, dass alle Begegnung zum Wahnbereich gehört, aus dem es zu erwachen gilt – der fasst den weitreichenden und tiefen Sinn dieses Begriffs. An dieser oder jener Begegnungsweise festhalten – und sei es die beste, tugendhafteste –, also selbst ein Begegnender bleiben wollen, das ist die Verstrickung, mit welcher man nicht über den Begegnungsbereich hinaus, aus dem Strom der Wahnträume herauskommt.

Der Sinn der Heilslehre des Erwachten liegt in der *Durchkreuzung* dieses Stroms der Blendungsszenen, der Begegnungsszenen und in der Hinführung zur Küste des Friedens und der Sicherheit. Darum sagt der Erwachte, dass zwar nur mit guter, sanfter und erhellender Begegnungsweise alle äußeren und inneren Konflikte und Spannungen, das grelle Blenden der Begegnungsszenen und die Erregungen des Gemüts gemindert werden, dass aber der „Ort“ der Erwachung zur vollkommenen Sicherheit ganz außerhalb der Begegnungsströmung liege in der vollkommenen Auslöschung der Wahnblendungen an der sicheren Küste der Unwandelbarkeit. In diesem Wissen lasse der über Wahn und Heil belehrte Heilsgänger (*ariya-sāvako*) sogar von der Bindung an das rechte Tun, geschweige vom Unrecht (M 22).

Dieses Wort darf nicht falsch verstanden werden. Gerade von uns nicht, die wir auf jeden Fall äußerlich im Strom der Begegnung uns vorfinden und leben. Die Strömung all dieser Szenen ist die Ernte all unseres früheren Tuns und kann nicht einfach ignoriert werden, als wäre sie nicht da. So wie wir für den „eigenen“ Körper, der uns ununterbrochen begegnet, weiterhin sorgen, um ihn bei Kräften zu halten, so auch haben die „eigenen“ Pflichten und Aufgaben, die wir im Lauf des Lebens übernommen haben, nun mit an unserer Lebensstruktur, an unserem Begegnungszusammenhang gebaut, nun ist das

innere und äußere Wohlbefinden derer, die inzwischen unsere „Nächsten“ geworden sind, von uns und unserem Verhalten abhängig, ist, – recht betrachtet – ein Teil unseres Wohlbefindens.

Der Unterschied zwischen der Haltung des Heilsgängers und der des hochsinnigen, humanen, aber weltgläubigen Menschen liegt nur in der inneren Zielsetzung und inneren Erwartung, denn während der Humane, Hochherzige, der mit dieser Welt und vielleicht auch mit jenseitiger Welt rechnet, auf die helle, wohltuende Begegnung hüben und drüben als auf sein Endziel zustrebt, so sieht der vom Erwachten Aufgeklärte dieses Ziel als einen Durchgang, durch den hindurch er als Endziel das Erwachen aus dem ganzen Wahntraum und die vollständige Unabhängigkeit von allem Kommen und Gehen fest im Auge behält.

Ein solcher erfüllt hier still seine Aufgaben, und wo die Wesen an ihn herantreten, da ist er um erhellendes, sanftes Verhalten bemüht. Er bemüht sich, alle Nächstenblindheit abzutun, und weil er ernstlich keine echten Interessen mehr in der Welt der Begegnung hat, gelingen gerade ihm Entspannung und Befriedung der Notleidenden, Geängstigten und Besorgten, und er erwirbt das zunehmende Vertrauen der Mitwelt und Umwelt. Das empfindet er als wohltuend, aber er bleibt bemüht, durch alle wogenden Bilder und Szenen hindurchzublicken und das sichere Land des Friedens immer durchgängiger im Blick zu behalten.

Von einem solchen Heilsgänger sagt der Erwachte (M 78), dass er, wo Aufgaben an ihn herantreten, immer in der ihm bestmöglichen sanften und erhellenden Weise tugendhaft handelt (*sīlavat*), dass er aber durch seinen Hinblick auf das Endziel auf den Frieden hin gerichtet, zum Frieden geneigt sei und nur zum Frieden hinstrebe. Er ist in die *Heilsströmung eingetreten*. So wie die Flüsse und Ströme nicht ruhen können, bis sie angelangt sind und eingemündet im Weltmeer, so kann ein solcher nicht ruhen, bis er die heile Situation, in deren Anzie-

hungskreis er unwiderruflich eingetreten ist, auch endgültig erlangt hat.

Bei der Entwicklung zum Eintritt in die Heilsströmung hat er solche Veränderungen durchgemacht, dass er nun keine Eigenschaften mehr an sich hat, die zum Abweg, in die Unterwelt, führen, d.h. ihn nach dem Tod auf seiner Laufbahn bis zu dem ihm nun sicheren Ziel unter das Menschentum sinken lassen könnten (M 22). Und auch die Dauer seiner Laufbahn ist nicht mehr unbegrenzt: Es heißt, dass der in den Strom Eingetretene auf Grund der unwiderruflichen inneren Umstellungen, die er vollzogen hat, nach einer eng begrenzten – durch weiteres Bemühen noch abkürzbaren – Anzahl von weiteren Leben im Menschenbereich oder in helleren Bereichen das höchste Wohl, die absolute ewige Freiheit, den Heilsstand, erreicht. Die kurze Dauer dieser Restdauer der Heilsentwicklung im Verhältnis zum Leiden des anfangslosen Daseinskreislaufs vergleicht der Erwachte mit *den sieben Bohnen gegenüber dem Himālāya* (S 56,49).

Der Erwachte nennt auf der großen Wegstrecke vom ersten unverlierbaren Begreifen der sicheren Küste, des absoluten Ziels, bis zum Erreichen dieses Ziels vier Stufen. In Wirklichkeit gibt es keine richtigen Stufen, keine festen Punkte, sondern nur eine allmähliche Entwicklung, ein ununterbrochenes Hinstreben zum Ziel, so wie der Schwimmer in dem Augenblick, in dem er die Küste gesehen hat, es nicht lassen kann, auf sie zuzuschwimmen.

Wie bei dem Menschen, der in die Heilsanziehung eingetreten ist, so sind auch die Schwimmer je nach ihrem Naturell unterschiedlich. Manchen verleiht der Anblick der Küste einen starken Impuls, sie so schnell wie möglich zu erreichen. Sie schwimmen zuerst rasend, dann aber werden sie müde und denken, sie kämen der Küste nicht näher. Sie erwecken den Eindruck, als ob ihnen das Schwimmen leid wäre, aber sie können es doch nicht lassen, weiter auf die Küste zuzuschwimmen. Sie sind subjektiv oft noch sehr befangen, aber im Lauf der Zeit kommen sie der Küste doch näher, weil sie

gar kein anderes Ziel mehr haben als die Küste; wohingegen derjenige, der keine Küste sieht, einmal in dieser, einmal in jener Richtung schwimmt. Wer aber die Küste einmal gesehen hat, hält die Richtung auf sie ein; auch wenn es ihm schwerfällt, kommt er doch nicht dazu, sich wieder ganz umzudrehen und von der Küste wegzuschwimmen.

So ist es auch mit der Gewinnung des Stromeintritts. Manche haben im Anfang den Eindruck, als ob sie ihn noch nicht erreicht hätten, und glauben, ihr Streben habe wenig Erfolg. Andere sind gerade im Anfang besonders begeistert und arbeiten eisern, aber jeder erlebt auf dem Weg Strecken, wo er energischer vorwärts geht, und Strecken, wo er weniger kraftvoll vorwärts geht. Manche machen am Ende eine Art Endspurt, um herauszukommen, und manche bleiben im Gefühl der Sicherheit in voller Gelassenheit und streben in aller Ruhe zum Ziel. Das ist naturellbedingt. Es kommt nur darauf an, ob dem Schwimmer die Küste als Sicherheit und sein Aufenthalt im Meer als Gefahr erscheint.

## 5. Der Einmalwiederkehrer

Der vierte Mensch hat immer wieder das abschreckende Bild des Samsāra, des sinnlosen Umherwanderns der Wesen, und die heile Situation vor Augen. Auf Grund dieser Sicht mindert er untugendhafte Taten und Gesinnungen, mindert auch Begehren, jegliche Form von Antipathie, Abneigung und Widerstreben. Dieses Mindern und Abschwächen des Begehrens und der Antipathie wird in dem Gleichnis verglichen mit dem Wesen, das auf die Küste zuschwimmt, dem fünften Menschen: dem Einmalwiederkehrer. Von ihm heißt es, dass er neben drei Verstrickungen, die auch der vierte Mensch abgetan hat, weiterhin Anziehung, Abstoßung und Blendung erheblich gemindert hat, aber auf Grund des noch bestehenden Restes an Wahn und an Sinnensucht noch einmal in der Sinnensuchtwelt wiedergeboren werde, um dann dem Leiden ein Ende zu machen. Die Blendung ist bei ihm weitgehend aufgehoben. Sein Maß-

stab ist nicht mehr die Unterscheidung zwischen angenehm oder unangenehm, sondern er sieht alle Dinge immer mehr in ihrem wahren Wert – ob sie zu endgültigem Heil führen oder nicht – und darum kann gar nicht mehr so sehr Gier und Hass, Anziehung und Abstoßung, in ihm aufkommen.

Um den dauernden rechten Anblick der Dinge, durch den sie nicht mehr durch Anziehung oder Abstoßung verlockend oder abstoßend erscheinen, bemüht sich der Mensch, der die drei ersten Verstrickungen aufgelöst hat. Er lässt keinen Blendungsanblick mehr zu, auch wenn eine Sache spontan, von den Trieben her, wieder begehrenswert oder abstoßend aussieht. Er ruht nicht, bis er dieselbe Sache nüchtern, neutral ansehen kann in ihrem Entstehen und Vergehen, in ihrer Wandelbarkeit. So wird er gleichen Gemüts, gleichmütig in gutem Sinn, sanften Gemüts, sanftmütig. Sanftmut ist keine Schwäche, sondern die Eigenschaft des Weisen, des Großen, der über den Dingen steht, der sieht: *Alle Dinge sind ungeeignet, sie zu lieben und festzuhalten..(M 37)*

Dieser fünfte Mensch, der außer den drei ersten Verstrickungen Gier und Hass schon weitgehend gemindert hat, wird mit dem Schwimmer verglichen, der schon weiter auf die Küste zugeschwommen ist. Das tosende wogende Meer der Leidenschaften liegt schon weit hinter ihm, und ihn berührt nur noch der leisere Wellenschlag des küstennahen Gewässers.

## 6. Der Nichtwiederkehrer

Der sechste Mensch hat in der Nähe der Küste schon Boden unter den Füßen, braucht nicht mehr zu schwimmen, kann zur Küste hinschreiten. Er wird *Nichtwiederkehrer* genannt.

Die fünf Verstrickungen: Glaube an Persönlichkeit, Daseinsbangnis, das Begegnungsleben als das Höchste ansehen, Sinnensucht und Antipathie bis Hass hat er völlig aufgehoben und kann darum nach dem Tod nicht mehr in sinnlicher Welt zur Erscheinung kommen. Die Triebe sind noch nicht ganz versiegt, er kann noch an formhaften und formfreien Zuständen haften, diese begehren, hat noch nicht das letzte und feins-

te Ergreifen aufgelöst und kann darum noch in solchen Bereichen wiederkehren, befreit sich dann aber auf Grund seiner rechten Anschauung über das Leiden jeglicher Wahrnehmung von dort aus endgültig.

## 7. Der Triebversiegte, Geheilte

Sind die Triebe, das Verlangen nach Dasein, nach jeglicher Wahrnehmung überhaupt aufgelöst, werden alle Erlebensformen als leidbringend erkannt und empfunden, dann besteht vollkommener Gleichmut hinsichtlich aller Erlebnisse und auch gegenüber dem Gleichmut selber. Ein solcher – in diesem Gleichnis als der siebente Mensch bezeichnet – braucht nicht mehr zu kämpfen. Gekämpft hat er unermüdlich (M 70). Er hat das Ziel, die endgültige Sicherheit, das Ufer erreicht, ist den Gefahren der Ich-Auffassung und der Welt-Auffassung, dem tödlichen Element, dem Wasser, endgültig entronnen.

Für uns geht es darum, dass wir merken, wie wichtig es ist, dass wir die Täuschung, wir befänden uns in Sicherheit, durchschauen und immer klarer sehen, dass wir in diesem endlosen Leidenskreislauf gefangen sind in einem gnadenlosen, automatisch bedingten Umlauf durch endlose Tode, Aufstiege und Abstürze und dass das Nibbāna die rettende Küste, die ewige Sicherheit ist, wo alle sinnlosen Prozessfolgen aufhören, wo vollkommener Friede ist, ein für alle Mal, also in Ewigkeit. Der Weg der wirklichen Nachfolge dahin ist ein Erleben von zunehmendem Frieden, wachsender Sicherheit. Solange uns das Nibbāna noch nicht verlockend erscheint, so lange empfinden wir es nicht so wie der um sein Leben Schwimmende die Küste empfindet, und so lange werden wir auch nicht unbeirrbar darauf zuhalten. Wir müssen merken: Ein Festhaltenwollen an Fließendem muss uns nur immer wieder unendliches, immer wiederkehrendes Leiden bringen. Solange wir das nicht sehen, so lange sind wir verblendet. Haben wir aber die Blendung nicht aufgehoben, können wir nicht die Schritte tun, die zur Freiheit führen.

VOM EINTRITT IN DIE HEILSSTRÖMUNG  
„Gruppierte Sammlung“ (S 25)

*So hab ich's vernommen. Einst weilte der Erhabene in Sāvatti, im Jeta-Hain, im Kloster des Anāthapindiko. Dort wandte sich der Erhabene an die Mönche: Ihr Mönche! – Ja, o Herr –, antworteten jene Mönche dem Erhabenen. Der Erhabene sprach:*

1. Sinneswerkzeuge (6),  
von den Sinnesdrängen besetzt

*Das Auge (mit dem innewohnenden Luger) ist unbeständig, wandelbar, verändert sich ununterbrochen.*

*Das Ohr (mit dem innewohnenden Lauscher) ist unbeständig, wandelbar, verändert sich ununterbrochen.*

*Die Nase (mit dem innewohnenden Riecher) ist unbeständig, wandelbar, verändert sich ununterbrochen.*

*Die Zunge (mit dem innewohnenden Schmecker) ist unbeständig, wandelbar, verändert sich ununterbrochen.*

*Der Körper (mit dem innewohnenden Taster) ist unbeständig, wandelbar, verändert sich ununterbrochen.*

*Der Geist (mit dem innewohnenden Denker) ist unbeständig, wandelbar, verändert sich ununterbrochen.*

*Wer dieser Wahrheit so vertraut, ihr Mönche, so von ihr angezogen und ihr zugeneigt ist, von dem wird gesagt, dass er den Stand des aus Vertrauen der Wahrheit Nachgehenden erlangt hat. In die rechte, zum Heil führende Entwicklung ist er eingetreten. Die geistige Ebene des Heilsgängers hat er gewonnen, und verlassen hat er den Stand des gewöhnlichen Menschen. Unfähig ist er nun, solche Taten zu wirken, durch welche er nach dem Tod unterhalb des Menschentums gelangen könnte, in Hölle, Tierreich, Ge-*

*spensterreich. Und unmöglich ist es, dass er dieses jetzige Leben beschließt, ohne endgültig die Frucht des Stromeintritts zu erreichen.*

*Wer nun diese Wahrheiten mit klarem Blick allmählich ergründet, den nennt man einen aus Erkenntnis Nachfolgenden, in die rechte, zum Heil führende Entwicklung ist er eingetreten. Die geistige Ebene des Heilsgängers hat er gewonnen, und verlassen hat er den Stand des gewöhnlichen Menschen. Unfähig ist er nun zu einem Wirken, durch das er nach dem Tod unterhalb des Menschentums gelangen könnte, in Hölle, Tierreich, Gespensterreich; und unmöglich ist es, dass er dieses jetzige Leben beschließt, ohne endgültig die Frucht des Stromeintritts zu erreichen.*

*Wer dies so durchschaut und vor Augen hat, der wird Heilsgänger genannt. Dem Abweg entronnen, eilt er ungehemmt der vollen Erwachung entgegen.*

## 2. Außenprojektionen der Sinnensüchte: Form (*rūpa*) (6)

*Die Formen sind unbeständig, wandelbar, verändern sich ununterbrochen.*

*Die Töne sind unbeständig, wandelbar, verändern sich ununterbrochen.*

*Die Düfte sind unbeständig, wandelbar, verändern sich ununterbrochen.*

*Das Schmeckbare ist unbeständig, wandelbar, verändert sich ununterbrochen.*

*Das Tastbare ist unbeständig, wandelbar, verändert sich ununterbrochen.*

*Die Gedanken sind unbeständig, wandelbar, verändern sich ununterbrochen.*



*Wer dieser Wahrheit so vertraut, ihr Mönche, so von ihr angezogen und ihr zugeneigt ist, von dem wird gesagt, dass er den Stand des aus Vertrauen der Wahrheit Nachgehenden erlangt hat. In die rechte, zum Heil führende Entwicklung ist er eingetreten. Die geistige Ebene des Heilsgängers hat er gewonnen, und verlassen hat er den Stand des gewöhnlichen Menschen. Unfähig ist er nun, solche Taten zu wirken, durch welche er nach dem Tod unterhalb des Menschentums gelangen könnte, in Hölle, Tierreich, Gespensterreich. Und unmöglich ist es, dass er dieses jetzige Leben beschließt, ohne endgültig die Frucht des Stromeintritts zu erreichen.*

*Wer nun diese Wahrheiten mit klarem Blick allmählich ergründet, den nennt man einen aus Erkenntnis Nachfolgenden, in die rechte, zum Heil führende Entwicklung ist er eingetreten. Die geistige Ebene des Heilsgängers hat er gewonnen, und verlassen hat er den Stand des gewöhnlichen Menschen. Unfähig ist er nun zu einem Wirken, durch das er nach dem Tod unterhalb des Menschentums gelangen könnte, in Hölle, Tierreich, Gespensterreich; und unmöglich ist es, dass er dieses jetzige Leben beschließt, ohne endgültig die Frucht des Stromeintritts zu erreichen.*

*Wer dies so durchschaut und vor Augen hat, der wird Heilsgänger genannt. Dem Abweg entronnen, eilt er ungehemmt der vollen Erwachung entgegen.*

### 3. Erfahrung (*viññāna*) (6)

*Die Luger-Erfahrung ist unbeständig, wandelbar, verändert sich ununterbrochen.*

*Die Lauscher-Erfahrung ist unbeständig, wandelbar, verändert sich ununterbrochen.*

*Die Riecher-Erfahrung ist unbeständig, wandelbar, verändert sich ununterbrochen.*

*Die Schmecker-Erfahrung ist unbeständig, wandelbar, verändert sich ununterbrochen.*

*Die Taster-Erfahrung ist unbeständig, wandelbar, verändert sich ununterbrochen.*

*Die Denker-Erfahrung ist unbeständig, wandelbar, verändert sich ununterbrochen.*

*Wer dieser Wahrheit so vertraut...wer diese Wahrheiten mit klarem Blick ergründet....*

#### 4. Berührung (*phassa*) (6)

*Die Luger-Berührung ist unbeständig, wandelbar, verändert sich ununterbrochen.*

*Die Lauscher-Berührung ist unbeständig, wandelbar, verändert sich ununterbrochen.*

*Die Riecher-Berührung ist unbeständig, wandelbar, verändert sich ununterbrochen.*

*Die Schmecker-Berührung ist unbeständig, wandelbar, verändert sich ununterbrochen.*

*Die Taster-Berührung ist unbeständig, wandelbar, verändert sich ununterbrochen.*

*Die Denker-Berührung ist unbeständig, wandelbar, verändert sich ununterbrochen.*

*Wer dieser Wahrheit so vertraut...wer diese Wahrheiten mit klarem Blick ergründet....*

#### 5. Gefühl (*vedanā*) (6)

*Das durch Luger-Berührung entstandene Gefühl ist unbeständig, wandelbar, verändert sich ununterbrochen.*

*Das durch Lauscher-Berührung entstandene Gefühl ist unbeständig, wandelbar, verändert sich ununterbrochen.*

*Das durch Riecher-Berührung entstandene Gefühl ...*

*Das durch Schmecker-Berührung entstandene Gefühl..*

*Das durch Taster-Berührung entstandene Gefühl ...*

*Das durch Denker-Berührung entstandene Gefühl...*

*Wer dieser Wahrheit so vertraut...wer diese Wahrheiten mit klarem Blick ergründet...*

#### 6. Wahrnehmung (*saññā*) (6)

*Die Form-Wahrnehmung ist unbeständig, wandelbar, verändert sich ununterbrochen.*

*Die Ton-Wahrnehmung ...*

*Die Duft-Wahrnehmung ...*

*Die Geschmacks-Wahrnehmung ...*

*Die Körper-Wahrnehmung ...*

*Die Gedanken-Wahrnehmung ...*

*Wer dieser Wahrheit so vertraut...wer diese Wahrheiten mit klarem Blick ergründet...*

#### 7. Absicht, denkerische Aktivität (*cetanā*) (6)

*Die Absicht auf Formen ist unbeständig, wandelbar, verändert sich ununterbrochen.*

*Die Absicht auf Töne ...*

*Die Absicht auf Düfte ...*

*Die Absicht auf Geschmäcke ...*

*Die Absicht auf Tastbares ...*

*Die Absicht auf Gedanken ...*

*Wer dieser Wahrheit so vertraut...wer diese Wahrheiten mit klarem Blick ergründet...*

## 8. Durst (*tanhā*) (6)

*Der Durst nach Formen ist unbeständig, wandelbar,  
verändert sich ununterbrochen.*

*Der Durst nach Tönen ...*

*Der Durst nach Düften ...*

*Der Durst nach Geschmäcken ...*

*Der Durst nach Körpern ...*

*Der Durst nach Gedanken ...*

*Wer dieser Wahrheit so vertraut...wer diese Wahrheiten mit klarem Blick ergründet...*

## 9. Gegebenheiten (*dhātu*) (5)

*Die Gegebenheit Festigkeit ist unbeständig, wandelbar,  
verändert sich ununterbrochen.*

*Die Gegebenheit Flüssigkeit ...*

*Die Gegebenheit Hitze / Wärme ....*

*Die Gegebenheit Luft ...*

*Die Gegebenheit Raum ist unbeständig, wandelbar,  
verändert sich ununterbrochen.*

*Wer dieser Wahrheit so vertraut ... wer diese Wahrheiten mit klarem Blick ergründet ...*

## 10. Die fünf Zusammenhäufungen (*upādāna-khandhā*)

*Form ist unbeständig, wandelbar, verändert sich ununterbrochen.*

*Gefühl ...*

*Wahrnehmung ...*

*Aktivität ...*

*programmierte Wohlerfahrungssuche ist unbeständig,  
wandelbar, verändert sich ununterbrochen.*

*Wer dieser Wahrheit so vertraut, ihr Mönche, so von ihr angezogen und ihr zugeneigt ist, von dem wird gesagt, dass er den Stand des aus Vertrauen der Wahrheit Nachgehenden erlangt hat. In die rechte, zum Heil führende Entwicklung ist er eingetreten. Die geistige Ebene des Heilsgängers hat er gewonnen, und verlassen hat er den Stand des gewöhnlichen Menschen. Unfähig ist er nun, solche Taten zu wirken, durch welche er nach dem Tod unterhalb des Menschentums gelangen könnte, in Hölle, Tierreich, Gespensterreich. Und unmöglich ist es, dass er dieses jetzige Leben beschließt, ohne endgültig die Frucht des Stromeintritts zu erreichen.*

*Wer nun diese Wahrheiten mit klarem Blick allmählich ergründet, den nennt man einen aus Erkenntnis Nachfolgenden, in die rechte, zum Heil führende Entwicklung ist er eingetreten. Die geistige Ebene des Heilsgängers hat er gewonnen, und verlassen hat er den Stand des gewöhnlichen Menschen. Unfähig ist er nun zu einem Wirken, durch das er nach dem Tod unterhalb des Menschentums gelangen könnte, in Hölle, Tierreich, Gespensterreich; und unmöglich ist es, dass er dieses jetzige Leben beschließt, ohne endgültig die Frucht des Stromeintritts zu erreichen.*

*Wer dies so durchschaut und vor Augen hat, der wird Heilsgänger genannt. Dem Abweg entronnen, eilt er ungehemmt der vollen Erwachung entgegen.*

Diese Lehrrede ist eine von vielen einander im Kern ähnlichen Unterweisungen mit dem Ziel, das innere Stadium der Heilsgarantie, den Stromeintritt, zu vermitteln. Weit ehe der Nachfolger des Erwachten das Heil, die unverletzliche Unverletztheit, gewinnt und damit heil geworden ist, kann er einen Sicherheitsgrad erreichen, eine geistige Ausrichtung, und von da

ab arbeitet er unhemmbar auf die heile Situation hin, kann es nicht lassen, das Heil anzustreben. Er ist ein Heilsgänger geworden. Von da ab ist die Erreichung des Heils nur noch eine Zeitfrage. Es ist so, wie wenn ein Wagen auf einer Seite den Berg immer weiter hinaufgeklettert ist bis oben zur Kuppe, so dass er jetzt auf der anderen Seite wie von selber hinunterrollt, bis er am jenseits des Berges liegenden Ziel ankommt. Die Garantie der Heilserreichung ist somit weit eher schon zu erwerben als das Heil selber. Der Heilsgänger hat die Existenz so durchschaut, dass er keine Erscheinung und keine Aktivität mehr als beständig oder als endgültig wohl oder als eigen angehen kann (M 115). Er befindet sich als Heilsgänger in dem Zug und der Neigung zum Heil wie ein Holzstück, das in der *Flussmitte von der Strömung unaufhaltsam zum Meer hingetrieben wird und nirgendwo am Ufer hängenbleibt.* (S 35,200)

In unserer Lehrrede nennt der Erwachte 10 zu betrachtende Gruppen. In der 10. Gruppe sind die 9 vorherigen Gruppen enthalten.

Zu 1. Sinneswerkzeuge,  
von den Sinnesdrängen durchzogen, sind unbeständig

Der Erwachte sagt (S 35,23): *Alles will ich euch zeigen, ihr Mönche. Was ist alles? Das Auge (mit dem innewohnenden Luger) und die Formen, das Ohr (mit dem innewohnenden Lauscher) und die Töne usw.: das heißt man alles.*

In diesen 2 x 6 Dingen ist alles Dasein einbeschlossen. Warum ist in diesen beiden Gegenständen „alles“ enthalten? Solange Tendenzen/Triebe/Sinnesdränge in den Sinneswerkzeugen des Körpers sind, gibt es das nicht, dass Auge und Form sich begegnen und dabei etwa nicht die Erfahrung/Berührung des Triebs im Auge, des Lugers, zustande kommt, wodurch Gefühl und alles Weitere entsteht bis zu den bewussten Gedanken und Wünschen im Geist, in den das Wahrgenommene eingetragen wird.

Noch einschränkender sagt der Erwachte (A IV,45):

*In diesem klaftegroßen Körper mit Wahrnehmung und Geist ist die Welt enthalten und auch der Welt Fortsetzung und auch der Welt Beendigung und auch die zur Beendigung der Welt führende Vorgehensweise.*

Diese Aussage wird ergänzt durch A IX,38:

*Die fünf Begehrensstränge (kāmagunā) sind es, welche in der Wegweisung des Vollendeten „Welt“ genannt werden, nämlich:*

*die vom Luger erfahrbaren Formen, die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen, dem Begehren entsprechenden, reizenden,*

*die vom Lauscher erfahrbaren Töne, die ersehnten...*

*die vom Riecher erfahrbaren Düfte, die ersehnten...*

*die vom Schmecker erfahrbaren Säfte, die ersehnten...*

*die vom Taster erfahrbaren Körper, die ersehnten...*

*die vom Denker erfahrbaren Gedanken, die ersehnten...*

*Das sind die fünf Begehrensstränge, welche in der Wegweisung des Vollendeten „Welt“ genannt werden.*

Das bedeutet, die Sucht nach Formen, Tönen..., den ersehnten, geliebten..., usw. ist der Weltmacher, der Maler von Welt.

Die Übersetzer der Lehrreden gehen bei aller Korrektheit von ihren westlichen Auffassungen aus, weshalb sie übersetzen:

*Durch das Auge und die Formen entsteht Sehbewusstsein,*

*durch das Ohr und die Töne entsteht Hörbewusstsein usw.*

Diese Übersetzungen erwecken ganz entsprechend der naturwissenschaftlichen Auffassung den Eindruck, dass allein durch die Anwesenheit von funktionsfähigen Sinneswerkzeugen mit ihrem Nervensystem und durch das Herantreten von Licht, Farben, Formen, von Schallwellen und Düften usw. dieses ganz andere Zustände käme, nämlich das geistige, bewusste Erlebnis, Gefühl und Wahrnehmung. Dieser Auffassung liegt

der Glaube zugrunde, das Geistige, nämlich bewusstes Erleben, sei ein Produkt solcher mechanischen, chemischen oder feinelektrischen Vorgänge, dass also Bewusstsein, Erleben aus der sog. „Materie“ hervorgehe.

Diese Ansicht hat die westlichen Übersetzungen geprägt. Im Westen gibt es entsprechend der mechanistischen Sicht in der Regel für jedes Sinnesorgan nur einen Begriff, z.B. das Auge, das Ohr, die Nase usw., gleichviel ob man an den geistigen Drang zur sinnlichen Wahrnehmung denkt oder einfach das körperliche Organ meint: Man sagt immer Auge, Ohr, Nase usw. In den Pāli-Lehrreden des Erwachten aber wird zwischen den geistigen Drängen nach sinnlicher Wahrnehmung und den körperlichen Werkzeugen für die sinnliche Wahrnehmung unterschieden: Wo lediglich von den körperlichen Organen die Rede ist, etwa von gesunden oder kranken Augen, von verstümmelten oder kranken Ohren oder der Nase, da wird Auge in Pāli stets mit *akkhi* oder *acchi* bezeichnet, Ohr mit *kanna* und Nase mit *nāsā*. Z.B. berichtet der Erwachte in M 36 von der vergeblichen und darum sinnlosen Bemühung, den Atmungsvorgang durch Mund, Nase und gar die Ohren einzustellen: auch dort ist von *nāsā* und *kanna* die Rede.

Wo aber von den fünf Drängen zur sinnlichen Wahrnehmung, von den Begehrenssträngen die Rede ist, da heißt es stets *cakkhu* statt *akkhi* und *sota* statt *kanna* und ebenso *ghāna* statt *nāsā*.

Das körperliche Auge kann so wenig sehen wie eine Brille, aber das Sehenswollen, der innere Luger oder Seher, lugt durch das physische Auge als durch seine Brille nach der äußeren Welt der Formen, nach den *ersehten*, *begehrten*, *geliebten*, *entzückenden*, ebenso kann das körperliche Ohr so wenig hören wie ein Hörrohr, aber das Hörensollen, der innere Lauscher, lauscht durch die physischen Ohren nach der äußeren Welt der Töne; das Riechenswollen, der innere Drang nach Düften, sucht durch die Nase des Körpers nach der Welt der Gerüche usw. Die Sinnesorgane sind nur Werkzeuge für jene



sinnlich nicht erkennbaren, aber wirkenden innewohnenden sinnlichen Süchte, die zusammen genommen geradezu einen großen inneren Hungerleider bilden, der ununterbrochen nach dem Welterlebnis lugt und lauscht, lungert und lechzt, und der sich durch die Sinnesorgane holt, was er holen kann.

Zwar kann man die Pāliworte für die den Sinnesorganen innewohnenden Dränge in den überlieferten Reden nicht immer mit Luger, Lauscher, Riecher usw. übersetzen, denn sie werden oft auch allein für die *Möglichkeit* der sinnlichen Wahrnehmung und *unabhängig von dem sinnlichen Drang* benutzt, ähnlich wie wir „Herz“ nicht nur dann sagen, wenn wir charakterliche und moralische Eigenschaften meinen, wie etwa „ein gutherziger Mensch“, sondern mit demselben Wort auch das körperliche Organ bezeichnen. Diese manchmal gleiche Bezeichnung für den sinnlichen Drang wie für das Organ konnte sich der Inder der damaligen Zeit erlauben, weil ihm zutiefst bewusst war, dass diese Sinnesorgane ihre Herkunft nur vom Begehren haben. Da aber der moderne Mensch fast nur nach außen lebt, so ist das bei ihm anders. Wenn er die deutschen Worte: Auge, Ohr, Nase usw. gebraucht, dann denkt er durchaus nicht an die innewohnenden Dränge. Darum ist es gut, wenn wir uns öfter vor Augen führen, dass das Sehenvollen, der innere drängende Luger, das Augenpaar hat entstehen lassen und das Hörenvollen, der drängende Lauscher, das Ohrenpaar hat entstehen lassen usw. und dass das innere Drängen die Sinnesorgane zur Stillung seiner Sehnsüchte benutzt, so dass wir nicht nur sinnlich wahrnehmen *können*, sondern müssen, dass wir abhängig, bedürftig, begehrllich sind.

In M 146 vergleicht der Erwachte den lebenden Menschen mit einer brennenden Öllampe. Die leere Lampe selbst gilt da für den gesamten menschlichen Körper. Der Docht in der Lampe gilt für fünf Sinneswerkzeuge samt dem Gehirn als sechstes. Aber das Öl in der Lampe, das den ganzen Docht durchzieht, das gilt für die fünf Begehrensdränge, die die Sinnesorgane durchziehen – und gilt als sechstes auch für den das

Gehirn durchziehenden geistigen Drang nach gedanklicher Beschäftigung mit den Objekten. Ganz so wie das Öl den Docht durchzieht, so durchziehen die Begehrensdränge in ihrer Gesamtheit als eine im Körper ausgebreitete Empfindlichkeit, eben als Wollenskörper den Fleischkörper mit seinen Sinnesorganen. Der öldurchtränkte Docht sagt alles. Man weiß ja unmittelbar, dass ein trockener Docht, wenn man ein Streichholz daran hält, nur gerade glimmt, dass er aber öldurchtränkt aufflammt. Ganz so ist bei uns normalen Menschen der Fleischkörper von den Begehrensdrängen, vom Wollenskörper, vom Spannungsleib (*nāma-kāya*) durchzogen. *Nāma* ist der Schmecker, der alles ihm Begegnende nach seinem Geschmack beurteilt und benennt, ist also der Hungerleider, ist die Gesamtheit des dem Menschen innewohnenden Verlangens, nicht nur des sinnlichen Begehrens, sondern aller Tendenzen überhaupt. In dem sog. Bedingungs-zusammenhang spielt das zusammenhängende Paar, *nāma-rūpa*, der spannungshafte Hungerleider, der den Fleischkörper und den feinstofflichen Körper durchzieht, eine Hauptrolle, und er wird dort aufgeführt als die Bedingung für die Berührung, und das heißt für den Eintritt von Gefühl und Wahrnehmung.

In M 43 wird erklärt, dass die Gesamtheit der Triebe, der Tendenzen, die dort als Gier und Hass bezeichnet werden und die den Wollenskörper ausmachen, auch die Erscheinungsmacher (*nimittakarana*) sind, und die Erscheinungen sind ja zusammen „die Welt“. So ist der Hungerleider, die jeweilige Wollensstruktur (*nāma-kāya*), der unmittelbare Weltmacher, ist die Wurzel der Welt (*rūpa*). Das Wissen um diese Wahrheit, die in den Geist aufgenommen wird, ist der Anfang der auf den Heilsstand hinzielenden Entwicklung.

Der Geist des normalen unbelehrten Menschen enthält das, was er gesehen, gehört, gerochen, geschmeckt, getastet hat und was er darüber und davon ausgehend gedacht und empfunden hat. Er meldet zum Beispiel: Wenn du jetzt dieses schöne Bild sehen willst oder diesen Geschmack haben willst, dann musst du deinen Körper in Bewegung setzen, Geld mit-

nehmen, durch die und die Straßen gehen zu dem Geschäft, in dem du das Begehrte im Schaufenster gesehen hast. Der Geist betreibt die Weltfortsetzung, indem er, dem Durst nach Erleben folgend, handelt und dadurch immer weiter Welt erlebt. Nach dem Tod erfahren dieselben inneren Dränge, dieselben Charaktereigenschaften weiterhin die nach dem Tod zur Erfahrung kommende Welt. Der unbelehrte Geist kennt nicht die Weltauflösung, er unterscheidet in der Welt nur das Angenehme und Unangenehme, sucht das Angenehme und flieht das Unangenehme: *Greif nur hinein ins volle Menschenleben. Wo du es anpackst, ist es interessant*, sagt Goethe. Ja, damit wird „Welt“ fortgesetzt.

Aber der Geist des weiterblickenden Menschen hat die Möglichkeit, durch die Belehrung eines Erwachten die Möglichkeit der Weltauflösung in den Geist aufzunehmen und damit ganz anders zu funktionieren. Der Kenner der Wirklichkeit unterscheidet den Weg der Ausbreitung, Vielfalt, das Indie-Peripherie-Rasen und dabei hemmungslos werden, indem den Sinnesdrängen gefolgt wird, wodurch Leiden erlebt wird, und demgegenüber umgekehrt den Weg zur Einheit, zum Frieden durch Betrachtung der Unzulänglichkeit des Körpers und der Sinnendinge, wodurch die Leiden abnehmen.

Der Körper mit den Sinnesdrängen ist unbeständig

Der Erwachte sagt in der ersten Gruppe unserer Lehrrede: Der Übende erkennt:

*Das Auge (mit dem innewohnenden Luger) ist unbeständig, wandelbar, verändert sich ununterbrochen.*

Dasselbe gilt von allen anderen Sinnesorganen mit ihren Drängen. Der Mensch hat sich seit der Kindheit an das Funktionieren der Sinnesorgane gewöhnt, hat sich an den Körper mit den Trieben gewöhnt. An jedem einzelnen Sinnesorgan hängt er. Darum muss der Übende die Unzulänglichkeit, weil Unbeständigkeit und Leidigkeit, sehen und muss diese Betrachtung immer wieder pflegen, sonst kann er trotz Wahrheitserkenntnis

nicht *in die Wahrheit einmünden* (M 95). Das heißt: Tut er dies nicht, dann hat er nur zur Kenntnis genommen, dass in den Lehrreden Derartiges über die Körperwerkzeuge (mit den jeweils innewohnenden Sinnesdrängen) ausgesagt wird. Dieses Wissen aber hat nur geringen Einfluss auf sein Denken und Bewerten und reicht darum nicht aus, sein Reden und Handeln und seine Lebensführung zu wandeln. Es hat keine Evidenz, keine Leuchtkraft; denn er hat die Aussagen des Erwachten nicht mit der Existenz verglichen, nicht in der Wirklichkeit beobachtet, nicht *den Schluss auf sich selbst ziehend* aufgenommen.

In jedem Augenblick ist das Körperwerkzeug Auge mit dem innewohnenden Luger etwas anders. Das Auge eines Einjährigen ist nicht dasselbe wie das Auge des Neugeborenen. Ununterbrochen wandelt sich das Auge. Ebenso verändern sich die anderen Körperwerkzeuge ununterbrochen. Immer wieder fließen Säfte hinein, werden Zellen abgebaut und erneuert. Altes wird abgetragen, Neues wird gebildet. Und nur deshalb, weil die Wandlungen meist so unscheinbar und so allmählich vor sich gehen und weil unser Blick so unscharf, ungenau und von anderen Dingen gefesselt ist, merken wir die Unbeständigkeit nicht. In Wirklichkeit ist dieser Leib nicht, sondern wandelt sich ununterbrochen. Darum kann nicht von einem beharrenden Sein gesprochen werden, sondern immer nur von einem dauernden Werden oder von einem dauernden Vergehen, und das heißt von dauernder Wandlung, von dauernder Veränderung. Das Aufspringen einer Blütenknospe ist zugleich der erste Schritt zum Verwelken der Blüte. Der Augenblick der Geburt eines Menschen ist zugleich der erste Schritt zu seinem Tod.

Man weiß, wie der Körper in dem jetzigen Alter aussieht. Man denke sich die Jahre zurück von der Geburt an als Einjähriger, Fünfjähriger, Fünfzehnjähriger, Zwanzigjähriger und gehe weiter bis zu 50, 60, 70, 80 Jahren. Wer einen wahrheitsgemäßen Blick auf den Körper will, erlaubt sich nicht mehr einen Blick nur auf den gegenwärtigen Körper, ohne nicht mit

einzu beziehen, wie er war und wie er werden wird. Das ist Wahrheitswahrnehmung, Bewusstsein von wirklichen Seinsverhalten. Wenn wir den Körper nur in dem jugendlichen Zustand betrachten und die Vorstellung zulassen: „So ist der Körper“, dann sind wir erschreckt oder entsetzt, wenn der Leib hinfällig und elend wird – und das in demselben Maß, wie man in der Jugend übermütig ist, wenn der Leib jung ist. Man muss sich vor Augen führen, dass die altersmäßigen Veränderungen zum Körper gehören und dass der Körper ein unbeständiges, ständig sich wandelndes Ding ist.

*Augustinus sagt:*

*Vom ersten Augenblick an, da man sich im sterblichen Leib befindet, geht im Menschen stetig etwas vor, was zum Tod führt. Die Wandelbarkeit arbeitet die ganze Zeit des irdischen Lebens daran, – wenn man dies überhaupt Leben nennen will – dass man zu Tode kommt. Dem Tod ist jeder nach einem Jahr näher, als er das Jahr zuvor war, näher morgen als heute und heute näher als gestern, näher kurz nachher als jetzt und jetzt näher als kurz zuvor. Jede Spanne Lebenszeit verkürzt die Lebensdauer, und der Rest wird kleiner und kleiner mit jedem Tag, und die ganze Lebenszeit ist so nichts als ein Todeslauf, bei dem keiner auch nur ein wenig innehalten oder etwas langsamer gehen darf, vielmehr werden alle im gleichen Schritt gedrängt und alle zur gleichen Eile angetrieben.*

Die den Körper durchziehenden Sinnesdränge sind ebenfalls unbeständig wie die Sinnesorgane. Die Anliegen der Sinnesdränge wechseln jeden Augenblick, weil sie dauernd durch gedankliches positives und negatives Bewerten geändert werden. Der Erwachte sagt: Im sogenannten Sterben verlässt das drängende Wollen, verlassen die Triebe in den Sinnesorganen, das, was in anderen Religionen „Seele“ genannt wird, mit allem Fühlen, Denken und Wissen mit dem für uns unsichtbaren feinstofflichen Körper (*dibba-kāya*) den grobstofflichen Körper (*olarika-kāya*) ebenso, wie wenn ein Mensch ein Haus

verlässt. Aber auch nach Verlassen des grobstofflichen Körpers gilt: Je nach den Einsichten, welche das Wesen in seinem Geist aufnimmt, verändert sich das Mögen und Nichtmögen der Triebe. Ein Trieb ist nichts anderes als das festgehaltene „Ja“, die festgehaltene Anerkennung und positive Bewertung dieser oder jener Dinge, Eigenschaften oder Verhaltensweisen. Die Triebe sind nach Qualität und nach Quantität die Summe der vollzogenen Bewertungen mit einem mehr oder weniger starken Drang in Richtung des positiv Bewerteten. Die moralischen und sozialen Triebe eines Wesens, die von den sinnlichen in den Geist eingetragenen Trieberfahrungen geweckt werden, können schlechter werden, dunkler werden, ja, schrecklich werden, und sie können je nach den Weltanschauungen, die das Wesen im Geist aufnimmt, auch besser werden, hilfsbereit, mitempfindend, hochsinnig werden. Der hochsinnige, mit vorwiegend moralischen und sozialen Trieben besetzte Triebkörper im feinstofflichen Körper sieht heller, schöner, leuchtender aus als der niedrig gesinnte. Aber keine Verfassung bleibt, wie sie gerade ist, sie verändert sich ununterbrochen je nach den Gedanken.

Was unbeständig ist, ist leidvoll, ist nicht das Ich

In vielen anderen Lehrreden erklärt der Erwachte die Folgererscheinung der Unbeständigkeit, nämlich dass das, was unbeständig ist, sich also ununterbrochen verändert, leidvoll ist, und dass dem, was unbeständig und leidvoll ist, nicht ein beständiges, souveränes Ich oder Selbst zugrunde liegen kann. Diese Schlussfolgerung ist so selbstverständlich an die Betrachtung der Unbeständigkeit geknüpft, dass sie für den Kenner der Lehre gar nicht immer erwähnt zu werden braucht. Auch in unserer Lehrrede fehlt sie.

Weil die Wesen immer wieder den Körper mit seinen Sinnesorganen als Grundlage des Lebens nehmen, weil sie sich an den Körper als Wohlbeschaffer gewöhnt haben, darum sind sie entsetzt, wenn der Unbestand des Körpers für sie fühlbar wird,

wenn Krankheiten oder Verletzungen oder das Alter das Funktionieren der Organe behindern oder ganz unmöglich machen. Den geliebten Leib, den der Mensch die ganze Lebenszeit mit größter Sorgfalt gehegt und gepflegt hat, wirft die Macht des Todes um: sie ist die gewaltigste Macht innerhalb der Welt. Das Werkzeug seiner Lust wird dem Menschen innerhalb einer Sekunde entrissen, oder, noch schlimmer, er wird im Totenkampf zwischen Nicht-mehr-Leben und Noch-nicht-sterben-Können aufgerieben. *Alles verlassend muss man gehen* (M 82), fort von den geliebten Menschen und Dingen.

Soweit jemand durch die Sinnesorgane des Körpers sein Wohl bezieht, erlebt er zwangsläufig auch das Wehe, das mit dem Körper verbunden ist. Geborenwerden, Altern, Krankheit und Tod sind die vier großen Feinde des Lebens, das eigentliche Übel der Existenz. Und: „man“ stirbt nicht nur einmal, „man“ stirbt nicht nur zweimal, „man“ stirbt undenkbar oft. Unendlich viele Tode hat „man“ hinter sich, undenkbar viele Tode vor „sich“ – falls nicht der Stromeintritt erreicht ist.

Und der Erwachte sagt: *Was unbeständig, wehe, leidvoll ist, davon kann man nicht sagen: „Das gehört mir, das bin ich, das ist mein Selbst.“* Das Ich oder das Selbst werden normalerweise als der Initiator, der Unternehmer angesehen, der über die ihm zugehörigen Dinge verfügen und sie lenken kann in dem Sinn von „das gehört mir“. Wenn das Vergängliche aber nach seinen von unserem Willen unabhängigen Gesetzen entsteht und vergeht und wir diesen Ablauf weder anhalten noch umlenken können, dann kann man es doch nicht als zum Ich gehörend zählen, denn unter Eigentum versteht man ja, dass man damit machen kann, was und wie man will. Man weiß auch, dass der Mensch Leidhaftes nicht haben mag, nicht will und nicht wünscht. Wenn aber doch Leidhaftes über ihn kommt, noch dazu nicht vermeidbar, dann erkennt er ja eben daran, dass diese Dinge nicht ihm gehören, nicht seiner Herrschaft unterliegen, sondern dass er es ist, der von diesen wandelbaren Dingen abhängig ist.

Immer wieder verweist der Erwachte auf die Tatsache der Unbeständigkeit, die die Vorstellung einer absoluten, beständigen Wesenheit, eines Ichkerns, den man als denselben erkennen könnte, aufhebt. Er sagt (M 148):

*Wenn einer behaupten wollte: „Das Körperwerkzeug Auge (mit dem innewohnenden Luger) ist das Ich“, so geht das nicht an, denn beim Körperwerkzeug Auge (mit dem innewohnenden Luger) zeigt sich Entstehen und Vergehen; wobei sich aber Entstehen und Vergehen zeigt, da ergibt sich für einen solchen: „Mein Ich entsteht und vergeht.“ Darum geht es nicht an zu behaupten: „Das Körperwerkzeug Auge (mit dem innewohnenden Luger) ist das Ich.“ Also ist das Körperwerkzeug Auge (mit dem innewohnenden Luger) nicht das Ich.*

Dasselbe gilt auch von den anderen mit den Sinnesdrängen besetzten Körperwerkzeugen und dem ganzen Körper mit dem innewohnenden Drang nach angenehmem Tasten.

Der unbelehrte Mensch, der am Körper hängt, identifiziert sich mit dem Körper, zählt ihn zu sich. Der Untergang des Körpers bedeutet für ihn seinen Untergang, der Schmerz des Körpers seinen Schmerz. „Selbstverständlich gehört der Körper mit den Sinnesorganen mir, ist mein Selbst“, empfindet und sagt der unbelehrte Mensch.

Über das, was mir gehört, habe ich Verfügungsgewalt. Der Mensch hat aber keine Verfügungsgewalt über den Körper. Der Körper entwickelt sich nach seinen Gesetzen. Er wird krank oder gesund unabhängig von unserem Willen. Wir müssen den Körper so nehmen, wie er ist, und seine Wandlungen so hinnehmen, wie sie vor sich gehen. Der Körper ist tatsächlich nur etwas Geliehenes, das eine Zeitlang in seiner Weise zur Verfügung steht – und das auch nur sehr begrenzt. Er ist nach einem bestimmten Gesetz angetreten, und er läuft seinen Weg nach seinem Gesetz. Wir sind oft ärgerlich oder traurig über diese Eigenwilligkeit, wir sind entsetzt über den Untergang des Körpers, aber wir sind machtlos. Der Körper ist wie



ein „Darlehen“: Zu irgendeiner Zeit kommen die Eigner und holen sich ihr Darlehen zurück; und dies können wir dann nicht verhindern. Der Körper mit den Sinneswerkzeugen ist unbeständig, ist jeden Augenblick anders, man kann ihn nicht beherrschen.

Die Nachfolgenden identifizieren sich  
nicht mit Vergänglichem

Wer der Aussage des Erwachten über diese Gesetzmäßigkeiten vertraut, davon angezogen ist, und die Sicherheit, die davon ausgeht, spürt und darum geneigt ist, sie immer wieder zu betrachten, den nennt der Erwachte den aus Vertrauen Nachfolgenden (*saddhānusāri*). Als weiteren Nachfolgenden nennt der Erwachte den aus Erkenntnis Nachfolgenden. Dieser sagt nicht, von Vertrauen bewogen: „Der Erwachte hat gesagt, dass die Sinneswerkzeuge (mit den innewohnenden Trieben) unbeständig sind, also ist es so“, sondern er beobachtet die vom Erwachten genannten Tatsachen bei sich selber. Er hat die Neigung, dem Gehörten selber erfahrend nachzugehen.

Von beiden Nachfolgenden heißt es in unserer Lehrrede, dass sie in die Heilsströmung eingetreten sind, also ein auf das Wahre ausgerichteter Mensch (*sappuriso*), ein Heilsgänger (*ariya sāvako*) geworden sind. Hinter sich gelassen haben sie den Bereich des endlos im Samsāra kreisenden Weltmenschen. Zwar bleiben die Nachfolgenden wegen der noch nicht aufgelösten Triebe weiterhin im Samsāra, aber sie sind auf dem Weg, sich endgültig herauszuarbeiten. In dieser Lehrrede wird ein fortgeschrittener Grad der Nachfolge genannt, wenn es heißt:

*Unfähig sind sie, etwas zu tun, wodurch sie in untermenschliche Bereiche gelangen könnten (so auch S 55,24), und sie können nicht sterben, ehe sie nicht den Stromeintritt erlangt hätten. (S 25,1-10)*

Dagegen wird in M 22 im Gegensatz zum Stromeingetretenen nur gesagt, dass die Nachfolgenden (*anusāri*) der Erwachung entgegengehen.

Von den Nachfolgenden heißt es (M 70), dass fünf Heilskräfte in ihnen wirken: Vertrauen (*saddhā*), Tatkraft (*virīya*), Wahrheitsgegenwart (*sati*), Herzenseinigung (*samādhī*), Weisheit (*paññā*). Die Wirksamkeit dieser Heilskräfte wird durch die Sinnesdränge behindert bis sogar verhindert. Erst wenn einer beginnt, die Sinnesdränge mehr und mehr zurückzunehmen, dann können sich die Heilskräfte entwickeln. Die Wahrheitsgegenwart z.B. kann sich nicht entwickeln, solange von den Sinnesdrängen starke Blendung ausgeht, also die angenehm und unangenehm empfundenen Dinge der Welt den Menschen stark faszinieren und irritieren. Die Heilskräfte, die zum Heilsstand führen, können nur in dem Maß wirksam werden, wie die drängende und machtvolle Wirksamkeit der Sinnesdränge zumindest zeitweise abwesend ist, wie es z.B. in neutralen Zeiten der Fall ist. Dann werden die Heilskräfte Vertrauen (vertraut sein mit der Lehre) und Weisheit (die Leuchtkraft des Wahrheitsanblicks) zu „Zugtieren“, die *den Wagen zum Heil ziehen* (S 45,4) und damit von den Sinnesdingen fortziehen.

Die Aufgabe der Heilskräfte besteht also vorwiegend in der Austreibung und Auflösung der Sinnesdränge. In diesem Sinn heißt es in den „Liedern der Mönche“ (Thag 744 und 745):

*Gleichwie der Zimm'rer mit dem einen Keil  
kraftvoll den andern Keil herauszuschlagen weiß,  
so werde fähig, mit den Heilungskräften  
die Sinnesdränge ganz herauszuschlagen.*

*Vertrauen, Tatkraft, Wahrheitsgegenwart,  
Einheit des Herzens, klarer Weisheitsblick,  
mit diesen Fünf die and'ren Fünf zerschlagend,  
besiegend hier, so schreitet vor der Reine.*

Die Heilskräfte sind geistige Aktivitäten, Wahrnehmungen, Anblicke, die je nach ihrer Stärke das langsame oder schnelle Vorgehen auf dem Heilsweg bestimmen. Der allmähliche Erwerb dieser Heilskräfte ist ein innerer Prozess, von dem die Entwicklung des Nachfolgenden abhängt. In M 34 wird der Anfang dieses Prozesses beschrieben. Dort werden die zwei Arten der Nachfolgenden verglichen mit dem *zarten Kälbchen, das eben erst geboren, vom Muhen der Mutter gelockt, den Strom des Ganges durchkreuzt und sicher an das andere Ufer gelangt*. Wer durch die Belehrung des Erwachten begriffen hat, dass die fünf Zusammenhäufungen nicht als ein souveränes lenkendes Ich angesehen werden können, der löst sich mehr oder weniger schmerzlich und ängstlich von ihnen, folgt dem Beispiel derjenigen, die ihm voraus sind und ihn ermuntern, wie das Kälbchen dem Muhen der Mutter folgt.

Ein hilfreiches Beispiel für den fließenden Übergang von der anfangenden Nachfolgeschaft zur fortgeschrittenen Nachfolgeschaft bis zum vollendeten Stromeintritt ist in M 48 genannt. Bei der ersten Gewissheit wird der Übende noch „Mönch“ genannt, bei allen weiteren Gewissheiten aber dann „Heilsgänger“. Er ist natürlich immer Mönch geblieben, aber hier soll betont werden, dass er sich ab zweiter Gewissheit bereits auf dem sicheren Weg zum Nirvāna befindet, den er also nicht mehr verlassen kann.

Schon die erste Gewissheit besteht darin, dass er immer wieder das Bedürfnis hat, für sich allein zu sein, um besonnen und aufmerksam über die Aussagen des Erwachten nachzudenken und die Erscheinungen bei sich selbst zu beobachten, bis er wieder völlig zweifelsfrei und einleuchtend die Unbeständigkeit des Körpers (mit den Trieben) und alles daraus Folgende erkennt. Diese bei der häufigen ersten Gewissheit zutage tretende Tatsache, dass er es nicht mehr lassen kann, immer wieder der Wahrheit so nachzuboahren, gilt als das Kennzeichen seiner Sicherheit auf dem Heilsweg. Ab zweiter Gewissheit, bei der er merkt, dass das Gemüt ruhig wird und die Triebe abnehmen, wird er Stromeingetretener genannt. Ein

solcher eilt, dem Abweg entronnen, unhemmbar der vollen Erwachung entgegen.

## Zu 2. Die Außenprojektionen der Sinnensüchte: Form

Auch die als außen erfahrenen Formen unterliegen der Wandelbarkeit, sind darum leidvoll, sind nicht-ich. Unter „Form“ im Sinn der Lehre wird die zu sich gezählte Form, der Körper, wie auch im weitesten Sinn alles das verstanden, was durch die fünf Sinnesdränge im Körper erfahren werden kann: sichtbare Formen, hörbare Töne, riechbare Düfte, schmeckbare Säfte, tastbare Körper. Das zusammen ist das, was im Westen als Materie bezeichnet wird, wovon der Erwachte sagt, dass es als Festigkeit, Flüssigkeit, Wärme/Hitze und Luftigkeit erfahren wird.

Im engeren Sinn – wenn die Erfahrungen aller Sinnesdränge genannt werden – wird unter Form nur das verstanden, was mit dem Luger gesehen wird: der sichtbare Körper und die sichtbare Welt, ein Fluss von Wellen, ein Strom von Lichtunterschieden, die wir von Kind an zu deuten und zu benennen gelernt haben, so dass sie dem Geist den Eindruck von „Substanz“ vermitteln.

*Alles fließt* – dieses Wort *Heraklits* will viel tiefer begriffen werden, als es allgemein verstanden wird. Wer es begriffen hat, der sieht sich nicht ruhend in einer ruhenden Welt, der sieht diese Welt in dauerndem Fluss, in dauerndem Werden und Vergehen und sieht sich selber in dauernder Wandlung. *Schwinden muss jede Erscheinung*, das war das letzte Wort des Erwachten. Alles kommt und geht wieder. Alles rast dahin, eilt dahin. Nichts ist fest, nichts steht still. Dieser der Wirklichkeit entsprechende Anblick, diese rechte Erkenntnis erst zeigt die Unsicherheit des Daseins wegen der Flüchtigkeit aller Erscheinungen.

Es ist nichts an den Sinnesobjekten, das selber „eigenständig“, fest gegründet bestünde, das – selber beständig – von Unbeständigem umrieselt würde. Der Mensch stützt sich, ver-

lässt sich auf den zu sich gezählten Körper und rechnet mit den Körpern und Gegenständen seiner Umgebung: „Das ist meine Frau, mein Kind, meine Wohnung.“ Die Vorstellung „ist“ suggeriert schon Beständigkeit. Entsprechend erschrickt der Mensch bei Veränderung, Krankheit, Tod und Vernichtung, weil sich dann die Wandelbarkeit offenbart: ein ständiges Entstehen und Vergehen des Erlebens, das als Materie erscheint. Diese Entwicklungen geschehen nicht etwa mit unserem Willen oder gar aus unserem Willen, sondern geschehen ohne, ja allzu oft gegen unseren Willen und gegen unsere Wünsche. Die nächste Minute kann Unsympathisches, Schmerzliches, Schreckliches, Vernichtendes bringen oder ebenso plötzlich und unverhofft Entgegengesetztes.

Der Erwachte sagt, dass sich der Mensch an die Sinnendinge anklammere, wie ein in der Strömung Treibender sich Halt suchend mit aller Hoffnung am Uferschilf anklammere. Aber das Schilf bietet keinen Halt, es reißt ab. Ganz ebenso hält kein Objekt auf die Dauer, was der oberflächliche Blick sich von ihm verspricht, und der Mensch erfährt durch seine Gewöhnung an die Vorstellung von „Materie“ als etwas Festem, Zuverlässigem immer wieder Not und Untergang.

Diese Erkenntnis, dieses Erlebnis von der Unsicherheit des Daseins führt den Erkennenden zu der aufmerksamen Beobachtung des Tuns und Lassens, derer es bedarf. Ohne dieses Gefühl der Unsicherheit – in dem trügerischen Wahn, alles stehe und bleibe – gibt sich der Unbelehrte dem Glauben an eine Sicherheit und Geborgenheit hin, wird träge, nachlässig und stumpf. Aber der vom Erwachten Belehrte richtet in dem Wissen um die Wandelbarkeit und Unsicherheit das Augenmerk auf die Gefährdung, weckt die Aufmerksamkeit, um dieser Gefährdung zu entgehen in dem Wissen, dass im Bereich der Erscheinungen, des Werdens kein Halt, kein Bestand, kein bleibendes Wohl zu finden ist.

Der dies erkennende, vom Erwachten belehrte Beobachter sagt sich: Diese Objekte, über die ich auf die Dauer nicht nach Belieben verfügen kann und die mir so wichtig sind, dass ich

sie dringend haben muss, sind ja nur dadurch entstanden, dass sie in die Aufmerksamkeit genommen und positiv bewertet wurden. Dadurch ist im Geist ein Wertobjekt entstanden, ein Plus, und zugleich das Bewusstsein des Nichthabens als Minus, wodurch Hunger nach dem Wertobjekt aufkommt. Je mehr ein Wertobjekt verlangend betrachtet wird, um so mehr tritt das Minus des Nichthabens ins Bewusstsein. Das Objekt „außen“ erscheint positiv, d.h. als + (Plus), wodurch das Begehren „innen“ wie ein „Vakuum“ – (Minus) empfunden wird. Durch entsprechende Darstellung lässt sich der Mensch einreden, dass eine bestimmte Form wichtig ist (Plus), und es entsteht ein Hunger (Minus) danach: „Das möchte ich haben.“ Erst mit dem Begehrten zusammen ist nun „das Ich“ zufrieden. Diese Teilung zwischen Ich(Minus) und Welt (Plus) lehrt der Erwachte aufzuheben durch die Betrachtung, dass Begehren die Ursache ist, durch welche überhaupt erst die Objekte erscheinen. Der Erwachte sagt: Das Herz wird bewegt durch Anziehung, Abstoßung, Blendung. Anziehung und Abstoßung sind die beiden Pole des Wollenskörpers. Blendung ist die durch die Triebe bedingte Erlebnisweise, die Wahrnehmung, die uns manches schön erscheinen lässt, nur weil es den Trieben entspricht, und es schrecklich, entsetzlich erscheinen lässt, nur weil es dem Hungerleider widerstrebt. Der Hungerleider, die Triebe, sind der Entwerfer und Beurteiler der Erscheinungen. Das bedenken wir nicht, wenn wir meinen, „wir“, das „Ich“, würde urteilen.

Dem vom Erwachten Belehrten sind die Augen geöffnet: er traut nicht mehr der Wahrnehmung „angenehm, unangenehm“ in dem Wissen: „Nichts ist verfügbar, du kannst nichts halten, du hast es gar nicht.“ Der so erkennende Beobachter tritt zurück von den als haltlos, als unzulänglich erkannten, in ständigem Entstehen/Vergehen begriffenen rieselnden Objekten. Dabei merkt er, dass er nicht in ein Nichts tritt, dass nicht etwa nichts übrig bleibt, sondern dass er sich im Gegenteil nur von Unbeständigem zurückgezogen hat, dass er jetzt überhaupt erst das Gebiet zu betreten beginnt, wo keine Verletzbarkeit ist.

Mit solchem Anblick ist er von den Wandlungen der Sinnesobjekte nicht mehr getroffen. Von den Trieben her hat er zwar noch ein „Gefälle“ zu ihnen. Wenn ihm zu anderen Zeiten der Körper bedroht würde, so wäre er wieder erschrocken. Im Geist aber ist das Wissen von der Unbeständigkeit der Sinnesobjekte, und dieses Wissen zeigt ihm, dem Beobachter, immer wieder, dass die Gewöhnung, sich an die Objekte zu klammern, ans Elend, an die Ungeborgenheit bindet.

In M 137 heißt es:

*Wer bei den Formen, Tönen, Düften, Geschmäcken, Tastungen, Denkobjekten die Unbeständigkeit gemerkt hat, die Wandelbarkeit und den Untergang bemerkt hat in der Einsicht „Formen von einst wie von heute, alle Formen sind unbeständig, leidig, wandelbar“ und dies der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit betrachtet, der wird im Geist beglückt. Eine solche Beglückung, das ist die mit Befreiung verbundene Beglückung.*

Er merkt: „Nicht ich bin es, der entsteht und vergeht. Ich bin auf dem richtigen Weg, auf festem Boden, meine Unabhängigkeit und Unverletzbarkeit wächst.“ Dadurch wird er freudig bewegt. Bei häufiger geistiger Loslösung von der Form wird dieses freudige Gefühl selbstverständlicher und wird zu innerem Gleichmut, der gelassen dem Rieseln der Formen zusieht mit dem erleichterten Gefühl: „Nicht ich bin es, der entsteht und vergeht.“ Der Leib ist als Werkzeug erkannt, und so tritt eine gewisse Entfremdung ein. Dann ist der Wegfall des Leibes nicht mehr unser Tod, unsere Zerstörung. Dann wird realistisch, was die Religionsgründer als Todüberwindung versprechen. Den Tod überwindet nicht derjenige, der wie gebannt auf sinnliche Freuden durch den Leib schaut und das daraus entstehende Leiden nicht sehen will. Wer auf sinnliche Freuden aus ist, bedarf des Leibes. Für ihn ist die Vernichtung des Leibes die Vernichtung dieser Freuden. Dem ist so, als ob sein Ich vergehe. Wer aber durch die Durchschauung des Lei-

bes als ein willenloses Werkzeug sich dem Leib entfremdet, der gewinnt abseits des Körpers innere Freuden. Das ist der Weg, wie das Ausbreiten hinein in die Welt gemindert wird. Das Blendungsurteil über Ich und Welt hört auf.

Zu 3. und 4. Die Luger-...Erfahrung/-Berührung  
ist unbeständig

Die inneren drängenden Wollungen, die Tendenzen nach sinnlicher Wahrnehmung, sind es, die erfahren. Die Triebe in den Sinnesorganen des Körpers sind begierig auf ein entsprechendes Suchtobjekt. Darum sagt der Erwachte (A IX,38 u.a.):

*Fünf Begehrensstränge (kāma-gunā – ein anderes Wort für Sinnesdränge, für sinnliche Triebe –) und die entsprechenden Vorstellungen) gibt es. Welche fünf?*

*Die durch den Luger erfahrbaren Formen,  
die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen,  
dem Begehren entsprechenden, reizenden;  
die durch den Lauscher erfahrbaren Töne,  
die durch den Riecher erfahrbaren Düfte,  
die durch den Schmecker erfahrbaren Geschmäcke,  
die durch den Taster erfahrbaren Tastungen,  
die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen,  
dem Begehren entsprechenden, reizenden.  
Das sind die fünf Begehrensstränge.*

Die Bezeichnung „Begehrensstränge“ deutet durchaus nicht auf willenlos zur Verfügung stehende Werkzeuge hin, wie die westliche Auffassung von den Sinnesorganen ist, sondern auf ein inneres Sich-Ausstrecken nach sinnlicher Wahrnehmung. Darum heißt es bei den Formen, Tönen, Düften usw., dass es die *ersehnten, geliebten, entzückenden* seien, *die angenehmen, dem Begehren entsprechenden, reizenden*. Das drückt ja in aller Deutlichkeit ein dem Körper innewohnendes Begehren und Sehnen nach bestimmten Erscheinungen, Vorstellungen,



aus. Dieses Begehren, dieses Sehnen erzwingt die Erfahrung und den Wahrnehmungsvorgang. Ohne Wollen gäbe es kein Wahrnehmen.

Der Erwachte sagt (M 102, D 1 u.a.), es gehe darum, der sechs Süchte nach Berührung (*phass-āyatana*) Entstehen und Vergehen und was an ihnen Labsal, Elend und Entrinnung ist, der Wirklichkeit gemäß zu verstehen; denn dieses wirklichkeitsgemäße Verstehen führt ganz sicher dazu, dass man sich von ihnen ablöst. Labsal und Elend der Berührungssüchte zeigen sich deutlich an ihren Urteilen: „Wohl tut das“, „weh tut das“. In M 28 werden drei Bedingungen für das Zustandekommen einer Trieberfahrung (*viññāna*) genannt, die Wahrnehmung ermöglichen:

*Ist das Auge (mit dem innewohnenden Luger) funktionsfähig und treten von außen Formen in den Gesichtskreis, und es findet eine entsprechende Ernährung (samannāhāra) – Ernährung ist die Berührung – statt, so kommt es zur Bildung der entsprechenden Teilerfahrung (viññāna-bhāga).*

Mit „Erfahrung“ ist hier noch nicht die Erfahrung des Geistes, „unsere“ Erfahrung gemeint, sondern nur eine Teilerfahrung, die Erfahrung des jeweiligen Triebs, des Lugers, Lauschers usw.: Wenn eine äußere Form an das körperliche Auge kommt, dann wird die im Auge wohnende Sucht nach Sehen ernährt/berührt und erfährt entweder: „Wohl tut das“ oder „Wehe tut das“ oder „weder weh noch wohl tut das“ (ist den Trieben also gleichgültig).

Die Ernährung des Lugers mit Formen (des Lauschers mit Tönen usw.), wodurch er diese „erfährt“, ist die „Berührung“ des Verlangens im Luger. – Diese Ernährung/Berührung/Erfahrung hat hingegen nicht stattgefunden, wenn zu der Zeit gerade andere Sinnesdränge stark beschäftigt, also ernährt werden. Jeder wird wissen, dass er öfter schon solche Dinge, die sich in seiner Nähe zutragen, „übersehen“ oder „überhört“ hat, weil sein Geist mit etwas anderem beschäftigt war. Dann

wird mangels Interesse der Luger nicht „ernährt“, berührt, und er kommt nicht zur entsprechenden Teilerfahrung. Man sagt: „Ich war abgelenkt“, und bringt damit zum Ausdruck, dass der Geist auf das Objekt „hingelenkt“ sein muss, wenn das Verlangen des einzelnen Sinnesdrangs „ernährt“ werden soll. Dem normalen Menschen, der auf die Sinneseindrücke aus ist, fehlt es nicht an der geistigen Hinwendung, die die Ernährung, die Berührung, der Triebe erzwingt, es sei denn, seine Aufmerksamkeit richtet sich nicht auf das gerade den Sinnen Begehrende.

Was also erfahren wird, das wird vorwiegend bestimmt von dem „Interesse“ der inneren Dränge, der Sinnensucht, und der dadurch bedingten Aufmerksamkeit.

An anderer Stelle (M 18) fasst der Erwachte den Erfahrungsvorgang kurz zusammen:

*Durch den Luger und die Formen entsteht die Luger-Erfahrung, durch den Lauscher und die Töne entsteht die Lauscher-Erfahrung usw.*

Wenn irgendetwas unbeständig genannt werden muss, dann sind es die Berührungen/Erfahrungen der Sinnesdränge in den Sinnesorganen. Die Sinnesdränge des normalen Menschen lugen und lauschen und lungern ununterbrochen in die Welt hinein und erfahren in einem ununterbrochenen Prasselhagel von immer wieder neuen Berührungen/Erfahrungen, was an als „außen“ erlebten Objekten erreichbar ist. Diese Tätigkeit geschieht mit einer nicht zu nennenden Geschwindigkeit. Eine Berührung/Erfahrung folgt der anderen, eine Berührung/Erfahrung löst die andere ab.

Der Mensch ist daran gewöhnt, dass die Augen immer Formen sehen, die Ohren immer etwas hören usw., so dass also ununterbrochen Eindrücke geschehen. Die Gewöhnung an diese automatische Rezeption ist so stark ausgeprägt, dass Menschen ihre Persönlichkeit zu verlieren fürchten, wenn dieser Strom stark reduziert wird.

Aber dem Belehrtten können diese Erfahrungen in ihrer rasanten Aufeinanderfolge bei genauer Betrachtung nicht als Ich gelten. Sie sind ein endloser, ständig wechselnder Strom, den der Erleber nicht willentlich und autonom lenken kann. Die durch die Sinnesdränge erfahrbaren Erscheinungen kommen heran nach ihrem Gesetz, zum einen bedingt durch den Hunger nach Erlebnissen und zum anderen bedingt durch den Strom des Gewirkten. Wegen der dem Körper innewohnenden Triebe werden ständig Außenformen an die Triebe im Körper herangebracht, so dass diese ernährt/berührt und erfahren werden. Berührung, Erfahrung der Triebe bilden einen ständigen Prasselhagel von immer Neuem, der vom Erwachten als Bisse, Stiche von Insektenschwärmen, auch als Schwertererschläge, bezeichnet wird. Diese Gleichnisse zeigen zum einen, wie ein Stich dem anderen folgt, zum anderen die Leidhaftigkeit des Getroffenwerdens der Triebe.

Der vom Erwachten Belehrte erkennt diese Tatsachen deutlich, auch wenn er von dem sinnlichen Begehren her noch nicht immer auf die Berührungen, Erfahrungen der Triebe verzichten kann. Erst in dem Maß, wie er sich beharrlich darin übt und beharrlich dabei bleibt, die Unbeständigkeit des Körpers, der Formen, der Trieberfahrungen und Berührungen nach der Anleitung des Erwachten unabgelenkt zu betrachten, in dem Maß erfährt er, wenn seine innere Verfassung es zulässt, einen durch nichts verletzbaren inneren Zustand, von dem er spürt, dass die Sicherheit ohne alle Maßen und Grenzen ist: eine ruhige Befindlichkeit oberhalb aller Bewegtheit, eben das Todlose. Nach und nach übertrifft diese Wohl-Erfahrung alles nur durch die Sinne erfahrbare Wohl, und dem so auf die Sicherheit Zueilenden wachsen die Kampfeskräfte: Vertrauen, Tatkraft, Wahrheitsgegenwart, Herzenseinigung und Weisheit, deren Gegenwärtigkeit so wohltuend ist, dass sinnliches Wohl demgegenüber verblasst.

## Zu 5: Das durch Luger-...Berührung entstandene Gefühl ist unbeständig

Die Triebe, welche den Sinneswerkzeugen so innewohnen wie der Magnetismus dem Magnetstein oder das Öl dem Docht einer Öllampe, werden von den zum Außen gezählten Formen berührt und antworten mit Gefühl. Wenn die vom Luger erfahrene Form dem Anliegen entspricht, entsteht ein Wohlgefühl, wenn die Form dem Anliegen widerspricht, so entsteht Wehgefühl. Wenn die Form dem Anliegen nur ganz schwach entspricht oder widerspricht, dann entsteht ein Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl.

Entsprechend den Tendenzen in den Sinnesorganen und den als außen erfahrenen Formen sind die Gefühle, die bei Berührung der Triebe aufkommen, jeden Augenblick andere. Es ist, wie wenn ein Klöppel (als außen erfahrene Form) auf einen Gong (Trieb) schlägt. Dadurch entsteht ein Ton (Gefühl). Sollte ein so entstandener Ton, sollte ein so entstandenes Gefühl jetzt wissen: „Ich bin“? Je nach der Beschaffenheit des Gongs (Messing, Silber, Bronze) und je nach der Beschaffenheit des Klöppels (Stoff, Holz oder Metall) und je nach der Stärke oder Schwäche des Aufpralls entstehen die unterschiedlichsten Töne – aber kein Ton weiß etwas von sich selber. Ebenso entstehen je nach Art und Wucht der Tendenzen und der Beschaffenheit und Intensität der herantretenden einst gewirkten Formen die unterschiedlichsten Gefühle – aber sie wissen von sich nichts. Die Triebe, die Tendenzen, sind ein programmiertes, automatisches Getriebe, das nichts von sich weiß, und durch dieses Getriebe bedingt entstehen die Gefühle; sie sind also auch bedingt entstehend, bedingt vergehend und nichts von sich wissend.

Und so wie ein grober eiserner Gong auf einen Schlag mit dem Klöppel einen gröberen Ton und ein feiner silberner Gong auf einen Schlag mit dem gleichen Klöppel einen feineren Ton erzeugt – so auch erzeugen die gröberen und feineren Triebe, wenn die Erlebnisse ihnen entsprechen, gröbere oder

feinere Wohlgefühle und erzeugen, wenn die Triebe ihnen nicht entsprechen, gröbere oder feinere Wehgefühle, jeder Trieb ein Wohl- oder Wehgefühl nach seiner Art.

Es geht den Wesen immer um Wohlgefühl. Aber doch erfahren sie mehr Leiden als Wohl, weil jede aus dem Genuss von Sinnendingen hervorgehende Befriedigung nur sehr kurz ist. Bald ist die Befriedigung vorbei, und neuer Durst treibt die Wesen zu neuem Erleben. Der Erwachte vergleicht das Gefühl mit sich aufblähenden und spritzend zerplatzenden Blasen, die bei starkem Regen auf einer Wasserfläche entstehen. So schnell wie sie entstehen, vergehen sie auch schon wieder, denn die nachfolgend aufprallenden Tropfen zerstören die entstandenen Blasen und rufen neue hervor. Ebenso ist es mit den Gefühlen. Sie entstehen bei den verschiedenartigsten Sinesindrücken als Resonanz der Triebe auf die Berührungen des Triebkörpers durch die erfahrenen Formen und werden durch immer wieder neue Gefühle, die aus neuen Berührungen hervorgehen, abgelöst oder überdeckt. So wie die Blase nicht eigenständig ist, gar nichts an sich ist, sondern ein Produkt des Aufeinandertreffens – der Berührung – von Wasser von oben (Regen) und Wasser auf der Erde (Ströme, Pfützen), so besteht auch das Gefühl nicht eigenständig, nicht an sich, sondern durch Bedingungen, durch das Zusammentreffen von zu sich gezählter Form und als außen erfahrener Form. Für die Dauer des Zusammentreffens ist Gefühl; hört die Berührung auf, ist dasjenige Gefühl nicht mehr. Da aber in jedem Augenblick durch neue Berührungen neue Gefühle entstehen, so ist eben immer Gefühl, und diese scheinbare Beständigkeit fasst man als zu einem Ich gehörig, als etwas selbstständig Bestehendes auf. Aber Gefühl ist nichts Selbstständiges, sondern nur eine Resonanz der Triebe.

Schon diese Tatsache, dass Gefühl eine Resonanz ist, lässt erkennen, dass wir nicht über Gefühl verfügen können, dass wir auch darin nicht souverän sind. Also hat auch das Gefühl – von den meisten Menschen als „Kern des Ich“ angesehen – nichts mit einem „Ich“ zu tun. Das ständig wechselnde Gefühl

ist ohne Kern und Halt, das heißt, es gibt gar nicht „das Gefühl“, das „sich“ ändert, es gibt nur ständigen Wechsel, ständiges Rieseln immer neuer, durch immer neue Berührungen bedingter einzelner Gefühle, wie Spritzer auf Spritzer folgt, Blase auf Blase sich bläht und platzt.

Trotz dieser Einsichten ist und bleibt auch der der Lehre Nachfolgende abhängig von den Gefühlen, denn solange Triebe ihn treiben, sind Gefühle nichts anderes als die Sprache der Triebe. Auch der vom Erwachten Belehrtete kann sich nicht vornehmen: „Lass ab von den Gefühlen“, solange er Triebe hat. Aber er kann die Gefühle als etwas Unzulängliches, bedingt Entstandenes, rasch Vergehendes, Kernloses, als substanzlose Blase durchschauen, kann ihrem Wechsel und dem Wechsel ihrer Bedingungen zusehen. Dadurch ist er für den Augenblick der Betrachtung von den normalen weltlichen Gefühlen distanziert; und durch dieses Loslassen der normalen Gefühle empfindet er ein Gefühl der Entlastung, ein Gefühl der Freiheit, das edler und größer und unabhängiger ist als diejenigen Gefühle, die durch die Berührung der sinnlichen Triebe entstehen. Dieses innere Glück kann der Mensch durch Beobachtung der Vergänglichkeit und Ichlosigkeit der Gefühle, die durch Berührung der Sinnesdränge entstehen, in sich selber erzeugen; und damit ist er nicht mehr abhängig von äußeren Bedingungen. Darum wird dieses innere Glück als ein höheres Gefühl bezeichnet, das, häufig erzeugt und gepflegt, den Menschen erfüllt und sättigt.

Darum empfiehlt der Erwachte die Betrachtung der Substanzlosigkeit, Kernlosigkeit und Unzuverlässigkeit vergangener und ebenso auch zukünftiger Gefühle. Wie verstrickt sich der Mensch oft in der Erinnerung an vergangenes Gefühl: „Dort fühlte ich mich so wohl, ach, wie war das damals schön!“ Oder: „Was habe ich dort Schreckliches erlebt!“ – oder in der Vorfriede an kommende Erlebnisse oder in der Erwartung schmerzlicher Gefühle.

Die vielfältigen Hoffnungen und Sorgen nehmen den Menschen gefangen, fesseln ihn im Vielfältigen, im Leiden, so

dass er dann keine Zeit und Kraft und auch gar kein Auge dafür hat, höheren Dingen nachzugehen. Vielmehr ist er durch diese Hoffnungen und Sorgen ausgeliefert seinen Vorstellungen und Empfindungen, die einmal so, einmal anders sind:

*Er ist bald entzückt, bald verstimmt; und was für ein Gefühl er auch fühlt, ein wohltuendes oder leidiges oder weder wohltuendes noch leidiges, dieses Gefühl gilt für ihn. Darum denkt er herum und stützt sich darauf. (M 38)*

Ein Boot auf den Wellen, das ist das Auf und Ab der Gefühle, mit denen sich der unbelehrte Mensch identifiziert. Die Schwankungen des Gefühls bedeuten seine Schwankungen. Ein solcher ist geworfen, ist abhängig und muss in dauernder Angst vor dem Kommenden sein. Der der Lehre Nachfolgende dagegen übt sich immer wieder darin, die Gefühle durch Beobachtung ihres Auf- und Absteigens von seiner Ich-Vorstellung abzulösen, sich nicht mehr mit den auf- und absteigenden Wohl- und Wehgefühlen zu identifizieren.

Ein Beispiel: Der der Lehre Nachfolgende sitzt im Freien, es ist kühl. Die Wolken verschwinden, die Sonne kommt zum Vorschein und wärmt wohligh den Körper. Da ist Wohlgefühl aufgekommen durch die Tendenz nach angenehmer Tastung. Gedanken an Menschen, die den Trieben nicht angenehm sind, kommen in den Sinn. Schon kommt ein kleiner Verdruss – Wehgefühl – auf. Da sieht nun der Beobachtende, wie ununterbrochen durch Berührungen der Triebe Gefühle aufsteigen, eines nach dem anderen. Dieses sehend, denkt der vom Erwachten Belehrte nicht mehr: „Ich fühle“. Er sieht die einzelnen Gefühle, die da bedingt durch die Anliegen und die herantretenden Dinge aufkommen und wieder von anderen verdrängt werden. Indem die Auffassung „Ich bin es, der da fühlt“, aufgegeben wird, verlieren die Gefühle an Wichtigkeit und werden stiller.

## Zu 6. Die Wahrnehmung ist unbeständig

Der Erwachte nennt Wahrnehmung immer in enger Verbindung mit Gefühl: *Was man fühlt, das nimmt man wahr*. Wahrnehmung ist die Eintragung von Form zusammen mit Gefühl in den Geist. Jetzt ist im Geist ein doppeltes Wissen (Wahrnehmung): Das Wissen um eine Form und ob sie angenehm oder unangenehm ist. Mit dem Gefühl erst kommt die jeweilige Teil-Erfahrung der Triebe (die Erfahrung des Lugers, Lauschers usw.) zur Wahrnehmung, zum Bewusstsein, und der Geist erfährt jetzt das gefühlsbesetzte Objekt, das er in der Regel für die Ursache des Gefühls hält.

Die Wahrnehmung des normalen Menschen ist nie neutral, sondern enthält stets die durch Berührung der Triebe bedingte Gefühlsresonanz. Hinzu kommt, dass der Geist noch hinein-deutet: „Ich habe diese angenehme oder unangenehme Form gesehen“ und somit ein „Ich“ als Wahrnehmer annimmt (*Was „man“ fühlt, nimmt „man“ wahr*), statt gewärtig zu sein: „Der Geist hat das Ding/die Vorstellung erfahren.“

Jede einzelne Wahrnehmung währt nur einen Augenblick und ist fort. Aber dadurch, dass dauernd etwas herankommt, entsteht der Eindruck einer Kontinuität, der Eindruck, dass etwas sei. Dabei entsteht jede Wahrnehmung für sich und vergeht für sich: ein Bild, ein Ton, ein Duft, ein Geschmack blitzt auf und ist schon wieder verschwunden. Eine Wahrnehmung folgt der anderen. Wie ein Feuer, das z.B. aus Stroh oder Holz oder Kohlen entzündet wird, brennt, ohne dass es weiß, dass es brennt, so weiß die Wahrnehmung nichts von sich, aber im Geist eingetragen, entwirft dieser die Vorstellung: „Ich erlebe dies.“

Der Erwachte bezeichnet Gefühl und Wahrnehmung als die Bewegtheit des Herzens (*citta-sankhāra*). Obwohl Erleben ununterbrochen durch die Triebe erzeugt wird, haben wir dennoch die fixe Idee, die Wahnvorstellung, als ob wir unsere Erlebnisse von einer an sich vorhandenen Außenwelt ablösen, als ob unsere sinnliche Wahrnehmung ein Hereinholen von



Formen, Tönen, Düften, Schmeck- und Tastbarem aus einer unabhängig von uns bestehenden Außenwelt wäre.

Der Erwachte bezeichnet unsere Wahrnehmung als eine Täuschung, als einen Wahn, als starke, tiefe Einbildung: *Schemenhaft, trügerisch, Einbildungen sind die Sinneserscheinungen, ein Blendwerk ist das Ganze. (M 106)* So wie die Luftspiegelung, so täuscht die Wahrnehmung eine reale, unabhängig vom Erleben bestehende, in sich fest gegründete Welt vor. In Wirklichkeit ist sie eine doppelte Täuschung: Zum einen durch die Gefühlszugabe der jeweils angesprochenen Triebe, zum anderen durch das Herankommen der einst aus Trieben heraus gewirkten Ernte. Dabei erlebt der Mensch nicht die ankommende Ernte, wie sie irgendwann zuvor gewirkt worden ist, sondern erlebt sie erst, nachdem die jetzigen Triebe ihr zusätzlich verzerrendes Urteil gesprochen haben. Die Stärke des Gefühls und damit unseres Erlebnisses hängt ab von der Stärke der Triebe und weniger von dem, was herankommt. Wenn der Erwachte sagt: *Was man fühlt, das nimmt man wahr*, dann bedeutet das zugleich: Was man stark fühlt, das nimmt man stark wahr. Was man aber schwach fühlt, das nimmt man auch nur schwach wahr. Das Gefühl ist der Griffel, der das Erfahrene in den Geist einträgt. Und da prägt starkes Gefühl stark ein, aber schwaches Gefühl nur schwach. Und da die Stärke des Gefühls von der Stärke der Triebe bestimmt wird, so bewirken die Triebe Wahrnehmungen von sehr unterschiedlicher Stärke, Deutlichkeit und Leuchtkraft. So ist der Mensch durch die Teilnahme der Triebe bei jedem Erlebnis sogleich in eine bestimmte Perspektive, in ein bestimmtes Verhältnis zu dem Objekt gezwängt, und darum kommt bei ihm fast ununterbrochen je nach dem Erlebnis Freude oder Verdruss, Begierde oder Ekel, Hoffnung oder Enttäuschung auf.

Die Luftspiegelung, die eine ferne Oase vorgaukelt – Gleichnis für die Wahrnehmung –, besteht aus Lichtreflexen in der Luft, ist leer und kernlos, ohne Substanz, obwohl sie den Eindruck von festen Gegenständen erweckt. Und so besteht

auch die Wahrnehmung nur als Projektion unseres Herzens und unseres Wirkens, ist selber hohl und leer. Ändert sich das Herz, so ändert sich die Wahrnehmung. Die Wahrnehmung ist nichts als ein Anzeiger der früheren Herzensbeschaffenheit, aus der heraus die nun herantretenden Erscheinungen gewirkt worden sind, und der jetzigen Herzensbeschaffenheit, aus welcher die Gefühlsresonanz auf diese Erscheinungen kommt.

Indem der vom Erwachten Belehrte die Wahrnehmungen als Täuschungen, als Blendwerk durch die Triebe sieht, nimmt er sie nicht mehr so wichtig. Wie oft haben wir erlebt, dass bei guter innerer Verfassung die Welt hell und strahlend und Hoffnung gebend erschien und bei schlechter innerer Verfassung alles grau und trüb oder gar bedrückend und gefährlich erschien. Wie sehen wir die Welt als Kind, als Verliebte, als unheilbar Kranke, dem Tod Nahe? Wie ist die Welt wirklich? „Maler Herz“ mit unterschiedlich aufsteigenden Sehnsüchten und Abneigungen „malt“ „unterschiedliche Ich- und Welt-Wahrnehmungen“. Dieses sehend, kann sich der vom Erwachten Belehrte in ruhiger Beobachtung nicht mehr mit Wahrnehmungen identifizieren. Er sieht bei ruhiger Überlegung ihren Wahncharakter, das ständige Auf und Ab von angenehmen und unangenehmen Wahrnehmungen, auch wenn er noch in sie verstrickt ist, solange die Triebe ihn treiben.

Er sieht sich nicht ruhend in einer ruhenden Welt, er sieht diese Welt in dauerndem Fluss, in dauerndem Werden und Vergehen und sieht „sich selber“ in dauernder Wandlung. Er sieht keine feste Stätte im Bereich der Erscheinungen, er sieht alles in Bewegung, es kommt ihm alles vor wie ein Gefälle, wie ein dauerndes Abgleiten. Dieser der Wirklichkeit entsprechende Anblick, diese rechte Erkenntnis erst zeigt die Unsicherheit des Daseins in der Flüchtigkeit aller Wahrnehmungen. Aus dem Erkennen der Wandelbarkeit und Unsicherheit ist das Augenmerk gerichtet auf die Gefährdung und ist die Aufmerksamkeit wach, dieser Gefährdung zu entgehen. Mit der Einsicht „Schwinden muss jede Erscheinung“ ist der Blick abgewandt von der trügerischen Oberfläche der Erscheinung

und ist gerichtet auf das Kommen und Gehen. Der Belehrt sieht, dass im Bereich der Erscheinungen, der Wahrnehmungen, kein Halt, keine Freiheit zu finden ist.

Zu 7. und 8. Denkerische Aktivität: Absicht aus Durst und entsprechendes Reden und Handeln sind unbeständig

Der Erwachte sagt: *Was wahrgenommen, bewusst wird, darüber wird im Geist nachgedacht (vitakketi) (M 18) und Man geht mit dem Denken die erfreulich bestehende Form/Ton usw. an, die unerfreulich oder gleichgültig bestehende Form/Ton usw. an (manopavicāra) (M 140).*

Der Erwachte spricht von der Aktivität in Gedanken, Worten und Taten (M 57 u.a.) und von der Aktivität als Absicht (*cetana*), als Wille nach Formen, Tönen, Düften, Säften, Tastungen und Gedanken (S 22,56). „Absicht“ ist eine denkerische Aktivität: Hier sehen, hören usw. wir etwas Angenehmes, dort etwas Unangenehmes, und sofort ist dementsprechend die durstgelenkte Absicht: spontane Zuwendung oder Abneigung oder Gleichgültigkeit entsprechend dem Trieb, der sich nun in Gedanken äußert wie: „Das ist schön, das möchte ich haben“, oder „Das soll bleiben, das soll verschwinden. Das muss ich so lassen, das muss ich anders machen“ oder „Das ist mir gleich, darum kümmere ich mich nicht.“ Auf das Wahrgenommene reagiert also der Geist zuerst mit gefühlsgetränkten Absichten. Jeden Augenblick ist eine andere Wahrnehmung, und jeden Augenblick denkt „es“ in Reaktion darauf. Und seiner Absicht, seinem Durst entsprechend redet und handelt dann der Mensch.

Durst ist ein inneres lechzendes Verlangen nach den verschiedenen sinnlichen und geistigen Erlebnissen, das, auch wenn es zur Erhaltung des Körpers nicht nötig sein mag, doch so stark sein kann wie das Bedürfnis nach Einatmen, Ernährung und Schlaf. Es ist ein bewusst gewordener, im Geist sich meldender Drang, dessen Erfüllung zur Erhaltung der normalen entspannten Gemüts- und Geistesverfassung ebenso uner-

lässlich ist wie die körperliche Nahrung zur Erhaltung des Körpers.

Der sich nicht beobachtende Mensch folgt automatisch der durstgetriebenen, gefühlsbesetzten Wahrnehmung. Erlebt er „Das ist angenehm“, dann reagiert er mit freundlichen Worten, entgegenkommendem Handeln und Verhalten. Erlebt er „Das ist unangenehm“, dann reagiert er mit unfreundlichen Worten, abweisendem Handeln und Verhalten.

Mit jedem positiv bewerteten Genuss der Sinnendinge nimmt der Durst nach Genuss immer mehr zu, man muss immer mehr haben, strebt immer mehr und Zusätzliches an und redet und handelt dementsprechend. Dadurch nehmen Rivalität, Streit, Feindschaft, Gehässigkeit zu, von den feinsten Spannungen an bis zu Mord, Totschlag und Krieg. Je mehr aber Neid, Eifersucht, Misstrauen, Feindschaft und Streit zunehmen, um so weniger bleibt Zeit, Kraft und Möglichkeit zum Sinnengenuss. Und immer drohen Alter, Krankheit, Sterben. Auf begehrlisches und übelwollendes Wirken in Gedanken, Worten und Taten folgt nach dem Tod der Abstieg in die Unterwelt mit Sinnenqual und Entsetzen. Das ist Leiden durch durstgetriebene Aktivität, die nicht von Weisheit gelenkt ist.

Der Erwachte vergleicht die Aktivität des normalen Menschen im Denken, Reden und Handeln mit einem Mann, der auf Kernholz aus ist und an einen Bananenstamm gerät, dessen Blattscheiden, die den Eindruck eines festen Stammes bilden, aber leer und hohl und ohne Kern sind. Dieses Gleichnis von dem Schein-Stamm der Bananenstaude, der nicht das hält, was er von außen gesehen verspricht, zeigt noch in relativ milder Form die Vergeblichkeit des menschlichen Strebens, mit der normalen, aus der sinnlichen Wahrnehmung abgeleiteten menschlichen Vernunft zu endgültigem Wohl und Heil zu kommen. In anderen Gleichnissen zeigt der Erwachte, dass die Situation des blinden Menschen, solange er die Wahrheit über die Zusammenhänge von Glück und Wohl und Elend und Leiden nicht kennt, unendlich ernster, schmerzlicher, gefährlicher ist.

So vergleicht der Erwachte die gesamte Aktivität des unbelehrten Menschen mit einem Mann, der am Rand einer glühenden Kohlengrube von zwei Männern gepackt wird, weil sie ihn in die Grube werfen wollen, und der nichts anderes tut, als sich ununterbrochen gegen diese „Vernichtung“ zu wehren (S 12,63). Jeder Mensch wehrt sich kürzere oder längere Zeit, aber jeder Mensch verfällt letztlich der Übermacht dieser Männer, der Übermacht von Alter und Tod.

Der Erwachte würde das, was diese Gleichnisse ausdrücken wollen, nicht in solcher Deutlichkeit den Menschen vor Augen führen, wenn er nicht auch den Ausweg aus dieser entsetzlichen Situation wüsste. Seine Lehre dient keinem anderen Zweck, als den Menschen durch Vermittlung der rechten Anschauung zu jener Form der Aktivität zu veranlassen, aus welcher der Zustand des Heils hervorgeht. Der Belehrte, der seine durstgetriebenen Gedanken beobachtet, kann den automatischen Ablauf unterbrechen und den gedanklichen Zu- und Abwendungen, seiner Gemütsverfassung, eine andere Richtung geben. Er kann, wenn er durch Überlegung erkennt, dass die betreffende Sache zwar angenehm, aber aus irgendwelchen Gründen doch schädlich ist, durch diese Einsicht die üblen Gedanken, die Gemütsverfassung, verändern: Die Vorstellung des Schädlichen kann zu innerem Befremden und zur Abwendung von der als angenehm empfundenen Sache führen.

Auch ein Kenner der Lehre kann es nicht verhindern, dass z.B. in dem Augenblick, in dem er beleidigt wurde, Wehgefühl aufkommt und damit sofort je nach Veranlagung eine negative durstbedingte Gemütsverfassung: Trauer, Ärger, Abwendung. Aber nun wird in dem der Lehre Nachfolgenden ein Einspruch laut: „Vorsicht, das ist ja Abwehr, Abwendung!“ Wie kommt er zu diesem Einspruch? Er hat häufig gedacht: „Eine Gemütshaltung der Abwehr schafft in mir eine üble, dunkle Art, und entsprechend dieser meiner übleren, dunkleren Art wird mein Ergehen sein in diesem und im nächsten Leben. Unausweichlich kommt es auf mich zu, dass ich aus dieser Welt fort muss, dass ich diesen Raum verlassen muss. Da geht es darum,

dass ich schon jetzt auf die richtige, ins Helle führende Tür zugehe.“ Diese Gedanken hat der Kenner der Lehre immer wieder gepflogen, hauptsächlich in neutralen, durstfreien Zeiten, in denen sein Denken relativ frei war von den Objekten der Zuneigung und Abneigung, und er hat diese Gedanken angeknüpft, assoziiert an die Gesinnungen der Aversion und Aggression, der Abwendung und Gegenwendung, die er ja oft bei sich erlebt hat.

Das Vorwärtskommen des der Lehre Nachfolgenden ist abhängig davon, ob er die rechten Gedanken, die er gehört oder gelesen hat, in Beziehung setzt zu seinen Schwächen, zu den Gemütsverfassungen in den Augenblicken der inneren Gefährdung, damit er zu Zeiten der andrängenden Begehungen und Ablehnungen das Aufgenommene als Einsprache zur Verfügung hat. Der richtig Assoziierende stellt sich seine Gemütsverfassung in einer vergangenen, für ihn gefährlichen Situation vor. Entspricht diese nicht seinen besseren Maßstäben, so führt er sich vor Augen, welche Gemütsverfassung besser gewesen wäre und weshalb. Erlebt er sich später wieder in einer Situation, in der Gemütsverfassungen von Neid, Hass, Ärger oder Zorn usw. aufkommen, dann steigt das daran angeknüpfte Denken mit auf, meldet sich als gedankliche Assoziationen: „Ist diese Zuwendung richtig, bringt sie mich ins Helle? Gehe ich, indem ich ihr folge, verloren oder gewinne ich durch sie?“ Ein so Überlegender wird anders reden und handeln als ein Mensch, der blind seiner gefühlsbesetzten Wahrnehmung folgt.

#### Zu 9. Die Gegebenheiten (*dhātu*) sind unbeständig

Die Gegebenheiten werden in den Lehrreden meist erklärt als die fünf Gewordenheiten (*mahā-bhūta*). Diese fünf großen oder ausgedehnten oder weit umfassenden (*mahā*) Gewordenheiten (*bhūta*) (meistens werden nur vier große Gewordenheiten – ohne den Raum – genannt) fasst der Erwachte zusammen unter dem Begriff *rūpa*, zu übersetzen mit: Form, Gestalt,

Bild, Erscheinung, Materie, das Physische: *Die vier großen Gewordenheiten sind der Grund, die Bedingung für das Offenbarwerden der Häufung Form. (M 109)*

Das Pāliwort *mahā-bhūta* bedeutet, dass die vier Elemente, wie sie im klassischen Altertum genannt werden, nicht absolut für sich bestehen, sondern dass sie geworden, geschaffen, gewirkt sind. *Bhūta* ist das Geschaffene, Erzeugte, ist unsere Schöpfung. Der Erwachte zeigt mit seiner gesamten Lehre: Es gibt keine unabhängig für sich bestehende Form, keine „Welt da draußen“, keine „objektive Welt“, deren Festigkeit, Flüssigkeit, Hitze und Luft ein souveränes Individuum, ein „Ich“ betrachtet und deren Töne es hört, als sei dies alles die Ursache für sein Erleben. Vielmehr kommt nur der Eindruck, das Bild auf, als ob mit „eigenen Augen“ „die Formen der Welt“ wahrgenommen würden, mit „eigenen Ohren“ „die Töne der Welt“. In Wirklichkeit besteht zwar der Eindruck, ein Ich sehe äußere Formen, höre äußere Töne, aber hinter diesem geistigen Eindruck steht nicht eine vom erlebten „Erleber“ unabhängige Welt, aus welcher die Eindrücke kämen, sondern das, was der Erwachte im Bedingungs-zusammenhang *bhava* nennt, was allgemein mit „Werden“ oder „Dasein“ übersetzt wird: die Gesamtheit des von uns Gewirkten, das Schaffsal ist die Quelle unserer jeweiligen Erlebnisse, die durch die gegenwärtig vorhandenen Triebe noch zusätzlich verzerrt werden. Von diesem Vorgang sagt der Erwachte: „Maler Herz malt“.

Die Begriffe „Raum“ (5. große Gewordenheit) und „körperlicher Gegenstand“ hängen untrennbar zusammen. „Raum“ ist wie „Gegenstand“ nur Wahrnehmungsinhalt, erdacht,ersonnen, eingebildet. Wo Form-, Ton-, Duft-, Geschmacks-, Tast-Wahrnehmungen sind, da wird auf Gegenstände geschlossen, auf Substanzen. Das ist eine über die Wahrnehmung hinausgehende Deutung, durch welche die Gewohnheit geschaffen wird, an Substanzen zu denken, über Gegenstände nachzudenken, sich der Gegenstände zu erfreuen. Dadurch wird die irrije Auffassung von Raum, der die Gegenstände

enthält, geboren, erdacht und immer mehr befestigt. So entsteht die Wahnvorstellung von Form und Raum.

Auch die heutigen westlichen physikalischen Forschungen haben inzwischen zu Einsichten geführt, die von den Forschern dahingehend interpretiert werden, dass es eine „objektive Welt“ nach früherer naiver Auffassung nicht gibt, dass vielmehr ohne das beobachtende und erlebende Subjekt die Welt nicht etwa nur nicht wahrgenommen wird, sondern dass sie auch nicht „besteht“, dass vielmehr Subjekt und Objekt nur in unlöslicher Verbindung bestehen.

Das aber ist eine uralte Einsicht, die in allen Kulturen der Menschheit, sei es von einzelnen Menschen, sei es von ganzen Gruppen erkannt wurde. Diese Einsicht ist in Indien immer beherrschend gewesen, nur in der Gegenwart ist sie unter dem Einfluss der westlichen „Dinglichkeit“ im Schwinden begriffen.

In Wirklichkeit ist nicht eine Welt gegenüber einem Ich oder ein Ich gegenüber einer Welt, vielmehr besteht eine fest gesponnene Verbindung zwischen dem Wirken des Täters und dem ihn umgebenden Gewirkten, wobei dieses Gewirkte als Illusion von Begegnungswahrnehmungen an ihn wieder herantritt.

Dieses Herantretende sind die Gegebenheiten (*dhātu*). Das Wort *dhātu*, herkommend von *dahati* = hinstellen, bedeutet „das durch Wirken Geschaffene, Hingestellte, nun da Stehende, das Gebildete, Eingebildete, Angewöhnte und dadurch Vorhandene“, also das Gegebene, mit welchem wir bei all unserem Planen und Anstreben zu rechnen haben. Wir nehmen eine objektive, außerhalb von uns befindliche Welt an, aus welcher wir dies oder das aufgelesen, erfahren haben. Der Erwachte aber sagt: Je nach dem Angewöhnten, je nach dem, was du dahin gesetzt oder je nach dem, als wen oder was du dich dahin gesetzt hast, ist die Wahrnehmung, nicht einer objektiven Welt zufolge.

In M 28 und anderen Lehrreden wird geschildert, dass es Festigkeit, Flüssigkeit, Wärme, Luft und Raum als zu sich



Gezähltes und als außen Erfahrenes gebe. Und alle fünf Gegebenheiten wandeln sich ständig. In einer Zeitung lesen wir:

*Unsere Erde war schon immer, wie andere Planeten auch, ein Pol der Unruhe, der ständigen Bewegung, der latenten Katastrophen. Wo heute Meere sind, waren früher Berge und Vulkane, wo heute das Gebirge steht, war Wasser. Beständig war nur der Wechsel...Die Kette der Naturkatastrophen reißt nicht ab. Sie ist noch nie abgerissen, seit es eine Erde gibt.*

Was ist gegenüber solchen Gewalten und Wandlungen der als außen erfahrenen Gegebenheiten der menschliche Leib – ein Nichts! Wie viel eher und häufiger als die als außen erfahrenen Gegebenheiten vergehen kleine Menschenkörper, bei denen nur ein kleiner Mangel von Flüssigkeit, Wärme oder Luft zur Vernichtung führt.

Wenn man sich die gewaltige Wassermenge bei einer Flut vorstellt, die alles Feste überspülen und zunichte machen kann, dann wird man sich mit der Ohnmacht der als außen erfahrenen Form erst recht der Geringfügigkeit, Kleinheit und Hilflosigkeit der zu sich gezählten Form des Körpers bewusst, und alle Selbstüberschätzung schwindet.

Mit dieser Vorstellung ist auch der Gedanke „mein eigen“ nicht mehr möglich. So wie die Wassermassen alles Feste um mich herum wegreißen könnten, das ich als Eigentum ansehe, so ergreifen sie auch diesen Körper, und wenn ich ihn auch noch so sehr zu schützen suchte. Und unabänderlich wird der Körper von Alter, Krankheit und Tod ergriffen, kann ihnen nicht entgehen, ausgelöscht wird alles, was als „Eigentum“, „Ich“ oder „Mein“ empfunden wird.

Der Erwachte sagt in M 1 ausdrücklich, dass der um Wahrheit und Freiheit kämpfende Mönch zwar das Feste, Flüssige usw., also alle Dinge, als solche wahrnimmt, sie aber nicht als Ich und eigen ansieht und sich darum ihrer nicht freut und sich nicht über sie ärgert. Wie wenn ein weiser Arzt in das Delirierendsein eines Kranken hinein spräche und diesem zuraunte:

„Bedenke, dass alles das, was du jetzt wahrnimmst, nur aus der Hitze deines Blutes, aus den dir innewohnenden Spannungen, aus dir selber, kommt, bedenke das und liefere dich diesen Gebilden nicht unbesonnen aus, sondern lass' uns dein Blut abkühlen, damit diese Bilder zerrinnen und du gesunden werdest“ – so wie ein weiser Arzt, so sagt der Erwachte: „Bedenke, dass das „All“ in sechs Arten von Erfahrungen der Sinnesdränge liegt und dass diese Erfahrungen der Sinnesdränge Wahrnehmungen produzieren, die hervorgehen aus dem Gewirkten und den innewohnenden Tendenzen; bedenke, dass die Art deiner Wahrnehmungen immer nur ist, immer nur sein wird entsprechend deinen Trieben, deinem Wirken.“ Die Wahngelbilde treten so stark aufdringlich und unwiderstehlich hervor, wie die Triebe stark sind. So stark wie die Triebe sind, so stark wie ein Mensch z.B. zu Zorn, Hass neigt, dementsprechend sieht er selber aus und sind auch die Wesen, die ihm begegnen. Unsere gesamte Wahrnehmung, also alles Erlebte, ist das symbolische Abbild von inneren Drängen, von Trieben.

Aber wir können nicht sagen: All unser Wahrnehmen, unser Erleben ist nur Traumgelbilde, Wahngelbilde, dies will ich einfach ignorieren. Wir können sie gar nicht ignorieren, denn sie sind ja das äußere Bild unserer Triebe. Es müssen die Triebe verändert werden, müssen sich von Hass zu Verständnis und Liebe entwickeln, dann wird das Erleben im Ganzen heller. Je heller die Stimmungen sind, die der Heilsgänger bei sich empfindet, um so mehr ist er bei sich selber glücklich, um so weniger beachtet er das, was er als „außen“ erlebt, weil er alles Wohltuende bei sich hat. Damit aber ist er bereits auf dem Weg zur Herzenseinigung, zum Erfahren einer anderen Wirklichkeit, gegenüber welcher die sinnliche Traumwelt verschwindet wie nie gewesen.

Zu 10. Die fünf Zusammenhäufungen  
sind unbeständig, leidvoll, nicht-ich

In dieser 10. Gruppe sind die 9 vorherigen enthalten. Der der Lehre Nachfolgende hat die höchste Aussage des Erwachten

verstanden, dass das ganze Dasein nur aus den fünf Zusammenhäufungen besteht. Was es an Daseinsbereichen gibt: Hölle, Tierreich, Gespenster, Menschen, Gottheiten – sie alle bestehen nur daraus, dass Formen und Gefühle wahrgenommen werden. Vom menschlichen Standpunkt aus geurteilt, werden in den unteren Bereichen starke bis stärkste Wehgefühle, in den oberen Bereichen größte Wohlgefühle erfahren. Aber die Heilgewordenen lehren, dass schon die Tatsache, dass Formen und Gefühle wahrgenommen werden, Leiden ist. Nur weil wir das menschliche Maß von Gefühl gewöhnt sind, darum müssen wir die dunkleren Gefühle als Leiden bezeichnen, und die geringeren Schmerzen bezeichnen wir von unserem Standpunkt aus als Wohl, ergreifen das Wohl und fliehen das Wehe und befestigen damit den Eindruck, die Täuschung, dass ein Ich einer Welt gegenüberstehe, wo in Wirklichkeit nur Formen und Gefühle, entstanden aus inneren Drängen und dem Gewirkten, wahrgenommen werden.

Der der Lehre Nachfolgende, der die fünf Zusammenhäufungen in ihrem Zusammenspiel bedenkt, nimmt Wehgefühl hin, lehnt sich nicht dagegen auf und lässt so den Geist nicht von Gefühlen der Trauer, des Ärgers oder der Niedergeschlagenheit gefangen nehmen, entzieht ihnen durch eine andere Richtung der Gedanken den Boden. Er weiß: Was da auch aufkommt, ob es den Trieben wohltut oder wehtut, das ist Ernte aus früherem Tun. Und wenn er etwas Unangenehmes erlebt, so sagt er sich: Schon wieder kann ich jetzt etwas von dem Üblen abtragen, das ich gesät habe. Alles, was mich jetzt erreicht, was jetzt an mich herankommt, das brauche ich später nicht mehr zu erleiden, wenn ich es jetzt still und ohne Auflehnung hinnehme.

Was es auch sei: Ob da ein Geliebter stirbt oder ob eine Freundschaft oder ein Kameradschaftsverhältnis zerbricht oder ob Krieg ausbricht und Gefahren bevorstehen – der der Lehre Nachfolgende kommt immer schneller auf den Gedanken: „Was da kommt, sind immer nur die fünf Zusammenhäufungen: Immer werden Formen (1) und Gefühle (2) wahrgenom-

men (3); wird darauf reagiert (4), damit die entsprechende Gewöhnung geschaffen (5), werden immer solche Erlebnisse sein und muss entsprechend darauf weiterhin reagiert werden ohne Ende. Es gibt ja kein endgültiges Vernichtetsein, nur ein Weiterrollen der fünf Zusammenhäufungen. Mir kann gar nichts geschehen, ich bin dabei loszulassen, soweit und so gut ich kann. Ich pflege bei allen Begegnungen immer mehr den Anblick: „Das ist Vergängliches, Unbeständiges. Ich habe zwar noch manche Bedürfnisse, aber ich entwöhne mich.“

So wird er auf dem Weg, auf dem er sich als erfahrener Heilsgänger entwickelt, größer, erreicht eine höhere Warte, gewinnt einen weiteren Horizont, sieht, wie ein Erlebnis erscheint, wie es eine Zeitlang bleibt und wieder verschwindet, und löst sich innerlich von dem Strom des automatischen Geschobenseins in dem Gedanken: *Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst.* Sicher wird vieles Herankommende noch weh tun, da ja eben noch vielerlei Tendenzen vorhanden sind, aber dieses Herankommende ist das Wehe, das früher von mir ausgegangen ist. Was ich früher anderen angetan habe, in die Welt geschickt habe, das kommt nun zurück.“ Das nennen wir ja Welt: das von mir früher ausgegangene Wirken. Ein Ball, den man gegen die Wand wirft, kommt zurück. Was zurückkommt, ist früher gegen die Wand geworfen worden. „Ich werfe jetzt möglichst nichts Übles mehr gegen die Wand, dann kommt bald auch nichts Übles mehr zurück. Ich sehe die Einheit dieser scheinbaren Zweiheit Ich-Umwelt, ich entspanne, befriede, wo ich kann, dann wird auch bald Frieden erlebt werden.“

Der erfahrene Heilsgänger, der Stromeingetretene, nutzt jede Gelegenheit, um weiterzukommen, indem er sorgt, sich von Wohlgefühlen nicht hinreißen zu lassen, Wehgefühle so bald wie möglich zu überwinden, den Geist davon freizumachen. Er lenkt den Geist auf die Freiheit vom Haften an den fünf Zusammenhäufungen, die er kennt als das Sichere, Unvergängliche. Dabei beruhigt sich der Geist, das Gemüt wird still, heiter und gelassen, und er wächst auf das Heil zu.

DAS GLEICHNIS VON DEN ZWEI PFEILEN  
„Gruppierte Sammlung“ (S 36,6)

Mit diesem Gleichnis stellt der Erwachte einen feinen und wichtigen Unterschied heraus zwischen dem von ihm nicht belehrten gewöhnlichen Menschen und dem, der durch seine Belehrung die entscheidende Wahrheit endgültig gefasst hat und darum unwiderruflich in den Prozess der Heilsentwicklung hineingezogen ist. An diesem Unterschied kann auch der heutige Mensch, der durch die überlieferten Lehrreden und entsprechende Erklärungen und vor allem durch eigene Beobachtungen zu einer tieferen Kenntnis der Lehre gekommen ist, bei sich selbst prüfen, ob er schon in den Prozess der endgültigen Heilsentwicklung eingetreten ist oder noch nicht. Zugleich kann er erkennen, was dazu gehört, um diesen Prozess beginnen zu können. Die Lehrrede beginnt wie folgt:

*Der unbelehrte gewöhnliche Mensch, ihr Mönche, empfindet Wohlgefühle, Wehgefühle und Weder-Weh-noch-Wohlgefühle. Was ist da nun der Vorzug, was der Gegensatz oder Unterschied des erfahrenen Heilsgängers gegenüber dem unbelehrten Menschen?*

*Wenn da, ihr Mönche, der unbelehrte gewöhnliche Mensch vom Wehgefühl getroffen ist, dann wird er zusätzlich bekümmert, beklommen, jammert, stöhnt, gerät in Verwirrung. So empfindet er zwei Gefühle: ein körperliches (kāyika) und ein geistiges (cetasika).*

*Gleichwie etwa, wenn ein Mann von einem Pfeil getroffen würde und dann noch von einem zweiten Pfeil und dadurch den Schmerz von zwei Pfeilen erfähre, so auch erfährt, ihr Mönche, der unbelehrte Mensch, wenn er von einem Wehgefühl getroffen ist und dann zusätzlich bekümmert, beklommen wird, jammert, stöhnt und in Verwirrung gerät, zwei Wehgefühle, ein körperliches und ein geistiges.*

*Wenn dagegen, ihr Mönche, der erfahrene Heilsgänger vom Wehgefühl getroffen ist, dann wird er nicht zusätzlich bekümmert, beklommen, jammert, stöhnt nicht, gerät nicht in Verwirrung. So empfindet er nur ein Gefühl, ein körperliches, und fühlt kein geistiges.*

*Gleichwie etwa, wenn ein Mann von einem Pfeil getroffen würde und nicht zusätzlich von einem zweiten, ebenso auch erfährt, ihr Mönche, der erfahrene Heilsgänger, wenn er von einem Wehgefühl getroffen wird und nicht noch bekümmert, beklommen wird, nicht jammert, stöhnt und in Verwirrung gerät, nur ein Gefühl, ein körperliches, aber kein geistiges.*

Der erste Pfeil ist das unmittelbar uns treffende Ereignis, wie etwa der Tod eines geliebten Menschen oder ein großer Verlust an Geld oder Gut, Verlust einer wichtigen Stellung, einer Freundschaft oder körperlicher Unglücksfall. Solche, aber auch viel einfachere Dinge, wie etwa ein angebranntes Essen, ein verregneter Urlaub usw., treten als ein von außen kommandes Ereignis mehr oder weniger plötzlich durch die Sinesdränge an den Menschen heran und in seinen Geist ein. Das ist also der erste Pfeil. Solche Ereignisse tun jedem Menschen wehe, nicht nur dem unbelehrten gewöhnlichen Menschen, sondern auch dem erfahrenen Heilsgänger, nur mit dem Unterschied, dass der unerfahrene Mensch über alle solche schmerzlichen Ereignisse, nachdem sie ihn schmerzlich getroffen haben, noch weiterhin nachdenkt - der gröbere Mensch zornig, verzweifelt, wütend, gereizt, der feinere Mensch traurig, wehmütig, gedämpft wird - während der erfahrene Heilsgänger, der ein ganz anderes Wohl jenseits aller fünf Zusammenhäufungen kennt und dieses anstrebt, sich auf dem Rückzug aus den fünf Zusammenhäufungen befindet. Alle Verletzungen, die durch die fünf Zusammenhäufungen noch möglich sind - eben die vorhin genannten

und sonstigen schmerzlichen Ereignisse - nimmt er hin als Bestätigung seines Wissens um die Erbärmlichkeit dieser fünf Zusammenhäufungen und fühlt sich bestärkt in dem Bestreben, immer unabhängiger von ihnen zu werden.

Das heißt also: In dem Augenblick der Wahrnehmung, der Ankunft der Berührung der Sinnesdränge im Geist, wird der Schmerz erfahren - das ist der erste Pfeil - und damit beginnt sogleich die geistige Auseinandersetzung mit diesem Ereignis. Hier in der geistigen Auseinandersetzung zeigt sich der Unterschied zwischen dem gewöhnlichen unbelehrten Menschen und dem belehrten Heilsgänger.

Der unbelehrte Mensch denkt über die traurigen oder schmerzlichen Erlebnisse oder Ereignisse auch später noch immer wieder nach, grämt sich darüber oder wird wütend, verzweifelt, verbittert (das ist der zweite Pfeil), und zwar deshalb, weil er das Wesen der Existenz nicht kennt und darum mit dem „Leben“ in der Welt *rechnet*. Er erwartet Wohl und Glück *nur* von den durch die Sinne kommenden Erlebnissen. Darum muss er betrübt sein, wenn auf dem gleichen Weg, eben durch die Sinne, schmerzliche, üble Erlebnisse kommen.

Der erfahrene Heilsgänger kann zwar auch nicht verhindern, dass solche Erlebnisse und Ereignisse ihn im ersten Ankommen schmerzlich treffen, da er ja noch Anliegen hat, dass er also vom ersten Pfeil getroffen wird. Aber da er zu einer endgültig anderen Beurteilung dieser gesamten Weltlichkeit gekommen ist, weil er die gegenseitige Bedingtheit und seelenlose Geschobenheit der fünf Zusammenhäufungen durchschaut hat, darum erwartet er von dieser gesamten Weltlichkeit, die an ihn auf dem Weg über die Sinne herandrängt, kein endgültiges Wohl und Heil, sondern strebt an, von ihr und ihren Einflüssen frei zu werden. Darum denkt ein solcher nicht daran, nach irgendwelchen schmerzlichen Erlebnissen oder Ereignissen sich noch länger grämend mit ihnen zu beschäftigen, und so bleibt er vom zweiten Pfeil verschont.

In der Lehrrede wird der erste Pfeil als „körperliches“ und der zweite als „geistiges“ Gefühl bezeichnet. Unter „Körper“ wird hier nicht das aus Knochen und Fleisch bestehende Körperwerkzeug verstanden, das der Erwachte als „*rūpakāya*“ bezeichnet, weil es aus den vier Großen Gewordenheiten (Festigkeit, Flüssigkeit, Temperatur und Luft) besteht, sondern es wird der dem *rūpakāya* *innewohnende*, ihn ganz und gar durchdringende und durchsetzende „*nāmakāya*“, der *Wollens- oder Empfindungssuchtkörper*, der eigentliche Empfinder verstanden, der anlässlich der Sinnestätigkeit, also des Sehens, Hörens, Riechens, Schmeckens, Tastens und auch des Denkens, mit *berührt* wird und dann mit seiner Empfindlichkeit antwortet als Wohl- oder Wehgefühl. So wie das Öl den Docht einer Lampe durchtränkt und durchdringt (M 146), so durchdringt der *nāmakāya*, der Empfindungssuchtkörper, der überhaupt der Empfinder und „Erleber“ ist, den werkzeughaften Fleischkörper, wird anlässlich dessen werkzeughafter Sinnestätigkeit berührt, empfindet dabei und gibt das Gefühl kund. Jede Zuneigung zu dem betreffenden Sinneseindruck muss mit Wohlgefühl antworten, die Abneigung dagegen mit Wehgefühl. Daraus zeigt sich, dass unter „körperlichem Gefühl“ nicht nur das Tastgefühl zu verstehen ist, sondern das Gefühl auf alle fünf Sinneseindrücke. Denn der Wollenskörper nimmt zu allen fünf Sinneseindrücken unmittelbar Stellung durch Gefühl.

Was ist nun das „geistige Gefühl“, für das der zweite Pfeil als Gleichnis gilt? Hinter der Übersetzung „geistiges“ Gefühl steht nicht, wie mancher vermuten möchte, das Pāliwort *mano*, sondern *ceto*, und das bedeutet etwas anderes. Der *mano* wird in der 43. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“ als der Hirte, der Fürsorger der fünf Sinnesdränge bezeichnet, der an allen ihren Weidebereichen teilnimmt. Jeder der fünf Sinnesdränge (Luger, Lauscher, Riecher, Schmecker, Taster) erfährt bei der Berührung Außendinge, beurteilt sie nach seinem Geschmack mit Wohl- oder Wehgefühl und reicht sie gefühlbesetzt als Form-Wahrnehmung, Ton-Wahrnehmung usw. an



den Geist weiter. Das Gemeldete wird sofort im Geist zueinander geordnet, wird bewegt im Assoziieren und Kombinieren der einzelnen Sinneserfahrungen: *Durch den Geist (mano) und die Dinge, Gedanken (dhamma) entsteht die Geist-Erfahrung (mano-viññāna)*. Aus den in den Geist gelangten Erfahrungen macht sich der Geist einen Sinn und eine Vorstellung, an welchen die stärkeren Sinneseindrücke mehr, die schwächeren weniger Anteil haben.

Wenn vor unseren Augen ein Mensch stirbt oder wir eine Leiche sehen, dann sieht das Auge mit dem innewohnenden Luger ja nur einen völlig regungslos daliegenden Körper. Mehr kann das Auge, der Luger, nicht „wissen“. Aber die Meldung dieses Bildes gelangt zum Geist, und dieser sagt dann unter Hinzuziehung der bisher schon bei ihm gesammelten Daten, dass dies eine Leiche sei, dass dieser Mensch gestorben sei. So deutet der Geist alle fünf Sinneseindrücke und ist darum unlöslich mit ihnen verbunden. Darum zählt diese Geistestätigkeit, die im Zwangszusammenhang mit der fünffachen Sinnesstätigkeit steht, noch zu dem körperlichen Gefühl, zu dem *ersten* Pfeil. Das zeigt der Erwachte auch an einem Gleichnis, auf das wir hernach zurückkommen.

Dagegen deutet der Gebrauch von *ceto* in den Lehrreden auf eine größere Unabhängigkeit von den fünf Sinnen hin. Es handelt sich zwar auch um eine *geistige* Tätigkeit, also um Sinnen und Denken, aber nicht um eine solche, die durch augenblickliche Sinneseindrücke ausgelöst ist, sondern um *Erinnerung* an früher erfahrene Freuden und Leiden. Hier greift der Geist auf das bei ihm mit Gefühl Eingetragene zurück: Er denkt freudig an schöne oder traurig an schmerzliche Erlebnisse, die er einst hatte. Oder er denkt voll Sorgen oder voll Freuden und Hoffnung an zukünftige Ereignisse. So wird, *ohne* dass im Augenblick ein schmerzliches Erlebnis vorliegt, sondern lediglich durch die *Erinnerung* daran, durch das *Bedenken* und Umdenken und Vorstellen wie auch durch sorgende Gedanken in Bezug auf die Zukunft, Wehgefühl er-

zeugt, und das wird als der *zweite Pfeil* bezeichnet: als *cetasi-ka dukkhā*.

Je mehr uns diese Unterscheidung zwischen den zwei verschiedenartigen Einsätzen des Geistes geläufig wird - einmal in unmittelbarer Abhängigkeit von den fünf Sinnesindrücken und zum anderen, indem er allein aus seinem Fundus Erinnerungsgehalte hervorholt oder durch folgerndes Denken zu Sorgen um die Zukunft kommt - um so mehr verstehen wir, dass der erfahrene Heilsgänger von diesem *zweiten* Pfeil nicht mehr getroffen wird bzw. dass er, wenn er sich bei solcher geistigen Tätigkeit entdeckt, diese sehr bald wieder beendigen und abbrechen kann.

Das Gleichnis, in dem der Erwachte auf diesen Unterschied aufmerksam macht, befindet sich in der 35. Gruppe der Gruppierten Sammlung, die von den sechs Sinneswerkzeugen mit ihren sechsfachen Sinnesdrängen einerseits und den sechs als außen erfahrenen Formen handelt. Es heißt dort in S 35,207:

*Wenn da sechs Männer, mit Stöcken bewaffnet, die ausgelegten Gerstengarben dreschen, dann werden diese Garben durch das Zuschlagen der sechs Männer gründlich gedroschen. - Wenn sich aber zu diesen sechs Männern noch ein siebenter Mensch gesellte, ebenfalls mit einem Dreschflegel bewaffnet, und nun auch auf die Gerstengarben einschläge, so würden diese noch stärker gedroschen werden.*

*Ebenso nun auch, ihr Mönche, wird der Luger des unbelehrten gewöhnlichen Menschen getroffen von angenehmen und unangenehmen Formen, wird der Lauscher getroffen von angenehmen und unangenehmen Tönen, wird der Riecher getroffen von angenehmen und unangenehmen Düften, wird der Schmecker getroffen von angenehmen und unangenehmen Säften, wird der Taster getroffen von angenehmen und unangenehmen Tastungen, wird der Denker (mano) getroffen von angenehmen und unangenehmen Gedanken. Wenn nun, ihr Mönche, der unbelehrte gewöhnliche Mensch auch noch Ge-*

*danken und Vorstellungen über mögliche zukünftige weltliche Erlebnisse und Ereignisse nachhängt (ceteti), so wird ein solcher Tor noch zusätzlich von Schmerzen getroffen gleichwie da, ihr Mönche, jene Gerstengarben von dem siebenten Schläger.*

In diesem Gleichnis ist also zuerst von allen *sechs* Schlägern, die *zusammen* da sind, die Rede und dann davon, dass später noch ein *siebenter* Schläger hinzutritt. Darin zeigt sich deutlich die ursprüngliche Zusammenarbeit aller sechs Sinnesdränge, das heißt die untrennbare Mitarbeit des Geistes bei jeder Erfahrung der fünf Sinnesdränge und außerdem, abgelöst davon, die siebente Möglichkeit, über die früher gehaltenen Eindrücke weiterhin nachzudenken oder nicht nachzudenken. Von dieser Möglichkeit macht der vom Erwachten unbelehrte gewöhnliche Mensch, der über die vergangenen schmerzlichen Erlebnisse, über Beleidigungen oder Verluste, über Untreue oder mangelnde Anerkennung mit erneutem bohrendem Schmerz nachdenkt, immer wieder Gebrauch - und das ist das Wühlen und Stechen des *zweiten Pfeils*.

Der Erwachte beschreibt dieses Wühlen und Stechen des zweiten Pfeils in dem Gleichnis von den zwei Pfeilen:

*Ist er vom Wehgefühl getroffen, so ist er voll Abwehr. Indem er voll Abwehr gegen das Wehgefühl ist, treibt ihn die Abwehrgeneigtheit.*

Wenn sich zum Beispiel jemand ärgert, dass der andere zu geräuschvoll mit den Türen schlägt, so liegt das gar nicht am störenden Geräusch als solchem, sondern an der Rücksichtslosigkeit, auf die er daraus im Geist schließen zu können glaubt. Er frisst den Ärger in sich hinein, wartet vielleicht geradezu auf die Wiederholung des Geräusches, das er sonst gar nicht beachtet hätte, und lässt sich von dem quälenden Gefühl des Gekränktheits und Protests zerreiben, bis er sich

vielleicht in einem Wutausbruch entlädt und das geistige Wehe dadurch nur noch schlimmer macht.

Der erfahrene Heilsgänger aber wird nach dem ersten unmittelbaren Getroffensein vom Knall der Tür den Geist im Zaum halten, dass er nicht um das Wehgefühl kreist und nicht immer wieder die Vorstellung der Erscheinungen reproduziert, bei denen dieses Wehgefühl aufgekommen ist, sondern mit auf die Herkunft gerichteter Aufmerksamkeit es bei der sachlichen Feststellung bewenden lässt: *So beschaffen ist dieser Körper, dass man da solche unangenehme Töne hören kann. (M 28)* Wo das noch nicht gleich gelingt und der Geist doch dem Wehgefühl nachgehen will, da müht er sich, die Sache so schnell wie möglich als belanglos zu beurteilen. Er ist schon oftmals ausgefüllt mit wichtigeren Dingen, und wenn sein Trieb zur Selbstbehauptung und Beachtung den Gedanken an die Rücksichtslosigkeit des anderen hochspielen möchte, so zügelt er dies beispielsweise dadurch, dass er an all die Rücksichtslosigkeiten denkt, die er selber schon allein in diesem Leben begangen hat, absichtliche und unabsichtliche. Oder er denkt, wie unglücklich der andere sein mag, dass er seinem Ärger durch Türknallen Luft machen will. Dann beschäftigt sich zwar der Geist noch mit dem unmittelbaren Getroffensein (erster Pfeil), und insofern ist er vom zweiten Pfeil getroffen, aber er zieht ihn rasch wieder heraus.

Unsere Sprache nennt viele Ausdrücke für das Umsichfressen des Getroffenseins <sup>17</sup>, das sich der Geist immer wieder bewusst macht (zweiter Pfeil) und es in Beziehung zum vorgestellten „eigenen Ich“ setzt und dadurch das Herz sich zur Abwehr neigen lässt: Bestürzung, Empörung, Entrüstung (Entrüsten stammt von: aus der Rüstung bringen, aus der Fassung bringen), Grimm und Groll, Verdrossenheit, Zorn, Unmut, Hass, Angst, Verzweiflung, Niedergeschlagenheit, Depression, Wehmut und andere. All diese Gemütszustände zeigen an,

---

<sup>17</sup> Der Erwachte nennt dieses Weiterverfolgen des Getroffenseins in M 141 bei den Gefühlen Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung.

dass das entstandene Wehgefühl nicht hingenommen, sondern die Abwehr, die Auflehnung dagegen gepflegt wurde und sich ausgebreitet hat. Das gilt selbst für den primitivsten körperlichen Schmerz: Ein schadhafter Zahn meldet sich durch ein Wehgefühl (erster Pfeil). Wenn dann aber über seine Registrierung und über die gelassene sachliche Einleitung der möglichen Heilmaßnahmen hinaus der Geist darum kreist, wie unpassend gerade jetzt der Schmerz komme, was daraus entstehen könne, was man alles dadurch versäume, wie man das nur aushalten könne usw., dann kann ein Krampf der Abwehr, der Auflehnung, entstehen (zweiter Pfeil).

Nur durch den Anblick der vollkommenen Lehre des Erwachten werden solche Ausweitungen im Gefühl vollständig verhindert. Zwar hat es in allen Kulturen Weise und Große gegeben, die ihr Gemüt nicht derart verdunkelten. Manche christliche Mystiker zum Beispiel waren weit über den Durchschnitt gelassen. Wenn sie krank waren oder wenn sie beleidigt oder missverstanden oder vor die Inquisition gebracht wurden, so waren sie oft heiter und sich gleich geblieben und haben gegenüber all diesen menschlichen Nöten sich nicht von dem zweiten Pfeil treffen lassen. Aber wenn sie etwa - wie berichtet wird - in übersinnlichem Erleben „arme Seelen im Fegefeuer“ oder Höllenstrafen sahen, dann waren sie darüber entsetzt und tief betrübt, von Abwehrgeneigtheit getrieben. So wurden sie auf diesem Gebiet vom zweiten Pfeil getroffen.

Der nur vom ersten Pfeil getroffene erfahrene Heilsgänger nimmt das Wehgefühl hin, lehnt sich nicht dagegen auf und lässt so den Geist nicht von Gefühlen der Trauer, des Ärgers oder der Niedergeschlagenheit gefangennehmen, entzieht ihnen durch eine andere Richtung der Gedanken den Boden. Er weiß: Was da auch aufkommt, ob es den Trieben wohltut oder wehtut, das ist Ernte aus früherem Tun. Und wenn er etwas Unangenehmes erlebt, so sagt er sich: Schon wieder kann ich jetzt etwas von dem Üblen abtragen, das ich gesät habe, so dass es dann hinter mir liegt. Alles, was mich jetzt erreicht, was jetzt an mich herankommt, das brauche ich später nicht

mehr zu erleiden, wenn ich es jetzt still und ohne Auflehnung hinnehme.

Was es auch sei: Ob da ein Geliebter stirbt oder ob eine Freundschaft oder ein Kameradschaftsverhältnis zerbricht oder ob Krieg ausbricht und Gefahren bevorstehen - der erfahrene Heilsgänger kommt immer schneller auf den Gedanken: „Was da kommt, sind immer nur die fünf Zusammenhäufungen, immer werden Formen und Gefühle wahrgenommen; reagiere ich darauf, so schaffe ich damit die entsprechende Gewöhnung und werde immer solche Erlebnisse haben und so darauf reagieren müssen ohne Ende; denn es gibt kein endgültiges Vernichtetsein, nur ein Weiterrollen der fünf Zusammenhäufungen. Mir kann gar nichts geschehen, ich bin dabei loszulassen, soweit und so gut ich kann. Ich pflege bei allen Begegnungen immer mehr den Anblick: Das ist kein Kernholz, das ist nur Rinde, das ist Grünholz, das ist Vergängliches, Unbeständiges. Ich habe zwar noch manche Bedürfnisse, aber ich entwöhne mich.“ So wird er auf dem Weg, auf dem er sich als erfahrener Heilsgänger entwickelt, größer, erreicht eine höhere Warte, gewinnt einen weiteren Horizont, sieht das Erscheinen, wie es eine Zeitlang bleibt und wieder verschwindet, und löst sich innerlich von dem Strom des automatischen Geschobenseins in dem Gedanken: *Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst.* „Sicher wird vieles Herankommende noch weh tun, da ja eben in mir noch vielerlei Tendenzen vorhanden sind, aber dieses Hinzukommende ist das Wehe, das früher von mir ausgegangen ist. Was ich früher anderen angetan habe, in die Welt geschickt habe, das kommt nun zurück. Das nennen wir ja Welt - die von mir früher ausgegangenen Taten. Ein Ball, den man gegen die Wand wirft, kommt zurück. Was zurückkommt, ist früher gegen die Wand geworfen worden. Ich werfe jetzt möglichst nichts Übles mehr gegen die Wand, dann kommt bald auch nichts Übles mehr zurück. Ich sehe die Einheit dieser scheinbaren Zweiheit Ich-Umwelt, ich entspanne, be-

friede, wo ich kann, dann wird auch bald Frieden erlebt werden.“

In M 13 haben wir ein weiteres Beispiel von sorgendem Denken, dem geistigen Gefühl. Da heißt es:

Der unerfahrene Hausvater, der im Haus lebt, bemüht sich, strengt sich an, dass er zu Vermögen kommt. Er macht sich Kummer, wenn es ihm nicht gelingt. Wenn es ihm aber gelungen ist, dann muss er sorgen, dass er es bewahrt. Und trotzdem geht es ihm oft verloren. Wenn es dann verloren gegangen ist, *ist er bekümmert, beklommen, jammert, stöhnt und gerät in Verwirrung: „Meinen Besitz, den haben wir nicht mehr.“*

Das ist das zusätzliche geistige Wehgefühl, die Sorge, geistige Qual, die er sich bereitet, der zweite Pfeil.

Sāriputto (M 28) nennt diesen Körper ein Werkzeug des Durstes, geschaffen vom Durst, um genießen zu können, um den Trieben angenehme Formen sehen, angenehme Töne hören zu können, um riechen, schmecken, tasten zu können. Der Geist hat alles registriert, was von den Sinnesdrängen an Angenehem und Unangenehem erfahren wurde, und ist darauf aus, das Angenehme zu erreichen, Unangenehmes zu vermeiden. Die ebenfalls eingetragenen Hoffnungen, Wünsche wie auch Ängste und Befürchtungen kreisen nun bei jenem Hausvater sofort um die Vorstellung des Verlustes. Gewiss, der Mensch muss für seinen Unterhalt sorgen. Darum kümmert sich der erfahrene Heilsgänger wie der Unbelehrte. Aber der unbelehrte Mensch tut es mit Seufzen und Kummer und Jammer und Schmerz und Verzweiflung, denkt Tag und Nacht bewegten und getriebenen Geistes darüber nach. Er nährt die innere Abneigung, den inneren Widerwillen gegen die Notsituation, verkümmert im Leid und versäumt so wichtige Möglichkeiten.

Auch der erfahrene Heilsgänger spürt, solange er noch nicht von sinnlichen Trieben frei geworden ist, die Abneigung z.B. gegen einen Geld-Verlust, aber da setzt sein Kampf ein. Er sagt sich etwa Folgendes: „Was erwarte ich

denn? Es gibt keinen anderen Feind, der uns das Erworbene nimmt, als wir selber; andere Menschen und Umstände sind nur Handlanger unseres eigenen Gewirkten. Ich weiß ja, dass mir all die Dinge nicht gehören, dass sie unbeständig sind. Der Verlust hätte schon längst eintreten können, und irgendwann einmal wird er ganz sicher eintreten, spätestens wenn ich sterbe. Jetzt gilt es, ruhig zu tun, was zu tun ist. Ich habe wieder einmal mehr erfahren, dass das, was aus den fünf Zusammenhäufungen besteht, in ständigem Fluss ist. Wir wissen nicht, wann es unseren Händen entrinnt oder wie lange es greifbar bleibt. Wir wissen nur, dass es uns entrinnt. Aus dieser Erfahrung will ich lernen, um freier zu werden.“ So wird der belehrte Heilsgänger durch solches Erlebnis noch stärker geweckt und gepackt. Er nutzt diese Gelegenheit, um mit einem Ruck weiterzukommen, indem er sorgt, ein solches Wehgefühl so bald wie möglich innerlich zu überwinden, den Geist davon freizumachen, sich der neuen Situation zu stellen und in dem Wissen: „Alles, was von außen kommt, ist nicht sicher“, den Geist auf jene ganz andere Sicherheit zu lenken, die er kennt als das Sichere, Unvergängliche. Dabei beruhigt sich sein Geist, und das Gemüt wird still, heiter und gelassen, und er bleibt frei von der Sklaverei der Abwehrgeneigtheit.

Der unbelehrte Mensch dagegen ist hilflos dem Trieb der Abneigung gegen seine leidigen Situationen, dem „geistigen Wehgefühl“, dem zweiten Pfeil, ausgeliefert. Und wie reagiert er darauf?

*Wenn er vom Wehgefühl getroffen wird, sucht er Befriedigung beim Sinnenwohl. Und warum? Nicht kennt, ihr Mönche, der unbelehrte Mensch außer dem Sinnenwohl eine andere Befreiung vom Wehgefühl. Indem er Befriedigung beim Wohlgefühl der Sinne sucht, treibt ihn die Giergeneigtheit.*



Wenn ihn der Trieb der Abwehr gegen das als negativ Empfundene lenkt, so tröstet er sich mit Vorstellungen von Sinnenwohl, die ihm Freude machen. Manche Menschen sind zeitweise ganz trostlos, aber der Mensch kann nicht immer nur traurig sein. An irgendetwas in seinem Leben denkt er dann, das seinen Sinnesdrängen angenehm war. Daran klammert er sich und tröstet sich momentan, vergrößert aber damit nur weiter seine Verletzbarkeit. Denn wenn er sich an der Vorstellung von Sinnenwohl freut, so denkt er immer mehr daran, malt es sich aus, hofft darauf, stellt es sich vor. So treibt ihn der Trieb der Gier. Erreicht er das ersehnte Sinnenwohl, so treibt die Gier ihn zur Hingabe, zum Ergreifen. Erreicht er es nicht oder schwindet es ihm wieder - was unvermeidlich ist - so trifft ihn Wehgefühl um so mehr, als er sich vorher mit seiner ganzen Erwartung auf das Wohl ausgerichtet hatte - und das Spiel beginnt von neuem. So ist der unbelehrte Mensch von seinen Trieben getrieben; was er denkt, rührt alles von seinen Trieben her, sowohl das verdrossene, bekümmerte, verzweifelte Denken über den Verlust wie auch das wohlgefällige Denken über vorgestellte sinnliche Freuden. So treiben die Triebe die Wesen von Erlebnis zu Erlebnis, von Erleiden zu Erleiden, von Tat zu Tat, vom Säen zum Ernten, vom Ernten zum Säen - nur immer weiter.

Der Erwachte sagt von dem unbelehrten, nicht heilskundigen Menschen, der, vom zweiten Pfeil getroffen, aus Abneigung gegen das Wehe den Ausweg im Streben nach Sinnenwohl sucht, in unserer Lehrrede:

*Nicht kennt er der Wirklichkeit gemäß Entstehen und Vergehen, Labsal und Elend dieser Gefühle und die Befreiung von ihnen.*

*Und da er nicht der Wirklichkeit gemäß Entstehen und Vergehen, Labsal und Elend dieser Gefühle und die Befreiung von ihnen kennt, so treibt ihn bei einem Weder-Weh-noch-Wohlgefühl die Wahngeneigtheit.*

*Wenn er ein Wohlgefühl empfindet, so empfindet er es als ein Gebundener. Wenn er ein Wehgefühl oder ein Weder-Weh-noch-Wohlgefühl empfindet, so empfindet er es als ein Gebundener.*

*Man muss sagen, ihr Mönche, der unbelehrte Mensch ist gefesselt an Geborenwerden, Sterben, Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung, ist gefesselt an Leiden, sage ich.*

Weil der unbelehrte Mensch nicht der Wirklichkeit gemäß Formen, Gefühle, Wahrnehmung, Aktivität und programmierte Wohlerfahrungssuche kennt, also nicht nüchtern weiß, wodurch sie entstehen, wodurch sie vergehen, was an ihnen wohltut, was sie aber an Elend mit sich bringen und wie man ihnen entrinnen kann, so kann er auch zu einer Zeit, in der ihn Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühle bewegen, hierbei nicht den Ausweg finden; denn zu solchen Zeiten treibt ihn die Wahngeneigtheit. Er hat ja nichts anderes erfahren, als dass ihn nach dem Einschlag des ersten Pfeils - dem „körperlichen“ Wehgefühl - im Geist Abwehr dagegen erfasst, er aus Abwehr gegen das Weh von der Gier nach Sinnenwohl getrieben wird, beim Sinnenwohl den Ausweg sucht, daran denkt: Nur dieses „Programm“ ist sein Denken gewohnt. Anderes kennt er nicht. Deshalb heißt es von ihm nicht nur, dass er im Wahn befangen ist, sondern dass ihn die Wahngeneigtheit treibt. Damit ist die tiefste Wurzel genannt: Aus Wahn lässt er sich immer wieder von dem, was fließt, beeinflussen, treiben, weil er es nicht durchschaut. So ist Wahn die Grundbedingung für das Weiterrollen, den Samsāra. Je dumpfer der Wahn ist, um so gröber wird alles Erleben, an um so schmerzlichere Erlebnisse ist der Mensch gebunden. Und je weniger einer im Wahn befangen ist, an um so relativ hellere, subjektiv wohltuendere Erlebnisse ist der Mensch gebunden. Aber Wahn, ob grob oder fein, lässt die Wollensflüsse, die Einflüsse, die Gebundenheit, die Fessel, das Leiden weiter fließen.

Selbst in den „neutralen Zeiten“ ist er unfähig - da unbelehrt - zum stillen, sachlichen, auf das Entstehen, Vergehen, Labsal und Elend der Gefühle gerichteten Beobachten, sondern wird von der Wahngeneigtheit getrieben, die immer und immer wieder den Regelkreis des Leidens durch Geburt, Tod, Kummer, Jammer, körperliches und geistiges Wehgefühl aufrecht erhält. Deshalb heißt es, dass ein solcher Mensch Wehgefühl, Wohlgefühl und Weder-Weh-noch-Wohlgefühl als ein Gebundener empfindet - gebunden an das Leiden, immer wieder getroffen vom ersten und zweiten Pfeil.

In der Versammlung „Die Bruchstücke“ (Vers 574-593) in dem „Pfeil“ überschriebenen Kapitel (K.E.Neumann übersetzt „Dorn“) beschreibt der Erwachte den zweiten Pfeil bei dem Schlimmsten, das den im Wahn befangenen Wesen bevorsteht: bei der immer wiederkehrenden Trennung von Lieben und der immer wiederkehrenden Furcht vor dem eigenen Tod.

*Unbestimmbar, unerkennbar  
Sterblichen ist hier das Leben,  
kümmerlich und karg erlesen  
und in Leiden eingewunden.*

*Keines kennt man doch der Mittel,  
dass Gebor'nes nicht verderbe,  
und dem Altern folgt das Sterben:  
Also ist es Art der Wesen.*

*Früchten ähnlich, reif geword'nen,  
fallen und im Falle fürchten  
sich die sterblichen Gebor'nen  
immer vor dem Todessturze.*

Der erfahrene Heilsgänger kann sich nicht mehr vor dem Sterben fürchten. Der Tod ist für ihn kein Sturz, weil er mit diesem Körper nicht mehr rechnet. Er weiß ja, dass das, was

er Ich nennt, das Fühlende, Wollende, mit dem Fortfallen des Körpers nicht fortfällt, sondern weiter besteht und einen neuen Körper anlegen wird.

*Wie des Haffners Töpferware,  
vielgeformte Tongefäße,  
große Krüge, kleine Schalen,  
ob gebrannt schon, ungebrannt noch,  
alle doch zerbrechen endlich,  
unser Dasein ist nicht anders.*

*Junge, Starke, Alte, Schwache,  
Toren, Weise, wer es sei auch,  
alle wandeln Todesbahnen,  
Todesuntertanen alle.*

*Da vom Tode sie umfassen  
weiter wandern durch die Welten,  
hilft kein Vater hier dem Sohne  
und kein Vetter dem Gevatter.*

*Hinterblieb'ne, Kinder, Eltern,  
sieh nur, wie ein jedes wehklagt,  
eines nach dem andern hinstirbt,  
weggeschleppt wie ein Stück Schlachtvieh.*

*Also treffen Tod und Alter,  
reiben, reißen auf das Leben:  
Doch der Kenner trauert nimmer,  
er, der Lebensläufe kundig.*

*Dessen Fährte du nicht findest,  
der gekommen ist, gegangen,  
unerspät an beiden Enden,  
Klag um ihn erklänge eitel.*

Das bedeutet: Wenn den Menschen ein geliebtes Wesen stirbt, so ist es nutzlos, darum zu klagen. Sie wissen ja gar nicht, von wo das Wesen aus dem Samsāra gekommen ist. Es ist eine Zeitlang bei ihnen, verliert wieder den Körper und geht wieder weiter in einen Bereich, den wir noch nicht einsehen können. Wenn wir die beiden Enden des Kommens und Gehens eines Wesens nicht sehen können - wie können wir dann mit seinem Bleiben rechnen, darauf bauen? Solange die Wesen Weggenossen sind, verhält man sich ihnen gegenüber so gut man kann und nimmt die Gelegenheit wahr, reifer zu werden, zu helfen und dadurch hilfsfähiger zu werden und selber weniger hilfsbedürftig zu sein. Wenn dann jemand uns vorzeitig verlässt oder, wenn der Körper hinfällig wird, weitergeht, dann kann man sagen: „Ich habe getan, was ich tun konnte. Es mag noch mancher mir begegnen, mancher mich verlassen. Es kommt auf mein Handeln an ihm an.“

Solche Begegnungen, die wir unsere Eltern nennen, unsere Kinder nennen, unsere Partner nennen - sie sind in Bezug auf den gesamten Samsāra kurze Augenblicksbegegnungen.

*Wer aus Weh- und Jammerklagen  
etwa sich ein Ziel gewänne,  
aber wirr im eigenen Busen  
wühlt' er wissend auf die Wunde.*

*Denn kein Weinen, kein Bekümmern  
Frieden kann dem Geiste bringen,  
reicher nur erwächst ihm Leiden,  
und der Leib wird aufgerieben.*

*Abgezehrt und fahl und finster  
selber dir zur Qual dich quälend  
und Verstorb'nen keine Stütze,  
klagtest weh du ganz vergeblich.*

*Wer nicht lassen mag sein Grämen,*

*tiefer sinkt er ein in Leiden,  
schluchzend nach dem Hingeschied'nen,  
gibt er nach dem Grame willig.*

*Andre sieh nun, ihr Verscheiden,  
wie sie nach den Taten wandeln:  
In des Todes Macht geraten,  
wankt ein jedes hier der Wesen.*

*Mag das Leben hundert Jahre,  
länger noch dem Menschen dauern:  
Von Geliebten muss er lassen,  
enden seine Lebenstage.*

*Darum prüfe Meisterkunde,  
überwinde Jammerklagen,  
sieh den Toten, hingegangen,  
merke: „Mir gehört er nimmer.“*

*Lodert hell empor die Hütte,  
Wasser kann die Flamme löschen:  
Und so kann der Kühne, Weise  
klug und wirklich Aufgeklärte  
bald entbrannten Kummer kühlen,  
wie der Wind ein Fläumchen fortwehnt.*

*Nachzuklagen, nachzuseufzen,  
traurig ist es, eigne Trübnis;  
eignes Wohl da, wer sich findet,  
rodet aus den Pfeil, den eignen.*

*Ist der Pfeil entrafte, entrodet,  
im Gemüte Ruh erfunden:  
Allem Grame dann entgangen,  
gramlos worden, bist erloschen.*

In diesen Versen finden wir immer wieder abwechselnd die Haltung des unbelehrten, nicht heilskundigen Menschen, der in seinem Kummer versinkt, der „die Wunde aufrührt“, sich vom zweiten Pfeil verwunden lässt - und die Haltung des belehrten, erfahrenen Heilsgängers, der sich das Unnütze und Hilflose des Kummers vor Augen führt und eigenes Wohl sich erringt.

Und zum Schluss wird der Geheilte genannt, der *im Gemüte Ruh gefunden*, den kein Fließen mehr beeinflusst, keine Anziehung und Abstoßung mehr treibt und blendet. Der Geheilte bemerkt, was vor sich geht, er registriert in völliger Klarheit die Berührungen der Sinnesorgane - solange er nicht in weltvergessenem Herzensfrieden weilt - aber keine Berührung kann ihn bewegen. Das, was ihn, den Geheilten ausmacht, ist in keiner Weise anzutasten oder gar aufzubrechen. - Diese Unverletzbarkeit, die nach der Aussage des Erwachten real erreichbar ist, reicht über alle Wünsche und Vorstellungen hinaus. Denn er hat alle Wollensflüsse, wie der Erwachte immer wieder sagt (z.B. in M 36) einem Palmstumpf gleichgemacht, dass sie nicht mehr keimen, nicht mehr emporwachsen können, wie eine Palme, der man die Krone abgeschnitten hat. Wie der Palmstumpf bis zum Vermodern noch Saft absondert, wenn man ihn ritzt, so meldet der dem Körper innewohnende, früher gewirkte vegetative Steuerungsmechanismus, der Körperfreundliches anzieht und Körperschädliches abstößt, körperfreundliche und körperfeindliche Sinneseindrücke, wie Temperaturen, Muskelermüdungen, Krankheiten, Genesung durch entsprechende unmittelbar körperliche Gefühle. Und diese merkt der Geheilte als „Anstoß“ wie die Eichenbohle das Fadenknäuel. Aber bewegen können solche körperlichen Anstöße Herz und Geist des Heilgewordenen so wenig wie ein Fadenknäuel die Eichenbohle. Denn der Geheilte ist völlig abgelöst vom Körper, vom Gefühl, von allen fünf Zusammenhäufungen. Deshalb kann der erste Pfeil nur den Körper treffen, aber nicht den Heilgewordenen, denn des Heilen Herz ist unbeeinflussbar,

untreffbar, was auch der Körper an Anstoß erfahren mag. So wird der Geheilte von keinem Pfeil mehr getroffen.

Die Verletzbarkeit durch den ersten Pfeil beginnt vom Zustand des Stromeintritts an abzunehmen, da der Mensch von diesem Stadium an eine negativ bewertende Haltung gegenüber seinen Trieben eingenommen hat.

Je weniger Triebe wir haben, um so weniger werden wir getroffen, um so leichter haben wir es, uns dann nicht noch dem zweiten Pfeil auszusetzen. Aber ob wir den zweiten Pfeil weiter treffen und weiter in der Wunde wühlen lassen oder ihn gar nicht erst eindringen lassen oder ihn wenigstens schnell wieder herausziehen, das ist Sache des rechten Anblicks, der rechten Anschauung. Für uns, die wir noch vom zweiten Pfeil getroffen werden, geht es darum, auch wenn wir noch so sehr von einem Pfeil getroffen werden, doch schnell innerlich damit fertig zu werden. Dazu hilft uns die rechte Anschauung des belehrten Heilsgängers. Diese rechte Anschauung, durch die wir uns dem zweiten Pfeil immer weniger aussetzen, bewirkt dann außerdem, dass auch die Triebe und damit die Verletzbarkeit durch den ersten Pfeil abnehmen. Wie stark der erste Pfeil trifft, hängt beim Nichtgeheilten ausschließlich von der Stärke der Triebe ab. Je empfindlicher einer ist, um so schmerzlicher wird er vom ersten Pfeil getroffen, und um so mehr ist die erste spontane Reaktion, darüber nachzudenken und weiterzuwühlen, also sich auch noch dem zweiten Pfeil auszusetzen. Da muss die rechte Anschauung einsetzen, so dass man, obwohl man vom ersten Pfeil getroffen worden ist, sich vor Augen hält, dass da nicht ein „Ich“ getroffen worden ist, sondern dass selbst gewirkte Erscheinungen auf selbst gewirkte Triebe gestoßen sind. Man weiß: das ist nichts im Vergleich zu dem Kommen und Gehen im unendlichen Samsāra. Unsere beschränkte Perspektive will diese Kränkung als etwas Einmaliges ansehen, und es hat doch nur, wie so oft, die als außen erfahrene Form die zu sich gezählte Form berührt, Gefühl ist entstanden, darauf ist reagiert worden - automatische Abläufe.



Wenn man mit all seinen Anliegen unter die Menschen tritt, dann wird man wie zufällig hier und da getroffen.

Es gilt aber, den Menschen in dem Wissen zu begegnen: Ich erlebe hier eine Welt, in der nur herankommt, was von mir ausgegangen ist. Da mag noch mancherlei herankommen, das ich gesät habe. Ist man dieser Herkunft der Erscheinungen eingedenk, dann ist man vorbereitet und erwartet nicht Bescherungen wie ein Kind zu Weihnachten.

Mit solcher Haltung wird man, wenn man vom ersten Pfeil getroffen ist, bald solche Gedanken haben, die helfen, dass der zweite Pfeil nicht so stark trifft oder wenigstens nicht lange wühlt. Und diese Gedanken, welche die fünf Zusammenhäufungen durchschauen, mindern zugleich die Triebe, und damit löst man sich immer mehr von den sechs Sinnesdrängen, so dass auch der erste Pfeil immer weiter entfernt von „uns“ einschlägt, „uns“ immer weniger trifft.

Das ist die Haltung des erfahrenen Heilsgängers, welche der Erwachte in dem letzten Teil der Lehrrede beschreibt, die wir hier noch einmal im Zusammenhang zitieren:

*Wenn, ihr Mönche, der erfahrene Heilsgänger vom Wehgefühl getroffen ist, dann wird er nicht zusätzlich bekümmert, ist nicht beklommen, jammert und stöhnt nicht, gerät nicht in Verwirrung. Er empfindet nur ein Gefühl, ein körperliches, nicht ein geistiges.*

*Gleichwie etwa wenn ein Mann von einem Pfeil getroffen würde und nicht von einem zweiten und dadurch ein schmerzlich bohrendes Gefühl erführe, so auch erfährt, ihr Mönche, der erfahrene Heilsgänger, wenn er von einem Wehgefühl getroffen wird und nicht noch bekümmert, beklommen wird, nicht jammert und stöhnt und nicht in Verwirrung gerät, nur ein Gefühl, ein körperliches und nicht ein geistiges. Wegen dieses Wehfühls ist er nicht voll Abwehrgeneigtheit: Indem*

*er nicht voll Abwehrgeneigtheit gegen das Wehgefühl ist, treibt ihn nicht der Trieb der Abwehrgeneigtheit.*

*Wenn er vom Wehgefühl getroffen wird, sucht er nicht Befriedigung beim Sinnenwohl. Und warum nicht? Es kennt, ihr Mönche, der erfahrene Heilsgänger eine andere Befreiung vom Wehgefühl als das Wohl durch die Sinne. Indem er nicht Befriedigung beim Wohlgefühl der Sinnesdränge sucht, ist er nicht beherrscht von der Giergeneigtheit.*

*Er kennt der Wirklichkeit gemäß Entstehen und Vergehen, Labsal und Elend der Gefühle und die Befreiung von ihnen. Und da er der Wirklichkeit gemäß Entstehen und Vergehen, Labsal und Elend der Gefühle und die Befreiung von ihnen kennt, so ist er bei einem Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl nicht beherrscht von der Wahngeneigtheit.*

*Wenn er ein Wohlgefühl empfindet, so empfindet er es als ein Entfesselter, wenn er ein Wehgefühl oder ein Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl empfindet, so empfindet er es als ein Entfesselter. Man muss sagen, ihr Mönche, der erfahrene Heilskundige ist nicht gefesselt an Geburt, Altern, Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung, ist nicht gefesselt an Leiden, sage ich.*

*Dies ist der Vorzug, dies ist der Gegensatz, dies der Unterschied des erfahrenen Heilsgängers zu dem unbelehrten Menschen.*

*Gefühl, das merkt auch, wer da weise ist,  
Wohl oder Wehe auch der Vielerfahr'ne,  
und doch hat dieser Weise vor dem Weltling  
in dem, was taugt zum Heilen, großen Vorsprung.  
Dem Wirklichkeitserkenner, Vielerfahr'nen,  
der diese Welt sah und das andre Ufer,*

*bedrängen Wunschesdinge nicht das Herz;  
der Unabhängige geht nicht in Abwehr.*

*Die da bald wohlgemut, bald missgemut  
Zerstreute sind, die kommen nicht zum Ziele,  
doch wer den Pfad weiß, rein und sorgenfrei,  
entdeckt das Übersteigen alles Werdeseins.*

LÄSSIGER UND STREBENDER HEILSGÄNGER  
„Gruppierte Sammlung“ (S 55,40)

*Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei den Sakyern in Kapilavatthu, im Park der Feigenbäume.*

*Da nun begab sich der Saker Nandiyo zum Erhabenen, begrüßte den Erhabenen und setzte sich zur Seite nieder. Zur Seite sitzend, sprach der Saker Nandiyo zum Erhabenen:*

*Wenn da, o Herr, bei einem Heilsgänger (ariya sā-vako) die zum Stromeintritt (sotāpatti) hinführenden vier Glieder ganz und gar fehlen, wird er dann ein lässig lebender Heilsgänger genannt? –*

*Der Erhabene:*

*Wenn da die zum Stromeintritt hinführenden vier Glieder ganz und gar nicht erworben sind, Nandiyo, so sage ich, dass er kein Heilsgänger, sondern noch ein außerhalb Stehender ist, zu der Menge der Unbelehrten gehört. –*

Nandiyo meint also, es könne Heilsgänger geben, welche noch gar keine der vier Entwicklungen durchgemacht haben, während der Erwachte zeigt, dass diese vier Glieder überhaupt erst zum *Eintritt* in die Heilsströmung (sotāpatti - und damit ja erst zum Stand des „Heilsgängers“) führen. Diese vier Entwicklungen sind folgende:

1. Umgang mit „wahren Menschen“ (*sappurisa samseva*) - das sind eben die Heilsgänger.
2. Die rechte Lehre von ihnen hören (*sadhammam savana*).
3. Auf die Herkunft gerichtete Aufmerksamkeit (*yoniso manasikāra*).
4. Umerziehung des Charakters nach den gewonnenen Einsichten (*dhammānudhamma patipatti*).

Diese vier Glieder des Stromeintritts lassen den Nachfolger in die Strömung gelangen, die ihn zum Heil hinzieht, machen ihn zum Heilsgänger.

### 1. Umgang mit auf das Wahre ausgerichteten Menschen (*sappurisa samseva*)

Wir kennen das deutsche Sprichwort „Sage mir, mit wem du umgehst, so will ich dir sagen, wer du bist.“ Dieses Wort gilt in einem noch viel tieferen Sinne von dem hier gemeinten „Umgang“. Das zeigt sich an dem zweiten der hier genannten vier Glieder, in welchen der Zweck des Umgangs mit wahren Menschen genannt wird, nämlich: die wahre, die heilsentscheidende Lehre zu hören. Diese wahre heilsentscheidende Lehre kann man nur von einem *sappurisa* vermittelt und verständlich erläutert bekommen, von keinem anderen sonst. Wer ist ein solcher *sappurisa*?

Das erste und größte Wesen, für das diese Bezeichnung gilt, ist der Buddha selber. - Danach folgen die Geheilten (*arahanta*), diejenigen also, die durch die Belehrung des Buddha und durch rechte Nachfolge den Heilsstand endgültig gewonnen haben. Auch diese sind *sappurisa*. - Danach folgen die „Nichtwiederkehrer“ (*anāgāmi*), danach die „Einmalwiederkehrer“ (*sakadāgāmi*) und zuletzt der „in die Heilsströmung Gelangte“ (*sotāpanno*).

Der *sotāpanno* ist die Anfangsstufe des *sappurisa*, der endgültig in die Heilsströmung Gelangte. Auch dieser besitzt jenen Anblick der Schrecken des Samsāra und der Sicherheit des Heilsstands, der unwiderstehlich zum Abbau aller an den Samsāra bindenden Verstrickungen führt, durch den er nie mehr unter das Menschentum gelangen kann und darüber hinaus nach spätestens sieben Leben endgültig das Nirvāna erreicht.

Diese Menschen bilden die Gruppe der *sappurisa*. Sie alle besitzen jene höchste, das Dasein durchschauende Erkenntnis, die es ihnen unmöglich macht, in den alten Verstrickun-

gen weiterhin zu verweilen, so dass die Richtung ihres gesamten weiteren Bemühens in nichts anderem besteht als in der Ablösung und Auflösung der gesamten Verstrickungen.

Der Umgang mit solchen Personen ist die erste Bedingung für die Heilsgewinnung. Denn nur von solchen Personen kann man diese entscheidende Erkenntnis gewinnen und damit jene Willenswendung, die aus den Daseinsverstrickungen herausführt.

Hier ist noch ein Wort für uns Heutige erforderlich. Denn mancher Leser wird mit Sorge daran denken, dass solche „sappurisa“, wenn überhaupt vorhanden, doch wohl nur sehr dünn gesät sein werden und dass es schwer sein wird, solche heutzutage im Osten oder Westen zu entdecken, und noch schwerer, sie als solche zu erkennen, zumal der Erwachte darauf aufmerksam macht, dass nicht alle Früchte, die reif aussehen, auch reif seien.

Bei dieser Sorge brauchen wir aber nicht lange zu verweilen. Denn wir dürfen davon ausgehen, dass der gesamte „Korb der Lehrreden“ (*suttapitaka*), die fünf großen Sammlungen der bis zu uns gelangten Pälireden, fast ausschließlich von den größten sappurisa dieser Welt - dem Buddha und seinen triebversiegten Mönchen - gesprochen und gelehrt worden sind - und dass darum unser gewissenhafter und ernsthafter Umgang mit diesem Schatz die volle Erfüllung der ersten der oben genannten vier Bedingungen bewirkt und damit zugleich auch die zweite Bedingung:

## 2. Die wahre, heilsentscheidende Lehre hören (*sadhamma savana*)

Unter allen Heilslehrern, die je unter den Wesen erschienen sind und erscheinen werden, sind die einzigen die Erwachten, die Buddhas, welchen es gelungen ist, das sogenannte „Leben“, so wie wir es leben und wie es die Götter, Dämonen und Tiere leben, bis zum Grunde zu durchschauen als ein Spiel von fünf sich gegenseitig bedingenden, schiebenden

und erzeugenden Komponenten in unvorstellbarer Variationsbreite. Alle „lebendigen“ Szenen, die irdischen, himmlischen und unterweltlichen, die seligen und die entsetzlichen: alle bestehen nur aus diesen fünf.

Was dem naiv dahinlebenden Menschen oder dem Gott als eben „das lebendige Leben“ erscheint, das offenbart sich dem durchdringenden Blick als ein in gegenseitiger Bedingtheit fortlaufendes Auftauchen und Abtauchen von fünf Zusammenhäufungen: von Formen (1) (darunter wird alles Sichtbare, Hör-, Riech-, Schmeck- und Tastbare verstanden) und Gefühlen (2), die wahrgenommen werden (3). Darauf entwickelt sich dort, wo alle Wahrnehmungen zusammenlaufen und gespeichert sind - im Geist -, eine Aktivität (4) im Denken, die als programmierte Wohlerfahrungssuche des Geistes (5) immer nur darauf aus ist, dass die wohltuenden Erscheinungen möglichst immer wieder wahrgenommen werden und die schmerzlichen Erscheinungen möglichst nicht mehr wahrgenommen werden.

Die wahre, heilsträchtige Lehre, die in den vier vom Erwachten aufgezeigten Heilswahrheiten zusammengefasst ist, entwirft das eben skizzierte Bild vom sogenannten Leben als einem seelenlosen, mühseligen und schmerzlichen komplexen Zusammenwirken jener fünf Zusammenhäufungen, die von den zwei letzten ununterbrochen weiterhin zusammengehäuft werden, solange der Mensch darüber im Unwissen bleibt.

### 3. Aufmerksamkeit auf die Herkunft, den Schoß aller Erscheinungen (*yoniso manasikāra*)

Die meisten Wesen leben vorwiegend „nach außen gewandt“, d.h. sie leben von den Formen, Tönen, Düften, dem Schmeck- und Tastbaren; und das halten sie für die ganze „Welt“. Von all diesen Wesen gilt, was der Buddha von den dreierlei Lotosrosen als erstes sagt: So wie diese alle im

Wasser entstanden sind und im Wasser sich entwickelt haben, so sind alle menschlichen, unter- und übermenschlichen Wesen mit einem zur sinnlichen Wahrnehmung tauglichen Körper geboren, also entstanden, und haben sich in einem Leben mit sinnlicher Wahrnehmung entwickelt. Und eine andere Welt kennen sie nicht.

Aber was der Erwachte dann von dem unterschiedlichen Standort des Lotushauptes sagt: ebenfalls im Wasser bleibend oder bis an die Oberfläche vordringend oder gar über der Wasseroberfläche unbenetzt vom Wasser dastehend - da gilt das Lotushaupt für den Geist der Wesen, und der Standort im oder über dem Wasser gilt für das, was den Geist bewegt, was er betrachtet und was er anstrebt. Da bleibt der Geist der meisten Menschen mehr oder weniger ausschließlich beschäftigt mit den Dingen, die er sinnlich wahrgenommen hat.

Diese haben in seinem Herzen mehr oder weniger Wohl- oder Wehgefühl ausgelöst, Freude und Traurigkeit, Begehren und Verlangen und auch Abwehr, Zorn und Wut mit dem entsprechenden Tun und Lassen im Reden und Handeln. Wie das Lotushaupt nur vom Wasser, so ist ihr ganzes Wesen nur von den Sinnendingen ausgefüllt, erstrebt nur diese im Nahen und im Fernen und kennt kein Dichten und Trachten darüber hinaus.

Aber so wie manche Lotusrosen, obwohl auch sie im Wasser entstanden sind, sich dort entwickelt und aus dem Wasser ihre Nahrung aufgenommen haben, dennoch über das Wasser hinaussteigen und unbenetzt vom Wasser dastehen, so gibt es auch Wesen, die nicht in der sinnlichen Wahrnehmung ertrinken, indem sie ausschließlich das Angenehme anstreben und das Unangenehme abweisen oder indem sie über die sinnlich wahrgenommenen Dinge philosophieren oder indem sie die sinnlich wahrgenommenen Dinge, die nahen und die fernen, wissenschaftlich erforschen. Denn ihnen ist fast mehr noch als die Außenwelt ihr inneres Wesen, ihre seelische Dynamik, deren unterschiedliche Qualitä-



ten und der starke Einfluss dieses inneren dynamischen Herdes auf das äußere Welterlebnis aufgefallen. Die wichtigsten Unterscheidungen zwischen den Menschen sind nicht die zwischen Mann und Frau, sondern sind die charakterlichen Wurzeln, aus welchen einerseits die Torheit hervorgeht, und die ganz anderen charakterlichen Wurzeln, aus welchen die Weisheit hervorgeht. Torheit und Weisheit sind eine Grundhaltung des Menschen, die er mitbringt, die er mehr oder weniger ausbilden kann oder, wenn er sie bereits mitgebracht hat, auch wieder verlieren kann. Der eine blickt von seiner Geburt an fast nur nach außen, geht mit großer Neugierde auf die Welt zu und sucht und beobachtet, was er da nur finden und entdecken kann. Alles ist ihm interessant, und er ist davon gefesselt und fasziniert. So blickt der normale Mensch erlebenshungrig, neugierig, hoffnungsfreudig in die Welt hinein wie das Kind ins Kasperletheater, ohne zu fragen, woher das kommt, was er sieht, und was wohl Sehen ist und was überhaupt „er selber“ ist. Und wenn einmal eine Zeitlang nichts Neues kommt, dann findet er es langweilig, und dann bucht er einen Flug nach Asien oder Amerika - und bei all dem merkt er nicht, dass er aus einem inneren Gedrängtwerden her so tun muss. Er kennt sich gar nicht und weiß überhaupt nichts von Gemüt und Geist des Menschen, merkt nicht, wie es sich in Herz und Geist regt, dieses und jenes kennenzulernen, und der Körper schon auf dem Weg dahin ist. Sein Wille ist der Sklave der Regungen und Dränge seines Inneren, ohne dass er diese kennt. Das ist die Torheit.

Der andere ist ganz anders. Schon von der Kindheit an hat er immer wieder gemerkt, dass er gedrängt und getrieben wird. Er hat in seinem Geist, in seinem Gedächtnis einen großen Raum reserviert, in welchem er die Erkenntnisse speichert aus der Erforschung seiner selbst, d.h. aus der Beobachtung dessen, was sich in seinem Gemüt, seinem Herzen, seinem Geist regt an Empfindungen, an Emotionen und Vorstellungen, die zum größten Teil fast unabhängig sind von den Eindrücken, die seine Sinne aus der Außenwelt sei-

nem Geist geliefert haben. In diesem reservierten Raum baut er sich allmählich ein ausschließlich erfahrungswissenschaftlich gewonnenes Bild vom Wesen des Menschen auf, und in diesem Menschenbild kommt etwas vor, das der andere, der nach außen Gerichtete, gar nicht ahnt: Der zur Selbsterkenntnis Gelangende kommt zu der deutlichen Erfahrung, dass die gesamte Motorik des Menschen nicht im Körper, sondern im Seelischen liegt.

In der christlichen Theologie und auch in der ihr nahestehenden Philosophie wird das Wort „Religion“ zurückgeführt auf das lat. „religio“ = Rückverbindung. Dieser Ausdruck wird von der Kirche verständlicherweise interpretiert als „Rückverbindung mit Gott“, aber weitgehend wird der Begriff „Rückverbindung“ auch verstanden als Verbundenheit mit den Daseinsgesetzen, wie z.B. dem Saat-Ernte-Gesetz (*karma*).

In der Lehre des Buddha wird als die unabdingbare Haltung, um zum Verständnis der Lebensgesetze zu kommen, die Haltung „*yoniso manasikāra*“ genannt. Das bedeutet in Deutsch: Die Aufmerksamkeit (das geistige Forschen = *manasikāra*) in Richtung auf die Herkunft (den „Schoß“ = *yonī*) aller Erscheinungen - und das ist auf das Seelische, den Charakter - zu richten. Das Seelische, das mehr oder weniger drangvolle Wollen, die Neigung nach angenehm und unangenehm, nach sympathisch und unsympathisch, nach anziehend und abstoßend - das ist die Herkunft aller Dinge, der Schoß aller Dinge.

Wenn der Mensch etwas sieht, das den Trieben gefällt, dann kommt aus falscher, aus nicht rückverbundener Auffassung her der Gedanke: „O sieh mal, wie schön.“ Wer aber tiefer blickt, der sagt: „Sieh mal, hier ist etwas in mir, das wird von Gesehenem angenehm berührt. Da ist also eine Empfindlichkeit, die dauernd getroffen wird. Ihretwegen gibt es Dinge, die man mag und nicht mag.“ Entsprechend dieser Empfindlichkeit sind die verschiedenen Gefühle, die als Wahrnehmungen im Geist eingetragen werden, worauf im

Denken, Reden und Handeln reagiert wird. Diese Reaktion spielt sich ein, und der Geist ist nun immer wieder darauf aus, auf den im Gedächtnis eingetragenen Wegen Wohl zu erfahren und zu suchen.

Wer solcherart den inneren Haushalt zu beobachten beginnt, die triebbedingten angenehmen und unangenehmen Wahrnehmungen und die sofort aufkommende Neigung, zu den angenehmen hin und von den unangenehmen fort zu streben, der beginnt, bei sich die blinde Bedingtheit seines gesamten Wollens und Handelns zu entdecken. Er erkennt, dass er überhaupt nicht in eigener Entscheidung souverän lebt, sondern hingerissen wird von der blinden Wucht dieses Schwungrades. Er sieht, dass da kein selbstständiges Ich als bleibender Kern ist, sondern nur eine ständige, von den Trieben in Gang gehaltene Bedingtheit seinen Willen lenkt und Körper und Geist in Bewegung hält.

4. Diesen Einsichten entsprechend  
sich wandeln und umbilden  
(*dhammānudhamma-patipatti*)

Dass einer, der zu diesen Einsichten gekommen ist, sich daraufhin in seinem gesamten Zuwenden, Abwenden und Verhalten wandelt und umbildet, das geschieht mit gesetzmäßigem Zwang: So wie der nichtwissende Mensch zwangsläufig dem vermeinten Wohl nachlaufen und das vermeinte Wehe fliehen muss, im Leiden bleibt, solange er in Nichtwissen über das wahre Wohl und Wehe bleibt, so muss der auf die Herkunft achtende Mensch nach dem gleichen Gesetz nun das wahre Wohl anstreben und von dem wirklichen Leiden des immerwährenden Entstehens und Vergehens der fünf Zusammenhäufungen abgestoßen sein.

Indem die Aufmerksamkeit des Nachfolgers auf den Schoß der Erscheinungen gerichtet ist in Beobachtung der inneren Vorgänge, wird er selber zu einem sappurisa. So führt die vierfache Entwicklung - 1. Umgang mit auf das

Wahre ausgerichteten Menschen, 2. die rechte Lehre hören, 3. auf den Schoß der Erscheinungen gerichtete Aufmerksamkeit, 4. Umerziehung nach den gewonnenen Einsichten - zum Eintritt in die Heilsströmung, und damit ist der Nachfolgende ein Heilsgänger geworden.

Dass er ein Heilsgänger geworden ist, zeigt sich für ihn daran, dass er die im Folgenden vom Erwachten in unserer Lehrrede genannten Eigenschaften gewonnen hat und bei sich erfährt: die drei Gewissheiten und die Verhaltensweisen, welche den Heilsgängern lieb sind:

### Vier Merkmale des Heilsgängers

Vier Merkmale, heißt es (S 55,1 u.a.), besitzt der Heilsgänger, der in die Heilsströmung Gelange, der *sotāpanno*:

*1. Über den Erhabenen hat er endgültige Klarheit und dadurch Befriedung erlangt (avecca-pasāda): „Das ist, wahrlich, der Erhabene, Heilgewordene, vollkommen Erwachte, der in Wissen und Wandel Vollendete, der Rechtgegangene, der Welt Kenner. Er ist der unübertreffliche Lenker derer, die erziehbar sind, ist Leiter der Götter und Menschen, erwacht, erhaben.“*

*2. Bei der Lehre ist er zur endgültigen Klarheit und dadurch Befriedung gelangt: „Richtig dargelegt ist vom Erhabenen die Lehre. Ihre Wahrheit ist unmittelbar erkennbar. Sie ist zeitlos gültig, einladend, (zur Leidensüberwindung) führend, von Prüfenden im eigenen Erleben erfahrbar.*

*3. Bei der Schar der Heilsgänger ist er zur endgültigen Klarheit und dadurch Befriedung gelangt: „Recht geht beim Erhabenen die Schar der Heilsgänger vor; auf dem geraden Weg geht beim Erhabenen die Schar der Heilsgänger vor; zum Ausweg geht beim Erhabenen die Schar der Heilsgänger vor; nämlich als die vier Paare von Menschen nach den acht*

*Arten von Menschen*<sup>18</sup>. Sie ist, wahrlich, würdig der Verehrung, würdig, Unterhalt zu empfangen, würdig der Gaben, würdig des ehrfurchtsvollen Grußes, der beste Boden in der Welt für ein Wirken mit guten Folgen.“ 4. Er strebt die Tugenden an, wie sie die Geheilten empfehlen: die unübertrefflichen, die freimachen, zur Herzenseinigung führen und darum von den Geheilten gepriesen werden; er strebt ihre lückenlose, unverfälschte, unverbogene, ungebrochene, hanglose Einhaltung an.

Das *erste* der vier Merkmale bedeutet, dass der Mensch nach den Worten des Erwachten im Lauf der Zeit *endgültige Klarheit und dadurch Befriedung* darüber erlangt hat, dass der Erwachte tatsächlich ein Heilgewordener und vollkommen erwacht ist. Es geht ja nicht um ein einfaches Vertrauen oder um einen Glauben, dass der Erwachte so sei, wie die Eigenschaften es beschreiben, vielmehr hat der Mensch auf dem Wege seiner Entwicklung zum Heilsgänger mehrere geistige Veränderungen und Erfahrungen durchlaufen, die ihn nun erst zu diesem sicheren Urteil, ja, Wissen befähigen und ebenso zu dem Folgenden: der endgültigen Klarheit und Befriedung über den Heilscharakter der Lehre, dem *zweiten Merkmal*.

In den gesamten Reden des Erwachten zeigen sich zwei aufsteigende Grade der Annäherung an die Lehre des Erwachten und damit auch an den Lehrer, den Erwachten selbst.

---

<sup>18</sup> Die vier Paare von Menschen:

1. ein Menschenpaar des ersten Heilsgrades: Stromeingetretener und Wissen um den Stromeintritt.
2. ein Menschenpaar des zweiten Heilsgrades: Einmalwiederkehrer und Wissen um die Einmalwiederkehr.
3. ein Menschenpaar des dritten Heilsgrades: Nichtwiederkehrer und Wissen um die Nichtwiederkehr.
4. ein Menschenpaar des vierten Heilsgrades: Geheilte und Wissensklarheit der Erlösung.

Der *erste* Grad ist ein gewisses Maß an Vertrauen (*saddhā*), Vertrautsein mit dem Gehörten (M 22 Ende, M 34 Ende). Der Ausdruck *saddhā* wird benutzt, wenn man die Lehre zwar noch nicht ganz verstanden hat, noch nicht sicher kennt, aber in Herz und Gemüt einen Zug spürt, sich dieser Lehre und diesem Lehrer zuzuwenden und nach ihr zu leben, weil in der inneren Herzenssehnsucht nach Wahrheit und Sicherheit eine Hoffnung aufgekommen ist, dass man durch diese Lehre und durch diesen Lehrer zu Wahrheit und Sicherheit gelangen könne. Solches Vertrauen ist noch keine Sicherheit und keine Festigkeit, man kann es wieder verlieren; aber man kann auch von diesem ersten zum zweiten Grad kommen.

Der *zweite* Grad der Annäherung ist die endgültige Klarheit und dadurch Befriedung des Heilsgängers. Diese Bezeichnung gilt für alle Anhänger, welche durch die Unterweisungen des Erwachten zuerst Vertrauen gewonnen hatten, daraufhin ihre psychischen Vorgänge mit zunehmender Aufmerksamkeit beobachtet haben und dadurch im Leben nach der Lehre in innerer Erfahrung die Bestätigung der Grundaussage des Erwachten gewonnen hatten.

Weil diese Erkenntnis beim Heilsgänger auf innerer Erfahrung beruht und durch fortschreitende Erfahrung nur immer bestätigt wird und weil der so Vorgehende bei sich eine fortschreitende Minderung von Mühsal, Leiden und Verletzbarkeit erfährt, so ist er sich vollständig klar darüber, dass der Lehrer dieser Lehre das Dasein in seiner wahren Natur durchschaut hat. Diese Gewissheit ist unzerstörbar, weil sie in der gesamten weiteren Entwicklung sich nur immer mehr bestätigt, darum *endgültige Klarheit und Befriedung* ist.

Das *dritte* Merkmal bedeutet, dass der Heilsgänger sich aus der langjährigen Erfahrung mit sich selber unverlierbar klar geworden ist über die vom Erwachten erwähnten *vier Paare von Menschen*, d.h. über die vier Entwicklungsstadien des Heilsgängers: Stromeingetretener, Einmalwiederkehrer, Nichtwiederkehrer, Geheilte. Das aber ist erst möglich,

wenn er durch seine eigene Erfahrung bei seiner Umwandlung zum Heilsgänger zutiefst begriffen hat: In allen möglichen Daseinsformen und Welten führen nur diese vier Entwicklungsstapen mit ihren beiden Phasen - endgültiges Betreten des Weges zur nächsten Etappe und Erlangen von deren Frucht - aus allem Leiden schrittweise heraus bis zur vollständigen Geborgenheit. Dagegen sind alle Bestrebungen und Unternehmungen aller Wesen, die noch nicht in diese vierstufige Entwicklung eingetreten sind, letztlich vergeblich und müssen vergeblich bleiben - es sei denn, dass die Bestrebungen gerade auf den Anfang dieses Weges hinführen, so dass einer dann auch die vier Entwicklungsphasen an sich vollziehen kann.

Das *vierte* Merkmal ist gegeben, wenn ein solcher Heilsgänger, welcher das Endziel, das Nirvāna, immer im Blick hat, in seinem gesamten Verhalten im Begegnungsleben immer mehr anstrebt, die Tugenden lückenlos einzuhalten, in rücksichtsvoller, schonender Weise zu handeln und zu reden, ohne auf karmische Folgen daraus in dieser oder in jener Welt zu setzen, sondern über alles Begegnungsleben hinaus die Herzenseinigung anstrebt, aus deren Vollendung eben jenes heilende Klarwissen hervorgeht, das zum Nirvāna führt.

Das sind die vier Merkmale eines Stromeingetretenen, die der Heilsgänger bei sich selber feststellt und dadurch völlig sicher ist, dass er auf den Heilsstand zugeht. Erst wenn ein Heilsgänger so weit gelangt ist, wie hier beschrieben, dann wird sich zeigen, ob er ein lässiger oder ein strebender Heilsgänger ist.

### Der lässige Heilsgänger

Der Erwachte fährt in unserer Lehrrede fort:

*Was aber, Nandiyo, ein lässiger Heilsgänger ist und dagegen ein strebender Heilsgänger ist, das höre und*

*achte wohl auf meine Rede. – Ja, o Herr –, antwortete der Sakyer Nandiyo dem Erhabenen. Der Erwachte sprach:*

*Was ist nun, Nandiyo, ein lässiger Heilsgänger? Da besitzt, Nandiyo, ein Heilsgänger vollkommene Gewissheit über den Erhabenen - die Lehre - die Schar der Heilsgänger - ihm eignen Verhaltensweisen, die Heilsgänger empfehlen. Mit dieser dreifachen Gewissheit, über den Erhabenen, die Lehre und die Schar der Heilsgänger und darüber, dass er Verhaltensweisen besitzt, die Heilsgänger empfehlen, gibt er sich zufrieden und nicht kämpft er weiter, indem er sich bei Tag innerlich abgeschieden von den Sinneseindrücken hält und sich bei Nacht in tiefer, stiller Besinnung übt.*

*Der solcherart lässige Heilsgänger gewinnt keine innere Freude (pamujjā). - Weil er keine innere Freude hat, ist keine geistige Beglückung (pīti). - Weil keine geistige Beglückung ist, ist keine Beruhigung (der Sinnesdränge) des Körpers (kāya-passaddhi). Ohne Beruhigung des Körpers verweilt er im Leiden. - Dem im Leiden Lebenden einigt sich das Herz nicht. - Bei nicht geeintem Herzen erscheinen nicht die überweltlichen Wissen (vijjā). Da die überweltlichen Wissen nicht erscheinen, wird er ein lässiger Heilsgänger genannt.*

Diese Unterscheidung zwischen „lässig“ und „strebend“ hat allerdings eine ganz andere Bedeutung als in unserem allgemeinen Sprachgebrauch im üblichen praktischen Leben. Beide Arten von Heilsgängern haben das Spiel der fünf Zusammenhäufungen bis auf den Grund durchschaut und von daher eine andere Strebensrichtung gewonnen als der gewöhnliche Mensch. Nichts in dieser Welt und nichts in jeder anderen Welt kann auch den lässigen Heilsgänger mehr ablenken von dem Anblick der vorher kaum geahnten Möglichkeit des



endgültigen Ausgangs in die endgültige Freiheit. Er ist bereits auf dem Weg und kann ihn nicht mehr verlassen wollen. Darum ist es zutiefst verständlich, dass ein solcher Mensch - der bisher durch die Veranlagung seines Wesens und durch das Studium der Lehre des Buddha vielleicht schon Jahrzehnte unter dem beängstigenden Eindruck gestanden hat, dass dieses sogenannte Leben, in dem er sich jetzt als Mensch vorfindet, nur eine Episode ist und fast ein Nichts ist gegenüber seiner unermesslichen Vergangenheit in immer wieder anderen Episoden und Erscheinungsformen, die immer doch völlig sinnlos verliefen, weil er, bevor er Heilsgänger geworden war, vom Wahn bewegt, ein völlig falsches Bild vom Leben und von der Welt hatte - zunächst einmal aufatmet, wenn er merkt, dass der Strom der Lehre ihn zum Ziel hinzieht, dass er den rechten Anblick unverlierbar besitzt, *auf keinen anderen gestützt im Orden des Meisters*, wie es heißt. Er kann es nicht mehr lassen, auf die gewonnene Sicherheit, „den festen Boden unter den Füßen“, das einzig Rettende, zuzuschreiten. Es ist Willenskraft, ja, Willenszwang entstanden, und das bedeutet, er kann das Abtun des als gefährlich Durchschauten gar nicht mehr lassen. Der heilende Anblick ist derart, dass er zum Nirvāna hinzwingt. *Er strömt zum Nibbāna wie der Ganges zum Meer (M 73)*. Darum kann der Erwachte dem in die Heilsanziehung Eingetretenen sagen, er sei gesichert; er kann von dem Anblick nicht lassen, muss zwangsläufig seine Triebe immer mehr mindern, die Verstrickungen vollends auflösen bis zur Freiheit.

Wenn der Anblick in den Geist eingebrannt ist, dann fordert der Anblick immer wieder, wiederholt zu werden, und setzt sich im Geist fest, assoziiert sich bei allen Irrtümern und rodet so nach und nach den Wahngeist (*avijjā*) aus und mehrt im gleichen Maß Wahrheit. Der Anblick ist sozusagen das scharfe Lösungsmittel, das die gesamten weltlichen Geistinhalte auflöst, die der Erwachte mit Kehricht vergleicht.

So sicher, wie der gewöhnliche Mensch nicht wahrhaben will, dass er unhemmbar auf seinen Tod zugeht, und wie der ernsthafte gläubige Christ glaubt, dass er bald drüben vor seinem Richter steht, so sicher weiß sich der in die Heilsströmung Eingetretene auf immer lichterem Wegen zu immer mehr Helligkeit und Leichtigkeit, und täglich immer neue Anzeichen (wie in M 48 beschrieben) bestätigen, dass es so ist.

Diese Entwicklung nun kann vorangetrieben werden durch Einsatz von Kampfeskräften, wie besonders der Wahrheitsgegenwart und der Tatkraft, seitens des strebenden Heilsgängers, muss aber im Fall des lässigen Heilsgängers langsam erfolgen.

Der lässige Heilsgänger, heißt es, kämpft nicht weiter, indem er sich nicht bei Tag abgeschieden von den Sinneseindrücken hält und sich bei Nacht nicht in tiefer, stiller Besinnung übt.

Hier darf „Tag und Nacht“ nicht in unserem Sinn verstanden werden. Bekanntlich sind in den Tropen die dunklen Nächte das ganze Jahr hindurch etwa ebenso lang wie die hellen Tage, je etwa zwölf Stunden. Man schläft natürlich nicht diese lange Nachtzeit, und da man nur in dringenden Fällen bei künstlichem Licht arbeitete, so blieb die Zeit, besonders im alten Indien, dem stillen Bedenken vorbehalten, das weitgehend ein religiöses Meditieren war. So war es auch im christlichen Mittelalter.

Den Tag über aber war man in ständiger Begegnung mit Menschen, den Haustieren, den Herden und war gefordert von den Verrichtungen in Beruf, Haus und Feld ähnlich wie bei uns. Dabei geht es um Arbeiten unter Einsatz des Körpers oder um Rede und Antwort. Bei dem nächtlichen Bedenken und Sinnen ist man allein, es ist keine Begegnung, und darum ist man nicht zu dem vordergründigen Denken gezwungen, das die täglichen Begegnungen von uns fordern. Es ist ein stilleres Zurücktreten, in welcher innerer Ruhe dem Menschen die tieferen Einsichten wieder aufsteigen.

Doch bei starken Trieben kann der Mensch oft noch längere Zeit den besseren in der Besinnung gepflegten Einsichten am Tag nicht folgen. Ein Mensch, der zum Beispiel zu Zorn und verletzender Rede neigt, wird nach den ersten tiefen Besinnungen über den unwürdigen und schädlichen Charakter und über die großen Nachteile solcher Verhaltensweise für sich und für die Umgebung am Tag nicht gleich nach dem Stromeintritt davon frei sein. Je stärker die Neigung und Gewöhnung ist, um so länger bedarf es häufiger Gegenbesinnungen, bis solches Verhalten in der täglichen Begegnung gar nicht mehr vorkommt. Das hat seinen leicht erkennbaren Grund: Ein jeder Trieb ist nach Stärke und Kraft nichts anderes als die Summe der positiven Bewertungen dessen, worauf er aus ist. Je häufiger und je überzeugter das Betreffende, z.B. Zorn und verletzende Rede, in diesen und in früheren Leben als entlastend angesehen, also positiv bewertet wurde, um so stärker sind die darauf gerichteten Triebe. Und nun kann auch ihre Abschwächung bis Auflösung nur auf demselben Weg, und zwar durch negative Bewertung, durch Betrachtung der mannigfaltigen Nachteile und des Segens ihrer Auflösung entsprechend allmählich vor sich gehen. Diese Bewertung kann, wie gesagt, mit Eifer vorangetrieben werden, kann im Fall des lässigen Heilsgängers aber auch nach und nach erfolgen, wie es z.B. in A VI,44 („Urteilt nicht die Menschen ab“) beschrieben wird:

*Da kommt, Ānando, einen Menschen Zorn und Überheblichkeit an, und von Zeit zu Zeit entfahren ihm verletzende Worte - und steigen ihm begehrlische Gedanken auf. Aber er hat viel von der Lehre gehört, hat das Gehörte auch stark im Geist, hat daraus seine Anschauung gebildet und erlebt dann und wann Gemütsbefreiungen. Ein solcher macht bei Versagen des Körpers, jenseits des Todes, einen Fortschritt, keinen Rückschritt, steigt höher, fällt nicht zurück.*

Er hat deutlich und klar das Wissen, dass Zorn und Überheblichkeit, verletzende Worte und sinnliches Begehren übel

sind und dass er mit dieser Art weiter im Elend, im Leiden, in der Abhängigkeit bleibt. Das normale Weltbild ist bei ihm schon viel blasser geworden, er hat nur noch die Gewöhnung, Ich zu denken und zu empfinden und dieses hoch zu bewerten, sich zu erregen, verletzt zu sein. Aber - und das unterscheidet ihn von dem unbelehrten und ungeübten Menschen - diese Vorstellung hält seiner näheren gründlichen Betrachtung nicht stand. Er kann es noch nicht verhindern, dass spontan von den Trieben gefärbte Wahrnehmungen aufkommen, sozusagen passiv erlebt er: „Man tut mir weh.“ Aber immer wieder setzt sich die rechte Anschauung durch. Diesen Prozess der Auflösung der Triebe durch die rechte Anschauung beschleunigt der lässige Heilsgänger nicht, bemüht sich nicht intensiv darum, wenn er allein ist, die Zeit zur Durchschauung zu nutzen, und er hat auch am Tag in der Begegnung mit den Mitwesen auf Grund der Stärke seiner Triebe nicht die Wahrheitsgegenwart, sich innerlich abgeschieden von den Sinneseindrücken zu halten, d.h. allen, die an ihn herantreten, in heller, sanfter, befriedender und entspannender Weise zu antworten oder zu helfen und nach Beendigung der Begegnung wieder zurückzutreten, um weiterhin dem nachzugehen, das seinen Sinn erfüllt: der Erlösung. Er wird immer wieder von den Trieben überfallen, die ihn zu einem Reagieren zwingen, das er nicht will. Dadurch empfindet er Reue, hat Gewissensvorwürfe, die keine innere Freude, keinen inneren Frieden aufkommen lassen. Aber, wie gesagt, er kann es nicht lassen, sich in den gefühlsneutralen Zeiten des rechten Anblicks immer wieder zu versichern. Das ist der Ansporn, der von der heilenden rechten Anschauung ausgeht. Das erworbene Wissen zwingt ihn, denn als er diesen Anblick hatte oder ihm nahe war, da hatte er gemerkt, wie frei ihm wurde im Verstehen des Spiels der fünf Zusammenhäufungen, wie untreffbar er im Augenblick des unbeeinflussten Anblicks war, als er das Heile spürte, und dass es gilt, diesen Anblick, der nur gerade für einen Blitzaugenblick aufgeleuchtet war, nun zu befestigen. Er hatte gemerkt, dass

es keinen wichtigeren und hilfreicheren Anblick gibt als diesen und dass alles andere Wahn und Leiden ist in endloser Fortsetzung. Darum hat ein solcher Mensch keine Ruhe und holt sich den rechten Anblick zu Zeiten, in denen es ihm möglich ist.

### Der strebende Heilsgänger

*Und wie ist, Nandiyo, ein Heilsgänger ein Strebender? Da besitzt, Nandiyo, ein Heilsgänger vollkommene Gewissheit über den Erhabenen - die Lehre - die Schar der Heilsgänger - und darüber, dass er Verhaltensweisen besitzt, die Heilsgänger empfehlen. Doch damit ist er nicht zufrieden, sondern kämpft weiter. Bei Tag hält er sich innerlich abgeschieden von den Sinnendingen, bei Nacht übt er tiefe, stille Besinnung.*

*Der so Strebende gewinnt innere Freude. - Dem innere Freude Erfahrenden steigt geistige Beglückung auf. - Dem geistig Beglückten beruhigt sich der Körper. - Beruhigten Körpers fühlt er sich im Wohl. - Dem sich Wohlfühlenden einigt sich das Herz. - Bei geeintem Herzen erscheinen die überweltlichen Wissen. - Wegen des Erscheinens überweltlichen Wissens wird er ein Strebender genannt.*

*So, Nandiyo, ist ein Heilsgänger ein Strebender.*

Der strebende Heilsgänger ist also fähig, sich in der Begegnung innerlich abgeschieden von den Sinneseindrücken zu halten, da die Triebe ihn nicht so sehr hinreißen wie den lässigen Heilsgänger, und darum ist es ihm auch möglich, in innerem Gleichmut die Besinnungszeiten zu nutzen, wenn er allein ist. Er merkt bei sich, dass die Triebe abnehmen, wie es bei der Beschreibung der zweiten Gewissheit des Heilsgängers (M 48) heißt:

*Indem ich jene Anschauung hege und pflege und ausbilde, merke ich bei mir, dass das Gemüt ruhig wird und die Triebe abnehmen.*

Die Folge davon ist, dass er sich im Begegnungsleben innerlich abseits halten kann. Er merkt, dass er selbst zu den Zeiten, in denen ihm der Anblick nicht gegenwärtig ist, doch nicht mehr von den ihm früher anziehend oder abstoßend erscheinenden Dingen hin- und hergerissen wird wie früher. Es hat sich eine feine innere Gelassenheit schon fast in seinem gesamten geistigen Haushalt durchgesetzt. Er bedenkt immer weniger den Inhalt der einzelnen Wahrnehmungen: „Das ist dieser Mensch oder diese Sache; das ist jener Mensch oder jene Sache.“ Das Bild, das die Menschen „Dasein“, „Leben“ nennen mit ihrem Zank und Streit, ihrer Ratlosigkeit, das hat er immer mehr als die Windsbraut von Formen, Gefühlen, Wahrnehmungen, Reaktionen und programmierter Wohlerfahrungsuche vor Augen, die den unendlichen Weiterlauf im Samsāra verursacht. Er sieht, wie die Wesen eingesponnen sind, geblendet von den Erscheinungen wie jemand, der einen Film sieht und mit dem Film lacht und weint und nachher erleichtert oder bedrückt das Kino verlässt, obwohl in Wirklichkeit nur Schattenreflexe an der Wand aufgetaucht sind und verschwinden. Er sieht das Leben als Wahn, aus den Falten und Dunkelheiten des Herzens geprägt. Er hat *die Wirklichkeit gesehen, gefasst, verstanden, ergründet, ist der Ungewissheit entronnen, fraglos geworden, in sich selber gewiss, auf keinen anderen gestützt in der Weisung des Meisters.* (M 56, 74, 91, D 14) Er fühlt sich nun des Nirvāna so *sicher wie der Kronprinz der Königsherrschaft* (A IV,87).

Wo nur irgendwie Begegnung ist, da hat der strebende Heilsgänger, gleichviel, ob der im Haus Lebende oder der Mönch, eine Begegnungsweise im Auge, die von der Welt nichts mehr will: die sanfte Begegnung. Und wenn er für sich ist, dann ist er entweder mehr in tieferem Nachdenken und Ergründen (*paññā*) oder in der Erhellung des Herzens, im

Loslassen aller Erscheinungen. Einer, der sein Herz dahin gebracht hat, dass er, wo immer er an Lebewesen denkt, auf ihre Anliegen achtet, schonend und fürsorglich an sie denkt und bei Begegnungen mit ihnen so umgeht - dessen Herz wird mehr und mehr von verdunkelnden Befleckungen frei. Indem der Heilsgänger Mitempfinden und Schonen entwickelt, kann er nicht mehr innerlich zürnen oder nachtragen, stolz sich überheben oder empfindlich, verbittert sein, kann nicht neidisch oder geizig sein, kann nicht etwas verheimlichen wollen oder anders erscheinen wollen als er ist, kann nicht starrsinnig oder rechthaberisch oder, vom Augenblick hingerissen, berauscht oder leichtsinnig sein - eben weil ihm aufgegangen ist, wie sehr alle Wesen sich nach Wohl sehnen. Dagegen erscheint ihm alles „eigene“ Anliegen blass und unbedeutend. Er erfüllt Herz und Gemüt mit liebevollen, schonenden Gedanken, und die egoistischen, selbstsüchtigen Gedanken und Empfindungen schwinden.

Diese Entwicklung ist der Umbruch und die Umstellung des Menschen von außen nach innen, von der Welterscheinung zum eigenen Herzen. Der Heilsgänger arbeitet nun immer gesammelter und wachsamer an der Reinigung und Erhellung seines Herzens, das immer mehr seine eigentliche Heimat wird. Wer die Erhellung des Herzens bei sich spürt, der erlebt daraus eine feine Erhöhung seines Empfindens, wie der Erwachte sagt (A XI,2):

*Der von Gewissensdruck Befreite braucht nicht anzustreben: „Möchte ich helle Freude erlangen“, denn es ist Gesetz, dass der von Gewissensdruck Befreite helle Freude erlangt.*

Und er empfiehlt:

*Erwirkt bei euch, dass ihr am Nichtverletzen der Wesen erhellende Freude gewinnt, dass ihr über das Schonen der Wesen glücklich und froh werdet. Wenn ihr so wirkt, dass ihr am Nichtverletzen der Wesen erhellende Freude gewinnt,*

*dass ihr über das Schonen der Wesen glücklich und froh werdet, so wird euch bei allen solchen Handlungen und Gesinnungen immer wieder der beglückende Gedanke kommen: „Durch dieses Verhalten verletzen wir nicht irgendetwas, sei es schwach oder stark.“ (It 38)*

Die Gesamtentwicklung zu allmählicher innerer Erhellung löst immer wieder spontan aufkommende Freude (*pamujjā*) darüber aus. Diese Freude ist der Ausgangspunkt der Entwicklung zu geistiger Beglückung (*pīti*), die bis zu aufleuchtendem Entzücken reichen kann. Der Erwachte sagt: *Ist der Geist beglückt, so wird der Körper still*. Dieses durch die geistige Beglückung aufkommende Stillwerden des Körpers kann man nur in dem Maß verstehen, als man erfasst, wie sehr sonst die Sinnesdränge des normalen Menschen von innen her durch die fünf Sinne des Körpers nach außen in die Welt hineinlugen und ununterbrochen in rasendem Wirbel durch die Sinneswerkzeuge aufnehmen, was an (einst gewirkten) äußeren Objekten erreichbar ist. Nachdem die Entzückung im Geist die innere Aufmerksamkeit auf sich gezogen und damit von der Sinnestätigkeit abgelenkt hat, da hört das Stakato der rasenden vielfältigen Berührungen und Erfahrungen der Sinnesdränge auf, und dadurch kommt über den Körper diese große, bisher nie gekannte Beruhigung.

In den Reden wird dieser Zustand mit den kurzen Worten gekennzeichnet:

*Der Körpergestillte lebt im Wohl,  
dem im Wohl Lebenden einigt sich das Herz.*

Durch das Aufkommen des geistigen Entzückens wendet sich die Wohlerfahrungssuche, die geistige Aufmerksamkeit, die sonst gewohnt ist, durch die Sinnesorgane Wohl zu erfahren, dem durch Herzensreinheit bedingten inneren Wohl zu und damit von den Sinnesobjekten ab, so dass Sehen, Hören, Riechen usw. vergessen wird. Es wird nicht vermisst, man ist



nicht unter die sinnliche Wahrnehmung gefallen - wie der Blinde und Taube -, sondern ist über sie hinausgestiegen, hat sie wegen des viel größeren geistigen Entzückens völlig vergessen. Er ist in einem Frieden oberhalb aller Befriedigung und Nichtbefriedigung und ist damit auch unabhängig von all jenen Aktionen und Manipulationen, die wir Menschen wegen unserer inneren Bedürftigkeit unternehmen müssen, um im glücklichen Fall zur relativen Befriedigung zu kommen. Der zu diesem Stand Erwachsene erkennt jetzt erst, wie er sich von den Sinneseindrücken hatte täuschen lassen. Er erfährt jetzt mit den Augen dieselben Formen, mit den Ohren dieselben Töne, mit der Nase dieselben Düfte wie früher. Aber da diese nicht mehr von einem sehnsüchtig lauernden Hungerleider empfangen und abgeschmeckt werden, da dieser völlig befriedet und abgelöst ist, so erfährt ein solcher Mensch ab jetzt alle Formen, Töne, Düfte usw. ganz ungeblendet und erfährt, dass an ihnen „nichts ist“, dass er sie auch nicht braucht, dass nur seine frühere Süchtigkeit in die Dinge hineinsah, was nicht darin war. Früher gab es für ihn durch die Sinne köstliche und ekelhafte Wahrnehmungen, lockende und anziehende, ja, hinreißende, aber ebenso viele oder mehr noch abstoßende, entsetzliche, schreckliche. Diese sinnesverwirrenden Täuschungen sind nun ausgelöscht, und er kommt sich vor wie ein von Fieberdelirien Genesener. Er ist jetzt gesundet und kann klar blicken. Er ist nun fähig zu überweltlichem Wissen:

#### 1. Rückerinnerung:

*„Solchen Herzens, einig, geläutert, gesäubert, rein, schlackengeklärt, geschmeidig, fügsam, unverletzbar, richtet er das Herz auf die erinnernde Erkenntnis früherer Daseinsformen. Er erinnert sich an viele verschiedene frühere Daseinsformen, als wie an ein Leben, dann an zwei Leben, dann an drei Leben, dann an vier Leben, dann an fünf Leben, dann an zehn Leben, dann an zwanzig Leben, dann an dreißig Leben, dann an vierzig Leben, dann an fünfzig Leben“ usw.*

2. Er sieht ferner die hier sterbenden, abscheidenden anderen Wesen den Körper verlassen und in heller oder dunkler Gestalt ihre weiteren Wege gehen, je nach ihrem Wirken.

Spätestens mit diesen beiden Weisheitsdurchbrüchen erkennt er das Karmagesetz in seiner Universalität, den Samsāra in seinem seelenlosen, sinnlosen Bedingungs-zusammenhang.

3. Im Erwachen aus dem Wahntraum erkennt er: Diese Scheinexistenz mit ihren Scheinbegebnissen war nichts als Leiden, bedingt durch endloses Entstehen und Vergehen und Sich-Wandeln von selbstgewirkten Erscheinungen, von Formen, von Gefühlen, von Wahrnehmungen, Aktivitäten und programmierter Wohlerfahrungssuche.

*„Das ist das Leiden“, weiß er nun der Wirklichkeit gemäß.  
„Das ist die Leidensursache“, weiß er nun der Wirklichkeit gemäß.  
„Das ist die Leidensauflösung“, weiß er nun der Wirklichkeit gemäß.  
„Das ist der zur Leidensauflösung führende Weg“, weiß er nun der Wirklichkeit gemäß.*

In diesem dritten Wahrwissen lösen sich die letzten Fäden der Wollensflüsse/Einflüsse. So erreicht er die Erlösung:

*Dem so Erkennenden, so Sehenden wird das Herz erlöst von den Wollensflüssen/Einflüssen durch Sinnlichkeit - durch Seinwollen - durch Wahn. Wenn es erlöst ist, dann ist das Wissen: „Es ist erlöst. Beendet ist die Kette der Geburten, vollendet der Reinheitswandel, getan ist, was zu tun war. Nichts mehr nach diesem hier“, das hat er nun verstanden.  
(M 51 u. a.)*

Der strebende Heilsgänger hat das Ziel seines Strebens erreicht.

ELF MEILENSTEINE BIS ZUM NIBBĀNA  
„Angereichte Sammlung“ (A XI,2)

Die Sorge des ernsthaften Anhängers

Wer die Auskunft des Erwachten über die existentialen gesetzmäßigen Zusammenhänge so tief verstanden hat, dass für ihn der Samsāra, der unendliche Kreislauf durch alle Daseinsformen, eine Realität ist, deren Sinnlosigkeit ihn erschüttert und erschreckt, dem drängt sich die Frage auf, wie er nun als im Haus lebender, ernsthafter Anhänger der Lehre den unterschiedlich erscheinenden Wegweisungen des Erwachten folgen könne, um aus diesem Irrwandel endgültig herauszukommen. Er fragt sich, was praktisch zu tun sei, mit welchen Übungen anzufangen, mit welchen fortzufahren sei, damit er vorwärtskomme, sein Vorwärtskommen auch merke und letztlich das Ziel, das vollkommene Heil, auch erreiche.

Fast noch größer aber ist eine andere Sorge, die erst dann für viele stärker spürbar wird, wenn sie nun sich ernsthaft um die Nachfolge bemühen. Es ist die gleiche Sorge, die wir auch bei den Anhängern anderer Hochreligionen immer wieder vernehmen und die in der christlichen Überlieferung ihren Ausdruck gefunden hat in dem Wort: *Der Geist ist willig, aber das Fleisch ist schwach.*

Alle Hochreligionen sagen nämlich ähnlich wie der Erwachte, dass man mit der Einhaltung der sittlichen Gebote zwar schon ein relatives Wohl erreiche und dem äußersten Elend entrinne, dass aber erst die endgültige Ablösung von der Sinnlichkeit in allen ihren Formen zum wahren Heil führe. - Diese Ablösung ist das Grundproblem besonders derjenigen Anhänger, welche mit Sehnsucht an das letzte Ziel denken, jedoch für sich noch nicht die Möglichkeit haben oder sehen, in der Einsamkeit zu leben, sondern in der häuslichen Gewohnheit bleiben.

So sieht sich mancher ernsthafte religiöse Anhänger zwischen zwei sehr schmerzlichen Feuern: er weiß sich verloren,

solange er sich in dem gegenwärtigen inneren Zustand der Unlauterkeit und sinnlichen Bedürftigkeit befindet, zugleich aber erfährt er an sich, wie sehr, sehr schwer, ja, fast unmöglich es oft ist, auf den ihm bisher bekannten, von ihm versuchten Wegen die erforderliche Befreiung von der Sinnlichkeit zu erreichen.

Man kann diese Sorge beinahe die Grundsorge des religiösen Menschen nennen, sie wird in allen Kulturräumen ausgesprochen. Wenn auch der Kampf um den Verzicht auf die Sinnlichkeit nicht der einzige ist, so ist er aber doch der höchste und der eigentliche Kampf des religiösen Menschen.

Der Erhabene, *der unvergleichliche Lenker des Menschengeschlechts*, hat einen Weg gewiesen, der den Verzicht im Sinn einer Selbstqual, einer unüberwindlichen Felswand, eines *Abgrunds der Entsagung*, nicht kennt. Es ist ein Weg, auf dem der Nachfolger wohl von Kampf zu Kampf, von Überwindung zu Überwindung, nicht aber von Verzicht zu Verzicht, von Entbehrung zu Entbehrung, sondern umgekehrt von Freudigkeit zu Freudigkeit, von Wohl zu Wohl Schritt für Schritt weiter schreitet.

Es ist eines der größten Missverständnisse gegenüber der hohen, dem westlichen Menschen sehr fern stehenden Lehre des Erhabenen, dass ihre Wegweisung zu immer mehr Helligkeit meistens nicht in ihrer vollen Bedeutung begriffen wird, so dass man oft auf Wegen geistiger Vergewaltigung, seelischer Entbehrung und Not vergeblich vorwärts zu kommen strebt, bis man entweder an sich selbst oder an der Lehre verzweifelt. Darum soll hier aus den Lehrreden selbst gezeigt werden, dass man den Heilsweg von Anfang bis Ende ganz ohne Krampf gehen kann.

Zuvor wollen wir aber noch kurz die unerlässliche Voraussetzung für diesen Weg nennen und besprechen: die rechte Anschauung.

## Die heilende rechte Anschauung ist Voraussetzung

Der Kenner der Lehre weiß, dass die erste Stufe des achtgliedrigen Wegs *heilende rechte Anschauung* heißt. Insofern ist diese Anschauung nicht nur Voraussetzung, sondern bereits der Anfang des Weges, das heißt also: Indem wir die rechte Anschauung gewinnen, da *sind* wir auf dem Weg, zwar an seinem Anfang, aber auf dem Weg.

Der Erwachte unterscheidet (M 117) neben der falschen Anschauung zweierlei rechte Anschauungen, nämlich eine rechte Anschauung, die zwar hilfreich und förderlich ist, aber nicht zum Nibbāna führen kann, und die höchste, die heilende, von allen Wollensflüssen/Einflüssen befreite rechte Anschauung, die zum Nibbāna führt. Der Erwachte nennt verschiedene Grade rechter Anschauung, von der einfachsten aufbauend immer weitergehend bis zur höchsten und reinsten, eben der *heilenden rechten Anschauung*. In diesem Sinn lesen wir in den Lehrreden, dass der Erwachte zuerst immer von den guten Folgen des Gebens und den üblen Folgen des Geizes spricht. Danach spricht der Erwachte von den erheblich weiterreichenden guten Folgen einer sittlichen Lebensführung und dem Elend, das aus hemmungsloser Lebensführung hervorgeht. Danach erst folgt die Beschreibung der Folgen unseres Verhaltens nach diesem Leben in übermenschlichen und untermenschlichen Daseinsformen. Erst im Anschluss an diese schon dreifach erhöhte rechte Anschauung spricht der Buddha vom Elend der gesamten Sinnlichkeit überhaupt und der gewaltigen Erhöhung und Befreiung jenseits der Sinnlichkeit. Aber diese vierfach gestaffelte, immer höher reichende rechte Anschauung ist zwar, wie der Erwachte in M 117 sagt, *hilfreich und förderlich*, d.h. sie führt zur Leidensminderung, aber es ist noch nicht *die heilende, von allen Wollensflüssen/Einflüssen befreite rechte Anschauung*, welche allein zur vollständigen Überwindung des Leidens im Nibbāna führen kann. Diese allein zum Heil führende, heilende rechte Anschauung bieten die Erwachten nur solchen Menschen an,

welche die vorgenannten vierfach gestaffelten Aussagen begriffen und angenommen haben und durch dieses Verständnis zutiefst erfasst und beruhigt sind - erst diesen Menschen bietet der Erwachte die Darstellung, dass und inwiefern in allen fünf Zusammenhäufungen: Form, Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität und programmierter Wohlerfahrungssuche des Geistes kein Heil und keine Sicherheit liegen können, sondern erst in der völligen Ablösung von ihnen.

Wem also durch die direkte oder indirekte Anleitung des Erwachten das Auge geöffnet wurde für die wahren Zusammenhänge dessen, was wir „Leben“ nennen, wer erkannt hat, dass und inwiefern jedes einzelne Erlebnis und jeder einzelne Gedanke und Willensentschluss genau bedingt war durch vorausgegangene Bedingungen, die wiederum bedingt waren durch vorausgegangene Bedingungen und so fort - der kommt von daher zur Durchschauung des toten Automatismus derjenigen Vorgänge, die er bisher für „Leben“ hielt. Er sieht, dass in dieser gesetzmäßigen, automatisch ablaufenden Bedingtheit der Grund alles Leidens liegt und dass die Freiheit erst jenseits und abseits dieses ausweglosen Kausalprozesses gefunden werden kann. - Einer, der die Vorgänge in der sinnlichen Welt in ihrer Determiniertheit durchschaut hat, gewinnt eine ganz andere Einstellung zu den aus diesem dunklen Bereich der Sinne und der Sinnlichkeit herausführenden Weisungen des Erwachten. Er erkennt diese nicht als lebensverneinend, sondern als leidensverneinend und als leidbefreiend und damit zum Heil führend.

Diese Anschauung ist es, die erforderlich ist, um auf dem im Folgenden gezeigten elfstufigen Weg zum Nibbāna zu kommen. Denn nur, wer diese Anschauung gewonnen hat, der erkennt einerseits zwar die Unabdingbarkeit einer sittlichen Lebensführung, erkennt aber zugleich, dass das Haften an ihr nicht zum Endziel führen kann. Er sieht, dass man die sittliche Lebensführung gewinnen und sich aneignen muss, dass man aber durch sie hindurch zu den genannten höheren Zielen hindurch zu schreiten hat. Einem solchen ist hernach diese sittli-

che Lebenshaltung als eine Selbstverständlichkeit eigen, aber sie ist ihm nicht Zweck und Ziel. Den Zweck seines Strebens sieht er in der Befreiung von allem, das er im Lauf der Zeit als unbeständig, wandelbar und darum leidvoll durchschaut.

Nur auf der Basis dieser Einsicht kann der nachfolgende elfstufige Weg vollkommen bis zum Nibbāna führen. Aber diese Einsicht braucht nicht von Anfang an da zu sein, vielmehr kann sie im Lauf des Vorwärtsgehens durch Lesen und Bedenken der Lehrreden des Erwachten allmählich immer fester erworben werden.

Hier folgt nun die in elf Etappen aufgeteilte Wegweisung des Erwachten, die von unserem Standort als normalem Menschen ausgeht und bis zum vollkommenen Heil im Nibbāna führt. Es ist eine der kürzesten Wegweisungen, aber sie ist nichtsdestoweniger vollständig, wie die anschließende Betrachtung zeigen soll.

Der Erwachte sagt:

*Wer tugendhaft (sīlava) ist, zur sittlichen Art erwachsen (sīlasampanna) (1), der braucht nicht anzustreben: „Möchte ich doch von Gewissensdruck befreit sein (avippatisāra) (2)“, denn es ist ein natürlicher Zusammenhang, dass der Tugendhafte, zu sittlicher Art Erwachsene, von Gewissensdruck völlig befreit ist.*

*Der von Gewissensdruck Befreite braucht nicht anzustreben: „Möchte ich innere Freude (pāmojja) (3) erlangen“, denn es ist ein natürlicher Zusammenhang, dass der von Gewissensdruck Befreite innere Freude erlangt.*

*Wer innere Freude erlangt hat, braucht nicht anzustreben: „Möchte ich geistige Beglückung bis Entzückung (pīti) (4) erlangen“, denn es ist ein natürlicher Zusammenhang, dass, wer innere Freude erlangt hat, geistige Beglückung bis Entzückung erlangt.*

Wer geistige Beglückung bis Entzückung erlangt hat, braucht nicht anzustreben: „Möchten die Sinnesdränge des Körpers gestillt werden (kāya-passaddhi)“ (5), denn es ist natürlicher Zusammenhang, dass, wer geistige Beglückung bis Entzückung erlangt hat, das Stillwerden der Sinnesdränge des Körpers erlangt.

Wer Stillwerden der Sinnesdränge des Körpers erlangt hat, braucht nicht anzustreben: „Möchte ich innere Seligkeit (sukha) (6) erlangen“, denn es ist ein natürlicher Zusammenhang, dass, wer Stillwerden der Sinnesdränge des Körpers erlangt hat, innere Seligkeit erlangt.

Wer innere Seligkeit erlangt hat, braucht nicht anzustreben: „Möchte ich weltlose Herzenseinigung (samādhī) (7) erlangen“, denn es ist ein natürlicher Zusammenhang, dass, wer innere Seligkeit erlangt hat, weltlose Herzenseinigung erlangt.

Wer weltlose Herzenseinigung erlangt hat, braucht nicht anzustreben: „Möchte ich ungeblendetes, wirklichkeitsgemäßes Wissen und Sehen (yathābhūtañāna-dassana) (8) erlangen“, denn es ist ein natürlicher Zusammenhang, dass, wer weltlose Herzenseinigung erlangt hat, ungeblendetes wirklichkeitsgemäßes Wissen und Sehen erlangt.

Wer ungeblendetes wirklichkeitgemäßes Wissen und Sehen erlangt hat, braucht nicht anzustreben: „Möchte das Interesse (an der Welt) schwinden (nibbida) (9)“, denn es ist ein natürlicher Zusammenhang, dass, wer ungeblendetes wirklichkeitsgemäßes Wissen und Sehen erlangt hat, Interesselosigkeit (an der Welt) erlangt.

Wer Interesselosigkeit (an der Welt) erlangt hat, braucht nicht anzustreben: „Möchte ich Unreizbarkeit, Begehrensfreiheit (virāga) (10)“ erlangen, denn es ist ein natürlicher Zusammenhang, dass, wer Interesselo-



*sigkeit (an der Welt) erlangt hat, Unreizbarkeit, Begehrensfreiheit erlangt.*

*Wer Unreizbarkeit, Begehrensfreiheit erlangt hat, braucht nicht anzustreben: „Möchte ich Erlösung und Wissen um die Erlösung (vimutti nānadassana) (11)“ erlangen, denn es ist ein natürlicher Zusammenhang, dass, wer Unreizbarkeit, Begehrensfreiheit erlangt hat, Erlösung und Wissen um die Erlösung erlangt.*

In diesen elf Etappen (im ersten der zehn vorstehenden Absätze werden zwei Etappen genannt: Tugend und Freiheit von Gewissensdruck) ist die gesamte Läuterungsentwicklung vom geistigen Standort des normalen Menschen ausgehend, über alle unumgänglichen Zwischenstufen bis zum vollkommenen Heil im Nibbāna, also bis zum Endziel aller Entwicklung, enthalten. Diese elfstufige „Himmelsleiter“, die mit dem einen Ende mitten hineinreicht in unseren Alltag und doch mit dem anderen Ende ganz bis zum Nibbāna führt, sollte jeder ernsthaftige Anhänger der Lehre nach ihrem Wortlaut und nach ihrem tieferen Sinn gut kennen.

Die Darstellung dieser Reihenfolge lässt schon erkennen, warum für diese Entwicklung die *heilende rechte Anschauung* erforderlich ist. Wir sehen, dass die Tugend die erste Stufe der Elferreihe ist, dass daraus bereits Gewissensreinheit und innere Freude hervorgehen. Wer hier nun die heilende rechte Anschauung nicht hat, der würde in der Tugend, der daraus hervorgehenden Gewissensreinheit und inneren Freude das Höchste erkennen, was er bisher an sich erfahren hat, würde darum nicht vermuten können, dass es darüber hinaus weiteres Wohl gibt, und würde auch nicht wissen können, dass die erreichten Ziele keine sicheren, festen Ziele sind, sondern sich wieder wandeln. Wer aber die heilende rechte Anschauung hat, der kennt den Wert der Tugend, aber auch die Grenzen der Tugend und was darüber hinausgeht. Nur ein solcher wird

nicht ruhen, bis er das Ziel gewonnen hat, das durch nichts bedingt ist und darum auch durch nichts wieder aufgelöst werden kann: das Nibbāna.

## 1. Tugend

Der Ansatzpunkt für den Kenner der Lehre ist also die Tugend. Aus ihr geht, wie gesagt, für denjenigen Menschen, der die heilende rechte Anschauung gewonnen hat, von selbst alles Weitere hervor.

Was ist nun Tugend? - Wir kennen die Tugendregeln des Erwachten. Diese sind schlechthin vollkommen. Wer sie erfüllt, der darf von sich wissen, dass er tugendhaft ist. Die Tugendregeln lauten wie folgt:

*Lebewesen zu töten, das hat er aufgegeben. Dem Töten von Lebewesen widerstrebt sein Wesen. Ohne Stock, ohne Schwert, teilnehmend und rücksichtsvoll hegt er zu allen Wesen Liebe und Mitempfinden.*

*Nichtgegebenes zu nehmen, das hat er aufgegeben. Dem Nehmen des Nichtgegebenen widerstrebt sein Wesen. Gegebenes nur nimmt er, Gegebenes wartet er ab, nicht diebisch gesinnt, rein gewordenen Herzens.*

*Unkeuschen Wandel, das hat er aufgegeben. In Reinheit lebt er, abgeschieden, von dem weltlichen Geschlechtsverkehr ganz abgewandt.*

(Diese Tugendregel ist für im Haus Lebende wie folgt abgewandelt:

*Er begeht keine Ausschweifung mit einem Mädchen, das unter der Obhut von Vater oder Mutter, Bruder oder Schwester oder unter der Obhut von Verwandten steht, auch nicht mit einer Frau, die verheiratet ist oder mit einer im Dienstverhältnis Stehenden bis herab zu der durch Überwurf eines Blumenkranzes Anverlobten.)*

*Trügerische, verleumderische Aussagen über Worte oder Taten anderer hat er verworfen, der Verleumdung widerstrebt*

*sein Wesen. Die Wahrheit spricht er, der Wahrheit ist er ergeben, standhaft, vertrauenswürdig, ohne von weltlichen Interessen bewogen, zu verleumden oder zu täuschen.*

*Berauschende Getränke oder andere, die Vernunft und Selbstkontrolle verhindernde Mittel zu nehmen, das hat er aufgegeben, dem widerstrebt sein Wesen, solche nimmt er nicht zu sich.*

*Das Hintertragen hat er aufgegeben. Dem Hintertragen widerstrebt sein Wesen. Was er hier gehört hat, das berichtet er nicht dort wieder, um jene zu entzweien; was er dort gehört hat, das berichtet er nicht hier wieder, um diese zu entzweien; vielmehr einigt er Entzweite, festigt Verbundene, Eintracht macht ihn froh, Eintracht freut ihn, Eintracht beglückt ihn, Eintracht fördernde Worte spricht er.*

*Verletzende Worte zu reden, das hat er aufgegeben. Dem Aussprechen verletzender Worte widerstrebt sein Wesen. Worte, die frei von Zorn sind, dem Ohr wohltuend, liebevoll, zum Herzen dringend, höflich, viele erfreuend, viele erhebend, solche Worte spricht er.*

*Leeres Geschwätz hat er aufgegeben. Allem leeren Gerede widerstrebt sein Wesen. Zur rechten Zeit spricht er, den Tatsachen gemäß, auf den Sinn bedacht, der Lehre und Ordnung getreu. Seine Rede ist reich an Inhalt, klar abgegrenzt, alles umschließend, ihrem Gegenstand angemessen.*

Die Selbsterziehung des Menschen, durch die er zur vollständigen Einhaltung dieser Tugendregeln kommt, ist wahrlich eine ernsthafte Arbeit, die über manche Jahre Energie und Beharrlichkeit erfordert. Viele Menschen sind zu diesem Einsatz nicht bereit und nicht fähig, und zwar alle diejenigen, die nach ihrer inneren Art, nach Charakter und Gesinnung, die sie in diese Welt mitgebracht haben, keinen Sinn oder nicht genug Sinn, nicht genug Einsicht und nicht genug edles Empfinden mitgebracht haben, um diese in allen Religionen geforderten Regeln des höheren sittlichen Handelns und einer dahinter stehenden reineren Gesinnung so zu verstehen, einzusehen und

anzunehmen, dass sie daraufhin die inneren Widerstände überwinden und sich umerziehen. Für alle diejenigen, die dafür den erforderlichen Sinn nicht mitbringen, sind die Religionen auch nicht gegeben. Sowohl Jesus als auch der Buddha sprechen im Gleichnis vom Sämann ausdrücklich davon, dass sie mit ihren Lehren zwar viele ansprechen, dass aber die meisten nicht geeignet sind, diese Lehren zu verstehen. Und wer die Lehren nicht versteht, der wandelt nicht nach ihnen, und wer nicht nach ihnen wandelt, der kann auch nicht vom Leiden zum Heil kommen.

Die Auswahl findet also nicht seitens der Religionsgründer statt, sondern seitens der Hörer und Empfänger der Lehren. Wer von diesen Lehren so erfasst ist, dass sein inneres Sehnen nach Höherem und Reinerem geweckt wurde und bisher brach gelegene Kraft nun sich offenbart, der wird den Weg gehen wollen. Bei welchem aber das Hören dieser Lehre solche geistige Wirkung nicht auslöst, der kann die hier erforderlichen Überwindungen und Anstrengungen auch nicht aufbringen.

Steht das hier Gesagte nicht im Widerspruch zu der weiter oben gegebenen Verheißung, dass der Weg über diese elf Stufen ein Weg ohne Entsagung und Verzicht sei? - Es ist kein Widerspruch. Denn unter Entsagen und Verzichten wird verstanden der Verzicht auf die sinnliche Lust, auch im Rahmen eines tugendhaften, sittlich einwandfreien Lebens. Das ist der Verzicht, der auch vielen hochsinnigen Menschen fast unmöglich erscheint. Aber wie sich hernach zeigen wird, ist dieser Verzicht auf dem elfstufigen Weg in schlechthin vollkommener Weise umgewandelt.

Die unsittliche Lebensweise zu lassen, ist für jeden hochsinnigen Menschen kein Verzicht. Im Gegenteil! Gerade dem feiner empfindenden Menschen ist es peinlich zu sehen, wie er immer wieder in einer unwürdigen Weise handelt und redet. Er schämt sich oft seiner ungunstigen Lebensweise, aber mangels einer besseren Führung, Wegweisung und Hilfe und in dem Milieu lebend, in dem wir eben hier in der Menschenwelt und insbesondere hier im Westen leben, kommt er allein nicht so

leicht heraus. Der hochsinnige Mensch fühlt sich hier in einem Leben, das ununterbrochen Verzicht auf das Feinste von ihm fordert, nämlich den Verzicht, so zu leben, wie es ihm sein höheres Gewissen vorschreibt. Ohne Stärkung und Unterstützung muss er so immer wieder auf seine höchsten Möglichkeiten verzichten.

Hier hilft ihm nun die Lehre des Erwachten. Sie zeigt so eindeutig das Hellere, Edlere, Reinere, dass sich das Bessere in ihm wie von verwandtem Geist angesprochen und durch die Ansprache bestärkt fühlt.

Er gewinnt jetzt klare, einleuchtende Wegweisung gerade für seine besseren Einsichten und Bestrebungen, die bisher brachliegen mussten. Das praktische Vorwärtsgehen entsprechend den Tugendregeln ist für ihn die Erfüllung eines verborgenen oder oft sehr offenbaren schmerzlichen Sehns. Es erfordert Mühe und Anstrengung, aber es nimmt ihm zugleich die ununterbrochene Beschämung, die seine gewöhnliche Lebensführung in ihm auslöst. - Insofern ist die Erfüllung der Tugendregeln kein Verzicht.

Am Anfang mag der um Tugend Bemühte mehr Werkfreudigkeit empfinden, also Befriedigung über die wörtliche Einhaltung der Regeln, und mag sich freuen über die Nichtübertretung. Wenn er z.B. in seinem Handeln vom Töten und Schelten ablässt, dann hat er bei sich selber die berechnete Genugtuung: „Im Handeln und Reden habe ich mich richtig verhalten.“ Wenn er aber gleichzeitig in seinem Gemüt noch Ärger merkt, dann weiß er, dass er auch diesen Ärger noch überwinden muss. So erzählt Ajātasattu, ein im Haus lebender Anhänger zu Zeiten des Erwachten, von sich, dass er, wenn er durch gehörte unzulängliche Äußerungen im Geist verärgert wurde, zwar unzufrieden wurde, aber unzufriedene Worte vermeidend, eben solche Worte zurückhaltend, sich ohne Murren von seinem Sitz erhob und fortging. (D 2)

Hier sind die Regeln zunächst äußerlich eingehalten. Wenn auch Unzufriedenheit oder Ärger aufkommen und den Menschen reizen, so lässt er sich doch nicht mehr zu entsprechen-

den Worten und Taten hinreißen. Am Anfang freut er sich schon, wenn es ihm wenigstens gelingt, die Regeln so äußerlich zu erfüllen, selbst wenn die Gesinnung noch zu wünschen übrig lässt. Es ist dies eben der erste Schritt. Aber indem er seine Taten und Worte bezwingt, wird er auch wacher und geistesgegenwärtiger, und allmählich blickt er tiefer und achtet mehr auf die hinter den Taten stehende Gesinnung.

Damit sind wir bei dem tieferen Sinn der Tugendregeln. Wir müssen wissen, dass sie erst dann richtig erfüllt sind, wenn auch dieser tiefere Sinn erfüllt ist. Zwar geht auch bereits aus der rein äußerlichen Einhaltung der Tugendregeln ein Anfang von Gewissensreinheit hervor. Das wird jeder Übende bei sich erfahren. Aber jeder erfährt auch zugleich, dass er so lange letztlich noch unzufrieden ist, als er in sich noch Regungen des Ärgers und der Abneigung beobachtet, selbst wenn er ihnen in seinem Handeln keinen Raum mehr gibt.

Darum hat der Erwachte jeder Tugendregel auch zugleich die Forderung der guten Gesinnung beigegeben. Sie bildet den zweiten Teil der Tugendregel. Wir können sagen, dass die in der ersten Tugendregel mitgenannte Gesinnung als Grundgesinnung anzustreben ist, weil sie die Erfüllung aller Tugendregeln erleichtert: *Teilnehmend und rücksichtsvoll hegt er zu allen lebenden Wesen Liebe und Mitempfinden.*

Diese Gesinnung oder Geisteshaltung gilt es immer mehr zu üben, und zwar nicht nur in akuten Fällen von ärgerlichen Anwandlungen, sondern besser noch in sogenannten neutralen Zeiten. Allein in seinem Zimmer oder auf einem Spaziergang kann man und soll man öfter liebend an die Wesen denken, ausgehend von den Nächststehenden in Familie, Nachbarschaft und Beruf, sich bemühen, mehr und mehr zu sehen und zu verstehen, dass jedes Lebewesen, Mensch oder Tier, so denken, reden und handeln muss, wie es denkt, redet und handelt, nämlich entsprechend seinem inneren Haushalt an Tendenzen und Einsichten. Je öfter wir uns so üben und uns bei dieser Übung vornehmen, bei den aktuellen Begegnungen uns richtig zu verhalten, um so mehr gelingt es uns, durch beharr-

liches Kämpfen diese edlere Gewohnheit allmählich auch zu gewinnen. Solch ein liebend-einführendes Bedenken wird manchmal gut gelingen, manchmal schwer fallen und manchmal große innere Freude machen, die sich auf die Dauer immer häufiger einstellt.

Jeder, der auf diesem Weg sich vorwärtsringt, kennt die Erfahrung, dass alles Bemühen um richtiges Handeln und richtige Rede so lange gefährdet ist und gefährdet bleibt, als noch üble Gesinnung das Gemüt bewegt, weil man eben dann oft nicht genug an sich halten kann. Ist aber die üble Gesinnung aufgehoben, dann kommt es von selber nicht mehr zu üblen Worten und Taten. Darum steckt hier, in der üblen Gesinnung, das größte Bollwerk des Bösen, und darum ist sie auch in den Tugendregeln immer mitgenannt.

## 2. Reines Gewissen aus Sittenreinheit

Hier sagt der Erwachte nun, dass ein solcher, der zu *sittlicher Art erwachsen* sei, die zur Leidensminderung und Wohlmehrung taugliche Begegnungsweise erworben habe, von *Gewissensdruck völlig befreit* werde. Das Wort *Gewissensdruck* oder auch jeder andere Ausdruck, der in diese Richtung weist, sagt den meisten modernen Menschen nur noch wenig. Das liegt nicht daran, dass der moderne Mensch von jener geistig-seelischen Erscheinung frei wäre, sondern liegt daran, dass er durch die extreme Nachaußenwendung, durch sein starkes Engagement in Beruf, Geltungsstreben, Lustsuche, wie überhaupt sich zu behaupten und durchzusetzen, jene inneren Schatten, Mahnungen und Dunkelheiten, die hier mit dem Wort „Gewissensdruck“ benannt sind, nicht bemerkt und nicht bemerken kann. Damit geht ihm aber ein wichtiges, durch den karmischen Zusammenhang bedingtes inneres halb bewusstes *Korrektiv des geistigen Lebens* verloren.

Der Erwachte sieht, wie jede Aktivität der Wesen - die des Denkens, des Redens wie die des tätlichen Handelns - ein Baustein wird, ja ein Baustein *ist* an der „Zukunft“ des Täters,

wie sie ein der Aktivität ganz entsprechendes Erlebnis schafft, das irgendwann in der Zukunft an den Täter selbst wieder herantritt. Aus seinem großen Durchblick durch alle Möglichkeiten der Existenz unterscheidet der Erwachte bei den Wesen „dunkle“ Taten, die auch dunkle Folgen haben, also zu schmerzlichen späteren Erlebnissen führen, wie auch „lichte“ Taten, die lichte Folgen haben - also tauglich zur Leidensminderung sind - und gemischte, dunkel-lichte Taten, die auch dunkel-lichte Folgen haben.

Die lichten Taten, die gesetzmäßig auch lichte Folgen nach sich ziehen, sind Taten der Nachsicht und Rücksicht und Fürsorge in Bezug auf die Mitwesen. Aus diesen treten an den Täter irgendwann Erlebnisse heran, die er als erhellende und wohlthuende empfindet, weil sie seinen besten und feinsten Wünschen und Ersehnungen entsprechen. Aber aus all seinen Unternehmungen, die die Bedürfnisse der Mitwesen nicht berücksichtigen, ja, diesen zuwiderlaufen, den Mitwesen inneren oder äußeren Schaden und Verluste zufügen, ihm Wichtiges verweigern oder gar entreißen - daraus gehen auch gleich und ähnlich verweigernde oder entreißende Erlebnisse hervor, die eines Tages in dieser Weise an ihn herantreten.

Im Augenblick des Wirkens werden die zukünftigen Erlebnisse geschaffen. Jedes Wirken ist Schöpfung und jeder Täter ist Schöpfer seiner Zukunft - und das heißt *karma*. Für unsere vordergründige sinnliche Wahrnehmung, die für die geistigen Zusammenhänge blind ist, fällt das Wirken in die sogenannte „Vergangenheit“, d.h. ist im nächsten Augenblick nicht mehr zu sehen, und wir stehen schon wieder in neuen Auseinandersetzungen. Aber diese der „Vergangenheit“ anheim gefallenen Aktionen sind „da“, sind geschaffen und sind gesammelt jenseits unserer sinnlichen Wahrnehmung. Diese Ansammlung nennt der Erwachte aus seinem tiefen Einblick in die Existenz *bhava*, d.h. Dasein oder Werdesein. Sie bilden insgesamt den Fundus, das Potential unserer zukünftigen Erlebnisse. In diesen Fundus füllen wir jede Tat hinein, und aus diesem Fundus tritt in jedem Augenblick Erlebnis an uns he-



ran. Wir können gar nichts anderes erleben als das, was wir durch unser Wirken hineingegeben haben. Wohl kann sich gute und schlechte Tat, die wir hineingegeben haben, innerhalb dieses *bhava* mischen und hernach in einer gemischten Form an uns herantreten, aber es kann nichts anderes an uns herantreten als dieser Fundus, diese Schöpfung, die hervorgegangen ist aus unserem Wirken. Insofern wartet auf uns nicht von irgendwem geschicktes „Schicksal“, sondern von uns selbst geschaffenes „Schaffsal“, unsere eigene Schöpfung.

Das bedeutet also: Was immer du anderen Menschen antust an Wohltuendem oder an Schmerzlichem bei denen, die du magst oder nicht magst, das tust du immer und ausnahmslos in dem gleichen und noch größerem Maß dir selbst an, da es zu dir zurückkehrt. Dieses Gesetz gilt für alle, nicht nur für die, die es kennen, sondern auch für die, die es nicht kennen, und auch für die, die es ablehnen.

Weil es so ist, darum sagen alle Heilslehrer: Stelle dich an die Stelle derjenigen Menschen, mit denen du im Augenblick zu tun hast. Tue ihnen das an, von dem du möchtest, dass es dir getan werde, und vermeide, ihnen das anzutun, von dem du auch nicht möchtest, dass es dir getan werde. Denke bei jeder Begegnung, als ob du dir selber begegnetest, denn du begegnest wahrlich dir selber. Und alles, was du tust, kommt zu dir zurück.

Auf diesem Hintergrund müssen wir das Wort „Gewissensdruck“ verstehen. Dieser Zukunftsfundus ist „da“, ist für jeden Menschen, für jeden Geist „da“, und sein Dasein und seine Qualität tun sich kund. Sie tun sich nicht nur kund in der Kette der ununterbrochen, aus eben diesem Fundus an uns herantretenden Erlebnisse, sondern sie tun sich auch „unterirdisch“ kund, halb bewusst in Stimmung und Gefühl, in der Gemütsverfassung, in innerer Heiterkeit und Helligkeit oder Beklemmung und Gewissensdruck je nach der Qualität des noch nicht in Erscheinung getretenen Erlebnispotentialis.

Der Erwachte schildert die Verfassung eines Menschen, den in der Stille Reue und innere Vorwürfe überkommen, wie folgt (M 129):

*Wenn der Tor auf einem Stuhl Platz genommen hat oder sich auf ein Lager hingelegt hat oder auf der Erde ausruht, so sind es die üblen Taten, die er früher getan, schlechtes Wirken in Taten, in Worten, in Gedanken, die zu dieser Zeit über ihn kommen, über ihn niedersinken, ihn einhüllen. Gleichwie etwa die Schatten der Gipfel hoher Gebirge um Sonnenuntergang über die Ebene kommen, über sie niedersinken, sie überziehen.*

*Da denkt der Tor: „Nicht habe ich gut gewirkt, habe nicht heilsam gewirkt, habe mir keine Zuflucht vor Gewissensängsten geschaffen. Übles habe ich getan, grausam bin ich gewesen, böse bin ich gewesen. Bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, werde ich dort hingehen, wo ungutes Wirken, unheilsames Wirken, keine Zuflucht vor Gewissensängsten-Schaffen, übles Tun, Grausam-Sein, Böse-Sein hingelangen lässt.“ Dies ist Leiden und Trübsinn, das ein Tor schon zu Lebzeiten erfährt.*

Dagegen sagt der Erwachte von dem Zustand dessen, der im Umgang mit anderen keine der Tugendregeln übertreten hat, sich darüber hinaus um liebevolle Gesinnung bemüht hat, dass er frei von Reue und inneren Vorwürfen ist:

*Wenn der Weise auf einem Stuhl Platz genommen hat oder sich auf ein Lager hingelegt hat oder auf der Erde ausruht, so sind es die guten Taten, die er früher getan - gutes Wirken in Taten, in Worten, in Gedanken -, die zu dieser Zeit über ihn kommen, über ihn niedersinken, ihn einhüllen. Gleichwie etwa die Schatten der Gipfel hoher Gebirge um Sonnenuntergang über die Ebene kommen, über sie niedersinken, sie einhüllen, ebenso nun auch sind es, wenn der Weise auf einem Stuhl Platz genommen oder sich auf ein Lager hingelegt hat oder auf der Erde ausruht, die guten Taten, die er früher getan - gutes Wirken in Taten, in Worten, in Gedanken -, die um diese*

*Zeit über ihn kommen, über ihn niedersinken, ihn einhüllen. Da denkt der Weise: „Nicht hab ich übel gewirkt, heilsam habe ich gewirkt, habe mir eine Zuflucht vor Gewissensängsten geschaffen. Übles habe ich nicht getan, grausam bin ich nicht gewesen, böse bin ich nicht gewesen. Bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, werde ich dorthin gehen, wo gutes Wirken, heilsames Wirken, Zuflucht vor Gewissensängsten-Schaffen, Nicht-grausam-Sein, Nicht-böse-Sein hingelangen lässt.“ Er ist nicht bekümmert, trauert und klagt nicht, er weint nicht und schlägt sich nicht die Brust, gerät nicht in Verzweiflung.*

In einer anderen Lehrrede (A VI,45) heißt es von einem üblen Menschen:

*Hat er sich in den Wald begeben, an den Fuß eines Baumes oder an eine einsame Stätte, so verfolgen ihn mit Reue verbundene üble, unheilsame Erwägungen. Das aber nenne ich sein Verfolgtwerden.*

In diesen Aussagen ist die Rede davon, dass in der Stille, in der äußere Ablenkungen fast ganz fehlen, um so stärker die Gefühle der Reue oder Reuelosigkeit, des schlechten Gewissens oder der Gewissensreinheit aufkommen. Reue oder Reuelosigkeit sind stillere Gefühle als die gewöhnlichen durch Berührung der Sinnesdränge ausgelösten. Obwohl jeder Mensch zwischen Reue und Reuelosigkeit stark hin und her pendelt, merkt er es meistens nicht. Besonders dem nichtreligiösen Menschen scheint es, als ob er nichts damit zu tun habe. Der Erwachte sagt aber, dass jeder Mensch, auch der über die Schlechtigkeit seiner Taten ganz Unwissende, doch ununterbrochen ein entsprechend dunkles Gefühl habe, das den normalen Menschen fast den ganzen Tag durch sein ganzes Leben begleite und das damit seinem Leben einen dunklen, schmerzlichen Grundton gebe.

Wer aus untugendhaftem oder halb tugendhaftem Tun ein dunkles Grundgefühl hat, der erlebt alle Dinge, so schön, vorteilhaft oder reibungslos sie äußerlich gesehen auch sein mögen, in Verbindung mit diesem dunklen Grundgefühl doch mehr schmerzlich als erfreuend. Erst wenn uns keine egoistische Abwendung oder feindliche Gegenwendung mehr bewegen, merken wir richtig, was Gewissensreinheit ist, weil dann das Grundgefühl heller wird. In diesem Sinn sagt der Volksmund: *Ein gutes Gewissen ist das beste Ruhekissen.*

Wir kennen das tiefe Aufatmen, die große Erleichterung, die dann eintritt, wenn einem eine Last abgenommen ist, wenn eine Sorge, eine Beklemmung fortfällt. Aber dieses Gefühl ist am Anfang oft nur von kurzer Dauer, weil aus tugendlichem Versagen auch immer wieder neue Beklemmungen hervorgehen. Wer aber erlebt hat, wie aus der sittlichen Zucht und Erhellung der Gesinnung auch das Grundgefühl gebessert wird, wie das Grundgefühl der Reue sich bei ihm legt, wie die Gewissensreinheit eintritt, der weiß bald, was mit jenem tadellosen Glück gemeint ist, welches der Erhabene dem sittenreinen Menschen verheißt. (D 2)

Das dem gewöhnlichen Menschen meist unbewusst bleibende Grundgefühl der Reue, das nur in der Stille fühlbar wird, ist im Grunde nichts anderes als die verdrängte, einst bewusst gewesene Reue. Weil der gewöhnliche unbelehrte Mensch vorwiegend aus seinen begehrenden Wünschen heraus lebt, mit denen die Nichtbeachtung der Wünsche anderer eng verbunden ist, so weiß er rückblickend aus seinen eigenen Erfahrungen, wie viele Tränen und Enttäuschungen er bei anderen auf seinem Weg verursacht hat. Wenn er in Ruhe sein Leben überblickt, so muss er sich sagen: „Du hast vieles nicht so gemacht, wie du wolltest.“ Diese manchmal bewussten, meistens aber vergessenen und in den Hintergrund gedrängten Gedanken verursachen die permanente Reue und Beklemmung, bestimmen das Grundgefühl des normalen Menschen.

Die Aufgabe des Kenners der Lehre liegt nun darin, dieses Grundgefühl zu merken, es nicht zu verdrängen und zu flie-

hen, sondern es zu wandeln. Die bewusste Reue des Kenners der Lehre mag sich zunächst dadurch verstärken, mag größer, tiefer, umfassender und auch konkreter werden als bei einem unbelehrten Menschen, denn er sieht sich nun noch mehr verantwortlich für all sein Tun. Er weiß, dass unser gesamtes Erleben nichts anderes ist als die Ernte dessen, was wir früher durch unser Wirken gesät haben. Darum ist der Kenner der Lehre besorgt und beklommen, wenn er sich nicht tugendhaft, entsprechend seinen besseren Einsichten, handeln sieht, weil er an die Folgen seines Tuns nicht nur in diesem Leben, sondern auch im nächsten Leben denkt. So heißt es im Suttanipāta (Vers 774):

*Genussbegierig, angelockt, verstrickt,  
die unbelehrbar da an Schlechtes sich gewöhnt,  
wenn Leiden sie befällt, dann brechen sie in Klagen aus:  
"O was nur wird aus uns nach diesen Tagen!"*

Wer auf dem Weg eifriger Übung um Tugend ist, der wird an sich feststellen, dass ihn zeitweilig Wellen einer mehr oder weniger starken Reue über sein früheres Verhalten im Leben ankommen. So wird fast stets berichtet von Menschen, die unter religiösen Einfluss geraten sind. Indem diese immer mehr hören und bedenken, wie der rechte Lebenswandel und die rechte heilsame Geisteshaltung sind, da fällt ihnen um so stärker ihr früheres oder auch noch gegenwärtiges Abweichen von ihren jetzigen guten Einsichten auf. In solchem Fall empfiehlt der Erwachte, diese Reue nicht in unfruchtbare Gefühle zu ergießen, sondern etwa nüchtern festzustellen:

*Lebendiges umzubringen, Nichtgegebenes zu nehmen, unrechten Geschlechtsverkehr zu pflegen, zu verleumden, berauschende Getränke und andere die Vernunft und Selbstkontrolle verhindernden Mittel zu nehmen, hat der Erhabene auf mancherlei Art als üble Folgen schaffend beschrieben und getadelt, hat gesagt: „Davon haltet euch fern.“ Aber ich habe es*

*doch getan, insofern oder insofern. Das war nicht richtig, das war nicht gut. Wenn ich mir aber darüber Gewissensvorwürfe machen würde, so könnte ich dieses üble Wirken doch nicht ungeschehen machen. So erwägend und überlegend gibt man dieses üble Wirken auf, steht künftig davon ab. (S 42,8)*

Die Möglichkeit der nachträglichen Verbesserung der karmischen Folgen des üblen Wirkens nennt der Erwachte mit dem bekannten Gleichnis von dem Salzklumpen (A III,98): Er sagt: So wie ein Salzklumpen das Trinkwasser eines Krugs völlig verdirbt und ungenießbar macht, derselbe Salzklumpen aber, wenn er in einen Fluss süßen Wassers geworfen wird, das dortige Wasser kaum verändert, so auch können üble Werke den Menschen, der in seinem Fundus nur wenig gute Werke hat, in untermenschliche Tiefe mit entsprechenden Leiden bringen, können aber dieselben üblen Werke bei einem solchen Wesen, das viel mehr gutes Wirken in seinem Fundus hat, fast nicht mehr schaden. In diesem Sinn heißt es (Dh 173):

*Wer einst gewirktes übles Werk  
durch bess'eres Wirken überhäuft,  
dem lichtet sich die Finsternis,  
wie wenn der Mond durch Wolken bricht.*

Der Kenner der Lehre weiß von sich: „Ich kenne die Sinnlosigkeit aller Dinge, ich arbeite im Ganzen auf die Befreiung hin, mein erster Schritt aber von meinem jetzigen Standpunkt aus ist der, mich tugendlich zu verhalten, und das tue ich auch“, dann kann ein solcher mit Recht von sich sagen: *Gibt es Menschen, die nach Vervollkommnung in sittlicher Zucht streben, so bin ich einer von ihnen. (M 4)*

### 3. Innere Freude (*pāmojja*) aus reinem Gewissen

Ein solcher hat schon einen ganz anderen Stand im Dasein, als ihn der durchschnittliche Mensch innehat. Auf dem Weg bis

zu diesem inneren und äußeren Stand hat er viel gekämpft, gearbeitet und sich gemüht. Er ist immer wieder von überraschenden Situationen umgeworfen worden und ist immer wieder aufgestanden, hat sich seine Einsichten vor Augen geführt, hat seinen gewohnten Denk- und Handlungsgleisen getrotzt und hat sich aus herzlichem Mitempfinden mit den Wesen immer bessere, rücksichtsvolle und liebevolle Weisen des Redens und Handelns angewöhnt, da ihm inzwischen die Wünsche und Bedürfnisse seines jeweiligen Gegenübers immer näher an seine eigenen gerückt sind.

Die Gewissensreinheit, die Abwesenheit von Beklemmungen, Sorgen und Verfinsterungen kann mit einem von allem Gewölk befreiten, klaren Himmel verglichen werden. So klar und wolkenlos oft der Himmel ist, so ungetrübt und unverdunkelt ist das Gemüt durch Gewissensreinheit. Und so wie über den von allem Gewölk völlig befreiten Himmel ein Glanz, ein Leuchten hinzieht, so geht aus der Gewissensreinheit innere Freude hervor. Der Mensch erlebt etwas völlig Neues. Wenn er vorher nur gelegentlich eine Genugtuung bei einer besonders guten Tat erlebt hatte, so erlebt er jetzt eine durchgehende Helligkeit und Freudigkeit seines Gemüts, ein fast ununterbrochen ungetrübt, helles Grundgefühl. Alles von außen an ihn Herantretende erlebt er auf der Grundlage dieses hellen, freudigen Gefühls, darum kann er durch kein leidvolles Erlebnis mehr stärker verletzt werden.

Dieses feine Gefühl, das sich bei jedem Menschen einstellt, der in der Tugendreinheit fortgeschritten ist, gleichviel, ob es ihm bewusst ist oder nicht, vergleicht der Erwachte mit einem kampfeserfahrenen Kriegerfürsten, der *den Feind niedergestreckt* hat, also von keiner Seite mehr bedroht werden kann. Der ist wahrlich von allem Gewissensdruck befreit, und der Erwachte sagt ausdrücklich, dass ein solcher *das Glück der Tadelsfreiheit (anavajjasukha) genießt. (D 2)*

In dieser Tatsache liegt der Grund, warum im Anfang gesagt wurde, dass in dieser elfgliedrigen Entwicklungsreihe bis zum Nibbāna der Akt des Verzichts, die Felswand der Entsa-

gung, umgangen wird. Wenn der normale Mensch einer der Religionen näher kommt, die ihm das Heil jenseits der Sinnendinge versprechen, dann steht er mehr oder weniger beklommen unter dem Eindruck, dass er zuerst auf alle Freude verzichten, aller weltlichen Lust entsagen müsse, um dann entweder in diesem oder im nächsten Leben ein großes Heil zu erwerben. Es wird ihm da, wie der Volksmund sagt, eine Taube auf dem Dach versprochen, doch müsse er zuvor den Sperling in der Hand loslassen. Er habe also eine Zeitlang nichts. In seinem *Faust* drückt *Goethe* die Empfindung eines so irrig denkenden religiösen Menschen aus mit den Worten:

*Entbehren sollst du, sollst entbehren!  
Das ist der ewige Gesang,  
der jedem an die Ohren klingt,  
den unser ganzes Leben lang  
uns heiser jede Stunde singt.  
(Verszeilen 1549-1553, Studierzimmer Szene 2)*

Wir sehen aber aus der bisherigen Schilderung, dass schon hier auf der dritten Stufe des Wegs, bei der von einem Verzicht auf die Sinnendinge noch gar keine Rede ist, ein Wohl aufbricht, das nicht durch die Sinnendinge, sondern aus der zunehmenden inneren Lauterkeit und Helligkeit aufbricht. Daneben erlebt der Übende nach wie vor das Wohl der Sinnendinge, hat also den Sperling noch in der Hand, gewinnt aber eine zusätzliche innere Freude unabhängig von äußeren Erlebnissen, die allein aus der inneren Lauterkeit hervorgeht. Damit holt er sich zusätzlich die Taube vom Dach und hat nun beides in der Hand. Wir können uns vorstellen, zumal bei der Betrachtung der weiteren Stufen von zunehmendem Wohl und Glück, dass der Übende eines Tages des Sperlings völlig überdrüssig wird. Darin liegt das Wesen der Entwicklung zum Nibbāna, auf das der Erwachte immer wieder hinweist, das aber leider hier im Westen so sehr missverstanden wird.



Es gilt nun, diese innere Freude mehr zu pflegen. Das geschieht einmal dadurch, dass man immer mehr auf sie aufmerksam wird, sie genießt und dadurch über sie immer froher wird, und zum anderen dadurch, dass man aus dem Wissen, woher sie gekommen ist, um so lieber und um so intensiver an seiner weiteren Läuterung arbeitet, dass man immer feiner die aufsteigenden Herzensbefleckungen beobachtet, leise Abwendung und Ablehnung anderen Wesen gegenüber bemerkt und sofort mit aller Kraft und aller Konsequenz diese Anwandlung in seinem Herzen ausrodet und nicht ruht, bis man an ihre Stelle Wohlwollen und herzliche Freundschaft gesetzt hat. Daraus nimmt die innere Freude noch mehr zu.

Wir sehen, dass diese innere Freudigkeit, die uns von den Sinnendingen immer mehr unabhängig macht, aus den Kämpfen und Überwindungen, die wir im Alltag durchführen, hervorgeht und nicht nur in abgeschiedener tiefer Besinnung erwächst, wie die meisten Menschen denken. Auch in der Abgeschiedenheit wächst sie nur bei denjenigen Menschen, die vorher im Drang des Alltags sich in sittlicher Zucht bewährt haben. Ein Mensch, der von dieser inneren Freudigkeit erfüllt ist, macht seine Umgebung licht; damit gibt sie sich auch heller, und so erhellt sich auch die gesamte Umwelt des Menschen.

Wer nun als Kenner der Lehre des Erwachten diesen Kampf so weit bestanden hat, dass er als ein kampfprobter Sieger über die Schatten und Dunkelheiten des Lebens dasteht, ungefährdet und angstlos - für wie lange wird er diesen Zustand gewonnen haben? In dem Gleichnis vom Kleide (M 7) sagt der Erwachte: Wenn die Flecken einmal aus dem Gewand ganz herausgewaschen sind, dann können sie bei keiner Umfärbung mehr durchschlagen. Ein Wesen mit so weit vorgereinigtem Herzen, das mag Körper wechseln und Körper wechseln durch die menschlichen und die himmlischen Daseinsformen - an das so weit gereinigte Herz kann nichts Schreckliches, nichts Dunkles mehr herantreten. Ein solcher Mensch

befindet sich im Aufstieg in das Helle und Hellere. Der Erwachte sagt (S 1,93):

*So wie da einer von einer Fußbank auf einen Stuhl steigt, von diesem auf den Tisch, von diesem auf den Rücken des Pferdes und von diesem auf den Rücken des Elefanten und vom Elefantenrücken aus auf die Zinne des Hauses, so befindet sich ein Wesen, das sein Herz von den Flecken reinigt, im fortschreitenden Aufstieg von Höhen zu Höhen.*

In diesem Sinn müssen wir die folgende Aussage des Erwachten verstehen (A VIII,39):

*Es gibt da fünf Gaben, große Gaben, bekannt als die höchsten, bekannt als die ältesten, als überlieferte, alte, unversehrte, noch nie außer Geltung gewesene Gaben, die nicht untergehen und nie untergehen werden und nie verworfen werden von Weisen, Reinen und Verständigen. Welche fünf Gaben sind das?*

*Da steht der Heilsgänger ab vom Töten, entfremdet sich ganz vom Töten, er steht ab vom Stehlen, entfremdet sich ganz vom Stehlen, er steht ab von unrechtem Geschlechtsverkehr, entfremdet sich ganz von unrechtem Geschlechtsverkehr, er steht ab vom Verleumden, entfremdet sich ganz vom Verleumden, er steht ab vom Genuss berauschender Mittel, entfremdet sich ganz vom Genuss berauschender Mittel.*

*Dadurch aber, dass er sich vom Töten, Stehlen, von unrechtem Geschlechtsverkehr, von Verleumdung, von berauschenden Mitteln ganz entfremdet, gewährt er unermesslich vielen Wesen Sicherheit vor Schrecken, Schmerzen und Vernichtung.*

*Indem er aber unermesslich vielen Wesen Sicherheit vor Schrecken, Schmerzen und Vernichtung gewährt, wird ihm unermessliche Sicherheit vor Schrecken, Schmerzen und Vernichtung zuteil.*

*Das sind die fünf großen Gaben.*

*Unermesslich vielen Wesen...* sagt der Erwachte und *...unermessliche Sicherheit*. Diesen Maßstab kann ein Mensch, der die Vernichtung des Körpers als das Ende des Lebens ansieht, nicht verstehen und hält dieses Wort darum für Übertreibung. Wer aber diesen Tugendkampf gekämpft hat, wer sich zu dieser tauglichen Art entwickelt hat, Hochherzigkeit erworben hat, der hat auf dem Weg dieser Übungen längst bei sich erkannt und erspürt, dass ein Herz nicht stirbt, wenn der Körper stirbt, dass seine Triebe nicht sterben, wenn der Körper stirbt, dass die inneren Dunkelheiten oder die innere Helligkeit auch hernach sein Dasein bestimmen, und er weiß, was er getan und gewirkt hat, bis jene fünf üblen Verhaltensweisen seinem inneren Wesen so widerstrebten, dass es ihm unmöglich geworden ist, so zu handeln. Darum weiß er, dass es ihm auch bei späteren Körpern unmöglich sein wird, andere Wesen in Unsicherheit und Schrecken zu bringen, dass er wahrlich *unermesslich* vielen Wesen Sicherheit vor Schrecken, Schmerzen und Vernichtung gewährt und dass auch ihm daraus *unermessliche Sicherheit vor Schrecken, Schmerzen und Vernichtung zuteil wird*. Er hat durch die Tiefe seines Kampfes auch die Tiefe des Karmagesetzes begriffen.

#### 4. Geistige Beglückung bis Entzückung (*pīti*) aus innerer Freude

Geistige Beglückung ist erheblich größer als innere Freude. Aber fragen wir uns zunächst einmal, wie es kommt, dass sich aus der Tugend diese immer stärkeren und höheren Wohlgefühle entwickeln.

Wir haben schon im Anfang davon gesprochen, dass man zuerst die Tugendregeln mehr äußerlich innehält und daraus schon einen bestimmten Grad von Gewissensreinheit erfährt, dass man aber bald nicht mehr damit allein zufrieden sein kann, solange noch üble Gesinnungen aufkommen, und dass man dann auch diesen nachspürt, um sie auszuroden. Diese Ausrodung der üblen Gesinnungen schreitet aber nur allmäh-

lich fort über Monate und Jahre. Und in dem Maß, wie sie fortschreitet, wie also das Herz reiner wird, in dem Maß entwickelt sich die elfstufige Leiter von zunehmendem Wohl. Jeder, der den Weg praktisch geht, merkt an sich, wie er aus zunehmender Reinigung auch zunehmendes Wohl erfährt. Diese Reinigung des Herzens schreitet graduell fort bis zur Vollkommenheit, und entsprechend schreitet die Entwicklung des inneren Wohls immer mehr fort bis zur Vollkommenheit.

So geht auch nur infolge der fortschreitenden sittlichen Entwicklung und der daraus erwachsenden inneren Freudigkeit die geistige Beglückung hervor. Diese geistige Beglückung ist kein übliches Wohlgefühl, sondern ein ganz starkes Entzücken wie ein starker Fanfarenton. Wenn ein Mensch bis dahin bei der aufkommenden inneren Freudigkeit über die Gewissensreinheit, über die Helligkeit des Gemüts noch nicht auf das feinere innere Gefühl aufmerksam geworden war - bei dieser Beglückung wird seine Aufmerksamkeit darauf gelenkt. Die Beglückung ist der Ausdruck der Zuversicht darüber, dass man sich auf gutem Weg befindet, dass diese herrliche Entwicklung eingetreten ist. Die geistige Beglückung ist wie ein Jubelton, der immer wieder klingt. Dadurch verlieren die äußeren Erlebnisse und die sinnlichen Genüsse noch mehr an Bedeutung, treten zurück, dem Menschen ist bei sich selber wohl, er bedarf nicht äußerer Ablenkung und Befriedigung.

Sinnliches Wohl, das durch sinnliches Erleben entsteht, vergleicht der Erwachte mit dem Schwelen eines nassen Holzes, mit dem man vergeblich versucht, Feuer zu machen. Es ist unsere Unkenntnis, die uns glauben lässt, dass das, was aus sinnlicher Wahrnehmung hervorgeht, Wohl sei. Das meinen wir nur so lange, als uns die geistige Beglückung noch nicht bekannt ist. Wer aber jene von allem Äußeren unabhängige innere Freudigkeit und Beglückung erlebt hat, der hat keine Lust mehr an den Sinnendingen, der versteht das Gleichnis von dem Schwelen des feuchten Holzes und dem prasselnd-hellen Feuer aus trockenem Holz. Wenn nicht schon vorher, so

wird ihm nun die Sinnenlust zum Sperling, den er immer weniger beachtet neben der Taube, die er gewonnen hat.

Hinzu kommt noch ein weiteres tiefes Verständnis. Der Erwachte sagt, dass die Begehrensdinge gleich Darlehen seien, und auch der Christ wird immer wieder darauf hingewiesen, dass alle weltlichen Dinge nur für kurze Zeit geliehen sind. Der religiös belehrte Mensch hört diese Gedanken, anerkennt sie auch - aber erst, nachdem er sich bis zu dem Stadium dieser geistigen Beglückung entwickelt hat und damit ein seliges Wohl ganz ohne äußere Ursachen, ganz selbstständig aus dem eigenen Inneren aufblühend erlebt, da fällt ihm der Unterschied zwischen diesem selbst entwickelten Wohl und dem immer nur durch äußere Dinge bedingten sinnlichen Wohl auf. Er merkt jetzt, wie abhängig er früher war von der Welt der tausend Dinge, weil diese die einzige Quelle seines Glücks bedeuteten. Darum fühlte er sich auch immer elend und verlassen, wenn die Dinge sich ihm wieder entzogen.

Nun aber merkt er, dass das jetzt erwachsene Wohl nicht durch äußere Umstände bedingt ist, auch nicht durch irgendwelche geistigen Mächte ihm gegeben oder genommen werden kann, dass es einfach eine Folge der reineren Beschaffenheit seines Herzens ist und dass es so lange bei ihm bleibt, wie er sich die Reinheit des Herzens bewahrt, und dass diese Beglückung zu noch größerer Höhe erwächst in dem Maß, als er sein Herz noch weiterhin läutert.

Mit dieser Einsicht geht ihm mehr oder weniger deutlich auf, dass sein jetzt erworbenes, durch keinerlei äußere Dinge bedingtes, sondern allein in der Lauterkeit des Herzens bestehendes Wohl auch durch den Tod nicht vernichtet werden kann. Er spürt mit der totalen Evidenz der Erfahrung, dass Tod wohl eine Trennung vom Körper und damit der sinnlichen Wahrnehmung, aber gerade nicht eine Trennung von dieser seligen Beglückung bedeutet. Damit hat er einen Grad von Unverletzbarkeit erreicht, den er vorher nicht ahnen konnte trotz der Verheißungen, welche seitens der verschiedenen Religionsgründer an diese Entwicklung geknüpft sind.

Solange der Mensch im Gemüt öde und kalt und grau ist, so lange braucht er die tausend Dinge, das Außen. Und solange man das Außen braucht, gibt es das Problem zwischen Erlangen und Nichterlangen. Dann ist das Nichterlangen Leiden, Qual, und man jagt mit allen Mitteln nach dem Erlangen. Aber wenn man innen beglückt und hell ist, dann braucht man von außen nichts - und wer das bei sich feststellt: dass er nun Freuden erfährt, die ganz unabhängig von allem Außen sind, dessen Freude kann durch diese Feststellung zusätzlich noch größer werden, kann geistige Beglückung hervorrufen, und wenn diese sehr stark geworden ist, dann richtet sich der Geist so ausschließlich auf diese Beglückung, dass er darüber „verzückt“ wird, dass er die sinnliche Wahrnehmung „vergisst“. Bisher lugten die Triebe durch die Sinnesorgane nach außen, nahmen die sinnliche Welt auf. Jetzt aber weilt die Aufmerksamkeit ganz und gar bei dem geistigen Glück, weil es so beglückend ist. In diesem Sinn sagt der Erwachte (M 75): *Um höheren Wohles willen mochte ich geringeres Wohl lassen.* Die geistige Beglückung (*pīti*) ist der erste Schritt des Übergangs zum *samādhi*.

Der Erwachte empfiehlt deshalb, *paviveka pīti*, die geistige Beglückung in Abgeschiedenheit, zu pflegen. Unter „Abgeschiedenheit“ oder „Zurückgezogenheit“ wird nicht in erster Linie eine äußerliche Trennung von Menschen und Dingen verstanden, sondern vielmehr das Anstreben einer inneren Selbstständigkeit, indem man in eigener Verantwortlichkeit für sich selbst zu leben sich gewöhnt und nicht mit anderen Wesen und Dingen rechnet. Eine solche Haltung der Abgeschiedenheit kann um so leichter gelingen, je mehr der Mensch bei sich selbst solche Einsichten und solche hellen Empfindungen vorfindet, die es ihm lieb machen, so eigenständig zu leben. Ein solcher wird seinen Pflichten der Umwelt gegenüber leichter und sicherer nachkommen als jemand, der sich mit zu großen Erwartungen auf die Umwelt richtet und darauf angewiesen ist, sein Wohl und sein Glück nur von dort zu beziehen.

Darum hat der Erwachte seinerzeit nicht nur den Mönchen, sondern auch Hausleuten (A V,176) empfohlen, die Haltung solcher Abgeschiedenheit anzustreben, weil dadurch bei denen, die bereits zu einer inneren Helligkeit sich entwickelt haben, dann pīti, die geistige Beglückung, leichter eintreten kann, das Tor zum samādhi.

Mancher mag Anfänge innerer Freudigkeit, inneren Wohls erlebt, aber nicht beachtet haben. Das kann verschiedene Ursachen haben: Er kann seiner Gewohnheit gemäß meinen, dieses Wohl käme von der zu jener Zeit gerade gehaltenen sinnlichen Wahrnehmung, z.B. eines Menschen, einer Landschaft, eines Buches usw., oder er stellt sich unter innerem Wohl nur die höchsten Zustände vor. Eben darum empfiehlt der Erwachte die bewusste nach innen gerichtete Aufmerksamkeit und nennt häufig sechs Besinnungen, die zu innerer Beglückung, ja, bis zu den weltlosen Entrückungen führen können:

*die Erinnerung (anussati)*

1. an den Erwachten,
2. an die Lehre,
3. an die Gemeinschaft der Heilsgänger,
4. an die eigenen Tugenden,
5. an das eigene Loslassen,
6. an himmlische Wesen.

(A II,70, VI,10,25,26, XI,12-14, D 33).

*Diese Besinnungen könne man üben beim Gehen, Stehen, Sitzen, Liegen, in einem Haus voller Kinder und wenn man seiner Beschäftigung nachgeht*(A XI,13). Sie sind deshalb für uns Hausleute geeignete Meditationen, um zu innerem Wohl zu kommen.

#### 5. Stillwerden der Sinnesdränge im Körper (kāyapassaddhi) aus geistiger Beglückung

Der Zusammenhang zwischen geistiger Verzückung und der vorhin schon angedeuteten Unterbrechung der sinnlichen Wahrnehmung wird in den Reden stets ausgedrückt: *Verzückten Geistes wird der Körper still*. Dieses durch die geistige

Beglückung aufkommende Stillwerden der Sinnesdränge kann man nur in dem Maß verstehen, als man erfasst, wie sehr die Triebe des normalen Menschen durch die fünf Sinne des Körpers nach außen in die Welt hineinlugen und ununterbrochen in rasendem Wirbel durch die Sinneswerkzeuge erfahren, was an äußeren Objekten erreichbar ist. Diese Tätigkeit geschieht mit einer nicht zu nennenden Geschwindigkeit.

Sie ist auch von einer ebenso rasanten zweifachen *Schmerzhaftigkeit*: Die sechsfachen sinnlichen Erfahrungen vergleicht der Erwachte mit fortgesetzten Klingenhieben, die Berührung der Triebe, der Anliegen, der inneren Empfindlichkeit vergleicht er mit einer offenen Wunde bei einem Rind. An dieser Wunde nagen die unterschiedlichsten Insekten, und das Tier kann ins Wasser fliehen oder über die Weide dahinrasen oder sich an der Mauer reiben: wohin es nur kommt, sind wieder andere Insektenarten, die immer nur an der Wunde nagen. So, sagt der Erwachte, verhält es sich mit der Berührung der Wesen anlässlich der Sinneseindrücke, die allein schon Klingenhieben gleichen.

Diese beiden Dauerschmerzen der Sinneseindrücke und der Berührungen gehören zur Natur der Daseinsformen in sinnlicher Wahrnehmung, bestehen ununterbrochen durch ungezählte Leben hindurch. Sie sind eine gewaltige Anstrengung der gesamten Körperkräfte und halten auch den Geist in einer dauernden untergründigen Anspannung und Sorge um Funktionieren und Schutz des Körpers und der jeweils benutzten Organe und bewirken Verschleiß und Alterung des Körpers - aber das alles geschieht schon so lange, dass der Mensch es so wenig merkt wie der Fisch sein Wasser merkt, in dem er geboren ist und ununterbrochen lebt. Das Wesen beachtet nur, was der jeweilige Sinneseindruck ihm an Angenehem oder Unangenehem bringt. Beim angenehmen Sinneseindruck hat er den großen Dauerschmerz plus kurzem Wohlgefühl; und beim unangenehmen Eindruck hat er zum gleichen großen Dauerschmerz noch das kurze Schmerzgefühl. Er registriert in seinem Bewusstsein eben nur die kurz aufkommenden Gefühle,



nicht aber den unterbrechungslos erlittenen Dauerschmerz. Darin liegt der Grund, dass das bisher nie gekannte Stillwerden der Sinnesdränge, wenn es eintritt, als ein beseligendes Labsal empfunden wird.

Wer von innerer Beglückung erfasst ist, dessen Sinnesdränge sind gestillt (*samatha*) (Dh 94), lungern nicht mehr nach außen. Eines solchen Menschen Leib ist beruhigt. Wo ein solcher zu gehen hat, da regt er die Glieder in Gelassenheit (Thag 432), und nicht sind die Sinnesdränge nach außen gerichtet. Wenn er allein sitzt, dann kommt der Körper eines so nach innen Gewandten zu einer tiefen Stille, wie sie dem normalen Menschen ganz unbekannt ist. Wenn der Mensch so in sich beglückt ist, dann tritt auch die sinnliche Wahrnehmung weitgehend zurück.

#### 6. Seligkeit, inneres Wohl (*sukha*) durch Gestilltheit der Sinnesdränge im Körper

Wenn durch die geistige Beglückung bis Entzückung der ununterbrochene Prasselhagel der fünffachen Sinnestätigkeit abklingt und zur Ruhe kommt, so dass der Mensch von der Weltwahrnehmung „entrückt“ wird, so wirkt das ähnlich, wie wenn in einer großen lauten Fabrik am Feierabend die vielen stampfenden Maschinen plötzlich still gestellt werden. So wie man vorher im Maschinensaal „sein eigen Wort“ nicht verstehen konnte, nun in der Ruhe aber jedes Flüstern versteht - ganz ebenso kommt der Mensch mit dem Stillwerden der Sinnesdränge im Körper geradezu zu sich selbst. Erst nach diesem Erlebnis merkt er, dass er bisher ununterbrochen „außer sich“ war, und nun weiß er überhaupt erst, was „Wohl“ wirklich ist. Nun versteht er, warum in aller Mystik diese Erfahrung so hoch gepriesen wird und warum der Erwachte erst dieser Erfahrung den Namen „Seligkeit“ gibt und den Menschen sagt, dass in der rasenden Vielfalt der Sinneseindrücke der Mensch so zerstreut ist wie ein Strom, der durch den Zusammenbruch der Deiche völlig in der Landschaft zerfließt und versickert.

Diese Zerstreuung samt dem Getöse und dem Stakkato der Schmerzen kommt zur Ruhe mit dem Stillwerden der Sinnesdränge im Körper. Es ist ein Empfinden, als ob man nun erst zum Leben käme.

Der geistige Zusammenhang kann wohl verstanden werden: Nachdem die Entzückung im Geist die innere Aufmerksamkeit auf sich gezogen und damit von der Sinnestätigkeit abgelenkt hat, da hört das Stakkato der rasenden vielfältigen Sinnestätigkeiten mit Berührungen auf und kommt über den Körper diese große bisher nie gekannte Beruhigung. Nun richtet sich die geistige Aufmerksamkeit auf diese vollständige Beruhigung der Sinnesdränge im Körper, die wie ein großer Feierabend nach bisher pausenlos gewesener Arbeit und Mühsal empfunden wird: samādhi.

### 7. Einigung des Herzens (*samādhi*) aus innerem Wohl

In den Reden wird der Übergang von der sechsten zur siebenten Stufe der Leiter zur Erwachung mit kurzen Worten gekennzeichnet: *Der Körpergestillte lebt im Wohl; dem im Wohl Lebenden einigt sich das Herz*. Weil das Wohl eine gewisse Vollkommenheit erreicht hat, darum kann nun derjenige Zustand eintreten, der in der christlichen Mystik die „unio mystica“ genannt wird und in Indien sowohl vom Erwachten wie auch in den anderen Religionen als die Spitze des samādhi, der Einigung des Herzens, bezeichnet wird, nämlich die weltlosen Entrückungen (*jhāna*).

Der Pāli-Begriff *samādhi*, der hier mit „Einigung des Herzens“ übersetzt wird, hat in den Lehrreden zweierlei Bedeutung, und zwar eine umfassende Bedeutung, welche die zunehmende Entwicklung des samādhi von den ersten Anfängen bis zur Vollendung meint, und eine engere Bedeutung, eben nur die Spitze des samādhi, die aus den *jhāna* besteht.

Dieser Unterschied zeigt sich darin, dass einerseits das achte Glied des achtliedrigen Heilswegs als *sammā samādhi*

= *rechte Einigung* bezeichnet und näher interpretiert wird als die *jhāna* - und andererseits daran, dass der achtegliedrige Heilsweg oft auch in drei Abschnitte eingeteilt wird, wovon der letzte Abschnitt, welcher die Glieder sechs, sieben und acht umfasst, insgesamt als der Abschnitt *samādhi* des Heilswegs bezeichnet wird. In diesem Fall wird näher erläutert, dass mit dem sechsten Glied die Voraussetzung der Einigung, mit dem siebenten Glied die Vorstellungen in der Einigung und mit dem achten Glied die Einigung selber bezeichnet seien (M 44). Daran sehen wir also, dass dieser *samādhi* ein fortschreitender Prozess ist, der seine Anfänge hat und dessen Spitze in die weltlosen Entrückungen mündet. Die Anfänge und das Fortschreiten dieser *samādhi*-Entwicklung, dieser Beruhigung und Einigung des Herzens haben wir beschrieben, beginnend mit der aus vollendeter Sittlichkeit hervorgehenden Gewissensreinheit und der daraus hervorgehenden inneren Freudigkeit. Es ist das fortschreitende Stillwerden der Triebe, das Nachlassen der nach außen gerichteten vielfältigen Sehnsucht.

Die Sucht nach der weltlichen Vielfalt führt zu der vielfältigen sinnlichen Wahrnehmung. Wo diese Sucht geringer wird, da wird auch die sinnliche Wahrnehmung geringer. Und wo diese Sucht völlig eingestellt ist, und das bedeutet die vollkommene Einigung des Herzens, da kann auch die gesamte sinnliche Wahrnehmung zum Schweigen gebracht werden. In diesem Stadium vollendet sich endgültig das eigenständige, von allem Außen und allen Sinneseindrücken vollkommen unabhängige Wohl und Heil des Menschen.

Wir wissen aus den Aussagen des Erwachten und auch der verschiedensten anderen Religionen, dass dieser Zustand stets erfahren wird nicht als Bewusstlosigkeit, sondern als das höchste nur denkbare Wohl, als eine überweltliche Seligkeit in Verbindung mit tiefstem Frieden aus vollendeter Unabhängigkeit sowohl von dem eigenen Ich als auch von der gesamten Welt.

Es ist ein gewaltiger Unterschied, ob ein Mensch vom Erwachten belehrt, doch ohne eigene Erfahrungen höheren Wohls, über das Elend der Abhängigkeit von der sinnlichen Wahrnehmung nachdenkt (etwa im Sinne von M 13,14,54 und 75, in denen die schmerzlichen Folgen von der sinnlichen Abhängigkeit beschrieben werden), oder ob er jenes unvergleichlich höhere Wohl des samādhi, von welcher Warte aus der Erwachte selbst ja überhaupt spricht und urteilt, auch selber erfahren und erlebt hat. Wer ohne die Erfahrung des Wohls der Herzenseinigung auf Grund der vom Erwachten übernommenen Belehrungen über das Elend der Sinnendinge nachdenkt und somit zu einer negativen Bewertung der Sinnendinge kommt, dem sagen seine Erinnerungen an die ungezählten sinnlich wohltuenden Erlebnisse ja doch immer wieder, dass die Sinnendinge wohltun. Er weiß zwar, dass er aus einem verdorbenen Geschmack, nur wegen eines inneren Lechzens Dinge als wohltuend empfindet. Aber solange er die wirkliche Wohltat oberhalb der sinnlichen Wahrnehmung noch nicht erfahren hat, so lange ist seine negative Bewertung der sinnlichen Dinge nur von geringer Kraft, und vor allem liegt er in fast ununterbrochenem Kampf bei der Begegnung mit den Sinnendingen. Er verneint tapfer das sinnliche Begehren, weil er gehört und verstanden hat, in welchem Elend er sich damit befindet und in welchem Elend er, solange er an die Sinnlichkeit gebunden ist, bleibt. Hierin liegt der Grund, warum der Erwachte sagt, dass das sinnliche Begehren schwer zu überwinden sei.

Darum zielt die gesamte Belehrung des Erwachten darauf hin, dass der Mensch zunächst durch die Tugend zur Läuterung seines Herzens, zu einer inneren Erhellung, komme und dass er dann in Anläufen anstrebe, zu jener geistigen Beglückung und Entzückung zu kommen, die ihn, obwohl er noch an Sinnlichkeit gebunden ist, manchmal darüber hinaushebt und ihm Ahnung und Erlebnis gibt von der ganz anderen Lebensweise in einer heilsträchtigen Seligkeit.

Wenn er diese Seligkeit erlebt und erfährt, dass er oberhalb aller Sinnlichkeit, oberhalb aller Abhängigkeit von dem Außen lebt, da ist seine negative Bewertung der gesamten Sinnendinge eine radikale, von einer unvergleichlichen Überzeugungsmacht gegenüber dem, was er früher versuchte. Nun kann er in viel kürzerer Zeit erreichen, was er früher schon anstrebte.

Zwar erlebt der Übende diese Entrückungszustände im Anfang dieser Entwicklung nur sehr sporadisch, gelegentlich und nur für kürzeste Zeit, und ist immer sehr bald wieder in der zwiefältigen Erlebnisweise, in der er sich als Ich in der Welt vorfindet. Aber dieses selige Leben oberhalb der sinnlichen Wahrnehmung ist nun im Gedächtnis eingeschrieben als das unvergleichlich andere, als das einzige Erleben, das den Namen „Wohl“ verdient und das weder vom Körper noch von der Begegnung mit den Sinnesobjekten abhängig ist.

Daher kommt es, dass der Erfahrer der weltlosen Entrückung von da an zu einer energischen Abwendung von seiner Wohlsuche bei den Objekten der Sinne kommt. Da ein so gerichteter Mensch nun erheblich weniger Ansprüche und Erwartungen an seine Umwelt und seine Mitwesen stellt, so kann er um so weniger enttäuscht, verärgert und gereizt werden und kann ihnen um so mehr zur Verfügung stehen. Aber für sich selbst strebt er immer wieder jene innere geistige Entwicklung an, die auf das Erlebnis der weltlosen Entrückung hinzielt. Durch diese radikale Abwertung aller Sinneserlebnisse können die ihm innewohnenden, auf die Sinneserlebnisse gerichteten Triebe - *kāmarāga* und *dosa* - langsam aber sicher schwächer und schwächer werden bis zur völligen Auflösung. Das bedeutet das Abnehmen von Gier und Hass und damit zusammenhängend die Abnahme der Blendung.

Der Weg dieser Entwicklung vom anfangenden *samādhi* bis zu seiner völligen Reife ist kein kurzer Weg. Seine Länge und die Zeitdauer hängen davon ab, wie stark der Mensch in Gier, Hass und Blendung verwurzelt ist und wie intensiv er gemäß den Anleitungen (*anusāsana*) des Erwachten vorgeht.

8. Die Auswirkung der Einigung des Herzens ist  
ungeblendetes, wirklichkeitsgemäßes  
Sehen und Wissen (*yathābhūtañānadassana*)

Der Erwachte sagt, dass Gier, Hass und Blendung, also Zuneigung, Abneigung und Täuschung, die Wurzeln alles Übels und alles Leidens seien. Gier und Hass sind die zwei Seiten der Triebe, Tendenzen, aus ihnen geht Zuwendung zu den einen Objekten und Abwendung von den anderen Objekten und darum auch von Trieben geblendete Bewertung und Beurteilung hervor. Die Objekte sind an sich nicht von unterschiedlichem Wert oder Unwert. Es ist erst die tendenzenbedingte Bedürftigkeit des Menschen, die die ihr stark entsprechenden Objekte wertvoller, die ihr weniger entsprechenden Objekte weniger wertvoll, die ihr widerstrebenden gar als abstoßend oder ekelhaft erscheinen lässt. In der westlichen Psychologie spricht man in diesem Zusammenhang von der „Gefühlsbesetzung der Objekte“. So sagt es auch der Erwachte, und so kann man es einwandfrei beobachten.

Da nun jeder Mensch von der Geburt an alle Dinge, die er durch sinnliche Wahrnehmung kennen gelernt und erfahren hat, eben immer mit der subjektiv bedingten Gefühlsbesetzung kennen gelernt und erfahren hat, und da er von Tag zu Tag und von Jahr zu Jahr immer nur solche Eindrücke und Erfahrungen in sein Gedächtnis einsammelt, so hat er ein Weltbild, das genau so weit von dem wahren Wert der Dinge abweicht, als seine Tendenzen seine Erlebnisse verfärbt haben. Darum sehen wir die Dinge nicht der Wirklichkeit gemäß.

Der Erwachte sagt, dass durch die Einigung des Herzens alle auf sinnliche Wahrnehmung gerichteten Tendenzen allmählich endgültig ausgerodet, aufgelöst werden, wodurch bei diesen Menschen die Gefühlsbesetzung der Objekte fortfällt, so dass der Mensch alle Dinge der Wirklichkeit gemäß sehen und erkennen könne.

So befremdend diese Feststellung für manche klingen mag, weil man hier in der modernen Welt kaum solche Menschen

antreffen kann, so müssen wir doch zur Kenntnis nehmen, dass zu allen Zeiten im Osten und im Westen aus den Kreisen der Mystik von solchen Entwicklungen und Erfahrungen berichtet wird und dass die Kenntnis dieser Zusammenhänge zu anderen Zeiten auch hier im Westen erheblich mehr verbreitet war.

Ein dahin gelangter Mensch fühlt sich von den gefährlichsten Fesseln, die ihn je im Leben herumgeworfen und herumgerissen haben, endgültig befreit. Das Bewusstsein dieser Befreiung von der positiven und negativen Faszination ist für den Erfahrer womöglich noch beglückender und erlösender als die Erfahrung des seligen überweltlichen Wohlgefühls. Er spürt, dass diese Befreiung eine vollkommene ist. Erst in diesem Zustand, nachdem alle Bedürftigkeit völlig von ihm abgefallen ist, da kann ihn nichts mehr faszinieren, da gibt es keine Gefahren der Versuchung und Anfechtung mehr.

Wir wissen, dass einem sehr hungrigen Menschen, der sich dem Hungertod nahe fühlt, jede Nahrung köstlich schmeckt, selbst wenn es solche Dinge sind, die, wenn er gesund und satt wäre, als angefaulte Abfallstücke erkennen und sich ekeln würde. Ebenso - sagt der Erwachte und sagen alle Großen - erscheinen uns alle sinnlich wahrgenommenen Dinge nur darum so bedeutungsvoll, weil wir durch Gier und Hass Hungerleider sind. Darum eben blendet uns die Begegnung mit diesen Dingen. In diesem Zustand des inneren Nichtbefriedigtseins bedarf man der Befriedigung. Das Maß des Nichtbefriedigtseins bestimmt auch das Wohlgefühl im Akt der Befriedigung und bestimmt darum das Urteil über jene sinnlichen Dinge, die zu den verschiedenartigen Befriedigungen führen.

Wer aber den weltunabhängigen Herzensfrieden gewonnen hat, gar keinen Welthunger mehr kennt, der ist nicht nur in einem Frieden oberhalb aller Befriedigung und Nichtbefriedigung, sondern ist auch unabhängig von all jenen Aktionen und Manipulationen, die wir Menschen wegen unserer inneren Bedürftigkeit unternehmen müssen, um im glücklichen Fall zur relativen Befriedigung zu kommen. Der zu diesem Stand Erwachsene erkennt jetzt erst, wie er sich von den Sinnesein-

drücken hatte täuschen lassen. Er erfasst jetzt mit den Augen dieselben Formen, mit den Ohren dieselben Töne, mit der Nase dieselben Düfte wie früher. Aber da diese nicht mehr von jenem inneren sehnsüchtig wartenden Hungerleider empfangen und abgeschmeckt werden, da dieser völlig befriedet und abgelöst ist, so erfährt er ab jetzt alle Formen, Töne, Düfte usw. ganz ungeblendet und erfährt, dass an ihnen „nichts ist“, dass er sie auch nicht braucht, dass nur seine frühere Süchtigkeit in die Dinge hineinsah, was nicht darin war. Früher gab es für ihn durch die Sinne köstliche und ekelhafte Wahrnehmungen, lockende und anziehende, ja, hinreißende, aber ebenso viele oder mehr noch abstoßende, entsetzliche, schreckliche. Diese sinnverwirrenden Täuschungen sind nun ausgelöscht, und er kommt sich vor wie ein von Fieberdelirien Genesener. Er ist jetzt gesund und kann klar blicken.

Doch ist eine andere Folge dieser Befreiung des Herzens von Gier, Hass und Blendung noch unvergleichlich wichtiger. Die eben geschilderte Folge kann bezeichnet werden als die ungeahnte Erhöhung, ja, fast Vollendung des inneren Wohlstands und der inneren Gesundheit. Aber die andere Wirkung ist die unermessliche Erweiterung des Blickfelds, die Entwicklung eines unbehinderten universalen Bewusstseins, einer universalen Wahrnehmung. Das gehört mit zu dem Begriff *der Wirklichkeit gemäß erkennen und sehen*.

Ein Gleichnis mag zeigen, wie die Erweiterung zustande kommt. Wer schon einmal nachts mit dem Auto über eine Landstraße fuhr, mag manchmal beobachtet haben, wie ein Hase in den Lichtkegel seines Scheinwerfers geriet und dadurch sehr gefährdet war, besonders dann, wenn er seinen Blick auf das Auto gerichtet hatte und nicht zur Seite oder gar das Licht hinter sich hatte. Blickt der Hase in das Licht der Lampe, dann kann er nur den erhellten Teil der Straße sehen, und zwar in Form des Kegels, den das Licht beschreibt. Dieser Kegel verjüngt sich auf die Lampe zu, und diese Lampe befindet sich - über den Rädern. Für den Hasen, wenn er nicht sehr gewitzigt und erfahren ist, gilt nur der Lichtausschnitt als be-



gehbare Wirklichkeit. Die Grenzen zwischen Licht und Dunkel müssen ihm vorkommen wie dunkle Wände, wie die Grenzen zwischen Sein und Nichts. Er kann es nicht wagen, den Sprung aus seiner sichtbaren Wirklichkeit in das Nichts zu tun - und auf diese Weise ist schon mancher Hase durch die Zuspitzung des Lichtkegels geradezu unter die Räder gelenkt worden.

Der Lichtkegel gilt in unserem Leben für das Aufleuchten der dem inneren Hungerleider unverzichtbaren Sinneseindrücke in unserem Bewusstsein. Das ist die Blendung. Durch dieses bevorzugte Wahrnehmen, Bewusstwerden jener Sinneseindrücke kann er alle anderen „transzendenten“ Wirklichkeiten, die in ihm und um ihn herum sind, nicht wahrnehmen, hat sie von Geburt an nicht wahrgenommen, kann sie darum nicht ahnen und nicht mit ihnen rechnen - ganz ebenso wie der Hase durch die helle Beleuchtung eines Ausschnitts der Straße alles andere nicht mehr sieht und nicht damit rechnet. Und so wie der Hase, wenn er (falls unerfahren) nur mit dem Sichtbaren rechnet, dann auf die Lampe und die tötenden Räder zuläuft, so - sagt der Erwachte - läuft der Mensch, der nur mit der durch Gier und Hass bedingten sinnlichen Wahrnehmung rechnet und daraus sein Weltbild bezieht, immer wieder auf Tod und Untergang zu, aber auch innerhalb jedes Lebens von Enttäuschung zu Enttäuschung - wie es das Sich-Ausrichten nach einer Fata Morgana mit sich bringt. Und gerade das, wovon der sinnlich bedürftige Mensch abgelenkt, was für ihn ausgeblendet wird, das ebenso wirklich ist wie die wirkliche Oase in der Wüste, die am fernen Horizont auftaucht, aber durch den gebannt auf die Fata Morgana gerichteten Blick nicht gesehen und darum versäumt wird - ist das Rettende.

Wegen der Blendung durch die sinnliche Wahrnehmung (Fata Morgana) die Wirklichkeit nicht sehen, nicht mit ihr rechnen - das ist Wahn (*avijjā*), der in der Bedingungskette als die erste Bedingung für den gesamten Leidenszusammenhang zu immer nur wieder Altern, Sterben und Geborenwerden führt und darin festhält. - Aber durch den weltunabhängigen

Herzensfrieden werden Gier und Hass, die drängenden Triebe, die auf weitere Wahrnehmung gerichteten Hungerleider, völlig aufgelöst. Durch diese Befriedung wird die von den Hungerleidern herkommende *Blendung* aufgelöst. Durch Auflösung der Blendung fallen die sinnesverwirrenden Täuschungen fort und dadurch werden alle anderen Wirklichkeiten, von welchen die Aufmerksamkeit durch die Täuschung abgezogen war, offenbar - werden ebenso offenbar wie für den Hasen, wenn der Autofahrer seinen Wagen anhalten und das Licht auslöschten würde, nun die gesamte Landschaft offenbar würde und damit seine rettenden Auswege. - Die Aufhebung der Täuschung lässt das Aufkommen des Wahrwissens, *vijjā*, zu.

Dieses gewinnbare Wahrwissen ist schlechthin total. Wer die Lehrreden kennt, der weiß, dass der Erwachte und die erfahrenen Mönche immer wieder darüber berichten, dass der Mensch, der sein Herz in dem weltunabhängigen Herzensfrieden ausgebadet hat, der in sich und bei sich selber volle Genüge hat - dass ein solcher nun, worauf er nur seine Aufmerksamkeit richtet, das auch wahrhaft erkennen, wahrhaft sehen kann (*ñānadassana*).

Eine der Haupterkenntnisse ist die Erinnerung seiner früheren Leben. Der normale westliche Mensch, der die Lehre nicht kennt, hat fast keine Ahnung von dieser Tatsache. Selbst wenn ihm Erinnerung aufkäme - etwa der sogenannte Déjà-vu-Effekt<sup>19</sup> - dann weiß er nicht, was er von sich halten soll, und seine Freunde werden es ihm auch bald wieder ausreden, und er wird es zu vergessen trachten. Wir erwarten gar nicht, dergleichen zu erleben, ja, halten es zu erleben für unmöglich - eben weil wir gar nicht damit rechnen, früher schon gelebt zu haben. - Der Asiate dagegen, besonders der Inder, der sozusagen „mit der Muttermilch“ die Vorstellung von dem ununter-

---

<sup>19</sup> wenn man in irgendeiner Stadt, in der man zum ersten Mal in diesem Leben ist, plötzlich einen ganzen Straßenzug wiedererkennt (déjà-vu=schon gesehen), so erkennt, dass man schon weiß, was man sehen wird, wenn man gleich um jene Ecke geht - und wenn man, um die Ecke gehend, auch tatsächlich das Erwartete sieht.

brochenen Leben mit immer neuen Geburten aufnimmt, würde ein solches Erlebnis mit Freude quittieren und würde der Sache nachgehen.

Hier aber nennt der Erwachte den Weg, wie jeder, unabhängig von seinen Begabungen und auch unabhängig von seinem Glauben oder Nichtglauben an Fortexistenz, mit vollkommener Sicherheit an die Rückerinnerung kommt: Unsere Blendung durch die Sinneseindrücke hindert uns, wirklich Erlebtes zu erinnern, hindert uns, andere Wirklichkeiten, die mit den körperlichen Sinnen zwar nicht erfassbar sind, aber eben doch erfassbar sind, auch zu erfassen. Ist nämlich diese Blendung, das aufdringliche bevorzugte Bewusstwerden der Sinneswahrnehmungen aufgehoben, dann besteht die Möglichkeit, die anderen Daseins- und Lebenszusammenhänge, die hinter der sinnlichen Wahrnehmung im Dunkel verborgen blieben, nun in gleicher Klarheit und Unverzerrtheit zu erfahren, wie ein solcher jetzt auch alle mit den Sinnen wahrgenommenen Dinge unverblendet und unverzerrt erfährt. Wo meistens übersetzt wird „Rückerinnerung vergangener Daseinsformen“ oder „vergangener Leben“, da spricht der Erwachte nur von früheren Wohnungen, früheren Aufhalten (*pubbenivāsa*), und er vergleicht diese Erinnerung mit einem Mann, der von einer Reise zurückgekommen, sich zu Hause nun der verschiedenen Etappen dieser Reise mit dem, was er hier und dort erlebte, erinnern kann. Während also der normale, d.h. geblendete Mensch nur den mit diesem Körper zugebrachten Daseinsabschnitt sieht und von seinem Erleben vor dieser Geburt so wenig weiß und auch in seiner gesamten Umgebung so wenig hört, dass er überhaupt nicht auf den Gedanken an dergleichen kommt - da sieht der Mensch, der zu der weltunabhängigen Herzenseinigung gekommen ist, dass dieses gegenwärtige Leben, das er früher für das Ganze hielt, Ansprüche von Ereignissen sind, die von ihm selber in früheren Daseinsformen durch sein Wirken erzeugt worden waren (*karma*), dass wir also mit all unseren Erlebnissen nur wiederbekommen, was wir selber ausgeschickt haben, aber aus Blen-

dung, aus Wahn auf dieses Ankommende wieder in falscher leidbringender Weise reagieren, so dass daraus nur wieder Erlebnisse hervorgehen, die eines Tages wieder herantreten. Er erfährt durch die beliebig lang ausgedehnte Kette der Rückerinnerungen, dass die Bewegtheit der Wesen (zweites Glied im Bedingungs-zusammenhang des Leidens) bedingt ist durch Wahn (erstes Glied des Bedingungs-zusammenhangs des Leidens), der Täuschung durch die vom Erwachten mit der Fata Morgana verglichenen sinnlichen Wahrnehmung.

Diese Rückerinnerung ist nur *ein* Beispiel für die unbeschränkten Möglichkeiten der universal gewordenen, nicht mehr durch Blendung beschränkten Wahrnehmung. Diese Befreiung tritt ein als Folge der weltunabhängigen Einigung des Herzens.

### 9. Interesselosigkeit an der Welt (*nibbida*) durch wirklichkeitsgemäße Sicht

Das Pāliwort - in der Verbalform *nibbindati* - bedeutet wörtlich übersetzt „nichts (mehr daran) finden“ (*nis-vindati*). Manche Übersetzer drücken es in dem Sinn aus, dass man des Daseins „überdrüssig“ würde, doch erweckt „Überdruß“ einen Eindruck, der der Wirklichkeit nicht entspricht. Die gesamte bisherige Beschreibung der inneren Entwicklung des auf solchem Weg zur Genesung Kommenden lässt erkennen, dass er nun weit über alles das, was die Welt anbieten kann, hinausgewachsen ist. Er hat das Interesse an der Welt verloren. Diese Interesselosigkeit erstreckt sich sowohl auf die durch die Sinne des Körpers wahrnehmbaren Erlebnisse, also auf die „diesseitige“ Welt, als auch auf alle jenseitigen Welten, die er in all ihren Dimensionen nach Wunsch erfährt. Er erkennt nun, dass, wo der Mensch „diese Welt“ zu erfahren glaubt und in übersinnlicher Wahrnehmung „jene Welt“, doch immer nur jene Kette von Wahrnehmungen erfolgt, von sinnlichen und übersinnlichen Wahrnehmungen, und dass diese Kette der Wahrnehmungen nur die Wiederkehr ist des früheren Wirkens. Er

erfährt, dass immer nur ein Erzeugen und wieder Zurücknehmen, ein entwicklungsloses Wiederkauen von Bruchstücken, von Einzelheiten, Sinnlosigkeiten und Schmerzlichkeiten vor sich geht und dass dies durch Wahn, durch täuschende Wahrnehmung bedingt war und dass dies alles *ihm* jetzt nicht mehr geschieht. Jetzt steht er diesem ganzen Kommen und Gehen gegenüber wie ein erwachsener Mensch, der auf das Spielzeug seiner Kindheit blickt. Er hat kein Interesse mehr daran.

#### 10. Reizfreiheit (*virāga*) durch Interessellosigkeit

Mit Reizfreiheit ist gemeint der Zustand einer so vollkommenen inneren Ruhe und Stille, eines so vollendeten Gleichmuts, dass das Gemüt durch keinerlei Erlebnis, durch kein inneres und kein äußeres, mehr in irgendeine Bewegung, in eine Zuwendung oder in eine Abwendung kommen kann. Es ist die Vollendung der Ruhe und des Gleichmuts. Es ist eigentlich bereits die heile Situation, es fehlt dem Menschen, der zu dieser vollkommenen Ruhe gediehen ist, nur noch das Bewusstsein, die Wissensklarheit, dass er sich zu dieser vollkommenen Befreiung hindurchgerungen hat, dass er das Ziel aller Ziele erreicht hat, dass für ihn nun nicht nur in diesem Leben, sondern für endgültig nichts mehr zu tun übrig bleibt.

#### 11. Erlösung (*vimutti*) und Wissen um die Erlösung

Ein solcher weiß nun: Alles Wandelbare ist endgültig zur Ruhe gebracht. Wenn eines Tages die dem Körper innewohnende und mitgegebene Vegetativkraft aufgezehrt ist, dann wird nicht mehr, wie in den langen, langen Zeitläufen zuvor, eine kalte, dunkle, vielfaltssüchtige Ichheitsvorstellung als ein hungriges, empfindendes Phantom den toten Körper verlassen und seine Odyssee der Schmerzen und des Wahns fortsetzen, dann wird der unangetastete und unantastbare Frieden, der durch nichts bedingt ist, übrig bleiben. Und er weiß rückblickend, dass er auf diesem Weg zur Erlösung Schritt für Schritt

nur immer Leidvolles entlassen hat: zuerst das Größte, dann das Grobe, das Mittlere, das Feine und zuletzt das Feinste. Es ist nun keine innere Wandlung mehr. Die Wandlung ist mit der völligen Unreizbarkeit vollendet. Aber nun wird er sich dessen bewusst, und damit ist die Erlösung vollendet - die Erlösung, hervorgegangen aus der Läuterung des Herzens, aus der Entwicklung der Sittenreinheit unter ständiger Beobachtung der heilenden rechten Anschauung, welche unbestechlich alles Wandelbare und darum Leidvolle unterscheidet von dem Leidlosen und Todlosen.

In der Lehre des Erwachten den lang gesuchten Weg nach unverletzbarer Unverletztheit erkannt haben und so inmitten all der Sinnlosigkeiten wissen: Ich lebe das Leben nicht umsonst - daraus wächst allmählich von selber eine stille, innere helle Sicherheit (*avecca pasāda*). Und wer sich - beharrlich, unbeirrt - so umbildet, dass auch seine Begegnungen mit den Mitwesen immer sanfter werden, der befindet sich im Aufstieg. Und wer unterdes auch der höchsten Lehre des Erwachten, den vier Heilswahrheiten, näher kommt, der weiß eines Tages bei sich selbst: Ich kann gar nicht stehen bleiben und aufhören, bis ich aus diesem allen hier zur Erwachung und Erlösung gekommen bin.

AUFBAU UND AUSBAU  
NEUER WAHRNEHMUNGEN  
Angereicherte Sammlung (A X,60)

Der Erwachte nennt in dieser Lehrrede einem Mönch zehn Meditationen, die die Wahrnehmung vollständig verändern, die aber nur auf der Grundlage innerer Ruhe fruchtbar betrieben werden können. Sie bestehen in Vorstellungen, die man sich in stillen Stunden macht und aufmerksam betrachtet. Der Erwachte nennt sie die *sacca-saññā* (*saññā*=Wahrnehmung und *sacca*=Wahrheit), die Meditation also, die wahre Wahrnehmung von den Dingen zu erlangen, und nicht nur eine täuschende Außenseite zu sehen.

Die Wahrnehmung der Unbeständigkeit  
(*anicca-saññā*)

Die Wahrnehmung der Unbeständigkeit beschreibt der Erwachte wie folgt:

*Was ist die Wahrnehmung der Unbeständigkeit? Da begibt sich der Mönch in den Wald, an den Fuß eines Baumes oder in eine leere Behausung und betrachtet bei sich: „Unbeständig ist die Form, unbeständig ist das Gefühl, unbeständig ist die Wahrnehmung, unbeständig sind die Aktivitäten, unbeständig ist die programmierte Wohlerfahrungssuche.“ So verweilt er bei den fünf Zusammenhäufungen in beharrlichem Anblick ihrer Unbeständigkeit. Das nennt man die Wahrnehmung der Unbeständigkeit.*

Die Meditation über die Unbeständigkeit besteht also darin, dass man sich den Eindruck von der rieselnden Veränderlichkeit aller fünf Zusammenhäufungen verschafft, dass man beim Anblick der Dinge die Aufmerksamkeit nicht ausschließlich

auf ihre augenblickliche Verfassung beschränkt und sich davon berühren, abstoßen oder verlocken lässt, sondern dass man darauf achtet, woraus jene gegenwärtige Erscheinung hervorgegangen ist und wie sich alle ihre Teile ununterbrochen wandeln. Wir haben diese Meditationen ausführlich beschrieben in den Lehrreden vom *Schaumball* (S 22,95) und *Khemako* (S 22,89).

### Die Wahrnehmung der Ichlosigkeit (*anatta-saññā*)

#### Der Körper ist nicht das Ich

Die Wahrnehmung der Ichlosigkeit, die der Erwachte auf alle fünf Zusammenhäufungen erstreckt, wendet der Erwachte bei dieser Übungsanleitung ausführlich auf die erste Zusammenhäufung an: die zu sich gezählte und die äußere Form:

*Was ist die Wahrnehmung der Ichlosigkeit? Da begibt sich der Mönch in den Wald, an den Fuß eines Baumes oder in eine leere Behausung und betrachtet bei sich: „Das Auge (mit dem innewohnenden Luger) und Formen sind nicht das Ich, das Ohr (mit dem innewohnenden Lauscher) und Töne sind nicht das Ich, die Nase (mit dem innewohnenden Riecher) und Gerüche sind nicht das Ich, die Zunge (mit dem innewohnenden Schmecker) und Säfte sind nicht das Ich, der Körper (mit dem innewohnenden Taster) und Tastbares sind nicht das Ich, das Gehirn (mit dem innewohnenden Denker) und Denkobjekte sind nicht das Ich.“ So weilt er bei den sechs auf Berührung gespannten Süchten und bei den Außenprojektionen der Sinnensüchte in beharrlichem Anblick ihrer Ichlosigkeit. Das nennt man die Wahrnehmung der Ichlosigkeit.*



Die Form, die als „eigener“ Körper mit den Sinnesorganen erfahren wird, erweckt den Eindruck von etwas Festem, Beständigem, aber bei gründlichem Hinblick erkennt der Üben- de: Der Körper besteht nicht, er ist in ununterbrochenem Werden. Es kommt Nahrung (Form) herein und fließt ab. Luft (Form) wird eingesogen, strömt einen Augenblick hindurch und wird wieder ausgestoßen. Flüssiges und Festes (Form) wird aufgenommen, strömt unter mancherlei Veränderung hindurch und wird ausgeschieden. Wärme wird durch Umwandlung der Nahrung (Form) erzeugt und nach außen abgegeben. Der Mensch isst ständig Körper (Form), verwandelt ständig Körper (Form) und scheidet ständig Körper (Form) aus. Die vermeintliche „Materie“ (Form) rieselt ununterbrochen, ist in ständigem Entstehen und Vergehen.

Was jetzt als „mein“ Körper erscheint, war gestern Nahrung, waren vorgestern Früchte und Pflanzen oder Tierleiber, war davor Erde und war davor verweste Körper oder Kot und war davor noch nicht verweste Körper, noch nicht Kot, war ein Körper und war davor Nahrung auf dem Teller und war davor Pflanze, Frucht oder Tierleib und war davor Erde – ein ständiger Kreislauf:

Erde – Pflanze/Frucht (Tier) – Speise – Leib – Kot – Erde – Pflanze – junge, straffe – alte, schlaffe Körper – Leichen – Erde – Säugling...

Wenn der Mensch Getreidefelder sieht, wenn er Brot im Schrank sieht, dann sagt keiner: „Das bin ich.“ Aber auf seinen Leib zeigt er: „Das bin ich.“ Aber der Leib ist doch nichts anderes als Brot und Wasser. Was gestern Brot war, ist heute Leib, zu dem man „Ich“ sagt. Wenn Kot und Urin ausgeschieden werden, wendet man sich abgestoßen ab. Doch ist es das, was gestern Leib war und was vorgestern Brot war. Nur in einem bestimmten Durchgangsstadium nennen wir es „Ich“.

In sieben Jahren, heißt es, hat sich der Leib vollständig erneuert. Zellen werden aufgebaut, abgebaut, ausgeschieden, durch neue ersetzt. Und wir sagen trotzdem zum Körper „ich“. Es ist, wie wenn da eine Flasche wäre mit immer anderen

Flüssigkeiten, aber auf der Flasche klebt das Etikett „Tinte“. So sagt man „mein Leib, mein Leib“, und es ist doch immer etwas anderes. Nur weil die Wandlungen so unscheinbar vor sich gehen, lässt man sich täuschen. Zu einem sich ständig Wandelnden, noch dazu etwas, das nach seinem Gesetz auf den Untergang zu abläuft, sagt man „Ich“. Im Lauf der Zeit wird der Körper unweigerlich älter, morscher. Dann ist das Gestell mit seinen steifen Gelenken wie ein alter Karren, dessen Achsen verschlissen sind. Das dreijährige Kind sagt „Ich“ zum Körper, der Greis sagt immer noch „Ich“ in Bezug auf den Leib, der gar nicht mehr der des Kindes ist.

Der Körper ist nicht zwei Augenblicke derselbe: Von Mahlzeit zu Mahlzeit, von Atemzug zu Atemzug ist der Körper in Bewegung, in Veränderung. Was jetzt als Körper zum Ich gerechnet wird, das ist zu einer Zeit verschiedene Formen von „Nahrung“, die Entzücken auslöst, ist aber wieder zu einer anderen Zeit eine andere Form, „Kot“, die Ekel auslöst. Für die klare, nüchterne Beobachtung ist es immer dasselbe – Form –, für das Gefühl ist es nie dasselbe.

Der Unbestand des Körperlichen fällt uns nicht auf, solange der Körper immer wieder neu von anderem Festen, Flüssigen, Wärme und Luftigen als Nahrung gespeist wird. Sobald aber dieser Nahrungskreislauf auch nur kurz unterbrochen wird – bei Krankheit und Tod des Körpers – wird jedem Menschen die Kernlosigkeit, die Substanzlosigkeit der Form, der sogenannten Materie, deutlich, die in Wirklichkeit jeden Augenblick zu beobachten ist. Der Erwachte sagt:

*Wenn ein Mönch diesen Körper usw. sieht, betrachtet und gründlich untersucht, so erweist er sich als nichtig, erweist sich als gehaltlos, erweist sich als kernlos (asāra), denn welcher Kern sollte wohl im Körper sein? (S 22,95)*

Der Mensch stützt sich, verlässt sich auf den „eigenen Körper“ und rechnet mit den Körpern und Gegenständen in seiner Umgebung: „Das ist meine Frau, mein Kind, meine Wohnung.“

Die Vorstellung „ist“ suggeriert schon Beständigkeit. Entsprechend erschrickt der Mensch bei Veränderung, Krankheit, Tod und Vernichtung, weil sich dann die Wandelbarkeit offenbart: ein ständiges Entstehen und Vergehen, Verschleiß der Materie. Diese Entwicklungen geschehen nicht etwa mit unserem Willen oder gar aus unserem Willen, sondern geschehen ohne, ja meist gegen unseren Willen und gegen unsere Wünsche. Das ist es, was der Erwachte als Nichtselbst (*anatta*) auffasst. Ich kann den Körper nicht so machen und haben, wie ich will, insofern ist er fremd, nicht-ich. Ebenso kann ich die „Außenform“, die Welt, nicht so haben, wie ich will: sie gehört mir nicht, ist nicht mein Eigentum, ist „fremd“. So distanziert sich der Betrachter von der Form.

Wenn diese Distanzierung zunimmt und allmählich zur Gewöhnung wird, dann ist für einen solchen Menschen das Schicksal des Leibes nicht mehr sein Schicksal. Der Leib ist als nicht eigenes Werkzeug erkannt, und so tritt eine gewisse Entfremdung ein. So wird realistisch, was die Religionsgründer als Todüberwindung versprechen. Den Tod überwindet nicht derjenige, der wie gebannt auf sinnliche Freuden durch den Leib schaut und das daraus entstehende Leiden nicht sehen will. Wer auf sinnliche Freuden aus ist, bedarf des Leibes. Für ihn ist die Vernichtung des Leibes die Vernichtung dieser Freuden. Es ist ihm, als ob sein Ich vergehe. Wer aber durch die Durchschauung des Leibes als ein totes willenloses Werkzeug sich dem Leib entfremdet, der gewinnt abseits des Körpers innere Freuden.

### Die Wahrnehmung der Unschönheit (*asubha-saññā*)

Die Wahrnehmung der Unschönheit, die zu einer klaren Distanzierung von aller Schein-, „Schönheit“ führt und erst das Tor öffnet zur Wahrnehmung wahrer Schönheit, beschreibt der Erwachte wie folgt:

*Was ist die Wahrnehmung der Unschönheit? Da betrachtet der Mönch diesen Körper da von den Fußsohlen aufwärts und von den Haarspitzen abwärts, wie er, von Haut umhüllt, von vielfältigen unreinen Dingen angefüllt ist: In diesem Körper gibt es Kopfhaare, Körperhaare, Nägel, Zähne, Haut, Fleisch, Sehnen, Knochen, Knochenmark, Nieren, Herz, Leber, Zwerchfell, Milz, Lunge, Dickdarm, Dünndarm, Magen, Kot, Galle, Schleim, Eiter, Blut, Schweiß, Fett, Tränen, Talg, Speichel, Rotz, Gelenkschmiere und Urin. – So weilt er bei diesem hautüberzogenen Körper in beharrlichem Anblick der Unschönheit. Das nennt man die Wahrnehmung der Unschönheit.*

Aus der Betrachtung der Unschönheit soll nicht ohne Weiteres Ekel hervorgehen, vielmehr geht es nur darum, dass wir das täuschende Bild, welches der hautüberzogene Körper anbietet, vertauschen mit dem Anblick der Wirklichkeit. Normalerweise erscheint uns der menschliche Körper, solange er jung und gesund ist, schön – der Anblick des alten oder kranken Körpers wird verdrängt –, aber auch den jungen und gesunden Körper sehen wir ja gar nicht, sondern nur seine äußerste Schale, die Haut in ihrer äußeren Form. Und diese Oberflächlichkeit, welche alle unsere großen Enttäuschungen verursacht, die wir im Lauf des Lebens mit dem Körper erfahren, gilt es, durch den Anblick der Realität des Körpers aufzuheben.

Bei oberflächlicher Betrachtung meint man, wenn man am Menschen allein den Hautsack betrachtet, der ganze Körper sei von solcher Art. So ist es aber nicht. Unter der Haut sind die Fettpartien, die Muskelstränge usw., die Sehnen, die an den Knochen und Muskeln befestigt sind, ferner die Fleischklumpen der Organe, der riesenlange, immer gefüllte Darm, Kot – das alles ist in diesem Hautsack enthalten, ist das, was wir Leib nennen.

Es heißt, dass man diesen Leib, diesen hautumgrenzten, mit mancherlei Unrat angefüllten Körper von der Fußsohle aufwärts und vom Haarscheitel abwärts in Ruhe betrachten solle. Zuerst ist bei dieser Meditation der äußere Schmuck: Kopfhaare, Körperhaare, Nägel, Zähne im Geist zu betrachten; dann die ganze Lederhaut, der Sack, in dem alles enthalten ist. Wenn man sich diesen Schmuck und diesen Sack vom Körper abgenommen vorstellt, dann kommen das Fleisch, die Sehnen, Knochen und Knochenmark zutage. Und wenn man dieses fortnimmt, dann ist der knöcherne Halt fort, und es liegt nur noch ein Haufen Organe da: Festes: Nieren, Herz, Leber, Zwerchfell, Milz, Lunge, Dickdarm, Dünndarm, Mageninhalt, Kot. Flüssiges: Galle, Schleim, Eiter, Blut, Schweiß, Fett, Tränen, Talg, Speichel, Rotz, Gelenkschmiere und Urin.

Viele Aussagen des Erwachten haben zum Inhalt, die Unschönheit des Körperlichen offenbar zu machen, um den Menschen von ihm abzuziehen und ihn das wahre Schöne, die Lauterkeit, Helligkeit und Reinheit des geläuterten Herzens, das der Erwachte mit Gold vergleicht, um so intensiver anstreben zu lassen.

### *Zum Sieg*

*Ob man da gehen oder steh'n,  
ob sitzen oder liegen mag,  
gebeugt die Glieder, ausgestreckt,  
es ist der Leib, den man bewegt.*

*Aus Knochen, Sehnen hochgebaut,  
mit Muskeln und mit Fleisch umpackt  
und von der Haut dann zugedeckt:  
Der Leib ist anders als er scheint.*

*Der Becken-, Brustraum ist gefüllt  
mit Leber, Zwerchfell, Blase, Darm,  
das Herz, die Lungen sind darin*

*und Magen, Nieren und die Milz.*

*Von Schleim und Speichel ist er voll,  
ist feucht von Schweiß und feucht vom Fett,  
mit Blut, Gelenköl angefüllt,  
mit Gallensäure, Knochenmark.*

*Neun Löcher an ihm triefen stets,  
entlassen ständig Abfallstoff.  
Die Augen lassen Tränen, Harz,  
die Ohren lassen Ohrenschmalz.*

*Bald rinnt ihm aus der Nase Schleim,  
und Speichel fließt ihm aus dem Mund,  
er scheidet Kot aus und Urin,  
die Körperhaut schwitzt üblen Schweiß.*

*Im Schädel oben hochgewölbt  
ist das Gehirn gut eingepackt:  
Das alles hält der Tor für schön,  
Unwissen blendet ihm den Blick.*

*Doch liegt der Leib gestorben da,  
bald aufgedunsen, blau verfärbt,  
zum Leichenplatze hingeschafft:  
Da sehn die Lieben von ihm weg.*

*Der Hunde Beute wird er bald,  
Schakale, Wölfe, Würmer Fraß,  
es frisst ihn Krähe, Geier an  
und was da noch am Aase zehrt.*

*Doch wer dem Meister lieb Gehör,  
als Mönch, der weise aufgehört,  
der wird den Leib gar bald durchschau'n,  
erkennen, was er wirklich ist.*

*„Wie dieser Leib, so Erd und Stein,  
wie Erd und Stein, so dieser Leib“,  
so sehend, lässt nach eigenem Leib,  
nach fremdem Leib der Wille nach.*

*Wer also Willensreiz verlor,  
weil er sich weisen Blick erwarb,  
der langte an im Friedensreich,  
in dem kein Tod mehr walten kann,  
und so erlischt der Leidensbrand.*

*Zweibeinig steht das Leibgestell,  
ist unrein, übel von Gestank,  
mit mancher Jauche angefüllt,  
und dauernd sickert, träufelt es.*

*Bei so beschaff'ner Leibesart  
noch stolz zu sein und hochmutsvoll  
auf andere herabzusehn:  
ist das nicht wirklich Unverstand?  
(Sn 193-206)*

Und Sāriputto, der Mönch, der dem Meister gleicht, sagt:

*So wie wenn man einer Frau oder einem jungen, frischen,  
gefällsamen Mann mit gewaschenem Haupt ein Schlangenaas,  
Hundeas oder Mensचनाas an den Hals hängen würde, sie  
sich sträuben, entsetzen und ekeln würden, ebenso empfinde  
ich Sträuben, Entsetzen, Ekel vor diesem fauligen Körper.  
Oder so wie da ein Mann einen aus vielen Löchern auslaufenden,  
triefenden Fetttopf mit sich herumtragen würde, ebenso  
nun auch trage ich diesen aus vielen Löchern auslaufenden  
und triefenden Körper mit mir herum. (A IX,11)*

Und welche Auswirkungen hat die Betrachtung über die Unschönheit?

*Wer die Betrachtung der Unschönheit entfaltet,  
der wird den Tod besiegen. (Dh 350)  
Die Betrachtung über das Unschöne  
hat das Todlose zum Ziel. (A V,61)*

Denn:

*Nichts kenne ich, wodurch begehrllicher Wille so sehr entsteht und bereits vorhandener so sehr zunimmt als den täuschenden Anblick des Schönen. Denn wer auf das Unschöne des Körpers nicht achtet, in dem entsteht begehrllicher Wille und der bereits vorhandene nimmt zu. – Kein besseres Mittel kenne ich, damit kein begehrllicher Wille entstehe oder der bereits entstandene überwunden werde wie das Unschöne: denn wenn man gründlich auf das Unschöne achtet, dann kann eben kein begehrllicher Wille entstehen, und der bereits entstandene schwindet. (A I,2)*

*Wer mit oberflächlichem Blick die Scheinschönheit im Auge hat, bei dem entsteht Gier, und schon vorhandene Gier wird größer. Wer aber auf die Erscheinung des Unschönen gründlich achtet, bei dem entsteht keine Gier, und schon vorhandene Gier wird nicht größer. (A III,68)*

Die Körperliebe hat ihre Wurzel im menschlichen Begehren. Von einem höheren Standpunkt aus – wenn wir die menschliche Beschränktheit verlassen und vom Blickpunkt herzunmittelbaren Wohls aus sehen – muss die menschliche Körpergestalt entweder als eine groteske Form: auf zwei unten sehr dünnen, nach oben zu dicker werdenden Stelzen der Koloss des Leibes mit seinen zwei oberen Greifern und der Kopfkugel – oder als ein vielfältig kombiniertes Werkzeug angesehen werden: am höchsten Ort befindet sich die Orientierungszentrale mit Messfühlern für Licht und Schall, darunter die beiden Kranhebel zum Heben und Tragen, zum Erfassen und Weglegen, darunter der Leib mit dem Verbrennungsmotor, der das



Ganze in Gang hält, und dieses Ganze wird getragen von zwei Säulen, welche diesen vielfältig kombinierten Roboter von Ort zu Ort tragen können. Dass wir aber den Fleischkörper als ein lebendiges Ganzes betrachten, liegt an unserem Interesse, an unserer Identifikation damit.

Aber solange wir uns mit dieser werkzeughaften, grotesken Gestalt identifizieren, so lange sind wir befangen, beschränkt, und so lange können wir über die Grenze dieser beschränkten Wahrnehmung, die uns in der Sinnenwelt gefangen hält, nicht hinauswachsen. Die hier vom Erwachten genannte Meditation ist es, welche uns helfen kann, in gelegentlichen Vorstößen – wenn eine gewisse Herzensläuterung schon vorangegangen ist – die wahre Natur des menschlichen Körpers zu entdecken, unsere Befangenheit zeitweilig aufzubrechen, manchmal über uns hinauszusteigen, über unseren Schatten zu springen und uns und unseren Schatten und die Gebundenheit zu erkennen, zu durchschauen, um sie dann allmählich aufzuheben.

Es ist eine falsch verstandene, aus unserer Beschränktheit stammende Ästhetik, wenn man die wahre Seite des menschlichen Körpers nicht wahrhaben will, sondern nur nach der äußeren Kontur sich richtet. Die wahre Ästhetik des hochsinnigen Menschen führt dazu, dass er nicht die Augen vor dem vorhandenen Unschönen schließt und dieses ignoriert, um sich zu täuschen, sondern dass er seine Augen offen hält und gründlich alles betrachtet, was er bisher für „sich selbst“ hielt, und dass er sich von allem, was sich bei gründlicher Betrachtung als unschön und unvollkommen, vergänglich, verweslich erweist, abwendet und dabei sicher ist, dass er sich auf diesem Weg immer mehr von der Fesselung an Vergängliches, Verwesliches, Unwürdiges befreit und dass er allmählich dem Heilen, Unvergänglichen und wahrhaft Schönen näherkommt.

Die Wahrnehmung der Erbärmlichkeit  
und des Elends (*ādinava-saññā*)

Die Wahrnehmung der Erbärmlichkeit und des Elends beschreibt der Erwachte wie folgt:

*Was ist die Wahrnehmung der Erbärmlichkeit und des Elends? Da begibt sich der Mönch in den Wald, an den Fuß eines Baumes oder in eine leere Behausung und betrachtet bei sich: „Wahrlich, voller Leiden ist dieser Körper, voller Elend. So entstehen da in diesem Körper mannigfache Krankheiten, wie Erkrankungen von Auge, Ohr, Nase, Zunge, Körper, Kopf, Ohrmuschel, Mund und Zähnen, Krankheiten wie Husten, Lungenentzündung, Fieber, Magen- und Darmkrankheiten, Gliederreißen, Aussatz, Beulen, Ausschlag, Schwindsucht, Fallsucht, Scharbock, Krätze, Grind, Jucken, Räude, Erkrankungen des Bluts und der Galle, Zuckerkrankheit, Lähmung, Finne, Fistel, durch Galle, Schleim und Gase oder deren Zusammenwirken hervorgerufene Krankheiten, durch Temperaturwechsel, durch unregelmäßige Lebensweise, unfallbedingte Krankheiten sowie Kälte, Hitze, Hunger, Durst, Kot, Urin.“ So weilt er bei diesem Körper in beharrlichem Anblick der Erbärmlichkeit und des Elends.*

Die Wahrnehmung der Elendigkeit bedeutet, dass man sich plastisch die Hilflosigkeit, die Gebrechlichkeit, die Verletzbarkeit des Körperlichen vor Augen führt und vorstellt – so gesund und kraftstrotzend auch ein junger Körper auf den ersten Blick erscheinen mag – und immer daran denkt, welchen Schmerzen und Qualen und Ängsten man bei diesem Leib ausgesetzt sein kann und im Lauf des Samsāra immer wieder ausgesetzt ist.

In M 13 schildert der Erwachte dieses Elend des Körperlichen:

*Da sehe man nur einen alten Menschen, im achtzigsten oder neunzigsten oder hundertsten Lebensjahr, gebrochen, giebel-förmig geknickt, abgezehrt, auf Krücken gestützt schlotternd dahinschleichen, siech, welk, zahnlos, mit gebleichten Strähnen, kahlem, wackelndem Kopf, verrunzelt, die Haut voller Flecken.*

*Da sehe man nur einen schwerkranken Menschen unwohl, leidend, mit Kot und Harn beschmutzt daliegen, von anderen gehoben, von anderen bedient: Was meint ihr wohl, Mönche, ist, was einst schimmernde Schönheit schien, verschwunden und Elend offenbar geworden? – So ist es, o Herr. – Das aber, Mönche, ist Elend des Körperlichen.*

Der Erwachte berichtet von sich, dass er früher, als er noch kein Erwachter war, angesichts eines alten, kranken und toten Menschen wie folgt gedacht habe:

*Der unbelehrte Weltgänger, der doch auch dem Alter unterworfen ist, dem Alter nicht entrinnen kann, sträubt sich, ekelt sich, wenn er einen Alten sieht. Aber ich bin doch auch dem Alter unterworfen, kann dem Alter nicht entgehen. Würde ich beim Anblick eines Alten bedrückt sein, mich entsetzen und ekeln, so würde ich mich selbst übergehen. Indem ich so sann, schwand mir jeglicher Jugendrausch.*

*Der unbelehrte Weltgänger, der doch auch der Krankheit unterworfen ist, der Krankheit nicht entrinnen kann, sträubt sich, ekelt sich, wenn er einen Kranken sieht. Aber ich bin doch auch der Krankheit unterworfen, kann der Krankheit nicht entgehen. Würde ich beim Anblick eines Kranken bedrückt sein, mich entsetzen und ekeln, so würde ich mich selbst übergehen. – Indem ich so sann, schwand mir jeglicher Gesundheitsrausch.*

*Der unbelehrte Weltgänger, der doch auch dem Tod unterworfen ist, dem Tod nicht entrinnen kann, sträubt sich, ekelt sich, wenn er einen Toten sieht. Aber ich bin doch auch dem Tod unterworfen, kann dem Tod nicht entgehen. Würde ich beim Anblick eines Toten bedrückt sein, mich entsetzen und ekeln, so würde ich mich selbst übergehen. Indem ich so sann, schwand mir jeglicher Lebensrausch. (A III,38)*

Durch die hier genannten vier Betrachtungen der Unbeständigkeit der fünf Zusammenhäufungen (1), der Ichlosigkeit der sechs auf Berührung gespannten Süchte und der Außenprojektionen der Sinnensüchte (2), der Unschönheit des Körpers (3) und seiner Erbärmlichkeit und Elendigkeit (4) wird die Welt entlarvt. Diese Anblicke werden nicht durch Einbildung, sondern gerade durch Aufhebung jeglicher Einbildung erzeugt, indem die Objekte durch den positiven oder negativen Gefühlsnebel hindurch, mit dem sie sonst verlockend oder abstoßend überzogen oder verhüllt sind, in der Meditation so klar als so wertlos gesehen werden, wie sie in Wirklichkeit sind. In dem Maß aber, wie auf diesen vier Übungswegen dem Üben immer mehr Wahrheitswahrnehmung (*sacca-saññā*) aufgeht, das heißt der Einblick in den wirklichen Charakter der Dinge, im gleichen Maß ergibt sich für ihn von selbst die Entfaltung des Kampfeswillens, der Kampfkraft, um sich von dem in jener vierfachen Weise als leidvoll und elend Durchschauten abzulösen. Diese wird im Folgenden beschrieben:

#### Die Wahrnehmung des Überwindungskampfes (*pahāna-saññā*)

Der Erwachte beschreibt die Wahrnehmung des Überwindungskampfes, des zweiten Kampfes im Abschnitt „Rechtes Mühen“ im achtgliedrigen Heilsweg wie folgt (A X,60):

*Da gönnt der Mönch einem aufgestiegenen Gedanken der Sinnensucht keinen Raum, gibt ihn auf, vertreibt*

*ihn, vertilgt ihn, erstickt ihn im Keim; gönnt einem aufgestiegenen Gedanken der Antipathie, des Hasses – der Rücksichtslosigkeit – keinen Raum, gibt ihn auf, vertreibt ihn, vertilgt ihn, erstickt ihn im Keim; gönnt diesen und jenen schlechten, verderblichen Gedanken, die aufsteigen, keinen Raum, gibt sie auf, vertreibt sie, vertilgt sie, erstickt sie im Keim. Das ist die Wahrnehmung des Überwindungskampfes.*

Der Leser wird den natürlichen Zusammenhang erkennen, nach welchem diese fünfte Übung sich zwangsläufig aus den vier vorangegangenen Übungen ergibt. Wer die Welt und ihr Scheinleben in dieser Weise durchschaut hat, wer in zunehmendem Maß im Anblick und im Erlebnis der Veränderlichkeit und Ichlosigkeit lebt, der kann um all dieser Dinge willen bei ruhiger Überlegung keine Begehungen mehr im Herzen zulassen wollen und auch keine Antipathie oder gar Hass gegen seine Mitwesen pflegen wollen.

Aber obwohl dieser innere Status, der ja die weitgehende Läuterung von den Herzensbefleckungen voraussetzt, weit über unserem Status liegt, müssen wir doch bedenken, dass jene vier bis zur Erlebnisintensität vorgetriebenen entlarvenden Betrachtungen ausschließlich in seinem Geist als Vorstellungen (*saññā*) vor sich gegangen sind, dass sie sein Wissen gewandelt haben und zu einer Umwertung aller Werte in seinem Geist und zu entsprechend veränderter Wahrnehmung geführt haben – dass damit aber noch nicht sein Herz im gleichen Maß gewandelt ist, dass es dem klaren Blick, dem Bewusstsein des Wirklichen nicht mehr im Weg steht, das aber immer noch nicht frei ist von Begehren und Hassen, von Zuneigung und Abneigung.

Und hier setzt nun der Kampf ein. Das Herz will nach wie vor die Objekte seines Begehrens genießen, wenn sich auch bei Verhinderung der begehrten Erlebnisse nicht mehr wie früher Ärger, Verdruss und Übelwollen regen. Aber durch jene

vier umwälzenden Wahrnehmungsweisen ist jetzt eine weisheitliche Vernunft, gestützt auf leuchtkräftige Vorstellungen entstanden. Und diese ist nun zum Richter über das Herz geworden. Wenn sich jetzt im Herzen ein Gedanke der Lust regt, *dann gönnt der Mönch einem aufgestiegenen Gedanken der Sinnensucht keinen Raum, gibt ihn auf, vertreibt ihn, vertilgt ihn, erstickt ihn im Keim.* Und ebenso wenn um dieser so endgültig durchschauten Dinge willen im Herzen Antipathie oder Hass aufkommen will, dann gönnt er diesen Dingen keinen Raum.

So erstet in der durch die vier vorangegangenen Betrachtungen weisheitlich gewordenen Vernunft der Richter, der Erzieher und Bändiger des Herzens, die *sati*, und lässt nicht mehr zu, dass das Herz noch seine Gier und seinen Hass durchsetzt. Der Übergang von den vier ersten Betrachtungen, durch welche die Welt im Lauf der Zeit immer mehr ihrem wahren Wesen gemäß erlebt wird, bis zu dem Erlebnis des Abwehrkampfes gegen innere Begehrens- und Hassensformen geht natürlich nur allmählich vor sich. Denn je geringer im Anfang die Erlebnisse der Durchschauung sind, um so geringer auch ist der Abwehrkampf gegenüber den im Herzen aufsteigenden Zu- und Abneigungen; je mehr die Einsicht aufkommt von der unendlichen Wandelbarkeit, von der Ichlosigkeit, Unschönheit und Erbärmlichkeit all derjenigen Erscheinungen, welche zusammen die „Welt“ ausmachen, desto mehr ist – wie bereits gesagt und wie immer wieder zu betonen wichtig ist – durch inzwischen erworbene Tugend, liebende, verständnisvolle, wohlwollende Gesinnungen und Auflösung von Befleckungen ein weltunabhängiges inneres Wohl aufgekomen. Auf dieser hellen Grundlage nimmt um so mehr auch der Abwehrkampf gegenüber allen noch aufkommenden Herzensregungen von Gier und Hass zu und wird für einen in dieser Entwicklung befindlichen Menschen für längere Zeit zu seinem Hauptbemühen.

Und dieser Kampf ist nicht vergeblich. Je mehr der Mensch allen im Herzen aufsteigenden üblen Regungen gleich mit

seinen vollen Einsichten begegnet, dem Geist die Sinnlosigkeit und Elendigkeit solcher Bedürftigkeit und sich die Seligkeit herzunmittelbaren Wohls vor Augen führt, um so mehr wird das Herz aller üblen Regungen entwöhnt, um so mehr lassen diese Regungen nach und keimt die Sehnsucht auf, überhaupt von Regung frei zu werden, und der Mensch tritt damit allmählich in das sechste Erlebnis, in die sechste Wahrnehmung ein.

### Die Wahrnehmung der Reizfreiheit (*virāga-saññā*)

Der Erwachte beschreibt die Wahrnehmung der Reizfreiheit wie folgt:

*Was ist die Wahrnehmung der Reizfreiheit? Da begibt sich der Mönch in den Wald, an den Fuß eines Baumes oder in eine leere Behausung und betrachtet bei sich: „Das ist die Ruhe, das ist das Erhabene, dieses Zur-Ruhe-Kommen aller Bewegtheiten, dieses Überwinden der Gewöhnung des Ergreifens, dieses Versiegen des Durstes, diese Reizfreiheit, diese Erlöschung.“ Das ist die Wahrnehmung der Reizfreiheit.*

Was ist darunter zu verstehen? Was mag einer erleben, wenn er sich veranlasst sieht, so bei sich zu denken und zu empfinden? – Der normale Mensch kennt nichts anderes als die Begegnung mit den tausend Dingen der Welt und den begehrliehen Genuss dieser Dinge. Damit ist er von den Dingen abhängig, und ihr Schwinden bringt Leiden über ihn. – Wer aber die Dinge so durchschaut hat, wie sie in den anfangs geschilderten vier Wahrnehmungen durchschaut werden, der ist nachträglich noch fast entsetzt, dass er diesen Dingen nachgehen konnte. Und er ist unermüdlich bestrebt, sein Herz von all diesen Dingen ganz und gar abzuwenden, abzulösen und zu befreien. Das ist der Überwindungskampf. Wenn der Über-

windungskampf fortgeschritten ist, dann ist auch das Herz in fortschreitendem Maß von den Dingen abgelöst. Und wenn das Herz weitgehend von den Dingen abgelöst ist, dann erlebt ein solcher Kämpfer oft den Kampfesfrieden, oft die Kampfesstille, die Begehrensstille. Und dieses Erlebnis teilt sich ihm so unendlich wohltuend mit, wie wenn ein Mensch in einer Fabrik aus einem großen Maschinensaal voll brüllenden Lärms heraustritt in einen stillen Garten und die Ruhe des Gartens sich seinem ganzen Wesen mitteilt. Da merkt der Mensch mit tiefer Freude die Wohltat dieser Ruhe gegenüber dem übermäßigen Maschinenlärm.

So wie jener Mensch bisher nur im Maschinensaal lebte und dort unter den verschiedenartigen Geräuscharten zu unterscheiden hatte, so unterscheidet der normale Mensch nur zwischen diesem Genuss und jenem Genuss, zwischen diesem Ärger und jenem Ärger. Und so wie jenem Menschen, der den Maschinensaal verlassen hat, nun im Erlebnis der Ruhe alle Geräusche gleich wild und gleich entsetzlich geworden sind, seitdem er die Ruhe kennengelernt hat, so erfährt der Mensch, der nach der Durchschauung der Elendigkeit der gesamten Weltgebilde sein Herz von ihnen in fortschreitendem Maß abgelöst hat, nun einen unmittelbaren Herzensfrieden, der nichts mehr mit der Begegnung mit den tausend Dingen zu tun hat. Und da merkt er bei sich selbst: *Das ist die Ruhe, das ist das Erhabene*. Er merkt, dass hier alle Bewegtheiten zur Ruhe kommen. Bisher hat er von den Bewegtheiten gelebt und zwischen diesen unterschieden. Aber dass es sich nicht mehr bewegt, dass die Welt stiller wird, das erlebt er nun als eine unmittelbare Wohltat. Er hat bisher die fünf Begehrungen als seine Daseinsunterlagen angesehen, er hat geglaubt, ohne sie nicht leben zu können. Nun er diese Unterlagen abgestoßen hat, spürt er den großen Gewinn an innerem Frieden. Die ganze Welt reizt ihn nicht mehr. Er braucht nicht mehr immer zu kämpfen. Er hat Zeiten eines relativen Friedens. Er merkt, dass er der Ausrodung der weltlichen Dinge näher kommt, dass er auf dem richtigen Weg ist.



Die Wahrnehmung der Ausrodung  
(*nirodha-saññā*)

Der Erwachte beschreibt die Wahrnehmung der Ausrodung wie folgt:

*Was ist die Wahrnehmung der Ausrodung? Da begibt sich der Mönch in den Wald, an den Fuß eines Baumes oder in eine leere Behausung und betrachtet bei sich: „Das ist die Ruhe, das ist das Erhabene, dieses Zur-Ruhe-Kommen aller Bewegtheiten, dieses Überwinden der Gewöhnung des Ergreifens, dieses Versiegen des Durstes, diese Ausrodung, diese Erlöschung.“ Das ist die Wahrnehmung der Ausrodung.*

Aus dem Wortlaut sehen wir, dass die siebente Übung lediglich die Vollendung dessen ist, was sich in der sechsten Übung anbahnte und beschrieben wurde. Es sind noch nicht alle Tendenzen ausgerodet, aber die programmierte Wohlerfahrungs-suche ist nun dazu erzogen, dass die Tendenzen nicht mehr in der Weise wie früher befriedigt werden. Sie lenkt nicht mehr sofort den Körper mit den Sinnesorganen, um die Tendenzen zu sättigen, sie ist entwöhnt, denn der Mensch erlebt zunehmenden inneren Frieden, und dem geht nun die programmierte Wohlerfahrungs-suche von selber nach. So kann er von den Dingen der sinnlichen Wahrnehmung zurücktreten.

Wenn man diese Ausrodung mehr und mehr bei sich erlebt hat, dann merkt man bei sich: „Auf die Welt setze ich nicht mehr, dort finde ich kein wahres Wohl. Mein erfahrenes Wohl jenseits von Welt ist unvergleichlich größer und führt, wenn ich es immer weiter ausbilde, zum Erlöschen des Brandes, in dem das Herz brennt.“ Ein solcher erkennt mit grenzenloser Erleichterung: Die ganze Welt, die doch nichts weiter ist als die Summe der Einzelwahrnehmungen, ist für mich nicht mehr

die Quelle der Freude. Ich habe eine viel bessere Quelle gefunden. Damit ist er bei dem achten Erlebnis:

Die Wahrnehmung der Ungereiztheit  
(*sabbaloke anabhirata-saññā*)

*Was ist die Wahrnehmung der Ungereiztheit bei der ganzen Welt? Was da das Immer-wieder-Herantreten an diese Welt war, die Neigung, das Gemüt darauf zu richten und dort sich aufzuhalten – indem er das restlos loslässt, bezieht er keine Freude mehr daraus und macht es sich nicht mehr zu eigen. Das nennt man die Wahrnehmung der Ungereiztheit bei der ganzen Welt.*

Wenn ein alter Mensch sagt: „Ich habe keine Freude mehr an der ganzen Welt“, dann resigniert er und ist traurig, weil er die Welt gern noch genießen möchte, aber nicht mehr genießen kann und nichts anderes dagegenzusetzen hat. Die hier gemeinte „Freudlosigkeit an der ganzen Welt“ – wie manche übersetzen – ist jedoch etwas völlig anderes: Es ist die Erleichterung dessen, der in seiner Befreiung vom Begehren einen unerschütterlichen Herzensfrieden gewonnen hat und damit ein solches Maß von unversiegliger Glückseligkeit, wie er es zuvor, als er weltlichen Dingen nachging, auch nicht einmal ahnungsweise erleben konnte. Und da er sieht und immer wieder erlebt, dass die Quelle dieser Glückseligkeit nicht in äußeren Dingen liegt, sondern in der jetzigen Beschaffenheit seines erhellten, gereinigten Herzens, so weiß er, dass er die ganze Welt nicht mehr braucht. Von daher ist er mit einer sieghaften Zuversicht erfüllt, und zu einer solchen Zeit verblasst die Welt mit ihren tausend Dingen.

Aber diese Erfahrung ist noch ziemlich neu in ihm, und sie ist auch noch nicht durchgängig in ihm. Immer wieder sind noch schwächere oder stärkere Anwandlungen des Herzens nach den weltlichen Dingen. Und zu deren endgültiger Über-

windung taugt diese achte Betrachtung. Der in seiner Selbsterziehung und Selbstbefreiung so weit gediehene Mensch löst sich nun von der tief eingepägten, durch dieses Leben und durch unendliche vorherige Leben gepflogenen Gewohnheit, überhaupt von „Welt“ etwas zu erwarten, der Welt zugekehrt zu leben. Immer wieder erlebt er den Frieden außerhalb der Welt im eigenen Herzen und erfährt damit immer wieder, wie er von Welt unabhängig ist und unendlich mehr bei sich selbst hat, als „Welt“ bieten kann. Aber immer wieder einmal kommt unvermittelt noch ein Zug zur Welt auf. Diese letzten Bindungen und Bezüge löst er nun auf. Er vollendet in sich die Abwendung und das Loslassen von dem gesamten Außen und Äußerlichen, denn er kennt nun den durch Loslassen freigelegten seligen, sicheren Frieden seines fast befriedeten Herzens.

Die Wahrnehmung der Unbeständigkeit  
aller Bewegtheiten (*sabba-sankhāresu anicca-saññā*)

*Was ist die Wahrnehmung der Unbeständigkeit aller Bewegtheiten? Da empfindet der Mönch bei allen Bewegtheiten Entsetzen, Ekel, Abscheu. Das nennt man die Wahrnehmung der Unbeständigkeit aller Bewegtheiten.*

Was ist mit dieser neunten Betrachtung gemeint? In dem Maß, wie wir diese Meditation auch nur ahnend verstehen, in dem gleichen Maß geht uns auf, welche innere Reife an Ablösung von den gesamten weltlichen Dingen erworben sein muss, um für diese Meditation fähig zu sein. Es handelt sich bei den drei Bewegtheiten um die

1. körperliche Bewegtheit (*kāyasankhāra*)
2. charakterliche (Herzens-) Bewegtheit (*cittasankhāra*)
3. geistige Bewegtheit (*vacīsankhāra*).

Der normale Mensch denkt meist konkret: „Hier bin ich, dort sind die anderen.“ Wer ist Ich? Dieser Körper? Es bewegt sich ein Strom des Ein- und Ausatmens mit allem, was dazu gehört: mit Herzschlag, mit Regeneration, mit Ermüdung und Wiedererfrischung, mit Verdauung, Stoffwechsel – ein ununterbrochener Strom körperlicher Bewegtheiten am Tag und bei Nacht, in der Jugend und im Alter, bei Krankheit und Gesundheit, bei stärkster geistiger und körperlicher Tätigkeit wie auch bei selbstvergessenem Träumen. Und diese Vorgänge geschehen ständig vom Augenblick der Zeugung an bis zum Augenblick des Sterbens. Einige Male am Tag kommt etwas dazu, einige Male geht etwas ab. Dauernd geht Atem aus und ein, dauernd geht eine Dunstwolke vom Leib ab und in den Leib ein – ist ein ununterbrochener rieselnder körperlicher Strom. Was wir „Leib“ nennen, das „besteht“ nur in einem Scheinbestand, denn nicht „besteht“ er, sondern es geschieht ein Strom von Wandlungen und Veränderungen, und dieser Strom erweckt den Eindruck: lebendiger Leib. So ist also die körperliche Bewegtheit nicht ein Teil des Leibes, sondern ist das Ganze, welches das Scheinbild eines lebendigen Leibes entwirft, aber nur ein Strom von Wandlungen ist.

Ferner ist da durch die Triebe, den Charakter, bedingt, ein Strom von ununterbrochen aufkommenden Gefühlen und Wahrnehmungen, welche uns selbst und die Umwelt, unser Leben in unserer Familie, in unserem Beruf, in unserer Kultur-epoche, in unserer Menschlichkeit oder Unmenschlichkeit bewusst werden und erleben lässt: nur diese Bewegtheit von Gefühl und Wahrnehmung liefert das, was wir das „Universum“ nennen, den „Kosmos“ nennen, das „Leben“ nennen, diese „Erde“ nennen, was wir „uns selbst“ und „unsere Umwelt“ nennen, kurz: all unser Erleben und Erleiden im Glück und Entsetzen mit all seinen Wandlungen, das ist nichts anderes als die ununterbrochen aufsteigenden Gefühle und Wahrnehmungen – Bewegtheiten des Herzens.

Wo immer wir uns freuen und beglückt sind, freuen wir uns und sind beglückt über Wahrgenommenes und über das

mit dem Wahrgenommenen zusammen aufgestiegene Gefühl. Und wo immer wir traurig, schmerzlich berührt, geängstigt oder entsetzt sind, da sind wir traurig, sind schmerzlich berührt, geängstigt oder entsetzt über Wahrgenommenes und über das mit dem Wahrgenommenen zusammen aufgestiegene Gefühl.

Und auch da, wo wir uns über „Zukünftiges“, also scheinbar noch nicht Bewusstgewordenes, freuen oder sorgen oder entsetzen, über Dinge also, die noch nicht gegenwärtig sind, die noch im Ankommen sind – auch dort freuen wir uns oder sorgen oder entsetzen uns über diese noch nicht wahrgenommenen Dinge nur darum, weil wir aus dem Wahrgenommenen mehr oder weniger sicher zu schließen haben, dass bald auch jene erfreulichen oder entsetzlichen Dinge gefühlt und wahrgenommen werden.

Und die dritte Bewegtheit, der Strom des fast ununterbrochenen Erwägens und Sinnens, ist ebenso wenig eine Eigenschaft eines bestehenden Geistes wie etwa die leibliche Bewegtheit eine Eigenschaft eines bestehenden Leibes ist. Vielmehr ist die Kette des in ununterbrochener Bewegung geschehenden Bedenkens und Sinnens die sich in der Bewegtheit erschöpfende „Seins“-weise des Geistes, ganz ebenso wie die lebenslänglich geschehende leibliche Bewegtheit die Existenzweise und „Seins“-weise des sich in ununterbrochenem Wechsel verändernden Leibes ist. Da ist nicht ein „Geist“, der etwa das ununterbrochene Erwägen und Sinnen an sich hätte; vielmehr ist „Geist“ nur ein ununterbrochener Strom ununterbrochenen Erwägens und Sinnens – eine rieselnde Bewegtheit.

Wer das Wesen dieser drei Ströme besonnen und aufmerksam beobachtet, der erkennt, dass sie zusammen die Existenz schlechthin darstellen, dass sie alle Daseinsformen und Formlosigkeiten umfassen, dass alles Wandelbare in ihnen enthalten ist und dass es darüber hinaus nichts Wandelbares gibt.

Diese drei Bewegtheiten sind die Bewegtheiten der fünf Zusammenhäufungen. Aus ihnen entsteht immer aufs Neue der täuschende Eindruck „ich bin“ und „die Welt ist“ und „ich

erlebe die Welt“ und „ich handle an der Welt“ und „ich werde so und so wollen und handeln“ und „ich werde so und so erlangen und vermeiden“.

Und während immer aufs Neue dieser täuschende Eindruck entsteht – da strömt lediglich dieser dreifache Strom nach dem ihm innewohnenden eigenen Gesetz und strömt nicht nach dem Wunsch und Willen des täuschend entstandenen Ich, des täuschenden Vermeintens und Wünschens und Verlangens.

Das sind die drei Bewegtheiten, deren Unbeständigkeit es zu betrachten gilt. Wir mögen gesehen haben, welcher übergeordnete Standort, welche Herauslösung aus dem Ansturm der Kette der Erlebnisse erforderlich ist, um statt des konkreten „Lebens“ lediglich die drei endlosen Ströme jener drei Bewegtheiten zu sehen, zu beobachten.

Es ist die Reihe der vorangegangenen acht Anblicke, welche denjenigen innerlich abgeschieden lebenden Menschen, der sie in aller Beharrlichkeit und Intensität über längere Zeiten übt, allmählich zu derjenigen Reife, Größe, Freiheit und Ruhe bringt, dass er aus einem Geworfenen, von den Erlebnissen Faszinierten und Hingerissenen zu einem über der Situation stehenden stillen Beobachter, aus einem mit Zorn oder Freude Reagierenden zu einem klar durchschauenden und aus vollendeter Erkenntnis Abgewandten wird.

Wer zu dieser Entwicklung gelangt ist, wer den Standort weit oberhalb jenes chaotischen Gewoges eingenommen hat, das der blinde Mensch „das konkrete Leben“ nennt, den packt angesichts dieses aus drei Strömen bestehenden, endlosen, seelenlosen, schmerzlichen Gewoges *Entsetzen, Ekel und Abscheu*. Ein solcher hat durch die Reihe der vorangegangenen Übungen in zunehmendem Maß einen inneren Frieden, eine innere Helligkeit und Freiheit erfahren, welche nichts zu tun haben mit jenen wirren, ununterbrochen treibenden Wandlungen. Ein solcher unterscheidet nicht mehr zwischen den einzelnen durch die drei Bewegtheiten vorbeigespülten Erlebnissen, sondern er unterscheidet nur noch zwischen dem unmittelbar erfahrenen Frieden in Helligkeit und Freiheit einer-

seits und jenen schmerzlichen, chaotischen, ichlosen, dunklen, dumpfen Strömungen des wirren Ergreifens. Er unterscheidet nur noch zwischen Wirrnis und Heil. Und wo immer er nur einen Augenblick der Wirrnis der fünf Zusammenhäufungen zugewandt ist, da fasst ihn Entsetzen, Ekel und Abscheu.

Die Beobachtung der Ein- und Ausatmung  
(*ānāpānasati*) (gleicher Wortlaut in M 118)

1. Pfeiler: Beobachtung des Körpers:

*Da begibt sich der Mönch in den Wald, an den Fuß eines Baumes oder in eine leere Behausung. Er setzt sich mit gekreuzten Beinen nieder, den Körper gerade aufgerichtet und pflegt auf den Körper gerichtete Beobachtung. Aufmerksam beobachtend, atmet er ein, aufmerksam beobachtend atmet er aus. Atmet er tief ein, so weiß er: „Ich atme tief ein.“ Atmet er tief aus, so weiß er: „Ich atme tief aus.“ Atmet er kurz ein, so weiß er: „Ich atme kurz ein“, atmet er kurz aus, so weiß er: „Ich atme kurz aus.“*

*Den ganzen Körper empfindend, will ich einatmen, den ganzen Körper empfindend, will ich ausatmen: so übt er sich.*

*Die körperliche Bewegtheit beruhigend, will ich einatmen, die körperliche Bewegtheit beruhigend, will ich ausatmen: so übt er sich.*

2. Pfeiler: Beobachtung des Gefühls:

*Beglückung (pīti) empfindend, will ich einatmen, Beglückung empfindend, will ich ausatmen, so übt er sich.*

*Wohl (sukha) empfindend, will ich einatmen, Wohl empfindend, will ich ausatmen: so übt er sich.*

*Die Herzensbewegtheit (das Auf- und Absteigen von Gefühl und Wahrnehmung) empfindend, will ich ein-*

*atmen, die Herzensbewegtheit empfindend, will ich ausatmen: so übt er sich.*

*Die Herzensbewegtheit beruhigend, will ich einatmen, die Herzensbewegtheit beruhigend, will ich ausatmen: so übt er sich.*

3. Pfeiler: Beobachtung des Herzens:

*Das Herz (citta) empfindend, will ich einatmen, das Herz empfindend, will ich ausatmen, so übt er sich.*

*Das Herz von Freude erfüllt, will ich einatmen, das Herz von Freude erfüllt, will ich ausatmen: so übt er sich.*

*Das Herz einigend, will ich einatmen, das Herz einigend, will ich ausatmen: so übt er sich.*

*Das Herz befreiend, will ich einatmen, das Herz befreiend, will ich ausatmen: so übt er sich.*

4. Pfeiler: Beobachtung der Erscheinungen:

*Die Unbeständigkeit beobachtend, will ich einatmen, die Unbeständigkeit beobachtend, will ich ausatmen: so übt er sich.*

*Die Reizfreiheit beobachtend, will ich einatmen, die Reizfreiheit beobachtend, will ich ausatmen: so übt er sich.*

*Die Ausrodung beobachtend, will ich einatmen, die Ausrodung beobachtend, will ich ausatmen: so übt er sich.*

*Die Abgelöstheit beobachtend, will ich einatmen, die Abgelöstheit beobachtend, will ich ausatmen: so übt er sich. – Das nennt man die Beobachtung der Ein- und Ausatmung.*

Die ersten beiden Stadien der Atemübung bestehen darin, dass der Atem nur einfach beobachtet, die jeweilige Kürze oder Länge registriert wird. Der Übende beobachtet bei dem ersten Übungsschritt den Atem zunächst nur bei den Toren seines



Eintretens und Austretens und beim zweiten Übungsschritt die Dauer der Atemzüge.

Indem ein Mensch so seine Aufmerksamkeit nur auf den Atem richtet, den Atem beobachtet, vergisst er die weltlichen Dinge und entdeckt den Leib. Immer deutlicher dringen in sein Bewusstsein die mehr oder weniger gleichmäßigen Atemzüge, der Rhythmus des Einatmens und Ausatmens. Er merkt die Anwesenheit jener „Dampfmaschine“, die da einpumpt und auspumpt. – Es geht bei diesen Übungen also nicht darum, den Atem zu beeinflussen, sondern nur das, was geschieht, zu beobachten, und das, was sich zu anderen Zeiten unbewusst und unbemerkt vollzieht, sich klar bewusst zu machen, jeden einzelnen Atemzug mitzuerleben.

Der nächste Schritt der Atemübung wird so beschrieben:

*Den ganzen Körper empfindend, will ich einatmen,  
den ganzen Körper empfindend, will ich ausatmen –  
so übt er sich.*

Der Mönch richtet nun die Aufmerksamkeit nicht mehr nur auf Mund und Gesicht, sondern auf das Vorhandensein des ganzen Körpers. Es ist ein gelassenes klares Zusehen bei dem, was da vor sich geht. Es kann sein, dass der Übende dabei wie von selbst die Wirkungen des Atems beim Eindringen in den Körper und beim Herausziehen aus dem Körper entdeckt, die Wandlungen beim Lungenbalg merkt, der auseinandergeht und zusammenschrumpft in ständigem Wechsel. Er merkt vielleicht auch, wie die Rippen sich heben und sich senken, wie der Brustkorb weiter und enger wird, wie der Bauch voller und leerer wird, wie durch das Weiten der Lunge manche Organe weggedrängt werden, die wiederum andere Organe verdrängen, wie also mit jedem Einatmen und Ausatmen im Körper größere und kleinere Verschiebungen vor sich gehen. In demselben Maß, wie sein Bewusstsein von den körperlichen Vorgängen erfüllt wird, tritt die Wahrnehmung von weltlichen Dingen zurück: Er vergisst immer mehr die Umwelt, und sein

Geist richtet sich mit zunehmender Gewöhnung auf die Vorgänge bei seinem Körper. Die körperlichen Vorgänge, deren Gegenwart er sich bisher kaum bewusst war, sind nun fast der einzige Gegenstand seiner Wahrnehmung.

Die drei bisher genannten Übungen sind ein passives Zusehen:

1. merkt er, dass es atmet,
2. merkt er, dass kurz oder lang geatmet wird,
3. wenn er an das Merken des Atems schon ganz gewöhnt ist, empfindet er zusätzlich den ganzen Körper in dauernder Bewegtheit.

Beim vierten Übungsschritt geht es nun nicht mehr nur um passives Zusehen. Es heißt:

*Die körperliche Bewegtheit beruhigend, will ich einatmen, die körperliche Bewegtheit beruhigend, will ich ausatmen: so übt er sich.*

Im Unterschied zu den ersten Atemübungen, die nur das Bemerken von Vorgängen sind, bedeutet diese Übung schon mehr, sie ist schon eine Art Wandlung. In ihr geht es darum, die vegetativen Vorgänge zu besänftigen, zu schlichten und zu befrieden. Im Umgang mit der Mitwelt hat ein solcher schon die sanfte Begegnung gewonnen. Jetzt geht es darum, auch im Umgang mit dem Körper zur sanften, friedvollen Art zu kommen – aber nicht aus Gründen äußerlicher Gesundheit, sondern allein, um dem Ziel, der Klarwissen erzeugenden Herzenseinigung, näherzukommen, und das wird durch diese Übung erreicht: *Die körperliche Bewegtheit beruhigend, will ich einatmen, die körperliche Bewegtheit beruhigend, will ich ausatmen.*

Der normale Mensch merkt Atem und Herzschlag meist nur bei Störungen, geschweige denn die anderen körperlichen Vorgänge; dafür ist sein gesamtes Dichten und Trachten auf die Welt gerichtet. Wer aber diese Übungen durchgeführt hat,

wochenlang, monatelang, jahrelang, der hat darüber immer wieder die Welt vergessen, und er hat sich vollständig in die ununterbrochenen Wandlungen der körperlichen Vorgänge und in die Werkzeughaftigkeit dieses Körpers eingelebt. Für einen solchen ist der Körper in keiner Weise mehr das Ich, sondern „Außen“, Umwelt, ein Teil der Form.

Die Sinnesdränge des normalen Menschen schauen aus den Augen heraus in den Welt, hören aus den Ohren heraus in die Welt, lungern, lechzen und lauschen überall immer nur nach außen. Dem normalen Menschen ist die Welt, die er beobachtet, Objekt, und der Leib, dessen er sich zur Beobachtung der Welt bedient, gehört für ihn zum Subjekt, zum Ichhaften, zum Unentbehrlichen. Darum ist für ihn der Wegfall des Leibes, den er zu seinem „Ich“ zählt, gleichbedeutend mit dem Wegfall seines Welterlebnisses, mit Untergang und Tod. Bei der Atembeobachtung aber schaut der Beobachter nicht mehr aus dem Körper heraus in die Welt, sondern schaut auf den Körper. Auf diese Weise wird der Körper zum Objekt, wird das Ich um diesen Körper reduziert, der Körper ist nicht mehr der Betrachter, ist nicht mehr Ich, sondern Umwelt. Das ist der tiefste Zweck dieser Übung: die Ablösung vom Leib dadurch, dass man seine Vorgänge zum Betrachtungsobjekt macht, dass der Körper vom Innen zum Außen wird. Diese Wandlung ist eine geistige Operation, eine geistige Gesundung und Befreiung sondergleichen.

Wir haben gesehen, dass ein Mensch zu all den zehn Betrachtungen, die der Erwachte zum Aufbau und Ausbau einer neuen Wahrnehmung nennt und die in der Atembeobachtung gipfeln, nur dann fähig ist, wenn er in den ersten sechs Stufen des achtgliedrigen Heilswegs gut vorangekommen ist. Wir haben ferner gesehen, dass die neun der Atembetrachtung vorangehenden Anblicke nur in der genannten Reihenfolge sinnvoll geübt werden können, weil aus den ersten vier Übungen die unmittelbaren Einsichten hervorgehen, welche die Voraussetzungen für die weiteren Übungen sind. Daran zeigt sich, dass

die hier zuletzt genannte Meditation, die Beobachtung der Ein- und Ausatmung, ihre vollen Früchte nur dann bringen kann, wenn sie zuletzt geübt wird, dass sie also diejenige geistige und charakterliche Reife voraussetzt, zu welcher die neun vorangegangenen Betrachtungen, wie beschrieben, den beharrlich Übenden allmählich bringen.

DIE VERÄNDERUNG DER WAHRNEHMUNG  
DURCH VERÄNDERUNG  
DER GRUNDBEFINDLICHKEIT  
„Gruppierte Sammlung“ (S 48,40)

Dem Wollen entsprechend ist das Wahrnehmen

In unserer Existenz können wir zwei sehr verschiedene Phänomene beobachten: Zum einen – das fällt uns am meisten auf – die sinnliche Wahrnehmung, durch welche wir sowohl unseren Körper wie die gesamte Umwelt erleben und erfahren.

Zum anderen – was uns allmählich immer mehr bewusst wird – die sinnlich nicht wahrnehmbare, aber geistig unmittelbar spürbare, erfahrbare Dynamik unserer inneren Stimmungen, Empfindungen, Emotionen und der Motivationen unseres Wollens und Begehrens, Bedürfnisses und Wünschens. Das Letztere ist ja das, was wir den Charakter nennen und was in allen Religionen als „Herz“ oder „Seele“ bezeichnet wird.

Das Verhältnis zwischen Wollen und Wahrnehmen macht alles Glück und alles Leiden der Menschen aus. Je mehr ein Mensch solche Dinge in seiner Umgebung hat und wahrnimmt, die seinem Wollen entsprechen, um so mehr ist er, muss er glücklich, befriedigt sein, und entsprechend denkt, redet und handelt er. Je mehr aber gerade solche Dinge wahrgenommen werden, die seinem inneren Wollen widersprechen, um so mehr kommen Schmerz, Trübsinn, Ärger, Zorn, Wut, Bitterkeit, Resignation, Traurigkeit auf, um so mehr wird das Dasein als trüb und elend empfunden, und entsprechend denkt, redet und handelt er.

Woher kommen nun diese dem Wollen entsprechenden und die dem Wollen widersprechenden Qualitäten der Wahrnehmung?

Das Wollen der meisten Menschen ist gerichtet auf Besitz, Genuss und Einfluss, aber die Menschen haben unterschiedliche Art an sich, um in der wahrgenommenen Welt diesen er-

wünschten Besitz, Genuss und Einfluss zu erwerben. Die einen versuchen, diese gewünschten Dinge mit Rohheit, Rücksichtslosigkeit und gar Gewalt zu erwerben, indem sie dem Mitmenschen verweigern, was er ersehnt, oder ihm gar entreißen, was er besitzt, und keinerlei Fürsorge für den anderen betreiben. Die anderen dagegen streben den erwünschten Besitz, Genuss und Einfluss an, bedenken und empfinden aber gleichzeitig, dass die Mitwesen ja ganz ebenso Besitz, Genuss und Einfluss wünschen. Darum üben sie Rücksicht gegenüber den Mitwesen, verhelfen auch ihnen zu Besitz, Genuss und Einfluss und können ihnen auf keinen Fall etwas entreißen wollen.

Da zeigt sich nun bei aufmerksamer Beobachtung der Daseinsvorgänge, dass dort, wo Besitz, Genuss und Einfluss mit Rücksicht, Fürsorge und Nächstenliebe angestrebt wird, auf die Dauer eine Wahrnehmung eintritt, bei welcher der so Vorgehende auch an sich selber Rücksicht, Fürsorge und Nächstenliebe erfährt: Die ganze Welt kommt ihm und seinen Wünschen entgegen.

Wer dagegen sein Streben nach Besitz, Genuss und Einfluss rücksichtslos, blind für die Bedürfnisse der Mitwesen und unter Umständen mit roher Gewalt betreibt, der erfährt allmählich eine Wahrnehmung, bei welcher auch die Umwelt gegen ihn rücksichtslos, blind für seine Bedürfnisse und mit roher Gewalt vorgeht. So zeigt sich: Der Charakter der Wahrnehmung, der fürsorglichen, wohltuenden wie auch der rücksichtslosen, gewaltsamen, den ein wahrgenommenes Ich erfährt, ist nichts anderes als die Rückkehr und Wiederkehr der von diesem wahrgenommenen Ich vor kürzerer oder längerer Zeit ausgegangenen Rücksichtslosigkeit oder Gewalt oder aber Fürsorge und Liebe zu den Wesen.

Der Erwachte sagt: Das, was wir wahrnehmen, was also als Wahrnehmung ankommt, das ist das, was wir irgendwann zuvor durch unser Wollen im Denken, Reden und Handeln geschaffen haben. Es kommt nicht von irgendwoher, es ist Echo unseres Wollens und des dadurch bedingten Handelns.

Wir erleben nur immer Bilder, die wir selber gemacht haben. Mit unserem Wollen ändern wir die Welt, und mit unserem Wahrnehmen erleben wir sie. Die ersten drei Zusammenhäufungen: Formen werden empfunden und wahrgenommen: das ist die Ernte früheren Wirkens, und darauf reagieren wir jetzt mit unserem Wollen, mit Denken, Reden und Handeln. Wahrnehmung entsteht dadurch, dass Triebe berührt werden, die das, was sie berührt hat, den Gegenstand, und ihre Gefühlsantwort in den Geist eintragen. Der Geist weiß um sich und seinen Körper und meldet: „Ich sehe, da kommt ja der Soundso.“ Was das stärkste Gefühl auslöst, weil es den Trieben positiv oder negativ am meisten entspricht (Anziehung, Abstoßung, *rāga, dosa*), wird am stärksten wahrgenommen (Blendung, *moha*). Das sind die ersten drei Zusammenhäufungen, die die Wahrnehmung eines Ich und einer Welt suggerieren. Darauf müssen wir das wollen, was wir wollen. Es ist nicht einer in uns, der das Wollen in die rechte Bahn lenkt, sondern der Mensch muss wollen, und zwar entsprechend der Stärke seiner Triebe, die die Blendung seines Geistes bewirken. Wenn man z.B. einen runden Stein an den Beginn eines abfallenden Weges legt und leicht anstößt, dann rollt er eine kleine Strecke. Es steht fest, dass er rollen muss und dies je nach der Beschaffenheit des Bodens und wie stark das Gefälle ist. So ist unser Wille, unser Wollen nichts anderes als ein rollender Stein, angestoßen von der Stärke der Blendung. Es ist kein Akteur da, es ist nur ein Agieren je nach dem Gefälle. Wo von einer Sache Wohl versprochen wird, wird man auch Mühsal überwinden; wo selbstlose Güte ist, da ist dann auch Fürsorge für den anderen und entsprechende Reaktion des anderen und damit entsprechende Wahrnehmung. All unser Wollen ist der Erzeuger unserer Wahrnehmung. Wahrnehmung bezeichnet der Erwachte als *citta-sankhāra*, Aktivität des Herzens, der Gesamtheit des Wollens. Jeder erlebt nur das von ihm selbst Gewirkte. Das ist Karma: sowohl Wirken als auch Wirkung. Wenn das wahrgenommene Ich gewährende Taten schafft, die für das wahrgenommene Du zu erfreulichem, befriedigendem

Erlangen führen, dann erfährt auch das wahrgenommene Ich Erlangen. Ist das Wollen erhaben, so ist auch das Wahrnehmen erhaben. Ist das Wollen vielfältig, so ist auch das Wahrnehmen vielfältig. Ist das Wollen kleinlich, erbärmlich, so ist es auch das Wahrnehmen. Dementsprechend sind dann auch die wahrgenommenen Welten hohe erhabene Himmelsbereiche oder Menschentum mit seiner Vielfalt und Wandelbarkeit oder das finstere Erleben der Gespenster und Dämonen.

Wahrnehmen ist ein geistiger Vorgang, der vom Wollen, also im Herzen, in der Seele, erzeugt wird. Es ist wie im Traum. In jedem nächtlichen Traum glauben wir, solange wir träumen, dass die Dinge auch wirklich so da seien, wie wir sie erfahren, so wahr seien, wie wir sie wahrnehmen. Obwohl wir nach jedem Erwachen deutlich erkennen, dass von allen geträumten Dingen nichts wirklich da war, nichts wirklich da ist, dass es nur so erschien, während der Körper im Bett lag, so erliegen wir doch in jedem Traum erneut dem Wahn, wir befänden uns in irgendwelchen Räumen oder Gegenden in irgendwelchen erfreulichen oder unangenehmen Situationen. Wir nehmen dann eine Umwelt wahr, die es nur in dieser Wahrnehmung gibt, die also nur aus geistiger Wahrnehmung besteht, aber wir haben den Eindruck, dass sie „echt“ sei, d.h. dass wir sie nur darum wahrnehmen, weil sie unabhängig von uns und unserer Wahrnehmung eben aus Materie bestünde. Ebenfalls glauben wir im Traum auch, mit den Sinnesorganen eine objektive Welt zu sehen und zu hören, zu riechen, zu schmecken und zu tasten. Mit dem Erlebnis dieses einzig aus Wahrnehmung, aus Einbildung, bestehenden Umwelt erlebenden Ich erleben wir zugleich freudige und schmerzliche Gefühle, Bedrückung oder Belustigung, Beglückung oder Entsetzen oder Qual, die ebenso eingebildet sind wie die Dinge und Menschen. Manchmal erleben wir, dass wir mit hellem Lachen erwachen oder mit Tränen oder Beklemmung und dass diese Gemütsverfassung dann noch eine Zeitlang anhält.



Für die Zeit des Traums glauben wir also ganz lebendig und natürlich, in einer solchen Welt zu sein, wie wir im Wachzustand immer den Eindruck haben, natürlich und lebendig in einer wirklichen Welt zu sein. Aber aus dem Traum gibt es ein Erwachen – man muss schon wirklich sagen, ein Transzendieren, ein Übersteigen des Traumzustands, ein Hinüberspringen in eine andere Dimension – und erst nach dieser Transzendierung in unseren „Wachzustand“ müssen wir erkennen, dass „in Wirklichkeit“ nur Wahrnehmung von Erscheinungen, von Formen und Gefühlen stattgefunden hatte und dass diese Erscheinungen nicht von einer wirklichen Welt kamen, sondern eben nur aus geistiger Beschaffenheit, und dass auch jene Sinnesorgane, die wir geträumt haben, nirgendwo anders waren als nur in der Traum-Wahrnehmung, aus Traum-Wahrnehmung bestanden. Wir sehen also: Unser Traum ist nicht das Erleben einer an sich seienden Situation, vielmehr ist es das geistige Erzeugen dieser Situation mit Körperform, mit Außenform und Gefühlen; es ist eine Vorstellung, gesponnen aus Geist.

Hier nun sagen die Erwachten, dass es sich ganz ebenso mit unserer Wahrnehmung im Wachzustand verhält, wobei nur der eine Unterschied besteht, dass diese Einbildungen des sog. Wachzustands, also unser ganzes Leben und Erleben von der Geburt bis zum Tod und darüber hinaus, erheblich hartnäckiger bestehen, darum nur ganz allmählich vermindert, abgeschichtet und abgeblasst werden können bis zur vollen Ausrodung und damit bis zur Erwachung aus dem Daseinstraum, zu welcher die Erwachten bereits erwacht sind.

Das heißt also ganz deutlich ausgesprochen: Nicht weil da draußen eine materielle Welt ist, darum erleben wir sie, und nicht weil hier ein körperliches Ich ist, darum erleben wir es, sondern – genau umgekehrt – weil ununterbrochen das Erlebnis, die Wahrnehmung eines Ich in Begegnung und Auseinandersetzung mit Umwelt aufkommt, weil es so wahrgenommen wird, darum wird angenommen, dass es objektiv da sei. Unser Erleben ist also nicht ein Ablesen von einer „wirklichen“

Welt, sondern ist das erlebnishafte Erzeugen von geistig ununterbrochen wechselnden Ich-Umwelt-Begegnungsszenarien – wie im Traum. Das heißt: Du bist mit allem, was du erlebst, ein geschlossenes Ganzes. Du bist das Wollen und erzeugst mit dem Wollen das Wahrnehmen. Das Wahrgenommene wird von deinem Wollen beurteilt, und entsprechend führt das Wollen wieder zum Agieren, was wieder zu entsprechender Wahrnehmung führt, und so fort. Alles, was du erlebst, kommt nicht aus einer Welt, sondern alles Erleben besteht aus dem geistigen Wollen und Wahrnehmen, traumgleich. Mit der Qualität deines Wollens zwischen Liebe und Hass machst du die Qualität deiner Wahrnehmung zwischen Glück und Qual, zwischen Freud und Leid, zwischen Himmel und Hölle. Darum empfehlen alle Weisen: Liebe deinen Nächsten wie dich selbst. Denn als Wahrnehmung kann zu dir nur das zurückkommen, was vorher von dir ausging. Das ist keine Gerechtigkeit, denn da ist keiner, der Recht spricht, sondern es ist Kausalität, Bedingungsgesetz. Das von dir ausgegangene gute oder üble Wollen kommt zu dir als Wahrnehmung, als scheinbar „außen“ Erlebtes zurück. „An sich“ gibt es nichts, sondern nur was du durch Wollen hinausgeschickt hast, kommt als Wahrnehmung zurück.

Der Erwachte bezeichnet die Wahrnehmung als Luftspiegelung. Luftspiegelung bedeutet, dass die Grundlage und Quelle der Wahrnehmung ganz anders ist und auch woanders liegt als die Wahrnehmung vortäuscht. Darum können wir nicht an dem Wahrgenommenen die Wahrnehmung verändern, ganz ebenso wie wir an einem Schattenbild selber das Schattenbild nicht verändern können, sondern nur, indem wir die Lichtquelle oder den Schatten werfenden Gegenstand verändern. So auch schaffen nur veränderte Triebe, verändertes Wollen, veränderte Herzensverfassung auch eine veränderte Wahrnehmung. Der Buddha lehrt nicht nur, dass man durch Tugend schmerzliche Eindrücke vermeidet und sinnlich wohltuende Eindrücke schafft, sondern dass man sinnliche Bedürftigkeit und das Seinwollen mindert.

Die Tatsache, dass das Erleben von Welt subjektive Wirklichkeit ist, abhängig von der Beschaffenheit des Wollens, kommt in den Lehrreden dadurch zum Ausdruck, dass viele Begriffe sowohl das Wollen mit seiner Verletzbarkeit wie auch das Wahrnehmen bedeuten. Zum Beispiel *āsavā*: Wollensflüsse – Einflüsse; *āyatana*: Sucht – Vorstellung, Imagination, Wahrnehmung; *kāma*: Sinnensucht – Objekt der Sinnensucht; *dhamma*: Gedanken, Eigenschaften – Dinge, Erscheinungen (u.a. die Lehre). In unserer Rede S 48,40 geht es um *indriya*. *Indriya* bedeutet treibende Kraft, Zwang, Drang, Übermacht, Herrschaft. Der Ausdruck umfasst sowohl die sechs Sinnesdränge wie auch die fünf Heilskräfte, aber auch das den Drängen entsprechende Erleben, Wahrnehmen, das wir in der folgenden Lehrrede mit „vorherrschendem Zustand“ übersetzen.

#### Fünf vorherrschende Zustände

*Diese fünf vorherrschenden Zustände (indriya) gibt es, ihr Mönche:*  
*den vorherrschenden körperlichen Schmerzzustand,*  
*den vorherrschenden geistigen Schmerzzustand,*  
*den vorherrschenden körperlichen Wohlzustand,*  
*den vorherrschenden geistigen Wohlzustand,*  
*den vorherrschenden Gleichmutszustand.*

Schmerz, Leiden (*dukkha*) kommt immer dann auf, wenn der Mensch das Gegenteil dessen erlebt, was er möchte, was er braucht. Wenn von außen Erlebnisse entsprechend seinen Bedürfnissen herankommen, dann empfindet er das Leben als angenehm. Wer viele Bedürfnisse hat und auch seinen Bedürfnissen entsprechend viel erlebt, der führt subjektiv ein angenehmes Leben. Aber es gibt keine ständige Erfüllung von Wünschen, keine ständige Befriedigung der Triebe – nicht nur wegen der Anfälligkeit und kurzen Dauer des Körpers –, es ist

nicht möglich, dass das Wahrnehmen dem Wollen immer entspricht. Die Grundlehre des Erwachten ist darum, einen Weg aufzuzeigen, wie dauerhaftes Wohl erreicht werden kann, das nicht durch Berührung bedingt ist, sondern das Wollen, die Triebe, zur Ruhe bringt. Wer aber das nicht einsieht, anstrebt und erreicht, bleibt den wechselnden Berührungen ausgeliefert und damit dem Leiden. Wir sind die Minderung der Differenz zwischen Wünschen und Erleben, die ständige Auseinandersetzung mit den Berührungen, das Erleben von Wohl und Wehe durch Befriedigung oder Nichtbefriedigung der Triebe so sehr gewöhnt, dass wir uns ein anderes Wohl als das Herantreten von den Trieben angenehmen Sinnesberührungen nicht vorstellen können.

Der Erwachte aber zeigt, dass es Wohlzustände gibt, innere Befindlichkeiten ohne Berührungen, in denen die Triebe schweigen. Bei jedem Subjekt bestimmt sein Bedürfniszustand, was ihm wohl- oder wehtut. Ändern sich die jeweiligen Triebe, die Dränge, so ändert sich der entsprechende Erlebenszustand. Schweigen die Triebe, wird Wohl ohne Berührung erfahren. Unsere Lehrrede teilt mit: Je weniger Bedürfnis nach Erscheinung, um so weniger Leiden, um so mehr Wohl wird erfahren. Ganz ohne Bedürfnis nach Erscheinung ist vollkommenes Wohl. Die letztere Aussage ist schon den Indern zur Zeit des Erwachten schwer verständlich gewesen. Auf Befragen antwortete der Erwachte (M 59):

*Nicht kennt und nennt der Erwachte nur das durch Gefühl zustande gekommene (also aus Gefühl bestehende) Wohl, sondern was nur immer Wohl ist, das auch bezeichnet der Vollen-detete als Wohl.*

Wahres Wohlsein entsteht nicht dadurch, dass immer mehr Wohlgefühl aufkommt, sondern vielmehr dadurch, dass die Schmerzens- und Leidensgefühle auf dem Weg zum Heilszustand immer mehr abnehmen und verschwinden.

Die erste Entrückung:  
Körperlicher Schmerz geht unter

*Da steigt, ihr Mönche, einem Mönch, der ernsthaft strebend in der Ablösung (von Sinnendingen) verweilt, der vorherrschende körperliche Schmerzzustand (dukkhindriya) auf. Da weiß er klar: „Aufgestiegen ist mir hier dieser körperliche Schmerzzustand. Dieser ist etwas Erscheinendes, etwas Bedingtes, ist etwas Zusammengesetztes, Verursachtes. Ich weiß: Dass dieser körperliche Schmerzzustand etwa keine (vorübergehende) Erscheinung sei, bedingungslos, nicht zusammengesetzt und ohne Verursachung bestünde: das gibt es nicht.“ Ein solcher Mönch versteht nun klar, was der körperliche Schmerzzustand ist, kennt sein Entstehen und Vergehen und versteht, wie der aufgekommene körperliche Schmerzzustand restlos untergeht.*

*Und wie geht, ihr Mönche, dieser bedingt aufgestiegene körperliche Schmerzzustand restlos unter? –*

*Da verweilt der Mönch, abgeschieden von weltlichem Begehren, abgeschieden von allen heillosen Gedanken und Gesinnungen (dhamma) in stillem Bedenken und Sinnen.*

*Und so tritt die aus innerer Abgeschiedenheit geborene Entzückung und Seligkeit ein, der erste Grad weltloser Entrückungen. Dort nun, ihr Mönche, geht der aufgekommene körperliche Schmerzzustand restlos unter. –*

*Ein solcher, ihr Mönche, wird Mönch genannt, ein Kenner der Ausrodung des körperlichen Schmerzzustands, der das Herz auf das Wahre (das Nibbāna) ausrichtet.*

*Ein Mönch, der ernsthaft strebend in der Ablösung* (von Sinnendingen) *verweilt* – damit ist ein Mönch gemeint, der bereits Ablösung von den Sinnendingen erfahren hat, der über die sinnliche Wahrnehmung hinausgestiegen ist, sie transzendiert hat, weltlose Entrückung erfahren hat.

Weltlose Entrückungen werden dadurch erfahren, dass sich die innere Grundbefindlichkeit erhöht. Die Beschreibung dieser Erhöhung geht in den Lehrreden der jeweiligen weltlosen Entrückung voraus. Die Grundbefindlichkeit, die den Reifezustand ausmacht, der die erste Entrückung einleitet, besteht darin, dass der Übende durch erhebende, weltliche Perspektiven sprengende Einsichten innere Freude und Beglückung erfährt. Die programmierte Wohlerfassungssuche geht diesem Wohl nach und wird so von allem Außen abgezogen. Dadurch tritt auch die Wahrnehmung vom eigenen Körper zurück, und es wird mit der Beruhigung des Körpers ein so großes überweltliches Wohl erfahren, dass Ich und Welt vergessen sind. Der Mensch blickt nicht mehr durch die Augen nach außen, horcht nicht mehr durch die Ohren nach außen, sondern tritt über alle sinnliche Wahrnehmung hinaus, weil er der inneren Seligkeit ganz hingegeben ist. Durch das Aufbrechen des inneren Glücksgefühls steht die fünffache sinnliche Wahrnehmung für eine Zeitlang still: der Übende ist der gesamten Ich- und Weltwahrnehmung entrückt. Dieser Fortfall von Ich und Umwelt, das Übersteigen des sinnlichen Erlebens, das ist die eigentliche Entrückung. In den Lehrreden heißt es von diesem Vorgang: *Wenn der Geist verzückt ist, wird der Körper gestillt. Gestillten Körpers fühlt er ein alles durchdringendes Wohl; vom Wohl durchtränkt, wird das Herz geeint.* Herzens-einigung, d.h. Aufhören des Süchtens nach außen, bedeutet zugleich den Fortfall der Wahrnehmung von Welt.

Das ununterbrochene Lugen durch die Augen nach außen, das Lauschen durch die Ohren, das Riechen durch die Nase usw. – all dieses Süchten kommt zur Ruhe. Die Berührungen des Wollenskörpers mit den Formen, Tönen usw., die die Erfahrungen auslösen, finden nicht statt, „Welt“ wird nicht er-

lebt. Auch die vom Geist ausgehende programmierte Wohlerfahrungssuche steht still. Während man im Schlaf aus großer Müdigkeit von der sinnlichen Wahrnehmung zurücktritt, bei Ohnmachten, Koma usw. aus krankhaftem Versagen oder aus großen Schmerzen die sinnliche Wahrnehmung aufhört, so ist bei den Entrückungen umgekehrt ein inneres Wohl, das alles nur irgendwie mit den Sinnen und dem Denken erreichbare Wohl unendlich übersteigt, der Grund für das Aufhören der sinnlichen Wahrnehmung.

Durch die Erhöhung der Grundbefindlichkeit und auch von der Entrückung zurückgekehrt, weiß der Erleber der weltlosen Entrückung nun um ein ganz anderes „Sein“, wie es der Erwachte in D 9 schildert:

*Dem geht die frühere Wahrnehmung aus Sinnensucht-Wahrnehmung von Sinnesobjekten (kāma-saññā) unter, und eine aus Abgeschiedenheit geborene Entzückung und Seligkeit, eine feine Wahrheitwahrnehmung (sukhuma sacca saññā) geht zu dieser Zeit auf. Aus Abgeschiedenheit geborene Entzückung und Seligkeit, eine feine Wahrheit nimmt er zu dieser Zeit wahr. So kann durch Übung die eine Wahrnehmung aufgehen, durch Übung die andere Wahrnehmung untergehen.*

Die Entrückung, solange sie währt, ist nur eine stille Wahrnehmung – *sukhuma sacca saññā*. Diese Wahrnehmung ist durch kein Berührungs-Gefühl entstanden, sondern ist bedingt durch die Verfassung des Herzens, z.B. bei der ersten Entrückung, wenn der Mönch fern von der Sinnensucht in innerer Helligkeit ist, fern von unheilsamen Dingen. In M 138 heißt es, dass bei Eintritt von sinnlicher Wahrnehmung die programmierte Wohlerfahrungssuche diesem Wohl nachgehe. D.h. in dem Augenblick, wenn die Entrückung aufhört, wird diese selige Wahrnehmung dem Geist gemeldet, und der Mönch weiß um das Erfahrene. Dazu ist nicht einmal Wahrheitsgegenwart nötig, jede große Seligkeit fällt von selber auf. Doch der Mönch, der Wahrheitsgegenwart besitzt, wird die

Entrückungs-Erfahrung einordnen in seinen Übungsweg zum Heil, der unbelehrte Mensch ist nur selig über seine Erinnerung ohne Wahrheitsgegenwart.

Wir leben von Geburt an und schon unvorstellbar lange vorher nur im Schmerzzustand, im Prasselhagel der Sinnesindrücke; wir kennen gar nicht die Abwesenheit des Prasselhagels oberhalb der Sinneseindrücke. Wir meinen, die Sinnesindrücke müssten sein, das wäre das Leben, und wir können uns nur Schlaf oder Ohnmacht vorstellen, wo die Sinneseindrücke schweigen. So sind wir gefangen im unteren Drittel der Samsāra-Möglichkeiten, in der Welt der Berührungen, der Prasselhagel-Daseinsform. In M 18 heißt es: Sind aber Luger, Form und Luger-Erfahrung (Lauscher, Töne und Lauscher-Erfahrung usw.) nicht da, d.h. lungern die Triebe einmal eine Zeitlang nicht nach außen, was nur dann geschieht, wenn inneres Wohl erfahren wird – dann ist auch keine Berührung der Triebe und dadurch ausgelöstes Gefühl, keine dadurch bedingte Wahrnehmung, kein rasendes Denken, dann ist Stille, Frieden: der Mensch ist der Welt entrückt. Die Entrückungen sind wie ein kurzer Urlaub: Der Erleber ist der Welt und dem Ich eine Zeitlang entronnen, aber noch nicht endgültig, er kehrt wieder zurück, solange die sinnlichen Triebe nicht ganz aufgelöst sind. Den Begriff „Entrückung“ können wir auffassen als geprägt aus der Froschperspektive von solchen, die da meinen, Welt bestehe, und dieser sei man kurzfristig entrückt.

Seligkeit steigt dadurch auf, dass in der Entrückung Bedingtes, Zusammengesetztes, Verursachtes fortfällt, nämlich Luger, Form, Luger-Erfahrung, Lauscher, Töne, Lauscher-Erfahrung usw., d.h. Berührung der Triebe in den Sinnesorganen, Gefühl, Wahrnehmung, das Suchen des Geistes nach Wohl im Dienst der Triebe, das Erleben eines Ich, das gefährdet ist und in einem begrenzten Zeitraum sterben muss, und einer Welt der Begegnung mit ihrem Kommen und Gehen.

Im Anfang sind solche Entrückungen meistens nur sehr kurz, aber auch bei kurzer Dauer hat der Erleber, wenn er wieder der Welt gewahr wird und die rasante Tätigkeit der Sinne



wieder einsetzt mit ihren Schmerzen und Störungen, nun eine Vergleichsmöglichkeit. Es heißt in unserer Lehrrede, dass dem von der Sinnensucht Abgelösten, dem von der ersten Entrückung Zurückgekommenen der schmerzliche Grundzustand unseres „normalen“ Lebens bewusst wird.

Vor der Entrückung war er immer in diesem Schmerz, aber nie ist ihm der Schmerz aufgestiegen, hat er den Schmerz erlebt. Er empfand ihn, er lebte im Schmerz, aber konnte geistig nicht erkennen, dass das Erleben Schmerz ist, weil er keine Vergleichsmöglichkeit hatte. Und nun erlebt er etwas, das wir als „objektiv schmerzfrei“ bezeichnen würden. Er aber erlebte es als Seligkeit, wie die Erfahrer sagen. Wenn der Zustand der Seligkeit vergeht und der alte Zustand wieder eintritt, dann wird ihm sein immer schon erlebter Schmerz bewusst. Jetzt steigt ihm zum ersten Mal auf, wird ihm bewusst, dass er im Schmerz lebt. Jetzt weiß er: Leiden ist. Wer die Lehre des Erwachten verstanden hat, weiß, dass der Zustand des in der Sinnensucht Befangenen Leiden ist. Aber wer die Entrückungen erlebt hat, der weiß nicht nur theoretisch, im Denken nachvollziehbar, sondern erfährt praktisch, dass sein Zustand Leiden ist, und strebt von da an zwangsläufig die Entrückungen an in dem Wissen, dass sie nicht nur leidfrei, sondern Seligkeit sind.

Uns ist noch nie der Leidenszustand unseres Erlebens aufgegangen, denn wir sind Leiden zeitlebens gewohnt. Schon wegen der Herzensbefleckungen Sinnensucht und Antipathie bis Hass ist unsere Grundbefindlichkeit Leiden. Dieser Tiefstand des Gemüts verschwindet dem Abgelösten durch die vorübergehende Aufhebung der Herzensbefleckungen und die Erfahrung der weltlosen Entrückung, taucht aber nach Beendigung der Entrückung wieder auf. Durch diese Erfahrung kann der zeitweilig Abgelöste die beiden Zustände, den Leidenszustand der sinnlichen Wahrnehmung und den Wohlzustand der weltlosen Entrückung, miteinander vergleichen und fühlt nun das Grundleiden sinnlichen Erlebens. Er weiß jetzt: „Mein bisheriger Zustand des sinnlichen Erlebens ist kein normaler

Dauerzustand, sondern ist bedingt durch die Herzensverfassung Sinnlichkeit. Ist keine Sinnensucht, hört das normale leidvolle Erleben von Welt auf. Ich muss Sorge tragen, dass Sinnlichkeit und Antipathie bis Hass zurücktreten und sich der Zustand der weltlosen Entrückung wiederholt.“ Das Erlebnis der Entrückung wird somit für ihn zum Ansporn, die Herzensbefleckungen aufzuheben.

Die den Körper durchziehenden sinnlichen Triebe sind Spannungen, Verspannungen, die den Körper schmerzlich verspannen. Nur durch den Vergleich mit dem Fortfall von sinnlicher Wahrnehmung wird dem Übenden der gewohnte Schmerz bewusst, wird ihm bewusst, dass er eine Zeitlang ohne Schmerzen war. Nun empfindet er die sinnliche Wahrnehmung (die wir als den normalen Zustand empfinden) wie einen Absturz aus erhabenem Frieden, den er tief bedauert. Von nun an kann er mit der normalen sinnlichen Wahrnehmung nicht mehr zufrieden sein und empfindet den Zustand der seligen Entrückung als das eigentliche Leben, wie es Ruisbroeck ausdrückt: *Steig über die Sinne, hier lebet das Leben*. Erst durch den nun möglichen Vergleich wird die Leidhaftigkeit des Lebens mit den Sinnen bewusst.

Es gibt eine Parabel, die wie ein Gleichnis für die hier beschriebene Erfahrung ist: Die Fische eines Sees kommen zu ihrem König und sagen: „Lieber König, wir haben gehört, es soll Wasser geben. Das kann doch nicht sein, das ist doch Unsinn.“ Der Fisch, der im Wasser geboren ist, im Wasser lebt, erlebt das Wasser gar nicht, da es immer da ist. In seinem Geist ist nur das, was ihm im Wasser begegnet: sein Weibchen, seine Feinde, sein Futter usw. – So geht es dem normalen Menschen. Das Erleben mit den Sinnen ist die Grundlage seines Lebens, ohne sinnliches Erleben kann er sich kein Leben vorstellen. Auf dieser Grundlage merkt er das Verhältnis der Differenzen zwischen seinem Wünschen und seinem Erleben, d.h. ob seine Wünsche mehr oder weniger erfüllt werden. Er ist das Zusammentreffen zwischen Trieben und äußerer Welt so gewöhnt, dass er sich kein anderes Wohl vorstellen

kann als die den Trieben entsprechende Begegnung und kein anderes Wehe als die den Trieben widersprechende Begegnung. Er kennt kein Dasein ohne Sinneseindrücke. Bei jedem Wesen bestimmt sein Bedürfniszustand, was ihm wohl- und wehtut. Die Bedürfnisse werden durch die zwangsläufige positive Bewertung der Sinnesobjekte stärker, und ihre Nichterfüllung wird als Leid empfunden. Wer sich z.B. sechs Jahre lang bestimmte sinnliche Eindrücke in einem bestimmten Gleichmaß verschafft, der wird nach sechs Jahren unbefriedigt sein über den Grad der Befriedigung. Er braucht dann mehr und öfter dieses Erlebnis.

Wenn in unserer Parabel ein Mensch den Fisch aus dem Wasser herausnimmt und ihn auf das feste Land setzt, wo der Fisch zu ersticken droht, ihn dann aber wieder ins Wasser setzt, und das mehrere Male, dann weiß der Fisch, was Wasser ist, dass es sein lebenswichtiges Element ist. Dies ist ein Gleichnis für den hier beschriebenen Vorgang: Wenn der Übende aus der Entrückung zurückkommend, die Sinnendinge wieder erlebt, dann weiß er: Ohne Sinneseindrücke ist unbeschreibliche Seligkeit. Steigt nun durch Vergehen der weltlosen Entrückung die Wahrnehmung der Sinnendinge wieder auf, so ist ihm wie jener Fisch, der aufs Land geworfen wird. Er fühlt die Schmerzhaftigkeit, fühlt sich dem Leiden ausgeliefert.

Ein anderes Gleichnis: Wer in der Werkhalle einer Autofabrik arbeitet, worin Fallhämmer, Fräsmaschinen und andere Maschinen mit unheimlichem Getöse die Formen von Stahl und Eisen verändern, und dann zum ersten Mal durch eine schalldichte Tür in ein Büro geht, wo nur einige Schreibmaschinen klappern, dem tut der Übergang ganz erheblich wohl. Er meint zuerst, in vollkommene Stille gekommen zu sein, bis er nach und nach das Klappern der Schreibmaschinen wahrnimmt. Wenn er nun aber, nachdem er sich an die viel stilleren Geräusche gewöhnt hat, wieder die Werkhalle betritt, dann geht es ihm dort wie dem hier beschriebenen Mönch, der aus dem ersten Erlebnis einer Entrückung wieder hinabsteigt in die

gewöhnliche Begegnungswahrnehmung. Jetzt erst kann er diese messen mit einem Maßstab, den er erst durch das Erlebnis der Entrückung gewonnen hat.

Der Erwachte zeigt, dass die gesamte sinnliche Wahrnehmung – gleichviel ob von uns die einzelnen Wahrnehmungen als angenehm und entzückend oder als schmerzlich und gefährlich empfunden werden – mit zwei großen Arten von Schmerzen verbunden ist.

Zur sinnlichen Wahrnehmung gehört die sechsfache Erfahrung seitens der Sinnesdränge: mit dem Luger die Form erfahren, mit dem Lauscher die Töne erfahren, mit dem Riecher die Düfte erfahren, mit dem Schmecker die Säfte erfahren, mit dem Körper die Tastobjekte erfahren, mit dem Denker die Dinge erfahren. Diese sechsfache Erfahrung vergleicht der Erwachte mit Klingenhieben: Da liegt ein zum Tode Verurteilter im Gefängnis, und der König fragt den Wärter zwei- oder dreimal am Tag, ob der Gefangene noch lebt. Sobald der Wärter sagt, dass er noch lebt, verordnet ihm der König weitere Klingenhiebe. So ist jede Trieberfahrung an sich ein großer Schmerz, aber wir leben schon so lange Zeiten in dieser Erlebnisweise, wir sind sie so gewohnt und kennen so wenig eine andere, dass wir den Schmerz aus Mangel an Vergleichsmöglichkeit nicht als Schmerz registrieren können, eben weil wir ihn immer haben. Daher kommt es, dass ein Mensch, der die sinnliche Wahrnehmung übersteigt und zu dem Erlebnis der Entrückungen kommt, diese dann als eine Seligkeit und als Frieden über alle Maßen empfindet, wie er es sich vorher überhaupt nicht denken konnte. Und je öfter und tiefer er diesen Frieden genießt, um so stärker empfindet er beim Rückfall in die sinnliche Lebensweise: „Das ist doch kein Leben.“ Sobald bei einem solchen der Sinne Entrückten die Maschine der Sinneserfahrung wieder zu laufen anfängt, empfindet er sie im Vergleich zur Seligkeit der Entrückung wie Klingenhiebe.

Für die Berührung der Triebe gibt der Erwachte folgendes Bild: Da läuft ein Rind herum, dessen Haut überall aufgerissen

ist. Das so empfindliche rohe Fleisch liegt offen zutage, und die verschiedenen Insektenarten fallen darüber her und saugen sich an dem rohen Fleisch mit Blut voll. Durch den Dauerschmerz der Berührungen sind wir so abgestumpft und unfähig zu richtigem „Wohlfühlen“, dass wir in unserem Wahn nur die etwas geringeren Berührungsschmerzen gegenüber den stärkeren schon als „Wohl“ empfinden und nur die stärksten als Weh, und so vermeinen wir, zwischen wohltuenden Erlebnissen und schmerzlichen zu leben. In Wirklichkeit ist für uns jede Berührung ein großer Schmerz.

Diese beiden mit dem Begegnungsleben verbundenen Dauerschmerzen sind eine gewaltige Anstrengung der gesamten Körperkräfte und halten auch den Geist in einer dauernden untergründigen Anspannung und Sorge um Funktionieren und Schutz des Körpers und der jeweils benutzten Organe, was den Verschleiß und das Altern des Körpers bewirkt – aber das alles geschieht schon so lange, dass der Mensch es so wenig merkt, wie der Fisch das Wasser merkt, in dem er geboren ist und ununterbrochen lebt. Er beachtet nur, was ihm der jeweilige Sinneseindruck an Angenehmerem oder Unangenehmerem bringt. Bei angenehmem Sinneseindruck hat er den großen Dauerschmerz plus kurzem Wohlgefühl, und beim unangenehmen Eindruck hat er zum gleichen großen Dauerschmerz noch das kurze Schmerzgefühl. Er registriert in seinem Bewusstsein eben nur die kurz aufkommenden Gefühle, nicht aber den unterbrechungslos erlittenen Dauerschmerz.

Die Sinnesdränge lauern auf Befriedigung, sie sind ein permanenter Mangel und Sog, verursachen damit ein dauerndes Mangelgefühl, Minusgefühl, Wehgefühl, Leiden, das jedoch wegen der fast ununterbrochenen Dauer als normaler Seinszustand empfunden wird, wie beim Aussatzkranken das permanente Jucken zu seinem gewohnten Erleben geworden ist. Die Aussätzigen, deren Körper mit juckenden Wunden bedeckt sind, sehen sich gezwungen, wie es der Erwachte in M 75 schildert, an glühenden Kohlen diese Wunden auszudörren und die fauligen Fetzen davon herabzureißen. Wenn aber der

Aussätzige durch einen Arzt von der Krankheit völlig geheilt ist, dann denkt er nicht mehr daran, sich diesen Schmerzen an den glühenden Kohlen auszusetzen, und kann den von Schmerzen Getriebenen nicht beneiden. So ist das gesamte sinnliche Leben, die Befriedigung durch sinnliche Wahrnehmung, dem Aufenthalt eines Aussätzigen an einer glühenden Kohlengrube zu vergleichen.

Hinzu kommt: Je größer beim Menschen die Sucht ist und je längere Zeit sie unbefriedigt bleibt, um so rücksichtsloser muss er wegen des inneren entsetzlichen Mangelgefühls trachten, diese Sucht zu erfüllen. Zu der Zeit kann er weder den Weg zu seiner Befreiung noch die Bedürftigkeit der Nächsten auch nur sehen. Der Befriedigung versprechende Gegenstand füllt sein ganzes Blickfeld aus und erscheint ihm blendend, verheißend, verlockend, mit unwiderstehlicher Gewalt. Der Erwachte schildert (M 13), wie durch zunehmendes Begehren Spannungen, Zwietracht, Streit immer mehr zunehmen; Hass entsteht, Misstrauen, Argwohn, Wut, Zorn und Tätlichkeiten in der Familie, im Beruf, unter Freunden, in der Nachbarschaft, zwischen Volksgruppen, Völkern, alles nur durch Begehren bedingt. Dadurch kommt der Mensch zu üblen Worten und Taten. So wird er in diesem Leben dann ein Rücksichtsloser, ein Brutaler. Und nach dem Tod kehrt dieser Triebkomplex zu seinesgleichen ein, wo Rücksichtslosigkeit und Brutalität herrschen und wo auf ihn zurückfällt, was er an Verweigern und Entreißen gewirkt hat. Das ist weiteres Leiden, dessen Ursache das sinnliche Begehren ist. – Mit der Sinnensüchtigkeit ist auf die Dauer keine Sicherheit vereinbar.

Wer aber die Auflösung des Schmerzzustands in der Entrückung erfahren hat, der ist darauf aus, diese immer wieder zu erfahren. Und der Kenner der Lehrreden weiß, mit welchen kaum zu übertreffenden Ausdrücken der Erwachte die Seligkeiten der weltlosen Entrückungen schildert und wie er seine Nachfolger immer wieder anspornt, auf diese hin zu wirken. Ebenso lesen wir in den „Liedern der Mönche und Nonnen“ von vielen buddhistischen Erfahrern der weltlosen Entrückun-

gen das höchste Lob über diese Seinsweise. Das gleiche Lob hören wir aber auch von den Erfahrenen in vielen anderen Religionen, so auch in der christlichen Mystik. Auch die christlichen Mystiker versuchten, sich von sinnlichem Begehren zu befreien. Diese Bestrebung wurde im Abendland im Mittelalter die „unio“ genannt, das Bestreben, durch Abwendung vom Außen zur inneren Einheit zu kommen. So schildert *Ruisbroeck* die Erfahrung der Einheit:

*Ich habe die selige Ewigkeit gefunden,  
ich hab sie gefunden im innersten Grunde.  
Des freut sich mein Geist, und es jubelt die Seele:  
besiegt ist die Erde, verschwunden die Zeit.*

Aus dieser Erfahrung heraus rät und verheißt *Ruisbroeck*:

*So kehre denn einwärts und lebe im Grunde,  
steig über die Sinne, hier lebet das Leben.*

*Ruisbroeck* spricht hier von „ewiger Seligkeit“, aber auch er musste erleben, dass die weltlosen Entrückungen nicht von Dauer sind, sondern doch wieder vergehen.

Der Erwachte sagt: Wer von dem Erlebnis der Entrückung „zurückkehrt“, d.h. durch Wiedereinsetzen sinnlicher Wahrnehmung sich wieder seines Körpers und der Umgebung, also einer Situation innerhalb der „Welt“ bewusst ist, der weiß dann in seinem Gedächtnis zwei vorher ungeahnte, zwei weltlöschende, todlöschende und Freiheit eröffnende Erfahrungen. Er weiß zunächst, dass in der Entrückung vom Ich- und Welt-Erlebnis, in dieser dinglosen, raumlosen und zeitlosen Freiheit eine Seligkeit ohnegleichen erfahren wurde, in welcher er nur zu gern immer und ewig weilen möchte – denn nun erst nach dem Erlebnis weltlosen Friedens spürt und ermisst er, wie reibungsvoll und schmerzlich der prasselnde Ansturm der Vielfaltserlebnisse eines Ich in ständiger Begegnung mit Umwelt und den gesamten dadurch gegebenen Problemen ist.

Aber darüber hinaus erfährt er noch eine ganz andere Wahrheit. Der Erwachte bezeichnet das gesamte sinnliche Erleben als „Blendung“ und vergleicht es mit dem Hinstarren auf Luftspiegelungen in der Wüste, auf Fata Morgana-Szenen, und darum bezeichnet er die aus der lebenslänglichen Kette dieser Sinneserlebnisse aufgebaute Weltvorstellung und Lebensvorstellung als „Wahnwissen“, und er erklärt immer wieder, dass alle aus diesem Wahnwissen (*avijjā*) hervorgehenden Bestrebungen und Aktionen der „sich“ erlebenden Wesen nur zu fortgesetzten wahnhaften Weitergestaltungen von Welterlebnissen führen mit immer anderen wechselnden sog. „Lebensläufen, Lebensbahnen“ mit immer wieder neuer Geburt und neuem Altern und Sterben.

Die Entrückungen aber, in denen ja von dem weiteren Ausspinnen des Wahns zurückgetreten wird, in welchen zeitlose Seligkeit herrscht – diese bezeichnet der Erwachte als „Wahrheitswahrnehmung“ (*sacca-saññā* – D 9). Er weiß, dass das Erlebnis der weltlosen Entrückung wahrer ist als die sinnliche Wahrnehmung von Ich und Umwelt mit Raum und Zeit, die eine grobe Trug-Wahrnehmung ist. Und der Erwachte bezeichnet die Entrückungen als „Wohl der Befreiung“ (*nekhammasukha*) und als „Wohl der Erwachung“ (*sambodhi sukha* – M 139), und er empfiehlt, dieses Wohl der Erwachung immer stärker anzustreben, immer mehr darin zu wohnen und durch sie hindurch zu noch weiteren heileren Zuständen zu erwachen. – Das ist eine totale Umkehrung der naiven Auffassung von Wirklichkeit, des „naiven – d.h. nur dem diesseitigen Erleben verhafteten – Realismus“. Unser Erleben hat den Wirklichkeitscharakter von Träumen, die ja mit ihren gesamten Inhalten für die Dauer ihres Bestands auch wirksame Wirklichkeit sind, Schmerzen und Freuden bringen – die aber übersteigbar, transzendierbar sind.

Der Erwachte bezeichnet die Entrückungen als Wohl der Erwachung, weil in diesem Zustand die gesamten Wahn-Szenen und ihre Wahndramatik, die der weltgläubige Mensch für unentrinnbare Realität hält, der er sich ausgeliefert glaubt,



unterbrochen sind und aufgehört haben. Sie haben so aufgehört, wie wenn ein Fieberkranker, der von Delirienbildern bald gequält und bald verzückt wird und der ohne Wissen um seine Krankheit von einer erlebten Szene in die andere stürzt, nun durch die vom Arzt gegebene richtige Medizin zunächst zu dem Zustand des erquickenden traumlosen Schlafs kommt, der ihn von der Fieberbilderwelt mit allen ihren Wahnängsten befreit. So auch ist das Erlebnis der Entrückung – der Entrückung von der Fata Morgana-Szenerie und von der Ausrichtung des menschlichen Willens auf die dort gespiegelten Bilder – ein gewaltiger Schritt in Richtung auf die endgültige Erwachung und Erlösung.

Wenn durch Wiedereintritt sinnlicher Wahrnehmung die Erfahrung der seligen Weltlosigkeit beendet wird, dann weiß der sich wieder Vorfindende nun mit jener der lebendigen Erfahrung innewohnenden Überzeugungskraft, dass er während der seligen friedvollen Einigung nicht etwa vorübergehend die Augen vor der Welt verschlossen oder die Welt „verlassen hatte“, sondern vielmehr eine Zeitlang das ununterbrochene Erzeugen und Ausspinnen von Weltsituationen eingestellt, dass er eine Pause hatte in diesem ununterbrochenen Produzieren von Welt (*sankhāra*). Er sieht nun, dass das Welttheater insofern Wirklichkeit und Wirksamkeit ist, als es von Augenblick zu Augenblick aus der wahnhaften Weltgläubigkeit her gewirkt und weitergewirkt wird – und er weiß nun, dass man das mühselige, schmerzliche Weltwirken und Weiterwirken aufgeben kann.

Der Erwachte spricht von einem tiefen, unbewussten, untergründigen Fundus all unserer je und je erfahrenen Erlebniszenen, denen wir uns begehrend und verlangend zugewendet hatten, und all der noch zahlreicheren Erlebnisszenen, von welchen wir uns abgestoßen, erschreckt, entsetzt oder zornig abgewandt hatten und die wir im Abgrund der Vergangenheit versenkt und erledigt wännen. Diesen Fundus der gesamten im Innern mit der Kraft von Gier, Hass, Blendung verborgen wogenden „unbewältigten Vergangenheit“ nennt der Erwachte

*citta* – was wir als „Herz“ oder „Seele“ bezeichnen – und er vergleicht es (S 22,100) mit einem Maler, der schon lange, lange dasitzt und immer vor sich hinmalt, Szene um Szene, entzückende und schreckliche – die Kette der je aufkommen- den Erlebnisse – und der malend von diesen selbst gemalten Szenen weiter entzückt und weiter erschreckt wird und darum das Entzückende weiter ausmalt und das Erschreckende weiter ausmalt zu immer neuen Gestalten, Mannesgestalten, Frauen- gestalten, als welche „wir“ „uns“ erleben, zu immer neuen „Existenzen“ auftauchend. Und er sagt von jeder einzelnen Gestalt – von dem durch die Wahrnehmung sich in einer „Umwelt“ erfahrenden „Ich“ – *Eine Episode nur des citta, des Herzens: das ist dieser Sterbliche. (A X,208)*

Aus dem Dichten und Trachten des von Gier und Hass bewegten Herzens werden ununterbrochen die Szenen gewirkt und weitergestaltet, die der Geblendete als die Welt begreift – und sich mitten darin. So sagt der Erwachte (S 12,15):

*Die Gewohnheitsbande, immer heranzutreten, zu ergreifen, Stellung zu nehmen, dabei zu verbleiben – das ist praktisch diese Welt.*

Und das bedeutet ja: Diese Welt, die du kennst, die du erlebst, von welchem Erleben allein du „Welt“ behauptest, diese Welt ist gewirkte, wirksame Wirkung aus wahnbedingtem Wirken. Solange diese Szenerie fasziniert, so lange malt Maler „Herz“ weiterhin aus, wirkt weiter und bleibt so lange diesen gewirk- ten Wirktheiten so ausgeliefert wie der Träumende seinen Träumen. – Aber durch das beharrliche aufmerksame Vor- wärtsdringen auf dem vom Erwachten beschriebenen acht- gliedrigen Heilsweg werden zu ihrer Zeit die den Ich- und Weltwahn löschenden, Raum und Zeit, Altern und Sterben löschenden Entrückungen erfahren, und dadurch wird erfah- ren, dass es die Möglichkeit gibt, das weitere Bewirken sol- cher Wirkungen, das weitere Ausmalen solcher Szenenfolgen, das weitere Ausspinnen solcher Gespinste einzustellen.

Die Wahrheits-Wahrnehmung, die durch die erste Entrückung entsteht, ist noch eine relative, sie wird immer feiner und wahrer bis zur vierten weltlosen Entrückung. Dann aber ist sie dem vollkommenen Nibbāna ganz nahe, der letzten und höchsten Wahrheit, wo kein Gefühl und damit keine Wahrnehmung erscheinen. Das ist das Wahre<sup>20</sup>, nach dem der vom Erwachten Belehrtete sucht, wie es in unserer Lehrrede heißt. Das Wahre ist immerwährende, vollständige Freiheit von Schmerz, ein über alle Sagbarkeit hinausgehender Friede durch Überwindung auch des feinsten Ergreifens, durch Lösung von allen fünf Zusammenhäufungen, die Triebversiegung. Zu diesem letzten und höchsten Ziel führt der Erwachte mit seiner Wegweisung.

Die zweite Entrückung: geistiger Schmerz geht unter

*Da steigt, ihr Mönche, einem Mönch, der ernsthaft strebend in der Ablösung (von Sinnendingen) verweilt, der vorherrschende geistige Schmerzzustand (domanassindriya) auf. Da weiß er klar: „Aufgestiegen ist mir hier dieser geistige Schmerzzustand. Dieser ist etwas Erscheinendes, etwas Bedingtes, ist etwas Zusammengesetztes, Verursachtes. Jetzt verstehe ich: Dass dieser geistige Schmerzzustand etwa keine (vorübergehende) Erscheinung sei, bedingungslos, nicht zusammengesetzt und ohne Verursachung bestünde: das gibt es nicht.“ Ein solcher Mönch versteht nun klar, was der geistige Schmerzzustand ist, kennt sein Entstehen und Vergehen und versteht, wo der aufgekommene geistige Schmerzzustand restlos untergeht.*

---

<sup>20</sup> tathatta = Soheit, das was so ist, wie es scheint, das Wahre, das Nibbāna. M 137: Auch der gewonnene Gleichmut wird vom Heilsgänger überschritten in dem Gedanken: „Das ist noch nicht die Soheit, das Wahre (atammayata = a-tad-ya-ta, Nicht-so-heit).“

*Und wo geht, ihr Mönche, dieser bedingt aufgestiegene geistige Schmerzzustand restlos unter?*

*Nach Vererbung auch des Bedenkens und Sinnens verweilt er in innerem seligem Schweigen, in des Gemüts Einigung.*

*Und so tritt die von Denken und Sinnen befreite, in der Einigung geborene Entzückung und Seligkeit ein, der zweite Grad weltloser Entrückung.– Dort nun geht der bedingt aufgestiegene geistige Schmerzzustand restlos unter.*

*Ein solcher, ihr Mönche, wird Mönch genannt, ein Kenner der Ausrodung des geistigen Schmerzzustands, der das Herz auf das Wahre (das Nibbāna) ausrichtet.*

Die erste Voraussetzung, um überhaupt in diesem Leben nach Wahrheit, Sicherheit und Heil zu suchen, besteht darin, dass ein Mensch weit mehr die Gemüts-Gefühle (*cetasika vedanā*) beachtet als die Gefühle der fünf Sinnesdränge (*kāyika vedanā*). Nur ein solcher erfährt so intensiv die innere Triebhaftigkeit und deren Vielgestaltigkeit, dass er danach fragt, wie er mit sich zurechtkommt und nicht nur mit der Welt. Zwei Beispiele für gemüthafes Gefühl: 1. Der Trieb, das geistige Anliegen des Geltungsdrangs, des Seinwollens (*bhavatanhā*) ist die Ursache, dass Schmerz aufsteigt und empfunden wird, wenn dem Geist abschätzende Äußerungen gemeldet werden, die den Geltungsdrang verletzen, die „mich“/„uns“ mindern wollen. Die Worte können mit freundlichem Gesicht und aus einem schönen Mund gesagt werden, sie tun nicht sinnlich, nicht äußerlich weh, sondern „wir“ fühlen „uns“ in unserem inneren Sein getroffen. 2. Der soziale Trieb, dem anderen wohl zu tun, führt dazu, dass Freude beim Freudemachen aufsteigt und den Geist des Menschen längere Zeit erfüllt – ebenfalls ein nicht sinnliches, sondern ein gemüthafes Gefühl.

Weit stärker als die körperlich-sinnenhaften Gefühle, die bei Berührung der sinnlichen Triebe ausgelöst werden,

bestimmen den Menschen die geistig-gemüthhaften Gefühle, und zwar Gefühle aus äußerstem Hass bis zu solchen aus äußerster Ich-Du-Gleichheit und Gefühle aus äußerstem Schadenwollen bis zu solchen aus äußerstem Erbarmen. Der nach außen Blickende, dessen fünf Sinnesdränge nach außen gerichtet sind, beachtet die inneren Vorgänge wenig und sucht in erster Linie bei den Formen, Tönen, Düften, Säften, Tastungen nach Gelegenheiten, um seine Wünsche zu erfüllen. Er merkt nicht, dass er selbst ein dynamischer Apparat ist, der verstanden und beherrscht werden muss, statt ihm einfach blind zu folgen.

In der ersten Entrückung heißt es (D 9), geht die Sinnensucht-Wahrnehmung unter (*kāma-saññā-nirodha*), d.h. durch den Fortfall der Sinnensucht fällt auch die Wahrnehmung von Sinnendingen fort, und großes inneres Wohl wird erfahren. Der Grundzustand dessen, der reif ist für die zweite weltlose Entrückung, unterscheidet sich von dem Reifezustand, der die erste weltlose Entrückung zur Folge hat, dadurch, dass der Mensch jetzt in seiner Entwicklung so weit ist, dass er keine Probleme mehr zu sinnen und zu bedenken hat, keine, die ihn kontinuierlich beschäftigen. Er ist sich im Klaren in Bezug auf die Lehre und sein Vorwärtsgen. Durch innere Ablösung und Helligkeit schweigen in dem Reifezustand, der der zweiten Entrückung vorausgeht, sogar heilsame, begeisternde, erhebende, emporziehende lehrgemäße Anblicke und Betrachtungen. Der Friede ist noch vollkommener. Der Erwachte sagt und der Erfahrer weiß, dass genau so wie die Sinneseindrücke auch die Denktätigkeit, das Denkenmüssen, ein Schmerz ist. Der Erwachte vergleicht den Reifezustand, der die zweite Entrückung einleitet, mit einem See, der keine Zuflüsse bekommt (Sinneseindrücke) und auch keinen Regen von oben (Denken), sondern nur von einer unterirdischen Quelle gespeist wird – der eigenen Substanz, der eigenen hellen Befindlichkeit, der inneren Abgelöstheit. Nach der Rückkehr in die sinnliche Wahrnehmung wird sich der Erfahrer des geistigen Schmerzes durch das ununterbrochene Denkenmüssen – und seien es auch

heilsame Gedanken – bewusst. Er erinnert sich, dass er in der Entrückung eine Zeitlang ohne Schmerz war. Nun kann er den gerade erfahrenen schmerzlosen Zustand der Denkstille, den er noch nie – nicht einmal im Schlaf – erlebt hat, vergleichen mit seinem normalen groben Schmerzzustand durch die Tätigkeit der fünf Sinnesdränge und des sechsten, des Denkdrangs, die der Erwachte mit Klingenhieben und dem Nagen von Insekten an offenen Wunden vergleicht. Erst wenn diese Wahrnehmungen einmal durch einen ganz anderen Seinszustand überstiegen sind, kommt der Mensch zu der überwältigenden Erkenntnis, in was für einer Schmerzhaftigkeit, in was für einem gewohnten Leidenszustand durch die Sinnensüchte einschließlich des Denkenmüssens er lebt.

Die dritte Entrückung: körperliches Wohl geht unter

*Da steigt, ihr Mönche, einem Mönch, der ernsthaft strebend in der Ablösung verweilt, der vorherrschende körperliche Wohlzustand (sukh-indriya) auf. Da weiß er klar: „Aufgestiegen ist mir hier dieser körperliche Wohlzustand. Dieser ist etwas Erscheinendes, etwas Bedingtes, ist etwas Zusammengesetztes, Verursachtes. Jetzt verstehe ich: Dass dieser körperliche Wohlzustand etwa keine (vorübergehende) Erscheinung sei, bedingungslos, nicht zusammengesetzt und ohne Verursachung bestünde: das gibt es nicht.“ Ein solcher Mönch versteht nun klar, was der körperliche Wohlzustand ist, kennt sein Entstehen und Vergehen und versteht, wo der aufgekommene körperliche Wohlzustand restlos untergeht.*

*Und wo geht, ihr Mönche, dieser bedingt aufgestiegene körperliche Wohlzustand restlos unter? Mit der Beruhigung auch des Entzückens lebt er oberhalb und außerhalb von allem sinnlichen Wohl und Wehe in unverstörtem Gleichmut (upekha) klar bewusst in ei-*

*nem solchen körperlichen Wohlsein, von welchem die Heilskenner sagen: „Dem in unverstörtem Gleichmut klar bewusst Verweilenden ist wohl.“*

*Ein solcher gewinnt den dritten Grad der weltlosen Entrückung und verweilt in ihr. Dort nun, ihr Mönche, geht der aufgekommene körperliche Wohlzustand restlos unter. Ein solcher, ihr Mönche, wird Mönch genannt, ein Kenner der Ausrodung des körperlichen Wohlzustands, der das Herz auf das Wahre (das Nibbāna) ausrichtet.*

Die Veränderung der Wahrnehmung durch das Erlebnis der dritten Entrückung bei dem von der Entrückung Zurückgekehrten schildert der Erwachte in D 9:

*Dem geht die frühere feine Wahrheits-Wahrnehmung unter, die aus der in der Einigung geborenen Entzückung und Seligkeit entstand. Eine feine Wahrheits-Wahrnehmung geht zu dieser Zeit auf, die durch das Wohl unverstörten Gleichmuts entsteht. Er nimmt eine feine Wahrnehmung wahr, die durch das Wohl unverstörten Gleichmuts entsteht. So kann durch Übung die eine Wahrnehmung aufgehen, durch Übung die andere Wahrnehmung untergehen.*

Der zur dritten Entrückung Fähige hat schon viele Male die erste und zweite Entrückung erfahren. Er lebt vorwiegend im Heilen, in dem klaren Wissen, dass es Höheres als die sinnliche Wahrnehmung gibt. Er ist einer, der die hohen Gedanken, die früher bei ihm Begeisterung und Entzücken auslösten, schon so gewohnt ist, dass er darüber nicht mehr begeistert und entzückt ist, nicht mehr im Geist davon bewegt ist. Denn seine Herzens- und Gemütsverfassung ist nicht mehr von solcher Beschaffenheit, dass die ablösenden Gedanken ihn nur gelegentlich wie ein Sonnenstrahl berühren. Er ist den Son-

nenschein, brahmisches Niveau, Freiheit von Sinnensucht, Mitempfinden, Schonen, gewöhnt.

Bei der ersten und zweiten Entrückung hat erst der emporreißende Zustand von Begeisterung und Entzücken vermocht, ihn von der Sinnensucht ab und nach innen zu lenken, weil er noch von Sinnensucht durchdrungen war.

Aber jetzt ist er dauerhaft frei von Sinnensucht, ein vom Aussatz Genesener, der den Maschinenraum verlassen hat. Berührungen finden noch statt, aber treffen den von Sinnensucht Freien nicht mehr, so wie Gift nicht die heile Haut durchdringt. Es gibt keine offenen Wunden mehr, an denen Insekten fressen könnten. Das unbewusste Lechzen, das dauernde Verlangen der Sinnesdränge im Wollenskörper, das den Fleischkörper durchzieht und das wir als Gefühlsschwall von Wohl und Wehe spüren – ununterbrochen reizende Wunden, die nach dauerndem Kratzen und Reißen rufen und den Menschen zwingen, zu sehen, zu hören usw. – ist nicht mehr. Diese Entspannung wird als großes körperliches Wohl empfunden. Denn der grobstoffliche Körper eines von Sinnensucht erfüllten Menschen ist verkrampft, wird aber völlig entspannt und locker und als leicht empfunden, wenn die Verspannung durch die Sinnensucht fortfällt. Die Empfindlichkeit durch die Triebe ist nur Schmerz, auch wenn der Wahnsinnsbefangene manche dieser Schmerzen, die sinnlichen Befriedigungen, als Wohl empfindet und bezeichnet, weil er wirkliches Wohl gar nicht kennt.

Der von Sinnensucht Freie verweilt in einem körperlichen Dauerwohl. Er empfindet dies nicht als Wohlgefühl (*sukha vedanā*), sondern er verweilt im Wohl (*sukha viharati*) als Dauerzustand mit stiller Beobachtung, geistesgegenwärtig in völliger Klarheit – wie ein nicht damit Verbundener, wie ein Abgelöster. Er verweilt gleichmütig in Bezug auf den Körper. Die fünf Sinne sind unempfindlich geworden, keine körperlichen Triebe antworten mehr auf Berührung. Das Erreichte im Geist registrierend, empfindet er geistiges Wohl, freut sich darüber.



Wenn diesem Mönch nun in der dritten Entrückung, in der kein Körper und keine Welt erlebt werden, sinnliche Wahrnehmung fortfällt, dann kann auch kein körperliches Wohl mehr empfunden und beobachtet werden, und das ist das noch größere Wohl der Freiheit von Wahrnehmung überhaupt, deren er sich erst nach Rückkehr in die sinnliche Wahrnehmung bewusst wird in dem Merken, dass auch die Wahrnehmung von Wohl noch Belästigung ist.

In der Entrückung schwindet auch die Wahrheitsgegenwart (*sati*), aber wenn er wieder zur sinnlichen Wahrnehmung, zur Begegnungswelt, zurückkehrt, bedarf er der Wahrheitsgegenwart.

Die vierte Entrückung: geistiges Wohl geht unter

*Da steigt, ihr Mönche, einem Mönch, der ernsthaft strebend in der Ablösung verweilt, der vorherrschende geistige Wohlzustand (somanass-indriya) auf. Da weiß er klar: „Aufgestiegen ist mir hier dieser geistige Wohlzustand. Dieser ist etwas Erscheinendes, etwas Bedingtes, ist etwas Zusammengesetztes, Verursachtes. Jetzt verstehe ich: Dass dieser geistige Wohlzustand etwa keine (vorübergehende) Erscheinung sei, bedingungslos, nicht zusammengesetzt und ohne Verursachung bestünde: das gibt es nicht.“ Ein solcher Mönch versteht nun klar, was der geistige Wohlzustand ist, kennt sein Entstehen und Vergehen und versteht, wo der aufgekommene geistige Wohlzustand restlos untergeht.*

*Und wo geht, ihr Mönche, dieser bedingt aufgestiegene geistige Wohlzustand restlos unter?*

*Nachdem er über alles Wohl und Wehe hinausgewachsen ist, alle frühere geistige Freudigkeit und Traurigkeit völlig gestillt hat und in einer über alles Wohl und Wehe erhabenen bewussten Gleichmutsreine*

*(upekhā-sati-pārisuddhi) lebt, da erlangt er die vierte Entrückung und verweilt in ihr. Dort nun, ihr Mönche, geht der aufgekommene geistige Wohlzustand restlos unter. –*

*Ein solcher, ihr Mönche, wird Mönch genannt, ein Kenner der Ausrodung des geistigen Wohlzustands, der das Herz auf das Wahre (das Nibbāna) ausrichtet.*

Die Veränderung der Wahrnehmung bei dem von der vierten Entrückung Zurückgekommenen schildert der Erwachte in D 9:

*Dem geht die frühere feine Wahrheits-Wahrnehmung unter, die durch das Wohl unverstörten Gleichmuts entstand. Eine feine Wahrheits-Wahrnehmung geht zu dieser Zeit auf, die durch Abwesenheit von Wehe und Wohl entsteht. Er nimmt eine feine Wahrheit wahr, die durch Abwesenheit von Wehe und Wohl entsteht. So kann durch Übung die eine Wahrnehmung aufgehen, durch Übung die andere Wahrnehmung untergehen.*

Der zur vierten Entrückung Fähige befindet sich in geistigem Wohl, in der Freude über das Erreichte. Körperliches Wohl durch die Überwindung sinnlicher Triebe ist er schon so gewöhnt, dass es ihm nicht mehr auffällt. Aber auch die geistige Freude klingt mit der Gewöhnung ab, er nimmt keine Stellung mehr zu den erfahrenen inneren Befindlichkeitszuständen, ist sich eines Gleichmuts, rein von allen Wohl- und Wehgefühlen bewusst. Er hat Gefühl als Belästigung abgetan und hat nun keine Empfindlichkeit mehr, hat jedes bedingte Wohl durch erhabenen Gleichmut überstiegen, wohnt in stillem, erhabenem Frieden, ist wie im Zustand eines Geheilten, frei von allen Trieben, allen Regungen (M 66), unempfindlich der Welt und dem einst als Ich Angenommenen gegenüber. In der vollkommenen Gleichmutsreine des zur vierten Entrückung Fähigen ist

alle Blendung, alle Einbildung und Täuschung von Welter-scheinung fort, an die glaubend der Geist im Wahn lebt. (M 44)

Dass ein solcher Mönch außerhalb der Entrückungen, wenn er sich des Körpers in der Welt bedient, noch Mitwesen bemerkt, liegt daran, dass er in der früheren Zeit seines Lebens als normaler Mensch wahrgenommen und darum in seinem Geist eine Weltvorstellung mit Beziehungen zur Mitwelt gepflegt hat. Aus diesen Beziehungen ist durch seine innere Reinigung Wohl und Wehe, Zuneigung und Abneigung fast ganz herausgezogen, und was für den normalen Menschen die „bunte Welt mit ihren Freuden und Leiden“ ist, davon ist für ihn nur eine zarte, dünne Skizze übrig geblieben, von welcher er immer wieder völlig zurücktreten kann in die Entrückung.

Wenn in der vierten Entrückung die sinnliche Wahrnehmung fortfällt, dann verweilt er in einer dem in Sinnensucht Befangenen unvorstellbaren Ruhe, in der es kein Denken, Fühlen und Wissen gibt. Von der vierten Entrückung heißt es, dass in ihr auch die vegetativen Körperfunktionen, wie Atem und Herzschlag, aufhören. ( A IX,31)

Von der vierten Entrückung zurückgekehrt, ist sich der Mönch wieder des über Wohl und Wehe erhabenen Gleichmuts bewusst, von dem es in M 140 heißt: *So bleibt nur noch der Gleichmut übrig, der völlig geläutert ist, geklärt, geschmeidig, formbar, leuchtend.* Aber auch diesen geradezu allmächtigen Gleichmut, den viele bis hierhin Fortgeschrittene auf Vorstellungen der Formfreiheit richten, wie es in M 140 heißt, ergreift der in unserer Lehrrede genannte Heilsgänger nicht. *Er wirkt nichts mehr zusammen.* Derjenige, der der höchsten Freiheit zustrebt, erkennt, dass die Freiheit in der totalen Wahrnehmungsfreiheit besteht, in welcher Ich und Welt aufgehoben sind, und löst sich von jeglichem Gerichtetsein auf irgendeine Wahrnehmung. Denn jede Wahrnehmung erkennt er als unbeständig und darum leidhaft. Von einem solchen heißt es in unserer Lehrrede:

Auflösung von Gefühl und Wahrnehmung:  
Gleichmut geht unter

*Da steigt, ihr Mönche, einem Mönch, der ernsthaft strebend in der Ablösung verweilt, der vorherrschende Gleichmutszustand (upekhindriya) auf. Da weiß er klar: „Aufgestiegen ist mir hier dieser Gleichmutszustand. Dieser ist etwas Erscheinendes, etwas Bedingtes, ist etwas Zusammengesetztes, Verursachtes. Jetzt verstehe ich: Dass dieser Gleichmutszustand etwa keine (vorübergehende) Erscheinung sei, bedingungslos, nicht zusammengesetzt und ohne Verursachung bestünde: das gibt es nicht.“ Ein solcher Mönch versteht nun klar, was der Gleichmutszustand ist, kennt sein Entstehen und Vergehen und versteht, wo der aufgekommene Gleichmutszustand restlos untergeht.*

*Und wo geht, ihr Mönche, dieser bedingt aufgestiegene Gleichmutszustand restlos unter?*

*Da erreicht ein Mönch nach Überwindung der Vorstellung der Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung die Auflösung von Gefühl und Wahrnehmung und verweilt in ihr. Dort nun, ihr Mönche, geht der aufgekommene Gleichmutszustand restlos unter.*

*Ein solcher, ihr Mönche, wird Mönch genannt, ein Kenner der Ausrodung des Gleichmutszustandes, der das Herz auf das Wahre (das Nibbāna) ausgerichtet hat.*

Weil der so weit fortgeschrittene Heilsgänger über den erworbenen Gleichmut nicht erfreut ist, ihn nicht begrüßt, sich nicht auf ihn stützt, ist die programmierte Wohlerfahrungssuche nicht daran gebunden. So gewinnt er durch Aufhebung allen Wollens – auch des Wollens, des Begrüßens von Gleichmut – die Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung, in der die Wahrnehmung zeitweise aussetzt, „die Grenzscheide mög-

licher Wahrnehmung“, wie K.E. Neumann übersetzt. Wenn der unvorstellbare Frieden der Grenzscheide, diese stillste aller Wahrnehmungen, von dem Wunsch, der Tendenz nach Ruhe und Frieden positiv bewertet und damit ergriffen wird – etwa in dem Gedanken: „Das ist die Ruhe, das ist der Frieden“ – der Erwachte bezeichnet es als das höchste Ergreifen (M 106) –, so bleibt der Übende mit dieser erhabenen Wahrnehmung lange Zeiten hindurch verbunden. Bei einem darüber nicht Belehrten kommen dann irgendwann latent gewesene Triebe wieder auf, und das Wesen sinkt abwärts. Aber der zum Heilsgänger erwachsene Mönch des Erwachten weiß: Der Erwachte bezeichnet diese zarteste aller möglichen Wahrnehmungen, die an der Grenze zum Nirvāna liegt, auch noch als „etwas“ (*sakkāya*):

*Aber nicht die Erfahrung von etwas (sakkāya) ist der unvergängliche Friede der Todlosigkeit, sondern dies: die Freiheit von allen Herzenstrieben, die durch Nichtergreifen gewonnen wird. (M 106)*

Daraus zeigt sich die vom Erwachten unterlegte umfassendste Bedeutung dieses Wortes als „etwas“. Der Erwachte versteht unter *sakkāya* (s. auch M 44 und M 109) alle fünf Zusammenhäufungen einzeln und auch zusammen, und er versteht unter *sakkāya-ditthi*, dass man sich mit (*sa*) etwas (*kāya*), d.h. mit der einen oder anderen dieser fünf Zusammenhäufungen oder allen identifiziert. Die letzte feinste Wahrnehmung ist also noch etwas. Wenn der Erleber auch feinsten Wahrnehmungen diese nicht ergreift, sondern sich ihrer Wandelbarkeit und darum Unzulänglichkeit bewusst ist und jegliche in ihm aufsteigende Vorstellung loslässt, jegliches in ihm aufsteigende Wollen entlässt, gewinnt er die vollkommen triebfreie Erlösung, die Auflösung des letzten Wahns, indem er, wie in dieser Lehrrede gezeigt, die höchstmögliche Vertiefung erreicht, die völlige Aufhebung von Gefühl und Wahrnehmung, den Wegfall von allen fünf Zusammenhäufungen, die einen „Erleber von Erlebnissen“ entwerfen. In der totalen Gefühls- und Wahrnehmungs-Freiheit von Form und Nichtform sind alle

Vorstellungen aufgehoben. Dieses Erlebnis der Aufhebung von Gefühl und Wahrnehmung dauert höchstens sieben Tage und wird durch vorhergegangenen Entschluss beendet (M 44), denn während der Dauer dieses Zustands kann der Mönch wegen fehlender Wahrnehmung nichts beschließen. Diese Aufhebung von Gefühl und Wahrnehmung ist nur möglich bei völliger Triebversiegung und ist auch nur manchen Geheilten möglich, nämlich den „Beiderseit-Erlösten“, auch Gemütereilöste genannt, die die erhabenen Freiungen, die formfreien, erlebt haben. (M 70)

Wir können diesen Stand des Geheilten, der noch über die weltlosen Entrückungen und über die äußerste Grenze der Wahrnehmung hinaus geht, nicht verstehen, er ist unfassbar. *Abgelöst von der Daseinsader (bhava-netti) steht der Leib des Vollendeten da (D 1)* – ohne Empfindungssuchtkörper, ohne Wollenskörper, ohne Anziehung und Abstoßung. Diese verborgenen Wurzeln aller Erscheinungen sind abgeschnitten, so wie die Krone einer Palme abgeschnitten ist und nun nicht mehr wachsen kann, sondern eingeht. Der Baum gilt für die immer weitere Fortsetzung von Dasein, Samsāra, für jede Form des Daseins, in der es Ernährung (*āhāra*) gibt: Aufnahme von Luft, Sonnenenergie, Mineralien und Wasser, Umwandlung in Baumkörper mit Blättern und Zweigen. Ist aber die Krone eines Palmbaums abgeschnitten, dann gibt es keinen Austausch mehr, keine Ernährung, keinen Säftefluss mehr, keine Triebe nach „äußerem“ oder „innerem“ Erleben.

Die Wurzeln der Welt liegen im Herzen. Die Reinigung des Herzens bedeutet auch die Überwindung und Auflösung von „Welt“.

DAS GLEICHNIS VOM GOLDLÄUTERN  
„Angereichte Sammlung“ (A III,102-103)

Einleitung

Der durchschnittliche heutige Mensch kennt und bedenkt von den möglichen Entwicklungen des Menschen fast nur die des Körpers von der Jugend bis zu Alter und Tod – und die des Bewusstseins von dem fast leeren Bewusstsein des Säuglings zu zunehmender Kenntnis und Bildung bis zu den Wissenschaften. Er misst sich und andere nach dem Standort auf diesen beiden Entwicklungsbahnen und nach Wohlstand und Sozialstand.

Der tiefer blickende Mensch dagegen, der bei sich selbst hinter der Erscheinung des bewegten Körperwerkzeuges die geistig-seelischen Antriebe und Regulative, das Wollen, seine verborgenen Tendenzen und Neigungen erspürt und die Unabhängigkeit dieser unsichtbaren Dynamik vom Körper, ihre Zeitlosigkeit und Jenseitigkeit an sich erfährt - der weiß, dass sich diese verborgene geistig-seelische Dynamik, die sein persönliches Sein, sein Wollen und Empfinden ausmacht, nach dem Verlassen des Körpers doch weiterhin vorfinden wird mit allen bisherigen Problemen. Darum fragt er nicht nach dem jeweiligen Alter des Körpers, dagegen ist ihm von entscheidender Bedeutung, Näheres über den Charakter dieser geistig-seelischen Dynamik und über ihren Einfluss auf sein Wohl und Wehe, auf sein Schicksal zu erfahren.

Und da nun die heutige Geistesbildung einschließlich aller wissenschaftlichen Disziplinen immer nur um den Körper und die durch ihn erfahrbare „Welt“ kreist und ihm nicht die geringste Hilfe bietet für die Gestaltung seiner unausweichlichen Zukunft nach dem Verlassen dieses Körpers, so bedeuten ihm die vom Westen ausgegangenen möglichen Bildungsgrade ebenso viel und so wenig wie die Alterungsgrade des Körpers.

Ein solcher Mensch sucht zwei andere Entwicklungen deutlich in seinen Blick und gründlich in seinen Griff zu bekom-

men, weil er sich allein von diesen die entscheidende Hilfe verspricht, um nicht mehr blind geworfen und endlos umhergetrieben zu sein, sondern zur Meisterung des Daseins zu kommen.

Die erste Entwicklung, die er für sich ersehnt, ist die einer zunehmenden, immer weiterreichenden und immer tiefer vordringenden geistigen Erkenntnis der wahren Natur des Daseins, seiner Struktur und seiner Gesetzlichkeit, jenes Daseins, dem er sich durch das Heer seiner inneren Triebe, Tendenzen und Neigungen mit diesem Körper wie auch nach dessen Vernichtung ausgeliefert sieht.

So wie der Mensch, der in einem Atlas eine gründliche Beschreibung aller Landschaften unserer Erde studiert hat, dadurch zur Kenntnis ihrer unbewohnbaren und bewohnbaren Zonen, ihrer unterschiedlich fruchtbaren Gebiete bis zu den schönsten und herrlichsten Landschaften gelangt, so dass er bei entsprechenden wirtschaftlichen Mitteln sich an der besten Stätte der Erde niederlassen kann – ganz ebenso sucht der von der Unsterblichkeit seines Lebens und von der Unermesslichkeit des Umherwanderns in den unendlich mannigfaltigen Stätten des Daseins überzeugte Mensch nach einem Atlas oder einem Globus des Daseins, in welchem alle Stätten und die dahin führenden Wege eingezeichnet sind, um von da aus die Wege zu den erhabensten Stätten zu finden bis zu dem Ausgang aus dem gesamten Gefängnis des ununterbrochenen Geborenwerdens, Alterns und Sterbens, zur endgültigen Freiheit. So auch war die Sorge jener Heilssucher, welche sich früher an den Buddha wandten mit der Frage:

*Versunken bin ich in der endlosen Kette von Geborenwerden, Altern und Sterben und Wiedergeborenwerden, Altern und Sterben, in Leiden versunken, in Leiden verloren. O dass es doch einen Ausweg geben möge, um dieser ganzen Leidensmasse zu entrinnen. (M 29 u.a.)*

Die andere Entwicklung, welche der religiöse Mensch sucht, ergibt sich von selber aus der ersteren: Nach der Kenntnis des



Daseins samt der Wege zu den lichtereren Zonen bis zur Freiheit geht es ihm um die Entwicklung seines eigenen Wesens, der Triebe, Tendenzen und Neigungen seines Herzens, in derjenigen Weise, durch welche er selbst eben zu den immer heller werdenden Graden und Stätten gelangt bis zuletzt über alles hinaus zur Freiheit.

Diesen so suchenden und fragenden Menschen hat der Buddha – jedem die für ihn passende – Wegweisung gegeben. Der Leser ist Zeuge z.B. der Wegweisung, die Māgandiyo erfahren hat und der wieder andersartigen Wegweisung für Potaliyo. Es geht immer um dasselbe Dasein und um seine immer gleiche Struktur, aber der Standort der Menschen ist unterschiedlich, und die Kraft ihres Vorgehens ist unterschiedlich.

Die Gesamtheit der Wegweisungen, die uns mit den Reden des Buddha vorliegen, bildet tatsächlich einen Atlas, in welchem alle geistigen Zonen des Daseins, alle ihre Qualitäten und die Wege, die dahin führen und herausführen, vielfältig und in gegenseitiger Bestätigung und Ergänzung und in den unterschiedlichsten Maßstäben eingezeichnet sind.

Die folgende Rede des Erwachten, „Das Gleichnis vom Goldläutern“, bietet wieder eine der Wegweisungen durch die drei großen, dem normalen Menschen undurchschaubaren Daseinsbereiche und die entsprechenden Entwicklungsabschnitte. Unsere Menschenwelt mit ihrem Gemisch von Wohl und Wehe, Helligkeit und Dunkelheit, von gelegentlichem Glück und gelegentlichen Schrecknissen gehört in den untersten jener drei großen Bereiche – die Daseinsform der Sinnensucht – und hat dort ihren Platz etwa in der Mitte.

So zeigt die folgende Lehrrede zunächst die Entwicklung von unserem geistig-seelischen Status aus bis an die obere Grenze der Sinnensuchtwelt – und das ist die Entwicklung der „Tugend“, der rechten Begegnungsweise –, beschreibt dann den Übergang zu der ganz anderen Entwicklungsphase des mittleren der drei Abschnitte, in welchem man im „*samādhi*“ lebt – die nach Struktur und nach dem Wohlseinsgrad mit dem

unteren Bereich nicht mehr verglichen werden kann –, zeigt die fortschreitende Entwicklung dieses mittleren Grades bis zur obersten Grenze und dann den Übergang zu der übermenschlichen und überweltlichen Fähigkeit, die der dritten Etappe, der Heilsentwicklung, eignet. Diese wird „*paññā*“ genannt, das meistens mit „Weisheit“ übersetzt wird. Darunter wird die Überwindung der dem Menschen eigenen „Blendung“ verstanden, welche ihn hindert, das Dasein so zu sehen, wie es wirklich ist.

Der durch die beharrliche Läuterung bis zu diesem dritten Abschnitt Gelangte sieht und versteht jetzt die wahre Struktur und Gesetzmäßigkeit dieses bisher undurchschauten Daseins, sieht sich und erfährt sich in den höchsten und besten Möglichkeiten des Daseins und kommt zuletzt zu der Fähigkeit, den Ausgang aus dem gesamten Labyrinth zu erkennen und zu durchschreiten, womit er endgültig unverletzbar wird (*anāsavā*).

Hier folgt nun die Belehrung des Erwachten zunächst über den ersten der drei Entwicklungsgrade.

### Die äußere Reinigung des Goldes

*Beim Goldsand, ihr Mönche, gibt es grobe Unreinheiten wie mit Erde vermengter Sand und steiniger Kies. Der Goldwäscher schüttet den goldhaltigen Sand in eine Wanne und wäscht zuerst das Gestein aus.*

*Wenn das Gold von diesen groben Unreinheiten befreit und gereinigt ist, so bleiben noch mittlere Unreinheiten des Goldes übrig wie Kies und grober Sand. Der Goldwäscher befreit und reinigt das Gold nun gründlich auch von diesen Unreinheiten.*

*Sobald nun die mittleren Unreinheiten entfernt und geschwunden sind, so bleiben noch feine Unreinheiten des Goldsands übrig, wie feiner Sand. Der Goldwäscher befreit und reinigt das Gold nun auch von diesen*

*feinen Unreinheiten gründlich. Wenn auch diese feinen Unreinheiten völlig entfernt und geschwunden sind, so bleibt nur noch das mit Staub versetzte Gold übrig. Nun kommt der Goldschmied oder Goldschmiedegeselle, schüttet den Goldstaub in einen Tiegel und erhitzt ihn, aber das Gold setzt sich noch nicht ab, die Unreinheiten sind noch nicht ganz beseitigt, das Gold ist noch nicht geschmeidig und formbar, ist ohne Glanz, spröde und eignet sich noch nicht zur Verarbeitung.*

*Nach einiger Zeit erhitzt der Goldschmied oder Goldschmiedegeselle das Gold (genauer: den Goldstaub) wiederum, und das Gold setzt sich ab. Dieses solcherart gereinigte, von allen Unsauberkeiten befreite und abgesetzte Gold ist nun brauchbar geworden, ist nicht mehr spröde, sondern biegsam, schmiedbar und hat Glanz. Nun ist es tauglich zur Verarbeitung. Zu welchem Zweck der Goldschmied es auch immer verwenden will, sei es zu einem Armband oder zu Ohrringen, zu einem Halsschmuck oder zu einer goldenen Kette: für diesen Zweck ist es dann geeignet.*

So wie hier in dem Gleichnis zunächst von einer dreifachen Reinigung des goldhaltigen Sandes von allen äußeren Fremdkörpern die Rede ist, ganz ebenso zeigt der Erwachte zuerst eine dreifache Läuterung allein in der „Tugend“, in dem Begegnungsleben, auf und deutet hernach den Übergang zum samādhi an.

#### Die Läuterung des Mönchs

*Ebenso auch, ihr Mönche, gibt es bei einem Mönch, der seine hohe Herzensbildung anstrebt, grobe Befleckungen, wie schlechte Lebensführung in Taten, Worten und Gedanken. Diese gibt der einsichtige, strebens-*

*freudige Mönch auf, treibt sie aus, beseitigt sie, bringt sie zum Schwinden.*

*Sind diese aufgegeben und beseitigt, so bleiben für den Mönch, der die hohe Herzensbildung anstrebt, noch mittlere Befleckungen übrig, wie lustvolles Bedenken und Sinnen, Gedanken der Antipathie bis Hass und Gedanken des Schädigenwollens. Diese gibt der einsichtige, strebensfreudige Mönch auf, treibt sie aus, beseitigt sie, bringt sie zum Schwinden.*

*Sind auch diese aufgegeben und verschwunden, so bleiben für den Mönch, der hohe Herzensbildung anstrebt, noch feine Befleckungen übrig, wie Denken und Sinnen über Verwandtschaft und Völker, über Land und Leute und Wunschgedanken, nicht missachtet zu werden. Auch diese gibt der einsichtige, strebensfreudige Mönch auf, treibt sie aus, beseitigt sie, bringt sie zum Schwinden.*

*Sind diese aufgehoben und beseitigt, so bleibt nur noch Bedenken der Wahrheit übrig, Bedenken der Lehre. Doch ist diese Herzenseinigung (samādhi) noch keine rechte Stillung, noch nicht hohes, vollkommenes Gestilltsein und innere Einswerdung, sondern ist lediglich durch mühsame Zurückhaltung der geistigen Regsamkeit erreicht.*

*Es kommt aber die Zeit, ihr Mönche, wo das Herz bei sich ist (auf inneres Wohl gerichtet), es lässt sich dabei nieder, in Herzenseinigung geeint. Diese Herzenseinigung ist nun rechte Stillung, hohes, vollkommenes Gestilltsein, Herzenseinigung und ist nicht durch mühsame Zurückhaltung der geistigen Regsamkeit erreicht.*

Der hier in drei Stufen beschriebene Abschnitt der Tugendläuterung ist der erste, aber auch der grösste und umständ-

lichste und bewegteste der drei großen Entwicklungsabschnitte, die insgesamt vom normalen Menschentum bis zum endgültigen Heilsstand führen. Wer diesen ersten Abschnitt überwunden, ja, auch nur das Hauptstück davon hinter sich hat, der hat wahrlich den schwierigsten Teil des ganzen Entwicklungsgangs vollbracht.

Das zeigt der Erwachte auch in der Rede „Vom Rang des Gebändigten“ (M 125). Da vergleicht der Erwachte den normalen Menschen, der noch vor dieser ganzen Entwicklung steht, mit einem Mann, der sich vor einem großen hohen Felsen noch unten im Dschungel befindet. In diesem Bild gilt die Ersteigung und Bewältigung des Felsens für die hier in drei Stufen beschriebene Tugendläuterung.

Dann wird als zweites beschrieben, dass der Mann sich auf der Höhe des Felsens, gesichert vor dem Dschungel und all seinen Gefahren, hinlegt und ausruht. Das gilt für die Entwicklung des *samādhi*, der Herzenseinigung.

Endlich wird als drittes beschrieben, dass der Mensch, nachdem er sich völlig ausgeruht und alle Strapazen des Kletterns weit hinter sich gelassen und vergessen hat, nun von der oberen Plattform des Felsens – seiner jetzigen Daseins- und Lebensebene – ringsherum schaut: Jetzt erst sieht er alle Möglichkeiten des Daseins, wie sie wirklich sind; zuvor aber war ihm alles durch den Felsen verborgen und verdeckt. Dieser Zustand wird *paññā*, Weisheit, Klarblick, genannt, und er führt zur Erlösung im Heilsstand.

\*

Aber der Erwachte nennt auch die Voraussetzung, ohne welche kein Mensch sich entschließt, diese Entwicklung seines Wesens vorzunehmen und vor allen Dingen bis zu Ende zu bringen. Er sagt, dass nur ein solcher Mensch so vorgehen wolle, der „*seine hohe Herzensbildung anstrebt*“. Diese aber strebt nur ein solcher Mensch an, der die Lehre des Erwachten verstanden, die „rechte Anschauung“ gewonnen hat über die Unzulänglichkeit, Abhängigkeit, ja, Erbärmlichkeit des menschl-

chen Zustands und über die Möglichkeit, aus diesem Leiden heraus zum Heilsstand zu gelangen.

Der Buddha, der Erwachte, ist zuerst selbst aus diesem Daseinsschwahn (*avijjā*), in welchem wir uns befinden, erwacht und zum Heilsstand gelangt (zum freien Überblick von der Höhe des Felsens), und er hat aus den Erfahrungen seines Erwachungsgangs und seiner Heilsfindung seine Lehre und Wegweisung für die im Daseinsschwahn Befindlichen zusammengefügt.

Er sagt, dass wir uns nur darum so unsicher und abhängig vorfinden, wie wir uns vorfinden, weil unser Herz, unser Geist, unser Gemüt, oder wie immer man das Innere seines Seins bezeichnen mag, mit Gier, Hass, Blendung besetzt, „beschmutzt“ ist. Gier und Hass sind die ungezählten Triebe, Tendenzen und Neigungen, Zuneigungen und Abneigungen gegenüber den tausend Dingen und Erscheinungen unseres „Leben“ genannten Daseinstraumes. Durch diese Triebe erscheint uns alles als „wirklich“ – und das ist Blendung. Diese hält uns in fortgesetzten freudigen oder schmerzlichen Auseinandersetzungen, und eben dadurch wird dieser Daseinstraum fort und fort gesponnen als *Samsāra*. Solange diese Blendung nicht als Blendung durchschaut wird, so lange kann man auch nie den Weg aus dieser unheimlichen geistigen Verstrickung und Verfilzung finden.

Erst aus diesem Verständnis ergibt sich die Einsicht, dass nur die konsequente Läuterung des Herzens von den üblen Eigenschaften, von Gier, Hass, Blendung, zur Freiheit führen kann. Von daher also kommt es, dass ein Mensch seine „hohe Herzensbildung“ anstrebt, und zwar so beharrlich und energisch anstrebt, wie tief er überzeugt ist – und sich immer wieder sehend machen kann – dass dies der einzige und klare Weg ist, um schrittweise aus diesem Daseinsschwahn herauszukommen bis zum Heilsstand.

## Die grobe Reinigung des Begegnungslebens

Als größte Befleckung des Herzens gilt  
schlechter Wandel in Taten,  
schlechter Wandel in Worten  
und schlechter Wandel in Gedanken.

Unter „Wandel“ (*carana*) wird stets das Verhalten des Menschen im bewegten Leben bei seiner ständigen Begegnung mit den anderen Wesen und bei seinen Verrichtungen in Beruf, Haus und Feld verstanden – nicht aber die Zeiten, in denen ein Mensch für sich allein abgeschieden weilt und ganz ohne die herausfordernden Begegnungen mit den Menschen und Dingen stiller und tiefer nachdenken kann. Auch der „Wandel in Gedanken“ gehört also zu dem bewegten Begegnungsleben und hat nichts mit dem tieferen Nachdenken in den stillen Stunden zu tun. Von diesem letzteren stillen Denken ist anschließend die Rede, wo es um die „mittlere“ und „feine“ Tugendläuterung geht.

Unter „Wandel in Taten und in Worten“ werden die vom Erwachten immer wieder genannten „Tugendregeln“ verstanden.

Der schlechte Wandel in Taten besteht im Töten, Stehlen und ausschweifenden Leben durch Einbruch in andere Partnerverhältnisse und Verführung Minderjähriger.

Zu dem „schlechten Wandel in Worten“ zählt das Verleumden, das Hintertragen, die verletzende Rede und müßiges Geschwätz.

Unter dem „schlechten Wandel in Gedanken“ wird nicht jenes tiefere Bedenken und Sinnen in abgeschiedenen Stunden verstanden, sondern das kurze rasche Denken, das während der ununterbrochenen Begegnung mit den Menschen und Dingen seinem Reden und Handeln vorausgeht. So bedeutet die Läuterung des Wandels die Verbesserung und Besänftigung unseres gesamten Verhaltens in der Begegnung mit der Welt.

Wer der Wegweisung des Erwachten nachfolgt, der wird in den ersten Jahren seiner Übung erfahren, dass er das Gute, das

er tun will, meistens noch nicht so tut, denn er beginnt damit ja neue, andere Verhaltensweisen, die in vielen Punkten von seiner bisherigen Gewohnheit abweichen. Die Gewohnheit aber ist mehr oder weniger fest eingefahren, läuft geradezu von selber, wirkt wie ein Schwungrad, und darum bleibt es gar nicht aus, dass er im Anfang die große Differenz zwischen seinem neuen Wollen und seinem Tun feststellt.

Im Lauf der Zeit erfährt er, dass er zuerst seinen „Wandel in Gedanken“ umstellen muss und umstellen kann. Er wird jetzt in seinem ganzen Tun und Lassen „wacher“. Vor der Begegnung mit Menschen, vor dem Anpacken einer Aufgabe denkt er rasch darüber nach, dass er nicht wieder wie sonst so und so reden oder handeln will, sondern so, wie er es nun für richtiger ansieht. In dem Maß, wie er so sein gesamtes Tun und Lassen mit klarem kritischem Denken begleitet, da gelingt ihm dieses auch besser, und nach einiger Zeit – je nach der Intensität und Aufmerksamkeit seiner Bemühungen nach Jahren oder nach Jahrzehnten – kann er bei sich beobachten, dass vieles anders geworden ist, dass er sich also im Prozess der fortschreitenden Läuterung befindet.

Der moderne westliche Mensch hat wenig Erfahrung in einer solchen Umerziehung des gesamten Verhaltens, weil es heute hier im Westen keine geistigen Einsichten und Disziplinen mehr gibt, die dergleichen lehren oder betreiben. Unter den westlichen Wissenschaften fehlt die Heilswissenschaft. Darum kann man sich hier schwer vorstellen, wie langsam eine solche Umerziehung vor sich geht und wie vieler Anläufe und Anstrengungen es bedarf. Man weiß aber auch nicht, dass eine solche Umerziehung für viele, viele Leben vorhält, eine unermesslich lange Zukunft unermesslich heller und beglückender gestaltet.

Wenn man einen Gegenstand erwerben will, dann legt man das dazu erforderliche Geld auf den Tisch und bekommt den Gegenstand. Ein solcher Erwerb geht sehr schnell vor sich, ist aber spätestens mit dem Tod wieder verloren.

Wenn man ein Handwerk oder eine Sprache oder sonstiges



erlernen will, dann bedarf es einer Einübung oder eines Studiums von einigen Jahren, und dann beherrscht man auch diese Sache, muss aber im nächsten Leben wieder neu lernen.

Aber die Wandlung des Verhaltens, so dass man nun mit derselben Leichtigkeit einen guten Wandel pflegt, mit welcher man früher den halb guten und halb schlechten Wandel pflegte – diese Umwandlung dauert erheblich länger, hält aber auch unvergleichlich länger vor.

Im Mittelalter, als auch hier im Westen Anfänge einer Heilswissenschaft bestanden und darum an den Menschen höhere sittliche Aufforderungen herantraten, wusste man um diese Gesetzlichkeit und stellte sich auf eine solche Übungszeit ein. Ebenso ist es im Osten. Schon früher, zur Zeit des Buddha, haben Hausleute wie auch Mönche nicht etwa gesagt: Von heute an halte ich die sīla, denn der aufmerksame Mensch erfährt an sich, dass letztlich die Zuneigungen und Abneigungen des Herzens unser Tun und Lassen bestimmen, dass diese also gewandelt werden müssen und dass diese Wandlung ein allmählicher Erziehungsprozess ist. Darum drückte man früher seine Absicht im folgenden Wortlaut aus:

*Die Abneigung (veramanī) gegen Töten mir einzuüben (sikkhāpada) – das nehme ich auf mich.*

*Die Abneigung gegen Diebstahl mir einzuüben – das nehme ich auf mich.*

*Die Abneigung gegen unrechten Geschlechtsverkehr mir einzuüben – das nehme ich auf mich.*

*Die Abneigung gegen Verleumdung mir einzuüben – das nehme ich auf mich.*

*Die Abneigung gegen Vernunft und Selbstkontrolle verhindernde Mittel, Alkohol und Drogen, mir einzuüben – das nehme ich auf mich.*

Zu einem solchen rechten Wandel in Taten und Worten ist also der rechte Wandel in Gedanken unverzichtbar. Und dazu hat der Erwachte, wie schon wiederholt aufgezeigt, jedem sīla,

jeder Tugend-Regel, ein hilfreiches Wort mitgegeben. Es heißt nicht etwa: „Du sollst nicht töten“, sondern:

*Lebewesen zu töten – das hat er aufgegeben; dem Töten von Lebewesen widerstrebt sein Wesen. Ohne Stock, ohne Schwert, teilnehmend und rücksichtsvoll, hegt er zu allen lebenden Wesen Liebe und Mitempfinden.*

Wer diesen Gedanken hegt, z.B. dann, wenn eine Spinne über die Fensterbank läuft, der kann nicht einfach zuschlagen. So hat der Erwachte zu jedem sīla ebenso hilfreiche wie kurze Gedanken gegeben, und je mehr man sich diese verfügbar macht, um so eher kommt man zu dieser reineren Gewöhnung.

Wer sich auf den genannten sieben Gebieten (drei des Handelns und vier des Redens) zu dieser helleren Gewöhnung durchgearbeitet hat, der hat im Lauf der Jahre an sich auch innere Erhellung erfahren. Er merkt nicht nur erheblich schönere und harmonischere Verhältnisse mit seiner Um- und Mitwelt, sondern auch ein gutes inneres Grundgefühl, ein helles, heiteres inneres Gestimmtsein. Ja, er empfindet, dass er „ein anderer Mensch“ geworden ist.

So wie bei dem Sand in der Wanne, nachdem das gröbere Gestein und der Kies aussortiert ist, der Goldsand schon erheblich mehr hindurchblinkt, so empfindet auch ein so gewordener Mensch sein Dasein und sein Sosein erheblich wohlthuerender als zuvor. Das aber bewirkt eine erheblich hellere Daseinsform nach dem Verlassen des gegenwärtigen Körpers.

### Die mittlere Reinigung des Begegnungslebens

*Wenn die groben Befleckungen des Herzens aufgegeben und beseitigt sind, so bleiben für den Mönch, der die hohe Herzensbildung anstrebt, noch mittlere Befleckungen, wie Gedanken der Sinnensucht (kāmaṅgaṅga), Gedanken*

*von Antipathie bis Hass (vyāpādavitaṅka), Gedanken der Rücksichtslosigkeit, des Schädigens (vihimsāvitakka). Auch diese gibt der einsichtige, strebensfreudige Mönch auf, treibt sie aus, beseitigt sie, bringt sie zum Schwinden.*

Hier ist von drei verschiedenen Arten von Gedanken die Rede. Diese Denkweisen sind sehr anders als der vorhin besprochene „Wandel in Gedanken“, und beide Denkweisen haben auch sehr verschiedene Ergebnisse.

Das hier erwähnte Bedenken und Sinnen ist von tiefster und stärkster Auswirkung auf den Charakter. Da aber dieser Einfluss den meisten westlichen Menschen völlig unbekannt ist, so dass man sich heute in vielen Fällen ganz ungewollt und unbewusst üblen Einflüssen mit entsprechender Wirkung aussetzt, so soll der Unterschied zwischen diesen beiden Denkweisen im nächsten Kapitel („Triebwandelndes und triebgeleitetes Denken“) näher erläutert werden; hier geht es jetzt um die Bedeutung von „lustsuchend, hassend und rücksichtslos“ und um ihre Gegensätze „frei von Sinnensucht, liebevoll, schonend“.

Bei dem achtgliedrigen Weg heißt das erste Glied „rechte Anschauung“, das zweite Glied heißt „rechte Gemütsverfassung oder rechte Gesinnung“, und darunter wird laut den Lehrreden immer die negative Bewertung von lustvollem, hassendem und schädigendem Denken und Sinnen verstanden und stattdessen die Pflege entgegengesetzten Denkens.

Solches Denken ist zwangsläufig und untrennbar an die Art der Anschauung gebunden und kann immer nur dieser folgen. Das zeigt sich besonders deutlich an der ersten der drei Weisen des Denkens und Sinnens, das hier als „lustsuchend“ bezeichnet wird.

Ein Mensch, der die Anschauung hat, dass er mit seinem ganzen geistig-seelischen Wesen in den neun Monaten der embryonalen Entwicklung aus dem Nichts bzw. aus Ei und

Samen der Eltern „entstanden“ sei und dass er nach Beendigung dieses körperlichen Lebens endgültig vernichtet und wieder zu nichts werden würde – ein solcher Mensch kann sich zu dem empfohlenen negativen Bewerten des lustsuchenden Denkens und Sinnens (und erst recht entsprechenden Tuns) gar nicht entschließen. Zu den Zeiten, in denen er an seine bevorstehende Vernichtung denkt, ist er erschrocken und verzweifelt oder resigniert, aber um so mehr hat er zu den anderen Zeiten das Bestreben, dieses „kurze Leben zu genießen“, d.h. sich den Freuden hinzugeben, die er hier glaubt vorzufinden. Das ist in allererster Linie sinnlicher Genuss durch Sehen, Hören, Riechen, Schmecken und Tasten. Er sieht nicht nur keine Gefahr dabei, sondern sieht umgekehrt durch Verzicht auf Sinnenlust die Gefahr der großen Entbehrung der „einzigen Freuden dieses kurzen Lebens“. Ein Mensch mit dieser Weltanschauung würde vergeblich von sich verlangen, auf lustsuchende Gedanken und vor allem auf lustsuchendes Tun zu verzichten. Kein anderer, kein Freund oder Lehrer könnte ihn dazu veranlassen, solange er bei der Anschauung über sein einmaliges Körperleben und die anschließende Vernichtung bleibt.

Wer aber durch den Erwachten belehrt ist, der hat begriffen:

Der Tod ist nur ein Übergang zur nächsten Lebensform.

Die Qualität der nächsten Lebensform zwischen Freud und Leid, Glück und Qual wird einerseits von der Gesamtheit seiner Triebe und Neigungen und zum anderen von der fürsorglichen oder rücksichtslosen Art seiner bisherigen Taten bestimmt.

Alle Sinnensüchtigkeit, die Lustsuche, ist eine schwere Krankheit von äußerst schmerzlichem Charakter. Erst außerhalb und oberhalb der Sinnensüchtigkeit ist ein herrliches Dasein in Schönheit, Erhabenheit und Größe möglich.

Selbst dieses ist nach dem Wissen und dem Geschmack der Erlösten noch begrenzt und beschränkt, aber darüber hinaus

kann die vollkommene Freiheit im vollkommenen Wohl erreicht werden.

Wer diese Anschauungen hat, der kann lustsuchende Gedanken nur noch als Fortsetzung des Leidens und als Verhinderung der Befreiung ansehen. – Insofern hängt also unser Denken und Sinnen ganz eng zusammen mit unserer Grundanschauung über das Wesen des Daseins und über die Wege, die in das Leiden hinein und aus dem Leiden herausführen bis zur vollkommenen Freiheit. Darum setzt der Erwachte bei dem achtgliedrigen Weg vor das „rechte Denken“ die „rechte Anschauung“.

Ebenso geht es mit Gedanken der Abneigung bis Hass und den rücksichtslosen Gedanken. Der Erwachte stellt der Antipathie bis Hass (*vyāpāda*) die Ich-Du-Gleichheit (*mettā*) entgegen und stellt der Rücksichtslosigkeit, Störung, Bedrängung (*vihimsā*) die Schonung der Wesen, die fürsorgende und erbarmende Haltung (*karunā*) gegenüber.

Auch wer die Lehre schon länger kennt und wer die Einsichten hat, die weiter oben unter den Ziffern 1-4 angedeutet wurden, der wird doch von sich wissen, dass er bisweilen in der einen oder anderen der drei üblen Weisen denkt und sinnt. Das geschieht aber immer nur dann, wenn er sich jener rechten Anschauung über die wahre Struktur der Existenz, über die Wege zum Hellen, Heileren gerade nicht bewusst ist, sondern von den alltäglichen Sinneseindrücken befangen, nur „das Vor-Augen-Liegende“ sieht. Zu solchen Zeiten kann man begehrlieh über das den Trieben Gefallende nachdenken und verdrossen über das Missfallende - bis einem wieder klarer bewusst wird, was man da tut und inwiefern das doch im Widerspruch zu den Einsichten und daraus hervorgegangenen Absichten besteht. Dann spätestens hört man mit solchem Bedenken auf.

Daraus zeigt sich, dass die verborgenen Triebe, welchen die verschiedenen Sinneseindrücke missfallen oder gefallen, diese Gedanken anstoßen und lenken, dass es also ein triebgeleitetes

Denken gibt und dass darum die drei üblen Gedanken nicht völlig aufhören können, solange solche Triebe bestehen. Zu der Aufhebung der Triebe verhilft das triebwandelnde Denken.

### Triebwandelndes und trieb gelenktes Denken

Eine erste Erklärung hierüber finden wir in M 23. Dort wird gleichnishaft von einem „Ameisenbau“, der für den menschlichen Körper gilt, gesagt, dass er *nachts raucht und tags flammt*. Dazu erklärt der Erwachte, dass unter dem nächtlichen Rauchen das „Bedenken und Sinnen“ verstanden werde und dass man das, was man nächtlich bedenke und sinne, am Tag ausführe durch den Wandel in Taten, Worten und Gedanken.

Weiter sagt der Erwachte, dass mit dem „Flammen am Tag“ der „Wandel in Taten, Worten und Gedanken“ entsprechend dem nächtlichen Bedenken und Sinnen gemeint sei. Das bedeutet also, dass das nächtliche „Bedenken und Sinnen“ den Menschen geistig formt, reguliert, wandelt und dass der „Wandel in Taten, Worten und Gedanken“ letztlich von diesem „Bedenken und Sinnen“ bestimmt wird.

Hier darf „Tag und Nacht“ nicht ganz wörtlich genommen werden. Bekanntlich sind in den Tropen die dunklen Nächte das ganze Jahr hindurch etwa ebenso lang wie die hellen Tage, je etwa zwölf Stunden. Man schläft natürlich nicht diese lange Nachtzeit, und da man nur in dringenden Fällen bei künstlichem Licht arbeitete, so blieb die Zeit, besonders in Indien, dem stillen Bedenken vorbehalten, das weitgehend ein Denken über innere Zusammenhänge, über religiöse Themen war. So war es auch im christlichen Mittelalter. Das also gilt u.a. als „Bedenken und Sinnen“, als Meditieren.

Den Tag über war der Mensch in ständiger Begegnung mit Menschen, den Haustieren, den Herden und war gefordert von den Verrichtungen in Beruf, Haus und Feld ähnlich wie bei uns. Dabei geht es um Arbeiten unter Einsatz des Körpers oder um Rede und Antwort. Es gibt aber keine Tat und kein Wort, das nicht vorher schnell und meist unbewusst im Geist be-

geschlossen wird, und das wird bezeichnet als Wandel (*carana*) in Gedanken. Dabei geht es fast nur um kurzes und kürzestes Bedenken der jeweiligen äußeren Situation und dann um entsprechendes Reden und Handeln. – Bei dem nächtlichen Bedenken und Sinnen dagegen ist man allein, es ist keine Begegnung, und darum ist man nicht zu dem vordergründigen Denken gezwungen, das die täglichen Begegnungen von uns fordern. Es ist ein stilleres Zurücktreten, in welcher Ruhe dem Menschen die tieferen Einsichten wieder aufsteigen, die im alten Indien bei den allermeisten Menschen vorwiegend religiöser Art waren.

Der tiefe Einfluss dieses Denkens auf unser ganzes Wesen ist uns nicht mehr bewusst. Wir sagen hier im Westen:

*Die Gedanken sind frei, wer kann sie erraten,  
sie fliegen vorbei wie nächtliche Schatten.  
Kein Mensch kann sie wissen, kein Jäger erschießen –  
es bleibt dabei: die Gedanken sind frei.*

Ganz unabhängig von den politischen Verhältnissen, welche seinerzeit zur Entstehung dieses Liedes geführt haben, besteht im Westen ganz allgemein auch in psychologischen Kreisen eine fast vollständige Unkenntnis über den tiefen Einfluss unseres Denkens und denkerischen Betrachtens auf unser inneres Wesen und damit auf unser Schicksal. Und viele Menschen spinnen in Gedanken Dinge und Unternehmungen aus, vor deren praktischer Durchführung im Reden und Handeln sie weit zurückschrecken würden. Sie ahnen nicht, dass solches Denken, wenn es lange genug geschieht, den Charakter des Menschen wandelt und dann auch zu solchen Taten führt. Der Erwachte sagt:

*Was der Mensch häufig bedenkt und sinnt,  
dahin geneigt wird das Herz. (M 19)*

Und er sagt weiter:

*Wie das Herz geneigt ist, je nach dem Maß von Gier, Hass, Blendung, mit dem es besetzt ist, danach ist das Reden und Handeln des Menschen. (M 78)*

Und er sagt weiter:

*Was hier der Mensch in seinem Leben redet und handelt, danach wird sein Erleben hell und dunkel, glücklich und schmerzlich, jetzt schon und auch im nächsten Leben. (M 135)*

Im Lauf des Tages in der fortgesetzten Begegnung mit anderen Menschen und Dingen und in der Erledigung von Aufgaben kann der Mensch kaum anders denken, empfinden und bewerten als das eigene Herz, der Charakter, zulässt. In stiller Zurückgezogenheit aber, wenn man von keiner Aufgabe gefordert wird, kann es geschehen, dass man durch Lesen oder Hören von religiösen Aussagen zu Einsichten kommt, die oft den Trieben des Herzens direkt entgegengesetzt sind und die man doch anerkennen muss.

Einer, der andere verleumdet, kann zu der tiefen und für ihn endgültigen Einsicht kommen, dass der Mensch nur durch Wahrhaftigkeit zu wahrer innerer und äußerer Wohlfahrt und nach dem Tod in höhere Welt gelangen kann.

Ein neidischer Mensch kann zu der Einsicht kommen, dass Neid die Quelle der allermeisten seiner Leiden ist und dass er durch eine wohlwollende Gesinnung gegenüber denjenigen, die das besitzen, was er wünscht, ganz unmittelbar zu einer besseren Gemütsverfassung und auf die Dauer gar zu dem Besitz der Dinge, die auch er wünscht, kommen kann.

In solchen Fällen hat man Dinge eingesehen, denen das Herz zunächst noch nicht gewachsen ist – die dem Herzen sogar „zuwider“ sind – aber durch die Pflege dieser Einsicht, durch wiederholtes und immer wiederholtes „Bedenken und Sinnen“, durch solche Meditationen werden allmählich die Tendenzen zu verleumden und zu neiden immer geringer, und im Lauf von Jahren oder Jahrzehnten kann der Mensch bei



sich beobachten, dass er davon vollkommen frei wird und dadurch eben ein ganz anderer Mensch geworden ist. Das ist der Sinn des vom Erhabenen genannten Gesetzes: *Was der Mensch häufig bedenkt und sinnt, dahin geneigt wird das Herz.*

Aber es braucht, wie gesagt, seine Zeit. – Wenn der Erwachte sagt (M 23), dass der Mensch das, was er in der Stille bedenke und sinne, dann im Gedränge in seinem Wandel in Taten, Worten und Gedanken ausführe, dann stimmt das gesetzmäßig vollkommen, ist aber im Anfang nicht leicht zu erkennen. Denn bei starken Tendenzen kann man, wie gesagt, längere Zeit die üblen Folgen gründlich bedenken und wird doch oft noch den besseren Einsichten zuwider und den Tendenzen gemäß handeln. Man erlebt dann, wie *Paulus* sagt:

*Das Gute, das ich tun will, das tue ich nicht,  
aber das Böse, das ich nicht tun will, das tue ich.*

Ein Mensch, der zum Verleumden oder zum Neid neigt, wird also nach den ersten tiefen Besinnungen über den unwürdigen und schädlichen Charakter und über die großen Nachteile solcher Verhaltensweise und Gesinnung für sich und für die Umgebung nicht gleich davon frei sein. Je stärker die Neigung und Gewöhnung ist, um so längerer Gegenbesinnungen bedarf es, bis solches Verhalten, solche Gesinnung in der täglichen Begegnung sich gar nicht mehr durchsetzt.

Das hat seinen leicht erkennbaren Grund: Die Stärke und die Kraft einer jeden Tendenz ist nämlich nichts anderes als die Summe der Bejahung dessen, worauf sie aus ist. Je häufiger und je überzeugter das Betreffende, z.B. das Verleumden anderer in diesen und in früheren Leben als hilfreich angesehen, also positiv bewertet wurde, um so stärker ist die Tendenz. Und nun kann auch ihre Abschwächung bis Auflösung nur auf demselben Wege, und zwar durch negative Bewertung, durch Betrachtung der mannigfaltigen Nachteile entsprechend allmählich vor sich gehen.

Dieses Wissen gehörte früher, als die Menschen noch mehr

bei sich selber blieben und ihr Tun und Lassen aufmerksamer beobachteten, zur allgemeinen Erfahrung. Spuren davon sind hier im Westen selbst bis in die Gegenwart hinein noch zu bemerken, erst recht bei den östlichen Völkern.

Es gibt also ein triebwandelndes Denken (dazu gehört auch ein die Triebe stärkendes Denken), und es gibt ein von den Trieben gelenktes Denken. Und je nach den Trieben, je nach der Herzensqualität ist unser Tun und Lassen. Die Qualität des menschlichen Wandels zwischen übel und gut, tugendlos und tugendhaft wird also bestimmt von der Beschaffenheit des menschlichen Herzens, seines Charakters, seiner Triebe, und diese können immer nur durch „Bedenken und Sinnen“, also durch Meditieren verstärkt oder abgeschwächt und aufgelöst werden. Wohl kann ein Mensch, der sich für das Gute, für den heilsamen Wandel entschieden hat, im Lauf der täglichen Begegnungen und Aufgaben durch große geistige Wachheit sich besser verhalten, also einen erheblich besseren Wandel in Taten, Worten und Gedanken pflegen als seine bisherige Gewohnheit war, aber nie kann ein Mensch sich auf die Dauer ganz erheblich besser verhalten, als die Triebe, Tendenzen, Neigungen seines Herzens zulassen. In diesem Sinn sagt ein chinesisches Sprichwort: *Man kann nicht vierzehn Tage lang hintereinander auf den Zehen gehen.* So ist also der Wandel in Taten, Worten und Gedanken von der Beschaffenheit des Herzens abhängig und lässt sich trotz besserer Einsichten und Vorsätze, die im Geist gefasst wurden, auf die Dauer nicht ohne die nur ganz allmählich mögliche Besserung des Herzens verbessern. Darum nennt der Erwachte nach der groben diese „mittlere Reinigung“ des Begegnungslebens, weil diese bis auf den Grund geht, die Läuterung der Herzens, des Charakters, der Triebe bewirkt.

Die feine Reinigung des Begegnungslebens

*Sind auch diese mittleren Schlacken* (Lustsuche, Antipathie bis Hass, Rücksichtslosigkeit) *aufgegeben und ver-*

*schwunden, so bleiben für den Mönch, der hohe Herzensbildung anstrebt, noch feine Befleckungen übrig, wie Denken und Sinnen über Verwandtschaften und Völker, über Land und Leute und Wunschgedanken, nicht missachtet zu werden. Auch diese tut der einsichtige, strebensfreudige Mönch ab, treibt sie aus, beseitigt sie, bringt sie zum Schwinden.*

Hier geht es nicht mehr um moralische Läuterung, sondern um letzte Auflösung des geistig gesponnenen Bezugsnetzes eines eingebildeten Ich in einer eingebildeten Welt. Es ist die Auflösung der sozialen Beziehungen. Das kann natürlich nur ein Mönch bis auf den Grund tun, weil er sich – das ist ja der Mönchsstand – auch äußerlich von aller bürgerlichen Gemeinschaft gelöst hat.

Gewöhnlich wird nur unterschieden zwischen unsozialen und sozialen Menschen: der unsoziale braucht die menschliche Gesellschaft, nimmt aber nur von ihr, ohne selber zu geben. Der soziale Mensch lebt auch von der Gesellschaft, hilft aber auch seinerseits, die Gesellschaft zu erhalten, indem er dem Nächsten gern zukommen lässt, was jener wünscht. Er freut sich über harmonische Freundschaftsbeziehungen und familiären Frieden.

Aber der Erwachte zeigt hier jetzt, dass und wie das gesamte soziale Bedürfnis aufzugeben ist. Es geht jetzt darum, auch jene inneren geistigen und seelischen Beziehungsbande aufzulösen, aus denen die gesamte soziale Struktur in Erscheinung getreten ist: Der Mönch strebt nun die völlige Unabhängigkeit von allem Außen an durch Entwicklung des Herzensfriedens, des samādhi. Ein solcher Mensch ist von „unten“ – aus der Perspektive des Weltmenschen gesehen – nicht „sozial“; denn er lebt wahrlich innerlich nicht mehr von und in der Gesellschaft. Aber er ist erst recht nicht unsozial; denn er ist ohne jeden Anspruch, ohne jede Forderung und Erwartung an die Gesellschaft, aber er gibt ihr etwas, was ihr sonst niemand

geben kann: gerade weil er den Gegensatz sozial-unsozial überstiegen hat, kann er der Welt von seinem Frieden geben. Er lebt ihr – sanft und vollkommen gewaltfrei – in Liebe vor, dass es ein Wohl oberhalb der Sinne gibt, und er vermittelt eine Ahnung davon, dass dies wahres Wohl ist.

### Der Übergang zum Herzensfrieden

Das letzte weltliche Sinnen ist zur Ruhe gekommen. Es kommen keine Gedanken mehr an weltliche Beziehungen auf. Darüber heißt es:

*Sind auch diese aufgehoben und beseitigt, so bleibt nur noch Bedenken der Wahrheit übrig, Bedenken der Lehre. Doch ist diese Nach-Innenwendung (samādhi) noch keine rechte Stillung, noch nicht hohes vollkommenes Gestilltsein und innere Einswerdung, sondern ist lediglich durch mühsame Zurückhaltung der geistigen Regsamkeit erreicht.*

Auch in dem Gleichnis wird hier der Übergang von der äußeren zur inneren Reinigung des Goldes geschildert. Es heißt da:

*Wenn auch diese feinen Unreinheiten völlig entfernt und geschwunden sind, so bleibt nur noch das mit Staub versetzte Gold übrig. Nun kommt der Goldschmied oder Goldschmiedegeselle, schüttet den Goldstaub in einen Tiegel und erhitzt ihn, aber das Gold setzt sich noch nicht ab, die Unreinheiten sind noch nicht ganz beseitigt, das Gold ist noch nicht geschmeidig und formbar, ist ohne Glanz, spröde und eignet sich noch nicht zur Verarbeitung.*

Hier wird die Gemüthaltung, die sich bei einem fast ausschließlichen Bedenken der vom Erwachten aufgezeigten

Wahrheit einstellt, bereits als Einigung (*samādhi*) bezeichnet. Es wird aber hinzugefügt, dass diese Einigung noch nicht ausgereift sei. Darin zeigt sich, was unter Einigung (*samādhi*) verstanden wird.

Die äußere Reinigung des Goldes war so weit gediehen, dass nur noch der Goldstaub selbst übrig geblieben war. Daraufhin erst wurde der Goldstaub erhitzt, wobei der Staub verdampfte und das Gold sich absetzen konnte. Ganz ebenso ist das Herz eines Menschen, der diese drei Phasen der Läuterung ernsthaft betrieben hat, in einer völlig anderen Verfassung als zuvor. So wie die ursprüngliche Wanne voll Sand etwas völlig anderes ist als das abgesetzte Gold, so ist das Herz des Menschen durch die völlige Befreiung von aller üblen, dunklen Gesinnung und Tatmöglichkeiten zu einer großen inneren Helligkeit erwachsen. Ein solcher Mensch ist bei sich selbst glücklich. Dadurch ist ein solcher Mensch völlig unabhängig geworden von den Scheinfreuden, die durch die Befriedigung der Sinnensucht eintreten. Sein vollständiger Rückzug von dem Außen ist ihm kein Verzicht, sondern ist ihm erst die volle Hingabe an den inneren Herzensfrieden, der nur durch die Erhellung möglich wurde. Sein Denken ist ausschließlich damit beschäftigt, die aus dem früheren Wahn gesponnenen Welterscheinungen immer mehr als solche zu durchschauen und dadurch immer mehr die Wege zu erkennen, die in das Leiden hineinführen und die aus dem Leiden herausführen. Darüber wird er zunehmend in seinem Geist klar und heiter und in seinem Herzen hell und still, und es mag sein, dass er zu dieser Zeit öfter die erste Entrückung (*jhāna*, Schauung) gewinnt, in welcher noch Bedenken und Sinnen stattfindet.

Die Läuterung zur Vollendung des Herzensfriedens,  
der zur Triebversiegung führt

Über diese Vollendung der Läuterung äußert sich der Erwachte zuerst gemäß dem Gleichnis und dann gemäß der Praxis des Mönchs wie folgt:

*Es kommt aber, ihr Mönche, die Zeit, dass der Goldschmied oder Goldschmiedegeselle das Gold (genauer: den Goldstaub) wiederum erhitzt und das Gold sich absetzt. Dieses solcherart gereinigte, von allen Unsauberkeiten befreite und abgesetzte Gold ist nun brauchbar geworden, ist nicht mehr spröde, sondern biegsam, schmiedbar und hat Glanz. Nun ist es tauglich zur Verarbeitung. Zu welchem Zweck der Goldschmied es auch immer verwenden will, sei es zu einem Armreif oder zu Ohrringen, zu einem Halsschmuck oder zu einer goldenen Kette: für diesen Zweck ist es dann geeignet.*

In demselben Sinn sagt der Erwachte dann von dem übenden Mönch:

*Es kommt aber die Zeit, ihr Mönche, in der das Herz bei sich ist (auf inneres Wohl gerichtet), es lässt sich dabei nieder, in Herzenseinigung geeint. Diese Herzenseinigung ist nun rechte Stillung, hohes, vollkommenes Gestilltsein und Einswerdung und ist nicht durch mühsame Zurückhaltung der geistigen Regsamkeit erreicht.*

Diese vollkommene Herzenseinigung ermöglicht ein schrankenloses Bewusstsein, das für unsere Begriffe unermesslich ist. Aus diesem geht zuletzt die Erlösung hervor.

*Welcher der Erscheinungen, die durch das schrankenlose Bewusstsein (abhiññā) erfahrbar sind, sich das Herz auch immer zuwendet, um es im schrankenlosen Bewusstsein zu erfahren, diese zu erfahren ist es auch fähig, sei es dieser oder jener dieser Erfahrungsbereiche.*

*Wenn er es wünscht, so kann er auf mannigfaltige Weise Geistesmacht (iddhi) erfahren: als nur einer etwa vielfach zu werden und vielfach geworden, wieder einer zu sein oder sichtbar und unsichtbar werden, ungehindert durch eine Wand, durch eine Einzäunung, durch einen Berg hindurchgehen, als ob er sich durch den freien Raum bewegte, in die Erde ein- und wieder aufzutauchen, als ob sie Wasser wäre; über das Wasser zu gehen, ohne zu versinken, als ob es Erde wäre; im Lotussitz durch den Raum zu reisen wie ein Vogel; mit der Hand Mond und Sonne, die so kraftvoll und mächtig sind, zu berühren; bis zur Brahmawelt den Körper zu beherrschen.*

*Wenn er es wünscht, kann er mit dem feinstofflichen Gehör (der Fähigkeit, jenseitige Töne zu hören), beide Arten der Töne hören, die himmlischen und die irdischen, die ferneren und die nahen.*

*Wenn er es wünscht, so kann er mit dem feinstofflichen Auge (der Fähigkeit, mit den Sinnen nicht Wahrnehmbares zu sehen), der anderen Personen Herz im Herzen erkennen: das mit Anziehung besetzte Herz als mit Anziehung besetzt, das mit Abstoßung besetzte Herz als mit Abstoßung besetzt, das mit Blendung besetzte Herz als mit Blendung besetzt, das gesammelte Herz als gesammelt und das zerstreute Herz als zerstreut, das nach einem hohen Ziel gebildete Herz als ein nach einem hohen Ziel gebildetes Herz und das nach einem niederen Ziel gebildete Herz als ein nach einem niederen Ziel gebildetes Herz, das mit höheren Eigenschaften erfüllte Herz als ein mit höheren Eigenschaften erfülltes Herz, das mit niederen Eigenschaften erfüllte Herz als ein mit niederen Eigenschaften erfülltes Herz, das geeinte Herz als geeint, das nicht geeinte Herz als nicht geeint, das erlöste Herz als erlöst, das nicht er-*

*löste Herz als nicht erlöst.*

*Wenn er es wünscht, so kann er sich an manche verschiedene frühere Daseinsformen erinnern: als wie an ein Leben, dann an zwei Leben, dann an drei Leben, dann an vier Leben, dann an fünf Leben, dann an zehn Leben, dann an zwanzig Leben, dann an dreißig Leben, dann an vierzig Leben, dann an fünfzig Leben, dann an hundert Leben, dann an tausend Leben, dann an hunderttausend Leben. – Dann an die Zeiten während mancher Weltenausbreitungen, dann an die Zeiten während mancher Weltenzusammenziehungen, dann an die Zeiten während mancher Weltenausbreitungen-Weltenzusammenziehungen. Wenn er es wünscht, kann er sich an manche verschiedenen früheren Daseinsformen mit je den karmischen Zusammenhängen und Beziehungen erinnern.*

*Wenn er es wünscht, kann er mit dem feinstofflichen Auge, dem gereinigten, die menschlichen Grenzen übersteigenden, die Wesen dahinschwinden und wiedererscheinen sehen, gemeine und edle, schöne und unschöne, glückliche und unglückliche, kann die Wesen je nach dem Wirken wiederkehren sehen: „Diese lieben Wesen sind in Taten dem Schlechten zugetan, in Worten dem Schlechten zugetan, in Gedanken dem Schlechten zugetan. Sie tadeln Heiliges, achten Verkehrtes, tun Verkehrtes; bei Versagen des Körpers jenseits des Todes gelangen sie auf den Abweg, auf schlechte Lebensbahn, zur Tiefe hinab in untere Welt. Jene lieben Wesen aber sind in Taten dem Guten zugetan, in Worten dem Guten zugetan, in Gedanken dem Guten zugetan, tadeln nicht Heiliges, achten Rechtes, tun Rechtes; beim Versagen des Körpers jenseits des Todes gelangen sie auf gute Lebensbahn in selige Welt.*

*Wenn er es wünscht, kann er durch Versiegung aller*



*Wollensflüsse/Einflüsse die unverletzbare Gemüterlösung, Weisheitserlösung noch bei Lebzeiten in schrankenlosem Bewusstsein erobern als unverlierbare Verfassung.*

*Welcher der Erscheinungen, die durch das schrankenlose Bewusstsein (abhiññā) erfahrbar sind, sich das Herz auch immer zuwendet, um sie im schrankenlosen Bewusstsein zu erfahren, diese zu erfahren, ist es auch fähig, sei es dieser oder jener Erfahrungsbereich.*

Mit diesen Worten ist bereits die vollkommen ausgereifte Einigung des Herzens (*samādhi*) angedeutet und auch die daraus hervorgehende Möglichkeit der Durchbrüche zum Klarblick, Durchbrüche eines schrankenlos gewordenen Bewusstseins, das für unsere Begriffe unermesslich ist. Aus diesem geht zuletzt die Erlösung hervor.

Nach dem Gleichnis „Die Stadien der Zähmung“ (M 125) ist hier nun der hohe Felsen vollkommen erstiegen, ist der Mensch auf der oberen Plattform angelangt und erreicht mit einem längeren Ausruhen, dass er die Strapazen wie überhaupt die Gewöhnung des Kletterns ganz abgetan und vergessen hat. Danach kann er, völlig erfrischt von dem jetzt erreichten hohen Standort aus in universalem Rundblick das Dasein so erkennen, wie es wirklich ist, während er vorher unten im gefährvollen Dschungel vor dem Fels stand und nichts erkennen konnte.

In der folgenden Lehrrede (A III,103) wird beschrieben, dass der zur Herzenseinigung Fähige zwischen drei verschiedenen Haltungen wechselt, die in ihrem Zusammenwirken die endgültige Befreiung von den Trieben bewirken.

*Der Mönch, der seine hohe Herzensbildung anstrebt, sollte drei verschiedenen Dingen seine Aufmerksamkeit widmen. Er sollte von Zeit zu Zeit sich der*

*Einigung des Herzens hingeben, sollte von Zeit zu Zeit der Ablösung (der letzten Regsamkeiten) seine Aufmerksamkeit widmen, sollte von Zeit zu Zeit die Erscheinungen mit Gleichmut betrachten.*

*Würde nämlich der seine hohe Herzensbildung anstrebende Mönch ausschließlich die Aufmerksamkeit der Herzenseinigung zuwenden, so könnte das Herz zur Trägheit neigen. Wenn der Mönch sich ausschließlich um Ablösung mühen würde, so könnte das Herz zur Unruhe neigen. Wenn er ausschließlich die Erscheinungen mit Gleichmut betrachten würde, so könnte das Herz sich nicht auf die Versiegung aller Wollensflüsse/Einflüsse sammeln. Pfl egt jedoch der Mönch, der die hohe Herzensbildung anstrebt, von Zeit zu Zeit die Herzenseinigung, von Zeit zu Zeit die Ablösung und von Zeit zu Zeit gleichmütige Betrachtung, so wird das Herz geschmeidig, formbar, strahlend, nicht spröde und sammelt sich gut auf die Aufhebung aller Wollensflüsse/Einflüsse.*

*Gleichwie wenn ein Goldschmied oder Goldschmiedegeselle den Feuerofen herrichtet, in seiner Öffnung das Feuer entfacht, mit einer Zange das Gold vorsichtig ergreift, in die Öffnung hineinhält, es von Zeit zu Zeit glüht, von Zeit zu Zeit mit Wasser besprengt, von Zeit zu Zeit betrachtet. Wenn der Goldschmied oder Goldschmiedegeselle das Gold immer nur glühen würde, so könnte es sein, dass das Gold verbrennt. Sollte er es ausschließlich mit Wasser besprengen, so könnte das Gold erkalten. Sollte er es ausschließlich betrachten, so könnte es sein, dass das Gold nicht die rechte Vollkommenheit erhält.*

*Ebenso sollte der Mönch, der seine hohe Herzensbildung anstrebt, drei verschiedenen Dingen seine*

*Aufmerksamkeit widmen. Er sollte von Zeit zu Zeit sich der Einigung des Herzens hingeben, sollte von Zeit zu Zeit der Ablösung (der letzten Regsamkeiten) seine Aufmerksamkeit widmen, sollte von Zeit zu Zeit die Erscheinungen mit Gleichmut betrachten.*

*Würde nämlich der seine hohe Herzensbildung anstrebende Mönch ausschließlich die Aufmerksamkeit der Herzenseinigung zuwenden, so könnte das Herz zur Trägheit neigen. Wenn der Mönch sich ausschließlich um Ablösung mühen würde, so könnte das Herz zur Unruhe neigen. Wenn er ausschließlich die Erscheinungen mit Gleichmut betrachten würde, so könnte das Herz sich nicht auf die Versiegung aller Wollensflüsse/Einflüsse sammeln. Pfl egt jedoch der Mönch, der die hohe Herzensbildung anstrebt, von Zeit zu Zeit die Herzenseinigung, von Zeit zu Zeit die Ablösung und von Zeit zu Zeit die Betrachtung der Erscheinungen mit Gleichmut, so wird das Herz geschmeidig, formbar, strahlend, nicht spröde und sammelt sich gut auf die Versiegung aller Wollensflüsse/Einflüsse.*

Die hier genannten drei Haltungen entsprechen ganz den drei letzten Gliedern des achtgliedrigen Wegs:

das sechste Glied „rechtes Mühen“ (*sammā vāyāma*) entspricht hier dem Mühen um restlose Ablösung;

das siebente Glied, „rechtes Eingedenksein“ (*sammā sati*) entspricht hier der klaren Beobachtung, die nur im Gleichmut (*upekhā*) möglich ist;

das achte Glied, „rechte Einigung“ (*sammā samādhi*) entspricht hier dem Zustand der Herzenseinigung.

So sagt auch (M 44) die Nonne Dhammadinnā auf Befragen, dass der Einigungsteil des achtgliedrigen Wegs aus sei-

nem sechsten, siebenten und achten Glied besteht.

Wenn wir so diese drei Übungen und ihre unterschiedliche Wirkung beobachten und uns hineindenken, dann verstehen wir, dass sie in einem gewissen Wechsel erforderlich sind, um die Vollkommenheit zu erreichen.

Dass die Übung in Herzenseinigung, wenn sie zu ausschließlich betrieben wird, zur Trägheit führt, ist wohl leicht zu verstehen. Herzenseinigung bedeutet ja eine Haltung, in welcher es keine Auseinandersetzung gibt, in welcher man alles auf sich beruhen lässt in völliger innerer Stille. Zu dieser Ruhe sind viele Menschen geneigt, noch weit bevor sie „auf der Höhe des Felsens“ sind, wo die Ruhe erst angebracht ist, weil hier nur der alles beherrschende Ausblick gewonnen werden kann. In diesem Sinn heißt es (Dh 280): *Solange noch Kampf nötig ist, so lange darf man nicht träge sein.* Und der Kampf ist so lange nötig, bis das Herz des Menschen vom letzten Missmut, von letzter Blindheit für die Mitwesen völlig befreit ist –

bis es zu allen Lebewesen nur Liebe empfindet, sie also sich selbst ausnahmslos völlig gleichsetzt –

bis es zu keinem Wesen, zu keinem Ding der Umwelt noch irgendeinen Bezug, noch irgendein Haften unterhält, sondern in vollkommener innerer heller Selbstständigkeit weilt.

Solange dieser Zustand noch nicht erreicht ist, so lange darf man sich nicht ausschließlich der Herzenseinigung hingeben, sondern es muss durch Bemühen und durch Beobachten das Herz erst vollends gereinigt werden.

Dass man bei ausschließlichem Bemühen und Kämpfen in einer Unruhe bleibt, die den Herzensfrieden verhindert, bedarf keiner Erklärung.

Ebenso soll man nicht immer bei der von allen Affekten freien gleichmütigen Beobachtung der inneren Vorgänge bleiben, weil auch das bloße Zuschauen für sich allein nicht zur Triebversiegung und damit zur Vollendung des Friedens führen kann, dem Endziel und Zweck der ganzen Übung.

Wenn aber diese drei Übungen in einem gewissen Wechsel

vor sich gehen, indem man einmal die inneren Vorgänge aufmerksam, gleichmütig und unabgelenkt beobachtet, dann wieder sich bemüht, die dabei erkannten inneren Verdunkelungen und Unebenheiten auszuerothen, und zu einer anderen Zeit wieder sich der Einigung des Herzens so weit hingibt, wie es möglich ist – bei einem solchen Wechsel erreicht man das Endziel der Herzensläuterung, die Triebversiegung.

\*

Der Erwachte drückt ja immer wieder aus, dass das gesamte Welterlebnis samt allen Einzelheiten mit unserem Körper, mit unseren engsten Angehörigen, mit unserer nächsten Umgebung bis zum „Weltall“ insgesamt immer nur Ausfluss der Qualitäten des Herzens ist.

Die Welt ist ein Traum; der Träumer wird mitgeträumt, und dieser gesamte Traum geschieht aus den unendlich vielfältigen Trieben, Drängen und Neigungen des Herzens. Wenn diese sich verhärten, verdunkeln und vergrößern, so wird immer schrecklichere Welt erlebt bis zu höllischem Dasein. Werden aber die Triebe dünner und schwächer und verschwinden dabei die üblen ganz und gar, so wird auch die geträumte, „erlebte“ Weltlandschaft nach und nach heller, heiterer, wohlthuender.

Aber das alles ist Tugend-, Herzensläuterung, während es hier bei dem Wechsel der drei Übungen um die letzte Reinigung des Herzens geht. Es herrscht bereits inneres seliges Wohl; aber im Anfang zittern noch die letzten Reste des Weltverlangens von dunklen Gemütszeiten nach. Und so wie der erfahrene Goldschmied in dem zusammengegossenen Goldstück noch kleinste feinste Reste von Unzugehörigem entdeckt, so erspürt das an den stillen, den seligen Frieden gewöhnte Gemüt noch die letzten restlichen Störungen dieser Einigung – und scheidet sie aus. Ein solches von den letzten Resten des Unzugehörigen völlig gereinigtes Herz aber ist geradezu allmächtig.

Das ist der Zustand, in dem das von allem beschränkenden

Eigenwillen befreite Herz erreicht ist, wenn der Mönch, der gesamten Kulisse der Sinnenwelt längst entwöhnt, nur Frieden aus Unverletzbarkeit kennt, wenn nach unserem Gleichnis der Mann nun von der Höhe des Felsens aus den universalen Rundblick genießt, selber alles sieht und erkennt, so dass ihm keine Frage mehr über Gesetz und Struktur der Welt, des Daseins, ungelöst bleibt.

\*

Der so Erlöste ist geheilt und erlöst, weil er die Daseinserscheinungen der Wirklichkeit gemäß erkennt und durchschaut.

Er erkennt und durchschaut die Erscheinungen der Wirklichkeit gemäß, weil die Wünsche des Herzens gestillt sind.

Das Herz wurde vollkommen still, weil es von tiefem Wohl ganz durchdrungen ist.

Von solchem tiefem Wohl wurde es durchdrungen, weil alle Regungen des Körpers zur Ruhe kamen.

Die Regungen des Körpers kamen zur Ruhe, weil der Geist des Übenden sich einer aufleuchtenden Verzückung seines Gemüts so sehr zuwendete, dass er darüber das Lügen und Lauschen, das Lungern und Lechzen durch die Sinnesorgane des Körpers für eine Zeit einstellte.

Die aufleuchtende Verzückung seines Gemüts erwuchs aus der Erfahrung und Entdeckung, dass sein ganzes Wesen zu einer großen beglückenden inneren Helligkeit erwachsen war.

Diese innere Helligkeit war erwachsen auf dem Boden einer zuvor erwachsenen Vorwurfsfreiheit seines Gewissens über seinen Lebenswandel.

Diese Vorwurfsfreiheit war allmählich erwachsen aus beharrlicher Übung in dem vom Erhabenen angeratenen rechten Lebenswandel in Taten, Worten und Gedanken.

DAS TREIBHOLZ  
„Gruppierte Sammlung“ (S 35,200)

Die Lehrrede

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene mit einigen Mönchen bei Kosambi, am Ufer des Ganges. Dort nun sah der Erhabene einen Baumstamm auf dem Wasser stromabwärts treiben. Als der Erhabene den Baumstamm auf dem Wasser stromabwärts treiben sah, wandte er sich an die Mönche: Seht ihr, Mönche, dort jenen Baumstamm auf dem Wasser stromabwärts treiben? – Ja, o Herr. – Wenn dieser Baumstamm, ihr Mönche, nicht an dem hiesigen Ufer und nicht an dem jenseitigen Ufer hängen bleibt und wenn er nicht mitten im Strom untersinkt und wenn er nicht auf einer Sandbank strandet und wenn er weder von Menschen noch von Göttern ergriffen wird, wenn er nicht von einem Wirbel oder Strudel ergriffen wird, wenn er auch nicht innen faul wird, dann, ihr Mönche, wird der Baumstamm zum Meer hin geneigt sein, zum Meer hin gesenkt sein, zum Meer sich hin richten. Und warum? Weil ja, ihr Mönche, der Gangesstrom zum Meer geneigt ist, zum Meer hin gesenkt ist, zum Meer hin gerichtet ist.*

*Ebenso auch, ihr Mönche, wenn ihr weder am hiesigen Ufer noch am jenseitigen Ufer hängen bleibt, wenn ihr nicht mitten im Strom untergeht, wenn ihr nicht auf einer Sandbank strandet, wenn ihr weder von Menschen noch von Göttern ergriffen werdet und wenn ihr nicht in einen Wirbel oder Strudel geratet und wenn ihr nicht innen faul werdet, dann, ihr Mönche, werdet ihr zur Triebversiegung hin geneigt sein, zur*

*Triebversiegung hin gesenkt sein, zur Triebversiegung hin gerichtet sein. Und warum? Weil ja, ihr Mönche, rechte Anschauung zur Triebversiegung hin geneigt macht, zur Triebversiegung hin gesenkt macht, zur Triebversiegung hin gerichtet macht. –*

*Auf diese Worte hin sprach ein Mönch zum Erhabenen: Was, o Herr, bedeutet ‚das hiesige Ufer und das jenseitige Ufer‘? Was bedeutet ‚mitten im Strom untersinken‘ und was ‚auf einer Sandbank stranden‘? Was bedeutet ‚von Menschen oder Göttern ergriffen werden‘ und was ‚in einen Strudel geraten‘ und was ‚innen faul werden‘? –*

*Der Erwachte sprach: Das hiesige Ufer, Mönche, ist ein Gleichnis für die sechs Sinnensüchte. Das jenseitige Ufer ist ein Gleichnis für das als außen Erfahrene. Mitten im Strom untersinken ist ein Gleichnis für die Sucht nach Befriedigung (nandirāga). Auf einer Sandbank stranden ist ein Gleichnis für die Ich-bin-Empfindung (asmi-māno).*

*Was bedeutet von Menschen ergriffen werden? Da lebt ein Mönch in Gesellschaft der Hausleute. Er genießt mit, er sorgt sich mit. Er ist froh mit den Glücklichen, ist traurig mit den Unglücklichen. Wo immer es etwas zu tun und zu besorgen gibt, da lässt er sich fesseln. Das bedeutet von Menschen ergriffen werden.*

*Und was bedeutet von Göttern ergriffen werden? Da führt irgendeiner den Reinheitswandel in der Absicht, später nach dem Tod in der Gemeinschaft mit diesen oder jenen Göttern wiedergeboren zu werden. Und er denkt: „Möchte ich doch durch Tugendwandel, durch Einhaltung von Vorsätzen, durch diese beharrliche Askese, durch diesen Reinheitswandel ein solcher oder solcher Gott werden.“ Das bedeutet von Göttern ergriffen zu werden.*



*Von einem Wirbel oder Strudel ergriffen werden, ist ein Gleichnis für die fünffache Sinnensucht.*

*Und was ist innere Fäulnis, innere Verderbnis? Da ist einer ohne Tugend, ist dem Bösen ergeben, unrein, von übler Lebensführung, ein Heimlichtuer. Er ist kein Asket, gibt sich nach außen aber als Asket. Ohne keusch zu sein, gibt er sich als keusch aus. Er ist im Innern verdorben, schleimig, verkommen. Das bedeutet innere Fäulnis, innere Verderbnis. –*

*Zu jener Zeit stand Nando, ein Rinderhirt, nicht weit vom Erhabenen entfernt. Und Nando, der Rinderhirt, wandte sich an den Erhabenen:*

*Ich will nicht an dem hiesigen Ufer und nicht an dem jenseitigen Ufer hängen bleiben, ich will nicht mitten im Strom untersinken, ich will nicht auf einer Sandbank stranden, ich will weder von Menschen noch von Göttern ergriffen werden, ich will von keinem Wirbel oder Strudel ergriffen werden und nicht innen faul werden. Möge mir der Erhabene Aufnahme gewähren, die Ordensweihe erteilen. –*

*Wohlan denn, Nando, so bringe die Kühe den Besitzern zurück. – Die werden schon gehen aus Liebe zu ihren Kälbern. – Bringe sie doch erst, Nando, den Besitzern zurück. –*

*Nachdem Nando, der Rinderhirt, die Kühe den Besitzern zurückgebracht hatte, kehrte er zum Erhabenen zurück und sprach: Die Kühe, o Herr, sind den Besitzern zurückgegeben. Möge mir der Erhabene Aufnahme gewähren, die Ordensweihe erteilen. –*

*So wurde nun Nando, der Rinderhirt, aufgenommen, erhielt vom Erhabenen die Ordensweihe. Nicht lange aber war der ehrwürdige Nando in den Orden aufgenommen worden, da hatte er, einsam, abgesondert, unermüdlich, in heißem Ernst gar bald, was*

*Söhne aus gutem Hause gänzlich vom Hause fort in die Hauslosigkeit lockt, jenes höchste Ziel des Reinheitswandels noch bei Lebzeiten sich offenbar gemacht, verwirklicht und errungen. Versiegt ist die Geburt, vollendet der Reinheitswandel, getan ist was zu tun ist, „nichts mehr nach diesem hier“, verstand er da. Auch einer der Geheilten war nun der ehrwürdige Nando geworden.*

Der im Gangesstrom treibende Baumstamm  
als Gleichnis für die programmierte  
Wohlerfahrungssuche auf das Heil hin

Ein Baumstamm treibt mit der Strömung des Ganges langsam, aber beständig hinab zum Meer. Der Baumstamm gleitet „von selber“ hinab, und zwar darum, weil der Gangesstrom, der ihn trägt, zum Meer hinstrebt, hintreibt, sich hinabsenkt. Der Strom hat eine *Neigung* zum Meer, weil das Meer tiefer liegt. Und weil der Strom zum Meer hinneigt und hinfließt, darum gelangt alles, was sich von dem Strom tragen lässt, ebenfalls zum Meer.

Ganz ebenso wie der Strom den Zug zum Meer, die Neigung zum tiefer liegenden Meer hat, ganz ebenso schafft die rechte Anschauung, das rechte Sehen der fünf Zusammenhäufungen, die *Neigung* zum Heil, den Zug zum Heil, weil die rechte Anschauung über die fünf Zusammenhäufungen das Nibbāna als die einzig heile und vollkommene Situation, als verlockend und alle anderen Daseinsformen als entsetzlich, gefährlich und schmerzlich und darum abschreckend erscheinen lässt.

Ein Mensch gerät in die Strömung zum Nibbāna, wenn er nach der Anweisung des Erwachten das Dasein – das Zusammenspiel der fünf Zusammenhäufungen – als unbeständig, leidvoll, als einen automatisch ablaufenden Prozess, als nicht-ich betrachtet. Indem er so das Dasein als Ganzes auf Abstand

als nicht lohnend erkennt, gewinnt er eine Ahnung und einen Blick für das „Ungewordene“, das Todlose, das Nibbāna.

*Je mehr und mehr er bei sich merkt,  
wie die Zusammenhäufungen  
im Wechsel nur entstehn, vergehn,  
wird er erhellt und heilsentzückt,  
da er das Todlose erfährt. (Dh 374)*

Das Todlose kann man nur erfahren, indem man, wie aus diesem Vers hervorgeht, die fünf Zusammenhäufungen immer wieder aufkommen und verschwinden sieht, ihre Unzulänglichkeit erkennt und durch diese negative Bewertung sie kurzfristig loslassen kann. Die vorübergehende Abwesenheit von allem Bedingten befriedet und entspannt unmittelbar durch das begleitende Empfinden von Sicherheit und Unverletzbarkeit, und damit wird die programmierte Wohlerfahrungssuche, die immer auf das am meisten befriedigende Wohl aus ist, endgültig umgelenkt. Es entsteht eine Neigung zu diesem befriedenden Anblick, die von Erfahrung zu Erfahrung immer stärker wird.

Der Heilsgänger hat damit das Todlose, Unverwundbare hinter und unter den fünf Zusammenhäufungen als einzige, wahre Sicherheit erfahren und kann bei klarer Überlegung keine Erscheinung und keine Aktivität mehr als beständig oder als endgültig wohl oder als eigen angehen (M 115). Er kann darum nirgendwo endgültig hängen bleiben, er befindet sich als Heilsgänger in dem Zug und der Neigung zum Heil wie ein Baumstamm, der in der *Flussmitte von der Strömung unaufhaltsam zum Meer hingetrieben wird und nirgendwo am Ufer hängen bleibt*.

Ist der Nachfolger eingetreten (*patto*) in diesen anziehenden Strom (*sota*), so hat er die *sotā-patti* erreicht, ist ein *sotā-panno*, ein in die Heilsanziehung Gelangerter, ein Stromeingetretener, d.h. dass je nach seinem Einsatz nach spätestens sieben Leben der Stand des Heils, das Nirvāna, endgültig erlangt

ist. Sein Geist ist darauf programmiert, das Heil anzustreben und alles Unbeständige, Wandelbare aufzugeben. Diese Programmiertheit des Geistes auf das Heil hin wird in unserer Lehrrede mit einem Baumstamm verglichen, der dem Gefälle des Ganges folgen muss.

Der Baumstamm mag, indem er mit der Strömung abwärts gleitet, manchmal vom Wind an das eine Ufer herangetrieben werden, manchmal an das andere Ufer, er mag auch manchmal in der einen oder anderen Ecke eine Zeitlang verharren, es mag manchmal aussehen, als ob er sich dort festsetze – aber unablässig bedrängt ihn die Strömung und lässt ihm keine Ruhe, und irgendwie gelingt es ihr, ihn wieder ganz zu fassen und wieder mit sich zu ziehen. – So mag auch der Mensch trotz rechter Anschauung über die fünf Zusammenhäufungen – wenn sie eben noch nicht ganz vollkommen ist – zeitweilig von den fünf Sinnenüchten verlockt, die Unbeständigkeit, Leidhaftigkeit und Ichlosigkeit der fünf Zusammenhäufungen vergessen, mag eine Zeitlang wieder der Faszination der Erscheinungen erliegen. Er mag sich faszinieren lassen von diesem oder jenem Bild der Welt, von der einen oder anderen Situation, mag es dort leidlich oder wohnlich oder gar entzückend finden, er mag im Genuss manche Zeit vergessen und ungenützt verstreichen lassen, aber sofern er rechte Anschauung hat, wird diese sich wieder melden, und irgendwann fallen ihm wieder die Schuppen von den Augen, sei es nach einer Stunde oder nach längerer Zeit: Er sieht wieder klar, er sieht, dass die scheinbar verlockenden Bilder nur mit Blut und Tränen gemalt sind, dass das Wohnhaus ein Familiengrab ist und dass unendliche Generationen hinauf und hinab nichts anderes geschieht als Geborenwerden, Altern und Sterben, Geborenwerden, Altern und Sterben – und das ohne Sinn in dem ganzen Geschehen.

Während ein Nachfolger, der den Anblick des Todlosen noch nicht erfahren hat, den Verlockungen der programmierten Wohlerfassungssuche stets kämpfend widerstehen und dem Rat der Weisheit folgen muss, so wird derjenige, der das

Ungewordene, Todlose erfahren hat, von der Wohlerfahrung im Anblick der Unverletzbarkeit des Todlosen gezogen. Die Bande des Wahns, durch die er währte, ein souveränes Ich in einer unabhängig von ihm bestehenden Welt zu sein, sind ihm abgenommen, und damit hat er drei Verstrickungen aufgehoben: den Glauben an Persönlichkeit, Daseinsbangnis und die Auffassung, das (sittliche) Begegnungsleben sei das Höchste.

*An den Ufern hängenbleiben – Gleichnis für die sechs Sinnensüchte und das als außen Erfahrene*

Die erste Verstrickung, der Glaube an Persönlichkeit, ist die Befangenheit des Geistes und Gemütes in der Vorstellung, ein Ich in einer Welt zu sein. Der Geist kommt zu dieser Vorstellung, da er sich mit den Sinnensüchten und mit dem, was die Triebe, die Sinnensüchte, wollen, identifiziert.

Der Erwachte sagt (M 102, D 1 u.a.): Es geht darum, der sechs auf Berührung gespannten Süchte (*phassāyatana*) Aufsteigen, Verschwinden und was an ihnen Labsal, Elend und Entrinnung ist, der Wirklichkeit gemäß zu verstehen, weil man sich dann ganz sicher von ihnen ablöst, nicht von ihnen gefesselt wird, so wie der Baumstamm in der Mitte des Stroms nicht an dem hiesigen und dem jenseitigen Ufer hängen bleibt: *Das hiesige Ufer ist ein Gleichnis für die sechs Süchte, das jenseitige Ufer ist ein Gleichnis für das als außen Erfahrene.*

In A III,62 werden die sechs Süchte genauer bezeichnet als sechs auf Berührung gespannte Süchte (*phassāyatana*):

*1. Die Sucht des Lugers (der Trieb im Auge zum Sehen) nach Berührung durch Formen, die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen, dem Begehren entsprechenden, reizenden.*

*2. Die Sucht des Lauschers (der Trieb im Ohr zum Hören) nach Berührung durch Töne, die ersehnten, geliebten, entzückenden.*

*ckenden, angenehmen, dem Begehren entsprechenden, reizenden.*

*3. Die Sucht des Riechers (der Trieb in der Nase zum Riechen) nach Berührung durch Düfte, die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen, dem Begehren entsprechenden, reizenden.*

*4. Die Sucht des Schmeckers (der Trieb zum Schmecken in der Zunge) nach Berührung durch Säfte, die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen, dem Begehren entsprechenden, reizenden.*

*5. Die Sucht des Tasters (der Trieb zum Tasten im ganzen Körper) nach Berührung durch Tastbares, das ersehnte, geliebte, entzückende, angenehme, dem Begehren entsprechende, reizende.*

*6. Die Sucht des Denkers (der Trieb zum Denken im Gehirn) nach Berührung durch Dinge, Gedanken, die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen, dem Begehren entsprechenden, reizenden.*

Jeder der sechs unterschiedlichen Sinnesdränge wendet sich also einem unterschiedlichen Erfahrungsbereich zu, nämlich

1. das Anliegen in den Augen (Luger) ist auf Formen aus.
2. Das Anliegen in den Ohren (Lauscher) ist auf Töne aus.
3. Das Anliegen in der Nase (Riecher) ist auf Düfte aus.
4. Das Anliegen in der Zunge (Schmecker) ist auf Schmeckbares aus.
5. Das Anliegen im ganzen Körper (Taster) ist auf Tastungen aus.
6. Das Anliegen im Geist (Denker) ist auf geistige Vorstellungen aus.

Das sechsfältige Lungern nach fünffacher sinnlicher Wahrnehmung und als sechstes der Drang nach Verarbeitung und Verwertung des Wahrgenommenen im Geist wird als „*āyatana*“ (Sucht, Drang, Spannung) bezeichnet. Diesem Begriff liegt die Wurzel *yam* zugrunde, die bedeutet „sich aus-

strecken“, ein Ziel haben, darauf aus sein, genau wie das Wort „Tendenz“ – abgeleitet von *tendere* – „spannen“, „sich hin strecken auf etwas“, „hinzielen“, „hinspannen“ bedeutet. Die Triebe, Tendenzen strecken sich aus, drängen nach Berührung durch das als außen Erfahrene und werden als Verlangen und Sehnsucht empfunden. Diese Triebe sind Ursache und Wurzel des sichtbaren und als substantiell erlebten Körpers, durchdringen und durchziehen als sinnlich nicht wahrnehmbare Spannungen und Dränge die Sinnesorgane und damit den ganzen Körper, weshalb sie im gegenständlichen Körper (*rūpa-kāya*) einen Trieb- oder Spannungs- oder Wollenskörper (*nāma-kāya*) bilden. Die Tatsache, dass dieser Wollenskörper sechsfältig ist, bezeichnet der Erwachte mit dem Begriff „*sal-āyatana*“, sechs Süchte. Der Luger (der Trieb im Auge) ist eine Sucht nach bestimmten Formen; der Lauscher (der Trieb im Ohr) ist ein Vakuum nach Berührung durch bestimmte Töne und bedingt Abstoßung entgegengesetzter; usw. Diese nach Berührung, Erfahrung drängenden Triebe und das von ihnen Erfahrene nennt der Erwachte immer zusammen als sechs Paare und nie als zwölf einzelne Faktoren: Der Luger und die Formen, der Lauscher und die Töne usw.

Die Berührungssüchte in den Sinnesorganen (der berührungshungrige Luger, Lauscher usw.) werden als zum Ich gezählte Spannungen bezeichnet (*ajjhakkāni āyatanāni* – von K.E. Neumann als „Innengebiete“ übersetzt). Durch sie kommt zwangsläufig das früher Gewirkte und bei der Berührung als außen Erfahrene (*bāhirāni āyatanāni* – von K.E. Neumann als „Außengebiete“ übersetzt: Formen, Töne usw.) zur Berührung. Bei der Berührung der zum Ich gezählten Form mit Form, die als „außen“ gedeutet wird (1. Zusammenhäufung), werden die Triebe berührt und äußern ihre Anziehung oder Abstoßung durch Gefühl (2. Zusammenhäufung), was als gefühlsbesetzte Wahrnehmung (3. Zusammenhäufung) in den Geist eingetragen wird. Das Pāliwort für „Wahrnehmung“ heißt „*saññā*“ und das Verb (*saññānāti*) wörtlich „zusammen wissen“. Es ist ein Wissen von zweierlei: von dem „äußeren“ Gegenstand und

von dem „persönlichen“ Geschmack. Dass dieses „Wissen“ nur zustande kam, weil die in den Sinnesorganen und dem Geist wohnenden Dränge berührt worden sind, wird nicht bemerkt und gewusst. Das ist die Ursache dafür, dass der Mensch fast ununterbrochen den Eindruck hat, als ob „er“ mittels der Sinnesorgane seines Körpers „eine Außenwelt“ erlebe durch Sehen, Hören usw., dass also „die Welt“, die „er“ wahrnehme, „um ihn herum“ sei, dass er also eine in „innen“ und „außen“ gespaltene Welt erlebt.

Durch die Wahrnehmung steigt als zum „Ich“ gehörend empfundene Aktivität auf (4. Zusammenhäufung), nimmt Stellung zu dem Wahrgenommenen, indem frühere Erfahrungen des Geistes mit dem neu Eingetragenen in Beziehung gesetzt und beurteilt werden, und es entsteht eine neue Gewöhnung, ein neues Programm bzw. das alte wird verstärkt: die programmierte Wohlerfahrungssuche (*viññāna* – 5. Zusammenhäufung) ist ernährt, auf neuen Wegen oder auf verstärkten alten Wegen nach Wohlerfahrung zu suchen. Entsprechend diesem Programm lenkt die programmierte Wohlerfahrungssuche den Körper, um zu Wohl zu kommen, und der Geist denkt bei diesem automatisch ablaufenden Zusammenspiel der fünf Zusammenhäufungen: „Ich fühle, ich halte dies für besser als das, ich entscheide mich darum nach reiflicher Überlegung für dieses Bessere, und ich werde in Zukunft so und so vorgehen, und ich bin gewohnt, so und so zu denken, zu reden und zu handeln“, obwohl da nur diese fünf ineinandergreifenden Prozesse ablaufen, diese fünf Zusammenhäufungen, deren blitzschnell ineinandergreifendes Zusammenspiel den Eindruck „Ich bin in der Welt“ erweckt.

Weil die sehr verschiedenen Sinnensüchte in den Sinnesorganen ihre Empfindungen und Wahrnehmungen an den Geist weitergeben und der Geist die Fähigkeit des Verbindens und Ordners der Eindrücke hat, vergisst er bei allen normalen Menschen, dass er vorwiegend Meldestelle für die fünf sehr verschiedenen Interessen- und Geschmacksfelder ist: er identifiziert sich mit den jeweils ankommenden Meldungen so, als



habe er sie ausgegeben. Und so beginnt das Kind im zweiten bis vierten Lebensjahr „ich“ zu sagen. Es entsteht die Ich-bin-Behauptung, die Auffassung, eine als Ganzheit und Einheit aufgefasste Person zu sein, obwohl sie die Summe der sechs auf Berührung gespannten Säfte ist. Diese im Geist imaginierte Person will ihre Anerkennung als Ich, will nicht von anderen Personen unterdrückt, vernachlässigt sein usw. Und so befestigt sich in einem solchen Geist noch immer mehr der Ich-bin-Gedanke, und von daher rührt bei den sich bietenden Gelegenheiten im Umgang mit anderen Menschen die Neigung, das vermeintliche Ich-Selbst mit seinen Ansprüchen zu behaupten, sich als ein selbstständiges Ich neben oder womöglich über andere zu stellen.

Aber „Ich“ und „Selbst“ ist Einbildung, ist ein illusionärer Name für die Summe von Bedürfnissen, Bezügen. Der Ich-Gedanke ist die schlimmste Falle Māros, der Verkörperung des Übelen, weil er die Menschen im Gefängnis ihres Körpers hält; und die Aufhebung des Persönlichkeitsglaubens ist der Schlüssel zur Freiheit. In diesem Sinne sagt *Shantideva*, ein indischer Mystiker des Mittelalters:

*Was alles an Missgeschicken in der Welt ist,  
so viele Leiden und Schrecknisse es gibt –  
sie alle kommen von der Annahme eines Ich.*

Die Aussage des Erwachten: „*Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst*“ bezieht sich auf die Nicht-ichheit, Nichtmeinheit und das heißt Nichtlenkbarkeit des Ablaufs der fünf Zusammenhäufungen. Wer die Identifizierung mit den fünf Zusammenhäufungen schon um einige Grade zurücknehmen und mindern konnte, der erfährt die feine, wohltuende Wandlung des Daseinsgefühls, ein Schwinden der existentiellen Grundangst. Er erfährt, dass diese Daseinsbangnis mit der Ichvorstellung verbunden ist, dass die Ichvorstellung der Kern der gesamten Verletzbarkeit ist. Mit ihrer Minderung und Auflösung nimmt alle Sorge und Bangnis ab

bis zur Verflüchtigung. Von dem zu dieser Entwicklung gelangten Menschen gibt der Erwachte das Bild des aus der gefährlichen Gegend in die Nähe des heimatlichen Dorfes gelangten Menschen, der sich schon auf sicherem, heimatlichem Boden weiß. Die Aufhebung der Daseinsbangnis (zweite Verstrickung) reift als Frucht der fortschreitenden Minderung bis Aufhebung der ersten heran, ja, sie ist das sichtbare und spürbare Zeichen für die fortschreitende Auflösung des Glaubens an Persönlichkeit.

Der Heilsgänger durchschaut „die Welt“ als eine reißende Strömung von Wahrnehmungsszenen, als eine Flucht von Wahrscheinungen. Er weiß, dass diese machtvoll andringende Strömung einzig gespeist ist aus seinem bisherigen Wirken und dass sie verebben und versiegen muss, wenn er die Wahrnehmungen nicht mehr ergreift. Er hat die Absicht, das Begegnungsleben endgültig aufzuheben (dritte Verstrickung) und kann auch das ethisch höchste Begegnungsleben nicht mehr als Endziel des Strebens ansehen. Er ist in die „Heilsströmung eingetreten“.

So wie die Flüsse und Ströme nicht ruhen können, bis sie angelangt sind und eingemündet im Weltmeer, so kann die programmierte Wohlerfassungssuche des in die Heilsströmung Eingetretenen – in unserem Gleichnis der Baumstamm – nicht ruhen, bis die heile Situation auch endgültig erlangt ist.

*Mitten im Strom untersinken –  
ein Gleichnis für die Sucht nach Befriedigung*

Wenn der Baumstamm mitten im Strom untersinkt, dann kann er nicht zum Meer hingelangen, dann liegt er fest auf dem festen Boden, und das Wasser strömt über ihn hinweg. Dieses Gleichnis gilt für die Sucht nach Befriedigung. Die Sucht nach Befriedigung ist das Kosten der sinnlichen Eindrücke durch Sehen, Hören, Riechen, Schmecken und Tasten, um Lust zu erleben in den verschiedenen Graden.

Jeder Mensch, der sein Leben nach höheren Maßstäben zu führen bestrebt ist, folgt vielen Anwendungen der natürlichen Lustsuche schon mit Rücksicht auf seine Mitwesen nicht, gibt den aufkommenden Reizen, sich zu befriedigen, nicht nach, wehrt sie ab.

Endgültig allerdings, ernsthaft und kontinuierlich wird die Abwehr der Sucht nach Befriedigung erst bei dem in die Heilsströmung Gelangten, der das Leben so durchschaut hat, dass er die Bande des Wahns endgültig abgeschnitten hat. Er weiß: Befriedigung suchen heißt dem Durst folgen. Dem Durst folgen heißt Ergreifen mehren, das Leiden vermehren, dem Samsāra weiterhin ausgeliefert bleiben. In jedem Augenblick, in dem Befriedigung gesucht wird, ist kein Vorwärtkommen, ist ein Festliegen am Grund.

Zu einer Zeit, in der der Baumstamm auf dem Grund des Stromes liegt, da wird er nicht von der Strömung getragen. Zu einer Zeit, in der der Mensch Befriedigung sucht, da wird er nicht von der rechten Anschauung getragen. Die rechte Anschauung sagt ihm, dass das Heil jenseits der fünf Zusammenhäufungen liegt. In seinem Geist ist sich der Stromeingetretene völlig klar darüber, dass der Eindruck, ein Ich in einer Welt zu sein, eine große Täuschung und Blendung ist, dass hier nur eine Unzahl von Trieben, die im Lauf des Samsāra angesammelt sind, jeweils das ihrige suchen und der Geist, der bis dahin der Sklave dieser Triebe war, immer die Erfüllung herbeizuführen bestrebt war. Dieser Wahn ist nun durchschaut und ist abgetan. Damit kann der Heilsgänger keine wahnhaftige Vorstellung mehr, die er als solche erkennt, gelten lassen.

Der Heilsgänger erinnert sich der Aussage des Erwachten *Befriedigung ist des Leidens Wurzel (M 1)* und der Antwort auf die Frage eines Mönches, was die Loslösung von den fünf Zusammenhäufungen sei: *das Verneinen und Aufgeben des Wunsches nach Gierbefriedigung (chanda-rāga) bei den fünf Zusammenhäufungen. (M 109)* Er führt sich bei den Verlockungen durch die Sinnendinge und bei dem Drang, aufzubrausen, nachzutragen, sich zu rächen, sich rücksichtslos

durchzusetzen, immer wieder vor Augen: „Dieser Reiz nach Befriedigung der inneren Dränge hält im Leiden, im Bereich des Todes.“ Darum kann sich der Heilsgänger an nichts mehr, was irgendwie erscheint, endgültig befriedigen wollen, aber die Triebe sind noch fast alle da, und so erscheint entsprechend vieles noch verlockend. Darum verscheucht die von ihm ausgebildete Wahrheitsgegenwart (*sati*) diese an den Samsāra fesselnden, gefühlten und in den Gedanken aufsteigenden Reize immer wieder. Die Sucht nach Befriedigung kommt so lange auf, wie es Tendenzen gibt, und der Heilsgänger muss sie immer wieder vertreiben, um so dem Sog der programmierten Wohlerfahrungssuche zum Heil hin folgen zu können. „Der Baumstamm“, der z.B. bei der Einmündung anderer Flüsse in den Ganges durch die Wucht entgegengesetzter Strömungen vorübergehend zum Sinken gebracht wurde, taucht auf Grund seines spezifischen Gewichts wieder auf, wird wieder von der Hauptströmung ergriffen.

*Auf einer Sandbank stranden –  
ein Gleichnis für die Ich-bin-Empfindung*

Die gefühlsbesetzten Wahrnehmungen des Sinnensüchtigen erzeugen im Geist die wahnhafte Vorstellung: „Ich bin und die Welt ist. In dieser Welt muss ich Wohl zu erfahren suchen.“ Der normale Mensch meint, das angenehme oder unangenehme Gefühl, das er bei der Wahrnehmung bestimmter Wesen oder Gegenstände empfindet, gehe von den betreffenden Wesen oder Gegenständen aus, es sei an diese gebunden. Und darum wendet er sich immer denjenigen Wesen und Gegenständen zu, die er in Verbindung mit angenehmem Gefühl wahrnimmt – und er wendet sich von solchen Wesen oder Gegenständen ab bzw. tritt ihnen entgegen, die er in Verbindung mit unangenehmem Gefühl wahrnimmt.

In Wirklichkeit aber hängt alles Angenehm oder Unangenehm, alles Wohl oder Wehe immer nur mit ihm selber, mit seinen „eigenen“ Tendenzen zusammen, ist an die „eigenen“

Tendenzen gebunden, geht von „seinen“ Tendenzen aus. Sie sind es, die in den Geist hinein die Vorstellung, den Wahn eines „Ich bin“ und „dies gefällt mir, jenes missfällt mir“ bilden. Je stärker die innere Bedürftigkeit, Verletzbarkeit ist, um so stärker ist auch die Treffbarkeit durch die Berührung: um so stärkere Gefühle werden ausgelöst, um so aufdringlicher ist die Blendung und um so stärker ist der Ich- und Weltwahn.

In der Lehrrede S 22,89 sagt der Mönch *Khemako* von sich:

*Wenn mich bei den fünf Zusammenhäufungen doch einmal der Gedanke „ich bin“ ankommt, dann sehe ich bei näherer gründlicher Beobachtung, dass „ich bin“ nicht ist.*

*Khemako* spricht also von zwei verschiedenen Anschauungen: der triebhörigen, die ihn empfinden lässt „ich bin“ und dem gleich daran anschließenden Urteil der Weisheit: „Das bin ich ja gar nicht.“ Die erstere Auffassung kommt ihm wegen der noch vorhandenen achten Verstrickung „ich bin“-Empfindung, in die jeder Nichtgeheilte verstrickt ist, das spontane Getroffenheitsein: „Mir ist dies oder das geschehen.“ Je stärker aber ein Mensch im Geist den rechten Anblick verankert hat, um so weniger kann er in seinem gedanklichen Sprachbereich die Reaktion zulassen: „Mir ist das geschehen.“ Sofort ist er bei solchem Gedanken wach: „Wovon lässt du dich da wieder täuschen! Lass dich nicht von der Erscheinung hinreißen. Sieh genauer hin!“

Der Mönch *Khemako* sagt von sich: Das gewohnte Ich-bin-Empfinden (*asmi-māno*, *māno-samyojana*, achte Verstrickung) habe ich noch, es kommt mich an bei jedem Erlebnis, aber den Glauben an Persönlichkeit (*sakkāyaditthi-samyojana*, erste Verstrickung) habe ich bei ruhiger Überlegung nicht mehr. Denn sobald mich der Gedanke ankommt: „Das bin ich“, durchschaue ich ihn als Irrtum.

Es gilt also zu unterscheiden einerseits zwischen der im Geist gewonnenen klaren Einsicht des Stromeingetretenen – gewonnen aus dem Anblick des Spiels der fünf Zusammen-

häufungen – dass da kein Ich als Empfinder und Täter ist, wo ein solches erscheint – und auf der anderen Seite diesem Ich-bin-Gefühl selber, das von den Trieben her mit jedem Erlebnis ganz automatisch und zwangsläufig aufkommt und aufkommen muss, solange der Mensch noch von Trieben bewegt ist.

Eine Sandbank wird bei Anschwellen des Stroms durch starke Regengüsse bald wieder überflutet, und der Baumstamm treibt wieder in der Strömung. Ebenso wird der Heilsgänger durch Ernährung mit rechter Anschauung wieder von der Neigung zum Nibbāna ergriffen, wenn er die Ich-bin-Empfindung im Geist merkt und das Entstehen und Vergehen der fünf Zusammenhäufungen betrachtet: *So kommt auch der geringe, noch nicht beseitigte Rest der Empfindung ‚Ich bin‘, der Neigung ‚ich bin‘ zum Schwinden. (S 22,89)*

*Von Menschen sich ergreifen lassen –  
ein Gleichnis für die Gefühlsbindung an Menschen*

*Da lebt ein Mönch in Gesellschaft der Hausleute. Er genießt mit, er sorgt sich mit. Er ist froh mit den Glücklichen, ist traurig mit den Unglücklichen. Wo immer es etwas zu tun und zu besorgen gibt, da lässt er sich fesseln. Das bedeutet von Menschen sich ergreifen lassen.*

*Von Menschen sich ergreifen lassen* heißt: Der Heilsgänger hat den zum Unwandelbaren, Bleibenden treibenden Strom der rechten Anschauung verlassen, hat sich von den Menschen ergreifen lassen, ist unter die Menschen gegangen und wankt und schwankt mit den Wankenden und Schwankenden. Er geht in der Gesellschaft der Menschen auf, ist fröhlich mit den Fröhlichen und traurig mit den Traurigen. – So zu sein, ist im weltlichen Sinn nicht schlecht, und es ist besser, so zu sein als kaltherzig; wer aber frei werden will, den Heilsstand gewinnen will, wer da gesehen hat, dass das, was den unwissenden

Menschen traurig macht, in Wirklichkeit keinen Anlass zur Traurigkeit bietet, was ihn erfreut, nicht wirklich Anlass zur Freude bietet, der kann nicht auf die Dauer mit anderen froh oder traurig sein, der hat andere Maßstäbe erworben. Und diese lassen ihn seinen augenblicklichen Zustand erkennen und alles Wandelbare loslassen. Mit der Kraft der rechten Anschauung treibt er wieder auf das Unwandelbare hin.

*Von Göttern sich ergreifen lassen –  
göttliches Sein anstreben*

*Und was bedeutet von Göttern sich ergreifen lassen? Da führt irgendeiner den Reinheitswandel in der Absicht, später nach dem Tod in der Gemeinschaft mit diesen oder jenen Göttern wiedergeboren zu werden. Und er denkt: Möchte ich doch durch diesen Tugendwandel, durch Einhaltung von Vorsätzen, durch diese beharrliche Askese, durch diesen Reinheitswandel ein solcher oder solcher Gott werden. Das bedeutet von Göttern sich ergreifen lassen.*

*Von Göttern sich ergreifen lassen* und damit aus der zum Nibbāna hintreibenden Strömung herausgenommen ist derjenige, der seine Sehnsucht auf übermenschliche, reine, lichte Daseinsbereiche richtet, die noch irgendwie mit Formen, mit Gefühl, mit Wahrnehmung usw. verbunden sind. Der westliche Mensch hat in der Regel wenig Vorstellungen von übermenschlichen Daseinsbereichen und darum auch weniger Sehnsucht nach dergleichen. Aber das ist völlig anders in Indien und war es besonders zur Zeit des Erwachten. Der normale Inder sah sich auf endloser Wanderung durch alle Daseinsbereiche, durch menschliche, untermenschliche und übermenschliche. Sie sind ihm alle ähnlich bunt wie das irdische Leben; die himmlischen Bereiche sind hell und strahlend schön, die untermenschlichen finster und qualvoll. Er denkt so

selbstverständlich an die Fortsetzung seines Lebens nach dem Verlassen des Körpers, wie der normale westliche Mensch an seine Vernichtung glaubt.

Darum bringt der Inder – auch wenn er durch die Lehre des Buddha verstanden hat, dass der Aufenthalt in allen Himmeln nur vorübergehend ist, nicht ewig währt – doch noch eine große Neigung zu himmlischem Leben mit. Darum muss er, wenn er als Mönch in den Orden eingetreten ist, weil er das Nirvāna, die Erlösung, anstrebt, dessen auch eingedenk bleiben und muss seine Neigung nach höheren Welten durchschauen als abhängig machende Bindung, die ihn hindert, ganz zum Heil zu kommen, wie es in M 16 heißt:

*Ein Mönch, der den Reinheitswandel in der Absicht führt, eine bestimmte himmlische Stätte zu erlangen, dessen Herz ist nicht geneigt zum heißen Kampf, zum Sich-Anjochen, zur Ausdauer und Anstrengung.*

Dennoch ist es nun einmal so, dass himmlisches Dasein heller, wohlthuender, leichter ist als irdisches Dasein, da schon die Wesen der menschnahen himmlischen Bereiche in rücksichtsvoller, wohlwollender Art miteinander umgehen. Wenn man sich diese zum Vorbild nimmt, so fördert dies die Loslösung von der normalen menschlichen Rücksichtslosigkeit und fördert die Kraft, die rücksichtsvolle, fürsorgliche Umgangsweise mit den Mitwesen anzustreben. Wem dies auf Erden gelingt, aber die vollständige Loslösung noch nicht gelingt, der wird später himmlisches Dasein erfahren. Wenn er dann aber als Anhänger der Lehre seine vom Erwachten gewonnenen Einsichten über die Vergänglichkeit auch jener Bereiche mit dorthin nimmt, so wird er auch dort weiterstreben bis zum Endziel. Wer das Elend der fünf Zusammenhäufungen deutlich vor Augen hat, wird von himmlischen Freuden nicht verlockt, sondern strebt in erster Linie zum Heilsstand. Er mag sich sagen: „In diesem Leben gelingt mir noch nicht die Befreiung von allen Trieben, darum werde ich mich wohl in die-



sem oder jenem lichterem Bereich wieder vorfinden. Aber das Leben dort ist für mich nur eine Gelegenheit, mich weiterhin um Loslösung zu bemühen, und vielleicht finde ich dort auch hohe Vorbilder, die mir dabei helfen.“ Damit bleibt er immer in der Strebenshaltung mit dem Gedanken: „Ich will mich herausarbeiten aus dem Sumpf der vielfältigen Bindungen, um frei zu werden.“

*Von einem Wirbel oder Strudel ergriffen werden –  
ein Gleichnis für die fünffache Sinnensucht  
(kāmāgunā)*

Für die Gefahr der Sinnlichkeit, der Hingabe an die fünf Sinnesdränge gibt der Erwachte das Gleichnis des Wasserwirbels, des Strudels. So entsetzlich wie Wirbel und Strudel für den schwimmenden Menschen sind, da er durch sie in die Tiefe gerissen wird, so entsetzlich ist auch die Sinnensucht.

Je mehr der Mensch aber Freude und Genugtuung, Geborgenheit und Wärme erfährt durch Zuwendung zu den Mitwesen, in herzlichem Zusammenleben mit den Mitgliedern der Familie, in der Pflege der Freundschaft, um so weniger verfällt er der Gefahr der ausschließlichen Sinnlichkeit und der damit verbundenen Kälte.

Die Sinnensucht in Verbindung mit Tugend führt zu menschlichen und übermenschlichen Daseinsformen innerhalb der Sinnensuchtwelt, und die Sinnensucht ohne Verbindung mit Tugend führt zu üblen untermenschlichen Daseinsformen innerhalb der Sinnensuchtwelt. Ihrem Wesen nach ist die Sinnensucht tugendfeindlich. In dem Maß, wie ein Wesen die Sinnenlust pflegt, in dem gleichen Maß wird es zwangsläufig allmählich die sittliche Zucht, die tugendliche, rücksichtsvolle Haltung gegenüber den Mitwesen verlieren und verlassen, wird rücksichtsloser werden und wird gerade darum innerhalb der Sinnensuchtwelt in immer tiefere Daseinsformen gelangen bis in äußerste Schmerzen und Qualen.

Wohl kann man innerhalb der Sinnensuchtwelt, wie wir es bei uns im Menschenreich beobachten können, trotz der Pflege der Sinnenlust auch an der sittlichen Zucht festhalten. Man kann Rücksicht auf die Mitwesen üben, kann Verständnis und Teilnahme pflegen und sich zu einer gewährenden Haltung erziehen. Aber gerade derjenige, der sich um diese Haltung bemüht, wird bei sich wissen und immer neu erfahren, dass es die Sinnenlust ist, die ihn davon ablenken will, die ihn immer wieder verleitet, egoistisch und rücksichtslos zu sein. Es kommt sehr häufig vor, dass mehrere Menschen denselben Gegenstand haben möchten oder um die Freundschaft und Liebe desselben Menschen werben. Dadurch entsteht Zank und Streit, wie jeder bei sich selbst und in seiner Umgebung, bei Kindern und Erwachsenen, bei Einzelpersonen, bei Familien, innerhalb der verschiedenen Stände und auch zwischen den Völkern beobachten kann und wie der Erwachte in der 13., 14. und 54. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“ schildert. In dieser Situation befindet sich der Mensch wie ein Schwimmer in der Nähe eines Strudels. Er ist ihm noch nicht endgültig verfallen, aber er spürt seinen Sog, und er muss all seine Kraft aufwenden, um von ihm nicht verschlungen zu werden.

Darum empfiehlt der Erwachte dem noch von den Sinnen dingen beeinflussbaren Heilsgänger, sich um Zurückhaltung allen sinnlichen Erlebnissen gegenüber zu bemühen, nicht mehr wie der normale Mensch naiv und lustsuchend sich in der Welt umzuschauen, um von den Trieben getrieben zu genießen, sondern sich zurückzuhalten, sich um Distanz zu den Eindrücken zu bemühen und sich gegenwärtig zu halten, was er über den Trug der Wahrnehmung bereits eingesehen hat.

Ein so weit fortgeschrittener Heilskämpfer lebte zur Zeit des Erwachten dann meistens zurückgezogen im Orden, fern von den vielen weltlichen Angehungen. Und hat er dann weltliche Begegnungen auf dem Almosengang oder sonstwo, so ist er darauf bedacht, nicht die Begierden zu wecken, nicht von der durch sie hervorgerufenen täuschenden Blendung wieder eingefangen zu werden, nicht dem Anschein einer objektiv

bestehenden Welt zu erliegen. Der Übende erfährt, dass die Sinnesdränge im Körper dauernd auf der Lauer liegen und lügen, dass sie von „außen“ hereinnehmen wollen. Darum hält er den Körper, in dem die Sinnesdränge wie wilde Tiere hungern, zurück, beschränkt die Wahrnehmungen auf das Notwendigste.

Dieser fortwährende Kampf ist erst beendet, wenn das überweltliche Wohl der Entrückungen erfahren wird. Durch das Aufbrechen solch eines inneren Glücksgefühls steht die fünffache sinnliche Wahrnehmung für eine Zeitlang still: der Übende ist der gesamten Ich- und Weltwahrnehmung entrückt. Von diesem Vorgang heißt es (M 118):

*Wenn der Geist verzückt ist, werden die Sinnesdränge des Körpers gestillt. Gestillten Körpers fühlt er ein alles durchdringendes Wohl; von Wohl durchtränkt, wird das Herz geint...*

Auf dem Weg zum Heil sind die Entrückungen unerlässlich, da ihrem Wohl gegenüber alles sinnliche Wohl verblasst.

### *Heuchelei – innere Fäulnis – führt zur Unterwelt*

*Und was ist innere Fäulnis, innere Verderbnis? Da ist einer, Mönch, ohne Tugend, ist dem Bösen ergeben, unrein, von übler Lebensführung, ein Heimlichtuer. Er ist kein Asket, gibt sich nach außen aber als Asket. Ohne keusch zu sein, gibt er sich als keusch aus. Er ist im Innern verdorben, schleimig, verkommen. Das bedeutet innere Fäulnis, innere Verderbnis.*

(Ebenso A IV,241, A VII,68, A VIII,19-20)

Hier wird der Mönch genannt, der innerlich kein Mönch mehr ist, sondern nur nach außen heuchelt. Heimlich den Grundgesetzen wahren Mönchtums zuwiderhandeln und doch im Ordensstand bleiben, dessen Ansehen und die im Vertrauen auf

die Lauterkeit gegebenen Spenden der im Haus Lebenden genießen, statt die eigenen Schranken und Schwächen einzugestehen und offen und ehrlich den jederzeit möglichen Austritt aus dem Orden zu wählen: das ist innen verfaulen. Ein solcher Scheinmönch begeht „die Sünde wider den Geist“. Er zerreißt sich innerlich, zerstört jede heilsame Möglichkeit in sich. Er bejaht das Üble, folgt ihm bewusst, sorgt nur, dass es nach außen nicht gesehen wird, gibt sich nach außen anders.

Der Heuchler hat nur den Anschein, den Schein rechter Anschauung gewonnen, darum hat alles, was er tut, nur den Schein der Strömung zum Nibbāna. Dem Heuchler hilft die rechte Anschauung nicht zum Ziel, wenn er auch äußerlich in dem Kreis derer zu finden ist, die auf das Ziel hinstreben. Wenn er auch nach außen so tut wie diese: er gewinnt nichts damit, er verliert alles! – Der Baumstamm, der hier und dort zeitweilig hängen bleibt und untergeht und strandet, kann sich wieder lösen und kann von der Strömung wieder mit- und emporgerissen werden, aber der faule Baumstamm saugt sich voll Wasser, bricht schließlich auseinander, geht unter und zerfällt, weil er keine Festigkeit mehr hat. Ebenso verliert ein solcher Mönch alle Festigkeit, alle Zielstrebigkeit. Für einen solchen, sagt der Erwachte, sei es besser, eine glühende Eisenkugel zu verschlucken und daran zu sterben, als derart als Heuchler Mönch zu sein und sich den Abweg zur Unterwelt zu bereiten. (A VII,68) Ein solcher ist vollkommen aus der Strömung heraus, und es ist überhaupt nichts mehr da, was vom Strom getragen werden könnte.

Während der Mönch, der den sinnlichen Trieben nicht widerstehen kann und daher aus dem Orden austritt, um wieder als Hausner den Sinnengenuss zuzulassen, jederzeit wieder in den Orden zurückkehren kann, ist der Mönch, der im Ordensgewand eines der vier Ausschlussvergehen begangen hat und es nicht bekannte, lebenslänglich der Wiedereintritt verwehrt. Er ist als Strebender nicht mehr vorhanden, so wie der faule Baumstamm nicht mehr da ist, wenn er zerfällt.

Hier nennt der Erwachte acht Hindernisse, die den Baumstamm in der Gangesströmung behindern und festhalten können. Wir können uns vorstellen: Je stärker die Gangesströmung ist, je schneller und kraftvoller der Baumstamm treibt, um so weniger können die Hindernisse ihn aufhalten, ja, sie können gar nicht eintreten. Das heißt: Je stärker die rechte Anschauung das Nibbāna als Erlösung vom Leiden offenbart, je stärker der Nachfolger weiß und spürt, dass die Triebversiegung bleibendes Heil ist und alles andere leidvoll, um so kraftvoller werden die Hindernisse überwunden. Je weniger die Triebversiegung lockt, um so geringer ist das Gefälle, um so weniger Strömung ist vorhanden, und um so leichter können selbst kleine Hindernisse festhalten. Der Erwachte bezeichnet als Kriterium der gesicherten heilenden rechten Anschauung die Frucht des Stromeintritts: dass der Nachfolger bei der Darlegung der Unbeständigkeit, Leidhaftigkeit und Nicht-Ichheit der fünf Zusammenhäufungen Freude, inneres Wohl erfährt. Das ist ein starkes Gefälle, eine starke Strömung, die Hindernisse leicht überwindet.

*Nando*, ein Rinderhirt, hatte in der Nähe des Erhabenen gestanden und hatte mit tiefer Beglückung das Gleichnis des Erwachten gehört. Der Erwachte war häufig in der dortigen Gegend. Der Rinderhirt *Nando* mochte dem Erwachten schon zugetan gewesen sein. Er mochte schon viel von der Lehre gekannt haben. Dieses Gleichnis von dem zum Meer hin geneigten Ganges und von dem Baumstamm, der sich nicht aufhalten lässt, sondern unentwegt dem Meer zustrebt, um dort endlich und endgültig Frieden zu haben – dieses Gleichnis gab ihm den letzten Anstoß, alle Gefahren dieser Welt und jener Welt zu fliehen und sich ganz dem Erwachten anzuschließen, dem Orden sich anzuschließen und sich ganz der zum Nibbāna hinziehenden Strömung zu überlassen und Acht zu geben, dass er nirgends hängen bleibe, bis er den Frieden gewonnen habe.

Der Erwachte nahm *Nando* in den Orden auf. Und der ehrwürdige *Nando* erreichte das Ziel, war endgültig gesichert.

GIB MIR BITTE EINEN AUFSCHWUNG!

*Ergreifen (upādāna) und Nichtergreifen*  
„Gruppierte Sammlung“ (S 35,95)

*Der ehrwürdige Mālunkyaputto begab sich zum Erhabenen und sprach: Möchte mir wohl, o Herr, der Erhabene eine kurze Darlegung der Wahrheit geben, damit ich dann, vom Erhabenen so belehrt, einsam, zurückgezogen, mit entschlossenem Willen verweilen könnte. –*

*Was sollen wir denn, Mālunkyaputto, von den jungen Mönchen sagen, wenn du als alter, bejahrter Mönch um eine solche Belehrung bittest. –*

*Obwohl ich, o Herr, ein alter, bejahrter Mönch bin, möchte mir doch, o Herr, der Erhabene, der Willkommene, eine kurze Darlegung der Wahrheit geben, damit ich ein wenig den Sinn verstehen könnte und ein wenig Erbe des Wortes des Erhabenen werde. –*

Mit einer solchen Bitte um eine besondere persönliche Belehrung, durch die man einen stärkeren Impuls zum einsamen geistigen Arbeiten bekäme, treten öfter Mönche an den Erwachten heran. Der Erwachte gibt je nach der Ernsthaftigkeit dieses Wunsches eine solche Belehrung entweder ohne weiteres oder aber - wenn die Bitte zu leicht oder zu oft von einem Mönch an ihn gerichtet war - hilft er dem Mönch zunächst durch Einwendungen zu einer größeren Aufgeschlossenheit und Ernsthaftigkeit, wozu manchmal, wie im vorliegenden Fall, auch eine gewisse Beschämung geeignet war. Das alles geschah seitens des Erwachten aus seiner Liebe und seinem Erbarmen, um den Betreffenden zu fördern und anzuspornen. Im vorliegenden Fall gibt der Erwachte nun eine der tiefstgehenden Belehrungen, und wir sehen hernach, wie der Mönch ihr geradezu wunderbar gewachsen ist.

*Was meinst du, Mālunkyaputto, wenn da vom Auge erfahrbare Formen von dir nicht gesehen sind, nie gesehen waren, wenn du sie nicht siehst und nie sehen wirst, kann dir dann ein darauf gerichteter Wille kommen oder gar Gier oder Liebe dazu? –*

*Gewiss nicht. –*

*Was meinst du, Mālunkyaputto, wenn da vom Ohr erfahrbare Töne von dir nicht gehört sind, nie gehört wurden, wenn du sie nicht hörst und nie hören wirst, kann dir dann ein darauf gerichteter Wille kommen oder gar Gier oder Liebe dazu? –*

*Gewiss nicht. –*

*Was meinst du, Mālunkyaputto, wenn da von der Nase erfahrbare Düfte von dir nicht gerochen sind, nie gerochen wurden, wenn du sie nicht riechst und nie riechen wirst, kann dir dann ein darauf gerichteter Wille kommen oder gar Gier oder Liebe dazu? –*

*Gewiss nicht. –*

*Was meinst du, Mālunkyaputto, wenn da von der Zunge erfahrbare Säfte von dir nicht geschmeckt sind, nie geschmeckt wurden, wenn du sie nicht schmeckst und nie schmecken wirst, kann dir dann ein darauf gerichteter Wille kommen oder gar Gier oder Liebe dazu? –*

*Gewiss nicht. –*

*Was meinst du, Mālunkyaputto, wenn da vom Körper erfahrbare Tastungen von dir nicht getastet sind, nie getastet wurden, wenn du sie nicht tastest und nie tasten wirst, kann dir dann ein darauf gerichteter Wille kommen oder gar Gier oder Liebe dazu? –*

*Gewiss nicht. –*

*Was meinst du, Mālunkyaputto, wenn da vom Geist erfahrbare Dinge von dir nicht gedacht sind, nie gedacht wurden, wenn du sie nicht denkst und nie den-*

*ken wirst, kann dir dann ein darauf gerichteter Wille kommen oder gar Gier oder Liebe dazu? –*

*Gewiss nicht. –*

Hier zeigt der Erwachte, woher unsere Weltgläubigkeit kommt mit allem Begehren, allen Sorgen und Ängsten. Wir haben ja vom Säuglingsalter an mit allen fünf Sinnen Erscheinungen aufgenommen, daraus mit dem Geist als dem sechsten Sinn eine Welt gebaut, uns in diese selbstgebaute Welt hineingelebt, mit ihr verwebt und versponnen zu zunehmender spannungsvoller Auseinandersetzung. Wie die Spinne aus sich selber heraus den Faden erzeugt, mit dem sie ihr Netz baut, und in diesem Netz als in ihrer Umwelt lebt, so erzeugt der unbelehrte und oberflächliche Mensch in seiner Blindgläubigkeit gegenüber den gesehenen Formen, gehörten Tönen usw. ununterbrochen ein Gitterwerk von Dingen und Gegenständen, die ihm insgesamt als die Welt erscheinen – mit ihm darin.

Diese von uns selbst im Geiste gebaute Welt vergleicht der Erwachte mit Schaumbällen auf Wogenkämmen, bei welchen ununterbrochen neue Schaumblasen entstehen und alte zerplatzen. Dieses Geriesel von Formen, Tönen, Düften usw. wird durch Wahrnehmung geliefert, und diese Wahrnehmung vergleicht der Erwachte mit einer täuschenden Luftspiegelung, mit einer Fata Morgana.

Wir verbringen unser Leben in der Auseinandersetzung mit dem gerade Begegnenden, ohne zu wissen, warum und woher. Am Ende des Lebens ist unser Herz mit diesem oder jenem Maß von Begehren und Hassen und Blendung besetzt, der verschlissene Körper fällt fort, und mit weiter angeeigneten Körpern wird diese trügerische, sinnlose, seelenlose Auseinandersetzung fortgesetzt. Über solche Lebensweise sagt *Schopenhauer*:

*Es ist wirklich unglaublich, wie nichtssagend und bedeutungsleer, von außen gesehen, und wie dumpf und besinnungslos, von innen empfunden, das Leben der allermeisten Menschen*



*dahinfließt. Es ist ein mattes Sehnen und Quälen eines träumerischen Traumes durch die Lebensalter hindurch zum Tode, unter Begleitung trivialer Gedanken. Sie gleichen Uhrwerken, welche aufgezogen werden und gehen, ohne zu wissen warum; und jedes Mal, dass ein Mensch gezeugt und geboren worden, ist die Uhr des Menschenlebens aufs neue aufgezogen, um jetzt ihr schon zahllose Male abgspieltes Leierstück abermals zu wiederholen.*

Und wie lange lebt man so? - Mit dem Welterlebnis gibt es keine Erlösung. Darum zeigt der Erwachte im Folgenden, mit welcher inneren loslassenden, nicht ergreifenden Haltung der Mönch frei werden kann.

*Darum lass dir, Mälunkyaputto, bei allen gesehenen, gehörten, gerochenen, geschmeckten, getasteten, gedachten Dingen das Gesehene nur Gesehenes sein, lass dir das Gehörte nur Gehörtes sein, lass dir das Gerochene nur Gerochenes sein, das Geschmeckte nur Geschmecktes sein, das Getastete nur Getastetes sein, das Gedachte nur Gedachtes sein.*

*Wenn dir, Mälunkyaputto, das Gesehene nur Gesehenes sein wird, das Gehörte nur Gehörtes, das Gedachte nur Gedachtes, das Erfahrene nur Erfahrenes sein wird, dann ist dadurch - nichts weiter. Wenn dadurch für dich nichts weiter ist, dann, Mälunkyaputto, gibt es auch kein ‚Dort‘. Wenn es für dich, Mälunkyaputto, kein Dort gibt, dann gibt es kein Diesseits, kein Jenseits, kein Beiderseits und kein Dazwischen. Das ist eben das Ende des Leidens.*

Hier beschreibt der Erwachte in einer der schlichtesten und dichtesten Weisen den inneren Weg, auf dem diese Welt mit Kommen und Gehen und dem mühseligen Leidensumlauf beendet wird. - In einer anderen Rede sagt der Erwachte zu

Rohitasso, dass man, ohne das Ende der Welt erreicht zu haben, dem weiteren Geborenwerden, Altern und Sterben und damit dem Leiden nicht entrinnen könne, dass man aber das Ende der Welt nie durch Gehen erreichen könne, dass die Welt vielmehr hier in diesem sichtbaren Menschenkörper enthalten sei. Das bedeutet ja, dass sie auch hier in diesem Körper aufgelöst werden muss und werden kann. Und wie das geschehen kann, das hat der Erwachte soeben ganz schlicht aufgezeigt.

Wenn man auf die gesehenen Formen, die gehörten Töne, die gerochenen Düfte usw. den Willen richtet, weil man sich von ihnen etwas verspricht, so entstehen Gier, Hass, Blendung, und auf diese Weise wird Welterscheinung fortgesetzt, wird Auseinandersetzung mit der Welt fortgesetzt, wird Hoffnung und Enttäuschung, Erlangen und Nichterlangen, Geborenwerden, Altern und Sterben und Wiedergeborenwerden ohne Ende fortgesetzt ohne eine andere Entwicklung, ohne ein anderes Ziel als den endlosen Kreislauf aller Erscheinungsmöglichkeiten.

Diese Haltung gegenüber allen wahrgenommenen Erscheinungen - sowohl den *äußeren* (Formen, Tönen, Düften, dem Schmeckbarem und Tastbarem) wie auch gegenüber den *inneren* (Empfindungen, Stimmungen, Zuneigungen, Abneigungen, Absichten) - wird ja „ergreifen“ genannt, sie ist durch Wahn (*avijjā*) bedingt, denn wer den wahren Charakter und die Herkunft dieser Erscheinungen, der äußeren und der inneren, kennt, der lässt sie geschehen, ohne sich etwas von ihnen zu versprechen, ohne sie zu „ergreifen“, denn er weiß, dass das Heil gerade in der Befreiung von all diesem liegt.

Den gesetzlichen Zusammenhang, nach welchem durch diese „Ergreifen“ genannte Haltung der Samsāra mit immer weiterem Geborenwerden, Altern und Sterben fortgesetzt wird, hat der Erwachte in dem zwölfgliedrigen Bedingungs Zusammenhang aufgezeigt. In ihm bildet Ergreifen (*upādāna*) das 9. Glied.

Aus der *Wahnversunkenheit* beim Erlebnis der Erscheinungen (*avijjā* - 1.Glied) und dem Durst (*tanhā* - 8.Glied) nach

weiterem Erleben findet zwangsläufig das hier beschriebene Ergreifen (9.) der Erscheinungen statt, denn man verspricht sich von ihnen etwas.

Durch diese Zuwendung, Anziehung und Annahme der Erscheinungen ist die Verbindung zu ihnen nicht aufgelöst, sondern bewahrt worden. Sie bleiben im „Dasein“ (*bhava* - 10.), auch wenn sie im Moment entschwinden, weil schon wieder neue Erlebnisse auftauchen.

Diese latente Verbindung zu den Erscheinungen ruft sie unweigerlich zu ihrer Zeit und nach ihrem Gesetz wieder zurück in die Gegenwärtigkeit. Sie treten uns wieder gegenüber, sei es, dass sie noch in diesem Leben uns wieder begegnen, oder sei es, dass wir nach Verlassen des Körpers in das Reich eintreten, geboren werden, wo sie sind. Das ist „Geburt“ (*jāti* - 11).

Und wo immer wir geboren werden, da werden wir vom Augenblick der Geburt an älter und älter, und wenn wir nicht durch Krankheit wieder den Körper verlassen, „sterben“ wir spätestens durch Altersschwäche, und das ist „Altern und Sterben“ (*jarāmarana* - 12).

Aber innerhalb jedes Lebens haben wir bis zum Tod die Möglichkeit, den Wahn (1.) und Durst (8.) so zu durchschauen, dass wir nicht mehr ergreifen (9.) und darum nichts mehr ins potentielle Dasein schicken (10.), sondern auflösen. In Bezug auf das Gelassene kann auch nicht mehr Geburt eintreten (11.) und darum nicht mehr Altern und Sterben (12.). So wird Leiden nicht fortgesetzt, sondern aufgelöst.

Wer also die Herkunft alles Gesehenen, Gehörten, Gerochenen usw. durchschaut und erkannt hat als aus dem eigenen krankhaft sehnenenden Herzen, der kann sich von diesen Erscheinungen nichts mehr erhoffen, nichts mehr erwarten, und darum löst sich der Wille von all diesen Erscheinungen ab. Ein solcher übt sich darin, dass er bei allem Gesehenen nur eben weiß, dass da gesehen wurde, bei allem Gehörten nur eben weiß, dass da gehört wurde - aber er geht den Eindrücken nicht weiter nach.

In A X,58 sagt der Erwachte: *Beachtung erzeugt alle Dinge*, denn durch die Beachtung und Aufmerksamkeit, die von dem vielfaltssüchtigen Herzen blind gefördert wird, werden alle wahrgenommenen Erscheinungen stärker und tiefer in den Geist eingeschrieben, der Geist glaubt um so mehr daran, beschäftigt sich um so mehr damit, und so werden sie im Geist „erzeugt“. Das löst wiederum stärkere Gier- und Hass-Regungen aus, und darüber werden immer wieder Körper angelegt und abgelegt, wird der Samsāra fortgesetzt. -

Wer aber bei aller sinnlichen Wahrnehmung bedenkt, dass da immer nur Gesehenes aufkam, Gehörtes aufkam, Gerochenes, Geschmecktes, Getastetes, Gedachtes aufkam, dass diese Erscheinungen Luftspiegelungen sind, Blendungen sind, und dass sie immer nur die Wiederkehr von früher beachteten Erscheinungen sind, die auch weiterhin so lange wiederkehren, als die Aufmerksamkeit sich auf sie richtet, sie beachtet, betrachtet und sich mit ihnen beschäftigt - wer um diesen Kreislauf weiß, der tritt von allem zurück, was er zur Erhaltung seines praktischen Lebens nicht unbedingt braucht. Der geht all diesen Eindrücken nicht weiter nach, ergreift nicht mehr. Und wie die Beachtung alle Erscheinungen immer kräftiger, aufdringlicher und bunter macht, so werden alle Erscheinungen durch Nichtbeachtung weniger aufdringlich, stiller, stiller, schwächer bis zu ihrer Erlöschung.

- *dann ist da nichts weiter*. Auf diesem Weg, in dieser Übung des Nichtergreifens, sondern des Loslassens, beharrlich gepflegt, wird, wie der Erwachte sagt, der Eindruck eines von einer Welt (der Formen, Töne, Düfte usw.) umstellten Ich allmählich immer blasser, immer geringer, wird das Gitterwerk der Formen, Töne, Düfte, Säfte, Tastungen und Dinge aufgelöst, wird Raum mit Hier und Dort aufgelöst, und übrig bleibt die Freiheit und Unabhängigkeit.

Von dieser Haltung des Loslassens, der „Gelassenheit“, die der Wissende allen Dingen gegenüber einnimmt, lesen wir in allen Kulturen. Von der gleichen Haltung ist in der abendländischen Mystik die Rede. So sagt Meister Eckehart:

*Es ist recht ein gleicher Kauf und Widerkauf, soviel du aller Dinge ausgehst, so viel, weder weniger noch mehr, geht Gott in dich hinein mit all dem Seinen. Genau in dem Maße, als du in allen Dingen des deinen ausgehst. Damit beginne und lass es dich alles kosten, was du zu leisten imstande bist. Hierin findest du wahren Frieden und nirgend anderswo. (Reden der Unterweisung, Kap. 4, Übers. v.H. Kunisch)*

Ähnliches finden wir bei Seuse, Ruisbroeck und anderen. Und aus dem alten China lesen wir bei Tschuangtse ein Gespräch:

*„Übe Einheit“ (samādhi, unio), antwortete der Meister, „du hörst nicht nur mit den Ohren, sondern auch mit dem Verstande“ (du denkst auch über das Gehörte nach, lässest Gehörtes nicht einfach Gehörtes sein), „du hörst nicht nur mit dem Verstande, sondern auch mit deiner Seele“ (du nimmst, was unter dem Gehörten dir angenehm ist, liebend in deiner Seele auf. Damit verstrickst du dich mit der Welt). „Aber lasse das Hören bei den Ohren innehalten, dann wird die Seele ein abgelöstes Wesen sein. In solch einem abgelösten Wesen allein kann Tao wohnen.“ -*

Und nun zeigt Mālunkya, wie tief bis zum Grunde er die Anleitung des Erhabenen verstanden hat:

*Den Sinn dieser Ausführungen des Erhabenen verstehe ich so: Wenn man beim Sehen von Formen ohne Besonnenheit ist, so wird man die angenehmen Erscheinungen beachten. Von der Empfindung wird das Herz gereizt. Man möchte die Formen festhalten, die Empfindungen schwellen an, die Formen werden ausgeprägter, es entstehen Habgier und Rücksichtslosigkeit. So wird das Herz wahrlich geschlagen, so wird Leiden angehäuft. „Weit entfernt ist das Nirvāna, die Erlöschung des Brandes“, sagt man.*

*Wenn man beim Hören von Tönen, beim Riechen von Düften, beim Schmecken von Geschmücken, beim Tasten von Tastbarem und beim Denken von Gedanken ohne Besonnenheit ist, so wird man die angenehmen Erscheinungen beachten. Von der Empfindung wird das Herz gereizt. Man möchte die Erscheinungen festhalten, die Empfindungen schwellen an, die Erscheinungen werden ausgeprägter, es entstehen Habgier und Rücksichtslosigkeit. So wird das Herz wahrlich geschlagen, so wird Leiden angehäuft. „Weit entfernt ist das Nirvāna, die Erlöschung des Brandes“, sagt man.*

*Nicht aber wird von Formen gereizt, wer die Form besonnen ansieht. Ungereizten Herzens empfindet er und steht fest im Nichtzugeneigtsein. Wird aber von gesehener Form das Gefühl bewegt, so lässt er los und häuft nicht an. So wandelt er besonnen, so trägt er Leiden ab. „Nahe dem Nirvāna“ nennt man ihn.*

*Nicht aber wird gereizt von Tönen, von Düften, von Geschmücken, von Tastbarem, von Gedanken, wer die Erscheinungen besonnen ansieht. Ungereizten Herzens empfindet er und steht fest im Nichtzugeneigtsein. Wird aber von Erscheinungen das Gefühl bewegt, so lässt er los und häuft nicht an. So wandelt er besonnen, so trägt er Leiden ab. „Nahe dem Nirvāna“ nennt man ihn.*

*So verstehe ich, o Herr, den Sinn dieser vom Erhabenen kurz gefassten Aussage. –*

*Gut, gut, Mālunkyaputto, gut ist es, wie du den Sinn dieser von mir kurz gefassten Aussage verstehst.–*

*Und der ehrwürdige Mālunkyaputto, erfreut und ermutigt durch das Wort des Erhabenen, erhob sich von seinem Sitz, grüßte den Erhabenen ehrerbietig und entfernte sich.*

*Und der ehrwürdige Mālunkyaputto, allein, zurückgezogen, beharrlich, in heißem Kampfe verweilend, hatte nach gar nicht langer Zeit jenen Zweck, um dessentwillen edle Söhne aus aller Häuslichkeit hinausziehen in die Hauslosigkeit, das unvergleichliche Ziel des Reinheitswandels, noch bei Lebzeiten sich selbst mit universalem Bewusstsein erobert zum unverlierbaren Besitz: „Versiegt ist alles weitere Geborenwerden. Vollendet ist der Reinheitswandel. Getan ist, was zu tun war, nichts mehr nach diesem hier“ – so erkannte er. So war auch der ehrwürdige Mālunkyaputto einer der Genesenen, der Geheilten, geworden.*

In dieser Rede hat der Erwachte den Weg von der Leidensmasse zum Heil in zwei, drei großen Schritten aufgezeigt, weil Mālunkyaputto ein alter erfahrener Mönch ist, der den ganzen Weg in allen Einzelheiten gut kennt, nur eben sich einen kraftvollen Anstoß wünschte.

Wir aber wissen, dass dieser Schritt erst dann bis zu Ende getan werden kann, wenn einer „ohne Welt leben“ kann, wenn er ohne Welterleben nicht schwindelig, nicht wahnsinnig wird. Wer den heutigen Ansturm der äußeren weltlichen Vielfaltsindrücke gewohnt ist und zum Teil liebt, dem mag vielleicht ein Gang über Felder und Wiesen eine kleine Zeitlang wohl-tun, aber schon ein mehrtägiger Aufenthalt in der Stille wäre ihm öde und langweilig, geschweige denn der hier genannte Weg der vollständigen Entweltung.

Wer das vorhin zitierte Wort des Erhabenen: *Dann ist da nichts weiter* bis zum Grund versteht, nämlich dass da nichts mehr zu sehen, zu hören, zu riechen, zu schmecken, zu tasten, zu denken ist, nichts Irdisches und nichts Himmlisches, rein gar nichts, den mag eine Ahnung ankommen von dem, was die Alten als den „horror vacui“ bezeichneten, als das Grauen vor einem Leben in endloser Leere des Raumes in endloser Zeit. Dieses Grauen vor der Leere ohne Begegnung kommt jeden an

und muss jeden ankommen, der im Welterlebnis wurzelt, dessen Daseinsstruktur, Daseinsdynamik und Daseinsrhythmus in der ununterbrochenen Begegnung mit den Dingen besteht.

Und so ist es mit uns, wir sind abhängig, abhängig von der sinnlichen Wahrnehmung. Und der Abhängige hält es in der völligen Entweltung - wenn sie ihm überhaupt möglich wäre - nicht aus. Die Sinnesdränge in den Sinnesorganen des Körpers sind alle ausschließlich auf die äußere Welt gerichtet, und der Drang unseres Herzens ist ein Lugen und Lauschen nach „Welt“, ein Lechzen und Lungern nach den äußeren Dingen. Ganz ohne die sinnliche Wahrnehmung kämen wir uns vor wie ins tiefste Gefängnis, wie in den untersten Grund eines dunklen Traumes geworfen.

Mälunkyaputto aber ist ein alter erfahrener Mönch, der den ganzen Läuterungsweg in allen Stufen und Einzelheiten gut kennt; da konnte der Erwachte ihm diese Entwicklung vom Leiden zum Heil in wenigen großen Schritten aufzeigen. Wir aber müssen uns der gesamten Entwicklung erinnern, die in den meisten Lehrreden bis ins Einzelne näher beschrieben ist. Für uns geht es zunächst um die Befreiung von dem lechzenden Bedürfnis nach sinnlicher Wahrnehmung, denn erst nach der Befreiung von dem inneren lechzenden Bedürfnis nach dem Außen ist das Zurücktreten von dem Außen kein Verzicht mehr, und dann erst kann erfahren werden, wie selig der dadurch erreichte Zustand von Frieden, Geborgenheit, Unverletzbarkeit ist und wie schmerzlich die soeben überwundene Daseinsform der ununterbrochenen Begegnung mit dem Außen. Wie geschieht diese Befreiung?

Wenn man ganz einfältig, ohne alle Kenntnis der inneren Dinge, sich nach der Möglichkeit eines solchen Übergangs fragt, dann mag einem die Vorstellung in den Sinn kommen, der auch viele heutige Buddhisten immer wieder vergeblich zu folgen versuchen, nämlich einfach von der Erfahrung der äußeren Welt zurückzutreten, in die Einsamkeit zu gehen und sich in Satipatthāna, Vipassana und im Samādhi zu üben, dann werde man schon von der Welt freikommen. Auf diesem Weg



aber ist in aller Vergangenheit noch kein Mensch und kein Geist zum seligen weltlosen Herzensfrieden gekommen und wird es auch in aller Zukunft nicht. Der Erwachte zeigt, dass der Weg des unmittelbaren Verzichts auf das Welterlebnis, um dadurch zum inneren Frieden zu kommen, ganz ungangbar ist. Die Beschaffenheit des menschlichen Herzens sei eben so, dass der Mensch innerlich ununterbrochen im Unfrieden lebe, der ihn zwingt, durch die vielen Außenerlebnisse mit der Welt der Menschen und Dinge zu Ablenkungen und wenigstens zu sporadischem Wohl zu kommen. Die normale Beschaffenheit des menschlichen Herzens sei eben eine friedlose. Diese Friedlosigkeit wird durch das Welterlebnis etwas übertönt. Wollte er aber ohne das Welterlebnis sein, so würde diese Friedlosigkeit seinen Geist zerbrechen (s. „Upälis Unreife zur Einsamkeit“ - A X, 99).

Der einzig gangbare Weg dagegen, der in allen Religionen angedeutet und vom Erhabenen klar aufgezeigt wird, besteht darin, zuerst und zuvor im eigenen Inneren Helligkeit und Glück, Seligkeit und Frieden zu entwickeln, weil man nur dann von dem weltlichen Leben zurücktreten kann. In diesem Sinn berichtet der Erwachte von sich selber (M 14):

*Auch ich habe früher, vor meiner vollkommenen Erwachung, so wie es ist mit vollständiger Klarheit wohl erkannt: „Ganz ohne echtes Labsal sind die Sinnendinge, bringen Leiden und Verzweiflung mit sich. Bei weitem überwiegt bei ihnen das Elend.“ - Aber solange ich außer den Sinneserscheinungen und sonstigen unheilsamen Dingen weder geistige Freude noch Wohlsein empfand, da musste ich bei mir beobachten, dass ich doch immer noch die Sinnesdinge umkreiste. - Später aber, als ich ganz ohne die Sinnendinge und andere unheilsame Erscheinungen zu geistiger Freude, innerem Wohl und noch Größerem gekommen war, da erfuhr ich an mir, dass ich die gesamten Sinnesdinge nicht mehr umkreiste.*

Was unter diesem höheren Wohl zu verstehen ist, das erlangt sein muss, ehe man auf das vielfältige Welterlebnis verzichten

kann, ja, liebend gern darüber hinaussteigt, das zeigt der Erwachte in vielen anderen Lehrreden.

Im Festungsgleichnis (A VII,63) vergleicht der Erwachte das menschliche Herz mit seinen tausend weltlichen Anliegen mit einer Festung (so auch in anderen Reden und Versen). Dort heißt es, dass die Bewohner der Festung, solange sie nicht alles zum Leben Nötige in ihrer Festung selbst besäßen (und das bedeutet inneres Glück des Menschen), so lange eben darauf angewiesen seien, nach außen (in die Welt) auszubrechen, was angesichts der vielen Feinde auch große Gefahren und Mühsale mit sich bringt und in vielen Fällen zum Untergang führt.

In jener Rede nennt der Erwachte neben all den vielen Kampfeskraften und Erfordernissen, um in der Welt der Begegnung bestehen zu können, dann auch die vier „Lebensmittel“, von den größten bis zu den süßesten, durch welche die Bevölkerung der Festung nicht mehr auf die Begegnung mit dem Feind angewiesen ist, sondern innen bleiben kann.

Diese „vier eigenen Lebensmittel“ sind die vier immer höher gearteten seligen Entrückungszustände (*jhāna*, Neumann: „Schauungen“), die einen solchen inneren unaussprechlichen Frieden mit sich bringen, dass man darüber die Welt einfach vergisst. Einem solchen hat sich die Welt nicht entzogen, er fühlt sich nicht verlassen im Leeren wie derjenige, der sich zu früh in die Einsamkeit zurückzieht, vielmehr ist er der Welt völlig unbedürftig geworden. Von ihm sagt der Erwachte: Wegen seines unvergleichlich höheren Wohles lässt er die Sinnendinge fahren.

Indem uns nun die naheliegende Frage in den Sinn kommt, wie man denn zu den seligen Entrückungen sich entwickeln könne - da weiß jeder, der schon etwas in die Lehrreden eingedrungen ist, dass der einzige und klare Weg dazu der Weg über die Entwicklung einer hochherzigen, hellmütigen Gesinnungs- und Begegnungsweise mit den Mitwesen ist. S. u.a. „Das Gleichnis vom Goldläutern“ (A III,102-103) und „Elf Meilensteine zum Nibbāna“ (A XI,2).

„MAG AUCH DER KÖRPER KRANK SEIN..<“  
„Gruppierte Sammlung“ (S 22,1)

### Der Trank der Unsterblichkeit

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene im Lande der Bhagger bei Sumsumāragāri im Bhesalaka-Hain beim Wildgehege. Da nun begab sich der Hausvater Nakulo zum Erhabenen, begrüßte den Erhabenen ehrerbietig und setzte sich zur Seite.*

*Zur Seite sitzend, sprach Vater Nakulo: Ich bin nun, o Herr, zu hohem Alter gekommen, gehe auf das Ende dieses Lebens zu, bin körperlich gebrechlich und siech; nicht mehr lange werde ich den Erhabenen oder geistmächtige Mönche besuchen können. Möge mich doch, o Herr, der Erhabene beraten, möge mich der Erhabene anleiten, dass es mir lange Zeit zu Wohlfahrt und Segen dient. –*

*So ist es, Hausvater, ja, so ist es. Gebrechlich ist dieser Körper, zerbrechlich wie ein rohes Ei. Wer immer da einen solchen Körper herumträgt und behaupten wollte, er sei auch nur einen Augenblick frei von Gebrechen - was wäre das anderes als Torheit!*

*Darum, Hausvater, übe dich hierin ein: „Mag auch mein Körper krank sein - das Herz soll mir gesund werden!“ In dieser Haltung, Hausvater, wolle dich üben.*

*Von diesem Wort des Erhabenen beglückt und erhoben, stand Vater Nakulo von seinem Sitz auf, begrüßte den Erhabenen ehrerbietig und begab sich dann zu dem ehrwürdigen Sāriputto, begrüßte ihn ehrerbietig und setzte sich seitwärts nieder.*

*Als Nakulo zur Seite saß, sprach der ehrwürdige Sāriputto zu ihm: Du siehst so strahlend aus, Hausva-*

*ter, deine Züge sind hell und heiter. Du hast wohl vom Erhabenen eine Unterweisung in der Wahrheit gehört?*

–

*Wie sollte es anders sein, o Herr, gerade bin ich vom Erhabenen durch eine Unterweisung mit dem Trank der Unsterblichkeit erquickt worden. –*

*Auf welche Weise bist du denn durch eine Unterweisung des Erhabenen mit dem Trank der Unsterblichkeit erquickt worden, Hausvater? –*

*Mit dem Trank der Unsterblichkeit erquickt* - der Leser wird nicht leicht diese wenigen Worte des Erhabenen als einen Trank der Unsterblichkeit empfinden. Aber Vater Nakulo behauptet es, und er sieht so glücklich aus, dass Sāriputto das sofort entdeckt. Nakulo hat die kurze Unterweisung des Erhabenen als solchen empfunden. Woher kommt das?

Vater Nakulo ist ein alter Schüler des Buddha. Mit seiner Frau, der Mutter Nakula, hat er den Erhabenen oft besucht und ist von ihm im rechten Wissen unterrichtet und zum richtigen Wandel angeleitet worden und ist der Unterweisung des Buddha auch schon viele Jahre nachgefolgt.

Er hat den Erwachten recht verstanden, nämlich dass nicht nur sein alter Körper, sondern jeder Körper von Natur aus krank, elend und gebrechlich ist. Denn auch der von uns als „gesund“ empfundene und bezeichnete Körper ist „empfindlich wie ein rohes Ei“. Wie leicht er zu zerstören und zu vernichten ist, wissen wir heute ebenso gut wie früher. Aber der moderne Mensch weiß kaum noch, was das *Herz* ist, wovon der Erwachte spricht, und inwiefern der Körper mit dem Herzen zusammenhängt und inwiefern das Herz krank ist und gesund werden kann.

Was der Erwachte hier „*citta*“ nennt und was fast stets mit „*Herz*“ übersetzt wird, das ist nicht das körperliche Herz, das blutpumpende Organ des Körpers, sondern „der Charakter des Menschen“ in dem Sinn, wie man von einem gutherzigen oder

herzenguten und seelenguten Menschen spricht. In den religiösen Schriften finden wir die Begriffe „Herz“ und „Seele“ fast als Synonyme. Luther z.B. übersetzt: *Das Dichten und Trachten des menschlichen Herzens ist böse von Jugend auf* und andererseits: *Was hülfte es dem Menschen, wenn er die ganze Welt gewönne und nähme doch Schaden an seiner Seele*. Die in allen Religionen enthaltene Aufforderung zur Läuterung des Menschen wird geradezu vertauschbar als Läuterung des Herzens wie auch als Läuterung der Seele interpretiert. Das Herz wie auch die Seele gilt als Quelle und Herd des Lebens, als das Innerste, das Geistige, als Sitz der Moral oder Unmoral, der charakterlichen Sauberkeit oder Unreinheit.

Dem Körper schreibt der Erwachte ebenso wie alle anderen Kenner der menschlichen Seele keinerlei geistige oder charakterliche Eigenschaften zu: Kein Wollen und kein Wahrnehmen, kein Wünschen, Begehren, Hassen und kein Denken. Er ist ein seelenloses Werkzeug des Herzens, gefügt aus Fleisch, Blut und Nerven, zum Zweck der sinnlichen Wahrnehmung.

Vom *citta* dagegen, dem Herzen oder der Seele, sagt der Erwachte ebenso wie auch alle anderen Kenner der Psyche, der Seele, aber im Gegensatz zur Naturforschung<sup>21</sup>, dass sie der Träger von Gier und Hass ist, also das Wollende, Wünschende, Denkende, und dass sie den Leib einsetzt und bewegt, um zu den gewünschten Dingen zu gelangen und die Begegnung mit dem Ungewünschten zu vermeiden.

So wie der Erwachte als die Dauerarbeit des Körpers (*kāya-sankhāra*) die Ein- und Ausatmung nennt, so bezeichnet er als die Dauerwirksamkeit des *citta* (*citta-sankhāra*) das Empfinden oder Fühlen (*vedanā*) und Wahrnehmen (*saññā*). Unter „Empfinden“ oder „Fühlen“ wird verstanden, dass ein Mensch

---

<sup>21</sup> Die Naturforschung hat in keiner ihrer Disziplinen das Seelische direkt und unmittelbar untersucht, sondern immer nur als „Verhaltensforschung“ die Auswirkungen der verborgenen seelischen Regungen an dem sichtbaren Körper.

(Leib und Seele), gleichviel, wo er mittels des Körpers geht oder steht oder sitzt, diesen oder jenen Eindruck bekommt, sei es ein Sinneseindruck, Gesehenes, Gehörtes, Geruchenes, Geschmecktes, Getastetes - oder ein geistiger Eindruck, ein Gedanke oder eine aufsteigende Emotion. Und unter „Wahrnehmung“ (*saññā*) wird verstanden, dass er sich dieses Eindrucks auch bewusst wird, dass er ihn also wahrnimmt. Diese beiden Vorgänge, Empfindung und Wahrnehmung, sind fast untrennbar, sind aber doch zweierlei. Denn fast stets treffen den Menschen mehrere Eindrücke seitens der fünf Sinnesorgane und des Geistes *gleichzeitig*, wovon nur die stärkeren wahrgenommen und bewusst werden, die schwächeren aber entsprechend weniger und unter Umständen auch gar nicht. Ganz ebenso wie bei einem Stimmengewirr sich nur die lautere Stimme durchsetzt, wahrgenommen wird, so werden auch nur die stärksten Empfindungen wahrgenommen, bewusst.

Nach dem Gesagten ist noch deutlicher zu erkennen, wie sehr der Erwachte den Körper eben nur als ein seelenloses, willenloses Werkzeug sieht, das von den Wünschen, Begehungen, Sympathien und Antipathien des Herzens, der Seele, benutzt wird. Dieses Herz, die Seele, ist es, welche erlebt durch Empfindung und Wahrnehmung.

Nicht der Körper erlebt, sondern die Seele.<sup>22</sup>

Ein weiterer wesentlicher Unterschied zwischen dem Leib als dem lediglich physisch bewegten Werkzeug und der Seele als dem wollenden, wahrnehmenden Erleber, überhaupt dem „Leber“, besteht darin, dass der Körper geboren wird, altert und stirbt, während der Erwachte das nirgends vom Herzen sagt. Das energetisch unsichtbare *citta* ist ohne Anfang immer da, gleichviel, ob mit grobem oder feinem Körper, oder auch ohne Körper (in den Entrückungen und im formlosen Dasein). In dem Sinn sagt *Meister Eckehart*:

---

<sup>22</sup> Diese Trennung von Leib und Seele hat nichts mit jenem „Dualismus“ zu tun, den die christliche Theologie des Mittelalters herausgearbeitet hat und der zu einer feindlichen Betrachtung des Körperlichen führte.

*Die Kräfte, die zur Seele gehören, altern nicht;  
die Kräfte, die zum Leibe gehören, verschlei-  
ßen und nehmen ab.*

Ganz ähnlich sagt ein indisches Wort vom Körper einerseits und von den Eigenschaften des *citta* andererseits:

*Von selber erschläfft der Körper,  
nicht aber das Begehren,  
von selber schwindet die Schönheit,  
nicht aber die üble Gesinnung.  
Von selber werden wir Greise,  
nicht aber von selber weise.*

Im Volksmund sagt man:

*Essen und Trinken hält Leib und Seele zusammen.*

Dabei gilt Essen und Trinken nur für den Körper, denn die Seele bedarf solcher Nahrung nicht. Ohne Nahrung versagt der Körper und wird von der Seele verlassen. Insofern sprach man früher bei einem Leichnam von einem „Entseelten“ und sagte von einem Selbstmörder, er habe „sich entleibt“. In diesen Worten liegt, dass er selber mit seinem Empfinden, Wahrnehmen, Denken und Wollen nach wie vor da ist, sich aber vom Leib getrennt hat. Der lebendige Eindruck, eine Person zu sein, ist nach wie vor da, lediglich der grobstoffliche Körper als ein Werkzeug für das Leben auf dieser Erde steht nicht mehr zur Verfügung, das Wesen besteht „jenseits“.

Ganz ebenso wie im Abendland von der reinen und unreinen Seele gesprochen wurde und von dem hellen glücklichen Leben der reinen Seele und von dem unglücklichen, schmerzlichen Leben der unreinen Seele - ganz ebenso spricht der Erwachte vom *citta*, das beim normalen Menschen mit Gier, Hass, Blendung besetzt ist. Gier und Hass sind die Unreinheiten und Krankheiten des *citta*, sind die geistigen Triebe und Antriebe, die es zwingen, den Körper in der Welt herumzujagen, um Besitz, Genuss und Macht zu erlangen, was immer

wieder mit dem Tode verloren geht. Und was der Erwachte als Blendung bezeichnet, das ist der einbildungsreiche, traumhafte Daseinseindruck. So finster wie Gier und Hass im *citta* eines Lebewesens sind, so finster sind auch die Hervorbringungen der Seele (*citta-sankhāra*), Empfinden und Wahrnehmen, also der wahnhaftige Daseinstraum, ein mehr oder weniger elendes krankes Wesen zu sein, das unter schweren Schicksalsschlägen leidet. Aber je mehr das Wesen unter dem Einfluss der Wegweisungen der Heilslehrer sein Herz von Gier und Hass befreit, um so mehr auch lichtet sich der Lebenstraum, wird freundlicher, und die empfundenen Lasten werden geringer.

Wenn die bisherigen Vergleiche auch zeigen, dass der Erwachte vom *citta* in dem gleichen Sinne spricht wie der Abendländer von der Seele, so gibt es doch einen bedeutsamen Unterschied. Die Seele gilt als das persönliche und ewig bestehende Grundwesen des Menschen. Diese Vorstellung aber von einem persönlichen ewigen Wesen wird in Pāli nie mit *citta*, sondern stets mit „*atta*“, dem Selbst des Hinduismus, bezeichnet. *Atta* entspräche der westlichen Auffassung von ewiger Seele, und gerade von dem *atta* als dem persönlichen ewigen Selbst sagt der Erwachte, dass es das nicht gibt. Ja, er weist ausdrücklich darauf hin, dass es die dem unreinen kranken Herzen eigenen vielfältigen Triebe, Gier und Hass, sind, welche *die ich-machenden und mein-machenden* Wahnvorstellungen bewirken. Wer dies richtig begriffen hat, dass die Behauptung von einem ewigen Ich oder Selbst bedingt ist durch eine Krankheit des Herzens, der kann nicht mehr danach fragen, ob es denn ein ewiges Selbst gäbe, sondern er sucht jene Krankheit, die solche Wahnvorstellung mit sich bringt, aufzuheben, gesund zu werden.

Das Herz können wir bilden zu größerer Reinheit und Gesundheit, und damit werden wir auch von der Gebrechlichkeit des Körpers befreit. Einen anderen Weg, den gebrechlichen Körper zu überwinden, gibt es nicht. Denn solange das Herz seine jetzige Beschaffenheit von Gier, Hass und Blendung beibehält, so lange wird es auch nach jedem abgestorbenen



Körper einen neuen anlegen. Darum rät der Erhabene dem Vater Nakulo, dass er darauf achten solle, dass sein Herz ihm gesund werde. Dieses Wort des Buddha empfindet Vater Nakulo geradezu als Abschluss und Krönung der vielen Belehrungen, die er im Lauf der Jahre durch den Erhabenen gewonnen hat. Es ist ihm wie ein Leitbild, das schon lange, ihm mehr oder weniger bewusst, über seinem Lebenswandel und seinem Streben stand.

Diejenigen Menschen, welche sich und ihr Leben mit dem Körper identifizieren, die sich für den Körper halten, die gelten in den Religionen als die „Toten“. In dem Sinn sagt Jesus zu dem reichen Jüngling: *Lass die Toten ihre Toten begraben*. Und in dem Sinn heißt es in der buddhistischen Spruchsammlung „Wahrheitspfad“: *Die Oberflächlichen, die nur das vor Augen Liegende sehen, sind den Leichen gleich*. (Dh 21)

In dem gleichen Sinn wird in allen Religionen gelehrt, dass die Beschaffenheit des Herzens, der Seele, auch die Qualität des Lebens bestimme, hier und drüben. Das Herz, das nicht geboren wird und nicht mit dem Körper stirbt, das ist die Quelle allen Wollens, des gemeinen und des reinen. Das Wollen benutzt den Körper als Werkzeug zu gemeinen und edlen Taten: Das reine und gesunde Herz aber hat sich freigemacht von allem körperlichen Bedürfnis. Ein solches Leben, das in allen Religionen als die Entrückung, als die Weltüberlegenheit bezeichnet wird, ist von unnennbarer Seligkeit. Darum rät der Erwachte dem Hausvater, dass er sein Herz zur Gesundung bringen solle.

Das Herz des normalen Menschen ist von Natur krank, das heißt mit Gier, Hass, Blendung befleckt. Es ist nicht in sich befriedet und still, sondern sucht außen Befriedigung. Dazu hat es sich einen gebrechlichen Körper geschaffen, der geboren wird, altert und stirbt. Und der Mensch ist in einem solchen Wahn, dass er meint, der sichtbare Körper aus Fleisch und Knochen wäre „er selbst“, wäre sein eigentliches Ich. Weil er das unsichtbare Herz, den Herd seines gesamten inneren Wollens, Vermeinens und Empfindens übersieht und darum

auf den Körper und die durch ihn erlebte Welt zu setzen geneigt ist, so wird sein Herz immer kränker, verdunkelt und beschmutzt sich. Daraus wird die Qualität des Lebens weiterhin schmerzlich, dunkel, kalt und bitter mit entsprechenden Folgen nach dem Verlassen des Körpers.

Vater Nakulo wusste es schon lange und dachte auch öfter daran: Der Mensch wird durch die Vernichtung des Körpers nicht vernichtet; sein Herz, seine Seele, ist das eigentliche Leben und ist nicht vom Körper abhängig, sondern der Körper von ihm.

Aber es ist nicht leicht, diese Wahrheit immer im Auge zu behalten und sich danach zu richten. Denn alles, was wir wahrnehmen und erleben mit den Augen, den Ohren, der Nase, der Zunge und dem ganzen Körper als Tastwerkzeug, das sind immer nur die Körper anderer Menschen und Tiere oder sind Dinge - die „äußere Welt“. Aber gerade den Träger des Lebens, der sich nach dem Ablegen des Körpers erlebt – den sieht man nicht.

Und so kommt es, dass auch der geistige Mensch sein weiteres Leben öfter vergisst und sich an die Welt und den eigenen Körper immer wieder verliert.

In einer solchen Stimmung, bedrückt von den schwindenden Körperkräften, mag Vater Nakulo zu dem Erhabenen gekommen sein, hoffend und schon wissend, dass der Erhabene ihn wieder „zurechtrücken“ werde. Und siehe, der Erwachte hat ihm mit den wenigen Worten wieder den richtigen Anblick vermittelt: *Mag auch mein Körper krank sein - das Herz soll mir gesund werden.* Diese Worte aus dem Mund des Erhabenen und in sein vorbereitetes Herz hinein haben bewirkt, dass er wieder „Höhenluft“ atmet, dass er wieder seine gesamte seelische Entwicklung ins Auge fasst und sich ihr ganz zuwendet und sich nicht von der vordergründigen sinnlichen Wahrnehmung einfangen lässt. So kann er zu Sāriputto sagen, dass er mit dem Trank der Unsterblichkeit erquickt worden sei.

## Drei Existenz-Kontinente

Doch besagen die Worte des Erwachten für Vater Nakulo noch mehr. Der Rat, dass es allein auf die Gesundheit des Herzens ankomme, erinnert ihn an die wahre Macht des Herzens, von dessen Beschaffenheit allein die Qualität des Lebens abhängt. Er hat vom Erwachten und auch von den Mönchen immer wieder von den drei großen Daseinszuständen gehört, in welchen die Wesen sich entwickeln können. - So wie diese Erde, die der Lebensbereich der Menschen und Tiere ist, mehrere Kontinente mit unterschiedlichen Lebensqualitäten aufweist, so weist auch das Dasein selbst drei sehr verschiedene geistige „Kontinente“ auf.

Das Menschentum, die Darstellung des gesamten geistigen Fühlens, Wollens und Denkens in einem menschlichen Körper, gehört zu dem größten dieser drei geistigen „Kontinente“, eben der Sinnensuchtwelt (*kāma-bhava*). Es ist die „grobe Selbsterfahrnis“ (*olarika attapatilābha*). In diesem geistigen Kontinent der „groben Selbsterfahrnis“ gibt es unterschiedliche Stufen, außer der menschlichen noch untermenschliche und übermenschliche. Das menschliche Dasein gehört nach seiner Qualität zur unteren Hälfte selbst dieses untersten Kontinents.

Die Ursache für diese Daseinsform liegt ausschließlich an der Schwere der Krankheit des Herzens (*citta*), in seiner starken Belastung mit Gier, Hass, Blendung. Alle Wesen dieses geistigen Kontinents besitzen wegen des Bedürfnisses nach sinnlicher Wahrnehmung ein Wahrnehmungsinstrument, eben einen Körper, der nach seiner Natur gebrechlich und zerbrechlich ist, nicht ewig haltbar ist, sei er auch als feinstofflicher Leib der „Götter“ langlebiger.

Der mittlere Daseinszustand (*rūpa-bhava*) ist die geistförmige Erlebensweise (*manomaya attapatilābha*). Dieser stellt das dar, was in allen höheren Heilslehren „unio“ oder „*samādhi*“ oder „Tao“ genannt wird. Der Wohlzustand der geistigen Wesen dieses mittleren „geistigen Kontinents“ ist geradezu

erhaben über dem der sinnlichen Welt. Auch hier ist noch eine gestalthafte formhafte Darstellung, aber sie besteht geistunmittelbar aus strahlendem Licht und wird nicht durch Eltern erzeugt und geboren wie unser Körper und ist darum auch unvergleichlich weniger verletzbar.

Auch dieser Daseinszustand ist ausschließlich bedingt durch die Qualität des Herzens: Mit einem Herzen, das erheblich gesünder geworden und fast frei ist von Gier, Hass, Blendung, wird dieser geistige Kontinent, dieser Seinszustand erfahren. - Von daher wird verständlich, was der Rat des Erwachten besagen will: der Hausvater solle die Krankheit dieses von Natur gebrechlichen Körpers hinnehmen, dagegen die Gesundung des Herzens betreiben, denn nur auf diesem Weg komme er zu heilerem Leben.

Der höchste dieser drei Daseinskontinente ist für uns kaum zu beschreiben. Er besteht in einer formfreien, von Form jeglicher Art befreiten Selbsterfahrnis (*arūpī attapatilābha*). Es ist die Wahrnehmung nur von Gefühl und Wahrnehmung (*arūpī saññāmayā*) in den Friedvollen Verweilungen. Diese wird nur von einem ganz reinen Herzen geschaffen und nur von einem solchen Herzen erfahren. Wenn einer durch die Wegweisungen des Erwachten die Neigung zu jeglicher formhafter Darstellung aufgegeben hat, wo alle Form, die der Selbstdarstellung wie die der Umgebung, als Endlichkeit, als Gebundenheit, als Gefängnis empfunden wird, da nimmt das Gewohnheitsbedürfnis nach Form ab, da wird auch alles Denken an und über Form gestillt, schwindet dahin, wie alles grobe Gewölk unter dem Einfluss von Wind und Sonne unter dem Himmel dahinschwindet. -

Über diese drei großen Daseinszustände, deren jeder auch noch in sich gestaffelt ist, hat Vater Nakulo wiederholt gehört und viel nachgedacht. Er hat auch begriffen, dass die Wesen sich je nach der Vergröberung oder der Verfeinerung ihres Herzens in den groben oder feinen dieser drei Erfahrungsweisen erfahren - je nach der Zunahme oder Abnahme von Gier, Hass, Blendung immer in der einen oder anderen. Sie wandern und

wandern, wechseln und wechseln seit anfangslosen Zeiten. Er hat begriffen, dass die Körper mit ihrem kurzen Dasein gar keine Rolle spielen, dass nur das Herz und seine Beschaffenheit die Erlebensweise bestimmt. Und er weiß, dass die Wesen ohne die vom Erwachten vermittelte Einsicht gar nicht aus diesem großen Dreierzirkel heraus gelangen, sondern immer nur umherwandern in stetiger innerer Wandlung und daraus hervorgehender allmählicher äußerlicher Wandlung - immer nur zwischen diesen drei Daseinsmöglichkeiten ...

Das alles weiß und bedenkt Vater Nakulo, und er weiß auch, dass es einen Ausgang aus diesen heimatlosen Wanderungen und Wandlungen gibt jenseits aller drei geistigen Kontinente. - Mit solchen Gedanken, die das Wort des Vollendeten bei ihm ausgelöst haben, geht er zu Sāriputto, zu „dem Jünger, der dem Meister gleicht“. Und Sāriputto, der da sieht, wie Vater Nakulo im Herzen vorbereitet ist, das Letzte zu verstehen, reicht ihm nun den Besinnungsstoff an, der, wenn er ihn zu seinem Leitbild macht, dann auch aus allem Bedingten, Werdenden, Vergehenden endgültig herausführt zum Todlosen.

### Die Wahrheit, die frei macht

Sāriputto hatte den Vater Nakulo zuletzt gefragt, inwiefern der Erhabene ihn durch eine Unterweisung mit dem Trank der Unsterblichkeit erquickt habe. Darauf berichtet Nakulo das ganze Gespräch, und danach fragt ihn Sāriputto:

*Aber ist dir nicht, Hausvater, in den Sinn gekommen, den Erhabenen weiterhin zu befragen: „Inwiefern aber, o Herr, ist der Körper und das Herz krank? - Und inwiefern ist zwar der Körper krank, aber nicht das Herz?“ -*

*Gut wäre es, wahrlich, wenn der ehrwürdige Sāriputto mir diese Frage beantworten würde. Von weither würde ich kommen, o Herr, um vom ehrwürdigen Sā-*

*riputto diese Antwort zu erfahren. –*

*Gut, Hausvater, so höre wohl zu, was ich sagen werde.–*

*Ja, o Herr–, sagte Vater Nākulo zum ehrwürdigen Sāriputto. –*

Wir sehen, dass auch Sāriputto hier, ebenso wie zuvor der Erwachte, in *beiden* Fällen vom kranken Körper spricht, im ersteren Fall auch vom kranken Herzen, im zweiten Fall ist aber das Herz gesund. Daran zeigt sich, dass nach dem höchsten Maßstab der Körper immer als krank gilt. Die Krankheit des Herzens zeigt sich darin, dass ein Mensch *den Leib als sich selbst ansieht oder sich selbst als leibhaft, als körperlich ansieht* usw.

*Der ehrwürdige Sāriputto sprach: Wie, Hausvater, sind Körper und Herz krank?*

*Da ist, Hausvater, ein unbelehrter gewöhnlicher Mensch. Er hat keinen Blick für den Heilsstand, kennt gar nicht das Wesen des Heils und ist unerfahren in den Eigenschaften des Heils; er hat auch keinen Blick für die wahren Menschen, kennt nicht die Art des wahren Menschen und ist unerfahren in den Eigenschaften des wahren Menschen.*

*Ein solcher sieht den Leib als sich selbst an oder sich selbst als leibhaft, oder er meint, er selbst sei im Leib oder der Leib sei in ihm selbst. Er ist besessen von der Idee: „Ich bin der Leib, er ist mein.“ Wenn sich nun bei einem Menschen, der von dieser Idee so besessen ist, der Leib wandelt, sich verändert, dann empfindet er Kummer, Jammer, geistigen und körperlichen Schmerz und Aufbegehren.*

Hier hat Sāriputto sehr deutlich die Haltung des Menschen

beschrieben, bei dem neben dem Körper auch das Herz krank ist: ein Mensch, der von den Heilsmöglichkeiten und von dem Heilsstand nichts gehört hat, der das Wesen des Heils gar nicht kennt und darum auch die Menschen, die das Wesen des Heils kennen und danach leben, nicht erkennt. - Solange der Geist des Menschen so bleibt, die großen Heilsmöglichkeiten des Menschen nicht kennt, so lange muss sein Herz auch krank bleiben.

Von diesem sagt Sāriputto hier, dass er den Leib als sich selbst ansieht oder sich selbst als leibhaft ansieht usw. Darin zeigt sich die Krankheit des Herzens. Im Herzen wohnen die gesamten Tendenzen, Neigungen und Gewohnheiten des Menschen, alle die Dinge, die er unmittelbar zu sich zählt, und alles, was er nicht mag und von sich abweist. All diese festgelegten und festliegenden Sympathien und Antipathien, das ganze Nest der Gewohnheiten im Denken, Reden und Handeln, in welchen er sitzt wie die Spinne in ihrem Netz: das ist Krankheit des Herzens. Und hier zeigt Sāriputto die Wurzel dieser Krankheit: Sie besteht darin, dass das empfindende Denken, das denkerische Empfinden diesen zerbrechlichen Leib zu sich zählt, sich damit identifiziert. Für ein solches Empfinden und Denken ist eine Verletzung des Leibes auch die eigene Verletzung und die Vernichtung des Leibes auch die eigene Vernichtung, weil das Herz krank ist, voll Gier, Hass, Blendung.

Dass der Körper immer „krank“, d.h. verletzbar, empfindlich ist wie ein rohes Ei, das weiß jeder Mensch, der sich nichts vormacht, sondern gründlich beobachtet. Und immer waren und sind sich zu allen Zeiten und in allen Kulturen die aufmerksamen Menschen einig darin, dass der Körper lediglich ein Werkzeug ist, das verschleißt. Mit dieser Einsicht erwächst stets eine gewisse Distanzierung vom Körper, denn wer seinen Körper und dessen Vorgänge mehr und mehr beobachtet, der hat damit den geistigen Beobachter von dem beobachteten Gegenstand, dem Körper, getrennt; der Beobachter ist vom Körper schon mehr oder weniger distanziert. Und

darin liegt der Anfang der Wahrheitsfindung.

Dieses geistige Wachstum, das zu der inneren Distanzierung vom Körper führt, bezeichnet der Erwachte als hilfreich und förderlich, da es erheblich weniger verletzbar macht; doch sagt er immer wieder ausdrücklich, dass das allein noch nicht zur wahren vollkommenen Unverletzbarkeit, zum wirklichen Heilsstand führt. Dieser wird erst gewonnen, wenn der Mensch sich auch seinem Herzen, seiner Seele zuwendet und auch das dort aufkommende Fühlen, Wahrnehmen, Bewusstwerden und Wollen ebenso aufmerksam beobachtet wie den Körper. In dem Maß, wie ihm das gelingt, kommt er langsam zu der entscheidenden, ja, atemberaubenden Einsicht, dass auch dieses gesamte „Leben“ genannte geistig-seelische Gewoge gar nicht von ihm gesteuert wird, dass es vielmehr ein machtvoller Gewöhnungsfluss ist von Wahrnehmungen, Empfindungen, Stimmungen, Wünschen, Zuneigungen oder Abneigungen und entsprechenden Aktivitäten und Gewöhnungen, der ununterbrochen heranzieht, ihn trifft, durch ihn hindurchzieht und entschwindet, um nur immer neuen Anbrandungen des gleichen Gewoges Raum zu geben. - Er beginnt zu begreifen, dass er bisher gar nicht der Lenker und Leiter dieses gesamten geistig-seelischen Gewoges gewesen war, dass es vielmehr mit ihm geschah und geschieht und dass er dieses gesamte Bewegtsein ganz irrtümlich mit dem Etikett „Ich“ versehen hatte.

In den ersten Schritten der Nachfolge mit der Durchschauung des Körpers als ein bewegtes Werkzeug hat er die Erfahrung gemacht: „Tod ist nicht Tod, das Leben stirbt nicht mit dem Körper.“ Aber nun kommt er zu der Einsicht: Dieses seelische Bewegtsein, dieses aufkommende Gewühl von Gefühlen, Wahrnehmungen, Aktivitäten und Gewöhnungen ist auch nicht wahrhaft Leben, ist kein autonomes Leben. Da ist kein Lenker, der darüber steht, kein souveräner Führer dieser Vorgänge. An dem „unbelehrten Menschen“ geschehen die Vorgänge ohne darüberstehende weise Beobachtung oder Führung. So verstehen wir, was Sāriputto weiter noch über den



unbelehrten Menschen sagt:

*Ein solcher sieht das Gefühl als sich selbst an oder sich selbst als Gefühl, oder er meint, er selbst sei im Gefühl oder das Gefühl sei in ihm selbst. Er ist besessen von der Idee: „Ich bin das Gefühl, es ist mein.“*

*Wenn sich nun bei einem Menschen, der von dieser Idee so besessen ist, das Gefühl wandelt, sich verändert, dann empfindet er Kummer, Jammer, geistigen und körperlichen Schmerz und Aufbegehren.*

*Ein solcher sieht die Wahrnehmung als sich selbst an oder sich selbst als wahrnehmungshaft, oder er meint, er selbst sei in der Wahrnehmung oder die Wahrnehmung sei in ihm selbst. Er ist besessen von der Idee: „Ich bin die Wahrnehmung, sie ist mein.“*

*Wenn sich nun bei einem Menschen, der von dieser Idee so besessen ist, die Wahrnehmung wandelt, sich verändert, dann empfindet er Kummer, Jammer, geistigen und körperlichen Schmerz und Aufbegehren.*

*Ein solcher sieht die Aktivitäten als sich selbst an oder sich selbst als Aktivitäten, oder er meint, er selbst sei in der Aktivität oder die Aktivität sei in ihm selbst. Er ist besessen von der Idee: „Ich bin die Aktivitäten, sie sind mein.“*

*Wenn sich nun bei einem Menschen, der von dieser Idee so besessen ist, die Aktivitäten wandeln, sich verändern, dann empfindet er Kummer, Jammer, geistigen und körperlichen Schmerz und Aufbegehren.*

*Ein solcher sieht die programmierte Wohlerfassungssuche als sich selbst an oder sich selbst als programmierte Wohlerfassungssuche, oder er meint, er selbst sei in der programmierten Wohlerfassungssuche oder die programmierte Wohlerfassungssuche sei in ihm selbst. Er ist besessen von der Idee: „Ich bin die*

*programmierte Wohlerfassungssuche, sie ist mein.“*

*Wenn sich nun bei einem Menschen, der von dieser Idee so besessen ist, die programmierte Wohlerfassungssuche wandelt, sich verändert, dann empfindet er Kummer, Jammer, geistigen und körperlichen Schmerz und Aufbegehren.*

*So, Hausvater, ist der Körper krank und ist auch das Herz krank.*

*Doch der belehrte erfahrene Heilsgänger hat einen Blick für den Heilsstand, kennt das Wesen des Heils und ist erfahren in den Eigenschaften des Heils; er hat auch einen Blick für die wahren Menschen, kennt die Art des wahren Menschen und ist erfahren in den Eigenschaften des wahren Menschen. –*

Der Anfang dieser gesamten Entwicklung besteht darin, dass man zunächst bei diesem Körper beobachtet, inwiefern er tatsächlich etwas seelenlos Bewegtes ist, das wie jedes andere Werkzeug aus sich selbst nichts will, nichts weiß und nichts kann. Das ist ein Anblick, zu welchem zu allen Zeiten und in allen Kulturen die nach Klarheit und Wahrheit trachtenden Menschen geradezu von selber kamen, weil sie es ja bei sich beobachteten.

Solche Menschen, die zu der naiven Identifizierung mit dem Körper nicht mehr fähig sind, werden unter dem Einfluss der Belehrungen des Erwachten und seiner Mönche auch fähig, die Beobachtungen zunächst des Körpers aufmerksamer zu betreiben, woraus ganz von selber eine feine Spaltung in der Ich-bin-Vorstellung entsteht, bei welcher der Körper nicht mehr ganz dazugehört: Wie wenn in einem Tonkrug oder Porzellengefäß ein feiner, fast unsichtbarer Sprung entstanden ist, so ist bei einem solchen ein feiner Sprung, eine feine Trennung in seiner Ich-bin-Vorstellung. Von da aus gewinnt er Freudigkeit und Sehnsucht, den Weg dieser Durchschauung des bisherigen Trugs und der Aufdeckung der Wahrheit immer weiter zu

beschreiten mit den Betrachtungen, die Sāriputto mit den folgenden Worten zeigt:

*Ein solcher sieht den Leib nicht als sich selbst an oder sich selbst als leibhaft oder meint nicht, er selbst sei im Leib oder der Leib sei in ihm selbst. Er ist nicht besessen von der Idee: „Ich bin der Leib, er ist mein.“*

*Wenn sich nun bei einem Menschen, der nicht von dieser Idee besessen ist, der Leib wandelt, sich verändert, dann empfindet er keinen Kummer, Jammer, geistigen und körperlichen Schmerz und kein Aufbegehren.*

*Ein solcher sieht das Gefühl nicht als sich selbst an oder sich selbst als Gefühl oder meint nicht, er selbst sei im Gefühl oder das Gefühl sei in ihm selbst. Er ist nicht besessen von der Idee: „Ich bin das Gefühl, es ist mein.“*

*Wenn sich nun bei einem Menschen, der von dieser Idee nicht besessen ist, das Gefühl wandelt, sich verändert, dann empfindet er keinen Kummer, Jammer, geistigen und körperlichen Schmerz und kein Aufbegehren.*

*Ein solcher sieht die Wahrnehmung nicht als sich selbst an oder sich selbst als wahrnehmungshaft, oder er meint nicht, er selbst sei in der Wahrnehmung oder die Wahrnehmung sei in ihm selbst. Er ist nicht besessen von der Idee: „Ich bin die Wahrnehmung, sie ist mein.“*

*Wenn sich nun bei einem Menschen, der von dieser Idee nicht besessen ist, die Wahrnehmung wandelt, sich verändert, dann empfindet er keinen Kummer, Jammer, geistigen und körperlichen Schmerz und kein Aufbegehren.*

*Ein solcher sieht die Aktivitäten nicht als sich selbst*

*an oder sich selbst als Aktivitäten, oder er meint nicht, er selbst sei in den Aktivitäten oder die Aktivitäten seien in ihm selbst. Er ist nicht besessen von der Idee: „Ich bin die Aktivitäten, sie sind mein.“*

*Wenn sich nun bei einem Menschen, der von dieser Idee nicht besessen ist, die Aktivitäten wandeln, sich verändern, dann empfindet er keinen Kummer, Jammer, geistigen und körperlichen Schmerz, kein Aufbegehren.*

*Ein solcher sieht die programmierte Wohlerfassungssuche nicht als sich selbst oder sich selbst als programmierte Wohlerfassungssuche, oder er meint nicht, er selbst sei in der programmierten Wohlerfassungssuche oder die programmierte Wohlerfassungssuche sei in ihm selbst. Er ist nicht besessen von der Idee: „Ich bin die programmierte Wohlerfassungssuche, sie ist mein.“*

*Wenn sich nun bei einem Menschen, der von dieser Idee nicht besessen ist, die programmierte Wohlerfassungssuche wandelt, sich verändert, dann empfindet er keinen Kummer, Jammer, geistigen und körperlichen Schmerz, kein Aufbegehren.*

*So, Hausvater, ist der Körper krank, aber nicht das Herz. –*

*So sprach der ehrwürdige Sāriputto. Erhoben und beglückt war der Hausvater über die Rede des ehrwürdigen Sāriputto.*

ÜBER DAS ABTRAGEN UND AUFLÖSEN  
VON KARMA  
„Angereichte Sammlung“ (A III,101, A X,208, A IV, 195)

Die Ernte alles beabsichtigten, gefühlsbedingten  
Wirkens wird vom Täter empfunden (A X,208)

Ein Grundgesetz in der Lehre des Erwachten wie in vielen anderen Religionen ist die im Christentum auf eine kurze Formel gebrachte Aussage: „*Was du säest, das wirst du ernten.*“ (Gal. 6,7)

So heißt es im Wahrheitspfad:

*Nicht in der Luft, nicht in der Meerestiefe,  
nicht in den tiefsten Höhlen fernster Berge,  
nicht findet in der Welt man jene Stätte,  
wo man der üblen Tat entfliehen kann. (Dh 127)*

*Den lang entbehrten teuren Mann,  
der heil aus fernen Landen kommt,  
begrüßet bei der Wiederkehr  
all seiner Lieben traute Schar.*

*So wahrlich auch empfangen ihn,  
der Gutes tat, im neuen Sein  
die guten Taten insgesamt  
wie Freunde einen lieben Freund. (Dh 219 und 220)*

Schon lange vor dem Buddha Gotamo war diese sogenannte Karmalehre den Indern bekannt. Karma heißt sowohl Wirken als auch Wirkung, und die Karmalehre besagt, dass all unser Wirken im Tun oder Unterlassen ein Verursachen ist, das entsprechende Folgen (Wirkungen) hat. Das bedeutet in letzter Konsequenz, dass es kein Erlebnis gibt – kein scheinbar nebensächliches und kein großartiges, kein „inneres“ und auch kein Erleben von „Äußerem“ – das nicht verursacht ist durch

das Wirken dessen, der jetzt erlebt, und dass es andererseits kein Tun gibt, keine kleinste Aktivität des Menschen in Gedanken, Worten oder Taten, die nicht Folgen auslöst, die an ihn selber wieder herantreten. Das ist das Karmagesetz, das der Erwachte formuliert hat (M 135):

*Eigentum des Wirkens sind die Wesen,  
Erben des Wirkens sind die Wesen,  
Kinder des Wirkens sind die Wesen,  
an das Wirken gebunden sind die Wesen.  
Das Wirken ist ihr Betreuer.*<sup>23</sup>

Wirken – das ist die gesamte vom Menschen ausgehende Aktivität im Denken, Reden und Handeln. Ununterbrochen treten Wirkungen früheren Wirkens heran als erfreuliche oder schmerzliche Erscheinungen. Auf diese ununterbrochen herantretenden Wirkungen früheren Wirkens reagieren die Wesen ununterbrochen mit weiterem Wirken, das wiederum Wirkungen bewirkt. Unser gesamtes Welterlebnis samt etwaigen Krisen oder Katastrophen oder blühenden Entwicklungen ist immer nur Frucht des Wirkens. Die Gesamtheit unseres Wirkens – im Tun und im bewussten Unterlassen – zwischen gut und schlecht und die Gesamtheit unseres Erlebens und Erleidens zwischen Glück und Leid ist Karma. Ja, die gesamte Existenz ist Karma: Wo gewirkt wird, dahin kommt die Wirkung zurück. Wie gewirkt wird: wohlwollend, unachtsam oder übelwollend - so wird auch die davon zurückkommende Wirkung zu empfinden sein: wohltuend oder schmerzlich, freundschaftlich oder feindlich. Alles Erlebte ist Schöpfung, und es ist kein anderer Schöpfer als unser Wirken.

Durch jeden Gedanken beeinflusst der Mensch sein Denken und seine innere Art. Was er oft denkt, muss immer wieder bedacht werden. Insofern hat jedes Wirken in Gedanken ihre Folgen. Die Gedanken machen das Geneigtsein, die Behän-

---

23 Dieser kann je nach dem Wirken treu oder verräterisch sein

digkeit, diesen Gedanken wieder zu denken, größer. Und was viele, viele Male gedacht wird, das kann der Mensch hernach zu denken gar nicht mehr lassen. Darum kommt es sehr darauf an, was er denkt. Mit jedem Gedanken verändern wir unseren Denkhalt, während wir mit Worten den Geist anderer Personen beeinflussen. Die Aktivität in Worten kann bis zum Höchsten reichen, indem wir anderen rechte Anschauung vermitteln, und bis zum Schlimmsten, indem wir durch Worte in jemandem falsche Ansichten erzeugen.

Mit unseren Worten arbeiten wir am Geist eines anderen Menschen, und mit unserem Handeln arbeiten wir an der Welt und unter Umständen an den Körpern der anderen unter Einsatz unseres Körpers. Wenn ich einen Stein an einen anderen Ort transportiere, so ist das ein Handeln mit dem Körper, das mehr oder weniger neutral ist. Wenn ich aber nach jemandem mit Absicht einen Stein werfe, dann ist es eine Tat, die karmische Folgen hat.

Mit der Körpertat verändern wir vorwiegend an der Umwelt, mit Worten verändern wir den Geist der Mitmenschen, und mit Denken verändern wir den eigenen Geist. Was wir im Denken verändern, das führt in Zukunft zu anderen Worten und zu anderen Taten. Denn alle unsere Taten und Worte kommen aus dem Denken. Wie mein Geist und Herz ist, so werden meine Worte und Taten sein. Mein Geist ist die Keimzelle für alle meine Worte und Taten. Insofern verändere ich damit auch die Geister der anderen, weil ich morgen so reden werde, und die Welt, weil ich morgen so handeln werde. Vom Denken geht alles Wirken aus.

Gutes Wirken ist alles, was ein Mensch mit der Absicht tut, dem anderen möglichst zu gewähren, und seinerseits zu ertragen, was an Unangenehmem herankommt. Dazu zählen die in allen Religionen genannten sittlichen Regeln. Der Erwachte nennt drei Regeln im Handeln: Kein Wesen töten, nicht stehlen und nicht in andere Ehen oder Partnerschaften einbrechen - und vier Regeln im Reden: Nicht verleumden, nicht hintertragen, um andere zu entzweien, nicht verletzend reden, nicht

törichtes Geschwätz pflegen, und darüber hinaus keine berauschenden Mittel nehmen, wodurch der Mensch am klaren Denken gehindert wird, die sittliche Kritik vorübergehend lahm gelegt wird und er Worte spricht und Handlungen begeht, die er bei klarem Verstand nicht gesprochen und getan hätte.

Aus diesem guten Wirken folgt, so sagt der Erwachte, dass auch dem Täter geholfen wird, dass auch er Hilfe und Nachsicht erlangt, wenn er Hilfe und Nachsicht gewährt hat. Jesus sagt: *Was ihr wollt, dass die Leute euch tun sollen, das tuet ihnen auch*, denn auch Jesus kennt dieses Gesetz, dass nur immer das an uns herantritt, was wir in die Welt gesetzt haben. Und auch nach dem Verlassen dieses Leibes erwächst aus wohlgetanen Taten wohltuende Ernte: ein Leben im Menschenbereich oder gar in übermenschlichen Daseinsbereichen.

Wer aber mit Absicht dem anderen gegenüber sich verweigernd und entreißend verhält, die Tugendregeln nicht einhält, der wirkt Übles. In dem Maß, als von uns Verweigern ausgeht, in dem Maß wird uns verweigert. In dem Maß, wie wir entrisen haben, in dem Maß wird uns entrisen. Alle Schilderungen, die der Erwachte vom Gespensterreich gibt, zeigen die Früchte des Verweigerns. Die Geizigen, die anderen verweigert haben, sehen in diesen Bereichen köstliche Speisen und wollen sie essen, aber ihr Schlund ist so dünn wie ein Härchen, so dass sie nichts essen können. So leiden sie große Qualen. Und in allen Religionen wird die Hölle geschildert als der Ort, in den jene gelangen, die anderen entrisen haben. Sie erleben dort gerade das Gegenteil von dem, was sie wünschen. Der Erwachte schildert, wie in der Hölle die Wesen, die furchtbarer Hitze ausgesetzt sind, gefragt werden: „Was möchtest du, lieber Mann?“ - „Ich möchte trinken.“ - Darauf bekommt er flüssiges Eisen zu trinken. Das reißt die Speiseröhre, den Darm mit, kommt aus dem Körper heraus - er ist tot. Aber sofort ist er als feinstoffliches Wesen wieder da und erlebt diese Szene unendliche Male, bis sein übles Wirken abgetragen ist.

Wir mögen meinen, das wären Phantasien. Aber auch unser jetziges Erleben, Bewusstwerden ist Ernte unseres Wirkens.



Was ich denke, wie ich denke, in welcher Form und in welchen Qualitäten, in diesen Formen, in diesen Qualitäten werde ich hernach erleben, diese werden mir bewusst. Und vom Bewusstsein schließe ich auf eine Welt. Denkend nehmen wir Stellung zu dem, was wir wahrnehmen. Nehmen wir in guter Weise denkend Stellung, dann werden wir in guter Weise reden und handeln und werden an der erschienenen Welt in guter Weise verändern, sie etwas heller machen, und etwas heller wird sie erlebt werden. Und wenn wir zu dieser erlebten Welt denkerisch in übler Weise Stellung nehmen: „Alle sind gemein, ich muss mit Gemeinheit heimzahlen“, dann werden wir so reden und handeln, werden die Welt entsprechend verändern und werden sie entsprechend verändert erleben. Das ist die Karma-Lehre. Es gibt nicht den geringsten Zufall, sondern alle Erlebnisse sind von uns verursacht, all unser Wirken wird auch uns wieder in irgendeiner Weise fühlbar werden.

So ist Leben nichts anderes als seit undenklichen Zeiten Wirken und dadurch Früchte-Schaffen. Jeder Augenblick ist für uns ein passives und ein aktives Erlebnis, denn in jedem Augenblick tritt etwas als Erlebnis an uns heran: Dieser Freund, dieser Feind, diese Beleidigung, dieses Lob, dieses und jenes, und darauf handeln wir, säen wieder Neues – ein ausweglos erscheinender Kreislauf.

In den folgenden Lehrreden zeigt der Erwachte, wie das Karma-Gesetz, tiefer betrachtet, den Weg zur Läuterung und zur Erlösung offen lässt, weil es kein Gesetz der nur äußerlichen Vergeltung - „Auge um Auge, Zahn um Zahn“ - ist, sondern das umfassende Gesetz von Saat und Ernte des von der inneren Gesinnung bestimmten Wirkens, deren Beurteilung sich beim Wirkenden untrüglich in dem offenbart, um welchen Gefühls willen er wirkt, und was er bei dem betreffenden Wirken fühlt. Mit *diesem* Maß wird er vom Karma-Gesetz wieder „gemessen werden“. Danach – nicht nach der äußeren Gestalt seines Wirkens – empfängt er die Ernte.

Was ich anderen mit Absicht antue, um sie zu schädigen, um es selber gut zu haben, das alles erlebe ich an mir früher

oder später. Was ich anderen antue, um sie zu fördern, glücklich zu machen und dadurch auch glücklich zu werden, das alles erlebe ich an mir - früher oder später. Alles beabsichtigte Wirken hat Folgen für mich. Diese Folgen erlebe ich als die mir nicht bewusste Rückkehr meines Wirkens in der Kette der herantretenden Erlebnisse, als von außen kommendes Gewähren oder Verweigern meiner Anliegen. Nicht beabsichtigte Schädigung oder nicht beabsichtigtes Wohltun dagegen, sagt der Erwachte, hat keine Folgen. In M 54 erwähnt der Erwachte das Gleichnis, dass einer auf einen Fruchtbaum klettert, um Früchte zu pflücken. Ein anderer sägt aus dem gleichen Verlangen den Ast ab, auf dem der erstere sitzt, ohne dabei die Absicht zu haben, diesen zu Fall zu bringen. Diese Schädigung des anderen hat der Sägende nicht beabsichtigt, hat keinerlei Befriedigung darin gesucht, und darum erntet er auch nicht die Folgen, welche eine beabsichtigte Schädigung des Mitwesens nach sich ziehen würde. Wenn ich unabsichtlich mit dem Auto einen Menschen oder ein Tier überfahre, auf dem Sandweg unbeabsichtigt Käfer und Schnecken zertrete, mit jedem Einatmen Kleinstlebewesen zu Tode kommen – so geschieht es, ohne dass ich daran denke. Ich habe keine Gefühlsbefriedigung bei diesem Töten und setze mich auch nicht leichtsinnig über die Belange anderer Wesen hinweg.

Dabei darf nicht übersehen werden, dass es verschiedene Grade der Absicht gibt, welche die Folgen bestimmen: Wer direkt den Schmerz eines Mitwesens anstrebt, wird andere Folgen ernten, als wer ihn bedauernd um anderer Interessen willen in Kauf nimmt oder wer seine eigenen Bedürfnisse so stark anstrebt, dass er darüber die Bedürfnisse der anderen unachtsam oder gar leichtsinnig übersieht. Diese Beispiele dienen nur der Verdeutlichung, denn bei der Vielfalt der Motive der Menschen ist die Vielfalt der Karma-Ketten nicht fassbar.

Man darf also nicht sagen: Welche Erscheinung auch immer ein Mensch wirkt, genau eine solche Erscheinung wird er ernten, sondern man muss sagen: Was auch immer ein Wesen

mit Absicht und zur Befriedigung seines Gefühls wirkt, das bestimmt seine Ernte. Von jedem Wesen gehen ja viele unbeabsichtigte Wirkungen aus, und wenn alle unbeabsichtigten Wirkungen dem Täter genau die äußere Ernte brächten, dann könnte er sich nicht läutern, geschweige denn zum Heil kommen. Mit jedem Atemzug töten wir unbewusst viele Bakterien. Wenn allein dieses Töten immer von einer äußeren Ernte des Tötens gefolgt wäre, so müssten alle Menschen gewaltsamen Tod ernten, nur weil sie atmen.

Da aber nichts Bedingtes ohne Folgen bleibt, so haben auch unsere vielen, vielen unbeabsichtigten und gleichgültigen Taten Folgen, doch bleiben auch diese uns gleichgültig. So ist die Welt-Erscheinung voll von Dingen, die uns ganz gleichgültig sind – etwa der Stein am Weg, ein abbrechender Ast, Hunderte von Menschen, die im Großstadtgewühl an uns vorüberziehen. So zeitigt die äußere Seite jeder Tat unweigerlich entsprechende Bilder. Aber das wird noch nicht Frucht, Ernte einer Tat genannt. Frucht oder Ernte heißt: *fühlbare* Frucht oder Ernte für den Täter. Keine Fingerbewegung, kein Atemzug, keine Regung geht verloren, aber für den Täter gehen alle jene Regungen und Wirkungen verloren – d.h. er fühlt sie nicht, sie „betreffen ihn nicht“ –, die ohne Absicht und darum ohne innere Gefühlsbeteiligung geschahen. Ein Wirken, das mit der Absicht geschieht, die Gefühle – Ausdruck der Tendenzen, Gier und Hass – zu befriedigen, also um etwas Angenehmes zu erlangen oder um etwas Unangenehmes zu vermeiden, zurückzuweisen: nur solches Wirken kommt in seiner Wirkung auf den Täter zurück.

Der Gesamthaushalt des Herzens bestimmt die Ernte  
(A III, 101)

*Wenn man sagen würde, dass der Mensch für jedwede Tat, die er verübt, die genau gleiche Wirkung erführe, so wäre in diesem Fall, ihr Mönche, ein Läuterungswandel ausgeschlossen, und keinerlei Möglichkeit*

würde bestehen zur vollkommenen Leidensvernichtung.

Wenn man aber, ihr Mönche, sagen würde, dass der Mensch für jedwedes Wirken, das der Gefühlsbefriedigung dient, die ihm entsprechende Ernte erfährt, so kann es, ihr Mönche, einen Läuterungswandel geben und die Möglichkeit zur vollkommenen Leidensvernichtung bestehen.

Da, ihr Mönche, hat ein Mensch nur wenig Übles gewirkt, und dieses bringt ihn im nächsten Leben zur Hölle. Da aber, ihr Mönche, hat ein anderer ebenso Übles gewirkt, doch dieses wird ihm noch bei Lebzeiten fühlbar, und nicht einmal eine kleine Wirkung erfährt er nach dem Tod, geschweige denn eine große.

Was ist das aber für ein Mensch, den nur wenig übles Wirken in die Hölle bringt?

Da beherrscht ein Mensch die Sinnesdränge im Körper nicht, übt sich nicht in Tugend, ist ungerinigten Herzens, hat keine Weisheit ausgebildet, ist engherzig, misst und verurteilt andere, einen kleinen Verlust empfindet er schon als großes Leiden. Einen solchen Menschen mag selbst wenig übles Wirken in die Hölle bringen.

Was ist das aber für ein Mensch, der genau so wenig Übles gewirkt hat, aber die Folge davon zu Lebzeiten erfährt und der nicht einmal eine kleine Wirkung davon nach dem Tod spürt, geschweige eine große?

Da beherrscht ein Mensch die Sinnesdränge im Körper, übt sich in Tugend, hat das Herz gereinigt, hat Weisheit ausgebildet, ist hochherzig, weit umfasst er (in Liebe, Erbarmen) alle Wesen, einen großen Verlust empfindet er als wenig leidvoll.

Solcherart ist ein Mensch, der wenig Übles gewirkt hat und der die Folge davon zu Lebzeiten erfährt und

*der nicht einmal eine kleine Wirkung davon nach dem Tod spürt, geschweige eine große.*

*Was meint ihr wohl, Mönche, wenn ein Mann einen Klumpen Salz in eine kleine Tasse voll Wasser werfen würde, würde da wohl das wenige Wasser in der Tasse durch jenen Klumpen Salz salzig und ungenießbar werden? – Ja, o Herr. – Und warum? – Es befindet sich ja, o Herr, nur sehr wenig Wasser in der Tasse, das würde durch jenen Klumpen Salz salzig und ungenießbar werden. –*

*Was meint ihr aber, Mönche, wenn ein Mann einen Klumpen Salz in den Gangesstrom werfen würde, würde wohl da das Wasser des Gangesstroms durch jenen Klumpen Salz salzig und ungenießbar werden? – Das nicht, o Herr. – Und warum nicht? – Es befindet sich ja, o Herr, eine gewaltige Menge Wasser in dem Gangesstrom, das würde durch jenen Klumpen Salz nicht salzig und ungenießbar werden können.*

*Ebenso auch, ihr Mönche, hat da ein Mensch nur wenig Übles gewirkt, und er erfährt die Folge davon zu Lebzeiten und spürt nicht einmal eine kleine Wirkung davon nach dem Tod, geschweige eine große.*

*Da, ihr Mönche, kommt einer ins Gefängnis wegen Diebstahl von einer halben Geldmünze oder einer Geldmünze oder hundert Geldmünzen. Ein anderer aber, ihr Mönche, kommt nicht ins Gefängnis, wegen Diebstahl von einer halben Geldmünze, einer Geldmünze oder hundert Geldmünzen.*

*Wer aber, ihr Mönche, kommt ins Gefängnis wegen Diebstahl von einer halben Geldmünze oder einer Geldmünze oder hundert Geldmünzen? Da, ihr Mönche, ist einer arm, bedürftig, mittellos. Ein solcher, ihr Mönche, kommt ins Gefängnis sowohl wegen Diebstahl von einer halben Geldmünze als auch einer Geldmünze*

*als auch hundert Geldmünzen.*

*Wer aber, ihr Mönche, kommt nicht ins Gefängnis, weder wegen Diebstahl von einer halben Geldmünze noch einer Geldmünze noch hundert Geldmünzen? Da, ihr Mönche, ist einer reich, wohlhabend, hochbegütert: ein solcher Mensch, ihr Mönche, kommt nicht ins Gefängnis, weder wegen Diebstahl von einer halben Geldmünze noch einer Geldmünze noch hundert Geldmünzen.*

*Ebenso auch, ihr Mönche, hat da ein Mensch nur wenig Übles gewirkt, und er erfährt die Folge davon zu Lebzeiten und spürt nicht einmal eine kleine Wirkung davon nach dem Tod, geschweige eine große.*

*Da, ihr Mönche, ist ein Hammelbesitzer oder Hammelschlächter wohl imstande, einen, der ihm einen Hammel entwendet hat, zu prügeln, zu berauben und mit ihm nach Belieben zu verfahren. Einen anderen aber, der ihm einen Hammel entwendet hat, mag er nicht prügeln, berauben und mit ihm nach Belieben verfahren.*

*Wen aber, ihr Mönche, ist der Hammelbesitzer oder Hammelschlächter imstande, zu prügeln, zu berauben und mit ihm nach Belieben zu verfahren? Da, ihr Mönche, ist einer arm, bedürftig, mittellos. Wenn ein solcher, ihr Mönche, einen Hammel entwendet hat, so ist der Hammelbesitzer oder Hammelschlächter imstande, denselben zu prügeln, zu berauben und mit ihm nach Belieben zu verfahren.*

*Wen aber, ihr Mönche, mag der Hammelbesitzer oder Hammelschlächter nicht prügeln, berauben und mit ihm nach Belieben verfahren? Da, ihr Mönche, ist einer reich, wohlhabend, wohlbegütert, ein König oder eines Königs Minister. Wenn ein solcher, ihr Mönche, einen Hammel entwendet hat, so mag der Hammelbe-*

sitzer oder Hammelschlächter denselben nicht prügeln, berauben und mit ihm nach Belieben verfahren, sondern ohne Zweifel wird er ihn mit zusammengelegten Händen bitten: „O Herr, gib mir meinen Hammel oder den Preis, den er wert ist.“

Ebenso auch, ihr Mönche, hat da ein Mensch nur wenig Übles gewirkt, und er erfährt die Folge davon zu Lebzeiten und spürt nicht einmal eine kleine Wirkung davon nach dem Tod, geschweige eine große.

Was ist das aber für ein Mensch, den nur wenig übles Wirken in die Hölle bringt?

Da beherrscht ein Mensch nicht die Sinnesdränge im Körper, übt sich nicht in Tugend, hat das Herz nicht gereinigt, hat keine Weisheit ausgebildet, ist beschränkt und engherzig, einen kleinen Verlust empfindet er als großes Leid. Einen solchen Menschen mag selbst wenig übles Wirken in die Hölle bringen.

Was ist das aber für ein Mensch, der genauso wenig Übles gewirkt hat, aber die Folge davon zu Lebzeiten erfährt und der nicht einmal eine kleine Wirkung davon nach dem Tod spürt, geschweige eine große ?

Da zügelt ein Mensch die Sinnesdränge im Körper, übt sich in Tugend, hat das Herz gereinigt, hat Weisheit ausgebildet, ist hochherzig, weit umfasst er (in Liebe, Erbarmen) alle Wesen, einen großen Verlust empfindet er als wenig Leid.

Solcherart ist ein Mensch, der wenig Übles gewirkt hat und der die Folge davon zu Lebzeiten erfährt und der nicht einmal eine kleine Wirkung davon nach dem Tod spürt, geschweige eine große.

Wenn man sagen würde, dass der Mensch für jedwede Tat, die er verübt, die genau gleiche Wirkung erführe, so wäre in diesem Fall, ihr Mönche, ein Läu-

*terungswandel ausgeschlossen, und keinerlei Möglichkeit würde bestehen zur vollkommenen Leidensvernichtung.*

*Wenn man aber, ihr Mönche, sagen würde, dass der Mensch für jedwedem Wirken, das der Gefühlsbefriedigung dient, die ihm entsprechende Ernte erfährt, so kann es, ihr Mönche, einen Läuterungswandel geben und die Möglichkeit zur vollkommenen Leidensvernichtung bestehen.*

Diese Aussage des Erwachten lässt erkennen, dass die Karmalehre auf keinen Fall so kasuistisch aufgefasst werden darf wie es oft geschieht insofern, als sowohl im hinduistischen Indien wie auch in manchen westlichen Kreisen die Vorstellung besteht, dass jede äußerlich gleichartige Tat auch eine gleichartige Folge habe. Ja, die vom Erwachten benutzten Gleichnisse von der gestohlenen Münze oder dem gestohlenen Hammel mögen auf den ersten Blick den Eindruck erwecken, als ob die Karmalehre ungerecht sei, weil hier dieselbe Tat dem armen Menschen viel schwerer vergolten wird als dem Reichen. Aber die äußere Armut ist in der Lehrrede nur ein Gleichnis für innere Armut in der Wirklichkeit. Und ebenso ist der äußere Reichtum nur ein Gleichnis für inneren Reichtum. Und so sind die nach dem äußeren Anschein gleichen Taten nach der inneren Wirklichkeit doch keine gleichen Taten, entsprechend dem bekannten Sprichwort: „Wenn zwei dasselbe tun, so ist es doch nicht dasselbe“. Aber worin besteht der Unterschied? Der Erwachte nennt in unserer Lehrrede sieben unterschiedliche Eigenschaften:



## Sieben üble oder gute Eigenschaften, die die Ernte beeinflussen

### 1. Unbeherrschter Körper (*abhāvita kāya*)

„Unbeherrschter Körper“ bedeutet „von den Sinnesdrängen im Körper beherrscht“. Wegen der den Menschen stark bewegenden und oft hinreißenden oder abstoßenden Sinnesdränge kommt der Mensch zu vielerlei üblen Gesinnungen wie auch Verhaltensweisen. Er identifiziert sich mit dem Körper, lebt im Körper, durch den Körper, rücksichtslos in seinem Verhalten je nach seinen augenblicklichen Neigungen.

Die erste Bedingung, um zu einem wenigstens mittelmäßigen Verhalten zu kommen, ist die, dass der Mensch seine jeweiligen Stimmungen, seine Zuneigung und Abneigung gegenüber Personen oder Situationen nicht unkontrolliert über seinen Körper verfügen lässt.

Das kleine Kind offenbart in jedem Augenblick deutlich und unmissverständlich, wie ihm zumute ist. Es lacht, wenn es fröhlich ist, weint, wenn es traurig ist, schreit ärgerlich, wenn es wütend ist, weil es gar nicht auf seine Regungen achtet, weil es nur aus seinen eigenen Bedürfnissen heraus lebt und nichts anderes sieht und bedenkt.

Im Lauf des Heranwachsens merkt das Kind – vor allem durch Vorbild und Hinweise der Eltern und Älteren und der Spielkameraden –, dass es durch die spontane, unbeherrschte Kundgabe seiner Gefühle von anderen als störend und aufdringlich und gewaltsam empfunden wird. Das bringt ihm zu Bewusstsein, dass es ihm selber schadet, wenn es nur sich selber und seine eigenen Gefühle im Mittelpunkt, als „allein auf der Welt“ sieht. Und damit beginnt es, im Hinblick auf die Reaktionen der Mitwesen seine Regungen zu beherrschen, nicht deutlich sichtbar nach außen treten zu lassen.

Hat dieser Lernprozess durch besondere Lebensumstände nicht stattgefunden und handelt es sich um sehr spontane, egozentrische Menschen, so erregen die ungezügelten, körperlich

sichtbaren Äußerungen der Triebe in Wort, Tonart, Blick und Gestik immer wieder Anstoß in der Gemeinschaft, die bis zur Isolation des Egozentrischen führen können. Der Geist solcher Menschen hat nicht die Mindestforderung an Berücksichtigung der Bedürfnisse anderer gespeichert, und darum fehlt die kritische Beurteilung gegenüber den eigenen körperlichen Äußerungen, die Mindestdisziplinierung des Körpers.

2. In Tugend nicht geübt (*abhāvita sīla*),  
in Tugend geübt (*bhāvita sīla*)

Die Beherrschung der Sinnesdränge des Körpers ist die Voraussetzung auch für die Innehaltung der hier vom Erwachten empfohlenen Vermeidung der folgenden konkreten Verhaltensweisen im Handeln und im Reden. Ohne die zuvor genannte Beherrschung des Körpers eingeübt und gewonnen zu haben, können die Menschen unsittliche Verhaltensweisen nicht vermeiden. Aber nachdem die Beherrschung eingeübt ist – was durch Vorbild und Erziehung geschieht – da geht es nun darum, wenigstens mit der endgültigen Vermeidung von fünf unsittlichen Weisen des Handelns und Redens die Mitwesen vor Gefahren und Verlusten und damit auch sich selber vor Verfolgung und Strafe in dieser Welt und vor Schmerzen, dunklen Erlebnisweisen nach diesem Leben zu bewahren.

Viele Leserfreunde werden beim Lesen dieser ersten beiden Eigenschaften empfinden, dass sowohl die Beherrschung des Körpers wie auch die Vermeidung der fünf vom Erwachten genannten Verhaltensweisen für sie und viele andere Menschen eine Selbstverständlichkeit ist. Aber wir wissen auch, dass das nicht für alle gilt. Der Erwachte nennt ganz unabhängig von dem jeweiligen Kulturstand feste Grenzen, innerhalb welcher ein geordnetes Leben mehr oder weniger gesichert ist, durch deren Übertretung aber Ängste und Schmerzen hier und drüben erlitten werden, die Gesellschaftsordnung zusammenbricht und damit Chaos herrscht. Die fünf Tugendregeln sind:

Nicht töten,  
nicht stehlen,  
nicht in andere Ehen oder Partnerverhältnisse einbrechen  
oder Minderjährige verführen,  
nicht andere verleumden,  
nicht die Vernunft und Selbstkontrolle verhindernde Mittel  
nehmen (wie Alkohol und Drogen, durch welche man ja gerade  
wieder unbeherrschten Körpers wird).

Der in den Tugendregeln sich Übende merkt nicht nur, wenn er diesen Regeln zuwider handelt, er wird auch aufmerksamer auf seine Gemütsverfassungen. Die Verfassungen der stillen Besonnenheit oder des liebenden, fürsorglichen Denkens an andere bringen das Einhalten der Regeln mit sich, während dunkle, trübe Verfassungen, Zorn, Neid, Geltungsdrang u.a., zum Übertreten der Regeln veranlassen wollen. Der in den Tugendregeln sich Übende merkt die jeweiligen Verfassungen bei sich und ist bemüht, zum Beispiel selbst bei Verärgerung nicht gegen die Interessen der Mitwesen zu handeln, sondern an sich zu halten, sich über seine Launen zu stellen. Er erinnert sich der Wegweisung der Großen, die immer wieder raten, nicht Gleiches mit Gleichem zu vergelten, sondern seinerseits besonnen den ersten Schritt zur Eintracht zu tun. Dadurch erwirbt der Übende viel Erfahrung im Umgang mit sich bei Schwierigkeiten mit den Mitmenschen und Sicherheit im rücksichtsvollen Verhalten. Er wird heller und gewährender und erfährt von seiner Umgebung weit eher Anerkennung und Achtung als der Tugendlose, und nach dem Tod wird ein solcher entsprechend der Erhellung seines Herzens von hellen Wesen angezogen, auch in helleren Daseinsformen wiedererscheinen. Der Erwachte nennt einige Situationen, in denen der normale Mensch besonders leicht verlockt, verführt, berauscht, die Tugendregeln übertritt, so dass der Erwachte sie geradezu als „Höllenschlünde“ bezeichnet (D 31):

*1. Berauschende Getränke oder andere die Vernunft und*

- Selbstkontrolle verhindernden Mittel zu nehmen, ist ein Vergnügen,  
das für den Menschen zum Höllenschlund wird.*
2. *Sich zu unrechter Zeit auf der Straße herumtreiben, ist ein Vergnügen, das für den Menschen zum Höllenschlund wird.*
  3. *Häufig Gemeinschaftsvergnügungen besuchen gehen, ist ein Vergnügen, das für den Menschen zum Höllenschlund wird.*
  4. *Der Spieleidenschaft sich hingeben, ist ein Vergnügen, das für den Menschen zum Höllenschlund wird.*
  5. *Schlechte Freundschaften schließen, ist ein Vergnügen, das für den Menschen zum Höllenschlund wird.*
  6. *Müßiggang ist ein Vergnügen, das für den Menschen zum Höllenschlund wird.*

Diesen sechs gefährlichen Vergnügungen ist gemeinsam, dass sie eine besonnene Lebensführung mit klarer Selbstkontrolle unmöglich machen.

Wenn die Kontrolle und Zügelung durch den Geist fortfällt, die Aufmerksamkeit betäubt ist, dann lebt der Berauschte um so mehr nach seinen Trieben, ist insofern *unbeherrschten Körpers*, um so leichter gerät er dadurch in den Interessenbereich der Mitwesen hinein, verletzt die Tugendregeln, nimmt *Schaden an seiner Seele*, weil er sich von den Reizen verlocken lässt.

Ein Mensch ohne feste Grundsätze, der schon viel Übles angesammelt hat, ist wie ein Boot, das schon dreiviertel voll Wasser ist und sich nur gerade eben noch über Wasser hält. Rollt nun nur noch eine kleine Welle ins Boot, so kann es schon untersinken. So ist es mit einem Menschen, der durch sein unbeherrschtes Verhalten schon viel Übles gewirkt hat. Wenn nun nur noch ein kleines Vergehen hinzu kommt, so „ist das Maß voll“, und er hat Menschentum verwirkt, sinkt nach dem Tod unterhalb des Menschentums, wie der Erwachte sagt, erfährt nach dem Gleichnis des Erwachten kein trinkbares Wasser mehr, sondern nur noch das Salz seines üblen Wirkens.

### 3. Ungereinigtes und gereinigtes Herz (*abhāvita und bhāvita citta*)

Aus dem Herzen, dem gesamten Triebhaushalt, kommen die meisten Antriebe für unser Verhalten im Umgang mit den Lebewesen und Dingen. Solange das Herz noch übelwollend ist, voll egoistischer Wünsche und Anliegen, so lange hat es der Mensch schwer in Zeiten, in denen die Triebe gereizt werden. Aus der hinreißenden Kraft von Habsucht, Ärger und Zorn, Geltungsdrang, Herrschsucht, Eifersucht und Neid und anderen Herzensbefleckungen neigt der Mensch zu entsprechenden Taten und Worten, zu Schlag und Widerschlag, Schimpfen und Schelten oder eisiger Abwendung, übertritt oft blind und unbeherrscht die Tugendregeln und fügt dem sowieso schon dunklen Karma noch das letzte Bisschen hinzu, das ihn abwärts geraten lässt. Darum sagt der Erwachte in M 7:

*Mit einem befleckten Herzen ist ein  
schlimmer Lebenslauf zu erwarten.*

Wenn aber der Nachfolger der Lehre sich in seinem praktischen Umgang mit den Mitmenschen stets um wohlwollendes, freundliches Verhalten bemüht und in der Zwischenzeit öfter an die Folgen übler und guter Lebensführung wie auch ungereinigten und gereinigten Herzens denkt, dann wird er – mit dieser zweifachen Übung – im Lauf der Zeit erfahren, dass er im Grund seines Wesens – und das heißt in seinem Herzen – von allen dunklen und gereizten Anwandlungen immer freier wird, dass Verständnis und Fürsorge für die Mitwesen wachsen und dass seine Beziehungen zu seiner gesamten Umgebung erheblich erfreulicher, wohlthuender werden.

Jesus sagt in den „Seligpreisungen“ (Matth. 5,7,8):

*Selig sind die Sanftmütigen,  
denn sie werden das Erdreich besitzen,*

und sagt:

*Selig sind die Barmherzigen,  
denn sie werden Barmherzigkeit erlangen.*

*Sanftmütig und barmherzig* – das ist tugendhaftes Verhalten zusammen mit der hellen Art des Mitempfindens. Diesen Sanftmütigen und Barmherzigen verspricht Jesus irdische gute oder wohlthuende Ernte.

Als nächstes sagt *Jesus*:

*Selig sind, die reinen Herzens sind,  
denn sie werden Gott schauen.*

*Gott schauen* – das ist eine überirdische Ernte. In der christlichen Mystik bedeutete es: Über die sinnliche Wahrnehmung der Welt hinauszuwachsen und zu einem unaussprechlichen seligen Frieden oberhalb der Welt zu gelangen.

Der Erwachte kennzeichnet die zweite Etappe des achtfältigen Heilswegs mit den Worten: *Er läutert sein Herz von befleckenden Gesinnungen*. Das heißt: Er achtet auf aufkommendes Begehren, aufkommenden Ärger, auf Anwandlungen von gewaltsamem Sichdurchsetzenwollen, Regungen, die, auch wenn sie nicht zu üblem Tun veranlassen, so doch das Herz verdunkeln und beunruhigen.

#### 4. Nicht ausgebildete Weisheit und deren Ausbildung (*abhāvita paññā* und *bhāvita paññā*)

Die Eigenschaften eines Wesens, die sein gesamtes Tun und Lassen bestimmen und damit sein Schicksal und sein Lebensgefühl, entstehen allein aus seiner Anschauung, aus seiner Idee, seiner Vorstellung davon, was für ihn gut und förderlich sei oder schlecht, schädlich und schmerzlich. Ist diese Anschauung falsch, so wird das Wesen in Leiden und Elend geraten. Ist diese Anschauung aber richtig, d.h. entspricht seine Auffassung von den ins Hellere, Schönerere, Größere führenden Verhaltensweisen auch der Wirklichkeit, dann gelangt es auch zu hellerem Dasein.

Es gibt Menschen, deren Veranlagung der Weisheit entspricht und deren Anschauungen darum richtig sind. Sie besitzen vor allem zwei Fähigkeiten: Erstens lassen sie sich durch

die verschiedenartigen Erlebnisse – die entzückenden, beglückenden, wie auch die widerwärtigen, schmerzlichen – nicht so sehr aus der Fassung bringen; zweitens reagieren und handeln sie nicht sofort aus der ersten positiven oder negativen Erregung, sondern bemühen sich, diesen Erregungszustand bald wieder zur Ruhe zu bringen, um wieder klar und weit zu blicken.

Wer seinen Geist gewöhnt, nur die nächsten vordergründigen Ziele in diesem Leben immer wieder zu bedenken, dessen Geistesstruktur wird unfähig, weiträumige Zusammenhänge zu sehen und zu fassen. Er denkt nur von heute auf morgen: Geld mehr oder weniger; Ansehen mehr oder weniger; Macht mehr oder weniger usw. Für die Lenkkräfte zum Heileren hat er keinen Blick, er geht nach augenblicklichem Angenehm und Unangenehm; weder will er sich über das Dasein als Ganzes orientieren noch fragt er nach dem späteren Ergehen.

In diesem Sinn unterscheidet der Erwachte zwischen dem Menschen, *der das Sichtbare überschätzt, seinen eigenen Platz behauptet, sich schwer abweisen lässt* und demjenigen, der nicht nur für das vor Augen Liegende Sinn hat, zu dessen Art das Forschen nach seiner weiteren Zukunft gehört. Wir sprechen vom Augenblicksmenschen, der nur immer nach dem nächsten Wohl springt, von dem Zeitmenschen, der auf weitere begrenzte Zeit sorgt für dieses Leben, der auch für das Alter sorgen will und spart, der z.B. auch daran denkt, dass man sich durch große Rücksichtslosigkeit nur Feinde schafft und darum im eigenen Interesse möglichst rücksichtsvoll ist, und dem „Ewigkeitsmenschen“, der nach den endgültigen Auswirkungen alles Tuns fragt: „Was muss ich tun, dass ich zum Heil komme?“ und der, wenn er in seiner Umgebung und in der Literatur seines Kulturraums keine Antwort bekommt, in der Weisheit anderer Kulturen sucht oder bestrebt ist, durch eigene Beobachtungen die Schleier zu lüften.

Unter einem „weisen Menschen“ wird also nach Aussage des Erwachten in erster Linie verstanden, dass er an den Saat-Ernte-Zusammenhang des gesamten Lebens denkt, von wel-

chem in allen Religionen die Rede ist, und der besagt, dass alle Verhaltensweisen, durch welche die Mitmenschen betrübt, gereizt, benachteiligt werden oder sonst bedrängt werden, auch zu entsprechenden üblen Folgen für den Täter führen, während fürsorgliche, wohlwollende Umgangsweisen mit den Mitwesen eine helle Ernte bewirken. Den meisten Menschen ist dieser weisheitliche Anblick gar nicht oder selten gegenwärtig, oder sie kennen ihn gar nicht und fragen auch nicht danach. Diese Haltung wird von den Heilslehrern als töricht bezeichnet, denn sie führt auf die Dauer nur immer zu Erlebnissen, die dem Täter sehr unlieb sind, und es mag nur noch ein Weniges fehlen, das ihn reif zur Unterwelt macht – aus nicht ausgebildeter Weisheit, aus falscher Anschauung.

Der weisheitliche Mensch hält sich den Saat-Ernte-Zusammenhang gegenwärtig, und darum bewertet er Mitempfinden mit den Mitwesen ebenso hoch wie die Erfüllung eigener Wünsche. Aus der hochsinnigen Gemütsverfassung, die mit solcher Weisheit meistens verbunden ist, mehrt sich bei ihm Rücksicht und Schonen und mindert sich die sinnliche Bedürftigkeit. Aus dieser Veränderung seiner inneren Art mehrt sich in seinem Handeln das Vereinigende und mindert sich das Zerstörende. Er ist wie ein Boot mit kaum Wasser darin, das daher leicht jedem Ruderschlag gehorcht.

Wenn eine kleine Welle ins Boot schwappt, so ist die geringe Wassermenge leicht auszuschöpfen und behindert die Fahrt in helleres Sein nicht – ein kleines Vergehen wird leicht überdeckt oder die Ernte „für das kleine Vergehen“ wird nur schwach „zu Lebzeiten fühlbar“.

Nicht nur der Erwachte, sondern auch andere Heilslehrer machen darauf aufmerksam, dass die schlechten Eigenschaften des Herzens das Gemüt des Menschen verdunkeln, so dass der Geist die weniger in Erscheinung tretenden, aber alle Entwicklungen dennoch bestimmenden „unsichtbaren“ Ursachen und Zusammenhänge nicht erkennen kann, dass sie ihm aber in dem Maß der Läuterung seines Herzens immer mehr offenbar werden und dass diese tiefere Durchschauung der Gesetze des



Lebens seine Gesamthaltung verändert. Unter anderem erfährt er, dass sich ihm durch die Läuterungsarbeit ein direktes Verständnis für die Aussagen der Heilslehrer von der Fortexistenz über den Tod des Körpers hinaus eröffnet. Er erkennt, dass die Triebe des Herzens vom Körper unabhängig sind, nur durch bewertendes Denken verändert werden, weshalb sie an dem „Sterben des Körpers“ nicht teilnehmen, so dass er sich auch nach dem Tod mit denselben Herzensqualitäten vorfinden wird, zu denen er sich bis dahin entwickelt hat. Die Zunahme dieser Einsichten zählt zu der Erweiterung und Vertiefung der Weisheit.

Es ist wohl verständlich, dass der Nachfolger durch diese Grade der Selbsterziehung weit über alles Kleinliche in sich hinausgewachsen, ja, eine „große Seele“ geworden ist, die dadurch auch untreffbar geworden ist. Diese aus der vierstufigen Entwicklung hervorgegangenen Eigenschaften nennt der Erwachte im Folgenden.

5. Beschränktes (*paritto*) Herz, hochsinnig (*aparitto*)

6. Kleinliches Wesen (*appātumo*), eine große Seele (*mah-attā*)

Wer dem Vordergründigen, vor Augen Liegenden zugewandt ist, hält die Erfüllung seiner Triebe – den Genuss – für das Höchste und kann um so weniger die Anliegen und Wünsche der Mitwesen sehen und bedenken. Rücksichtslos geht er zur Erfüllung seiner Wünsche vor und ist bereit, anderen anzutun, was er selber nicht erleiden möchte. Diese Blindheit für die Mitwesen reicht von der feinsten Nichtberücksichtigung bis zum aktiven Übelwollen: *Der soll umgebracht werden. (M 114)* So ist er von kleinlichem Wesen, beschränktem Herzens nur auf sich gerichtet, und daraus erwachsen die Befleckungen des Herzens, die im Dunklen, Trüben festhalten, wie verderbte Habsucht, Übelwollen, Zorn, Nachtragen, Stolz und Empfindlichkeit, Neid und Geiz, Heimlichkeit und Heuchelei, Starrsinn, Rechthaberei, Überheblichkeit.

Diese Herzensbefleckungen lassen nach dem Gleichnis des

Erwachten eine Menge Salz wirken, so dass das „Lebenswasser“ ungenießbar wird. Sein „Lebensboot“ ist durch seine dunklen Eigenschaften schon sehr belastet. Ein „kleines Vergehen“ bringt dieses Boot eher zum Sinken als das eines nach Herz und Gemüt hochsinnigen Menschen, dessen Boot, leer und leicht, durch kleine Wellenschläge ungefährdet ist. So wie hochstehende, einflussreiche Persönlichkeiten für Vergehen (Schulden, Eigentumsvergehen) oft nicht so belangt werden wie „der Mann von der Straße“, so kann ein Mensch mit hoher, heller Gesinnung, *eine große Seele*, von den karmischen Folgen gelegentlicher unguter Taten so wenig betroffen werden wie ein trockenes Boot, wenn zwei oder drei Wellenschläge über Bord gehen.

7. Über geringen Verlust ist er von Leid  
erfüllt(*appadukkhavihārī*);

bei geringem Verlust untreffbar verweilt er (*appamānavihārī*)

Kleinen äußeren Verlust empfindet ein Mensch mit dunklen Gesinnungen als großes Unglück, ist dauernd über etwas zornig und misstrauisch. Da er in seiner Enge und Beschränktheit selbst kleinsten Dingen so viel Gewicht zumisst, sind selbst bei unbedeutend erscheinenden Begebenheiten seine niedrigsten Gesinnungen beteiligt, wie Hass, Neid, Rachsucht und anderes – geschweige bei schweren Angriffen und Niederlagen, und entsprechend fühlt er sich getroffen, beleidigt, eben voller Aufruhr.

Ist jedoch ein Mensch innerlich hell, hochherzig, mitempfindend, dann achtet er kleines Leid gering, ja, oft ist das, was für den Engherzigen Leiden ist, überhaupt kein Leiden für ihn. Er fordert und erwartet von der Welt nichts, seine Freude in der Welt besteht im Geben, nicht im Nehmen. Darum trifft ihn ein Verlust nicht, er nimmt ihn kaum zur Kenntnis.

So ist die Herzensbeschaffenheit des Menschen – die zu Hochsinnigkeit, zu einer „großen Seele“ ausgebildete und darum fast untreffbare, oder die unentwickelte, unbearbeitete

Triebstruktur, die als stark bedürftiges und verdunkeltes Wesen von allen „Schaffsalsschlägen“ stark getroffen wird – der dritte Umstand, der das Getroffensein durch die Ernte des früheren Wirkens beeinflusst. Er hängt eng zusammen mit dem zweiten, denn die innere Art des Menschen ist es, die die augenblicklichen Gefühle und die jeweilige Befriedigungssuche, die Absicht beim Reden und Handeln, bestimmt.

So lässt dieselbe üble Art eines Menschen, durch welche die üblen Absichten im Umgang mit den Mitwesen bedingt sind, diesen Menschen auch viel empfindlicher sein für die ankommende Ernte – bringt ihn auf, empört ihn – als bei einem nach Herz und Gemüt mittelmäßigen oder gar hochsinnigen Menschen.

Die Ernte tritt gemischt heran.  
Die Möglichkeit der Versüßung (A III,101)

Der Erwachte hat das Gleichnis von Salz und Wasser nicht zufällig gewählt, denn so wie für den Durstigen Trinkwasser eine Labsal, Salz dagegen die Vermehrung seines Leidens ist, so auch möchte jeder Mensch sich laben mit den ersehnten, geliebten, entzückenden Erlebnissen und empfindet um so schmerzlicher den Mangel, das Bittere, das Widerwärtige, ja, das Fürchterliche. Aber das Trinkwasser der geliebten Erlebnisse bereiten wir uns nur mit guten Taten und Worten, während aus allem üblen Wirken nur Salz hervorgeht. Darum muss der Durstige gute Taten tun, um daraus Trinkwasser zu gewinnen, das er gern trinkt und durch dessen Entstehen das früher geschaffene Salz verdünnt wird und allmählich in dem Strom des Trinkwassers fast unmerklich wird. Trinkwasser- und Salz-Herstellen sind also Gleichnisse für das Wirken, und das Gemisch Trinken-Müssen ist Gleichnis für die daraus hervorgehende gute oder schmerzliche Wirkung.

In dem Verhältnis von Trinkwasser zu Salz liegt unsere gesamte Schaffsal-Problematik in einer doppelten Weise: Wir machen mit jeder Tat, die aus Gefühlsbefriedigung geschieht,

Trinkwasser oder Salz oder mehr oder weniger salziges Wasser. Bei einem Menschen von durchgängig heller Herzensverfassung ist eine üble Tat nur aus einer vorübergehend verdunkelten Herzensbeschaffenheit geschehen, und so fallen die dadurch geschaffenen Salzkörnchen in den weiten, unermesslich großen und tiefen Gangesstrom. – Bei dem niedrig Gesinnten dagegen entspricht die üble Tat seiner durchgängig üblen Art – eine große Menge Salz in wenig, wenig Trinkwasser wird durch zusätzliche Salzkörner vermehrt. Bei wem Übles zum Guten wie 100:1 steht, der erntet auch hundertmal mehr Salz als Wasser. Da ist das Wasser ungenießbar. Wessen übles Wirken zum guten nur wie 1:100 steht, der ist jener, von dem der Erwachte sagt, dass ihm daraus nur wenig Leiden – und dies schon in diesem Leben – fühlbar wird.

Ein Beispiel dafür, dass der eine für eine üble Tat in die Hölle kommt, einem anderen dieselbe Tat aber nur als geringfügiges Wehe zu Lebzeiten fühlbar wird, haben wir in Ajātasattu und Angulimālo. Während der erstere für die Ermordung seines Vaters in die Hölle gelangte, konnte Angulimālo die Ernte seiner zahllosen in diesem Leben begangenen Morde noch im gleichen Leben in Form von geringen körperlichen Schmerzen abtragen. Als er bereits ein Geheilte war, haben einige Menschen im Dorf Tonscherben nach ihm geworfen. Der Erwachte sagte darauf zu ihm: *Ertrage es, Reiner! Ertrage es, Reiner! Die Vergeltung des Wirkens, für das du viele Jahre, viele Jahrhunderte, viele Jahrtausende lang in der Hölle gequält worden wärest, erlebst du jetzt zu Lebzeiten.* All sein Übles, das er getan hat, ist unter dem Einfluss des Guten, das er darüber getan hatte – nicht nur an Taten, sondern vorwiegend an Gesinnungen – zusammengeschmolzen wie ein Klumpen Salz im Ganges; sein Gutes hat sich ausgedehnt zu einem Strom von Süßwasser, dessen Geschmack durch einen Klumpen Salz nicht verändert werden kann. Auch bei Ajātasattu wirkte sich das Gesetz aus, dass es auf die Gesamtbeschaffenheit des Herzens, des Charakters, ankommt; denn da er gegen Ende seines Lebens nach seinen grausamen und hinter-

hältigen Taten und nach dem Mord an seinem großen und guten Vater in gewissem Grad Trost beim Erwachten suchte, hat er – so heißt es – von der Höllenqual, welcher kein des Vatermords schuldiges Herz ganz entgehen kann, gewaltige Zeiträume in dem während der letzten Lebensjahre geschaffenen „Süßwasser“ aufgelöst und so die Qual verkürzt.

Das Verhältnis von Salz zum Süßwasser verdeutlicht der Erwachte dann noch in den Gleichnissen von den gestohlenen Geldmünzen und dem Hammel. Auch heute noch bleibt der Unterschied zwischen reich und arm im Fall eines solchen Delikts nicht ganz unberücksichtigt. Wenn z.B. heutzutage einer seinen Rechen in dem Garten eines reichen Nachbarn sieht, dann geht er hin: „Ach, entschuldigen Sie bitte, haben Sie vielleicht zufällig meinen Rechen mit Ihrem verwechselt?“ Findet er ihn aber in dem Garten eines armen und wenig angesehenen Nachbarn, so zeigt er ihn womöglich gleich bei der Polizei an. – Und warum? Nicht zuletzt weil ein Rechen (oder eine Geldmünze oder ein Hammel) für einen Reichen so wenig bedeutet, dass die Umwelt damit rechnet, dass hier irgendeine Ausnahmesituation vorgelegen habe, eine momentane Schwäche eines sonst unbedürftigen Menschen, die ihn eben in der Regel auch in der Wirklichkeit nicht mit einem „gewöhnlichen“ Dieb gleich sein lässt.

Aber noch aus einem zweiten Grund ist das Gleichnis so genau: Es hält klar daran fest, dass auch der Reiche gestohlen hat. Es wird nichts beschönigt. Aber es wird – unendlicher Trost für die Wesen – gezeigt, wie auch die böse Tat durch gutes Wirken überdeckt werden kann, dass sie nicht mehr fühlbar wird. Aus der Darlegung des Erwachten erkennen wir also zwei Gesetze:

1. Das Vergangene begegnet uns nicht so, wie wir es gewirkt haben, sondern nur in dem Maß, wie wir mit der Absicht auf Gefühlsbefriedigung daran beteiligt waren.
2. Das vergangene, noch nicht geerntete Gewirkte, bei dem wir mit der Absicht auf Gefühlsbefriedigung beteiligt waren, verändert sich durch das inzwischen weiter geschehende Wirken.

Wenn wir in der Vergangenheit viele gute Taten – nach unserem Gleichnis viel süßes Wasser – gewirkt haben und nun aber durch moralischen Abfall mehr und mehr Übles tun, so wirkt sich die Ernte anfänglich noch nicht sehr übel aus, weil eben noch ein großer Vorrat von Gutem da war. Und wenn wir nachträglich viel Süßwasser wirken, so wird der einst gewirkte Klumpen Salz in der Menge des Süßwassers immer weniger spürbar.

Daraus ergibt sich: Je mehr wir unsere gesamte Herzensbeschaffenheit und damit unsere Taten ab sofort verbessern, um so weniger wird das Salz unserer üblen Taten fühlbar. Darum sagt der Erwachte (Dh 173),

*Wer einst begangnes übles Werk  
durch bess'eres Wirken überhäuft,  
dem lichtet sich die Finsternis,  
wie wenn der Mond durch Wolken bricht.*

Man kann also in der Finsternis, die man durch übles Wirken geschaffen hat, ein Licht aufgehen lassen! Darum ist es verfehlt zu trauern oder gar zu verzweifeln, wenn üble Dinge geschehen sind. Man darf wissen: Zwar kann ich die geschehene Tat auch mit bittersten Tränen nicht ändern, aber ich kann Gutes hinterher schicken, immer mehr Gutes, bis das süße Wasser des Guten in meinem ganzen Herzen allmählich das Salz der üblen Taten so weit überwiegt, dass ich das Salz nicht mehr schmecke. Dann gilt das Wort, das wir in der christlichen Lehre immer wieder hören: *Wahrlich, dir sind deine Sünden vergeben.* Wir haben sie uns dann selber vergeben. In einem großen See voll klaren, süßen Wassers macht auch ein Zentner Salz nichts aus.

So kann man jetzt und hier nachträglich noch seine Ernte nicht nur genießbar, sondern immer süßer machen, indem man immer mehr gute Taten den üblen nachfolgen lässt. Ein indisches Wort sagt:

*Sogar die Schuld dessen, der einem anderen schlimmste Kränkungen zufügte, wird, wenn er längere Zeit Tugend übt, verhüllt*

*wie ein Berg von dichten Wolken. (Mahābhārata)*

Wer sich um Tugend bemüht, kein Wesen tötet, sondern die Wesen schützt, das Eigentum anderer achtet, sich um Wahrhaftigkeit bemüht, sich vom Einbrechen in andere Ehen oder Partnerschaften fernhält und keine Rauschmittel nimmt, die seinen Geist trüben – der lässt Ströme der Sicherheit und Heiligkeit in die Welt fließen. Ein solcher braucht sich keine Sorge zu machen, sein jetziges Wirken sei zwar gut, aber er wisse ja nicht, was an Dunklem – an „Salz“ – aus seiner Vergangenheit noch auf ihn zukomme: Er verdünnt mit dem süßen Wasser seines heutigen Wirkens das alte Salz so, dass er es bald nicht mehr schmecken wird. Wie verhält es sich dann mit dem Vers (Dh 127)? Er lautet:

*Nicht in der Luft, nicht in der Meerestiefe,  
nicht in den tiefsten Höhlen fernster Berge,  
nicht findet in der Welt man jene Stätte,  
wohin der Taten Folgen nicht gelangten.*

Wir können den Folgen der einst begangenen Taten nicht entfliehen, aber wir können sie durch zwei Weisen zunichte machen: entweder indem wir sie in leidvollen Existenzformen abbüßen oder sie jetzt zu Lebzeiten durch bessere Taten freiwillig überdecken und sie dadurch wirkungslos machen. Das Letztere ist unendlich besser.

Und wer die rechte Anschauung so tief in sich verwurzelt hat, dass er nichts Vergängliches mehr für beständig halten kann, der hat das Tor zum Abweg für immer verriegelt und hat den Pfad betreten, auf welchem er über alles Wirken in der Sinnenwelt hinauswächst, hin zum endgültigen Frieden.

Und so wie der Geheilte nach Wegfall des Körpers durch gar kein früheres Wirken mehr erreicht werden kann, so kann auch der „Nichtwiederkehrer“ nach Wegfall des Körpers durch keine von ihm einst aus sinnlichem Wünschen begangenen Taten mehr erreicht werden, sondern erntet jetzt nur noch jenes Wirken, durch welches er nach Wegfall des Körpers über die

sinnliche Welt hinaussteigt. Sein Resonanzboden ist unempfindlich geworden für die Sinnenwelt, er hat keinerlei seelische Bezüge mehr zu ihr, ist untreffbar geworden.

Das zeigt die folgende Lehrrede.

Erwerb eines unbegrenzten Herzens macht Ernte  
aus beschränktem Wirken zunichte  
(A X,208)

*Nicht gelangen da, ihr Mönche, so sage ich, die aus beabsichtigtem Wirken angehäuften Wirkungen zur Auflösung, bevor man diese Wirkungen empfunden hat, sei es in diesem, dem nächsten oder einem späteren Leben. Und nicht kann man, so sage ich, dem Leiden ein Ende machen, bevor nicht die aus beabsichtigtem Wirken aufgeschichteten Wirkungen empfunden sind.*

*Da ist aber ein erfahrener Heilsgänger, ihr Mönche, der lebt fern von Habsucht und Antipathie bis Hass, unverblendet, klar bewusst und aufmerksam. Liebevollen – erbarmenden – freudevollen – gleichmütigen Gemütes strahlt er nach einer Richtung, dann nach einer zweiten, dann nach einer dritten, dann nach einer vierten, nach oben, unten, in alle Richtungen, überallhin durchstrahlt er die ganze Welt mit liebevollem Gemüt, mit weitem, hohem, nichtmessendem, von Feindschaft und Bedrängung freiem.*

*Ein solcher weiß nun von sich: „Früher war mein Herz beschränkt und nicht über die Erfahrung der Sinnensuchtwelt hinaus entwickelt; jetzt aber ist dieses Herz ganz ohne Grenzen, ohne Unterscheiden und Urteilen, ist über die Erfahrung der Sinnensuchtwelt hinaus entwickelt (bhāvita). Was da nun aus be-*



*schränktem Wirken an Wirkungen geschaffen wurde, das bleibt nicht zurück, es besteht nicht mehr.“*

Durch seine Triebe nimmt der Mensch eine ganz bestimmte Perspektive innerhalb der Gesamtheit der Existenz ein. Ein Mensch mit Trieben nach Sinnesobjekten ist wegen dieser Triebe in der Sinnensuchtwelt, d.h. er sieht sich umgeben von den verschiedenartigsten Objekten der Sinne. Er hat für jede Kategorie von Formen oder Tönen, Düften, Geschmächen, Tastobjekten festgelegte Vorlieben, wodurch eine bestimmte Gruppe von Objekten ihm missfallen, die andere ihm gefallen muss. Ebenso festgelegt ist der Mensch durch seine Sympathien und Antipathien zu anderen Wesen, die er sinnlich wahrnimmt und von daher ihren Charakter und ihre Tauglichkeit oder Untauglichkeit für ihn mit seinen Maßstäben misst und beurteilt.

Drei Kategorien des Messens seien hier angeführt:

Die Unterscheidung aus Eigensucht:

„Dieser ist mir angenehm, jener unangenehm; dieser ist mir nützlich, jener hinderlich; dieser hat mich anerkannt, jener getadelt. Dieser mag mich, jener nicht.“

Die moralische Unterscheidung:

„Dieser ist ehrlich, jener unehrlich. Dieser ist gerecht, jener ungerecht; dieser ist gut, jener schlecht.“

Die weltlich übliche Unterscheidung:

„Dieser ist klug, jener dumm. Dieser ist gebildet, jener ungebildet. Dieser hat viel Einfluss, jener hat nicht viel zu sagen. Dieser ist wohlhabend, jener arm. Dieser ist tüchtig, jener ungeschickt.“

Die festgelegte Perspektive durch die Sinnensucht und das Mögen und Nichtmögen innerhalb dieses Bereichs wird in den Lehrreden als begrenztes, beschränktes Herz bezeichnet. – Diese beschränkte Perspektive gegenüber den Mitwesen, die als Ausbeutungsobjekte angesehen werden, danach beurteilt

werden, ob sie mir zur Erfüllung meiner Wünsche verhelfen oder nicht, hat einen ganz bestimmten Grund:

Die Mitmenschen und auch die Allernächsten werden in allen Erlebnissen immer nur als Bilder und Töne erlebt oder, wenn ich sie anfasse, gegenständlich. Es ist wie in einer Schemenwelt: Alle Gestalten, die ich sehe, sind die von Fremden. Wie leere Schalen sind Bilder und Töne, ohne Gefühl. Nur wo Fühlen ist, da ist das Ich, das unmittelbar nur für sein Wohl sorgen kann. Darin liegt der Grund für alles furchtbare und frevelhafte Tun des Menschen an den Mitwesen, dass er nur sein eigenes Gefühl fühlt, nicht aber das Gefühl des anderen, dass er nur die eigenen Wohlgefühle und Wehgefühle, nur die eigenen Schmerzen, Qualen und Ängste unmittelbar zu fühlen bekommt und ihnen ausgeliefert ist, aber die Ängste und Qualen der Mitwesen gar nicht unmittelbar fühlen kann. Darum muss er nach seiner Natur zuallererst die selbst gefühlten Qualen und Schmerzen fliehen und kann gar nicht ebenso stark und unmittelbar die Qualen und Ängste des Mitwesens, die er nicht fühlt, aufheben und fliehen wollen. Ja, er kann ihm immer wieder Schmerzen und Qualen bereiten.

Aber darin liegt auch der Grund für alle Skrupel, alle Reue und alle Gewissensqualen des nachdenklichen Menschen bei seinem üblen Tun an den Mitwesen, dass er in seinem Geist wohl weiß, dass das Mitwesen Wohl und Wehe ebenso fühlt wie auch er und dass hinter jedem Blick das gleiche Sehnen nach Wohl und Glück und die gleiche Angst vor Verlusten und Schmerzen wohnt wie in ihm selbst – aber er *fühlt* es nicht. Und nur das Gefühl ist es, das zuerst den Willen herumreißt.

So ist der Mensch nach seinem geistig-seelischen Bau gezwungen, bei allen Begegnungssituationen seines Lebens stets zuerst die Resonanz seines Gefühls zu erdulden und den Vorstoß seines Triebwillens mit den blinden Zuneigungen und Abneigungen, und immer kann er erst nachher zu weiterblickender Einsicht, Erfahrung und Rücksicht auf die Mitwesen hinfinden. Der Triebwille ist schneller und ist immer so stark, wie die Triebe sind. Und die Stimme der Einsicht ist so stark

oder schwach, wie sie durch besonnene Pflege ausgebildet wurde oder nicht ausgebildet wurde.

Die vollendete Mettā-Liebe besteht in der Auflösung der Spannungen, in der Einebnung und Angleichung der Unterschiede bis zur Wiederherstellung der spannungsfreien, schwebenden Einheit, der unio, des seligen *samādhī*. Weil unter den Menschen die Mutterliebe einen hilfreichen Zugang zu der Mettā-Liebe schafft, darum nennt der Erwachte dem Menschen die Mutterliebe als Gleichnis und Vorbild. Auch eine Mutter kann nur ihr eigenes Gefühl unmittelbar fühlen, und nur ihre eigenen ihr innewohnenden Triebe bewirken ihr eigenes Gefühl. Aber sie schließt in ihre eigene Wohlsuche die Fürsorge für ihr Kind mit ein. Sie fühlt nicht unmittelbar die Gefühle des Kindes, aber sie muss geradezu ihrem Kind „nachfühlen“ und kann sich oft bis in unmittelbare Nähe in das Kind „einfühlen“. Darum kann - und muss - eine rechte Mutter ihrem Kind fast ebenso sehr Wohl wünschen und Wehe zu vertreiben wünschen wie sich selber.

Andere Menschen, denen sie nicht Mutter ist, Nachbarn und Bekannte, bewertet sie mit ihrer natürlichen beschränkten menschlichen Wohlsuche und kennt dementsprechend sympathische und unsympathische Menschen, hat Freunde und Feinde – aber ihre Kinder liebt eine Mutter unabhängig davon, ob sie ihr wohl- oder wehe tun. Die Kinder, die ihr wohl tun, liebt sie und betreibt deren Wohl mit Fröhlichkeit; aber die „bösen“ Kinder, die ihr Schmerzen bereiten, liebt sie auch, betreibt auch deren Wohl, doch mit Traurigkeit. So strebt die Mutterliebe das Wohl ihrer eigenen Kinder so an wie ihr eigenes Wohl.

Und weil die Mutter in der Liebe für ihre eigenen Kinder immer wieder solche Kraft entfaltet und darüber immer wieder ihr vordergründiges Wohl zurückstellt, darum zeigt der Erwachte sie dem Menschen als Gleichnis für die Mettā-Liebe. In dieser Haltung, in dem Wohlwollen für die anderen, gilt die Mutterliebe als Gleichnis. Und wer diese Kraft als Mutter oder auch als Vater bei sich selbst fühlt oder als Zeuge erfährt, der

gewinnt ein hilfreiches Verständnis für die Mettā-Liebe, ja, er kann einen praktischen Zugang zu ihr gewinnen.

Dazu hilft zusätzlich der Hinblick auf den Gesamt-Samsāra: Jeder hat im Samsāra schon alle Charakterarten und alle Wesensformen gehabt; jeder hat schon jedem geglichen, und letztlich gleicht wegen des ununterbrochenen Wechsels und Wandels jeder jedem. Jeder entwickelt nach demselben Gesetz die inneren Qualitäten, manchmal besser und manchmal schlechter. Erst dieser Hinblick auf den Daseinskreislauf – und das heißt auf das Herz als das eigentlich Bewegende der jeweils wandelnden Formen – erst dieser Hinblick bildet den fruchtbaren Boden und den festen Grund zur Entwicklung von Mettā.

Eine Hilfe dazu ist das Hinaufwürdigende: Man sieht am Mitwesen die guten Seiten, sieht für den anderen die Möglichkeiten einer guten Entwicklung voraus, sieht im Geist, wie er sich seelisch unter den und den Umständen gut entwickeln könnte, wünscht und gönnt es ihm von Herzen.

Mit den meistens üblichen abschätzenden, herabwürdigenden, ausspinnenden Betrachtungen über die Mitwesen wirkt man für sich und seine Umgebung im Lauf der Zeit dunklere Wirkungen von zunehmender Missgunst, Feindschaft, harter Begegnung, Streit mit allem üblen Gefolge. Aber mit den heraufwürdigenden, ausspinnenden Betrachtungen über die Mitwesen wirkt man für sich und seine Umgebung im Lauf der Zeit hellere Wirkungen von zunehmender Freundschaft, sanfter Begegnung, Harmonie mit allem guten Gefolge.

Die Übung, den anderen mit einzuschließen, besteht also darin, dass ich mir abgewöhne, bei jedem Menschen, an den ich nur irgendwie denke, meiner natürlichen Einstellung zu ihm, die Ablehnung, Zuwendung oder Gleichgültigkeit sein kann, nachzugeben, und stattdessen mir vor Augen führe, dass er ganz ebenso ein wohlsuchendes Wesen ist wie ich, ja, dass ich mich an seine Stelle setze und sozusagen stellvertretend für ihn sein Wohl suche. Das muss sich nicht bei Fremden in Taten auswirken, wodurch man aufdringlich wirken kann. Es geht in

erster Linie um die Gesinnung. Wer diese Gesinnung hat, der wird ganz von selber da, wo es angebracht ist, auch entsprechende Taten folgen lassen.

Mit dieser Übung, die nicht leicht fällt, die in dem Maß schwer fällt, als man sich bisher von allen anderen unterschieden hat, als man sich als das Zentrum und die anderen bewusst oder unbewusst als Gegenstände der Welt angesehen hatte, die man mit seinem Geschmack wie auch mit seinem Rechtsgefühl oder moralischem Maßstab usw. beurteilte - radiert man nach und nach alle geistig-seelisch bedingten Konturen der Sympathie und Antipathie aus, und an ihre Stelle tritt Mitempfinden, Wohlwollen, fürsorgliches Denken, wie man es früher - engherzig - nur auf sich anwandte.

Folgende nichtmessende Gedanken sind es, die ein solcher sich einübt:

„Das ist auch einer, der Wohl und Glück sucht, Geborgenheit und Frieden sucht, ganz ebenso wie auch ich Wohl und Glück suche, Geborgenheit und Frieden suche.“

„Das ist auch einer, der aus seinen inneren und äußeren Gegebenheiten so und nicht anders fühlen und wollen und denken und handeln muss, ganz ebenso wie auch ich aus meinen inneren und äußeren Gegebenheiten so und nicht anders fühlen und wollen und denken und handeln muss.“

„Das ist auch einer, der schon seit undenklichen Zeiten im Samsāra durch alle Daseinsformen und Daseinsbereiche hindurch wandert und hindurch irrt, wie auch ich schon seit undenklichen Zeiten im Samsāra durch alle Daseinsformen und Daseinsbereiche hindurch wandere und hindurch irre.“

Solcherart ist die Spitze der Mettā“-Übung: Weit umfasst der Übende alle Wesen, nicht messend (*appamāna*), beurteilt er nicht mehr die Wesen, trifft keine Unterscheidungen mehr, hegt keine Abneigung, keine Feindschaft, geht nicht mehr nach Sympathie oder Antipathie. Wo ihm Wesen begegnen, da wünscht er ihnen Befriedigung und Befriedung, und zwar allen an einer Situation Beteiligten, ohne einzelne oder Gruppen auszuschließen. Seine Zuneigungen und Abneigungen zu der

seelischen Art der einzelnen Wesen werden aufgelöst durch Lieben aller. Er fühlt kein Zurückzucken, Nichtmögen, keine Trennung mehr, ist völlig hell, unbelastet ohne eigenes Anliegen, offen für alle Wesen.

Durch das Durchstrahlen der verschiedenen Richtungen wird alle Beschränkung auf einzelne Gruppen und Arten von Wesen, wird aller Bezug zu einzelnen Richtungen, in denen es Wesen gibt, aufgehoben. So wird die „Eigenart“, die Egozentrik vom Seelischen her aufgelöst. Der Anschein von Raum wird aufgehoben.

Über den Anfang dieser Übungen lesen wir in M 21, wo der Erwachte einem Mönch, der bei gegebenen Anlässen noch ärgerlich, verdrossen und abweisend wird, den Rat gibt, darauf zu achten, dass er durch das Anhören unwillkommener Reden nicht gleich in seinem Herzen derart ablehnend und aufbegehrend werde, sondern sich übe:

*Nicht soll mein Herz verändert werden,  
keine böse Rede meinem Munde entfahren,  
voll Wohlwollen und Mitempfinden will ich verweilen,  
mit einem Herzen voll Liebe, ohne Abneigung.  
Diese Person will ich  
mit liebevollem Gemüte durchstrahlen;  
von ihr ausgehend,  
werde ich mit liebevollem Gemüte  
die ganze Welt durchstrahlen.*

Hier wird also die Einübung von bestimmten Haltungen empfohlen: Als erstes, dass man sich in seinem Innern (in seinem „Herzen“) trotz der unliebsamen Begegnung „nicht verändern“ werde. Das ist so, wie wenn man beim Sturm sich gegen den Wind stemmt, um sich nicht umblasen zu lassen. Man muss sich üben, nicht gleich den jeweiligen Eindrücken nachzugeben und zu erliegen, sondern Kraft anzuwenden zum Durchhalten einer guten, heilsamen und unverstörten Herzensverfassung.

Zu dieser Anstrengung, zu der man Tatkraft braucht, kommt nur, wer sich gemäß den vom Erwachten vermittelten Einsichten vor Augen führt: Mit dem hemmungslosen Begehren der äußeren Dinge bleibt man endlos in Verletzbarkeit zwischen Geburt, Altern und Sterben; man kann aber von dieser Krankheit des Begehrens genesen, und die Übung im Berücksichtigen der Bedürfnisse der anderen begegnenden Wesen ist eines der besten Mittel, diese Bedürftigkeit zu mindern – bis zur Auflösung.

Eine gewisse Untreffbarkeit, Unverletzbarkeit ist also die eine Voraussetzung für die Entwicklung von *Mettā*“.

Wenn der Mensch dahin gekommen ist, mit dem anderen zu fühlen, was voraussetzt, dass er gelernt hat, sich zunächst im Geist immer wieder an seine Stelle zu versetzen, dann will er dem anderen so wenig wehtun wie sich selbst, übt sich in Erbarmen, Schonen, Einfühlen, Anteilnahme, in rücksichtsvoller Gesinnung (die Vorübung zur zweiten Strahlung *karunā*), wodurch die Neigung zu gewaltsamem Schädigen, zu Grobheit, Heftigkeit und Rohheit (*vihesa*) abnimmt und untergeht.

Die dritte Strahlung wird Freude (*muditā*) genannt. Ihre Übung führt zur völligen Überwindung der Unlust und des Missmuts, die hervorgehen aus Mangel an innerer Helligkeit mit gleichzeitigem Mangel an Abwechslung oder an Befriedigung durch sinnliche Freude. Durch die vorangegangenen Übungen wird *muditā* vorbereitet. Innere Dunkelheit und Kälte ist aufgehoben; allgemeines Gönnen – oder besser Glück Wünschen, Beglücken und Hinaufwürdigen – vermehrt immer mehr die innere Freude und geht aus dem freudeerfüllten Herzen von selbst hervor.

Diese Menschen erleben immer noch Schöneres, machen sich immer noch schönere Bilder durch ihre Art. Hell strahlen sie in die Welt, sehen gar kein Dunkel. Ihre programmierte Wohlerfahrungssuche ist: alles heraufwürdigen, erhellen.

Wer diese Haltung im Lauf der Zeit immer mehr gewöhnt wird, dazu keiner besonderen Anstrengung mehr bedarf und darin mehr und mehr sich ausreift, bei dem wird diese Hellig-

keit allmählich zu einer gleichbleibenden stillen und durch keine Ereignisse mehr erschütterlichen Gemütsruhe (*upekhā*); diese Haltung beschreibt der Erwachte als die vierte und die höchste der vier Strahlungen.

Wer sich in diese Übungen hineinfühlt, der merkt mit einer in Worten nicht darstellbaren Evidenz, dass das der Weg ist zur Einheit, zur Unterschiedslosigkeit. Wenn diese Übungen immer tiefer gelingen, dann führen sie zu einer so großen Helligkeit und zu so großem Frieden, dass der Mensch allem Außen entrückt wird, weltlose Entrückung gewinnt. Ein solches Herz ist grenzenlos geworden. Und auch, wenn er aus der Entrückung wieder auftaucht, interessieren ihn auf Grund des erfahrenen Wohls kaum mehr Unterschiede im Sinnenbereich. Er stellt keine Forderungen mehr an die Wesen, urteilt, misst, vergleicht nicht mehr. Unbeschränkt ist sein Herz geworden. Alle Wesen sind ihm gleicherweise Freund und Bruder, die er, wenn sie dafür empfänglich sind und wenn er nicht in der Entrückung weilt, belehrt und im Guten ermuntert. So sagt ein Mönch von sich:

*„ Von Liebe weiß ich, wahrlich, nur,  
von unbegrenzter, wohl geübt  
und wohlgegründet rund umher,  
wie ‘s uns der Wache vorgewirkt.*

*Bin aller Bruder, aller Freund,  
mit allen Wesen fühl‘ ich mit  
und mache weit mein liebend Herz  
in Milde heiter immerdar. (Thag 647, 648)*

*Wem liebevoll das Herz sich füllt,  
zur ganzen Welt wohlwollend neigt,  
nach oben, unten, quer hindurch,  
unmessbar also allerwärts:  
in solchem Herzen grenzenlos,  
entfaltet völlig, wohlgefügt,  
da kann beschränkten Wirkens Art*



*nicht innewohnen irgendwo. (J 169)*  
*Die Liebe zu der ganzen Welt, die*  
*kann der Geist entfalten, der da nicht mehr misst -*  
*aufwärts, abwärts, in die Breite hin,*  
*frei von Enge, Gegnerschaft und Widerstreit. (Sn 150)*

*Wer gierentgangen allen Hass abtut,*  
*das Herz in Liebe weitend ohne Messen,*  
*bei Tag und Nacht so unermüdlich ist,*  
*der strahlt nach jeder Richtung unbegrenztbar. (Sn 507)*

Von den drei grobstofflich bedingten Sinnen: Riechen, Schmecken, Tasten ist er, auch wenn er nicht in Entrückungen weilt, völlig zurückgetreten, weil auch das größte Wohl, das der normale Mensch durch diese Sinneswerkzeuge erfahren kann, gegenüber dem herzunmittelbaren seligen Wohl nur derber und grober Schmerz ist. Alles Verlangen nach Riech-, Schmeck- und Tastbarem erfordert Wahrnehmung grober Materie. Ist aber dieses Verlangen überstiegen, dann sind Wesen von solcher unbeschränkter Herzensart nach ihrem Tod in einer von „Materie“-Wahrnehmung freien, geistunmittelbaren Daseinsweise (*manomayā*), welche die Inder brahmisch, Brahma, nannten, reinen Herzens. Aus den Erfahrungsberichten des Erwachten und geistmächtiger Mönche hören wir über diese Seinsweise:

Wenn Brahma in den Strahlungen oder Schauungen verweilt, dann ist er auch den Wesen seiner Sphäre nicht zugänglich. Sie sagen dann: „*Wir wissen nicht, wo Brahma oder wie Brahma oder wann Brahma da ist.*“ (D 11) - Weilt er gerade nicht in Strahlung oder Entrückung, dann überschaut er die unaufhörlichen Wandlungen eines Weltsystems und erlebt dadurch unmittelbar jeden Augenblick in höchster Anschaulichkeit, dass er selbst von diesen Wandlungen nicht berührt wird und dass all das nicht sein Selbst ist. Damit erlebt er also auch ein Weltzeitalter hindurch unaufhörlich die Unermesslichkeit seines eigenen Wesens, die die Weite des vor ihm ausgebreiteten Weltsystems nach Ausdehnung wie Dauer immer

übertrifft.

Nur große Tugend anderer Wesen und der erbarmende Wunsch nach Belehrung ist es, der noch manchmal einen Brahma veranlasst, in der Sinnenwelt zu erscheinen, z.B. wenn ein Buddha bei den Menschen lehrt oder wenn die Götter der Dreiunddreißig über die Lehre sprechen. (D 18) Dann nimmt er eine Selbstgestaltung an, die gegenüber seiner eigentlichen Seinsweise viel gröber ist, den Wesen der Sinnenwelt aber als höchster Glanz erscheint.

Aus dieser Schilderung brahmischen Zustands erkennen wir die Grenzenlosigkeit brahmischen Wesens, das da frei ist von allen Begrenzungen, von beengenden Herzensbefleckungen, ohne beschränkende Sympathie und Antipathie, und das auch nicht mehr Beschränktes, Begrenzendes wirken kann. Liebevoll, erbarmende, alle Wesen einschließende Empfindungen und Gedanken, die durch keinen Einfluss von außen gemindert oder zurückgehalten werden können, kennzeichnen ein solches Wesen.

Und nun zeigt der Erwachte in unserer Lehrrede (A X,208) an einem Gleichnis, dass ein Wesen mit solch reinem Herzen, das nichts Übles wirkt, unverletzbar ist:

*„Was meint ihr, ihr Mönche, wenn da ein Knabe von frühester Kindheit an die gemüterlösende Liebe – Erbarmen – Freude – Gleichmut - ausbilden würde, könnte er dann wohl noch üble Wirkungen erzeugen?“*

*„Gewiss nicht, o Herr.“*

*„Wenn er aber keine üblen Wirkungen mehr erzeugt, könnte er dann wohl leidvoll berührt werden?“*

*„Gewiss nicht, o Herr. Wie könnte wohl einer, der keine üblen Wirkungen mehr erzeugt, leidvoll berührt werden.“*

Da ist also ein Kind geboren. Und ehe es irgendetwas Übles tun kann, wird sein Herz durch die Strahlungen vollkommen

rein. (Zur Zeit des Erwachten gab es Kinder, die schon mit sieben Jahren in den Orden gingen und – mit wenig Gier und Hass in diesem Leben angetreten – sich bald von allen sinnlichen Trieben befreiten.)

Damit will der Erwachte zeigen: Durch die Ausbildung des reinen Herzens ist ein Wesen in einem ganz neuen unschuldig reinen Zustand wie ein vor noch nicht langer Zeit geborenes „unschuldiges“ Kind, das in diesem Leben noch nichts Übles getan hat und das durch sein Verweilen im Liebestrahlen jede Möglichkeit, künftig Übles zu tun, ausradiert, wodurch es unverletzbar wird. – Ebenso untreffbar ist natürlich auch ein Mensch, der in späteren Jahren im Liebestrahlen verweilt und damit alle Treffbarkeit für Berührungen aus einstigem beschränktem Wirken aufgehoben hat. – Dieselben Triebe, die den Menschen drängen zu bestimmten üblen Taten, machen auch seine Verletzbarkeit aus, wenn die Ernte zurückkommt. Sind diese Triebe aufgelöst, dann können die noch ankommenden Rückwirkungen früherer Taten nicht mehr „einfließen“, nicht mehr treffen.

Und nun, nachdem der Erwachte die Untreffbarkeit des grenzenlosen, unbeschränkten, nicht messenden Geistes und Herzens durch sinnliche Einflüsse, Berührungen gezeigt hat, nennt er die noch mögliche Treffbarkeit des Körpers durch frühere Ernte, wodurch der unbegrenzt Strahlende aber in seinem Herzen nicht berührt wird:

*Die gemüterlösende Liebe, ihr Mönche, ist auszubilden, sei es von einem Mann oder einer Frau. Nicht nimmt ein Mann oder eine Frau beim Abscheiden diesen Körper mit. Eine Episode des Herzens ist der Sterbliche.*

*Wer die liebevolle – erbarmende – freudevolle – gleichmütige Gemüterlösung gewonnen hat, weiß: Was ich auch mit diesem aus früherem Wirken entstandenen Körper an übler Wirkung erzeugt habe, al-*

*les das muss hier fühlbar werden, nicht wird die Wirkung nachfolgen.*

*Die so durch Liebe - Erbarmen - Freude - Gleichmut - erzeugte Gemütslösung führt zur Nichtwiederkehr, wenn ein Mönch durch seine Weisheit nicht zu noch höherer Erlösung durchdringt.*

Ein Mensch, der in Strahlungen weilt, hat noch einen Körper, den er empfindet, wenn er nicht in Entrückungen weilt. Nach dem Tod nimmt er ihn nicht mit, wie auch ein normaler Mensch den Körper nicht mitnimmt. Aber ein Sinnensucht-Begehrender baut sich einen neuen Körper auf, der der Empfänger seines karmischen Wirkens ist. Doch der im Üben der Strahlungen ausgereifte Heilsgänger weiß, dass er keinen Körper mehr aufbauen wird. Eine vorübergehende Episode des Herzens war es, Mensch zu sein mit einem grobstofflichen Körper. Jetzt wird diese Episode abgelöst von einer, in der das reine Herz keinen grobstofflichen Körper erfordert. Dann gibt es auch keinen körperlichen Empfänger mehr für früheres übles Wirken. Zu Lebzeiten des Körpers aber kann frühere Ernte noch „*fühlbar*“ oder besser „*empfindbar*“ werden. Es wird ja berichtet, dass geheilte Mönche mit Steinen beworfen oder gar ermordet wurden. Das geschah aber immer nur den Körpern, ohne dass sie mit Herz oder Gemüt daran beteiligt waren.

Der Erwachte sagt, dass der von den sinnlichen Trieben Befreite alle den Körper treffenden Dinge nur noch als ein Abgelöster empfindet. Denn die Triebe sind es, die den Eindruck von „*Ich bin, ich fühle Wohl oder Wehe, ich will*“ machen, sie werden geradezu als die „*Ichmacher*“ bezeichnet, während es in dem Geist des von sinnlichen Trieben Befreiten, Geheilten dieses „*Ich bin, ich fühle Wohl oder Wehe, ich will*“ in Bezug auf den Körper nicht mehr gibt. (M 109, 112)

Der Ausdruck „*zu Lebzeiten noch empfindbar*“ bezeichnet lediglich den sinnlichen Eindruck auf den Körper, unabhängig

von Wohl und Wehe. Der Körper empfindet Körperberührungen, und der Geist des Nichtentrückten registriert diese, z.B. „ein körperbeendendes Gefühl empfindet er.“ Diese Berührungen sind eine Belästigung gegenüber der Körperlosigkeit in der Entrückung oder gar gegenüber der Auflösung von Gefühl und Wahrnehmung. Darum weichen die Geheilten oder Nichtwiederkehrer, wenn keine Aufgaben zu erledigen sind, auch diesen letzten Belästigungen aus in die Entrückungserlebnisse (M 107).

Die Übung des Strahlens in Liebe, Erbarmen, Freude, Gleichmut führt in ihrer Vollendung zur Aufhebung der Sinnlichkeit, und damit erreichen die im Strahlen verweilenden Heilsgänger den Status der Nichtwiederkehr zur Sinnensuchtwelt. Die belehrten Heilsgänger heben nach dem Tod in der Brahmawelt das letzte Anhaften an Form und Nichtform auf, wenn sie dies nicht bereits in diesem Körperleben vollzogen haben und damit zu Lebzeiten bereits alle Triebe aufgehoben sind.

Die Lehrrede A X,208 wird ergänzt durch eine weitere Rede, die ebenfalls die Aufhebung der karmischen Ernte zum Thema hat und die Untreffbarkeit des Geheilten beschreibt:

Durch Aufhebung der Aktionsdränge (Wollensflüsse) gibt es keine Einflüsse mehr (A IV,195)

*Einst weilte der Erhabene im Gebiet der Saker bei Kapilavatthu im Kloster der Feigenbäume. Da nun begab sich der Saker Vappo, ein Anhänger des Freien Bruders Nāhaputto, dorthin, wo der ehrwürdige Mahāmogallāno weilte, begrüßte ihn und setzte sich zur Seite nieder. Und der ehrwürdige Mahāmogallāno sprach zum Saker Vappo, dem Anhänger der Freien Brüder:*

*Wenn da einer, Vappo, mit seinem Körper still geworden, in Worten still geworden, im Geist still gewor-*

*den ist, wenn der Wahn (avijjā) ihm geschwunden und  
Wahrwissen (vijjā) ihm aufgegangen ist – siehst du  
dann noch eine Möglichkeit, deretwegen diesen Men-  
schen in einem nächsten Leben noch schmerzlich fühl-  
bare Einflüsse treffen könnten? –*

Vappo ist wie der Erwachte selbst ein Sakyer, aber im Unterschied zu den meisten Sakyern ist er bis jetzt nicht Anhänger des Erhabenen, sondern des Freien Bruders Nāthaputto, der im Gegensatz zum Erhabenen die Erwachung nicht kennt und die Heilsentwicklung nicht aus Erfahrung kennt und sich darum auf dem Weg denkerischer Spekulation eine Lehre konstruiert hat, die in manchen Punkten logisch so konsequent klingt, dass viele Menschen der Scheinevidenz erlagen und seine Anhänger wurden. Nur wo sich die Gelegenheit zu einer offenen Begegnung seiner Lehren mit denen des Erhabenen ergab (wie auch im Gespräch mit Upāli (M 56), da konnten die Fehlkonstruktionen entlarvt werden. So wird es sich auch hier zeigen.

Der Mönch Mahāmoggallāno ist neben Sāriputto einer der größten Jünger des Erhabenen. Er durchschaut unmittelbar Herz und Geist der Menschen, ist also in der Lage, ihre Irrtümer zu erkennen und zu berichtigen. Darum wird diese seine Frage nicht zufällig an Vappo gestellt worden sein.

Die vier Eigenschaften, die Mahāmoggallāno hier nennt, ganz besonders die vierte Eigenschaft, das Aufkommen des Wahrwissens (*vijjā*), kennzeichnen den „Geheilten“, d.h. den vom Brand endlosen Werdens und Vergehens völlig Geheilten (*arahat*), der Nirvāna gewonnen hat.

Der Erwachte vergleicht das Bild, das der normale, nicht erwachte Mensch von sich selbst, von der Welt und von der Existenz hat, mit dem dumpfen Brüten eines Vogelembryos im Ei. Und das Wahrwissen, das man durch die Erwachung gewinnt und das selbst auch zur Erwachung führt, vergleicht er mit dem Anblick der Welt, den der fertig ausgereifte und durch das Ei hindurchgebrochene Vogel nun hat.

*Avijjā*, Wahn, ist unter den zehn Verstrickungen, welche die endgültige Heilung, den Heilsstand, verhindern, die allerletzte. Ist diese Verstrickung gefallen – und von einem solchen Menschen spricht Mahāmoggallāno – dann ist er vom Wahn geheilt.

In M 125 ist zu erkennen, was der Erwachte unter Wahn und Wahrwissen versteht. Er spricht dort von einem Prinzen, der von sinnlichem Begehren durchsetzt und durchdrungen sei und darum einen großen Berg Wahn in seinem Geist habe, der ihm den Horizont verstelle, so dass er die ganze Landschaft dahinter nicht sähe. So steht der normale Mensch unter dem Eindruck, sich in der gewaltigen fest gegründeten Welt zu befinden und ihr ausgeliefert zu sein mit Geburt und Tod. Der vom Erwachten aufgeklärte Mensch ist sich dieses Berges Wahn bewusst und müht sich, darüber hinauszusteigen, so dass die reale Existenz-Landschaft allmählich immer deutlicher wird. Der Geheilte hat den Berg ganz und gar überstiegen, und Wahrwissen steht ihm zur Verfügung. Er ist ebenso von dem Zwang zu gutem wie zu üblem Wirken geheilt, d.h. der Zwang zu körperlicher, sprachlicher und geistiger Aktivität und Auseinandersetzung mit der Umwelt ist bei ihm völlig zur Ruhe gekommen. Es drängt ihn nichts mehr zu unwillkürlicher übler oder auch guter Aktion in Gedanken, Worten oder Taten. Insofern ist er in jeder Hinsicht still geworden.

Nun fragt Mahāmoggallāno Vappo, ob er eine Möglichkeit sähe, dass ein solcher noch einmal wiedergeboren werde und etwa noch leiden müsse. Wie der belehrte Heilsgänger aus Einsicht weiß und versteht, kann ein vollkommen Geheilter nach Ablegung des Körpers gar nicht mehr wiedergeboren werden, da er alle unwillkürliche Dynamik, das Schwungrad der Aktivitätsgewöhnung (*viññāna*), das den Übergang zur nächsten Geburt bewirkt, völlig still gestellt hat. Dieses Schwungrad, das Denken-, Reden- und Handeln-Müssen des normalen Menschen gilt ja als das die Wiedergeburt Bedingende. Gerade das ist beim Geheilten zur Ruhe gekommen. Hier zeigt sich nun die falsche Anschauung des Vappo, der

meint, dass ein Geheilter noch wiedergeboren werden könnte. Vappo antwortet:

*Ich sehe eine solche Möglichkeit, o Herr. Gesetzt den Fall, einer habe in einem früheren Leben übel gewirkt, und die Frucht jenes Wirkens sei noch nicht zur Reife gelangt, so würden den Menschen deretwegen im nächsten Leben schmerzlich fühlbare Einflüsse treffen müssen.*

Vappo ist also der Auffassung seines Meisters, des Freien Bruders Nāthaputto, auch bei einem völlig Geheilten könnte noch Karma übrig geblieben sein, darum müsse ein solcher wiedergeboren werden, um noch nicht abgeübte frühere üble Taten nun abbüßen, d.h. schmerzliche Einflüsse erleiden zu müssen.

Der Freie Bruder Nāthaputto, der geistige Lehrer der Jainas und Vappos, lehrte, dass der Mensch alles Gefühl, Wohl und Wehe, das er anderen Menschen bereitet habe, genau in dem gleichen Maß auch zurückbekäme, so dass, wenn man sich willkürlich Schmerzen zufüge, man damit dann bereits von dem einem zustehenden Schmerz etwas abtrüge. Darum empfahl er seinen Anhängern, sich Leiden zuzufügen, wann immer sie konnten, damit schon in diesem Leben alles ausgeschickte Leiden wieder empfunden würde und damit ein Ende hätte.

Aber der Erwachte zeigt, wie aus dem bereits Gesagten hervorgeht: Es geht nicht darum, die Menge an Wehgefühl, die man damals durch die frühere Tat verursacht hat, „abzubüßen“ – die kennt man ja gar nicht, wie der Erwachte in einem anderen Gespräch sagt (M 101) - sondern dass die Empfindlichkeit des Täters für die auf ihn zukommende Ernte seines früheren Wirkens verändert wird. Er kann – bis die Ernte früheren Wirkens an ihn herantritt – unempfindlicher geworden sein durch Erhellung und Verdünnung seiner Triebe und kann gar von allen Trieben frei geworden sein, ein Geheilter sein. Dann kommt zwar die Ernte früheren Wirkens bei ihm an, aber er



erfährt dadurch keine Leidgefühle, da die Triebe, die Wollensflüsse, aufgehoben sind.

Die Triebe (Wollensflüsse) bedingen die Einflüsse

Während des Gesprächs zwischen Mahāmoggallāno und Vappo kam der Erhabene in die Empfangshalle und nahm dort auf dem angebotenen Sitz Platz. Er fragte den ehrwürdigen Mahāmoggallāno, bei welchem Gespräch sie gerade gewesen wären, worauf dieser dem Erhabenen das bisher Gesprochene berichtete.

*Da sprach der Erhabene zu Vappo, dem Anhänger der Niganther:*

*Wenn du mir beistimmen willst, Vappo, wo beizustimmen ist, mir widersprechen willst, wo zu widersprechen ist, und wenn du mich über das, was du an meiner Rede nicht verstehst, weiter befragen willst: ‚Wie ist das, o Herr? Wie hat man das zu verstehen?‘ – so könnte ein Gespräch zwischen uns stattfinden. –*

*Wo da eben beizustimmen ist, o Herr, werde ich dem Erhabenen beistimmen. Wo zu widersprechen ist, werde ich widersprechen. Und was ich an des Erhabenen Rede nicht verstehe, darüber werde ich den Erhabenen weiter befragen: ‚Wie ist das, o Herr? Wie hat man das zu verstehen?‘ Möge da also ein Gespräch zwischen uns stattfinden. –*

*Was meinst du, Vappo, die durch körperlichen Aktionsdrang (kāya-samārambha) bedingten Wollensflüsse / Einflüsse (āsavā), die quälenden, fieberhaften, können bei einem von körperlichem Aktionsdrang vollkommen Befreiten nicht mehr bestehen. Ein solcher wirkt keine neuen Wirkungen, und die alten Wirkungen werden zunichte. Das ist die klar sichtbare Auflö-*

sung, die zeitlose, zum Nachvollzug einladende, zur Leidensauflösung hinführende, dem Verständigen bei sich selbst verständlich.

Was meinst du, Vappo, die durch sprachlichen (vacī-), die durch geistigen (mano-) Aktionsdrang (-samārambha) bedingten Wollensflüsse/Einflüsse (āsavā), die quälenden, fieberhaften, können bei einem von sprachlichem, von geistigem Aktionsdrang vollkommen Befreiten nicht mehr bestehen. Ein solcher wirkt keine neuen Wirkungen, und die alten Wirkungen, wann immer sie ankommen, werden zunichte. Das ist die klar sichtbare Auflösung, die zeitlose, zum Nachvollzug einladende, zur Leidensauflösung hinführende, dem Verständigen bei sich selbst verständlich.

Siehst du dann noch eine Möglichkeit, durch die diesen Menschen in einem nächsten Leben noch schmerzlich fühlbare Einflüsse treffen könnten? – Das nicht, o Herr! –

Was meinst du, Vappo, die durch Wahn (avijjā) bedingten Wollensflüsse/Einflüsse (āsavā), die quälenden, fieberhaften, können bei einem von Wahn vollkommen Befreiten nicht mehr bestehen. Ein solcher wirkt keine neuen Wirkungen, und die alten Wirkungen, wann immer sie ankommen, werden zunichte. Das ist die klar sichtbare Auflösung, die zeitlose, zum Nachvollzug einladende, zur Leidensauflösung hinführende, dem Verständigen bei sich selbst verständlich.

Siehst du dann noch eine Möglichkeit, durch die diesen Menschen in einem nächsten Leben noch schmerzlich fühlbare Einflüsse treffen könnten? – Das nicht, o Herr!

Das Pāliwort *āsavā* (Verb *ā-savati*) bedeutet drängendes Flie-

ßen. Diesen Begriff gebraucht der Erwachte für das drängende Wollen in allen Lebewesen einerseits (Fließen/Drängen nach außen) und für die den Lebewesen wiederum andrängenden Wahrnehmungen (Einfließen). Aus diesen beiden Flüssen (*āsavā*) besteht das, was wir „unser Leben“ nennen: Wollen und Wahrnehmen.

Der Erwachte sagt: Das, was wir wahrnehmen, das ist das, was wir irgendwann zuvor durch unser Wollen im Denken, Reden und Handeln geschaffen haben. Unser Erleben ist also nicht ein Ablesen von einer „wirklichen“ Welt, sondern ist das erlebnishafte Erzeugen von geistig ununterbrochen wechselnden Ich-Umwelt-Begegnungsszenarien – wie im Traum. Das heißt: Du bist mit allem, was du erlebst, ein geschlossenes Ganzes. Du bist das Wollen und erzeugst mit dem Wollen das Wahrnehmen. Das Wahrgenommene wird von deinem Wollen beurteilt, und entsprechend führt das Wollen wieder zum Agieren, was wieder zu entsprechender Wahrnehmung führt, und so fort.

Der Erwachte unterscheidet drei *āsavā*: Wollensflüsse/Einflüsse durch Sinnendinge (*kām-āsavā*), Wollensflüsse/Einflüsse durch Seinwollen (*bhavāsavā*) und Wollensflüsse/Einflüsse durch Wahn (*avijj-āsavā*). Wir gehen hier im Folgenden auf die Wollensflüsse/ Einflüsse durch Sinnendinge ein, die in unserem Daseinsbereich vorherrschen und unseren inneren Existenzzustand bestimmen. Die Einflüsse durch Sinnendinge sind durch die sinnlichen Wollensflüsse/Triebe bedingt. Diese sinnlichen Triebe, die vorwiegend den fünf Sinnesorganen innewohnen, bilden den Wollens- oder Spannungskörper im Fleischkörper. Jeder Trieb hat die zwei Aspekte Gier und Hass, indem er auf Bestimmtes aus ist (Gier) und darum von dem Entgegengesetzten wegstrebt (Hass). Jeder Wollensfluss Trieb ist

1. ein Anliegen, das nach Erfüllung drängt, ein meist latentes Drängen nach bestimmten Erlebnissen, die verborgene Ursache für das sichtbare Tun und Lassen, und ist

2. eben wegen seines Anliegens empfindlich für die ankommenden Eindrücke: Es misst diese nach seinem Geschmack. Was dem Trieb entspricht, wird mit Wohlgefühl beantwortet, das Widerstrebende mit Wehgefühl.

Wegen dieser Empfindlichkeit sind alle Berührungen – das was mit den Sinnen erlebt oder geistig bedacht wird – für den normalen Menschen Berührungen, die die Anliegen treffen, beeinflussen, ihr entsprechen oder widersprechen und darum Wohl- oder Wehgefühl auslösen, die Denken, Reden, Handeln erzwingen. So ermöglichen die Triebe, die Wollensflüsse, die Beeinflussbarkeit, Treffbarkeit bei der Berührung. Es gibt keine Einflüsse ohne Wollensflüsse und dadurch Treffbarkeit, Beeinflussbarkeit. Diese Beeinflussbarkeit durch Berührungseinflüsse ist die passive Seite der Triebe. Aber weil die Triebe ein Spannungs-, Wollenskomplex sind, drängen sie zum Tun, zur Aktivität, zum Heranholen des Angenehmen und Vermeiden des Unangenehmen. So ist alles Agieren des Menschen an der Welt und an den Mitmenschen aktiver Ausfluss der Tendenzen, des Spannungsleibes – in unserer Lehrrede als körperlicher, sprachlicher, geistiger Aktionsdrang bezeichnet.

Der Säugling hat noch keinen Aktionsdrang. Dass er strampelt usw. ist zwar ein rein körperlicher Bewegungsdrang, aber kein Aktionsdrang; denn dieser bedeutet den Drang zu bestimmten, zielgerichteten Handlungen (samārambha = etwas unternehmen). Sinnliche Eindrücke kommen heran, die Tendenzen werden berührt und entsprechend den Anliegen wird einiges als angenehm, unangenehm oder gleichgültig empfunden. Diese Gefühle werden zusammen mit dem erfahrenen Gegenstand als Wahrnehmung in den Geist eingetragen. Von nun an besteht im Geist der Durst, der Drang zu dem bestimmten Angenehmen hin, von dem bestimmten Unangenehmen fort. Das ist der Aktionsdrang im Denken, Reden und Handeln, der Ausfluss der Tendenzen, ausgelöst durch die Berührung der Triebe. So sind die sinnlichen Wollensflüsse, die Triebe, der Spannungs- oder Wollenskörper (*nāma-kāya*), Gier und

Hass, die Bedingung für alle Beeinflussbarkeit, Treffbarkeit und entsprechendes Denken, Reden und Handeln.

Wenn aber durch Aufhebung des Wahns Gier und Hass ganz aufgehoben ist, kein Anliegen da ist, das zu Angenehmem hinzieht, von Unangenehmem fort will, dann ist der von allen Trieben Geheilte – *anāsavā*, d.h. ohne Wollensflüsse und darum ohne Einflüsse, die Betroffensein, Gefühle auslösen könnten, und ohne Aktionsdrang, und alle aus früherem Wirken ankommende Ernte wird wirkungslos, da sie nicht eindringen, einfließen kann wegen Aufhebung der Wollensflüsse.

*An Reiche rührt, an Arme rührt Berührung,  
und wie der Tor berührt wird auch der Weise.  
Doch Toren reißt Berührung rasend nieder,  
an Weise rührend, kann sie nimmer regen. (M 82)*

Diesen Zusammenhang, dass durch Aufhebung von Gier und Hass, der Tendenzen, der Wollensflüsse, des Spannungs- oder Wollenskörpers, die körperlichen, sprachlichen, geistigen Aktionsdränge zur Ruhe kommen, so dass es auch bei Berührung keine Einflüsse mehr gibt und damit keine Wohl- und Wehgefühle mehr möglich sind, sieht Vappo nun ein. Als Mahāmoggallāno nur von gestilltem Körper, Sprache, Geist sprach, hatte Vappo noch keine Vorstellung von dem Zusammenhang zwischen den Trieben und den dadurch bedingten Einflüssen. Der Erwachte fährt fort (A IV,195):

*Ein Mönch, Vappo, dessen Herz in rechter Erlösung befreit ist, hat sechs unwandelbare Zustände erreicht: Hat er mit dem Auge (jetzt ohne Lugerdrang) eine Form gesehen, mit dem Ohr (jetzt ohne Lauscherdrang) einen Ton gehört, mit der Nase (jetzt ohne Riecherdrang) einen Geruch gerochen, mit der Zunge (jetzt ohne Schmeckerdrang) einen Geschmack geschmeckt, mit dem Körper (jetzt ohne Tastdrang) eine Tastung getastet, mit dem Geist (jetzt ohne Denkdrang) ein Ding erkannt, so wird er*

*weder angenehm bewegt noch unangenehm bewegt; gleichmütig verweilt er, wahrheitsgegenwärtig und klar bewusst.*

*Wenn er ein Gefühl der Körperbeendigung empfindet (tödliche Verwundung oder Krankheit), weiß er: „Ein Gefühl der Beendigung der Körperfunktionen wird empfunden.“ Wenn er ein Gefühl der Lebensbeendigung empfindet (Altersschwäche), weiß er: „Ein Gefühl der Lebensbeendigung wird empfunden.“ Und er weiß: Bei Wegfall des Körpers, nach Aufzehrung der Lebenskraft, wird alles Empfinden, das nicht mehr gewünschte, erloschen sein.*

Wenn da Anliegen sind, bestimmte Formen zu sehen (Luger), bestimmte Töne zu hören (Lauscher) usw., und diese latente Empfindlichkeit wird berührt, dann werden die Berührungen zu Einflüssen, eben, weil sie die Triebe, die Wollensflüsse, treffen, die das Herankommende messen, ob es ihnen entspricht oder widerspricht.

Das dabei aufkommende Wohl- oder Wehgefühl ist die Antwort der Anliegen auf die Einflüsse. Wenn aber ein Geheilte sinnlich wahrnimmt, an Auge, Ohr usw. die Erscheinungen herantreten, dann ist innerlich kein Empfänger mehr für diese Erscheinungen da, kein aus sinnlicher Anziehung und Abstoßung gefügter Spannungsleib, der davon betroffen wird, der sie empfindet und mit Gefühl beantwortet. Weil die Augen usw. ohne Lugerdrang sind, können Berührungen nicht einfließen. Da er sich mit keiner der fünf Zusammenhäufungen identifiziert, keine als Eigentum empfindet, zu keiner noch eine Neigung verspürt, ist die Beeinflussbarkeit, Verletzbarkeit aufgehoben. Was mit den fünf Zusammenhäufungen geschieht, das sind für ihn keine Einflüsse mehr, die Wohl- oder Wehgefühl auslösen könnten.

Der Erwachte vergleicht den gewöhnlichen Menschen, der an der Welt hängt und von der Welt seine Freuden erwartet

(und darum auch seine Leiden von der Welt erfährt), mit einem Haufen feuchten Lehms und vergleicht die Erlebnisse, die der Weltmensch tagtäglich erfährt, mit Steinen, die in den Lehmmaufen geworfen werden und darum in ihn eindringen. Dagegen vergleicht der Erwachte den Geheilten, der das erlösende Klarwissen und das vollkommene Wohl der Triebversiegung erlangt hat, so dass er von der Welt überhaupt nichts mehr erwartet, mit einer Eichenbohle und die an ihn herantretenden Erlebnisse mit Wollknäueln, die gegen die Eichenbohle geworfen werden, aber nie eindringen können. So erfährt auch der Heilgewordene die Rückkehr seines früheren absichtlichen Wirkens, aber sein Dauerzustand ist eine große helle Erhabenheit, und die ankommenden Erlebnisse nimmt er nur eben zur Kenntnis, aber sie können nicht in ihn eindringen und sein Herz und Gemüt bewegen.

Alles, was wir nur je erleben mit den fünf Sinnen und dem Geist, ist Rückkehr der von uns früher ausgegangenen Taten. Wenn zur Zeit der Rückkehr das Begehren größer geworden ist, und damit der Spannungsleib empfindlicher, dann werden die diesem Begehren zuwiderlaufenden Erlebnisse, die Folgen früheren Wirkens, schmerzlicher empfunden. Und wenn das Begehren inzwischen durch den Einfluss von guten Lehren feiner und dünner geworden ist, dann werden dieselben zurückkehrenden karmischen Wirkungen erheblich weniger schmerzlich erfahren. Und bei dem von Gier und Hass Befreiten, dem Geheilten, bewirkt das Erleben nur noch ein schlichtes Merken (Wollknäuel an Eichenbohle), löst keine Resonanz aus, der Resonanzboden fehlt.

Ein Dhammapada-Vers lautet:

*Wenn unverwundet deine Hand,  
magst ruhig du berühren Gift,  
die heile Haut durchdringt es nicht.  
Kein Übel trifft den, der nicht wirkt. (Dh 124)*

Hier gilt als Gift das üble Wirken, das früher getan wurde und das jetzt zurückkommt. Wenn aber die Hand völlig gesund ist,

dann kann die üble Wirkung des Übelgetanen nicht mehr eindringen, treffen, verwunden. Es fehlt die Empfindlichkeit der Triebe, ihre Treffbarkeit, Beeinflussbarkeit, und damit die Schmerzen (Einflüsse) bei etwaigen Folgen aus früher getanen üblen Taten. Ebenso hat ein Mensch durch völlige Tilgung der sinnlichen Triebe keinerlei Neigung mehr zu Übeltat als Ausfluss dieser Triebe.

Von dem Mönch Mahāmoggallāno wird berichtet, dass er lange, nachdem er den Heilsstand gewonnen hatte, ermordet wurde. Als die Ernte früherer Tat in Form von Ermordung an ihn herantrat, da konnten alle „Eindrücke“ durch die fünf Sinne und sechstens durch das Denken nicht mehr eindringen, denn da war keine Empfindlichkeit, so dass „Eindrücke“ hätten „eindringen“ können.

„Ermorden“ ist ein Ausdruck, der auf Schreckliches hinweist. Aber Moggallāno hat durch seine Ermordung nichts Schreckliches erlebt. Er empfand Befreiung. Andere Geheilte sagen: *Geduldig trag‘ ich ab den Leib*. Das Übelgewirkte musste noch an Mahāmoggallāno herankommen als Ernte früherer übler Tat, aber es war niemand, der getroffen wurde. Das einst Gewirkte hatte nur noch die Kraft eines Schattens, der über eine Felswand hinzieht: eine Feststellung im Geist: „Körperbeendigung“, aber die Empfindlichkeit war völlig aufgehoben.

Diese Unverletzbarkeit zeigte auch der Geheilte *Adhimutto*, der von einer Räuberbande umgebracht werden sollte und keinerlei Angst empfand. Er antwortete den Räubern, die darüber verwundert waren (Thag 708, 712, 719):

*Wer abtat, was zu Dasein führt,  
lebt jetzt schon in der Wahrheit ganz;  
dem ist der Tod Gefahr nicht mehr,  
er ist wie Ablegen von Last.*

*Wer höchste Artung hat erlangt,  
auf nichts in aller Welt mehr setzt,  
gerettet aus des Hauses Brand,*



*bekümmert ihn das Sterben nicht.*

*Was ihr mit diesem Leib da tut*

*- so macht mit ihm, was ihr da wollt.*

*Bei mir wird dadurch Ablehnung*

*und Zuwendung nicht ausgelöst.*

Und nun gibt der Erwachte in der Lehrrede A IV,195 ein Gleichnis für die allmähliche bis vollkommene Auflösung der Triebe. Es handelt zwar auch, wie das von Nandako (M 140), von Baum und Schatten, aber der Erwachte benutzt das Gleichnis vom Baum hier nicht wie Nandako als Gleichnis für die Ernte des Wirkens, sondern allgemein für die Triebe, während „der Schatten“ in beiden Gleichnissen für Gefühl und Wahrnehmung gilt.

*Es ist, Vappo, wie wenn durch einen Baum bedingt ein Schatten erkennbar ist. Da würde nun ein Mann mit Axt und Korb versehen hingehen und jenen Baum an der Wurzel fällen. Nachdem er ihn an der Wurzel gefällt hat, gräbt er die Wurzel aus und zieht selbst die feinen Wurzelfasern heraus. Darauf sägt er den Baumstamm in Stücke, spaltet diese und macht sie zu Spänen. Die Späne aber lässt er von Wind und Sonne austrocknen und verbrennt sie zu Asche. Die Asche aber streut er in die Winde oder lässt sie im Fluss von der reißenden Strömung forttragen. So wäre da jener durch den Baum bedingte Schatten von Grund aus zerstört, wie eine Fächerpalme dem Boden entrissen, vernichtet und dem Neuentstehen nicht mehr ausgesetzt.*

*Ebenso nun auch, Vappo, hat ein Mönch, dessen Herz in rechter Erlösung befreit ist, sechs unwandelbare Zustände erreicht:*

*Hat er mit dem Auge (jetzt ohne Lugerdrang) eine Form gesehen, mit dem Ohr (jetzt ohne Lauscherdrang)*

*einen Ton gehört, mit der Nase (jetzt ohne Riecherdrang) einen Geruch gerochen, mit der Zunge (jetzt ohne Schmeckerdrang) einen Geschmack geschmeckt, mit dem Körper (jetzt ohne Tasterdrang) eine Tasterdrang getastet, mit dem Geist (jetzt ohne Denkerdrang) ein Ding erkannt, so wird er weder angenehm bewegt noch unangenehm bewegt; gleichmütig verweilt er, wahrheitsgegenwärtig und klar bewusst.*

*Wenn er ein Gefühl der Körperbeendigung empfindet (tödliche Verwundung oder Krankheit), weiß er: ‚Ich empfinde ein Gefühl der Beendigung der Körperfunktionen.‘ Wenn er ein Gefühl der Lebensbeendigung empfindet (Altersschwäche), weiß er: ‚Ich empfinde ein Gefühl der Lebensbeendigung.‘ Und er weiß: ‚Bei Wegfall des Körpers, nach Aufzehrung der Lebenskraft, da wird hier alles Empfinden, das nicht mehr gewünschte, erloschen sein.‘ –*

*Es ist, wie wenn durch einen Baum bedingt ein Schatten erkennbar ist:* Hat der normale Mensch mit dem Luger, dem dem Auge innewohnenden Drang zum Sehen, eine Form erfahren, dann wird dieser Drang berührt, es entsteht Gefühl und Wahrnehmung. Hier gilt der Baum für die Triebe, die Verletzbarkeit, die berührt wird und sich als Gefühl – Wohlgefühl, Wehgefühl, Weder-Weh-noch-Wohlgefühl – (Schatten) äußert.

Wenn der Baum aber gefällt ist, wie in diesem Gleichnis gesagt, dann wird er nicht weiter ernährt, wächst nicht weiter, bildet nicht immer mehr Äste, Zweige und Blätter aus. So auch ist für den Heilsgänger die Welt in ihrem Wert gesunken. Mögen auch die blinden Triebe noch nach Sinnendungen hindrängen – im Geist kann er die Sinnesobjekte nicht mehr positiv ernährend bedenken, denn sie sind entlarvt als Erscheinungsform seiner Triebe. Im Geist hat er den Bezug zur Welt abgeschnitten, und darum nimmt auch schon die Verletzbarkeit ab. Die Gefühle werden stiller, und der Aktionsdrang, die

Ausflüsse im Denken, Reden und Handeln, werden stiller. Das ist das Kennzeichen des Stromeintritts (*sotāpatti*). Er weiß: „Ich“ bin nicht „der Welt“ ausgeliefert. Nur die Triebe lassen „Welt“ und „Ich“ erscheinen, die erlebt werden. Durch Änderung der Triebe ändert sich die Welt. Ich bin der autonome Schöpfer, der im Wahn befangen diesen Wahn geschaffen hat. Ich kann zunächst durch innere Erhellung immer mehr Elend herausnehmen, kann durch Auflösung der Triebe alles erschöpfen, Raum und Zeit auflösen, völlige Unabhängigkeit gewinnen.

Es heißt (M 115), dass der Heilsgänger keine der fünf Zusammenhäufungen mehr in der Hoffnung angeht, dass sie Wohl enthalte, d.h. er wird nicht mehr bei ruhiger Überlegung lüstern an angenehme Dinge denken oder Zorn oder Abgestoßensein in Bezug auf unangenehme Dinge nähren und weiterpflegen. Er hat sich in seinem Geist von der Welt abgelöst, rechnet nicht mehr mit ihr als der Quelle allen Wohls. Endgültig ist das welke Blatt vom Baum abgefallen, kann nicht mehr ergrünen - so lautet ein anderes Gleichnis des Erwachten (M 105) - er kann nicht mehr im Geist langfristig vom „weltlichen Köder“ angezogen werden.

Er hat zwar noch Gier und Hass, hat noch Triebe zu den Dingen, wird durch die Begegnung mit den Dingen noch getroffen – auch der gefällte Baum wirft noch Schatten – aber die „Welt“ genannte Blendung wird von ihm bei klarer Besinnung nicht mehr „Welt“ genannt, sondern wird als Blendung erkannt. Er weiß: Mit der Abnahme von Gier und Hass lichtet sich die Welterscheinung mehr und mehr auf.

Weil der vom Erwachten belehrte Geist diese Tatsache durchschaut, darum steht er dem Welterlebnis nicht mehr naiv gegenüber, sondern betrachtet die Erscheinungen auf Abstand (*abhijānāti*), konstruiert nicht mehr am Weltbild, sondern gewöhnt sich die Durchschauung der Vorgänge an. Damit erwirbt er ein völlig anderes Verhältnis zur Welt. Obwohl die Einzelwahrnehmungen ihn wegen ihrer Gefühlsbesetzung noch immer mehr oder weniger blenden, übt er sich in der Abstand

haltenden, durchschauenden Haltung. Er bemüht sich, alles Verhaftetsein mit der Welt herauszuziehen, und überzeugt sich immer wieder, ob er auch wirklich nicht mit den Sinnendingen verbunden ist. So werden durch die Achtsamkeit, verbunden mit der Durchschauung der fünf Zusammenhäufungen als untauglich, um zu Wohl zu kommen, die Triebe allmählich gemindert – das ist das Zerkleinern des Baumes, wodurch auch Gefühl und Wahrnehmung – der Schatten des Baumes - weniger werden.

Wenn alle Triebe aufgelöst sind - die Asche des Baumes im Fluss fortgetragen ist, können keine Wohl- und Wehgefühle mehr entstehen - gibt es keinen Schatten mehr.

Das Herz des Geheilten ist unwandelbar, bleibt sich gleich wie ein Netz, durch das aller Wind hindurchgeht. Der wirklichkeitsgemäße unverblendete Anblick der Dinge ist ihm gegenwärtig, und alle den Körper belästigenden Empfindungen, die, durch den Körper bedingt, noch entstehen können, zählt er nicht zu sich.

Die Lehrrede A IV, 195 endet wie folgt:

*Auf diese Worte sprach nun der Sakyer Vappo, der Anhänger der Niganther, zum Erhabenen also:*

*Es ist, o Herr, wie mit einem Mann, der, um Gewinn zu erzielen, ein Pferd zum Verkauf aufzieht, und dann bringt es ihm nicht nur keinen Nutzen, sondern bereitet überdies noch Mühe und Verdruss; genauso habe ich, o Herr, Gewinn suchend, die törichten Niganther verehrt, und es hat mir nicht nur keinen Nutzen gebracht, sondern überdies noch Mühe und Verdruss bereitet. Von heute ab, o Herr, werde ich, was ich an Glauben an die törichten Niganther besaß, gleichsam in die Winde streuen, gleichsam im Fluss von der reißenden Flut fortspülen lassen. Vortrefflich, o Herr, vortrefflich, o Herr. Gleichwie man, o Herr, das Umgestürzte wieder aufrichtet oder das Verborgene enthüllt*

*oder den Verirrten den Weg weist oder in die Finsternis ein Licht bringt, damit wer Augen hat, die Gegenstände sehen kann, ebenso hat der Erhabene auf mancherlei Weise die Lehre aufgezeigt. So nehme ich, o Herr, meine Zuflucht zum Erhabenen, zur Lehre und zur Mönchsgemeinde. Als Anhänger möge mich der Erhabene betrachten, als einen, der von heute ab zeitlichen Zuflucht genommen hat. –*

MILDE UND STRENGE IN DER UNTERWEISUNG  
„Angereichte Sammlung“ (A IV,111)

*Einst begab sich Kesi, der Rossezähmer, zu dem Erhabenen. Dort angelangt, begrüßte er ehrerbietig den Erhabenen und setzte sich zur Seite nieder. Als er sich gesetzt hatte, sprach der Erhabene zu ihm:*

*Man kennt dich, o Kesi, als einen Rossezähmer; wie aber, o Kesi, zähmst du ein Ross? –*

*In Milde, o Herr, zähme ich ein Ross; in Strenge zähme ich ein Ross; in teils Milde, teils Strenge zähme ich ein Ross. –*

*Wenn das Ross aber, Kesi, sich von dir in Milde nicht zähmen lässt, in Strenge nicht zähmen lässt, in teils Milde, teils Strenge nicht zähmen lässt, was machst du dann mit ihm? –*

*Wenn das Ross, o Herr, sich von mir in Milde nicht zähmen lässt, in Strenge nicht zähmen lässt, in teils Milde, teils Strenge nicht zähmen lässt, so töte ich es, o Herr. Und warum? Damit eben meiner Meistergilde kein Vorwurf werde. Der Erhabene jedoch, o Herr, ist der höchste Zähmer der Menschen; wie nun, o Herr, zähmt der Erhabene den Menschen? –*

*In Milde, o Kesi, zähme ich den Menschen; in Strenge zähme ich den Menschen; in teils Milde, teils Strenge zähme ich den Menschen. So spreche ich in Milde: „Solcherart ist ein guter Lebenswandel in Taten, solcherart die gute Folge eines guten Lebenswandels in Taten; solcherart ist ein guter Lebenswandel in Worten, solcherart die gute Folge eines guten Lebenswandels in Worten; solcherart ist ein guter Lebenswandel in Gedanken, solcherart die gute Folge eines guten Lebenswandels in Gedanken; solcherart sind die Himmlischen, solcherart die Menschen.“*

*So spreche ich in Strenge: „Solcherart ist ein übler Lebenswandel in Taten, solcherart die üble Folge eines üblen Lebenswandels in Taten; solcherart ist ein übler Lebenswandel in Worten, solcherart die üble Folge eines üblen Lebenswandels in Worten; solcherart ist ein übler Lebenswandel in Gedanken, solcherart die üble Folge eines üblen Lebenswandels in Gedanken; solcherart ist die Hölle, solcherart die Tierwelt, solcherart das Gespensterreich.“*

*So spreche ich in teils Milde, teils Strenge: „Solcherart ist ein guter Lebenswandel in Taten, solcherart die gute Folge eines guten Lebenswandels in Taten; solcherart ist ein übler Lebenswandel in Taten, solcherart die üble Folge eines üblen Lebenswandels in Taten; solcherart ist ein guter Lebenswandel in Worten, solcherart die gute Folge eines guten Lebenswandels in Worten; solcherart ist ein übler Lebenswandel in Worten, solcherart die üble Folge eines üblen Lebenswandels in Worten; solcherart ist ein guter Lebenswandel in Gedanken, solcherart die gute Folge eines guten Lebenswandels in Gedanken; solcherart ist ein übler Lebenswandel in Gedanken, solcherart die üble Folge eines üblen Lebenswandels in Gedanken; solcherart sind die Himmlischen, solcherart die Menschen; solcherart ist die Hölle, solcherart die Tierwelt, solcherart das Gespensterreich.“ –*

*Wenn der Mensch aber, o Herr, sich von dir in Milde nicht zähmen lässt, in Strenge nicht zähmen lässt, in teils Milde, teils Strenge nicht zähmen lässt, was macht der Erhabene dann mit ihm? –*

*Wenn der Mensch, Kesi, sich von mir in Milde nicht zähmen lässt, in Strenge nicht zähmen lässt, in teils Milde, teils Strenge nicht zähmen lässt, so töte ich ihn, Kesi. –*

*Ach nicht, o Herr, mag der Erhabene einen Mord verüben; nun aber sagt der Erhabene: „So töte ich ihn, Kesi.“ –*

*Ganz recht, Kesi! Nicht mag der Erhabene einen Mord verüben, doch wenn jener Mensch sich in Milde nicht zähmen lässt, in Strenge nicht zähmen lässt, in teils Milde, teils Strenge nicht zähmen lässt, so glaubt ihn der Erhabene nicht ansprechen und unterweisen zu müssen, und auch verständige Ordensbrüder glauben, ihn nicht ansprechen und unterweisen zu müssen. Wen aber der Erhabene nicht glaubt, ansprechen und unterweisen zu müssen, und auch verständige Ordensbrüder nicht glauben, ansprechen und unterweisen zu müssen, der ist gleichsam getötet, Kesi, in der Wegweisung der Geheilten. –*

*Freilich, wen der Erhabene nicht glaubt, ansprechen und unterweisen zu müssen, und auch verständige Ordensbrüder nicht glauben, ansprechen und unterweisen zu müssen, der ist ganz und gar tot. –*

In diesem Gleichnis zeigt der Erwachte seine Möglichkeiten, den Wesen zu helfen, aber er zeigt zugleich auch die Grenzen seiner Möglichkeiten. Und diese Grenzen der Möglichkeiten liegen, wie wir sehen, nicht beim Erwachten selber, sondern beim Menschen, bei demjenigen, den der Erwachte anspricht. Ganz genau die gleichen Grenzen zeigt ja, wie wir wissen, auch Jesus im Gleichnis vom Sämann.

Es ist wichtig, dass wir diese Grenzen verstehen und begreifen, weil sich daraus der Beitrag ergibt, den wir zu leisten haben, wenn wir aus Elend und Abhängigkeit herauskommen wollen. - Zunächst aber müssen wir die vom Erwachten gebrauchten Begriffe „Milde“ und „Strenge“ klären.

Dieses Begriffspaar der „Milde“ und „Strenge“ mag uns an ein anderes in der Pädagogik wie in der Religionsgeschichte und auch in der Geschichte der Völker unrühmlich bekanntes



Begriffspaar erinnern, an „Zuckerbrot und Peitsche“.– Darum ist es wichtig, dass wir recht unterscheiden, was an diesen Mitteln unwürdig und gefährlich und was hilfreich und notwendig ist.

Beide Begriffspaare deuten auf die Abhängigkeit des Menschen von irgendwelchen menschlichen, übermenschlichen oder außermenschlichen Wesen oder Mächten hin und sind schon insofern manchem hochsinnigen Menschen, der eine solche Abhängigkeit als unwürdig empfindet, widerwärtig.

Dabei hat das Begriffspaar „Zuckerbrot und Peitsche“ einen erheblich minderwertigeren und primitiveren Charakter als die Begriffe „Milde und Strenge“. Die ersteren deuten auf die Abhängigkeit des Menschen von der Willkür irgendeiner primitiveren Macht hin, sei dies eine Person oder eine Machtgruppe. Von diesem Stärkeren bekommen die Abhängigen, die Schwächeren, wenn sie seinem Willen und seiner Willkür gefügig sind, „Zuckerbrote“, also das, was sie gern mögen und lieben; sie bekommen aber, wenn sie sich seiner Willkür nicht fügen, die „Peitsche“ zu fühlen, also Schmerzen, Qualen und Leiden.

So steht hinter diesen Begriffen die primitive Verlockung und Drohung eines Stärkeren gegenüber einem Schwächeren. Es geht hier nicht um echte, dem vernünftigen oder moralischen Menschen einsehbare Wertmaßstäbe für gut und böse, für gerecht und ungerecht, sondern nur um die primitiven Interessen jener mächtigen Person bzw. Machtgruppe. Es können oft üble und gemeine Taten von dort mit „Zuckerbrot“ belohnt werden, während gerechte und gute Taten mit der „Peitsche“ bestraft und geahndet werden. Von daher ist die Ablehnung solcher Mittel und eine Auflehnung dagegen verständlich und gerechtfertigt.

Das Begriffspaar „Milde und Strenge“, das in unserem Gleichnis von dem Rossebändiger eingeführt und daraufhin vom Erwachten in Anspruch genommen wird, deutet ebenfalls auf einen Stärkeren und auf die Abhängigkeit des Schwächeren hin; aber es ist eben so, dass wir bei diesen Begriffen weit

weniger an die Willkür eines Primitiven denken als an vernunftbegabte, gerechtere und womöglich weisere Wesen. Doch auch gegen diese Abhängigkeit wehrt sich der hochsinnige, auf Unabhängigkeit und Selbstständigkeit gerichtete Mensch. Er mag in keinerlei Abhängigkeit von Personen oder Mächten sein, weder von menschlichen oder übermenschlichen. Ebenso widerstrebt es ihm, andere Menschen von ihm abhängig zu wissen, und darum bemüht er sich, schwächeren Wesen zu ihrem höchstmöglichen Grad von Selbstständigkeit und Eigenständigkeit zu verhelfen. Und ebenso wenig mag ein solcher in seinen tiefsten und eigentlichen Lebensbezirken von der Milde oder der Strenge wahrhaft überlegenerer, weiserer Personen und Menschen abhängig sein. Er anerkennt gern freiwillig deren Überlegenheit und müht sich, von ihnen zu lernen und ihnen gleich zu werden, aber es muss ihm widerstreben, von deren Milde oder Strenge abhängig zu sein und zu bleiben.

Und ganz genau so, wie es dem hochsinnigen Menschen entspricht, sehen wir hier den Erwachten vorgehen. Denn wenn der Erwachte hier auch die von dem Rossebändiger gebrauchten Worte „Milde und Strenge“ übernimmt, so sehen wir ihn doch diese Begriffe in einem völlig anderen Sinn anwenden, in einem Sinn, der nicht die geringste Abhängigkeit anderer Wesen von seiner Macht beinhaltet.

Damit zeigt sich auch ein unübersehbarer und unüberbrückbarer Unterschied zwischen dem Erwachten einerseits und dem christlich-theologisch aufgefassten „Gott“ andererseits. Dieser Gott der christlichen Theologie ist der Vater, Fürsorger und Richter der Menschheit. Es heißt, er habe aus seinem Willen, aus seiner eigenen Souveränität die Welt und die Menschen gemacht und die Gesetze dieser Welt, er habe Gebote gesetzt und erlassen und fordere von den Menschen deren Einhaltung. Wer sich diesen von ihm erlassenen Geboten widersetze, den behandle Gott mit Strenge, wer aber sich den göttlichen Gesetzen füge, den behandle Gott mit Milde. So sei der Mensch unmittelbar von jenem Gott, von dessen Milde und Strenge abhängig.

Der Erwachte dagegen belehrt die Menschen, dass diese ganze Welt nicht von ihm geschaffen und nicht von einem Gott geschaffen ist, dass ihr auch keinerlei vernünftige Gesetze innewohnen, sondern nur blinde Beziehungsverhältnisse, und dass dieser Welt keine Macht und kein Sinn innewohnt. Der Erwachte bekennt, dass alle Wesen, alle Menschen, alle Götter und alle sonstigen übermenschlichen und auch untermenschlichen Wesen denselben blinden Beziehungsverhältnissen unterliegen insofern, als entsprechend ihrer inneren Art auch ihre Weltwahrnehmung, ihr Weltbewusstsein und ihr Weltgefühl ist. Wird die innere Art heller, so wird eine hellere Welt erlebt und mehr Wohl erlebt. Wird die innere Art dunkler, finsterner, so wird auch eine dunkle, finstere Welt und werden Wehgefühle erlebt.

Der Erwachte sagt, dass er selber bis zu seiner Erwachung den gleichen Beziehungsverhältnissen blind unterworfen war, dass er sich aber von den fünf Faktoren, zwischen welchen die Beziehungsverhältnisse bestehen: Form, Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierte Wohlerfahrungssuche, befreit habe, dass er durch die Befreiung erwacht sei und dass er nun nach seiner Erwachung nicht über diesen Beziehungsverhältnissen stehe, nicht selber Gesetze mache, erlasse und aufhebe, sondern eben nur außerhalb ihrer stehe. Und er lehrt, dass es nach seinem totalen Überblick über die gesamte Existenz, über alle diesseitigen und jenseitigen Seinsweisen keinen anderen Weg zur vollkommenen Freiheit und Unabhängigkeit gibt als die Ablösung des Ergreifens von allem, was da Form, Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierte Wohlerfahrungssuche ist.

Diesen Zusammenhang hat der Erwachte, wie gesagt, nicht etwa „gesetzt“, vielmehr hat er ihn entdeckt und durchschaut. Dieser Zusammenhang ist so primitiv, so entsetzlich und leidvoll, dass er überhaupt nicht von einem vollkommenen Wesen gesetzt werden kann, vielmehr ist er der Verblendung immanent, besteht nur innerhalb der Verblendung. Und es ist gerade das Durchschauen der Verblendung, das dazu führt, dass man

sich ablöst von jenen fünf Faktoren.

Was ist nun die Milde und Strenge des Erwachten? – Zunächst sehen wir, dass bei diesem Verständnis der Existenz und ihrer Bedingungen vom Erwachten keinerlei Belohnung oder Bestrafung erwartet werden kann, und wir sehen in den Lehrreden, dass der Erwachte sich von dergleichen auch vollständig fernhält. Er bezeichnet sich selbst immer nur als „Wegweiser“ oder „Arzt“. Dabei ist es aber so, dass er seine Wegweisung und seine Medizin niemandem aufdrängt – geschweige denn, dass er die Menschen zwänge oder aus seiner Behandlung nicht mehr entließe – sondern dass er lediglich denjenigen, die sich an ihn wenden, seine Hilfe anbietet, und das immer nur so lange, wie diese Hilfe willig angenommen wird. Es steht dabei einem jeden Menschen frei, sich an den Erwachten zu wenden und nach einiger Zeit wieder fortzugehen, oder aber länger zu bleiben. Wenn jemand auf den Erwachten hören will, erfährt er bei ihm Wahrheitsverkündung, Wegweisung, persönliche Anleitung; wenn jemand nicht mehr auf den Erwachten hören will, ist er ohne irgendeine Bestrafung oder Belohnung des Erwachten zu jeder Zeit aus der Wahrheitsverkündung, Wegweisung und Anleitung des Erwachten entlassen.

Somit bleibt „Milde“ und „Strenge“ nur noch für die Form der Wegweisung übrig, und ganz genau so sehen wir den Erwachten auch in seiner Erklärung die Begriffe anwenden. Als „Milde“ bezeichnet er seine Wegweisung, soweit er die guten Wege und die guten Folgen, die es in der Existenz gibt, aufweist, und als „Strenge“ bezeichnet er eine Wegweisung, bei welcher er dem Menschen die möglichen üblen Wege und die üblen und entsetzlichen Folgen dieser Wege aufweist. Aber immer wieder zeigt der Erwachte, dass nicht er den Menschen das Gute beschert, was sie durch gutes Wirken erleben, oder das Schlechte beschert, was sie durch schlechtes Wirken erleben, sondern dass vielmehr die blinden Beziehungsverhältnisse in der Existenz so beschaffen sind.

Wer einen Berg unentwegt hinaufsteigt, der kommt hernach

zwangsläufig oben auf dem Berg an. Das hat mit Belohnung und Bestrafung, mit Gnade und Verdammnis nichts zu tun.

Es mag ja irgendeiner oben am Berg stehend zu dem Hinaufgelangten sagen: „Zum Lohn dafür, dass du hier hinauf gegangen bist, sollst du jetzt auch oben sein.“ Ein solches Wort aber schafft keine Tatsachen, sondern nennt nur die bereits geschaffenen.

Und wer den Berg hinabgeht und immer weiter hinabgeht, der muss zwangsläufig bald unten ankommen. Auch dies hat mit Belohnung und Bestrafung, mit Gnade oder Verdammnis nichts zu tun. Und wenn nun jemand unten am Berg zu dem unten Angelangten sagt: „Zur Strafe dafür, dass du hier herunter gekommen bist, sollst du jetzt unten sein“ – so wären auch das höchst überflüssige Worte. Und darum werden vom Erwachten solche Worte in keiner Weise ausgesprochen.

Die Begriffe „Milde“ und „Strenge“ würde der Erwachte von sich aus für sich selbst nie in Anspruch nehmen, und wir finden sie auch sonst in den gesamten Lehrreden nicht in diesem Sinn angewandt. Hier aber hat der Rossebändiger davon gesprochen, dass er die Pferde mit Milde und mit Strenge bändigt, und darum spricht der Erwachte in der Ausdrucksweise des Rossebändigers, um sich ihm verständlicher zu machen. Wie weit er dabei entgegenkommt, sehen wir daran, dass er sogar vom Töten spricht und damit dem verständigen Kesi ein Lächeln abnötigt, weil dieser weiß, dass ein Erwachter überhaupt nicht strafen und töten kann.

In der Existenz ist es eben so, dass es ein Tun und Lassen gibt, das zu besseren, schöneren, helleren, herrlicheren Folgen führt, und dass es auch ein Tun und Lassen gibt, das zu dunkleren, schlimmeren, schmerzlicheren, schrecklicheren Folgen führt. Und weil es dies in der Existenz gibt, darum gibt es auch die Möglichkeiten, mehr die guten Folgen der guten Taten zu zeigen oder mehr die üblen Folgen der üblen Taten.

Und es gibt eben Menschen, deren Sinn so sehr auf das Gute, auf das Helle gerichtet ist, die eine solche Freude am Gutsein und am Hohen und Hellen und Reinen haben, dass sie,

wenn sie davon hören, alle ihre Kräfte beharrlich einsetzen, um die hohen, reinen Ziele zu erreichen. -

Es gibt aber auch andere Menschen, die auf das Helle und Hohe und Reine noch nicht so ansprechen, die sich aber abschrecken lassen, wenn sie von den schlimmen, üblen Dingen hören und von den entsetzlichen Folgen, die das üble und dunkle Wirken nach sich zieht.

Hier bezeichnet nun der Erwachte den Hinweis auf die guten Folgen des guten Wirkens mit dem „terminus technicus“ des Rossebändigers als „Milde“ und bezeichnet die Darstellung der schlechten, üblen Taten und ihrer entsetzlichen Folgen als „Strenge“. Es handelt sich also hier nicht um die Milde oder Strenge des Erwachten, sondern um die verlockende und die abschreckende Aufweisung der Möglichkeiten in der Existenz. Das also ist hier mit „Milde“ und „Strenge“ gemeint.

Aber um durch das Aufdecken der guten oder üblen Folgen beeinflusst werden zu können, muss natürlich eine klare, feste Überzeugung da sein davon, dass der gute und schlechte Lebenswandel ganz sicher zu den vom Erwachten gewiesenen beglückenden oder entsetzlichen Situationen führe. Dabei ist weniger wichtig, ob diese Überzeugung erwuchs aus der Erkenntnis der wirklichen Folgen des Wirkens oder aus einem tiefen Vertrauen zu der Aussage des Erwachten. Nur wo diese Überzeugung ist, da wird der eine Mensch je nach seiner Art durch den Hinblick auf die schrecklichen Folgen üblen Wirkens („Strenge“) und der andere Mensch durch den Hinblick auf die erhellenden, beglückenden, herrlichen Folgen einer höheren, würdigeren und vornehmen Lebensart („Milde“) die Kraft aufbringen, um im beharrlichen Mühen sich von aller üblen Art abzuwenden und gute Art und gute Lebensführung sich anzueignen. Die anderen Menschen aber, die aus den Aussagen des Erwachten zu keiner solchen festen Überzeugung von den Folgen des Wirkens kommen können, die kann der Vollendete weder mit „Milde“ noch mit „Strenge“ noch mit „Milde und Strenge“ lenken, solchen kann der Erwachte

nicht helfen. Sie sind im Hinblick auf eine solche Beeinflussbarkeit „tot“. In diesem Tatbestand zeigen sich die Grenzen der Möglichkeiten bei den Führern der Menschheit, selbst bei den Erwachten, und zeigt sich der unverzichtbare Beitrag des heilsuchenden Menschen.

Wille kommt immer nur dann auf, wenn man die gegenwärtige Situation irgendwie als unzulänglich empfindet - und das ist durch die Tendenzen bedingt - oder wenn man sie für unzulänglich hält - das ist durch den Geist bedingt -. Nur in solchen Fällen kommt der Wille auf, aus der unzulänglichen Situation herauszukommen. Mit diesem Willen beginnt der Geist nach einer besseren Situation zu suchen und nach den Wegen dahin. Wenn etwas für „besser“ Gehaltenes gefunden ist, dann richtet sich der Wille auf dieses Bessere.

Viele Menschen mögen sich wohlfühlen in ihrer menschlichen Situation, und wenn sie weiter nichts gehört und erkannt haben, dann mögen sie sich damit auch zufrieden geben. Der vom Erwachten Belehrte aber hat gesehen, dass unsere Situation nicht so bleibt, dass sie sich vielmehr dauernd wandelt, und selbst wenn unser unmaßgebliches Gefühl gegenwärtig leidlich zu sein scheint, weil wir kaum ein besseres Gefühl kennen, so wissen wir doch, dass wir unaufhaltsam dem Tod näher kommen und dass der Tod nicht Vernichtung ist, dass wir vielmehr durch ihn hindurch weitergehen und zwar genau dorthin gehen, wohin wir mit unseren Gedanken, Worten und Taten die Wege bereits gebaut haben.

Und nur weil wir begriffen haben, dass unsere gegenwärtige Situation, selbst wenn sie uns gefühlsmäßig leidlich und erträglich erscheint, durchaus nicht vollkommen ist, sondern sogar stets gefährlich schwankt, weil wir eben mit jeder neuen Tat neue Schritte tun in neue Situationen hinein, entweder in entsetzliche, elende oder in leidliche oder in helle und herrliche – darum überlassen wir uns nicht unserem gegenwärtigen leidlichen, erträglichen Gefühl, sondern wir bemühen uns um ein solches Wirken in Gedanken, Worten und Taten, aus welchem immer bessere und hellere Situationen hervorgehen. So

führt uns die Erkenntnis der Gefahr und des Leidens zu dem Willen, dieser Gefahr zu entrinnen. Aus diesen an uns selbst gemachten Erfahrungen erkennen wir die Gültigkeit der Aussage des Erwachten von der Milde und der Strenge als den einzig möglichen Erziehungsfaktoren, den Bildnern des Willens.



DAS GLEICHNIS VON DER  
UNEINNEHMBAREN FESTUNG  
„Angereichte Sammlung“ (A VII,63)

Im Grenzgebiet nahe dem Feindesland liegt eine Grenzfestung. Zur Verteidigung der Einwohner und zur Abwehr von Feinden besitzt sie sieben Ausrüstungen für den Kampf und ferner die Mittel zum Unterhalt. Damit ist sie uneinnehmbar durch äußere Feinde und Gegner.

Was ist mit dieser Festung gemeint? Der Dhammapada-Vers Nr.40 (Dh 40) gibt darüber Aufschluss:

*Dem irdnen Krug vergleiche diesen Körper,  
dein Herz der Festung, die du stark verteidigst,  
zertriff den Tod mit vollem Weisheitsstrahl  
und hüte den Besiegten, sei unnahbar.*

Hier wird das Herz, die Psyche, die Gesamtheit der Triebe mit einer Festung verglichen, die stark verteidigt werden soll. Der normale Mensch verteidigt vorwiegend seinen Körper als sein Ich, denkt hauptsächlich an die Sicherung des Körpers. Der Erwachte empfiehlt, den Körper und alle toten Vorgänge an ihm und durch ihn, alle Wahrnehmungen durch die Sinnesorgane als das zu erkennen, was sie sind, und diesen Anblick gegenwärtig zu halten. In dem Augenblick, in dem man das Zerbrechliche als zerbrechlich erkennt mit aller Nüchternheit, die dem Menschen zur Verfügung steht, da entlarvt man den Tod, ist von ihm abgewandt, ist nicht mehr treffbar, nicht mehr verletzbar. Diesen Anblick soll man nach dem Wortlaut des Verses bewahren und unnahbar bleiben, d.h. über allem Unbeständigen in einer feinen inneren Zurückhaltung stehen (*abhi-jānāti*).

Wer oder was soll unnahbar bleiben? Die innere Empfindlichkeit, der gesamte Triebekomplex, der hier mit der Festung verglichen wird.

Durch Berührung der Sinnesdränge mit dem als außen Erfahrenen kommen bei dem normalen Menschen ununterbrochen angenehme und unangenehme Gefühle und Stimmungen auf, die sofort ein entsprechendes Wollen auslösen und entsprechende körperliche und sprachliche Aktivitäten, ein Rasen und Rennen, das wir nicht lenken und leiten können. Der Erwachte zeigt: Auf dieser Ebene der Sinneseindrücke, ob uns Beglückendes oder Entsetzliches begegnet, ist kein Halt, keine Sicherheit. Alles Wohl durch Berührung der Sinnedrange ist wie ein vorübergehender Rausch, den nur derjenige erleben und als Wohl bezeichnen kann, der hauptsächlich unterhalb dieses Zustands lebt. Die Heilen leben in einem beständigen Wohl, das nicht überhöbar ist. Die Wohlgefühle, die wir zu erleben glauben, werden von der Warte der Erwachten als krankhaft bezeichnet. So wie wir einen Rauschgiftsüchtigen, der meint, sich im Wohl zu befinden, den Weg in den Untergang gehen sehen, so bezeichnen die Erwachten diejenigen, die von der Sinnlichkeit leben und das sinnliche Wohl für das einzig Mögliche halten, als verloren.

Wer nicht von den sinnlichen Eindrücken entzückt oder entsetzt ist, von ihnen gar nicht mehr fasziniert wird, der merkt, dass in demselben geistigen Raum, nur in anderen feineren Dimensionen, Dinge vor sich gehen, die er, von seiner Faszination geblendet, bisher gar nicht sehen konnte, dass er also bisher in einer ganz beschränkten Abseitigkeit gelebt hat, die Wirklichkeit gar nicht kannte, im tiefsten Nichtwissen befangen war. Darum soll das Herz gehütet werden, damit es nicht gereizt, aufgestört und überwältigt werde von seinen Feinden. Welches sind seine Feinde?

Solange das Herz die Art hat, dass es von den Außendingen lebt, so lange sind die Außendinge seine Todfeinde. Wer aber die heilende rechte Anschauung gewonnen hat, das heißt, wer begriffen hat, dass die Berührung zwischen dem begehrenden Innen und dem Außen die Feinde nicht mindert oder aufhebt, sondern verstärkt, wodurch die leidvolle Daseinswanderung unendlich fortgesetzt wird, der wird die innere Begehrlichkeit

nach außen mindern, indem er, wo er nur kann, besonders auch in neutralen Zeiten, mit seiner Weisheit das Elend der Dinge betrachtet, und er wird in den akuten Begegnungen sich so gut wie möglich zurückhalten. Es wird ja vom erfahrenen Heilskundigen (*ariya sāvako*) gesagt, dass er sich um eine Haltung des Auf-Abstand-Gehens, Überblickens und Darüberstehens (*abhijānāti = aus Abstand sehen*) bemüht in dem Wissen: Alles was erscheint, ist ein Wahndraum der früher aus Nichtwissen entlassenen Szenen. Es gilt, sich nicht wieder von diesen faszinieren zu lassen, sondern nur zu ordnen, zu beruhigen, zu besänftigen.

Es geht natürlich nicht darum, etwa die Augen und Ohren zuzuhalten, was ja gerade einer, der im Haus lebt, nicht kann, sondern es geht darum, sich nicht mehr mit der alten Wucht und der alten naiven Unbefangenheit den sinnlichen Dingen hinzugeben in dem Wissen, dass die Hingabe an die sinnlichen Dinge die Gefahr ist, die den Leidenswandel unendlich fortsetzt. Es geht um die Ausbildung einer zunehmenden inneren Zurückhaltung den Dingen gegenüber.

Das Festungsgleichnis steht für das Herz mit seinen vielfältigen Zu- und Abneigungen, Anziehungen und Abstoßungen in Bezug auf die sinnlich wahrnehmbaren Erscheinungen. Was durch die Sinnesorgane hereinkommt, das wird mit den noch zu bezeichnenden Waffen so bekämpft, dass es das Herz nicht verwundet, nicht überwältigt, dass Anziehung und Abstoßung abnehmen.

Die Berührung des Herzens, der Triebe, ist nicht an sich das Gefährliche, das Schlimme, der Feind, sondern nur die Berührung eines solchen Herzens, das den Sinnendingen hingegeben ist. Die Berührung eines Herzens, das vom Geist mit Weisheit gesteuert wird, bringt keinerlei Gefahr mit sich. Ein solcher Mensch kostet die Sinneseindrücke nicht mit den Trieben, obwohl diese berührt werden, er gönnt ihnen keinen Raum, sondern er denkt mit dem Geist die Wahrheit. Wenn ein Mensch zum Beispiel über den Jahrmarkt geht und sich den Eindrücken hingibt, dann saugt er sie mit dem ganzen

Triebkomplex ein. Etwas ganz anderes aber ist es, wenn er über den Jahrmarkt geht und dieses wilde Getöse in den Ohren und Augen als sinnlosen schmerzlichen Anprall beurteilt. Dann können die Eindrücke nicht eindringen, dann ist man nicht in der Gewalt des Herzens, durch Wahrheitsgegenwart, durch auf den Grund gehende Beobachtung hält sich der Übende die realistischen Bewertungen gegenwärtig.

Die Einwohnerschaft der Festung, die geschützt werden, vor Leiden bewahrt werden soll, ist der Wille zum Heil. Wenn durch die innere Bedürftigkeit das Außen ins Herz hineingelassen wird, so ist das die Befriedigung der Sucht und damit die endlose Fortsetzung des Leidens. Dieser Kreislauf muss durchbrochen werden, indem die innere Sucht, nämlich das Verlangen, das Außen hereinzuholen, bewacht und gebändigt wird. Durch die innere Bedürftigkeit sind das als außen Erfahrene Feinde und kommen als Feinde herein. Wenn die innere Sucht zurückgehalten wird, dann sind es nicht mehr Feinde, die durch die Sinnesorgane hereinkommen. Dann ist das Hereingekommene neutralisiert worden.

Die Bewahrung der Festung - des Herzens - bedeutet die Bewahrung des Heils, das Fernhalten des Leidens und die endgültige Überwindung des Leidens durch Erfahrung höheren Wohls, wie noch zu zeigen sein wird.

Zunächst sei der gesamte Wortlaut des Gleichnisses wiedergegeben, das dann in seinen Einzelheiten betrachtet werden soll.

*Wenn eine königliche Grenzfestung mit der siebenfachen Festungsausrüstung ausgestattet ist und in ihr die vier Mittel zum Unterhalt nach Wunsch, ohne Mühe und leicht erhältlich sind, da gilt diese königliche Grenzfestung, ihr Mönche, als uneinnehmbar durch äußere Gegner oder Feinde. Was aber ist die siebenfache Festungsausrüstung, mit der sie ausgestattet ist?*

*Da, ihr Mönche, hat die königliche Grenzfestung einen Turm mit tief in die Erde eingelassenem Fundament, unbeweglich, unerschütterlich. Das, ihr Mönche, ist das erste Rüstzeug, mit dem die königliche Grenzfestung wohl ausgestattet ist zum Schutz ihrer Einwohner, zur Abwehr der Feinde.*

*Und ferner, ihr Mönche, besitzt die königliche Grenzfestung einen tiefen, breiten Festungsgraben. Das, ihr Mönche, ist das zweite Rüstzeug, mit dem die königliche Grenzfestung wohl ausgestattet ist zum Schutz ihrer Einwohner, zur Abwehr der Feinde.*

*Ferner, ihr Mönche, besitzt die königliche Grenzfestung einen hohen breiten Wehrgang zum Beobachten. Das ist das dritte Rüstzeug, mit dem die königliche Grenzfestung wohl ausgestattet ist zum Schutz ihrer Einwohner, zur Abwehr der Feinde.*

*Ferner, ihr Mönche, sind in der königlichen Grenzfestung viele Waffen aufgestapelt, Geschosse sowie Waffen für den Nahkampf. Das, ihr Mönche, ist das vierte Rüstzeug, mit dem die königliche Grenzfestung wohl ausgestattet ist zum Schutz ihrer Einwohner, zur Abwehr der Feinde.*

*Ferner, ihr Mönche, befinden sich in der königlichen Grenzfestung viele Streitkräfte, Elefantenreiterei, Kavallerie, Wagenlenker, Bogenschützen, Fahnenträger, Offiziere, Proviantversorger, desgleichen stolze Königssöhne, verwegene, hochgewaltige Helden und auch Schildträger, Söldnerknechte. Das, ihr Mönche, ist das fünfte Rüstzeug, mit dem die königliche Grenzfestung wohl ausgestattet ist zum Schutz ihrer Einwohner, zur Abwehr der Feinde.*

*Ferner, ihr Mönche, findet sich in der königlichen Grenzfestung als Torwächter ein verständiger, erfahrener, kluger Mann, der alle Unbekannten zurückhält*

*und die Bekannten einlässt. Das, ihr Mönche, ist das sechste Rüstzeug, mit dem die königliche Grenzfestung wohl ausgestattet ist zum Schutz ihrer Einwohner, zur Abwehr der Feinde.*

*Ferner, ihr Mönche, ist die königliche Grenzfestung mit einer hohen breiten Festungsmauer umgeben, die wohlverputzt und geglättet ist. Das, ihr Mönche, ist das siebente Rüstzeug, mit dem die königliche Grenzfestung wohl ausgestattet ist zum Schutz ihrer Einwohner, zur Abwehr der Feinde.*

*Mit dieser siebenfachen Ausrüstung ist die königliche Grenzfestung ausgestattet.*

*Welches aber, ihr Mönche, sind die vier Mittel zum Unterhalt, die in der königlichen Grenzfestung nach Wunsch, ohne Mühe und leicht erhältlich sind? Da, ihr Mönche, ist in der königlichen Grenzfestung ein großer Vorrat an Stroh, Feuerholz und Wasser eingelagert zum Gebrauch der Einwohner, zu ihrer Beruhigung und zu ihrem Wohlbefinden und zur Abwehr der Gegner.*

*Ferner, ihr Mönche, ist in der königlichen Grenzfestung ein großer Vorrat an Reis und Gerste aufgestapelt, ein großer Vorrat an Sesam, Linsen, Bohnen und anderen Hülsenfrüchten und endlich ein großer Vorrat an kräftigenden, heilenden, wohlschmeckenden Nahrungsmitteln, wie Butterschmalz, frischer Butter, Öl, Honig, Sirup, Salz zum Gebrauch für die Einwohner, zu ihrer Beruhigung, zu ihrem Wohlbefinden und zur Abwehr der Feinde. Diese vier Lebensmittel, ihr Mönche, sind in der königlichen Grenzfestung nach Wunsch, ohne Mühe und leicht erhältlich.*

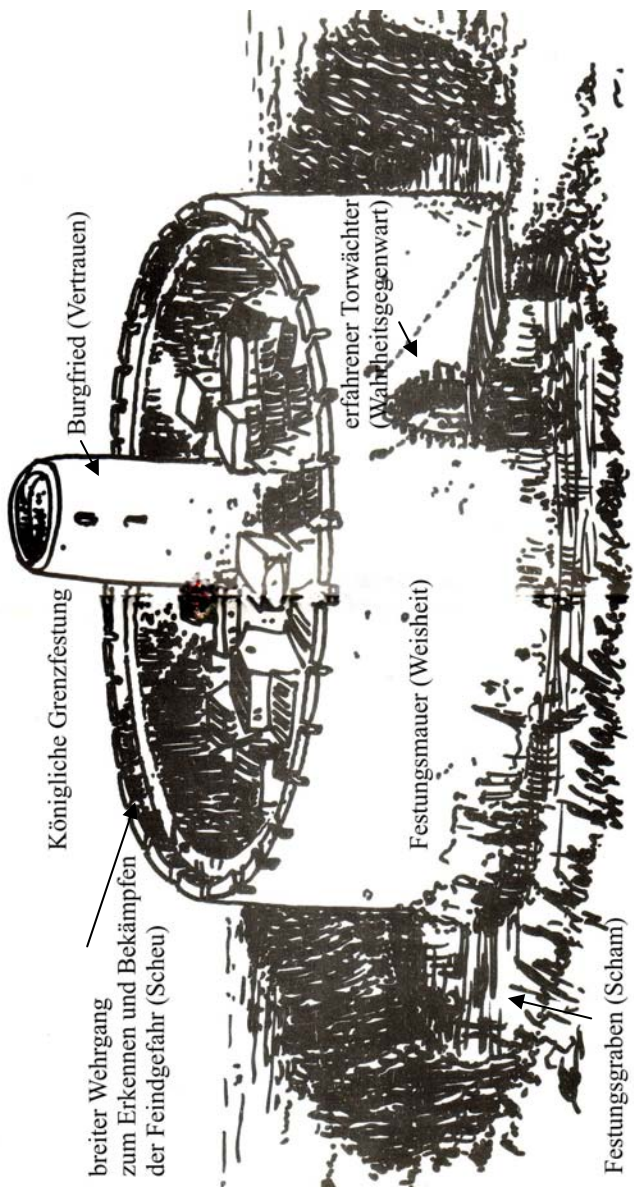
*Insofern, ihr Mönche, eine königliche Grenzfestung mit dieser siebenfachen Festungsausrüstung ausgestattet ist und in ihr die vier Mittel zum Unterhalt nach*

*Wunsch, ohne Mühe, leicht erhältlich sind, so gilt diese königliche Grenzfestung, ihr Mönche, als uneinnehmbar durch äußere Gegner und Feinde.*

Zuerst werden also sieben Dinge genannt, die der Abwehr oder dem Schutz vor dem Außen dienen, und dann werden vier Arten von Lebensmitteln genannt, durch die man unabhängig von außen ist. Wir wissen aus der Geschichte: Menschen in einer belagerten Stadt mussten, wenn sie keine Nahrung mehr hatten, einen Verzweiflungsausbruch machen oder sich dem Feind auf Gnade oder Ungnade ausliefern. Hier dagegen heißt es, sie haben von den notwendigsten Dingen bis zu den Delikatessen alles in Hülle und Fülle und leicht zugänglich. Da brauchen sie gar nicht mehr aus der Festung heraus, sind völlig unabhängig vom Außen, überstehen guten Muts jede Belagerung.

Und nun wird erklärt, wofür das Gleichnis von der Festung steht:

*Ebenso auch, ihr Mönche, wenn der erfahrene Heilsgänger mit sieben guten Eigenschaften ausgestattet ist sowie nach Wunsch, ohne Mühe und leicht der vier weltlosen Entrückungen teilhaftig wird, der herzerhebenden, zeitlich beglückenden, so gilt solch erfahrener Heilskundiger als unbesiegbar durch Māro, den Tod.*



Burgfried (Vertrauen)

Königliche Grenzfestung

breiter Wehgang  
zum Erkennen und Bekämpfen  
der Feindgefahr (Scheu)

erfahrener Torwächter  
(Weisheitsgegenwart)

Festungsmauer (Weisheit)

Festungsgraben (Scham)



## Die sieben guten Eigenschaften

### Erste Eigenschaft: Vertrauen

*Welches aber sind die sieben guten Eigenschaften, mit denen er ausgestattet ist?*

*Gleichwie etwa, ihr Mönche, die königliche Grenzfestung einen Turm besitzt mit tief in die Erde eingelassenem Fundament, unbeweglich, unerschütterlich, zum Schutz der Einwohner und zur Abwehr der Feinde, so, ihr Mönche, besitzt der erfahrene Heilskundige Vertrauen: „Er ist der Erhabene, Heilgewordene, vollkommen Erwachte, der im Wissen und Wandel Vollendete, der zum Heil der Wesen gekommene Kenner der Welt. Er ist der unübertreffliche Lenker derer, die erziehbar sind, ist Meister der Götter und Menschen, erwacht, erhaben.“ Der mit dem Turm des Vertrauens ausgestattete erfahrene Heilsgänger überwindet das Unheilsame und entfaltet das Heilsame. Er überwindet das Tadelhafte und entfaltet das Untadelige und bewahrt sein Herz in Reinheit. Mit dieser ersten guten Eigenschaft ist er ausgerüstet.*

Als erste gute Eigenschaft des erfahrenen Heilsgängers wird Vertrauen genannt. Warum? Weil der Erwachte und alle Heilslehrer von Dingen sprechen, die der nicht zu derselben Höhe Erwachsene nicht kennt. Die Heilen sagen, dass wir in einem Elend sind, das wir gar nicht beurteilen können, weil wir nichts Besseres kennen, und dass es um Entwicklungen geht bis zu solchen Graden, für die wir kein Bild, keine Vorstellung und keine Erfahrung haben. Da muss man mit einem gewissen Vertrauen beginnen. Große Heilslehrer vergleichen sich mit einem Sämann, die ihre Lehre wie Samen auf den Boden geben. Nur bei einem fruchtbaren Boden geht der Same auf und trägt Frucht; auf schlechten Boden säen die Großen die Samen

vergeblich. Und warum? Weil ihre Aussagen in der sinnlichen Erfahrung nicht erfahren werden. Schon dass „Geben seliger ist als Nehmen“ ist innerhalb der sinnlichen Wahrnehmung nicht leicht zu erfahren. In einem Verbund von Freunden, Nachbarn usw. kann man es auf längere Sicht leichter merken: „Dem hab ich geholfen in der Not, und sieh, jetzt hilft er mir auch gern.“ Aber ganz vertrauenslose Menschen denken doch: „Wenn ich gebe, bin ich der Dumme.“ Der grobe Mensch kann kein Vertrauen zu Aussagen über Geben, Tugend, Fortexistenz usw. entwickeln. Dazu gehört bereits ein ähnlicher Triebhaushalt. Aber dieses Vertrauen ist nicht ein blindes Vertrauen, nicht blinder Glaube.

Der Buddha hatte als Kind den ersten Grad weltloser Entrückung ungewollt, unbeabsichtigt und unverhofft erlebt. Er war durch seine innere Reife, durch seine Vorbereitung in früheren Leben da hineingeraten. Der Knabe war noch eine Zeitlang davon angetan, aber er lebte am Hof und hatte das Wohl der Entrückung bald durch die vielen Alltagserlebnisse überdeckt. Je mehr Wochen, Monate, Jahre darüber hingingen, um so weniger erinnerte er sich des Erlebnisses, und später war es völlig vergessen. Mit knapp dreißig Jahren verließ er das Haus, wollte die endgültig heile Situation gewinnen, aber auch jetzt erinnerte er sich nicht mehr an das Jugenderlebnis. Er ist erst den Weg gegangen, der sich ihm durch das Vorbild seiner Zeitgenossen anbot: Er ist bei Asketenlehrern in die Schule gegangen und hat dann in der Meinung, dadurch die Triebe besiegen zu können, das Abtöten des Leibes bis an die Grenze des Todes betrieben. Dabei merkte er: So kann ich die Triebe nicht zur Ruhe bringen. Aber er sagte sich: „Es muss einen Weg zur Erwachung geben.“ Aber selbst jetzt erinnerte er sich immer noch nicht wieder an die in der Kindheit erfahrene weltlose Entrückung. Und doch war er voll Zuversicht. Diese aus unbekanntem Tiefen aufsteigende Überzeugung und intuitive Sicherheit ist es, die wir im eigentlichen Sinn Vertrauen oder Glauben nennen und oft als Ahnung bezeichnen. Wirkliches Ahnen bedeutet ja, dass mehr oder weniger dicht

unter der Oberfläche des klaren Bewusstseins sich etwas befindet, aber es kommt für unsere Sprache noch nicht zu Wort. In einem uns derzeit noch unzugänglichen Bereich flüstert es, raunt es. So sagt Meister Ekkehart:

*An die Dinge glauben wir, die unseren Sinnen unbekannt sind. Davon hat der Mensch eine Gewissheit in der Kraft der Wahrheit. (Traktat I)*

Ähnlich wird das Vertrauen schon im Neuen Testament definiert:

*Es ist aber der Glaube eine gewisse Zuversicht des, dass man hoffet und ein Nichtzweifeln an dem, was man nicht sieht. (Hebr. 11,1)*

Gemeint ist nicht nur ein einfaches Hoffen, ein Wunschtraum sozusagen, sondern eine „gewisse Zuversicht“, ein Wissen unter der Oberfläche des vordergründigen sinnlichen Bewusstseins. Aber dieses untergründige Wissen ist noch nicht koordiniert mit dem Tageswissen. Irgendwann kann es durchbrechen. Dieses Vertrauen hat den Buddha bewegt, auch nach dem Scheitern seines Mühens, durch Abtöten des Leibes der Triebe Herr zu werden, weiter zu suchen, bis ihm bald darauf die Erinnerung kam an sein Erlebnis weltloser Entrückung in der Jugend.

Vertrauen wird hier als die erste Eigenschaft genannt. Wer dieses ahnende Wissen, diese innere Ermutigung: „Das ist es, dabei muss ich bleiben“, nicht hat, der gibt den Kampf auf. Letztlich bestehen alle religiösen Kreise durch dieses Vertrauen, das gespürt wird als eine Art Verwandtschaft, als das Empfinden „hier gehöre ich hin, hier ist es, was ich suche.“ Manche von uns denken: „Von den vielen Millionen Europäern sollte gerade ich an die richtige Lehre gekommen sein?“ Bei einem solchen statistischen Vergleich meldet sich der Zweifel. Wenn man aber dann wieder hört oder liest, wie der Erwachte

die Existenz beschreibt und sich immer wieder in der Lehre des Erwachten als richtig beschrieben erkennt, dann ist wieder Vertrauen da und nimmt zu. Mit dem Wiederfinden unseres inneren Seins in der Lehre des Erwachten haben wir auch schon den Blick nach innen, *yoniso manasikāra*, gewonnen. Sonst können wir nach der Beschreibung des Erwachten nicht merken: „So sind wirklich die inneren Vorgänge bei mir.“ Wer auf seinem Begehren nach den begehrten Dingen dahinreitet, der merkt nicht sein Begehren; der läuft den einen Dingen nach und wird von den anderen abgestoßen. Er gerät in Zank und Streit, Depression und Übermut. Wer aber sein Begehren merkt, statt darauf zum Begehrten zu reiten, wer sich beobachtet, der merkt: „Diese Lehre sagt, wie es wirklich ist. Hier komme ich zu mir. Hier erfüllt sich meine höchste Sehnsucht.“

Der Turm, der hier als Gleichnis für Vertrauen genannt wird, ist eine Art Burgfried im Sinn von unerschütterlichem Schutz, in dem die Einwohner Zuflucht nehmen wie in einem Bunker. Wenn der Turm des Vertrauens nicht wäre, dann brauchten die Feinde nur in die Festung einzudringen, um die Menschen in der Festung umzubringen. Wenn der Mensch aber den Turm des Vertrauens in seiner Festung aufgerichtet hat, dann ist er noch lange nicht verloren, selbst wenn auch die Feinde einmal Graben und Mauer überwinden und in die Festung eindringen, wenn sie das Herz erschüttern, wenn der Mensch begehrliehen und gehässigen Anwandlungen folgt: der Turm bietet ihm auch dann noch Zuflucht. Er mag Verluste haben an dem Gut, das er bei der Flucht in den Turm zurückließ, aber das Leben und alles, was er in den Turm mitnahm, bewahrt er sich. So wird er doch immer wieder zurückfinden zu seiner richtigen Grundeinsicht. Das ist die letzte endgültige Sicherheit. Ist erst einmal ein solches Vertrauen gewachsen, so kann es den Menschen gar nicht mehr verlassen. An der Lehre hält er endgültig fest, darin ist er unerschütterlich. Selbst wenn er unter dem Angriff der Feinde, der sinnlichen Eindrücke, in seinem Herzen, in seinem Begehren und Hassen gereizt worden ist, die Feinde also schon in die Fes-

tung eingedrungen sind, so sind sie doch nicht in seinen Geist eingedrungen, in seinen Burgfried, in dem die Lehre vom Vertrauen her tief verankert ist. Spätestens am anderen Tag findet er wieder zurück, schämt sich, dass er so gelebt hat, und jagt die Feinde wieder aus dem Festungsbereich heraus.

Trotz des Vertrauens versagt der Mensch oft, weil er die Lehre nicht immer so gegenwärtig hat, dass die Feinde überhaupt nicht in die Festung eindringen können. Aber durch sein Vertrauen findet er zurück zu dem Bemühen, die eingedrungenen Feinde (die Sinneseindrücke mit ihrem Gefolge) erfolgreich zurückzuschlagen. Wer jedoch das Vertrauen nicht hat, der wird bei einem solchen Einbruch in der Festung vom Feind umgebracht: er ist für die Lehre verloren. Aber wer dieses Vertrauen, diesen Burgfried hat, der ist gesichert, der kann vom Feind nicht umgebracht werden.

#### Zweite Eigenschaft: Scham

*Gleichwie, ihr Mönche, die königliche Grenzfestung einen tiefen breiten Festungsgraben besitzt zum Schutz ihrer Einwohner und zur Abwehr der Feinde, so besitzt der erfahrene Heilsgänger Scham (hiri). Er schämt sich des üblen Wandels in Taten, in Worten und Gedanken, schämt sich, sich schlechte, unheilsame Eigenschaften anzugewöhnen. Der mit Scham ausgestattete erfahrene Heilsgänger überwindet das Unheilsame und entfaltet das Heilsame. Er überwindet das Tadelhafte und entfaltet das Untadelige und bewahrt sein Herz in Reinheit. Mit dieser zweiten guten Eigenschaft ist er ausgestattet.*

Der Mensch, der Scham (*hiri*) besitzt, sagt sich spätestens im Rückblick auf Taten, Worte oder Gedanken, deren er sich schämt: „Das werde ich nicht mehr tun. Ich weiß doch, dass das falsch ist. Damit mehre ich schlechte Eigenschaften in mir

statt guter, und ich will doch besser, will heller, nicht dunkler werden.“ Dadurch schämt er sich später auch schon vor der Tat, wenn in ihm die Neigung aufkommen will, etwas Niedriges zu tun. So wächst die Scham mit zunehmendem Eindringen in die Lehre und wird an immer feinere Eigenschaften und Entwicklungsgrade gebunden. Der Anfangende schämt sich zuerst nur und hat ein schlechtes Gewissen, wenn er anderen irgendwie Nachteile verursacht hat. Weil er sich vor dem Bösen schämt, deshalb unterlässt er üble Taten, Worte und Gedanken. Er empfindet das Üble wie einen tiefen breiten Festungsgraben, wie einen Abgrund: „Das sei unter mir, niedrig, so etwas soll es bei mir nicht mehr geben.“ Für denjenigen dagegen, der die höchste Vertiefung, die Grenzscheide möglicher Wahrnehmung, erreicht hat, ist „niedrig“ die darunterliegende Vertiefung, die Nichtetwasheit, über die er fast schon hinausgestiegen ist. Was einer als „unter sich“ und „niedrig“ empfindet, hängt ab von seinem Standort. So geleitet die Scham den Strebenden bis zur Pforte der vollen Erwachung.

### Dritte Eigenschaft: Scheu

*Gleichwie, ihr Mönche, die königliche Grenzfestung einen hohen breiten Wehrgang zum Beobachten besitzt zum Schutz der Einwohner und zur Abwehr der Feinde, so, ihr Mönche, besitzt der erfahrene Heilsgänger Scheu. Er scheut sich vor unheilbarem Wandel in Taten, Worten und Gedanken, scheut sich vor der Ausübung schlechter, unheilbarer Dinge. Der mit dem Wehrgang der Scheu ausgestattete erfahrene Heilsgänger tut ab das Unheilbare und entfaltet das Heilsame. Er legt ab das Tadelhafte und entfaltet das Untadelige und bewahrt sein Herz in Reinheit. Mit dieser dritten guten Eigenschaft ist er ausgestattet.*

Die oben besprochene Eigenschaft bedeutet „Scham“ vor sich selber, während Scheu (*ottappa*) bedeutet: Man denkt an die Folgen, die das Üble hat, man sieht die Gefahren und Nachteile und scheut davor zurück. In M 54 nennt der Erwachte folgende Gedanken eines Anhängers der Lehre:

*Wenn ich zum Mörder (Dieb, Lüstling, Verleumder usw.) würde, dann müsste ich mich selber tadeln, Verständige würden mich tadeln und nach dem Tode stünde mir eine üble Laufbahn bevor.*

Der erste Gedanke betrifft die Scham sich selbst gegenüber, gegenüber seinem besseren Gewissen. Die beiden letzteren Gedanken zeigen die Scheu davor, in dieser Welt wie auch in jener Welt Nachteile zu haben. Dadurch wirkt die Scheu besonders auch schon vor der Tat, hilft den Feind schon von weitem zu erkennen und zu bekämpfen.

Der Wehrgang als Gleichnis für die Scheu ist ein hochgebauter Weg oben auf der Festungsmauer, so dass man weit in die Lande sehen kann, und die Gefahren erkennen und schon beim Herankommen von weitem bekämpfen kann.

Zu dem, was der Erwachte vom Jenseits und von den Entwicklungen zu überweltlichen Erlebnissen und Erfahrungen sagt, kann der Mensch anfänglich nur Vertrauen haben. Aber je mehr er sich selber beobachtet, seine Triebe, sein Begehren und Hassen erkennt, um so deutlicher merkt er die vom Erwachten genannte Gesetzmäßigkeit des Beharrens der Triebe und ihre Beeinflussbarkeit durch bewertendes Denken. Dadurch werden ihm das Jenseits und höhere Entwicklungen überhaupt erst verständlich, so dass er keine Zweifel mehr an der Richtigkeit der Aussagen des Erwachten hat. Darum setzt sich der Übende allmählich Nahziele, mittlere Ziele, fernere Ziele und das Endziel. Gegenüber dem, was unterhalb des eigenen Status liegt, hat man schon Scham, und allmählich entwickelt man sich dazu zu sehen, wie erbärmlich der eigene Status und die gegenwärtige Lebensweise ist, in der man blind

den alten Gewohnheiten folgt und seinen neu gesteckten Zielen nicht gerecht wird. So wird durch das Wirken der Scheu auch der Graben der Scham immer tiefer und breiter. Man schämt sich vor sich selbst. Das ist nicht deprimierend und lähmend, sondern fördert. Man hat dem Minderen ja etwas Besseres entgegensetzen, man sieht bessere, verlockende Ziele, würdigere und lohnendere.

Scham ist insofern das edlere Mittel, als sie einen höheren allgemeinen inneren Status anzeigt, als es dem momentanen Verhalten entspricht, aber wenn sie nicht ausreichend zur Verfügung steht, das heißt wenn die als negativ bewertete Tat noch dem eigenen Durchschnittsstatus entspricht, dann soll man daran denken, welche üblen Folgen man erleiden muss, wenn man den üblen Weg geht, wenn man im Üblen sich vernebelt. Die Scheu vor den Folgen hilft zusätzlich. Der Erwachte sagt zu einem Rossebändiger: So wie man ein Pferd zum Teil mit Milde, zum Teil mit Strenge erziehe, so erziehe auch er die Menschen mit Milde und mit Strenge. Da fragt ihn der Rossebändiger: Und wie erzieht der Erwachte mit Milde und wie erzieht er mit Strenge? Der Erwachte sagt: Mit Milde erziehe ich, indem ich den Menschen zeige, welche guten Folgen die guten Taten nach sich ziehen, und mit Strenge erziehe ich die Menschen, indem ich ihnen zeige, welche schmerzlichen Folgen die üblen, unheilsamen Taten nach sich ziehen. Wer so durch die Belehrung des Erwachten vom Wohl angezogen und vom Leiden abgestoßen ist, der erfährt, was für unbeirrbar edle, vornehme Haltungen es gegenüber der Wahrnehmung gegenüber gibt, und wenn er sich damit vergleicht, dann empfindet er Scham und Scheu.

Vierte Eigenschaft: Erfahrungswissen

*Gleichwie in der königlichen Grenzfestung viele Waffen, Geschosse und Waffen für den Nahkampf aufgestapelt sind zum Schutz der Einwohner und zur Abwehr der Feinde, so, ihr Mönche, ist der erfahrene*



*Heilsgänger wissensreich, ein Träger des Wissens, hat sich ein großes Wissen über die Lehre angeschafft. Und jene Wahrheiten, die für den Anfang hilfreich sind, für den mittleren Teil und für das Ende hilfreich sind, hat er heilsgetreu mit allen Konsequenzen ganz und gar verstanden und das vollkommene geläuterte Reinheitsleben, das darin gelehrt wird, begrüßt er. Viele Wahrheiten kennt er, hat er sich eingeprägt, in Worten gemerkt, im Geist erwogen, mit seinem Anblick durchdrungen. Der mit der Waffe dieses Wissens ausgestattete erfahrene Heilsgänger überwindet das Unheilsame und entfaltet das Heilsame. Er überwindet das Tadelhafte und entfaltet das Untadelige, und er bewahrt sein Herz in Reinheit. Mit dieser vierten guten Eigenschaft ist er ausgestattet.*

Wer schon länger die Lehre hört und nach der Lehre vorzugehen sich bemüht, der hat erfahren, dass er in immer mehr Situationen schnell weiß, wieso diese Haltung jetzt schlimm wäre und jene Haltung gut wäre. Durch sein anfängliches Schwanken in den verschiedenen Situationen, in denen er nicht wusste, welches Verhalten richtig wäre, hat er sich gedrängt gefühlt, immer mehr Aussagen des Erwachten zu lesen und zu hören, zu bedenken und mit anderen darüber zu sprechen, und so hat er sich immer mehr Wissen eingesammelt. Im Lauf der Zeit assoziiert sich dieses Wissen mit den verschiedenen jeweils gegenwärtigen Situationen, meldet sich zur rechten Zeit. Man wird behänder, geschickter, gewandter im guten Verhalten, indem man in den jeweiligen Begegnungen immer besser weiß, was daran falsch, was daran gut ist, die Gefährdungen erkennt und rechtzeitig sich innerlich mit dem rechten Anblick wappnet. Damit hat man Waffen für den Kampf erworben. Mit Wissen, das heißt mit den häufig gelesenen und gehörten, im Wortlaut eingeprägten und vertrauten Lehrreden bekämpft der Übende die verschiedenen Angehungen, wendet sie auf die

praktische Situation an. Manche Feinde bekämpft er mit Geschossen auf Entfernung, manche, die ihm schon näher auf den Leib gerückt sind, bekämpft er mit Nahkampfwaffen. Im Fernkampf befindet sich der Übende in den sogenannten „neutralen Zeiten“, wenn er zum Beispiel überlegt: „Ich hab heute das und das vor, wie erledige ich es, ohne dass es für mich zu einer Gefahr wird?“ oder wenn er dem Spruch folgt: „Des Morgens nimm dir vor, des Abends nimm dich vor.“ Dann rüstet er sich innerlich mit guten Gedanken, bereitet sich vor, damit er nicht in seinen besten Bestrebungen unterliegt. Und im Nahkampf befindet er sich, wenn er bei einer unvorhergesehenen oder nicht schon von weitem bewältigten akuten Angelegenheit sein bestes ihm gerade zur Verfügung stehendes Wissen sammelt, damit sie für ihn nicht unheilvoll werde.

So wie in der Festung viele Waffen aufgestapelt sind, so besitzt der erfahrene Heilskundige Erfahrung in geistigen Dingen, verbindet die Lehre mit dem Leben und hat dabei ihren Wirklichkeitsgehalt kennengelernt. Dadurch ist er für alle Situationen, für Versuchungen und Krisen im Gedächtnis „gewappnet“ - und zwar mit besonderen Waffen für den „Fernkampf“ (neutrale Zeiten) und besonderen Waffen für den „Nahkampf“ (akute Fälle). So kann er mit Heilsamem auf die Herausforderungen antworten.

#### Fünfte Eigenschaft: Tatkraft

*Gleichwie, ihr Mönche, in der königlichen Grenzfestung sich viele Streitkräfte befinden, als wie Elefantenreiter, Kavallerie, Wagenlenker, Bogenschützen, Fahnenträger, Offiziere, Proviantversorger sowie stolze Königssöhne, verwegene hochgewaltige Helden und auch Schildträger, Söldnerknechte zum Schutz der Einwohner und zur Abwehr der Feinde, so, ihr Mönche, besitzt der erfahrene Heilsgänger Tatkraft und Beharrlichkeit, die unheilvollen Dinge zu überwinden*

*und die heilsamen Dinge zu entfalten. Er ist standhaft, von gestählter Kraft, nicht nachlässig im Guten. Der mit der Streitkraft der Tatkraft und Beharrlichkeit ausgestattete erfahrene Heilsgänger überwindet das Unheilsame und entfaltet das Heilsame, überwindet das Tadelhafte, entfaltet das Untadelige und bewahrt sein Herz in Reinheit. Mit dieser fünften Eigenschaft ist er ausgestattet.*

Der Kern der ausdauernden Tatkraft sind die vier großen Kämpfe, die der Erwachte nennt, und diese kann man in etwa mit den vier im alten Indien üblichen Heeresteilen vergleichen. So wie es bei dem ersten der vier Kämpfe darum geht, gefährliche Gedanken und Vorstellungen vom Herzen fernzuhalten - unaufgestiegenes Übles nicht aufsteigen lassen - der Erwachte empfiehlt hierfür die Zügelung der Sinnesdränge, um sich nicht allen sinnlich reizenden Eindrücken auszusetzen - so hatten bei den indischen Völkern die Elefanten die Aufgabe, die feindlichen Heere zu entmutigen, in die Flucht zu schlagen, so dass sie die Festung gar nicht erst erreichen konnten. Dabei waren die menschlichen Reiter auf dem hohen breiten Rücken der Elefanten geschützt und den feindlichen Angriffen wenig ausgesetzt. Das Üble, der Feind, kam gar nicht an sie heran.

Als zweiten Kampf empfiehlt der Erwachte, dass man die bereits aufgestiegenen üblen unheilsamen Dinge, die man als solche erkennt, nun bekämpft bis zu ihrer Ausrottung. Es geht dabei nicht um Verdrängung, sondern um sofortige weisheitliche Betrachtung des Üblen und Schädlichen solcher Gedanken und Angehungen, sobald sie auftauchen, bis sie durch solche Betrachtungen aufgelöst sind. Damit kann man unter dem viermächtigen Heerbann die schnellen Reiterscharen vergleichen, die unmittelbar gegen den Feind ansprengen, wo und wann er sich auch zeigt, und im Kampf von Mann zu Mann um den Sieg ringen.

So betreffen die beiden ersten großen Kämpfe, die der Erwachte nennt, die Vermeidung von üblen Gedanken und Vorstellungen und das Bekämpfen und Ausrodern von bereits aufgestiegenen üblen Gedanken und Vorstellungen. Dagegen betreffen die beiden weiteren Kämpfe die guten Gedanken und Vorstellungen. Der dritte Kampf dient dem Zweck, gute Gedanken und Vorstellungen zum Aufsteigen zu bringen und zu mehren, und der vierte Kampf hat die Aufgabe, die vorhandenen guten Gedanken und Vorstellungen zu befestigen, auszubreiten und endgültig festzuhalten. Damit wären die beiden letzten Heeresteile zu vergleichen. Von den beiden ersten Heeresteilen sind die Feinde vertrieben und niedergehalten worden. Nun können die eigenen Wagentruppen das bisher von den Belagerern besetzte Gebiet zurückerobern, sich im Land verteilen, sich ausbreiten. Und als letztes kommt die Masse der eigenen Soldaten, die Infanterie mit Bogenschützen, Fahnenträgern und Söldnern, den Stäben und der Militärverwaltung, die für den Proviant sorgt; nun bevölkern die eigenen Truppen das zurückeroberte Land, so dass es kein unsicheres Gelände mehr ist, sondern eigenes Herrschaftsgebiet. Das Gute des Herzens breitet sich endgültig aus. Vor der Übermacht des Guten müssen auch die letzten Partisanen, das letzte Üble kapitulieren.

Bei dem Gros der Truppen werden noch vielerlei Krieger aufgezählt: *Bogenschützen, Fahnenträger, Offiziere, Proviantversorger sowie stolze Königssöhne, verwegene hochgewaltige Helden und auch Schildträger und Söldnerknechte.*

Die Bogenschützen sollen den Feind flink und treffsicher schon von weitem treffen - so auch der Geist alle verstörenden Dinge.

Die Fahnenträger haben, wie schon in alten Geschichten berichtet wird, die Aufgabe, den eigenen Truppen im Getümmel die Orientierung zu ermöglichen, ihnen das Ziel zu zeigen, wohin sie sich immer durchzuschlagen haben und wohin der Vormarsch geht. Zugleich haben sie ihnen Mut zu machen, sie

zum Kampf anzuspornen: „Unsere Fahne weht noch, die Feindesfahne ist schon umgesunken.“ So machen dem Übenden bestimmte Leitbilder und Vorbilder Mut, spornen ihn an.

Und so wie die Offiziere aus ihrem Überblick über die ganze Lage die einzelnen Heerestruppen im Kampf gegen die Feinde einsetzen, so müssen auch wir je nach unserer inneren und äußeren Situation bald diesen, bald jenen der vier Kämpfe anwenden, um das Üble in uns zu besiegen.

So wie die Proviantversorger die Truppen mit körperlicher Nahrung versorgen, damit sie weder schwach werden noch ungeordnet plündern, so muss der Kämpfende mit geistiger Nahrung versorgt werden: er muss sich immer wieder mit den Aussagen der Großen ernähren, um sich nicht im Kleinkrieg zu verzetteln, um immer wieder eine höhere Warte einnehmen zu können, um Überblick und Ziel nicht aus den Augen zu verlieren.

Die stolzen Königssöhne und verwegenen Helden können wir vergleichen mit unseren höchsten inneren Kräften, aus denen uns gelegentlich größere Siege gelingen, die uns erheben und stärken und uns Mut und Standhaftigkeit verleihen.

Schildträger und Söldnerknechte sind bezahlte Soldaten, die nicht aus dem eigenen Wunsch, das Land zu verteidigen, beim Heer sind, sondern dabei an ihren eigenen Verdienst denken. So sind auch beim Vorwärtstreben die Motive unseres Handelns manchmal auf vordergründigen Gewinn gerichtet: Ich gebe jetzt etwas Gutes, dann hab ich später in diesem Leben oder im nächsten auch etwas Gutes. So sind die Schildträger und Söldner mit der Art von richtiger Anschauung zu vergleichen, die „(von Trieben) beeinflusst, aber hilfreich und zuträglich ist.“ (M 117)

Alle Waffen, die es nur gibt, hochsinnigste, kräftigste, weitreichendste und kleinere, mehr vordergründige Argumente, helfen im Kampf und sind an der rechten Stelle tatkräftig einzusetzen, um das Ziel zu erreichen.

## Sechste Eigenschaft: Wahrheitsgegenwart

*Gleichwie, ihr Mönche, in der königlichen Grenzfestung ein verständiger, erfahrener, kluger Mann als Torwächter sich befindet, der alle Unbekannten zurückweist und die Bekannten einlässt zum Schutz der Einwohner und zur Abwehr der Feinde, so, ihr Mönche, besitzt der erfahrene Heilsgänger höchste Besonnenheit, Selbstbeobachtung, er ist eingedenk (sati) der Lehre, der Wahrheit. Selbst was vor langer Zeit getan und gesprochen wurde, dessen entsinnt er sich, dessen erinnert er sich genau. Der die Wahrheitsgegenwart als Wächter besitzende erfahrene Heilsgänger, ihr Mönche, überwindet das Unheilsame und entfaltet das Heilsame, überwindet das Tadelhafte und entfaltet das Untadelige, und er bewahrt sein Herz in Reinheit. Mit dieser sechsten guten Eigenschaft ist er ausgestattet.*

Weil der Übende hauptsächlich die Daseinszusammenhänge bedenkt und deshalb die meisten Dinge nicht mehr mit starker Gefühlsbesetzung in den Geist hineinflanzen, nicht faszinieren und fesseln, darum ist viel weniger Unordnung im Geist. Es ist alles schon weit mehr ausgerichtet auf das eine hin, was man will. Da ist kein Gestrüpp mehr von einander widersprechenden Wegen und Gedankengängen, alles ist geordnet und gleichgerichtet. Das Gegengerichtete wird dünner, fasziniert nicht mehr, fesselt nicht mehr. Aber das bedeutet gerade nicht, dass der so sich Läuternde weniger weiß als einst oder gar, dass er das noch vorhandene Schlechte bei sich verdrängt hätte und nicht mehr sähe. Im Gegenteil: Sein Blick wird immer klarer. Im Lauf der Jahre wird die Erinnerung auch an kleine Dinge immer deutlicher, nimmt nicht ab. Und der Geheilte, der nichts mehr mit Gefühlsbesetzung erlebt, in dessen Geist nichts mehr mit Gefühlsbesetzung hineinknallt, der weiß und

erinnert am meisten. Bei uns ist es so, dass das unseren Trieben entsprechende und widersprechende Flammen im Geist bei stärker reizenden oder abstoßenden Erscheinungen die zur gleichen Zeit aufkommenden anderen Sinneseindrücke, die mit etwas geringerem Gefühl besetzt sind, nicht bewusst werden lassen. Normalerweise wissen wir nur den obersten Kamm unserer Erlebnisse, die höchsten Wellenschläge. Die anderen können wir uns mit Mühe auch mehr oder minder deutlich heraufholen, aber wir verfügen nicht darüber. Das nennen wir Vergessen. Obwohl es erlebt wurde, steht es nicht selbstverständlich zur Verfügung. Aber wer allmählich einen Maßstab bekommt für das wahrhaft Lohnende und nicht Lohnende und diesen Maßstab immer deutlicher bei sich hat, bei dem ordnet sich alles Wissen nach diesem Maßstab. Der Erwachte vergleicht den Geist des normalen Menschen mit einem Kehrichthaufen. Zusammengekehrt sind die eingetragenen Formen, Töne, Düfte, Säfte, Tastungen und daraus vom Geist erfahrenen „Dinge“, und das, was am leuchtkräftigsten ist, tritt auch am meisten in den Vordergrund. Beim Geheilten gibt es keinen ungeordneten Kehrichthaufen - alles was im Geist eingetragene ist, steht genau nach der Wirklichkeit geordnet und bewertet zur Verfügung. Vor allen Dingen wühlt keine Erscheinung mehr im Geist eine Kehrlichtwolke auf, durch welche unwillkürlich das eine oder andere in den Sinn käme. Um so sicherer steht das Gespeicherte zur Verfügung, wenn er es wünscht. Das ist eine Ordnung, die von selber eintritt, wenn man gültige Maßstäbe hat. Es werden ja heute mancherlei Methoden angepriesen, wie man zu einem besseren Gedächtnis käme. Das sicherste Mittel ist dieses: gültige Maßstäbe zur Bewertung der Eindrücke haben. Bei den Entwicklungen aller Kulturen können wir es beobachten: In dem Maß, wie gültige Maßstäbe verloren gehen, nimmt die Vielfalt des Wissens und damit die Unordnung zu. Der Einsatz der gültigen Maßstäbe, des Wissens, ihr Gegenwärtighaben, die Anwesenheit der Erinnerung an sie, das ist Wahrheitsgegenwart.

Am Anfang stellt man den Torwächter dann und wann ins Tor bei Sinneseindrücken. Allmählich ist er häufiger im Tor. Bis er immer im Tor steht, das dauert lange. Seine Funktion ist, Freund von Feind zu unterscheiden, Acht zu geben und dafür zu sorgen, dass bei allem, was hereinkommt und was man tun will, nur Gutes hinausgeht und nur Gutes hereinkommt. Aber das tut er nur, wenn er im Tor steht und die Dinge sieht. Was Freunde und Feinde sind, sagt die Weisheit. Aber dass er sie nun anwendet bei den hereinkommenden Dingen, das ist das Eingedenksein, der Einsatz der Weisheit bei den Sinneseindrücken.

### Siebente Eigenschaft: Weisheit

*Gleichwie die königliche Grenzfestung von einer wohlverputzten und geglätteten hohen breiten Festungsmauer umgeben ist zum Schutz der Einwohner und zur Abwehr der Feinde, so, ihr Mönche, ist der erfahrene Heilskundige weise, besitzt Weisheit hinsichtlich des Entstehens und Vergehens, die heilende, durchdringende, die zur völligen Leidensvernichtung führt. Der mit Weisheit begabte erfahrene Heilsgänger überwindet das Unheilsame und entfaltet das Heilsame. Er überwindet das Tadelhafte und entfaltet das Untadelige und bewahrt sein Herz in Reinheit. Mit dieser siebenten guten Eigenschaft ist er ausgestattet.*

Die Weisheit, die hier genannt ist, ist nicht die vollendete Weisheit, die erst nach der Einigung genannt wird und aus der die Triebversiegung hervorgeht. Das sehen wir einmal daran, dass in diesem Festungsgleichnis - wie wir noch sehen werden - erst zuletzt die weltlosen Entrückungen genannt sind. Vor allem aber heißt es ja ausdrücklich, dass die Weisheit, von der hier die Rede ist, dem Heilsgänger überhaupt erst hilft, das Unheilsame aufzuheben und das Heilsame zu entfalten. Es



handelt sich also um die Weisheit dessen, der die Lehre im Geist schon begriffen und verankert hat und nun um die Befreiung von den Trieben kämpft. Er braucht noch Schutz, er ist noch nicht wie der Geheilte untreffbar geworden, darum das Gleichnis von der Festungsmauer: Er wird von den Dingen noch fasziniert, sie berennen noch seine Festung, und er muss kämpfen, aber wie die Mauer den Feinden das Eindringen in die Festung schwer macht, so sagt ihm seine Weisheit immer wieder, wenn die Erlebnisse anstürmen: das sind Formen, das sind Gefühle, die bedingt entstehen und vergehen, das sind die Elemente des Samsāra. In diesem Anblick kann ihn keine konkrete Situation mehr für längere Zeit bewegen, auch wenn sie noch so packend ist. An der hohen geglätteten Ringmauer seiner Weisheit rutschen alle Feinde, alle Angehungen ab. Die hohe unersteigbare Festungsmauer ist eine lückenlose Umfriedung, in die niemand heimlich hereinkommen kann; der einzige Eingang ist das von der sati bewachte Tor. So wird in D 28 im Festungsgleichnis gesagt, dass die umgebende Mauer nicht die kleinste Ritze, nicht einmal für eine Katze, habe. Seiner Einsicht folgend, weiß der Weise lückenlos: Was auch geschieht, es sind Vorgänge innerhalb der fünf Zusammenhängungen, die aus früherem Wahn zusammengehäuft sind, die sind nicht das Heile. Das ist gemeint mit der Weisheit, die das Entstehen und Vergehen aller Erscheinungen sieht und vor allen Dingen immer an das Entstehen und Vergehen aller Erscheinungen denkt, zum Beispiel auch an den unvermeidlichen Tod der liebsten Menschen. Der Mensch, der Weisheit erworben hat, denkt daran, dass er ja gar nicht weiß, woher der ihm liebe Mensch kam und wohin er gehen wird, dass es nur eine vorübergehende Begegnung ist, und darum baut er nicht mehr auf Menschen und Dinge. Wer darauf nicht mehr baut, der kann sich leichter trennen, wenn es um Trennung geht. Zu dieser Weisheit gehört aber nicht nur, dass man erst dann an die Vergänglichkeit denkt, wenn sie aufdringlich offenbar wird, sondern dass man immer wieder still für sich die Wandelbarkeit der fünf Erscheinungen betrachtet und dadurch zu

immer tieferer Stille und zu immer größerer Abgeschiedenheit hinwächst. Dadurch entfernt man sich immer mehr von den Dingen der Welt. Und so wird man erst reif für die vier weltlosen Entrückungen, die danach genannt werden.

### Die sieben guten Eigenschaften im Zusammenhang

Betrachten wir zunächst noch einmal die Reihenfolge der genannten sieben Eigenschaften.

Durch die Lehre des Erwachten werden dem Menschen die Maßstäbe gegeben für das, was richtig und was falsch ist. Vertrauen bedeutet, dass man zu diesen gehörten und begriffenen Maßstäben ein persönliches inneres Verhältnis bekommt, dass man sie auf sich bezieht, auf seine eigenen Interessen, indem man merkt: „So ist es wirklich im Leben, ich erfahre es bei mir selber.“ Man vertraut der rechten Anschauung, fühlt sich zu ihr hingezogen, fühlt sich zuversichtlich. Was von ihr gut und was schlecht genannt wird, das macht man deshalb für sich zum Wegweiser, zum Leitbild, nimmt es verbindlich. Hat man es für sich zum Wegweiser gemacht und ist durch Erwerbung der rechten Anschauung und Vertiefung des Vertrauens der innere Haushalt mehr und mehr umgewandelt, dann werden die Maßstäbe als Gewichte fühlbar. Dann kommt Scham und Scheu auf bei einem Tun, das der erworbenen Anschauung zuwider ist, nach der erworbenen Anschauung als zum Leiden führend erkannt wird.

Auf diesem Weg des schon längeren Umgangs mit der Lehre, der praktische Anwendung der Lehre voraussetzt, ist man ein Erfahrener geworden. Ein solcher hat viel mehr Kenntnis der Lehre gewonnen, sein geistiger Haushalt, seine Denkwege sind schon durchsetzt mit dem richtigen Maßstab. Er weiß jetzt bei den verschiedenen Gefahren deutlich: das ist aus dem und dem Grunde schädlich, das mache ich unschädlich. Die weiteren Kampfeskräfte gehen nur aus zunehmender rechter Anschauung und ihrer praktischen Anwendung hervor. Wer seine Anschauung nicht befestigt, nicht praktisch ein-

pflanzt und anwendet in den Lebenssituationen, der hat keine Waffen zur Verfügung im Kampf gegen seine Triebe. Wer aber Vertrauen zur Lehre gewonnen hat, der liebt sie immer mehr, der merkt, dass sie sein Wegweiser durch das ganze Dasein ist, und er folgt ihr von selber immer mehr nach. Wann er nur kann, beschäftigt er sich mit ihr und sammelt weiteres Wissen, theoretisch von den Lehrreden und praktisch im Leben - im Wissen und im Wandel.

Diese Waffen dienen dann dem viermächtigen Heerbann, für die vier Kämpfe, für den Kampf der Zurückhaltung vor dem Unheilsamen wie für das Niederwalzen des aufgestiegenen Unheilsamen, für das Erobern des Heilsamen wie für das Befestigen und Entfalten des eroberten Heilsamen. Das Erfahrungswissen ist das Bereitsein von ungezählten Waffen, von ungezählten Einsichten sowohl für den Nahkampf wie für den Fernkampf. Wir würden nichts einzusetzen haben, wenn wir keine Waffen, keine Einsicht hätten. Aber ein Arsenal voll Waffen würde nichts nützen, wenn keine Kämpfer da wären, die sie einsetzen, wenn die Tatkraft fehlte.

Jede kleinste Kampfhandlung unternimmt man nur, weil man der rechten Maßstäbe eingedenk ist. Aber weil man sie noch nicht immer gegenwärtig hat, des rechten Wissens nicht immer eingedenk ist, weil immer wieder die Triebe die Leuchtkraft der rechten Anschauung verdunkeln, darum muss man kämpfen. Drängen aber nicht mehr so viel Feinde gegen die Festung an, wenn das wildeste Getümmel der Triebe im Kampf besiegt ist, dann leuchtet die rechte Anschauung immer klarer und beständiger.

Vertrauen gewinnt man als erstes, den Turm als Mittelpunkt der ganzen Festung. Im Anfang können die Feinde noch öfter Graben und Mauer überrennen und in die Festung eindringen. Nur die eine Zuflucht, den Burgfried hat man dann. Im Lauf der Zeit wachsen die anderen Eigenschaften, und der Feind wird immer mehr schon durch Graben und Mauer abgehalten. Die Weisheit wächst erst dann, wenn man ein vielfach gerüsteter befähigter Kämpfer ist.

*Das sind die sieben guten Eigenschaften, mit denen der erfahrene Heilsänger ausgestattet ist.*

### Die vier weltlosen Entrückungen

*Welches aber sind die vier weltlosen Entrückungen, die herzerhebenden, gegenwärtig beglückenden, deren er nach Wunsch, ohne Mühe und leicht teilhaftig wird?*

*Gleichwie, ihr Mönche, in der königlichen Grenzfestung ein großer Vorrat an Stroh, Feuerholz und Wasser eingelagert ist zum Gebrauch für die Einwohner, zu ihrer Beruhigung, zu ihrem Wohlbefinden und zur Abwehr der Feinde, so, ihr Mönche, verweilt der erfahrene Heilsgänger abgeschieden von allen heillosen Gedanken und Gesinnungen in stillem Bedenken und Sinnen. Und so tritt die aus innerer Abgeschiedenheit geborene Entzückung und Seligkeit ein, der erste Grad weltloser Entrückung.*

Die zweite weltlose Entrückung wird sodann verglichen mit den damaligen Grundnahrungsstoffen Reis und Gerste.

Die dritte weltlose Entrückung wird verglichen mit Eiweiß enthaltenden Nahrungsmitteln, wie Sesam, Linsen, Bohnen.

Die vierte weltlose Entrückung wird verglichen mit kräftigenden, heilenden, wohlschmeckenden Nahrungsmitteln, wie Butterschmalz, frischer Butter, Öl, Honig, Sirup, Salz.

Und dann fährt der Buddha fort:

*Das sind die vier weltlosen Entrückungen, die herzerhebenden, gegenwärtig beglückenden, deren er nach Wunsch, ohne Mühe und leicht teilhaftig wird. Wenn, ihr Mönche, der erfahrene Heilskundige mit diesen sieben guten Eigenschaften ausgestattet ist und der vier weltlosen Entrückungen, der herzerhebenden, ge-*

*genwärtig beglückenden, nach Wunsch, ohne Mühe und leicht teilhaftig wird, so gilt er als unbesiegbar durch Māro, den Tod.*

Damit haben die Einwohner der Festung alles, was sie zum Lebensunterhalt brauchen, und damit sind sie gar nicht mehr auf draußen angewiesen.

Der Mensch, der sich ununterbrochen mit der Begegnungswelt auseinandersetzt, durch sie Wohl erleben möchte, der gleicht einer Festung, gegen die ununterbrochen die Feinde anstürmen. Darum muss der Mensch, dessen Sinnesdränge nach außen gerichtet sind, Welt erleben wollen, sehr wachsam sein und muss dauernd kämpfen, muss das Üble mit Weisheit und innerer Zurückhaltung abwehren, und er muss dazu innere Waffen zur Verfügung haben, damit ihm die anstürmenden Dinge nicht gefährlich werden, ihn nicht wieder in die Unterwelt hinabreißen.

Der vom Erwachten belehrte Mensch weiß, dass bei den Sinnendingen auf die Dauer kein Wohl, nichts Festes und Sicheres zu finden ist, dadurch nimmt sein Interesse an ihnen mehr und mehr ab. Aber nicht allein die Erkenntnis des Unwerts der Sinnendinge führt zu einer Ausrodung des inneren Brennens und Süchtens nach den Sinneserlebnissen. Im Geist können wir allmählich immer mehr erkannt haben, dass in den fünf Zusammenhäufungen kein Halt ist und dass in dem Maß, als man sich von ihnen löst, das Wohl zunimmt, und doch brauchen wir noch durch die Sinne Wohl. Erst wenn wir ein bei uns selbst, in unserer Gemütsverfassung aufgekommenes Wohl merken, werden wir unabhängiger von dem Wohl durch die Sinnendinge.

In der Gefühlskälte, in der wir leben durch Hass und Rücksichtslosigkeit, durch Abwesenheit von Mitempfinden und von Ich-Du-Gleichheit, durch das Habenwollen und Seinwollen, haben wir eine schmerzliche Grundbefindlichkeit. Dunkelheit und Kälte ist unser Status. Nur weil wir sie immer haben, können wir sie nicht beurteilen, nicht messen, weil wir keine Ver-

gleichsmöglichkeit haben. Wer aber einmal zeitweise bei sich zu hellerer, wohlwillender Gesinnung gekommen ist durch das Versammeln guter Gedanken, der merkt, dass sein Status, seine innere Verfassung für eine kurze Zeit lang anders geworden ist, dass er sich gehoben hat zu höheren, feineren Möglichkeiten seines Erlebens, die nicht bedingt waren durch äußere Erlebnisse. Von diesem Erleben an hat er eine Vergleichsmöglichkeit. Er weiß nun: Ich kann mich zu einem besseren Status entwickeln, dann brauche ich die Sinnendinge nicht mehr in dem gleichen Maße wie bisher. Es geht nicht darum, bitter auf die Sinneseindrücke zu „verzichten“, sondern die Entwicklung zu betreiben, durch die man immer weniger von den Außendingen fasziniert wird.

Diese Entwicklung beginnt dann, wenn im Herzen des Menschen die dunklen Triebe des Hasses und der Rücksichtslosigkeit abnehmen. Wenn diese abnehmen, dann gibt es immer weniger von jenen finsternen Gefühlen, die aufsteigen, wenn etwas jenen dunklen Trieben gemäß oder zuwiderläuft. Der Grundstatus ist gehoben, die Grundgemütsverfassung ist weniger kalt, weniger dunkel. Ein solcher bedarf zwar noch äußerer Dinge, aber ihm selber ist schon ohne Berührung mit den Dingen wohler. Und wenn ihm von außen Übles begegnet und er noch etwas Gegenwendung gegen den Verursacher empfindet, dann hebt er diesen Augenblick der Verdunkelung schnell auf durch gute hochsinnige Gedanken oder durch hellen Gleichmut. Wenn Hass, Gewalttätigkeit stärker abgenommen haben, wenn harte, raue Begegnungen kaum noch vorkommen und, wenn sie einmal aufkommen, schnell wieder abgetan sind, so dass bald ein feiner, heller Gleichmut wieder vorwiegt, dann lebt ein solcher vorwiegend in wohlwillenden Gedanken. Dadurch erwächst ihm ein Grundfrieden, eine innere Heiterkeit, ein positives Selbsturteil aus Reuelosigkeit oder das Abnehmen des negativen Selbsturteils. Die Heiterkeit nimmt manchmal solche Grade an, dass sie stärker die Aufmerksamkeit auf sich zieht. Ihm ist zu solchen Zeiten bei sich selber wohl, er merkt beglückt: er braucht die Außendinge

nicht mehr zu seinem Wohl. Ein feiner Geschmack ist in ihm aufgekommen, der mehr und mehr alle Aufmerksamkeit auf sich zieht. Durch diesen Hinblick auf das innere Wohl wird immer weniger und schließlich nichts mehr durch die Sinne hereingenommen. Zu einer solchen Zeit ist er durch das starke innere Wohl der belastenden Welt der Sinne entrückt, ist entlastet. Im christlichen Kulturraum wird dieser Übergang von dem Mystiker Ekkehart genauso beschrieben, nur dass der Zustand, wenn einer Haß und Rohheit abgetan hat und um das Größere und Höhere, das innere selbstgewachsene Wohl weiß und darauf setzt - mit dem Namen Gott bezeichnet wird:

*In jedem Menschen sind, wie die Meister lehren, eigentlich zwei Menschen: einmal der äußere oder Sinnenmensch, zweitens der innere Mensch, des Menschen Innerlichkeit. Jeder Mensch nun, der Gott lieb hat, verwendet die Kräfte der Seele in dem äußeren Menschen nur soweit, als die fünf Sinne es unumgänglich nötig haben. Aber den Überschuss an Kräften wendet die Seele ganz dem inneren Menschen zu. Ja, wenn diese etwas Hohes und Edles zum Gegenstand hat, so zieht sie auch noch die Kräfte, die sie den fünf Sinnen geliehen hatte, an sich, und dann heißt der Mensch sinnlos und entrückt.*

In der inneren Beseligung der weltlosen Entrückungen ist gar kein Körper treffbar, da ist auch keine Welt, die den Körper treffen kann. Die graduelle Entlastung, Stillung, Beruhigung besteht in dem graduellen Vergessen der auf dem Menschen zeit seines Lebens mit dem Körper unbewusst belastenden Angst. Im vollendeten Frieden der weltlosen Entrückungen gibt es keine Problematik, keine Sorge, keine Angst, sondern Frieden, ohne sinnliche Eindrücke. In den weltlosen Entrückungen sind keine Sinneseindrücke, nur seliges Wohl wird genossen. Darum werden die weltlosen Entrückungen als selige Gegenwart bezeichnet für normale Menschen und Heilige.

Von dem Erfahrer dieser weltlosen Entrückungen sagt ein anderer christlicher Mystiker Ruisbroeck: *Er kann innen blei-*

ben, so wie in unserem Gleichnis die Menschen in der Festung bleiben können, wenn sie allen Lebensbedarf bei sich in der Festung des Herzens haben. Sie wissen, kein Feind, kein Pfeil, keine Lanze kann uns erreichen, wir sind versorgt und befinden uns wohl.

Aber wer noch nicht voll zu diesen weltlosen Entrückungen gereift ist, sie noch nicht jederzeit nach Wunsch und Willen erlangen kann, der kann sie nur gelegentlich durch das Tor der inneren Helligkeit erreichen, da er noch von manchen sinnlichen Bedürfnissen bewegt wird. Er ist noch beglückt, durchdrungen von der inneren Seligkeit, aber er merkt ihr Abklingen und merkt, wie die äußeren Dinge wieder reißen. Dann hat er die Erinnerung an ein ganz seliges Erlebnis, von dem überwältigt er sich sagt: „Das will ich anstreben, wieder gewinnen, mir zum sicheren Besitz machen.“ Aber die uralte Gewöhnung, die Sinnesdränge nach außen schweifen zu lassen, ist ein gewaltig wuchtendes Schwungrad, das nicht so schnell stillzustellen ist. Der einzige Weg dazu ist, sagt der Erwachte, dass man bei sich selber noch größeres Wohl, noch größere Seligkeit gewinnt als durch die Sinnendinge und an ihr voll Genüge hat; dann sucht man nicht mehr außen nach Wohl. *Er kennt die Wahrheit und kann innen bleiben*, wie Ruisbroeck sagt. Man weiß und führt sich vor Augen, dass durch die Berührung der Sinnesdränge mit dem als außen Erfahrenen diese vorübergehend befriedigt oder unbefriedigt werden. Automatisch tote Vorgänge laufen ab, die Lebendigkeit vortäuschen, Schattenspiele, die letztlich immer schmerzlich sind, ohne Ende. Und dieser sinnlose Prozess führt durch alle Höhen und Tiefen, durch alle Höllen und Himmel – ohne Ende, solange er nicht durchschaut wird.

Diese Durchschauung führt zur Aufhebung des inneren Hungers und zur Aufhebung des äußeren Phantoms. Schon auf dem Weg zur völligen Aufhebung gibt es Zeiten, in denen der bodenlose Hunger und die Bilder vergessen werden, Zeiten weltloser Entrückung. Zu solchen Zeiten gibt es kein Berührungsgefühl mehr, keinen Reiz mehr, keine Gier mehr. Das



führt von Befriedigung zu einem Frieden, der nicht schon das vollkommene Heil ist, aber eine Vorwegnahme des Heils. Die weltlose Entrückung nennt der Erwachte das Wohl der Erwachung. Denn wer auf der Grundlage des Wachstums der sieben guten Eigenschaften - Vertrauen, Scham, Scheu, Erfahrungswissen, Tatkraft, Wahrheitsgegenwart und Weisheit - sich zunehmend auch noch mit den vier weltlosen Entrückungen nähren, stärken und heilen kann, dessen Festung wird uneinnehmbar. Und eines Tages müssen dann die Feinde abziehen, und die Festungsbewohner sehen sich in voller Kraft mit allem ausgerüstet, in einer uneinnehmbaren Festung - der plötzlich kein Feind mehr gegenübersteht - ringsum nichts als tiefster, endgültiger Friede. Das ist die höchste Weisheit, das höchste Wohl, die vollkommene Erwachung.

WELTLICHE ARMUT – VERGLICHEN MIT  
ARMUT AN HEILSAMEN EIGENSCHAFTEN  
„Angereichte Sammlung“ (A VI,45)

*Armut, ihr Mönche, bedeutet für den Genussliebenden  
in der Welt ein Elend (dukkha). –*

*So ist es, o Herr. –*

*Wenn nun, ihr Mönche, der Arme, der Unbegüterte,  
Unvermögende, Schulden macht, so bedeutet auch das  
Schuldenmachen für den Genussliebenden in der Welt  
ein Elend. –*

*So ist es, o Herr. –*

*Wenn nun auch noch, ihr Mönche, der Arme, Unbegü-  
terte, Unvermögende, nachdem er Schulden gemacht  
hat, Zinsen verspricht, so bedeuten auch die Zinsen für  
den genussliebenden Menschen in der Welt ein Elend.–*

*So ist es, o Herr. –*

*Wenn nun, ihr Mönche, dieser Arme, Unbegüterte, Un-  
vermögende, der Zinsen versprochen hat, die fälligen  
Zinsen nicht zahlt und man ihn mahnt, so bedeutet  
auch das Gemahntwerden für den genussliebenden  
Menschen in der Welt ein Elend. –*

*So ist es, o Herr. –*

*Wenn man nun, ihr Mönche, den Armen, Unbegüter-  
ten, Unvermögenden, da er auf die Mahnung hin nicht  
zahlt, verfolgt, so bedeutet das Verfolgtwerden für den  
genussliebenden Menschen in der Welt ein Elend. –*

*So ist es, o Herr. –*

*Wenn man, ihr Mönche, den Armen, Unbegüterten,  
Unvermögenden, der auf Verfolgung hin auch nicht  
zahlt, in Bande legt, einkerkt, so bedeutet auch das  
Gebundensein, Eingekerkertsein für den genusslieben-  
den Menschen in der Welt ein Elend. –*

*So ist es, o Herr. –*

*So ist, ihr Mönche, für den genussliebenden Menschen in der Welt die Armut ein Elend, das Schuldenmachen ein Elend, ist die Nichtzahlung der Zinsen ein Elend, ist das Gemahntwerden ein Elend, das Verfolgtwerden ein Elend und das Gebundensein, Eingekerkertsein ein Elend.*

*Ebenso auch, ihr Mönche, wer da bei den heilsamen Wahrheiten ohne Vertrauen ist, ohne Scham, ohne Scheu, ohne Willenskraft und ohne Wissen, der, ihr Mönche, gilt als arm, als unbegütert, als unvernünftig im Orden des Geheilten.*

Mit den heilsamen Wahrheiten ist vor allem die Lehre des Erwachten gemeint, die Wirklichkeitslehre, die die Folgen allen Wirkens aufzeigt und zusätzlich den Ausweg aus allem Leiden weist, zur völligen Leidensüberwindung führt. Wer diese Lehre oder andere heilsame Lehren nicht kennt oder ihnen nicht vertraut, der entwickelt auch kein Schamgefühl, wenn er Übles getan hat, und er hat keine Scheu, keine Angst vor üblem Tun. Insofern ist er arm, hat keine inneren Schätze, keine Abwehrkräfte. Die Scham des Menschen vor eigenem unwürdigem, dunklem Tun ist eine starke Waffe des Heilskämpfers.

Der Reichtum des Kenners religiöser Lehren besteht darin, dass er um das Saat-Ernte-Gesetz, um die karmischen Folgen von üblem Tun weiß. Darum scheut er die üblen Folgen, scheut sich davor, dass edlere und weisere Menschen in seiner Umgebung ihn tadeln oder sich von ihm zurückziehen, scheut sich davor, mit üblem Wirken ein übles Leben zu führen, auch in den folgenden Leben.

Auf Grund von Scham und Scheu besitzt der den Heilslehrern Vertrauende Tatkraft bei den heilsamen Dingen. In dem Augenblick der Versuchung erinnert er sich oft seiner guten Vorsätze, setzt seine Tatkraft ein in dem Gedanken: „Ich habe mir das Gute doch vorgenommen, jetzt will ich es auch tun.“

Und je mehr er die guten Ergebnisse des Gutseins betrachtet, um so mehr Freudigkeit und Kraft entwickelt er, um seinen guten Vorsätzen auch treu bleiben zu können. Indem er sich in dieser Weise müht, beobachtet er sein Verhalten und das der anderen, achtet auf die Auswirkungen guten und üblen Tuns; durchschaut die Zusammenhänge zwischen seiner Gesinnung und seinen Taten, und so erfährt er manche Daseinsgesetze, gewinnt Weisheit. Das ist der von ihm angehäuften Reichtum.

Alle diese Eigenschaften sind abhängig von der ersten, vom Vertrauen. Aber zum Vertrauen kann man sich nicht zwingen: „Ich will von jetzt ab Vertrauen haben.“ Vertrauen heißt: So weit man folgernd Zusammenhänge einsieht, das Eingesehene immer wiederholen in dem Wissen, wie wichtig es ist, sich des Wahren immer wieder zu vergewissern, es in sich zu verankern. Aber zusätzlich bedeutet Vertrauen, dem folgerichtig Erscheinenden vertrauen, das man noch nicht sinnlich erfahren hat, z.B. dass es im Jenseits so und so sei.

Zwei Menschen können gemeinsam die Lehre kennenlernen, die Lehre des Erwachten bei einem Lehrer kennenlernen, zusammen Lehrreden lesen, so dass sie beide fähig sind, über die Lehre zu sprechen. Dem einen von ihnen erscheint die Lehre des Erwachten wie die schon immer gesuchte Wahrheit, er bringt leise unterschwellige Erinnerungen mit in dieses Leben, fühlt sich darum im vertrauten Klima, wenn er im jetzigen Leben von den Trieben und ihrer Unvernichtbarkeit im Tod hört. Seine Ahnung von Jenseitigem in Verbindung mit dem vom Erwachten Gehörten führt dazu, dass sich sein Grundvertrauen zu Jenseitigem auf den Kündler des Jenseitigen überträgt. So bedeutet Vertrauen sowohl Vertrauen im Sinn von Religiosität/Spiritualität als auch Vertrauen zu Aussagen, die sinnlich nicht nachprüfbar sind. Der Vertrauende entwickelt Scham und Scheu bei Üblem, entwickelt Tatkraft, das Gute zu tun, von schlechten Gewohnheiten und Neigungen zu lassen.

Der andere hat dieses Vertrauen nicht. Intellektuell hat er die Lehre aufgenommen, findet es auch interessant zu sehen,

wie die Daseinskomponenten einander bedingen, aber er nimmt die Aussagen des Erwachten nicht für sich verbindlich, zieht aus ihnen keine Folgerungen für seine Lebensführung. So bleibt er arm an Heilsamem, weil er kein Vertrauen dazu hat, und die Folge ist, dass er ohne Gewissensbisse in Gedanken, Worten und Taten Übles wirkt:

*Weil nun dieser Arme, Unbegüterte, Unvermögende bei den heilsamen Wahrheiten ohne Vertrauen ist, ohne Scham, ohne Scheu, ohne Willenskraft und ohne Wissen, so führt er einen schlechten Wandel in Taten, Worten und Gedanken. Das aber nenne ich seine Verschuldung.*

Aus der Armut entwickeln sich Schulden. Es gibt zwei Arten von Armen: solche, die die Lehre überhaupt nicht gehört haben, und solche, die sie gehört haben, aber kein Vertrauen haben zu Aussagen über unsichtbare, nicht vordergründige Zusammenhänge. Solche Menschen bemühen sich nicht um einen guten Lebenswandel, sie wirken Übles, belasten sich dadurch, machen karmische Schulden, das gewirkte Üble wird wieder als unerfreuliche, belastende Wahrnehmungen an sie herantreten. Dieses üble belastende Wirken bereuen nun die Armen nicht, sondern – als Mönche – haben sie nur den Wunsch, dass die Mitmönche von ihrem schlechten Wandel nicht erfahren:

*Um aber seinen schlechten Wandel in Taten, Worten und Gedanken zu verbergen, entwickelt er üble Wünsche: „Möge man mich doch nicht durchschauen!“, wünscht er. „Möge man mich doch nicht durchschauen!“, denkt er. „Möge man mich doch nicht durchschauen!“, so denkend, wählt er seine Worte. „Möge man mich doch nicht durchschauen!“, so denkend bemüht er sich in seinem Handeln. Weil er das Üble bei*

*sich verbergen will, denkt, redet und handelt er übel.  
Das nenne ich seine Zinsen.*

Weil ein Mensch als Mönch sein übles Wirken verbergen will, denkt, redet und handelt er nicht offen, sondern verhält sich heuchlerisch. Damit wirkt er noch mehr übles Karma, übles Ergehen. Mit Zinsen, mit noch größerer finanzieller Belastung, wird die zusätzliche Heuchelei verglichen.

Im Kanon heißt es von einem heuchlerischen und heimlichen Menschen:

*Da führt einer in Taten einen schlechten Wandel, in Worten einen schlechten Wandel, in Gedanken einen schlechten Wandel, und um dies zu verheimlichen, nährt er üble Wünsche: „Möchte man mich doch nicht durchschauen“, denkt er. Und er wählt die Worte so, dass man ihn nicht durchschaue. Und damit man ihn nicht durchschaue, zeigt er Eifer im Tun. Was da solcherart Heimlichkeit ist, Heuchelei, Betrug, Täuschung, Ablenkung, Verschweigen, Verhehlen, Geheimhaltung, Verheimlichung, Unoffenheit, Unehrllichkeit, Verstecktheit, böses Vorgehen: das nennt man Heimlichkeit und Heuchelei.  
(Puggala Paññati)*

Die Heuchelei ist völlig sinnlos, weil spätestens drüben nach dem Tod die wahren Absichten und das wahre Wesen des Heuchlers offenbar werden. Spätestens dann werden alle, die er getäuscht hat, von seiner Heuchelei erfahren. Schon jetzt wissen alle Jenseitigen, die an ihm Anteil nehmen, um etwaige Täuschungsabsichten, da sie seine Gedanken lesen können.

Würde er sich über Jahre ans Heucheln gewöhnen, dann würde – unbemerkt von ihm – die Absicht zu täuschen auch seine Gesichtszüge und sein Verhalten prägen. Darum würden erfahrene Mitmenschen, selbst wenn es ihnen nicht gelingt, seinen Trug zu durchschauen, ihm gegenüber ein unbestimmtes Gefühl der Vorsicht haben, ihm nicht trauen.

Er selber könnte auch anderen nicht vertrauen, da er annehmen würde, dass sie ihn ebenso täuschen wie er sie. So gäbe es für ihn kein herzliches Miteinander mit anderen, wie es jeder ersehnt, sondern nur Verstellung oder Verstellungserwartung. Würde sein Gemüt so dunkel und berechnend, dann könnte es nur dunkle, gespenstische Wahrnehmungen hervorbringen – eine zusätzliche karmische Belastung = Zinsen, zusätzlicher finanzieller Druck.

*Über ihn sprechen seine guten, um Läuterung bemühten Ordensbrüder: „Derart handelt dieser Ehrwürdige, derart verhält er sich.“ Das aber nenne ich sein Gemahntwerden.*

Im engen Zusammenleben mit den Ordensbrüdern kann Heuchelei und Heimlichkeit, das bloße Vorgeben von guten Taten und Worten, auf Dauer nicht verborgen bleiben. Die Ordensbrüder, die mit einem Heuchler zusammenleben, durchschauen auf die Dauer seine Heuchelei und lassen es den Heuchler spüren. Dadurch wird er gemahnt, die Heuchelei aufzugeben, offen seine Untugend zuzugeben, die Untugend selber aufzugeben. Aber dem heimlichen und heuchlerischen Mönch ist die Erfüllung seiner sinnlichen-egoistischen Wünsche wichtiger als die Läuterung. Von ihm heißt es, dass er keine Achtung, keine Zuwendung zum Erwachten, zur Lehre, zur Gemeinschaft der Heilsgänger und zur Übung habe. Ermahnungen, Tadel sind die Folge, gegen die sich der Heuchler dann auflehnt.

Der den Wunsch hegende Heuchler „Möge man mich doch nicht erkennen“ ist untauglich für die rechte Nachfolge. Die Herzensbefleckung Heuchelei gleicht einer Mauer, die so hoch gebaut ist, dass der Heuchler den Anblick des Heilsstands nicht nur nicht gewinnt, sondern auch keine Sehnsucht, keinen Zug zu ihm verspüren kann.

*Hat er sich in den Wald begeben, an den Fuß eines Baumes oder an einsame Stätten begeben, so verfolgen ihn mit Reue verbundene üble, unheilsame Gedanken. Das aber nenne ich sein Verfolgtwerden.*

Hier ist vom Mönch die Rede, der sich in die Einsamkeit be-  
gibt. In der Stille, in der äußere Ablenkungen fast ganz fehlen,  
kommen um so stärker die Gefühle der Reue, des schlechten  
Gewissens auf. Es scheint so, als ob der nicht vertrauende, der  
nichtreligiöse Mönch damit nichts zu tun habe. Der Erwachte  
sagt aber, dass jeder Mensch, auch der über die Schlechtigkeit  
seiner Taten ganz Unwissende, doch ununterbrochen ein ent-  
sprechend dunkles Gefühl hat, das den normalen Menschen  
fast den ganzen Tag durch sein ganzes Leben begleitet und  
damit seinem Leben einen dunklen, schmerzlichen Grundton  
gibt. So heißt es im Suttanipāta (Vers 774):

*Genussbegierig, angelockt, verloren,  
in scheeler Furcht entfalten schiefsie Wurzeln  
und müssen dann misswunden bang erbeben:  
„O, was nur wird aus uns nach diesen Tagen?“*

*Von den Begierden getrieben, von den Begierden gereizt, han-  
deln die Menschen ungerade, übel, entwickeln sich in schiefer,  
falscher Richtung, schaffen sich schlechtes Karma und fürch-  
ten bewusst und unbewusst: „O, was nur wird aus uns nach  
diesen Tagen!“*

Auch der im Haus lebende Kenner der Lehre bemüht sich  
öfter, für sich allein zu sein, in Ruhe über die Lehre nachzu-  
denken. Aber dann kommen aus üblen Taten dunkle Schatten  
über ihn, beklemmende Verfassungen. Das geht fast allen  
Menschen so. Aber die meisten Menschen kommen gar nicht  
mehr zu einer ruhigen Besinnung, sie fliehen von einer Unter-  
haltung in die andere. Hinzu kommt, dass die meisten Men-  
schen, weil sie ohne religiöse Maßstäbe leben, auf ihre Her-  
zensverfassung und ihr Tun gar nicht achten. Nur aus den



Träumen dringen Erinnerungen und Mahnungen in ihr Tagesbewusstsein. Die Beeinflussung unserer Geisterfreunde und Geisterfeinde, die um jeden Menschen herum sind, merken wir in unserer diesseitigen Hülle, dem Fleischleib, nur wenig, aber eines Tages, wenn der Fleischleib wegfällt, tritt unmittelbar heran, was wir gesät haben.

### Ernte der Heuchelei nach dem Tod

*Weil aber, ihr Mönche, jener Arme, Unbegüterte, Unvermögende in Taten, Worten und Gedanken einen schlechten Wandel führt, so gerät er beim Versagen des Körpers, nach dem Tod, in die Gebundenheit der Hölle oder in die Gebundenheit der Tierwelt. Ich kenne, ihr Mönche, keine andere Gebundenheit, die so fürchterlich ist, so hart, so voller Pein wäre und für die Erreichung der höchsten Sicherheit ein so großes Hindernis bildete wie die Gebundenheit durch die Hölle oder die Tierheit.*

Die Qual der Wahrnehmung der Hölle und der Tierheit schaffen sich heuchlerische Menschen durch ihren schlechten Wandel in Taten, Worten, Gedanken. Einzig durch Tugend kann man sich vor der Hölle und anderer untermenschlicher Welt bewahren. Zur Hölle gelangen diejenigen Wesen, die ihren Vorteil in rücksichtsloser und heuchlerischer Weise durchzusetzen suchten. Zur Tierheit gelangen auf die Sinnenlust fixierte Menschen. Sie strebten nur den vor Augen liegenden Genuss an und heuchelten, um ihm ungestört nachgehen zu können. Die tierische Daseinsform ist – solange sie währt (also nicht „ewig“) – auf endlose Wiederholung in der gleichen Ebene ausgerichtet, weil es dort keine sittliche Umkehr und Erhebung gibt. Leicht ist es, dass ein Mensch als Tier wiedergeboren wird, aber schwer, sehr schwer ist es, dass ein Tier wieder Menschentum erreicht.

Die Wahrnehmung, der Traum, genannt Existenz, genannt Leben, ist in seiner Qualität bedingt durch die Qualitäten des wahrgenommenen Ich. Wo ein Ich wahrgenommen wird, das egoistischer wird, genussstüchtiger, rücksichtsloser wird, da wird auch weiter geträumt, dass auch die Umwelt allmählich rücksichtsloser, härter, roher wird. Das ganze wahrgenommene, geträumte Leben, die Begegnungen werden härter, roher, dunkler, schmerzlicher. Wenn die Herzensqualitäten besser werden, dann muss auch der Traum, die Wahrnehmung, besser werden. Wenn die Herzensqualitäten übermenschlich gut werden, dann muss auch der Traum vom Umgang miteinander, von der Gemeinschaft, übermenschlich gut werden, hell werden. Die Wesen befinden sich auf dem Weg dahin auf einer Skala der grenzenlosen Möglichkeiten vom allergemeinsten und niedrigsten bis zum hellsten, edelsten, würdigsten Sein.

Und nun fasst der Erwachte das bisher Gesagte in Merkversen zusammen:

*Ein Elend ist es, arm zu sein,  
ein Elend ist der Schulden Last,  
denn wer geborgtes Gut genießt,  
der Arme wird von Qual verzehrt.*

*Und später gar verfolgt man ihn,  
kerkert ihn ein und bindet ihn.  
Ein Elend aber Bande sind  
für den, der doch Genuss begehrt.*

*Auch in dem Orden des Geheilten ist es so  
mit einem, dem Vertrauen fehlt  
und Scham und auch Gewissensscheu,  
der ohne Kenntnis von des üblen Wirkens  
Folgen ist.*

*Wer übel handelt, redet, denkt*

*und dann noch wünscht,  
dass man ihn nicht  
durchschauen soll,*

*der windet sich in seinem Tun,  
in Worten und Gedanken auch.  
So setzt er übles Wirken fort,  
häuft es nur immer weiter an.*

*Solch Übeltäter, solcher Tor,  
des üblen Wirkens wohl bewusst,  
ist einem armen Schuldner gleich,  
der voller Qual sein Brot verzehrt.*

*Und dann verfolgen immerdar  
leidvolle Bilder seinen Geist,  
erzeugt durch die Gewissensangst –  
sei es im Dorfe, sei es im Wald.*

*Solch Übeltäter, solcher Tor,  
des üblen Wirkens wohl bewusst,  
gebunden wird er als ein Tier,  
gebunden auch an Höllenwelt.*

#### Die guten Folgen aus Vertrauen

Die folgenden Verse zeigen den großen Gewinn, der aus dem Schatz des Vertrauens zu religiösen Lehren erwächst:

*Ein Elend nenne solche Bindung ich,  
woraus der Weise sich befreit,  
der mit den recht erlangten Schätzen  
beglückten Herzens Gaben gibt.*

*Der Hausbewohner voll Vertrau'n  
gewinnet beiderseits sein Ziel:  
das Wohlergehn in dieser Welt,  
und auch in jener Welt erlangt er Wohl.  
So wächst Verdienst bei Hausnern an  
durch ihren freigebigen Sinn.*

Wer Vertrauen hat, dass es sich mit der Existenz so verhält, wie die Lehre sagt, der kann in der Vergangenheit manches Üble getan haben, aber nun wird er im Vertrauen auf religiöse Zusammenhänge immer mehr Gutes tun. Er verbessert sein Herz, sein Denken, Reden und Handeln. Der im Haus Lebende bemüht sich in dem Wissen und Vertrauen auf die guten Folgen beim Geben an Bedürftige, festigt damit bei sich selber die Eigenschaft des Mitempfindens und Loslassens. Die Ernte daraus beschreibt der Erwachte mit dem Gleichnis von Salz und Wasser (A III,98). Übles Wirken (das Schuldenmachen) vergleicht er mit dem Erzeugen von Salz, die guten Taten, Worte und Gedanken mit dem Erzeugen von trinkbarem erfrischendem Wasser. Der durstige Mensch trinkt gern frisches klares Wasser, aber Salz ist für den Durstigen das Schlimmste. Wer in seinem Leben viel Übles getan hat, Schulden gemacht hat, der hat Salz erzeugt, das eines Tages an ihn, den Durstigen, wieder herantritt. Wer aber in der Vergangenheit auch viel Gutes getan hat, hat trinkbares Wasser erzeugt, und die Mischung dessen, die Ernte für die Zukunft, ist mehr oder weniger salziges Wasser. Aber seit er die Lehre des Erwachten kennt und ihr vertraut, hat er immer mehr Gutes getan, immer weniger Übles, d.h. immer mehr frisches Wasser geschaffen mit dem Ergebnis, dass in dem vielen guten Wasser das Salz, das er einmal geschaffen hat, in der großen Menge klaren Wassers schließlich nicht mehr zu spüren ist, so dass das Wasser trinkbar und durstlöschend ist.

Der Erwachte fragt in seinem Gleichnis: Wenn man einen Klumpen Salz in einen Krug mit Wasser wirft oder wenn man

ihn in den Ganges wirft – welches Wasser wird noch genießbar sein und welches nicht? In den Gangesstrom geworfen, ist das Salz nicht spürbar, das Wasser ist nach wie vor genießbar. Aber das Wasser in einem Krug, in den der Klumpen Salz geworfen wurde, ist ungenießbar. So ist es mit der Ernte unseres Wirkens. In diesem Sinn heißt es auch (Dh 173):

*Wer einst begangner übler Tat  
jetzt bessre Taten folgen läßt,  
der leuchtet durch die finstre Welt  
gleichwie der Mond durch Wolken bricht.*

In dem Maß, wie wir die Lehre kennenlernen und bei uns das Vertrauen, dass die Lehre richtig ist, zunimmt, schaffen wir Gutes, schaffen Reichtum im Geistigen: Scham und Scheu in Bezug auf das Schlechte, Tatkraft und Weisheit.

In weiteren Versen fasst der Erwachte diesen aus Vertrauen gewonnenen Reichtum mit seinen Folgen bis zur Triebversiegung kurz zusammen:

*Und ferner: Wer im Orden des Geheilten  
gefestigt im Vertrauen ist,  
voll Scham und voll Gewissensscheu,  
voll Weisheit, tugendhaft bestrebt,*

*der, heißt es,  
lebt im Orden leicht und unverspannt.  
Und hat er überweltlich Wohl erlangt,  
dann strebt er Gleichmut an.*

*Fünf Hemmungen hat er besiegt,  
ist stets von frischer Kraft beseelt,  
Entrückungen, die weltlosen, erwirkt er,  
geeint und weise, wahrheitsgegenwärtig.*

*Indem er klar der Wirklichkeit gemäß nun sieht,  
da löst er von Verstrickung sich.  
Gar nichts ergreifend, nirgendwo,  
wird völlig abgelöst das Herz.*

*Dem völlig Abgelösten  
erwächst das Wissen klar:  
„Auf ewig bin erlöst ich,  
versiegt die Immer-wieder-Daseins-Fessel.“*

*Dies ist das höchste Wissen nun,  
dies ist das höchste Wohl:  
der Frieden, leidlos-ungetrübt,  
erreicht ist höchstes Ziel, von Schulden frei.*

Die Gewissensreinheit, die aus Scham und Scheu vor Üblem erwächst, hat ein helles, unverdunkeltes Gemüt zur Folge. Der an Tugend Gewöhnte erfährt durchgehende Helligkeit und Freudigkeit seines Gemüts, ein fast ununterbrochen ungetrübtes heiteres Grundgefühl. Alles von „außen“ an ihn Herantretende erlebt er auf der Grundlage dieses hellen, freudigen Gefühls, darum kann er durch kein trübes Erlebnis mehr stärker verletzt werden.

Wer dieses Niveau himmlischen Seins in sich verwirklicht hat, kann gewiss sein:

*Hienieden freut sich – drüben freut sich – an beiden Orten  
freut sich, wer verdienstvoll wirkt, er freut sich, wenn er die  
Reinheit seines Handelns überblickt. Hienieden freut er sich,  
drüben freut er sich, an beiden Orten freut sich, wer ver-  
dienstvoll wirkt. „Verdienstvoll hab ich gewirkt“, so freut er  
sich, und größer noch wird seine Freude, wenn er den guten  
Gang vollzogen hat. (Dh 16 und 18)*

Deshalb sagt der Erwachte:

*Gleichwie, Mönche, wenn man einen vollkommenen Würfel in die Höhe wirft und er dann, wo er auch immer zum Stehen kommt, fest stehen bleibt, so auch, Mönche, gelangen die Wesen wegen Ausbildung in der Tugend, wegen Erhellung des Gemüts, wegen Vervollkommnung der rechten Anschauung bei Versagen des Körpers, jenseits des Todes, auf den guten Gang, in himmlische Welt. (A III,116)*

Wenn man in der Ausdrucksweise der Würfelspieler irgendetwas als glücklichen Wurf bezeichnen kann, so ist es der durch Tugend ermöglichte Aufstieg in himmlische Welten, der sich derart lohnt. Die Tugend macht sich bezahlt, würden wir Heutigen sagen. Das dadurch gewonnene Wohl übertrifft alles nur ausdenkbare Wohl in der Menschenwelt.

Dem vom Erwachten belehrten Mönch ermöglicht dieses Wohl der Herzensreinheit zu Lebzeiten das in der Abgeschiedenheit erlangbare überweltliche Wohl weltloser Entrückungen. Dieses überweltliche Wohl erfahrend, vermag er sich von allem niederen sinnlichen Wohl zu lösen; und er durchschaut ebenso auch die Wandelbarkeit und damit dann auch die Unzulänglichkeit weltloser Entrückungen.

*Gar nichts ergreifend, nirgendwo,  
wird das Herz völlig abgelöst.*

Er erlangt Triebfreiheit, das Nibbāna, und ist damit für immer von aller Armut, allen karmischen Schulden frei, dem Daseinskreislauf entronnen.

Wie könnte ich anderen antun,  
was ich selber nicht mag?  
DIE LEUTE AUS VELUDVĀRA  
„Gruppierte Sammlung“ (S 55,7)

Die Reden des Erwachten enthalten zum Teil Gespräche mit Hausleuten, solchen, die im Beruf und in der Familie leben, zum Teil mit Mönchen, die den Reinheitswandel zu ihrer Lebensaufgabe gemacht haben. Entsprechend diesen seinen Gesprächspartnern legt der Erwachte die Lehre dar. Zu den Hausleuten spricht er vorwiegend von den ersten beiden Teilen des achtgliedrigen Weges: von der Gewinnung von Weisheit (rechte Anschauung und Besinnung) und der Tugend. In den Gesprächen mit seinen Mönchen liegt das Schwergewicht seiner Belehrung bei dem dritten Abschnitt des achtgliedrigen Heilsweges: der Vertiefung, die, wenn sie völlig ausgereift ist, das heilende Klarwissen als Frucht bringt, das zur Erlösung führt.

Den Hausleuten zeigte der Erwachte vorwiegend den Weg, wie sie in diesem Leben durch Tugend und Weisheit zu verbesserter innerer Art und dadurch nach dem Tod in himmlische Welt, in bessere Umgebung eintreten können und dort sich weiterentwickeln zu immer hellerem Sein. Aber oft legte er in dieser Darlegung für die dazu Fähigen den Keim für die Einsicht, dass auch die hellsten Daseinsformen keine endgültige Sicherheit bieten, dass es aber die Möglichkeit gibt, von allem Entstehen und Vergehen ganz frei zu werden, den unverlierbaren Heilsstand zu erreichen.

Es war den Indern der damaligen Zeit und ist auch heute noch den meisten Indern im entschiedenen Gegensatz zu dem modernen Menschen selbstverständlich, dass der Tod nur Übergang ist in andere Welt, dass die Wesen nach dem Tod weiterleben, solange sie noch Triebe haben. Sie wissen: Die Triebe sind der Lebensgrund, der Körper ist der Triebe Werkzeug, mit dem die sinnliche Umwelt sinnlich wahrgenommen werden kann. Durch die Qualität der Triebe, wie wir sie haben, wird Menschentum erreicht, indem ein so beschaffenes Wesen



bei menschlichen Eltern Eingang findet und aus den körperlichen Nährstoffen der Mutter einen grobstofflichen Körper aufbaut. Werden die Triebe dieses Wesens im Lauf des Menschenlebens übler, verweigernder und entreißender, so schaffen sich diese üblen, dunklen Triebe in einer entsprechend dunkleren Welt die Möglichkeit, sich zu „inkarnieren“, einen Körper zu verschaffen, mit dem dann die Formen, Töne, Düfte usw. jener Welt erlebt werden. Wer dagegen im Menschenleben seine Triebe verbessert, mehr gewährend und ertragend denkt und handelt, der wird entsprechend der inneren Zugehörigkeit seines Wesens bei himmlischen Wesen Eingang finden und dort himmlisches Wohl genießen.

Es war den Indern selbstverständlich, dass die Triebe das Erleben bestimmen und dass der Körper nur das Werkzeug dieses Wollens ist. Darum bewegte sie nicht nur die Frage des modernen westlichen Menschen: „Wie erreiche ich Sicherheit und Wohlstand bis zum Ende dieses Lebens?“, sondern: „Was muss ich tun, dass ich auch im nächsten Leben Angenehmes, Wohltuendes erlebe?“ Sie rechneten damit, dass der Tag kommen wird, an dem sie in anderer Welt sind, und darum ist es ihnen mindestens ebenso wichtig, auch dann unter glücklichen, hellen, wohltuenden Umständen zu leben, wie es ihnen in der Gegenwart wichtig ist.

Das folgende Gespräch führte der Erwachte vor zweieinhalbtausend Jahren mit den Hausleuten, aber es geht uns heute noch genauso an wie die Bürger damals:

*So hab ich's vernommen. Der Erhabene kam einmal auf der Wanderschaft durch das Land Kosala mit einer großen Schar von Mönchen in ein Kosaler Brahmanendorf namens Veludvāra.*

*Da hörten die brahmanischen Hausleute von Veludvāra: Hört nur, der Asket Gotamo, der Sakyerprienz, der der Herrschaft über die Sakyer entsagt hat, ist auf der Wanderschaft durch das Land Kosala mit einer*

großen Mönchsgemeinde in Veludvāra angekommen. Diesem ehrwürdigen Gotamo aber geht überall der wunderbare Ruf voraus: „Er ist der Erhabene, Heilgewordene, vollkommen Erwachte, der im Wissen und Wandel Vollendete, der zum Heil der Wesen gekommene Kenner der Welt. Er ist der unübertreffliche Lenker derer, die erziehbar sind, ist Meister der Götter und Menschen, erwacht, erhaben. Er hat diese Welt mit allen ihren Geistern, den weltlichen und den reinen, mit ihren Scharen von Asketen und Priestern, Göttern und Menschen in unbegrenzter Wahrnehmung selber durchschaut und erfahren und lehrt sie uns kennen. Er verkündet eine Lehre, die nach Inhalt und Aussage schon von Anfang an hilfreich zum Guten führt und mit ihrer letzten Aussage ganz hinführt zum Heilsstand. Er führt den vollständig abgeschlossenen, lautereren Renheitswandel in der Welt ein.“ Glückliche, wem es vergönnt ist, einen Heiland von solcher Art zu erleben.

Da gingen die brahmanischen Hausleute von Veludvāra zum Erhabenen hin. Dort verbeugten sich einige vor dem Erhabenen und setzten sich zur Seite, andere wechselten freundliche, höfliche Worte und setzten sich zur Seite, wieder andere hoben grüßend die Hände zum Erhabenen und setzten sich zur Seite, andere stellten sich beim Erhabenen mit Namen und Familie vor und setzten sich zur Seite, und einige setzten sich still zur Seite.

Zur Seite sitzend, sprachen jene brahmanischen Hausleute von Veludvāra zum Erhabenen: Wir wünschen, verehrter Herr Gotamo, auch weiterhin das häusliche Leben in enger Gemeinschaft mit Frauen und Kindern zu leben, möchten uns erlesener Wohlgerüche erfreuen, möchten uns pflegen und salben, uns

*an Gold und Silber erfreuen. Und nach der Trennung vom Körper jenseits des Todes möchten wir eine glückliche Lebensbahn haben, in himmlischer Welt wieder erscheinen.*

*Die wir solches wünschen und anstreben, uns möge der ehrwürdige Herr Gotamo solche Lehre weisen, nach der wir auch weiterhin das häusliche Leben in enger Gemeinschaft mit Frauen und Kindern leben können, uns erlesener Wohlgerüche erfreuen können, uns pflegen und salben, uns an Gold und Silber erfreuen können und dann nach der Trennung vom Körper jenseits des Todes eine glückliche Lebensbahn haben, in himmlischer Welt wieder erscheinen können. –*

Dem Buddha ging seinerzeit der oben zitierte Ruhmesruf voraus. Man hörte im ganzen Land von ihm, und wenn er mit seinen Mönchen in die Nähe irgendwelcher Dörfer oder Städte kam, dann kamen Scharen von Bürgern zu ihm, die ihn um Wegweisung baten, um im Samsāra in höhere Welten, zu mehr Wohl zu kommen und womöglich zum endgültigen Heilsstand. Der Ruf, der ihm vorausging, verhiess ja, dass er die Wege zu den Himmelswelten zeigen und aus dem Samsāra heraus zum endgültigen Heilsstand führen könne. Der Inder der damaligen Zeit wusste, dass alle himmlischen Daseinsformen ebenso zum Samsāralabyrinth gehören wie auch die menschliche und die untermenschlichen, dass auch in den höchsten Himmeln kein ewiges Wohl zu finden ist.

Darum fällt auf, mit welchem Nachdruck diese Leute von Veludvāra betonen, dass sie in diesem Leben weiterhin mit ihren Frauen und Kindern das weltliche Leben führen möchten und auch nach dem Tod weiterhin sinnliche Freude und Schönheit in himmlischen Welten erleben wollen.

Viele Menschen der damaligen Zeit ersehnten die endgültige Befreiung im Nirvāna, aber vielen anderen religiösen Menschen erschien dieses Ziel noch sehr fern. Der Erwachte sagt,

dass das Maß von Gier und Hass im Herzen des Menschen auch die Ziele bestimmt, die der Mensch sich setzt, und er unterscheidet, ob die Menschen *viel Staub auf den Augen haben oder wenig*. Aber der Erwachte weiß jedem Hörer das für ihn optimale Maß an Wegweisung und Unterweisung und Ermunterung zu geben, wie seine folgende Unterweisung zeigt:

*Ich will euch, Hausväter, eine für euch passende Wegweisung geben, das hört und achtet wohl auf meine Rede. – Gern, Verehrter –, antworteten die Brahmanen von Veludvāra. Der Erhabene sprach:*

*Da überlegt, Hausväter, der Heilsgänger (ariyasāvako): „Mir ist mein Leben lieb, ich möchte nicht sterben. Ich ersehne Wohl und schrecke zurück vor dem Schmerz. Würde mich einer des Lebens berauben, so wäre das das genaue Gegenteil von dem, was mir lieb und erwünscht wäre. - Wenn aber nun ich einem anderen, dem auch sein Leben lieb ist, der ebenfalls nicht sterben will, sondern auch Wohl ersehnt und vor dem Schmerz zurückschreckt, das Leben rauben würde, so wäre das das genaue Gegenteil von dem, was ihm lieb und erwünscht ist. Wie könnte ich da einem anderen das genaue Gegenteil von dem antun, was mir selber lieb und erwünscht ist?“ Mit solcher Überlegung widerstrebt er dem Töten und bringt auch andere dazu, vom Töten abzustehen. Er redet der Schonung des Lebens das Wort: „Das ist die rechte Lebensführung in Taten“, darüber ist er sich endgültig und vollkommen klar geworden.*

*Und weiter, Hausväter, überlegt der Heilsgänger: „Wenn mir etwas, das ich nicht gegeben habe, durch Diebstahl weggenommen würde, so wäre das das genaue Gegenteil von dem, was mir lieb und erwünscht ist. - Wenn aber nun ich einem anderen in diebischer*

*Absicht nehme, was mir nicht gegeben ist, so wäre das das genaue Gegenteil von dem, was ihm lieb und erwünscht ist. Wie könnte ich da einem anderen das genaue Gegenteil von dem antun, was mir selber lieb und erwünscht ist?“ Mit solcher Überlegung widerstrebt er dem Nehmen von Nichtgegebenem und bringt auch andere dazu, vom Nehmen des Nichtgegebenen abzustehen, er redet dem Abstehen vom Nehmen des Nichtgegebenen das Wort: „Das ist die rechte Lebensführung in Taten“, darüber ist er sich endgültig und vollkommen klar geworden.*

*Und weiter, ihr Hausväter, überlegt der Heilsgänger: „Wenn einer mit meiner Frau Geschlechtsverkehr hätte, so wäre das das genaue Gegenteil von dem, was mir lieb und erwünscht ist. - Wenn aber nun ich mit der Frau eines anderen Geschlechtsverkehr hätte, so wäre das das genaue Gegenteil von dem, was ihm lieb und erwünscht ist. Wie könnte ich da einem anderen das genaue Gegenteil von dem antun, was mir selber lieb und erwünscht ist?“ Mit solcher Überlegung widerstrebt es ihm, in andere Partnerschaften einzubrechen, und er bringt auch andere dazu, dass sie vom Einbruch in andere Partnerschaften abstehen. Er redet dem Abstehen vom Einbruch in andere Partnerschaften und von Verführung Minderjähriger das Wort: „Das ist die rechte Lebensführung in Taten“, darüber ist er sich endgültig und vollkommen klar geworden.*

*Und weiter, ihr Hausväter, überlegt der Heilsgänger: „Wenn einer mich verleumden würde, so wäre das das genaue Gegenteil von dem, was mir lieb und erwünscht ist. - Wenn aber nun ich einen anderen verleumden würde, so wäre das das genaue Gegenteil von dem, was ihm lieb und erwünscht ist. Wie könnte ich da einem anderen das genaue Gegenteil von dem an-*

*tun, was mir selber lieb und erwünscht ist?“ Mit solcher Überlegung widerstrebt es ihm zu verleumden, und er bringt auch andere dazu, nicht zu verleumden, er redet dem Abstehen vom Verleumden das Wort: „Das ist die rechte Lebensführung in Worten“, darüber ist er sich endgültig und vollkommen klar geworden.*

*Und weiter, ihr Hausväter, überlegt der Heilsgänger: „Wenn einer durch Hintertragen mich mit meinen Freunden entzweien würde, so wäre das das genaue Gegenteil von dem, was mir lieb und erwünscht ist. - Wenn aber nun ich einen anderen durch Hintertragen mit seinen Freunden entzweien würde, so wäre das das genaue Gegenteil von dem, was ihm lieb und erwünscht ist. Wie könnte ich da einem anderen das genaue Gegenteil von dem antun, was mir selber lieb und erwünscht ist?“ Mit solcher Überlegung widerstrebt er dem Hintertragen und bringt auch andere dazu, nicht zu hintertragen, er redet dem Abstehen von Hintertragen das Wort: „Das ist die rechte Lebensführung in Worten“, darüber ist er sich endgültig und vollkommen klar geworden.*

*Und weiter, ihr Hausväter, überlegt der Heilsgänger: „Wenn einer mir mit verletzender Rede begegnen würde, so wäre das das genaue Gegenteil von dem, was mir lieb und erwünscht ist. - Wenn aber nun ich einem anderen mit verletzender Rede begegnen würde, so wäre das das genaue Gegenteil von dem, was ihm lieb und erwünscht ist. Wie könnte ich da einem anderen das genaue Gegenteil von dem antun, was mir selber lieb und erwünscht ist?“ Mit solcher Überlegung widerstrebt er verletzender Rede und bringt auch andere dazu, nicht verletzend zu reden, er redet dem Abstehen von verletzender Rede das Wort: „Das ist die rechte Lebensführung in Worten“, darüber ist er sich endgültig*

*tig und vollkommen klar geworden.*

*Und weiter, ihr Hausväter, überlegt der Heilsgänger: „Wenn einer mich mit oberflächlichem Gerede, mit leerem Geschwätz angehen würde, so wäre das das genaue Gegenteil von dem, was mir lieb und erwünscht ist. - Wenn aber nun ich einen anderen mit oberflächlichem Gerede, mit leerem Geschwätz angehen würde, so wäre das das genaue Gegenteil von dem, was ihm lieb und erwünscht ist. Wie könnte ich da einem anderen das genaue Gegenteil von dem antun, was mir selber lieb und erwünscht ist?“ Mit solcher Überlegung widerstrebt er dem oberflächlichen Gerede und leerem Geschwätz und bringt auch andere dazu, von oberflächlichem Gerede und leerem Geschwätz zu lassen, er redet dem Abstehen von oberflächlichem Gerede und leerem Geschwätz das Wort: „Das ist die rechte Lebensführung in Worten“, darüber ist er sich endgültig und vollkommen klar geworden.*

Der Erwachte gibt diesen Hausleuten sieben Tugendregeln, und zwar empfiehlt er ihnen, stets zu bedenken, solche Taten, von denen sie nicht möchten, dass sie ihnen geschähen, auch nicht anderen anzutun. Ein ähnliches Wort haben wir in der christlichen Überlieferung: *Was ihr wollt, das euch die Leute tun sollen, das tuet ihnen auch.*

Dieser Gedanke entspricht dem natürlichen Empfinden des aufmerksamen Menschen. Wenn er einführend ist im Umgang mit anderen, dann kann er nicht anderen etwas antun wollen, das er selber auch nicht erfahren möchte. Er weiß, dass hinter jedem menschlichen Antlitz auch menschliche Anliegen wohnen, wie er sie bei sich selber kennt. Hier spricht der Erwachte also mit den Hausleuten über eine Haltung, die wir in unserem Inneren auch selbst für gut und richtig halten und wozu wir uns manchmal in unseren besseren Stunden auch aufgerufen fühlen. Er macht ihnen diese Haltung bewusst und empfiehlt

sie ihnen zur Meditation, zum öfteren Bedenken.

Es geht also bei den sīla, den Tugendregeln, nicht nur um das äußere Tun: nicht töten, nicht stehlen, nicht in andere Partnerschaftsverhältnisse einbrechen, nicht verleumden, nicht hintertragen, nicht verletzende Worte gebrauchen und kein leeres Gerede - sondern um die dahinterstehende Gemüthsaltung, die des Mitempfindens. Es ist ja ein Unterschied, ob ich mir sage: „Ich will nicht töten, ich will nicht stehlen“ und dabei nur an das Nichttun denke, oder ob ich denke, wie es der Erwachte hier empfiehlt: „So wie ich nicht sterben mag, wie es für mich entsetzlich wäre, wenn da eine Waffe gegen mich gezückt würde, wie mir die Haare zu Berge stehen, wenn ich nur daran denke - so geht es jedem, ob Mensch oder Tier.“

Wer nur den äußeren Akt, nicht zu töten, nicht zu stehlen usw. im Auge hat, der tut je nach Herausforderung oder Versuchung doch noch manches Üble. Wer aber im Herzen verankert hat: „Allen geht es wie mir, mir geht es wie allen. Er ist auch einer, der genauso wie ich glücklich sein möchte“, - der empfindet mit dem Mitwesen, fühlt mit ihm, darum kann er ihm nichts Unliebes antun.

Diese Herzenshaltung des Nicht-mehr-schädigen-Wollens bedarf keines jeweils neuen Willensentschlusses mehr (der bei einer starken Herausforderung vielleicht doch zusammenbricht), sondern ist entstanden aus dem Gefühl der Gemeinsamkeit mit den anderen. Die Lebensführung ist erst dann recht, wenn die innere Gesinnung, das Herz, durch diese Übung immer reiner wird. Wir können auf die Dauer nicht Taten tun, die anders sind als unser Herz. Wir können gelegentlich unter besonders guten oder schlechten Einflüssen etwas tun, das viel besser oder viel schlechter ist, als wir im Durchschnitt im Gemüt sind, aber auf die Dauer tun wir das, was unserer Gemütsart entspricht. Und soweit diese nicht gewandelt ist, so weit können unsere Taten auch nicht gewandelt sein.

Diese vom Erwachten empfohlene Übung, bei allen die Mitwesen schädigenden Handlungen, an die wir denken oder



die wir gar beabsichtigen, sofort vor Augen zu haben, wie es uns schmerzlich wäre, wenn wir an der Stelle des Geschädigten wären, entfernt uns im Lauf der Zeit krampflos von allen nur ichbezogenen Taten, die die Gefühle der anderen nicht berücksichtigen. Durch die konkreten Gedanken: „Es ist menschlich, den Tod zu fürchten, seinen Besitz behalten zu wollen, so wie ich es will, will es auch der andere; jeder hat seine Leiden, seine Not, seine Angst und seine Schmerzen. Wir lechzen alle nach Wohl - wir sitzen alle im gleichen Boot“ - durch solche häufig gepflogenen Gedanken wächst der Mensch zur Vorstellung der Ich-Du-Gleichheit.  
*Schopenhauer* sagt darüber:

*Bei jedem Menschen, mit dem man in Berührung kommt, unternehme man nicht eine objektive Abschätzung desselben nach Wert und Würde, sondern man fasse allein seine Leiden, seine Not, seine Angst, seine Schmerzen ins Auge. Da wird man sich stets mit ihm verwandt fühlen, mit ihm gleichfühlend sein und statt Hass oder Verachtung Mitleid mit ihm empfinden.*

Dazu aber gehört Besonnenheit. Nur mit Besonnenheit sieht und behält man im Blick, was allen Wesen eigen ist: die Wünsche und Hoffnungen, die Leiden und Nöte der anderen - sie sind wie meine.

Die normale Denkgewöhnung verleitet dazu, die begegnenden Wesen nach sympathisch und unsympathisch zu unterscheiden, an die Fehler des anderen zu denken, dass er das und das nicht hätte tun sollen usw. Die Übung besteht nun darin, diese Denkgewöhnung abubrechen mit den Gedanken: „Ich bin ja auch alles andere als vollkommen. Ich habe Mängel und der andere hat Mängel. Ich wünsche Wohl, und der andere sucht genauso wie ich Wohl, wird gestoßen, steckt viel Leid ein - wie ich. Wir sind Geworfene, sind wie arme Bettler, die auf Habenwollen und Seinwollen angewiesen sind. Wir sind alle gleicher Natur, sind Brüder.“

Natürlicherweise hat der Mensch seine eigenen Interessen vor allem anderen im Sinn, denn was ihm angenehm oder unangenehm ist, das *fühlt er unmittelbar in sich*. Was er aber dem anderen an Angenehmem oder Unangenehmem antut, das kann er nie unmittelbar fühlen, weil man nur seine „eigenen“ Gefühle fühlt. Darum stehen die eigenen Interessen ganz unmittelbar vornan. Die Empfindungen der anderen, denen man etwas antut, kann man höchstens „nachfühlen“, d.h. man denkt sich in die Situation des anderen hinein, so als wenn man sie selber erlebte. Dann weiß man: Was mir nicht lieb ist, ist dem anderen ebenfalls nicht lieb.

Ein *chinesisches* Wort sagt:

*Wenn du hörst, dass jemand über einen anderen schlecht redet, dann sollte dir dieses so schmerzhaft sein, als ob jemand dich mit Nadeln in den Rücken stechen würde.*

Als ob man dir etwas antäte - so musst du für den anderen, wenn ihm etwas angetan wird, mitempfinden. Das ist Ich-Du-Gleichheit: die Aufhebung des Naturgesetzes, dass man das bei sich gefühlte Gefühl bevorzugt vor den gewussten, aber nicht gefühlten Gefühlen der anderen. In dem Maß, wie ich die Mitwesen mir gleichsetze, in dem Maß, wie ich Ich-Du-Gleichheit entwickle, in dem Maß, wie ich bei allen meinen Empfindungen sofort weiß: „So empfindet jeder“ - in dem Maß kann ich gar nicht mehr in meinem Interesse etwas tun wollen, das irgendjemand anderem wehtun würde. Wenn ich richtig mit dem anderen fühle, kann ich ihm nicht weniger zukommen lassen wollen als mir.

Je höher man dagegen sein Ich auf den Thron setzt, egozentrisch ist, nur sich sieht, um so mehr „sündigt“ man, übertritt alle Tugendregeln, um so mehr kann man dem anderen Gewalt antun, sei es, dass man ihm das Leben nimmt, ihn beraubt, seine Ehe zerstört, ihn barsch anfährt oder verleumdet, in seiner Abwesenheit schlecht von ihm spricht usw. Aus Selbstbevorzugung, aus Nächstenblindheit schädige ich den anderen,

bewusst oder unachtsam. Wenn man aber im Mit-dem-anderen-Fühlen gewachsen ist, dann empfindet man, dass da nicht nur ein Ich ist, sondern ein Wir, und dieses Wir wird allmählich größer, bis man sich nicht mehr herausnimmt. Der mitempfindende Mensch geht zarter, rücksichtsvoller durch die Welt, nirgends mehr störend. Ihm ist wohl, wenn niemand gestört, belastet wird durch ihn.

Der Erwachte sagt, dass ein Mensch, der sein inneres Leben und die möglichen geistigen Entwicklungen kennt, öfter von der Sehnsucht bewegt wird: „Möchte ich doch aus dem grauen Missmut ganz herauskommen.“ Ein Mensch, der in seinem Wesen missmutig grau in grau ist, öde und leer, keine innere Freude hat, der ist auf die äußeren Sinneseindrücke angewiesen, braucht Anreiz und Freude von außen. Wer aber innerlich hell ist durch Wohlwollen gegenüber den Interessen anderer, dem schwindet aller Missmut, alles Hämisches, Niedrige, Gehässige, das wie dunkles Gewölk das Gemüt belastet. Ihm wird wohler. Er ist weniger abhängig von äußeren Erlebnissen, weil die Haltung des Mitempfindens unmittelbar wohl tut. Er ist weniger im Austausch mit der Welt, sondern bei sich selbst.

Ein solcher hält sich gern öfter vor Augen: „Sieh, nun bist du in dir froh, hell, zuversichtlich und glücklich, viel unabhängiger vom Außen.“ Das ist das Eingangstor zur beglückenden Sammlung. Zur Zeit des Erwachten haben viele hell gesinnte Hausleute die ersten Grade der Entrückung erfahren, denn sie waren stark im Mitempfinden mit den anderen und vermochten nicht, andere zu schädigen. So haben sie in diesem Leben großes inneres Wohl erworben und haben sich durch ihre helle innere Art den himmlischen Wesen verwandt gemacht, so dass sie nach dem Tod auch großes himmlisches Wohl erfahren: widerstandslose Erfüllung der jeweiligen Wünsche und umgeben von Wesen, die erfüllt sind von dem Bestreben, auch die anderen ebenso glücklich zu wissen, wie sie selber sind.

In A VIII,36 heißt es:

*Ein Mensch, bei dem die Einhaltung der Tugendregeln und die Freigebigkeit (dāna) nur schwach entwickelt sind, der wird unter Menschen in ärmlichen Verhältnissen wiedergeboren; ein Mensch, bei dem die Einhaltung der Tugendregeln und die Freigebigkeit besser entwickelt sind, wird in glücklichen Verhältnissen unter den Menschen wiedergeboren. Je mehr aber in einem Menschen die Einhaltung der Tugendregeln und die Freigebigkeit entwickelt sind, in um so höheren, helleren, herrlicheren sinnlichen Himmeln wird er wiedergeboren.*

Hier wird außer den Tugendregeln auch noch die Freigebigkeit genannt. Ein Mensch, der die Tugendregeln einhält aus Mitempfinden mit dem anderen, der kann nicht selbstsüchtig geizig sein, weil er nicht nur an sich denkt und an sein grobmaterielles Wohlbefinden, sondern mit den anderen empfindet. Er wird so viel tun wie er kann, auch materiell, um die Not anderer zu beheben, weil er sie fühlt, wie wenn er in Not wäre.

Wer also zu himmlischen Wesen empor gelangen will, der muss nach dem Gesetz der Wahlverwandtschaft schon hier das sittliche Niveau der himmlischen Wesen erreichen nach den Worten von *Angelus Silesius*:

*Mensch, wird das Paradies  
in dir nicht erstlich sein,  
so glaube mir gewiss,  
du kommest nimmer drein.*

Wie sie nach dem Tod in himmlische Welt kämen - danach haben die Brahmanen von Veludvāra den Erhabenen gefragt, und das hat ihnen der Erhabene erklärt. - Aber das himmlische Glück währt nicht ewig. So begehrenswert den Hausleuten eine Wiedergeburt in einer Himmelswelt ist - dem Tieferblickenden kann eine solche Wiedergeburt auf die Dauer nicht genügen. Selbst die Götter der höchsten Brahmawelt werden, wenn ihre Lebensdauer abgelaufen oder der Schatz ihrer Verdienste verbraucht ist, wieder in den Strudel des Kreislaufs der

Wiedergeburten hineingerissen, in welchem auch sie nicht nur wieder Menschen werden, sondern noch unter das Menschentum sinken können.

Die vorgenannten sieben sīla – Betragensweisen im menschlichen Leben – führen im Zusammenhang mit dem ihnen zugrundeliegenden hochherzigen Mitempfinden ganz sicher in übermenschliche, himmlische Welt. So sagt es der Erwachte in vielen Reden und Wegweisungen an seine Schüler, und so weiß es, wer die Existenz erkannt und durchschaut hat, bei sich selber. Aber da auch das himmlische Leben nicht ewig währt und da auch die erworbenen sieben hochherzigen Betragensweisen nicht für alle Ewigkeit erworben sind, sondern sich wandeln und verlorengelassen werden können und auf die Dauer ganz sicher verloren gehen (*wer genießt, der vergisst*), so erweist sich, dass die Wegweisung, die der Erwachte den Brahmanen bisher gegeben hat, noch nicht ausreichend ist für ewige Sicherheit.

Wer die kühle Unerbittlichkeit des Karmagesetzes durchschaut hat, der weiß, dass er in jenen höheren Welten wie auch in allen Dunkelheiten und Tiefen schon ungezählte Male war und dass er, solange ihm eine ganz bestimmte klare Einsicht fehlt, diesen Kreislauf der Wiedergeburten durch alle Höhen und Tiefen nur immer wieder und immer weiter durchlaufen muss. Er weiß, dass jene Brahmanen, die jetzt den Er wachten nach den Wegen zur himmlischen Welt fragen, innerhalb ihrer unausdenkbar vielen früheren Leben schon ungezählte Male religiöse Wegweiser nach den Wegen zu himmlischer Welt gefragt haben und in himmlische Welt gelangt sind und wieder herabgesunken sind zu Menschentum und Untermenschlichem - und er weiß auch, dass jene Brahmanen ganz so, wie sie jetzt den Erhabenen fragen, so auch in absehbarer Zukunft - wenn sie durch tugendhafte Bemühung in diesem irdischen Leben in himmlische Welt gelangt sein werden und viele Male nacheinander in himmlische Welt gelangt sein werden und danach doch wieder abgesunken sein werden - dass diese Brahmanen dann irgendwann wieder einen Heilslehrer um die Wegwei-

sung zu himmlischer Welt bitten werden, also wieder vor der gleichen Frage stehen.

Aus diesem Grund nennt er nun den Brahmanen von Veludvāra noch vier weitere Eigenschaften, mit welchen begabt ein Mensch nie mehr unter das Menschentum herabsinken kann und außerdem in menschlicher oder übermenschlicher Welt höchstens noch siebenmal aufkreuzt, um dann das ewige Heil im Nirvāna für endgültig zu gewinnen:

*Er hat endgültige Klarheit über den Erwachten und dadurch Befriedung erlangt: „Das ist wahrlich der Erhabene, Heilgewordene, vollkommen Erwachte, der im Wissen und Wandel Vollendete, der Rechtgegangene, der Welt Kenner. Er ist der unübertreffliche Lenker derer, die erziehbar sind, ist Meister der Götter und Menschen, erwacht, erhaben.“*

*Er hat endgültige Klarheit über die Lehre und dadurch Befriedung erlangt: „Richtig dargelegt ist vom Erhabenen die Lehre, unmittelbar einleuchtend, zeitlos; sie lädt ein: „Komm und sieh selbst!“; sie führt hin, ist vom Einsichtigen bei sich selbst erfahrbar.“*

*Er hat endgültige Klarheit über die Gemeinde der Heilsgänger und dadurch Befriedung erlangt: „Recht geht beim Erhabenen die Gemeinde der Heilsgänger vor; auf dem geraden Wege geht beim Erhabenen die Gemeinde der Heilsgänger vor; zum Ausweg geht beim Erhabenen die Gemeinde der Heilsgänger vor, nämlich als die vier Paare von Menschen nach den acht Arten von Menschen. Sie ist, wahrlich, würdig der Verehrung, würdig, Unterhalt zu empfangen, würdig der Gaben, würdig des ehrfurchtsvollen Grußes, der beste Boden in der Welt für ein Wirken mit guten Folgen.“*

*Ihm eignen Tugenden, wie sie die Geheilten empfehlen: die unübertrefflichen, die frei machen, zur Eini-*

*gung führen und darum von den Geheilten gepriesen werden; er strebt ihre lückenlose, unverfälschte, unverbogene, ungebrochene, hanglose Einhaltung an.*

*Wenn da nun, ihr Hausväter, der Heilsgänger im Besitz dieser sieben rechten Eigenschaften ist und im Besitz dieser vier wünschenswerten Zustände, so kann er, wann immer er mag, sich selber sagen: „Endgültig ausgelöscht ist für mich die Hölle, endgültig ausgelöscht der Tierschoß und das Gespensterreich, nicht mehr bin ich dem Abweg ausgesetzt. Ich bin in die Heilsströmung eingetreten und gehe unabänderlich der vollen Erwachung entgegen.“ –*

*Nach dieser Rede sprachen die brahmanischen Hausleute von Veludvāra zum Erhabenen: Wunderbar, o Herr, wunderbar, o Herr. Zum erhabenen Herrn Gotamo nehmen wir Zuflucht und zur Lehre und zur Gemeinde der Heilsgänger. Als seine Nachfolger möge uns der Herr Gotamo betrachten, die von heute an für zeitlebens Zuflucht genommen haben. –*

Wer die Lehre kennt, der weiß, dass die hier vom Erwachten genannten vier Eigenschaften als die „vier Merkmale des Heilsgängers“ oder „vier Glieder des in die Heilsströmung Gelangten“, des sotāpanno, bezeichnet werden. (D 33 u.a.) Immer wieder erklärt der Erwachte, dass einer - der sich die hier zuerst genannten drei tiefen Einsichten *bis zur endgültigen Klarheit und Befriedung* und als viertes jene besondere Art von Tugenden erworben hat - mit eben diesem Erwerb über alle normalen Wesen, die menschlichen, untermenschlichen und übermenschlichen, endgültig hinausgewachsen sei, ein *auf das Wahre, das Vollkommene ausgerichteteter Mensch (sappurisa)* geworden sei, da er das Ausgangstor aus dem Samsāra, das Tor zum Nirvāna, endgültig erkannt und erblickt habe und im Auge behalte und sich

ihm unentwegt nähere und nicht mehr abirren könne, weil ihm endgültig und in letzter Klarheit aufgegangen sei der Schrecken des Samsāra und die Sicherheit des Nirvāna.

Von diesem hohen geistigen Stand sind die meisten der Brahmanen von Veludvāra noch unvergleichlich weiter entfernt als von den vom Erwachten zuvor genannten sieben hohen Tugenden. Ja, die Brahmanen mögen zum Teil gar keine Ahnung haben, worum es sich hier bei diesen vier Eigenschaften handelt.

Die erste der vier Eigenschaften bedeutet ja, dass der Mensch nach den Worten des Erwachten im Lauf der Zeit innere *Klarheit und Befriedung* darüber erlangt habe, dass der Erwachte, der ihnen jetzt gegenüber sitzt, tatsächlich ein Heiliger, ein Heilgewordener ist und vollkommen erwacht. Es geht hier nicht um ein einfaches Vertrauen oder um einen Glauben, dass der Erwachte so sei, wie die Eigenschaften es beschreiben, vielmehr hat der Mensch auf dem Weg dieser inneren Entwicklung zum Heilsgänger mehrere solcher geistiger Veränderungen und Erfahrungen durchlaufen, die ihn nun erst zu diesem sicheren Urteil, ja, Wissen, befähigen und ebenso zu dem folgenden:

Die zweite Einsicht ist gewonnen mit der endgültigen Klarheit über den vollkommenen Heilscharakter der Lehre.

Die dritte Eigenschaft bedeutet, dass man sich aus der langjährigen Erfahrung mit sich selber unverlierbar klar geworden ist über die vom Erwachten erwähnten „Vier Paare von Menschen“, d.h. über die vier Entwicklungsstadien des Heilsgängers: Stromeingetretener, Einmalwiederkehrer, Nichtwiederkehrer, Geheilte (jeweils die Erreichung des Heilsgrades und das Wissen darum = 8 Arten von Menschen). Das aber ist erst möglich, wenn man durch seine eigene Erfahrung bei seiner Umwandlung zum Heilsgänger zutiefst begriffen hat: In allen möglichen Daseinsformen und Welten führen nur diese vier Entwicklungsstadien aus allem Leiden schrittweise heraus bis zur vollständigen Geborgenheit. Dagegen sind alle Bestrebungen und Unternehmungen aller Wesen, die noch nicht in diese



vierstufige Entwicklung eingetreten sind, vergeblich und müssen vergeblich bleiben - es sei denn, dass die Bestrebungen gerade auf den Anfang dieses Wegs hinführen, so dass einer dann auch die vier Entwicklungsphasen an sich vollziehen kann.

Die vierte Eigenschaft ist gewonnen, wenn ein solcher Heilsgänger, welcher das Endziel des Nirvāna immer mehr im Blick hat, in seinem gesamten Verhalten im Begegnungsleben allmählich dahin wächst, in mitempfindender, teilnehmender, rücksichtsvoller Weise zu handeln und zu reden, ohne auf die karmischen Folgen daraus in dieser oder jener Welt zu setzen, sondern über alles Begegnungsleben hinaus die Einigung des Herzens anstrebt, aus deren Vollendung eben jenes heilende Klarwissen hervorgeht, das zum Nirvāna führt.

Jene Brahmanen in ihrer jetzigen Beschaffenheit verstehen kaum, worum es sich bei diesen Eigenschaften handelt, geschweige denn, dass sie Gewissheit darüber hätten, dass und inwiefern jene Eigenschaften dem Erwachten oder der Lehre oder den Heilsgängern eignen.

Und der Weg, um zu diesem Verständnis zu kommen, ist auch kein Weg von Tagen oder Wochen, sondern für die meisten ist es ein Wachstum von Jahren oder Jahrzehnten, *es ist ein Weg der Übung, der Übung in Tugend und in Weisheit.*

Wer die hier genannten sieben Tugenden aufmerksam gelesen und sich selbst und sein inneres Wesen damit verglichen hat, der sieht die Entfernungen, die zurückzulegen sind, um so zu werden. - Darum ist die Übung in *Tugend* erforderlich.

Und die Übung in *Weisheit* muss mit der Übung in Tugend Hand in Hand gehen, obwohl sie eine vollständig andere Übung ist. - Die oben vom Erwachten genannten *vier Merkmale des in die Heilsströmung Gelangten* kann sich kein Mensch und kein Gott in anderer Weise erwerben als durch die vom Erwachten ausdrücklich genannten Eigenschaften (D 33):

*Umgang mit auf das Wahre, das Vollkommene ausgerichteten Menschen,*



*die heilende Lehre hören,  
aufmerksame Beobachtung der Herkunft der Erscheinungen,  
den der Wirklichkeit gemäßen Einsichten entsprechend  
sich wandeln und umbilden.*

Allein auf diesem viergliedrigen Weg lassen sich die oben genannten „vier Merkmale des in die Heilsströmung Gelangten“ erwerben. Darum muss dieser viergliedrige Weg richtig verstanden werden.

\*

### 1. Umgang mit auf das Wahre, das Vollkommene ausgerichteten Menschen (*sappurisa samseva*)

Wir kennen das deutsche Sprichwort „Sage mir, mit wem du umgehst, so will ich dir sagen, wer du bist.“ Dieses Wort gilt in einem noch viel tieferen Sinne von dem hier gemeinten *Umgang*. Das zeigt sich an der zweiten der hier genannten vier Eigenschaften, die den Zweck des Umgangs mit solchen Menschen bezeichnet, nämlich: die heilende Lehre zu hören. Diese heilende Lehre kann man nur von einem sappurisa vermittelt und verständlich erläutert bekommen, von keinem anderen sonst. Wer ist ein solcher sappurisa?

Der erste und größte Mensch, für den diese Bezeichnung gilt, ist der Buddha selber. - Danach folgen die Geheilten (*arahanta*), diejenigen also, die durch die Belehrung des Buddha und durch rechte Nachfolge den Heilsstand endgültig gewonnen haben. Auch diese sind sappurisa. - Danach folgen die Nichtwiederkehrer (*anāgāmī*), danach die Einmalwiederkehrer (*sakadāgāmī*) und zuletzt die in die Heilsströmung Gelangten (*sotāpanna*).

Der sotāpanno ist die Anfangsstufe der sappurisa, der endgültig in die Heilsströmung Gelangten. Auch er besitzt jenen Anblick der Schrecken des Samsāra und der Sicherheit des Heilsstandes, der unwiderstehlich zum Abbau aller an den Samsāra bindenden Fesseln und Verstrickungen führt, durch

den er nie mehr unter das Menschentum gelangen kann und darüber hinaus nach spätestens sieben Leben endgültig das Nirvāna erreicht.

Diese Menschen zählen zu den sappurisa. Sie alle besitzen jene höchste, das Dasein durchschauende Erkenntnis, die es ihnen unmöglich macht, in den alten Verstrickungen weiterhin zu verweilen, so dass ihr gesamtes weiteres Bemühen in nichts anderem besteht als in der Ablösung und Auflösung der gesamten Verstrickungen, einer nach der anderen.

Der Umgang mit solchen Personen ist die erste Bedingung für die Heilsgewinnung. Denn nur von solchen Personen kann man diese entscheidende Erkenntnis gewinnen und damit jene Willenswendung, die aus den Daseinsverstrickungen herausführt.

Hier ist noch ein Wort für uns Heutige erforderlich. Denn mancher Leser wird mit Sorge daran denken, dass solche „sappurisa“, wenn überhaupt vorhanden, doch wohl nur sehr dünn gesät sein werden und dass es schwer sein wird, solche heutzutage im Osten oder Westen zu entdecken und noch schwerer, sie als solche zu erkennen, zumal der Erwachte darauf aufmerksam macht, dass nicht alle Früchte, die reif aussehen, auch reif seien.

Bei dieser Sorge brauchen wir aber nicht lange zu verweilen. Denn wir dürfen davon ausgehen, dass der gesamte „Korb der Lehrreden“ (suttapitaka), die fünf großen Sammlungen der bis zu uns gelangten Pālireden, fast ausschließlich von den größten sappurisa dieser Welt - dem Buddha und seinen wahnversiegten Mönchen - gesprochen und gelehrt worden sind - und dass darum unser gewissenhafter und ernsthafter Umgang mit diesem Schatz die volle Erfüllung der ersten der oben genannten vier Bedingungen bewirkt und damit zugleich auch die zweite Bedingung:

## 2. Die heilende Lehre hören (*saddhamma savanam*)

Unter allen Heilslehrern, die je unter den Wesen erschienen sind und erscheinen werden, sind die einzigen die Erwachten,

die Buddhas, welchen es gelungen ist, das sogenannte „Leben“, so wie wir es leben und wie es die Götter, Dämonen und Tiere leben, bis zum Grunde zu durchschauen als ein Spiel von fünf sich gegenseitig bedingenden, schiebenden und erzeugenden Komponenten in unvorstellbarer Variationsbreite. Alle „lebendigen“ Szenen, die irdischen, himmlischen und unterweltlichen, die seligen und die entsetzlichen, bestehen nur aus diesen fünf.

Was den naiv dahinlebenden Wesen als eben „das lebendige Leben“ erscheint, das offenbart sich dem durchdringenden Blick als ein in gegenseitiger Bedingtheit fortlaufendes Auftauchen und Abtauchen von Formen (1) (darunter wird alles Sichtbare, Hör-, Riech-, Schmeck- und Tastbare verstanden) und Gefühlen (2), die wahrgenommen (3) werden. Darauf entwickelt sich dort, wo alle Wahrnehmungen zusammenlaufen und gespeichert sind - im Geist (*mano*) - eine Aktivität (4) im Denken, Reden und Handeln, die immer nur darauf aus ist, dass die wohltuenden Dinge möglichst immer wieder wahrgenommen werden und die schmerzlichen Dinge möglichst nicht mehr wahrgenommen werden.

Diese Aktivität (4) spielt sich von jeder Geburt an durch Wiederholung und Einübung ein, wird programmiert, und daraus entwickelt sich die Aktivitätsgewöhnung, die programmierte Wohlerfahrungssuche (5) (*viññāna*) als das „Perpetuum mobile“, als „die endlose Bewegtheit“, als das Schwungrad aller Aktivität, als der pausenlose Bewegte des Denkens, Redens und Handelns der Wesen, der von sich aus gar nicht mehr stillstehen kann.

Dieses Menschenleben besteht wie auch jedes himmlische und untermenschliche Leben aus nichts anderem als aus der Wahrnehmung (3) von begegnenden Formen, Tönen, Düften, Schmeck- und Tastbarem (1) und den stets begleitenden Wohl-Wehe-Gefühlen (2). Darauf antwortet sogleich die Aktivität (4), die auf die Erlangung des Angenehmen und auf die Vermeidung des Unangenehmen aus ist. Diese Aktivität (4) spielt sich ein, wird gewöhnt, wird zum Aktivitätsprogramm, zur

programmierten Wohlerfahrungssuche (5), die so, wie sie jeweils programmiert ist und durch fortgesetzte neue Eindrücke jeweils etwas umprogrammiert wird, ununterbrochen weiterlaufen muss unter ständigem Einsatz der Körperwerkzeuge bis zu deren Verschleiß und Untergang, die sie dann verlässt und sich neue schafft - ohne Ende - ohne Ende.

Die wahre, heilsträchtige Lehre, die in den vier vom Erwachten aufgezeigten Heilswahrheiten zusammengefasst ist, entwirft das eben skizzierte Bild vom sogenannten Leben als einem seelenlosen, mühseligen und schmerzlichen geistmechanischen Zusammenwirken jener fünf „Zusammenhäufungen“, die ununterbrochen von der programmierten Wohlerfahrungssuche weiterhin zusammengehäuft werden, solange der Mensch darüber im Unwissen bleibt.

Aber gerade diese Einsicht, dass das von der programmierten Wohlerfahrungssuche gesteuerte Herumirren seelenlos, leidvoll und ausweglos ist - diese in den Geist gelangende neue, der Wirklichkeit gemäße Einsicht (*paññā*) wird nun in diesem Spiel blinder Kräfte zur obersten, zur maßgeblich lenkenden Instanz, welche dem Schwungrad programmierte Wohlerfahrungssuche seine bisherige Antriebskraft allmählich immer mehr entzieht, bis es zur Ruhe kommt. Das Ausrollen dieser programmierten Wohlerfahrungssuche (5) bis zum Stillstand - das ist der Weg zum Nirvāna.

Aber damit es durch das häufige Hören oder Lesen der heilenden Lehre zu diesem entscheidenden Verständnis kommen kann, ist die dritte Bedingung erforderlich:

### 3. Aufmerksame Beobachtung der Herkunft der Erscheinungen (*yoniso manasikāra*)

Der Erhabene sagt (M 43), dass die heilende rechte Anschauung, d.h. diejenige, welche mit gesetzmäßigem Zwang in die Entwicklung zum Nirvāna hineinzieht, bedingt ist

1. *durch die Stimme eines anderen*, d.h. durch die Mitteilung seitens eines sappurisa. Das geschah früher zur Zeit des Bud-

dha nur mündlich, ist aber heute durch Lesen der Lehrreden möglich.

2. *durch die aufmerksame Beobachtung der Herkunft der Erscheinungen.*

Unter den „Erscheinungen“ werden die vorhin näher beschriebenen fünf Zusammenhäufungen verstanden. Wer von den vielen darüber handelnden Lehrreden des Erwachten immer ausführlicher und bis ins Einzelne gehend vernommen hat, dass und inwiefern diese fünf Zusammenhäufungen sich gegenseitig bedingen, die eine die andere nach sich zieht, und wie sie als die Daseinskomponenten „Ich“ und „Welt“ komponieren, dem stellt sich nun die Aufgabe, diese Tatsache an sich selber und in sich selber zu beobachten. Letztlich besteht unser Leben aus nichts anderem als dem Auf und Ab jener fünf Zusammenhäufungen in ununterbrochener Folge, aber der von dem blinden wohlsuchenden *viññāna* gelenkte Mensch (der die heilende Wahrheit noch nicht hat) erkennt nicht das Spiel dieser fünf, sondern achtet auf die wohltuenden und die schmerzlichen Erscheinungen, strebt danach, die wohltuenden zu erlangen und die schmerzlichen zu vermeiden. Dieser Mensch ist und bleibt dem Schwungrad *viññāna*, der programmierten Wohlerfahrungssuche, ausgeliefert in ständig wandelnden Szenen bei ständig wechselnden Körpern und Wahrnehmungsebenen.

Wer aber, bewaffnet mit den gründlichen Aussagen des Erhabenen über diese Zusammenhänge, nun seinen eigenen inneren Haushalt zu beobachten beginnt, die angenehmen und unangenehmen Wahrnehmungen und die sofort aufkommende Neigung, zu den angenehmen hin- und von den unangenehmen fortzustreben, der beginnt, bei sich die Kraft der programmierten Wohlerfahrungssuche zu entdecken, die blinde Determiniertheit seines gesamten Wollens und Handelns. Er erkennt, dass er überhaupt nicht in eigener Entscheidung souverän lebt, sondern dahingerissen wird von der blinden Wucht dieses Schwungrades, von Tat zu Tat, von Erleiden zu Erleiden, in ständigem Wechsel der Körper und der Daseinsebenen. Indem

diese Einsicht aus eigener beharrlicher Beobachtung der inneren Vorgänge in ihm zum Durchbruch kommt, da wird er zum sappurisa. Darum heißt es in S 22,122:

*Ein Mönch, der tugendhaft ist, kann, wenn er gründlich auf die Wandelbarkeit, Schmerzlichkeit und Ichlosigkeit der fünf Zusammenhäufungen achtet, in die zum Heilsstand ziehende Strömung gelangen.*

Vorhin wurde gesagt, dass der sappurisa das Ausgangstor aus dem Samsāra, das Tor zum Nirvāna, endgültig erblickt und erkannt habe, im Blick behalte und sich ihm unentwegt nähere und nicht abirren könne, weil ihm endgültig und in letzter Klarheit aufgegangen sei der Schrecken des Samsāra und der Heilscharakter des Nirvāna. - Zu diesem Stand gelangt, wer das Spiel der fünf Zusammenhäufungen so wie beschrieben durchschaut.

#### 4. Den der Wirklichkeit gemäßen Einsichten entsprechend sich wandeln und umbilden *(dhammānudhamma-patipatti)*

Darüber braucht nicht mehr viel gesagt zu werden: Dass einer, der zu dieser Einsicht gekommen ist, sich daraufhin in seinem gesamten Zuwenden, Abwenden und Verhalten wandelt und umbildet, das geschieht mit gesetzmäßigem Zwang: So wie der wahnbefangene Mensch zwangsläufig dem vermeinten Wohl nachlaufen und das vermeinte Wehe fliehen muss und durch sein Nichtwissen über das wahre Wohl und Wehe eben immer im Leiden bleibt, so muss der wissende Mensch nach dem gleichen Gesetz nun das wahre Wohl anstreben und das wirkliche Leiden endgültig hinter sich lassen. Über die Wege, wie das zu geschehen hat - es handelt sich immer um den achtgliedrigen Heilsweg - unterrichten die Lehrreden in vielfältigster Weise.

Die Brahmanen waren, als sie die Wegweisung des Buddha

hörten, bei dem größten sappurisa, den es in der Welt gibt. Aber sie wollten von ihm nicht die heilende Lehre hören, den Weg zum Heilsstand, der unvergänglich ist und bleibt, sondern nur die Wegweisung zu himmlischem Dasein, zu zeitlich vorübergehendem Wohl.

Der Wunsch der Brahmanen zeigt dem Erwachten, dass diese im Augenblick für die heilende Lehre nicht empfänglich sind. Darum schweigt er von dieser - aber indem er den Brahmanen neben jenen sieben Tugendübungen noch die vier Eigenschaften (des in die Heilsströmung Gelangten) nennt und den Brahmanen sagt, dass ein mit diesen vier Eigenschaften Begabter sich als endgültig gesichert vor der Unterwelt ansehen darf und unabänderlich der vollen Erwachung entgegengeht, da macht er sie mit eben dieser Bemerkung darauf aufmerksam, dass die glückliche Lebensbahn, die sie nach dem Tod in himmlischer Welt anstreben, noch keine endgültige Sicherheit vor dem Abweg und vor den Schrecken des Samsāra gibt, sondern dass noch Weiteres erworben werden muss.

Und da die Brahmanen die Wegweisung des Buddha mit großer innerer Zustimmung aufgenommen haben und zu ihm als seine Anhänger Zuflucht genommen haben, so werden sie den Hinweis auf jene vier zu erwerbenden Eigenschaften nicht vergessen und werden in weiterem Umgang mit dem Buddha und mit seinen vielen Mönchen im Lauf der Jahre auch die höchste Lehre des Erwachten, den Ausgang aus dem Samsāra, kennenlernen - und manche von ihnen mögen ihn dann auch gehen. - So hat der Erwachte den Wunsch der Brahmanen nach jener beschränkten Wegweisung erfüllt und hat gleichzeitig denjenigen, die nach ihrem geistigen Zuschnitt zum Verständnis des Heilsstandes fähig sind, die Spur aufgezeigt, in deren Verfolgung sie den Heilsstand allmählich immer besser verstehen und erlangen.



VIER ARTEN DES GEBENS  
ALS GRUNDLAGE DER EINTRACHT  
„Angereichte Sammlung“ (A IV,32, A VIII,24 u.a.)

Geben und Tugend, die ersten Lehren des Erwachten

Wenn sich Menschen an den Erwachten wandten mit der Frage, was heilsam und was unheilsam sei, dann antwortete er sehr oft mit einer fünffach gesteigerten Belehrung (M 56, 91 u.a.) mit dem Wortlaut:

*Und ich führte ihn in fortschreitendem Gespräch in die Wahrheit ein,*

- 1. sprach mit ihm zuerst über das Geben;*
- 2. sprach danach über die Tugend als tauglichen Lebenswandel;  
es gibt eine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens;*
- 3. sprach danach über die Wege zu himmlischer Welt;*
- 4. sprach danach über das Elend sinnlichen Begehrens und über den Segen vollständiger Begehrensfreiheit.*
- 5. Wenn ich sah, dass der Hörer (durch die bisherige immer tiefer gewordene Belehrung) im Herzen bereit, hell, unbehindert, erhoben, beruhigt worden war, dann gab ich die Lehre, wie sie den Erwachten eigen ist, die Lehre über das Leiden, die Leidensursache, die Auflösung, den Weg zur Leidensaufhebung.*

Über Geben und Tugend sprach der Erwachte also als erstes und weckte in den Hörern Freude und Begeisterung über eine Lebensführung, die von Geben und Tugend bestimmt ist, Eintracht unter den Menschen zur Folge hat und sich in der Familie, der nächsten Umgebung, am stärksten auswirkt und allen wohl tut. Die folgenden Verse aus dem berühmten *Mangala-Sutta*, „Das höchste Glück im Leben“ (Sn 262,263), die heute noch bei jeder Ansprache von Mönchen an Hausleute rezitiert werden, bringen dies besonders zum Ausdruck:

*Gut Vater, Mutter unterstützen,  
Fürsorglichkeit (sangaho) für Frau und Kind,  
Beschäftigung konfliktfrei, niemand'm schadend:  
das, wahrlich, ist das größte Glück.*

*Freigebigkeit und rechte Lebensführung,  
Fürsorglichkeit (sangaho) für die Verwandten,  
im Tun und Reden tadelfrei:  
das, wahrlich, ist das größte Glück.*

Ein solches Verhalten ist nicht selbstverständlich. In der Begegnung mit anderen Wesen werden die Triebe des Herzens geweckt, werden wach, melden ihr Anliegen und reagieren mit Lust und Ärger. Aus diesen Emotionen heraus handelt und redet der Mensch dann unbedacht ohne Rücksicht auf die Interessen der Mitwesen oder schiebt sogar mit vollem Bewusstsein die Interessen der Mitwesen beiseite. Später leidet er unter den Folgen solchen Handelns und Redens sowohl durch die Reaktion der Mitwesen wie durch eigene Gewissensvorwürfe. Darum nennt der Erwachte als ersten Damm gegen die Rücksichtslosigkeit Geben und Tugend. Die Einhaltung der Tugendregeln erfordert eine gewisse Beschränkung und Zügelung der hemmungslosen und rücksichtslosen Verfolgung der „eigenen Interessen“ bei der Auseinandersetzung mit der Umwelt. Es ist die Auferlegung einer Selbstzucht zugunsten des Nächsten, die Entwicklung einer Haltung, die wir als „Gemeinsinn“ bezeichnen können, die Entwicklung sozialer Triebe.

Vielleicht mag hier mancher aufhorchen und mag denken, dass die Pflege sozialer Triebe doch zu einem „Aufgehen in der Gemeinschaft“ führen könne und damit die Entwicklung zum *samādhi* und gar zum Nirvāna verhindern könne und dass dagegen derjenige, der die Tatsache des *anatta*, der Nichtichheit der fünf Zusammenhäufungen, begriffen habe, alles Ergreifen ablegen wolle und darum von Geselligkeit zurücktreten und Meditation betreiben wolle.

So aber wäre diese hier genannte Haltung sehr missverstanden, denn sie hat nichts zu tun mit einem Aufgehen in der Gemeinschaft und einer Pflege der Geselligkeit. Der Angelpunkt, um den es in der Läuterung geht, ist das, was wir im Westen als Ego bezeichnen. Dem unwissenden Menschen ist sein Ich wie eine Festung, die dauernd gefährdet und darum verteidigt und gesichert werden muss. Darum zieht er an sich heran und ergreift, was ihm nur irgend dazu geeignet und erforderlich erscheint, ist vorwiegend auf Nehmen, auf Vermehren des Besitzes eingestellt und sehr viel weniger auf Geben.

Alle Weisen der Welt jedoch sagen übereinstimmend, dass gerade dieses Ansich-Reißen und Erraffen und Für-sich-haben-Wollen des Ich, das der Sicherung dienen soll, der Quell aller Unsicherheit und allen Leidens ist. Der in dieser Weise um Sicherung bemühte Mensch achtet nicht der Mitwesen. Er hat den Blick hauptsächlich auf sich selbst, auf die eigene Interessensphäre gerichtet und verfolgt nur die vor Augen liegenden Objekte seines Begehrens, ohne zu erkennen, dass ihr Erlangen weitgehend vom Gewähren der Mitwesen abhängt.

Ein Mensch jedoch, der sein Ich nicht als eine Festung ansieht, die er vor anderen verteidigen und schützen muss, der den anderen zu sich hereinlässt, der ihn aufnimmt, ihm gewährt, wessen er bedarf in dem Maß seines Vermögens, der erfährt durch das reaktive Wohlwollen der Mitwesen eine Sicherung, die unvergleichlich größer ist als die Sicherung durch tote Objekte.

Der Erwachte nennt vier Grundlagen der Eintracht zur Überwindung von Feindschaft und Rivalität, als Mittel dazu, vom eigenen Ich zurückzutreten, die Bedürfnisse des anderen zu sehen und möglichst zu erfüllen. Die dadurch gewonnene Harmonie mit allen beglückt unmittelbar und gibt Kraft zu weiterem Streben.

Vier Grundlagen der Eintracht <sup>24</sup>  
(A IV,32 = D 31)

*Vier Grundlagen der Eintracht gibt es, ihr Mönche.  
Welche vier?*

1. *Geben (dāna),*
2. *liebevolle Worte (peyyavajja)*
3. *Wohltun und Helfen (attha-cariyā: attha = gut, hilfr  
reich, verdienstvoll, cariyā = Lebensführung)*
4. *Ich-Du-Gleichheit (samān-atta-tā: samāna=gleich,  
atta=Ich, tā=Abstraktum-Endung)*

*Gaben sowie liebe Worte,  
andren wohltun, ihnen helfen,  
andre gleich sich selbst ansehen,  
da und dort bei allen Dingen  
ein sich fühlen in den and'ren  
– das nur hält die Welt zusammen,  
Achsen gleich bei einem Wagen.*

*Gäb es diesen Anhalt nicht mehr –  
Mütter sorgten nicht für Kinder,  
Achtung, Ehrfurcht gäb es nicht mehr,  
Vaters- nicht noch Kindespflichten.*

Ein Wagen ist nur dann ein Wagen, wenn unter seiner Karosserie, unter seinem Aufbau, an seinen Achsen Räder angebracht sind. Die Wagenachsen sind die Stütze, der Zusammenhalt für Räder und Karosserie. Gäbe es am Wagen keine Achsen, dann gäbe es keinen Halt für die Räder und für das Oberteil des Wagens, das den Innenraum für den Lenker und die Lasten enthält. Wie die Achsen die Stütze für Räder und

---

<sup>24</sup> sangaho, wörtlich: Grundlagen für den Zusammenhalt (zwischen den Wesen)

Karosserie sind, so sind die vier Grundlagen der Eintracht die Stützen für ein friedvolles, harmonisches Miteinander mit den Mitwesen. Und so wie ein Wagen ohne Achsen in seine Einzelteile auseinanderfallen würde, so würden Familie und Freundschaften ohne die vier Grundlagen der Eintracht auseinanderfallen, es würde Not und Erbitterung, Groll, Zank und Streit herrschen, weil jeder nur an die Wahrung seiner Interessen denkt und nicht an die Interessen anderer.

Einer der berühmtesten Anhänger zur Zeit des Erwachten, den der Erwachte als ersten derjenigen Hausväter pries, die die vier Grundlagen der Eintracht pflegten, war der Prinz Hatthako aus Ālavi. Ein Gespräch zwischen ihm und dem Erwachten ist berichtet in A VIII,24:

*Einst weilte der Erhabene bei Ālavi, am Hauptschrein der Ālaver. Da begab sich Hatthako aus Ālavi mit einem Gefolge von fünfhundert Anhängern zum Erhabenen, begrüßte ihn ehrfurchtsvoll und setzte sich zur Seite nieder. Der Erhabene sprach zu ihm:*

*Groß, wahrlich, Hatthako, ist deine Gefolgschaft. Wie hältst du denn eine solche Menschenmenge einträchtig und in Frieden zusammen? –*

*Durch die vom Erwachten aufgezeigten vier Grundlagen der Eintracht, o Herr, halte ich eine so große Gefolgschaft einträchtig und in Frieden zusammen. Von wem ich da nämlich weiß, o Herr, dass er durch Gaben zu befrieden ist (sangahetabbo), den befriede (sanganhāmi) ich durch Gaben. Von wem ich weiß, dass er durch liebevolle Worte zu befrieden ist, den befriede ich durch liebevolle Worte. Von wem ich weiß, dass er durch Helfen und Wohltun zu befrieden ist, den befriede ich durch Helfen und Wohltun. Von wem ich weiß, dass er durch Einfühlung (Ich-Du-Gleichheit) zu befrieden ist, den befriede ich durch Ich-Du-Gleichheit (indem ich mich in ihn einfühle). Aber*

*auch Reichtum, o Herr, besitze ich in meinem Hause, denn auf einen Armen glaubt man nicht in dieser Weise hören zu müssen. –*

*Gut, gut, Hatthako! Du hast die Grundlagen erworben, eine so große Menschenmenge einträchtig und in Frieden zusammenzuhalten. Alle diejenigen, die in der Vergangenheit eine große Menschenmenge zusammenhielten, sie alle hielten sie durch die vier Grundlagen der Eintracht zusammen. Und auch alle diejenigen, Hatthako, die in der Zukunft eine große Menschenmenge zusammenhalten werden, sie alle werden sie durch die vier Grundlagen der Eintracht zusammenhalten. Und auch diejenigen, Hatthako, die jetzt in der Gegenwart eine große Menschenmenge zusammenhalten, sie alle halten sie durch die vier Grundlagen der Eintracht zusammen. –*

*Hatthako aus Ālavi, durch das Gespräch mit dem Erhabenen belehrt, angeregt, ermutigt und ermuntert, erhob sich von seinem Sitz, begrüßte den Erhabenen ehrerbietig, ging rechts herum und entfernte sich. Kurz nachdem Hatthako gegangen war, wandte sich der Erhabene an die Mönche:*

*Wisset, ihr Mönche, dass Hatthako aus Ālavi acht außerordentliche, wunderbare Eigenschaften besitzt: Er hat Vertrauen, ist tugendhaft, schämt und scheut sich, Übles zu tun, hat viel Wissen, ist freigebig, weise und bescheiden. Wisset, ihr Mönche, dass Hatthako aus Ālavi diese acht außerordentlichen, wunderbaren Eigenschaften besitzt. –*

Und auch über die Wiedergeburt des Prinzen Hatthako in hohen himmlischen Welten gibt es einen Bericht (A III,128):

Als Hatthako jung starb, war er ein Nichtwiederkehrer<sup>25</sup> und wurde bei den Reinhausigen Göttern in der Welt der Reinen Form wiedergeboren. Eines Nachts erschien er strahlend dem Erhabenen im Siegerwald:

*Einst weilte der Erhabene im Jetahain, bei Sāvattḥī, im Kloster des Anāthapindiko. Da begab sich in fortgeschrittener Nacht Hatthako, der Göttersohn, zum Erhabenen, und in herrlicher Gestalt erstrahlend, erhellte er den ganzen Jetahain. Angekommen, wollte er vor dem Erhabenen stehen bleiben, doch er sank nieder, brach zusammen, konnte sich nicht aufrecht halten.*

*Da sprach nun der Erhabene zu Hatthako, dem Göttersohn: Nimm, Hatthako, eine gröbere Selbstgestaltung an! –*

*Ja, o Herr!–, erwiderte Hatthako, der Göttersohn, dem Erhabenen, nahm eine gröbere Selbstgestaltung an, begrüßte ehrerbietig den Erhabenen und stellte sich zur Seite hin. Und der Erhabene sprach zu Hatthako, dem Göttersohn:*

*Besitzest du, Hatthako, auch jetzt noch jene Eigenschaften, die du als Mensch besessen hattest? –*

*Jene Eigenschaften, o Herr, die ich als Mensch besaß, die besitze ich auch noch jetzt. Aber auch solche Eigenschaften besitze ich jetzt, o Herr, die ich als Mensch nicht besaß. Gleichwie da jetzt der Erhabene inmitten von Mönchen, Nonnen, Anhängern und Anhängerinnen, Fürsten, Ministern, Asketen und Asketenschülern lebt, so bin ich, o Herr, von Göttern umge-*

---

<sup>25</sup> d.h. er hatte fünf Verstrickungen aufgehoben: Glaube an Persönlichkeit, Daseinsbängnis, das Begegnungsleben überschätzen, Sinnenlustwollen und Antipathie bis Hass und kehrte darum nicht wieder in die Sinnensuchtwelt zurück.

*ben. Selbst von weit her, o Herr, kommen die Götter, um bei Hatthako, dem Göttersohn, die Lehre zu hören.*

*In drei Dingen unersättlich und unermüdetlich bin ich gestorben, o Herr. In welchen dreien? Im Anblick des Erhabenen unersättlich und unermüdetlich bin ich gestorben. Im Anhören der guten Lehre unersättlich und unermüdetlich bin ich gestorben. Im Aufwarten der Mönchsgemeinde unersättlich und unermüdetlich bin ich gestorben.*

Auch aus eigener Rückerinnerung berichtet der Erwachte über die langanhaltenden guten Folgen der Pflege der vier Grundlagen der Eintracht (D 30):

*Weil eben der Vollendete in früherer Geburt, in früherem Dasein, in früherem Bestande, wie er vor Zeiten Mensch geworden war, mit Hilfe der vier Grundlagen zur Eintracht für den Zusammenhalt zwischen den Menschen gesorgt hat, nämlich durch Gaben, liebevolle Worte, durch Helfen und Wohltun und dadurch, dass er die anderen als sich gleich ansah – weil er solches Wirken angehäuft, aufgehäuft, immer noch vermehrt hat, ist er nach Versagen des Körpers, jenseits des Todes, auf gute Lebensbahn, in himmlische Welt gelangt.*

*Von dort abgeschieden, zu dieser Welt wiedergekehrt, hat er dann diese zwei Merkmale eines großen Menschen, dass die Hand- und Fußflächen weich anzufühlen sind und ihm eine Bindehaut zwischen Fingern und Zehen gewachsen ist wie ein Netz. Mit diesen Merkmalen begabt, wird er, wenn er im Haus bleibt, König oder Kaiser, und wenn er aus dem Haus in die Hauslosigkeit zieht, ein Erwachter. Ein König geworden, erlangt er nun was? Gut verträglich ist seine Umgebung, gut vertragen sich bei ihm Priester und Bürger, städtische sowie ländliche. Ein Erwachter geworden, erlangt er nun was? Gut verträglich ist seine Umgebung, gut vertragen sich bei ihm Mönche und Nonnen, Anhänger und Anhängerinnen, Götter*



*und Menschen, die Asuras, Schlangengeister und Himmelsboten.*

Das ist die Auswirkung des Karmagesetzes, der geistige Kausalzusammenhang zwischen dem, was ein Mensch will und tut, und dem, was er wahrnimmt. Je nach seinem Willen und Tun wird über kurz oder lang seine Wahrnehmung, sein Erleben. Die Welt, die wir erleben, ist bereits die Ernte unseres bisherigen Wirkens in Gedanken, Worten und Taten. Sie ist nicht eine objektive Gegebenheit an sich, die unabhängig von uns bestünde und die wir nun nach unseren Wünschen ausbauen könnten, sondern sie ist die auf für uns verborgenen Wegen, daher heimlich-unheimlich entstandene Ernte unseres Wirkens.

Ein Leben, das sich mir gewährt, also in allen Dingen wohltuend ist, ist nur dadurch zu erreichen, dass ich gewähre oder auf jeden Fall gewährende Gesinnung pflege. Und wenn ich in meinen Unzulänglichkeiten ertragen werden möchte, erreiche ich es nur dann, wenn ich andere, so gut es mir möglich ist, ertrage. Und wenn ich erleben möchte, dass mir nicht zu viel abverlangt und verweigert wird und dass Entreißen überhaupt nicht vorkommen soll, dann muss eigenes Verlangen, Verweigern und Entreißen abnehmen.

#### Die vier Grundlagen der Eintracht – eine Übung zur Einebnung der Ich-Du-Spaltung

Wir wissen, dass es im Bereich des Habenwollens, des Verlangens, auf sinnlichem Gebiet eine wirklich heile Situation nicht geben kann. Da gibt es nur vorübergehendes relatives Wohl. Daher gilt für den, der Unbeständigkeit, Zerbrechlichkeit überwinden will, das Verlangen, das sinnenhafte Anliegen aufzugeben, zu überwinden. Dazu nennt der Erwachte verschiedene Wege. Der eine ist, bei aufsteigendem Verlangen das Elend der Sinnendinge zu betrachten. Ein anderer sagt: Ich will im Umgang mit den Mitmenschen an deren Wünsche

denken, ihre Wünsche erfüllen, dann vergesse ich meine Wünsche von selber. Je mehr man liebend anderen hilft, um so weniger hat man Zeit für sich selber und vergisst viele eigene Wünsche – die meisten Mütter stehen in dieser Aufgabe und können sie noch erheblich erweitern. Wer sich einige Jahre bemüht hat, vorwiegend zu dienen, anderen zu helfen, Freude zu machen, der kann beobachten, dass er nach einigen Jahren selbst viel weniger Bedürfnisse hat. Eine Menge der kleinen Dinge, die man glaubt, haben zu müssen zu der Zeit, in der man hauptsächlich auf sich achtete, hat man vergessen, man weiß gar nichts mehr davon. Das ist der Weg, durch den Hinblick auf die Bedürfnisse des anderen, durch liebendes Helfen eigenes Verlangen zu mindern.

Die vier Grundlagen der Eintracht sind eine Steigerung der liebenden Gesinnung. Welchen Einfluss hat das Gabengeben auf den, der sich daran gewöhnt zu geben? Das Verlangen wird geringer. Der Gebende trennt sich von dem, was er gibt. Man kann nicht gleichzeitig starkes Verlangen nach einer Sache haben und sie gleichzeitig fortgeben. Der Gebende wächst in die Gesinnung des Gewährens hinein.

Wie wird der Täter durch liebevolle Worte beeinflusst? Das Geben ist längst nicht so sehr an die Gesinnung gebunden wie echte liebevolle Worte. Man kann liebevolle Worte nicht mit entreißender, verweigernder Gesinnung sprechen, sondern nur mit liebevoller Gesinnung. Durch liebevolle Worte fördert sich der Täter selber. Er möchte vielleicht ganz etwas anderes tun. Trotzdem nimmt er sich die Zeit für liebevolle Worte. Damit mehrt er in sich ertragende, gewährende Gesinnung und mindert Verweigern und Entreißen.

Wer durch Geben, durch liebevolle Worte und durch Wohltun und Helfen an liebevoller Gesinnung zugenommen hat, wenig Verlangen kennt, entreißende und verweigernde Gesinnung gar nicht kennt, der hat ein Verständnis für andere entwickelt, empfindet ihre Nöte als die seinen. Für ihn verschmelzen Ich und Du, er erlebt das Zusammenfallen von Ich und Du, die höchste Grundlage der Eintracht. Diese Haltung führt zur

Praxis der Liebe-Strahlung. Die vier Grundlagen der Eintracht sind vier Etappen auf dem Weg, vier Grade einer immer größeren Intensität der Auflösung der Ich-Du-Perspektive. Diese führt letztlich zur Aufhebung von Vielfalt überhaupt, zur Weltüberwindung, zur Herzenseinigung.

#### Die erste Grundlage der Eintracht: Gaben geben

Geben ist immer dort angebracht und erforderlich, wo Bedürftigkeit und Not sich zeigen, die man mit Gaben vorübergehend mehr oder weniger lindern und mildern oder auch beheben kann. Nie ist bisher innerhalb der Welt die Not völlig aufgehoben worden – sie kann nur aufgehoben und überwunden werden durch das Hinauswachsen über die Welt, durch ihre Überwindung, aber immer ist sie durch Mildtätigkeit, durch Geben gemindert und gelindert worden.

Wenn ein Schiff ein Leck bekommen hat, dann ergeben sich sofort zwei sehr verschiedene Aufgaben. Die erste vorrangigste Aufgabe ist das ununterbrochene Ausschöpfen des nachströmenden Wassers, um das Schiff vor dem sofortigen Sinken zu bewahren. Aber wenn nicht gleichzeitig auch die Hauptaufgabe, die endgültige Beseitigung des Lecks und damit die endgültige Rettung des Schiffes, gelöst wird, dann muss auf die Dauer das Schiff doch untergehen.

So ist die Minderung und Linderung oder vorübergehende Behebung der Not dem Ausschöpfen des immer neu hereinströmenden Wassers zu vergleichen. Die vollkommene Überwindung der Not erst gleicht der Ausbesserung des Lecks, sie erst ist die endgültige Sicherung, und es bedarf keiner Frage, dass es zuletzt immer um die endgültige Aufhebung aller Not gehen muss. Aber wäre nicht bis dahin immer wieder augenblickliche Not gelindert, so wären die Wasser längst über unseren Köpfen zusammengeschlagen, und wir wären in einem Chaos, in dem es nur Grauen und Entsetzen, äußerstes und ausschließliches Leiden gäbe, und damit wäre die Not eine sehr viel größere und vollständige geworden.

Darum sprechen wir hier von der Linderung der Not, vom rechten Geben.

Wir wissen, dass aus vielerlei Gründen, mit vielerlei Absichten und in vielerlei Weisen gegeben wird, dass also sehr unterschiedliche Gesinnungen dahinterstehen. Wir können diese Unterschiede in zwei große Gruppen einteilen. Zu der ersten Gruppe zählen alle diejenigen Menschen, welche da abgeben, und zu der zweiten zählen diejenigen, welche mitgeben.

Wer beim Geben auf seinen Besitz schaut, der sieht, wie davon etwas abgeht, wenn er dem Mitwesen gibt: der gibt also ab. Wer aber beim Geben den Blick nicht auf seinen Besitz, sondern auf die Not des Mitwesens gerichtet hat, der gibt aus Mitleid mit den Mitwesen, den Leidenden; ein solcher Geber schaut weg von seinem Besitz: der gibt etwas von sich selber auf und gibt damit etwas hin für den anderen, er gibt ihm etwas mit auf seinen Weg.

Wer in dem Gedanken gibt, dass andere es sehen und anerkennen möchten, wer also auf Ruhm und Lohn rechnet, der beachtet, in welchem Verhältnis die Aussicht auf Ruhm und Lohn zu seinem Abgeben steht, der achtet auf seinen Besitz. Er gibt ab, gibt nicht mit.

Wer da gibt, weil der Bittende ihm lästig ist oder weil die Not des Nächsten so offensichtlich ist, dass sie ihn mahnt, ihn bedrückt und ihm den Genuss seines Besitzes beeinträchtigt – auch der hat seinen Blick nicht auf die Bedürfnisse des Nächsten, sondern auf seine eigenen Wünsche, seine Bequemlichkeit, seinen eigenen ungestörten Genuss und damit auf seine eigenen Bedürfnisse gerichtet. Der möchte den Besitz selber genießen und würde viel lieber daran festhalten, und nur sehr notgedrungen gibt er von diesem jetzt etwas ab.

Ganz anders steht es um einen Menschen, der aus mitfühlendem Herzen gibt, der sich vor den Sorgen und dem Kummer des Mitwesens nicht verschließen mag, dem die Not des Mitwesens zur eigenen Not wird, die ihn nicht ruhen lässt, wenn er nicht zur Linderung beiträgt. Ein solcher Mensch, der

also nicht oder kaum zwischen seinen Bedürfnissen und denen des Mitwesens unterscheidet, dem der andere kein Fremder, sondern ein Mitmensch ist, der gibt mit, wenn er gibt. Sein Geben ist ein Mitteilen, und sein Mitteilen und Mitgeben geschieht in der Absicht, zu helfen und wohlzutun.

Wir brauchen nicht lange zu fragen, was vollkommener sei: Wenn wir zwischen unserer und der Not des Mitwesens nicht unterscheiden, wenn wir geben, um in unserer Umgebung, soweit wir dazu beitragen können, Harmonie und Frieden zu fördern, dann ist das edler, erhellender, wohltuender, hilfreicher und heilsamer, für den Gebenden und auch für den Empfangenden.

Es ist hier nicht gemeint, dass der Einzelne alle wirtschaftlichen Bedenken und alle Planungen für die Zukunft außer Acht lassen solle und gedankenlos gebe, bis er selber arm und hilfsbedürftig geworden wäre.

Der Erwachte warnt denjenigen, der in Haus und Familie lebt, ebenso vor der Verschwendung wie vor dem Geiz. Es ist also nicht die Rede von einem törichtem Außerachtlassen der vorhandenen Lebensbedingungen. Weder das eine noch das andere Extrem ist gemeint: Es geht um den heilsamen mittleren Weg, es geht darum, ob der Schwerpunkt unseres Bedenkens bei der Sehnsucht aller lebenden Wesen nach Glück und Frieden oder bei unserer eigenen Sucht nach sinnlichem Genuss, bei unserem Verlangen und Anhängen am toten Besitz weilt. Der Hinblick erst, die unserem Tun zugrunde liegende Gesinnung ist entscheidend.

Welche von diesen beiden Haltungen fällt uns wohl schwerer? – Hier kommt es ganz auf die schon zur Gewöhnung gewordene Art und Gesinnung des Menschen an: Wer aus einem mitempfindenden Herzen die Not des Mitwesens lindern will, ist glücklich und froh, wenn er mitgeben kann. Dabei denkt er, solange es nicht unbedingt nötig ist, kaum an seinen eigenen Besitz, ja, er kann darüber die Sorge um das eigene Hab und Gut fast vergessen. Zum Leben brauchen wir keinen gewaltigen Turm, kein Schloss, keinen großen Palast: ein festes

Haus oder eine gute Wohnung genügt. Das wird auch der mitfühlendste Geber sich zu erhalten suchen, soweit er diesen mittleren Weg verstanden hat.

Wer aber nicht auf die Not des Mitwesens sieht, sondern nur auf die Minderung seines Besitzes, der sieht es besorgt dort abbröckeln, und wenn die Minderung auch nur ganz gering ist und sein verbleibender Besitz noch riesengroß, er fürchtet doch den Verlust. Einem solchen fällt das Mitgeben unendlich viel schwerer als das Abgeben. Aber er kann zu der Fähigkeit des Mitgebens allmählich erwachsen. Diese zu erwerben, gelingt nicht ohne Mühe, die für den einen größer, für den anderen geringer sein wird, je nach der Beschaffenheit des Herzens. Doch kann ein jeder vom Abgeben zum Mitgeben kommen, wenn er sich übt im liebenden Hinblick auf die Mitwesen. Und er wird sehen, dass sein Mitgeben aus liebender, heller, zugewandter Gesinnung mehr beglückt und mehr Not lindert als das Abgerungene, und er wird sehen, dass aus diesem Geist des Wohlwollens in seiner Umgebung eine Insel der Freundschaft und des Vertrauens entsteht. Unser gegenwärtiges und unser zukünftiges Erleben, unser Diesseits und Jeneseits, wird einzig und allein bestimmt durch die Reinheit oder Dunkelheit der uns innewohnenden Kräfte, durch unsere Gesinnung, die all unser Tun lenkt. Aus einem guten Menschen – ob dieser sich Christ oder Buddhist oder Moslem nennt – wird immer auch etwas Gutes hervorgehen und wird über ihn und seine Umgebung Erleichterung und Erhellung bringen. Und aus einem schlechten Menschen – ob er sich Christ oder Buddhist oder Moslem nennt – wird immer auch schlechtes Wirken hervorgehen, das über ihn und über seine Umgebung Elend und Dunkelheit bringt.

So erkennen wir, dass Mitgeben sehr viel edler ist als Abgeben. Aber doch ist Abgeben immer noch weit besser als Festhalten. Denn wer zunächst durch weniger edle Motive, etwa im Hinblick darauf, dass es ihm im nächsten Leben besser gehe, zum Geben kommt, der erfährt durch solches Handeln Dankbarkeit und Freude in seiner Umwelt. Damit erfährt

er etwas bisher noch nicht Erfahrenes, etwas Tieferes, Feineres. Durch solches Erleben, das von jedem Wesen als angenehm, als wohltuend und beglückend empfunden wird, kann dann ein solcher Mensch dazu kommen, dass er von nun an gibt um dieser Reaktion der Mitwesen willen, um ihrer Dankbarkeit und Freude willen. So können die Motive sich wandeln, die Gesinnungen sich ändern, und so können wir auch zu einer Gesinnung des Herzens erwachsen, in welcher uns durch den Hinblick auf die Mitwesen das Mitgeben immer selbstverständlicher wird und wir uns immer mehr von der Ich-Bezogenheit lösen.

Der Erwachte berichtet von einem seiner früheren Leben, in dem er Überfluss hatte an Gold und Edelmetalle, dass er sich aber dem Genuss dieser Reichtümer dennoch nie hingegen habe, sondern einfach gelebt und am Geben Freude gehabt habe. Er habe dann erlebt, was in der Welt als ein Wunder gilt, was in Wirklichkeit jedoch nur gesetzmäßige Folge solchen Verhaltens ist: er wurde um so reicher, je mehr er gab. Die Fürsten, die Priester, die reichen Bürger: alle kamen und wollten ihm als dem König und Herrscher freiwillig Steuern bringen. Er aber antwortete ihnen, dass sie ihr Geld und Gut behalten sollten und von ihm noch dazu mitnehmen, soviel sie wollten, denn er habe volle Schatzkammern.

Wenn einer am Geben Freude hat, dann bekommen auch die anderen – vor allem die nächste Umgebung – auf die Dauer Freude an solchem Tun. Diese Haltung breitet sich mehr und mehr aus, und die Folge davon ist, dass sich immer mehr Menschen gegenüberstehen, die gern geben, jedoch wenig bedürfen, so dass alle im Überfluss leben. Wo aber jedes Wesen viel bedarf, wo jeder haben und keiner geben will, da entsteht auch bei objektiv größten Mengen Mangel und Not.

Der Erwachte nennt in vielen Reden die guten Folgen des Gebens, z.B. in A V,34:

*General Siho besuchte den Erwachten und fragte: Kann man, o Herr, die Frucht, die das Geben im jetzigen Leben bringt,*

*kurz aufzeigen? – Das kann man, Siho –, sprach der Erhabene. Wer gibt, wer ein Meister im Geben ist, der ist bei vielen Menschen beliebt und gern gesehen. Das ist eine Frucht des Gebens im jetzigen Leben.– Ferner suchen einen, der gibt, der ein Meister im Geben ist, gute, rechte Menschen auf. Das ist eine Frucht des Gebens im jetzigen Leben. – Weiter verbreitet sich über einen, der gibt, der ein Meister im Geben ist, ein guter Ruf; auch das ist eine Frucht des Gebens im jetzigen Leben.– Weiter tritt ein solcher – in welche Gesellschaft er sich auch begibt, in eine Gesellschaft von Adligen oder brahmisch Lebenden oder Bürgern oder Pilgern – mit innerer Sicherheit und Unbefangenheit auf; auch das ist eine Frucht des Gebens im jetzigen Leben. – Endlich erscheint einer, der gibt, der ein Meister im Geben ist, nach dem Versagen des Körpers, jenseits des Todes, auf guter Bahn wieder, in himmlischer Welt; das ist eine Frucht des Gebens in jenseitiger Welt.*

Die erste segensreiche Folge:

*Man ist bei vielen Menschen beliebt und gern gesehen.*

Mag man manchmal auch erleben, dass durch reichliches Geben die Bittenden oder Bettelnden zunehmen, so kann man ja doch unterscheiden, wo wirkliche Not ist und wo nicht. Auf jeden Fall empfindet der hochsinnige Mensch Freude an der Befreiung anderer Wesen aus Not und Verlegenheit. Ihm gilt die innere Helligkeit und Gestimmtheit seines Gemüts durch das Geben mehr als alles, was ihm in der sinnlichen Welt geboten werden kann.

Der hochsinnige Mensch weiß auch, dass es mehr die zuwendende Gemütsart ist, die ihn dem anderen lieb macht, und die auch, wenn er allein ist, den Wohlklang seines Gemüts ausmacht, nicht in erster Linie die materielle Gabe. Sicherlich gibt es Empfänger der Gabe, die für die gute Gemütsart des Gebers keinen Blick und keinen Sinn haben und nur auf die Gabe blicken, aber deswegen lässt der Geber sich nicht irritieren. Und selbst der grobe Empfänger empfindet bei einem solchen Geber nicht nur die Befriedigung über die äußere Ga-



be, sondern gewinnt eine leise Ahnung von der zuwendenden Gemütsart des Gebers.

So sagt der Inder *Asvaghosa*:

*Wer Wohltun übt, wird allgemein geliebt,  
von den Sanftmütigen und Guten  
wird er als Freund geschätzt,  
und voll ruhiger Freude ist im Tode sein Herz.*

Die zweite segensreiche Folge:

*Man wird von guten Menschen aufgesucht.*

Der Gabenspender zur Zeit des Erwachten trug durch diese Haltung auch fast immer zu seiner geistigen Förderung bei, denn weise Mönche erkannten ihn bald als hochsinnig und belehrten ihn gern über die tieferen geistigen Zusammenhänge, so dass er auf dem Weg seiner inneren Läuterung sicherer und gewisser wurde.

Wenn wir auch heute im Westen nicht auf Grund des Spendens mit besonderer geistiger Fürsorge von Mönchen rechnen können, so erfahren wir durch das rechte Geben doch bei uns eine Erhellung und Befriedung des Gemüts. Und diese Gemüthaltung wiederum bringt ein unmittelbares Verständnis der Lehre mit sich beim Lesen der Reden wie auch beim Nachdenken. Es ist bekannt, dass der Geizige und Neidische auch sein Denken und Verstehen hemmt und der Wahrheit schwerer zugänglich ist als der Mitempfindende, der sich und anderen Freude macht durch das Geben.

Die dritte segensreiche Folge:

*Ein guter Ruf verbreitet sich über den Gabenspender.*

Wenn durch das Geben auch manche Menschen sich an ihn wenden, die die Hilfe nicht nötig haben, so weiß er sie bald von den wirklich Notleidenden zu unterscheiden. Er verachtet nicht die einen und bevorzugt nicht die anderen mit seinen Gaben, aber bei den Feinersinnigen verweilt er lieber.

Die vierte segensreiche Folge:

*In der Öffentlichkeit tritt der Gabenspende sicher und unbefangen auf.*

Wir wissen, wie uns zumute ist, wenn wir etwas Unwürdiges getan haben. Unser eigener Richter, das heißt unser besseres Wissen („Gewissen“) und unser besserer Sinn verurteilt uns. Wir wissen zwar, dass die meisten Menschen unserer Umgebung nichts davon wissen und auch in einer Versammlung wahrscheinlich keiner anwesend ist, der darum weiß, dennoch spüren wir den Schatten über uns.

Dagegen weiß jeder Mensch, wie ihm wenigstens eine Zeitlang zumute ist, wenn er einem anderen Menschen eine echte innere oder äußere Hilfe aus Not und Verlegenheit geleistet hat und darüber hinterher weder Reue empfunden noch dem Hochmut Raum gegeben hat. Es wird eine Zeitlang in ihm hell, er fühlt sich wohl und frei. So sagt *Hilty*:

*Oft bringt einfach Geben die Freudigkeit hervor,  
welche das direkteste Gegenmittel gegen alle  
Depressionen des Gemütes ist.*

Wer nur selten Gaben spendet, der empfindet diese Erhellung noch eine Zeitlang nach der Tat. Wer aber ein dem Geben geistig zugewandter Geber ist und sich darum bei jeder Gelegenheit nach seinen Kräften so verhält, dessen Sinn ist unbewölkt. Mit wem er auch spricht, er weiß, dass er nichts zu verbergen braucht und sich geben kann, wie er ist. Darum eben ist er frei in jeder Versammlung. Es ist ein wesentlicher Unterschied, ob man beim Geben oder sonstigem Helfen denkt: „Siehe, ich bin ein Gebender, der den anderen hilft“ oder ob man gibt und hilft in der Vorstellung: „Ich merke, dieser hat das und das Anliegen, empfindet so und so. Dieses Anliegen soll jetzt genau so, wie es ist, möglichst erfüllt werden. Die Situation soll entspannt werden.“

In der ersteren Haltung ist man wie ein Herr, der sich in seinem Wohltun sonnt; in der zweiten Haltung ist man einer, der seine Mitmenschen liebt und daher auf dem Weg zum Himmel ist.

Die fünfte segensreiche Folge:

*Nach dem Tode erscheint er in himmlischer Welt.*

Aller irdischer Besitz geht mit dem Tod verloren, der den restlosen Zusammenbruch aller weltlichen Geschäfte offenbart. Aber während dieses Leibeslebens kann ich schon die Vorbereitungen treffen für den nächsten Umzug. Habe ich das Tendenzenfeld in diesem Leibesleben dunkler und gemeiner gemacht, dann siedelt es sich nach der Trennung von diesem Leibe dort wieder an, wo ein dunkles Milieu herrscht. In diesem Sinn sagt *Jesus: Was hülfte es dem Menschen, so er die ganze Welt gewönne und nähme doch Schaden an seiner Seele. (Matth. 16,26)* Diese Welt verlasse ich in wenigen Jahren wieder, lasse sie mit dem Leib zurück. Und wenn ich in diesem Leibesleben auf der Jagd nach Besitz, Genuss und Macht zwar reicher, aber zugleich schlechter geworden bin, dann gehe ich mit der Schlechtigkeit, dem Schaden an der Seele weiter, gehe also zu meinesgleichen, zu Schlechten und schaffe mir dort wieder Leib und Welt. Dann habe ich schlecht „mit meinem Pfund gewuchert“. Wenn ich aber in diesem Leben die erbarmende Haltung des Wohlwollens gegenüber dem Nächsten gewinne und mehre und dagegen Selbstsucht und Geiz auflöse, so fällt mit dem Fortfall dieses Leibes auch das gesamte belastende Milieu mit fort, und zur Wiederverkörperung suche und finde ich Eingang bei Wesen mit heller und edler Art. Das Gute, das in die Welt gegeben wurde, kommt auf geistigem Weg vielfach zurück. Daher kann der Erwachte sagen:

*Würden, ihr Mönche, die Wesen die Ernte für das Austeilen von Gaben kennen, wie ich sie kenne, so würden sie nichts essen, ohne gegeben zu haben, und es würde der Makel des Geizes von ihrem Gemüt nicht dauernd Besitz ergreifen. Selbst den letzten Bissen, den letzten Brocken, den sie hätten, würden sie nicht essen, ohne davon auszuteilen, wenn sie Empfänger dafür hätten. Da nun aber, ihr Mönche, die Wesen die Ernte für das Austeilen von Gaben nicht kennen, wie ich sie kenne,*

*essen sie, ohne abzugeben zu haben, und der Makel des Geizes ergreift von ihrem Gemüt Besitz. (It 26)*

*Selbst wenn einer die Spülreste aus Schüssel oder Schale in einen Tümpel oder Teich entleerte mit dem Wunsch, dass die darin befindlichen Lebewesen davon verzehren möchten, so hat er, sag ich, dadurch schon Gutes getan, wie viel mehr aber, wenn es sich um menschliche Wesen handelt. (A III,57)*

Über das durch Geben bewirkte Schaffsal über den Tod hinaus berichtet die folgende Lehre (A V,31):

*Einstmals weilte der Erhabene in Sāvathī im Siegerwalde im Garten Anāthapindikos. Da kam die Prinzessin Sumanā mit fünfhundert Wagen und einem Gefolge von fünfhundert Mädchen zum Erhabenen, begrüßte den Erhabenen ehrfurchtsvoll und setzte sich zur Seite hin. Zur Seite sitzend sprach die Prinzessin Sumanā zum Erhabenen:*

*Wenn da, o Herr, zwei Anhänger des Erhabenen wären von gleichem Heilsvertrauen, von gleicher Tugend, von gleicher Weisheit, und der eine wäre Geber, der andere Nichtgeber. Die gelangten dann bei Versagen des Körpers nach dem Tod in glückliche himmlische Welt. Kann da wohl, o Herr, bei ihnen als Götterwesen ein Unterschied sein, eine Verschiedenartigkeit sein? –*

*Ja, Sumanā, die gibt es –, sprach der Erhabene. Derjenige, der da Geber ist, Sumanā, der übertrifft als Götterwesen jenen Nichtgeber in fünf Dingen: in himmlischer Lebenskraft, in himmlischer Schönheit, in himmlischem Glück, in himmlischem Ansehen, in himmlischer Macht. In diesen fünf Dingen, Sumanā, übertrifft derjenige, der Geber ist, als Götterwesen jenen Nichtgeber.–*

*Wenn aber, o Herr, jene, von dort entschwunden, wieder in diese Welt kommen, kann da, o Herr, bei ihnen als Menschenwesen wohl ein Unterschied sein, eine Verschiedenartigkeit sein? –*

*Ja, Sumanā, die gibt es –, sprach der Erhabene. „Derjenige, der da Geber ist, Sumanā, der übertrifft als Menschenwesen jenen Nichtgeber in fünf Dingen: in menschlicher Lebenskraft, in menschlicher Schönheit, in menschlichem Glück, in menschlichem Ansehen, in menschlicher Macht. In diesen fünf Dingen, Sumanā, übertrifft derjenige, der Geber ist, als Menschenwesen jenen Nichtgeber.–*

*Wenn aber, o Herr, jene beiden aus dem Haus in die Hauslosigkeit hinausziehen, kann da, o Herr, bei ihnen als Hauslosen wohl ein Unterschied sein, eine Verschiedenartigkeit sein?–*

*Ja, Sumanā, die gibt es–, sprach der Erhabene. Derjenige, der da Geber ist, Sumanā, der übertrifft als Hausloser jenen Nichtgeber in fünf Dingen: Auf Bitten macht er von dem reichlichen Angebot von Gewändern – Almosenspeise – Unterkunft – Medizin und Heilmitteln für den Fall einer Krankheit Gebrauch, nicht ungebeten. Wenn er mit Gefährten zusammenlebt, die auch den Läuterungswandel führen, dann tun sie ihm in Taten, in Worten und in Gedanken Gutes, nichts Ungutes; sie kommen ihm stets entgegen, sind ihm gegenüber nicht abweisend. In diesen fünf Dingen, Sumanā, übertrifft derjenige, der Geber ist, als Hausloser den Nichtgeber.–*

*Wenn aber, o Herr, jene beiden den Zustand der Erlösung erreichen, kann da bei ihnen als Heilgewordenen wohl ein Unterschied sein, eine Verschiedenartigkeit sein? –*

*Da allerdings, Sumanā, gibt es keine Verschiedenartigkeit mehr zwischen Erlösung und Erlösung.–*

*Erstaunlich, o Herr, wunderbar, o Herr, wie das doch genug Grund ist, o Herr, um Gaben zu geben, genug Grund, um verdienstliche Werke zu tun. Sind doch verdienstliche Werke hilfreich für Götterwesen, hilfreich für Menschenwesen, hilfreich für Hauslose.–*

*So ist es, Sumanā, so ist es, Sumanā! Grund genug, um Gaben zu geben, Grund genug, um verdienstliche Werke zu tun. Sind doch verdienstliche Werke hilfreich für Götterwesen, hilfreich für Menschenwesen, hilfreich für Hauslose. – So*

*sprach der Erhabene; und nachdem er diese Worte gesprochen hatte, fügte der Meister hinzu:*

*So wie der klare Mond hinzieht  
durch das Gefild des weiten Raums,  
die Sternenheere in der Welt  
mit seinem Glanze überstrahlt,*

*so überstrahlt ein Mensch, der reif  
in Tugend und in Heilsvertrau'n,  
die ganze eigenstücht'ge Welt  
dadurch, dass er loslassen kann.*

*Und wie die Donnerwolke, die,  
umkränzt von Blitzen, schwer geballt,  
das Hochland und das Tiefland tränkt,  
wenn sie zur Erde sich verströmt,*

*so überragt der Kenner, der  
ein Jünger des Erwachten ist,  
den Engen, Eigensüchtigen  
als Weiser in fünf Dingen hoch:*

*in Lebenskraft, in hohem Ruf,  
in Schönheit und in wahrem Wohl.  
In Fülle lebt er; nach dem Tod  
genießt er drüben Himmelsglück.*

So zieht Geben unweigerlich auch helleres Erleben in den nächsten Existenzen nach sich.

Gesundheit („Lebenskraft“): Jedes Wirken – in Gedanken, Worten und Taten – das in dem Geist geschieht, den Mitwesen wohl zu tun, sie zu erfreuen, sie zu bereichern, hat einen fördernden, kräftigenden Einfluss auf die vegetativen Grundkräfte des Täters selbst. Umgekehrt wird durch jedes aus dem Geist des Verweigerers oder gar Entreisens, aus Ärger, Wut, Zorn oder Geiz geschehende Wirken das Vegetative verkrampft und geschwächt mit all den gesundheitsstörenden,

lebenverkürzenden Folgen, die diese Veränderung nach sich zieht.

Und wie kommt es, dass ein Gebender in dieser oder in den nächsten Lebensformen einen „schönen“ Leib besitzt? Und warum erfährt er Ansehen und Macht?

Wir erfahren in unserem jetzigen Leben schon, wie durch wohlbedachtes, aus freiem Entschluss und ohne nachträgliches Bedauern geübtes Geben der Umgang mit den Mitmenschen sich harmonisch und freundlich gestaltet. Ein Mensch, der Harmonie erfährt und klarbewusst sein gutes Verhalten als die Ursache für diese guten zwischenmenschlichen Beziehungen erkennt, fühlt sich glücklich und sicher und wird in der Pflege dieser guten Eigenschaften bestärkt. Ein solcher kann ohne Beklemmung seine vorhandenen Kräfte voll entfalten. „Ihm fließt alles wie von selber zu“. Auch in seiner Art „sich zu geben“ ist er ungehemmt, frei und sicher und darum harmonisch und gelöst in seinen Bewegungen: „anmutig, schön“. Er erfährt Achtung und Anerkennung von seiner Umgebung, sie vertraut ihm. Von daher hat er Einfluss auf sie, den er zum Besten der ihm Vertrauenden gebraucht und einsetzt.

Wenn ein so viel Glück und Wohl erlebender Mensch nun auch noch klarbewusst erkennt, welche Taten und welche innere Art ihn dieses erleben lässt, dann bewahrt er sich bei allem Wohl, das er erfährt, eine gewisse Zurückhaltung und einen inneren Ernst. Er wird nicht anmaßend, sondern besonnen überschauend, den Überblick wahrend, weiß er um die Ursache seines Wohls und verstärkt und festigt seine innere Haltung immer mehr in dieser Richtung, so dass er nach dem Fortfall des Leibes ein seiner gewandelten verfeinerten inneren Art gemäßes feineres Werkzeug in einer entsprechenden Umgebung aufbaut und damit eine Potenzierung des hier schon erlebten Wohls der guten Folgen des Gebens erfährt.

Wer aber nicht mit einem gebefreudigen Herzen in dieses Leben gekommen ist, kann sich diese Freudenquelle durch Bedenken über den Schaden der Engherzigkeit und die beglückenden Vorteile des Gebens erschließen.

Die karmische Ernte des Gebens wirkt sich sogar, wie der Erwachte ausdrücklich sagt, in der untermenschlichen Welt noch aus. Er sagt: Es kann ein Mensch sein Leben mit den zehn heillosen Wirkensweisen verbracht haben (mit Töten, Stehlen, Ausschweiften, Verleumden, Hintertragen, verletzend-der Rede, Geschwätz, Habgier, Antipathie bis Hass und falscher Anschauung) und darum nach dem Tod abwärts geraten, in untermenschliche Daseinsform, kann unter Tieren wiedergeboren werden. Sollte er aber trotz seines üblen Lebenswandels dennoch öfter Gaben gegeben haben, d.h. dem Mitempfinden seines Gemüts gefolgt sein und auf diese Weise hier und dort Not gelindert haben, dann wird er selbst in der Tierheit nicht zu hungern brauchen, sondern wird immer das Erforderliche vorfinden. (A X,177)

Geiz oder Geben, Hilfsbereitschaft oder kaltes Neinsagen beeinflusst unser zukünftiges Schicksal. Ob wir durch übles Wirken in die Unterwelt gelangen oder durch gutes Wirken in übermenschliche Bereiche: Zusätzlich trifft uns dort der von uns ausgegangene Geiz wie auch die von uns ausgegangene Gebefreudigkeit. Im ganzen Dasein, in der ganzen Welt wirkt das Karma-Gesetz. Alle meine Erlebnisse sind nur die Wiederkehr der früheren Taten:

1. ändere ich mit jeder Tat ein wenig an mir selbst, indem ich durch hilfreiches Geben und vor allem durch meine positive Einstellung dazu auch immer mehr zu solchem Tun geneigt werde und durch geiziges Zurückhalten und dessen Für-gut-Halten auch stets in Kälte und Egoismus zunehme. 2. setze ich mit jedem Geben und Helfen auch Geber und Helfer in die Welt, die mir später begegnen und mir auch helfen; während ich mit jeder geizigen Zurückhaltung an einer Welt baue, in welcher mir die geizigen und harten Neinsager, die ich früher geschaffen habe, wieder begegnen. Kurz gesagt: Mit jeder Tat säe ich Welt, und mit jedem Erlebnis kommt die gesäte Welt an mich zurück. Je mehr ich das erkenne und eingedenk dessen bin, dass kein Wort und keine Tat verloren geht, um so mehr kann ich mir selbst helfen für meine Zukunft.



Alle Religionsgründer versprechen Wohl für gute Taten in diesem Leben. Jesus sagt: „*Selig sind die Barmherzigen, denn sie werden Barmherzigkeit erlangen.*“ „*Selig sind die Friedfertigen, denn sie werden Gottes Kinder heißen.*“ Immer wird für gute Taten etwas verheißen, ein fühlbarer Lohn in diesem oder im nächsten Leben, also ein erlebbares Wohl. Daran sieht man, dass die Religionsgründer nicht in erster Linie Opfer fordern und blinden Gehorsam. Sie sagen: Du willst zum Wohl, aber die Wege, die du normalerweise gehst, führen gar nicht zum Wohl. Wenn du zum Wohl kommen willst, dann musst du Gutes tun.

Der Erwachte über die Frage, wem zu geben sei

Wer im Haus lebt, für den gibt es, wie der Erwachte einmal zu Anāthapindiko, dem reichen Spender, sagte, fünf Verwendungen für seinen Besitz.

Die erste ist:  
*Mit den Schätzen, Hausvater, die da der Heilsgänger durch Aufbietung von Fleiß und Anstrengung errungen, durch der Hände Arbeit im Schweiß des Angesichts gesammelt hat, den rechtmäßig erworbenen, ehrlich erworbenen, damit macht er sich selber glücklich und zufrieden und wahrt sich rechtes Wohlsein. Vater und Mutter, Weib und Kind, Diener und Gesinde macht er glücklich und zufrieden und wahrt ihnen rechtes Wohlsein. (A V,41; vgl. auch A IV,61 u. S 3,19)*

Diese durchaus realistische Betrachtung zeigt also, wo und wem zuerst zu geben ist, nämlich in der nächsten Umgebung, im Kreis der Familie, des Hauses.

Hier ist also vom Geben erst die Rede, nachdem der Besitzer sich selber von seinem Besitz etwas gegönnt hat. Dahinter steht der Gedanke, dass jemand, der noch unerfüllte sinnliche Wünsche hat, durch Darben zugunsten des Gebens leicht bitter werden oder in eine gefährliche „Opferlamm-Haltung“ geraten

oder Ausgleich für das sinnliche Darben im Stolz suchen könnte; in all diesen Gemütsverfassungen kann die zur Überwindung der Sinnensucht unerlässliche innere Freude nicht aufkommen.

Als zweites soll man den Freunden und Genossen geben, also denjenigen, mit welchen man durch gegenseitiges Verstehen und Vertrauen in Glück und Leid verbunden ist.

Als drittes schützt man sich durch Rücklagen aus dem erworbenen Besitz vor Verlusten, die „durch Feuer oder Wasser, durch Fürsten, Diebe oder gehässige Erben entstehen könnten“, und sichert sein eigenes Leben.

Als viertes empfiehlt der Erwachte, die verschiedenen Abgaben zu entrichten: Verwandte und Gäste zu unterstützen und zu beschenken, willig der Obrigkeit die Steuern zu zahlen: *Gib dem Kaiser, was des Kaisers ist, und Gott, was Gottes ist*, sagt *Jesus*. Auch das gehört mit zum rechten Geben.

Fünftens wird empfohlen, an die Asketen und Priester zu geben, da sie *frei von Rausch und Leichtsinne, an Geduld und Milde gewöhnt*, das eigene Herz zügeln, einigen und von den Trieben befreien.

Auf die Frage des Königs Pasenadi, welche Gaben einen größeren Lohn für den Geber einbrächten, macht der Erwachte darauf aufmerksam, dass zwar die karmische Ernte um so größer ist, je tugendhafter und im Herzen reiner der mit der Gabe Bedachte sei, dass es aber nicht nur um diese Frage gehen dürfe; vielmehr werde der mitleidige Mensch jedem Notleidenden, auch wenn es ein Tier oder ein schlechter Mensch ist, helfen so gut er könne. – Dass aber die Gabe an den tugendhafteren und reineren Menschen erheblich größere Wirkung hat, zeigt der Erwachte durch ein Gleichnis. Er sagt (S 3,24): Zu einem König, der ein Heer zusammenstellen wollte, käme ein Mann, ungeschult, ungeschickt, ängstlich, feige, furchtsam, zittrig: würde wohl der König einen solchen in seinen Dienst nehmen und besolden? – Nein, einen solchen könne der König nicht brauchen, wohl aber einen, der diese Mängel nicht an sich habe. – Darauf erklärt der Erwachte, dass

Gaben an solche, die die fünf Hemmungen aufgelöst hätten und im Besitz von Tugend, Vertiefung und Weisheit verweilten, größere Frucht brächten als Gaben an Untugendhafte. Und warum? Weil es auch dem eigenen Heil am dienlichsten ist, ein solches Heer zu unterhalten, solche Mitstreiter zu unterstützen, die nach dem wahren Heil streben und sich fähig erweisen, jenes hohe Ziel zu erreichen.

Der Erwachte unterscheidet mit der Nennung von drei Verben (*dinnam*, *yittham*, *hutam*), die den großen Bereich des Gebens oder Spendens umfassen, zwei Gruppen von Empfängern und dementsprechende Gesinnung beim Gebenden:

Einmal Spenden und Geben von Nahrung und Gütern und evtl. Geld aus Mitleid und Erbarmen an Hilfsbedürftige. Hierfür wird in den Reden hauptsächlich der Begriff *dāna* (Part.Perf. *dinna*) benutzt. In der heutigen Umgangssprache zwischen Hausleuten und Mönchen wird unter *dāna* auch das Geben an Mönche verstanden.

Zweitens Spenden und Geben von Nahrung und Gütern aus Verehrung für die nach Läuterung strebenden Mönche und Nonnen.<sup>26</sup> (Ordensangehörige des Erwachten sollen kein Geld annehmen.) Solche Opfergaben mit entsprechender verehrender Gesinnung ist der Sinn der Worte *yittham* und *hutam*.

### Wie man geben soll

Der Erwachte sagt, die Gabe eines guten Menschen sei in achtfacher Weise ausgezeichnet (M 110, 142, D 23, A V,147, 148):

1. Er gibt Reines, das heißt nur Dinge, die er selber ehrlich erworben hat.

---

<sup>26</sup> Dabei ist bemerkenswert, dass sowohl der Buddha selber wie später der buddhistische Kaiser Asoka nachdrücklich erklärten, es solle nicht nur dem buddhistischen Orden gespendet werden, sondern auch anderen Asketen, Priestern und Pilgern.

2. Er gibt Auserwähltes, keinen Abfall, nicht etwa *Brocken und Krumen, abgestandenes Essen; abgetragene Gewänder, lumpig und ausgefranst.*
3. Er gibt zur rechten Zeit: dann, wenn es nötig ist, nicht blindlings, sondern mit Bedacht, einfühlsam, die Bedürfnisse des anderen erspürend, die Gefühle der anderen achtend, sich nach ihnen richtend.
4. Er gibt nichts entgegen den Tugendregeln: keine Narkotika, keinen Alkohol, keine Waffen und Gifte. So gibt er, ohne dem anderen zu schaden.
5. Er gibt mit Überlegung, mit liebevoller Zuwendung und persönlicher Anteilnahme; er beauftragt, wenn möglich, keinen Dritten damit, sondern überreicht die Gabe eigenhändig.
6. Er gibt gleichmäßig und regelmäßig: er gibt freudig aus eigenem Antrieb, nicht erst auf Ermahnungen und gar groben Anstoß hin. Er gibt nicht ohne Achtung vor dem Empfänger.
7. Er gibt eingedenk der Frucht hilfreicher Taten. Das Herz füllt sich ihm mit Zuversicht in dem Wissen um die guten Folgen hilfreichen Wirkens.
8. Er gibt ohne Reue, sondern zufrieden und freudig gestimmt.

*Wo keine Reue sich erhebt,  
selbst wenn man viele Dinge schenkt,  
dort preist die Gabe, die man gibt,  
ein jeder, der voll Einsicht ist. (A VIII,37)*

*Die solcher Guttat Beifall spenden  
und willig dabei Dienste leihen,  
auch deren Gabe ist nicht klein;  
sie haben am Verdienste teil.*

*Darum soll man spenden unverzagt,  
da Gabe hohen Lohn verleiht;  
denn gute Werke sind den Wesen  
die Stützen für die nächste Welt. (A V,36)*

Das Geben bringt gegenwärtig Wohl, erfreut und bringt zukünftig Wohl, ist heilsam. Wenn ich etwas gebe und habe

Freude daran, dass ich einem anderen Freude machen kann, und habe zugleich Freude daran, dass ich fähig bin, mich von meinem Besitz zu trennen, dann ist das in doppelter Hinsicht gut. Wer aber etwas schenkt und es später bereut, weil er denkt, dass er das Hergeschenkte doch hätte für sich brauchen können oder weil der Beschenkte es nicht verdient hat, der hat sein Festhalten gemehrt und seine Liebe verringert. Man gibt aus Liebe und aus dem Sich-trennen-Können oder aus beidem zusammen.

Die Großen aller Kulturen berichten nicht nur von dem großen Gewinn, den das Geben bringt, sondern auch wie zu geben sei:

*Wir sollten so geben, wie wir gern selbst empfangen möchten, vor allem schnell, bereitwillig und ohne Zögern. Ungewürzt ist die Wohltat, die lange an den Händen des Gebers klebt, von der er sich offensichtlich nur mit Mühe trennen konnte und die er so gibt, als müsste er sie sich abringen. Das Beste ist, dem Wunsch des anderen zuvorzukommen. (Seneca)*

*Der vorzügliche Mensch gibt ungebeten,  
der mittelmäßige aber gebeten,  
der niedrige dagegen gibt auch dann nicht,  
wenn er vom Bittenden darum angegangen wird.  
(Subhāsitarṇāva)*

### Die zweite Grundlage der Eintracht: Liebevollte Worte

Verletzende Worte gebraucht ein Mensch aus Ärger, Zorn, Verbitterung oder Verzweiflung, wenn er sich in seinen Erwartungen enttäuscht sieht, wenn sein Verlangen nicht erfüllt wird. Die harten, verletzenden Worte sind aber durchaus kein unvermeidbarer Kanal, um seiner Enttäuschung Ausdruck zu geben, denn man kann auch, selbst wenn man Ärger, Zorn, Verbitterung empfindet, schweigen. Man kann selbst den Aus-

druck des Ärgers in seinem Antlitz vermeiden. Und manche Menschen werden, auch wenn sie enttäuscht sind, nicht ärgerlich, sondern eher traurig. Der Zornige, Ärgerliche und Wütende ist im Grunde auch traurig und enttäuscht, aber er lässt auch noch Ärger zu und lädt ihn ab beim Mitmenschen in der Form harter, verletzender Worte.

Die liebevolle Rede ist nicht verletzend, ablehnend, schneidend, überheblich, sondern zeigt dem Gesprächspartner – auch wenn sachliche Meinungsverschiedenheiten bestehen – ein offenes, ihm zugewandtes Herz und menschliche Achtung. Die liebevolle Rede überbrückt den Abgrund der egozentrischen Isolation durch das persönliche Entgegenkommen, das es dem anderen ermöglicht, ebenfalls entgegen zu kommen und sich herzlich zu begegnen. Die liebevolle Rede ist die Sprache der Aufgeschlossenheit und Offenheit für den anderen. Wer freundlich, gütig, milde und sanft mit anderen spricht, der wird ebenso wahrscheinlich entsprechende Erwidierung erfahren, wie man auf verletzende Rede auch verletzende Erwidierung erfahren kann. Bei gegenseitiger milder und liebevoller Rede werden alle Probleme leichter gelöst ohne die tausendfältigen Spannungen, die aus Rede und Widerrede kommen, und man geht befriedigt und hell gestimmt auseinander, die Eintracht, der Friede, hat sich gefestigt.

In diesem Sinn sagt *Escriva de Balaguer*:  
*Mit einem einzigen liebevollen Wort erreichst du  
mehr als mit drei Stunden Streit.*

Wer bei sich selbst mehr darauf achtet, ob er mit herzlicher Zuwendung oder mit innerer Antipathie spricht, der macht zuerst bei sich selbst und hernach auch bei anderen Menschen eine Beobachtung, die ihn sehr stutzig macht: Je mehr man nämlich selbst wahrhaft liebevoll gesonnen ist und liebevoll spricht – um so weniger achtet man darauf, ob der andere auch liebevoll oder aber ablehnend spricht, um so weniger fühlt man sich gehoben von dessen liebevoller Art oder fühlt sich abgestoßen von dessen liebloser oder abgewandter Art. Man

merkt: Wer selber Liebe im Herzen hegt, der ist davon erfüllt und darum weniger verwundbar.

Aus souveräner Achtsamkeit auf die jeweilige Situation berücksichtigt der auf liebevolle Rede Bedachte die Art, Erwartung und das Bedürfnis der anderen und weiß Worte zu wählen, die das Wohltuende, Liebreiche, zum Herzen Dringende optimal ausdrücken und dabei den anderen erfreuen, beeindrucken und fördern.

So mochten zu Zeiten des Erwachten die freundlichen, denkwürdigen Worte, die zu Anfang jedes Gesprächs ausgetauscht wurden, meist Ausdruck einer Haltung gewesen sein, die auch bei sachlichen Gegensätzen zunächst einmal das menschliche Wohlwollen und die Achtung ausdrückte und damit an die Ausgangsstellung jeden Gesprächs erinnerte, an die gemeinsame Sehnsucht aller Wesen nach Wohl. Davon wurde ihr Gespräch geleitet.

Aus dieser wahren Höflichkeit wird die Rede *dem Ohre wohltuend, liebreich, zum Herzen dringend, höflich, viele erfreuend, viele erhebend*, wie es im Wortlaut der Tugendregel „Keine verletzenden Worte gebrauchen“ heißt. Das Pāliwort „*bahu-jana-kanta*“, das K.E. Neumann übersetzt mit „viele erfreuend“, setzt sich zusammen aus *bahujana* = viele Geborene, viele Leute und *kanta* = 2.Partiz.von *kāma* = *Begehren*. Die Bedeutung ist also: Die Bedürfnisse vieler berücksichtigen, ihnen Rechnung tragen.

Die Redeweise des Erwachten verwirklichte dieses Ziel in vollendeter Weise: Sie erfreute viele, war vielen angenehm – bis auf den heutigen Tag nach 2 ½ Jahrtausenden. Sie zielte einzig und allein darauf ab, dem anderen zu helfen, und war insofern einem Magneten vergleichbar, der das im anderen vorhandene Gute an das Licht hob und bewusst machte. Die Rede des Erwachten weckt die verborgenen Kräfte des Guten, den Wunsch zum Reinen und Heilen. Immer wieder heißt es in den Reden, dass der Gesprächspartner vom Erwachten im lehrreichen Gespräch ermuntert, ermutigt, angeregt und erhoben wurde (z.B. D 16), dass der Erwachte den anderen durch

ein Gespräch über das allgemein als gut Anerkannte (Geben, Tugend, selige Welt, Elend des Begehrens/das Wohl der Herzenseinigung) im Gemüt bereitsam machte, unbehindert, aufgerichtet, hell: Und erst dann gab er eine Darlegung der tiefsten Zusammenhänge, die vier Wahrheiten (z.B. in M 56). Und selbst wenn der Erhabene einem Menschen Enttäuschendes oder Schmerzliches sagen musste, wenn dieser auf falschem Weg war oder eine gefährlich irreleitende Anschauung hatte, dann drückten sich in seiner Rede zugleich mit der unwiderstehlichen Majestät der Wahrheit doch Liebe und Erbarmen aus.

Die Redeweise des Erwachten ist das schärfste und radikalste Gegenteil zu jenen psychologischen Gepflogenheiten, die erst den Schmutz der Seele aufrühren und an das Licht bringen zu müssen glauben. Der Erwachte bringt erst das Gute an das Licht. Durch Aktivierung des Guten wird dem Zuhörer das Böse in seiner Dunkelheit sichtbar, und er kann sich davon abwenden.

Das Wesen der verletzenden Rede wird umschrieben mit Aufdringlichkeit (D 28), mit Abbruch der Beziehungen (Sn 158), mit gewaltsamem Verletzen (Sn 451). Wer verletzende Worte sagt, der mag sich im Augenblick erleichtert fühlen; es mag auch so aussehen, als ob man mit einem unerwarteten harten, energischen Wort schneller zum Ziel kommt, da der andere eingeschüchtert wird. Aber Menschen, die man so angefahren hat, sind nun gedemütigt und darum innerlich gereizt, ärgerlich und ablehnend – und so, wie wir sie entlassen haben, begegnen sie uns wieder. Außerdem gewöhnen sich Redner und Hörer leicht an die harten, lauten Worte und verlieren das Gefühl für die stillen, feinen Töne.

Man mag entschuldigend sagen, dass sich in einer rauen Schale oft ein gutes Herz verberge. Gewiss, aber der wesentliche Mangel dieses guten Herzens besteht dann darin, dass es die Sprache noch nicht durchströmt und begünstigt und verfeinert hat. Und wo dies auf die Dauer nicht geschieht, da reizt der grobe Klotz die anderen zur Entgegnung auf, macht sie



zum groben Keil. So werden die Begegnungen härter, Zorn wird genährt, das gute Herz findet nicht mehr den Weg zum Wort, sondern äußert sich nur noch in einem inneren Unbehagen, in Verlegenheit, die oft das Ungeschick noch steigert in der hilflosen Äußerung „So war es doch gar nicht gemeint“ gegenüber dem tief Verletzten, der vielleicht vom Freund zum Feind geworden ist. Die feinen Töne des Herzens verstummen, wenn sie nie in Worten oder wenigstens im sanften Klang der Stimmen ausgesprochen werden, das Leben wird ärmer, gröber, roher, kälter. Und auch wenn jemand zunächst nur aus Scham, die doch vorhandene Liebe und Feingefühl zu zeigen, grob ist, so gewöhnt er sich auf die Dauer doch daran und lässt das Feinere absterben.

Gegenteil der verletzenden Rede ist die sanfte, liebevolle Rede und das milde Wesen überhaupt, das in der Sprache Geduld gegenüber anderen zeigt. Mag auch einer als Einsiedler leben, wenn er da, wo er redet, verletzend, grob redet, dann ist sein ganzes Einsiedlertum umsonst (M 69). Und wie ist doch mancher nur so lange sanft, mild und friedsam, als ihn angenehme Redeweisen berühren (M 21).

*Beschimpft, auch kein raues Wort erwidern (Sn 971)*, wer könnte das immer? Erst wer ganz frei von Zu- und Abneigung bei den Sinnendingen geworden ist, der hat die Garantie streitloser, liebevoller Rede für sich, die dem Nektar gleicht (A III,28):

*Erwidern wird er keinem heftig mehr,  
denn Friedvolle widerstreiten nicht. (Sn 932)*

Um dies zu erreichen, ist es gut, sich immer wieder die üblen Folgen der verletzenden Rede zu vergegenwärtigen, die so leicht in den Tatenbereich übergreifen:

*Zu keinem rede hart und rau,  
leicht möchte er's erwidern dir;  
gar schmerzlich, ach, ist Zank und Streit,  
zu Tätlichkeiten kommt es bald. (Dh 133)*

Und ebenso gut ist es, sich umgekehrt die guten Folgen der liebevollen Rede vor Augen zu halten, die aus dem spannungsvollen Vielfaltsbereich hinausleitet: Wer freundlich, liebevoll und sanft mit anderen spricht, der wird wahrscheinlich ebenso entsprechend milde Erwiderung erfahren, wie man auf verletzende, grobe Rede harte und grobe Erwiderung erfahren kann.

Aber die üblen Folgen verletzender Rede und die guten Folgen liebevoller Rede wirken sich auch weit über dieses Leben hinaus in ferner und fernster Zukunft aus. So sagt der Erwachte in D 30:

*Weil der Vollendete in früherer Geburt, in früherem Dasein, in früherem Bestande, wie er vor Zeiten Mensch geworden war, verletzende Worte verworfen, von verletzenden Worten sich ferngehalten hatte, Worte wählend, die frei von Schimpf sind, dem Ohre wohltuend, liebevoll, zum Herzen dringend, höflich, viele erfreuend, vielen angenehm – eine derartige Rede zu führen pflegte: weil er solch ein Wirken vollbracht, immer gepflegt, vermehrt und vergrößert hatte, war er bei Versagen des Körpers, nach dem Tode, auf gute Bahn, in selige Welt emporgelangen. Von dort abgeschieden, zu dieser Welt wiedergekehrt, hat er dann diese zwei Merkmale eines großen Mannes empfangen, dass er vierzig Zähne hat ohne eine Lücke. Mit diesen Merkmalen begabt, wird er, wenn er im Hause bleibt, König werden, Kaiser.*

*Ein König geworden, erlangt er nun was? Ergreifend ist seine Rede, ergriffen werden von seinem Wort die Priester und Hausväter, städtische sowie ländliche, die zahlreichen Großwürdenträger, Heerführer, Schatzmeister, Räte und Hofleute, die fürstlichen Vasallen und Prinzen. König geworden, erlangt er nun das.*

*Wenn er aber aus dem Hause in die Hauslosigkeit zieht und ein Erwachter geworden ist, erlangt er dann was? Ergreifend ist seine Rede, ergriffen werden von seinen Worten die Mön-*

*che und Nonnen, Anhänger und Anhängerinnen, die Götter und Menschen. Ein Erwachter geworden, erlangt er nun das.*

### Die dritte Grundlage der Eintracht: Wohltun und Helfen

Wenn mehrere Menschen aus einer gemeinsamen Kasse leben, dann ist es erforderlich, dass sie insgesamt immer ebenso viel in die Kasse hineinlegen, wie sie insgesamt herausholen. Kommt weniger hinein, so leidet die Gemeinschaft Not. Kommt mehr hinein, als sie braucht, so hat sie Überfluss. So auch bildet eine jede menschliche Gemeinschaft – eine im Großen und Kleinen konstituierte wie auch jede nichtkonstituierte – immer für die Zeit ihres Wirkens stets einen gemeinsamen geistigen Haushalt, der aus dem Gewähren der Beteiligten aufgefüllt, aus ihrem Bedürfen aber gemindert wird.

Da nun ein jeder Mensch Vielfältiges bedarf, was ihm nur der Mitmensch gewähren kann, so bilden Bedürfen und Gewähren in der menschlichen Gemeinschaft die beiden Waagschalen, von deren Gewichten und Gewichtsverteilung das innere und äußere Wohl, Sicherheit und Frieden der Menschengemeinschaft abhängen. Wenn zwischen Menschen das zur Verfügung stehende Gewähren geringer und schwächer ist als das dort in Erscheinung tretende Bedürfen, dann herrscht seelischer Mangel und von daher Spannung und Unfrieden. Wenn aber Bedürfen und Gewähren sich die Waage halten oder gar das Gewähren überwiegt, dann ist entspanntes, ruhiges Leben in Harmonie und Vertrauen. –

So bilden die vielfältigen Bedürfnisse des Menschen insgesamt seine Last, die ihn selbst und die Mitmenschen, mit denen er eine Gemeinschaft bildet, beschweren und gefährden, und ebenso bilden die dem Menschen innewohnenden Kräfte und Möglichkeiten des Gewährens und Helfens seine Kraft, die ihn selbst und die Mitmenschen, mit denen er in Gemeinschaft lebt, mehr oder weniger fähig macht, die belastenden Bedürfnisse zu erfüllen und so trotz der Bedürfnisse nicht in

unerträgliche Not zu geraten bzw. den Zerfall der Gemeinschaft erleben zu müssen.

Wo die zwischenmenschlichen Spannungen zunehmen – und es gibt keinen anderen Grund dafür als das zunehmende Missverhältnis zwischen Bedürfen und Gewähren – da sinkt der betreffende Menschenkreis, der betreffende Kulturraum mehr und mehr hinab in die Zone der existentiellen Dunkelheit und Kälte und Gefährdung bis zum Untergang. Wo aber die zwischenmenschlichen Spannungen abnehmen – und es gibt keinen anderen Grund dafür als den zunehmenden Ausgleich zwischen Bedürfen und Gewähren – da steigt der Lebensraum des betreffenden Menschenkreises mehr und mehr aufwärts in die Zone der existentiellen Helligkeit und Wärme und Sicherheit.

Wer von Mitgefühl, von Hilfsbereitschaft, von Erbarmen und Wohlwollen bewegt ist (das sind gute und hohe soziale Triebe), bei dem meldet sich, wenn er andere in Not oder in Verlegenheit sieht, der Trieb zu einem raschen, sinnvollen Helfen. Indem er nun so handelt und den Betreffenden aus Not und Verlegenheit erlöst und ihn wieder froh macht – indem er so tut, wird er selbst befriedigt und beglückt, wie man durch die Erfüllung eines jeden Triebs, auch eines gemeinen, im Augenblick befriedigt wird. Aber hinzu kommt bei der Erfüllung eines sozialen Triebs noch Folgendes: Indem er einem anderen geholfen hat, wird er von diesem anderen oder von Zeugen seiner gewährenden Tat, oder von beiden, geachtet und verehrt und geliebt.

Und wer auf der allen Wesen gemeinsamen Suche nach eigenem Wohl doch festhält an wohltuendem Wirken, der ist ein Wohltäter, beliebt in seiner Familie, im Freundeskreis, in der Nachbarschaft, an seinem Arbeitsplatz und überall, wo er nur als Wohltäter sich erweist – weil eben die Wesen das Wohl suchen und das Wehe verabscheuen. Und er erfährt Anerkennung, Freundschaft, Entgegenkommen, Hilfsbereitschaft und Mitempfinden. Die Schwachen fühlen sich bei ihm sicher

und geborgen, die Stärkeren achten ihn als einen rechtschaffenen Menschen.

So hell oder dunkel, wie wir uns geben, so hell oder dunkel wird allmählich immer mehr auch unsere Umgebung. So hell oder dunkel empfinden wir allmählich unser Leben, unser „Schicksal“. Im Sinne dieses existentiellen Zusammenhangs sind viele Äußerungen der Religionen zu verstehen, so zum Beispiel die Worte in der *Bergpredigt*: „*Selig sind die Barmherzigen, denn sie werden Barmherzigkeit erlangen.*“

Ganz nüchtern drückt es die Katholikin und Psychologin *Christa Mewes* aus:

*Wer mehr glücklich machen  
als glücklich sein will,  
der hat mehr Chancen,  
unversehens glücklich zu werden.*

und *W. Kramp*:

*Wo wir aber für andere zu Tröstenden werden, da gewinnen wir selbst Trost; wo wir in das liebevolle Gespräch mit dem notleidenden Mitgeschöpf eintreten, da befreien wir uns von dem Würgegriff der Angst, von dem Starrkrampf ichbezogener Vorstellungen. Man wird Mensch, indem man den Drohungen und Herausforderungen des Lebens durch Verantwortung antwortet; man überwindet seine Sorge, indem man zu einem für andere Sorgenden wird.*

Die allgemeine Hinwendung zur Wohltat anstatt zur Übeltat ist eine gewaltige Erleichterung der zwischenmenschlichen Beziehungen und eine Verbesserung des zwischenmenschlichen Klimas. Durch den Wegfall von Spannungen und Streit wird eine bessere Atmosphäre entstehen, und dadurch werden manche derjenigen, die sich zunächst aus vordergründigen Motiven zu einer gewährenden Tat entschließen, doch allmählich auch Freude daran bekommen, weil ihnen die Auflösung der Spannungen mit den Mitwesen und erst recht ihre Freundlichkeit und Dankbarkeit wohltut.

Der Erwachte teilt in der Lehrrede „Das Gespräch mit Singälako“ (D 31) die gesamte menschliche Umwelt in sechs Arten von Bezugspersonen ein:

1. Eltern, 2. Lehrer, 3. Frau und Kind, 4. Freunde und Gefährten, 5. Diener und Arbeiter, 6. Asketen und Brahmanen, denen der gute Mensch mit Wohltaten entgegenkommt, woraufhin sie ihm ebenfalls helfend und unterstützend entgegenkommen. Hier sei als Beispiel aus dieser Lehrrede die gewährende Haltung eines Freundes genannt, die in den vier Grundlagen der Eintracht zusammengefasst ist, ergänzt durch die gute Eigenschaft, gegebene Versprechen zu halten:

*Fünffach ist die Art, wie ein guter Mann den Freunden und Gefährten entgegenkommen soll: Mit Gaben, mit liebevollen Worten, mit Wohltun und Helfen. Er wird sie als wie sich selbst betrachten, wird einem Versprechen sich nicht entziehen.*

Ist so auf fünffache Weise der gute Mann den Freunden und Gefährten entgegen gekommen, dann werden sie für ihn zum Wohltäter, zu einem in Freud wie Leid gleichen, zum Heils-erklärer, zum Mitempfinder, d.h. sie nehmen sich nun ihrerseits auf fünffache Weise seiner an:

*Den Leichtsinnigen halten sie zurück. Des Leichtsinnigen Hab und Gut suchen sie zu retten, dem Gefährdeten bieten sie Zuflucht, im Unglück verlassen sie ihn nicht. Noch in seinen Nachkommen bringen sie ihm ihre Wertschätzung dar.*

Das sind die Eigenschaften des Wohltäters, der auf den Schutz des äußeren Vermögens bedacht ist und dem in Not Geratenen Zuflucht gewährt.

*Im Unglück verlassen sie ihn nicht* – das ist die Haupteigenschaft des in Freud wie Leid gleichen. Der in Freud wie Leid gleiche steht mit seinem ganzen Gemüt und seiner Erfahrung als Vertrauter zur Verfügung.

Von dem Heilserklärer-Freund heißt es:  
*Vor Üblem hält er ihn zurück, zum Guten lenkt er hin, Unbekanntes erklärt er ihm, den Weg zum Himmel zeigt er ihm.*

Jeder, der durch das Gespräch mit einem anderen zum religiösen Fragen kam, hat die Wohltat erlebt, auf die wichtigsten Dinge im Leben aufmerksam gemacht zu werden. Und wenn der andere gar ein Kenner der Heilslehre des Buddha ist, dann ist die Vermittlung dieser Lehre die beste Gabe und Hilfe, die einer dem anderen geben kann (A IX,5).

Von dem Mitempfinder-Freund heißt es, dass er unmittelbar mit dem anderen fühlt und darum unmittelbar wohl tut:  
*Misslingen freut ihn nicht. Gelingen freut ihn. Bei Tadel (wenn andere den Freund tadeln), wehrt er ab, bei Lob stimmt er ein.* Frei von Neid und Missgunst freut sich der mitempfindende Freund über das Gelingen des anderen und ist mit ihm betrübt bei Misslingen. Der mitempfindende Freund spürt: „Tadel tut dem Freund weh“, und deswegen tut es ihm selber weh, wenn der Freund getadelt wird, und deswegen wehrt er den Tadel ab und stimmt beim Lob ein – immer bereit, nur auf die guten Eigenschaften des Freundes zu achten.

*Wer Wohltat als ein Freund erweist,  
gleich bleibt in Freuden wie im Leid,  
wer als ein Freund das Heil aufzeigt,  
als Freund ein Mitempfinder ist:  
Die echten Freunde sind die vier,  
dem weisen Menschen wohlbekannt.  
Er soll sie halten lieb und wert,  
gleichwie die Mutter hegt ihr Kind. (D 31)*

Dasselbe Verhalten, dieselbe Gemüthaltung wie bei den Freunden im Hausleben zur Pflege der Eintracht empfiehlt der Erwachte seinen Mönchen (M 48):

*Da dient ein Mönch seinen Ordensbrüdern mit liebevoller Tat, mit liebevollem Wort, mit liebevollen Gedanken, so offen als verborgen. Dies ist eines der nicht zu vergessenden, lieb und wert zu haltenden Dinge, das zum allgemeinen Verträgnis/zum Zusammenhalt (sangaha), zur Streitlosigkeit (avivāda), zur Eintracht (sāmaggiyā ekibhāvāya) führt.*

Die vierte Grundlage der Eintracht:  
Den anderen als sich selbst ansehen,  
Ich-Du-Gleichheit

Diese höchste der vier Übungen mit dem größten Anteil an liebevoller Gesinnung hat zum Ziel die Verschmelzung zwischen Ich und Du. Mit dem Gelingen dieser Übung ist die Empfindung: „Hier bin ich, dort ist der andere“, der Unterschied zwischen Ich und Du, fühlbar eingeebnet.

Normalerweise beurteilen und bewerten wir unsere Mitwesen – jeden, mit dem wir gerade zu tun haben – ganz unwillkürlich danach, wie er uns „zusagt“ bzw. was wir von ihm haben oder erwarten können, d.h. also von der Perspektive des Eigennutzes. Der Erwachte aber – und auch andere Religionen – bringen uns die bekannte, aber fast stets vergessene Tatsache in Erinnerung, dass dieser andere – Mensch oder Tier, Freund oder Feind – ganz genau so Wohlsein auf allen Gebieten wünscht, wie wir Wohlsein auf allen Gebieten wünschen, und ganz genau so Unannehmlichkeiten, Übles, Schmerzen, Qualen auf allen Gebieten fürchtet und flieht, wie auch wir auf allen Gebieten Unannehmlichkeiten, Übles, Schmerzen, Qualen fürchten und fliehen.

Wir sehen, dass die Veränderung der Perspektive darin besteht, von der Nächstenblindheit, aus der all unser unabsichtliches und absichtliches übles Tun hervorgeht (vyāpāda), zu der echten Nächstenliebe, der Ich-Du-Gleichheit zu kommen, dass wir also den „natürlichen Standpunkt“, alles Begehrende nach den eigenen Interessen zu wägen, zu behandeln und zu nutzen, verlassen – zu verlassen uns gewöhnen – uns



umstellen, uns in die Lage des anderen versetzen, der ja die gleichen Grundinteressen und Bestrebungen hat, dass wir diese also sehen und nachempfinden.

Diese Umstellung zur richtigen Einstellung zum „Du“ lehrt der Erwachte seine Mönche und Hausleute in Bezug auf alle Tugendregeln: In S 55,7 wird berichtet, dass die Bewohner eines Dorfes, nachdem sie gehört hatten, dass der Erhabene mit seinen Mönchen in der Nähe ihres Dorfes weilte, dann alle zusammen zu ihm hingezogen waren, um ihn nach den Wegen der Leidensminderung und Wohlmehrung zu fragen. Sie sagten zum Erwachten, dass sie noch unfähig seien, seiner höchsten Lehre, die zum Nirvāna führe, zu folgen. Aber sie bäten ihn um eine Wegweisung, die in diesem Leben zu mehr und mehr Wohl und Glück führe und darüber hinaus nach dem Tod in himmlische Welt führe.

Da sagt der Erwachte in Bezug auf die erste Tugendregel, dass der einsichtige Mensch bei sich überlege: *Ich bin einer, der zu überleben wünscht, nicht zu sterben wünscht und vor Schmerzen und Leiden zurückschreckt. Wenn man mich umbringen würde, mir das Leben rauben wollte, so wäre mir das ganz entsetzlich. Wenn ich da nun ein anderes Wesen, das zu leben wünscht und vor Schmerzen und Leiden zurückschreckt, umbringen würde, ihm das Leben rauben wollte, so wäre das ja auch ihm entsetzlich. Was mir unlieb, schmerzlich, entsetzlich ist, das muss ja auch dem anderen unlieb, schmerzlich, entsetzlich sein. Wie könnte ich also einem anderen etwas antun wollen, das ich selbst nie erleben möchte!*

Durch solche Besinnungen entfernt er sich mit seinem ganze Wesen allmählich immer mehr von der Möglichkeit, andere Lebewesen zu töten.

Ebenso sagt der Erwachte dies in Bezug auf die anderen Tugendregeln: Denke daran, mache es dir immer wieder zum Leitbild: Was würde ich empfinden und wie wäre mir zumute, wenn mir etwas gegen meinen Willen entwendet würde. Ganz sicher empfindet auch der andere so, wenn ich ihm etwas entwenden würde. Wie wollte ich einem anderen etwas antun,

von dem ich nicht wünsche, dass es mir angetan würde. – Im gleichen Sinn sagt *Jesus (Matth. 7,12)*: „*Was ihr wollt, das euch die Leute tun sollen, das tuet ihnen auch.*“

Und weiter: Wie wäre mir zumute, wenn man hinter meinem Rücken oder offen in meine Ehe einbräche, das Verhältnis meines Partners zu mir zerstörte – das wäre mir schrecklich und schmerzlich. Wollte ich nun in ähnlicher Weise heimlich oder offen in ein anderes Partnerverhältnis einbrechen, so wäre das auch dem anderen Menschen schrecklich und schmerzlich.

Und würde mich jemand verleumden, würde etwas behaupten, von dem sein Geist weiß, dass die Dinge nicht so sind, wie er da ausspricht – und sollte ich nachher erfahren, dass Falsches über mich gesagt wurde, so wäre mir das schmerzlich und äußerst unlieb. Wenn ich nun einen anderen Menschen verleumden würde, so müsste das auch diesem, wann immer er es erfährt, schmerzlich und äußerst unlieb sein. Was ich aber selbst nicht erleben möchte, wie sollte ich das anderen zufügen wollen! Durch solche Besinnungen entfernt er sich mit seinem ganzen Wesen allmählich immer mehr von der Möglichkeit, andere Menschen zu verleumden.

Die fünfte Tugendregel – jede Form von Rauschmitteln ganz zu vermeiden – ist von größter Bedeutung, da sie auch zur Innehaltung der vier anderen Tugendregeln beiträgt. Denn wer sich berauscht, der bringt sich damit in eine Verfassung, in der seine klare Vernunft und die Einsichten und guten Absichten seines Geistes vergessen sind, wo die Tür zum Führerstand des Geistes zugeschlagen ist und sich daher die Triebe seines Wesens unmittelbar auswirken können. Es ist schon häufig vorgekommen, dass auf geistigem Gebiet tapfer kämpfende Menschen durch Berauschung auch alle übrigen Tugendregeln gebrochen haben. Da man außerdem berauschende Mittel selten in besonnener, sondern meistens in ungeistiger Gesellschaft zu sich nimmt, so steht man dann unter weiteren ungünstigen Einflüssen. Darum ist ein beharrlicher Kampf um

taugliche Lebensführung, um die Entwicklung hochherziger Art (*sīlasampanna*) auf die Dauer unvereinbar mit dem Einnehmen von Rauschmitteln.

Der Kern aller unheilsamen Eigenschaften und Verhaltensweisen ist die durch Egoismus bedingte Nächstenblindheit, die erste und zweite Herzensbefleckung. Sie bilden den Kern aller unheilsamen Eigenschaften insofern, als der Mensch zu all seinem üblen Tun immer nur in dem Maß kommen kann, als er sich nicht in die Situation des Mitwesens versetzt. Unser gesamtes Dichten und Trachten kreist viel zu ausschließlich um uns und unsere eigenen Interessen. Wir sind normalerweise fast blind für die Bedürfnisse der Mitwesen, besonders dann, wenn unsere eigenen Wünsche uns treiben. Diese Betrachtungen sind die Umbildung dahin, Wünsche und Empfindungen des Mitwesens ebenso zu berücksichtigen, ja, mitzufühlen und nachzufühlen wie unsere eigenen: Erst durch diese Fähigkeit, die Interessen des anderen und die eigenen Interessen zu einem einzigen unaufspaltbaren Anliegen zu machen – wie die Mutter bei ihrem Kind – wird der Status begründet, den der Erwachte mit „*sīlasampanna*“ (wörtlich: „vollkommen in Tugend“, „zur sittlichen Art erwachsen“) bezeichnet. Es ist eine gewachsene innere Weitherzigkeit, auf Grund derer der Mitempfindende gar nicht mehr irgendwie auf Kosten des anderen leben mag.

Hierüber sagt ein großer Kenner des inneren menschlichen Wesens – *Schopenhauer*:

*Mein wahres inneres Wesen existiert in jedem Lebewesen so unmittelbar, wie es in meinem Selbstbewusstsein sich nur mir selber kundgibt. Diese Erkenntnis, für welche im Sanskrit die Formel „tat tvam asi“, „dies bist du“, der stehende Ausdruck ist, ist es, die als Mitleid hervorbricht, auf welcher daher alle echte, d.h. uneigennütige Tugend beruht und deren realer Ausdruck jede gute Tat ist.*

„*Mein wahres inneres Wesen, das nur ich selber kenne*“ ist in Wirklichkeit ein ständig wechselndes. Je nach den Einflüssen

und den dadurch angesprochenen Trieben ändert sich die innere Art und von daher das Erleben – und so geht es jedem.

Es gibt nach Aussage des Erwachten keine Lebensform, von der niedrigsten bis zur höchsten, in der ich nicht schon ungezählte Male gelebt hätte. Was mir auch an „Würdigem und Unwürdigem“ begegnet – Ratte, Wurm, das erbärmlichste Tier – alles dieses bin auch ich unendlich oft gewesen auf der langen Daseinswanderung, ebenso wie alle diese Wesen schon unendliche Male Menschen gewesen sind. Während des unendlich langen Daseinswandels habe ich schon alles erlebt – es gibt nichts, was ich nicht als „Ich“ empfunden hätte. Was ich jetzt aus der unendlich großen Vielfalt der Erscheinungen als „mir zugehörig“ zum Unterschied von „den anderen“ als „mein Ich“ ansehe, das ist nur die augenblickliche Art in der unendlich langen Reihe der bisher erlittenen Daseinsformen; das heißt: Wir sind alles schon gewesen in der zurückliegenden unendlichen Zeit, haben jegliche Daseinsform bereits durchlebt. Ich bin unendliche Male das gewesen, was jetzt das Du ist. Und das Du ist unendliche Male das gewesen, was jetzt ich bin. Wollte ich die Wesen ausnützen, die jetzt gerade weniger Kraft haben als ich selber, dann wäre ich sehr bald selbst wieder derjenige, den die anderen ausnützen. – „Tat tvam asi“ – „das bist du“, sieht der tiefer denkende religiöse Mensch beim Umgang mit allen lebenden Wesen.

Im Augenblick leben wir das Leben, das wir kennen. Es ist einer Perle an einer langen, langen Perlenkette vergleichbar. Vor der Perle, die dieses Leben darstellt, befindet sich die Perle des vorangegangenen Lebens, davor die Perle, die das davor gelebte Leben darstellt; aber die Länge der Perlenkette, „meiner“ Perlenkette, „deiner“ Perlenkette ist schier unendlich. Jede Perle könnte, wenn „ihr“ Blick nicht gebannt auf „sich selber“ starren würde, auf eine unendliche Perlenkette schauen. Der endlos erscheinende Samsāra mit ununterbrochenem Geborenwerden, Altern, Sterben – ist dieser endlosen Perlenkette vergleichbar, bei welcher jedes „Leben“ durch eine Perle markiert ist: durch eine Perle aus Edelstein, Gold,

Kupfer, Eisen, Blech, aus buntem Glas oder aus unreinem, minderwertigem Material – nur immer im Wechsel. Wenn man hundert Perlenketten von hundert Wesen nimmt, sie nebeneinander legt, dann sieht man, dass sie alle gleich sind. Es gibt keine Perlenkette, in welcher nicht Gold und Edelsteine vorkommen und nicht Perlen aus minderwertigem, unreinem Material vorkommen. Jeder ist immer wieder alles gewesen. Nur die Gegenwartsperle sieht bei allen unterschiedlich aus, aber die ganze Kette ist bei jedem dieselbe, denn der Samsāra ist schier endlos, und in der schieren Endlosigkeit wird jede Möglichkeit zur Zwangsläufigkeit; jede Variante des Durstes bist du gewesen, und jede Variante des Durstes bin auch ich gewesen. Wir sind alle die genau gleichen Perlenketten, nur ist an jeder Kette eine andere Perle in die Gegenwart gezogen, aber diejenige Perle, die jetzt deine Gegenwart ist, die du also jetzt bist, war an meiner Kette ebenfalls unendliche Male in großen Abständen zwischen allen anderen Varianten in die „Gegenwart“ gerückt. Ich bin du, du bist ich. Von daher entsteht das Gefühl eines Verschmolzenseins aller Wesen miteinander. Wir sind alle im Leiden und wollen da heraus.

Wer so manchmal im Geist auf „seine“ Perlenkette blickt, die sich in nichts als in der Reihenfolge der Perlen von der Perlenkette „anderer“ unterscheidet, wer so jedes Auge, das ihn anblickt, als ein eigenes wiedererkennt, sich eins sieht mit allen Lebewesen, der wird allmählich auch im Herzen groß. Haben wir diese Gesinnung erworben, dann handeln wir von selbst richtig. Der Erwachte sagt (M 8): *Die Herzensentwicklung zum Guten nenn' ich ja wichtig, was soll da erst von Regeln des Tuns gesagt werden.*

Auch in diesem Sinn sagt *Schopenhauer*:

*Der Schlechte empfindet überall eine starke Scheidewand zwischen sich und allem außer ihm. Die Welt ist ihm ein absolutes Nicht-Ich und sein Verhältnis zu ihr ein ursprünglich feindliches: dadurch wird der Grundton seiner Stimmung Gehässigkeit, Argwohn, Schadenfreude. – Aber der gute Charak-*

*ter lebt in einer seinem Wesen homogenen Außenwelt: die anderen sind ihm kein Nicht-Ich, sondern „Ich noch einmal“. Daher ist sein ursprüngliches Verhältnis zu jedem ein befreundetes: Er fühlt sich allen Wesen im Innern verwandt, nimmt unmittelbar teil an ihrem Wohl und Wehe und setzt mit Zuversicht dieselbe Teilnahme bei ihnen voraus. Hieraus erwächst der tiefe Friede seines Innern und jene getroste, beruhigte, zufriedene Stimmung, vermöge welcher in seiner Nähe jedem wohl wird.*

Wir können den Unterschied, ja, Gegensatz erkennen und erspüren, der zwischen der egozentrischen und der mitempfindenden Haltung liegt. Die egozentrische sieht alles als vom Ich ausgehend, gleichviel was oder wer ihm begegnet. Wenn der Betreffende schöpferisch ist, dann gehen die Ideen von ihm aus und werden der Welt mitgeteilt. Wenn er zornig ist, dann wird der Zorn auf die Opfer entladen, und wenn er sich um Tugend bemüht, dann dienen ihm die Begegnenden dazu, um an ihnen Tugend zu üben. Ein solcher ist fast nie offener Empfänger für die Anliegen der anderen, sondern immer Sender. Andererseits ist ein egozentrischer Mensch meist auch ein bedürftiger Mensch, der gern die Wohltaten anderer empfängt, ja, auf sie angewiesen ist.

Wir sind nur dann offen für den anderen, wenn unser Ego nicht als der Akteur im Zentrum steht, sondern im Hintergrund bleibt. Nur in dieser Haltung ist uns das begegnende Du nicht mehr ein Gegenstand zum Behandeln, sondern wir kommen dazu, geradezu zu entdecken, dass das Du ein Herd voller Anliegen ist, voll drängender Vorstellungen, Wünsche und Hoffnungen. Nur wenn wir selber einmal nichts wollen, dann können wir empfangen, was vom anderen kommt, dann können wir ihn und seine Art entdecken, und das ist die Voraussetzung, um auf ihn eingehen zu können. In diesem Wissen sind sich die klar Beobachtenden der menschlichen Psyche einig, wie die folgenden Aussagen zeigen:

*Der Eigensüchtige ist für sich selbst überempfindlich,  
aber er ahnt fast nie die Empfindlichkeit der anderen.  
Germaine (Madame) de Stael*

*Die richtige Lebenseinstellung in der Begegnung mit anderen  
ist die Erkenntnis der Ich-Du-Gleichheit, die sich in der goldenen  
Regel ausdrückt: „Was du nicht willst, dass man dir tu,  
das füg auch keinem andern zu.“ Sich an die Stelle des ande-  
ren versetzen, das ist Nächstenliebe, Ich-Du-Gleichheit und  
führt zum Gewähren. Nisargadatta Mahāraj*

*Der Lebensnerv des Sittlichen liegt in einem qualitativ ande-  
ren Erlebnis als dem der Nützlichkeit; sei es auch die Nütz-  
lichkeit für die Gemeinschaft. Wenn ich im Mitmenschen den  
Menschen erkenne, so löst diese Erfahrung die Schranken des  
Ich. Sie lässt mich überhaupt erst erkennen, dass das Ich eine  
Schranke, ja, die Quelle unendlicher Leiden ist. Der Kern der  
Sittlichkeit ist eine Erlösungserfahrung: die Erlösung von der  
Blindheit, die den Namen „Ich“ trägt.*

*Carl Friedrich von Weizsäcker*

Als ersten Erfolg, der durch die Lockerung der Egozentrik eintritt, durch das Hinwachsen zu Mitempfinden und Weitherzigkeit, verspricht der Erwachte (A XI,2):

*Wer tugendhaft (sīlavā) ist, zur sittlichen Art erwachsen (sīla-  
sampanna), der braucht nicht anzustreben: „Möchte ich doch  
von Gewissensdruck befreit sein (avippatisāra)“, denn es ist  
gesetzmäßiger Zusammenhang, dass der Tugendhafte, zu sitt-  
licher Art Erwachsene, von Gewissensdruck völlig befreit ist.*

Mit der so erwachsenen sittlichen Art, der inneren Weitherzigkeit, hat der Übende schon einen erheblich höheren, helleren Lebensstandard erworben, als ihn der durchschnittliche Mensch innehat. Auf dem Weg bis zu diesem inneren Stand hat er aber auch viel gekämpft, gearbeitet und sich gemüht. Er

ist immer wieder von überraschenden Situationen umgeworfen worden und ist immer wieder aufgestanden, hat sich seine Einsichten vor Augen geführt, hat seinen gewohnten Denk- und Handlungsgeleisen, der programmierten Wohlerfahrungs-suche, getrotzt und hat sich aus herzlichem Mitempfinden mit den Mitwesen immer bessere, rücksichtsvolle und liebevolle Weisen des Redens und Handelns angewöhnt, da ihm inzwischen die Wünsche und Bedürfnisse seines jeweiligen Gegenübers immer näher an seine eigenen gerückt sind. So ist er zu einer erheblich anderen Art erwachsen.

Einen solchen Menschen vergleicht der Erwachte mit einem kampferfahrenen Kriegerfürsten, der „den Feind niedergestreckt hat“, der also von keiner Seite mehr bedroht werden kann. Der ist wahrlich von allem Gewissensdruck befreit, und der Erwachte sagt ausdrücklich, dass ein solcher „das Glück der Tadelsfreiheit“ (*anavajjasukha*) genieße.

Wir kennen diesen Zustand kaum. Wir müssen wissen, dass alle Sorgen, die der normale Mensch sich macht, nicht nur über eigene körperliche Krankheiten, sondern auch über wirtschaftliche, politische Entwicklungen, über Kriege, Atom-bomben und Naturkatastrophen – dass alle diese Sorgen noch von den Dunkelheiten unseres Erlebnispotentials, von den noch nicht aufgelösten Dunkelheiten unseres Schaffsals, unseres Karma, kommen. Von daher sehen wir noch „Gefahren“. Der sogenannte „Gewissensdruck“ besteht nicht nur aus bewussten Selbstvorwürfen, sondern aus noch unaufgelösten groben Verletzungen, die irgendwann von uns ausgingen, und aus noch unaufgelöster innerer Verletzbarkeit, die aber im Lauf der Entwicklung zur Weitherzigkeit aufgelöst werden kann und mit der zugleich auch die halbbewusste ahnungsvolle Zukunftsdrohung aufgelöst wird. Ein solcher Mensch befindet sich im Aufstieg in das Helle und Hellere. Der Erwachte sagt (S 3,21): So wie da einer von einer Fußbank auf einen Stuhl steigt, von diesem auf den Tisch, von diesem auf den Rücken des Pferdes und von diesem auf den Rücken des Elefanten und vom Elefantenrücken aus auf die Zinne des Hauses,



so befindet sich ein Wesen, das sein Herz von Flecken reinigt, im fortschreitenden Aufstieg, wie es der Erwachte verheißt:

*Der von Gewissensdruck Befreite braucht nicht anzustreben: „Möchte ich innere Helle und Freude (pāmojja) erlangen“, denn es ist Gesetz, dass der von Gewissensdruck Befreite innere Helle und Freude erlangt. (A XI,2)*

Die innere helle Freude beruht auf zwei Dingen: einmal auf der fortschreitenden freudigen Bemühung um Befreiung auch von letzten Resten von Egoismus, von Rücksichtslosigkeit gegenüber dem jeweils Begegnenden, und zum anderen auf der zunehmenden Entdeckung des eigenen inneren unabhängig machenden hellen, wohltuenden Grundgefühls und die zunehmende Zuwendung zu diesem inneren Wohl. Damit ist verbunden die allmähliche Abknüpfung der früheren Abhängigkeit von den äußeren Erscheinungen und Ereignissen. Wer die Erhellung seines eigenen Herzens bei sich spürt, der hat ganz natürlicherweise das Bestreben, diesen Glanz zu erhöhen durch sanfte Begegnung, durch schonenden, fürsorglichen Umgang mit allen Mitwesen, und hat die andere Bestrebung, in dieser eigenen weltunabhängigen, selbstständig machenden inneren Helligkeit als einer Zuflucht immer mehr zu verweilen. Im Sinn dieser Bestrebungen rät der Erwachte (It 38):

*Erwirkt bei euch, ihr Mönche, dass ihr am Nichtverletzen der Wesen erhellende Freude gewinnt, dass ihr über das Schonen der Wesen glücklich und froh werdet. Wenn ihr so wirket, ihr Mönche, dass ihr am Nichtverletzen der Wesen erhellende Freude gewinnt, dass ihr über das Schonen der Wesen glücklich und froh werdet, so wird euch bei allen solchen Handlungen und Gesinnungen immer wieder der beglückende Gedanke kommen: „Durch dieses Verhalten verletzen wir nicht irgend etwas, sei es schwach oder stark.“*

FÜRSORGE FÜR MICH ODER FÜR ANDERE ?

Das Gleichnis vom Bambusartisten

„Gruppierte Sammlung“ (S 47,19)

In dieser Lehrrede handelt es sich nicht um die Frage, ob

man mit Egoismus oder mit Nächstenliebe dem Heil näher käme, sondern um die Frage, ob man bei seinem Bemühen um echtes Vorwärtstommen, also um Überwindung übler Eigenschaften und Gewinnung wahrhaft guter Eigenschaften mehr den Blick auf die Nächsten zu richten habe oder mehr auf sich selber. Man kann echtes Heilsstreben, verbunden mit echter Nächstenliebe und Mitempfinden nicht nur bei solchen Menschen erkennen, die sich viel um andere bekümmern, für andere Menschen sorgen und ihnen helfen, sondern ganz ebenso auch bei solchen, die sich vorwiegend für sich halten und ohne besonderen Anlass nicht an andere herantreten, die aber, wenn andere Menschen sie bitten, in überraschend reicher und tiefer Weise zu helfen vermögen.

Es gibt eben solche Menschen, die im Guten und im Schlechten bei allen heilsamen und bei allen unheilsamen Dingen, bei allem, was sie hören und erkennen und anstreben, weit mehr nach innen und auf sich selbst schauen, bei sich selber nachsuchen, prüfen, fragen und anstreben - und es gibt solche Menschen, die im Guten und im Schlechten, bei allen heilsamen und bei allen unheilsamen Dingen, weit mehr nach außen auf die Umwelt und Mitwelt, auf die anderen schauen und dort prüfen, betrachten, untersuchen und anstreben. Der eine ist mehr nach innen gewandt und der andere mehr nach außen. Diese Haltungen sind also, wie wir sehen, jenseits von gut und böse, denn bei beiden Haltungen kann man Gutes verfolgen und anstreben und auch Übles. Trotzdem ist natürlich die Frage verständlich und naheliegend, welche der beiden Verhaltensweisen die richtigere sei.

Diese Frage beantwortet der Erwachte mit dem Gleichnis von der Artistengruppe, in dem er zeigt, wie zwei Artisten zusammen Kunststücke vollbringen, bei welchen der eine auf die Schulter des anderen steigt. Von diesen beiden Artisten meint der eine, dass ein jeder von ihnen bei der gefährlichen Übung nur auf sich selber achten solle, dann könne, indem

ein jeder auf sich achte, beiden kein Unfall geschehen. Der andere meint umgekehrt, es sei besser, wenn ein jeder bei dieser Übung auf den anderen achte. Weil dann jeder für den anderen Sorge, würden beide keinen Unfall erleiden. An dieses Gleichnis anknüpfend, sagt der Erwachte dann, dass beides zu tun sei und dass das auch für das Vorgehen auf dem Heilsweg gelte.

*Einstmals weilte der Erhabene im Land der Sumbher in einem Städtchen der Sumbher namens Sedakam. Dort nun wandte sich der Erhabene an die Mönche:*

*Einstmals, ihr Mönche, gab es einen Bambusartisten. Der stellte das Bambusrohr auf und sprach zu seiner Schülerin: Komm, liebe Medakathalikā, erklimme den Bambus und stelle dich auf meine Schulter. – Ja, Meister –, erwiderte die Schülerin Medakathalikā, erklimm den Bambus und stelle dich auf die Schulter des Meisters. Da sprach, ihr Mönche, der Bambusartist zu seiner Schülerin: Du, liebe Medakathalikā, achte auf mich, und ich werde auf dich achten. Wenn so jeweils einer auf den anderen achtet, dann werden wir unsere Kunst zeigen, etwas verdienen und wohlbehalten vom Bambus heruntersteigen. –*

*Auf diese Worte erwiderte Medakathalikā, die Schülerin, dem Meister: Nicht so, Meister! Achte du auf dich selber, Meister, und ich werde auf mich achten. So werden wir, wenn jeder auf sich selber achtet, unsere Kunst zeigen, etwas verdienen und wohlbehalten vom Bambus heruntersteigen. –*

*Welches ist nun die rechte Vorgehensweise? Wie Medakathalikā dem Meister gesagt hat: „Ich werde auf mich selbst achten, um mich zu bewahren“, so ist Wahrheitsgegenwart (satipatthāna), ihr Mönche, zu pflegen. „Auf den anderen werden wir achten, um ihn*

zu bewahren“, wie der Meister gesagt hat, so ist Wahrheitsgegenwart (*satipatthāna*) zu pflegen. Indem man auf sich selbst achtet, um sich zu bewahren, achtet man auf den anderen und bewahrt ihn, und indem man auf den anderen achtet, um ihn zu bewahren, achtet man auf sich selbst und bewahrt sich.

Und wie achtet man, auf sich selber achtend, auf den anderen? Durch häufiges freudiges Bedenken (*āsevanā*), Entfaltung (*bhavanā*) und Mehrung rechter Eigenschaften (*bahulika dhammena*). So, ihr Mönche, achtet man, auf sich selber achtend, auf den anderen.

Und wie achtet man, auf den anderen achtend, auf sich selber? Durch Geduld, durch Gewaltlosigkeit, durch Liebe, durch Mitempfinden (*anudayatāya*).

„Ich werde auf mich selber achten, um mich zu bewahren“, so ist Wahrheitsgegenwart zu üben.

„Ich werde auf den anderen achten und ihn bewahren, so ist Wahrheitsgegenwart zu üben.“<sup>27</sup>

Auf sich selbst achtend und so sich selber bewahrend, achtet man auf den anderen. Auf den anderen achtend und ihn bewahrend, achtet und bewahrt man sich selbst.

---

<sup>27</sup> Auf sich selber achten durch häufiges, freudiges Bedenken, Entfaltung und Mehrung rechter Eigenschaften und auf den anderen achten durch Geduld, Gewaltlosigkeit, durch Liebe und Mitempfinden dem anderen gegenüber - beides nennt der Erwachte hier *Satipatthāna*, worunter meistens die Vier Pfeiler der Selbstbeobachtung verstanden werden. Hier wird der Begriff nicht in diesem spezifischen Sinn gebraucht, sondern ganz allgemein als *sati*, als Gegenwärtighalten der Wahrheit, der Erinnerung an die vom Erwachten gegebenen Wahrheiten und seine Wegweisungen. Für beides ist Wahrheitsgegenwart nötig: Für die Entwicklung rechter Eigenschaften bei sich selbst und für die Entwicklung von Mitempfinden und rechtem Verhalten gegenüber den Mitwesen.

Jeder ist auf den anderen angewiesen -  
darum die Nöte des anderen so ernst nehmen,  
wie wenn es die eigenen wären

Der Erwachte wählt hier als Gleichnis für die in der Welt oder im Orden lebenden Menschen eine Artisten-Gruppe, also Menschen, welche so miteinander arbeiten, dass zwangsläufig jeder auf den anderen angewiesen ist. Mehrere Artisten bilden mit ihren Leibern gemeinsam ein Ganzes. Indem sie sich zu einer solchen Verbundenheit zusammenfügen, würde das Ausbrechen eines Leibes den Zusammenbruch des Verbundes bedeuten und damit allen schaden. So liest man ja auch immer wieder einmal, dass eine Artistengruppe durch das Versagen eines der Beteiligten zu Schaden kam.

Dieses Gleichnis von der Artistengruppe wendet sich gegen die bei vielen westlichen Menschen unbewusst oder bewusst vorherrschende Auffassung, dass der einzelne Mensch als selbständiges oder eigenständiges Individuum unabhängig von der Mitwelt seinen selbst erkannten Weg gehen könne und gehen müsse. Manche glauben auch nach ihrer Berührung mit der Lehre des Erwachten noch, dass das richtig sei.

Diese Auffassung ist aber, wie der Erwachte in dem Gleichnis zeigt, nur bis zu einer ganz bestimmten Grenze richtig und ist darüber hinaus falsch, gefährlich und tödlich.

Der Erwachte zeigt: Sobald die Artisten zusammentreten zu einem Verbund, in welchem jeder Einzelne ein Teil des Ganzen ist, so lange auch kann das Ganze nur bestehen, wenn jeder einzelne Teil sich an seinem Ort genau in der richtigen Weise verhält. Wenn aber die Artisten nicht mehr im Verbund leben, wenn sie wieder alle „heil zu Boden gekommen sind“ und jeder seine eigenen Wege geht, dann besteht nicht mehr eine größere Struktur und Ordnung, die es zu bewahren gilt, dann ist das Ergehen des einen nicht mehr unlöslich an das Ergehen der anderen geknüpft und das Ergehen der anderen nicht mehr unlöslich an sein Ergehen.

In diesem Sinn gilt das Gleichnis auch für alle lebenden Wesen: Solange und soweit ein Wesen von anderen abhängig ist, so lange auch und so weit ist sein Schicksal mit jenen anderen verknüpft, so lange bedeutet Erschwerung und Gefährdung im Leben des einen auch Erschwerung und Gefährdung im Leben der anderen Beteiligten und bedeutet die Erleichterung, Sicherung und Erhöhung des Lebens bei dem einen auch die Erleichterung, Sicherung und Erhöhung des Lebens bei den anderen.

Solange wir unser Brot vom Bauern, vom Müller und vom Bäcker beziehen, so lange können wir es nur dann bekommen, wenn Bauer, Müller und Bäcker die Möglichkeit haben, die Kraft und den Willen haben, das Brot und seine Bestandteile herzustellen: Und diese Möglichkeit haben sie, wenn wir ihnen für ihre Arbeit die Dinge geben, die sie zu ihrem Lebensunterhalt brauchen. Ebenso geht es mit Kleidung, Wohnung, Heizung, mit den gesamten Lebensdingen. Darüber hinaus geht es in Familie, Nachbarschaft, Beruf und Freundschaft auch um Anerkennung, Liebe, freundliche Zuwendung, um das Abstehen von Kritiksucht und Zanksucht.

Der normale Mensch ist weit, weit über die körperliche Abhängigkeit hinaus seelisch abhängig. Er kann allein gar nicht leben. Er ist so geartet, dass er des Austausches mit anderen bedarf. So leben wir im Verbund, leben wie eine Artistengruppe, und da dient es der Selbsterhaltung, wenn wir auch den anderen erhalten, und da ist es für die Erhaltung des anderen gut, wenn wir auch uns selbst erhalten.

Es wäre aber auch falsch, nur auf die anderen zu achten, ohne auf sich selber zu achten. Wer auf die anderen achtet, ohne auf sich selber zu achten, von dem sagt der Erwachte, er sei so töricht wie einer, der die Herden des anderen hüte und dabei die eigene verhungern ließe und dann arm werde.

Der Erwachte gibt ein Gleichnis dafür, wie ein Mönch, der durch Gewinnung rechter Anschauung auf den Heilsweg gelangt ist, welcher ihn in absehbarer Zeit die völlige Triebver-siegung erreichen lässt, die Obliegenheiten seiner Gemein-

schaft erfüllt. Er sagt (M 48): So wie eine junge Mutterkuh die Hürde durchbricht und zu ihrem Kälblein eilt, so ist auch ein solcher Mönch mit Hingabe bemüht, dass diese erforderlichen Obliegenheiten in seiner Gemeinschaft auch voll erfüllt werden, und dabei ist er zugleich bemüht, *hohe Tugend zu gewinnen, hohe Herzensart zu gewinnen, hohe Weisheit zu gewinnen*. Es geht dabei nicht nur um Pflichterfüllung, sondern darum, dass wir ein Gefühl bekommen für die Not des anderen, so wie die junge Mutterkuh es nicht mitansehen kann, von ihrem Kälblein getrennt zu sein, das in Not ist. Sie spürt einen starken Zug zu dem Hilfsbedürftigen hin. Wenn der Mensch eine ähnliche Herzensneigung gewinnt, zur Harmonie, zu Eintracht und Frieden in seinem Lebenskreis beizutragen, dann ist das der erste Anfang von *mettā*. Es geht darum, die Nöte des anderen innerhalb der Gemeinschaft als eigene Nöte zu erkennen, sie so ernst zu nehmen, wie wenn es die eigenen Nöte wären, und dabei helfen.

#### Zuwendung zu den Mitwesen ist Voraussetzung für Tugend, Herzensfrieden und Weisheit

Wie sehr wir mit den anderen in Symbiose leben wie eine Artistengruppe, wie sehr wir aufeinander angewiesen sind, können wir immer wieder in unserem Privat- und Berufsleben erkennen. Hat man andere, die eine Hilfe brauchen, zurückgewiesen, dann merkt man, dass man selber nicht zufrieden, froh und hell ist, man spürt es unmittelbar. In solchen Augenblicken kann man sich nur schwer guten Gedanken hingeben, man ist mürrisch, und ehe man sich nicht dazu bekennt, dass man etwas falsch gemacht hat, erreicht man nicht innere Heiligkeit und Heiterkeit.

*Seuse*, ein christlicher Mystiker und Schüler Meister Eckeharts, schildert in seiner Weise diese Erfahrung, wie sein

schlechtes Gewissen innere Helligkeit und Freudigkeit und Sammlung verhinderte.<sup>28</sup>

*Es geschah eines Mals, da der Diener (damit meint Seuse sich selbst) in dem Kapitelhause ging und sein Herz voll göttlicher, jubilierender Freude war, da kam der Pförtner und hieß ihn an die Pforte gehen zu einer Frau, die beichten wollte. Er brach sich ungern von der innerlichen Lust und empfing den Pförtner härtiglich und sprach, dass sie nach einem andern senden sollte, er wolle sie jetzt nicht Beicht hören. Sie hatte ein geladenes, sündiges Herz und sprach, sie hätte besondere Sehnsucht danach, dass er sie tröste, und wollte keinem andern beichten. Und da er nicht kommen wollte, da fing sie an mit einem betrüben Herzen zu weinen und ging elendiglich hinweg in einen Winkel sitzen und erweinte sich da viel wohl. Unterdem zuckte ihm Gott behändiglich die fröhliche Gnade und ward ihm sein Herz so hart als ein Kiesling (Kiesel); und da er gern gewusst hätte, was das meinte, da ward in ihm von Gott also gesprochen: Siehe, wie du die arme Frau mit einem beladenen Herzen ungetröstet von dir getrieben hast, also hab ich meinen göttlichen Trost von dir gezucket. Er erseufzte inniglich und schlug an sein Herz und lief bald hin an die Pforte, und da er die Frau nicht fand, da gehub er sich übel. Der Pförtner lief um und um suchen: da er sie dort weinend sitzen fand und sie wieder an die Pforte kam, da empfing er sie gütlich und tröstete ihr reuiges Herz gnädiglich und ging von ihr wieder ein in das Kapitel, und zuhand in einem Augenblick da kam der milde Herr hier wieder mit seinem göttlichen Troste als je von erst.*

Man mag vielleicht zweifeln, ob der Spruch des Dhammapadam (Dh 166)

*Dein eignes Ziel versäume nicht (Kenner der Lehre: Heil) um andrer noch so großen Ziele. (Weltliche Ziele)*

---

<sup>28</sup> „Das Suso-Buch“, Walter Hädecke Verlag, Stuttgart 1925, S.189



*Hast du das eigne Heil erkannt,  
gedenke eifrig deiner selbst –*

nicht im Widerspruch zu der hier geschilderten Erfahrung steht. - *Dein eignes Ziel versäume nicht* – was führt denn zu meinem eigenen Heil? Das, wodurch man den anderen und sich selber beschützt. Der Erwachte sagt (A V,22), noch über sein Gleichnis von der Artistengruppe hinausgehend - ganz im Sinne der Erfahrung von Seuse - dass Zuwendung zu den Mitmenschen die Voraussetzung für die Entwicklung von Tugend, Herzensfrieden und Weisheit ist, also uns selber vorwärtsbringt, uns vor Leiden bewahrt und vom Leiden erlöst:

*Dass da ein Mensch, ihr Mönche, der zwischen seinen Mitmenschen achtungslos, ohne Zuwendung und ohne Anteilnahme dahinglebt, etwa die Fähigkeit gewänne, ein aufmerksames, gutes Betragen (abhisamācārika dhamma) zu entwickeln - das ist nicht möglich.*

*Und dass ein Mensch, ohne die Eigenschaft eines aufmerksamen, guten Betragens entwickelt zu haben, etwa die Fähigkeit des konsequenten Einübens (sekha dhamma) zur Reife bringen könnte, das ist nicht möglich.*

*Und dass der Mensch, ohne die Fähigkeit des konsequenten Einübens zur Reife gebracht zu haben, den Abschnitt der tauglichen Begegnungsweise (silakkhandho) entwickeln könnte, das ist nicht möglich.*

*Und dass der Mensch, ohne den Abschnitt der tauglichen Begegnungsweise zur Reife gebracht zu haben, den Abschnitt des das Welterlebnis übersteigenden inneren Herzensfriedens (samādhikkhandho) zur Reife entwickeln könnte, das ist nicht möglich.*

*Und dass der Mensch, ohne den Abschnitt des weltüberlegenen inneren Herzensfriedens zur Reife gebracht zu haben, den Abschnitt des weisen Klarblicks (paññākkhandho) zur Reife entwickeln könnte, das ist nicht möglich.*

Das bedeutet, dass alle sechs Entwicklungsstufen bis zum Heilsstand unlöslich miteinander verzahnt sind, d.h. der letzte Entwicklungsabschnitt: Klarwissen und Erlösung, ist nicht nur durch Vollendung des vorletzten - weltbefreiter Herzensfriede - zu gewinnen, sondern dieser weltbefreite Herzensfriede ist seinerseits nur durch Vollendung des drittletzten - taugliche Begegnungsweise - zu gewinnen und so fort, so dass die gesamte Entwicklung zuletzt davon abhängt, dass die zuerst genannte Bedingung immer mehr erfüllt werde bis zur Vollkommenheit.

Diese allererste Bedingung besteht in der dreifachen Haltung:

1. Dass man jedem begegnenden Lebewesen Achtung, Beachtung (*gāraṇa*) entgegenbringe als einem Lebewesen, das ja Empfinden hat, Anliegen, Wünsche und Bedürfnisse hat wie wir selbst. Das beginnt damit, dass man es mit allen seinen Anliegen und Erwartungen bemerkt.
2. Dass man sich jedem Lebewesen, das an uns herantritt, auch echt zuwende. Das Pāliwort *patissa* bedeutet, dass man ihm offen zuhöre, seine Anliegen unvoreingenommen aufnehme und ihm voll antworte als einem Lebewesen, das ja Empfinden hat, Anliegen, Wünsche und Bedürfnisse hat wie wir selbst.
3. Dass man überhaupt jene Herzeshaltung entwickle, die hier als „Anteilnahme“ bezeichnet wurde. Das Pāliwort *sabhāgavuttika* bedeutet, dass man sich als einen Teil des anderen wisse, der nur im Zusammenhang mit den anderen besteht und nur mit den anderen zusammen ein Ganzes bildet. Es geht um Mitgefühl, um ein Sich-Hineinfühlen in die Gesamtsituation, von der man ein Teil ist.

In der oben zitierten Rede (A V,22) fährt der Erwachte fort:

*Dass aber ein Mensch, ihr Mönche, der mit seinen Mitmenschen achtungsvoll, mit Zuwendung und mit Anteilnahme zusammenlebt, ein aufmerksames, gutes Betragen (abhisamācarika dhammo) entwickeln kann, das ist möglich.*

*Und dass ein Mensch, der die Eigenschaft eines aufmerksamen, guten Betragens entwickelt hat, auch die Fähigkeit des konsequenten Einübens (sekha dhammo) zur Reife bringen kann, auch das ist möglich.*

*Und dass der Mensch, der die Eigenschaft des konsequenten Einübens zur Reife gebracht hat, auch den Abschnitt der tauglichen Begegnungsweise (silakkhandho) vollenden kann, auch das ist möglich.*

*Und dass der Mensch, der den Abschnitt der tauglichen Begegnungsweise vollendet hat, auch den Abschnitt des das Weiterlebens übersteigenden inneren Herzensfriedens (samādhikkhandho) vollenden kann, auch das ist möglich.*

*Und dass der Mensch, der den Abschnitt des weltüberlegenen inneren Herzensfriedens zur Reife gebracht hat, auch den Abschnitt des weisen Klarblicks (paññākhandho) vollenden kann, auch das ist möglich.*

Mit dieser Reihe hat der Erwachte den gesamten Zusammenhang der positiven Heilsentwicklung in seiner Verzahnung genannt, hat aufgezeigt, dass der einzig taugliche Ansatzpunkt für diese Entwicklung in der Ausbildung der anfangs genannten und näher beschriebenen dreifachen Haltung gegenüber allem Begegnenden liegt. Achtungsvoll, mit voller Zuwendung zum Mitwesen und sich mit ihm verbunden wissen - das heißt: Die begegnenden Wesen gar nicht mit dem eigenen „Geschmack“, mit den eigenen Empfindungen oder Meinungen messen, um sie dann so „tugendhaft“ wie möglich zu behandeln - sondern alle eigenen Vorstellungen, Meinungen und Neigungen so gut wie möglich zurückstellen und dagegen das Wollen, Wünschen und Anliegen des betreffenden Wesens so gut wie möglich zu erkennen und zu erfüllen trachten.

Von einem, der sich so übt, sagt der Erwachte, dass er ein „aufmerksames, gutes Betragen“ (*abhisamācārika dhammo*) entwickeln könne. Hier bedeutet *samācārika dhammo* die Eigenschaft einer schlichten, unauffälligen und nirgends anstoßenden, sanften Lebensführung.

Wer sich in dieser dreifachen Zuwendung zu den mit jeder erfahrenen Situation gegenüberstehenden Lebewesen übt, dem öffnet und weitet sich der Blick dafür, die Mitwesen zu entdecken und ihre Anliegen zu erkennen; der verliert allmählich auch die unbewussten und unkontrollierten kleinen Spontanreaktionen des normalen Menschen, die bei jedem Wort und jeder Tat seines Gegenübers aufkommen, und gewinnt dadurch Übung im Beibehalten dieser verstehenden Zuwendung zu empfindenden Wesen. Durch diese Übung entzieht er sich dem tausendfältigen Emotionsstrudel, den jede Begegnung mit den Lebewesen im Innern auslöst und von dem der unaufmerksame Mensch, der alles Begegnende nur mit seinem Geschmack misst, ununterbrochen zwischen Begehren und Abstoßung hin und her geschleudert wird.

Wer sich in diesen Vorgang einfühlt, der versteht, dass man die hier vom Erwachten genannte Haltung des aufmerksamen guten Betragens geradezu als das Nadelöhr ansehen muss, durch welches die gesamte heilsame Entwicklung eingefädelt wird, und dieses Nadelöhr wird getroffen und wird recht passiert eben dadurch, dass man seinen Mitwesen achtungsvoll, mit Zuwendung und mit Anteilnahme begegnet.

In dem Gleichnis der Bambusartisten werden als Eigenschaften der Zuwendung zu den Mitwesen Geduld, Gewaltlosigkeit, Liebe und Mitempfinden genannt.

## Geduld

Im Deutschen lässt sich *Geduld* vielfach umschreiben durch Aushalten, Ertragen, Gefallenlassen, Über-sich-ergehen-Lassen, Hinnehmen, Einstecken, Schlucken, Stillhalten, Langmut, Verlierenkönnen, Nicht-Gegenan-Gehen, nicht Sich-Auflehnen. Das Gegenteil von Geduld ist der Zorn. Geduld ist Nichtzürnen. Wie schwer fällt es, Beleidigung, Spott und Ironie zu ertragen oder Verleumdungen, freche Lügen, Ausflüchte, Betrügereien und Täuschungen. Wie schwer ist es zu erdulden, wenn einer meine Geheimnisse verrät, hinterrücks

schlecht von mir spricht, meinen Ruf schädigt. Und wie schwer ist Verachtung zu ertragen, das Unterlassen der ersehnten Anerkennung, das Totschweigen.

Und wenn es im Leben auch noch so unerwartet und noch so ungerecht über mich kommt und mich aus allen Wolken fallen lässt - es gibt doch nichts Unverdientes. Auch dies habe ich mir einst selber erwirkt nach dem Gesetz von Saat und Ernte. Da ist die Geduld nötig als Nachholen früherer Versäumnisse. Geduld ist Abbezahlen von Schulden. „Vom Unglück erst zieh ab die Schuld, den Rest ertrage in Geduld“ - bei diesem Sprichwort ist der Rest die frühere Schuld, die uneinsehbare. Alle haben wir Schulden gemacht im Samsāra, die mit Geduld getilgt werden.

### Gewaltlosigkeit

*Gewaltlosigkeit* ist die feine, edle Haltung einer Hochherzigkeit, die unauffällig wohltuend wirkt. Gewaltlosigkeit als Hilfe ist Barmherzigkeit, Erbarmen denen gegenüber, die augenblicklich in einer ungünstigen Situation stehen, die vom sogenannten Schicksal benachteiligt sind, die seelisch oder geistig oder körperlich Ausgebeuteten, Unterdrückten, Leidenden, Betrübten. Zur Gewaltlosigkeit gehört auch sanftmütig-verzeihende Gesinnung. Wie wohltuend ist es, wenn jemand mir verzeiht und mir nicht immer wieder meine Fehltritte vorhält. Wenn ich also gegenüber anderen nachsichtig bin und sanftmütig über vergangene Ungeschicklichkeiten, Versäumnisse und Sünden hinwegsehe, dann tut dies Schonen dem anderen genauso wohl, wie es mir getan hätte. Ich weiß doch, wie langsam ich mich zum Guten entwickle und wie schwer es ist, geistig Eingesesehenes nun auch gegenüber den Trieben durchzusetzen. Dann muss ich das auch auf andere anwenden und ihnen die Zeit gönnen, sich zu entwickeln. Wenn ich langmütig und nachsichtig bin, verschone ich andere vor dem Anspruch, dass alles perfekt sein müsste, vor welchem Anspruch ich auch versage. Eine solche Langmut, die die Schwä-

che des anderen berücksichtigt, ist gewaltlose Gesinnung. Eine gewaltsame Gesinnung ist es, wenn ich eine Welt voller Engel und Genies voraussetze und anderen vorwerfe, es nicht zu sein. Die schonende Sanftmut nimmt das Versagen und die Fehler anderer als die natürlichste Sache der Welt, als das allgemein Menschliche und macht kein Aufhebens davon. Wie wohltuend ist es, wenn ich bei jedem gerade sein Gutes und Positives sehe, von dem ich auch noch lernen kann. Aufnahmebereitschaft für die Erfahrungen anderer - auch das ist eine wichtige Form von Gewaltlosigkeit.

Eine Haupteigenschaft der Zuwendung zu den Mitwesen ist die allumfassende

## Liebe

Für die recht verstandene Liebe, also nicht etwa die „Sympathie“, die nur solchen zugewandt ist, die man mag, sondern eine Liebe, die keinen Unterschied macht, die in jedem Wesen das „Du“ erkennt, das ebenso Wohl ersehnt und glücklich sein möchte wie ich, wählt der Erwachte als Beispiel einen bestimmten Zug der Mutterliebe. Die Mutterliebe misst nicht die Eigenschaften des Kindes, lehnt nicht das „schlechte“ Kind ab und liebt nur das gute, vielmehr liebt sie, ohne zu messen. Und diese Liebe, ohne den anderen zu messen (*appamāna*), ist es, die der Erwachte empfiehlt. Zwar hat die Mutter diese Liebe nur ihren eigenen Kindern gegenüber - und darin liegt ihre Beschränktheit - aber der Erwachte empfiehlt, diesen engen mütterlichen Rahmen zu sprengen und diese nichtmessende Liebe auf alle Wesen auszudehnen, auch über den Bereich der Menschen hinaus.

Die Gesinnung der Liebe ist die einzige Tür zum Schonen, zur Fürsorge, zur Hilfsbereitschaft; soweit Liebe da ist, soweit liebende Gemütsverfassung, liebende Gedanken da sind, so weit auch nur ist schonende Gesinnung. Es kann gar keine Liebe geben ohne Schonen und kein Schonen ohne Liebe. Wenn man überall schonen will und mit größter Aufmerksam-

keit nirgends wehtun will, dann muss man ununterbrochen auf die Empfindungen der anderen achten, mit denen man gerade zu tun hat, muss sozusagen in ihrer Haut stecken, mit ihnen empfinden. Dieses Mitempfinden verdrängt die vielfältigen eigenen Interessen und Sonderwünsche, die oft sehr vordergründig sind und fast immer mit der Neigung zu irdischen Dingen zusammenhängen. Man muss wirklich sagen: Je mehr ein Mensch von dieser Welt der sinnlich wahrnehmbaren Erscheinungen, der Lebewesen und der Dinge, Glück und Freude für sich erwartet, um so weniger ist er fähig zum Mitempfinden, zur Liebe. Und je mehr einer diese nach außen gerichteten Neigungen wenigstens vorübergehend beiseite tun kann, um so mehr hat er Blick für die Bedürfnisse des anderen, empfindet mit ihm und verhält sich dann im Sinn des Schonens. Die irdischen Dinge, den ganzen Luxus der Wohlstandsgesellschaft, hat man nur, solange der Körper besteht, aber Geduld, Schonen und Liebe oder auch das Gegenteil: Nächstenblindheit, Egozentrik, Rohheit und Härte verliert man nicht mit dem Körper, das begleitet uns. Diese Eigenschaften kann einem niemand nehmen und auch niemand geben, man eignet sie sich selber an und kann sie auch nur selber wieder auflösen.

Man empfindet es unmittelbar, dass man sich in der Haltung des Mitempfindens sofort heller, freier und größer fühlt als in egozentrischer Verengung; und erst recht ist einem wohl bei schonender Einstellung, wenn man dem anderen wohl tut und nicht wehtun will. Das tut unmittelbar mehr wohl, aber das ist schwer zu verstehen für die vielen Menschen, die nicht wissen, dass die Welt nicht ein Wert an sich ist, sondern dass das Herz den Grundwert ausmacht, dass das Welterlebnis nur Spiegelbild des Herzens ist. Wer das begriffen hat, für den wird die Welt zweitrangig. Er weiß, dass alles Erleben aus seinem Herzen kommt, und darum ist er bestrebt, sein Herz zu verbessern, das nur durch gute Gedanken, durch eine gute Gemütsverfassung zu verbessern ist.

Die Meinung, die Welt bestehe an sich und sei deshalb ein Wert an sich, bewirkt eine starke Hemmung bei der Ausbildung von Liebe und Schonen, denn wer die Welt im Grund bejaht und nur an das eine jetzige Körperleben glaubt, der kann nur den jetzigen Wohlgegn und Lustgegn positiv bewerten. Und das verhindert gerade die Entwicklung von Liebe und Schonen.

### Konsequentes Einüben durch häufiges Bedenken und Entfalten heilsamer Eigenschaften

Als zweite Übungsetappe - nach der Zuwendung zu den Mitwesen und dem daraus sich ergebenden guten Betragen - nennt der Erwachte (A V,22) die Fähigkeit des konsequenten Einübens. Indem der Übende sich um die vorangegangenen, die Mitwesen beachtenden drei Haltungen bemüht, hat er sie immer tiefer eingeübt, hat sich an das Üben in diesen Haltungen immer mehr gewöhnt und hat sich damit die Fähigkeit des Übens angeeignet, und das ist die Fähigkeit und Kraft zum Aufbruch gegen die Zwänge der an das Niedere fesselnden Gewöhnungen und Tendenzen.

In unserer Rede vom Bambusartisten nennt der Erwachte konkret dieses konsequente Einüben durch häufiges freudiges Bedenken, Entfaltung und Mehrung rechter Eigenschaften, wodurch man auf sich achtend, sich bewahrend, auch andere bewahrt und schützt.

Die Stärkung und Mehrung heilsamer Eigenschaften fasst der Erwachte unter dem Stichwort „rechtes Mühen“ oder „Die vier großen Kämpfe“ zusammen:

*Da weckt der Mönch seinen Willen, dass er unaufgestiegene üble Gedanken nicht aufsteigen lasse, er müht sich darum, er entwickelt Tatkraft, er erzieht das Herz, er kämpft.*

*Er weckt seinen Willen, dass er aufgestiegene, üble, unheilsame Gedanken vertreibe. Er müht sich darum, er entwickelt Tatkraft, er erzieht das Herz, er kämpft.*



*Er weckt seinen Willen, dass er unaufgestiegene heilsame Gedanken aufsteigen lasse - aufgestiegene heilsame Gedanken sich festigen, nicht lockern, weiter entwickeln, entfalten lasse, er müht sich darum, er entwickelt Tatkraft, er erzieht das Herz, er kämpft.*

*Er erzieht das Herz.* – Wer erzieht das Herz? Der Geist, in den durch den Erwachten die rechte Anschauung gekommen ist, die ihm nun zeigt, dass sein Herz üble, unheilsame Triebe enthält. Daher geht der jetzt vom Erwachten belehrte Geist daran, üble Herzenseigenschaften durch negative Bewertung auszuroden und gute durch positive Bewertung zu entwickeln. Der Geist, der die rechte Anschauung aufgenommen hat, erzieht, verändert also das Herz. Das Herz ist nichts anderes als die Summe der bisherigen Gedanken samt dem durch sie geschaffenen Drang zu dem jeweils positiv Bewerteten; nie ändert sich das Herz von selber, sondern immer nur durch falsch oder richtig bewertendes Denken.

*Er weckt seinen Willen,* heißt es bei der Beschreibung der vier Kämpfe. Der Wille, mit dem alle Entwicklung beginnt, hängt ab von der Klarheit der rechten Anschauung, die nicht im Herzen, sondern im Geist gezeugt wird. Der Wille entsteht immer im Geist, und er entsteht mit gesetzmäßigem Zwang immer dann, wenn man durch geistige Erwägungen zu der Auffassung kommt - zu der Anschauung -, dass man durch die betreffende Unternehmung zu einem mehr oder weniger großen Vorteil kommt oder zu der Vermeidung von Leiden und Gefahren, denen man ohne diese Unternehmung ausgesetzt ist. So ist also immer die Aussicht auf Gewinne und Vorteile, also auf mehr Glück und Freude oder die Furcht vor üblen Folgen, die Ursache für den im Geist gefassten Willen, sich so und so zu verhalten bzw. dies oder das zu unternehmen oder gerade zu unterlassen.

Wer wie die meisten westlichen Menschen glaubt, dass mit dem Tod die Existenz endgültig beendet sei, der kann keinen Willen aufbringen, der ausreicht, den Heilsweg zu gehen. Erst

wenn in den Geist die Anschauung eingekehrt ist, dass mit dem Tod die Existenz nicht beendet ist und dass auch mit himmlischem Dasein das Leiden nur vorübergehend etwas verringert ist, aber sich so lange fortsetzt, wie die fünf Zusammenhäufungen weiterhin zusammengehäuft werden - erst nach dem Einbruch dieses Wissens in den Geist wird zwangsläufig der Wille gezeugt, diese fünf Zusammenhäufungen nicht weiter zusammenzuhäufen, um damit dem endlosen Leiden zu entgehen.

Der Grad der Klarheit der rechten Anschauung über die mögliche Verbesserung der Situation bestimmt genau die Stärke des Willens zur Hinwendung zu der für besser gehaltenen Situation. Der Erwachte sagt (D 21):

*Der Wille wurzelt in der Erwägung (vitakka),  
entwickelt sich aus der Erwägung,  
entsteht aus der Erwägung,  
erwächst aus der Erwägung.  
Erwägung muss sein, damit Wille erscheint.*

Und in M 95 heißt es:

*Durch das Verständnis der Wahrheit  
erwächst ein neuer Wille.*

Indem man eine Erwägung zur anderen fügt, wird die Richtung des Willens eindeutig, und immer öfter gelingt es, sich der bisherigen Auffassung und der Schwungkraft, der Wucht der falschen Anschauung zu widersetzen. Das Herz wird also geändert nur durch geistigen Anstoß. Diese Fähigkeit des Menschen, auf Grund von Erfahrung und Belehrung, durch Denken, das Herz zu verändern, nennt der Erwachte eine *weltüberlegene Fähigkeit*:

*Eine weltüberlegene Fähigkeit,  
die zum Wesen des Menschen gehört,  
die lehre ich ihn nützen. (M 96)*

Und wie hilft man durch rechtes Mühen, durch den Kampf um den Erwerb heilsamer rechter Eigenschaften, durch Zügelung und Aufhebung der Triebe, wodurch man sich selber vor Üblem bewahrt und schützt, auch den anderen, bewahrt und schützt auch sie?

Indem man sich auf dem Heilsweg selber vor den Trieben und ihren Auswirkungen schützt und sich erzieht, schützt man auch andere vor der eigenen Habsucht, der eigenen Aggression und Gewalttätigkeit. Schon wer die Tugendregeln einhält, verhindert unermesslich viel Unheil, das er sonst im Lauf langer Zeiten über andere gebracht hätte. Und indem man so unerschütterlich wird, dass man nicht mehr ärgerlich, nicht mehr gereizt und nicht mehr begehrlig werden kann und durch die immer tiefere Durchdringung der Existenz zu jener ganz anderen Gesinnung gekommen ist, da hilft man auch allen anderen, allein durch sein So-Sein. Man reißt nicht mehr durch Begehren andere in begehrlige Dinge hinein, man reißt nicht mehr durch Übelwollen andere in Streit, Zwietracht und Unfrieden hinein. - Ohne besondere Absicht, ohne Zurechtweisungen und Kritik gibt man einfach durch sein Sosein ein Beispiel von unerschütterter Gelassenheit, von innerer Selbstständigkeit, Unbedürftigkeit, Herzensfrieden und Weisheit. Und alle Menschen der Umgebung, die einen Sinn für solche Qualitäten haben, achten, verehren und lieben ein solches Vorbild, freuen sich darüber und wachsen ihm, bewusst oder unbewusst, allmählich nach.

So gibt es also zwei verschiedene Fragenkomplexe, von denen der eine von entscheidender Wichtigkeit ist, der andere dagegen nur von zweitrangiger Bedeutung.

Der Fragenkomplex von entscheidender Wichtigkeit heißt: „Was ist heilsam und was ist unheilsam? Was führt aus aller Dunkelheit, aus allem Elend, aus allen Fesselungen heraus und was führt zu endgültigem Wohl, zur Freiheit von allem Leiden?“

Der Fragenkomplex von zweitrangiger Bedeutung heißt: „Soll ich bei meinem Vorgehen mehr auf mich selber achten

oder mehr auf andere achten?“ Er ist darum von zweitrangiger Bedeutung, weil derjenige, der in einer falschen Weise auf sich selber achtet oder in einer falschen Weise auf andere achtet, in Unheil, Leiden und Elend und Untergang gerät, und weil derjenige, der in rechter Weise auf sich selber achtet oder in rechter Weise auf andere achtet, aus allem Elend, Leiden und Untergang heraus zum vollkommenen Heil gelangen kann.

Beide Übungen sind heilsam:  
Entfaltung und Mehrung von rechter Anschauung,  
Herzensfrieden und Weisheit und  
Entfaltung und Mehrung von rechten Eigenschaften,  
die ein liebevolles Miteinander gewährleisten.

Der Erwachte drückt es in den Lehrreden immer wieder aus (z.B. in M 64 Ende), und wir können es auch aus unserer eigenen Erfahrung beobachten, dass es eine Frage der Veranlagung ist, ob der Mensch bei seinem gesamten Vorgehen den Blick vorwiegend auf sich selber richtet und dabei das Heilsame zu tun anstrebt und das Unheilsame zu lassen und zu überwinden strebt, oder ob er mehr den Blick auf die anderen richtet und dabei das Heilsame zu tun anstrebt und das Unheilsame zu lassen und zu überwinden anstrebt.

Doch bestimmt nicht nur die Neigung, sondern vor allem die jeweilige äußere Situation, die man sich oft nicht aussuchen kann, die Übung. Im Umgang mit anderen, im Beruf und Familienleben geht es um aufmerksames, gutes Betragen, um Geduld, Gewaltlosigkeit, Liebe und Mitempfinden; ist man allein, ungestört, dann ist häufiges freudiges Bedenken, Entfalten und Mehrung von rechter Anschauung, Herzensfrieden und Weisheit das richtige Verhalten des Übenden.

Es ist wichtig, dass der Kenner der Lehre erkennt, dass es diese beiden Übungen gibt und dass sie beide heilsam sind.

Man hört manchmal sagen: „Die ganze Welt ist doch nur ein Traum, ein geistiger Wahrnehmungsprozess, es geht doch nur darum, dass man sich von diesem Traum befreit, was soll man sich dann lange mit anderen Menschen beschäftigen. Man arbeitet, dass man den Traum aufhebt, und damit ist es gut!“ Wer so spricht, hat die Auffassung, er selber sei wirklich, dagegen sei aber diese Welt geträumt; mit anderen Worten, das Ich sei wirklich und nur die anderen seien geträumt. Ja, wenn es so wäre, dann müsste man sich anders verhalten. Aber so ist es ja nicht. Sicher ist diese Welt Traum, Schlaf, Wahn - und der Erwachte wird darum „der Erwachte“ genannt, weil er aus allem erwacht ist - aber es ist nicht so, dass ich diese Welt träume, sondern es ist ein Traum, in dem ein Ich geträumt wird und ein Du geträumt wird. Alles ist geträumt, auch das Ich ist geträumt. Ich und Du sind geträumt, und die Bedürftigkeit zwischen Ich und Du, diese Artistenverbundenheit, ist mitgeträumt. In diesem Traum ist es eben so, dass das Ich auf das Du angewiesen ist, das Du auf das Ich angewiesen ist. In diesem Traum geht es jetzt darum, dass eine sanfte Begegnung zwischen Ich und Du stattfindet. So wie das Ich ist, so handelt es; so wie es handelt, so ist die Welt. Ich und Welt entsprechen sich. Beide, Ich und Welt, sind abhängig in ihrer Qualität von der Qualität der Anschauung des Menschen. Je nachdem ob die Anschauung richtig oder falsch, heilsam oder unheilsam ist, wird das Ich besser oder schlechter, und entsprechend wird die Welt besser oder schlechter. Dadurch wird der Traum heller oder dunkler, schmerzlicher oder erfreulicher, fester, dumpfer oder immer dünner, immer blasser bis zum Erwachen.

So geht es zunächst darum, dass das geträumte Ich mit dieser geträumten Welt in gutem Zusammenhang lebt, und weiter darum, dass das geträumte Ich immer weniger weltbedürftig wird, immer unbedürftiger der geträumten Welt. Dann ist eines Tages dieses Problem nicht mehr da. So wird der Traum aufgehoben.

DER ELFFACHE SEGEN DER ÜBUNG  
DER LIEBESTRAHLUNG  
„Angereichte Sammlung“ (A XI,16)

Die Übung unbegrenzter Liebe (*mettā*) erfreut sich in buddhistischen Kreisen mit Recht großer Beliebtheit, denn sie wird nicht umsonst „die gemütbefreiende Übung“ genannt. Viele Freunde haben die wohltuende, erhellende und erlösende Wirkung dieser Übung auch schon in ihrem Anfangsstadium in sich erfahren. Sie spült allen Ärger und Groll, alle Betrübnis und Verklemmung hinweg und macht das Gemüt hell und weit. Sie ist eine Meditation, die unmittelbar wohltut; und bei regelmäßiger Pflege bewirkt sie große innere Wandlungen, die sich bei dem Übenden segensreich auswirken:

*Ein Mensch, der sich in Liebe übt,  
in unbegrenzter, klar bewusst,  
dem werden bald die Fesseln dünn,  
er spürt der Freiheit Näherung.*

*Auch wenn er nur e i n Wesen liebt  
mit reinem Herzen, fördert's ihn,  
doch wer voll Mitleid alle liebt,  
der wirkt sich unermesslich Glück.*

*Die Erderobrer, Seherkönige,  
die spendend zogen durch die Welt,  
gewannen kaum den Bruchteil jenes Friedens,  
wie er dem Herzen wird, das reine Liebe hegt.*

*Wer nimmer tötet, töten lässt,  
nicht siegen will noch siegen heißt,  
wer liebevoll zu allen ist,  
dem droht von niemand Feindschaft mehr.*

*(It 27, A VIII,1)*

Außerdem verheißt der Erwachte dem Übenden geradezu

überwältigende Früchte *nach* diesem Leben.  
Die Übung heißt im Wortlaut des Erwachten:

*Liebevollen Gemütes strahlt er nach einer Richtung, dann nach einer zweiten, dann nach einer dritten, dann nach einer vierten, nach oben, unten, in alle Richtungen, überallhin durchstrahlt er die ganze Welt mit liebevollem Gemüt, mit weitem, hohem, nichtmessendem, von Feindschaft und Bedrängung freiem.*

Wie haben wir uns das Strahlen in alle Richtungen vorzustellen? Wenn ich einen Berg ersteige und sehe am Horizont oder auf dem Weg bis zum Horizont da die Dörfer, dort ein einzelnes Haus, dann weiß ich: „Überall ist Sehnen nach Wohltuendem, und das Wehe wird abgewehrt, das eine mit Zorn und Ärger, das andere mit Leid und Trauer und Depression. Jeder ersehnt genauso Wohl und Frieden und Geborgenheit und Anerkennung wie ich selber und möchte alles Unangenehme fliehen wie ich. Und jeder tut es mit den Mitteln, die er sich im Dasein, in der Kinderstube, in der Schule, im Beruf, im Leben aufgesammelt, angewöhnt hat wie ich. Durch diese Bedingungen muss jeder so rollen, wie er rollt – auch ich. Aber auch wenn ich nicht auf Dörfer und Häuser blicke, sondern im Zimmer bin, kann ich weltumspannend an die Wesen denken und an ihre unübersehbare Mannigfaltigkeit von Anliegen. In allen Richtungen sind Wesen, ist diese unendliche Vielfalt. So wie ein Baum abertausend Blätter hat und nicht ein Blatt dem anderen gleicht, sondern durch unterschiedliche Verhältnisse unterschiedlich wird, so ist es auch mit allen Lebewesen, mich eingeschlossen.

Da empfiehlt nun der Erwachte: Nicht Einzelheiten bedenken, sondern all das Sehnen, all das Wollen, den Strom all der Anliegen bedenken: in dieser Richtung und in jener Richtung, in allen Himmelsrichtungen, oben und unten sind Lebewesen, die Wohl ersehen.

Dadurch hört man auf, die Unterschiede zu beachten, das

Einzelne zu wiegen, zu messen: so wird das Herz unbeschränkt. Es sieht das Gemeinsame und empfindet ein allgemeines Nur-Wohlwollen. Alles was da atmet und lebt, will Wohl. Jeder will Wohl auf den Wegen, die er so und nicht besser kennt, nur mein Herz mit Gier, Hass, Blendung ist es, das da Unterschiede macht. Wenn an die Empfindlichkeit etwas herankommt, dann wird empfunden: „Das ist angenehm, das ist unangenehm.“ Diese Empfindlichkeit immer weniger pflegen dadurch, dass ich immer mehr nur das überall bei mir wie bei allen Wesen Gleiche betrachte, das Große, Gemeinsame finde. Das ist der Sinn der Liebe-Strahlung in alle Richtungen.

Daraus erwächst ein elffacher Segen:

*Wer liebereiche Gemüterlösung, ihr Mönche, häufig übt und pflegt, bei wem sie allmählich zur Grundlage des Wesens und zur Triebfeder aller Handlungen wird, großgezogen, fest verwurzelt und zur Vollendung gebracht wird, der hat elffachen Lohn zu erwarten:*

*Friedvoll schläft er ein (1), friedvoll wacht er auf (2), üble Träume belästigen ihn nicht (3), er ist den Menschen lieb (4), ist den Geistern lieb (5), Geistwesen beschützen ihn (6), und Feuer, Gift und Waffen haben ihm nichts an (7); schnell einigt sich sein Herz (8), das Antlitz wird heiter (9), unverstört beendet er sein Erdenleben (10). Und wenn er nicht zu Höherem gelangt, erscheint er in brahmischer Welt wieder. (11)*

*1. Er schläft friedvoll ein, 2. er wacht friedvoll auf.*

Der Erwachte nennt das Gegenteil aus entgegengesetzter Gesinnung (A VII,60):

*Und wenn auch der hassende, von Hass überwältigte Mensch auf einem Lager schläft, auf dem eine Ziegenhaardecke, eine weiße Wolldecke oder eine Decke aus feinstem Antilopenfell*



*ausgebreitet ist, das mit einer Überdecke versehen ist und an beiden Seiten mit purpurnen Kissen, so schläft er dennoch schlecht, wenn er vom Hass sich beherrschen lässt.*

*Wer hasst, ist hässlich anzuschauen,  
liegt ruhlos auf der Lagerstatt.*

Der Grund für Schlaflosigkeit bzw. friedlosen Schlaf, wenn es nicht körperliche Schmerzen sind, liegt oft in unseren eigenen Verspannungen von Gier und Hass, nämlich in Unzufriedenheit, Hochmut, Überheblichkeit gegenüber anderen, wie auch in Depressionen, Sorgen und Ängsten, Eifersüchteleien, eben durch Unterlegenheitsgefühl gegenüber anderen. – Das alles wird weggeschwemmt, wenn ich weiß: Das ist auch einer, der wie ich Wohl ersehnt, Frieden sucht und Wehe fürchtet und flieht; wenn ich bei dem Gedanken an ein Wesen nicht mehr bedenke, ob es mir nützlich oder schädlich ist, ob es mir sympathisch oder unsympathisch ist, ob es mich mag oder nicht mag, ob es gut oder böse ist, verleumderisch oder wahrhaftig, sondern wenn ich in weisem, verstehendem Anblick sehe, durchschaue und betrachte, wie alle Wesen getrieben sind, durch die gesetzmäßige Entwicklung bedingt, dass sie nicht anders handeln können, dass sie nicht anders sein können als sie sind – genau so wie ich selber. In diesem Wissen kann ich mit allen Wesen Mitempfinden und Liebe haben.

Das ist ja ein Zeichen der rechten Anschauung, wenn wir beginnen, in allen Wesen den leidenden Bruder zu sehen, so dass wir nicht nur aus jeder größeren inneren oder äußeren Verletztheit, aus dem Gefühl, zurückgesetzt worden zu sein, zu kurz gekommen zu sein, sondern auch aus den tausendfältigen sonstigen Meinungen und Gefühlswogen immer ganz schnell hinfinden zu dieser versöhnenden, alles umfassenden gemüterlösenden Haltung.

*Alle Wesen, die hier atmen,  
die Geschöpfe aller Art,  
allen mög' es wohlergehn,  
Übles mög' sie nimmer treffen. (A IV,67)*

Wir leben ja nicht nur in einer räumlichen Welt, wir leben vor allem in der Welt der Gefühle. Wir können von manchen Menschen räumlich weit entfernt sein, aber sie stehen uns seelisch nahe durch die Verwandtschaft im Gefühl. Anderen Menschen mögen wir räumlich nahe sein, aber sie bleiben uns befremdlich, stehen uns seelisch ferner. Diese seelische Nähe und seelische Ferne, die wir im Umgang mit anderen spüren, ist wie ein allgewaltiges Netz, das wir aus unseren Sympathien und Antipathien und Wertmaßstäben selber gesponnen haben; in deren Gefangenschaft können wir gar nicht anders, sondern müssen alle Wesen mit unseren eigenen millionenfältigen Empfindlichkeiten und vordergründigen Maßstäben messen.

Diese große Fesselung wird aufgehoben durch die alles sprengende Mettā-Haltung. Daraus erwächst eine Freiheit, die uns aus allen inneren Bindungen und Fesseln heraus über die Situation erhebt.

### *3. Üble Träume bedrängen ihn nicht.*

Die üblen Träume kommen zum größten Teil durch die mancherlei ungelösten inneren Beklemmungen und Proteste, die sich aus den lieblosen Begegnungen und den kritisierenden, messenden urteilenden Gedanken außerhalb der Begegnungen in der Vergangenheit ergeben haben. Alle diese Ursachen für üble Träume werden im Lauf der zunehmenden Mettā-Haltung gemindert und aufgehoben. Zwar mögen im Lauf der Jahre dieselben Traumotive noch lange erscheinen, aber sie werden von Jahr zu Jahr weniger spannungsvoll, weniger bedrängend und bedrohlich, weniger feindselig, leichter, heller. Es kommen bald die ersten Züge einer erlösenden Heiterkeit in demselben Traummotiv vor. Die Szenerie wird lichter, wie wenn nächtliches Dunkel vom Morgendämmern bis zur Morgenröte aufgehellt wird. Das ist die Entwicklung auch im Bereich der Träume.

#### *4. Er ist den Menschen lieb.*

Es ist wohl klar, dass man mit der Haltung der Liebe allen Menschen lieb wird. Auch unsere nicht ausgesprochene Abwendung, unsere kritischen, abschätzenden, messenden Gedanken sehen die Mitwesen in den Gesichtszügen, im Blick, der halb abgewandten Haltung des Körpers. Auch wenn nichts zu sehen ist, hören sie die Abwendung an der Stimme. Und wenn nichts zu hören und zu sehen ist, so wird sie am Schweigen, an der Ausstrahlung oder wie immer man es nennen mag, gespürt.

Der Mensch aber, der öfter mettā meditiert, hat allen Wesen sein Herz geöffnet, und so blickt er sie an, so spricht er, und so ist sein Schweigen. Man spürt oft diese selbstlose Herzensoffenheit. Selbst wenn er die Einsamkeit vorzieht und liebt, so drückt sich der Wunsch nach Einsamkeit bei einem solchen, der die Wesen mit mettā bedenkt, doch anders aus als bei einem, der sich dem anderen nur zögernd zuwendet. Und so ist man den Menschen lieb.

So wie die bloße Faust völlig wehrlos ist gegenüber einem zweischneidig geschärften Dolch, so ist jede un gute Gesinnung gegenüber einem von mettā vollkommen erfüllten Menschen wehrlos, kann in keiner Weise in ihn eindringen, und nicht nur das: der Träger der üblen Gesinnung wird von seiner Gesinnung ablassen, wird entspannt lächeln und wird, wie der Erwachte es immer wieder bewirkt bei solchen, die als Feinde zu ihm kamen, am Ende mit fliegenden Fahnen erleichtert und froh zu ihm übergehen. Fast alle Menschen, mit Ausnahme der ganz seltenen dämonischen, sind geradezu beglückt, wenn sie einen mettāfähigen Menschen erleben.

#### *5. Er ist den niedrigeren Geistern lieb.*

Alle Menschen sind Geister, die sich für die Dauer des Erdenlebens eines Fleischkörpers bedienen. Im Lauf des Lebens

haben sie sich in ihrem Charakter mehr oder weniger verändert, verbessert oder verschlechtert. Mit dem Tod verlassen sie den Erdenleib und erscheinen nun in ihrer entwickelten charakterlichen Verfassung in der Geisterwelt.

Der Erwachte sagt, dass er bei den Sterbenden die Geister aus dem Fleischkörper so aussteigen sieht wie etwa, wenn ein Mann sein Haus verlässt, und dass er an ihrem Aussehen und an ihrer Verfassung erkennt, wie lieb und hell oder übel und dunkel sie geworden sind.

Der durch den Tod ins Jenseits hinübergegangene Geist ist meistens mehr oder weniger lange noch mit den früheren Verwandten und Bekannten verbunden. Da gibt es nun die untermenschlichen, niedrigeren Geister, die ihren Hunger nach Liebe, nach Verstandenwerden, viel stärker spüren als die Menschen. Der Mensch kann in Verbitterung umschlagen, den Hunger nach Liebe verdrängen, das aber können diese Geister nicht. Sie schmelzen dahin, wenn ihnen echte, offene Liebe begegnet. Nach dieser Liebe sehnen sich die untermenschlichen Geister. Ungesehen und unbemerkt halten sie sich in der Ausstrahlung solcher Menschen auf.

### *6. Geistwesen beschützen ihn.*

In allen Religionen finden wir die Aussage, dass die Menschen von Schutzengeln, von übermenschlichen, höheren, wenn auch nicht höchsten Geistern begleitet werden. Oft sind es abgeschiedene, aber reifere Verwandte, die das Anliegen haben, ihren Nachfahren, so gut sie es vermögen, zu helfen, und sie können manches bewirken. So wie die un guten Geister einem Menschen üble Erinnerungen ins Gedächtnis rufen können, auf die er von sich aus nicht gekommen wäre, so können die Schutzengel einen Menschen an gute Dinge erinnern, können ihm Ahnungen, Warnungen vermitteln. Wer auf diese Dinge mehr achtet, kann darüber manchen Aufschluss bekommen bis zur eigenen Erfahrung. Mancher wird sich dann sogar an eigene Erlebnisse erinnern, die er bisher unter dem Schutt west-

lich-materialistischer Erziehung und Denkgewohnheit verdrängt hatte. Zumindest wird fast jeder auf Berichte über solche Erlebnisse von vertrauenswürdigen Menschen aus seiner allernächsten Umgebung stoßen.

Wo von diesen Geistern die Rede ist, da heißt es bisweilen, dass sie manchmal aufmerksamer, manchmal weniger aufmerksam sind. Solche Menschen, bei denen sie merken, dass es sich lohnt, beschützen sie natürlich mit größerer Aufmerksamkeit. Menschen, die immer weiter an sich arbeiten und innerlich wachsen, ziehen sogar noch höhere Geister an, weil es sich lohnt, einen solchen Menschen zu beschützen.

Von dem Geheilten Pilinda sagt der Erwachte, dass er an der Spitze derer stehe, die den Gottheiten lieb und wert sind. (A I,19) Pilinda war nämlich in vergangenen Zeiten ein Wohltäter gewesen, oft ein König und Kaiser, und zwar ein Wohltäter, der die Menschen im Guten belehrte und befestigte. Zahlreiche Menschen waren durch seine Belehrung zum Himmel aufgestiegen und erinnerten sich daran. Aus Dankbarkeit standen sie ihm nun immer zur Verfügung. Und was er auch wünschen mochte, sie suchten es zu erfüllen. So besaß er, wie auch der Buddha, ein unsichtbares Gefolge einer großen Geisterschar, die ihn beschützte und bediente.

### *7. Feuer, Gift und Waffen können ihm nichts anhaben.*

In der christlichen wie in der buddhistischen Überlieferung gibt es Beispiele, dass Menschen von lauterer reiner Gesinnung immun waren gegen Feuer, Wasser-, Menschengewalt und Tiere. Von einer dem Erwachten ergebenen Laienanhängerin wird berichtet, dass ihr von einer neidischen Nebenbuhlerin ein Topf siedenden Öls über den Kopf gegossen wurde, aber sie wurde nicht verletzt, da sie voll mettā an die Übeltäterin dachte.

Vom Erwachten wird berichtet, dass er einen auf ihn losgelassenen wilden und berauschten Elefanten mit Liebe durchstrahlte, worauf der Elefant sich zur Erde neigte. Der Erwachte

macht keinen Unterschied zwischen den Wesen, ob Gott oder Teufel, ob Verwandte, Freunde oder Feinde.

Als wirksamste Vorbeugung gegen Schlangenbiss empfiehlt der Erwachte die Durchstrahlung der Wesen mit Liebe, wie folgende Lehrrede (A IV,67) zeigt:

*Einst weilte der Erhabene im Jetahain, bei Sāvatti im Kloster des Anāthapindiko. Zu jener Zeit aber war gerade zu Sāvatti ein Mönch infolge eines Schlangenbisses gestorben. Und es begaben sich zahlreiche Mönche dorthin, wo der Erhabene weilte. Dort angelangt, begrüßten sie ehrerbietig den Erhabenen, setzten sich zur Seite nieder und sprachen zu ihm: Hier in Sāvatti, o Herr, ist ein Mönch infolge eines Schlangenbisses gestorben. –*

*Und der Erhabene sprach: Sicherlich hat, ihr Mönche, jener Mönch die Schlange nicht mit liebevollem Herzen durchstrahlt. Hätte nämlich jener Mönch die Schlange mit liebevollem Herzen durchstrahlt, so wäre jener Mönch wahrlich nicht von einer Schlange gebissen worden und gestorben.*

### 8. Schnell einigt sich sein Herz

Das Herz des normalen Menschen ist zerstreut. Es findet nur dann Befriedigung und leidliches Wohlbefinden, wenn seine Sinne ihm in jedem Augenblick möglichst angenehme Formen, Töne, Düfte usw. zum Erlebnis bringen. Sobald aber die sinnlichen Eindrücke fehlen oder seinen Wünschen widersprechen, so wird er missmutig, ärgerlich oder gelangweilt. Darin liegt die Zerstreutheit des normalen Menschen. Er lebt von der Vielfalt, welche durch die Sinne angeboten wird. Er kann nicht aus dem Eigenen leben. Weil er innerlich leer und dunkel ist, bedarf er der äußeren Dinge. Wer aber in der Verwirklichung der Mettā-Meditation nach und nach zunimmt, wird dazu immer fähiger und von der verstehenden Liebe immer mehr durchdrungen. Ein solcher empfindet bis tief ins Herz hinein das Gefühl der Bruderschaft, ja, der Einheit aller Wesen. Sie

wird als eine Einigung erlebt, in der all die vielen Unterscheidungen zwischen Sympathie und Antipathie, zwischen gut und böse, zwischen gebildet und ungebildet, zwischen „er passt zu mir, er passt nicht zu mir“, zwischen „Ich“ und „Du“ – wegfallen. Da wird dieses Spinngewebe der selbstischen Beziehungen zu den millionenfältigen Menschen und Tieren und sonstigen Wesen aufgelöst in einen Strom unterschiedsloser Liebe.

### *9. Das Antlitz wird heiter*

Von den Hassenden wird gesagt (A VII,60):

*Wenn auch der Hassende, von Hass überwältigte, hassverzehrete Mensch sich gründlich wäscht, schminkt, Haar und Bart striegelt und sich in Weiß kleidet, so ist er dennoch von hässlichem Aussehen, wenn er sich vom Hass beherrschen lässt.*

Wenn dagegen das Herz durch die Entfaltung der mettā stiller, einiger geworden ist, dann entspannen und klären sich die Gesichtszüge, weil die Spannungen zu den Mitwesen und die Probleme gelöst sind. Die Vielfalt tritt zurück, man achtet nicht mehr auf kleinliche Unterschiede. Dieser innere Friede strahlt dann auch aus den Gesichtszügen.

### *10. Unverstört beendet er sein Erdenleben*

Wer so durch das Leben geht und immer mehr dieser inneren Helligkeit zuwächst, der hat durch solche fortgesetzten Gesinnungen und Taten immer mehr helle Ereignisse und Erscheinungen in seine Zukunft gesetzt, die er nach dem Saat-Ernte-Gesetz auch wieder erleben wird. Außerdem wird von allen in den geistigen Zusammenhängen erfahrenen Menschen gesagt, dass die aus unserem Tun und Lassen in das Jenseits geschickten und dort auf uns wartenden lichten oder dunklen Erscheinungen und Erlebnisse auch hier im Erdenleben schon unser

inneres Gestimmtsein beeinflussen: aus dunklen Taten steigen dunkle Ahnungen in uns auf, bedrängen und bedrohen uns öfter. Durch lichte Taten wird alles Dunkle, das aus üblen Taten hervorging, allmählich aufgelichtet. Ein Mensch, der durch die mettā-Übung mehr und mehr innere Helligkeit gewonnen hat, hat mehr oder weniger bewusst das Empfinden, dass diese Helligkeit und der Frieden mit hinübergeht, dass er hier nur Lasten zurücklässt und ablegt. Darum ist einem solchen das sogenannte Sterben nicht nur leicht, sondern die Erfüllung der Sehnsucht, in lichtere Bereiche zu gelangen, die seiner jetzigen inneren Verfassung entsprechen.

### *11. Wiedergeburt in Brahmawelten*

Der normale Mensch, der nur wenig Nächstenliebe und Helligkeit des Gemüts hat, kann an sich selbst nur wenig Freude haben, und darum bedarf er der sinnlichen Befriedigung durch Sehen, Hören, Riechen, Schmecken und Tasten. Besonders wegen der letzten drei Sinne, die die größten sind, bedarf er eines Körpers aus Knochen und Fleisch. Wenn aber nun der Mensch unter dem Einfluss der Religionen sich zu läutern beginnt, verstehende, wohlwollende, hilfsbereite und herzliche Zuwendung zu den Mitwesen, den Menschen und Tieren, entwickelt, dann verliert er die vielen groben Eigenschaften, gewinnt feinere, wird in seinem Gemüt hell und heiter. Dadurch wird ihm ganz allgemein innerlich wohler, und das führt dazu, dass die vielen sinnlich wahrnehmbaren Dinge, deren er früher zu seiner Befriedigung bedurfte, für ihn immer bedeutungsloser werden. Er hat zwar, solange er Mensch ist, diesen Fleischkörper, aber er benutzt ihn kaum noch zur sinnlichen Befriedigung, weil er im Gemüt Frieden und Freude, ja Glück empfindet. Dadurch bedarf er des Körpers immer weniger, hängt immer weniger an ihm, ja, empfindet ihn mehr und mehr als Last, die er in Wirklichkeit auch ist. Darum fühlt er sich, wenn er im Tod diesen groben Körper verlässt, in seiner geistigen Leichtigkeit geradezu unendlich wohl und befreit. Er hat



dann nicht weniger, sondern mehr Glück und Helligkeit durch seine erworbene Geistigkeit.

Wesen von unbeschränkter, nicht messender Herzensart sind nach ihrem Tod in einer von „Materie“-Wahrnehmung freien geistunmittelbaren Daseinsweise, welche die Inder brahmisch, Brahma, nannten, reinen Herzens.

### Metta-Sutta (Sn 143-152)

*Um zum Heil zu taugen, muss man wirken,  
was als Übungsweg zum Frieden ward gezeigt:  
Kampfesfähig sei man, offen,  
zugänglich und sanft und ohne Stolz.*

*Heitren Wesens ist man leicht befriedigt,  
fern von Unrast, neigt zur Stille man.  
Seine Sinne ruhn, der Geist ist wachsam,  
unaufdringlich bei den Menschen, ohne Gier.*

*Auch im Kleinsten mag er nicht so wandeln,  
dass Verständige ihn tadeln möchten.  
Wohlsein wünscht er allen und Geborgenheit;  
dass die Wesen immer glücklich weilen.*

*Alles, was da atmet, was da lebt,  
ob Bewegte oder Unbewegte – ausnahmslos,  
gleich ob lang, ob von gewalt'gem Wuchs,  
mittel, klein, zart-winzig oder stark gebaut,*

*die da sichtbar oder unsichtbar,  
in der Ferne weilen oder nahe sind,  
die Gebor'nen und die Keimenden –  
mögen alle Wesen immer glücklich weilen.*

*Keiner mag den andern hintergehn,  
mag um nichts ihn je verachten hier,  
auch wenn Ärger, Widerstreben aufkommt,  
wünsche keiner etwas, das den andern schmerzt.*

*Wie die Mutter ihren eig'nen Sohn  
lebenslang nur immer als ihr Kind umhegt,  
ebenso bei allem, was da lebt,  
öffne sich der Geist entfaltend, messe nicht.*

*So sei Liebe zu der ganzen Welt,  
nicht Unterscheidung heg der Geist, sei stark,  
allerwärts den Wesen zugeneigt,  
frei von Enge, Gegnerschaft und Widerstreit.*

*Gleichviel ob man geht, steht, sitzt und liegt,  
dass man nimmermehr sich treiben lässt –  
wer in solchem Geiste wachsam weilt,  
gilt schon brahmisch rein in dieser Welt.*

*Wer dann auch von jeder Ansicht ablässt,  
tugendhell sich klaren Blick bewahrt,  
abgezogen von der Welt den Willen:  
der muss nie in einen Mutterschoß mehr eingehn.  
(übersetzt von Fritz Schäfer)*

FÜNF WEISEN, GROLL ZU ÜBERWINDEN  
„Angereichte Sammlung“ (A V,162)

Mit Groll und Ärger haben wir immer wieder zu tun, Groll und Ärger durchziehen unser Leben. Der Groll, der uns bewusst ist, ist nur ein Teil unseres gesamten Grolls, ein großer Teil ist uns nicht bewusst. Unser Herz ist viel grollender als wir ahnen, denn der Maßstab, mit dem wir Groll messen, ist sehr grob. Wir kennen gar nicht ein wirklich grollfreies Herz. Den durchschnittlichen Groll, den man Tag und Nacht immer hat, den haben wir nicht auf Rechnung. Nur den zusätzlichen neuen Groll über etwas oder jemanden merken wir deutlicher. Wenn wir aber erst einmal den uns auffallenden Groll abtun, dann hat sich unser Urteil verfeinert, und wir merken den tiefer sitzenden Groll, der uns ständig begleitet: Erlebnisse aus der Kindheit, die wir jemandem anlasten, Groll über Freunde und Lebenspartner, über äußere politische und wirtschaftliche Verhältnisse usw. Ein Mensch, der einen kleinen Erlebnis- und Denkkreis hat, kann länger ohne Groll sein. Aber derjenige, der über Verhältnisse in der Welt nachdenkt, findet überall Anlass, verdrossen zu sein. Wer im westlichen Sinn klug ist, der sieht bei den Menschen viel mehr Fehler, und es fällt ihm schwer, die Gewöhnung des Unterscheidens und Aburteilens mit dementsprechendem Groll zu lassen. Er sieht oft weit mehr Gründe, ärgerlich zu werden als der nicht so klar Blickende.

Der Erwachte und ebenso ein christlicher Mönch nennen drei Grade von Zorn und Ärger, der die Menschen befällt, je nach dem, wo sie auf der Skala des Ärgers stehen. Ganz unten: fast lebenslänglich versunken in Zorn, Groll, Wut. In der Mitte: nach einiger Zeit doch zur Ruhe kommend. Oben: nur kurze Zeit zornig, doch bald wieder beruhigt. Wir können daraus ersehen, an welchem Punkt der Zornskala, der Wirkensskala zwischen diesen drei Hauptabschnitten wir stehen, und können daraus entnehmen, wie es uns in Zukunft ergehen würde, wenn wir uns nicht bemühen, uns von Zorn, Ärger, Groll zu befreien.

Der Erwachte sagt (A III,133):

*Drei Menschen, ihr Mönche, sind in der Welt anzutreffen. Welche drei?*

*Der der Spur im Stein gleichende Mensch, der der Spur im Erdboden gleichende Mensch und der der Spur im Wasser gleichende Mensch.*

*Welcher Mensch aber gleicht der Spur im Stein? Da gerät ein Mensch häufig in Zorn, und dieser Zorn haftet ihm lange an. Gleichwie nämlich die Spur in einem Stein nicht so bald vergeht, weder durch Wind noch durch Wasser, sondern lange bestehen bleibt; ebenso auch, ihr Mönche, gerät da ein Mensch häufig in Zorn, und dieser Zorn haftet ihm lange an. Von diesem Menschen sagt man, dass er der Spur im Stein gleicht.*

*Welcher Mensch aber gleicht der Spur im Erdboden?*

*Da gerät ein Mensch zwar häufig in Zorn, aber dieser Zorn haftet ihm nicht lange an. Gleichwie nämlich die Spur im Erdboden gar bald vergeht, sei es durch Wind oder Wasser und nicht lange bestehen bleibt; ebenso auch, ihr Mönche, gerät da ein Mensch zwar häufig in Zorn, aber dieser Zorn haftet ihm nicht lange an. Von diesem Menschen sagt man, dass er der Spur im Erdboden gleicht.*

*Welcher Mensch aber gleicht der Spur im Wasser?*

*Da trachtet ein Mensch, selbst wenn er hart, grob und unliebsam angefahren wird, nach Eintracht, ist versöhnlich und freundlich. Von diesem Menschen sagt man, dass er der Spur im Wasser gleicht.*

*Diese drei Menschen, ihr Mönche, sind in der Welt anzutreffen.*

Ähnlich sagt ein Mönch der Ostkirche, *Abbas Dorotheos*, über drei Arten von Zorn:

*Viele folgen widerstandslos der aufsteigenden leidenschaftlichen Regung, die sie in verschiedenem Ausmaß erfasst. Der*

*eine hört ein verletzendes Wort und erwidert sogleich fünf oder zehn böse Worte, ist feindselig, aufgebracht. Selbst nachdem die Erregung vorüber ist, grämt er sich ständig, dass er nicht noch viel mehr erwidert. Er denkt im Innern noch verletzendere Antworten für die Zukunft, kocht vor Zorn und hegt ein Leben lang Feindschaft. Die böse Verfassung wird hier zur Gewohnheit.*

*Andere ärgern sich und reagieren genauso, doch vielleicht kommen sie – je nach dem Stadium der Leidenschaft – nach Monaten, Tagen oder Stunden zur Besinnung und lassen vom Nachtragen ab.*

*Andere entflammen kurz und beruhigen sich sogleich wieder. Sie alle befinden sich in einem höllischen Zustand und unterliegen, solange die Leidenschaft in ihnen währt, einer Höllenqual.*

Wenn in einem Menschen Zorn und Groll aufkommen, so braucht er sich deswegen noch nicht schlecht vorzukommen. Der größere Mangel liegt daran, dass man ihn nicht bald wieder abschüttelt. Wir müssen wissen: Zorn, Ärger ist so lange unvermeidlich, als ein Mensch noch Anliegen an die äußere Welt hat. Ärger kommt bei fast allen Wesen der Sinnensuchtwelt auf, sowohl bei den Menschen, erst recht bei den untermenschlichen Wesen, aber auch bei Geistern und Göttern, soweit sie noch nicht in der Herzenseinigung leben. Solange ein Wesen irgendeine Anliegen hat, die durch irgendeine äußere Umstände unerfüllt bleiben oder durchkreuzt werden, so lange muss auch je nach der Stärke des inneren Anliegens nun die Durchkreuzung als störend bis zerstörend empfunden werden, und das tut immer im ersten Augenblick weh. Damit ist schon der Anfang des Ärgers gegeben. In dem Sinn sagt der weit geläuterte christliche Mystiker *Makarios*:

*Wenn ihr die Sanftmut erlangt und den Zorn abgelegt habt, dann bedarf es nicht mehr viel, um eure Seele von der Knechtschaft zu befreien.*

Darin zeigt sich, dass wir Ärger und Zorn als ein Zeichen unserer Knechtschaft durch den Zwang zur sinnlichen Befriedigung betrachten müssen. Solange Befriedigung erwartet und dann plötzlich verhindert wird, so lange kommt Zorn und Ärger auf.

Wenn z.B. jemandem auch nur wenig gesagt (d.h. vorgehalten oder als Fehler nachgewiesen) wird, so wehrt er sich wegen seines Anerkennungs- und Geltungsbedürfnisses oft mit ärgerlichen Worten oder mit Gegenangriffen. Oft pflegt er auch noch nach dem Streit eine entsprechend üble Gesinnung, ist ärgerlich, verdrossen, grollt dem anderen. Und wenn er ihn später wiedersieht, denkt er sofort wieder an die empfundene Kränkung. Ärger kommt erneut auf. Zorn und Groll werden in den Lehreden oft zusammen genannt. Was einst Zorn war, wird später Groll, weil man nicht vergessen kann, was andere einem angetan haben.

*Wie eine vergiftende Krankheit frisst sich der Ärger im Leben des Menschen ein. Er verdüstert das Dasein, zerstört alle Lust am Leben und macht den Menschen unerfreulich für sich und andere. Bollmann*

Wer dagegen den Blick auf sich selbst richtet und bei sich bemerkt, wie Ärger und Verdruss in ihm bohren, wie er jetzt nicht mit wohlwollender Gesinnung seinen Nächsten gegenübersteht, sondern abgeschlossen, abgewandt, gegengewandt, missmutig, übelwollend, der sieht ganz deutlich, selbst ohne die Belehrung des Buddha, dass solche Gesinnung ihm ein anderes Schicksal „beschert“ als die wohlwollende, heitere, gelassene Gesinnung, die über der Situation steht.

In diesem Sinne sagt der römische Dichter *Ovid*:

*Wahrlich, je größer der Mensch,  
um so versöhnlicher ist er im Zorn,  
denn ein edles Gemüt fühlt sich stets zur Güte geneigt.*

Alle Religionen empfehlen, der Mensch solle von Anfang an anstreben, sehr bald Herr seines Zorns zu werden, indem er ihn von höherer Warte aus betrachtet und einsieht, dass letzt-

lich alle Lebenssituationen, auch die augenblickliche Durchkreuzung eigener Anliegen, von ihm selbst geschaffen worden sind und nun zurückkehren nach dem karmischen Gesetz. Und er betrachtet und bedenkt zugleich, dass er mit Zorn sich grob und wild gegen lebende Wesen, Menschen oder Tiere, wendet und damit die Freundschaftlichkeit und Harmonie zerstört. Das alles wird einem hochsinnigen Menschen peinlich, ja, unerträglich. Und er wird gewillt, das Leiden, das ihn trifft, zu tragen. Daraus ergibt sich eine große Genugtuung, mit sich selber fertig zu werden. Wenn man erlebt, dass alles anders gelaufen ist, als man wollte, dann hat man die Wahl, sich zu empören oder sich zunächst ganz in sich zurückzuziehen, wie wenn man einen Winterschlaf hielte. Dann wird aus dem Ärger allmählich Traurigkeit, und daraus wächst allmählich Wehmut, Einsicht, und nachher ist man ganz bei sich zufrieden.

Wenn ein Mensch über den anderen grollt, dann sucht automatisch sein Geist nach Bestätigung seines Grolls, indem er sich die schlechten Eigenschaften des Betreffenden vor Augen führt. Die Arbeit des an sich Übenden besteht nun darin, die Neigung zum Groll zunächst einmal bei sich zu merken und dann dieser Neigung nicht nachzugeben, sondern im Gegenteil nach Eigenschaften zu suchen, die seinem Groll nicht nur keine Nahrung geben, sondern ihn überzeugen, dass Groll gegenüber einem solchen Menschen unangebracht und unangemessen ist. So sagt *Friedrich Wilhelm Förster*:

*Zwingt euch immer, an die guten Seiten des anderen zu denken und an die Wohltaten, die er euch vielleicht schon erwiesen, oder überhaupt an das Gute und Erfreuliche, was ihr von ihm gelernt habt – vergegenwärtigt euch alles recht hell, dann lichtet sich das Dunkel eures Ärgers.*

Aber zu dieser Umlenkung seiner Urteile ist wiederum nur derjenige bereit, der weiß: Die Welt besteht nicht unabhängig von mir, sondern nur durch mich. Die Herzensbefleckungen täuschen eine so und so beschaffene Welt vor. Wenn ich ärger-

lich bin, dann betrachte ich mit dieser inneren Bereitschaft zum Ärger die Umgebung. Wie anders sieht die Welt dagegen für einen sanftmütigen, friedvollen Menschen aus! „Maler Herz“ malt die uns unlieben Zustände, und unsere inneren Reaktionen in der Art der Herzenstrübungen sind ein zusätzliches Entwerfen, wodurch wir die Welt dunkel und gefährlich empfinden. Das ist die Blendung – das Wahrgenommene durch die Brille der eigenen Gefühle zu betrachten. Wer ungehemmt mit seinen Trieben rollt – in Anziehung und Abstoßung – der stirbt entsprechend und wird im nächsten Leben die Ernte erfahren: Als stark Begehrender wird er nicht bekommen, was er wünscht. Als stark andere Verletzender wird auch er verletzt, wie er es auch schon im Erdenleben erfährt.

Indem wir aber erkennen, dass alles, was außen erscheint, nur Projektion unseres inneren Seins ist, dass Welt nur durch uns besteht, dann erkennen wir die Schädlichkeit, die unmittelbare Gefahr der Herzensbefleckungen, dann haben wir den Willen, sie zu überwinden. Dieser Wille, diese Bemühung ist das Thema unserer Lehrrede.

*Der ehrwürdige Sāriputto sprach:*

*Es gibt, ihr Brüder, fünf Weisen, wie der im Mönch aufgestiegene Groll überwunden werden sollte. Welche fünf?*

*1. Da, ihr Brüder, ist ein Mensch von **unlauterem Wandel in Taten**, aber **lauterem Wandel in Worten**. Gegenüber einem solchen Menschen hat man den Groll zu überwinden.*

*Gleichwie etwa, ihr Brüder, wenn ein armer Mensch auf der Straße einen Stoffrest erblickte und was daran noch gut ist, abschneidet und mitnimmt: Ebenso auch, ihr Brüder, hat man bei einem Menschen von unlauterem Wandel in Taten, aber lauterem Wandel in Worten zu dieser Zeit nicht die Aufmerksamkeit auf seine Unlauterkeit in Taten zu richten (manasikatabba),*



sondern seine *Lauterkeit in Worten* zu beachten (*manasikatabba*).

Auf diese Weise hat man den Groll gegenüber jenem Menschen zu überwinden.

2. Da, ihr Brüder, ist ein Mensch von **unlauterem Wandel in Worten**, aber von **lauterem Wandel in Taten**. Auch gegenüber einem solchen Menschen hat man den Groll zu überwinden.

Gesetzt, ihr Brüder, es befände sich da ein mit Moos und Wasserpflanzen bedeckter Teich. Und ein Mann, glühend vor Hitze, von der Hitze überwältigt, ermattet, zitternd, von Durst gequält, käme des Wegs. Und er stiege zu jenem Teich hinab, entfernte mit beiden Händen an einer Stelle das Moos und die Wasserpflanzen, tränke darauf aus seiner Hand und ginge alsdann seines Wegs.

Ebenso auch, ihr Brüder, hat man bei einem Menschen von *unlauterem Wandel in Worten*, aber *lauterem Wandel in Taten* zu dieser Zeit die Aufmerksamkeit nicht auf seine Unlauterkeit in Worten zu richten, sondern seine Lauterkeit in Taten zu beachten.

Auf diese Weise hat man den Groll gegenüber jenem Menschen zu überwinden.

3. Da, ihr Brüder, ist ein Mensch **von unlauterem Wandel in Taten und Worten**, aber von Zeit zu Zeit erlangt er **ein trübungsfreies, friedvolles Gemüt**.

Gesetzt, ihr Brüder, es befände sich da ein wenig Wasser in den Fußstapfen eines Rindes. Und ein Mann, glühend vor Hitze, von der Hitze überwältigt, ermattet, zitternd, von Durst gequält, käme des Weges. Der dünke: „Wenn ich dieses wenige in den Rinderfußstapfen befindliche Wasser mit der Hand oder mit einem Gefäß schöpfen wollte, so würde ich es aufstören, aufwühlen und ungenießbar machen. So will ich mich

denn auf allen Vieren niederlassen und wie eine Kuh das Wasser schlürfen und dann meines Weges weiterziehen.“ Und er täte so.

Ebenso auch, ihr Brüder, hat man bei einem Menschen von unlauterem Wandel in Taten und Worten, der von Zeit zu Zeit ein trübungsfreies, friedvolles Gemüt erlangt, bei jener Gelegenheit nicht etwa die Aufmerksamkeit auf seine Unlauterkeit in Taten und Worten zu richten, wohl aber soll man beachten, dass er von Zeit zu Zeit ein trübungsfreies, friedvolles Gemüt erlangt.

Auf diese Weise hat man den Groll gegenüber jenem Menschen zu überwinden.

4. Da, ihr Brüder, ist ein Mensch von **unlauterem Wandel in Taten und Worten, und nicht erlangt er von Zeit zu Zeit ein trübungsfreies, friedvolles Gemüt.** Auch gegenüber solchem Menschen hat man den Groll zu überwinden.

Gesetzt, ihr Brüder, ein siecher, leidender, schwerkranker Mann wandert eine lange Straße entlang. Sowohl das Dorf hinter ihm als auch das Dorf vor ihm lägen in weiter Ferne. Und er fände keine passenden Speisen und Heilmittel, keinen passenden Pfleger und keinen, der ihm den Weg wiese.

Ein anderer Mann aber, der ihn erblickte, empfände mit ihm Erbarmen, Mitleid, Mitempfinden und dächte: „Ach, dass doch dieser Mann passende Speisen und Heilmittel fände sowie einen passenden Pfleger und einen, der ihm den Weg weist, damit er nicht umkommt.“

Ebenso auch, ihr Brüder, hat man gegenüber einem Menschen von unlauterem Wandel in Taten und Worten, der auch nicht von Zeit zu Zeit ein trübungsfreies, friedvolles Gemüt erlangt, Erbarmen, Mitleid, Mitemp-

finden zu empfinden und zu denken: „Ach, dass doch dieser Verehrte seinen schlechten Wandel in Taten und Worten aufgab und einen guten Wandel in Taten und Worten pflegte, damit er bei Versagen des Körpers nach dem Tod nicht auf den Abweg gerät, auf eine Leidensfährte, zur unteren Welt!“

Auf diese Weise hat man den Groll gegenüber jenem Menschen zu überwinden.

5. Da, ihr Brüder, ist ein Mensch **von lauterem Wandel in Taten und Worten und von Zeit zu Zeit erlangt er ein trübungsfreies, friedvolles Gemüt**. Auch gegenüber einem solchen Menschen hat man den Groll zu überwinden.

Gesetzt, ihr Brüder, es befände sich da ein Teich, gefüllt mit klarem, kühlem, erfrischendem Wasser, mit einem Badestrand versehen, entzückend, von zahlreichen Bäumen umgeben, und ein Mann, glühend vor Hitze, von der Hitze überwältigt, ermattet, zitternd, von Durst gequält, käme des Weges daher. Und er stiege in jenen Teich, badete sich und tränke von dem Wasser. Darauf stiege er wieder heraus und setzte oder legte sich dort im Schatten der Bäume nieder.

Ebenso auch, ihr Brüder, hat man gegenüber einem Menschen von lauterem Wandel in Taten und Worten, der von Zeit zu Zeit ein trübungsfreies, friedvolles Gemüt erlangt, zu dieser Zeit seinen lautereren Wandel in Taten und Worten in die Aufmerksamkeit zu nehmen und zu beachten, dass er von Zeit zu Zeit ein trübungs-freies, friedvolles Gemüt erlangt.

Auf diese Weise hat man den Groll gegen jenen Menschen zu überwinden.

Bei einem Menschen, ihr Brüder, der in allen diesen Fällen den Groll überwindet, da wird das Herz befriedet.

In drei der fünf Gleichnisse erscheint ein Bedürftiger, ein vom Durst Gequälter, der auf Kühlung und Erfrischung angewiesen ist, um die Situation des gewöhnlichen Menschen als dürstendes Wesen zu kennzeichnen. Der normale Mensch fühlt sich als eine so und so beschaffene, so und so wünschende und bedürftende Ichheit, die mit den meisten ihrer inneren Anliegen und Bestrebungen auf die Umwelt hin gerichtet ist, welche für sie die Duheit ist. Die Ichheit fühlt sich erst mit der Duheit zusammen als Ganzes und sucht darum ständig Austausch und Wechselbeziehungen mit der Umwelt. Man mag von sich glauben, dass man nicht ein so starkes seelisches Bedürfnis nach Mitwelt und Umwelt habe. Ja, man hört oft, besonders von religiös unterrichteten Menschen, welche an den Wert der Einsamkeit und der stillen Besinnung denken, dass sie sich nach Einsamkeit sehnten und dass ihnen ihre Umgebung mehr oder weniger lästig sei, dass sie ihrer Umgebung nicht bedürfteten und darum froh wären, wenn es ihnen eines Tages gelänge, in größere oder vollständige Einsamkeit zu kommen.

Diese Auffassung beruht meist auf Selbsttäuschung, die so lange bestehen mag, als die Menschen sich in ihrer gewohnten Umwelt und in ihren gewohnten Lebensformen bewegen. Wenn man sich aber in eine wirkliche Einsamkeit begibt, so stellt sich oft schon nach wenigen Tagen eine Sehnsucht nach seelischem Kontakt mit anderen ein, nach Verständnis und Mitempfinden, nach Bestätigung des Ich durch ein Du, nach Echo und Antwort und nimmt im Laufe der Zeit so sehr zu, dass man über kurz oder lang die Einsamkeit wieder aufgibt.

Eines der Hauptbedürfnisse des Menschen ist das Bedürfnis nach Anerkennung durch den Nächsten. Dieses Bedürfnis wird selten ausreichend erfüllt. Auf diesem Gebiet wird der Mensch am häufigsten enttäuscht. So spürt er dort den Durst und die Nichterfüllung am stärksten.

Sāriputto empfiehlt dem Grollenden, seinen Erwartungen an den anderen und deren Erfüllung oder Nichterfüllung keinen Raum zu geben, sondern stattdessen die guten Qualitäten jener Person, über die er verärgert ist, zu betrachten. Damit

wird die Aufmerksamkeit des Menschen abgelenkt von den Wünschen und der Frage ihrer Erfüllung oder Verweigerung und hingelenkt auf die guten Qualitäten der Mitmenschen. So finden wir immer genug Grund zur Freude bei den anderen Menschen, zwar nicht zur Freude über eigene erfüllte Wünsche, aber Grund zur Freude über gute Qualitäten anderer. Im Lauf der Zeit erreichen wir es, dass uns der Anblick von guten Qualitäten eine Labsal ist wie einem Durstigen der Genuss von kühlem, frischem Wasser. In dem Maß, wie uns der Anblick guter Qualitäten Befriedigung und Freude bringt, kommen wir von bestimmten eigenen Vorstellungen und Erwartungen, wie der andere sein solle, ab.

1. Groll-Überwindung bei einem Menschen,  
der lauter in Worten, aber unlauter in Taten ist

Da diese Rede an Mönche gerichtet ist, werden mit „unlauteren Taten“ nicht die vier aus dem Orden ausschließenden groben Verletzungen der Tugendregeln gemeint sein, nämlich Töten, Stehlen, Geschlechtsverkehr, Vortäuschen eigener Erreichungen, sondern rücksichtsloses Vorgehen, wie es in jeder Gemeinschaft egoistische Menschen an sich haben. Dafür einige Beispiele aus dem Vinaya, der Sammlung der Ordensregeln:

Zur Zeit des Erwachten wiesen Mönche kranke Mitbrüder aus dem Kloster, die dann vor Schwäche hinfielen (CV VI,10). Eine Nonne ließ ihre kranke Zellengenossin allein (NP 34). Eine Schar Mönche ließ einen kranken Bruder als unnütz verkommen, bis der Erwachte ihn in seinen Exkrementen liegend sah und ihm hilfreich beistand (MV VIII,26). Der Erwachte setzte aus Anlass dieser Vorkommnisse als Regel fest, dass sich im Orden Lehrer und Schüler pflegen und helfen, notfalls lebenslänglich (CV VIII,11), und zwar ganz konkret durch Massieren, Baden, Einreiben, Hochlegen, Umbetten, Füttern (Pj III, Fall 16) – eine Gelegenheit für den Pfleger, Geduld und Liebe auszubilden.

Unlautere Taten sind auch Schlagen und Prügel. So verbarichteten Mönche einem lästigen Querulanten eine Tracht Prügel, weil er auf Worte nicht hörte (J 227E) oder Novizen bewarfen einen Schakal, der den Brunnen verunreinigte, mit Erdklumpen (J 271E). Ein Mönch schlug einen anderen, der sich von ihm etwas ungenehmigt ausgeliehen hatte (J 197). Der Erwachte legte aus den gegebenen Veranlassungen fest, dass kein Mönch einen anderen aus Ärger schlagen oder etwas nach ihm werfen dürfe (P 74).

Eine unlautere Tat war es auch, dass eine Nonne aus Neid auf eine berühmte Nonne diese dadurch schikanierte, dass sie ihr keine Ruhe ließ. Sie ging ständig vor ihrer Behausung auf und ab, rezitierte aus Lehrreden und ließ andere rezitieren, um so jene Nonne nicht zur Ruhe kommen zu lassen (NP 33).

Alle diese Grobheiten und Rücksichtslosigkeiten – unlautere Taten – können die Betroffenen und Zeugen verärgern und verdrossen machen, und da empfiehlt nun Sāriputto, der Geheilte, der dem Meister gleicht, sich vor Augen zu führen, dass dieser in Taten Rücksichtslose doch in Worten lauter ist. Innerhalb jeder Kultur gibt es Zeiten, in denen üble Worte mehr verpönt sind als üble Taten, und innerhalb jeder Familie wird mehr Wert auf das eine oder andere gelegt, z.B. wurde in der Vergangenheit hier im Westen starkes Gewicht auf höfliche Umgangsweise mit anderen gelegt und auf wahrheitgemäße Aussagen, während übles Tun zwar selbstverständlich geahndet wurde, aber nicht so sehr im Mittelpunkt der Aufmerksamkeit stand.

Da empfiehlt nun Sāriputto, nicht nur die Urteile vollständiger zu gestalten, indem man auch an die gute Art des Betreffenden zu reden denkt, sondern sogar, das Ungute, die unlauteren Taten, gar nicht in die Aufmerksamkeit zu nehmen, aber um so mehr die lautereren Worte des Betreffenden zu beachten. Es ist nach den Worten Sāriputtos so, wie wenn ein Armer auf der Straße einen Stofffetzen finde. Er kann ihn als alten Fetzen verurteilen, aber er kann auch feststellen, dass eine Ecke noch gut und brauchbar ist, und kann sie sich abschneiden: So auch

kann er beim anderen nach seinem Guten fahnden und dieses in die Aufmerksamkeit nehmen und das Ungute nicht beachten.

Die Wahrnehmungen, die ich habe, sind nicht objektiv und feststehend. So wie ich die Dinge ansehe, so gestalten sie sich mit der Zeit, je nach der Intensität meiner Betrachtung: Achte ich auf das Gute im Menschen, wird er für mich ein guter Mensch, und dem Ärger über ihn ist der Boden entzogen. Es kommt ja nicht auf eine "gerechte objektive Beurteilung" eines Menschen an – die erstens ja doch nur ungerecht-subjektiv sein kann, ich kenne ja die Motive des anderen nicht, kann ihn nur mit meiner triebgeblendeten Sichtweise beurteilen, und zweitens ist mein Ärger-Objekt einst von mir „in die Welt gesetzt worden“, „ich habe ihn mir verdient“ – sondern es kommt darauf an, dass ich Zorn/Ärger/Groll loswerde, der mir sieben üble Folgen beschert (A VII,60):

Die erste Folge ist, dass ein von Ärger überwältigter, zornverzehrter Mensch in diesem Leben wie auch im nächsten hässlich wird.

Die zweite Folge ist, dass der Ärgerliche auch auf dem weichsten Bett nicht gut schläft. Die Regungen des Ärgers und Grolls verfolgen ihn, lassen ihn schlecht träumen und sich unruhig hin und her wälzen.

Die dritte Folge ist, dass der Ärgerliche so affektgeladen ist, dass er nicht mehr seinen Vorteil von seinem Nachteil unterscheiden kann.

Als viertes kann man durch Zorn und Ärger sich zu gesetzwidrigen Handlungen hinreißen lassen, die schwerwiegende Maßnahmen nach sich ziehen. Man kann dadurch sein Vermögen oder für lange Zeit seine Freiheit verlieren.

Fünftens wird der Ärgerliche Ansehen verlieren, wenn er seine Selbstbeherrschung verliert.

Sechstens: Wenn er auch viele Freunde hatte, so meiden diese ihn bald und ziehen sich von ihm zurück.

Das Siebente ist der Extremfall, dass der nur im Ärger wohnende, innerlich verdunkelte Mensch nach dem Tode auf den Abweg gelangt, zur Hölle.

Eine christliche Nonne, *Schwester Hadewich* aus Holland, nennt ganz ähnliche sieben Schädigungen durch Zorn:

*Siebenfacher Schaden entsteht durch Zorn:*

*Weisheit wird vergessen.*

*Das Zusammenleben wird gestört.*

*Der heilige Geist wird vertrieben.*

*Der böse Geist wird gestärkt.*

*Die Freundschaft wird irre,  
bleibt unbetätigt, wird vergessen.*

*Tugend wird hintangesetzt.*

*Siebtens aber raubt der Zorn die Reinheit des Wesens,  
lässt immerzu mit Argwohn um sich spähen und  
die Wonnen der brüderlichen Liebe vergessen.*

*Und fern bleibt ihm die Kenntnis des himmlischen Wesens.*

Wer diese Folgen von Zorn, Ärger und Groll vor Augen hat, der macht sich eine andere Wahrnehmung. Er betrachtet die lautereren Worte des anderen und beachtet nicht die unlauteren Taten, die Ärger und Groll reizen. Er wirft sie nach dem Gleichnis fort und schaut nur auf das Gute, das „brauchbare Stück Stoff“.

2. Groll-Überwindung bei einem Menschen,  
der lauter in Taten, aber unlauter in Worten ist

Wem unlautere Rede, wie trügerische Rede, Hintertragen, verletzende Worte, leeres Geschwätz begegnen, der mag zornig sein, sich ärgern und grollen.

Einige Beispiele unlauterer Rede aus dem Ordensalltag:

Trügerische Rede:



In einer Gegend war die Nahrung knapp geworden. Die dortigen Mönche bekamen nur sehr spärlich Essen. Um die Hausleute zu bewegen, ihnen auch die letzten Vorräte zu opfern, stellten sie die Behauptung auf, dass sie im Besitz übersinnlicher Fähigkeiten und im Besitz der Pfadfrüchte (Stromeintritt, Einmalwiederkehr, Nichtwiederkehr, Geheilte) wären. Die Hausleute glaubten ihnen und spendeten ihnen, auch wenn sie selber hungern mussten, ihre letzten Brocken. Als sich nach einiger Zeit die Mönche in Vesāli versammelten, waren die meisten anderen sehr abgemagert, nur jene nicht. Da kam die ganze Sache heraus. Der Buddha sprach ihnen sehr herben Tadel aus: Es wäre für sie weniger schlimm gewesen zu verhungern oder gar ihren Bauch mit dem Messer aufzuschlitzen, als um des Magens willen mit den höchsten geistigen Gütern Schindluder zu treiben, denn dadurch gingen sie geradewegs zur Hölle. Dies sei geistiger Diebstahl an der Lehre. Und er legte als Regel fest, dass künftig jeder Mönch, der wider besseres Wissen höhere geistige Errungenschaften von sich behaupte, damit kein Mönch mehr sei und zu Lebzeiten nie wieder in den Orden aufgenommen werden dürfe. (Pj IV)

Hintertragen:

Ein im Haus Lebender hatte dem Nonnenorden einen Stall geschenkt. Als er starb, teilten seine Söhne sein Vermögen. Der eine Sohn, der kein Anhänger des Erwachten war, bekam den Vermögensteil, zu dem auch der Stall gehörte. Er ging daher zu den Nonnen und bat sie, den Stall zu räumen. Sie erwiderten, dass er dem Nonnenorden von seinem Vater rechtswirksam geschenkt worden sei. Als er nicht nachgab, ging die Nonne *Thullanandā* zum Justizminister, den sie kannte, und zeigte den Mann an. Die Sache wurde verhandelt und dem Orden der Stall zugesprochen. Der Erbe grollte und erzählte in der Stadt, das seien keine Nonnen, sondern streitsüchtige Weiber. Als *Thullanandā* dies hörte, zeigte sie auch dies an – da wurde der Mann wegen Beschimpfung des Ordens mit einer Geldstrafe belegt. Er wurde noch wütender und

stiftete nun Anhänger eines anderen Ordens zu einem Klosterbau direkt vor dem Nonnenkloster an, um die Nonnen zu stören. Da ging *Thullanandā* zum dritten Mal zum Minister und beklagte sich. Jetzt wurde der Mann ins Gefängnis geworfen. Der Buddha aber legte als Regel fest, dass eine Nonne, die gegen einen Nichtordinierten Vorwürfe erhebe, damit ein Verfahren gegen ihn eingeleitet werde, sich damit eines Suspensionsvergehens schuldig mache.

Verletzende Rede:

Eine Gruppe von Mönchen machte Streit, sie schalten, schimpften und setzten die guten Mönche herab, und zwar intensiv und in allen Tonarten: Sie schalten sie wegen ihrer niederen Kaste oder Abstammung, wegen ihres weniger schönen Namens, wegen ihrer früheren niederen Berufsausübung oder Beschäftigung. Sie beschimpften die, die krank oder körperlich unschön waren, damit, dass dies Folgen bösen Wirkens seien. Sie beschimpften die, die noch Herzensbefleckungen besaßen und die sich gegen Ordensregeln vergingen – wie sie selber ja auch in reichem Maße. Sie gebrauchten die üblichen Schimpfworte aus dem Tierbereich: Kamel, Ochse, Esel; sie nannten andere Höllenwärter oder Zwitter usw. (P 2). Der Erwachte erzählte den Mönchen bei dieser Gelegenheit eine Fabel, um zu zeigen, dass nicht einmal ein Tier solche Beleidigungen mag, geschweige denn ein Mensch (J 28).

Geschwätz:

Die angeberische Geschwätzigkeit – ein Fall von Geschwätzigkeit – wird in den Mönchsregeln ausdrücklich als Vergehen festgelegt (P 8), wenn es sich gegenüber Hausleuten um – wenn auch wahre – Berichte über Erreichungszustände anderer handelt. Mönche hatten nämlich Hausleuten erzählt, dass dieser und jener Mönch in der ersten weltlosen Entrückung verweile oder ein Nichtwiederkehrer sei oder ein dreiwissensmächtiger Geheilte sei. Da legte der Erwachte fest, dass sol-

che Erzählungen vor Hausleuten ein Vergehen seien, auch wenn sie nicht auf materielle Zwecke gerichtet sind. Eine solche Rede bringt die edelsten Früchte der Läuterung auf den Markt des Geschwätzes: *So wie das Meer seine Edelsteine und Schätze nicht verstreut, so soll der Mönch Vertiefungsergebnisse nicht nach außen tragen.* (Mil 38)

Sāriputto empfiehlt nun, bei Menschen, denen man grollt, nicht auf ihre Schwächen zu achten, sondern auf ihr Gutes. Ist ihr Tun lauter, dann soll der Übende das gute Tun in die Aufmerksamkeit nehmen und die unlautere Rede nicht beachten, gleichwie ein Durstiger bei einem schlammüberzogenen Teich die Wasserpflanzen, Moos und Schlingpflanzen beiseite schiebt, ohne sie näher zu betrachten, damit er an das klare, trinkbare Wasser herankommt, und dann sich daran labt. Der lautere Wandel in Taten wird dem genießbaren Wasser verglichen. Die unlauteren Worte, mit denen ein Mensch die Welt überzieht, sind der nicht beachtete Schlammüberzug, der beiseite geschoben wird, dann schwindet der Groll noch während des aburteilenden Gedankens: „Er redet immer so verletzend oder er hinterträgt und man kann ihm nicht trauen und/oder er ist ein Schwätzer“, weil man sich an seinem guten Tun labt und die unlauteren Worte nicht beachtet.

Lauteres Tun wird besser beurteilt als lautere Worte, denn es wird mit trinkbarem, erquickendem Wasser verglichen, das der Durstige so dringend braucht. Auf einen Menschen mit lauterem Tun können sich die Mitwesen verlassen, er wird sie nicht im Stich lassen, um rücksichtslos seinen eigenen Interessen nachzugehen.

3. Groll-Überwindung bei einem Menschen, der unlauter in Worten und Taten ist, aber gelegentlich ein trübungsfreies, friedvolles Gemüt hat

*Da ist ein Mensch von unlauterem Wandel in Worten und Taten, aber er erlangt von Zeit zu Zeit ein trübungsfreies, friedvolles Gemüt.*

Sāriputto gibt das Gleichnis: Wo ein Rind gegangen ist, drücken sich seine Fußspuren ein. Wenn es regnet, sammelt sich in diesen kleinen Senkungen etwas Wasser. Ein Durstiger, der vor diesen Fußstapfen steht, weiß: Wenn ich mit einem Gefäß oder mit den Händen dieses Wasser schöpfen würde, dann würde ich Schlamm und Erde aufwühlen und das Wasser wäre schlammig und ungenießbar. Aber wenn ich mich auf allen Vieren niederließe und das oberhalb des Schlammes befindliche wenige klare Wasser mit dem Mund schlürfen würde, dann könnte ich den brennendsten Durst löschen. Ebenso wie der Durstige nur das bisschen klare Wasser beachtet und sich anstrengt, um es trinken zu können, und allen Schlamm unbeachtet lässt und nicht aufrührt, so beachtet der sich Übende bei einem Menschen von unlauterem Wandel in Taten und Worten diesen nicht, sondern nimmt in seine Aufmerksamkeit, dass dem unlauteren Menschen doch gelegentlich in einer stilleren Zeit oder beim Anhören einer Belehrung Freude und Zuwendung zur Wahrheit aufkommen, so dass er inneren Frieden empfindet. Wer eine Vorstellung von der Freiheit ohne Haften an allem Vergänglichem gewonnen hat und wen diese Vorstellung innerlich befriedet und ihm zugleich Ansporn ist, der entwickelt eine Neigung dahin, der wird von dem Verständnis der Wahrheit weitergeleitet. Das ist ein Grund, sich über ihn zu freuen, sich daran zu laben. Indem diese gute Seite anerkannt, bemerkt wird, mag dies dem Unlauteren Ansporn sein, diesen Anblick noch mehr zu entfalten. Aber das ist nicht die Absicht dieses Gleichnisses. Es soll nur ein Gleichnis dafür sein, dass sich der um Grollfreiheit Mühende anstrengen soll, Gutes am Mitmönch zu entdecken, und zwar mit der Kampfesintensität, die der Verdurstende entwickelt, um zu noch etwas genießbarem Wasser zu kommen. Hat er den Blick auf das von Zeit zu Zeit friedvolle Gemüt des anderen gerichtet, dann labt er sich daran, dann gibt es für ihn keine Unlauterkeit in Taten und Worten mehr.

4. Groll-Überwindung bei einem Menschen, der unlauter  
in Worten und Taten ist und nicht einmal  
gelegentlich ein trübungsfreies, friedvolles Gemüt hat

Wenn ein Mitmönch in Worten und Taten unlauter ist, auch nicht gelegentlich höheren, erhellenden Gedanken zugeneigt ist – also gar nichts Gutes an ihm zu finden ist, dann hat man auch einem solchen gegenüber den Groll zu überwinden:

*Gesetzt, ihr Brüder, ein siecher, leidender, schwerkranker Mann wandert eine lange Straße entlang. Sowohl das Dorf hinter ihm als auch das Dorf vor ihm lägen in weiter Ferne. Und er fände keine passenden Speisen und Heilmittel, keinen passenden Pfleger und keinen, der ihm den Weg wiese.*

*Ein anderer Mann aber, der ihn erblickte, empfände mit ihm Erbarmen, Mitleid, Mitempfinden und dächte: „Ach, dass doch dieser Mann passende Speisen und Heilmittel fände sowie einen passenden Pfleger und einen, der ihm den Weg weist, damit er nicht umkommt.“*

*Ebenso auch, ihr Brüder, hat man gegenüber einem Menschen von unlauterem Wandel in Taten und Worten, der nicht von Zeit zu Zeit ein trübungsfreies, friedvolles Gemüt erlangt, Erbarmen, Mitleid, Mitempfinden zu empfinden und zu denken: „Ach, dass doch dieser Verehrte seinen schlechten Wandel in Taten und Worten aufgäbe und einen guten Wandel in Taten und Worten pflegte, damit er bei Versagen des Körpers nach dem Tode nicht auf den Abweg gerät, auf eine Leidensfährte, zur unteren Welt!“*

Der belehrte Mensch weiß um die Früchte des Wirkens. Er weiß: Der Grad der Schrecknisse unseres Erlebens ist identisch mit dem Grad, in dem wir abgewichen sind von dem moralischen Gesetz, wie der Erwachte sagt (M 57):

*Da wirkt einer in Taten, Worten und Gedanken immer wieder belastend und bedrängend. Und weil er immer wieder in Taten, Worten und Gedanken bedrängend wirkt, so gelangt er in drangvoller Welt wieder zum Dasein. Und ist er in drangvoller Welt wieder zum Dasein gelangt, so treffen ihn drangvolle Berührungen. Von drangvollen Berührungen getroffen, fühlt er ein drangvolles Gefühl, einzig schmerzhaft gleichwie etwa höllische Wesen. Ganz so wie sie geworden sind, ist der Wesen Wiedergeburt. Durch das, was einer wirkt, wird er wiedergeboren. Der Wiedergeborene wird von Berührungen getroffen. Darum sage ich: „Erbe des Wirkens sind die Wesen.“ Das nennt man dunkles Wirken, das dunkle Folge hat.*

So kann man sich höllisches Erleben vorstellen: einzig Wehe, ohne Hoffnung auf Ende oder Linderung, ohne die Möglichkeit, in Ohnmacht, Schlaf oder Tod auszuweichen. Das ist das schmerzlichste Leiden:

*Was ein Mensch, mit dreihundert Klingenhieben gezüchtigt, infolgedessen an Schmerz und Qual erfährt, kann gegen das Leiden höllischen Seins nicht gezählt, nicht gerechnet, nicht verglichen werden. (M 129)*

Sāriputto empfiehlt nun sich vorzustellen, wir wären in der Situation dieses Lebewesens von unlauterem Wandel und würden die Ernte dieses Wirkens erleben, wie es ja schon oft geschehen ist in der Endlosigkeit des Samsāra. Die normale Denkgewöhnung verleitet dazu, an die Untugenden des anderen zu denken. Die Übung besteht nun darin, diese Denkgewöhnung abubrechen mit dem Gedanken: „Der andere sucht genau so wie ich Wohl, hat jetzt aber so viel Leid zu erwarten. Wir sind alle gleicher Natur. Jetzt bin ich ein Übender, der andere ist voller Untugend. Aber wie oft im Samsāra war ich in seiner Lage. Ich fühle seine Angst, seine Verzweiflung, wenn er die schmerzhafteste Ernte antreten muss, aus der es lange Zeit kein Entrinnen gibt. Wie könnte ich ihm jetzt grollen.

Er hat ja ein Unmaß an Leiden vor sich ohne irgendeine Zuflucht, ohne Sicherheit, ohne Hilfe. Wenn er doch jemanden tröste, dem er zuhörte, dem er vertraute und der ihm den richtigen Weg wies! Wenn er sich doch jetzt noch ändern würde, so dass jenes schreckliche Erleben ihm erspart bliebe!“

Indem der Übende voll Mitempfinden an diesen Menschen und sein künftiges Erleben denkt mit dem Wunsch, dass dieser sich bessern möge, schwindet jeglicher Groll. Was der andere ihm auch angetan haben mag, das Wehe, das er durch ihn erfahren hat, ist nichts gegenüber dem Leid, das den Untugendhaften erwartet.

5. Groll-Überwindung bei einem Menschen, der  
lauter in Worten und Taten ist und gelegentlich  
ein trübungsfreies, friedliches Gemüt hat

*Da, ihr Brüder, ist ein Mensch von lauterem Wandel in Worten und Taten, und von Zeit zu Zeit erlangt er ein trübungsfreies, friedliches Gemüt. Auch gegenüber einem solchen Menschen hat man den Groll zu überwinden.*

*Gesetzt, ihr Brüder, es befände sich da ein Teich, gefüllt mit klarem, kühlem, erfrischendem Wasser, mit einem Badestrand versehen, entzückend, von zahlreichen Bäumen umgeben, und ein Mann, glühend vor Hitze, von der Hitze überwältigt, ermattet, zitternd, von Durst gequält, käme des Weges daher. Und er stiege in jenen Teich, badete sich und tränke von dem Wasser. Darauf stiege er wieder heraus und setzte oder legte sich dort im Schatten der Bäume nieder.*

*Ebenso auch, ihr Brüder, hat man gegenüber einem Menschen von lauterem Wandel in Worten und Taten, der von Zeit zu Zeit ein trübungsfreies, friedvolles Gemüt erlangt, zu dieser Zeit seinen lautereren Wandel in Worten und Taten in die Aufmerksamkeit zu nehmen*

*und daran zu denken, dass er von Zeit zu Zeit ein trübungsfreies, friedvolles Gemüt erlangt.*

*Auf diese Weise hat man den Groll gegen jenen Menschen zu überwinden.*

Wie kann man einem Menschen grollen, der im Reden und Handeln tugendhaft ist und immer wieder auch inneren Frieden erlangt? Man kann es sich nicht vorstellen, aber sogar himmlische Wesen, ja, sogar ein Buddha können so mit uns umgehen, dass wir wegen unserer eigenen Verletzbarkeit und Beschränktheit ihnen grollen, z.B. weil sie mit fürsorglichen Äußerungen unseren Stolz verletzt haben oder weil wir eine Äußerung falsch verstanden haben oder weil andere die Reinen bei uns verleumdet haben.

Da empfiehlt nun Sāriputto, um von dem Groll loszukommen, sich die vorzüglichen Eigenschaften dieses Wesens zu vergegenwärtigen, sich an ihnen zu laben: „In dieser Situation hat er so gehandelt und gesprochen, das war doch vorbildlich. Besser hätte man es gar nicht machen können.“ Der von diesem lauterem Wesen Behandelte hat sich bei ihm wohl und aufgehoben gefühlt, war entspannt und aufgeschlossen, hat jetzt starkes Vertrauen zu ihm gewonnen, und auch die Zeugen seines Tuns sind von seiner lieben, fürsorglichen Art innerlich angesprochen und bewegt. So wie ein Durstiger sich an dem Wasser eines klaren Teiches labt und den ganzen Körper darin badet und sich dann auf dem von Bäumen beschatteten Strand niederlässt, so soll der Grollende ganz und gar eintauchen in die lautere Art des anderen und wenn möglich in seiner hilfreichen Nähe bleiben.

Den Umgang mit Guten empfiehlt der Erwachte als ein Hilfsmittel nicht nur für den Erwerb von Tugend, sondern sogar als ein Mittel, die Triebversiegung zu erreichen (It 17):

*Wer da, ihr Mönche, als kämpfender Mönch mit unbeirrbarem Geist die unvergleichliche Sicherheit zu erringen trachtet und dazu ein äußeres Hilfsmittel sucht – für einen solchen sehe ich*



*auch nicht ein so nutzbringendes Hilfsmittel wie die Freundschaft mit Guten. Ein Mönch, der Gute als Freunde hat, der gibt das Unheilsame auf und pflegt das Heilsame.*

*Ein Mönch, der Gute als Freunde hat, der die Lehren seiner Freunde befolgt, der mag bewusst und klar besonnen nach und nach die Vernichtung aller Verstrickungen erreichen.*

Ähnlich heißt es in A IX,3:

*Bei einem Mönch, der guten Umgang pflegt, gute Gefährten hat, da darf man erwarten, dass er tugendhaft sein wird, in reiner Zucht richtig gezügelt, lauter im Handeln und in der Lebensführung bleibt, dass er vor geringstem Fehl auf der Hut beharrlich weiterkämpft Schritt für Schritt.*

*Bei einem Mönch, der guten Umgang pflegt, gute Gefährten hat, da darf man erwarten, dass er Mut und Kraft haben wird, unheilsame Dinge abzutun und heilsame Dinge zu erwerben, dass er stark und standhaft ausdauern und den heilsamen Kampf nicht aufgeben wird.*

*Bei einem Mönch, der guten Umgang pflegt, gute Gefährten hat, da darf man erwarten, dass er weise werden wird, mit jener Weisheit begabt, die Entstehen und Vergehen sieht, mit der heilenden, durchdringenden, die zur völligen Leidensversiegung führt.*

Wenn man gegenüber den genannten fünf Arten von Menschen Groll überwindet, indem man sich ihr Gutes vor Augen führt, bleibt außer der vierten Gruppe von Menschen kein Mensch übrig, dem man noch grollen könnte. Und wenn man bei der vierten Gruppe sich vor Augen führt, dass es bei der endlosen Wanderung durch die Existenzen, die wir hinter uns haben (hoffentlich nicht mehr viele vor uns!), kein Verbrechen geben kann, das wir nicht auch schon oft und oft begangen haben – wie könnte man da die vierte Gruppe von Menschen verurteilen und ihr böse sein!

Materielle Ersparnisse können für den Menschen in diesem Leben eine Erleichterung bedeuten, aber sie sind unbeständig wie Spreu im Wind und von der Furcht des Verlierens überschattet. Man kann sie nicht mit hinübernehmen in ein neues Leben, denn „das Totenhemd hat keine Taschen“. Aber eine grollfreie, sanftmütige, liebende Gesinnung schafft eine sonnige Atmosphäre schon in diesem Leben und bringt uns großen Gewinn im nächsten. Wer jeden Ärger, jeden Groll, sobald er aufgestiegen ist, gründlich ausrodet, so wie man einen Giftschlangenbiss sofort ausmerzt, der macht das Leben heller, beruhigter, friedvoller für sich und andere, dem befriedet sich das Herz, und er wächst durch seine grollfreie, sanftmütige, liebende Gesinnung über die Sinnensuchtwelt hinaus.

Zum Schluss noch einige Aussagen aus verschiedenen Kulturen über die Schädlichkeit von Zorn, Ärger und Groll mit dem Hinweis, dass sie oft nur verletzter Eitelkeit entspringen.

*Wer deiner Eigenlieb tut weh,  
durch wen und wie es auch gescheh,  
dem werd nicht bös; lern dich besinnen:  
zürn mit dir selbst, der Feind sitzt drinnen. Tersteegen*

*Für manche zornige Menschen ist es, wie Sextius sagt, von Segen gewesen, in einen Spiegel zu schauen. Die gewaltige Veränderung ihres Wesens brachte sie in Verwirrung. Sie kamen sozusagen wieder zu sich und erkannten sich nicht wieder.*

*Aber wie wenig von ihrer wirklichen Hässlichkeit gab doch dieses Spiegelbild wieder! Wenn aber das geistige Wesen eines solchen Menschen selbst sichtbar werden und durch die Materie hindurchschimmern könnte, dann würde es uns völlig aus der Fassung bringen, wenn wir es betrachten, so dunkel, so befleckt, so unruhig, so verzerrt, so geschwollen wäre es. Schon jetzt ist die Hässlichkeit noch groß genug, wo sich der Geist doch nur durch Knochen, Fleisch und andere Hindernis-*

*se hindurch ausprägen kann. Wie wäre es, wenn er sich ohne alle Hülle zeigen würde? Seneca*

*„Lass nicht die Sonne untergehen über deinem Zorn“ – in diesem biblischen Gebot liegt das Geheimnis der Gesundheit. Wer sich böse und bedrückt zur Ruhe legt, weilt geistig dann im Schlaf durch Stunden in der Sphäre des Übels und häuft Trübsal für den kommenden Tag. Mulford*

*Was sehr schwerwiegend ist und allen, die Groll in sich hegen, große Sorgen machen sollte, ist die Tatsache, dass Kränkungen, an die man sich mit Bitterkeit erinnert, wie ein Krebs wirken und Ursache vieler körperlicher und psychologischer Störungen im System sind. Solche Einstellungen erzeugen einen beständigen Strom von etwas, das ich nur als psychische Säure bezeichnen kann. Diese durchdringen den physischen Leib und können, wenn sie nicht von der Säure befreit werden, die Ursache vieler unheilbarer Krankheiten des Menschen sein. Sie haben auch die Tendenz, machtvolle Denkformen zu erzeugen, die zu zwanghaften Wahnvorstellungen führen können. H.K. Challoner*

*Wie eine vergiftende Krankheit frisst sich der Ärger im Leben des Menschen ein. Er verdüstert das Dasein, zerstört alle Lust am Leben und macht den Menschen unerfreulich für sich und andere. O.F. Bollnow*

*Einer meiner Freunde erzählte mir einmal Folgendes: Er hatte sich einverstanden erklärt, sich mit seiner Frau in einem Kaufhaus zu treffen, um Einkäufe zu erledigen; es war ihre Idee, nicht seine. Außerdem hatte es ihn einiges an Aufwand gekostet, den Termin halten zu können. Das Problem dabei war nun folgendes: Er kam rechtzeitig, sie jedoch nicht. Er wartete eine halbe Stunde und sah langsam rot. Mit der Zeit drängte sich ihm ein negativer Gedanke nach dem anderen auf – Kritik, Ärger, Enttäuschung und Stress. Es fiel ihm ein, dass*

es ihm schon öfter so ergangen war. Jetzt war er wirklich wütend.

Plötzlich dämmerte es ihm. Es wurde ihm klar, dass er sich weiter den Kopf mit derartigen negativen und ärgerlichen Überlegungen voll machen konnte, wie er es schon so oft getan hatte. Er konnte sich aber auch für Ruhe und Frieden entscheiden. Von dem Augenblick an erschien ihm alles ganz einfach. Sicher hatte sich seine Frau verspätet, doch der Ärger war allein in seinem Kopf entstanden. Er war derjenige, der litt. Er machte sich also klar, dass seine Ausgeglichenheit und sein Wohlergehen sowie seine Ehe viel wichtiger waren, als sich in negativen Überlegungen zu ergehen und Gründe zu finden, warum er alles Recht hatte, wütend zu sein. Er ließ seinen Ärger also fahren und beschloss, sich in dem Kaufhaus umzuschauen und geduldig zu warten. Er wollte nicht in allem ein Problem sehen und sich dadurch verrückt machen.

Nach ein paar Minuten kam seine Frau wie eine Wilde auf ihn zugestürzt. Sie rechnete damit, dass er böse mit ihr sein würde und ihr eine Standpauke halten würde. Seine ausgeglichene Art machte sie dann total perplex. Er hatte sich für Ruhe und Frieden entschieden anstatt für Ärger und zeigte dementsprechend Mitgefühl. Weil er so gar nicht aggressiv war, entschuldigte sie sich und versicherte ihm, es täte ihr Leid, dass sie ihn so lange hätte warten lassen. Ihre Entschuldigung war ehrlich gemeint.

Was schnell in einen üblen Machtkampf hätte ausarten können, wurde zu einem friedlichen gemeinsamen Nachmittag, an dem die beiden sich der Wichtigkeit ihrer Beziehung versicherten. Er fühlte sich gestärkt, weil er wusste, dass er eine liebevolle und friedliche Entscheidung getroffen hatte, anstatt sich seinen normalen Reaktionen zu beugen; und sie empfand enormen Respekt und Dankbarkeit, weil ihr Mann gewillt gewesen war, ihr einen Fehler nachzusehen. Seine Wahl brachte die beiden einander näher.

Eine solche Wahlmöglichkeit gibt es in so ziemlich jeder Situation. Dutzende Male am Tag geht entweder etwas schief,

*oder das Leben nimmt einen anderen Gang, als man es sich in dem Moment gewünscht hätte. Und egal, ob es um das Verhalten Ihres Partners geht oder um etwas ganz anderes, erhalten Sie so die Chance zu üben, wie man sich für Frieden an Stelle von Ärger entscheidet. Richard Carlson*

URTEILT NICHT DIE MENSCHEN AB  
„Angereichte Sammlung“ (A VI,44)

Zu Anando, dem Mönch, der dem Erwachten die längste Zeit aufwartete, kam einst eine Anhängerin des Erwachten und fragte:

*Wie hat man wohl die vom Erhabenen gewiesene Lehre zu verstehen, dass da ein keusch Lebender und ein nicht keusch Lebender nach dem Tod beide ein und denselben Zustand nach dem Tod haben sollen?*

*Mein Vater lebte keusch, enthaltsam. Nach dessen Tod hat der Erhabene von ihm erklärt, dass er die Einmalwiederkehr erlangt habe und im Tusita-Himmel wiedererschienen sei. Meines Vaters Bruder aber lebte nicht keusch, aber auch nach dessen Tod hat der Erhabene von ihm erklärt, dass er die Einmalwiederkehr erlangt habe und im Tusita-Himmel wiedererschienen sei.*

*Wie, ehrwürdiger Ānando, hat man diese vom Erhabenen gewiesene Lehre zu verstehen, dass da der keusch Lebende und der nicht keusch Lebende ein und denselben Zustand nach dem Tod haben sollen?*

Diese Frage enthält eine unüberhörbare Kritik: Der Anhängerin scheint es ungereimt, dass Menschen, die sich in einem für viele so zentralen Punkt wie der Sexualität ungleich verhalten, dennoch nach dem Tod in denselben hohen jenseitigen Bereich gelangt sein sollen. Ānando beantwortet die Frage nicht selbst, da er über Beobachtungen, die der Erwachte mit außer-sinnlicher Wahrnehmung, mit dem „feinstofflichen Auge“ gemacht hat, nichts sagen kann. Er geht zum Erwachten und fragt ihn. Um Frage und Antwort besser zu verstehen, ist es gut, sie in den Gesamtzusammenhang der Lehre zu stellen.

Wir wissen, dass die Lehre, wenn man sie richtig verstan-

den hat, eine Entwicklung des ganzen Wesens auslöst von seinem bisherigen charakterlichen Zustand mit all den bisherigen Neigungen und Wünschen bis hin zu dem Zustand einer vollkommenen Freiheit von dem Zwang, dauernd diese oder jene Wünsche befriedigen zu müssen, bis zu der vollkommenen Freiheit von jeglichem Hungern oder Dürsten.

Wir wissen, dass das Hauptübel, das der Erwachte nennt, der Durst ist; der Durst reißt uns hin zu diesem und zu jenem, und unser ganzes Bemühen ist immer auf Befriedigung dieser und jener Wünsche aus. Treten Erlebnisse an uns heran, dann finden wir die einen Erlebnisse herrlich, andere mittelmäßig, andere abstoßend. Darin zeigt sich das innere Anliegen, zeigen sich die inneren spezifischen Neigungen. Wenn einmal nichts an uns herantritt, dann meldet sich das unbefriedigte Verlangen im Geist: „Wenn ich doch jetzt das und das hätte!“

Ein Beispiel für das Heer von Hungerleidern in uns: Früher sind Sklavenhändler nach Afrika gefahren und haben Neger aus den Dörfern zusammengetrieben und ins Schiff verladen, um sie als Sklaven zu verkaufen. Während der Fahrt sind diese Menschen alle im Schiffsrumpf zusammengepfertcht, und jeder sehnt sich nach seiner Heimat. Wenn man das Seelische sehen könnte, dann würde man sehen, dass in diesem Schiffsrumpf eine gewaltige tausendfältige Sehnsucht besteht. Jeder sehnt sich nach dem, wodurch er wieder befriedigt wäre, nach seiner Heimat, seiner Familie.

Wir sind wie das Schiff, das die Sklavenmenge fasst. In uns sind die tausenderlei Bedürfnisse, die durch positive Bewertungen einzeln in unser „Schiff“ gekommen sind, immer wieder befriedigt werden müssen und doch immer wieder neu ihren Hunger melden. Das Ziel der Heilsentwicklung ist erst erreicht, wenn keine Spannung, keine Not, kein Leiden mehr besteht, wenn alle inneren Süchte entlassen sind. Dann ist der Schiffsrumpf offen, weit und still, befreit von dem klagenden Gedränge, weil alle Sklaven frei, in ihrer Heimat, zu Hause sind.

In diesem Leben hat keiner – außer einem Geheilten – alle

Süchte, alle Lasten, alle Leiden abgetan und ist damit vollkommen heil geworden. Irgendwann in einer Entwicklungsstufe geht der Leib zugrunde, aber das Schiff mit der Sklavenmenge besteht weiter. Entsprechend der Anzahl und Art der Sklaven, entsprechend der Anzahl und der Grobheit oder der Feinheit der Süchte, die den Menschen nach dem Tod noch innewohnen – ist die Erscheinungsform nach dem Tod. Je mehr der Mensch von den Süchten abgetan hat, um so weniger Lasten und um so weniger Leiden erfährt er dann.

Wir wissen wohl alle mehr oder weniger – und damit kommen wir zu unserer Lehrrede zurück – was für eine Last die Sexualität ist, wie sie reißt und zerrt. Sicher mag man vordergründig daran denken, welche Freude und Lust hier die Triebbefriedigung bringt, aber wer Lust empfinden kann, der kann es nur darum, weil er vorwiegend in Unlust ist. Was man immer hat, wird bald schal und gewöhnlich. Deshalb beweist jedes augenblickliche oder längere Wohl, welches wir erleben, dass wir uns bis dahin unterhalb dieses Zustands fühlten. Da das Wohl bald wieder aufhört, meldet sich auch immer wieder der Hunger; darum muss man immer wieder neu aufbrechen, neue Mittel und Wege finden, um eine neue vorübergehende Befriedigung zu erlangen. Darum ist die Sexualität in Wirklichkeit eine Last, und es bedeutet eine große Freiheit, wenn man darüber steht und gar nichts damit zu tun hat. Wer von der Sexualität wirklich frei ist – und das ist keiner, der noch ihre Erfüllung entbehrt, entsagend, verzichtend, hungernd – der ist erheblich weiter in seiner Läuterung als einer, der noch nicht davon frei ist. Hierum geht es bei der Frage der Laienanhängerin an Ānando nach jenen zwei Menschen, die sich so unterschiedlich verhalten haben: Der eine lebte keusch, der andere nicht. Und doch sagte der Erwachte von ihnen, dass sie nach dem Tod das gleiche Ergebnis erlangt hätten: Sie seien beide in den Tusita-Himmel gelangt und hätten beide die Einmalwiederkehr erreicht. „Einmalwiederkehr“ ist nach dem Stromeintritt der zweite Grad der Sicherheit auf dem Weg zum Nibbāna. Der Einmalwiederkehrer hat die Sicherheit, dass er



nur noch einmal in die unterste Selbsterfahrnis, die Welt des sinnlichen Begehrens wiederkehren und in einer absehbaren Zeit das endgültige Heilsziel gewonnen haben wird.

Zur sinnlichen Selbsterfahrnis gehören Menschentum und alles, was unterhalb des Menschentums ist (Gespensterreich, Tierreich, höllische Welt), aber auch manche Himmel über dem Menschentum. Auch der Tusita-Himmel, in welchen Vater und Onkel jener Anhängerin des Erwachten gelangten, gehört noch mit zur Erfahrnis der Sinnensucht. In diesen genannten Himmeln gibt es noch Zweigeschlechtlichkeit und auch verfeinerte Paarungsmöglichkeit.

Obwohl also einer der beiden verstorbenen Männer schon keusch lebte, ist er doch noch – wie der andere unkeusch lebende – innerhalb der Sinnensuchtwelt wiedererschienen, nicht in einer höheren Welt. Von der Sinensuchtwelt aus erlischt ein Einmalwiederkehrer oder er gelangt nach dem Abscheiden von dort in die brahmische Welt, die Welt der Reinen Götter, bei denen es keine Geschlechtsunterschiede mehr gibt, um von dort aus das Erlöschen allen Brennens, die vollkommene Heilung, zu gewinnen.

In diese reine Sphäre gelangt der Nichtwiederkehrer, welcher den dritten Grad der Sicherheit der Heilung erreicht hat, unmittelbar. Er wird nur noch übertroffen von dem Geheilten, der das Nibbāna schon bei Lebzeiten erreicht. Von diesen vier Graden der Sicherheit haben der Vater und der Onkel der Anhängerin also gleichermaßen den zweiten, die Einmalwiederkehr erreicht, obwohl der eine keusch, der andere unkeusch gelebt hat. Als nun Ānando dem Erwachten über die kritisierende Frage der Anhängerin nach der vermeintlichen Vereinbarkeit dieser Widersprüche berichtet, da beantwortet der Erwachte die gestellte Frage nicht gleich, sondern weist zunächst die oberflächliche Beurteilung der beiden Menschen durch die Anhängerin zurück, die nur auf Grund des äußeren Verhaltens und ohne Berücksichtigung des ganzen Wesens der Beurteilten glaubt, die Aussage des Erwachten über den Zustand ihrer abgeschiedenen Verwandten bezweifeln zu sollen.

Um überhaupt erst einmal eine Vorstellung davon zu geben, wie schwer etwas so Komplexes wie der menschliche Charakter zu beurteilen ist, nennt der Erwachte zunächst sechs verschiedene Charaktere mit drei Haupteigenschaften und zeigt daran, wie Kritiker, die nur auf das äußere Verhalten achten, sich über den inneren Fortschritt oder Rückschritt dieser Personen täuschen können.

Den ersten dieser sechs Charaktertypen beschreibt der Erwachte wie folgt:

*Da hat ein Mönch ein sanftes Wesen, ist ein angenehmer Gefährte, und seine Ordensbrüder leben gern mit ihm zusammen. Aber er hat wenig Lehre gehört, und er hat das Gehörte auch nur blass und schwach in seinem Geist zur Verfügung, und er hat auch nicht aus diesem Gehörten seine Anschauung gebildet, und er erlebt auch nicht dann und wann eine Gemütsbefreiung (vimutti). Ein solcher macht beim Zerfall des Leibes nach dem Tod einen Rückschritt, keinen Fortschritt, geht zurück, steigt nicht höher.*

In diesen Eigenschaften des ersten Menschentyps erkennen wir deutlich eine Dreiteilung: Die ersten drei Eigenschaften betreffen das Verhalten des Menschen zur Umwelt, seine Tugend (*sīla*); weitere drei betreffen seine Weisheit (*paññā*), seine Fähigkeit, sich die Lehre zu erarbeiten, und die letzte nennt das Vorhandensein oder Nichtvorhandensein von Gemütsbefreiungen.

Ein Mensch nur mit den ersten drei Eigenschaften umgänglichen Verhaltens kann, aber muss nicht weise sein. Es gibt Menschen, die sehr oberflächlich in den Tag hinein leben, aber man kann leicht mit ihnen umgehen, da sie sich gern anpassen. Andererseits gibt es Menschen, die schon Weisheit erworben haben, mit denen der Umgang aber schwerer ist.

Der erste vom Erwachten geschilderte Menschentyp ist

angenehm im Umgang. Aber er hat *wenig Lehre gehört und das Gehörte hat er nur bloss im Geist*, und er hat es nicht in sein Weltbild hineingebaut. Wenn über die Lehre gesprochen wird, weiß er zwar: „Ja, der Buddha sagt, dass es so und so sei“, aber er urteilt und handelt immer noch nach seinem alten, gewohnten eigenen Weltbild und nicht im Sinn der Lehre.

Ob einer wenig oder viel die Lehre gehört hat, ist nicht so entscheidend wie die zweite Eigenschaft: *Er hat das Gehörte nur bloss im Geist*. Das Gegenteil davon, *bahusacca*, übersetzt man auch: *einer hat viel Wahrheit*. Mit „viel“ ist nicht eine große Menge von Wahrheit gemeint, sondern es bedeutet: Er hat über diese Wahrheit, die er gehört oder gelesen hat, immer wieder und gründlich nachgedacht, hat sie sich immer wiederholt, kennt sie auswendig und gräbt sie in seinen Geist ein.

Dass es nicht auf das Viel-Wissen ankommt, sondern auf das immer wiederholte Bedenken, zeigt der Erwachte in Dh 101, wo es heißt: Wenn einer auch tausend Verse der Lehre oder tausend Lehrreden weiß und nicht über ihren Sinnzusammenhang und praktische Verwirklichung nachdenkt – besser ist es, er weiß eine Lehrrede oder einen Vers und hat sich ganz und gar danach gebildet, hat inneren Frieden daraus gewonnen. – Es geht um das befruchtende Wissen, um das wandelnde Wissen, das in den Religionen die geistige Zeugung genannt wird, wodurch man ein anderer wird, nicht um ein blasses, intellektuelles, unverbindliches Wissen.

Unser normales Weltwissen, das wir von der Kindheit an aufgebaut haben, nämlich das Wissen, was angenehm ist oder unangenehm, das ist in unserem Geist stark und leuchtkräftig und aufdringlich eingeschrieben wie ein mit kräftigen bunten Farben gemaltes Bild. Wir brauchen nur eine Sache zu sehen, um sofort zu wissen: das ist angenehm oder das ist unangenehm.

Wenn man in dieser geistigen Verfassung einmal eine Lehrrede liest, über sie nachdenkt und sie zu verstehen sucht,

dann hat man etwas Wahrheit gewonnen. Aber diese Wahrheit ist über das bunte Bild nur hauchdünn wie mit dünnem, blassem Bleistift gezeichnet. Diese Wahrheit sagt: „Wenn du anderen wohldest, dann wird dir auch wohlgetan. Alles, was von dir ausgeht an gewährenden Taten, an verweigernden Taten, an rücksichtslosen Taten, das kommt auch wieder zurück. Alles, was du erlebst, ist nur Ernte. Du kannst nichts Besseres tun, als während zu handeln, zu ertragen, hinzunehmen, was an dich herankommt, weil es ja von dir selber früher gesät wurde. Dann wird alles besser.“ Wenn aber diese Wahrheit im Geist nur ganz dünn wie mit Bleistift eingezeichnet ist, das bunte Bild dagegen stark leuchtet, dann gibt den Ausschlag bei der Beurteilung und bei der Willensbildung das aufdringlichere Weltwissen: „Man muss sich durchsetzen, es zu etwas bringen in der Welt, viel verdienen. Von diesem Menschen habe ich etwas, darum bin ich zu ihm freundlich; von dem anderen habe ich nichts, den kann ich links liegen lassen.“

Es geht darum, das Wissen von der Lehre leuchtkräftig im Geist zu verankern, stark und unüberhörbar im Geist zu haben, die dünne Bleistiftskizze im Geist immer wieder nachzuziehen; denn unser Geist ist mit buntesten Bildern der Verblendung ausgefüllt, die deutlich und überzeugend eingetragen sind. Bei jedem Erlebnis, bei jeder Begegnung ist alles, was wir unmittelbar denken, Verblendung, Wahn. Darum muss man die Wahrheit immer deutlicher hineinzeichnen, möglichst auch bunt und leuchtkräftig, d.h. lebensnah, mit dem Leben verknüpft. Das ist eine vom Erwachten als unerlässlich genannte Übung: das Verstandene immer wieder bedenken, immer wiederholen.

*Nichtwiederholung der verstandenen Wahrheit verhindert die Verständniskraft; und häufiges Wiederbedenken der verstandenen Wahrheit mehrt die Kraft des Verständnisses. (A X,73)*

Tiefer und tiefer die Wahrheit in den Geist eingraben, das ist *bahu-sacca*.

Von den Mönchen wurde dies früher durch Rezitieren und Memorieren erreicht, wobei der Rezitierende wie von selbst immer wieder auch das Gesprochene bedenkt. Wenn die besten Weisheiten, die Lehrreden und ebenfalls viele orientierende Verse, die das Rechte vom Unrechten unterscheiden, im Geist zur Verfügung stehen, dann wird die Wahrheit immer wieder nachgezeichnet, die richtigen Bewertungen nehmen Farbe an, und das einst bunte falsche Weltbild verblasst allmählich. Das ist der Erfolg, wenn man die zweite Übung in Weisheit pflegt: *das Gehörte stark im Geist bewegen*. Der hier beschriebene erste Menschentyp hat das nicht getan.

Die dritte Übung, *sich aus dem Gehörten eine umfassende Existenzschau bilden*, ist noch viel wichtiger als die zweite, aber man kann sie ohne die zweite nicht erreichen. Sie besteht darin, dass man die Aussagen, die in den Lehrreden enthalten und vom Geist aufgenommen und immer wieder bedacht worden sind, zusammenfasst zu einer umfassenden Existenzsicht, die stark und leuchtkräftig alle bisherigen Weltbilder ausradiert. Hierunter wird gerade nicht ein willkürliches Konstruieren von Zusammenhängen verstanden, sondern vielmehr das zwangsläufige In-Beziehung-Setzen und Vereinen der aufgenommenen Wahrheiten untereinander und mit dem Erleben und ihre Konfrontation mit bestehenden Weltbildern, die sich noch aus alter Denkgewohnheit im Geist melden wollen.

Es gibt Buddhisten, die viele Lehrreden kennen, aber sie haben sie nebeneinander in ihrem Geist. Sie sehen nicht, dass in der einen Lehrrede ein und dieselbe Situation von der einen Seite betrachtet wird und in einer anderen Lehrrede von der anderen Seite. Sie sehen nicht, dass sie mit dieser einander ergänzenden Beschreibung eine rundum plastische vollständige Beschreibung der Situation bekommen haben, auf Grund derer sie nun zweifelsfrei wissen könnten: „So ist der Zusammenhang.“ Viele Buddhisten wissen zwar: „Alles, was wir erleben, ist karmisch gewirkt“, aber das gewohnte Bild, das der unerfahrene, nicht heilskundige Mensch hat: „Da kommt etwas von außen heran, und deshalb handle ich daran“, haben

sie doch behalten. Sie haben sich nicht den vollständigen lückenlosen Zusammenhang des Karmagedankens klargemacht. Sie sagen: „Da kommt mein Feind, aber ich will jetzt nicht böse an ihm handeln, denn dann schickt mir das geheimnisvolle, unergründliche Karma Böses“, während wir uns erarbeitet haben: „Nicht kommt zuerst etwas heran, an dem ich handle. Es gibt kein Erlebnis, das ich nicht selbst gemacht habe. „Welt“ ist Spiegelbild meines „Ich“. Wenn ich in den Spiegel hineindrohe, dann droht es zurück. Wenn ich hineinlächle, dann lächelt es zurück. Das Spiegelbild ist Antwort, nicht Ursache meines Wirkens, ist meine gestrige Tat, ist Vergangenheit, die Zukunft wird.“

Zeit selber ist nicht an sich da, sondern setzt ihre Schaffung voraus. Wenn etwas geschaffen wird, dann tritt es auch wieder heran: das ist das Gesetz der Kausalität. Wenn nichts geschaffen wird, tritt auch nichts wieder heran. Weil immer etwas herantritt, darum spricht der normale Mensch von Zeit, objektiviert die Zeit und meint, es gebe Zeit an sich. In Wirklichkeit besteht der Eindruck von Zeit nur, solange Dinge herankommen. Und die Dinge kommen so lange an den Menschen heran, als er sie in die „Vergangenheit“ schickt, als er reagiert. Nicht weil schlechte Zeiten sind, kommen zufällig diese oder jene schlechten Erlebnisse an ihn heran; sondern weil er irgendwann schlecht gehandelt hat, darum erlebt er Unangenehmes. Der Mensch ist nicht der Welt ausgeliefert, sondern die Welt ist sein Produkt, Ernte seiner Saat.

Entsprechend den gedanklichen Bewertungen des Menschen sind seine Neigungen. Wie er geneigt ist, so handelt er; wie er handelt, so erlebt er Welt. Wenn sich der Mensch solche Weltanschauung nicht bildet, dann fällt er auf sein Welterleben herein und weiß nicht, dass es doch nur das Ergebnis, das Spiegelbild seines Handelns ist, das von den Trieben ausgeht, die ihrerseits durch seine Weltanschauung, durch sein bewertendes Denken entstanden sind.

Die Lehrreden enthalten diese Zusammenhänge, aber diese erschließen sich in ihrer Tiefe für den Menschen erst dann,

wenn die einzelnen Lehraussagen durch immer wieder erneutes Lesen und Bedenken tief in den Geist eingeschrieben sind. Sie zwingen dann den Geist, das falsche vordergründige Weltbild zu verlassen und die erkannten Zusammenhänge zu einer richtigen Existenzsicht zusammenzufassen, so dass man ein rundes plastisches Bild von der Existenz, einen Wegweiser für die Zusammenhänge im Dasein gewinnt.

Wer die Weisheit so herausprägt, der kann gar nicht anders, als nach und nach danach zu handeln. Seine Existenzsicht sagt dann zu allen Bildern der Blendung: „Wenn es auch anders scheint, es ist aber so.“

Wenn man diese Existenzsicht in sich verankert hat, dann weiß man: „Die ganze Welt habe ich in der Hand, ich kann ganz frei werden, ich brauche nur beharrlich an dieser Weltanschauung festzuhalten und mich nach ihr zu richten.“

Ein solcher gewöhnt sich daran, vom primitiven triebhaften Reagieren auf die Erlebnisse zurückzutreten. Er führt sich immer schneller vor Augen:

1. Meine gestrige Tat kommt zurück;
2. der mir da begegnet, der muss so handeln, wie er handelt, ebenso wie ich so handle wie ich bin aus den inneren Bedingungen. Es ist töricht, etwas anderes zu erwarten, als die Wirklichkeit bringt.

Mit solchen Gedanken, die zwangsläufig zu Verständnis, Nachsicht, Hochherzigkeit führen, wächst eine innere Helligkeit. Man wächst heraus aus Antipathie bis Hass und Rücksichtslosigkeit. Die Gemütsverfassung wird heller, vornehmer, wärmer, eigenständiger. Wenn man zu einer Zeit, in der diese Gemütsverfassung stark vorherrscht, gerade keine sinnlichen Begehungen, keine feindlichen Gedanken hat, dann kann man mit dieser feineren Gemütsverfassung und der Unabhängigkeit von außen sich diese Situation auch bewusst machen:

*Das ist der Frieden, das ist das Erhabene, diese Beruhigung aller Aktivität, dieses Zurücktreten von allen Erscheinungen, dieses Aufhören des dürstenden Lechzens. (M 22, 26, 64)*

Das ist der Eingang von der beschränkten Wahrnehmungsweise in die freie. Hier beginnt das, was der Erwachte bei der Schilderung des ersten der sechs Menschentypen als Gemütsbefreiung bezeichnet. Man wird vielleicht jahrelang nur bis zu diesem Eingang hingelangen und noch nicht durch den Eingang hindurch, aber es ist doch schon der Anfang eines gemütsbefreienden Herzensfriedens. So wie wir bisher in der Welt der Vielfalt immer auf das Schöne und das Hässliche achteten, so geht es jetzt darum, die Aufmerksamkeit immer mehr auf die Schönheit und Helligkeit des inneren Friedens in Unabhängigkeit zu richten.

Der Erwachte sagt (A X,58): *Die Aufmerksamkeit erzeugt alle Dinge.* Worauf wir unser Augenmerk richten, das fixieren wir damit, das entsteht dadurch für uns, je öfter um so mehr. Wenn wir die Helligkeit und Sanftheit eines solchen augenblicklichen Zustands merken und uns darüber freuen, dann ist es von da kein allzu großer Schritt, dass der Frieden noch größer und von außen immer unverletzbarer wird.

Wenn man eine solche zeitweilige Befreiung erlebt – sie braucht weder tief noch lang zu sein – wenn man nur überhaupt einmal den Anfang vom Wohlgeschmack des Herzensfriedens kostet, das Gefühl der Entlastung von der dauernden Belastung durch Vielfalt, Gefühle und Aktivität, dann merkt man, dass das ein unvergleichlich größeres Wohl ist als alles, was durch die Sinne erfahren werden kann. Das zieht hin zum Guten. Man kann noch mancherlei Belastendes an sich haben, aber es tritt zurück auf dem guten Weg.

Der erste vom Erwachten beschriebene Charakter war nun zwar ein angenehmer, umgänglicher Mensch, aber Weisheit und Gemütsbefreiung fehlten ihm.

Den zweiten von den sechs Charakteren beschreibt der Erwachte wie folgt:

*Da hat, Ānando, ein Mensch ein sanftes Wesen, ist ein angenehmer Gefährte, und seine Ordensbrüder leben gern mit ihm zusammen. Er hat viel Lehre gehört, hat*



*das Gehörte auch stark in seinem Geist, hat daraus auch seine Anschauung gebildet und erlebt auch dann und wann Gemütsbefreiung.*

*Ein solcher macht beim Zerfall des Körpers nach dem Tod einen Fortschritt, keinen Rückschritt, steigt höher, fällt nicht zurück.*

*Hier nun, Ānando, urteilen die Abschätzer folgendermaßen: Der eine besitzt jene Eigenschaften und auch der andere besitzt jene Eigenschaften. Warum sollte da der eine niedriger und der andere höher sein?*

Die kritischen Mitmenschen können nur das vor Augen liegende äußere Verhalten eines Menschen sehen, aber nicht seine Weisheit – wenn ein solcher nicht gerade ein Lehrverkünder ist –, und vor allem nicht seine etwaigen Gemütsbefreiungen.

Beide geschilderten Charaktere erscheinen der Mitwelt sanft und wohlthuend. Von dem einen aber sagt der Erwachte: Er geht nach dem Tod abwärts, der andere steigt aufwärts. Der Grund liegt in ihrer unterschiedlichen Weisheit und Gemütsbefreiung, die der normale Mensch am anderen nicht sehen kann.

*Solches aber, Ānando, wird den Abschätzern lange zum Unheil und Leiden gereichen.*

*Der da, Ānando, viel Lehre gehört hat, der das Gehörte auch stark in seinem Geist hat und der daraus auch seine Anschauung gebildet hat und auch dann und wann Gemütsbefreiungen erlebt – dieser Mensch, Ānando, ist höher und edler als der erste. Und warum? Weil eben, Ānando, diesen Menschen der Zug der Lehre zum Nibbāna zieht.*

Das ist das Wesen der Weisheit, dass sie, wenn sie so eingewurzelt ist, wie es hier geschildert ist, in allen Lebenssituationen den richtigen Wegweiser liefert: „Halt, jetzt ist das zum

Heil Führende zu tun, anderes führt ins Elend.“

Sicher gibt es auch für solche Menschen manchmal einen so starken Andrang von den Tendenzen her, dass die Weisheit dann nicht so leuchtkräftig zur Verfügung steht und der Mensch falsch handelt. Aber je tiefer und klarer die Weisheit ist, je stärker wir sie bedacht haben und danach unsere Existenzsicht gebildet haben, um so mehr und um so schneller führt sie, gewinnt sie die Oberhand über alles Denken und Handeln. Es ist ein ganz allmählicher Übergang von: die Lehre wissen, aber noch nicht danach Handeln bis zum Wissen und voll danach Handeln.

Es wäre falsch, wenn man meinte, seine Psyche mit dem Willen zwingen zu können, indem man sich fest vornehmen würde: „Von jetzt ab handle ich so und so.“ Der noch so stark vorgenommene Wille bewirkt dies nicht, sondern erst die in vielfacher Wiederholung immer tiefer eingeschriebene Wahrheit, die von Fall zu Fall zur Verfügung steht. In einem tiefen Gespräch über die Lehre kann einer viel eingesehen haben und sich sagen: „Es ist doch Wahnsinn, dass ich immer so und so handle, das soll jetzt nie mehr sein.“ Am nächsten Tag aber handelt er doch wieder in der alten Weise, und es fällt ihm ein, dass er ja anders handeln wollte. Dann ist er wütend oder verzweifelt über sich. Das ist ein falsches Vorgehen. Der Erwachte rät: Schreibe die Wahrheit immer mehr in deinen Geist. Betrachte die Wahrheit immer mehr, alles andere kommt von selber.

Je klarer man die existentiellen Zusammenhänge sieht, um so unwiderstehlicher übernimmt dieses Wissen die Führung, die Leitung. Von einem solchen Menschen heißt es: „Der Zug der Wahrheit der Lehre zieht ihn; der Strom der Lehre trägt ihn.“

Die zwei bisher geschilderten Charaktere waren beide gleich in dem, was außen in Erscheinung tritt: sie wirkten angenehm im Umgang.

Von dem dritten Menschen heißt es:

*Da kommt, Anando, einen Menschen Zorn und Dünkel*

*an, und von Zeit zu Zeit steigen ihm begehrlische Gedanken auf. Er hat wenig Lehre gehört, hat das Gehörte auch nur blass im Geist, hat daraus auch nicht seine Anschauung gebildet, erlebt auch nicht dann und wann Gemütsbefreiungen. Ein solcher macht beim Zerfall des Körpers nach dem Tod einen Rückschritt, keinen Fortschritt, geht rückwärts, steigt nicht höher.*

Äußerlich erlebt man bei diesem Menschen öfter Zorn und Dünkel. Wer ein rasches Temperament hat, ist leichter erregt, leichter zornig und rücksichtslos bei der Durchkreuzung seiner Pläne; andere reagieren langsamer, und sie können dann auch leicht sanfter wirken. Manche sind auch wirklich sanfter.

Im äußeren Verhalten hat jeder Mensch durch sein Milieu und durch das, was er aus früheren Leben mitgebracht hat, bestimmte Verhaltensweisen. Sie können angenehm wirken und doch ungut sein; sie können angenehm wirken und auch gut sein; und sie können unangenehm wirken und gut sein. Hier ist nun ein Charakter beschrieben, der unangenehm wirkt und auch weder Weisheit noch Frieden besitzt.

Der vierte Charakter wird wiederum mit der gleichen äußeren Verhaltensweise geschildert, aber im Besitz von Weisheit und Gemütsbefreiungen:

*Da kommt, Ānando, einen Menschen Zorn und Dünkel an, und von Zeit zu Zeit steigen in ihm begehrlische Gedanken auf. Aber er hat viel von der Lehre gehört, hat das Gehörte auch stark im Geist, hat daraus auch seine Anschauung gebildet und erlebt auch dann und wann Gemütsbefreiungen. Ein solcher macht beim Zerfall des Körpers nach dem Tod einen Fortschritt, keinen Rückschritt, steigt höher, fällt nicht zurück.*

Mit dem dritten und vierten sind hier also zwei Menschen genannt, die im äußeren Verhalten gleich wild sind. Der eine

hat kein Wissen, das ihm sagt, dass Zorn und Dünkel und Begehren übel sind und dass er mit dieser Art weiter im Elend bleibt. Der andere hat das Wissen ganz deutlich und klar: „So darf man nicht sein.“ Das normale Weltbild ist bei ihm schon viel blasser geworden, er hat nur noch die Gewöhnungen, sein Ich hoch zu bewerten, sich zu erregen, verletzt zu sein. Er ist aber dabei, sich zu bremsen. Mehr und mehr nimmt seine üble Art ab. Der Zug der Lehre zieht ihn weiter. Er macht trotz seiner äußeren Wildheit nach dem Tod einen Fortschritt, während der erste Menschentyp trotz seiner Sanftheit einen Rückschritt macht.

Über die fünfte und sechste Art des Menschen heißt es:

*Da kommt einen Menschen Zorn und Dünkel an, und von Zeit zu Zeit entfahren ihm verletzende Worte. Er hat wenig Lehre gehört, hat das Gehörte auch nur blass im Geist, hat daraus auch nicht seine Anschauung gebildet, erlebt auch nicht dann und wann Gemütsbefreiung.*

*Ein solcher macht beim Zerfall des Körpers nach dem Tod einen Rückschritt, keinen Fortschritt, geht rückwärts, steigt nicht höher.*

*Da kommen einen Menschen Zorn und Dünkel an, und von Zeit zu Zeit entfahren ihm verletzende Worte. Er hat viel von der Lehre gehört, hat das Gehörte auch stark im Geist, hat daraus auch seine Anschauung gebildet und erlebt auch dann und wann Gemütsbefreiung.*

*Ein solcher macht beim Zerfall des Körpers nach dem Tod einen Fortschritt, keinen Rückschritt, steigt höher, fällt nicht zurück.*

*Hier nun, Ānando, urteilen die Abschätzer folgendermaßen: Der eine besitzt jene Eigenschaften, und auch der andere besitzt jene Eigenschaften. Warum sollte da*

*der eine niedriger und der andere höher sein? Solches Aburteilen aber, Ānando, wird ihnen lange zum Unheil und Leiden gereichen.*

*Wenn da, Ānando, einen Menschen Zorn und Dünkel ankommt und ihm von Zeit zu Zeit verletzende Worte entfahren, aber er viel von der Lehre gehört hat, das Gehörte auch stark im Geist hat und daraus auch seine Anschauung gebildet hat und auch dann und wann Gemütsbefreiung erlebt – dieser Mensch, Ānando, ist höher und edler als der erste. Und warum? Weil eben, Ānando, diesen Menschen der Zug der Lehre zieht. –*

*Aber wer außer dem Vollendeten mag wohl solchen Unterschied zu erkennen? – Darum, Ānando, urteilt nicht die Menschen ab, legt an die Menschen keinen Maßstab an. Man schadet sich, wenn man die Menschen beurteilt. – Ich dagegen kann die Menschen beurteilen und kann ihnen danach helfen.*

*Diese sechs Menschen, Ānando, sind in der Welt anzutreffen.*

Im Zorn und Dünkel sind der fünfte und sechste Menschentyp gleich mit dem dritten und vierten Menschentyp, aber statt Begehren, begehrllicher Anwandlungen werden jetzt verletzende Worte genannt. Zornige, verletzende Worte sagen sie zu anderen. Zornige, barsche, verletzende Rede ist und wirkt sehr ungut, aber man kann daraus noch nichts über die nächste Daseinsform schließen, da man die einem solchen innewohnende Weisheit und Gemütsbefreiungen nicht sieht und kennt.

Und jetzt geht der Erwachte konkret auf die Frage der Frau ein, die nicht einsehen konnte, wieso ihr Vater als keusch Lebender und ihr Onkel als nicht keusch Lebender nach dem Tod dieselbe Ebene erlangt hätten. Der Erwachte sagt:

*Hätte, Ānando, der Onkel dieselbe Sittlichkeit besessen*

*wie der Vater, so hätte der Vater den künftigen Zustand des Onkels nicht erreicht. Und hätte der Vater dieselbe Weisheit besessen wie der Onkel, so hätte der Onkel den künftigen Zustand des Vaters nach dem Tod nicht erreicht.*

Keuschheit als dritte Tugendregel des Mönchs gehört zur Tugend, zur Sittlichkeit. Der Vater lebte schon keusch, hat also mehr Tugend, aber weniger Weisheit, und der Onkel lebte noch nicht keusch, hat also weniger Tugend, aber mehr Weisheit. Die Unterschiede bei ihnen sind im Ganzen gering. Im äußeren Verhalten sind sie zwar unterschiedlich, und jeder ist auf einem Gebiet überlegen, der eine in Weisheit, der andere in der Sittlichkeit. Das hat in diesem Fall dazu geführt, dass sie nach dem Tod in der gleichen Daseinsform wiedergeboren werden. Der keusch Lebende könnte, wenn es allein nach seiner Sittlichkeit ginge, schon die Nichtwiederkehr erworben haben, über die Sinnenwelt hinaus in brahmische Welt gelangen, aber sein Mangel an Weisheit ließ es noch nicht zu. Der andere gehört nach seinem sittlichen Niveau noch nicht in die brahmische Welt, aber wegen seiner Weisheit hat er in der Sinnenwelt dieselbe Höhe erreicht wie der keusch Lebende.

Tugend und Weisheit und Gemütsbefreiung bestimmen die weiteren Lebensformen des Menschen, nur ihre gemeinsame Entwicklung bringt den Menschen weiter. Der Zweck der Entwicklung von Tugend und Weisheit ist einmal der, dass der gemütsbefreiende Herzensfriede (*samādhi*) immer mehr zunimmt, zum anderen dass man den rechten Anblick der Dinge unverlierbar im Geist festhält, damit nicht, wenn in höchsten Himmeln Wohltuendes, Beseligendes erlebt wird, die Zusammenhänge wieder vergessen werden, so dass man wieder zum Genießer wird, seine gute Ernte, die man sich durch früheres gutes Tun geschaffen hat, aufzehrt, wieder absinkt und dann unter Umständen wieder übel handelt, weil man nicht mehr weiß, dass aus schlechtem Wirken schmerzliches Erleben her-

vorgeht.

Der unerfahrene, nicht heilskundige Mensch achtet darauf, ob die Dinge angenehm oder unangenehm sind, ob sie seinen Neigungen entsprechen oder widersprechen. Die Weisheit aber achtet darauf, ob die Dinge letztlich zu etwas Gutem oder Üblem führen. Um das beurteilen zu können, darf man nicht von seinen Anliegen hin und her gerissen sein, sondern man muss über ihnen stehen. Darum wird in Verbindung mit Weisheit auch Gleichmut genannt. Unter Gleichmut wird verstanden, dass man von den durch die Berührung bedingten Gefühlen in seinem Gemüt nicht bewegt und erschüttert wird, das heißt durch die Wohlgefühle nicht zu gieriger Zuwendung, durch die Wehgefühle nicht zur Abwendung oder gar Gegenwendung kommt, sondern bei allen Arten von Gefühlen im Gemüt gleich bleibt (gleichmütig) und im Geist auf den wahren Wert der Erscheinungen achtet, unabhängig davon, ob sie die Triebe im Augenblick angenehm oder unangenehm berühren.

Die äußere Aktivität, die Tugend eines Menschen mit solcher Weisheit, mit solchem Gleichmut besteht darin, dass er nicht seinen Trieben ungehemmt folgt. Er verzichtet darauf, den Begehungen nachzugehen und den unangenehmen Dingen auszuweichen, wenn dadurch andere verletzt werden. Sein Reagieren auf die Erlebnisse besteht in einem möglichst ununterbrochenen Hinnehmen dessen, was als Ernte aus früherem Tun ankommt, er wehrt sich nicht dagegen. Eine solche Tugend wird die „heilende“ Tugend genannt, die den Geheilten lieb ist. Bei einer solchen Tugend geht es nicht um Erlangen und Vermeiden des Nichterlangens, sondern um Beschwichtigung, Beruhigung und Besänftigung des Menschen in seinem Verhältnis zur Welt, um Überwindung aller Störungen im zwischenmenschlichen Bereich, so dass in einer Atmosphäre von Reuelosigkeit, Friede und Harmonie die Weisheit sich noch immer mehr ausbreiten kann. Darum sagt der Erwachte in einer anderen Lehrrede (S 7,9):

*Gleichwie in einem Teich, in welchem man baden will, ein Zugang durch das Uferschilf nötig ist, ebenso auch ist zur*

*Erquickung in einer rechten Lehre ein Zugang nötig, nämlich die Tugend.*

Je umfassender, weiter, universaler das Wissen um die Existenz wird, je größere Zusammenhänge und Daseinsbereiche einbegriffen werden in das Wissen, um so mehr werden alle bedingt bestehenden Formen als sinnlos gesehen, um so weniger findet das Herz noch Gefallen daran, in der Sinnensuchtwelt Befriedigung zu suchen, es wird stiller und stiller.

Wenn so keinerlei Bedürfnis mehr nach Formen, Tönen, Düften usw. besteht, dann ist der Friede des Herzens gewonnen, das Gemüt ist befreit von allem Gerissensein, allen erfüllten und unerfüllten Begehungen, ist in sich selber gestillt und selig, da aller Bezug zwischen außen und innen völlig zur Ruhe gekommen ist.

Aus diesem Herzensfrieden, der Im-zur-Ruhe-Kommen und Auslösen der gesamten Vielfaltserlebnisse beruht, aus der Stille und dem Gleichmut eines derart geklärten Gemüts geht dann jene Weisheit hervor, die zu den letzten Ablösungen von jeglicher Vielfalt führt: *Das in Weisheit ausgediehene Herz wird von allen Wollensflüssen/Einflüssen frei.*

Wir sehen die enge Verknüpfung von Tugend, Herzensfrieden und Weisheit. Alle drei bedingen einander, nur mit allen Dreien zusammen ist Fortschritt möglich.

In den Übergangsstufen ist es möglich, dass bei dem einen die Tugend der Weisheit voraus ist, bei dem anderen die Weisheit der Tugend wie in der hier besprochenen Lehrrede. Aber diese Unterschiede können nur graduell sein. Im Maß des Fortschreitens wird das Fehlende ausgebildet und kann dann beim anderen in längerem Umgang erkannt werden, so dass man erst dann – bei viel weiterem Fortschritt – sagen kann, dass man allmählich auch beim anderen an der Tugend die Weisheit und an der Weisheit den Grad der Tugend erkennen kann.

Eine ganz andere Frage aber ist die Beurteilung künftiger Wiedergeburt. Als normaler, nicht mit übersinnlichen Fähigkeiten begabter Mensch kann man nicht ermessen, in welchen



jenseitigen Bereich der Beurteilte nach seinem Tod gelangen wird, denn abgesehen davon, dass Tugend, Weisheit und Fähigkeit der Gemütsbefreiung bei einem Menschen im Lauf seines Lebens sich ständig ändern, spielt auch seine Verfassung in der Todesstunde eine Rolle, und früher Gewirktes kann zur Auswirkung kommen. Auch den Grad der Sicherheit auf dem Weg zur Triebversiegung, ob einer als Stromeingetretener, Einmalwiederkehrer oder Nichtwiederkehrer wiedergeboren wird, können wir nicht vorausschauend erkennen, da dieser Grad sich ebenfalls bis zum Augenblick des Todes ändern kann.

Der Erwachte rät, nicht über diese Dinge bei anderen nachzudenken, da sie zu nichts als Spekulationen führten, sondern nur immer bei sich selber Tugend, Weisheit und Gemütsbefreiungen weiter auszubilden. Mit der Tugend und dem Herzensfrieden erarbeite man sich schon zu Lebzeiten ein von allem Äußerem unabhängiges unvergleichliches Wohl und nach dem Tod höhere Daseinsformen und mit der Pflege und Ausbildung der Weisheit, die ihrerseits wieder Tugend und Herzensfrieden weiter fördert, erwerbe man die genannten Grade der Sicherheit auf dem Heilsweg, die Absinken und Rückschritt auf dem Weg zum unverletzbaren Frieden verhindern, so dass es nur immer besser und heller werden kann, bis das heile Ziel vollkommen verwirklicht ist.

\*

Bei der Mahnung des Erwachten *Urteilt nicht die Menschen ab, man schadet sich nur, wenn man andere aburteilt*, mag die Frage aufkommen, ob dazu auch das Aufzeigen von Fehlern, die berufliche Bewertung anderer Personen gehört, Ausstellen von Zeugnissen und dergleichen. – Darauf wäre zu antworten: Der Buddha meint mit dem Aburteilen nicht sachliche Urteile über Eignung und Leistung usw., die für Stellenbesetzungen, Zeugnisse usw. erforderlich sind. Gemeint ist vielmehr, was man sozusagen „privat“, bei sich selber, von einem anderen denkt. Wenn man dabei aus Antipa-

thie oder aus vermeintlich objektiver Sicht abschätzig urteilt – „Ach, so einer ist das!“ – dann kann man damit nicht heller werden, weil der Geist ohne Mitempfinden dieses Wesen nur nach den eigenen Bedürfnissen abschätzt („Was bringt er mir?“), statt ihn als Mitwesen zu betrachten, das genau wie ich es gut haben will, von Bedrängnis frei sein will – und dabei (wie ich) viele Fehler macht. Jeder Mensch ersehnt wie ich, dass es ihm wohl gehe. Wenn ich das im Auge habe, dann kann ich ihm doch nur wünschen: „Möge es ihm wohl gehen.“ Man kann innerlich nicht in diesem Leben und auch nicht nach diesem Leben aufsteigen, wenn man gegebene Verhältnisse wie den Beruf zum Anlass nimmt, für sich selber, privat, andere negativ zu beurteilen, sich über sie zu stellen. Das zieht herunter, hält das Gemüt im Niederen. Wenn wir aber nicht im Gemüt hell sind, kommt das Herz auch nicht zur Helligkeit. Darum sagt der Erwachte: *Urteilt nicht die Menschen ab!*

Wenn der Vorgesetzte im Beruf den Lernenden zu gut bewertet, dann wäre das ja auch dessen eigener Nachteil. Wenn z.B. ein Möbelschreinermeister seinen Gesellen fragt, ob er meine, dass sie den Lehrling nach seiner Probezeit behalten sollten, und wenn der Geselle bei der täglichen Arbeit gemerkt hat, dass der Lehrling sehr schlecht im Handwerk ist, dann ist es für den Lehrling und für die Firma gut, das klar zu sagen. Dann kann der Lehrling noch irgendetwas anderes anfangen, zu dem ihm der Vorgesetzte vielleicht raten kann. Das ist besser, als wenn er mit unbefriedigender Arbeit überall Anstoß erregt und damit sich und der Firma schadet.

Wenn mir nun der Lehrling, den ich in der Sache negativ beurteilen muss, auch noch unsympathisch ist, dann hilft ihm und mir nur eines: seine Lage verstehen, wie wenn ich an seiner Stelle wäre, und mit ihm empfinden.

In den Lehrreden heißt es, dass der Erwachte, als er das Verschwinden-Erscheinen der Wesen sah – auch beurteilte: Dieser habe das und das getan, und deswegen sinke er ab, und jener habe das und das getan, und deswegen steige er auf. Aber es heißt in den Texten nicht nur „dieser“, sondern *dieses*

*liebe Wesen hat so und so gehandelt.*

Auch bei den anders denkenden Pilgern sagt der Erwachte immer „diese lieben...“ Man könnte diese Haltung wohl mit den beiden Worten kennzeichnen: beurteilen nur wo nötig, und dann wahrhaftig und gerecht, aber nie verurteilen.

Wichtiger als jedes Urteil ist Wohlwollen. Gerade in dem Fall, wenn man sieht, dass jemand durch seine Art sich selber ins Verderben bringt, ist erst recht Mitempfinden angebracht. Man kommt innerlich nicht vorwärts, wenn man verurteilend an schlechte Eigenschaften von anderen denkt.

Hinzu kommt: Wer ist denn der andere, den ich aburteilen und kritisieren möchte? Ein Spiegelbild „meines“ früheren Wirkens, ein Spiegelbild „meines“ früheren Fehlers. Man denkt dann leicht: „Was muss ich früher einmal übel gewirkt haben!“ Aber wenn ich bei mir selbst genauer hinsehe, merke ich oft, dass ich diesen Fehler, der mir jetzt am Tor der Gegenwart bei demjenigen begegnet, den ich gerade kritisieren will, nicht in lang zurückliegenden Leben irgendwann einmal gemacht habe, sondern vor einem Jahr – einer Woche, ja manchmal gerade vor wenigen Minuten gemacht habe und heute noch zu machen fähig bin.

Man kann sich darin üben, bei allem, was man bei Menschen kritisieren will, zuerst zu denken: „Welcher *meiner* Fehler begegnet mir in der Begegnung mit einem anderen?“ Dann vergeht einem das Aburteilen, und beim sachlichen Beurteilen da, wo es nötig ist, hilft es zu einer zwar sachlich-klaren, aber bescheidenen, milden Ausdrucksweise und zu einem solchen Verständnis, wie man es sich selber für seine Mängel bei seinen Mitwesen wünscht.

DIE ERSTE VORBEDINGUNG  
FÜR DEN WEG IN DIE FREIHEIT  
„Angereichte Sammlung“(A V,22)

Der Mensch wird weitgehend in Anspruch genommen von den Anforderungen, welche die Kette der lebenslänglich erlebten Situationen ganz unmittelbar an ihn stellt: von den Aufgaben der Fürsorge für sich und die Familie, in Berufs- und Wirtschaftsleben und auch von dem Streben nach Wohlsein, Lust und Freude. Die Aktivität der meisten Menschen erschöpft sich in dem vielseitigen Bemühen, in diesem Leben bis zum Tod von Fall zu Fall so weit wie möglich allem Schmerzlichen und Gefürchteten zu entgehen und das Gewünschte und Ersehnte zu erlangen.

Viele Menschen aber – weniger gefangen von den vielfältigen Sinneseindrücken – haben eine mehr oder weniger starke Ahnung oder ein Empfinden, dass ihr sichtbares Dasein verborgene Wurzeln habe, aus welchen sie zu diesem Leben aufgetaucht seien wie aus einer vergessenen Vergangenheit, dass ihre Geburt nicht ihr Anfang war, sondern nur der Eintritt in den gegenwärtigen Lebensraum. Und ähnlich empfinden und ahnen sie, dass auch der Tod nicht das Ende ihres Wesens und Lebens sein wird, sondern Übergang sein wird in andere noch unbekannte Räume.

Diese Menschen sind durch die Fähigkeit stillerer Beobachtung ihrer geistigen und seelischen Vorgänge im Wollen, Denken und Empfinden immer wieder in die dunkle Dimension der eigenen Psyche, jenseits der sinnlich wahrnehmbaren Welt vorgestoßen und haben mehr oder weniger sicher gespürt, dass sie hier bei den bewegenden und lenkenden Kräften des Menschen und der äußeren Welt sind, dass diese unsichtbaren raumlosen und weltlosen Dränge, die insgesamt als die Seele, die Psyche oder das Herz empfunden werden, im tiefsten Sinn des Wortes „jenseits“ der Welt sind und nichts zu tun haben mit Geburt, Alterung und Sterben des dieser Welt zugehörigen Körpers. Sie kommen zu der ahnenden Einsicht, dass es Jen-

seitiges, Sinnentranszendentes ist, welches diese sinnlich wahrnehmbare Welt in ihren Einzelheiten hervorbringt und lenkt, dass zeitlose Dränge je nach ihren Qualitäten die Schöpfer sind für die zeitlichen Erscheinungen mit ihrem Kommen und Gehen. Von daher erkennen und erspüren sie, dass nichts wichtiger ist, als diesem unsichtbaren Herd alles Bewegten auf die Spur zu kommen, diesen Regisseur des Lebensfilms kennen zu lernen. - Die Eigenschaft solchen Tastens nach der anderen Dimension wird in allen Religionen Glauben oder Vertrauen genannt.

Die so begabten Menschen kommen mit den Berichten der Tageszeitungen und den Erkenntnissen einer Wissenschaft, die nur das vor Augen Liegende angeht, nicht aus, sondern suchen unbewusst oder bewusst in ihrem Leben nach größeren, weiteren Ausblicken und nach Antwort auf ihre oft nur halbbewussten Fragen. Darum kommen sie im Lauf ihres Lebens meistens eher oder später an die in ihrem Kulturraum etablierte Religionsform, finden darin teilweise Beantwortung ihres Fragens und bemühen sich, nach den Anweisungen dieser Lehre ihr Leben zu führen. Andere sind mit den Antworten ihrer heimischen Religion noch nicht voll zufrieden und suchen weiter unter den anderen Religionsformen.

\*

Mit dieser Eigenschaft des Vertrauens – der Ahnung von einer verschleierte, transzendenten unermesslichen Weite des Daseins – sind bestimmte andere Empfindungen und Eigenschaften unlöslich verbunden. Denn das Gefühl dafür, dass die gegenwärtige Daseinsform mit all ihren Ereignissen und Schicksalen „von langer Hand“ vorbereitet und ausgebaut worden war und dass alles gegenwärtige Sinnen und Beginnen nicht verloren geht, sondern Einfluss auf späteres Leben und Schicksal hat – dieses ungewisse, aber unüberhörbare innere Raunen führt zwangsläufig dazu, dass ein solcher Mensch nicht so, wie der ahnungslose Sinnenmensch, allen Moden der

Vergnügungssuche und Lustbefriedigung und allen Formen der Selbstbehauptung und des Sich-Durchsetzens folgen kann. Er fühlt sich gehemmt, diese Rücksichtslosigkeit und kalte Lüsternheit zu leben, und wo er durch Einflüsse aus der Umgebung oder durch innere Leidenschaften in dergleichen geraten ist, da schämt er sich hernach vor sich selber, denn er empfindet solches infantile und oft tierische Betragen als unvereinbar mit den feineren, wärmeren und helleren Gedanken und Empfindungen seines Gemüts, die ihn zu anderer Zeit bewegen. Immer wieder, wenn er bei seinen helleren inneren Möglichkeiten wohnt, erscheint ihm das wüste Leben unwürdig und wie ein Verrat an seinem besseren Selbst. Und er weiß, dass er auf die Dauer nicht diesen beiden sehr unterschiedlichen Strömungen folgen kann und darf. Diese Eigenschaft nennt der Erwachte Scham = *hiri*.

Aber nicht nur die Scham, so weit abseits zu gehen von seinen helleren, größeren Möglichkeiten, Vorstellungen und Empfindungen hält ihn zurück, sondern auch eine aus ahnungs dunkler Furcht erwachsene Scheu. Auch ohne schon den in allen Heilslehren behaupteten und an Beispielen und Gleichnissen deutlich gemachten gesetzlichen Zusammenhang zwischen der Lebensführung der Wesen und ihrem späteren Ergehen zwischen Helligkeit und Dunkelheit richtig verstanden und eingesehen zu haben, sind sie bewegt und geleitet von einem halb bewussten Gespür für diese Wirklichkeit, so dass sie eine Scheu empfinden, den inneren Leidenschaften wie auch den äußeren Vorbildern hemmungslos zu folgen. Es ist wie eine Beklemmung, dass sie mit solchem Tun dunkle Schatten über ihre Zukunft bringen würden. Diese Eigenschaft nennt der Erwachte die Scheu (*ottappa*).

So bringt „Vertrauen“ oder „Glauben“, das ahnende Wissen davon, dass das Dasein größer ist und weiter reicht als der mit sinnlicher Wahrnehmung einsehbare Horizont verspricht, auch zugleich einen damit zusammenhängenden Lebensgeschmack mit sich („*homo sapiens*“), ein Gefühl für das Größere, Edlere und das Gemeine – die Scham – und ebenso eine als Verant-

wortungsgefühl empfundene Sorge vor drohenden Gefahren bei einem Aufenthalt in dem kalten dunklen Klima: die Scheu.

Die durch Vertrauen bedingten Eigenschaften, Scham und Scheu, bewahren vor vielem Üblen. Der Erwachte sagt von ihnen, sie hielten in der Menschheit die menschlichen Sitten, das menschliche Antlitz hoch und verhinderten die Vertierung der Menschheit und das Chaos, ebenso wie die Nabe die gesamten Speichen des Rades zusammenhalte und den Zusammenbruch verhindere.

\*

Wenn Menschen mit diesen Eigenschaften zu einer Religionslehre hingefunden haben, deren Überlieferung noch nicht allzu verdorben und zerbrochen ist, dann sind sie stets bemüht, sich daraus zwei Erkenntnisse aufzubauen und auszubauen:

1. die Orientierung über das ganze Dasein und seine Struktur,
2. die Orientierung über die erforderliche Vorgehensweise, um zu Wohl und Glück und Sicherheit zu gelangen.

So wie der Mensch nach seiner Geburt, noch als Kind, relativ bald damit beginnt, sich über die räumlichen Möglichkeiten seiner engeren und weiteren Umwelt zu orientieren bis zur Kenntnis der Kontinente dieser Erde – ganz ebenso sucht der geistige Mensch, der das gegenwärtige sinnliche Leben von der Geburt bis zum Tod als einen Tag im Gesamtdasein empfindet, durch seine Religion zur Orientierung über dieses gesamte Dasein zu kommen, zu einer Kenntnis über die Wüsten und über die paradiesischen Bereiche im Diesseits und Jenseits und über einen sicheren Ort in diesem Kommen und Gehen, damit er seinen gegenwärtigen Zustand als Mensch recht bemessen und so die besseren Möglichkeiten erkennen kann.

Ebenso wie der normale Mensch seine Orientierung von Kind an immer nur zu dem einen Zweck betrieben hat, die Wege zu den erfreulichen Gegenden und Erlebnissen zu erkennen und dann gehen zu können und so aus allen üblen schmerzlichen Erlebnissen und öden Gegenden herauszu-

kommen - ganz ebenso sucht der geistige Mensch, nachdem er über die Gesamtmöglichkeiten des Daseins Orientierung gewonnen hat, nach den Mitteln und Wegen, um sich von seinem gegenwärtigen Standort aus zu den besseren, helleren und mehr wohlthuenden Möglichkeiten hin zu entwickeln bis zur vollkommenen Befreiung.

Die Religionen, die hierüber Auskunft geben, sind an ihrem Ursprungsherd stets hervorgegangen aus der Erfahrung solcher Geister, die die normale menschliche Natur überschritten haben, die Schleier zwischen Diesseits und Jenseits gelüftet und dadurch von den jenseitigen größeren Weiten und Möglichkeiten des Daseins erfahren haben. Damit sind diese Religionsstifter und Heilslehrer die geeigneten Wegweiser für jene Vertrauensfähigen und Glaubensfähigen, die zwar die Schleier nicht durchdringen konnten, die aber ein tastendes Empfinden für weitere jenseitige Dimensionen des Daseins haben und für die Möglichkeiten, zu besserem Leben zu kommen. So ist Vertrauen oder Glaube, der die Suchenden zu den Religionslehrern hingeneigt macht, ein Zeichen der Verwandtschaft zwischen den wahren Heilslehrern und den wahren Heilssuchern.

\*

Wir Heutigen haben das in diesem dunkelverschlungenen Samsāra selten anzutreffende Glück, an die Wegweisung des Heilslehrers gekommen zu sein, der darum der „Vollendete“ genannt wird, weil er für sich selbst die den Wesen notwendige und mögliche Entwicklung nicht nur bis zu einem mittleren oder höheren Grade, sondern bis zur Vollendung gebracht hat, alles, was zur Heilserlangung erforderlich ist, getan hat, darum den Heilsstand für sich selbst gewonnen hat. Und weil er selbst vollkommen angelangt ist, so ist er auch zum unvergleichlichen Lenker der Heilsuchenden, zum Meister der Geister und Menschen geworden.

Wer die Lehren dieses Vollendeten, des Erwachten, mit der erforderlichen Aufmerksamkeit aufnimmt und bedenkt und das Gelernte mit seinem praktischen Erleben vergleicht, der er-



kennt das Karmagesetz von Saat und Ernte. Er weiß, dass all sein Erleben von Augenblick zu Augenblick zwischen Wohl und Wehe immer nur die Wiederkehr ist der vorher von ihm ausgegangenen Unternehmungen in Gedanken, Worten und Taten, dass er mit jedem Erlebnis erntet, was er vorher gesät hat. Und er weiß, dass auch heute sein je augenblickliches Sinnen und Beginnen Saat ist, das in der Kette seiner zukünftigen Erlebnisse wiederkehrt als Inhalt der zukünftigen Erlebnisse und Leben in den unübersehbar verschiedenen Daseinsformen.

Von daher hat er eine tiefe Einsicht gewonnen in die Notwendigkeit der vom Erwachten wie auch von allen anderen Heilslehrern angeratenen Selbsterziehung zu jener sanften, rücksichtsvollen und erhellenden Begegnungsweise mit allen Mitwesen, die in den Religionen „Tugend“ genannt wird, weil nur sie tauglich („tugendlich“) ist, dem Menschen taugt, um zu dem ersehnten größeren Wohl und Glück, ja, zu Herrlichkeit und Freude über alle menschliche Maße zu kommen. Und sie wird „Frömmigkeit“ genannt, weil sie dem Menschen frommt, zum Wohl gereicht, durch die in den Religionen verheißene übermenschliche „Helligkeit und Schönheit“.

Aber der durch die Wegweisung des Erwachten Belehrt weiß zugleich, dass diese tugendliche Entwicklung allein nicht ausreicht, um zum vollkommenen Heilsstand zu gelangen, sondern dann, wenn sie zu ihrem Höhepunkt entwickelt ist, überschritten werden muss und werden kann durch die Entwicklung zu der seligen weltbefreiten Entrückung im *samādhi*, in der *unio*. Er weiß ferner, dass erst aus dem vollendeten Ausreifen dieses *zweiten* großen Entwicklungsabschnittes das Herz des Übenden von allen verdunkelnden und irritierenden Befleckungen so völlig befreit wird, wie es erforderlich ist, um in den *dritten* großen Entwicklungsabschnitt, in die wirklichkeitsgemäße Daseinsschau einzutreten, die der Erwachte sich selbst offenbar gemacht hat und die den Schauenden über alle beschränkenden Perspektiven hinaushebt, so dass er dem Dasein gegenübertritt, selbstständig, unverletzbar, unantastbar,

heil.

In den Reden taucht immer wieder dieser große Dreischritt von unserem normalen Menschentum bis zum vollkommenen Heilsstand auf: Tugend, Vertiefung und Weisheit - und wir haben inzwischen erkannt, dass mit diesen drei Abschnitten der „Dasein“ genannte geistige Kosmos, den es in geistiger Entwicklung zu durchmessen gilt bis zum Heilsstand, in ähnlicher Dichte begriffen wird, wie wenn wir das Abbild dieser Erde in einem faustgroßen Globus vor uns hätten. Denn ebenso wie dieser Globus nicht offenbaren kann, was einer zu leisten und zu überwinden hat, der die Erdkugel mit seinen Füßen umwandern wollte, so lassen auch diese drei großen Namen nicht leicht erkennen, was es zu tun, zu überwinden und vor allem zu lassen gilt, um sie mit seinem Sein zu durchmessen, um den jetzigen Status einer geistigen Ich-Vorstellung und Ich-Empfindung zu transformieren und zu übersteigen bis zu jener ichbefreiten, perspektivenbefreiten untreffbaren Helligkeit in der Vollendung.

Dieser geistige Weg ist wahrhaftig weiter als unsere Wege in dieser Welt, und darum könnte, wer den Unterschied zwischen dem Samsāra-Wandel in der Welt und dem Weg zum Heilsstand nicht kennt, verzagen. Wer aber den Unterschied kennt, der weiß, dass alle Ziele im Samsāra, die je und je von den Wesen gesucht, angestrebt und erreicht worden waren, Scheinziele waren und Scheinziele bleiben wie der Rundlauf in einer Tretmühle, wo das darin gefangene Tier mit jedem Schritt nur scheinbar vorwärts kommt, wo aber nach dreißig oder fünfzig Schritten die Drehung der Tretmühle um ihre eigene Achse vollendet ist und – nur eben die nächste Drehung in gleicher Weise beginnt und so fort – ohne Ende, ohne Entwicklung.

Die Entwicklung zum Heilsstand aber besteht in dem *Verlassen* der Tretmühle des Samsāra. Sie ist die einzig sinnvolle. Und außerdem bringt schon die Entwicklung der ersten Etappe, der rechten, der tugendlichen Begegnungsweise, echte Erhellung und Daseinserhöhung mit sich, die im weiteren

Fortschreiten nur immer zunimmt bis zur Vollendung.

Wer die Lehre des Erwachten so als die einzig hilfreiche Wegweisung zur wahrhaft endgültigen, wahrhaft zeitlosen Sicherheit begriffen hat und den Scheincharakter aller Samsāra-Ziele begriffen hat, den führt dieses Begreifen auf den Heilsweg, d.h. zu dem Willen, in die Heilsentwicklung einzutreten mit allem, was sie von ihm fordert und mit sich bringt.

\*

Auf diesem Weg sind viele von uns schon seit Jahren und Jahrzehnten. Gleichviel mit welchen Vorstellungen sie ihn begannen, so hat doch jeder gerade im Verlauf seiner Bemühungen um Vorwärtkommen an sich erfahren, dass allein die Bemühung, die taugliche, tugendliche Begegnungsweise zu gewinnen oder auch nur zu verbessern, eine Arbeit ist, die tiefer geht, mehr erfordert und mehr mit sich bringt, als er zuvor gedacht oder auch nur geahnt hatte. Viele unter uns haben noch viele Fragen und Probleme, um auch nur das rechte Verständnis, geschweige die praktische Handhabung dieser in den uralten Lehren immer wieder als unabdingbar bezeichneten Entwicklung zur tugendlichen, tauglichen Begegnungsweise in den Griff zu bekommen. Zwar ist es nicht so, dass wir keine Ergebnisse unseres Bemühens bei uns verspürten oder sähen, aber im Austausch der persönlichen Erfahrungen erkennen wir immer wieder, dass nach Phasen einer zufriedenstellenden oder gar erfreulichen Entwicklung wieder ganz andere Phasen kommen, in welchen man oft weder vor- noch rückwärts zu wissen glaubt und darum sich freuen würde, wenn man wieder die zu anderen Zeiten bereits empfundene Sicherheit zurückgewänne.

Für diese Situation, die uns alle mehr oder weniger betrifft, nennt der Erwachte in der folgenden Lehrrede den einzig möglichen und richtigen „Einstieg“ in die Entwicklung zur rechten Begegnungsweise oder besser gesagt diejenige innere Haltung des Gemüts und des Geistes zur erfahrenen Umwelt, zu den

Mitmenschen und allen Lebewesen, die allein zur lebendig wachsenden Tugendlichkeit führen kann. Wenn wir die folgenden Ratschläge bedenken und mit unseren Erfahrungen vergleichen, dann werden wir daraus große Hilfe und Erleichterung erfahren.

Der Erwachte sagt (A V, 22) :

*Dass da ein Mensch, ihr Mönche, der zwischen seinen Mitmenschen achtungslos, ohne Zuwendung und ohne Gemeinsinn dahinlebt, etwa die Fähigkeit gewänne, ein aufmerksames, gutes Betragen (abhisamācārika dhamma) zu entwickeln, das ist nicht möglich.*

*Dass aber ein Mensch, ohne die Eigenschaft eines aufmerksamen, guten Betragens entwickelt zu haben, etwa die Fähigkeit des konsequenten Einübens (sekha dhamma) zur Reife bringen könne, das ist nicht möglich.*

*Und dass der Mensch, ohne die Fähigkeit des konsequenten Einübens zur Reife gebracht zu haben, den Abschnitt der tauglichen Begegnungsweise (sīlakhandha) entwickeln könne, das ist nicht möglich.*

*Und dass der Mensch ohne den Abschnitt der tauglichen Begegnungsweise zur Reife gebracht zu haben, den Abschnitt der begegnungsfreien, weltbefreiten Entrückungsfähigkeit (samādhikkhandha) zur Reife entwickeln könne, das ist nicht möglich.*

*Und dass der Mensch, ohne den Abschnitt der seligen, weltbefreiten Entrückung zur Reife gebracht zu haben, den Abschnitt des weisen Klarblicks (paññākhandha) zur Reife entwickeln könne, das ist nicht möglich.*

In dieser Rede hat der Erwachte vor den drei großen Entwick-

lungsabschnitten von Tugend, weltbefreitem Herzensfrieden und weisem Klarblick noch drei andere Entwicklungsabschnitte genannt und sagt von ihnen ausdrücklich, dass zunächst diese der Reihe nach *entwickelt und zur Reife gebracht werden* müssten, ehe die Entwicklung der Tugend, der ersten der drei großen Heilswegabschnitte, zur Reife gebracht werden könne.

Das bedeutet, dass nicht nur diese drei ersten, sondern alle sechs Entwicklungsstufen bis zum Heilsstand unlöslich miteinander verzahnt sind, d.h. der letzte Entwicklungsabschnitt: Weisheit und Erlösung, ist nicht nur durch Vollendung des vorletzten zu gewinnen, sondern dieser vorletzte ist auch nur durch Vollendung des ersten zu gewinnen und so fort, so dass die gesamte Entwicklung zuletzt davon abhängt, dass die zuerst genannte Bedingung immer mehr erfüllt werde bis zur Vollkommenheit. Diese allererste Bedingung besteht in der dreifachen Haltung:

1. Dass man jedem begegnenden Lebewesen Achtung, Beachtung (*gāraṇā*) entgegenbringe als einem Lebewesen, das ja Empfinden hat, Anliegen, Wünsche und Bedürfnisse hat – wie wir selbst.

2. Dass man sich jedem Lebewesen, das an uns herantritt, auch echt zuwende (*patissa*). Das Pāliwort bedeutet, dass man ihm zuhöre, seine Anliegen aufnehme und ihm voll antworte als einem Lebewesen, das ja Empfinden hat, Anliegen, Wünsche und Bedürfnisse hat – wie wir selbst.

3. Dass man überhaupt jene Haltung entwickle, die hier behelfsweise als „Gemeinsinn“ bezeichnet wurde. Das Pāliwort „*sabhāgavuttika*“ bedeutet, dass man sich als einen Teil des anderen, überhaupt als einen Teil des Ganzen wisse, der nur in Abhängigkeit von den anderen besteht und nur mit den anderen zusammen ein Ganzes bildet.

Vielleicht mag hier mancher aufhorchen und mag denken, dass diese dreifache Haltung doch vielleicht zu einem „Aufgehen in der Gemeinschaft“ führen könne und damit die später erforderliche Entwicklung zum *samādhi* und gar zum *Nirvāna*

verhindern könne und dass dagegen derjenige, der die Tatsache des anattā begriffen hat, alles Anhängen ablegen wolle und darum von Geselligkeit zurücktreten und Meditation betreiben wolle.

So aber wäre diese hier genannte Haltung sehr missverstanden, denn sie hat nichts zu tun mit einem Aufgehen in der Gemeinschaft und einer Pflege der Geselligkeit. Dieses Missverständnis kann jeder durch die Anwendung eines einfachen sicheren Maßstabes bei sich selbst verhindern oder wieder auflösen. Es gilt zu unterscheiden, ob wir uns von uns aus, also aus eigenen Anliegen und Neigungen, an diese oder jene Menschen wenden, an sie denken oder sie aufsuchen, um dort die Gemeinschaft genießen oder etwas an ihr kritisieren oder verbessern zu wollen, oder ob wir – und dies ist es, wovon der Erwachte immer wieder spricht – begriffen haben, dass alle Verbesserung und Verschönerung des Lebens und der „Welt“ nur „auf dem eigenen Grund“ ansetzen, nur durch Läuterung des eigenen Herzens geschehen kann. Dann werden wir uns nicht von uns aus aktiv mit anderen auseinandersetzen, sondern werden dort, wo andere mit Anliegen an uns herantreten, uns um diese dreifache, vom Erwachten genannte Haltung bemühen.

Dennoch liegen solche Gedanken nahe, wenn es heißt, dass man sich als einen Teil des anderen, ja, des Ganzen erkennen solle, darum muss dies richtig gesehen werden. Der Angelpunkt, um den es hier geht, ist das, was in Pāli „attā“ genannt wird und was wir im Westen als „Ego“ bezeichnen. Der Kenner der Lehre weiß, dass da, wo der Eindruck eines „ich bin“ besteht, in Wirklichkeit ein solches „Ich“ nicht zu finden ist, sondern nur ein mühseliger und schmerzlicher Prozess von wechselndem Wollen und Wahrnehmen vor sich geht. Dieses wirre, schmerzliche Gedränge gilt es zunächst zu erhellen, zu verfeinern (das ist die Entwicklung der tugendlichen Begegnungsweise) und dann zur Ruhe zu bringen. Mit dieser Beruhigung entsteht zunehmend Kraft, Wohl, Helligkeit, Frieden, bis dieser in die vollkommene Freiheit und Erlösung einmün-

det. Es geht aber darum, wie dieser Prozess zu vollziehen ist.

Hier gibt es nun mancherlei Ansatzpunkte, ungeeignete und geeignete, falsche und rechte. Der ungeeignete Standpunkt wird hier einmal etwas überspitzt herausgestellt.

Es kann einer sich mit aller Tatkraft um die rechte, die tugendliche Begegnungsweise bemühen in der Vorstellung: „Ich will den Heilsstand gewinnen! Ich (der ich Ich bin), ich werde also jetzt Tugend üben. Ich werde jetzt die *sīla* halten, ich werde darum allen Mitwesen freundlich und nachsichtig begegnen!“ Wer mit dieser Einstellung, die hier überspitzt ausgedrückt ist, vorgeht, der hat die *attā*-Vorstellung, sein Ego, das die Säule der Heils-*verhinderung*, die Mauer vor dem *samādhi* ist, nicht gemindert oder gar aufgelöst, sondern eher hochgehalten. Einer solchen Haltung und Auffassung sind die Mitwesen nur Mittel zum Zweck, und zwar in diesem Augenblick ein Mittel, um an ihnen Tugend zu üben.

Demgegenüber führt die vom Erwachten als Bedingung genannte dreifache Haltung gerade vom Ego fort, lässt nämlich nicht mit den „eigenen“ Interessen, Erwartungen und Maßstäben zu dem begegnenden Du hinblicken, sondern lässt das Du entdecken als ein Lebewesen, das selbst ein Wollen, Empfinden und Wünschen hat, lässt auf dessen vermutliche Empfindungen und Wünsche achten, sucht diese zu berücksichtigen - und hat darüber ganz unversehens die eigenen Anliegen *vergessen*, sein Ich vergessen, sein Selbst, sein Ego vergessen. Dahin führt schon die erste der vom Erwachten genannten drei Haltungen.

Die zweite Haltung bedeutet Zuhören können, die Anliegen des anderen aufnehmen können, ihm so gut wie möglich antworten - aber *nicht* antworten mit unseren Vorstellungen und Maßstäben (dem Ego), sondern seine, des Begegnenden Vorstellungen und Anliegen unvoreingenommen aufnehmen und zu verstehen versuchen.

Wir können den Unterschied, ja, Gegensatz erkennen und erspüren, der zwischen der egozentrischen und der egolosen Haltung liegt. Die egozentrische ist die, dass vom Ich alles

ausgeht, gleichviel was oder wer ihm begegnet. Wenn der Betreffende schöpferisch ist, dann gehen die Ideen von ihm aus und werden der Welt mitgeteilt. Wenn er zornig ist, dann wird der Zorn auf die Opfer entladen, und wenn er sich um Tugend bemüht, dann dienen die Begegnenden dazu, um an ihnen Tugend zu üben. Ein solcher ist fast nie Empfänger, offener Empfänger für die Anliegen der anderen, sondern immer Sender.

Wir sind nur dann offen für den anderen, wenn unser Ego nicht als der Akteur dasteht, sondern im Hintergrund bleibt. Nur in dieser Haltung ist uns das begegnende Du nicht mehr ein Gegenstand zum Behandeln, sondern wir kommen dazu, geradezu zu entdecken, dass das Du ein Herd voller Anliegen ist, voll drängender Vorstellungen, Wünsche und Hoffnungen. Nur wenn wir selber einmal nichts wollen, nichts senden, dann können wir empfangen, was vom anderen kommt, dann können wir ihn und seine Art entdecken, und das ist die Voraussetzung, um auf ihn eingehen zu können.

Dieses Zuhören, überhaupt empfangen und aufnehmen, was von dem Du kommt - diese vom Erwachten genannte Haltung ist nicht möglich, solange das Ego selbst immer will - und sei es, dass es Tugend will. Wir wissen ja, dass Tugend nicht nur im Tun besteht, sondern auch im Lassen. Wenn der andere tun will, uns etwas senden will, sagen, mitteilen will, dann ist für unser Ego nicht die Zeit des Handelns, sondern des Zurücktretens. Dann muss unser Ohr und unser Herz dem anderen gehören und nicht von unserem Ego benutzt werden. Beim Zuhören ist alles eigene Wollen nur im Wege. Zum wahren Zuhören braucht das Ego auch keine Tugend einzusetzen, denn rechtes Zuhören und Zuwenden *ist bereits Tugend*. Es ist gerade die Tugend des Zurücktretens.

Die dritte vom Erwachten genannte Haltung zeigt das, worum es geht, in letzter Tiefe. Der Pālibegriff *asabhāgavutti-ka* müsste wörtlich etwa übersetzt werden: „Daherwachten, ohne sich als Teil des Ganzen zu wissen“. Dieses Wort lässt sich oberflächlicher und tiefer auffassen.



Wir müssen wissen, dass wir mit jeder Wahrnehmung zurückbekommen, was einmal von uns ausgegangen ist, dass jedes begegnende Lebewesen geradezu ein Lastenträger, ein unschuldiger Lastenträger ist, der unsere Last, die von uns einmal ausgegangen war, uns zurückbringt, dass wir also in Wahrheit uns selbst begegnen - tat tvam asi: „das bist du“ - und dass wir jetzt die Chance haben, die Last anzunehmen, aufzulösen. Wer richtig versteht, dass jedes Erlebnis Rückkehr von unbewältigter Vergangenheit ist, der wird in diesem Wissen ganz annahmefähig, wird sanft, ja, wird freudig, dass er hier die Möglichkeit hat, etwas zurückzunehmen, aufzulösen von dem gewaltigen Komplex, der sein ganzes Dasein mit all seinen Leiden ausmacht. Und wer die Wahrheit des anattā begriffen hat: dass da kein Ego ist, wo eines zu sein scheint, dass vielmehr die Wahrnehmung, eine geistige Erscheinung, es ist, welche wie ein Film an der Leinwand ununterbrochen Szenen eines mit der Umwelt beschäftigten Ich entwirft, und dass gerade diese Wahrnehmung eine gewaltige, durch die Krankheit von Gier und Hass bedingte Blendung und ein Wahn ist - wer diese Wahrheit begriffen hat, der sieht, dass das durch die Wahrnehmung gelieferte, empfindende Ich und die durch die gleiche Wahrnehmung gelieferten, empfundenen Lebewesen und Dinge samt den empfundenen Zuneigungen und Abneigungen *zusammengehören*, ein Ganzes sind, untrennbar sind. Er erkennt nun, wie töricht es war, das durch die Wahrnehmung gelieferte Ich aus dem Ganzen herauszunehmen, es als selbstständig, von dem Ganzen unabhängig anzusehen und es weiterhin zum Akteur und Gestalter der Szenerie machen zu wollen.

Wer diese *Wahrheit von der Einheit* der durch die Wahrnehmung gegebenen Szenen und Empfindungen begriffen hat, der wird nicht mehr einen Teil der Szene - das erscheinende Ich - an dem anderen Teil der Szene - an dem begegnenden Du - operieren lassen, vielmehr weiß er, dass diese gesamten Szenen mit Ich und Du und allen Spannungen und Misshelligkeiten zwischen ihnen entworfen und gebildet sind aus etwas

ganz anderem: aus Gier und Hass im tiefen Untergrund des Herzens. Gerade Gier und Hass erscheinen in der Szene nicht mit, sie sind der verborgene Herd dieses Begegnungsgewoges, der verborgene Regisseur der gesamten Szenerie, die wir in ihrer Ganzheit „das Leben“ nennen.

Die gesamte Szenerie erfahren wir nur durch sinnliche Wahrnehmung, und diese bezeichnet der Erwachte als *moha*, als Blendung, und vergleicht sie mit einer Luftspiegelung, mit einem täuschenden Bild. Aber Gier und Hass erfahren wir nicht durch sinnliche Wahrnehmung, sondern nur unmittelbar durch geistige Wahrnehmung, und zwar nur dann, wenn wir auf das achten, was uns in unserem eigenen Innern unsichtbar bewegt. Bei solchem Beobachten, das mit keinem der fünf Sinne, sondern nur mit dem Geist geschieht, erkennen wir die begehrlische Zuwendung zu der einen Szene und erkennen entrüstete, angeekelte oder zornige Abwendung von der anderen Szene. Das sind Formen von Gier und Hass.

Von diesen inneren unsichtbaren Triebkräften sagt der Erwachte, dass sie der Erzeuger der gesamten Wahrnehmungsszenen sind, der Szenen der vielen Begegnungen von Ich und Du.

Darum muss *hier bei dem Erzeuger aller Szenen*, bei Gier und Hass, geändert werden, nicht aber an der Szene. Je stärker Gier und Hass in diesem dunklen, unsichtbaren Keller sind, um so spannungsvoller, wilder, streithafter ist die Szenerie im Truglicht der sinnlichen Wahrnehmung. Je mehr aber in diesem dunklen Herd die Glut von Gier und Hass gemindert wird, zur Ruhe kommt, um so mehr nehmen jene im Truglicht der sinnlichen Wahrnehmung abrollenden Szenen an Streithaftigkeit, Spannung, Missverständnissen und Disharmonie ab, um so sanfter erscheinen dort die Begegnungen, denn sie sind nur Spiegelung dieses verborgenen Herdes: Gier und Hass.

Damit zeigt sich der tiefere Sinn von *sabhāgavuttika* - das Ganze für ein Ganzes, Unteilbares nehmen: Nicht soll das an der Filmleinwand der sinnlichen Wahrnehmung erscheinende Ich gegen das an der Filmleinwand der sinnlichen Wahrneh-

mung erscheinende Du streitend oder auch nur korrigierend angehen wollen, vielmehr soll eine *höhere Einsicht* über die wahre Herkunft dieser gesamten Erscheinungen, eben die *Weisheit*, jetzt die Führung übernehmen, soll Ich und Du als ein Ganzes durchschauen, geschaffen aus Gier und Hass, soll darum Gier und Hass als die Quelle aller Leiden durchschauen und nun jede Gelegenheit wahrnehmen, Gier und Hass zu mindern.

Das geschieht gerade nicht dadurch, dass man mit seinen Vorstellungen, Geschmäcken und Urteilen die des Begegnenden betrachtet und misst, sondern dadurch, dass man jetzt die durch die Erscheinung eines Du gegebene Möglichkeit benutzt, die im Innern aufsteigenden Gier- und Hass-Anwandlungen zu durchschauen und aufzulösen, indem man sich in voller Ruhe dem Du widmet, um seine Anliegen aufzunehmen und zu verstehen. Dabei werden Gier und Hass, das Ego, gemindert bis zur Auflösung. Das ist letztlich der Sinn der Haltung „sich als Teil des Ganzen wissen“.

In der oben zitierten Rede fährt der Erwachte fort:

*Dass aber ein Mensch, ihr Mönche, der mit seinen Mitmenschen achtungsvoll, mit Zuwendung und mit Gemeinsinn zusammenlebt, ein aufmerksames gutes Betragen (abhisamācārika dhamma) entwickeln könne, das ist möglich.*

*Und dass ein Mensch, der die Eigenschaft eines aufmerksamen guten Betragens entwickelt hat, auch die Fähigkeit des konsequenten Einübens (sekha dhamma) zur Reife bringen könne, auch das ist möglich.*

*Und dass der Mensch, der die Eigenschaft des konsequenten Einübens zur Reife gebracht hat, auch den Abschnitt der tauglichen Begegnungsweise (sīlakkhandha) vollenden könne, auch das ist möglich.*

*Und dass der Mensch, der den Abschnitt der tauglichen Begegnungsweise vollendet hat, auch den Abschnitt der begegnungsfreien, weltbefreiten Entrückungsfähigkeit (samādhi-kkhandha) vollenden könne, auch das ist möglich.*

*Und dass der Mensch, der den Abschnitt der seligen weltbefreiten Entrückung zur Reife gebracht hat, auch den Abschnitt des weisen Klarblicks (paññā-kkhandha) vollenden könne, auch das ist möglich.*

Mit dieser Reihe hat der Erwachte den gesamten Zusammenhang der positiven Heilsentwicklung in seiner Verzahnung genannt, hat aufgezeigt, dass der einzig taugliche Ansatzpunkt für diese Entwicklung in der Ausbildung der anfangs genannten und näher beschriebenen dreifachen Haltung gegenüber allem Begegnenden liegt. Achtungsvoll, mit voller Zuwendung zum Nächsten und sich mit ihm verbunden wissen - das heißt: Die begegnenden Wesen gar nicht mit dem eigenen „Geschmack“, mit den eigenen Empfindungen oder Meinungen messen, um sie dann so „tugendhaft“ wie möglich zu behandeln - sondern alle eigenen Vorstellungen, Meinungen und Neigungen so gut wie möglich zurückstellen und dagegen das Wollen, Wünschen und Anliegen des betreffenden Wesens so gut wie möglich zu erkennen und zu erfüllen trachten.

Von einem, der sich so übt, sagt der Erwachte, dass er ein „aufmerksames gutes Betragen“ (*abhi-samācārika dhamma*) entwickeln könne. Hier bedeutet *samācārika dhamma* die Eigenschaft eines schlichten, unauffälligen und nirgends anstoßenden, sanften Wandels. Und wenn wir an die drei beschriebenen Haltungen denken, dann wird leicht verständlich, dass gerade diese zu einem solchen Wandel führen. Die Vorsilbe „abhi“ bedeutet hier zusätzlich, dass man einen solchen Wandel aus seiner eigenen Überlegung und Einsicht beschlossen habe und nun mit seiner Aufmerksamkeit immer im Auge behält und ihn ganz bewusst pflegt, bis er zur zweiten Natur,

zur Gewöhnung geworden ist.

Ein Beispiel für die negative Haltung finden wir in der 69. Rede der „Mittleren Sammlung“ („Gulissani“). Da lebte einer der Mönche allein im Wald und wollte „meditieren“, ohne dass er bereits die erforderliche Reife dazu hatte. Wenn er sich dann in Zeitabständen wieder einmal zur Gemeinschaft der Mönche begab und einige Tage bei ihnen weilte, dann war an seinem Betragen zu erkennen, dass er den in unserer Rede genannten richtigen Ansatz zur heilsamen Entwicklung eben doch noch nicht gefunden hatte. Dieses Verhalten nahm Sāriputto zum Anlass, um sowohl diesen Mönch wie auch seine Brüder auf diese allererste Voraussetzung hinzuweisen, indem er sagte, dass einer, der als Waldeinsiedler den Orden besuchen kommt und dann mit seinen Brüdern achtungslos (*agāra-va*) und ohne Zuwendung (*appatissa*) umgeht, damit doch bewirkt, dass man von ihm sagt, was taugt es wohl diesem ehrwürdigen Waldeinsiedler, dass er allein im Wald für sich lebt, wenn er sich seinen Ordensbrüdern gegenüber nicht richtig zu verhalten weiß.

Sāriputto sagte weiter, dass ein solcher Waldeinsiedler, wenn er bei seinen Brüdern im Orden weilt, u.a. doch auch wissen müsse, wie man Platz zu nehmen habe, und zwar so: *Die alten Mönche werde ich nicht bedrängen, wenn ich mich setze, die jungen Mönche nicht von ihren Plätzen gehen heißen.* Wenn er aber so nicht täte, dann sage man von ihm: was taugt es wohl diesem ehrwürdigen Waldeinsiedler, dass er allein im Wald für sich lebt, wenn er nicht einmal ein aufmerksames gutes Betragen entwickelt (*abhisamācārika dhamma*). -

Man kann sich die Szene deutlich vorstellen: Die Mönche versammeln sich, weil der Erhabene sie belehren will, und dieser Waldeinsiedler, der die genaue Sitzgepflogenheit der Mönche nicht so kennt, weil er meistens abwesend ist, beobachtet jetzt nicht, wie er am wenigsten auffällig und ohne die Brüder zu stören, auch einen Sitzplatz bekommen könne, er hat nicht seine Aufmerksamkeit auf die Absichten und Anliegen der anderen gerichtet, sondern will (wie er es sich im

Wald angewöhnt hat) nur seine eigene Absicht durchführen, sich auch einen Platz verschaffen. Er ist nicht unbedingt roh oder tugendlos, indem er sich den besten Platz wählt, aber er hat eben nicht das Ganze im Auge, fügt sich nicht schlicht und unauffällig ein, sondern stört und bedrängt mit seiner Platzsuche die älteren Mönche, und es kommt auch dahin, dass etwa ein jüngerer Mönch aufstehen muss. Wo er auftaucht, gibt es immer etwas Wirbel, weil er nicht sieht, nicht darauf achtet, was in der jeweiligen Situation die ihm begegnenden Menschen gerade betreiben und anstreben. Ein solcher lebt und agiert aus seiner Ichheit, egozentrisch, hat die anattā-Einsicht noch nicht in sein Handeln einbezogen.

Wer sich aber in dieser dreifachen Zuwendung zu den mit jeder erlebten Situation gegenüberstehenden Lebewesen übt, der verliert allmählich auch die unbewussten und unkontrollierten kleinen Spontanreaktionen des normalen Menschen, die bei jedem Wort und jeder Tat seines Gegenübers aufkommen, und gewinnt dadurch Übung im Beibehalten dieser verstehenden Zuwendung zu empfindenden Wesen. Durch diese Übung entzieht er sich dem tausendfältigen Emotionsstrudel, den jede Begegnung mit den Lebewesen im Innern auslöst und von dem der unaufmerksame Mensch, der alles Begegnende nur mit seinem Geschmack misst, ununterbrochen zwischen Begehren und Abstoßung hin und her geschleudert wird.

Wer sich in diesen Vorgang einfühlt, der versteht, dass man die hier vom Erwachten genannte Haltung des aufmerksamen guten Betragens (*abhi-samācārika dhamma*) geradezu als das Nadelöhr ansehen muss, durch welches die gesamte heilsame Entwicklung eingefädelt wird. Und dieses Nadelöhr wird getroffen und wird recht passiert eben dadurch, dass man seinen Mitmenschen achtungsvoll, mit Zuwendung und mit Gemein-sinn begegnet.

Weiter sagt der Erwachte, dass derjenige, der die Eigenschaft eines aufmerksamen guten Betragens entwickelt habe, auch die Fähigkeit des konsequenten Einübens (*sekha dhamma*) zur Reife bringen könne. Indem der Übende sich um die

vorangegangenen, die Mitwesen beachtenden Haltungen bemüht, hat er sie immer tiefer eingeübt, hat sich an das Üben in diesen Haltungen immer mehr gewöhnt und hat sich damit die Fähigkeit des Übens angeeignet. Diese Fähigkeit des konsequenten Einübens ist die Voraussetzung für die Entwicklung der echten, tugendlichen, tauglichen Begegnungsweise, und wir sehen, dass diese Fähigkeit nur dadurch entwickelt werden kann, dass die Eigenschaft eines aufmerksamen guten Betragens immer mehr entwickelt wird.

ZEHN VERSCHIEDENE WEISEN,  
MIT SINNENDINGEN UMZUGEHEN  
(A X,91 = S 42,12)

In dieser Lehrrede zeigt der Erwachte erst am Ende und andeutungsweise den Weg aus allem Leiden heraus. Vorwiegend schildert er in Beschränkung auf die begrenzte Perspektive des in den Sinnendingen Wohl suchenden Menschen die verschiedenen Grade der Verbesserung bis zu demjenigen, der trotz seines Verhaftetseins an die Sinnendinge ihre Unbeständigkeit und das damit zusammenhängende Elend mit in den Blick nimmt und den Ausweg daraus kennt.

Er nennt einen vierfachen Maßstab, an dem derjenige, der Sinnendinge begehrt - und das sind die meisten im Hause lebenden Nachfolger des Erwachten - sein Verhalten im Leben im Umgang mit den Sinnendingen messen kann:

1. Erwerbe ich meinen Lebensunterhalt auf rechte, rücksichtsvolle Weise?
2. Mache ich mir das Leben angenehm und erleichtere es mir, oder quäle ich mich aus irgendwelchen Gründen unnötig?
3. Gebe ich auch anderen von meinem Besitz ab und Sorge ich damit für eine gute Wiedergeburt und ein angenehmes und schönes Leben auch in der nächsten Daseinsform?
4. Hänge ich so sehr am Besitz, dass ich die Vergänglichkeit der Sinnendinge, das dadurch bedingte Elend nicht sehe, den Ausweg nicht bedenke?

So wie ein junger Baum an einen festen Pflock angebunden wird, damit er gerade wächst, so kann man sich an diesen vierfachen Maßstab anbinden, sein Verhalten mit ihm vergleichen und immer weniger davon abweichen, langsam an ihn heranwachsen durch Umgewöhnen. Damit ist viel gewonnen, damit gehen wir in unserem Lebenswandel entschieden gerade aufwärts, erwirken eine gute Wiedergeburt, und durch das Bedenken des Elends der Sinnendinge und des Auswegs (4. Maßstab) sind wir nicht an sinnliches Wohl gefesselt, von ihm be-



tört, sondern richten den Blick auf das Heilere und Heile, auf ein Wohl, das nicht vergeht.

### Die Lehrrede

*Der Erhabene sprach zu Anāthapindiko, dem Hausvater: Diese zehn im häuslichen Leben stehenden Menschen (kāmahogī<sup>29</sup>), Hausvater, sind in der Welt anzutreffen:*

*1. Da sucht ein im häuslichen Leben stehender Mensch a) auf unrechte und rücksichtslose Weise zu Besitz zu kommen. Und hat er auf unrechte und rücksichtslose Weise Besitz erworben, b) so macht er es sich nicht selber angenehm und leichter, c) noch lässt er andere an seinem Besitz teilhaben, er tut nichts Gutes im Hinblick auf eine günstige Wiedergeburt (puññāni karoti).*

*2. Da sucht ein im häuslichen Leben stehender Mensch a) auf unrechte und rücksichtslose Weise zu Besitz zu kommen. Und hat er auf unrechte und rücksichtslose Weise Besitz erworben, b) so macht er es sich selber angenehm und leichter, c) aber nicht lässt er andere an seinem Besitz teilhaben, er tut nichts Gutes im Hinblick auf eine günstige Wiedergeburt.*

*3. Da sucht ein im häuslichen Leben stehender Mensch a) auf unrechte und rücksichtslose Weise zu Besitz zu kommen. Und hat er auf unrechte und rücksichtslose Weise Besitz erworben, b) so macht er es sich selber*

---

29 kāmahogī ist die Bezeichnung für Menschen, die im Gegensatz zu Mönchen im sinnlichen Leben stehen und normalerweise im Sinnengenuss verstrickt sind. Wie wir in dieser Lehrrede sehen, ist der zehnte Mensch, obwohl er noch im Hause lebt, nicht an die Sinnendinge gefesselt.

*angenehm und leichter, c) und auch andere lässt er an seinem Besitz teilhaben, er tut Gutes im Hinblick auf eine günstige Wiedergeburt.*

*4. Da sucht ein im häuslichen Leben stehender Mensch a) auf teils unrechte und rücksichtslose Weise und auf teils rechte und nicht rücksichtslose Weise zu Besitz zu kommen. Und hat er auf teils unrechte und rücksichtslose Weise und auf teils rechte und nicht rücksichtslose Weise Besitz erworben, b) so macht er es sich nicht selber angenehm und leichter, c) noch lässt er andere an seinem Besitz teilhaben, er tut nichts Gutes im Hinblick auf eine günstige Wiedergeburt.*

*5. Da sucht ein im häuslichen Leben stehender Mensch a) auf teils unrechte und rücksichtslose Weise und auf teils rechte und nicht rücksichtslose Weise zu Besitz zu kommen. Und hat er auf teils unrechte und rücksichtslose Weise und auf teils rechte und nicht rücksichtslose Weise Besitz erworben, b) so macht er es sich selber angenehm und leichter, aber nicht lässt er andere an seinem Besitz teilhaben, er tut nichts Gutes im Hinblick auf eine günstige Wiedergeburt.*

*6. Da sucht ein im häuslichen Leben stehender Mensch a) auf teils unrechte und rücksichtslose Weise und auf teils rechte und nicht rücksichtslose Weise zu Besitz zu kommen. Und hat er auf teils unrechte und rücksichtslose Weise und auf teils rechte und nicht rücksichtslose Weise Besitz erworben, b) so macht er es sich selber angenehm und leichter, c) und auch andere lässt er an seinem Besitz teilhaben, er tut Gutes im Hinblick auf eine günstige Wiedergeburt.*

*7. Da sucht ein im häuslichen Leben stehender Mensch a) auf rechte, nicht rücksichtslose Weise zu Besitz zu*

*kommen. Und hat er auf rechte und nicht rücksichtslose Weise Besitz erworben, b) so macht er es sich nicht selber angenehm und leichter, noch lässt er andere an seinem Besitz teilhaben, er tut nichts Gutes im Hinblick auf eine günstige Wiedergeburt.*

*8. Da sucht ein im häuslichen Leben stehender Mensch a) auf rechte, nicht rücksichtslose Weise zu Besitz zu kommen. Und hat er auf rechte und nicht rücksichtslose Weise Besitz erworben, b) so macht er es sich selber angenehm und leichter, c) aber nicht lässt er andere an seinem Besitz teilhaben, er tut nichts Gutes im Hinblick auf eine günstige Wiedergeburt.*

*9. Da sucht ein im häuslichen Leben stehender Mensch a) auf rechte, nicht rücksichtslose Weise zu Besitz zu kommen. Und hat er auf rechte und nicht rücksichtslose Weise Besitz erworben, b) so macht er es sich selber angenehm und leichter, c) und auch andere lässt er an seinem Besitz teilhaben, er tut Gutes im Hinblick auf eine günstige Wiedergeburt. d) Er lebt von seinem Besitz (paribhunjati), ist an ihn gefesselt (gathito), von ihm betört (mucchito), ist von ihm besessen (ajjhapanno), ohne das Elend zu sehen und ohne den Ausweg zu kennen.*

*10. Da sucht ein im häuslichen Leben stehender Mensch a) auf rechte, nicht rücksichtslose Weise zu Besitz zu kommen. Und hat er auf rechte und nicht rücksichtslose Weise Besitz erworben, b) so macht er es sich selber angenehm und leichter, c) und auch andere lässt er an seinem Besitz teilhaben, er tut Gutes im Hinblick auf eine günstige Wiedergeburt. Er lebt von seinem Besitz, ohne an ihn gefesselt, von ihm betört und besessen zu sein, denn er sieht das Elend (der*

*Sinnensucht) und kennt den Ausweg.*

*Zu 1. Hierbei nun ist ein im häuslichen Leben stehender Mensch, der a) auf unrechte und rücksichtslose Weise zu Besitz zu kommen sucht, und hat er ihn erworben, b) es sich selber nicht angenehm und leichter macht, c) noch andere an seinem Besitz teilhaben lässt, nichts Gutes tut im Hinblick auf eine günstige Wiedergeburt, aus drei Gründen zu tadeln.*

*Dass er auf unrechte und rücksichtslose Weise zu Besitz zu kommen sucht, ist der erste Grund, ihn zu tadeln. Dass er es sich selber nicht angenehm und leichter macht, ist der zweite Grund, ihn zu tadeln. Dass er andere an seinem Besitz nicht teilhaben lässt, nichts Gutes tut im Hinblick auf eine günstige Wiedergeburt, ist der dritte Grund, ihn zu tadeln.*

*Dieser im häuslichen Leben stehende Mensch ist aus diesen drei Gründen zu tadeln.*

*Zu 2. Hierbei nun ist ein im häuslichen Leben stehender Mensch, der a) auf unrechte und rücksichtslose Weise zu Besitz zu kommen sucht, und hat er ihn erworben, b) es sich selber angenehm und leichter macht, c) aber nicht andere an seinem Besitz teilhaben lässt, nichts Gutes tut im Hinblick auf eine günstige Wiedergeburt, aus zwei Gründen zu tadeln, aus einem Grund aber zu loben. Dass er auf unrechte und rücksichtslose Weise zu Besitz zu kommen sucht, ist der erste Grund, ihn zu tadeln. Dass er es sich selber angenehm und leichter macht, ist ein Grund, ihn zu loben.*

*Dass er andere an seinem Besitz nicht teilhaben lässt, nichts Gutes tut im Hinblick auf eine gute Wiedergeburt, ist der zweite Grund ihn zu tadeln.*

*Dieser im häuslichen Leben stehende Mensch ist aus diesen zwei Gründen zu tadeln und aus diesem*

einen Grund zu loben.

*Zu 3. Hierbei nun ist ein im häuslichen Leben stehender Mensch, der a) auf unrechte und rücksichtslose Weise zu Besitz zu kommen sucht, und hat er ihn erworben, b) es sich selber angenehm und leichter macht, c) auch andere an seinem Besitz teilhaben lässt, Gutes tut im Hinblick auf eine günstige Wiedergeburt, aus einem Grund zu tadeln und aus zwei Gründen zu loben. Dass er auf unrechte, rücksichtslose Weise zu Besitz zu kommen sucht, ist der eine Grund, ihn zu tadeln.*

*Dass er es sich selber angenehm und leichter macht, ist der erste Grund ihn zu loben. Dass er andere an seinem Besitz teilhaben lässt, Gutes tut im Hinblick auf eine günstige Wiedergeburt, ist der zweite Grund, ihn zu loben.*

*Zu 4-9. Ebenso sind die anderen im häuslichen Leben stehenden Menschen, die auf teils unrechte und teils rechte Weise, teils rücksichtslos und teils rücksichtsvoll zu Besitz zu kommen suchen und die nur recht und rücksichtsvoll vorgehenden Menschen wegen des Unrechts und der Rücksichtslosigkeit zu tadeln und wegen des Rechten und der Rücksicht zu loben. Ferner sind diejenigen, die es sich selber nicht angenehm und leichter machen, noch andere an ihrem Besitz teilhaben lassen, nicht Gutes tun im Hinblick auf eine günstige Wiedergeburt, aus jedem dieser beiden Gründe zu tadeln. Diejenigen jedoch, die es sich selber angenehm und leichter machen, andere an ihrem Besitz teilhaben lassen, Gutes tun im Hinblick auf eine günstige Wiedergeburt, sind aus jedem dieser beiden Gründe zu loben.*

*Zu 9. Von dem neunten Menschen, der aus den genannten drei Gründen zu loben ist, heißt es, dass er doch aus einem*

Grund zu tadeln ist: Dass er, der von seinem Besitz lebt, an ihn gefesselt ist, von ihm betört und besessen ist, ohne das Elend der Sinnensucht zu sehen und ohne den Ausweg zu kennen.

*Zu 10. Der zehnte im häuslichen Leben stehende Mensch dagegen ist aus allen vier Gründen zu loben:*

- a) *Er sucht auf rechte, nicht rücksichtslose Weise zu Besitz zu kommen.*
- b) *Er macht es sich selber angenehm und leichter.*
- c) *Er lässt andere teilhaben an seinem Besitz, tut Gutes im Hinblick auf eine günstige Wiedergeburt.*
- d) *Er lebt von seinem Besitz, ohne an ihn gefesselt, von ihm betört und von ihm besessen zu sein, denn er sieht das Elend (der Sinnensucht) und kennt den Ausweg.*

*Diese zehn im häuslichen Leben stehenden Menschen, Hausvater, sind in der Welt anzutreffen, und von diesen ist der zehnte der Erste, der Beste, der Edelste, der Höchste, der Hervorragendste.*

Wir erkennen in dieser Lehrrede drei Dreiergruppen:

Die erste Dreiergruppe betrifft die Rücksichtslosen und unrecht Vorgehenden.

Die zweite Dreiergruppe betrifft die teils Rücksichtslosen und unrecht Vorgehenden und teils Rücksichtsvollen, teils recht Vorgehenden. Zu ihnen gehört wohl die Mehrzahl der normalen Menschen.

Die dritte Dreiergruppe betrifft die nur Rücksichtsvollen und recht Vorgehenden.

In jeder dieser Dreiergruppen geht es immer um drei Unterschiede: darum,

1. ob der Mensch mit ehrlichen und sittlichen Mitteln seinen Unterhalt erwirbt,
2. ob er das so Erworbene benutzt, um angenehm und leichter zu leben,

3. ob er an seinem Besitz auch andere teilnehmen lässt und damit auch deren Leben erleichtert und angenehmer macht. Bei dem letzten Menschen dieser dritten Dreiergruppe, dem neunten Menschen, wird zusätzlich gesagt, dass er an seinen Besitz gefesselt ist, das Elend der Sinnensucht und der Sinnendinge nicht sieht, den Ausweg nicht kennt, aber natürlich trifft diese Eigenschaft auch auf die vorangehenden acht Menschen zu. Sie wird beim neunten Menschen nur darum extra erwähnt, um gegen ihn jetzt den zehnten Menschen herauszustellen, der, anders als alle neun genannten, das Elend der Sinnensucht und der Sinnendinge sieht und den Ausweg kennt und darum als der Höchste gilt.

Von den zehn Menschen heißt es, sie seien wegen einer Eigenschaft zu loben, wegen einer anderen zu tadeln. Der Erwachte spricht dieses Urteil jedoch nicht aus seinem subjektiven Vermeynen heraus aus, sondern aus seinem Wissen über die Folgen allen Wirkens, vor dem Hintergrund und auf dem Untergrund seines Wissens um unermessliche Höllenqualen bis zu unermesslichem Himmelsglück. Der Erwachte sieht den Samsāra, die schier endlose Weiterwanderung der Wesen durch immer neue Tode und Wiedergeburten, und er sieht, welche Schicksale, ja, welche „Schaffsale“ die Wesen sich selber schaffen je nach den wohlwollenden oder übelwollenden Taten. Jedes gute oder üble oder gemischte Wirken, jeder Gedanke, jedes Wort schafft entsprechende Qualität des Zukünftigen. Die Welt ist kein Topf, in dem alles enthalten wäre, so dass wir nur zu wählen brauchten. Mit der Qualität unseres Wirkens wird die Qualität unserer „Welt“ geschaffen, und diese tritt wieder heran, und wir wirken neu. Ein Freund z.B. geht etwas enttäuscht von uns fort, weil wir ihn schlecht behandelt haben. Nun trifft er uns wieder und ist nicht mehr ganz der alte Freund. Nun kommt es darauf an, wie wir ihm jetzt begegnen, ob wir ihn noch mehr enttäuschen oder die Enttäuschung wieder aufheben. So verhält es sich mit unserem ganzen Erleben. Es gibt kein Ende des Säens und Erntens, auch kein Ende mit Schrecken, wie manche meinen. Selbst wenn

ein Leben mit Selbstmord abgebrochen wird - gar mit dem Selbstmord einer ganzen Familie – im nächsten Augenblick erleben sie sich weiter mit dem gewohnten hellen oder dunklen oder gemischten Wirken und Erleben. Es gibt nur für übel wirkende Wesen Schrecken, die sie als endlos empfinden. Aber auch sie können sich wandeln und unermessliches Wohl erleben als Ernte guten Wirkens - bis sie im Genießen wieder das gute Wirken vergessen und wieder absinken - durch Leid-erfahrung zur Besinnung kommen, wieder aufwärts steigen - absinken - endlos.

Betrachten wir die vom Erwachten genannten Maßstäbe im Einzelnen:

*1. Zu tadeln ist der im häuslichen Leben Stehende, wenn er auf unrechte Weise den Lebensunterhalt erwirbt, die Tugendregeln missachtet.*

Der Erwachte sagt von den Menschen, die sich auf unrechte, rücksichtslose Weise ihren Lebensunterhalt verschaffen, dass sie deswegen zu tadeln seien, denn ihr Verhalten bringe sie in Leiden.

Bei uns wird „Moral“ nach einem anderen Maßstab gemessen als die „Vernunft“. Wir verstehen unter „Moral“, dass wir unser Wohl nicht auf Kosten der Mitwesen suchen, also nicht in die Interessensphäre des Nächsten oder der Nächsten einbrechen.

Andererseits verstehen wir unter „Vernunft“, dass wir unser eigenes Wohlsein so weit wie möglich anstreben. Dadurch aber gibt es für uns immer wieder Situationen, in denen es um die Entscheidung geht, ob hier die Vernunft der Moral vorzuziehen sei oder die Moral der Vernunft. Das war anders im alten Indien und ist es zum Teil auch heute noch. Das Karma-gesetz besagt: Soweit du all dein Tun und Lassen von wohl-wollendem Geist lenken lässt und deinen Mitwesen in gewäh-render und schonender Weise begegnest - und das gehört zur Moral - genau so weit werden bald auch die von deiner Umge-



bung an dich herantretenden Taten und Worte und Umgangsweisen gewährenden und schonenden Charakter haben, denn alles, was du erlebst, ist nach Qualität und Quantität die Rückkehr des von dir in Gedanken, Worten und Taten Ausgegangen. All dein Erleben ist immer nur die Wiederkehr deines Tuns und Lassens. Wer die Gültigkeit dieses Gesetzes erkannt hat, der weiß, dass jene Vorgehensweise, die wir als „moralisch“ bezeichnen (weil sie den Nächsten schont und gar fördert), auch zugleich „vernünftig“ ist, weil eben nur durch diese Gesinnung und Haltung auch alle an uns herantretenden Ereignisse immer mehr schonenden und fördernden Charakter bekommen.

Weil es sich so verhält, darum sagt der Erwachte (S 55,7), dass der Mensch im Reden und Handeln seinen Nächsten nichts antun soll, von welchem er wünscht, dass es auch ihm nicht getan werde. Ebenso sagt *Jesus: Was ihr wollt, das euch die Leute tun sollen, das tuet ihnen auch. (Matth. 7,12)* In ähnlichem Sinne raten auch alle anderen Religionen. Dieser Gedanke entspricht dem natürlichen Empfinden des aufmerksamen Menschen. Wenn er einführend ist im Umgang mit anderen, dann kann er nicht anderen etwas antun wollen, das er selber auch nicht erfahren möchte. Er weiß, dass hinter jedem Antlitz Anliegen wohnen, wie er sie bei sich selber kennt.

Der Erwachte nennt die Einhaltung von fünf Tugendregeln als das Minimum an schonendem, rechtem Verhalten, das erforderlich ist, um im hiesigen Leben ohne große Gefährdung zu bleiben und vor allem, um nach dem Tode - also im anschließenden nächsten Leben – nicht noch unterhalb der Menschenwelt zu gelangen. Diese sogenannten *pañca sīla* sind auch vor dem Buddha schon in Indien bekannt gewesen und sind auch heute noch in dem fast nicht mehr buddhistischen Indien Grundregeln. Es sind diese fünf Regeln:

1. Nicht töten,
2. nicht stehlen,
3. nicht in andere Partnerverhältnisse einbrechen

- oder Minderjährige verführen,  
4. niemanden verleumden durch unwahre, negative Aussagen über ihn,  
5. keine berausenden, die Vernunft und Selbstkontrolle verhindernden Getränke und Mittel nehmen.

Jedes Handeln, das diese Tugendregeln verletzt, indem anderen Wesen Leid zugefügt wird, indem auf ihre Kosten, ohne Rücksicht auf ihr Anliegen, Wohl erleben zu wollen, Gewinn angestrebt wird, ist ein unrechtes, rücksichtsloses Vorgehen, das eine gleichartige Ernte für den Täter bewirkt, also töricht und darum zu tadeln ist.

Der Erwachte nennt fünf verwerfliche Berufe, die der im Hause Lebende nicht ausüben soll (A V,177): Handel mit Waffen, mit Lebewesen, mit Fleisch, mit Giften (Verletzung der ersten Tugendregel), mit Rauschmitteln (Verletzung der fünften Tugendregel). Aber auch Berufe wie Henker, Kerkermeister, Jäger, Fischer sind Berufe, in denen die Tugendregeln, nicht zu töten und zu verletzen, missachtet werden. Der Erwachte sagt (A X,92):

*Wer tötet, erfährt wegen des Tötens sowohl zu Lebzeiten furchtbare, schreckliche Folgen wie auch im nächsten Leben geistige Leiden und Schmerzgefühle.*

In einer anderen Lehrrede (D 19) zitiert der Erwachte einen Brahma, der aus seinem Überblick schildert, welche sonstigen dunklen Eigenschaften und untugendhaften Verhaltensweisen zu dunklem Erleben führen:

*Dem Zorne frönen, Raub begehen,  
Betrug, Verrat, habsüchtig geizen,  
eitel sein und neidverzehrt,  
gelüstig, unbeständig, andern Unrecht tun,  
an Gier und Hass, an Rausch und Wirrnis sein gewohnt -  
in solcher Sitte ziehn sie ein die rohen Düfte,  
in Höllen sinkend, abgekehrt der Brahmawelt.*

Hier haben wir eine Schilderung, wie auf ungesetzliche, gewaltsame, rücksichtslose Weise gelebt bzw. der Unterhalt beschafft werden kann. Und das ist zu tadeln, weil es in untermenschliches Dasein führt, in zunehmendes Leiden und Entsetzen. Es ist ja so, dass alle Wesen nur Wohl wollen, und alle Religionslehren dienen diesem Grundstreben des Menschen. Sie sagen: Alle Wesen wollen Wohl, aber weil sie nicht wissen, wie man zu Wohl kommt, weil sie meinen, auf krummen Wegen erreichten sie Wohl, darum wählen sie die krummen Wege, die in Wehe führen. Und auch alle Berufe, die unrechten Geschlechtsverkehr, den Einbruch in Vertrauens- und Obhutsverhältnisse und schon bestehende Bindungen begünstigen und fördern (dritte Tugendregel), sind unheilsam, da sie abwärts führen. An vielen Stellen wird in den buddhistischen Texten auf das Übel des Ehebruchs hingewiesen, und es werden dem Nachfolger die schwerwiegenden Folgen genannt, die sich aus einem Einbruch in die Beziehungen eines anderen zu seinem Partner ergeben:

*Vier Folgen fällt anheim der Zügellose,  
der hinter anderer Frauen her ist:  
friedlosem Leben, unerquicktem Schlafe,  
dem Tadel und zuletzt dem Abweg. (Dh 309)*

*Wer seines Nächsten Frau verführt...  
der gräbt hier in der Welt sich selbst  
durch solches Tun die Wurzeln aus. (Dh 246,247)*

Verkehr, der nur aus körperlicher Lust erfolgt, ohne Liebe und Verantwortung (*gehen Weibern nach wie Tiere, gleichviel welchen – D 31*) ist tierisch und führt deshalb in untermenschliche Bereiche und schon in diesem Leben zu Chaos und Feindschaft.

Sich also auf unrechte und rücksichtslose Weise seinen Lebensunterhalt zu verschaffen, indem die fünf Tugendregeln - das Minimum an Rücksicht auf andere - nicht eingehalten werden, ein solches Vorgehen führt in untere Welt.

Sich dagegen auf rechte und rücksichtsvolle Weise Vermögen zu verschaffen, ein solches Vorgehen führt zu gutem Erleben in der Menschenwelt oder gar zu himmlischem Erleben.

*2. Zu tadeln ist der im häuslichen Leben Stehende, wenn er es sich nicht selber angenehm und leichter macht.*

Diese Aussage würde im Widerspruch zu allen anderen Aussagen des Erwachten stehen, wenn man sie so verstehen wollte, dass z.B. der zehnte Mensch, der das Elend der Sinnensucht und die Wegweisung zu höherem Wohl und gar den Ausweg kennt, sich dem Sinnengenuss hingeben sollte, weil dieser ihm das Leben „angenehm und leichter“ macht.

Der Erwachte hat auf vielfache Weise gezeigt, dass die Hingabe an den Sinnengenuss in Elend führt; dass dieser Genuss *voller Leiden, voller Qualen ist und dass das Elend überwiegt* (M 13 14, 22 u.a.), und er zeigt, dass die Sinnensucht die Ursache ist für Streit in den Familien und für die Kriege in der Welt. Er vergleicht die den Menschen jagende Sinnensucht mit den Wunden eines Aussatzkranken, die ihn ununterbrochen jucken und stechen und an denen er darum auch ununterbrochen reibt und kratzt. Wie dieses Reiben und Kratzen die Wunden nur noch vergrößert und ihr Brennen verstärkt (s. M 75), so auch gibt der Genuss der Sinnendinge nicht den ersehnten Frieden, sondern verstärkt die Bedürftigkeit, die Sucht:

*Je mehr er hat, je mehr er will,  
nie schweigen seine Wünsche still.*

Aber trotz dieses Wissens können die im häuslichen Leben stehenden Menschen die Sinnendinge nicht sofort ganz verlassen, sondern nur schrittweise. Sie können nicht - wie oft Menschen glauben, die gerade die Lehre des Erwachten aufgenommen haben - alle sinnlichen Neigungen plötzlich aufheben oder sie nicht wahrhaben wollen und innerhalb des weltlichen

und beruflichen Lebens ohne sie geradewegs das Heil, das Nirvāna, die unverletzbare Unverletztheit, anstreben. Sie würden der Wucht ihrer Triebe nicht Rechnung tragen und sich selber quälen.

Erst recht quälen sich die in dieser Lehrrede zuerst genannten Menschen, die in der Erfüllung sinnlichen Begehrens das einzig mögliche Wohl sehen, für die die Erlebnisse im Umgang mit den Dingen der Welt der einzige Lebensinhalt und darum das Fundament ihres Daseins sind und die trotzdem aus irgendwelchen Verkrampfungen oder aus falschen Ansichten ihre Wohlsuche zurückhalten, es sich nicht angenehm und leicht machen, wozu sie nach ihrem Besitz in der Lage wären. Dies trifft besonders auf jene Geizigen zu, die eine so große Genugtuung am Sammeln von Geld empfinden, dass sie sich Erleichterungen und Bequemlichkeiten versagen, um ihr geliebtes Geld nicht ausgeben zu müssen.

Der Geizige verschließt sich vor den eigenen Nöten und damit auch vor den Nöten der anderen: vor Erbarmen, Mitleid, Barmherzigkeit, Hilfsbereitschaft - vor dem Geben. Durch diese zunehmende Auflösung aller Kontakte zur Umwelt kommt er von der Berücksichtigung der Mit- und Umwelt ab. So geht der erste Mensch den Weg des Selbstquälers, und damit verbunden ist oft der Weg des Nächstenquälers. Wer durch äußere Umstände arm ist, sollte sich nicht mit Gewalt Reichtum verschaffen. Aber wer sein Leben erleichtern könnte und es nicht tut, obwohl er Sinnendinge begehrt, der lebt im Widerspruch mit sich selbst, ist innerlich verklemmt, verspannt.

An diese erste Art von Menschen erinnert das Gleichnis des Erwachten von der ersten Art von drei Arten von Lotosrosen (M 26). Von der ersteren Art heißt es, dass sie im Wasser entstehen, im Wasser sich entwickeln, aus dem Wasser ihre Nahrung aufsaugen und auch mit dem Haupt immer unter dem Wasserspiegel bleiben.

Die zweite Art von Lotosrosen reckt ihr Haupt bis zum Wasserspiegel, und die dritte Art mehr oder weniger weit über den Wasserspiegel hinaus in die freie Luft.

Das Wasser ist ein Gleichnis für die Sinnendinge der Welt, und Wurzel und Stiel der Lotosrosen sind ein Gleichnis für den mit Sinnendrängen besetzten Körper des Menschen, der durch Begehren nach Sinnendingen entstanden ist und dessen Sinnesdränge weiterhin auf Befriedigung aus sind. Das über das Wasser hinausragende Haupt der Lotosrosen hingegen gilt für den Geist, der das Elend der Sinnendinge durchschaut und sich von ihnen abgewendet hat.

So wie die ersten Lotosrosen ihr Haupt immer im Wasser haben, so bedenkt und erstrebt der Mensch, der das Elend der Sinnendinge nicht kennt, ausschließlich die sinnlichen Erlebnisse. Wenn solcherart sinnensüchtige Menschen sich das Aufsaugen von sinnlichem Wohl verbieten würden, dann würden sie sich selbst Wehe bereiten und würden verkümmern. Das wäre nicht zu loben, denn dann würden sie sich die Möglichkeit verbauen, zu wachsen und ihre „Blüten“, ihr Denken, doch noch über den Wasserspiegel hinaus - über die Sinnlichkeit hinaus - zu heben.

Aber so wie die zweiten und dritten Lotosrosen ihr Haupt über das Wasser hinaus recken, so suchen und streben die Menschen, die das Elend der Sinnensucht kennen, nach Weltüberwindung, weil sie wissen oder ahnen, dass sie damit den Tod überwinden. Das sind die zu lobenden zehnten Menschen, die – durch die Belehrung des Erwachten ernährt – das Elend der Sinnensucht und den Ausweg sehen.

*3. Zu loben ist der im häuslichen Leben Stehende,  
wenn er auch andere an seinem Besitz teilhaben  
lässt, Gutes tut im Hinblick auf eine günstige  
Wiedergeburt.*

Wer nur daran denkt, dass er das, was er abgibt, weniger hat, der wird nicht geben. Sicher hat der Gebende es im Augenblick des Gebens weniger, aber abgesehen davon, dass der Freigebige in seinem geistigen Format größer wird und darum leichter wieder das Verlorene ersetzen kann, der Geizhals aber

engherzig, kurzsichtig und ruhelos wird - abgesehen davon sagen der Erwachte und andere Weise: Was wir hier geben, das finden wir drüben wieder. - Das ist ganz wörtlich aufzufassen. Der Erwachte gibt ein Gleichnis. Er sagt: Wenn du in einem brennenden Haus bist, was rettetest du dann? Dasjenige, was du im Haus festhältst, oder das, was du zum Fenster hinauswirfst? Was in einem brennenden Hause zum Fenster hinausgeworfen wird, das rettet man. Das bedeutet: Was wir hier geben, das finden wir drüben vielfach wieder vor. Je mehr Religiosität in einem Volk ist, um so größer ist das Wissen darum, dass nichts Gegebenes verloren geht, sondern sich vermehrt, für das Tun und Lassen der Menschen richtunggebend. Vielen Märchen (unter den deutschen: „Die Sterntaler“, „Frau Holle“ u.a.) liegt dieses Wissen zugrunde. In dem gleichen Sinn sagt auch Jesus: *Geben ist seliger denn Nehmen (Apg. 20,35)*. und *Gebet, so wird euch gegeben (Luk. 6,38)*. Es ist ein Unterschied, warum man gibt, wem man gibt und mit welcher Gesinnung, wie man gibt. Alle diese Umstände wirken sich wieder aus; aber wer festhält, anderen nichts gönnt, der wird arm sein. Wer aber gibt, dem wird auch gegeben. Wann immer wir geben, haben wir die Tat des Gebens in die Welt gesetzt, wir haben zu einer Welt beigetragen, in der gegeben wird, und eine solche werden wir dadurch erleben. Wer glaubt, festhalten zu müssen - „Was ich habe, das hab ich, was ich gebe, das hab ich verloren“ - hat wohl in diesem Leben sein Geld und Gut festgehalten, aber er hat auch die Tatsache des Festhaltens in die Welt gesetzt, und er wird später in einer Welt leben, in der alle festhalten. Mosaikweise bauen wir unsere zukünftige Armut und unseren zukünftigen Reichtum.

Ein Beispiel für eine Lebensweise, die trotz großer Einnahmen dem Besitzer keine Freude bringt, indem er sich und anderen nichts gönnt, ist der Bericht über einen Geizhals zur Zeit des Erwachten (S 3,19/20):

*König Pasenadi von Kosalo begab sich zum Erhabenen und sprach: Da ist, o Herr, in Sāvatti ein Gildemeister gestorben.*

*Ich komme, nachdem ich eben sein Besitztum, für das kein Erbe geblieben ist, in den Königspalast habe bringen lassen. Es waren, o Herr, 80 x 100000 an Gold, was soll ich erst von Silber sagen. Und dabei hat dieser Gildemeister Bruchreis gegessen mit saurer Grütze; gekleidet hat er sich in ein altes Hanfgewand, das aus drei Stücken zusammengeflickt war; gefahren war er in einer alten, schadhafte Karre mit einem Schattendach aus Baumblättern.*

Der Erwachte antwortete dem König Pasenadi:

*So ist das, o Großkönig, so ist das, o Großkönig. Ein nicht guter Mensch, Großkönig, wenn er große Reichtümer erworben hat, macht es sich selber nicht angenehm und leichter, erfreut und hilft Vater und Mutter nicht, erfreut und hilft Kindern und Gattin nicht, erfreut und hilft Sklaven und Arbeitsleuten nicht, erfreut und hilft Freunden und Bekannten nicht, noch bringt er den Asketen und Priestern eine Gabe, um aufzusteigen, um in himmlische Welt zu kommen und Wohl zu erleben. Und seine Reichtümer, die er nicht richtig gebraucht, nehmen ihm die Könige weg oder nehmen ihm die Räuber weg oder Feuer verbrennt sie oder Wasser führt sie fort oder unliebsame Erben nehmen sie weg - so wie es dem Gildemeister jetzt ergangen ist.*

*Gerade so, großer König, wie wenn da in menschenleerer Gegend ein Teich wäre mit reinem Wasser, mit kühlem Wasser, mit lindem Wasser, klar, wohlzugänglich, anmutig, und es nähme von ihm kein Mensch Notiz, tränke nicht davon, badete nicht darin, machte ihn sich nicht nutzbar. Auf diese Weise verdunstete das Wasser, ohne dass es gebraucht würde.*

Wir müssen hier an die glühende Hitze in Indien denken. Wenn man nur eine halbe Stunde gegangen ist, dann ist man schon wieder bedürftig, sich zu kühlen, zu trinken, die Glieder zu erfrischen, weil man durch und durch erhitzt ist. Da bedeutet ein Teich nicht nur eine große Labsal, sondern ist auch Rettung vor dem Verdursten.



*Ein guter Mensch aber, großer König, wenn er große Reichtümer erworben hat, macht es sich selber angenehm und leichter, erfreut und hilft Vater und Mutter, erfreut und hilft Kindern und Gattin, erfreut und hilft Sklaven und Arbeitsleuten, Freunden und Bekannten, und den Asketen und Priestern bringt er Gaben dar zu zukünftigem Aufstieg, um in himmlische Welt zu kommen und Wohl zu erleben. Und es nehmen ihm seine Reichtümer, da sie so richtig gebraucht werden, die Könige nicht fort, nicht nehmen Räuber sie fort, noch verbrennt sie Feuer, noch führt Wasser sie fort, noch nehmen unliebsame Erben sie fort.*

Wenn die hier genannten guten Ergebnisse auch nicht hundertprozentig dann zutreffen, wenn der Gebende noch üble Ernte von früher abzutragen hat, so ist es doch so, dass er durch sein Geben weithin Sympathien erlangt, weithin wird ihm mit Achtung und Liebe begegnet, und auch die Himmlischen, die Jenseitigen beschützen ihn, und er selber erlebt durch sein Geben innere Freude. - Hinzu kommt: Bei den im damaligen Indien kleineren Königreichen kannte man sich gegenseitig. Der König erfuhr von der Güte und der Schlechtigkeit der Menschen in seinem Land durch die Vorsteher der einzelnen Orte und ließ sich auch von diesen beraten: „Das ist ein guter Mensch, der seine Umgebung an seinem Reichtum teilhaben lässt“, ein solcher ist zu unterstützen.

*Das ist gerade so, wie wenn da in der Nachbarschaft eines Dorfes oder Marktflückens ein Teich wäre mit reinem, kühlem, mildem Wasser, klar, wohlzugänglich, anmutig. Und es nähmen die Leute von ihm Notiz, sie nähmen Wasser davon, sie tranken davon, sie badeten darin und machten es sich nutzbar. Auf diese Weise, großer König, verdunstete das Wasser nicht, sondern es würde gebraucht.*

*Ganz ebenso, großer König, beglückt und erfreut ein guter Mensch, wenn er Reichtümer erworben hat, sich und auch alle anderen.*

Reichtum ist eine Folge früheren Gebens. So war es auch bei diesem Gildemeister:

*In früherer Zeit einmal, großer König, versah dieser Gildemeister einen Einzelerwachten mit Almosenspeise. Er sprach zu seinen Dienern: „Gebt diesem Asketen dort Almosenspeise.“ Dann erhob er sich von seinem Sitz und ging fort. Später aber bereute er es, dass er das Almosen gegeben hatte: „Besser wäre es, die Sklaven und Arbeitsleute hätten es gegessen.“ Und er brachte seines Bruders einzigen Sohn ums Leben wegen dessen Besitztum. Weil nun, großer König, der Gildemeister den Einzelerwachten mit Almosenspeise versehen hatte, wurde er infolge dieser Handlung siebenmal zu glücklicher Existenz in der Himmelswelt wiedergeboren und vermöge des Restes, der von den Folgen dieser Handlung blieb, übte er hier in Sāvathī auch siebenmal die Würde eines Gildemeisters aus. Weil nun aber der Gildemeister es später bereute, dass er Almosen gegeben hatte: „Besser wäre es, die Sklaven und Arbeitsleute äßen es“, neigt infolge davon sein Herz nicht zum Genuss beim Essen, nicht zum Genuss bei Kleidung, Fuhrwerk usw.*

*Weil nun aber der Gildemeister seines Bruders einzigen Sohn wegen seines Besitztums ums Leben gebracht hat, musste er infolge dieser Handlung viele Jahre, viele Jahrhunderte, viele Jahrtausende, Jahrhunderttausende in der Hölle leiden. Und vermöge des Restes, der von den Folgen dieser Handlung blieb, überführte man hier nun zum siebenten Mal seinen Besitz, für den kein Erbe da ist, in die Schatzkammer des Königs. Das alte Verdienst des Gildemeisters ist aufgebraucht, und neues Verdienst ist nicht angesammelt. Der Gildemeister ist in der Hölle wiedergeboren.*

Die Tat des Gebens an den Einzelerwachten hatte bewirkt, dass er siebenmal himmlisches Dasein erfuhr und siebenmal als Mensch ein Gildemeister war mit großem Reichtum. Da ihm hinterher aber die Gabe leid tat, so wurde er einer, der sein

Geld und Gut nicht für sich nutzen konnte. Wie ein dürftiges Gespenst lebte er dahin, sein Gemüt war verklemmt, bitter in immer mehr Haben- und Festhaltenwollen. Für alles, was das Gemüt erhebt, wodurch er auf bessere Gedanken hätte kommen können, hatte er keinen Sinn. Ein niederes Leben führte er dadurch, dass er sein Geben einst bereute. Die Wirkung der guten Tat des Gebens hat er in diesem Leben abgelebt, und nichts Gutes ist mehr übrig. Nun kommt die einstige üble Tat des Mordes an seinem Neffen zum Tragen. *Das alte Verdienst ist aufgebraucht, und neues Verdienst ist nicht angesammelt.*

Wenn wir solche Berichte in den Lehrreden gründlich bedenken, dann bekommen wir allmählich die richtige Vorstellung für das Saat-Ernte-Verhältnis. Es hört sich märchenhaft an, aber die Ernte ist unverhältnismäßig größer, als uns die Saat erscheint. Was wir hier an Grobstofflichem tun, an Üblem und an Gutem, das wirkt in das Feinstoffliche hinein wie eine Explosion, wie tausendfach vermehrt. Genauso wird es in der Bibel in Bezug auf gute Saat berichtet: *Kein Auge hat's gesehen, kein Ohr hat's vernommen, was der Herr bereitet hat denen, die ihn lieben. (1.Kor. 2,9)* Über alle menschlichen Maße hinaus - wir können es uns nach menschlicher Gerechtigkeit nicht vorstellen - steht die Ernte im Verhältnis zur Saat.

Sāriputto fragte einst den Erwachten (A IV,79):

*Woher kommt es, o Herr, welche Ursache hat es, dass bei manchem Menschen, was auch immer er beginnt und unternimmt, doch alles misslingt und dass bei einem anderen Menschen, was dieser auch nur anstellen und unternehmen mag - alles sich nur langsam hinzieht. Es gelingt ihm nie ganz nach Wunsch. Dagegen widerfährt es wiederum anderen Menschen, dass ihnen alles ganz nach Wunsch gelingt. Und ein vierter Mensch mag unternehmen, was er will, er hat Erfolg weit über seine Erwartungen hinaus.*

Der Erwachte antwortet auch mit vier unterschiedlichen Bedingungen:

*Wenn da, Sāriputto, ein Hausvater zu einem Asketen oder Priester kommt und zu ihm sagt: „Sagt mir, o Herr, was Euer Bedarf ist. Ich werde täglich dafür sorgen“, dann aber später das, was er angeboten und versprochen hat, doch nicht einhält, dann wird ihm, wenn er von hier abgeschieden, zu dieser Welt wiederkehrt, was er auch für ein Unternehmen beginnt, dieses misslingen.*

*Wenn er aber ein wenig und nur unregelmäßig von dem gibt, was er versprochen hat, dann werden ihm seine Unternehmungen nicht nach seinem Wunsch gelingen.*

*Wer aber ganz nach seinem Versprechen regelmäßig gibt, dem wird auch, wenn er nach seinem Tod wieder Menschentum erfährt, jedes Unternehmen ganz nach Wunsch gelingen.*

*Dem vierten Menschen aber, der über sein Anbieten hinaus den Asketen oder Priestern regelmäßig und reichlich bedient, dem werden in seinem nächsten Leben alle seine Unternehmungen weit über seine Erwartungen hinaus gelingen.*

*Das ist die Ursache dafür, warum das gleiche Unternehmen von dem einen betrieben, misslingt; dem zweiten halb gelingt, dem dritten nach Wunsch gelingt und dem vierten weit über Wunsch und Erwarten gelingt.*

Früheres mangelhaftes Geben oder Nichtgeben sind also die Ursachen für ein Misslingen, die der normale westliche Mensch nicht sieht. Er denkt an andere Hindernisse, versucht vergeblich, sie zu beseitigen und belastet sich dabei noch mehr. Mit jeder Tat wird unsere Zukunft gezeugt: in unserem Welterlebnis und in unserem Herzen.

Der Erwachte zeigt in seiner gesamten Belehrung - und wer auf sich achtet, der erfährt es auch -, dass der Mensch, je dunkler sein Gemütszustand ist, um so mehr durch die Sinnendinge Wohl zu erlangen trachten muss, dass aber ein gebefreudiger Mensch mit hellem Gemüt sich bei sich selber wohlfühlt und darum auf die äußeren Dinge weit weniger angewiesen ist. Wer die Erhellung seines Herzens spürt, der hat ganz natürlicherweise das Bestreben, diese Erhellung zu erhalten und wei-

ter zu betreiben durch sanfte Begegnung, durch schonenden, fürsorglichgebenden Umgang mit allen Mitwesen, und es zieht ihn zu dieser eigenen selbstständig machenden Helligkeit hin als zu einer Zuflucht, die sicherer ist als aller Sinnengenuss. Er ernährt sich immer mehr von innerem Wohl, wohnt mit seinem Gemüt bereits mehr oberhalb der Sinnlichkeit als in ihr.

*4. Zu tadeln ist der im häuslichen Leben Stehende,  
wenn er, der von seinem Besitz lebt, ganz an ihn  
gefesselt ist, von ihm betört und besessen ist,  
ohne das Elend der Sinnensucht zu sehen,  
ohne den Ausweg zu kennen – der neunte Mensch.*

Von dem neunten Menschen wird in dieser Lehrrede gesagt, dass er seinen Wohlstand ebenso wie der siebente und achte a) auf ehrliche Weise und rücksichtsvoll erwirbt, b) sich sein Leben leichter macht und denkt, dass er aller Voraussicht nach das Elend des dürftigen, darbenden Lebens überwunden hat. Er weiß aus eigener Erfahrung, wie gern alle Wesen Wohl erleben, und darum c) verhilft er auch anderen dazu, gibt ihnen von seinem Reichtum ab. Auf Grund dieses Verhaltens wird er voraussichtlich in einem folgenden Leben wieder einer sein, der nicht zu darben braucht. Aber:

*er ist an den Besitz gefesselt, von ihm betört und besessen, ohne das Elend der Sinnensucht zu sehen und ohne den Ausweg zu kennen.*

Der Erwachte sagt: *Wer genießt, vergisst* (den Hinblick auf die anderen, das Geben). Damit ist neben dem bisher genannten dreifachen Verhalten noch eine vierte Verhaltensweise ausgesprochen, die bisher nicht genannt wurde, aber selbstverständlich auch für die vorangegangenen acht Personen gilt. Alle neun sind solche, *die das Elend der Sinnensucht nicht sehen, den Ausweg nicht kennen*. Dadurch dass diese Eigenschaft hier beim neunten Menschen genannt wird, kann ein noch besseres Verhalten des zehnten Menschen gegenüber dem neunten ab-

gesetzt werden, der dann als der beste unter allen zehn gilt.

Es ist ein Gesetz, dem alle Wesenheit, alle Tiere, Menschen, Geister und Götter unterliegen: Was ein Lebewesen nicht weiß und nicht ahnt als größere und seligere Lebensmöglichkeit gegenüber seinen bisherigen, das kann es auch in keiner Weise anstreben wollen, und so bleibt es gefangen und muss es bleiben in seinen bisherigen Gewohnheiten und abseits des größeren Wohls in höheren Welten – geschweige des Heils. Weil es so ist, weil ein Wesen erst von den größeren Zielen hören muss oder sie sehen, auf jeden Fall verstehen muss, ehe es dazu kommen kann, sich aus seinem Sumpf zu erheben und das Größere anzustreben, darum erscheinen unter den Menschen immer wieder die Größeren, die Heilslehrer, die den höheren Zielen näher gekommen sind oder sie ganz erreicht haben unter den Menschen. Sie belehren sie darüber, dass es freudvoll selige Zustände, ja, Daseinsformen gibt, die unvergleichlich wohltuender, seliger sind als alles sinnlich erfahrbare Wohl.

Der normale Mensch, gejagt von dem entsetzlichen „Jucken und Brennen der sinnlichen Tendenzen“, hat keine Vorstellung vom wirklichen Wohlgefühl, er ist getrieben von seinen Schmerzen, ist *vom Juckreiz verstört (M 75)* und hat eine falsche Wahrnehmung. Er merkt nicht, wie tief er in dauern dem Schmerz ist, weil er noch kein anderes Gefühl erlebt hat. Er kann sich überhaupt nicht vorstellen und kann nicht nachempfinden, dass es oberhalb dieses reißenden Kampfes um fortdauernde Befriedigung der Sinnensucht einen seligen Herzensfrieden gibt. Er kann nur unterscheiden zwischen seinem unbefriedigten Begehren und seinem befriedigten. Deshalb muss er einen Menschen, der keiner Befriedigung eines Begehrens mehr bedarf, weil er frei von Begehren ist, als einen Unbefriedigten ansehen, der in großem Leiden und Verzicht lebe, während er sich selber seine Wünsche erfülle.

Der Erwachte zeigt, dass der im Begehren Lebende seine Situation gar nicht richtig erfassen kann: die Sinnenerfahrung sagt ihm: „Wohl tut das“, obwohl es an sich wehtut.

Nach dem Maßstab der Erwachten, die alle Leiden aller Grade auf ewig hinter sich und unter sich gelassen haben, herrscht in der Sinnensuchtwelt unmittelbarer ununterbrochener Schmerz auch in den Augenblicken der Befriedigung, denn was wir als „Befriedigung“ empfinden, das sehen die geheilten, genesenen Erwachten als Kratzen und Reißen und Versengen von Aussatzwunden an.

Der Erwachte zeigt, dass die gesamte sinnliche Wahrnehmung - gleichviel ob von uns die einzelnen Wahrnehmungen als angenehm oder entzückend oder als schmerzlich oder gefährlich empfunden werden - mit zwei großen Arten von Schmerzen verbunden ist.

Die sechsfache sinnliche Erfahrung vergleicht der Erwachte mit Schwerthieben: Da liegt ein zum Tod Verurteilter im Gefängnis. Und der König fragt den Wärter zwei- oder dreimal am Tage, ob der Gefangene noch lebt. Sobald der Wärter sagt, dass er noch lebt, verordnet ihm der König weitere Schwert- hiebe.

So ist jede Sinneserfahrung an sich ein großer Schmerz, aber wir leben schon so lange Zeiten in dieser Erlebnisweise, wir sind sie so gewöhnt und kennen so wenig eine andere, dass wir den Schmerz, obwohl wir ihm dauernd ausgeliefert sind, aus Mangel an Vergleichsmöglichkeit nicht als Schmerz registrieren können, eben weil wir nur immer ihn haben. Daher kommt es, dass ein Mensch, der die sinnliche Wahrnehmung übersteigt und zu dem Erlebnis der Entrückungen kommt, diese dann als eine Seligkeit und als Frieden über alle Maßen empfindet, wie er es sich vorher überhaupt nicht denken konnte. Und je öfter und tiefer er diesen Frieden genießt, um so stärker empfindet er beim Rückfall in die sinnliche Erlebnisweise diese nicht mehr als erträgliches Leben. - So sagt *Ruisbroeck*, ein Erfahrer der Entrückungen: *Steig über die Sinne, hier lebet das Leben*. Sobald bei einem solchen den Sinnen Entrückten die Maschinerie der sinnlichen Erfahrung wieder zu laufen anfängt, empfindet er sie im Vergleich zur Seligkeit der Entrückung wie Schwerthiebe. Das ist das Leiden

der sinnlichen Wahrnehmung: der Prasselhagel der sinnlichen Erfahrungen.

Aber nicht nur die Erfahrung der Sinnesdränge, schon ihre Berührung ist schmerzhaft, wie die Erwachten sagen. Für die Berührung der Sinnesdränge gibt der Erwachte folgendes Bild: Da läuft ein Rind herum, dessen Haut überall aufgerissen ist. Das so empfindliche rohe Fleisch liegt offen zutage, und die verschiedenen Insektenarten fallen darüber her und saugen sich an dem rohen Fleisch mit Blut voll.

Auch diese Art des Leidens, die sechsfache Berührung der Sinnesdränge sind wir ganz ebenso gewöhnt wie die der sechsfachen Erfahrung, so dass wir sie nicht mehr verzeichnen können. Durch den Dauerschmerz sind wir so abgestumpft und unfähig zu richtigem „Wohlfühlen“, dass wir in unserem Wahn nur die etwas geringeren Berührungsschmerzen gegenüber den gröberen schon als „Wohl“ empfinden und nur die größten als Weh, und so vermeinen wir, zwischen wohltuenden Erlebnissen und schmerzlichen zu leben. In Wirklichkeit ist für uns jede Berührung ein großer Schmerz. So wie ein herrenloser, alter, hungriger Hund im Winter durch die Straßen irrt und mit seinem Geruchssinn nach Genießbarem sucht und dann, wenn er einen Knochen mit noch zwei, drei Fasern Fleisch findet, sich schon glücklich fühlt - so und ähnlich beurteilt der Erwachte die gelegentliche oder häufige sinnliche Befriedigung der Wesen gegenüber denen, die über alle sinnliche Bedürftigkeit hinaus in der Einigung des Herzens leben.

Die beiden Dauerschmerzen: durch die Berührung und durch die Erfahrung der Sinnesdränge - gehören zur Natur der Daseinsformen in sinnlicher Wahrnehmung, und sie bestehen ununterbrochen und unabhängig vom Lauf der Zeiten und vom Ablegen, Altern und Wiederanlegen des Körpers so lange, bis wir uns umstellen. Diese beiden mit dem Begegnungsleben verbundenen Dauerschmerzen sind eine gewaltige Anstrengung der gesamten Körperkräfte und halten auch den Geist in einer dauernden untergründigen Anspannung und Sorge um Funktionieren und Schutz des Körpers und der jeweils benutz-



ten Organe. Aber alles geschieht schon so lange, dass der Mensch es so wenig merkt wie der Fisch das Wasser merkt, in dem er geboren ist und ununterbrochen lebt. Das Wesen beachtet nur, was ihm der jeweilige Sinneseindruck an Angenehmerem oder Unangenehmerem bringt. Beim angenehmen Sinneseindruck hat es den großen Dauerschmerz plus kurzem Wohlgefühl; und beim unangenehmen Eindruck hat es zum gleichen großen Dauerschmerz noch das kurze Schmerzgefühl. Es registriert in seinem Bewusstsein eben nur die kurz aufkommenden Gefühle, nicht aber den unterbrechungslos erlittenen Dauerschmerz.

Die Sinnesdränge lauern auf Befriedigung, sie sind ein permanenter Mangel und Sog, verursachen damit ein dauerndes Mangelgefühl, Minusgefühl, Wehgefühl, Leiden, das jedoch wegen der fast ununterbrochenen Dauer als normaler Seinszustand empfunden wird, wie beim Aussatzkranken das permanente Jucken zu seinem gewohnten Erleben geworden ist.

Aber das schlimmste Übel des sinnlichen Begehrens ist, dass die Süchtigkeit dessen, der die Wahrheit nicht kennt, immer mehr zunimmt. Jeder Begehrensgedanke, jede Begehrensvorstellung ist ein Sandkörnchen mehr auf der Waagschale der Begehrlichkeit. Unser Leben besteht aus Einzelgedanken und aus einzelnen Vorstellungen, und ein begehrlischer Gedanke nach dem anderen füllt die Waagschale, mehrt das Gewicht, verstärkt die Süchtigkeit.

Je größer beim Menschen die Sucht ist und je längere Zeit sie unbefriedigt bleibt, um so rücksichtsloser muss er aus dem inneren entsetzlichen Mangelgefühl trachten, sie zu erfüllen. Zu solch einer Zeit kann er die Not des Mitwesens nicht sehen, der Gegenstand der Befriedigung füllt sein ganzes Blickfeld aus und erscheint ihm blendend, verheißend, verlockend mit unwiderstehlicher Gewalt.

Jeder Mensch hat irgendwo Grenzen, bis zu denen seine Rücksicht reicht. Wenn er großes Verlangen hat, dann ist die Grenze bei dem einen Menschen eher überschritten, bei dem

anderen nicht so bald überschritten - aber bei immer größerer Not wird sie doch irgendwann überschritten. Es gibt nicht viele Menschen, die lieber selber sterben, als dass sie anderen etwas wegnehmen.

Und noch eine Erschwerung kommt hinzu: je stärker der Mensch von der Suchtbefriedigung lebt, je mehr seine Bedürftigkeit zunimmt, um so mehr nehmen seine geistigen und physischen Kräfte, die zur Erreichung der Ziele nötig sind, ab, nehmen gedankliche Übersicht, Arbeitskraft, Ausdauer, Disziplin ab. Irgendwann kann die Spannung nicht mehr ausgehalten werden, und wir sprechen dann von asozialer Haltung und Kriminalität. Ein solcher erfährt in diesem und in den folgenden Leben Leiden - weil er die Gefahr der Sinnensucht nicht erkannt und sich in immer größere Abhängigkeit aufgeschaukelt hat.

Von den drei großen Erfahrismöglichkeiten: 1. Formfreies Dasein, in dem reine, friedvolle Wahrnehmung ohne Denken ist, 2. formhaft-geistiges Dasein, in dem geistig vorgestellte Form erscheint, und 3. Sinnensuchtwelt, in welcher Form gegenständlich als Festigkeit, Flüssigkeit, Temperatur und Luft erfahren wird - besteht in den beiden höheren Weltstrukturen erhabenes, lichtetes, gefahrloses Dasein in je vier Stufen. Die unterste Erlebensstruktur aber, die Welt der Sinnensucht, besteht als Begegnungsleben in zehn verschiedenen Stufen. Ihre unterste wird in fast allen Religionen als „Hölle“ bezeichnet, weil dort das Erfahren äußerster Schmerzen in schierer Ausweglosigkeit die Daseinsgrundlage bilden. Wenn auch die oberen der zehn Stufen nicht an die Hölle erinnern und von den sinnensüchtigen Wesen dieser Stufen, da sie das eigentliche Wohl nicht kennen, als erträglich bis schön empfunden werden, so beschreibt der Erwachte die Wesen aller Stufen der Sinnensuchtwelt als „süchtig“, d.h. sie haben eine mehr oder weniger starke Sucht (Durst) nach Sehen, Hören, Riechen, Schmecken und Tasten der ihnen sympathischen äußeren Dinge und nach Vermeidung der unangenehmen, schmerzlichen bis entsetzlichen sinnlichen Wahrnehmungen.

Diese ihre Sucht bringt sie dazu, dass sie im Lauf der Zeit (der Wiedergeburten) in dieser Sinnensuchtwelt doch immer weiter abwärts, d.h. in immer mehr Schmerzen, Ängste, Qualen und Dunkelheiten gelangen. Darum vergleicht der Erwachte die gesamte Sinnensuchtwelt mit einem allmählich sich senkenden, abwärts bis in den Sumpf hineinführenden Weg und sagt von den Wesen dieser Welt, dass die allermeisten nach dem Tod weiter abwärts in noch mehr Dunkelheit gelangen und nur ganz wenige - eben solche, die der Weisung der Vollendeten und Geheilten folgen - dieser Welt in angenehmere entkommen:

*Und der Erhabene hob ein klein wenig Erde mit dem Nagel seines Fingers auf und fragte die Mönche: Was ist wohl größer, ihr Mönche, dies bisschen Erde, das ich auf dem Nagel meines Fingers habe, oder die große Erde? – Viel mehr als dies bisschen Erde ist die ganze Erde. Gegenüber der großen Erde kann dies bisschen Erde, das der Erhabene auf dem Nagel seines Fingers hat, nicht gezählt, nicht gerechnet, in gar keinen Vergleich gesetzt werden. – Ebenso wenig ist, ihr Mönche, gegenüber der Anzahl der Lebewesen die Anzahl der Wesen, die nach ihrem Tod als Mensch oder gar als Götter wiedergeboren werden, im Vergleich zu der unermesslichen Zahl von Wesen, die nach dem Tod als Tiere, Gespenster oder in der Hölle wiedererscheinen.*

*(S 56,102-130)*

Es ist bezeichnend, dass auch Jesus nach seinen wenigen Aussagen von der jenseitigen Welt (die fast alle auf die Sinnensuchtwelt hindeuten) im Grunde ähnlich urteilt wie der Erwachte in der bekannten, früher häufig zitierten Aussage (Matth. 7,13):

*Gehet ein durch die enge Pforte. Denn die Pforte ist weit und der Weg ist breit, der zur Verdammnis führt, und ihrer sind viele, die darauf wandeln. Und die Pforte ist eng und der Weg ist schmal, der zum Leben führt, und wenige sind ihrer, die*

*ihn finden.*

In dem Sinn heißt es auch in der buddhistischen Spruchsammlung (Dh 174):

*In blinder Nacht liegt diese Welt,  
klar sehen hier nur wenige;  
dem netzbefreiten Vogel gleich  
steigt selten einer himmelwärts.*

Die Lehrreden sind durchzogen von der Warnung des Erwachten vor den Gefahren der Sinnensucht. Weil es ein Gesetz ist, dass durch wiederholtes erfreutes oder positiv bewertendes Bedenken der sinnlich als angenehm empfundenen Dinge die Sucht nach diesen immer größer wird - die größere Sucht wiederum eine häufigere Begegnung und Genuss dieser Dinge fordert, um einigermaßen befriedigt zu sein - die Hingabe an den Genuss den Menschen immer weniger fähig macht, im Existenzkampf zu bestehen - und der Mensch wegen seines starken Dranges nach Befriedigung nächstblind und rücksichtslos wird, gar keinen Blick mehr hat für die Bedürfnisse der Mitwesen - darum warnt der Erwachte immer wieder davor, sich dem sinnlichen Begehren hinzugeben, wie folgende Gleichnisse zeigen:

Der Erwachte schildert (It 109, M 67) einen Schwimmer im Fluss, der sich genussvoll der Strömung überlässt (ein Bild für die tagtägliche Befriedigung der Sinne). Aber die Strömung trägt ihn abwärts. Am Ufer steht ein Mensch, der warnend ruft, dass dieses Spiel, vom Wasser sich treiben zu lassen, im Augenblick zwar schön sein möge, dass der Strom aber weiter unten in einen gefährlichen See münde.

*Gleichwie da, ihr Mönche, ein Mensch vom Wasser eines Flusses, das ihm verlockend erfrischend und angenehm erscheint, flussabwärts getrieben würde. Ihn aber sähe ein am Ufer stehender, weitblickender Mann und spräche zu ihm: Höre, die abwärts treibende Strömung des Flusses erscheint dir ange-*

*nehm und erfrischend, aber dort unten ist ein See mit Wellen, mit Strudeln, Krokodilen und Haien. Wenn du dahin gelangst, kommst du zu Tode. Auf diese Warnung hin rudert nun dieser Mensch mit Händen und Füßen gegen den Strom.*

*Dies ist der Sinn des Gleichnisses:*

*Die Abwärtsströmung des Flusses ist ein Gleichnis für den (aus Unkenntnis der Gefahr von Befriedigung zu Befriedigung immer stärker werdenden) Durst (nach den angenehmen Sinnendungen).*

*Dass das Wasser als angenehm und erfrischend empfunden wird, ist ein Beispiel dafür, dass die den Sinnesorganen des Körpers innewohnenden Süchte nach Berührung (ajjhattika āyatana) befriedigt worden sind.*

*Der tiefe See (in dessen Strudeln der Schwimmer versinkt) ist ein Gleichnis für die fünf untenhaltenden Verstrickungen (Glaube an Persönlichkeit, Daseinsbangnis, Nichts Höheres als gute Sitten anstreben, Sinnensucht, Nächstenblindheit).*

*Die Wellen sind ein Gleichnis für Zorn und Verzweiflung.*

*Der Strudel ist ein Gleichnis für die fünffältige Sinnensucht.*

*Krokodile sind ein Gleichnis für die Gefräßigkeit und Haie sind ein Gleichnis für die Sexualität.*

*Gegen den Strom Rudern ist ein Gleichnis für das Überwinden der Sinnensucht.*

*Mit Händen und Füßen Rudern ist ein Gleichnis für den Einsatz von Tatkraft.*

*Der am Ufer stehende weitblickende Mann ist ein Gleichnis für den Erwachten.*

Am Ende dieser Lehrrede gibt der Erwachte dem Mönch einen anspornenden Vers:

*Selbst unter Schmerzen mög' die Sinnenslust er meiden,  
der künft'gen höchsten Sicherheit, er streb' ihr zu.*

*Wird ihm im höchsten Klarblick dann das Herz befreit,  
erreicht er bald den heilen Stand.*

*Der Wissensmächt'ge, der den Reinheitswandel lebte,*

*Welt-Endiger, am andern Ufer angelangt, so heißt er.*

Laut M 19 gibt der Erwachte ein ähnliches Bild für die Gefahr der Sinnlichkeit wie das des Schwimmers, der sich von der Strömung abwärts treiben lässt. Er spricht da von einer Gazellenherde, die in einem Wald lebt, von dem aus ein Weg durch die Landschaft allmählich abwärts in einen Sumpf führt. Ein Wilderer (Gleichnis für Māro, der alle Wesen ins Verderben führen will) entdeckt diese Herde im Wald und will sie in seinen Besitz bringen. Er hat zwei abgerichtete Ködertiere, die die Herde aus dem Wald heraus auf den abwärts führenden Weg in den Sumpf locken sollen. Das eine Ködertier gilt für die Befriedigungssucht (*nandirāgo*), die bei dem Unbelehrten von Befriedigung zu Befriedigung zunimmt, und das andere Tier gilt für Wahn (*avijjā*), durch den der Genießende an die Perspektive Ich-Umwelt gebunden ist und durch den er blind ist für die Gefahren der Sinnensucht und nur die Möglichkeiten der wohltuenden Befriedigung sucht und pflegt.

In M 22 wird berichtet, dass sogar ein Mönch des Buddha blind war für die Gefahr der Sinnensucht. Er meinte, die Hingabe an die Sinnendinge sei nicht zwangsläufig gefährlich für den Genießenden. Über solche, aller Belehrung durch den Buddha entgegengesetzte Anschauung waren die anderen Mönche erschrocken und entgegneten:

*Als friedlos hat der Erhabene die Sinnensüchte/Sinnendinge bezeichnet, voller Leiden und Gefahren, das Elend überwiegt.  
Kahlen Knochen verglichen hat der Erwachte die Sinnendinge,  
Fleischfetzen verglichen hat der Erwachte die Sinnendinge,  
flammendem Stroh verglichen hat der Erwachte die Sinnendinge,  
einer Grube mit glühenden Kohlen verglichen hat der Erwachte die Sinnendinge,  
Traumbildern verglichen hat der Erwachte die Sinnendinge,  
geborgtem Darlehen verglichen hat der Erwachte die Sinnendinge,  
Baumfrüchten verglichen hat der Erwachte die Sinnendinge,  
Schwerterschneiden verglichen hat der Erwachte die Sinnendinge.*

*dinge,*

*Lanzenspitzen verglichen hat der Erwachte die Sinnendinge,  
Schlangenrachen verglichen hat der Erwachte die Sinnensüch-  
te/Sinnendinge.*

Als der Mönch dennoch nicht darauf hörte, berichteten sie es dem Erwachten, der dem Mönch ebenfalls diese Gleichnisse nennt und ihn zurechtweist mit den Worten:

*Woher weißt du, du törichter Mann, dass die Sinnendinge so von mir genannt worden sind? Sind nicht auf vielerlei Weise die Sinnendinge als gefährlich von mir bezeichnet worden? Sie sind zwangsläufig gefährlich für denjenigen, der sie genießt. Du Tor hast unsere Aussagen falsch verstanden und missdeutet. Du zerstörst viel und schaffst dir eine ungünstige Ernte. Das wird dir, du Tor, lange zum Unheil und Leiden gereichen.*

Deutlich zeigt der Erwachte die Gefährdung durch die Sinnensüchtigkeit in zwei der bereits erwähnten Gleichnisse in M 54:

*Wie Strohfackeln, gegen den Wind getragen, so gefährden die Sinnenlüste den Menschen. Gleichwie etwa, Hausvater, ein Mann mit einer brennenden Strohfackel gegen den Wind ginge; was meinst du wohl, Hausvater, wenn dieser Mann die brennende Strohfackel nicht gar eilig von sich fortwürfe, würde sie da seine Hand verbrennen, seinen Arm oder andere Glieder des Leibes verbrennen, so dass er den Tod oder tödlichen Schmerz erleiden müsste? – Gewiss, o Herr. –*

*Ebenso auch, Hausvater, meditiert der Heilsgänger, indem er still und aufmerksam bei sich bedenkt: „Brennenden Strohfackeln gleich sind die Sinnenlüste, hat der Erhabene gesagt, voller Leiden, voller Enttäuschung, das Elend überwiegt!“*

Wenn man eine Strohfackel gegen den Wind trägt, dann mag es wohl befriedigend hell erscheinen. Aber der Wind schlägt dem Träger die Flammen ins Gesicht:

*Entfachte Fackel züngelt rasch empor  
am Arm, der fassen, der nicht lassen will:*

*Wie Feuer süchtig lodert Lust,  
verzehrend sengt sie, wirft man sie nicht weg.  
(Thig 507)*

Das heißt, du kannst und darfst den Sinnensüchten nicht bis zum Ende folgen. Wir leben nur darum noch leidlich als Menschen, weil wir in unseren Wünschen noch nicht uferlos geworden sind. - In der Weisheit aller Kulturen wird immer wieder gesagt: Wenn der Mensch sich alle seine Wünsche erfüllen könnte, dann wäre er verloren. Wir können es bei uns selbst beobachten, dass wir die Strohfackel immer wieder fortwerfen, wenn wir merken: es geht zu weit, wir werden süchtig oder geraten auf den Abweg.

Wer allen seinen Wünschen Folge leistet, der wird nicht nur physisch immer schwächer, sondern auch geistig und seelisch. Und weil er immer bedürftiger, immer hungrier, immer begehrlischer wird, so wird er immer rücksichtsloser vorgehen müssen, um alle Wünsche, die ihm Bedürfnisse geworden sind, zu erfüllen. So kommt er aus Sinnensucht zur Rücksichtslosigkeit, zu Verweigern, Entreißen, Streit, zur Zunahme der üblen Gesinnungen und üblen Taten – und damit zum Untergang.

Man mag meinen: Ganz so schlimm scheint es doch mit den Sinnenlüsten nicht zu sein, denn wir leben ja noch als Menschen. Aber warum? Weil wir einen Beruf haben, der uns fordert, und weil wir Pflichten haben, darum können wir unseren Neigungen nicht voll nachgehen, sind gehemmt durch Erinnerungen an Pflichten, moralische Anwandlungen usw. Der normale gesunde Mensch hat auch ein Gefühl dafür, dass die Sinnenlüste Strohfackeln sind. Er weiß, es ist da eine gewisse Vorsicht am Platz.

*Wie die ständige Abwehr von Mördern, so hält die Sinnensüchtigkeit in Todesangst.*

*Gleichwie etwa, Hausvater, wenn da eine Grube wäre, tiefer als Manneshöhe, voll glühender Kohlen, ohne Flammen, ohne Rauch, und es käme ein Mann herbei, der leben, nicht*



*sterben will, der Wohlsein wünscht und Wehe verabscheut; aber zwei kräftige Männer ergriffen ihn unter den Armen und schleppten ihn zu der glühenden Kohlengrube hin. Was meinst du wohl, Hausvater, würde da nun dieser Mann auf jede nur mögliche Weise den Leib zurückziehen? -*

*Gewiss, o Herr! -*

*Und warum das? -*

*Gar wohl, Herr; wüsste der Mann: „Falle ich in diese glühenden Kohlen hinein, so muss ich sterben oder tödlichen Schmerz erleiden! -*

*Ebenso nun auch, Hausvater; meditiert der Heilsgänger, indem er still und aufmerksam bei sich bedenkt: „Glühenden Kohlen gleich sind die Sinnenlüste, hat der Erhabene gesagt, voller Leiden, voller Enttäuschung, das Elend überwiegt!“*

Dieses Gleichnis aus M 54 zeigt, dass es mit dem Fortwerfen der Strohfackel (s. voriges Gleichnis) nicht immer getan ist. Wer diese von Fall zu Fall rechtzeitig fortwirft, der ist zwar von Fall zu Fall nicht bis zum äußersten Extrem der sinnlichen Befriedigung vorgegangen, bis zum unmittelbaren Leiden; aber das jetzige Gleichnis will zeigen, dass der Mensch durch die Tatsache seiner sinnlichen Süchtigkeit in ununterbrochener Lebensgefahr lebt und zuletzt eben doch dem Tod erliegt - so wie der Mann, wie sehr er sich in seiner Todesangst auch gegen die beiden Stärkeren wehrt und wie lange er auch den Sturz in den Tod hinausschiebt, zuletzt doch ganz sicher der Übermacht erliegt.

Wir brauchen nur daran zu denken, wie uns zumute ist, wenn ein Atomkrieg droht oder wenn wir erfahren, dass wir von tödlicher Krankheit befallen sind und was alles damit zusammenhängt, um zu erkennen, was hier gemeint ist: Alle Wesen, die auf Sinnendinge aus sind, brauchen ein Werkzeug der Sinnensucht, eben diesen stofflichen Körper, der von den Eltern gezeugt wurde, nach neunmonatiger Ernährung im Mutterleib zur Geburt kam, durch weitere Nahrung erhalten wird, bei zu langem Hunger oder zu langem Durst vernichtet wird

und der, auch wenn er ganz ohne Nöte alt geworden ist, dann dennoch sterben muss. Alle Körper sind nur begrenzte Zeit benutzbar, und alle Körper vergehen, nur die Süchte bleiben. Der Sinnensüchtige aber identifiziert sich - gerade durch seine Sinnensüchtigkeit - mit dem Körper. Er hält den Tod des Körpers für seine Vernichtung. Insofern lebt er ununterbrochen in Todesangst. Das ist das Elend der Sinnensucht.

In dem Maß aber, wie die Sinnensüchtigkeit abnimmt, da nimmt auch in dem gleichen Maß die Identifizierung mit dem Körper ab. Da entdeckt man die Selbständigkeit des Seelischen und erfährt, dass man dieses wohl wandeln kann, dass es aber nie „stirbt“.

Darüber hinaus lehrt der Erwachte, dass die von aller Sinnensucht völlig Befreiten nach Ablegen dieses Körpers geistunmittelbar bestehen über Zeitenläufe hinweg, gegenüber welchen unsere Lebensdauer so ist wie ein handgroßer Stein gegenüber einem Gebirge. - Darüber hinaus zeigt der Erwachte gar die Wege, die aus aller Daseinsbegrenzung hinausführen zum Todlosen. - Wenn man das aber nicht weiß, dann kann man es nicht anstreben.

*5. Zu loben ist der im häuslichen Leben Stehende,  
der von seinem Besitz lebt, ohne an ihn gefesselt,  
von ihm betört und besessen zu sein, weil er das  
Elend der Sinnensucht sieht und den Ausweg kennt:  
der zehnte Mensch*

Es ist ein gesetzmäßiger Zusammenhang, dass einer, der deutlich das Elend des Begehrens nach Sinnendingen und das Wohl des Auswegs vor Augen hat, sich nicht dem Genuss voll hingeben kann. Auch wenn ihn starke Genusstriebe zum Genuss drängen (so dass er ihnen wegen ihrer Kraft noch folgen muss), so tut er dies mit innerem Widerstreben, weil er um die Gefährlichkeit der Sinnensucht weiß, sich also bewusst ist, dass er seinem eigenen wahren Wohl entgegenhandelt, wenn er seinen Trieben freien Lauf lässt, also das ihnen Entsprechende

hemmungslos ergreift oder das ihnen Widerwärtige abweist.

Der zehnte Mensch hat die Weisungen der Heilslehrer verstanden, hat die von ihnen aufgezeigten helleren, höheren Seinszustände als leidfreier und darum lohnender begriffen, und in dem gleichen Maß hat er seine bisherigen Maßstäbe und Ziele als im Leiden festhaltend durchschaut. Darum ist sein Wille gewandelt und gewendet, er reckt sich mit mehr oder weniger empfundener Freude und Sehnsucht den höheren Zielen zu.

Der normale Mensch ist, wie der Erwachte zeigt, nicht nur von der Sinnlichkeit, von der Sinnensüchtigkeit bewegt und gerissen, sondern zusätzlich noch von hohen Graden des Egoismus, der Rücksichtslosigkeit, Nächstenblindheit (*vyāpāda*) in den vielen Ausdrucksformen, also von dem Mangel an Mitempfinden und an Tugend. Alle diese Eigenschaften bewirken im Menschen eine dunkle, trübe Grundverfassung, die ihn begleitet, ganz unabhängig von den durch die Sinne erfahrenen Erlebnissen, weshalb der Erwachte sie immer wieder als unheilsam bezeichnet. Der normale Mensch erlebt durchgängig diese dunkle, öde Grundstimmung und außerdem von Fall zu Fall durch die sinnlichen Erlebnisse diese oder jene Sinnenslust oder auch Sinnenschmerz.

Da sagt nun der Erwachte, dass ein Mensch, solange er sich in diesem Zustand befindet, sich nicht von den Sinnenlüssen ablösen kann, weil sein übrig bleibender dunkler, öder Zustand ihm schwer erträglich ist. Es geht darum, den Ausweg zu sehen und zu gehen, sich erst von der Tugendlosigkeit zur Tugendhaftigkeit, von Rücksichtslosigkeit und Egoismus zu Mitempfinden mit den Mitwesen zu entwickeln und daraus innere Freude zu gewinnen.

Der Erwachte vergleicht (A III,102) die menschlichen Herzen mit dem unterschiedlichen Gemisch von Sand und Gold. Als Sand gelten die innewohnenden ungunen Eigenschaften (s. M 7), die kalte Rücksichtslosigkeit, Nächstenblindheit, Zorn, Wut und Groll, Stolz und Empfindlichkeit, Neid und Geiz, Heimlichkeit und Heuchelei, Starrsinn, Streitsucht, Überheb-

lichkeit usw. und auch das daraus hervorgehende üble Betragen im Reden und Handeln. Das alles ist die Ursache für das dumpfe, dunkle, verzerrte Grundgefühl. - Aber Nachsicht, Rücksicht und Schonung in der Begegnung mit den Mitwesen, Fürsorge, Fürsprache und Förderung, Wohlwollen und die Freude am Erfreuen des anderen - und auch das aus all dem hervorgehende gute Verhalten im Reden und Handeln - das sind die Eigenschaften, die das „Gold“ ausmachen, von welchem der helle innere Wohlklang, die helle gute Grundstimmung des Menschen ausgeht.

Aus diesem Gemisch von Sand und Gold besteht unser aller Herz, und je nach dem Gemisch ist unsere Grundstimmung, unser inneres Sein, das unabhängig von dem Begegnenden ist. Hier zeigt nun der Erwachte in seiner gesamten Belehrung, dass der Mensch, je dumpfer, dunkler und bitterer sein eigener Zustand ist, um so mehr draußen jagt, um durch die tausend Begegnungen – womöglich erfreuliche Ablenkung zu erleben, dass aber der Mensch, je mehr sein Grundgefühl wohl tut, um so mehr an diesem genug hat, in sich und bei sich selber sich wohl fühlt und darum auf die äußeren Dinge weniger angewiesen ist.

Auch aus der Läuterungspraxis in allen anderen Religionen liegen Berichte vor darüber, dass ein jeder Mensch, der an der Reinigung seines Herzens von den üblen Eigenschaften - an seiner Läuterung - arbeitet, dann auf die feine Wandlung seines inneren Grundgefühls aufmerksam wird. Er entdeckt diesen inneren Klang, er erspürt, was an diesem Klima wohltuend und gut und was noch übel, kalt und dunkel ist. Und er richtet seine Aufmerksamkeit immer mehr darauf, dieses sein eigenes Wesen in seinem eigenen Interesse immer mehr zu reinigen und zu erhellen und, wie die Goldgräber, immer mehr den „Sand“ zu entfernen. In diesem Sinn sagt z.B. *Meister Eckehart*:

*Wer Geduld hat und den Weg in rechter Weise beschreitet,  
der findet in der Tugend und in der Herzensläuterung*

*genug an Honig und Süße, um mit dieser Wegzehrung  
Traurigkeit und Trägheit zu überwinden.*

Auf diesem Weg der Erhöhung und Erhellung seiner eigenen inneren Grundverfassung und Grundstimmung macht er eine Erfahrung, die er vorher nicht erwartet hätte: Er entdeckt, dass sein Herz und Gemüt für ihn zu einer heimatlichen Stätte wird, dass ihm ein ruhender Pol erwachsen ist ohne Sorgen und Jagen, eine stille traute Stube, in welcher er alles „Draußen“, die mit den Sinnen erfahrbare Welt, nicht vermisst, so dass er immer öfter bei sich selbst einkehrt.

Durch diese Entwicklung seines inneren Lebens beginnt er zu erfahren, dass alle durch die Sinne erfahrbaren äußeren Erlebnisse und Ereignisse, die früher seinen ganzen Lebensinhalt ausmachten, jetzt den unruhigen, unzuverlässigen Teil seines Erlebens bilden, während die entdeckte innere Stube immer da ist und immer Ruhe gibt, wann er nur wieder einkehrt.

Diese Entwicklung wird in der Läuterungspraxis der verschiedenen Kulturen die „Entwicklung zur Abgeschiedenheit“ genannt, und sie gilt als der Umbruch und die Umstellung des Menschen von außen nach innen, von der Welt-Erscheinung zum eigenen Herzen. Ein solcher arbeitet um so gesammelter und wachsender an der weiteren Reinigung und Erhellung seines Herzens, das immer mehr seine eigentliche Heimat wird. In diesem Sinn sagt der Erwachte, dass der Mensch, der diese Abgeschiedenheit (*viveka*) entdeckt und entwickelt hat und dabei sich glücklich und froh fühlt, ganz von selber immer wieder den vorwärts bringenden Gedanken bekommt:

*Was ist noch unheilsam an mir?*

*Was ist noch nicht abgetan?*

*Was wollen wir ablegen? (It 38)*

Je mehr der Übende sich der inneren Helligkeit und Ruhe zuwendet und bei sich selber wohnt, um so mehr erfährt er bei sich, dass die gesamten äußeren Dinge für ihn nicht mehr das

eigentliche Leben bedeuten, dass sie ihn nicht mehr so beeindrucken, reizen, beeinflussen (*āsavā*) können wie früher. Weder reizen ihn die angenehmen mit der früheren Verlockung noch die unangenehmen zu früherem Zorn, Ekel, Abwehr. Das ist das Nachlassen der Wollensflüsse/Einflüsse bei den Sinnendungen (*kāmāsavā*).

Solange wir nach begehrten Dingen gieren, d.h. uns immer wieder einreden, wie schön sie seien, so lange wächst in uns auch entsprechend sinnliches Begehren. Auf die zwangsläufig nur immer zunehmende Süchtigkeit der einmal an die Sinnensucht Geratenen machen alle Heilslehrer aufmerksam. Der Erwachte lehrt: Führe dir vor Augen, wie dein Begehren dein Leiden ist, wie du durch dein Begehren abhängig bist, und führe dir vor Augen, was das für Dinge sind, die du begehrt, durchschaue sie und sieh, wie sie bald nicht mehr da sind. In dem Sinne sagt der Inder *Shankara*:

*Betrachten sollst du dieses wandelbare Sein,  
als wär's ein Traum;  
als wär' es Schnee, der in der Sonne schmilzt...*

Alles, was wir so stark begehren, ist zuerst so „fein“ wie frisch gefallener Schnee, der aber bald schon zerrinnt. Unbeständig, trügerisch, täuschend, gefährdend sind die Sinnendungen, und wir leiden, weil wir von ihnen abhängig sind. Ein Gleichnis erklärt den Unterschied zwischen Begehren und Nichtbegehren:

Wenn ein Schiff leck ist, dann strömt Wasser in das Schiff. Darum muss die Pumpe arbeiten, um das Wasser wieder heraus zu befördern. Das lecke Schiff ist der Hungerleider: Er hat Hunger nach Erlebnissen und muss immer allerlei erleben und muss sich auch so verhalten, dass er erlebt: nämlich gewährend. Nur aus Gewähren wird erlangt, was begehrt wird. Das lecke Schiff ist gefährdet, es muss untergehen, wenn nicht gepumpt wird. Und so geht der Begehrende in Leiden unter, wenn er nicht durch früheres Gewähren seine Wünsche erfüllt bekommt, denn ohne Wunscherfüllung können die Wesen

nicht leben. Aber wenn das Leck behoben ist, dann ist das Schiff gesichert. Und so, sagen die Großen, ist es, wenn die Wesen von Sinnensucht erlöst sind.

Der zehnte Mensch dieser Lehrrede hat noch nicht den Frieden weltloser Entrückung erfahren, lebt darum noch aus der Neigung zu den Sinnendingen - nach dem Gleichnis des Erwachten: die Lotosrosen saugen noch aus der Wassertiefe Nahrung auf, aber ihre Blüten sind in der freien Luft. Für den zehnten Menschen ist der Genuss der Sinnendinge nicht mehr das Höchste. Soweit es ihm ohne große Anstrengung möglich ist, erleichtert er sich das Leben. Aber er hat deutlich die Gefährlichkeit und das Elend der Sinnendinge vor Augen, darum lässt er sich von ihnen nicht betören. Er sieht den Ausweg, weiß um die Möglichkeit weltunabhängigen Friedens und um das Wohl völliger Unverletzbarkeit. Mehr oder weniger empfindet er durch sein Geben und Wohltun innere Freude bei sich selbst, und so tritt er mehr und mehr von den äußeren Dingen zurück, entdeckt mehr und mehr inneres Wohl, lebt auf dieses hin und ist eingedenk dessen, dass Begehren und Begehrenserfüllung in Elend festhalten. Er hat den abschüssigen „Weg in den Sumpf“ endgültig verlassen.

SEGENSREICHE EIGENSCHAFTEN  
FÜR HAUSLEUTE  
„Angereichte Sammlung“ (A VIII, 54)

Ähnlich wie die Lehrrede „Gespräch mit Singalako“ (D 31) enthält auch die folgende Lehrrede praktische Hinweise für die Lebensführung. Es werden einem Hausvater auf seine Frage vom Erwachten acht Eigenschaften genannt, vier, die helfen, schon in diesem Leben zu Wohl zu kommen, vier deren Befolgung nach dem Tod Wohl gewinnen lässt. Es ist eines der Merkmale der Lehre des Erwachten, dass sie nicht wie andere Weltanschauungen nur Ratschläge gibt, um im Diesseits Wohl zu erreichen, und auch nicht wie andere Religionen nur Ratschläge, um im Jenseits zu Wohl zu kommen, sondern der Erwachte weist Wege, auf denen man sowohl im Diesseits vorwärtskommt wie auch im Jenseits.

Es tritt ein Hausvater an den Erwachten heran und sagt (wie auch in S 22,7):

*Wir wünschen, verehrter Herr Gotamo, auch weiterhin das häusliche Leben in enger Gemeinschaft mit Frauen und Kindern zu leben, möchten uns erlesener Wohlgerüche erfreuen, möchten uns pflegen und salben, uns an Gold und Silber erfreuen. Und nach der Trennung vom Körper jenseits des Todes möchten wir eine glückliche Lebensbahn haben, in himmlischer Welt wiedererscheinen.*

*Die wir solches wünschen und anstreben, uns möge der ehrwürdige Herr Gotamo solche Lehre weisen, nach der wir auch weiterhin das häusliche Leben in enger Gemeinschaft mit Frauen und Kindern leben können, uns erlesener Wohlgerüche erfreuen können, uns pflegen und salben, uns an Gold und Silber erfreuen können und dann nach der Trennung vom Kör-*



*per jenseits des Todes eine glückliche Lebensbahn haben, in himmlischer Welt wiedererscheinen können.*

Der Hausvater grenzt ausdrücklich ab. Er fragt nicht nach dem ewigen Heil und auch nicht nach der Überwindung der Begehrenswelt, nach den Wegen zur Erreichung der Reinen (Brahma-)Welten, er drückt etwa aus: Wir sind keine Asketen, sondern wir sind Hausleute, die die Erfüllung von Sinnenfreuden erleben, sie genießen wollen. Wir wissen, dass wir sterben und nach dem Tode weiterleben werden, und da möchten wir Vorsorge treffen, dass wir auch im Jenseits zu Wohl gelangen, wiederum Sinnenfreuden erleben. Das ist die ehrliche und klare Abgrenzung des Hausvaters, die er dem Erwachten gegenüber äußert. Er wünscht, dass ihm der Erwachte einen Weg zum diesseitigen und zum jenseitigen sinnlichen Wohl zeigen möge.

Wir werden im Folgenden sehen, wie fein der Erwachte auf diese Wünsche eingeht, indem er Anleitungen gibt, die der auf sinnlichen Genuss ausgerichtete Mensch verstehen und annehmen kann, die aber zugleich den Keim zu endgültigem absolutem Heil enthalten. Es wäre ja keine endgültige Hilfe, wenn der Erwachte nur für das jetzige Leben und einige zukünftige Leben in höherer Daseinsform eine Anleitung gäbe, denn immer droht das Absinken in untere Bereiche. Es ist auf die Dauer kein beständiges Wohl in dieser Weise zu erreichen.

Der Erwachte sagt nun:

*Folgende vier Dinge, Hausvater, gereichen dem Sohn aus gutem Haus zum diesseitigen Wohl, welche vier? Gewöhnung an Fleiß, Gewöhnung an Wachsamkeit, Freundschaft mit Gutem und angemessene Lebensweise.*

*Was ist nun, Hausvater, Gewöhnung an Fleiß? Da erwirbt, Hausvater, der Sohn aus gutem Haus durch irgendeine Arbeit seinen Lebensunterhalt, sei es als*

*Bauer, Kaufmann, Rinderhirt, als Bogenschütze oder als Beamter oder sei es durch irgendein anderes Handwerk. Darin aber ist er tüchtig und nicht nachlässig. Er versteht sich auf die richtigen Mittel zu handeln und anzuordnen. Das nennt man, Hausvater, Gewöhnung an Fleiß.*

Hier wird etwas empfohlen, was mancher in der Lehre des Erwachten nicht so leicht vermutet; denn oft werden die Lehrreden auch von Hausleuten ausschließlich als Anleitung zu Muße und stiller Besinnung aufgefasst, so dass es vorkommt, dass Buddhisten - zwar im Hause lebend und Sinnenwohl genießend - meinen, sie müssten den Weg damit anfangen, Muße zu haben, Besinnung, Meditation zu pflegen, dann komme alles andere von selbst. Manche erhoffen dann alles von einer künftigen Veränderung äußerer Lebensumstände, ohne zuerst an die innere Umstellung zu denken, oder kommen gar in die Gefahr, Pflichten gegenüber ihrer Umgebung zu vernachlässigen. Der richtige Anfang liegt aber darin, Konsequenzen zu ziehen, wie es viele Anhänger getan haben, indem sie in dem Wunsch, im Hausleben mehr Muße zum Nachdenken über die guten Dinge zu gewinnen, in dem gleichen Maß von dem Sinnengenuss zurücktreten, so dass das Leben im Haus allmählich immer stiller wird, immer weniger abhängig von anderen Menschen. Das ist schon ein allmählicher Übergang zum Mönchsleben, zum Einsiedlerleben. In solch einem Fall bringt die richtige Anwendung der Muße zur weisheitlichen Betrachtung größten Gewinn.

Aber bei einem Hausvater wie dem in dieser Lehrrede geschilderten, der, wie er ausdrücklich sagt, in der Welt weiterhin genießen will, so wie es die meisten Menschen wollen, würde zu viel Muße leicht zum Müßiggang. Wer hier in der Welt genießen will, der muss dafür sorgen, dass er seinem Beruf, der ihm das nötige Geld für die Erfüllung seiner Genussfreuden einbringt, ordnungsgemäß nachkommt. Er muss

sich auf diesen Beruf verstehen, muss auf dessen Erlernung Zeit und Kraft verwenden, darf nicht nachlässig sein. Er muss sich auf die richtigen Mittel verstehen, muss handeln und anordnen können, muss Überblick, Sachkenntnis haben. Er muss durch die Erfüllung seiner Pflichten in Atem gehalten werden, denn wer auf Genuss aus ist und zu viel Muße hat, dessen Dichten und Trachten kreist dann vorwiegend um den Genuss. Damit schaukelt er sein Begehren auf, und immer mehr muss und will er seinem Begehren entsprechend handeln, und immer weniger hat er Zeit und Lust zur Erfüllung der Pflichten, der Aufgaben im Umgang mit den anderen Menschen. Das richtige Verhältnis von Pflichterfüllung und Muße ist eine Sache der klugen Selbstbeobachtung und Selbsterziehung, wie es auch das biblische Wort ausdrückt: *Unser Leben währet siebzig Jahre, wenn es hoch kommt, sind es achtzig Jahre, wenn es köstlich gewesen ist, ist es Mühe und Arbeit gewesen.* - Mit einer solchen Lebenshaltung kommt der Mensch nicht auf üble Gedanken, erfüllt seine Pflichten im Umgang mit dem Nächsten, hat seine Bereitschaft für den anderen bewiesen. In diesem Rahmen kann er weltlichen Freuden nachgehen, und sie überwältigen ihn nicht, denn er kennt nicht nur die vordergründige Begierdenerfüllung, sondern auch die Freude der Pflichterfüllung in seinen Berufsaufgaben und gegenüber dem Nächsten. Hat er sich darum eine Zeitlang vergnügt, so erfreut ihn auch wieder die rechte Erfüllung seiner Aufgaben. Und ist er zur stillen Besinnung geneigt, so kann er in dieser Gewissensruhe, im Bewusstsein erfüllter Pflichten, zu Zeiten - insbesondere am Feiertag - unabgelenkt guten Gedanken nachgehen.

Der Erwachte bewertet in diesem Rat zu Fleiß und Tüchtigkeit nicht die Art der beruflichen Tätigkeit, nicht w a s getan werde, sondern w i e es getan werde, nämlich fleißig, tüchtig und nicht nachlässig. Das ist Fleiß, der weltliches Wissen und Können einbringt. Was in dieser Welt geschehen muss, darf nicht vernachlässigt werden, denn wer in den weltlichen

Dingen nicht fleißig ist, ist meistens auch in der Erarbeitung überweltlichen Wohls nicht fleißig und darum nicht tüchtig.

Das nächste Erfordernis für Wohl im Diesseits ist Wachsamkeit:

*Was ist aber, Hausvater, Gewöhnung an Wachsamkeit? Da besitzt, Hausvater, der Sohn aus gutem Haus Güter, die er sich durch Fleiß und Strebsamkeit erworben hat, durch seiner Hände Arbeit und im Schweiß seines Angesichts angesammelt hat. Diese hütet und bewacht er, damit sie nicht etwa durch Fürsten oder Räuber weggenommen, durch Feuer zerstört oder durch Wasser fortgespült oder von unbeliebten Erben an sich gerissen würden. Das nennt man, Hausvater, Wachsamkeit.*

Diese Wachsamkeit erfordert zweierlei: Einmal weise Vorausplanung, soweit diese möglich ist, und zweitens die materielle Sicherung im Augenblick. Diese Vorsorge ist nicht gleichbedeutend mit Furcht und Misstrauen, sondern bedeutet nur nüchternes Bewachen des einmal erworbenen Guts. Den Fürsten, der Staatsmacht gegenüber wird sich ein Mensch so verhalten, dass ihm sein Gut nicht so leicht weggenommen werden kann, er wird rechtzeitig dafür sorgen, dass sie ihm wohlgesinnt sind, d.h. z.B. für uns Heutige, dem Staat gegenüber gewissenhaft die richtigen Steuerunterlagen abgeben, damit der Staat ihm keinerlei Strafe auferlegen kann. - Er wird Vorsorge treffen - heute etwa durch rechtzeitige Aufstellung eines Testaments -, dass sein Gut nicht in falsche Hände kommt. Weiter wird der Wachsame Vorsorge treffen, dass seine Güter so angelegt sind, dass sie gegen Feuer und Wasser gesichert sind und dass sie nicht von Dieben gestohlen werden.

Wir leben unter Menschen und wissen, dass unter Umständen ein nicht bewachtes Gut leichter verloren geht. Gelegenheit macht Diebe. Wer überall Türen und Tore offen lässt und sich

um gar nichts kümmert - etwa in dem ausgesprochenen oder unausgesprochenen Gedanken: „Der Sperling auf dem Dach fällt auch nur herunter, wenn seine Zeit gekommen ist“ - ein solcher gibt Raum für habsüchtige, lüsterne Menschen, die auf anderer Leute Gut aus sind.

Unter den mancherlei geistigen Richtungen, welche sich in der westlichen Welt im Lauf der Jahrhunderte auf Grund der unterschiedlichen Auslegungen der christlichen Lehre und auch unter den unterschiedlichen humanistischen Auffassungen herausgebildet haben, gibt es auch die Geisteshaltung eines „vollkommenen Vertrauens“. In solchen Kreisen wird der Standpunkt vertreten, dass der Mensch von Natur gut sei, oder der Standpunkt, dass das geäußerte und gezeigte Vertrauen die besten Seiten des anderen Menschen ansprache und zum Vorschein brächte, weshalb es also unsere Pflicht wäre, Tür und Tor offen zu halten, unseren Besitz nicht zu bewachen, sondern überall diese Vertrauensbeweise zu liefern.

Menschen, die so vorgehen, können lange Zeit Glück haben, können sogar ihr ganzes Leben Glück haben und vor Schaden bewahrt sein. Und auf jeden Fall ist diese Haltung unvergleichlich besser als die des äußersten Misstrauens und des Geizes, wie sie von vielen anderen Menschen wiederum gezeigt wird. Und oft ist es auch das schlechte Beispiel von Misstrauen und Geiz, das manche Menschen zu dieser entgegengesetzten Haltung veranlasst. Wer aber allen realen Gegebenheiten Rechnung tragen und zugleich die bestmögliche Haltung den Mitmenschen gegenüber einnehmen will, der wird nicht übersehen, dass eben in der Welt auch Diebstahl, Betrug und Raub immer wieder vorkommen und dass einer, der sein Gut bewahren will, eben darum achtgeben muss, dass es ihm nicht auf diese Weise verloren gehe. Wer z.B. sein Auto abschließt, der kränkt oder schädigt damit keinen einzigen der tausend guten Menschen, die daran vorübergehen, aber er erspart dem einen diebisch Gesinnten oder dem Leichtsinrigen, der eine Spritztour machen will, eine leichte Gelegenheit und bewahrt sein Eigentum. Andererseits wird er

durchaus nicht in jedem Menschen einen Feind sehen, sondern wird offen und gern Vertrauen entgegenbringen dort, wo er weiß, dass er es darf, weil er die Menschen als vertrauenswürdig kennt. Dort aber, wo ihm die Menschen unbekannt sind, zeigt er nicht Misstrauen und Ängstlichkeit, sondern größtes Entgegenkommen gepaart mit kluger Vorsicht. Diese Haltung ist die optimale, denn sie führt zu den besten zwischenmenschlichen Beziehungen auf der einen Seite und bewahrt vor Schaden auf der anderen Seite. Und noch in anderer Weise sorgt der Wachsame laut dem Erwachten (A IV,255) für sein Gut und mehrt seinen Besitz, nämlich indem er *nach Verlorenem sucht und das Schadhafte ausbessert*. Wir sehen, wie praktisch die Ratschläge des Erwachten sind und wie sie zur Aufmerksamkeit und zur Ordnung erziehen. Wer allen verloren gegangenen Dingen nicht nachgeht, der wird eine fühlbare Minderung seiner Güter erfahren und gewöhnt sich zunehmende Unachtsamkeit an. Die Mitarbeiter und die Nachbarn machen es sich bald zunutze, dass den verloren gegangenen Dingen nicht nachgesucht wird, und so muss immer mehr Neues angeschafft werden.

Ebenso verhält es sich mit dem Ausbessern von Schäden: Ein kleiner Schaden ist leicht auszubessern, und damit ist ein oft wertvoller Gegenstand wieder voll einsatzfähig. Lässt man den Schaden aber sich weiterentwickeln, so muss bald der ganze Gegenstand durch einen neuen ersetzt werden.

Als nächstes empfiehlt der Erwachte Freundschaft mit Guten:

*Was ist nun, Hausvater, Freundschaft mit Guten? In dem Dorf oder der Stadt, wo der Sohn aus gutem Haus wohnt, was es dort an Hausvätern gibt oder Hausvatersöhnen, jung und von reifem Charakter oder alt und von reifem Charakter, die Vertrauen haben, tugendhaft sind, freigebig sind und Weisheit besitzen, mit solchen pflegt er Umgang, unterhält sich mit ihnen, führt Gespräche mit ihnen. Und den solcherart Ver-*

*trauensvollen eifert er im Vertrauen nach, den solcherart Tugendhaften eifert er in Tugend nach, den solcherart Freigebigen eifert er in Freigebigkeit nach, den solcherart Weisen eifert er in Weisheit nach. Das nennt man, Hausvater, Freundschaft mit Guten.*

Wir kennen das Wort: *Sage mir, mit wem du umgehst, so will ich dir sagen, wer du bist.* Dieses Wort wird oft etwas vordergründig gedeutet, als ob man sich seine Freunde nach seiner augenblicklichen eigenen Art wähle. Man wählt sich aber oft auch Freunde, die einer ersehnten guten Charakterseite entsprechen, die gerade die Eigenschaft haben, die einem selber fehlt, und so bildet man sich durch den häufigen Umgang mit ihnen allmählich seinen Freunden nach. Jeder vollzieht in seinem Leben viele Wandlungen, wichtig ist, dass es Wandlungen zum Guten sind, und dabei spielt die Beeinflussung durch Freundschaft mit Guten eine große Rolle. Unter Freundschaft verstehen wir ja, dass uns der Betreffende lieb ist, vertrauenswürdig ist. Was er tut und sagt, das hat deshalb mehr Gewicht für uns als das, was irgendein Fremder tut und sagt. Es färbt und beeinflusst uns mehr. Und wir suchen ja auch des Freundes Umgang, sind darum mehr mit ihm zusammen als mit anderen.

Vier Qualitäten werden genannt, die einen Menschen wertvoll machen zum vertrauten Umgang: Vertrauen, Tugend, Freigebigkeit, Weisheit.

Das Pali-Wort *saddha*, das K. E. Neumann mit „Vertrauen“ übersetzt, bezieht sich weniger auf das Vertrauen zu Menschen und bedeutet keinesfalls besondere „Zutraulichkeit“ oder gar Vertrauensseligkeit. Es hat einen viel tieferen geistigen Sinn: Es bezeichnet Menschen, die nicht materialistisch-intellektuell, sondern religiös sind, d. h. solche, die nicht nur an das glauben, was sie sehen, sondern über das, was sie sinnlich sehen, hinaus denken, ahnen, fühlen, es beachten, es würdigen und sich darauf einstellen, ein Gespür für das Größere,

Weitere haben, nicht nur dem Augenblick leben, sondern das Vertrauen haben, dass gutes Verhalten gute Folgen hat. Wenn man solche Menschen antrifft, auch wenn man nicht weiß, warum sie so denken und so sind, ist es ratsam, den Umgang mit ihnen zu pflegen.

Ferner soll man mit solchen Umgang pflegen, die in ihrem ganzen Tun und Lassen, im Reden, im Handeln und in der Lebensführung, nicht nur äußerlich taktvoll sind, sondern auch innerlich Hochherzigkeit, edle Art haben, tugendhaft sind.

Drittens ist der Umgang zu pflegen mit Freigebigen, solchen, die, wenn sie jemand in Not sehen, gern helfen, leicht abgeben und loslassen können - und viertens mit solchen, die Weisheit besitzen, in der Betrachtung des Lebens eine höhere Warte einnehmen, die einen weiteren Horizont des Umblicks und Ausblicks gewährt, so dass die Zusammenhänge gesehen werden. Dazu gehört auch Gelassenheit, Zurückhaltung, Besonnenheit. *Mit solchen pflegt er Umgang, unterhält sich mit ihnen, führt Gespräche mit ihnen.*

Je inniger man mit solchen Freunden verkehrt, über je mehr Lebensgebiete und Dinge des Lebens man mit ihnen spricht, um so mehr wird man ihnen ähnlich: *Und einem solcherart vertrauensvollen (religiösen, geistigen) Menschen eifert er im Vertrauen nach, einem solcherart Sittenreinen eifert er in der Sittlichkeit nach, einem solcherart Freigebigen und Weisheitsvollen eifert er in der Freigebigkeit und Weisheit nach.*

Beim Lesen dieser Eigenschaften mögen wir leicht und mit Recht denken, dass man heutzutage kaum einen Menschen findet, dem diese guten Eigenschaften alle eignen, so dass es für uns also fast nicht möglich sei, geeignete Menschen zu Freunden zu finden. - Wer aber genauer auf die oben zitierten Worte des Erwachten achtet, der wird merken, dass jede Eigenschaft für sich genannt ist und dass der Erwachte empfiehlt, einem Menschen, der diese oder jene der vier Eigenschaften hat, dann eben d a r i n nachzueifern. Es ist zwar rich-



tig, dass wir kaum einen Menschen finden, dem alle vier guten Eigenschaften zu eigen sind, aber ganz erheblich leichter finden wir Menschen, denen die eine Eigenschaft oder die andere zu eigen ist. Es geht darum, diese guten Eigenschaften bei unseren Mitmenschen zu entdecken.

Wie verhält sich aber der normale Mensch? Er sieht auf die Fehler des Nächsten. Er sieht nicht, worin der andere groß ist, sondern worin er klein ist. Und so hat er meistens kleinere Vorbilder, als er sie sich aus derselben Umgebung für sich herausholen könnte. Ein Mensch, der hauptsächlich die Fehler des anderen sieht, nimmt sich daraus das Recht, auch klein zu sein. Dahinter steckt oft Bequemlichkeit. Aus Bequemlichkeit entschuldigt man seine eigenen Schwächen mit dem Hinblick auf die Fehler der anderen.

Wer aber weiterkommen will, der sucht innere Vollkommenheit zu gewinnen, macht sich diese zum Maßstab und ruht nicht eher, als bis er sie erreicht hat. Das gelingt um so leichter, wenn man bei dem anderen Menschen nur auf dessen beste Charaktereigenschaften achtet und über die anderen hinwegsieht. Wer diesen Ratschlag beherzigt, kann schon in kurzer Zeit in einer unvergleichlich besseren Umgebung wohnen, ohne die Menschen auszutauschen. In unserer Umgebung bei allen unseren Freunden, bei unseren alten Lebenskameraden, mit denen wir schon jahrelang zusammen sind, kennen wir ihre Schwächen, aber auch ihre Stärken. Wenn wir auf diese Stärken mehr achten, auch bei den Menschen, mit denen wir seltener Umgang haben, auf das Große sehen und das Große mehr ansprechen, dann wird der andere aus seinem Besten heraus antworten. Das ist eine große Hilfe zum Vorwärtsgang in dieser Welt und auch in der nächsten Welt.

Als weitere Hilfe, um zu diesseitigem Wohl zu kommen, nennt der Erwachte eine angemessene Lebenshaltung.

*Was aber, Hausvater, ist eine angemessene Lebenshaltung? Da kennt, Hausvater, der Sohn aus gutem Haus seine Einnahmen und Ausgaben und richtet dement-*

*sprechend seine Lebenshaltung ein: nicht zu üppig und nicht zu dürftig, wohl wissend, auf diese Weise werden die Einnahmen meine Ausgaben übertreffen und nicht meine Ausgaben die Einnahmen übertreffen.*

*Gleichwie da ein Goldschmied oder dessen Gehilfe, wenn er die Waage vor sich hält, weiß, dass sie sich um so viel sich gesenkt hat oder um so viel in die Höhe geht - ebenso auch, Hausvater, kennt der Sohn aus gutem Haus seine Einnahmen und Ausgaben und richtet dementsprechend seine Lebenshaltung ein: nicht zu üppig, nicht zu dürftig, wohl wissend, auf diese Weise werden die Einnahmen meine Ausgaben übertreffen und nicht umgekehrt.*

*Führt der Sohn aus gutem Haus bei geringem Einkommen eine üppige Lebensweise, so sagt man, dass er seine Schätze vergeude.*

*Führt aber der Sohn aus gutem Haus bei großem Einkommen eine dürftige Lebenshaltung, so sagt man, dass er am Hungertuch nage.*

*Dies aber, dass der Sohn aus gutem Haus seine Einnahmen und Ausgaben kennt und seine Lebenshaltung entsprechend einrichtet, das nennt man eine angemessene Lebenshaltung.*

Es heißt hier also, dass der Hausvater sich immer klar Rechenschaft ablegen soll über seine Einnahmen und Ausgaben und damit im Auge behalten soll, dass die Einnahmen die Ausgaben übersteigen müssen. Danach richtet sich seine Lebenshaltung. Übersteigen die Ausgaben die Einnahmen, so muss er sich beschränken, darf nicht üppig leben. Aber er soll die Ausgaben den Einnahmen auch dann anpassen, wenn die Einnahmen größer werden. Ein Hausvater, der die Sinnendinge genießen will, soll, wenn er größere Einnahmen hat, auch mehr ausgeben für sich und seine Umwelt, reicher leben, nicht sich

und anderen gegenüber geizen. Er soll nicht vergeuden, aber auch nicht geizen. Diese beiden Extreme sind zu vermeiden, In A X, 91 heißt es: *Er macht sich selber glücklich und froh, und das ist zu loben.* Wenn er sich selber nicht glücklich und froh macht, das ist zu tadeln. Ein Mensch, der geizig gegenüber sich selber lebt, schafft sich bewusst Leiden. Er mag wohl eine gewisse Genugtuung hinsichtlich seines Geldes haben, aber alle Sinnenfreude, für die das Geld Mittel zum Zweck ist, versagt er sich. - Viele, auch religiös Bemühte, verzichten früh auf eine hellere und schmerzlose äußere Lebensform, versagen sich äußeres Wohl zu einer Zeit, wo sie viel sinnliches Begehren und noch kein echtes inneres Wohl haben. Und so leiden sie, ohne vorwärts zu kommen. Der Erwachte sagt ausdrücklich: Zuerst muss man höheres inneres Wohl gewonnen haben, dann kann man von dem äußeren Wohl mehr zurücktreten.

Die ganze Lehre handelt von der Leidensüberwindung. Wer sich selber willkürlich Leiden schafft, wird auch keinen Sinn für die Lehre haben, die aus allem Leiden herausführen will. Er macht sich für Äonen unempfänglich für die Lehre des Buddha von der Leidensüberwindung. Wenn man innerlich ohne Verklemmung, ohne Angst, Armut ist, dann ist man offen und frei, dann kann man das Gute entfalten.

Man findet oft die Auffassung, anderen nicht zu geben, das sei schlimm aber sich selber nichts zu gönnen, dürftig leben - viele verstehen dies unter Sparsamkeit - das sei gut. Der Erwachte dagegen empfiehlt: *Er macht sich selber glücklich und froh, und er macht andere glücklich und froh durch Geschenke und gute Werke. (A X, 91)*

Dass Geben seliger ist als Nehmen, geht durch alle Religionen: *Wer da gibt, der wird empfangen. - Gebet, so wird euch gegeben.* Auch der Erwachte zeigt es in allen Variationen. Es ist ein Unterschied, wie man gibt, wo man gibt, wem man gibt, mit welcher Gesinnung man gibt. Alle diese Umstände wirken sich wieder aus; aber wer festhält, anderen nichts gönnt, der wird arm sein, er wird im nächsten Leben, wenn nicht schon hier, darben. Wer aber gibt, dem wird auch gegeben. Wann

immer wir geben, haben wir die Tat des Gebens in die Welt gesetzt. Wir haben eine Welt geschaffen, in der gegeben wird, und wir erleben dann eine Welt, in welcher uns gegeben wird. Es ist wie ein Ball, den man gegen eine Wand wirft und der wieder zurückprallt. Wer immer glaubt, festhalten zu müssen - „was ich habe, das hab ich, was ich gebe, hab ich verloren“ - hat wohl in diesem Leben sein Geld festgehalten, aber er hat auch die Tatsache des Festhaltens in die Welt gesetzt, und er wird später in einer Welt leben, wo sie alle festhalten. Mosaikweise bauen wir an unserer zukünftigen Armut oder an unserem zukünftigen Reichtum.

Ein Beispiel für eine Lebenshaltung, die trotz großer Einnahmen dem Besitzer keine Freude bringt, indem er sich und anderen nichts gönnt, ist die Erzählung vom Geizhals (S 3, 19/20):

*König Pasenadi von Kosalo begab sich zum Erhabenen und sprach: Da ist, o Herr, in Sāvatti ein Gildemeister, ein Haushalter, gestorben. Ich komme, nachdem ich eben sein Besitztum, für das kein Erbe geblieben ist, in den Königspalast habe bringen lassen. Es waren, o Herr, achtzig mal hunderttausend an Gold, was soll ich erst von Silber sagen. Und dabei hat dieser Gildemeister und Hausherr Bruchreis gegessen mit saurer Grütze, gekleidet hat er sich in ein altes Hanfgewand, das aus drei Stücken zusammengeflickt war. Gefahren war er in einer alten schadhafte Karre mit einem Schattendach aus Baumblättern. –*

*Der Erwachte antwortete dem König Pasenadi:*

*So ist das, Großkönig! So ist das, Großkönig! Ein nicht guter Mensch, Großkönig, wenn er große Reichtümer erworben hat, beglückt und erfreut sich selber nicht, beglückt und erfreut Vater und Mutter nicht, beglückt und erfreut Kinder und Gattin nicht, beglückt und erfreut Sklaven und Arbeitsleute nicht, beglückt und erfreut Freunde und Bekannte nicht, noch bringt er den Asketen und Priestern eine Gabe, um aufzusteigen, um in den Himmel zu kommen und Glück zu erleben. Und seine Reichtümer, die er nicht richtig gebraucht, nehmen ihm die*

*Könige weg oder nehmen ihm die Räuber weg oder Feuer verbrennt sie oder Wasser führt sie fort, oder unliebsame Erben nehmen sie weg - so wie es dem Gildemeister jetzt ergangen ist.*

*Gerade so, großer König, wie wenn da in menschenleerer Gegend ein Teich wäre mit reinem Wasser, mit kühlem Wasser, mit lindem Wasser, klar, wohlzugänglich, anmutig. Und es nähme von ihm kein Mensch Notiz, trinke nicht davon, badete nicht darin, machte ihn sich nicht nutzbar. Auf diese Weise verdunstete das Wasser, ohne dass es gebraucht würde.*

*Ein guter Mensch aber, großer König, wenn er große Reichtümer erworben hat, beglückt und erfreut sich selber, beglückt und erfreut Vater und Mutter, beglückt und erfreut Kinder und Gattin, beglückt und erfreut Sklaven und Arbeitsleute, Freunde und Bekannte. Und den Priestern und Asketen bringt er Gaben dar zu künftigem Aufstieg, um sich den Himmel zu erwerben. Und es nehmen ihm seine Reichtümer, da sie so richtig gebraucht werden, die Könige nicht weg, noch nehmen Räuber sie weg, noch verbrennt sie Feuer, noch führt Wasser sie fort, noch nehmen unliebsame Erben sie fort.*

*Das ist gerade so, wie wenn da in der Nachbarschaft eines Dorfes oder Marktflückens ein Teich wäre mit reinem, kühlem, mildem Wasser, klar, wohlzugänglich, anmutig, und es nähmen die Leute von ihm Notiz, sie nähmen Wasser davon, sie tränken davon, sie badeten darin und machten es sich nutzbar. Auf diese Weise, o großer König, verdunstete das Wasser nicht, ohne dass es gebraucht würde.*

*Ganz ebenso, großer König, beglückt und erfreut ein guter Mensch, wenn er Reichtümer erworben hat, sich und auch alle anderen.*

Reichtum ist eine Folge früheren Gebens. So war es auch bei diesem Gildemeister:

*In früherer Zeit einmal, o großer König, versah dieser Gildemeister einen Einzelerwachten mit Almosenspeise. Er sprach zu seinen Dienern: „Gebt diesem Asketen dort Almosenspeise.“ Dann erhob er sich von seinem Sitz und ging weg. Später*

*aber bereute er es, dass er das Almosen gegeben hatte. Besser wäre es, die Sklaven und Arbeitsleute hätten es gegessen. Und er brachte seines Bruders einzigen Sohn ums Leben wegen dessen Besitztum.*

*Weil nun, großer König, der Gildemeister und Hausherr den Einzelerwachten mit Almosenspeise versehen hatte, wurde er infolge dieser Handlung siebenmal zu glücklicher Existenz in der Himmelswelt wiedergeboren, und vermöge des Restes, der von den Folgen dieser Handlung blieb, übte er hier in Sāvathī auch siebenmal die Würde eines Gildemeisters aus. Weil nun aber der Gildemeister und Hausherr es später bereute, dass er Almosen gegeben: „Besser wäre es, die Sklaven und Arbeitsleute äßen es“, neigt infolge davon sein Herz nicht zum Genuss beim Essen, nicht zum Genuss bei Kleidung, Fuhrwerk usw.*

*Weil nun aber der Gildemeister seines Bruders einzigen Sohn wegen seines Besitztums ums Leben gebracht hat, musste er infolge dieser Handlung viele Jahre, viele Jahrhunderte, viele Jahrtausende, Jahrhunderttausende in der Hölle leiden. Und vermöge des Restes, der von den Folgen dieser Handlung blieb, führt man hier nun zum siebenten Mal seinen Besitz, für den kein Erbe da ist, in die Schatzkammer des Königs über. Das alte Verdienst des Gildemeisters und Hausherrn ist aufgebraucht, und neues Verdienst ist nicht angesammelt. Der Gildemeister und Hausherr ist in der Hölle wiedergeboren.*

Weil er sein Geben nachträglich bereut hat, konnte er seinen Reichtum nicht genießen, lebte wie ein darbendes Gespenst dahin. Sein Gemüt war verklemmt, verbittert. Er raffte nur immer zusammen, nichts konnte sein Gemüt erheben, nichts ihn auf bessere Gedanken bringen. Er hat umsonst gelebt, hat sein fleischliches Leben verzehrt, aber nichts für die Zukunft getan, kein Verdienst angesammelt.

Es ist ein Grundanliegen aller Wesen, glücklich zu sein. Der Unterschied besteht nur darin, ob man das Glück im Sinnengenuss sucht, im äußeren Wohl, oder in einem heiteren,

edleren Gemüt in feinen Gesinnungen - oder ob man darüber hinaus die Einigung des Herzens sucht, oder noch darüber hinaus einen Frieden des Geistes und des Herzens, innerhalb dessen kein Unterschied, keine Erscheinung mehr ist, den absoluten Frieden, der vollkommen, unverletzbar ist. Das sind mehrere Stufen, die der religiöse Mensch, je mehr er sich mit der Wirklichkeit und mit den Möglichkeiten der inneren Entwicklung beschäftigt, um so mehr auch kennenlernt, und deren letzte nur die Erwachten zeigen. Je weiter unser Blick und unsere Sehnsucht reicht, um so höher hinauf werden wir steigen mit unserem Wohl. Dann erkennen wir, dass das Wohl bei den Sinnendingen von der geringen Warte der Genussbegehrenden aus sicherlich ein Wohl ist, aber dass es noch viel höheres und feineres Wohl gibt. Wer darauf aus ist, dem gibt der Erwachte keine Belehrung, die noch das Genießen der Sinnendinge einschließt, wohl aber demjenigen, der - wie jener Hausvater - in der Erfüllung der Begierden noch großes Wohl sieht.

Ihm nennt der Erwachte weitere Verhaltensweisen, die in Armut und Reichtum führen:

*Für die so erlangten Schätze, Hausvater, gibt es vier Abflüsse, wodurch sie wieder verloren gehen können: Ausschweifung, Trunksucht, Glücksspiel und Umgang mit üblen Freunden, üblen Genossen, üblen Gefährten. Wenn da bei einem großen Teich, der vier Zuflüsse und vier Abflüsse hat, ein Mann die Zuflusskanäle verstopft, die Abflusskanäle aber öffnet und die Wolken keinen rechten Regen spenden, so hat man da bei dem Teich eine Abnahme zu erwarten, keine Zunahme. Ebenso auch, Hausvater, gibt es für die so erlangten Schätze vier Abflüsse: Ausschweifung, Trunksucht, Glücksspiel und Umgang mit üblen Freunden, üblen Genossen, üblen Gefährten.*

*Für die so erlangten Schätze, Hausvater, gibt es vier Zuflusskanäle: das Meiden von Ausschweifung, von Trunksucht, Glücksspiel und Umgang mit üblen Freunden, üblen Genossen, üblen Gefährten.*

*Wenn da bei einem großen Teich, der vier Zuflüsse und vier Abflüsse hat, ein Mann die Zuflusskanäle öffnet, die Abflusskanäle aber verstopft und die Wolken keinen rechten Regen spenden, so hat man doch eine Zunahme zu erwarten, keine Abnahme. Ebenso auch, Hausvater, gibt es für die so erlangten Schätze vier Zuflusskanäle: das Meiden von Ausschweifung, Trunksucht, Glücksspiel, vom Umgang mit üblen Freunden, Gefährten, üblen Genossen.*

*Diese vier Verhaltensweisen, Hausvater, führen zu diesseitiger Sicherheit, zu diesseitigem Wohl.*

Es ist ganz offensichtlich, dass durch die vier Handlungsweisen: Ausschweifung, Trunksucht, Glücksspiel, Umgang mit üblen Freunden und Genossen das Geld weniger wird, wegfließt und zugleich diejenigen Dinge abnehmen, durch die Reichtum erworben wird, nämlich Lebenskraft, Pflichterfüllung, Zuverlässigkeit, Gründlichkeit. Ein solcher kann nicht mehr in dem Maß verdienen und einnehmen wie das Vermögen abnimmt, und so werden gleichzeitig die Zuflüsse gesperrt - *wenn nicht von Zeit zu Zeit Wolken Regen bringen*, womit unvorhergesehene Einnahmequellen gemeint sind, wie Erbschaft, Gewinn im Glücksspiel usw., mit denen niemand rechnen kann, und die sich nur eröffnen, wenn es durch frühere Taten gewirkt wurde. Aber ob unvorhergesehene Glücksfälle eintreten oder nicht - das Sich-Gehen-Lassen in Ausschweifung, Trunksucht, Glücksspiel hat immer zweierlei nachteilige Wirkungen: Der Besitz wird geringer und auch die Fähigkeit, einen Besitz zu erwerben und zu erhalten.

Fleiß, Wachsamkeit, Freundschaft mit Guten, angemessene Lebensweise in Kenntnis der Zuflüsse und Abflüsse - das sind



handfeste praktische Lebensratschläge. Sie hören sich schlicht an, aber sie umfassen alle Ursachen für Erwerb und Verlust der zum sinnlichen Wohl - das der fragende Hausvater erstrebt - hinführenden Mittel und darüber hinaus in dem Hinweis auf die Freundschaft mit Guten, das, was hilft, die eigene Art, Geist und Herz, zu läutern: das gute Vorbild. Und man kann diese Ratschläge immer feiner, immer tiefergehend auffassen. Dem scharfen Blick zeigen sich überall die Gefahren der üblen Dinge und auch die Vorzüge der wirklich guten Dinge.

Auf diese Ratschläge im weltlichen Bereich folgen die Ratschläge für gutes Ergehen im Jenseits:

*Vier Eigenschaften, Hausvater, führen im Jenseits zu Sicherheit und Wohl. Welche vier? Gefestigtes Vertrauen, gefestigte Tugend, gefestigte Freigebigkeit und gefestigte Weisheit.*

Wir erkennen hier die gleichen vier Eigenschaften, nach denen man gemäß dem obigen Rat seine Freunde wählen soll: 1. Vertrauen, d.h. Religiosität, Glaube an die guten Folgen guten Wirkens; 2. Tugend, 3. Freigebigkeit und 4. Weisheit. Diese vier Eigenschaften führen auch schon in dieser Welt zum Wohl, aber noch mehr wirkt sich der Erwerb dieser vier Eigenschaften im nächsten Leben aus. Sie werden in einer anderen Lehrrede (A IV, 61) einzeln beschrieben:

*Was ist, Hausvater, gefestigtes Vertrauen? Da besitzt der Heilsgänger Vertrauen zum Vollendeten. Er glaubt an die Erwachung des Vollendeten. „Er ist der Erhabene, Heilgewordene, vollkommen Erwachte, der im Wissen und Wandel Vollendete, der zum Heil der Wesen gekommene Kenner der Welt. Er ist der unübertreffliche Lenker derer, die erziehbar sind, ist Meister der Götter und Menschen, erwacht, erhaben.“*

Hier ist das höchste Vertrauen genannt, das ein Anhänger der Lehre besitzen kann. Selbst wer in diesem umfassenden Maß

noch nicht vertrauen kann, der wird, wenn er die Lehre kennen lernt, doch zeitweilig bei sich eine Vertrauensanwandlung gegenüber der Lehre und ihrer Wegweisung feststellen und dadurch auch ein Vertrauen zum Erwachten, und manchmal wird er die Abwesenheit von Vertrauen merken. Von daher kann jeder, der der Lehre näher gekommen ist, aus eigenem inneren Erleben merken, was Vertrauen ist und was nicht Vertrauen ist. Wir erkennen in der genannten Formulierung des Vertrauens eine Ähnlichkeit mit den Aussprüchen von Christus: „Wer an mich glaubt, der wird selig“ oder „Herr, wohin du mich führst, dahin will ich gehen.“ Diese Aussagen drücken starkes Vertrauen aus, und in diesem festen Vertrauen wird auch befolgt, was der „Herr“ der Christen seine Anhänger zu tun heißt. Wem wir vertrauen, dem folgen wir; vertrauen wir Falschem, dann folgen wir Falschem. Wir aber, die wir dem Erwachten vertrauen, wir wissen, dass kein Herr gibt oder nimmt, belohnt oder straft und dass uns keiner gnädig annimmt oder verdammt nach seinem Willen, sondern wir vertrauen den Aussagen des Erwachten dahingehend, dass all unser Tun in Gedanken, Worten und Werken sich unmittelbar auswirkt in Erlebnissen, die zu gegebener Zeit an uns wieder herantreten und die dann ganz genau unserem Wirken in Gedanken, Worten und Taten entsprechen: Aus Geben folgt Erlangen, aus Nichtgeben folgt Nichterlangen, aus Werken des Hasses folgt Feindschaft, Verfolgung bis zur Vernichtung, aus Werken der Liebe folgt Freundschaft und Förderung usw.: Diesem vom Erwachten gelehrtten Karma-Gesetz vertrauen wir.

Dieses Vertrauen ist nicht gleichbedeutend mit blindem Glauben, denn wir können beim Erwachten erkennen, dass er aus einem anderen Wissen heraus spricht als wir, wenn er sagt, wie es im Jenseits sei und welches Wirken zu Wohl oder Wehe nach dem Tod führt, und wir können einen Teil der karmischen Zusammenhänge an den fünf ersten Folgen unseres Wirkens schon in diesem Dasein beobachten. Und wenn der Mensch bei all seinen Erlebnissen nicht nur die größten Din-

ge aufnimmt, sondern auf die feineren Zusammenhänge achtet, dann kann er Zuversicht und in der Nachfolge zunehmende Sicherheit gewinnen, dass das vom Erwachten Gesagte die richtige Wegweisung sei, und nach und nach immer mehr erkennen, dass der Erwachte tatsächlich erwacht ist, ein Erhabener, ein Unverletzbarer. Wer Vertrauen zum Erwachten hat auf Grund dieser Einsichten, der folgt seinen Anweisungen, vertraut auch ihnen und folgt ihnen nach.

Konfutse sagte einst: Als ich dreißig Jahre alt war, da wurde mir der Wille des Himmels kund, ich merkte eine höhere Forderung, die es zu erfüllen galt, und vertraute ihr. Als ich im vierten Jahrzehnt war und den Willen des Himmels schon kannte, da musste ich mich noch sehr anstrengen, um den Willen des Himmels zu erfüllen. Als ich im fünften Jahrzehnt war, konnte ich schon viel leichter nach dem Willen des Himmels handeln. Im sechsten Jahrzehnt konnte ich mich ganz meinem Herzen überlassen, es war dem Willen des Himmels gleich geworden. Jede Selbsterziehung beginnt mit Vertrauen - entweder mit dem Vertrauen, dass das, was ein als besonders erhaben erkanntes Wesen lehrt, richtig sein werde, oder mit dem Vertrauen, dass auch die weitergehenden, noch nicht verstandenen Teile einer ihrem Zuschnitt nach groß anmutenden Lehre sich als ebenso richtig erweisen würden wie die schon in eigener Erfahrung als richtig erkannten Teile. Je mehr wir Vertrauen haben, um so mehr bemühen wir uns, unser Herz, unsere Art, unsere Lebensgepflogenheiten danach auszurichten.

Es heißt: *Ein in Weisheit ausgediehenes Herz führt zum Nibbana.* Von Jahr zu Jahr, von Jahrzehnt zu Jahrzehnt wird unsere Einsicht tiefer, wenn wir uns mit der Lehre ernähren, Wahrheit suchen, immer auf die Lehrreden zurückgreifen statt auf die vielen oft fehlleitenden Interpretationen. Wer so immer an der Quelle der Wahrheit forscht und der Lehre nachfolgt, der wird merken, dass sein Verstehen von dem, was Heil und was Unheil ist, immer tiefer wird und dass dadurch auch sein Vertrauen immer größer wird. In seinem Verhalten, seiner

Gesinnung, seinem Herzen beginnt allmählich die Umerziehung, die Läuterung, die erst die Befleckungen auflöst, die uns noch am klaren Sehen hindern. Um diese Wandlung geht es. Aber immer geht die rechte Anschauung voran.

Wer rechte Anschauung hat, aber tief zweifelt, ob es die rechte sei, mag den Weg nicht gehen. Es ist so, wie wenn jemand an einem Scheideweg blindlings sich für eine Richtung entscheidet. Er wird mit einem mutigen Anlauf eine Zeitlang diese Richtung verfolgen, aber je weiter er geht, desto mehr Zweifel kommen ihm, er geht immer langsamer voran und bleibt schließlich stehen. Der Zweifel muss vor dem Begehen des Weges weitgehend aufgehoben sein. Darum ist eine vorherige gründliche Prüfung der aussagenden Person und ihrer Lehre eine wichtige Voraussetzung.- Wenn man dann dieser Wegweisung folgt, dann tritt einmal das Stadium ein, in dem man merkt: soweit Vertrauen mir helfen kann, hat es mir geholfen. Jetzt verfüge ich über das Vertrauen hinaus auch über eigene Erfahrungen. Das ist eines der Anzeichen des vollendeten Stromeintritts. Ohne Vertrauen aber auf die Wegweisung kann man diesen Weg nicht gehen, darum ist Vertrauen die Grundlage.

*Was ist aber, Hausvater, gefestigte Tugend?*

*Da enthält sich, Hausvater, der Heilsgänger der Verletzung lebender Wesen; er steht ab vom Nehmen fremden Guts; er steht ab von unrechtem Geschlechtsverkehr; er steht ab von Verleumdung; er steht ab vom Genuss berauscher Getränke und Mittel, die die Vernunft und Selbstkontrolle verhindern.*

Das sind die sogenannten *pañca-sīla*, die fünf Tugendregeln, die nicht nur der Buddha genannt hat, sondern die vor dem Buddha schon in Indien bekannt waren und auch heute noch in dem fast nicht mehr buddhistischen Indien die Grundregeln sind, die auch von der indischen Regierung hochgehalten wer-

den. Es sind diese fünf Regeln: Nicht töten, nicht stehlen, nicht in andere Ehen und Partnerschaften einbrechen/ nicht Minderjährige verführen, nicht verleumden und keinen Alkohol und keine Rauschmittel zu sich nehmen. Das sind die äußerlich sichtbaren Verhaltensänderungen, die der Vertrauende im Reden, Handeln und in der Lebensführung sich allmählich aneignet. Im Umgang mit Mitwesen nimmt er Rücksicht und erfährt diese Rücksicht wieder an sich in diesem Leben und in den folgenden. Darum ist die Einhaltung dieser Sittenregeln eine Bedingung für gutes Erleben im nächsten Leben.

Eine weitere Eigenschaft, die zu jenseitigem Wohl führt, ist die Fähigkeit des Loslassens, die sich auch äußert in Freigebigkeit.

*Was aber ist gefestigte Freigebigkeit? Da lebt, Hausvater, der Heilsgänger in der Häuslichkeit mit einem Gemüt, das frei ist vom Makel des Geizes und der Engherzigkeit, als einer, dem das Loslassen lieb und leicht ist, mit offenen Händen für das Geben, voll Freude am Zurücktreten, glücklich, wenn er teilen kann.*

Das Pali-Wort *cāga* bedeutet noch mehr als nur die Freigebigkeit, das Abgeben von materiellen Dingen. Der Inder weiß, dass die Welt der sinnlichen Erscheinungen nicht die wahre Welt, nicht das wahre Leben ist und dass somit darin auch nicht das wahre Wohl zu suchen ist, dass das wahre Wohl gerade zu gewinnen ist in der Entwöhnung des Herzens von allen Begehungen, von aller Bedürftigkeit, in der Befreiung des Herzens von allen Süchten. Es bedarf gerade zum glücklichsten Leben der sinnlichen Reize nicht: der sichtbaren Formen, der hörbaren Töne, der riechbaren Düfte, der schmeckbaren Säfte und der tastbaren Körper, sondern das Wohl kann unmittelbar aus der reinen Beschaffenheit des Herzens bezogen werden. Der Inder der damaligen Zeit wusste um diesen

Zusammenhang. Auch wenn er noch nicht vermochte, danach zu leben, wenn er auch noch an den äußeren Dingen hing, so sagte er sich doch: Ich will freigebig sein, ich will lernen, loszulassen von den Dingen. Wenn andere an mich herantreten mit Bedürfnissen, dann will ich die Gelegenheit wahrnehmen, um leichter loszulassen. Dann komme ich langsam, aber sicher zu dieser inneren Herzensfreiheit.

Der heutige Mensch hat eine solche Weltanschauung, dass er meint: Was ich abgegeben habe, das habe ich weniger. Das ist in doppelter Hinsicht falsch. Sicher haben wir es in diesem Augenblick weniger. Aber abgesehen davon, dass der Freigebige in seinem geistigen Format größer wird und darum leichter wieder heranschaffen kann, der Geizhals aber engherzig, kurzsichtig und ruhelos wird und gerade dadurch leichter Geld und Gut verliert, abgesehen davon sagen der Erwachte und andere Religionsgründer: Was wir hier geben, das finden wir drüben wieder. - Das ist ganz wörtlich aufzufassen. Der Erwachte gibt ein Gleichnis. Er sagt: Wenn du in einem brennenden Haus bist, was rettest du dann? Dasjenige, was du im Hause festhältst, oder das, was du zum Fenster hinauswirfst? Was in einem brennenden Hause zum Fenster hinausgeworfen wird, das rettet man. Das bedeutet: was wir hier geben, das finden wir drüben zehnfach wieder vor. Je mehr Religiosität in einem Volk ist, um so größer ist das Wissen darum, dass nichts Gegebenes verloren geht, sondern sich vermehrt, für das Tun und Lassen der Menschen richtunggebend. Vielen Märchen (unter den deutschen: „Die Sterntaler“, Frau Holle“ u.a.) liegt dieses Wissen zugrunde. In dem gleichen Sinn sagt auch Christus: *Geben ist seliger denn Nehmen*. Das heißt, einem Geber ist nicht nur in diesem Leben, sondern auch im nächsten wohl. Er ist selig.

Über die Freigebigkeit hinaus nennt der Erwachte als weitere Wohl eintragende Eigenschaft die Weisheit:

*Was ist gefestigte Weisheit? Da besitzt der Heilsgänger Weisheit. Ausgerüstet ist er mit jener Weisheit, die das*

*Entstehen/Vergehen sieht, der heilenden, durchdringenden, die zur Versiegung allen Leidens führt.  
Diese vier Eigenschaften führen zu Sicherheit im Jenseits und zu jenseitigem Wohl.*

Was der Erwachte und auch schon vor ihm das alte Indien unter Weisheit (*paññā*) versteht, das ist weit mehr als das oberflächliche Verständnis, das heute im Westen noch von diesem Begriff übrig geblieben ist; denn während hier hauptsächlich an gewisse Wissensinhalte gedacht wird, erkennen wir in den folgenden Ausführungen des Erwachten, dass eine solche Herzensbeschaffenheit gemeint ist, die den Menschen befreit von der Faszination durch die Erscheinungen, die ihn also hinführt zu einem tief fundierten Gleichmut, der durch die Annehmlichkeit der einen und die Unannehmlichkeit der anderen Eindrücke nie irritiert wird, sondern unabgelenkt den wahren Wert der Erscheinungen ermessen kann. Der Erwachte nennt fünf Hemmungen, deren Überwindung und Aufhebung die Voraussetzung für die Weisheit ist (A IV,61):

*Was aber ist gefestigte Weisheit? – Wessen Herz von Sinnensüchtigkeit – Antipathie bis Hass – Beharren im Gewohnten – Erregbarkeit, geistiger Unruhe – Daseinssorge – beherrscht ist, der tut, was er nicht tun sollte. Und was er tun sollte, das unterlässt er. Indem er aber tut, was er nicht tun sollte, und das unterlässt, was er tun sollte, schwinden ihm Ehre und Glück dahin.*

*Hat aber der Heilsgänger Sinnensüchtigkeit – Antipathie bis Hass – Beharren im Gewohnten – Erregbarkeit, geistige Unruhe – Daseinssorge – als Herzensbefleckung erkannt, so überwindet er diese Herzensbefleckungen. Hat aber der Heilsgänger diese Herzensbefleckungen als solche erkannt und sie überwunden, so ist dieser Heilsgänger groß an Weisheit, reich an Weisheit, klarsichtig, in Weisheit vollkommen. Das nennt man gefestigte Weisheit.*

Die Lehrreden sind von Gleichnissen erfüllt, die zeigen, was unter Weisheit zu verstehen ist. Der Geheilte wird mit einem Mann verglichen, der an einem klaren, durchsichtigen Alpensee steht. Das Wasser selbst bietet seinem Blick kein Hemmnis, er kann bis auf den Grund sehen. Er sieht den Sand und den Kies, er sieht die Fische im Wasser dahinziehen, nichts entgeht seinem Blick. So ist die Weisheit des Geheilten.

Im Wahn befangen aber ist das von den fünf Hemmungen getrübe Herz, das mit unterschiedlich getrübttem Wasser verglichen wird (A V,193 und S 46,55):

Die erste Hemmung, Sinnensucht, vergleicht der Erwachte mit roter, gelber, blauer oder brauner Färbung des Wassers, so dass man nicht mehr die Gegenstände im Wasser sehen kann, sondern nur das Wasser selber.

Die zweite Hemmung, Antipathie bis Hass, wird mit kochendem Wasser verglichen. Das Wasser ist zwar nicht gefärbt, aber es kocht, sprudelt, wirbelt. Es ist kein klarer Spiegel, man kann nicht hindurchsehen. Man sieht keine Gegenstände im Wasser, man sieht wiederum nur das Wasser selber.

Die dritte Hemmung, Beharren im Gewohnten, weltliche Banalität, vergleicht der Erwachte mit Wasser, das durch Moos und Blätter zugedeckt und überzogen ist. Auch dabei kann man die Fische und den Kies usw. nicht sehen, ja, hier sieht man nicht einmal das Wasser, sondern nur das, was darauf schwimmt.

Die vierte Hemmung, Erregbarkeit, geistige Unruhe wird mit dem Wasser verglichen, das vom Wind aufgewühlt wird. Es kocht nicht von sich aus wie bei der zweiten Hemmung, sondern wird von außen, vom Wind bewegt, aufgewühlt. Durch die Bewegung des Wassers sind wiederum keine Gegenstände im Wasser zu erkennen.

Die fünfte Hemmung, Daseinsbangnis, vergleicht der Erwachte mit verschlammtem Wasser, das im Dunkeln steht, so dass man auch dadurch nicht den Inhalt des Wassers erkennen kann.



So sind die fünf Hemmungen eine fünffache Trübung des Herzens. Das Herz ist nicht rein, und weil das Herz nicht rein ist, wird die Klarheit des Blicks getrübt, kann die Wirklichkeit nicht gesehen werden, sondern nur das sie Verdeckende. Die Herzenstrübungen, die Färbung, das Kochen, das Moos, die Bewegtheit, der Schlamm und die Schwärze, lassen das erscheinen, was wir „die Welt“ und „die Dinge“ nennen. Wenn diese fünf Trübungen endgültig aufgehoben sind, dann ist das Herz gereinigt. Aus reinem Herzen geht reine Anschauung hervor. Nicht weltliche Wissenschaft, sondern Reinheit des Herzens führt zur Weisheit, führt zur wahren Kenntnis der Existenz, der Wirklichkeit. Der solcherart Reine wird mit dem Mann verglichen, der am Ufer des klaren Alpensees steht und sieht, was im Wasser vor sich geht.

Diese vier Eigenschaften: Vertrauen, Tugend, Loslassen und Weisheit sind also die Bedingungen, *erwünschte, erfreuliche, angenehme, so schwer in der Welt zu erlangende Bedingungen (A IV,61)*, um auch im Jenseits, in den zukünftigen Leben Wohl und Sicherheit zu erlangen, wie es der fragende Hausvater wünscht. Und sie bergen darüber hinaus in der Aufhebung der fünf Hemmungen die Möglichkeit in sich, dass derjenige, welcher dieser Belehrung folgt, zu immer höherem, immer weniger verletzbarem Wohl jenseits aller Sinnenlust gelangt, dass er durch die Gewinnung höheren Wohls Sinnenwohl mehr und mehr loslässt und reif wird, beim Erwachten die Belehrung zu suchen, *die den Erwachten eigen ist*: die Wegweisung zum vollkommenen, ewigen, unzerstörbaren Frieden. So hat der Erwachte jenem Hausvater, der den Weg zu sinnlichem Wohl im Diesseits und im Jenseits gewiesen haben wollte, alles gegeben, was er wünschte, und ihm zwanglos darüber hinaus noch den Anfang des Wegs gezeigt, der über alle Sinnenwelt hinausführt, dem Heil entgegen.

DIE BEKEHRTE SCHWIEGERTOCHTER  
ODER SIEBEN FRAUENEIGENSCHAFTEN  
„Angereichte Sammlung“ (A VII,59)

Im buddhistischen Kanon wird Folgendes berichtet: Der Sohn des Anāthāpindiko, des großen Spenders für den Orden zur Zeit des Buddha, war verheiratet mit Sujāta, einer Tochter aus reichem Hause. Sie war stolz auf ihre Herkunft und ihren Reichtum von beiden Seiten, war ohne religiöse Bindung und achtete niemanden. Sie war heftig und zornig, und auch die Regeln des Anstands gegenüber ihren Schwiegereltern und ihrem Gatten erfüllte sie nicht. So bildete sie sich zunehmend zu einem dunklen Geist aus. Nach einem Gespräch mit dem Erwachten jedoch wurde sie anderen Sinnes.

Wie dies vor sich ging, ist in der folgenden Lehrrede beschrieben.

*Einstmals weilte der Erhabene in Sāvattthī im Jetahain im Kloster Anāthapindikos. Da erhob sich der Erhabene in der Morgenfrühe, nahm Obergewand und Schale und begab sich zum Hause des Hausvaters Anāthapindiko. Dort nahm er auf einem bereitstehenden Sitz Platz. Währenddessen herrschte im Haus des Hausvaters Anāthapindiko lauter Stimmenlärm, großes Geschrei. Der Hausvater Anāthapindiko kam zum Erhabenen, begrüßte den Erhabenen ehrerbietig und setzte sich seitwärts. Da fragte der Erhabene den Hausvater Anāthapindiko: Was ist denn in deinem Haus für ein Stimmenlärm, was für ein Geschrei, wie wenn Fischer vom Fang heimkämen? – Das ist meine Schwiegertochter Sujāta; sie ist sehr reich, stammt aus einer wohlhabenden Familie; die achtet weder Schwiegermutter noch Schwiegervater noch ihren Mann; selbst den Erhabenen schätzt sie nicht, achtet ihn nicht, denkt nicht hoch von ihm und ehrt ihn nicht. –*

*Da rief der Erhabene die Schwiegertochter Sujāta: Sujāta, komm her! – Ja, Herr, sprach die Schwiegertochter Sujāta, kam zum Erhabenen, begrüßte den Erhabenen und setzte sich seitwärts. Als Sujāta seitwärts saß, sprach der Erhabene zu ihr: Folgende sieben Arten von Ehefrauen eines Mannes gibt es, Sujāta; welche sieben? Eine gleicht einer Mörderin, eine gleicht einer Diebin, eine gleicht einer Tyrannin, eine gleicht einer Mutter, eine gleicht einer Schwester, eine gleicht einer Freundin, eine gleicht einer Dienerin. Diese sieben Arten von Ehefrauen eines Mannes gibt es, Sujāta. Welche von ihnen bist du, Sujāta? – Ich weiß nicht, Herr, was das bedeutet, was der Erhabene da kurz gesagt hat. Es wäre gut, Herr, wenn mir der Erhabene die Lehre so darlegen würde, dass ich den Sinn dessen verstehen könnte, was der Erhabene kurz gesagt hat. – Nun, Sujāta, dann pass gut auf, ich werde es dir sagen. – Ja, Herr, antwortete Sujāta, die Schwiegertochter, dem Erhabenen bereitwillig. Der Erhabene sprach:*

*Wenn sie ein übles Herz hat ohne Mitempfinden, in andere vernarrt, den eignen Mann geringschätzt, der Schätze für sie gab, - ihn ruinieren will: wenn eines Mannes Frau derart veranlagt ist, dann sagt man: diese Frau gleicht einer Mörderin.*

*Wenn für die Frau ein Mann das Geld verdient mit einem Handwerk, Handel oder Ackerbau, und sie will davon - sei's auch wenig - unterschlagen: wenn eines Mannes Frau derart veranlagt ist, dann sagt man: diese Frau ist einer Diebin gleich.*

*Wenn sie die Arbeit scheut, faul und gefräßig ist, mit Härte, Heftigkeit, als Lästertzunge spricht: wenn eines Mannes Frau derart veranlagt ist, dann sagt man: diese Frau ist der Tyrannin gleich.*

*Wenn sie sich um des Gatten Wohl genauso bemüht wie eine Mutter ihren Sohn behütet hält und dafür sorgt, dass der Besitz erhalten bleibt: wenn eines Mannes Frau derart veranlagt ist, dann sagt man: diese Frau ist einer Mutter gleich.*

*Wenn sie die Achtung, welche eine jünger Schwester der älteren erweist, dem Mann entgegenbringt und in Bescheidenheit des Mannes Willen achtet: wenn eines Mannes Frau derart veranlagt ist, dann sagt man: diese Frau ist einer Schwester gleich.*

*Wenn sie sich so sehr freut, wenn sie den Gatten sieht, wie wenn sich Freunde wiedersehen nach langer Trennung, von feiner Art, in Tugend fest, dem Gatten treu ist: wenn eines Mannes Frau derart veranlagt ist, dann sagt man: diese Frau ist einer Freundin gleich.*

*Wenn sie zornlos und still, selbst wenn er sie bedroht, mit unverdorbnem Herzen ihren Mann erträgt und ohne Ärger seinen Willen respektiert: wenn eines Mannes Frau derart veranlagt ist, dann sagt man: diese Frau gleicht einer Dienenden.*

*Die Ehefrau'n, die man als Mörderin bezeichnet und die man Diebin heißt, Tyrannin nennt, die tugendlos geartet, grob und ohne Achtung: die gehen, wenn dieser Körper wegfällt, höllwärts.*

*Die andern aber, die man Mutter, Schwester, Freundin und Dienende als Ehefrauen nennen kann, in Tugend wohlgefestigt, lange selbstbezähmt, gehen, wenn der Körper wegfällt, himmelwärts.*

*Diese sieben Arten von Ehefrauen eines Mannes gibt es, Sujāta. Welche von ihnen bist du, Sujāta? –*

*Von heute ab, Herr, möge mich der Erhabene als eine Frau ansehen, die einer Dienerin ihres Mannes gleicht. –*

Beim ersten Hören dieser Eigenschaften einer Frau - besonders bei den Eigenschaften: „*wie eine jüngere Schwester, wie eine Dienerin*“ - mögen wir denken: „Typisch indisch. Die Frau soll sich dem Mann unterordnen, und diese Unterordnung wird nun auch noch vom Buddha als erstrebenswerte Eigenschaft dargestellt.“

Dabei vergisst man leicht, dass der Erwachte demgegenüber zwei andere erstrebenswerte frauliche Eigenschaften nennt, die er bezeichnet mit den Qualitäten einer Mutter und einer Freundin. Diese tragen den Qualitäten einer Frau Rechnung, die sich dem Mann gegenüber als wohl überlegt fürsorgend oder als Vertraute auf gleicher Ebene empfindet. Es kommt eben ganz auf die Art der Frau an.

Bei dieser Aufzählung ging es dem Erwachten nur darum, verschiedene Frauentypen aufzuzeigen, denen die Partnerschaft Leid bringt oder Freude bringt: Leid bringt sie, wenn die Frau ihre schlechten Eigenschaften nährt und damit 1. die Partnerschaft ruiniert, dass sie nicht bestehen kann, und 2. nach dem Tod, nach Versagen des Körpers, auf den Abweg gerät. -

Freude, jetziges und zukünftiges Wohl, bringt die Partnerschaft, wenn die Frau ihre guten Eigenschaften entwickelt und somit die Partnerschaft hilfreich und fruchtbar ist und die Frau nach dem Tod himmelwärts geht.

Zunächst seien die drei Frauentypen hier besprochen, die, vordergründig auf ihr augenblickliches jeweiliges Wohl bedacht, ohne religiös-ethischen Maßstab und blind für die Bedürfnisse und die Anliegen ihres Partners, ihre Wünsche durchsetzen wollen, sei es mit Gewalt oder Heimlichkeit, und die darum nach dem Tod auf den Abweg geraten.

## Die Gattin, die der Mörderin gleicht

*Ein übles Herz ohne Mitempfinden:* nur auf ihren Vorteil bedacht, nicht sehen, ob sie den Gatten kränkt oder ruiniert, dabei an andere Männer denken und gering von ihrem eigenen Mann denken - das ist eine Mörderin. Warum? Sie verletzt und kränkt den Mann, fügt ihm seelischen Schaden zu, hintergeht ihn.

Sie empfindet dem Mann gegenüber keine Liebe, kein Mitgefühl; kalt, berechnend, treulos, ist sie auf ihren Vorteil bedacht und verachtet ihren Mann vielleicht noch, weil er sich von ihr an der Nase herumführen lässt. Wenn sich ein Mann von einer solchen Frau nicht bald trennt, dann zehren die vielen Enttäuschungen mit ihr seelisch und körperlich an ihm. Vielleicht gibt er sich Mühe, sie umzustimmen, aber vergeblich. Dieses immer wieder Hoffen und immer wieder Enttäuschtwerden bis zur Resignation untergräbt seine seelische und körperliche Gesundheit. Schon mancher hat wegen einer solchen Frau Selbstmord begangen oder hat, in seinem Selbstgefühl erniedrigt, verbittert und isoliert, sein Leben abgelebt oder hat anderweitig Befriedigung gesucht.

Weil eine solche Frau die Lebenskraft des Partners schwer schädigt, darum wird sie als Mörderin bezeichnet.

## Die Gattin, die der Diebin gleicht

Darunter haben wir uns wohl - in heutiger Sicht gesehen - eine Frau vorzustellen, die über das Haushaltsgeld und das vereinbarte Geld für ihre Bedürfnisse und Wünsche hinaus Geld unterschlägt und ihren Mann belügt, um ihr Tun zu verheimlichen.

Wie ist es aber, wenn sie mit diesem Geld jemandem helfen will? Helfen ist ein gutes Wirken mit guten Folgen; Stehlen, Heimlichtun, Lügen sind schlechtes Wirken mit schlechten Folgen. Wenn das gute Wirken des Helfens mit dem schlechten Wirken des Stehlens und Lügens erkaufte wird, dann kön-

nen die schlechten Folgen die guten überdecken, und insgesamt sind daher die Folgen nicht so, wie die Frau es wünscht. Sie kann ihrem Mann nicht mehr offen und gerade gegenüber treten. Der Mann schöpft Verdacht, hat das Gefühl, dass er sich nicht auf seine Frau verlassen kann. Das gegenseitige Vertrauen ist verloren gegangen, und damit ist die Ehe als Partnerschaft, als Zuflucht vor vielen unangenehmen und bedrohlichen Stürmen des Lebens angekränkelt, ist kein „Zuhause“ mehr.

Wie anders dagegen, wenn die Frau mit ihrem Mann offen bespricht, dass sie Geld braucht, vielleicht, um diesem oder jenem zu helfen. Selbst wenn der Mann diese Notwendigkeit nicht einsehen sollte, so ist es einem guten Ehemann doch darum zu tun, seine Frau nicht zu betrüben, wenn es irgend möglich ist. Das gemeinsame Gespräch über die Verwendung und Anlage des Geldes ist in einer Partnerschaft erforderlich, um den Frieden zu bewahren. Und sollte keine Einigung zu erzielen sein, so sollte die Frau wissen, dass sie durch das Hintergehen, den Missbrauch des Vertrauens sich selber in einem Lügennetz verfängt und dadurch unglücklich wird, ihre Ehe gefährdet oder gar zerstört.

### Die Gattin, die der Tyrannin gleicht

Wir verstehen unter „Tyrannen“ hauptsächlich das, was im dritten Vers in der zweiten Zeile genannt ist: *Mit Härte und Heftigkeit den Mann tyrannisieren*, so dass er, um dem häuslichen Gewitter zu entgehen, unlustig, nur aus Furcht vor neuem Gezeter ihren Willen tut.

Eine Ehe ist keine gesunde, fruchtbare Partnerschaft, wenn die Gatten nicht gemeinsam ihre Wünsche und Bedürfnisse miteinander besprechen, sondern die Frau ohne Rücksicht auf die Wünsche des Partners ihre Wünsche mit Gewalt durchsetzen möchte.

Alle humanen weltlichen Lehren und alle Religionen empfehlen, der Mensch solle von Anfang an anstreben, sehr bald

Herr seines Zornes zu werden; er soll wissen: Wer mit Zorn und Härte sich grob und wild gegen lebende Wesen mit ihren Anliegen, Menschen oder Tiere, wendet, zerstört damit die Freundschaftlichkeit und Harmonie, wie viel mehr noch die Partnerschaft, in der einer auf den anderen angewiesen ist: seelisch-geistig-gesundheitlich.

Wenn die Frau nun zusätzlich auch die ihr zukommende Arbeit nicht leistet, sondern nur den anderen für sich arbeiten lässt und dann noch befehlen will, dann ist der Mann übermäßig belastet. Es ist keine Gemeinschaft, keine Partnerschaft, die das Leben erleichtert, sondern erschwert. Auch die Frau erfährt ja durch ihre Art nicht die Freude der Gemeinsamkeit, sondern ist mit ihrer Art unglücklich und isoliert.

Ebenso geht es dem tyrannischen Mann, der seine Frau unterjocht. - Die Gefahr, dass einer den anderen beherrschen will, ließ einst ein junges Ehepaar den Vertrag schließen:

*„Die gebieterischen Worte:  
‘Ich will! Ich bestehe darauf, ich befehle‘  
werden in unserem häuslichen Wörterbuch gestrichen.“*

Dahinter steht die Haltung des gegenseitigen Respekts voreinander und die Tendenz, den anderen nicht für sich auszubeu-ten. In diesem Sinne sagt *Erich Fromm*:

*Ich möchte, dass der geliebte Mensch zu seinem eigenen Nutzen und in seiner eigenen Art wächst und sich entfaltet und nicht zu dem Zweck, mir zu dienen. Wenn ich den anderen liebe, fühle ich mich eins mit ihm, und zwar so, wie er ist, nicht so, wie er sein sollte, damit ich ihn als Objekt verwenden könnte.  
(aus „Die Kunst des Liebens“)*



## Die Gattin, die der Mutter gleicht

Ein Balsam im Vergleich zu den bisher besprochenen Frauen ist die Frau, die der Mutter gleicht, die fürsorglich liebevoll das Wohl ihres Kindes wie auch das Wohl ihres Gatten als ihr eigenes Wohl empfindet, den Besitz zu wahren oder gar zu mehren trachtet. Es ist die Haltung gemeint, die um des gemeinsamen Wohls willen vom eigenen Wünschen zurücktreten lässt und freudig im Gemüt darauf hinarbeiten lässt, dass der Partner sich rundherum wohlfühlt. Dies ist eine Art *mettā*, wenn auch nur auf einen Menschen, den Partner, und evtl. auf die Kinder angewandt.

Bei einer solchen Frau kann sich der Mann wohlfühlen, sie gibt Geborgenheit und ein Zuhause; seelisch und körperlich fühlt er sich gut aufgehoben und betreut. Selbst wenn ihm ihre Fürsorge zu viel wird, kann er dies ausdrücken, und die Frau, die wirklich einer Mutter gleicht, wird gern seine Wünsche erfüllen, als ob es ihre eigenen wären. Und da sie mit „Leib und Seele“ sein Wohl will, so fühlt sie sich selbst glücklich, wenn ihm wohl ist, und wenn ihm nicht wohl ist, fehlt etwas zu ihrem eigenen Glück. Und nicht etwa fühlt sie sich frustriert, zu kurz gekommen, benachteiligt, wie manche weniger gemütsstarke Frauen eine solche Haltung empfinden und beurteilen könnten, denn es ist eben das eigene Anliegen der mütterlichen Frau, dass sich der Partner ganz und gar wohlfühlt.

Ebenso wenn sich ein Mann seiner Frau wie ein Vater annimmt, der Frau das Leben fürsorglich zu erleichtern sucht, auf ihr seelisches, geistiges und körperliches Wohl bedacht ist, ihre Zukunft so weit wie möglich sicherstellend bedenkt: dann ist er in dieser fürsorglichen, schonenden Gesinnung Halt und Stütze für seine Frau. Sie fühlt sich geborgen und sicher bei ihrem Mann und erfüllt ihrerseits ihre Aufgaben mit Freude und Zufriedenheit. Auf diese Weise schafft sich der Mann in diesem Leben Wohl wie auch im nächsten.

## Die Gattin, die einer Schwester gleicht

Hier ist besonders betont die Achtung, die eine jüngere Schwester einer älteren entgegenbringt. In einer Geschwisterschar geben die Älteren den Ton an. Sie wissen und können bereits mehr als die Jüngeren, werden von den Erwachsenen schon mehr für voll genommen und genießen manche Privilegien. Sie können den Jüngeren manches zeigen und sind ihnen bei aller geschwisterlichen Nähe in vieler Hinsicht überlegen. Darum schauen auch heute noch die jüngeren Geschwister bewundernd zu den älteren auf in dem Wissen: Die Großen können mehr als ich. Aber sie bewundern sie nicht nur, sondern fühlen sich ihnen zugehörig. Sie empfinden sie als Vorläufer zu einem Zustand, in dem sie bald selber sein werden.

So auch mag manche Frau ihren Gatten empfinden: „Er weiß mehr als ich, ist klüger und geschickter in vielem. Darum füge ich mich gern und freudig seinem Willen. So ist es für uns beide am besten.“ Sie mag zusätzlich die Vorgehensweise ihres Mannes prüfend mitbedenken und beobachten in dem Bestreben, daraus zu lernen, und sich so allmählich zu einer ihm ebenbürtigen Kameradin entwickeln.

Einem guten Zusammenleben ist eine solche Haltung nur zuträglich. Der Mann fühlt sich anerkannt und geliebt und die Frau aufgehoben und geborgen bei einem, den sie in vielem als überlegen anerkennt und dem sie nachzukommen sich bemüht. Eine oft nicht klar ausgesprochene Grundwahrheit durchzieht alle Religionen: Was wir bei anderen verehren und lieben, das werden wir selber. Was wir nicht gelten lassen bei anderen, das verkümmert auch bei uns. So sagt ein Jünger des heiligen Franziskus, *Ägidius von Assisi*:

*Alles Gute, das du nicht hast, musst du an dem, der es besitzt, betrachten und für bewundernswert und groß halten.*

und *R.W. Emerson*:

*Sobald ich den liebe, der mir überlegen ist,  
schwindet der Neid, und ich wachse zu seiner  
Höhe empor.*

Ein moderner Psychologe, *Nathaniel Branden*, beschreibt in seinem Buch „Liebe für ein ganzes Leben“ die Bewunderung, die die Partner füreinander hegen, die aufrichtige Wertschätzung, als das „stabilste Stützsystem, das stärkste Fundament, das eine Beziehung überhaupt haben kann“, und er fährt fort:

*Wenn wir bewundert werden, fühlen wir uns gesehen, beachtet, geschätzt, geliebt und dadurch in der Liebe zu unserem Partner bestärkt. Wenn wir selbst Bewunderung empfinden und äußern, sind wir stolz darauf, dass wir diesen Partner gewählt haben, fühlen wir uns in unserem Urteil und in unserer Zuneigung bestätigt... Die Liebe wird stärker; wenn ein Mann und eine Frau einander bewundern, und sie schwindet, wenn diese gegenseitige Bewunderung fehlt.*

#### Die Gattin, die der Freundin gleicht

Zum Freund nimmt man den Gleichgesinnten, der von gleicher Art mit einem den gleichen Weg geht. Eine Frau, die der Freundin gleicht, ist eine Frau, die, wie ihr Gatte, tugendhaft, von feiner Herzensart ist, ihn lieb hat und treu zu ihm steht. Für ihr Verhältnis zueinander gilt das Wort von *Rückert*:

*Weißt, wo es keinen Herrn  
und keinen Diener gibt?  
Wo eins dem andern dient,  
weil eins das andre liebt.*

In seiner Abwesenheit denkt sie freudig und sehnd an ihn, begleitet ihn innerlich auf seinen Wegen. Er ist ihr bei allem gegenwärtig fast wie ein seelischer Zwilling, und sie möchte ihn an allen geistigen und seelischen Erfahrungen teilnehmen lassen und auch selber an seinen Erfahrungen teilnehmen. Darum ist sie so erfreut, wenn sie ihn nach einer Trennung

auch körperlich wieder vor sich sieht und sie ihre Einsichten, Erfahrungen und Erlebnisse in seelischem Gleichklang zu beiderseitiger Förderung austauschen können.

Nakulamātā und Nakulapitar werden im Kanon als das ideale Freundesehepaar an Harmonie und Miteinanderreifen beschrieben. Für eine solche Freundschaft gilt das Wort von *St. Exupéry*:

*Liebe besteht nicht darin, dass man sich gegenseitig anblickt, sondern darin, dass man in die gleiche Richtung schaut.*

Für diejenigen, die „in die gleiche Richtung“ schauen, die sich in der eigenen Läuterung gegenseitig stützen und fördern, sagt *Alexander Eltschaninow*:

*In der Ehe soll sich die Freude des ersten Tages durch das ganze Leben hin fortsetzen; jeder Tag soll ein Feiertag sein, jeden Tag sollen Mann und Frau füreinander neu und ungewöhnlich sein. Der einzige Weg, der dahin führt, ist die Vertiefung des geistigen Lebens, die Arbeit an sich selbst.*

### Die Gattin, die der Dienerin gleicht

Hier ist vor allem an zwei Fälle zu denken:

Zum einen eine Ehegemeinschaft, in der der Mann herrschsüchtig, leicht zornig ist und nur seinen Willen gelten lassen will.

Diese Ehe kann aber trotzdem noch gut gehen, wenn die Frau ohne Groll und Bitterkeit im Herzen Zornausbrüche still und ohne Widerstreben erträgt, etwa in dem Gedanken, wie er vielen Indern zur Zeit des Erwachten und noch heute nahe liegt: „Ich habe mir einen solchen Mann selber gewirkt. Wenn ich mein Schaffsal annehme, dann wird es im nächsten Leben besser gehen.“ Oder auch in dem Gedanken: „Wenn ich jetzt meinen Willen anmelden würde, dann würde es keine Klärung, keine Bereinigung, sondern nur Streit geben. Das wäre nicht gut für unsere Ehe. Da will ich lieber still sein. Es kommen ja

auch wieder bessere Zeiten.“ Um eigene üble Ernte abzutragen, verzichtet sie ohne Bitterkeit auf eigene Wünsche. Der Friede ist ihr lieb und teuer, sie fühlt sich wohl, wenn ihr Gatte zufrieden ist, alles nach seinen Wünschen läuft. Eine solche Frau handelt ganz im Sinne des Buddhawortes:

*Gescholten hat man mich, verletzt,  
hat mich besiegt, hat mich verlacht:  
wer solchen Sinn zu bannen weiß,  
von Feindschaft lässt er eilig ab.*

*Es wird ja Feindschaft nimmermehr  
durch Feindschaft wieder ausgesöhnt.  
Nichtfeindschaft gibt Versöhnung an;  
das ist Gesetz von Ewigkeit. (M 120 = Dh 5)*

Zum anderen mag es auch sein, dass sich eine Frau ihrem Gatten so weit unterlegen empfindet, dass sie es für ausgeschlossen hält, je seine Art, sein Können oder Wissen zu erreichen. Sie freut sich, ihm, diesem großen Manne, dienen zu können, ihren Beitrag zu seinem Wohl zu leisten, und er fühlt sich geehrt und anerkannt. So kommen sie beide gut miteinander aus. Und nach dem Tod steigt die Frau unbeschwert von dunklen Eigenschaften himmelwärts.

Auf Befragen des Erwachten antwortet Sujāta, betroffen von den Aussichten der Frauen, die der Mörderin, Diebin, Tyrannin gleichen, dass sie eine Gattin werden wolle, die der Dienerin gleicht.

Vielleicht ist ihr bei dieser Aufzählung von Frauenuntugenden und Tugenden ihr falsches Verhalten und dagegen das richtige Verhalten ihres Gatten zum Bewusstsein gekommen. Von ihm wird berichtet, dass er zunächst ein nach Gewinn strebender, fleißiger Geschäftsmann war, dann durch einen Lehrvortrag des Erwachten den Stromeintritt gewann und daraufhin unter anderem ein großer Spender wurde wie sein Vater. Die Frau mochte während der Worte des Erwachten erkannt haben, dass ihr Mann schon lange den richtigen Weg

ging, den sie gerade erst als recht erkannt hatte. Und sie mochte eine Ahnung davon bekommen haben, welchen unermesslichen Gewinn die Art ihres Gatten einbrachte: *Frei vom Makel des Geizes, der Kleinlichkeit, der Engherzigkeit, geneigt zum Loslassen, mit offenen Händen am Loslassen erfreut, offen für Bitten, glücklich, wenn er Gaben austeilen kann.* - Dagegen mochte sie sich als klein und erbärmlich empfunden haben, aber zugleich glücklich, einen solchen Mann zu haben. Darum mochte sie angesichts des großen Abstands zwischen ihr und ihrem Gatten die Stellung als Dienerin als angemessen empfunden haben. Sie mochte sich nun mit ihm in der Achtung vor dem Erwachten verbunden gefühlt haben, froh, ihm bei seinen guten Unternehmungen helfen zu können.

Alles, was der Erwachte hier aus dem berichteten Anlass einer Frau sagt, die mit ihrer Art nicht gerade zu einer glücklichen Ehe beitrug - alles dieses würde der Erwachte ebenso oder ähnlich natürlich auch einem Mann in entsprechenden Fällen sagen.

Dem Partner gegenüber wie fürsorgliche Mutter/Vater, wie anerkennende Schwester/Bruder, wie liebende Freundin/Freund, wie zuvorkommende, dienstbereite Dienerin/Diener zu sein, macht die Beziehungen der Menschen untereinander liebevoll, sanft, befriedigend, erleichternd, mit einem Wort: angenehm. Ja, es wäre ein paradiesischer Zustand im zwischenmenschlichen Umgang, wenn des Menschen Triebe diese Beziehungen zu allen Wesen erlauben würden. Aber der Erwachte empfiehlt realistisch, die eigenen Triebe zuerst einmal so weit zu zügeln, dass man demjenigen Menschen gegenüber, den man liebt, dem Partner gegenüber, den man sich selber gewählt hat, das Leben so schön wie möglich macht durch Fürsorge, Anerkennung, Verständnis und Hilfsbereitschaft.

Ratschläge für eine Ehe, bei der beide Partner glücklich sind, gibt der Erwachte auch in der 31. Lehrrede der „Längeren Sammlung“ einem jungen Mann, der in Kürze heiraten wird:

*Fünffach ist, Bürgersohn, die Art, wie ein Gatte seiner Frau entgegenkommen soll: Mit Achtung, nicht mit Verachtung soll er sich benehmen. Ihr gegenüber nie zu weit gehen, vom Herrschaftsanspruch zurücktreten und sie so ausstatten, dass sie sich auch schön machen kann.*

„Nicht zu weit gehen“ - das heißt die Grenzen des Zartgefühls einhalten.

„Vom Herrschaftsanspruch zurücktreten“ heißt, ihr einen eigenen Wirkungsbereich geben, so wie es ja seit altersher in den naturverbundenen Berufen, z.B. in den Bauernfamilien, der Fall ist, wo die Frau die Obhut über die Küche und das Gesinde hat und das Kleinvieh und dessen Produkte verwaltet - ein sehr großer Arbeitsbereich, wo ihr der Mann nicht dreinredet. Auch soll der Mann ganz allgemein im persönlichen Bereich die Gebieterrolle, *den Herrschaftsanspruch aufgeben.*

Und dies alles soll wurzeln in der Achtung vor der Gattin, in einer Achtung, die auch in dem engen, vertrauten Zusammenleben nie vergessen werden soll und die einschließt, dass auch ihre Bedürfnisse - gerade auch die geistigen und seelischen - beachtet und miteinbezogen werden. Das führt zu einer beständigen Haltung gegenseitigen herzlichen Vertrauens, welche das Feuer der Jugend überdauert und hilfreicher ist als alle staatlichen Gesetze. Der Rat, dafür zu sorgen, dass sich die Gattin auch schmücken kann, also ihr nicht nur den „notwendigen Unterhalt“ zu gewähren, zeigt, wie liebevoll-realistisch der Buddha auf die Situation der im Haus Lebenden eingeht.

*Ist so, Bürgersohn, auf fünffache Weise der Gatte seiner Frau entgegengekommen, so nimmt sie sich auf fünffache Weise des Gatten an: Wohl bestellt ist das Hauswesen, wohl geleitet das Gesinde, nie geht sie zu weit, das Besitztum ist in treuer Hut, man ist geschickt und behände bei jeder Obliegenheit.*

Diese zweieinhalbtausendjährigen Anleitungen sind wohl das kürzeste Ehelehrbuch der Welt und zugleich das wirksamste. Man könnte sie über der Tür zu jedem Hochzeitshaus aufhängen. Richtet man sich nach ihnen, so fühlt sich jeder der Ehegatten geborgen und wohl und trägt gern zum gemeinsamen Wohl bei. So erfährt man in diesem wie in zukünftigen Leben Wohl in der Ehe.



LEBENSGRUNDSÄTZE  
„Gruppierte Sammlung“ (S 11,11)

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene in Sāvatti im Jetahain im Kloster Anāthapindikos. Dort sprach der Erhabene zu den Mönchen: Ihr Mönche! – Ja, Herr –, antworteten die Mönche aufmerksam. Der Erhabene sprach:*

*Als der Götterkönig Sakko noch ein Mensch war, da sind von ihm sieben Lebensgrundsätze zur Vollkommenheit gebracht und eingehalten worden, durch deren Einhaltung Sakko das Götterkönigtum erlangt hat. - Welche sieben?*

- 1. Solange ich lebe, will ich für meine Eltern sorgen.*
- 2. Solange ich lebe, will ich die Älteren in meiner Familie ehren.*
- 3. Solange ich lebe, will ich sanft sprechen.*
- 4. Solange ich lebe, will ich nicht hintertragen.*
- 5. Solange ich lebe, will ich in der Häuslichkeit mit einem Gemüt leben, das frei ist vom Makel des Geizes und der Engherzigkeit, als einer, dem das Loslassen lieb und leicht ist, mit offenen Händen für das Geben, voll Freude am Zurücktreten, glücklich beim Gabenausteilen.*
- 6. Solange ich lebe, will ich die Wahrheit sprechen.*
- 7. Solange ich lebe, will ich vom Zorn frei sein; wenn mich aber doch einmal Zorn ankommt, will ich ihn schnell beseitigen.*

*Diese sieben Lebensgrundsätze, ihr Mönche, sind von dem Götterkönig Sakko, als er noch ein Mensch war, vollkommen eingehalten worden. Durch ihre*

*Einhaltung ist Sakko zum König der Götter der  
Dreiunddreißig geworden.*

*Ein Mensch, der für die Eltern sorgt,  
die Älteren der Sippe ehrt,  
sanft spricht und voller Freundlichkeit,  
Hintertragen meidet unbedingt,  
um Auflösung des Geizes ringt  
wahr spricht, den Zorn bezwungen hat,  
von dem sagen die Götter selbst:  
„das ist ein auf das Wahre ausgerichteter Mensch“.*

# **Die Lehrreden aus der Mittleren Sammlung**

**1 – 17**

**ausführlich erklärt  
von Paul Debes**

**Band 3**

**Herausgeber  
Buddhistisches Seminar 95463 Bindlach**

## Inhaltsverzeichnis

M 1	Die Darlegung der Wurzel aller Erscheinungen ...	1735
M 2	Alle Wollensflüsse / Einflüsse und ihre Aufhebung .....	1798
M 3	Erben der Lehre .....	1848
M 4	Furcht und Schrecken .....	1849
M 5	Unbefleckt .....	1851
M 6	Wunsch um Wünsche .....	1879
M 7	Das Gleichnis vom Kleide .....	1933
M 8	Abtrennung .....	2032
M 9	Rechte Anschauung .....	2070
M 10	Die vier Pfeiler der Selbstbeobachtung (Satipatthāna).....	2233
M 11	Der Löwenruf des Erwachten .....	2439
M 12	Die längere Lehrrede vom Löwenruf .....	2475
M 13	Die längere Lehrrede von der Leidenshäufung ...	2547
M 14	Die kurze Rede von der Leidenshäufung .....	2599
M 15	Schlussfolgerung .....	2600
M 16	Das Wunder der Transzendierung .....	2636
M 17	Im Dschungel.....	2758

DIE DARLEGUNG DER WURZEL  
ALLER ERSCHEINUNGEN  
1. Rede der „Mittleren Sammlung“

Vorwort

Die folgende Rede ist, wie die meisten Lehrreden der „Mittleren Sammlung“, an Mönche gerichtet, also an solche Menschen, die schon von den allermeisten der damals in Beruf und Familie lebenden Inder - geschweige von den meisten der heutigen westlichen Menschen in zwei Dingen weit abwichen.

Zum ersten hatten sie die Ausweglosigkeit der gesamten Daseinswanderung durch die menschlichen, unter- und übermenschlichen Bereiche so erkannt, dass sie in tiefer Daseinsorge nach dem Ausgang ins Freie suchten, nach dem *Nirvāna*. Sie mochten die dem Menschenleben möglichen Schönheiten ebenso oder gar besser kennen als der Bürger, der sie suchte. Da sie aber weiter blickten, kein Endziel und keine Sicherheit im *Samsāra* fanden, sondern immer nur Wandel und Wandlung vom Schönen zum Fürchterlichen und vom Dunklen wieder zum Hellen – und wieder in alle Schrecken - ohne Ende -, so waren sie von diesem sinnlosen Umlauf tief beunruhigt. Darum suchten sie weder ein möglichst angenehmes diesseitiges Leben in Wohlstand, Schönheit und Harmonie bis zum Tod noch die Erreichung höherer himmlischer Daseinsformen nach diesem Leben, sondern den endgültigen Ausgang ins Freie.

Die zweite Einsicht und Erfahrung bestand darin, dass sie die Lehre des Erwachten tief vernommen, bedacht und dann als den gesuchten Ausgang ins Freie verstanden hatten. Daraufhin erst waren sie ja in den Orden eingetreten, waren Mönche geworden, d.h. sie hatten die Welt verlassen und sich ganz und gar der Führung des Erwachten anvertraut.

Was diese Führung bedeutet, das geht aus der 118 Rede der „Mittleren Sammlung“ hervor. Die Mönche wurden vom Erwachten oder von den Weisesten im Orden in länger währenden Seminaren eingeführt in Lehre und Übung, waren dadurch im Lauf der Jahre der weltlichen Auffassungen und Gepflo-

genheiten immer mehr entwöhnt und wurden allmählich immer selbstständiger in der fortschreitenden Selbsterziehung, so dass sie, aus den einführenden Seminaren entlassen, einzeln für sich oder mit anderen zusammen ihre Selbsterziehung gemäß dem achtgliedrigen Weg fortsetzten.

Diese Mönche wurden vom Erwachten in Zeitabständen immer wieder einmal mit einer Unterweisung angesprochen, durch welche sie entweder neue Impulse oder Korrekturen oder den Gesamtüberblick gewannen, oder aber es wurde ihnen irgendein wichtiger Schwerpunkt des Anblicks oder der Übung mehr und deutlicher vor Augen geführt.

Zu dieser Art von Unterweisung müssen wir unsere Rede zählen. Sie ist keine Einführung, vielmehr setzt sie die ganze Kenntnis der Lehre und des Übungswegs voraus.

*Dies vernahm ich. Einstmals weilte der Erhabene bei Ukkatthā im Lustwald am Fuß eines Königsbaumes. Dort nun sprach der Erhabene die Mönche an: Ihr Mönche! – Ja, Herr!, – antworteten jene Mönche dem Erhabenen aufmerksam. Der Erhabene sprach:*

*Die Wurzel aller Erscheinungen werde ich euch, ihr Mönche, aufzeigen; das hört und achtet wohl auf meine Rede. –*

*Wohl, o Herr!, – antworteten da jene Mönche dem Erhabenen aufmerksam.*

Die Wurzel aller Erscheinungen will der Erhabene aufzeigen: das lässt den Rang dieser Rede erkennen. Es bedeutet ja, westlich ausgedrückt, Aufklärung über die Herkunft des ganzen Weltalls einschließlich unser selbst. Diese Bedeutung wird auch dazu geführt haben, dass die alten Ordner seinerzeit diese Rede an den Anfang der ganzen „Mittleren Sammlung“ gesetzt hatten, obwohl sie eine der tiefsten ist und darum nicht nur vielen westlichen Lesern und Hörern als eine der dunkelsten erscheinen muss, sondern auch im buddhistischen Asien all-

gemein als die schwierigste Lehrrede gilt.

Die Mönche, welche die Befreiung vom *Samsāra* suchen, werden aufhorchen bei dieser Verheißung, wiederum Näheres über die Wurzeln aller Erscheinungen zu erfahren, denn sie wissen, dass „alle Erscheinungen“, die in ihrer endlosen fließenden Kette des Aufkommens und Schwindens ja gerade den *Samsāra* ausmachen, aus einem Wurzelgrund hervorgehen. Und sie wissen, dass der Mensch, wenn er diesen Wurzelgrund kennt, dann auch die Möglichkeit finden kann, ihn zu verlassen und damit den endlosen Fluss von Erscheinungen zum Aufhören zu bringen und damit dem *Samsāra*, dem mühseligen, schmerzlichen, sinnlosen Umlauf zu entrinnen.

Zwar kennen die aus den Seminaren entlassenen Mönche die Wurzeln aller Erscheinungen bereits - der Erwachte spricht immer wieder von ihnen, aber immer unter anderen Aspekten - sie erwarten also keine neue, noch nie gehörte Mitteilung, sondern nur ein neues Schlaglicht, einen neuen Anstoß, der ihnen wieder Impulse gibt, sowohl zur durchschauenden, klärenden Betrachtung wie auch zur Übung im schrittweisen Loslassen.

Die Rede löst diese Aufgabe – die Mönche im Loslassen zu bestärken - durch eine zweiteilige ebenso geballte wie schlichte Mitteilung, aus welcher sich dann wie von selber als Quintessenz die Wurzel aller Erscheinungen ergibt und auch, wie man vorgehen muss, um sie allmählich auszuroden.

Die *erste* Mitteilung besteht darin, dass - in allerletzter kategorialer Unterscheidung – die den Wesen im Dasein möglichen drei Grundhaltungen genannt werden, die den Erscheinungen gegenüber je eingenommen werden können; denn das ist das A und O der ganzen Lehre des Erwachten: die Haltung, die der Mensch den Erscheinungen gegenüber einnimmt, entscheidet über Heil und Unheil, entscheidet über alle Entwicklung.

Die *zweite* große Mitteilung dieser Rede besteht in einem großen Überblick über alle Erscheinungen aller Bereiche des Daseins, nicht nur des menschlichen. Die gesamten Erschei-

nungen werden gemäß ihren letzten Kategorien in einer Vollständigkeit aufgezeigt, wie es im westlichen Denken noch nie geschehen ist.

Zuerst zeigt der Erwachte die fast allen Wesen eigene naive Grundhaltung: die Erlebnisse als Lebensinhalte und ihre Summe als „das Leben“ aufzufassen und darum bei ihnen seine Befriedigung zu suchen. Als zweites zeigt er die Grundhaltung des vom Erwachten endgültig Aufgeklärten, des kämpfenden, aber noch nicht befreiten Heilsgängers, der die Erscheinungen und ihre Wurzel durchschaut hat und um seine Loslösung ringt. Als drittes zeigt der Erwachte die Haltung des befreiten, des erlösten Mönchs wie auch (viertens) seine, des Buddha, eigene Haltung. Die Geheilten sind solche, die nicht nur den *Samsāra* und sein Gesetz völlig durchschauen, sondern auch alle je und je geknüpften Bande und Vernestelungen zu den Erscheinungen restlos abgelöst haben.

Unter anderem Gesichtspunkt kann man diese drei Haltungen, die in den vier Hauptabschnitten dieser Rede beschrieben werden, auch wie folgt kennzeichnen:

Im ersten Abschnitt wird die Ausbildung der programmierten Wohlerfahrungssuche vom Säugling bis zum erwachsenen unbeherrschten Menschen beschrieben.

Der zweite Abschnitt zeigt die Zurückhaltung, Bremsung und Umbildung des Stroms der programmierten Wohlerfahrungssuche durch den sich übenden Heilsgänger.

Der dritte Abschnitt zeigt, dass die herankommenden Dinge in den Geheilten nicht eindringen können, keine Resonanz auslösen können, weil bei ihm der Fluss der programmierten Wohlerfahrungssuche zur Ruhe gekommen ist.

Im vierten Abschnitt erklärt der Erwachte kurz, dass die Befriedigung bei den Dingen die Wurzel allen Leidens ist und dass, solange diese Grundhaltung bestehen bleibt, so lange auch alle Erscheinungen einschließlich der Erscheinung des erlebensüchtigen Erlebers, immer wieder auftauchen und dass es über alle Zeiten und zeitweisen Zeitlosigkeiten hinaus kein Ende des Auftauchens der Erscheinungen, kein Ende des *Sam-*



*sāra* gibt als nur durch eine andere Grundhaltung ihnen gegenüber. Damit ist ausgedrückt, was die Wurzel aller Erscheinungen ist, wo der Ort ihrer Herkunft und wer (oder was) ihr Schöpfer, ihr Erhalter wie auch ihr Überwinder ist.

Sehen wir das nun im Einzelnen anhand der Rede.

### Der unbelehrte gewöhnliche Mensch

*Der unbelehrte gewöhnliche Mensch hat keinen Blick für den Heilsstand. Er kennt nicht das Wesen des Heils und ist unerfahren in den Eigenschaften des Heils.*

*Er hat keinen Blick für die auf das Wahre ausgerichteten Menschen, kennt nicht die Art der auf das Wahre ausgerichteten Menschen und ist unerfahren in den Eigenschaften der auf das Wahre ausgerichteten Menschen.*

Der unbelehrte gewöhnliche Mensch ist einer, der die Lehre des Buddha, und das heißt die Wahrheit von der Wirklichkeit, „nicht gehört“ und vor allem „nicht verstanden“ hat; und zwar geht es hier weniger um die Lehre des Buddha über Karma, Fortexistenz und höhere, hellere Daseinsformen, so wichtig diese Lehren auch sind, sondern immer nur um die vier Heilswahrheiten und damit die „*anattā*-Lehre“. Der unbelehrte gewöhnliche Mensch hat die endlose Fortbildung der Leidensmasse durch das weitere Zusammenhäufen der fünf Zusammenhäufungen nicht durchschaut und hat nichts anderes im Sinn als seine Familie, seinen Beruf, seine Liebhabereien und Vergnügungen und im Alter die Rente bis zum Tod - und selbst, wenn er mit jenseitigen Möglichkeiten von Freuden und Leiden rechnet und sich möglichst so verhält, dass er auch dort auf Freuden hoffen darf, so hat er keine Ahnung von der Ausweglosigkeit der Wanderung und Wandlungen der fünf Zusammenhäufungen.

Er kennt den Heilsstand nicht, sagt der Erwachte, und er kennt nicht die Art, die Eigenschaften des auf das Wahre ausgerichteten Menschen, das heißt, er erkennt nicht solche Menschen, die die Wahrheit von der Nichtlichkeit der fünf Zusammenhäufungen so begriffen haben, dass sie unwiderruflich in die Entwicklung eingetreten sind, die ganz sicher zur baldigen Beendigung des *Samsāra* führt. Wer selber diesen Status noch nicht gewonnen hat und ihn darum nicht kennt, der kann auch die Art, die Eigenschaften solcher Menschen, die ihn gewonnen haben, nicht erkennen. Erst wer solche Eigenschaften besitzt, erkennt sie auch bei anderen. Der Erwachte sagt (M 110), dass der auf das Wahre ausgerichtete Mensch sowohl seinesgleichen wie auch den gewöhnlichen Menschen erkennt, aber der gewöhnliche Mensch erkennt weder seinesgleichen noch den rechten Menschen.

Der Erwachte schildert im folgenden Teil der Lehrrede die Gefesseltheit und Befangenheit des unbelehrten Menschen, des Weltgängers, bei jedem Sinneseindruck als das immer wieder erneute Errichten von Gefängnismauern:

*Er hat die Wahrnehmung <sup>30</sup> von Festigkeit, wie wenn sie von (wirklicher, materieller) Festigkeit käme.*

*Weil er die Wahrnehmung von Festigkeit hat, wie wenn sie von (wirklicher, materieller) Festigkeit käme, meint er, es sei Festigkeit, denkt an Festigkeit, geht von Festigkeit aus, rechnet für sich selbst mit Festigkeit, sucht Befriedigung bei Festigkeit. Und warum? Weil er sie nicht kennt.*

*Er hat die Wahrnehmung von Flüssigkeit - Feurigkeit - Luft, wie wenn sie von (wirklicher, materieller) Flüssigkeit - Feurigkeit - Luft käme,*

*Weil er die Wahrnehmung von Flüssigkeit - Feurigkeit - Luft hat, wie wenn sie von (wirklicher, materieller) Flüssigkeit - Feurigkeit - Luft käme, meint er, es sei Flüssigkeit - Feurigkeit - Luft, denkt an Flüssigkeit - Feurigkeit - Luft, geht von Flüssigkeit - Feurigkeit - Luft aus, rechnet für sich selbst mit Flüssigkeit - Feu-*

---

30 Das Pāliwort *sañjānāti* (wörtlich ‚zusammenwissen‘) ist die gefühlsbesetzte Wahrnehmung des unbelehrten Menschen. Ihr steht gegenüber die in den späteren Abschnitten der Rede behandelte Erfahrungsweise des Heilskämpfers und des Geheilten: *abhiñjānāti*: die unbefangene Blickweise, durch inneren Abstand gewonnen, und *pariñjānāti*: die aus dem inneren Abstand, der Unbefangenheit, hervorgehende volle Durchschauung. Diese entscheidenden Entwicklungsabschnitte werden in den bisher vorliegenden Übersetzungen nie dem Wortsinn entsprechend übertragen.

Neumann übersetzt: „Ein gewöhnlicher Mensch ... nimmt (*sañjānāti*) die Erde als Erde, denkt Erde, denkt an die Erde, denkt über die Erde...“ Und beim Kämpfenden und Geheilten übersetzt er: „Auch dem gilt (*abhiñjānāti*) die Erde als Erde...“

Dahlke übersetzt: „Der unbelehrte Weltmensch ... fasst die Erde als Erde auf... Und hat er ... so denkt er ...“ „Der Mönch, der noch Kämpfer ist, auch der erkennt die Erde als Erde ...“

Kurt Schmidt übersetzt: „Ein Unbelehrter nimmt Festes wahr (*sañjānāti*) denkt daran ... Wenn ein Schüler (... ein Geheilter) Festes ... erkennt (*abhiñjānāti*) ...“

Ähnlich übersetzt I.B. Horner *sañjānāti* mit „recognizes“ und *abhiñjānāti* mit „knows“.

*rigkeit – Luft, sucht Befriedigung bei Flüssigkeit –  
Feurigkeit - Luft. Und warum? Weil er sie nicht kennt.*

Wahrnehmung ist die Dimension der Existenz

Der unbelehrte Mensch hat die Wahrnehmung von Materie – von Festem, Flüssigem, Feurigem, Luftigem - von der gesamten sinnlichen, mit den Körpersinnen wahrnehmbaren diesseitigen Welt, Lebendigem und Totem, wie wenn sie von wirklicher, materieller Welt käme.

Was ist daran falsch? Was ist der Fehler des gewöhnlichen Menschen? Der Fehler ist in dem Wortlaut klar zu erkennen, nämlich er nimmt nicht Festes usw. wahr, sondern er hat die Wahrnehmung „Festes“ usw. Und obwohl er die Wahrnehmung „Festes“ hat, denkt er aber nicht an die Wahrnehmung „Festes“, sondern denkt nur „Festes“, denkt an Festes usw. Er übersieht die Tatsache, dass dieses Feste, das er zu kennen meint, aus Wahrnehmung besteht. Wahrnehmung aber ist wie ein Traum ein geistiger Vorgang, der in der Seele erzeugt wird. Wahrnehmung ist - wie der Erwachte immer wieder erklärt - *citta-sankhāra*, eine Wirksamkeit, Aktivität der Psyche, der Seele, des Herzens.

Angenommen im Traum erlebt einer, dass er einen Wiesenweg geht. Aus dem Wiesenweg wird ein Sandweg und dann ein Kiesweg, und er geht darüber. Er spürt die Kieskörner und hört es knirschen. Dann wird er wach und wundert sich, dass nichts davon da ist. Er weiß aber, dass er es richtig erlebt hat. Er hat den Kies knirschen hören und hat den weichen Grasboden unter den Füßen gespürt, und jetzt merkt er, dass alle diese Dinge nur aus Wahrnehmung bestanden, aus Traumwahrnehmung. Nicht weil da ein Wiesenweg war und ein Sandweg und ein Kiesweg, darum hat er sie erlebt, sondern weil er sie erlebt hat, darum meint er, sie wären auch außerhalb des Erlebens da.

Wer bei sich selbst gründlich beobachtet und über den Vorgang seines Erlebens nachdenkt, der erkennt, dass sich sein

gesamtes Erleben immer nur im geistigen Erscheinen und Empfinden vollzieht. - Aber auch trotz dieser Erkenntnis fällt es den Menschen schwer, zu dieser Erkenntnis immer wieder neu hindurchzudringen, weil wir eben die falsche Anschauung von der Dinglichkeit zu sehr gewöhnt sind.

Wir haben die Vorstellung, als ob wir unsere Sinneserlebnisse von einer an sich vorhandenen Außenwelt ablösen, als ob unsere sinnliche Wahrnehmung ein Hereinholen von Formen, Tönen, Düften, Schmeck- und Tastbarem aus einer unabhängig von uns bestehenden Außenwelt wäre. Dabei ist das, was der Mensch und jedes Lebewesen für 'Wissen' von 'sich selbst' und 'von der Welt' hält, in Wirklichkeit nichts anderes als seine Deutung der Wahrnehmung 'Ich' und der Wahrnehmung 'Welt'. Von keiner Erscheinung in dem, was er für das gesamte All hält, „weiß“ der Mensch anders als nur durch die Wahrnehmung.

Wenn er ganz unbefangen und unvoreingenommen und nüchtern nach der Herkunft seines „Wissens“ von „sich“ und „der Welt“ fragen würde, so müsste er zwangsläufig auf die Wahrnehmung als die Herkunftsstätte, ja überhaupt als die Dimension alles Erscheinenden kommen. In jedem Augenblick erfährt er Wahrnehmung um Wahrnehmung und nichts anderes. Über die Wahrnehmung hinaus kann gar nichts erfahren werden. Aber der gewöhnliche Mensch, auch der Naturwissenschaftler, hat das Medium aller Erfahrung, den Grundstock und „Urstoff“ aller Existenz, den „Grundstoff“ von „Ich“ und „Welt“, alles Geistigen und alles Körperlichen: die Wahrnehmung wegen ihrer zu großen Nähe übersehen.

So sagt *Hans Peter Dürr*, der Nachfolger Heisenbergs am Max Planck Institut für Physik in München im Vorwort des von ihm herausgegebenen Sammelbandes „Physik und Transzendenz“ (Scherz 1987 S.12):

*Eine konsistente Erklärung der Quantenphänomene kam zu der überraschenden Schlussfolgerung, dass es eine objektivierbare Welt, also eine gegenständliche Realität, wie wir sie*

*bei unserer objektiven Betrachtung als selbstverständlich voraussetzen, gar nicht „wirklich“ gibt, sondern dass diese nur eine Konstruktion unseres Denkens ist, eine zweckmäßige Ansicht der Wirklichkeit, die uns hilft, die Tatsachen unserer unmittelbaren äußeren Erfahrung grob zu ordnen.*

Und er fährt (a.a.O.) auf S. 17 fort:

*Die Welt ist also nicht mehr ein großes mechanisches Uhrwerk, das, unbeeinflussbar und in allen Details festgelegt, nach strengen Naturgesetzen abläuft, eine Vorstellung, wie sie sich den Physikern des 19. Jahrhunderts als natürliche Folge der klassischen Kausalität aufdrängte, und sie dazu verleitet, jegliche Transzendenz als subjektive Täuschung zu betrachten. Die Welt entspricht in ihrer zeitlichen Entwicklung - nach einem Bild von David Böhm - mehr einem Fluss, dem Strom des Bewusstseins vergleichbar, der nicht direkt fassbar ist; nur bestimmte Wellen, Wirbel, Strudel in ihm, die eine gewisse relative Unabhängigkeit und Stabilität erlangen, sind für unser fragmentierendes (= in Bruchstücke zerlegendes) Denken begreiflich und werden für uns zur Realität.*

Wenn einer auf die Wahrnehmung als das Fundament des Erlebens gekommen ist, dann wird er folgerichtig zu fragen haben, woher Wahrnehmung dieses oder jenes anbietet. Solange er statt der Wahrnehmung dieses wahrgenommene und erfahrene „Ich“ erforschen will und diese wahrgenommene und erfahrene „Welt“ erforschen will, bewegt er sich in Phantasmen und Illusionen abseits der Wirklichkeit. Denn *Die in Raum und Zeit ausgedehnte Welt existiert nur in unserer Vorstellung.*<sup>31</sup> Das nennt der Erwachte *avijjā*, d.h. außerhalb des Wirklichen. Es ist so, wie wenn er mit einem Mikroskop einen Käfer untersuchen wollte, der durch einen Projektor an die

---

31 Erwin Schrödinger (Physik-Nobelpreisträger) zitiert bei Dürr a.a.O. S.167

Leinwand projiziert wird. Was entdeckt er dann? Immer nur Leinwandfasern! So auch nimmt der gewöhnliche Mensch die Wahrnehmung von Festem als Festes und merkt nicht, dass das „Feste“ aus Wahrnehmung besteht.

### Die zwei Bedingungen für die Wahrnehmung

Jede Wahrnehmung kommt, wie der Erwachte sagt, durch zwei sehr verschiedene Quellen zustande:

1. durch die als "außen" herantretenden Eindrücke,
2. durch die Antwort des Gefühls.

Die als „außen“ herantretenden Eindrücke, sagt der Erwachte, sind die Gesamtheit des von uns in der Vergangenheit Gewirkten, das Schaffsal. Das früher mit dem gesamten Denken, Reden und Handeln Gewirkte entschwindet lediglich der Sichtbarkeit, das ist: dem unendlich beengten Gegenwartshorizont des durch Anziehung und Abstoßung Geblendeten. Es bleibt aber als wirkendes Gewirktes, als Schaffsal der Wesen, bestehen und taucht zu seiner Zeit wiederum in den unendlich beengten Ereignishorizont des Geblendeten ein („Gegenwart“) als „Illusion einer gespaltenen Begegnungswahrnehmung“ – die äußerlich herantretende Bedingung für die Wahrnehmung.

Die innere Bedingung für die Wahrnehmung nennt der Erwachte mit dem Satz: „*Was man fühlt, das nimmt man wahr.*“ Das heißt, bevor das Erlebnis „wahrgenommen“ wurde, ist es abgetastet, gekostet worden von den Trieben, den Anliegen und Wünschen des Wollenskörpers (*nāma-kāya*), die nichts anderes sind als ein fixiertes Mögen und Nichtmögen, Lieben und Hassen in Bezug auf bestimmte Formen oder Denkbjekte. Sie beurteilen das Herantretende, wenn sie es mögen, mit Wohlgefühl, wenn sie es nicht mögen, mit Wehgefühl, wodurch der Eindruck entsteht: „Das ist eine angenehme, eine unangenehme Sache.“

Wir erleben also nicht die ankommende Ernte so, wie sie gewirkt worden ist, sondern erst nachdem die innewohnenden

Triebe ihr verzerrendes Urteil gesprochen haben. Die zwei zusammenwirkenden Quellen des Gefühls und damit der Wahrnehmung werden von dem Mönch Nandako (M 146) ausdrücklich unterschieden:

*Was auf Grund der sechs zu sich gezählten Körper-Werkzeuge mit den innewohnenden Süchten an Wohl- und Wehgefühl aufkommt und was auf Grund der sechs zum Außen gezählten Sinnesobjekte an Wohl- und Wehgefühl aufkommt.*

*Auf Grund der sechs zu sich gezählten Körperwerkzeuge mit den innewohnenden Süchten aufkommendes Gefühl* bedeutet den Aspekt: Die Triebe, welche den sechs Sinneswerkzeugen so innewohnen wie der Magnetismus dem Magneten oder das Öl dem Docht einer brennenden Öllampe, werden bei der Berührung durch das als Außen Erfahrene berührt und antworten mit Gefühl. *Auf Grund der sechs zum Außen gezählten Sinnesobjekte aufkommendes Gefühl* bedeutet den Aspekt: Auf Grund der Früchte des Wirkens tritt etwas an die Triebe der sechs Körperwerkzeuge heran, was die Triebe reizt oder abstößt, wodurch Gefühl entsteht.

Aus dem zu sich gezählten Körper mit den Trieben und dem als Außen Gewirkten zusammen geht also Gefühl und damit Wahrnehmung hervor: „*So kommen denn diese zwei Dinge auf zwei verschiedenen Wegen im Gefühl zu einem zusammen.*“ (D 15) Ebenso heißt es in A X,58: „*Worin kommen alle Dinge zusammen? – Im Gefühl.*“

Die jeweiligen wahrgenommenen Sinnesobjekte sind der Bildanteil der Wahrnehmung, und das Gefühl aus den treibenden Trieben ist der Neigungsanteil, der Soganteil, der Gier- und Hassanteil der Wahrnehmung. Die beiden Anteile werden oft in unterschiedlicher Stärke wahrgenommen: einmal können räumliche Bilder wahrgenommen werden mit nur schwachem Gefühl besetzt, ein anderes Mal werden hauptsächlich Empfindungen, Bedürfnisse, Süchte, Widerstreben, also seelische Kräfte, seelisches Gerissensein wahrgenommen, und Bilder werden nur schwach verzeichnet, aber immer wird bildhaft



geträumt eine Welt, und spannungshaft wird geträumt ein Ich mit tausend festgelegten Wünschen, hin und her gerissen, ein Hungerleider, ein Haben- und Seinwollen.

Tritt das Gewünschte ein, dann wird der Wunsch für einen Augenblick erlöst, entspannt, und das wird als angenehm empfunden – nur weil die Wesen tausendfältigen Hunger in sich haben. Das Bild des gewünschten Gegenstands ist im Geist bewahrt als Mangel, als Gespanntsein, als Matrize; und erst wenn das Gewünschte als Bild, als Matrize wahrgenommen wird, dann ist kurze Entspannung, Vereinigung, Befriedigung. Jedes Wohlgefühl durch sinnliche Eindrücke ist ein Zeichen dafür, dass während der ganzen Zeit, in der kein Wohlgefühl war, Hunger bestand. Nur weil wir tausendfältigen Hunger haben, merken wir den einzelnen gar nicht.

Der Erwachte vergleicht die fünffache sinnliche Bedürftigkeit mit einem Aussatzkranken, dessen ganzer Körper ununterbrochen juckt. Nur durch Kratzen empfindet er eine vorübergehende Befriedigung. Wenn uns ein Objekt gefällt, so ist die Berührung der Bedürftigkeit angenehm, befriedigend. Aber der Erwachte sagt: Durch Befriedigung, die im Geist positiv bewertet wird, wird der Hunger immer größer. Und je größer der innere Hunger ist, um so rücksichtsloser holt ein Mensch heran. Wenn aber der Aussatzkranke gesund ist, dann braucht er gar nicht mehr zu kratzen, dann fühlt er sich ohne Kratzen dauernd tausendmal wohler, als wenn er hier und da eine flüchtige Befriedigung zusammenkratzt. Ganz ähnlich diesem Gleichnis des Erwachten schreibt *Gigo von Castell*, ein christlicher Mönch:

*Eine kleine Körperwunde ruft in der Seele ungeheure Angst vor Schmerzen hervor; sagen wir ein Mückenstich oder eine Verwundung. Durch die Wunde ist beides verwundet: die Seele wie der Leib, die Seele durch den Schmerz, der Leib durch die offene Stelle. Ist aber die offene Stelle geheilt, dann wählst du auch schon die Seele wieder geheilt, (weil man ja dann keinen Schmerz mehr fühlt, keine Sorge und Angst*

mehr hat) während doch die gleiche Schwachheit verbleibt, aus der sie dem verwundeten Leib zuvor erlag.

*Nun ist zwar die Leibesschwachheit in diesem Leben unheilbar, ja, sie verschlimmert sich allemal, (im Alter wird alles gebrechlicher, schmerzlicher) der Seele Gesundheit aber wird in Ewigkeit nicht gefunden werden, wenn sie nicht hier schon ansetzt.*

*Der Seele Gesundheit* - das ist der von der Aussatzkrankheit Genesene, der frei von Anliegen ist, nichts mehr braucht. Der Erwachte vergleicht ja auch den Geheilten, wenn er durch Formen, Töne usw. berührt wird, mit einer Eichenbohle, gegen die ein Fadenknäuel geworfen wird. Das Fadenknäuel kann nicht in die Eichenbohle eindringen, kann sie nicht verwunden. - Den gewöhnlichen Menschen mit seinen tausend Bedürfnissen dagegen vergleicht der Erwachte mit einem feuchten Lehmhaufen, in den Steine hineingeworfen werden. Sie dringen ein, verwunden ihn. So sind wir verletzbar durch unsere Bedürftigkeit, Empfindlichkeit.

Da ist z.B. das Anliegen, einen heilen, gesunden Körper zu haben und mit dem Körper Warmes, Weiches, Sanftes zu tasten. Schon ein Mückenstich aber ist das Gegenteil einer sanften Berührung. Er verwundet den Leib durch die offene Stelle, die Seele durch den Schmerz. Ist aber die offene Stelle geheilt, dann ist für den Augenblick auch der Schmerz verschwunden, und der Mensch wähnt, dass auch die Seele wieder geheilt wäre. Er denkt nicht mehr daran, sorgt sich nicht mehr.

Die zusätzliche Sorge und Angst, der seelische Schmerz, entsteht durch die Triebe, den Wollenskörper, die „Seele“, die „dem Leibe unterliegt“. Dies drückt *Gigo v. Castell* aus :

*Wenn einer alle Haare auf dem Kopf dir abschneidet, es tut dir nicht weh, sofern er nicht die Haarwurzeln fasst. Ebenso kann keiner dir wehtun, falls er nicht, was durch die Begier Wurzeln in dir geschlagen hat, anrührt.*

Das heißt: falls er nicht das anrührt, wonach du innerlich dürs-

test, worauf du aus bist. Sobald dir das zu entgehen droht, bist du sofort wach und automatisch ängstlich, zornig, abwehrend. Es ist ein Unterschied, ob man mit seinen Alltagsaugen nur die Objekte betrachtet, auf seinen Wünschen in die Welt hineinreitet oder ob man stillsteht und sein Gezogen- und Gerissensein merkt.

Je zahlreichere Begehungen, Süchte, Dränge wir nach den Objekten haben, je größer die sinnliche Vorliebe ist für das Einzelne, um so heftigere Schmerzen werden empfunden.

Es wird oft oberflächlich gesagt: Wenn diese oder jene üblen Dinge eintreten, dann geht es den Menschen schlecht, oder wenn diese oder jene guten Dinge eintreten, dann geht es den Menschen gut. Da ist aber einseitig nur der Beitrag genannt, den die als „außen“ erlebte Ernte früheren Wirkens zum Gefühl des Menschen liefert. Der Beitrag der zu sich gezählten Neigungen und Triebe ist aber viel wichtiger. Von jedem Wesen wird nur das als Wohl empfunden, was seinem Begehren entspricht, und als Wehe wird das empfunden, was dem Begehren widerspricht. Wenn wir z.B. eine stark verletzte Ratte sehen, so erfasst uns Mitempfinden oder Ekel; einer Katze aber läuft das Wasser im Mund zusammen. Durch das ganze Leben aller Menschen ziehen unendlich viele Neigungen, bewusste und unbewusste, und entsprechend ist die Anziehung und die Abstoßung und die dadurch gegebene Behinderung, unbefangen und klar zu sehen (Blendung). Die Stärke des Gefühls und damit der Wahrnehmung unseres Erlebnisses hängt fast ausschließlich ab von der Stärke der inneren Anziehungen und Abstoßungen, die meist vergrößernd mit „Gier und Hass“ übersetzt werden, aber auch die feinsten Grade umfassen.

Wir wissen, dass ein jeder Mensch „seine“ Welt erlebt, ein jeder eine andere, dass also jedes Erlebnis subjektiv bedingt ist. Nicht nur die sehr unterschiedlichen bis gegenteiligen Aussagen von mehreren Zeugen ein und desselben Vorganges beweisen das, sondern ein jeder Mensch, der seine Erlebensweise aufmerksam beobachtet, weiß, wie sehr seine Triebe und Neigungen und seine dadurch bedingten Empfindungen seine

Erlebnisse färben und verfärben. Wer sich diesen verfärbenden Einflüssen von der Kindheit an überlässt, d.h. sich der natürlich-naiven Erlebnisweise hingibt (seinen Wahrnehmungen – *sañjānāti*), der baut sich aus diesen trügerischen Erlebniseindrücken eine Kulissenwelt im Geist auf, welche – wie jede im Traum zusammengebraute Traumwelt – nur aus gefühlsbesetzten Erscheinungen besteht.

Von diesem Menschen gilt, was der Erwachte vom unbelehrten Menschen sagt, dass er die in seinem Geist aufgebaute, aus gefühlsbedingter Deutung konstruierte „Welt“ nicht durchschaut, ihre Herkunft nicht kennt und darum dem Leiden verfallen bleibt.

*Der Mensch denkt  
Festigkeit , Flüssigkeit, Feurigkeit, Luft*

Das von den Trieben ausgehende Gefühl ist der Griffel, der das Erlebte als Wahrnehmung in den Geist einträgt, und von da an denkt der Mensch an das Wahrgenommene und denkt über das Wahrgenommene nach, denkt um das Wahrgenommene herum und von dem Wahrgenommenen ausgehend an Weiteres. Dem starken Wohlgefühl entsprechend entsteht natürlich auch die starke Wahrnehmung des (angenehmen oder unangenehmen) Erlebnisses.

Normalerweise hält der Mensch seine gefühlsbesetzten Eintragungen in den Geist, diese subjektiven Blendungsbilder für wahr. Er hält unmittelbar für seiend, was er, wie er es nennt, „selbst erlebt“ hat. Die Wirklichkeit des Selbsterlebten lässt er sich nicht ausreden; „erlebt“ heißt erfahren haben, Zeuge gewesen sein des Ereignisses, es selbst wahrgenommen haben. Der Erwachte sagt: *Die Frucht der Wahrnehmung ist die Behauptung: „Ich habe es ja selbst erfahren.“ (A VI,63)* Von daher schließt man also, dass das als geistige Vorstellung erfahrene Feste, Flüssige usw. nicht geistige Vorstellung sei, sondern „wirklich“ Festes, Flüssiges usw., also eine materielle Welt.

Diesen Denkschluss bezeichnet der Erwachte mit Meinen oder Vermeinen (*maññati*), und hierin zeigt sich, wie gesagt, die Blendung des Menschen: Er denkt das jeweilige Objekt als „an sich“ bestehend, denkt darum herum und denkt von ihm ausgehend an anderes. Während er in Wirklichkeit – ganz wie im Traum – nur Wahrnehmungen in seinem Geist hat, geistige Vorstellungen von Bildern, schönen Gerüchen usw., da schließt er von diesen im Geist auftauchenden Vorstellungen von den verschiedenartigen Dingen, dass er diese nicht als Vorstellung, als geistige Beeindruckung erlebe, sondern dass er sich in einer Welt materieller Dinge bewege. - Der östliche Mensch, besonders der früheren Zeit, ist sich weit mehr der Realität bewusst, dass sein ganzes Leben aus einer Kette geistiger Erlebnisse besteht und dass diese aus dem Herzen, dem Gemüt selber kommen.

Der Erwachte sagt: *Durch Aufmerksamkeit entstehen alle Dinge. (A X,58)* Was wir beachten und dann auch betrachten, bedenken, bewerten und unterscheiden, das haben wir damit neu herausgeprägt, das ist für uns neu entstanden als „Ding“. Es ist, wie wenn ein Zeichner halb gedankenlos einige Konturen zeichnet, die kaum sichtbar sind. Je mehr er halb träumerisch hinschaut, um so mehr zeichnet der Bleistift, und bald ist ein deutliches, nicht zu übersehendes Bild entstanden, ein Objekt (*obicere* (lat.) = vor sich hinstellen, sich etwas gegenüberstellen). Worauf der Geist sich richtet, das bedenkt man, denkt darum herum, denkt von ihm ausgehend an Weiteres.

Mit dem Bedenken tritt aber auch immer in unlöslicher Verbindung neben der als „außen“ erlebten auch eine „innere“ Folge ein.

*Der Mensch rechnet für sich selbst  
mit Festigkeit, Flüssigkeit, Feuer , Luft“*

Der Erwachte sagt: *Was der Mensch häufig bedenkt und sinnt, dahin geneigt wird das Herz. (M 19)* Das weist darauf hin, dass durch ein und dasselbe Denken, durch welches „Außen-

welt“ als Vorstellung immer mehr ausgebreitet und immer mehr zum „Objekt“ verdichtet und herausgehämmert wird, zugleich auch die innere Bedürftigkeit, die Anhänglichkeit an eben diese „Objekte“ verstärkt wird.

Was wir aus der *Illusion der gespaltenen Begegnungswahrnehmungen* aufmerksam ins Auge fassen, was wir pflegen und betreiben, das arbeiten wir nicht nur als „Objekt“ heraus, sondern dem verbinden wir uns damit immer stärker. Die Tendenzen, die Verstrickungen, die Triebe, Verjochungen entstehen auf keinem anderen Weg – können auf keinem anderen Wege entstehen als auf dem Weg der weiteren Pflege der geschaffenen Verbindung, d.h. aus einem weiteren Betrachten und positiven Bewerten dessen, womit man sich verbunden fühlt, woran man sich durch Beachtung gebunden hat, angejocht hat, was etwas für einen bedeutet.

Das heißt: Einerseits sind die den Ich-Eindruck bewirkenden Tendenzen verstärkt worden, ist eben ein Bezug mehr entstanden; und andererseits ist gleichzeitig die (vorgestellte) Umwelt in bestimmter Weise gegenübergestellt, begehrter geworden: Jenes Objekt, das ich häufig bedacht und betrachtet habe, bedeutet nun etwas „für mich“, gehört nun „zu meiner Welt“ und mag daher nicht mehr entbehrt werden. So entsteht durch wiederholtes Denken nicht nur ein Joch, eine Bindung von „innen“ nach „außen“; sondern „Innen“ und „Außen“ werden dadurch erst geschaffen oder verstärkt und einander gegenüber gestellt. Und all das geschieht gleichzeitig eben dadurch, dass beim Vorüberziehen der (selbst geschmiedeten) der Begegnungswahrnehmungen von den Vorstellungsbildern etwas erwartet wird, sie begrüßt und anerkannt werden und festgehalten werden.

### *Der Unbelehrte sucht Befriedigung bei den Dingen*

Diesen Vorgang der Fesselung des Herzens an die bedachten Wahrnehmungen beschreibt der Erwachte näher in M 138, 145 und 36:

*Hat da ein Mensch mit dem Luger... eine Form... gesehen, ... so geht die programmierte Wohlerfahrungssuche der Formerscheinung nach, knüpft zu wohltuenden Formerscheinungen Verbindung an, bindet sich an, wird von wohltuenden Formerscheinungen fesselverstrickt.*

„Hat da ein Mensch mit dem Luger eine Form gesehen...“ - das heißt: Ist mit dem vom Lugerdrang besetzten Auge etwas „Äußeres“ erfahren worden und sind die beiden Körper (der Werkzeugkörper und der Spannungs-/Wollenskörper) berührt worden, dann ist das Erfahrene mit dem Gefühl zusammen in den Geist gekommen. Der Geist 'weiß' jetzt z.B.: In dem Zimmer in der Nähe des Fensters liegt das interessante, vom Freund empfohlene Buch.

*So geht die programmierte Wohlerfahrungssuche der Formerscheinung nach.* Die programmierte Wohlerfahrungssuche ist die aus der bisherigen Erfahrung von Wohltuendem, Unangenehmem und Uninteressantem hervorgegangene programmierte Wohlsuche und Wehflucht. Der Mensch denkt jetzt an das Buch, denkt darüber nach, denkt von dem Buch ausgehend an Weiteres. Er erinnert sich der Worte des Freundes, seines Kaufs im Geschäft, des Preises usw.

„...knüpft zu wohltuenden Formen Verbindung an“: Er hofft, das Lesen des Buches würde ihm wohl tun. Er liest es, und es tut ihm wohl. Jetzt 'weiß' der Geist: „Der Freund hatte recht: das Lesen des Buches tut wohl.“ Wenn er wieder einmal Langeweile hat, fällt ihm das Buch von allein – d.h. ohne dass es ihm sinnlich vor Augen tritt – als wohltuende Lektüre ein. Er denkt positiv an das Buch, und so bindet er sich an, „wird von wohltuenden Formen fesselverstrickt.“ So wird die Erfahrung immer mehr programmiert: Fädchen für Fädchen wird er durch das jeweilige Genießen an das Buch gefesselt. Immer fester wird die Gewöhnung an dieses Buch oder an diese Art Bücher. So wird der Erlebensprozess immer stärker verfestigt: Irgendwann taucht eine Erscheinung als für uns noch ganz neu auf, wir erleben sie, ohne zu ahnen, dass wir in vorigen Exis-

tenzen schon damit in Beziehung standen und dass sie nur von daher auftaucht. Und nun empfinden wir bei der Begegnung mit dieser Erscheinung wieder ähnliche Gefühle wie früher und pflegen die uns angenehmen Beziehungen. In jedem Leben begegnen wir immer nur den von uns unbewältigten, noch nicht aufgelösten Dingen und Szenen aus der Vergangenheit. Es ist die Fortsetzung des Lebenstraumes. Darum sagt der Erwachte: „*Schemenhaft sind die Sinneserscheinungen, trügerisch, Einbildungen, ein Blendwerk ist das Ganze, der Toren Beschäftigung.*“ (M 106)

*Der Toren Beschäftigung* – das ist das Urteil des Buddha, das Urteil von höchster Warte. Aber der Buddha weiß, wie stark und fest dieser trügerische Traum ist und dass es uns nicht möglich ist, unmittelbar aus ihm zu erwachen; deshalb zeigt er immer wieder, wie notwendig es ist, sich öfter vor Augen zu führen, was in Wirklichkeit da vor sich geht, wo der normale Mensch glaubt, die vielfältigen Dinge und damit „Welt“ deswegen zu erleben, weil sie „da draußen in der Welt“ seien.

Was wir im Geist bedenken und pflegen (*die programmierte Wohlerfahrungssuche geht den Formerscheinungen nach*), dem verbinden wir uns immer stärker, und es entsteht eine Anhänglichkeit (*wird von den angenehmen Formen fesselverstrickt*, d.h. die Sache mag ich, sie ist für mich, ist mein), und damit ist Abhängigkeit, Neigung, Trieb in Bezug auf das Betrachtete entstanden. Abschließend sagt der Erwachte in M 138: *Das nennt man: Die programmierte Wohlerfahrungssuche ist nach außen zerstreut und bewegt.* Der Trieb oder der bewusst gewordene Drang (Durst) kann auf keinem anderen Weg entstehen als auf dem Wege der weiteren Pflege der geschaffenen Verbindung, d.h. aus einem weiteren Betrachten und positiven Bewerten dessen, womit man verbunden ist, woran man sich durch Beachtung gebunden hat, angejocht hat. *Was der Mensch häufig bedenkt und sinnt, dahin geneigt wird das Herz.*

Die Verbindung ist eine ausschließlich geistige, denkeri-



sche Angelegenheit, besteht im Gedächtnis. Der Trieb aber gehört zum Herzen, er ist Kraft, Gefälle, Neigung zu dem, womit verbunden, an das man angejocht ist.

In der Lehrrede A X,58 mit dem Thema „*Alle Dinge*“ heißt es: *Aufmerksamkeit erzeugt alle Dinge. In den Trieben (chanda) wurzeln alle Dinge.* Durch die Aufmerksamkeit, d.h. die geistige Beachtung eines Objektes der Außenwelt ist die Sache oder Person erst für den Beachtenden „da“. Durch diese Aufmerksamkeit erst „besteht“ sie für ihn. Diese erste Aufmerksamkeit ist wie eine Zeugung oder wie eine Saat. Das Samenkorn ist nun in der Erde und kann Wurzeln schlagen durch häufiges darauf gerichtetes Aufmerken. Die Wurzeln sind die Triebe, der Wille zu der betreffenden Sache oder Person, entstanden durch häufigeres positives Bewerten. Dadurch ist eine Beziehung geschaffen, ein Bedürfnis ist jetzt da. Und durch dieses Bedürfnis kann nun von den darauf gerichteten Trieben des Herzens im Geist die Erinnerung an diese schöne Sache oder Person, die Vorstellung und die Sehnsucht danach wieder aufkommen.

Um einen Trieb zu schaffen oder zu verstärken, bedarf es also keines Willens und keines Handgriffs, sondern nur einer Reihe von verbindenden Gedanken. Und gerade diese schicksalsträchtigste aller den Menschen möglichen Handlungen geschieht mit unheimlicher Unscheinbarkeit und Unauffälligkeit, ja, sie geschieht bei den allermeisten Menschen völlig unbemerkt, da sie nicht wissen und nicht bedenken, dass solches Denken verbindet und damit verbindlich wird.

*Der Unbelehrte sucht Befriedigung bei den Dingen.* Aus der Kraft des unbewussten Erlebnisverlangens der Triebe bei ihrer erstmalig oft mehr oder weniger beiläufigen Berührung durch Gefühl und Wahrnehmung ist also im Gedächtnis die Möglichkeit von Wohlgefühl und wie man solche Erlebnisse herbeiführen kann, entstanden. Von nun an weiß man um dieses bis dahin unbewusst gewesene Bedürfnis und um die Möglichkeit der Befriedigung. Und zugleich spürt man von nun an die von Zeit zu Zeit sich meldende Kraft des Triebes als einen

bewussten Drang, als „Durst“ nach Wiederholung des Erlebnisses. Von dem Durst sagt der Erwachte, dass er auf dieses und jenes setzt, mit diesem und jenem rechnet, sich zu befriedigen sucht (*tatra tat'abhi-nandinī*) und so den *Samsāra* fortsetzt. Ebenso geht es umgekehrt bei besonders schmerzlichen Erlebnissen, so dass in solchen Fällen ein Durst aufkommt, sie zu vermeiden.

Befriedigung kann nur aufkommen, weil es den Zustand des Unbefriedigtseins gibt. Aber wenn noch keine Befriedigung erlebt wurde, weiß das Wesen nicht, dass es unbefriedigt ist, doch sein Grundzustand ist „namenloses“ Leiden.

Ein Waisenkind zum Beispiel, das keine Eltern kennengelernt hat, hat den Zustand des elternverlassenen Kindes, weiß aber nichts davon. Wenn es Eltern erlebt, empfindet es eine große Befriedigung. Von da an setzt es auf Eltern, rechnet mit ihnen. Von da an hat sein unbewusstes Hungern nach Liebe und Geborgenheit ein Ziel, eine Richtung: hin zu Eltern, weg von Heimen.

Wenn der rasende D-Zug des menschlichen Verlangens eine Richtung bekommen hat, Befriedigung geschmeckt hat, irgendeines der vielen Leiden einmal plötzlich aufhört, dann ist er nicht aufzuhalten, dann neigt das Wesen zum Erlebnis der Befriedigung, zielt darauf hin.

Darum sagt der Erwachte, dass der Mensch von der Geburt an durch die Erfahrung von wohltuenden Begegnungen sich an die Dinge bindet. Die wohltuenden Begegnungen sind solche, für welche er in sich ein Mangelgefühl hat, das - solange ungestillt - Leiden ist und dessen vorübergehende Stillung wohltut.

Auch wenn der Mensch ein Wehgefühl zornig abweist, dann hat er sich unter den gegebenen Umständen bestmöglich befriedigt. Wenn ich beleidigt worden bin und wehre mich stark dagegen, dann habe ich den großen Schmerz, den die Beleidigung verursachte, gemindert, dann habe ich mich erleichtert. Auch das ist Befriedigung. So ist Befriedigung die geistige und gemüthafte Hingabe an das Wohlgefühl oder die

Hingabe an die Abwehr von Wehgefühl. Sie macht den Menschen abhängig von den Erlebnissen, wie es der Erwachte beschreibt mit den Worten:

*Da steigt einem unbelehrten Menschen ein Wohlgefühl auf. Wenn er vom Wohlgefühl getroffen ist, wird er wohlbegehrlich, gibt sich dem Wohlgenuss hin. Diesem schwindet nun das Wohlgefühl. Mit dem Schwinden des Wohlgefühls aber steigt Wehgefühl auf, und von diesem Wehgefühl wird er erschreckt, erschüttert, verstört. (M 145)*

So sei das Herz aufgewühlt, gefesselt, überwältigt, sagt der Erwachte (M 36), weil er sich den Sinnesdrängen hingibt, sein Denken darum herumkreisen lässt. Da wird das Herz an die Dinge gewöhnt. Wenn es daran gewöhnt ist, dann muss es sie vermissen, wenn sie nicht da sind, und Wehgefühl in dem Maß empfinden, wie er sich den Dingen verbunden hat.

Der Trieb, empfunden als Bedürftigkeit, ist wie ein Leck im Schiff. So wie man bei einem lecken Schiff nur deshalb immer pumpen muss, um es über Wasser zu halten, weil es ein Leck hat, so muss man nur wegen der Bedürfnisse die Erfüllung anstreben, muss die betreffenden begehrten Dinge, von denen man „meint“, sie seien für einen nötig, heranschaffen; und je mehr Bedürfnisse da sind, um so mehr muss herangeschafft werden. Da ist also ein viel bedürftiger Mensch wie ein leckes Schiff, bei welchem die ganze Mannschaft ununterbrochen nur mit dem Pumpen beschäftigt sein muss, während ein Bedürfnisfreier wie ein vollkommen abgedichtetes Schiff ist, das sicher und ruhig über Wasser bleibt.

Da aber die Welt keine Schüssel ist, aus der der Bedürftige unentwegt schöpfen kann, wessen er bedarf, so ist Nichterlangen und damit Wehgefühl unvermeidbar:

*Mit dem Schwinden von Wohlgefühl aber steigt Wehgefühl auf, und durch dieses Wehgefühl wird er erschreckt, erschüttert, verstört.*

Manchmal muss der Mensch einer zwanghaft starken Sucht, einem starken Trieb, folgen gegen seine Einsicht. Dem durch

die Entspannung der Mangelsituation aufkommenden Wohlgefühl kann dann aber keine oder wenn, nur eine kurze Befriedigung folgen. Denn der Geist weiß, dass das jetzige Wohl späteres Wehe bringt, und kann die Befriedigung nicht gutheißen, nicht positiv bewerten, kann sich ihr nicht hingeben. Der Mensch setzt noch auf die Aufhebung seines Mangels, rechnet mit ihr, erhofft sie weiterhin – der Strom des Durstes rast weiter – aber er ist nicht gemehrt worden, da die Hingabe, das Herannehmen und Ergreifen (*upādāna*) durch den Einspruch des Geistes verhindert wurde. Das Gefühl der Befriedigung für etwas Gutes halten, es positiv bewerten, sich der Befriedigung hemmungslos hingeben, sich an ihm auch geistig befriedigen, es erhalten und wieder zu erringen trachten in Gedanken, Worten und Taten – das ist Herannehmen, Ergreifen (*upadāna*). Damit ist der Durst erhalten, der Brand geht weiter: das Erlebnis der Befriedigung ist ins Dasein getreten, Gewöhnung geworden, „*die zu dieser und jener Welt hinbrandet*“. Jede Befriedigung, die der Mensch bejaht und wieder zu erlangen trachtet, ist der Anfang eines neuen Programms (*viññāna*)- der Geist wird neu programmiert: „Das ist schön, das will ich wiederhaben; wie bekomme ich es?“ So entsteht das Endprogramm, diese Befriedigung immer wieder herbeizuführen, immer weiter so zu wollen, letztlich aus dem Anstoß „Befriedigung“. Ist so das Erlebnis der Befriedigung ins Dasein getreten, Gewöhnung geworden, dann ist ein noch bedürftigeres „Ich“ in einer gewährenden oder verweigernden Umgebung entsprechend der moralischen Qualität der Befriedigungen entstanden.

Der unbelehrte Mensch weiß nicht, dass jede im Geist bejahte Befriedigung seine Sucht vergrößert, dass durch die Hingabe an das Wohl neues Leiden geschaffen wird. Darum sagt der Erwachte: *Der Unbelehrte setzt auf die Dinge, die unbeständigen, wechselvollen, rechnet mit ihnen, bindet sich an sie, weil er sie nicht kennt.*

Der Erwachte vergleicht die Befriedigung bei den fesselnden Erscheinungen mit dem Brennen einer Öllampe und das

Handeln in Befriedigungsabsicht, Herannehmen, Ergreifen (*upādāna*) mit dem Nachfüllen von Öl (S 12,53):

*Wo bei den Erscheinungen des Verstrickungsnetzes (*samyojaniyesu dhammesu*) der Anblick von deren Wohltat gepflegt wird, da wächst der Durst. Durch Durst bedingt ist Ergreifen (*upādāna*) Durch Ergreifen bedingt ist Dasein, „Schaffsal“ (*bhava*), Geburt, Altern und Sterben. So geschieht dieser gesamten Leidenshäufung Fortsetzung.*

*Gleichwie, ihr Mönche, durch Öl und Docht bedingt, eine Öllampe brennt – würde da ein Mensch von Zeit zu Zeit Öl nachfüllen und den Docht anheben, so würde, ihr Mönche, die so ernährte, so aufnehmende (*upādāna*) Öllampe immer weiter brennen. So auch muss da, wo bei den Erscheinungen des Verstrickungsnetzes der Anblick von deren Wohltat gepflegt wird, der Durst wachsen. Durch Durst bedingt ist Herannehmen, durch Herannehmen bedingt ist Dasein, „Schaffsal“, Geburt, Altern und Sterben. So geschieht dieser gesamten Leidenshäufung Fortsetzung.*

Ebenso wie sich die Wesen an Dinge binden, so binden sie sich auch an die unbelebte und die belebte Natur: Pflanzen, Tiere, Menschen u.a., weil sie meinen, Dinge und Lebewesen bestünden außerhalb der Wahrnehmung: So heißt es in M 1 weiter:

*Er hat die Wahrnehmung von „Natur“, wie wenn sie von (wirklicher) Natur käme.*

*Und weil er die Wahrnehmung von „Natur“ hat, wie wenn sie von (wirklicher) Natur käme, meint er, es sei Natur, denkt an Natur, geht von Natur aus, rechnet für sich selbst mit Natur, sucht Befriedigung bei Natur. Und warum? Weil er sie nicht kennt.*

#### Weitere Wahrnehmungs- und Denkinhalte

In dem bisherigen Teil der „Darlegung der Wurzel aller Erscheinungen“ hat der Erwachte diejenigen Erscheinungen

besprochen, die vom Menschen als „Diesseits“ wahrgenommen und im Denken umkreist werden, nämlich die vier eingebildeten Gewordenheiten und alles, was dem Menschen als „Natur“ erscheint. Im weiteren Teil der Rede behandelt der Erwachte als weitere Wahrnehmungs- oder Vorstellungsinhalte „jenseitige“ Erscheinungen, wie sie unter diesen oder jenen Namen in allen Religionen bei Mystikern Gegenstand übersinnlicher Wahrnehmung, bei anderen Gegenstand von Vorstellungen und Gedanken sind:

*Er hat die Wahrnehmung (oder Vorstellung) von Göttern – vom Herrn der Scharen – von Brahma – von Leuchtenden – Strahlenden – Selbstgewaltigen – vom Überwinder, wie wenn sie von (wirklichen) Göttern – vom Herrn der Scharen – von Brahma – von Leuchtenden – Strahlenden – Selbstgewaltigen – vom Überwinder käme.*<sup>32</sup>

*Weil er die Wahrnehmung (oder Vorstellung) von diesen Göttern hat, wie wenn sie von (wirklichen) Göttern käme, meint er, es seien Götter – Herr der Scharen – Brahma – Leuchtende – Strahlende – Selbstgewaltige – Überwinder, denkt an diese Götter, geht von diesen Göttern aus, rechnet für sich selbst mit Göttern, sucht Befriedigung bei der Wahrnehmung (oder Vorstellung) von Göttern. Und warum? Weil er sie nicht kennt.*

Im damaligen Indien, einem der religiösesten Völker dieser Erde, wurde viel über die Wesen oberhalb und unterhalb des Menschentums gesprochen. Die Menschen hatten weit mehr die gesamte Existenz in all ihren Möglichkeiten im Auge, und es gibt auch in den Lehreden viele Berichte darüber, wie übermenschliche Wesen den Menschen erschienen und mit ihnen sprachen. Darum gehörten die Götter für die damaligen

---

<sup>32</sup> Näheres über die Götter s. M 120

Inder zur Natur, zur jenseitigen Natur.

Im christlichen Mittelalter wurde auch im Westen selbstverständlich von Engeln und Gott im Himmel gesprochen, also von geisthaften Wesen. Der religiöse Mensch rechnete und rechnet auch heute noch mit der Fortsetzung des Lebens fast ebenso sicher wie mit dem gegenwärtigen Leben, und er ist sich auch bewusst, dass die Qualität seines nachmaligen Lebens von der Qualität seines Verhaltens im Umgang mit der Mitwelt abhängt. Darum liegt es nahe, dass religiöse Menschen und besonders die Brahmanen des damaligen Indien sich schon in diesem Leben mit verschiedenartigen übermenschlichen Daseinsstufen gedanklich beschäftigen, über die jenseitige Welt erfreuliche und beglückende und andererseits abschreckende und beängstigende Vorstellungen entwickeln und mit diesen nun ganz ebenso umgehen wie mit den Vorstellungen der befriedigenden und schmerzlichen „irdischen“ Dinge. So bindet sich der Mensch an fast alles, was er wahrnimmt oder von welchem er durch Vorstellungen oder gar Erfahrungen religiöser Menschen hört.

Unser gesamtes Erleben, Wahrnehmen, hat keine andere Quelle als unser eigenes Denken und Vorstellen. Darum rät der Erwachte bei allen hier genannten Erscheinungen, eingedenk zu bleiben der Tatsache, dass sie alle nur selbst erzeugt sind.

Dasselbe gilt auch von den formfreien, gestaltfreien Wahrnehmungsbereichen, die der Erwachte anschließend nennt:

*Er hat die Vorstellung von unendlichem Raum, wie wenn es ihn gäbe. Und weil er die Vorstellung vom unendlichen Raum hat, wie wenn es ihn gäbe, meint er, es sei ‚unendlicher Raum‘, denkt an ‚unendlichen Raum‘, geht von ‚unendlichem Raum‘ aus, rechnet für sich selbst mit ‚unendlichem Raum‘, sucht Befriedigung bei ‚unendlichem Raum‘. Und warum? Weil er ihn nicht kennt.*

*Er hat die Vorstellung von ‚unendlicher Erfahrung‘,*

*wie wenn es sie gäbe. Und weil er die Vorstellung von ‚unendlicher Erfahrung‘ hat, wie wenn es sie gäbe, meint er, es sei ‚unendliche Erfahrung‘, denkt an ‚unendliche Erfahrung‘, geht von ‚unendlicher Erfahrung‘ aus, rechnet für sich selber mit ‚unendlicher Erfahrung‘, sucht Befriedigung bei ‚unendlicher Erfahrung‘. Und warum? Weil er sie nicht kennt.*

*Er hat die Vorstellung ‚Nichts ist da‘, wie wenn es ein ‚Nichts‘ gäbe. Und weil er die Vorstellung von ‚Nichts‘ hat, wie wenn es das gäbe, meint er, ‚Nichts‘ sei, denkt an ‚Nichts‘, geht von ‚Nichts‘ aus, rechnet für sich selbst mit ‚Nichts ist da‘, sucht Befriedigung bei der Vorstellung ‚Nichts ist da‘. Und warum? Weil er es nicht kennt.*

*Er hat die Vorstellung ‚Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung‘. Und weil er die Vorstellung ‚Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung‘ hat, denkt er ‚Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung‘, denkt an ‚Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung‘, geht von ‚Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung‘ aus, rechnet für sich selbst mit ‚Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung‘, sucht Befriedigung bei ‚Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung‘. Und warum? Weil er sie nicht kennt.*

In diesen formfreien, gestaltfreien Wahrnehmungsweisen besteht nur eine Wahrnehmung in stillem Gleichmut:

1. die Wahrnehmung, die Vorstellung ‚Unendlich ist Raum‘, wodurch die Vorstellung ‚Form‘ entlassen wird;
2. die Wahrnehmung, die Vorstellung ‚Unendlich ist die Erfahrung‘, d.h. die Vorstellung, dass auch das Erleben ‚unendlicher Raum‘ nichts anderes ist als ein Produkt angewöhnter geistiger Erfahrung, die immer auf das Bestimmög-



liche aus und darum schier ohne Ende ist. Durch die Reihe der Erfahrungen entsteht der Eindruck eines Nacheinander und damit von Zeit.

3. die Wahrnehmung, die Vorstellung ‚Nichts ist da‘, wenn nichts erfahren wird, die Wahrnehmung der Leere, die noch diese eine Wahrnehmung ‚Nichts ist da‘ beinhaltet.
4. Der Bereich, Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung ist als ein Übergang zur Freiheit von aller Wahrnehmung überhaupt zu verstehen. Es ist der Übergang zur Auflösung aller Wahrnehmung (während der Übungszeit).

Durch solche Vorstellungen, wenn sie mit völliger Ruhe aus ganz klarer Überzeugung gepflogen werden, kommt es dahin, dass Augen und Ohren zwar wie bei jedem anderen nach außen gerichtet sind, aber die erfahrenen, in der Wahrnehmung eingebildeten „Außendinge“ innerlich auf fast keinen Resonanzboden stoßen. Der Spannungsl Leib (*nāma-kāya*), der Resonanzboden, bei welchem die erfahrenen Formen, Töne usw. ankommen, ist fast empfindungslos. Es ist, wie wenn man mit einem ganz dünnen Bleistift auf Papier schreibt: es ist kaum zu lesen. Wenn der Geist diese zarte Schrift auch noch dadurch übertönt, dass er bewusst die Leerheit und Sinnlosigkeit aller Formen und Töne, aller Räume, aller Zeiten und aller Vorgänge fest im Auge hat, dann wird nur diese wahrgenommen und nicht die hauchdünne Berührung.

Aber selbst bei diesen vier Wahrnehmungsweisen, die bis an den Rand der Freiheit von Wahrnehmung reichen, kann sich der Übende noch anhänglich niederlassen: Sie werden vom Unbelehrten nach Rückkehr aus dem stillen Gleichmut vermisst, ersehnt und angestrebt, also positiv bewertet, weil das Erfahren einer so tiefen Stille ein großes Wohl ist, das der unbelehrte Erfahrer zu „sich“ zählt und bei Entschwinden wieder gewinnen will. Sein Herz ist daran gefesselt - wenn er nicht bedenkt, dass auch diese höchsten Zustände gleichmütiger Ruhe, wenn sie als Daseinsform erlebt werden, zwar sehr lange Zeiten andauern, aber doch wieder vergehen.

Und nun nennt der Erwachte – nachdem er die Wahrnehmungen „irdische Außenwelt“, „himmlische Außenwelt“ und „formfreie Bereiche“ genannt hat, die umdacht werden und zu denen Beziehungen angeknüpft werden, noch eine andere Reihenfolge: das vom Erleber aus Erfahrene, um dem Hörer noch verständlicher zu machen, dass nichts von allem, wovon er weiß, außerhalb seiner Wahrnehmung besteht:

*Er hat die Wahrnehmung von Gesehenem, Gehörtem und sonstwie Erfahrenem, wie wenn sie von (wirklichen, materiellen) Formen, Tönen und anderen äußeren Erfahrungsbereichen käme.*

*Und weil er die Wahrnehmung von Gesehenem, Gehörtem und sonstwie Erfahrenem hat, wie wenn sie von (wirklichen, materiellen) Formen, Tönen und anderen äußeren Erfahrungsbereichen käme, meint er, es sei Gesehenes, Gehörtes oder sonstwie Erfahrenes, denkt an Gesehenes, Gehörtes oder sonstwie Erfahrenes, geht von Gesehenem, Gehörtem oder sonstwie Erfahrenem aus, rechnet für sich selbst mit Gesehenem, Gehörtem oder sonstwie Erfahrenem, sucht Befriedigung bei Gesehenem, Gehörtem oder sonstwie Erfahrenem. Und warum ? Weil er es nicht kennt.*

Durch das Denken an das Erfahrene wird die Beeindruckung durch die selbsterzeugten (*maya*=gemacht) Erscheinungen befestigt, verstärkt. Auf diese Weise verflucht man sich noch weiter in die selbstgebraute „Welt“.

Schließlich nennt der Erwachte als letzte umfassende Abstraktion, wie sie vom Mystiker/Philosophen oder Mathematiker wahrgenommen, angenommen wird, im Geist bedacht oder erlebt wird - über die hinaus einer sich nichts mehr denken kann, was er noch wahrnehmen könnte : die Einheit, die Vielheit, die Allheit:

*Er hat die Wahrnehmung oder Vorstellung von Einheit, wie wenn es außerhalb von Wahrnehmung (oder Vorstellung) dergleichen gäbe. Und weil er die Wahrnehmung (oder Vorstellung) von Einheit hat, wie wenn es außerhalb von Wahrnehmung (oder Vorstellung) dergleichen gäbe, meint er, es sei Einheit, denkt an Einheit, geht von Einheit aus, rechnet für sich selbst mit Einheit, sucht Befriedigung bei Einheit. Und warum? Weil er sie nicht kennt.*

Durch die Herzenseinheit und die damit eintretenden weltlosen Entrückungen erfährt der Übende für die Dauer der Entrückungen den vollständigen Fortfall der gesamten sinnlichen Wahrnehmung, aller Welterscheinung und ab zweiter Entrückung auch des gesamten Denkens. Stattdessen wird nur das Gefühl einer Seligkeit in untrennbarer Verbindung mit dem Erlebnis von Frieden und Ruhe erlebt.

Der vom Erwachten Unbelehrte hält diese Einheit des Herzens für das Höchste, das zu erreichen ist. Die christlichen Mystiker, die Erfahrer der unio mystica, bezeichnen diesen Zustand als die höchste Einigung mit Gott. Und wie sie dieses Erlebnis bedenken, umdenken, es zu sich zählen, sich dabei befriedigen, es immer wieder neu anzustreben suchen – das zeigt die Literatur der christlichen Mystiker. Hier einige Beispiele.

*Heinrich Seuse*, ein Zeitgenosse *Ekkeharts* und *Ruisbroecks* schreibt:

*Es war des ewigen Lebens eine ausbrechende Süßigkeit  
nach gegenwärtiger ruhiger Empfindlichkeit.  
Ist das nicht Himmelreich, so weiß ich nicht,  
was Himmelreich ist...*

*Die Kräfte seiner Seele waren erfüllet  
des süßen Himmelsgeschmacks...  
Dieser himmlische Geschmack blieb ihm danach viele Zeit...*

*gab ihm eine himmlische Sehnung, Begierde nach Gott.*

Und Ruisbroeck jubelt:

*Ich habe die selige Ewigkeit 'funden,  
ich hab sie gefunden im innersten Grunde.  
Des freut sich mein Geist, und es jubelt die Seele.  
Besiegt ist die Erde, verschwunden die Zeit!*

*Unendlicher Lohn für so ärmliche Werke,  
ruft innen die Seele in süßer Verzückung.  
Die Zeit hat die Ewigkeit nun sich erkaufet!  
Wie wunderbar bist du, unendliches Gut!*

*Drum will ich die heilige Stille wohl pflegen,  
will feiern den heiligen Sabbat des Herzens,  
will meiden die blinden und törichten Menschen,  
des kindischen Wahnes verführenden Lärm.*

*Aus Gott ist mein Ursprung, in ihm will ich bleiben.  
Dort ist meine Heimat, mein ewiges Leben.  
Der Gütige, der sich uns selbst hat gegeben,  
ist Liebe und Licht und mein einziges Ziel.*

Der Erwachte aber zeigt, dass auch über dem Jubel der herrlichen Einheitswahrnehmung nicht übersehen werden darf, dass diese Einheitswahrnehmung nicht auf einen außerhalb der Wahrnehmung stehenden, in erhabener Einheit ruhenden göttlichen Ursprung zurückgeht, sondern dass sie eben Wahrnehmung ist.<sup>33</sup>

*Er hat die Wahrnehmung (oder Vorstellung) von Vielheit und Allheit, wie wenn es außerhalb von Wahrnehmung (oder Vorstellung) dergleichen gäbe. Und weil er die Wahrnehmung (oder Vorstellung) von Vielheit und*

---

<sup>33</sup> Ausführliche Beschreibung der weltlosen Entrückungen durch den Erwachten s. D 9

*Allheit hat, wie wenn es außerhalb von Wahrnehmung (oder Vorstellung) dergleichen gäbe, meint er, es sei Vielheit und Allheit, denkt an Vielheit und Allheit, geht von Vielheit und Allheit aus, rechnet für sich selbst mit Vielheit und Allheit, sucht Befriedigung bei Vielheit und Allheit. Und warum? Weil er sie nicht kennt.*

Wer die Einheit im *samādhi*-Erlebnis kennt, die Stille ohne Wechsel, der erfährt durch diesen ganz anderen Zustand erst die Vielheit und Vielfältigkeit der andrängenden Wahrnehmungen, das Erscheinungsgewimmel, das der Erfahrer zu bedenken geneigt ist. Die Vielheit der Wesen und Dinge besteht nicht objektiv, unabhängig vom Erleber, sondern nur als Wahrnehmen, hervorgebracht aus der Buntheit und Vielheit des Herzens.

Die Wahrnehmung „All“, „Allheit“ hat einer, der meint, was er sich als den „Kosmos“, das All, das Universum als Gesamtheit vorstellt, bestehe unabhängig von der Wahrnehmung, weshalb er es ausspinnt, dazu Beziehungen knüpft. Indem man diese Einbildungen wichtig nimmt, man nicht merkt, dass sie Wahrnehmungen sind, da hat man wieder Beziehungen geschaffen, sich dabei befriedigt – und es tritt wieder heran. So ist Friede nie zu erreichen.

*Er hat die Wahrnehmung/Vorstellung „Nirvāna“, wie wenn es außerhalb von Wahrnehmung (oder Vorstellung) dergleichen gäbe. Weil er die Wahrnehmung/Vorstellung „Nirvāna“ hat, wie wenn es außerhalb von Wahrnehmung (oder Vorstellung) dergleichen gäbe, meint er, es sei Nirvāna, denkt Nirvāna, denkt an Nirvāna, geht von Nirvāna aus, rechnet für sich selbst mit Nirvāna, sucht Befriedigung bei Nirvāna. Und warum? Weil er es nicht kennt.*

Stellen wir uns vor, jemand hat die Auffassung: „Es gibt nur

zwei Dinge: Wahrnehmung oder *Nirvāna*. Wahrnehmung von Einheit, Vielheit, Allheit ist Krankheit, *Samsāra*, Leidensmasse, die überwunden werden muss. *Nirvāna* allein ist Friede, ewig, unwandelbar, vollkommenes Heil, das versäumt wird durch Hingabe an Wahrnehmungen.“

Ein solcher vergisst, dass auch der Gedanke „*Nirvāna*“, mit dem er sich denkerisch beschäftigt, eine Wahrnehmung ist, eine Vorstellung, also eine Aktivität des Herzens, die, wenn er sich gemütsmäßig an sie bindet und sie für sich - „mein“ - nimmt und darauf setzt, für ihn ein Hindernis sein kann. Ja, die Auffassung, was *Nirvāna* „eigentlich ist“, kann zum intellektuellen Streitpunkt werden. Es kann eine einleuchtende Darlegung über *Nirvāna* bei den dafür Interessierten die intellektuelle Befriedigung auslösen: „Jetzt weiß ich, was *Nirvāna* ist.“ Mahāmoggallāno sagte einmal über eine Darlegung Sāriputtos (M 5), dass sie einen Teil der Mönche intellektuell befriedigt habe. Er bringt als Gleichnis, es sei, wie wenn ein Mönch, der früher Wagner war, neben einem arbeitenden Wagner steht, aufmerksam seiner Arbeit zuschaut und dann in Erinnerung an seinen einstigen Beruf begeistert sagt: „Wie aus dem Herzen hobelt er mir.“ So auch - fährt Mahāmoggallāno fort - dächten manche Mönche, die in Herzensbefleckungen befangen, nicht aufbrechen, um sich von ihnen zu lösen, sondern bei der einleuchtenden Erklärung Sāriputtos nur intellektuelle Befriedigung empfinden, nicht aber den anregenden Impuls, nun bei sich anzufangen. Für solche ist die Lehre des Buddha eine der möglichen interessanten Philosophien und Weltanschauungen, deren Folgerichtigkeit und logischen Zusammenhang sie prüfen und bewundern.

Anders dagegen jene Mönche, die dem *Samsāra* entrinnen wollen. Für diese, sagt Mahāmoggallāno, sind die Darlegungen Sāriputtos gleichsam *Speise und Trank für Herz und Gemüt*. Sie werden dadurch angeregt und bestärkt in der weiteren inneren Läuterung. In anderen Reden (M 7) wird gesagt, dass sich der hochsinnige Mensch durch solche Wegweisungen empfindet wie gebadet im inneren Bade, gereinigt und bestärkt

im Verlangen, so rein zu werden wie derjenige, der diese Lehre aus eigener innerer Reinheit und größter Daseinskenntnis sprach.

Nur wer die Lehre des Erwachten mit den Ohren eines Menschen hört, der sich in Leiden versunken weiß und den Ausweg sucht, der hat die Möglichkeit, den Erläuterungen eines Erwachten Wegweisung für die innere Transformierung zu entnehmen. Die Lehre des Buddha gilt ihm nur als eine Anleitung über die Wege zu dieser Umwandlung.

Das ist auch Ziel dieser 1. Rede der „Mittleren Sammlung“. Nicht geht es darum, die Wahrnehmung „*Nirvāna*“ denkerisch zu umkreisen und sich dabei zu befriedigen, sondern darum, zu wissen, dass die Wahrnehmung „*Nirvāna*“ nur mit der jetzigen Geistes- und Herzensbeschaffenheit zu erfassen ist und darum nicht dem echten *Nirvāna* nahe kommen kann.

Laut M 44 fragte ein Mönch eine weise Nonne über das *Nirvāna* und dabei speziell über die Auflösung von Gefühl und Wahrnehmung: *Wie geht man in die Auflösung von Gefühl und Wahrnehmung?* – Die Nonne antwortete:

*Es ist nicht so, Bruder, als ob ein Mönch sagen könnte: ‚Ich werde die Auflösung von Gefühl und Wahrnehmung erlangen oder ich erlange sie oder ich habe sie erlangt‘, sondern er hat sein Herz vorher ausgebildet, dass es zum Nirvāna führt.*

Einer, der das *Nirvāna* erlangt, ist einer, der nicht zu irgendeinem 'Etwas' hingewachsen, sondern allem entwachsen ist, was nicht absolute Freiheit und ewiger Frieden und Todlosigkeit ist; denn, ganz zur Ruhe gewachsen, kann er gar nicht mehr im Haus bei dem Andrang von Formen, Tönen usw. leben; er muss sich anstrengen, um die Sinne nach außen zu richten und Äußeres zu bedenken.

Die Entwicklung zum *Nirvāna* geht ja so vor sich, dass das sechsfache Rasen nach außen immer stiller, immer weniger bunt wird, eintöniger empfunden wird, der innere Friede dagegen immer beseligender und wohltuender wird. Nicht denkt man dann: „Ich will ins *Nirvāna*, das ich mir als so und so

beschaffen vorstelle“, sondern das Herz ist still, unerregbar geworden, und das unerregbare Herz ist von allen Wollensflüssen/Einflüssen frei.

### Der übende, kämpfende Mönch

Dem normalen, unbelehrten Menschen, der die Wahrnehmungen naiv aufnimmt und aufsaugt (*sañjānāti*), wird der strebende Heilsgänger gegenübergestellt, der heiß Kämpfende, der die Existenz als Leidensumlauf so tief begriffen hat und davon so erschreckt ist, dass er mit allen seinen Kräften und fast kontinuierlich „die unvergleichliche Sicherheit zu erringen trachtet“. Er hat verstanden und bei sich selber erfahren, dass alles Erlebte nicht tauglich ist, sich dabei niederzulassen und einzugewöhnen, weil es bald wieder vergeht und darum Schmerzen bringt, und vor allem, weil alles Erlebte nur der Entwurf des eigenen Herzens und Wirkens ist: Eingebildetes, Imaginiertes, Angewöhntes, und es darum keine reale, objektive, gegenüber stehende Welt gibt, die es zu erwerben, zu erobern gälte, sondern nur Bilder des eigenen Herzens. Das, was ihm die Wahrnehmung als scheinbar von außen herantretend vorgaukelt, erscheint ihm von den Trieben her noch verlockend, und darum steht der Kämpfer, der von den Trieben noch nicht befreit ist, in einem inneren Widerspruch: Im Geist weiß er, wie es sich mit den Dingen verhält, die er wahrnimmt. Aber jede Wahrnehmung ist mit den von den Trieben kommenden Gefühlen besetzt, und so reizt ihn noch erlebtes Verlockendes und stößt ihn unangenehmes Erleben ab. Das ist der Widerspruch zwischen Geist und Herz, in welchem jeder religiöse Mensch mehr oder weniger lange steht, bis er sein Herz nach seinen höchsten Einsichten umgebildet, die weltbegehrenden Triebe endgültig aufgelöst hat.

Darum ist die Haltung des kämpfenden Heilsgängers bei sinnlichen Eindrücken: Vorsicht, nicht hineinvernesteln, die rechte Anschauung festhalten, darüberstehen, das Erlebte unbefangen mit Abstand betrachten (*abhijānāti*). So wird die



triebhörige Anschauung allmählich unmaßgeblich, und die rechte Einsicht bekommt mehr Gewicht. In der zweiten Periode der Lehrrede heißt es nun von einem solchen übenden, kämpfenden Mönch:

*Wer aber, ihr Mönche, als kämpfender Mönch das Ziel vor Augen hat, die unvergleichliche Sicherheit zu erlangen, der betrachtet Festigkeit - Flüssigkeit - Feurigkeit - Luft unbefangen mit innerem Abstand als durch (eingebildete <sup>34</sup>) Festigkeit - Flüssigkeit - Feurigkeit - Luft bedingt.*

*Hat er aber Festigkeit - Flüssigkeit - Feurigkeit - Luft unbefangen, mit innerem Abstand betrachtet als durch (eingebildete) Festigkeit - Flüssigkeit - Feurigkeit - Luft bedingt, dann soll er nicht „Festigkeit“ – „Flüssigkeit“ – „Feurigkeit“ – „Luft“ denken, soll nicht an Festigkeit – Flüssigkeit – Feurigkeit – Luft denken, soll nicht von Festigkeit - Flüssigkeit - Feurigkeit - Luft ausgehen, soll nicht für sich selbst mit Festigkeit – Flüssigkeit - Feurigkeit – Luft rechnen, soll nicht bei Festigkeit - Flüssigkeit – Feurigkeit – Luft Befriedigung suchen. Und warum nicht? Damit er sie kennen lerne.*

*Unbelebte und belebte Natur (bhūta) betrachtet der übende, kämpfende Mönch unbefangen, mit innerem Abstand als durch (eingebildete) Natur bedingt.*

*Hat er aber unbelebte und belebte Natur unbefangen, mit innerem Abstand betrachtet als durch (eingebildete) Natur bedingt, dann soll er nicht „Natur“ denken, soll nicht an Natur denken, soll nicht von Natur ausgehen, soll nicht für sich selbst mit Natur rechnen, soll nicht bei Natur Befriedigung suchen. Und*

---

34 nämlich durch seine im bisherigen *Samsāra* erworbene Gewöhnung

*warum nicht? Damit er sie kennen lerne.*

*Unbefangen, mit innerem Abstand betrachten* – d.h. gegen die von Anziehung und Abstoßung entworfene Blendung, die angenehm und unangenehm vortäuscht, den rechten Anblick zu setzen, unbefangen, mit innerem Abstand die Daten des Gedächtnisses zu betrachten, *damit er sie kennen lerne* - empfiehlt der Erwachte auch in M 37 demjenigen, der die Unbeständigkeit begriffen, die Ichlosigkeit gesehen hat und vom Grunde her nicht mehr Welt genießen will. Dort bittet der Götterkönig Sakko den Erwachten um eine kurze Anleitung, wie man den Durst zum Versiegen bringt. Der Erwachte sagt:

*Da hat, König der Götter, der Mönch gehört: „Alle Dinge sind ungeeignet, sie zu lieben und festzuhalten“*

(Das heißt also: Alle Dinge geben keinen Halt, keine Heimat, sind Schemen, Schein, Blendwerk, sind darum untauglich, dauerhaftes Wohl zu geben. Wie könnte man sich darauf verlassen!)

*Und hat ein Mönch gehört: „Alle Dinge sind ungeeignet, sie zu lieben und festzuhalten“, dann betrachtet er jedes Ding unbefangen, mit innerem Abstand (abhijānāti). Und hat er jedes Ding unbefangen, mit innerem Abstand betrachtet, dann durchschaut er es (parijānāti). Und weil er jedes Ding durchschaut hat, so verweilt er, wenn er nun ein Gefühl fühlt, ein freudiges oder leidiges oder weder freudiges noch leidiges, bei der Betrachtung der Unbeständigkeit, der Reizlosigkeit, der Auflösung, des Loslassens - damit ergreift er nichts in der Welt, wird darum nicht erschüttert, gelangt so zur Erlöschung.*

Der Mensch kann sich umwandeln und die höchste Sicherheit erringen. Die Triebe gaukeln vor, dass da „reale Dinge“ wären, wo nur Blendwerk des Herzens ist. Aus diesem Blendwerk will der Erwachte dem heilsuchenden Menschen heraushelfen, indem er ihn lehrt, wie die Dinge unbefangen, mit Abstand zu betrachten sind.

Wie bereits im ersten Abschnitt besprochen, führt der unbelehrte weltgläubige Mensch seine Wahrnehmung von Festigkeit usw. auf eine außerhalb seiner Wahrnehmung bestehende Festigkeit usw. zurück. Er sagt sich: Ich bin einer materiellen Welt ausgeliefert; weil sie da ist, wird sie wahrgenommen; er saugt diese Wahrnehmung mit seiner ganzen Bedürftigkeit auf, geht genussüchtig, erlebnishungrig mit Wohlsuchefühlern durch die Welt. Tief eingepflanzt ist ihm die Erwartungshaltung: Begegnung, Anfassen, Tasten. Diese Haltung beschreibt der Erwachte kurz mit dem Verb *sañjānāti* = zusammenwissen, d.h. durch die sinnliche Wahrnehmung erfahren wir einmal den von den Sinnesorganen aufgenommenen und dem Geist gemeldeten Gegenstand und zweitens die Zugabe des Gefühls seitens der Triebe. So ist dem einen Menschen dasselbe sympathisch, was dem anderen unsympathisch ist - entsprechend den jeweiligen Trieben.

Der Erwachte aber hat – lange bevor christliche Mystiker, westliche und östliche Philosophen und neuestens manche Spitzenforscher der Naturwissenschaften zum selben Ergebnis gekommen sind – gezeigt, dass es unmöglich ist, unsere Wahrnehmung auf eine an sich bestehende objektive Welt zurückzuführen, da sie ein geistiger Vorgang, nämlich Wahrnehmung - und dadurch entstandenes vermeintliches Wissen um vorgestellte, eingebildete Dinge ist. So wie in einem Traum ein so und so denkendes und fühlendes Ich und eine so und so beschaffene Welt Inhalte des Traumes sind, der Träumer aber Wirklichkeit zu erleben glaubt, die er beim Erwachen als Traumgespinste erkennt, genau so – sagt der Erwachte – erkennt der aus dem Wahntraum seiner unendlichen Leben Erwachende seine Erlebnisse von Ich und Welt als aus Blendung gesponnenen Wahn. - Oder ganz ebenso wie etwa ein Ölgemälde eine Landschaft darstellen kann mit Bäumen, von welchen wir wissen, dass sie aus Holz sind, mit einem See, von welchem wir wissen, dass er aus Wasser besteht, und mit einem Felsen, von welchem wir wissen, dass er aus Stein besteht – aber nichtsdestoweniger alles gebildet ist aus dem Me-

dium Ölfarbe, so ist letztlich alles, was wir wissen, gleichviel ob wir von Felsen, Wasser, Bäumen und Himmelswolken, von ‚Natur‘, ‚Kosmos‘, ‚Universum‘ oder von ‚Gottheit‘, von ‚Ich‘ und ‚Welt‘, von ‚Entrückung‘ oder von ‚Nirvāna‘ wissen, doch immer nur aus Wissen, aus Wahrnehmung bestehend. Darum ist es falsch, bei der Wahrnehmung dieser Erscheinungen davon auszugehen, dass sie ‚wirkliche‘ Steine, Bäume, Gottheit, Kosmos, Ich und Welt seien. ‚Wirklich‘ ist die Tatsache der Wahrnehmung, die nach psychischen Gesetzen entsteht und vergeht und die nicht einfach von heute auf morgen durch eine einmalige intellektuelle Korrektur („Jetzt wissen wir es“) verändert werden kann, sondern nur in geduldiger Übung.

Und wodurch ist der Wahn, die Wahrnehmung, bedingt, wenn sie nicht von einer objektiven Welt der Dinge herkommt? Die Antwort lautet:

Durch Eingebildetes, Angewöhntes (*dhātu*)  
ist Wahrnehmung, Wahn, bedingt

Die Antwort auf die obige Frage ist bereits in der Besprechung der ersten Periode dieser Lehrrede gegeben. Der Erwachte nennt zwei Quellen für die Wahrnehmung:

1. die Gesamtheit des von uns in der Vergangenheit Gewirkten, das Schaffsal, das an den Menschen scheinbar von außen (als Außengebiet) wieder herantritt,
2. das Gefühl, das durch die Berührung der jetzigen Triebe mit dem als Außen Erfahrenen, dem einst Gewirkten, entsteht.

Laut S 14,13 werden diese zwei Bedingungen der Wahrnehmung zu einem Oberbegriff zusammengefasst. Wir haben ihn im Text der Lehrrede für den Leser mit dem in Klammern gesetzten Wort „eingebildet“ schon angedeutet. In S 14,13 lautet die Antwort auf die Frage, woher die Wahrnehmung kommt:

*Von den dhātu kommt die Wahrnehmung (saññā),  
von der Wahrnehmung die Anschauung (ditthi),  
von der Anschauung das denkerische Angehen  
des Wahrgenommenen (vitakka).*

Das Wort *dhātu* kommt von dem Verb *dahati* und bedeutet wörtlich „das Hingestellte, die vorliegenden objektiven und subjektiven Gegebenheiten“ (lat. datum, Gegebenheit, die Daten), d.h. also die Dinge, die wir im Leben vorfinden und mit denen wir zu rechnen haben bei all unseren Unternehmungen, z.B. die Tatsache unserer Sinne und deren begrenzte Reichweite, die Tatsache, dass uns wohlwollende und übelwollende Menschen begegnen und dass wir diesen und jenen Charakter, diese und jene Fähigkeiten haben.

Im Westen herrscht durchgängig die naive Auffassung, dass wir auf diese Gegebenheiten keinen Einfluss hätten, da wir sie ja bei unserer Geburt schon so vorfanden. Der Erwachte aber lehrt, dass alles, was wir in diesem Leben vorfinden, sowohl unser eigener Körper, unser Charakter, unsere geistigen Fähigkeiten wie auch die Familie, in die wir hineingeboren sind, deren wirtschaftliche, soziale Situation und der Kulturstand des Landes – dass diese gesamten Wahrnehmungsinhalte durch früheres Tun und Lassen gebildet, eingebildet wurden, dass wir also immer nur von der Ernte unseres eigenen Wirkens in Gedanken, Worten und Taten leben, ebenso wie wir mit unserem heutigen Wirken schon an unserer zukünftigen Wahrnehmung bauen. Unter allen Dingen und Gefühlen, die je empfunden, wahrgenommen, erlebt und erfahren werden, gibt es nichts, was nicht eingebildet worden ist, und zwar dort vor irgendwelcher Zeit eingebildet worden ist, wo sie jetzt erlebt, erfahren, empfunden wird. Insofern sind diese Einbildungen, Angewöhnungen selbst hingestellte Gegebenheiten, selbst eingebilddete, angewöhnte Daten, und zwar Eigenschaften, Vorstellungen und Erlebnisse.

Der vom Erwachten ausgesprochene Satz: *Durch die dhātu bedingt sind die Wahrnehmungen* bedeutet also nicht etwa,

dass irgendwelche ‚objektiven Gegebenheiten‘ oder ‚Umweltbedingungen‘ oder ‚gesellschaftliche Verhältnisse‘ die Wahrnehmung bestimmen, sondern Einbildungen, Imaginationen, Angewöhnungen sind Gegebenheiten, die unsere Wahrnehmung bedingen. Der Erwachte unterscheidet 41 eingebildete Gegebenheiten (M 115).

*18 eingebildete Gegebenheiten:*

*Luger, Form, Luger-Erfahrung  
Lauscher, Ton, Lauscher-Erfahrung  
Riecher, Duft, Riecher-Erfahrung  
Schmecker, Saft, Schmecker-Erfahrung  
Taster, Tasting, Taster-Erfahrung  
Denker, Dinge, Denker-Erfahrung.*

*6 eingebildete Gegebenheiten:*

*Festigkeit, Flüssigkeit, Feuer, Luft, Raum,  
Erfahrung.*

*6 eingebildete Gegebenheiten:*

*Körperliches Wohl und Wehe,  
geistiges Wohl und Wehe, Gleichmut, Wahn.*

*6 eingebildete Gegebenheiten:*

*Sinnensucht, Antiphatie bis Hass, Rücksichtslosigkeit,  
Sinnensucht-Freiheit, Wohlwollen, Schonung/ Fürsorge.*

*3 eingebildete Gegebenheiten:*

*Sinnenwelt-Erfahrung, Form-Erfahrung,  
Formfreiheit-Erfahrung.*

*2 eingebildete Gegebenheiten:*

*Zusammengesetztes und Nichtzusammengesetztes.*

Diese eingebildeten Gegebenheiten soll der Heilsgänger kennen, ihrer kundig sein, sie bei sich erspüren. Sie umfassen sowohl die angewöhnte Sinnensüchtigkeit und Erfahrung mit

dem durch sie ausgelösten Gefühl, die angewöhnte Herzensart, wie sie sich in der Gesinnung gegenüber den Mitwesen zeigt, sowie die angewöhnten überweltlichen Neigungen wie aber auch das, was als irdische und jenseitige Welten aller Arten aus der Latenz, aus der Fülle des Geschaffenen, Erworbenen, Angewöhnten herantritt als Formen, Töne, Düfte, Säfte, Tastbares, meist als ein Gemisch von Festem, Flüssigem, Feurigem, Luftigem.

Die zwei zuletzt genannten eingebildeten Gegebenheiten umspannen in letztkategorialer Aussage 1. alles Zusammengesetzte, Bedingte und darum Vergängliche – d.h. den gesamten *Samsāra* mit seinem Wechsel und Wandel – und 2. das Nichtzusammengesetzte, Nichtbedingte, Todlose, um das sich der Heilsgänger bemüht und das nur durch Entwöhnung von allem Zusammengesetzten, den eingebildeten Gegebenheiten, erreicht wird.

Der Erwachte sagt (S 14,13), dass entsprechend den eingebildeten Gegebenheiten, entsprechend den Einbildungen die Wahrnehmung ist. Danach gibt es nichts, das an sich da wäre, es gibt nur die aus Wahn (*avijjā*) erworbenen Eigenschaften und die einst durch bezugschaffendes Reagieren angewöhnten, aus der Latenz (*bhava*) herantretenden Bezugspunkte, die als Umwelt erscheinen. Diese beiden eingebildeten, einander begrenzenden Phänomene, die uns als Ich und als Umwelt erscheinen, bedingen die Wahrnehmung, die ein den Trieben des Empfinders entsprechendes Ich in einer dem Wirken dieses Empfinders entsprechenden Umwelt liefert.

Darum vergleicht der Erwachte die Wahrnehmungen mit Luftspiegelungen, die etwas spiegeln, was nur in anderer Weise und an anderer Stelle, nämlich als Triebe des Herzens und als subjektiv empfundene Außenerscheinungen eingebildet wurden. *Kant* sagt bekanntlich: Wir leben von Erscheinungen und halten sie für die Dinge an sich. Was *Kant* „Ding als Erscheinung“ nennt, das nennt *Schopenhauer*, der die Lehre des Buddha kannte, die Welt als Vorstellung. Und was *Kant* als „das Ding an sich“ bezeichnet, davon sagt *Schopenhauer*, das

sei der Wille im Menschen, der die Welt als Vorstellung schafft. Deutlicher sagt der Erwachte: Dein sogenanntes Wesen mit allen Bezügen und Bezugspunkten ist die Ursache deiner Wahrnehmung. Darum ist es hilflos, versuchen zu wollen, die „Außenwelt“ an ihrer Erscheinung zu verändern.

Ähnlich wie die Früchte des Apfelbaumes nur in Abhängigkeit von der Gesundheit des Baums und der Ernährung der Wurzeln entstehen und reifen, so auch gehen alle unsere Erlebnisse, die scheinbar von der Außenwelt kommen, dennoch aus unserem Wirken in Gedanken, Worten und Taten und diese aus der Beschaffenheit unseres Herzens hervor. Wie der Baum ist, so sind die Früchte - wie das Herz ist, so ist die Wahrnehmung. Wenn heute der Baum schlechte Früchte trägt, kommt man nicht dadurch zu besseren Früchten, dass man die Annahme dieser schlechten Früchte verweigert, sie zurückstößt, schilt, schlägt, flieht oder die Früchte kritisiert oder poliert und umfärbt, sondern man muss den Wurzeln des Baums eine bessere und gesündere Nahrung geben. Dann wird er im Laufe der nächsten Jahre allmählich immer bessere Früchte bringen. So auch ist es zweckloses Bemühen, die Menschen oder die Verhältnisse zu kritisieren, sondern wir müssen unser Herz von üblen Eigenschaften reinigen durch rechtes Bedenken, dann ändern sich auch die Wahrnehmungen.

Ich und Umwelt haben dieselbe Quelle. Darum wird in Indien die ganze Existenz immer gern mit der Spinne verglichen. So wie die Spinne aus ihrem Leib, aus sich selber das Netz spinnt, in dem sie lebt als in ihrer Welt, so laufen wir mit unserer Weltvision herum. Jeder ist mit seinem ganzen Erlebnisbereich ein Kosmos, ein geschlossener Kosmos, in dem der Mensch mit seinen Gedanken, Worten und Taten ununterbrochen an seinem Charakter und eigenem Wesen und damit auch an der „Umwelt“ gestaltet. Beides wird ununterbrochen unmerklich verändert, letztlich im Sinne der Ansichten der Wesen. Insofern sind die eingebildeten Gegebenheiten, die wir im Leben vorfinden, alle im Wahn geschaffen, werden im Wahn erlebt, und im Wahn wird auch darauf wieder reagiert und



werden die Gegebenheiten allmählich verändert - bis der Mensch durch die Lehre des Erwachten zu denjenigen Einsichten kommt, die ihn endgültig von der Fortsetzung dieses sinnlosen, mühseligen, schmerzlichen „Spinnens“ befreien.

Auf dem Übungsweg bis zur vollkommenen Erlösung gibt es manche Aufenthalte für den die unverletzliche Unverletztheit suchenden Menschen, befreiende Erfahrungen und Etappenziele, die auch zu lassen sind von dem kämpfenden Mönch. Darum gibt der Erwachte, der gründliche Kenner aller Existenzbereiche, die weiteren in M 1 folgenden Anleitungen:

*Götter betrachtet der übende und kämpfende Mönch unbefangen, mit innerem Abstand als durch Einbildung bedingt.*

*Hat er aber Götter unbefangen, mit innerem Abstand betrachtet als durch Einbildung bedingt, dann soll er nicht „Götter“ denken, soll nicht an Götter denken, soll nicht von Göttern ausgehen, soll nicht für sich selbst mit Göttern rechnen, soll nicht bei Göttern Befriedigung suchen. Und warum nicht? Damit er sie kennen lerne.*

*Die Vorstellung von unendlichem Raum, von unendlicher Erfahrung, „Nichts ist da“, Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung betrachtet der übende und kämpfende Mönch unbefangen, mit innerem Abstand als durch eingebilddete Vorstellungen bedingt.*

*Hat er aber die Vorstellung von unendlichem Raum, von unendlicher Erfahrung, „Nichts ist da“, Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung unbefangen, mit innerem Abstand betrachtet als durch eingebilddete Vorstellungen bedingt, dann soll er nicht denken „Unendlicher Raum“, „Unendliche Erfahrung“, „Nichts ist da“, „Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-*

*Wahrnehmung“, soll nicht an diese Vorstellungen denken, soll nicht von diesen Vorstellungen ausgehen, soll nicht für sich selbst mit diesen Vorstellungen rechnen, soll nicht bei diesen Vorstellungen Befriedigung suchen.*

*Und warum nicht? Damit er sie kennen lerne.*<sup>35</sup>

*Gesehenes, Gehörtes und sonstwie Erfahrenes betrachtet der übende und kämpfende Mönch unbefangen, mit innerem Abstand als durch Einbildung bedingt.*

*Hat er aber Gesehenes, Gehörtes und sonstwie Erfahrenes unbefangen, mit innerem Abstand betrachtet als durch Einbildungen bedingt, dann soll er nicht „Gesehenes“, „Gehörtes“ oder sonstwie Erfahrenes denken, soll nicht an Gesehenes, Gehörtes oder sonstwie Erfahrenes denken, soll nicht von Gesehenem, Gehörtem oder sonstwie Erfahrenem ausgehen, soll nicht für sich selbst mit Gesehenem, Gehörtem oder sonstwie Erfahrenem rechnen, soll nicht bei Gesehenem, Gehörtem oder sonstwie Erfahrenem Befriedigung suchen. Und warum nicht? Damit er es kennen lerne.*

*Einheit, Vielheit, Allheit betrachtet der übende und kämpfende Mönch unbefangen, mit innerem Abstand als durch Einbildung bedingt.*

*Hat er aber Einheit, Vielheit, Allheit unbefangen, mit innerem Abstand betrachtet als durch Einbildung*

---

35 Der aufmerksame Leser kann es bei sich selber nachvollziehen und beobachten, dass wenn er irgendwelche Ideen oder Vorstellungen, wie hier z.B. „unbegrenzter Raum“ öfter bedenkt und immer wieder bedenkt, dies für ihn allmählich immer mehr zu einer seiner Erlebensvorstellungen wird und ihm bald von selber in bestimmten Zeitabständen wieder in seinen Sinn kommt. Das aber ist die Verhinderung der Entwicklung zum *Nirvāna*.

*bedingt, dann soll er nicht „Einheit“, „Vielheit“, „Allheit“ denken, soll nicht an Einheit, Vielheit, Allheit denken, soll nicht von Einheit, Vielheit, Allheit ausgehen, soll nicht für sich selbst mit Einheit, Vielheit, Allheit rechnen, soll nicht bei Einheit, Vielheit, Allheit Befriedigung suchen. Und warum nicht? Damit er es kennen lerne.*<sup>36</sup>

*Nirvāna betrachtet der übende und kämpfende Mönch unbefangen, mit innerem Abstand als durch Einbildung bedingt.*

*Hat er aber Nirvāna unbefangen, mit innerem Abstand betrachtet als durch Einbildung bedingt, dann soll er nicht „Nirvāna“ denken, soll nicht an Nirvāna denken, soll nicht von Nirvāna ausgehen, soll nicht für sich selbst mit Nirvāna rechnen, soll nicht bei Nirvāna*

---

36 Wer aus der gesamten Vielfalt und aus dem gesamten bedingt Entstehen und Bestehenden, also aus der Welt der Vergänglichkeit und des ununterbrochen Vergehenden herausgelangen will, die Erlösung gewinnen will, für den geht es um das Loslassen, also gerade um das Entbilden des früher Eingebildeten und nicht um weitere Einbildung. - Zwar leben wir im Gegensatz zu den Mönchen der damaligen Zeit in Familie und Beruf, in größter Vielfalt, und es gibt vielleicht keinen unter uns, für den es jetzt um die gründliche Pflege dieser Übung geht, denn wir haben mit viel größeren Hindernissen und ungunstigen Eigenschaften zu tun, die es in erster Linie aufzulösen gilt. Aber dennoch muss, wer die Lehre kennen will, die Ratschläge des Erwachten, die hier für den Mönch gemeint sind, zur Kenntnis nehmen und bedenken, weil er daraus immer wieder das gleiche Gesetz erkennt, dass die Pflege irgendeiner Sache zu einer verstärkten Zuwendung zu ihr führt und damit zu einer Fessel führt und dass auch die kleinste Fessel die Verhinderung der Erlösung ist. Aber darüber werden wir nicht vergessen, dass die Fesseln in einer bestimmten Reihenfolge nur aufgelöst werden können. Da gehört die hier genannte Unterscheidung zu den zuletzt aufzuhebenden Fesseln.

*Befriedigung suchen. Und warum nicht? Damit er es kennen lerne.* <sup>37</sup>

Den Beweis für die Gültigkeit der Lehre aller Heilslehrer, dass alle Wahrnehmung von der eigenen Seele ausgesponnen und projiziert wird, liefert jedem religiösen, seinen Charakter läuternden Menschen seine eigene Erfahrung: Mit der Wandlung seines Charakters verwandelt sich seine Wahrnehmung unter Umständen so weit, dass er die ganze Weltwahrnehmung übersteigt in den weltlosen Entrückungen, wie der Erwachte in D 9 beschreibt, wo er ausdrücklich sagt: *Durch Übung geht Wahrnehmung auf und geht Wahrnehmung unter.* Welcher Art ist die Übung? *Was der Mensch häufig bedenkt, danach geneigt wird das Herz.* (M 19). Und *was er bedenkt, das stellt er sich vor, stellt er sich gegenüber.*(M 18). Wer sich durch falsche Anschauung, Wahn (*avijjā*) in Vergrößerung, Verdunkelung übt, erlebt immer gröbere Wahrnehmung. Wer sich durch rechte Anschauung in immer feinerer Art übt, erlebt immer feinere Wahrnehmung bis hin zur Überwindung von Innen und Außen in der Herzenseinung und der völligen Untreffbarkeit des Geheilten, der den Fels Wahn überwunden hat. (M 125)

Der vom Erwachten Belehrte weiß - und erst recht hat es ein Heilsgänger vor Augen, der als kämpfender Mönch möglichst noch in diesem Leben das *Nirvāna* erringen will -, dass er nur einen geistigen Eindruck, nämlich Wahrnehmung, von Festigkeit hat und dass die Wahrnehmung „Materie“ aus der

---

<sup>37</sup> Hier mögen manche Leserfreunde stutzen, denn vom Nirvāna weiß jeder Kenner der Lehre mit Recht, dass gerade es nicht eingebildet ist, dass es ja gerade darin besteht, dass alle Einbildung restlos getilgt ist. – Dieser Gedanke ist richtig – und wegen dieser Tatsache wird der bis hierhin zur Entwicklung gekommene kämpfende Mönch eben nicht mehr an Nirvāna denken und um das Nirvāna herumdenken, denn mit Denken ist das Nirvāna, das am Ende allen Denkens erst frei wird, nicht zu erlangen. – So wie Stille erst dann erfahren werden kann, wenn Geräusche aller Art, die gröberen, die feinen und die feinsten, endgültig zur Ruhe kommen, so auch kann erst mit dem Zur-Ruhe-Kommen alles Empfindens, alles Wahrnehmens, alles Denkens – Nirvāna sein.

entsprechenden Einbildung (*dhātu*) hervorgeht, eine Einbildung, Angewöhnung, die auch wieder entbildet werden kann. Es gibt Wesen brahmischer und noch höherer Art, die sich von Festigkeit, Flüssigkeit, Feuer und Luft fast oder gar vollständig entwöhnt haben. Der Heilsgänger weiß: es sind meine Bande, meine Verstrickungen, die Festigkeit usw. erscheinen lassen. Ich erlebe Materie, weil ich Festigkeit, Flüssigkeit, Feuriges, Luftiges durch früheres Wirken geschaffen habe und es nun als Materie deute und daran hänge. Wenn das Herz nicht materiebedürftig wäre, würde Materie nicht erlebt. Nicht eine äußere „Welt“, sondern unser Herz mit allen seinen üblen und guten Qualitäten und Bezügen ist die Quelle der erlebten Welterscheinung und ihrer Wandlungen. Darum werden Anziehung, Abstoßung, Blendung überhaupt als das „Etwas“ (*kiñcana*) bezeichnet, als der „Erscheinungsmacher“ (*nimitta-karana*), also der „Schöpfer“. (M 43) Die von ihm entworfene Wahrnehmung liefert einen Empfindung suchenden Empfinder und Empfindbares, die Umwelt, einen geschlossenen Kosmos. Der Empfinder erlebt den Drang zu empfinden (Anziehung, Abstoßung); und Blendung, Luftspiegelung, Täuschung, Spiegelung des Herzens nennt der Erwachte das Empfundene.

Darum empfiehlt der Erwachte dem Heilsgänger, bei der Wahrnehmung der Tatsache der Einbildung eingedenk zu sein in dem Wissen, dass Eingebildetes zu entbilden ist, um zum Ziel zu kommen. Und warum soll er so vorgehen? Damit er das jeweils Erlebte kennen lerne. - Auch hier sehen wir den wesentlichen Unterschied östlicher Belehrungsweisen gegenüber den westlichen. Westliche Philosophen, die manches deutlicher sehen als der normale Mensch, haben die Auffassung, dass sie das einmal Eingesehene nun kennen. Aber der Erwachte sagt: Solange der Mensch von den Trieben durchsetzt ist, drängt ihm jede sinnliche Wahrnehmung trotzdem noch das täuschende Gefühlsurteil der Triebe auf. Darum kennt er die Zusammenhänge doch noch nicht vollkommen, sondern muss sich erst umbilden, um sie unbefangen gegenwärtig zu haben. Darum empfiehlt der Erwachte dem erken-

nenden, aber noch befangenen Heilsgänger, sich um Zurückhaltung allen sinnlichen Erlebnissen gegenüber zu bemühen (Zügelung der Sinnesdränge), nicht mehr wie der normale Mensch naiv und lustsuchend sich in der Welt umzuschauen, um mit den Trieben zu genießen, sondern sich zurückzuhalten, sich um Distanz zu den Eindrücken zu bemühen und sich gegenwärtig zu halten, was er über den Trug der Wahrnehmung bereits eingesehen hat. Da ein solcher zugleich den durch den Erwachten in seinen Geist aufgenommenen Wahrheitsanblick, also die rechte Anschauung, die rechte Bewertung der gesamten sinnlichen Wahrnehmung, pflegt und übt, so widerstreitet er mit seiner Vernunft jeden Augenblick dem Urteil seiner Triebe, denen das eine gefällt, das andere missfällt.

Ein so weit fortgeschrittener Heilskämpfer lebt meistens zurückgezogen im Orden, fern von vielen weltlichen Angelegenheiten. Und hat er weltliche Begegnungen auf dem Almosengang oder sonstwo, so ist er darauf bedacht, nicht die Begierden zu wecken, nicht von der durch sie hervorgerufenen täuschenden Blendung wieder eingefangen zu werden, nicht dem Anschein einer objektiv bestehenden Welt zu erliegen. Er verknüpft sich nicht mit den sinnlich reizenden Gedächtnisinhalten, denkt nicht um sie herum, knüpft nicht Verbindungen an, die er als leidbringend erfahren hat. Er übt Sinnenzügelung, bändigt die Dränge des Körpers (*bhavita-kāya* – *M 36*). Im Wortlaut der Anleitung zur Sinnenzügelung heißt es: *Er folgt nicht den Erscheinungen und nicht den Assoziationen*. Auch Beeindrückungen und Assoziationen nebensächlicher Art bedenkt, umdenkt er nicht, hämmert sie nicht heraus, bindet Geist und Herz nicht daran.

Der Übende hat erfahren, dass die Sinnesdränge im Körper dauernd auf der Lauer liegen und lügen, dass sie von „außen“ hereinnehmen wollen. Darum hält er den Körper, in dem die Sinnesdränge wie wilde Tiere hungern und an den Toren rütteln, zurück, beschränkt die Wahrnehmungen auf das Notwendigste. Das Nichtnotwendige, ja, Gefährliche und Schädliche, erkennt der Übende daran, wenn die Begehrlichkeit gereizt ist,

so dass sinnliche Wohl- oder Wehgefühle entstehen.

In M 36 wird der erfolgreich Übende wie folgt beschrieben:

*Wie aber ist er gebändigten Körpers und gebändigten Herzens?*

*Da entsteht einem belehrten Heilsgänger ein Wohlgefühl. Vom Wohlgefühl berührt, wird er nicht wohlbegierig und verfällt nicht der Wohlsüchtigkeit. Nun vergeht ihm dieses Wohlgefühl, und durch dessen Schwinden entsteht ein Wehgefühl. Von diesem Wehgefühl berührt, wird er nicht besorgt, nicht traurig, klagt nicht, wird nicht verstört. Bei diesem Menschen ist durch das entstandene Wohlgefühl das Herz nicht aufgewühlt worden infolge der Bändigung des Körpers und ist durch das entstandene Wehgefühl das Herz nicht aufgewühlt worden infolge der Bändigung des Herzens.*

In der hier behandelten ersten Lehrrede der „Mittleren Sammlung“ zeigt der Erwachte nicht mehr die Daseinszusammenhänge auf, durch deren Kennenlernen der Mensch zu einem Heilsgänger wird, sondern er gibt nur noch die Anleitung, wie derjenige vorgehen soll, der bereits ein Heilsgänger geworden ist. Die Wurzel aller Dinge erkennt man existentiell in ganzer Tiefe noch nicht dadurch, dass man sie erklärt bekommt. Erst durch Veränderung der Wahrnehmung, durch Verbesserung und Minderung der Triebe wird „die Welt“ anders; dann aber erlebt man bei sich unmittelbar: von den Trieben, vom Herzen abhängig ist die Welt. Die Erscheinungen treten nicht aus einer konkreten realen Welt heran, sind nicht Einzelbilder einer Gesamtwelt, so dass man richtig täte, diese Einzelbilder in seinem Geist zu einer Gesamtwelt zusammenzufügen, sondern ein so Erlebender weiß damit aus Erfahrung: Die Einzelbilder sind Folgen seiner früheren völlig verblendeten Auffassung von Sein und Welt, in Wirklichkeit aber besteht nur jene innere erscheinungslose Kraft: Anziehung und Abstoßung, und als Folge davon entsteht die Illusion der gespaltenen kraftlosen Vielheitswahrnehmungen, und zwar nur so lange, als er aus

Wahn auf jede der herantretenden kraftlosen Erscheinungen wiederum aus der erscheinungslosen Kraft heraus reagiert. Dadurch wird die Kraft erhalten, und diese wird weiterhin Erscheinungen hervorbringen, auf welche weiter reagiert wird - unendlich.

Der Heilskämpfer nimmt das Gesehene nur als „gesehen“ wahr, das Gehörte nur als „gehört“, fällt nicht mit seinen Trieben darüber her und flickt es nicht im Geist zu einem „Ganzen“ zusammen. Er weiß, dass das Erscheinende Rauch ist aus dem im Feuer von Anziehung, Abstoßung und Blendung brennenden Herzen. Er kennt nur noch die Arbeit des Löschens, und dann hört auch eines Tages der Rauch auf.

Des normalen Menschen Wollenskörper wird mit trockenem Grasgrund verglichen, der im Augenblick der Berührung durch den Erfahrungsfunken lichterloh aufbrennt. Dieses machtvolle Aufflammen ist die Wahrnehmung des gewöhnlichen Menschen. Er wird von den einen Wahrnehmungen stark erfreut und angezogen, von anderen ebenso stark abgestoßen und verdrossen. Diese Wahrnehmungen beschäftigen seinen Geist. Die Wurzel aller Dinge erkennt man existentiell in ganzer Tiefe noch nicht dadurch, dass man sie erklärt bekommt.

Wer aber von der Sinnensucht frei geworden ist und damit auch von Abwendung und Gegenwendung, der bezieht sein Wohl ganz unmittelbar aus der Lauterkeit seines Gemütes. Ein solcher ist „innen“ bei sich selber zu Hause. Sein inneres Wohl und die damit verbundenen Gedanken und Vorstellungen, die nichts mit der Außenwelt zu tun haben, sind sein eigentlicher Lebensraum. Er kann „innen bleiben“, und alles Äußere wird für ihn zur uninteressanten Fremde. Bei einem solchen antwortet der Wollenskörper auf keinen Sinneseindruck von äußeren Formen, Tönen usw. mit starkem Gefühl. Sinneseindrücke werden nur eben „bemerkt“, aber nicht kommt noch irgendein Grad von Wohl- oder Wehgefühl dazu. Darum sind einem solchen alle Erscheinungen, alle Wahrnehmungen gleich gültig, bzw. gleich ungültig. So bestehen die Bewegungen der Außenwelt für ihn wie in einer anderen Dimension, wie wenn



es Begegnungen von Schatten wären.

Sein geistig-seelisches Erleben mit dem überweltlichen Wohlgefühl hat den Platz eingenommen, den beim gewöhnlichen Menschen das dreidimensionale Welterlebnis mit Raum und Zeit hat, während das Erlebnis dieser Welt für ihn jene Blässe und Ausdruckslosigkeit angenommen hat wie für den normalen Menschen sein inneres Gemütsleben. Er hat die Dinge durchschaut (*parijānāti*) in ihrem wahren Wesen. Die so gewonnene unbeeinflusste rechte Anschauung zwingt den Geist, in den sie aufgenommen wurde, zu verstärkter Wiederholung dieser perspektivenlosen Haltung, zu immer wiederholter Durchschauung im Sinne von Sich-Hindurcharbeiten, Durchdringen und Durchbohren durch alle vergänglichen Erscheinungen, bis er sie praktisch hinter sich lässt, indem er nicht mehr das Empfinden hat, dass „er“ es sei. Damit ist das Stadium des dritten in M 1 beschriebenen Menschen erreicht:

#### Der Triebversiegte

*Wer aber, ihr Mönche, als geheilter Mönch von allen Wollensflüssen / Einflüssen frei ist, losgelöst, getan hat, was zu tun ist, die Last abgelegt, das höchste Ziel erreicht, die Daseinsverstrickungen gesprengt hat, in vollkommenem Wissen erlöst ist, der sieht unbefangen Festigkeit, Flüssigkeit, Feurigkeit, Luft als durch (eingebildete) Festigkeit, Flüssigkeit, Feurigkeit, Luft bedingt.*

*Und da er Festigkeit, Flüssigkeit, Feurigkeit, Luft unbefangen sieht als durch (eingebildete) Festigkeit, Flüssigkeit, Feurigkeit, Luft bedingt, so denkt er nicht „Festigkeit“, „Flüssigkeit“, „Feurigkeit“, „Luft“, denkt nicht an Festigkeit, Flüssigkeit, Feurigkeit, Luft, denkt nicht von Festigkeit, Flüssigkeit, Feurigkeit, Luft aus, rechnet für sich selbst nicht mit Festigkeit, Flüssigkeit, Feurigkeit, Luft, sucht nicht Befriedigung bei Festig-*

keit, Flüssigkeit, Feurigkeit, Luft. Und warum nicht? Weil das von ihm vollständig durchdrungen worden ist. Weil er durch Versiegung der Anziehung von Anziehung frei geworden ist; weil er durch Versiegung der Abstoßung von Abstoßung frei geworden ist; weil er durch Versiegung der Blendung von Blendung frei geworden ist.

Und da er unbelebte und belebte Natur, Götter, die Vorstellungen von unendlichem Raum, unendlicher Erfahrung, „Nichts ist da“, Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung, Gesehenes, Gehörtes und sonstwie Erfahrenes, Einheit, Vielheit, Allheit, Nirvāna unbefangen sieht als durch Einbildungen bedingt, so denkt er nicht „Natur“, „Götter“, „unendlicher Raum“, „unendliche Erfahrung“, „Nichts ist da“, „Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung“, „Gesehenes“, „Gehörtes“, sonstwie Erfahrenes, „Einheit“, „Vielheit“, „Allheit“, „Nirvāna“, denkt nicht daran, geht nicht davon aus, rechnet für sich selbst nicht damit, sucht nicht dabei Befriedigung. Und warum nicht? Weil das von ihm vollständig durchdrungen worden ist. Weil er durch Versiegung der Anziehung von Anziehung frei geworden ist. Weil er durch Versiegung der Abstoßung von Abstoßung frei geworden ist. Weil er durch Versiegung der Blendung von Blendung frei geworden ist.

Das Herz des Geheilten ist geeint. Es gibt nicht mehr ein in Innen und Außen gespaltenes Herz (*nāma-rūpa*) und ein unwillkürliches, automatisches Heranholen des Außen an das Innen durch die programmierte Wohlerfassungssuche, wodurch der Geist mit Wohl- und Wehdaten gefüllt wird. Des Geheilten Herz ist grenzenlos, von keinen Schranken begrenzt. Es hat keinerlei Triebe mehr, es ist endgültig geheilt und erlebt

die Dinge ganz anders. Der Geheilte braucht nicht die Einsichten seines Geistes gegen die täuschende Wahrnehmung zu stellen, braucht sich auch nicht anzustrengen, um mit innerem Abstand die Dinge zu betrachten, denn es gibt keine Einflüsse mehr, die ihn beeinflussen könnten. Er ist, wie es heißt, von Wollensflüssen und damit von allen Einflüssen frei. Unbefangen, uneingefangen durchschaut er.

*Wahrnehmung blickt er durch,  
und er kreuzt die Fluten;  
kein Umkreis kann den Denker mehr umfassen.* (Sn 779)

*Wahrnehmung blickt er durch.* Das soll heißen: er durchschaut, ja, durchdringt die Wahrnehmung, sie ist ihm transparent, er hat sie transzendiert, erkennt sie als Luftspiegelung, *dies Ganze gilt nicht wirklich.* (Sn 9)

*Er kreuzt die Fluten.* Das sind keine Wasserfluten, sondern ist die Illusion von Szenen, wie sie die Wahrnehmung liefert. Es ist die Flucht der Erscheinungen, das sogenannte „Leben“. Der Klarsehende kreuzt sie insofern, als er weiß, woraus sie bestehen: „Wahrnehmung“ - „dies Ganze ist so nicht, wie es scheint“, weiß er. Für einen solchen geschieht da gar nichts, nichts trifft ihn. *Kein Umkreis kann den Denker mehr umfassen.* Nach dem Pāli heißt das deutlicher: „*Keine Umgebung betrifft den Gestillten.*“ Die Umgebung ist es ja, die uns ununterbrochen begegnet durch die Sinne, und diese Begegnung trifft uns. Den Geheilten aber trifft alles nicht. Wie wenn da eine Felswand in heller, sonniger Landschaft steht, über welche die Schatten von Wolken dahinziehen, so weiß ein solcher wohl, was da vor sich geht, aber es kann nicht eindringen, nicht treffen.

Das Pāliwort *anupalitta* für das Nichtbetroffenwerden von den Wahrnehmungen wird auch benutzt für die wunderbare Eigenschaft der Lotosblüte und auch vieler anderer Pflanzenblätter und -blüten, dass alles auftreffende Wasser sie in keiner Weise nässen kann. Es perlt einfach ab und hinterlässt keine Spur. Die Lotosblüte kann in Wasser getaucht sein und ist

doch nicht nass; hebt man sie heraus, so sieht man sie völlig trocken. Das ist ganz das, was in Pāli „*anāsavā*“ heißt: Unbeeinflussbarkeit, Untreffbarkeit des Heilgewordenen von jeder Wahrnehmung, da alles Wollen versiegt ist.

Wir können diesen Zustand des Geheilten, der noch über die weltlosen Entrückungen hinausgeht, nicht verstehen, er ist unfassbar. *Abgelöst von der Daseinsader (bhava-netti) steht der Leib des Vollendeten da* - ohne Empfindungs-, Resonanzkörper aus Anziehung und Abstoßung. Diese verborgenen Wurzeln aller Erscheinungen sind abgeschnitten. Was unterscheidet nun den Geheilten von dem vollkommen Erwachten, dem Buddha, der vierten Person dieser Rede?

### Der Vollkommen Erwachte

*Der Vollendete aber, ihr Mönche, der Geheilte, vollkommen Erwachte sieht unbefangen Festigkeit, Flüssigkeit, Feurigkeit, Luft als durch (eingebildete) Festigkeit, Flüssigkeit, Feurigkeit, Luft bedingt.*

*Und da er Festigkeit, Flüssigkeit, Feurigkeit, Luft unbefangen sieht als durch (eingebildete) Festigkeit, Flüssigkeit, Feurigkeit, Luft bedingt, so denkt er nicht „Festigkeit“, „Flüssigkeit“, „Feurigkeit“, „Luft“, denkt nicht an Festigkeit, Flüssigkeit, Feurigkeit, Luft, denkt nicht von Festigkeit, Flüssigkeit, Feurigkeit, Luft aus, rechnet für sich selbst nicht mit Festigkeit, Flüssigkeit, Feurigkeit, Luft, sucht nicht Befriedigung bei Festigkeit, Flüssigkeit, Feurigkeit, Luft. Und warum nicht? Weil das von ihm vollständig durchdrungen worden ist.*

*„Befriedigung ist des Leidens Wurzel“, das hat er durchschaut. Durch Daseinsstrom (bhava) entsteht Geburt, Geborenes altert und stirbt. Deshalb, ihr Mönche, sage ich, ist der Vollendete durch Zurücktreten, durch völliges Loslassen, durch Versiegung aller Arten des*

*Durstes, durch Entreizung, Ausrodung zu der höchsten vollkommenen Wachheit erwacht.*

*Und da er unbelebte und belebte Natur, Götter, die Vorstellungen von unendlichem Raum, unendlicher Erfahrung, „Nichts ist da“, Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung, Gesehenes, Gehörtes und sonstwie Erfahrenes, Einheit, Vielheit, Allheit, Nirvāna unbefangen sieht als durch Einbildungen bedingt, so denkt er nicht „Natur“, „Götter“, „unendlicher Raum“, „unendliche Erfahrung“, „Nichts ist da“, „Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung“, „Gesehenes“, „Gehörtes“, sonstwie Erfahrenes, „Einheit“, „Vielheit“, „Allheit“, „Nirvāna“, denkt nicht daran, geht nicht davon aus, rechnet für sich selbst nicht damit, sucht nicht dabei Befriedigung. Und warum nicht? Weil das von ihm vollständig durchdrungen worden ist.*

*„Befriedigung ist des Leidens Wurzel“, das hat er durchschaut. Durch Daseinsstrom (bhava) entsteht Geburt, Geborenes altert und stirbt. Deshalb, ihr Mönche, sage ich, ist der Vollendete durch Zurücktreten, durch völliges Loslassen, durch Versiegung aller Arten des Durstes, durch Entreizung, Ausrodung zu der höchsten vollkommenen Wachheit erwacht.*

*So sprach der Erhabene. Erhoben und beglückt freuten sich jene Mönche über das Wort des Erhabenen.*

Der Erwachte hat das Leiden und seine Bedingungen ohne Belehrung durch andere erkannt, hat es überwunden und endgültig gemeistert. Dadurch ist er „*der Meister der Götter und Menschen*“ geworden, die noch im Leiden stecken. Nachdem er sich vom Wahn befreit hat, aus der Traumbefangenheit erwacht ist, da zeigt er nun den Ausgang aus dem Leiden. Er hat

nicht nur die verborgene, uns unzugängliche Wurzel allen Leidens aufgezeigt: Anziehung, Abstoßung, Blendung, sondern auch die offenbare Wurzel: Befriedigung.

### Befriedigung, die offenbare Wurzel allen Leidens

Befriedigung kann es nur da geben, wo wegen eines empfundenen Mangels Verlangen ist, was in den Reden immer als Durst bezeichnet wird. Wo kein Verlangen ist, da ist keine Befriedigung nötig und möglich, gleichviel was einer tut oder was geschieht, denn ein solcher ist „wunschlos glücklich“. Der Ausdruck „Sich Befriedigen“, der in den Ohren der meisten so positiv klingt, bedeutet ja nur, einem Mangel dadurch zu entfliehen suchen, dass man sich den ersehnten Genuss verschafft und sich dem dadurch entstandenen Wohlgefühl hingibt, es genießt. Der Erwachte sagt: *Die Befriedigung bei den Gefühlen - das Genießen der Gefühle – das ist Ergreifen (upādāna) (M 38)*. Durch solches Ergreifen bleibt der Durst bestehen und bleibt auch das ergriffene Objekt im Daseinsstrom (*bhava*) und tritt darum auch wieder an den Menschen heran (Geburt). Der Mensch kommt nicht aus dem *Samsāra* heraus, bis er gelernt hat, auf dem vom Erwachten beschriebenen Übungsweg allmählich dahin zu kommen, dass er nichts mehr ergreift. - Insofern ist Befriedigung die Wurzel alles Leidens, wie es der Erwachte auch bei anderen Gelegenheiten zeigt:

*Es gibt da, Punno, die vom Luger erfassbaren Formen (usw.), die ersehnten, geliebten, angenehmen, entzückenden, dem Begehren entsprechenden, reizenden. Wenn der Mönch sich deren Genuss hingibt, sich befriedigt (abhinandati), an sie denkt (abhivadati) und bei ihnen Halt sucht (ajjhosaya titthati), dann entsteht ihm daraus, dass er sich ihrem Genuss hingibt, an sie denkt und bei ihnen Halt sucht, Befriedigung (nandi): Ist Befriedigung entstanden, so entsteht Leiden. Das, Punno, sag ich. (M 145)*

*Wenn die Illusion der gespaltenen Begegnungswahrnehmung*

*gen an den Menschen herantritt und er keine Befriedigung erhofft (anabhi-nandati), sie nicht denkerisch umkreist (an-abhivadati) und bei ihnen keinen Halt sucht (an-ajjhosaya titthati), dann ist dies das Ende von Giergeneigtheit, Abwehrgeneigtheit, Ansichtsgeneigtheit, Ungewissheitsgeneigtheit, Dünkensgeneigtheit, Geneigtheit zur Daseinsucht, Wahngeneigtheit, das Ende von Wüten, Blutvergießen, Zank, Streit und Krieg. (M 18)*

Am Anfang versprach der Erwachte, dass er die Wurzel aller Dinge, aller Erscheinungen aufweisen wolle und d.h. ja aller Wahrnehmungen, denn nur durch Wahrnehmung und als Wahrnehmung haben wir uns selbst wie auch alle anderen Erscheinungen. Und wir haben gesehen (S 14,13), dass diese alle Erscheinungen liefernde Wahrnehmung nicht von einer Welt da draußen, sondern von den im Lauf der Zeit eingebil-deten, angewöhnten Eigenschaften und Erscheinungen herkom-men, welche zu den Berührungen führen, die uns schmerzlich oder erfreulich sind, eben darum, weil sie unseren eingebil-deten, angewöhnten Bedürfnissen widersprechen oder diese be-friedigen. Und da diese eingebil-deten, angewöhnten Eigen-schaften und Erscheinungen samt dem Durst ganz ohne einen zeitlichen Anfang sind, da sie zusammen den anfangslosen Wahn (*avijjā*) ausmachen, in welchem und durch welchen die Wesen sich vorfinden, so zeigt sich, dass die fortgesetzte Be-friedigung des jeweils sich meldenden Durstes auch die Fort-setzung des ganzen schmerzlichen und sinnlosen *Samsāra* ist, dass tatsächlich die Befriedigung die Wurzel ist, welche das *Samsāra*-Leiden ernährt und erhält.

Wir haben also mit den Einbildungen, den Angewöhnungen als mit anfangslosen Gegebenheiten zu rechnen. Und soweit sie da sind, fordern sie immer wieder Befriedigung. Jede Be-friedigung ist für den Augenblick eine Wohltat wie für den Durstigen ein Trunk. Aber eben durch diese Befriedigungen bleiben die Wesen gebunden an die Vergänglichkeit, sowohl an die ihrer wahrgenommenen Körper wie an die wahrgenomme-

nen oder vorgestellten Dinge, die „Welt“, und das heißt – *Samsāra*. Darum ist Befriedigung der „Motor“ „aller Dinge“ und bringt insofern dem Anhaftenden Leiden.

Es gibt keine „Dinge“, keine erzeugten, geschaffenen, eingebildeten Dinge, die leidlos sind. Sie alle entstehen und vergehen nach ihrem Gesetz. Über sie verfügen kann der Mensch nicht. Sobald er sich an irgendetwas gewöhnt hat, ist er durch Unbestand, Veränderung, Vergehen, Untergang der Dinge dem Schmerz ausgeliefert. Darum lehrt der Erwachte den Weg des Loslassens, des Loslassens zuerst von allen Hassensformen, von jeder Art harter, rücksichtsloser Begegnung, durch welche ja immer nur ebenso schmerzliche Erlebnisse geschaffen werden, die dann an uns herantreten, und lehrt in zweiter Linie das Loslassen von den eingebildeten Bedürfnissen, den vielfältigen sinnlichen Begehungen, die uns abhängig machen von der Erfüllung, von der Befriedigung.

Dem normalen Menschen der heutigen Zeit mag dieser Übungsweg zu schwer und zu wenig erfreulich vorkommen, aber die Berichte aller jener, die diesen Weg gegangen sind, lassen die unvergleichliche Erhöhung, Beglückung, ja, Erhabenheit der Sieger auf diesem Weg erkennen.

Der normale Mensch hat eine Veranlagung, durch welche er aus sich selber nicht zum Heilsstand kommen kann: Er lebt in ungezählten Mängeln, einem tausendfältigen drängenden Wollen - Anziehung und Abstoßung - nach den Dingen, das er, soweit er kann, zu befriedigen sucht in Gedanken, Worten und Taten. Er versagt sich die Erfüllung nur dann und wann, wenn sie offensichtlich Leiden zur Folge hat, aber nur, um auch in der Zukunft in seinem sinnlichen Genuss nicht behindert zu werden.

Welches ist die Folge der Befriedigung, des Herannehmens, Ergreifens? Der Erwachte lehrt: das Herangenommene, Ergriffene geht in die Latenz (*bhava*, Werdesein, Dasein, Schaffsal). Mit jedem gefühlbefriedigenden Akt in Gedanken, Worten und Taten wird der Täter in Geist und Herz etwas anders. Mit einer Ansammlung von gewährendem und ertragendem Wir-



ken in Gedanken, Worten und Taten schafft er ein „Ich“, das zum Gewähren und Ertragen geneigt ist, und zugleich die Wahrnehmung, als sei da eine Außenwelt, der durch sein Gewähren und Ertragen wohlgetan wurde und die nun ihrerseits freundlicher und heller gestimmt wird. Der solcherart veränderte Charakter, die veränderte programmierte Wohlerfassungssuche und die veränderte Umwelt sind nun potentiell „da“, und besonders Geläuterte können in geistiger Wahrnehmung ihr Heranbranden schon sehen, aber für uns ist es noch nicht in Erscheinung getreten, noch nicht Gegenwart geworden.

Dieser noch nicht in Erscheinung getretene Daseinsstrom (*bhava*) wird von dem unbelehrten, oberflächlichen Menschen geleugnet. Er meint, dass ein Ereignis vor dem Erscheinen nicht da ist, sondern mit dem Erscheinen erst zustande kommt. Die Religionen aber sagen, dass wir mit unserem Tun und Lassen ununterbrochen Ereignisse schaffen, die aber erst, wenn sie reif sind, in Erscheinung, an uns herantreten (Geburt). Sie sind also bereits da, nur eben jenseits unserer beschränkten sinnlichen Wahrnehmung. Darum können wir *bhava* auch als die jeweilige Jenseitigkeit auffassen. Die vielfältigen Berichte darüber, wie durch gute und schlechte Taten in dieses „Jenseits“ hinein sofort entsprechende Ernten entstanden, die von hellseherischen oder religiös reinen Menschen auch dort bereits erkannt wurden, sind Zeichen dieser Wirklichkeit.

Mit unseren Taten, mit welchen wir in unserem grobstofflichen Bereich uns befriedigen wollen, wirken wir zugleich und noch viel unmittelbarer in den „feinstofflichen“ Bereich hinein, der wirklicher ist als das Grobstoffliche. Die grobstoffliche Erscheinung gilt nach dem Erwachten, wie überhaupt nach den meisten östlichen Lehren nur als ein „Schatten“, als *māyā*. Wer sich z.B. Reichtum mit Lug und Trug aneignet, der hat für die hiesige grobe Welt sichtbar Reichtum erworben, er hat aber zugleich in jenen für uns unsichtbaren Bereich, in das unmittelbare Dasein (*bhava*) Lug und Trug hineingesät. Dieser Lug und Trug ist „da“, und er wird ihn wieder als „Rückschlag“

erleben. Diese Wirkungen aus dem jenseitigen, d.h. für unsere groben Sinne noch nicht sichtbaren Dasein, aus dem all unsere Erlebnisse kommen, hat der grobe Mensch nicht im Blick.

Drücken wir diesen Zusammenhang allgemein aus, so müssen wir sagen: Mit unserem bezugschaffenden Denken setzen wir zunächst latent ins Dasein (*bhava*):

erstens ein unsichtbares, immer beziehungsreicheres „Ich“, und - mit den von diesem selbst geschaffenen Beziehungs-Ich ausgehenden Gedanken, Worten und Taten -

zweitens eine unsichtbare „Welt“ von Beziehungen zu als „Objekte“ gedeuteten Wahrnehmungen.

Aus diesem unsichtbaren präformierten und sich durch Wirken in Gedanken, Worten und Taten dauernd verändernden Daseinsstrom tritt früher oder später die Wahrnehmung eines so und so beschaffenen Ich in Begegnung mit wahrgenommener grober sichtbarer Welt heran, und das wird je nach den Beziehungsverhältnissen als Wohl oder Wehe empfunden.

*Durch Dasein (Werdensstrom, bhava) entsteht Geburt, die Geborenen altern und sterben*, sagt der Erwachte. Dasein (*bhava*) ist die Voraussetzung für Geburt. Die angenommenen, ergriffenen „Dinge“ steigen aus dem latenten Daseinsstrom auf als Wahrnehmung, „treten an den Menschen heran“, werden damit für ihn „geboren“. Dieser Vorgang bedingt nicht nur das Auftauchen der Wahrnehmung: „Ich in Begegnung mit Menschen und Dingen in diesem Leben“, und damit die Wahrnehmung: „Altern, Schwinden, Zersetzen und schließlich Vergehen dieser Dinge“, sondern bewirken immer wieder die Wahrnehmung „leibliche Geburt, Altern und Sterben“. Diesen durch Befriedigung in Gang gesetzten und gehaltenen Bedingungszusammenhang haben zuerst die vollkommen Erwachten erkannt und durchbrochen und haben ihn dann anderen Wesen aufgezeigt und haben ihnen die Möglichkeiten des Durchbruchs aufgezeigt. Sie leiten den Nachfolger an in der Haltung des Zurücktretens von diesem Wahnprozess und des Darüberstehens, nachdem sie aufgezeigt haben, dass alle Ich- und Welterscheinungen nur Blendwerk sind, Wahrnehmungen, aus

dem eigenen Herzen entworfen.

Wer also durch die Belehrung des Erwachten die Haltung einnimmt, die in der zweiten Periode dieser Lehrrede genannt ist, nämlich *kein Ding mehr in der Hoffnung angeht, dass es wirklich Wohl* sei (M 115) und bei allen Erscheinungen in klarer Durchschauung die Erwartung von Freude und Befriedigung abtut, indem er die Wohltat der Erlebnisse, die Befriedigung, nicht positiv bewertet und damit nicht die Triebe mehrt, nicht durch entsprechendes Herannehmen, Ergreifen in Gedanken, Worten und Taten sich mit der Sache verbindet, wodurch sie im Dasein erhalten bleibt und wieder herantreten wird als karmische Ernte, der erfährt, dass durch das Nichtannehmen der Dinge die Erscheinungen im Laufe der Zeit immer schlichter werden, immer zarter, dünner, immer weniger hinreißend zu Begehren oder Hassen an ihn herantreten. Er erfährt sich nicht mehr als abhängig, sondern als selbstständig. So lernt er durch die Haltung des Nichtannehmens (*an-upādāna*) die ganze „Welt“ samt dem „Ich“ als Schemen, als endlose krankhafte Ausgeburt des Herzens kennen. Der fortgeschrittene Heilsgänger durchbricht dadurch den an Geburt, Altern und Sterben fesselnden Kausalzusammenhang.

Diese erste Lehrrede ist ein Globus des gesamten Heilswegs ohne Einzelheiten: Beschrieben wird der unbelehrte Mensch, in seiner Wahrnehmung befangen, dann derjenige, der sich auf dem Weg vom Leiden zum Heil vorankämpft, und drittens der Heilgewordene.

ALLE WOLLENSFLÜSSE / EINFLÜSSE  
UND IHRE AUFHEBUNG

2. Rede der „Mittleren Sammlung“

*So hab ich's vernommen. Einstmals weilte der Erhabene bei Sāvatti im Siegerwald, im Garten Anāthapindikos. Dort nun wandte sich der Erhabene an die Mönche: Ihr Mönche! – Erhabener –, antworteten da jene Mönche dem Erhabenen aufmerksam. –*

*Der Erhabene sprach:*

*Die Abwehr aller Wollensflüsse/Einflüsse, ihr Mönche, werde ich euch aufzeigen. Das höret und beachtet wohl, was ich sagen werde. –*

*Ja, o Herr –, antworteten da jene Mönche dem Erhabenen aufmerksam. Der Erhabene sprach:*

*Dem Verstehenden, ihr Mönche, der Klarblick hat, verheiß ich das Schwinden der Wollensflüsse/Einflüsse, keinem Nichtverstehenden, der blind ist. Was muss verstanden, was recht gesehen sein, damit die Wollensflüsse/Einflüsse schwinden? Auf die Herkunft gerichtete Aufmerksamkeit und auf die Oberfläche gerichtete Aufmerksamkeit. Wessen Aufmerksamkeit auf die Oberfläche gerichtet ist, dem entstehen immer weitere Wollensflüsse/Einflüsse, und die alten verstärken sich. Doch dem, dessen Aufmerksamkeit auf die Herkunft gerichtet ist, entstehen keine weiteren Wollensflüsse/Einflüsse, und die alten verschwinden.*

*Es gibt da, ihr Mönche, Wollensflüsse/Einflüsse,  
die durch klaren Einblick aufzulösen sind,  
die durch innere Zurückhaltung aufzulösen  
sind,*

*die durch Pflege aufzulösen sind,*

*die durch Geduld aufzulösen sind,*

*die durch Ausweichen aufzulösen sind,*

*die durch Vertreibung aufzulösen sind,  
die durch Ausbildung aufzulösen sind.*

Nach dieser Einleitung wissen die angesprochenen Mönche, dass es hier, in der zweiten Rede der „Mittleren Sammlung“, wieder um die letzten, tiefen Zusammenhänge für die Entwicklung von Heil und Unheil gehen wird, ähnlich wie bei der ersten Rede der „Mittleren Sammlung“, in welcher der Erwachte die „Wurzel aller Erscheinungen“ aufweist.

Das Verständnis der folgenden Ausführungen wird bestimmt von dem rechten oder falschen Verständnis der vom Erwachten gebrauchten zwei Hauptbegriffe. Sie bilden das geistige Fundament dieser wie auch vieler anderer Reden:

1. Wollensflüsse/Einflüsse (*āsavā*)
  2. Der Verstehende, Klarblickende (*jānam passam*).
- Darum folgt hier zunächst deren Erläuterung.

### Wollensflüsse/Einflüsse (*āsavā*)

*Āsavā* bedeutet wörtlich „drängendes Fließen“. <sup>38</sup> Diesen Begriff gebraucht der Erwachte für das drängende Wollen in allen Lebewesen einerseits (Fließen/Drängen nach außen) und für die den Lebewesen wiederum andrängenden Wahrnehmungen (Einfließen). Aus diesen beiden Flüssen (*āsavā*) besteht das, was wir unser „Leben“ nennen: Wollen und

---

<sup>38</sup> Der Erstübersetzer des Dhammapada übersetzte mit „was einen anfließt“. Mit „Einflüsse“ übersetzen Schrader, Grimm und Seidenstücker. Geiger fügt ein Adjektiv hinzu und sagt „weltliche Einflüsse“. Andere Übersetzungen: Anwandlungen (K.Schmidt), weltliche Schwächen (Franke), Leidenschaften (Nyānatiloka), Wahn (K.E.Neumann). In einer ausführlichen Anmerkung zu D 33 (Artemisausgabe S.919f., Nr.961) erwägt Neumann, ob man nicht künftig als Übersetzung „Einflüsse“ oder noch besser „Anflüsse“ wählen solle. Nyānaponika (Angereichte Sammlung I, S.250, Anm.67) sagt: „Das Pāliwort bedeutet ‚Einströmung, Einfluss‘, da aber beide Begriffe zu sehr an eine Einwirkung von außen denken lassen, wurden sie nicht für die Wiedergabe verwendet.“

Wahrnehmen.

Der Erwachte sagt: Das, was wir wahrnehmen, das ist das, was wir irgendwann zuvor durch unser Wollen im Denken, Reden und Handeln geschaffen haben. Unser Erleben ist also nicht ein Ablesen von einer „wirklichen“ Welt, sondern ist das erlebnishafte Erzeugen von geistig ununterbrochen wechselnden Ich-Umwelt-Begegnungsszenarien – wie im Traum. Das heißt: Du bist mit allem, was du erlebst, ein geschlossenes Ganzes. Du bist das Wollen und erzeugst mit dem Wollen das Wahrnehmen. Das Wahrgenommene wird von deinem Wollen beurteilt, und entsprechend führt das Wollen wieder zum Agieren, was wieder zu entsprechender Wahrnehmung führt, und so fort. Mit der Qualität deines Wollens zwischen Liebe und Hass machst du die Qualität deiner Wahrnehmung zwischen Glück und Qual, zwischen Freud und Leid, zwischen Himmel und Hölle.

Die Tatsache, dass das Erleben von Welt subjektive Wirklichkeit ist, abhängig von der Beschaffenheit des Wollens, kommt in den Lehrreden dadurch zum Ausdruck, dass viele Begriffe sowohl das Wollen wie auch das Wahrnehmen bedeuten. So auch der Begriff *āsavā*: Wollensflüsse Einflüsse; *kāma*: Sinnensucht – Objekt der Sinnensucht; *āyatana*: Sucht – Vorstellung, Imagination; *indriya*: treibende Kraft, Zwang, Drang. Der Ausdruck umfasst sowohl die sechs Sinnesdränge wie auch die Heilskräfte – aber auch das den Drängen entsprechende Erleben, Wahrnehmen, Erfahren, Vorstellen, erlebte, erfahrene Zustände. Ebenso auch *sankhāra*: Aktivität (4. Zusammenhäufung) wie auch die drei Bewegtheiten (*kāya*-, *vaci*-, *citta-sankhāra*–Gefühl und Wahrnehmung).

Je nach der Stärke des Wollens (Anziehung, Abstoßung) sind die Gefühle und Wahrnehmungen, die geistige Beeindruckung und Beeinflussung von Bildern und Gefühlen. Diese drängen sich auf, dringen ein, fließen ein, beeinflussen. Weil es den Empfindungssuchtkörper/Wollenskörper (*nāma-kāya*) gibt, darum sind die herankommenden, zur Berührung kommenden Formen, Töne, Düfte, Säfte, Tastobjekte, Gedanken –

Beeindruckungen, Einflüsse.

Die eine Wahrnehmung mag die Wesen angenehm berühren, die nächste entzücken, die dritte mag sie unangenehm berühren, die vierte erschrecken, die fünfte entsetzen; eine weitere mag sie wieder beglücken und so fort. Da der Mensch die Bedingungen für die jeweils aufkommenden Wohl- und Wehgefühle nicht durchschaut, so bleibt er an diejenigen Wahrnehmungsinhalte gefesselt, bei denen er Entzücken und Entsetzen empfindet, fühlt sich bald auf der Höhe des Lebens, bald in tiefer Verzweiflung, bald von Hoffnung erfüllt, bald von Enttäuschung gelähmt und glaubt sein Leben lang, äußeren Dingen nachrennen zu müssen, um von Mangel und Leid zu Wohl zu kommen. Wie ein Boot von den Wogen des Meeres herumgeworfen wird, wie es sich bald auf den Wogenkämmen befindet und bald wieder herabgeschleudert wird in ein Wogental, so kann der Mensch mit solcher falschen Anschauung, solchem Wahn, auf Grund seines Wollens nicht frei werden von Einflüssen, nicht frei werden von Erschütterung, nicht frei werden von Leiden.

Wenn durch restlose Aufhebung der falschen Anschauung, des Wahns auch das Wollen, die Triebe/Tendenzen, also Anziehung und Abstoßung, ganz aufgehoben sind, d.h. kein Anliegen mehr ist, dann ist der von allen Trieben Geheilte ohne gefühlsbesetzte Wahrnehmung, die den Wahn von Ich und Welt erzeugt. Alle gewirkten Wahrnehmungen werden damit wirkungslos, da sie nur eben registrierbar berühren, aber nicht beeinflussen, verletzen können, weil alles Wollen, alle Wollensflüsse, aufgehoben sind. Der Geheilte identifiziert sich mit keiner Erscheinung, empfindet keine als Eigentum, verspürt zu keiner eine Neigung. Was mit den fünf Zusammenhäufungen, mit dem Psycho-Physischen, geschieht, das sind für ihn keine Berührungen mehr, die geistige Wohl- oder Wehgefühle auslösen könnten. So sagt ein Mönch (M 82):

*An Reiche rührt, an Arme rührt Berührung,  
und wie der Tor berührt wird auch der Weise.*

*Doch Toren reißt Berührung rasend nieder,  
an Weise rührend, kann sie nimmer regen.*

Den unbelehrten Menschen, der von der Welt seine Freuden erwartet (*āsavā*=drängendes Fließen nach außen) und darum auch seine Leiden von der Welt erfährt (*āsavā*=Einflüsse), vergleicht der Erwachte (M 119) mit einem Haufen feuchten Lehms und vergleicht die Erlebnisse, die der unbelehrte Mensch tagtäglich erfährt, mit Steinen, die in den Lehmhaufen geworfen werden und darum in ihn eindringen (*āsavā*=Einflüsse). Dagegen vergleicht der Erwachte den Geheilten, der das erlösende Klarwissen und das vollkommene Wohl erlangt hat, so dass er von der Welt überhaupt nichts mehr erwartet, mit einer Eichenbohle und die an ihn herantretenden Erlebnisse nur mit Wollknäueln, die gegen die Eichenbohle geworfen werden, nur eben zart auftreffen, aber nie mehr verletzen, nie mehr Einfluss nehmen können (*anāsavā* = nicht mehr einfließen). So erfährt zwar auch der Heilgewordene die Rückkehr seines früheren absichtlichen Wirkens, aber sein Dauerzustand ist heller Gleichmut, und so nimmt er die ankommenden Erlebnisse nur eben zur Kenntnis, aber sie können Herz und Gemüt nicht bewegen, sind keine Einflüsse, weil die Wollensflüsse aufgehoben sind.

*Wie in die Hand bei heiler Haut  
ein Gift niemals eindringen kann,  
so trifft den Weisen, der gestillt,  
auch nie mehr Unglück oder Schmerz. (Dh 124)*

Hier gilt als Gift das frühere Wirken, das jetzt zurückkommt als Einfluss. Wenn aber die Hand völlig gesund ist, dann kann die Wirkung des Getanen nicht mehr eindringen, treffen, verwunden. Es fehlen die Wollensflüsse, die Empfindlichkeit, und daher gibt es keine schmerzenden Wahrnehmungen.–

Der gesamte Heilsweg des Erwachten besteht darin, die innere Verletzbarkeit aufzuheben, die offenen Wunden zu heilen, den Lehmsumpf in eine Eichenbohle und damit die Steine zu leichten Wollknäueln zu verwandeln.



Der Verstehende, der Klarblickende (*jānam passam*)

Was unter Verstehen und Klarblick verstanden wird, ergibt sich aus der 149 Rede der „Mittleren Sammlung“, in der das Nichtverstehen, Nichtsehen dem Verstehen und Sehen gegenübergestellt wird:

*Wer den Luger - die Formen - die Lugererfahrung - Lugerberührung - was durch Lugerberührung bedingt an Gefühl hervorgeht: Wohl, Wehe, Weder Weh noch Wohl - nicht der Wirklichkeit gemäß versteht und klar erkennt, der wird beim Luger wohlbegierig - wird bei den Formen - der Lugererfahrung - der Lugerberührung - bei dem, was durch Lugerberührung bedingt an Gefühlen hervorgeht: Wohl, Wehe, Weder Wehe noch Wohl - wohlbegierig. Weil er wohlbegierig ist, durch Anziehung und Abstoßung gefesselt, verblendet ist, nach vordergründigem Wohl Ausschau hält, schichten sich ihm die fünf Zusammenhäufungen weiterhin auf, und der Durst, der Weiterwerden schaffende, befriedigungssüchtige, bald hier, bald dort Befriedigung suchende, der wächst ihm weiter; dem wachsen körperliche und seelische Spannungen, Qualen und Schmerzen weiter, und körperliches und seelisches Leid erfährt er an sich.*

(Ebenso heißt es bei den nach außen gerichteten Wollensflüssen: Lauscher, Riecher, Schmecker, Taster.) Dann aber zeigt der Erwachte, was der Kenner und Seher ist:)

*Wer jedoch den Luger - die Formen - die Lugererfahrung - Lugerberührung - was durch Lugerberührung bedingt an Gefühlen hervorgeht: Wohl, Wehe, Weder Weh noch Wohl - der Wirklichkeit gemäß versteht und klar erkennt, der wird beim Luger - den Formen - der Lugererfahrung - der Lugerberührung - bei dem, was durch Lugerberührung bedingt an Gefühlen hervorgeht: Wohl, Wehe, Weder Weh noch Wohl - nicht wohlbegierig. Weil er nicht wohlbegierig ist, nicht durch Anziehung und Abstoßung gefesselt, verblendet ist, das Elend sich vor Augen hält, mindern sich die fünf Zusammenhäufun-*

*gen, und der Durst, der Weiterwerden schaffende, befriedigungssüchtige, bald hier, bald dort Befriedigung suchende, der schwindet dahin. Dem schwinden körperliche und seelische Spannungen, körperliche und seelische Qualen und Schmerzen, und körperliches und seelisches Wohl erfährt er an sich.*  
(Ebenso werden die anderen Wollensflüsse und ihre Auswirkungen – die Einflüsse – verstanden und durchschaut.)

Das sogenannte Ich, die sogenannte Welt als Wollensflüsse und Einflüsse der Wirklichkeit gemäß verstehen und sehen, das macht den Verstehenden und Klarblickenden aus. Wer als Klarblickender die auf- und absteigenden Gefühle beobachten kann, der ist durch die Beobachtung nicht mehr eins mit den Gefühlen; da er sie beobachtet, steht er ihnen gegenüber, hat sich innerlich von ihnen getrennt, und somit ist bei ihm das Aufsteigen der Gefühle nicht sein eigenes Aufsteigen und das Absteigen der Gefühle nicht mehr sein eigenes Absteigen. Zwar ist es für ihn durchaus nicht so, als wenn er keine Gefühle hätte, denn er empfindet ja die auf- und absteigenden Gefühle, aber indem er sie beobachtet, indem er ihr Auf- und Absteigen merkt, hat er selbst einen Standort bezogen, der jenseits vom Auf- und Absteigen ist, hat er sich von den Gefühlen getrennt, ist ihnen gegenübergetreten, ist nicht mehr mit ihnen identisch, ist nicht mehr ihrem Einfluss ausgeliefert.

So wie der Schwimmer das Wasser nicht überblicken und darum in seinem Umfang und in seinen Wandlungen nicht erkennen kann, oder wie einer, der auf der Zinne eines Turmes steht, diesen Turm in seinen Formen und Maßen und Besonderheiten nicht erkennen kann: so auch kann einer, der mit dem Gefühl so eng verbunden ist, dass er durch Wohlgefühle angenehm gestimmt, durch Wehgefühle unangenehm gestimmt wird, dass er mit aufsteigenden Gefühlen sich gehoben fühlt, mit absteigenden Gefühlen sich absinken fühlt, eben dadurch die Gefühle nicht beobachten und erkennen, weil er sich eben durch die Wandlungen seiner Gefühle beeinflussen lässt. Wer durch die Wandlungen seiner Gefühle sich selbst wandeln

lässt, der hat mit jeder Veränderung seines Gefühls auch seinen Standpunkt verändert. Von stets veränderten Standpunkten aber ist keine Beobachtung möglich.

Aber ebenso wie einer, der aus dem Wasser heraus auf einen Hügel steigt, das ganze Wasser in seinem Umfang und in seiner Bewegtheit überblicken und erkennen kann, und ebenso wie einer, der vom Turm herabsteigt und vom Turm eine angemessene Entfernung einnimmt, dann diesen Turm in seinen Formen und in seinen Sonderheiten erkennen kann - ebenso auch kann einer, der hin und wieder von seinen Gefühlen loslässt und von ihnen sich nicht mehr beeinflussen und bewegen lässt, eben dadurch das bewegte Sein der Gefühle, ihr Auf und Ab, ihren Charakter nach Wohl und Wehe beobachten und im Beobachten erkennen und klar sehen.

Indem der Verstehende und Klarblickende diese auf die Herkunft gerichtete Betrachtung anstellt, mag er von sich sagen (M 48):

*Indem ich da diesen Anblick hege und pflege und immer mehr anwende, da komme ich zur Herzenseinigung und zur Löschung der Verletzbarkeit.*

Und in M 70 heißt es bestätigend von einem, der sich schon länger so übt, aber noch nicht ganz zum Heilsstand gekommen ist:

*Des Weisen, Sehenden Wollensflüsse/Einflüsse sind zum Teil aufgehoben, und die vom Vollendeten dargelegten Zusammenhänge hat er mit Weisheit gesehen und durchdrungen.*

Die Erfahrung, dass sich durch die Nachfolge sein gesamtes inneres und äußeres Leben immer mehr erhellt, beruhigt, erhöht, so dass er tatsächlich alles Schicksal und alle Treffbarkeit zu übersteigen auf dem Wege ist - diese beglückende und sicher machende Erfahrung führt ja zwangsläufig dazu, dass der Nachfolger immer beharrlicher und intensiver den wirklichkeitsgemäßen Anblick pflegt und dass er darum immer häufiger eine vorübergehende Aufhebung der Blendung er-

fährt, die immer leichter herbeigeführt werden kann und länger andauert. Er ist in die nun unhemmbar gewordene Heilsentwicklung eingetreten, als Heilsgänger in die Heilsströmung eingetreten, die aus allen Wollensflüssen/Einflüssen herausführt zum sicheren Ufer im Heilsstand. Er kann nicht mehr unterhalb des Menschentums geraten, kann nur noch aufwärts steigen. Sein ganzes Dichten und Trachten ist nun darauf gerichtet, sich den wirklichkeitsgemäßen Anblick zu bewahren, um nicht immer wieder der Faszination durch oberflächlichen Hinblick zu verfallen, den seine Wünsche und Bedürfnisse, seine juckenden, brennenden Wunden, die immer wieder nach Kratzen verlangen, ihm suggerieren wollen. Er weiß: Nur dem die Oberfläche der Erscheinungen Beachtenden, der sich von den Gefühlen beeinflussen lässt, den verlockenden oder abstoßenden Erscheinungen folgt, ohne die durch die denkerische Bewertung entstandenen Tendenzen, die Wollensflüsse, im Hintergrund zu sehen, die die Erscheinungen ja nur entwerfen, entstehen wieder neue Wollensflüsse/Einflüsse, die Einbrüche, Verletzungen bewirken, und die alten Wollensflüsse und die alten Einflüsse nehmen zu.

Die auf den Grund, auf die Herkunft gerichtete Aufmerksamkeit sieht das geistig-seelische Triebwerk des Herzens, das selbst nicht „stirbt“, sondern sich immer nur je nach den richtigen oder falschen Anschauungen etwas verändert, das aber immer wieder Körper anlegt und ablegt - menschlich, übermenschlich, untermenschlich - nur immer weiter, endlos:

*Eine Episode des Herzens - das ist dieser Sterbliche,  
sagt der Erwachte (A X,208).*

Alles sinnlich Wahrnehmbare endet von selber, aber die von Anziehung und Abstoßung, den Tendenzen, in Gang gehaltene sinnliche Wahrnehmung endet nicht von selber. Jedes Erlebnis hat ein Ende, aber Erleben hat von selber kein Ende. Das ist das Leiden, die Fortsetzung der Wahrnehmungen, der Einflüsse, durch die Wollensflüsse, deren Aufhebung der Erwachte dem Verstehenden und Klarblickenden verheißt, der sich in den sieben folgenden Weisen übt, die der Erwachte in

unserer Lehrrede beschreibt:

Die durch klaren Einblick aufzulösenden  
Wollensflüsse/Einflüsse

*Welche Wollensflüsse/Einflüsse sind durch klaren  
Einblick aufzulösen?*

Nach dieser Frage erwartet der Leser, dass die aufzulösenden Wollensflüsse/Einflüsse genannt werden. Aber wie die folgenden Zeilen zeigen, geht der Erwachte zuerst auf die im Frage-satz mitgenannte Voraussetzung , nämlich „klarer Einblick“ ein und bezeichnet zuerst diejenige Menschenart, die diese Voraussetzung nicht erfüllt, und danach die ganz andere Menschenart, die diese Voraussetzung erworben hat.

Dabei zeigt sich, ebenso wie in der ersten Rede der „Mittleren Sammlung“, dass der „normale, unbelehrte Mensch“ diese Voraussetzung nicht erfüllt, sondern nur der „Heilsgänger“.

*Der unbelehrte gewöhnliche Mensch hat keinen Blick für den Heilsstand. Er kennt nicht das Wesen des Heils und ist unerfahren in den Eigenschaften des Heils.*

*Er hat auch keinen Blick für die auf das Wahre ausgerichteten Menschen, kennt nicht die Art der auf das Wahre ausgerichteten Menschen und ist unerfahren in den Eigenschaften der auf das Wahre ausgerichteten Menschen. Darum kennt er auch nicht die zu beachtenden Erscheinungen und kennt nicht die nicht zu beachtenden Erscheinungen. Weil er diese nicht kennt, so beachtet er die nicht zu beachtenden Erscheinungen und beachtet gerade nicht die zu beachtenden Erscheinungen.*

*Und welches sind die Erscheinungen, die er beachtet? Es sind jene Erscheinungen, durch deren Beach-*

*tung neue Wollensflüsse/Einflüsse nach Sinnendingen (kām-āsavā) entstehen und die vorhandenen sich verstärken; neue Wollensflüsse/Einflüsse nach Sein (bhav-āsavā) entstehen und die vorhandenen sich verstärken; neue Wollensflüsse/Einflüsse nach Wahnerleben (avijj-āsavā) entstehen und vorhandene verstärkt werden. Das sind die nicht zu beachtenden Erscheinungen, die er beachtet.*

*Indem er nun die Erscheinungen, die nicht zu beachten sind, beachtet und die zu beachtenden Erscheinungen aber nicht beachtet, da entstehen ihm neue Wollensflüsse/Einflüsse, und die vorhandenen verstärken sich.*

Wie Wollensflüsse/Einflüsse durch klaren Einblick aufgelöst werden können, das braucht der Erwachte den Verstehenden und Klarblickenden, den in die Heilsströmung Eingetretenen (*sotā-panno*) nicht zu erklären, das haben sie bereits selbst erfahren. Wir haben die Sicht des Stromeingetretenen im Vorangehenden aufzuzeigen versucht. Im Weiteren sagt der Erwachte zunächst nur, wie sich einer verhält, der den klaren Einblick nicht hat.

*Da ist einer ein normaler, unbelehrter Mensch.*

Damit ist nicht ein niedriger Mensch gemeint - er kann von gemeinem bis zu edlem, hellem Charakter sein - sondern einer, der unabhängig von seinem Charakter weder über die Gesetze der Existenz belehrt ist noch sie selber durch auf den Grund gehende Betrachtung durchschaut hat.

*Er hat keinen Blick für den Heilsstand.*

Er weiß gar nicht, was Heil ist. Die meisten Menschen suchen nur im Bereich der sinnlichen Wahrnehmung das jeweils Beste: Gesundheit, Reichtum, Harmonie in der Familie, Gutes Tun – und laufen damit schon wieder auf Altern und Sterben zu. Aber auch die über die Sinnenwelt hinausweisenden Ziele und ihnen dienende Verhaltensweisen bewahren nicht vor immer

wieder Geborenwerden und Sterben. Die verschiedenen Religionen nennen immer höhere Maßstäbe, mit denen helle und hellste Daseinsformen erreicht werden können, aber der Erwachte zeigt, dass auch die hellste Wahrnehmungsweise noch zerbrechlich ist, und nennt das Unzerbrechliche, das wirkliche Heil.

Weil der Unbelehrte keinen Blick für den Heilsstand hat, hat er auch keinen Blick für die rechten Menschen, nämlich für diejenigen, welche den Heilsstand begriffen haben und darauf zugehen, für die alle anderen Ziele zweitrangig sind. Nur die Heilsgänger erkennen ihresgleichen.

Der unbelehrte Mensch kann darum gar nicht wissen, welche Erscheinungen zu beachten sind und welche nicht zu beachten sind, um zu dauerhaftem Wohl zu kommen. Die zu beachtenden Erscheinungen sind diejenigen Dinge, die sich der auf die Herkunft gerichteten Aufmerksamkeit erschließen, und die nicht zu beachtenden Erscheinungen sind die von den Trieben entworfenen Bilder, die dem oberflächlich Blickenden lebendiges Leben vorgaukeln, die aber in Wirklichkeit bedingte seelenlose Abläufe sind. Da der unbelehrte Mensch nicht auf das durch die Triebe bedingte wahrgenommene Gefühl achtet, sondern nur die wahrgenommene Sache im Auge hat, da er die mit Wohlgefühl wahrgenommenen Dinge bejaht und betreibt und zu erlangen trachtet; die mit Wehgefühl wahrgenommenen Dinge scheut und abzuwenden oder zu vernichten trachtet, so verstärkt er seinen Durst und sein Ergreifen gegenüber den tausendfältigen Dingen, und durch die Verstärkung seines Durstes und seines Ergreifens verdunkelt er seine Existenz, mehrt sein Leiden.

Der Erwachte nennt in unserer Lehrrede drei Arten von Wollensflüssen mit entsprechenden Wahrnehmungen/Einflüssen :

1. Der Wollensfluss nach Sinnendingen/ die Einflüsse durch Sinnendinge (*kāmāśavā*), das drängende Wünschen nach bestimmten sinnlichen Wahrnehmungen, d.h. nach den ge-

liebten Formen, Tönen, Düften, Geschmäcken, Tastbarem und als sechstes nach Gedanken darüber.

2. Der Wollensfluss nach Sein/die Einflüsse durch Weitersein-Wollen, So-sein-Wollen (*bhavāsavā*). Zum Beispiel: „So wie es jetzt ist, soll es weiter sein“, oder auf Grund moralischer Tendenzen: „Ich möchte mich zum Hellen entwickeln, möchte in brahmischem Dasein wiedergeboren werden oder in Formfreiheit.“
3. Der Wollensfluss Wahn/die Einflüsse durch Wahnerleben (*avijjāsavā*). Die Wahn-Neigung ist die wahnhaftige Neigung, das Wahrgenommene, die Wahnerlebnisse, als außerhalb der Wahrnehmung, als wirklich seiend aufzufassen, das von einem wirklich bestehenden Ich erfahren wird: *Ich habe diese schöne Sache gesehen, also gibt es sie. (A VI,63)*

#### 1. Der Wollensfluss nach Sinnendingen/ die Einflüsse durch Sinnendinge

Der Wahn: „Die Welt gibt es, von ihr kann ich etwas haben“, lässt nach außen, nach wohlversprechenden Eindrücken hungern, um dem Wollen, dem Spannungskörper, entsprechende Wahrnehmungen zu erfahren, das Wollen also zu befriedigen. Darum setzen die Wesen sich mit ihren Erlebnissen auseinander und erhalten, verändern, vermehren dadurch die Wollensdränge, die Triebe, weiterhin. Je stärker die innere Bedürftigkeit, die Wollensflüsse sind, um so stärker auch ist die Beeinflussbarkeit durch die Berührung, denn um so stärkere Gefühle werden ausgelöst, um so aufdringlicher ist die Wahrnehmung, die Blendung, der Wahn. Die Wahrnehmung des normalen Menschen ist also kein Wissen um wahre Vorgänge, Sachverhalte, sondern eine durch die Wollensflüsse bedingte Täuschung.

#### 2. Der Wollensfluss nach Sein, die Einflüsse durch Weitersein-Wollen, So-sein-Wollen

Der Mensch ist nicht nur verletzbar, treffbar, beeinflussbar durch Formen, Töne..., eben das sinnliche Angebot, sondern



auch durch das, was er als sein inneres Ich, sein Soseinwollen empfindet. Wenn ein Wesen denkt, dass es in seinem Lebenskreis, in seiner sozialen Gemeinschaft der Erste sein müsse, der Stärkste, der Angesehenste, der am meisten kann, dann erwächst je nach der Häufigkeit und Ernsthaftigkeit dieser Gedanken ein entsprechender Wille, eine entsprechende Strebenkraft. Diese ist zugleich auch eine entsprechende Empfindlichkeit. Mit dieser Strebenkraft, diesem Wollensfluss, versehen, muss der Mensch, wenn er verachtet wird, doppelten Schmerz empfinden und wenn er geachtet wird und anerkannt wird, doppelte Freude empfinden. Durch sein Wollen auf diesem Gebiet können die betreffenden Einflüsse in ihn eindringen.

Es gibt aber auch Menschen, die ihre schönste Ichbestätigung darin finden, wenn es ihnen gelingt, der Mitwesen Wohl und Freude auf allen Gebieten zu fördern. Diese Menschen unternehmen alles Mögliche, um Mitwesen froh, zufrieden und glücklich zu machen, um sie vor Traurigkeit und Depression zu bewahren oder daraus zu befreien. Menschen mit solchen Tendenzen haben mehr Bedürfnis nach Harmonie, Eintracht und Frieden mit ihrer Umgebung als danach, anerkannt zu sein, Recht zu bekommen usw. Diese Tendenzen sind von hoher und höchster sozialer Kraft, aber auch sie bewahren nicht vor Enttäuschung, vor Altern, Krankheit und Sterben, halten die Wesen in der Abhängigkeit von Einflüssen. Und es gibt auch Menschen, die selber edler und freier werden wollen, die innerlich über die Sinnenwelt, die Begegnungswelt hinauswachsen wollen, seelisch und geistig. Das ist die beste Weise des Seinwollens, das nicht mehr von außen abhängig ist, sondern den Herzensfrieden erstrebt. Doch auch dies beste Seinwollen hält noch am Vergänglichen fest, entgeht nicht dem Samsāra, führt nicht zur Unbeeinflussbarkeit.

### 3. Der Wollensfluss Wahn/die Einflüsse durch Wahn-Erleben

Der durch sein Wollen, seine Triebe, der Blendung, dem Wahn ausgelieferte Mensch fasst sich als einen Sterblichen, Wohl

ersehnen, von Erlebnissen Betroffenen und Treffbaren auf, der die Inhalte der Begegnungswahrnehmung als wirklich bestehend statt als Wahrnehmung nimmt (Wahn), sich mit ihnen auseinandersetzt und dadurch die Tendenzen weiterhin erhält, verändert, vermehrt.

Wer aber begriffen hat, dass alle Zuneigungen und Abneigungen, die jedem Menschen in anderer Weise innewohnen, eine schwere Krankheit ist, eine im Lauf der Daseinswanderung erworbene Aneignung, die sich auch wieder abgewöhnen lässt, der traut seinen Wohl- und Wehgefühlen, der Resonanz seiner Triebe, nicht mehr. Er weiß, dass die Gefühle nicht von einem souveränen Wissen aus gemeldet werden, sondern immer nur durch Befriedigungen oder Nichtbefriedigungen der angewöhnten alten Bedürfnisse entstehen. Und er weiß, dass sich diese alten Bedürfnisse auch wieder abgewöhnen lassen und dass das allein der Weg zur Freiheit ist.

Mit diesem tief verwurzelten Wissen, das nun zu seinem Leitbild geworden ist, hat er sich den klaren Einblick erworben, der die Voraussetzung ist zur Aufhebung aller Wollensflüsse und Einflüsse. Dieser klare Einblick hilft ihm von Fall zu Fall, den jeweils aufkommenden täuschenden Empfindungen und Gefühlen nicht blind zu gehorchen und zu folgen, sondern diese immer wieder nach ihrer Herkunft zu erkennen und zu durchschauen und damit unbeirrt auf dem Weg zu bleiben, auf welchem er von allen je geschaffenen Angewohnungen nach und nach wieder frei wird. In dem Maß, wie er dieses kann und durchführt, beweist er sich, dass er den „klaren Einblick“, die Voraussetzung für die Aufhebung aller Wollensflüsse besitzt und sich damit auf dem Weg zur Auflösung alles Wahns befindet.

In unserer Umwelt ist die Zahl derer, die in die „Heilsströmung“, in den endgültigen Zug zum Heil eingetreten sind, nicht groß, aber um so größer ist die Zahl derer, die nach dem Maßstab des Erwachten als „unbelehrte gewöhnliche Menschen“ angesehen werden müssen.

Diese in die Heilsströmung eingetretenen „Heilsgänger“ sind

es, welchen die „Binde des Wahns“ (*avijjā-bandhana*) abgenommen ist, welche jetzt klaren Einblick haben und sicher unterscheiden zwischen Leiden und Leidensbefreiung, zwischen Unheil und Heil und die wegen ihrer Fähigkeit zur klaren Unterscheidung nun von Fall zu Fall den Weg zur Leidensbefreiung, den Weg zum Heil gehen, auf diesem Weg immer wieder die mit den Gefühlen aufkommenden wahnhaften Eindrücke abweisen, die Hemmung des Wahns aufheben, sich immer wieder für die Wahrheit entscheiden und damit auch die Wahnverstrickung immer mehr verdünnen bis zu ihrer späteren endgültigen Aufhebung, womit sie den Heilsstand erreichen.

Der Erwachte nennt nun in unserer Lehrrede einige Wahn-auffassungen, die sich aus der Betrachtung der Oberfläche der Erscheinungen auf Grund der Blendung, des Wahns ergeben und die alle von der Annahme eines Ich ausgehen, während der Erwachte zeigt, dass der, der auf die Herkunft (aller Erscheinungen) achtet, kein Ich, und das heißt, kein unwandelbares, sich gleichbleibendes Selbst, findet.

*Weil er die Oberfläche der Erscheinungen beachtet, erwägt er auch nur oberflächlich: „Bin ich wohl in den vergangenen Zeiten gewesen oder bin ich nicht gewesen? Was bin ich wohl in den vergangenen Zeiten gewesen, wie bin ich wohl in den vergangenen Zeiten gewesen, was geworden, bin ich dann was gewesen? Werde ich wohl in den zukünftigen Zeiten sein oder werde ich nicht sein? Was werde ich wohl in den zukünftigen Zeiten sein? Wie werde ich wohl in den zukünftigen Zeiten sein? Was geworden werde ich dann was sein?“ Und auch die Gegenwart erfüllt ihn mit Zweifeln: „Bin ich denn oder bin ich nicht? Was bin ich? Wie bin ich? Dieses Wesen, woher ist es wohl gekommen? Und wohin wird es gehen?“*

*Dadurch, dass er so oberflächlich erwägt, kommt er zu dieser oder jener der folgenden sechs Ansichten:*

- 1. Es gibt für mich ein Selbst. Diese Ansicht wird ihm zur festen Überzeugung.*
- 2. Es gibt für mich kein Selbst. Diese Ansicht wird ihm zur festen Überzeugung.*
- 3. Durch das Selbst erlebe ich ein Selbst. Diese Ansicht wird ihm zur festen Überzeugung.*
- 4. Mit dem Selbst erlebe ich ein Nicht-Selbst. Diese Ansicht wird ihm zur festen Überzeugung.*
- 5. Mit dem Nichtselbst erlebe ich ein Selbst. Diese Ansicht wird ihm zur festen Überzeugung.*
- 6. Oder er kommt zu der Ansicht: Dieses mein Selbst als Sprecher und Empfinder erfährt die Ernte guten und üblen Wirkens. Und dieses mein Selbst ist beständig, beharrend, ewig unwandelbar, wird sich ewig gleich bleiben.*

*Das nennt man einen Hohlweg der Ansichten, Dschungel der Ansichten, Gestrüpp der Ansichten, Sich in Ansichten Winden, Zappeln in Ansichten, Sich Verstricken in Ansichten. In Ansichten verstrickt, ihr Mönche, wird der unbelehrte Mensch nicht frei von Geborenwerden, Altern und Sterben, von Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung; er wird nicht frei, sage ich vom Leiden.*

Die beiden ersten Meinungen sind naiv gläubig, die dritte und vierte nehmen die Wahrnehmung unreflektiert für wahr, die fünfte lässt die Wahrnehmung zwar nicht als Beweis gelten, dass es das gibt, betrachtet sie aber nicht als bedingt entstandenen, unbeständigen Prozess, sondern nimmt ebenso wie die sechste Meinung ein Selbst oder „Überselbst“ oder einen „göttlichen Funken“ als ewig während an. Die sechste Meinung geht vom Karma aus (sei es aus Vertrauen, sei es aus

Jenseitserfahrungen) und vom diesseitigen Erleben; sie schließt aus beidem: „Ständig erlebe und empfinde ich Erscheinungen und spreche sie „im inneren Gespräch“ – also in Gedanken – aus. Also muss es einen Sprecher und Empfänger geben. Da all das, was dieser Empfänger und Sprecher empfindet und ausspricht, früher gewirkt ist, muss es diesen Sprecher und Empfänger schon früher gegeben haben; denn ohne etwas zu empfinden und zu denken, hätte ja das nicht gesät werden können, was ich jetzt ernte; und da ich auch jetzt säe, muss es so weitergehen, also ist dieser Sprecher und Empfänger ewig, und damit ist er das Selbst.“

Mittelpunkt der indischen Religiosität war und ist die Suche nach dem Selbst. Die indischen Mystiker sagen ja bis auf den heutigen Tag, das Selbst, der tiefste Wesenskern, sei so tief verborgen, dass man sich sehr läutern muss, um nicht nur an ein Selbst zu glauben und es zum Gegenstand seiner Weltanschauung zu machen, sondern es auch im Erleben zu finden, buchstäblich „zu sich selbst zu finden“. Wem das bei den Indern gelingt, der gilt als heilig.

*Das nennt man, ihr Mönche, einen Hohlweg der Ansichten, Dschungel der Ansichten, Gestrüpp der Ansichten, Sich in Ansichten Winden, Zappeln in Ansichten, Sich Verstricken in Ansichten. In Ansichten verstrickt, ihr Mönche, wird der unbelehrte Mensch nicht frei von Geborenwerden, Altern und Sterben, von Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung; er wird nicht frei, sage ich, vom Leiden.*

Wenn der normale Mensch des näheren nach dem „Ich“ gefragt wird, so verweist er in erster Linie auf seinen Körper, mit dessen Sinnesorganen die Welt wahrgenommen wird. Wenn wir aber fragen, wo denn diese Welt samt dem Ich gefunden, entdeckt und erkannt worden sei, so dass wir uns berechtigt sähen, ihre Existenz samt der des Ich zu behaupten, dann müs-

sen wir sagen: Weil Wahrnehmung von Welt und Ich ist, darum wird ein Sein von Welt und Ich behauptet. Ich und Welt sind in der Wahrnehmung, sind Wahrnehmungsinhalte. Und Gefühl und Wahrnehmung eines Ich und einer Umwelt gehen im Wachen ebenso, wie wir es im Traum erfahren, immer nur aus dem Herzen hervor, sind Aktivitäten des Herzens. Nur das gespaltene, zerstreute Herz lässt Ich und Umwelt erscheinen - projiziert wie ein Maler seine Bilder, die als Ich und Umwelt erlebt werden, aber im einig gewordenen Herzen (*samādhi*) gibt es diese Spaltung nicht mehr. Nur die Zerrissenheit des Herzens in Gier und Hass entwirft die scheinbare Zweiheit. Die seelischen Triebkräfte, Zuneigungen und Abneigungen, sind die Komponisten der Welterscheinung und Icherscheinung, des Lebensdramas, seiner überzeugenden Leuchtkraft und darum seiner Faszination.

Der normale Mensch ist durch seine Unachtsamkeit völlig herausgetreten aus dem Bereich der Erlebnismotorik und ist an die durch die sinnliche Wahrnehmung entworfene tausendfältige äußere Welt gekettet. Einen solchen entzückt das Erscheinen der Dinge und entsetzt das Vergehen der Dinge. Das ist die Geisteshaltung des normalen Menschen, der ohne Kenntnis der wahren Beschaffenheit des Ich als Wahrnehmung, als Einbildung, als Traum und Täuschung zu philosophischen Spekulationen über ein ewiges, unvergängliches, höheres Selbst kommt, wie es die Begriffe „ewige Seele“, „Seelenfünklein“, „atta“, „atman“ im Indischen, „Psyche“ und „Pneuma“ im Griechischen und „anima“ und „spiritus“ im Lateinischen ausdrücken - oder er nimmt ein zeitliches Ich an, das mit dem Tod vernichtet ist.

Und nun das Vorgehen des erfahrenen Heilsgängers:

*Doch der erfahrene Heilsgänger behält den Heilsstand im Blick. Er kennt das Wesen des Heils und ist erfahren in den Eigenschaften des Heils. Er hat einen Blick für die auf das Wahre ausgerichteten Menschen, kennt die Art der auf das Wahre ausgerichteten Menschen*

*und ist erfahren in den Eigenschaften der auf das Wahre ausgerichteten Menschen.*

*Weil er die zu beachtenden und die nicht zu beachtenden Erscheinungen kennt, so beachtet er die zu beachtenden Erscheinungen, und die nicht zu beachtenden Erscheinungen beachtet er nicht.*

*Und welches sind die nicht zu beachtenden Erscheinungen, die er nicht beachtet? Durch deren Beachtung nicht vorhandener Wollensfluss nach Sinnendingen und entsprechende Einflüsse entstehen und vorhandene sich verstärken; durch deren Beachtung nicht vorhandener Wollensfluss nach Sein und entsprechende Einflüsse – Wollensfluss nach Wahn und entsprechende Einflüsse – entstehen und die vorhandenen sich verstärken. Dieses sind die nicht zu beachtenden Erscheinungen, die er nicht beachtet.*

*Und welches sind die zu beachtenden Erscheinungen, die er beachtet? Durch deren Beachtung neuer Wollensfluss nach Sinnendingen – nach Sein – nach Wahn – und entsprechende Einflüsse – nicht entstehen und die vorhandenen schwinden. Dieses sind die zu beachtenden Erscheinungen, die er beachtet. Indem er die Erscheinungen, die nicht zu beachten sind, nicht beachtet und die zu beachtenden Erscheinungen beachtet, entstehen keine neuen Wollensflüsse/Einflüsse und die vorhandenen schwinden.*

*Mit auf die Herkunft gerichteter Aufmerksamkeit erkennt er: „Dies ist das Leiden, dies ist die Leidensentstehung, dies ist die Leidensauflösung, dies ist der zur Leidensauflösung führende Weg.“*

*Und bei solcher auf die Herkunft gerichteten Aufmerksamkeit schwinden drei Verstrickungen: Glaube an Persönlichkeit, Daseinsbagnis, Bindung an die Begegnung.*

*Das nennt man Wollensflüsse/Einflüsse, die durch klaren Einblick aufzulösen sind.*

Man stelle sich den Unterschied vor zwischen dem unbelehrten Menschen und dem Heilsgänger. Der normale Mensch „schwankt“ zwischen Lust und Schmerz, und *was für ein Gefühl er auch fühlt, ein wohles oder wehes oder weder wehes noch wohles, dahin neigt er sich, darum kreist sein Denken, davon wird er beeinflusst, daran klammert er sich (M 38)*. Ein solcher ist mit seinem Gemüt an das Gefühl gefesselt. Die Schwankungen des Gefühls bedeuten seine Schwankungen. Ein solcher ist geworfen, abhängig und muss in dauernder Angst vor dem Kommenden sein, ist eben ständig durch seine Wollensflüsse den Einflüssen ausgeliefert.

Der verstehende und klarblickende Heilsgänger dagegen, der durch die Lehre des Erwachten aufgeklärt ist, hat sich durch seine immer wieder vollzogene auf die Herkunft gerichtete Aufmerksamkeit immer wieder zeitweilig abgelöst von der Identifikation mit dem Körper, den Gefühlen und Wollensflüssen. Er ist durch die dadurch erfahrene zeitweilige Unbeeinflussbarkeit, Unverletzbarkeit im Besitz des wahnlosen rechten Anblicks, wie der Erwachte sagt:

*Wenn man da aber nicht herantritt, nicht sich aneignet, nicht ergreift und „Hier ist gar kein Ich! Leiden ist alles, was immer entsteht, Leiden ist alles, was immer vergeht“ - in diesem Wissen nicht mehr zweifelt, nicht mehr bangt im Besitz des von allen Meinungen unabhängig machenden Klarwissens - das ist, Mönch, richtiger Anblick. (S 12,15)*

Indem der Betrachtende auch nur augenblicksweise unbeeinflusst oberhalb der gesamten Welt-Wahrnehmung stehen kann, die gesetzmäßige Bedingtheit, Vergänglichkeit, Leidhaftigkeit der Erscheinungen erkennt - nur die zu beachtenden Erscheinungen beachtet - das Wahn-Ich um seinen Ich-Wahn weiß, so klar und überzeugt weiß, dass es da *„nicht mehr herantritt, nicht mehr ergreift“* - *„die nicht zu beachtenden Erscheinun-*



*gen nicht beachtet*“ - da ist er frei von jeder Ich-Identifikation. Der Glaube an Persönlichkeit (erste Verstrickung) ist geschwunden.

Damit erfährt er, dass es die Möglichkeit gibt, alle Existenzangst endgültig zu verlieren. Von dem zu dieser Entwicklung gelangten Menschen gibt der Erwachte das Bild des aus der gefährlichen Gegend in die Nähe des heimatlichen Dorfes gelangten Menschen, der sich bald in der sicheren Heimat weiß (Aufhebung von Daseinsbängnis, zweite Verstrickung).

Die erste Verstrickung, die Identifizierung mit dem Blendungs-Ich, wird dort, wo die Blendung als solche begriffen wird, durch wiederholte Betrachtung der Herkunft dieser Ich-Erscheinung bewusst und gewollt nach und nach aufgebrochen, gemindert und abgelöst als zu beachtende Erscheinung, die er auch beachtet. Aber die Aufhebung der zweiten Verstrickung, der Daseinsbängnis, braucht nicht bewusst betrieben zu werden, sondern tritt als Frucht der fortschreitenden Minderung bis Aufhebung der ersteren ein, ja, sie ist das sichtbare und spürbare Zeichen für die fortschreitende Auflösung der Verstrickung im Ich-Wahn.

Da der Verstehende, Klarblickende alle erlebten Szenen als selbstgewirkte Blendungen weiß, als Luftspiegelungen, Traumbilder, darum ergreift er sie nicht mehr durch irgendeine Bewertung, beachtet sie überhaupt nicht in dem Wissen, dass es nicht zu beachtende Erscheinungen sind, die nur die Wollensflüsse/Einflüsse verstärken. Er erwartet sein wahres Wohl nicht mehr von ihnen, sondern nur von ihrem Aufhören.

Mit dieser Nichtbeachtung der Erscheinungen - weil er sie als Wahn durchschaut - hebt er die positive Bewertung seiner Bindung an die Begegnungsszenen auf (dritte Verstrickung), allerdings noch nicht seine gefühlsmäßige Bindung an sie. Noch besteht ja die Wucht der Triebe, die ihn zu diesen und jenen Begegnungen hinziehen. Aber immer wieder erkennt er im unbeeinflussten Anblick, dass er in der Begegnungswelt gefangen, nicht freikommt von den Wahnszenen, die Wahnbezüge zu Wahnobjekten entwerfen. Nur die Triebe lassen

„Welt“ und „Ich“ erscheinen. Durch Änderung der Triebe ändert sich Welt und Ich.

Es heißt (M 115), dass der Heilsgänger keine der fünf Zusammenhäufungen mehr in der Hoffnung angeht, dass sie echtes Wohl enthalten, d.h. er wird nicht mehr bei ruhiger Überlegung lüstern an angenehme Dinge denken oder Zorn oder Abgestoßensein in Bezug auf unangenehme Dinge nähren und weiterpflegen. Er hat sich in seinem Geist von der Welt abgelöst, rechnet nicht mehr mit ihr als der Quelle allen Wohls. Endgültig ist das welke Blatt vom Baum abgefallen, kann nicht mehr ergrünen - so lautet ein anderes Gleichnis des Erwachten (M 105) - er kann nicht mehr im Geist langfristig vom „weltlichen Köder“ angezogen werden.

Er hat zwar noch Zu- und Abwendung in Bezug auf die Dinge, wird durch die Begegnung mit den Dingen noch getroffen - aber die „Welt“ genannte Blendung wird von ihm bei klarer Besinnung nicht mehr „Welt“ genannt, sondern wird als Blendung erkannt. Er weiß: Mit der Abnahme von Gier und Hass lichtet sich die Welterscheinung mehr und mehr auf.

Weil der vom Erwachten Belehrte diese Tatsache im Geist durchschaut, darum steht er dem Welterlebnis nicht mehr naiv gegenüber, sondern betrachtet die Erscheinungen auf Abstand (*abhijānāti*), lässt sich nicht mehr so leicht beeinflussen, gewöhnt sich die Durchschauung der Vorgänge an. Damit erwirbt er ein völlig anderes Verhältnis zur Welt. Obwohl die Einzelwahrnehmungen ihn wegen ihrer Gefühlsbesetzung noch immer mehr oder weniger blenden, übt er sich in der Abstand haltenden, durchschauenden Haltung.

Diese Haltung drückt der Erwachte in M 18 aus, in der er demjenigen, der durch seine Lehre den Entwicklungsweg vom Leiden zum Heil begriffen hat, sagt, dass er von der Illusion einer gespaltenen Begegnungswahrnehmung nichts mehr erwarten und erhoffen solle (*abhinandati*), sie nicht mehr in sein Denken einbauen (*abhivadati*), sich nicht mehr an sie anklammern, sich nicht mehr auf sie stützen (*ajjhosaya titthati*) solle, weil er nur durch diese Haltung allmählich zur Beendi-

gung aller inneren und äußeren Aufreizungen, Abstoßungen, Sorgen, Meinungen, Zweifel und Ängste komme, zur Beendigung auch von Zank und Streit, zur Beendigung aller äußeren und inneren Spaltungen und Spannungen, zur Beendigung der Wollensflüsse nach Sinnendingen – nach Sein – nach Wahn – und damit zur Beendigung aller Einflüsse.

Die durch Zurückhaltung aufzulösenden  
Wollensflüsse/Einflüsse

Um die auf die Herkunft gerichtete Aufmerksamkeit nicht zu unterbrechen, nicht zu stören, sondern zu befestigen und zu erweitern, empfiehlt der Erwachte den Mönchen, unaufgestiegene üble Dinge gar nicht erst aufsteigen zu lassen (erster Kampf), durch Zügelung der Sinnesdränge die Situationen zu meiden, in denen die Triebe geweckt werden, wodurch durch sie bedingte neue Blendungswahrnehmungen, neue Einflüsse, entstehen.

Wenn auch diese Empfehlung in ihrem ganzen Umfang für Mönche gegeben ist, so kann doch auch der im Hause Lebende manche Gelegenheit meiden, um den Trieben nicht noch zusätzliche Nahrung zu verschaffen, wodurch der rechte Anblick verdeckt wird.

*Was sind das aber für Wollensflüsse/Einflüsse, ihr Mönche, die durch Zurückhaltung überwunden werden müssen?*

*Da hält ein Mönch, der die Herkunft (aller Erscheinungen) beachtet, den Luger zurück, denn ließe er, ihr Mönche, den Luger umherfahren, so kämen verstörende, schmerzliche Wollensflüsse/Einflüsse über ihn. Doch weil er die Herkunft (aller Erscheinungen) beachtet, den Luger zurückhält, so gibt es diese verstörenden, schmerzlichen Wollensflüsse/Einflüsse nicht.*

*Da hält, ihr Mönche, ein Mönch, der die Herkunft*

(aller Erscheinungen) beachtet, den Lauscher - Riecher - Schmecker - Taster - Denker zurück. Denn ließe er, ihr Mönche, den Lauscher - Riecher - Schmecker - Taster - Denker umherfahren, so kämen verstörende, schmerzliche Wollensflüsse/Einflüsse über ihn. Doch weil er die Herkunft (aller Erscheinungen) beachtet, Lauscher - Riecher - Schmecker - Taster - Denker zurückhält, so gibt es diese verstörenden, schmerzlichen Einflüsse nicht.

Das nennt man Wollensflüsse/Einflüsse, ihr Mönche, die durch Zurückhaltung überwunden werden müssen.

Diese Zügelung der Sinnesdränge wird in anderen Lehrreden in ausführlicherem Wortlaut genannt (D 2, M 78, 141 u.a.):

*Hat der Mönch mit dem Luger eine Form erblickt, mit dem Lauscher einen Ton gehört, mit dem Riecher einen Duft gerochen, mit dem Schmecker einen Geschmack geschmeckt, mit dem Taster eine Tastung getastet, mit dem Geist ein Ding erkannt, so beachtet er weder die Erscheinungen noch lässt er weitere Gedanken darüber zu. Da Begierde und Missmut, üble und unheilsame Gedanken den, der die Sinnesdränge nicht bewacht, gar bald überwältigen, so übt er diese Bewachung, wacht aufmerksam über die Sinnesdränge.*

*Wenn er diese Entwicklung der heilenden Zügelung der Sinnesdränge vollendet hat, dann erwächst bei ihm ein inneres ungetrübtes Wohl.*

Die Zügelung der Sinnesdränge wird meistens übersetzt:

*Hat er mit dem Auge eine Form gesehen, mit dem Ohre einen Ton gehört usw. -*

Die Pāliworte weisen jedoch nicht nur auf die Organe: Auge,

Ohr usw. hin, sondern vor allem auf die inneren Dränge, auf das Verlangen nach Sehen, Hören usw. Darum vergleicht der Erwachte diese Sinnesdränge mit sechs Tieren,, deren jedes zu dem von ihm geliebten Objekt hinstrebt. Die sechs Sinnesdränge sind die Krankheit, die es zu heilen gilt. Dazu kann ein weltgläubiger Mensch sich in keiner Weise entschließen und kann darum auch die Zügelung der Sinnesdränge nicht durchführen. Eine weitere Voraussetzung, um die Zügelung der Sinnesdränge beharrlich durchführen zu können, besteht darin, dass man „an sich selbst Genüge hat“, dass man in sich Sicherheit und Wärme empfindet, die einen eigenständig macht. Diese muss zuvor erworben sein, und sie wird erworben durch die Übung in der sanften Begegnung, in der aufmerksamen Zuwendung zu dem jeweils begegnenden Lebewesen.

*Er beachtet nicht die Erscheinungen* - das bedeutet: Er folgt den vordergründigen Sinneseindrücken weder mit zustimmendem Denken, wenn sie ihm ein Wohlgefühl bereiten, noch mit ablehnendem Denken, wenn sie ihm ein Wehgefühl bereiten.

*Er lässt keine weiteren Gedanken darüber zu* - das heißt: er umspinnt nicht die Sinneseindrücke mit - wiederum gefühlsübergossenen - Gedankenverbindungen, die an das Wahrgenommene angeknüpft werden, wodurch Begierde bei Erlangen und Traurigkeit, Missmut bei Nichterlangen des Gewünschten fortgesetzt wird, wie es ein Mönch ausdrückt:

*Wer Formen unbesonnen sieht,  
nur achtend auf den lieben Gegenstand -  
mit aufgeregtem Herzen fühlt  
er da und klammert sich daran.*

*Dem schwellen die Gefühle an,  
vielfältig durch die Form erzeugt;  
vom Schau 'n nach außen, Heftigkeit,  
zerschlagen wird ihm ganz das Herz.*

*So ist der Leiden Häufende  
des Brandes Löschung fern, heißt es.*

(S 35,95=Thag 794-795)

Für die Zähmung der Sinnesdränge gibt der Erwachte das Gegengleichnis zu den sechs wild hinausdrängenden Tieren, die das Bild für die noch ungestillten Sinnesdränge sind. Er sagt:

*Es ist wie wenn ein Gespann wohlgebändigter Rosse, angeschirrt an einen Wagen, an einer Straßenkreuzung steht, und es kommt ein guter Rosselenker, nimmt den Treibstock und die Zügel in die Hand und besteigt den Wagen; der kann mit den Rossen fahren, wohin er will. (S 35,198)*

Wer mit der Übung der Zügelung der Sinnesdränge erst anfängt, der merkt, dass ihm durchaus noch nicht ein Gespann gebändigter Rosse zur Verfügung steht, vielmehr die sechs Tiere noch eigenwillig wild sind und dass er auch noch kein kundiger Rosselenker ist. Er merkt die wilde Jagd seiner Sinnesdränge; er merkt, wie er durch die Augen und Ohren ununterbrochen nach außen lungern und lauschen muss und die Sinnesdränge den Leib mit sich ziehen, um hier zu sehen, dort zu hören usw., was die Sinnesdränge begehren. Darum setzt der so Erkennende jetzt seine ganze Stärke für die Zügelung ein, spannt sich an und kämpft.

Aus der Übung der Zügelung der Sinnesdränge, wenn sie zu deren Beruhigung geführt hat, verspricht der Erwachte ein *ungetrübtes Wohl*, und das bedeutet die endgültige Überwindung dessen, was nach Aussage des Erwachten und nach unserer eigenen Erfahrung ununterbrochen aufkommt, wenn man die Süchtigkeit weiterhin nach außen rasen lässt, nämlich: *Begehren und Missmut, üble unheilsame Gedanken, verstörende, schmerzliche Wollensflüsse/Einflüsse.*

Solange Bedürftigkeit ist, geht es für den im Haus Lebenden, der den Sinneseindrücken ausgeliefert ist, nicht ohne Befriedigung, aber es ist ein Unterschied, ob man nur die für den Triebhaushalt im Augenblick notwendige Befriedigung sucht oder die Sinnesdränge ohne Zügelung gewähren lässt. Wenn man z.B. öfter voll Missmut, Gegenwendung, Feindschaft an einen Menschen denkt, der einen beleidigt hat, dann nimmt der Missmut, die Gegenwendung, die Feindschaft zu.

Wenn einer so durch das Leben geht, an die unangenehmen Erlebnisse mit Abneigung und Feindschaft denkt oder sich an Dingen des Begehrens berauscht, dann ist er am Ende des Lebens begehrlischer und gehässiger als bei seiner Geburt und damit weniger geneigt zu der auf die Herkunft gerichteten Aufmerksamkeit.

Gier und Hass sind die wilden Wölfe, die uns umhertreiben. Wir sind wie die Hasen, die von den Wölfen gehetzt werden und es oft nicht merken. Doch kann es für den im Haus Lebenden nicht darum gehen, zuerst von der Sinnlichkeit abzukommen, sondern zuerst die größten Formen der Gegenwendung und Abwendung zu lassen. Erst in dem Maß, wie dadurch allmählich das Gemüt heller und freudiger wird, kann man frei von jenem Heroismus, der leicht bitter oder stolz oder beides werden lässt, das Befreiende am Loslassen entdecken. Als eine der im Hausleben am leichtesten zugänglichen Quellen dieser gemüthhaften Freude bezeichnet der Erwachte in vielen Reden Freigebigkeit und großzügiges Teilen. Je mehr man daran Freude gewinnt, desto eher wird dann auch die Einsicht fruchtbar, dass es manchmal nur noch einer kleinen Überwindung bedarf, nicht alle Wahrnehmungsbilder anzusehen, die man gern sehen möchte und zu denen die alte programmierte Wohlerfassungssuche noch hinlenken möchte, und es kostet dann auch immer weniger Überwindung, auf den Reiz zu verzichten, etwa eine Beleidigung im Geist zu bewegen, auszuspinnen und sich wenigstens in Gedanken zu rechtfertigen oder zu rächen - aber es ist ein großer Gewinn, wenn stattdessen eine negative Bewertung der Beachtung solcher aufreizenden Wahrnehmungsinhalte gelingt und dadurch Freiraum gewonnen wird für die auf die Herkunft gerichtete Aufmerksamkeit. Je weniger wir durch die Sinneseindrücke fasziniert werden, und das heißt ja, je weniger wir beeinflusst werden, außer uns geraten, entsetzt werden im Begehren wie im Hassen, um so öfter und leichter können wir den klaren Einblick gewinnen und länger bewahren.

Die durch Pflege aufzulösenden Wollensflüsse/Einflüsse

*Was sind das aber für Einflüsse, ihr Mönche, die durch Pflege aufgelöst werden müssen?*

*Da pflegt, ihr Mönche, ein Mönch, der die Herkunft (aller Erscheinungen) beachtet, die Kleidung, nur um sich vor Kälte zu schützen, vor Hitze zu schützen, nur um sich vor Wind und Wetter, vor Mücken und Wespen und plagenden Kriechtieren zu schützen, nur um die Körperblöße bedecken zu können.*

*Ein Mönch, der die Herkunft (aller Erscheinungen) beachtet, pflegt die Almosenspeise nicht etwa der Gau-menfreude, des sinnlichen Genusses wegen, nicht um gut auszusehen, nicht des Schmuckes wegen, sondern nur um den Körper zu erhalten, zu ernähren, um Beinträchtigungen zu vermeiden, um ein Leben der Reinigung führen zu können: „So werde ich früheres Gefühl vernichten und neues Gefühl nicht aufsteigen lassen. Ich werde ein Auskommen haben, tadelfrei leben, mich wohl befinden.“*

*Ein Mönch, der die Herkunft (aller Erscheinungen) beachtet, pflegt die Lagerstatt, nur um sich vor Kälte zu schützen, vor Hitze zu schützen, nur um sich vor Wind und Wetter, vor Mücken und Wespen und plagenden Kriechtieren zu schützen, nur um den Unbilden der Jahreszeit auszuweichen, um sich der Abgeschlossenheit zu erfreuen.*

*Ein Mönch, der die Herkunft (aller Erscheinungen) beachtet, pflegt die Arznei im Fall einer Krankheit zur Minderung von Schmerzen und größtmöglicher Gesunderhaltung.*

*Würde er diese Dinge nicht pflegen, so kämen verstörende, schmerzliche Wollensflüsse/Einflüsse über ihn; doch weil er sie pflegt, so gibt es diese verstören-*



*den, schmerzlichen Wollensflüsse / Einflüsse nicht.*

*Das nennt man Wollensflüsse / Einflüsse, ihr Mönche, die durch Pflege aufgelöst werden müssen.*

Das sagt der Erwachte für das Mönchsleben, aber wir können ebenfalls manches daraus lernen. Zunächst zum Verständnis des Gesagten:

Der buddhistische Mönch geht nur am Vormittag mit seiner Almosenschale ins Dorf, steht still vor einem oder mehreren Häusern und hält die Almosenschale auf. Wenn er meint, genug zu haben, geht er fort, ohne einen Dank auszusprechen, denn mit Bitte und Dank wird oft ausgedrückt: „Die Speise ist sehr gut“ oder umgekehrt, und diese Art von durch den Geschmackstrieb bestimmter Beachtung soll der Mönch der Nahrung nicht schenken. Und die Hausleute sollen nicht durch Lob oder Tadel der gespendeten Speise den Eindruck erhalten, der Wert ihrer Spende und das Maß des Verdienstes hänge weniger von ihrer Gesinnung als vom Wohlgeschmack ab. Die Hausleute wissen: Von den Mönchen hören wir die Wahrheit, das ist mehr, als wir geben können, und es ist ein großes Verdienst, Mönche zu speisen.

Der Mönch pflegt das Essen, d.h. kümmert sich um ausreichende Ernährung des Leibes in dem Wissen: „Nicht ich esse jetzt, sondern der Leib bekommt das für ihn Erhaltende.“ Dann kann er weder zu viel noch zu wenig essen, weil er besonnen isst zur Erhaltung des Körpers, nicht aus Gaumenlust.

Diesen Rat hat der Erwachte den Mönchen gegeben, d.h. solchen Menschen, die die ganze Existenz in allen ihren Möglichkeiten als durch Wahn und Irrtum bedingte Leidensmasse durchschaut haben und darum noch in diesem Leben dieser ganzen Abhängigkeit ein Ende machen und endgültig freiwerden wollen.

Aber schon damals sind die meisten Menschen, die den Erhabenen gehört und verstanden haben, den Weg der allmählichen Entwicklung gegangen, sind im Haus geblieben, haben sich zunächst um Einhaltung der Tugendregeln, um rück-

sichtsvollen und liebevollen Umgang mit ihren Mitmenschen bemüht. Und wenn auf diesem Weg die dunkleren Gemütsstimmungen, Missmut und Verdruss im Lauf der Jahre abgenommen haben, Verständnis und innere Heiterkeit zugenommen haben, dann fühlten sie sich stark genug, die weiteren Schritte zu tun.

Der im Haus Lebende - auch wenn er immer wieder auch um des Geschmacks willen essen mag - weiß und hat es bei sich erfahren, dass ein Übermaß nicht nur der Gesundheit abträglich ist, sondern faul und träge macht, so dass der Mensch sich nicht zu der auf die Herkunft gerichteten Aufmerksamkeit aufraffen mag. Darüber hatte der Erwachte ein Gespräch mit dem im Haus lebenden König Pasenadi (S 3,13):

*Zu einer Zeit weilte der Erhabene in Sāvathī, im Siegerwald, im Garten Anāthapindikos. Zu jener Zeit nun hatte König Pasenadi von Kosalo gerade eine große Schüssel Reis verspeist.*

*Hierauf begab sich König Pasenadi von Kosalo, vollgeessen, schnaufend zum Erhabenen, begrüßte den Erhabenen ehrerbietig und setzte sich seitwärts hin.*

*Da sprach der Erhabene, als er den vollgeessenen, schnaufenden König Pasenadi von Kosalo sah, folgende Strophe:*

*Ein Mensch, der der Wahrheit gegenwärtig ist,  
der Maß zu halten weiß beim Essen,  
für den gibt es nur geringe Schmerzen.  
Langsam altert er, seine Lebenskraft bewahrend.*

*Zu jener Zeit stand der junge Brahmane Sudassano hinter König Pasenadi von Kosala. Zu dem jungen Brahmanen Sudassano sprach König Pasenadi von Kosalo: Komm, lieber Sudassano, lerne beim Erhabenen diese Strophe auswendig und spreche sie jedes Mal, wenn mir das Essen aufgetragen wird. Ich gebe dir dafür eine lebenslange Spende von täglich hundert Kahāpanas. –*

*Ja, gern, Majestät, antwortete der junge Brahmane Sudas-*

*sano dem König Pasenadi von Kosala, lernte beim Erhabenen die Strophe auswendig und sprach sie jedes Mal, wenn König Pasenadi von Kosala das Essen aufgetragen wurde:*

*Ein Mensch, der der Wahrheit gegenwärtig ist,  
der Maß zu halten weiß beim Essen,  
für den gibt es nur geringe Schmerzen.  
Langsam altert er, seine Lebenskraft bewahrend.*

*Da begnügte sich König Pasenadi von Kosala nach und nach mit höchstens einem kleinen Teller Reisbrei.*

*Einige Zeit später, bei der Massage, strich König Pasenadi von Kosala mit der Hand über seinen Körper und tat tiefbewegt folgenden Ausspruch:*

*In doppelter Weise hat sich der Erhabene meiner erbarmt:  
für das gegenwärtige Leben und für das jenseitige Leben.*

Seinen Mönchen schilderte der Erwachte die Gefahr der Trägheit durch zu viel Essen sehr anschaulich in M 16:

*Da hat ein Mönch so viel gegessen wie der Magen mag, und danach gibt er sich behaglichem Sitzen, Liegen, Träumen hin. Ein Mönch, der so viel gegessen hat wie der Magen mag und sich danach behaglich dem Sitzen, Liegen, Träumen hingibt, dessen Herz ist nicht geneigt zu heißem Kampf, zum Sichanjonchen, zur Ausdauer und Anstrengung.*

Als Lagerstatt wird dem Mönch ein Ort empfohlen, der weder zu kalt noch zu warm ist, ein geschützter Platz, an den er sich zurückziehen kann, um in Ruhe den rechten Anblick zu pflegen und sich auszuruhen. Durch diese Pflege erspart er sich viele schmerzliche Einflüsse, die die Wollensflüsse, die innere Verletzbarkeit aufrühren können: Abspannung, Krankheit, ablenkende sorgende Gedanken, Belästigung durch Mitmenschen.

Für den im Haus Lebenden geht es darum, Zeit und Kraft für die Wohnungssuche und Pflege aufzuwenden; denn wenn

er die Wohnstatt vernachlässigen würde, so entstünden ihm dadurch Einflüsse, die die Wollensflüsse, die innere Verletzbarkeit aufrühren können: Abspannung, Krankheit, Belästigung durch Mitmenschen, vom Hellerwerden ablenkende sorgende Gedanken.

Wenn der Körper krank ist, soll der Mensch Arznei nehmen, um bald wieder gesund zu werden. Nicht einmal der Mönch soll sich allein „auf das Geistige“ verlassen, das zwar auf lange Sicht das einzig Heilende ist, aber der Körper sollte doch so bald wie möglich wieder in eine Verfassung kommen, bei der er die geistige Arbeit nicht stört.

Die durch Geduld aufzulösenden Wollensflüsse/Einflüsse

*Da erträgt, ihr Mönche, ein Mönch, der die Herkunft (aller Erscheinungen) beachtet, Kälte und Hitze, Hunger und Durst, Wind und Wetter, Mücken und Wespen und plagende Kriechtiere, unliebe, schmerzende Reden, körperliche Schmerzgefühle, die ihn treffen, heftige, schneidende, stechende, unangenehme, leidige, lebensgefährliche, erträgt er geduldig, denn würde er ungeduldig, ihr Mönche, so kämen verstörende, schmerzliche Einflüsse über ihn. Doch weil er diese mit Geduld erträgt, so gibt es keine verstörenden, schmerzlichen Einflüsse.*

*Das nennt man Wollensflüsse/Einflüsse, ihr Mönche, die durch Geduld überwunden werden müssen.*

So weit wie möglich soll der Übende durch Vorsorge störenden, Wollensflüssen/Einflüssen, die seinen Klarblick und seine Läuterungsarbeit erschweren, ausweichen. Aber wenn die Gegebenheiten dies nicht erlauben, wenn mit friedlichen Mitteln getan ist, was zur Abwehr getan werden konnte, dann geht es um Geduld, Hinnehmen, Ertragen der unvermeidlichen störenden, den Körper belästigenden oder schmerzlichen Ein-

flüsse in dem Wissen: Die Wahrnehmung ist die Rückkehr des einst Geschaffenen. Unser Tun, unsere Gesinnungen, unsere Worte und Taten bilden die Welt, bilden harte oder sanfte Begegnung, Wohlwollen oder Feindschaft, Kriege, Krankheiten, Katastrophen. Verhalte dich katastrophal, und du wirst Katastrophen erleben - sagen alle Religionslehrer. Wer nicht duldet, nicht hinnimmt, wenn er mit friedlichen Mitteln nicht zu dem Gewünschten kommen kann, sondern sich zur Wehr setzt, seinerseits angreift und anderen entreißt, der schafft bedrängende Einflüsse, die früher oder später ihn selber wieder einholen und bedrängen.

Ein Beispiel aus unserem Leben: Im kalten Winter fällt der Strom aus, der die Ölheizungspumpe treibt. Es wird kalt. Auch die elektrischen Heizgeräte fallen aus. Da geht es darum, nicht misstrauisch zu werden, nicht auf das Elektrizitätswerk zu schimpfen oder auf denjenigen, der die Vorankündigung hätte sehen müssen, sondern unvermeidliche, einst selbst verursachte Kälte und damit verbundene Unbequemlichkeit mit Geduld hinzunehmen. Wenn ich sie abweise mit Ungeduld, Missmut, Schelten oder sonstiger Aggressivität, dann kommen sie in noch stärkerer Form als belästigende Einflüsse auf mich zurück. So sagt es der Erwachte, der Kenner und Überwinder der Existenz, und wir können dies aus den uns vorliegenden Erfahrungen nachvollziehen, wenn wir an das Verhalten mancher Gewaltmenschen denken und an die abweisenden, oft aggressiven Reaktionen der Umwelt auf sie. Sie verschlimmern durch ihren Mangel an Geduld und Ertragensfähigkeit schon in diesem Leben deutlich erkennbar ihre Situation.

Auch unliebe, schmerzende Reden erduldet der Übende: Wenn uns jemand mit verletzenden und scharfen Worten beschimpft, wenn uns jemand verleumdet oder verächtlich behandelt, wenn uns jemand unsachlich kritisiert und einseitig aburteilt, dann spüren wir am inneren Widerstand, am Getroffensein das Bedürfnis nach Anerkennung, nach Lob, nach Liebe, nach Wärme - spüren eine offene Wunde, den Wollensfluss Seinwollen. Dann ist es notwendig, die innere Aufleh-

nung zu bekämpfen in dem Wissen:

*Es wird ja Feindschaft nimmermehr  
durch Feindschaft wieder ausgesöhnt:  
Nichtfeindschaft gibt Versöhnung an,  
das ist Gesetz von Ewigkeit.*

*Die Menschen sehn es selten ein,  
dass Dulden uns geduldig macht.  
Doch wer es einsieht, wer es weiß,  
gibt alles Eifern willig auf. (Dh 5 u. 6)*

Nicht durch Kritik an der Ernte, die uns begegnet, und erst recht nicht durch Ärger über die Begegnung wird die Ernte gebessert, sondern nur aus heutiger besserer Saat entsteht morgige bessere Ernte. Wer das weiß, der wird gelassen und ruhig im Hinnehmen dessen, was an ihn herantritt. Er wird gelassen im Ertragen der Dinge, die ihm begegnen, mögen sie schwer oder leicht sein, und er hält eisern daran fest, seinerseits nichts Übles zu tun, sondern das Größere treu zu üben und zu pflegen unter allen Umständen. So wird die üble Ernte, die aus früherer Saat hervorgegangen ist, allmählich aufgezehrt und gemindert. Und so geht aus neuem guten Wirken eine morgige gute, erfreuliche Ernte hervor, so wird es heller.

Das Erdulden ist ein Hilfsmittel, um sich von seinen eigenen Zielen nicht durch Verwicklung in unheilsame Reaktionen ablenken zu lassen. Insofern kann auch der Gedanke der Vergänglichkeit aller Situationen hier hilfreich sein: Man kann daran denken, dass der Schmerz vorbeigehen wird, dass die Betroffenheit abklingen wird, wie *Heyse* sagt:

*Dulde, gedulde dich fein!  
Über ein Stündlein  
ist deine Kammer voll Sonne.*

Ebenso wie der Wind ein Segel zerreißen kann, aber durch ein Netz hindurchgeht, so wird auch der Widerstrebende von der Welt mitgerissen, der Geduldige aber nicht. Darum rät *Seneca*,

die Segel der eigenen Bedürfnisse einzuziehen und so klein wie möglich zu halten.

Ebenso wie der Sturm starke Bäume entwurzelt, aber Schilf nur vorübergehend beugt, so wird der Widerstrebende von der Welt aus seiner Ruhe gerissen, der Erduldende aber nicht. Er ist wie gepanzert gegen alle scharfen und schneidenden Worte, gewappnet gegen alle Stiche.

Das Erdulden, das Ertragen, das Aushalten mündet ins Überstehen. Wo der kraftvolle Baum, der dem Sturm Widerstand leistet, entwurzelt wird, da richtet sich das sich beugende Schilf nach dem Sturm wieder auf. Ein chinesisches Wort sagt:

*Von weicher Seide prallt zurück  
die schärfste Klinge:  
Sanftmut schafft größ're Dinge  
als schneidende Gewalt.*

Das Bild der Erde – des Wassers – des Feuers –, die Schönes und Hässliches gleicherweise gelassen ertragen, ist bei den Indern das Gleichnis für die Geduld. Der Buddha sagt (M 62):

*Gleichwie man da auf die Erde Reines hinwirft, Kotiges hinwirft und Harniges hinwirft, Schleimiges hinwirft und Eitriges hinwirft und Blutiges hinwirft – ins Wasser – ins Feuer; aber Erde – Wasser – Feuer – sich davor nicht entsetzen, empören oder sträuben: ebenso auch sollst du der Erde – dem Wasser – dem Feuer gleich Übung üben, dann kann dein Gemüt, angenehm oder unangenehm berührt, nicht erregt werden.*

*Körperliche Schmerzgefühle erträgt er geduldig.* Wenn wir merken, wie der Körper uns quält, dann spüren wir unser Anliegen, den Körper nur als Werkzeug unserer Pläne zu besitzen, ihn also gerade nicht spüren zu wollen. Solange wir nun erwägen: „Wie geht es mir schlecht, wie bejammernswert bin ich! Wie tut das weh!“ - identifizieren wir uns mit dem Körper, beschränken unser Ich auf den Körper, anstatt uns zu bemühen, nüchtern darüber zu stehen in dem Wissen, dass wir das Herz zu größerer Reinheit und Gesundheit bilden können

und damit auch von der Gebrechlichkeit des Körpers befreit werden, wie der Erwachte einem Kranken als Leitbild empfahl: *Mag auch der Körper krank sein, das Herz soll mir gesund werden!* (S 22,1)

Das Herz des normalen Menschen ist von Natur krank, das heißt, es leidet an Gier, Hass, Blendung. Es ist nicht in sich befriedet und still, sondern sucht außen Befriedigung. Dazu hat es sich einen gebrechlichen Körper geschaffen, der geboren wird, erkrankt, altert und stirbt. Und der Mensch ist in einem solchen Wahn, dass er meint, der sichtbare Körper aus Fleisch und Knochen wäre „er selbst“, wäre sein eigentliches Ich.

Dass der Körper immer „krank“, d.h. verletzbar, empfindlich ist wie ein rohes Ei, das weiß jeder Mensch, der sich nichts vormacht, sondern gründlich nachsieht, und immer waren und sind sich zu allen Zeiten und in allen Kulturen die aufmerksamen Menschen einig darin, dass der Körper lediglich ein Werkzeug ist, das verschleißt. Mit dieser Einsicht erwächst dem, der dabei ist, das Elend der Sinnenwelt zu durchschauen, eine gewisse Distanzierung vom Körper, denn wer seinen Körper und dessen Vorgänge mehr und mehr beobachtet, der hat damit den geistigen Beobachter von dem beobachteten Gegenstand, dem Körper, getrennt, den Körper dem Beobachter gegenübergestellt, und damit ist der Beobachter vom Körper schon mehr oder weniger distanziert. In solchen Augenblicken braucht der Übende keine Geduld mehr, er steht bereits darüber, ist geistig und seelisch aus dem Körper ausgezogen.

Die durch Ausweichen aufzulösenden Wollensflüsse/Einflüsse

*Was sind das aber für Wollensflüsse/Einflüsse, ihr Mönche, die durch Ausweichen aufgelöst werden müssen? Da weicht, ihr Mönche, ein Mönch, der die Herkunft (aller Erscheinungen) beachtet, einem wütenden Elefanten aus, einem wütenden Pferd, einem wütenden*



*Stier, einem wütenden Hund; er weicht Schlangen aus, weicht mit Baumstümpfen übersättem Gelände aus, Dornengestrüpp, tiefen Gruben, Geröll und Felsensplittern, schmutzigen Teichen und Seen; Orten, die zum Sitzen nicht taugen, Plätzen, die zum Gehen nicht taugen, Freunden, die zum Verkehr nicht taugen, von erfahrenen Ordensbrüdern entsprechend missbilligt würden, solchen Orten, solchen Plätzen, solchen Freunden weicht er aus; denn würde er ihnen nicht ausweichen, ihr Mönche, so kämen verstörende, schmerzliche Wollensflüsse/Einflüsse über ihn; doch weil er diesen Dingen ausweicht, so gibt es keine verstörenden, schmerzlichen Wollensflüsse/Einflüsse.*

*Das nennt man Wollensflüsse/Einflüsse, ihr Mönche, die durch Ausweichen aufgelöst werden müssen.*

Der erste Teil dieser Aussage gilt für den wandernden Mönch in den tropischen Verhältnissen Indiens, aber auch mancher, die Einsamkeit der Natur suchende, wandernde europäische Buddhist mag einige der hier genannten Angehungen schon einmal ausweichend überwunden haben.

*Ramakrishna* erzählt eine kleine Episode: Einer seiner Schüler hatte aus seiner Lehre, dass alles Erscheinende *māyā*, Trug, Täuschung sei, eine falsche Konsequenz gezogen: Der Schüler ging durch den Wald, von hinten kam ein Reiter auf einem Elefanten heran und rief: „Geh mir aus dem Weg, das Tier ist wild.“ Der Schüler aber wich nicht aus, sondern antwortete getreu den Worten seines Lehrers: „Es ist alles nur *māyā*.“ Da packte ihn der Elefant mit dem Rüssel und warf ihn in die Büsche. Darauf sagte der Elefantenlenker zu ihm: „Auch das ist *māyā*.“

Der Erwachte sagt auch: die Erscheinungen sind selbst gemacht, sind Ernte unseres Wirkens, sind Täuschung, *māyā*, aber um sich aus der Erscheinungswelt herausarbeiten zu können, braucht man in der Menschenwelt den Körper. So sagt der

Mönch *Kumārakassapo* zu dem Kriegerfürsten *Pāyāsi* (D 23):

*Für Asketen, die tugendhaft sind und edle Eigenschaften haben, hat das Leben einen Zweck. Einen je längeren Zeitraum hindurch Asketen und Brahmanen, die tugendhaft sind und edle Eigenschaften haben, in diesem Leben verbleiben, um so mehr häufen sie gute Folgen (puññā, Verdienst) an, um so mehr wandeln sie vielen zum Wohl, vielen zum Heil, aus Mitempfinden zur Welt, zum Nutzen, Wohl und Heil für Götter und Menschen.*

Darum empfiehlt der Erwachte, lebensbedrohlichen Situationen, Gefahren für den Körper auszuweichen.

Aber auch den Gefahren für Geist und Herz soll der sich Läuternde ausweichen, wenn er durch Umgang mit bestimmten Menschen schlechter wird. Das Problem der Gefährdung durch schlechte Freunde und der Förderung durch gute Freunde wurzelt in der Tatsache, dass man sich dem Einfluss des Freundes weit mehr öffnet als dem Einfluss von Menschen, die einem gleichgültiger sind. Aus diesem Grund warnen alle Kenner der menschlichen Psyche vor dem Umgang mit schlechten Freunden und raten dem Menschen, sich gute Freunde zu suchen. So sagt der Erwachte:

*Der Mensch wird schlechter  
im Verkehr mit Schlechten.  
Den Gleichen zugesellt,  
verliert er nicht.*

*Dem Bess'ren aber dienend,  
wächst er ständig,  
drum folg er dem,  
den er als Besseren erkennt. (A III, 26)*

Und sagt an anderer Stelle:

*Wen man zu seinem Freunde nimmt  
und wen man sich als Umgang wählt,  
dem wird man eben gleich; denn so*

*wirkt das Zusammensein sich aus.*

*Der eine nimmt vom andern an,  
berührt, rührt er am anderen.  
Der Giftpfeil streift von seinem Gift  
an dem giffreien Köcher ab.*

*Aus Sorge vor Vergiftung sei  
der Kenner nie des Schlechten Freund.  
Wenn einen faulen Fisch ein Mann  
in duftend Kusagras einhüllt,  
haucht auch das Gras den üblen Stank.  
So ist 's, wenn man den Toren folgt.*

*Wenn aber Sandelholz ein Mann  
in Blätter einhüllt, duften auch  
die Blätter nach dem Wohlgeruch.*

*Darum: Wer selbst gesehen hat,  
wie so der Blätter Duft entsteht,  
umgebe sich mit Schlechten nicht.  
Mit Guten geh' der Kenner um.  
Zum Abweg leiten Schlechte hin,  
die Guten auf den guten Weg.(Itivuttaka 76)*

Dieselbe Wahrheit liegt auch in dem bekannten deutschen Sprichwort: *Sage mir, mit wem du umgehst, so will ich dir sagen, wer du bist.*

Ebenso sagt *Angelus Silesius*(*Cherub.Wandersmann V, 76*):

*Zu wem du dich gesellst,  
des Wesen saugst du ein:  
bei Gotte wirst du Gott,  
beim Teufel Teufel sein.*

Selbst wenn der Mensch durch manche Äußerung oder Verhaltensweise seiner Freunde zuerst etwas befremdet werden sollte und zu deren Ablehnung neigt, weil diese seinem gegen-

wärtigen Wertmaßstab oder Weltbild fremd sind, so fragt er sich aber zugleich, ob seine Maßstäbe richtig seien oder jene des Freundes. So kommt es, dass der Umgang mit schlechten Freunden langsamer oder rascher die innere Moral und Lebensführung verdirbt, so dass man mangels besserer Vorbilder einem Zug nach abwärts ausgeliefert ist. Die üble Wirkung schlechten Umgangs reicht weit über dieses Leben hinaus:

*Wer nur ein kleines Brett erklimmt,  
versinkt gar leicht im Ozean.  
So sinkt auch leicht der Fromme ab,  
hält er sich an den trägen Freund.  
Drum geh' man einem aus dem Weg,  
der träg und schwach an Kampfkraft ist.  
(Thag 265)*

Darum ist ein schlechter Mensch, selbst wenn er sich als Freund ausgibt, doch als ein Feind zu betrachten, den der Kluge meiden soll *wie einen Hohlweg voll Gefahr*. (D 31)

Der Erwachte gibt also einen festen Maßstab, wann Freunde zum Verkehr nicht taugen, nämlich dann, wenn man durch den Verkehr mit ihnen schlechter wird, wenn sie mich zu üblen Dingen verlocken, von denen ich mich gerade zurückziehen will; nicht etwa sollte man Freunde nur deshalb meiden, weil der Umgang mit ihnen schwer fällt, un bequem ist. Es gibt z.B. Freunde, mit denen man länger über die Lehre des Erwachten sprechen muss, ehe sie wenigstens die vier ersten, allen Hochreligionen gemeinsamen Lehren anerkennen können. Wenn man da durchhält, so ist es zwar mühsam, aber nicht nachteilig, und solche Freunde können oft später in der Lebensführung vorbildlich sein.

Die durch Vertreibung aufzulösenden Wollensflüsse/Einflüsse

*Was sind das aber für Wollensflüsse/Einflüsse, die durch Vertreibung aufzulösen sind? - Da gönnt, ihr Mönche, ein Mönch, der die Herkunft* (aller Erscheinun-

gen) beachtet, einer aufgestiegenen sinnlichen Vorstellung, einem Gedanken von Antipathie bis Hass, der Rücksichtslosigkeit keinen Raum, überwindet ihn, vertreibt ihn, vertilgt ihn, erstickt ihn im Keim; gönnt diesen und jenen schlechten, verderblichen Gedanken, die aufsteigen, keinen Raum, überwindet sie, vertreibt sie, vertilgt sie, erstickt sie im Keim. Denn würde er sie nicht vertreiben, so kämen verstörende, schmerzliche Wollensflüsse/Einflüsse über ihn; doch weil er sie vertreibt, so gibt es keine verstörenden, schmerzlichen Wollensflüsse/Einflüsse. Das nennt man Wollensflüsse/Einflüsse, ihr Mönche, die durch Vertreibung aufgelöst werden müssen.

Kein Mensch kann aus Dunkelheiten und Leiden herauskommen, wenn er nicht von üblen Vorstellungen und Gedanken abkommt. Bei den im Haus Lebenden stehen ungute Worte und Taten mehr im Vordergrund als ungute Gedanken, aber allen Worten und Taten gehen die Gedanken voraus, und oft können üble Gedanken, Gedanken der Gegenwendung, der Rache, des Zorns, des Neids usw. die im Haus Lebenden lange Zeit quälen und verdunkeln.

Wenn wir die Ratschläge dieser Lehrrede mit dem vom Erwachten genannten achtgliedrigen Heilsweg vergleichen wollen, dann ist leicht zu erkennen, dass die bisherigen Ratschläge den ersten der vier Kämpfe, die zusammen das sechste Glied des Achtpfads ausmachen, betreffen, nämlich noch nicht aufgestiegenes Übles gar nicht erst zum Aufsteigen kommen lassen. -

Hier aber geht es jetzt darum, schon in Erscheinung getretenes Übles, aufgekommene üble Gedanken zu bekämpfen, bis sie völlig getilgt sind, also um den zweiten der vier Kämpfe.

Warum besteht der Überwindungskampf in dem Vertreiben übler Gedanken? Weil alle Triebe aus nichts anderem als aus positiv bewertenden Gedanken über das jeweilige Objekt ent-

standen sind. Mit den aus Gedanken entstandenen Trieben, die nichts anderes als dynamisierte Ideen sind, kann man nur auf der Ebene reden, aus der sie herkommen: den Erwägungen. Der Erwachte sagt: *Was der Mensch häufig erwägt und sinnt, dahin geneigt wird das Herz. (M 19)* Wer Lustvorstellungen nachgeht, sie pflegt und ausspinnt, bei dem nimmt die Bedürftigkeit zu. Wer aber öfter darüber nachdenkt, wie die Gier gleich innerem Aussatz den Menschen reizt und wie alle dadurch gewonnenen Freuden nur die Befriedigung eines unersättlichen Vakuums ist und die Bedürftigkeit auf die Dauer auch Rücksichtslosigkeit mehrt, bei dem nehmen diese Geistesverfassungen ab, denn er beurteilt sie als für sich selbst schädlich, schmerzlich und in dunklen Daseinsgründen haltend.

Aber auch im akuten Fall, in dem die Triebe, aufgestiegen, nach Befriedigung lechzen, empfiehlt der Erwachte, den Kampf gegen die zerrenden und zehrenden Gedanken aufzunehmen, sie zu vertreiben mit den verschiedenen Methoden, wie er sie in M 20 nennt:

1. Die Aufmerksamkeit auf eine höhere, heilsamere, begeisternde und ermutigende Vorstellung richten, die die üblen Gedanken vertreibt.
2. Sich das Elend vor Augen führen, das mit der gegenwärtigen Denkweise zusammenhängt.
3. Das Denken durch Ablenkung von den üblen Gedanken abziehen.
4. Die Aufmerksamkeit auf die Zusammensetzung der unheilvollen Gedanken richten, auf die einzelnen Faktoren, die sie verursacht haben.
5. Als letztes Mittel zur Vertreibung übler Gedanken empfiehlt der Erwachte, alle Energie zusammenzunehmen und eisern ohne viel Argumente die üblen Gedanken unter Einsatz aller Willenskraft für den Augenblick hinauszudrängen, denn man weiß ja, dass sie übel sind, so dass die Summe dieser gesamten Einsichten zu einem starken "Nein" führt.

Die durch Ausbildung aufzulösenden Wollensflüsse/Einflüsse

Während beim ersten und zweiten Kampf das Üble vernichtet wird, geht es beim dritten und vierten Kampf um die Förderung des Guten. Im dritten Kampf gilt es, noch nicht aufgestiegene gute Eigenschaften und Kräfte zu erwerben, und im vierten Kampf, vorhandene und hinzu erworbene gute Eigenschaften und Kräfte zu bewahren, zu befestigen, auszubauen.

*Was sind das für Wollensflüsse/Einflüsse, die durch Ausbildung aufgelöst werden müssen?*

*Da bildet, ihr Mönche, ein Mönch, der auf die Herkunft (aller Erscheinungen) achtet, die Wahrheitsgegenwart aus, die in der Abgeschlossenheit wurzelt, die in der Reizfreiheit wurzelt, in der Ausrodung wurzelt und in völlig reif gewordenes Loslassen einmündet. Der Mönch, der auf die Herkunft (aller Erscheinungen) achtet, bildet die Lehrergründung - die Tatkraft - die geistige Beglückung - das Stillwerden der Sinnesdränge - die Herzenseinigung - den Gleichmut aus, die in der Abgeschlossenheit wurzeln, in der Reizfreiheit wurzeln, in der Ausrodung wurzeln und in völlig reif gewordenes Loslassen einmünden.*

*Wenn er diese Eigenschaften nicht ausbilden würde, ihr Mönche, so kämen verstörende, schmerzliche Wollensflüsse/Einflüsse über ihn; doch weil er sie ausbildet, so gibt es keine verstörenden, schmerzlichen Wollensflüsse/Einflüsse. Das nennt man Wollensflüsse/Einflüsse, die durch Ausbildung aufgelöst werden müssen.*

Mit der Entfaltung dieser Eigenschaften wächst der Mensch über das Dasein der Sinnenwelt hinaus, übersteigt, transzendiert es, gewöhnt sich ein in den Zustand weltunabhängiger Herzenseinigung und nicht nur das: diese zu entfaltenden Ei-

enschaften werden zu „Erwachtungsgliedern“. Sie sind bereits die Stadien des allmählichen Erwachens aus dem Wahntraum und lassen in das Nirvāna einmünden. Sie bilden die achte Stufe des achtegliedrigen Wegs, sind eine siebenfache Aufteilung für die Bewältigung des letzten Wegstücks des achtegliedrigen Heilswegs.

Die sieben Erwachtungsglieder werden bezeichnet als jenes *Wirken, das keine dunklen und keine lichten Folgen mehr hat, sondern zur Wirkensversiegung führt.* (M 57). In M 118 zeigt der Erwachte, dass die sieben Erwachtungsglieder sich aus der konzentrierten Übung der vier Satipatthāna-Übungen ergeben.

Ab dem Stromeintritt ist der Heilsgänger im zunehmenden Erwachen, immer mehr hebt er sich über den Wahntraum hinaus und merkt, wie ihm freier wird. Er wird wacher und wacher, und die Wahrheit bleibt ihm gegenwärtig (*erstes* Erwachtungsglied). Er ist fähig zum unabgelenkten, kontinuierlichen, lückenlosen, unmittelbaren Betrachten des Entstehens und Vergehens der sich gegenseitig bedingenden fünf Zusammenhäufungen, zum unabgelenkten Betrachten des Körpers, der Gefühle, der Wollensrichtungen und aller Erscheinungen.

Das *zweite* Erwachtungsglied – *Ergründung der Wahrheit*: Der so beobachtende und im Beobachten die Vorgänge Erkennende und Durchschauende erkennt nun erst richtig in der Lehre genau die Beschreibung der an sich selbst erkannten Vorgänge wieder und in den beobachteten Vorgängen die Lehre. Denn da er den in den Lehrreden beschriebenen Bereich selbst erfahrend durchschreitet, so ist ihm die Lehre nun lebendig gewordene Anleitung zur Meisterung eines Vorgangskomplexes, den er ständig erlebt. - Der Erwachte sagt (M 117):

*Die Weisheit, Weisheitskraft (indriya), Weisheitsstärke (bala), die bei einem Menschen erwächst, dessen Geist den Heilsstand erfasst hat, dem sich das Herz freudig anschließt, der auf dem Heilsweg ist und das Erwachtungsglied „Wahrheitsergründung“ gewonnen hat. Sie ist (von Trieben) unbeeinflusst, weltüberwindend, wird nur auf dem Heilsweg gewonnen.*



Diese Weisheitskraft wird in M 48 näher beschrieben:

*Das ist die Stärke des in der heilenden rechten Anschauung Befestigten, dass er bei der Darlegung der Lehre und Wegweisung des Vollendeten offenen Ohres die Wahrheit hört, indem er aufmerksam ihren Sinn erfasst und sein ganzes Gemüt mit ihr ernährt. Und er erkennt: „Jene Stärke, die der in der heilenden rechten Anschauung Befestigte erworben hat, die habe auch ich mir erworben.“*

Das *dritte* Erwachungsglied - *Kampfeskraft*: Durch das vollzogene Ergründen des Daseins und seiner Gesetzmäßigkeit erwächst eine große, auf niemand anderen als auf sich allein gestützte Kraft zum letzten und feinsten Loslassen, zum Einstellen letzter Aktivität.

Das *vierte* Erwachungsglied - *Geistige Beglückung bis Entzückung*: Dadurch dass ein solcher zeitweise nicht mehr in den fünf Zusammenhäufungen gefesselt ist, weilt seine Aufmerksamkeit nicht mehr beim Außen, sondern bei dem durch die zunehmende innere Klärung bewirkten Glück. Damit beginnt die Entwicklung zu der Entrückung von der sinnlichen Wahrnehmung der Außenwelt, das Aufhören der sinnlichen Wahrnehmung zugunsten eines reinen inneren Glücks. Geistige Beglückung (*pīti*) ist der Übergang, ist der erste Schritt dieses Übergangs zur vollen Herzenseinheit (*samādhi*). Diese geistige Beglückung ist dann noch nicht Erwachungsglied, wenn man nicht recht weiß, ob und wie sie wieder zu gewinnen wäre. Erst auf dem Boden der vorangehenden Erwachungsglieder, vor allem wenn Kampfeskraft entfaltet ist, unheilsame Dinge zu überwinden und heilsame Dinge zu entwickeln, wird die geistige Beglückung über Erkenntnis von Daseinszusammenhängen und über inneren Fortschritt zu einer wiederholbaren Erfahrung, zum Erwachungsglied.

Das *fünfte* Erwachungsglied *Stillwerden der Sinnesdränge des Körpers* stellt den Übergang von der geistigen Beglückung bis Entzückung zum vollen *samādhi* dar. Es wird in M 118 wie folgt beschrieben:

*Dem geistig Beglückten bis Entzückten wird der Körper still. Zu der Zeit, zu der dem geistig Beglückten bis Entzückten der Körper still wird, wird auch das Herz still; zu der Zeit hat bei dem Mönch das Erwachungsglied „Stillwerden“ eingesetzt. Das Erwachungsglied „Stillwerden“ entfaltet der Mönch zu einer solchen Zeit, das Erwachungsglied „Stillwerden“ kommt zu einer solchen Zeit bei dem Mönch zur Vollendung.*

Das durch die geistige Beglückung (*pīti*) aufkommende Stillwerden der Sinnesdränge kann man nur in dem Maß verstehen, wie man erfasst, wie sehr die fünf Sinnesdränge des Körpers nach „außen“ in die „Welt“ hineinlugen und ununterbrochen in rasendem Wirbel durch die Sinneswerkzeuge hereinholen, was an äußeren Erscheinungen erreichbar ist. Diese Tätigkeit geschieht mit einer nicht zu nennenden Geschwindigkeit. Wenn aber die auf das jeweils höchste Wohl programmierte Wohlerfahrungssuche die gesamte Aufmerksamkeit wegen des überwältigenden inneren Wohls der geistigen Beglückung von den Sinnen abzieht, dann kommt die rasende Tätigkeit der Sinnesdränge zur Ruhe, wie wenn in einer Fabrik am Feierabend die stampfenden Maschinen stillgestellt werden. Das wird als eine beseligende Labsal, als das erste volle, wahre Wohl empfunden, in dem dann auch das Herz still wird.

Das *sechste* Erwachungsglied *Herzenseinigung*: In den Lehrreden wird die Herzenseinigung mit den kurzen Worten gekennzeichnet:

*Der Körpergestillte lebt im Wohl;  
dem im Wohl Lebenden einigt sich das Herz.*

Zwischen der vorgenannten und dieser Stufe mögen in der momentanen Erlebnisqualität wenig Unterschiede bestehen, denn schon durch das Stillwerden der Sinnesdränge im Körper und das Aufhören der rasenden Erfahrungsakte ist jene Seligkeit der Herzenseinigung eingetreten. Und doch bedeutet sie mehr als diese momentane Erlebnisqualität, nämlich den Eintritt in eine völlig andere Daseinsphase, Daseinsweise, die mit der uns allein bekannten Lebensweise der sinnlichen Wahr-

nehmung nicht verglichen werden kann.

Durch das Aufkommen des geistigen Entzückens wendet sich die Wohlerfahrungssuche, die geistige Aufmerksamkeit, die sonst gewohnt ist, durch die Sinnesorgane Wohl zu erfahren, dem durch Herzensreinheit bedingten inneren Wohl zu und damit von den Sinnesobjekten ab, so dass Sehen, Hören, Riechen usw. vergessen wird. Es wird nicht vermisst, man ist nicht unter die sinnliche Wahrnehmung gefallen – wie der Blinde und Taube –, sondern ist über sie hinausgestiegen, hat sie wegen des viel größeren geistigen Entzückens völlig vergessen. Das dadurch eintretende völlige Zur-Ruhe-Kommen der rasanten Sinnestätigkeit mit Vergessen von Ich und Umwelt bewirkt den zeitlosen Frieden mit seiner Spitze, den weltlosen Entrückungen.

Nach dem Wiedereintreten in die sinnliche Erfahrung ist der Erfahrer um ein erhabenes Erleben bereichert. Er weiß, dass er „ober Himmel und Erde“ war, dass er außer Welt und Raum und Zeit in reinem seligem Stillstand war, er weiß, dass alle Schätze der Welt ein Nichts sind gegenüber solcher Seinsweise. Deshalb strebt er nun, sich diese Weise ganz zu gewinnen: damit beginnt die willentliche bewusste Hinwendung zu dieser Lebensform der Einigung, um sie möglichst für immer zu gewinnen und nicht mehr zurückzufallen in die Zwiesal.

*Dem Körpergestillten, im Wohl Lebenden einigt sich das Herz. Zu einer Zeit, zu der dem Körpergestillten, im Wohl Lebenden sich das Herz einigt, hat bei dem Mönch das Erwachungsglied „Herzenseinigung“ eingesetzt. Das Erwachungsglied „Herzenseinigung“ entfaltet der Mönch zu einer solchen Zeit. Das Erwachungsglied „Herzenseinigung“ kommt zu einer solchen Zeit bei dem Mönch zur Vollendung. (M 118)*

Das siebente Erwachungsglied - *erhabener Gleichmut*: Der Übende hat den höchsten und reinsten und seligsten Zustand der Erwachungsglieder erreicht. Aber gerade hier zeigt es sich, was es heißt, ihn als Erwachungsglied zu erreichen. In M 118

beschreibt der Erwachte den Übergang vom sechsten zum siebenten Erwachungsglied wie folgt:

*Er betrachtet nun gleichmütig dieses geeinte Herz. Zu einer Zeit, da der Mönch das so geeinte Herz gleichmütig betrachtet, hat bei ihm das Erwachungsglied „Gleichmut“ eingesetzt. Das Erwachungsglied „Gleichmut“ entfaltet der Mönch zu einer solchen Zeit. Das Erwachungsglied „Gleichmut“ kommt zu einer solchen Zeit bei dem Mönch zur Vollendung.*

Ein solcher Mönch gerät also auch in diesen reinsten Herzenszuständen nicht *in die Gewalt des Herzens*, sondern gestützt auf das Erwachungsglied Wahrheitsgegenwart, die Grundlage des zur Durchschauung alles Bedingten führenden Erwachungsglieds Wahrheitsergründung mit der Unüberwindlichkeit des Erwachungsglieds Kampfeskraft, behält ein solcher auch bei dieser unvorstellbar reinen Wahrnehmung die Herrschaft über das gestillte Herz. Er erlebt das reine Wohl der Herzenseinheit, aber er erlebt es als überlegener Zuschauer. Auch von diesen weltlosen Entrückungen löst sich der Mönch, der das Ungewordene, die Todlosigkeit anstrebt. Im Hinblick auf die Erwachung ist er fähig, alles gefühlte Wohl freizugeben, denn das Lassen ist für einen solchen nur ein Ablegen von Lasten. Er hat sich selber zu einem ausgebildet, der gar nicht mehr getroffen werden kann, der frei von jeder Verletzbarkeit und darum frei von allen Einflüssen ist, der zur Eichenbohle geworden ist, auf welche die in einstigem Wahn geschaffenen, nun im Erwachen durchschauenden Wahnfetzen so leicht wie Wollknäuel auf treffen. Über einen solchen heißt es in M 2

*Hat nun, ihr Mönche, ein Mönch, der auf die Herkunft (aller Erscheinungen) achtet, die Wollensflüsse/Einflüsse, die durch klaren Einblick aufgelöst werden müssen, mit klarem Einblick aufgelöst, die Wollensflüsse/Einflüsse, die durch Zurückhaltung aufgelöst werden müssen, durch Zurückhaltung aufgelöst, die*

*durch Pflege aufgelöst werden müssen, pflegend aufgelöst, die durch Geduld aufgelöst werden müssen, dul-  
dend aufgelöst, die durch Ausweichen aufgelöst werden müssen, durch Ausweichen aufgelöst, die durch  
Vertreibung aufgelöst werden müssen, vertreibend aufgelöst, die durch Ausbildung aufgelöst werden  
müssen, ausbildend aufgelöst, so nennt man ihn, ihr Mönche, einen Mönch, der durch Auflösung aller Wol-  
lensflüsse/Einflüsse ganz in Sicherheit ist. Abge-  
schnitten hat er den Lebensdurst, die Verstricktheit  
gelöst, durch Ausrodung des Ich-bin-Vermeinens dem  
Leiden ein Ende gemacht.*

Solange ein Ich vermeint oder empfunden wird, so lange gibt es Wollensflüsse; so lange wird auch Welt angenommen, Einflüsse, von denen das „Ich“, die Wollensflüsse, getroffen werden; so lange gibt es Leiden und Schmerzen. Wenn dieser Wahn aufgehoben wird, dann lösen sich dadurch bedingt alle Spannungen und Spaltungen auf. Dann ist Freiheit, unverletz-  
bare Unverletztheit.

ERBEN DER LEHRE  
3. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Ermahnung des Erwachten an seine Mönche: Seid Erben der Lehre, nicht Erben des Materiellen: nicht vom Erwachten angebotene übrig gebliebene Almosenspeise annehmen. Das stärkt die Genügsamkeit, Bescheidenheit, die Leichtigkeit des Körpers. (S. M 66 Anfang)

Sāriputto erklärt: Mönche sollen nicht anspruchsvoll, aufdringlich sein, nicht Einsamkeit fliehen.

Der achthgliedrige Weg führt zur Aufhebung von Gier und Hass, von den Herzensbefleckungen.

FURCHT UND SCHRECKEN  
4. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Der Brahmane Janussoni: Folgen die Männer aus guten Familien hier dem Beispiel des Erwachten? – Der Erwachte: Ja. – Schwer lebt es sich aber im tiefen Wald, schwer ist die Abgeschiedenheit, schwer ist es, sich an der Einsamkeit zu erfreuen. Man möchte meinen, der Dschungel müsste den Geist zerstören, wenn der Mönch keine Herzenseinigung gewinnt. – So ist es. Auch mir ist es vor meiner Erwachung so ergangen. Da sagte ich mir: Alle die lieben Asketen oder Brahmanen, die in Taten – Worten – Gedanken ungeläutert im Dschungeldickicht verweilen, erfahren dadurch Furcht und Schrecken. Ich aber bin rein in Taten, Worten, Gedanken. Als ich das sah, nahm mein Vertrauen zum Waldleben zu.

Ich sagte mir: Alle die lieben Asketen oder Brahmanen, die in ihrer Lebensführung ungeläutert – die habgierig, voll heftiger Wünsche – voll Antipathie bis Hass – beharrend im Gewohnen – in Unruhe und Daseinsbangnis sind (fünf Hemmungen – s. „Meisterung der Existenz“ S.500ff.) – die erfahren Furcht und Schrecken. Ich aber bin frei davon. Als ich das sah, nahm mein Vertrauen zum Waldleben zu.

Alle die lieben Asketen und Brahmanen, die sich selbst loben und andere geringschätzen – die zitternd und zagend im Wald leben – die nach Gewinn, Ehre und Ruhm trachten – die erfahren dadurch Furcht und Schrecken. Ich aber bin frei davon. Als ich das sah, nahm mein Vertrauen zum Waldleben zu.

Alle die lieben Asketen und Brahmanen, die keine Kampfkraft – keine Wahrheitsgegenwart – keine Herzenseinigung – keine Weisheit (vier von fünf Heilskräften – s. „Begriffe der Buddha-Reden“ S.315ff.) besitzen, erfahren dadurch Furcht und Schrecken. Ich aber besitze diese Heilskräfte. Als ich das sah, nahm mein Vertrauen zum Waldleben zu.

Ich wartete auf die Angst in verrufenen Nächten und an verrufenen Orten, sie kam und ich überwand sie in der Körperhaltung, in der sie mich überkam. Standhaft hielt ich aus, die

Wahrheit gegenwärtig, ohne Blendung, die Sinnesdränge im Körper gestillt, im Herzen geeint. Ich erreichte die vier weltlosen Entrückungen, die drei Weisheitsdurchbrüche.

Du denkst vielleicht: Auch heute ist der Asket Gotamo noch nicht ganz frei von Gier, Hass, Blendung, darum verweilt er im Dschungel. Doch so ist es nicht. Aus zwei Gründen suche ich die Waldabgeschiedenheit: Wegen des körperlichen Wohlbefindens und aus Erbarmen mit jenen, die meinem Beispiel folgen.

Der Brahmane Janussoni wurde Anhänger des Erwachten. –

Diese Lehrrede ist auszugsweise zitiert bei der Besprechung von M 113 und M 47.



UNBEFLECKT  
5. Rede der „Mittleren Sammlung“

Einleitung

K. E. Neumann übersetzt den Titel dieser Lehrrede, das Pāliwort „*anangana*“ mit „Unschuld“. In M 15 gibt er dagegen das Wort *angana* mit „Schmutz“ wieder. Dort geht es darum, dass der Mensch sich ebenso sehr um Befreiung von üblen Herzensbefleckungen mühen solle wie ein Mensch, der auf Sauberkeit und Schönheit seines Äußeren bedacht ist, sich im klaren Spiegel betrachtet und, sobald er Schmutz (*raja*) und Flecken (*angana*) im Gesicht sieht, diese sofort abzuwischen bestrebt ist.

In unserer Rede geht es ebenfalls um die Befreiung von Befleckungen, Besudelungen, Beschmutzungen des Herzens.

Die Begriffe „Schuld“ und „Unschuld“, die Neumann hier benutzte, gibt es in der gesamten vom Erwachten vermittelten Daseinssicht nicht. Der Erwachte lehrt immer wieder - und wer in diesem Sinne sein Leben beobachtet, findet es bestätigt, dass lediglich der Grad des Wissens oder Unwissens über die Daseinszusammenhänge, die richtige oder falsche Anschauung über die Wege zum Wohl und Heil den Willen des Menschen bestimmt. Letztlich lenken nur die dem Geist des Menschen innewohnenden Ansichten und Einsichten einerseits und die im Herzen drängenden Triebe und Neigungen andererseits, von Fall zu Fall das Tun und Lassen, das Sinnen und Beginnen des Menschen im Denken, Reden und Handeln. Und da die Triebe des Herzens nur aus den im Geist gehegten Ansichten und Einsichten allmählich entstehen, so gilt letztlich das Wort von Dh 1 und 2: „*Vom Geist gehen alle Dinge aus, sind geistgebildet, aus Geist gemacht.*“

Weil der Buddha diese Abhängigkeit des menschlichen Tuns und Lassens allein von der richtigen oder falschen Anschauung durchschaut hat, darum ist er erschienen, nicht um Moral zu predigen, nicht um von Schuld und Sühne zu spre-

chen, nicht um Forderungen aufzustellen, wie man handeln dürfe und nicht handeln dürfe, sondern er belehrt die Menschen über die Herkunft der Leiden und der Leidlosigkeit, so dass sie dann selbst die Wege gehen, die aus dem Leiden in die Leidlosigkeit führen. So wie die falsche Anschauung zwangsläufig den Menschen zu falschen Vorgehensweisen bis zu äußersten Verbrechen führt, ganz ebenso führt die rechte Anschauung den Menschen allmählich zu solchen Verhaltensweisen im Denken, Reden und Handeln, die immer mehr aus allen Leiden herausführen bis zu vollständiger Überwindung.

### Vier Arten von Menschen

*So hab ich's vernommen: Einstmals weilte der Erhabene bei Sāvathī im Siegerwald, im Klostergarten Anāthapindikos. Dort wandte sich der ehrwürdige Sāriputto an die Mönche:*

*Brüder Mönche! - Bruder! -, antworteten da jene Mönche dem ehrwürdigen Sāriputto aufmerksam. Der ehrwürdige Sāriputto sprach:*

*Vier Arten von Menschen, Brüder, findet man hier in der Welt. Welche sind das?*

*Da ist, Brüder, einer befleckt und erkennt nicht der Wirklichkeit gemäß „In mir ist Befleckung“; und da ist einer, Brüder, befleckt und erkennt der Wirklichkeit gemäß „In mir ist Befleckung“; da ist einer, Brüder, unbefleckt und erkennt nicht der Wirklichkeit gemäß „Ich bin unbefleckt“; da ist einer, Brüder, unbefleckt und erkennt der Wirklichkeit gemäß „Ich bin unbefleckt“.*

*Einen Menschen, Brüder, der befleckt ist, aber nicht der Wirklichkeit gemäß erkennt „In mir ist Befleckung“, den bezeichnet man als den geringeren von den beiden, die gleich befleckt sind. Einen Menschen dagegen, Brüder, der befleckt ist und auch der Wirklichkeit*

*gemäß erkennt „In mir ist Befleckung“, den bezeichnet man als den besseren von den beiden, die gleich befleckt sind.*

*Einen Menschen, Brüder, der unbefleckt ist, aber nicht der Wirklichkeit gemäß erkennt „Ich bin unbefleckt“, den bezeichnet man als den geringeren von den beiden, die gleich unbefleckt sind. Einen Menschen dagegen, Brüder, der unbefleckt ist und auch der Wirklichkeit gemäß erkennt „Ich bin unbefleckt“, den bezeichnet man als den besseren von den beiden, die gleich unbefleckt sind.*

Vier Arten von Menschen werden hier genannt: zwei „befleckte“ und zwei „unbefleckte“.

Die Reden des Buddha sind erfüllt von Angaben über die Befleckungen des Herzens und über die Art, wie man sich davon reinigt.

Wer das Gelesene mit seinem Leben vergleicht, mit den aufsteigenden Gedanken und Empfindungen, der weiß, dass das Herz des normalen Menschen vielfältig befleckt ist und dass es gerade diese Befleckungen sind, die unser Leben vielfältig trüben.

Eine der Hauptbefleckungen ist *vyāpāda*, Antipathie bis Hass. Weitere Befleckungen, wie Stolz und Empfindlichkeit, Neid und Geiz, sind nur einige der Namen für die vielerlei inneren Emotionen, die sich je nach der Situation an die Oberfläche ins Bewusstsein drängen und Ärger, Zorn und Feindseligkeit oder Heimlichkeit und Starrsinn aufkommen lassen mit entsprechenden Worten und Taten, die hier schon das Leben verdunkeln. Und da sie mit dem sogenannten Tod, mit der Vernichtung des Körpers nicht sterben, verderben sie ebenso das Leben im Jenseits: *Bei beflecktem Herzen ist ein schmerzlicher Lebenslauf, eine üble Laufbahn zu erwarten*, sagt der Erwachte (M 7).

Weil es sich so verhält, weil die Befleckungen und Reinhei-

ten des Herzens die Qualität des Lebens hüben und drüben zwischen Missmut und heller Heiterkeit, zwischen verbittertem Zank und Streit und freundschaftlichem, harmonischem Miteinander bestimmen, darum ist es von größter Wichtigkeit, dass der Mensch seinen inneren Haushalt kennt - wie sich jetzt aus der Antwort Sāriputtos zeigen wird:

*Auf diese Worte wandte sich der ehrwürdige Mahā-moggallāno an den ehrwürdigen Sāriputto und sprach:*

*Was ist nun der Grund, Bruder Sāriputto, was ist die Ursache, dass man den einen der beiden gleich Befleckten als den geringeren und den anderen als den besseren bezeichnet? Und was ist der Grund, Bruder Sāriputto, was ist die Ursache, dass man den einen der beiden gleich Unbefleckten als den geringeren und den anderen als den besseren bezeichnet? –*

*Wenn da, Bruder, einer befleckt ist, aber nicht der Wirklichkeit gemäß erkennt „In mir ist Befleckung“, so ist von ihm zu erwarten, dass er nicht willens wird, seine Befleckung zu überwinden, dass er nicht kämpfen, nicht sich anstrengen wird und dass er darum mit Gier, Hass, Blendung, voller Befleckung, beschmutzten Herzens sterben wird.*

Sāriputto macht also darauf aufmerksam, dass auch zwischen den beiden gleich Befleckten und den beiden gleich Unbefleckten ein wichtiger Unterschied besteht: Der eine weiß um diese Beschaffenheit seines Herzens, der andere aber nicht, und er zeigt, welche Folge das Wissen und das Nichtwissen um diesen Zustand hat.

So wie wir oft an anderen offensichtliche Herzensbefleckungen bemerken, die die Betreffenden selber oft nicht sehen, weil sie ganz selbstverständlich aus ihrer Art heraus leben, so hat jeder Mensch üble Eigenschaften, die er selbst nicht oder nur schwach bemerkt. Da ist es gut, sich die Herzensbefle-

ckungen, die der Erwachte insbesondere in M 7 nennt, vor Augen zu führen und sich zu prüfen: „Habe ich sie nicht auch?“ und auch Kritiken anderer als Spiegel zu benützen, um sich zu betrachten.

So sagt *Alexander Eltschaninow*:

*Es gibt ein Hilfsmittel, das uns zur Erkenntnis unserer Mängel führt: sich dessen erinnern, was uns andere Menschen gewöhnlich vorwerfen, besonders jene, die Seite an Seite mit uns leben, unsere Angehörigen; fast immer haben ihre Beschuldigungen, Vorwürfe, Angriffe einen Grund.*

Sehr oft kennen wir zwar die eigenen Fehler, machen aber trotzdem nicht den Willen auf, sie zu bekämpfen. Dann haben wir sie noch nicht tief genug erkannt als unseren eigenen Schaden und erfinden Ausreden, etwa: „Der ist auch nicht besser; unter diesen Umständen kann man auch nicht besser sein; da hat der andere mich aber auch zu sehr herausgefordert“. Durch diese Entschuldigungen lenken wir uns ab von der Erkenntnis der eigenen Befleckungen und damit von der Besserung.

Aber „die Welt“ besteht nicht unabhängig von uns, sondern nur durch uns. Die inneren Befleckungen täuschen eine so und so beschaffene Welt vor. Wenn wir zornig, feindselig sind, dann betrachten wir mit dieser inneren Bereitschaft zu Zorn die Umgebung. Wie sieht die Welt dagegen für einen sanftmütigen, friedvollen Menschen aus, wie anders für einen neidischen, missgünstigen - gönnenden, wohlwollenden; heimlichen - offenen; starrsinnigen, anerkennungshungrigen - nachgiebigen, ichlosen!

„Maler Herz“ malt die Wahrnehmungen, und unsere inneren Reaktionen in der Art der Herzensbefleckungen sind ein zusätzliches Entwerfen, wodurch wir die Welt als dunkel und gefährlich empfinden. Das ist die Blendung - das Wahrgenommene durch die Brille der eigenen Gefühle zu betrachten. Wer ungehemmt mit seinen Tendenzen rollt - in Gier und Hass

-, der stirbt entsprechend und wird im nächsten Leben die Ernte erfahren: Als stark Begehrender wird er nicht bekommen, was er wünscht, als stark andere Verletzender wird auch er verletzt, wie er es auch schon im Erdenleben erfahren hatte.

Indem wir aber erkennen, dass alles, was außen erscheint, nur Projektion unseres inneren Seins ist, dass Welt nur durch uns besteht, dann erkennen wir die Schädlichkeit, die unmittelbare Gefahr der Herzensbefleckungen, dann haben wir den Willen, sie zu überwinden.

Sāriputto gibt nun ein Gleichnis für die mangelnde Selbsterkenntnis der eigenen Befleckung:

*Wenn da, Brüder, einer befleckt ist und nicht der Wirklichkeit gemäß erkennt „In mir ist Befleckung“, so ist von ihm zu erwarten, dass er nicht willens wird, seine Befleckungen zu überwinden, dass er nicht kämpfen, nicht sich anstrengen wird, und dass er darum mit Gier, Hass, Blendung, voller Befleckung, beschmutzten Herzens sterben wird.*

*Gleichwie etwa, Brüder, wenn da eine Messingschüssel wäre, am Markt oder beim Kupferschmied erstanden, voller Schmutz und Flecken, und die Eigner würden sie weder benutzen noch säubern, sondern in einen Winkel werfen: da würde wohl, Brüder, diese Messingschüssel nach einiger Zeit noch schmutziger und noch fleckiger geworden sein.*

Es gibt Menschen, die durch ihre mehr oder weniger religiöse Erziehung gehört und auch anerkannt haben, dass gewisse charakterliche Eigenschaften übel sind, Befleckungen sind, die aber nicht merken, dass sie selber diese Eigenschaften haben. An anderen merken sie diese Befleckungen eher, denken dann an die schädlichen Folgen für andere und schätzen die anderen deswegen mehr oder weniger negativ ein.

Es gibt aber auch Menschen - und heute, da fast alle mora-

lischen Maßstäbe in Frage gestellt sind, nehmen diese Menschen an Zahl immer mehr zu - die fast keinerlei Unterscheidung mehr treffen zwischen schlechten und guten Charaktereigenschaften, zwischen Befleckungen und Nichtbefleckungen des Herzens, die alle solche Urteile für Anmaßung und Unterdrückungsmethoden halten und die unter der Parole „dem Hier und Jetzt zu leben“ ihren Trieben hemmungslos folgen.

Vor allem der christlich erzogene Mensch ist geneigt, die religiösen Aufforderungen nach innerer Läuterung als ein Gebot von oben, eben als den Befehl Gottes, anzusehen, und muss darum in dem Maß, wie ihm das Vorhandensein eines Schöpfergottes und Richtergottes fragwürdig wird, auch dieses Gebot als ungültig ansehen. Wer dagegen jenen Aussagen in den verschiedenen Religionen gründlicher nachgeht, der wird erkennen, dass selbst in den Schöpfergottreligionen immer wieder zum Ausdruck kommt, dass der Mensch durch seine üblen Eigenschaften sich selbst das Leiden schafft und durch seine guten Eigenschaften sich selbst von Leiden befreit, dass darum die Reinigung des Herzens empfohlen wird im Interesse des Menschen selbst. Ganz eindeutig ist diese Tendenz in der Lehre des Erwachten vorhanden, denn *karma* bedeutet ja nichts anderes, als dass der Mensch durch sein gesamtes Tun und Lassen im Denken, Reden und Handeln auch seine gesamte Wahrnehmung schafft, alle erfreuliche und alle schmerzliche.

Beide Arten von Menschen – diejenigen, die ihre inneren Befleckungen nicht merken, und diejenigen, die bemüht sind, nach dem Brüchigwerden ihres einstigen Glaubens an einen Schöpfer- und Richtergott auch dessen Gebote abzuschütteln – , sehen natürlich keinen Grund, ihr Wesen zu verändern.

Und weil sie keinen Grund zur Läuterung von den Befleckungen sehen und bei der Jagd nach äußerem Wohl und den vielerlei Enttäuschungen auch gar nicht Müße finden, ihre Gefühle zu überprüfen, so lassen sie, wenn sie nicht erlangen, was sie verlangen oder erwarten, ihren jeweiligen negativen Empfindungen ihren Lauf, merken nicht aufkommenden Ärger

und Zorn, Feindseligkeit, überhebliche Gedanken usw., lassen sie sich ausbreiten und ihr Gemüt verdunkeln. Wenn so das Herz nicht beobachtet und gesäubert wird, nehmen die Befleckungen zu, ohne dass die Menschen dessen gewahr werden, so wie die Schüssel immer schmutziger wird, wenn ihr Schmutz nicht bemerkt und abgewaschen wird.

*Wenn da, Brüder, einer befleckt ist und der Wirklichkeit gemäß erkennt „In mir ist Befleckung“, so ist von ihm zu erwarten, dass er willens wird, seine Befleckung zu überwinden, dass er kämpfen, sich anstrengen wird, und dass er darum ohne Gier, Hass, Blendung, unbefleckt, reinen Herzens sterben wird.*

*Gleichwie etwa, Brüder, wenn da eine Messingschüssel wäre, am Markt oder beim Kupferschmied erstanden, voller Schmutz und Flecken, und die Eigner würden sie benutzen und säubern: da würde wohl, Brüder, diese Messingschüssel nach einiger Zeit blank und rein geworden sein.*

Den hier von Sāriputto herausgestellten Zusammenhang zwischen Selbsterkenntnis und Reinigungsstreben kennen wohl die meisten Menschen, die auf sich selbst achten. Irgendwann in jungen Jahren wird man auf Mängel aufmerksam, die man immer schon an sich hatte, aber nicht wusste. Durch die Umgebung oder durch besonders starke Herausforderungen werden diese Mängel einem bewusst. Man ist erschrocken, schämt sich. Und nun kommt es darauf an, ob man dieses Bewusstsein möglichst bald wieder überdeckt und auszulöschen versucht oder ob diese Selbsterkenntnis zum Anlass wird, sich von dieser als peinlich empfundenen oder als verdunkelnd angesehenen Eigenschaft zu befreien. - So sagt der indische Mystiker Satya Sai Baba:

*Ihr müsst euren eigenen Charakter analysieren und die Feh-*



*ler finden, die ihn verpesten. Versucht nicht, den Charakter anderer zu beurteilen und ihre Fehler zu entdecken. Selbstkritik ist sehr wichtig, denn sie bringt die Unzulänglichkeiten zutage, die euren geistigen Werdegang ruinieren können. Man kauft Kleidung in gedeckten Farben, damit der Schmutz nicht so zu sehen ist; Weiß ist unpraktisch, denn jeder Fleck fällt ins Auge. Versucht nicht, euren eigenen Schmutz in der Dunkelheit zu verbergen. Schämt euch eurer negativen Veranlagungen und strengt euch an, sie so schnell wie möglich zu bereinigen.*

In Indien zur Zeit des Erwachten (und weitgehend heute noch) war durchgängig das Bewusstsein vorhanden, dass die verschiedenartigen inneren Befleckungen in erster Linie das eigene Leben hier und drüben verdunkeln, trüben und elend machen. Man hielt also mit Recht die eigenen Befleckungen zugleich für eine Schädigung des eigenen Lebens.

Im Westen dagegen ist dieser unaufbrechbare Zusammenhang zwischen den Verdunkelungen des Herzens und den Erlebnissen weitgehend unbekannt. Ja, man glaubt sogar, mit manchen Heimlichkeiten und Betrügereien „besser durch die Welt zu kommen“ als mit „naiver Ehrlichkeit“. Man meint, die üblen Seiten, die die anderen nicht sehen, blieben eben darum unbemerkt, und ist ahnungslos darüber, dass unsere inneren Qualitäten - die guten wie die schlechten - die einzigen Gestalter unserer Lebensqualitäten zwischen Glück und Schmerz, zwischen Helligkeit und Dunkelheit sind.

Früher war die Einsicht des Menschen, dass er befleckt sei, zugleich die Einsicht, dass er mit selbstschädigenden Eigenschaften behaftet sei. Und da kam zwangsläufig der Wille auf, sich davon zu befreien. Darum kann auch heute die Einsicht eines Menschen, dass er mit üblen Eigenschaften behaftet ist, nur dann zu dem Willen zur Befreiung führen, wenn er entweder sich dieser Eigenschaften schämt, sie als seiner selbst unwürdig ansieht, oder aber wenn er sieht, inwiefern diese Eigenschaften es sind, die die vielen Betrübnisse seines Lebens

verursachen, ihn also selbst schädigen.

Nun wendet Sāriputto das Gleichnis von der Schüssel auf die beiden unbefleckten Menschen an:

*Wenn da, Brüder, einer unbefleckt ist und nicht der Wirklichkeit gemäß erkennt „In mir ist keine Befleckung“, so ist von ihm zu erwarten, dass er sich von den schönen Erscheinungen blenden lassen wird und dass er, von den schönen Erscheinungen geblendet, sein Herz von Gier verderben lassen wird und dass er darum mit Gier, Hass, Blendung, voller Befleckung, beschmutzten Herzens sterben wird.*

*Gleichwie etwa, Brüder, wenn da eine Messingschüssel wäre, am Markt oder beim Kupferschmied erstanden, blank und rein, aber die Eigner würden sie weder benutzen noch säubern, sondern in einen Winkel werfen: da würde wohl, Brüder, diese Messingschüssel nach einiger Zeit schmutzig und fleckig geworden sein.*

Wir sehen hier einen Ratschlag des Erwachten, der der Auffassung im christlichen Abendland sehr widerspricht. Der Christ ist erzogen worden in dem Grundgedanken, dass er in der Schuld Gottes steht nach dem Wort von Paulus: „*Es ist hier kein Unterschied; sie sind allzumal Sünder und mangeln des Ruhmes, den sie bei Gott haben sollten.*“ (Röm. 3,23)

Der Christ ist also erzogen, auf seine Sünden zu blicken und sich immer in der Schuld Gottes zu wissen. Der Gedanke, rein zu sein ohne innere Befleckung, kommt dem Christen wie Hochmut vor, und er hält ihn für Sünde.

Der Erwachte dagegen sagt über alle vier Fälle - über den Befleckten, der um seine Befleckung nicht weiß, wie über den, der darum weiß, und über den Unbefleckten, der um seine innere Reinheit nicht weiß, wie auch über den, der darum weiß - dass das Wissen um den wirklichen inneren Zustand und seine rechte Einschätzung die beste Voraussetzung dafür ist,

dass man den schlechten inneren Zustand zu reinigen strebt und den guten, reinen auch rein zu halten sich bemüht.

Wer aber um seine inneren Befleckungen und die daraus hervorgehenden Lebensnöte nicht weiß, der kann nicht auf den Gedanken kommen, sie aufzuheben. Und ebenso kann „der reine Tor“, der Mensch, der innerlich rein und hell und sauber ist, aber gar nichts davon weiß, diese Reinheit nicht aufmerksam bewahren.

Sāriputto sagt hier, dass den Letzteren die schönen Erscheinungen blenden. Diese Aussage verstand der damalige Zuhörer so: Der reine Mensch gelangt nach dem Verlassen des Körpers in reine himmlische Welt, und dort wird er, wenn er um seine innere Reinheit nicht weiß und um die Möglichkeit der endgültigen Befreiung nicht weiß, in seligem Erleben von Wahrnehmungen von solcher Schönheit, die mit der irdischen überhaupt nicht vergleichbar sind, dem Genuss hingegeben, die Zuwendung zu angenehmen Sinnendingen mehrten - wer genießt, der vergisst - und damit die Bereitschaft zur Ablehnung der unangenehmen, der Ursache aller Herzensbefleckungen.

*Wenn da, Brüder, einer unbefleckt ist und der Wirklichkeit gemäß erkennt „In mir ist keine Befleckung“, so ist von ihm zu erwarten, dass er sich von den schönen Erscheinungen nicht blenden lassen wird, dass er ungeblendet sein Herz nicht von Gier verderben lassen wird, dass er darum nicht mit Gier, Hass, Blendung, voller Befleckung, beschmutzten Herzens sterben wird.*

*Gleichwie etwa, Brüder, wenn da eine Messingschüssel wäre, am Markt oder beim Kupferschmied erstanden, blank und rein, und die Eigner würden sie benutzen und säubern und nicht in den Winkel werfen: da würde wohl, Brüder, diese Messingschüssel später noch blanker und reiner geworden sein. –*

So wie die Kompassnadel immer nur nach Norden weisen muss, so wie Wasser nie bergauf, sondern immer bergab fließen muss, so ist der Wille des Menschen letztlich immer nur auf das gerichtet, was er in seinem Geist für Wohl und Glück und Heil hält. Weil das das Gesetz des menschlichen Willens und Strebens ist, darum hängt sein Wohl und Heil davon ab, dass er über alles Vermeinen und Vermuten hinaus die wahren und wirklichen Wege zu Wohl und Wehe, zu Elend und Heil auch kennt und von der Richtigkeit seiner Kenntnis überzeugt ist. - Wer da sicher weiß, dass innere Reinheit die Vorbedingung ist für die Befreiung von allen Leiden, der bewahrt sich diese innere Reinheit, achtet hauptsächlich auf sie und achtet erst in zweiter Linie auf das äußere Erleben. Er freut sich über seine innere reine Helligkeit, und all seine Aufmerksamkeit ist darauf gerichtet, diesen kostbaren Zustand eines inneren Glücks, der ganz unabhängig macht von den äußeren Ereignissen, zu halten, zu bewahren. So wie einer, der eine randvolle Milchschüssel in die Stube trägt, nur auf das sichere Hindurchbringen achtet und nicht auf die Vorgänge in der Stube, so achtet ein solcher Reiner auf seine innere Reinheit in dem Wissen: Solange ich noch Tendenzen habe, besteht die Gefahr, dass mich die Erscheinungen blenden und dass ich abgleite. Sobald ein solcher nur eine leise Befleckung merkt, achtet er darauf, dass sie verschwindet, so wie eine saubere Kupferschüssel durch ständiges Sauberhalten noch blanker wird.

Was sind Befleckungen?

*„Befleckung, Befleckung“, so heißt es, Bruder Sāriputto. Was versteht man aber unter Befleckung? –*

*Den üblen heillosen Wünschen nachgehen, ihnen folgen (avacara), Bruder Moggallāno, das versteht man unter Befleckung. Es ist möglich, Brüder, dass da einem Mönch der Wunsch aufkommt: „Wenn ich mich vergangen habe, so brauchen die anderen nicht zu wis-*

*sen, dass ich mich vergangen habe.“ Wenn aber dann, Brüder, die anderen doch erfahren, dass er sich vergangen hat, dann wird er verärgert und verdrossen in dem Gedanken: „Nun wissen sie, dass ich mich vergangen habe.“ Diese Verärgerung und diese Verdrossenheit, Brüder, beides ist Befleckung. –*

Wenn hier die Rede davon ist, dass sich ein Mönch vergangen hat, dann gilt das von der Übertretung einer der vielen vom Erwachten im Lauf der Ordenszeit bei regelungsbedürftigen Anlässen gegebenen Regeln für das Verhalten der Mönche. Mit dem Eintreten von immer mehr Mönchen aus allen möglichen Volkskreisen trat auch immer mehr unordentliches bis unanständiges äußerliches Verhalten auf, das nicht schon gleich unmoralisch sein musste, aber dem Ansehen des Ordens schadete. Die Mönche lernten diese Regeln auswendig und hatten damit ein Richtmaß für ihr Verhalten.

Wenn es hier heißt, dass ein Mönch, der sich vergangen hat, den Wunsch hat: „Das möchten die anderen nicht sehen“, dann bedeutet das ja, dass er sich selbst korrigieren, aber nicht blamiert dastehen möchte. Wenn dann aber entgegen seinem Wunsch andere Mönche doch von seinem Vergehen erfahren haben und er darüber dann verärgert und verdrossen wird, so zeigt dies, dass dieser Mönch aus Geltungsdrang sein gutes Ansehen vor den Mönchen höher bewertet als seine wirkliche innere Reinigung. Ein ernsthafter Mönch, der beständig an den Zweck seines Mönchslebens denkt, wird sich sagen, wenn andere von seinem Vergehen erfahren haben: „Hätte ich mich nicht vergangen, so hätte keiner etwas zu beanstanden. Die Ursache liegt bei mir.“ Er wird die Gelegenheit wahrnehmen, in Zukunft an sich halten. Hier aber heißt es, dass dieser Mönch über die Tatsache des Bekanntwerdens verärgert und verdrossen wird und dass dies eine Befleckung sei.

Wer sein eigenes Tun und Lassen und seine inneren Empfindungen dabei beobachtet, der kennt solche Situationen, die

auch im Alltagsleben vorkommen. Hier oder da entschlüpft einem z.B. eine Übertreibung oder eine halbe oder ganze Lüge oder der Ausdruck einer Schadenfreude oder ein sonstiges Zeichen menschlicher Schwäche; schon indem sie einem entschlüpft ist, schämt man sich, wünscht, dass es niemand merke. Wenn man dann erfahren muss, dass der Fehltritt von einem Zeugen besonders hervorgehoben und angeprangert wird, dann kommt es darauf an, ob man nun darauf ärgerlich reagiert oder ob man den Fehler offen zugibt. Diese beiden unterschiedlichen Haltungen: die Einsicht und das Zugeben auf der einen Seite oder die ärgerliche verdrossene Abwehr auf der anderen Seite - darin liegt die Weichenstellung für unseren Lebensweg: mehr zum Guten oder mehr zum Schlechten, mehr in das Hellere zur Offenheit, Entspannung und Befriedung oder mehr in das Dunkle, in Heimlichkeit, Zank und Streit.

Und nun werden noch weitere üble Wünsche als Befleckungen aufgezählt, die einem Mönch, aber ebenso auch uns - kommen können. Bei diesen Gedanken wird ein Unterschied gemacht, ob sie nur kurz aufkommen und von dem Betreffenden sofort abgetan werden oder ob er an diesen Gedanken festhält, ihnen nachgeht, diese Wünsche zum Maßstab macht und verdrossen und ärgerlich wird, wenn sie nicht erfüllt werden. Diese beiden unterschiedlichen Haltungen erinnern an die Nichtpflege oder Pflege der befleckten Messingschüssel. Wer diese befleckenden Gedanken duldet, bei dem nehmen die Herzensbefleckungen zu. Wer sie aber bei der Entdeckung gleich bekämpft, der säubert sich von diesen Flecken.

*Es ist möglich, Brüder, dass da einem Mönch der Wunsch aufkommt: „Wenn ich mich vergangen habe, so sollen mir's die Brüder im Geheimen verweisen, nicht vor den anderen Mönchen.“*

*Möglich, Brüder, dass sie ihn öffentlich zurechtweisen, nicht im Geheimen. Da wird er verärgert und*

*verdrossen in dem Gedanken: „Öffentlich weisen sie mich zurecht, nicht vertraulich.“*

*Diese Verärgerung, Brüder, und diese Verdrossenheit: beides ist Befleckung.*

*Es ist möglich, Brüder, dass da einem Mönch der Wunsch aufkommt: „Wenn ich mich vergangen habe, so mag mich ein Freund zurechtweisen, kein anderer Mönch.“*

*Es ist möglich, Brüder, dass ihn ein anderer Mönch zurechtweist, kein Freund. Da wird er verärgert und verdrossen: „Ein anderer Mönch weist mich zurecht, der mir fern steht.“*

*Diese Verärgerung, Brüder, und diese Verdrossenheit: beides ist Befleckung.*

*Es ist möglich, Brüder, dass da einem Mönch der Wunsch aufkommt: „Ach, möchte doch der Meister in Wechselrede mit mir den Mönchen die Lehre darlegen, nicht in Wechselrede mit einem anderen Mönch.“*

*Es ist möglich, Brüder, dass der Meister mit einem anderen Mönch in Wechselrede die Lehre darlegt, nicht mit diesem Mönch. Da wird er verärgert und verdrossen: „Mit einem anderen Mönch in Wechselrede legt der Meister den Mönchen die Lehre dar, nicht mit mir.“*

*Diese Verärgerung, Brüder, und diese Verdrossenheit, beides ist Befleckung.*

*Es ist möglich, Brüder, dass da einem Mönch der Wunsch aufkommt: „Die Mönche sollten beim Gang nach dem Dorf um Almosenspeise mich an die Spitze stellen, keinen anderen!“*

*Es ist möglich, Brüder, dass sie einen anderen Mönch vorangehen lassen, nicht diesen. Da wird er verärgert und verdrossen: „Einen anderen stellen sie voran, nicht mich!“*

*Diese Verärgerung, Brüder, und diese Verdrossenheit, beides ist Befleckung.*

*Es ist möglich, Brüder, dass da einem Mönch der Wunsch aufkommt: „Wenn doch bei der Mahlzeit der beste Sitz, das beste Wasser, der beste Bissen keinem anderen zufiele als mir!“*

*Es ist möglich, Brüder, dass der beste Sitz, das beste Wasser, der beste Bissen einem anderen Mönch zufällt und nicht diesem. Da wird er verärgert und verdrossen: „Ein anderer hat den besten Sitz, das beste Wasser, den besten Bissen erhalten, nicht ich!“*

*Diese Verärgerung, Brüder, und diese Verdrossenheit, beides ist Befleckung.*

*Es ist möglich, Brüder, dass da einem Mönch der Wunsch aufkommt: „Nur ich und kein anderer möge bei der Mahlzeit satt werden!“*

*Möglich, Brüder, dass ein anderer und nicht er bei der Mahlzeit satt wird. Da wird er verärgert und verdrossen: „Ein anderer wird satt und ich nicht!“*

*Diese Verärgerung, Brüder, und diese Verdrossenheit: beides ist Befleckung.*

*Es ist möglich, Brüder, dass da einem Mönch der Wunsch aufsteigt: „Wenn die Mönche, die Nonnen, Anhänger und Anhängerinnen den Garten besuchen, soll es nur meine Sache und nicht die eines anderen sein, ihnen die Lehre darzulegen!“*

*Es ist möglich, dass ein anderer Mönch den im Garten versammelten Mönchen, Nonnen, Anhängern und Anhängerinnen die Lehre vorträgt, nicht dieser Mönch. Da wird er verärgert und verdrossen: „Ein anderer trägt die Lehre vor, nicht ich!“*

*Diese Verärgerung, Brüder, und diese Verdrossenheit: beides ist Befleckung.*

*Es ist möglich, Brüder, dass da einem Mönch in*



*den Sinn kommt: „Mich, wahrlich, sollen die Mönche hochschätzen, lieben, achten und meinen Rat annehmen, nicht einen anderen!“*

*Möglich, Brüder, dass die Mönche einen anderen Mönch lieben, achten und als maßgeblich ansehen, nicht diesen Mönch. Da wird er verärgert und verdrossen: „Einen anderen schätzen die Mönche - Nonnen, Anhänger und Anhängerinnen - hoch, lieben ihn, achten ihn und nehmen ihn zum Vorbild, mich aber nicht!“*

*Diese Verärgerung, Brüder, diese Verdrossenheit: beides ist Befleckung.*

*Es ist möglich, Brüder, dass da einem Mönch der Wunsch aufkommt: „Man sollte doch mir ein auserlesenes Gewand - auserlesenes Essen, auserlesene Lagerstatt, auserlesene Arzneien für den Fall einer Krankheit zukommen lassen, nicht einem anderen.“*

*Möglich, Brüder, dass ein anderer Mönch ein auserlesenes Gewand, auserlesene Mahlzeit, auserlesene Lagerstatt, auserlesene Arzneien für den Fall einer Krankheit erhält, nicht dieser Mönch. Da wird er verärgert und verdrossen: „Einem anderen geben sie ein auserlesenes Gewand, eine auserlesene Mahlzeit, auserlesene Lagerstatt, auserlesene Arzneien für den Fall einer Krankheit, mir aber nicht!“*

*Diese Verärgerung, Brüder, und diese Verdrossenheit: beides ist Befleckung.*

*Diesen üblen heillosen Wünschen nachgehen, Bruder Moggallāno, das versteht man unter Befleckung.*

Ein Mönch mit diesen Wünschen hat den Zweck seines Mönchtums ganz vergessen. Er will nicht aus dem *Samsāra* entrinnen, sondern will ein angesehener Mönch sein; die Erfüllung seiner egoistischen Wünsche ist ihm wichtiger als das

innere Vorwärtskommen. Das ist die Haltung, die nach dem Verlöschen des Erwachten immer stärker einsetzte, die der Buddha voraussah, die später zur Verderbnis des Ordenslebens führte und daraufhin zur Aufspaltung in verschiedene Sekten.

Die zuletzt genannten Wünsche des Mönchs sind übler als die ersten insofern, als er ausdrücklich seine Bevorzugung und nicht die eines anderen wünscht. Dieser bewusste Wunsch, selbst der erste zu sein, ein starkes Anerkennungsbedürfnis, schließt ja zugleich den Wunsch ein, dass ein anderer nicht der erste sei, also zurückgesetzt werde. Es ist dies Rücksichtslosigkeit aus Anerkennungsbedürfnis, aus Egoismus. Da geht es darum, ob man dieses bald als Befleckung erkennt und darüber erschrocken und peinlich berührt, solche Gedanken und Wünsche nicht mehr duldet, oder ob man sie weiterhin duldet, oder ob man gar, wenn der Wunsch nicht erfüllt wird, noch zusätzlich verärgert und verdrossen wird.

Es geht also darum, ob die Flecken getilgt werden oder geduldet werden und zunehmen. Dieses Verhalten gegenüber seinen Befleckungen aufzuzeigen - darin liegt der Sinn dieser Rede. Die Mönche, die diesen Befleckungen zum Opfer fielen, kreisen wohl auch heute noch im *Samsāra*. Und alle Wesen werden so lange befleckt, so lange mit dunklen, schmerzlichen Erlebnissen im *Samsāra* kreisen, bis sie die Befleckungen bei sich erkennen und abtun. Nur in dem Maß, wie die Befleckungen allmählich abgetan werden, wird auch allmählich die Daseinsform leichter, heller, schöner.

In dieser Rede nennt Sāriputto also nicht aufzählend wie etwa in M 7 bestimmte, das Herz befleckende Charaktereigenschaften, wie Heimlichkeit, Geltungsdrang, verderbte Habsucht, sondern er nennt konkrete Situationen im Alltag des Mönchs, in denen dem Mönch heillose Wünsche aufsteigen, die Ausdruck sind jener Herzensbefleckungen. Ein Wesen von ganz reinem Herzen hat solche Wünsche gar nicht; aber der normale Mensch wird von seinem befleckten Herzen getrieben zu heillosen Wünschen. Da geht es nun darum, ob man in ähnlichen Situationen diese üblen Wünsche duldet, ihnen nach-

geht, wodurch bei Nichterfüllung Ärger und Verdrossenheit aufkommt und dadurch die Herzensbefleckungen, die Verdunkelungen des Herzens zunehmen - oder ob man spätestens durch die Nichterfüllung beschämt wird, dass man überhaupt einen solchen Gedanken haben konnte, und ihn nun tilgt und sich damit auch von der Herzensbefleckung reinigt.

In M 61 sagt der Erwachte, dass der strebende Mensch sich seiner ungoten Gedanken sofort bewusst werden und inneren Abscheu davor fassen solle, sich von ihnen reinigen solle, weil er weiß, dass sie in Leiden führen. Es geht nicht um große, heroische Handlungen, sondern um ununterbrochene Reinigungsarbeit: den leidvollen, schädlichen Charakter heilloser Gedanken bei sich selber zu sehen und zu tilgen.

#### Der Reine ist geachtet

*Ein Mönch, Brüder, bei dem immer wieder das Verfolgen solcher üblen, heillosen Wünsche erkennbar ist, der mag auch ein abgeschiedener Waldeinsiedler sein oder ein stummer Brockenbettler, bekleidet mit dem selbstgeflickten Fetzen gewand, so wird er von seinen Ordensbrüdern doch nicht hochgeschätzt, ist nicht beliebt, man kümmert sich nicht um ihn und richtet sich nicht nach ihm. Und warum nicht? Weil bei diesem Mönch immer wieder das Verfolgen solcher üblen, heillosen Wünsche erkennbar ist.*

*Gleichwie etwa, Brüder, wenn da einer eine Messingschüssel am Markt oder beim Kupferschmied erstanden hätte, blank und rein, und die Besitzer füllten einen halbverwesten Schlangenkadaver da hinein oder einen Hundekadaver oder ein Stück Menschenleiche, deckten eine andere Schüssel darüber und gingen damit auf den Markt. Diese von außen schöne Schüssel sähe einer und sagte: „Freund, was birgst du darin und entziehst es dem Auge?“ So sprechend, höbe er den*

*Deckel ab, legte den Inhalt bloß und sähe ihn, und bei dem Anblick stiege ihm Ekel, Abscheu, Widerwille auf und selbst Hungrigen verginge die Esslust, geschweige Gesättigten - ebenso auch, Brüder, wird da ein Mönch, bei dem immer wieder das Verfolgen solcher üblen, heillosen Wünsche erkennbar ist, selbst wenn er ein abgeschiedener Waldeinsiedler wäre oder ein stummer Brockenbettler, bekleidet mit dem selbstgeflickten Fetzensgewand, von seinen Ordensbrüdern doch nicht hochgeschätzt, ist nicht beliebt, man kümmert sich nicht um ihn und richtet sich nicht nach ihm. Und warum nicht? Weil bei diesem Mönch immer wieder das Verfolgen solcher üblen, heillosen Wünsche erkennbar ist.*

Hier hat also das Gleichnis von der Messingschüssel eine andere Bedeutung.

Da die Mönche des Buddha allgemein sehr angesehen waren - besonders zu Anfang des Ordens - weil sie nichts anderes im Auge hatten, als nach der durch den Erwachten vermittelten Erlösungslehre praktisch zu leben, so verbanden indische Bürger, wo immer ihnen ein Mönch im gelben Gewand begegnete, damit sogleich die Vorstellung von ernsthaftem, unbeirrtem und beharrlichem Reinheitsstreben. Insofern vergleicht Sāriputto die allgemeine Empfindung damaliger Bürger beim Anblick eines im gelben Gewand daher schreitenden Mönches mit dem Anblick einer sauberen, blanken Messingschüssel, der wohltuend ist und einen feinen Inhalt verspricht. Aber ebenso wie man beim Öffnen einer solchen Schüssel von dem ekelhaften Inhalt erschrocken und abgestoßen wird, so auch von einem Mönch, bei dem man durch näheren Umgang jenes Beharren bei üblen Wünschen und Ärger und Verdrossenheit bei ihrer Nichterfüllung kennenlernt.

Wenn hier die Rede ist von abgeschiedenem Waldeinsiedler, stummem Brockenbettler usw., so sind das noch besondere

zusätzliche Erschwernisse, die manche Mönche nach alter indischer Asketentradition wählen: entweder in der Sorge, nicht zu verweichlichen und unabgelenkt bei dem Heilsstreben zu bleiben - oder aber in dem Bestreben, als solche ernsthaften Mönche angesehen zu werden. So kann dieselbe äußerliche Verhaltensweise zwei sehr entgegengesetzte Beweggründe haben, die von außen nicht erkennbar sind. Es heißt hier nicht, dass man einen Mönch, der ungehemmt seinen üblen Wünschen nachgeht, deshalb verachten soll oder nicht lieben soll, sondern dass zu erwarten sei, dass ein solcher nicht besonders geachtet werde. In einer strebenden Gemeinschaft ergibt sich ganz von selber eine Rangordnung entsprechend der inneren Lauterkeit und der dadurch bedingten Fähigkeiten. So fragt der Buddha z.B. in M 24:

*Wer, ihr Mönche, wird unter den Mönchen so geachtet: Selbst bescheiden, über die Bescheidenheit fähig zu sprechen; selbst zufrieden ... selbst abgeschieden ... selbst nicht in Geselligkeit verstrickt ... selbst kampfeskräftig ... selbst tugendhaft ... selbst geeint ... selbst weisheitsvoll ... selbst erlöst - darüber sprechend ?*

Wir können uns vorstellen, dass ein solcher Mönch, dem man seine inneren Fortschritte schon sehr anmerkt, eine ganz andere Stellung in einer solchen Gemeinschaft hat als einer, der Ärger und Verdrossenheit an den Tag legt.

*Ein Mönch, Brüder, bei dem das Verfolgen solcher üblen, heillosen Wünsche nicht mehr erkennbar ist, der mag auch ein Landpilger, ein von Anhängern regelmäßig Gespeister sein, bekleidet mit einem geschenkten Gewand, der wird von seinen Ordensbrüdern doch hochgeschätzt, ist beliebt, man kümmert sich um ihn und richtet sich nach ihm. Und warum? Weil bei diesem Mönch das Verfolgen dieser heillosen Wünsche nicht mehr erkennbar ist.*

Hier werden die äußerlich bequemer erscheinenden Formen des Mönchslebens beschrieben: „Ein Landpilger“ ist einer, der nicht abgeschieden im Wald lebt, und ein „von den Anhängern regelmäßig Gespeister“ ist einer, den bestimmte Anhänger eingeladen haben, jeden Tag bei ihnen zu essen. „Fetzengewand“ suchen sich manche Mönche selber aus aufgesammelten Fetzen; andere aber tragen ein heiles neues Gewand, das ihnen die Anhänger geschenkt haben. Solche Lebensform kann nach außen leichter und bequemer erscheinen und entsprach zur Zeit des Erwachten auch weniger der hergebrachten harten Asketentradition. Aber Sāriputto sagt: Wie einer äußerlich auch leben mag, wenn er frei ist von dem Verfolgen der üblen, heillosen Wünsche, dann wird er eben wegen seiner hellen, reinen Eigenschaften allgemein beliebt und verehrt. Das zeigt Sāriputto nun auch an dem Gleichnis von dem Inhalt der Messingschüssel:

*Gleichwie etwa, Brüder, wenn da einer eine Messingschüssel am Markt oder beim Kupferschmied erstanden hätte, blank und rein, und die Besitzer füllten sie mit einem saftigen, würzigen Gericht aus gekochtem gesichtetem Reis, deckten eine andere Schüssel darüber und gingen damit auf den Markt. Diese Schüssel sähe einer und sagte: „Freund, was birgst du darin und entziehst es dem Auge?“ So sprechend, höbe er den Deckel ab, legte den Inhalt bloß und sähe ihn, und bei dem Anblick stiege ihm Behagen auf, kein Ekel, kein Abscheu. Und selbst bei Gesättigten regte sich Esslust, geschweige bei Hungrigen.*

Das Gleichnis besagt: Einen solcherart reinen Mönch schätzt man um so mehr, je mehr man sein inneres Wesen kennenlernt. Und ihm gelingt es auch, den Zweck seines Mönchslebens zu erfüllen und dem Leidenswandel ganz zu entrinnen.

Dem Heilsgänger ist Sāriputtos Darlegung  
Nahrung zum Weiterkommen

*Auf diese Worte wandte sich der ehrwürdige Mahā-moggallāno an den ehrwürdigen Sāriputto und sprach:*

*Ein Gleichnis, Bruder Sāriputto, leuchtet mir auf.- Es leuchte dir auf, Bruder Moggallāno. - Einst weilte ich, Bruder, auf der Bergeshalde bei Rājagaha. Und ich erhob mich frühmorgens, nahm Obergewand und Schale und ging zur Stadt um Almosenspeise.*

*Zu jener Zeit aber war Samāti, der Sohn eines Wagenbauers, damit beschäftigt, eine Radscheibe abzuhobeln, und Panduputto, ein nackter Büsser, der vorher Wagner gewesen, stand dabei. Da kam nun der ehemalige Wagner, der nackte Büsser Panduputto, auf folgende Gedanken: „O dass doch der Wagnersohn Samāti seinem Rad diese Rille und diesen Bug und diesen Knoten abhobeln möchte, dann würde das Rad, befreit von Rillen, Bug und Knoten, aus reinem Kernholz bestehen.“ Und während, Bruder, dem nackten Büsser Panduputta, dem früheren Wagner, Gedanke um Gedanke erschien, hobelte der Wagnersohn Samāti seinem Rad Rille um Rille, Bug um Bug, Knoten um Knoten ab. Da ließ der nackte Büsser Panduputta, der frühere Wagner, freudig bewegt den frohen Ruf ertönen: „Wie aus dem Herzen hobelt er mir!“ -*

*Ebenso nun auch, Bruder, gibt es da Menschen, die ohne Heilssehnsucht, nur wegen des Lebensunterhalts, ohne religiöses Vertrauen in den Orden als Mönch eingetreten sind: Heimliche, Heuchler, Betrüger, Aufgeregte, Wilde, Geschäftige, Schwätzer, Plauderer, keine Hüter der Sinne, ohne Maßhalten beim Essen, nicht an Wachsamkeit angejocht, ohne Sehnsucht nach dem Reinheitswandel, nicht der Übung hingegeben, an-*

*spruchsvoll, lasch, Gesellschaft suchend, Abgeschiedenheit als lästige Last empfindend, matt, von geringer Kraft, ohne der Wahrheit eingedenk zu sein, ungesammelte, zerstreute Geister, Törichte, Geblendete. Diesen hat der ehrwürdige Sāriputto mit seiner Lehrdarlegung wie aus dem Herzen heraus gehobelt.*

*Es gibt aber auch Menschen, die voll Heilssehnsucht, nicht wegen des Lebensunterhalts, von religiösem Vertrauen erfüllt, in den Orden als Mönche eingetreten sind: offene, ehrliche, gerade Menschen, beruhigte, gesammelte, stille, keine Schwätzer und Plauderer, Hüter der Sinne, um Maßhalten beim Essen bemüht, an Wachsamkeit angejocht, voll Sehnsucht nach dem Reinheitswandel, der Übung hingegeben, anspruchlos, voll Energie, Einsamkeit suchend, Gesellschaft als lästige Last empfindend, voll Kampfeskraft, stark, der Wahrheit eingedenk, klar bewusst, gesammelten, geeinten Herzens, Weise, Ungeblendete. Diesen war des ehrwürdigen Sāriputto Darlegung gleichsam Speise und Trank für Geist und Gemüt. Wahrhaft trefflich hast du die Ordensbrüder vor dem Heillosen gewarnt und im Heilstauglichen bestärkt.*

Dieses Urteil Mahāmoggallānos über die Menschen, denen Sāriputto mit seiner Lehrdarlegung *wie aus dem Herzen gehobelt* hat, hat schon viele Leser stutzig gemacht, denn den meisten Lesern geht es ebenso, wie es Mahāmoggallāno von Panduputto, dem früheren Wagner, sagte. Auch uns hat Sāriputto mit seinen Ausführungen über die inneren Befleckungen mit ihren Folgen und über die Freiheit von inneren Befleckungen und den Folgen davon geradezu wie aus dem Herzen gehobelt. Denn wenn man diese Zusammenhänge liest, leuchten sie einem auch ein, und man empfindet eine Befriedigung darüber, dass man nun weiß, von welcher Bedeutung es ist, um



seinen inneren Zustand - gleichviel ob befleckt oder nicht befleckt - zu wissen. Außerdem hat Sāriputto sehr konkrete Situationen aus dem Mönchsleben genannt, die von uns auch auf unser Leben übertragbar sind. Das löst bei dem Leser Befriedigung aus.

Was meint Mahāmogallāno damit, wenn er sagt, dass den Hörern diese Darlegung so sehr gefällt, dass sie begeistert sind - aber diese Begeisterung negativ bewertet?

Mahāmogallāno nennt zunächst Mönche mit einer großen Anzahl ungueter Eigenschaften und Verhaltensweisen und sagt, dass Sāriputto solchen Mönchen mit seiner Darlegung wie aus dem Herzen gehobelt habe. Anschließend nennt Mahāmogallāno Mönche mit guten, hilfreichen Eigenschaften und Verhaltensweisen und sagt, dass die Anleitung Sāriputtos für diese Mönche gleichsam Speise und Trank für Geist und Gemüt gewesen seien und dass Sāriputto diese vor den heillosen Eigenschaften und dem heillosen Verhalten gewarnt und in der hilfreichen, förderlichen Vorgehensweise bestärkt habe. An dieser Gegenüberstellung sehen wir, worum es Mahāmogallāno geht:

Es ist ein Unterschied, ob man nur von der Anschaulichkeit und Folgerichtigkeit der Ausführung Sāriputtos über den Unterschied zwischen dem Wissen und dem Nichtwissen über die eigenen Fehler oder die eigene Sauberkeit begeistert ist (*wie aus dem Herzen hobelt er mir*) oder ob man beim Anhören der von Sāriputto beschriebenen Befleckungen an sich selber denkt und sich aufmerksam prüft, ob man die Befleckungen Ärger und Verdrossenheit noch selber an sich hat oder nicht und darum auch das Gleichnis von der durch Gebrauch und Benutzung immer reiner und blanker werdenden Schüssel auf sich bezieht und daraus *Speise und Trank für Geist und Gemüt* gewinnt, d.h. zur weiteren inneren Läuterung angeregt und darin bestärkt wird.

Mahāmogallāno nennt als erste der heilshinderlichen Eigenschaften, also der Eigenschaften dessen, dem die ganze Darlegung von Sāriputta *wie aus dem Herzen gehobelt*

erschien, fehlende Heilssehnsucht (*asaddha*) und spricht hier von Mönchen, die nur des Unterhalts wegen ohne religiöses Vertrauen in den Orden eingetreten seien. Das sind diejenigen Menschen, die die Gefahren des Daseins nicht empfunden haben, die sich durch das gegenwärtige Leben so gut wie möglich 'durchschlagen' möchten in dem Bestreben, das Angenehme zu erlangen, das Unangenehme möglichst zu meiden. Aus dieser ersten Grundeigenschaft, dem Mangel an Heilssehnsucht, gehen alle weiteren üblen Eigenschaften und die Unlust an mönchischen Übungen hervor, wie sie Mahāmogallāno hier nennt.

Der Erwachte aber sagt, dass seine Lehre für solche ist, die da begriffen haben:

*Versunken bin ich in dem endlosen Rundlauf von Geburt, Altern und Sterben, in Leiden versunken, in Leiden verloren; ach, dass es doch einen Ausweg geben möchte, um dieser ganzen Leidensmasse ein Ende zu machen. (M 29 u.a.)*

Der Erwachte konnte nicht verhindern, dass auch Menschen ohne große religiöse Anliegen und gar auch Oberflächliche mit in den Orden kamen. Er konnte auch ihnen helfen zu Entwicklungen, zu welchen sie ohne ihn und seine Lehre nicht gekommen wären. Aber alle diese Menschen, welche keine Ahnung und keinen Begriff von der unendlichen Gefährdung des Daseins gewonnen haben, sind und bleiben gefährdet, auf dem Weg einer guten Entwicklung sehr bald wieder zu erlahmen und somit aus dem *Samsāra* nicht herauszukommen. Nur wer die Lehre des Erwachten mit den Ohren eines in Leiden Versunkenen und den Ausweg Suchenden hört, der hat die Möglichkeit, den Erläuterungen des Erwachten eine Wegweisung zu entnehmen für die innere Transformierung. Ein solcher erst versteht, dass der normale Mensch verändert, transformiert werden muss, um die Unverletzbarkeit zu erreichen. So wie eine Raupe nie zum Fliegen kommen kann, sondern ihr Raupendasein verändern muss, über den Puppenzustand zum Schmetterling werden muss, so kann der normale Mensch mit

den Eigenschaften, die ihn ausmachen, den Heilsstand nicht gewinnen, er muss sich wandeln, sich transformieren. Die Lehre des Buddha gilt ihm nur als eine Information über die Wege zu dieser inneren Umwandlung.

Wer aber diese Daseinssorge nicht kennt, nicht über die Grenzen von Geburt und Tod hinaus fragt, für den gilt, wie Mahāmoggallāno sagt, dass er ohne Heilssehnsucht ist. Für einen solchen ist die Lehre des Buddha bestenfalls eine der möglichen interessanten Philosophien und Weltanschauungen, die auf der Erde entstanden sind, mit der er sich beschäftigt, deren Folgerichtigkeit und logischen Zusammenhang er prüft und bewundert, aber im Übrigen bleibt er bei dem Genuss der vordergründigen Annehmlichkeit und der Flucht vor den vordergründigen Unannehmlichkeiten, ohne zu ahnen, welche Möglichkeit der Wandlung und Heilsfindung diese Lehre enthält.

Ein Gebirgsstrom, der das nötige Gefälle hat, stürzt unhemmbar hinab. Er kennt auf die Dauer keine unüberwindlichen Hindernisse, sondern reißt sie mit sich fort. Aber ein Wasserlein in fast ebenem Gelände, das schiebt sich müde vorwärts, und bei jedem kleinen Hindernis bleibt es zögernd stehen und umleckt es von allen Seiten, bis es sich dann vielleicht daran vorbei wieder ein Stückchen weiterwindet.

So hängt alles Vorwärtskommen von dem Gefälle der Heilssehnsucht ab; und diese hängt ab davon, wie weit man den labyrinthischen Charakter des Daseins in seinen fast ausweglosen Möglichkeiten begriffen hat. In diesem Sinn gilt das Wort von *Hermann Hesse*:

*Die eigentlichen Weisheiten aber und Erlösungsmöglichkeiten sind nicht zur Belehrung und auch nicht zur Unterhaltung da, sondern nur für die, denen das Wasser bis an den Hals geht.*

Mahāmoggallāno schließt die Unterredung ab mit dem Bild:

*Gleichwie etwa, Bruder, ein Weib oder ein Mann, jung, blühend, gefallsam, sich den Kopf wäscht, Lilien,*

*Jasmine oder Winden pflückt, zum Kranz bindet und damit den Kopf schmückt; ebenso nun auch, Bruder, gibt es da Menschen, die voll Heilssehnsucht aus dem Hause in die Hauslosigkeit gezogen sind, die du wahrhaft trefflich vor dem Unheilsamen gewarnt und im Heilsamen bestärkt hast. –*

*So, wahrlich, erfreuten sich jene beiden Großen an gegenseitiger trefflicher Rede.*

Damit zeigt Mahāmogallāno, was die Darlegung Sāriputtos für denjenigen Menschen bedeutet, der um jeden Preis aus aller Gefährdung heraus und zum Heilsstand gelangen will. Ein solcher empfindet diese Wegweisung wie das gründliche Waschen und Reinigen und Schmücken des Hauptes. Ebenso wird in anderen Reden gesagt, dass sich der hochsinnige Mensch durch solche Wegweisungen oft empfindet wie gebadet im inneren Bade, gereinigt und bestärkt im Verlangen, so rein zu werden wie derjenige, der diese Lehrrede aus eigener innerer Reinheit und größter Daseinskenntnis sprach.

WUNSCH UM WÜNSCHE  
6. Rede der „Mittleren Sammlung“

*So hab ich's vernommen. Einstmals weilte der Erhabene bei Sāvathī im Siegerwald im Garten Anāthapindikos. Da nun wandte sich der Erhabene an die Mönche: Bewahret Tugend, ihr Mönche, haltet euch an die Ordensregeln. Zügelt euch nach der Zucht der Ordensregeln. Verlasst nie das rechte Betragen. Gedenkt der Gefahren auch bei scheinbar geringen Übertretungen. Bleibt auf dem Weg der rechten Übung.*

*Wünscht sich, ihr Mönche, ein Mönch: „Den Ordensbrüdern möchte ich gern angenehm und lieb sein, möchte von ihnen geschätzt und geachtet werden“, dann soll er sich in Tugend vervollkommen, soll innere Ruhe des Gemütes anstreben, soll die weltüberwindenden Entrückungen nicht geringschätzen, ungetrübten, hellen Klarblick zu gewinnen trachten und häufig leere Klausen aufsuchen. (1)*

*Wünscht sich, ihr Mönche, ein Mönch: „Möchte ich doch Kleidung, Almosenspeise, Lagerstatt und Arznei im Fall einer Krankheit bekommen“, dann soll er sich in Tugend vervollkommen, soll innere Ruhe des Gemütes anstreben, soll die weltüberwindenden Entrückungen nicht geringschätzen, ungetrübten, hellen Klarblick zu gewinnen trachten und häufig leere Klausen aufsuchen. (2)*

*Wünscht sich, ihr Mönche, ein Mönch: „Denen, die mir da Kleidung, Nahrung, Lagerstatt und Arznei für den Fall einer Krankheit spenden - diesen Menschen sollen die Gaben hohes Verdienst bringen, hohe Förderung“,*

*dann soll er sich in Tugend vervollkommen,  
soll innere Ruhe des Gemütes anstreben,  
soll die weltüberwindenden Entrückungen  
nicht geringschätzen,  
ungetrübten, hellen Klarblick zu gewinnen trachten  
und häufig leere Klausen aufsuchen. (3)*

*Wünscht sich, ihr Mönche, ein Mönch: „Den dahingegangenen verstorbenen Verwandten, die vertrauend meiner gedenken, soll dieses Gedenken hohes Verdienst bringen, hohe Förderung“,  
dann soll er sich in Tugend vervollkommen... (4)*

*Wünscht sich, ihr Mönche, ein Mönch: „Möchte ich doch über Unlust und Lust Herr werden, möchte mich die Unlust nicht besiegen“,  
dann soll er sich in Tugend vervollkommen... (5)*

*Wünscht sich, ihr Mönche, ein Mönch: „Möchte ich doch über Furcht und Angst Herr werden, möchten nicht Furcht und Angst mich besiegen“,  
dann soll er sich in Tugend vervollkommen... (6)*

*Wünscht sich, ihr Mönche, ein Mönch: „Möchte ich doch die vier weltlosen Entrückungen, die das Gemüt erheben, die schon zu Lebzeiten im Wohl weilen lassen, nach Wunsch erlangen, ohne Mühe erlangen, ohne Anstrengung erlangen“,  
dann soll er sich in Tugend vervollkommen... (7)*

*Wünscht sich, ihr Mönch, ein Mönch: „Möchte ich jene friedvollen Befreiungen, die nach Überwindung der Form formfrei sind, leibhaftig erfahren und darin verweilen“, dann soll er sich in Tugend vervollkommen... (8)*

*Wünscht sich ein Mönch: „Möchte ich doch nach Vernichtung der drei Verstrickungen in die Heilsströmung eintreten; dem Abweg entgangen, zielbewusst der vollen Erwachung zustreben (9) - von Anziehung,*

*Abstoßung, Blendung erleichtert, fast schon befreit, nur noch einmal wiederkehren und, einmal in die Sinnenwelt zurückgekehrt, dem Leiden ein Ende machen“ (10)- „Möchte ich, nachdem ich die fünf un-  
tenhaltenden Verstrickungen aufgehoben habe, empor-  
gelangen, um von dort aus zu erlöschen, und nie mehr  
aus jener Welt zurückkehren“, (11)*

*dann soll er sich in Tugend vervollkommenen...*

*Wünscht sich, ihr Mönche, ein Mönch: „Möchte ich  
durch geistige Macht vielfältige Wirkungen bewirken:  
etwa als nur einer vielfach werden und vielfach ge-  
worden, wieder einer sein: oder sichtbar und unsicht-  
bar werden; auch durch Mauern, Wälle, Felsen hin-  
durchgleiten wie durch leeren Raum; oder auf der Er-  
de auf- und untertauchen wie im Wasser; auch auf  
dem Wasser wandeln wie auf der Erde, ohne unterzu-  
sinken; oder auch sitzend durch den Raum fahren wie  
der Vogel mit seinen Fittichen; etwa Sonne und Mond,  
die so mächtigen, so gewaltigen, berühren, sogar bis zu  
den Brahmawelten den Körper in seiner Gewalt ha-  
ben“,*

*dann soll er sich in Tugend vervollkommenen... (12)*

*Wünscht sich ein Mönch: „Möchte ich mit dem fein-  
stofflichen Gehör, dem geläuterten, über menschliche  
Grenzen hinausreichenden, beide Arten von Tönen  
hören, die himmlischen und die irdischen, die fernen  
und die nahen“,*

*dann soll er sich in Tugend vervollkommenen... (13)*

*Wünscht sich, ihr Mönche, ein Mönch: „Möchte ich  
doch der anderen Wesen, der anderen Personen Herz  
und Gemüt durchschauen und erkennen: das mit An-  
ziehung besetzte Herz als mit Anziehung besetzt, das  
mit Abstoßung besetzte Herz als mit Abstoßung besetzt,  
das mit Blendung besetzte Herz als mit Blendung be-*

*setzt, das gesammelte Herz als gesammelt und das zerstreute Herz als zerstreut, das nach einem hohen Ziel gebildete Herz als ein nach einem hohen Ziel gebildetes Herz und das nach einem niederen Ziel gebildete Herz als ein nach einem niederen Ziel gebildetes Herz, das mit höheren Eigenschaften erfüllte Herz als ein mit höheren Eigenschaften erfülltes Herz, das mit niederen Eigenschaften erfüllte Herz als ein mit niederen Eigenschaften erfülltes Herz, das geeinte Herz als geeint, das nicht geeinte Herz als nicht geeint, das erlöste Herz als erlöst, das nicht erlöste Herz als nicht erlöst“,*

*dann soll er sich in Tugend vervollkommen... (14)*

*Wünscht sich ein Mönch: „Könnte ich mich doch an frühere Daseinsformen erinnern: zuerst an eine Daseinsform, dann an zwei Daseinsformen, dann an drei, dann an vier, dann an fünf Daseinsformen, dann an zehn, dann an zwanzig, an dreißig, vierzig, an fünfzig Daseinsformen, dann an hundert Daseinsformen, dann an tausend Daseinsformen, dann an hunderttausend Daseinsformen, dann an die Zeiten während mancher Weltenentstehungen, dann an die Zeiten während mancher Weltenvergehungen, dann an die Zeiten während mancher Weltenentstehungen, Weltenvergehungen - „dort war ich, jenen Namen hatte ich, jener Familie gehörte ich an; so war mein Stand, so mein Beruf. Solches Wohl und Wehe habe ich erfahren, so war mein Lebensende; dort verschieden, trat ich anderswo wieder ins Dasein. Da war ich nun, diesen Namen hatte ich, dieser Familie gehörte ich an, dies war mein Stand, dies mein Beruf. Solches Wohl und Wehe habe ich erfahren, so war mein Lebensende: dort verschieden, trat ich hier wieder ins Dasein“, - wünscht er sich so mancher verschiedener früherer Daseinsfor-*



*men zu erinnern mit je den karmischen Zusammenhängen und Beziehungen, dann soll er sich in Tugend vervollkommen... (15)*

*Wünscht sich, ihr Mönche, ein Mönch: „Könnte ich doch mit dem feinstofflichen Auge, dem geläuterten, die menschlichen Grenzen übersteigenden, die Wesen dahinschwinden und wiedererscheinen sehen: gemeine und edle, lichte und dunkle, glückliche und unglückliche, sähe ich doch, wie die Wesen je nach dem Wirken wiedererscheinen: Diese lieben Wesen sind da in Taten dem Schlechten zugetan, in Worten dem Schlechten zugetan, in Gedanken dem Schlechten zugetan; sie tadeln die Heilsgänger, achten Verkehrtes, tun Verkehrtes. Nach dem Versagen des Körpers jenseits des Todes gelangen sie auf den Abweg, auf dunkle Lebensbahn, zur Tiefe hinab in untere Welt. - Jene lieben Wesen aber sind in Taten dem Guten zugetan, in Worten dem Guten zugetan, in Gedanken dem Guten zugetan, tadeln nicht die Heilsgänger, achten Rechtes, tun Rechtes. Nach dem Versagen des Körpers jenseits des Todes gelangen sie auf helle Lebensbahn, in selige Welt“ - wünscht er sich das zu sehen,*

*dann soll er sich in Tugend vervollkommen... (16)*

*Wünscht sich ein Mönch: “Könnte ich doch das Herz befreien von den Wollensflüssen/Einflüssen Sinnensucht, von den Wollensflüssen/Einflüssen Seinwollen, von den Wollensflüssen/Einflüssen Wahn, könnte ich die unbeeinflussbare Gemüterlösung, Weisheitserlösung noch bei Lebzeiten erreichen, verwirklichen und erringen“,*

*dann soll er sich in Tugend vervollkommen... (17)*

## Überblick über die Rede

In dieser Lehrrede werden vielerlei Wünsche geäußert, die vordergründige bis tiefe Anliegen betreffen. Der Erwachte sagt unausgesprochen: Du kannst sie dir alle erfüllen, du hast es in der Hand, dein Leben so schön zu gestalten, wie du nur willst. Nicht sagt der Erwachte: „Die und die Wünsche solltest du nicht hegen, sie sind niedrig“, sondern er nennt einfach eine lange Reihe von Wünschen, von denen die niedrigeren am Anfang stehen, so dass der Wünschende selber erkennt, wenn er einen niedrigeren Wunsch hegt, dass es noch höhere gibt.

Es geht um Wünsche von Mönchen, d.h. von Menschen, die das Berufs- und Familienleben verlassen haben und in den Orden eingetreten sind, um möglichst in diesem Leben noch die gesamte Entwicklung der drei großen Entwicklungsetappen zu vollenden, nämlich:

1. Reinigung des Begegnungslebens, Tugend (*sīla*),
2. Bildung und Vollendung weltunabhängigen Herzensfriedens (*samādhi*),
3. die daraus hervorgehende Weisheit (*paññā*), durch welche die wahre Natur des Wahns enthüllt wird und der Übende sich von allem Gewordenen löst und damit den Heilsstand erlangt.

Für uns im Haus Lebende geht es um eine gute Kenntnis dieses Entwicklungswegs. Besonders die in unserer Lehrrede als erstes genannten Wünsche, die das soziale Umfeld der Mönche betreffen, könnten auch unsere unmittelbaren Wünsche sein; aber auch der Weg zu der Erfüllung der anderen Wünsche interessiert die im Haus Lebenden, wenn sie die empfohlenen Übungen inmitten des beruflichen und familiären Alltags auch nicht in der Intensität anstreben können wie ein Mönch.

## Die fünf Übungen zur Wunscherfüllung

### Erste Übung zur Wunscherfüllung: Die Tugend vervollkommen

Der Läuterungsweg, auf welchem sich der Übende, ob als Mönch oder im Haus lebend, langsam, aber von Grund aus über sein bisheriges inneres Sein und damit auch äußeres Tun hinaus entwickelt bis zu dem Zustand der vollkommenen Erwachung, beginnt mit der Tugend. Sie ist die erste der drei großen Etappen des Läuterungsweges, zwischen welchen zwei einschneidende Transformierungen im Erleben des Übenden liegen. Die Tugend (*sīla*) ist die Entwicklung einer rücksichtsvollen, sanften Begegnungsweise mit allen Wesen. „Die Tugend vervollkommen“ heißt also, an der Vervollkommnung seines ganzen Seins zu arbeiten. Nicht spontan den jeweils aufkommenden Gefühlen folgen, sondern rücksichtsvoll, mitempfindend mit allen Wesen alles Reden und Handeln von der Gesinnung des Mitempfindens und der Rücksicht leiten lassen.

Der Erwachte gibt ein Gleichnis (A III,15) für die Arbeit der Läuterung: Ein Wagenbauer stellt im Auftrag eines Königs innerhalb von sechs Monaten ein Wagenrad her, das, auf dem Prüfstand angestoßen, geradeaus rollt und, nachdem die hinein gegebene Kraft aufgezehrt ist, stehen bleibt ohne umzufallen, also den höchsten Ansprüchen genügt. Nun braucht der König aber innerhalb einer Woche ein zweites Rad. Der Wagenbauer stellt es in der gewünschten Zeit her, aber die Zeit reicht nicht aus, um auch noch feinere Unebenheiten zu beseitigen. Wird dieses Rad auf dem Prüfstand angestoßen, dann rollt es zunächst auch geradeaus, aber bald dreht es sich im Kreis und fällt dann um. Der Erwachte sagt: So wie der Wagenbauer eine lange Zeit am ersten Rad gearbeitet hat, um alle Unebenheiten, Fehler und Mängel abzuhobeln, so solle der Mönch lange Zeit an der Vervollkommnung der Tugend arbeiten, soll denken: „Tilgen wollen wir unsere Unebenheiten, Fehler und Mängel in Taten, Worten und Gedanken.“

Der Übende mag dabei an die Tugenden der Götter denken, die keine üblen Taten mehr tun können, an die Tugenden der Sanftmut, der Gelassenheit, des Ertragens, der Milde, des Mitempfindens.

In M 61 heißt es, dass der Mönch vor, bei und nach einem Gedanken, einem Wort oder einer Tat betrachten solle, ob dieses Wirken ihn selber beschwert oder andere beschwert oder beide beschwert, ob es zum Leiden führt. Begegnen ihm zum Beispiel Ungerechtigkeiten oder üble Handlungen von anderen und er will ärgerlich oder zornig reagieren, dann bemüht er sich, diesen Drang vor dem Ausbruch in sich zu merken und abzuweisen; bereits aus Ärger zustande gekommene Worte oder Taten gleich als solche zu erkennen und wieder zurückzunehmen in dem Wissen: „Was da herankommt, ist einst von mir ausgegangen, ist mein Spiegelbild. Wie könnte ich darüber ärgerlich sein oder gar diesem Ärger seinen Lauf lassen!“ Auch wer bei Beleidigungen sich zurückhält in dem Wissen, dass er einst selber beleidigt hat, vervollkommnet mit solchen Einsichten die Tugend. Selbst wenn die wahrheitsgemäßen Gedanken im Augenblick kaum oder nur blass zur Verfügung stehen, so ist die Zurückhaltung, Zügelung doch schon besser, als den Trieben blind nachzugeben.

Aber die beste Pflege der Tugend geschieht durch weisheitliche Betrachtung, z.B. wenn man betrachtet: *Alle Dinge sind ungeeignet, sie zu lieben und festzuhalten (M 38)*, weil sie unbeständig und darum leidig sind. Man glaubt, dass man sie besäße, fesselt sich daran und muss sich dann doch wieder von ihnen trennen. Indem man diese Betrachtung häufig pflegt, wird man in seinem Reden und Tun gelassener, nimmt mehr hin, tritt leichter zurück, ist nicht mehr so stark auf Erfüllung von äußeren Wünschen angewiesen und kann darum die Anliegen der Mitwesen besser bemerken.

### Die Tugendregeln

Als Anhalt, als Maßstab für rechtes Verhalten hat der Erwachte die Tugendregeln gegeben. Sie sind für den Mönch weit um-

fassender als für die im Haus und in der Familie Lebenden:

1. *Lebewesen zu töten - das hat er aufgegeben; dem Töten von Lebewesen widerstrebt sein Wesen. Ohne Stock, ohne Schwert, teilnehmend und rücksichtsvoll hegt er zu allen Wesen Liebe und Mitempfinden.*
2. *Nichtgegebenes zu nehmen - das hat er aufgegeben. Dem Nehmen des Nichtgegebenen widerstrebt sein Wesen. Gegebenes nur nimmt er, Gegebenes wartet er ab, nicht diebisch gesinnt, rein gewordenen Wesens.*
3. *Unrechten Geschlechtsverkehr hat er aufgegeben, in Reinheit lebt er, abgeschieden, von weltlichem Geschlechtsverkehr ganz abgewandt.*
4. *Trügerische, verleumderische Aussagen über Worte oder Taten anderer hat er verworfen, der Verleumdung widerstrebt sein Wesen. Die Wahrheit spricht er, der Wahrhaftigkeit ist er ergeben, standhaft, vertrauenswürdig, ohne von weltlichen Interessen bewogen, zu verleumden oder zu täuschen.*
5. *Das Hintertragen hat er aufgegeben, das Hintertragen liegt ihm fern. Was er hier gehört hat, das berichtet er nicht dort wieder, um jene zu entzweien; was er dort gehört hat, das berichtet er nicht hier wieder, um diese zu entzweien; vielmehr einigt er Entzweite, festigt Verbundene. Eintracht macht ihn froh, Eintracht freut ihn, Eintracht beglückt ihn, Eintracht fördernde Worte spricht er.*
6. *Verletzende Worte zu reden - das hat er aufgegeben, das Aussprechen verletzender Worte liegt ihm fern. Worte, die nicht verletzen, dem Ohr wohlthun, liebevoll, zum Herzen dringend, höflich, viele erfreuend, viele erhebend - solche Worte spricht er.*
7. *Leeres Geschwätz hat er aufgegeben, alles leere Gerede liegt ihm fern. Zur rechten Zeit spricht er, den Tatsachen gemäß, auf den Sinn bedacht, der Lehre und Ordnung getreu. Seine Rede ist reich an Inhalt, klar abgegrenzt, alles umschließend, ihrem Gegenstand angemessen.*

Die hier genannten Tugendregeln sind ähnlich und doch wieder sehr anders, als wir sie aus anderen Religionen kennen. Wohl ist hier - wie überall - vom Nichttöten, Nichtstehlen usw. die Rede, aber es steht hier kein Befehl mit Strafandrohung, sondern ein Ratschlag und auch dieser nur in der Form einer sachlichen Beschreibung der Begegnungsweise, die überhaupt erst zum Gehen des Heilswegs tauglich macht. Es geht dabei nicht vordergründig um die Tat, sondern in erster Linie um die Gesinnung, von welcher die Tat nur der Ausdruck ist. Es heißt hier nicht: „*Du sollst nicht töten!*“ - sondern: „*Dem Töten widerstrebt sein Wesen.*“ Es geht auch nicht nur um den momentanen inneren Willensentschluss, sondern um die beständige richtige Einstellung in Geist und Herz zu den Mitwesen. Es gilt nicht, ein Gesetz zu erfüllen, sondern es gilt, *teilnehmend und rücksichtsvoll zu allen lebenden Wesen Liebe und Mitempfinden zu hegen* und aus dieser Gesinnung heraus sich von allem üblen Handeln zu entfernen.

Da es hier um den Übungsweg des Mönchs geht, den Weg zur völligen Freiheit im Nirvāna, so wird in der dritten Tugendregel von der völligen Keuschheit gesprochen. Wo aber der Buddha solchen, die im Hause und in der Familie bleiben und in dieser Welt der Vielfalt die sanfte Begegnung anstreben wollen, die dafür geeigneten Ratschläge gab, da nannte er als dritte Tugendregel statt völliger Keuschheit die Vermeidung jeglicher Ausschweifung, vor allem des Einbruchs in andere Ehen und der Verführung Minderjähriger und anderer Schutzbefohler.

Die drei ersten Tugendregeln betreffen das Tun des Menschen; die vier weiteren betreffen sein Reden.<sup>39</sup>

Wer diese Ratschläge mit Ruhe in sich aufnimmt und öfter bedenkt, der spürt mehr und mehr den lautereren, abgeklärten Geist dieser Sphäre; der entdeckt eine neue, höhere Welt einer edleren, lautereren Gesinnung. In dem Bemühen, diese Tugendregeln einzuhalten, beobachtet er durch die Nachfolge im Lauf

---

39 Näheres über die Tugendregeln s. „Meisterung der Existenz“ S.380ff.

der Jahre und Jahrzehnte bei sich eine Erhöhung und Erhellung seines inneren Wesens. So wie ein Schiff in einer Schleuse von einem niedrigeren Wasserspiegel nach und nach angehoben wird, bis es die gleiche Höhe mit dem oberen Wasserspiegel gewonnen hat, und wie sich ihm damit ein ganz anderer neuer Raum auftut - so auch erfährt der durch die Tugendübungen sich erhellende Mensch eben dadurch eine sich verändernde und zuletzt unvergleichlich höhere Gemütsverfassung, mit welcher er von allen früher gespürten Widerwärtigkeiten, Hindernissen und Dunkelheiten in gar keiner Weise mehr berührt wird. Sie sind für ihn geradezu „nicht da“. Schon mit dieser Erfahrung geht ihm eine Ahnung von der Gültigkeit der Grundaussage des Erwachten auf, dass alle Dinge nicht an sich so da sind, wie wir sie zu erleben glauben, sondern dass die Beschaffenheit des eigenen Herzens, das Maß an Gier, Hass, Blendung, allein die Qualität unseres Erlebens zwischen Glück und Qual bestimmt.

Der Erwachte mahnt: *Gedenke der Gefahren auch bei scheinbar geringen Übertretungen.* Wenn der ernsthafte Nachfolger etwas Ungutes getan hat, dann empfindet er große Scham darüber, denn er weiß nicht nur: „Ich ernte, was ich säe“, sondern er spürt auch, dass er damit seiner besseren Möglichkeiten unwürdig war.

In Bezug auf die innere Entwicklung ist kein Unterschied zwischen Hauslosen oder im Haus Lebenden. Jeder, der die Lehre begriffen hat, weiß um die Früchte seines Wirkens, weiß, dass er nicht eher völlig frei und unverletzbar wird, bis er sich abgelöst hat von allem Hemmenden und Bedingten. Darum wird der von der heilenden rechten Anschauung endgültig erfasste Mensch all seine üblen Handlungen, Worte und Gedanken ganz ebenso wie der Mönch als solche erkennen, wird - nach einem Gleichnis des Erwachten wie das kleine Kind vor glühenden Kohlen - vor ihnen zurückschrecken und wird sich bemühen, von ihnen freizuwerden wie der Mönch.

## Weitere zum Tugendbereich gehörende Mönchsregeln

Und nun folgen weitere Regeln für den Mönch, da dieser sich ja im jetzigen Leben aus der ganzen bunten und vielfältigen Welteinbildung herauslösen will. Das Wort „Mönch“ ist abzuleiten von „monos“ = allein, einsam. Weil er die Welt überwinden will, darum pflegt er keine Kontakte mehr mit ihr, nur mit seinen Brüdern, die dasselbe Bestreben haben wie er.

*Sämereien und Pflanzungen anzulegen, hat er aufgegeben.*

*Einmal am Tage nimmt er Nahrung zu sich, nachts ist er nüchtern. Das Essen zur Unzeit hat er aufgegeben.*

*Verwendung von Duftstoffen, von Schmuck und besonderen Kleidern und Blumen hat er aufgegeben.*

*Hohe, prächtige Lagerstätten hat er aufgegeben.*

*Gold und Silber anzunehmen, hat er aufgegeben.*

*Rohes Getreide nimmt er nicht an; rohes Fleisch nimmt er nicht an.*

*Frauen und Mädchen nimmt er nicht an. Diener und Dienerrinnen nimmt er nicht an.*

*Ziegen und Schafe nimmt er nicht an. Hühner und Schweine nimmt er nicht an. Elefanten, Rinder und Rosse nimmt er nicht an. Haus und Feld nimmt er nicht an.*

*Botschaften, Sendungen, Aufträge übernimmt er nicht.*

*Kauf und Verkauf hat er aufgegeben. Falsches Maß und Gewicht hat er aufgegeben.*

*Von den krummen Wegen der Unaufrichtigkeit, Unehrllichkeit, Täuschung und des Betruges ist er ganz abgekommen.*

*Das Zerstören, Töten, Gefangennehmen, Rauben, Plündern, überhaupt Gewaltanwendung, widerstrebt ihm.*

*Wenn er diese Entwicklung der heilenden Begegnungsweise vollendet hat, dann erwächst bei ihm ein inneres Wohl der Vorwurfsfreiheit.*

Wer diesen vom Erwachten für den Mönch erlassenen Regeln im Einzelnen nachgeht, der erkennt, dass hier so gut wie mög-



lich die verschiedenartigsten Fallstricke vermieden werden, mit welchen Māro den blinden Menschen an sich gefesselt hält.<sup>40</sup>

### *Rechtes Betragen nicht verlassen*

Der Erwachte mahnt in unserer Lehrrede, das rechte Betragen nicht zu verlassen und sagt (A V,22), dass der Übende ein *aufmerksames gutes Betragen entwickeln solle*, die Eigenschaft eines schlichten, unauffälligen und nirgends anstoßenden sanften Wandels. Ein Beispiel für entgegengesetztes Verhalten finden wir in der 69 Rede der „Mittleren Sammlung“ („*Gulissāni*“): Da lebte einer der Mönche allein im Wald und wollte „meditieren“, ohne dass er bereits die erforderliche Reife dazu hatte. Wenn er sich dann in Zeitabständen wieder einmal zur Gemeinschaft der Mönche begab und einige Tage bei ihnen weilte, dann war an seinem Betragen zu erkennen, dass er den richtigen Ansatz zur heilsamen Entwicklung eben doch noch nicht gefunden hatte. Dieses Verhalten nahm Sāriputto zum Anlass, um sowohl diesen Mönch wie auch seine Brüder auf diese allererste Voraussetzung hinzuweisen, indem er sagte: Einer, der als Waldeinsiedler den Orden besuchen komme und dann mit seinen Brüdern achtungslos und ohne Zuwendung umgehe, bewirke doch damit, dass man von ihm sage:

*Was taugt es wohl diesem ehrwürdigen Waldeinsiedler, dass er allein im Wald für sich lebt, wenn er sich seinen Ordensbrüdern gegenüber nicht richtig zu verhalten weiß?*

Sāriputto sagte weiter: Wenn ein solcher Waldeinsiedler bei seinen Brüdern im Orden weilt, muss er unter anderem doch auch wissen, wie man Platz zu nehmen habe, und zwar so:

*Die alten Mönche werde ich nicht bedrängen, wenn ich mich*

---

<sup>40</sup> Näheres über diese Ordensregeln s. M 27

*setze, die jungen Mönche nicht von ihren Plätzen gehen heißen.*

Wenn er sich aber nicht so verhalte, dann sage man von ihm:

*Was taugt es wohl diesem ehrwürdigen Waldeinsiedler, dass er allein im Walde für sich lebt, wenn er nicht einmal ein aufmerksames, gutes Betragen entwickelt?*

Man kann sich die Szene deutlich vorstellen: Die Mönche versammeln sich, weil der Erhabene sie belehren will, und dieser Waldeinsiedler, der die genaue Sitzgepflogenheit der Mönche nicht kennt, weil er meistens abwesend ist, beobachtet jetzt nicht, wie er am wenigsten auffällig und ohne die Brüder zu stören, auch einen Sitzplatz bekommen könne. Er hat nicht seine Aufmerksamkeit auf die Absichten und Anliegen der anderen gerichtet, sondern will (wie er es sich im Wald angewöhnt hat) nur seine eigene Absicht verfolgen und sich einen Platz verschaffen. Er ist nicht unbedingt roh oder tugendlos, indem er sich den besten Platz wählt, aber er hat eben nicht das Ganze im Auge, fügt sich nicht schlicht und unauffällig ein, sondern stört und bedrängt mit seiner Platzsuche die älteren Mönche, und es kommt auch dahin, dass etwa ein jüngerer Mönch aufstehen muss. Wo er auftaucht, gibt es immer etwas Wirbel, weil er nicht sieht, nicht darauf achtet, was in der jeweiligen Situation die ihm begegnenden Menschen gerade betreiben und anstreben. Ein solcher lebt und agiert aus seiner Ichheit egozentrisch.

Wer sich aber in der Zuwendung zu den mit jeder erfahrenen Situation gegenüberstehenden Lebewesen übt, dem öffnet und weitet sich der Blick dafür, die Mitwesen zu entdecken und ihre Anliegen zu erkennen; der verliert allmählich auch die unbewussten und unkontrollierten kleinen Spontanreaktionen des normalen Menschen, die bei jedem Wort und jeder Tat seines Gegenübers aufkommen, und gewinnt dadurch Übung in der Pflege dieser verstehenden Zuwendung zu mitempfindenden Wesen. Durch diese Übung entzieht er sich dem Emo-

tionsstrudel, den jede Begegnung mit den Lebewesen im Innern auslöst und von dem der unaufmerksame Mensch, der alles Begegnende nur mit seinem Geschmack misst, ununterbrochen zwischen Begehren und Abstoßung hin und her geschleudert wird.

Wer sich in diesen Vorgang einfühlt, der versteht, dass man die hier vom Erwachten genannte Haltung des aufmerksamen, guten Betragens (*abhi-samācārika dhamma*) geradezu als das Nadelöhr ansehen muss, durch welches die gesamte heilsame Entwicklung eingefädelt wird.

Zweite Übung zur Wunscherfüllung:  
*Innere Gemütsruhe anstreben (ceto samatha)*

Der Erwachte gibt drei Gleichnisse für die Stille, die Gemütsruhe. Er nennt sie den *besten Freund (Dh 204)*, *einen Boten des Nirvāna ((S 35,204)*, *ein heilsames Joch (M 149)*. So wie im Äußeren der beste Freund uns Geborgenheit, Ruhe und Zuversicht vermittelt, so auch die Gemütsruhe im Inneren. Die Gemütsruhe bringt Freiheit von Unruhe und Wahn - insofern ist sie ein Bote des Nirvāna. Und wo die innere Stille einkehrt, da zwingt sie zum Heil wie ein Joch das Zugtier zwingt.

„*Süße Stille, sanfte Quelle ruhiger Gelassenheit*“, heißt es in einem von *Johann Sebastian Bach* vertonten Text. Diese süße Stille ist das große Thema aller Mystiker; ganz besonders ist es *Meister Eckehart*, der das Stillesein preist. Es treten bei ihm immer wieder, besonders in seinen Traktaten (Tr.), Wendungen, wie „*Unbewegte Stillekeit*“ (Tr.10), „*Stille Stillheit*“ (Tr.2), „*Stille Ewigkeit, in der der Geist unbeweglich ist*“ (Tr.1), „*Stillheit der Einigkeit*“ auf.

Wie ist die innere Gemütsruhe zu gewinnen? Der Übende sagt sich: „Immer schlichter sollen alle Sinneseindrücke werden, immer weniger das Gemüt treffen, immer früher will ich zur Gleichheit kommen.“ Das heißt bewusst innere Geistesruhe anstreben, nicht mit allen Tendenzen über das Erlebte herfallen und dann jauchzen und weinen, erst recht nicht über das

Ankommende zürnen, sondern im Gemüt gleich bleiben und das heißt in sich heiter bleiben. Helligkeit und Heiterkeit und von daher Untreffbarkeit werden dem Nachfolger immer mehr natürliches Lebensgefühl. Das zeigt sich auch daran, dass

1. der Andrang des weltlichen Erlebens stiller wird,
2. dass dadurch das Gefühl nicht schlechter, sondern besser, wohler wird,
3. dass dieses wohlere Gefühl nicht schwächer, sondern stärker gefühlt wird,
4. dass dieses Lebensgrundgefühl direkter und unmittelbarer erfahren wird,
5. dass der Übende erfährt und allmählich begreift, dass man das weltliche Erleben entbehren kann.
6. Er schmeckt den Frieden ohne Vielfalt, Hetze, Sorge, Problematik.
7. Er erkennt, dass das Erleben des Friedens eine Folge des eigenen inneren Zurücktretens von den Dingen ist, einer gelasseneren reiferen Haltung ihnen gegenüber.
8. Der Übende gewinnt Freude an dieser Haltung und pflegt sie mehr: Reizbarkeit und Engagement werden immer weniger, gelassene, freundliche Ruhe, gleichbleibendes Gemüt nimmt immer mehr zu.
9. Das Erlebnis des Friedens tritt häufiger auf, wird tiefer, das Wohl nimmt zu, wird zu Glück. Die weltlichen Sorgen und Probleme sind leicht und nebensächlich geworden, fast ganz aufgelöst.
10. Der Übende erkennt, dass Probleme nur in dieser übersteigenden Weise aufgelöst werden können.
11. Er beginnt, das Wohl des ruhigen Friedens bewusst zu pflegen, achtet auf die geeigneten Umstände und Zeichen, sucht allein zu sein, hält sich mehr und mehr von Aufregung, Ärger, Hass und Gier zurück.
12. Er versucht, die anderen mehr zu verstehen ohne mehr Umgang.
13. Die seelenlose Geschobenheit des Körperwerkzeuges fällt

auf. Es wird erfahren, dass der zeitliche mechanische Körper älter wird und verschleißt, während er benutzt wird von den zeitlosen Trieben. Die Unsterblichkeit wird zum natürlichen Verständnis und Lebensgefühl.

14. Zu dieser Gemütsruhe kann es nur dadurch kommen, dass jede einzelne Begegnung mit Bekanntem oder Unbekanntem verstehend, nachsichtig, schonend, fürsorglich behandelt und dann im Geist entlassen wird, ohne verdunkelnde Reue im Unterbewusstsein zu hinterlassen. Erst auf Grund des dadurch erfahrenen Wohls kann die Freude an den Sinnendingen gelassen werden.

Aus der Durchschauung der fünf Zusammenhäufungen, aus der rechten Kenntnis und aufmerksamen Beobachtung jeder einzelnen in ihrem Entstehen und Vergehen, kommt der Übende zu einem immer tieferen, immer endgültigeren Nein gegenüber allen Erscheinungen - kein geredetes Nein, sondern ein in der Haltung still gewachsenes Nein. - Aber es ist sehr schmerzlich und auf die Dauer gefährlich, wenn nicht in dem gleichen Maß auch ein freudiges „Ja“, eine Neigung, Strömung zu den genannten friedenschaffenden Eigenschaften und Haltungen entsteht, die heilsam, wenn auch noch nicht das Heil selber sind.

Das Gleichnis vom Goldläutern (A III,102-103) ist ein genau passendes Gleichnis: Wenn allmählich immer mehr Sand herausgefiltert wird - die unheilsamen Eigenschaften abnehmen, dann wird es im Innern allmählich heller - das helle Gold wird sichtbar.

Je heller der Übende geworden ist, um so feiner wird auch die sinnliche Ausbreitung, um so hellere, wohltuendere Außenwelt wird erlebt, und dem Übenden ist so wohl bei sich selber, dass er die sinnliche Welt nicht mehr braucht. Sie wird durchschaut als „des Todes Gebiet“, als „Totenland“ (M 106), dem Gesetz der Wandelbarkeit unterworfen, während der Übende sich unsterblich erfährt, da er auf die den Körper überdauernde innere Helligkeit und das dadurch bedingte Wohl der inneren Gemütsruhe gesetzt hat.

Dritte Übung zur Wunscherfüllung:  
*Die weltlosen Entrückungen nicht geringschätzen*

Wer das Wohl der Gemütsruhe zeitweilig erfährt, der weiß: Es gibt einen Frieden, ein Wohl ganz ohne die Körpersinne, und er ersehnt die weltlosen Entrückungen, die der Erwachte als *Wohl des Friedens, Wohl der Erwachung, als Tor zum Nirvāna* beschreibt: *Wann doch nur werde ich jene überweltlichen Zustände erreichen, die die Geheilten bereits besitzen? (M 137)*

Ist die Gemütsruhe zeitweise erreicht, so könnten die weltlosen Entrückungen eintreten, wenn sie nicht durch eine zu anderen Zeiten so wichtige achtsame Reinigung und Erhellung des Herzens verhindert werden. Der Erwachte sagt aus eigener Erfahrung (M 19):

*Würde ich nur immer bedenken und sinnen (z.B. „Aufgestiegen ist mir da diese Erwägung des Wohlwollens - der rücksichtsvollen Schonung, und sie führt nicht zu eigener Beschwer, zu anderer Beschwer, nicht zu beider Beschwer. Sie mehrt die Weisheit, führt nicht zur Verstörung, sondern zum Heil“), so würde der Körper ermüden. Bei müdem Körper würde das Herz unruhig bleiben; ein unruhiges Herz aber ist fern der Einigung. Darum, ihr Mönche, befriedete ich das Herz und brachte es zur Ruhe, hielt es bei sich selbst und fügte es zur Einigung.*

Durch sein Jugenderlebnis wusste der Bodhisattva, dass er durch die gewonnene innere Helligkeit und Gemütsruhe die Reife hatte, die Weltwahrnehmung dadurch zu überwinden, dass er ganz nach innen ging, ganz der Reinheit und Einung des Herzens hingegeben. Er zog seine Aufmerksamkeit ganz von der Welt ab, beschäftigte sich nicht weiter mit den gefühlsbesetzten und sein Gemüt bewegenden Wahrnehmungen, ließ keine gedanklichen Assoziationen mehr zu in dem Wissen: „Alle Wahrnehmungen sind nur vom Herzen entworfen, sind immer wieder wechselnde Wirksamkeiten des Herzens,

Träume. Damit will ich mich nicht beschäftigen.“ So unterließ er alle Nach-außen-Wendung und ebnete - zunächst gedanklich - den Unterschied zwischen Ich und Welt ein.

Bei seiner weiten, unbeschränkten, liebevoll strahlenden Gemütsverfassung in Abwesenheit von Antipathie bis Hass und Rücksichtslosigkeit, die der Bodhisattva durch wiederholte einzelne positive Bewertungen allmählich erworben hatte, eröffnete sich ihm, als er sich nach innen wandte, das unmittelbare Wohl, das von dem gereinigten, strahlenden Herzen ausging. Dieser unmittelbaren Seligkeit wandte sich seine Aufmerksamkeit voll zu und wandte sich zwangsläufig, ohne bewusste Willensanstrengung, von den Sinnen gänzlich ab. Weil das als so beglückend empfunden wird, hört die sinnliche Wahrnehmung zugunsten inneren Glücks auf. Das ist der Übergang zur Herzenseinigung (*samādhi*), den der Erwachte in solchen Augenblicken nicht durch weitere Beobachtungs- oder Läuterungsarbeit gering zu schätzen, zu vernachlässigen, zu verhindern rät.<sup>41</sup>

Heute ist das größte Hindernis für die weltlosen Entrückungen die in vielen modernen buddhistischen Schriften und Lehren geäußerte Geringschätzung und dadurch Vernachlässigung der weltlosen Entrückungen, vor der in dieser Lehrrede gewarnt wird. Es ist die die weltlosen Entrückungen abwertende Theorie, dass allein durch Klarblick (*vipassanā*) Nibbāna gewonnen werden könne, dass hingegen die innere Ruhe des Gemüts zum Anhängen an Wohl führe und hochmütig mache. In den Lehrreden des Erwachten dagegen - so auch in der hier besprochenen - gilt immer die Reihenfolge: Zuerst die innere Gemütsruhe (*samathā*) und dann der Klarblick (*vipassanā*): Durch die Erfahrung innerer Ruhe, des Eingangs zu dem überweltlichen Wohl der Entrückungen, wird die Bedürftigkeit und Begehrlichkeit nach Weltwahrnehmung durch die Sinne aufgelöst. Ein solcher Mensch kann jetzt erst die große Unruhe, Belästigung und Schmerzlichkeit spüren, welche die

---

41 Näheres darüber s. „Meisterung der Existenz“ S. 515ff.

sinnliche Wahrnehmung mit sich bringt, weil er nun auch den Zustand außerhalb und oberhalb dieser rasanten Tätigkeit erfahren hat. Er erfährt an sich, was *Ruisbroeck* sagt:

*Steig über die Sinne, hier lebet das Leben,  
o selig der Geist, der dahin ist gekommen...*

Von hier aus ist zu verstehen, warum für einen solchen Nachfolger des Erwachten Blendung und damit Täuschung wegfällt, so dass er nun „*der Wirklichkeit gemäß erkennt und sieht*“. Er erfährt jetzt mit den Augen dieselben Formen, mit den Ohren dieselben Töne, mit der Nase dieselben Düfte wie früher. Aber da diese nicht mehr von jenem inneren sehnsüchtig lauernenden Hungerleider empfangen und abgeschmeckt werden, da dieser völlig befriedet und abgelöst ist, so erfährt ein solcher Mensch ab jetzt alle Formen, Töne, Düfte usw. ganz ungeblendet und erfährt, dass an ihnen „nichts ist“, dass er sie auch nicht braucht, dass nur seine frühere Süchtigkeit in die Dinge hineinsah, was nicht darin war. Früher gab es für ihn durch die Sinne köstliche und ekelhafte Wahrnehmungen, lockende und anziehende, ja, hinreißende, aber ebenso viele oder mehr noch abstoßende, entsetzliche, schreckliche. Diese sinnverwirrenden Täuschungen sind nun ausgelöscht, und er kommt sich vor wie ein von Fieberdelirien Genesener. Er ist jetzt gesundet und kann klar blicken.

Vierte Übung zur Wunscherfüllung:  
*Ungetrübter heller Klarblick*

Als einen Vorgeschmack der schrankenlos gewordenen universalen Wahrnehmung der Geheilten, als einen Weisheitsblitz, könnte man den ungetrübten hellen Klarblick bezeichnen, der - auf der Grundlage vorübergehenden Schweigens der Tendenzen - die Mauern gepflegter Denkgewohnheiten und selbstverständlich gewordener Anblicksweisen durchbricht.

Die beiden zusammengehörigen Eigenschaften: innere Ruhe (*samathā*) und der nur dadurch mögliche ungetrübte helle



Klarblick (*vipassanā*) spielen in allen höheren Heilslehren eine bedeutende Rolle. Das Gemüt oder die „Seele“ des Menschen werden gern mit dem Meer oder mit dem Wasser eines Sees verglichen, und es wird gesagt, dass man in einem wirbelnden oder auch nur gekräuselten Wasserspiegel nichts richtig erkennen kann, weil alles verzerrt wird. Wenn aber das Wasser zur Ruhe kommt und die Oberfläche spiegelglatt wird, dann kann man alles im Wasser Befindliche erkennen. Erst die Ruhe und Glättung des Gemütes ermöglicht den Klarblick, darum gehören die beiden Eigenschaften in dieser Reihenfolge zusammen.

Der normale Mensch ist fast ständig in mehr oder weniger erregter und oft leidenschaftlicher Gemütsbewegung. Die Triebe - grobe und feine - drängen auf Erfüllung und Befriedigung, und so wird der Mensch herumgejagt, und darum ist sein Gemüt kein klarer Wasserspiegel. Er kann die Wahrheit nicht sehen. Er sieht nur seine vermeinten Interessen, sieht selbst diese verzerrt und sieht oft Hindernisse, wo keine sind, sieht aber die wahren Hindernisse seines Heils nicht, und gerade diese gilt es zu sehen.

Wer aber durch die Unterweisung des Erwachten das Gesetz des Samsāra versteht und sich schon jahrelang auf dem Weg zur Heilsentwicklung befindet, der erfährt nun auch immer häufiger Phasen einer inneren Ruhe und damit verbundenen Klarheit. Diese innere Ruhe wird bei dem von der rechten Anschauung Geführten im Lauf der Jahre immer tiefer und währt länger. Die daher mögliche Klarheit erlaubt einen tiefergehenden Einblick in die Zusammenhänge des Samsāra. Dieser hat mit Denken und Grübeln nichts zu tun, ist unmittelbarer Anblick.

Der Erwachte sagt immer wieder, dass der Heilsstand und sein unnennbares Wesen in keiner Weise ergrübelt, nicht auf den Wegen des Denkens verstanden werden könne (*atakkāvaca*), dass er aber vom Weisen „unmittelbar entdeckt, erfahren werde“ (*pandita vedanīya*). Und Ruhe und Klarblick sind die Bringer dieser unmittelbaren Erfahrung.

Im Gegensatz zu dem nur allmählichen und langsamen

Wachsen in der Heilsentwicklung spricht der Erwachte von Ruhe und Klarblick als von „Eilboten“. Damit zeigt sich die durch sie vermittelte ganz besondere Weise der Wahrheitserfahrung: fern von allem Denken, Folgern und Schließen geschieht sie als blitzartiger Einbruch jener ganz anderen Dimension oder der Dimensionslosigkeit, der zuvor nicht geahnten: darum nennt der Erwachte sie „Eilboten“. Ihre Botschaft sei *eine Bezeichnung für das Nirvāna* (S 35,204), sagt der Erwachte. Diese Erklärung darf nicht falsch verstanden werden, weil sonst das Wesen des Klarblicks verfehlt wäre: Die von dem Eilbotenpaar übermittelte „Botschaft von der Wirklichkeit“ ist nicht „eine Botschaft“ vom Nirvāna, „eine Mitteilung, Vorstellung oder ein Gedanke über“ das Nirvāna, sondern *ist*, wie der Erwachte sagt, „das Nirvāna“. Das bedeutet: für die blitzaugenblickliche (aber als zeitlos empfundene) Dauer der Anwesenheit des Eilbotenpaares wird das Todlose, das Ungewordene selber erfahren, gesehen. Wie kommt es dazu?

Das erklärt der Erwachte in einem Gleichnis (M 64). Er sagt, dass nur derjenige das Kernholz eines Baumes (aus dem allein man haltbare Dinge machen kann) entdecken und kennenlernen kann, der die außen sichtbare Rinde des Baumes als nicht haltbar *erkennt und entfernt* und der weiterhin das dann sich zeigende Grünholz des Baumes ebenfalls als nicht haltbar erkennt und entfernt hat. Nur einem solchen zeigt sich dann das Kernholz, und er erfährt, dass dieses für seine Zwecke tauglich ist. - Ebenso, sagt der Erwachte, kann nur derjenige das Todlose, das Ungewordene, das Nirvāna sehen, erkennen und erfahren, der zuvor alles Vergängliche, Zerbrechliche und darum Leidvolle - und das sind die fünf Zusammenhäufungen - je einzeln und in ihrem Zusammenwirken als wandelbar, haltlos und zerbrechlich durchschaut und sich innerlich davon abgewandt hat. Nur für diesen blinkt - irgendwann zum ersten Mal - das Todlose, das Ungewordene, das Nirvāna selber hervor: das ist der durch Gemütsruhe, durch Nicht-abgelenktsein von den Trieben bedingte Klarblick.

Die Erfahrung des Todlosen im hellen Klarblick muss öfter

und öfter geschehen, das Eilbotenpaar muss öfter kommen, die Botschaft wird immer wieder entgegengenommen, das Todlose wird gesehen. Die Freiheit von den fünf Zusammenhäufungen wird immer wieder geschmeckt, und die Erinnerung daran wirkt nun: bei allen Eindrücken der Sinne und bei allen übersinnlichen Erfahrungen gibt diese Freiheitserfahrung ihren Kommentar: „Untauglich ist dies Erleben für das Heil, es geht um das Loslassen alles Untauglichen“.

Fünfte Übung zur Wunscherfüllung:  
*Häufig leere Klausen aufsuchen*

Um zur „Ruhe des Gemüts“ und zum „Klarblick“ zu kommen, woraus der blendungsfreie Anblick hervorgeht, bedarf es immer wieder des stillen Bedenkens und Betrachtens der Zusammenhänge in „leerer Klausen“. Der Erwachte sagt, dass die wahre heilsentscheidende rechte Anschauung, d.h. diejenige, welche in die Entwicklung zum Nirvāna hineinzieht, bedingt ist:

1. durch die Stimme eines anderen, d.h. durch die Mitteilung eines Kenners der Lehre. Das geschah früher zur Zeit des Erwachten nur mündlich, ist heute auch durch Lesen der Lehrreden möglich;
2. durch die aufmerksame Beobachtung der Herkunft der Erscheinungen.

Unter den „Erscheinungen“ werden hauptsächlich die fünf Zusammenhäufungen verstanden. Wer von den vielen darüber handelnden Lehrreden des Erwachten immer ausführlicher und bis ins Einzelne gehend vernommen hat, dass und inwiefern diese fünf Zusammenhäufungen sich gegenseitig bedingen, die eine die andere nach sich zieht, und wie sie als die Daseinskomponenten „Ich“ und „Welt“ komponieren, dem stellt sich nun die Aufgabe, diese Tatsache an sich selber und in sich selber zu beobachten: letztlich besteht unser Leben aus nichts anderem als dem Auf und Ab der fünf Zusammenhäufungen in

ununterbrochener Folge. Aber wenn der von der programmierten Wohlerfahrungssuche gelenkte Mensch die heilende Wahrheit noch nicht aufgenommen hat, dann erkennt er nicht das Spiel dieser fünf, sondern achtet auf die wohltuenden und schmerzlichen Erscheinungen und bleibt in ständig wechselnden Szenen den sinnlichen Wahrnehmungen ausgeliefert, und zwar immer wieder von der Geburt bis zum Tode, dem sehr bald wieder Geburt und Tod folgen, schier ohne Ende (Samsāra).

Wer aber, bewaffnet mit den gründlichen Aussagen über diese Zusammenhänge, nun für sich allein seinen inneren Haushalt zu beobachten beginnt, die angenehmen und unangenehmen Wahrnehmungen und die sofort aufkommende Neigung, zu den angenehmen hin- und von den unangenehmen fortzustreben, der beginnt bei sich die blinde Determiniertheit seines gesamten Wollens und Handelns zu entdecken. Er erkennt, dass „er“ überhaupt nicht in eigener Entscheidungssuche lebt, sondern hingerissen wird von seinen Interessen, von Tat zu Tat, von Wahrnehmung zu Wahrnehmung. Indem diese Einsicht aus eigener beharrlicher Beobachtung der inneren Vorgänge in ihm zum Durchbruch kommt, da wird er zum Heilsgänger. Darum heißt es (S 22,122):

*Ein Mönch, der tugendhaft ist, kann, wenn er gründlich auf die Wandelbarkeit, Schmerzlichkeit und Ichlosigkeit der fünf Zusammenhäufungen achtet, die Frucht des Stromeintritts verwirklichen. Dadurch erreicht er ganz sicher nach höchstens sieben Leben den endgültigen Heilsstand.*

Dass einer sich daraufhin in seinem gesamten Zuwenden, Abwenden und Verhalten wandelt und umbildet, das geschieht mit gesetzmäßigem Zwang: er muss nun das wahre Wohl anstreben im Bewusstsein des Wahncharakters alles Erlebten. Der Kenner der Lehre weiß: Alles, was ich erlebe, habe ich selber gemacht. Die Welt ist zum Überwinden da, nicht um darin zu leben. Diese Gedanken immer wieder pflegen, anbinden an sich aufdrängende wahnhaftige Vorstellungen - das ist die

Arbeit in einsamem stillem Bedenken. In M 1 heißt es gleich zu Anfang, dass der unbelehrte Mensch die Wahrnehmung von „Festem“ hat, von „Flüssigem“, „Wärme“ und „Luftigem“ und von daraus „Gewordenem“, dass er diese Wahrnehmung für Wirklichkeit hält und darum auch dergleichen denkt (*mañña-ti*), damit Umgang pflegt, damit rechnet und sich daran gewöhnt. Darum rät der Erwachte, diese Tatsache bei sich zu beobachten und den Wahn zu durchbrechen. Er rät, statt sich von Sinneseindrücken blenden zu lassen, nur zu beobachten, wie dieser „lebendig“ erscheinende Körper ganz ebenso wie alles Äußere, durch die Sinne Erfahrbare immer doch nur aus Wahrnehmung besteht und dass der wahrerfüllte Geist erst „Dinge“ daraus schafft. Und er verspricht, dass bei einem, der die Wahrheit von der Wirklichkeit fest im Auge behält (*saccānurakkhana*) und den weisheitlichen klaren Anblick nicht vernachlässigt (*paññānappamajjati* - M 140), die programmierte Wohlerfassungssuche nicht mehr auf sinnliche Wahrnehmung aus ist, sondern innen still bleibt.

Auch in anderen Religionslehren, die vom *samādhi*, von der „*unio mystica*“ (Europa), „*Tao*“ (Asien) wissen, gilt das von außen durch die Sinne Eindringende als das Gefährliche, das Feindliche, vor dem man sich zu hüten hat. So sagt *Ruisbroeck*:

*Kennst du die Wahrheit und kannst innen bleiben, trübt Furcht dich nicht, noch lockt dich fremde Liebe, so bist du frei, bist ledig allen Kummers... Das Herz ist frei, entbunden aller Täuschung.*

*Die Wahrheit kennen* heißt, zu wissen, dass alles, was durch die Sinnesdränge erfahren wird, seelenlos, kümmerlich, vergänglich, wandelbar und schmerzlich ist. Und „Innenbleiben können“ bedeutet: in der Gemütsruhe - und in ihrer tiefsten Form: in der „weltlosen Entrückung“ - oberhalb und außerhalb der sinnlichen Wahrnehmung leben zu können.

Die sinnliche Wahrnehmung wird von dem Entrückungsgewöhnten angesehen wie die Halluzination eines Geistes-

kranken, und den Erleber wandelt Scham an darüber, dass er bisher mit der weltlich-sinnlichen Wahrnehmung tief getäuscht, ja irregeführt wurde in eine Dimension, die nur in der Geistesverwirrung besteht. Ihn lockt nicht mehr „*fremde Liebe*“, d.h. die Liebe zu sinnlichen Wahrnehmungen.

Mit dem Erlebnis weltloser Entrückungen ist ein entscheidender Durchbruch in eine andere Dimension gewonnen als Frucht des stillen Bedenkens in einsamer Klausur.

## Die siebzehn Wünsche

### Der Wunsch, von den Ordensbrüdern geliebt und anerkannt zu werden

Wir können uns vorstellen, dass ein Mönch, der die fünf vom Erwachten genannten Übungen durchführt, seinen Mitmönchen, die sich in der gleichen Weise bemühen, Ansporn und Vorbild ist, dass er sie in heilsförderlichem Anblick bestärkt.

Wenn er für sich ist, dann ist er entweder mehr in tiefem Nachdenken über die Daseinszusammenhänge oder in der Erhellung des Herzens oder im Loslassen aller Erscheinungen. Aber wo nur irgendwie Begegnung ist, da übt sich ein solcher Mönch in liebevoller und rücksichtsvoller, sanfter Begegnung mit den Ordensbrüdern in Taten, Worten und Gedanken. Dass ein solcherart sich übender Mönch seinen Ordensbrüdern lieb und angenehm ist, ist leicht nachzuvollziehen.

Ist ein Mönch seinen Ordensbrüdern nicht lieb, achten sie ihn nicht, dann hat es keinen Zweck, wenn dieser Mönch traurig, bekümmert, unzufrieden ist. Dadurch verdunkelt er nur das Herz und erreicht noch weniger Anerkennung. Seinen Zweck erreicht er nur, wenn er aktiv das unternimmt, was ihm auf die Dauer ganz sicher Anerkennung verschafft, nämlich sich in den genannten fünf Übungen zu üben und Fortschritte zu machen.

Wir wissen, dass es bei jedem normalen Menschen mehr oder weniger stark das Bedürfnis gibt, geachtet, geliebt, eben

anerkannt zu werden. Anerkennungsbedürfnis erzieht und zieht hin zu der Art derer, von denen man anerkannt werden möchte. Wenn der Mönch sich bemüht, von guten Menschen, von seinen Ordensbrüdern und gar von den Geheilten unter ihnen anerkannt zu werden, dann führt er sein Leben in einer Weise, von der er weiß, dass sie von ihnen geachtet wird.

Voraussetzung ist natürlich, dass der Mönch die heilende rechte Anschauung erworben hat oder sich um ihren Erwerb bemüht, denn nur durch diese kommt der Mensch dazu, dass er die ganze Leidensmasse, die mit seinem jetzigen Zustand als Mensch im Samsāra verbunden ist, so sehr durchschaut und die Möglichkeit der Befreiung davon so deutlich begreift, dass bei ihm nun ein Sehnsuchtsgefälle auf die Erlösung hin und von dem Samsāra fort entstanden ist. Diese Kraft des Sehnsuchtsgefälles hat ja bereits bewirkt, dass der Mönch in den Orden eingetreten ist und nun zusammen mit den Mitmönchen die unverletzbare Unverletztheit anstrebt.

Während einer langen Strecke auf diesem Weg zur Befreiung ist das Anerkennungsbedürfnis ein Hilfsmittel, um einzelne Etappenziele zu erreichen, bis der Übende etwas Besseres gefunden hat, mit dessen Hilfe dann auch das Bedürfnis nach Anerkennung überwunden werden kann.

Der Wunsch, mit dem Lebensbedarf gut versorgt zu werden

Der erste Wunsch betraf die Anerkennung und Liebe seitens der Ordensbrüder. Dieser zweite Wunsch betrifft die Anerkennung und Liebe seitens der im Haus Lebenden, die sich äußert in reichlichem Spenden. An anderer Stelle, z.B. M 5, wird geschildert, wie mancher Mönch unzufrieden ist und zornig wird, wenn er nicht ausreichende und beste Almosenspeise bekommt. Hier wird gezeigt, wie er sie bekommt. Mit bester Almosenspeise ehren die im Haus Lebenden den ernsthaft Übenden.

Zur Zeit des Erwachten wussten die im Haus lebenden Nachfolger wohl zu unterscheiden zwischen einem Mönch

oder einer Nonne, die ernsthaft bemüht waren, und solchen, die lässig ihren Ordenspflichten nachkamen. Es liegt auf der Hand, dass sie lieber diejenigen mit allem Erforderlichen versorgten, deren Verhalten sie mit Achtung und Ehrfurcht erfüllte, da sie sich in den fünf Übungen übten und im Umgang wahrhaft rücksichtsvoll und liebevoll waren. Hinzu kommt, dass der Erwachte bei vielen Gelegenheiten von dem großen Verdienst sprach, das der Geber durch die Gabe an würdige Empfänger erfährt. Davon handelt der nächste Wunsch.

Der Wunsch des Beschenkten, dass die Gabe den Gebern hohes Verdienst, hohen Gewinn bringt.

Der Erwachte sagt (M 142):

*Wer tugendhaft an Tugendhafte spendet,  
was ehrlich er erworben hat, mit hellem Herzen  
und im Vertrauen auf des Wirkens gute Frucht -  
die Spende, sag ich, bringt in Fülle Früchte.*

Die Übersetzung von *saddhā* mit „Vertrauen“ gibt den Sinn nicht voll wieder. Gemeint ist die religiöse Haltung, und zwar nicht Religion als Anbetung, sondern als Wissen um die höheren Gemütsempfindungen, die beim Geben ausgelöst werden und die den Menschen den Göttern verwandt werden lassen. Vertrauen beim Geben bedeutet, dass der Geber nicht denkt, dass er jetzt weniger hat, weil er das Weggegebene nun nicht mehr hat, sondern es bedeutet, dass ihm bewusst ist, dass er durch umsichtiges, fürsorgliches Geben dem anderen eine Freude bereitet oder ihn aus einer Verlegenheit oder Not befreit. Diese Erhellung, Erhöhung des Empfindens sind geistige Werte, die erworben werden mit dem Abgeben vom eigenen Besitz. Der Geber freut sich, dass er dem Empfänger das Leben erleichtert, der Empfänger empfindet Freude und Dankbarkeit und Liebe und dies um so mehr, je weniger er von Sympathie und Antipathie geblendet ist. Diese Gemüts Haltung wird in allen Religionen als himmlisch bezeichnet, sie bringt



den Geber den Göttern nahe, bringt ihm also nach dem Tode reiche Frucht.

*General Siho* besuchte einst den Erwachten und fragte (A V,34):

*Kann man, o Herr, die Frucht, die das Geben im jetzigen Leben bringt, kurz aufzeigen? – Das kann man Siho –, sprach der Erhabene. Wer gibt, wer ein Meister im Geben ist, der ist bei vielen Menschen beliebt und gern gesehen. Das ist eine Frucht des Gebens im jetzigen Leben. Ferner suchen einen, der gibt, der ein Meister im Geben ist, gute Menschen auf. Das ist eine Frucht des Gebens im jetzigen Leben. Weiter verbreitet sich über einen, der gibt, der ein Meister im Geben ist, ein guter Ruf; auch das ist eine Frucht des Gebens im jetzigen Leben. Weiter tritt ein solcher, in welche Gesellschaft er sich auch begibt, mit innerer Sicherheit und Unbefangenheit auf; auch das ist eine Frucht des Gebens im jetzigen Leben. Endlich erscheint einer, der gibt, der ein Meister im Geben ist, nach Versagen des Körpers, jenseits des Todes, auf guter Bahn wieder, in himmlischer Welt; das ist eine Frucht des Gebens in jenseitiger Welt.*

Der Erwachte spricht von einer sechsfach ausgezeichneten Spende (A VI,37):

*Da hat der Spender drei hohe Eigenschaften, und die Empfänger haben drei hohe Eigenschaften. Welches sind die drei hohen Eigenschaften des Spenders? Da ist der Spender vor dem Geben freudig bewegt, während des Gebens wird sein Herz friedvoll, nach dem Geben erhebt sich sein Geist. Das sind die drei hohen Eigenschaften des Gebers. Welches sind die drei hohen Eigenschaften des Empfängers? Da sind die Empfänger frei von Anziehung, Abstoßung, Blendung, sind in der Befreiung von Anziehung, Abstoßung, Blendung fortgeschritten. Das sind die drei hohen Eigenschaften des Empfängers. So hat der Spender drei hohe Eigenschaften, und der Empfänger hat drei hohe Eigenschaften. In dieser Weise, ihr Mönche, ist eine*

*Spende sechsfach ausgezeichnet.*

*Das Verdienst einer derart sechsfach ausgezeichneten Spende ist schwerlich zu ermessen mit Worten wie: „So und so groß ist der Strom an Verdienst, der Strom an Heilsamem, die Ernährung von himmlischem Wohl, die Frucht an Wohl, das zu himmlischem Dasein, zum Erwünschten, Begehrten, Angenehmen, zu Segen und Wohl führt.“ Als unermesslich, unmessbar nur kann diese Fülle der guten Folgen bezeichnet werden. Es ist, Mönche, wie beim Ozean: da kann man die ungeheure Wassermasse schwerlich in Begriffe fassen wie: 'So und so viel Maß Wasser' oder 'So und so viel hundert Maß Wasser' oder 'So und so viel tausend oder hunderttausend Maß Wasser'. Als unermesslich, unmessbar nur kann die ungeheure Wassermasse bezeichnet werden. Genauso ist das Verdienst einer derart sechsfach ausgezeichneten Spende schwerlich zu ermessen mit Worten. Als unermesslich, unbegrenzbar nur kann diese Fülle der guten Folgen bezeichnet werden.*

Schon die schlichte Nahrungsspende kann bei entsprechender Motivation bei einem besonders herausragenden Empfänger <sup>42</sup> ungeahnt hohe Folgen haben. So sagt der Erwachte (A V,37):

*Durch Nahrungsspende gibt der Geber dem Empfänger fünf Arten von Hilfe, ihr Mönche. Welche fünf? Er spendet Lebenskraft, gutes Aussehen, Wohlbefinden, Stärke, Geistesgegenwart (z.B. in der Durchschauung von Irrtümern). Weil er Lebenskraft gespendet hat, wird ihm himmlische oder menschliche Lebenskraft zuteil; weil er gutes Aussehen gespendet hat, wird ihm himmlisches oder menschliches gutes Aussehen zuteil; weil er Wohlbefinden gespendet hat, wird ihm himmlisches oder menschliches Wohlbefinden zuteil; weil er Stärke gespendet hat, wird ihm himmlische oder menschliche Stärke zuteil.*

---

42 Allerdings spricht der Erwachte nicht nur von Gaben an sich übende Mönche, die er als die Gabenwürdigsten bezeichnet, sondern ebenso von Gaben an die Familie, an Freunde, an Gäste, an Arme, an Verstorbene und Himmelswesen (A IV,61, D 31), an Tiere (M 142), die auch Früchte bringen in diesem wie im nächsten Leben.

*Weil er Geistesgegenwart gespendet hat, wird ihm himmlische oder menschliche Geistesgegenwart zuteil.*

Wünscht sich also ein Mönch, dass die Spende den Gebern hohes Verdienst bringt, dann soll er mit Hilfe der fünf Übungen Anziehung, Abstoßung, Blendung mindern und so ein Gabenwürdiger, ein herausragender Empfänger werden.

Da jede Gabe dem Geber Frucht bringt, könnte man sich fragen, wozu der Mönch das dem Geber noch eigens wünscht. Zum einen kann darin ein mitfreudiger Ausdruck des Gönnens dieser Frucht liegen, aber auch der fürsorgliche Wunsch, der Spender möge sich nicht nachträglich durch falsches Denken um den Genuss dieser herrlichen Früchte bringen - etwa indem ihn die Gabe reut.

Der Wunsch: *Die verstorbenen Blutsverwandten, die meiner in Liebe gedenken, sollen hohes Verdienst, hohen Gewinn davon haben*

Hier heißt es nicht, dass der Mönch mit Sehnsucht an seine verstorbenen Verwandten denken solle, die ihm wohlwollen, dass er darüber nachdenken solle, wie er mit ihnen Verbindung aufnehmen könnte, sie zum Guten beeinflussen könnte, sondern der Erwachte rät, sich selber besser zu machen. Je mehr sich der Mönch in den fünf Übungen übt, um so tugendhafter, liebevoller, aber auch gelassener und loslassender erleben ihn die verstorbenen Verwandten, die dem Mönch in Liebe verbunden sind und ihn darum vom Jenseits her begleiten, und um so mehr Ansporn erfahren sie für ihr eigenes Streben.

Hinzu kommt, dass ein Mönch mit eigenen tiefen Erfahrungen auch seine Mitwesen entsprechend belehren kann, seien es Menschen oder jenseitige Zuhörer, besonders wenn sie ihm in verwandtschaftlicher oder freundschaftlicher Liebe verbunden und darum besonders aufnahmebereit sind. Die Gabe der Lehre, durch welche die Zuhörer Verständnis bekommen für die Zusammenhänge in der Existenz und ihr Le-

ben danach ausrichten, wird als eine der höchsten Gaben bezeichnet. Durch sie wird der Hörer vor untugendhaftem falschem Verhalten und entsprechender dunkler Ernte bewahrt, zu tugendhaftem rechtem Verhalten bekommt er viele Impulse und entsprechend hell ist sein zukünftiges Erleben. Er hat sich im Menschenleben durch die Zuwendung zu dem ihm lieben Mönch und durch seine Aufnahmebereitschaft und Nachfolge Verdienst erworben - vielleicht sogar den Eintritt in die Heilsanziehung, woraus zwangsläufig nach einiger Zeit das Heil, die unverletzliche Unverletztheit hervorgeht: das höchste Verdienst.

Von dem Mönch *Pilindo*, der die Triebversiegung erreicht hatte, sagt der Erwachte, dass er an der Spitze derer stehe, die den Geistwesen lieb und wert sind (A I,24). *Pilindo* war nämlich in früheren Leben ein Wohltäter gewesen, oft ein König und Kaiser, und zwar ein Wohltäter, der die Menschen im Guten belehrte und befestigte. Zahlreiche Menschen waren durch seine Belehrung zum Himmel aufgestiegen und erinnerten sich daran. Aus Dankbarkeit standen sie ihm nun immer zur Verfügung. Was er auch wünschen mochte, sie suchten es zu erfüllen. So besaß er, wie auch der Erwachte, ein unsichtbares Gefolge einer großen Geisterschar, die ihn beschützte und bediente.

In den Berichten des Pālikanon zeigt sich der die Schranken der fünf Sinne übersteigende ständige Verkehr des Erwachten mit Geistwesen, die bei ihm Belehrung suchten, als eine selbstverständliche Folge der von ihm erreichten universalen Wahrnehmungsweise, die auch anklingt in dem Ruhmesruf, der ihm voranging: *...der Welt Kenner...der Meister der Götter und Menschen, der Erhabene, der Erwachte...*

### Der Wunsch, Unlust und Lust zu besiegen

Die Unlust (*arati*) begegnet dem normalen Menschen am meisten, wenn er mit sich allein ist. Sie verlockt ihn, sich immer wieder Ablenkungen zu verschaffen in der Sensation, so

dass er nie zur Ruhe kommt, ja, die Ruhe gar nicht mehr wünscht, sondern sie fürchtet und flieht. Die Unlust ist die Verführungskunst einer der drei Māro-Töchter. Sie lockt den Menschen von Reiz zu Reiz, sie peitscht ihn durch die ganze Welt, die ihrem Vater Māro - dem Tod, dem Gesetz der Vergänglichkeit - gehört. Und in dieser Hetze verschleißt der Mensch den Körper und legt immer wieder einen neuen Körper an. Von der Unlust gejagt, hofft er immer wieder, in der Lust, in der Befriedigung das Heile zu finden, und so kann er nie den Wahn durchschauen. Das ist der Daseinskreislauf des Samsāro in der niederen Ebene.

Öde, Langeweile und dadurch bedingt Lust nach spannenden Sensationen, *arati* und *rati*, sind nur scheinbare Gegensätze, in Wirklichkeit sind es Zwillinge, so wie die beiden Enden einer Pendelbewegung nur für den befangenen Blick Gegensätze sind, in Wirklichkeit aber vom gleichen Drehpunkt ausgehen. Dieses Pendeln zwischen *arati* und *rati* ist hilflos, ist wie das Laufen in einer Tretmühle. Es dreht nur im Kreise, endlos, aussichtslos. Darüber verschleißt der Körper mit seinen Organen, mit denen man sich sinnliche Eindrücke verschafft, bis zur Vernichtung. Mit dieser grauen Herzensverfassung legt man immer wieder neue Körper an und verschleißt sie in ständigem Wechsel von Geborenwerden, Altern und Sterben, solange man nicht aus der Tretmühle zwischen *rati* und *arati* herauskommt.

Der Erwachte ist seinerzeit immer wieder von Menschen und Geistern mit dieser Sorge angegangen worden:

*Begier und Hass - woher entstammen diese?  
Unlust und Lust und Angst - woher erwachsen sie?  
Woher denn flattern stets im Geist Gedanken auf  
wie die von Knaben angebandenen Vögel? (Sn 270)*

Der normale Mensch ist auf die Lust, d.h auf Reiz und Befriedigung angewiesen, weil er bei sich selbst unbefriedigt ist, in der Unlustverfassung ist, in Dunkelheit, Kälte und Missmut. Da ist es ganz natürlich, dass der normale Mensch, der nur

diese Erlebensweisen kennt und nichts von geistiger Erfahrung gehört oder gar selbst erfahren hat, die über dieses sinnlose Hin- und Herpendeln hinausführt in eine innere eigenständige Helligkeit und Wärme, für diese Dinge keinen Sinn entwickeln kann, denn die innere Dunkelheit fordert äußeren Anreiz. Weil der äußere Anreiz immer nur etwas Kurzes und Vorübergehendes ist, so fällt der Mensch immer wieder in seine innere Dunkelheit zurück und muss immer wieder außen neue Beute suchen. Bei sich selber findet er kein Wohl, geschweige Glück. Ja, er weiß und ahnt kaum, dass dergleichen überhaupt möglich ist. Er strebt mit allen Fibern und Intentionen nur nach außen, nur von sich weg in die Fremde. Damit ist er vom Außen abhängig und damit vom Körper, durch den ja das Außen nur erlebt werden kann, und damit ist er sterblich.

Das alles ist vollkommen anders bei dem, der in sich selbst ein eigenes Licht, eine eigene Wärme, ein eigenes Leuchten entzündet hat, der in sich Helligkeit und Glück erfährt, das ihm niemand von außen nehmen kann. Das aber wird gewonnen durch Tugend und Liebe.

Jeder Mensch hat sein eigenes Grundgefühl, sein eigenes inneres Lebensklima, das bedingt ist durch das Verhältnis seiner unheilsamen zu seinen heilsamen Eigenschaften, Tendenzen, Neigungen, charakterlichen Qualitäten. Insofern trägt jeder einen anders klingenden geistigen „Gong“ in seinem Gemüt, und darum hat jeder auch bei etwa gleichartigen äußeren Erlebnissen doch sehr andere Wohl- und Wehgefühle; denn ein gewaltiger Unterschied besteht zwischen dem Wohl- und Wehgefühl von nach ihrer Grundbeschaffenheit hochsinnigen Wesen gegenüber denen grober, egoistischer und roher Menschen.

Daraus zeigt sich, dass die von außen zur Berührung kommenden Sinneseindrücke, obwohl wir ihnen fast unsere ganze Aufmerksamkeit widmen, nur den geringsten Einfluss auf uns ausüben können, da der Grundcharakter unseres Empfindens und Fühlens ausschließlich von den Trieben des Herzens herkommt.

*Schopenhauer* sagt von dem dunklen Grundgefühl:

*Die wahre Quelle der Langeweile ist die innere Leerheit des Menschen, welche nach äußerer Anregung lechzt; daher die rege Aufmerksamkeit auf die kleinsten Vorgänge der Außenwelt.*

Dagegen sagt er von dem hellen Grundgefühl, das aus Nächstenliebe hervorgeht:

*Moralische Trefflichkeit beglückt unmittelbar, indem sie tiefen Frieden des Innern und beruhigte Stimmung gibt.*

Wer den Weg der inneren Läuterung beharrlich geht, der macht auf diesem Weg Fortschritte. So wie beim Goldwaschen durch das Herauslesen der Fremdkörper allmählich der Goldgehalt immer mehr zum Vorschein kommt, der Goldsand immer mehr glänzt, so auch verändert, erhöht und erhellt sich bei dem Menschen, der nach dem Rat und der Anleitung der Großen zu fortschreitender Tauglichkeit erwächst, das innere Grundgefühl. Erst diese Erhellung macht seinen Geist auf das Grundgefühl aufmerksam. Er beginnt, es als Quelle weltunabhängigen Wohles zu entdecken. Im Lauf der Jahre erfährt er immer deutlicher, dass nicht dieser Körper und nicht die Welt, sondern das Grundgefühl, diese seine entdeckte still-heitere Gemütsstimmung, der Träger seiner Existenz ist. Er merkt, dass diese Gemütsstimmung gar nicht durch den Körper besteht, nicht durch die Sinneseindrücke besteht, sondern durch sein „Herz“, die Tendenzen, besteht.

Mit dieser Entdeckung und Erkenntnis geschieht fast unmerklich langsam, aber eben doch jene entscheidende Wendung, die erst die unhemmbare Heilsentwicklung einleitet. Wer die Erhellung des Herzens bei sich spürt, der erlebt daraus einen großen Aufschwung seines Empfindens, denn soweit der Fortschritt auf der Tugend beruht, wird ihm damit sein praktisches Fortschreiten erfahrbar. Die Freude darüber ist der Ausgangspunkt der Entwicklung zur geistigen Beglückung (*piti*), die bis zum Aufleuchten der Entzückung reichen kann - das

sind die Stufen zum weltunabhängigen Herzensfrieden.

Damit ist das Pendeln zwischen Lust und Unlust überwunden. Wenn durch Tugendwohl innere Freude und Beglückung stark geworden sind, dann tritt für einen solchen die sinnliche Wahrnehmung und vor allem das Begehren nach ihr ganz zurück, und dem Übenden ist wohl bei sich selber. - So sind auch zur Überwindung von Unlust und Lust die fünf genannten Übungen unerlässlich.

### Der Wunsch, Furcht und Angst zu besiegen

Der erste Grad von Furchtüberwindung wird durch ein tugendhaftes Leben erreicht (s. die erste Übung). Der Erwachte sagt, dass derjenige, der die fünf Tugendregeln innehalte, dadurch diejenige Furcht, die durch Töten, Stehlen, Einbruch in andere Ehen, Verführung Minderjähriger, trügerische Rede und den Gebrauch von berausenden Mitteln entsteht, ganz ausrottet. (A IX,27) Indem er dadurch, dass er die Tugendregeln einhält, unermesslich vielen Wesen Freiheit von Furcht gewährt, wird auch ihm entsprechende Freiheit von Furcht zuteil. (A VII,39)

Und wenn er sich gar aus herzlichem Mitempfinden mit den Wesen immer mehr rücksichtsvolle und liebevolle Weisen des Redens und Handelns angewöhnt, da inzwischen die Bedürfnisse und Wünsche seines jeweiligen Gegenübers immer mehr an seine eigenen herangerückt sind und er innerlich hell, hochsinnig geworden ist, dann vergleicht der Erwachte einen solchen mit einem kampfeserfahrenen Kriegerfürsten, der *den Feind niedergestreckt* hat, also von keiner Seite mehr bedroht werden kann. Ein solcher ist wahrlich von allem Gewissensdruck befreit. Und der Erwachte sagt ausdrücklich: *Wenn er diese Entwicklung der tugendhaften Begegnungsweise vollendet hat, dann erwächst bei ihm ein inneres Wohl der Gewissensreinheit.* (D 2) Er sagt, dass ein solcher Mensch für seine gesamte Zukunft - also die unendliche über Tod und Leben hinausgehende Zukunft - nicht irgendwo und irgendwie noch



Gefahr fürchtet. Nach allen Religionen und ausweislich der Geschichte führt der sittenlose Lebenswandel, das hemmungslose begehrlische Süchten und das gehässige, niederträchtige Handeln über kurz oder lang unweigerlich zu harter Begegnung, zu Schmerzen, Leiden und Entsetzen - und führt der sittlich reine Lebenswandel, führen Milde, Hilfsbereitschaft, Nachsicht und Güte zu der sanften Begegnung, zu allem Glück der Lebewesen. Darum darf, wer sich zu jenem sittlich lauterem Lebenswandel durchgerungen hat, ganz sicher sein, dass das ihm jetzt noch begegnende Unliebe und Schmerzliche, das Ernte ist aus seinem früheren untugendhaften Handeln, nach und nach abnehmen, sich mindern und verschwinden wird und dass in zunehmendem Maß das Erwünschte und Ersehnte eintreten wird.

Wir können diesen Zustand kaum ahnen. Alle Sorge und Angst, die sich der normale Mensch macht, sei es über eigene körperliche Krankheit oder über wirtschaftliche oder politische Entwicklungen, über Kriege, Atombomben oder Naturkatastrophen - alle diese Sorgen kommen noch von den Dunkelheiten unseres alten Erlebnispotentials, von den noch nicht aufgelösten Dunkelheiten unseres Schaffsals, unseres Karma, von unserer „unbewältigten Vergangenheit“. Von daher sehen wir noch „Gefahren“. Der „Gewissensdruck“ besteht nicht nur aus bewussten Selbstvorwürfen, sondern aus noch unaufgelösten, groben Verletzungen, die irgendwann von uns ausgingen, und aus noch unaufgelöster innerer Verletzbarkeit, die aber im Lauf der Entwicklung zu Hochherzigkeit aufgelöst werden kann und mit der zugleich auch die halbbewusste ahnungsvolle Zukunftsdrohung aufgelöst wird.

Der zweite Grad der Furchtüberwindung besteht darin, dass der Übende die Wahrnehmung eines treffbaren Ich in der Welt durch das Erlebnis weltloser Entrückung übersteigt, so wie es ein Mönch ausdrückt, der früher König war:

*Auf hohem Walle, hoher Burg,  
im Turmgemache, Mauer fest,*

*beschützt von Schwert und Elefant,  
erzittert doch ich, war verzagt.*

*Doch heute lebt er zitterfrei,  
Gefahr entgangen, furchterlöst,  
in seliger Schauung, waldgewohnt,  
der Sohn der Godhā, Bhaddiyo. (Thag 863/4)*

Der Erwachte bezeichnet die weltlosen Entrückungen als Furchtlosigkeiten auf dem Weg zur vollkommenen Furchtüberwindung. (A IV,56)

Vollkommene Furchtlosigkeit für immer (dritter und endgültiger Grad der Furchtüberwindung) hat, wer das Nirvāna erreicht hat. (S 8,8 -Thag 1238) Wenn die fünf Zusammenhäu-fungen nicht mehr als eigen empfunden werden, dann kann es keine Furcht mehr geben.

Auf dem Weg zur vollkommenen Furchtlosigkeit ist derjenige, der sich in den fünf in unserer Lehre genannten Übungen übt. Ist er darin weiter fortgeschritten, ist das Herz heller und freier geworden, dann hat er die bisher genannten Wünsche nicht mehr, ist über sie hinausgewachsen. Dafür rücken folgende Wünsche und Wunscherfüllungen näher: die transzendierenden Erlebnisse der weltlosen Entrückungen, die Wahrnehmung von Formfreiheit, der Erwerb der Sicherheitsgrade und der Weisheitsdurchbrüche.

### Der Wunsch nach weltlosen Entrückungen

Der Übende hat inzwischen das helle, von Herzensbefleckungen gereinigte Herz als die Quelle unabhängigen Wohls entdeckt. Er merkt, dass seine Gemütsstimmungen nicht durch den Körper bestehen und nicht durch die Sinneseindrücke, sondern immer nur durch die Beschaffenheit des Herzens, seiner Eigenschaften, des Charakters, bedingt sind. Es entsteht ein Wohl aus Herzensreinheit, ihm wird sein praktisches Fortschreiten erfahrbar. Er weiß, dass dies die Vorbedingung für die weltlosen Entrückungen ist, und sehnt sich nach dem sa-

*mādhī: Wann doch nur werde ich jene überweltlichen formfreien Erlebnisse erfahren, wie die Geheilten sie erfahren haben! (M 137)*

Sein vollständiger Rückzug von dem Außen ist ihm nicht Verzicht, sondern er lebt in voller Hingabe an den inneren Herzensfrieden, die Gemütsruhe, die nur durch die Tugenderhellung möglich wurde. Sein Denken (*in einsamer stiller Klausur*) ist damit beschäftigt, die aus früherem Wahn gesponnenen Welterscheinungen immer mehr als solche zu durchschauen und dadurch unterscheiden zu lernen, welche Wege in das Leiden hineinführen und welche aus dem Leiden herausführen. Darüber wird er in seinem Geist zunehmend klar und heiter und in seinem Herzen still. Und es mag sein, dass er zu dieser Zeit öfter die erste weltüberwindende Entrückung (*jhāna*) gewinnt, die eingeleitet wird durch Bedenken und Sinnen über Wahrheitszusammenhänge in Abwesenheit von Trieben nach weltlichen Erscheinungen.

Wenn das durch Herzensreinheit und Beglückung über das Verständnis der vom Erwachten aufgezeigten Wahrheit empfundene Wohl übermächtig wird, dann schweigt auch das Denken, und er erreicht die zweite Entrückungsstufe:

*Nach Verebbung auch des Bedenkens und Sinnens verweilt er in innerem seligem Schweigen, in des Gemütes Einigung. Und so tritt die von Sinnen und Bedenken befreite, in der Einigung geborene Entzückung und Seligkeit ein, der zweite Grad weltloser Entrückung.*

Durch die Entrückungen, die immer tiefer werden und immer länger dauern, wird der Mensch der Weltwahrnehmung so entwöhnt, wie es sich der normale Mensch gar nicht vorstellen kann. Wir kennen außer der sinnlichen Wahrnehmung nur den Zustand, *unter* die sinnliche Wahrnehmung zu fallen: durch Schlaf oder Ohnmacht. Und wenn wir von dort wieder zurückkommen, dann sind wir die alten und freuen uns, wieder „da“ zu sein. Wer aber die Herzensläuterung bis zu der Reinheit entwickelt hat, die zu der Entrückung erforderlich ist, der

lebt mit oder ohne sinnliche Wahrnehmung und in einem so hellen Gemütszustand, der unvergleichlich ist mit den durch sinnliche Wahrnehmungen erfahrbaren Befriedigungen. Darum wird von den Entrückungen gesagt, dass man hier *über* die Sinne *hinaus* gestiegen ist. Dadurch tritt eine große Veränderung im Wesen des Menschen ein.

Der normale Mensch wird in den Reden des Erwachten als „weltwahrnehmig“ bezeichnet, aber der Entrückungsgewohnte ist „eigenwahrnehmig“, er lebt im Wohl seines hellen, beruhigten Herzens. Ein solcher *muss* nicht mehr Welt wahrnehmen, aber er *kann* noch wahrnehmen, er lebt in einer Ruhe, die wir uns nicht vorstellen können. Der Erwachte sagt, dass der dahin Gelangte gar nicht mehr des häuslichen Lebens fähig ist, denn für ihn ist die pausenlose Auseinandersetzung mit den Sinnesindrücken fast so anstrengend wie für uns das Stillstellen sinnlicher Wahrnehmung. Und wo wir Berichte haben, sei es aus der christlichen Mystik oder von den Mönchen des Erwachten oder von anderen Mystikern, da zeigen uns die ebenso tief verwunderten wie hochbeglückten Äußerungen der Anfänger in dieser Lebensart, dass dieser Zustand über alle Maßen selig ist. Er ist das überweltliche Ergebnis der fünffachen Übung:

*sich in Tugend zu vervollkommen,  
die innere Ruhe des Gemütes anzustreben,  
die weltüberwindenden Entrückungen  
nicht gering zu schätzen,  
ungetriebten, hellen Klarblick zu gewinnen  
und häufig leere Klausen aufzusuchen.*

Der Wunsch nach Erreichung der Sicherheitsgrade

Die Übersteigung weltlicher Wahrnehmung durch die Entrückungen (die *unio mystica*, *jhāna*), durch welche Raum und Zeit überwunden sind - wird von denjenigen, die sie zum ers-

ten Mal erfahren und durch die Lehre des Buddha nicht aufgeklärt sind, als „ewiges Heil“ angesehen. Die sinnliche Wahrnehmung haben sie als ununterbrochen sich wandelnd, als Bruch und Stückwerk, als vollkommenes Elend erkannt, das Schmerzen und Enttäuschung mit sich bringt und das die Ursache für alle zwischenmenschlichen Spannungen, Streit, Blut und Tränen ist. Nun meinen sie, im Zustand der ewigen Seligkeit zu sein, wie es aus dem Mund christlicher als auch hinduistischer Mystiker vielfältig bezeugt wird.

Auch der Erwachte erlebte unmittelbar vor der Erwachung, als er also noch kein Buddha war, die weltlosen Entrückungen, und auch bei ihm richtete sich nach diesen beseligenden Erlebnissen sein ganzer Wille von der Weltwahrnehmung fort und auf die durch das rein gewordene Herz möglich gewordene beseligende Wahrnehmung hin. Er pflegte diese immer wieder und erfuhr dabei, dass der empfundene Friede immer größer und tiefer wurde und manchmal auch schwand, also sich veränderte. Damit erfuhr er die Wandelbarkeit, Unbeständigkeit, Unhaltbarkeit auch dieser seligen Lebensweise.

Durch weitere Übungen erfuhr er schließlich die Auflösung von Gefühl und Wahrnehmung. Und als er danach wieder wahrnahm, konnte er unmittelbar erkennen, dass dieser Zustand gerade durch die Abwesenheit der fünf Zusammenhäufungen eine einzige Wohltat gewesen war. Die Wohltat entstand durch nichts irgendwie Bedingtes, sondern gerade im Wegfall alles Bedingten. - Weil das Verständnis dafür nur ganz allmählich durch rechte Besinnung und daraus allmählich hervorgehende Eigenerfahrung zustandekommt - und ohne diese Voraussetzung nicht zustandekommen kann - darum empfiehlt der Erwachte in allen seinen auf die Heilsentwicklung gerichteten Reden den ernsthaften Nachfolgern, nachzuprüfen und nachzuempfinden, warum und inwiefern alle fünf Zusammenhäufungen ein dauernd sich wandelndes, brüchiges, mühseliges und schmerzliches Gebilde darstellen. So wie an das Kernholz des Baumes nur gelangen kann, wer Rinde und Grünholz als untauglich erkennt und ablöst, so auch kann der

Mensch das Todlose, weil Ungewordene, erst dann erkennen, wenn er alles Gewordene als tödlich abtut, als brüchig, schmerzlich, mühselig und sinnlos bei sich erfährt - und dann nach und nach loslässt. - Darum empfiehlt der Erwachte in stillem Bedenken in leerer Klausur, das um so tiefer und konzentrierter sein kann, je weniger die Sinnesdränge drängen, je größer der innere Herzensfriede, die innere Gemütsruhe ist, immer wieder die Beobachtung der fünf Zusammenhäufungen, wie sie sich fortgesetzt wandeln und darum leidvoll und nicht ein beständiges Ich sind.

„Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst“ - diese in den Lehrreden immer wiederkehrende Einsicht, hebt die ich- und meinmachenden Triebe (*ahamkāra-*, *mamamkāra-*, *mānānusaya*) auf, die Neigung, die Triebe als wollendes Ich und das Erlebte als mein anzusehen.

Bei aufmerksamer Beobachtung der fünf Zusammenhäufungen wird erkannt, dass da kein Ich, keine Persönlichkeit ist, sondern nur wechselnde, einander bedingende Faktoren, die nach ihren Gesetzen entstehen und vergehen ohne die Lenkung eines autonomen darüber stehenden Ich.

Immer wieder verweist der Erwachte auf die Tatsache der Unbeständigkeit, die die Vorstellung einer absoluten, beständigen Wesenheit, eines Selbst, eines Ichkerns (*attā*), den man immer wieder als denselben erkennen könnte, aufhebt. Er sagt (M 148):

*Wenn einer behaupten wollte: „Das Auge (mit dem innewohnenden Luger) ist das Selbst“, so geht das nicht, denn beim Auge (mit dem innewohnenden Luger) zeigt sich Entstehen und Vergehen; wobei sich aber Entstehen und Vergehen zeigt, da ergibt sich für einen solchen: „Mein Selbst entsteht und vergeht“; darum geht es nicht an zu behaupten: „Das Auge (mit dem innewohnenden Luger) ist das Selbst.“ Also ist das Auge (mit dem innewohnenden Luger) nicht das Selbst. (Daselbe gilt für die anderen Sinnesorgane mit den innewohnenden Drängen.)*

Und weiter sagt der Erwachte:

*Wenn einer beim Empfinden eines angenehmen Gefühls denkt: „Das ist mein Selbst“, dann müsste er nach Aufhören dieses angenehmen Gefühls auch denken: „Verschwunden ist mein Selbst.“ (D 15) (Ebenso bei den anderen Zusammenhäufungen.)*

Jede solche Betrachtung ist eine Entlarvung und damit Entwertung der fünf Zusammenhäufungen, und damit wird die Gesamtheit der den Menschen innewohnenden Triebe und der daraus hervorgehenden Verletzbarkeit etwas gemindert. Je weniger Triebe ihn bewegen und je stärker und klarer der Geist zum durchdringenden Anblick durchstößt, so dass die Faszination des Bedingten, die Blendung, abnimmt, um so sicherer kommt er der Entdeckung des Todlosen näher.

Das vorübergehende Abwesendsein von allem Bedingten und das Erkennen dieser Freiheit beglückt unmittelbar durch das begleitende Empfinden von Sicherheit und Unverletzbarkeit und kommt mit diesem Glücksgefühl in den Geist und damit in die programmierte Wohlerfahrungssuche, die immer auf das am meisten befriedigende Wohl aus ist. So entsteht eine Neigung zu diesem Anblick, die von Erfahrung zu Erfahrung immer stärker wird, womit der Eintritt in die Heilsanziehung erworben ist. In diesem Sinn heißt es:

*Je mehr und mehr er bei sich merkt,  
wie die Zusammenhäufungen  
im Wechsel nur entstehn, vergehn,  
wird er erhellt und heilsentzückt,  
da er das Todlose erfährt. (Dh 374)*

Der Übende spürt, dass er jetzt erst auf dem Wege zur wahren Unverletzbarkeit ist, auf dem Wege der Weltüberwindung, wie der Erwachte sagt: *Im Anblick des Todlosen tauchen alle Dinge unter. (A X,58)*

Er erfährt das Todlose, Unverwundbare außerhalb der fünf Zusammenhäufungen als einzige wahre, erhabene Sicherheit

und kann bei klarer Überlegung keine Aktivität und keine Erscheinung mehr als beständig oder als endgültig wohl oder als eigen angehen. (M 115) Er kann darum nirgendwo endgültig hängenbleiben. Nach einem Gleichnis des Erwachten befindet sich der Heilsgänger in dem Zug und der Neigung zum Heilsstand, wie ein Holzstück in der Mitte einer Flusströmung unaufhaltsam zum Meer hingerissen wird und nirgendwo am Ufer hängenbleibt. Von dem in die Heilsströmung, in die Heilsanziehung Eingetretenen heißt es, dass er dem Abweg entronnen, ungehemmt zur vollen Erwachung gelange.

Der Erwachte sagt (M 64), was ein Heilsgänger, wenn er aus einer weltlosen Entrückung wieder „zu sich“ kommt, „in stiller Klausur“ denkt:

*Und was da noch zur Form gehört, zum Gefühl gehört, zur Wahrnehmung gehört, zur Aktivität gehört, zur programmierten Wohlerfahrungssuche gehört - solche Dinge sieht er als unbeständig an; als leidvoll, nämlich als Krankheit, als Geschwür, als Pfeil, als Übel, als Beschwer; als Fremdes, Zerbrechliches, Leeres, als Nicht-Ich. Von solchen Dingen säubert er das Herz.*

*Und hat er das Herz von solchen Dingen gesäubert, so sammelt er das Herz auf das Todlose (mit dem Gedanken): „Das ist der Frieden, das ist das Erhabene, dieses Zur-Ruhe-Kommen aller Aktivität, dieses Zurücktreten von der Gewohnheit des Ergreifens, dieses Aufhören des Lechzens und Dürstens, die Entreizung, Auflösung, Erlöschung.“*

*Dahin gekommen, erlangt er die Versiegung der Wollensflüsse/Einflüsse. Erlangt er aber die Versiegung der Wollensflüsse /Einflüsse nicht, so wird er eben bei seinem Verlangen nach Wahrheit (dhamma-rāga), bei seiner Freude an der Wahrheit (dhamma-nandi) die fünf untenhaltenden Verstrickungen vernichten und emporsteigen, um von dort aus zu erlöschen und nicht mehr zurückzukehren von jener Welt.*

Damit ist der dritte Sicherheitsgrad, der Zustand der Nichtwie-



derkehr in die Sinnensuchtwelten nach dem Tode, erreicht. Dem voraus ging der zweite Sicherheitsgrad: der Zustand der Einmalwiederkehr desjenigen, der auf Grund von noch nicht vollkommen aufgelöster Sinnensucht nach dem Tode noch einmal in die Sinnensuchtwelt zurückkehrt, um sich dann von allem Ergreifen zu lösen.

Die folgenden Wünsche betreffen die Weisheitsdurchbrüche. In den Lehrreden, die den Entwicklungsgang des Mönches beschreiben, werden meist acht Weisheitsdurchbrüche genannt (D 2-12; M 77), indem vor der Geistesmacht noch deren Voraussetzungen näher beschrieben werden (*den geistgebildeten Körper sehen und herausziehen*), sonst werden wie hier nur sechs genannt, häufig auch nur die letzten drei, die allein als „Wissen“ bezeichnet werden.

Der Wunsch nach Geistesmacht, erster Weisheitsdurchbruch

Durch die weltlosen Entrückungen ist zweierlei geschehen:

1. ist durch die wiederholte Entrückung die Gewöhnung eingetreten, großes inneres Wohl bei sich zu erfahren. „Welt“ ist nur noch ein ganz ferner Traum. Darum besteht auch keine Erwartungshaltung mehr der Welt gegenüber.
2. Durch eine bestimmte innere Haltung kann der Heilsgänger nun, da keine Erwartungshaltung mehr „nach außen“ besteht, keine Anziehung und Abstoßung „von außen“, die durch eben diese geistige Erwartungshaltung - Anziehung und Abstoßung - eingebildete Festigkeit des Körpers aufheben.

Durch grobe Gier und groben Hass ist ja das Erlebnis „Körper“ so geworden, dass Gegenständlichkeit erfahren wird. Es besteht der Eindruck, dass der Körper gegen Dinge stößt. Erst wenn Gier und Hass, die die vergegenständlichende Frequenz des Körpers schaffen, aufgelöst sind - und der letzte Grad der Auflösung geschieht dadurch, dass der Übende den Körper immer wieder mit diesem seligen Entrückungsgefühl durchtränkt - da wird Gier und Hass ganz ausgebadet, dann hört die körperliche Anziehung/Abstoßung, die körperliche

Frequenz, auf, die Blendung „Gegenständlichkeit mit ihren Gesetzen“ gibt es nicht mehr, und der Mensch kann, wenn bestimmte Situationen es ratsam erscheinen lassen, willentlich den feinstofflichen Leib aus dem grobstofflichen heraussteigen lassen, kann mit dem von Gier- und Hass-Frequenzen befreiten Körper durch die Luft fahren, auf dem Wasser gehen, durch Mauern und Wälle hindurchdringen usw.

In den Lehrreden werden die geistmächtigen Fähigkeiten zwar öfter, aber nur am Rande erwähnt. Es ist auch nicht anzunehmen, dass ein Mönch, der die weltlosen Entrückungen nun erfahren kann, von sich aus den Wunsch hegen kann, geistmächtig in der wahnhaften Sinnensuchtwelt Veränderungen herbeizuführen; es sei denn, besondere Verhältnisse in seiner nächsten Umwelt legen dies nahe. So werden die geistmächtigen Fähigkeiten nach den Berichten in der Lehre dazu benutzt, die Aufmerksamkeit anderer zu wecken und sie dann tiefer zu belehren oder um sonst zu helfen und Gefahren abzuwehren. So ließ der Mönch *Moggallāno* mit seinem großen Zeh geistmächtig einen Palast erzittern (M 37, S 51,14), um Götter und Mönche vom Materieglauben zu heilen. Ein Mönch *Mahāko* ließ aus Mitleid für seine Ordensbrüder in der Tageshitze Regen fallen. (S 41,4) Umgekehrt ließ ein Buddha der Vorzeit, Kassapo, aus Mitleid den Regen nicht ins offene Dach von *Ghatikāro* regnen. (M 81) Oder unser Buddha ließ Feuer erscheinen, um den Hochmut eines Asketen zu brechen. (Mahāvagga 1,15) Oder der Buddha bewirkte, um *Angulimālo*, den Raubmörder, zu erschüttern, eine magische Machtbezeugung derart, dass dieser ihn, der zu stehen schien, trotz Laufens nicht einholen konnte. (M 86) Der Mönch *Pilindo* machte einmal Kindern, um sie zu erfreuen, einen Goldring oder einen ganzen Palast. (Mahāvagga VI, 15)

Der Wunsch nach himmlischem Gehör,  
zweiter Weisheitsdurchbruch

Der Erwachte berichtet von sich, dass er auf seinem Läuterungsweg zuerst Abglanz und Umrisse übermenschlicher Ge-

stalten sah, ohne etwas zu hören. Das empfand er als unvollkommen, und daher bemühte er sich, durch noch mehr Sammlung nun auch die Stimmen der Götter zu hören. (A VIII,64)

Mit dem geläuterten feinstofflichen Gehör konnte auch eine Gabe des übersinnlichen Sprechen- und Verstehenkönnens verbunden sein. Von Zwiesprache mit übermenschlichen Geistwesen berichten nicht nur mehrfach der Erwachte (M 49, D 21, A III,128) und große Mönche, wie *Mahāmoggallāno* (M 37) und *Anuruddho* (M 127), sondern auch weit fortgeschrittene Hausleute, wie Hausmutter *Nandamāta* (A VII,50) und die Hausväter *Citto* (S 41,10) und *Uggo* aus Vesāli, berichten Mönchen, dass sie diese Eigenschaft hatten.

Auch von den *Aposteln beim Pfingstfest zu Jerusalem* wird berichtet, sie hätten in den verschiedensten Sprachen sprechen und sich verstehen können. Der *heilige Antonius* konnte sich mühelos griechisch unterhalten, obwohl er es nie gelernt hatte. Der heilige *Vinzenz Ferrer* konnte nur spanisch sprechen, aber er durchzog im Mittelalter Westeuropa und predigte mit großem Erfolg in der jeweiligen Landessprache; oder der *heilige Franz von Assisi* verstand Tiere und sprach mit ihnen.

Der Nutzen des geläuterten feinstofflichen Gehörs liegt darin, dass es den Horizont des Wissens sehr erweitert; über Vergangenes und Zukünftiges kann man dadurch Mitteilung erhalten, z.B. über eigene frühere Leben, und man könnte Jünger des Erwachten, die nach himmlischer Zeitrechnung erst vor ein paar Tagen von der Erde abgeschieden waren, vernehmen, so dass die Lehre des Buddha damit viel näher rücken würde.

Von dem Erwachten heißt es des öfteren, dass er mit feinstofflichem Gehör von einer jenseitigen Gottheit hörte, dass ein Mönch beispielsweise in inneren Konflikten sei, so dass er mit Geistesmacht vor ihm erschien und ihn belehrte.

Der Wunsch, anderer Personen Herz und Gemüt zu  
durchschauen, dritter Weisheitsdurchbruch

Nur dann, wenn der Übende selber auf dem Läuterungsweg innerlich so still, zumindest von sinnlichen Trieben frei geworden ist, dass er das „eigene“ Herz als von Anziehung, Abstoßung, Blendung bewegt oder nicht bewegt, als gesammelt oder zerstreut, als allumfassend oder begrenzt, als noch nicht vollkommen rein oder als vollkommen rein, als geeint oder nicht geeint, als erlöst oder nicht erlöst (M 10) erkennen kann, dann erst ist er fähig, sich den Wunsch zu erfüllen, auch anderer Personen Herz zu erkennen.

Auf Grund der Durchschauung des Herzens erschien der Erwachte öfter mit Geistesmacht Nachfolgern, die eines seelischen Anstoßes bedurften, und gab ihnen hilfreiche Impulse. So war es z.B. bei seinem Sohn *Rāhulo* (M 147), bei seinem Vetter *Anuruddho* (A VIII, 30) und bei *Sono* (A VI,55). In allen drei Fällen führte sein durch die Herzenskunde ermöglichtes Eingreifen dazu, dass die Mönche die letzten Verstrickungen ablegten und das Heil erreichten.

Der Wunsch nach Rückerinnerung,  
vierter Weisheitsdurchbruch

Groß und frei wird ein in der Erfahrung der weltlosen Entrückung gebadeter Geist gegenüber der gesamten Welterscheinung: klein und nichtig wird ihm alles Erschienene. Von einem solchen Geist gilt, wie der Erwachte es ausdrückt: *Uneingepflanzt verharrt er, und nichts in der Welt ergreift er mehr. (M 10)*

Durch die vorangehende Reinigung des Herzens, die Gemütsruhe und Abwendung vom Welterlebnis ist sein Herz nun *geeint, geläutert, gereinigt, fleckenlos, trübungsfrei, sanft, fügsam und ohne Willkür, vollkommen still*. Mit diesem Herzen, frei von Weltlichkeit, vermag er nun Dinge zu sehen, deren Anblick seine Weisheit zur Vollendung bringt.

Der gewaltige, beim Heilsgänger die endgültige Erlösung fördernde Wert der rückerinnernden Erkenntnis früherer Daseinsformen liegt in dem unvorstellbaren Schatz an Erkenntnissen und Erfahrungen, die sie für einen Menschen mit sich bringen, der die Daseinsgesetze verstanden hat. In dem Rückblick auf zahllose Leben sieht und erfährt sich der zu solcher Rückerinnerung Fähige in den mannigfaltigsten Lebensumständen: allein schon im Menschenbereich mit größeren und größten Erschwernissen durch Armut, durch misstrauische und feindliche Menschen, durch Krankheiten und Gebrechen, durch quälende Berufsausübungen. Und er sieht sich ebenso in leichteren und helleren Lebensumständen durch Reichtum, durch freundliche und wohlwollende Verwandte, durch Kraft und Gesundheit, durch erfreuliche Berufsausübungen; er sieht die Schwankungen, wie er den Anforderungen manchmal leichter gewachsen ist, manchmal sie spielend bewältigt, wie sie schwerer werden und wie sie über ihm zusammenschlagen, ihn umwerfen. Er sieht sich unter den mannigfaltigsten Umständen in der Blüte des Lebens sterben, aus den Kreisen der Geliebten hinweggerissen. Er sieht sich im hohen Alter sterben, abgereift, im Kreis der Lieben oder einsam, verlassen, in Gelassenheit oder mit Entsetzen oder müde und resigniert. Er sieht sich und die jeweiligen Zeitgenossen in Zeiten religiösen Aufbruchs, kultureller Blüte, religiöser Verfluchung, kulturellen Verfalls, in Zeiten der Ordnung und des Chaos in Friedens- und Kriegszeiten. Er sieht die ungezählten Kulturformen und Formenwandlungen, gegenüber denen das, was die weltliche Geschichtskunde zu berichten hat, nicht mehr ist als ein Stäubchen gegenüber dem großen Weltgebirge.

Aber noch weit mehr offenbart und erweitert die rückerinnernde Erkenntnis früherer Daseinsformen Wissen und Kenntnis des Erfahrenden über alles menschliche Dasein hinaus: Er sieht sich ebenso ungezählte Male in unendlich vielen anderen Daseinsformen: in übermenschlichen Formen, in solchen, die den menschlichen weitgehend ähneln, bis zu solchen von vollständiger Unvergleichbarkeit in Seligkeit, Lebensdauer und

Lebensumständen - und er sieht sich ebenso in untermenschlichen Daseinsformen, in solchen, die den menschlichen weitgehend ähneln, bis zu solchen von vollständiger Unvergleichbarkeit an Entsetzen, an Lebensdauer und Lebensumständen. Er sieht sich in Himmeln und Höllen aller Grade, in Entzücken und Entsetzen aller Grade, in Leichtigkeiten und Erschwernissen, in Helligkeiten und Dunkelheiten, in Heiterkeit und Beklemmungen, in Seligkeiten und Qualen.

Dem Erfahrer der Rückerinnerung kann auch nicht der leiseste Zweifel an deren Wirklichkeit ankommen, weil es im Wesen der Erinnerung liegt, den Charakter totaler Evidenz zu haben. Wir brauchen uns nur vorzustellen, woher wir „wissen“, was wir gestern oder vor Jahren getan und erlebt haben, um zu wissen, was für uns die Erinnerung bedeutet. Nur die Erinnerung überzeugt uns von unserer eigenen Vergangenheit - soweit wir sie eben erinnern. In dem Augenblick der Erinnerung weiß man, dass man es nur „vergessen“ hatte.

Genauso geht es mit der Rückerinnerung. Das Gedächtnis des Menschen mit gereinigtem Herzen ist ohne Schranken. Man erfährt alle die Bilder der Rückerinnerung an einstige Begebenheiten, die man „vergessen“ hatte und mit deren Vergessen man oft auch die Möglichkeit solcher Erlebnisweisen vergessen hatte. Man weiß wieder: „Ja, so war es.“ - Es ist verständlich, dass der Geist mit der erinnernden Rückschau auf viele, viele frühere Erlebnisse zu beinahe universaler Potenz erwächst, fast zu Allwissenheit.

Er erkennt nun auch immer deutlicher - ja, er sieht in der Erinnerung vor sich - den Zusammenhang zwischen seinem Wollen und Wirken in Gedanken, Worten und Taten seiner früheren Leben auf der einen Seite und dem Strom der durch dieses Wirken an ihn herantretenden Erlebnisse, der Begegnungen mit Wesen und Dingen der Umwelt auf der anderen Seite. Und er erfährt, dass durch reaktives Denken, Reden und Handeln auch wieder die folgenden Begebnisse und Erlebnisse mit den Menschen und Dingen in ihrer freudigen oder leidigen Qualität bestimmt wurden, und diese Begegnungen riefen

wiederum seine Reaktion hervor, deren Auswirkungen er wiederum zu spüren bekam - und so fort in endlosem Zusammenhang.

Der Wunsch, das Verschwinden/Erscheinen der Wesen zu sehen, fünfter Weisheitsdurchbruch

In den Lehrreden heißt es oft:

*Nachdem das Herz solcherart geeint, geläutert, gereinigt, fleckenlos, sanft, fügsam und ohne Willkür vollkommen still geworden war, da richtet er es auf die Erkenntnis des Verschwindens/Erscheinens der Wesen. So kann er mit dem feinstofflichen Auge, dem geläuterten,.... die Wesen dahinschwinden und wiedererscheinen sehen.*

Dem zur Herzensreinheit gelangten Mönch steht das „geläuterte feinstoffliche Auge“ auf Wunsch zur Verfügung. Diesen Anblick vergleicht der Erwachte mit dem Ausblick von einem Turm, der mitten auf dem Marktplatz steht, auf die Straßen und Häuser. Vom Turm aus sieht man, wie immer wieder aus dem einen oder anderen Haus ein Mensch heraustritt und weitergeht.

Dieses Bild kann im heutigen Westen von den allermeisten Menschen nicht direkt verstanden werden, denn der Erwachte gibt hiermit ein Bild des Sterbevorgangs: So wie nach dem Gleichnis ein lebendiger Mensch aus einem erbauten Haus hervorkommt, ganz ebenso tritt beim Sterben der eigentliche lebendige Mensch, nämlich sein gesamtes Wollen, sein Charakter, Denken und Erinnern mit Bewusstsein aus dem seelenlosen Knochen-Fleisch-Gebilde heraus. Dieses wird damit zur „Leiche“. Aber das lebendige Wesen, das mit dem „feinstofflichen Auge“ völlig klar gesehen und erkannt werden kann (*als gemein oder edel, als schön oder unschön, glücklich oder unglücklich*) wandert nun *nach dem Versagen des Körpers, jenseits des Todes* die Wege und zu solchen Geburten, wie es seinem bisherigen Wirken in Gedanken, Worten und Taten

entspricht.

Wer den fünften Weisheitsdurchbruch gewonnen hat, ist fähig, durch die uns allein sichtbare Schale hindurch das Eigentliche, das seelische Triebwerk, zu sehen, das, was die Körper bewegt und einsetzt zum Tun und Lassen, zu guten und üblen Taten. Er sieht im sogenannten Tod die Schale zerbrechen, das seelische Triebwerk einschließlich Denken in einer Form, die seiner Qualität entspricht, aussteigen und dort hingelangen, wo es hingehört nach seinem Wesen. Dieser Anblick ist ihm so selbstverständlich, wie wenn er mit dem irdischen Auge die Wesen die Häuser verlassen sieht, die Straßen überqueren und in andere Häuser eintreten sieht und andere Wesen, ohne in Häuser einzutreten, die Straße entlangwandern sieht.

Wir sehen nur die Schale, wir erkennen bei allen Wesen nur die aus Knochen und Fleisch bestehenden Gestalten, wir sehen nicht das Triebwerk; wir sehen diese Gestalten im Tod hinfallen, regungslos werden und verfallen zu Erde, aus welcher sie auch entstanden sind. Wir sehen nur das Bewegte, nicht das Bewegende. So glauben wir auch bei uns selbst fast nur an das Bewegte, an den Körper, und nehmen an, dass dessen Ende auch unser Ende sei. Solange wir von dieser Beschränktheit nicht frei werden, können wir nicht bedenken, dass wir weiter da sein werden, je nach der Qualität unseres Triebwerks, unseres Herzens, unseres Charakters, dass wir immer weiterhin ernten, wie wir gesät haben, und dass das ganze Säen und Ernten sinnlos und zwecklos ist - manchmal mit mehr Mühsal und Schmerzen, manchmal mit weniger Mühsal und Schmerzen, aber nie heil.

In den Lehrreden (D 18 u.a.) wird berichtet, wie der Erwachte über Mönche und Nonnen, über Anhänger und Anhängerinnen nach ihrem Tod aussagt, welchen weiteren Weg sie genommen haben entsprechend ihrer Entwicklungsrichtung und was sie noch erreichen werden.

Der Erwachte gibt solche Auskünfte nur auf Befragen und mit Zurückhaltung, und zwar hauptsächlich dann, wenn viele derjenigen, zu denen er spricht, den Abgeschiedenen kannten.



Wenn sie vom Erwachten hören, dass ein Mensch mit der ihnen so und so bekannten inneren Wesensart und äußeren Verhaltensweise und Bemühung jetzt nach dem Tode irgendwelche höheren Daseinsformen oder einen der Sicherheitsgrade bis zur völligen Versiegung aller Wollensflüsse/Einflüsse erreicht hat, so gewinnen sie noch mehr Impulse, dem Dahingegangenen nachzueifern (s. M 68).

Der Wunsch nach Triebversiegung,  
nach Versiegung aller Wollensflüsse/Einflüsse,  
sechster Weisheitsdurchbruch

*Nachdem sein Herz solcherart geeint, geläutert, gereinigt, fleckenlos, trübungsfrei, sanft, fügsam und ohne Willkür; vollkommen still geworden ist, da richtet er es auf die Erkenntnis der Versiegung aller Wollensflüsse/Einflüsse: „Das ist das Leiden“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist die Leidensursache“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist die Leidensauflösung“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist der zur Leidensauflösung führende Weg“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das sind die Wollensflüsse/Einflüsse“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist der Wollensflüsse/Einflüsse Ursache“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist der Wollensflüsse/Einflüsse Auflösung“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist der zur Auflösung der Wollensflüsse/Einflüsse führende Weg“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß.*

*So erkennend, so sehend, wird das Herz erlöst von allen Wollensflüssen/Einflüssen, den Wollensflüssen/Einflüssen Sinnensucht/Sinnendinge, Seinwollen, Wahn.*

*Wenn es erlöst ist, dann ist das Wissen: „Es ist erlöst. Beendet ist die Kette der Geburten, vollendet der Reinheitswandel. Getan ist, was zu tun war; jetzt gibt es kein Nachher mehr.“ Das hat er nun verstanden.*

Der hier beschriebene Weisheitsdurchbruch allein ist es, durch welchen der Mönch endgültig erlöst wird, ein Geheilter, Gene-

sener wird, der von keinerlei Erfahrungsmöglichkeiten mehr getroffen, beeinflusst, bewegt und gerissen werden kann, dessen Wesen der Erwachte mit einem Diamanten vergleicht, der bekanntlich nach alter Auffassung unzerstörbar ist. Das ist ein Gleichnis für den Heilsstand. Die Geheilten haben das Samsāra-Gesetz, dem wir unterliegen, aufgehoben, sind davon frei, weil sie sich abgelöst haben von allen fünf Zusammenhäufungen, die diesem Gesetz unterliegen.

Die Erreichung des Nirvāna ist der höchste Wunsch, den ein Wesen wünschen kann. Darüber hinaus gibt es keinen höheren.

Der Erwachte hat hier also dem Übungswilligen siebzehn immer höhere Wunschziele genannt, durch deren Anstreben der Mönch, der den Weg zur Erfüllung der Wünsche geht, zuletzt allen Wahn aufhebt, aus dem nur Wünsche aufsteigen könnten. Nibbāna ist die totale Wunschfreiheit: wunschfrei für immer. *Nibbāna ist das höchste Wohl. (M 75)*

DAS GLEICHNIS VOM KLEIDE  
7. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Die Lehrrede

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Sāvatti, im Siegerwald, im Garten Anāthapindikos. Dort nun wandte sich der Erhabene an die Mönche: Ihr Mönche! – Erhabener! –, antworteten da jene Mönche dem Erhabenen aufmerksam. Der Erhabene sprach:*

*Gleichwie etwa, Mönche, wenn der Färber ein Kleid nähme, das beschmutzt, voller Flecken ist, und tauchte es in eine Farblösung, in diese oder in jene, in eine blaue oder gelbe, in eine rote oder violette, da könnte es nur schlechte, nur unreine Färbung gewinnen, und warum? Weil das Kleid, ihr Mönche, nicht rein ist. Ebenso nun auch, ihr Mönche, ist bei beflecktem Herzen ein schmerzlicher Lebenslauf, eine üble Laufbahn zu erwarten.*

*Gleichwie etwa, Mönche, wenn der Färber ein Kleid nähme, das sauber und rein ist, und tauchte es in eine Farblösung, in diese oder in jene, in eine blaue oder gelbe, in eine rote oder violette, da könnte es nur gute, nur reine Färbung gewinnen, und warum? Weil das Kleid, ihr Mönche, rein ist. Ebenso nun auch, ihr Mönche, ist bei unbeflecktem Herzen ein guter Lebenslauf, eine gute Laufbahn zu erwarten.*

*Was ist nun, ihr Mönche, Befleckung des Herzens?*

*Verderbte Habsucht (abhiñjhāvisamalobha) ist Befleckung des Herzens. Antipathie bis Hass (vyāpāda) ist Befleckung des Herzens. Zorn (kodha) ist Befleckung des Herzens. Groll, Rachsucht, Nachtragen, Feindseligkeit (upanāha) ist Befleckung des Herzens. Aner-*

*kennungsbedürfnis, Stolz (makkha) ist Befleckung des Herzens. Empfindlichkeit (palāsa) ist Befleckung des Herzens. Neid (issā) ist Befleckung des Herzens. Geiz (macchariya) ist Befleckung des Herzens. Heuchelei (māyā) ist Befleckung des Herzens. Heimlichkeit (sātheyya) ist Befleckung des Herzens. Starrsinn (thambha) ist Befleckung des Herzens. Rechthaberei (sārambha) ist Befleckung des Herzens. Ich-bin-Dünken (māno) ist Befleckung des Herzens. Überheblichkeit (atimāno) ist Befleckung des Herzens. Rausch (mada) ist Befleckung des Herzens. Lässigkeit, Leichtsinn (pamāda) ist Befleckung des Herzens.*

*Ein Mönch nun, der erkannt hat, dass verderbte Habsucht Befleckung des Herzens ist, der gibt verderbte Habsucht auf. Ein Mönch, der erkannt hat, dass Antipathie bis Hass Befleckung des Herzens ist, der gibt Antipathie bis Hass auf. Ein Mönch, der erkannt hat, dass Zorn Befleckung des Herzens ist, der gibt Zorn auf. Ein Mönch, der erkannt hat, dass Groll, Rachsucht, Nachtragen, Feindseligkeit Befleckung des Herzens ist, der gibt Groll, Rachsucht, Nachtragen, Feindseligkeit auf. Ein Mönch, der erkannt hat, dass Stolz, Anerkennungsbedürfnis Befleckung des Herzens ist, der gibt Stolz, Anerkennungsbedürfnis auf. Ein Mönch, der erkannt hat, dass Empfindlichkeit Befleckung des Herzens ist, der gibt Empfindlichkeit auf.*

*Ein Mönch, der erkannt hat, dass Neid Befleckung des Herzens ist, der gibt Neid auf. Ein Mönch, der erkannt hat, dass Geiz Befleckung des Herzens ist, der gibt Geiz auf. Ein Mönch, der erkannt hat, dass Heuchelei Befleckung des Herzens ist, der gibt Heuchelei auf. Ein Mönch, der erkannt hat, dass Heimlichkeit Befleckung des Herzens ist, der gibt Heimlichkeit auf.*

*Ein Mönch, der erkannt hat, dass Starrsinn Befleckung des Herzens ist, der gibt Starrsinn auf. Ein Mönch, der erkannt hat, dass Rechthaberei Befleckung des Herzens ist, der gibt Rechthaberei auf. Ein Mönch, der erkannt hat, dass Ich-bin-Dünken Befleckung des Herzens ist, der gibt Ich-bin-Dünken auf. Ein Mönch, der erkannt hat, dass Überheblichkeit Befleckung des Herzens ist, der gibt Überheblichkeit auf. Ein Mönch, der erkannt hat, dass Rausch Befleckung des Herzens ist, der gibt Rausch auf. Ein Mönch, der erkannt hat, dass Lässigkeit, Leichtsinn Befleckung des Herzens ist, der gibt Lässigkeit, Leichtsinn auf.*

*Hat nun, ihr Mönche, ein Mönch die verderbte Habsucht als Befleckung des Herzens erkannt und aufgegeben, hat nun, ihr Mönche, ein Mönch Antipathie bis Hass als Befleckung des Herzens erkannt und aufgegeben, hat nun, ihr Mönche, ein Mönch Zorn als Befleckung des Herzens erkannt und aufgegeben, hat nun, ihr Mönche, ein Mönch Groll, Rachsucht, Nachtragen, Feindseligkeit als Befleckung des Herzens erkannt und aufgegeben, hat nun, ihr Mönche, ein Mönch Anerkennungsbedürfnis, Stolz als Befleckung des Herzens erkannt und aufgegeben, hat nun, ihr Mönche, ein Mönch Empfindlichkeit als Befleckung des Herzens erkannt und aufgegeben, hat nun, ihr Mönche, ein Mönch Neid als Befleckung des Herzens erkannt und aufgegeben, hat nun, ihr Mönche, ein Mönch Geiz als Befleckung des Herzens erkannt und aufgegeben, hat nun, ihr Mönche, ein Mönch Heuchelei als Befleckung des Herzens erkannt und aufgegeben, hat nun, ihr Mönche, ein Mönch Heimlichkeit als Befleckung des Herzens erkannt und aufgegeben, hat nun, ihr Mönche, ein Mönch Starrsinn als Befleckung des Herzens*

*erkannt und aufgegeben, hat nun, ihr Mönche, ein Mönch Rechthaberei als Befleckung des Herzens erkannt und aufgegeben, hat nun, ihr Mönche, ein Mönch Ich-bin-Dünken als Befleckung des Herzens erkannt und aufgegeben, hat nun, ihr Mönche, ein Mönch Überheblichkeit als Befleckung des Herzens erkannt und aufgegeben, hat nun, ihr Mönche, ein Mönch Rausch als Befleckung des Herzens erkannt und aufgegeben, hat nun, ihr Mönche, ein Mönch Lässigkeit, Leichtsinn als Befleckung des Herzens erkannt und aufgegeben –*

*so hat er endgültige Klarheit über den Erwachten und dadurch Befriedung erlangt: „Das ist wahrlich der Erhabene, Heilgewordene, vollkommen Erwachte, der in Wissen und Wandel Vollendete, der zum Heil der Wesen gekommene Kenner der Welt. Er ist der unübertreffliche Lenker derer, die erziehbar sind, ist Meister der Götter und Menschen, erwacht, erhaben.“*

*Bei der Lehre ist er zur endgültigen Klarheit und dadurch zur Befriedung gelangt: „Richtig dargelegt ist vom Erhabenen die Lehre. Ihre Wahrheit ist unmittelbar erkennbar. Sie ist zeitlos gültig, einladend, (zur Leidensüberwindung) führend, im eigenen Erleben erfahrbar.“*

*Bei der Schar der Heilsgänger ist er zur endgültigen Klarheit und dadurch zur Befriedung gelangt: „Recht geht beim Erhabenen die Schar der Heilsgänger vor; auf dem geraden Weg geht beim Erhabenen die Schar der Heilsgänger vor; zum Ausweg geht beim Erhabenen die Schar der Heilsgänger vor; nämlich als die vier Paare von Menschen nach den acht Arten von*

*Menschen<sup>43</sup>. Sie ist, wahrlich, würdig der Verehrung, würdig, Unterhalt zu empfangen, würdig der Gaben, würdig des ehrfurchtvollen Grußes, der beste Boden in der Welt für ein Wirken mit guten Folgen.“*

*Das Reagieren entsprechend den Unterlagen (yathodhi) hat er aufgegeben, abgetan, aufgelöst, überwunden, davon ist er frei.*

*„Ich habe endgültige Klarheit bei dem Erwachten und dadurch Befriedung erlangt“ - in diesem Wissen gewinnt er ein Empfinden für das Heil (atthaveda), ein Empfinden für die Wahrheit der Lehre (dhammaveda) und aus dem Wahrheitsverständnis große Freude. Solche innere Freude steigert sich zu geistiger Beglückung bis Entzückung. Weil der Geist voll Glück und Entzücken ist, wird der Körper gestillt. Gestillten Körpers fühlt er ein alles durchdringendes Wohl. Das Herz des von Wohl Durchdrungenen wird einig.*

*„Ich habe endgültige Klarheit bei der Lehre und dadurch Befriedung erlangt“ - in diesem Wissen gewinnt er ein Empfinden für das Heil, ein Empfinden für die Wahrheit der Lehre und aus dem Wahrheitsverständnis große Freude. Solche innere Freude steigert sich zu geistiger Beglückung bis Entzückung. Weil der Geist voll Glück und Entzücken ist, wird der Körper gestillt. Gestillten Körpers fühlt er ein alles*

---

<sup>43</sup> Die vier Paare von Menschen:

1. ein Menschenpaar des ersten Heilsgrades: Stromeingetretener und Wissen um den Strom Eintritt.
2. ein Menschenpaar des zweiten Heilsgrades: Einmalwiederkehrer und Wissen um die Einmalwiederkehr.
3. ein Menschenpaar des dritten Heilsgrades: Nichtwiederkehrer und Wissen um die Nichtwiederkehr.
4. ein Menschenpaar des vierten Heilsgrades: Geheilte und Wissensklarheit der Erlösung.

*durchdringendes Wohl. Das Herz des von Wohl Durchdrungenen wird einig.*

*„Ich habe endgültige Klarheit bei der Schar der Heilsgänger und dadurch Befriedung erlangt“ - in diesem Wissen gewinnt er ein Empfinden für das Heil, ein Empfinden für die Wahrheit der Lehre und aus dem Wahrheitsverständnis große Freude. Solche innere Freude steigert sich zu geistiger Beglückung bis Entzückung. Weil der Geist voll Glück und Entzücken ist, wird der Körper gestillt. Gestillten Körpers fühlt er ein alles durchdringendes Wohl. Das Herz des von Wohl Durchdrungenen wird einig.*

*„Ich habe das Reagieren entsprechend den Unterlagen aufgegeben, abgetan, aufgelöst, überwunden, davon bin ich frei“ - in diesem Wissen gewinnt er ein Empfinden für das Heil, ein Empfinden für die Wahrheit und aus dem Wahrheitsverständnis große Freude. Solche innere Freude steigert sich zu geistiger Beglückung bis Entzückung. Weil der Geist voll Glück und Entzücken ist, wird der Körper gestillt. Gestillten Körpers fühlt er ein alles durchdringendes Wohl. Das Herz des von Wohl Durchdrungenen wird einig.*

*Ein Mönch nun, ihr Mönche, dem solche Lauterkeit, solche Eigenschaften, solche Weisheit eignen, mag auch Almosenspeise zu sich nehmen, die aus erlesenem Bergreis mit verschiedenen Soßen und Beilagen zubereitet ist, und sie ist für ihn kein Hindernis. Gleichwie etwa, Mönche, ein Kleid, das beschmutzt und voller Flecken ist, in klarem Wasser gewaschen, sauber und rein wird oder wie Gold im Schmelztiegel rein und glänzend wird, ebenso mag ein Mönch, dem solche Lauterkeit, solche Eigenschaften, solche Weisheit eignen, auch Almosenspeise zu sich nehmen, die aus erle-*



*senem Bergreis mit verschiedenen Soßen und Beilagen zubereitet ist, und sie ist für ihn kein Hindernis.*

*Liebevollen Gemütes strahlt er nach einer Richtung, dann nach einer zweiten, dann nach einer dritten, dann nach einer vierten, nach oben, unten, überallhin in alle Richtungen durchstrahlt er die ganze Welt mit liebevollem Gemüt, mit weitem, umfassendem, von Messen und Beurteilen freiem, von Feindschaft und Bedrängung freiem Gemüt, so verweilt er.*

*Erbarmenden Gemütes strahlt er nach einer Richtung, dann nach einer zweiten, dann nach einer dritten, dann nach einer vierten, nach oben, unten, überallhin in alle Richtungen durchstrahlt er die ganze Welt mit erbarmendem Gemüt, mit weitem, umfassendem, von Messen und Beurteilen freiem, von Feindschaft und Bedrängung freiem Gemüt, so verweilt er.*

*Freudevollen Gemütes strahlt er nach einer Richtung, dann nach einer zweiten, dann nach einer dritten, dann nach einer vierten, nach oben, unten, überallhin in alle Richtungen durchstrahlt er die ganze Welt mit freudevolem Gemüt, mit weitem, umfassendem, von Messen und Beurteilen freiem, von Feindschaft und Bedrängung freiem Gemüt, so verweilt er.*

*Gleichmütigen Gemütes strahlt er nach einer Richtung, dann nach einer zweiten, dann nach einer dritten, dann nach einer vierten, nach oben, unten, überallhin in alle Richtungen durchstrahlt er die ganze Welt mit gleichmütigem Gemüt, mit weitem, umfassendem, von Messen und Beurteilen freiem, von Feindschaft und Bedrängung freiem Gemüt, so verweilt er.*

*Er versteht: „Es gibt dies: Niederes und Erhabenes, und es gibt als Höchstes die Ablösung von allem Wahrnehmbaren. „Bei solchem Erkennen, solchem Anblick ist das Herz erlöst von den Wollensflüssen*

*nach Sinnendingen, von den Wollensflüssen nach Seinwollen, von den Wollensflüssen nach Wahn. Wenn er so erlöst ist, ist das Wissen um die Erlösung: „Versiegt ist das Immer-wieder-Geborenwerden, vollendet das Asketentum, gewirkt das Werk, ‚Nichts mehr nach diesem hier‘“, versteht er da. Den nennt man, ihr Mönche, einen Mönch, gebadet im inneren Bade.*

*Zu jener Zeit aber hatte der Brahmane Sundariko Bhāradvājo in der Nähe des Erhabenen Platz genommen. Da wandte sich nun der Brahmane Sundariko Bhāradvājo an den Erhabenen und sprach:*

*„Geht wohl Herr Gotamo in die Bāhukā baden?“  
Da wandte sich nun der Erhabene an den Brahmanen Sundariko Bhāradvājo und sagte in Versform:*

*In Bāhukā und Adhikakkā,  
in Gayā und Sundarikā  
in Payāga und Sarassatī:  
ein Tor mag dort für immer baden,  
doch läutert er nicht einst gewirktes Übles.*

*Was kann Sundarikā bewirken?  
Was Payāga? Was Bāhukā?  
Nicht läutern sie den Übeltuer,  
der Grausames, Brutales tat.  
Wer reinen Herzens ist,  
ist ständig in der Zügelung,  
hält immerdar den Feiertag;  
der Reine, dessen Tun ist hell,  
bringt zur Vollendung seine Tugend.*

*Hier solltest du, Brahmane, baden:  
mach dich zum Schutz für alle Wesen.  
Wenn nie verleumdend redest du,*

*kein Wesen je verletztst,  
nicht nimmst, was nicht gegeben ist,  
Vertrauen hast beim Loslassen,  
wozu dann noch zur Gayā gehen?  
Zur Gayā wird dir jeder Brunn 'n.*

*Nach diesen Worten sprach der Brahmane Sundariko Bhāradvājo zum Erhabenen:*

*Vortrefflich, o Gotamo, vortrefflich, o Gotamo! Gleichwie etwa, o Gotamo, als ob man Umgestürztes aufstellte oder Verdecktes enthüllte oder Verirrten den Weg wies oder Licht in die Finsternis hielte, damit die Sehenden die Dinge erkennen können, so auch hat Herr Gotamo die Dinge von vielen Seiten klargemacht. Und so nehme ich bei Herrn Gotamo Zuflucht, bei der Lehre und bei der Schar der Heilsgänger. Möge mir Herr Gotamo Aufnahme gewähren, die Ordensweihe erteilen! –*

*Es wurde der Brahmane Sundariko Bhāradvājo vom Erhabenen aufgenommen, wurde mit der Ordensweihe belehnt.*

*Nicht lange aber war der ehrwürdige Bhāradvājo in den Orden aufgenommen, da hatte er, einsam, abgeschrieben, unermüdlich, in heißem, innigem Ernst gar bald, was edle Söhne gänzlich vom Hause fort in die Hauslosigkeit lockt, jenes höchste Ziel des Asketentums noch bei Lebzeiten sich offenbar gemacht, verwirklicht und errungen. „Versiegt ist das Immer-wieder-Geborenwerden, vollendet das Asketentum, getan ist, was zu tun ist, nichts mehr nach diesem hier“, verstand er da. Auch einer der Geheilten war nun der ehrwürdige Bhāradvājo geworden.*

## Läuterung ist Abschichtung vom Größten bis zum Feinsten

In dieser Lehrrede geht es um die Befreiung des Herzens von jenen Befleckungen, die das Leben des Menschen verdunkeln, die alles, was er, von den Herzensbefleckungen angetrieben, unternimmt, mehr oder weniger zum Misslingen führen. Der Erwachte sagt hier: So wie ein Kleid voller Schmutz und Flecken, mit welcher Farbe man es auch färben wollte, die neue Farbe nicht gleichmäßig annehmen könne, sondern schmutzig und fleckenhaft bleibe, so auch könne ein Mensch mit „beflecktem Herzen“, mit den in dieser Lehrrede genannten sechzehn üblen Gesinnungen, nicht zu gutem Verhalten kommen, sein Handeln könne keine guten Folgen haben, weder für ihn selber noch für seine Umgebung, weder für dieses Leben noch für die folgenden Leben. Mit welcher Farbe ein Kleid auch gefärbt wird, die Flecken schlagen durch. Die Flecken - als Gleichnis für das befleckte Herz - sind im nächsten Leben, wie sie in diesem Leben gegen Ende waren. Im Lauf eines Lebens verändern sich unter normalem weltlichem Einfluss die Flecken, unter religiösem Einfluss werden die Flecken etwas geringer. Solange Unwissen ist über den wahren Zusammenhang, besteht ein ständiger rieselnder Wechsel der Herzensbeschaffenheit.

So wie die Flecken sind, so ist die Lebensbahn des Betreffenden. Die Körper wechseln, die Flecken bleiben und bestimmen die nächste Lebensbahn. Und so wie sie diese Lebensbahn bestimmt haben, bestimmen sie auch die nächste.

Die in dieser Lehrrede empfohlene und als zum Fortschritt unerlässlich bezeichnete Abschichtung der Herzensbefleckungen gehört nicht zu den anfänglichen Übungen, die der Erwachte dem am Beginn des Läuterungsweges stehenden Menschen empfiehlt. Im achtgliedrigen Heilsweg gehört die Überwindung der Herzensbefleckungen zur sechsten Stufe des achtgliedrigen Weges, zu den Vier Großen Kämpfen:

1. unaufgestiegenes Übles nicht aufsteigen lassen,

2. aufgestiegenes Übles vertreiben,
3. unaufgestiegenes Gutes zum Aufsteigen bringen,
4. aufgestiegenes Gutes pflegen.

Der gesamte Prozess der Läuterung ist nichts anderes als ein Abschichten von Unrat, von unzähligen vielen gröbsten, groben und feineren Schmutzschichten, die aus Wahn und Missverstand übereinander gelagert aufgetürmt worden sind und die allmählich abzutragen sind, von den gröbsten bis zu den feinsten.

Wenn man z.B. einen von Schweinen verlassenen Stall so säubern will, dass er für Menschen bewohnbar wird, dann fängt man mit dem gröbsten Unrat an: Mit der Mistgabel schichtet man den Mist auf eine Schubkarre und entleert diese auf einem Misthaufen oder im Garten. Nachdem der gröbste Mist draußen ist, werden die kleineren Mistklumpen sichtbar, die man nun mit einem Stallbesen zusammenfegen und hinausbefördern kann. Eine Zeitlang lässt man den Boden trocknen, wobei noch feinere Überbleibsel sichtbar werden: Strohhalme, kleine Mistkrumen, die mit einem feineren Besen zusammengekehrt und hinausgetan werden. Danach erst werden Schmutz und Feinstaub an den Wänden und auf dem Boden sichtbar, der nun nass aufgewischt wird. Erst nach diesen Säuberungsarbeiten kann man zu den Verschönerungsarbeiten übergehen: Wände und Fußboden streichen und polieren, reiben bis zum höchsten Glanz. - Genauso muss man bei dem, was wir „Läuterung“ nennen, schrittweise vorgehen, und zwar ebenfalls vom Groben zum Feinen.

Man kann nicht alles Üble, das man an sich hat, sofort bekämpfen und ausrodern, weil wir die tiefer liegenden üblen Dinge erst dann richtig merken und erkennen können, wenn wir die mehr an der Oberfläche liegenden überwunden oder doch wenigstens gemindert haben. Solange ein Mensch noch mehr oder weniger übles äußeres Verhalten an sich hat, zu üblem Tun fähig ist in Taten und Worten, dies noch nicht gemindert hat, solange er in den verschiedenen Situationen noch verleumderisch reden, zürnen und schelten kann, so lange

auch merkt er kaum oder nur sehr selten die verschiedenen anderen Herzensbefleckungen, von denen in dieser Lehrrede gesprochen wird, und solange er diese nicht merkt, kann er sie auch nicht bekämpfen und überwinden.

Wenn aber die größten, übelsten Auswirkungen des inneren Triebgewoges im Bereich des Redens und Handelns und Lebenswandels abgeschichtet sind, wenn eine größere Beruhigung im äußeren Verhalten und im Umgang mit anderen eingetreten ist, wenn der Mensch nicht mehr in den tausendfältigen groben Auseinandersetzungen mit den Mitmenschen ertrinkt und erstickt, und das nennt der Erwachte *sīla*, Tugend oder sittliche Zucht, erst dann kann er die tiefer liegenden Herzensbefleckungen und Herzensregungen bei sich selber erkennen und kann ihnen zu Leibe gehen, denn sie sind die Ursache, die Wurzel alles üblen Verhaltens. Wer sich selbst gründlicher beobachtet, wird erkennen, dass es kein ungutes Wirken in Worten oder Taten gibt, das nicht aus Herzensbefleckungen, aus ungunen Gemütsverfassungen hervorgeht. Immer nur dann, wenn das Herz in dieser oder jener Weise befleckt, getrübt, verdunkelt ist, kann man zu den groben Formen im Reden, Handeln und in der Lebensführung, also zu Tugendlosigkeit, kommen.

Die Herzensbefleckungen, die die Ursache alles untugendhaften Verhaltens sind, wurzeln ihrerseits in dem vielfältigen Begehren nach Sinnendingen. Je mehr wir in der Beobachtung der inneren Vorgänge und im Umgang mit uns selbst Erfahrung gewinnen, um so mehr erkennen wir diesen Zusammenhang: Nur da, wo wir mehr oder weniger starke Anliegen an diese durch sinnliche Wahrnehmung erfahrene Welt haben, wo wir dieses und jenes begehren und verlangen, da kann, wenn wir erlangen, was wir verlangen, Geiz, Überheblichkeit, Rausch, Leichtsinns usw. aufkommen, da kann, wenn wir nicht erlangen, was wir verlangen, Antipathie bis Hass, Zorn und Feindseligkeit, Neid usw. aufkommen. Die Herzensbefleckungen bestehen also nicht selbstständig, sondern sind entstanden aus der tieferen Wurzel des Begehrens, dem inneren Hunger

und Dürsten nach diesem oder jenem Erlebnis. Wegen des inneren Hungers erscheinen uns viele äußere Dinge begehrenswert. Weil sie uns begehrenswert erscheinen, darum ist die Aufmerksamkeit entsprechend stark darauf gerichtet und ist in demselben Maß abgezogen von den anderen begehrenden Wesen. Die Mitwesen erscheinen uns blasser. Das ist die Blendung. Je stärker das Begehren ist, um so stärkeres Gefühl kommt auf bei der Berührung der Triebe, um so stärker ist die Leuchtkraft der Wahrnehmung: „O, da ist wieder das Herrliche“ oder „Da ist das Ekelhafte, Abstoßende, Unsympathische, Schreckliche.“ Unser Interesse, unsere Spannung, unser Beziehungsverhältnis zu den Dingen lässt sie aufleuchten: „Ah, da ist ja das Angenehme“, „Ih, da ist das Unangenehme.“ Dadurch, dass der Geist von einem Erlebnis so stark geblendet wird, nimmt er andere Ereignisse, die vielleicht viel wichtiger sind, gar nicht zur Kenntnis. In einem Saal, in dem viele Geräusche sind, merken wir das lauteste Geräusch besonders, das leiseste merken wir gar nicht. Da kann einer mit heiserer Stimme flüstern: „Das Dach bricht zusammen“, wir hören es nicht, weil anderes uns fasziniert oder lauter ist. Was den Trieben am meisten entspricht oder widerspricht, wird mit starkem Gefühl in den Geist eingetragen. So bestimmt das Begehren unser Erleben. Das nennt der Erwachte Blendung, die die Herzensbefleckungen erzeugt. Der Neidische z.B. sieht alles, was der Nachbar hat, als größer an. Er sieht dort einen Apfelbaum oder einen Goldbaum, wo Disteln wachsen. Die Blendungen, die Herzensbefleckungen, verdrehen unsere Wahrnehmung und damit unser Tun und Lassen, denn entsprechend den Herzensbefleckungen wird gehandelt.

Es mag zwar auch Menschen geben, die wohl noch Begehren haben, sich aber ihre schlechten Charakterzüge mehr oder weniger abgewöhnt haben. Wenn sie merken, dass ihr weltliches Begehren nicht erfüllt wird, dann steigen bei ihnen nicht sofort jene Herzensbefleckungen auf, sie sind nicht hassend, nicht zornig oder neidisch, aber sie sind doch etwas wehmütig oder deprimiert. Wenn nun diese Menschen nicht bald auch an

die Ausrodung des Begehrens gehen, dann werden irgendwann in unkontrollierten Augenblicken zunächst vereinzelt, bald häufiger doch wieder irgendwelche ungunten Herzensregungen sich melden.

Wenn wir eine Pflanze ausrodern wollen, dann genügt es nicht, wenn wir nur allein Blüten, Stängel, Zweige und Stamm entfernen. Solange wir nicht auch die Wurzeln herausgezogen haben, kann die Pflanze doch wieder neu wachsen. Wo auch immer der Erwachte über die Läuterung spricht, da zeigt er, dass der sich Läuternde von außen nach innen vorzugehen habe. Er muss bei den äußeren Schichten, den offen dahliegenden, anfangen; nur so dringt er allmählich zur Wurzel vor, die dann entfernt werden kann.

Wer also sagen wollte: „Ich sorge in erster Linie dafür, dass sich das Begehren mindert, um das andere kümmere ich mich nicht, denn das schwindet ja von selber, wenn kein Begehren mehr vorhanden ist“, der unterschätzt ganz gewaltig das Gewicht und die Wucht der oberen groben und schweren, den Menschen bewegenden Tendenzen und Leidenschaften; er weiß nicht, dass man sich über die tieferliegenden bis letzten, tiefsten und verborgensten Haftensschichtungen nicht klar werden kann, solange die oberen offensichtlichen Schichten nicht abgegraben sind. Und vor allem, er lebt, solange er noch zürnen und streiten kann, wie überhaupt sich üble Gemütsverfassungen noch erlaubt, in einem sehr unfriedsamen Klima, in dem er gerade nicht zu jener Gemütsruhe kommt, die erforderlich ist, um an die Ausrodung des Begehrens gehen zu können.

Wir folgen immer wieder dem Begehren, weil wir durch die Befriedigung des Begehrens Wohl empfinden. Wir haben erfahren, dass die Erfüllung unseres jeweiligen Begehrens uns befriedigt und freut. Der Mensch braucht Freude. Ohne Freude kann er nicht leben. Wer also plötzlich, von heute auf morgen, auf die Erfüllung seines Begehrens, die Erfüllung all seiner Wünsche verzichten wollte, der muss dadurch zunächst zwangsläufig unzufrieden sein. Wegen der Unzufriedenheit seines Herzens kann er nicht auf die Bedürfnisse anderer ach-



ten, er ist zu sehr mit der eigenen Unzufriedenheit, dem eigenen Mangel beschäftigt und erlebt als Folge Unzufriedenheit, Ärger und Feindschaft in seiner Umgebung.

Wer aber nach der Weisung des Erwachten zuerst sein Augenmerk auf sein übles Verhalten richtet und sich hier bemüht, von dem Üblen fort zu kommen, der erlebt das, was der Erwachte mit den Worten schildert: *Treu dieser heilenden Tugend erlebt er ein inneres tadelfreies Wohl*. Dieses Wohl („Ein gutes Gewissen ist ein sanftes Ruhekissen“) ist etwas anderes als die sinnliche Befriedigung durch Genüsse aller Art. Wer das tadelfreie Wohl der Tugend öfter erlebt, sich daran gewöhnt und es lieb gewinnt, der wächst allmählich in eine größere innere Helligkeit hinein, erst recht, wenn üble Charakterzüge auch immer schwächer werden, wenn die groben Schläge und Stöße, das Gerissensein innerer Leidenschaften nicht mehr da sind - dann ist in einer solchen größeren Stille und Beruhigung auch das Begehren selbst erkennbar, das unmittelbar aufkommende Verlangen nach diesen und jenen Erlebnissen.

#### Als Leitbild: Das reine Herz

Aber für diesen ganzen Prozess der Abschichtung der Herzensbefleckungen ist eines die Voraussetzung: Der Nachfolger hat durch die Belehrung des Erwachten eine deutliche Vorstellung von einem reinen Herzen in seinen Geist aufgenommen. Das Leitbild des reinen Herzens ist die Voraussetzung dafür, dass er die allmähliche Abschichtung beginnt. Und dieses Leitbild kann nur dann und dadurch entstehen, dass er erkannt hat: Allein das unreine, befleckte Herz ist der Erzeuger all dessen, was erlebt wird, ist Erzeuger des Wahntraums von Form und Gefühl und Aktivität im Denken, Reden und Handeln, und nur durch die Aufhebung aller Herzensbefleckungen ist die Beendigung des Wahntraums möglich. Diese Vorstellung ist ihm der verbindliche Maßstab, mit dem er seinen eigenen Zustand im jeweiligen Augenblick misst. Dieser Maßstab, mit dem die rechte Anschauung alles Erlebte prüft, zieht

den sich um Läuterung Mühenden zum Hellereen hin und von Dunklem fort. Die rechte Anschauung zeigt ihm, ob das angestrebte Ziel näher rückt und was noch zu tun ist. Sie lässt ihn erkennen, dass als erstes Aufmerksamkeit auf ein gutes Verhalten, rechtes Reden, rechtes Handeln und rechte Lebensführung erforderlich ist, dass aber dies allein noch nicht ausreicht, um die vollkommene, heile Situation, die innere Unverletzbarkeit zu erlangen, und sie zeigt ihm ebenso, dass auch das Sichläutern von den Herzensbefleckungen noch nicht Freiheit von allem Unzulänglichen und Leidigen bedeutet, dass noch mehr zu tun ist.

„Ein Mensch, der die Herzensbefleckungen  
als übel erkannt hat, verwirft sie“

Die Herzensbefleckungen kann man nur überwinden, wenn man sieht, wie übel sie sind. Der Erwachte sagt am Anfang unserer Rede, dass bei beflecktem Herzen eine üble Lebensbahn, ein übles Erleben, eine üble Wiedergeburt zu erwarten ist. Wie unser Herz ist, so ist unsere Lebensbeschaffenheit, die Qualität unseres Erlebens in Wohl und in Wehe. Mögen wir auch noch so viel erreicht haben, mit dunklem Herzen haben wir doch keine rechte Freude daran, sind mürrisch, unzufrieden, neidisch oder werden bedrückt von düsteren Sorgen und Ängsten. Wir kommen um die Aufgabe der Herzensläuterung nicht herum. Wir sind schon unendlich oft in ganz dunklen, üblen Herzensverfassungen gewesen, haben uns wieder mehr oder weniger davon geläutert, haben entsprechend Hellerees erlebt und sind wieder hinabgesunken in die Dunkelheit durch Verdunkelung des Herzens, und wieder haben wir uns geläutert - im unendlichen Wandel, im Samsāra, dem sinnlosen Umlauf aus Wahn durch alle Gefühlsmöglichkeiten, durch alle Erlebnismöglichkeiten.

Die wahnbefangenen Menschen - und das sind die meisten - schauen gebannt auf Dinge, die sie haben möchten, begehren dieses oder jenes Objekt und glauben, auf dem Weg zu seiner

Erreichung zu sein, aber weil sie die Qualität ihres Herzens dabei unversehens verschlechtern, so kommen sie nicht zu Wohl, sondern erfahren Wehe. Die Qualität des Herzens bestimmt das Dasein. Wir können sagen: In den sechzehn Herzensbefleckungen, die der Erwachte nennt, ist die Ursache für alles Elend enthalten, alles Elend, das uns persönlich oder in der Familie, im Beruf oder in der Politik zwischen den Völkern begegnet. Alle auftretenden Schwierigkeiten, alle Krisen, Katastrophen und Tragödien sind nur bedingt durch diese sechzehn Herzensbefleckungen, gehen immer nur von ihnen aus - nicht nur heute oder morgen und nicht nur bis zum Lebensende, sondern ununterbrochen, solange wir im Samsāra sind. Und von der Beschaffenheit unseres Herzens hängt es ab, ob wir im Samsāra gefangen bleiben oder in die Freiheit ent-rinnen.

Das Herz (*citta*, 2. Partizip von *cinteti*=bedenken) ist das Ergebnis von positivem oder negativem Bedenken von Erlebnissen, Objekten oder Verhaltensweisen, indem durch Bedenken eine mehr oder weniger starke Zuneigung zu dem positiv Bedachten oder eine Abneigung von dem negativ Bedachten entsteht: eine Tendenz, ein Trieb. *Citta* ist der Begriff für die Summe aller Tendenzen, aller Triebe, und zwar nicht nur der sinnlichen. Denn das Bedachte betrifft alles je und je Erfahrbare oder Bedenkbar, und dies in den verschiedensten Sinnen-suchtwelten, wie auch das unabhängig vom Körper Erfahrene, z.B. die Erlebnisse weltloser Entrückungen oder die Erfahrung von formfreien Zuständen. Mit den Trieben nach sinnlichem Erleben, mit ihnen untrennbar verknüpft, in Abhängigkeit von ihnen bestehen die in unserer Lehrrede genannten Herzensbe-fleckungen. Auch sie sind spürbare Triebe, Dränge. Stolz und Empfindlichkeit können z.B. aufkommen, wenn ein Wesen sich bewundert oder aber nicht beachtet sieht oder weiß. Durch den Blick der Augen und die Körperhaltung, durch den Klang der Stimme, durch das Hören der gesprochenen Worte des anderen (alles sinnliche Erlebnisse) empfinden sich die Wesen als anerkannt oder verachtet. Oder Neid und Geiz

kommen auf, wenn man andere im Besitz des Gewünschten sieht oder wenn man das sinnlich Angenehme festhalten will. - Von zwei Menschen z.B., die etwa gleiche Neigung nach dem sinnlichen Erleben von wirtschaftlichem Wohlstand haben, mag der eine in den Bahnen der Ehrlichkeit und Aufrichtigkeit bleiben, der andere aber entwickelt durch den gleichen Drang nach dem Erleben von sinnlichem Wohlstand die Herzensbefleckungen Heuchelei und Heimlichkeit. Da die charakterlichen Eigenheiten, die Herzensbefleckungen, erst durch sinnliche Bedürftigkeit zur Wirkung kommen, so können wir die Triebe nach sinnlichen Erlebnissen als Primärtendenzen und die durch sie sich meldenden Befleckungen als Sekundärtendenzen bezeichnen. Aber sie alle sind aus Bewertungen entstandene Neigungen, sie alle umfasst der Begriff *citta*= Herz.

Der Erwachte sagt (M 19): *Was der Mensch erwägt und sinnt, dahin geneigt wird das Herz.* Das heißt: Durch ein bestimmtes Denken entsteht eine bestimmte Neigung, eine Tendenz, ein Wollen, ein Trieb. Es entsteht also Geistiges aus Geistigem, genauer gesagt, entsteht Neigung aus Denken, Triebkraft aus geistigem Urteil. In derselben Lehrrede (M 19) drückt der Erwachte es auch konkret aus:

*Wenn der Mensch Gedanken der Antipathie und des Hasses viel erwägt und sinnt, so hat er damit die Gedanken des Wohlwollens gemindert, die Gedanken der Antipathie und des Hassens gemehrt, und sein Herz neigt zu Antipathie bis Hass.*

Es wird zwar in diesen Texten vom „häufigen Bedenken“ gesprochen, weil damit die Neigung erst spürbar wird, aber wenn durch Wiederholung eine größere Wirkung erzielt wird, dann ist ja die größere Wirkung eben nur die Summierung vieler kleinerer Wirkungen geschehen. So heißt es in Dh 121-122:

*Das Üble unterschätze nicht:  
,Davon kommt doch nichts nach für mich.'  
Wie steter Tropfen füllt den Krug,*

*so füllt der Tor sein Wesen aus,  
wenn nach und nach er Übles tut,  
wenig zu wenig sammelnd an.*

*Das Gute unterschätze nicht:  
,Davon kommt doch nichts nach für mich.'  
Wie steter Tropfen füllt den Krug,  
so füllt des Weisen Wesen sich,  
wenn nach und nach er Gutes tut,  
wenig zu wenig sammelnd an.*

Jeder Gedanke des Menschen beeinflusst sein Herz, seinen Tendenzenhaushalt merklich oder unmerklich. Und da die Tendenzen das Tun und Lassen des Menschen im Reden, Handeln und in der Lebensführung und damit die Gestaltung der Welt und das Verhältnis zu den Mitmenschen bestimmen und beeinflussen, von woher dann wieder entsprechende Erlebensweisen auf ihn zurückkommen, so zeigt sich in diesem durchgängigen Zug vom Denken bis zum Erleben der gewaltige Einfluss des hier im Westen oft weit unterschätzten Denkens. Die Eingangsverse der buddhistischen Spruchsammlung lauten (Dh 1-2):

*Vom Geiste gehn die Dinge aus,  
sind denkgeboren, denkgefügt.  
Wer da verderbten Geistes spricht  
und handelt aus verderbtem Geist,  
dem folgt zwangsläufig Leiden nach,  
wie Radspur folgt der Zugtierspur.*

*Vom Geiste gehn die Dinge aus,  
sind denkgeboren, denkgefügt.  
Wer da geklärten Geistes spricht  
und handelt aus geklärtem Geist,  
dem folgt zwangsläufig Wohlsein nach,  
dem untrennbaren Schatten gleich.*

So wie das Rad des gezogenen Wagens dem Zugtier folgen muss, wie der Schatten vom Menschen nicht getrennt werden kann, so ist der vierfache Zusammenhang in der Existenz unlöslich, untrennbar: Wie wir heute denken und bewerten, so ist morgen unser Herz, unsere Gesinnung. Und wie unser Herz ist, unsere Motivation, so wird unser Tun und Lassen sein, und dementsprechend ist unser Erleben. Auch wenn längere Zeit dazwischen liegt: Was wir säen, das wird irgendwann an uns herantreten. Der Erwachte sagt (Dh 120):

*Auch einem Guten geht es schlecht,  
solang sein Gutes nicht gereift.  
Ist aber reif die gute Frucht,  
dann geht es gut dem guten Mann.*

Der Erwachte vergleicht das Herz, die Gesamtheit der Triebe mit einem Maler, der dauernd Bilder malt und diese immer wieder korrigiert und übermalt. Oder er vergleicht das Herz mit einer Spinne inmitten ihres Netzes. So wie die Spinne das Netz, das ihre Umwelt darstellt, aus ihrem eigenen Körper heraus spinnt und spinnt, so „spinnt“ der begehrlische Mensch mit den durch denkerische Bewertungen entstandenen Süchten seines Herzens ununterbrochen Ich und Welt und schafft mit seinen Herzensbefleckungen oder Herzensreinheiten die Qualität des Erlebten.

Das Gleichnis von der Spinne besagt: Die Welt besteht nicht unabhängig von uns, sondern nur durch uns. Die inneren Befleckungen täuschen eine so und so beschaffene Welt vor. Wenn wir zornig, feindselig sind, dann betrachten wir mit dieser inneren Bereitschaft zu Zorn und Feindseligkeit die Umgebung. Wie sieht die Welt dagegen für einen sanftmütigen, friedvollen Menschen aus, wie anders für einen neidischen, missgünstigen - gönnenden, wohlwollenden; heimlichen - offenen; starrsinnigen - nachgiebigen; und wie für den Ichlosen!

Mit seinen Herzensbefleckungen malt „Maler Herz“ unser Erleben als dunkel und gefährlich, mit immer weniger Herzensbefleckungen empfindet man Welt auch als immer heller. Das ist die Blendung: das Wahrgenommene durch die Brille der Herzensbefleckungen zu betrachten. Indem wir aber erkennen, dass alles, was außen erscheint, nur Projektion unseres inneren Seins ist, dass Welt nur durch die Triebe, unsere Herzensbefleckungen besteht, dann erkennen wir die Schädlichkeit, die unmittelbare Gefahr der Herzensbefleckungen, dann ist der Wille da, sie zu überwinden.

Die Unbelehrten handeln aus ihren Herzensbefleckungen heraus, ohne dies zu bemerken. Ganz auffallende merken sie manchmal, aber viel stärker ist die Aufmerksamkeit auf die Vorgehensweise gerichtet, zu denen die Herzensbefleckungen sie zwingen, z.B. die Methoden der Heuchelei oder Heimlichkeit oder des Neides. Der vom Erwachten Belehrte bemerkt bei sich die Herzensbefleckungen als Eigenschaften, die seine jetzige und zukünftige Lebensbahn bestimmen. Das Urteil, diese Eigenschaft sei eine Befleckung des Herzens, sei un schön, sei unmoralisch, kann nicht sehr motivieren, sie aufzuheben, sondern nur die Feststellung, dass man mit ihr für sich selber und für andere Dunkelheit schafft, dass man sowohl sich als auch seiner Umwelt damit schadet. Zwischen fast allen Religionslehrern und den später verfallenden Religionen besteht ein großer Unterschied; die Religionslehrer haben immer nur gesagt: Du schadest dir mit den Herzenbefleckungen, du und deine Umwelt leiden darunter. In deinem Interesse gib sie auf. Später werden nur noch die Forderungen hoch gehalten, sie bekommen einen Eigenwert: „Man tut so, es ist moralisch, so zu tun.“ Manche Menschen sagen dann sogar: „Wenn ich die Herzensbefleckungen aus eigenem Interesse aufgeben soll, dann wäre das ja egoistisch. Ich gebe sie auf, weil es edel ist.“ Dieses Empfinden ist eine große Hilfe. Aber zu meinen, es wäre egoistisch, die Herzenbefleckungen aufzugeben in dem Wissen, dass man sich damit schadet, ist unrealistisch. Auf die Dauer kann kein Mensch auf große Vorteile verzich-

ten und große Nachteile in Kauf nehmen nur mit dem Etikett, es sei edel oder gut.

Die Religionslehrer haben immer die Interessen der Wesen nach wahren Wohlsein gesehen und angestrebt. Sie haben gesagt: Zu deinem Heil ist es, gut zu sein, du gewinnst damit Wesensverwandtschaft mit himmlischen Wesen, und im Menschenreich gewinnst du Wohlwollen und Sympathie, wenn du dich gut verhältst. Jeder Mensch, jedes Tier, jede Gottheit überlegt, was zu seinem Wohl führt und ob die Anstrengungen in einem angemessenen Verhältnis zu dem Wohl stehen.

Der Erwachte fragt: Was hältst du davon, wenn du an einem Tag einen Euro verdienst oder 50 Euro oder 500? - Da ist 500 doch besser. - Bis zum Tod hast du etwas von dem Geld, aber dann nicht mehr. Was hältst du davon, wenn du die Tugendregeln hältst und zusätzlich alle sieben Tage den Feiertag einhältst und dadurch hunderttausende Jahre Himmelsglück erfährst? - Oh, das ist herrlich. - Dann tu es. - Was hältst du davon, wenn du kennen lernst, was dich immer wieder ins Elend reißt und was, wenn man es loslässt, endgültig befreit? - Es gibt nichts Besseres, als dass man das erfährt. - Dann höre von mir, was es mit den fünf Zusammenhäufungen auf sich hat. - Das sind die drei Lehren des Erwachten: Hier in der Welt Gewinn, in der jenseitigen Welt Gewinn und endgültig bleibender Gewinn. Nur diejenigen Lehren können die Menschen verbessern, die ihm zeigen, dass er damit zu seinem Wohl kommt und seine ganze Umgebung auch nur Wohl davon hat.

Ein Mensch, der einsieht, dass verderbte Selbstsucht und die weiteren Herzensbefleckungen Befleckungen des Herzens sind, die eine üble Lebensbahn zur Folge haben - und üble Lebensbahn heißt unangenehme, schmerzvolle Tage, Wochen, Monate, Jahre, üble Leben aneinandergelagert erleben, solange die Befleckungen bestehen - , der muss die Aufmerksamkeit nach innen richten und merken: Jetzt werde ich angetrieben aus diesem Antrieb, aus dieser Befleckung. Da habe ich ag-



gressive Gedanken, oder wenn ich mich unterlegen fühle, neidische, heuchlerische Neigungen.

Weil wir uns Vorteile davon versprochen, haben wir die Befleckungen gewirkt, weil wir dachten: „Das Schöne krieg ich nicht offen; nachher, wenn der andere nicht da ist, muss ich es mir nehmen.“ Wenn wir uns diesen Weg angewöhnt haben aus dem Versprechen von Vorteil und nach einer Anzahl von Leben merken, dass andere uns z.B. als Heimlichtuer und Heuchler durchschauen, dem man es schon am Gesicht ansieht, dass man ihm nicht trauen kann, dann wird der Nachteil dieser Herzensbefleckung offenbar. Ein Sprichwort sagt: „Es ist nichts so fein gesponnen, es kommt doch ans Licht der Sonnen.“ Was Motiv ist, wird offenbar in der sinnlichen Welt. Die Großen sehen an dem Motivhaushalt des Menschen, was er in sieben Jahren tun wird, was drei Leben später an ihn herantreten wird. So kann der Buddha sagen: Die Menschheit entwickelt sich jetzt abwärts, und wenn sie einen bestimmten Stand hat, wird wieder ein Buddha erscheinen. Nur der Blinde spricht da von Willensfreiheit.

Es wäre Chaos, wenn der Wille nicht bedingt wäre. Ein Mensch, der bemerkt, was ihn bewegt, und bemerkt, dass das Bewegende ihm schadet, ihn verdunkelt, der muss sich im Geist davon abwenden. In dem Augenblick, in dem gesehen wird: „Die Befleckung schafft üble Lebensbahn“, ist zunächst nur die Einsicht gegenwärtig. Die starken Triebkräfte zwingen noch weiter in die gewohnten Bahnen. Aber wenn er im Geist das Wissen: „Das ist die Befleckung, mit der ich schon oft mir und anderen geschadet habe“, öfter bedenkt, dann meldet es sich allmählich immer öfter und wird dann ein durchgängiges Raunen, das ihn geistig beeinflusst. Dann kann er bald die Tür z.B. zum Zorn zuhalten. Er spürt den Zorn, aber das Handeln aus dem Zorn hält er zurück. Hinterher freut er sich, dass er wenigstens das Handeln aus Zorn lassen konnte, und schämt sich des Zorns.

Der Erwachte sagt, dass kein Triebversiegter auf einem anderen Weg rein geworden ist als auf dem Weg der Selbsterforschung und Selbstläuterung (M 61):

*Wer auch immer von den Asketen oder den Priestern in vergangenen Zeiten seine Taten geläutert, seine Worte geläutert, seine Gedanken geläutert hat, ein jeder hat betrachtend und betrachtend (paccavekhati) seine Taten geläutert, betrachtend und betrachtend seine Worte geläutert, betrachtend und betrachtend seine Gedanken geläutert. Und wer immer auch von den Asketen oder den Priestern in künftigen Zeiten seine Taten läutern, seine Worte läutern, seine Gedanken läutern wird, ein jeder wird betrachtend und betrachtend seine Taten läutern, betrachtend und betrachtend seine Worte läutern, betrachtend und betrachtend seine Gedanken läutern. Und wer immer auch von den Asketen oder den Priestern in der Gegenwart seine Taten läutert, seine Worte läutert, seine Gedanken läutert, ein jeder läutert betrachtend und betrachtend seine Taten, betrachtend und betrachtend läutert er seine Worte, betrachtend und betrachtend läutert er seine Gedanken.*

Warum misst der Erwachte der „Betrachtung“ einen so großen Wert bei? Weil ein Mensch, der betrachtet, dass dieses oder jenes übel sei, dieses Üble schon damit verwirft, sich davon abwendet. Die Einsicht: „Das, was ich da an mir habe, ist etwas Übles“ ist bereits die Verwerfung. Darum heißt es in unserer Lehrrede (M 7) im Hinblick auf alle sechzehn Herzensbefleckungen: *Ein Mensch, der eingesehen hat, dass diese Befleckung des Herzens übel ist, der verwirft sie.* Es heißt nicht, er solle, nachdem er sie als übel erkannt hat, nun auch verwerfen. Der Akt der Einsicht, die negative Bewertung, ist bereits die Verwerfung. Man braucht nicht noch außerdem zu sagen: „In Zukunft will ich dem Üblen nicht mehr folgen.“ Ist der üble Charakter einer Eigenschaft, ihre Schädlichkeit klar und voll in der Betrachtung eingesehen, so

ist diese Einsicht gleichzeitig die Verwerfung und Abwendung von dieser Eigenschaft und damit ihre Minderung.

Wir meinen oft, man müsse den Entschluss fassen: „Das will ich jetzt lassen.“ Natürlich ist es gut, wenn man sich diese Worte zusätzlich noch sagt, wodurch die als richtig beurteilte Einstellung noch mehr ins Gedächtnis eingeschrieben wird. Aber allein schon durch die diesen Worten vorangegangene Einsicht, dass eine Sache oder Eigenschaft schädlich sei, ist die Neigung zu dieser Sache oder Eigenschaft schon etwas geringer geworden. Mag auch eine Neigung mit starker Kraft der Einsicht entgegengesetzt gerichtet sein - je deutlicher man das Negative dieser Neigung erkennt, sich vor Augen führt, um so mehr zehrt die Einsicht in die Schädlichkeit dieser Neigung an ihr bis zu ihrer vollständigen Aufhebung. Kein Mensch, der Wohl und Freude begehrt, kann mit klarem Wissen einen Weg gehen, von dem er sieht, dass er ins Elend führt, wenn er zugleich auch Wege kennt, die in Helligkeit und zum Frieden führen.

Für den Menschen, der den vom Erwachten beschriebenen Weg gehen will und nun bei sich selber diese üblen Gemütsverfassungen bemerkt, tritt eine entscheidende Wendung in seiner Entwicklung ein: Er kann nicht mehr fasziniert und gebannt auf das automatisch und mechanisch Bewegte und Geschobene starren und von dort das Wohl erwarten, sondern er sieht mehr und mehr die geistigen Antriebe, die Gesinnungen, die mannigfaltigen seelischen Motive, die Vielfalt der Triebe, das Begehren.

Je deutlicher man erkennt, inwiefern diese oder jene Herzensbefleckungen zu *eigener*, zu *fremder Beschwer* oder zu *beider Beschwer* (M 19) führen, um so mehr nimmt man Abstand von ihnen. Meistens gewinnt man diesen Abstand nicht gleich beim ersten Betrachten. Manche Befleckungen gleichen ausgefahrenen Gleisen, so dass es einer immer wiederholten Betrachtung ihrer Schädlichkeit bedarf, um sich mehr und mehr von ihnen zu entfernen. Und manche Befleckungen feinerer Art merkt man am Anfang solcher Betrachtung noch gar

nicht. Aber je aufmerksamer und intensiver die Selbstbeobachtung ist, um so tiefer kommt man in verborgenere Schichten, bis irgendwann als akute Wirkung dieser Übung ein ganz starkes Gefühl eines reinen Herzens aufkommt, eine innere Gehobenheit und Helligkeit, die durchglüht, reinigt, sättigt und erfreut.

Ist diese akute Wirkung einmal erreicht, dann ist man längere Zeit nicht fähig zu einer Gesinnung, über deren schlechte Folgen man gerade so stark nachgedacht hat und durch deren augenblickliches völliges Fernsein man eine solche erhebende Beglückung erlebt hat. Nach einiger Zeit hört die akute, verhältnismäßig starke Wirkung dieser Meditation auf, aber der Mensch fällt doch nicht mehr ganz in seine frühere durchschnittliche Gemütsverfassung zurück, sondern hat sie endgültig ein wenig gebessert: Das ist die Dauerwirkung einer jeden guten Meditation, die übrig bleibt, wenn die viel stärkere, aber nur kurzfristig währende akute Wirkung wieder vergangen ist.

Betrachten wir die in M 7 genannten sechzehn Herzensbefleckungen und wie wir an ihrer Aufhebung arbeiten können:

## Die sechzehn Herzensbefleckungen <sup>44</sup>

### 1. *Verderbte Habsucht (abhijjhā-visamalobha)*

Wenn die Gier so stark wird, dass ich sie rücksichtslos, ohne Rücksicht auf andere Wesen nicht nur aus Nächstenblindheit, sondern auch da erfüllen will, wo ich mir der Verletzung des Besitzstandes des Mitwesens bewusst bin – das ist verderbte Habsucht. Aus Sinnensucht, aus Habenwollen wird verderbte Habsucht, wenn ich Ausschau halte, wie ich das Begehrte dem anderen abnehmen oder abjagen kann. *Was ein anderer be-*

---

<sup>44</sup> In unserer Lehrrede nennt der Erwachte 16 Herzensbefleckungen, in M 8 und anderen Lehrreden nennt er noch weitere. Die genannten Eigenschaften sind als Anhalt aufzufassen, nicht als endgültige Zahl.

*sitzt, das möchte ich haben (M 41, 114 u.a.), ich möchte ihn verdrängen, möchte ihm das Begehrte entreißen. Das ist es, was in den christlichen Geboten genannt wird:*

*Du sollst nicht begehren deines Nächsten Haus, Weib, Knecht, Magd, Vieh noch alles, was er besitzt. (2.Mose 20,17)*

In D 27, in der Lehre, in der eine im Auf und Ab des Daseinskreislaufs immer wiederkehrende Phase der Abwärtsentwicklung der Wesen von den Leuchtenden Gottheiten an abwärts bis zu den Menschen geschildert wird, werden zunächst die Zunahme des sich noch im gesetzlichen Rahmen haltenden Bedürfnisses und die daraus entstehenden Übel beschrieben; erst als verkehrte Ansicht mehr um sich gegriffen hatte – so heißt es dort – da nahmen drei Dinge stärker zu: eines davon ist (neben Neigung zu Ungesetzlichem und falschen Gesetzen) die verderbte Habsucht. Wenn ich bei jemandem etwas sehe, das ich selber gern haben möchte, obwohl er es mir nicht gibt, und ich habe dann keine Weltanschauung, die das als übel und unrecht verwirft, dann wird aus der Sinnensucht verderbte Habsucht, wenn ich Ausschau danach halte, wie ich es ihm gegen seinen Willen entreißen kann.

Wenn der Mensch, um weiterzuleben, meint, auf Kosten anderer sein Leben erhalten zu müssen, indem er z.B. bei Feuerbruch in einem geschlossenen Raum Mitmenschen beiseite drängt, um schneller durch die Tür ins Freie zu kommen, oder indem er als Schiffbrüchiger einem anderen die rettende Planke streitig macht oder in der freien Wirtschaft Konkurrenten Gewinn abjagt, sie damit in die Insolvenz treibt – das alles geschieht aus verderbter Habsucht ohne Bedenken des Saat-Ernte-Gesetzes. Verderbte Habsucht hat die heutigen Tierfarmen entstehen lassen mit dem Grundsatz: größtmöglicher Gewinn bei niedrigen Kosten: die Techniken intensiver Einengung, Unterdrückung aller Lebensäußerungen bei derart eingegengten Tieren, Haltung in völliger Dunkelheit während lan-

ger Zeit, Überfütterung, Unterfütterung, Beschneiden von Schnäbeln und Schwänzen, erbarmungslose Transportmethoden – das geschieht aus verderbter Habsucht: Herausschlagen von Gewinn auf Kosten des Wohls anderer Wesen. Der Kenner der Lehre weiß, dass er, solange Triebe vorhanden sind, weiterleben wird, der Tod kein Ende ist und dass er sich Äonen himmlischen Glücks erwerben kann, wenn er hier nicht auf Kosten anderer sein Leben führt, nicht andere um ihr Wohl bringt.

Die verderbte Habsucht ist wie eine Pflanze, deren Wurzel die Sinnensucht, das Bedürfen überhaupt, ist, aus der sie immer wieder heranwächst. Einzudämmen ist sie nur durch den Hinblick auf die Bedürfnisse des anderen, durch das Erkennen, dass der andere genauso Wohl wünscht wie ich, durch die Sehnsucht nach hellerem Sein. Aber an der Wurzel ausroden kann man sie nur, wenn man ein so großes inneres Wohl bei sich hat, dass man der Sinnensucht nicht mehr bedarf.

## 2. Antipathie bis Hass (*vyāpāda*)

reicht von der kleinsten Antipathie bis zum aktiven Hass (*Der soll umgebracht werden, soll so nicht bleiben* - wie es in M 114 heißt). Antipathie bis Hass entsteht dadurch, dass der Mensch von klein auf gewöhnt ist, die Menschen danach zu messen, ob sie den eigenen Trieben, Tendenzen, Anliegen entsprechen oder nicht. Der unbelehrte Mensch erkennt sich nicht in allen anderen Wesen wieder, sondern unterscheidet sich bewusst und mit Absicht von ihnen. Er setzt sich von jedem anderen Lebewesen ab und stellt sich ihm gegenüber. Und solange er so tut, hat er nicht die vom Erwachten empfohlene unterschiedslose Metta-Haltung, die in jedem Wesen einen Wohlsucher sieht und ihn wünschen lässt: *Mögen alle Wesen glücklich sein.* (M 114) Es sind hauptsächlich folgende drei trennende Unterscheidungen, die zu Antipathie bis Hass führen:

Die Unterscheidung aus *Eigensucht*:

„Dieser ist mir angenehm, jener unangenehm.  
Dieser ist mir nützlich, jener hinderlich.  
Dieser hat mich anerkannt, jener getadelt.  
Dieser mag mich, jener nicht.“

Die *moralische* Unterscheidung:

„Dieser ist ehrlich, jener unehrlich.  
Dieser ist gerecht, jener ungerecht.  
Dieser ist gut, jener schlecht.“

Die *weltlich übliche* Unterscheidung:

„Dieser ist klug, jener dumm.  
Dieser ist gebildet, jener ungebildet.  
Dieser ist von hohem Stand, jener von niederem.  
Dieser ist wohlhabend, jener arm.  
Dieser ist tüchtig, jener ungeschickt.“

Das sind drei trennende, leidbringende Unterscheidungen.

Das bedeutet nicht, dass der Mensch sich blind machen soll für die Eigenschaften des Nächsten, dass er nicht sehen soll, was gut und böse ist und wer gute und böse Eigenschaften hat, sondern dass er den Nächsten nicht nach diesen unterscheidenden Gesichtspunkten bewerten soll. Hier hilft der vom Erwachten gegebene Gedanke, dass jeder von uns schon alles Gute und Schlechte war und wir darin alle gleich sind. Wir alle suchen Wohl auf den Wegen, die wir kennen.

Der Erwachte gibt das Bild der Mutter als Vorbild für nicht unterscheidende Liebe:

*Wie die Mutter ihren eig'nen Sohn  
lebenslang nur immer als ihr Kind umhegt,  
ebenso bei allem, was da lebt,  
öffne sich der Geist entfaltend, messe nicht.*

*Denn die Liebe zu der ganzen Welt  
kann der Geist entfalten, der ist frei von Maß –  
aufwärts, abwärts, in die Breite hin –*

*frei von Enge, Gegnerschaft und Widerstreit. (Sn 149/150)*

So wie eine liebende Mutter, soweit sie liebende Mutter ist, alle ihre Kinder in gleicher Weise liebt, und zwar so liebt, wie sie sich selber liebt, so wie sie das übelgeartete Kind ganz ebenso liebt wie das gutartige und wie sie das intelligente Kind ganz ebenso liebt wie das beschränkte, obwohl sie die Unterschiede sieht und bei der Erziehung gerade aus Liebe berücksichtigt – so wie die Sonne in gleicher Weise über Gerechte und Unterechte scheint – so soll allein diese nicht-unterscheidende Liebe das Verhältnis zu jedem Du bestimmen.

Zu dieser Liebe sind wir nur dann fähig, wenn wir bei allen Lebewesen den Blick hinweglenken von jenen vorgenannten drei trennenden, wertenden Unterscheidungen und wenn wir ihn auf dasjenige richten, worin alle Wesen mit uns gleich sind:

„Das ist auch einer, der Wohl und Glück sucht,  
Geborgenheit und Frieden sucht,  
ganz ebenso wie auch ich Wohl und Glück suche,  
Geborgenheit und Frieden suche“ –

das ist der *erste* zu Frieden, Wohl und Heil führende Anblick der Gleichheit und Einheit.

„Das ist auch einer, der aus seinen inneren und äußeren Gegebenheiten so und nicht anders fühlen und wollen und denken und handeln muss,  
ganz ebenso wie auch ich aus meinen inneren und äußeren Gegebenheiten so und nicht anders fühlen und wollen und denken und handeln muss“ –

das ist der *zweite* zu Frieden, Wohl und Heil führende Anblick der Gleichheit und Einheit.

„Das ist auch einer, der schon seit undenklichen Zeiten im Samsāra durch alle Daseinsformen und Daseinsbereiche hindurchwandert und hindurchirrt,



wie auch ich schon seit undenklichen Zeiten im Samsāra durch alle Daseinsformen und Daseinsbereiche hindurchwandere und hindurchirre“ –

das ist der *dritte* zu Frieden, Wohl und Heil führende Anblick der Gleichheit und Einheit.

Der Erwachte sagt:

*Was ihr auch erblicken mögt an Übelgewordenem, Übelgeratenem, als gewiss kann da gelten: „Auch wir sind schon so gewesen auf dieser langen Laufbahn.“ Was ihr auch erblicken mögt an Wohlbefinden, Wohlgedeihen, als gewiss kann da gelten: „Auch wir sind schon so gewesen auf dieser langen Laufbahn.“ Und warum das? Unausdenkbar ist der Anfang dieses Daseinskreislaufs. Nicht ist ein Beginn zu erkennen der durch den Wahn gehemmten, durch Durst verstrickten Wesen, der wandernden, im Samsāra kreisenden. (S 15,1)*

Wenn wir daran denken, dann steigen wir augenblicklich von dem eingebildeten Thron herab, auf welchem wir ganz unbewusst aus uralter Gewohnheit sitzen, um von da aus die anderen zu beurteilen. Wer die Lehre des Erwachten über die unendlichen Wanderungen durch alle Stadien des Samsāra tiefer bedacht und verstanden hat, der kann immer weniger an andere den Maßstab anlegen; denn er sieht, dass es bei allen inneren Entwicklungen hinauf und hinab nicht um Schuld und Unschuld geht, sondern immer nur um Wissen oder Nichtwissen.

Wenn der Übende von den drei trennenden Unterscheidungen zwischen sich und den Mitwesen mehr und mehr zurücktritt und die drei Betrachtungen der Gleichheit aller Wesen mehr und mehr pflegt, dann erfährt er, was es heißt, *mit weitem, hohem, nichtmessendem, von Feindschaft und Bedrängung freiem Gemüt* zu verweilen. Erst durch die Wandlung unseres Gemüts, die durch die regelmäßige Übung allmählich vor sich geht, bekommen wir einen Blick dafür, wie beschränkt, eng und begrenzt unser Gemüt heute noch ist.

Mit den üblichen abschätzenden, kritisierenden, herabwürdigenden ausspinnenden Betrachtungen über den Nächsten wirkt man für sich und seine Umgebung im Lauf der Zeit dunkle Wirkungen von zunehmender Missgunst, Feindschaft, harter Begegnung, Streit mit allem üblen Gefolge. Aber mit wohlwollenden, verständnisvollen, heraufwürdigenden Betrachtungen über den Nächsten wirkt man für sich und seine Umgebung im Lauf der Zeit hellere Wirkungen von zunehmender Freundschaft, sanfter Begegnung, Harmonie mit allem guten Gefolge. Jede Abwehrstellung einem Menschen gegenüber sollte uns aufrufen, die Ohren zu spitzen und achtzugeben: „Um meine Interessen zu wahren, muss ich hier zwar auf der Hut sein und muss unter Umständen sogar das, was von X kommt, abwehren und korrigieren, aber das ist etwas völlig anderes als meine Einstellung zu X als Mensch.“

Jede Resignation und abweisende Kühle dem Menschen X gegenüber – dieser Ton, der bei dem Wort oder bei dem Gedanken „X“ fast automatisch aufkommt, das ist eine Hemmung und Gefahr auf dem Heilsweg. Wir müssen wissen: So oft jetzt eine solche innere Haltung in uns aufkommt, so oft kommt sie auch im Jenseits auf, und der Platz dafür ist nicht bei göttlichen Geistern, sondern bei niedrigen Geistern. Wollen wir göttliche Geister werden, dann ist es wichtig und gut, dass wir dafür sorgen, dass hellere Gedanken aufkommen.

Die fortgesetzten Wandlungen des Gemüts sind Zeichen eines nicht weiten, sondern engen, eines nicht tiefen, sondern seichten und leicht bewegten, und eines nicht unbeschränkten, sondern begrenzten, eingeschränkten und abhängigen Gemüts, das nicht *von Feindschaft und Bedrängung frei ist*.

Von den Wandlungen seines Gemüts kann man sich leicht bei den Begegnungen mit den unterschiedlichen Menschen und den Dingen des Lebens überzeugen, und man kann geradezu einen Versuch anstellen, indem man etwa eine Sammlung von Fotografien aus Familie und Bekanntschaft aus der jüngeren und weiter zurückliegenden Vergangenheit betrachtet. Bei der Erinnerung an die verschiedenen Menschen und

Situationen ändert sich ununterbrochen der Gemütszustand. Da spielen die Sympathien und Antipathien auf und ab, da gehen die Beurteilungen, die Zuneigungen und Abneigungen hin und her. Das ist die Abhängigkeit, Beschränktheit des üblichen menschlichen Gemüts. Und wenn wir uns näher beobachten, so erkennen wir, dass diese Wandlungen fast alle in den drei erwähnten Unterscheidungen begründet liegen, und zwar hauptsächlich in der ersten der drei.

Bemühen wir uns einmal, die gleichen Fotografien in einer zweiten Durchsicht zu betrachten *ohne* jene drei trennenden Unterscheidungen und mit bewusster Pflege der genannten drei Betrachtungen der Gleichheit aller Wesen, so werden wir an uns erfahren, dass eine solche Betrachtung der Bilder weit weniger Gefühlswechsel und Gemütsbewegungen in uns auslöst als zuvor und dass unser Gemüt weit mehr in eine hellere, verstehende, gute Verfassung gelangt. Daran erkennen wir bei uns den heilsamen Wert solcher Betrachtung, und wir verstehen, was es bedeutet, wenn der Erwachte empfiehlt, sich allen Wesen gegenüber *mit liebevollem Gemüt zu erfüllen, mit weitem, hohem, nichtmessendem, von Feindschaft und Bedrängung freiem.* –

Wegen erlittener Verletzungen, Kränkungen – manchmal schon in der Kindheit – hat sich in den Verletzten, Gekränkten Hass gegen die Person festgesetzt, von der die Verletzung, Kränkung ausging.

Die Psychologin *Doris Wolf* schreibt in ihrem Buch „Ab heute kränkt mich niemand mehr“ (Mannheim, 10. Aufl. 2014):

*Im Volksmund spricht man davon, dass die meisten Menschen ein paar „Leichen“ im Keller haben. Gemeint sind damit meist Dinge, die noch nicht oder nicht zur Zufriedenheit erledigt sind. Die „Leichen“ sind noch nicht begraben, es herrscht noch keine Ruhe. Ähnlich ist es mit Kränkungen. Manchmal liegen Kränkungen schon Jahre oder Jahrzehnte zurück und beeinflussen uns immer noch stark. Unsere Vorwürfe, unsere*

*Verbitterung und unsere Wut richten sich gegen unsere Eltern, Lehrer, Geschwister, Freunde oder auch Gott und das Schicksal. Sie beziehen sich auf Personen, die noch leben oder bereits verstorben sind. Sie betreffen ein einzelnes Ereignis oder jahrelange schmerzliche Erfahrungen. Wenn wir mit alten Kränkungerfahrungen umherlaufen und sie in unseren Gedanken und Bildern immer wiederholen, dann haben wir unerledigte Geschäfte.*

*Kränkungen, die wir weder offen ansprechen und klären, noch innerlich bewältigen, können uns sehr viel Energie rauben. Sie nagen an uns und vergiften unseren Seelenfrieden. Wir verwahren sie quasi in einem Koffer, den wir immer mit uns herumschleppen. (S.210)*

*Wenn wir uns sehr gekränkt fühlen, dann „kauen wir den Vorfall“ immer wieder. Das für uns so bedrückende Ereignis ist schon lange vorbei und unser Gegenüber vielleicht sogar schon lange aus unserem Blickfeld verschwunden. Doch vor unserem inneren Auge taucht es immer wieder auf. Wir sehen den anderen vor uns stehen und wiederholen das, was uns verletzt hat. Wir hören den anderen immer wieder die uns kränkenden Worte sagen. Wir haben einen Endlosfilm eingelegt, der immer wieder von vorne beginnt. (S.153)*

*Rufen Sie sich, sobald Sie sich beim Gedanken oder bei der Vorstellung von der verletzenden Situation ertappen, innerlich Stopp zu. Wenn Sie allein sind, können Sie „Stopp“ auch laut aussprechen und dabei in die Hände klatschen. Dann lenken Sie Ihre Aufmerksamkeit auf neutrale oder angenehme Bilder...Ich persönlich verbinde den Gedankenstopp immer mit dem Satz: „Stopp, ich bin bereit, loszulassen. Es ist vorbei.“ (S.157/158)*

*Wenn wir verzeihen, dann*  
– *widmen wir unsere Zeit und Energie wieder der Zukunft; empfinden wir dieser Person gegenüber keinen Hass mehr; müssen wir uns nicht mehr selbst bedauern, dass wir dies erlebt haben, und wie stark wir unter dieser Erfahrung leiden müssen;*

- können wir anderen wieder vertrauen;
- kann sich unser Körper wieder entspannen;
- brauchen wir unsere Zeit nicht mehr mit Rachegeanken zu vergeuden;
- fühlen wir uns nicht mehr als Opfer;
- brauchen wir uns nicht mehr damit befassen, wie wir dem anderen aus dem Weg gehen oder ihn unsere Verbitterung spüren lassen;
- übernehmen wir Verantwortung für unsere Gefühle und geben dem anderen nicht mehr die Schuld daran. (S.214)

Nutzen Sie positive Suggestionen. Sprechen Sie sich den folgenden Text auf eine Kassette:

*Ich habe in der Vergangenheit eine schmerzliche Erfahrung gemacht. Ich habe mich von einem Menschen sehr verletzt gefühlt. Doch dies ist Vergangenheit. Die Vergangenheit lasse ich jetzt ruhen.*

*Der andere hat getan, was er auf Grund seiner Lebenserfahrung, seiner Wertvorstellungen, seiner Position, seiner Wünsche und momentanen Stimmung tun musste. Mir hat es nicht gefallen. Aber ich bin bereit, dem anderen zu verzeihen. Ich verzeihe ihm um meinetwillen. Ich möchte meinen inneren Frieden. (S.231)*

Jeder von uns weiß es aus Erfahrung, dass die Stunden oder Tage, die er anderen grollt über irgendwelche Kränkungen, Beleidigungen oder sonstige Schädigungen, für ihn eine verlorene und dunkle Zeit sind. Ja, wenn er bereits edlere, höhere Vorsätze in sich aufgebaut hatte, dann ist ihm solche Zeit peinlich, und er versucht sie abzukürzen, indem er den inneren Groll aufhebt, dem Täter verzeiht.

Im Mahābhārata heißt es:

*Man muss jede Beleidigung, wie immer sie auch sei, verzeihen. Es ist gesagt worden, dass das Fortbestehen der Menschheit aus der Fähigkeit des Verzeihens erwächst. Verzeihen ist*

*heilig: es erhält die Welt in ihrem Bestand; verzeihen ist die Macht des Starken, ist Opfer und Ruhe der Seele. Verzeihen und Sanftmut sind Eigenschaften der Selbstbeherrschung, sie stellen die ewige Tugend dar.*

Wer frei, wer gesund werden will, macht sich von Hass frei, und der andere ist dankbar dafür. Die meisten Menschen sind dankbar, wenn man vergibt, was sie einem angetan haben, wenn man wieder neu anfängt. Aber auch wenn sie nicht dankbar sein sollten – es geht ja nicht um die Dankbarkeit des anderen, sondern darum, dass wir den Hass in unserem eigenen Herzen tilgen, denn das führt zum Wohl.

*Gib und vergib von Herzen gern,  
das ist des Glückes Keim und Kern.  
sagt Richard Dehmel.*

Welche Gedanken machen es uns möglich zu verzeihen?  
Man braucht sich nur vor Augen zu führen, dass man selber oft – zum Teil gegen den eigenen Willen – andere verletzt hat. Dann kann man sich nicht mehr so leicht auf das hohe Ross setzen in dem Gedanken: „Wie konnte er mich nur so verletzen.“ Und weil man sich selber manches vorzuwerfen hat und das innere Drängen, die Motive, die zu einer verletzenden Tat führen, bei sich selber in ihrer Wucht gespürt hat, so dass man fast willenlos verletzend handeln musste, da wächst in einem Verständnis für diejenigen, die einen früher verletzt haben. Man mag sich aus eigener Vergangenheit sagen: „Wenn ich anstelle meines Bruders gewesen wäre, hätte ich meine Überlegenheit auch ausgenutzt, und meine Eltern hatten ja auch einen schweren Stand mit mir. Ich habe es ihnen durch Trotz und Verschlossenheit und innere Abwehr nicht leicht gemacht, mich zu verstehen. Und der Lehrer wollte damals vielleicht durch mich ein Beispiel geben, ein Exempel statuieren, wie man sagt, um der Klasse zu zeigen wie es einem geht, der sich nicht anstrengt, der in seiner Stunde nicht aufgepasst hat. Ich

habe in meinem Leben durchaus nicht immer bewiesen, dass ich eine Engelsgeduld habe.“

Mit diesem Gedanken, dem Bemühen um Verständnis, verzeihe ich dem anderen, weil ich denke „ich habe ja auch meine Fehler“.

Aber es gibt auch manche Fälle, in denen wir für eine bestimmte Person keinerlei Verständnis aufbringen können, weil uns deren Charaktereigenschaften ganz fremd sind. Wir empfinden: „Ich würde nie so handeln, wie er an mir gehandelt hat.“ Da mögen uns folgende Gedanken helfen, die über die bloße Gerechtigkeit hinausgehen, die dem Gesetz, nach dem Dasein abläuft, näher sind:

Es muss jeder so handeln, wie seine Triebe sind. Ich kann mich in seine Triebe nicht hineinfühlen, aber was ändert es: Er würde nicht so handeln, wenn er nicht solche Triebe hätte. Wie oft mag ich in den vielen Vorleben ähnliche Triebe gehabt haben; ich habe sie jetzt nicht, sondern habe augenblicklich durch Milieu und Erziehung andere Triebe. Aber das kann sich bald wieder ändern. Wie die Triebe rollen, so muss ein Wesen handeln – ebenso wie das Wasser je nach der Beschaffenheit des Untergrundes still im Tümpel steht oder über Steine springt. Und alle Triebe haben nur eines zum Ziel: Befriedigung des empfundenen Mangels, Aufhebung des Vakuums. Der Geist des Wesens sagt ihm, auf welche Weise es zu dieser Befriedigung kommt. Aber die Daten seines Geistes sind abhängig von dem, was es erlebt und erfahren hat. Nicht böser Wille, sondern Nichtwissen darüber, wie es wirklich dauerhaftes Wohl erwerben kann, lässt ein Wesen schlecht, verletzend handeln. Wie könnte man da hassen – wem sollte man böse sein, etwa den von Belehrung und Erfahrung abhängigen Anschauungen des Betreffenden, den blind rollenden, Wohl ersahnenden Trieben?

Und wie kann man feststellen, ob man wirklich verzeihen hat? Das sagt treffend *Joseph Murphy*:

*Vergeben heißt, dem anderen Liebe, Freude, Weisheit und alle Segnungen des Lebens wünschen, bis die Erinnerung an den anderen jeden Stachel verloren hat.*

Erst dann also kann man sagen, man hätte dem Betreffenden verziehen, wenn man gar nicht mehr an das Ungute, das der andere einem angetan hat, denkt und damit die Erinnerung an ihn jeden Stachel verloren hat.

Das erreicht man damit, dass man dem anderen – wann immer man an ihn denkt – sogleich Liebe wünscht, Freude wünscht, Wohl wünscht, ihm alles Gute wünscht, was Leben nur bieten kann, und keinen Gedanken mehr an die Kränkung zulässt.

Wenn wir im Gedächtnis behalten, was uns einer Übles getan hat und es vielleicht gar noch zusätzlich ausmalen, dann leben wir in einer solchen dunklen Welt in diesem und im nächsten Leben. Dann wird das unsere Welt. Was wir nicht heller machen, wird nicht heller. Jeder Gedanke baut an unseren Erlebnissen. Bauen wir eine helle Welt und sehen wir auf das Gute in dem Wissen:

*Alles Sichtbare – die Welt, die wir erleben –  
ist nur ein Schatten dessen,  
was in der Seele wirklich vor sich geht.  
(Makarios der Ägypter)*

Die Welt ist ein Film, und unser Herz ist der Regisseur.  
So sagt auch der Inder *Nisargadatta Maharaj*:

*Das erlebte Böse ist der Gestank eines kranken Herzens.  
Heile dein Herz, und es wird aufhören,  
entstellte, hässliche Filme zu projizieren.*

Wir sind nicht der Welt ausgeliefert. Wir haben die Welt gemacht, und wir können eine ganz andere Welt machen. Wir sind nicht von der Welt abhängig, sondern die Welt ist von uns



abhängig. Wie wir sind, so wird Welt. Welt wird ununterbrochen, wird so, wie wir denken, reden und handeln.

### 3. Ärger, Zorn (*kodha*)

Weil der Mensch an etwas hängt, weil Begehren ist, weil er Anliegen hat, die er verfolgt, darum kann, wenn er das Gewünschte nicht erlangt, bei dem Gefühl des Mangels und der Enttäuschung Ärger und Zorn aufkommen. Ärger muss nicht zwangsläufig eintreten, wenn Anliegen durchkreuzt werden. Wenn ein Mensch Dinge erlebt, die ihm unlieb und unangenehm sind, Vorwürfe, Störungen, Zumutungen, sog. Unverschämtheiten, dann kann er es geduldig hinnehmen. Als Christ mag er dabei denken: *Der Herr hat's gegeben, der Herr hat's genommen...*, und als Buddhist mag er dabei bedenken, dass das, was wir erleben, von uns so geschaffen wurde, dass wir uns alles Unangenehme selbst zuzuschreiben haben. So kann bei manchen Menschen, wenn Ärger aufkommen will, sofort im Geist auch die Mahnung zur Geduld mit aufsteigen und höchstens eine leise Traurigkeit sich ausbreiten.

Das Wesen des Zorns ist es, unbeherrscht dem inneren Druck nachzugeben, auf andere loszufahren (M 15), heftig sich zu erregen, auch über kleinste Dinge. Ein leises Gereiztsein, ein unterirdisches, ärgerliches Grollen, die schlechte Laune bis zum blindwütigen Rasen des Jähzorns sind nur Steigerungsformen dieser Gemütsverfassung. Auch der sogenannte „gerechte oder heilige Zorn“ ist Herzensbefleckung, ist ein tendenzengetriebenes, automatisches Reagieren.

Der Erwachte spricht im Hinblick auf die Dauer des Zorns von drei verschiedenen Menschenarten (A III,133):

*Gleichwie eine in Felsgestein geritzte Spur nicht so bald vergeht, weder durch Wind noch durch Wasser, sondern lange bleibt, ebenso nun auch ärgert sich da ein Mensch häufig, und jener Ärger haftet ihm lange an.*

*Gleichwie etwa eine in den Sand geschriebene Spur gar bald vergeht, sei es durch Wind oder Wasser, und nicht lange bleibt, ebenso nun auch ärgert sich da ein Mensch zwar häufig, aber der Ärger haftet ihm nicht lange an.*

*Gleichwie etwa eine ins Wasser gezeichnete Spur gar bald vergeht, nicht lange bleibt, ebenso nun auch wird ein Mensch, auch wenn er hart angefahren, grob und unfreundlich behandelt wird, sich gleich wieder sammeln, besänftigen und glätten.*

Zorn muss nicht immer verbunden sein mit der zweiten Herzensbefleckung, Antipathie bis Hass. Ein Mensch kann zornig sein, sowohl über sich selbst wie auch über andere, die ihm etwas angetan haben, und er kann doch ganz frei von Antipathie bis Hass sein.

Im Zorn ist man allen neuen Einsichten schwerer zugänglich, und die schon gewonnenen Einsichten sind verdrängt, sind für die Dauer des Zorns überdeckt. Der Zorn wirft den Menschen um wie eine Woge den Schwimmer. (M 67) Alles höhere Leben, erst recht die Befreiung vom Wahn, ist unmöglich in Verbindung mit Zorn, aber auch die angestrebten Ziele innerhalb der Welt lassen sich mit Zorn schwer oder gar nicht erreichen.

So sagt der Erwachte (A VII,60):

*Wenn auch der zornige, von Zorn überwältigte, zornverzehrte Mensch wohlgebadet ist, wohlgesalbt, mit gepflegtem Haar und Bart, in weiße Gewänder gehüllt, so bleibt er dennoch hässlich als Zornverzehrter.*

*Wenn auch der zornige, von Zorn überwältigte, zornverzehrte Mensch sich auf ein Ruhebett gelagert hat, das mit Decken ausgelegt ist, mit Batist überzogen, mit Schleiern überspannt, mit Antilopenfellen als beste Unterlage oder mit Federkissen, an beiden Enden rot aufgepolstert, so kann er dennoch nicht gut schlafen als Zornverzehrter.*

*Wenn auch der zornige, von Zorn überwältigte, zornverzehrte Mensch Nachteil erlangt hat, so vermeint er: ‚Einen Vorteil hab ich erlangt!‘ und hat er einen Vorteil erlangt, so*

*vermeint er: „Einen Nachteil hab ich erlangt!“. Weil er nun diese beiden Dinge miteinander verwechselt, gereichen sie ihm lange Zeit zu Unheil und Leiden als Zornverzehrtem.*

*Wenn auch der zornige, von Zorn überwältigte, zornverzehrte Mensch ein Vermögen besitzt, das er durch Emsigkeit und Anstrengung zusammengebracht, mit der Arbeit seiner Hände aufgehäuft hat, das von seinem Schweiß beträufelt, auf richtige Weise, rechtlich erworben ist, so wird es von Königen beschlagnahmt beim Zornverzehrten.*

*Wenn auch der zornige, von Zorn überwältigte, zornverzehrte Mensch Ruhm erlangt hat durch unermüdliche Mühe, so stürzt er doch wieder als ein Zornverzehrter.*

*Wenn auch der zornige, von Zorn überwältigte, zornverzehrte Mensch Freunde und Genossen und Verwandte hat, so weichen diese von ihm als einem Zornverzehrtem.*

*Und wenn der zornige, von Zorn überwältigte, zornverzehrte Mensch in Taten, Worten und Gedanken derart übel gewandelt ist, so gelangt er bei Versagen des Körpers, nach dem Tode, auf üble Laufbahn, zur Tiefe hinab, in untere Welt.*

Dem Sanftmütigen, Milden und Friedsamem dagegen ergeht es umgekehrt: Nicht entstellt der Zorn seine Gesichtszüge, sondern sanft und lieb ist sein Blick, harmonisch und ausgeglichen sind seine Bewegungen. Da er nicht erregt und aufgebracht ist, schläft er gut und erwacht ausgeruht. Nicht verwechselt er im Zorn blind Vorteil und Nachteil, sondern ruhig und gelassen wägt er ab. Nicht wird sein Vermögen von anderen beschlagnahmt, denn er widersetzt sich nicht, will nicht sein Recht auf jede Weise durchsetzen, sondern geht lieber den „unteren Weg“. Dadurch ist er den Menschen angenehm, und sie tun ihm Gutes (*Selig sind die Sanftmütigen, denn sie werden das Erdreich besitzen - Matth.5,5*). Nicht untergräbt er durch eine unbesonnene, zornige Handlung seinen guten Ruf, sondern, da er gleichmäßig sanft und friedsam ist, achten und ehren ihn die Menschen. Nicht meiden ihn seine Freunde und Verwandten, sondern sie suchen seinen Umgang, schenken

ihm Vertrauen und bitten ihn um Rat. Und nicht gelangt er wegen des Zorns als ein Zornverzehrter nach dem Tod in untere Welt, sondern er findet als Friedfertiger und Sanftmütiger bei ähnlichen hellen Wesen Eingang.

Wenn man sich die negativen Seiten des Zorns und Ärgers und die positiven Seiten der Sanftmut und Friedsamkeit in dieser Weise immer wieder vor Augen führt, dann wächst man allmählich zu immer größerer Sanftmut und fasst Grauen, Entsetzen und Abscheu vor Zorn und Ärger.

Auch im akuten Fall sind Ärger, Groll, Auflehnung, Empörung, Zorn und Wut zu überwinden. Weil der in Wirklichkeit bittere Kelch des Zorns sich süß gibt, weil es so leicht geht, „sich Luft zu machen“, gerade darum muss er auch auf der Stelle angegangen und bekämpft werden. Wenn man den Druck des Ärgers nicht mehr spürt, dann kann man leicht sanft sein. Man kann dem Zorn, dessen Wesen aktives Rasen ist, außer durch grundlegende Betrachtungen der üblen Auswirkungen des Zorns zu neutralen Zeiten, im akuten Fall nur durch Disziplin, durch Ansiehalten beikommen, wie es in Dh 222 ausgedrückt ist:

*Wer seinen raschen Zorn anhält  
wie ein Gespann im vollen Lauf,  
den nenne Wagenlenker ich,  
nur Zaumhälter sind andere.*

Für diese Zügelung kann man sich vorbereiten durch verschiedene Betrachtungen. Eine Quelle der Sanftmut ist die Durchschauung der Nichtigkeit der Welt, das Wissen um das Karma-gesetz, das Gesetz von Saat und Ernte: Der andere ist mein Frachtschiff, bringt mir die Fracht des Schiffes, das ich selber beladen habe. Um zur Sanftmut zu kommen, ist die Übung in unterschiedsloser Liebe zu allen Wesen eine wunderbare Hilfe, indem man sich auch im Alltag mehr und mehr übt, den Menschen nicht mehr nach „angenehm“ oder „unangenehm“, nach „gut“ oder „schlecht“, „vernünftig“ oder „unvernünftig“,

„erfolgreich“ oder „untüchtig“ zu unterscheiden, sondern gar nicht mehr bei anderen zu messen und zu unterscheiden, einfach nur zu sehen, dass jedes Wesen ganz so wie ich selbst Wohl sucht. Das führt zum äußeren Frieden, zur Eintracht der Menschen untereinander und zum inneren Frieden im Herzen des Menschen. Dann findet man nicht mehr bei den Dingen, sondern bei sich selbst Genüge, inneres Wohl, innere Freude. Unser Herz hat dann unmittelbare Nahrung in sich selbst, so dass wir die äußeren Dinge lassen können. So nimmt die Sanftmut zu.

Wer immer jedem Zorn, wo er auch aufkommt, begegnet, der wird größer, weiser, reiner, stiller. *Makarios* sagt:

*Wenn ihr die Sanftmut erlangt  
und den Zorn abgelegt habt,  
dann bedarf es nicht mehr viel,  
um eure Seele aus der Knechtschaft zu befrei'n.*

„Sanftmut“ heißt, still, hell und weit im Gemüt sein und bleiben, gar nicht erregt, verfinstert und gereizt werden im Begehren und Hassen. Das ist der Anfang des Herzensfriedens.

*Ruisbroeck* sagt:

*Aus der Geduld entstehen Sanftmut und Gütigsein, denn niemand kann sanftmütig sein bei Widerwärtigkeiten als der Geduldige. Sanftmut verbreitet im Menschen Frieden und Ruhe gegenüber jedweden Ereignissen. Der Sanftmütige vermag ärgerliche Worte und garstiges Gebaren, übles Tun und feindseliges Anblicken und alles Unrecht, das man ihm und seinen Freunden antut, zu ertragen und bei all dem im Frieden zu bleiben, denn Sanftmut ist ein Ertragen voller Friede.  
(„Zierde der geistlichen Hochzeit“ I,15-16)*

#### 4. Feindseligkeit (*upanāha*)

Feindseligkeit hat dieselbe Ursache wie Zorn: Anliegen sind durchkreuzt worden. Etwas, was wir wünschen, ist nicht ein-

getreten, oder ein Mensch sagt etwas, was uns weh tut, beleidigt oder zurückstößt. Dabei neigen manche mehr zum momentan sprühenden Zorn, andere mehr zur kalten, schleichen- den Feindseligkeit, die auf lange Sicht Vergeltung plant, auf eine passende Gelegenheit lauert, um es dem anderen heim- zuzahlen.

Feindseligkeit ist ganz auf das Wesen gerichtet, das die Erfüllung der Wünsche verhindert, und sie ist vor allem eine Dauerhaltung, bei manchen Menschen noch durch den be- wussten Entschluss zur Feindschaft gegen den anderen ge- nährt. Jeder kennt Fälle, in denen Feindseligkeit Generationen hindurch zwischen Familien oder Nachbarschaften oder gan- zen Völkern bestand. Man pflegte bewusst die Gedanken, dem „Erbfeind“ etwas anzutun, weil man selbst – oder die Vorgän- ger – einst getroffen war und dies dem anderen nicht verges- sen wollte.

Feindseligkeit, Rachsucht ist das Gegenteil von Brüder- lichkeit. Man ist von vornherein gegen den anderen eingestellt, sinnt auf seinen Nachteil, empfindet Genugtuung und Schan- denfreude bei seinem Leid: „Das ist ihm recht geschehen.“ Wenn wir uns vorstellen, wie das Herz eines Wesens ist, das Feindseligkeit nährt gegen irgend jemanden mit allem, was in den konkreten Lebensfällen dazu gehört, dann erkennen wir, dass sich das Herz dieses Unseligen immer mehr verdunkelt, verengt, innerlich immer kälter wird. Er macht sich zu einem charakterlichen und geistigen Krüppel, und das Verkniffene, Enge und Harte prägt sich allmählich auch den Zügen auf und kältet den Blick. Zorn allein ist oft nur ein kurzes Aufbrausen; der Mensch kann sich nach kurzem Zürnen meistens wieder glätten, es tut ihm Leid, er öffnet sein Herz, versöhnt sich, doch Feindseligkeit heißt, mit Überlegung an der Kälte und feindlichen Gegenwendung festhalten.

Feindseligkeit wird gemindert und aufgelöst durch die Be- mähung um ihr Gegenteil: die brüderliche/schwesterliche Hal- tung der Zuwendung und des Mitempfindens. Durch Feindse- ligkeit beweisen wir, wie sehr wir begrenzt sind, dass wir im

seelischen Bereich starr einen Platz einnehmen, von dem aus wir urteilen: „Den mögen wir nicht, das ist unser Feind, und den mögen wir, das ist unser Freund.“ *Jesus* sagte am Kreuz, als die Kriegsknechte so hart mit ihm umgingen: *Vater vergib ihnen, denn sie wissen nicht, was sie tun.* Das war die Erfüllung seines eigenen Gebots: *Liebe deinen Nächsten wie dich selbst.* Diese Haltung ist ein Beispiel dafür, wie einer auch unter großer innerer und äußerer Belastung keine Feindseligkeit aufkommen ließ, seinen Quälern nicht nachtrug. – Eine sehr ähnliche Haltung war dem Erwachten in seinem achtzigjährigen Leben eigen.

Ein weiteres Mittel zur Überwindung der Feindseligkeit ist dies: Je mehr wir auf unsere eigenen Fehler schauen, um so weniger können wir feindselig werden, um so weniger können wir zornig sein, um so weniger können wir andere ausschließen wollen. Indem wir auf unsere Fehler schauen, nimmt auch die Wurzel des Zorns und der Feindseligkeit, die Weltsüchtigkeit, ab, weil wir die Wurzel alles Übels im eigenen Herzen sehen. Über das Ergebnis dieser Haltung sagt der Erwachte:

*Mit zwei Eigenschaften wird der kämpfende Mönch zur Uner-schütterlichkeit geführt und gelangt bei Auflösung des Körpers nach dem Tod auf gute Bahn, in himmlische Welt. Welche zwei? Immer frei von Zorn und frei von Feindseligkeit bleiben. (A II,69)*

Überwunden ist die Feindseligkeit erst dann, wenn man auch bei Gelegenheiten, die geradezu dazu gemacht scheinen, eine „Scharte auszuwetzen“, dem anderen „eins auszuwischen“, auf jede Form von Vergeltung verzichtet. Zum Beispiel: Jemand hat mich vor anderen ungerecht getadelt, und dieser wird nun selber von anderen heruntergemacht: Wenn ich da nicht in deren Kerbe schlage, nicht die Schwäche des anderen ausnutze, sondern ihm beistehe - dann habe ich Feindseligkeit überwunden.

Gerade der Kenner der Lehre weiß ja: Alles, was mir begegnet, ist von mir in die Welt gesetzt, alle Erlebnisse sind nur Spiegelbilder des Inneren, die, irgendwann einmal so geschaffen, wieder in dieser Weise an mich herantreten müssen. - Und der andere muss ja nach seinen Trieben und seiner in diesem Milieu angesammelten Anschauung so sein, wie er ist, er kann im Augenblick gar nicht anders handeln und denken. Wenn ich seine Triebe und seine Anschauung hätte, müsste ich genauso handeln, wie auch er mit meinen Tendenzen, meiner Anschauung genauso handeln müsste wie ich. Das ist ein ganz automatischer Ablauf. Wie kann ich einem anderen Automatismus, einem Mitmenschen gram sein, der diesem Automatismus, dem sogenannten „Ich“, etwas angetan hat?

Der Erwachte gibt in Gleichnissen (M 62) einen befreienden, größeren Anblick:

So wie diese große gewaltige Erde, dieser mächtige Erdball sich nicht sträubt und aufbäumt, ob man auch Eitriges, Blutiges und Schleimiges darauf wirft, sondern großzügig und geduldig hinnimmt, so soll - der Erde gleich - das Gemüt nicht verstört werden. - So wie das Wasser sich nicht sträubt und aufbäumt, nicht entsetzt oder gedemütigt oder angewidert ist, wenn schmutzige Dinge darin gewaschen werden, so soll das Gemüt - dem Wasser gleich - nicht verstört werden. - So wie das Feuer auch schmutzige Dinge verbrennt und deswegen nicht entsetzt oder gedemütigt oder angewidert ist, so soll das Gemüt - dem Feuer gleich - nicht verstört werden. - So wie die Luft auch über schmutzige Dinge streicht und deswegen nicht entsetzt, gedemütigt und angewidert ist, so soll - der Luft gleich - das Gemüt nicht verstört werden.

Der Erwachte sagt: Wer bei den als angenehm empfundenen Erlebnissen sich dem Wohlgefühl hingibt, der ist bei den als unangenehm empfundenen Erlebnissen ebenso dem Wehgefühl ausgeliefert. Hat man sich aber distanziert von jeglichem Gefühl, weil man immer wieder allem Getroffensein und Verletztsein auf den Grund geht und bei allen fünf Zusammenhäufungen den dauernden Wechsel und Wandel und



die Ichlosigkeit und Fremdheit erkennt, dann merkt man, dass man innerlich über den Situationen des Alltags steht, dass man freier wird. - Dadurch kann es in den zwischenmenschlichen Beziehungen nur immer besser werden, und der Übende selber fühlt sich, wenn er die Feindseligkeit überwunden hat, wie von einer Krankheit genesen. Hat er sich aufgeladen mit hilfreichen Gedanken, dann kann er die Feindseligkeit nicht festhalten wollen, dann hat er einen unschätzbaren Bundesgenossen, der alle gehegten befreienden Gedanken bewahrt, wodurch sie dem Gedächtnis in einer akuten Situation schnell wieder zur Verfügung stehen.

5. Stolz/Anerkennungsbedürfnis (*makkha*)

6. Empfindlichkeit (*palāsa*)

Stolz und Empfindlichkeit treten immer zusammen auf. Stolz, Anerkennungsbedürfnis ist jenes Geltenwollen, aus welchem der Mensch mit innerer Empfindlichkeit Erwartungen und Ansprüche an die Mitwesen und an die Welt stellt, anderen gegenüber nicht nachgeben mag und irgendein Unrecht oder eine Schwäche vor sich und anderen nicht zugeben mag. Er will sich behaupten, sein Ansehen, seine soziale Stellung halten, auf seinem Stand bleiben, will nicht heruntergesetzt werden, seine Person soll nicht angetastet werden. Er will etwas gelten, nicht unbedingt mehr als der andere, aber mindestens in seinem Rahmen vor sich selber. Er mag nicht in Gegenwart der anderen niedriger sein als bisher. Selbst einer, der sich als allen unterlegen ansieht, will auf seiner Ebene seine Stellung halten. Der Höchste will nicht blamiert werden, der Niedrigste will nicht blamiert werden. Die Peinlichkeit, die Angst vor der Blamage nimmt der Stolze zum Maßstab und tut nicht, was die Sache erfordert, sondern sorgt, dass das Ansehen seines Ich nicht angetastet wird, gesteht sich etwas ihm Peinliches nicht ein, spricht es nicht aus, lässt nicht die sachlichen Verhältnisse walten. Oft mag er sich nicht einmal vor sich selber zu seinen Mängeln und Schwächen und nicht immer edlen Motiven be-

kennen und das positive Bild loslassen, das er sich von sich gemacht hat. Wer dem bei sich mehr nachgeht, der entdeckt in sich jene hochkomplexe „Rechtfertigungsmaschinerie“, mit welcher sich sein Geist aller fragwürdigen Gedanken und Handlungen bemächtigt und sie als richtig und gut darstellen will. Ein Beispiel für Stolz und Empfindlichkeit haben wir in den Lehrreden (D 23):

Der Kriegerfürst Pāyāsi war am Hof bekannt dafür, dass er nicht an die Fortsetzung des Lebens im Jenseits glaubte. Da er als Gerichtsherr Verbrecher zum Tod verurteilen konnte, so machte er zum Teil schreckliche Experimente, um zu prüfen, ob bei Sterbenden eine Seele entweicht oder nicht entweicht. Da er unterstellte, man könne eine entweichende Seele sehen, bei den Sterbenden aber nichts dergleichen zu erkennen war, so glaubte er, mit wissenschaftlicher Gründlichkeit zu der Erkenntnis von der Vernichtung der Wesen im Tod gekommen zu sein.

Ein Mönch namens Kumārakassapo zeigte ihm aber an vielen einleuchtenden Beispielen, dass diese Auffassung falsch ist. Nachdem Pāyāsi erkannt hatte, dass der sogenannte Tod nur die Vernichtung des Körpers bedeutet, nicht aber des Herzens, so stand ihm nun die peinliche Konsequenz bevor, diese Korrektur seiner bisherigen Ansicht bei Hof zu bekennen. Dazu war er aber zu stolz und zu empfindlich, es war ihm ausgesprochen peinlich:

*Wenn auch der verehrte Kumārakassapo dies sagt, so vermag ich doch nicht diese verderbliche Ansicht fahren zu lassen. Der König weiß ja von mir, Pasenadi von Kosalo, und auch die auswärtigen Herrscher: „Pāyāsi, der Kriegerfürst hat diese Meinung, diese Ansicht: ‚Es gibt kein Jenseits; es gibt keine über- und untermenschlichen Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen; es gibt keine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens.‘“ Wenn ich, Kumārakassapo, diese verderbliche Ansicht fahren ließe, würde man mich ta-*

*deln: „Ein Tor ist Pāyāsi, der Kriegerfürst, unerfahren, unverständlich.“ Weil mir das unangenehm ist, muss ich an dieser verderblichen Anschauung festhalten, muss sie noch behaupten aus Stolz, aus Empfindlichkeit. –*

Er dachte, seine Umgebung würde ihn nicht ernst nehmen, wenn er plötzlich seine Meinung wechselte. Er, der berühmte Kriegerfürst, konnte doch nicht gut zugeben, dass jener Mönch Recht hatte.

Viele kennen die Beklemmung des Gemüts, die einen überkommt, wenn man aus Stolz, aus dem Nichtloslassen des Ich etwas behauptet, von dem man zur Zeit der Behauptung weiß, dass es so nicht ist. Diese Beklemmung gilt in allen Religionen als ein Zeichen für schwere Belastung, die sich in diesem oder im späteren Leben für den Täter schmerzlich auswirkt.

*Stolz ist die Maske der eigenen Fehler, heißt es im Talmud.*

Und Swami Sivananda Sarasvati sagt:

*Die gefährlichste und dabei alteingefleischte Gewohnheit des Schülers ist es, sich ständig selbst zu verteidigen. Dadurch verfällt er in Selbstbestätigung, Selbstzufriedenheit, Eigensinn, Verstellung und legt falsches Zeugnis ab. So wird er niemals lernen, seine Fehler zuzugeben und sich zu bessern. In der Selbstverteidigung wird er vor Lügen nicht zurückschrecken, um falsche Behauptungen aufrecht zu erhalten. Er wird eine Lüge aussprechen, um eine andere zu verdecken, und so fortgesetzt lügen. Wenn der Schüler seine Fehler, Irrtümer und Schwächen zugibt, wird er schnelle Fortschritte machen.*

Selbst wenn ich eingesehen habe, dass die Heilsweisung des Erwachten richtig ist, so bin ich doch zu solchen Zeiten, in denen Stolz mich blendet – stolz auf mein Ich, mein Wissen, mein Können, meinen gesellschaftlichen Stand, meinen Besitz – gehemmt, ungute Eigenschaften bei mir zu erkennen, und damit auf dem Heilsweg voranzukommen.

Der Nachfolger der Lehre des Erwachten stellt die persönliche Betroffenheit, das eigene Ansehen und das wohlbehütete Bild, das er von sich selber entworfen hat, unter das wirkliche Vor-sich-Gehen im Dasein um der Wahrheit willen. Die Sache, die Wirklichkeit gilt, nicht das eigene Ansehen. Die Peinlichkeit wird hingenommen. Wenn man die Fakten sieht und mit ihnen einig ist, nach ihnen sich richtet, dann ist man frei von schlechtem Gewissen, hell, einig mit dem Weltgesetz.

In allen Religionen wird empfohlen, das Ich, den Stolz loszulassen. Wenn ich mein Ich verteidigen will, bin ich immer in Sorge und Aufregung, immer abwehrbereit und schutzbedürftig. Wir haben viele Zeugnisse von Übenden, von christlichen, hinduistischen und buddhistischen, wie befreiend sie es empfanden, wenn sie ihre Person aufgaben, wenn sie nicht mehr das Gefühl hatten, etwas verteidigen zu müssen.

So sagt *Chr.F. Gellert*:

*Der Stolze ist der beschwerlichste Gesellschafter. Er wird alle Augenblicke beleidigt und teilt seinen Verdruss und Unmut aus Rache der Gesellschaft mit. Der Bescheidene gibt anderen keine Gelegenheit zum Unwillen.*

Und *M.Basilea Schlink* führt schonungslos aufdeckend die Empfindlichkeit auf den Stolz zurück, der nur an sich denkt und so die Übung in Mitempfinden und Verstehen verhindert:

*Statt der Empfindlichkeit den Kampf anzusagen, legt der Empfindliche sein Ich ins Bett, erwartend, dass jemand komme und es hätschele. Doch wenn dies auch geschähe, würde er dennoch nicht gesund. Denn die Ichhaftigkeit und Empfindlichkeit ist eine eingebildete Krankheit. Es geht darum, sich schonungslos die Diagnose zu stellen: Deine Seele leidet an einer eingebildeten Krankheit. Es sind nicht die anderen oder der andere, der, wie du sagst, dir immer wehtut, dich verletzt und kränkt, sondern du selbst bist in deinem Ich-Anspruch auf Liebe und Ehre die Ursache der Not. Du bist der Schuldige, wenn es Spannungen gibt. Sie können nur gelöst werden, wenn*

*du zur Reue kommst über deine Sünde der Ichhaftigkeit, die eine Sünde ist gegen die Liebe. Ichhaftigkeit bedeutet, dass wir Sklaven unseres Ichs sind. Dieses Ich ist der Mittelpunkt unseres Denkens, um den wir mit unseren Empfindungen und Gedanken kreisen.*

Der Erwachte bezeichnet die Fähigkeit, sich etwas sagen lassen zu können, die Ansprechbarkeit, als eine von *zehn beschützenden Eigenschaften*, die den, der sie erworben hat, *geduldig, ausdauernd zum Rechten gehen lässt*. (A X,18)

Wenn der Kenner der Lehre in seiner Empfindlichkeit getroffen ist, dann weiß er, dass er wieder einmal dem Wahn eines Ich und einer Welt, die ihn verletzen könnte, zum Opfer gefallen ist. Er weiß, dass er gerade, wenn er sich für ein Ich hält mit Mehrwert- oder Minderwertigkeitsgefühlen, das Heil versäumt. Er sagt sich: Solange ich in dem Wahn befangen bin, da sei ein Ich, so lange bin ich im Leiden befangen. Wenn ich durchschaue, dass nur Leidensmasse ist, Ich und Welt nur ein Blendungsspiel der fünf Zusammenhäufungen ist, dann nehme ich von da nicht mehr, dann lasse ich Verletzbares, Unbeständiges; dann bin ich im Wohl, im Glück, weil ich mich auf dem Rückweg aus dem Wahn weiß, dem Heil der Untreffbarkeit nahe. So verliert er Mehrwert- oder Minderwertigkeitsgefühle, weil er keine „Ich-bin-Auffassung“ mehr dulden kann in dem Wissen, dass er dadurch auf dem festen Grund der Wirklichkeit steht.

### 7. Neid/Eifersucht (*issā*)

Neid ist das Blicken und Schielen auf den Besitz, die Vorteile und Vorzüge, die andere erlangen. Der Neidische schaut nach dem, was der andere hat, und fühlt sich zurückgesetzt, minderwertig, gedemütigt. Sogar dann, wenn der andere besser in der Tugend, Vertiefung oder Weisheit vorankommt als ich und daher geachteter ist, dann kann sich bei mir Neid erheben. Eifersucht entsteht, wenn ich Menschen oder Tiere, auf deren

Alleinbesitz ich Anspruch erhebe, an andere zu verlieren fürchte. Wenn ich leidenschaftlich strebe, jemanden nur für mich allein zu haben, bin ich eifersüchtig. Der Erwachte schildert den Neid wie folgt (M 135):

*Da ist irgendeine Frau oder ein Mann neidisch gesonnen. Wenn andere Erfolg haben, wertgehalten, hochgeschätzt, geachtet, geehrt und gefeiert werden, ist er neidisch, missgünstig, frönt der Eifersucht.*

Die verborgene Folge des Neides ist, wie der Erwachte sagt, dass einer im späteren Leben wenige geistige und seelische Fähigkeiten haben wird und sich darum keine Anerkennung erwerben kann und ohnmächtig zusehen muss, wie er zurückgesetzt wird.

*Johannes Chrysostomus* sagt über den Neid:

*Der Neid ist ein hässliches, verabscheuenswürdiges Laster, das direkt der Nächstenliebe widerspricht. Diese freut sich an dem Glück des Nächsten, sucht dasselbe zu erhalten und zu vermehren. Der Neid aber betrachtet dieses Glück des anderen als ein Übel für sich und wird darüber traurig.*

Es ist ein Unterschied, ob ein Mensch die Lehre als Mittel zum Entrinnen aus dem Leidenskreislauf benutzt, indem er aus der Lehre für seine Praxis entnimmt: „Dies sind Eigenschaften des Elends, jene sind die guten Eigenschaften; von den elenden Eigenschaften lasse ich ab; zu den guten Eigenschaften entwickle ich mich hin“ – oder ob einer denkt: „Ich kenne die Lehre, diese Menschen kennen sie nicht. Ich bin besser als jene, wie könnten diese sie auch richtig kennen.“ Im letzteren Fall hat dieser Mensch die Lehre völlig misshandelt, hat selber nicht das von der Lehre, was sie eigentlich geben will, und auf ihn trifft die Warnung des Erwachten zu, dass die Lehre, falsch angefasst, wirkt wie die falsch angefasste Schlange, die herumfährt und zubeißt. (M 22) Wer aber die Lehre richtig

benutzt als das Floß, das uns hinüberfährt aus dem Bereich des Elends und der Wandelbarkeit zur heilen Situation, der weiß durch die Lehre, dass die Befreiung von allen Geneigtheiten der Weg zum Heil ist. Wenn das der Weg zum Heil ist, dann werde ich mich doch nicht dadurch fesseln, dass ich andere beneide, die die Lehre noch besser kennen!

Wie ist Neid zu überwinden? Der Erwachte sagt (A X,23):  
*Übler Neid, ihr Mönche, ist weder durch Taten noch durch Worte zu überwinden, sondern eben nur durch wiederholtes weises Erkennen.*

Dieses Erkennen besteht in der Betrachtung der Folgen des Neids. Dabei erkennt man dann auch, dass das eigene Glück durch Wohlwollen und Gönner gerade gemehrt und nicht gemindert wird. Wer sich mit darüber freut, wenn einem anderen etwas glückt, der gewinnt gerade dadurch auch eigene Freude.

Wenn man selber gerade unglücklich ist, andere aber im Glück sieht, dann mag man sich vorstellen, wie es den anderen ebenso weh tut, wenn eines Tages zwangsläufig auch ihr Glück wieder zerstört wird. So kann man betrachtend und mitfühlend Neid überwinden.

Noch eine weitere gute Hilfe aber ist es gerade für den, der viel auf andere blickt, auf Vorbilder zu schauen, auf neidlose Menschen in seiner Umgebung, auf feine, charakterlich vornehme Menschen und an der Spitze den Erwachten selber.

*Ralph Waldo Emerson empfiehlt:  
Sobald ich den liebe, der mir überlegen ist, schwindet der Neid und ich wachse zu seiner Höhe empor.*

## 8. Geiz (*macchhariya*)

Wer im Mangel neidisch ist, der ist im Besitz leicht geizig, mag Geld und Gut nicht abgeben. Man kann sagen: So neidisch einer im Mangel ist, so geizig ist er, wenn er besitzt.

Geiz kann sich nicht nur auf äußere Gegenstände, wie Geld und Gut, erstrecken, sondern auf viel mehr Bezirke des Lebens und auch auf alles Geistige. Das zeigt der Erwachte (D 33), wenn er sagt:

*Es gibt fünf Objekte des Geizes: Geiz um die Wohnstätte, Geiz um den Stand, Geiz um Besitz, Geiz um Ansehen, Geiz um die Lehre.*

Geiz um die Wohnstätte kann reichen von der Mönchsklausur oder dem Zimmer des Untermieters bis zu dem Palast des Reichen und dem „besseren“ Stadtviertel, in welchem die Wohlhabenden wohnen. In allen diesen Stufen kann der Nichtbesitzer neidisch auf den Besitzenden sein und der Besitzende geizig den anderen nicht teilnehmen lassen mögen.

Geiz um den Stand ist der Stolz auf die höhere Bildung oder soziale oder wirtschaftliche Stellung oder Geburt, die dem anderen nicht gönnt, daran teilzuhaben.

Mit Geiz um Ansehen ist alles betroffen, was ein Mensch außer Geld und Gut und bevorzugtem Stand an Ansehen allein genießen möchte, z.B. durch Kenntnisse, durch Charakter, durch Bildung, durch Schönheit, berufliche Leistung, eine außergewöhnliche Tat, wirtschaftliches Können, gestalterische Tätigkeit, gewandte Rede, Geschick bei Spiel und Vergnügung oder einfach durch irgendetwas Auffallendes, was andere nicht haben. Wegen all dieser Formen des Ruhms oder des Ansehens gibt es die unterschiedlichsten Grade von Geiz. Wer irgendwo der erste ist, möchte der erste bleiben, denn sein Ansehen wird gemindert, wenn ein zweiter als gleichwertig gilt.

Sogar um religiöse Dinge, um das Höchste, kann Neid entstehen, wenn man es nicht erreicht hat und meint, der andere hätte es, und kann Geiz entstehen, wenn man meint, es zu besitzen, aber es für sich behalten will.

Und wodurch sind Neid und Geiz bedingt? Nur da, wo ich Neigung und Begehren habe, kann der Wunsch zum Festhalten des Erlangten (Geiz) und das Missgönnen dessen, was andere



erlangt haben (Neid), aufkommen. So ist Gier die Wurzel von Neid und Geiz – wie von allen anderen Herzensbefleckungen auch.

Wer sich der herzvergiftenden Befleckung Geiz entäußern will, muss sich hauptsächlich vor Augen führen:

Das Festhalten und Besitzen von Objekten ist zum wahren innerlichen und äußerlichen Wohlbefinden nicht erforderlich, ja, es verhindert letztlich wahres Wohl, das erst aus dem Freiwerden von der Abhängigkeit erwächst. Neid und Geiz zerstören jedes freundschaftliche Verhältnis, jedes zwischenmenschliche Vertrauen, jede Offenheit und Eintracht; Neid und Geiz schaffen ein kaltes, enges, kantiges, starres, verfinstertes, geradezu gespenstisches Gemüt, welches sich alles Helle, Freie, Lichte, Weite und Großzügige versperrt und verdunkelt. Der Geizige mag sich vor Augen führen, wie frei, wohl und hell ihm zumute ist, wenn das Gemüt weit genug ist, dem anderen herzlich zu gönnen, was er besitzt, oder wenn er ihm mitfühlend von dem gibt, was er selbst besitzt.

Eine weitere gute Hilfe aber ist es für den, der viel auf andere blickt, auf Vorbilder zu schauen, auf geizlose Menschen in seiner Umgebung, auf feine, charakterlich vornehme Menschen und an der Spitze den Erwachten selber.

#### 9. + 10. Heuchelei und Heimlichkeit (*māyā, sāttheyya*)

Diese beiden Herzensbefleckungen sind eng miteinander verknüpft. Wenn man anderen Menschen etwas nicht Vorhandenes vortäuscht, so ist das Heuchelei, und wenn man etwas Vorhandenes verbirgt, so ist das Heimlichkeit. Bei diesen beiden Verhaltensweisen handelt es sich um eine Täuschung des anderen, um Schleichwege, um üble Wege, um Unwahrhaftigkeit, um achtungslosen, verächtlichen Umgang mit dem anderen, da man ihm Lug und Trug anbietet. Im buddhistischen Kanon heißt es von einem heuchlerischen Menschen:

*Da führt einer in Taten einen schlechten Wandel, in Worten einen schlechten Wandel, in Gedanken einen schlechten Wandel, und um dies zu verheimlichen, nährt er üble Wünsche: ‚Möchte man mich doch nicht erkennen‘, wünscht er. ‚Möchte man mich doch nicht erkennen‘, denkt er. Und er wählt die Worte so, dass man ihn nicht erkenne. Und damit man ihn nicht erkenne, zeigt er Eifer in Taten. Was da solcherart Heimlichkeit ist, Heuchelei, Übergehung, Betrug, Täuschung, Ablenkung, Verschweigen, Verhehlen, Geheimhaltung, Verheimlichung, Unoffenheit, Unehrllichkeit, Verstecktheit: das nennt man Heimlichkeit. Wer aber davon nicht frei ist, diesen Menschen nennt man einen Heimlichtuer und Heuchler. (Pug-gala Paññāti)*

Und im indischen „Tandschur“ heißt es:

*Das Herz des Heuchlers ist in seiner Brust verschlossen; er verbrämt seine Worte mit dem Schein der Wahrheit, während das ganze Trachten seines Lebens nur darauf gerichtet ist zu betrügen. Wie ein Maulwurf arbeitet er im Dunkeln und wähnt sich sicher; begeht er aber den Fehler, ans Licht zu kommen, so verrät er sich durch den Schmutz auf seinem Haupt und wird erkannt.*

Mit Heuchelei und Heimlichkeit will man einen Anschein erwecken, ein Bild von sich entwerfen, wie man in den Augen der Mitmenschen gern angesehen werden möchte. Man baut also künstliche Fassaden auf. Damit aber trennt man sich gerade von den anderen, empfindet nicht jenes vertraute, offene Einssein mit den anderen, dessen man doch gerade bedarf, ganz besonders auf dem Heilsweg. Darum nennt der Erwachte unter den fünf Erfordernissen des Kämpfers auch Offenheit und Ehrlichkeit, und er sagt (M 80):

*Willkommen sei mir ein erfahrener Mensch,  
ein offener, ehrlicher, gerader Mensch.*

Heutzutage meinen manche Menschen, wenn man wütend sei, dann sei es unehrlich, den anderen nicht anzuschreien. Aber jedermann weiß, dass es Höflichkeit und Rücksicht gibt. Es ist eine Regel des Anstands, dass man nicht anderen hemmungslos lästig fällt, sondern dass man wenigstens in der äußeren Haltung um Höflichkeit, Streitlosigkeit, um die Vermeidung von Schärfe bemüht ist. Selbstbeherrschung ist immer positiv und hat mit Heuchelei nichts zu tun. Der Beherrschte spiegelt nicht in eigennütziger Absicht etwas vor, um besser angesehen zu werden, sondern will wenigstens im äußeren Handeln nach seinen geistig bejahten Maximen seinen Tendenzen schon vorausseilen. Der Beherrschte bedauert sehr, dass er seelisch noch unvollkommen ist, bemüht sich aber, dieses in Zukunft zu bessern. Sein Ziel ist es, eines Tages in seiner ganzen Person das zu sein, was er heute erst halb ist. Der Heuchler dagegen hat eigensüchtige Absichten, die ihn zur Verstellung greifen lassen.

Hinter dem verbreiteten Missverständnis, Selbstbeherrschung sei „unehrlich“, steckt der an sich richtige Gedanke, es sei notwendig, einem Menschen, mit dem man häufig zusammen ist, zu signalisieren, wenn gegenüber seinem Verhalten die Grenzen der eigenen Ertragsfähigkeit erreicht sind. Die Offenheit unter Freunden gebietet es, dass ich dem anderen helfe, die Grenzen meiner eigenen Ertragsfähigkeit zu berücksichtigen. Aber das kann ich ihm nur dann einsehbar machen, wenn ich es in Ruhe und Freundlichkeit und nicht unbeherrscht mit all den dann unvermeidlichen Überspitzungen und Vergrößerungen sage.

Die Heuchelei ist auch deshalb völlig sinnlos, weil spätestens drüben nach dem Tod meine wahren Absichten und mein wahres Wesen offenbar werden. Spätestens dann werden alle, die ich getäuscht habe, von meiner Heuchelei erfahren. Schon jetzt wissen alle Jenseitigen, die an mir Anteil nehmen, um etwaige Täuschungsabsichten, da sie meine Gedanken lesen können.

Würde ich mich über Jahre ans Heucheln gewöhnen, dann würde unbemerkt von mir meine Absicht zu täuschen auch meine Gesichtszüge und mein Gehaben prägen. Darum würden auch schon in diesem Leben erfahrene Mitmenschen, selbst wenn es ihnen nicht gelingt, meinen Trug zu durchschauen, mir gegenüber ein unbestimmtes Gefühl der Vorsicht haben, mir nicht ganz trauen.

Ich selber könnte auch anderen nicht vertrauen, da ich annehmen würde, dass sie mich ebenso täuschen wie ich sie. So gäbe es für mich kein herzliches Miteinander mit anderen, was ich so ersehne, sondern nur Verstellung oder Verstellungserwartung. Würde mein Gemüt so dunkel und berechnend, würde es dunkle, gespenstische Wahrnehmungen hervorbringen.

Wie anders dagegen empfinde und erlebe ich aus ehrlichem, offenem Gemüt: ehrliche, offene Art fordert Vertrauen geradezu heraus. Die Mitwesen fühlen sich wohl und geborgen bei einem offenen Charakter, und ich selber gehe darum auch offen und vertrauend meinen Weg, für alles Erhellende und Erhebende empfänglich.

*O.F. Bollnow* sagt über die Offenheit:

*Offen ist der Mensch, der sich gibt, wie er ist. Die Offenheit ist von jeher das Kennzeichen einer edlen Gesinnung gewesen. Nur in ihr kann sich der Mensch ganz von der eigenen Mitte her zum eigenen Wesen entfalten.*

*Verschlossen ist der Mensch, der sich hinter einer Maske verbirgt, der sich nicht zu zeigen wagt, wie er ist. Verschlossen ist der listenreiche, verschlagen-kluge Mensch, und dabei wird er in eine schiefe Stellung zu seinem ganzen inneren Sein hineingedrängt, so dass er sich nicht entfalten kann.*

Offenheit und Ehrlichkeit sind eine aufrechte, gerade Haltung, mit der man Freundschaft und Wohlwollen der anderen erwirbt und bei der man sich selber wohlfühlt, geborgen fühlt, zufrieden ist und innerlich vorankommt. Unmöglich ist es, mit

Heuchelei und Heimlichkeit zu jenem Leuchten des Herzens zu kommen, wie es die weltlosen Entrückungen und Strahlungen erfordern.

### 11. Trotz, Starrsinn (*thambha*)

ist das Sichversteifen auf die eigene Meinung, die eigene Person, das eigene Recht. Der Starrsinnige verschließt sich der Kritik und Vernunft, verkrampft sich, ist unversöhnlich, unanfällig. Der Starrsinnige beharrt auf der eigenen Meinung, hört gar nicht hin, was der andere sagt, verschließt sich sachlichen Argumenten, verteidigt hartnäckig die eigene Meinung, ja, er verteidigt sie oft auch dann noch, wenn er ihre Unrichtigkeit selber schon durchschaut hat, um eben nicht seinen Irrtum zugeben zu müssen.

Starrsinn darf nicht mit Standhaftigkeit verwechselt werden. Starrsinn folgt den Tendenzen wider die bessere Einsicht. Standhaftigkeit dagegen folgt der besseren Einsicht wider die Tendenzen. Es gibt auch Starrsinn mir selber gegenüber: Ich will „mit aller Gewalt“ unter unrealistischer Nichtachtung meiner derzeitigen inneren Kräfteverhältnisse, wider meinen ganzen inneren Haushalt oder wider meine Vernunft einen bestimmten Vorsatz durchhalten (z.B. bei selbstquälerischen Absichten). Der Starrsinnige kennt kein Verhandeln, kein Miteinander. Das starrsinnige Herz kann sich nicht entfalten, nicht elastisch standhalten, sondern ist seiner Starre „auf Biegen und Brechen“ ausgeliefert.

Wie wird der Starrsinn überwunden? Durch warme Herzlichkeit, die den eigenen, manchmal „starren Willen“ schlicht fragt: „Warum eigentlich?“ oder „Warum eigentlich nicht?“, durch Einlenken, vor allem durch Zugeben der eigenen Fehler. Wer zum Starrsinn neigt, der sollte nicht mehr denken: „Ich muss auf mein Ansehen Rücksicht nehmen, ich kann jetzt nicht mehr zurück, ich habe einmal A gesagt, nun muss ich auch B sagen“, sondern er sollte sich bescheiden und sich offen und einträchtig mit den Beteiligten ins Einvernehmen set-

zen. Dabei wird ihm selbst wohler und den Mitwesenen wohler, und er erfährt, dass der Starrsinn tatsächlich eine Herzenskrankheit ist, mit welcher er sich selbst und seiner Umgebung Schmerzen zufügt, sich ausschließt und dadurch vereinsamt, während er durch Nachgeben und Einfügen in die Gemeinschaft zur Entspannung und Befriedung und zur allgemeinen Freude und Wohlfahrt beiträgt. So wird sein Erleben mehr und mehr durchzogen und erfüllt von Freude und Wohlfahrt, und sein Gemüt wird nachgiebig, biegsam, sanft und zu allem Hel- len, Stillen, Feinen tauglich.

Der Erwachte sagt (A V,38): So wie der von Starrsinn freie Mensch einem großen Baum gleiche, der viele Vögel anziehe, ebenso sei der Nachgiebige, nicht Starrsinnige ein Anziehungspunkt für die Edlen, die einem solchen lieber die Wahrheit zeigten als einem Starrsinnigen. So zieht ein Mensch solchen Gemüts auch die Weisheit an; denn er hat keine starren Gemüthshindernisse mehr, die Wahrheit anzuerkennen und ihr zu folgen.

Des Nachgebens bedarf es ganz besonders auch bei der Aufnahme der Wahrheit, der Lehre von der Wirklichkeit, gegen die sich so oft der Trotz auflehnt. Daher wird empfohlen (Sn 326):

*So manch ein Mal zu Meistern kehrt man wieder, den Starrsinn beugend, gebend nach im Herzen: was heilsam, recht genugsam, lauter sein lässt, es überdenken, übernehmen also.*

Unnachgiebig, d.h. beharrlich und fest soll der Mensch einzig gegenüber allem Üblen bei sich selber sein. Aber Unermü- dlichkeit und Beharrlichkeit sind etwas ganz anderes als Starrsinn. Für den Beharrlichen, den Unermü- dlichen ist das Ziel das Wichtigste. Um es zu erreichen, passt er sich an, bindet sich nicht an ein starres Schema, sondern kämpft beweglich dort, wo es am dringlichsten erscheint.

## 12. Rechthaberei (*sārambha*)

Rechthaberei heißt, den anderen mit Argumenten übertreffen wollen; ein Wort gibt das andere. Dem Rechthaberischen geht es darum, in der Debatte den Sieg davonzutragen (D 28). Man greift einen Standpunkt immer wieder auf, will – im wahrsten Sinn des Wortes – nicht locker lassen, will seine Ansicht auf jeden Fall durchsetzen. So ist Rechthaberei eine Art von Gewaltsamkeit, die nie zur Eintracht, zur Beruhigung und zum klareren Sehen führen kann.

Unter Starrsinn dagegen – der zuvor besprochenen Herzensbefleckung – wird verstanden, dass man unbeweglich an einer einmal geäußerten Absicht oder Auffassung festhält und selbst dann, wenn man überzeugende Argumente hört, sich diesen verschlossen hält, weil man sich nicht entschließen kann, von der zuerst geäußerten Absicht oder Auffassung wieder zurückzutreten. Rechthaberei dagegen bedeutet nicht Unbeweglichkeit, sondern ein Weitermachenwollen im beweglichen Hin- und Herfechten mit diesen und jenen Argumenten im Redebereich.

Diese Befleckung tritt nach außen zwar nur im Gespräch hervor, aber auch nach dem Gespräch kreist ja das Denken – von dem durch Rechthaberei befleckten Herzen getrieben – noch weiter um das Hin und Her der Argumente, und man ärgert sich, dass einem dieses oder jenes Argument nicht eingefallen ist oder dass der andere einen durch dieses oder jenes geschickte Argument mattgesetzt hat. Daran kann man erkennen, wie die verborgene Wurzel der Rechthaberei im Herzen liegt, eine Herzensbefleckung ist.

Wir mögen uns vor Augen führen, wie es uns selbst und der Umgebung wohl tut, wenn wir, bevor wir reden, den anderen aufmerksam zu Ende anhören und dann zu verstehen suchen, was er wirklich meint, wenn wir offen, einsichtig, freundlich, herzlich und großzügig reden und antworten, wenn wir eine spannungsfreie Situation, ein freundschaftliches Verhältnis mit allen wünschen. Wir sollten immer bereit sein,

zuerst nach eigenen Fehlern zu suchen, sollten rechtzeitig merken, wenn wir auf einem eingeschlagenen Weg nicht vorwärtskommen, und dann bereit sein zur Umkehr. Aber auch, wenn wir ganz sicher sind, recht zu haben, da mögen wir selber freundlich – ohne Irriges zu billigen – zurücktreten, wenn wir meinen, dass die anderen etwas nicht fassen wollen oder können, denn wenn der andere die Wahrheit nicht fassen kann oder will, dann würde das Beharren auf der eigenen Aussage nicht der Wahrheit, nur dem Rechthaben dienen.

Der Kenner der Lehre weiß ja um die Vergänglichkeit, Wandelbarkeit, Verletzbarkeit und Bedingtheit der fünf Zusammenhäufungen, und er weiß, dass in ihnen kein Ich enthalten ist. Wo aber kein Ich zu finden ist, ist auch kein Grund zu Starrsinn und Rechthaberei. Das starrsinnige und rechthaberische Herz befestigt das irrige Ichvermeinen und erzeugt damit immer neue Trennung, neuen Wandel, neue Irrfahrt, immer neues Geworfensein in immer neues Leiden.

### 13. Ich-bin-Dünken, Ich-bin-Empfindung (*māno – asmi-māno*)

*Māno* wird oft als Ich-bin-Empfindung (*asmi-māno*) beschrieben. Als die feinste Verstrickung des Bösen wird es bezeichnet, wenn man denkt: „Ich bin“, „So bin ich“, „Ich war“, „Ich werde sein“, „Das gehört mir“ usw. (S 35,207)

Durch die Wahrnehmung von Form und Gefühl entsteht die Ich-bin-Empfindung im Geist. Der Erwachte schildert das Zustandekommen der Wahrnehmung wie folgt:

*Durch den Luger* (das mit Trieben besetzte Auge)  
*und die Formen erscheint die Luger-Erfahrung.*

Und er sagt sofort anschließend:

*Der Drei Zusammensein ist Berührung.*

Wenn also Luger und Formen so zusammengekommen sind, dass der Luger die Form erfahren (*viññāna-bhāga*) hat, dann hat auch Berührung jener Triebe stattgefunden, die das tote Werkzeug, das Auge, empfindungssüchtig und empfindlich,



eben zum Luger, machen. Die Sucht nach Formen im Auge ist berührt worden. Sie hat das angenehme/unangenehme Objekt erfahren. Aber davon weiß der Geist noch nichts. Im Luger (Triebe und Werkzeug Auge) sind die auf Form gerichteten Triebe berührt worden, sie geben ihr Urteil als Gefühl ab:

*Durch Berührung bedingt ist Gefühl.*

Dann sagt der Erwachte in der dritten Person Einzahl: *Was man fühlt, nimmt man wahr.*

Mit Gefühl und Wahrnehmung ist im Geist der Eindruck einer fühlenden Person („man“) entstanden, die etwas erlebt. Durch die ständigen gefühlsbesetzten Eintragungen im Geist ist die gemütsmäßige Empfindung eines gleichbleibenden Zentrums, eines Ortes, an dem die Erlebnisse ankommen, entstanden: die Ich-bin-Empfindung des Geistes (*asmi-māno*). Das von den Trieben kommende Gefühl ist es also, das die Subjektivität „ich fühle“ suggeriert. Die Triebe sind die Ichmacher. So stark wie die drängenden Triebe sind und das von ihnen ausgehende Wohl- oder Wehgefühl, so stark bildet sich das „Ich-bin-Gefühl“ im Geist. Weil der Geist als immer gleicher Ankunftsort der Empfindung und des Objekts den vielen wechselnden Orten der als außen empfundenen Vorgänge gegenübersteht, darum entsteht in ihm als der Sammelstelle der Gefühle die „Ich-bin“-Empfindung. Der Geist urteilt nicht neutral: „Das hat der Luger erfahren ...das hat der Tastdrang im Körper getastet, dadurch sind Gefühle entstanden“, sondern der Geist als Sammelstätte aller Erfahrungen urteilt automatisch, zwanghaft: „'Ich' hab es gesehen und gespürt, darum will ‚ich‘ jetzt...“

Der Griffel, der das Erlebnis in den Geist einträgt, ist das Gefühl. Und da das Gefühl nur Urteil der Triebe ist, so ist alles Wissen des Geistes ab der Geburt nur das „subjektive“ Urteil der Triebe, nur die Nennung dessen, was die Triebe empfinden und empfunden haben. Der anfangende Geist ist nur eine Niederschrift von der Hand der Triebe. So stark wie die Triebe sind, so stark wird allmählich der „Ort“ der Empfindung, der

Geist, als Zentrum gefühlt: es entsteht die Ich-bin-Empfindung. Ein von Trieben stark getriebenes Kleinkind kommt früher zur Ich-bin-Empfindung (*asmi-māno*) - und dann zur Ich-bin-Behauptung (*sakkāya-ditthi*) -, weil stärkere Triebe stärkere Gefühle auslösen. Ein von Trieben weniger getriebenes Kleinkind hat blässere Erlebnisse und kommt auch später zur Ich-bin-Empfindung.

Es wird ein Erleber empfunden, der von Erlebnissen getroffen wird, wo in Wirklichkeit nur „Formen“ (1. Zusammenhäufung) zusammen mit bei der Berührung der Triebe ausgelöstem Gefühl (2. Zusammenhäufung) als Wahrnehmung (3. Zusammenhäufung) in den Geist eingetragen sind. Durch diese Eintragungen steigt als zum „Ich“ gehörend empfundene Aktivität auf (4. Zusammenhäufung), nimmt Stellung zu dem Wahrgenommenen, indem frühere Erfahrungen des Geistes mit dem neu Eingetragenen in Beziehung gesetzt und beurteilt werden, und es entsteht eine neue Gewöhnung, ein neues Programm, bzw. das alte wird verstärkt: die programmierte Wohlerfahrungssuche (*viññāna* - 5. Zusammenhäufung) ist ernährt, auf neuen Wegen oder auf verstärkten alten Wegen nach Wohlerfahrung zu suchen. Entsprechend diesem Programm lenkt die programmierte Wohlerfahrungssuche den Körper, um zu Wohl zu kommen, und der Geist denkt bei diesem automatisch ablaufenden Zusammenspiel der fünf Zusammenhäufungen: „Ich fühle, ich halte dies für besser als das, ich entscheide mich darum nach reiflicher Überlegung für dies Bessere, und ich werde in Zukunft so und so vorgehen, und ich bin gewohnt, so und so zu denken, zu reden und zu handeln“, obwohl da nur diese fünf ineinandergreifenden Prozesse ablaufen, diese fünf Zusammenhäufungen, deren blitzschnell ineinandergreifendes Zusammenspiel den Eindruck „Ich bin in der Welt“ erweckt.

Die Ich-bin-Empfindung wiederum ist die Wurzel allen Dünkels, aller Überheblichkeit. Denn nur das Vermeinen eines selbstständigen souveränen Ichs führt zum Vergleichen mit anderen „Ichs“. Sobald aber die Ich-bin-Empfindung als Irr-

tum durchschaut wird, dann gibt es nicht den geringsten Anlass mehr, die eine Erfahrungsanhäufung mit einer anderen Erfahrungsanhäufung und den aus der einen Erfahrungsanhäufung hervorgehenden Gedanken mit dem aus einer anderen Erfahrungsanhäufung hervorgehenden Gedanken zu vergleichen und darüber überheblich oder gedemütigt zu sein.

#### 14. Überheblichkeit (*atimāno*)

Weil man empfindet und denkt: „Hier bin ich, dort sind die anderen“, stellt man sich leicht über andere. Statt aufmerksam Sachverhalte zur Kenntnis zu nehmen, sieht man bei sich selber Vorzüge, bei anderen Fehler. Dadurch kommt es zum Messen mit zweierlei Maß und dadurch zur „Selbst“-Überschätzung, durch die man auf andere herablickt.

Um den überheblichen Dünkel zu ernähren, bedarf es des ständigen Blicks auf die Schwächen anderer bei Verdrängung der eigenen. Ein solches Herz ist aufgebläht und nährt die Ich-Du-Spaltung, ist fern von allumfassender, nichtmessender Liebe. Der Überhebliche braucht die anderen Menschen vorwiegend als Mittel zu dem Zweck, sich innerlich und im Umgang über sie zu erheben. Sie sind ihm nur Objekte, um seinen Stolz zu ernähren. Dadurch ist er gezwungen, sie alle nur von ihren dürftigsten Seiten zu betrachten und bei sich selbst nur auf die Vorzüge oder Scheinvorzüge zu achten. Damit wird er weder sich selber noch den Mitmenschen gerecht, und so schließt er sich selbst durch diese krankhafte Neigung, durch diese Herzensbefleckung, von der Möglichkeit zur Freundschaft aus.

Überheblichkeit kann nur dort entstehen, wo man nach „unten“ schaut, auf „Geringeres“ schaut. Man wird dann leicht auch selbst dort, wo Größeres ist, Geringeres zu sehen glauben. In solchen Fällen ist ein Mensch durch Überheblichkeit gehindert am weiteren Streben. Wer sich für besser und größer hält, gewinnt daraus keinen Anreiz, wahrhaft besser und größer zu werden, als er bis jetzt wirklich ist; diesen Anreiz ge-

winnt man nur dann, wenn man über sich schaut, wenn man auf Größeres sieht. Je weiter man fortschreitet, um so mehr schwinden Stolz und Überheblichkeit. So heißt es (M 70):

*Dem Jünger mit Heilsvertrauen, der im Orden des Meisters mit Eifer sich übt, geht die Zuversicht auf: „ Meister ist der Erhabene, Jünger bin ich. Der Erhabene weiß, ich weiß nicht.“*

Was andere auch an ihm loben mögen - er denkt bei sich: „Das bin ich ja nicht, das ist etwas Vergängliches, das mir nicht gehört.“

Das Gegenteil von Überheblichkeit, die Frucht ihrer Überwindung ist die Demut. Und der Erwachte zeigt, dass die wahre Demut am besten daraus erwächst, dass ein Mensch das Zusammenspiel der fünf Zusammenhäufungen vergleicht mit der Vollkommenheit, mit dem Heilsstand. Er wird dann, solange er den Heilsstand noch nicht erreicht hat, sondern noch abhängig, nicht unabhängig ist, nirgends einen Grund zur Überheblichkeit sehen, sondern Gründe zur Demut. Er vergleicht sich dann nicht mehr mit anderen Menschen, sondern vergleicht sich mit dem Ziel, das er darum anstrebt, weil er es als das Ende von allem Leiden, allem Elend und allem Mühen erkennt: er vergleicht sich mit der vollkommen heilen Situation, dem Heilsstand. Je ernsthafter er dieses Ziel vor Augen hat, um so mehr wird Herz und Gemüt von der Befleckung Überheblichkeit befreit.

### 15. Rausch (*mado*)

Was Rausch bedeutet, geht deutlich daraus hervor, dass der Erwachte vom „Jugend-, Gesundheits- und Lebensrausch“ spricht (A V,57). Es ist damit jene kurzsichtige Hingabe an den gegenwärtigen Augenblick der Kraftfülle oder Freudenfülle gemeint.

Der in Jugendrausch befangene Geist kennt nicht die Grenzen seiner Kraft und kommt darum zwangsläufig zu der Folgerung, dass es immer so weitergehen müsse. Blind hofft, sehnt und wünscht er, der Übermut reißt ihn hin, und die Schwachen und Notleidenden erscheinen ihm als Hindernis.

„Wir sind jung, die Welt ist offen, wir sind jung, und das ist schön.“ Der von dieser Lebensfreude bewegte Mensch ist für die Mahnung der Unschönheit, der Vergänglichkeit, der Wandelbarkeit und der Verletzbarkeit unzugänglich. Er schlägt alle Mahnungen der Älteren in den Wind. Von der Gewalt des Durstes getrieben, stürzt er sich in Abenteuer, Vergnügungen, Sexualität und verfolgt auch heroische Ideale - und solange der Durst rast, ist er nicht empfänglich für die Wahrheit, fühlt sich nicht von ihr angezogen.

Unter „Gesundheitsrausch“ wird verstanden, dass ein gesunder, kraftvoller Mensch, dem der Körper ein geschmeidiges Werkzeug für all seine Wünsche ist, gar nicht an die Möglichkeit von Krankheit und Tod denkt. Er identifiziert sich mit dem momentan gesunden Leib, als ob dieser ewig so bliebe. Gedanken an die Gebrechlichkeit, Begrenztheit, Bedingtheit des Leibes weist er weit von sich. Er verherrlicht den Körper und berauscht sich an seiner Gesundheit, an Speis und Trank. Damit befindet er sich in einer ähnlichen Gemütsverfassung, wie es auch diejenigen des Jugend- und Lebensrausches sind. Wir sehen, dass der Rausch immer dadurch bedingt ist, dass man die augenblickliche gesunde Verfassung unbewusst für unvergänglich hält, dass man die Anfälligkeit und Wandelbarkeit nicht bedenkt.

Der Lebensrausch ist von den Rauscharten der gefährlichste, weil er am meisten verblendet. Weil der Mensch lebenslänglich erfährt, dass er lebt, so muss er, wenn er nur diese Tatsache in seinem Geist aufnimmt, im unterbewussten und bewussten Erwägen sein momentanes Leben für ewig halten. Weil wir im Leben mit dem Körper nicht die Beendigung des Körperlebens erfahren, darum sitzt der Lebensrausch so tief.

Aber schlimmer noch als die unrealistische, der Wirklichkeit nicht gerecht werdende Existenzsicht im Rausch ist es, dass man mit dieser Haltung übel handelt in Gedanken, Worten und Taten. Der Erwachte sagt (A III,39):

*Betört vom Rausch der Jugend, betört vom Rausch der Gesundheit, betört vom Rausch des Lebens, führt der Weltmensch einen schlechten Wandel in Taten, Worten und Gedanken.*

An anderer Stelle (M 25) führt er noch näher aus:

*Da haben sich die Asketen und Brahmanen, angelockt von dem Futter, dem Köder „Welt“, das Māro ausgestreut hat, blindem Genusse hingegeben. Angelockt, blindem Genuss hingegeben, wurden sie berauscht (vor Lebensfreude). Berauscht (vor Lebensfreude), wurden sie leichtsinnig. Leichtsinzig geworden (alle Vorsicht vergessend), sind sie bei jenem Futter, dem Köder „Welt“, eine leichte Beute für Māro.*

Der Kenner der Existenz kann sich nicht mehr von dem Kraftgefühl berauschen lassen, welches der normale Mensch durch Jugend, durch Gesundheit des Leibes und durch die dauernde Erfahrung der Gegenwärtigkeit des Leibes empfindet. Wer auch nur etwas aufmerksamer beobachtet, dem wird das Dahinscheiden und Hinwegsterben der Nachbarn, Freunde und Verwandten zu einem Anlass, auch an den unvermeidlichen eigenen Tod zu denken. Aber da sich der Lehnachfolger nicht mit dem Körper identifiziert, sind Krankheit und Untergang des Körpers nicht „seine“ Krankheit und „sein“ Untergang. Durch solches Bedenken wird er immer mehr auf die Nicht-Ichheit des Körpers hingewiesen, er distanziert sich immer mehr vom Körper. So ist die häufige hilfreiche Vorstellung von Krankheit und Tod der Weg zur Befreiung vom Rausch, von den mannigfaltigen, erbärmlichen Zuständen des vergänglichen Körpers.

## 16. Leichtsinn (*pamāda*)

Der Leichtsinnige schlägt die Warnungen seines Gewissens ebenso leichtfertig in den Wind wie die Mahnungen anderer etwa mit den Gedanken: „Heut ist heut“, „einmal ist keinmal“ und verdrängt damit die Mahnungen seiner besseren Einsichten.

Leichtsinn folgt aus Rausch: Wer rauschhaft genießt, neigt immer stärker dazu, vernünftige Mahnungen nicht gelten zu lassen und geblendet nur dem ersehnten Rausch nachzujagen. Je mehr die Vernunft geschwächt und unterdrückt wird, desto leichter wird sie von dem Durst überrannt. So bedingen sich Rausch und Leichtsinn.

In dem Maß, wie man sich dem Rausch und Leichtsinn überlässt, nimmt Achtsamkeit ab, und man gerät unversehens auf üble Wege. Rausch und Leichtsinn sind gerade nicht jene heilige Nüchternheit, in der man die Dinge richtig messen, bewerten und erkennen kann und in der man nie Schiffbruch erleiden kann. Den Leichtsinnigen trifft Leiden, in diesem Leben, wie es der Erwachte sagt (D 33):

*Da geht ein Untugendhafter, von Tugend abgewichen, durch seinen Leichtsinn großem Verlust an Vermögen entgegen,*

oder nach diesem Leben, wie es etwa in M 130 geschildert wird, wo „der Totenrichter“ einem zur Unterwelt Gelangten sagt:

*Lieber Mann, aus Leichtsinn hast du nicht günstig gewirkt in Taten, in Worten, in Gedanken. Da wird man dir, lieber Mann, eben nun so begegnen wie einem Leichtsinnigen.*

Welche große Bedeutung der Strebsamkeit, dem „Nichtleichtsinn“, der Ernsthaftigkeit zukommt, zeigen folgende Aussagen:

*Gleichwie etwa die Fußspuren aller Wesen in der Elefantenspür einbegriffen sind, ebenso auch ist Ernsthaftigkeit eine Eigenschaft, die, entfaltet und häufig geübt, beiderseits Wohl bringt, gegenwärtiges wie künftiges.*

*(A VI, 53, A X, 15, S 3, 17, S 45, 140)*

Von den der Ernsthaftigkeit Ergebenen heißt es:

*„Sie sind Weise ernsten Sinnes froh.“ (Dh 22) und*

*Ernst leitet zur Todlosigkeit,  
die Lässigkeit zum Tode hin.*

*Die Ernsten sterben nimmermehr,  
die Lässigen sind Leichen gleich. (Dh 21)*

Die Erfahrung inneren Wohls durch Minderung  
der Herzensbefleckungen führt zur Gewissheit  
über den Er wachten, die Lehre und  
die Schar der Heilsgänger

Wer diese Herzensbefleckungen einzeln gründlich betrachtet, der macht bei sich selber ganz neue Erfahrungen, die seine innere Situation wandeln. Herzensbefleckungen, die er immer an sich hatte, ohne sie jedoch bewusst zu merken, tauchen nun mehr und mehr aus dem Dunkel seines Unbewussten hervor. Er sieht sie plötzlich, erkennt sie, erfährt sie an sich, er merkt, dass er sie an sich hat. Er merkt, wie sie wirken, wie sie sein Fühlen, Denken, Tun und Lassen bewegen. Er sieht, wie sein Reden und Handeln durch diese Herzensbefleckungen verdorben wird, ganz ebenso, wie das Farbbad ein schmutzbeflecktes Kleid nicht klar und leuchtend färben kann.

Indem der Übende diese Herzensbefleckungen und ihre üblen Wirkungen bei sich merkt, das Negative bei sich merkt, erschrickt er davor, hütet sich davor und geht gegen die Herzensbefleckungen an wie gegen gefährliche, schlimme Feinde und ruht nicht eher, bis er sie nach und nach überwunden hat. -



Wie schon am Anfang gesagt wurde: Die gründliche Durchschauung einer Herzensbefleckung als üble Eigenschaft ist bereits jene negative Bewertung, jene „Überwindung“, die, immer wieder in voller Überzeugung durchgeführt, zu ihrer fortschreitenden Minderung bis zur völligen Auflösung führt.

Immer genauer, immer feiner und gründlicher werden die aufsteigenden Herzenstrübungen beobachtet, wird leiseste Abwendung und Ablehnung anderen Wesen gegenüber bemerkt, und sofort werden mit aller Kraft und aller Konsequenz diese Anwandlungen ausgerodet, und nicht ruht der Übende, bis er an ihre Stelle Wohlwollen und herzliche Freundschaft hat setzen können. Daraus erwächst die innere Freudigkeit und nimmt immer mehr zu.

Ein von dieser inneren Freudigkeit erfüllter Mensch macht seine Umgebung licht; er empfindet sie heller, und so erhellt sich die gesamte Umwelt des Menschen, der diese Freudigkeit empfindet und pflegt.

Wer diese innere Freudigkeit und Beglückung über die gewonnene Herzensreinheit erlebt, dem werden die Sinnen- dinge immer nebensächlicher gegenüber dem inneren Wohl, das er gewonnen hat. Er erlebt ein Wohl ganz ohne äußere Ursachen, ganz selbstständig aus dem Inneren aufblühend, und da fällt ihm der Unterschied zwischen diesem selbstständig entwickelten Wohl und dem immer nur durch äußere Dinge bedingten sinnlichen Wohl auf. Er merkt, wie abhängig er früher war von der Welt der tausend Dinge, als diese die einzige Quelle für Wohl-Erlebnisse war. Und wenn sich ihm die Dinge wieder entzogen, dann fühlte er sich auch immer elend und verlassen.

Nun aber merkt er, dass das jetzt erwachsene Wohl durch Minderung und gar Aufhebung der Herzensbefleckungen nicht durch äußere Umstände bedingt ist, auch nicht durch irgendwelche geistigen Mächte ihm gegeben oder genommen werden kann, dass es einfach eine Folge der reineren Beschaffenheit seines Herzens ist und dass es so lange bei ihm bleibt, wie er sich die Reinheit des Herzens bewahrt, und dass diese Be-

glückung zu noch größerer Höhe erwächst in dem Maß, als er sein Herz noch weiterhin läutert.

Mit dieser Einsicht geht ihm mehr oder weniger deutlich auf, dass ein jetzt erworbenes, durch keinerlei äußere Dinge bedingtes, sondern allein in der Lauterkeit des Herzens bestehendes Wohl auch durch den Tod nicht vernichtet werden kann. Er spürt mit der totalen Evidenz der Erfahrung, dass sein Tod wohl eine Trennung vom Körper und damit der sinnlichen Wahrnehmung, aber gerade nicht eine Trennung von dem innerlich erfahrenen Wohl bedeutet. Damit hat er einen Grad von Unverletzbarkeit erreicht, den er vorher nicht ahnen konnte trotz der Verheißungen, welche seitens der verschiedenen Religionsgründer an diese Entwicklung geknüpft sind.

In einem solchen von Schlacken befreiten, gereinigten Gemüt erwächst zunehmend Klarheit und Gewissheit über den Er wachten, die Lehre und die Gemeinde der Heilsgänger. Er vertraut dem Er wachten jetzt nicht nur wie schon vorher, als er die Nachfolge begann, sondern aus seinen eigenen Erfahrungen weiß er jetzt: Das, was ich jetzt an Helligkeit und Klarheit erfahre, das hat der Erwachte dem Nachfolger verheißen. Was erst nur Worte des Lehrers waren, das wird durch die Aufhebung der sechzehnfachen Verschleierung, der sechzehnfachen Verfärbung durch die Herzensbefleckungen, zur eigenen Erfahrung des Kämpfers, der da entdeckt: „Nur meine inneren Befleckungen sind es, die alles Üble und Leidige hervorbringen. Wirkliche Freiheit von Blendung und Wahn ist nur beim Er wachten und bei seiner Lehre zu finden und bei denen, die dieser Lehre nachfolgen; das hab ich jetzt selber erfahren, ich merke die Abnahme von Blendung und Wahn.“ Schon durch das Erlebnis einer zeitweisen und teilweisen Befreiung von den Befleckungen beginnt der Nachfolger zu ahnen, welche Qualitäten der Erwachte und die ihm ähnlichen Mönche und Nonnen besaßen, die von diesen Befleckungen völlig befreit waren. Mit dieser Ahnung wächst eine Liebe und Dankbarkeit gegenüber dem Er wachten, der diesen Weg gewiesen hat, und eine durch Erfahrung bestätigte Sicherheit, dass der Erwachte

alles Unbeständige und Leidige aufgewiesen hat und den Weg zur völligen Leidfreiheit weist, wie es auch aus M 11 hervorgeht:

*Es gibt Asketen und Brahmanen, die sich fähig erklären, alles Ergreifen in Vollkommenheit darzulegen, doch eine solche Darlegung liefern sie nicht. Sie erkennen und legen dar das Ergreifen von Sinnendingen, aber nicht das Ergreifen von Ansichten, das Ergreifen von (sittlichem) Begegnungsleben im Umgang mit den Lebewesen, aber nicht das Ergreifen von Selbstbehauptung .... Oder sie erkennen und legen dar das Ergreifen von Sinnendingen, das Ergreifen von Ansichten, das Ergreifen von (sittlichem) Begegnungsleben im Umgang mit den Lebewesen, aber nicht das Ergreifen von Selbstbehauptung.*

*In einer solchen Heilsordnung kann die Klarheit und darum Befriedung bei dem Meister nicht vollkommen sein, können die Tugenden nicht vollkommen eingehalten werden, können dem Strebenden die Mitbrüder nicht vollkommen lieb und wert sein. Und warum nicht? Weil es eben so ist bei einer schlecht verkündeten, schlecht dargelegten Heilswegweisung, die nicht zum Heil, nicht zur Durststillung führt.*

*Doch der Vollendete, der Geheilte, vollkommen Erwachte, der alles Ergreifen durchschaut hat, ist fähig, alles Ergreifen in Vollkommenheit darzulegen, und eine solche Darlegung liefert er auch. Er hat erkannt und legt dar das Ergreifen von Sinnendingen, das Ergreifen von Ansichten, das Ergreifen von (sittlichem) Begegnungsleben im Umgang mit den Lebewesen, das Ergreifen von Selbstbehauptung. In einer solchen Heilswegweisung kann die Klarheit und darum Befriedung bei dem Meister vollkommen sein, können die Tugenden vollkommen eingehalten werden, können dem Strebenden die Mitbrüder vollkommen lieb und wert sein. Und warum? Weil es eben so ist bei einer gut verkündeten, gut dargelegten Heilswegweisung, die zum Heil, zur Durststillung führt, die von einem vollkommen Erwachten dargelegt ist.*

Damit zeigt der Erwachte, dass Klarheit und darum Befriedigung (*pasāda*) - das Empfinden von Unverwundbarkeit durch eine Lehre, die von einem unverwundbaren Meister dargelegt wird - und Sich-Eins-Fühlen mit den Menschen, die in gleicher Richtung streben, nur möglich ist, wenn der Gedanke, die Vorstellung, da sei ein Ich als Zentrum, das von der Welt etwas will, aufgehoben ist. Solange die Triebe, die der Mensch als Ich empfindet („ich möchte dies, ich möchte jenes nicht“), das Liebste und Wichtigste sind, so lange muss er mit großem Aufwand für die Befriedigung der Triebe und damit des Ich sorgen. Die Triebe schaffen Probleme und Sorgen, mit ihnen ist der Mensch nicht befriedet, sondern verlangend und abwehrbereit und wird darum durch sie gezwungen zu reagieren, da die Triebe bei allen Begegnungen ihr Gefühlsurteil abgeben: „Der oder das ist angenehm, der oder das unangenehm.“

Der Heilsgänger aber ist beim Erwachten und der von ihm verkündeten Heilslehre vollkommen befriedet; und wenn er den rechten Anblick gegenwärtig hat, fühlt er sich erlöst von der Aufgabe, für ein Ich sorgen und es verteidigen zu müssen, fühlt sich unverletzbar und unverwundbar. Er sieht entsprechend der dritten Gewissheit (M 48): Diese vollkommene Befriedigung durch die Erfahrung von Unverwundbarkeit und Unverletzbarkeit *kann kein Asket oder Brahmane außerhalb der Heilswegweisung eines Erwachten erfahren*, denn die Wegweisung des Erwachten ist die einzige, die das Ergreifen von allen vier Ergreifensmöglichkeiten als leidbringend aufzeigt, alle fünf Zusammenhäufungen als unbeständig und darum leidvoll und als Nicht-Ich erkennt und den Weg zu ihrer Aufhebung weist.

Dieses Bewusstsein der inneren Befriedigung beim Erwachten, bei der Lehre und bei der Schar der Heilsgänger, die *nicht außerhalb der Heilswegweisung eines Erwachten gefunden werden kann*, ist Inhalt der Gewissheit, auf dem endgültigen Weg zum Heil zu sein (M 48).

In den Reden des Erwachten zeigen sich zwei aufsteigende Grade der Annäherung an die Lehre des Erwachten und damit auch an den Lehrer, den Erwachten selbst.

Der erste Grad ist ein gewisses Maß an Vertrauen (*saddhā*), Vertrautsein mit dem Gehörten. (M 22 Ende, M 34 Ende) Der Ausdruck *saddhā* wird oft benutzt, wenn man die Lehre zwar noch nicht ganz verstanden hat, noch nicht sicher kennt, aber in Herz und Gemüt einen Zug spürt, sich dieser Lehre und diesem Lehrer zuzuwenden und nach ihr zu leben, weil in der inneren Herzenssehnsucht nach Wahrheit und Sicherheit eine Hoffnung aufgekommen ist, dass man durch diese Lehre und durch diesen Lehrer zu Wahrheit und Sicherheit gelangen könne. Ein solches Vertrauen hat der Gesprächspartner des Erwachten in dieser Rede (M 7) gewonnen, wie sich an ihrem Ende zeigt, indem der Brahmane Bhāradvājo Zuflucht zum Erwachten, zur Lehre und zur Gemeinde der Heilsgänger nahm. Solches Vertrauen gewährt aber oft noch keine Sicherheit und keine Festigkeit, man kann es wieder verlieren; aber von diesem ersten Grad kann man auch zum zweiten kommen.

Der zweite Grad der Annäherung ist die endgültige Klarheit und dadurch Befriedung (*avecca pasāda*) des Heilsgängers (*ariya-sāvako*). Diese Bezeichnung gilt für alle Nachfolger, welche durch die Unterweisungen des Erwachten zuerst Vertrauen gewonnen hatten, daraufhin ihre seelischen Vorgänge mit zunehmender Aufmerksamkeit beobachtet hatten und dadurch im Leben nach der Lehre in innerer Erfahrung die Bestätigung der beiden Grundaussagen des Erwachten gewonnen hatten:

1. Die gesamten existentiellen Möglichkeiten von den grössten bis zu den feinsten sind immer nur durch die fünf Zusammenhäufungen gebildet, bestehen also aus Form, Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität und programmierter Wohlerfassungssuche.
2. Jede dieser fünf die Existenz komponierenden Erscheinungen besteht nur in Abhängigkeit von den jeweils anderen vier; und jede wird durch die anderen gebildet, geschoben und

auch wieder abgelöst, und hinter den fünf Zusammenhäufungen wirkt kein selbstständiger Wille, kein Ich oder Selbst, vielmehr besteht da nur ein seelenloses, sich gegenseitig bedingendes, schmerzliches Gedränge, welches nie aus sich selber, sondern immer nur durch die mit diesen beiden Einsichten erworbene Erkenntnis ihres Leidenscharakters aufgelöst werden kann.

Weil diese Erkenntnis beim Heilsgänger auf innerer Erfahrung beruht und durch fortschreitende Erfahrung nur immer bestätigt wird und weil der so Vorgehende bei sich eine fortschreitende Minderung von Mühsal, Leiden und Verletzbarkeit erfährt, so ist er sich vollständig klar darüber, dass der Lehrer dieser Lehre das Dasein in seiner wahren Natur durchschaut hat. Diese Gewissheit ist unzerstörbar, weil sie in der gesamten weiteren Entwicklung sich nur immer mehr bestätigt, darum „endgültige Klarheit und Befriedung“ ist.

Aus der so gewachsenen Erfahrung mit sich selber ist der Heilsgänger sich über die „vier Paare von Menschen“, d.h. über die vier Entwicklungsstapen des Heilsgängers vollkommen klar geworden: Stromeingetretener, Einmalwiederkehrer, Nichtwiederkehrer, Geheilte. Das aber ist erst möglich, wenn er durch seine eigene Erfahrung bei seiner Umwandlung zum Heilsgänger zutiefst begriffen hat: In allen möglichen Daseinsformen und Welten führen nur diese vier Entwicklungsstapen aus allem Leiden schrittweise heraus bis zur vollständigen Geborgenheit. Dagegen sind alle Bestrebungen und Unternehmungen aller Wesen, die noch nicht in diese vierstufige Entwicklung eingetreten sind, letztlich vergeblich und müssen vergeblich bleiben - es sei denn, dass die Bestrebungen gerade zu den vier Entwicklungsphasen hinführen.

Die Schar oder Gemeinde der Heilsgänger, *ariya sangha* (*sam-gha* = zusammengehen), gleichviel ob Mönche oder im Hause Lebende, ist also die unsichtbare „Kirche“ derer, die die Wahrheit verstanden haben, d.h. der Stromeingetretene, der Einmalwiederkehrer, der Nichtwiederkehrer und der Geheilte, die der Erwachte als „vier Paare nach acht Arten von Men-

schen" bezeichnet. Unter „Paar" sind zwei verschiedene Entwicklungsstadien innerhalb jedes Heilsgrades zu verstehen. Von dem zweiten Menschen des ersten Paares heißt es (D 33): *er ist auf dem Wege, die Früchte des Stromeintritts selbst immer mehr zu empfinden* (selbst zu erfahren - *sacchikiriya* = sich selbst zu „eräugen"). Das bedeutet also, dass der erstere (durch wiederholte Betrachtung des seelenlosen, automatischen Ablaufs der fünf Zusammenhäufungen) irgendwann den Stromeintritt gewinnt, indem alle drei Verstrickungen (Glaube an Persönlichkeit, Daseinsbagnis und das Begegnungsleben überschätzen) aufgehoben sind - dass er es aber zu dieser Zeit selbst noch nicht so empfindet. Die Ablösung der drei Verstrickungen hat durch jenen wiederholten Anblick des Todlosen bei dem ersten Menschen bereits stattgefunden, aber diesen Gewinn merkt er nun erst allmählich im Lauf der Zeit, indem er auch nach seinem subjektiven Gefühl von aller Daseinsbagnis (2. Verstrickung) abgekommen ist und damit auch davon, das Begegnungsleben zu überschätzen (3. Verstrickung). Damit ist er zum zweiten Menschen des ersten Heilsgrades geworden.

Das Pāli-Wort für die Herde Wildes ist ebenfalls *sangha*, und zwar *migha-sangha*. Der Ausdruck *migha-sangha* wird aber nicht nur für Tiere gebraucht, sondern ist auch der große gewaltige Heereszug der im Wahn Befangenen, der Menschen, Götter oder Tiere, und der *ariya sangha* ist jene erheblich kleinere Gruppe derer, die deutlich begriffen haben, wo Unheil und Heil zu finden ist. „Herden", „Rudel", „Gemeinden" werden sie in beiden Fällen genannt - die einen Herden oder Gemeinden zur Triebbefreiung, die anderen Herden oder Rudel in sinnlicher Wohlsuche.

In M 34 spricht der Erwachte von der Gemeinde der Heilsgänger und vergleicht sie mit einer Rinderherde. Er sagt, dass es in dieser Rinderherde die Stiere gebe, die Väter und Führer der Herde, dann die erfahrenen reifen Kühe, dann die Färsen und Starken (die das Kälberstadium überwunden haben, aber noch nicht ausgewachsene Kühe bzw. Stiere sind) und zuletzt

die jungen Kälber. Ein Kalb nimmt einen ganz anderen Platz in der Herde ein als die erfahrenen älteren Stiere. Ein Kalb wird zunächst durch die gesamte Herde immer nur angeleitet, erfährt Orientierung, gewinnt Erfahrung, wird allmählich selbstständiger, kennt manches schon selber, lernt manches von den Erfahreneren noch hinzu und wird so allmählich selber erfahrungsträchtig, zum erwachsenen Rind, zur Kuh oder zum Stier, zum Vater, Führer der Herde. - So wie das Kalb zuerst nur aufnehmend, lernend war, allmählich aber lernend und lehrend war, indem es die inzwischen hinzugekommenen neuen Kälber wiederum belehrte, bis es selber immer weniger zu lernen hatte, selber immer mehr erkannte und selber immer mehr lehren konnte - so auch entwickelt sich das Verhältnis des Kenners der Lehre innerhalb der Gemeinde. Die Herde mit allen unerfahrenen jüngeren und schwächeren Tieren und besonders den Kälbern bedarf des Stieres, bedarf seiner Erfahrung, Kenntnis, Vorsicht, seiner Kraft und Stärke, seiner Führung. Was der Stier früher, als auch er ein schwächliches, unerfahrenes Kälblein war, von der Herde bekommen, angenommen, gelernt hat, das gibt er nun aus seiner Erfahrung, Kenntnis und Kraft an die immer wieder nachwachsende Herde weiter. Genau so ist das Verhältnis der Gleichgesinnten untereinander im Sangha. Und so sehen wir auch jene geheilten, triebversiegten Mönche, die wahrlich der anderen nicht bedürfen, doch immer wieder sich ihrer annehmen und sie belehren. (M 67)

Wer zur Zeit des Erwachten eintrat in die Gemeinde der Heilsgänger - und er trat ein, wenn er die Unbeständigkeit, Leidhaftigkeit, Nicht-Ichheit der fünf Zusammenhäufungen durchschaut und erfahren hat und der Gemeinde seelisch nahe kam durch Reinheit des Herzens - der erfuhr durch die Gemeinde Rat und Hilfe, Stütze und Wärme. Er lernte von den anderen, empfand sie als Stütze, gewann Selbstvertrauen und schöpfte Kraft aus den Vorbildern der anderen. Er erkannte in dem Maß, wie er der Hilfe teilhaftig wurde, wie diese Gemeinde wohlunterrichtet und erfahren und beim Erwachten gut



aufgehoben war. Dieses erkennend, diente er „mit liebevollen Taten, Worten und Gedanken“ den Mitstrebenden in der Erkenntnis, dass die Gemeinde der Heilsgänger der materiellen Gaben und Hilfe und der liebenden Verehrung am würdigsten ist, *der beste Boden für Verdienste in der Welt.*

Wer diese drei Kleinodien, den Buddha, die Lehre und die Gemeinde der Heilsgänger, zur Richtschnur genommen hat, der kann weltliche Dinge nicht mehr für längere Zeit in den Vordergrund treten lassen. Der Geist konzentriert sich auf die Lehre, auf das, was über die Welt hinausweist, was ihm keiner nehmen kann. Dadurch entdeckt er bei sich einen großen Fortschritt:

*Das Reagieren entsprechend den Unterlagen  
hat er aufgegeben*

*Das Reagieren entsprechend den Unterlagen (yathodhi<sup>45</sup>) hat er aufgegeben, abgetan, aufgelöst, überwunden, davon ist er frei.*

Was sind die Unterlagen, der Untergrund? Die Zusammenhäufungen. An dieser Stelle der Lehrrede sehen wir besonders deutlich, dass es sich um den Kenner der Lehre, um den Kenner der Nicht-Ichheit aller fünf Zusammenhäufungen handelt, um den Heilsgänger. Nur ein solcher, der die Nicht-Ichheit der fünf Zusammenhäufungen in beharrlicher Selbstbeobachtung mehr und mehr erfährt, strebt an, auf die von den Trieben entworfenen Einzelerlebnisse nicht mehr zu reagieren, weder auf niedrige, noch auf hohe und höchste. Alles, was an Formen, Gefühlen und Wahrnehmungen erscheint, löst bei dem darin Fortgeschrittenen keinerlei Reaktion, keinerlei Sinnen und Erwägen, keinerlei Beabsichtigen und Anstreben mehr aus. Er reagiert (4. Zusammenhäufung) nicht mehr blind-automatisch

---

<sup>45</sup> yath-odhi setzt sich zusammen aus yatha=wie, entsprechend, o-dhi: o=ava=unter, dhi = setzen, stellen, legen

auf die Berührung der Triebe in den Sinnesorganen des Körpers (Form - 1. Zusammenhäufung) durch das früher Gewirkte (Form), auf die dadurch ausgelösten Gefühle (2. Zusammenhäufung), die als Wahrnehmungen (3. Zusammenhäufung) in den Geist eingetragen wurden. Er weiß aus eigener Beobachtung: „Da ist gar kein Ich“, da ist nur der Geist als Sammelstätte der Sinneseindrücke, durch den der Eindruck eines gleich bleibenden Ortes gegenüber den vielerlei als „Welt“ aufgefassten Sinneseindrücken entsteht. Da folgt auf eine Durstanwandlung „Diese schöne Sache möchte ich haben“ kein blindes Reagieren im Denken, Reden und Handeln (4. Zusammenhäufung) und kein Schaffen von neuen Programmen der Wohlerfahrungssuche (5. Zusammenhäufung) mit all den sich daraus ergebenden Überlegungen, neuen Gefühlen, neuen Bindungen und Verwicklungen, wie sie in D 15 so anschaulich beschrieben sind:

*Suchen nach Möglichkeiten der Erfüllung des Triebwunsches, Erlangen des Gewünschten, Besitzergreifendes Untersuchen, Kosten und Schmecken des Erlangten, die gemütsmäßige Zustimmung und Zuwendung: „dies ist es“, die dadurch bedingte Bindung an das Erlangte, wodurch der Empfinder von dem Erlangten abhängig wird, das Erlangte zu sich zählen: „Dies gehört mir“, z.B. das geistige Festhalten von Geld und Gut, Frau und Kind. Geiz: Der andere soll es nicht haben, ich will es behalten, Schützen des Besitzes, Abriegeln vor anderen, Aufnehmen von Stock und Schwert, Wüten und Blutvergießen, Krieg und Zwietracht, verletzende Rede, Verleumdung und mancherlei andere üble, unheilsame Dinge entwickeln sich.*

Dieses Reagieren im Denken, Reden und Handeln im sklavischen Dienst der Herzensbefleckungen hat er aufgegeben in

dem Wissen: Die Wahrnehmung von Form und Gefühl ist Wahntraum, Fieberdelirium, aus dem es zu erwachen gilt. Der Erzeuger dieser Traumbilder ist das unreine, befleckte, diese Träume erzeugende Herz. Deshalb geht es nicht darum, innerhalb dieses Fiebertraums entsprechend den Herzensbefleckungen zu reagieren, d.h. das Traum-Ich auf die am Tor der Gegenwart begegnenden Begegnungen reagieren zu lassen, sondern es geht darum, den verborgenen Erzeuger, das Herz, von seiner Krankheit, von seinen Befleckungen zu befreien und zu reinigen, eben von jenen sechzehn Herzensbefleckungen. Diese Herzensbefleckungen sind die Ursache für dunkle Wahrnehmungen, für „den schmerzlichen Lebenslauf, der bei beflecktem Herzen zu erwarten ist“, indem da Feinde erscheinen, mehr Wehe als Wohl empfunden wird und der wahre Feind, die Herzensbefleckungen, nicht erkannt wird. Dadurch wird auf die von den Herzensbefleckungen hervorgerufenen Erscheinungen ununterbrochen „reagiert“ (4. Zusammenhäufung), wodurch der verborgene Herd dieser üblen Erscheinungen, die Triebe, noch verstärkt werden, so dass die üblen Erscheinungen sich mehren und dadurch *ein schmerzlicher Lebenslauf, eine üble Laufbahn zu erwarten ist*.

Bei den vier Merkmalen des Heilsgängers (D 33 u.a.) wird wie hier in M 7 genannt, dass der Heilsgänger (*ariya sāvako*) vollkommene Klarheit und Befriedung 1. beim Erwachten, 2. bei der Lehre, 3. bei der Gemeinde der Heilsgänger besitzt, und als vierte Eigenschaft wird genannt:

*Er strebt die Tugenden an, wie sie die Geheilten empfehlen: die unübertrefflichen, die frei machen, zur Einigung führen und darum von den Geheilten gepriesen werden; er strebt ihre lückenlose, unverfälschte, unverbogene, ungebrochene, hanglose Einhaltung an.*

Anstelle dieses vierten Merkmals wird hier in M 7 das Aufgeben des Reagierens genannt. Das ist eine *der Tugenden, wie sie die Geheilten empfehlen*. Der Heilsgänger, der das Endziel,

das Nirvāna, immer im Blick hat, reagiert nicht mehr blind-automatisch im Dienst der Triebe. Dadurch ist es ihm möglich, die Tugenden lückenlos einzuhalten, in rücksichtsvoller, schonender Weise zu handeln und zu reden. Er setzt nicht mehr auf karmische Folgen in dieser oder in jener Welt. Er strebt über alles Begegnungsleben hinaus die Herzenseinigung an, aus deren Vollendung das heilende Klarwissen hervorgeht, das zum Nirvāna führt.

Das sind die vier Merkmale eines Stromeingetretenen, die der Heilsgänger bei sich selber feststellt und dadurch völlig sicher ist, dass er auf den Heilsstand zugeht.

Innere Freudigkeit (*pāmuja*)  
über die Aufhebung der Herzensbefleckungen,  
über die gewonnene Klarheit und Befriedung  
beim Erwachten, bei der Lehre,  
bei der Gemeinde der Heilsgänger, über die  
Überwindung des triebhörigen Reagierens

Die Aufgabe des Kenners der Lehre besteht u.a. darin, die gewonnenen Fortschritte zu merken und sich darüber zu freuen. Während er vorher nur gelegentlich eine Genugtuung durch die Einhaltung der Tugendregeln erlebt hatte, so erlebt er nun durch die Aufhebung der Herzensbefleckungen eine durchgehende Helligkeit, ein ungetrübtes helles Grundgefühl. Hinzu kommt die Sicherheit, auf dem Weg zur Leidensaufhebung zu sein, den rechten Meister gewählt zu haben, die Wegweisung zum Heil zu besitzen und das Wissen darum, dass auch andere diesen Weg gehen oder bereits die Triebversiegung erreicht haben. Er erkennt, dass er selber bereits nicht mehr blind-automatisch entsprechend den Trieben auf die Wahrnehmungen reagiert.

Er hat *ein Empfinden für das Heil (atthaveda), für die Wahrheit der Lehre (dhammaveda) gewonnen*. Er empfindet die Wahrheit der Lehre durch eigenes Wachstum bestätigt.

Und diese Gewissheit gibt ihm Freude und Kraft (*dhammupāsamhita pāmuḍḍa*), das noch nicht Erreichte zu erreichen. Das ist das Kennzeichen des Wissens um die Gesicherheit. Er weiß, dass er den Stromeintritt (oder noch höhere Garantiegrade: Einmalwiederkehr, Nichtwiederkehr) erreicht hat, dass er nur noch eine endliche Zeit vor sich hat bis zur endgültigen Triebversiegung. Er sieht also nur noch wenig Leid-Erfahrung vor sich.

In immer neuen Variationen beschreibt der Erwachte das unsagbare Glück, das beseligte Aufatmen, das der Stromeingetretene durch seine Klarheit und daraus hervorgehende innere Befriedung gewonnen hat. Der Besitz der vier Merkmale gleicht einer gewaltigen Überflutung durch Verdienst, das so unermesslich ist wie der Ozean. - Die Sicherheit und das Wohl, das zunimmt und schließlich zum unverletzlichen Wohl führt, sind unvorstellbar. Alles andere Verdienst der Welt geht unweigerlich wieder verloren, einzig dieses nicht. *Was der Stromeingetretene gewinnt, führt immer nur zu noch Besserem ohne Rückfall und Verlust. (S 55,41)*

Der Besitz der vier Merkmale des Stromeingetretenen gleicht einem Gewinn, dem gegenüber die Herrschaft über die vier Kontinente durch einen Weltkaiser auch nicht ein Sechzehntel wert ist, denn der Kaiser entgeht nicht den unteren Welten, während der Stromeingetretene diesen Übeln endgültig entronnen ist. (S 55,1)

Während es in den vier Gegebenheiten - Festigkeit, Flüssigkeit, Temperatur, Luft - Veränderungen gibt, kann es in dem Besitz der vier Merkmale des Stromeingetretenen keinerlei Veränderung mehr geben. - Die Verteilung von Festem und Flüssigem auf der Erde wird sich ändern, Weltbrand und kosmische Wirbel wird es geben, wenn auch in langen Zeitläufen, aber an den vier Merkmalen des Stromeingetretenen ändert sich nichts mehr (S 55,17), auch nicht in den sieben Wiedergeburt, die ihm höchstens noch bevorstehen.

Weil der unbelehrte Mensch die vier Merkmale des Stromeingetretenen nicht hat, gerät er wegen des Todes in Furcht

und Angst, nicht aber der Stromeingetretene, der wegen künftiger Daseinsformen keine Furcht mehr zu haben braucht, da er nicht mehr absinken kann. (S 55,27)

### Geistige Beglückung bis Entzückung erwächst aus innerer Freudigkeit

Die innere Freudigkeit (*pāmujja*) über die gewonnene Sicherheit und das spürbare Aufgeben des blind-automatischen Reagierens auf die von den Trieben entworfenen Wahrnehmungen steigert sich, wie es in unserer Lehrrede heißt, zu geistiger Beglückung bis Entzückung (*pīti*). Wenn ein Mensch bis dahin bei der aufkommenden inneren Freudigkeit über den inneren Fortschritt und über die gewonnene Sicherheit noch nicht auf das feinere innere Gefühl aufmerksam geworden war - bei dieser Beglückung wird seine Aufmerksamkeit darauf gelenkt. Diese geistige Beglückung ist wie ein leiser Jubelton, der immer wieder klingt. Dadurch verlieren die äußeren sinnlichen Erlebnisse noch mehr an Bedeutung, treten zurück, dem Menschen ist bei sich selber wohl, er bedarf nicht äußerer Ablenkung und Befriedigung.

Sinnliches Wohl durch sinnliches Erleben vergleicht der Erwachte mit dem Schwelen von nassem Holz, mit dem man vergeblich versucht, Feuer zu machen. Es ist unsere Unkenntnis, die uns glauben lässt, dass einiges, was aus sinnlicher Wahrnehmung hervorgeht, Wohl sei. Das meinen wir nur so lange, als uns die geistige Beglückung noch nicht bekannt ist. Wer aber jene von allem Äußeren unabhängige innere Freudigkeit und Beglückung erlebt hat, der hat keine Lust mehr an den Sinnendingen, der versteht das Gleichnis von dem Schwelen des feuchten Holzes und dem klaren Feuer aus trockenem Holz. Das Letztere ist ein Gleichnis für das Leuchten des erfahrenen inneren Wohls. Ein in weltloser geistiger Beglückung Gebadeter sieht die Sinnenlust als einen Giftbecher, dessen Genuss ihn dem Tod ausliefert. Und da er nun köstlicheren

Trank besitzt, der ungiftig ist und selig macht, so verzichtet er freudig auf den Giftbecher der Sinnenlust.

Körpergestilltheit (*kāya passaddhi*)  
aus geistiger Beglückung

Je mehr wir die eben beschriebene Entwicklung verstehen, um so mehr erkennen wir die Beruhigung des Körpers als eine natürliche Folge der beschriebenen geistigen Beglückung. Der Erwachte sagt: *Ist der Geist beglückt, so wird der Körper still.*

Der Körper des normalen Menschen ist ja insofern unruhig, als er wegen seiner sinnlichen Bedürftigkeit ständig nach äußeren Erlebnissen fiebert. Durch die sechs Sinnesdränge wird der Körper immer wieder in Bewegung gesetzt, um das Ersehnte zu erlangen oder das Gehasste zu meiden. Alle Sinnesdränge lügen und lauschen, lungern und lechzen in alle Richtungen. Alles an ihm ist sprungbereit, um die verlockenden Dinge heranzuholen. Das ist der hin und her gerissene, körperlich und seelisch stark erregte Mensch.

Aber wer von jener inneren Beglückung erfasst ist und darum den Giftbecher endgültig abgesetzt hat, dessen Sinnesdränge sind *sanft geworden* (Dh 94) und lungern nicht mehr nach außen. Eines solchen Menschen Körper ist beruhigt. Wo ein solcher geht, *da regt er die Glieder in tiefer Gelassenheit* (Thag 432), und nicht schweifen die Sinnesdränge in den Sinnesorganen hierhin und dorthin. Wenn er aber allein still sitzt, da kommt der Körper eines so nach innen Gewandten zu einer so tiefen Stille, wie sie dem normalen Menschen ganz unbekannt ist. Wenn der Mensch so in sich beglückt ist, dann tritt auch die sinnliche Wahrnehmung weitgehend zurück.

Die Körperstille wird beim normalen Menschen erstens dadurch verhindert, dass er wegen der Sinnesdränge körperlich aktiv ist und zweitens dadurch, dass er keine unkörperliche, keine außersinnliche Freude kennt.

Tiefes durchdringendes Wohl (*sukha*)  
aus Gestilltheit des Körpers

Diese weiteren Stadien sind schwer zu beschreiben und schwer zu verstehen, denn es treten nun solche Grade einer fortschreitenden Beruhigung ein, die dem normalen Menschen sehr fern liegen.

Bei einem Menschen, der durch die zunehmende Läuterung seines Herzens nicht nur von allen üblen Taten abgekommen ist, sondern auch von allen unguuten Gesinnungen und Regungen des Herzens, der durch das daraus erfahrene immer stärkere innere Wohl nun auch von allen sinnlichen Anstrengungen in der Welt zurücktritt, so dass alle körperliche Willkür bei ihm zur Ruhe gekommen ist, fallen durch diese Beruhigung der Sinnesdränge des Körpers die letzten Störungen fort, so dass sein inneres Wohl nun erst vollkommen wird.

Der Erwachte sagt (S 55,40), dass mit dem Eintreten der Körperstille durch das Zur-Ruhe-Kommen der Sinnesdränge der Übergang vom Dauerleidenszustand (*dukkha-vihāra*) zum Wohlzustand (*sukha-vihāra*) eintritt, der für die Dauer der Körperstille bleibt. Die Leidhaftigkeit des unmittelbaren Schmerzes (*dukkha dukkhata*) - bedingt durch das ununterbrochene Stakkato von Berührungen und Erfahrungen der Sinnesdränge - ist abgetan und überwunden. Dieser Zustand der radikalen Befreiung von Schmerzgefühlen wird als innere Seligkeit und Wonne empfunden und so auch in der Mystik aller Kulturen und in den „Liedern der Mönche und Nonnen des Buddha“ beschrieben, denn die diesen Zustand erfahren, die sind wie aufgetaucht aus Dauerqual. Darum können sie die Erlösung von der unmittelbaren Dauerqual, die bisher ihren Lebenszustand ausgemacht hatte, nicht anders empfinden und bezeichnen denn als Wohl, Seligkeit und Wonne. Vom Standort der Erlösten und Heilgewordenen, die immer im vollkommenen Wohl wohnen, wird dieser Zustand schon als Wohlsein bezeichnet, aber nur als Befreiung von der äußersten Qual - denn die Wohlmöglichkeiten reichen noch höher hinauf:



Das Herz des von Wohl Durchdrungenen wird einig

In den Lehrreden wird dieser Zustand mit den kurzen Worten gekennzeichnet:

*Der Körpergestillte lebt im Wohl,  
dem im Wohl Lebenden einigt sich das Herz.*

Weil das Wohl jetzt eine gewisse Vollkommenheit erreicht hat, darum kann nun derjenige Zustand eintreten, der in der christlichen Mystik die „unio mystica“ genannt wird und in Indien sowohl vom Erwachten als auch in den anderen Religionen als „samādhi“ bezeichnet wird. Der Begriff „samādhi“ bedeutet so viel wie „innen stille stehn“. Die Sinnesdränge sind gestillt, wie es heißt (Dh 94):

*Wess' Sinnesdränge still geworden  
wie Wagenlenkers wohlgezähmte Rosse...*

Das Herz hat an sich selbst genug, ist ganz bei sich, eins mit sich, und das bedeutet eben das Schweigen der Sucht nach den tausendfältigen äußeren Dingen. Unabhängig geworden ist ein solcher von dem gesamten Welterleben mit den Sinnen, er ruht in sich, lebt im vollständigen Herzensfrieden, bedarf der sinnlichen Wahrnehmung nicht zu seinem Wohlbefinden, sondern bedient sich ihrer nur zur Aufrechterhaltung und Pflege des Körpers und beim Umgang mit anderen. Diese erworbene Unbedürftigkeit bewirkt, dass er die gesamten weltlichen Erscheinungen nicht mehr mit der früheren Blendung sehen kann, sondern nüchtern, neutral, ja, geradezu „entlarvt“ sieht und darum *nichts mehr an ihnen finden (nibbindati)* kann.

Das Wohl des Nach-innen-Lebens, des seligen Herzensfriedens kann so stark werden, dass die sinnliche Wahrnehmung ganz fortfällt (*kāmasaññā nirujjhati* - D 9), der Mensch ist dann *sinnenlos und entrückt* (Meister Eckehart). Die gesamte sinnliche Wahrnehmung ist zum Schweigen gebracht. Wir wissen aus den Aussagen des Erwachten und auch der verschiedenen anderen Religionen, dass dieser Zustand stets

erfahren wird nicht als Bewusstlosigkeit, sondern als das höchste nur denkbare Wohl, als eine überweltliche Seligkeit in Verbindung mit tiefstem Frieden aus vollendeter Unabhängigkeit sowohl von einem Ich als auch von der gesamten Welt. (s. M 13 und 25)

### Köstliche Speise - kein Genuss mehr

In unserer Lehre heißt es weiter:

*Ein Mönch nun, ihr Mönche, dem solche Lauterkeit (sīla), solche Erfahrungen (dhamma), solche Weisheit (paññā) eignen, mag auch Almosenspeise zu sich nehmen, die aus erlesenem Bergreis mit verschiedenen Soßen und Beilagen zubereitet ist, und sie sind für ihn kein Hindernis. Gleichwie etwa, Mönche, ein Kleid, das beschmutzt und voller Flecken ist, in klarem Wasser gewaschen, sauber und rein wird oder wie Gold im Schmerztiigel rein und glänzend wird, ebenso mag ein Mönch, dem solche Lauterkeit, solche Erfahrungen, solche Weisheit eignen, auch Almosenspeise zu sich nehmen, die aus erlesenem Bergreis mit verschiedenen Soßen und Beilagen zubereitet ist, und sie sind für ihn kein Hindernis.*

Wer so weit gediehen ist, hat eine ganz andere Gemütsverfassung als der normale Mensch. Sein Glückszustand wohnt über dem, was von den Sinnen herankommen kann. Im Besitz überweltlichen Wohls ist er auf die unvergleichlich gröbere und geringere Sinnenlust nicht mehr aus; darum sind „köstliche Speisen“ kein Genuss mehr für ihn, sie bewegen ihn nicht, und darum auch schaden sie ihm nicht mehr. - Ein um Befreiung ringender Mensch, der bei sich selber noch kein seliges Wohl erlebt, muss das Glück noch aus der Befriedigung der Sinnesdränge beziehen, er kann also bei dem Geschmack von

köstlichen Speisen die Hingabe an den Genuss nur mit größter Anstrengung und mit Aufbietung und Sammlung all seiner guten Einsichten vermeiden, und oft wird es ihm nicht gelingen. Darum ist für einen solchen das Essen erlesener, verlockender Speisen schädlich. („Zu hüten hat sich der Mönch vor dem sinnlichen Wohl." - M 139) Wer aber das Wohl der Herzenseinigung erlebt, dem ist es völlig gleichgültig, was er isst.

Die vier Strahlungen (*brahma-vihāra*):  
Liebe (*mettā*), Erbarmen (*karunā*), Freude (*muditā*),  
Gleichmut (*upekha*)

Die Herzenseinigung (*samādhī*), gewonnen durch die (oft nur vorübergehende) Entleerung des Geistes von allem weltlichen Dichten und Trachten, ist die Basis, ist die Voraussetzung für die nun folgenden in unserer Lehrrede genannten vier Strahlungen, die, in der beschriebenen Weise geübt, zur vollkommenen Versiegung der Triebe führen.

In dem Zustand des *samādhī*, der Beruhigung der fünffachen Sinnestätigkeit, in welchem das tiefste, am stärksten gesammelte Denken möglich ist, weil es keinerlei Ablenkung gibt, tritt meistens die erste weltlose Entrückung ein:

*Er verweilt abgeschieden von weltlichem Begehren, abgeschieden von allen heillosen Gedanken und Gesinnungen in stillem Bedenken und Sinnen, und so tritt die aus innerer Abgeschiedenheit geborene Entzückung und Seligkeit ein, der erste Grad weltloser Entrückungen.*

Es wird nicht ausgeführt, was in diesem Zustand der Abgeschiedenheit gedacht wird. Die Strahlungen geben ein Beispiel dafür, welcher Art das stille Bedenken und Sinnen in diesem überweltlichen Zustand sein kann:

## 1. Die Liebe-Strahlung (*mettā-brahmavihāra*)

*Er durchstrahlt<sup>46</sup> mit liebevollem Gemüt eine Richtung und verweilt so, dann eine zweite, dann eine dritte, dann die vierte, ebenso nach oben und unten und quer hindurch, überallhin in alle Richtungen durchstrahlt er die ganze Welt mit liebevollem Gemüt, mit weitem, umfassendem, von Messen und Beurteilen freiem, von Feindschaft und Übelwollen freiem Gemüt, so verweilt er.*

Hier geht es darum, den nun zu völlig ungestörtem Denken befähigten Geist einzusetzen, um in tiefem Frieden allen Wesen nur Wohl und Erleichterung zu wünschen in einer nicht messenden All-Liebe, d.h. sich nicht beeinflussen zu lassen durch Sympathie und Antipathie oder durch Wissen um Fehler oder Übeltaten anderer, sondern nur die Erfüllung der allen Wesen gemeinsamen Sehnsucht nach Erleichterung, Erhellung und nach Wohl zu wünschen.

Bei dem Strahlen in alle Richtungen geht es zuletzt nicht mehr um das Denken an bestimmte Wesen, sondern um ein universales Strahlen, d.h. man hat sich selbst mit seinem Wünschen nach Wohl und Helligkeit und Geborgenheit so sehr als Gleichnis genommen für alle Lebewesen, dass man an diese allmählich nicht mehr als an „die anderen“ denkt; vielmehr „weiß“ man geradezu, dass jedes Lebewesen bei sich selbst ganz ebenso sehr Wohl wünscht, Helligkeit, Geborgenheit wünscht wie auch „ich hier bei mir selbst“.

Solcherart ist die Spitze der mettā-Strahlung: Weit umfasst der Übende alle Wesen, nicht misst, beurteilt er die Wesen, trifft keine Unterscheidungen mehr, hegt keine Abneigung, keine Feindschaft, geht nicht mehr nach Sympathie oder Antipathie. Zu- und Abneigungen zu der seelischen Art der einzel-

---

<sup>46</sup> K.E. Neumann übersetzt „pharati“ mit „durchstrahlen“; wörtlich bedeutet es: „anfüllen, durchdringen, sich dahin ausdehnen, darin eindringen“

nen Wesen sind aufgelöst im Lieben aller. Er fühlt kein Zurückschrecken, Nichtmögen, keine Trennung mehr, ist völlig hell, unbelastet, ohne eigenes Anliegen, offen für alle Wesen, eins mit ihnen. Wie ein Trompeter nach allen Seiten mühelos blasen kann, so wirken die Strahlungen: die Luft trägt mühelos den Ton - der liebende Gedanke durchdringt mühelos alle Richtungen und übertönt alles andere. (D 13)

Es ist ein gleichmäßiges Überallhin-Gerichtetsein, und das heißt ein strahlendes Zentrum und das durchstrahlte All wie bei der nach allen Seiten gleichmäßig strahlenden Sonne. Im weiteren Verlauf der Übung wird auch das strahlende Zentrum selbst und die Peripherie und damit das All vergessen. Es besteht nicht mehr ein Strahlender und das Durchstrahlte, sondern es besteht nur noch das strahlende, allliebende Gemüt. So wird die Eigen-Art, die Egozentrik aufgelöst.

Dagegen muss derjenige, der diese Übung nicht auf der hier geschilderten hohen Warte beginnt, eben darum auch, wie aus anderen Lehrreden hervorgeht, viel konkreter und schwerfälliger vorgehen, wie es der Erwachte z.B. einem Mönch empfiehlt, der auf bestimmte Redeweisen hin noch ärgerlich, verdrossen und abweisend wird. Er gibt ihm den Rat, darauf zu achten, dass er durch das Anhören unwillkommener Reden nicht gleich in seinem Herzen ablehnend und aufbegehend werde, sondern sich übe:

*Nicht soll mein Herz verändert werden, kein böses Wort meinem Munde entfahren. Voll Wohlwollen und Mitempfinden will ich verweilen, mit einem Herzen voll Liebe ohne innere Abneigung. (M 21)*

Wo die Herzensbefleckungen aber bereits überwunden sind, da kann so intensiv gestrahlt werden, wie der kräftige Trompeter mühelos nach allen Seiten trompeten kann.

Der Grundfehler, der durch die recht verstandene Mettā-Übung aufgehoben wird, ist folgender:

Es gibt für den normalen Menschen in der ganzen Existenz nur einen „Ort“, an welchem gefühlt wird, und dieser Ort wird von dem wahnbefangenen Menschen „Ich“ genannt. An diesem durch Gefühl konstituierten Ich-Ort herrscht zwar zugleich die Auffassung, dass die anderen ähnlich gestalteten Wesen „auch“ Gefühl hätten, aber das ist immer nur geistige Erkenntnis, doch gefühlt wird das Fühlen des anderen nicht, darum eben wird das Gefühl des anderen nie so ernst genommen wie das „eigene“ Gefühl.

So hat man eben das Gefühl zum Maßstab genommen, nach welchem man „ich“ und „andere“ trennt. „Ich“ ist der Ort, wo gefühlt wird, und „andere“ ist der Ort, wo auf Grund des Anscheins zwar Gefühl im Geist vorgestellt wird, aber eben nicht gefühlt wird. Ohne das Gefühl könnte dieser Maßstab, der zwischen „ich“ und „anderen“ trennt, gar nicht bestehen. Und da man ja das erlebte Gefühl, das sog. eigene, ganz ausschließlich und stark respektiert und berücksichtigt und das nicht gefühlte, sondern nur in Gedanken vorgestellte Gefühl, also das der anderen, immer nur erst in zweiter Linie berücksichtigt (wenn überhaupt), so hat man dort, wo im Grund genau dasselbe vorliegt, nämlich Gefühl, eine Trennung vollzogen. Man hat das gefühlte Gefühl zum Zentrum erhoben und das vermutete oder erkannte oder vorgestellte in den Umkreis gestellt, auf welchen man wenig oder gar nicht achtet. Somit hat man ein Weltbild nach dem Gefühl aufgebaut, das Gefühl - die Sprache der Triebe, also die Triebe - zum Maßstab genommen, zum Diktator gemacht.

Diesen gefährlichsten weltmachenden Fehler, der durch die Identifizierung mit dem Gefühl dazu führt, dass man „sich selbst“ als eine Einheit betrachtet, die den unendlich vielen anderen gegenüberstehe als eine Einheit in der Vielheit - diesen Fehler hilft der Erwachte durch die Übung in der Liebestrahlung aufzuheben.

Durch die recht verstandenen Strahlungen wird nicht mehr der „Ort“ des gefühlten Gefühls hervorgehoben und als Zentrum angesehen, sondern die Tatsache des aufmerksam er-

kannten Gefühls. Und diese erkannte Tatsache des Gefühls, die Tatsache der gleichen Bedingtheit des Gefühls und der allgemeinen Sehnsucht nach Wohlgefühl lernt der mettā-Übende im Anfang bei allen anderen Menschen ganz ebenso zu sehen wie sich selbst. Diese immer deutlichere Einsicht führt dazu, dass die törichte Unterscheidung von „anderen“ und „ich“ (und das heißt ja: von einem gefühlten Gefühl und von einem im Geist angenommenen Gefühl) aufhört und dass nur noch die Tatsache des Gefühls und des Fühlens und seine Bedingtheit und die Not des Wehgefühls gesehen wird.

Darum führen die Strahlungen zur Ausradierung des Eigenwillens, zur Überwindung von irgendeiner geistigen Absonderung von anderen fühlenden und wollenden Wesen: Menschen, Tiere, Geistwesen aller Art.

## 2. Die Strahlung des Erbarmens, Schonens, Mitempfindens (*karunā-brahmavihāra*)

In dem gleichen Maße, in dem die nichtmessende Liebe zunimmt, nimmt auch das als zweites genannte Mitempfinden mit den Wesen zu. Wegen der Nähe, die durch die Liebestrahlung gewonnen wird, kann man nicht mehr „versehentlich“ andere Wesen übergehen. Man merkt bei jedem Menschen, was er wünscht oder erwartet, wie ihm zumute ist, so dass es jene durch Oberflächlichkeit und Unachtsamkeit entstehenden Missverständnisse und Kränkungen nicht mehr gibt und stattdessen alle Beziehungen, Gespräche und gemeinsamen Unternehmungen viel herzlicher, wohlthuend und erleichternd verlaufen.

Mit erbarmendem Mitempfinden strahlt der Übende unterschiedslos, grenzenlos in alle Richtungen, alle Lebewesen einbegreifend. Damit wird er im Lauf der Übung vollends abgezogen von sich selbst und seinem eigenen Anliegen; und indem diese im Lauf der Übung immer mehr in die Vergessenheit sinken, da erfährt er eine zunehmende Erleichterung und Befreiung und Entlastung. In der Hinwendung zu Le-

bewesen erfährt er, dass seine frühere Sorge für sich selbst zugleich seine Verletzbarkeit und dass das Wissen um jene Verletzbarkeit auch immer wieder seine Sorge ernährte. Von all diesem fühlt er sich nun frei. Aus dieser Erfahrung sagt der christliche Mystiker Ruisbroeck:

*Die dem Erbarmen sich ergeben,  
sind reich von allen, die da leben.*

### 3. Die Freude-Strahlung (*muditā-brahmavihāra*)

Die helle Freude über die liebevolle, erbarmende Haltung ist der Lohn für die Eroberung der beiden ersten Strahlungen. Mit der durch die völlige Abwesenheit von Abwendung und Gegenwendung gegen irgendwelche Wesen entstehenden großen Beglückung, Helligkeit und Freude erfüllt sich der Übende und durchdringt mit ihr den Raum. Damit sind Neid, Unlust, Missmut, innere Dunkelheit und Kälte völlig überwunden; hell strahlen solche Wesen in die Welt, sehen gar kein Dunkel.

### 4. Die Strahlung des Gleichmuts (*upekha-brahmavihāra*)

Aus dieser hellen Freudigkeit erwächst in dem Maß, wie der Übende sich auf dem sicheren Weg aus Wechsel und Wandel heraus erkennt, immer mehr gleichbleibende Ruhe und Sicherheit, die in die vierte Strahlung, den stillen, durch nichts erschütterlichen Gleichmut, übergeht. Das Bild vom gut gegerbten Katzenfell (M 21), das keine Regung, keine Reaktion mehr zeigt, gibt wohl am besten das Wesen des Gleichmuts wieder, der durch nichts mehr verstört werden kann. Mit dieser erhabenen Unverletzbarkeit und Unregbarkeit des Gemüts ist der Mensch geradezu grenzenlos geworden. Da ist kein Unterschied zwischen Ich und anderen, zwischen Körper und Welt.



*Es gibt Niederes, Erhabenes  
und als Höchstes  
die Loslösung von allem Wahrnehmbaren*

In unserer Lehrrede heißt es weiter:

*Er versteht: „Es gibt dies: Niederes und Höheres, und es gibt eine Entrinnung durch Übersteigung aller Wahrnehmung.“ Bei solchem Erkennen, solchem Anblick ist das Herz erlöst von den Wollensflüssen nach Sinnendingen, von den Wollensflüssen durch Seinwollen, von den Wollensflüssen durch Wahn. Wenn es so erlöst ist, ist Wissen um die Erlösung: Versiegt ist das immer wieder Geborenwerden, vollendet das Asketentum, gewirkt das Werk. „Nichts mehr nach diesem hier“, versteht er da. Den nennt man, ihr Mönche, einen Mönch, gebadet im inneren Bade. –*

Durch die Freude über die Überwindung der Herzensbefleckungen, die empfundene Sicherheit beim Erwachten, bei der Lehre und bei der Gemeinde der Heilsgänger, über das Aufgeben von Reagieren auf Wahrnehmungen hat der Heilsgänger *samādhi*, Herzenseinigung, erlebt und in dieser Verfassung das Herz mit Liebe, Erbarmen, Freude, Gleichmut erfüllt, hat also überweltliches Wohl durch Übersteigen der Begegnungswahrnehmung erlebt, in untrennbarer Verbindung mit dem Erlebnis von Frieden und Ruhe. Er hat in dieser Verfassung weder Ich noch Umwelt erfahren noch die Polarität zwischen beiden. Dadurch kommt ein Gefühl der Unabhängigkeit auf, das der Erwachte als höchste Labsal der Gefühle (M 13) bezeichnet. Diejenigen, denen die Übersteigung der Begegnungswahrnehmung, die Entrückung aus der gesamten Weltlichkeit, gelungen ist, empfinden diese als etwas Erhabenes und blicken danach auf ihr bisheriges „Leben“, das ausgerichtet war auf die Befriedigung der sinnlichen Triebe als auf et-

was Niederes, empfinden es als eine Krankheit, als die es der Erwachte ja auch bezeichnet (M 75 und 64).

Aber der Heilsgänger sagt sich in der Erinnerung an die Belehrung seitens des Erwachten, dass auch diese Übersteigerung des Begegnungslebens nicht andauert, darum noch nicht das Höchste, die unverletzbar Unverletztheit ist: „*Nicht die Erfahrung von etwas ist der unvergängliche Friede der Todlosigkeit, sondern dies: die Freiheit von allen Herzenstrieben, die durch Nichtergreifen gewonnen wird.*“ (M 106)

Der Erwachte sagt (M 64), was ein Heilsgänger denkt und tut, wenn er aus den Strahlungen, aus weltloser Entrückung, wieder „zu sich“ kommt:

*Und was da noch zur Form gehört, zum Gefühl gehört, zur Wahrnehmung gehört, zur Aktivität gehört, zur programmierten Wohlerfahrungssuche gehört - solche Dinge sieht er als unbeständig an, als leidvoll, als Krankheit, als Geschwulst, als Pfeil, als weh und als schmerzhaft, als Fremdes, zur Welt Gehöriges, Leeres, als Nicht-Ich. Von solchen Dingen säubert er das Herz.*

*Und hat er das Herz von solchen Dingen gesäubert, so sammelt er das Herz auf das Todlose (in dem Gedanken): „Das ist der Friede, das ist das Erhabene (gemeint ist das noch Erhabenere als die weltlosen Entrückungen, das Höchste), dieses Zur-Ruhe-Kommen aller Aktivität, dieses Zurücktreten von allen Daseinsanhalten, dieses Aufhören des lechzenden Dürstens, die Entreizung, Auflösung, Erlöschung.“ Dahin gekommen, erlangt er die Versiegung der Wollensflüsse/Einflüsse, die Triebversiegung. Einen solchen bezeichnet der Erwachte als einen Mönch, gebadet im inneren Bad.*

Das Leitbild „Baden im inneren Bad“

*Zu jener Zeit aber hatte der Brahmane Sundariko Bhāradvājo in der Nähe des Erhabenen Platz genommen. Da wandte sich nun der Brahmane Sundariko*

*Bhāradvājo an den Erhabenen und sprach: „Geht wohl Herr Gotamo in die Bāhuka baden?“*

Der Leser mag im ersten Augenblick verwundert sein über die naive Frage des Brahmanen angesichts der tiefgründigen, bis zur Auflösung der Triebe führenden Darlegung des Erwachten. Es scheint, als habe der Brahmane überhaupt nicht zugehört oder sei den Darlegungen nicht gewachsen, denn der Erwachte hat gerade ausgeführt, dass die wahre Läuterung der Wesen nur darin besteht, dass jeder sich selber von üblen Gesinnungen, den dunklen Herzensbefleckungen, zu befreien habe und dass das nur auf dem Weg der Betrachtung des üblen und erbärmlichen Charakters jener Herzensbefleckungen geschieht. Durch die Erkenntnis der Schädlichkeit der Herzensbefleckungen werden diese geringer und geringer, bis sie völlig aufgehoben sind. Nach dieser Darlegung des Erwachten über das Wesen wahrer Läuterung bringt nun der Brahmane die sehr oberflächliche brahmanische Auffassung vor, dass man doch durch mehrmaliges Hinabtauchen in heilig gesprochene Flüsse sich von der Sündenschuld läutern könne, und er fragt den Erwachten, ob er dies auch so tue.

Diese Frage ist in Wirklichkeit aber gerade ein Zeichen dafür, dass der Brahmane bei der gesamten Darlegung des Erwachten sehr aufgepasst, diese Darlegung sehr gut aufgenommen und verstanden hat, ja, er hat sie sogar vollständig anerkannt und anerkennen müssen, und eben darum ist ihm der Widerspruch der vom Erwachten geschilderten wirklichen Läuterung zu der bekannten brahmanischen Auffassung von der Läuterungswaschung aufgefallen. Er selbst ist als Brahmane in dieser irrigen Auffassung erzogen worden, sie füllt sein Denken und Fühlen weitgehend aus, und er sieht, dass er sich von ihr zu trennen hat, da sie haltlos geworden, da ihre Sinnlosigkeit offenbar geworden ist neben der Darstellung des Erwachten über die wirkliche Läuterung. Er braucht aber noch einen letzten Anstoß.

Darum fragt er den Erwachten aus dem ihm selber mehr oder weniger unbewussten Wunsch heraus, dass dieser überraschende Meister, der ihm gezeigt hat, was wahre Läuterung ist, ihm auch helfen möge, zu einem endgültig vernichtenden Urteil über die flache Auffassung der Läuterungswaschungen zu kommen, um sich von diesen dann endgültig zu trennen. Der Meister soll diesen Irrtum in ihm endgültig zerstören und so ihn davon befreien. Darum stellt er diese Frage.

Der Erhabene durchschaut Herz und Gemüt des Brahmanen und gibt ihm mit dem Bild vom Baden im inneren Bad genau die Antwort, die ihm hilft, sich endgültig abzulösen von dem Wahn, dass man durch Waschung in Flüssen seine Sünden verlieren könne. Er sagt ihm, dass das reine, von Befleckungen freie Herz gar nicht mehr fähig ist zu egoistischen, andere Wesen verletzenden Taten, die bereit, „abgewaschen“ werden müssten. Ein Reiner hält alle gegebenen zwischenmenschlichen Regeln ein sowie alle nur denkbaren Regeln zur Eindämmung der Sinnensucht, und zwar nicht nur einen Tag in der Woche, am Feiertag (Uposatha), sondern jeden Tag.<sup>47</sup>

„Baden im inneren Bad“ ist die positive Bewertung und Übung in Verständnis, Teilnahme und Mitempfinden mit allen Wesen und die negative Bewertung des Festhaltens von egozentrischen Wünschen, die Übung im Loslassen. Ein solcherart Geübter weiß aus eigenem Erleben, dass seine im Denken vollzogenen Bewertungen sein Herz verändert haben, nicht aber das Untertauchen in Flüssen. Wer die Antwort des Erwachten in diesem Sinne liest, erkennt, wie hilfreich sie ist, um dem Brahmanen zur endgültigen Ablösung von einem sinnlosen, aber tief eingewurzelten Dogma zu verhelfen.

Der Brahmane legt daraufhin diesen Irrtum endgültig ab. Er nimmt Zuflucht zum Erwachten, zur Lehre und zur Schar

---

<sup>47</sup> Uposatha Regeln: Nicht töten, Nichtgegebenes nicht nehmen, Keuschheit, trügerische Rede meiden, ab Mittag nicht mehr essen, keinen Körperschmuck, nicht Musik, Spiel, Tanz, keine hohen, prächtigen Lagerstätten.

der Heilsgänger und bittet um Aufnahme in den Orden, und der Erwachte nimmt den Brahmanen Bhāradvājo als Mönch in den Orden auf.

Der ehrwürdige Bhāradvājo schreitet auf dem ihm vom Erwachten gezeigten Weg unbeirrt vorwärts, bis er sich das Ziel, die Triebversiegung, endgültig und unverlierbar erworben hat. - *Auch einer der Geheilten war nun der ehrwürdige Bhāradvājo geworden.*

ABTRENNUNG  
8. Rede der „Mittleren Sammlung“

Wie sich gegenüber anderen Lehren verhalten?

*So hab ich's vernommen. Einstmals weilte der Erhabene bei Sāvattthī im Siegerwald, im Klostergarten Anāthapindikos.*

*Als da der ehrwürdige Mahācundo gegen Abend die Gedenkensruhe beendet hatte, begab er sich zum Erhabenen, begrüßte den Erhabenen höflich, wechselte freundliche Worte mit dem Erhabenen und setzte sich zur Seite nieder. Zur Seite sitzend, sprach nun der ehrwürdige Mahācundo zum Erhabenen:*

*Von den vielen verschiedenen Ansichten, die in der Welt entstehen, denen entweder die Behauptung eines Ich oder einer Welt zugrunde liegt, braucht der Mönch wohl nur den Anfang zu betrachten, um sie aufzugeben, um sie loszulassen? –*

*Die vielen verschiedenen Ansichten, Cundo, die in der Welt entstehen, denen entweder die Behauptung eines Ich oder einer Welt zugrunde liegt, betrachtet der Erkennende, wo sie auch entstehen, bestehen und sich ausbreiten, mit vollkommener Weisheit so: „Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst.“ So werden sie aufgehoben, so werden sie losgelassen.*

Mahācundo, einer der in M 118 genannten führenden Mönche des Erwachten, begab sich, als er die Gedenkensruhe beendet hatte, zum Erhabenen.

Wir lesen in vielen Lehrreden, dass am Tag die Gedenkensruhe eingehalten wird, das heißt, der Tag wird ausgenutzt zum stillen Besinnen. Das schließt nicht aus, dass anfangende Mönche auch am Tage beisammen sind, weil sie noch nicht fruchtbar allein sein können; aber in der Regel widmet sich der

Mönch am Tag der Besinnung, und am Abend nach Eintritt der Dämmerung kommen die Mönche zusammen und sprechen miteinander. So war es zur Zeit des Erwachten.

Da der Mönch Mahācundo ein Anliegen hat, geht er gegen Abend zum Erwachten und stellt ihm diese Frage. Wir können uns auch vorstellen, dass Laien den Mönch mit Fragen über „andere Lehren“ aufgesucht haben und von ihm eine Stellungnahme erwarten.

Aus Mahācundos Äußerung dem Erwachten gegenüber zeigt sich, dass er weiß: Alle Lehren, die es gibt, befassen sich entweder vorwiegend mit der Behauptung und Betrachtung eines Selbst, eines Ich oder einer Seele - den tieferen seelischen Fragen -, oder vorwiegend mit der Behauptung und Betrachtung der Umwelt, der weltlichen Dinge, wie etwa Weltenentstehung, Schicksal, Naturforschung, Geschichte usw. Mahācundo sagt sich nun: darum brauche man wohl nicht alle Lehren, die an einen herantreten, noch gründlich zu untersuchen. Denn - will er damit sagen - wir wissen ja, dass unser Wissen ausreicht, um vollkommen zum Heil zu gelangen. Es geht für uns ja nur noch darum, diesem Wissen entsprechend zu handeln. Was sollen wir uns da noch gründlich mit all den verschiedenen Lehren befassen. *Man braucht wohl nur den Anfang zu hören*, ihren Ansatz, dann durchschaut man sie schon.

Aber selbst dieses kurze Kennenlernen mag einen Mönch noch länger beschäftigen, Emotionen, geistige Unruhe schaffen. Darum zeigt der Erwachte dem Mönch, der geradewegs die Befreiung aus allem Leiden anstrebt, dass man die Gedanken daran entlassen kann durch die Betrachtung:

*Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst.*

Diese Betrachtung gründet auf der Durchschauung der fünf Zusammenhäufungen, der fünf Komponenten des Daseins, als unbeständig und leidvoll und dem daraus hervorgehenden Wissen, dass alles Unbeständige dem Gesetz des Entstehens und Vergehens folgt und nicht der Verfügungsgewalt des Men-

schen unterliegt. Darum kann das Unbeständige nicht 'Ich' oder 'Mein' genannt werden. Ich kann es wohl spontan als zu mir gehörig empfinden, der uralten Gewöhnung der Identifikation folgend, aber die nüchterne Überlegung sagt - und diese ist es, die sich der Übende immer wieder einzuprägen hat - dass spätestens mit Alter, Krankheit und Tod der Körper sich versagt. Die Gefühle kommen und gehen minütlich, sekundlich und entsprechend die Wahrnehmungen und geistigen Reaktionen darauf mit der Gewöhnung, Bestimmtem nachzugehen. So tritt auch die Wahrnehmung fremder Lehren heran - Töne, Gedanken - und vergeht wieder. Von allem Unbeständigen sich abknüpfen, dem Ewigen zustreben - das ist die Aufgabe des Mönchs, auf die der Erwachte hier hinweist.

Mit dieser Betrachtung wird dem Übenden freier, wohler zumute. Er fühlt sich auf sicherem Boden, auf dem Weg, der zwar gewusst, aber immer wieder verdrängten Täuschung von Wohl und Sicherheit im Bereich der fünf Zusammenhäufungen zu entrinnen, und Emotionen, wie Ärger, Beklemmung und Unruhe, erscheinen während dieser Besinnung belanglos, verflüchtigen sich.

### Weltlose Entrückungen sind nicht Abtrennung

Und nun kommt etwas scheinbar ganz anderes: Nachdem der Erwachte in Beantwortung der Frage Mahācundos hingewiesen hat auf die Betrachtung: „*Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst*“, heißt es in den nächsten Zeilen:

*Es mag schon sein, Cundo, dass da ein Mönch abgelöst von sinnlichem Begehren verweilt, abgelöst von allen heillosen Gedanken und Gesinnungen, in stillem Bedenken und Sinnen, in weltabgelöster Entzückung und Seligkeit, im ersten Grad der weltlosen Entrückung, und nun denkt: „Abgetrennt verweile ich.“*



*Doch das, Cundo, wird im Orden des Heilgewordenen nicht Abtrennung genannt; sichtbares Wohl wird das im Orden des Geheilten genannt.*

*Es mag schon sein, Cundo, dass da ein Mönch nach Verebbung auch des Bedenkens und Sinnens in innerer Gelöstheit, in des Gemütes Einigung verweilt, in der von Sinnen und Bedenken freien, in der in der Einigung geborenen Entzückung und Seligkeit, in der zweiten Entrückung weilt und nun denkt: „Abtrennung wirke ich.“ Doch das, Cundo, wird im Orden des Geheilten nicht Abtrennung genannt; sichtbares Wohl wird das im Orden des Geheilten genannt.*

*Es mag schon sein, dass da ein Mönch durch die Beruhigung des Entzückens in erhabenem Frieden verweilt, klarbewusst in einem solchen den ganzen Körper durchdringenden Wohlsein, von welchem die Heilsgänger sagen: „Dem in erhabener Seligkeit klarbewusst Lebenden ist wohl“, und nun denkt: „Abtrennung wirke ich.“ Doch das, Cundo, wird im Orden des Geheilten nicht Abtrennung genannt; sichtbares Wohl wird das im Orden des Geheilten genannt.*

*Es mag schon sein, Cundo, dass da ein Mönch, nachdem er über Wohl und Wehe hinausgestiegen ist, alle frühere geistige Freudigkeit und Traurigkeit gestillt hat, nun in der von allem Wohl und Wehe befreiten reinen Erhabenheit der vierten Entrückung verweilt und nun denkt: „Abgetrennt verweile ich.“ Doch das, Cundo, wird im Orden des Geheilten nicht Abtrennung genannt, sichtbares Wohl wird das im Orden des Geheilten genannt.*

Der Erwachte sagt hier nicht etwa: „Lasse die weltlosen Entrückungen bleiben, sie sind schädlich.“ Er sagt nur: Wenn einer weltlose Entrückungen erlebt und dann meint, durch

dieses Erlebnis sei er den Wollensflüssen und Einflüssen seitens der sinnlichen Begegnungswelt entronnen, lebe abgetrennt von ihr, so ist das ein Irrtum. Die weltlosen Entrückungen werden nicht Abtrennung genannt, sondern ‚sichtbares Wohl‘, also deutlich merkbares Wohl, oder werden sogar über himmlisches Wohl hinausreichend genannt. Das Wohl der Entrückung ist ein unbeschreibliches Wohl, ganz unvergleichbar mit jeglichem Wohl, das der Mensch durch Sehen, Hören, Riechen, Schmecken oder Tasten diesseits und jenseits überhaupt nur haben kann, ein Wohl so unvergleichlich anderer Art, dass man, wie auch die christlichen Mystiker bekennen, alle Erdenlust überwunden zu haben glaubt. Wer - im Besitz rechter Anschauung - solche Entrückungen öfter erlebt, bei dem wird weltliche Zuwendung, weltliches Begehren radikal austradiert, wie wenn ein besprochenes Tonband in einen Löschmagneten geschoben wird, wodurch alles Besprochene gelöscht wird. Diese Entwicklung wird noch gefördert, wenn der Erleber der weltlosen Entrückungen, wie der Erwachte sagt, diesen Körper mit der Entrückungsseligkeit durchdringt und durchtränkt. Das ist wie das Löschen des Wollenskörpers, des vielfachen Begehrens.

Der Erwachte nennt die weltlosen Entrückungen eine Lebensführung, die gegenwärtig wohl tut und zu zukünftigem Wohl führt (M 45). Sie sind Ernte aus früherem Bemühen und zugleich Saat, indem sie bewirken, dass der sie Erlebende aus Liebe zu diesem Zustand sinnliches Wohl nicht mehr als Wohl empfindet.

Es können aber auch Menschen die weltlosen Entrückungen, vor allem die erste, erreichen, obwohl sie zwar im Ganzen noch weltbezogen sind, sich aber zeitweise in heller Gesinnung, frei von Begehren und Übelwollen mit hoher Begeisterung Gedanken über die Lehre hingeben. Dadurch ist deren Aufmerksamkeit vom Ich- und Welterlebnis abgezogen, so dass der Zustand weltloser Entrückung eintritt. Wenn aber der Erleber aus diesem Gipfelerlebnis wieder aufgetaucht ist, dann findet er sich mit seinem gesamten Tendenzenhaushalt vor mit

allen Herzensbefleckungen und sonstigen Unreinheiten. Und wenn er nun nicht klarbewusst die erlebte Seligkeit benutzt, um sich von den im Weltlichen festhaltenden Befleckungen zu läutern, so können die Befleckungen seines Herzens die große Chance, die dieses Erlebnis bietet, zunichte machen: er kann leichtsinnig, stolz und überheblich werden, kann meinen, nun habe er Großes erreicht - wie keiner seiner Mitmönche - und brauche nicht mehr zu kämpfen. Der Erwachte schildert diese Fehlentwicklung am Beispiel eines Mönches (M 29):

*Durch diese Seligkeit der weltlosen Entrückungen ist er erfreut. Sein Denken ist ganz und gar davon erfüllt. Das Erlebnis der Seligkeit der weltlosen Entrückung macht ihn hochfahrend, lässt ihn andere verachten: „Ich erfahre weltlose Entrückung einig gewordenen Herzens. Diese anderen Mönche aber weilen nicht in weltlosen Entrückungen, sind zerstreuten Herzens.“ Das Erlebnis der Seligkeit der weltlosen Entrückung berauscht ihn, macht ihn lässig. Und der Lässige verharret im Leiden.*

Wir Menschen haben unterschiedliche Gemütslagen: Auf Zeiten der Begeisterung über die Lehre und hoher heller Gesinnung können Zeiten folgen, in denen die Tendenzen der Ichbehauptung, des Vergleichs mit den Mitwesens, vorherrschen. Da ist es gut, einen Lehrer zu haben, der auf das richtige Vorgehen hinweist. Cundo, der Mönch unserer Lehrrede M 8, mag einer sein, der weltlose Entrückungen gewonnen hat und nun glaubt, dadurch abgetrennt, unbeeinflusst durch andere zu sein, so dass es nötig ist, dass der Erwachte ausdrücklich auf die Läuterungsarbeit hinweist, ja, die Läuterungsarbeit höher bewertet als jedes noch so große weltlose Entrücktsein.

Der Erwachte nennt anschließend an die vier weltlosen Entrückungen noch höhere Zustände, die „selige Ruhe“ genannt werden. Doch selbst von dem höchsten Erlebnis der Ich- und Weltlosigkeit, der Grenzscheide möglicher Wahrnehmung, sagt er, dass diese nicht als Abtrennung zu bezeichnen sei.

*Es mag schon sein, Cundo, dass da ein Mönch, nachdem er über alle Formwahrnehmung hinausgestiegen ist, die Gegenstandswahrnehmung gestillt hat, durch Nichtbeachtung der Vielheitswahrnehmungen in dem Gedanken: „Ohne Ende ist der Raum“, die Vorstellung von unbegrenztem Raum gewonnen hat und nun denkt: „Abgetrennt verweile ich.“ Doch das, Cundo, wird im Orden des Geheilten nicht Abtrennung genannt, Selige Ruhe wird das im Orden des Geheilten genannt.*

Der Mönch, der aus diesen formfreien Entrückungen zurückkommt, hat die Erinnerung, dass er nicht ohnmächtig war, sondern ein Leben in seliger Gegenwart erfuhr, in dem weder Form noch Raum noch irgendetwas vorkam. Dadurch weiß er: Form und Raum ist Imagination des Welt- und Ich-Vermeinenden, ist Täuschung, Einbildung. Er erinnert sich der Lehren des Erwachten, in denen der Erwachte zeigt, wie der Mönch sich zu üben habe, um seinen Geist auch von Form, den letzten begrenzten Inhalten, zu befreien. In M 121 zum Beispiel sagt der Erwachte, der Mönch solle, wenn er von weltlichem Begehren frei und nicht in Gesellschaft von Menschen sei, sondern still im Walde weile oder an abgeschiedener Stätte, den Gedanken „Mensch“ und den Gedanken „Dorf“ und alles, was damit zusammenhängt, entlassen.

Der Geist wird ja hauptsächlich bewegt von Vorstellungen aus den alltäglichen Begegnungen mit Menschen und Dingen. Und solange die Vorstellungen bewegen, ist nicht Frieden. Darum übt der Mönch, diese Vorstellungen von der Formenvielfalt, die Mensch und Dorf mit sich bringt, die tausendfältigen Formen: Wagen, Männer und Frauen, Elefanten, Pferde, Ziegen usw., die Gespräche, die man mit Menschen haben kann, Freundschaften und Feindschaften aufzugeben. Aber auch ein Mönch kann nicht plötzlich an gar nichts denken. Darum soll er, wenn er die gedankliche Vielfalt mindern will, die Vorstellung „Wald“ aufnehmen und sich nur noch eine

Vorstellung erlauben: die Umrise eines Waldes und darüber den Horizont. Ob er einen Wald vor sich sieht oder ihn sich nur vorstellt, spielt keine Rolle. Dabei mögen unerwünschte Gedanken an Begegnungen mit Menschen aufkommen oder räumliche Vorstellungen; aber diese Gedanken weist er zurück. Er bemüht sich, alle Vielfaltsformen zu entlassen, bis der Gedanke „Wald“, die stille Vorstellung der Waldform, immer länger währt und alle anderen Gedanken zur Ruhe gekommen sind. Nach monatelanger, jahrelanger Übung kommt von selber die Vorstellung „Mensch“ und „Dorf“ gar nicht mehr in ihm auf, so wie Staub oder Sand still auf dem Boden liegt und nur bei einem Wirbelwind hochgeweht wird. Bei ihm gibt es keinen Wirbelwind mehr. Er hat seinen Geist so erzogen, dass nur noch diese eine Vorstellung „Wald“ in ihm haftet. Dann geht er einen Schritt weiter: Er entlässt die Vorstellung „Wald-Form“ und vertauscht sie gegen die Vorstellung der großen runden Erde. Dabei stellt er sich - wie der Erwachte ausdrücklich sagt - nicht die Flüsse und Berge vor, die ganze Buntheit der Erde, sondern nur die Erde als ein großes Rund. Das ist die einfachste anschauliche Form. Wenn er so weit gediehen ist, dass die Vorstellung „Wald“ geschwunden ist und nur noch die Vorstellung der stillen Form der Erde besteht, dann geht er zu dem großen Schritt über, die letzte Form zu entlassen in dem Gedanken: „Grenzenlos ist der Raum.“ Mit diesem Gedanken entlässt er die Form. Die Form war noch etwas Sichtbares, das ein Vorstellungsbild lieferte; aber den grenzenlosen Raum kann man nicht sehen, er besteht nur als Begriff. Damit hat der Mönch dann Form überwunden. Ein solcher lebt vorwiegend in dem Zustand des Raumerlebnisses. Weitere Erlebnisse können sich anschließen:

*Es mag schon sein, Cundo, dass da ein Mönch nach Übersteigen der Vorstellung des unbegrenzten Raumes in dem Gedanken: „Unbegrenzt ist die Erfahrung“ die Vorstellung der unbegrenzten Erfahrung gewonnen hat und nun denkt: „Abgetrennt verweile ich.“ Doch*

*das, Cundo, wird im Orden des Geheilten nicht Abtrennung genannt, Selige Ruhe wird das im Orden des Geheilten genannt.*

*Es mag schon sein, Cundo, dass da ein Mönch nach Übersteigen der unbegrenzten Erfahrung in dem Gedanken: „Da ist nicht irgendetwas“, die Vorstellung des Nicht-irgend-Etwas gewonnen hat und nun denkt: „Abgetrennt verweile ich.“ Doch das, Cundo, wird im Orden des Geheilten nicht Abtrennung genannt, Selige Ruhe wird das im Orden des Geheilten genannt.*

*Es mag schon sein, Cundo, dass da ein Mönch nach Übersteigen der Nicht-irgendetwas-Vorstellung die Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung erreicht habe und nun denkt: „Abgetrennt verweile ich.“ Doch das, Cundo, wird im Orden des Geheilten nicht Abtrennung genannt, Selige Ruhe wird das im Orden des Geheilten genannt.*

So kann ein Mönch zeitweise in höchsten, stillsten Zuständen leben ohne das Erlebnis eines Ich oder einer Welt in seliger Ruhe und sich doch nicht von dem Blick auf Menschen und Welt und von ihrem Einfluss freigemacht haben. Zu anderen Zeiten kann er wieder ganz in den Beziehungen zum Du verhaftet sein.

So wird von dem Mönch Citto berichtet (A VI,60): Dieser erreichte die weltlosen Entrückungen bis hin zu der vorstellungslosen Gemütslösung - die dem Erlebnis der Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung entspricht, der Grenzscheide möglicher Wahrnehmung. Dieses Erleben erfüllte ihn so, dass er gern davon künden wollte. Als einmal einige Geheilte beisammen saßen und über die Lehre sprachen, redete er deshalb immer dazwischen. Als Mahākotthito, der älteste Mönch, ihn bat, das Ende der Unterhaltung abzuwarten, sagten die Freunde Cittos, er möge ihn nicht tadeln, denn Citto sei weise und könne selber die Lehre aus seiner Erfahrung her

darlegen. - Mahākotthito aber erwiderte, er könne das Herz des Citto durchschauen, und er gab in Gleichnissen eine Analyse solcher Herzensverfassungen, die zeitweise zwar sehr gut sind, aber dennoch nicht verhindern können, dass ein Mönch die Askese wieder aufgibt: Eine im Stall angebundene Kuh erscheine friedlich, aber ohne Strick laufe sie bald in die junge Saat; ebenso sei mancher Mönch zwar in der Nähe des Meisters oder der Geheilten gut, aber fern von ihnen verfallende er wieder der Sinnlichkeit und verlasse den Orden. Und ebenso sei es, wenn jemand die vier weltlosen Entrückungen und die vorstellungslose Gemütslösung erlange: solange er darin weile, sei er sicher. Sobald aber die Wohlgefühle jener Einigungen ihn verlassen hätten, ginge er stolz zu den Menschen, verkündete davon, redselig und ungezügelt. Da fülle sich sein Herz mit Gier, und er gebe die Askese auf. Weil er die Entrückungen erlangt habe, fühle er sich sicher - das aber sei sein Verderben. Wenn etwa ein König mit seinem gesamten Heerbann mit Trommeln und Wagen im Wald biwakiere, dann könne niemand mehr die Grillen zirpen hören, und jeder würde sagen, sie sängen nicht mehr; aber wenn der Heerbann weiterziehe, höre auch der, der vorher ganz sicher gewesen sei, dass keine Grillen da seien, doch das Gezirpe.

Einige Zeit darauf kehrte Citto tatsächlich wieder ins Hausleben zurück - allerdings nur für einige Zeit, bis er wieder Mönch wurde und schließlich sogar ein Geheilte.

Das Erlebnis der Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung ist das höchste, das durch zeitweilige Verdrängung der sinnlichen Tendenzen erreicht werden kann. Nach diesem Erlebnis aber fällt ein solcher auf Grund der vorhandenen Triebe in die nicht überwundene sinnliche Wahrnehmung zurück mit all den Gesinnungen und Tatneigungen, die er an sich hat. Wer diese Grenzscheide möglicher Wahrnehmung durchstoßen will, der muss die allmähliche Abschichtung aller üblen Taten und Gesinnungen vollzogen haben, sich von ihnen getrennt haben.

## Abtrennen von schlechten Vorbildern

Und nun schildert der Erwachte im Einzelnen, wovon sich der übende Mönch abzutrennen hat, nämlich von allen ungunten Gesinnungen und Taten (insgesamt werden hier 43 genannt):

*Aber hier, Cundo, ist von euch Abtrennung zu vollziehen:*

*„Wenn auch die anderen gewaltsam sind, so wollen wir doch schonend mit den Wesen umgehen.“ So ist Abtrennung zu vollziehen.*

(Die 10 Wirkensweisen:)

*„Wenn auch die anderen Lebendiges umbringen, uns soll nichts veranlassen zu töten.“ – So ist Abtrennung zu vollziehen.*

*„Wenn auch die anderen Nichtgegebenes nehmen, uns soll nichts veranlassen, Nichtgegebenes zu nehmen.“ – So ist Abtrennung zu vollziehen.*

*„Wenn auch die anderen unkeusch leben, uns soll nichts veranlassen, unkeusch zu leben.“ – So ist Abtrennung zu vollziehen.*

*„Wenn auch die anderen andere verleumden, wir aber werden bei der Wahrheit bleiben.“ – So ist Abtrennung zu vollziehen.*

*„Wenn auch die anderen hintertragen, uns soll nichts veranlassen zu hintertragen.“ – So ist Abtrennung zu vollziehen.*

*„Wenn auch die anderen verletzende Worte gebrauchen, wir wollen freundlich sprechen.“ – So ist Abtrennung zu vollziehen.*

*„Wenn auch die anderen leeres Geschwätz pflegen, wir wollen uns von unnützer Rede fernhalten.“ – So ist Abtrennung zu vollziehen.*

*„Wenn auch die anderen habsüchtig sind, wir wollen*



zurücktreten.“ – So ist Abtrennung zu vollziehen.  
„Wenn auch die anderen blind für den Nächsten sind,  
wir wollen mitempfindend sein.“ – So ist Abtrennung  
zu vollziehen.

(Der achtfältige Heilsweg mit Weisheit und Erlösung:)

„Wenn auch die anderen falsche Anschauung haben,  
wir wollen uns um rechte Anschauung bemühen.“ – So  
ist Abtrennung zu vollziehen.

„Wenn auch die anderen falsche Gesinnung pflegen,  
wir wollen uns um rechte Gesinnung bemühen. – So ist  
Abtrennung zu vollziehen.

Wenn auch die anderen falsch reden und handeln, wir  
wollen recht reden und handeln. – So ist Abtrennung  
zu vollziehen.

Wenn auch die anderen falsche Lebensführung pfe-  
gen, wir wollen rechte Lebensführung pflegen. – So ist  
Abtrennung zu vollziehen.

Wenn auch die anderen sich in falscher Weise mühen,  
wir wollen uns in rechter Weise mühen. – So ist Ab-  
trennung zu vollziehen.

Wenn auch die anderen Abwegiges bedenken, wir wol-  
len der Wahrheit eingedenk sein. – So ist Abtrennung  
zu vollziehen.

Wenn auch die anderen falsche Herzenseinigung pfe-  
gen, wir wollen rechte Herzenseinigung pflegen. – So  
ist Abtrennung zu vollziehen.

Wenn auch die anderen wäñnen, klarwissend zu sein,  
wir wollen rechtes Klarwissen pflegen. – So ist Abtren-  
nung zu vollziehen.

Wenn auch die anderen Scheinerlösung besitzen, wir  
werden rechte Erlösung anstreben. – So ist Abtrennung  
zu vollziehen.

(3. bis 5. Hemmung:)

*Wenn auch die anderen sich im Gewohnten treiben lassen, wir aber lassen uns nicht im Gewohnten treiben. – So ist Abtrennung zu vollziehen.*

*Wenn auch die anderen erregt und geistig unruhig sind, wir aber sind gelassen und ruhig. – So ist Abtrennung zu vollziehen.*

*Wenn auch die anderen voll Daseinsbangnis sind, wir aber sind sicher und unbesorgt. – So ist Abtrennung zu vollziehen.*

(Herzensbefleckungen:)

*Wenn auch die anderen zornig sind, wir aber wollen sanftmütig sein. – So ist Abtrennung zu vollziehen.*

*Wenn auch die anderen feindselig sind, wir aber wollen versöhnlich sein. – So ist Abtrennung zu vollziehen.*

*Wenn auch die anderen stolz sind, wir aber wollen nicht stolz sein. – So ist Abtrennung zu vollziehen.*

*Wenn auch die anderen empfindlich sind, wir aber wollen nicht empfindlich sein. – So ist Abtrennung zu vollziehen.*

*Wenn auch die anderen neidisch sind, wir aber wollen den anderen gönnen. – So ist Abtrennung zu vollziehen.*

*Wenn auch die anderen geizig sind, wir aber wollen freigebig sein. – So ist Abtrennung zu vollziehen.*

*Wenn auch die anderen heimlich sind, wir aber wollen offen sein. – So ist Abtrennung zu vollziehen.*

*Wenn auch die anderen täuschen, wir aber wollen ehrlich sein. – So ist Abtrennung zu vollziehen.*

*Wenn auch die anderen starrsinnig sind, wir aber wollen nachgiebig sein. – So ist Abtrennung zu vollziehen.*

*Wenn auch die anderen überheblich sind, wir aber wollen demütig sein. – So ist Abtrennung zu vollziehen.*

hen.

*Wenn auch die anderen verletzend reden, wir aber wollen sanft reden. – So ist Abtrennung zu vollziehen.*

*Wenn auch die anderen schlechte Freunde sind, wir aber wollen gute Freunde sein. – So ist Abtrennung zu vollziehen.*

*Wenn auch die anderen leichtsinnig sind, wir aber wollen ernsthaft sein. – So ist Abtrennung zu vollziehen.*

(Eigenschaften nach A VII,63 und M 53:)

*Wenn auch die anderen kein Vertrauen haben, wir aber wollen Vertrauen haben. – So ist Abtrennung zu vollziehen.*

*Wenn auch die anderen ohne Scham bei Üblem sind, wir aber wollen schamhaft sein. – So ist Abtrennung zu vollziehen.*

*Wenn auch die anderen ohne Scheu vor Üblem sind, wir aber wollen das Üble scheuen. So ist Abtrennung zu vollziehen.*

*Wenn auch die anderen unerfahren sind, wir aber wollen viel Erfahrungen sammeln. – So ist Abtrennung zu vollziehen.*

*Wenn auch die anderen träge sind, wir aber wollen kampfbereit sein. – So ist Abtrennung zu vollziehen.*

*Wenn auch die anderen die Wahrheit vergessen, wir aber wollen der Wahrheit eingedenk bleiben. – So ist Abtrennung zu vollziehen.*

*Wenn auch die anderen den Klarblick vernachlässigen, wir aber wollen Klarblick pflegen.*

*Wenn auch die anderen das Sichtbare überschätzen, ihren eigenen Platz behaupten, schwer verzichten, so wollen wir aber das Sichtbare nicht überschätzen,*

*nicht unseren eigenen Platz behaupten, leicht verzichten können.* <sup>48</sup>

Der Mensch, der sich schon längere Zeit um die Erwerbung der hier genannten guten Taten, Gesinnungen und Herzens- und Geistesverfassungen bemüht hat, erlebt immer wieder eine Zeit der Ungeduld. Wenn er in dieser Zeit von interessanten Vertiefungsübungen und Ablösungen hört, mag er meinen, durch diese schneller voranzukommen. Aber wenn bei diesen Übungen nicht empfohlen wird, sich zuerst um Tugend und Erhellung der Gesinnung zu bemühen und im Betrachten des Elends der unbeständigen Dinge sich von weltlichem Begehren zu lösen und dann erst Herzenseinigung, weltlose Entrückungen anzustreben - wenn eine andere Reihenfolge gezeigt wird als diese vom Erwachten genannte, dann ist es ein nicht gangbarer Weg, im besten Fall ein Umweg.

Wenn wir aber den Weg in der genannten Reihenfolge gehen, beginnend mit der hier genannten Einhaltung der Tugendregeln und Säuberung der Gesinnung, dann wachsen wir zu einer inneren Gemüthshelligkeit, in der das Erlebnis der Weltlosigkeit richtig bewertet wird und dadurch die Läuterungsübungen zu noch größerer Abtrennung von allem Unheilsamen führen, so dass dies die Grundlage für das Erlebnis noch tieferer, stillerer Seinsweisen wird bis zur Aufhebung aller Verletzbarkeit. Wer aber aus einer unangebrachten Ungeduld Reste lässt an seiner Läuterungsarbeit im Tat- und Gesinnungsreich, der wird diese Reste vorfinden, in welcher Vertiefung er auch weilen mag, und sie werden alle errungenen Fortschritte zunichte machen. Solange noch Ärger oder Neid in uns auf-

---

48 Wir haben die genannten Taten und Eigenschaften im Einzelnen näher besprochen:  
Die zehn Wirkensweisen s. D 23  
Der achtgliedrige Heilsweg s. u.a. M 141  
Die fünf Hemmungen A X,62, M 27  
Die Herzensbefleckungen M 7  
Eigenschaften in A VII,63 und M 53

kommen kann, muss vorrangig um die Beseitigung dieses Ärgers und dieses Neides gerungen werden. Sollten wir bei diesem Bemühen vorzeitig weltlosen Entrückungen näherkommen, so sind sie eine große Hilfe durch die Erfahrung, dass es unbeschreiblich seligere Erlebnisse als die in der sinnlichen Wahrnehmung möglichen gibt. Aber die eigentliche Läuterungsarbeit sollte durch diese Erlebnisse nur noch intensiviert werden. Eine Gefahr sind diese Vertiefungserlebnisse für den Übenden nur dann, wenn er meint, mit ihnen sei die Läuterungsarbeit überflüssig geworden, da er zeitweise abgetrennt, abgelöst von allem verweilen könne, oder wenn er nur dem erlebten großen Wohl nachsinnt, es wieder zu erreichen trachtet, ohne an die Läuterung des Herzens zu denken.

Der Hinblick auf die anderen bei dieser Säuberungsarbeit mag vielleicht befremden: *Wenn auch die anderen so handeln, ich aber will so und so handeln.* Das könnte so aussehen, als ob sich der Übende hier stolz von anderen absetzen würde, aber dahinter steht eine Notwendigkeit: Es ist ganz unumgänglich, dass der Mensch sich abknüpft von der Verhaltensweise der anderen, aber mit stolzem Absetzen hat das nichts zu tun.

Bei der Untersuchung der dritten Folge, der Milieubildung, (s. „Meisterung der Existenz“ S.281ff.) haben wir gesehen, dass jede Tat, die der Mensch in die Welt hineingibt, den Geist der Zeugen beeinflusst, derer, die es miterlebt haben. Der Mensch kann in allen Situationen zunächst immer nur das wollen, was er seine Umgebung in solchen Situationen hat tun sehen; in einer Situation, die für ihn neu ist, für die er noch kein genau gleiches Beispiel hat, lässt er sich lenken von ähnlichen Situationen, die er bei anderen gesehen hat. Bei Neuem ist er dann entsprechend unsicher. Unser Geist, der uns leitet bei allem, was wir zu tun haben, ist normalerweise nichts anderes als die Ansammlung dessen, was wir die Menschen haben tun, reden und schreiben sehen.

Wenn wir die Menschen zum Beispiel in Wut geraten sehen, dann haben wir die Neigung, auch in Wut zu geraten,

sofern bei uns solche Tendenzen vorhanden sind. Wenn es üblich ist in der Welt, sich wütend zu äußern, dann kommt jemand, der innerlich Wut hat, leicht dazu, sich auch wütend zu äußern. Wenn aber ein Mensch, der von Natur aus zur Wut neigt, in einer Familie oder in einem Menschenkreis groß würde, in dem es selbst bei Ärger nicht üblich ist, sich wütend zu äußern, sondern üblich ist, nie dem Ärger Ausdruck zu verleihen - wenn ein solcher Mensch es gar nicht anders kennt, dann kann er seine Wut nicht äußern. Er kann rot oder blass werden, kann fast ersticken vor Wut, aber er kann nichts sagen. Unser Wille wird in seinen letzten Ausformungen, die zur Tat führen, gelenkt von dem, was wir durch unser Milieu, durch Erfahrung und Belehrung aufgenommen haben.

Der Erwachte zeigt dem Menschen, der mehr oder weniger abhängig ist von dem Verhalten seiner Umwelt, der normalerweise immer der Umwelt folgt, mit den 43 Tat- und Gesinnungsweisen ein Verhalten, wie er es kaum in seiner Umwelt sieht. Er soll sich anders verhalten als die allzu menschliche Umwelt. Das ist sehr schwer. Um das zu können, muss der Mensch sich ausdrücklich sagen: „Wenn auch meine Umwelt so und so handelt, ich will nicht so handeln.“

Manche sagen: Ich gehöre nicht zur Masse, ich bin eine mündige Persönlichkeit, ich gehe meine eigenen Wege; doch sie lesen von der Masse ab, wie sie sich verhält, und dann verhalten sie sich umgekehrt und meinen, das wäre nun Persönlichkeit. In Wirklichkeit nehmen sie doch die sogenannte Masse zum Maßstab. Aber wenn jemand Maßstab und Vorbild für sein Handeln und seine Gesinnung von einem Großen bekommt und er sich nach ihm richtet gegen den Strom der Umwelt, gegen den Strom der Gewohnheit, dann wächst Persönlichkeit. Ein solcher macht nicht einfach das Gegenteil von dem, was die anderen tun, sondern er hat erfahren und eingesehen, dass bestimmtes Verhalten richtig ist. Um diesem Verhalten treu bleiben zu können, muss er gegen seine Tendenzen, seine inneren Neigungen und ebenso auch gegen den Umwelteinfluss angehen. Um das zu können, muss er sich ausdrück-

lich von dem Umwelteinfluss absetzen, abtrennen, muss sich sagen: „Ja, ich weiß, dass man in der Welt so tut, ich habe es ja auch bis jetzt getan, aber wenn auch die anderen es so tun, ich will so nicht mehr handeln. Die anderen haben keinen Maßstab und müssen sich darum nach dem richten, was sie andere tun sehen. Ich aber weiß jetzt, wohin das gewohnte Verhalten führt, und dahin will ich nicht.“ Es ist zu der geistigen Verselbständigung unerlässlich, sich abzusetzen. Darin liegt in keiner Weise Hochmut, sondern Erbarmen. Entscheidend ist, dass man sich immer wieder klar macht: „Ich bin in der Strömung, die nach ihrem Gesetz dahinfließt, ich will aber nicht mehr mitschwimmen, ich will auch nicht gegen den Strom schwimmen, den anderen ein Ärgernis, sondern ich will heraus aus dem Strom.“

Der Erwachte sagt (D 33):

*Es gibt vier Arten der Selbsterfahrnis:*

- 1. Es gibt eine Selbsterfahrnis, in der man aus eigener Absicht handelt, nicht aus der Absicht anderer.*
- 2. Es gibt eine Selbsterfahrnis, in der man aus der Absicht der anderen handelt, nicht aus eigener Absicht.*
- 3. Es gibt eine Selbsterfahrnis, in der man sowohl aus eigener Absicht, wie aus der Absicht anderer handelt.*
- 4. Es gibt eine Selbsterfahrnis, in der man weder aus eigener Absicht noch aus der Absicht anderer handelt.*

Im Kindesalter leben nach der ersten frühkindlichen Phase viele Menschen aus der Absicht anderer. Zwar wollen sie ihre jeweiligen Triebe befriedigen, aber in den Formen, wie die anderen es tun. Aber es gibt auch Menschen, die sich als Erwachsene verantwortlich für ihr Tun fühlen und sich fragen, ob ihr Verhalten richtig ist. Diese Verantwortlichkeit lässt sie nach Richtlinien suchen, und dadurch wenden sie sich ab von dem allgemeinen Sog. Aber das sind immer nur Einzelne. Das Gros der Menschen richtet sich nach dem, was „man“ tut.

Wenn der Erwachte (D 26) sagt, dass die Wesen sich zusammen aufwärts entwickeln zu Langlebigkeit und hoher Le-

bensform und zusammen abwärts entwickeln zu Kurzlebigkeit und Unterwelt, so nennt er damit diese Eigenart des Menschen, aus der Absicht der anderen zu leben, in der Strömung mitzurollen, zu tun, was „man“ tut. So heißt es in A IV,70:

*Zu einer Zeit, ihr Mönche, in welcher die Könige tugendlos sind, zu jener Zeit sind auch die Beamten der Könige tugendlos. Sind aber die Beamten der Könige tugendlos, so sind auch die Priester und Bürger tugendlos. Sind aber die Priester und Bürger tugendlos, so ist auch die Stadt- und Landbevölkerung tugendlos:*

*Durchqueren Rinder einen Fluss  
und geht dabei der Leitstier falsch,  
gehen alle diesen falschen Weg,  
weil sie der Führer falsch geführt.*

*So ist es bei den Menschen auch:  
Wenn der schon, der als erster gilt,  
auf einem falschen Wege geht,  
dann geht ihn um so mehr das Volk.  
Dem ganzen Reiche geht es schlecht,  
wenn auf dem falschen Weg der Fürst.*

*Durchqueren Rinder einen Fluss  
und geht der Leitstier rechten Weg,  
gehen alle diesen rechten Weg,  
weil sie der Führer richtig führt.*

*So ist es bei den Menschen auch:  
Wenn der schon, der als erster gilt,  
auf einem rechten Wege geht,  
dann geht ihn um so mehr das Volk.  
Dem ganzen Reiche geht es gut,  
wenn auf dem rechten Weg der Fürst.*

Aus dem Kreislauf des Auf und Ab, in dem einer den anderen nachahmt, kann der um sein Heil Bemühte nicht herauskommen, wenn er sich nicht ausdrücklich abschneidet von dem negativen Vorbild der anderen, denn der Mensch wird immer



aus dem, was er erlebt, Anschauung bilden und daraufhin handeln. Darum sagt der Erwachte (D 26):

*Selber die Leuchte, ihr Mönche, sollt ihr sein, selber die Zuflucht, ohne andere Zuflucht, mit der Lehre als Leuchte, mit der Lehre als Zuflucht, ohne andere Zuflucht.*

Der Mönch, der dieser Mahnung eingedenk ist, lenkt seine Aufmerksamkeit von außen ab auf sich selber, auf seine Gesinnung und sein Tun. Und damit lebt er weder aus eigener Absicht (nach den eigenen Trieben) noch aus der Absicht anderer (den Trieben anderer) und auch nicht aus beiden gemischt, sondern nur mit dem Maßstab der Lehre über sich.

Von der heilenden rechten Anschauung heißt es, dass sie nicht auf andere gründet. Der ihr Nachfolgende ist *der anderen Lenker, unlenkbar von anderen*. Er kann nicht mehr beeinflusst werden, er kennt das Heilsame und Unheilsame.

### Die Herzensentwicklung zum Guten

Nachdem der Erwachte die vielen negativen Eigenschaften genannt hat, von denen sich der Übende abzutrennen hat, wenn er sie bei anderen sieht, und die vielen positiven Eigenschaften, die zu pflegen sind, sagt er:

*Von großem Vorteil ist es, das Herz zu den heilsamen Eigenschaften hin auszubilden, sage ich. Was soll da noch gesagt werden über das entsprechende Handeln und Reden. Darum also, Cundo, „wenn auch die anderen gewaltsam sind, so wollen wir doch schonend mit den Wesen umgehen.“ So ist das Herz auszubilden. „Wenn auch die anderen Lebendiges umbringen, so wollen wir doch.....*

Der Erwachte geht nun wieder alle die in der ersten Periode genannten 43 Taten und Gesinnungsweisen durch, immer im Hinblick darauf, dass das Herz zu den heilsamen Eigenschaf-

ten auszubilden sei. Was ist darunter zu verstehen?

In der ersten Periode der Übung geht es um das denkerische Abknüpfen von dem Vorbild der anderen. Diese Übung ist dann vollendet, wenn der Mensch trotz aller schlechten Vorbilder das Üble nicht tut, den üblen Eigenschaften nicht folgt, gleichviel wie das Herz will.

In der zweiten Periode geht es darum, dass man bei schlechten Vorbildern in seinem Herzen alle Fasern, leiseste Neigungen, die zu diesem üblen Tun und zu diesen Eigenschaften hinziehen könnten, auch noch abtut. Das geschieht durch häufiges Bedenken der guten Taten und Eigenschaften und das Sich-vor-Augen-Führen der Folgen der schlechten Taten und Eigenschaften. „*Was der Mensch häufig bedenkt und sinnt, dahin geneigt wird das Herz.*“ (M 19) Diese Meditation ist dann vollendet, wenn trotz aller schlechten Vorbilder keine üblen Regungen mehr aufkommen.

Wie wichtig diese zweite Übung ist, ergibt sich aus der Tatsache, dass alles Tun und Lassen vom Herzen gelenkt wird (M 78). Wir merken es, wenn wir ärgerlich werden, wenn wir uns geschmeichelt, wenn wir uns beleidigt fühlen. Dann will sofort ein entsprechendes Reden und Handeln folgen. Da fallen uns die Tugendregeln ein - wenn sie uns einfallen. Und dann merken wir, dass wir uns zwingen müssen, um uns möglichst richtig zu verhalten. Dass es allzu oft nicht gelingt, das liegt am Herzen, das voll Gier, Hass, Blendung ist. Kein Mensch kann ununterbrochen den Tendenzen seines Herzens entgegenhandeln. Er kann auf die Dauer nur dann beim Guten, Heilsamen bleiben, wenn die Tendenzen des Herzens entsprechend gewandelt sind, das heißt, wenn er nun auch in seinem Herzen geneigt worden ist zu den im Geist eingesehenen richtigen Gesinnungs- und Verhaltensweisen.

Daraus wird die große Bedeutung der Herzensläuterung offenbar, die in allen Religionen empfohlen wird. Die Säuberung und Befreiung des Herzens, der Seele, des Gemüts von den zum Leiden führenden Bewegkräften („Motivationen“) ist die unerlässliche Voraussetzung für ein zur Leidensminderung und

Wohlmehrung taugliches Leben. Es ist eine der wichtigsten Meditationen, die, wie wir sehen, auch im *samādhi* erfahrenen Mönchen, wie dem ehrwürdigen Cundo, vom Erwachten empfohlen wird.

Die in dieser Lehrrede genannten zwei Übungsperioden nennt der Erwachte auch in dem Wortlaut der Tugendregeln, zum Beispiel:

1. *Lebewesen zu töten - das hat er aufgegeben,  
dem Töten von Lebewesen widerstrebt sein Wesen.*
2. *Teilnehmend und rücksichtsvoll hegt er zu allen  
lebenden Wesen Liebe und Mitempfinden.*

Dadurch, dass der Übende bewusst darauf achtet, dass und inwiefern auch die Mitwesen Wohl wünschen wie er selber, entwickelt er sein Herz zu mehr Verständnis, Teilnahme und Rücksicht. Und erst in dieser Fähigkeit, die Interessen des Nächsten mit den eigenen Interessen zu einem einzigen unaufspaltbaren Anliegen zu machen - wie die Mutter bei ihrem Kinde - ist jene gewachsene Hochherzigkeit erreicht, die gar nicht mehr auf Kosten des anderen leben mag.

Hierüber sagt ein großer Kenner des inneren menschlichen Wesens - *Schopenhauer*:

*Unser wahres inneres Wesen existiert in jedem Lebenden so unmittelbar, wie es in meinem Selbstbewusstsein sich nur mir selber kundgibt. Diese Erkenntnis, für welche im Sanskrit die Formel 'tat tvam asi', 'dies bist du', der stehende Ausdruck ist, ist es, die als Mitleid hervorbricht, auf welcher daher alle echte, d.h. uneigennützig Tugend beruht, und deren realer Ausdruck jede gute Tat ist.*

*Der Schlechte empfindet überall eine starke Scheidewand zwischen sich und allem außer ihm. Die Welt ist ihm ein absolutes Nicht-Ich und sein Verhältnis zu ihr ein ursprünglich feindliches: dadurch wird der Grundton seiner Stimmung Gehässigkeit, Argwohn, Schadenfreude. - Aber der gute Charakter lebt in einer seinem Wesen homogenen Außenwelt: die*

*anderen sind ihm kein Nicht-Ich, sondern ein 'Ich noch einmal'.*

*Daher ist sein ursprüngliches Verhältnis zu jedem ein befreundetes: er fühlt sich allen Wesen im Inneren verwandt, nimmt unmittelbar teil an ihrem Wohl und Wehe und setzt mit Zuversicht dieselbe Teilnahme bei ihnen voraus. Hieraus erwächst der tiefe Friede seines Inneren und jene getroste, beruhigte, zufriedene Stimmung, vermöge welcher in seiner Nähe jedem wohl wird.*

Einem so gewachsenen Menschen ist es unmöglich, von seinem Herzen her die Tugendregeln nicht einzuhalten. Ja, er braucht gar nicht an sie zu denken, weil sein Herz nicht mehr andere verletzen kann. Darum sagt der Erwachte in unserer Rede:

*Was soll da noch gesagt werden über das entsprechende Reden und Handeln.*

Mit anderen Worten: Wenn das Herz rein und voll Liebe ist, kann gar keine üble Tat mehr geschehen. Ja, man braucht nicht einmal mehr auf das Reden und Tun zu achten. Man spricht und handelt von selber schonend und rücksichtsvoll, weil das Herz voller Mitempfinden mit dem Nächsten ist.

Ein schlechter Mensch, dem nach seinem ganzen Wesen darum zu tun ist, vor den Menschen makellos dazustehen, mag in entsprechender Umgebung die Tugendregeln einhalten wollen, aber auf die Dauer ist es ihm nicht möglich. Ein Beispiel dafür haben wir an Devadatto, der anfangs als im Hause Lebender und als Mönch zusammen mit seinen Verwandten die Tugendregeln eingehalten hat. Aber auf Grund seiner schlechten Gesinnung, seines schlechten Herzens, hat er sein Bestreben, die Tugendregeln einzuhalten, ausgehöhlt bis zu dem Versuch, den Buddha zu ermorden. Seine Entwicklung ist ein Beweis dafür, dass es auf die Dauer unmöglich ist, die Tugendregeln einzuhalten, wenn gleichzeitig nicht das Herz und

die Gesinnung verbessert wird, d.h. das von selbst aus dem Herzen kommende erste „spontane“ Denken, das oft im Gegensatz zu den bewussten Wertmaßstäben steht.

Bei dem sich Läuternden geht die Gesinnung in gleiche Richtung wie seine Taten. Nur könnten und sollten sein Reden und Handeln der Gesinnung schon voraus sein. Auf die Dauer aber dürfen die Gesinnungen den Taten nicht widerstreben, denn erst mit der Erhellung der Gesinnung des Herzens ist die Einhaltung der Tugendregeln sichergestellt und ebenso die Abtrennung von den ungunen Eigenschaften.

Der Ausweg liegt in der Läuterung des Herzens

*„Es ist, wie wenn da ein ungangbarer Weg wäre, aber man kann von diesem auf einen anderen gangbaren Weg ausweichen. Es ist, wie wenn da eine nicht passierbare Furt wäre, aber man von dieser in eine andere passierbare Furt ausweichen kann, so, Cundo, liegt für den gewaltsamen Menschen der Ausweg in der inneren Abwendung von Gewalt.*

(Die 10 Wirkensweisen:)

*So liegt für den mörderischen Menschen der Ausweg in der inneren Abwendung vom Töten.*

*So liegt für den zum Nehmen des Nichtgegebenen geneigten Menschen der Ausweg in der inneren Abwendung vom Nehmen des Nichtgegebenen.*

*So liegt für den unkeuschen Menschen der Ausweg in der inneren Abwendung von Unkeuschheit.*

*So liegt für den verleumderischen Menschen der Ausweg in der inneren Abwendung von Unwahrhaftigkeit.*

*So liegt für den hintertragenden Menschen der Ausweg in der inneren Abwendung vom Hintertragen.*

*So liegt für den verletzende Worte benutzenden Menschen der Ausweg in der inneren Abwendung von ver-*

*letzender Rede.*

*So liegt für den geschwätzig Menschen der Ausweg in der inneren Abwendung von Geschwätzigkeit.*

*So liegt für den habsüchtigen Menschen der Ausweg in der inneren Abwendung von Habsucht.*

*So liegt für den Menschen mit rücksichtslosem Herzen der Ausweg in der inneren Abwendung von Rücksichtslosigkeit.*

*So liegt für den Menschen mit falscher Anschauung der Ausweg in der inneren Abwendung von falscher Anschauung.*

*(Der achtfältige Heilsweg mit Klarblick und Erlösung:)*

*So liegt für den sich falsch besinnenden Menschen der Ausweg in der inneren Abwendung von falscher Besinnung.*

*So liegt für den falsch redenden und handelnden Menschen der Ausweg in der inneren Abwendung von falscher Rede und falschem Handeln.*

*So liegt für den falsche Lebensführung pflegenden Menschen der Ausweg in der inneren Abwendung von falscher Lebensführung.*

*So liegt für den sich falsch mühenden Menschen der Ausweg in der inneren Abwendung von falschem Mühen.*

*So liegt für den Abwegiges bedenkenden Menschen der Ausweg in der inneren Abwendung von abwegigen Gedanken.*

*So liegt für den falsche Herzenseinigung übenden Menschen der Ausweg in der inneren Abwendung von falscher Herzenseinigung.*

*So liegt für den sich klarwissend Wahnenden der Ausweg in der inneren Abwendung von dem Wahn, klarwissend zu sein.*

*So liegt für den nur scheinbar erlösten Menschen der Ausweg in der inneren Abwendung von Scheinerlösung.*

(3 Hemmungen:)

*So liegt für den vom Sichtreibenlassen im Gewohnten befangenen Menschen der Ausweg in der inneren Abwendung vom Sichtreibenlassen im Gewohnten.*

*So liegt für den erregten und geistig unruhigen Menschen der Ausweg in der inneren Abwendung von Erregung und geistiger Unruhe.*

*So liegt für den in Daseinsbangnis befangenen Menschen der Ausweg in der inneren Abwendung von Daseinsbangnis.*

(Herzensbefleckungen:)

*So liegt für den zornigen Menschen der Ausweg in der inneren Abwendung von Zorn.*

*So liegt für den feindseligen Menschen der Ausweg in der inneren Abwendung von Feindseligkeit.*

*So liegt für den stolzen Menschen der Ausweg in der inneren Abwendung von Stolz.*

*So liegt für den empfindlichen Menschen der Ausweg in der inneren Abwendung von Empfindlichkeit.*

*So liegt für den neidischen Menschen der Ausweg in der inneren Abwendung von Neid.*

*So liegt für den geizigen Menschen der Ausweg in der inneren Abwendung von Geiz.*

*So liegt für den heimlichen Menschen der Ausweg in der inneren Abwendung von Heimlichkeit.*

*So liegt für den täuschenden Menschen der Ausweg in der inneren Abwendung von Täuschung.*

*So liegt für den starrsinnigen Menschen der Ausweg in der inneren Abwendung von Starrsinn.*

*So liegt für den überheblichen Menschen der Ausweg*

*in der inneren Abwendung von Überheblichkeit.*

*So liegt für den verletzend redenden Menschen der Ausweg in der inneren Abwendung von verletzender Rede.*

*So liegt für den schlechten Freund der Ausweg in der inneren Abwendung von schlechter Freundschaft.*

*So liegt für den leichtsinnigen Menschen der Ausweg in der inneren Abwendung vom Leichtsinn.*

(Eigenschaften nach A VII,63 und M 53:)

*So liegt für den vertrauenslosen Menschen der Ausweg in der inneren Abwendung von Vertrauenslosigkeit.*

*So liegt für den schamlosen Menschen der Ausweg in der inneren Abwendung von Schamlosigkeit.*

*So liegt für den Menschen, der das Üble nicht scheut, in der Abwendung von dem Nichtbedenken der üblen Folgen.*

*So liegt für den in der Lehre unerfahrenen Menschen der Ausweg in der inneren Abwendung von Unerfahrenheit und Zuwendung zum Sammeln gründlicher Erfahrung.*

*So liegt für den trägen Menschen der Ausweg in der inneren Abwendung von Trägheit.*

*So liegt für den nicht der Wahrheit gegenwärtigen Menschen der Ausweg in der inneren Abwendung von dem Nichtgegenwärtighaben der Wahrheit..*

*So liegt für den Klarblick vernachlässigenden Menschen der Ausweg in der inneren Abwendung von der Vernachlässigung des Klarblicks.*

*So liegt für den das Sichtbare überschätzenden Menschen, der seinen Platz behauptet, schwer verzichtet, der Ausweg in der inneren Abwendung von der vordergründigen Blickweise, in der Abwendung von dem Seinen-Platz-behaupten-Wollen und in der Abwen-*



*dung von dem Schwer-Verzichten-Können.*

Mit dem Gleichnis von dem ungangbaren Weg und der nicht passierbaren Furt sagt der Erwachte: Das einzige Ziel, das jedes Lebewesen mit seinen Unternehmungen letztlich anstrebt, nämlich aus Leiden und Bedrängnis heraus zu mehr Wohl zu kommen, wird mit den hier genannten üblen Eigenschaften nicht erreicht. Dieser Weg ist ungangbar, führt ins Elend. - Der Erwachte sagt (M 46):

*Die meisten Menschen, ihr Mönche, hegen das Verlangen, hegen den Wunsch, hegen die Absicht: Ach, möchte sich doch das Unersehnte, Unerwünschte, Unerfreuliche mindern und das Ersehnte, Erwünschte, Erfreuliche mehren!*

*Aber diesen Menschen, ihr Mönche, die solches Verlangen, solchen Wunsch, solche Absicht hegen, mehrt sich das Unersehnte, Unerwünschte, Unerfreuliche, mindert sich das Ersehnte, Erwünschte, Erfreuliche. - Was ist da der Grund?*

*Da ist einer, ihr Mönche, ein unbelehrter, gewöhnlicher Mensch. Er hat keinen Blick für den Heilsstand. Er kennt gar nicht das Wesen des Heils und ist unerfahren in den Eigenschaften des Heils. Er kennt weder die zu pflegenden Eigenschaften noch die nicht zu pflegenden Eigenschaften, kennt weder die schätzenswerten Eigenschaften noch die nichtswürdigen Eigenschaften. Ohne Kenntnis der zu pflegenden Eigenschaften, ohne Kenntnis der schätzenswerten Eigenschaften pflegt er die zu pflegenden Eigenschaften nicht, schätzt er die schätzenswerten Eigenschaften nicht. Und indem er nicht zu pflegende Eigenschaften pflegt und zu pflegende Eigenschaften nicht pflegt, nichtswürdige Eigenschaften würdigt und schätzenswerte Eigenschaften nicht schätzt, mehrt sich das Unersehnte, Unerwünschte, Unerfreuliche und mindert sich das Ersehnte, Erwünschte, Erfreuliche. Und warum? Weil es eben so geschehen muss, wenn einer unwissend ist.*

In unserer Rede sind die nicht zu pflegenden und die zu pfe-

genden Eigenschaften genannt. -

In dem Gleichnis von dem gangbaren Weg und der passierbaren Furt liegt ein Gedanke, der hauptsächlich für solche Menschen hilfreich ist, die mehr oder weniger resigniert haben, aus ihren üblen Gewohnheiten je herauszukommen. Es ist der Lockruf: Es gibt einen gangbaren Weg heraus. Du kannst das, was du dir langfristig angewöhnt hast, mindern und lassen. Gehe nur nach deinen Einsichten, die ich dir vermittelt habe, vom Schlechten zum Guten zu kommen. Du bist allein verantwortlich, und du kannst dich ändern.

### Durch Läuterung zu hohen Daseinsbereichen

Und nun in der vierten Periode unserer Lehrrede dehnt der Erwachte das Wehe, das auf ungangbarem Weg die Wesen überkommt, und das Wohl, das auf gangbarem Weg zu erreichen ist, auch auf die nachfolgende Existenz aus:

*Weil alle unheilsamen Eigenschaften zu niederem Dasein führen und alle heilsamen Eigenschaften zu hohem Dasein führen – darum gelangt ein gewaltsamer Mensch durch die Einübung im Schonen zu hohem Dasein ...*

Und nun folgen wieder alle 43 Eigenschaften.

Wer in diesem Leben und darüber hinaus dem Wehe entrinnen will, erreicht dies nur dadurch, dass er sich zu den positiven Eigenschaften hin entwickelt. Mit jedem Gedanken, den wir hegen, nehmen unsere üblen oder guten Eigenschaften zu oder ab oder bleiben sich gleich. Und so wandern wir gemäß unserem Herzen die Skala von Wohl und Wehe hinauf und hinab. Der sich Läuternde wandert unentwegt langsam, aber sicher aufwärts und wird gemäß dem Gesetz der Wahlverwandtschaft nach dem Zerfall des Körpers bei ähnlich gearteten hellen, strebenden Wesen wie er selbst wiedergeboren.

Es fällt auf, dass der Erwachte schon demjenigen hohes Dasein verheißt, der nur eine ungute Tat oder Gesinnung durch ihr Gegenteil ersetzt hat: Gewaltsamkeit durch Schonen, Töten durch Nichttöten usw.

Anhand der langen Liste der Eigenschaften, von denen man sich zu läutern hat, könnte man denken, mit der Überwindung einer üblen Tat oder Eigenschaft sei noch nicht viel getan. Doch wenn man sich selber praktisch um Überwindung einer üblen Eigenschaft bemüht, merkt man: Indem man dabei ist, eine ungute Eigenschaft zu mindern, mindern sich ebenfalls gleichzeitig fast unbemerkt auch andere ungute Eigenschaften.

Bei dem Bemühen, gewaltsames Vorgehen durch Schonung zu ersetzen, hat man zum Beispiel gleichzeitig die Neigung gemindert, zu töten, zu stehlen, die Neigung zu Unkeuschheit, zu verletzenden Worten, zu Rücksichtslosigkeit, zu falschem Handeln und Reden, die Neigung, sich im Gewohnten treiben zu lassen, die Neigung zu Zorn, Groll, zum Leichtsinn, der andere verletzen könnte, zur Hemmungslosigkeit, zur Trägheit, die Neigung, sich nur an das Vordergründige zu halten, an seinen Wünschen festzuhalten.

Bei der Überwindung der einen Eigenschaft Gewaltsamkeit hat man also vierzehn andere üble Eigenschaften gemindert. Ähnlich kann man bei jeder anderen dieser Eigenschaften erkennen, wie sie miteinander zusammenhängen, wie sie sich gegenseitig stützen. Letztlich sind die gesamten zu erwerbenden Eigenschaften zurückzuführen auf die Grundkategorien, die einander ebenfalls gegenseitig bedingen: Mitempfinden und Liebe für die Mitwesen, Weisheit, Tatkraft, Herzenseinigung. Die Ausbildung einer dieser Eigenschaften verändert den Übenden grundlegend und hebt ihn über das Menschentum hinaus.

### Durch Läuterung zur Triebversiegung

Wenn ein Übender im Besitz rechter Anschauung unermüdlich um Läuterung und Weisheit bemüht ist, kann er nicht nur die

Aufhebung aller üblen Eigenschaften erreichen, sondern er kann bis zur Versiegung aller Triebe gelangen. Das ist das höchste Ergebnis der Herzensläuterung, der Erwerb unverletzbarer Unverletztheit. Diese fünfte und letzte Periode leitet der Erwachte ein mit den Worten:

*Dass, Cundo, jemand, der selber im Schlamm versinkt, einen anderen, der im Schlamm versinkt, herausziehen könnte, das ist unmöglich. Dass aber, Cundo, jemand, der nicht selbst im Schlamm versinkt, einen anderen, der im Schlamm versinkt, herausziehen könnte, das ist möglich.*

*Dass jemand, Cundo, der selber nicht bezähmt ist, nicht überwunden hat, nicht triebbefreit ist, einen anderen zur Zähmung, zur Überwindung, zur Triebbefreiung bringen kann, das ist unmöglich. Dass aber jemand, Cundo, der selber bezähmt ist, überwunden hat, triebbefreit ist, einen anderen zur Zähmung, zur Überwindung, zur Triebbefreiung bringen kann, das ist möglich.*

Der Erwachte ist bezähmt, hat überwunden, ist triebversiegt. Er kann einen Sumpfversunkenen aus dem Sumpf des *Samsāra* ganz herausziehen. Dieses höchste Ergebnis der völligen Befreiung verheißt der Erwachte Cundo mit dem Hinweis darauf, dass er selber die höchste Sicherheit gewonnen hat, auf festem Boden steht und darum ihn aus dem Üblen herausziehen kann, wenn er seiner Weisung folgt, durch richtige Bewertung üble Eigenschaften zu mindern, gute Eigenschaften zu mehren:

*Wenn ein gewaltsamer Mensch seine Rohheit durch Einübung des Schonens überwindet, dann kann er zur Triebversiegung gelangen.*

(Die zehn Wirkensweisen:)

*Wenn ein mörderischer Mensch seine Mordlust durch Einübung des Nichttötens überwindet, dann kann er zur Triebversiegung gelangen.*

*Wenn ein zum Nehmen des Nichtgegebenen geneigter Mensch seine diebische Art durch Einübung des Nichtstehlehs überwindet, dann kann er zur Triebversiegung gelangen.*

*Wenn ein unkeuscher Mensch seine Unkeuschheit durch Einübung der Enthaltbarkeit überwindet, dann kann er zur Triebversiegung gelangen.*

*Wenn ein verleumderischer Mensch seine Unwahrhaftigkeit durch Einübung in Wahrhaftigkeit überwindet, dann kann er zur Triebversiegung gelangen.*

*Wenn ein hintertragender Mensch sein Hintertragen durch Einübung von Eintracht fördernder Rede überwindet, dann kann er zur Triebversiegung gelangen.*

*Wenn ein verletzende Worte benutzender Mensch seine verletzende Rede durch Einübung freundlicher, sanfter Rede überwindet, dann kann er zur Triebversiegung gelangen.*

*Wenn ein geschwätziger Mensch seine Schwatzhaftigkeit durch Einübung sinnvoller Rede überwindet, dann kann er zur Triebversiegung gelangen.*

*Wenn ein habsüchtiger Mensch seine Habsucht durch Einübung von Zurücktreten überwindet, dann kann er zur Triebversiegung gelangen.*

*Wenn ein rücksichtsloser Mensch seine Rücksichtslosigkeit durch Einübung in Mitempfinden überwindet, dann kann er zur Triebversiegung gelangen.*

*Wenn ein Mensch mit falscher Anschauung seine falsche Anschauung durch Einübung richtiger Anschauung überwindet, dann kann er zur Triebversiegung gelangen.*

(Der achtfältige Heilsweg mit Klarblick und Erlösung:)

*Wenn ein sich falsch besinnender Mensch seine falsche Besinnung durch Einübung richtiger Besinnung überwindet, dann kann er zur Triebversiegung gelangen.*

*Wenn ein falsch redender und handelnder Mensch sein falsches Reden und Handeln durch Einübung rechter Rede und rechten Handelns überwindet, dann kann er zur Triebversiegung gelangen.*

*Wenn ein falsche Lebensführung pflegender Mensch seine falsche Lebensführung durch Einübung rechter Lebensführung überwindet, dann kann er zur Triebversiegung gelangen.*

*Wenn ein sich falsch mühender Mensch sein falsches Mühen durch Einübung rechten Mühens überwindet, dann kann er zur Triebversiegung gelangen.*

*Wenn ein Abwegiges bedenkender Mensch seine Abwegigkeit durch Einübung in Wahrheitsgegenwart überwindet, dann kann er zur Triebversiegung gelangen.*

*Wenn ein Mensch falsche Herzenseinigung ablegt und rechte Herzenseinigung einübt, dann kann er zur Triebversiegung gelangen.*

*Wenn ein Mensch, der sich klarwissend wähnt, zu rechtem Klarwissen kommt, dann kann er zur Triebversiegung gelangen.*

*Wenn ein Mensch aus einer Scheinerlösung zu rechter Erlösung kommt, dann kann er zur Triebversiegung gelangen.*

(3 Hemmungen:)

*Wenn ein im Gewohnten sich treiben lassender Mensch sein Vernesteltsein durch Aufraffen überwindet, dann kann er zur Triebversiegung gelangen.*

*Wenn ein erregter und geistig unruhiger Mensch seine Erregtheit und geistige Unruhe durch Einübung von*

*Gelassenheit und Ruhe überwindet, dann kann er zur Triebversiegung gelangen.*

*Wenn ein in Daseinsbangnis befangener Mensch diese Daseinsbangnis überwindet, dann kann er zur Triebversiegung gelangen.*

*(Herzensbefleckungen)*

*Wenn ein zorniger Mensch seinen Zorn durch Einübung in Sanftmut überwindet dann kann er zur Triebversiegung gelangen.*

*Wenn ein feindseliger Mensch seine Feindseligkeit durch Einübung von Versöhnungsbereitschaft überwindet, dann kann er zur Triebversiegung gelangen.*

*Wenn ein stolzer Mensch seinen Stolz durch Einübung in Demut überwindet, dann kann er zur Triebversiegung gelangen.*

*Wenn ein empfindlicher Mensch die Empfindlichkeit durch Einübung in Zugeben von Fehlern und Ansprechbarkeit auf eigenes falsches Verhalten überwindet, dann kann er zur Triebversiegung gelangen.*

*Wenn ein neidischer Mensch den Neid durch Einübung des Gönnens überwindet, dann kann er zur Triebversiegung gelangen.*

*Wenn ein geiziger Mensch den Geiz durch Einübung in Freigebigkeit überwindet, dann kann er zur Triebversiegung gelangen.*

*Wenn ein heimlicher Mensch die Heimlichkeit durch Einübung in Offenheit überwindet, dann kann er zur Triebversiegung gelangen.*

*Wenn ein Heuchler, der andere täuscht, seine Heuchelei durch Einübung in Ehrlichkeit überwindet, dann kann er zur Triebversiegung gelangen.*

*Wenn ein starrsinniger Mensch den Starrsinn durch Einübung in Nachgiebigkeit überwindet, dann kann er zur Triebversiegung gelangen.*

*Wenn ein überheblicher Mensch die Überheblichkeit durch Einübung in Bescheidenheit überwindet, dann kann er zur Triebversiegung gelangen.*

*Wenn ein Mensch, der verletzend redet, das Verletzen durch Einübung in sanfter Rede überwindet, dann kann er zur Triebversiegung gelangen.*

*Wenn ein Mensch seine Freundschaft mit Schlechten durch Freundschaft mit Guten überwindet, dann kann er zur Triebversiegung gelangen.*

*Wenn ein leichtsinniger Mensch den Leichtsinns durch Einübung in Ernsthaftigkeit überwindet, dann kann er zur Triebversiegung gelangen.*

(Eigenschaften nach A VII,63 und M 53)

*Wenn ein Vertrauensloser die Vertrauenslosigkeit durch Einübung von Heilsvertrauen überwindet, dann kann er zur Triebversiegung gelangen.*

*Wenn ein schamloser Mensch die Schamlosigkeit durch Einübung in Scham überwindet, dann kann er zur Triebversiegung gelangen.*

*Wenn ein Mensch, der ohne Scheu vor Üblem ist, dazu neigt, nicht an die Folgen zu denken, sich im Ernstnehmen der Folgen einübt, dann kann er zur Triebversiegung gelangen.*

*Wenn ein in der Lehre unerfahrener Mensch seine Unerfahrenheit durch Sammeln gründlicher Erfahrung überwindet, dann kann er zur Triebversiegung gelangen.*

*Wenn ein träger Mensch seine Trägheit durch Einübung von Kampfbereitschaft überwindet, dann kann er zur Triebversiegung gelangen.*

*Wenn ein die Wahrheit vergessender Mensch seine Nicht-Wahrheitsgegenwart durch Gegenwärtighalten der Wegweisung der Lehre überwindet, dann kann er zur Triebversiegung gelangen.*



*Wenn ein (in den Situationen irritierter) Mensch sich im nüchternen Klarblick übt, dann kann er zur Triebversiegung gelangen.*

*Wenn ein sich nur an das Sichtbare haltender Mensch, der seinen Platz behauptet und schwer verzichtet, sich übt im Durchschauen des Vordergründigen und im leicht Loslassenkönnen, dann kann er zur Triebversiegung gelangen.*

Wenn der Erwachte hier jeweils nur eine Eigenschaft nennt, durch deren Überwindung ein Mensch zur Triebversiegung gelangen kann, so ist diese Eigenschaft als eines der für einen Menschen charakteristischen Haupthindernisse anzusehen. Wir wissen von uns, dass wir viele Eigenschaften haben, die das *Nirvāna* verhindern. Das *Nirvāna* ist die Abwesenheit von allen Geneigtheiten. Aber durch jede Arbeit an den üblen Eigenschaften, die wir an uns erkennen, erfahren wir bei uns zunehmende Annäherung an den Zustand des *Nirvāna*, d.h. wir erfahren zunehmende Erleichterung, Erhellung und Befriedung.

Also nicht durch die weltlosen Entrückungen kann zum Beispiel ein verleumderischer Mensch zur Triebversiegung gelangen, sondern er pendelt eine Zeitlang hin und her zwischen Weltlosigkeit und Weltverhaftetsein mit der Bereitschaft zum Verleumden, bis das Verhaftetsein das Erlebnis der weltlosen Entrückung unmöglich macht. Wenn ein verleumderischer Mensch zur Triebversiegung gelangen will - ob er weltlose Entrückungen hat oder nicht - muss er das Verleumden austradieren.

In M 61 sagt der Erwachte zu seinem Sohn Rāhulo:

*Wer auch immer von den Asketen und Priestern in vergangenen, zukünftigen und gegenwärtigen Zeiten rein geworden ist - alle diese haben nur auf dem Weg durch Betrachten und Betrachten ihrer Taten, Worte und Gedanken sich geläutert - auf keinem anderen Weg.*

*Was der Mensch häufig bedenkt und sinnt, dahin geneigt wird  
das Herz. (M 19)*

Die Läuterung von allen ungunen Eigenschaften allein kann natürlich nicht zur Triebversiegung führen, wenn nicht die heilende Anschauung und rechte Besinnung gepflegt wird, Glieder des ebenfalls genannten achtfältigen Pfades. Mit der rechten Anschauung führt der gleiche Kampf, der bis jetzt besprochen ist, zum Nirvāna, weil man sich die guten Eigenschaften zwar angewöhnt, aber nicht um in hohen Daseinsbereichen weiterhin wahrzunehmen und darauf zu reagieren, sondern weil man die Unbeständigkeit und darum Leidhaftigkeit auch höchsten Erlebens durchschaut hat und sich fernhält von allen Bindungen. Dann führt dieselbe Läuterung von den 43 üblen Taten und Gesinnungen zum Nirvāna.

Und nun fasst der Erwachte die fünf genannten Perioden noch einmal zusammen:

*Und so, Cundo, habe ich euch gezeigt*

- 1. Die Art des Abtrennens,*
- 2. die Art der Herzensausbildung,*
- 3. die Art, wie man zum Ausweg kommt,*
- 4. die Art, wie man zu hohem Dasein gelangt,*
- 5. die Art, wie man die Triebversiegung erreicht.*

In allen fünf Perioden der Rede geht es darum, sich nicht mit dem Erlebnis der weltlosen Entrückungen zufrieden zu geben, sondern im denkerischen Bewerten das jeweils Üble durch das jeweils Gute völlig aufzuheben.

Und zum Schluss der Rede mahnt der Erwachte noch einmal, diese seine Weisung in Ruhe und Abgeschlossenheit zu bedenken und zu befolgen:

*Da laden, Cundo, Bäume ein und dort leere Klausen.*

*Betrachte diese Lehren <sup>49</sup>, Cundo, werde nicht lässig, auf dass du später keine Reue empfindest. Das ist meine Anleitung für dich.*

*So sprach der Erhabene. Erhoben und beglückt war der ehrwürdige Mahācundo über die Rede des Erhabenen.*

---

49 Neumann übersetzt das Pāliwort 'jhāyatha' mit 'wirkt Schauung', weil es die Verbform zu *jhāna* (Schauung, Entrückung) ist. Dieser Satz bildet in vielen Reden an Mönche den Abschluss. Gemeint ist in allen Fällen gesammeltes konzentriertes Nachsinnen über die Inhalte der Lehrdarlegung. Das führt bei den Mönchen meist zur ersten Entrückung (*jhāna*), dem Zurücktreten der fünf Arten von sinnlichen Eindrücken. Ein solches Nachdenken hat vielfältige Kraft gegenüber unserem von den Sinneseindrücken abgelenkten Nachdenken.

RECHTE ANSCHAUUNG  
9. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Sechzehn mögliche Anschauungen  
des Stromeingetretenen

In M 43 fragt ein Mönch *Sāriputto*, den Mönch, der dem Erwachten gleicht, welche Bedingungen der rechten Anschauung zugrunde lägen. Sāriputto antwortet, dass die rechte Anschauung zwei Bedingungen habe:

1. *die Stimme eines anderen,*
2. *die auf die Herkunft gerichtete Beobachtung.*

Das heißt, hört oder liest ein Wahrheitssucher die höchste Wahrheit des Erwachten, die Heilswahrheit vom Leiden und seiner Aufhebung, so muss er betreiben und bewirken, dass er durch die gründliche, aufmerksame Betrachtung seiner psychischen Vorgänge in eigener Erfahrung bestätigt findet, was er gehört und gelesen hat.

Den Inhalt der *zum Heil führenden, vom Wahn unbeeinflussten, überweltlichen, auf dem Weg zu findenden rechten Anschauung (M 117)* erfährt der Suchende, bevor er auf dem Heilsweg ist, durch die Aussage des Erwachten: Form, Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierte Wohlerfassungssuche bestehen in ununterbrochener Wandlung, Veränderung und Umwälzung. Sie bieten keine Sicherheit, keinen Schutz, keine Geborgenheit. Wer dies an sich selber unmittelbar erfährt, der ist nicht mehr auf das mehr oder weniger starke Vertrauen zu der überlieferten Aussage des Erwachten angewiesen, sondern er hat selbsteigene Erfahrung, eben *die rechte Anschauung gewonnen, die zum Heil führt, vom Wahn unbeeinflusst ist.*

Von dieser rechten Anschauung vom Heil sagt der Erwachte: So wie der Morgendämmerung und der Morgenröte zwangsläufig der Aufgang der Sonne folge und damit der helle Tag, so auch folge der heilenden rechten Anschauung ganz

sicher und zwangsläufig die vollkommene Überwindung des Leidens, die Befreiung von Vergänglichkeit, von Tod: das Heil, das Nirvāna, das höchste Wohl. (A X,121)

Das bedeutet, dass die heilende rechte Anschauung denjenigen, der sie besitzt, Schritt für Schritt durch die Stufen des achtgliedrigen Heilswegs hindurchführt, ihn immer weiterzwingt, immer weiter mit sich zieht. Die programmierte Wohlerfahrungssuche des Geistes, die immer auf das am meisten befriedigende Wohl aus ist, ist endgültig umgelenkt. Es ist eine Neigung zu dem rechten Anblick entstanden, und die wird von Erfahrung zu Erfahrung immer stärker. Der Nachfolger befindet sich als Heilsgänger in dem Zug und der Neigung zum Heil wie ein Holzstück, das in der Flussmitte von der Strömung unaufhaltsam zum Meer hin getrieben wird und nirgendwo am Ufer hängen bleibt. (S 35,200)

In unserer Lehrrede M 9 nennt Śāriputto Einsichten in sechzehn leidvolle Seinsverhalte, deren Kenntnis einen Heilsgänger veranlasst haben bzw. ihn immer wieder neu veranlassen, sich von ihnen abzuwenden. Dadurch ist die sichere Erreichbarkeit der höchsten Spitze des Wohls im endgültigen Heilsstand nicht erst dann sichergestellt und gewährleistet, wenn der Mensch in seiner inneren Entwicklung bis zu dieser fernen Spitze vorgedrungen ist. Er kann sich vielmehr schon hier im Menschentum und in diesem Leben durch eine oder mehrere der genannten sechzehn Anschauungen ein derartiges Verständnis der Unbeständigkeit, Leidhaftigkeit, Nichtichheit alles Seienden erwerben, dass daraus eine feste und unlösliche Verbindung zum Heil erwächst, die über Tod und Neugeburt des Körpers und der Körper hinweg nicht abreißt, sondern eine ständige Anziehung bewahrt, bis das Heil endgültig erreicht ist.

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Sāvatti im Jetahain, im Garten Anāthapindikos. Dort nun wandte sich der ehrwürdige Śāriputto an die Mönche: Ihr Mönche! – Bruder –, antwor-*

teten da jene Mönche dem ehrwürdigen Sāriputto aufmerksam. Der ehrwürdige Sāriputto sprach:

„Rechte Anschauung, rechte Anschauung“, sagt man. Wie aber, ihr Brüder, hat ein Heilsgänger rechte Anschauung, ist seine Anschauung gradlinig (auf das Heil) ausgerichtet (ujugatā), ist er zur endgültigen Klarheit und dadurch zur Befriedung (avecca pasāda) bei dieser Lehre erwachsen, ist er bei dieser besten Lehre angekommen? –

Von weit her, Bruder, würden wir kommen, um von dem ehrwürdigen Sāriputto dies erklärt zu bekommen. Es wäre gut, wenn der ehrwürdige Sāriputto es erklären würde. Wenn die Mönche die Erklärung vom ehrwürdigen Sāriputto gehört haben, werden sie sie im Gedächtnis behalten. – So höret denn, Brüder, und achtet wohl auf meine Rede. – Gewiss, Bruder –, antworteten da jene Mönche dem ehrwürdigen Sāriputto aufmerksam. Der ehrwürdige Sāriputto sprach:

Die I. rechte Anschauung:  
Das Unheilsame und das Heilsame  
und deren Ursachen kennen

1. Das Unheilsame: die zehn unheilsamen Wirkensfährtten

Wenn, ihr Brüder, der Heilsgänger das Unheilsame kennt (pajānāti) und die Ursache des Unheilsamen und das Heilsame kennt und die Ursache des Heilsamen, dann hat der Heilsgänger rechte Anschauung, ist seine Anschauung gradlinig ausgerichtet, ist er zur endgültigen Klarheit und dadurch zur Befriedung bei dieser Lehre gelangt, ist er bei dieser besten Lehre angekommen.

Was ist nun, Brüder, das Unheilsame, die Ursache

*des Unheilsamen, was ist das Heilsame, die Ursache des Heilsamen?*

1. *Töten von Lebewesen ist das Unheilsame.*
2. *Nichtgegebenes Nehmen ist das Unheilsame.*
3. *Unrechter Geschlechtsverkehr ist das Unheilsame.*
4. *Verleumderische Rede ist das Unheilsame.*
5. *Hintertragen ist das Unheilsame.*
6. *Verletzende Rede ist das Unheilsame.*
7. *Müßiges Geschwätz ist das Unheilsame.*
8. *Habgier (abhiḥhā) ist das Unheilsame.*
9. *Abneigung bis Hass (vyāpāda) ist das Unheilsame.*
10. *Falsche Anschauung ist das Unheilsame.*

*Dies, Brüder, wird das Unheilsame genannt.*

*Und was, Brüder, ist die Ursache des Unheilsamen?*

*Anziehung ist die Ursache des Unheilsamen,*

*Abstoßung ist die Ursache des Unheilsamen,*

*Blendung ist die Ursache des Unheilsamen.*

*Das, Brüder, ist die Ursache des Unheilsamen.*

Dies ist also der erste zur Zeit des Erwachten jedem Menschen einleuchtende Hinblick auf das Leiden: die zehn unheilsamen Wirkensweisen, auf denen der Wohl suchende Mensch, angetrieben von seinen Trieben und der von ihnen ausgehenden Blendung, irregeleitet wird, auf den Abweg zugeht, eine dunkle, leidvolle Wiedergeburt erlebt.

In M 41 sagt der Erwachte ganz allgemein:

*Durch unrechten, verderbten Lebenswandel gelangen da manche Menschen nach dem Versagen des Körpers, jenseits des Todes auf den Abweg, auf eine schlechte Lebensbahn, in Verderben und Unheil.*

Im alten Indien wusste man, was ein unrechter, verderblicher Lebenswandel war, nämlich solcher, der Leiden, Unheil nach sich zog, der eine üble Ernte aus übler Saat mit sich brachte im gegenwärtigen Leben und im nächsten Leben. *Nach Versagen des Körpers, jenseits des Todes*, so lesen wir immer in den

Lehrreden. Der Buddha sagt nicht „der Tod“, sondern spricht vom Übergang ins Jenseits. Der Mensch verlässt, wenn das Körperwerkzeug versagt, den Körper, und entsprechend dem dunklen Charakter, den er hat, wird er empfangen von dunklen oder vorwurfsvoll blickenden und sprechenden Wesen und geht seinem gewirkten Schaffsal entgegen.

*Dreifach in Taten ist der unrechte, verderbte Lebenswandel, vierfach im Reden und dreifach in Gedanken* – so unterteilt der Erwachte in M 41 die dort und in unserer Lehrrede genannten zehn möglichen Wirkensfährtten, die unheilsam sind. Das heißt, wir können von uns aus Wirkungen nur auf drei Bahnen oder Kanälen in die Welt setzen:

1. durch Einsatz unseres Körpers – indem wir also körperlich Schlechtes oder Gutes schaffen, 2. durch Einsatz der Rede und 3. in Gedanken. Auf diesen insgesamt drei Kanälen kann man also unrecht, verderblich, d.h. für einen selber verderblich, unheilsam handeln, wenn man andere schädigt, und kann man gut handeln, d.h. für einen selber förderlich, wenn man andere fördert.

Mit jeder Tat, mit jedem Wort, mit jedem Gedanken wandern wir aufwärts oder abwärts.

*Was ist nun dreifach in Taten der unrechte Wandel?*

*1. Da ist einer ein Mörder, ist grausam und blutgierig, der Gewalt und dem Totschlag ergeben, ohne Erbarmen gegenüber den Lebewesen.*

Töten von Menschen und Tieren ist äußerste Nichtbeachtung der Anliegen der Lebewesen, ist stärkstes Entreißen, Entreißen des Körpers.

Solange irgendein Begehren oder Hassen in Bezug auf die Sinnenwelt vorhanden ist, so lange gibt es die Möglichkeit des Tötens. Das Wissen darum, dass wir als begehrende Wesen immer wieder in die Situation hineinkommen können, ein Wesen zu töten oder es auch nur in Gedanken zu billigen, und damit auch den daraus hervorgehenden üblen Folgen ausge-



setzt sind, macht uns bescheiden und zugleich achtsam, die Notwendigkeit der immer wiederholten Betrachtung der üblen Folgen des Töten erkennen.

Als 2. unrechten, Verderben bringenden, unheilsamen Wandel in Taten nennt der Erwachte das Stehlen:

Da nimmt einer, was man ihm nicht gegeben hat; was ein anderer in Dorf oder Wald an Hab und Gut besitzt, das macht er sich ungegeben in diebischer Absicht zu eigen.

Einem anderen etwas wegnehmen bedeutet, dass man ihm etwas, das er als eigen empfindet, stiehlt, dass man ihn um etwas beraubt, mit dem er rechnet, auf das er sich stützt, das ihm lieb ist. Man bereitet auf diese Weise dem anderen Leiden, aber erfährt dadurch auch selber Leidvolles nicht nur im Jenseits, sondern schon in diesem Leben, wie Angst vor Entdeckung, Unruhe, Unbehagen, Misstrauen und Menschen-scheu.

Als 3. unrechten, Verderben bringenden, unheilsamen Wandel in Taten nennt der Erwachte unrechten Geschlechtsverkehr:

Er begeht unrechten Geschlechtsverkehr mit einem Mädchen, das unter der Obhut von Vater oder Mutter, Bruder oder Schwester oder unter der Obhut von Verwandten steht oder unter dem Schutz des Gesetzes oder mit einer Frau, die verheiratet ist oder mit einer im Dienstverhältnis Stehenden bis herab zu der durch Überwurf eines Blumenkranzes Anverlobten.

Wo in einer Kultur der Glaube aufkommt, dass das Dasein mit dem Tod zu Ende sei, dort muss zwangsläufig das menschliche Streben immer stärker auf die irdischen, d.h. sinnlichen Genüsse, gerichtet sein. Für die rücksichtslose sexuelle Genussgier wird das andere Geschlecht zum bloßen Objekt, das auswechselbar ist.

An vielen Stellen wird in den buddhistischen Texten auf das Übel des Ehebruchs hingewiesen, und es werden dem Nachfolger die schwerwiegenden Folgen genannt, die sich aus

einem Einbruch in die Beziehungen eines anderen Gatten zu dessen Frau ergeben:

*Vier Folgen fällt anheim der Zügellose,  
der hinter Frauen anderer her ist:  
friedlosem Leben, unerquicktem Schlafe,  
dem Tadel und zuletzt dem Abweg. (Dh 309)*

Verkehr, der nur aus körperlicher Lust erfolgt, ohne Verantwortung und Liebe (gehen tierhaft, schamlos allen Frauen nach – D 31) führt deshalb in untermenschliche Bereiche und schon in diesem Leben zu Chaos und Feindschaft. Schon die geringste Auswirkung der Ausschweifung für später, sagt der Erwachte (A VIII,40), ist Verwicklung in Streit und Feindschaft.

Als weiteres unheilbares Wirken werden vier Arten der üblen Rede genannt.

1. Da spricht einer in verleumderischer Absicht (musāvadi). Wenn er von seinen Mitmenschen in der Versammlungshalle (vor Gericht), unter den Leuten, in der Familie, im Beruf, bei Hof gefragt wird: „Wohl denn, lieber Mann, was du in dieser Sache weißt, das sage“, dann antwortet er, obwohl er nicht weiß: „Ich weiß“ oder obwohl er weiß: „Ich weiß nicht.“ Obwohl er nicht gesehen hat: „Ich habe gesehen“ oder obwohl er gesehen hat: „Ich habe nicht gesehen.“ So macht er aus eigenem Interesse oder wegen eines anderen oder aus irgendeinem weltlichen Grund klarbewusst eine verleumderische Aussage. Bei einer Zeugenaussage geht es um Erkennen von Schuld oder Unschuld eines Angeklagten. Die Fragenden hängen an den Lippen des als „Zeuge“ Vernommenen, und dieser weiß, dass seine Aussagen das Schicksal des Angeklagten bestimmen, aber er setzt sich darüber hinweg, denkt nur an seinen Vorteil und redet bewusst in verleumderischer Absicht zum Schaden des anderen.

Lüge mit Betrugsabsicht zum Schaden anderer ist verleumderische, trügerische Rede. Die deutsche Sprache hat das Wortpaar „Lug und Trug“. Lüge bedeutet unwahre Rede, aber die üble Gesinnung, die Betrugsabsicht, um eigener Vorteile willen Mitwesen zu schädigen, macht eine Lüge zum Betrug.

Der 2. unrechte, Verderben bringende, unheilsame Wandel in Worten:

*Er liebt das Hintertragen. Was er hier gehört hat, erzählt er dort wieder, um jene zu entzweien; oder was er dort gehört hat, erzählt er hier wieder, um diese zu entzweien. So stiftet er Zwietracht unter Verbundenen und hetzt die Entzweiten auf. Hader und Streit erfreut ihn, macht ihn froh, befriedigt ihn. Hader und Streit erregende Worte spricht er.*

Hier spricht Sāriputto von der Haltung, dass man Spaltung und damit Zwietracht schaffen will, indem man einem anderen Negatives über einen Dritten sagt. Die Wurzel ist oft Neid gegenüber einer engen Freundschaft zwischen zwei anderen Menschen, von welchen man den einen auch sehr gern mag, so dass man ihm auch freundschaftlich verbunden sein möchte, aber man kommt nicht so recht bei ihm an. Die Unzufriedenheit darüber führt oft dazu, über den Dritten, der das gute Verhältnis mit dem anderen hat, das man selber wünschte, negativ zu denken und zu sprechen. Man kann sich eine gewisse Befriedigung nicht versagen, wenn zwischen den beiden die Beziehung etwas abkühlt. Um das zu erreichen, versucht man, durch Hintertragen Zwietracht zu säen.

Der 3. unrechte, Verderben bringende, unheilsame Wandel in Worten:

*Er gebraucht verletzende Worte, die spitz und stechend sind, andere beleidigen, andere verletzen, äußert sich mit Zorn und zerstört den Frieden. In solcher Weise spricht er.*

Verletzende Worte gebraucht ein Mensch aus Ärger, Zorn, Verbitterung oder Verzweiflung, wenn er sich in seinen Erwartungen enttäuscht sieht, wenn sein Verlangen nicht erfüllt

wird. Die harten, verletzenden Worte sind aber durchaus kein unvermeidbarer Kanal, um seiner Enttäuschung Ausdruck zu geben, denn man kann auch, selbst wenn man Ärger, Zorn empfindet, verbittert ist, schweigen. Manche Menschen werden, auch wenn sie enttäuscht sind, nicht ärgerlich, sondern eher traurig. Die verletzende, harte, barsche oder schneidende Rede ist kalt und herzlos, schließt den anderen aus. Auch der scharfe Kommandoton gehört zu der verletzenden Rede, ebenso die ironisch spottenden, überheblichen Worte, die den anderen verletzen und zurückstoßen.

Der 4. unrechte, Verderben bringende, unheilsame Wandel in Worten:

*Und er pflegt müßiges Geschwätz, spricht zur Unzeit, ohne Sinn und Zweck, nicht der Lehre und Ordnung gemäß, seine Rede ist nicht wert, dass man ihrer gedenke, sie ist unzeitig, nicht hilfreich, nicht abgegrenzt, nicht dem Gegenstand angemessen.*

Es werden keine konkreten Themen als übel bezeichnet, sondern es werden nur Ausdrücke gewählt, die auf Flachheit, Nebensächlichkeit und insofern Sinnlosigkeit hinweisen. Gewöhnlich nimmt der Mensch auch nicht genug Rücksicht auf die Umstände, und manche reden gar nur darum, weil sie sich gern reden hören. Das Reden folgt dem Trieb, sich auszusprechen, auszudrücken, mitzuteilen, sich selbst darzustellen, sich zu bestätigen.

Alles äußere Tun, das Wirken in Taten (dreifach) und Worten (vierfach) nennt der Erwachte *kamm-anta*, wörtlich „das Ende des Wirkens“. Z.B. Übles ist getan und das hat schlimme Folgen. Aber es konnte nicht geschehen ohne einen Anfang. Und dieser Anfang ist die üble Gesinnung, übles Denken, falsche Anschauung:

*Und wie ist nun dreifach im Denken der unrechte verderbte, unheilsame Wandel?*

*1. Da ist einer habgierig. Was ein anderer an Hab und Gut besitzt, danach giert er in dem Gedanken: „Ach, wenn doch sein Besitz mein eigen wäre.“*

Hier ist nur von der gedanklichen Einstellung die Rede, der Gesinnung. Er stiehlt nicht, sondern es steigt ihm nur der Gedanke auf: „Wenn ich das doch hätte.“ Dabei vergisst er, dass der andere es dadurch nicht mehr hätte. Von der Gesinnung der Habsucht zu der Tat des Stehlens ist nur ein kleiner Schritt. Der Buddha sagt: Was wir lange genug denken, das können wir eines Tages auch tun. Was wir noch länger denken, das müssen wir eines Tages tun. Vom Denken werden die Antriebe des Handelns bestimmt.

*Das 2. unrechte, Verderben bringende, unheilsame Denken: Er hegt im Herzen Antipathie bis Hass, pflegt üble Gedanken und Gesinnungen: „Diese Wesen da sollen getötet, umgebracht, zerstört werden, sollen so nicht bleiben.“*

Jeder leise gespürte Wunsch, den anderen, der die Erfüllung meines Begehrens stört, irgendwie anzugreifen, zu verletzen, zu verstören oder auch nur zu wünschen, dass es ihn nicht gebe, ist Ausdruck von Antipathie, Gegenwendung, Hass, führt zum Verletzen, Verweigern, Verurteilen und ist in der Welt der Begegnung die Ursache für alle Gewalttaten.

Gewalttaten als Auswirkung von Antipathie bis Hass empfindet jeder als abschreckend. Weit weniger offensichtlich schädlich und schädigend jedoch erscheinen die schwachen und starken Abneigungen (Antipathie) gegen diesen oder jenen Menschen, gegen bestimmte Menschengruppen, gegen andere Völker, gegen Andersdenkende, von denen die Menschen bewegt werden aus Mangel an Verständnis und Mitempfinden. Und doch ist Antipathie bis Hass der Anfang aller geplanten und beabsichtigten Gewalttaten.

*Das 3. unrechte, Verderben bringende, unheilsame Denken: Und er hegt verkehrte Ansichten, verderbliche Meinungen. Er*

*denkt: „Das Spenden von Hab und Gut bringt keinen Gewinn. Es gibt aus gutem Tun keine gute und aus üblem Tun keine üble Ernte. Nicht gibt es außer dieser Welt auch eine höhere jenseitige Welt – d.h. es gibt keine andere Welt, mit dem Tod ist das Leben beendet – es gibt nur Zeugung durch die Eltern, keine unmittelbare geistige Geburt. Es gibt in der Welt keine Asketen oder Brahmanen, welche durch Läuterung und hohe geistige Übung zur Durchschauung und Erkenntnis dieser und jener Welt gelangt wären und uns belehren können.*

Nur wer die Anschauung hat, dass wir nach dem Tod weiterhin leben, der kommt dazu zu fragen: „Wie kann es mir auch später gut gehen?“ Wer aber die Anschauung hat: „Mit dem Tod ist Schluss“, der stellt keine Fragen über den Tod hinaus. Wir glauben uns hinreichend orientiert mit der Anschauung, die wir haben, und nach ihr richten wir uns. Bei jedem Menschen ist es die jeweilige Anschauung, die zum Tun und Lassen zwingt. In allen Situationen fragen wir die Anschauung: „Was mache ich jetzt?“ Ist aber diese Anschauung falsch, dann richten wir uns nach einem falschen Wegweiser. Dann läuft auch alles entsprechend falsch.

Wer die Tugendregeln einhält, ohne auf sein Denken zu achten und falsche Anschauung entwickelt, der hat die den Tugendregeln entgegengesetzten Neigungen mehr oder weniger verdrängt; aber weil die rechte Anschauung fehlt, wird solch eine Verdrängung im Lauf der Zeit seitens der Triebe überrollt.

Anziehung, Abstoßung, Blendung  
sind die Wurzeln des Unheilsamen

Als Wurzeln, als Ursache für das zehnfache falsche Verhalten und Denken werden Anziehung, Abstoßung, Blendung genannt. Anziehung und Abstoßung sind Spannungen im Körper, sind die uns unzugänglichen zwei Seiten der unbewussten Triebe, und diese bewirken eine täuschende Wahrnehmung,

die Blendung. Der Erwachte vergleicht das Herz, die Gesamtheit der Triebe, Anziehung und Abstoßung, einschließlich der Blendung, mit einem Maler, der dauernd malt (S 22,100). Die Triebe mit Anziehung, Abstoßung führen den Pinsel, haben die Farben, und Wahrnehmung, die Blendung, ist das Gemälde: In die wahrgenommene Umwelt schaut das wahrgenommene Ich hinein und sagt z.B. „Da kommt ein Feind, da ein Freund“ und reagiert blind darauf.

Der Neugeborene weiß noch nichts über dieses Leben, noch keine täuschenden, blendenden Wahrnehmungen sind in seinen Geist eingeschrieben, aber er hat durch die Triebe Anziehung zu dem einen Erlebnis und fühlt sich abgestoßen vom entgegengesetzten Erlebnis. Bekommt er Milch, wird die Zunge mit dem ihr innewohnenden Trieb, dem Schmecker, von der Milch berührt, tritt Erlösung der Spannung des inneren Vakuums, ein. Wohlgefühl kommt auf, das mit der Erfahrung des Schmeckers in den Geist eingetragen wird. Von da ab ist die Milch als etwas Köstliches in den Geist eingeschrieben. Das ist Blendung, ein triebbedingtes Gefühlsurteil. Die Abstoßung ist genau entsprechend der Anziehung. In dem Maß, wie Anziehung zu Milch besteht, in dem gleichen Maß besteht Abstoßung gegenüber Kot und sonstigen Ausscheidungen, wenn der Säugling sie in den Mund nimmt.

Wenn der Geist eines Kindes oder eines Erwachsenen meldet: „Da sind ja die schönen Dinge“, „da sind ja die hässlichen Dinge“, dann bewertet die Blendung des Geistes die Anziehung und Abstoßung der Triebe positiv, und damit bewirkt dieses Blendungsurteil eine Mehrung der Triebe. Die Triebe selber sind aus vergessenen Gedanken entstandene Dränge. Wir haben irgendwann bedacht: „So etwas zu haben, wäre schön“, aber diesen Gedanken wieder vergessen. Doch bei Gelegenheit taucht der Gedanke wieder auf, und das häufige Bedenken, dass da etwas Geeignetes ist, das man brauchen kann, dass da etwas Schönes ist, führt zu einem Hingeneigtsein des Bedachten, das sich bis zur Leidenschaft oder gar Sucht steigern kann. Der Wollenskörper, der Spannungskörper

per, die Gesamtheit der Triebe mit Anziehung und Abstoßung, wird erhalten durch Gedanken, die zu fixierten Ideen werden, Bestimmtes sehen zu wollen, anderes Bestimmtes nicht, Bestimmtes hören zu wollen, anderes Bestimmtes nicht, Bestimmtes erleben zu wollen, anderes Bestimmtes nicht.

Der unbelehrte Mensch meint, eine Sache wäre an sich schön oder hässlich, aber der Erwachte zeigt, dass die Urteile subjektiv sind, eben Blendung, entworfen von den unbewussten Trieben.

Anziehung oder Abstoßung, die wir als bewusste Dränge wahrnehmen, im Geist spüren, werden vom Erwachten „Durst“ genannt, z.B. „Das war damals ein feines Essen, das möchte ich wieder haben.“ Aber die Triebe selber sind verborgene Kräfte, die einen geblendeten Geist schaffen, der sich in den verschiedenen Formen des Durstes, der Anziehung und Abstoßung, bemerkbar macht. Und wenn keine rechte Anschauung durch Belehrung und Erfahrung vorhanden ist, dann wird – und das ist die falsche Anschauung – der Durst nach Sinnendingen, nach Dasein überhaupt, positiv bewertet, und damit wird dem Durst gefolgt. Wird nun die Durstbefriedigung durch andere Wesen behindert oder gar verhindert, dann wird diesen Personen gegenüber Antipathie bis Hass empfunden und der Neigung zu Gewaltsamkeit gefolgt – der Leidenskreislauf setzt sich fort.

Das Heilsame: die zehn heilsamen Wirkensfährtten

*Und was, ihr Brüder, ist das Heilsame?*

*Abwendung vom Töten von Lebewesen*

*ist das Heilsame.*

*Abwendung vom Nehmen des Nichtgegebenen*

*ist das Heilsame.*

*Abwendung von unrechtem Geschlechtsverkehr*

*ist das Heilsame.*



*Abwendung von trügerischer, verleumderischer Rede ist das Heilsame.*

*Abwendung von Hintertragen ist das Heilsame.*

*Abwendung von verletzender Rede ist das Heilsame.*

*Abwendung von müßigem Geschwätz ist das Heilsame.*

*Freisein von Habgier ist das Heilsame.*

*Freisein von Antipathie bis Hass ist das Heilsame.*

*Rechte Anschauung ist das Heilsame.*

*Das, ihr Brüder, wird das Heilsame genannt.*

*Und was, ihr Brüder ist die Wurzel des Heilsamen?*

*Nicht-Angezogensein ist die Wurzel des Heilsamen.*

*Nicht-Abgestoßensein ist die Wurzel des Heilsamen.*

*Nicht-Blendung ist die Wurzel des Heilsamen.*

*Das wird, Brüder, die Wurzel des Heilsamen genannt.*

Das Heilsame bei der Einhaltung der sieben Tugendregeln besteht nicht nur darin, dass der Nachfolger die Tugendregeln einhält, das Üble nicht tut, sondern dass er sich von dem Üblen innerlich abwendet (*veramanī*), so dass es den Neigungen des Herzens widerstrebt, zu töten, zu stehlen, in andere Ehen einzubrechen, trügerisch zu reden, zu hintertragen, mit Worten zu verletzen, müßiges Geschwätz zu pflegen.

Die Entwicklung zur inneren Abwendung von der Untugend bedarf einer langfristigen beharrlichen Übung, Umerziehung und Umgewöhnung, die nicht mit einem einmaligen geistigen Entschluss zu erreichen ist. Für diesen Übungsweg gibt der Erwachte dem Menschen, der aus dem Sumpf heraus will, ein Hilfsmittel in die Hand, mit welchem er sich in dem Maß, wie er sich an seine Anwendung gewöhnt, ganz sicher aus allen üblen Verhaltensweisen herausarbeiten kann. Es ist ein Hilfsmittel, das auch in vielen anderen Religionen angeboten wird. Es besteht in dem Rat, dass man sich im Umgang mit jedem Lebewesen – Mensch oder Tier – in dessen Lage versetzt, indem man sich fragt, ob man wünsche, dass einem selbst das geschehe, was man jetzt dem Begegnenden mit Re-

den und Handeln antun wolle.

Wer diesem Bild – sich in den Nächsten zu versetzen – immer wieder einführend nachgeht (meditieren), der kann damit zum unmittelbaren Erleben jener ganz anderen Perspektive gegenüber dem Mitwesen kommen, um die es hier geht. – Normalerweise beurteilen und bewerten wir nämlich unsere Mitwesen – jeden, mit dem wir gerade zu tun haben – soweit wir ihn überhaupt bemerken und beachten – ganz unwillkürlich danach, wie er uns „zusagt“ bzw. was wir von ihm haben oder erwarten können, d.h. also von der Perspektive des Eigennutzes. Der Erwachte aber – und auch andere Religionen – bringen uns die bekannte, aber fast stets vergessene Tatsache in Erinnerung, dass jeder andere – Mensch oder Tier, Freund oder Feind – ganz genauso Wohlsein auf allen Gebieten wünscht, wie wir Wohlsein auf allen Gebieten wünschen, und ganz genauso Unannehmlichkeiten, Übles, Schmerzen, Qualen auf allen Gebieten fürchtet und flieht, wie auch wir auf allen Gebieten Unannehmlichkeiten, Übles, Schmerzen, Qualen fürchten und fliehen.

Wir sehen, dass die Veränderung der Perspektive darin besteht, von Antipathie bis Hass, aus der all unser unabsichtliches und absichtliches übles Tun hervorgeht, zu echtem Mitempfinden, der Ich-Du-Gleichheit (*mettā*) zu kommen, dass wir also den „natürlichen Standpunkt“, alles Begegnende nach den eigenen Interessen zu wägen, zu behandeln und zu nutzen, verlassen – zu verlassen uns gewöhnen, dass wir uns umstellen, uns in die Lage des Mitwesens versetzen, das ja die gleichen Grundinteressen und Bestrebungen hat wie wir, und dass wir diese sehen und nachempfinden.

Das Mitempfinden zeigt sich in der Fürsorge. Die Eigenliebe zeigt sich in der Fürsorge für sich selbst; die Nächstenliebe zeigt sich in der Fürsorge für den Nächsten. Und wenn *Jesus* sagt: *Liebe deinen Nächsten wie dich selbst*, so bedeutet es, dass man bei der Begegnung mit dem Nächsten ganz ebenso für dessen Wohl mitsorge, wie man bei der Begegnung mit sich selbst für sein eigenes Wohl sorgt. Dann liebt man den

Nächsten wie sich selbst. Und der Erwachte empfiehlt, bei allem, was man denkt, redet oder tut, stets gleichermaßen zu prüfen, ob es einen selbst oder ein anderes Wesen oder beide beschwert und bedrängt. (M 61) Diese Umstellung zur richtigen Einstellung zum „Du“ lehrt der Erwachte seine Mönche und Hausleute in Bezug auf alle Tugendregeln. Und diese Umstellung, der Erwerb der rechten Gesinnung, des rechten Denkens, ist in der folgenden ausführlichen Beschreibung der Tugendregeln und in der 8. und 9. heilsamen Wirkensfährte mitgenannt.

In M 41 heißt es:

*Dreifach in Taten ist der rechte und gute Lebenswandel, vierfach im Reden und dreifach im Denken.*

*Wie ist nun dreifach in Taten der rechte und gute Wandel?*

*1. Da hat einer das Töten von Lebewesen aufgegeben, dem Töten von Lebewesen widerstrebt sein Wesen. Ohne Stock, ohne Schwert, teilnehmend und rücksichtsvoll hegt er zu allen lebenden Wesen Liebe und Mitempfinden.*

Hier ist nicht gesagt wie im Alten Testament „Du sollst nicht töten“ als Befehl, sondern hier hat sich der Mensch aus Mitempfinden und Teilnahme fest entschlossen, nicht mehr zu töten. Man kann sich vorstellen, wie es in einem Kulturraum aussieht, in dem es den Menschen zur selbstverständlichen Gewöhnung geworden ist, die Bedürfnisse der anderen Wesen, einschließlich der Triebe, zu beachten in liebender Gesinnung. Je weniger ein Mensch roh gegen andere Wesen ist, je mehr er mitempfindet mit anderen Wesen, um so mehr wird er in zukünftigen Leben erleben, dass andere Wesen auch mit ihm mitempfinden, ihn schonen.

*2. Er hat das Nehmen von Nichtgegebenem aufgegeben. Dem Diebstahl widerstrebt sein Wesen. Gegebenes nur nimmt er, Gegebenes wartet er ab, nicht diebisch gesinnt, rein gewordenen Herzens.*

Wenn der Kenner der Lehre irgendwo etwas bestechend Schö-

nes liegen sieht, was ein anderer verloren hat, dann mag ihm der freudige Gedanke aufsteigen: „Oh!“ Aber er wird diesen Gedanken gleich abtun und sich sagen: „Dies hat einer verloren, und den Verlust wird er sehr bedauern. Ach, wie schön, wenn ich dazu beitragen kann, dass er es wiederbekommt.“ Mit der Gesinnung des reinen Herzens, das mit den Mitwesen empfindet, können wir weder für uns noch für andere in den Bezirk der Mitwesen einbrechen und Nichtgegebenes nehmen. Damit sind alle eindringenden Leiden, wie Eigentadel, schlechter Leumund und übles Ergehen nach dem Tod, abgeschnitten.

*3. Er begeht keine Ausschweifung mit einem Mädchen, das unter der Obhut von Vater und Mutter, Bruder oder Schwester oder unter der Obhut von Verwandten oder unter dem Schutz des Gesetzes steht, auch nicht mit einer Frau, die verheiratet ist, oder einer im Dienstverhältnis Stehenden bis herab zu der durch Überwurf eines Blumenkranzes Anverlobten.*

*Das ist der in Taten dreifache rechte und gute Wandel.*

Es geht hier darum, nicht in Vertrauens- und Obhutsverhältnisse und schon bestehende Bindungen einzubrechen. Auf heutige Verhältnisse übertragen, bedeutet es, dass man weder zu junge Menschen verführt wegen des seelischen Schadens durch verfrühte sexuelle Erlebnisse ohne freundschaftliche Bindung und Fürsorge – noch auch dass man in eheliche und sonstige partnerschaftliche Beziehungen einbricht.

Wo die Selbstbeschränkung auf die Lebensgemeinschaft mit dem Partner eingehalten wird, da hat das sinnliche Bedürfnis nicht mehr einen allbeherrschenden Platz, sondern das harmonische Miteinander tritt mehr und mehr in den Vordergrund. Die Gatten verleben als Lebensgefährten gemeinsam gute und schlechte Stunden, lernen Egoismus aufzugeben und sich anzupassen, dem anderen zuliebe auf etwas zu verzichten und die mit dem Familienleben verbundenen Pflichten und Aufgaben zu erfüllen. Nach den Ratschlägen des Erwachten für die Hausleute gilt die Ehe als Hilfe dazu, ohne Verzicht auf

Lust die wilden Triebe zu beschränken und zu zügeln, Maß zu halten und die inneren Kräfte der selbstlosen Liebe, des Dienens und der Treue immer mehr zu entwickeln, bis sie das sinnliche Bedürfnis immer mehr überstrahlen und sich auch über die Person des Partners hinaus allen Wesen zuwenden.

*Wie ist nun vierfältig im Reden der rechte und gute Wandel?*

*1. Da spricht einer nicht in trügerischer Absicht. Wenn er von seinen Mitmenschen in der Versammlungshalle (vor Gericht), unter den Leuten, in der Familie, im Beruf, bei Hof gefragt wird: „Wohl denn, lieber Mann, was du in dieser Sache weißt, das sage“, dann antwortet er, wenn er nichts weiß: „Ich weiß es nicht.“ Wenn er es weiß: „Ich weiß es.“ Und wenn er nichts gesehen hat: „Ich habe es nicht gesehen.“ Und wenn er es gesehen hat: „Ich habe es gesehen.“ So macht er weder aus eigenem Interesse noch wegen eines anderen oder aus irgendeinem weltlichen Grund eine trügerische Aussage.*

Die moralische Seite, d.h. die Absicht der Schädigung der Mitwesen spielt in dem moralischen Kodex des Buddha die Hauptrolle. Der Maßstab, den der Erwachte in seiner Lehre anwendet, lässt erkennen, dass jede Redeweise, die aus übler Absicht geschieht – selbst wenn sie wahr ist –, erheblich schädlicher ist als manche Verlegenheitslüge, hinter welcher keinerlei üble Absicht, sondern oft sogar Fürsorge steht und die auch weder dem Angesprochenen noch anderen Personen schädlich ist. Dennoch wird der hochsinnige Mensch und der ernsthafte Nachfolger, der das vom Erwachten aufgezeigte Heilsziel begriffen hat und die innere Kraft und Klarheit erfährt und empfindet, die von der Treue zur Wahrhaftigkeit ausgeht, immer entschiedener versuchen und immer mehr Wege finden, die Wahrhaftigkeit hochzuhalten.

*2. Das Hintertragen hat er aufgegeben. Dem Hintertragen widerstrebt sein Wesen. Was er hier gehört hat, das berichtet er nicht dort wieder, um jene zu entzweien; was er dort gehört*

*hat, das berichtet er nicht hier wieder, um diese zu entzweien; vielmehr einigt er Entzweite, festigt Verbundene, Eintracht macht ihn froh, Eintracht freut ihn, Eintracht beglückt ihn, Eintracht fördernde Worte spricht er.*

Das mitempfindende Herz fühlt sich gedrängt, in Schutz zu nehmen, alles Gute über einen Menschen aufzudecken, heranzuziehen. Damit erwirbt sich ein Wesen, dass auch ihm einst Fürsprache-Engel erstehen, die ihn verteidigen und schützen vor seinen Anklägern.

*3. Verletzende Worte zu reden – das hat er aufgegeben. Dem Aussprechen verletzender Worte widerstrebt sein Wesen. Worte, die frei von Schimpf sind, dem Ohr wohltuend, liebevoll, zum Herzen dringend, höflich, viele erfreuend, viele erhebend – solche Worte spricht er.*

Die Rede soll nicht nur vom Klang, sondern auch vom Inhalt her wohl tun, und das ist nur von der liebevollen Rede zu erwarten. Die liebevolle Rede ist nicht verlegend, ablehnend, schneidend, überheblich, sondern zeigt dem Gesprächspartner – auch wo sachliche Meinungsverschiedenheiten bestehen – ein offenes, ihm zugewandtes Herz und menschliche Achtung.

Das Gegenteil der verlegenden Rede ist die sanfte Rede und das milde Wesen überhaupt, das in der Sprache Geduld gegenüber anderen zeigt: Ein solches mildes Wesen und eine solche Sanftmut zu gewinnen, wird vom Erwachten als eines der wesentlichen Ziele gezeitigt.

*4. Leeres Geschwätz hat er aufgegeben. Allem leeren Gerede widerstrebt sein Wesen. Zur rechten Zeit spricht er, den Tatsachen gemäß, auf den Sinn bedacht, der Lehre und Ordnung getreu. Seine Rede ist reich an Inhalt, klar abgegrenzt, alles umschließend, ihrem Gegenstand angemessen.*

*Das ist der in Worten vierfache rechte und gute Wandel.*

Der Nachfolger wird im Lauf der Jahre erfahren, dass die Beurteilung dessen, was unnütze Rede, Geschwätz oder Plappern

und Plaudern ist, sich allmählich ändert. Das ist auch der Zweck dieser Formulierung. Es werden keine konkreten Themen als übel oder gut bezeichnet, sondern es wird nur eine Ausdrucksweise gewählt, die auf Flachheit, Nebensächlichkeit und insofern sinnlose Zerstreung hinweist. Und da erfährt jeder Nachfolger, dass im Lauf der Jahre immer mehr Themen und Redensarten seinem Wesen zu widersprechen beginnen. Zuletzt wird einer dahin kommen, dass er nur zur rechten Zeit das rechte, hilfreiche, herzliche Wort sagen mag.

*Wie ist nun der rechte und gute Lebenswandel im Denken?*

*1. Da ist einer frei von Habgier. Was ein anderer an Hab und Gut besitzt, danach giert er nicht in dem Gedanken: „Ach, wenn doch sein Besitz mein Eigen wäre.“*

Wenn der Mensch, um weiterzuleben, auf Kosten anderer existieren müsste, wenn er, um zu überleben, Mitmenschen bestehlen müsste, dann sagt er sich oft, jeder sei sich selbst der Nächste. Die Habsucht tritt nur so lange nicht an das Tageslicht, als es uns gut geht und wir in geordneten Verhältnissen leben. So ist Habsucht nur die Pflanze, deren Wurzel die Sinnensucht ist, das Bedürfnis überhaupt, aus der sie immer wieder heranwächst.

Einzudämmen ist sie nur durch das Sich-Eins-Fühlen mit den Mitwesen, durch Mitempfinden, Mitfühlen. Aber an der Wurzel ausrodern kann man sie nur, wenn man ein so großes inneres Wohl bei sich hat, dass man der Sinnendinge nicht mehr bedarf.

*2. Frei von Antipathie bis Hass ist er und von fürsorglicher Gesinnung: „Mögen diese Wesen ohne Feindschaft und Kälte geborgen und glücklich ihr Dasein bewahren.“*

Der Übende macht sich die wohlthuende heilende Kraft einer solchen Gemüthaltung freudig klar, so dass er künftig Abscheu und Entsetzen empfindet, wenn wieder Antipathie bis Hass im Herzen aufsteigen wollen. Er macht sich klar und fühlt es nach: „Alle mir begegnenden Wesen haben Anliegen,

so wie ich Anliegen habe. Es sind Wesen, die den Weg durch den Samsāra, durch Not und Elend und gelegentliches Glück gehen, wie ich ihn gehe. Es sind Geschlagene und Getriebene, wie ich ein Geschlagener und Getriebener bin. Wir sind *eine* Gemeinde von Brüdern und Schwestern, *eine* Schicksalsgemeinschaft, alle sind auf der Suche nach Wohl, alle tasten noch im Dunklen.“ So läutert er das Herz von Antipathie bis Hass.

Rechte Anschauung, die 10. heilsame Wirkensfährte,  
entzieht den Trieben, Anziehung und Abstoßung,  
die Grundlage

Als zehnte heilsame Wirkensfährte wird die heilsame rechte Anschauung genannt, um die es in unserer Lehrrede geht. In M 41 nennt der Erwachte als Vorstufen zu seiner eigentlichen Belehrung über das Leiden und wie man ihm entrinnen kann, die rechte Anschauung über den Wert des Gebens, der Tugend, das Karmagesetz und die Tatsache jenseitiger Welten:

*3. Und er hat rechte Anschauungen, hegt keine verkehrten Meinungen, sondern:*

*Das Spenden von Hab und Gut hat tiefen Sinn und bringt Gewinn.*

*Alles rechte Tun bringt gute Ernte, alles üble Tun üble.*

*Es gibt außer dieser Welt auch höhere jenseitige Welt.*

*Es gibt über- und untermenschliche Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugt Körper erscheinen.*

*Es gibt in der Welt Asketen und Brahmanen, welche durch Läuterung und hohe geistige Übung diese und die jenseitige Welt in überweltlicher Schau erlebt und erfahren haben und darüber lehren.*

Nach dieser Belehrung gab der Erwachte denjenigen Menschen, die aufnahmebereit waren, die Darlegung der vier Heilswahrheiten, wie sie den Erwachten eigen ist:



Die fünf Zusammenhäufungen sind Leiden (erste Wahrheit),  
die Triebe, der Durst, sind die Ursache des Leidens (zweite  
Wahrheit),  
durch Aufhebung der Triebe, des Durstes,  
wird alles Leiden aufgehoben (dritte Wahrheit),  
der Weg zur Aufhebung des Leidens (vierte Wahrheit)  
beginnt mit heilender rechter Anschauung und rechtem Den-  
ken.

Die heilende rechte Anschauung – unbeständig sind die  
fünf Zusammenhäufungen, leidvoll, nicht-ich – entwickelt sich  
für den Belehrtten aus der Beobachtung der fünf Zusammen-  
häufungen bei sich selber. Das ist dann wie eine geistige Zeu-  
gung, dann ist die programmierte Wohlerfahrungssuche auf  
das Heil gerichtet, der Nachfolger ist in die Strömung einge-  
treten, die ihn zum Heil zieht: die Identifikation mit den fünf  
Zusammenhäufungen, der unterbewusst überall wuchernde  
Glaube „Ich bin, die Welt ist“ hat einen Sprung bekommen. In  
dem Augenblick, in dem wir aller Daseinsfaktoren Bedingtheit  
durchschauen, die Leidensmasse klar sehen, in dem Augen-  
blick ist Anziehung, Abstoßung, Blendung, ist der Spannungs-  
körper, der Wollenskörper (*nāma-kāya*) nicht da. Er ist aufge-  
löst in einer zeitweiligen Erlösung. Der Stromeingetretene hat  
für einen Augenblick die heilende Anschauung, die der Ge-  
heilte immer hat. Zwar melden sich die Triebe bald wieder,  
aber etwas gemindert: Das Leiden ist gesehen, die Pflege des  
perspektivenlosen, tendenzenfreien Denkens ist verstärkt wor-  
den, immer länger kann der Übende im durchschauenden An-  
blick bleiben. So führt die heilende rechte Anschauung zur  
Minderung der Triebe, des Spannungsleibs, zur Minderung  
von Anziehung und Abstoßung. Sie führt nicht vorzugsweise  
zur Minderung der Sinnensucht oder des Ergreifens von Rei-  
ner Form, sondern gleichmäßig löst sie von allem. Wer die  
rechte Anschauung hat, kann erst das große Übel übler Ged-  
anken sehen: Habsucht und Abneigung bis Hass. Damit min-  
dert er die Triebe. Denn wer zu diesem Anblick fähig ist, ent-  
zieht allen Trieben die Grundlage. Zuerst arbeitet er sich aus

den dunklen Zonen heraus, aber zugleich bewertet er das Ergreifen aller Daseinsmöglichkeiten negativ. Das ist die Wirkung der rechten Anschauung. Wer sie hat, hat damit den Ansatzpunkt, an die Wurzel alles Guten heranzukommen.

Antipathie bis Hass-Blendung und  
Blendung durch Sinnensucht wird  
vom Heilsgänger allmählich aufgehoben

Der so Erkennende legt seine Motivation, sein Handeln nicht mehr in die Hand der Blendungs-Wahrnehmung, sondern in die Hand des Wissens über die wahren Zusammenhänge, seines Wissens um die Triebe und die von ihnen ausgehende Blendung. Er weiß: Die Wahrnehmung aller Wesen hat Blendungs-Charakter, entstanden durch Angezogenheit und Abgestoßensein, und daraus wird die Anschauung bezogen, z.B. „Der ist mein Feind.“ Wer die Herkunft dieser Wahrnehmung aus den Trieben erkennt, weiß: „Das ist nicht mein Feind, das erscheint nur so durch die eingetragenen Daten im Geist, es sind vielmehr Eindrücke, die der Neigung, der Anziehung, widersprechen. Wenn ich diesen Eindruck „Feind“, die Antipathie-Hass-Blendung weiter im Auge behalte, wird die Feindschaft erhalten oder größer.“ Das, was die Wahrnehmung anbietet, wird festgehalten. Wer weiß, das ist ein Blendungs-Eindruck durch Abstoßung, der richtet den Blick schärfer auf die eigenen Gefühle, merkt, wie bei der einen Wahrnehmung der Blick kühl zurückgenommen wird und bei einer anderen freudig aufleuchtet, merkt die blinde Getriebenheit durch die Gefühle, die Blendung.

Für den Kenner der Lehre, der sich von den Trieben gerissen sieht, findet oft ein Ringen zwischen zwei Determinanten des Willens statt: der Weisheit und der Triebe. „*Wohl tut das, weh tut das*“, sagt die Erfahrung der Triebe. Die Weisheit sagt: Die Triebe und die von ihnen ausgehende Blendung halten im Karussell des Leidens. Der Erwachte sagt (M 43): *Die Weisheit (paññā) ist auszubilden, die Trieb-Erfahrung (viññā-*

na) muss durchschaut werden.

Zu einer Zeit, in der beim Kenner der Lehre Antipathie bis Hass-Triebe nicht wirksam sind, ist auch nicht die Wahrnehmung von Feindschaft. Die Gleichheit aller Suchenden wird gesehen: Wer mir jetzt überlegen ist, war mir irgendwann unterlegen, wer mir jetzt unterlegen ist, war mir irgendwann überlegen. Es gibt in dem unendlichen Leidenskreislauf durch Geburten und Tode nichts, was ich nicht schon war, es gibt nichts, was der andere nicht schon war. Also ist der andere genau das, was ich bin. Wenn dies gesehen wird, dann ist die Blendung durch Antipathie-Hass aufgehoben, dann wächst innere Helligkeit, wie wenn man in einer Höhle in die Nähe des Lichtschachts kommt. Mit dieser Helligkeit im Herzen kann man die Blendung durch Sinnensucht überwinden.

Die Blendung durch Antipathie-Hass, die Wahrnehmung „Feind“, betrifft den seelischen Bezug, den der so Beurteilende zu Mitwesen hat. Die Blendung durch Sinnensucht betrifft nur das Sinnliche: Formen – die Gestalten der Menschen, Tiere und Pflanzen –, Töne, Düfte, Geschmäcke, das Tastbare. Erotik und Geschmäckigkeit dominieren bei der Sinnensucht.

In der ersten Lehrrede der „Angereichten Sammlung“ A I,1 heißt es:

*Keine andere Form gibt es, die das Herz des Mannes so aufwühlt (pariyādāti) wie die Form der Frau, keine andere Stimme gibt es, keinen anderen Duft, keinen anderen Geschmack, keine andere Tastberührung gibt es, die das Herz des Mannes so aufwühlt wie die Stimme, der Duft, der Geschmack, die Tastberührung der Frau.*

Dasselbe gilt für die Frau:

*Keine andere Form gibt es, die das Herz der Frau so aufwühlt wie die Form, die Stimme, der Duft, der Geschmack, die Tastberührung des Mannes.*

Schönheit und Nichtschönheit, Jugend und Alter wird von den sinnlichen Trieben bewertet.

Um die Blendung durch die Sinnensucht zu überwinden, ist zu bedenken, dass alles, was durch die Sinne erfahren werden

kann, nur Totes, Bewegtes, Materie ist. Materie kann von Leben bewohnt sein, aber ist selber nicht lebendig. Ob der Körper bewegt wird oder nicht, er ist völlig tot, er weiß von nichts, will nichts, kann nichts. Das ihn Bewegende ist das Seelische.

In der erforderlichen Gründlichkeit ist der Nachfolger erst dann zu dieser Durchschauung bereit, wenn er bei sich selber helle, beglückende Gedanken hat und eine Grundart, mit der er aus dem Eigenen leben kann, ohne von außen Wohl beziehen zu müssen. Erst dann ist er bereit zu dem Anblick der vier Gegebenheiten: Alles Sehbare, Hörbare, Riech-, Schmeck-, Tastbare besteht nur aus den vier Gegebenheiten Festes, Flüssiges, Hitze, Luft. Der Betrachter vergisst nicht, dass da Anliegen sind, aber die Anliegen sind gerade nicht die Gestalt. Die Anliegen sind als Geistig-Seelisches nicht sehbar, hörbar, riechbar, schmeckbar, tastbar. Der Erwachte empfiehlt, die vier großen Gegebenheiten immer wieder zu betrachten, bis man keine Gestalt als etwas Lebendiges und Bleibendes sehen kann. Erst muss der Mensch auf diese Weise die Unbeständigkeit und Leidhaftigkeit des als Außen Erlebten erkennen, sehen, dass es des Besitzes und der Gefühle nicht wert ist, dann erst kann der Mensch die Sinnensucht-Wahrnehmung, die Blendung durch die Sinnendinge, überwinden in dem Wissen: Alle Körper sind auf dem Weg über Festes und Flüssiges – Pflanzen, Tiere – bei irgendeiner Temperatur entstanden und werden durch die vier Gegebenheiten eine Zeitlang erhalten.

Wenn das erfahren wird, dann tritt durch die gewonnene Ablösung, durch die Unbetroffenheit von vergänglicher Form eine unvorstellbare Beglückung, Befreiung ein, die man vorher nicht ahnen konnte. Die Aufmerksamkeit des Geistes (*mano-viññāna*, die programmierte Wohlerfahrungssuche), die der Erwachte mit einem Affen vergleicht, die allem Angenehmen nachläuft, merkt nun: „Das Wohltuende, Angenehme ist innen.“ Damit hört der Geist auf, durch den Luger, Lauscher usw. in die Welt hinein zu lungern, sondern bleibt still bei dem inneren Wohl, richtet die Aufmerksamkeit auf das Innen, und Welt ist vergessen. Da sind Augen, und es wird nicht gesehen,

da sind Ohren, und es wird nicht gehört. Und da ist keiner, der Sehen und Hören vermisst. Dann ist die Blendung durch die Sinnensucht aufgehoben.

Aber noch ein weiterer sehr fester Haken hält selbst einen so weit Fortgeschrittenen bei den Trieben, bei Anziehung, Abstoßung, fest, und das ist der Wahn „Ich bin, die Welt ist“. Wenn wir nicht mehr stark fasziniert sind, keine starke aufdringliche Wahrnehmung von einer Situation haben, die zusätzliche Täuschung durch die Faszination vergangen ist, in neutraler Zeit, bleibt aber immer noch Wahn, die falsche Anschauung „Ich bin in der Welt“.

Die Identifizierung mit den Trieben –  
mit Anziehung und Abstoßung – verhindert ihre Aufhebung

Der Erwachte nennt die Triebe – und nicht nur die Antipathie-Hass- und die sinnlichen Triebe, sondern alle – die Ich- und Meinmacher (*ahamkāra mamamkāra mānānusaya*). Je stärker und vielfältiger die Triebe sind und die von ihnen ausgehende Blendung, um so stärker ist der Wahn, eine Persönlichkeit zu sein, um so mehr werden die fünf Zusammenhäufungen zu sich gezählt, als Mein angesehen.

Die Triebe geben bei Berührung ein Gefühl ab, und der Erwachte sagt dann in der 3. Person Einzahl: *Was man fühlt, nimmt man wahr*. Mit Gefühl und Wahrnehmung ist der Eindruck einer fühlenden Person („man“) entstanden, die etwas Angenehmes/Unangenehmes/Gleichgültiges (Blendung) erlebt. Durch die vielen gefühlsbesetzten Eintragungen im Geist ist die gemütsmäßige Empfindung (*cetasika vedanā*) eines gleichbleibenden Zentrums, eines Ortes, an dem die Erlebnisse ankommen, entstanden: die Ich-bin-Empfindung (*asmi-māno*). Das von den Trieben kommende Gefühl ist es also, das die Subjektivität „ich fühle“ suggeriert. So stark wie die drängenden Triebe sind und das von ihnen ausgehende Wohl- oder Wehgefühl, so stark sammelt sich das Ich-bin-Gefühl im Geist. Weil der Geist als immer gleicher Ankunftsort der Emp-

findungen und Objekte den vielen wechselnden Orten der als außen empfundenen Welt gegenübersteht, darum entsteht in ihm als der Sammelstelle der Gefühle die „Ich-bin“-Empfindung.

Der Weltling ist geneigt dazu, die fünf Zusammenhäufungen als Ich, als Selbst und Mein zu sehen. So heißt es (M 109): Er betrachtet die zu sich gezählte Form als ich und die als außen erfahrene Form als mein: *Sie gehört mir, das bin ich, das ist mein Selbst*. Es sind die Triebe, die bewirken, dass die fünf Zusammenhäufungen als Ich und Mein angesehen werden. Die Triebe erzeugen im Geist die „Ich-bin“-Anschauung (*sakkāya-ditthi*), und weil die „Ich-bin“-Anschauung den Erleber von der erlebten „Welt“ abgrenzt, zugleich auch die Weltgläubigkeit. Und die Ich-bin-Anschauung ist die Ursache dafür, dass der weltlich orientierte Mensch nicht wollen kann, die Gesamtheit der Triebe aufzuheben. Da er sich eins mit den Trieben fühlt, hätte er bei dem Gedanken, die Triebe aufzuheben, das Empfinden, sich selbst aufzuheben, das heißt: er selber würde vernichtet.

Solange die Triebe bestehen mit Anziehung und Abstoßung und Blendung, so lange sind sie das perpetuum mobile passionis, das unaufhörliche Leidenskontinuum, und der Glaube an Persönlichkeit, die Identifikation mit den Trieben, ist die Ursache dafür, dass die Aufhebung dieses perpetuum mobile nicht betrieben wird.

Der Erwachte sagt (A X,76):

*Drei Vorgänge gibt es in der Welt, ihr Mönche. Wenn diese nicht wären, dann brauchte der Vollendete nicht in der Welt zu erscheinen, der Geheilte, vollkommen Erwachte, und nicht brauchte dann die vom Vollendeten aufgezeigte Wahrheit und Lebensanleitung in der Welt zu leuchten! – Welche drei Vorgänge sind das? Geborenwerden, Altern und Sterben.*

*Ohne aber drei Eigenschaften aufzugeben und abgetan zu haben, ist es unmöglich, dass Geborenwerden, Altern und Sterben aufhört. Welche drei Eigenschaften sind das? Ohne*

*die Anziehung, das (unwillkürliche) Hingezogensein (rāga – Gier) zu den einen Dingen abgetan zu haben, das (unwillkürliche) Abgestoßensein von den anderen Dingen abgetan zu haben (dosa – Hass) und ohne die (unwillkürliche) Blendung/Faszination (moha) abgetan zu haben – ohne diese drei Eigenschaften abgetan zu haben, ist es unmöglich, Geborenwerden, Altern und Sterben zu überwinden.*

*Ohne aber drei weitere Eigenschaften abgetan zu haben, ist es unmöglich, Anziehung, Abstoßung und Blendung zu überwinden. Welche drei? Ohne den Glauben an Persönlichkeit, ohne die Daseinsbängnis abgetan zu haben und ohne die Auffassung aufgegeben zu haben, das (sittliche) Begegnungsleben sei das Höchste, ist es unmöglich, die Anziehung, die Abstoßung, die Blendung zu überwinden.*

Mit der dritten Dreiheit nennt der Erwachte drei Verstrickungen der Wesen und sagt, dass nur die Befreiung von ihnen zur endgültigen Minderung bis Auflösung von Anziehung, Abstoßung und Blendung und damit zur Erwachung führen könne.

Vor allem der ersten Verstrickung kommt eine Schlüsselstellung zu insofern, als nach ihrer Auflösung kein Stillstand mehr eintreten kann in der weiteren Minderung bis Auflösung aller übrigen Verstrickungen, denn sie bildet die Grundlage für alle übrigen.

Solange die Triebe bestehen mit Anziehung, Abstoßung, Blendung, so lange sind sie das unaufhörliche Leidenskcontinuum, und der Glaube an Persönlichkeit, die Identifikation mit den Trieben: „Ich bin es, der das und das will“ – ist die Ursache dafür, dass die Aufhebung des Leidenskcontinuum nicht betrieben wird. Solange der Mensch auf die Rieselkette der Erscheinungen setzt und durch Ich-vermeinendes Denken die Triebe erhält, so lange gibt es Triebe, gibt es Anziehung, Abstoßung und Blendung und wird damit Geborenwerden, Altern und Sterben erfahren.

Wer aber meinen würde, nach Aufhebung des Glaubens an Persönlichkeit könne ihn die blendende Erscheinung des

Wahn-Ich und der Wahn-Umwelt nicht mehr hemmen, der täuscht sich, denn das „Ich-bin-Empfinden“ ist mit der Aufhebung des Glaubens an Persönlichkeit (erste Verstrickung) noch längst nicht aufgehoben. Bis die endgültige Erwachung aus dem Wahntraum erreicht ist, bedarf es eines Prozesses, denn trotz der Aufhebung des Glaubens an Persönlichkeit geht das Wahnspiel, das Blendungsspiel zunächst noch weiter. Die Szenen, die zusammen „das Leben“ ausmachen, folgen nach wie vor einander, und nach wie vor lösen auf Grund der noch nicht aufgelösten Triebe, des noch nicht aufgelösten Wahns die einen Begegnungen Wohlgefühl, die anderen Wehgefühl aus, veranlassen die einen Begegnungen, dass das Ich sie festhalten und weiter genießen möchte, und veranlassen die anderen, dass es sie fortstoßen oder sich ihnen entziehen möchte. Wenn und soweit blind und spontan dem blendenden „Ich-bin“-Eindruck auf den alten Gleisen der programmierten Wohlerfahrungssuche gefolgt wird und eine wirklichkeitsgemäße Bewertung gar nicht stattfindet, dann wirkt sich zu dieser Zeit der Wegfall des Glaubens an Persönlichkeit, die Nicht-Identifikation mit einem Wahn-Ich, was einen Heilsgänger ausmacht, nicht aus. Dem Heilsgänger ist der neu gewonnene wirklichkeitsgemäße Anblick oft nicht gegenwärtig. Zwar führt das Wissen allmählich zu einem leisen Zurücktreten, zu einer Lockerung des Zugriffs, ja, allmählich auch zu einer Zurücknahme des natürlichen blinden Anspruchs auf „die Dinge“, also zum Loslassen – aber es ist nur ein sehr allmählicher Prozess, bis die *Gewohnheitsbande, immer heranzutreten, zu ergreifen, sich anzueignen und dabei zu verbleiben* aufgelöst sind, und es kostet eine Zeit der Übung in zunehmender gründlicher Wahrheitsgegenwart, bis die richtige Anschauung und Haltung durchgängig zu werden beginnt:

*Wenn man da aber nicht herantritt, nicht ergreift, nicht sich aneignet, nicht sich dahin richtet und in dem Wissen „Hier ist gar kein Ich! Leiden ist alles, was immer entsteht, Leiden ist alles, was immer vergeht“ – nicht mehr zweifelt, nicht mehr*



*bangt, im Besitz des von allen Meinungen unabhängig machenden Klarwissens – das ist richtiger Anblick. (S 12,15)*

Das Pāliwort für Glaube an Persönlichkeit ist *sakkāyaditthi*. Das Wort *kāya* in *sa-k-kāya* ist der Ausdruck für alles „etwas“, das erlebt wird oder zum Erleben beiträgt: einzelne oder alle fünf Zusammenhäufungen, und *sa-k-kāyaditthi* ist die Anschauung, dass einer sich mit (*sa*) etwas (*kāya*) identifiziert, es als Ich und Mein, als „eigen“ ansieht – insofern die Übersetzung „Glaube an Persönlichkeit“. Das Ergreifen auch nur einer einzelnen Zusammenhäufung nährt den Glauben an Persönlichkeit, fesselt an den Samsāra:

*Dies ist noch etwas. Nicht die Erfahrung von etwas, sondern die Erlöschung aller Triebe des Herzens, die durch Nichtergreifen gewonnen wird, das ist der wahre, unvergängliche Friede der Todlosigkeit. (M 106)*

Der Erwachte schildert fünf Arten des Entronnenseins (D 33):

*Wenn ein Mönch Sinnensucht/Sinnendinge (kāma) bedenkt, dann wendet sich das Herz nicht freudig zu (pakkhandati), entspannt und befriedet sich nicht dabei (paśīdati), wird nicht still und sicher dabei (santitthati), fühlt sich dabei nicht befreit (vimuccati). Wenn er aber die Sinnensucht-Freiheit/Freiheit von Sinnendingen (nekkhamma) bedenkt, dann wendet sich das Herz der Sinnensuchtfreiheit/Freiheit von Sinnendingen zu, entspannt und befriedet sich dabei, wird still und sicher dabei, fühlt sich dabei befreit. So geht es dem Herzen gut, es ist gut entwickelt, gut ausgebildet, erlöst, von Sinnensucht befreit. Was aber durch Sinnensucht/Sinnendinge an Wollensflüssen/Einflüssen, an Qual und Fieber aufsteigt, davon ist er frei geworden, kein solches Gefühl empfindet er mehr. Das heißt der Sinnensucht entronnen sein.*

*Weiter sodann, wenn ein Mönch Antipathie bis Hass – Gedanken des Schadenwollens und der Rücksichtslosigkeit – die Reine Form –, das Zu-sich-Zählen (sakkāya) bedenkt, dann wendet sich das Herz nicht freudig zu, entspannt und befriedet*

*sich nicht dabei, wird nicht still und sicher dabei, fühlt sich dabei nicht befreit. Wenn er aber Freisein von Antipathie bis Hass – Freisein von Gedanken der Rücksichtslosigkeit – Freiheit von Form – Ausrodung des Zu-sich-Zählens – bedenkt, dann wendet sich das Herz freudig zu, entspannt und befriedet sich dabei, wird still und sicher dabei, fühlt sich dabei befreit. So geht es dem Herzen gut, es ist gut entwickelt, gut ausgebildet, erlöst von Antipathie bis Hass – von Gedanken der Rücksichtslosigkeit – von der Neigung zu Reiner Form – vom Zu-sich-Zählen. Was aber durch Antipathie bis Hass – durch Gedanken des Schadenwollens und der Rücksichtslosigkeit – durch (Ergreifen von) Reiner Form – durch Zu-sich-Zählen – an Wollensflüssen/Einflüssen, an Qual und Fieber aufsteigt, davon ist er frei geworden, kein solches Gefühl empfindet er mehr. Das heißt der Antipathie-Hass – den Gedanken der Rücksichtslosigkeit – der Neigung zu Reiner Form – dem Zu-sich-Zählen entronnen sein.*

Das ist die Spitze des Heilsamen, Anziehung, Abstoßung und Blendung auf allen Gebieten, sämtliche Triebe, an der Wurzel ausgerodet zu haben. Dann ist es unmöglich, Unheilsames zu denken, zu reden, zu handeln. Denn Anziehung, Abstoßung, Blendung, die Wurzel alles Unheilsamen, ist ausgerodet. Darum heißt es in unserer Lehrrede:

*Wenn, ihr Brüder, der Heilsgänger so das Unheilsame versteht, so die Wurzel des Unheilsamen, so das Heilsame versteht, so die Wurzel des Heilsamen versteht und wenn er alle Giergeneigtheit aufgehoben hat, alle Abwehrgeneigtheit ausgerodet hat, alle Geneigtheit, „ich bin“ zu denken und zu vermeinen getilgt hat, den Wahn aufgehoben, Weisheit gewonnen hat, dann macht er dem Leiden noch in diesem Leben ein Ende.*

*Insofern, Brüder, hat ein Heilsgänger rechte Anschauung, ist seine Anschauung gradlinig ausgerich-*

*tet, ist er zur endgültigen Klarheit und dadurch zur Befriedung bei dieser Lehre erwachsen, ist er bei dieser besten Lehre angekommen. –*

Er ist der Lehre und Wegweisung des Erwachten gefolgt, hat die Aufhebung der Triebe, die Wurzel alles Unheilsamen, verwirklicht, ist am Ziel, der Leidfreiheit, angekommen.

Mit dieser umfassenden, alles umschließenden Erklärung Sāriputtos über die zehn unheilsamen Wirkensfährtten und ihre Bedingungen, die Triebe und die von ihnen ausgehende Blendung, und über die zehn heilsamen Wirkensfährtten und ihre Bedingung, die Überwindung der Triebe und der Blendung, waren die Mönche sehr zufrieden. Aber in dem Wissen, dass der Erwachte noch andere Zugänge zum Sich-Bewusstmachen des Leidens genannt hat, fragten sie den ehrwürdigen Sāriputto nach weiteren Anschauungen:

*Gut, Bruder, sagten da jene Mönche erfreut und erhoben durch die Worte des ehrwürdigen Sāriputto und stellten nun eine weitere Frage: Aber, Bruder, ist es möglich, dass ein Heilsgänger noch auf andere Weise rechte Anschauung besitzt, dass seine Anschauung gradlinig (auf das Heil) ausgerichtet ist, dass er zur endgültigen Klarheit und dadurch Befriedung bei dieser Lehre erwachsen ist, bei dieser besten Lehre angekommen ist? – Das ist möglich, Brüder.*

Die II. rechte Anschauung:

Die vier Nahrungen, ihre Ursache, die Aufhebung,  
den Weg zur Aufhebung verstehen

*Wenn, ihr Brüder, der Heilsgänger die Nahrung kennt, die Fortsetzung der Nahrung kennt, die Auflösung der Nahrung und den Weg kennt, der zur Auflösung der Nahrung führt, dann hat ein Heilsgänger rechte An-*

*schauung, ist seine Anschauung gradlinig ausgerichtet, ist er zur endgültigen Klarheit und dadurch Befriedung bei dieser Lehre erwachsen, ist bei dieser besten Lehre angekommen.*

*Was ist nun, Brüder, die Nahrung, was ist die Fortsetzung der Nahrung, die Auflösung der Nahrung und der Weg, der zur Auflösung der Nahrung führt?*

*Vier Arten von Nahrung gibt es für die Wesen, den entstandenen zur Erhaltung, den entstehenden zur Entwicklung. Welche vier?*

- 1. körpurbildende Nahrung,  
grob oder fein, (kabalimkāra),*
- 2. Berührung (phassa),*
- 3. geistiges Beabsichtigen und Anstreben  
(mano-sañcetana),*
- 4. Erfahrung (viññāna).*

*Die Fortsetzung des Durstes bedingt die Fortsetzung der Nahrung, die Auflösung des Durstes bedingt die Auflösung der Nahrung. Das ist der heilende achtgliedrige Weg, der zur Auflösung der Nahrung führt, nämlich rechte Anschauung, rechte Gemütsverfassung, rechte Rede, rechtes Handeln, rechte Lebensführung, rechtes Mühen (die vier großen Kämpfe), rechte Wahrheitsgegenwart, rechte Herzenseinigung.*

Wie groß das Ergebnis ist, das aus der Betrachtung der vier Nahrungen gewonnen werden kann, zeigt eine andere Lehrrede (A X,27):

*Eine Wahrheit gibt es, durch welche der Mönch (von den vergänglichen, leidvollen Dingen) vollkommen abgelöst, vollkommen abgewandt, vollkommen erlöst, des letzten Ziels voll ansichtig wird, das höchste Ziel erreicht hat, noch bei Lebzeiten dem Leiden ein Ende machen kann. Durch was für eine*

*Wahrheit? Alle Wesen bestehen durch Nahrung. Durch diese eine Wahrheit kann der Mönch noch bei Lebzeiten dem Leiden ein Ende machen.*

Die vier Nahrungen unterhalten den gesamten Daseinskreislauf (*samsāra*). Sie bewirken nicht nur die fünf Zusammenhäufungen, sondern sind auch in ihnen unter dem Aspekt der Ernährung enthalten, wie die folgende Aufstellung zeigt:

<u>Nahrung</u>	<u>Fünf Zusammenhäufungen</u>
Grobstoffliche Nahrung	Form
Berührung	Gefühl
geistiges Beabsichtigen	Wahrnehmung
prog. Wohlerfahrungssuche	Aktivität
	pr. Wohlerfahrungssuche

Von den vier Arten der Nahrung dient nur eine dem Leib, und die drei anderen Nahrungsweisen sind geistiger Natur. Alle vier Nahrungen zeigen, dass die Wesen Hungerleider sind, Vacua sind, die ohne diese vier Arten von Nahrung nicht bestehen können. Sie müssen sinnlich, seelisch und geistig befriedigt werden. Der Körper muss ernährt werden, die Triebe lechzen nach Berührung, der Geist nach Bestätigung, die programmierte Wohlerfahrungssuche sucht auf eingefahrenen Denkwegen die Triebwünsche zu erfüllen.

### 1. Die körperbildende Nahrung, grob oder fein

Die körperbildende Nahrung baut den Körper, die zu sich gezählte Form, auf, ja, der Körper ist nichts anderes als umgewandelte stoffliche Nahrung. In M 109 sagt der Erwachte:

*Die vier großen Gewordenheiten, Festes, Flüssiges, Hitze, Luft, aus denen die körperbildende Nahrung besteht, sind der*

*Grund, dass die Form-Zusammenhäufung erscheinen kann.*

Von der Geburt an werden dem Leib drei- bis vier- oder fünfmal am Tag feste und flüssige Stoffe zugeführt zu seinem Aufbau. Gleichzeitig werden immer wieder feste und flüssige Stoffe vom Leib ausgeschieden. Wenn wir uns durch den gesamten Lebenslauf hindurch die Reihe der Mahlzeiten und Nahrungsstoffe vorstellen, die dem Leib zugeführt worden sind, so sehen wir, wie sehr der Körper auf feste und flüssige Stoffe angewiesen ist. Viele Kilogramm, Zentner und Tonnen an festen und flüssigen Stoffen werden im Lauf eines Lebens in immer wieder neuen Mahlzeiten in den Leib hineingetan, werden Leib, werden aber auch immer wieder ausgeschieden und werden damit „Fremdkörper“.

Mit dem Begriff „Stoffwechsel“ ist nichts anderes gemeint als der Vorgang, dass die aufgenommenen Nahrungsmittel, z.B. Wasser, Milch, Brot, Kartoffel, Früchte und Gemüse, ständig umgewandelt werden in die dem Körper entsprechenden Stoffe, wie Blut, Muskeln, Haut, Knochen, Haare, Nägel, Zähne, Weichteile usw., also in körpereigene Stoffe, und zum anderen ausgediente Stoffe abgebaut, ausgeschieden werden. Der Leib ist nicht zwei Augenblicke derselbe, sondern besteht aus dauernd wechselnden Stoffen, indem immer neue Stoffe als Nahrung hinzukommen und alte Stoffe abgehen. Ein Leib besteht nicht, sondern was „Leib“ genannt wird, das ist sozusagen der jeweilige Gegenwartspunkt zwischen dem ständigen Einstrom und Abstrom von Stoffen. In jedem Augenblick ist eine etwas andere Zusammenstellung. Daran ist zu erkennen, wie sehr der Leib aus stofflicher Nahrung besteht, ja, nichts anderes ist als diese.

Aber nicht nur in diesem Leben hat die stoffliche Nahrung in ununterbrochenem Zufluss und Abfluss den Leib gebildet und immer wieder ergänzt, sondern auch die unendliche Reihe der früheren Existenzen hindurch, von welchen der Erwachte sagt (S 15,13):

*Unausdenkbar ist ein Anfang dieser Wandelwelt. Ein Anfang*

*ist nicht zu erkennen bei den wahnverstrickten, durstverstrickten Wesen, die im Samsāra umhertreiben. Was ihr auch erblicken mögt an Übelgewordenem, Übelgeratenem, als gewiss kann da gelten: „Auch wir haben solches erfahren auf dieser langen Laufbahn.“ Was ihr auch erblicken mögt an Wohlbefinden, Wohlgedeihen, als gewiss kann da gelten: „Auch wir haben solches erfahren auf dieser langen Laufbahn.“*

Nach dieser Aussage gibt es keine Lebensform – vom niedrigsten Lebewesen bis zum höchsten – die wir nicht auch schon gehabt hätten, und zwar unendliche Male. Die Triebe wandeln sich dauernd, und je nach den gewandelten Trieben wird eine andere Daseinsform ergriffen. In dieser neuen Daseinsform wird dann durch das neue Milieu ein anderer Geist gebildet. Dann zerfällt die Form wieder, und die Triebe gehen weiter. So gibt es keine Wesensform, die wir auf dieser endlosen Wanderung nicht schon unendliche Male gewesen sind. Und auch jedes Lebewesen, gleichviel in welcher Existenzform es sich gerade jetzt im Augenblick unserer Begegnung mit ihm befinden mag, war im Lauf dieses unendlich langen, anfangslosen Daseinskreislaufs ebenfalls viele Male das, was wir heute sind. So sind wir letztlich alle einander gleich, sind alle engstens miteinander verwandt. In diesem Sinn muss auch das Gleichnis verstanden werden, das der Erwachte für die körperbildende Nahrung nennt (S 12,63):

Ein Elternpaar befindet sich mit einem Kind auf einer weiten Wanderung durch die Wüste. Die Nahrung geht aus, und die Eltern wissen nicht mehr ein noch aus. Die Wanderung dauert schon wochenlang, die Kräfte schwinden. Für die Eltern geht es jetzt um die Entscheidung, ob sie zusammen mit dem Kind sterben oder den verzweiflungsvollen Entschluss fassen sollen, das Kind zu töten, das Blut zu trinken und das Fleisch zu essen, um wenigstens ihr Leben zu erhalten. Sie wählen unter Schmerzen und Qualen diesen letzteren Ausweg, töten ihr Kind, und da sie nicht wissen, wie lange sie noch in der Wüste bleiben müssen, machen sie auch noch einen Teil

des Fleisches haltbar. Wie muss wohl diesen Eltern zumute sein, die Tag für Tag von solcher Nahrung leben? Jedes Mal brechen sie in Tränen aus: „Wo bist du denn, unser herziges Büblein? Wie war es möglich, dass wir dich töten konnten?“ Mit bittersten Selbstvorwürfen essen sie, nur um den Körper zu erhalten.

Das ist es, was der Erwachte mit dem Gleichnis sagen will: Was wir auch an leiblicher Nahrung aufnehmen, wir essen immer unser Kind, unsere Verwandten, unsere Freunde, unsere Mitwesen. Das getötete Tier, die abgeschnittenen Pflanzen oder was es auch sonst sei – alles ist lebendes Wesen oder aber es dient den Wesen zum Leben und ist uns so nahe, wie wir uns selber sind, es ist uns mindestens so nah, wie den Eltern ihr Kind nah ist.

Dass wir diese Tatsache nicht immer gegenwärtig haben und sehen, das ist unsere Fesselung, unsere Milieugebundenheit, unsere Beschränktheit. Es geht darum, dass wir den Blick erweitern, um die Wirklichkeit so zu sehen, wie sie ist. Wer diejenige Warte einzunehmen vermag, von welcher aus man erkennt, dass alles, was gegessen wird, letztlich dem Verzehr des eigenen Kindes gleichkommt oder der eigenen Mutter, des eigenen Vaters, des Bruders, des Liebsten – der wird mit Besonnenheit und Ernsthaftigkeit essen, wird nicht mit Gier essen und wird nicht mehr als nötig essen wollen und wird immer ernsthafter danach streben, dass er sich herausarbeite aus solchen elenden Daseinsformen, in denen man andere Wesen umbringen muss, um den Körper zu erhalten. Wer aber ein solches Gleichnis als lästig oder phantastisch ansieht und ablehnt, der bezieht einen Standort, mit dem er am Samsāra festhält.

Es besteht gewiss ein Unterschied zwischen Pflanzen- und Fleischnahrung. Fast jeder Mensch empfindet beim Schlachten eines Tieres, dass das Tier Schmerz empfindet und nicht sterben will, dass es sich mit allen ihm zur Verfügung stehenden Mitteln dagegen wehrt. Und darum vermeidet der auf rechtes Tun bedachte Mensch und besonders der Kenner der Lehre,



Tiere zu töten oder töten zu lassen, um sie zu essen. Wer aber das Gleichnis vom Elternpaar in der Wüste tiefer versteht, der begreift, dass wir immer, gleichviel, was wir essen, auf Kosten von anderen leben. Und diese Einsicht ist für den ernsthaft strebenden Menschen ein innerer Aufruf in dem Wissen, dass dieser Körper überhaupt erst wegen des Durstes nach sinnlichen Erlebnissen entstanden ist. Zu seiner Erhaltung und zur Befriedigung seiner Geschmäckigkeit muss Lebendes umgebracht werden. Diese Erkenntnis veranlasst den Nachfolger, den Durst nach dieser groben Sinnensuchtwelt zu überwinden.

### Die zweite Nahrung: Berührung

Was ist Berührung? Drei Faktoren sind es immer, deren Zusammentreffen Berührung genannt wird:

1. Die nach Befriedigung drängenden Sinnensüchte im Körper: der Luger, Lauscher, Riecher, Schmecker, Taster und Denker.
2. Die in der Vergangenheit geschaffenen und jetzt herantretenden Gegebenheiten: Formen, Töne, Düfte, Säfte, Tastungen, Gedanken.
3. Die Erfahrung der Sinnensüchte. Die fünf Sinnesdränge drängen nach Berührung durch die fünf äußeren Erfahrungsmöglichkeiten, und der Denker, der Trieb zum Denken, drängt nach Verarbeitung der aufgenommenen Sinnendinge.

In M 18, 38 u.a. fasst der Erwachte den Erfahrungsvorgang kurz zusammen:

*Durch den Luger und die Form entsteht die Luger-Erfahrung. Durch den Lauscher und die Töne entsteht die Lauscher-Erfahrung usw.*

und fährt dann fort:

*Der drei Zusammensein (Luger, Formen, Luger-Erfahrung) ist Berührung.*

Das heißt, gleichzeitig mit der Erfahrung des Lugers (des Triebes im Auge) hat die Berührung der Triebe stattgefunden.

Da die Triebe bestimmte, spezifische Neigungen sind, so können die Berührungen ihnen mehr oder weniger entsprechen, also angenehmes oder unangenehmes Gefühl auslösen.

Die Triebe antworten also auf die Berührung dann mit Wohlgefühl, wenn die Berührung ihrem Anliegen entspricht, und mit Wehgefühl, wenn die Berührung ihrem Anliegen widerspricht. So ist Gefühl die Sprache der Triebe.

Um bei Berührung Gefühl auszulösen, bedarf es der Empfindsamkeit, eines Anliegens. Nur darum weiß der Fotoapparat nichts von seinen Bildern, weil er kein Anliegen hat. Er macht die Bilder, aber er weiß nichts davon. Was würden wir sagen, wenn ein Fotoapparat, nachdem er das Bild aufgenommen hat, sagen würde: „Dieses Bild behalte ich.“ Der äußere Mechanismus der Bildaufnahme ist in den Augen vorhanden wie beim Fotoapparat, aber durch die Anliegen, die Triebe, sind wir mehr als der Fotoapparat. Nur ein Anliegen kann äußern: „Das passt mir oder passt mir nicht.“ Bedürftigkeit, Vakuum, eine unbewusste Sucht, Gespanntsein auf bestimmte Dinge ist die Voraussetzung für Gefühl. Treten Gegebenheiten heran, die dem Anliegen entsprechen, dann ist Entspannung dieses Anliegens. Meistens entspricht das Herangetretene nicht genau dem Anliegen, oft ist es entgegengesetzt. Genau passend und genau entgegengesetzt ist am seltensten.

Jedes Anliegen ist eine Wunde, eine Empfindlichkeit. Bei Berührung entsteht Gefühl und dadurch ist überhaupt Wahrnehmen, Erleben bedingt. Durch Wahrnehmung wird im Geist bewusst: „Das sind die angenehmen Dinge, das sind die unangenehmen Dinge.“ Der Geist weiß aber nicht, warum ihm dieses gefällt und jenes missfällt, nämlich nur weil vorher solche Dinge von diesem Geist für positiv gehalten wurden. Von welchem Geist? Von dem Geist, der vorwiegend die in ihn eingeschriebenen Wohl- und Wehgefühle des Hungerleiders enthält.

Für die Empfindlichkeit seitens der Triebe durch die Be-

rührung gibt der Erwachte folgendes Gleichnis (S 12,63): Ein Rind hat sich die Haut aufgerissen, so dass große Wunden entstanden sind, in denen man das äußerst empfindliche rohe Fleisch sehen und berühren kann. Wenn dieses Tier sich auf dem freien Feld bewegt, dann kommen Insekten der Luft und dringen in die Wunde ein, so dass das Tier furchtbare Schmerzen empfindet. Ebenso dringen, wenn es sich auf den Boden legt, die vielfältigen Insekten der Erde in die Wunde hinein und kratzen und beißen und reiben. Das Tier weiß nicht mehr, wohin es vor Schmerzen fliehen soll. Und wenn es keinen anderen Ausweg sieht, als ins Wasser zu tauchen, dann sind es die vielen kleinen Wassertiere, welche ebenfalls über die Wunde herfallen und kratzen und beißen, so dass das Tier sich windet und ganz von Sinnen ist vor entsetzlichen Qualen.

Der Erwachte vergleicht hier, wie oft, die Sinnesdränge mit offenen Wunden, durch die die Insekten – die vielerlei Sinnesindrücke – schmerzlich fühlbar werden. Was auch für ein Insekt auf dem rohen Fleisch sich niederlässt, die Berührung ist mehr oder weniger schmerzhaft. Und so wie das Tier an der rohen Fleischwunde besonders empfindlich ist, so ist der Mensch durch die Triebe bei der Berührung besonders empfindlich.

Die Berührung wird als Nahrung bezeichnet aus dem Grund, weil, wie in den Lehrreden immer wieder in gleicher Weise erklärt wird, aus der Berührung das Gefühl hervorgeht (*durch die Berührung bedingt ist das Gefühl*). Der Luger als der Formensüchtige hat etwas Äußeres erfahren und hat sein subjektives Urteil dazu gegeben. Diese zwei verschiedenen Dinge, die Außenformen und das Gefühl als Urteil des Triebs, werden in den Geist eingetragen. Jetzt ist im Geist ein doppeltes Wissen (Wahrnehmung): Das Wissen um eine Form und darum, dass diese Form „angenehm“ oder „unangenehm“ ist. Der Geist beachtet und unterscheidet aber nicht diese zweierlei Wissen, sondern für ihn ist es eine „begehrenswerte oder abstoßende Form“, und das ist seine Blendung.

Von der in den Geist eingetragenen Wahrnehmung, die mit

den bereits vorhandenen Daten im Geist assoziiert wird, sagt der Erwachte, dass in ihr alles Sinnen und Erwägen wurzele (D 21), und das ist das Beabsichtigen und Anstreben als Reaktion auf das Wahrgenommene: Aktivität (*sankhāra*), die vierte der fünf Zusammenhäufungen und die dritte Nahrung. So ist die Berührung, die der Erwachte als die zweite Nahrung bezeichnet, insofern Nahrung, weil aus ihr die drei Zusammenhäufungen, Gefühl, Wahrnehmung und Aktivität/Bewegtheit (*sankhāra*) hervorgehen. So heißt es auch in M 109: *Berührung ist der Grund, Berührung ist die Bedingung, dass Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität erscheinen kann*. So sind die sinnlichen Triebe, die Sinnesdränge, die Ursache für die Berührung, welche die Nahrung für Gefühl, Wahrnehmung und Aktivität ist. Erst durch Aufhebung der Triebe steht die programmierte Wohlerfahrungssuche, die den Körper mit den Trieben an die Sinnendinge heranführt oder die Sinnendinge an den Körper, still und lungert nicht mehr nach Berührung durch den Trieben Wohltuendes. Dies erkennend, strebt der Nachfolger nach Überwindung des Durstes, dass Sinnendinge die vorhandenen Vacua berühren möchten.

Die dritte Nahrung:  
Geistiges Beabsichtigen (*manosañcetana*)

Die vierte Zusammenhäufung, *sankhāra* (Aktivität, Anstreben, Beabsichtigen), bildet die dritte Nahrung, *manosañcetana*, geistiges Anstreben und Beabsichtigen, und zwar als Anstreben von Formen, Tönen, Düften, Geschmäcken, Tastungen und Gedanken. (S 22,56) Das Anstreben und Beabsichtigen ist die Reaktion auf den jeweiligen sinnlichen Eindruck und vollzieht sich im Geist als Erwägen und Sinnen. Alles Beabsichtigen und Anstreben ist stets auf die Abwendung von Unangenehem und Schmerzlichem oder auf die Erlangung von Wohltuendem gerichtet. Diesen Zusammenhang zeigt der Erwachte in dem Gleichnis, das er für die dritte Nahrung gibt (S 12,63):

Man stelle sich vor, dass da eine glühende Kohlengrube wäre, und ein Mann käme in ihre Nähe, strebte aber bald fort, da er die glühende Hitze merkte. Nun kämen mehrere kräftige Männer und zerrten ihn an die Grube heran, um ihn hineinzuwerfen. Würde der Mann da nicht auf jegliche mögliche Weise die Glieder zurückziehen, um von der Grube fortzukommen?

Deutlicher als mit diesem Gleichnis kann man kaum zeigen, dass alle Aktivität des Menschen, alles Anstreben und Beabsichtigen immer nur Re-aktion auf jedes herankommende Erlebnis ist. Existenz, Leben ist nichts anderes als ein immer erneutes Gefährdetsein und ein immer erneutes Bemühen um Abwendung der Gefährdung. Aus diesem immer erneuten Streben des unwissenden Menschen, unangenehme Gefühle und Wahrnehmungen abzuwenden und angenehmere Gefühle und Wahrnehmungen zu erzielen, geschieht dann auch immer erneutes Erwägen und Sinnen, und das ist, wenn er die wirklich heile Situation nicht kennt, immer wieder nur vergeblich, führt nicht dauerhaft zu den angestrebten Gefühlen und Wahrnehmungen und muss darum immer neu in endloser Wiederholung erstehen.

Jede geistige EntschlieÙung, jeder Aufbruch geschieht immer, um aus einer Situation, die man in irgendeinem Punkt für unzulänglich oder gar für gefährlich oder tödlich hält, herauszukommen zu einer graduell oder absolut besseren Situation. Jeder Willensentschluss ist immer ein Sich-Bewahrenwollen vor Schmerzlichem, ist ein Aufbruch, eine Flucht, ist das Sich-Wegwenden desjenigen, der an die Kohlengrube herangebracht wird.

Wieso bezeichnet der Erwachte das geistige Beabsichtigen als Ernährung? Jeder Willensentschluss und jede Absicht ist ja eine Entscheidung für irgendetwas und damit dessen positive Bewertung und ist zugleich eine negative Bewertung des Gegenteils. Mit dem Gedanken: „O ja, das kann ich brauchen“ oder „Das ist schön“ oder „So möchte ich sein“ ist ein Hunger nach etwas Bestimmtem fixiert worden. Der Gedanke ist vergessen, ist nicht mehr bewusst, aber er hat ein unbewusstes

Vakuum geschaffen. Wenn jetzt etwas herantritt, das diesem Anliegen entspricht, dann wird akut eine Entspannung empfunden. Tritt aber das Gegenteil des Gewünschten heran, dann wird noch größere Spannung erzeugt, ein Wehgefühl, und es kommt sofort die Neigung auf „Weg damit“. So werden diese spontanen beiden Durstarten geschaffen, die genau den beiden Gefühlsarten entsprechen.

Durch positive Bewertung einer Angelegenheit wird der darauf gerichtete Trieb verstärkt, durch negative Bewertung wird der darauf gerichtete Trieb geschwächt. Darum ist positive Bewertung Ernährung, Mehrung der Triebe, negative Bewertung Minderung der Triebe. Von dem geistigen Beabsichtigen und Anstreben sagt der Erwachte (M 19): *Was der Mensch häufig erwägt und überlegt, dahin neigt sich das Herz* (die Gesamtheit der Triebe). Das ist eine andere Ausdrucksweise dafür, dass jede positive Bewertung irgendeiner Angelegenheit zu einer Verstärkung und Vermehrung des darauf gerichteten Triebs führt.

Mit jeder positiven Bewertung von Umweltdingen machen wir uns ärmer, bedürftiger. Nach einer solchen Bewertung sind wir erst mit einer Sache so zufrieden, wie wir vorher ohne diese Bewertung waren. *Je einzeln wunschhaft ausgestreckt, Lianenwerk im Walde gleich*, so streckt man seine Bedürfnisfäden (*kāmagunā*) aus, und sind sie befriedigt worden, so ist einem erst mit dem Gegenstand der Befriedigung wohl zumute.

Die negative Seite des Durstes „nicht haben wollen“ ist nur bedingt durch die positive Seite. Einer, der Bestimmtes mag, den muss das Gegenteil abstoßen. Wehgefühl kann nur von einer Bedürftigkeit ausgelöst werden. Wo keine Bedürftigkeit ist, das und das zu wollen, da gibt es auch keine Abstoßung, kein Nichtmögen, da ist Gleichmut.

Wären die Triebe, der Durst nach Sinnendingen nicht, so würden keine angenehmen oder unangenehmen Dinge wahrgenommen werden, und darum gäbe es auch keine Absicht als Reaktion darauf. In dem Wissen, dass jede Absicht auf Sin-

nendinge zu keinem endgültigen Wohl führt, strebt der Heilsgänger nach Überwindung des Durstes. Ist Durst aufgehoben, unterbleibt jede Reaktion auf Sinneseindrücke, jedes Beabsichtigen, jedes Ergreifen.

Die vierte Nahrung:  
die programmierte Wohlerfahrungssuche (*viññāna-sota*)

Die vierte Nahrung ergibt sich aus der dritten, dem Anstreben von Wohl und dem Vermeiden von Wehe. Ein Psychologe sagte: *Das Streben, Lust zu erleben und Unlust zu vermeiden, setzt nicht einen Moment aus. Immer tut oder denkt der Mensch irgendetwas, das dazu dienen soll, ihm entweder Lust zu bringen oder Unlust von ihm fernzuhalten.* Diese Absicht führt im Lauf des Lebens zu mehr oder weniger festen Erinnerungs-Programmen, was Wohl ist und wie es zu erreichen ist, und von daher zu Handlungsprogrammen. Je älter der Mensch wird, je länger er sich in dieser Welt umgesehen hat, die Dinge genossen und gemieden hat, um so mehr ist seine Wohlsuche festgelegt, programmiert zu automatischem Ablauf, zu bestimmten Denk- und Verhaltensmustern, um Wohl zu erreichen und Wehe zu vermeiden.

Aus den in den Geist gelangten Erfahrungen der Sinnesdränge macht sich der Geist einen Sinn und eine Vorstellung, an welchen die stärkeren Sinneseindrücke mehr, die schwächeren weniger Anteil haben. Weil alle Wohl- und Wehe-Erfahrungen der fünf Sinnesdränge im Geist gesammelt und assoziiert sind, so dass er allein die Wünsche aller Sinnesdränge nach Wohlerfahrung und auch die Erfüllungsmöglichkeiten kennt, und weil nur er auf Grund seiner programmierten Wohlerfahrungssuche den ganzen Körper bewegen und damit die Sinnesdränge an die Orte der Befriedigungsmöglichkeiten steuern kann, darum wird er als Fürsorger, als Betreuer der fünf Sinnesdränge bezeichnet.

Wie die Wohlsuche des Geistes als Bediener und Lenker der Sinnesorgane diese wohlsuchend hierhin und dorthin fährt,

schildert der Erwachte (M 138):

*Hat er mit dem Luger eine Form gesehen (=gefühlbesetzte Wahrnehmung ist im Geist eingetragen), dann geht die (Geist-)Erfahrung den Formerscheinungen nach, knüpft an wohlthuende Formerscheinung an, bindet sich daran...*

Die Geist-Erfahrung geht also diesem Eindruck nach hinsichtlich Raum, Zeit und näheren Umständen, durch die der Eindruck zustande gekommen ist. Ist dieser Eindruck ein angenehmer, also seitens des Sinnesdrangs mit Wohlgefühl beantwortet worden, dann knüpft die programmierte Wohlerfahrungssuche an diesen Eindruck an, d.h. er wird im Geist festgehalten, programmiert. So ist die programmierte Wohlerfahrungssuche der aus bisheriger Erfahrung erwachsene „programmierte“ Lenker und Lotse und fast ständige Bewegung von Körper und Geist, um jeden der fünf Sinne und damit den ganzen Körper einschließlich des Geistes an die gewünschten wohlversprechenden Objekte zum Zweck ihrer Erfahrung heranzubringen.

In den „Liedern der Mönche“ (Thag 125) wird der Drang der programmierten Wohlerfahrungssuche, den Wahrnehmungen nachzugehen, mit einem ungebändigten Affen verglichen:

*Ein Affe schlendert, schleicht herum  
im fünftorigen Körperhaus (die 5 Sinne mit d. Sinnesdrängen).  
Von Tür zu Türe steht er still  
und pocht und rüttelt rau.*

Der Affe, der Geist, die programmierte Wohlerfahrungssuche, will die Türen öffnen, die Sinnesdränge befriedigen. Die programmierte Wohlerfahrungssuche möchte, dass das Auge mit dem innewohnenden Luger die angenehme Form sieht, weil im triebgelenkten Geist die Eintragung enthalten ist: „Angenehme Form, schau hin.“ Er muss rütteln, denn im Geist des Mönchs ist ebenfalls Wahrheitsgegenwart, die nüchtern den



Kampf mit dem Affen verfolgt und Vernunft einsetzt gegen den Wunsch, der Berührung nachzugeben.

Doch ist diese Wohlsuche nicht als ein autonomer Täter aufzufassen. Sie ist lediglich ein komplexes Funktionssystem des Geistes, das gelenkt ist von der Stärke der Gefühle und von dem im Geist Eingetragenen. Die Fürsorgetätigkeit des Geistes, der programmierten Wohlerfahrungssuche, zeigt sich besonders deutlich bei der Gefährdung des Körpers: Sobald „ein Mensch“ (der Geist) in den ersten Jahren des körperlichen Daseins die Anschauung aufgebaut hat, dass dieser Körper die unerlässliche Voraussetzung des Lebens sei, da übernimmt die vom Geist gelenkte programmierte Wohlsuche damit auch die Fürsorge für den ganzen Körper. Sie ist ununterbrochen „sprungbereit“, den Körper als Mittel zur Erfüllung der sinnlichen Triebe zu erhalten. Wenn etwa ein Mensch über sich ein „gefährliches“ Geräusch hört, dann strebt er schnellstens an, auch die Ursache zu sehen, um sich entsprechend zu verhalten. Da hat der Lauscher Geräusche erfahren, dem Geist gemeldet, der sie sogleich bewerten konnte als „von oben“ kommende bedrohliche Geräusche von etwas „Herabstürzendem“. In sofortigem Bewusstsein der Gefährdung des Körpers lenkt die programmierte Wohlerfahrungssuche nun in vielen Akten diesen Körper so herum, dass die Augen in die Richtung gehen, von welcher die Geräusche kommen. Sie richtet mit fiebernder Hast den Kopf des Körpers aufwärts, den Blick des Auges auf die Geräuschursache, so dass die Augen das Bild erfahren und ihre Meldung an den Geist weitergeben, dessen Aktivität darin besteht, die Geräuschursache rasch zu deuten, den Körper sofort zu einem entsprechenden Verhalten (Deckung, Flucht oder Angriff) zu steuern. Weil die uralte Psyche lange, lange Zeit durch viele Inkarnationen hindurch gewöhnt ist, ihrem Hunger zu folgen, außen Wohl zu suchen, darum läuft die programmierte Wohlerfahrungssuche, die Programmiertheit des Geistes, *um und um im fünftorigen Körperhaus*, um „von draußen“ zu erfahren, was zu erfahren nötig ist, um sicher durch die Welt zu kommen oder um zu genießen.

Im Sterben verlässt die programmierte Wohlerfahrungssuche mit dem Psychischen und dem Physischen (der feinstofflichen Form) den bisher benutzten Fleischkörper, der dadurch zum Leichnam wird, und lenkt das Psycho-Physische in seiner gewohnten Aktivität in ununterbrochenen Erfahrungsakten je nach der Reinigung oder Besudelung des Herzens im Rahmen der karmischen Möglichkeiten zu reineren oder dunkleren Wesen und Situationen (M 106), und die programmierte Wohlerfahrungssuche lenkt auch das Psycho-Physische anlässlich der Paarung zweier Lebewesen in den Mutterleib, wodurch wieder ein neuer Fleischkörper aufgebaut wird und dann zur Geburt kommt.

Beim Säugling beobachten wir besonders deutlich die Ernährung des Psychischen durch die programmierte Wohlerfahrungssuche des Geistes. Der Säugling hat einen ihm selbst unbewussten Hunger nach Berührung und Befriedigung der Dränge des Wollenskörpers, aber sein Geist hat in dieser Welt noch keine Erfahrungen eingesammelt. Er kennt hier noch kein Objekt, das ihm wohl tut, und er verfügt in seinem jetzigen Bewusstsein nicht über seine Erfahrungen aus früheren Leben. Aber er ist von früher her darauf programmiert, die programmierte Wohlerfahrungssuche des Geistes durch die Sinne nach außen laufen zu lassen, um zu den ersehnten Berührungen zu kommen. Wir erleben, dass der Säugling alsbald bestrebt ist, zu schmecken, zu sehen, zu hören... und auf diese Weise die ihm jetzt zur Verfügung stehende Erfahrung einsammelt von dem, was ihm jetzt wohl und weh tut, und neue Programme zur Erfahrung des Angenehmen und zum Meiden des Unangenehmen aufbaut. Es dauert seine Zeit, bis die Situationen und Möglichkeiten zur Befriedigung der Triebwünsche im Geist gespeichert sind und die programmierte Wohlerfahrungssuche nun durch Herannehmen der Außenform an die Sinnesorgane die Triebe ernähren und so befriedigen kann, die unprogrammierte Wohlerfahrungssuche also passend für das Psycho-Physische arbeitet.

So ist die programmierte Wohlerfahrungssuche des Geistes

der Ernährer der Triebe, indem das Gedächtnis auf meistens bereits eingefahrenen Gleisen Erfüllungsmöglichkeiten aufzeigt. Der Geist arbeitet im Auftrag der Triebe, im Auftrag der bewussten oder unbewussten Dränge. Der Drang im Geist (Durst): „Das möchte ich haben“ setzt den Geist in Tätigkeit, der im Gedächtnis nach Daten sucht, die die Erfüllung des Durstes ermöglichen. Der Tendenzenhaushalt bestimmt, was wohl- oder wehtut. Einem im Herzen edlen Menschen tut es wohl, von feinen Dingen zu hören und harmonische zwischenmenschliche Beziehungen zu pflegen. Einem Streitsüchtigen tut es wohl, wenn er sich durchgesetzt hat.

Aber der Geist, die programmierte Wohlerfahrungssuche, meldet auch von den Religionsgründern aufgenommene und gespeicherte Weisheit. Die vordergründige Wohlerfahrungssuche folgt den vordergründigen Erfahrungen durch die Berührung der Triebe, aber die Weisheit geht darüber hinaus. Sie überblickt im Gegensatz zu der vordergründigen triebgelenkten Wohlsuche durch die gemachten Erfahrungen oder durch die Lehren der Religionsgründer die Folgen der Triebbefriedigung: „Ja, das tut im Augenblick wohl, aber auf die Dauer mehr es das Leiden. Leiden ist, was die vordergründige programmierte Wohlerfahrungssuche will.“ Die von den Religionsgründern gehörte Weisheit sagt trocken, aber zugleich drohend, dass vordergründiges Wohl immer in Leiden enden muss. Sind diese Weisheitsdaten mit viel Leuchtkraft als Wahrheitseinsicht in den Geist eingetragen, sind sie ein starkes Programm geworden, dann bildet dieses Programm das Herz um: die programmierte Wohlerfahrungssuche wird von der Weisheit gelenkt.

Ein indisches Wort sagt:

*Von selber schwinden die Kräfte des Leibes,  
nicht aber das Begehren.*

*Von selber schwindet die Schönheit,  
nicht aber die üble Gesinnung.*

*Von selber werden wir Greise,  
nicht aber von selber weise.*

Die körperliche Schönheit schwindet, der Körper vergeist. Die vordergründige Wohlsuche ist die horizontale Blickrichtung auf den Körper und das durch die Körpersinne Erlangbare. Die weiterblickenden Religionslehrer sehen nicht nur den Körper, sondern das für den normalen Menschen Unsichtbare: die vertikale Entwicklung des Herzens zum Guten oder Üblen: Durch Begehren und üble Gesinnung, die Hässlichkeit der inneren Seele, und Torheit nehmen die unheilsamen Dinge zu, und sie führen den Menschen immer wieder in Leiden. Je stärker der Mensch an den weltlichen Dingen hängt, um so rücksichtsloser ist er, sie zu erraffen. Aus Begehren folgt die Rücksichtslosigkeit, die zu harter Begegnung führt: Hölle – Tierreich – Gespensterwelt.

Im Folgenden fasst Sāriputto noch einmal zusammen:

*Wenn, ihr Brüder, der Heilsgänger so die vier Nahrungen versteht, so die Fortsetzung der Nahrungen, so die Auflösung der Nahrung, so den zur Auflösung der Nahrungen führenden Weg, und wenn er alle Giergeneigtheit aufgehoben hat, alle Abwehrgeneigtheit ausgerodet hat, alle Geneigtheit, „ich bin“ zu denken und zu vermeinen getilgt hat, den Wahn aufgehoben, Weisheit gewonnen hat, dann macht er dem Leiden noch in diesem Leben ein Ende.*

*Insofern, Brüder, hat ein Heilsgänger rechte Anschauung, ist seine Anschauung gradlinig ausgerichtet, ist er zur endgültigen Klarheit und dadurch zur Befriedung bei dieser Lehre erwachsen, ist er bei dieser besten Lehre angekommen. –*

*Gut, Bruder, sagten da jene Mönche erfreut und erhoben durch die Worte des ehrwürdigen Sāriputto und stellten nun eine weitere Frage: Aber, Bruder, ist es möglich, dass ein Heilsgänger noch auf andere Weise rechte Anschauung besitzt, dass seine Anschauung gradlinig (auf das Heil) ausgerichtet ist, dass er zur*

*endgültigen Klarheit und dadurch zur Befriedung bei dieser Lehre erwachsen ist, bei dieser besten Lehre angekommen ist? – Das ist möglich, Brüder.*

Die III. rechte Anschauung:

Die vier Heilswahrheiten vom Leiden verstehen

*Wenn, ihr Brüder, der Heilsgänger das Leiden versteht, die Ursache des Leidens versteht, die Leidensaufhebung versteht und den zur Leidensaufhebung führenden Weg versteht, dann hat ein Heilsgänger rechte Anschauung, ist seine Anschauung gradlinig ausgerichtet, ist er zur endgültigen Klarheit und dadurch zur Befriedung bei dieser Lehre erwachsen, ist er bei dieser besten Lehre angekommen.*

Der Erwachte betont in seinen Lehrreden, wie umfassend die vier Heilswahrheiten sind. Er gibt ein Gleichnis (M 28):

*So wie die Fußspur jedes Lebewesens, das sich gehend fortbewegt, in der Fußspur eines Elefanten Platz findet und die Spur des Elefanten von der Größe her an der Spitze aller Fußspuren steht – ebenso auch ist alles Heilsame in den vier Heilswahrheiten einbegriffen.*

Unter allen Tieren hat der Elefant den größten Fuß, darum deckt und umfasst die von seinem Tritt hinterlassene Spur alle anderen Tierspuren. Ganz ebenso umfasst die Lehre der Erwachten von den vier Heilswahrheiten das Gesamte dessen, was an Heilstauglichem mitteilbar ist, die vollständige Wahrheit vom Heil und seiner Erreichbarkeit, während jeder heilsame Gedanke, der irgendwo bei Menschen aufkommt, und jede heilsame Lehre, die irgendwann von einem Religionsgründer gelehrt wurde, immer nur ein Teil der Gesamtwahrheit ist.

Jeder realistische und besonnene Mensch weiß, dass er Hindernisse, Widerstände oder Feinde nur dann überwinden kann, wenn er sie zuerst gründlich kennt und klar durchschaut. Ganz ebenso sagt der Erwachte, dass der Mensch seinen Hauptfeind und Urfeind, eben das Leiden, nur dann meiden und wirklich überwinden kann, wenn er alle Leidensquellen, auch die verborgenen, gut kennt. Die offenbaren Leidensquellen meidet ein besonnener Mensch schon aus eigener Erkenntnis; weil er aber viele verborgene Leidensquellen nicht kennt, darum gerät auch der besonnene Mensch weiterhin in Leiden.

Der Erwachte zeigt aus diesem Grund mit den beiden ersten Wahrheiten Umfang und Herkunft des Leidens und beschreibt in den zwei weiteren Wahrheiten, dass und wie man von dem gesamten Leiden endgültig frei werden kann. So stellen diese vier Heilswahrheiten vom Leiden die positivste, realistischste und umfassendste Lehre von der Überwindung des Leidens dar.

#### Die 1. Heilswahrheit vom Leiden verstehen

*Was ist nun, Brüder, das Leiden, was ist die Leidensursache, was ist die Leidensaufhebung, was ist der zur Leidensaufhebung führende Weg?*

*Geborenwerden ist Leiden,*

*Altern ist Leiden,*

*Krankheit ist Leiden,*

*Sterben ist Leiden,*

*Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung sind Leiden,*

*was man begehrt nicht erlangen, das ist Leiden.*

*Kurz gesagt: Die fünf Zusammenhäufungen sind Leiden.*

*Das wird, Brüder, Leiden genannt.*

Geburt, Alter, Krankheit, Tod – das sind die Leiden an der zu

sich gezählten Form, am Körper, die jedes Wesen unendliche Male durchlebt hat und die jedem Wesen immer neu bevorstehen. Das neu geborene Wesen, das im Mutterleib im Fruchtwasser schwamm, keinen Nahrungsmangel kannte, ist mit dem Austritt aus dem Mutterleib, mit der Geburt, die auch für das Kind eine Qual darstellt, in einen ganz neuen Bereich versetzt, in dem – verglichen mit dem Zustand im Mutterleib – Not und Mangel vorherrschen. Wie sehr das Neugeborene diesen Wechsel als leidvoll empfindet, zeigt das Geschrei, mit dem das hilflose Wesen seine Wehgefühle kundgibt.

Vom Augenblick der Geburt an beginnt das Altern. Das Pāliwort für Altern bedeutet wörtlich „abnützen, sich mindern“. Wenn auch der Körper zuerst aufblüht und seinem Höhepunkt zustrebt, so zehrt er doch von der Geburt an seine Lebenskraft auf.

Der Körper selber ist wie eine große Wunde, die anfällig ist gegen starke Temperaturen und Temperaturschwankungen, gegen Krankheitserreger, gegen Schläge und Stöße, und trotz aller Sorgfalt kann man ihn nicht bewahren vor Krankheiten, die im schlimmsten Fall die ganze Lebenserwartung und -hoffnung zunichte machen können.

Sterben ist Leiden. *Uneigen ist die Welt, alles verlassend muss man gehen*, sagt der Mönch Ratthapālo (M 82). Das hier Begehrte, die angehäuften Schätze, Familie und Freunde muss man, wenn man mit dem Tod dieses Körpers diese Welt verlässt, zurücklassen. Man hat sich an sie gewöhnt, hat sie als eigen angesehen, hat seine Freuden durch sie bezogen, aber mit dem Tod ist das Gewohnte nicht mehr zugänglich, ist un erreichbar geworden.

Die Gefühle: *Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung sind Leiden*,

wenn man sich bewusst ist, dass man *von Liebem getrennt ist, mit Unliebem vereint ist – das ist Leiden*.

Die Unermesslichkeit des Leidens, des Kammers und Jammers, der Verzweiflung, die jedes Wesen erfahren hat durch Trennung von Liebem nicht nur in diesem Leben, sondern in

den ungezählten Leben schildert der Erwachte auch mit folgenden Worten (S 15,1-3):

*Die Tränenflut, die die Wesen auf diesem langen Weg immer wieder zu neuer Geburt und neuem Tod eilend mit Unerwünschtem vereint, von Erwünschtem getrennt, klagend und weinend vergossen haben, ist mehr als das Wasser der vier großen Meere.*

*Lange Zeiten hindurch haben die Wesen den Tod der Mutter erfahren, den Tod des Vaters – des Sohnes – der Tochter – der Geschwister erfahren. Lange Zeiten hindurch haben sie den Verlust ihrer Habe erlitten, lange Zeiten waren sie von Krankheit bedrückt. Und während sie den Tod der Mutter, den Tod des Vaters, den Tod des Sohnes, den Tod der Tochter, den Tod der Geschwister, den Verlust des Vermögens, die Qual der Krankheit erfuhren, während sie mit Unerwünschtem vereint, von Erwünschtem getrennt waren, da vergossen sie von Geburt zu Tod, von Tod zu Geburt eilend, auf diesem Weg wahrlich mehr Tränen als Wasser in den vier großen Meeren enthalten ist.*

*Was man begehrt, nicht erlangen, ist Leiden*

*Ständig im Mangel ist die Welt, nicht zu befriedigen, ein Sklave des Durstes (M 82). Und diese Bedürftigkeit lässt immer wieder Wehgefühle aufkommen, wenn Sehnsüchte nicht erfüllt werden. Des Menschen Glück und Unglück ist abhängig von der Spannung zwischen Verlangen und Erlangen. Selten oder so gut wie nie befindet sich der Mensch in der völligen Entspantheit, indem er etwa ganz und voll erlangt, wonach ihn von Herzen verlangt: Denn selbst wenn ein Begehren für die Dauer eines kürzeren oder längeren Erlangens völlig gestillt ist, da wohnen in demselben Menschen ja noch viele andere, oft einander ausschließende Bedürfnisse, Wünsche und Sehnsüchte, Zuneigungen und Abneigungen, auf welche das im jeweiligen Erlebnis Begegnende keine Rücksicht nimmt, und so befindet sich der Mensch in Spannungen zwi-*



schen Verlangen und Erlangen, die oft unerträglich werden können.

Zum Beispiel finden viele Alte in ihrer Einsamkeit keine Kontakte zu ihren Nachbarn, ja, sie suchen sie nicht einmal. Eine innere Öde und Leere bewirkt bei ihnen zunehmende Verdrießlichkeit. Den verlorenen und unerreichbar gewordenen äußeren Freuden des Lebens läuft ihr Geist immer wieder begehrllich nach. So wird das Verlangen gemehrt und damit die Spannung zum Nichterlangen vergrößert, das Leiden vermehrt. Sie finden nicht hin zu den inneren Freuden, die hervorgehen aus herzlicher Aufgeschlossenheit für das Schicksal der Mitwesen, aus der Anteilnahme und dem Bemühen um erhellende, wohltuende Gespräche, um Verständnis und Förderung, denn ihre Gedanken kreisen nur um die eigenen sich vermehrt meldenden Wünsche. Manche sehen nicht einmal das Entgegenkommen des Nachbarn, so dass diese es bald aufgeben und sich zurückziehen. Da wird dann bei zunehmendem Verlangen das Erlangen noch geringer, das Leiden größer. Täglich begehen Hunderte von Menschen Selbstmord. Und es gibt nicht einen Selbstmord, der nicht durch die Unerträglichkeit der Spannung zwischen Verlangen und Erlangen bedingt wäre. Der Erwachte, der alle Daseinsmöglichkeiten überblickte, sah, dass nirgends ein Zustand von dauerhaftem Wohl besteht außer dem Nirvāna. Immer wieder reißt die Kluft zwischen Verlangen und Erlangen erneut auf. Das ist das dem Menschen schmerzlich spürbare Leiden.

*Kurz gesagt:*

*die fünf Zusammenhäufungen sind Leiden*

Alles, was erfahren wird und erfahrbar ist, einschließlich des Ergreifens und Erfahrens selber, das ist immer irgendwie geartete Form (1), irgendwie geartetes Gefühl (2) oder Wahrnehmen (3) oder irgendwie geartete Aktivität (4) oder programmierte Wohlerfassungssuche (5) – oder mehrere dieser Komponenten – oder alle fünf zusammen. Außer diesen fünf Zu-

sammenhäufungen in ihrem Zusammenspiel entsteht nichts, erscheint nichts, vergeht nichts. So sind diese fünf Zusammenhäufungen die Grundfaktoren der Existenz.

Die vom Erwachten genannten Leidensformen verteilen sich auf die ersten vier dieser fünf Zusammenhäufungen wie folgt – und damit erschöpfen sich die gesamten Leidensmöglichkeiten aller Wesen in allen Bereichen der Existenz:

*Geburt, Alter, Krankheit und Sterben* – das sind die Leiden, die an der zu sich gezählten und an der als außen erfahrenen Form erlebt werden.

*Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung* – das sind die Leiden, die am Gefühl erfahren werden.

*Vereint sein mit Unliebem und getrennt sein vom Lieben* – das sind die Leiden, die in der Wahrnehmung, im Erleben, erfahren werden.

*Was man begehrt, nicht erlangen* – das sind die Leiden, die man beim Anstreben, also in der Aktivität, erfährt.

Der 5. Zusammenhäufung, der programmierten Wohlerfahrungssuche, ordnet der Erwachte keine spezielle Leidensform zu. Denn sie ist eine Form der Aktivität, nämlich die programmierte Aktivität, die durstgetriebene, im Geist ausgebildete Wohlerfahrungssuche, die die triebgeladenen Sinnesorgane an die gewünschten Objekte oder diese an den Körper führt (also *rūpa* mit *nāma* verbindet), für die ebenso wie für die Aktivität gilt: *Was man begehrt, nicht erlangen*.

Das Leiden erkennen, die erste Heilswahrheit begreifen, heißt also, die fünf Zusammenhäufungen zu betrachten.

Die 2. Heilswahrheit:

*Der Durst ist die Ursache des Leidens* verstehen

*Was ist aber, Brüder, die Leidensursache? Es ist dieser Durst, der Wiederdasein säende, befriedigungssüchtige, bald hier, bald dort Befriedigung suchende: der Durst nach Sinnendingen (kāma-tanhā), Durst nach*

*Sein-Wollen (bhava-tanhā), Durst nach Nicht (mehr) Sein (vibhava-tanhā).*<sup>50</sup>

*Das nennt man, Brüder, die Ursache des Leidens, durch die Leiden entsteht und sich fortsetzt.*

Hier ist also die Bedingung für das Nicht-Aufhören des Leidens genannt: der Durst, der bewusst gewordene Drang im Geist, ein bestimmter Wunsch, eine Sehnsucht nach Bestimmtem ist das Element, durch welches veranlasst, die Leidensmasse, nämlich die fünf Zusammenhäufungen, immer weiter zusammengehäuft wird.

Unter dem Dürsten oder Lechzen wird immer eine dem Menschen bewusste Anwandlung verstanden, etwas als angenehm Vorgestelltes zu erlangen oder etwas als unangenehm Vorgestelltes zu beseitigen oder zu meiden. Das zeigt sich sowohl an der Art, wie der Erwachte den Durst erklärt (*bald hier, bald dort Befriedigung suchend*), als auch an der Herkunft des Durstes aus dem Gefühl. Alle gefühlten, empfundenen Erlebnisse, die angenehmen und die unangenehmen Wahrnehmungen, tragen sich unmittelbar im Geist ein, wodurch man weiß, was angenehm und unangenehm ist: Von da an erst kann es den Durst geben, das bewusste Anstreben, das als angenehm Erfahrene zu erlangen, das als unangenehm Erfahrene zu vermeiden. Der Durst selber also ist offenbar und bewusst, doch seine Wurzel ist unbewusst und verborgen, ist das unbewusste Erlebnisverlangen der Tendenzen, des Wollenskörpers, der Sinnesdränge. So ist die Grundlage des Durstes

1. die unbewusste Tendenz,
2. das schon mehr oder weniger oft erlebte innere Gefühl von deren Befriedigung mit daraus hervorgegangener Eintragung in den Geist und
3. der jetzt akut auf Wiederholung des Erlebnisses gerichtete

---

<sup>50</sup> Die drei Durstarten sind näher erklärt bei Durst als Glied des Bedingungsringes

Wille.

Der Erwachte sagt (M 148):

*Von einem Wohlgefühl getroffen, kommt ihn begehrlische Anwendung an, von einem Wehgefühl getroffen, kommt ihn abwehrende Anwendung an.*

Die durstgetriebenen, durstgepeitschten Anwendungen treffen jeden Menschen ununterbrochen, meistens nur halbbewusst, oft aber stark bewusst, dabei sein ganzes Denken und Planen und den Einsatz von Sprech- und Sinneswerkzeugen in Anspruch nehmend und bewegend und treibend.

Wer aufmerksam nach den wahren Motiven seiner Bestrebungen und Aktivitäten forscht, wird letztlich immer den Durst als die eigentliche Quelle entdecken. Im ersten Augenblick mag man meinen, man tue doch vielerlei aus bloßer Pflichterfüllung, und die habe mit dem Durst noch nichts zu tun. Bei näherem Nachforschen wird man aber erkennen, dass diese Pflichten selber letztlich dadurch entstanden sind, dass man, bedingt durch den Durst, in jene Lebensgemeinschaft oder Lebenssituation eingetreten ist, in welcher sich nun solche Pflichten vorfinden.

Und der Erwachte sagt (It 15), dieser Durst sei es, der Dasein fortsetzt:

*Keine andere Verstrickung, ihr Mönche, sehe ich, durch welche verstrickt die Wesen für lange Zeit den Lauf der Geburten beschreitend wandern wie die Verstrickung des Durstes.*

Die durch die Stillung des Durstes erfahrene momentane Befriedigung bezeichnet der Erwachte als die Saat, aus welcher neues Dasein entstehen muss:

Die Sinnensucht-Erfahrung durch Durst nach Sinnendingen,  
die Erfahrung der Reinen Form durch Durst nach Form,  
die Erfahrung von Formfreiheit durch Durst nach Formfreiheit.

Die dritte Heilswahrheit:  
*Die Aufhebung des Durstes*  
als die Leidensaufhebung verstehen

*Was ist aber die Heilswahrheit von der Aufhebung des Leidens? Es ist dieses Durstes völliges Ausroden, Loslassen, Ablegen, Sich Befreien, Vertreiben. Das ist die Heilswahrheit von der Aufhebung des Leidens.*

So gewaltig und hinreißend der Durst auch für den unbelehrten Menschen ist, der von einem Erwachten Belehrte kann ihm doch beikommen. Bei all seiner Kraft besteht der Durst ja nicht aus sich heraus. Er ist nicht die selbstständige Macht, als die er erscheint, sondern er steht und fällt mit der Kraft der Triebe, auf deren Befriedigung er aus ist. Und der Wahn war es, der ihn so gewaltig anschwellen ließ.

Der Erwachte vergleicht (M 105) den normalen, von ihm nicht belehrten Menschen mit einem vom Giftpfeil Getroffenen und darum in Todesgefahr Stehenden.

Das tödliche Gift am Pfeil gilt als Gleichnis für Wahn. Der Pfeil selbst, der schmerzlich im Körper gefühlte, gilt für den *Durst*, für unser tausendfältiges Verlangen und Ersehnen von diesen und jenen Befriedigungen durch die trügerischen Formen, Töne, Düfte, das Schmeck- und Tastbare und die Gedanken. So ist der normale unbelehrte Mensch durch diesen vergifteten Pfeil, durch seinen wahnhaften Glauben an Ich und Welt und durch seinen schmerzlich drängenden sechsfachen Durst geradezu dem geistigen Tod verfallen: eine von den Trieben kommende traumhafte Wahrnehmung hält er für äußeres „wirkliches“ Geschehen. Der Giftpfeil steckt in ihm, so folgt er der Fata Morgana und strebt die von ihr angebotenen und seinen Durst verlockenden Objekte an, sucht zu vermeiden, was in dieser Fata Morgana als Schreckliches erscheint, und folgt in all seinem Tun und Lassen dem eindeutigen Sog seines Durstes.

Wer aber durch die Lehre des Erwachten begriffen hat,

dass die Weltwahrnehmung ein krankhaftes, delirienhaftes Träumen von selbst ausgesponnenen Vorstellungen ist und dass sein gespürter Durst und Drang nach Befriedigung letztlich durch seine Geisteskrankheit, seine wahnhaftige Einbildung bedingt ist – einen solchen Menschen vergleicht der Erwachte mit einem Verwundeten, bei welchem der Giftpfeil samt dem Gift zwar aus der Wunde herausgezogen, die Wunde selbst aber noch nicht geheilt ist. (M 105)

In diesem Zustand befindet sich jeder vom Erwachten Belehrte, der den „Stromeintritt“ gewonnen hat, d.h. den wahren Anblick vom Dasein so klar und fest in seinen Geist eingebaut hat, dass er dem trügerischen Anschein, den die sinnliche Wahrnehmung auch ihm noch immer aufdrängen will, endgültig nicht mehr verfällt. Dass bei ihm jetzt Pfeil und Gift aus dem Körper entfernt sind, bedeutet, dass er in seinem Geist endgültig und klar weiß, wie sich alles in Wirklichkeit verhält. Dass aber die von dem Giftpfeil aufgerissene Wunde noch besteht und öfter schmerzt, bedeutet, dass sein Herz noch fast wie zuvor von den verschiedenen Trieben besetzt ist und darum die sinnlichen Wahrnehmungen fast noch die gleichen Wohl- und Wehgefühle auslösen wie zuvor.

In seinem Geist kann er den Ich- und Weltwahn immer wieder überwinden, und die Forderung seiner Sinne nach Befriedigung kann er im Geist durchschauen als die Wirkung der nach Entfernung des Pfeils noch verbliebenen Wunden, auf deren möglichst baldige und gründliche Heilung jetzt alles ankommt. Die Umstellung geschieht allmählich in Jahren des immer wiederholten Kampfes der Triebkräfte gegen die Einsicht und der Einsicht gegen die Triebkräfte, bis im Lauf der Zeit die neue eigenständige Quelle der Gemütherhellung zu fließen beginnt und er aus ihr immer mehr Wohl gewinnt.

Diese labenden Quellen lassen den Durst nach dem sinnlichen Scheinwohl endgültig schwinden und lassen so die von dem Giftpfeil aufgerissene Wunde endgültig heilen.

So sind also die vier Heilswahrheiten zu verstehen:

Die erste Heilswahrheit zeigt Leidiges als Leiden.

Die zweite Heilswahrheit zeigt die Verursachung des Leidens durch den vom Wahn genährten Durst.

Die dritte Heilswahrheit zeigt: Wir sind dem Leiden und seiner Antriebskraft Durst nicht gnadenlos ausgeliefert, sondern wir können ihn auflösen.

Die vierte Heilswahrheit zeigt die einzig mögliche Vorgehensweise zur schrittweisen Auflösung des Durstes auf:

Die vierte Heilswahrheit:  
*Den achtgliedrigen Heilsweg  
zur Aufhebung des Durstes* verstehen

*Was ist die Heilswahrheit von dem Weg, der zur Leidensaufhebung führt? Es ist dieser achtgliedrige Heilsweg, nämlich: Rechte Anschauung, rechte Gemütsverfassung, rechte Rede, rechtes Handeln, rechte Lebensführung, rechtes Mühen, rechte Wahrheitsgegenwart / Beobachtung, rechte Einigung.*

Alle vollkommen Erwachten und alle Einzelerwachten sind nicht durch den achtgliedrigen Heilsweg zum Ziel gekommen. Sie haben die rechte Anschauung erst am Ende des Wegs gefunden (S 12,4-10). Aber jeder vollkommen Erwachte hat zur Belehrung den Heilsweg aus den drei Etappen Tugend, Herzenseinigung und (erfahrene) Weisheit zusammengestellt und ihnen rechte Anschauung (als gehörte Weisheit) und rechte Gemütsverfassung vorangestellt, die die Voraussetzung bilden zum Verständnis und zur praktischen Nachfolge.

Der erste Entwicklungsabschnitt, Tugend, ist die Läuterung des gesamten Begegnungslebens von der rohen, harten Begegnung hin zur sanften Begegnung.

Der zweite Entwicklungsabschnitt, Herzenseinigung, ist die Einkehr in den Herzensfrieden, eine fortschreitende Vertiefung des Friedens bis zu seiner Vollkommenheit.

Der dritte Entwicklungsabschnitt, von Trieben unbeeinflusste Weisheit, ist die als Frucht des Wegs aus der Befriedung von Herz und Geist hervorgegangene vollkommene Blendungsfreiheit, durch welche die uns verborgenen Daseinszusammenhänge gesehen werden: rückerinnernde Erkenntnis früherer Leben, unmittelbares Schauen der Wege aller Wesen durch Diesseits und Jenseits je nach dem Wirken.

Es handelt sich also um drei Entwicklungsabschnitte, deren jeder etwas ganz anderes ist, wie es das Gleichnis vom Ersteigen des Felsens (M 125) zeigt: Tugend ist das Ersteigen des Berges, Herzenseinigung ist ein Ruhen oben auf dem Berg, nicht mehr gehen und noch nicht schauen, nur ruhen. Weisheit, Klarblick, ist weder Gehen noch bloßes Ruhen, sondern Schauen.

Diese drei großen Abschnitte sind Entwicklungsetappen, die jeder Übende, der die Lehre begriffen hat, durchläuft, die ihn während der Übung vollständig verwandeln, transformieren und transzendieren. Der Mensch, der durch sie hindurchgeht, geht nicht „als Mensch“ durch sie hindurch, sondern wird auf diesem Weg Übermensch, wird Gottheit, wird Übergottheit und wird zuletzt der über allen Daseinswechsel und Daseinswandel Hinausgetretene, der endgültig Geheilte, Erlöste. So wie eine Raupe nicht die Entwicklung zum Schmetterling macht, sondern schon mit dem Puppenzustand ihr Raupensein aufgegeben hat, transformiert ist, nicht mehr Raupe ist und nach dem Ausschluß aus dem Puppenzustand auch nicht mehr Puppe ist, sondern etwas anderes, etwas Neues ist: Schmetterling – und so wie nach dem Bild des Erwachten das Ei durch das Bebrüten zum Vogelembryo wird, der die Eierschale durchbrechend, als Vogel ein neues Dasein beginnt – ganz so auch sind diese drei großen Entwicklungsetappen etwas, das nicht an jemandem geschieht, sondern der Mensch, der sich auf dem Übungsweg befindet, erfährt durch innere Reifung völlige Umbildungen.

Der Erwachte unterscheidet zwischen der Weisheit, die durch Belehrung und Aufhebung der Wahnbande bewirkt wird



(erstes Glied des achtgliedrigen Heilswegs), und der Weisheit, die als Ergebnis des gesamten Läuterungswegs aus der Vollendung der Einigung hervorgeht, die die Weisheit des Gewandelten ist, aus der die Erlösung hervorgeht.

So heißt es in M 117: *So wird der achtfach gerüstete Kämpfer zum zehnfach gerüsteten Geheilten*. Der achtgliedrige Heilsweg beginnt also mit der Abnahme der Wahnbande durch gehörte Weisheit. Diesen erfahrenen rechten Anblick nimmt der Schüler zu seinem Leitbild, danach geht er praktisch vor in der Übung guter Gedanken (2.Stufe), der Tugend (3.-5.Stufe), der Entwöhnung von weltlicher Vielfalt (6.-8.Stufe) und erwirbt sich am Ende des gesamten achtgliedrigen Heilswegs Weisheit und Erlösung.

### Die einzelnen Glieder des Bedingungs Zusammenhangs (*paticcasamuppāda*) und ihre jeweilige Bedingung verstehen

Und nun nennt Sāriputto die einzelnen Glieder der Bedingten Entstehung, beginnend mit Altern und Sterben, das durch Geborenwerden bedingt ist. Aber das Geborenwerden hat wiederum seine Bedingungen. Und auch diese Bedingungen der Bedingungen sind wiederum Faktoren, die ihrerseits bedingt sind und so fort. Von Sāriputto, dem Belehrer der Mönche in unserer Lehrrede, heißt es, dass er mit seinem Freund Moggallāno schon von Jugend an nach dem Gesetz des Lebens gesucht und geforscht hatte. Sāriputto begegnete einmal, als er grübelnd seiner Wege ging, einem Mönch in einer so gelassenen und dabei so sicheren Haltung, dass dieser ihm wie ein hoher reiner Gott vorkam, für den alle Probleme gelöst sind. Sāriputto, nach vergeblichem Befragen ungezählter Meister fast resigniert, die Wahrheit außerhalb seiner selbst zu finden, wagte hier noch einmal seine Frage: „Magst du mir sagen, wer dein Meister ist und was er lehrt?“ Der Mönch antwortete: Mein Meister ist der Asket Gotamo, der Buddha, der Erwachte. Ich bin noch nicht lange in seiner Schulung, kann dir nicht

genaue Auskunft geben, kann dir nur sagen:

*Von allen Dingen, die durch Bedingungen bestehen,  
zeigt dieser Asket die Bedingungen,  
und er zeigt, wie diese aufgehoben werden können.*

Als Sāriputto das hörte, da verstand er in dieser Aussage die Antwort auf seine Grundfrage, zu der sein und seines Freundes ganzes bisheriges Suchen und Denken ihn gebracht hatte. Er wusste längst: Was bedingt besteht, was also eine zwangsläufige Folge von irgendwelchen Bedingungen ist, nur durch Bedingung besteht und ohne Bedingung nicht besteht, das ist nicht autonom, nicht frei, sondern abhängig. Wenn aber diese Bedingung ihrerseits wiederum der Bedingungen bedarf und diese wiederum und so fort, dann gibt es eine Hilfe nur dadurch, dass man die Auflösung aller Bedingungen kennt und betreiben kann: nur dann kann man Herr der Situation sein. Er befragte den Buddha und trat in seinen Orden ein, um für immer alle Bedingungen aufzuheben, was ihm, dem bereits weitgehend Abgelösten und hell Gesinnten, bald gelang.

In dieser Lehrrede nennt er seinen Ordensbrüdern die zwölf Bedingtheiten, die der Erwachte aufgezeigt hat. Die Erkenntnis nur einer Bedingtheit lässt den Nachfolger zum Heilsgänger werden.

Die IV. rechte Anschauung:

Altern und Sterben, ihre Ursache, die Aufhebung,  
den Weg zur Aufhebung verstehen

*Wenn, ihr Brüder, der Heilsgänger Altern und Sterben versteht, die Ursache für Altern und Sterben versteht, durch die Altern und Sterben entsteht und sich fortsetzt, die Aufhebung von Altern und Sterben versteht und den zur Aufhebung von Altern und Sterben führenden Weg, dann hat ein Heilsgänger rechte Anschauung, ist seine Anschauung gradlinig ausgerich-*

*tet, ist er zur endgültigen Klarheit und dadurch Befriedung bei dieser Lehre erwachsen, ist bei dieser besten Lehre angekommen.*

*Was ist nun Altern und Sterben, was ist die Ursache von Altern und Sterben, durch die Altern und Sterben entsteht und sich fortsetzt, und was ist die Aufhebung von Altern und Sterben, und was ist der zur Aufhebung von Altern und Sterben führende Weg?*

*Der jeweiligen Wesen in jeweiliger Daseinsform Altern, Kräfteverfall, Ausfall der Zähne, Grau- und runzlig-Werden, Schwinden der Lebenskraft, Nachlassen der Sinne, das nennt man Altern. – Und was, ihr Brüder, nennt man Sterben? Der jeweiligen Wesen in jeweiliger Daseinsform Abscheiden, Verscheiden, Auflösung, Dahinschwinden, Tod, Sterben, Abgelaufen-sein der Zeit, Zerfall der Teile, das Ablegen des Leichnams, das, Brüder, nennt man Sterben.*

Unser Körper befindet sich in der Alterung und hat das Sterben vor sich. Vom Augenblick der Geburt an beginnt das Altern. Wenn auch der Körper zuerst aufblüht und seinem Höhepunkt zustrebt, so zehrt er doch von der Geburt an seine Lebenskraft auf, und irgendwann beginnt die sichtbare Abnutzung. Man kommt schneller außer Atem, verträgt manche Nahrung nicht mehr, man lernt mühsamer, vergisst schneller, und auch die Knochen nutzen sich ab. Da schmerzt es, da zieht es, und sehen und hören kann man immer schlechter. Und wie bald schwindet die Schönheit der Gestalt: die Haare, grauweiß, fallen aus; die Zähne werden morsch. Die glatte Haut wird faltig und runzlig, und so schreitet der Prozess der Abnutzung, des Verfalls fort. Bekannte und Freunde sterben, man wird einsam.

Die Beschaffenheit der Zukunft liegt für die meisten Menschen im Nebel, aber der bevorstehende Tod ist ganz sicher. Wenn wir sagen: Die Erde hat so und so viel Milliarden Men-

schen, dann sind wir im Augenblick der Geburt in dieser Reihe von Milliarden Menschen der jüngste Mensch, aber eine Sekunde nach unserer Geburt sind wir schon der drittletzte, denn in jeder Sekunde werden etwa zwei Menschen geboren. So rasen wir durch die Reihe der Milliarden und sind auch jetzt in rasendem Lauf. In jeder Sekunde gehen in diesem Daseinstrom vorn ununterbrochen die Leiber ins Grab, und hinten kommen neue ununterbrochen nach, wird immer wieder in Mutterleibern Nahrung zu neuen Leibern geformt. Ununterbrochen in jeder Sekunde kommen zwei Leiber hervor, und am anderen Ende fallen ununterbrochen zwei Leiber ins Grab, werden wieder Erde, aus welcher wieder Nahrung wächst.

Altern und Sterben ist bedingt durch Geburt

*Durch die Geburt als Ursache entsteht und setzt sich Altern und Sterben fort, durch die Aufhebung der Geburt wird Altern und Sterben aufgehoben. Dies ist der zur Aufhebung von Altern und Sterben führende achtgliedrige Heilsweg, nämlich rechte Anschauung, rechte Gemütsverfassung, rechte Rede, rechtes Handeln, rechte Lebensführung, rechtes Mühen, rechte Wahrheitsgegenwart, rechte Herzenseinigung.*

Wenn der normale, unbelehrte Mensch von diesem Zusammenhang hört, denkt er im Allgemeinen: „Daran ist nichts Besonderes, wir altern und sterben, weil wir geboren sind.“ Aber der Kenner der Zusammenhänge sieht dies anders. Die Geburt liegt hinter uns und das Sterben liegt vor uns. Bei der Geburt haben wir „einen Sack voll“ Lebenskraft, davon zehren wir. Das wird Alterung genannt. Von außen betrachtet, sieht es so aus, als ob man nach der Geburt erst richtig ein Mensch würde, größer, kräftiger, wissender würde, die Welt kennenlernte, und später käme das Altern. Aber jeder Atemzug von der Geburt an ist Älterwerden, Alterung, ist ein Schritt auf den Tod zu.

Der Unbelehrte meint: „Nach dem Tod ist es aus.“ Der

Erwachte sagt: Solange die Triebe, Tendenzen uns treiben und an sie gebunden der Geist die Erfüllung der Triebe anstrebt, so lange werden wir in aller Unendlichkeit immer zwischen Geburt und Tod stehen, denn Triebe und Geist unterliegen nicht der Alterung, sind nicht Geburt und Tod unterworfen, bestehen unabhängig vom Körper, sie sind nur durch Denken zu beeinflussen, und wenn kein Tendenzen aufhebendes Denken geschieht, bleiben sie unendlich bestehen über Geburten und Tode hinaus. So finden wir uns jetzt vor, so fanden wir uns vor hundert Jahren, vor tausend Jahren, vor zehntausend, vor hunderttausend Jahren vor, in anderen Weltzeitaltern, immer waren wir in der Alterung, auf den Verschleiß zugehend, unendlich zwischen Geburt und Tod.

Der Erwachte sagt: Geburt ist kein Entstehen, sondern nur das Wiederauftauchen aus dem uns nicht zugänglichen Bereich. Und Sterben ist keine Auflösung, kein Vergehen, sondern nur das Entschwinden in den uns nicht zugänglichen Bereich. Es ist so, wie wenn einer einen Raum durch eine Tür verlässt. Auf der Vorderseite der Tür steht „Sterben“, auf der Rückseite steht „Geburt“. In diesem Raum ist er gestorben, aus diesem Raum verschwunden, aber sogleich ist er in einem anderen Raum erschienen. Darum benutzt der Erwachte für die Begriffe „Tod“ und „Geburt“ die Synonyme „Verschwinden“ und „Wiedererscheinen“.

Er gibt ein Gleichnis: So wie wenn ein Mann zwischen zwei Häusern steht und sieht, wie da jemand ein Haus verlässt und das andere betritt: So sieht der Erwachte und sahen Tausende seiner Mönche und Nonnen und auch viele im Haus Lebende, dass die Wesen den Körper verlassen, wenn der Körper im Sterben hinfällt. Für die normalen Menschen ist dann nichts weiter zu sehen – aber die Hellblickenden sehen die eigentlichen Wesen aussteigen und dahin gehen, wohin sie nach ihrer inneren Verfassung – gemein oder edel – gehören, sehen sie dort wieder einen Körper gewinnen, eben wiedererscheinen. Für den östlichen Menschen bedeutet der Tod nur einen Umzug, einen Auszug aus dem jetzigen Körper und

damit aus dem jetzigen äußeren Raum und bedeutet die Geburt den Einzug in den jetzigen Körper und damit den Eintritt in den jetzigen Lebensraum, während das Seelische – Triebe und Geist – von Geburt, Altern und Sterben völlig unbetroffen, vorher bestand und nachher weitergeht, sich zwar immer ein wenig verändert, aber ohne die Kenntnis der genannten rechten Anschauungen nie aufgelöst werden kann. Solange das innere Gewolle besteht, die mannigfachen Leidenschaften, Bedürftigkeiten nach Erfüllung lechzen, so lange ist eine Gestalt da – und sei sie feinstofflich, unsichtbar für uns.

Wer durch die Lehre des Erwachten weiß, dass alle Wesen unendliche Male nicht nur Mensch waren, sondern auch andere Daseinsformen gehabt haben, untermenschliche und übermenschliche, der weiß: Solange ich auf den Körper gestützt lebe, erfahre ich die Wandlungen des Körpers: Ab Geburt eine Scheinentwicklung in „die Blüte des Lebens“, die in Wirklichkeit von Anfang an eine Entwicklung auf den Verfall zu ist, dem wieder eine neue Entwicklung auf den Verfall zu folgt, und wieder eine neue Entwicklung. Wer diesen Zusammenhang bedenkt, der fragt nach dem Sinn des Ganzen, der freut sich nicht der Jugend und trauert nicht über das Alter, sondern er fragt: „Was soll das überhaupt, was hat das für einen Sinn?“

In Indien ging durch die Belehrung früherer Buddhas ein Raunen durch die Äonen, eine Ahnung, dass es eine Überwindung des Todes geben müsse, hin zum Todlosen, zum Unbedingten. Darauf vertrauend, suchten die Buddhas, dem endlosen Leidenskreislauf mit immer wieder erneutem Geborenwerden und Sterben zu entgehen. Von dem Buddha Vipassī heißt es (D 14):

*Da ist nun Vipassī, dem die Erwachung Anstrebenden, während er einsam, zurückgezogen sann, der Gedanke gekommen: „Elend, ach, steht es um diese Welt: Immer wieder wird man geboren, altert und stirbt, verschwindet man und erscheint man wieder. Aber wie etwa diesem Leiden zu entrinnen sei, dem immer erneuten Altern und Sterben, das weiß man nicht. Ob nicht doch wohl zu ergründen wäre, wie man diesem Lei-*

*den entrinnen könnte, dem Altern und Sterben? Was muss denn sein, dass Altern und Sterben ist? – Geburt muss sein, dass Altern und Sterben ist; durch Geburt bedingt ist Altern und Sterben.*

Die Sinnlosigkeit des Immer-wieder-Geborenwerdens-Alterns-Sterbens sehen und verstehen – und dies in dem Wissen, dass es die Triebe sind, die immer wieder das Anlegen eines neuen Körpers veranlassen, der wieder auf den Tod zugeht – das ist eine heilende rechte Anschauung, die in einer wenn auch nur kurzen Ablösung die Todlosigkeit erfahren lässt und die die programmierte Wohlerfahrungssuche auf den achtgliedrigen Heilsweg ausrichtet, allmählich Anziehung und Abstoßung überwinden lässt:

*Wenn, Brüder, der Heilsgänger so Altern und Sterben versteht, die Ursache für Altern und Sterben versteht, durch die das Altern und das Sterben entsteht und sich fortsetzt, die Aufhebung von Altern und Sterben versteht und den zur Aufhebung von Altern und Sterben führenden Weg versteht, und wenn er alle Gierge-  
neigtheit aufgehoben hat, alle Abwehrgeneigtheit ausgerodet hat, alle Geneigtheit „ich bin“ zu denken und zu vermeinen, getilgt hat, den Wahn aufgehoben, Weisheit gewonnen hat, dann macht er dem Leiden noch in diesem Leben ein Ende.*

*Insofern, Brüder, hat ein Heilsgänger rechte Anschauung, ist seine Anschauung gradlinig ausgerichtet, ist er zur endgültigen Klarheit und dadurch zur Befriedung bei dieser Lehre erwachsen, ist er bei dieser besten Lehre angekommen. –*

*Gut, Bruder, sagten da jene Mönche erfreut und erhoben durch die Worte des ehrwürdigen Sāriputto und stellten nun eine weitere Frage: Aber, Bruder, ist es möglich, dass ein Heilsgänger noch auf andere Wei-*

*se rechte Anschauung besitzt, dass seine Anschauung gradlinig (auf das Heil) ausgerichtet ist, dass er zur endgültigen Klarheit und dadurch Befriedung bei dieser Lehre erwachsen ist, bei dieser besten Lehre angekommen ist? – Das ist möglich, Brüder.*

Die V. rechte Anschauung:  
Das Immer-wieder-Geborenwerden,  
seine Ursache, die Aufhebung,  
den Weg zur Aufhebung verstehen

Das Leiden des Immer-wieder-Geborenwerdens

*Wenn, ihr Brüder, der Heilsgänger Geborenwerden versteht, die Ursache für Geborenwerden versteht, durch die das Geborenwerden entsteht und sich fortsetzt, die Aufhebung von Geborenwerden versteht und den zur Aufhebung von Geborenwerden führenden Weg, dann hat ein Heilsgänger rechte Anschauung, ist seine Anschauung gradlinig ausgerichtet, ist er zur endgültigen Klarheit und dadurch Befriedung bei dieser Lehre erwachsen, ist er bei dieser besten Lehre angekommen.*

*Was ist nun Geborenwerden, was ist die Ursache von Geborenwerden und was ist die Aufhebung von Geborenwerden und was ist der zur Aufhebung von Geborenwerden führende Weg?*

*Geborenwerden, Herauskommen aus dem Mutterleib, das In-Erscheinung-Treten, Geburt, das Zutagetreten der fünf Zusammenhäufungen, die Befriedigung der Süchte (nach den Erscheinungen), das, Brüder, wird Geborenwerden genannt.*

Zuerst ist der werdende Leib des Menschen im engen Gefäng-



nis des Mutterleibs eingepfercht. Dann folgt der schmerzliche Vorgang des Austritts: das Geworfensein in die raue Welt. Und dann beginnt überhaupt erst das durch die Geburt verursachte Leiden. Man ist in bestimmte Verhältnisse hineingeworfen, in einen bestimmten Leib bei bestimmten Eltern, in ein bestimmtes Volk und eine bestimmte Zeitsituation. Diesem Milieu ist man völlig hilflos ausgeliefert, von der Zuwendung der Eltern und anderer abhängig, so wie diese einst ebenso abhängig waren. Man wird geboren mit einst gewirkten bestimmten Eigenschaften und Leidenschaften, mit Trieben, deren Wucht man ausgeliefert ist.

Vor allem aber, und das ist das Entscheidende, geschieht dies nicht nur einmal so. In jedem Erdenleben muss man wieder von vorn anfangen, muss laufen, sprechen, denken lernen. Die neu eingesammelten Daten wirken als Barriere für die Nutzbarmachung aller Schätze früherer Erfahrung, die uns normalerweise unzugänglich sind. So wird man als Unwissender in ein gefährdetes Dasein hineingeboren und der Ernte seines früheren Wirkens ausgeliefert, das man ebenso wenig kennt wie die Abgründe der eigenen Seele. Man findet sich vor und weiß nicht woher und warum und wohin. So geht das schon immer so – und wird immer wieder so vor sich gehen. Alles, was ich jetzt weiß – „ich“, die souveräne, angesehene Persönlichkeit des Erwachsenen – wird zu nichts werden. Ich werde wieder ein schreiender Säugling sein, der im eigenen Unrat liegt, immer wieder, immer wieder, ohne Ende. Ich werde geboren und sterbe, ich lerne und vergesse.

So besteht das Leiden der Geburt nicht nur im körperlichen und seelischen Geburtsschmerz, sondern vor allem in dem endlosen Auf und Ab des immer wieder Geborenwerdenmüssens.

Das Immer-wieder-Geboren-Werden ist bedingt  
durch Dasein/Werdesein (*bhava*)

*Durch das Werdesein als Ursache entsteht und setzt sich Geborenwerden fort, durch die Aufhebung des*

*Werdeseins wird Geborenwerden aufgehoben. Dies ist der zur Aufhebung von Geborenwerden führende achtgliedrige Heilsweg, nämlich rechte Anschauung, rechte Gemütsverfassung, rechte Rede, rechtes Handeln, rechte Lebensführung, rechtes Mühen, rechte Wahrheitsgegenwart, rechte Herzenseinigung.*

Hier zeigt sich wieder der Unterschied zu der naturwissenschaftlichen Auffassung, von welcher heute ein großer Teil der Menschheit weitgehend beeinflusst ist. Hier denkt man, Dasein bestehe durch Geburt. Erst wenn man geboren sei, sei man „da“ oder frühestens nach der Zeugung durch die Eltern. Aber in der Lehre des Buddha heißt es, dass Dasein/Werdesein die Bedingung sei für Geburt. Dasein bedeutet, dass das wollende Wesen immer besteht und jetzt nur wieder einen irdischen Körper anlegt. Der Erwachte spricht vom sogenannten Tod stets mit den Worten: *Nach dem Versagen des Körpers, jenseits des Todes gelangt das Wesen je nach seinen erworbenen Eigenschaften da und da hin.* Das heißt also, das Wesen selber stirbt nicht, und solange das Wesen da ist (*bhava*), so lange auch wird immer wieder Geburt sein mit Altern und Sterben und wieder Geburt mit Altern und Sterben.

Geburt als Mensch bedeutet, dass die eigentliche Person, die bisher in einer der unterschiedlichen menschenähnlichen, untermenschlichen oder übermenschlichen Daseinsformen lebte, nun die Daseinsform wechselt und Mensch wird.

Der Erwachte sagt: *Wenn Drei zusammenkommen, dann entsteht eine Leibesfrucht.* Um das besser verständlich zu machen, beschreibt der Erwachte zuerst zwei Fälle, in denen die Paarung von menschlichen Eltern nicht zur Geburt führt. Er sagt (M 38 u.a.):

*I Da sind Vater und Mutter vereint, aber die Mutter hat nicht ihre (periodische) Empfängniszeit, und es tritt kein Jenseitiger hinzu. Dann kommt es (aus diesen beiden Gründen) nicht zu einer Leibesfrucht.*

Weiter sagt der Erwachte:

*2. Da sind Vater und Mutter vereint, und die Mutter hat ihre Empfängniszeit, aber es tritt kein Jenseitiger hinzu. Dann kommt es auch nicht zu einer Leibesfrucht.*

*3. Wenn aber Vater und Mutter vereint sind und die Mutter ihre Zeit hat und ein Jenseitiger hinzutritt, dann entsteht durch der Drei Vereinigung eine Leibesfrucht.*

Hier ist also ein bisher menschenähnliches, untermenschlich oder übermenschlich gewesenes Wesen während des Beisammenseins der Eltern in den Mutterschoß eingegangen. Dass der Körper der Mutter eine periodische Empfängnisfähigkeit hat und darum auch eine periodische Unfähigkeit zur Empfängnis, das ist auch im Westen bekannt. Aber dass ein „jenseitiges Lebewesen“ da sein muss, das anlässlich der Paarung der Eltern in den Mutterleib eintritt, um sich nun zu inkarnieren und das heißt ja „einzufleischen“, sich zu verkörpern, also mit Hilfe der Eltern zu einem menschlichen Körper zu kommen, davon wissen die allermeisten westlichen Menschen nichts.

Das Wesen selber verändert sich durch die Geburt in keiner Weise, sondern bekommt nur einen neuen Körper. Das drückt der Erwachte mit den Worten aus, dass durch den Eintritt des Wesens in den Mutterleib eine „Leibesfrucht“ entsteht. Die Vereinigung von Vater und Mutter bildet die Eintrittsmöglichkeit des Wesens. Durch den Anschluss an die innere Körperlichkeit der Mutter (Ei) wird ihm der Aufbau des körperlichen Werkzeugs ermöglicht. So gesehen haben die Eltern nicht etwa ein Kind erzeugt, sondern sie haben einem Wesen, das bereits da war, die Eintrittsmöglichkeit gegeben, die Mutter hat es „empfangen“.

Die unsichtbaren Sinnesdränge des jenseitigen Wesens, das einen Mutterschoß sucht, führen je nach ihrer Qualität zu tierischen oder menschlichen oder übermenschlichen Eltern, mit deren Hilfe ein entsprechender Körper aufgebaut wird. Insofern sagt der Erwachte, dass jedes Wesen charakterlich sich selber beerbt, dass aber die Eltern ihm den Körper aufbauen.

Aber nicht nur ein Wesen tritt aus der uneinsehbaren La-

tenz in den Mutterschoß ein und nach neun Monaten heraus, sondern das ganze Leben ist nichts anderes als ein ständiges Zutagetreten von Ereignissen, das ein Ich zu erleben hat. *Bhava*, Werdesein, Werden, latentes Dasein, ist die jenseits der Erscheinung liegende, also erscheinungs-transzendente Wurzel der Erscheinung, es ist die Potenz der früher oder später zur Erscheinung kommenden „Welt“. Es ist noch „latent“. Nur was im „Werdesein“ ist, das kann einmal erscheinen, also wieder „Welt“ werden. Werdesein ist der Schoß der Welt, die einzige Quelle aller Erlebnisse. Was aber nicht im Werdesein ist, das kann auch nicht ins „Leben“ treten. Werdesein ist die gesamte universale Daseinsmöglichkeit, während „Welt“ nur das jeweils zur Erscheinung Gekommene ist.

Der Erwachte sagt, dass der Mensch, wenn er dem Durst folgt, d.h. wenn er reagiert, eben dadurch die betreffende Situation ergreift, sich aneignet, sie mit sich selbst identifiziert, indem er das in der betreffenden Situation erscheinende Ich als sein Ich, als „sich selbst“ ansieht und nicht inneren Abstand nimmt von jener gesamten Situation. Durch diese Aneignung, durch dieses Ergreifen geht das geschehende und im Geschehen auch schon der Vergangenheit zuwandernde Wirken in Gedanken, Worten und Taten nicht verloren, sondern geht in das Werdesein. Es ist nicht aufgelöst, sondern ist latent, im Augenblick unsichtbar. Nach dem Ergreifen besteht jene vergangene Situation nun jenseits der Erscheinung potentiell und latent, um irgendwann wieder in Erscheinung zu treten.

Und dieses aus der sichtbaren Gegenwart in die unsichtbare „Vergangenheit“, in das verborgene Werdesein gesunkene durstgetriebene Wirken tritt von dort wieder in die Erscheinungswelt, in das dem normalen Bewusstsein zugängliche „Leben“, das begrenzt liegt zwischen Geburt und Tod und das ausgefüllt ist von Gesundheit und Krankheit, Hoffnungen und Enttäuschungen, Freuden und Leiden, Jugend und Alter. Dieses sogenannte Leben ist nichts anderes als die Kette der Einzelerlebnisse, die aus dem Werdesein heraufkommen. Und diese Erlebnisse sind nichts anderes als die Gedanken, Worte und

Taten, die vorher aus Durst ergriffen und darum ins Werdesein geschickt wurden.

So gesehen ist Existenz vergleichbar mit einem kreisrunden Korridor, auf dem sich an einer Stelle eine Tür befindet. Diese Tür ist die Gegenwart. Durch sie kommen die Erlebnisse heran, kommt Wahrnehmung, Bewusstsein zustande. Im Augenblick des Eintretens der Erlebnisse wird, wenn man dem Durst folgt, reagiert. Es wird gut oder schlecht reagiert, es geschehen dunkle Gedanken, Worte und Taten oder helle. Durch die jeweiligen Reaktionen werden die jeweiligen Erlebnisse verändert, sie werden verstärkt oder abgeschwächt, sie werden erhellt oder verdunkelt.

Neu herankommende Erlebnisse drängen die alten auf dem Korridor weiter. Sie versinken in der Vergangenheit, aber diese Vergangenheit ist der Kreis. Und auf diesem Kreis treten sie wieder heran als neue Erlebnisse. Und so geht es fort endlos und unendlich unter dauerndem Wechsel und Wandel der Erscheinungsqualitäten, je nach der Qualität des Wirkens verdunkelnd oder erhellend. So geht es fort, solange der Durst besteht und dem Durst entsprechend gehandelt wird. Solange die Situationen ergriffen werden und ins Werdesein geschickt werden, so lange auch treten sie wieder in Erscheinung. Und solange Situationen wieder in Erscheinung treten, bewusst werden, so lange wird ein Ich in einer Welt wahrgenommen, wird „Leben“ bewusst mit Geburt und Tod und Leiden. Im Menschenleben quillt für 60, 70, 80, 90 Jahre aus dem Sack des Werdens das hervor, was wir aus Unwissen, aus Wahn, aus Blendung durch die Triebe hineingesteckt haben: Triebe, Durst, Gewöhnungen als innere Ernte und Wahrnehmungen von angenehmen oder unangenehmen Formen (wozu auch der eigene gesunde oder kranke, schöne oder unschöne Körper gehört), Tönen, Düften, Säften, Tastbarem sowie gewährendes und ertragendes oder verweigerndes und entreißendes Verhalten der Mitwesen als äußere Ernte.

Wer dies in seiner ganzen Leidhaftigkeit versteht, empfindet die Unausweichlichkeit, Unerbittlichkeit dieses Karmage-

setzes, dem alle Wesen unterliegen, und hat den großen Wunsch, dem Immer-wieder-Geborenwerden entsprechend dem Saat-Ernte-Gesetz zu entfliehen. Dann ist seine programmierte Wohlerfahrungssuche darauf gerichtet, das endgültige Heil auf dem vom Erwachten gewiesenen Weg anzustreben.

*Wenn, ihr Brüder, der Heilsgänger so das (Immerwieder)-Geboren-Werden versteht, so die Ursache des Geborenwerdens, durch die sich das Geborenwerden fortsetzt, versteht, so die Aufhebung von Geborenwerden versteht, so den zur Aufhebung des Geborenwerdens führenden Weg versteht und wenn er alle Zuneigung aufgibt, alle Abneigung vernichtet, die Geneigtheit zur Ansicht und zum Vermeinen „ich bin“ tilgt, den Wahn aufhebt, die Weisheit gewinnt, dann macht er dem Leiden noch in diesem Leben ein Ende. Insofern, ihr Brüder, hat ein Heilsgänger rechte Anschauung, ist seine Anschauung gradlinig ausgerichtet, ist er zur endgültigen Klarheit und dadurch zur Befriedung bei dieser Lehre erwachsen, ist er bei dieser besten Lehre angekommen. –*

*Gut, Bruder, sagten da jene Mönche erfreut und erhoben durch die Worte des ehrwürdigen Sāriputto und stellten nun eine weitere Frage: Aber, Bruder, ist es möglich, dass ein Heilsgänger noch auf andere Weise rechte Anschauung besitzt, dass seine Anschauung gradlinig (auf das Heil) ausgerichtet ist, dass er zur endgültigen Klarheit und dadurch Befriedung bei dieser Lehre erwachsen ist, bei dieser besten Lehre angekommen ist? – Das ist möglich, Brüder. –*

Die VI. rechte Anschauung:  
Dasein/Werdesein, seine Ursache, die Aufhebung,  
den Weg zur Aufhebung verstehen

### Werdesein

*Wenn, ihr Brüder, der Heilsgänger Werdesein versteht, die Ursache für das Werdesein versteht, durch die das Werdesein entsteht und sich fortsetzt, die Aufhebung von Werdesein versteht und den zur Aufhebung von Werdesein führenden Weg, dann hat der Heilsgänger rechte Anschauung, ist seine Anschauung gradlinig ausgerichtet, ist er zur endgültigen Klarheit und dadurch Befriedung bei dieser Lehre erwachsen, ist bei dieser besten Lehre angekommen.*

*Drei Arten von Werdesein gibt es: Werdesein in der Sinnlichkeit, Werdesein in der Reinen Form, Werdesein in der Formfreiheit.*

Der Strom des Daseins (*bhava-sota*) wird als Selbsterfahnis in drei Weisen erlebt. Dasein in der Erfahnis der Sinnensucht, Dasein in der Erfahnis der Reinen Form, Dasein in der Erfahnis der Formfreiheit.

Die unterste Erfahnis, das Dasein der Sinnensuchtwelt, besteht aus zehn Stufen. Nach der untersten, der 10., der Sphäre der äußersten Qualen, die darum „Hölle“ genannt wird, folgt nach oben als 9. die tierische Welt, darüber als 8. die Welt der „Gespenster“ (christlich „Die Armen Seelen“), die teilweise große Not leiden, und das Menschentum bildet die 7. Stufe. Darüber hinaus werden die höheren Stufen von der 6. bis zur 1. den unterschiedlichen Sphären sinnlicher Götter zugeschrieben, in welchen von Stufe zu Stufe die Leiden abnehmen und die subjektiv empfundenen wohlthuenden Zustände zunehmen bis zu der höchsten Stufe dieser sinnlichen Götter. Oberhalb der zehn Stufen der Sinnensucht-Erfahnis be-

finden sich vier Stufen der Erfahris der Reinen Formen (die Brahmagötter, die Leuchtenden, die Strahlenden, die Reichgesegneten Götter). Endlich wird als oberste Terrasse der Selbsterfahris das formfreie Dasein ebenfalls in vier Stufen genannt. Die vierte Stufe formfreien Seins ist teils Wahrnehmung, teils nicht Wahrnehmung. Wer auch das hohe Wohl dieser Stufe nicht ergreift in dem Bewusstsein, dass auch die feinste Wahrnehmung unbeständig und darum leidvoll ist, gelangt zum Nirvāna.

Das sind (ohne das Nirvāna, das ja gerade die Befreiung vom Da-Sein, vom Werden bedeutet) insgesamt 18 mögliche Daseinstufen innerhalb der drei Daseinsterrassen, und alle Wesen befinden sich auf der einen oder der anderen Stufe, wobei die Qualität des Herzens, die sich im Tun und Lassen offenbart, anzeigt, auf welche Stufe hin die Wesen sich entwickeln.

Mit der Geburt eines Wesens auf der ihm gemäßen Stufe erlebt es die für dieses Leben gewirkte Auswirkung früheren Wirkens: Der Sack der gewirkten Begegnungen öffnet sich, und eine Begebenheit nach der anderen tritt in Erscheinung, wird nun auch ihm „geboren“. Der noch geschlossene Sack, dessen Inhalt für uns nicht sichtbar ist, das ist *bhava*, das durch unser Wirken vorhandene potentielle Dasein in ständiger Veränderung, im Werden.

Jedes Wesen erntet mit jedem Erlebnis, d.h. bei jeder Begegnung mit Wesen oder Dingen oder Ereignissen immer nur das, was es irgendwann zuvor selber durch eigenes Denken, Reden oder Handeln gesät, d.h. ins Dasein gesetzt hat. In diesem Sinn spricht der Erwachte vom Werdensrad. Alles, was uns begegnet, ist das, was wir in jüngerer oder älterer Vergangenheit getan haben, ist nicht „Schicksal“, sondern „Schaffsal“. Was im Reden und Handeln in die Welt hineingetan wurde, das hat keine Ruhe, ehe es nicht wieder bei uns angekommen ist. Dieses „Unterwegs-Sein“, das ist *bhava*, Werdesein.

Das Geschaffene und darum Daseiende – der Daseinssack – wird durch das Wirken der Wesen ununterbrochen gemehrt



und verändert, weshalb der Erwachte Dasein auch als Strom des Werdeseins bezeichnet (*bhavasota*).

Dasein, Werdesein dringt ununterbrochen aus dem Sack des Daseins heraus, aus dem uns noch nicht zugänglichen, in die Gegenwart. Der Unbelehrte sagt: „Weil die Welt da ist, darum erlebe ich sie. Der Kenner der Zusammenhänge weiß: Aus dem uneinsehbaren, jenseitigen Dasein (*bhava*) kommt in jedem Augenblick das früher Geschaffene, ins Jenseits Geschickte. *Durch Dasein bedingt ist Geburt*. Wenn die Summe des Geschaffenen nicht da wäre, dann könnte nichts erfahren, erlebt werden. Dasein heißt: Die Summe von Wirkungen aus früherem Wirken ist da und offenbart sich beim Ausschütten eines immer neuen Daseinssacks. Wir haben untermenschliche, übermenschliche Säcke angefüllt in vielerlei Bereichen und sind immer noch dabei, sie weiter zu füllen und die Inhalte zu verändern. Auch können wir durch jetziges Wirken manches an früherem Wirken aufsaugen, zunichte machen. Der Erwachte und manche Geheilte sehen unsere halben und dreiviertel gefüllten Säcke, wenn sie aus ihrer überweltlichen Sicht des Verschwindens-Erscheinens der Wesen sagen: *Diese Wesen sind in Gedanken, Worten, Taten dem Üblen zugetan, tadeln Heiliges, achten Verkehrtes, bei Versagen des Körpers gelangen sie abwärts*. Die Geheilten sehen, wie die Wesen die Säcke gefüllt haben – mit Schlechtem und Gutem, und diese Säcke stehen nun für die nächsten Leben bereit.

Was wir „Welt“ nennen, begegnet uns durch die fünffache sinnliche Erfahrung. Der Luger, der Trieb im Auge, erfährt Formen und Farben, der Lauscher Töne. Lichtstrahlen sind etwas völlig anderes als Schallwellen, beides hat nichts miteinander zu tun, jedes für sich ist nur eine Teilerfahrung, nichts Ganzes. Der Riecher, der Trieb in der Nase, erfährt den Geruch vergehender Stoffe. Der Schmecker, der Trieb in der Zunge, erfährt wieder etwas ganz anderes: Säfte. Der Taster im ganzen Körper erfährt Tastbares. Jeder Trieb drängt nach etwas anderem, Speziellem, ist ein Wollen auf einem Teilge-

biet. Diese fünf sinnlichen Trieberfahrungen werden je einzeln in das Gedächtnis eingetragen, und der Denker im Gehirn, der Trieb nach Orientierung und Einordnung, verbindet die einzelnen Daten zu nun gewussten Dingen, benennt sie und weckt im Zug der denkerischen Assoziationen die intellektuellen, sozialen/asozialen, moralischen/amoralischen Triebe.

Wir alle sagen zwar „Welt“, aber jeder kennt eine andere Welt als die Summe seiner Trieberfahrungen. Wir benutzen alle den gleichen Begriff „Welt“, aber dahinter steht eine ganz unterschiedliche Substanz: die Substanz des aus dem gegenwärtigen Daseinssack bisher an uns Herangetretenen und im Gedächtnis Eingeschriebenen, das daraus einen Sinn, ein zusammenhängendes Ganzes macht, z.B. das Bild: „Geburt ist der Anfang des Lebens, Tod das Ende, dann ist Schluss.“

Die sinnliche Wahrnehmung kann nie den Menschen von dem Weiterleben nach dem Tod überzeugen. Die sinnliche Wahrnehmung schafft den Trug, als ob Geburt der Anfang sei und Tod das Ende. Darum sagt der Erwachte (M 100): *Der Hochsinnige ist sich klar darüber, dass es ein Jenseits und Jenseitige gibt, dass es ein Weiterleben nach dem Tod gibt.* Der Hochsinnige ist derjenige, der nicht nur von der sinnlichen Wahrnehmung lebt, die sinnlichen Triebe zu erfüllen sucht, sondern auch die Kräfte der sozialen/asozialen und moralischen/amoralischen Triebe in sich merkt und die guten Triebe in sich positiv bewertet und zu fördern sucht, das Üble negativ bewertet, also überhaupt die inneren Triebkräfte in sich bemerkt.

Durch jedes wohlwollende Wirken wird ein etwas wohlwollenderes Begegnungsverhältnis in die Vergangenheit geschickt, in die Zukunft geschickt, wird das „Ich“ um einen Grad mehr mit wohlwollendem, gewährendem Geist geprägt, wird das mit Wohlwollen behandelte Du um einen Grad zufriedener, entspannter, freudiger, zu ähnlichem Tun geneigter: Und dieses jetzt so geschaffene, durch den gegenwärtigen verbessernden, erhellenden Schöpfungsakt so gestaltete Verhältnis eines wohlwollenderen Ich in sanfterer Begegnung mit

einem entspannteren, erfreuteren und meistens auch wohlwollenderen Du – diese Schöpfung ist nun „da“, ist durch bestimmte Einflüsse, Kräfte, Gesinnungen und Taten so gewirkte Wirkung. Diese Wirkung entschwindet lediglich der Sichtbarkeit, das ist: der unendlich kleinen Gegenwart des Verblendeten, bleibt aber als wirkende Wirkung bestehen und taucht zu ihrer Zeit wiederum in die unendlich kleine Gegenwart des Verblendeten ein, wird in ihrer zuletzt umgeschaffenen Qualität erfahren, wird als wohlthuendes oder schmerzliches „Schicksal“ erlitten.

So ist mein Erleben ausschließlich durch „mich selbst“ bedingt, ist „subjektiv“. Was wir in der Welt der Begegnung „Erleben“ nennen, ist das ununterbrochene Ankommen von einst geschaffenen Ereignissen, Begebnissen, die angenehm oder unangenehm sind.

Die Religionen sagen, dass wir mit Denken, Reden und Handeln ununterbrochen Ereignisse schaffen, die jedoch erst zu gegebener Zeit in Erscheinung, an uns herantreten. Sie sind aber bereits da, sie sind nur „jenseits“ unserer sinnlichen Wahrnehmung, weshalb wir *bhava* auch als die jeweilige Jenseitigkeit auffassen können, dahin das Wirken geht, daher die Erlebnisse kommen.

Einige christliche Aussagen dazu:

*Und ihre Werke folgen ihnen nach. (Off. 14,13)*

*Was der Mensch sät, das wird er ernten. (Gal. 6,7)*

*Und sie wurden gerichtet, ein jeglicher nach seinen Werken. (Off. 20,13)*

Ein christliches Sprichwort lautet:

*Gottes Mühlen mahlen langsam, mahlen aber trefflich fein,  
was mit Langmut er versäumet, holt mit Schärfe er wieder ein.*

Die Tatsache, dass die Ernte oft lange auf sich warten lässt, drückt ein buddhistischer Vers aus:

*Auch einem Bösen geht es gut,  
solang das Böse nicht gereift;  
ist aber reif die böse Frucht,*

*dann geht es schlecht dem schlechten Mann.*

*Auch einem Guten geht es schlecht,  
solang das Gute nicht gereift;  
ist aber reif die gute Frucht,  
dann geht es gut dem guten Mann. (Dh 119, 120)*

So findet man bisweilen Menschen, die nach unserem Urteil sehr gut sind, denen es aber schlecht geht, und manche Menschen, die nach unserem Urteil sehr schlecht sind, denen es aber gut geht. Unser Urteil, dass der Mensch sehr gut oder sehr schlecht sei oder dass es ihm gut oder schlecht gehe, kann irrig sein. Nicht jedem Reichen geht es gut, und nicht jedem Armen geht es schlecht, und auch über den Charakter eines Menschen können wir uns täuschen. Aber das Gesetz lautet, dass es jedem, der schlecht ist, auf die Dauer auch schlecht geht durch sein schlechtes Tun und dass es jedem, der gut ist, auf die Dauer auch gut geht durch sein gutes Tun. Die gute oder schlechte Ernte ist latent schon da, noch unreif. *Ist aber reif die gute Frucht...*

Aber nicht nur die auf uns zukommenden Ereignisse, die Erscheinung des Außen, sondern auch das Innen, das Ich, sind potentiell da, denn mit jedem nach außen gerichteten Wirken, sei es gut oder ungut, verändert sich auch der Täter (innen) im gleichen Maß in Richtung auf gut oder ungut.

Werdesein/Dasein ist bedingt durch Ergreifen

*Durch Ergreifen als Ursache entsteht und setzt sich Werdesein fort, durch die Aufhebung von Ergreifen wird Werdesein aufgehoben. Dies ist der zur Aufhebung von Werdesein führende achtgliedrige Heilsweg, nämlich rechte Anschauung, rechte Gemütsverfassung, rechte Rede, rechtes Handeln, rechte Lebensführung, rechtes Mühen, rechte Wahrheitsgegenwart, rechte Herzenseinigung.*

Der Erwachte sagt (M 38): *Die Befriedigung beim Gefühl, das ist Ergreifen*. Was wir irgendwann als angenehm erlebt haben (Wohlgefühl), das wollen wir gern wieder erleben. Alles bewusste und unbewusste Handeln der Wesen geschieht um der Gefühlsbefriedigung willen: um ein Wohlgefühl zu erlangen oder einem Wehgefühl zu entgehen. Der normale unbelehrte Mensch handelt nach den Gefühlen. Er dürstet nur immer nach Wohl und sucht alles Weh mit allen möglichen Mitteln zu fliehen, und so sind alle Unternehmungen auf Befriedigen des Gefühls ausgerichtet, und das ist Ergreifen. Die aus früherem Wirken hervorgegangenen Erscheinungen, die der Reihe nach an uns herantreten, sind für uns eine Herausforderung. Wenn wir ihr – und das heißt dem von den Trieben aufkommenden Gefühl – folgen, indem wir das Angenehme mit entsprechendem Denken, Reden und Handeln ergreifen, das Unangenehme abweisen – dann haben wir damit unser Gefühl befriedigt. Durch ergreifendes, d.h. gefühlsbefriedigendes Wirken werden die Daseinssäcke gefüllt. Die betreffende Situation ist nicht aufgelöst, sondern wird uns in Zukunft wiederum begegnen: das im Ergreifen zum Ausdruck gekommene Verhältnis des erlebten Ich und der erlebten Welt ist erhalten geblieben (Dasein, *bhava*) und muss wieder in Erscheinung treten (Geburt, *jati*). *Befriedigung suchen bei den Gefühlen – Ergreifen* – bedeutet also: die wahrgenommene Umwelt mit dem wahrgenommenen Ich verknüpfen, sich an die Umwelt ketten. Und die Qualität dieser Umwelt ist abhängig von den am Ergreifen beteiligten Gefühlen.

Als Symbol für das gefühlsbefriedigende Ergreifen wird im tibetischen Buddhismus ein Mensch dargestellt, der Früchte von einem Baum pflückt. Da er sie nicht gleich isst, sondern in einen Korb sammelt, so sind sie dort aufgehoben (*bhava*) und werden ihm irgendwann, wenn er sie isst, als süße oder bittere Früchte wieder begegnen.

Der Erwachte sagt (S 12,15):

*Die Gewohnheitsbande, immer heranzutreten,*

*zu ergreifen, sich anzueignen und dabei zu verbleiben,  
das ist praktisch diese Welt.*

Das heißt: Alle Szenen, Situationen und Erlebnisse, die der Daseinsstrom enthält und zu seiner Zeit an die Oberfläche unserer Gegenwart spülen wird, das alles ist irgendwann ergreifend geschaffen worden. Wir erleben immer nur Selbstgeschaffenes, nicht Schicksal, sondern Schaffsal, eigene Schöpfung, je nach der Anschauung, aus welcher das vermeinte Ich zur Zeit der Schöpfung schuf. Darum sagt der Erwachte (M 135):

*Erben des Wirkens (karma) sind die Wesen,  
Kinder des Wirkens sind die Wesen.*

Solange wir nicht das uns Begegnende als Ernte aus eigenem ergreifendem Wirken erkennen, so lange handeln wir immer weiter reagierend: schaffen durch unsere harten Worte verärgerte Mitwesen, durch wohlwollende Worte und Handlungen vertrauende, dankbare Mitwesen. Mit jeder willentlichen Tat ändern wir uns ein wenig und ändern das, was an uns herantritt, ein wenig, und in unserem Weitergehen in diesem Tretrad finden wir alles so vor, wie wir es durch unser ergreifendes Wirken hinterlassen haben.

Aber nur das ergreifende, das absichtliche Wirken hat Folgen, das mit der Absicht geschieht, die Gefühle zu befriedigen, also um etwas Angenehmes zu erlangen oder um etwas Unangenehmes zu vermeiden, zurückzuweisen: nur solches Wirken ist Ergreifen und kommt in seiner Wirkung auf den Täter zurück. Was auch immer ein Wesen mit Absicht und zur Befriedigung seines Gefühls wirkt, das bestimmt seine Ernte.

Der Erwachte sagt (M 1): *Befriedigung ist des Leidens Wurzel.* Das Gefühl der Befriedigung für etwas Gutes halten, es positiv bewerten, sich der Befriedigung hingeben, sich an ihm auch geistig befriedigen, es erhalten und wieder zu erringen trachten in Gedanken, Worten und Taten – das ist das aus dem Durst folgende Ergreifen. Jede Befriedigung, die der

Mensch bejaht und wieder zu erlangen trachtet, ist der Anfang eines neuen Programms: „Das ist schön, das will ich wieder haben; wie bekomme ich es?“ So entsteht das Programm, diese Befriedigung immer wieder herbeizuführen, immer weiter so zu wollen, letztlich aus dem Anstoß „Befriedigung“. Ist so das Erlebnis der Befriedigung ins Dasein getreten, Gewöhnung geworden, dann ist ein noch bedürftigeres „Ich“ in einer gewährenden oder verweigernden Umgebung entsprechend der moralischen Qualität der Befriedigungen entstanden.

Der Erwachte vergleicht die Befriedigung bei den fesselnden Erscheinungen mit dem Brennen einer Öllampe und das Ergreifen in Befriedigungsabsicht mit dem Nachfüllen von Öl (S 12,53):

*Wo bei den fesselnden Erscheinungen der Anblick von deren Wohltat gepflegt wird, da wächst der Durst. Durch Durst bedingt ist Ergreifen. Durch Ergreifen bedingt ist Dasein (Schaffsal), Geborenwerden, Altern und Sterben. So geschieht dieser gesamten Leidenshäufung Fortsetzung.*

*Gleichwie durch Öl und Docht bedingt, eine Öllampe brennt – würde da ein Mensch von Zeit zu Zeit Öl nachfüllen und den Docht anheben, so würde die so ernährte, so aufnehmende (upādāna) Öllampe immer weiter brennen. So auch muss da, wo bei den fesselnden Erscheinungen der Anblick von deren Wohltat gepflegt wird, der Durst wachsen. Durch Durst bedingt ist Ergreifen, durch Ergreifen bedingt ist Dasein (Schaffsal), Geborenwerden, Altern und Sterben. So geschieht dieser gesamten Leidenshäufung Fortsetzung.*

Diese Leidenshäufung, diesen Kreislauf: Wirken zur Gefühlsbefriedigung – offenbare und latente Wirkung – Wirken zur Gefühlsbefriedigung..., wodurch die Zukunft des von den Trieben getriebenen Menschen ohne sein Wissen und Wollen festgelegt wird – verstehen, ist eine heilende Anschauung, die zum Aufbruch aus diesem Gefängnis motiviert, zur Überwindung der Triebe:

*Wenn der Heilsgänger so das Dasein versteht, so die Ursache des Daseins, durch die das Dasein entsteht und sich fortsetzt, versteht, so die Daseinsaufhebung, so den zur Daseinsaufhebung führenden Weg versteht und wenn er alle Giergeneigtheit aufgehoben hat, alle Abwehrgeneigtheit ausgerodet hat, alle Geneigtheit, „ich bin“ zu denken und zu vermeinen, getilgt hat, den Wahn aufgehoben, Weisheit gewonnen hat, dann macht er dem Leiden noch in diesem Leben ein Ende.*

*Insofern, Brüder, hat ein Heilsgänger rechte Anschauung, ist seine Anschauung gradlinig ausgerichtet, ist er zur endgültigen Klarheit und dadurch zur Befriedung bei dieser Lehre erwachsen, ist er bei dieser besten Lehre angekommen.–*

*Gut, Bruder, sagten da jene Mönche erfreut und erhoben durch die Worte des ehrwürdigen Sāriputto und stellten nun eine weitere Frage: Aber, Bruder, ist es möglich, dass ein Heilsgänger noch auf andere Weise rechte Anschauung besitzt, dass seine Anschauung gradlinig (auf das Heil) ausgerichtet ist, dass er zur endgültigen Klarheit und dadurch zur Befriedung bei dieser Lehre erwachsen ist, bei dieser besten Lehre angekommen ist? – Das ist möglich, Brüder.*

Die VII. rechte Anschauung:  
Ergreifen, seine Ursache, die Aufhebung,  
den Weg zur Aufhebung verstehen

Ergreifen

*Wenn, ihr Brüder, der Heilsgänger Ergreifen versteht, die Ursache für Ergreifen versteht, durch die das Ergreifen entsteht und sich fortsetzt, die Aufhebung von Ergreifen versteht und den zur Aufhebung von Ergrei-*



*fen führenden Weg, dann hat ein Heilsgänger rechte Anschauung, ist seine Anschauung gradlinig ausgerichtet, ist er zur endgültigen Klarheit und dadurch Befriedung bei dieser Lehre erwachsen, ist bei dieser besten Lehre angekommen.*

*Vier Arten von Ergreifen gibt es:*

- 1. Sich bei Sinnenobjekten befriedigen (kām-upādāna),*
- 2. Sich bei weltanschaulichen Vorstellungen / Anschauungen befriedigen (ditth-upādāna),*
- 3. Sich befriedigen durch angewöhnte und durchgehaltene gute Verhaltensweisen (silabbat-upādāna),*
- 4. Sich befriedigen bei der Ich-Behauptung(atta-vād-upādāna).*

Zu 1. Sich bei den Sinnesobjekten befriedigen, ist die Neigung, durch Sehen, Hören, Riechen, Schmecken, Tasten Befriedigung und Lust zu erleben wie überhaupt unterhalten zu sein in den verschiedenen Graden von grober Sinnlichkeit bis zu den feinsten ästhetischen Anliegen. Weil die Befriedigung nur kurz andauert, darum drängt sich dem Begehrenden immer wieder der Gedanke auf: „Das allein befriedigt, das muss ich jetzt haben.“ Weil der Mensch bei vielen Sinnendingen im Akt der Berührung eine kurze entspannende Befriedigung der inneren Sucht empfindet, darum bewertet er die Befriedigung durch Genuss der Dinge so positiv und muss sie wieder anstreben.

Zu 2. Wer sich an der Betrachtung von Anschauungen im Ganzen oder im Detail befriedigt, den bindet diese Befriedigung an das Erleben. Seine Beschäftigung mit der Betrachtung der Daseinserscheinungen beschert ihm auch weiterhin immer solche Erscheinungen, die er dann auch weiterhin gliedernd und einordnend betrachtet und dabei Befriedigung empfindet, sie zu sich zählt, sie sich aneignet, wieder neu erlebt usw.

Der Nachfolger der Lehre wird die durch gründliches Le-

sen und Bedenken erworbene rechte Anschauung hochhalten und als Orientierungsmittel benutzen, und das mit Recht, denn sie hilft ihm, zuerst alle die Dinge, die er als übel zu erkennen und zu durchschauen gelernt hat, abzutun und bessere Eigenschaften und Verhaltensweisen sich anzugewöhnen, aber er muss wissen, dass auch die rechte heilende Anschauung eine Vorstellung ist, dass aber der vollkommene Heilsstand außerhalb aller Vorstellungen liegt. In diesem Sinn vergleicht der Erwachte die rechte Anschauung mit einem Floß, das sich ein Mensch baut, der auf der Flucht einen Strom überqueren muss. (M 22) Wenn er nun mit dem Floß heil über den Strom und an das rettende Eiland gekommen ist, dann kann er nur an Land gehen, wenn er das Floß am Ufer verlässt, es nun loslässt. So soll die heilende rechte Anschauung den Nachfolger wohl zum Ziel führen als Mittel zum Zweck, aber sie ist kein Selbstzweck. Darum wird der Heilsgänger, da er dies versteht, sie eben auch nur so benutzen und sie nicht überschätzen.

Zu 3. Wem seine angestrebten oder erworbenen Sitten das Höchste sind, der mag sich bei seinen erworbenen guten Sitten befriedigen und damit an das Rad der Wiedergeburten gekettet bleiben. Er mag zunächst in hellere Stationen gelangen, aber zu irgendwelchen Zeiten überschwemmt das Begehren die besten Absichten und Vorsätze, und er taucht wieder in den dunkleren Zonen des Samsāra unter. Darum eben bezeichnet der Erwachte die Befriedigung bei den guten Sitten als ein Hindernis zur Erlösung.

Zu 4. Die Ich- oder Selbst-Behauptung gründet auf dem Glauben, eine selbstständige Person zu sein (*sakkāyaditthi* – erste Verstrickung). Sie ist ein Agieren aus der Ich-Perspektive mit dem Wunsch nach Beachtung und Geltung des eigenen Ich, nach Selbstverwirklichung und Anerkennung durch sich und andere.

Wo aber das Wissen in den Geist eingepflanzt ist, dass da eine Menge innerer Dränge und Mechanismen wirksam sind, die fast unbekannt und unerkannt zum jeweiligen Willen füh-

ren, dass also eine innere, oft stark wechselnde Dynamik der Projektor allen Wollens ist, da kann der Glaube, eine autonome Person zu sein, nicht mehr bestehen, und damit wird der Ich-Behauptung der Boden entzogen. Der Heilsgänger erkennt im Maß seiner Selbstbeobachtung, dass nicht irgendein Gedanke, ein Wort oder eine Tat aus freiem souveränem Willen geschehen, sondern dass diese immer nur ganz genau bedingt sind durch die Bewegungen der geistig-seelischen Kräfte, die seinen Willen jeweils bestimmen.

Aber spontan, wenn die Tendenzen angesprochen werden, meldet sich mit der noch nicht aufgelösten achten Verstrickung „Ich-bin-Empfindung“ (*asmi-māno*), der Gewohnheit, den Ort der Empfindung als „ich bin“ aufzufassen, die Neigung zur Selbstbehauptung, die Neigung, das Selbst, das Ich, vor sich selber und anderen herauszustellen und zu schützen.

Ergreifen ist bedingt durch Durst

*Durch Durst als Ursache entsteht und setzt sich Ergreifen fort, durch die Aufhebung von Durst wird Ergreifen aufgehoben. Dies ist der zur Aufhebung von Ergreifen führende achtgliedrige Heilsweg, nämlich rechte Anschauung, rechte Gemütsverfassung, rechte Rede, rechtes Handeln, rechte Lebensführung, rechtes Mühen, rechte Wahrheitsgegenwart, rechte Herzenseinigung.*

Das Anliegen in den Sinnesorganen wird von herantretenden Erscheinungen berührt und antwortet mit Gefühl. Diejenigen sinnlichen Eindrücke, die ihnen entsprechen, beantworten sie mit Wohlgefühl, die ihnen widersprechenden sinnlichen Eindrücke beantworten sie mit Wehgefühl, die ihnen weder positiv noch negativ entsprechenden Eindrücke beantworten sie auch mit mehr oder weniger schwachem Gefühl.

*Was man fühlt, das wird wahrgenommen, sagt der Erwach-*

te. Was stärker gefühlt wird, das wird stärker wahrgenommen, was weniger stark gefühlt wird, das wird auch weniger stark wahrgenommen. Wenn durch mehrere sinnliche Eindrücke gleichzeitig mehrere unterschiedlich starke Gefühle aufkommen, werden hauptsächlich die von den stärksten Wohl- oder Wehgefühlen begleiteten Wahrnehmungen wahrgenommen, bewusst, erlebt. So werden also die meisten sinnlichen Wahrnehmungen, nämlich die von zu schwachem Gefühl begleiteten, nicht voll wahrgenommen, bewusst.

Nun erst, wenn der Mensch um das Erlebnis weiß, da nimmt er Stellung dazu. Und die erste spontane Stellungnahme des normalen Menschen ist diejenige, die „Durst“ genannt wird. Durst ist die von den innewohnenden unbewussten Trieben ausgelöste spontane Willensreaktion auf das jeweils gefühlte und dadurch wahrgenommene Erlebnis, und zwar: eine spontane Zuwendung bei dem mit Wohlgefühl bewusst gewordenen Erlebnis und eine spontane Abwendung bei dem mit Wehgefühl bewusst gewordenen Erlebnis. Wenn auch Abwendung und Zuwendung Gegensätze zu sein scheinen, so sind beide Reaktionen doch gleich insofern, als sie von derselben Instanz, nämlich dem innewohnenden subjektiven Geneigtsein, eben den Trieben, ausgehen und als sie sich äußern als gefühlter Drang und Durst, das als „angenehm“ Gefühlte heranzuholen und das als „unangenehm“ Gefühlte fortzustoßen.

Der Durst drängt auf Befriedigung, lechzt nach Erfüllung. Es ist der bewusste Drang im Geist nach Genuss und Abweisen, das und das haben zu wollen, das und das meiden zu wollen. Der Erwachte bezeichnet den Durst als *den Wiederdasein säenden, befriedigungssüchtigen, bald hier, bald dort Befriedigung suchenden (M 141)*.

Auf Grund des Durstes holen sich die Wesen, was sie mögen, und stoßen weg, was sie nicht mögen. Das wird Ergreifen genannt. Das Ergriffene bleibt bei einem – durch doppelte Auswirkung: die Triebe sind bestärkt worden und die äußere Form, die zwar als Vergangenheit in die Latenz, in den *bhava-*

Strom geht, tritt wieder heran, und der Kreislauf geht weiter.

Durst ist ein bewusst gewordener, im Geist sich meldender Drang, dessen Erfüllung zur Erhaltung der normalen entspannten Gemüts- und Geistesverfassung ebenso unerlässlich ist wie die körperliche Nahrung zur Erhaltung des Körpers. Aber im Gegensatz zum Körper kann das Herz, die Gesamtheit der Triebe, am Mangel, an der Nichterfüllung seiner Bedürfnisse, nicht sterben. Seinen Spannungsqualen sind kaum Grenzen gesetzt.

So wie ein Mensch ein Gewicht von 50 bis 100 Pfund in äußerster Not eine Zeitlang halten kann, dann aber absetzen muss, und ein Gewicht von drei Zentnern auch nicht einen Augenblick halten kann, ebenso kann ein Mensch Durstanwandlungen von schwächeren Graden mehr oder weniger lang aushalten. Und da die Wogen des Durstes immer nur wie Wellen vorübergehend in Erscheinung treten, so kann er viele solcher Durstanwandlungen überstehen, ohne sie zu befriedigen (*upādāna*). Aber Durstanwandlungen stärkerer Grade kann er nicht lange widerstehen und den stärksten Durstarten kaum einen Augenblick widerstehen.

Der Durst wird in seinem Drang nach Befriedigung durch ein bestimmtes Erlebnis wie ein mehr oder weniger schweres Gewicht gespürt, und die Erfüllung wird als erlösend empfunden – so wie das Ablegen eines Gewichts. Da aber die Welt keine Schüssel ist, aus der der Durstige unentwegt das schöpfen kann, was er bedarf, so ist Nichterlangen und damit Wehgefühl unvermeidbar.

Solange Durst aufkommt, so lange besteht der starke Drang nach Befriedigung, nach Erfüllung, will der Mensch das Angenehme, Ersehnte ergreifen, das Unangenehme, nicht Gewünschte abweisen. Solange wir Durst nach den Sinnendingen haben, aber die wahren Zusammenhänge kennen, wollen wir nicht mehr ergreifen, um das weitere Anfüllen der Daseinssäcke zu verhindern, um weiteren Leidenskreislauf zu verhindern. Es gibt Zeiten, in denen der Durst sich stark meldet und uns zum Ergreifen zwingt, aber es gibt auch neutralere Zeiten,

in denen nur schwacher Durst aufkommt. Bei starkem Durst bedarf es einer starken und leuchtkräftigen Anschauung, um dem Durst widerstehen zu können. Einem schwächeren Durst wird leichter widerstanden.

Der Erwachte zeigt, dass es insgesamt fünf Häufungen gibt, die die Wesen ständig ergreifen, nämlich Form, Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierte Wohlerfassungssuche. Weil als Reaktion auf die Wahrnehmung Durst nach bestimmten Formen, Gefühlen, Wahrnehmungen Aktivitäten, nach bestimmten Programmen aufkommt, zwingt dieser Durst die Wesen zum Anstreben der Befriedigung bei diesen Fünf, wobei die Empfindung „Ich“ („ich fühle, ich denke“) und „Mein“ („mein Körper, meine Wohnung“) entsteht. Der Kenner der Lehre bezeichnet die fünf Zusammenhäufungen weder als Ich und Selbst noch als Mein und Eigen, weil sie entstehen und vergehen nach ihrem Gesetz, nicht aber der Verfügungsgewalt eines übergeordneten Ich oder Selbst unterstehen.

Ein Beispiel dafür, wie Durst Ergreifen bedingt und Ergreifen Dasein: Am Tor der Gegenwart erlebt einer etwas Verärgertes und folgt dem Durst, den Ärger verursachenden Menschen, der ihm Unangenehmes gesagt hat, abzuweisen, seinen Ärger abzureagieren. Mit dieser ergreifenden, aneignenden Reaktion hat er Folgendes in den Daseinssack (*bhava*) getan:

1. ist er dem Drang gefolgt, ärgerlich zu reagieren, so hat er damit diesen Drang, diese Angewöhnung, schnell und ärgerlich zu reagieren, verstärkt.
2. Damit hat er die Abneigung gegen den, der ihm etwas Verärgertes gesagt hat, nicht aufgelöst, sondern ihn als unsympathisch, als zu meiden entlassen, vielleicht gar als Feind eingestuft. Jetzt ist durch dieses durstbedingte Ergreifen im Dasein (*bhava*) ein Ich, das leicht zum Ärger neigt, und ein Feind. Beides begegnet ihm am Tor der Gegenwart irgendwann wieder als einst in den Daseinssack Entlassenes – im nächsten Moment oder im nächsten Leben oder in irgendeinem späteren Leben.

Wer manchmal hohe Einsichten der Lehre bedenkt, Gedan-

ken hegt, die der Erfahrnis Reiner Form zugehören, oder gar einen Form auflösenden Gedanken hegt, der hat seine Tendenz, so zu denken, verstärkt, hat aber auch durch den Gedanken Entsprechendes der Erfahrnis Reiner Form oder Formfreiheit zugefügt.

Den Antrieb Durst kann jeder bei sich beobachten. Ununterbrochen drängt es uns, mal stärker, mal schwächer, selbst in neutraler Zeit. Wenn wir in neutraler Zeit gar nichts unternehmen, in die Stille gehen, dann werden wir bald merken, wie der Drang, etwas zu erleben, aufkommt. Es drängt uns nach Sinneseindrücken, Körperbewegungen, nach Vorstellungen, Taten. Bei keinem von uns ist kein Durst. Weil es Durst gibt, verlangen wir nach etwas, gibt es ein Befriedigen des Verlangens, ergreifendes Wirken, das ins Dasein (*bhava*) geht und wieder in Erscheinung tritt. Durch Ergreifen, Aneignen werden Säcke gefüllt. Solange Säcke mit ergreifendem Wirken gefüllt bereit stehen, so lange rieseln Erlebnisse heran, auf die wir durstgetrieben reagieren müssen.

Ergreifen geschieht also überall da, wo man durch Wirken (in Gedanken, Worten, Taten) dem fühlbar gewordenen Durst nach Genießen, Abweisen usw. folgt, sich also das Ziel, das der Durst anstrebt, „zu eigen macht“. Damit ist das im Durst zum Ausdruck gekommene Verhältnis des erlebten Ich zu der betreffenden erlebten Begegnung im Dasein (*bhava*) erhalten geblieben, sie wird in Zukunft wieder begegnen. D.h. in jeder auftauchenden zweipoligen Situation, in der ein Ich in Begegnung mit Begegnendem erlebt wird, wahrgenommen wird, da gehört es zu diesem Erleben, dass sich im „Ich“ bei jedem durch die Begegnung ausgelösten Wohlgefühl spontan das Verlangen – der Durst – nach Bewahrung dieses Wohlgefühls meldet, d.h. nach Erhaltung oder weiterer Herbeiführung dieser wohltuenden Situation, weil man dann befriedigt ist. Ebenso meldet sich bei jedem durch die Begegnung ausgelösten Wehgefühl spontan das Verlangen – Durst – nach Aufhebung dieses Wehgefühls, d.h. nach Beendigung und zukünftiger Vermeidung dieser leidigen Situation, weil man auch dann erst

„befriedigt“ ist. So ist also „Durst“ nichts anderes als der Drang nach Gefühlsbefriedigung. Darum heißt er *der stets auf Befriedigung drängende*.

Wer versteht, wie er bedrängt wird, aus Durst dem Ergreifen zu folgen, so dass er diesem Zwang oft nicht widerstehen kann und damit dem Leiden ausgeliefert ist, dessen programmierte Wohlerfahrungssuche ist darauf programmiert, dem Leiden ein Ende zu machen:

*Wenn, ihr Brüder, der Heilsgänger so das Ergreifen versteht, so die Ursache des Ergreifens, durch die das Ergreifen entsteht und sich fortsetzt, versteht, so die Aufhebung von Ergreifen versteht, so den zur Aufhebung von Ergreifen führenden Weg versteht und wenn er alle Giergeneigtheit aufgehoben hat, alle Abwehrgeneigtheit ausgerodet hat, alle Geneigtheit, „ich bin“ zu denken und zu vermeinen getilgt hat, den Wahn aufgehoben, Weisheit gewonnen hat, dann macht er dem Leiden noch in diesem Leben ein Ende.*

*Insofern, Brüder, hat ein Heilsgänger rechte Anschauung, ist seine Anschauung gradlinig ausgerichtet, ist er zur endgültigen Klarheit und dadurch Befriedung bei dieser Lehre erwachsen, ist er bei dieser besten Lehre angekommen. –*

*Gut, Bruder, sagten da jene Mönche erfreut und erhoben durch die Worte des ehrwürdigen Sāriputto und stellten nun eine weitere Frage: Aber, Bruder, ist es möglich, dass ein Heilsgänger noch auf andere Weise rechte Anschauung besitzt, dass seine Anschauung gradlinig (auf das Heil) ausgerichtet ist, dass er zur endgültigen Klarheit und dadurch Befriedung bei dieser Lehre erwachsen ist, bei dieser besten Lehre angekommen ist? – Das ist möglich, Brüder.*



Die VIII. rechte Anschauung:  
Durst, seine Ursache, die Aufhebung,  
den Weg zur Aufhebung verstehen

Durst

*Wenn der Heilsgänger Durst versteht, die Ursache für Durst versteht, durch die Durst entsteht und sich fortsetzt, die Aufhebung von Durst versteht und den zur Aufhebung von Durst führenden Weg, dann hat ein Heilsgänger rechte Anschauung, ist seine Anschauung gradlinig ausgerichtet, ist er zur endgültigen Klarheit und dadurch Befriedung bei dieser Lehre erwachsen, ist er bei dieser besten Lehre angekommen.*

*Diese sechs Durstarten (tanhā-kāya) gibt es, Brüder: Durst nach Formen, Durst nach Tönen, Durst nach Gerüchen, Durst nach Geschmücken, Durst nach Tastgegenständen, Durst nach Gedanken.*

Der Sinnendurst ist ein bewusstes Verlangen nach dem Begehrenden einschließlich des Sinneswerkzeugs. Durst ist ein Mangel, ein Habenwollen des Außen, von dem man sein Glück abhängig macht. Auch der zu sich gezählte Körper gehört zu diesem Außen. Der Durst ist unersättlich. Auch wenn ich z.B. genug gegessen habe, also vom Leib her satt bin, kommt der Durst nach Geschmücken doch bald wieder auf. Ebenso geht es mit allen sinnlichen Bedürfnissen. Der Genuss ist jeweils ganz kurz, und wegen des im Genuss sich schon abzeichnenden Vergehens des Wohlgefühls springt dabei immer sofort weiterer Durst auf – so schnell, dass wir es gar nicht merken, weil wir ihn sofort wieder befriedigen.

In Wirklichkeit leben wir immer im sinnlichen Mangel. Ständig müssen wir etwas tun, um den Mangel zu beseitigen und das Loch zu stopfen. Es ist wie bei einem Boot, das ein Leck hat: dauernd muss Wasser ausgeschöpft werden, damit es

nicht untergeht. Das Stopfen des Lecks hingegen wäre die Versiegung des Durstes und der hinter ihm stehenden Triebe.

Von den drei Arten von Durst (*kāma-tanhā*, *bhava-tanhā*, *vibhava-tanhā* – M 141) nennt Sāriputto in unserer Lehrrede nur den ersten. Während der erste Durst auf das Aus ist, was als karmische Ernte herankommt (Habenwollen), zielt der zweite Durst auf Werden, Schaffen, Gestalten: Ich will sein, ich will so sein, mich dahin entwickeln. „Was willst du werden?“, fragt man einen jungen Menschen und meint damit nur den Beruf, aber die Frage kann weitreichender verstanden werden, z.B. „Ich möchte sauberer, heller, weiser werden.“

Wer mit seiner guten Gesinnung und seinen guten Taten wirken will, hat helle Gefühle – er hat den Durst des Soseinwollens und braucht die Vielfalt, die Sinnensuchtwelt, um gut zu wirken. Wer aber das Leiden der Vielfalt sieht, strebt das Wohl der Herzenseinigung an und strebt den Stromeintritt an, ein Soseinwollen dessen, der begriffen hat, dass bleibendes Wohl nur durch Aufhebung des Ergreifens der fünf Zusammenhäufungen zu erreichen ist (*vibhava-tanhā*).

In der größten Form ist Vernichtungsdurst der Durst nach freiwilliger Beendigung des jetzigen Körperlebens. Ein Tor begeht „Selbstmord“ und erfährt gleich hinterher, dass der Körper zwar bewusstlos und tot daliegt, dass er selbst aber dennoch weiterhin erlebt und wahrnimmt und es ihm um nichts besser, sondern nur schlechter geht als zuvor. Tod ist in Wirklichkeit nur Umwandlung der Körpermaterie, keine Vernichtung von Seele und Geist. Wirkliche Vernichtung ist nur gegeben bei dem Durst nach völliger Vernichtung der Täuschung, der Blendung, des Wahns, des Dürstens überhaupt, ist die höchste und feinste Form von Vernichtungsdurst, der Durst, den Leidenskreislauf aufzuheben. Es ist dieser Durst, der den Heilsgänger beseelt.

Eine weitere dreifache Durstgruppe (D 33 III):

Durst nach Sinnendingen, Durst nach Formen, Durst nach Formfreiheit. – Wer die bewegten Formen für lebendig hält, an lebendige Menschen-, Tier-Körper glaubt, identifiziert den

Körper mit den Wesen und hat Verlangen nach den Körpern und dem, was durch die Sinnesorgane erfahrbar ist. In Wirklichkeit bedient sich das eigentliche Wesen, das Wollende, Empfindende, nur des Körpers. Es lebt auch ohne den Körper. Diese Täuschung, dass der Körper das Wesen sei, gibt es in der Selbsterfahrnis der Reinen Form nicht mehr. Formen begehren beide, die Wesen der Sinnensucht wie der Reine Form Erfahrende. Aber Reine Form wird geistunmittelbar (*mano-maya-kāya*), geistgemacht erfahren. Auch der Körper der Sinnensuchtwelt ist geistgemacht. Vom Geist geht alles aus, das Feinste und das Größte, aber nur indirekt, indem der Sinnendurst Festes, Flüssiges, Hitze und Luft als feste Körperform um das eigentliche Wesen herum schafft. Diese grobstoffliche Form verändert zu Lebzeiten nicht ihre bei der Geburt schon vorgegebene Gestalt, während in der Selbsterfahrnis Reiner Form dem geistigen Gedanken sofort, denkunmittelbar, die Gestalt folgt: Z.B. der Wunsch nach Gemeinschaft mit anderen Wesen lässt den Wünschenden in beliebiger Form in der gewünschten Gemeinschaft sein oder der Wunsch, Weltzeitalter zu überblicken, lässt die Fähigkeit dazu entstehen.

Die Selbsterfahrnis der Nichtform ist nur noch Wahrnehmung ohne denkerische Aktivität, die Wahrnehmung eines stillen Gefühls, ohne die Erfahnis eines örtlichen Selbst.

Wer von sinnlichem Durst getrieben ist, hat wenig Durst nach Form oder Nichtform. Mit gefühlter Sehnsucht an diese höheren Selbsterfahrungen denken kann nur einer, der nicht vom Durst nach sinnlichem Erleben getrieben ist, dessen Durst auf Höheres gerichtet ist. Aber ob Durst nach Sinnengenuss, nach Reiner Form oder Formfreiheit besteht – es ist immer ein so und so Seinwollen bzw. Habenwollen.

Durst ist bedingt durch Gefühl

Gefühl

*Durch Gefühl als Ursache entsteht und setzt sich Durst fort, durch die Aufhebung von Gefühl wird*

*Durst aufgehoben. Dies ist der zur Aufhebung von Durst führende achtgliedrige Heilsweg, nämlich rechte Anschauung, rechte Gemütsverfassung, rechte Rede, rechtes Handeln, rechte Lebensführung, rechtes Mühen, rechte Wahrheitsgegenwart, rechte Herzenseinigung.*

Ein Beispiel dafür, wie durch Gefühl Durst bedingt ist: Ein Kind kostet zum ersten Mal Nougat, und dieser Geschmack löst beim Kind Wohlgefühl aus. Schon geht der Blick wieder zu dem Gefäß mit Nougat. Die Tatsache, dass etwas, das wir erleben, ein Wohlgefühl auslösen kann, weist darauf hin, dass wir vor dem Wohlgefühl in einem oft nicht bewussten Mangel, in einer Not waren. Wenn wir bereits im äußersten Wohl wären, was von allen Wesen angestrebt wird, könnte es keine Begegnung geben, die Durst auslösen würde. Wir befinden uns im Minus, haben unerfüllte Anliegen, dadurch nur gibt es die Tatsache, dass Wohlgefühl aufkommen kann. Weil unterschiedlich starke Gefühle aufkommen, darum kommt unterschiedlich starker Durst auf. Wird dem Durst gefolgt, dann haben wir das Gefühl bestätigt und damit die Triebe verstärkt, von denen die Gefühle ausgehen.

Wir kennen die unterschiedlichen groben und feinen Wohlgefühle, wie Lust, Behagen, Entzücken, Begeisterung, Erhebung, Frieden usw., und ebenso die mannigfaltigen groben und feinen Wehgefühle, wie Qual, Schmerz, Angst, Verzweiflung, Verstörtheit, Ekel, Zerrissenheit, Depression, Trauer, Gram, Kummer, Wehmut. Alle diese verschiedenartigen Gefühle verlaufen vom höchsten Wohl bis zum äußersten Wehe in einer fast endlosen Skala mit allen Zwischenstufen. Welche weiten Unterschiede liegen z.B. zwischen höchstem Entzücken und äußerstem Entsetzen, zwischen höchster Fröhlichkeit und tiefster Traurigkeit, zwischen höchster Lust und tiefster Qual, zwischen Bedrückung und Erleichterung, zwischen Versenkung und Verstörtheit, zwischen Glückseligkeit und

Gram, zwischen Angst und Geborgenheit, Ruhe und Unruhe, Erlösung und Verzweiflung.

Das Gefühl nimmt in der Gesamtheit dessen, was das Phänomen „Mensch“ überhaupt ausmacht, eine Zentralstellung ein. Es gibt einem jeden Erlebnis erst Stimmung und Klang und damit jene Aufdringlichkeit, mit der das Erlebnis als wohl oder wehe fühlbar und dadurch überhaupt erst zu „unserem“ Erlebnis wird, durch die wir es erst wahrnehmen. Das Gefühl macht „uns“ wach durch das Wahrnehmen des jeweiligen wohlens und wehens Erlebnisses. Leben und Existenz ist ohne das Gefühl nicht denkbar, nicht möglich. So intensiv wie das Gefühl ist, so intensiv ist Leben und Existenz. Wie hell und heiter, wie dunkel und schmerzlich das Gefühl ist, so hell und heiter, so dunkel und schmerzlich ist Leben und Existenz. Die Qualität und die Quantität des Gefühls sind Qualität und Quantität des in der Wahrnehmung erfahrenen Lebens. Die Verheißung „ewiger Seligkeit“ oder die Androhung „ewiger Verdammnis“ in manchen Religionen ist nichts anderes als die Verheißung oder die Androhung von Gefühl in der höchstmöglichen bzw. in der furchtbarsten Qualität und zugleich von endloser Dauer. Darum ist auch die Aufhebung des Gefühls gleich der Aufhebung der in der Wahrnehmung erfahrenen Existenz.

Es ist verständlich, dass das Gefühl bei solcher Eigenschaft unbewusst und bewusst im Vordergrund des menschlichen Interesses steht und dass ihm in allen Kulturkreisen und in allen Religionen entscheidende Bedeutung beigemessen wird. Daher kommt es auch, dass das Gefühl in manchen Religionen als aus der ewigen Seele kommend oder als die ewige Seele selbst, überhaupt als etwas Ewiges aufgefasst wird. Aber das Gefühl ist nicht ewiger Kern oder ewiger Bestandteil des Menschen, es ist blind für den wahren Wert oder Unwert des jeweiligen Erlebnisses. Es besteht nicht eigenständig aus sich selbst heraus, es ist nur Resonanz der Triebe.

Jeder Mensch kann bei sich beobachten, dass er alle Sinesseindrücke, die ihm angenehm, wohltuend, erfreulich sind

(also mit Gefühl verbunden sind), gern beibehalten, bewahren oder so bald wie möglich wiederholt erleben möchte, dass er einen Zug, einen Drang, Durst in dieser Richtung verspürt.

Daran erkennen wir den Unterschied zwischen Gefühl und Durst: Das Gefühl ist unmittelbare Resonanz unserer inneren Neigungen auf das gerade vorhandene Erlebnis. Das Erlebnis tut den Neigungen wohl oder wehe. Dagegen ist der Durst nicht mehr direkte Resonanz, sondern ist dadurch unmittelbar ausgelöste Intention, Wollensrichtung: Weil das Erlebnis wohltut (Gefühl), darum will man, möchte man (Durst) das Erlebnis weiterhin bewahren oder es wiederholen. Das ist der Bedingungs-zusammenhang zwischen Gefühl und Durst.

Wenn nun irgendwelche Rücksichten auf andere oder Pflichten die Beibehaltung oder Wiederholung des Wohltuenden nicht erlauben, so verspürt man bei sich einen gewissen Verzicht, ein Entbehren, eine Leere. Auch daran ist der Durst zu erkennen.

Ebenso verspürt man bei allen Sinneseindrücken, die unangenehm, widerwärtig oder schmerzhaft sind (Gefühl), sofort einen Zug oder Drang (Durst), diese möglichst aufzuheben, sich ihnen zu entziehen, sich davon abzuwenden, die Situation zu verändern. Wenn aber Rücksichten oder Pflichten es wiederum nicht erlauben, diese Situationen aufzuheben oder sich ihnen zu entziehen, dann empfindet man eine mehr oder weniger große Last oder Schwere, ein Ertragenmüssen von Schmerzlichem. So bewirkt Gefühl den Durst.

Je stärker das Wohlgefühl ist, um so mehr dürstet man nach Wiederholung. Die starken Wohlgefühle lösen auch einen starken zu dem Erlebten hinstrebenden Durst aus; die starken Wehgefühle dagegen lösen einen starken fortstrebenden Durst aus, während die schwächeren Wohl- und Wehgefühle auch einen entsprechend schwächeren Durst auslösen bis hin zur Gleichgültigkeit bei den kaum merklichen Gefühlen.

So sagt der Erwachte zu Ānando (D 15):

*Wenn es kein Gefühl gäbe, in keiner Weise, ganz und gar*

*nicht, könnte da wohl bei völligem Fehlen des Gefühls Durst erfahren werden? – Gewiss nicht, o Herr. – Darum also ist dies eben der Anlass, dies die Herkunft, dies die Entwicklung, dies die Bedingung des Durstes, nämlich Gefühl.*

Weil der im Wahn Befangene dem Durst nach vordergründigem Wohl folgt, die vergänglichen Dinge ergreift, so bindet er sich an das Vergängliche und somit an das Leiden, endlos, über Geburten und Tode hinweg. Der vom Erwachten Belehrte, der dies sieht, dessen programmierte Wohlerfahrungssuche ist auf bleibendes Wohl ausgerichtet, strebt nach Aufhebung der Triebe:

*Wenn, ihr Brüder, der Heilsgänger so den Durst versteht, so die Ursache von Durst versteht, durch die der Durst entsteht und sich fortsetzt, so die Aufhebung von Durst versteht, so den zur Aufhebung von Durst führenden Weg versteht und wenn er alle Giergeneigtheit aufgehoben hat, alle Abwehrgeneigtheit ausgerodet hat, alle Geneigtheit „ich bin“ zu denken getilgt hat, den Wahn aufgehoben, Weisheit gewonnen hat, dann macht er dem Leiden noch in diesem Leben ein Ende.*

*Insofern, Brüder, hat ein Heilsgänger rechte Anschauung, ist seine Anschauung gradlinig ausgerichtet, ist er zur endgültigen Klarheit und dadurch zur Befriedung bei dieser Lehre erwachsen, ist er bei dieser besten Lehre angekommen. –*

*Gut, Bruder, sagten da jene Mönche erfreut und erhoben durch die Worte des ehrwürdigen Sāriputto und stellten nun eine weitere Frage: Aber, Bruder, ist es möglich, dass ein Heilsgänger noch auf andere Weise rechte Anschauung besitzt, dass seine Anschauung gradlinig ausgerichtet ist, dass er zur endgültigen Klarheit und dadurch Befriedung bei dieser Lehre erwachsen ist, bei dieser besten Lehre angekommen ist? – Das ist möglich, Brüder.*

Die IX. rechte Anschauung:  
Gefühl, seine Ursache, die Aufhebung,  
den Weg zur Aufhebung verstehen

Gefühl ist bedingt durch Berührung

*Wenn der Heilsgänger Gefühl versteht, die Ursache für Gefühl versteht, durch die das Gefühl entsteht und sich fortsetzt, die Aufhebung von Gefühl versteht und den zur Aufhebung von Gefühl führenden Weg, dann hat der Heilsgänger rechte Anschauung, ist seine Anschauung gradlinig ausgerichtet, ist er durch die Lehre zur endgültigen Klarheit und Befriedung gelangt, ist er bei dieser besten Lehre angekommen.*

*Diese sechs Gefühlsarten gibt es:*

*Das durch Berührung des dem Auge innewohnenden Legers bedingte Gefühl,*

*das durch Berührung des dem Ohr innewohnenden Lauschers bedingte Gefühl,*

*das durch Berührung des der Nase innewohnenden Riechers bedingte Gefühl,*

*das durch Berührung des der Zunge innewohnenden Schmeckers bedingte Gefühl,*

*das durch Berührung des dem Körper innewohnenden Tasters bedingte Gefühl,*

*das durch Berührung des dem Geist innewohnenden Denkers bedingte Gefühl.*

*Durch Berührung als Ursache entsteht und setzt sich Gefühl fort, durch die Aufhebung von Berührung wird Gefühl aufgehoben. Dies ist der zur Aufhebung von Gefühl führende achtgliedrige Heilsweg, nämlich rechte Anschauung, rechte Gemütsverfassung, rechte Rede, rechtes Handeln, rechte Lebensführung, rechtes Mithen, rechte Wahrheitsgegenwart, rechte Herzenseinigung.*



Hier nennt Sāriputto gleich bei der Beschreibung des Gefühls seine Bedingung: Der Trieb im Auge z.B. muss von Formen berührt werden. In M 28 werden in drei Beispielen drei Bedingungen für das Zustandekommen einer Berührung genannt. Es heißt dort im ersten Beispiel:

*1. Ist das Auge (mit dem innewohnenden Luger) funktionsfähig und treten von außen keine Formen in den Gesichtskreis, so findet auch keine entsprechende Ernährung statt, und es kommt nicht zur Bildung der entsprechenden Teilerfahrung.*

Hier ist eine äußere Bedingung nicht erfüllt: Es treten keine Formen an den Luger (Töne an den Lauscher usw. – d.h. an die Dränge in den Sinnesorganen) heran. Darum kommt es zu keiner Berührung.

Mit „Erfahrung“ ist hier noch nicht die Erfahrung des Geistes, „unsere“ Erfahrung gemeint, sondern nur eine Teilerfahrung, die Erfahrung des Lugers, Lauschers usw.: Wenn eine äußere Form an das körperliche Auge kommt, dann wird die im Auge wohnende Sucht nach Sehen ernährt/berührt und erfährt: *Wohl tut das, wehe tut das.*

*2. Ist das Auge (mit dem innewohnenden Luger) funktionsfähig und treten auch von außen Formen in den Gesichtskreis, aber es findet keine Ernährung statt, so kommt es auch nicht zur Bildung der entsprechenden Teilerfahrung.*

Die „Ernährung“ des Lugers mit Formen (des Lauschers mit Tönen usw.), wodurch er diese „erfährt“ (*viññāna*), ist die „Berührung“ des Verlangens im Luger, wodurch er sein Gefühl, das durch die (zur Berührung gekommene) Form ausgelöst wurde, dem Geist meldet. – Und diese Ernährung/Berührung hat dann nicht stattgefunden, wenn zu der Zeit gerade andere Sinnesdränge stark berührt, also ernährt werden.

*3. Ist der Luger funktionsfähig und treten auch von außen Formen in den Gesichtskreis, und es findet eine Ernährung/Berührung statt, so kommt es zur Bildung der entsprechenden Teilerfahrung.*

An anderer Stelle (M 18 u.a.) fasst der Erwachte den Erfahrungsvorgang kurz zusammen:

*Durch den Luger und die Formen entsteht die Luger-Erfahrung (durch den Lauscher und die Töne entsteht die Lauscher-Erfahrung usw.)*

und fährt dann fort:

*Der Drei Zusammensein ist Berührung.*

Während es in M 28 heißt:

*Mit der Ernährung hat die Erfahrung (viññāna) stattgefunden.*

Wir sehen an diesen beiden in der Reihenfolge unterschiedlichen Aussagen, die denselben Vorgang schildern, wie die Erfahrung der Triebe in den Sinnesorganen identisch ist mit der Berührung der Triebe: Ernährung/Berührung ist Erfahrung und Erfahrung ist Berührung.

Aus den Sinnesdrängen im Körper und den zum Außen gezählten Sinnesobjekten geht also bei der Berührung Gefühl und damit Wahrnehmung hervor. *So kommen denn diese zwei Dinge auf zwei verschiedenen Wegen im Gefühl zu einem zusammen. (D 15).* Ebenso heißt es in A X,58: *Worin kommen alle Dinge zusammen? – Im Gefühl.* – Wenn durch Berührung Gefühl ausgelöst wird, dann ist die Ernte aus früherem Wirken (der eine Faktor, der eine Weg) bei den Trieben (der zweite Faktor, der zweite Weg) angekommen. Beim Geheilten berührt die ankommende Ernte früheren Wirkens nur den Fleischleib, da alle Anliegen, alle Triebe des Wollenskörpers, der Resonanzboden, aufgehoben ist, und wird von ihm ohne Betroffenheit erlebt. *Durch Berührung erscheinen alle Dinge (A X,58),* bei dem mit Trieben Besetzten wie beim Geheilten. Aber nur bei Anwesenheit von Anliegen kommt es durch die Resonanz der Anliegen zum Gefühl.

Das Wohl des Geheilten kommt nicht durch jeweilige Berührungen zustande, sondern ist seine Grundbefindlichkeit, die durch keine Berührungen verändert wird. Er empfindet selbst

Dinge, die das Körperleben gefährden, als ein Abgelöster, als ein Uneingepflanzter. Er hat nicht den Eindruck: „Ich fühle das.“ Die Gefühle sind es, die den Ich-Ort schaffen und den Ich-Eindruck: „Ich bin getroffen worden.“ Der Geheilte hat nicht den Eindruck eines Ich in einer Umwelt. Er ist außerhalb aller Perspektive. Weil beim Geheilten alle Anliegen fehlen, gibt es kein unerlöstes, kein unbefriedigtes Anliegen, während der normale Mensch von Millionen von Anliegen getrieben wird, von denen die meisten nicht befriedigt werden. Die Einzelmängel und Einzelbefriedigungen – z.B. wenn wir essen, einen Sonnenuntergang sehen – merken wir, aber die größte Anzahl der Anliegen, die auf Berührung drängen, werden uns nicht bewusst. Sie machen die Grundbefindlichkeit des Mangels, des Unbefriedigtseins aus, die der Geheilte nicht mehr hat. Trotzdem sind für den Geheilten die weltlosen Entrückungen noch eine Erhöhung seiner Grundbefindlichkeit. Er bezeichnet sie als gegenwärtiges Wohl, weil in ihnen alles Merken, Registrieren durch die Sinne aufgehoben ist. Erfahrungen der Sinne, die der Erwachte mit Schwerertrieben vergleicht, fallen in den weltlosen Entrückungen fort, ebenso die Berührungen, die der Erwachte mit dem Nagen von Insekten an einer offenen Wunde vergleicht. Beim Geheilten ist keine Empfindlichkeit mehr, keine offene Wunde, aber er spürt noch das Krabbeln der Insekten auf der Haut, merkt, registriert die Sinneserfahrungen. Das fällt in den Entrückungen fort.

Hat bei einem von Trieben Getriebenen Berührung stattgefunden, dann kommt Gefühl seitens der berührten Sucht auf, ohne dass wir es wollen oder bemerken. Unabhängig von heilsam oder unheilsam, nützlich oder schädlich fordert das Vakuum der Triebe Berührung von außen, wodurch das den Trieben Entsprechende ein Wohlgefühl, das den Trieben Widersprechende Wehgefühl erzeugt. Diesen vorbewusstlichen Zustand kann der Mensch nicht kontrollieren, er ist ihm ausgeliefert. Wer dies sieht, der möchte dem zwanghaften Automatismus entrinnen, dessen programmierte Wohlerfahrungssuche ist durch die Belehrung des Erwachten auf Triebfreiheit gerichtet:

*Wenn, ihr Brüder, der Heilsgänger so das Gefühl versteht, so die Ursache des Gefühls, durch die das Gefühl entsteht und sich fortsetzt, versteht, so die Gefühlsaufhebung, so den zur Gefühlsaufhebung führenden Weg versteht und wenn er alle Giergeneigtheit aufgehoben hat, alle Abwehrgeneigtheit ausgerodet hat, alle Geneigtheit „ich bin“ zu denken und zu vermeinen getilgt hat, den Wahn aufgehoben, Weisheit gewonnen hat, dann macht er dem Leiden noch in diesem Leben ein Ende.*

*Insofern, Brüder, hat ein Heilsgänger rechte Anschauung, ist seine Anschauung gradlinig ausgerichtet, ist er zur endgültigen Klarheit und dadurch zur Befriedung bei dieser Lehre erwachsen, ist er bei dieser besten Lehre angekommen. –*

*Gut, Bruder, sagten da jene Mönche erfreut und erhoben durch die Worte des ehrwürdigen Sāriputto und stellten nun eine weitere Frage: Aber, Bruder, ist es möglich, dass ein Heilsgänger noch auf andere Weise rechte Anschauung besitzt, dass seine Anschauung gradlinig (auf das Heil) ausgerichtet ist, dass er zur endgültigen Klarheit und dadurch Befriedung bei dieser Lehre erwachsen ist, bei der besten Lehre angekommen ist? – Das ist möglich, Brüder.*

Die X. rechte Anschauung:  
Berührung, ihre Ursache, die Aufhebung,  
den Weg zur Aufhebung verstehen

Berührung ist bedingt durch die sechs Sinnensüchte

*Wenn der Heilsgänger Berührung versteht, die Ursache für Berührung versteht, durch welche die Berührung entsteht und sich fortsetzt, die Aufhebung von*

*Berührung versteht und den zur Aufhebung von Berührung führenden Weg, dann hat der Heilsgänger rechte Anschauung, ist seine Anschauung gradlinig ausgerichtet, ist er durch die Lehre zur endgültigen Klarheit und Befriedung gelangt, ist bei dieser besten Lehre angekommen.*

*Diese sechs Berührungs-Bereiche (phassa-kāyā) gibt es:*

*Berührung des Auges / des Lugers,*

*Berührung des Ohres / des Lauschers,*

*Berührung der Nase / des Riechers,*

*Berührung der Zunge / des Schmeckers,*

*Berührung des Körpers / des dem ganzen Körper inwohnenden Tasters,*

*Berührung des Geistes / des Denkers.*

*Durch die sechs Süchte (sal-āyatana) als Ursache entsteht und setzt sich die Berührung fort, durch die Aufhebung der sechs Süchte wird die Berührung aufgehoben. Dies ist der zur Aufhebung der Berührung führende achtgliedrige Heilsweg, nämlich rechte Anschauung, rechte Gemütsverfassung, rechte Rede, rechtes Handeln, rechte Lebensführung, rechtes Mühen, rechte Wahrheitsgegenwart, rechte Herzenseinigung.*

Dem Begriff *āyatana* liegt die Wurzel *yam* zugrunde, die bedeutet sich ausstrecken, ein Ziel haben, darauf aus sein, genauso wie das Wort „Tendenz“ – abgeleitet von lat. *tendere* – „spannen“, „sich hinstrecken auf etwas“, „hinzielen“, „hinspannen“ bedeutet. Die Triebe, Tendenzen, strecken sich aus, drängen nach Berührung.

Es gibt einen Ausgangs- und einen Zielpunkt der Triebe: Der Ausgangspunkt ist das innere Vakuum, die zu sich gezählte Spannung (*ajjhattika salāyatana*). Der Zielpunkt ist das als außen Wahrgenommene, die Vorstellung, die Einbildung (ba-

hiddha āyatana). Luger, Lauscher, Riecher, Schmecker, Taster, Denker sind zu sich gezählte Süchte; und Formen, Töne, Düfte, Säfte, Tastbares, Gedanken sind als außen wahrgenommene Zielpunkte der Triebe: Vorstellungen, Einbildungen.

Wir haben fast ununterbrochen den Eindruck, als ob „wir“ mittels der Sinnesorgane unseres Körpers „eine Außenwelt“ erlebten durch Sehen, Hören usw., dass also „die Welt“, die „wir“ wahrnehmen, „um uns herum“ sei. Der Erwachte lehrt jedoch (A IV,45):

In diesem Körper (einschließlich der Sinnesdränge) mit Wahrnehmung und Geist, da ist die Welt enthalten und der Welt Fortsetzung, der Welt Beendigung und die zur Weltbeendigung führende Vorgehensweise.

Das heißt, die im Körper inkarnierten Sinnensüchte, das Herz mit der Gesamtheit seiner Triebe, entwirft im Geist die Wahrnehmung/das Bewusstsein einer Welt, die nicht „da draußen“ ist, unabhängig vom Erleber, sondern von den Trieben nach außen projiziert ist.

Die dem Körper innewohnenden Sinnensüchte bestimmen die sinnliche Wahrnehmung. Wenn diese Sucht nach Weltwahrnehmung eine Zeitlang ruht, weil im Herzen Größeres, Seligeres erfahren wird, dann ist auch nicht Wahrnehmung von Welt.

Diese Tatsache erklärt Sāriputto am Ende von M 28:

Wenn keine Ernährung (Berührung) der Triebe stattfindet, dann kommt es nicht zur sinnlichen Erfahrung äußerer Formen. – D.h. ja, dass ohne Triebe Formen nicht erlebt werden. Erst durch die Sucht nach Berührung kann diese stattfinden. So geht also Wahrnehmen nicht aus dem Einfall von Lichtstrahlen in das Auge, Schallwellen ans Ohr usw. hervor, sondern aus dem inneren begehrenden Wollen nach solchen Dingen oder – bei dem vom Begehren Befreiten – aus einem bewussten Richten der geistigen Aufmerksamkeit nach außen.

So sind die Sinnensüchte, die Sucht zu sehen, zu hören usw. die Ursache für Gefühl und Wahrnehmung. Ohne Sinnensüchte gäbe es keine Wunden, die getroffen werden könn-

ten, könnte kein Gefühl aufkommen. Wenn der vom Erwach-  
ten Belehrt dieses deutlich sieht, dann richtet sich der Geist  
auf die Aufhebung der Sinnensucht und strebt diese an, indem  
er in der Reihenfolge des achtgliedrigen Wegs vorgeht:

*Wenn, ihr Brüder, der Heilsgänger so Berührung ver-  
steht, so die Ursache von Berührung versteht, durch  
welche die Berührung entsteht und sich fortsetzt, so  
die Aufhebung von Berührung versteht, so den zur  
Aufhebung von Berührung führenden Weg versteht  
und wenn er alle Giergeneigtheit aufgehoben hat, alle  
Abwehrgeneigtheit ausgerodet hat, alle Geneigtheit  
„ich bin“ zu denken und zu vermeinen getilgt hat, den  
Wahn aufgehoben, Weisheit gewonnen hat, dann  
macht er dem Leiden noch in diesem Leben ein Ende.*

*Insofern, Brüder, hat ein Heilsgänger rechte An-  
schauung, ist seine Anschauung gradlinig ausgerich-  
tet, ist er zur endgültigen Klarheit und dadurch zur  
Befriedung bei dieser Lehre erwachsen, ist er bei dieser  
besten Lehre angekommen. –*

*Gut, Bruder, sagten da jene Mönche erfreut und  
erhoben durch die Worte des ehrwürdigen Sāriputto  
und stellten nun eine weitere Frage: Aber, Bruder, ist  
es möglich, dass ein Heilsgänger noch auf andere Wei-  
se rechte Anschauung besitzt, dass seine Anschauung  
gradlinig (auf das Heil) ausgerichtet ist, dass er zur  
endgültigen Klarheit und dadurch Befriedung bei die-  
ser Lehre erwachsen ist, bei dieser besten Lehre ange-  
kommen ist? – Das ist möglich, Brüder.*

Die XI. rechte Anschauung  
Sechs (auf Berührung gespannte) Süchte,  
ihre Ursache, die Aufhebung,  
den Weg zur Aufhebung verstehen

*Wenn der Heilsgänger sechs (auf Berührung gespannte) Süchte versteht, die Ursache für die sechs Süchte versteht, durch die die sechs Süchte entstehen und sich fortsetzen, die Aufhebung der sechs Süchte versteht und den zur Aufhebung der sechs Süchte führenden Weg, dann hat der Heilsgänger rechte Anschauung, ist seine Anschauung gradlinig ausgerichtet, ist er durch die Lehre zur endgültigen Klarheit und Befriedung gelangt, ist bei dieser besten Lehre angekommen.*

*Diese sechs Süchte gibt es:*

*Die Sucht des Lugers,  
die Sucht des Lauschers,  
die Sucht des Riechers,  
die Sucht des Schmeckers,  
die Sucht des Tasters,  
die Sucht des Denkers.*

In A III,62 werden diese sechs Süchte genauer bezeichnet als sechs auf Berührung gespannte Süchte (*phassāyatana*):

1. Die Sucht des Lugers (der Trieb im Auge zum Sehen) nach Berührung durch Formen, den ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen, dem Begehren entsprechenden, reizenden.
2. Die Sucht des Lauschers (der Trieb im Ohr zum Hören) nach Berührung durch Töne, den ersehnten....,
3. Die Sucht des Riechers (der Trieb in der Nase zum Riechen) nach Berührung durch Düfte, den ersehnten....,
4. Die Sucht des Schmeckers (der Trieb zum Schmecken in der Zunge) nach Berührung durch Säfte, den ersehnten....,



5. Die Sucht des Tasters (der Trieb zum Tasten im ganzen Körper) nach Berührung durch Tastbares, das ersehnte...,
  6. Die Sucht des Denkers (der Trieb zum Denken im Gehirn) nach Berührung durch Dinge, Gedanken, den ersehnten...
- Jeder der sechs unterschiedlichen Sinnesdränge wendet sich also einem unterschiedlichen Erfahrungsbereich zu, nämlich:
1. Das Anliegen in den Augen –Luger – ist auf Formen aus.
  2. Das Anliegen in den Ohren –Lauscher – ist auf Töne aus.
  3. Das Anliegen in der Nase –Riecher – ist auf Düfte aus.
  4. Das Anliegen in der Zunge – Schmecker – ist auf Schmeckbares aus.
  5. Das Anliegen im ganzen Körper – Taster – ist auf Tastungen aus.
  6. Das Anliegen im Geist – Denker – ist auf geistige Vorstellungen aus.

Die sechs Süchte (nach Berührung) sind  
durch das Psycho-Physische bedingt

*Durch das Psycho-Physische als Ursache entstehen und setzen sich die sechs Süchte (nach Berührung) fort, durch die Aufhebung des Psycho-Physischen werden die sechs Süchte (nach Berührung) aufgehoben. Dies ist der zur Aufhebung der sechs Süchte (nach Berührung) führende achtgliedrige Heilsweg, nämlich rechte Anschauung, rechte Gemütsverfassung, rechte Rede, rechtes Handeln, rechte Lebensführung, rechtes Mühen, rechte Wahrheitsgegenwart, rechte Herzenseinigung.*

Die Feststellung *Durch das Psycho-Physische bedingt sind die sechs Süchte* ist lediglich eine Aussage darüber, dass das Psychische vorwiegend aus den sechs Sinnesdrängen besteht, sie ist keine Aussage über seine Wirkung. Diese Aussage fehlt daher in manchen Darstellungen des Bedingungs-

rings (z.B. D 15). Das Psycho-Physische selbst ist nämlich die Bedingung für die Berührung, also dessen, von dem alles ausgeht, was wir Erleben nennen. Aber weil die Psyche, der Spannungsleib, in den sechs Sinnesorganen des Körpers, es an sich hat, auf sechs Arten von Eindrücken, eben auf bestimmte Formen, Töne, Düfte, Geschmäcke, Tastungen und Denkbjekte gespannt zu sein, darum werden diese sechs Gespanntheiten, die zusammen die Gesamtmöglichkeit des sinnlichen Erlebens ausmachen, als vorwiegende Dränge des Psycho-Physischen extra genannt. Denn was immer wir durch die Wahrnehmung eines grobstofflichen Körpers erleben, wie komplex ein Erlebnis, ein beglückendes oder entsetzliches von längerer oder kürzerer Dauer, auch sein mag, es ist immer Erfahrung der Süchte von erfreulichen bis schmerzlichen Formen, von erfreulichen bis schmerzlichen Tönen, Düften usw.

*Wenn, ihr Brüder, der Heilsgänger so die sechs Süchte (nach Berührung) versteht, so die Ursache der sechs Süchte (nach Berührung), durch welche die sechs Süchte entstehen und sich fortsetzen, versteht, so die Aufhebung der sechs Süchte (nach Berührung) versteht, so den zur Aufhebung der sechs Süchte (nach Berührung) führenden Weg versteht, und wenn er alle Giergeneigtheit aufgehoben hat, alle Abwehrgeneigtheit ausgerodet hat, alle Geneigtheit, „ich bin“ zu denken und zu vermeinen getilgt hat, den Wahn aufgehoben, Weisheit gewonnen hat, dann macht er dem Leiden noch in diesem Leben ein Ende.*

*Insofern, Brüder, hat ein Heilsgänger rechte Anschauung, ist seine Anschauung gradlinig ausgerichtet, ist er zur endgültigen Klarheit und dadurch zur Befriedung bei dieser Lehre erwachsen, ist er bei dieser besten Lehre angekommen. –*

*Gut, Bruder, sagten da jene Mönche erfreut und erhoben durch die Worte des ehrwürdigen Sāriputto*

*und stellten nun eine weitere Frage: Aber, Bruder, ist es möglich, dass ein Heilsgänger noch auf andere Weise rechte Anschauung besitzt, dass seine Anschauung gradlinig (auf das Heil) ausgerichtet ist, dass er zur endgültigen Klarheit und dadurch Befriedung bei dieser Lehre erwachsen ist, bei dieser besten Lehre angekommen ist? – Das ist möglich, Brüder.*

Die XII. rechte Anschauung:

Das Psycho-Physische, seine Ursache,  
die Aufhebung, den Weg zur Aufhebung verstehen

Die Psyche im Körper,

das Psycho-Physische (*nāma-rūpa*)

*Wenn der Heilsgänger das Psycho-Physische versteht, die Ursache für das Psycho-Physische versteht, durch die das Psycho-Physische entsteht und sich fortsetzt, die Aufhebung des Psycho-Physischen versteht und den zur Aufhebung des Psycho-Physischen führenden Weg, dann hat der Heilsgänger rechte Anschauung, ist seine Anschauung gradlinig ausgerichtet, ist er durch die Lehre zur endgültigen Klarheit und Befriedung gelangt, ist er bei dieser besten Lehre angekommen.*

*Gefühl, Wahrnehmung, Absicht, Berührung, Aufmerksamkeit, das wird das Psychische genannt, die vier großen Gewordenheiten und die durch das Ergreifen der vier großen Gewordenheiten bedingte Form, das wird Form / das Physische genannt. So ist dies das Psychische und dies die Form / das Physische.*

Das Psycho-Physische (*nāma-rūpa*) ist jene seelische (einschließlich geistige) und physische Struktur, die wir als Persönlichkeit zu bezeichnen gewöhnt sind, dem alten deutschen Doppelbegriff „Leib-Seele“ zu vergleichen, aber ohne den Aspekt von „ewiger Seele“. Das Physische (*rūpa*), bestehend

aus den vier Grundgewordenheiten: Festigkeit, Flüssigkeit, Hitze und Luft, bezeichnet nicht nur den grobstofflichen, sondern auch den feinstofflichen Leib und die gesamte äußere Welt, aus welcher der Leib ja durch Ernährung, durch Ergreifen von Form, hervorgegangen ist.

Zu dem Psychischen zählt das Herz mit seinen Trieben und der Geist. Die sechs Sinnesdränge durchdringen und durchziehen als sinnlich nicht wahrnehmbare Spannungen und Dränge den ganzen Körper, weshalb sie im gegenständlichen Körper einen Trieb- oder Wollens- oder Spannungskörper (*nāma-rūpa*) bilden, eine dynamisch-energetische Ausdehnung in Körperstruktur. Die Dynamik oder Energie besteht in einem Magnetismus mit Zugeneigtsein und Abgeneigtsein. Dieser geistige Magnetismus benennt das, womit er berührt wird, was er erfährt, als angenehm, unangenehm oder neutral. Der Erwachte sagt, die Sinnesdränge der Psyche (*nāma-kāya*) können nicht allein bestehen, sie sind immer zusammen mit Form, sei sie grob- oder feinstofflich, und sagt, wenn in der Form, im stofflichen Körper (*rūpa-kāya*) nicht die Psyche (*nāma-kāya*) wäre, dann könnte die Berührung des Körpers nicht empfunden und benannt werden als angenehm, unangenehm, weder angenehm noch unangenehm (D 15).

Das heißt, wenn unser gegenständlicher, formhafter Körper *nicht* von Drängen nach Empfindung der Sinnendinge durchzogen wäre (*nāma-kāya*), dann könnte das an seine Sinnesorgane Gekommene *nicht* empfunden und benannt werden. Die den Wollenskörper bildenden Tendenzen, Anliegen stellen einen ununterbrochenen Hunger nach Berührungen dar. Kommen die erwünschten Berührungen, so meldet der Hunger: „Das tut wohl“, bei entgegengesetzten „wehe“. So gehen alle Gefühlsurteile „wohl-wehe, schön-hässlich, sympathisch-unsympathisch“ auf den hungrigen, durstigen Empfindungssucht-, Spannungs-, Wollenskörper zurück. Der gegenständliche (samt dem feinstofflichen) Körper ist der Träger des substanzlosen Spannungskörpers. Fehlt der Werkzeugkörper, dann ist gegenständliche Berührung unmöglich. Fehlt der

Wollenskörper und die daher rührende Empfindlichkeit, dann gibt es keine Gefühlsresonanz bei Berührung. Um Formen, Töne, Düfte usw. empfinden und dann wahrnehmen zu können, muss ein gegenständlicher Körper da sein mit den entsprechenden Organen, und den Organen muss Empfindungssucht innewohnen. Wenn die Empfindungsbedürftigkeit fehlt, dann ist der gegenständliche Körper ein toter Gegenstand. Wenn aber bei vorhandenem Empfindungssuchtkörper der gegenständliche Körper fehlt, dann können von dem Empfindungssuchtkörper (*nāma-kāya*) alle Dinge, deren Ankunft einer Gegenständlichkeit bedarf, nicht empfunden werden, weil es da keine „Ankunft“ gibt.

Weil es sich so verhält, darum sagt der Erwachte (D 15) abschließend:

*Darum also ist dies die Voraussetzung, dies die Bedingung für die Berührung, nämlich der Empfindungssuchtkörper, Wollenskörper (*nāma-kāya*), und der gegenständliche Körper (*rūpa-kāya*).*

Die Berührung des Empfindungssuchtkörpers löst wie eine Lawine Gefühl, Wahrnehmung, Absicht, Ergreifen usw. aus.

Da die als *nāma-kāya* strukturierten Dränge selber keine Erscheinungen sind, sondern „Kräfte“, so kann sowohl der unbelehrte wie auch der vom Erwachten belehrte und in eigener Beobachtung erfahrene Mensch diese Kräfte in keiner Weise als solche unmittelbar in ihrer ganzen Wucht direkt erfahren, sondern immer nur die vom Wollenskörper ausgehenden Folgeerscheinungen, die der Erwachte mit zur Psyche (Herz und Geist – *nāma* –) zählt:

1. Gefühl
2. Wahrnehmung
3. Absicht
4. Berührung
5. prüfendes Nachdenken

Gefühl und Wahrnehmung sind die ersten psychischen Erscheinungen, die durch die Berührung der Triebe der Psyche erscheinen. Die drei weiteren Auswirkungen gehören unlöslich zusammen, denn die Absicht hat immer die beiden Möglichkeiten, entweder sich für die Berührung zu entschließen, um zu Gefühl – natürlich zu Wohlgefühl – zu kommen, oder sich für die geistige Aufmerksamkeit, prüfendes Nachdenken, zu entschließen, um zu Erkenntnissen und Einsichten zu kommen. Geistige Aufmerksamkeit aufmachen steht im Gegensatz zu der Absicht, der Berührung zu folgen und damit dem momentan angenehmen Gefühl nachzujagen. Wir alle kennen diese beiden Möglichkeiten unserer Absicht, denn wir entscheiden fortlaufend und fast unbewusst darüber, ob wir unserer Neigung oder unserer Vernunft bzw. Moral folgen wollen, ob wir der Lust und Unlust oder der geistigen Einsicht folgen wollen.

Wenn der gegenständliche, formhafte Körper nicht von dem Wollenskörper, der Psyche, durchzogen wäre, dann könnte das an seine Sinnesorgane Gekommene nicht empfunden und benannt werden. Darum können sich nähere Hinweise auf den nāma-kāya, die Psyche, immer nur darin erschöpfen, die von dem nāma-kāya ausgehenden Wirkungen: Gefühl, Wahrnehmung, Absicht zu beschreiben. Das bedeutet aber nicht, dass diese Auswirkungen des Empfindungssuchtkörpers (nāma-kāya) an die Stelle des Empfindungssuchtkörpers zu setzen wären, sondern bedeutet lediglich, dass an diesen fünf Erscheinungen die Wirksamkeit des nāma-kāya erkennbar ist. Der nāma-kāya ist Ausdruck seelischer Eigenschaften. Von Augenblick zu Augenblick ist er so wie unsere momentane Gesinnung ist. Er fluktuiert. Zu der Zeit, in der der Nachfolger des Erwachten den heilenden Anblick gewinnt, den Stromeintritt, von allem Wollen frei ist, dann ist keinerlei seelische Struktur, der Wollenskörper ist für den Moment verflüchtigt. Andererseits: Wer hemmungslos den Lustdingen nachgeht, ist wie ein Tier ohne Maßstab. Wo etwas Verlockendes ist, da geht es hin und frisst. Wenn dann einer kommt und sagt: „Das

gehört mir“, dann geht es um den Kampf. Wer der Stärkere ist, siegt. So verliert ein Mensch seine charakterlichen menschlichen Strukturen und kommt nach Ablegen des Fleischleibs zu ähnlich gearteten Wesen. Unsere seelischen Qualitäten sind nicht alle nur menschlich. Wir haben auch untermenschliche Qualitäten und auch übermenschliche Qualitäten. Wir wohnen etwas im Höllischen, etwas im Tierischen, etwas im Übermenschlichen. Mit diesem inneren Status besteht die Gefahr, abzugleiten. Es können Umstände eintreten, durch die der Mensch eine dunkle Lebensbahn geht. Der Erwachte sagt: Ich sehe, wenn dieser Mensch jetzt sterben würde, würde er in die Hölle gelangen. Derselbe Mensch würde zu anderer Zeit bei anderen Gedanken, bei anderen Neigungen in den Himmel gelangen. Wir haben alle Möglichkeiten in uns. Wie wir im Moment denken, so fluktuiert der nāma-kāya, heller, dunkler. Wir denken an Hohes, und der Wollenskörper ist von feiner Art. Wenn er jetzt aus dem Körper aussteigt, wird er von entsprechenden Wesen angezogen.

Wir können von Leben zu Leben immer nur in eine Daseinsform einkehren, wir haben aber Triebe, die vielerlei Daseinsformen entsprechen und die wir immer mitnehmen. So gibt es Tiere, die menschliche Charakterzüge haben, und es gibt Menschen, die tierische Art haben, Engel, Teufel, Tier in Menschengestalt sind.

Das Psycho-Physische (*nāma-rūpa*) ist bedingt  
durch die programmierte Wohlerfahrungssuche des Geistes  
(*viññāna-sota*)

*Durch die programmierte Wohlerfahrungssuche als Ursache entsteht und setzt sich das Psycho-Physische fort, durch die Aufhebung der programmierten Wohlerfahrungssuche wird das Psycho-Physische aufgehoben. Dies ist der zur Aufhebung des Psycho-Physischen führende achtgliedrige Heilsweg, nämlich rechte Anschauung, rechte Gemütsverfassung, rechte Rede, rech-*

*tes Handeln, rechte Lebensführung, rechtes Mühen, rechte Wahrheitsgegenwart, rechte Herzenseinigung.*

Wie bereits bei der vierten Nahrung beschrieben, ist der Geist mit seiner programmierten Wohlsuche im Dienst der lungernenden Triebe bestrebt, Außenobjekte an die Sinne oder die Sinne an die Außenobjekte heranzubringen. War das Objekt bereits als wohltuend erfahren, so lenkt die programmierte Wohlerfahrungssuche den Körper zur erneuten Erfahrung des Objekts: *Die programmierte Wohlerfahrungssuche geht den Formerscheinungen nach (M 138).* Im Auftrag des Durstes sucht der Geist zuerst auf bereits eingefahrenen Denkwegen die Anliegen zu erfüllen, indem er bestrebt ist, den Körper mit den innewohnenden Trieben immer nur zu den angenehmen Dingen hinzuleiten und von den unangenehmen fern zu halten. Diese vom Geist ausgehende programmierte Wohlerfahrungssuche arbeitet im Dienst des Psycho-Physischen und ist bestrebt, das Psycho-Physische immer wieder zu Angenehmem hinzulenken, von Unangenehmem fern zu halten. Das süchtige Lechzen nach außen wird, wenn nichts von außen herantritt, unerträglich. Um diesen Mangel aufzuheben, suchen alle Wesen Aufhebung des Mangels, und sie müssen es suchen mit der im Gedächtnis eingetragenen Erfahrung (*viññāna*): „Diese Dinge tun wohl, jene wehe.“ Das ist ihre Programmiertheit.

Was die denkerische Aktivität und – von ihr ausgehend in eingefahrenen Gleisen – die programmierte Wohlerfahrungssuche – positiv oder negativ bewerten, danach entstehen und vergehen die Bezüge, die Triebe der Psyche (*nāma-kāya*): Durch die Erfahrung/Bewertung des Geistes ist das Psycho-Physische bedingt. Jeder durch geistige Bewertung geschaffene Bezug, jeder Trieb ist ein Minus, ein Vakuum, und das positiv Bewertete ist in der Vorstellung ein Plus geworden. Erst mit der positiv bewerteten Sache zusammen sind die Wesen nun zufrieden, ist wieder der Zustand des Plus Minus Null, der vorher ohne den Bezug zu dieser Sache bereits bestand. Alles, was die Wesen bedürfen, ist durch vorheriges positives



Bewerten entstanden: *Was der Mensch häufig bedenkt und überlegt, dahin geneigt ist das Herz. (M 19)*

Denkerische Aktivität – als neue nüchterne Überlegung oder als Schwungrad der Denk-Gewöhnung eingespielt – schafft Trieb-Bezüge, die die Wesen als „Ich“ empfinden („Ich will...“), verändert ununterbrochen die Psyche (*nāma*), mehrt oder mindert Triebe, und zugleich werden Formen (*rūpa*) in die Vergangenheit geschickt, die die Wesen als Umwelt empfinden. Alles Sichtbare, Hörbare, Riechbare, Schmeckbare, Tastbare bezeichnet der Erwachte als Form. Mit Freunden, Kollegen, Frau und Kind, Verwandten, Bekannten gehen wir auf Grund denkerischer Bewertungen gewährend, verweigernd, entreißend um, und Gewähren, Verweigern, Entreißen wird uns wieder begegnen in Form derselben Personen oder auch in Form anderer Personen. Wie wir an Formen handeln, so treten die Formen wieder heran. – Dasselbe gilt von der „eigenen“ Körperform: Die durch Wahn, durch falsche Anschauung und entsprechende Denkgewöhnung entstandenen Triebe haben die Körperform aufgebaut, lenken das Körperwerkzeug nach ihren Wünschen und beeinflussen es in Harmonie, Gesundheit und Aussehen.

Die programmierte Wohlerfassungssuche des Geistes geht auf Grund ihres Wahns Jahrzehnte eines Körperlebens immer in ähnlicher Weise dem Angenehmen nach. Aber wenn plötzlich durch Unfall oder Krankheit der Körper oder einzelne Sinnesorgane den Dienst versagen, dann ist dies dem Menschen, der sich von den Sinnendingen und dem Körper abhängig gemacht hat, wie wenn er zugrunde ginge, und entsprechende Ängste und Wehgefühle treten im besorgten Gemüt auf. Die Aktivität im Denken, Reden und Handeln wird durch Alter und Krankheit behindert, die programmierte Wohlerfassungssuche des Geistes kann nicht mehr nach Wunsch der Triebe die Objekte an die Sinnesorgane oder die Sinnesorgane an die Objekte heranführen. Der Erwachte beschreibt dies wie folgt (M 138):

*Wenn sich dem Menschen die fünf Zusammenhäufungen: Form, Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierte Wohlerfahrungssuche wandeln und verändern, dann kreist die programmierte Wohlerfahrungssuche um den Wandel der Form, des Gefühls usw. herum. Durch den Wandel der Form, des Gefühls usw. wird das Herz erschüttert, verstört und aufgewühlt, und es kommen Furcht, Ärger oder Sehnsucht im Gemüt auf.*

Jeder hat es schon mehr oder weniger erfahren, dass sich seine Situation in wichtigen Punkten mehr oder weniger plötzlich in dieser Weise veränderte. Da treten dann die hier beschriebenen Erscheinungen auf: Die programmierte Wohlerfahrungssuche des Geistes kreist um das Entschwindende, versucht mit Erregung und oft mit Panik festzuhalten, was zu schwinden beginnt.

Der vom Erwachten Belehrte, der diesen Automatismus versteht, beobachtet, wie immer wieder die gefühlsbesetzten Erfahrungen der Triebe (*viññāna-bhāga*) in den Geist eingetragen werden und dieser geblendete Geist nur in eingespielten Programmen Wohl zu gewinnen und Wehe zu vermeiden trachten muss (*viññāna-sota*), der empfindet Entsetzen und Abscheu vor diesem zwanghaften Funktionssystem und lenkt nun bewusst und gezielt den Geist auf die acht Stufen des Heilswegs als dem Weg zur Triebüberwindung:

*Wenn, Brüder, der Heilsgänger so das Psycho-Physische versteht, so die Ursache des Psycho-Physischen, durch die das Psycho-Physische entsteht und sich fortsetzt, versteht, so die Aufhebung des Psycho-Physischen versteht, so den zur Aufhebung des Psycho-Physischen führenden Weg versteht und wenn er alle Giergeneigtheit aufgehoben hat, alle Abwehrgeneigtheit ausgerodet hat, alle Geneigtheit, „ich bin“ zu denken und zu vermeinen getilgt hat, den Wahn aufgehoben*

*ben, Weisheit gewonnen hat, dann macht er dem Leiden noch in diesem Leben ein Ende.*

*Insofern, Brüder, hat ein Heilsgänger rechte Anschauung, ist seine Anschauung gradlinig ausgerichtet, ist er zur endgültigen Klarheit und dadurch zur Befriedung bei dieser Lehre erwachsen, ist er bei dieser besten Lehre angekommen. –*

*Gut, Bruder, sagten da jene Mönche erfreut und erhoben durch die Worte des ehrwürdigen Sāriputto und stellten nun eine weitere Frage: Aber, Bruder, ist es möglich, dass ein Heilsgänger noch auf andere Weise rechte Anschauung besitzt, dass seine Anschauung gradlinig (auf das Heil) ausgerichtet ist, dass er zur endgültigen Klarheit und dadurch Befriedung bei dieser Lehre erwachsen ist, bei dieser besten Lehre angekommen ist? – Das ist möglich, Brüder.*

Die XIII. rechte Anschauung:

Erfahrung (*viññāna*), ihre Ursache, die Aufhebung, den Weg zur Aufhebung verstehen.

*Wenn der Heilsgänger Erfahrung versteht, die Ursache für Erfahrung versteht, durch welche die Erfahrung entsteht und sich fortsetzt, die Aufhebung der Erfahrung versteht und den zur Aufhebung der Erfahrung führenden Weg, dann hat der Heilsgänger rechte Anschauung, ist seine Anschauung gradlinig ausgerichtet, ist er durch die Lehre zur endgültigen Klarheit und Befriedung gelangt, ist bei dieser besten Lehre angekommen*

*Diese sechs Arten von Erfahrung gibt es:*

*Luger-Erfahrung*

*Lauscher-Erfahrung*

*Riecher-Erfahrung*

*Schmecker-Erfahrung*  
*Taster-Erfahrung*  
*Denker-Erfahrung.*

Die Teil-Erfahrungen (*viññāna-bhāga*) und  
die programmierte Wohlerfahrungssuche (*viññāna-sota*)

Der Erwachte sagt (D 1): *Die Berührung/Erfahrung der Sinnesüchte, ihr Entstehen und Vergehen, Labsal, Elend und Überwindung soll der Übende durchschauen.* – Triebe, Wünsche, Anliegen, Empfindlichkeit sind der Auslöser des Erlebens. Wenn keine Anliegen sind, kann nichts empfunden werden.

Im Geist werden alle Wohl- und Wehe-Erfahrungen durch die fünf Sinnesdränge – Teilerfahrungen (*viññāna-bhāga*) – als Wahrnehmungen eingeschrieben, so dass allein der Geist die Wünsche aller fünf Sinnesdränge nach Wohlerfahrung und auch die Erfüllungsmöglichkeiten kennt. Manche Daten sind im Geist mit starkem Wohlgefühl eingetragen, manche mit starkem Wehgefühl, viele mit mittelstarken Gefühlen. Das durch die Sinnesdränge dem Geist als Form-Wahrnehmung usw. Gemeldete wird sofort im Geist zueinander geordnet, wird bewegt im Assoziieren, Kombinieren der einzelnen Sinneserfahrungen: *Durch den Geist und die Dinge (die eingetragenen Daten) entsteht die Geist-Erfahrung (mano-viññāna).* Aus den in den Geist gelangten Erfahrungen macht sich der Geist einen Sinn und eine Vorstellung, an welchen die stärkeren Sinnesindrücke mehr, die schwächeren weniger Anteil haben.

Weil also alle Wohl- und Wehe-Erfahrungen der fünf Sinnesdränge im Geist gesammelt sind, so dass er allein die Wünsche aller Sinnesdränge nach Wohlerfahrung und auch die Erfüllungsmöglichkeiten kennt, und weil nur er mittels der von ihm ausgebildeten programmierten Wohlerfahrungssuche den ganzen Körper bewegen und damit die Sinnesdränge an die Orte der Befriedigungsmöglichkeiten steuern kann, darum

wird er als Fürsorger, Betreuer der fünf Sinnesdränge bezeichnet.

Die Tätigkeit des Geistes (*mano-viññāna*) ist vom Geist, vom Gedächtnis (*mano*) selber nicht zu trennen. Der Geist weiß um die einzelnen Sinneseindrücke, besonders um diejenigen, die mit starkem Gefühl besetzt als Wahrnehmung in ihn eingeschrieben wurden, und er fügt die einzelnen Eintragungen zu einem Ganzen zusammen und sucht nach Erfüllungsmöglichkeiten für die Triebe, meist nach eingefahrenen Programmen. Das ist die Tätigkeit der Wohlerfahrungssuche.

Wie die vom Geist ausgehende, vom Geist gesteuerte Wohlsuche als Bediener und Lenker der Sinnesorgane diese wohlsuchend hierhin und dorthin fährt, schildert der Erwachte:

*Hat er mit dem Luger eine Form gesehen,  
(= gefühlsbesetzte Wahrnehmung ist im Geist eingetragen)  
dann geht die programmierte Wohlerfahrungssuche  
den Formerscheinungen nach,  
knüpft an wohltuende Formerscheinung an,  
bindet sich daran, wird von wohltuenden Formen  
fesselverstrickt. (M 138)*

*Die programmierte Wohlerfahrungssuche geht den Formerscheinungen nach* – d.h. sie ist im Dienst der lungernden Triebe bestrebt, hier und da Außenobjekte an die Sinne oder die Sinne an die Außenobjekte heranzubringen. War das Objekt bereits als wohltuend erfahren, so lenkt die programmierte Wohlerfahrungssuche den Körper zur erneuten Erfahrung des Objekts. So ist die Wohlerfahrungssuche der aus bisheriger Erfahrung erwachsene, „programmierte“ Lenker und Lotse und fast ständige Bewegter von Körper und Geist, um jeden der fünf Sinne und damit den ganzen Körper einschließlich des Geistes an die gewünschten wohlversprechenden Objekte zum Zweck ihrer Erfahrung heranzubringen.

Die programmierte Wohlerfahrungsuche  
ist bedingt durch die drei Bewegtheiten

*Durch die Bewegtheiten als Ursache entsteht und setzt sich Erfahrung fort, durch die Aufhebung der Bewegtheiten wird Erfahrung aufgehoben. Dies ist der zur Aufhebung der Erfahrung führende achtgliedrige Heilsweg, nämlich rechte Anschauung, rechte Gemütsverfassung, rechte Rede, rechtes Handeln, rechte Lebensführung, rechtes Mühen, rechte Wahrheitsgegenwart, rechte Herzenseinigung.*

Die drei Bewegtheiten, Wirksamkeiten,  
Vorgänge (*sankhāra*)

Drei Arten von *sankhāra* werden genannt:

1. *Ein- und Ausatmung ist körperliche Bewegtheit (kāya-sankhāra),*
2. *Erwägen und Sinnen ist sprachliche Bewegtheit (vacī-sankhāra),*
3. *Gefühl und Wahrnehmung ist Herzens-Bewegtheit (citta-sankhāra).*

Jedes Ausatmen ist eine körperliche Wirksamkeit, eine Bewegtheit, die zwangsläufig Einatmen nach sich zieht, das wieder Ausatmen nach sich zieht. Das geht ununterbrochen, solange der Körper benutzt wird. Obwohl die ununterbrochenen Atemzüge mit den Bewegungen der daran beteiligten Organe eine größere leibliche Arbeit und Anstrengung verursachen, ist es uns doch leichter, sie in ihrer Regelmäßigkeit geschehen zu lassen, als sie anzuhalten. Insofern geschieht die Ein- und Ausatmung „von selber“. Und mit ihr zusammen geschehen in gegenseitiger Bedingtheit der Herzschlag mit der ständigen Erneuerung des Bluts und die gesamten anderen vegetativen Vorgänge. So sehen wir, dass mit dem *kāyasankhāra* die un-

unterbrochene, den gesamten menschlichen Leib durchziehende Bewegtheit und Wirksamkeit gemeint ist, wodurch der Leib fortgesetzt verändert wird.

Und ebenso müssen wir vom Erwägen (vitakka) und Sinnen (vicāra), den beiden vom normalen Menschen hauptsächlich gepflegten Denkformen, sagen, dass auch diese ununterbrochen und „von selber“ vor sich gehen.

Was ist Erwägen und Sinnen? Wo aus Erfahrung oder Belehrung eine Anschauung gebildet oder gegen eine andere ausgetauscht wird, da gehen immer zwei Akte vor sich: Zuerst bildet sich durch ein Vergleichen, durch Prüfen, also durch abwägendes und unterscheidendes Denken die neue Anschauung, die meistens verbunden ist mit einer Korrektur der alten Anschauung: „Es ist nicht so, wie ich bisher dachte, es ist anders.“ Dieser Akt wird „Erwägen“ (vitakka) genannt. Wenn dann die neue Anschauung als richtiger angesehen wird als die alte, dann wird die neue Anschauung durch alles weitere Denken über den gleichen Gegenstand nur noch verstärkt. Dieser zweite Akt ist ohne prüfendes, abwägendes und unterscheidend hin und her gehendes Denken, ist ein stilleres, beruhigteres Denken und Betrachten der an sich bereits geklärten Angelegenheit, es ist ein einspuriges Sinnen (vicāra), ein Wiederholen und Befestigen. Erwägen und Sinnen ist das tiefere, gründlichere Bedenken, von dem der Erwachte sagt: Was der Mensch häufig erwägt und sinnt, dahin geneigt wird das Herz. (M 19)

Jeder Versuch, Erwägen und Sinnen im wachen Zustand einzustellen, führt zu der Erfahrung, dass das fast noch schwerer ist als die Einstellung von Atem und Herzschlag. Und dieser fast ununterbrochene und nur schwer zu hemmende Strom des Erwägens und Sinnens, das ist der vacīsaṅkhāra. Vacī bedeutet Rede oder Sprache. In den Lehrreden wird auf die Frage, warum denn die Kette des menschlichen Erwägens und Sinnens, das doch Denken sei, vacīsaṅkhāra genannt wird, geantwortet (M 44):

*Was man vorher erwogen und bedacht hat, das spricht man nachher aus. Darum ist Erwägen und Sinnen die sprachliche Wirksamkeit.*

Außer den vegetativen Vorgängen und außer Erwägen und Sinnen kommen ununterbrochen Gefühle und Wahrnehmungen auf. In jedem Augenblick haben wir irgendein kleineres oder größeres Erlebnis, irgendeine Begegnung mit „Umwelt“ oder mit uns selber – und die besteht immer darin, dass etwas wahrgenommen wird und dass damit zugleich ein angenehmes oder unangenehmes Gefühl gefühlt wird. In der Wahrnehmung wird ein Subjekt und ein Objekt erlebt und im Gefühl das damit verbundene Wohl oder Wehe. So ist jedes Erlebnis beschaffen. Die gesamten Erlebnisse des Menschen vom ersten Lebensaugenblick an bis zum Tod erscheinen und kommen auf als ein ununterbrochener Anstrom von Gefühlen und Wahrnehmungen. Das ist der citta-sankhāra, die Herzens-Bewegtheit. Wir halten die ununterbrochene Kette unserer angenehmen oder unangenehmen Wahrnehmungen für ein Ablesen von der Welt, in Wirklichkeit ist diese Kette das phantastische Spinnen unseres Herzens (citta). Ein von Sinnessucht bewegtes Herz entwirft gefühlsbesetzte Wahrnehmungen von Formen, Tönen usw., und bei einem von Antipathie bis Hass bewegten Herzen ist jede Wahrnehmung mit Antipathie-Hass besetzt. Je mehr in einem Herzen Antipathie bis Hass ist, um so dunkler ist seine Wahrnehmung, sein Lebensgefühl, um so übler sind auch seine Taten. Je mehr aber das Gemüt von Liebe zu allen Wesen erfüllt ist, je wohlwollender es ist, um so lichtere Gefühle und Wahrnehmungen hat er, um so heller sind sein Lebensgefühl und seine Taten.

Die Kette der Erlebnisse kommt ganz ebenso wie die körperliche und sprachliche (denkerische) Bewegtheit „wie von selber“. – Wir können sie kaum verändern, geschweige aufhalten. In jedem Augenblick werden andere Formen, andere Töne, Düfte, Säfte, Tastungen und Gedanken erlebt, von Augenblick zu Augenblick wird anderes Gefühl erlebt. In jedem Augenblick wird etwas anderes erlebt: das ist die passive Seite



des Lebens. Mit ihr, dem Wahrgenommenen, beschäftigt sich nun ununterbrochen unser Denken als kaum still zu stellender Vorgang geistiger Arbeit, als eine Wirksamkeit von in ständiger Wandlung aufkommendem Erwägen und Sinnen als Reaktionen auf unsere Erlebnisse: das ist die aktive Seite des Lebens.

Zur denkerischen Aktivität (*vacī-sankhāra*) gehören aber nicht nur Sinnensuchtgedanken (*kāma-vitakka*), sondern auch Gedanken von Antipathie bis Hass (*vyāpāda-vitakka*) und Gedanken des Schadenwollens (*vihimsā-vitakka*) und ebenso die drei entgegengesetzten Gedanken der Sinnensuchtfreiheit, des Wohlwollens, der Schonung, Fürsorge und Hilfsbereitschaft.

Diese beiden unablässigen Bewegtheiten: die Bewegtheit des Herzens als Gefühl und Wahrnehmung und die Bewegtheit des Erwägens und Sinnens, sehen wir bei Menschen und Tieren in ununterbrochenem Wechsel und in ununterbrochener Folge geschehen, solange die körperliche Bewegtheit vor sich geht, solange dem Körper noch die Lebenskraft innewohnt, die sich äußert in der Ein- und Ausatmung (*kāya-sankhāra*). So sind die drei *sankhāra* miteinander ständig wirksam.

Die Reihenfolge in der Aufzählung der fünf Zusammenhäufungen zeigt den gleichen Zusammenhang: Wenn Form (1) in irgendeiner Weise als Gesehenes oder Gehörtes oder Geruchenes oder Geschmecktes oder Getastetes die Triebe berührt, so entsteht Gefühl (2). Form und Gefühl werden dem Geist gemeldet als Wahrnehmung (3). Unter der 4. Zusammenhäufung Aktivität (*sankhāra*) wird laut den Lehrreden (S 22,56) verstanden, dass man es auf etwas abgesehen hat, etwas beabsichtigt (*cetanā*), nämlich das Es-Abgesehen-Haben auf bestimmte Formen, Töne, Düfte, Geschmäcke, Tastobjekte oder auch auf Denkinhalte. Aus diesem geistigen Beabsichtigen entsteht die im Geist programmierte Wohlerfahrungssuche (5).

Im Folgenden schreiben wir die fünf Zusammenhäufungen, die psychischen Erscheinungen, die drei Bewegtheiten – und die vier Nahrungen nebeneinander, um ihre Übereinstimmung

zu zeigen. Die drei Bewegtheiten drücken die Tatsache aus, dass die Erscheinungen des Psychischen und das Physische (nāma-rūpa) nicht statisch bestehen, sondern in ununterbrochener Bewegtheit geschehen: Selbst zusammengewirkt wirken sie (weiterhin) zusammen: Körperliches, Psychisches (Herz und Geist) in ständigem Fluss, sich gegenseitig bedingend:

4 Nahrungen <i>āharā</i>	5 Zusammenhäufungen <i>pañc'upādānakkhandha</i>	Psycho-Physisches bedingt Pr. Wohlsuche <i>nāmā-rūpa bedingt viññāna</i>	3 Bewegheiten bedingen programmierte Wohlsuche <i>sankhāra bedingen viññāna</i>
Grobstoffliches	Form	Form, das Physische	Körperliche Bewegtheit: Ein-u. Ausatmung
Berührung	Gefühl Wahrnehmung Aktivität: Absicht auf Formen, Töne... <sup>1)</sup>	Die psychischen Erscheinungen: Gefühl Wahrnehmung	Herzensaktivität: Gefühl Wahrnehmung
Geistiges Beabsichtigen	programmierte Wohlerfassungssuche	Absicht auf Berührung oder denkerische Überlegung bedingen: programmierte Wohlerfassungssuche <i>viññāna</i>	denkerische Bewegtheit: Erwägen und Sinnen <sup>2)</sup> Beding: programmierte Wohlerfassungssuche <i>viññāna</i>

<sup>1)</sup>Die Aktivität des normalen Menschen besteht in immer erneuter Leidflucht und Wohlsuche auf den Bahnen des spontanen reaktiven Denkens, Redens und Handelns zum Zweck der Befriedigung; Ergreifen, Annehmen (*upādāna*) von Formen...bis Denkinhalten. - Hier fehlt der Aspekt des Triebes schaffenden und -lösenden Erwägens und Überlegens (s. die beiden anderen Reihen), das u. U. den Trieben entgegenwirkt.

<sup>2)</sup>Hier ist mehr der Aspekt des Tendenzen schaffenden und -lösenden Bedenkens und Sinnens gemeint.

Wie die programmierte Wohlerfassungssuche  
durch die denkerische Bewegtheit oder Aktivität  
(vacāsankhāra) bedingt ist

Mit den Sinnesorganen des Körpers, die die körperliche Bewegtheit, das Funktionieren der Vegetativkräfte des Körpers voraussetzen, und Gefühl und Wahrnehmung, der Herzensbewegtheit, wird Vielfalt aufgenommen, und über die Vielfalt wird nachgedacht, diese wird angestrebt, wie es der Erwachte sagt (S 22,56):

*Was sind nun die sankhārā? Diese sechsfache Absicht (cetanā) ist es, nämlich die Absicht auf Formen, die Absicht auf Töne, die Absicht auf Düfte, die Absicht auf Säfte, die Absicht auf Tastbares und die Absicht auf Gedanken. Dies nennt man sankhārā.*

An dieser Aussage sehen wir, dass unter „sankhāra“ in diesem engeren Sinn die denkerische Aktivität „Absicht, Wille“ verstanden wird. Durch sie ist die programmierte Wohlerfassungssuche bedingt. Ein einfaches Beispiel:

Ein kleines Kind, das noch nicht laufen kann, aber die Erwachsenen laufen sieht, ist irgendwann so weit, dass sein Rückgrat stark genug ist, und von der graduellen Beherrschung der Muskeln kommt in ihm der Mut, der Wille zum Laufen auf. Es ist ihm zumute, das jetzt zu können. Der Säugling liegt da wie ein schwammiger Sack, er hat gar kein Wollen in dieser Richtung. Aber bei dem gut einjährigen Kind kommt der Wille, die Absicht auf, sich aufzurichten und an den Möbeln festzuhalten. Dieses Sich-an-den-Möbeln-Aufrichten ist ein Unternehmen, zu dem Mut gehört, allerlei Gewohntes muss überwunden werden. Beim Loslassen kommt Angst auf, das Kind ist schnell bereit zum Festhalten. Das Senkrecht-Stehen ist dem Kind deutlich bewusst, ist eine leuchtkräftige Wahrnehmung. Dem Erwachsenen ist das gleiche Geschehen, das Aufrecht-Stehen und Gehen, gar nicht

bewusst. Auch für ihn ist es ein ununterbrochener Balanceakt, senkrecht zu bleiben, aber es ist schon selbstverständliche Gewöhnung, ein funktionierendes Programm geworden.

All unser Denken, Reden und Handeln geschieht vorwiegend als Gewohnheitsablauf, als programmierte Wohlerfahrungssuche, die irgendwann noch nicht Gewohnheit war. Durch eine bewusste Überlegung wird die Gewöhnung, die programmierte Wohlerfahrungssuche eingespielt als selbstständig funktionierendes Schwungrad. Wenn ein Wehgefühl aufkommt, dann zeigt sich bei jedem eine andere programmierte Wohlerfahrungssuche. Der eine schimpft schnell, der andere zeigt ein mürrisches Gesicht, der Dritte hat kein Murren in sich, braucht kein Gesicht zu zeigen oder zu unterdrücken.

Wenn der Mensch in eine neue Umgebung kommt, dann mag er überlegen: Mein gewohntes Handeln ist hier nicht üblich, man macht es hier so. Je mehr er es anders gewöhnt war, als er seine Umgebung tun sieht, um so länger dauert es, bis die bewusst gewollte Anpassung zur Gewöhnung geworden ist, sich eingespielt hat. Die wahnhaftige Anschauung, man müsse sich so und so verhalten, z.B. bei Nichterfüllung von Wünschen auf den Tisch klopfen und die Ellbogen gebrauchen oder nachgeben, lenkt die Aktivität, die sich dann als Gewöhnung einspielt.

Ein Kenner der Lehre lässt nicht den Gedanken zu: „Wie kann dieser gemeine Mensch so handeln“, sondern sagt: „Einst ist dieses Üble von mir gewirkt worden. Wollte ich darauf reagieren, so würde nur endlos Leiden fortgesetzt. Jetzt nehme ich es an und halte still, gebe nach, denn ich weiß, dass der, der mir gegenüber so handelt, so nach seinem Charakter handeln muss, also nach dem, was er an Meinungen aufgenommen hat, nach seinem Wahn.“ – Es dauert seine Zeit, bis diese Haltung zur Gewöhnung, zu einem Programm wird, und sie wird erst dann zu einem Programm (*viññāna-sota*), wenn man immer wieder bedenkt (denkerische Aktivität): „Reagiere ich nach meinem Programm darauf, wird das Ungute weiter fort-

gesetzt.“ Rechtes Wissen um die Zusammenhänge ist die Ursache der Veränderung der Gewöhnungen.

Die Wahrnehmung liefert eine Szene. Bei dieser Szene kann die denkerische Aktivität des Menschen darin bestehen, dass er auf Grund seiner Blendung durch die Triebe die Oberfläche der Erscheinungen beachtet, und bei derselben Szene kann die denkerische Aktivität darin bestehen, dass er die inneren Vorgänge, das Geschobenwerden durch die Triebe beachtet. Der Wahrnehmung einer schönen Gestalt folgt z.B. die Anschauung „O wie schön“ und die Aktivität „die will ich näher betrachten.“ Bei der Wahrnehmung dieser Aktivität meldet sich bei dem Kenner der Lehre im Geist das vom Erwachten Aufgenommene: „Halt, du bist auf falscher Fährte. Du beachtest etwas, dessen Beachtung dich begehrlischer macht, in Leiden führt.“ Die gewonnene Weisheit über die wahren Werte der Dinge meldet sich als Signal, das eine Umschaltung veranlasst. Die Wahrnehmung ist durch Wissen korrigiert.

Der fortgeschrittene Kenner der Lehre hat eine ganz andere Einstellung den Erscheinungen gegenüber: Er betrachtet sie auf Abstand, neutral, besonnen. Der Erwachte sagt: „Durch Beachtung entstehen alle Dinge.“ Wir denken über das nach, was wir durch Beachtung aus der Wahrnehmung herausgepickt haben. Damit wird etwas, was als Ernte aus früherer Beachtung ankommt, wieder neu erzeugt und bestätigt. Die Welt wird ununterbrochen von uns gemalt und radiert, hellere Töne, dunklere Töne durch Beachtung der Oberfläche der Erscheinungen und durch Kenntnis der wahren Zusammenhänge. Der Erwachte sagt: Das Herz ist der Maler, der mit dreierlei Farben: Anziehung, Abstoßung, Blendung, auf dreierlei Unterlagen malt: auf Mauer, Holz, Leinwand – die drei Selbsterfahrungen: Formen der Sinnensucht, Reine Form, Formfreiheit.

Woher entsteht das Herz, die Psyche mit Anziehung, Abstoßung und Blendung? Durch Bedenken, Erwägen. In den

Geist kommt das hinein, was er beachtet. Beachten, Bedenken ist die Ansatzstelle: *Beachtung erzeugt alle Dinge.* (A X,58)

Wenn ein Gedanke im Geist länger hin und her bewegt wird, dann wird er zur Gewöhnung. Gestern hat man in der Zeitung einen Artikel gelesen. Nun spinnt der Geist selbsttätig die Gedanken des Artikels weiter. Am anderen Morgen wird man wach mit dem Gedanken an diesen Zeitungsartikel. Die programmierte Wohlerfahrungssuche, die durch einzelne Denkkakte gewordene Gewöhnung, hat auf den eingefahrenen Gleisen selbsttätig weitergesponnen. Der Erwachte nennt die programmierte Wohlerfahrungssuche den Magier, den Zauberer, ebenso den Affen, der von Ast zu Ast springend, Früchte ergreift. Der Magier erzeugt Erscheinungen, Wahrnehmungen, die der Erwachte als Luftspiegelung bezeichnet. Durch Beachtung, Bedenken werden Dinge herausgeprägt, geschaffen und noch zusätzlich mit Gefühl übergossen.

Die Bedingtheit der programmierten Wohlerfahrungssuche durch die denkerische Aktivität zeigt sich auch in S 12,39:

*Beabsichtigen, planen, „an etwas hängen“, das ist die Grundlage, die Stütze für die programmierte Wohlerfahrungssuche. Wenn einer nicht beabsichtigt, nicht plant, nicht anhängt, so ist keine Grundlage, keine Stütze für die programmierte Wohlerfahrungssuche.*

*Beabsichtigen, planen, an etwas hängen, etwas ergreifen, die denkerische Aktivität, ist die unmittelbare Bedingung für die programmierte Wohlerfahrungssuche: Die Gewöhnung, so zu denken oder vorzugehen, spielt sich ein, verstärkt diese Gewöhnung.*

Je nach dem, was wir im Geist als Anschauung haben (Wahn oder Wahrwissen), das beeinflusst sofort die Art unseres Denkens (*vacī-sankhāra*), und vom Denken gehen die Folgen aus: Unmittelbar bedingt durch das Denken ist die programmierte Wohlerfahrungssuche, wie es der Erwachte auch in S 12,51 sagt:

*Wenn ein wahnbefangener Mensch förderliche Gedanken immer wieder bewegt (puññam sankhāram abhisankharoti), so geht die programmierte Wohlerfahrungssuche dem Förderlichen nach (puññūpagam hoti viññānam). Wenn er üble, schädliche (apuññam) Gedanken immer wieder bewegt, so geht die programmierte Wohlerfahrungssuche dem Üblen, Schädlichen nach. Wenn er Gedanken der Unverstörung (āneñja), der Sinnensuchtfreiheit, immer wieder bewegt, so geht die programmierte Wohlerfahrungssuche auch der Unverstörtheit, der Sinnensuchtfreiheit, nach.*

Weitere Folgen der denkerischen Aktivität sind die beiden weiteren Bewegtheiten: Die Veränderung der Triebe: *Was der Mensch häufig erwägt und sinnt, dahin geneigt wird das Herz.* (M 19) Die Neigung zu dem im Denken positiv Bewerteten wird stärker, die Neigung zu dem negativ Bewerteten wird schwächer. Aus grobem Wahn wird rücksichtslos und brutal gedacht, entsprechend rücksichtslos ist das Herz und das dadurch bedingte Handeln (*an Mord und Totschlag gewöhnt*), und entsprechend wird die körperliche Bewegtheit: Kurzlebigkeit oder Gebrechlichkeit im nächsten Leben (M 135) oder untermenschliche oder – im Fall feineren Wahns und entsprechenden guten Denkens – übermenschliche Existenzformen, wie u.a. in M 120 beschrieben:

*Die Wiedergeburt entsprechend der Aktivität werde ich euch zeigen. Da hat ein Mönch Vertrauen erworben, Tugend erworben, Wahrheitskenntnis erworben, Loslassen erworben, Weisheit erworben. Der denkt bei sich: „O dass ich doch bei Versagen des Körpers nach dem Tod zur Gemeinschaft mit den so und so Göttern wiederkehrte!“ Auf dieses Ziel richtet er (der Geist) das Herz, darin befestigt er das Herz, nach diesem Ziel bildet er das Herz aus. Indem er sich dieses Leitbild ständig vor Augen hält, da führt seine Aktivität zum Wiedererscheinen dort.*



Durch Erwägen und Sinnen, durch die denkerische Aktivität wird die Qualität des Herzens, werden die Triebe (von denen die Bewegtheit des Herzens: Gefühl und Wahrnehmung ausgehen) gebildet, wird das Tun und Lassen bestimmt und wird das Erleben (u.a. auch das Erfahren der körperlichen Bewegtheit, der Vegetativkräfte des Körpers) gestaltet.

Für die Zeit tieferer Selbstbesinnung hat der Übende das Schwungrad der programmierten Wohlerfahrungssuche in eine bestimmte Richtung gelenkt, hat andere Ziele und Objekte in den Blick bekommen, sie als die besseren erkannt und strebt nun diesen nach. Indem er neues, besseres Denken, bessere Urteile anerkennt und einübt, werden diese zu seiner Gewohnheit, zu seiner programmierten Wohlerfahrungssuche, geschehen nun von selber. Zu jeder weiteren Verbesserung bedarf es jeweils eines weiteren Anstoßes durch weises Betrachten, durch die denkerische Aktivität.

Indem die Ausgeliefertheit der Wohlsuche an die im Geist vorherrschenden Programme, die durch die gefühlsbesetzten Wahrnehmungen in den Geist gelangt sind, erkannt wird, bemüht sich der Nachfolger auf dem achthgliedrigen Weg, höheres Wohl als das sinnliche zu gewinnen, um die programmierte Wohlerfahrungssuche zunächst auf Höheres auszurichten und zuletzt auch die Gewöhnung an Höheres loszulassen:

*Wenn, Brüder, der Heilsgänger so die programmierte Wohlerfahrungssuche versteht, so die Ursache der programmierten Wohlerfahrungssuche, durch welche die programmierte Wohlerfahrungssuche entsteht und sich fortsetzt, versteht, so die Aufhebung der programmierten Wohlerfahrungssuche versteht, so den zur Aufhebung der programmierten Wohlerfahrungssuche führenden Weg versteht und wenn er alle Giergeneigtheit aufgehoben hat, alle Abwehrgeneigtheit ausgerodet hat, alle Geneigtheit, „ich bin“ zu denken und zu vermeinen getilgt hat, den Wahn aufgehoben, Weisheit*

gewonnen hat, dann macht er dem Leiden noch in diesem Leben ein Ende.

*Insofern, Brüder, hat ein Heilsgänger rechte Anschauung, ist seine Anschauung gradlinig ausgerichtet, ist er zur endgültigen Klarheit und dadurch zur Befriedung bei dieser Lehre erwachsen, ist er bei dieser besten Lehre angekommen. –*

*Gut, Bruder, sagten da jene Mönche erfreut und erhoben durch die Worte des ehrwürdigen Sāriputto und stellten nun eine weitere Frage: Aber, Bruder, ist es möglich, dass ein Heilsgänger noch auf andere Weise rechte Anschauung besitzt, dass seine Anschauung gradlinig (auf das Heil) ausgerichtet ist, dass er zur endgültigen Klarheit und dadurch Befriedung bei dieser Lehre erwachsen ist, bei dieser besten Lehre angekommen ist? – Das ist möglich, Brüder.*

Die XIV. rechte Anschauung:  
Bewegtheiten, ihre Ursache, ihre Aufhebung,  
den Weg zur Aufhebung verstehen

*Wenn der Heilsgänger die Bewegtheiten versteht, die Ursache für die Bewegtheiten versteht, durch welche die Bewegtheiten entstehen und sich fortsetzen, die Aufhebung der Bewegtheiten versteht und den zur Aufhebung der Bewegtheiten führenden Weg, dann hat der Heilsgänger rechte Anschauung, ist seine Anschauung gradlinig ausgerichtet, ist er durch die Lehre zur endgültigen Klarheit und Befriedung gelangt, ist bei dieser besten Lehre angekommen.*

*Diese drei Bewegtheiten gibt es: körperliche Bewegtheit, geistige Bewegtheit, Herzensbewegtheit.*

Da wir diese drei Bewegtheiten im vorigen Kapitel bereits besprochen haben, können wir gleich dazu übergehen, das zu betrachten, wodurch die drei Bewegtheiten bedingt sind:

Die drei Bewegtheiten sind bedingt durch Wahn

*Durch Wahn als Ursache entstehen und setzen sich die Bewegtheiten fort, durch die Aufhebung des Wahns werden die Bewegtheiten aufgehoben. Dies ist der zur Aufhebung der Bewegtheiten führende achtgliedrige Heilsweg, nämlich rechte Anschauung, rechte Gemütsverfassung, rechte Rede, rechtes Handeln, rechte Lebensführung, rechtes Mühen, rechte Wahrheitsgegenwart, rechte Herzenseinigung.*

Wahn (*avijjā*) = Falschwissen,  
an ein Ich in einer objektiven Welt glauben

*Avijjā* ist das Gegenteil von *vijjā* = Wahrwissen. Unter *vijjā* wird ein Zustand des von Anziehung, Abstoßung und Blendung völlig gereinigten Herzens verstanden. Der Erwachte bezeichnet sich selbst und alle Geheilten als aus dem Traum Erwachte, die nicht mehr im Wahntraum befangen sind. Dagegen ist *avijjā* Traumgebilde, Einbildung, Fieberdelirium, eine völlig falsche Vorstellung, so wie ein Träumender seinen Traum für Wirklichkeit hält.

Von allen durch die sinnliche Wahrnehmung uns begegnenden Erscheinungen sagt der Erwachte ausdrücklich (M 106):

*Schemenhaft, trügerisch, Einbildungen sind die Sinneserscheinungen, ein Blendwerk ist das Ganze.*

Wahrnehmung ist Blendung. Durch die Blendung der Wahrnehmung bedingt ist der Wahn, der Glaube, die Auffassung, die Ansicht, es stehe außerhalb der Wahrnehmung ein tatsächliches Ich einer tatsächlichen Welt gegenüber. Wahn ist wie

der Zustand eines Träumers, der seinen Traum für Wirklichkeit hält. Was er in der geistigen Nuss des Traums erlebt und tut, erscheint ihm als Wirklichkeit. Dazu ein verdeutlichendes Bild:

Da wälzt sich ein Fieberkranker auf seinem Lager. Sein hochroter Kopf liegt nicht einen Augenblick still. Die glänzenden quellenden Augen irren hin und her. Aber die Umstehenden erkennen, dass er sie gar nicht sieht, dass er nicht „bei sich ist“. Sein Geist ist erfüllt von Bildern und Szenen, die nicht vor den Sinnesorganen seines Körpers stehen. Der Kranke ist im Delirium. – So sieht es der Zuschauer. –

Was aber sieht der Kranke? – Er ist nicht der Kranke, weiß nichts von seinem Fieber und nichts von seiner Krankheit. Er erlebt nicht die Krankenstube und nicht den fieberheißen Körper. Er hat mit diesem sich wälzenden Körper gar nichts zu tun, ist ein ganz anderer und befindet sich in heißem Ringen in immer neuen Gefahren, mit immer neuen Feinden.

Er ist von Brausen und Sausen umgeben. Das Boot ist schon fast voll gelaufen. Auf dem sturmgepeitschten Meer wird es umhergeworfen wie eine Nusschale. Da sieht er am nachtdunklen Himmel die schrecklichste schwarze Woge, hoch wie eine Hauswand, heranrasen. Seine Angst will ihn zerspergen. Im Kentern des Bootes zerbricht krachend der Mastbaum, zerschlägt seinen Kopf. – Alles ist Wasser ... alles ist Dunkelheit ... alles ist Schweigen. – – –

Da stehen die Feinde in Reih und Glied. Ihre verächtlichen Blicke sind auf ihn gerichtet. Er ist gebunden und hört sein Urteil. Er schreit laut, dass er es nicht war, dass er unschuldig ist. Er bittet weinend um Gnade. Die Blicke der Feinde werden höhnisch. Sie laden die Gewehre. Er schlägt verzweifelt die Hände vor seine Augen – – es kracht.

Über den Kamm des Hügels steigt die Morgenröte herauf. Ihm ist ganz leicht zumute, und er weiß mit sicherer Hoffnung: Gleich wird er ihr begegnen. Er weiß nur vom jetzigen Augenblick und von der kommenden Begegnung. Er weiß nichts von der Hinrichtung, nichts von dem Schiffbruch im Sturm. Er

weiß nichts von den anderen vielen vielen Leben und Toden. Der Augenblick erfüllt seinen Geist, und seine Hoffnung ist auf das Kommende gerichtet. –

Arzt und Pfleger blicken auf einen fieberheißen Körper. Sie sehen, wie die Gesichtszüge immer wieder zwischen Angst und Entzücken wechseln, wie der Körper sich auf dem Lager herumwirft, die Fäuste ballt, mit den Armen um sich schlägt, als ob er gegen Feinde kämpfe. Und immer wieder wird er für einen Augenblick still wie tot, und immer wieder bricht er neu auf.

Was will das Bild sagen? – Die Deliriumszenen stehen für das „normale“ Erleben des Menschen und stehen für die Kette der aneinander gereihten Leben, für die unermessliche Daseinswanderung (Samsāra) – und das ist es, was die Erwachten mit Wahn bezeichnen. – Der heiße Körper, der die Fieberszenen bewirkt, steht für Anziehung und Abstoßung, Gier und Hass, für die dem Menschen eingebildeten und ihn bewegenden Triebe, für seine ungezählten, aber meist unerkannten Zuneigungen und Abneigungen, die sein Erleben, seinen Wahn bewirken. Die Deliriumszenen eines Schein-Ich in beängstigenden und beglückenden Begegnungen schaffen eine Wahnwelt mit einer Wahndramatik, schaffen die täuschende Dualität eines Ich in einer Umwelt, und zugleich verbergen sie die Wirklichkeit. Das Fieber-Ich, das da im Delirium erscheint, ahnt nicht, dass es kein wirklicher Täter und Lenker ist, sondern es will sein vermeintes Leben nach seinen Wünschen und Einsichten gestalten. Auf dem Ozean versucht es mit rasender Angst, die Katastrophe zu vermeiden, aber jede Idee, die ihm kommt, und jeder Handgriff, den es tut, sind geschaffen und gesteuert samt der wilden See und der die Szene beendenden haushohen Woge in jener ganz anderen Dimension, an die das Fieber-Ich nicht denkt: dort, wo der fiebrige Körper liegt. – In der Gerichtsszene will es mit Empörung die gemeine Verleumdung zurückweisen, die Sache richtigstellen und den gefährlichen Spion vor den Richterstuhl bringen – aber diese gesamte Szenerie mit Argumenten, Flüchen

und Bitten, mit der Verurteilung und der Erschießung, die eine täuschende Dualität vorgaukelt, ist geschaffen durch eine außerhalb liegende Ursache. Das Erscheinungs-Ich, das der Welt gegenüber zu stehen glaubt und die Welt gestalten will nach seinem Wunsch – Aktivität auf Grund der Wahrnehmung –, ist kein wahres Gegenüber und kein wahrer Gestalter, sondern ist das zum Weltspiel gehörige und von der Welterscheinung untrennbare Korrelat und wird mit der Welt und mitsamt den harten oder sanften Begegnungen gebraut und gebildet in allen einzelnen Situationen in einer Dimension, die jenseits dieser Welterscheinung liegt, dort wo der fiebrige Körper liegt. Das ist die reale Dualität, und nur wer diese kennt, wie der Arzt sie kennt, der kann die Delirienkämpfe und Ängste auflösen.

Das Gleichnis von dem Fiebertraum steht dem, was der Mensch das „wahre Leben“ nennt, näher, als es scheint. Der von einem Erwachten unbelehrte Mensch ist ichgläubig und weltgläubig, weil er das Ich und die Welt „erlebt“. Die Tatsache des Erlebens genügt ihm als „Beweis“ für das Dasein von Ich und Welt. Wie der Fieberkranke in den Phantasien, wie fast jeder Träumer in fast jedem Traum, so kommt der normale Mensch gar nicht auf die Frage, ob dieses Erleben nicht vielleicht eine Krankheit sei, ein Traum, ein Wahn, denn er kennt ja nichts anderes als dieses Erleben. Und jenseits des Erlebens vermutet er das Nichts, das er „den Tod“ nennt. So gibt es für den normalen Menschen nur das Problem, wie er das Ich in dieser Welt möglichst lange und in möglichst wohltuender Weise hindurchbringe.

Das ist die *Dualität*, an die der von einem Erwachten unbelehrte Mensch glaubt. Und darum glaubt er, er müsse auf die Welt einzuwirken oder zu reagieren versuchen, müsse möglichst das Wohltuende heranziehen, das Schmerzliche fernhalten, möglichst den Untergang hinausschieben. Und so versucht das Ich, *die Welt zu erobern durch Handeln. (Laotse)* Je stärker die Faszination durch den Traum ist, um so weniger kann die Ahnung aufkommen, dass es auch noch ganz andere Arten von Träumen, himmlisch-lichte bis höllisch-entsetzliche, gibt

– und dass es oberhalb und außerhalb aller brauenden Träume auch das ganz andere, das Wachsein, das Freisein, geben muss. Weil die Aktivität des normalen Menschen gelenkt ist von Blendung, Wahn, dagegen überhaupt nicht von dem Wissen darüber, dass es Heil gibt und wie Heil zu erreichen ist, darum ist die Aktivität falsch gerichtet. Und immer wieder wird dadurch Leiden erfahren.

### Gegenseitige Bedingtheit von Blendung und Wahn

Die Erwachten aber sagen, dass die Ich-Umwelt-Polarität keine echte, sondern eine scheinbare Zweiheit ist, die Illusion einer gespaltenen Begegnungswahrnehmung (*papañcasaññā*), bedingt durch die befleckende und schmerzliche Krankheit der Psyche, des Herzens, durch die Zerrissenheit in Gier und Hass, in Anziehung und Abstoßung. Das erscheinende Ich ist nicht der Gestalter der erscheinenden Umwelt, sondern ist mit ihr zusammen und mit den Formen und Weisen der jeweiligen Begegnungen, der beglückenden und entsetzlichen, der harten und sanften, gebildet aus den ungezählten ungesesehenen seelischen Triebkräften, die als Hinstrebungen und Zuneigungen zu den einen Erscheinungen und als Fortstrebungen, Abneigungen und Abstoßungen gegenüber den anderen Erscheinungen bestehen und wirken. Diese ungezählten verborgenen und unbeachteten seelischen Kräfte sind die Komponisten der Welterscheinung und Icherscheinung, des Lebensdramas, seiner überzeugenden Leuchtkraft und darum seiner Faszination.

Der unbelehrte Mensch, der die Ich-Erscheinung und die Welt-Erscheinung nicht durchschaut, glaubt an ein selbstständiges Ich, an dessen Wirkensfreiheit und Gestaltungskraft, aber die Erwachten, die sich zur Genesung von allem Wahn entwickelt haben, lehren, dass es die Triebe des Menschen sind, die ungezählten Hinneigungen und Abneigungen, welche die unterschiedliche Färbung und Leuchtkraft seiner Erlebnisse bestimmen. Und diese von Anziehung und Abstoßung entstellten und zensierten Blendungsbilder sind es, die von der

Geburt an den Geist des Menschen mit „Erfahrung“ anfüllen und sein Weltbild, seinen Wahn, komponieren.

Ein Beispiel für die Blendungswahrnehmung:

Wenn nachts der Autoscheinwerfer eines fahrenden Autos einen kegelförmigen Schein auf die Straße wirft, dann ist dieser Kegel grell hell in der ringsum schwarzen Nacht. Wenn ein Hase in diesen Kegel gerät, dann ist er geblendet. Innerhalb des Kegelscheins sieht er alles deutlich. Aber der Übergang von dem hellen Schein zur schwarzen Nacht muss dem geblendeten Hasen wie eine undurchdringliche Wand erscheinen, durch die er nicht hindurch kann. Er bleibt in dem immer schmaler werdenden Schein der Lampen über den Rädern und wird überfahren. Wenn ein Igel quer über die Straße läuft, dann nimmt der Hase im Scheinwerferkegel ihn erst wahr, wenn er in den Lichtschein kommt. Vorher hat er ihn nicht gesehen. Was den Lichtschein verlässt, ist für den geblendeten Hasen nicht vorhanden.

Entsprechend diesem Gleichnis sind auch wir geblendet von den gegenwärtigen Begegnungen. Die Blendung besteht darin, dass die Objekte für uns köstlich oder widerlich sind, entweder Begehren oder Ablehnung auslösen. Das ist die eine Seite der Blendung: Wir überschätzen die Dinge in ihrem Wert. Die andere Seite der Blendung besteht darin, dass wir dadurch, dass wir von manchen Erscheinungen fasziniert sind, eine Menge anderer Erscheinungen nicht wahrnehmen. Durch die Faszination sind wir auf Dinge konzentriert, die uns plötzlich anblenden: „O, wie ist das herrlich!“ Wir erleben alles verzerrt, erleben gar nicht die Dinge, wie sie sind. Wir leben vom Erlebten, nicht von einer sogenannten „objektiven Welt“. Aus Blendung entsteht Wahn, ein falsches Weltbild, falsche Anschauungen und daraus falsch gelenkte Aktivität, die immer tiefer in Leiden hineinführt. Denn falsche Anschauung, Wahn, lenkt all unser Tun wie einen Träumenden, der Szenen erlebt und darauf reagiert.

Wer dagegen von dem Wahrgenommenen nicht mehr gereizt wird, weil er inneres Wohl bei sich selber hat und ihm



dadurch eine entblendete Wirklichkeitssicht (*yathābhūta nānadassana*) eigen ist, der sieht auch jenseitige Dinge, die der normale Mensch nicht sehen kann, er erinnert sich vergangener Daseinsformen, sieht Gestorbene weiterwandern.

Der vom Scheinwerferlicht geblendete Hase sieht die Dinge im Licht überstark, alles andere sieht er nicht. Er riskiert nicht, aus der Helligkeit in die Dunkelheit zu gehen. Aber am hellen Tag sieht der Hase alles. Die entblendete Wirklichkeitssicht entsteht durch die Helligkeit und das innere Wohl der Herzenseinigung, wodurch sinnliche Triebe aufgehoben werden, bestimmte Dinge nicht mehr bevorzugt werden. Und durch diese Angleichung wird alles in gleicher Weise erfahren: Diesseits und Jenseits, Vergangenheit und Zukunft.

*Wenn, Brüder, der Heilsgänger so die Bewegtheiten versteht, so die Ursache der Bewegtheiten, durch die die Bewegtheiten entstehen und sich fortsetzen, versteht, so die Aufhebung der Bewegtheiten versteht, so den zur Aufhebung der Bewegtheiten führenden Weg versteht, und wenn er alle Giergeneigtheit aufgehoben hat, alle Abwehrgeneigtheit ausgerodet hat, alle Geneigtheit, „ich bin“ zu denken und zu vermeinen getilgt hat, den Wahn aufgehoben, Weisheit gewonnen hat, dann macht er dem Leiden noch in diesem Leben ein Ende.*

*Insofern, Brüder, hat ein Heilsgänger rechte Anschauung, ist seine Anschauung gradlinig ausgerichtet, ist er zur endgültigen Klarheit und dadurch zur Befriedung bei dieser Lehre erwachsen, ist er bei dieser besten Lehre angekommen. –*

*Gut, Bruder, sagten da jene Mönche erfreut und erhoben durch die Worte des ehrwürdigen Sāriputto und stellten nun eine weitere Frage: Aber, Bruder, ist es möglich, dass ein Heilsgänger noch auf andere Weise rechte Anschauung besitzt, dass seine Anschauung*

*gradlinig (auf das Heil) ausgerichtet ist, dass er zur endgültigen Klarheit und dadurch Befriedung bei dieser Lehre erwachsen ist, bei dieser besten Lehre angekommen ist? – Das ist möglich, Brüder.*

Die XV. rechte Anschauung:  
Wahn, seine Ursache, die Aufhebung,  
den Weg zur Aufhebung verstehen

*Wenn der Heilsgänger den Wahn versteht, die Ursache für den Wahn versteht, durch die der Wahn entsteht und sich fortsetzt, die Aufhebung des Wahns versteht und den zur Aufhebung des Wahns führenden Weg, dann hat der Heilsgänger rechte Anschauung, ist seine Anschauung gradlinig ausgerichtet, ist er durch die Lehre zur endgültigen Klarheit und Befriedung gelangt, ist bei dieser besten Lehre angekommen.*

*Was da, Brüder, Nichtkennen des Leidens ist, Nichtkennen der Ursache des Leidens ist, Nichtkennen der Aufhebung des Leidens ist, Nichtkennen des Weges, der zur Leidensaufhebung führt, das wird, Brüder, Wahn genannt.*

Wahn ist bedingt durch Wollensflüsse/Einflüsse (*āsavā*)

*Durch Wollensflüsse/Einflüsse als Ursache entsteht und setzt sich Wahn fort, durch die Aufhebung der Wollensflüsse/ Einflüsse wird Wahn aufgehoben. Dies ist der zur Aufhebung des Wahns führende achtgliedrige Heilsweg, nämlich rechte Anschauung, rechte Gemütsverfassung, rechte Rede, rechtes Handeln, rechte Lebensführung, rechtes Mühen, rechte Wahrheitsgegenwart, rechte Herzenseinigung.*

*Avijjā* wird meistens viel zu harmlos mit „Unwissen“ oder „Nichtwissen“ übersetzt. Das legt den Gedanken nahe, dass man durch Information – etwa durch Lesen der Lehrreden – zum Wissen, zum Verständnis der Wirklichkeit und damit zur Befreiung vom Leiden käme. Aber *avijjā*/Wahn ist nicht durch die bloße Gabe von Wissen aufhebbar. Auch laut M 125 ist Wahn kein Wissensmangel, sondern ein Berg, ein großer wahnhafter Wissenskomplex. Der Erwachte vergleicht *avijjā* ferner mit Gift, das durch einen vergifteten Pfeil in den Körper des Opfers eingedrungen ist (M 105), wodurch es zum Todeskandidaten wird, wenn das Gift nicht schnell aus dem Körper entfernt wird. In diesem Körper wirken die Triebe wie gefährliches Gift, die dem Geist Falsch- und d.h. Gift-Wahrnehmungen liefern. Der Erwachte sagt (A IV,45):

*Hier in diesem klaftergroßen Körper mit Wahrnehmung und Geist, da ist die Welt enthalten und die Weltfortsetzung und die Weltüberwindung und die zur Weltüberwindung führende Vorgehensweise.*

Der wahrnehmende „Körper“, der Ich und Welt erleben lässt, ist nicht der grob- oder feinstoffliche Körper, sondern der Wollenskörper, der Spannungskörper, die Summe der sinnlichen Triebe. Jedes Begehren ist eine drängende Kraft, ein Sog, ein Wollensfluss, ein mehr oder weniger starkes durstiges Sehnen nach etwas Bestimmtem.

Wenn der Erwachte sagt: *In diesem mit Wahrnehmung und Geist besetzten Körper ist die Welt* – so bedeutet das: Die im Körper inkarnierten Sinnesdränge, das Herz mit der Gesamtheit seiner Triebe, spiegelt uns eine Welt vor, die nicht „da draußen“ ist, unabhängig vom Erleber, sondern von den Trieben nach außen projiziert ist.

*In diesem mit Wahrnehmung und Geist besetzten Körper ist auch die Weltfortsetzung*, das heißt: Da das Begehren zu ununterbrochener Ich- und Weltwahrnehmung führt, so bewirkt das

Weiterbestehen des Begehrens auch die Weltfortsetzung und damit Leidensfortsetzung (2.Heilswahrheit).

Die triebgefärbten Wahrnehmungen sind bei dem normalen Menschen so stark, dass kein Interesse und damit keine Möglichkeit zur Aufnahme von triebfreiem Wissen besteht. Gleich nach seiner Erwachung sagte der Erwachte von sich (M 26):

*Angelangt bin ich bei diesem Stand des Heils, diesem tief verborgenen, schwer zu verstehenden, stillen, erhabenen, nicht erkennbaren auf den Wegen des Denkens, in sich geborgenen, nur vom Überwinder erreichbar, erfahrbar.*

Das heißt ganz eindeutig, das Wesen der Existenz und damit des Daseins wie auch das Wesen des Heilsstandes sind dem normalen Menschen in keiner Weise durch bloße Mitteilung verständlich zu machen. Er kann es nur durch Veränderung und Aufhebung der Triebe, durch Transformation seines Wesens erfahren. Der Wahn, da sei ein Ich und eine unabhängig vom Ich bestehende Welt, ist bei uns zutiefst eingebildet. Es bedarf des achtgliedrigen Übungswegs zur Wandlung und Aufhebung unserer inneren Beziehungen zu den äußeren Erscheinungen.

*Āsavā* – Wollensflüsse/Einflüsse – bedeutet wörtlich „drängendes Fließen“. Diesen Begriff gebraucht der Erwachte für das drängende Wollen in allen Lebewesen einerseits (Fließen/Drängen nach außen) und für die die Lebewesen wiederum andrängenden Wahrnehmungen (Einfließen). Aus diesen beiden Flüssen (*āsavā*) besteht das, was wir „unser Leben“ nennen: Wollen und Wahrnehmen.

Der Wahn besteht darin, dass der Ausfluss der Triebe des Herzens, die Wahrnehmung (Gefühl und Wahrnehmung = Herzensbewegtheit) für wahr, für wirklich bestehend genommen wird. Obwohl doch in Wirklichkeit die Triebe der Wesen zwischen hell und dunkel, zwischen kleinlich und erbärmlich oder groß und erhaben, Gefühle und Wahrnehmungen der Wesen bewirken. Die jeweils erlebte Welt, himmlische, menschliche oder gespenstische, ist jeweils Entwurf oder Spiegelbild der lichten oder dunklen Kräfte des Herzens. Und

das jeweils Erlebte wird für wahr genommen: das ist der Wahn „Ich bin und diese Welt ist.“

So wie die Spinne aus ihrem Leib, aus sich selber das Netz spinnt, in dem sie lebt als in ihrer Welt, so spinnen die Triebe den jeweilig gewählten Erfahrungsbereich. Es gibt so viele Arten von Ich- und Weltwahn, wie es Triebe gibt. Der Erwachte sagt (S 14,13), dass es groben, mittleren und feinen Wahn gibt – durch die Triebe, die Wollensflüsse, bedingt –, und er nennt dementsprechend drei große Kategorien immer feinerer Selbst- oder Icherfahnis (*attapatilābha* – D 9), immer feineren Wahn:

1. Grobe Selbsterfahnis (*olarika attapatilābha*) durch die Triebe der Sinnensucht;
2. Geistunmittelbare Selbsterfahnis (*mano-maya attapatilābha*), unmittelbare Darstellung aus gedanklicher Vorstellung;
3. Formfreie Selbsterfahnis (*arūpa attapatilābha*), nur durch Gefühl und Wahrnehmung bedingte Selbsterfahnis (*saññāmaya*).

Zu 1: Entsprechend den groben Anliegen der Wesen, der Sinnesüchtigkeit, ist ihr Wahnerleben, ihre Selbsterfahnis und Umwelterfahnis. Die sinnensüchtigen Wesen erleben (wähnen = sie glauben, unabhängig von ihren Trieben bestünde objektiv) 1. die körperliche Bewegtheit (Ein- und Ausatmung und Stoffwechsel) eines von Vater und Mutter gezeugten Körpers, der durch Nahrung erhalten wird und dem Altern und Sterben unterworfen ist. Sie erleben (Wahn) 2. die Bewegtheit des Denkens und 3. des Herzens mit Gefühl und Wahrnehmung, die den Wahn „Ich bin in der Welt“ weiterhin auswerfen, wodurch der Traum eines Ich in einer Umwelt immer weiter fortgesetzt wird.

Zu 2: Weil Wesen sinnliche Triebe aufgehoben haben, erleben sie mittleren Wahn, erleben sich als brahmisch rein von Sinnensucht und Antipathie bis Hass, in Liebe, Erbarmen, Freude,

Gleichmut strahlend. Anders als die Wesen der groben Selbsterfahrnis, die auf äußere Sinneseindrücke angewiesen sind und Nahrung von außen bekommen müssen, leben die Wesen der geisthaften Selbsterfahrnis vorwiegend von dem Wohl ihrer Eigenhelligkeit. Da sinnliche Wollensflüsse aufgehoben sind, sind sie durch Sinnlichkeit nicht mehr beeinflussbar. Von den vier Gewordenheiten, die sinnensüchtige Wesen erleben, werden Festigkeit und Flüssigkeit nicht mehr und Hitze und Luft nur selten erfahren. Damit fällt das Körpererlebnis und damit fallen Vorgänge des grobstofflichen Körpers, die erste Bewegtheit, fort. Diese Wesen leben geistunmittelbar (*mano maya*), d.h. alle erlebte Form folgt unmittelbar ihren Gedanken, besteht geistig, vorstellungshaft, gerinnt nicht mehr zu dem Erlebnis von dichten, zähen, lastenden Körpern.

Zu 3: Die Wesen mit keinerlei Neigung zu Form sind ohne Wahrnehmung von Formen, Grenzen, erleben feinsten Wahn: formfreie Selbsterfahrnis: ohne Wahrnehmung von Ich und Umwelt und darum auch ohne Denken, die zweite, die denkerische Bewegtheit. Sie erfahren aus der zartesten Bewegtheit des Herzens: Wahrnehmung nur noch eine Gleichmutsempfindung ohne Ereignisse und damit ohne Zeiteindruck, formfreie Selbsterfahrnis (*arūpa atta-patilābha*). „Formfrei, gestaltfrei“ bedeutet, dass weder „Ich“ in irgendeiner Form erscheint noch irgendeine „Umwelt“, die formhaft wäre. –

Sinnensüchtige Wesen erleben im größten Wahn alle drei Bewegtheiten. Mit Aufhebung der Sinnensucht erleben die Wesen den mittleren Wahn Reine Form, in der nichts Gegenständliches erscheint und darum die körperliche Bewegtheit mit Ein- und Ausatmung und Stoffwechsel fortfällt. Besteht auch keinerlei Neigung zu Form, so entwirft feiner Wahn formfreies Erleben ohne Begegnung und damit ohne denkerische Bewegtheit. Es besteht nur die dritte Bewegtheit, die Wahrnehmung erhabenen Friedens.

In der sinnlichen Selbsterfahrung, der größten der drei Wahnarten, werden durch die drei Bewegtheiten drei Leidhaftigkeiten (D 33) erfahren:

1. die Leidhaftigkeit des unmittelbaren, „leibhaftigen“ Schmerzes (*dukkha dukkhatā*) durch den grobstofflichen Körper bei Geburt, Alter, Krankheit, Sterben und auch schon durch das Herumschleppen der Körperlast, durch Essen und Entleerung, aber auch durch die körperbedingte sinnliche Wahrnehmung, den Prasselhagel von Sinneseindrücken, den der Erwachte mit Schwerter schlägen, Klingenhieben und mit nagenden Insekten an offenen Wunden vergleicht. Wer inneres Wohl erlebt hat, der empfindet danach selbst das, was der „normale“ Mensch als Sinnen-, „wohl“ empfindet, im Vergleich zu innerer Seligkeit als schmerzlich.

2. Die Leidhaftigkeit der denkerischen Bewegtheit (*sankhāra-dukkhatā*): des Erwägens und Sinnens. Die Unruhe der Gedanken, die um das meist vergebliche Erlangen von dauerhaftem Wohl kreisen, merkt in ihrer Leidhaftigkeit erst richtig, wer sinnenfreies Wohl der Entrückungen erfahren hat, das ein zeitweiliger innerer Friede ohne jede Regung ist. (vgl. M 66)

3. Die Leidhaftigkeit der Veränderung (*viparināmadukkhata*), der Vergänglichkeit, die Trennung von Liebem, die gefühlt und wahrgenommen wird.

Im mittleren Wahnbereich, der das Erleben Reiner Form entwirft, fällt die Leidhaftigkeit des körperlichen Schmerzes fort, es besteht noch – aber erheblich geringer – die Leidhaftigkeit der denkerischen Aktivität und die Wahrnehmung der Veränderung.

Auf Grund feinsten Wahns erfahren die Wesen formfreien Erlebens nur noch die Leidhaftigkeit der Veränderung von Gefühl und Wahrnehmung. Denn auch dieses Erleben – so erhaben es ist und so unermesslich lange es auch währt – wird im Lauf der Zeit aufgezehrt – insofern „Leidhaftigkeit der Wandelbarkeit“ – und danach fallen jene Wesen je nach dem Grad ihrer noch latenten Belastung wieder in den mittleren oder gar unteren Bereich, also in größeres Leiden zurück.

So gibt es nach dem Maßstab der Erwachten, die das vollkommene Wohl des Nirvāna kennen, innerhalb aller gewöhnlichen Selbsterfahrungsbereiche durch die drei Bewegtheiten letztlich immer Leiden, und zwar beginnend mit den allergeringsten an der oberen Grenze aller Daseinsmöglichkeiten über alle immer größeren Grade bis zu den äußersten Schmerzen und Qualen an der unteren Grenze aller Daseinsmöglichkeiten, den sog. Höllen – und alles ist eingebildet, Wahn. Wir leben und sterben im Wahn, werden im Wahn wieder geboren, werden im Wahn alt, werden im Wahn krank und werden im Wahn fröhlich und traurig – alles ist „nur“ eingebildet, imaginiert (maya = gemacht).

Aber das heißt nicht – wie man leicht annehmen möchte –, dass sie „bloß“ Einbildungen und darum nicht Wirklichkeit seien, sondern dass sie wirklich und wahrhaftig in die Psyche hineingebildet wurden, von den Qualitäten des Gemüts und Charakters, von den Qualitäten der Triebe, den Wollensflüssen, geschaffen wurden und dass sie wirklich und wahrhaftig nicht weichen werden und nicht weichen können, solange die Qualität des Charakters, der Triebe, der Wollensflüsse so bleibt.

Wer diesen Zusammenhang sieht: So wie die Beschaffenheit der Triebe ist, so sind die Wahrnehmungen, der Wahn, der kann nichts mehr von außen erwarten. Er sieht: Um zu bleibendem Wohl zu kommen, müssen die Triebe zunächst erhellt und dann aufgehoben werden. Diese rechte Anschauung lässt ihn den achtgliedrigen Weg gehen.

*Wenn, Brüder, der Heilsgänger so den Wahn versteht, so die Ursache des Wahns, durch die der Wahn entsteht und sich fortsetzt, versteht, so die Aufhebung des Wahns versteht, so den zur Aufhebung des Wahns führenden Weg versteht, und wenn er alle Giergeneigtheit aufgehoben hat, alle Abwehrgeneigtheit ausgerodet hat, alle Geneigtheit, „ich bin“ zu denken und zu ver-*



*meinen, getilgt hat, den Wahn aufgehoben, Weisheit gewonnen hat, dann macht er dem Leiden noch in diesem Leben ein Ende.*

*Insofern, Brüder, hat ein Heilsgänger rechte Anschauung, ist seine Anschauung gradlinig ausgerichtet, ist er zur endgültigen Klarheit und dadurch zur Befriedung bei dieser Lehre erwachsen, ist er bei dieser besten Lehre angekommen. –*

*Gut, Bruder, sagten da jene Mönche erfreut und erhoben durch die Worte des ehrwürdigen Sāriputto und stellten nun eine weitere Frage: Aber, Bruder, ist es möglich, dass ein Heilsgänger noch auf andere Weise rechte Anschauung besitzt, dass seine Anschauung gradlinig (auf das Heil) ausgerichtet ist, dass er zur endgültigen Klarheit und dadurch Befriedung bei dieser Lehre erwachsen ist, bei dieser besten Lehre angekommen ist? – Das ist möglich, Brüder.*

Die XVI. rechte Anschauung:

Wollensflüsse/Einflüsse, ihre Ursache,  
die Aufhebung, den Weg zur Aufhebung verstehen

*Wenn der Heilsgänger Wollensflüsse/Einflüsse versteht, die Ursache für Wollensflüsse/Einflüsse versteht, durch die die Wollensflüsse/Einflüsse entstehen und sich fortsetzen, die Aufhebung von Wollensflüssen/Einflüssen versteht und den zur Aufhebung von Wollensflüssen/Einflüssen führenden Weg, dann hat der Heilsgänger rechte Anschauung, ist seine Anschauung gradlinig ausgerichtet, ist er durch die Lehre zur endgültigen Klarheit und Befriedung gelangt, ist bei dieser besten Lehre angekommen.*

*Diese drei Arten von Wollensflüssen/Einflüssen gibt es:*

1. *Wollensfluss nach Sinnendingen/die Einflüsse durch Sinnendinge (kāṃ-āsavā),*
2. *Wollensflüsse nach Werdesein/die Einflüsse durch Werdesein (bhav-āsavā),*
3. *Wollensflüsse nach Wahn/die Einflüsse durch Wahn (avijj-āsavā).*

1. Der Wollensfluss nach Sinnendingen und  
sinnliche Einflüsse/Wahrnehmungen (*kāṃ-āsavā*)

Die Sinnesdränge, die sinnlichen Triebe, Wollensflüsse, drängen nach der Erfahrung von Formen, Tönen, Düften, Säften, Tastbarem, und in jedem Augenblick werden auch Formen, Töne, Düfte, Säfte und Tastbares erfahren, werden als wohlthuend oder schmerzlich oder gleichgültig empfunden. Und in jedem Augenblick ordnet der Geist dieses Erfahren in sein Gesamtwissen ein – wodurch die Sache wahrgenommen/bewusst wird und benannt wird.

Die Wahrnehmung „diese schöne oder hässliche Sache“ ist wiederum ein Einfluss, beeinflusst die nach Erfüllung lechzenden, also beeinflussbaren Triebe, wodurch ein Hinstreben zu dem Angenehmen und ein Fortstreben von dem Unangenehmen gegeben ist. Diese Erlebniskette zieht sich durch den ganzen Tag und durch die nächtlichen Träume – durch das ganze Leben. Es ist wie ein Prasselregen von anbrandenden Einflüssen, Eindrücken, von harten und sanften, von ersehnten und gefürchteten. Jede dieser Begegnungen löst Gefühle aus, Wohlgefühle, Wehgefühle, dunkle und helle Gefühle, und diese fünffachen sinnlichen Eindrücke folgen einander so eng und rasch, dass jedem der aufkommenden Gefühle das nächste folgt, ehe es abgeklungen ist.

Aber so betrachtet der unbelehrte Mensch sein Erleben nicht; er sieht nicht bei sich die aufbrandenden Gefühle, sondern er nennt die von außen kommenden Dinge bei Namen: „Das ist mein lieber Partner, das sind meine lieben, oft aufsäs-

sigen Kinder, das sind im Beruf meine unangenehmen oder angenehmen Vorgesetzten und Mitarbeiter, das meine wohltuenden Freunde und hilfreichen oder störenden Nachbarn. Von den einen erfahre ich mehr Freude, von den anderen mehr Ärger.“ So und ähnlich werden die innen, als Wahrnehmung stattfindenden Erlebnisse nach außen projiziert, wird eine Welt konstruiert von angenehmen Dingen, die teils erreichbar, teils unerreichbar bleiben, und von schmerzlichen Dingen, die man teils fliehen kann, teils hinnehmen muss. Und man glaubt zu wissen, dass diese Erlebniskette mit dem Sarg enden werde.

Das sind die einen Einflüsse/Wahrnehmungen, die unser Leben ausmachen, die Einflüsse, die alle kennen und die die meisten Menschen ununterbrochen in Atem halten, die angenehmen Einflüsse/Wahrnehmungen zu erraffen, die unangenehmen zu vermeiden.

## 2. Der Wollensfluss nach Sein, So-sein-Wollen, und Einfluss/Wahrnehmung durch So-sein-Wollen (*bhav-āsavā*)

Der sinnliche Wollensfluss ist ein Habenwollen des Angenehmen/Vermeidenwollen des Unangenehmen. Der Wollensfluss nach Sein, nach So-sein-Wollen ist gerichtet auf Werden, Entfalten, Entwickeln des inneren Seins. Jeder Mensch z.B., der an der Reinigung seines Herzens von üblen Eigenschaften – an seiner Läuterung – arbeitet, richtet seine Aufmerksamkeit auf seinen Charakter, sucht diesen in seinem eigenen Interesse zu erhellen, alles Dunkle zu entfernen. Der Wollensfluss nach Soseinwollen findet Befriedigung durch die Wahrnehmung/das Bewusstsein einer hellen Herzensbeschaffenheit, einer hellen Grundstimmung. Dieser Einfluss ist nur möglich, weil durch den Wunsch nach So-sein-Wollen eine Beeinflussbarkeit, eine Treffbarkeit gegeben ist. In der Läuterungspraxis gilt dies als der Umbruch und die Umstellung des Menschen von außen nach innen. Ein solcher arbeitet immer gesammelter und wachsamer an der Erhellung des Herzens, wobei er sich

glücklich und froh fühlt und ganz von selber immer wieder den vorwärts bringenden Gedanken bekommt (It 38):

*Was ist noch unheilsam an mir?*

*Was ist noch nicht abgetan?*

*Was wollen wir jetzt ablegen?*

Je mehr der Übende – von der inneren Helligkeit beeinflusst – sich der inneren Helligkeit zuwendet, um so mehr erfährt er bei sich, dass die gesamten äußeren Dinge für ihn nicht mehr das eigentliche Leben bedeuten, dass sie ihn nicht mehr so beeindrucken und beeinflussen können wie früher. Weder reizen ihn die sinnlich angenehmen mit der früheren Verlockung noch die sinnlich unangenehmen mit früherem Zorn, Ekel, Abwehr. Das ist das Nachlassen der Wollensflüsse und Einflüsse durch die Sinnendinge auf Grund der Läuterung, des Wollensflusses nach So-sein-Wollen.

### 3. Der Wollensfluss nach Wahn und Einflüsse/Wahrnehmungen durch Wahn (*avijj-āsavā*)

Der Wollensfluss nach Wahn ist die Neigung, die Gewöhnung an den Anblick: „Dieses bin ich, da sind die anderen, ist die Welt. Das ist Wirklichkeit, Leben.“ Weil die Neigung zu diesem Anblick besteht (Wollensfluss), ist die Beeinflussbarkeit, die Treffbarkeit gegeben, gibt es Einflüsse, können Einflüsse (Wahrnehmungen) eindringen. Z.B. „Der erkennt mich nicht an, obwohl ich...“ Die Beeinflussbarkeit/Treffbarkeit zeigt sich ebenso, wenn „die Welt“ Erfüllung der Triebe versagt: Kein Verdienst, Armut, Krieg. Aber auch: „Ich habe diese schöne Sache gesehen, also gibt es sie.“ (A VI,63)

Wenn aber die Herzensläuterung fortgeschritten ist, der Übende das innere eigenständige Wohl von Herz und Gemüt erfährt, dann verblasst der Ich- und Welt-Wahn (*avijjā-virāga*). Auf dem entdeckten und längst erprobten Fundament innerer sicherer und anhaltend zunehmender, heller Wohlbe-  
findlichkeit stehend, empfindet der Übende immer deutlicher und immer unmittelbarer den Wahncharakter der durch die

Wahrnehmung gelieferten Welterscheinung. Seit er nicht mehr nur auf die anrieselnden und schon fortrieselnden Welterscheinungen angewiesen ist, seit er seinen inneren Grund entdeckt hat und bei ihm sich wohlfühlt, da entwickelt er sich allmählich von einem von den äußeren Eindrücken Mitgerissenen zu einem Zuschauer. Wohl tut er seine Pflicht, wo die erfahrenen Umstände es erfordern, aber immer mehr mit leichter Hand. Und so merkt er mit tiefer Befriedigung den Anfang einer Entwicklung zur Gesundheit, zur Minderung der Verletzbarkeit durch die Flucht der Erscheinungen.

Das ist das Ablassen des Wahns durch Herzenserhellung. Aber völlig ausgerodet wird der Wahn nur durch die Vollendung des achtgliedrigen Heilswegs in der Übung und fortschreitenden Vertiefung des Herzensfriedens (*samādhi*).

Durch Wahn bedingt sind die Wollensflüsse  
und Einflüsse/Wahrnehmungen

*Durch Wahn als Ursache entstehen und setzen sich Wollensflüsse/Einflüsse fort, durch die Aufhebung des Wahns werden Wollensflüsse/Einflüsse aufgehoben. Dies ist der zur Aufhebung von Wollensflüssen/Einflüssen führende achtgliedrige Heilsweg, nämlich rechte Anschauung, rechte Gemütsverfassung, rechte Rede, rechtes Handeln, rechte Lebensführung, rechtes Mühen, rechte Wahrheitsgegenwart, rechte Herzenseinigung.*

Hier zeigt sich die gegenseitige Bedingtheit von Wahn und Wollensflüssen/Einflüssen. In der vorangegangenen rechten Anschauung (der 15.) hieß es: *Die Wollensflüsse/Einflüsse sind die Ursache für den Wahn*, jetzt, bei der 16. rechten Anschauung, heißt es: *Wahn ist die Ursache für die Wollensflüsse/Einflüsse*. Damit ist der Kreislauf beschrieben: Wahn – Wollensflüsse/Einflüsse – Wahn – ...

Inwiefern nun ist Wahn die Ursache für Wollensflüsse/Einflüsse?

Der Wahn „*die Welt* gibt es, von ihr kann *ich* etwas haben“ lässt nach außen, nach Wohl versprechenden Eindrücken/Wahrnehmungen (*āsavā*=Einflüsse) lungern (drängendes Fließen nach außen, *kām-āsavā*), um dem Wollen entsprechende Wahrnehmungen zu erfahren, das Wollen zu befriedigen. Darum setzen sich die Wesen mit ihren Erlebnissen auseinander und erhalten, verändern, vermehren dadurch die Wollensdränge, die Triebe, weiterhin.

Der Wahn „Ich möchte so sein“ (*bhav-āsavā*) hält fest im Glauben an ein Ich. Die Läuterung, die Herzenerhellung, lässt zwar den sinnlichen Wollensfluss und die sinnlichen Einflüsse, die sinnliche Wahrnehmung, zurücktreten, lässt aber u.U. das So-sein-Wollen des Ich besonders schmerzlich empfinden: „Da bin ich wieder der Versuchung erlegen, diese Herzenstrübung habe ich immer noch, Geduld, Sanftmut lassen sehr zu wünschen übrig.“ Oder: „Jetzt habe ich es erreicht. Ich komme vorwärts. Ich bin weiter als andere.“ So ist der Wahn „ich“ die Ursache für den Wollensfluss: „Ich möchte so sein.“ Und der Wollensfluss Seinwollen ist die Ursache für den Wahn „ich“.

Überhaupt die Wahn-Neigung zu denken (*avijj-āsavā*): „Ich bin, Welt ist/die anderen sind“ lässt Neigungen, Wollensflüsse durch Vergleichen mit anderen aufkommen: „Der ist weiter als ich, ich bin weiter als er. Ich möchte so sein – nicht so sein wie der andere.“

Die Triebe erzeugen im Geist die ich-bin-Anschauung, und die Ich-bin-Anschauung ist die Ursache dafür, dass ein Mensch nicht anstreben kann, die Gesamtheit der Triebe, der Wollensflüsse, aufzuheben. Da er sich eins mit den Trieben fühlt, hätte er bei dem Gedanken, die Triebe aufzuheben, das Empfinden, sich selbst aufzuheben, das heißt: er selber würde vernichtet.

Solange der Mensch in seinem Geist „Ich“ denkt und auf die Rieselskette der Erscheinungen setzt und erschüttert ist durch das Schwinden, den Untergang der Erscheinungen und

sich nicht von ihnen abwendet, so lange können die Wollensflüsse/Einflüsse nicht weichen.

Der Erwachte sagt (A X,76), wie bereits am Anfang unter dem Kapitel „Rechte Anschauung entzieht den Trieben die Grundlage“ zitiert, aber jetzt sicher noch tiefergehender einsehbar:

*Drei Vorgänge gibt es in der Welt: Wenn diese nicht wären, dann brauchte der Vollendete nicht in der Welt zu erscheinen, der Geheilte, vollkommen Erwachte, und nicht brauchte dann die vom Vollendeten aufgezeigte Wahrheit und Lebensanleitung in der Welt zu leuchten! – Welche drei Vorgänge sind das? Geborenwerden, Altern und Sterben.*

*Ohne aber drei Eigenschaften aufgegeben und abgetan zu haben, ist es unmöglich, dass Geborenwerden, Altern und Sterben aufhört. Welche drei Eigenschaften sind das? Ohne Anziehung, Abstoßung und Blendung abgetan zu haben – ohne diese drei Eigenschaften abgetan zu haben, ist es unmöglich, Geborenwerden, Altern und Sterben zu überwinden.*

*Ohne drei Eigenschaften abgetan zu haben, ist es unmöglich, Anziehung, Abstoßung – die Wollensflüsse – und Blendung – die Einflüsse durch Wahrnehmungen – zu überwinden. Welche drei? Ohne den Glauben an Persönlichkeit, ohne die Daseinsbangnis abgetan zu haben und ohne die Auffassung aufgegeben zu haben, das (sittliche) Begegnungsleben sei das Höchste, ist es unmöglich, Anziehung, Abstoßung, Blendung zu überwinden.*

Diese dreifache Aussage des Buddha besagt, dass Geborenwerden, Altern und Sterben, und das ist das gesamte Welt- und Ich-Erleben im Zeitfluss, bedingt ist durch die Triebe mit Anziehung und Abstoßung (Wollensflüsse) und die dadurch bedingte Blendung – (Wahrnehmungs-Einflüsse) – und dass die Triebe ihrerseits bedingt sind durch eine bestimmte geistige Auffassung und Haltung: den Glauben an Persönlichkeit, der die zwei weiteren Verstrickungen zur Folge hat. Somit besteht

und wird erhalten durch die Auffassung im Geist, es stehe ein Ich einer Welt gegenüber, ein großes psychisches Kraftzentrum, die Wollensflüsse, Zuneigungen zu bestimmten Dingen und Abneigungen gegenüber anderen, die die Wahrnehmungseinflüsse von Form entwerfen, die geboren wird, altert und stirbt. Das nennt man einen magischen Zusammenhang: Alle Angst, alle Freudigkeit, alle Schmerzen, alles Wollen geht vom Geist aus, sind durch den Wahn-Geist bedingte faszinierende Erscheinungen.

Der Wahn, die zu sich gezählte Form, alles Seelische und Geistige als Ich anzusehen, nicht als ein Funktionssystem, das den Eindruck, die Wahrnehmung „ich bin, die Welt ist“ erweckt, sondern dem Eindruck „Ich bin, die Welt ist“ verfallen sein und von daher glauben, wähen „Ich bin“ und als ein Ich Stellung beziehen gegenüber dem Du – all das ist nur möglich, weil auf Grund der Triebe (Wollensflüsse) die gefühlsbesetzten Wahrnehmungen (Einflüsse) in den Geist eingetragen wurden und der Geist das Wollende als „Ich“ und die Wahrnehmungen als „Welt“ wäht. Dieser „Ich-bin-, die Welt ist“-Wahn lässt nun von außen etwas erwarten, ist nach außen gewandt.

Von diesem Wahn, es sei da ein Ich, eine feste Stätte, von der als Mittelpunkt her die Welt ersehnt und erlebt wird, befreit der Erwachte die von ihm Belehrtten, nimmt ihnen die Wahnbande ab, löst damit die erste Verstrickung, den Glauben an Persönlichkeit. Mit der Aufhebung dieses Glaubens an ein Ich, auch wenn es zuerst nur eine denkerische Einsicht ist, löst sich allmählich alles Ergreifen, lösen sich alle Wollensflüsse auf. Der Glaube an ein Ich in der Welt ist das Schloss für den Samsāra, ist wie die letzte Häkelöse, durch die der Befestigungsfaden hindurchgezogen ist, wodurch die Häkelarbeit – der Samsāra – nicht aufgezogen werden kann. Wenn diese Befestigung gelöst wird, wird das Häkelwerk zu einem Faden. Der Glaube an ein Ich ist der Befestigungsfaden. Wird er herausgenommen, werden die Bande des Wahns abgenommen, dann fallen langsam, aber sicher auch die weiteren Verstri-



ckungen fort, werden die Triebe, Wollensflüsse, Wahrnehmungs-Einflüsse gemindert bis aufgehoben. Darum eben steht „Wahn“, die falsche Sicht vom Leben, in den meisten Lehrreden, in denen die bedingte Entstehung genannt wird (M 38, 115, S 12,2 u.a.) am Anfang der Bedingungskette von der Entstehung und Fortsetzung allen Leidens. Die Aufhebung des Wahns „Ich bin, die Welt ist“, die rechte Anschauung, ist der Anfang, aus dem sich die Auflösung der Wollensflüsse/Einflüsse entwickelt. Der Heilsgänger wird immer weniger an den äußeren Dingen korrigierend arbeiten, um sie nach seinen Wünschen zu gestalten, sondern wird vorwiegend daran arbeiten, seine Triebe, die Wollensflüsse, zu verändern, ohne damit den Ich-Gedanken zu pflegen und zu befestigen.

*Wenn, Brüder, der Heilsgänger so die Wollensflüsse/Einflüsse versteht, so die Ursache der Wollensflüsse/Einflüsse, durch die die Wollensflüsse/Einflüsse entstehen und sich fortsetzen, versteht, so die Aufhebung von Wollensflüssen/Einflüssen versteht, so den zur Aufhebung von Wollensflüssen/Einflüssen führenden Weg versteht und wenn er alle Giergeneigtheit aufgehoben hat, alle Abwehrgeneigtheit ausgerodet hat, alle Geneigtheit, „ich bin“ zu denken und zu vermeinen, getilgt hat, den Wahn aufgehoben, Weisheit gewonnen hat, dann macht er dem Leiden noch in diesem Leben ein Ende.*

*Insofern, Brüder, hat ein Heilsgänger rechte Anschauung, ist seine Anschauung gradlinig ausgerichtet, ist er zur endgültigen Klarheit und dadurch zur Befriedung bei dieser Lehre erwachsen, ist er bei dieser besten Lehre angekommen. –*

*So sprach der ehrwürdige Sāriputto. Beglückt und erhoben waren die Mönche über die Rede des ehrwürdigen Sāriputto.*

Wenn durch restlose Aufhebung des Wahns auch die Wollensflüsse, die Triebe, die Anziehung und Abstoßung ganz aufgehoben sind, d.h. kein Anliegen mehr ist, das getroffen werden könnte – alle Einflüsse aufgehoben sind –, dann ist der von allen Wollensflüssen, Einflüssen Geheilte unbeeinflussbar, weil ohne Wollen und darum ohne gefühlsbesetzte Wahrnehmung. Damit wird auch alle aus früherem Wirken ankommende Ernte wirkungslos, da diese nur eben registrierbar berühren, aber nicht beeinflussen, verletzen kann, weil alles Wollen, alle Beeinflussbarkeit aufgehoben ist. Der Geheilte identifiziert sich mit keiner Erscheinung, empfindet keine als Eigentum, verspürt zu keiner eine Neigung. Was mit dem Psycho-Physischen geschieht, das sind für ihn keine Berührungen mehr, die geistige Wohl- oder Wehgefühle auslösen könnten.

Den unbelehrten Menschen, der von der Welt seine Freuden erwartet (drängendes Fließen/Wollensfluss nach außen) vergleicht der Erwachte mit einem Haufen feuchten Lehms und vergleicht die Erlebnisse, die der unbelehrte Mensch tagtäglich erfährt, mit Steinen, die in den Lehmhaufen geworfen werden und darum in ihn eindringen (Einflüsse durch Beeinflussbarkeit). Dagegen vergleicht der Erwachte den Geheilten, der das erlösende Klarwissen und das vollkommene Wohl erlangt hat, so dass er von der Welt überhaupt nichts mehr erwartet, mit einer Eichenbohle und die an ihn herantretenden Erlebnisse nur mit Wollknäueln, die gegen die Eichenbohle geworfen, nur eben zart auftreffen, aber nie mehr verletzen, nicht mehr Einfluss nehmen können (M 119). So erfährt zwar auch der Heilgewordene die Rückkehr seines früheren durch Wollensflüsse bedingten Wirkens, aber sein jetziger Dauerzustand ist heller Gleichmut, und so nimmt er die ankommenden Erlebnisse nur eben zur Kenntnis, aber sie können Herz und Gemüt nicht bewegen, sind keine Einflüsse, weil Wollensflüsse und die durch sie gegebene Beeinflussbarkeit aufgehoben sind.

*Wie in die Hand bei heiler Haut  
ein Gift niemals eindringen kann,*

*so trifft den Weisen, der gestillt,  
auch nie mehr Unglück oder Schmerz. (Dh 124)*

Hier gilt als Gift das frühere Wirken, das jetzt zurückkommt. Wenn aber die Hand völlig gesund ist, dann kann die Wirkung des Getanen nicht mehr eindringen, treffen, verwunden. Es fehlen die Wollensflüsse, die Beeinflussbarkeit/Empfindlichkeit, daher gibt es keine schmerzenden Wahrnehmungseinflüsse.

Wenn Wahn restlos aufgehoben ist, wird nicht mehr aus Gefühlsbefriedigung gewirkt, die programmierte Wohlerfassungssuche steht still, es ist kein Antrieb, kein Handeln-Müssen mehr. Die triebversiegten Geheilten sind im Frieden.

### Rückblick auf die Glieder der bedingten Entstehung

Betrachten wir die Glieder der Bedingten Entstehung noch einmal vom Gesichtspunkt des Menschen aus gesehen: Was bildet den Menschen, was stellt den Menschen dar, was geschieht am Menschen, was geht vom Menschen aus, was ist das Ergebnis:

Die Glieder Wahn und denkerische Aktivität bilden den Menschen. Grober Wahn und keine guten Folgen, kein Wohl schaffendes Denken (*apuñña-sankhāra*) bilden einen üblen Menschen. Das Schwungrad der programmierten Wohlerfassungssuche lässt ihn auf Übles gerichtet sein, die Psyche ist mit üblen Trieben belastet, egozentrisch, rücksichtslos. Mittlerer Wahn lässt das Schwungrad der programmierten Wohlerfassungssuche auf Herzenshelligkeit gerichtet sein, die Psyche, die Triebe sind leuchtend und strahlend, voll Hilfsbereitschaft, Rücksicht, Mitempfinden und Teilnahme allen Wesen gegenüber. Feiner Wahn erzeugt formfreies Erleben.

Was geschieht am Menschen? Die Triebe im Körper werden von früher gewirkten Formen, Tönen, Düften, Säften, Tastbarem berührt und antworten mit Gefühl, das zusammen mit dem Erfahrenen in den Geist eingetragen und benannt

wird. Bei mit Wohlgefühl besetzten Dingen meldet sich der Durst, das Angenehme zu halten oder wieder herbeizuführen, bei Wehgefühl meldet sich der Durst, das Unangenehme zu meiden. Berührung, Gefühl, Durst sind die passiven Faktoren, die am Menschen ohne sein Zutun geschehen.

Was geht vom Menschen aus? Der Mensch hat die Möglichkeit, dem aufgekommenen Durst „das will ich haben“, „das will ich nicht“ zu folgen oder nicht zu folgen. Je nach dem, wie stark der Durst ist bzw. wie stark die Einsicht durch die Lehre ist, entscheidet sich der Mensch, das Angenehme zu ergreifen, das Unangenehme abzuweisen. Ergreifen ist die aktive Reaktion des Menschen auf das Erlebte. Der starke hinreißende Durst, der trotz besserer Einsicht zum Ergreifen zwingt, hat seinen Grund in der langen Zeit des Wahns der Vergangenheit. Auf die Dauer aber kann einer in neutralen Zeiten nicht rechte Anschauung pflegen und in den Zeiten der Anfechtung den Trieben folgen. Entweder er wird irgendwann aufhören, rechte Anschauung zu pflegen, oder er wird irgendwann – und sei es in nächsten Leben – aufhören, in Zeiten der Anfechtung den Trieben zu folgen.

Das Ergebnis, die Folge des Ergreifens, ist die verborgene Ernte: Dasein, der Sack des Gewirkten, und die offenbare Ernte: Geborenwerden, Altern, Sterben des Körpers und Geborenwerden/in-Erscheinung-Treten von Wahrnehmungen.

Wahn, Falschwissen darüber, was in Leiden führt und was Leiden verhindert, ist die Wurzel allen Leidens, und Wahrwissen, Wissen um das Leiden und seine Ursache ist die Wurzel aller Heilsentwicklung. Die Kenntnis des Leidens und die Kenntnis der Ursache des Leidens führt dazu, dass sich der Nachfolger nicht von der Oberfläche der Erscheinungen blenden lässt, sondern die Beschaffenheit der Triebe als Ursache seiner Wahrnehmung erkennt: *Dem Wahrheitkenner, dem Wahrheitseher verheiße ich die Beendigung aller Verletzbarkeit, nicht dem, der die Wahrheit nicht kennt und nicht sieht.* (M 2, S 12,23 u.a.) Es ist hier nicht intellektuelle Kenntnis

gemeint, sondern die Erfahrung eines, der die Dinge nicht mehr gefühlsbesetzt, geblendet sieht.

Gehörte und selbst erfahrene Weisheit,  
das Gleichnis vom Küken in der Eischale

Die noch nicht Erwachten, die Bodhisattvas, haben in ihrem letzten Leben mit Wahn und mit mehr oder weniger Begehren angefangen, aber mit großer Hochsinnigkeit und mit den weit-räumigsten Fragen: „Woher das Ganze, wohin das Ganze, warum das Ganze? Wo ist Heil, endgültiger Frieden?“ Sie haben ihre Aufmerksamkeit auf die inneren Zusammenhänge gerichtet und haben den Bedingungs-zusammenhang entdeckt. Durch den Bedingungs-zusammenhang haben sie erkannt, dass keine der im Bedingungs-zusammenhang enthaltenen Faktoren bedingungslos, beständig sind, sondern dass sie eine Leidens-masse, eine Verdunklung des Heils sind. Von da an sind sie nicht mehr auf die konkreten Situationen hereingefallen: „Ist das ein schönes Wetter, ist das eine schöne Landschaft“, sondern sie haben beobachtet: „Form und Gefühl wird wahrgenommen.“ Sie haben das Schwungrad der programmierten Wohlerfahrungssuche des Geistes still gestellt, indem sie nicht mehr darauf achteten, was der von Frucht zu Frucht springende Affe will und erlebt, sondern darauf, warum und wie er will, so konnten sie die programmierte Wohlerfahrungssuche durchschauen und sich von ihr ablösen.

Wir, die wir den Bedingungs-zusammenhang von den Er-wachten, den unverblendet Sehenden, hören oder lesen, können uns einfühlen, uns recken auf die Wahrheit hin, indem wir kurzfristig die sonstigen inneren Anliegen ignorieren. So gewinnen wir die durch Hören erworbene Weisheit.

Der Erwachte vergleicht den Menschen, der noch nicht erwacht ist, mit einem Küken in der Eischale, das sich in der Bebrütung befindet. Unsere Blendung, die uns Schönes, Hässliches und Entsetzliches erleben lässt, hält uns in der Eischale, die uns den Blick auf die Wirklichkeit verstellt. Wenn die

Glücke zu dem Küken in der Eischale sprechen und ihm erzählen würde, wie es mit der Welt außerhalb des Eies ist, so kann sich das Küken dies nicht vorstellen, weil es noch nichts davon erlebt hat. So können auch wir uns kein Bild von der Wirklichkeit machen. Aber so wie das Küken irgendwann den Mut bekommt, mit den Krallen oder dem Schnabel die Schale aufzubrechen, so auch, sagt der Erwachte, kann der hochsinnige Mensch das, was die Erwachten sagen, in seiner Blendung nicht voll verstehen, aber es kann ihn ermutigen, Vertrauen, Zuversicht zu gewinnen, um den Heilungsprozess zu betreiben, die Entwicklung der Reife bis zum Durchbruch, bis zur Erwachung zu betreiben.

Durch reine Tugend, heißt es in M 24, wird das Herz rein. Durch ein vollkommen reines Herz wird Herzenseinigung erlebt und vollkommene Wahrheit gesehen und erfahren. Das ist dann nicht mehr die nur gehörte Weisheit, sondern selbst erzeugte Weisheit (*bhavana maya paññā*). Einem solchen verheißt der Erwachte Unverletzbarkeit. Der Wille zu dieser Entwicklung erwächst aus den in dieser Lehrrede genannten rechten Anschauungen.

DIE VIER PFEILER DER SELBSTBEOBACHTUNG  
SATIPATTHĀNA

10. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“  
22. Lehrrede der „Längeren Sammlung“

Was ist Satipatthāna?<sup>51</sup>

Um zu zeigen, was Satipatthāna ist, setzen wir hier die prägnanteste und zugleich umfassendste Aussage des Erwachten, des Buddha, voran. Sie ist in der 10. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“ und fast gleichartig in der 22. Lehrrede der „Längeren Sammlung“ enthalten. In der hier folgenden Einleitung der Lehrrede wird die Übung kurz, aber zugleich im ganzen Umfang genannt, während im Hauptteil der Lehrrede, der dann abschnittsweise folgt und jeweils erklärt wird, der große Übungskomplex Satipatthāna in seinen vier Hauptzweigen und in allen seinen Einzelheiten genau beschrieben wird:

*Der gerade Weg, ihr Mönche,  
zur Läuterung der Wesen,  
zur Übersteigung von Sorge und Jammer,  
Beendigung von Schmerzen und Bekümmernis,  
zur Erlangung des Heilsstandes,  
zur Erfahrung des Nirvāna,  
das sind die vier Pfeiler der Selbstbeobachtung.  
Welche vier ?*

*Da bleibt, ihr Mönche, der Mönch beim Körper in der fortgesetzten Beobachtung des Körperlichen, unermüdetlich, klar bewusst beobachtend, nach Hinwegführung weltlichen Begehrens und weltlicher Bekümmernis.*

---

<sup>51</sup> auch übersetzt mit "Die Pfeiler der Einsicht" oder "Die Achtsamkeitspfeiler" oder "Die Grundlagen der Verinnerung" oder "Grundlagen der Achtsamkeit".

*Er bleibt bei den Gefühlen in der fortgesetzten Beobachtung der Gefühle, unermüdlich, klar bewusst beobachtend, nach Überwindung weltlichen Begehrens und weltlicher Bekümmernis.*

*Er bleibt beim Herzen in der fortgesetzten Beobachtung des Herzens, unermüdlich, klar bewusst beobachtend, nach Überwindung weltlichen Begehrens und weltlicher Bekümmernis.*

*Er bleibt bei den Erscheinungen in der fortgesetzten Beobachtung der Erscheinungen, unermüdlich, klar bewusst beobachtend, nach Überwindung weltlichen Begehrens und weltlicher Bekümmernis.*

Diese Einleitung zeigt schon, dass Satipatthāna kein logisches oder unlogisches, folgerechtes oder nicht folgerechtes Denken ist, kein Sinnen und Erwägen, kein denkerisches Konstruieren und Spekulieren, überhaupt keine Angelegenheit des Intellekts, sondern ein stilles Beobachten der mit dem eigenen Leben verbundenen inneren Vorgänge. Es ist auch nicht mehr jenes Ringen und Kämpfen des Tugend übenden Menschen mit den nach außen gerichteten oder gar üblen Regungen und Neigungen des Herzens in dem Bemühen, sich sauberer, heller, größer und freier zu machen - das ist hier bereits geschehen - es ist überhaupt keine Angelegenheit der wogenden Bewegung, sondern eben jenes stille Beobachten der mit dem eigenen Leben verbundenen inneren Vorgänge.

Und Satipatthāna ist auch noch nicht jener stille Friede, zu dem die Satipatthāna-Übung erst hinführen wird.

Man darf wohl behaupten, dass der Ruf der Satipatthāna-Übung ebenso weit reicht wie der Ruf des Buddhismus überhaupt. Sowohl in allen spezifisch buddhistischen Ländern - und das ist vorwiegend Asien von Tibet an bis in die südlichsten Inselgruppen - ist Satipatthāna bekannt und ist von Satipatthāna die Rede. Und ähnlich steht es auch in den buddhistischen Zirkeln und Gruppen im Westen.



## Die Stellung von Satipatthāna in den Originaltexten

Der Erwachte hat aus den Erfahrungen seines eigenen Erlösungswegs die Lehre von den vier Heilswahrheiten entwickelt und hat in der vierten Heilswahrheit einen genauen Übungsweg beschrieben, der aus acht Gliedern besteht:

Das erste Glied, rechte Anschauung, betrifft die Aneignung der richtigen Daseinsschau, also die rechte Orientierung über das Gesetz der Existenz, in der wir stehen. Sie besagt u.a. kurz gefasst, dass das gesamte Erleben des Menschen, das Erlebnis eines Ich in der Welt - ganz wie im Traum - entworfen ist von seinem eigenen Herzen, der Verfassung seines Charakters zwischen wohlwollend und übelwollend, zwischen begehrlisch und bescheiden, zwischen rücksichtsvoll und rücksichtslos. Daraus ergibt sich, dass alle Begegnungen seines Lebens ihn immer auf sich selbst zurückweisen. So wie wir nach dem Erwachen aus einem Traum erkennen (teils mit Verwunderung), dass von all dem zuvor Erlebten nichts "wirklich" da war - denn wir befanden uns während der Zeit allein auf unserem Lager - so erkennen die aus dem Lebenstraum Erwachten, dass sie bisher nur immer in ihren eigenen Phantasien gesponnen haben, weshalb der Erwachte unsere Wahrnehmung als *avijjā* = Wahn bezeichnet. Die Triebe, die Beschaffenheit unseres Charakters, sind die Quelle, aus welcher das Außen, die Welt, wieder an uns herantritt als Wahrnehmung.

Die volle Konsequenz aus einer so beschaffenen Struktur der Existenz, unseres Lebens, führt uns deutlich vor Augen, dass wir eine ersehnte freundlichere Erlebensweise und Erfahrungsweise nur dadurch aufbauen können, dass wir die dazu erforderliche Gesinnung und Gemütsverfassung (2. Stufe des achtgliedrigen Heilswegs) erwerben, die Eigenschaften unseres Herzens zu wohlwollender, hochsinniger, heller Verfassung umbilden und uns eine Verhaltensweise und Lebensführung im Reden und Handeln angewöhnen, aus welcher dann

die von uns gewünschte und ersehnte hellere, wohltuende Wahrnehmung hervorgeht.

Nachdem man verstanden hat, dass man mit seiner Gemütsverfassung, seinem Reden und Handeln seine Umwelt baut und nach einiger Zeit eine Umweltsqualität erfährt, die dem eigenen Handeln entspricht, da kehrt man die als Unbelehrter für richtig befundene Devise: „Wie du mir, so ich dir“ nun ins Gegenteil um, denn man erkennt: „Wie ich heute meiner Mitwelt und Umwelt begegne, so wird sie morgen oder übermorgen mir begegnen.“ Dieser Zusammenhang wird im Volksmund ausgedrückt mit den Worten „Wie man in den Wald hineinruft, so schallt es zurück“ oder „Wie man sich bettet, so schläft man“ oder „Die Suppe, die man sich eingebrockt hat, muss man auch selbst auslöffeln.“

Man bemüht sich, verständnisvoll und einfühlsam die Anliegen der Mitwesen zu beachten und herantretende unangenehme Begegnungsweisen in Geduld hinzunehmen, ohne gleich entsprechend zu reagieren. Hierfür hat der Erwachte bestimmte Normen aufgestellt, die mit den Normen fast aller anderen Religionen weitgehend übereinstimmen: Nicht töten, nicht stehlen, nicht in andere Partnerverhältnisse einbrechen oder Minderjährige verführen bzw. völlige Keuschheit, nicht verleumden, nicht hintertragen, nicht verletzend reden, kein Geschwätz pflegen, keine Rauschmittel nehmen. (3. bis fünfte Stufe des achtgliedrigen Heilswegs).

Die Reden des Erwachten lassen erkennen, dass die realistische Anschauung über die Lebensgesetze, eine helle Gemütsverfassung und die Tugend die unerlässliche Voraussetzung sind für die darüber hinausgehenden und ins Überweltliche führenden Übungen, wie sie das sechste, siebente und achte Glied des Weges darstellen, die zusammen den Abschnitt der „Vertiefung“, der Einigung des Herzens, bilden.

Das sechste Glied, die vier Großen Kämpfe, bildet nach M 44 das „Rüstzeug“ der Vertiefung, das sind außer der Zügelung der Sinnesdränge (1.Kampf) die Betrachtung und Überwindung der Herzensbefleckungen:

1. Die Vermeidung aller üblen Einflüsse durch Zurückhaltung der Sinnesdränge,
2. die Bekämpfung aufgestiegener übler Gedanken,
3. Erzeugung, Verstärkung und Gewöhnung in der reineren Gesinnung, an heilsame Gedanken,
4. bei eingetretener heller Verfassung die Helligkeit des Gemüts empfinden und pflegen.

Mit diesen vorangehenden sechs Stufen des achtgliedrigen Heilswegs sind die Hindernisse beseitigt für die Satipatthāna-Übung, die das siebente Glied darstellt.

Die sechste Stufe, die Vier Großen Kämpfe, bildet also die unmittelbare Voraussetzung für die Satipatthāna-Übung. Durch sie tritt durch die erworbene Herzenshelligkeit alle auf die Welt gerichtete Aufmerksamkeit zurück. Erst dann kann Satipatthāna fruchtbar geübt werden.

Mit letzter Deutlichkeit kommt der Platz der Satipatthāna-Übung in dem in den Reden beschriebenen konkreten Entwicklungsgang des Mönches zum Ausdruck.

Allein in der „Mittleren“ und „Längeren Sammlung“ wird ein konkreter Entwicklungsgang etwa zehn bis fünfzehn Mal in gleichem Wortlaut beschrieben. Aus einer dieser zahlreichen Reden (z.B. M 107) folgt hier die vom Erwachten als optimal erfahrene, von der Existenz abgelesene Reihenfolge.

Da berichtet der Erwachte: Wenn einer zu ihm in den Orden kommt, dann nennt er ihm als erste Übung folgende:

*Willkommen, du Mönch, sei tugendhaft. In reiner Zucht richtig gezügelt, bleibe lauter im Handeln und in der Lebensführung. In den kleinsten Fehlritten erkenne Gefahr; voll Hingabe übe dich auf dem Übungsweg.*

Hier geht es also zunächst um eine Entwicklung zur Tugendhaftigkeit. Aus den gesamten Reden geht hervor, dass diese je nach der tugendlichen Verfassung des Übenden eine mehr oder weniger langwährende, aufmerksame Selbsterziehung

erfordert, bis er zu einer solchen hellen, sanften Herzensart erwachsen ist, dass er die Tugendregeln gar nicht mehr übertreten kann.

Danach nennt der Erwachte die zweite Übung:

*Sobald nun der Mönch tugendhaft ist, in reiner Zucht richtig gezügelt ist, dann weist ihn der Vollendete weiter zurecht:*

*Willkommen, du Mönch, sei ein Torhüter bei den Sinnesdrängen. Hast du mit dem Luger eine Form gesehen - mit dem Lauscher einen Ton gehört - mit dem Riecher einen Duft gerochen - mit dem Schmecker einen Geschmack geschmeckt - mit dem Taster eine Tastung getastet - mit dem Denker ein Denkobjekt erfahren, so beachte weder die Erscheinungen noch damit verbundene Gedanken (Assoziationen). Da Begierde und Missmut, üble und unheilsame Gedanken den, der die Sinnesdränge nicht bewacht, gar bald überwältigen, so übe diese Bewachung, wache aufmerksam über die Luger-, Lauscher-, Riecher-, Schmecker-, Tasterdränge und Dränge des Geistes.*

Ein normaler Mensch kann die Zügelung der Sinnesdränge nach dem Maßstab des Erwachten nicht durchführen. Er trifft überall auf Dinge, die ihm wohl tun oder weh tun, die ihn erfreuen oder abschrecken oder ekeln, und vor allem im Gespräch mit anderen Menschen läuft sein Denken auch hinterher noch dem Besprochenen nach. Sie ist nur solchen Menschen in vollem Umfang möglich, die nicht mehr in kontinuierlichem zwischenmenschlichem Verbund leben, weshalb der Erwachte in diesem Zusammenhang immer nur von Mönchen und Nonnen spricht. Das mag nicht ausschließen, dass auch manche, die noch im häuslichen Stand leben, sich in dieser Richtung immer wieder bemühen, was zu einer graduellen Beruhigung der gesamten Sinnestätigkeit führt und damit zu einer gesammelteren Beobachtung der eigenen Vorgänge. Erst recht werden wir bei den weiteren Übungen sehen, wie schwer

bis unmöglich sie im Hausleben nach dem ihnen gegebenen Sinn in aller Konsequenz durchgeführt werden können.

Nun folgt die dritte Übung:

*Sobald nun der Mönch ein Torhüter bei den Sinnesdrängen ist, dann weist ihn der Vollendete weiter zurecht: Da nimmt der Heilsgänger gründlich besonnen die Nahrung zu sich, nicht zum Genuss und Vergnügen, nicht um schön auszusehen, sondern nur, um diesen Körper zu erhalten, zu fristen, um Schaden zu verhüten, um das Läuterungsleben führen zu können. So wird er das frühere Gefühl (des Hungers) verlieren, ohne ein neues Gefühl (der Übersättigung) zu erwecken, wird willkommen, untadelhaft bleiben, sich wohlbefinden. So hält der Heilsgänger Maß beim Essen.*

Dann heißt die vierte Übung:

*Sobald nun der Mönch beim Essen das Maß kennt, gründlich besonnen die Nahrung einnimmt, dann weist ihn der Vollendete weiter zurecht: Willkommen, du Mönch, in Wachsamkeit übe dich. Am Tag, in den ersten Stunden der Nacht und in den frühen Morgenstunden magst du gehend und sitzend das Herz von Befleckungen läutern.*

Diese Übung besteht darin, nicht mehr wie bisher nur am Tag sein Denken von allem Nebensächlichen oder gar Üblen zu befreien, sondern nun auch die ersten und die letzten Nachtstunden immer mehr hinzuzunehmen. Das ist natürlich dem Menschen, der im Berufsleben steht, nicht möglich. Das Berufsleben selbst erfordert oft konzentrierte Auseinandersetzungen mit den Mitwesenen und mehrstündige Beschäftigung mit den vom Beruf gegebenen Dingen. Der Ordensangehörige, der in den bisherigen Übungen aber so weit gewachsen ist, dass er sie von selber einhält, dessen Geist ist auch schon von der größeren Vielfalt befreit, so dass er abends längst nicht so

müde ist wie der normale Mensch. Er kann daher, statt die ganze Nacht zu schlafen, eine Zeit davon zur Läuterung benutzen.

Ihm empfiehlt der Erwachte als fünfte Übung:

*Sobald nun der Mönch in dieser Wachsamkeit eingeübt ist, dann weist ihn der Vollendete weiter zurecht:*

*Willkommen, du Mönch, verhalte dich der Wahrheit gegenwärtig klarbewusst. Klarbewusst soll der Mönch kommen und gehen; klarbewusst hinblicken und wegblicken; klarbewusst sich neigen und erheben, das Gewand und die Almosenschale tragen; essen und trinken, kauen und schmecken; Kot und Harn entleeren; klarbewusst gehen, stehen und sitzen, einschlafen und erwachen, sprechen und schweigen.*

Das heißt also, nichts mehr spontan tun, sondern immer sich vorher entschließen und es dementsprechend tun.

Hier haben wir erstmalig eine der Übungen, die auch in der Satipatthāna-Rede vorkommt, aber eben nur diese eine unter den sechs Übungen, die allein bei der Beobachtung des Körpers genannt sind. Von den drei anderen Beobachtungsgruppen (über das Gefühl, das Herz und die Erscheinungen) ist hier nichts erwähnt.

Wenn der Mensch in der Klarbewusstheit fortgeschritten ist, dann rät ihm der Erwachte als sechste Übung, nun einen abgelegenen stillen Platz aufzusuchen und dort die Betrachtung der fünf Hemmungen nach den Ratschlägen des Buddha zu betreiben, indem er einerseits sieht, welche große Last und Beschweris jede einzelne Hemmung bedeutet und wie er durch Aufhebung dieser Hemmungen von eben diesen fünf Lasten völlig befreit ist.<sup>52</sup>

Dann heißt es als siebente Übung:

---

<sup>52</sup> Die fünf Hemmungen sind: weltliches Begehren, Antipathie bis Hass, träges Beharren im Gewohnten, Erregung/Gewissensunruhe und Daseinsbangnis. Näheres über sie bei der Besprechung des vierten Pfeilers der Selbstbeobachtung.

*Er hat nun diese fünf Hemmungen aufgehoben, diese Schlacken des Gemütes. Den Klarblick liebend, ist er nun von Begierden und von unheilsamen Gedanken frei, weilt in stillem Bedenken und Sinnen. Und so tritt die aus innerer Abgeschiedenheit geborene Entzückung und Seligkeit ein: der erste Grad weltloser Entrückungen. -*

Danach folgt der zweite, dritte und vierte Grad der weltlosen Entrückungen. Die vier Entrückungen bilden bekanntlich das letzte Glied des achtgliedrigen Weges. Aus diesen Entrückungen ergeben sich dann die nicht mehr zum Weg zählenden, sondern als dessen Frucht angesehenen drei Weisheitsdurchbrüche, deren erster die rückerinnernde Erkenntnis früherer Daseinsformen ist. Der zweite ist die Fähigkeit, mit einem übermenschlich gewordenen Blick die Menschen im Sterben den Menschenkörper verlassen sehen und ihre Weiterwanderung in helle oder dunkle Daseinsbereiche zu beobachten. Der dritte weisheitliche Durchbruch ist dann die unmittelbare Durchschauung der vier Heilswahrheiten und die Erfahrung, von allen Wollensflüssen und Einflüssen endgültig befreit zu sein, geheilt, erlöst zu sein.

Das ist also der in den Reden immer wieder in gleichem Wortlaut beschriebene Übungsweg des Ordensangehörigen von Anfang an bis zur Erlösung. In ihm wird die Satipatthāna-Übung, deren Segen vom Erwachten selbst so sehr gepriesen wird, fast übergangen. Das könnte als ein Widerspruch aufgefasst werden, aber diese scheinbare Differenz wird mit der 125. Rede der „Mittleren Sammlung“ aufgehoben.

In dieser Rede werden ebenfalls zunächst wortwörtlich die gleichen oben beschriebenen sechs Übungen der Reihe nach dem Mönch aufgegeben, und zwar wiederum immer erst dann die nächste Übung, wenn die vorherige beherrscht ist, wenn der Mönch durch diese Übung schon wieder um einige Grade lauterer, tiefer und klarer geworden ist. Von diesen sechs Übungen bildet die sechste, die Aufhebung der fünf Hemmungen, gerade den Übergang zu dem Zustand, der als Vorausset-

zung für fruchtbares Üben der Satipatthāna-Übung genannt wird: *nach Überwindung weltlichen Begehrens und weltlicher Bekümmernis*. Denn weltliches Begehren und weltliche Bekümmernis sind mit der Aufhebung der fünf Hemmungen weitgehend aufgehoben.

Und hier nun, in der 125 Rede, folgen an siebenter Stelle nach Aufhebung der fünf Hemmungen nicht wie sonst die vier Entrückungen, sondern die Übung in Satipatthāna.

Es mag unbefriedigt lassen, dass in der Hauptübungsreihe für Mönche die Satipatthāna-Übung - außer in der in M 125 erwähnten - nur durch die Übung *der Wahrheit gegenwärtig klar bewusste Handhabung des Körpers* vertreten ist. Aber die damaligen Mönche, die unter der Anleitung des Buddha lebten, waren sicher über diese Unterschiede nicht unbefriedigt, sondern erkannten den Zusammenhang.

Wenn wir lesen, wie in den Lehrreden der unterschiedliche Reifezustand beschrieben wird, der die erste und hernach die zweite Entrückung ermöglicht, dann zeigt sich, dass die erste und zweite Entrückung schon aufkommen kann, wenn der Mensch noch nicht die *sati*, die ständige Gegenwärtigkeit der wahren Daseinszusammenhänge, wie der Erwachte sie lehrt, erworben hat. Erst bei der Beschreibung des Reifezustandes für die dritte und erst recht für die vierte Entrückung wird geäußert, dass der Betreffende in seiner Entwicklung zur *sati*, zur Wahrheitsgegenwart, herangereift sein muss. Das heißt also, die *sati*-Fähigkeit ist trotz der vorangegangenen sechs Übungen noch nicht so weit entwickelt, dass sie bereits eine Eigenschaft, eine Heilskraft (*indriya*) des betreffenden Mönches geworden wäre. Er muss sich noch sehr zwingen, um auf den Körper, die Gefühle usw. laufend zu achten.

Hat er dagegen öfter die erste und zweite Entrückung (*jhāna*) erfahren, so hat er damit eine überhaupt nicht zu überschätzende Hilfe für die Übung in Satipatthāna gewonnen. Die Entrückungen unterscheiden sich nämlich in zwei Erscheinungen von allen normalen Erlebnissen des Menschen:



1. ist dann, wie der Ausdruck schon sagt, die gesamte Weltwahrnehmung aufgehoben, man ist der Welt entrückt. Es wird kein körperliches Ich und keine umgebende Welt erlebt, und so auch kein Kommen und Gehen. Alle fünf Sinne schweigen vollständig.

2. bringt dieser Zustand, wie die Beschreibung der Entrückungen anzeigt, eine Seligkeit und inneren Frieden ohne Maßen mit sich, wie es die Entrückungsfähigen, die schon weit geläuterten Menschen, in allen Religionen immer wieder kundtun. So sagt zum Beispiel *Ruisbroeck*:

*Steig über die Sinne,  
hier lebet das Leben.  
O selig der Geist,  
der dahin gekommen.*

Die Erfahrung - dass man gerade durch Abwesenheit von Ich und Welt zur größten Seligkeit gelangt - führt in radikalster Weise zu dem Willen zur Überwindung auch des letzten weltlichen Begehrens und zur Aufhebung weltlicher Bekümmernis. Wer die erste und zweite Entrückung öfter erlebt, will wahrlich gar nichts mehr mit der Weltwahrnehmung zu tun haben und hat damit eine entscheidende Etappe auf dem gesamten Heilsweg, den der Buddha beschreibt, erreicht und hinter sich gebracht, hat die geistigen und seelischen Voraussetzungen für die Satipatthāna-Übung in Vollkommenheit erworben.

Der Reifezustand, der die dritte und vierte Entrückung ermöglicht, unterscheidet sich von dem, der die ersten beiden Entrückungen ermöglicht, durch die ununterbrochene Anwesenheit der *sati*, d.h. durch unverstörtes Wissen des Heilsgängers vom Heil, das durch keine sinnlichen Eindrücke mehr überdeckt werden kann. Sein Körper ist noch in der Welt, aber sein Herz nicht mehr. Seine Sinnesorgane sind nicht mehr mit Zuneigung und Abneigung zu den unterschiedlichen Sinnesindrücken besetzt. Das ist die vollendete Voraussetzung für

die Satipatthāna-Übung. Je mehr einer zu dieser Reife gekommen ist, um so weniger Jahre, Monate oder Tage braucht er, um durch die Satipatthāna-Übung endgültig Welt und Ich zu überwinden.

Die Mönche zur Zeit des Erwachten, die unter der Anleitung des Erwachten standen und zu deren Zeiten die Entrückungen eine ganz bekannte, von fast allen in der Läuterung fortgeschrittenen Mönchen erfahrene Erscheinung war, wussten es entweder aus eigener Erfahrung oder aus der Erfahrung ihrer fortgeschrittenen Mitbrüder: die Satipatthāna-Übungen, so wie der Erwachte sie beschrieben hat, werden dann durchgeführt, wenn man sie durchführen kann, weil man *sati* in ausreichendem Maße erworben hat. *Sati*, die Wahrheitsgegenwart, das ist das von allem Außen, von aller Weltlichkeit völlig abgezogene Beobachten, das Eingedenksein der Vorgänge am Körper, bei den Gefühlen, beim Herzen und bei den Erscheinungen. Und dazu ist man fähig:

wenn man die heilende rechte Anschauung über den Samsāra und die Wandelbarkeit und Wesenlosigkeit aller Erscheinungen erworben hat; wenn man durch Übung in Tugend und brüderlich-schwesterlicher Gesinnung im Gemüt hell geworden ist; durch die weiteren vom Erwachten genannten Übungen immer gesammelter, selbstständiger und von der Welt unabhängiger geworden ist; wenn man durch die Erfahrung der seligen Entrückungen nichts anderes mehr will als die restlose Befreiung von allem Vergänglichem.

Im Ganzen befassen sich in der Kernsammlung des Pālikanon, der „Mittleren“ und „Längeren Sammlung“, vier ausführliche Lehrreden, nämlich neben der hier hauptsächlich zu zitierenden 10. noch die 118. und 119. der „Mittleren Sammlung“ und die 22. Lehrrede der „Längeren Sammlung“ ausschließlich mit der Satipatthāna-Übung bzw. mit Teilen von ihr. Diese Lehrreden decken sich zu großen Teilen wörtlich oder ergänzen sich hilfreich.

In einem Gespräch zwischen dem Erwachten und Ānando (M 105), in welchem Ānando seine Sorge über die Entwicklung

des Ordens nach der Erlöschung des Erwachten ausdrückt, wird von Ānando ausdrücklich bestätigt, dass die gesamten derzeitigen Mönche und Nonnen im Orden des Erwachten über Sinn, Bedeutung und Praxis sowohl der Satipatthāna-Übung als auch mancher anderer Übungen nicht die geringsten Zweifel und auch keinerlei Meinungsverschiedenheiten hätten.

Mit der Satipatthāna -Praxis sind  
die größten Verheißungen verknüpft

In der eben zitierten Einleitung aus M 10 befinden sich fünf Verheißungen, über welche hinaus schlechthin nichts mehr verheißen werden kann, weder in der Lehre des Erwachten noch in irgendeiner anderen Religion, weil es eben kein heileres Heil als das vollkommene Heil gibt und geben kann. Was sind die fünf Verheißungen?

In dem genannten Text heißt es zunächst, dass Satipatthāna der gerade Weg zu den dann genannten fünf verheißenen Zielen sei. Für den anfangenden und fortschreitenden Mönch in allen Hochreligionen haben alle Übungen, welche Formen sie immer auch haben mögen, haben auch die stets an den Anfang gestellten Tugendübungen letztlich immer nur den einen Sinn, das Nach-innen-Gehen, das Sich-Abschließen, das „myein“, vorzubereiten und einzuleiten. Das ist der Weg der Mystik, und Satipatthāna ist nichts anderes als die konsequente, gerade, intensive und zugleich umfassende Form des Nach-innen-Gehens und führt, wie besonders in M 125 beschrieben wird, zu jenem seligen Einigwerden und Einswerden des Geistes und Herzens jenseits der sinnlichen Wahrnehmung, zur achten Stufe des Heilswegs, der rechten Einigung. Damit ist die „unio mystica“, die jenseits der Außenwelt gewinnbare selige Einheit, eine im Bereich der sinnlichen Wahrnehmung unmögliche und unvorstellbar friedvolle Stille, verwirklicht. Aus dieser überweltlichen und außerweltlichen Einigung und Stille gehen dann Weisheit und Erlösung unmittelbar hervor.

So ist Satipatthāna der gerade Weg zur vollkommen heilen Situation, nämlich die gerade, unmittelbarste und intensivste Übung der Nach-innen-Wendung, während alle anderen Übungen die Nach-innen-Wendung nicht zum hauptsächlichen Gegenstand haben. Sie entlarvt und durchschaut – auf dieser Stufe geübt – alles, was in der Existenz und an der Existenz unbeständig, bedingt ist. Darum kann diese Übung von dem konsequenten, gradlinigen Menschen erst abgeschlossen werden, wenn er in dieser durchschauenden, nach innen gehenden Weise alles Vergängliche und Leidvolle hinter sich gebracht und beim Heilen, Unzerbrechlichen angelangt ist. Insofern gehört Satipatthāna zur Spitze des ganzen Heilswegs, ist eines der drei letzten Glieder des Heilswegs, die den Abschnitt der Herzenseinigung ausmachen.

Als erstes verheißt also der Erwachte, dass *Satipatthāna der gerade Weg*<sup>53</sup> *zur Läuterung der Wesen ist.*

In noch verhältnismäßig junger Vergangenheit bedeutete „Läuterung“, „Reinigung“ auch im Westen noch sehr viel mehr als heute. Wo immer ein echtes und gründliches Suchen und Graben nach den Quellen von wahren Wohl und wahren Frieden war, da wurde als Quelle aller Trübnis, aller Ängste und alles Entsetzens die Unsauberkeit der menschlichen Gesinnung, die Besudelung des menschlichen Herzens durch die verschiedenen Formen des Begehrens und Hassens erkannt. So wie der weltliche Mensch sich sorgt, wenn bei ihm Besitz, Genuss und Einfluss abnehmen und nicht zunehmen - denn er muss befürchten, dass er dadurch in tiefes Elend gerät - so und noch mehr sorgt sich der religiöse, nach innen gewandte Mensch, wenn bei ihm die innere Reinheit abnimmt und nicht zunimmt, denn er muss befürchten, dass er dadurch in tiefes Elend gerät. Darum sucht er immer nach den Mitteln und We-

---

<sup>53</sup> *ekāyano maggo* wird heute oft übersetzt mit „der einzige Weg“. Für „einzig“ gibt es in Pāli das Wort *ekanto*. *Ekāyano* setzt sich zusammen aus *eka=eins* und *ayano=Gang, Straße* und bedeutet: der nur in eine Richtung führende Weg, nämlich zur Triebversiegung.

gen zur Läuterung, und darum steht unter den Verheißungen des Erwachten diese Verheißung voran: *Das ist der gerade Weg zur Läuterung der Wesen.*

Die zweite Verheißung lautet:

*Zur Übersteigerung von Sorge und Jammer.* Hiermit ist die gesamte menschheitliche Misere von leidvollen Gefühlen und Stimmungen gemeint, die die Wesen hindern, gelassen, heiter, hell, froh zu sein. Dieser trübe Zustand wird durch Satipatthāna überschritten, man lässt ihn unter sich und hinter sich – und vergisst ihn bald.

Die dritte Verheißung:

*Zur Beendigung von Schmerz und Bekümmernis.*

Hier sind die schmerzlichen Körpergefühle, die durch sinnliche Wahrnehmung entstehen, wie auch die im Gemüt auftretenden Leiden durch Kränkungen und dergleichen genannt, jene eigentlichen Leidensstätten, aus denen die vorher genannten Sorgen, Jammer und Klagen hervorgehen.

Die zweite und dritte Verheißung besagen also, dass der Satipatthāna Übende die Auflösung sinnlicher Triebe erreicht und damit alle durch Berührung entstehenden Gefühle völlig aufgehoben sind. Er ist als Ergebnis der Satipatthāna-Übung erlöst und das heißt völlig befreit von irgendwelchen Anliegen, Bedürfnissen und Wollungen hinsichtlich seiner oder hinsichtlich der Welt, so dass auch alle durch die Begegnungen noch stattfindenden Wahrnehmungen völlig gleichmütig hingenommen werden: er steht über allen Ereignissen und Begegnissen. Dieser Zustand wird als erhabener Gleichmut bezeichnet.

Die vierte Verheißung: *Zur Erlangung des Heilsstandes.* Wenn ein Zustand der Menschen oder der Götter als der heile bezeichnet werden kann, dann ist es dieser, bei dem, weil alle Anliegen der erhabenen Unverletztheit gewichen sind, nun auch nichts mehr treffen kann. Ein solcher kann zu jeder Zeit, in der er keine Begegnungen hat, seine programmierte Wohl-suche stillstellen, so dass gar keine Wahrnehmung ankommt.

Damit hat er den Heilsstand, das Nirvāna, erreicht. Es ist das von nun an unzerstörbare Erlebnis totaler Befreiung und Freiheit, ein Wohl, über das hinaus es kein größeres Wohl mehr gibt und das durch keine äußeren oder inneren Verhältnisse aufgehoben und verändert werden kann, denn es hat alles Außen und Innen überwunden. Es ist ein Wohl, das auch vom Tod nicht im geringsten berührt wird, denn „dort“ gibt es Tod nicht.

Das ist also der Sinn der gleich zu Anfang der Lehrrede an die Satipatthāna-Übung geknüpften Verheißungen: diese Übung ist der gerade Weg zu diesem Ziel, und weil sie das ist, darum kann der Erwachte am Ende der Lehrrede demjenigen, der diese Übung gründlich und unentwegt durchführt, verheißen, dass ihm *eines von beiden zur Reife gedeihen mag: Gewissheit bei Lebzeiten oder, ist ein Rest Ergreifen da, Nichtwiederkehr.*

In diesen gewaltigen und eindeutigen Verheißungen, die an die Übung geknüpft sind, in der Tatsache, dass diese Übung in allen ihren Einzelheiten sauber und exakt beschrieben ist, ist der Grund zu suchen dafür, dass diese Übung heute wie damals das buddhistische Denken bewegt und durchsetzt. Aber das führt natürlich auch bei manchen eifrigen Anhängern zu Missverständnissen, und diese wiederum führen zu Enttäuschungen.

Der Mensch, der Satipatthāna üben will, muss vorher schon zur Befreiung von weltlichem Begehren und weltlicher Bekümmernis gekommen sein. Die Satipatthāna-Übung setzt die Befreiung von sinnlichem Begehren voraus, und ein jeder, der auch nur etwas Erfahrung mit Satipatthāna hat, weiß, dass diese Übung zu einer Zeit, in der das Herz von äußerlichem Dichten und Trachten, von Sorgen und Plänen, also von *weltlichem Begehren und weltlicher Bekümmernis* hin und her gerissen wird, ganz unmöglich durchgeführt werden kann. - Von daher bietet sich dem selbstkritischen Menschen der Maßstab, mit dem er messen mag, ob und wann er sich in der Lage fühlt, diese Übung durchzuführen. Viele Menschen stell-

ten fest, dass sie diese Übung kaum zehn Minuten, kaum eine halbe Stunde, auf keinen Fall auch nur drei Stunden durchführen können, geschweige denn sieben Tage. Von daher hat sich manche unberechtigte Hoffnung in ebenso unberechtigte Verzweiflung und Resignation umgewandelt. - Werden aber die einzelnen Übungen des gesamten Heilswegs in der vom Erwachten immer wieder genannten Reihenfolge mit der rechten Gründlichkeit und Beharrlichkeit und in dem jeweils erforderlichen und in der Übung genannten Reifegrad durchgeführt, dann gewinnt der Mensch aus solchem rechten Maß auch das rechte Urteil über die Durchführbarkeit und den Segen der Satipatthāna-Übung. Und von daher kennt er kein größeres Anliegen, als sich reifer und reifer zu machen, um diese segensreiche Übung immer häufiger und immer konzentrierter durchführen zu können.

Angesichts dieser die Lehrreden durchziehenden deutlichen Hinweise darauf, dass Satipatthāna eine Übung ist, welche sehr viel voraussetzt, mag es verwunderlich erscheinen, dass diese Voraussetzungen fast in der gesamten Satipatthāna-Literatur nicht ausreichend genannt werden und dass sie noch weniger dort, wo man sich um die praktischen Satipatthāna-Übungen bemüht, bedacht und berücksichtigt werden.

Wir glauben nicht, dass diese deutlichen Hinweise des Erwachten auf die Erfordernisse und Voraussetzungen für die Satipatthāna-Übung immer übersehen werden, sondern glauben vielmehr, dass ein ganz bestimmtes Missverständnis hinsichtlich des Begriffes *sati* die Ursache für die viel zu leichte Empfehlung und Auffassung von Satipatthāna ist. Dieses Missverständnis liegt sehr nahe, wie im übernächsten Kapitel „Die seelischen Voraussetzungen für Satipatthāna“ gezeigt wird. Doch zunächst geht es um die geistigen Voraussetzungen für Satipatthāna.

## Die geistigen Voraussetzungen für Satipatthāna

Um Satipatthāna fruchtbar üben zu können, ist eine ganz bestimmte rechte Anschauung erforderlich, ohne welche der Wille zu dieser Übung gar nicht aufkommen bzw. nicht bestehen bleiben kann.

Der Erwachte sagt, dass es nicht nur den Gegensatz zwischen falscher und rechter Anschauung gibt, sondern mehrere rechte Anschauungen von unterschiedlicher Tiefe, und zwar rechte Anschauung, welche wohl eine gute Ernte innerhalb des Samsāra bewirkt (*puññabhāgiyā*), aber die Wollensflüsse/Einflüsse nicht aufhebt (*sāsavā*) und darum Ergriffenes wiedererscheinen lässt (*upadhi vepakkā*), also im Samsāra festhält, und dagegen die rechte Anschauung, die heilend, unbeeinflusst, überweltlich, auf dem Weg zu finden ist (M 117). Von diesen unterschiedlichen rechten Anschauungen wird die unterschiedliche Einstellung der Menschen zu den vom Erwachten genannten Übungen bestimmt.

Die unterschiedlichen Grade der rechten Anschauung berücksichtigt der Erwachte durch die Weise, wie er neu an ihn herantretende verständige Menschen in die Lehre einführt. (M 56, 91 u.a.)

*Und er führte ihn im fortschreitenden Gespräch in die Wahrheit ein:*

- (1) sprach mit ihm zuerst über das Geben;*
- (2) sprach danach über den tauglichen Lebenswandel, über Saat und Ernte guten und üblen Wirkens;*
- (3) sprach danach über himmlische Welt;*
- (4) sprach danach über das Elend des sinnlichen Begehrens und über den Segen der vollständigen Begehrensfreiheit.*
- (5) Wenn der Erwachte sah, dass der Hörer im Herzen bereit, hell, unbehindert, erhoben und still war, dann gab er die Darlegung jener Lehre, welche den Erwachten eigen ist: die Lehre über das Leiden, die Leidensursache, die Leidensauflösung, den Weg zur Leidensauflösung.*



Von diesen fünf aufsteigenden rechten Anschauungen bieten nur die beiden letzten die geistigen Voraussetzungen für die rechte Durchführung von Satipatthāna. Betrachten wir diese fünf Anschauungen näher.

Wer der Auffassung ist, dass der Buddhismus das Geben lehre, das mildtätige Helfen gegenüber dem Bedürftigen und Schwachen, der hat damit eine rechte Anschauung. *Alle Wesen sehnen sich nach Glückseligkeit; darum umfange mit deinem Erbarmen alle Wesen*, lehrt der Erwachte. Und dies bedenkend, wird der Anhänger dieser Lehre mildtätig und hilfsbereit. - Wer aber meint, dass die Lehre des Erwachten sich in der Aufforderung zur Mildtätigkeit und zum Erbarmen erschöpfe, der befindet sich in einem großen Irrtum, denn die Lehre geht weit, weit über das Anraten von Mildtätigkeit hinaus. Man kann sagen, dass jeder Buddhist entweder mildtätig ist oder auf die Dauer mildtätig wird, weil diese Haltung zur Lehre des Erwachten gehört, aber man kann durchaus nicht sagen, dass jeder Mildtätige ein Buddhist sei, d.h. dass er den ganzen Bereich des Leidens innerhalb der Existenz durchschaue und darum zu überwinden trachte. Mit Mildtätigkeit wird nur das grösste Leiden vermieden, aber es gibt kein Wesen, das innerhalb des Samsāra bei Mildtätigkeit bleibt. Selbst wenn er sich noch zu größerer Reinheit entwickelt, so wird er, wenn er die heilende Anschauung nicht gewonnen hat, innerhalb des Samsāra bleiben und darum im Lauf der Zeit wiederum abwärts und wieder aufwärts und wieder abwärts ohne Ende wandern.

Wer ferner der Auffassung ist, dass der Buddhismus über Geben und Mildtätigkeit hinaus echte tugendhafte Haltung, sittliche Zucht in der Lebensführung lehre, das Abstehen von Töten, Diebstahl und Geschlechtsverkehr, von Verleumdung, Hintertragen, verletzender Rede und Geschwätz und von weiteren Verhaltensweisen, die damit zusammenhängen, der hat eine noch weitergehende Erkenntnis, denn es ist so, dass die Lehre des Erwachten ihre Nachfolger zu einer echten, in der Herzensgesinnung begründeten Sittlichkeit erzieht, bei der

eine Veräußerlichung in starrem Regelwerk vermieden wird. - Wer aber meint, dass die Lehre des Erwachten sich in der Erziehung zu einer solchen sittlichen Lebensführung erschöpfe, der befindet sich wiederum im Irrtum, denn die Aufforderung der Lehre, ihre Hinweise, Anleitungen und Lenkungen gehen weit über alles Tugendwerk hinaus. Der Erwachte sagt immer wieder, dass zur Gewinnung des vollen Heils noch viel mehr getan werden muss, denn allein aus sittlicher Zucht kann das wirkliche Heil, die unverletzbare Unverletztheit, das Nirvāna, nicht hervorgehen. Wer sich also mit der Erreichung der sittlichen Zucht zufrieden gibt, der kommt eben darum aus dem Leiden nicht heraus.

Und wer da sagt, dass der Buddha nicht nur mildtätige Haltung und Sittlichkeit lehre, sondern dass er auch dem Menschen die Wege weise, wie er nicht nur hier in diesem Leben zur besseren inneren und äußeren Situation kommen könne, sondern vor allem auch über den Tod hinaus heitere, selige Daseinsformen auch in übermenschlicher Welt erreichen könne, der hat damit eine noch weitergehende Kenntnis als derjenige, der sich nur an das Geben und die Tugend hält. Die Lehre von der Fortexistenz ist ein unlöslicher Bestandteil der Aussage des Erwachten wie auch aller anderen Religionen. In den überlieferten Lehrreden nennt der Erwachte als die Wege zu niederer Menschlichkeit oder gar zu untermenschlichen Daseinsformen den Verlust an Sittlichkeit und an guter Gesinnung, während gute Gesinnung, Wahrhaftigkeit, Hilfsbereitschaft, Erbarmen usw. als Weg zu höherer Menschenart und zu übermenschlichen Daseinsformen empfohlen wird (M 135). Damit ist der Tod relativiert. Die Existenz endet nicht mit der Beendigung dieses Lebens, sondern geht unendlich darüber hinaus. Es ist dem Menschen in die Hand gegeben, die Qualität seiner nachmaligen Existenz selber zu schaffen und zu formen.

Dennoch darf nicht behauptet werden, dass die Lehre des Erwachten sich in der Mitteilung von der Fortexistenz erschöpfe, denn die Lehre des Erwachten geht weit darüber hi-

naus. Es kann zwar kein Anhänger des Buddha an seiner Lehre von der Fortexistenz vorübergehen, aber die Aussage des Erwachten, die endgültig zum Heil führt, liegt noch oberhalb und außerhalb der drei bisher genannten Aussagen. Diese drei ersten Lehren des Buddha handeln von den Wegen zu Wohl und Freude der uns bekannten Art, nämlich indem uns durch die fünf Sinne des Körpers eine erfreuliche Umwelt begegnet. Uns tut wohl, wenn wir uns selbst in einem gesunden, kräftigen Körper vorfinden, und wir fühlen uns noch wohler und freier, wenn wir wissen, dass wir - also dieser Körper - schön sind und darum angenehm wirken. Wir suchen in dieser Welt das Schöne und Angenehme zu erlangen und von dem Unangenehmen und Abstoßenden verschont zu bleiben. - Diese Daseinsstruktur des Begegnungslebens, in der ein Ich einer Umwelt gegenübersteht, gibt es in der menschlichen Welt, in allen untermenschlichen Daseinsformen und ebenso in den übermenschlichen der Sinnensuchtwelt. Dazu zählt der Erwachte über den Menschen noch sechs Grade himmlischer Welten. Diese insgesamt zehn Bereiche haben alle die Struktur der Begegnung, wobei in den untersten Welten das Ich sich als elend, hässlich, schmerzvoll erfährt und sich in Begegnung mit äußerstem Leiden und Schmerzen erlebt. Diese Leiden und Schmerzen nehmen von der untersten Welt an weiter aufwärts über die Menschenwelt bis zu der höchsten der Sinnensuchtwelten immer weiter ab, und das Wohl der Befriedigung, soweit es innerhalb des Begegnungslebens erfahren werden kann, nimmt entsprechend zu. - So etwa beschreibt der Erwachte die Wohl- und Wehemöglichkeiten in der Sinnensuchtwelt. Hier kommen Wohl und Freude dadurch zustande, dass dem bei dem „Ich“ gespürten Verlangen nach bestimmter sinnlicher Wahrnehmung entsprochen wird. Ebenso kommt alles an Wehe, Schmerz, Leid und Entsetzen dadurch zustande, dass dem sinnlichen Verlangen nicht entsprochen wird oder entgegengesetztes Schmerzliches, Bedrückendes, Abstoßendes erfahren wird.

Die von Sinnensucht geplagten Wesen sehen sich abhängig von einer sich gewährenden oder verweigernden Umwelt. Sie erleben kurze Befriedigungen bei erfülltem Verlangen, aber diese Befriedigungen stillen nicht endgültig das Verlangen, sondern wecken nur den Wunsch nach mehr bis hin zur Ausuferung in Maßlosigkeit und Hemmungslosigkeit mit ihren Folgen an Verbrechen und Auflösung des sozialen Gefüges. Dieses Begehren und die dadurch bedingte Gefahr des Abgleitens in größte Wehgefühle bezeichnet der Erwachte in seiner vierten Lehre als des Begehrens Elend, Grobheit und Schmutz und stellt dagegen eine ganz andere Art von Wohl und innerem Frieden. Er zeigt, dass die uns bekannte sinnliche Erlebnisweise, das Erlebnis eines Ich in einer Welt mit den tausendfältigen Begegnungen, die als angenehm und als unangenehm, als beglückend und als entsetzlich empfunden werden - nur eine der möglichen Erlebnisweisen ist, und zwar die allergrößte, die wir die beschränkte Wahrnehmungsweise nennen. Nur hier wird die Vielfalt der Dinge erlebt mit Begegnung und Raum, mit Nähe und Ferne. Hier wird auch Zeit erlebt mit Kommen und Gehen und damit Entstehen und Vergehen und damit die dauernde Drohung des Untergangs und damit die dauernde Angst vor dem Untergang und die dauernde und zuletzt doch vergebliche Abwehr des vermeinten Untergangs. Diese Wahrnehmungsweise wird darum die beschränkte genannt, weil die Weisen wissen, dass die karmischen Folgen irgendwelcher Taten schon in dem Augenblick der Tat entstehen, nun da sind und unweigerlich irgendwann herankommen. - Doch der unbelehrte normale Mensch in seiner beschränkten Sicht weiß nichts davon und denkt nicht daran - bis sie ihn treffen.

Innerhalb dieser beschränkten Wahrnehmungsweise, eben der sinnlichen Wahrnehmung, in welcher das Menschentum, einige übermenschliche Bereiche und die gesamten untermenschlichen Bereiche erscheinen und erscheinend bestehen, gibt es zwar relativ mehr und weniger Wohl und Wehe - und diese Unterschiede sind sehr, sehr groß - aber es gibt außer

dieser beschränkten Wahrnehmungsweise noch drei andere Weisen, die alle drei unvergleichlich freier, seliger, reiner sind und von denen die dritte, die letzte, jene Unverletztheit ist, die auch zeitlos unverletzbar bleibt, insofern das Heil ist, das Nirvāna.

Die erste dieser drei höheren Weisen, die „freie Wahrnehmungsweise“, ist identisch mit den schon häufig besprochenen weltlosen Entrückungen, bei denen zwar die gesamte sinnliche Wahrnehmung, aber nicht die Wahrnehmung überhaupt wegfällt. Hier ist das Erlebnis von Ich und Welt vergessen, und ebenso ist der Raum mit Annäherung und Entfernung, die Zeit mit Kommen und Gehen, Entstehen und Vergehen, mit Todesdrohung und Abwehr der Drohung vergessen. Es ist jene in allen Religionen erfahrene und geschilderte selig freie Seinsweise, die wir darum die „freie Wahrnehmungsweise“ nennen.

Von dieser freien Wahrnehmungsweise sagen alle diejenigen, die sie erfahren haben, dass sie ganz unvergleichbar sei mit der beschränkten Wahrnehmungsweise, dass, wenn überhaupt, zuerst hier von einem „wahren Leben“ gesprochen werden könne. Denn abgesehen von der völligen Unzuverlässigkeit der beschränkten Wahrnehmungsweise vollzieht sich jeder Wahrnehmungsakt - und das bedeutet jeder Augenblick - unter den großen Schmerzen, die einerseits die jeweils sinnliche Erfahrung mit sich bringt (vom Erwachten mit „Klingenhieben“ verglichen) und andererseits den Schmerzen, die die Berührung der den Sinnesorganen innewohnenden Empfindlichkeit mit sich bringt (vom Erwachten mit dem fortgesetzten Nagen von Insekten an einer Wunde verglichen). In diesem Sinn sagt der Erwachte (Sn 772):

*Gefesselt in der Höhle, vielverkettet,  
haust ein Akteur, versunken tief in Blendung.*

Im gleichen Sinn sprechen auch die christlichen Mystiker von der tiefen, dunklen Höhle des normalen Lebens oder von der *dunklen Nacht der Sinne*. Und im gleichen Sinn mahnt *Ruisbroeck*:

*Steig über die Sinne, hier lebet das Leben.  
Selig der Geist, der dahin ist –'kommen.  
Ihm gleichet wohl keiner, wer immer es sei.*

In diesen mystischen Erlebnissen gibt es keine sinnliche Bedürftigkeit, kein Lügen und Lungern nach außen und darum keine Abhängigkeit mehr von dem äußeren Angebot. In diesem Zustand leben die Wesen selbstgenugsam in einem seligen Zustand. Sie sind meistens weltentrückt in sinnloser Entrückung und bei der Begegnung mit anderen Wesen von strahlendem Mitempfinden bewegt.

Diese Menschen nun, die in ihrer Anschauung es nicht mehr als Höchstes ansehen, durch Sinnenlust Wohl zu erfahren, besitzen vollständig die geistigen Voraussetzungen für die Durchführung der Satipatthāna-Übung.

Aber wenn auch jene selige Lebensweise abseits der sinnlichen Wahrnehmung und *abgeschieden von weltlichem Begehren und allen heillosen Gedanken und Gesinnungen* unvergleichlich reiner, heller, wohltuender, seliger ist und unvergleichlich länger währt als jede sinnliche Daseinsform, so besteht sie doch bedingt und ist durch die Wandelbarkeit der Bedingungen auch wandelbar und vergänglich. Sie ist bedingt und wird darum wieder vergehen. Solchem Sein wird wieder anderes Sein folgen, und so besteht auch dort noch Wechsel und Wandel und Geworfensein, und das ist Leiden. Der Erwachte zeigt, dass jegliche Wahrnehmung, auch die seligste, bedingt und vergänglich ist und dass nur in der Überwindung der Wahrnehmung Sicherheit und Heil gewonnen werden kann, denn jene Ruhe abseits der Wahrnehmung ist an keine Bedingung geknüpft und darum keiner Wandlung unterworfen, so wie die Stille nicht bedingt ist, an keine Bedingung geknüpft ist, sondern beim Schweigen der Geräusche übrig bleibt. Dieser Zustand ist das höchste und unzerbrechliche Wohl, das Nirvāna, denn daran ist keine der fünf Zusammenhäufungen, der bedingt entstehenden und bei Veränderung der Bedingungen wieder vergehenden Erscheinungen, beteiligt.

Alle fünf Komponenten der Existenz – Form, Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierte Wohlerfassungssuche – bedingen sich gegenseitig, mit ihnen ist kein Dauerwohl zu erreichen, keine Selbstständigkeit, nichts Ewiges, sondern alles zerrinnt und verläuft wie rieselnder Sand. Nur in ihrer Überwindung besteht der friedvolle Zustand des Heils. Diese Kernaussage des Erwachten ist in keiner anderen Religion zu finden.

Der normale Mensch, den der Erwachte immer wie folgt bezeichnet:

*Der unbelehrte, gewöhnliche Mensch hat keinen Blick für den Heilsstand. Er kennt nicht das Wesen des Heils und ist unerfahren in den Eigenschaften des Heils. Er hat auch keinen Blick für die rechten Menschen und ist unerfahren in den Eigenschaften der rechten Menschen -*

würde die drei ersten Aussagen des Erwachten als „lebensbejahend“ bezeichnen und die beiden letzteren Aussagen als „lebensverneinend“. Weil er der wahren Zusammenhänge unkundig ist, hält er jene in sich und an sich und um sich herum beobachteten Vorgänge für „Leben“. Dieses bejaht er grundsätzlich, erkennt aber gern an, dass dieses Leben schöner, heller, edler und würdiger wird, wenn man sich mildtätig, hilfsbereit verhält und sich in Sittlichkeit erzieht. Diesem unbelehrten Menschen stellt der Erwachten den anderen gegenüber:

*Doch der erfahrene Heilsgänger behält den Heilsstand im Blick. Er kennt das Wesen des Heils und ist erfahren in den Eigenschaften des Heils. Er hat darum auch einen Blick für die rechten Menschen, kennt die Art der rechten Menschen und ist erfahren in den Eigenschaften der rechten Menschen.*

Wem also durch die direkte oder indirekte Anleitung des Erwachten das Auge geöffnet wurde für die wahren Zusammenhänge dessen, was wir „Leben“ nennen, wer erkannt hat, dass jedes einzelne Erlebnis und jeder einzelne Gedanke und Wil-

lensentschluss genau bedingt war durch vorher liegende Bedingungen, die wiederum bedingt sind durch vorherige Bedingungen und so fort - der kommt von daher zur Durchschauung der totmechanischen Bedingtheit und darum Totheit derjenigen Vorgänge, die er bisher für „Leben“ hielt. Er sieht, dass in dieser gesetzmäßigen Bedingtheit und der damit erwiesenen Totheit der Grund alles Leidens liegt und dass die Freiheit erst jenseits und abseits dieses ausweglosen Kausalprozesses liegen kann. - Ein solcher, der die Vorgänge in der sinnlichen Welt nicht mehr als Leben bezeichnen kann, da er ihre Determiniertheit durchschaut hat, gewinnt eine ganz andere Einstellung zu den aus diesem dunklen Bereich der Sinne und der Sinnlichkeit herausführenden Weisungen der Großen. Er erkennt diese nicht als lebensverneinend, sondern als leidensverneinend und als leidensbefreiend.

In diesem Sinn muss auch das Wort von *Ruisbroeck*, einem christlichen Mystiker, verstanden werden:

*So kehre denn einwärts und lebe im Grunde!  
Steig über die Sinne, hier lebet das Leben!  
O selig der Geist, der dahin ist gekommen,  
ihm gleicht wohl keiner, wer immer es sei!*

Wir sehen, dass hinter diesen Worten nicht der Geist der Lebensverneinung steht, sondern der Jubel des aus dem Käfig befreiten Vogels, der Jubel des in die Freiheit entlassenen Gefangenen, die Beglückung des von der Hinrichtung Begnadigten. Von dem gewöhnlichen, in die sinnliche Wahrnehmung verstrickten Menschen sagt *Blaise Pascal* in seinen *Pensées*:

*Man stelle sich eine Anzahl Menschen vor, die in Ketten gelegt und alle zum Tode verurteilt, von denen immer einige Tag für Tag vor den Augen der anderen erdrosselt werden, so dass diejenigen, welche zurückbleiben, ihre eigene Seinslage in der ihresgleichen sehen und voller Angst und ohne Hoffnung auf-*



*einander schauen und abwarten müssen, bis die Reihe auch an sie komme. Das ist ein Bild der Seinslage des Menschen.*

Die fünfte, die höchste Lehre des Buddha aber führt aus dem Kreislauf des immer wieder Geborenwerdens und Sterbens heraus zur Beendigung allen Leidens. Diese hat er nur noch mit allen anderen Buddhas gemein, die nach seiner Aussage auch in viel früheren Zeiten weit vor ihm immer wieder erschienen waren, wie sie auch später immer wieder erscheinen werden.

Diese fünfte Lehre besteht in der vollkommen klaren, im tiefsten Sinne wissenschaftlichen Darstellung dessen, was wir naiverweise „das Leben“ nennen, das der Buddha und viele andere Weise als einen Traum bezeichnen. „Buddha“ heißt „der Erwachte“, und diese fünfte und höchste Lehre führt den Verstehenden und Befolger zur gleichen Erweckung aus dem Wahntraum der Existenz, wie sie der Buddha erfuhr.

So liegt die geistige Voraussetzung für die beharrliche praktische Übung der Satipathāna-Übung darin, dass man in seiner Anschauung zu einer negativen Beurteilung aller Sinnendinge hindurchgedrungen ist.

Unter „geistiger Voraussetzung“ wird nur die im Intellekt zu vollziehende oder vollzogene Anerkennung bzw. Einsicht von der Leidhaftigkeit des Begehrens insgesamt verstanden und nicht auch schon die Überwindung und Ausrodung des sinnlichen Begehrens. Dies wird im nächsten Abschnitt behandelt. Als ein Beispiel für die erkenntnisbedingte negative Bewertung der Sinnendinge nennt der Erwachte das Urteil eines weisen Mönches:

*Die Sinneserscheinungen dieser Welt und die Sinneserscheinungen jener Welt, die Sinneswahrnehmungen dieser Welt und die Sinneswahrnehmungen jener Welt - das ist beides Totenland, ist des Todes Revier, wo der Tod seine Köder auslegt und sich seine Beute holt. Da entwickeln sich immer wieder die üblen, heillosen Süchte, wie Habsucht, Antipathie bis Hass*

*und Rechthaberei. Diese aber sind Gefahren für den vorwärts schreitenden Heilsgänger!*

*Wie nun, wenn ich mit weitem, nach Befreiung strebendem Gemüt verweile, die Welt überwände, den Geist auf höhere Standorte gerichtet hielte? Wenn ich mit weitem, nach Befreiendem strebendem Gemüt verweile, Welt überwinde, den Geist auf höhere Standorte gerichtet halte, dann können diese üblen, heillosen Süchte, wie Habsucht, Antipathie bis Hass und Rechthaberei nicht mehr bestehen. Sind sie aber aufgegeben, so wird mir das Herz nicht mehr dem Beschränkten nachgehen, wird in der Welt nicht mehr messen (nach angenehm, unangenehm, wertvoll, wertlos), ist gut ausgebildet. (M 106)*

## Die seelischen Voraussetzungen für Satipatthāna Von sati zu Satipatthāna

Neben der rechten Anschauung bedarf es auch noch eines bestimmten seelischen Reifezustandes, um Satipatthāna fruchtbar durchführen zu können, der am besten zu erklären ist an der Entwicklung von Sati zu Satipatthāna. Diese beiden Begriffe werden oft verwechselt. Sati gehört zu den fünf Heilungseigenschaften, die der Erwachte als *indriya* bezeichnet. Sie fördern den Menschen in dem Maß, wie sie ausgebildet sind, auf dem Weg der sittlichen Läuterung bis zur Weltüberwindung und endgültigen Erlösung.

Die erste der Fünf ist Vertrauen, z.B. die geistig-seelische Verfassung eines Menschen, der einen ausgeprägten Sinn für die Einbeziehung der Daseinsfortsetzung im Jenseits hat und der darum nach seiner Natur nach religiösen Aussagen fragt, die über das gegenwärtige Leben hinausweisen.

Wenn Menschen, die Vertrauen besitzen, an die Religionen kommen, dann nehmen sie sie ernst, beziehen die Aussagen auf sich selbst und beginnen dann mit Intensität und Beharrlichkeit (zweite Heilungseigenschaft) eine sittliche Lebensführung, wie sie in den Religionen vorgeschlagen wird. Was früher im Westen als „praktischer Idealismus“ bezeichnet wurde

und in Indien heute noch als eine bestimmte Art von Yoga, das ist die beharrliche Arbeit, aus einer hohen Idee eine helle Wirklichkeit zu machen: durch Schonen der Wesen und Fürsorge und ganz ohne Lug und Trug zu einem hellen, engelhaften Sein zu erwachsen, das den Weg bereitet zu Frieden und Einigung.

Die Einübung dieser Tugenden erfordert von dem vertrauenden Menschen den Einsatz von Tatkraft und Wachheit. Und diese lässt ihn nicht ruhen, bis er die Umgewöhnung seines Lebenswandels so vollendet hat, dass sie ihm zur zweiten Natur geworden ist.

Damit stellt sich allmählich immer mehr merkbar die dritte dieser Heilungseigenschaften *sati* ein. *Sati* oder *sarati* heißt „sich erinnern“. Woran sich zu erinnern gemeint ist, das hängt vom Textzusammenhang ab. Wenn der Erwachte von *sati* spricht, dann ist darunter im engeren Sinn zu verstehen, dass man nicht, wie es menschenüblich ist, an diese oder jene interessanten oder schrecklichen Dinge in der Welt denkt, an sympathische oder unsympathische Menschen, angenehme oder unangenehme Dinge und Erlebnisse, sondern dass man sich der Lehre erinnert, dass man das Bild der Existenz vor Augen habe, das er mit seiner Lehre zeigt. Darum übersetzen wir *sati* mit Wahrheitsgegenwart. Im weiteren Sinne ist mit *sati* gemeint, dass man bei sich selbst bleibt, seine eigenen inneren Vorgänge im Empfinden und Denken beobachtet – darum übersetzen wir *sati* auch mit Selbstbeobachtung - und sie, wenn erforderlich, dahin lenkt, wie man sich durch die Lehre angeleitet sieht. *Sati* bedeutet also erstens, insgesamt die Entwicklung auf das Heil hin im Auge zu haben - zweitens bei sich der jeweiligen körperlichen, geistigen und triebhaften Vorgänge bewusst zu sein, diese zu beobachten.

Wenn durch die bisherige aufmerksame Selbsterziehung das von der Lehre gezeichnete Bild der Daseinszusammenhänge dem Nachfolger immer mehr gegenwärtig ist (Wahrheitsgegenwart), dann beobachtet er sein Denken und Tun, lässt sich immer weniger von Äußerlichkeiten ablenken zu der

früheren falschen Lebensführung, und die rechte befestigt sich immer mehr in ihm. Sich beobachtend, immer bei sich bleibend, sorgt er dafür, dass auch seine praktische Lebensführung sich seinen neuen Ansichten anpasst. Ein solcher kann sein früheres Leben, in dem er ein völlig falsches wahnhaftes Weltbild hatte, nicht mehr als rechtes Leben ansehen, denn er merkt, wie er jetzt durch die Gegenwart des rechten Anblicks und durch die Beobachtung seines Denkens und Tuns vor vielen Nebenwegen und Abirrungen bewahrt ist, dass jetzt erst sein Leben sinnvoll ist, indem er immer mehr gerade auf den erkannten Heilsstand zugeht.

Wenn ihm das Zurücktreten von allen weltlichen Gedanken und Sichkonzentrieren auf die rechten Gedanken gut gelingt, das heißt, wenn vorübergehend alle weltlichen Gedanken restlos fort sind, dann ist damit die vierte Heilungseigenschaft, Herzenseinigung (*samādhī*), anwesend - und diese ist die Voraussetzung für den Klarblick, für die fünfte, die der vierten immer unmittelbar folgt.

Die große Bedeutung der Heilungseigenschaft Wahrheitsgegenwart, *sati*, vergleicht der Erwachte mit dem verantwortungsvollen Dienst eines Torhüters (S 35,204). In einem ähnlichen Gleichnis wird der Körper mit seinen Sinnesdrängen mit einer Festung an der Grenze zum Feindesland verglichen, die von einem weisen, aufmerksamen Torhüter bewacht wird, der besonnen die Freunde von Feinden zu unterscheiden versteht (A VII,63). Dieser Torhüter ist *sati*. *Sati* ist also Besonnenheit, Eingedenksein, Wahrheitsgegenwart, die nur solche Sinnesindrücke „hereinlässt“, die nicht schaden, nicht das Hauptanliegen des zum Heil Strebenden zunichte machen.

Dieselbe praktische Tätigkeit von *sati* wird auch in M 117 beschrieben. Da wird an den ersten fünf Gliedern des achtgliedrigen Heilsweges erläutert, wie schon zu deren Erwerb immer die Wahrheitsgegenwart, Besonnenheit erforderlich ist und wie sie dadurch auch wächst und zunimmt. Betrachten wir dies am Beispiel der rechten Rede (dritte Stufe des achtfältigen Heilswegs):

Es heißt da, man müsse zum Erwerb der rechten Rede dreierlei Eigenschaften haben:

1. die rechte Anschauung darüber, was falsche und was rechte Rede sei (falsche Rede ist: Verleumden, Hintertragen, verletzende Rede, Geschwätz; rechte Rede ist deren Vermeidung);
2. muss man sati haben, d.h. man muss während seines Redens besonnen beobachten und sich durch Vergleich mit den geistigen Maßstäben vergegenwärtigen, ob die jetzige Redeweise richtig oder falsch ist;
3. muss man tatkräftig bewirken, dass man die durch solche Wahrheitsgegenwart (sati) als falsch erkannte Rede zurückhält, unterlässt oder wieder zurücknimmt und die als recht erkannte Rede pflegt.

Alle drei Fähigkeiten werden dem Torhüter sati zugesprochen. Daraus zeigt sich, dass die sati kein neutrales Werkzeug nur zur gleichmäßigen Beobachtung oder Erinnerung der Vorgänge ist, dass sie vielmehr im Dienst der „Weisheit“ stehen muss, und das ist die rechte Anschauung. Erst, wenn wir die Lehre des Erwachten weitgehend gefasst haben (rechte Anschauung), dann fangen wir an zu begreifen, was für uns schädlich und was für uns nützlich ist. Damit haben wir dann Weisheit gewonnen. Und nun geht es darum, dass wir dieses Wissen um das Schädliche und das Nützliche im Alltag bei unserem gesamten Erleben und bei unserem Tun und Lassen gegenwärtig haben und anwenden. Das ist die Wahrheitsgegenwart (*sati*). Den im Weltgetriebe mit dieser sati begabten Menschen vergleicht der Erwachte mit der unverfangen auf den Schlingen des Wildstellers liegenden Gazelle, die dem Fallensteller entkommen kann (M 26). Wenn durch die fünffache sinnliche Wahrnehmung das Befriedigende und das Abstoßende beim Geist ankommt, dann wird es von der sati, der Wahrheitsgegenwart, durchschaut als trügerische Erscheinungen, die das Leiden fortsetzen, den Samsāra fortsetzen, dem Elend kein Ende machen. Durch diese Bewertung seitens der nun im Dienst der Weisheit stehenden Beobachtung (*sati*) werden sie

nicht mehr als Wohl in den Geist eingeschrieben, und dadurch können in einem solchen Geist auch keine weiteren, auf Befriedigung des sinnlichen Begehrens gerichteten Wohlsuche-Programme mehr entwickelt werden, und die alten werden allmählich gelöscht. Insofern verweigert der weise, kluge, verständige Torhüter - eben die sati - *den Feinden den Eintritt.*

Diese sati, der weise, der wahrheitsgegenwärtige, besonnene Torhüter, ist am Anfang des Heilsweges noch nicht *in der Festung*, in diesem Körper. Solange Zuneigung und Abneigung noch in fast unbeschränkter Stärke dem Körper innewohnen, so lange wird die Aufmerksamkeit des Geistes fast nur von den blendenden Erscheinungen in Anspruch genommen, welche von den aufspringenden Wohl- und Wehgefühlen in die Wahrnehmung geschwemmt werden. Seine Unternehmungen werden von den verlockenden und den abstoßenden Zielen veranlasst. Darum bedarf es einer weitgehenden Minderung von Gier und Hass in dem menschlichen Herzenshaushalt, bis die sati, die besonnene Aufmerksamkeit, erwachsen und immer am Tor der Gegenwart gegenwärtig sein kann. Die sati setzt eine weitgehende Entwicklung in der Tugend, eine innere Zucht voraus.

Je mehr der Heilsgänger sich um den Fortschritt auf den ersten fünf Gliedern des achtgliedrigen Heilsweges bemüht, um so mehr muss er unter anderem immer mehr sati einsetzen. Das fällt im Anfang schwerer, aber im Lauf der fortgesetzten Übung durch die Monate und Jahre nimmt die Fähigkeit, die Eigenschaft Wahrheitsgegenwart immer mehr zu, die Selbstkontrolle nimmt zu, und der Mensch merkt immer eher alle Vorgänge in ihm und an ihm, und man kann durchaus sagen, dass ein jeder Mensch, der längere Jahre aufmerksam und ernsthaft in der Lehre des Erwachten steht, hernach beobachtender, aufmerksamer, klarer und ruhiger ist als zu Anfang. Während ein solcher Mensch im Anfang seiner Übung seine falsche Anschauung, falsche Gemütsverfassung, falsche Rede, falsches Handeln usw. kaum merkte oder erst später merkte und darum auch nicht genug bekämpfen konnte, führt die zu-

nehmende Selbstbeobachtung dazu, dass er alle üblen Dinge und alle guten Dinge, die in ihm aufsteigen und von ihm ausgehen, immer eher als solche bemerkt, so dass er den üblen auch immer rascher wehren kann, sie im Keim schon ersticken kann, bis er hernach die Selbstbeobachtung in einem so starken Maß an sich hat, dass er nach dem Gleichnis des Erwachten jenem Torhüter verglichen werden kann, dem die Verantwortung für die ganze Festung übertragen worden ist und der am Tor der Festung stehend, aufmerksam darüber wacht, ob diejenigen, die hereinwollen, seine Freunde oder Feinde sind, und ob diejenigen, die hinauswollen, Freunde oder Feinde sind, und der, weil er so aufmerksam wacht, auch keinen mehr hindurchlässt, dessen Durchgang er für schädlich hält.

Diese Übung wird vom Erwachten als sechste Stufe des achtgliedrigen Heilswegs beschrieben. Diese sechste Stufe, die vier Großen Kämpfe, bildet nach M 44 „das Rüstzeug“, d.h. die Ausrüstung, die unmittelbare Voraussetzung für Satipatthāna, das siebente Glied des achtgliedrigen Weges. Durch das Üben dieser vier Kämpfe wird alle auf die Welt gerichtete Aufmerksamkeit entlassen und der Geist ausgerichtet auf Freiheit von Begehren, auf Ich-Du-Gleichheit, auf Teilnahme und Mitempfinden. Mit dieser Entwicklung erst kann Satipatthāna fruchtbar geübt werden: *nach Hinwegführung weltlichen Begehrens und Bekümmerns*, wie es in der Einleitung zur Satipatthāna-Übung heißt.

*Nach Hinwegführung weltlichen Begehrens  
und Bekümmerns ist Satipatthāna zu üben*

Der Erwachte leitet die Beobachtung des Körpers ein mit den Worten (M 10):

*Da bleibt, ihr Mönche, der Mönch beim Körper in der fortgesetzten Beobachtung des Körperlichen, unermüdetlich, klar bewusst beobachtend, nach Hinwegführung weltlichen Begehrens und weltlichen Bekümmerns.*

Bei einem hellen Herzen ist weltliches Begehren zurückgetreten, in den Hintergrund getreten. Aus erhelltem, beruhigtem Gemüt wird Wohl bezogen. Ein solcher wird in seiner Absicht, unabgelenkt zu beobachten, nicht von weltlichem Begehren und weltlichen Sorgen behindert, gehemmt, wie es jedem normalen, in weltliche Wünsche und Sehnsüchte verstrickten Menschen geht, dem, wenn er ruhig beobachten will, Gedanken an Begehrensdinge und weltliche Angelegenheiten, die ihm Sorge machen, durch den Kopf wirbeln und ihn daran hindern, seine Beobachtung durchzuführen.

Der Erwachte nennt zehn Verstrickungen, in die der normale Mensch verstrickt ist. Aber diese zehn Verstrickungen, von denen weltliches Begehren die vierte ist <sup>54</sup>, sind keine stählerenen Fesseln, sondern sind elastisch und dehnbar. Die von ihnen ausgehenden Hemmungen können für einige Zeit aufgehoben werden, wie wenn man trotz der Hemmung durch Gummiseile, mit welchen man gebunden wäre, sich doch zur Tür hinausbewegte, die Hemmung also überwände. Wird Wohl vorwiegend aus Herzenshelligkeit bezogen und ist weltliches Begehren (4. Verstrickung) mit den Gedanken an mögliche Erfüllung zurückgetreten, dann erfährt der Übende unbehinderten, ungehemmten Durchblick. Die Hemmung durch weltliches Begehren und Sorgen ist hinweggeführt (*vineyya* – wörtlich fortgeführt habend – *loke abhijjhā-domanassam*), so dass der Übende, wie es bei jeder Satipatthāna-Übung heißt, *an nichts gebunden verweilt und nichts in der Welt ergreift*.

Um die Hinwegführung der Hemmung „weltliches Begehren“, um das Zurückgetretensein des Begehrens, womit zwangsläufig auch alles Sorgen, alle Bekümmernis entfällt, geht es bei der Inangriffnahme der Satipatthāna-Übung. Wenn die Satipatthāna-Übung gelingt, also der Körper, die Gefühle,

---

<sup>54</sup> Die ersten drei Verstrickungen, Glaube an ein Ich, Daseinsbangnis und die Begegnungsweise überschätzen, sind aufgehoben durch die Durchschauung der fünf Zusammenhäufungen als unbeständig, leidvoll, nicht-ich.



das Herz, die sonstigen zu sich gezählten Erscheinungen als Objekte beobachtet werden und durch diese Entfremdung der Ich-Bezug, die Ich-Empfindung herausgenommen worden ist, dann sind die Verstrickungen und damit weltliches Begehren und Sorgen vom Grund her abgeschwächt bis aufgehoben, wie es am Ende von M 118 heißt: *und wie Begehren und Bekümmern überwunden ist (pahāna), hat er mit Weisheit gesehen, und gut beobachtet er es.*

Die Satipatthāna-Übung ist also zu beginnen, wenn die Hemmung weltliches Begehren nicht besteht, und das Ergebnis der Satipatthāna-Übung ist die Abschwächung bis Aufhebung der Verstrickung weltliches Begehren.

Insofern sind beide grammatischen Möglichkeiten der Übersetzung von *vineyya loke abhijjhā-domanassam* vom Sinn her zutreffend:

*vineyya* = Gerundium: (die Hemmung weltliches Begehren) hinweggeführt habend, „nach Verwindung weltlichen Begehrens und Bekümmerns“, wie K.E.Neumann übersetzt, und

*vineyya* = Gerundivum: um (die Verstrickung) weltliches Begehren zu überwinden, „zur Verwindung“, wie Dahlke, Nyānaponika Mahāthera und Bhikkhu Bodhi übersetzen.

## Der erste Pfeiler der Selbstbeobachtung: Die Beobachtung des Körpers

### Beobachtung des Atems

Wir wenden uns nun den ersten drei Absätzen der Satipatthāna-Übung zu:

*Wie aber, ihr Mönche, bleibt der Mönch beim Körper in der fortgesetzten Beobachtung des Körperlichen?  
Da zieht sich nun der Mönch an einen abgelegenen Platz zurück: in einen Hain, unter einen Baum, auf*

einen Berg, in eine Höhle, in eine Gebirgsschlucht, auf einen Friedhof, in den Dschungel, auf ein Streulager im Freien. Dort setzt er sich nach dem Mahl, wenn er vom Almosengang zurückgekehrt ist, mit verschränkten Beinen nieder, den Körper gerade aufgerichtet, und pflegt auf sich selbst gerichtete aufmerksame Beobachtung.

Aufmerksam beobachtend, atmet er ein; aufmerksam beobachtend, atmet er aus. Atmet er tief ein, so weiß er: ‚Ich atme tief ein‘; atmet er tief aus, so weiß er: ‚Ich atme tief aus‘; atmet er kurz ein, so weiß er: ‚Ich atme kurz ein‘, atmet er kurz aus, so weiß er: ‚Ich atme kurz aus‘; ‚den ganzen Körper empfindend, will ich einatmen‘, so übt er sich. ‚Die körperliche Bewegtheit beruhigend, will ich einatmen‘; ‚die körperliche Bewegtheit beruhigend, will ich ausatmen‘; so übt er sich.

Gleichwie ein geschickter Drechsler oder Drechslergeselle tief anziehend weiß: ‚Ich ziehe tief an‘; kurz anziehend weiß: ‚Ich ziehe kurz an‘, ebenso nun auch, ihr Mönche, weiß der Mönch tief einatmend: ‚Ich atme tief ein‘; tief ausatmend: ‚Ich atme tief aus‘; kurz einatmend: ‚Ich atme kurz ein‘; kurz ausatmend: ‚Ich atme kurz aus‘. Und er übt sich: ‚Den ganzen Körper empfindend, will ich einatmen‘; ‚den ganzen Körper empfindend, will ich ausatmen‘; und er übt sich: ‚Die körperliche Bewegtheit beruhigend, will ich einatmen‘; ‚die körperliche Bewegtheit beruhigend, will ich ausatmen.‘

So wacht er nach innen beim Körper über den Körper und wacht nach außen beim Körper über den Körper, wacht nach innen und nach außen beim Körper über den Körper.

Er verweilt in der beharrlichen Beobachtung der körpermehrenden Vorgänge beim Körper (Einatmung)

*und in der beharrlichen Beobachtung der körpermindernden Vorgänge beim Körper (Ausatmung). Er verweilt in der beharrlichen Beobachtung der körpermehrenden und körpermindernden Vorgänge beim Körper. ‚Der Körper ist da‘, dieses Bewusstsein ist ihm nun ständig gegenwärtig, soweit es zur Durchschauung, dem Gewärtighalten der Wahrheit, erforderlich ist. Und abgelöst verweilt er, und nichts in der Welt ergreift er.*

*So verweilt, ihr Mönche, der Mönch beim Körper in der fortgesetzten Beobachtung des Körperlichen.*

*Der Mönch verweilt beim Körper in der fortgesetzten Beobachtung des Körperlichen,* heißt es. Normalerweise würde man sagen: „Er beobachtet den Körper“, aber gerade durch die Formulierung: *Er verweilt beim Körper in der fortgesetzten Beobachtung des Körperlichen* wird die geistige Haltung nahe gelegt, um die es geht, nämlich dass man sich ganz auf seinen Körper sammelt, dass man nur bei ihm ist. Um das zu können, begibt sich der Mönch an einen stillen, abgelegenen Ort, an dem weder seine Augen, noch seine Ohren, noch seine Nase abgelenkt werden. Wie der Begriff „leere Klausur“ zeigt, kann ein Mensch diese Übung auch gut in seinem Zimmer durchführen, wenn er eine für alle fünf Sinne möglichst neutrale Umgebung hat.

*Der Mönch setzt sich mit verschränkten Beinen nieder, den Körper gerade aufgerichtet und pflegt auf sich selbst gerichtete, aufmerksame Beobachtung.* Warum die Beine verschränken und den Körper gerade aufrichten? Diese Haltung ist nicht etwa eine spezifisch buddhistische oder auch nur allgemein indische Haltung. Man sieht und man sah von jeher viele Inder in anderer Weise sitzen, und auch der Erwachte selbst und seine Mönche saßen durchaus nicht immer mit verschränkten Beinen, wie aus vielen Lehrreden hervorgeht. Außerdem gibt und gab es diesen Sitz im Westen auch

schon früher und nicht erst seit dem Import des Yoga und des Buddhismus. Aber abgesehen davon fordert der Erwachte zu dem Sitz mit verschränkten Beinen und gerade aufgerichtetem Körper nur an ganz wenigen Stellen in den Lehrreden auf und immer nur dann, wenn es sich um die höheren Übungen handelt, die in der Nähe des samādhi liegen, insbesondere der weltlosen Entrückungen, des seligen Vergessens von Welt und Ich. Wenn man seinen Leib vergisst, dann könnte er umfallen und Schaden nehmen. Darum muss er vorher so gegründet werden, dass er nicht umfällt. So wird durch die verschränkten Beine eine breite Grundlage geschaffen wie bei der Pyramide und durch die gerade Aufrichtung des Körpers jene Senkrechte, die ohne einen äußeren Anstoß nicht umfallen kann. So erleichtert diese Sitzweise die stille Selbstbeobachtung und auch den Eintritt in die weltlose Entrückung, aber sie ist keine unerlässliche Voraussetzung dafür, da erwiesen ist, dass beides auch in anderer Sitzweise möglich ist.

Nun werden drei verschiedene Übungen beschrieben, deren jede eine Stufe für sich ist und ihre Bedeutung hat. Zuerst wird der Atem beobachtet, wobei man nur feststellt, ob dies ein tiefer Atemzug oder ein flacher Atemzug ist.

Indem der Mönch so seine Aufmerksamkeit nur auf den Atem richtet, den Atem beobachtet und dabei die weltlichen Dinge mehr und mehr vergisst, da entdeckt er für sich den Leib in ganz anderer als der bisherigen Weise. Immer deutlicher dringen in sein Bewusstsein die mehr oder weniger gleichmäßigen Atemzüge, der Rhythmus des Einatmens und Ausatmens. Er merkt immer deutlicher die Anwesenheit jener Dampfmaschine, die da einpumpt und auspumpt.

Nachdem der Mönch diese Beobachtung durchgeführt hat und dadurch schon fähiger im Beobachten geworden ist und den Leib schon mehr entdeckt hat, da achtet er auf die Wirkungen des Ein- und Ausatmens. Immer mehr merkt er die Wandlungen beim Lungenbalg, der auseinandergeht und zusammenschrumpft in ständigem Wechsel. Er merkt, wie die Rippen sich heben und sich senken, wie der Brustkorb weiter

und enger wird, wie der Bauch voller und leerer wird, wie durch Weiten der Lunge manche Organe verdrängt werden, die wiederum andere Organe verdrängen, wie also mit jedem Einatmen und Ausatmen im Körper viele größere und kleinere Verschiebungen vor sich gehen. Der Körper tritt für ihn immer mehr in den Vordergrund, er entdeckt die Leiblichkeit mit ihrem Rhythmus des Atmens und den anderen Rhythmen des Herzschlags usw. Dieser Fleischleib tritt mehr und mehr aus dem dunklen Hintergrund in sein Bewusstsein und füllt sein Wissen aus: *Der Körper ist da', diese Beobachtung ist ihm nun ständig gegenwärtig.*

Die dritte Übung im Unterschied zu den beiden ersteren Übungen, die nur die Beobachtung von Vorgängen sind, bedeutet schon mehr, ist schon eine Art Wandlung, man greift in die körperlichen Vorgänge ein, man gewinnt die Fähigkeit, den Atem zu lenken und von daher die vegetativen Vorgänge zu schlichten und zu beruhigen.

### Die geistigen Wandlungen durch Satipatthāna

Der Erwachte sagt, dass der Mönch sein Gemüt an diese vier Pfeiler der Selbstbeobachtung anbindet und nicht locker lässt, wie etwa ein Elefant an einen Pfahl angebunden ist und nicht von ihm fortkommt (M 125). Damit ist gemeint, dass der Mönch, der Satipatthāna übt, keinen anderen Gedanken hat als lediglich die Beobachtung der betreffenden Objekte. Der Erwachte sagt, dass ebenso wie der Elefant, wenn er nur lange genug an den Pfahl angebunden ist und auch sonst von dem Elefantenbändiger richtig behandelt wird, eben dadurch *seine waldgewohnten Erinnerungen und Sehnsüchte, seine waldgewohnte Angst, Unlust und Leidenschaft verliert* - ganz ebenso auch verliert der Mönch, wenn er lange genug seinem Gemüt nichts anderes anbietet und sich mit nichts anderem beschäftigt als mit jenen vier Dingen der Selbstbeobachtung, dadurch sein *hausgewohntes Verhalten, die*

*hausgewohnten Erinnerungen und Sehnsüchte, hausgewohnte Angst, Unlust und Leidenschaft*, verwirklicht die Versiegung aller Wollensflüsse und Einflüsse.

Je mehr wir erkennen, wie realistisch diese Verheißungen sind, um so mehr werden wir Wille und Kraft entfalten, uns auf diese Übungen recht vorzubereiten. Darum sollen diese Wandlungen hier erst einmal so gut wie möglich genannt und im Zusammenhang mit den fortschreitenden Übungen näher beschrieben werden.

a) Das Denken wird beruhigt

Wenn der Mönch, nachdem er in den verschiedenen anderen Übungen fortgeschritten ist, die Satipatthāna-Übung in der empfohlenen Reihenfolge durchführt, dann verliert er die letzten Reste des unwillkürlichen diskursiven Denkens, er kommt von allem denkerischen Hin- und Hereilen, Konstruieren, Spekulieren zum stillen Beobachten. Die Satipatthāna-Übung ist in gewissem Sinn ein Zwischenstadium zwischen dem normalen ungezügelten Denken, das jetzt endgültig hinter ihm liegen muss, und der völligen Denkstille, d.h. der Einstellung des Denkens, auf die er sich hinentwickelt. Diesen Übergang kann kein Mensch plötzlich vollziehen. Die der Satipatthāna-Übung vorangehenden Übungen sind schon gewisse Übergänge, indem sie den Menschen immer stärker auf die Innehaltung seiner Übungen konzentrieren und damit dem Denken immer weniger Raum zum Umherspringen lassen.

In der Satipatthāna-Übung aber hat der Geist nichts anderes mehr zu tun als zu beobachten. Bei dieser Beobachtung geht es nicht mehr um aktives Denken, sondern der Geist folgt nur den körperlichen Vorgängen.

b) Die Welt wird vergessen

Aus der zunehmenden Beruhigung des Geistes in der Beobachtung körperlicher Vorgänge folgt das Vergessen der Welt.

Man stelle sich den Mönch vor, der in rechter Lebensführung gefestigt und gesichert ist, der die Sinnesdränge zu hüten weiß und ununterbrochen behütet hält, der also durch sinnliche Eindrücke sich nicht mehr erregen und zu assoziativen Gedanken veranlassen lässt, der sich von keiner Speise mehr reizen lässt, sondern nur zur Erhaltung des Körpers Nahrung aufnimmt, der in unablässigem, aufmerksamem Kampf sein Gemüt von trübenden Dingen geläutert und gesäubert hat, so dass in seinem Geist keine üblen Gesinnungen und Gedanken aufsteigen, und der nun *nach Hinwegführung weltlichen Begehrens und weltlicher Bekümmernis* nichts anderes an sich heran und in sich aufkommen lässt als die Wahrnehmung des eigenen Körpers. Äußerlich abgeschieden weilend, innerlich in tiefer Stille, beobachtet er, wie Luft einströmt und Luft ausströmt, beobachtet er, wenn wenig Luft ein- und ausgeatmet wird oder viel Luft ein- und ausgeatmet wird, und beobachtet er die Bewegungen im Körper, die von den Atmungsvorgängen ausgelöst werden. Was etwa noch zwischendurch an Gedanken aufsteigt und das Gemüt bewegen will, das weist der in dieser Zucht schon Geübte und Bewährte mit leichtem Wink von sich und bleibt bei der stillen Beobachtung nur jener Vorgänge am eigenen Leib, jener Vorgänge, die er nicht zu betreiben braucht, die „von selber“ vor sich gehen. - Mit dieser beharrlichen, ununterbrochenen Beobachtung der Vorgänge am eigenen Körper über Tage, über Wochen und Monate treten die weltlichen Dinge im Gedächtnis immer mehr zurück.

Wenn wir bedenken, wie der gewöhnliche Mensch, der Geschäftsmann, die Mutter und Hausfrau, das Kind, durch die Erlebnisse des Tages in ihrem Geist bewegt und aufgewühlt werden, und damit vergleichen, wie beruhigt Geist und Gemüt sein können, wenn man sich nur schon wenige Stunden von äußeren und inneren Eindrücken fernhalten konnte, wie dabei schon das weltliche Getriebe in die Ferne rücken konnte und Stille fühlbar wurde - dann versteht man, wie still es in dem innerlich und äußerlich weltabgeschiedenen Mönch sein muss,

der endlich und endgültig alles weltliche Denken entlässt und in der Stille der Einsamkeit nichts anderes in sein Bewusstsein aufnimmt als die eingehenden und ausgehenden Atemzüge.

Wer für die Dinge, die fern und die nahen, Interesse hat, für den gibt es mit jedem Blick auch das Raumerlebnis; für wen aber die Dinge gleichgültig sind, ja, kaum wahrgenommen werden, für den es nichts anderes gibt als die Beobachtung der körperlichen Vorgänge, für den gibt es keinen Vergleich zwischen Ferne und Nähe, für den wird darum auch Raum immer blasser und uninteressanter. Und indem er an alle diese Dinge nicht mehr denkt, entschwindet für ihn mit dem Bewusstsein der Welt auch das Bewusstsein von Vergangenheit überhaupt. Er lebt in der ständigen Gegenwärtigkeit der still und aufmerksam beobachteten Atemzüge seines Leibes. Und da er keinerlei Anliegen hat, so rückt ihm auch jegliche Zukunft immer ferner.

Natürlich erhebt sich ein solcher Mönch dann und wann, um den Almosengang zum Dorf zu gehen. Er nimmt die erhaltene Nahrung gesammelt zu sich, aber diese Handlung ist kein Grund für ihn und darf für ihn kein Grund sein, sich wieder von der Welt beeindruckt und bewegt zu lassen. Ausdrücklich heißt es:

*Und uneingepflanzt verharrt er, und nichts in der Welt ergreift er.*

So ist auch ein Satipatthāna übender Mönch nicht Tag und Nacht ununterbrochen in der Einsamkeit, aber es ist ein Unterschied, ob der Mönch einmal am Tag einen solchen Gang zu machen hat und die ganze übrige Zeit in der stillen Beobachtung des Atems weilen kann oder ob der Hausvater oder die Hausmutter den ganzen Tag den mannigfaltigsten Angehungen ausgeliefert ist, mehr oder weniger in Begehren und Abneigungen hinein verflochten ist und dann vielleicht einmal am Tag fünf Minuten oder zehn Minuten oder eine halbe Stunde sich zurückziehen kann zu dem zwangvollen Versuch der Atembetrachtung. - Und ein noch größerer Unterschied



besteht zwischen einem, der an den Eindrücken der Vielfalt festhält, sich mit ihnen weiterhin im Geist beschäftigt, so dass sie das ganze Gemüt durcheinanderwirren wie aufgewirbelter Staub, und einem fortgeschrittenen Mönch, bei dem jedes sinnliche Erlebnis aus vollkommenem Mangel an Interesse unmittelbar nach der Begegnung hinabsinkt in das Vergessen, gleichwie der Staub in luftleerem Raum nicht bewegt wird.

### c) Der Leib wird Objekt

Worauf der Mensch seinen Blick lenkt oder was er hört oder woran er denkt, das ist ihm Objekt. Das unterscheidet er von sich selbst als dem Subjekt. Auch wenn er die Ausdrücke „Subjekt“ und „Objekt“ nicht denkt, so besteht immer der Gegensatz zwischen dem Beobachtenden und dem Beobachteten und damit der Gegensatz zwischen dem, was als Ich und was als Umwelt aufgefasst wird. Da nun der normale Mensch in der Regel weder seinen Körper noch seine Gefühle und noch viel weniger die Regungen seines Herzens beobachtet, sondern vielmehr von den Regungen seines Herzens und seinen Gefühlen, von Zuneigung und Abneigung gelenkt, den Körper einsetzt, um durch Sprechen und Handeln an den äußeren Dingen oder an den Menschen dieses oder jenes zu erreichen, so fasst er in der Regel sowohl die Regungen seines Herzens wie die Gefühle und den Körper als sein Ich, als Subjekt, auf und fasst die äußeren, ihm begegnenden Dinge und Wesen als Objekt auf. Damit aber ist sein Ich ebenso verletzbar wie es vielseitig ist: der gewöhnliche Mensch fürchtet Verletzung oder gar Vernichtung des Körpers und andere schmerzliche Gefühle. Durch die vom Erwachten empfohlenen Übungen der Selbstbeobachtung werden nun diese Bestandteile, mit denen sich der gewöhnliche Mensch identifiziert, für ihn nach und nach zu umweltlichen Dingen und Gegenständen, und damit wird der als Ich empfundene Komplex entsprechend kleiner und so auch weniger verletzbar.

Wer nun alle vier Pfeiler der Selbstbeobachtung und damit die gesamten den Menschen bildenden Elemente in der vorgeschriebenen Weise beharrlich üben kann, der kommt damit zu einer inneren Freiheit und Unverletzbarkeit, die der normale Mensch sich nicht vorstellen und darum kaum glauben kann. So wie ein Mensch, der nach Hause gekommen, seinen Mantel auszieht und abends zum Schlafengehen seine Kleider auszieht, so sieht der Übende allein schon durch die beharrliche Beobachtung des Körperlichen diesen Körper allmählich als etwas Zusätzliches, nicht zu ihm Gehöriges an, als etwas, das für manche Dinge nützlich ist, andererseits eine große Beschwerde mit sich bringt, von der er sich nur durch die Beobachtung wie befreit sieht. Noch viel stärker befreit fühlt er sich durch die Beobachtung der Gefühle, des Herzens, der Erscheinungen.

Der Erwachte hat an die Satipatthāna-Übung die im Anfang genannte Verheißung einer vollständigen Auflösung aller Leidensmöglichkeiten geknüpft, wenn sie begonnen wird, nachdem das Herz von Befleckungen gereinigt und frei von weltlichem Begehren und weltlicher Bekümmernis ist.

Der mit der christlichen Mystik vertraute Leser mag an das Wort von *Angelus Silesius* erinnert werden:

*Drei Feinde hat der Mensch: sich, Beelzebub und Welt. Von diesen wird der erst' am langsamsten gefällt.*

Dieses Wort stimmt in einer bemerkenswerten Deutlichkeit und Tiefe mit dem vom Erwachten genannten dreistufigen Reinigungsprozess überein und bestätigt damit das Wort des Erwachten: *Wovon andere Weise sagen ,das ist', davon sage auch ich ,das ist'. Wovon andere Weise sagen ,das ist nicht', davon sage auch ich: ,das ist nicht'.*

Als erste Reinigungsstufe nennt der Erwachte Tugend, Reinigung des Begegnungslebens. Auch im Christentum gilt es, das Böse, Beelzebub, als erstes zu lassen. In beiden Religionen geht es zuerst um die Übung in guten Sitten.

Als zweiten Feind des Menschen nennt die christliche Mystik „die Welt“. Sie gilt als die Verführerin zur Sinnenslust mit all ihren üblen Folgen an Untugend. Die Überwindung dieses Feindes, Welt, nennt der Erwachte mit seiner zweiten Stufe: *samādhi*, Herzenseinung, ein seliges Leben in weltbefreiter Entrückung, das nur dann erfahrbar wird, wenn sich der Nachfolger in der Tugend zu guten Sitten, zu Nachsicht und Nächstenliebe entwickelt hat und sich dadurch im eigenen Gemüt so glücklich und hell und wohl fühlt, wie es von keinerlei Dingen der Welt erzeugt werden kann. Dadurch wird Welt und die Abhängigkeit von ihr überwunden. Der Weltentrückte steht über ihr, bedarf ihrer nicht.

Dann nennt *Angelus Silesius* als am schwersten zu überwinden die Befreiung von dem Feind „Ich“ - und zu diesem Ziel führt den Kenner der Lehre - auch vom Erwachten als letzte große Übungsetappe genannt - die Übung in Satipatthāna.

Der Leser wird sich erinnern, dass zur Erreichung des Eintritts in die Heilsströmung die Auflösung der drei ersten Verstrickungen erforderlich ist, deren erste genannt wird „*Glaube an Persönlichkeit*“, d.h. der Glaube, ein eigenständiges Ich, ein frei wollendes Wesen zu sein. - Um die endgültige und restlose Auflösung der Ich-bin-Empfindung geht es letztlich bei der Satipatthāna-Übung.

Die meisten Mönche und Nonnen des Erwachten, die die beiden ersten großen Entwicklungsabschnitte hinter sich haben, haben auf diesem Weg den Glauben, eine Persönlichkeit zu sein, schon weitgehend und manche endgültig als Trug durchschaut. Aber wie weit sie damit auch gediehen sein mögen - die Satipatthāna-Übung erfüllt den Zweck, diese Täuschung auch vom Gemüt her aufzuheben und darüber hinaus alle übrigen neun Verstrickungen, durch die das Welterlebnis in groben und feinen Formen bedingt ist. Wer durch diese Übung nicht zur völligen Aufhebung, besonders der letzten feineren (an die oberen Daseinsformen haltenden) Verstri-

ckungen gekommen ist, der wird durch diese Übung ein Nichtwiederkehrer, d.h. nach dem Versagen des Körpers jenseits des Todes wird er weder in dieses irdische Menschenleben noch in eine andere der zehn sehr unterschiedlichen Formen in der Sinnensuchtwelt einkehren, sondern darüber hinaus in die Welt der Reinen Form, wo er dann diese Übung fortsetzt, die ihn damit zur vollen Befreiung von allen Verstrickungen und damit zur Versiegung aller Einflüsse gelangen lässt.

### Beobachtung der Körperhaltungen

Die nächste Übung heißt:

*Der Mönch weiß, wenn er geht: ‚ich gehe‘; wenn er steht: ‚ich stehe‘; weiß, wenn er sitzt: ‚ich sitze‘, weiß, wenn er liegt: ‚ich liege‘. Er weiß, wenn sich der Körper in dieser oder in jener Stellung befindet, dass es diese oder jene Stellung ist.*

Während die Atembeobachtung nur im Sitzen vollzogen und dabei der atmende Körper entdeckt wurde, geht es jetzt darum, den so entdeckten Leib in allen seinen Stellungen und Bewegungen unter Beobachtung zu behalten. Der normale Mensch weiß meistens nicht, ob er geht oder steht, sondern er denkt an Zweck und Ziel seines Gehens. Er geht, um etwas Ersehntes zu erlangen oder um etwas Übles abzuwehren. Diese Gedanken und Gefühle beschäftigen seinen Geist, und darum ist er sich nicht bewusst, dass er geht oder steht.

Der übende Mönch dagegen ist von weltlichem Begehren und weltlicher Bekümmernis frei. Er befindet sich in ständiger Beobachtung des Leibes in allen Bewegungen und Stellungen. Durch diese kontinuierliche Beobachtung wird der Körper immer häufiger und natürlicher als ein Ding in der Welt, also als ein Objekt, ein Gegenüber gesehen, so wie alles Beobachtete als „Gegenstand“, d.h. als etwas dem Beobachter Gegen-

überstehendes angesehen und empfunden wird. So wird durch die beharrliche Beobachtung des Körpers in seinen Tätigkeiten das Ich unmerklich, aber auf die Dauer endgültig um den Körper reduziert, da dieser durch die Beobachtung der Umwelt zugeordnet ist. Dem so sich Übenden erscheint es, als ob er einen neuen ständigen Begleiter bekommen habe. Wo immer er sich befindet, da auch sieht er diesen Leib wie einen Begleiter, wie ein anderes Du, während er ihn bisher fast gar nicht bemerkte oder sich mit ihm nur als mit seinem Ich beschäftigte.

Mit dieser Übung nimmt die Entweltung noch immer weiter zu. Der normale Mensch, weil er aus den Augen in die Welt schaut, aus den Ohren in die Welt hineinhorcht und darum den Leib zum Ich zählt, sagt, wenn er oben Formen sieht und Töne hört: „Ich bin unten“ oder wenn das Auge von oben herab Formen sieht, das Ohr von oben herab Töne hört: „Ich bin oben“: Wo immer sein Leib ist innerhalb der durch die sinnliche Wahrnehmung erlebten dreidimensionalen Weltlichkeit, da glaubt er selbst zu sein. Das wird durch die Körperbetrachtung allmählich, aber gründlich anders. - Wer nicht vom Leib aus in die Welt schaut, sondern den Leib wie die Welt sieht, der ist nicht mehr „hier“ oder „dort“, wo der Leib ist, der hat keinen Punkt mehr in der Welt, keinen Mittelpunkt mehr im Raum, der hat keine Perspektive, keine Nähe und keine Ferne mehr, der kommt zur Unräumlichkeit, zur Raumüberwindung, der gewinnt ein tiefes Verständnis für die Allgegenwärtigkeit wie auch für die Nirgendheit, der hebt Begrenzungen auf, Beschränktheiten auf, der wird universaler.

Zur Ausdrucksweise muss hier noch gesagt werden: Wer die Übung so durchführt, wie sie vom Erwachten gemeint ist, der wird merken, dass das Erlebnis der Nicht-Ichheit dieses Leibes ihn so tief beeindruckt, dass er beim Gehen fast nicht sagen mag: „Ich gehe“ und beim Stehen: „Ich stehe“ usw., sondern dass er weit mehr geneigt ist zu sagen: „Da geht dieses Gestell, dieses Werkzeug, dieser Leib.“ - Der Erwachte aber fordert von dem sich übenden Mönch, dass er trotz der

Wandlung der Ich-Perspektive die alte Ausdrucksweise, derer sich auch der Erwachte im Umgang mit den Menschen bedient, beibehält. Würden Erwachte, Triebversiegte oder auch viele der auf christlichem Weg zu hohen Lauterkeits- und Weisheitsgraden gekommene Menschen ihre Erlebnisse so ausdrücken, wie sie sie erleben, so würde der normale Mensch diese weniger verstehen können, als etwa ein Säugling das Gespräch zwischen zwei Erwachsenen verstehen könnte. Darum bedient sich der Erwachte, wie er ausdrücklich sagt, der dem unbelehrten Menschen gemäßen Ausdrucksweise. Und mit dieser Übung lernt auch der kämpfende Mönch, trotz Vordringens in eine ganz andere körperfreie und weltfreie Perspektive, im Gespräch mit normalen Menschen bei der auf sinnliche Wahrnehmung zugeschnittenen Ausdrucksweise zu bleiben.

Aber diese befreiende Wandlung der Ich-Perspektive erfährt nicht derjenige an sich, der einmal eine halbe Stunde Satipatthāna übt und dann wieder mehrere Stunden aus diesem Körper heraus in die Welt schaut und horcht und riecht und schmeckt und tastet. Wir müssen dieses wissen und verstehen: Wie wir vorwiegend und hauptsächlich den Leib ansehen, einen dementsprechenden Standort nehmen wir ein. Wenn wir hauptsächlich aus dem Leib heraus in die Welt hineinleben, wenn uns also hauptsächlich um die durch den Leib empfindbaren Sinnesdinge zu tun ist, dann zählt der Leib zum Ich-Erlebnis, dann bleibt man treffbar, sterblich und in Ängsten, wie es eben bei dem gewöhnlichen Menschen ist. Wer sich aber endgültig von den Dingen der sinnlichen Wahrnehmung, von dem „weltlichen Köder“, abgewandt hat und nun im Begriff ist, sich auch von dem immer klarer als Elend durchschauenden Leib abzuwenden - bei einem solchen tritt infolge dieser anhaltenden Übung allmählich eine Umschichtung der Perspektive ein, wie sie in mehreren Etappen vom Erwachten beschrieben wird als die sogenannten *Überwindungen* (*abhi-bhāyatana*). Die erste Überwindung, den ersten Befreiungsgrad beschreibt der Erwachte (M 77):

*Sich selbst als formhaft empfindend, sieht er (als Außenwelt) nur noch Form.*

Der normale Mensch ist sich nicht bewusst, dass gerade die sichtbaren Körper selbst nichts wissen, nichts wollen und auch nichts können, sondern von den inneren Trieben der Wesen gehandhabt und bewegt werden nach den inneren Neigungen und Absichten. Wer aber die Satipatthāna-Übung beginnt mit dem inneren Reifegrad, den der Erwachte ausdrücklich nennt: *nach Überwindung weltlichen Begehrens und weltlicher Bekümmernis*, der weiß, dass das Wollende und Bewegende völlig unsichtbar ist und dass alles, was irgendwie als bewegt sinnlich wahrnehmbar ist, nur von den selbst unsichtbaren Trieben Bewegtes und Geschobenes ist. Er weiß, dass er die eigentlichen Lebewesen gar nicht sieht, sondern nur das von ihnen Bewegte: *Packst unter Menschen nur die Puppen an.* (Thig 394)

Wenn irgendwo auf der Straße oder in der Landschaft ein Papierfetzen, ein Stück Zeitung liegt und der Wind dieses Blatt hochhebt und wieder fallen lässt und ein Stück vor sich her bläst und wieder loslässt, dann wissen wir, dass das Blatt sich nicht selbst bewegt, sondern von einer anderen Kraft bewegt wird. Wenn aber ein Mensch freudig oder zornig vor einem anderen Menschen steht und entsprechend spricht und sich verhält, dann weiß nur der vom Erwachten Belehrte, dass dieser Körper sich ganz ebenso wenig selbst bewegt wie der Papierfetzen, dass er ganz ebenso von inneren Drangkräften - Zuneigung oder Abneigung - so bewegt wird wie der Papierfetzen vom Wind. In der ganzen Welt gibt es das nicht, dass ein Körper, sei es Mensch oder Tier, „sich selbst bewegt“. Darum kann ein durch die vorletzten und letzten Übungen nach der Lehre des Buddha gereifter Mönch sich nicht mehr mit dem Körper identifizieren.

Durch die vollzogene Beobachtung des Körpers kommt der Satipatthāna Übende nun zur zweiten Befreiungsstufe, die von dem Erwachten formuliert wird:

*Sich selbst als ohne Form begreifend, sind ihm alle Formen nur Außenwelt.*

Das heißt, er hat in Bezug auf das Ich keine Formvorstellung mehr. Die Körperform ist ja zum beobachteten Objekt geworden, zur Außenform - selbst wenn er sich noch mit Gefühl und Wahrnehmungen identifizieren sollte.

Der Wahrheit gegenwärtig,  
klarbewusster Einsatz des Körpers

Die nächste Übung innerhalb der Körperbeobachtung beschreibt der Erwachte wie folgt:

*Der Mönch ist der Wahrheit gegenwärtig, klar bewusst beim Kommen und Gehen; klar bewusst beim Hinblicken und Wegblicken; klar bewusst beim Strecken und Beugen des Körpers; klar bewusst beim Tragen des Gewandes und der Almosenschale des Ordens; klar bewusst beim Essen und Trinken, Kauen und Schmecken; klar bewusst beim Entleeren von Kot und Urin; klar bewusst beim Gehen und Stehen und Sitzen, beim Einschlafen und Aufwachen, beim Reden und Schweigen.*

Die hier genannte Übung ist bei aller scheinbaren Ähnlichkeit mit der vorher genannten wohl von ihr zu unterscheiden. Der normale Mensch tut die hier genannten Dinge wie: Kommen und Gehen, Hinblicken und Wegblicken, Essen, Trinken usw. meistens weder bewusst, noch hat er sie sich besonders vorgenommen. Darum bestand der erste Schritt der Selbstbeobachtung darin, dass man diese Vorgänge, die vorher unbewusst vor sich gingen, nun bewusst vor sich gehen lässt, wie in der vorigen Übung beschrieben. Jetzt aber geht es darum, dass man sich, eingedenk der Beschaffenheit des Körperinstrumentes, klar bewusst zum Gehen, Kommen usw. entschließt und



von Anfang an diese bewusst gewollten Handlungen auch in der Beobachtung hält. „Klar bewusst“, d.h. ebenso viel wie: klar gewollt, nur mit Absicht, nicht ohne Absicht regt er die Glieder. Während durch die vorigen Übungen seine körperlichen Haltungen immer mehr bewusst wurden, aber oft noch ungewollt, unwillkürlich begannen, so gibt es durch diese Übung, wenn sie vollendet ist, nicht nur keine unbewussten, sondern auch keine ungewollten, keine unwillkürlichen körperlichen Einsätze mehr, sondern alle Handlungen sind klar bewusst und klar gewollt. Somit ist bei dieser Übung die Qualität der Beobachtung und Kontrolle erheblich besser als bei der vorherigen Übung.

Aber auch die Quantität der Beobachtung und Kontrolle ist bei dieser Übung erheblich höher und größer als bei der vorherigen, denn während vorher nur die vier Körperhaltungen und die dazwischen liegenden Möglichkeiten zu beobachten waren, geht es jetzt um Alles und Jedes, was ein von der rechten Anschauung durchdrungener, auf dem Weg der Läuterung bereits so weit vorgeschrittener Mönch überhaupt noch mit dem Leibe macht: hinblicken, wegblicken, kauen, schmecken, entleeren, einschlafen und aufwachen, reden und schweigen. Hier ist eine lückenlose, ununterbrochene Beobachtung. Hier folgt der Geist kontinuierlich den gesamten Handlungen und Äußerungen dieses Leibes; hier ist wahrhaft der Geist an den Leib gebunden wie der Elefant an den Pfahl. Und darum wird diese Übung auch bei fast allen Heilswegweisungen stellvertretend für die gesamten Körperbetrachtungen genannt. (M 27, 38, 39, 51, 60, 76, 94, 107, 125)

Daraus ergibt sich noch ein anderer Reifegrad für den Mönch, ein Reifegrad, der für die Erreichung weiterer Ziele sehr wichtig ist. Hat der Mönch durch die Atembetrachtung zuerst den Körper entdeckt und als ein motorisches Gerät erkannt und hat er sich diesen Leib durch die zweite Übung zum ständigen Begleiter gemacht, so bewirkt diese dritte Übung einmal, dass er ihn in seiner gesamten Werkzeughaftigkeit ununterbrochen sieht, beobachtet und kennenlernt; und zum

anderen, dass er, ohne die rhythmische Motorik der leiblichen Vorgänge mit allen körperlichen Nebenerscheinungen auch nur im Geringsten zu hemmen, sein Gefühl und Verlangen völlig davon ablöst, so dass die gesamten körperlichen Nebenempfindungen, wie Juckreiz und ähnliches, an den verschiedensten Stellen nicht mehr seine Empfindungen sind und er darum keinerlei Neigung mehr zu Reaktionen, wie Kratzen, Reiben, Drücken oder Veränderung der körperlichen Haltung, findet. Wer auch nur eine halbe oder gar eine Stunde lang so in all seinem Tun vollkommen klar bewusst und willentlich den Körper zu benutzen vermag, der bekommt dadurch eine Ahnung von der Stärke des inneren Zurücktretens, von der Größe der Befreiung, die aus dieser Übung hervorgeht.

Wenn wir noch in einer Zeit oder einem Kulturraum lebten, in dem es echtes Mönchtum gibt, wenn uns also noch Menschen begegnen würden, die auf dem Weg zur Befreiung von allem Vergänglichem und Unzulänglichem schon gewisse Fortschritte gemacht haben, dann wäre uns diese Erscheinung weniger fremd, dann würden wir an lebendigen Beispielen sehen, wie ein Mensch sich benimmt, bei dem die *gröberen körperlichen Regungen gänzlich beschwichtigt* sind (M 64). Wie diese Befreiung von den unwillkürlichen, abhängig machenden leiblichen Regungen sich beim Erwachten und den gereiften Mönchen auswirkt, darüber geben die Lehrreden Auskunft (M 91).

Man achte einmal bei einem normalen Menschen etwa eine halbe Stunde lang auf alle seine Regungen und Bewegungen, die er unbewusst vollzieht, und man denke sich daneben die Haltung eines Geheilten, dann bekommt man einen Eindruck von dem Wesen der groben körperlichen Regungen. Der normale Mensch verhält sich nicht eine Minute lang körperlich völlig still, selbst wenn er sitzt nicht, selbst wenn er liegt nicht: irgendwie fährt die Hand zum Hals, zur Nase, zur Stirn, an das Ohr; irgendwie legt er die Arme wieder anders, hebt die eine Schulter, hebt die andere Schulter. Nach einigen Minuten nimmt er eine andere Sitzstellung ein, beugt sich weiter nach vorn oder, nachdem er nach vorn gebeugt war, richtet er sich

auf. Dann kratzt er am Knie, dann reibt er mit dem einen Fuß den anderen; dann stellt er die Beine übereinander, dann wieder nebeneinander und so fort.

Indem der Mensch sich dazu erzieht, immer zu wissen, *wenn sich sein Körper in dieser oder jener Stellung befindet*, dann merkt er diese Absicht, sobald er sich hier kratzen oder dort reiben will, sobald er die Arme verändern oder die Füße verstellen will. Dann merkt er zugleich die Unwillkürlichkeit solcher Vorgänge, merkt sein Gerissensein und Gefesseltsein an diese Körperlichkeit und kommt gerade durch das Bewusstwerden dieses Zustands davon ab, befreit sich davon. So gehen aus dieser Übung zwei verschiedene Wirkungen hervor: einmal geschehen die gröberen körperlichen Regungen immer bewusster, und zugleich werden sie immer sparsamer, bis sie ganz zur Ruhe kommen.

Ein Gleichnis mag das Verständnis für die Wirklichkeit und Lebendigkeit dieser Befreiung erleichtern: Wenn man sich mit dem Messer ein kleines Stückchen Haut und Fleisch vom Finger abgespalten hat, dieses aber noch nicht ganz abgetrennt ist, dann ist das Stückchen zunächst noch ebenso empfindlich wie der übrige Finger. - Im Lauf der Tage aber wird das abgespaltene Stückchen allmählich lebloser und gefühlloser, trockener und ledriger, bis es zuletzt völlig fühllos geworden ist und nun auch nicht mehr als zum Finger gehörig empfunden wird. Dann fällt es von selber ab oder lässt sich leicht und schmerzlos ablösen. -

Ebenso auch geht es bei der Körperbeobachtung: Was in dem Gleichnis der Finger ist, das ist hier die Ich-bin-Auffassung bzw. Ich-Empfindung; und was in dem Gleichnis das angeschnittene Haut- und Fleischstückchen ist, das ist hier der Körper. So wie im Anfang das angeschnittene Fleischstückchen noch als zum Ganzen gehörig, als Teil des Ganzen empfunden wurde - und darum seine Abtrennung als schmerzhaft - so wird auch der Leib von jedem normalen Menschen und wurde auch am Anfang der Übung der Leib als ganz zum Ich gehörig empfunden und die Trennung vom Leib als nicht

nur schmerzhaft, sondern als tödlich. - Wie nun beim Finger im Lauf der Zeit das Fleischstückchen immer weniger als zugehörig, sondern bald als Fremdkörper empfunden wird, so auch wird durch die aufmerksame, kontinuierliche Beobachtung der Leib in dem gleichen Maß, als er Gegenstand dauernder Beobachtung, Betrachtung und Bewachung wurde, auch als nicht mehr zum Ich gehörig aufgefasst und erfahren.

Im Text der Satipatthāna-Lehrrede heißt es:

*So wacht er nach innen beim Körper über den Körper und wacht nach außen beim Körper über den Körper, wacht nach innen und außen beim Körper über den Körper.*

Was der Mensch nur immer beobachtet, gleichviel, was es ist, das ist ihm Objekt und nicht Subjekt, das ist für ihn „außen“ und nicht das Ich. Wer sich mit dieser Tatsache noch nicht beschäftigt hat, der mag der Auffassung sein, dass Subjekt und Objekt feststehende Begriffe seien, der Mensch sei Subjekt und die Dinge der Welt seien Objekte. Diese Auffassung ist ganz verständlich und kann bei den normalen Lebensgewohnheiten nicht leicht aufgegeben und überwunden werden.

Wer aber nun praktisch darangeht, bestimmte Teile dessen, was er gewohnheitsgemäß als sein Ich empfindet, zu seinem „Innen“ zählt, was ihm also „Subjekt“ ist, beharrlich zu beobachten, der erfährt allmählich, was er vorher nie gedacht hätte: dass das Beobachtete, obwohl es ein fester Bestandteil seines Ich schien, als ein „Gegenüber“, als „Objekt“ erscheint und dass durch die Beobachtung das bisher als Subjekt, als „Innen“ Empfundene um dieses Stück kleiner wird.

Während der nicht belehrte Mensch glaubt, ohne Körper nicht leben zu können, da durch Vernichtung des Leibes auch sein Ich vernichtet sei, so hat der beharrliche Beobachter des Körpers durch Wochen und Monate erfahren, dass er nicht mit dem Körper identisch ist, da „er“ selbst ja diesen Leib dauernd beobachtet.

Diese nicht leicht zu beschreibende, aber von jedem gründlich Übenden ganz offen erfahrbare „Operation“, durch welche alles Begrenzte und Verwundbare aus der Ich-bin-Empfindung, dem Ich-bin-Gefühl gänzlich herausgenommen und damit eine unbeschreibliche Unverletzbarkeit erworben wird - ist gemeint mit den Worten, dass er die ursprünglich „nach innen“ gerichtete Übung (d.h. die Aufmerksamkeit auf das als Ich Empfundene) hernach „nach außen“ richtet. Er richtet in Wirklichkeit seine Aufmerksamkeit immer auf den Körper, aber dieser, da er jetzt dauernd in den Blick genommen, in seiner Art und Wirkungsweise gesehen wird, ist eben dadurch Umwelt geworden, nicht mehr Ich.

Diese Vertauschung von innen (vom Ich) nach außen (Objekt) tritt im Anfang der Übung nur zögernd ein. Jeden Tag hat er zu Beginn seiner Übung die Vorstellung, „bei seinem Körper“ zu beobachten, aber bald kommt er wieder zu dem ungemein erleichternden Eindruck der Fremdheit des Körpers. Ob er also auch zunächst mit der Vorstellung beginnt, bei „seinem“ Körper, also „innen“, zu beobachten, so erwächst das Beobachtete doch bald dem „Ich“ („innen“) und gehört zum Außen, zur Welt. Darum sagt der Erwachte: *Er wacht nach innen und nach außen beim Körper über den Körper.*

In dieser Transzendierung des vermeinten Ich besteht die vom Erwachten verheißene Todüberwindung. Hierüber sagt der Erwachte (M 119):

*Wer auch immer, ihr Mönche, die Beobachtung des Körpers nicht geübt, nicht gepflegt hat, in den kann der Tod hineingleiten, kann der Tod hinabschleichen. Gleichwie etwa, ihr Mönche, wenn ein Mann eine schwere Steinkugel gegen einen feuchten Lehmhaufen würfe - was meint ihr wohl, ihr Mönche, würde da nicht diese schwere Steinkugel in den feuchten Lehmhaufen hineingleiten?*

*Wer auch immer, ihr Mönche, die Beobachtung des Körpers geübt und gepflegt hat, nicht in den kann der Tod hineingleiten, nicht in den kann der Tod hinabschleichen. Gleichwie*

*etwa, ihr Mönche, wenn ein Mann einen leichten Fadenknäuel gegen eine ganz aus Kernholz gefertigte Tür schleuderte - was meint ihr wohl, Mönche, könnte da etwa dieser leichte Fadenknäuel in die ganz aus Kernholz bestehende Tür eindringen?*

An diesen Beispielen sehen wir, wie bei dem die Körperbeobachtung Übenden während des Übens und durch die Übung im Lauf der Zeit der eigene Standpunkt sich wandelt, die Perspektive sich verändert, wie er sich innerlich von dem Körper ablöst und sich mit dem Leib nicht mehr identifiziert, wie er sich bald nicht mehr mit dem Leib identisch fühlt, auch wenn er sich weiterhin des Leibes bedient. Damit hat er den Status des Unwissenden, aus Unwissen gefesselten Menschen überwunden, für den die Verwundung des Leibes die eigene Verwundung ist und die Vernichtung des Leibes die eigene Vernichtung; denn wer den Leib für den Träger des Ich hält, der muss die Vernichtung des Leibes ebenso wie die Vernichtung des Ich fürchten. Die Auffassung des gewöhnlichen Menschen ist sein Irrtum, ist Wahn, und der Wahn ist durch sein Anhängen am Leib bedingt. Wer aber als Mönch die Satipatthāna-Übungen gründlich besonnen durchführt, der hat diesen Wahn und dieses Anhängen am Leib aufgehoben, denn er hat eben durch die dauernde Beobachtung des Leibes und seiner Vorgänge die tot-mechanische, vergängliche, ichlose Art dieses von den Eltern gezeugten, durch Nahrung gebildeten und erhaltenen, nur sehr begrenzte Zeit bestehenden, schwerfälligen und verletzbaren Werkzeugs erfahren.

So wird normales Menschentum und Sterblichkeit überwunden: der normale Mensch verhält sich zum Tod wie der feuchte Lehm zur schweren Steinkugel. Wer aber den ersten Pfeiler der Selbstbeobachtung vollendet hat, der verhält sich zum Tod wie ein Bohrentor zu einem Fadenknäuel. In dieser Tatsache liegt die Wahrheit von der Todüberwindung und der todbefreienden Wirkung der gründlich und in rechter Reihenfolge durchgeführten Satipatthāna-Übung.

## Ein Sack voller Organe

Durch die drei bisher beschriebenen Übungen (Atembeobachtung, Beobachtung der Körperhaltungen und klar bewusstes Handhaben des Körpers) wurde der Körper in seiner Werkzeughaftigkeit entdeckt, erkannt und erfahren. Mit der Atembeobachtung trat mehr und mehr die Anwesenheit des Blasebals in das Bewusstsein und wurde gegenwärtig gehalten. Bei der Beobachtung der Körperhaltungen wurde der Blick noch stärker von Dingen und Raum weggeführt und wurde dieses Leibesgestell in seinen hauptsächlichen Bewegungen begleitet und beobachtet.

Mit dem „klaren Bewusstsein“ wurde der Leib schlechthin in allen seinen Äußerungen, also ununterbrochen, beobachtet. Zugleich wurde diese Beobachtung durch die Übung des willentlichen, wissentlichen, klarbewussten Einsatzes aller Bewegungen bis zuletzt zu der Klarheit und Schärfe vervollkommenet: *„Der Körper ist da“ - dies ist ihm nun immer gegenwärtig.*

So ist durch diese drei Übungen das Bewusstsein des Übenden vollkommen gewandelt. Welt und weltliche Dinge sind weit zurückgetreten, eine tiefe Ruhe ist eingezogen, und in das Bewusstsein ist als neues Phänomen dieser Leib genommen worden, hat es fast vollständig ausgefüllt und ist erkannt worden als ein totes, gehandhabtes Werkzeug, das nicht identisch ist mit dem handhabenden Willen. Damit ist die Identität mit dem Körper aufgelöst, und demzufolge sind die Regungen des Leibes erheblich beruhigt.

Während der ungeübte Mensch in den allermeisten Handlungen und Willensäußerungen als Diener des Leibes fungiert, indem er den körperbedingten Regungen folgt, so ist der in diesen drei Übungen Vorangekommene zum Abgelösten, zum Meister dieses Leibes geworden im Sinn der Worte:

*Uneingepflanzt verharret er, und nichts in der Welt ergreift er.*

Nachdem der Leib nun in seiner Werkzeughaftigkeit vollkommen durchschaut und gehandhabt wird und man sich von der Versklavung an den Leib völlig befreit hat - geht es in der vierten Übung darum, dieses Leibesgebilde auch in seiner Zusammengesetztheit zu sehen oder - besser gesagt - es gilt jetzt zu erkennen, dass der Eindruck der Ganzheit des Leibes eine Täuschung ist und dass, wo wir vom Körper sprechen, in Wirklichkeit eine Ansammlung von vielen Einzelheiten ist. Die vierte Übung in der Beobachtung des Körpers lautet:

*Der Mönch betrachtet diesen Körper da von den Fußsohlen aufwärts und von den Haarspitzen abwärts, wie er, von Haut umhüllt, von vielfältigen unreinen Dingen angefüllt ist: In diesem Körper gibt es Kopfhare, Körperhaare, Nägel, Zähne, Haut, Fleisch, Sehnen, Knochen, Knochenmark, Nieren, Herz, Leber, Zwerchfell, Milz, Lunge, Dickdarm, Dünndarm, Magen, Kot, Galle, Schleim, Eiter, Blut, Schweiß, Fett, Tränen, Talg, Speichel, Rotz, Gelenkschmiere und Urin.*

Diese Übung kann das von ihr erwartete Ziel und den Zweck nur dann erfüllen, wenn man die Körperteile und die gesamten inneren Organe und ihre Anordnung kennt, d.h. wenn man beim Denken an die Organe sich eine rechte Vorstellung von ihrer Form und ihrer Lage machen kann und darum diese Vorstellungen auch auf das Innere des eigenen Körpers unmittelbar beziehen kann, so dass man weiß und bedenkt, was der in seiner Nacktheit bekleidete Körper in Wirklichkeit ist. Der normale Mensch lebt mit einem völlig falschen Bild vom Körper und kann darum nie zum rechten Begriff von seiner Werkzeughaftigkeit und Maschinenhaftigkeit kommen (wenn auch die Substanz hier nicht Holz, Stahl und Eisen, sondern Knochen, Sehnen, Muskeln, Drüsen, Fleisch, Blut und Nerven ist). Erst wenn die rechte Vorstellung von dieser Realität überwiegt und damit die übliche Vorstellung vom Körper ausradiert ist -



dann erfüllt diese Übung ganz den Zweck, den sie erfüllen soll.

Die verschiedenen Teile sind in bestimmter Reihenfolge genannt. Zunächst ist die gesamte Behaarung und „Bewaffnung“ genannt: Schopf, Haare, Nägel und Zähne. Eine gute Hilfe, um sich alle diese Teile in der Reihenfolge zu merken, ist die Vorstellung eines Leibes, von dem man die hier genannten Dinge in der genannten Reihenfolge nacheinander abnimmt. Nachdem alle Haare (auch Augenbrauen und Augenwimpern), Nägel und Zähne entfernt sind, ist noch ein blanker, von der Haut umschlossener Leib zu sehen. Wird nun auch davon die Haut entfernt, so ist das geäderte Fleischgestell zu sehen. Wird nun auch davon das Fleisch samt den Muskeln entfernt, so ist nur noch das Knochengesamtheit samt dem Inhalt des Brustkorbes und der Bauchhöhle da. Indem davon jetzt auch noch die Knochen samt den sie zusammenhaltenden Sehnen entfernt werden, bleibt nur noch ein haltloser Haufen von Organen und Flüssigkeiten übrig. Nachdem wir dann zuerst die Organe und hernach die Flüssigkeiten einzeln betrachten und beiseite tun, ist nichts mehr übrig.

Der unwissende Mensch identifiziert den Leib mit dem Leben. Er hat enge Beziehungen zu den Leibern derer, die er liebt, ja, er identifiziert diese seine Lieben mit ihren Leibern. Wer eine solche Einstellung zu seinen liebsten Nächsten und ihren Leibern hat, bei dem muss die eben geschilderte Vorstellung der Teile eines Leibes und erst recht die hernach folgende Leichenbetrachtung Widerstand, Widerwillen oder gar Grauen auslösen, denn da er das Leben mit dem Leib identifiziert, so muss mit der betrachteten Auflösung des Leibes für ihn auch das Leben aufgelöst und vernichtet erscheinen.

Wir erinnern uns des Ausspruchs des Arztes Rudolf Virchow, dass er so und so viele Operationen in seinem Leben durchgeführt habe, aber noch nie eine „Seele“ gesehen habe. Diese Äußerung sollte vielleicht lakonisch oder ironisch klingen, dahinter aber verbirgt sich jene Fassungslosigkeit, Beklemmung und Angst, die derjenige empfinden muss, der ei-

nerseits sein Leben mit dem Leib identifiziert und zum anderen die Leblosigkeit dieses Leibes so sehr kennt und durchschaut wie eben ein Anatom.

Von hier aus begreift man auch, wie sehr der normale Mensch erschüttert sein muss, wenn er an die Unfallstätte seines Liebsten gerufen, einen zerrissenen, deformierten Fleisch- und Bluthaufen als seinen Liebsten erkennen soll. Alles das, was solche Situationen entsetzlich, erschreckend und grauenvoll macht, ist - vom höchsten Standpunkt aus gemessen - aus Torheit erwachsen, nicht aus Weisheit, ist aus der Identifikation des Lebens mit einem Werkzeug erwachsen und nicht aus nüchterner Durchschauung und Erkenntnis des wirklichen Charakters dieses Leibes.

Und ebenso wie das Gefühl des Grauens ist auch das Gefühl des Ekel das Zeichen einer gleichen Bindung. Wer im Bereich der Form überhaupt Schönheit erwartet, der ist eben damit dem Ekel ausgeliefert, denn es gibt keine Schönheit des Leibes, die nicht vergeht und im Vergehen verfällt, auseinander fällt, vermodert. Das heißt also, es gibt keine Schönheit im Bereich des Leibes, die nicht zur Unschönheit werden muss. Wer also Schönheit im Bereich des Leibes sucht, der ist größten Enttäuschungen ausgesetzt. Die Kehrseite aller formhaft schönen Dinge muss immer genauso übel erscheinen wie die Vorderseite angenehm erscheint: Damit sind alle die Menschen, welche Schönheit im Bereich des Leibes suchen, dem traurigen Schicksal der dauernden Enttäuschung ausgesetzt, sie müssen immer auch Enttäuschung und Ekel in Kauf nehmen.

Das ist die Gefangenschaft derjenigen Menschen, die nicht den Dingen auf den Grund gehen. Wer jedoch durch die Wegweisung des Erwachten das Menschenleben nicht mehr für das Ganze nimmt, sondern eine Perspektive gewonnen hat, von welcher aus er über das Körperleben hinaus die ganze Existenz sieht und das Heil erkennt, der ist auch nicht darauf angewiesen, das Schöne und Große, nach dem er sich mit

Recht sehnt, im Menschenleben zu suchen, wo es unvermischt nicht zu finden ist.

Die Religionen selbst lassen den Menschen nicht im Unklaren darüber, dass alles Formhafte sich dauernd wandelt gleich rieselndem Sand und dass es keine schöne Vorderseite gibt, der nicht eine genau entsprechende unschöne Rückseite folgt. Der Mensch, der sich an die Vorderseite klammert, ist damit auch an die Rückseite gefesselt und kann sich ihr nicht entziehen. Wer aber die Vorderseite zu lassen vermag, ist damit von der Rückseite befreit, und alsbald erlebt er, dass selbst die Vorderseite nur eine scheinbare Schönheit war, dass er in Wirklichkeit erst durch die Ablösung vom gesamten Formhaften zu wahrer Schönheit durchgedrungen ist. In diesem Sinn sagt der Erwachte (M 22):

*Darum also, ihr Mönche, was euch nicht angehört, das gebet auf. Dessen Aufgeben wird euch lange zum Wohl, zum Heil gereichen.*

*Was aber, ihr Mönche, gehört euch nicht an? Der Körper, ihr Mönche, gehört euch nicht an, ihn gebet auf; dessen Aufgabe wird euch lange zum Wohl, zum Heil gereichen...*

*Was meint ihr wohl, Mönche, wenn ein Mann das, was an Gräsern, Zweiglein und Blättern in diesem Walde daliegt, wegtrüge oder verbrennte oder sonst nach Belieben damit schaltete, würdet ihr da etwa denken: „Uns trägt der Mann weg oder verbrennt er oder schaltet sonst nach Belieben“?*

*Darum also, ihr Mönche, was es auch an Körperlichem gibt, vergangenes, zukünftiges, gegenwärtiges, eigenes oder fremdes, grobes oder feines, gemeines oder edles, fernes oder nahes: alles Körperliche ist der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit also anzusehen: „Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst.“*

*„Den Körper gebet auf...“* Das bedeutet natürlich nicht - wie hier zu erwähnen fast nicht nötig sein wird - dass man den Leib zum Erkalten und zum Verwesen bringen soll, sondern hier ist einzig die innere Befreiung aus der Durchschauung

angeraten, denn damit wird das Schicksal des Körpers nicht mehr das Schicksal des Menschen.

Der Erwachte spricht immer wieder vom „*Messer der Weisheit*“, und auch in anderen Religionen wird darauf hingewiesen, dass der Mensch in seiner Blindheit von Illusionen erfüllt ist, die ihn von Enttäuschung zu Enttäuschung werfen und in Krisen und Katastrophen hineinziehen. Er ist es gewöhnt, sich mit dem Leib zu identifizieren, und durch diese Identifikation wird das Schicksal dieses toten und auf Untergang und Verfall zugehenden Leibes auch zu seinem Schicksal. Wer aber die Leiblichkeit und ihre Gesetzlichkeit durchschaut, das Tote und Mechanische und die Auflösung des Leibes erkennt, der vollzieht jenen Weisheitsschnitt, indem er sein Anhängen von diesem toten Leib ablöst. Er befreit sich damit vom Tod und von der Sterblichkeit des Körpers. Dieser Prozess führt zu Freiheit und Unverletzbarkeit.

Dass der Körper wirklich „ein Sack voller Organe“ ist, sagt ein Mönch aus den in seinen Übungen gewonnenen Einsichten heraus (Thag 569-576):

*Mit vielen Sehnen festgefügt,  
mit Muskelmasse dicht bedeckt,  
mit Haut bezogen und gesäumt,  
ist faul und brüchig dieser Leib.*

*Aus Knochen ist er aufgebaut,  
mit Flechsenbändern unterknüpft:  
und weil nun das zusammenhält,  
gibt es Bewegungsablauf hier.*

*Dem Sterben stetig zugewandt,  
dem Herrn des Todes untertan,  
kann doch der Mensch in dieser Welt  
die Macht zermalmen, ledig gehn.*

*In Wahn ist dieser Leib getaucht,  
umwunden vierfach, seilverstrickt:  
im Strudel sinkt er eilig ein,*

*vernestelt in der Sehnsucht Netz,  
Gehemmt von Gier und Hass, darauf fixiert,  
Gedanken ausgeliefert jederzeit,  
so leidend durch die Daseinswurzel Durst,  
verborgen durch der Blendung Deckung nur,  
geht hin der Körper seinen Gang,  
getrieben von der Wunsche Kraft,  
kreist auf und ab in Wohl und Weh  
im Jammer dieser Wandelwelt.  
Wer diesen Leib da lieben mag,  
ein blinder Tor, ein Erdensohn,  
der schichtet Leichen scheußlich an,  
geboren neu, gestorben neu.  
Wer diesen Leib da lassen mag,  
gleichwie man Würmer lässt im Kot,  
des Leidens Wurzel lässt er los;  
so ist erlöst er, leidensfrei.*

Diese Verse sagen dem aufmerksamen Leser genug. Sie zeigen, wie weit entfernt, ja, wie nur sehr schwer erreichbar - der geistige Standort entfernt ist von dem des im häuslichen Stand lebenden heutigen Menschen. Und auch wir heutigen Buddhisten merken den geistigen Unterschied. Wir leben in der Welt in weltlicher Weise. Wir wissen wohl, dass der Körper - dass alle Körper, ja, alle Formen vergänglich sind, aber es ist ein Unterschied, ob diese Tatsache gelegentlich durch unseren Sinn geht und wir mit Freunden gelegentlich mehr oder weniger ernsthaft darüber reden - oder ob die Brüchigkeit aller irdischen Grundlagen - ja, auch aller himmlischen - uns stets so vor Augen ist, dass wir auch ihre verlockenden Seiten nicht mehr sehen wollen und dass wir da, wo sie uns entgegentreten, mit gründlichem Blick durch sie hindurchdringen und ihre Unzuverlässigkeit, Brüchigkeit so sehen, dass wir endgültig - endgültig davon lassen wollen. -

Nur für die Letzteren gilt die konzentrierte Übung in Satipatthāna, die alle „Welt“ - irdische und himmlische - so durchschaut und aufgegeben haben, dass ihnen dadurch das jenseits der Welt liegende Unzerstörbare, das Helle und Heile offenbar geworden ist.

Die dahin gelangten Wesen sind es, die sich auf den Wegen wissen, welche aus dem gesamten Erscheinungsgeriesel und Erscheinungsbruch herausführen in das Helle, das Heile, das, da geworden, auch nie vergehen kann.

In diesem Sinn ist das Gleichnis des Erwachten aufzufassen, das der Erwachte der obigen Beschreibung der Körperteile anschließt:

*Gleichwie etwa, ihr Mönche, wenn da ein Sack an beiden Enden zugebunden, mit verschiedenem Korn gefüllt wäre, als wie etwa mit Bergreis, rotem Reis, Bohnen, Erbsen, Hirse und weißem Reis, und ein Mann mit guten Augen bände ihn auf und untersuchte den Inhalt: „Das ist Bergreis, roter Reis, Bohnen, Erbsen, Hirse und weißer Reis.“ Ebenso nun auch, ihr Mönche, betrachtet der Mönch diesen Körper da von den Fußsohlen aufwärts und von den Haarspitzen abwärts, wie er, von Haut umhüllt, von vielfältigen unreinen Dingen angefüllt ist.*

Je weiter die in dieser Lehrrede genannten Satipatthāna-Übungen fortschreiten, um so deutlicher merkt der Leser, wie schwer, ja, wie unmöglich sie von dem „weltlichen“ Menschen durchgeführt werden können. Wer noch andere Menschen, die er lieb hat, umarmt und gar, indem er sie in seinem Arm hält, von dieser körperlichen Berührung beglückt ist, der ist durchaus unfähig und auch unwillig zu dieser Übung. Eben darum werden beim Mönch alle körperlichen Kontakte gelassen, darüber darf es keine Illusionen geben. Und hier sei ganz zu schweigen von der Unkeuschheit! - Auch die unfreiwillige

Keuschheit hilft hier wenig. Wie könnte die totale Überwindung des Leibes auch nur wollen, geschweige vermögen, wer den totalen Körpergenuss bejaht? - Wer sich darüber nicht klar ist, der versteht nicht, worum es hier geht. Vergessen wir nicht, dass es zu den Regeln des buddhistischen Mönchs gehört, keinen Menschen anzufassen. Einsam hält der Mönch den Körper. Er liegt auf dem Boden auf einem einfachen Lager des Nachts; auch dann merkt er das Formhafte der Körperlichkeit. Er bemüht sich, bei Speisen der Gier und Lust zu wehren; nur um den Leib zu erhalten, nimmt er Nahrung zu sich.

Von hier aus ist das Gleichnis von dem Holzsplit zu verstehen, mit dem man, wenn es ganz und gar von Wasser durchsättigt ist, auch bei stärkstem Reiben kein Feuer hervorbringen kann: ebenso könne ein Mensch, in dessen Leib noch die Sucht nach Lust ist, nicht im geringsten zur Weisheit, zum Klarblick und damit zur unvergleichlichen Erwachung hindurchdringen - wie erst ein Mensch, der in der Welt lebt.

Wen es hart ankommen mag, was hier von der inneren und äußeren Haltung und Lebensweise des Mönchs gesagt ist, der mag sich vor Augen führen, dass das mönchische Leben auf ein unvergleichlich anderes Ziel gerichtet ist als das bürgerliche Leben, das ein Leben ist, versunken in Welt und Weltlichkeit. In der Welt kann wohl durch Übung in Tugend, Zufriedenheit, Nächstenliebe Erhellung des Herzens gewonnen werden. Aber vor allem kann hier der Stromeintritt (*sotapatti*) genannte Anblick gewonnen werden, jene heilende rechte Anschauung, welche den unhemmbar auf den Heilsstand zulauenden Prozess der totalen und endgültigen Befreiung von aller Verletzbarkeit, ja überhaupt Treffbarkeit, einleitet. Und ebenso kann hier die Sehnsucht nach der Weltüberwindung erzeugt und verstärkt werden und können von daher manche für die Weltüberwindung tauglichen Tugenden und Eigenschaften innerlich vorbereitet werden. - Aber auf die Weltüberwindung ist nur das mönchische Leben zugeschnitten. Der Mönch hat darum der Welt mit allem, was sie zu bie-

ten hat, entsagt. Er ist Mönch geworden, weil er über die Welt hinauswachsen, zur Freiheit kommen will. Und so gibt und gab es in allen Religionen für den Mönch sehr andere Übungen als für den im Haus Lebenden. Der Begriff „Mönch“, der von dem griechischen „monos“ abgeleitet ist, bedeutet ja gerade „allein“.

Die hier genannte Übung ist ein großer und sicherer Schritt auf dem Weg zur Befriedung für den, der zu diesem Schritt reif ist. Indem der Mönch an einsamem Ort sitzend oder auf und ab gehend, den Leib, den er bisher noch als Ganzheit wählte (allerdings als eine Ganzheit, die nur noch sehr wenig mit ihm selber zu tun hatte) sich in seine Teile auflösen sieht und der, indem er die Teile betrachtet, erkennt, dass Körper als solcher gar nicht da ist, dass es nur ein Name ist, ein Etikett auf einem Bündel von Einzelheiten - da tritt allmählich die Vorstellung von solchen vielen Einzelheiten immer stärker in sein Bewusstsein und tritt die Vorstellung eines Körpers und gar „meines Körpers“ immer mehr zurück.

Die gesamte Körperbeobachtung dient dazu, dass immer mehr die Erfahrung erfahren wird: *Dies gehört mir nicht, dies bin ich nicht, dies ist nicht mein Selbst.* Es geht darum, anschaulich zu sehen, dass diese Fleischklumpen gar nichts mit dem zu tun haben, was der hochsinnige Mensch sucht als das Unvergängliche, Heile, Unantastbare, als das Unverletzbar, das ewig Todlose. Das nur gilt es zu erkennen, das nur gilt es zu besinnen. Und in dem Maß, wie das gefunden, bemerkt und erkannt wird, in dem Maß ist die Übung fruchtbar, denn diese Erkenntnis und Entdeckung löst wahrlich alles Anhängen am Körper auf.

Wer einen tiefen Eindruck von einer solchen Körperbeobachtung gewonnen hat und diese im Rahmen seiner Möglichkeiten weiter pflegen will, der kann sich durch ein Anatomiebuch solche Anblicke verschaffen, wie sie der Inder der damaligen Zeit in der Natur vorfand. Die tiefe Religiosität des Inders, d.h. sein gründlicher wissenschaftlicher Blick für das Bewegende des Menschen, das immer geistig-seelisch ist, und



das nur Bewegte, das immer nur das körperliche Werkzeug ist, führte immer schon dazu, dass er eine Leiche nicht als einen gestorbenen Menschen auffasste, sondern als dessen Rückstände. Der Mensch selber, das Wollende, Wissende, Empfindende und Bewegende, die Seele (*jīva* oder *citta* oder *nāma* mit dem *viññāna*), hatte - so wussten sie klar - den Körper verlassen, der nun mit seiner Verwesung noch deutlicher zeigt, dass er nur das benutzte Werkzeug war. Darum legte man die Leichen abseits des Dorfes an einem dafür bestimmten Platz einfach aus, und die Tiere des Waldes (Hyänen, Schakale, Raubvögel und Würmer) ernährten sich davon. Zu dieser Zeit konnten die Mönche, die sich gründlicher über die Inhalte des Körpers belehren lassen wollten, auf solchen Leichenfeldern ihre Studien machen. Sie nahmen dann den Verwesungsgeruch nicht nur in Kauf, sondern sie ließen sich auch von ihm belehren, was dieses menschliche Werkzeug ist, und dass er dieses Werkzeug nur wegen seines sinnlichen Begehrens brauchte und dass er durch seine Befreiung vom Begehren nun auch von einem solchen Werkzeug frei wird.

Uns Heutigen stehen solche Leichen nicht mehr zur Verfügung. Wer aber hier dennoch so gut, wie es im häuslichen Leben möglich ist, einen möglichst realistischen Eindruck von dem menschlichen Körper gewinnen will, der kann anatomische Bücher heranziehen.

#### Vier Gegebenheiten – und sonst nichts

Die nächste Übung in der Reihe der Körperbetrachtungen lautet:

*Weiter sodann, ihr Mönche, der Mönch schaut sich diesen Körper da, wie er geht und steht, nach seinen Gegebenheiten an: Dieser Körper besteht aus Festigkeit, Flüssigkeit, Wärme und Luft.*

Diese Übung vollendet, was die vorher genannte Übung begonnen hat: die völlige Analyse des Leibes. Zugleich identifi-

ziert sie die "Leib" genannte Form mit sämtlichen „außen“ erlebten Formen.

Der Erwachte nennt hier die vier Zustände, die es bei aller sogenannten „Materie“ immer nur geben kann: alles, was der sinnlichen Wahrnehmung des Menschen begegnet, was er als „das Gegebene“, durch sein Wirken Gegebene, hinnehmen muss, das besteht aus einem Gemisch von Festigkeit, Flüssigkeit, Luft und immer einer Temperatur. Diese Einteilung wird immer bleiben und immer gelten, solange es sinnliche Wahrnehmung und durch sie Menschen und menschliches Erleben gibt. Und immer ist es der zunehmende Wärmegrad, der die meisten „festen“ Zustände in flüssige oder gar luftige verwandelt.

Die Übung der Beobachtung der vier physischen Gegebenheiten und auch das nachfolgende Gleichnis wird besser verstanden, wenn wir die hier folgende gründlichere Darlegung dieser Übung durch den Erwachten gelesen haben (M 140):

*Was ist nun die Gegebenheit Festigkeit? Die Gegebenheit Festigkeit mag zu sich gezählte Festigkeit sein oder als außen (erfahrene) Festigkeit. Was ist die zu sich gezählte Gegebenheit Festigkeit?*

*Das durch sich selbst als zu sich gezählte, als Hartes und Festes Ergriffene, wie Kopfschaare, Körperhaare, Nägel, Zähne, Haut, Fleisch, Sehnen, Knochen, Knochenmark, Nieren, Herz, Leber, Zwerchfell, Milz, Lunge, Dickdarm, Dünndarm, Magen, Kot oder was sonst noch durch sich selbst als zu sich gezähltes Hartes und Festes ergriffen wurde – das nennt man die zu sich gezählte Gegebenheit Festigkeit. Sowohl die zu sich gezählte Gegebenheit Festigkeit wie auch die als außen (erfahrene) Gegebenheit Festigkeit ist eben die Gegebenheit Festigkeit. Und: „Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst“: so ist das der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit anzusehen. Sieht man das der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit, dann findet man nichts*

*mehr an der Gegebenheit Festigkeit, das Herz ist gierlos in Bezug auf die Gegebenheit Festigkeit.*

*Was ist nun die Gegebenheit Flüssigkeit? Die Gegebenheit Flüssigkeit mag zu sich gezählte Flüssigkeit sein oder als außen (erfahrene) Flüssigkeit. Was ist die zu sich gezählte Flüssigkeit?*

*Das durch sich selbst als zu sich selbst gezählte, als Flüssiges und Wässriges Ergriffene, wie Galle, Schleim, Eiter, Blut, Schweiß, Fett, Tränen, Talg, Speichel, Rotz, Gelenkschmiere, Urin oder was sonst noch durch sich selbst als zu sich gezähltes Wässriges oder Flüssiges ergriffen wurde – das nennt man die zu sich gezählte Gegebenheit Flüssigkeit. Sowohl die zu sich gezählte Gegebenheit Flüssigkeit wie auch die als außen (erfahrene) Gegebenheit Flüssigkeit ist eben die Gegebenheit Flüssigkeit. Und: „Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst“: So ist das der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit anzusehen. Sieht man das der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit, dann findet man nichts mehr an der Gegebenheit Flüssigkeit, das Herz ist gierlos in Bezug auf die Gegebenheit Flüssigkeit.*

*Was ist nun die Gegebenheit Wärme/Hitze? Die Gegebenheit Wärme/Hitze mag zu sich gezählte Hitze sein oder als außen (erfahrene) Hitze. Was ist die zu sich gezählte Gegebenheit Hitze?*

*Das durch sich selbst als zu sich gezählte, als Wärme/Hitze Ergriffene, also das, wodurch (der Körper) erwärmt wird, verdaut, verbrennt und wodurch das, was gegessen, getrunken, verzehrt, geschmeckt worden ist, einer vollkommenen Umwandlung unterliegt oder was sonst noch durch sich selbst als zu sich gezählte Wärme/Hitze ergriffen wurde: Das nennt man die zu sich gezählte Gegebenheit Wärme/Hitze. Sowohl die zu sich gezählte Gegebenheit Wärme/Hitze wie auch die als außen (erfahrene) Gegebenheit Wärme/Hitze ist eben die Gegebenheit Wärme/Hitze. Und: „Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst“: So ist das der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit anzusehen. Sieht man das*

*der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit, dann findet man nichts mehr an der Gegebenheit Wärme/Hitze, das Herz ist gierlos in Bezug auf die Gegebenheit Wärme/Hitze.*

*Was ist nun die Gegebenheit Luft? Die Gegebenheit Luft mag zu sich gezählte Luft sein oder als außen (erfahrene) Luft. Was ist die zu sich gezählte Gegebenheit Luft?*

*Das durch sich selbst als zu sich gezählte, als Luft Ergriffene, wie aufsteigende Luft, absteigende Luft, Luft im Bauch, Luft in den Därmen, Luft, die jedes Glied durchströmt, Einatmung und Ausatmung oder was sonst noch durch sich selbst als zu sich gezählte Luft ergriffen wurde: Das nennt man die zu sich gezählte Gegebenheit Luft. Sowohl die zu sich gezählte Gegebenheit Luft wie auch die als außen (erfahrene) Gegebenheit Luft ist eben die Gegebenheit Luft. Und: „Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst“: So ist das der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit anzusehen. Sieht man das der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit, findet man nichts mehr an der Gegebenheit Luft, das Herz ist gierlos in Bezug auf die Gegebenheit Luft.*

Der hierin Geübte sieht nicht mehr „hier seinen Leib“ „und dort die Welt“, sondern überall nur diese vier Gegebenheiten.

Wo der Mönch beim Gehen an eine Baumwurzel gerät oder einen Ast sieht, da eben mag er des Ellenbogens, der Knie- scheibe oder des Schienbeins gedenken oder den Schädelknochen betasten und dabei merken, dass dort wie hier Festes ist, die Baumwurzel wie der Schädel, der Ast wie der Ellenbogen.

Wie der Ast kürzlich entstanden war, so ist auch der Ellenbogen kürzlich entstanden; und wie der Ast bald wieder dahingehen wird, so wird auch der Ellenbogen bald wieder dahingehen; und wie der Ast jeden Tag wieder etwas verändert ist, so ist der Ellenbogen jeden Tag etwas verändert und ebenso die anderen Knochen des Leibes und die Organe - es ist kein Unterschied.

Und wie der Ast verrottend zu Ackererde und auf dem Weg der Wandlung über die Nahrungskette etwas anderes Festes

werden kann, etwa ein Ellenbogen, so auch kann der Ellenbogen auf dem Wege der Wandlung etwas anderes werden, etwa ein Ast. Ja, es sind gar keine nennenswerten Wandlungen, es ist immer nur die Gegebenheit Festigkeit.

Und wenn der Mönch an einem Bach steht oder wenn er im Regen sitzt, dann gedenkt er des Bluts und der anderen Flüssigkeiten des Leibes und sieht, wie diese Flüssigkeiten gleicher Art sind: sie fließen nach einer Notwendigkeit, sie sind entstanden und wandeln sich wieder, sind gleich leblos, gleich willenlos. Es ist kein Unterschied zwischen dem rieselnden Regen außen und dem rieselnden Blut innen, es fließt außen und innen, es ist kein Außen oder Innen - es fließt.

Der einfältige Mensch sagt von seinem Leib „Ich“, aber das Brot, das auf dem Tisch liegt, zählt er nicht zum „Ich“. Hat er aber das Brot gegessen, ist es im Leibe, so nennt er das Brot „Ich“, die Getreidefelder nennt er nicht „Ich“, aber das zum Leib gewandelte Getreide nennt er „Ich“, und der Leib wandelt sich dauernd wieder. Was heute Leib ist, ist vor einigen Jahren nicht Leib gewesen und wird in einigen Jahren nicht mehr der Leib sein. Er aber bleibt bei dem Etikett „Ich“, und das ist die Täuschung; und durch die Täuschungen sind die Enttäuschungen bedingt und der Schmerz beim Vergehen.

Wenn der Mönch die stille Abgeschlossenheit dieses Leibes wahr, wenn die groben körperlichen Bedürfnisse vergessen sind, wenn dieses Gebilde ihm nur noch Mittel ist zu dem Zweck der weiteren Ablösung und Befreiung und wenn ein solcher Mönch nun immer wieder die Gleichheit der festen Dinge dieses Leibes und der festen Dinge außerhalb des Leibes sieht, die Gleichheit der flüssigen Dinge dieses Leibes und die Gleichheit der flüssigen Dinge außerhalb dieses Leibes, die Gleichheit der Wärmeerscheinungen und der luftigen dieses Leibes und die Gleichheit der Wärmeerscheinungen und luftigen außerhalb des Leibes vergleicht und betrachtet, dann erkennt er in durchdringender Unmittelbarkeit:

*Was es da an zum Ich gezählter Festigkeit gibt und was es an zum Außen gezählter Festigkeit gibt: „Das*

*gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst."*

*Was es da an zum Ich gezählter Flüssigkeit gibt und was es an zum Außen gezählter Flüssigkeit gibt: „Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst.“*

*Was es da an zum Ich gezählter Wärme gibt und was es an zum Außen gezählter Wärme gibt: „Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst.“*

*Was es da an zum Ich gezählter Luft gibt und was es an zum Außen gezählter Luft gibt: „Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst.“*

In diesem Anblick wird eine klare Nüchternheit und Indifferenz erlangt, bei welcher es kein Mein und kein Nicht-Mein mehr gibt. Es ist eine Nüchternheit, bei welcher es keine Zuwendung und keine Abwendung gibt, bei welcher man nichts in der Welt mehr angeht, ergreift. Damit ist die Perspektive eines Gegenüber von Ich und Welt und damit jede Beschränkung aufgehoben. Mit der Aufhebung der Beschränkung ist die Grenze aufgehoben. Mit der Aufhebung der Grenze ist die Verletzbarkeit und die Vernichtbarkeit aufgehoben. Ob da Knochen sich wandeln und vergehen: nicht „Ich vergehe“; ob da Blut ausläuft oder draußen Regen herunterrieselt: nicht „Ich vergehe“. So wird Freiheit gewonnen.

*Hat man das so der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit gesehen, kann man an den Gegebenheiten nichts mehr finden, das Herz ist gierlos in Bezug auf die Gegebenheiten.*

Der Erwachte schließt der vorhin zitierten Nennung jener Übung folgendes Gleichnis an:

*Gleichwie etwa, ihr Mönche, ein geschickter Metzger oder Metzgergeselle eine Kuh schlachtet, auf den*

*Markt bringt, Stück für Stück zerlegt und sich dann hinsetzen mag: Ebenso nun auch, ihr Mönche, schaut sich der Mönch diesen Körper da, wie er geht und steht, als Gegebenheit an. Dieser Körper ist von Festigkeit, von Flüssigkeit, von Wärme/Hitze, von Luftart.*

Was will dieses Gleichnis besagen? - Der Metzger hatte zuerst eine Kuh vor sich, und er hat hernach keine Kuh mehr vor sich. Der Metzger, der da auf dem Markt sitzt, der verkauft keine Kuh, sondern Fleischstücke, unterschiedlich benannte Fleischstücke, je nachdem, ob sie vom Hals kommen oder von der Brust, von den Rippen oder von den Schenkeln kommen. Und diese Fleischstücke wandern ihre Wege: das eine Stück hierhin, das andere Stück dorthin. Der Metzger, der am Markt sitzt und verkauft, hat nichts mehr mit einer Kuh zu tun. Die Kuh ist vergessen, die Kuh ist nicht da. Fleischfetzen sind da und gehen ihre Wege, bis nichts mehr da ist.

So auch der übende Mönch; wenn irgendwann und irgendwie, so wird bei dieser Übung der letzte Rest der Vorstellung von einem „mir“ gehörigen Leib aufgelöst und ausgerodet. Man muss diese Betrachtung der Gegebenheiten in einer ruhigen Stunde tiefer Gelassenheit einmal versucht und geübt haben, um die wunderbare Stille in Ablösung und Befremdung, die daraus hervorgeht, zu erahnen. Es ist nicht einmal eine Verschmelzung des Leibes mit dem Kosmos, es ist ein stilles, heiteres, feines Feststellen der je und je gewordenen Ungeschiedenheit zwischen Leib und Natur. Es ist das Empfinden, dass nur ein Irrtum berichtigt wurde. Es ist ein nachträgliches Beglückt- und Beruhigtsein darüber, dass man nun endlich die Dinge sieht, wie sie wirklich sind und wie sie immer waren.

Der normale Mensch kann die tiefe Aufklärung, die der Mönch mit dieser Einsicht gewinnt, kaum fassen, weil der normale Mensch eben voll *weltlichen Begehrens und weltlicher Bekümmernis* ist. Er hat zu den unterschiedlichen Formen unterschiedliche Bezüge; weil ihm durch seine Tendenzen, durch seinen Durst ein Begehren innewohnt nach diesen und

jenen Formen, Tönen, Düften, Geschmächen, Tastungen, darum bedeuten ihm die begehrten Formen, Töne, Düfte, Säfte, Geschmäcke und Tastungen viel, während die seinen Begehungen entgegengesetzten Formen, Töne, Düfte, Geschmäcke und Tastungen mehr oder weniger starke Ablehnung, Abscheu, Ekel, Angst usw. in ihm hervorrufen. So kann der normale Mensch eben wegen seines mannigfaltigen Begehrens und seiner Verneinung in Unheilsamem die Welt gar nicht so sehen, wie sie ist: nämlich nur tote Form in unendlicher Variation.

Der Mönch aber, der diese Übung nach Überwindung weltlichen Begehrens und weltlicher Bekümmernis durchführt, der also alle die Bezüge zu den unterschiedlichen Formen zurückgenommen, aufgelöst hat, der von den tausendfältigen Süchten befreit ist, der erkennt in der milliardenfältigen Vielheit als das Zugrundeliegende leere, tote Form, bestehend aus Festigkeit, Flüssigkeit, Wärme und Luft, mag dies nun am Körper oder in der „Welt“ erscheinen. In dieser Durchschauung tritt eine tiefe und endgültige Beruhigung ein.

Von dem so Übenden und Sehenden sagt der Erwachte:

*Während er so ernsthaft bemüht ist, eifrig, unermüdlich verweilt, schwinden ihm die hausgewohnten Erinnerungen, und weil sie geschwunden sind, ist das Herz still, beruhigt, in sich geeint und friedvoll.*

Die Beruhigung und Einigung des Herzens leitet den Übergang aus der vorletzten Stufe des Heilswegs in die letzte Stufe ein, den Eintritt in den Frieden, der auch das Erlebnis der weltlosen Entrückungen mit sich bringen kann. Es geht für den Menschen, der die heile Situation anstrebt, um die Fähigkeit zur Denkstille, zur Freiheit vom Denken. Wir wissen, dass das Denken zunächst notwendig ist, da mittels des Denkens die Mittel und Wege gesucht und gefunden werden müssen, um aus der existentiellen Fesselung zur Befreiung und Freiheit zu kommen. Ist diese aber gefunden, dann hat das Denken seine



Aufgabe erfüllt, dann geht es um die Beruhigung des Denkens, um das Nicht-mehr-denken-Müssen, um das Abebben des Denkens, um das Stillen des Denkens.

Auf diesem Entwicklungsweg ist Satipatthāna, die Beobachtung mit Wahrheitsgegenwart, die vorletzte Stufe. Hier ist kein aktives, willkürliches Denken mehr, sondern der Geist bleibt in stiller Beobachtung und Betrachtung der von den Sinnen gelieferten Objekte, und er nimmt nichts auf als das, was diese erkennen lassen. Und hat das Denken, indem es sich an den Körper angebunden hatte, die Nichtigkeit und Nicht-Ichheit dieses Leibes erkannt und durchschaut und ist bei dieser Betrachtung der letzte Rest des Haftens und inneren Geneigtseins aufgehoben, so ist jene heilige Nüchternheit und Neutralität und Indifferenz dem Leib gegenüber gewonnen und ist das Labsal der Befreiung und Freiheit vom Leib empfunden und erspürt: *so ist das Herz still, beruhigt, in sich geeint und friedvoll.*

So wird der Leib vergessen, wird Welt vergessen, wird Ich vergessen; so kommt die Beobachtung zur Ruhe, und es kann weltlose Entrückung eintreten, jener überweltliche Friede, den der Erwachte „himmlisches Wohl“ nennt und „Seligkeit der Erwachung“ nennt. In diesem seligen Frieden mag der Mönch längere Zeit verweilen und in dem Erlebnis der Zeitlosigkeit sein Herz und seinen Sinn baden und laben und mag dann, wieder zur sinnlichen Wahrnehmung zurückgekehrt, seine Übung fortsetzen.

### Die Leichenbetrachtung

*Weiter sodann, ihr Mönche, als hätte der Mönch eine Leiche auf einem Leichenfeld liegen sehen, einen Tag nach dem Tod oder zwei oder drei Tage nach dem Tod: aufgedunsen, blau angelaufen, aus der Flüssigkeit heraussickert, da zieht er den Schluss auf sich selbst:*

*„Und auch dieser Körper ist so beschaffen, wird das werden, kann dem nicht entgehen.“*

*Weiter sodann, ihr Mönche, als hätte der Mönch eine Leiche auf einem Leichenfeld liegen sehen, von Krähen oder Raben oder Geiern zerfressen, von Hunden oder Schakalen zerfleischt oder von vielerlei Würmern zernagt, da zieht er den Schluss auf sich selbst: „Und auch dieser Körper ist so beschaffen, wird das werden, kann dem nicht entgehen.“*

*Weiter sodann, ihr Mönche, als hätte der Mönch eine Leiche auf einem Leichenfeld liegen sehen, ein Knochengerippe, an dem noch Fleisch und Blut klebt, von Sehnen zusammengehalten;  
ein fleischloses Knochengerippe, blutbefleckt, von Sehnen zusammengehalten;  
ein Knochengerippe ohne Fleisch, ohne Blut, von Sehnen zusammengehalten;  
Knochen ohne Sehnen, in alle Richtungen verstreut:  
Hier ein Handknochen, da ein Fußknochen, da ein Schienbein, da ein Oberschenkelknochen, da ein Hüftknochen, da ein Rückenwirbel, da ein Schädel; als hätte er das gesehen, zieht er den Schluss auf sich selbst: „Und auch dieser Körper ist so beschaffen, wird das werden, kann dem nicht entgehen.“*

*Weiter sodann, ihr Mönche, als hätte der Mönch eine Leiche auf einem Leichenfeld liegen sehen:  
die weißgebleichten Knochen, muschelfarben;  
aufgehäuften Knochen nach Verlauf eines Jahres;  
Knochen verwest, in Staub zerfallen;  
als hätte er das gesehen, zieht er den Schluss auf sich selbst: „Und auch dieser Körper ist so beschaffen, wird das werden, kann dem nicht entgehen.“*

*So wacht er nach innen beim Körper über den Körper und wacht nach außen beim Körper über den Körper*

*per, wacht nach innen und nach außen beim Körper über den Körper.*

*Er verweilt in der beharrlichen Beobachtung der körpermehrenden Vorgänge beim Körper und in der beharrlichen Beobachtung der körpermindernden Vorgänge beim Körper. Er verweilt in der beharrlichen Beobachtung der körpermehrenden und körpermindernden Vorgänge beim Körper. „Der Körper ist da“, dieses Bewusstsein ist ihm nun ständig gegenwärtig, soweit es zur Durchschauung, dem Gewärtighalten der Wahrheit, erforderlich ist. Und abgelöst verweilt er, und nichts in der Welt ergreift er.*

*So verweilt, ihr Mönche, der Mönch beim Körper in der fortgesetzten Beobachtung des Körperlichen.*

Bei diesem Text mag mancher Leser sich strapaziert fühlen und mehr oder weniger erschreckt sein. Das liegt daran, dass der westliche Mensch sich in der Regel mit seinem Körper identifiziert, dass er also beim Gedanken an eine Leiche auch zugleich die Vernichtung des betreffenden Wesens mitdenkt. Das ist völlig anders gewesen im alten Indien. Dort wusste man, dass die Seele, die man im alten Indien *jīva* nannte, das eigentlich Lebendige ist und dass sie sich des Körpers bedient, um durch die Sinnesorgane zu sehen, zu hören usw. Dort gab es auch nicht die Äußerung, dass ein gestorbener Mensch bedürftig würde, sondern immer wusste man, dass das eigentliche Leben des Menschen, eben der Erleber, im Sterbeakt aussteigt und weiterlebt und sich irgendwo wieder verkörpert: entweder in einem irdischen Leib, einem himmlischen Leib oder auch in der Unterwelt. Man sah also eine Leiche immer nur als ein abgelegtes Werkzeug an. Indem nun nach den hier zitierten Aussagen des Erwachten der Mönch diese Leichenbetrachtung vollzieht, dabei an seinen eigenen Körper denkt, da empfindet er nicht nur keinerlei Hemmung oder Abstoßung, sondern eher eine große Befreiung. Er kommt immer mehr dazu, diesen

jetzt benutzten Körper als sein Werkzeug, als sein Fahrzeug, als ein zusätzliches Mittel zu empfinden, ohne das er in vieler Hinsicht leichter leben kann als mit ihm. Er weiß auch schon durch die uralten vorbuddhistischen Religionen, dass das Menschentum eine der unteren und gröberen Daseinsformen ist und dass er durch die innere Entwöhnung von der groben Körperlichkeit und die weit vorher schon vollzogene Entwöhnung von allen groben und unsittlichen Lebensformen und Gesinnungen - nach dem Tod in höhere, hellere und leichtere Daseinsformen gelangt.

Hinter der sogenannten Pietät, die wir den „Toten“ gegenüber empfinden, steht in Wirklichkeit ein grobsinnlicher Materialismus. Weil wir die Wesen mit ihren Leibern identifizieren, gehen wir mit den Leichen um, als seien sie noch die Wesen. - Weil der Inder aber die Toten nicht mit den Leichen, sondern gerade mit demjenigen, das aus den Leichen ausgezogen ist, mit dem Seelischen, identifiziert, darum behandelt er die Leichen als Abfälle; soweit er aber das Seelische für verehrungswürdig hielt, verehrt er es. Das aber tut er nicht auf Friedhöfen bzw. Leichenstätten, sondern im Geist, in der Andacht, im alleinigen stillen Bedenken.

Bei den Christen gibt es hier Widersprüche. Manche Theologen gehen von Aussagen in der Bibel aus, nach welchen die Gestorbenen bis zum Jüngsten Tag in Gräbern verweilen und dann, *wenn die Posaunen tönen*, geweckt werden. Für sie liegt der ganze Mensch mit Leib und Seele im Grab. Andererseits wird in der Bibel gesprochen von jenem Verbrecher zur Rechten von Christus am Kreuz, zu welchem Jesus sagt: *Heute noch wirst du mit mir im Paradiese sein.* (Luk. 23,43) Und Paulus bekennt von sich, dass er bis in den dritten Himmel hineingeschaut habe, was ja auch auf unterschiedliche Stadien, unterschiedliche Grade von himmlischem Wohl und himmlischem Entzücken hindeutet. Auch die in der Bibel genannte *Menge der himmlischen Heerscharen*, die Erzengel, die Seraphime und Cherubime, zeigen ebenfalls eine Hierarchie. Und ebenso haben wir in der Bibel Berichte von gefallenen

Engeln. So zeigt also auch die christliche Überlieferung sehr ähnlich wie die buddhistische eine graduelle Steigerung von Wohl und Wehe, von lichtem und dunklem Erleben nach dem Tod genau entsprechend den Unterschieden im Wirken der Menschen.

Bei der hier in Frage stehenden Übung geht es um die Betrachtung einer Leiche, nicht aber eines toten Menschen. Es ist also zu bedenken, dass nicht ein Mensch auf diese Art zergeht und vergeht, sondern immer nur ein Leib.

Wer an die Satipatthāna-Übungen herantritt, nachdem er die vorangegangenen Übungen bereits gründlich und beharrlich durchgeführt hat, der hat längst sein Anhängen an dieser Körperlichkeit abgelöst und identifiziert sich nicht mehr mit dem Leib. Er hat die Gesetze dieser Körperlichkeit durchschaut und lässt sich auch nicht mehr von der zusammenhängenden Gestalt blenden. Er sieht die einzelnen festen und flüssigen Gebilde, die in ihrer Zusammenfügung und Zusammenbindung den Eindruck „Körper“ erwecken, eben nur als Zustände von Festigkeit, Flüssigkeit, von Wärme und von Luft. Allen scheinbaren Unterschied zwischen Körper und Außenmaterie, zwischen Leibesform und anderer Form hat er als Täuschung und Schein durchschaut, denn er hat die vier Gegebenheiten, die den Eindruck von Form erwecken, begriffen und verweilt im beharrlichen Anblick dieser Tatsache.

Wenn der Mönch so monatelang und unter Umständen jahrelang bei der Vorstellung von den Gegebenheiten verweilt, sich jeden abweichenden Gedanken versagt und nur diese Vorstellung gegenwärtig hält, so dass alle dazu in Widerspruch stehenden weltlichen Vorstellungen überwunden, entfremdet und vergessen werden, dann ist der Mönch zu derjenigen inneren Loslösung und Befreiung hindurchgedrungen, die am Ende des vorigen Kapitels schon erwähnt wurde. Und wenn nun ein solcher Mönch in der Vorstellung der vergehenden Leiche verweilt und wenn er in rechter Weise und zur rechten Zeit immer wieder die Vergleiche mit dem eigenen Leib zieht, dann bewirkt diese Übung letzte Befreiungen.

In der vierfachen Atembetrachtung und in der Beobachtung der vier Körperhaltungen ist der Leib von dem Beobachter zuerst entdeckt und in seiner Tätigkeit als Werkzeug erkannt worden. Damit trat der Leib anstelle der äußeren Dinge immer mehr in das Bewusstsein. In der dritten Übung wurde der Leib tiefer beobachtet und klar bewusst gehandhabt. Er verlor alle Unwillkürlichkeit, Eigenwilligkeit und Regung, wurde still. In der vierten Übung wurde durchschaut, dass dieser Leib nur den Anschein einer Ganzheit erweckt, während in Wirklichkeit eine Vielzahl von Einzelheiten sind. Indem diese mehr und mehr gesehen werden, wurde die Vorstellung eines ganzheitlichen Leibes vollständig aufgelöst. In der fünften Übung wurde nur noch ein Gemisch von vier Gegebenheiten gesehen. Damit ist der geistige Umzug und Auszug aus dem Leib vervollkommenet.

Die sechste Übung, die Leichenbetrachtung, nun führt zur Vervollkommnung der Befreiung vom Leib auf dem einzigen darüber hinaus noch möglichen Weg. Während bisher immer nur der mit Lebenskraft und Wärme verbundene, vom Willen gehandhabte Leib betrachtet wurde, wird jetzt der von Wärme und Lebenskraft und Willen verlassene Leib betrachtet: die Leiche. Das ist der realistischste Aspekt, den man bei der Betrachtung des Leibes nur haben kann, denn es gibt keinen Leib, der nicht letztlich so endet, wie es hier geschildert wird. Darum wäre die Körperbetrachtung tatsächlich nur unvollkommen, wenn nicht auch die Betrachtung dessen, was dieser Leib doch sehr bald sein wird, mit einbegriffen würde.

Zuerst wird die Leiche gesehen, wie sie kurz nach dem Tod ist, wenn sie von den im Innern sich bildenden Gasen her immer aufgedunsener, die Haut immer gespannter wird und sich zunächst fleckig, allmählich immer durchgängiger dunkel verfärbt. Die Spannung der Haut führt dazu, dass die Lippen sich verziehen, dass die Zähne zu sehen sind. Die Augen, wenn sie offen sind, werden noch glasiger. Der Bauch schwillt an, und es ist der Anfang des Verwesungsgeruchs zu spüren.

Wenn die Leichenbetrachtung hilfreich und fruchtbar werden soll, dann ist es wichtig, bei den einzelnen Stadien länger zu verweilen. Es ist gut, wenn der Übende (nachdem er über die gesamten erforderlichen Vorstufen in der Reihe der anderen Übungen bis zu dieser Übung vorgedrungen ist), wochenlang oder monatelang an einer Betrachtung festhält, wenn es für ihn in seinen Übungsstunden keinen anderen Anblick gibt als diesen, so dass er sich an ihn gewöhnt und ihn jederzeit schnell wieder heranzuholen kann. Immer muss er dabei sich gegenwärtig halten, dass auch dieser Leib dennoch von dem vegetativen Kraftstrom durchpulst, von Lebenskraft und Wärme und vom Willen bewegt wird, binnen kurzem so sein wird wie das Bild, das ihm vor Augen steht, dass auch der eigene Leib dieser Entwicklung nicht entgehen kann, sich jetzt schon darauf zu bewegt und dass es nichts bedeutet, wenn er im Augenblick noch anders aussieht. Sollte ein Mensch, der in der richtigen Reihenfolge und Gründlichkeit bis zu dieser Übungsstufe vorgedrungen ist, wirklich noch etwas an der eigenen Körperlichkeit haften, dann muss es bei dieser Übung gänzlich vergehen. Dann ist dieser Leib für ihn ein verwesender Leib, und dessen Betrachtung ist der Akt der geistigen Ablösung von ihm.

Man werfe einen Blick auf den Unterschied zwischen dem normalen Menschen und einem bis zu dieser Übung fortgeschrittenen. Der normale Mensch hält sich an den lebendigen Leib, sucht ihn möglichst schön zu sehen und schön zu machen und vermeidet jede Erinnerung an „widerwärtige“ Eindrücke. Der bis zu dieser Übung Fortgeschrittene, selbst wenn er noch einen jugendlichen Körper hat, weiß und bedenkt dessen Wandelbarkeit und ganz sicheres Älterwerden und Verwesen und lässt sich von dem gegenwärtigen Anblick nicht fesseln.

Der normale Mensch ist an den Leib gebunden, weshalb das Schicksal seines Leibes auch sein Schicksal ist. Und das heißt nicht mehr und nicht weniger, als dass er, der normale

Mensch selbst, an den Tod und an die Verwesung gebunden ist. Für ihn ist der Tod des Leibes sein Tod und ist die Verwesung des Leibes seine eigene Verwesung. Er macht zwar geflissentlich vor Tod und Verwesung die Augen zu, aber er kann nicht umhin, öfter in seinem Leben sich ganz deutlich daran zu erinnern. Darüber hinaus ist er mehr oder weniger unbewusst von ununterbrochener Todesangst bewegt und getetzt. Bei den mannigfaltigsten Gelegenheiten zieht er rasche Vergleiche mit der Zeit, die hinter ihm liegt und die vielleicht noch vor ihm liegt. Und immer wieder trifft ihn der Gedanke, dass er selbst sterben müsse, wie ein Nadelstich, wie ein bohrender Schmerz. Und nicht kann er vergessen, dass er unhemmbar auf sein Ende zugeht, auf sein Ende zugeht.

Der Mensch dagegen, der sein Anhängen von dieser Leiblichkeit abgelöst hat, von den sogenannten „Freuden“ sich entwöhnt hat, erlebt nicht nur ein Wohl und ein Glück, die unvergleichlich größer sind als alles das, was an Reizungen erlebt werden kann, sondern er hat auch sein Schicksal endgültig von dem Schicksal des Leibes getrennt und gelöst. Der Tod des Leibes ist nicht sein Tod, die Verwesung des Leibes ist nicht seine Verwesung, er ist jetzt schon frei und heiter, er ist jetzt schon unsterblich: das ist der Unterschied. Wer diesen Unterschied begreift, der weiß von daher, wer von den beiden der weisere ist.

Hinzu kommt noch, dass der geschilderte Anblick ebenso wie die weiteren und auch die Betrachtung der drei übrigen Pfeiler der Selbstbeobachtung nur eine begrenzte Zeit erforderlich sind, eben bis sie zu dem Ziel geführt haben, zu dem sie führen sollen. Ist dieses Ziel erreicht, dann ist weitere Übung nicht mehr nötig, dann stehen dem vollkommen Befreiten Dimensionen zur Verfügung, die der normale Mensch nicht einmal ahnen kann.

Memento mori - gedenke des Todes - ist ein Wort, das durch alle Kulturen geht und immer von den Großen beherzigt wurde. Es ist aber ein erbärmliches Zeichen für den sogenannten Kulturstand, wenn ganz allgemein die Vorstellung verbrei-



tet ist, dass das Denken an den Tod den Menschen traurig, lebensunlustig, pessimistisch und passiv mache. Diese Wirkung tritt nur dort ein, wo man sein Leben mit dem Körper identifiziert, d.h. wo man nicht weiß und auch kaum ahnt, dass der sogenannte Tod nur ein Übergang ist aus diesem auch zu Lebzeiten schon nur als Werkzeug benutzten Körper in irgendeine der anderen Werkzeugformen, wie sie den Wesen je nach ihren Graden an Grobheit oder Feinheit und Läuterung eignen. Wenn aber bei dem Gedanken an den Tod die Loslösung vollzogen ist oder vollzogen wird, dann ist die Wirkung gerade umgekehrt. Da gibt diese Vorstellung dem Menschen den Halt, der ihn unverletzbar macht. Nur diejenigen, die einen Blick für die tieferen Zusammenhänge haben, beherzigen dieses Wort, während die Leichtsinnigen sich mit Grausen von dem Weg abwenden, der sie aus dem wahren Grausen herausführen würde.

Hat nun der Mönch den Leib in diesem ersten Verwesungszustand wochenlang und monatelang betrachtet, ist er diesen Anblick und den Bezug dieses Anblicks auf den eigenen Leib gewöhnt, lebt und webt er also ganz in der Vorstellung, dass dieser Leib, der jetzt hier steht, dort geht, sitzt oder liegt, nur ein augenblickliches Werkzeug ist, aber nicht er selbst - dann mag er beginnen, das nächste Stadium der Verwesung, das in den Lehrreden beschrieben ist, allmählich an die Stelle der bisherigen Vorstellung zu setzen, so dass ihm bald dieser weiter fortgeschrittene Zustand dauernd gegenwärtig ist.

Indem der Mönch diese Übung übt, macht er eine Erfahrung, durch die er noch ganz besonders ihren großen Wert erkennt. Er sieht nämlich, dass er vorher, als er bei der Übung der ersten Vorstellung war, weit öfter noch das täuschende Bild eines von den vegetativen Kräften, von Lebenskraft, Wärme und Willen bewegten Körpers vor Augen hatte als jetzt bei der zweiten Übung.

Bei der ersten Übung standen ihm jene beiden Vorstellungen zur Verfügung: die alte Vorstellung von dem so ge-

nannten „lebendigen“ Körper und jene bewusst aufgenommene Vorstellung des Leibes im ersten Verwesungszustand. Nun aber, nachdem er sich einen weiteren Verwesungszustand vor Augen führt, tritt dieser immer beherrschender und deutlicher in den Vordergrund seines Denkens. Zu einer Zeit aber, in der diese Vorstellung ihm nicht gegenwärtig ist, da ist ihm nicht wie früher die Vorstellung des sogenannten „lebendigen“ Körpers gegenwärtig, sondern die Vorstellung des ersten Verwesungszustandes, die er so intensiv geübt hatte. So wird sein Bewusstsein jetzt weit mehr als früher von der Hinfälligkeit des Leibes erfüllt und weit weniger als früher von der Vortäuschung einer lebendigen Leiblichkeit.

Indem der Mönch nun nach weiteren Wochen und Monaten die Vorstellung der noch weiter fortgeschrittenen Verwesungsgrade aufnimmt und an die Stelle der bisherigen Vorstellung stellt und auch darin längere Zeit verharrt, bis ihm jede dieser Vorstellungen zur Gewöhnung geworden ist und ihre Wirkungen an ihm vollzieht und vollzogen hat - und danach mit den noch weiter fortgeschrittenen Verwesungsgraden beginnt und so fort, da wird sein Bewusstsein, soweit es sich mit der Leiblichkeit befasst, immer ausschließlicher von der Tatsache der Vergänglichkeit und Auflösung der Leiblichkeit erfüllt, und immer weniger ist Raum für die täuschenden und leidbringenden Bilder der leeren Versprechungen.

So stößt der Mönch allmählich bis zur letzten Übung vor, indem er von diesem Leib nichts mehr sieht als einige gebleichte, verrottete Knochen, die zum Teil schon zu Staub geworden sind, so dass er, wann immer und wo immer er des eigenen Leibes gedenkt, ihn als etwas auf diese Entwicklung, auf diesen Zustand Hinauslaufendes erkennt und sieht: *Und auch dieser Körper ist so beschaffen, wird das werden, kann dem nicht entgehen.*

Während der Mönch durch die vier ersten Übungen der Körperbetrachtungen diesen Leib entdeckt, beobachtet, als Werkzeug erkannt und durchschaut hatte und dann völlig analysierte, bis er ihn überhaupt nicht mehr als seinen Körper, ja,

nicht mehr als Leib, sondern als eine Ansammlung von Organen erlebte und erfuhr, kam er in der fünften Übung zur Durchschauung der Identität von zu sich Gezähltem und zur Außenform Gezähltem, von Leib und Kosmos, da er alle Form bestehen sah aus den vier Gegebenheiten: Festigkeit, Flüssigkeit, Wärme, Luft. - So wurde er schon auf zwei verschiedenen Wegen herausgeführt aus der geistigen Fesselung an den Körper. - Mit der Leichenbetrachtung nun erlebt er noch einen dritten Ausgang aus der Leiblichkeit und damit aus der Identifikation mit ihr, indem er die vollständige Auflösung des Leibes in seiner Verwesung geistig nachvollzieht. Er hat den Körper immer weniger werden sehen, und am Ende dieses Wegs ist nichts Körperliches mehr da.

Dieses Erlebnis, das in langer beharrlicher Übung allmählich bis zu dieser Reife gedieh, bringt es mit sich, dass der Übende im Lauf der Übung sich auch immer mehr von „seinem eigenen“ Körper entfremdete, entwöhnte und entfernte, bis er in der Vollendung der Leichenbetrachtung auch eine tatsächliche Befreiung erreicht, wie sie dem normalen Menschen unvorstellbar ist. Wenn es nicht schon durch die gründliche Übung der vorher beschriebenen Übungen gelang, so erfüllt sich auf jeden Fall hier das Wort: *Und uneingepflanzt verharrt er, und nichts in der Welt ergreift er.*

Indem er die Sinnesorgane, durch welche die gesamte Weltwahrnehmung möglich war, hat verwesen und vergehen sehen, ist ihm auch die Neigung zu der gesamten Weltwahrnehmung restlos vergangen. Da er erfahren hat, welchen brüchigen Elementen und Bedingungen diese Weltwahrnehmung zu verdanken ist, eben diesen der Verwesung ausgelieferten Werkzeugen - und da er erfahren hat, auf welche toten, geistlosen Gegebenheiten diese gesamten, scheinbar so vielgestaltigen und in ihrem Wert scheinbar so sehr unterschiedlichen Dinge der Welt zurückzuführen sind: letztlich auf den Eindruck von Festigkeit, Flüssigkeit, Wärme und Luft - da geht es ihm ähnlich wie jemandem, der, nachdem er mehrere Stunden in dem Bann einer Filmvorführung gestanden hatte, am Ende

feststellt, dass alles Erlebte letztlich nur auf einen Wechsel von Licht und Schatten zurückzuführen ist: die Dinge sind keine Dinge, die Dramen keine Dramen, die Tragik ist keine Tragik, die Komik keine Komik: Licht und Schatten ist lediglich, und alles andere war Faszination.

So wendet ein solcher, wenn er nicht vorher schon befreit war, nun sich ab von dem Weltandrang. Was auch durch die Sinne noch wahrgenommen werden mag: er bleibt kühl, gelassen, unerregbar, unerschütterlich. Mehr denn je ist es ihm möglich, über die gesamte sinnliche Wahrnehmung hinauszusteigen, die weltlosen Entrückungen zu erleben, in ihnen befreit zu sein von Ding und Ich und Welt, von Raum und Zeit und seligen Frieden zu erfahren, um hernach, wenn wieder das Bewusstsein eines Ich in einer Welt eintritt, auch wieder fortzufahren in der Befreiung von dem letzten Ergreifen - bis er durchstößt zur vollkommenen Freiheit.

### Sind die gesamten Satipatthāna-Übungen unerlässlich?

Der Kenner der Lehrreden des Erwachten wird die Frage stellen, ob wohl alle die bisher genannten und beschriebenen Übungen von Satipatthāna und gar auch die drei weiteren noch zu beschreibenden Pfeiler für den Mönch unerlässlich seien oder wie es sich damit verhalte. Die Frage ist begründet, weil in vielen Lehrreden praktische Übungen und Übungswege beschrieben werden, ohne dass dort die Satipatthāna-Übung erwähnt wird. Ganz besonders auffallend ist, dass die etwa zwanzigmal in den Lehrreden der „Mittleren“ und „Längeren Sammlung“ vorkommende ausführliche Beschreibung des vollständigen stufenweisen Übungswegs des Mönchs vom ersten Anfang an bis einschließlich der Triebversiegung von den Satipatthāna-Übungen nur eine der sechs Körperbetrachtungen enthält.

Ferner wird in M 119 nur die sechsfache Körperbeobachtung beschrieben und an die Durchführung dieser Übung die

Verheißung des Nirvāna geknüpft, und in M 140 werden von diesen Körperbeobachtungen nur die Beobachtung der Gegebenheiten und dann die Gefühlsbeobachtung als Weg zum Nirvāna beschrieben.

Diese Erscheinung, dass in einigen Lehrreden die entscheidende Bedeutung der gesamten Satipatthāna-Übungen für die Heilsfindung besonders hervorgehoben wird und dass in vielen anderen Lehrreden, vor allem in dem „Gang zur Vollendung“ ganz besonders die weltlosen Entrückungen hervorgehoben werden, während von der großen Reihe der Satipatthāna-Übungen nur eine einzige vertreten ist, lenkt unsere Aufmerksamkeit auf die Entrückungen.

Diese Aufmerksamkeit wird noch erhöht durch den näheren Hinblick auf die Lehrrede M 119, deren Titel von Neumann mit „Einsicht in den Körper“ übersetzt wird. Sie behandelt ausschließlich die auf den Körper gerichtete Beobachtung und nicht die drei übrigen Pfeiler. Am Ende dieser Lehrrede sagt der Erwachte:

*Wer auch immer, ihr Mönche, Beobachtung des Körpers entfaltet und gepflegt hat, einbegriffen hat er alle heilsamen Dinge (Eigenschaften, Fähigkeiten – dhamma), die zum Wahrwissen führen. Gleichwie etwa, ihr Mönche, ein jeder, der das große Meer im Geist erfasst hat, einbegriffen die Flüsse hat, die nur irgend ins Meer sich ergießen, ebenso auch hat ein jeder, der Beobachtung des Körpers entfaltet und gepflegt hat, einbegriffen alle heilsamen Dinge, die zum Wahrwissen führen.*

Nach diesem Wortlaut folgen die schon weiter oben gebrachten Ausführungen von der todüberwindenden Kraft dieser Beobachtung in Verbindung mit dem Gleichnis von der Steinkugel, die in den feuchten Lehmhaufen eindringen kann, und von dem leichten Federball, der nie durch die dicken Eichenbohlen einer Tür geschleudert werden kann. Der Erwachte fährt dann fort:

*Wer auch immer, ihr Mönche, auf den Körper gerichtete Beobachtung entfaltet und gepflegt hat, auf was für einen durch höhere Erfahrung erwirkbaren Zustand er sein Herz nur irgend hinlenkt, der erfährt leibhaftig jeden Zustand, auf den er seine Aufmerksamkeit (sati) richtet.*

Die höheren Zustände sind: Er ist Sieger über Unlust und Lust, über Furcht und Angst, erträgt körperliche Schmerzgefühle und unliebe Redeweisen, er erreicht die vier weltlosen Entrückungen, die sechs Weisheitsdurchbrüche.

Wer diese vom Erwachten geschilderten großen Gewinne vergleicht mit allen in den Lehrreden vorkommenden Verheißungen des Erwachten für den Vollender des Heilsweges, der erkennt bald, dass die an die gründliche Durchführung des ersten Pfeilers der Beobachtung geknüpften zehn Förderungen, besonders die letzten von ihnen, die höchsten und herrlichsten Verheißungen sind, die überhaupt an die Vollendung des Heilsweges geknüpft sind und die auch von den an die Vollendung aller vier Pfeiler der Beobachtung geknüpften Verheißungen nicht überboten werden. Es ist nicht nur die Versiegung der Verletzbarkeit selbst genannt, also das unzerstörbare Heil, der Endzweck des gesamten Weges, sondern es sind zugleich alle diejenigen Errungenschaften mitgenannt, die den Geheilten, wie es aus einer anderen Lehrrede (M 106) hervorgeht, zugleich zum besten Lehrer für seine Umgebung machen, da er das ist, was der Erwachte an anderer Stelle als den „Beiderseitserlösten“ bezeichnet.

Angesichts dieser allerhöchsten, nicht mehr zu überbietenden Verheißungen für die Durchführung allein des ersten Pfeilers der Selbstbeobachtung liegt die Frage nahe, wozu dann noch die drei übrigen Pfeiler der Beobachtung durchgeführt werden sollen. Zunächst ist zu erkennen, dass M 10, in welcher alle vier Pfeiler der Selbstbeobachtung beschrieben werden, den ersten Pfeiler der Selbstbeobachtung mit der Leichenbetrachtung abschließt, während in M 119, in welcher nur

die Übungen der auf den Körper gerichteten Beobachtung beschrieben werden, nach der Leichenbetrachtung noch die vier Entrückungen genannt und die damit verbundenen Übungen ausdrücklich als noch zu der auf den Körper gerichteten Beobachtung gehörig bezeichnet werden. Damit scheinen die vier Entrückungen in dieser Lehrrede eine ähnlich stellvertretende Rolle für Satipatthāna zu übernehmen wie auch im „Übungsweg zur Vollendung“ (*Tathāgatha-Gang*). Im letzteren vertreten sie fast die gesamten vier Pfeiler der Beobachtung und hier die drei letzten.

Indem wir diese Frage aufwerfen, erinnern wir uns, dass der Erwachte den Entrückungen allergrößte Bedeutung beimisst, dass er ihre großen Vorzüge in verschiedenster Weise schildert. (M 13, 25, 75) Und wir wissen aus dem Bericht des Erwachten über seinen eigenen Werdegang, dass gerade das Erlebnis der Entrückungen ihn von dem Weg der langjährigen falschen und schmerzlichen Versuche endgültig abgebracht hatte und er dann auf geradem Weg das Nirvāna erlangte. (M 36)

Die eigentliche Aufgabe, die sowohl Satipatthāna wie den weltlosen Entrückungen für den Fortschritt auf dem Heilsweg zukommt, verstehen wir dann am besten, wenn wir uns die Hauptetappen in der geistig-seelischen Entwicklung des üben- den Asketen vor Augen führen. Das geschieht am besten durch das weiter oben schon kurz erwähnte Gleichnis des Erwachten von den Holzscheiten. Es handelt sich dabei um dasjenige Gleichnis, das für den Erwachten selbst, als er auf der Suche nach dem rechten Weg zum Heilsstand war, zum entscheidenden Wegweiser wurde. Das tiefere und richtige Verständnis dieses Gleichnisses ist allerdings geeignet, die Hauptetappen des Heilsweges in ihren richtigen Proportionen zu sehen und infolgedessen auch vor Irrtümern und Umwegen bewahrt zu bleiben. Der Erwachte schildert es wie folgt (M 36):

*Da leuchteten mir, Aggivessano, drei Gleichnisse auf, nie zuvor gehörte.*

Gleichwie, Aggivessano, wenn ein Holzsplit von Feuchtigkeit vollgesogen, im Wasser läge, da träte ein Mann hinzu mit einem Reibholz versehen: „Ich will Feuer erwecken, Licht hervorbringen.“ Was meinst du, Aggivessano, könnte wohl dieser Mann mit dem Reibholz das im Wasser liegende, von Wasser vollgesogene Holzsplit reibend, Feuer erwecken, Licht hervorbringen? -

Gewiss nicht, Herr Gotamo. - Und warum nicht? - Jenes Holzsplit liegt ja von Wasser vollgesogen, im Wasser. Alle Plage und Mühe des Mannes wäre vergeblich. -

Ebenso auch, Aggivessano, steht es mit jenen Asketen oder Priestern, die den Körper nicht von den Sinnendingen fernhalten und bei den Sinnendingen die innere Zustimmung, den Trieb, die Neigung, die Blendung, den Durst, das fieberhafte Verlangen nach Sinnenfreuden nicht überwunden haben. Wenn jene lieben Asketen und Brahmanen stechende, brennende Wehgefühle erfahren (auf Grund ihrer Selbstqual), dann sind sie nicht fähig zum Wissen, zum klaren Sehen, zur höchsten Erwachung. Und auch wenn jene lieben Asketen und Brahmanen keine stechenden, brennenden Wehgefühle erfahren, so sind sie selbst dann unfähig zum Wissen, zum klaren Sehen, zur höchsten Erwachung.

Dieses Gleichnis nun, Aggivessano, war das erste mir aufleuchtende, ein nie zuvor gehörtes.

Und hierauf, Aggivessano, leuchtete mir ein zweites Gleichnis auf, ein nie zuvor gehörtes.

Gleichwie, Aggivessano, wenn ein von Wasser vollgesogenes Holzsplit außerhalb des Wassers auf trockenem Boden läge; da träte ein Mann hinzu mit einem Reibholz versehen: „Ich will Feuer erwecken, Wärme hervorbringen.“ -

Was meinst du nun, Aggivessano, könnte wohl dieser Mann mit dem Reibholz das von Wasser vollgesogene, außerhalb des Wassers auf trockenem Boden liegende Holzsplit reibend, Feuer erwecken, Wärme hervorbringen? -

Gewiss nicht, o Herr. - Und warum nicht? - Jenes Holzsplit ist ja, auch wenn es außerhalb des Wassers auf trockene-



*nem Boden liegt, von Wasser vollgesogen. Alle Plage und Mühe des Mannes wären vergeblich. –*

*Ebenso auch, Aggivessano, steht es mit jenen Asketen oder Priestern, die den Körper zwar von den Sinnendingen fernhalten, aber bei den Sinnendingen die innere Zustimmung, den Trieb, die Neigung, die Blendung, den Durst, das fieberhafte Verlangen nach Sinnenfreuden nicht überwunden haben. Wenn diese lieben Asketen und Brahmanen stechende, brennende Wehgefühle erfahren (z.B. bei Selbstqual), so sind sie unfähig zum Wissen, zum klaren Sehen, zur höchsten Erwachung. Und auch wenn jene lieben Asketen und Brahmanen keine stechenden, brennenden Wehgefühle erfahren, so sind sie selbst dann unfähig zum Wissen, zum klaren Sehen, zur höchsten Erwachung.*

*Dieses Gleichnis nun, Aggivessano, war das zweite mir aufleuchtende, nie zuvor gehörte.*

*Und hierauf, Aggivessano, leuchtete mir ein drittes Gleichnis auf, ein nie zuvor gehörtes.*

*Gleichwie, Aggivessano, wenn ein trockenes, ausgedörrtes Holzsplit fern vom Wasser auf trockenem Boden läge; da träte ein Mann hinzu mit einem Reibholz versehen: „Ich will Feuer erwecken, Wärme hervorbringen.“*

*Was meinst du, Aggivessano, könnte wohl dieser Mann mit dem Reibholz das trockene und auf trockenem Boden liegende Holzsplit reibend, Feuer erwecken, Licht hervorbringen.- Freilich, Herr Gotamo. - Und warum das? - Jenes Holzsplit ist ja trocken und liegt fern vom Wasser auf trockenem Land.-*

*Ebenso nun auch, Aggivessano, steht es mit jenen Asketen und Priestern, die den Körper von den Sinnendingen fernhalten und bei den Sinnendingen auch die innere Zustimmung, den Trieb, die Neigung, die Blendung, den Durst, das fieberhafte Verlangen nach Sinnenfreuden bei sich überwunden haben. Wenn jene lieben Asketen und Priester da stechende, brennende Wehgefühle erfahren, so bleiben sie doch fähig zum Wissen, zum klaren Sehen, zur höchsten Erwachung. – Und auch wenn jene lieben Asketen und Brahmanen keine stechen-*

*den brennenden Wehgefühle erfahren, so sind sie auch dann fähig zum Wissen, zum klaren Sehen, zur höchsten Erwachung.*

*Dieses Gleichnis nun, Aggivessano, war das dritte mir aufleuchtende, ein nie zuvor gehörtes.*

Mit dem Wasser, das das ganze Holz durchtränkt, sind die sinnlichen Tendenzen gemeint, die die Sinnesorgane und damit den ganzen Körper durchtränken. Der Körper der lebendigen Wesen ist mit diesen Tendenzen geladen. Als sinnestranzendente Dränge, als geistiger Magnetismus mit Zuneigung und Abneigung (*raga* und *dosa*) zu den verschiedenen Sinnesobjekten, durchdringen und durchziehen sie den ganzen Körper. Da sie den ganzen Körper durchziehen, haben sie Leibesform, sind die geistige Spannungsladung (*nāma-kāya*) des als stofflich erlebten Leibes (*rūpa-kāya*), weshalb wir sie nicht nur Spannungsfeld, sondern auch Spannungisleib oder Spannungskörper nennen können.

Diese im Körper verteilten Dränge sind selbst völlig wissenslos, bewusstlos, ohne Vernunft. Sie sitzen stumm in den Sinnesorganen und lauern auf Befriedigung, so wie der blinde, unbewusste Magnetismus im Eisen auf Anziehbares lauert. Sie sind ein permanenter Mangel und Sog, sind gleich hungrigen Mäulern voll Verlangen und Gier nach entsprechenden Erlebnissen. Wie die aufgesperrten Schnäbel der jungen Vögel ein tiefgefühltes Verlangen, eine unersättliche Gier nach Fraß offenbaren, wie durch Spalten und Löcher im Meeresboden gewaltige wassersaugende, wasserfressende Strudel entstehen, so sind die Sinnesdränge den wasserfressenden Strudeln vergleichbar, weil sie mit einer unerhört verlangenden Gier sich nach außen richten, nach Erlebnissen lechzen, nach Befriedigung verlangen. So ist das erste Stadium des Gleichnisses das des normalen Menschen. Bei ihm lugen aus den Sinnesorganen die tausendfältigen Tendenzen und lechzen hungrig in die Welt hinaus, und er erfüllt sie sich nach seinem Vermögen.

In dem zweiten Gleichnis heißt es, dass das Holzsplit nicht mehr im Wasser liegt, aber es ist noch fast so von Was-

ser vollgesogen wie dasjenige des ersten Gleichnisses, das im Wasser liegt. Mit diesem noch nassen Holzsplit werden die Menschen verglichen, die nicht mehr im häuslichen Leben ihren sinnlichen Interessen nachgehen, sondern Haus und Hof verlassen haben und als Mönche oder Pilger ein Leben der Besinnung pflegen, ihre sinnlichen Wünsche nicht mehr erfüllen, diese aber auch noch nicht völlig ausgerodet haben (das „Holzsplit“ ist noch feucht). Darum heißt es von ihnen, dass sie

*zwar den Körper von den Sinnendingen fernhalten, aber bei den Sinnendingen die innere Zustimmung, den Trieb, die Neigung, die Blendung, den Durst, das fieberhafte Verlangen nach Sinnenfreuden nicht überwunden haben.*

Die Übung der Zügelung der Sinnesdränge und alle weiteren Übungen, wie sie im „Gang zur Vollendung“ beschrieben werden, wie Maßhalten beim Essen, der Wachsamkeit sich widmen, ganz besonders aber die eine stellvertretend für die gesamten Satipatthāna-Übungen genannte Übung *der Wahrheit gegenwärtig, klares Bewusstsein* und die Übung zur Aufhebung der fünf Hemmungen bilden den stufenweisen Weg, auf welchem der Mönch sich von den auf sinnliche Befriedigung gerichteten Tendenzen immer mehr befreit (das Holzsplit immer mehr trocknet). Damit verweilt er immer wieder *abgeschieden von weltlichem Begehren, abgeschieden von allen heillosen Gedanken und Gesinnungen*, und das ist die Voraussetzung für das Erlebnis weltloser Entrückungen.

Sobald dem Mönch dieses beseligende Erlebnis möglich ist, tritt er in den letzten, den fruchtbarsten Abschnitt seiner gesamten Heilsentwicklung ein. Durch die Erfahrung weltloser Entrückung ist die negative Bewertung der gesamten Sinnendinge eine radikale, von einer unvergleichlichen Überzeugungsmacht gegenüber dem, was die Erfahrer früher unternahmen. Denn der Erfahrer von weltlosen Entrückungen hat nun einen vollständig anderen Maßstab, mit dem er die vielfäl-

tige, gespaltene sinnliche Wahrnehmung, die er bisher für die normale hielt, in ihrer Wirrnis, Schmerzhaftigkeit, Abhängigkeit und Gefährdung erkennt und versteht. Unmittelbar nach dem Erlebnis der weltlosen Entrückung empfindet er den ununterbrochenen Andrang der wieder eintretenden tausendfältigen Sinneseindrücke und des dadurch bedingten Prasselhagels der Empfindungen als leibhaftigen Schmerz (S 48,40) und lebt von da an in der Sehnsucht, den einigen, befreienden Zustand der Entrückung sich für die Dauer zu erwerben. Wie die Erfahrung der sinnenlosen, weltbefreiten Entrückung den Menschen von dem Willen, der Neigung und Liebe zu den Sinnendingen, von der Verblendung durch Sinnendinge, von dem Durst und dem Fiebern nach Sinnendingen befreit, zeigt der Wortlaut der Entrückungen selbst (M 119):

*Da verweilt der Mönch abgeschieden von weltlichem Begehren, abgeschieden von allen heillosen Gedanken und Gesinnungen in stillem Bedenken und Sinnen. Und so tritt die aus innerer Abgeschiedenheit geborene Entzückung und Seligkeit ein, der erste Grad weltloser Entrückungen. Diesen Körper durchdringt und durchtränkt er nun, erfüllt ihn und sättigt ihn mit der aus der Abgeschiedenheit geborenen Entzückung und Seligkeit, so dass nicht der kleinste Teil seines Körpers von der aus der Abgeschiedenheit geborenen Entzückung und Seligkeit ungesättigt bleibt.*

*Gleichwie etwa, ihr Mönche, ein geschickter Bader oder Badergeselle Seifenpulver in eine Metallschüssel häuft, dieses nach und nach mit Wasser benetzt und knetet, bis die Feuchtigkeit seine Kugel aus Seifenpulver durchnässt, sie durchweicht und innen und außen durchdringt, wobei die Kugel dennoch nicht trieft, ebenso nun auch, ihr Mönche, durchdringt und durchtränkt, erfüllt und sättigt der Mönch diesen Körper da mit aus innerer Abgeschiedenheit geborener Entzückung und Seligkeit, so dass nicht der kleinste Teil seines Körpers von aus innerer Abgeschiedenheit geborener Entzückung und Seligkeit ungesättigt bleibt.*

*Während er so ernsthaft bemüht ist, eifrig, unermüdlich verweilt, schwinden ihm die hausgewohnten Erinnerungen, und weil sie geschwunden sind, ist das Herz in sich still, beruhigt, geeint und friedvoll. Auch das ist, ihr Mönche, auf den Körper gerichtete Beobachtung, wie sie der Mönch übt.*

Die hier von dem Erwachten genannte Durchdringung und Durchtränkung des gesamten Körpers mit jener aus dem Erlebnis der ersten weltlosen Entrückung hervorgegangenen Entzückung und Seligkeit: das ist der Akt, durch den *die innere Zustimmung zu den Sinnendingen, der Trieb, die Neigung, die Blendung, der Durst, das fieberhafte Verlangen nach Sinnenfreuden* aus dem Körper restlos ausgetrieben wird. Indem dieses überwältigende selige Wohl in den Leib einzieht, verdrängt und vertilgt es aus ihm auch die letzten Reste der tendenzenbedingten verborgenen unbewussten Neigungen nach sinnlichem Wohl.

Verfolgen wir erst noch die Schilderung des Erwachten hinsichtlich der drei weiteren Entrückungen.

*Nach Verebbung auch des Bedenkens und Sinnens verweilt der Mönch in innerem seligem Schweigen, in des Gemüts Einigung. Und so tritt die von Sinnen und Bedenken befreite, in der Einigung geborene Entzückung und Seligkeit ein, der zweite Grad weltloser Entrückung. Diesen Körper durchdringt und durchtränkt er nun, erfüllt ihn und sättigt ihn mit der in der Einigung geborenen Entzückung und Seligkeit, so dass nicht der kleinste Teil seines Körpers von der in der Einigung geborenen Entzückung und Seligkeit ungesättigt bleibt.*

*Gleichwie etwa, ihr Mönche, ein See mit unterirdischer Quelle, der keinen Zufluss aus dem Osten, Westen, Norden oder Süden hat, der nicht gelegentlich von Regenschauern aufgefüllt wird; da würde das Wasser der kühlen Quelle den ganzen See durchtränken, erfüllen und sättigen, so dass nicht der kleinste Teil des Sees von kühlem Wasser ungesättigt bliebe: ebenso nun auch, ihr Mönche, durchdringt und durch-*

*tränkt, erfüllt und sättigt der Mönch diesen Körper da mit der in der Einigung geborenen Entzückung und Seligkeit, so dass nicht der kleinste Teil seines Körpers von der in der Einigung geborenen Entzückung und Seligkeit ungesättigt bleibt.*

*Während er so ernsthaft bemüht ist, eifrig, unermüdlich verweilt, schwinden ihm die hausgewohnten Erinnerungen; und weil sie geschwunden sind, ist das Herz in sich still, beruhigt, geeint und friedvoll. Auch das ist, ihr Mönche, auf den Körper gerichtete Beobachtung, wie sie der Mönch übt.*

*Mit der Beruhigung auch des Entzückens verweilt der Mönch in unverstörtem Gleichmut klar und bewusst und in einem solchen körperlichen Wohlsein, von welchem die Heilskenner sagen: „Dem in unverstörtem Gleichmut klar bewusst Verweilenden ist wohl.“ Ein solcher gewinnt den dritten Grad der weltlosen Entrückungen. Diesen Körper durchdringt und durchtränkt er nun, erfüllt ihn und sättigt ihn mit dem Wohl aus der Beruhigung des Entzückens, so dass nicht der kleinste Teil seines Körpers von dem Wohl aus der Beruhigung des Entzückens ungesättigt bleibt.*

*Gleichwie etwa, ihr Mönche, bei einem Teich mit blauen, roten oder weißen Lotusrosen einige Lotuspflanzen im Wasser geboren sind und wachsen, unter Wasser gedeihen, ohne sich über das Wasser zu erheben, während kühles Wasser sie bis zu ihren Trieben und ihren Wurzeln durchdringt und durchtränkt, erfüllt und sättigt, so dass nicht der kleinste Teil dieser Lotuspflanzen vom kühlen Wasser ungesättigt bleibt, ebenso nun auch, ihr Mönche, durchdringt und durchtränkt, erfüllt und sättigt der Mönch diesen Körper da mit dem Wohl aus der Beruhigung des Entzückens, so dass nicht der kleinste Teil seines Körpers von dem Wohl aus der Beruhigung des Entzückens ungesättigt bleibt.*

*Während er so ernsthaft bemüht ist, eifrig, unermüdlich verweilt, schwinden ihm die hausgewohnten Erinnerungen; und weil sie geschwunden sind, ist das Herz in sich still, beruhigt, geeint und friedvoll. Auch das ist, ihr Mönche, auf den Körper gerichtete Beobachtung, wie sie der Mönch übt.*

*Nachdem er über alles Wohl und Wehe hinausgewachsen ist, alle frühere geistige Freudigkeit und Traurigkeit völlig gestillt hat und in einer über alles Wohl und Wehe erhabenen bewussten Gleichmutsreine lebt, da erlangt er die vierte Ent-rückung und verweilt in ihr. Er sitzt da und durchdringt und durchtränkt, erfüllt und sättigt diesen Körper mit dem reinen, geläuterten, geklärten Gemüt, so dass es keinen Körperteil gibt, der nicht vom reinen, geläuterten, geklärten Gemüt durchdrungen ist.*

*Gleichwie etwa, ihr Mönche, wenn ein Mann dasäße, von Kopf bis Fuß in ein weißes Tuch gehüllt, so dass es keinen Körperteil gäbe, der nicht von dem weißen Tuch bedeckt wäre; ebenso sitzt ein Mönch da und durchdringt und durch-tränkt, erfüllt und sättigt diesen Körper mit dem reinen, geläu-terten, geklärten Gemüt, so dass es keinen Körperteil gibt, der nicht vom reinen, geläuterten, geklärten Gemüt durchdrungen ist.*

*Während er so ernsthaft bemüht ist, eifrig, unermüdlich verweilt, schwinden ihm die hausgewohnten Erinnerungen; und weil sie geschwunden sind, ist das Herz in sich still, beruhigt, geeint und friedvoll. Auch das ist, ihr Mönche, auf den Körper gerichtete Beobachtung, wie sie der Mönch übt.*

In vielen Lehrreden macht der Erwachte darauf aufmerksam, dass er bei sich selber vor seiner Erwachung erfahren habe und dass es sich auch bei allen Menschen so verhalte, dass man, solange man noch nicht jenes überweltliche himmlische Wohl erlebt und erfahren habe bzw. erlebe und erfahre, so lange auch noch gefährdet sei durch das Begehren, dass aber der Heilsgänger, sobald er das himmlische Wohl erlebt und erfahren habe, endlich und endgültig von dem weltlichen Begehren sich abwende, denn dann könnten alle sinnlichen Dinge, auch wenn sie sich in der nach weltlichen Begriffen „schönsten und verlockendsten Weise“ gäben, keinerlei Verlockung und Reizung mehr auslösen: das Erlebnis des seligen, überweltlichen

Wohls ist so überwältigend, dass alles sinnlich Weltliche dagegen verblasst und gar als leidvoll empfunden wird.

Darum sagt der Erwachte von einem solchen, der alle vier Entrückungen durchlebt hat, ausdrücklich, dass er sich von der Zwiefalt zwischen Befriedigung und Nichtbefriedigung völlig befreit habe. (M 38 am Ende)

So ist der von dem Wohl der Entrückungen durchdrungene und gesättigte Heilsgänger ein völlig anderer Mensch als derjenige, der die Entrückungen noch nicht erlebt. Für einen solchen ist der Bereich der gesamten sinnlichen Wahrnehmung, ist diese Welt und jene Welt ein völlig uninteressantes Schattenreich, das ihn in keiner Weise mehr faszinieren kann, das von ihm nur als Belästigung und Leiden empfunden wird. Ein solcher kann nun durchdringen zum Wissen, zur Klarsicht, zur unvergleichlichen Erwachung.

Das zeigt sich am besten in M 53 „Die Schritte des Kämpfers“. Hier wird, wie in manchen anderen Lehrreden, der Übungsweg bis zur Vollendung beschrieben. Dabei werden die vier weltlosen Entrückungen betrachtet als zu dem Übungsweg gehörig. Dann wird von demjenigen, der bis dahin vorgeschritten ist, gesagt:

*... und kann er die vier weltlosen Entrückungen, die das Herz erquickten, schon im Erdenleben beseligen, nach Wunsch gewinnen in ihrer Fülle und Weite, so heißt man ihn den Heilsgänger, der die Schritte des Kämpfers gegangen ist, ja, bis oben an die Verschalung gelangt ist, fähig zur Durchbrechung und fähig zur Erwachung, fähig, die unvergleichliche Sicherheit zu gewinnen.*

*Gleichwie etwa, wenn eine Henne ihre Eier, acht oder zehn oder zwölf Stück wohlbebrütet, gänzlich ausgebrütet hat; wie sollte dann nicht jener Henne der Wunsch kommen: „Ach, möchten doch meine Küchlein mit den Krallen oder dem Schnabel die Eischalen aufbrechen, möchten sie doch heil durchbrechen!“ Und die Küchlein sind fähig geworden, mit*



*den Krallen die Eischale aufzubrechen und heil durchzubrechen.*

*Ebenso nun auch wird der Heilsgänger, sobald er tüchtig in Tugend ist, die Tore der Sinne hütet... und die vier weltlosen Entrückungen, die das Herz erquicken, schon im Leben beseligend, nach Wunsch gewinnen kann in ihrer Fülle und Weite, als solcher der Heilsgänger geheißen, der die Schritte des Kämpfers gegangen, ja, bis oben an die Verschalung gelangt ist, fähig zur Durchbrechung, fähig zur Erwachung, fähig, die unvergleichliche Sicherheit zu finden. Lebt nun ein solcher Heilsgänger in einer über alles Wohl und Wehe erhabenen Gleichmutsreine (gemeint ist hier der Reifegrad der vierten Entrückung), so erinnert er sich mancher verschiedenen früheren Daseinsformen mit je den karmischen Zusammenhängen und Beziehungen. So ist er zum ersten Male hervorgebrochen wie das junge Huhn aus der Eischale.*

*Lebt nun ein solcher Heilsgänger in einer über alles Wohl und Wehe erhabenen Gleichmutsreine, so sieht er mit dem feinstofflichen Auge, dem gereinigten, über menschliche Grenzen hinausreichenden, die Wesen dahinschwinden und wiedererscheinen: gemeine und edle, schöne und unschöne, glückliche und unglückliche. Er erkennt, wie die Wesen je nach dem Wirken wiederkehren. So ist er zum zweiten Mal hervorgebrochen wie das junge Huhn aus der Eischale.*

*Lebt ein solcher Heilsgänger in einer über alles Wohl und Wehe erhabenen Gleichmutsreine, so erreicht er die Triebversiegung, macht sich die triebfreie Gemütererlösung, Weisheitserlösung noch bei Lebzeiten offenbar, verwirklicht und erringt sie. So ist er zum dritten Mal hervorgebrochen wie das junge Huhn aus der Eischale.*

An dieser Aussage samt dem erklärenden Gleichnis zeigt sich die überragende Bedeutung der weltlosen Entrückungen als die Öffnung des Wegs zur Weisheitsschau und Erlösung. Gerade durch sie wird jener Reifegrad erwirkt, der hier als *über alles Wohl und Wehe erhabene Gleichmutsreine* bezeichnet wird und der die Voraussetzung ist für den Durchbruch zur

Weisheit bis zur Triebversiegung. Ebenso wird ja auch aus etwa zwanzig weiteren Lehrreden der „Mittleren“ und „Längeren Sammlung“ geschildert, dass das Herz des Mönches nach der vierten weltlosen Entrückung diejenige innere Gleichmutsreine, Gesammeltheit, Stille und Freiheit gewonnen habe, die es nun fähig mache zum Durchbruch, zur Transzendierung, zur „universalen Wahrnehmungsweise“ und zur „wahrnehmungsfreien Weise“ bis zu der endgültigen Befreiung von Tendenzen. So wie mit einem völlig trockenen Holzsplit leicht Feuer hervorgebracht werden kann - so wie ein völlig ausgebrütetes Hühnerei, in welchem das Küchlein ausgereift und lebendig ist, leicht von dem Küchlein gesprengt und durchbrochen werden kann - so auch kann der Mönch, der den Körper von den Sinnendingen fernhält und der den letzten feinsten Durst nach Sinnendingen völlig ausgetrieben und ausgeglüht hat, nun alle Beschränkungen aufheben, Raum und Zeit durchbrechen in einem unvergleichlichen Wissen, in einer unvergleichlichen Klarsicht, in einer unvergleichlichen Erwachung.

In diesem Zusammenhang zeigt sich die große Bedeutung der weltlosen Entrückungen für die Tilgung der Sinnensucht und damit für die Heilsgewinnung.

Die überwältigende Erfahrung, die das Erlebnis der weltlosen Entrückungen für den zum Heil Strebenden mit sich bringt, zeigt sich auch in D 9. Dort beschreibt der Erwachte zunächst wieder den Übungsweg zur „Vollendung“ bis zur Erreichung der weltlosen Entrückungen. Von dem Mönch, der die erste Entrückung gewonnen hat, sagt der Erwachte dort:

*Dem geht nun, was er früher an sinnlicher Wahrnehmung hatte, unter; in Abgeschiedenheit geborene Beglückung und stille Wahrheitswahrnehmung geht auf. So kann durch Übung die eine Wahrnehmung aufgehen, durch Übung die andere Wahrnehmung untergehen.*

In diesen Worten des Erwachten ist die wunderbare Erfahrung, welche die weltlosen Entrückungen mit sich bringen, angedeutet: *In Abgeschiedenheit geborene Beglückung und stille Wahrheitswahrnehmung geht auf.* - Was heißt das?

Der normale Mensch kennt seit seiner Geburt kaum eine andere als die sinnliche Wahrnehmung, sein Geist wird vorwiegend beschäftigt mit gesehenen Formen, gehörten Tönen, gerochenen Düften, geschmeckten Säften, getasteten Körpern. Alle diese fünf Wahrnehmungsweisen bringen immer das Erlebnis einer dreidimensionalen Welt in Form und Raum mit sich. Und da der Geist des normalen Menschen nichts anderes ist als die Aufzeichnung der gesamten seit der Geburt angesammelten Erfahrungen, so ist dieser normale erfahrungsbedingte Menscheng Geist von vornherein in der raumzeitlichen Struktur angelegt, er kann nur räumlich und zeitlich denken.

Der so zustande gekommene Geist, die so zustande gekommene Anschauung muss darum die raum-zeitliche Welt, den Kosmos, als das Ganze, das Äußerste und Größte auffassen, als dasjenige, innerhalb welchem alles ist, was ist, als das Universum. Die Existenz, kurz, alles Erleben findet für ihn im Kosmos, im Universum und d.h. im dreidimensionalen Raum statt. Als Grundlage seiner Existenz fasst er Stoff und Raum auf, wobei Raum für ihn nichts anderes ist als der nichtstoffliche Zwischenraum zwischen den verschiedenen stofflichen Dingen. Alles, was ist, das scheint ihm nur durch Stoff und Raum bedingt, auch das Bewusstsein und damit das Zeitphänomen, denn da das Bewusstsein die „im Gedächtnis“ bewahrten „vergangenen“ Erlebnisse mit den „gegenwärtigen“ vergleichen kann, so entsteht der Eindruck von Zeit.

So findet für den normalen Menschen das Leben in seiner Gesamtheit als dinglich-räumlich-zeitliche Ausbreitung statt, ist daran gebunden, ist dessen Ergebnis. Und da ein jedes Erlebnis des normalen Menschen aus sinnlicher Wahrnehmung besteht, aus wahrgenommenen Formen, Tönen, Düften, Säften, Tastobjekten, so bestätigt und befestigt jedes weitere Erlebnis den bereits aus den früheren Erlebnissen gewonnenen

Eindruck von der dinglich-räumlich-zeitlichen Ausbreitung der Welt und des Lebens. Diese immer tiefer und immer stärker sich einprägende Auffassung wird seine Vernunft, ist seine Vernunft. Und darum muss er jede Auffassung, die dieser widerspricht, als vernunftwidrig, als unvernünftig auffassen und bezeichnen.

Darin erkennen wir die Relativität und die Grenzen der Vernunft. Die Vernunft des Menschen, wie überhaupt eines jeden Wesens, ist keine selbstständige Größe, nichts Ewiges oder Unbeeinflussbares, vielmehr erwächst sie aus dem, was „vernommen“ wurde, und das heißt erfahren wurde, erlebt wurde. Aus dem tausendfältigen bedingten Erfahren von Dingen wird von dem Geist vernommen, dass Dinge sind. Von daher sagt die geistige Vernunft: „Es gibt Dinge.“ Und von daher gilt die Behauptung: „Es gibt keine Dinge“ als unvernünftig und vernunftwidrig. Und weil der Geist mit den Dingen Nähe und Ferne, räumlichen Abstand, Raum, vernahm, darum behauptet die Vernunft: „Die Dinge befinden sich im Raum.“ Dieser nur durch das Vernehmen von Ding und Raum zustande gekommenen Vernunft muss die Behauptung: „Es gibt auch ein Erleben ohne Ding und Raum“ unvernünftig erscheinen.

Demjenigen nun, der die weltlosen Entrückungen erlebt, geht, wie es weiter oben hieß und wie wir es schon wiederholt gründlicher ausgeführt haben, „die sinnliche Wahrnehmung unter“. Damit geht ihm das Raum-Zeit-Erlebnis unter, ohne dass ihm jedoch das Erleben selbst untergeht. Damit erfährt er etwas, was seiner gesamten bisherigen Erfahrung und der daraus entwickelten „Vernunft“ entgegensteht: Er erfährt eine Existenzweise, die nicht innerhalb des Kosmos stattfindet; er erfährt und „vernimmt“, dass es Existenz auch ganz ohne das Erlebnis eines raum-zeitlichen Kosmos gibt. Darum heißt es: *In Abgeschiedenheit geborene Beglückung und stille Wahrheitwahrnehmung geht auf.*

„Wahrheit“ bedeutet hier so viel wie „Wirklichkeit“, und darin liegt die Korrektur, welche die Vernunft des Erfahrers

der weltlosen Entrückungen bei den ersten Erlebnissen dieses ganz anderen Seins erfährt. - Von den drei Wegen zur Wissensbildung: Erfahrung, Belehrung und eigenes mehr oder weniger spekulatives Denken wohnt der Erfahrung die weit größere Überzeugungskraft inne als dem Denken und der Belehrung. Die Erfahrung ist ja das unmittelbare Erleben. Im Erleben kann man sich nicht täuschen, denn was man erlebt hat, das hat man erlebt. Wohl kann hernach die Erinnerung trügen, oder man mag seine Erlebnisse falsch deuten. Was aber der Mensch erfährt und erfahren hat, das nimmt er zur Kenntnis, selbst dann, wenn er es nicht begreifen kann. Darum wohnt der Erfahrung die schlechthin totale Evidenz inne.

Dem normalen Menschen sind die durch sinnliche Wahrnehmung erlebten Formen, Töne, Düfte, Geschmäcke und Tastobjekte die „Wirklichkeit“. Der Begriff Wahrnehmung bedeutet nichts anderes als „für-wahr-nehmen“. Die Wahrnehmung ist die eigentliche Dimension des Lebens und Erlebens, sie ist geistig. Es sind die wahrgenommenen Formen, Töne, Düfte, Säfte und Körper, welche den daraus entwickelten Geist behaupten lassen: „Es gibt nur Formen, Töne, Düfte usw., es gibt nur eine stofflich-räumliche Welt, und nur in dieser stofflich-räumlichen Welt findet alles Leben statt.“ So hält der normale Mensch die dreidimensionale Weltlichkeit mit Ich und Ding und Raum und Zeit und Wandelbarkeit so ausschließlich für wirklich, wie ausschließlich er sie erfährt und erlebt.

Indem nun aber jenes völlig andere erlebt wird, erfahren wird: eine in vollkommener Abgeschiedenheit von Welt und Weltlichkeit geborene stille Seligkeit, ja, selige Ruhe - indem also Leben ohne Ich und ohne Welt wahrgenommen wird, erlebt wird, erfahren wird, da tut sich anfänglich zwangsläufig der Widerspruch auf zu aller bisherigen Erfahrung und aller aus dieser bisherigen Erfahrung hervorgegangenen „Vernunft“ und „Lebensauffassung“. Was man noch nie erfahren und gekannt hatte und auch noch nie gedacht hatte und was man darum, wenn man davon hören oder lesen würde, ohne es selbst

erlebt zu haben, für unmöglich und unvorstellbar halten würde, das erlebt man nun: Seligkeit ohne Welt, ohne Ich, ohne Zeit, ohne Raum, überweltliche, zeitlose Seligkeit.

Da aber diese sinnlose, weltbefreite, ja, ichbefreite Seligkeit aus derselben Quelle kommt, aus der bisher nur die sinnliche Erlebensform eines „Ich“ in einer „Welt“ erkannt und erfahren wurde: eben aus Wahrnehmung, so ist dieses selige Leben genau ebenso wahr und wirklich wie das bisherige mühselige und sorgenvolle Welterlebnis. Man kann nun die Wirklichkeit und Gültigkeit des neuen erfahrenen Lebens nicht mehr abweisen, sonst müsste man auch alle seine bisherige Erfahrung abweisen. Das außersinnliche, weltlose, zeitlose Sein ist ebenso wahr und wirklich wie das sinnliche, weltliche, zeitliche Sein mit seinem rasenden Fluss der dauernden Veränderung. Aber dieses überweltliche zeitlose Sein ist unendlich seliger, beglückender und vor allem wacher, überzeugender als der bisher erfahrene lebenslängliche Strom von einander folgenden Ereignissen und Geschehnissen, die zusammen als „Welt“ bezeichnet werden. Darum heißt es: *In Abgeschiedenheit geborene Beglückung und stille Wahrheitwahrnehmung geht auf.*

In dieser Situation kommt über ihn ein großes Verwundern. Diese Verwunderung ist die Antwort und Reaktion seiner bisherigen aus der einseitigen Erfahrung gebildeten „Vernunft“ auf jenes ganz andere erfahrene Neue. Zugleich aber liegt in dieser Verwunderung auch das Verwundetwerden und Zusammenbrechen der bisherigen Vernunft. Sie kapituliert vor der Neuigkeit, sie gibt zu, dass ihre Alleinherrschaft unberechtigt war. Sie macht Platz für das neu Vernommene und für die daraus hervorgehende neue Vernunft.

Dieses Sich-Verwundern und Sich-Bescheiden der alten engeren Vernunft und das Erscheinen und Hinzutreten und Platznehmen der neuen höheren Vernunft ist ein Prozess, der allmählich vor sich geht, der allmählich fortschreitet in dem Maß, wie das Erlebnis der weltlosen Entrückungen öfter statt-

findet und länger vorhält mit all den Folgen, die eine solche Entwicklung nach sich zieht.

Aus dieser Erfahrung erhebt sich vor allem die Gewissheit, dass dasjenige, was als Ich begriffen und aufgefasst wird, nicht, wie bisher angenommen wurde, die Grundlage der Existenz, des Lebens und Seins und damit auch alles Wohls und Wehes ist, dass vielmehr dieses „Ich“ innerhalb der Existenz eine trübe, alles trübende Befleckung ist, eine Begrenztheit und Schmerzlichkeit. Der Erleber der Entrückungen hat erfahren, dass der Wegfall des Ich nur zum Wegfall jener Befleckung, jener Schmerzen und Betrübnisse führt, nur zum Wegfall aller Grenzen und Begrenzungen, aller Wandelbarkeit, aller Ängste und des Todes, also nur zum Wegfall alles Wehen, dass aber übrig bleibt, so als ob es immer gewesen und nur durch die Ich-Befleckung überdeckt gewesen wäre, ein nie geahntes, unendliches Wohl.

Nun erst kreist die Wahrnehmung nicht mehr um die Sinnendinge, sondern wendet sich endgültig von den Sinnendingen ab. Und das öffnet demjenigen, der die Grundwahrheit des Erwachten begriffen hat, das Tor zum Nirvāna. Insofern ist das Erlebnis der weltlosen Entrückung für die Erreichung des Nirvāna unerlässlich. - Das geht auch aus noch anderen Lehrredenstellen hervor.

Der Erwachte gibt das Gleichnis vom „ölußgeschwärtzten Schinderhemd“ (M 75). - Ein blindgeborener Mensch, der, weil er nie Formen und Farben sieht, auch keine Unterscheidung treffen kann zwischen schönen und hässlichen Gegenständen, hört einen Betrüger, *Māro*, den „Verderber“, sagen, es gebe nichts Schöneres als das von ihm angebotene feine, saubere, weiße, fleckenlose Gewand. Der Blindgeborene wird begierig, ein solches zu besitzen, und der Betrüger gibt ihm ein ölußgeschwärtztes Schinderhemd mit den Worten: „Hier hast du, lieber Mann, ein feines sauberes Gewand, weiß und ohne Flecken.“ Der Blindgeborene bekleidet sich damit, freut sich darüber und spricht überall davon, wie schön es sei, ein weißes, fleckenloses Gewand zu tragen.

Nach einiger Zeit gelangt er an einen Arzt, der den Blindgeborenen sehend macht. Nun erkennt dieser, dass er mit ekelhaftem Schmutz bedeckt ist; zugleich kann er jetzt erst erkennen, was dagegen ein feines, sauberes Gewand, weiß und ohne Flecken ist. Nun ekelt der Sehendgewordene sich vor seiner bisherigen Bekleidung und mag zornig werden über den Betrüger.

Ebenso auch ist der Mensch, der auf dem Weg der Läuterung durch das Erlebnis der weltlosen Entrückungen zu der Erfahrung einer ganz anderen Existenzweise und Seinsweise gekommen ist, gleichsam „sehend“ geworden. Hier ist ihm in *Abgeschiedenheit geborene Beglückung und stille Wahrheitwahrnehmung* aufgegangen, wie er sie bisher nicht ahnte. Im plötzlichen Fortfall der gesamten fleckenhaften, beschränkten, beschmutzten Wahrnehmungsweise stieß er in dem Erlebnis der freien Wahrnehmungsweise der weltlosen Entrückungen zu jener höheren Wirklichkeit, zu jenem reineren Leben durch. Und nun erst begreift er, wie elend, gebunden, gefesselt und in Schmutz und Leiden befangen, er sich bisher befand.

Damit tritt er seiner gesamten bisherigen Lebensform befremdet gegenüber, so wie der plötzlich Sehendgewordene nun mit größter Befremdung den ekelregenden, schmierigen Schmutz seines Gewands sieht. Was ihm je in dem Bereich der sinnlichen Wahrnehmung als schön oder unschön galt, das erkennt er nun gegenüber dem neuen erlebten wahren Wohl als eitel, elend und schmerzlich. So wie der Sehendgewordene jetzt die Ölrüßflecken und Blutflecken auf seinem Schinderhemd ekelhaft findet, so erkennt der Erfahrer des Wohls der weltlosen Entrückungen jetzt auch alles sinnliche Wohl als Wehe.

Das zeigt der Erwachte in derselben Lehrrede an dem Gleichnis von dem Aussätzigen und seiner Heilung. Wenn seine Aussatzwunden allzu unerträglich juckten, dann ließ er immer wieder diese Wunden dicht an glühenden Kohlen ausdörren, ausbrennen und durchrösten. Er nahm diese Art des brennenden Schmerzes nicht nur in Kauf, sondern empfand



ihn gegenüber dem entsetzlichen Dauerjucken des Aussatzes als ein Wohl. Der Erwachte fügt hinzu, dass jener Aussätzige, wenn er gesunden würde, dann um keinen Preis mehr seine Glieder so nahe an die glühenden Kohlen bringen möchte, weil er deutlich empfindet, dass es ein Schmerz sei und kein Wohl. Solange er aber wegen seiner Aussatzkrankheit von dem unerträglichen Jucken (Durst) sinnesverwirrt war (Blendung), da war ihm der Schmerz des Brennens dennoch eine Wohltat.

Mit diesen beiden Gleichnissen zeigt der Erwachte die geistige Umorientierung des durch die weltlosen Entrückungen zu höherem Leben Erwachsenen und seinen Umzug aus dem niederen Leben in das höhere Leben. So wie der Sehendgewordene sich endgültig trennt von dem Schmutzhemd - so wie der vom Aussatz Geheilte sich endgültig trennt von den glühenden Kohlen - so auch wird dem Erfahrer der weltbefreiten Wahrnehmungsweise der weltlosen Entrückungen die beschränkte Wahrnehmungsweise, die sinnliche Wahrnehmung, widerwärtig, und er richtet seinen Sinn und seine Aufmerksamkeit immer mehr auf jene in der Entrückung erlebte Freiheit von aller Unbeständigkeit und allem Leiden.

Dass die unter dem Einfluss des Erlebnisses der weltlosen Entrückungen sich ausbreitende, in *Abgeschiedenheit geborene Beglückung und stille Wahrheitwahrnehmung* nicht nur eine Erleichterung, sondern wirklich eine unerlässliche Voraussetzung für Verständnis und Erreichung des Nirvāna ist, das zeigt der Erwachte in dem Gleichnis von den vier Antilopenrudeln (M 25):

Dort schildert der Erwachte, wie ein Rudel im Wald das von dem Wildsteller ausgestreute Futter sorglos nimmt, dadurch immer in der Gewalt des Wildstellers bleibt und ganz nach dessen Wunsch gefangen und geschlachtet werden kann. - Mit diesem ersten Rudel vergleicht der Erwachte die meisten Menschen einschließlich derjenigen Asketen und Mönche, die sich in der Nähe der Dörfer oder Städte oder gar in den Dörfern und Städten selbst aufhalten und den sinnlichen Wün-

schen nachgehen. Sie bleiben darum dem Tod, der Vergänglichkeit verfallen. -

Ein zweites Rudel, klug geworden, will das Futter des Wildstellers ganz meiden, zieht sich darum weit in den Wald zurück und lebt von den natürlichen Früchten des Waldes. Es kommen aber Jahreszeiten, da keine Früchte vorhanden sind. Die Tiere werden hungrig, elend, mager und erinnern sich des Futters, können der Erinnerung nicht widerstehen und gehen wieder in den Bereich des Wildstellers, fressen das Futter, werden genießerisch, bequem und werden darum ebenfalls Opfer des Wildstellers. - Mit diesem zweiten Wildrudel vergleicht der Erwachte diejenigen Mönche, Asketen und Einsiedler, die, in das andere Extrem verfallend, keine Menschen und Menschenkost sehen wollen und nur von dem, was die Natur an Wildfrüchten bietet, leben wollen, damit den Fähnissen der Jahreszeit ausgeliefert sind, darum in den Zeiten des Mangels hungrig und schwach werden, dann eben doch in die Dörfer zurückkehren, um so mehr genießen, genussüchtig werden und damit ebenfalls in der Gewalt des Todes bleiben.

Ein drittes Rudel, klüger geworden, nimmt zwar immer das Futter des Wildstellers, hält sich aber im Übrigen weitab von dem Futterplatz im Innern des Waldes auf. Der Wildsteller merkt, dass das Futter weniger wird, sieht aber kein Wild, sucht gründlicher, findet das Wild weiter abseits und zieht seine Umzäunung noch über den Aufenthaltsort des Wildes hinaus, so dass es ihm auch verfallen ist. - Mit diesem dritten Wildrudel vergleicht der Erwachte solche Einsiedler, Asketen und Mönche, die zwar täglich zum Dorf hingehen um Almosenspeise, sich den Tag über nicht nur äußerlich von den Stätten der Menschen und Speisen zurückhalten, sondern im Ganzen dem sinnlichen Begehren nicht nachgehen. Sie verhalten sich bis hierhin also durchaus richtig. Da sie aber nichts unternehmen, um zu der Übersteigerung der sinnlichen Wahrnehmung, zu jenem ganz anderen weltlosen Erleben in Entrückungen zu kommen, so wird ihre Vernunft nicht erhöht und überhört. Da sie immer nur in der beschränkten, primitiven

Wahrnehmungsweise leben, immer nur Gegenwart, Vergangenheit und Zukunft erleben, immer nur Ich und Umwelt erleben, so bleiben sie im Subjekt-Objekt-Denken befangen; und wenn sie sich auch den niederen Begehrensdingen nicht widmen, so *kreisen sie eben doch immer um die Sinnendinge herum*. Und so kommen sie auf die Dauer zwangsläufig zu der Entwicklung der mannigfachen Ansichten über Ich und Welt und Seele, über Herkunft und Hinkunft, werden also Philosophen. Und da sie die nur in der weltlosen Entrückung erfahrene Überwindung von Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft nicht kennen, so sinnen sie weiterhin über Vergangenheit und über Zukunft nach, so bleiben sie in der Vergänglichkeit, können nur Vergänglichkeit denken, können Todlosigkeit nicht fassen und darum auch nicht erreichen. Sie geraten also nicht sofort ins Garn der Sinnlichkeit, ins Garn der Lust, aber dafür ins Garn der Ansichten. Und der Erwachte sagt von ihnen, dass auch sie nicht freikommen können, dass sie in der Gewalt des Todes (Māro) bleiben.

Danach spricht der Erwachte von dem vierten Wildrudel, das aus den Erfahrungen der anderen drei Rudel gelernt hat und sich darum entschließt, zwar ebenso wie das dritte Rudel von dem Futter des Wildstellers zu nehmen, was zur Erhaltung des Lebens nötig ist, ohne sich aber davon verlocken zu lassen und ohne genussüchtig zu werden. Im Gegensatz zum dritten Rudel begeben sie sich an einen Ort, wohin der Wildsteller überhaupt nicht gelangen kann. - Der Wildsteller sieht nun, wie das Futter weniger wird, sucht nach dem Rudel, kann es aber, wie sehr er auch sucht, nirgends finden und entschließt sich schließlich, dieses vierte Rudel gar nicht zu beachten und auf andere Beute zu hoffen.

Mit diesem vierten Rudel vergleicht der Erwachte diejenigen Mönche, Asketen und Einsiedler, welche das Erlebnis der weltlosen Entrückung kennen, die freie Wahrnehmungsweise, den Wegfall von Ich und Umwelt, von Raum und Zeit erleben können. Von diesen Mönchen, Asketen und Einsiedlern sagt der Erwachte:

*Gebendet haben sie Māro, haben das Auge Māros seiner Sehkraft beraubt, sie sind für den Bösen unsichtbar geworden.*

Und er verheißt ausschließlich diesen vierten Mönchen, Asketen und Einsiedlern, wenn sie auf dem Weg fortschreiten, ganz sicher die Erreichung des Nirvāna, während er von den Asketen der drei anderen Gruppen, welche die weltlose Entrückung nicht erreichen, sagt, dass sie dem Tod verfallen bleiben, das Leiden nicht überwinden können. Damit zeigt der Erwachte, dass das Erlebnis der weltlosen Entrückung für den Heilsgänger eine unerlässliche Voraussetzung ist für die Erreichung des Nirvāna.

Zwar ist das Erlebnis der weltlosen Entrückung noch keine vollkommene Erwachung, aber es ist eine unvergleichlich größere und hellere Wachheit als das Erlebnis einer Sinnenwelt. Der Erwachte nennt es *Befreiungsseligkeit, Befriedungsseligkeit, Erwachungsseligkeit.* (M 139) Es ist der Durchbruch in eine ganz andere Dimension der Wahrnehmung. Und da das Erlebnis der weltlosen Entrückungen zugleich ein unvergleichlich größeres Wohl ist als alle Erlebnisse der Sinnenwelt, so liefert es demjenigen, der die Aufhebung alles Ergreifens anstrebt, dem Heilsgänger, das erforderliche Sprungbrett, um jene beschränkte Wahrnehmungsweise, die sinnliche, täuschende, zu überwinden und dadurch dem Nirvāna selbst immer näher zu kommen.

Trotzdem ist es möglich, dass jemand, der auf dem Satipatthāna-Übungsweg fortgeschritten ist und die Entrückungen öfter nach Wunsch bekommen kann, dennoch den Satipatthāna-Weg beibehalten möchte und weiterhin verfolgt. Wie man sich in dieser Situation entscheidet, ist bei demjenigen, der durch gründliche Kenntnis der Lehre alle möglichen Wege kennt, eine Frage des Naturells. Solche, die die Neigung haben zum eisernen, unentwegten, konzentrierten Beobachten und den daraus hervorgehenden durchdringenden Erkenntnissen und Ablösungen, werden auf der Leiter der Satipatthāna-Übungen bis zum Nirvāna hinaufsteigen. Sie werden viel-

leicht, wenn sie auf dieser Leiter eine neue Plattform erlangt haben, eine Weile auf dieser Plattform bleiben, werden das mit der jeweiligen Entrückung zusammenhängende Erlebnis seliger oder friedvoller Stille für kurze Zeit kosten, werden sich aber dann wieder zur Leiter zurückbegeben und dort weiter hinaufsteigen.

Die Satipatthāna-Übung ist, wie der Erwachte betont ausdrückt, der „gerade Weg“. Das ist ein Ausdruck für vollkommene Sicherheit: ohne Abwege, Nebenwege, Verirrungen. Aber es ist nicht ein Ausdruck für die Leichtigkeit dieser Übung. Wie eine Dampfwalze, langsam zwar, aber dafür unentwegt und unhemmbar vorwärtskommt und alles unter sich ebnet, so ist die Satipatthāna-Übung - solange sie richtig und durchgängig geübt wird - die machtvollste Übung, die den Übenden aus allen Fesseln, Bindungen und Perspektiven schrittweise, zwar langsam, aber unhemmbar und unwiderstehlich herauslöst - solange der Mensch sie übt.

Aber wie eine schwere Dampfwalze sich nicht von selber unentwegt vorwärtswälzen kann, sondern des Kraftstoffes bedarf, so bedarf der Mensch zur Durchführung und Durchhaltung der - besonders in der ersten Zeit - mühsamen Satipatthāna-Übung des inneren Antriebs, der inneren Kraft und Ausdauer, des festen Willens zum Durchhalten. Diese unverzichtbaren Hilfsmittel: Kraft und Ausdauer erwachsen jedem Ordensmitglied - Mönch oder Nonne - nur durch Übung der vor den Satipatthāna-Übungen liegenden Übungen: Tugend, Zügelung der Sinnesdränge, Maßhalten beim Essen, der Wachsamkeit sich widmen, klarbewusstes Bewegen des Körpers; Überwindung der fünf Hemmungen. Durch die Einsichten und Erfahrungen, die er auf dem Weg dieser Übungen gewinnt, wird sein Weltbild und seine Lebensauffassung allmählich so verändert, wie er es sich vorher nie vorgestellt oder geglaubt hätte. Ohne diese geistigen und seelischen Wandlungen ist das Gelingen der Satipatthāna-Übungen bis zu den vom Erwachten daran geknüpften Verheißungen der sicheren Heilsgewinnung - vergeblich. Der Buddha hat dieses Urteil selbst ausgespro-

chen mit der viermaligen ausdrücklichen Bemerkung, dass diese vier Übungen (sowohl bei dem Körper wie bei den Gefühlen, bei den Regungen des Herzens und bei den Erscheinungen) zu üben seien, nachdem weltliches Begehren und weltliche Bekümmernnis völlig abwesend sind. Wer aber diese innere Freiheit gegenüber den Sinnendingen noch nicht gewonnen hat, der wird zwangsläufig von der Übung wieder abkommen wie inzwischen Tausende und Abertausende Menschen im Osten und im Westen.

Die Reihe der Übungen, die der Erwachte vor der Nennung der Satipatthāna-Übung nennt, ist also für jeden Menschen, wenn er als Mönch oder Nonne im Orden lebt, unverzichtbar, denn sie ist der Weg, der zu jener Durchschauung und vor allem inneren Befreiung von der Ausschließlichkeit des Sinnenlebens führt, womit erst die vom Erwachten genannte Voraussetzung für die Satipatthāna-Übung erfüllt ist: *nach Überwindung weltlichen Begehrens und weltlicher Bekümmernnis.*

Diese Ablösung von den Sinnendingen wird auch gewonnen, wenn der Übende durch die vorangegangenen Übungen, mit der Aufhebung der fünf Hemmungen an der Spitze, auf den Weg der weltlosen Entrückungen (achtes Glied des Heilsweges) kommt wie der Erwachte und manche seiner Mönche und Nonnen. Durch das beglückende Wohl der Entrückungen kann der Heilsgänger alles Begehren nach Sinnendingen hinter sich lassen. Von diesem Weg sagt der Erwachte (A IV,163), dass er mit Beglückung gegangen wird. Er ist nicht der Weg einer daherwuchtenden Dampfwalze, sondern ist gleich einem Höhenflug über alles Kleinliche, Vordergründige hinaus in den freien, lichten Raum. Der Erfahrer dieser seligen Weltfreiheit fühlt sich so unendlich weit von all den weltlichen Dingen entfernt, dass sie für ihn ihre frühere Bedeutung verlieren. Und auch, wenn er nach dem Höhenflug wieder zurück auf die Erde sinkt, so hat er durch das Erlebnis der Freiheit von Raum und Zeit eine Perspektive erfahren, aus welcher er nicht nur die Kleinheit und Bedeutungslosigkeit der

aus der Nähe so groß sich zeigenden Dinge und Unterschiede durchschaut hat, sondern er weiß nun auch, dass die Welter-scheinung nur durch Durst bedingt ist, dass er aber auf dem Weg ist, diesen abzutun.

Fast jeder in den genannten Übungen Fortgeschrittene ist schon erheblich vor der Vollendung allein der ersten der vier Satipatthāna-Übungen, also der gesammelten Dauerbeobach-tung der körperlichen Vorgänge, zum Erlebnis der ersten zwei Entrückungen fähig, ja, viele Menschen können eher zum sporadischen Erlebnis der weltlosen Entrückungen kommen als zur Fähigkeit der systematischen Pflege von Satipatthāna. Andererseits wird, wenn die Satipatthāna-Übung allmählich in der erforderlichen Tiefe gelingt - mit der daraus hervorgehenden Entfremdung vom Körper, wodurch die naive Identifizierung des Ich mit dem Körper erschüttert und in manchen Augenblicken aufgelöst wird - durch die dadurch empfundene spontane große Erleichterung eine stille Freude erfahren, die den Übergang in die Entrückungen mit sich bringen kann. Durch diesen beseligenden Höhenflug über Zeit und Raum wird der Erfahrer ein um so beharrlicherer und freudigerer Über von Satipatthāna: Die ebenso schwere wie langsame "Dampfwalze" hat ungeheuer viel Kraftstoff bekommen.

Es besteht also eine gegenseitige Förderung: Einmal die in Beharrlichkeit gepflogene Beobachtung der Körpervorgänge durch das vorweg gewonnene Erlebnis der Entrückungen im Aufschwung - und andererseits das sichere Hinreifen zu den weltüberlegenen Entrückungen durch die beharrliche Ein-übung der gesammelten, stillen, aufmerksamen Beobachtung der körperlichen Vorgänge.

Es kann aber auch sein, dass dieselbe Beobachtung, durch deren Übung man immer reifer zu den weltlosen Entrückun-gen wird, doch den Eingang in die weltlosen Entrückungen verhindert. Aus den Lehrreden geht hervor, dass man nur in der Haltung eines vollkommenen Lassens, eines völligen inneren Friedens in die weltlosen Entrückungen eingehen kann. Solange aber Satipatthāna ein Wirken ist, zum Teil sogar ein

starkes Bemühen um unabgelenkte Beobachtung ist, so lange kann zur Zeit der Satipatthāna-Übung nicht weltlose Entrückung eintreten, vielmehr muss man sich bewusst entschließen, nun Satipatthāna einzustellen und auf Herzenseinigung umzustellen. Das heißt, man muss nun „lassen“ können, auch das muss geübt werden und kommt nicht von selber.

Wer aber durch die Satipatthāna-Übung zu den Entrückungen kommt, der gewinnt auch bald die Entrückung des *sati*-Fähigen. Die erworbene *sati*-Fähigkeit erst macht den Reifezustand aus, der dann auch die dritte und vierte Entrückung ermöglicht. Dieser Zustand wird beschrieben:

*Er verweilt klarbewusst (sati) in einem solchen körperlichen Wohlfühlen, von welchem die Heilsgänger sagen: „Dem in erhabenem Gleichmut klarbewusst Verweilenden ist wohl.“*

Wir können nun unsere Hauptfrage, ob alle Satipatthāna-Übungen notwendig sind oder ob Teile genügen, um zur Triebversiegung zu kommen, zunächst in Bezug auf den ersten Pfeiler der Beobachtung wie folgt beantworten:

Durch die Beobachtung des Körpers findet eine zunehmende Durchschauung des Körperlichen als etwas Unlebendiges und Mechanisches statt. Durch die Beobachtung dieses ersten Pfeilers sieht der Übende, wie es öfter in den Lehrreden heißt, *der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit*, dass der Körper nicht das Ich ist. *Indem er dies der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit sieht, wird er der Körperart satt, löst den Sinn von der Körperart ab.*

Diese selbe Ablösung erreicht der Heilsgänger auch durch das Erlebnis der Entrückungen - wenn er diese vorab gewinnen kann. Indem der Mönch ohne Körperlichkeit ein seliges Sein erlebt und mit Körperlichkeit ein nicht seliges, ein schmerzliches, lästiges, belastendes Sein erfährt, wird er *der Körperlichkeit überdrüssig, der Körperlichkeit satt und löst den Sinn von der Körperlichkeit ab.*

Es ist also wohl möglich, dass manche Menschen, unbeirrbar das Elend der Körperlichkeit durchschauend, mit nur einem Bruchteil der von dem Erwachten geschilderten Übungen



die Entrückungen und über sie die Aufhebung des Durstes, das Nirvāna, erreichen; aber es ist nicht möglich, dass ein Mensch, der alle die vom Erwachten als zum Nirvāna führend genannten Satipatthāna-Übungen geübt und sich angeeignet hat, dann das Nirvāna etwa nicht gewänne. Die Wegweisung des Erwachten für das Heilsziel ist die vollkommenste und vollständigste, die in der gesamten Weltliteratur vorzufinden ist.

### Kann Satipatthāna auch schon am Anfang geübt werden?

Nachdem in den bisherigen Ausführungen deutlich gezeigt worden ist, dass Satipatthāna keine Übung für Anfänger ist, sondern für solche, die die geistigen und seelischen Voraussetzungen dafür besitzen, und nachdem wir das hohe weltferne Niveau der zur Satipatthāna-Übung erforderlichen Geisteshaltung erkannt haben, scheint die Frage, ob Satipatthāna nicht doch am Anfang geübt werden könne, überflüssig zu sein.

Andererseits werden gerade diejenigen Freunde, die mit ihrer ganzen Existenz in der Lehre des Erwachten stehen und aus eigener Erfahrung die hier beschriebene Beschaffenheit und Bedeutung der Satipatthāna-Übung kennen, doch zugleich darauf hinweisen wollen, dass die Satipatthāna-Übung in einem bestimmten Umfang und zu bestimmten Zeiten und in bestimmter Weise auch schon verhältnismäßig früh geübt werden und große Förderung bringen könne. Sie werden dies mit aller Vorsicht sagen, weil sie aus ihren Erfahrungen wissen, dass Satipatthāna wirklich eine der End-Übungen auf dem Heilsweg ist und das sichere und feste Fundament voraussetzt, das durch die anderen Übungen erworben wird. Aber dennoch würden sie unbefriedigt bleiben, wenn die Tatsache, dass Satipatthāna in ganz bestimmtem Umfang und unter ganz bestimmten Umständen doch schon recht früh geübt werden kann, hier gar nicht erwähnt würde.

## Die Mehrung von sati

Das Wort sati kommt von *sarati*, und das heißt, wie gesagt, „sich erinnern“. Wenn der Erwachte von sati spricht, dann ist darunter zu verstehen, dass man sich der Lehre erinnert. Darum übersetzen wir sati mit „Wahrheitsgegenwart“. Im weiteren Sinn ist mit sati gemeint, dass man bei sich selbst bleibt, seine eigenen inneren Vorgänge im Empfinden und Denken beobachtet - darum sagen wir hier „Selbstbeobachtung“ - und sie, wenn erforderlich, dahin lenkt, wie man sich durch die Lehre angeleitet sieht. Sati gleich „Erinnerung“ bedeutet hier also erstens „Wahrheitsgegenwart“, d.h. die Entwicklung auf das Heil hin im Auge zu haben - zweitens sich der jeweiligen körperlichen, geistigen und seelischen Vorgänge eingedenk zu sein, diese zu beobachten.

Der Mensch braucht von Anfang an die Fähigkeit der Wahrheitsgegenwart und dann die der Selbstbeobachtung. In dem Maß, als ihm diese noch nicht zur Verfügung stehen, kommt er auch langsamer vorwärts, bis er durch ständiges Bemühen diese sati-Fähigkeit gemehrt hat.

Bei der ersten Übung auf dem Gang zur Vollendung, bei der es um Tugend: um rechte Rede, rechtes Handeln und rechte Lebensführung geht, achtet der Mensch noch auf sein nach außen dringendes Tun im Reden und Handeln, aber schon bei der zweiten Übung, bei der Zügelung der Sinnesdränge, geht es darum, dass der Übende, wenn er Formen erblickt, Töne gehört, Düfte gerochen hat usw., diesen wahrgenommenen Objekten nicht geistig nachfolgt, nachsinnt, sondern sie geistig gleich wieder fallen lässt. Ähnlich ist es bei der Übung des Maßhaltens beim Essen. Einen großen Schritt vorwärts bedeutet die Übung der Wachsamkeit, bei welcher der Mensch über die aufsteigenden Gedanken, Gesinnungen wacht und dabei sofort merkt, was daran übel oder gut ist. Das Üble gilt es dann zu bekämpfen und auszuroden und das Gute weiter zu pflegen, zu mehren und zur Entfaltung zu bringen. Danach kommt die „der Wahrheit immer eingedenk, klares Bewusst-

sein" genannte Übung, die bereits eine reine Satipatthāna-Übung ist.

Wir Menschen sind sehr unterschiedlich, wie der Erwachte immer wieder zeigt. Manche sind in der Tugend weit fortgeschritten, sind aber auf Grund ihrer vielverzweigten Veranlagung stets auf mehreren gedanklichen Pfaden, mal auf dem einen, mal auf dem anderen. Diese haben es schwerer, zu der sati im Sinne von Festhalten an der Wahrheit und an der beharrlichen Selbstbeobachtung zu kommen und diese zu bewahren. Andererseits gibt es Menschen, die fast umgekehrt jeden Gedanken, den sie aufgreifen, lange und beharrlich pflegen und festhalten können und darum nun auch, wenn sie sich der Satipatthāna-Übung widmen, eben diese Selbstbeobachtung gleich durchhalten und lange durchhalten und die dennoch durchaus nicht in der wiederholt genannten Verfassung: *fern von weltlichem Begehren und weltlicher Bekümmernis* sind. Zu anderer Zeit, in der sie nicht sati üben, kann es ihnen noch weitgehend an Tugend mangeln, so dass von da aus gesehen die Satipatthāna-Übungen völlig wirkungslos bleiben; es sei denn, sie führen ihn zu der Erkenntnis, dass es ihm an der Tugend noch sehr mangelt und dass es darum geht, zuerst diese zu vervollkommen. - Außer diesen beiden Gegenüberstellungen gibt es noch mannigfaltige andere Unterschiede. Zum Beispiel erwähnt der Erwachte den Fall (M 66), dass Mönche, die bereits den Stromeintritt gewonnen haben, also *auf dem Weg sind, die Gewohnheit des Ergreifens (upādhi) zu lassen*, dennoch, wenn ihnen mit weltlichen Dingen verbundene Neigungen aufkommen, diese pflegen und betreiben, also gerade die sati, die Erinnerung an die Wahrheit, nicht gegenwärtig haben. Es sind Menschen, die im Geist deutlich eingesehen haben, was vergänglich, zerbrechlich und darum leidig ist und darum zu lassen ist - und die dennoch dieses Wissen nicht immer gegenwärtig haben. Ihnen steht die rechte Anschauung nur dann zur Verfügung, wenn sie sich bewusst diese vorführen wollen. Normalerweise aber sind sie noch mit den weltlichen Dingen verbunden, wenn auch üblere Verhal-

tensweisen, die den Tugendregeln widersprechen, nicht mehr oder nur noch selten vorkommen. Es sind also Menschen, die höchstens noch siebenmal wiedergeboren werden, aber spätestens dann das Nirvāna erreichen, weil die rechte Anschauung im Grund ihres Wesens so verankert ist, dass sie davon nicht mehr abkommen können. Dennoch gibt es bei ihnen Zeiten, in denen ihnen weltliche Gedanken unkontrolliert unterlaufen. Die Veranlagungen zu sati sind eben unterschiedlich bei den Menschen.

### Atembeobachtung als Eingang zur Satipatthāna -Übung

Vertreter der „achtsamen Ein- und Ausatmung“, wie sie heute in Satipatthāna- und Vipassana-Kursen geübt wird, weisen darauf hin, dass die Atembeobachtung in M 118 als Vorstufe zur Satipatthāna-Übung bezeichnet wird. Auch in M 10 werden als allererste Übungen die gleichen Atembeobachtungen genannt wie in M 118. Sie bilden also auch dort den Eingang zu den weiteren und immer tieferen Satipatthāna-Übungen, nur wird nicht ausdrücklich gesagt, dass sie die Vorstufe oder die Einleitung seien, aber in der Beschreibung der Praxis werden sie dort ebenso behandelt wie in M 118.

Die Aussagen in beiden Lehrreden dürfen nicht als Widersprüche oder auch nur als unterschiedlich angesehen werden. Die 118. Rede der "Mittleren Sammlung" ist unter anderen Umständen entstanden als M 10.- In M 118 empfiehlt der Erwachte nicht die Atem-Übung als eine der erforderlichen Übungen, sondern er beschreibt unter den höchsten und letzten Übungen der fortgeschrittenen Mönche seiner Umgebung, dass manche auch die Ein- und Ausatmung durchführten, und nennt ihre jeweiligen Fortschritte in den Übungen. Wir sehen also, dass diese Lehrrede nicht entstanden ist aus dem Vorsatz, Atembeobachtung zu lehren, sondern der Buddha nimmt die Tatsache, dass unter anderem eine Gruppe von Mönchen der Ein- und Ausatmung ihre ganze Aufmerksamkeit widmen, zum Anlass festzustellen, dass bei weiterem Fortschreiten die Sati-

patthāna-Übung so weit geübt wird, bis daraus wiederum die sieben Erwachungsglieder entstehen, deren letztes endgültig in das Nirvāna einmündet. Es handelt sich hier also nur um eine variierte Bezeichnung der gleichen Übung. In beiden Reden wird die Satipatthāna-Übung in gleicher Reihenfolge genannt.

### Die Satipatthāna-Übung am Anfang

Wer durch langen Umgang mit der Lehre des Buddha zu einem anderen Verhältnis dem Leben und der Welt gegenüber gekommen ist, wer - auch wenn er beruflich oder familiär noch im Alltagsleben steht, dennoch durch stilles, häufiges Lesen und Bedenken der Grundaussagen des Erwachten Leben und Welt letztlich als ein Spiel der immer wieder ergriffenen fünf Zusammenhäufungen sieht, das ebenso mühselig und schmerzlich wie sinnlos, weil entwicklungslos ist - ein solcher hat in seinem Geist den rechten Standort und die rechte Perspektive, um die aus Lesen und Bedenken gewonnene Einsicht über die Welt durch die schrittweise beharrliche Übung in Satipatthāna in einer Weise bestätigt und erfüllt zu finden, die er trotz tieferer Einsichten vorher nicht ahnen konnte.

Da aber die Satipatthāna-Übung die befriedigenden Ergebnisse so lange n i c h t mit sich bringen kann, als der Mensch noch öfter in starkem weltlichen Engagement lebt, Sinnendinge genießt oder stärker und anhaltend verärgert oder grollend sein kann, so wird diese Übung bald wieder aufgegeben. - Im letztgenannten Fall, bei Ärger und Groll, wäre die *mettā*-Übung als ergebnisreicher zu empfehlen, indem man sich vor Augen führt, wie letztlich alle Wesen - auch diejenigen, die mich gerade so ärgern - wie auch ich darin übereinstimmen, dass wir alle Wohl suchen und das Wehe fliehen, dass wir alle vom Dunkleren fort und zum Helleren hinstreben und dass wir letztlich alle über den Bereich, in dem immer wieder schreckliche Überraschungen möglich sind, ganz hinausgelangen möchten in endgültigen Frieden und Sicherheit. Je mehr dieses Bild - und ähnliche Vorstellungen - betrachtet und bedacht

werden, um so weniger kann Ärger oder gar Zorn bestehen bleiben, um so eher findet man wieder zu dem friedvollen Gleichmut zurück, der die unerlässliche Voraussetzung, die unentbehrliche Gemütsverfassung für die Satipatthāna-Übung ist.

Die Gesamtentwicklung vollzieht sich dort, wo die rechte Anschauung gepflegt wird, ebenso allmählich wie unhemmbar kontinuierlich. Der von der rechten Anschauung bewegte Mensch kommt unentwegt und in fließendem Übergang im Lauf der Zeit unmerklich von den gröberen zu den mittleren Dingen, von den mittleren zu den feineren, von den feineren zu den feinsten und zuletzt auch zu deren Überwindung. Diese Entwicklung geht über die wiederholt geschilderte Übungsreihe und durch diese hindurch zu immer weiter fortschreitenden Läuterungs- und Beruhigungs- und Klarheitsgraden bis zur Vollkommenheit.

Wir stellen hier neben die sieben Namen der wiederholt genannten Übungsreihe einige Begriffe, die die innere Entwicklung im Lauf der Jahre aufzeigen sollen:

Übungsreihe:	Entwicklungsreihe:
Tugendübung	gezügelter, heller werden
Zügelung der Sinnesdränge	Welterlebnis mindern
Maß beim Essen	Beruhigung der Sinnesdränge
Wachsamkeit	intensivere Übungsfähigkeit
klares Bewusstsein	immer nur „bei der Sache“ bleiben
Zufriedenheit bis Frieden	erste Ernte gereift
Aufhebung der fünf Hemmungen	Eingang zur Entrückung

Wer sich in der Tugendübung befindet, erinnert sich öfter am Tag der verschiedenen vom Erwachten genannten „sila“ und steht vor der Aufgabe, diese auch einzuhalten, selbst dann, wenn es ihn zu anderer Verhaltensweise drängt. Wer sich so einübt, der wird im Lauf der Zeit erfahren, dass er gezügelter wird, indem er immer weniger seinen guten Vorsätzen zuwiderhandelt. So wird er durch die Einübung in der Zügelung eine andere Gewöhnung gewinnen, so dass er sich in manchen dieser Dinge gar nicht mehr zu zügeln braucht, weil diese gröbere Verhaltensweise ihn nicht mehr ankommt. Insofern ist er auch schon um den entsprechenden Grad sauberer. In dieser Weise müssen wir uns die weitere Entwicklungsreihe, die sich im Lauf der Übungsjahre vollzieht, vorstellen.

Die Tugendregeln des Erwachten sind je einzeln an eine entsprechend helle Gesinnung geknüpft. Sie dürfen darum nicht nur als äußerliche Verhaltensanweisungen aufgefasst werden. Darum kann dem Kenner der Lehre die Wandlung nur seines äußeren Verhaltens nicht genügen; vielmehr ruht er nicht, bis er die Gesinnung seines Herzens verbessert hat. So wird er also durch die gleichen Tugendübungen, die ihn mehr und mehr gezügelt machen, zugleich auch heller. Dunkle Anwandlungen kommen kaum noch auf, geschweige dass er ihnen folgt. Die ihm mehr oder weniger latent innewohnenden Anlagen zu hochsinnigem Verhalten melden sich mehr und mehr, und er kommt aus dem Lassen des Üblen in zunehmendem Maß zu dem praktischen Tun des Besseren und Edleren.

Die als zweites genannte Zügelung der Sinnesdränge kann in dem Maß, wie sie vom Erwachten empfohlen wird, um Satipatthāna fruchtbar üben zu können, nur von solchem Kenner der Lehre richtig geübt werden, der zu der vollen Überzeugung gekommen ist, dass das Leben in der sinnlich wahrnehmbaren Welt eine entsetzliche Krankheit ist, die der Erwachte mit „Wahn“ (*avijjā*) bezeichnet. Die in diesem Geist geübte Zügelung der Sinnesdränge nimmt den Menschen von der Vielfalt der Sinneseindrücke zurück und bringt ihn damit der Möglichkeit, zu den Entrückungen zu kommen, näher.

Diese Entwicklung kann nur von jemandem, der das häusliche Leben aufgegeben hat und im Orden lebt, durchgeführt werden. Für einen Menschen, der weitab von dieser Haltung in ehelicher Verbindung und im Berufsleben steht, kann es sich dabei kaum um Versuche in dieser Richtung, geschweige denn um eine ernsthafte Übung in dieser Entweltung handeln.

Anders ist es für solche, die für sich allein leben, beruflich nicht sehr engagiert oder als Rentner leben, die über die Wegweisung des Erwachten sehr erfreut, ja, beglückt sind und das vielfältige Sinnenleben sowieso schon als trügerisch und töricht durchschauen und die Entwicklung zum Heil ersehen. Solange diese Voraussetzung nicht gegeben ist, kann man diese Übungen nur als versuchsweise kleine Einübungen auffassen, um zu einem tieferen Verständnis der eigenen Gerissenheit zu kommen.

Bei der Zügelung der Sinnesdränge geht es nicht in erster Linie darum, die Eindrücke zu sortieren und wie bei der Tugendübung das Üble zu vermeiden und das Gute zu pflegen, vielmehr geht es hier um eine radikale Minderung der Gesamtheit der Eindrücke, so dass der Mensch durch diese Übung erheblich weltleerer wird. Natürlich schreitet durch diese Übung auch die Zügelung noch weiter vor. Jede Übung ist ja eine Zügelung, und so nimmt die Disziplin zu.

In der nachfolgenden Übung Maßhalten beim Essen wird die Beruhigung der Sinnesdränge in dem einen Hauptpunkt noch vervollkommenet, denn das tägliche Essen rührt besonders stark die Triebe auf. Der Mensch, der in dieser Übung vollkommen geworden ist, der gibt dem Leib, was des Leibes ist, aber er bleibt im Geist davon unberührt. Er nimmt die Speisen zu sich, aber dies ist ihm kein Ereignis, das ihn beeindruckt.

So ist der bis hierhin vorgeschrittene Mensch schon ganz erheblich gezügelter, heller und leerer geworden. Die durch die Zügelung der Sinnesdränge und durch Maßhalten beim Essen stattgefundenen große Minderung äußerer Ablenkungen macht ihn nun fähig, mit einer erheblich vermehrten und ver-



tieften Aufmerksamkeit die im Innern aufsteigenden Vorstellungen, Gedanken, Wünsche und Bilder zu erkennen und in dieser „Wachsamkeit“ genannten Übung *sein Herz von schmutzigen, trüben Dingen zu läutern* und damit den Prozess der Säuberung und Erhellung und Entleerung auf höherer Ebene fortzusetzen.

Dass aus diesem Prozess der Zügelung und Erhellung und Entleerung auch ein Stillwerden hervorgeht, bedarf nicht vieler Erklärungen. Wenn die laute weltliche Vielfalt aufgegeben und entlassen ist, wird es stiller, und die Übung ist konzentrierter. Dazu führt in erster Linie die nächste *der Wahrheit eingedenk, klares Bewusstsein* genannte Übung, die ja eine Satipatthāna-Übung ist. Die gesamten Satipatthāna-Übungen dienen, wie aus allem Gesagten hervorgeht, dem Vorschreiten in Stille und Ablösung. Schon die Beobachtung des Atems lässt das erkennen.

Hier hat der Mensch nicht nur alle weltlichen Bilder, sondern auch alle weltlichen Regungen und Gedanken entlassen. Von dem Erwachten aufgeklärt über die Nichtigkeit des sogenannten Außen, der sogenannten Welt, hat er sie durchschaut und entlassen und ist auf dem Weg, das sogenannte Innen zu durchschauen und es in seiner Durchschauung ebenfalls zu entlassen und dadurch von allen Bindungen und Perspektiven frei zu werden, wahrhaft still zu werden.

Die Bemühung um unverstörte Zufriedenheit nun ist ein Stillwerden auf hoher Ebene, nachdem der Mensch heller und von Weltlichkeit leerer geworden war. Es ist ja nur die Ruhelosigkeit des Vielfalt Begehrenden, welche unzufrieden sein lässt. Die Zufriedenheit wird als Ernte, als Ergebnis der bisherigen Übungen deutlich gespürt.

Und endlich führt die Aufhebung der fünf Hemmungen zu derjenigen weltvergessenen Stille und Tiefe, in welcher die beschränkte Wahrnehmungsweise überwunden wird und die freie Wahrnehmungsweise der weltlosen Entrückungen anbricht, wie bereits näher beschrieben wurde.

Was irgend in den Welten und Zeiten praktische Läuterung der Wesen ist, das ist immer der hier geschilderte Prozess: gezügelter, heller, leerer, stiller, abgelöster werden. Mit dem Leererwerden ist weltliches Begehren, sind heillose Gedanken und Gesinnungen abgetan, und damit ist die Voraussetzung geschaffen, durch die Satipatthāna-Übung die am „Ich“ geschehenden Vorgänge zu durchschauen und sich von ihnen zu lösen. Nach der Entleerung von der Welt folgt so die Entleerung von dem, was der Wahn als das „Ich“ auffasst. Und dieser Prozess führt zur Stille und Ablösung.

Das ist die stetige Entwicklung der Läuterung der Wesen von der normalen, im menschlichen Bereich angetroffenen Seinsweise bis zum Gewinn der ganz anderen höheren Seinsweise in der freien Wahrnehmungsweise der Entrückungen. Wir sehen, dass in dieser Entwicklung die Satipatthāna-Übung erst nach der geistigen Entleerung von Welt, also in den allerletzten Etappen angewandt werden kann und dass sie die Vollendung dieser letzten Etappe betreibt. Wenn die Entwicklung der Reinigung und Läuterung der Wesen nur in dieser gradlinigen Entwicklung vor sich ginge, dann hätte die Satipatthāna-Übung ausschließlich ihren Platz am Ende des Entwicklungswegs; aber es wurde gesagt, dass die Entwicklung des Prozesses der Reinigung und Läuterung der Wesen in zwei verschiedenen Rhythmen vor sich gehe. Und indem wir nun die zweite Entwicklungsweise näher betrachten, erkennen wir, dass und warum Satipatthāna auch schon vor dem Ende des Heilswegs zu bestimmten Zeiten und im bestimmten Umfang geübt werden kann und dass diese Übung zur rechten Zeit und in der rechten Weise geübt, auch dann schon eine Förderung bringen kann.

Die zweite Entwicklungsweise ist bedingt durch zwei Umstände:

1. Es ist nicht so, dass ein Mensch - insbesondere jeder ernsthaft von der Lehre erfasste und um die Heilsgewinnung bemühte Mensch - jene genannten für die Entwicklung erforder-

lichen fünf positiven Elemente: Gezügeltheit, Helligkeit, Leerheit, innere Stille und Abgelöstheit etwa noch gar nicht an sich hätte und nun erst aus dem Nichts heraus allmählich auszubilden und anzusiedeln hätte; vielmehr bringt er von allen diesen fünf Elementen schon mehr oder weniger mit, hat von allem wenigstens etwas in sich, so dass es vorwiegend um ihre Ergänzung und Verstärkung geht.

2. Diese fünf Eigenschaften sind zu den unterschiedlichen Zeiten und unter unterschiedlichen inneren und äußeren Umständen zeitweilig mehr latent und unmerkbar, zeitweilig mehr offenbar und spürbar. So erscheint der Mensch zeitweilig weitgehend gezügelt und hell, leer und still; zu anderen Zeiten lässt er zwar die Stille vermissen, erscheint aber schon weitgehend gezügelt, hell und leer. Zu anderen Zeiten wieder ist er weder leer noch still noch abgelöst, sondern von weltlicher Vielfalt erfüllt, aber doch von heller Gesinnung. Und zu wieder anderen Zeiten lässt er sogar auch jene Gezügeltheit und Helligkeit vermissen und wird von üblen, dunklen Gesinnungen und Neigungen bewegt.

Stellen wir uns diese fünf fortschreitenden inneren Zustände als eine Stufenleiter vor, bei welcher jedem inneren Zustand etwa zehn Stufen entsprechen, so dass diese Leiter mit ihren fünfzig Stufen von den dunklen Tiefen bis an die obere Grenze der beschränkten Wahrnehmungsweise und an das Tor zur freien Wahrnehmungsweise der Entrückungen führt, so können wir in diesem Bild bleibend sagen, dass der auf dem Heilsweg anfangende Mensch nicht etwa zunächst dauernd auf der untersten Stufe der Leiter steht und erst nach vielfältigen Anstrengungen irgendwann allmählich die zweite Stufe erreicht und so allmählich immer gezügelter und heller wird - sondern es verhält sich anders.

Da die Wesen im Lauf ihrer unzähligen Geburten innerhalb des Samsāra immer wieder in allen Höhen und Tiefen waren und darum neben viel Ungezügeltheit auch manche Zügelung an sich haben, neben viel Dunkelheit auch manche Helligkeit, neben vieler Vielfalt und groben, chaotischen Zuständen auch

manche innere Klarheit und Leerheit, neben viel Lautheit auch manche Stille und neben viel Ergreifen und Anhängen auch manche Abgelöstheit, so wohnt ihnen auch ein mehr oder weniger starker Zug nach den höheren und niederen Zuständen inne, und sie befinden sich häufiger oder seltener für längere oder für kürzere Zeit in voller Kraft oder nur in halber Kraft auf den entsprechenden Stufen dieser fünfzigstufigen geistigen Leiter.

Das bedeutet, dass der Mensch nicht etwa auf irgendeiner Stufe, auf „seiner“ Stufe dauernd steht; es bedeutet auch nicht, dass der im religiösen Sinn an sich Arbeitende von dieser „seiner“ Stufe im Lauf der Übung allmählich zur nächsthöheren Stufe sich hinarbeitet, sondern es bedeutet, dass der um Läuterung bemühte Mensch sich auf fast den gesamten Stufen jener geistigen Leiter befindet. In den Umschichtungsintervallen, die sich bei manchen Menschen spontaner, bei anderen zögernder über Stunden, Tage oder Wochen erstrecken, befindet sich der Mensch ruhelos in ständigem Wandern, einmal auf dieser, einmal auf jener Stufe der fünfzigstossigen geistigen Leiter, entweder im Auf- oder im Absteigen begriffen.

Dieses geistige Auf und Ab ist kein Entstehen vorher nicht gewesener Eigenschaften, ist keine Erstarkung von vorher schwach gewesenen Eigenschaften, es ist ebenso wenig eine Auflösung oder Abschwächung von vorher stärker vorhanden gewesenen Eigenschaften; es ist keine Veränderung der Substanz, auch nicht des Mischungsverhältnisses; es ist nur Umschichtung: einmal ist dieses „oben“, d.h. wirksam, den Menschen bewegend, einmal jenes.

Die Entwicklung aber, die der um Lauterkeit und Läuterung bemühte Mensch durchmacht, d.h. die Wandlung seiner geistigen Substanz, die Mehrung seiner guten Qualitäten und die gleichzeitige Minderung seiner üblen Qualitäten, also sein wirkliches Vorwärtskommen auf der geistigen Entwicklungsleiter, zeigt sich in der Weise, dass er bei dem ständigen Auf und Ab immer weiter nach oben gerät, d.h. sich immer kürzere Zeit auf den unteren Stufen befindet, bis er bald gar nicht mehr

bis zur untersten Stufe absinkt, sondern sich immer beständiger innerhalb der mittleren und später oberen Stufen bewegt.

So vollzieht sich also die Entwicklung des um Läuterung und Lauterkeit kämpfenden Menschen gleichzeitig in diesen beiden Dimensionen: aufdringlich und vordergründig erscheint die ruhelos schwankende Erhellung und Verdunkelung des menschlichen Herzens. In der ununterbrochenen Umschichtung und Umwälzung der ihm innewohnenden Qualitäten treten bald die lichtereren, bald die dunkleren in den Vordergrund und bedienen sich des Leibes und der im Geist angesammelten Erfahrung, um sich Genugtuung und Erfüllung zu verschaffen. So erscheint derselbe Mensch sich selbst und anderen bald heller, bald dunkler, bald edler, bald gemeiner, bald besser, bald schlechter, wie von chaotischen und unberechenbaren Kräften geschüttelt und geworfen.

Aber zugleich geschieht im Grund seines Wesens jene ganz andere Entwicklung: eine beharrliche und allmähliche Mehrung der guten Eigenschaften und Minderung der unheilsamen Eigenschaften. Man wäre geneigt, diesen Vorgang als eine beharrlich und unbeirrbar aufsteigende Linie darzustellen, wenn nicht das Auf und Ab den Blick so sehr davon ablenkte. Aber im Lauf der Zeit bleibt es dem aufmerksamen Beobachter nicht verborgen, dass jene ständigen Aufstiege immer höher nach oben vorstoßen, immer länger oben verweilen und dass die ständigen Abstiege immer zögernder nach unten sinken, immer kürzer unten verweilen, immer eher wieder sich wenden zu Aufstiegen.

Wer diese Zusammenhänge richtig erkennt, wer die beiden Dimensionen der Entwicklung des um Lauterkeit Bemühten recht versteht, der wird nicht stolz geschwellt, ja, kaum erfreut und beglückt, wenn er sich zu irgendeiner Zeit in heller, hoher, reiner Verfassung befindet, wird aber auch nicht hilflos und wehrlos verzweifelt, wenn er sich zu einer anderen Zeit angegangen fühlt von dunkleren Regungen, Neigungen und Trieben, die in einem großen Widerspruch zu stehen scheinen zu jener hohen und reinen Anwandlung, in der er sich vorher sah.

Wer um dieses Auf und Ab der inneren menschlichen Verfassung weiß, der gewinnt damit einen sein ganzes Wesen umfassenden Anblick, der gewinnt einen Überblick über seine Möglichkeiten und Gefahren, der lernt immer mehr die rechte Übung für die jeweilige Verfassung zu finden. Er weiß, dass er seine jeweilige Übung seinem jeweiligen inneren Zustand anpassen muss. Wer in dieser Anpassung der Übung an die jeweilige innere Verfassung Erfahrung hat, der weiß den Zeitpunkt zu ermessen, um mit der Satipatthāna-Übung hier und da schon zu beginnen.

Zu einer Zeit, in der er sich in seinen größten und dunkelsten Zuständen weiß und erkennt, da bemüht er sich nicht um Satipatthāna, sondern um die Überwindung dieser Zustände. Zu einer Zeit, in der er sich in seinen mittleren Zuständen und Verfassungen weiß, da übt er ebenfalls nicht Satipatthāna, sondern bemüht sich kämpfend um die Befreiung von jenen mittleren Fesseln und Trübungen, um heller zu werden und sich von der Vielfalt zu entfernen. Wenn er sich aber in helleren und besseren inneren Zuständen vorfindet, frei von weltlichem Anliegen, so dass kein Grund für starkes Ringen und Kämpfen vorliegt, dann ist die Zeit für die Satipatthāna-Übung. Er übt diese Übung so lange, als er die Satipatthāna-Übung in dieser ungezwungenen Sammlung und Konzentration durchführen kann.

Dabei kann im Laufe der Entwicklung eintreten, dass er über dem Üben der Satipatthāna-Übung in einem solchen Maß stiller und abgelöster wird, dass ihm der Übergang von der beschränkten Wahrnehmungsweise in die freie Wahrnehmungsweise gelingt. Ein solcher hat dann zum ersten Mal eine neue Stufe jenseits und oberhalb der fünfzig Stufen erreicht und betreten - und das ist ein großer Gewinn - aber es darf nicht übersehen und vergessen werden, dass er jene höhere Stufe zunächst nur für kürzere oder kürzeste Zeit berührt und betreten hat, dass er damit noch nicht auf jener Stufe wohnt, noch nicht dort heimisch ist, sie noch nicht unverlierbar besitzt. Binnen kurzem befindet er sich wieder innerhalb der

fünfzig Stufen der gröberen Wahrnehmungsweise und befindet sich dort in schwankendem Wechsel auf höheren und niederen Stufen.

In dem Maß aber, wie er an sich arbeitet, nehmen die üblen und unheilsamen Dinge in ihm ab und nehmen die guten und heilsamen Dinge in ihm zu, und er befindet sich immer häufiger auf den helleren und höheren Stufen und immer seltener auf den niederen und dunkleren Stufen. In dem gleichen Maß auch übt er immer häufiger die Übungen der höheren und helleren Stufen.

Wer das hier Gesagte versteht und in seiner eigenen Situation wiederfindet, der bleibt sich selbst und seiner jeweiligen inneren Verfassung mit seinem Üben ständig auf den Fersen.

Der Erwachte zeigt, dass der Mensch in seinem gesamten Tun und Lassen nur aus Gewohnheiten, aus gewohnten Gleisen und Verhaltensformen auch im Denken besteht und dass er, wenn er klar weiß, welche Gesinnung und Verhaltensweisen die besseren sind, indem sie den Täter und seine Umgebung zu immer mehr Wohl führen, und welche die schlechteren sind, indem sie den Täter und seine Umgebung zu immer mehr Streit, Zorn bis zu Mord und Krieg führen - dass er bei diesem Wissen immer einen Grad heller denken und besser reden und handeln kann, als es nach der bisherigen eigenen Gewohnheit „von selber“ geht. Kein Mensch, der sich in dieser Weise übt, kann leugnen, dass er auf diese Weise zu anderen Gewohnheiten kommt. Man darf nicht vergessen, dass jeder Mensch im Lauf seines Lebens sowieso seine Gewohnheiten ununterbrochen ändert je nach den Einflüssen durch Lektüre, Vorbilder und Herausforderungen und je nach dem, was man diesen Einflüssen an festem Wissen und Wollen entgegensetzen kann.

Der Weg vom Dunklen zum Hellen ist vielstufig und allmählich ansteigend. Wer sich zu viel vornimmt, so dass er erfahren muss, dass es ihm nicht gelingt, der könnte auf den Gedanken kommen, dass der Mensch sich nicht ändern kann. Wer aber durch die Heilslehren einen Begriff bekommen hat

von der schrittweisen Entwicklung, der kann bei klarer Selbstprüfung immer deutlicher erkennen, wo er mit seinen gesamten Gesinnungen und seinem Verhalten jetzt steht und was sein nächster Schritt sei, um zum Helleren zu kommen. Immer kann ein Mensch, indem er sich um das Gute bemüht, über seinen gegenwärtigen Status hinausgreifen und das Nächsthöhere als solches erkennen, empfinden und es lieben, ersehnen lernen und es damit erwerben und in sich verstärken.

Die Bewegung des Auf und Ab kann der Mensch so schnell nicht abstellen, aber innerhalb des Auf und Ab kann er die Gesamtentwicklung nach oben beharrlich verfolgen und nicht von ihr ablassen, indem er sich den niederen Anwandlungen widersetzt und den feineren, besseren Anwandlungen bewusst und betont folgt. So kann es bei den ersten Versuchen mit Satipathāna-Übungen vorkommen, dass ein Mensch, der am Vormittag in Ruhe und Gelassenheit Satipathāna geübt hatte, sich am Nachmittag gegen üble Anwandlungen zu wehren hat, gegen begehrlische oder andere ablehnende Gesinnungen - und dass ein Mensch, der vor kurzer Zeit in einsamer Freudigkeit lebte, kurze Zeit danach bei einem Mittagmahl alle Kraft einzusetzen hat, um die Speise mit jener stillen inneren Uneingepflanztheit dem Leib zu übergeben, die erforderlich ist, um immer mehr *des Körpers entwöhnt, der Sinnensucht entwöhnt zu werden.*

Im Hinblick auf diese zweifache Art der menschlichen Entwicklung ist es kein Widerspruch, wenn gesagt wird, dass Satipathāna als eine Übung der Stille, *fern von weltlichem Begehren, fern von weltlicher Bekümmernis* im Stadium einer fortgeschrittenen Entwicklung geübt werden soll und wenn auch gesagt wird, dass Satipathāna zu der Zeit, da der Mensch sich von weltlichem Begehren und von weltlicher Bekümmernis frei weiß, auch schon geübt werden kann.



## Der zweite Pfeiler: Die Beobachtung des Gefühls

### Der Zusammenhang der Gefühlsbeobachtung mit der Beobachtung der körperlichen Vorgänge

Wer die Ausführungen über die auf den Körper gerichtete Beobachtung aufmerksam verfolgt hat, der weiß, dass aus dieser Übung bereits zwei große Wirkungen auf die Gefühle ausgehen:

1. Die Gefühle werden in einem vorher nicht für möglich gehaltenen Maß verfeinert, geläutert und beruhigt, weil alle gröberen Gefühle, die durch die *gröberen körperlichen Regungen*, durch das Eingepflanztsein in den Körper entstanden, zur Ruhe kommen.

2. Diese große Wandlung des Gefühls, die bis an das Wohl im Erlebnis der weltlosen Entrückungen heranreicht, zieht ganz von selbst die bisher ausschließlich auf den Körper gerichtete Beobachtung auf sich, auf das Gefühl. So entsteht spätestens dann die Beobachtung des Gefühls, wie es auch aus den Aussagen des Erwachten hervorgeht (M 119 gegen Ende).

So ist also die Anleitung des Erwachten in der Übung der Beobachtung der Gefühle (und die dann folgende Anleitung in der Beobachtung des „Herzens“ und endlich der „Erscheinungen“) für den in der Körperbeobachtung Fortschreitenden nur eine Bestätigung dessen, was er bei seiner Übung von selbst erfahren, erkannt und zu tun für nötig befunden hatte. Die Darlegung aller vier „Pfeiler der Beobachtung“ bedeutet also eine Sicherung, wie der Erwachte sie in fast alle seine Wegweisungen einbaut, um auch die kleinsten Irrtümer und Irrwege zu vermeiden und um den weniger erfahrenen Menschen zum sicheren Vorwärtkommen zu helfen. Insbesondere für den in geistiger Erfahrung unwissenden westlichen Menschen ist die ausdrückliche Anleitung in den drei weiteren „Pfeilern der Beobachtung“ zum Verständnis unerlässlich. Darum müssen wir zunächst betrachten, was das ist, was wir „Gefühl“ nennen, und wie es zustande kommt.

Wo steht im Erlebnis das Gefühl  
und was ist es?

Der Erwachte schildert in den Lehrreden sehr häufig den seelischen Prozess, innerhalb dessen Gefühl und Wahrnehmung entstehen und vergehen:

*Durch Luger und Form entsteht Luger-Erfahrung<sup>55</sup> ),  
durch Lauscher und Ton entsteht Lauscher-Erfahrung,  
durch Riecher und Duft entsteht Riecher-Erfahrung,  
durch Schmecker und Saft entsteht Schmecker-Erfahrung,  
durch Taster und Tasting entsteht Taster-Erfahrung,  
durch Denker und Dinge entsteht Denker-Erfahrung.  
Das Zusammensein der drei ist Berührung.  
Durch Berührung bedingt ist Gefühl.  
Was man fühlt, nimmt man wahr.*

Mit dem Aufkommen von Wahrnehmung ist der passive Teil des Erlebnisprozesses abgeschlossen, und nun beginnt der aktive Teil. Es heißt weiter:

*In der Wahrnehmung wurzelt die Erwägung.*

Das bedeutet, dass jeder normale Mensch unmittelbar nach der Wahrnehmung Stellung nimmt zu dem Wahrgenommenen. Er beurteilt es, er überlegt, was er damit anzufangen habe. Das ist die Erwägung.

*In der Erwägung wurzelt der Wille.*

---

<sup>55</sup> Mit "Erfahrung" ist hier noch nicht die Erfahrung des Geistes, "unsere" Erfahrung gemeint, sondern nur eine Teilerfahrung, die Erfahrung des Lugers, Lauschers usw.: Wenn eine äußere Form an das körperliche Auge kommt, dann wird die im Auge wohnende Sucht nach Sehen ernährt/berührt und erfährt: "Wohl tut das" oder "wehe tut das".

Wille ist nichts anderes als das Ergebnis der Erwägung, sei es, dass man positiv oder negativ auf die Sache reagiert, sei es, dass man sie auf sich beruhen lässt. Mit der Willensfassung ist der seelische Teil des Erlebnisses abgeschlossen, und nun beginnt der Mensch auf Grund des gefassten Willens zu reden oder zu handeln, um das mit dem Willensentschluss gesteckte Ziel zu erreichen.

Damit ist der gesamte Erlebensprozess geschildert, und wir sehen, welchen Ort innerhalb desselben das Gefühl einnimmt.

Von den sechs genannten Vorgängen geschehen die zwei ersten im Dunkel des Unterbewusstseins, der Mensch nimmt sie nicht wahr. Erst mit dem Gefühl, mit dem Fühlen „merkt“ der Mensch etwas und nimmt es dadurch wahr.

Darin zeigt sich, dass Gefühl, Fühlen nichts anderes ist als „Merken“, als jenes Wachwerden, aufmerksam Werden, wodurch der betreffende Vorgang überhaupt erst wahrgenommen, erlebt, erfahren wird. So ist Fühlen der Durchbruch aus dem Unbewussten und Unterbewussten in das Bewusstsein. Vom Fühlen ab „weiß“ der Mensch, was da geschieht. Wir verstehen das noch näher, wenn wir das Zustandekommen des Gefühls erkennen.

### Wodurch wird Gefühl verursacht?

Der Erwachte sagt, dass die Berührung der Anstoß für das Aufkommen von Gefühl sei. Darum müssen wir erkennen, wer oder was sich da berührt und wieso dadurch jenes Aufmerken entsteht, das wir „Gefühl“ nennen und das zur bewussten Wahrnehmung führt. Es handelt sich hierbei um die Tendenzen, die Triebe, die Dränge.

Die gesamten Tendenzen sind „inkarniert“, d.h. eingefleischt in den Leib. Sie sind so innig in den Leib übergegangen wie etwa der Stoß, den man einem im Wasser liegenden Boot versetzt, in das Boot übergegangen ist und ihm die Tendenz nach vorn gibt, oder noch besser: wie der Magnetismus dem Magneteisen innewohnt.

Die auf Sehen gerichteten Tendenzen wohnen im Auge. Dadurch ist das Auge mehr als nur Sehorgan. In Verbindung mit den Tendenzen wird es zum Luger, der auf die Berührung mit Form aus ist. Die auf Hörberührung gerichteten Tendenzen wohnen im Ohr. Dadurch ist das Ohr mehr als nur Hörorgan. In Verbindung mit den Tendenzen wird es zum Lauscher, der auf die Berührung mit Tönen aus ist.

Die körperlichen Organe, die aus körperlichen Stoffen (Materie) bestehen, können nicht sehen oder hören, riechen, schmecken oder tasten. Dieser Tatsache sind sich viele Biologen bewusst und wenden sich gegen die allgemeine Auffassung, dass der materielle Körper zur fünffachen sinnlichen Wahrnehmung fähig wäre. Die Empfindung z.B. von Formen seitens des Auges, die Empfindung von Tönen seitens des Ohres usw. setzt voraus, dass den Sinnesorganen ein Anliegen innewohnt, eine Empfindlichkeit, eine Sucht, ein Drang nach Berührung des Betreffenden. Das aber gibt es in keiner Art von Materie, sondern dazu gehört bereits ein fest gefügter „Geschmack“ samt dem Drang, diesen Geschmack zu bekommen. Daher kommt es, dass bei der entsprechenden Berührung entweder eine angenehme Empfindung aufkommt (nämlich wenn das zur Berührung Gekommene dem inneren Geschmack entspricht) - oder ein unangenehmes Gefühl aufkommt (nämlich wenn das zur Berührung Gekommene dem inneren Geschmack widerspricht).

Dieser fünffache Erlebnisdrang, zu welchem als sechstes noch der im Geist vorhandene Drang nach Denken, Bedenken des jeweils Erfahrenen kommt - mit dem fortgesetzten Austausch der Meldung der Tendenzen, der Sinnesdränge, an den Geist und dessen Willensbildung zum entsprechenden weiteren Einsatz der empfindungshungrigen Sinnesdränge ist es, was in allen alten Menschheitslehren insgesamt als „die Seele“, das eigentliche Leben, bezeichnet wird. Der Körper des Menschen mit Knochen, Fleisch, Blut, Sehnen und Nerven ist nur zusammengesessen und wird nur durch weitere Nahrung unterhalten; aber der eigentliche Erzeuger und Benutzer des

Körpers ist die sechsfältige mit bestimmten Geschmächen ausgerüstete Sehnsuchtskraft nach Berührung mit den entsprechenden äußeren Dingen. Jede Tendenz ist ein Gespanntsein auf eine ganz bestimmte Berührung. Durch diese Spannung nur kann diese Berührung empfunden werden, d.h. die ihr genau entsprechende Berührung als wohl und angenehm und die entgegengesetzte Berührung als wehe und schmerzlich. Ohne diese Bedürftigkeit, ohne diese Spannung gäbe es keine Empfindung und keine Wahrnehmung.

Ein Beispiel: Eine Geigensaite, die nicht gespannt ist, gibt bei keiner Behandlung irgendeinen Ton. Aber eine gespannte Geigensaite, in der also das Bedürfnis nach Entspannung besteht, ist dadurch eine „fühlende“ und äußert ihr Gefühl bei jeder Berührung, und zwar je stärker die Spannung ist, mit einem um so höheren Ton. - So auch ist das gesamte Tendenzenfeld (*nāma-kāya*) die Quelle aller Empfindungen, Gefühle und damit des Erlebens, Wahrnehmens.

Wenn der Erwachte sagt: Was *man fühlt, das nimmt man wahr*, dann bedeutet das zugleich: Was man stark fühlt, das nimmt man stark wahr; was man aber schwach fühlt, das nimmt man auch nur schwach wahr. Das Gefühl ist also sozusagen der Griffel, der das durch die Sinnesdränge Erfahrene in den Geist einträgt; und da prägt nun starkes Gefühl stärker ein, aber schwaches Gefühl auch nur schwach. Und da die Stärke des Gefühls von der Stärke der Tendenzen bestimmt wird, so bewirken die Tendenzen die unterschiedliche Wahrnehmung.

Da nun alle Tendenzen, alle Sinnesdränge samt dem Denken, fast ununterbrochen und gleichzeitig erfahren, so laufen auch gleichzeitig und fast ununterbrochen die unterschiedlichsten Gefühle von den Sinnesdrängen zum Geist. Da sind manche Gefühle stärker, manche schwächer.

Betrachten wir es an einem Beispiel: Ein Mensch, der nach seinen Tendenzen sehr geschmäckig ist, der aber kaum tendenzenbedingtes Interesse für seine Mitmenschen und auch kaum tendenzenbedingte weltanschauliche Interessen hat, bei dem also die auf Geschmäckigkeit gerichteten Tendenzen am

stärksten sind, befindet sich in einer Gesellschaft, in welcher interessante Menschen sind, mehr oder weniger tiefe weltanschauliche Gespräche gepflogen werden und außerdem Speisen herumgereicht werden. Da er vorwiegend Geschmäcklichkeitstendenzen hat, so reagieren diese am stärksten, und so sieht, riecht und schmeckt er mit großer Aufmerksamkeit jene verschiedenen Speisen. Dieses größere Aufmerken, stärkere Fühlen bringt diese auch stärker zur „Wahrnehmung“. Da er dagegen für die verschiedenartigen Menschen und die unterschiedlichen weltanschaulichen Gespräche weniger oder kaum tendenzenbedingtes Interesse hat, so nimmt er diese auch erheblich schwächer oder kaum wahr. Zwar weiß er, wenn man ihn hernach fragt, dass da auch mancherlei Menschen waren und dass über dieses und jenes gesprochen wurde; aber diese Dinge hat er viel blasser, viel schwächer wahrgenommen, und viele dieser Dinge hat er überhaupt nicht wahrgenommen.

Ein anderer Gast dagegen, der vorwiegend soziale Tendenzen hat, hat unter denselben äußeren Umständen kaum etwas von den Speisen wahrgenommen, aber dafür die interessantesten Begegnungen und Gespräche gehabt.

So ist also die Wahrnehmung ganz vom Gefühl abhängig, ist eine subjektive Auslese, weil nur die Tendenzen durch ihre Resonanz (Fühlen, Aufmerken) zu der betreffenden Wahrnehmung geführt haben.

#### Die Anweisung des Erwachten

Der Erwachte beschreibt die Beobachtung der Gefühle wie folgt:

*Wie aber, ihr Mönche, bleibt der Mönch bei den Gefühlen in der fortgesetzten Beobachtung der Gefühle?*

*Da weiß, ihr Mönche, der Mönch, wenn er ein Wohlgefühl empfindet: „Ich empfinde ein Wohlgefühl“; weiß, wenn er ein Wehgefühl empfindet: „Ich empfinde ein Wehgefühl“; weiß, wenn er kein Wohlgefühl und kein*

*Wehgefühl empfindet: „Ich empfinde kein Wohl- und kein Wehgefühl“.*

*Er weiß, wenn er ein weltliches Wohlgefühl empfindet: „Ich empfinde ein weltliches Wohlgefühl“ und weiß, wenn er ein überweltliches Wohlgefühl empfindet: „Ich empfinde ein überweltliches Wohlgefühl“; weiß, wenn er ein weltliches Wehgefühl empfindet: „Ich empfinde ein weltliches Wehgefühl“; und weiß, wenn er ein überweltliches Wehgefühl empfindet: „Ich empfinde ein überweltliches Wehgefühl“, weiß, wenn er ein überweltliches Gefühl ohne Wohl und Wehe empfindet: „Ich empfinde ein überweltliches Gefühl ohne Wohl und Wehe.“*

*So wacht er nach innen beim Gefühl über das Gefühl und wacht nach außen beim Gefühl über das Gefühl, wacht nach innen und nach außen bei den Gefühlen über die Gefühle. Er beobachtet, wie die Gefühle entstehen, beobachtet, wie die Gefühle vergehen, beobachtet, wie die Gefühle entstehen und vergehen. „Das Gefühl ist da“, dieses Bewusstsein ist ihm nun ständig gegenwärtig, soweit es zur Durchschauung, zum Gegenwärtighaben der Wahrheit erforderlich ist, und abgelöst verweilt er, und nichts in der Welt ergreift er. So bleibt, ihr Mönche, ein Mönch in der fortgesetzten Beobachtung der Gefühle.*

Auf den ersten Blick scheint diese Anleitung sehr kurz gegenüber der Anleitung des Erwachten bei der Beobachtung des Körpers; dennoch ist die Beobachtung der Gefühle nicht weniger umfangreich und vor allem auch nicht weniger differenziert als die Beobachtung des Körpers; der Unterschied liegt nur darin, dass die Beobachtung der Gefühle ein erheblich stillerer Vorgang ist, dass die Beobachtung selbst viel tiefer reicht und in Tiefen hineindringt, welche ganz abseits und

außerhalb des Erlebnisbereiches des normalen Menschen liegen und darum auch nicht beschrieben werden können. Sie sind aber vom Erwachten bereits angedeutet mit dem Begriff *überweltliche Wohl- und Wehgefühle*.

Wie viele Gefühle gibt es?

Die Frage nach der möglichen Anzahl der Gefühle kann nur mit dem Hinweis auf die Tendenzen beantwortet werden, da diese die Gefühle verursachen. Zunächst muss also gesagt werden, dass es wenigstens so viele Gefühle gibt wie Tendenzen. Das bedeutet schon: unzählbare, aber hier müssen noch drei verschiedene Gefühlsdimensionen unterschieden werden.

Zunächst gibt jede Tendenz die Möglichkeit zu mehr oder weniger entschiedenen Wohl- und Wehgefühlen, d.h. von dem höchsten durch die Tendenzen ausgelösten Wohlgefühl über alle Möglichkeiten der Abschwächung des Wohls bis zu der Indifferenz des Weder-Weh-noch-Wohlgefühls und darüber hinaus zu immer entschiedeneren Wehgefühlen.

Wir wissen, woher diese Gefühle seitens einer Tendenz kommen: Da eine jede Tendenz ein Auf-etwas-aus-Sein ist, da sie auf eine bestimmte Berührung aus ist, so befindet sie sich, solange die ihr gemäße Berührung nicht vorhanden ist, in einem Mangel, in einer Spannung. Zu einer solchen Zeit besteht die Tendenz ununterbrochen in einem Wehgestimmtsein. Sobald aber die der Tendenz zusagende Berührung eingetreten ist, sind Mangel und Spannung aufgehoben, dann geht von den Tendenzen Wohlgefühl aus. Je genauer bei einer Berührung das als außen Erfahrene einer Tendenz entspricht, um so entschiedener auch ist das von ihr ausgehende Wohlgefühl; je genauer sie der Tendenz widerspricht, um so entschiedener ist das Wehgefühl. Zwischen diesen extremen Wohl- und Wehgefühlen liegen noch die weniger extremen Möglichkeiten bis zu kaum merklichen Wohl- bzw. Wehgefühlen (wenn die Berührung einer Tendenz nur sehr wenig entspricht bzw. widerspricht). Diese Gefühle werden dann als Weder-Weh-noch-



Wohlgefühle bezeichnet. Es versteht sich, dass ein Mensch, der es gern hell und warm hat, in einem halb hellen und halb warmen Raum sich nicht ganz so wohlfühlt wie in einem sehr hellen und sehr warmen Raum und dass er sich in einem ziemlich dunklen, ziemlich kalten Raum nicht ganz so unbehaglich fühlt wie in einem sehr dunklen und sehr kalten Raum.

Oder ein anderes Beispiel: Ein nach seinen Tendenzen sehr rachsüchtiger und skrupelloser Mensch empfindet, wenn er hört, dass es seinem Feind schlecht geht, zwar eine Befriedigung, ein Wohlgefühl, aber er würde, wenn es ihm selbst gelungen wäre, jenen Feind zu schädigen, eine noch größere Befriedigung, ein noch entschiedeneres Wohlgefühl erleben. - Oder ein mitleidiger, hilfsbereiter Mensch empfindet, wenn er irgendeinem anderen in Not befindlichen Menschen teilweise hat helfen können, ein geringeres Wohlgefühl, als wenn er ihn ganz und gar aus der Notlage hätte befreien können; oder ein ehrlicher, wahrhaftiger Mensch, der in einer schwierigen, gefährlichen Situation mit großer Überwindung eine Lüge unterdrückt hat und bei der Wahrheit geblieben ist, empfindet ein Wohlgefühl, aber der Gedanke, dass es ihm sehr schwer gefallen war und dass er beinahe doch zur Lüge gegriffen hätte, verhindert die Vollkommenheit dieses Wohlgefühls.

So kann also eine jede Tendenz eine ganze Skala von Gefühlen auslösen. Diese Skala der Gefühlsmöglichkeiten bezeichnen wir als die erste Dimension der Gefühlsmöglichkeiten.

Aber die Qualität der Gefühle hängt nicht nur von der Übereinstimmung oder Nichtübereinstimmung zwischen Tendenz und Erlebnis ab, sondern ist auch abhängig von der Feinheit oder Grobheit der durch das Erlebnis angesprochenen Tendenz. Eine Tendenz, die etwa auf ein grobsinnliches Erlebnis aus ist, äußert sich auch immer nur in groben Wohl- und Wehgefühlen. Genau ebenso können feinere und feine Tendenzen sich auch nur in entsprechend feineren Gefühlen äußern, seien es Wohl- oder Wehgefühle. Das Wohlgefühl, das zum Beispiel ein nach seinen Tendenzen, nach seinen inneren

Neigungen religiöser Mensch empfindet, wenn er an einem guten religiösen, still und hell machenden Gespräch teilnimmt oder wenn er bei sich selbst solche Gedanken hegt, ist zwar ein Wohlgefühl, aber es ist zugleich ganz erheblich feinerer Art als das Wohlgefühl, das etwa ein nach seinen Tendenzen rachsüchtiger oder jähzorniger Mensch bei der Befriedigung seiner Rachsucht oder seines Jähzornes empfindet.

Wie eben ein rohes Blechgefäß, ob man es sanft behandelt oder ob man es grob behandelt, immer doch rauere Töne von sich gibt als etwa eine Silberschale oder eine Bronzeglocke, so auch äußert sich jede gröbere und grobe Tendenz bei allen ihren Äußerungsmöglichkeiten zwischen dem äußersten Wohl und dem äußersten Wehe doch immer nur in grobem Gefühl und eine feinere Tendenz immer in entsprechenden feineren Gefühlen. Die Feinheit der Tendenz bestimmt die Feinheit des Gefühls. Wir nennen diese Reihe die zweite Dimension der Gefühlsmöglichkeiten. Diese Gefühlsreihe ist ebenso unendlich vielseitig und unterschiedlich wie die Tendenzen selbst.

Die Gefühlsmöglichkeiten der ersten Dimension werden nicht ausschließlich von der Tendenz bestimmt, sondern vielmehr von dem Verhältnis zwischen dem Anliegen der Tendenz und dem jeweils aufkommenden Erlebnis: Stimmt das Erlebnis mit der Tendenz überein, so entsteht das der Tendenz mögliche Wohlgefühl; befindet sich das aufkommende Erlebnis aber in mehr oder weniger großem Gegensatz zu der betreffenden Tendenz, so geht von ihr ein Wehgefühl aus, dessen Grad von dem Grad des Gegensatzes bestimmt wird.

Die Gefühlsmöglichkeiten der zweiten Dimension dagegen werden nicht von dem Verhältnis zwischen Tendenz und Erlebnis, sondern ausschließlich von der Tendenz selbst bestimmt. Eine grobe Tendenz erzeugt grobe Gefühle (gleichviel, ob wohl oder wehe). Eine feine Tendenz erzeugt feine Gefühle.

Ganz ebenso verhält es sich mit der dritten Gefühlsdimension. Diese betrifft ausschließlich die Kraft oder Stärke oder Gewalt des betreffenden Gefühls und wird ausschließlich von

der mehr oder weniger großen Stärke oder Schwäche der betreffenden Tendenz bestimmt. Je stärker die Tendenz ist, um so stärker sind die von ihr ausgehenden Gefühle (gleichviel ob grob oder fein, gleichviel, ob wohl oder wehe); und je schwächer die Tendenz ist, um so schwächer sind die von ihr ausgehenden Gefühle.

Hat zum Beispiel der vorhin erwähnte religiöse Mensch vorwiegend starke religiöse Interessen und hat er nur wenig „Sinn“ (d.h. Tendenzen) für andere Dinge, so ist auch das feine höhere Wohlgefühl, das er bei religiösen Gesprächen und Gedanken empfindet, trotz seiner Feinheit sehr stark. Ebenso kann bei jenem vorhin erwähnten rachsüchtigen Menschen, wenn dieser nicht sehr stark, sondern nur etwas rachsüchtig ist, das gröbere und niedere Gefühl der Befriedigung, wenn ihm eine Rache gelungen ist, auch nicht sehr stark sein. So sind also nicht immer die groben Gefühle stärker und die feinen Gefühle schwächer, vielmehr wird die Feinheit oder Grobheit eines Gefühls von der Feinheit und Grobheit der Tendenzen bestimmt und die Stärke und Schwäche des Gefühls von der Kraft oder Schwäche der betreffenden Tendenz.

So sehen wir, wie unübersehbar viele Gefühle es gibt, wie der Mensch und jedes andere Wesen je nach der Beschaffenheit seiner gesamten Tendenzen ununterbrochen von unendlich vielen Gefühlen durchzogen und bewegt werden. Ein jedes Wesen bildet einen Komplex von unendlich vielen Gefühlen, Stimmungen und Dissonanzen, gleichviel ob es das selbst weiß oder nicht. Die Beobachtung der Gefühle bewirkt nun, dass man diese Beschaffenheit nicht nur erkennt, die mechanische Zwangsläufigkeit dieser Vorgänge durchschaut, sondern dadurch auch die Tendenzen derartig mindert und auflöst, dass dadurch auch die Abhängigkeit von dem mächtigen schmerzlichen Gefühlsschwall immer geringer wird bis zur Befreiung.

Es ist gut, diese drei unterschiedlichen Gefühlsskalen zu kennen, weil man dann seine eigenen Gefühle bei der Beobachtung um so besser bemerkt und dadurch ihre automatische Bedingtheit durchschaut. Der Erwachte erwähnt sie auch im-

mer wieder in den Lehrreden, wenn auch unter mancherlei Bezeichnungen, und er sagt ausdrücklich, dass er *je nach dem Standpunkt* manchmal von zwei Gefühlen, manchmal von drei Gefühlen, manchmal von fünf, sechs, achtzehn, sechszwanzig und noch mehr Gefühlen spricht.

Hauptsächlich spricht der Erwachte von den Gefühlen der ersten Dimension, den Wohlgefühlen, Wehgefühlen und den Weder-Weh-noch-Wohlgefühlen; aber öfter erwähnt der Erwachte auch weltliche und überweltliche Wohl- und Wehgefühle, *mit Weltlichem verbundene Freuden* und *mit Befreiung verbundene Freuden* und *mit Weltlichem verbundene Traurigkeit* und *mit Befreiung verbundene Traurigkeit* (M 137)

Darin und in vielen anderen Aussagen zeigen sich Unterscheidungen auch nach der zweiten und nach der dritten Dimension.

In der vorhin zitierten Anleitung des Erhabenen über die Beobachtung der Gefühle werden zunächst nur die drei Gefühle der ersten Dimension genannt: Wohl-, Weh- und Weder-Weh-noch-Wohlgefühle. Aber gleich im Anschluss daran wird bei denselben drei Gefühlen noch zwischen weltlichen und überweltlichen unterschieden. Und das bedeutet ja: zwischen den größten und den feinsten. Natürlich gibt es auch innerhalb der weltlichen Gefühle große Unterschiede zwischen grob und fein; und ebenso sind die überweltlichen Gefühle noch sehr unterschiedlich.

### Irrtümer über das Gefühl

Die Auffassung des normalen Menschen über die Gefühle entspricht meistens nicht den Realitäten. Das liegt an seiner Befangenheit; denn mit dem Gefühl ist er bereits bei seiner Geburt angetreten und wird von ihm zeit seines Lebens so sehr bewegt und herumgeworfen, dass er nicht dazu kommt, das Gefühl selbst, seine Herkunft und seine Gesetzmäßigkeit zu betrachten. So wie der Fisch, weil er im Wasser geboren ist, im Wasser ununterbrochen lebt und im Wasser stirbt, gerade

das Wasser nicht bewusst registriert, sondern nur alles, was ihm im Einzelnen begegnet an Angenehmem und Unangenehmem, so kann der Mensch sein Gefühl nicht nüchtern beurteilen. Zwar kann, wer sich übt, immer mehr Unterschiede erkennen, dennoch kommen die Äußerungen höchster Überraschung über ungeahnte Beseligungen und erhabene Gemütsverfassungen bei den Mystikern auf, denen die Läuterung ihres inneren Wesens von Ärger, Verdruss, Kritik und anderen dunklen Gemütsregungen gelungen ist. So geht auch aus den Lehren des Erwachten hervor, dass die große Unterschiedlichkeit der Daseinsqualitäten zwischen den untersten Höllen und den höchsten Himmeln in erster Linie und vom Grund her durch Gefühlsqualitäten bedingt ist. Die uns menschenmöglichen Gefühlsunterschiede von unseren schlechtesten bis zu unseren besten bilden nur einen kleinen Ausschnitt, wobei natürlich die Menschen mit reinerer Gesinnung auch reinere Gefühle haben als die von gröberer Art.

Wer sich um Minderung der unheilsamen Dinge und um Mehrung der heilsamen Dinge bemüht, dem gelingt es im Lauf der Zeit, die übleren, niederen Tendenzen fortschreitend abzuschwächen. Dadurch verändert sich ihm das Verhältnis zwischen den niederen und den höheren Tendenzen. Derjenige, der *fern von weltlichem Begehren, fern von weltlicher Bekümmernis* ist, bezieht sein Wohl und Glück nicht mehr ausschließlich aus den sinnlichen Erscheinungen der Welt, sondern immer mehr aus hochsinnigen Gedanken, aus allgemeinem Wohlwollen und Mitempfinden und der Liebe zu allen Wesen. Und auch wer den Gedanken über die vom Erwachten beschriebenen größeren Perspektiven nachgeht und an die erreichbaren selig-erhabenen Daseinsformen oder gar an den endgültigen Ausgang ins Freie denkt, der empfindet hohe Freude über die befreienden Ausblicke.

Diese überweltlichen, außersinnlichen Gefühle geistiger Freude, wie Entzücken und Seligkeit, auf Grund feinsten, auf Höheres gerichteter Tendenzen nennt der Erwachte das bele-

bende Wasser des Nachfolgers, so entscheidend wichtig wie die Tränke für eine Kuhherde (M 33).

Diese höheren und feineren Gefühle können so machtvoll sein, dass sie die Aufmerksamkeit des Geistes von allem anderen, von der Welt der Vielfalt, hinwegreißen, so dass je nach der Reinheit der Tendenzen die selige Verzückung im Geist (*pīti*) die erste oder zweite weltlose Entrückung bewirkt oder der erhabene innere Friede die dritte oder vierte weltlose Entrückung bewirkt.

Ebenso entnehmen wir allen religiösen Aussagen über die übermenschlichen Lebewesen (Götter, Engel, Lichtgestalten), dass bei diesen Wesen die edleren, feineren und höheren Gefühle, in welchen sie leben, viel stärker, gewaltiger, machtvoller und anhaltender sind als bei dem normalen Menschen.

Diese Tatsache, dass die gröberen und niederen Gefühle nicht immer die lautesten und stärksten sein müssen und dass die edleren, feineren Gefühle nicht immer die schwächeren sein müssen, sondern dass die Verhältnisse auch ebenso gut umgekehrt sein können und in den höheren und höchsten Existenzformen auch umgekehrt sind, ist, wie gesagt, dem normalen Menschen unbekannt, und diese Unkenntnis hindert ihn, seine eigenen Gefühle richtig zu verstehen, zu deuten – und im eigenen Interesse zu wandeln.

Noch folgenschwerer sind die Irrtümer des Menschen über die Entstehung des Gefühls und die Stätte des Gefühls. Erst die Korrektur dieser Irrtümer kann den Weg bahnen zu den geistigen Voraussetzungen für die rechte Beobachtung des Gefühls.

Es wurde weiter oben gesagt, dass zugleich mit der „Berührung“ ein (angenehmes oder unangenehmes oder weder angenehmes noch unangenehmes) Gefühl aufkommt, und zwar dort aufkommt, wo die Berührung stattfindet, bei den Tendenzen, und dass dieses angenehme oder unangenehme Fühlen ein angenehmes oder unangenehmes Aufmerken und Wecken ist zu einem angenehmen oder unangenehmen Wahrnehmen von Formen, Tönen usw., also von Menschen und Dingen. - So ist

also bereits vor dem Wahrnehmen und bewussten Erkennen der Menschen und Dinge das angenehme oder unangenehme Gefühl aufgekommen, und zwar ausgelöst durch die Tendenzen.

Der unwissende Mensch aber begeht den Selbstbetrug, dass er das in ihm selbst aufgekommene angenehme oder unangenehme Gefühl unbewusst über das Wahrgenommene (Menschen oder Dinge) gleichsam ausgießt und dann meint, dass jenes Angenehmsein oder Unangenehmsein, das im Augenblick von seinen Tendenzen ausgelöst wurde, etwa jenen wahrgenommenen Menschen oder Dingen anhafte.

Wenn zum Beispiel ein Mensch einem ihm sympathischen Menschen begegnet, dann spürt er eine entsprechende Zuneigung und stellt daraufhin bei sich fest: „Das ist ein angenehmer Mensch.“ Dabei kann derjenige Mensch, der bei ihm ein angenehmes Gefühl ausgelöst hat, in seiner Familie unter Umständen sehr unangenehme Gefühle auslösen. Daran zeigt sich, dass die Gefühle, die jeweils durch Berührung zustande kommen, nicht allein von dem zur Begegnung gekommenen Objekt, sondern von dem Verhältnis des zur Begegnung kommenden Objekts zu den Anliegen des erfahrenden Menschen herkommen.

Der normale Mensch meint aber, dass das angenehme oder unangenehme Gefühl, das er bei der Wahrnehmung bestimmter Menschen oder Gegenstände fühlt, von den betreffenden Menschen oder Gegenständen ausgehe, an diese gebunden sei, diesen verbunden sei, und darum wendet er sich ja auch immer denjenigen Menschen und Gegenständen zu, die er in Verbindung mit angenehmen Gefühlen wahrnimmt, und er wendet sich von solchen Menschen oder Gegenständen ab bzw. tritt ihnen entgegen, die er in Verbindung mit unangenehmen Gefühlen wahrnimmt.

Alle wahrgenommenen Formen, Töne, Düfte usw. sind also nicht an sich angenehm oder unangenehm, sondern erst die durch die Tendenzen bedingte Bedürftigkeit und Besonderheit des Menschen misst allen Erlebnissen einen Wert bei; nicht

die Dinge an sich haben einen Wert, sondern nur die Tendenzen maßen sich eine Bewertung an, bei welcher Bewertung sie sich zum Maßstab nehmen.

Es zeigt sich also ganz eindeutig, dass nicht, wie der unbelehrte Mensch meint, das Gefühl durch die Wahrnehmung bedingt ist, sondern vielmehr die Wahrnehmung durch das Gefühl; und zugleich sehen wir, dass das Gefühl nicht von den Objekten herkommt, sondern von den Tendenzen. Durch diese beiden Irrtümer des unbelehrten Menschen ist auch seine falsche Geisteshaltung bedingt, wie wir im nächsten Abschnitt sehen werden; und da diese Geisteshaltung die echte Beobachtung der Gefühle verhindert, ist es wichtig, diese zu erkennen.

### Die Geisteshaltung des unbelehrten Menschen

Durch diese Irrtümer über die existentiellen Vorgänge ist die für die Beobachtung der Gefühle völlig ungeeignete Geisteshaltung des normalen Menschen bedingt.

Die Beobachtung der Gefühle ist eine Übung, bei welcher alle auf- und absteigenden Gefühle in ihrem Aufsteigen und Absteigen und in ihrem Bedingungs-zusammenhang erkannt, beobachtet und verfolgt werden. Der beobachtende Geist hat immer nur das Entstehen und Vergehen der Gefühle zu bemerken, soll aber nicht seine Aufmerksamkeit auf die durch die sinnliche Wahrnehmung erfahrenen Formen, Töne, Düfte usw. richten, also auf die Welt der tausend Dinge. Diese Forderung lässt erkennen, wie wenig die Geisteshaltung des gewöhnlichen Menschen hierfür geeignet ist.

Wir wissen aus dem oben geschilderten Zusammenhang, dass durch das Gefühl die Wahrnehmung der Formen, Töne, Düfte usw. der Welt insgesamt bedingt ist. Wer nun auf das Auf- und Absteigen der unterschiedlichen Gefühle achtet, der hat seine Aufmerksamkeit in aller Stille auf einen tiefinnerlichen geistigen Vorgang gerichtet. Wer aber dieses innere Auf- und Absteigen der Gefühle unbeobachtet lässt und auch den durch die Gefühle bedingten Vorgang der sinnlichen Wahr-



nehmung nicht als solchen beachtet, sondern sich nur von den jeweils gefühlsbesetzten Formen, Tönen, Düften usw. fesseln lässt, der ist durch diese zweifache Unachtsamkeit völlig herausgetreten aus dem inneren geistigen Bereich der Gefühlsvorgänge und ist an die durch die sinnliche Wahrnehmung entworfene tausendfältige äußere Welt gekettet. Einen solchen entzückt das Erscheinen der Dinge und entsetzt das Vergehen der Dinge. Das ist die Geisteshaltung des normalen Menschen.

Indem bei ihm Gefühle vor sich gehen, beobachtet er nicht nüchtern, dass da, berührungsbedingt, diese oder jene Gefühle aufkommen, und wenn die Berührung aufhört, auch diese Gefühle aufhören werden, sondern lässt sich von den Wohlgefühlen zur Zuneigung und von den Wehgefühlen zur Abneigung gegenüber dem Wahrgenommenen bewegen. - Wie wenn einer, der aus dem Schornstein eines Hauses Rauch in bizarren Gestalten und Formen aufsteigen sieht, sich durch diese Gestalten so faszinieren und fesseln ließe, dass er nur den Wandel der Gestalten sähe und darüber vergäße, dass alle diese Gestalten nur durch Rauch bedingt sind, nur durch Rauch bestehen und beim Fortfall des Rauchs nicht mehr da sind - so auch bedenkt der normale, unbelehrte Mensch bei allen Formwahrnehmungen nicht, dass diese Formen eben durch Wahrnehmen bestehen, und bedenkt bei allen Tonwahrnehmungen nicht, dass diese Töne eben durch Wahrnehmung und als Wahrnehmung bestehen. Darum glaubt er an eine Welt der Formen, Töne, Düfte usw., während der Kenner weiß, dass da nur Wahrnehmung - also etwas Geistiges - aufsteigt, wie alle Traumgestalten durch den geistigen Akt des Träumens entworfen sind; und wie wenn der den Rauchgestalten verblendet zusehende Mensch vergäße, dass dieser Rauch nur darum aus dem Schornstein aufsteigen kann, weil sich unten ein Feuer befindet, so vergisst der unbelehrte Mensch, dass alle Wahrnehmung durch das Auf- und Absteigen von Gefühlen bedingt ist. Und ebenso wie alles Feuer durch Brand und Brennen bedingt ist, so ist auch alles Gefühl durch Berührung der Tendenzen bedingt.

So wohnt der normale Mensch ganz an der Oberfläche und bedenkt nicht den bedingten Zusammenhang. Dadurch ist er dauernd bewegt, erschüttert und umhergeworfen. Die Wahrnehmung des einen Dinges mag ihn angenehm berühren, die des nächsten entzücken, das dritte Ding mag ihn unangenehm berühren, das vierte erschrecken, das fünfte entsetzen; ein weiteres mag ihn wieder beglücken und so fort. Da er die Bedingungen der jeweils aufkommenden Wohl- und Wehgefühle nicht durchschaut, so bleibt er an Entzücken und Entsetzen gefesselt, fühlt sich bald auf der Höhe des Lebens, bald in tiefer Verzweiflung, bald von Hoffnung erfüllt, bald von Enttäuschung gelähmt. Wie ein Boot von den Wogen des Meeres herumgeworfen wird, wie es sich bald auf den Wogenkämmen befindet und bald wieder herabgeschleudert wird, so kann der Mensch mit solcher falschen Geisteshaltung nicht frei werden von Erschütterung, nicht frei werden vom Leiden.

#### Die Geisteshaltung des belehrten Menschen bei der Gefühlsbeobachtung

Bei der Beobachtung der Gefühle geht es jedoch darum, dass der Beobachter das Auf- und Absteigen der Gefühle aus ihren Bedingungen beobachtet. Dadurch macht man nicht mehr die Wandlung der Gefühle mit, wird nicht mehr von den Gefühlen hinaufgeschleudert und herabgeschleudert wie ein Boot von den Wogen des Meeres, sondern man gleicht vielmehr einem im Meer unerschütterlich feststehenden Felsen, an welchem die Wogen hinaufsteigen und herabsinken, der aber selbst unbeirrt davon bleibt.

Hier sehen wir den Unterschied: Wer die Gefühle nicht beobachtet, der ist eins mit den Gefühlen, der ist identisch mit den Gefühlen, der ist mit aufgekommene Wohlgefühle selber in Hochstimmung und ist mit aufkommenden Wehgefühlen selber in Tiefstimmung - wie eben das Boot ganz und gar mit den Wogen steigt und sinkt.

Wer aber die auf- und absteigenden Gefühle nüchtern beobachtet, der ist durch die Beobachtung nicht mehr eins mit den Gefühlen. Er hat sich innerlich von ihnen getrennt und steht ihnen gegenüber. Somit ist bei ihm das Aufsteigen der Gefühle nicht sein eigenes Aufsteigen und das Absteigen der Gefühle nicht mehr sein eigenes Absteigen. Zwar ist es für ihn durchaus nicht so, als wenn er keine Gefühle hätte, denn er fühlt ja die auf- und absteigenden Gefühle, aber indem er sie beobachtet, indem er ihr Auf- und Absteigen merkt, hat er selbst einen festen Standort bezogen, der jenseits vom Auf- und Absteigen ist, hat er sich von den Gefühlen getrennt, ist ihnen gegenübergetreten, ist nicht mehr mit ihnen identisch.

Daran zeigt sich, wie völlig verschieden die Geisteshaltung bei der Gefühlsbeobachtung von der Geisteshaltung des nicht übenden Menschen ist, und es zeigt sich, wie schwer diese Geisteshaltung für den nicht übenden, unbelehrten Menschen einzunehmen ist. Und tatsächlich hat die Gefühlsbeobachtung ihre ganz bestimmten geistigen und seelischen Voraussetzungen, ohne welche sie in dem Sinn, wie es in der Lehrrede gemeint ist, nicht durchgeführt werden kann.

### Die geistigen Voraussetzungen für die Gefühlsbeobachtung

Was beobachtet werden soll, das muss man vor sich stellen, dem muss man gegenüberstehen, sonst kann man es nicht beobachten. Eine Sache, der man zu nahe ist, kann man nicht betrachten.

So wie einer, der im Wasser schwimmt, dieses nicht überblicken und darum in seinem Umfang und in seinen Wandlungen nicht erkennen kann oder wie einer, der auf der Zinne eines Turms steht, diesen Turm in seinen Formen und Maßen und Besonderheiten nicht erkennen kann oder wie einer, der den Stamm eines Baums mit seinen Armen umspannt hält, gerade darum den Baum nicht in seiner Ganzheit erkennen kann: so auch kann einer, der mit dem Gefühl so eng verbun-

den ist, dass er durch Wohlgefühle angenehm gestimmt, durch Wehgefühle unangenehm gestimmt wird, dass er mit aufsteigenden Gefühlen sich gehoben fühlt, mit absteigenden Gefühlen sich absinken fühlt, eben dadurch die Gefühle nicht beobachten und erkennen. Wer durch die Wandlungen seiner Gefühle sich selbst wandeln lässt, der hat mit jeder Veränderung seines Gefühls auch seinen Standpunkt verändert. Mit stets veränderten Standpunkten aber ist keine Beobachtung möglich.

Aber ebenso wie einer, der aus dem Wasser heraus auf einen Hügel steigt, das ganze Wasser in seinem Umfang und in seiner Bewegtheit überblicken und erkennen kann und ebenso wie einer, der vom Turm herabsteigt und vom Turm eine angemessene Entfernung einnimmt, dann diesen Turm in seinen Formen und in seinen Sonderheiten erkennen kann, und ebenso wie einer, der von der Umklammerung des Stammes loslässt und vom Baum zurücktritt, ihn dann in allen seinen Maßen und Verhältnissen genau erkennen kann - ebenso auch kann einer, der von seinen Gefühlen loslässt und von ihnen sich nicht mehr bewegen lässt, eben dadurch das bewegte Sein der Gefühle, ihr Auf- und Absteigen, ihren Charakter nach Wohl und Wehe beobachten und im Beobachten erkennen.

Wer aber noch irgendwelche Gefühle - und seien es die seligen, himmlischen - liebt und verehrt und für ewig hält, der ist ebenso wenig zur Beobachtung der Gefühle fähig wie derjenige, der noch irgendwie an Leibern und Formen Gefallen finden mag, denn wer im Bereich der Formen noch irgend Wertvolles und Schönes finden mag - und seien es himmlische Gestalten und himmlische Szenen - der ist unfähig zur Durchführung der Beobachtung des Körpers. Der Erwachte zeigt die Bedingtheit und das heißt Leidhaftigkeit selbst höchster Gefühle und Wahrnehmungen und weist auf den Frieden hin, der abseits aller Formen, aller Gefühle und Wahrnehmungen besteht.

## Die seelischen Voraussetzungen für die Gefühlsbeobachtung

Die geistigen Voraussetzungen für die Beobachtung der Gefühle, eben die Einsicht von dem unübertrefflichen Wert dieser Übung für die vollkommene Überwindung des Durstes und damit des Leidens reicht zur Durchführung der Übung so lange noch nicht aus, als es den Menschen nicht möglich ist, sich innerlich von den auf- und absteigenden Gefühlen zu lösen und einen gleichbleibenden festen Blickpunkt einzunehmen, wie es für deren ruhige Beobachtung erforderlich ist. Je mehr also ein Mensch an seine Gefühle gefesselt ist, je mehr er sich und seine Existenz bewusst oder unbewusst auf das Gefühl stützt, je mehr er in den Gefühlen „lebt und webt“, um so weniger ist er zu ihrer ruhigen, durchgängigen, gelassenen, gleichmütigen Beobachtung fähig, denn dann reißen die Gefühle an ihm und werfen ihn herum. Erst wenn der Mensch der Macht und der Gewalt der Gefühle widerstehen und trotz ihrer Auf- und Abbewegungen selbst einen festen Standort bewahren und an einem stets gleichbleibenden Blickpunkt festhalten kann, dann ist er zur Durchführung dieser Übung fähig. Wir können diese seelische Voraussetzung am besten in den folgenden vier Punkten benennen:

1. Der Mensch muss die Sinnensucht, das sinnliche Begehren in einem erheblichen Maß verloren haben und zur Zeit der Übung völlig unbewegt sein können von irgendwelcher Sinnensucht.
2. Alle gröberen, niederen Gefühle, die durch die Sinnensucht bedingt sind, müssen erheblich zur Ruhe gekommen sein, und ebenso dürfen alle aufkommenden Gefühle, die weltlichen und die überweltlichen, nicht von überwältigender Kraft sein, weil solche Bewegungen und Erschütterungen die Beobachtung unmöglich machen.
3. Der Mensch muss die sati-Fähigkeit, die Fähigkeit der ununterbrochenen, tief-ruhigen Beobachtung ganz erheblich ausgebildet haben.

4. Er muss in der Beobachtung des Körpers schon ganz erhebliche Fortschritte gemacht haben, denn gerade diese Übung führt zu der für die Beobachtung der Gefühle erforderlichen Befreiung von dem Gefühlsschwall.

Im ersten Teil dieser Arbeit wurde immer wieder darauf hingewiesen, dass schon die Beobachtung des Körpers nur *fern von weltlichem Begehren, fern von weltlicher Bekümmernis* wirksam durchgeführt werden kann, und das heißt also: nach Abwendung von der Sinnensucht. Die Sinnensucht ist ja unlöslich an den Körper gebunden, denn durch den ganzen Körper sucht sie ihre Befriedigung. Zur Zeit, in der man in der Sinnensucht, im weltlichen Begehren, steht, wohnt man im Körper, identifiziert sich mit ihm und kann gerade dann nicht die Vorgänge beim Körper nüchtern beobachten. Zu einer Zeit aber, in der man frei ist von der Sinnensucht, wenn diese ruht und schweigt, zu einer solchen Zeit ist man nicht an den Körper gefesselt, und darum kann man zu einer solchen Zeit auch die körperlichen Vorgänge beobachten.

Durch diese gründlich und beharrlich durchgeführte Beobachtung des Körpers und die davon ausgehende weiter oben beschriebene große und starke und radikale Minderung der Sinnensucht nehmen ja alle die durch die Sinnensucht verursachten groben und rohen Wohlgefühle, Wehgefühle und Weder-Weh-noch-Wohlgefühle immer mehr ab, verlieren an Macht und Gewalt. Damit gewinnt der Beobachter eine erheblich tiefere Stille und Ruhe. In dieser größeren Stille und Ruhe kann er das Auf- und Absteigen der erheblich weniger aufdringlichen mannigfaltigen Gefühle in der erforderlichen Weise beobachten. Nur wenn die Beobachtung der Gefühle in dem hier beschriebenen Reifestadium durchgeführt wird, dann kann sie die gewaltigen Wirkungen erzielen, die eben zur völligen Meisterung der Existenz führen und die nun beschrieben werden sollen.

## Die Praxis der Gefühlsbeobachtung

Wir hatten weiter oben die Anweisung des Erwachten zur Beobachtung der Gefühle zitiert.

*Wie aber bleibt der Mönch bei den Gefühlen in der fortgesetzten Beobachtung der Gefühle? Da weiß, ihr Mönche, der Mönch, wenn er ein Wohlgefühl empfindet: „Ich empfinde ein Wohlgefühl“, weiß, wenn er ein Wehgefühl empfindet: „Ich empfinde ein Wehgefühl“ usw.*

In dieser Anweisung zeigt sich die für die Gefühlsbeobachtung erforderliche Blickrichtung.

Wir wissen, dass durch das Gefühl die Wahrnehmung bedingt ist. Es werden also zugleich mit den jeweils aufkommenden Gefühlen auch Formen, Töne, Düfte usw. wahrgenommen. So enthält jede Wahrnehmung eine Zweiheit: ein angenehmes oder unangenehmes Gestimmtsein, eben ein Fühlen, Merken, und jene bemerkte Form, den gemerkten Ton, Duft, Geschmack usw. Der Mensch nimmt also immer Wohlgefühle, Wehgefühle und Weder-Weh-noch-Wohlgefühle wahr und zugleich die mannigfaltigen Formen, Töne, Düfte usw., also die Welt der Dinge und Menschen.

Für die rechte Gefühlsbeobachtung ist es nun erforderlich, dass man nicht auf die wahrgenommenen Formen, Töne usw., sondern nur auf die Gefühle achtet. Das heißt also, der Übende richtet seine Aufmerksamkeit nicht auf das durch die Wahrnehmung entworfene „Außen“, auf die Vielfalt, auf die Welt, sondern er achtet auf das durch die Wahrnehmung entworfene „Innen“, auf den geistigen Vorgang des auf- und absteigenden Gefühls.

Wer sich in diese Übung hineindenkt und hineinfühlt, der merkt von daher, dass eine große Abgelöstheit von der Welt der Dinge und eine große innere Stille, Gelassenheit und Klarheit erforderlich sind, um sich jeder äußeren Wahrnehmung gegenüber so zu verhalten, wie diese Übung es erfordert.

Musste schon für die rechte Durchführung der Beobachtung des Körpers alles weltliche Dichten und Trachten aufgegeben sein, weil sonst der Geist nicht in dem erforderlichen Maß auf den Leib und seine Vorgänge gerichtet werden kann, so muss hier bei der Gefühlsbeobachtung die Welt der tausend Dinge, alles was Form und Vielfalt ist, zur vollständigen Bedeutungslosigkeit geworden sein. Nur in dieser Unangefochtenheit von der Welt der Vielfalt, nur in dieser inneren Stille ist es möglich, den Blick auf die Gefühle zu lenken und ihr Auf- und Absteigen zu beobachten und im Beobachten immer mehr zu merken, welche Gefühle aufkommen, welche Gefühle anhalten und welche vergehen.

So ist das Bewusstsein eines in dieser Übung stehenden Menschen nicht mehr erfüllt von Dingen, sondern nur von Gefühlen: *Er weiß, wenn er ein Wohlgefühl empfindet, weiß, wenn er ein Wehgefühl empfindet, weiß, wenn er ein Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl empfindet.* Immer deutlicher und gleichmütiger merkt der Übende: „Gefühle sind da, Gefühle kommen, Gefühle gehen.“ So ist die Praxis der Beobachtung der Gefühle eine rein geistige Übung, die in tiefer Stille weitab von der Wahrnehmung weltlicher Vielfalt und weltlichen Gewoges geübt wird. Es ist eine Übung, die eine ebenso große Beruhigung des Übenden in Bezug auf die groben sinnlichen Dinge wie auch Disziplin, Zucht und Klarheit des Geistes erfordert.

Der Übende erfährt überweltliche Gefühle  
(beschrieben in M 118 , A X,60)

In der vorhin zitierten Übungsanleitung spricht der Erwachte zunächst nur vom Wohlgefühl, Wehgefühl und Weder-Weh-noch-Wohlgefühl. Die Wohl- und Wehgefühle, welche der normale, unbelehrte Mensch kennt, sind nur weltlicher Art, aber er weiß es nicht, da er keine überweltlichen Gefühle kennt; er hat keinen Maßstab, seine weltlichen Wohl- und



Wehgefühle als weltliche zu erkennen; sie sind für ihn einfach Wohl- und Wehgefühle bzw. Weder-Weh-noch-Wohlgefühle.

Aber jeder um Läuterung bemühte Mensch kommt irgendwann zum ersten Mal zu dem Erlebnis von Gefühlen ganz anderer Art als seine bisher erfahrenen. Diese neuen Gefühle kommen nicht durch Sehen, Hören, Riechen, Schmecken oder Tasten zustande wie alle seine bisherigen, sie sind gar nicht durch äußere weltliche Ursachen bedingt, sondern sie steigen ganz unmittelbar aus der reineren und helleren Beschaffenheit des eigenen Gemüts auf, und sie sind unvergleichlich feiner und wohltuender als alle seine bisher gefühlten Gefühle.

Nach dem ersten Erlebnis dieser oder ähnlicher Gefühle weiß man, dass sie sowohl nach ihrer Herkunft wie nach ihrer Beschaffenheit nicht leiblich fleischlicher Art, nicht sinnlicher Art, nicht weltlicher Art sind, sondern geistiger Art, überweltlicher Art. Und von diesem Augenblick an weiß man auch, dass alle bisherigen Gefühle nicht solcher Art waren, sondern weltlicher Art. So unterscheidet man nun erst nach der ersten Erfahrung der überweltlichen Gefühle zwischen diesen und den weltlichen.

Die „überweltlich“ genannten Gefühle sind nicht eine einfache, mehr oder weniger starke Steigerung der weltlichen Gefühle, sondern sind nach ihren Begleitumständen und nach ihrer Qualität vollkommen anderer Art als die weltlichen Gefühle. - Als „weltlich“ werden die Gefühle bezeichnet, die im Zusammenhang mit sinnlicher Wahrnehmung oder mit der geistigen Vorstellung von sinnlichen Wahrnehmungen, also im Zusammenhang mit gesehenen Formen, gehörten Tönen, gerochenen Düften, geschmeckten Säften, getasteten Körpern oder bedachten, vorgestellten, erinnerten Situationen auftreten. Diese Gefühle erscheinen also immer im Zusammenhang mit diesen oder jenen Dingen, und das heißt im Zusammenhang mit Welt und Weltlichkeit.

Als „überweltlich“ aber werden diejenigen Gefühle bezeichnet, die vollständig unabhängig von gesehenen Formen, gehörten Tönen, gerochenen Düften, geschmeckten Säften und

getasteten Körpern und auch ohne jegliches Denken und Vorstellen von weltlichen Dingen auftreten. Die überweltlichen Gefühle sind also durch keinerlei sinnliche Wahrnehmung bedingt, sie sind nicht mit sinnlicher Wahrnehmung verbunden, nicht mit Vielfalt verbunden, nicht mit Formen verbunden.

Aber „unabhängig“ von der sinnlichen Wahrnehmung bedeutet nicht unbedingt „ohne“ sinnliche Wahrnehmung. Es ist möglich, dass der Mensch ein überweltliches Gefühl fühlt und dennoch gleichzeitig sinnliche Wahrnehmung erlebt, also Formen sieht, Töne hört usw.; dennoch ist auch in einem solchen Fall das überweltliche Gefühl nicht durch die sinnliche Wahrnehmung bedingt, sondern ist wie jedes überweltliche Gefühl gerade durch die Abwesenheit von Sinnensucht und von übler dunkler Gesinnung bedingt. Es entsteht aus der Freiheit von Sinnensucht und aus heller, reiner Gesinnung.

Bei diesen so zustande gekommenen überweltlichen Gefühlen tritt es manchmal ein, dass sie die Kraft haben, die Aufmerksamkeit des Menschen so stark auf sich zu lenken, dass darüber alle sinnliche Wahrnehmung und damit Welt und Ich, Raum und Zeit entschwunden und vergessen sind und nur die Gegenwart überweltlichen Wohls besteht: die Erfahrung weltloser Entrückungen.

Die Entwicklung des überweltlichen Gefühls wird ganz besonders durch Satipatthāna, wenn es unter den genannten Voraussetzungen geübt wird, gefördert. Da die Satipatthāna-Übungen eine weltüberwindende Gesinnung voraussetzen, da sie ein ganz unweltliches Tun sind, aus der Durchschauung und negativen Bewertung aller Sinnensucht hervorgehend und zu immer tieferer Durchschauung und Verneinung der Sinnensucht führend, so wird eben durch diese Übung alles durch die Sinnensucht bedingte gröbere, rohere Gefühl mehr und mehr aufgehoben und aufgelöst und kommt zum Schweigen. In dem gleichen Maß treten die aus den nun vorwiegenden feineren, höheren Tendenzen hervorgehenden überweltlichen Gefühle in den Vordergrund.

So wächst der Mensch durch die beharrliche Übung der Gefühlsbeobachtung allmählich immer mehr über alles Menschentum hinaus in immer mehr Seligkeit und Freiheit.

### Das Gefühl zählt nicht mehr zum Ich-Erlebnis

Die gesamten Satipatthāna-Übungen dienen der einen Aufgabe, die tief im Menschen wurzelnde Ich-bin-Auffassung auf dem Weg der schrittweisen Abblassung zuletzt völlig auszuroden.

Es ist nun einmal so, dass alles beobachtete Gesehene und Erfahrene auf die Dauer nicht als Ich aufgefasst werden kann, sondern immer als „das andere“ aufgefasst wird. Dagegen wird der Beobachter selber (der Seher, Hörer, Riecher, überhaupt der Erfahrende) als das Ich aufgefasst. Dieser Zusammenhang ist gesetzmäßig. Da nun der Beobachter, was auch immer er beobachtet - und seien es die „eigenen“ Gefühle - das Beobachtete auf die Dauer als „das andere“ auffassen muss, so geschieht damit die radikale Löschung der Identifizierung mit dem Gefühl und, wenn alle vier Satipatthāna-Übungen vollendet sind, dann ist die Ich-bin-Auffassung überhaupt vollständig aufgehoben. Insofern bezeichnet der Erwachte die rechte Satipatthāna-Übung, wenn sie unter den Voraussetzungen, die der Erwachte nennt, geschieht und bis zu Ende durchgeführt wird, als *den geraden Weg zur Reinigung der Wesen...*

Wir sahen schon bei der Beschreibung der Folgen der Beobachtung beim Körper, dass durch die Betrachtung des Körpers eine große Wandlung im Gesamterleben des Übenden eintritt: Wer aus den Sinnen des Körpers heraus in die Welt hineinlauscht, riecht, schmeckt usw., der muss darum den Körper samt Geist als das wahrnehmende Ich auffassen und die Welt als das Wahrgenommene, als das Außen. Wenn aber nun in der vom Erwachten beschriebenen Intensität die Aufmerksamkeit von der Welt fast gänzlich abgewandt und dafür auf den Körper gerichtet wird, dann tritt dieser an die Stelle

der Welt, indem er in allen seinen Bewegungen beobachtet wird. Und da diese Beobachtung immer weniger mit den Sinnen des Körpers, sondern immer reiner mit der geistigen Aufmerksamkeit geschieht, so wird allmählich der Geist als der Beobachter und der Körper als Beobachtungsgegenstand aufgefasst.

Damit ist aber nun die ursprüngliche Ich-Auffassung, die den Körper einschloss, um diesen gemindert worden, und der Körper ist nun anstelle der Welt zum Beobachtungsgegenstand geworden, so dass für einen solchen Menschen sein gesamtes Erleben unvergleichlich ruhiger, einiger, von aller Dramatik befreit wird. Diese Folge tritt allein schon durch die beharrliche Körperbeobachtung ein, obwohl dieser noch etwas Gegenständliches ist wie auch die übrige Welt.

Aber unvergleichlich stiller wird die Erlebensweise des Menschen, wenn er nun nichts Gegenständliches mehr, sondern immer ausschließlicher das jeweils aufkommende Empfinden und Fühlen, also nur die innere Verfassung zum Objekt seiner Beobachtung macht. Man muss sagen: Das, was durch die Beobachtung des Leibes mit dem Leib geschah - sein Auszug aus dem „Ich“ und sein Gegenübertreten als Umwelt - das geschieht nun durch die intensive Beobachtung der Gefühle mit diesen. - Es wird verständlich, dass ein solcher Mensch zu einem erhabenen Gleichmut heranwächst.

Man stelle sich den Unterschied vor zwischen dem unbelehrten Menschen und dem in dieser Übung erfahrenen und durch diese Übung gewandelten Menschen. Der unbelehrte Mensch schwankt zwischen Lust und Schmerz, *und was für ein Gefühl er auch fühlt, ein wohles oder wehes oder weder wehes noch wohles, dahin neigt er sich, darum kreist sein Denken, daran klammert er sich.*(M 38) Ein solcher ist mit seinem Gemüt an das Gefühl gefesselt. Die Schwankungen des Gefühls bedeuten s e i n e Schwankungen. Ein solcher ist geworfen, abhängig und muss in dauernder Angst vor dem Kommenden sein. Wer dagegen durch die Lehre des Erwachten aufgeklärt, durch die vom Erwachten genannte Übungsrei-

he in dem beschriebenen Maß innerlich gezügelter, heller und leerer geworden ist und durch die gründliche und anhaltende Beobachtung des Leibes alle Leiblichkeit von seiner Ich-Vorstellung gänzlich abgelöst hat und durch die daran angeschlossene gründliche und anhaltende Beobachtung der auf- und absteigenden Gefühle auch alles Gefühl von seiner Ich-Vorstellung gänzlich abgelöst hat - ein solcher identifiziert sich nicht mehr mit den auf- und absteigenden Wohl- und Wehgefühlen.

Einem solchen lösen die durch jene äußeren Ursachen entstehenden und vergehenden Wohlgefühle keine Lust aus und die Wehgefühle keinen Schmerz aus. Ein solcher neigt sich den auf- und absteigenden Gefühlen nicht zu, umkreist sie nicht mit seinem Denken und klammert sich nicht an sie. Er sucht in den Gefühlen nicht im geringsten mehr Befriedigung, sondern wohnt, in sich geschlossen, abseits der Gefühle, betrachtet diese als äußere Vorgänge und bleibt von ihnen unbeeindruckt. Von einem solchen heißt es (M 140):

*Empfindet er ein Wohlgefühl, Wehgefühl oder Weder-Weh-noch-Wohlgefühl, so empfindet er es als Losgelöster (visamyutto) – losgelöst vom Ich-bin-Empfinden.*

So wohnt ein solcher tief innen abseits des Leibes und der Leiblichkeit und auch abseits des Gefühlsschwalls. Alles, was am Leib geschieht und alles, was an den Gefühlen geschieht, das geschieht nicht ihm, davon wird er nicht bewegt. Ein solcher hat, weil von ihm das Gefühl nicht mehr als Ich aufgefasst, nicht mehr zum Ich gezählt wird, eine Stätte der Unverletzbarkeit gefunden.

Die zunehmende Minderung des Gefühls  
bewirkt zunehmendes Wohl

Indem der um Reinigung bemühte Mensch fortschreitend bestrebt ist, alle üblen Tendenzen in sich zu mindern und völlig aufzuheben, helle und würdige Gegenvorstellungen in seinem

Herzen zu pflegen, da bewirkt er eine alles durchdringende Wandlung seines Gefühlslebens, befindet sich in einer immer höher, heller und reiner werdenden Grundverfassung.

Die Gefühle eines solchen sind, wie weiter oben schon gesagt wurde, keine mit dem Leib verbundenen weltlichen Gefühle, sondern sie gehen aus der Erfüllung reinerer Anliegen - eben aus dem Willen zur Hilfsbereitschaft für andere, zur Wahrhaftigkeit, Wohlwollen usw. - hervor. Der mögliche Grad der Erhellung und Verfeinerung des Gefühlslebens ist unübersehbar und von dem normalen Menschen nicht ausdenkbar, wie wenn man ein großes, mächtiges Gebirge erstiege und dabei in immer höhere Höhen und von da aus zu immer weiterem Umblick käme und hernach weit über den Wolken den Blick frei hätte bis in die Unendlichkeit - so liegen die Möglichkeiten der Wandlungen des Gefühls in Richtung auf Höhe, Helligkeit, Seligkeit, Entzücken, Befreiung, Beruhigung bis zur vollkommenen Stille. Gegen alle diese Gefühle ist das dem normalen Menschen hauptsächlich bekannte Wohlgefühl, das aus sinnlicher Lustbefriedigung erwächst, grob, roh, wild und nur ganz kurz.

Das unvergleichlich größere Wohl dieser Gefühle entsteht dadurch, dass die Quelle dieser Gefühle ein helleres, reineres, und das bedeutet zugleich auch stilleres, beruhigteres Herz ist, das nicht durch sinnliche Anliegen zerstreut und zerfahren ist, sondern zielstrebig seine Reinigung und Erhellung verfolgt. Die Beobachtung des Körpers und der Gefühle trägt das ihrige dazu bei, dass die Gefühle beruhigter werden und abnehmen, weil das Ich-bin-Empfinden von Körper und Gefühl zurückgezogen ist, aber die hauptsächlichliche Minderung, vor allem der sinnlichen Tendenzen und der durch sie bedingten Gefühle, tritt durch die Entrückungen aller vier Grade ein. Mit diesen fällt der gesamte durch sinnliche Wahrnehmung bedingte Gefühlsschwall vollständig fort, und in der eingetretenen Beruhigung werden nur noch außersinnliche Gefühle, die als „überweltliches Wohl“ bezeichnet werden, erlebt. Die vierte weltlose Entrückung wird beschrieben als die *vollkommene Reine*

*jenseits von Freud und Leid* in vollkommenem Gleichmut und vollkommener Klarheit. Von diesen vier Entrückungen sagt der Erwachte, dass die ersten drei den Weg bilden zum vollkommenen Wohl und dass die vierte Entrückung das vollkommene Wohl sei. (M 79)

Aber das Wohl der vierten Entrückung, so friedvoll und ruhig es auch ist gegenüber den beglückenden und seligen Wohlgefühlen der ersten, zweiten und dritten Entrückung - ganz zu schweigen von den groben und rohen Gefühlen, die aus sinnlicher Lustbefriedigung hervorgehen - wird noch übertroffen durch ein noch vollkommeneres Wohl: das unübertreffliche Wohl durch die Aufhebung von jedem Gefühl.

Der Erwachte schildert die Reihe der immer höheren Wohlgefühle samt den Bedingungen, durch die sie entstehen. Wir erkennen bei der Beschreibung dieser Gefühle und ihrer Bedingungen, dass jedes höhere Gefühl, das als ein größeres Wohl empfunden wird, zugleich eine Minderung von Gefühl überhaupt ist. Und der Erwachte bestätigt diesen Zusammenhang ausdrücklich damit, dass er die Aufhebung auch des letzten und feinsten Gefühls als das höchste Wohl bezeichnet. (M 59)

Dort sagt der Erwachte, nachdem er den Zustand beschrieben hat, der in die vierte Entrückung einmündet:

*Wenn da nun, Anando, einer behauptet: „Das ist das höchste Wohl und Glück, das die Wesen genießen können“, so gesteh ich ihm das nicht zu. Und warum nicht? Es gibt ein Wohl, das höher und erhabener ist als jenes Wohl. Was ist das aber für ein Wohl, das höher und erhabener als jenes Wohl ist?*

*Da gewinnt ein Mönch nach völliger Überwindung der Formwahrnehmungen, Übersteigerung der Gegenwahrnehmungen, durch Nichtbeachtung der Vielfaltwahrnehmungen in dem Gedanken: „Unbegrenzt ist der Raum“ die Vorstellung des unbegrenzten Raumes. Das ist ein Wohl, das höher und erhabener ist als jenes Wohl.*

*Wenn da nun einer behauptet: "Das ist das höchste Wohl und Glück, das die Wesen genießen können", so gestehe ich ihm das nicht zu. Und warum nicht? Es gibt ein Wohl, das höher und erhabener ist als jenes Wohl. Was ist das aber für ein Wohl, das höher und erhabener als jenes Wohl ist?*

*Da gewinnt ein Mönch nach völliger Überwindung der unbegrenzten Raumsphäre in dem Gedanken: „Unbegrenzt ist die Erfahrung" die Vorstellung der unbegrenzten Erfahrung. Das ist ein Wohl, das höher und erhabener ist als jenes Wohl.*

*Wenn da nun einer behauptet: „Das ist das höchste Wohl und Glück, das die Wesen genießen können", so gestehe ich ihm das nicht zu. Und warum nicht? Es gibt ein Wohl, das höher und erhabener ist als jenes Wohl. Was ist das aber für ein Wohl, das höher und erhabener als jenes Wohl ist?*

*Da gewinnt ein Mönch nach völliger Überwindung der Vorstellung der unbegrenzten Erfahrung in dem Gedanken „nichts ist da" die Vorstellung des Nichtdaseins. Das ist ein Wohl, das höher und erhabener ist als jenes Wohl.*

*Wenn da nun einer behauptet: „Das ist das höchste Wohl und Glück, das die Wesen genießen können", so gestehe ich ihm das nicht zu. Und warum nicht? Es gibt ein Wohl, das höher und erhabener ist als jenes Wohl. Was ist das aber für ein Wohl, das höher und erhabener als jenes Wohl ist?*

*Da gewinnt ein Mönch nach völliger Überwindung der Vorstellung des Nichtdaseins die Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung. Das ist ein Wohl, das höher und erhabener ist als jenes Wohl.*

Die weltlosen Entrückungen werden von dem Erwachten als „sichtbares Wohl" bezeichnet; jene vier oberhalb der weltlosen Entrückungen liegenden Zustände dagegen als „selige, erhabene Ruhe" (M 8).

Ferner aber nennt der Erwachte noch einen Zustand, der völlig bedingungslos ist, weil in ihm keinerlei Gefühl wahrgenommen wird und Fühlen selbst völlig untergegangen ist. Diesen Zustand bezeichnet der Erwachte mit den folgenden Wor-



ten als noch höher und erhabener als den zuletzt genannten Zustand der Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung.

*Wenn da nun einer behauptet: „Das ist das höchste Wohl und Glück, das die Wesen genießen können“, so gestehe ich ihm das nicht zu. Und warum nicht? Es gibt ein Wohl, das höher und erhabener ist als jenes Wohl. Was ist das aber für ein Wohl, das höher und erhabener als jenes Wohl ist?*

*Da gewinnt ein Mönch nach völliger Überwindung der Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung die Auflösung von Gefühl und Wahrnehmung. Das ist ein Wohl, das höher und erhabener ist als jenes Wohl.*

Über diesen Zustand hinaus nennt der Erwachte keinen höheren Zustand. Die Auflösung von Gefühl und Wahrnehmung (*asaññī*) entspricht dem Nibbāna nach Ablegen des Körpers. Es ist das vollkommene Wohl.

Der unbelehrte und unerfahrene Mensch mag stutzen, wenn er hört, dass ein solcher Zustand, in welchem kein Gefühl aufkommt, als Wohl bezeichnet wird und als Wohl gelten könne. Weil der unbelehrte Mensch stets nur innerhalb der Gefühle lebt und webt und wohnt, so kann er sich einen Zustand ohne Gefühl nicht oder nicht richtig vorstellen.

Weil der normale Mensch sich einen solchen Zustand nicht als Wohl vorstellen kann, sagt der Erwachte (M 59), manche Pilger würden fragen:

*Wenn jede Art von Wahrnehmung und Gefühl, also auch das allerfeinste, aufgehoben ist – wie kann man denn dann sagen, dass das ein Wohl sei? – Darauf sei zu antworten:*

*Nicht kennt und nennt der Erwachte nur das durch Gefühl zustande gekommene (also aus Gefühl bestehende) Wohl, sondern was nur immer an Wohl erlangt wird, das auch bezeichnet der Vollendete als Wohl.*

Wir müssen wissen, dass das wahre Wohlsein nicht dadurch entsteht, dass immer mehr Wohlgefühl aufkommt, sondern vielmehr dadurch, dass die Leidensgefühle auf dem Weg zum Heilsstand immer mehr abnehmen und verschwinden.

Der Erwachte sagt (D 9), dass es drei Arten der Selbsterfahrung, der Wahrnehmung, gibt:

Die grobe sinnliche Wahrnehmung, an welcher oberhalb des Menschen noch sechs höhere himmlische Götterwelten teilhaben, und unterhalb des Menschen noch die Gespenster, die Tiere und die Höllischen, insgesamt zehn verschiedene Stufen, die zur Sinnensuchtwelt gehören.

Dann nennt der Erwachte an zweiter Stelle die „Formhafte Selbsterfahrung“, die Wahrnehmung von reiner Form, ungetrübt von sinnlichem Begehren, die durch die vier weltlosen Entrückungen erreicht wird.

An dritter Stelle nennt der Erwachte die „Formfreie Selbsterfahrung“, in der nur jene vier oberhalb der weltlosen Entrückung liegenden Zustände in seliger, erhabener Ruhe erfahren werden.

Zur Wahrnehmung der Sinnensuchtwelt zählen zehn verschiedene Stufen, zur Wahrnehmung der Welt der Reinen Form vier und ebenso vier Stufen zur Formfreien Selbsterfahrung. Das sind im ganzen achtzehn verschiedene Arten von Wahrnehmungen, von Erfahrungen.

Wenn der Erwachte nun sagt, dass das Nirvāna der Zustand von vollkommenem Wohl, d.h. vollkommen leidensfrei ist, und wenn wir dagegen den Zustand der Hölle als einen Zustand von 1000 Grad Leiden ansehen, dann gehören zur Tierwelt etwa 900 Grad Leiden,  
zur Gespensterwelt etwa 800 Grad Leiden,  
zur Menschenwelt etwa 700 Grad Leiden,  
zu den 6 Welten der sinnlichen Götter 600-100 Grad Leiden.  
Danach käme die Welt der Reinen Form. Davon hätten die untersten, die Brahmagötter, etwa 40 Grad Leiden,  
die drei höheren 30, 20 und 10 Grad Leiden.

Danach kommen die vier formfreien Zustände seliger Ruhe mit etwa vier Grad, drei, zwei und einem Grad Leiden.

Der eine Grad Leiden zählt also zu der höchsten Daseinsform, der Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung, es ist die letzte Ahnung von dem Empfinden einer hohen, stillen Erhabenheit. In Indien wusste man, dass die Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung das Letzte und Feinste ist, das überhaupt erfahren, erlebt werden kann. Und das ist nun - vom endgültigen Heilsstand im Nirvāna aus gesehen - die allerletzte Belästigung .

Das aber können wir uns schwer vorstellen. Bei dieser Beschreibung stellt sich bei dem Leser meistens der sogenannte „horror vacui“ ein, d.h. das Gefühl und die Vorstellung, dass das Nichts doch ein Fehlen, ein Mangel sei. Hierbei muss aber gesehen werden, dass wir als Mensch ja ein Leben in 700 Grad Leiden gewöhnt sind, ja, dass wir es oft gar nicht als so sehr leidvoll empfinden. Allen Wesen ist ihr Grundleiden nicht bewusst. Sie leben darin, sie kennen nichts anderes, sie registrieren nur die kleinen Gefühlswandlungen. Wenn - zum Beispiel in der Unterwelt eine Situation größter Qual für einige Augenblicke aufhört, dann empfinden es die Wesen als ein Wohlgefühl. Oder wenn den Wesen in übermenschlichen Bereichen, die in einem unvergleichlich lichterem Grundgefühl leben, einmal die gemeinsame Übereinstimmung und Harmonie besonders auffällt, dann empfinden und registrieren sie dieses augenblickliche Ansteigen des Wohlgefühls.

Als Mensch und schon vor unserer Geburt, schon in früheren Leben - immer leben die Wesen der Sinnensuchtwelt in gewaltigen Andrängen von Formen, Tönen, Düften usw., in einer Art Prasselhagel. Da unsere Gefühle im Durchschnitt immer 700 Grad schmerzhaft sind, so können wir nur Gefühle von mehr als 700 Grad als schmerzhaft empfinden, müssen dagegen die Gefühle von etwas weniger als 700 Grad als Wohlgefühl empfinden. Dass aber Gefühl selber immer nur schmerzhafter Andrang ist, das können wir schwer nachvollziehen. Diejenigen aber, die nur noch 1, 2 oder 3 Grad emp-

finden, - die haben nicht mehr unser Bedürfnis nach Gefühlen. Sie würden unser Dasein mit 700 Grad Leiden als entsetzlich schmerzlich empfinden (die wir nur darum nicht so benennen, weil wir nichts Besseres kennen).

In der Angereichten Sammlung (A X,90) ist ein Gespräch des Erwachten mit Sāriputto, einem schon lange zum Heilsstand gelangten Mönch. Da fragt der Erwachte Sāriputto nach den Einsichten, die er nun mit der Erreichung des Heilsstandes erfahren habe. Darauf sagt Sāriputto u.a., der triebversiegt Mönch kenne der Wirklichkeit gemäß, dass der Aufenthalt in der Welt der Sinnensucht gleich dem Aufenthalt in einer Grube mit glühenden Kohlen sei. - Sāriputto ist zwar mit seinem Körper in der Sinnenwelt; da er aber von allen Trieben völlig befreit ist, so ist er auch völlig befreit von jeglichem Leidensgefühl. Er hatte in seiner Entwicklung vom normalen Menschen bis zum Heilsstand die 700 Schmerzensgrade immer mehr gemindert und zuletzt ganz aufgelöst und kann nun beurteilen, wie früher, als er „normaler Mensch“ war, sein Zustand war. Jetzt erst weiß er, was Wohlsein ist.

Wahres Wohlsein entsteht nicht dadurch, dass immer mehr Wohlgefühl aufkommt, sondern vielmehr dadurch, dass die 700 Grad Schmerzens- und Leidensgefühle auf dem Weg zum Heilsstand immer mehr abnehmen und verschwinden.

Wer den Weg der Läuterung konsequent geht, wer auf diesem Weg seinen Tendenzenhaushalt verbessert, indem er die üblen Tendenzen immer mehr aufhebt, der erfährt bei sich etwas, was dem unerfahrenen Menschen für die Dauer seines ganzen Lebens fremd bleibt: eine durch sein ganzes Leben hindurchziehende, ganz allmähliche Wandlung seiner Grundverfassung von grob zu fein, von dunkel zu hell, von Wehe zu Wohl.

Durch diese Wandlung erst wird er auf die von den Trieben ausgehenden Gefühle aufmerksam, werden sie ihm bekannt, und er bekommt von daher eine richtigere Vorstellung davon, was vollkommene Abwesenheit des Gefühls ist. Ein solcher merkt dann: Das Aufkommen grober, schmerzlicher Gefühle

ist eine grobe Belästigung; das Aufkommen mittlerer und feinerer Gefühle ist eine mittlere Belästigung, und das Aufkommen höherer, reinerer, hellerer, seliger Gefühle ist eine feine Belästigung. Das Nicht-mehr-Aufkommen von irgendwelchen Gefühlen ist der Fortfall jeder Belästigung, ist erst vollkommenes Wohl.

Er merkt also: Zwar gibt es innerhalb der Gefühle große Unterschiede von den gröbsten und rohesten bis zu den höchsten und feinsten, von den stärksten und lautesten bis zu den schwächsten und leisesten, von äußerstem Wehe bis zu äußerstem Wohl - aber alles Gefühl ist doch ein Andrang, ist ein Sich-Aufdrängen, ist ein Gestörtwerden, ein Berührtwerden.

Diejenigen Mönche, die in ihrer Läuterung so weit gediehen sind, dass sie öfter die letzte Daseinsstufe erreichen (den Bereich der Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung) – also nur noch 1 Grad Leiden erfahren – von diesen können manche manchmal auch diese letzte Stufe aufheben und erfahren dann - dass nichts mehr erfahren wird: die Auflösung von Gefühl und Wahrnehmung. Von da wieder zurückkommend zu der letzten Stufe und dann zurückkommend zu dem Bewusstsein ihres Körpers, mit welchem sie da im Wald sitzen, haben sie jetzt die Möglichkeit zu einem realistischen Vergleich, und dadurch merken sie, dass auch die vorletzte Stufe der nur noch ahnungshaften Wahrnehmung eine Belästigung ist gegenüber auch deren Fortfall. Also erst wenn Wahrnehmung wieder aufkommt, dann erkennen die Erfahrer dieses Zustands den vorhin gehabtten Fortfall von Gefühl und Wahrnehmung als höchstes Wohl. Das vollkommene Wohl ist erst dann hergestellt, wenn alle Berührung, auch die zarteste, vollkommen aufhört.

Solange der Mensch dies weder kennt noch ahnt, so lange wird er diesem höchsten Heilszustand der Gemütererlösung gegenüber Zurückhaltung bewahren und kann sich ihm darum auch nicht nähern.

Wir müssen zur Kenntnis nehmen, dass es weiterreichende Erfahrungen gibt als die Erfahrungen des normalen Menschen.

Und wir sind hierbei nicht nur auf Hörensagen und blinde Gläubigkeit angewiesen, denn der Erwachte nennt Wege, auf denen man Schritt für Schritt zu immer weiterreichenden Erfahrungen kommt und damit auch den Status des normalen, unbelehrten Menschen aufhebt. Ein solcher Weg ist auch die Beobachtung der Gefühle.

Auf diesem Weg gibt es kein Risiko; es ist nichts zu verlieren, sondern es kann nur gewonnen werden. Schon die ersten Übungen bewirken merkbare Wandlungen, Erhellungen in dem Tendenzenhaushalt des Menschen und damit in seinem Gefühlsgewoge. Mit dieser Besserung erlebt er die Existenz des Gefühlsgewoges als solches; er merkt, wie er mit diesem Gefühlsschwall verflochten ist. - Auf dem Weg bis zu dem Erlebnis der Entrückungen erfährt er nun fortschreitend eine große Wandlung seiner Grundverfassung, seines Grundgefühls, das im Augenblick des Fortfalls der sinnlichen Wahrnehmung in der Entrückung noch unvorstellbar erhellt und überhöht wird.

Aus der Entrückung zurückkommend, weiß und erkennt er, dass diese Erhöhung des Gefühls vorwiegend bedingt war durch die Minderung des Gefühlsschwalls, durch den Fortfall aller rohen, durch sinnliche Tendenzen bedingten Gefühle.

Auf dem weiteren Läuterungsweg über die Entrückungen hinaus erfährt er fortschreitend, wie die weitere Abnahme des Gefühls zugleich eine weitere Zunahme des Wohls ist. Von daher gewinnt er immer mehr Freudigkeit, weil die bisherige Entwicklung ihm klar und eindeutig vorzeichnet, dass die Minderung des Gefühls die Mehrung des Wohls ist.

Dem normalen Menschen ist diese Tatsache völlig unbekannt, darum bleibt er an das Gefühl gebunden und damit an seinen Schmerz gefesselt.

Die Gefühlsbeobachtung führt  
zur Weisheitserlösung

Wir hatten gesagt, dass Fühlen nichts anderes ist als ein Aufmerken und Wecken, das unmittelbar wahrnehmen lässt. Da-

rum sagt der Erwachte: *Was man fühlt, das nimmt man wahr.* (M 18) Wir wissen, dass die Wahrnehmung bedingt ist durch die von den Tendenzen ausgehende Gefühlsresonanz. Je stärker eine Tendenz ist, um so stärker ist das von ihr ausgehende Wohl- oder Wehgefühl, und um so stärker wird das Erlebnis wahrgenommen.

So kann man sagen, dass die Gefühle eben wegen ihrer Fühlbarkeit zwar immer die Wahrnehmung bewirken; da aber die Gefühle stets in unterschiedlicher Stärke aufkommen, so bewirkt gerade die Kraft der stärksten Gefühle zugleich die Nichtwahrnehmung der schwächeren Gefühle. Insofern bewirkt Gefühl eine Auslese unserer Wahrnehmung, indem das von den stärksten Trieben ausgestoßene Gefühl zugleich die schwächeren Gefühle übertönt und die entsprechende Wahrnehmung verhindert.

Wer ein inhaltreiches, wertvolles Buch mehrere Male liest, kennt die Erfahrung, dass er an Textstellen des Buches stößt, die ihm völlig neu vorkommen, obwohl er das Buch schon ein oder mehrere Male gelesen hat. Er hat sie also damals nicht wahrgenommen, weil er zu der gleichen Zeit noch mit einem anderen Gedanken jenes Buches hauptsächlich beschäftigt war.

Der gleiche Zusammenhang zeigt sich in dem weiter oben gebrachten Beispiel von den Teilnehmern einer Gesellschaft, wobei jedem Einzelnen auch immer nur gewisse Teilerlebnisse zur Wahrnehmung kommen, und zwar die, die bei ihm das stärkste Gefühl ausgelöst haben.

Es ist also so, dass die den Menschen innewohnenden Tendenzen je nach ihrer Gesamtbeschaffenheit und je nach ihrer augenblicklichen besonderen Konstellation immer nur einen Teil aus dem Erlebnisangebot herausziehen.

Von den Radiosendern zum Beispiel werden die mannigfaltigsten Sendungen auf allen Wellenlängen durch den gesamten Raum gestrahlt, so dass in jedem Teil des Raums an jedem Ort ein übergroßes Angebot von Darbietungen stattfindet. Aber die einzelnen Rundfunkempfangsgeräte können im-

mer nur die Sendungen derjenigen Welle aufnehmen, auf die sie gerade eingestellt sind. Ebenso kommt dem Menschen je nach der Grundbeschaffenheit seiner gesamten Tendenzen und nach seiner jeweiligen „Gemütsverfassung“ nur ein kleiner Bruchteil, nur ein kleiner Ausschnitt aus dem Gesamtangebot zur Wahrnehmung, und zwar immer ein solcher Ausschnitt, dessen Qualität auch genau der Qualität der jeweils stärkeren Tendenzen entspricht.

Wo feinere Tendenzen am stärksten sind, da werden aus dem Gesamtangebot feinere Formen, Töne usw. durch die von starken Tendenzen ausgehenden Gefühle zur Wahrnehmung gebracht, und somit wird dort ein helles Ich in einer hellen Umgebung wahrgenommen, erfahren. Wo aber die groben Tendenzen auch die stärksten sind, da reagieren diese bei dem gleichen vielseitigen Angebot auch am stärksten auf die groben Formen und Töne usw. mit starken Gefühlen, so dass dort aus dem gleichen vielseitigen Angebot nur ein grobes, dunkles Ich in grober, dunkler Umwelt wahrgenommen, erfahren wird, wie etwa bei den verschiedenen untermenschlichen Wesen und bei den groben Menschen.

Lediglich die Beschaffenheit der Tendenzen bestimmt, ob Dunkleres oder Lichteres oder Dunkel-Lichtes wahrgenommen wird, d.h. also, ob Menschentum erlebt wird in erfreulicherer oder leidvollerer Art oder untermenschliche oder übermenschliche Daseinsform. Das richtige Verständnis des hier Gesagten lässt erkennen, dass dieser gegenwärtige Ort, genannt „Menschenwelt“, in Erscheinung getreten ist aus dunkellichter Wahrnehmung, welche von dunkel-lichten Tendenzen aus dem Gesamtangebot herausgelesen wurde, dass aber lichte Tendenzen auch lichte Wahrnehmungen eines himmlischen Ich an himmlischem Ort herauslesen und dass dunkle Tendenzen ein dunkles, rohes Ich an entsetzlichem, dunklem Ort herauslesen.

Aber noch viel weiter geht die gleichzeitige Bewirkung wie auch Verhinderung der Wahrnehmung durch das durch unterschiedliche Tendenzen bedingte unterschiedliche Gefühl, denn



auch das Erlebnis der Entrückungen in ihren vier Graden geschieht nicht dadurch, dass man sich etwa räumlich von der Welt entfernt und eben darum keine Welt erlebt, geschieht auch nicht dadurch, dass man Augen und Ohren verschließt, um auf diese Weise die sinnliche Wahrnehmung auszuschalten, sondern geschieht nur in einer Gemütsverfassung, in der man keinerlei Dinge dieser Welt und keinerlei Dinge jener Welt bedenkt, was der Erwachte ausdrückt mit *abgeschieden von weltlichem Begehren*, und indem man auch fern ist von allem Missmut, innerem Ärger, sondern umgekehrt in einer hellen, weiten und wohlwollenden Gemütsverfassung, was der Erwachte ausdrückt mit *fern von heillosen Gedanken und Gesinnungen*. Ununterbrochen werden sinnliche Eindrücke vom Geist registriert. Wer nun durch die Belehrung der Großen, insbesondere des Erwachten, erkannt, verstanden und an sich erfahren hat, dass die Welt nichts irgendwie Hilfreiches zu bieten hat und bieten kann, dass sie aber dem, der von ihr Hilfreiches erwartet und sucht und darum seine Aufmerksamkeit vorwiegend auf sie richtet - immer nur enttäuscht und letztlich zugrunde richtet, der lässt im Lauf von Jahren und Jahrzehnten allmählich immer mehr von der Welt los. Er tut dort, was getan werden muss, nur er erwartet nichts. Auf diesem Weg wächst er allmählich zu einer inneren Stille.

Aber dies kann nur gelingen, wenn die zweite Voraussetzung, die der Erwachte nennt, gleichzeitig miterfüllt ist: *fern von heillosen Gedanken und Gesinnungen*. Das heißt, dass man in dem gleichen Maß, wie man die Welt mehr und mehr durchschaut, in dem gleichen Maß auch an die Menschen denkt, welche die Welt noch nicht durchschauen, wie auch man selbst zuvor auf die Welt setzte und auf die Welt hoffte. Aus dieser Sicht kann in dem Gemüt keine Aburteilung oder Verurteilung, Kritik oder Verachtung gegenüber anderen Wesen aufkommen, sondern immer mehr Verstehen und Verständnis. Es erwächst eine Milde, ein großes allgemeines Erbarmen gegenüber dem vergeblichen Streben der Blinden. Und daraus erwächst eine Art väterlicher oder mütterlicher

Liebe für die anderen Wesen. Diese erfüllt das Gemüt und macht es hell und weit. Damit wird alles Kleinliche und Endliche vorübergehend völlig gelöscht, und es entsteht eine große innere Ruhe, ein Frieden. In diesem Frieden wird die Welt vergessen, Raum und Zeit vergessen, Kommen und Gehen vergessen - das ist die Entrückung aus aller Begegnung zwischen Ich und Welt.

Die gemüterlösende Kraft der weltlosen Entrückung liegt darin, dass das Gemüt des Erlebers zu diesem hellen Frieden der Entrückung immer mehr hingelenkt wird, und daraus erwächst im Lauf der Zeit die Fähigkeit zu den weiteren Graden der weltlosen Entrückungen, bis mit dem vierten Grad das erreicht ist, was in allen Religionen genannt wird: die Reinheit des Herzens. Bis dahin ist das Herz zu innerer Klarheit und Reinheit von allen nur irgend denkbaren Vorstellungen in Irdischem und auch Himmlischem gewachsen. Ebenso wie *Jesus* sagt: *Selig sind die reinen Herzens sind, denn sie werden Gott schauen* - ebenso sagt der Erwachte, dass der Mensch mit reinem Herzen endgültig befreit ist von allem Vergänglichen, Gebrechlichen und Wandelbaren und darum von allen Wandlungen in dieser Welt oder in jener Welt nicht mehr getroffen und betroffen werden kann.

Ein solches in Entrückung ausgebadetes Gemüt, das kein Haften mehr kennt an Ding und Welt, an Raum und Zeit, das kein Innen und Außen mehr kennt, das ist nun erst fähig zu dem entscheidenden Durchbruch zur universalen Weisheit.

Die universale Wahrnehmungsweise ist nur dem völlig indifferenten Herzen möglich, d.h. demjenigen Menschen, der bei allen Erlebnissen immer vollkommen gleichen Gemüts, gleichmütig bleibt, weil ihm alles, was nur „erlebt“ werden, und das heißt ja gefühlt und wahrgenommen werden, kann, völlig gleichgültig ist bzw. gleich-ungültig. Er weiß, dass dies alles Gefühl und Wahrnehmung ist, bedingt durch früheres, aus beschränkter Sicht und falschem Urteil hervorgegangenes Wirken. Diese „Illusion einer gespaltenen Begegnungswahrnehmung“ (M 18) findet keinen Anhalt mehr, wird nicht mehr

aufgegriffen und festgehalten, sondern begegnet einem sich selbst völlig gleichbleibenden Gemüt, das nichts ergreift und von nichts ergriffen wird. Wenn ein solcher dann auch dem erhabenen Zustand seines erworbenen Gleichmuts gegenüber ebenfalls ganz ohne Annehmen und ohne Abweisen gegenübersteht - dann öffnet sich für einen solchen der Ausgang ins Freie, die endgültige Erlösung.

Die Auflösung der Irrtümer über „das Leben“ und „das Ich“

Auf dem Weg der Satipatthāna-Übungen werden die beiden Hauptirrtümer des normalen Menschen aufgehoben: Der Irrtum über „das Leben“ und der Irrtum über „das Ich“.

Wie verhält es sich mit dem Irrtum über das Leben? - Ein jeder Mensch schließt von seiner Lebens- und Erlebensweise auf das Leben schlechthin. Darum hat jeder eine nur seiner eigenen Lebenserfahrung entsprechende Vorstellung vom Leben. So unterschiedlich wie die Lebenserfahrung ist, so unterschiedlich ist auch die Vorstellung von Leben und ist die Behauptung über das, was Leben sei und was kein Leben sei.

Der Mensch, der, grob und roh geartet, blind seinen Tendenzen folgt, lebt körperlich und intellektuell aus gröbsten und rohesten Tendenzen; er erlebt die gröbsten, rohesten, lautesten Ereignisse, Begebnisse und Entwicklungen und fühlt grobe und rohe Gefühle in Lust und Schmerz. Er verbringt seinen Tag mit groben, rohen Taten, mit Täuschung, List und Betrug, sucht immer wieder grobe, rohe Lustbefriedigung und gerät, wenn er sich gehindert fühlt, in Zank und Streit – mit allen üblen Folgen.

Von dieser seiner Erfahrung ausgehend, beurteilt er nach seinem so beschaffenen Leben das Leben überhaupt. Gerät er einmal in einen Kreis anderer Menschen, bei denen weniger körperliche oder intellektuelle Rohheit waltet und bei denen er Zeuge von besinnlichen Gesprächen über Lebensfragen mancherlei Art ist, so wird er das - wenn er eben zu den gröbsten Menschen gehört - als langweilig und öde empfinden, als un-

interessant, saftlos, kraftlos, als „kein richtiges Leben“. Er wird daran nicht teilnehmen mögen, und er würde es auf die Dauer ablehnen, meiden und fliehen, um wieder zu seinem „richtigen Leben“ zurückzukehren. Wir nennen diese Lebensart das „grobe Leben“.

Es gibt aber auch Menschen von geringerer körperlicher und intellektueller Grobheit. Diese mögen nur zeitweilig in der eben beschriebenen Weise leben, mögen aber zu anderer Zeit auch gern ruhig nachdenken über das Leben und über manche Zusammenhänge des Lebens.

Diese Menschen kennen beide Arten von Leben. Sie sind sich zwar kaum darüber klar, dass das zwei verschiedene Arten von Leben sind, sondern sie denken eben zu einer Zeit, in der sie das grobe Leben lieben und leben, nur an diese grobe Lebensart und halten sie für das wahre Leben. Zu einer anderen Zeit, in der sie das ruhigere Leben lieben und leben, denken sie nur an diese stillere Lebensart und halten sie für das wahre Leben. So haben diese Menschen entsprechend ihren unterschiedlichen Neigungen auch unterschiedliche Vorstellungen von dem, was Leben sei. Wir nennen dieses das "gemischte Leben".

Es gibt aber auch Menschen, welche nach ihren Tendenzen so gefügt sind, dass die eben beschriebene feinere und ruhigere Weise des Lebens bei gepflegter freundschaftlicher Geselligkeit, besinnlichen Gesprächen, Austausch von Erfahrungen, gemeinsamen feineren Interessengebieten für sie gerade recht und ihnen auf die Dauer möglich und lieb ist. Sie fühlen sich bei diesem Leben wohl, nennen es das wahre Leben und beurteilen das körperliche und intellektuelle rohe Leben, das dem rohen Menschen das wahre Leben zu sein scheint, als wüst und grob und laut, als „kein wahres Leben“. Wir nennen dieses das „gemäßigte Leben“.

Wenn solche Menschen aber etwa in einem Wald oder in einem Kloster oder sonst an einer stillen Stätte einen einsamen, um ein frommes, lauterer Leben bemühten Menschen trafen, der ganz allein lebt und nur mit den allerwenigsten

Bedarfsgegenständen versehen ist, der an dem gesamten kulturellen Leben keinerlei Anteil nimmt, dagegen viele Stunden des Tages in ernster Meditation und Läuterung verbringt, dann mögen diese Menschen etwas erschrocken sein und ein solches Leben als zu dürftig, zu einfach, zu kahl, als „nicht das wahre Leben“ bezeichnen.

Der fromme Einsiedler dagegen sieht und erfährt bei sich immer wieder aus seinem Denken und Besinnen Erhebung des Herzens über alles Niedere und Grobe, und er erlebt eine unmittelbare Freudigkeit, Helligkeit und Beglückung aus seinem hochsinnigen, gütigen und erbarmenden Denken an die Mitwesen. Aus diesen Erfahrungen bezeichnet er gerade sein Leben des harten, ernstesten Kämpfens und der daraus hervorgehenden unmittelbaren Gemütererhebungen und -erhellungen als das wahre Leben und dagegen alles andere als Ablenkung und Verhinderung, ja, er mag jene Menschen, die in der Welt als „feinsinnig, geistig, kulturell hochstehend“ gelten, wegen der Äußerlichkeit der Vielfalt, der Umständlichkeit ihres Tuns und Flachheit bedauern. Wir nennen dieses Leben das „ansteigende Leben“.

Wenn wir diese Lebensart des Einsiedlers mit der erstgenannten groben Lebensart vergleichen, dann sehen wir, dass da keine Beziehungen mehr von einem zum anderen sind. Dieses ansteigende Leben, das den Einsiedler ganz ausfüllt und erfüllt, das muss für den Menschen der groben Lebensweise als ganz entsetzlich, als Zuchthaus oder Tod empfunden werden; und umgekehrt muss der Einsiedler die Lebensweise, bei welcher der grobe Mensch sich wohlfühlt, nur als Hölle empfinden und bezeichnen.

Aus diesen Bildern und subjektiven Urteilen der vier Menschenarten erkennen wir, worum es geht: „Leben“ kann nicht von den sachlichen Gegebenheiten her festgelegt und bestimmt werden, denn immer wird unter „Leben“ diejenige innere und äußere Situation und Verfassung verstanden, die dem Urteiler entsprechend seinen inneren Trieben, Tendenzen und Neigungen gemäß ist. Unter „gutem Leben“ wird immer

eine innere und äußere Situation und Verfassung verstanden, welche dem Betreffenden nach seinen Neigungen und Tendenzen wohlthut.

Wenn nun jener Einsiedler auf seinem Gang durch den Wald zum ersten Mal einem in Entrückung Versunkenen begegnet, einer sitzenden Menschengestalt, die mit offenen Augen nichts sieht, mit offenen Ohren nicht hört, bei der der Leib stundenlang, ja, tagelang dort sitzt, von Regen oder von der Sonne getroffen, ohne dass der Geist etwas davon weiß -, dann mag der Einsiedler von einem solchen völligen Schweigen der Sinne und des Geistes, das er nicht versteht und durchschaut, betroffen sein und mag es nicht als richtiges Leben ansehen, weil da kein Ich und keine Welt erlebt wird und auch keinerlei Denken ist, kein Meditieren und kein Beten, kein Denken an das Gute und Hohe und Reine und kein liebendes und erbarrendes Denken an andere Wesen. Dem um Tugend und Läuterung kämpfenden Einsiedler, der von seinem Ringen um Reinheit und Liebe ausgefüllt ist, muss ein solcher Zustand als ein leeres Leben erscheinen, während er dem groben Menschen als vollendeter Tod erscheint.

Der Entrückte dagegen, wenn er nach einiger Zeit wieder des Leibes und der Umwelt gewärtig ist, wenn er die weltlichen Dinge wieder sieht und hört und den Leib wieder merkt - der fühlt sich in diesem Augenblick zurückgekehrt aus einem völlig freien Leben in seliger Ewigkeit in das Gefängnis des Leibes und der Welt samt ihrer groben Vielfalt. Der Entrückte, der zu solchen Zeiten, in denen er nicht in der Entrückung versunken ist, ebenfalls um Läuterung und Reinigung sich bemüht, kennt darum auch das Leben des Einsiedlers; er kennt das Mühen um Überwindung der üblen Gesinnungen, er kennt den Kampf gegen die eigene Sucht und das Bemühen um Gewinnung eines höheren reineren Denkens, um liebendes Gedenken an alle Wesen. Er kennt die Anstrengungen dieses Kampfes und kennt das gleiche Glück, das auch der Einsiedler empfindet, wenn ihm reinere, hellere Gesinnungen gelingen. Solange er nichts Höheres und Besseres kannte, betrachtete

auch er das Leben des Einsiedlers als das wahre und volle Leben; aber seit er die Entrückungen erfahren hat, das selige Vergessen von Welt und Ich, von Raum und Zeit, von Ereignis und Begebnis, das zeitlose Weilen in Seligkeit, seitdem ist ihm dieses Leben erst das wahre Leben.

Aber wenn dieser Entrückungsfähige durch die Gefühlsbeobachtung auch über das Erlebnis des seligen Gefühls hinausgestiegen und zur völligen Auflösung in Gefühl und Wahrnehmung gekommen ist und nun beide Zustände kennt und miteinander vergleichen kann, dann hat er bei sich erfahren, dass auch das selige Gefühl, so unvergleichlich höher es ist in seiner Helligkeit gegenüber allem durch sinnliche Wahrnehmung bedingten Gefühl, doch immer ein Andrang und eine Unruhe ist. Es ist Störung und Verhinderung der vollkommenen Stille, des vollkommenen Friedens.

So wie der Erfahrer der weltlosen Entrückung den Leib und die mit ihm verbundene sinnliche Wahrnehmung als die Verhinderung des „eigentlichen Lebens“ erfahren hat und seitdem so kennt und beurteilt, ebenso hat der Vollendete, der in der vollkommenen Stille jenseits jeglichen Gefühls wohnt und weilt, jedes Aufkommen von Gefühl als die Verhinderung des vollkommenen Wohles, des absoluten Heiles erfahren und erkannt. Und wenn er irgendeinen Zustand als Leben und als wahres Leben bezeichnet, dann gilt ihm das von dieser Erfahrung, zumal er weiß, dass dieser Zustand durch nichts gestört, verändert und vernichtet werden kann, dass allein er wahrhaft heil ist.

Der dahin Gelangte, der diesen Zustand der vollkommenen Aufhebung der Wahrnehmbarkeit erkennt als das höchste Wohl, als die unübertreffliche Sicherheit, als das unvergleichliche Heil, der erfährt aus dieser Einsicht und Bejahung den höchsten Weisheitsdurchbruch:

*„Das ist das Leiden“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß.  
„Das ist die Ursache des Leidens“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß.*

*„Das ist die Leidensbeendigung“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß.*

*„Das ist die zur Leidensbeendigung führende Vorgehensweise“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß.*

*„Das sind die Wollensflüsse/ die Einflüsse“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß.*

*„Das ist die Ursache der Wollensflüsse/Einflüsse“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß.*

*„Das ist der Wollensflüsse/Einflüsse Beendigung“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß.*

*„Das ist die zur Auflösung der Wollensflüsse/Einflüsse führende Vorgehensweise“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß.*

*So erkennend, so sehend, wird das Herz erlöst von allen Wollensflüssen/Einflüssen durch Sinnendinge, durch Seinwollen, durch Wahn.*

*Mit der Erlösung gewinnt er das Wissen: „Erlösung ist, beendet ist die Kette der Geburten, vollendet der Reinheitswandel; was zu tun war, ist getan; nun folgt kein 'Nachher' mehr“, das hat er nun verstanden.*

### Der dritte Pfeiler: Die Beobachtung des Herzens

*Wie aber, ihr Mönche, wacht ein Mönch beim Herzen in der beharrlichen Beobachtung des Herzens? Da weiß, ihr Mönche, ein Mönch bei einem von Zuneigung bewegten Herzen: „Das Herz ist von Zuneigung bewegt“, bei einem von Zuneigung freien Herzen: „Das Herz ist von Zuneigung frei“, bei einem von Abneigung bewegten - von Abneigung freiem - von Blendung bewegtem - von Blendung freiem - bei einem gesammelten - zerstreuten – nach einem hohen Ziel gebildeten – nach einem niedrigen Ziel gebildeten – mit höheren Eigenschaften erfüllten – mit niederen Eigenschaften*



*erfüllten - geeinten - nicht geeinten - erlösten - nicht erlösten Herzen: „Es ist von dieser Beschaffenheit.“*

*So wacht er beim Herzen über das (noch) zu sich gezählte Herz. So wacht er beim Herzen über das (allmählich immer mehr als Betrachtungsobjekt, also) als außen empfundene Herz. So wacht er über das zu sich gezählte Herz und das als außen empfundene Herz.*

Starkes Gefühl verhindert die Beobachtung des Herzens

Zusammenhang und Unterschied zwischen Gefühl und Herz sind bekannt: das Gefühl tritt deutlich spürbar in Erscheinung. Das gilt vom Wohl- wie auch vom Wehgefühl, vom hohen, niedrigen wie auch vom feinen, hohen Gefühl, vom starken und schwachen Gefühl. Das Herz dagegen, jene tiefen, im Hintergrund und Untergrund verborgenen schweigenden Regungen der gesamten Tendenzen, ist der dem normalen Menschen unbewusste Veranlasser und Auslöser der Gefühle, Empfindungen. Das Herz ist die Ansammlung, das tausendfältige schweigende, blinde und unwissende Verlangen und Ablehnen, das Zugeneigtsein und Abgeneigtsein, das Begehren und Hassen.

Aber was mit diesem Begehren und Hassen verbunden an Denken und Wissen auftritt - indem man da weiß, was man begehrt oder hasst und warum man begehrt oder hasst - das alles ist nicht aus dem Herzen, sondern aus dem Geist, denn das Herz selber kennt gar kein Wissen und Denken, es weiß nichts davon. Und auch alles Gefühl, das mit dem Zugeneigtsein und Abgeneigtsein, mit dem Begehren und Hassen zusammen aufkommt, ist nicht das Herz selbst, sondern ist nur die Sprache des Herzens. Nur jenes stumme und blinde drängende Gerege von unbewussten Neigungen: das ist das Herz.

Alles Denken und Wissen und Vorstellen, das in Verbindung mit dem vielfältigen Geneigtsein des Herzens auftaucht, und aller Gefühlsschwall von Wohl und Wehe, von Lust und

Leid, das in Verbindung mit dem Begehren und Hassen des Herzens in Erscheinung tritt, ist viel lauter, viel aufdringlicher als dieses blinde, unbewusste Geneigtsein des verborgenen Herzens.

Und darum kann der Mensch, solange er in dem Gestrüpp seines Denkens wohnt, solange sein Geist noch im Labyrinth der Assoziationsbahnen den Schemen der Konkretheiten nachjagt, das schweigende, stille Geneigtsein des Herzens nicht merken. Und ebenso wenig kann der Mensch, solange er sich von dem Schwall seiner Gefühle bewegen und erschüttern lässt, ja, solange überhaupt jene lauten Gefühle in ihm aufklingen, das schweigende Geneigtsein des Herzens nicht merken. Darum setzt die Beobachtung des Herzens eine erhebliche Läuterung und Beruhigung des Geistes und der Gefühle voraus.

Nach dem Gesagten sehen wir, dass viele derjenigen Übungen, die von manchen Übenden als Beobachtung des Herzens aufgefasst werden mögen, doch nicht die unmittelbare Beobachtung des Herzens sind, sondern dass es der mit dem Zugeneigtsein oder Abgeneigtsein des Herzens zusammen aufsteigende Gefühlsschwall ist, den der Beobachtende mit dem begehrenden oder ablehnenden Herzen selbst verwechselt, und dass es der durch das begehrende Herz in Gang gesetzte Geist ist, dessen planend umherschweifendes Denken der Beobachtende für das begehrende Herz selbst hält.

Nichtsdestoweniger ist auch eine solche Übung hilfreich, leidenmindernd und notwendig, aber sie hilft dem Übenden noch mehr, wenn er sich zugleich bewusst ist, dass jene bemerkten inneren Vorgänge seine vom Begehren angestoßenen Gedanken und seine aus Begehren oder Gehässigkeit hervorgegangenen Gefühle sind, nicht aber schon die schweigenden Regungen des Herzens selbst. Im Lauf der fortschreitenden Übung wird er die Gedanken stiller und stiller machen und so zur Ebbing der Gefühle kommen und in demselben Maß dann auch durchdringen zur unmittelbaren Beobachtung der Herzensregungen.

Wie wacht man über das „zu sich gezählte“  
und über das „als außen empfundene“ Herz ?

Es wurde schon wiederholt gesagt, dass der Mensch, was immer er gründlicher und anhaltender beobachtet - das auch eben durch den Vorgang der Beobachtung als ein Objekt, d.h. als etwas außerhalb seiner selbst, auffasst. Wer immer sich daraufhin beobachtet, der erfährt diese Entwicklung. Hier nun wird, wie auch bei der Betrachtung des Körpers und der Gefühle, etwas zum Ich Gezähltes unter wachsame Beobachtung gestellt. Die Regungen des Herzens werden in ihrem Kommen und Gehen und ihren Wandlungen beobachtet. Damit wird das Innerste und Verborgenste des Menschen, über das er früher, als er sein Wohl bei den äußeren Dingen suchte, völlig blind und unwissend war, nun mehr und mehr in sein Bewusstsein gerückt. Er erfährt Vorgänge, die er bisher nicht oder kaum kannte. Er „weiß“ oder glaubt zu wissen, dass es sich um „sein“ Herz handelt, um seine inneren Regungen. Und solange einer vorwiegend nach außen gewandt ist und seine Hauptarbeiten und Unternehmungen in der Welt stattfinden - so lange wird ihm sein Herz, auch wenn er es einige Stunden beobachten sollte, doch immer sein „eigenes“ bleiben, das er zu sich zählt. Wer aber, wie es der Erwachte in dieser Rede nicht nur voraussetzt, sondern auch fordert, als Mönch, der schon einen vielstufigen Weg der Entwicklung hinter sich hat und sich nun in den letzten Phasen der Heilsentwicklung befindet, diese Übung macht, für den ist die Welt schon lange fortgerückt und ist kein Gegenstand des Interesses. Auch wenn er die Wege um Almosen geht, so denkt er nicht „Dorf“ und „Stadt“ und „Menschen“, sondern er achtet auf die Tätigkeit seiner Sinne, seiner Schritte und seiner Empfindungen. Er sieht wohl das nächste Haus und geht mit der Almosenschale darauf zu, aber seine Aufmerksamkeit ist nicht bei dem Haus, sondern bei seinen Schritten und seinen inneren Vorgängen.

Und hier geht es, wie gesagt, um die Beobachtung des verborgensten „Innen“, des Herzens. Dies kann erst dann für ihn

ein „Außen" werden, wenn die zwei ersten Satipatthāna-Übungen zur Reife gebracht sind, wenn er entweder in hellen, liebenden Gedanken in Bezug auf alle Lebewesen oder in Entzückung weilt oder im Bedenken der vom Erwachten gelehrtten Dinge. - Ein solcher gelangt allmählich dahin, wenn er wieder das Herz zum Gegenstand seiner wachsamten Beobachtung nimmt, dass er bei der Beobachtung des Herzens dieses in seinen Regungen als etwas außer ihm Befindliches empfindet, ja, er findet nichts mehr, was er als zum Ich gehörig auffassen könnte. Wenn alles vor Augen geführt und durchschaut worden ist, dann ist es außen. Dann sind auch alle Triebe, die etwa Ich und Umwelt schaffen und bauen, aufgelöst. Dann sind da nur schlichte Vorgänge und ein Beobachten derselben. Damit sind die Vorgänge gestillt.

So muss es verstanden werden, wenn es heißt, dass man die vier Pfeiler der Selbstbeobachtung als zu sich gezählt (als innen) und als außen beobachtet: es ist ein Reifeprozess, die Vorgänge als außerhalb seiner selbst zu erfahren. Wer auch nur die Anfänge davon bei sich beobachtet, für den ist dieses Wissen, wie wenn sich das Tor eines lebenslänglichen Gefängnisses endgültig öffnete. Er erfährt, dass er das Gefängnis des „Ich-bin" endgültig zu verlassen im Begriff ist und dass er eben dadurch alle Verletzbarkeit und Treffbarkeit endgültig zu überwinden im Begriff ist.

Ist die Beobachtung des Herzens notwendig?

Wenn, wie im vorigen Kapitel beschrieben wurde, durch die gründlich und beharrlich durchgeführte Beobachtung der Gefühle sowohl die Gemütererlösung wie die Weisheitserlösung und damit das vollkommene Heil, das Endziel aller Bemühungen erreicht werden kann - dann ist die Frage verständlich, warum noch ein drittes und viertes Objekt der Beobachtung als Übung genannt wird.

Die verzweigte und manchmal scheinbar sich überschneidende Wegweisung des Erwachten ist bedingt einmal durch

die großen Unterschiede in den Anlagen der Menschen, auf die der Erwachte immer wieder hinweist, zum anderen aber durch die große erfahrungsgegründete Vorsicht des Erwachten in der Belehrung und Lenkung der Menschen. Diese Vorsicht führt dazu, alle möglichen Wege, die zum Ziel führen, zu nennen und zu beschreiben, weil der Mensch entsprechend seinen Anlagen für manche der Wege blind und unfähig ist, für andere Wege aber aufgeschlossener und fähiger.

Zwar sind fast alle Menschen, die einer Lehre und besonders der Lehre des Erwachten näher treten, in ihrer Kenntnis der Existenz, des Heilswegs und der Heilssituation, d.h. in ihrer Kenntnis der vier Heilswahrheiten fast gleich unwissend. Darum bedürfen alle zur Lehre des Erwachten kommenden Menschen einer gründlichen und systematisch aufgebauten rechten Anschauung, wie der Erwachte sie auch früher allen ernsthaften Nachfolgern vermittelte.

Aber die rechte Anschauung bildet mit der rechten Gemütsverfassung (zweite Stufe des achtgliedrigen Weges) nur den ersten Schritt des Heilswegs. Die weiteren Glieder betreffen nicht mehr die im Geist zu verankernde rechte Anschauung und die im Geist auszurodende falsche Anschauung, sondern betreffen die schrittweise Läuterung und Reinigung des Herzens. Sie beginnt mit der Reinigung des Verhaltens im Tun und Lassen, schreitet vor zur Läuterung seiner Gemütsverfassung von allem Üblen und Finsteren und erreicht dann in der inneren Abwendung und Entwöhnung von allen Bezügen die vollständige Ausrodung des Ergreifens.

In diesen inneren Verhaftungen sind die Menschen in unterschiedlicher Weise befangen. Mancher Mensch wird besonders hart zu kämpfen haben, um vom üblen Verhalten abzukommen; mancher hat mit üblen Gemütsverfassungen und mit Sinnensucht weniger zu tun, mag aber an feinere Dinge noch um so stärker gefesselt sein.

Andere Menschen können in ihrem Verhalten sehr geordnet, sauber und hell sein, mögen ebenso eine gute und helle Gemütsverfassung haben, können aber ganz besonders fest

verwurzelt sein in der sinnlichen Welt und nur schwer sich davon lösen. Ist es ihnen aber gelungen, so mögen sie oft leicht bis zur feinsten Befreiung durchstoßen, eben wegen ihrer helleren Art. Ebenso gibt es noch ganz andere innere Schichtungen bei den Menschen.

So wie man, wenn man einen Tunnel durch ein Gebirge bohren will, dann auf mancherlei Gesteinsarten stoßen kann: zuerst etwa auf härteres Gestein, dann etwa auf weiches und im Inneren vielleicht auf große Hohlräume - oder auch umgekehrt zuerst auf weiches Gestein, dann auf Hohlräume und dann auf hartes und härtestes Gestein usw. - so auch sind die Menschen in den verschiedenen Schichtungen ihres Ergreifens von sehr unterschiedlicher Festigkeit und Lösbarkeit. Darum bedürfen sie auch der unterschiedlichsten Vorstellungen und Vorgehensweisen bis zur vollkommenen Befreiung.

Bedingt durch die großen Unterschiede in den Verhaftungen des Menschen bestehen Unterschiede in den Fähigkeiten und Möglichkeiten des Menschen zu den Befreiungsübungen. Wir sehen immer wieder, wie der Erwachte den vielfältigen Unterschieden in den Verhaftungen der Menschen und in ihren Mitteln und Fähigkeiten, sich zu lösen, Rechnung trägt.

Der Erwachte bezeichnet die Satipatthāna-Übung als den „geraden“ Weg zum Nirvāna, und der gesamte Schatz der überlieferten Lehrreden und Berichte aus den Kämpfen und Überwindungen der Mönche und Nonnen lässt immer wieder die machtvolle, alles Vergängliche und Unzulängliche beiseite räumende Kraft des aus der Satipatthāna-Übung hervorgehenden durchdringenden Anblicks der Existenz erkennen.

Aber den geraden Weg kann nicht jeder Mensch nehmen. Manche Menschen müssen auf Grund ihrer Art und ihres Zuschnitts immer einmal wieder hier oder dort seitwärts abweichen. Ihre Triebe erzwingen diese Zeitverluste, aber auch sie können das Heilsziel erreichen.

Sachlich gesehen ist die Satipatthāna-Übung, wenn man bis dahin *weltliches Begehren und weltliche Bekümmernis überwunden* hat, der gerade Weg zum Nirvāna, die unmittel-

telbare Übung zur Abschichtung des restlichen Ergreifens - sozusagen die Luftlinie zum Ziel. - Aber nichtsdestoweniger fällt diese Übung vielen auch auf dem Läuterungsweg fortgeschrittenen Menschen schwer, ist ihnen nur kurze Zeit möglich, während ihnen andere Übungen leichter fallen. Und da sie beobachten, dass sie auch auf diesen Wegen den Zielen näher kommen, so pflegen sie eben jene anderen Übungen hauptsächlich. Da sie aber vom Erwachten immer wieder hören, wie sehr gründlich die Satipatthāna-Übung wirkt, so üben sie sie immer wieder, und so kommt es, dass viele Nachfolger mit einem Wechsel zwischen Satipatthāna und den anderen Übungen sich nach und nach dem Ziel näher bringen.

Abschließend kann man über die Auswirkungen der bisher beschriebenen drei Pfeiler der Beobachtung etwa sagen:

Die gründlich und beharrlich durchgeführte Beobachtung beim Körper führt zwangsläufig zur vollkommenen Entfremdung von der Körperlichkeit und damit von der Weltlichkeit, und damit werden auch die Reste weltlicher Anhänglichkeit aufgegeben. Das ist ja bekanntlich das Stadium, die Reife, in der bereits die dritte und vierte Entrückung möglich sind. Ob der Übende diese Entrückungen aber wirklich erlebt, das hängt davon ab, ob er dann die Tätigkeit der Beobachtung aufgibt, um sich ganz der Einigung des Herzens hinzugeben; tut er das nicht, sondern bleibt weiter bei der Satipatthāna-Übung, so mag er damit manchmal das selige Erlebnis der Entrückung verhindern, befindet sich aber weiterhin in der Übung der gründlichsten und radikalsten Aufhebung allen Durstes.

Schon wer in dem durch Beobachtung des Körpers gewonnenen Reifestadium die Satipatthāna-Übung einstellt und sich den Entrückungen hingibt, der wird dann auf diesem weltlosen Weg sich sättigen mit überweltlichem Wohl und wird dieses Wohl sich immer liebend vor Augen führen, um auch die letzten Reste weltlichen Ergreifens auszuroden. Er wird auf diesem Weg über die Entrückungen und über die danach folgenden Weisheitsdurchbrüche bis zum Nirvāna durchstoßen, ohne dass er noch die Beobachtung bei den Gefühlen, beim Herzen

und bei den Erscheinungen systematisch und gründlich durchgeführt hätte, nicht aber ohne die Vergänglichkeit und Bedingtheit von Gefühl, Herz und den Erscheinungen auf anderen Wegen durchschaut und sich von ihnen gelöst zu haben.

Mit der gründlich durchgeführten Beobachtung bei den Gefühlen erreicht der Mensch mindestens die Reife, die der vierten Entrückung entspricht, nämlich den vollkommenen Gleichmut. Durch die Beobachtung der Gefühle wird der Mensch von Gefühl völlig unabhängig. Die höchsten Wohlgefühle können das Gemüt des Menschen ebenso wenig bewegen wie irgendwelche schmerzlichen Gefühle, und dieses bedeutet vollkommener Gleichmut.

Ob ein solcher, der bis zur Reife der vierten Entrückung hindurchgedrungen ist, eine solche Entrückung praktisch erlebt, das hängt davon ab, ob er, wie bereits vorhin beschrieben wurde, die vollkommene Einigung des Geistes, d.h. den Fortfall von Welt- und Ich-Wahrnehmung, zulässt oder ob er eben mit diesem tiefen Gleichmut weiterhin den Geist auf das Entstehen und Vergehen der Gefühle gerichtet hält. - Doch liegt es nahe, dass die Übenden, je mehr sie die Seligkeit der weltbefreiten Entrückungen und der daraus folgenden Weisheitsdurchbrüche erfahren haben, *von der Weisheit angezogen werden*, wie der Erwachte sagt (M 106).

So liegt es nahe anzunehmen, dass die Beobachtung beim Körper, wenn sie gründlich und beharrlich durchgeführt wird, mindestens zur Reife der Entrückungen führt;

dass die Beobachtung der Gefühle, wenn sie gründlich und beharrlich durchgeführt wird, zu der mit der vierten und letzten Entrückung verbundenen Reife führt;

und dass die Beobachtung des Herzens, wenn sie gründlich und beharrlich durchgeführt wird, die Triebe des Herzens mindert bis aufhebt.

Aber auch alle anderen Erreichungen, sowohl die Fähigkeit zur ersten und zweiten wie zur vierten Entrückung, öffnen dem dahin Gelangten sichere und gerade Wege zur Versiegung der Wollensflüsse und Einflüsse. Er kann aber auch diese



Wege lassen und bei der Übung der Beobachtung ausharrend, die vierte Übung beginnen und vollenden, die dann unmittelbar zum Nirvāna führt.

### Der vierte Pfeiler: Die Beobachtung der Erscheinungen

„Die Erscheinungen“, die nach der Beobachtung des Körpers, der Gefühle, des Herzens noch aufkommen und von dem Beobachter als an Vergängliches haltend und darum als unzulänglich beurteilt werden, sind die eines weit, weit geläuterten Menschen, der nur noch von feinen Regungen des Herzens und Geistes bewegt wird und gewohnt ist, diese gleich als die jeweiligen vom Erwachten genannten fesselnden oder befreienden Erscheinungen einzuordnen. Diese Beobachtung und Beurteilung der Erscheinungen ist die Spitze der Selbstläuterung.

Der Zweck der Satipatthāna-Übung ist ja, alles Vergängliche, Unbeständige, Verletzbares - die naiverweise zum Ich gezählten Funktionen, Eigenschaften und Gedanken - in ihrem Funktionieren zu sehen - bis hin zum Entstehen und Sichentfalten der sieben Erwachungsglieder, die in das Todlose, das Unvergängliche, das Nirvāna, einmünden.

#### Die Anweisung des Erwachten

*Wie aber, ihr Mönche, beobachtet ein Mönch bei den Erscheinungen die Erscheinungen? Da verweilt, ihr Mönche, ein Mönch bei den Erscheinungen in beharrlicher Beobachtung der fünf Hemmungen. Und wie verweilt, ihr Mönche, ein Mönch bei den Erscheinungen in der beharrlichen Beobachtung der fünf Hemmungen?*

*Da weiß, ihr Mönche, der Mönch, wenn weltliches Begehren in ihm ist: „Es ist in mir weltliches Begehren“; weiß, wenn kein weltliches Begehren in ihm ist:*

*„Es ist in mir kein weltliches Begehren.“ Er weiß, wenn weltliches Begehren gerade aufsteigt, weiß, wenn aufgestiegenes weltliches Begehren aufgehoben ist und weiß, wenn aufgehobenes weltliches Begehren zukünftig nicht mehr erscheinen wird.*

*Er weiß, wenn Antipathie bis Hass – Beharren im Gewohnten – Erregbarkeit, geistige Unruhe - Daseinsbagnis in ihm ist: „Es ist dies in mir“; weiß, wenn es nicht in ihm ist, wenn es gerade aufsteigt, wenn es aufgehoben ist und weiß, wenn es künftig nicht mehr erscheinen wird.*

*So wacht er bei den zu sich gezählten Erscheinungen über die Erscheinungen und wacht bei den als außen empfundenen Erscheinungen über die Erscheinungen.*

*Er verweilt bei der beharrlichen Beobachtung der entstehenden Erscheinungen und der vergehenden Erscheinungen. Er verweilt in der beharrlichen Beobachtung der entstehenden und vergehenden Erscheinungen. „Da sind die Erscheinungen“, diese Wahrnehmung ist ihm nun ständig gegenwärtig (sati), so weit es zur Durchschauung, zum Gegenwärtighalten der Wahrheit erforderlich ist. Und abgelöst verweilt er, und nichts in der Welt ergreift er. So verweilt, ihr Mönche, ein Mönch in beharrlicher Beobachtung der Erscheinungen.*

*Weiter sodann: da verweilt, ihr Mönche, ein Mönch bei den Erscheinungen in der beharrlichen Beobachtung der fünf Zusammenhäufungen. Und wie verweilt, ihr Mönche, der Mönch bei den Erscheinungen in der beharrlichen Beobachtung der fünf Zusammenhäufungen?*

*Da weiß, ihr Mönche, ein Mönch: „So ist die Form, so ist die fortgesetzte Entwicklung der Form, so ist die*

*Beendigung von Form - so ist das Gefühl - so ist die Wahrnehmung - so ist die Aktivität - so ist die programmierte Wohlerfahrungssuche - so ist die fortgesetzte Entwicklung - so ist die Beendigung von Form - Gefühl - Wahrnehmung - Aktivität - programmierter Wohlerfahrungssuche.“*

*So wacht er bei den zu sich gezählten Erscheinungen über die Erscheinungen und wacht bei den als außen empfundenen Erscheinungen über die Erscheinungen.*

*Er verweilt in der beharrlichen Beobachtung des Entstehens von Form und in der beharrlichen Beobachtung des Vergehens von Form. „Die Form ist da“, diese Wahrnehmung ist ihm nun ständig gegenwärtig, soweit es zur Durchschauung, zum Gegenwärtighalten der Wahrheit erforderlich ist. Und abgelöst verweilt er, und nichts in der Welt ergreift er.*

*Er verweilt in der beharrlichen Beobachtung des Entstehens von Gefühl - Wahrnehmung - Aktivität - programmierter Wohlerfahrungssuche - und in der beharrlichen Beobachtung des Vergehens von Gefühl - Wahrnehmung - Aktivität - programmierter Wohlerfahrungssuche. „Diese Erscheinungen sind da“, diese Wahrnehmung ist ihm nun ständig gegenwärtig, soweit es zur Durchschauung, zum Gegenwärtighalten der Wahrheit erforderlich ist. Und abgelöst verweilt er, und nichts in der Welt ergreift er. So verweilt, ihr Mönche, ein Mönch bei den Erscheinungen in beharrlicher Beobachtung der fünf Zusammenhäufungen.*

*Weiter sodann: da verweilt, ihr Mönche, ein Mönch bei den Erscheinungen in der beharrlichen Beobachtung der sechs auf Berührung von Sinnendingen gespannten Süchte. Und wie verweilt, ihr Mönche, der Mönch bei den Erscheinungen in der beharrlichen Be-*

*obachtung der sechs auf Berührung von Sinnendingen gespannten Süchte? Da kennt, ihr Mönche, der Mönch den Luger und kennt die Formen und kennt die Verstricktheit der beiden miteinander. Er weiß, wenn die (latente) Verstrickung erscheint, weiß, wenn die (erschienene) Verstrickung aufgehoben ist und weiß, wenn die aufgehobene Verstrickung künftig nicht mehr erscheinen wird. Er kennt den Lauscher und die Töne - den Riecher und die Düfte - den Schmecker und die Säfte - den Taster und die Tastungen und die Verstricktheit der beiden miteinander, auch diese kennt er. Er weiß, wenn die (latente) Verstrickung erscheint, weiß, wenn die (erschienene) Verstrickung aufgehoben ist und weiß, wenn die aufgehobene Verstrickung künftig nicht mehr erscheinen wird. Er kennt den Denker und kennt die Denkobjekte und die Verstricktheit der beiden miteinander, auch diese kennt er. Er weiß, wenn die (latente) Verstrickung erscheint, weiß, wenn die (erschienene) Verstrickung aufgehoben ist, und weiß, wenn die aufgehobene Verstrickung künftig nicht mehr erscheinen wird.*

*Weiter sodann, ihr Mönche, da verweilt ein Mönch bei den Erscheinungen in der beharrlichen Beobachtung der sieben Erwachungsglieder. Und wie verweilt, ihr Mönche, der Mönch bei den Erscheinungen in der beharrlichen Beobachtung der sieben Erwachungsglieder?*

*Da weiß, ihr Mönche, der Mönch, wenn Wahrheitsgegenwart in ihm aufsteigt: „In mir steigt Wahrheitsgegenwart auf“, und weiß, wenn Wahrheitsgegenwart in ihm nicht aufsteigt: „In mir steigt Wahrheitsgegenwart nicht auf.“ Er weiß, wenn Wahrheitsgegenwart gerade aufgestiegen ist, und weiß, wenn die aufgestiegene Wahrheitsgegenwart sich voll entfaltet hat.*

*Er weiß, wenn Wahrheitsergründung - Kampfeskraft - geistige Beglückung bis Entzückung - Stillwerden der Sinnesdränge - Herzenseinigung - Gleichmut in ihm aufsteigen: In mir steigen Wahrheitsergründung - Kampfeskraft - geistige Beglückung bis Entzückung - Stillwerden der Sinnesdränge - Herzenseinigung - Gleichmut auf, und weiß, wenn sie nicht in ihm aufsteigen. Er weiß es, wenn diese sieben Erwachungsglieder gerade aufgestiegen sind, und weiß, wenn sie sich voll entfaltet haben.*

*Weiter sodann, da verweilt, ihr Mönche, ein Mönch bei den Erscheinungen in der beharrlichen Beobachtung der vier Heilswahrheiten. Und wie verweilt, ihr Mönche, der Mönch bei den Erscheinungen über das Erscheinen der vier Heilswahrheiten?*

*Da weiß, ihr Mönche, der Mönch der Wirklichkeit gemäß: „Das ist das Leiden“, weiß der Wirklichkeit gemäß: „Das ist die Ursache des Leidens“, weiß der Wirklichkeit gemäß: „Das ist die Leidensauflösung“, weiß der Wirklichkeit gemäß: „Das ist der zur Leidensauflösung führende Weg.“*

*So wacht er bei den zu sich gezählten Erscheinungen über die Erscheinungen und wacht bei den als außen empfundenen Erscheinungen über die Erscheinungen.*

*Er verweilt in der beharrlichen Beobachtung der entstehenden Erscheinungen und der vergehenden Erscheinungen; er verweilt in der beharrlichen Beobachtung der entstehenden und vergehenden Erscheinungen. „Da sind die Erscheinungen“, dieses Bewusstsein ist ihm nun ständig gegenwärtig, soweit es zur Durchschauung, zum Gegenwärtighalten der Wahrheit erforderlich ist. Und abgelöst verweilt er, und nichts in der Welt ergreift er. So verweilt, ihr Mönche, ein*

*Mönch bei den Erscheinungen in beharrlicher Beobachtung der Erscheinungen.*

Durch das frühere Bedenken, das Erinnern, das Sich-vor-Augen-Führen der Aussagen des Erwachten über die genannten Erscheinungen hat der Nachfolger einen immer besseren Begriff von ihnen bekommen, und erst dann ist er in der Lage, diese Dinge, wenn sie bei ihm selbst in Erscheinung treten, unmittelbar zu erkennen und zu bemerken und in ihrem Auf- und Absteigen zu beobachten, zu verfolgen und von da aus auch zu beeinflussen.

Wie weiter oben gesagt, zeigt der Erwachte in dem Gleichnis von dem an den Pfahl gebundenen Elefanten das Wesen der gesamten Satipatthāna-Übung. So wie ein angebundener Elefant nur immer im Umkreis des Pfahls bleibt und nicht darüber hinausgeht, so soll der Mönch nur bei den in den vier Pfeilern genannten vier Dingen verweilen; er soll nichts anderes als diese sehen: den Körper, die Gefühle, das Herz und zuletzt die Erscheinungen, die ein so weit Abgelöster bei sich beobachtet. Er soll zu der Zeit, in der er irgendeines dieser Erscheinungen beobachtet, nichts anderes in seinem Geist zulassen, so wie der an den Pfahl angebundene Elefant an keinen anderen Ort gehen kann. Das Gleichnis zeigt, mit welcher Konzentration die Beobachtung durchgeführt werden soll.

Wollte der normale Mensch bzw. der in der Lehre bereits bis zu gewissen Graden fortgeschrittene Nachfolger alle die genannten aufsteigenden geistig-seelischen Erscheinungen beobachten, so würde er feststellen, dass er dazu einfach nicht fähig ist. Er würde, wie schon gesagt, nur ganz gelegentlich eine der fünf Hemmungen feststellen, würde meistens von den fünf Hemmungen getrieben, in diesen und jenen Regungen, Begehungen und Ärgernissen stecken und entsprechende weltliche Ziele im Auge haben, nicht aber die Tatsache des Bewegtseins durch die Hemmungen.

Ebenso verhält es sich mit den anderen Dingen bei dieser vierten Übung.

Im Ganzen gesehen müssen wir sagen: Die rechte Beobachtung der gesamten Erscheinungen ist nicht nur ein vorübergehender kurzer Blick hinter die Kulissen der Existenzbühne, sondern ist ein endgültiges Zurücktreten von diesen Kulissen, wobei nur noch dem Entstehen und Vergehen der Erscheinungen zugeschaut wird bei stillem Geist, der alle aufkommenden Erscheinungen, da er sie aufmerksam-nüchtern beobachtet, nicht mehr als "eigen" empfindet.

### Die Beobachtung der fünf Hemmungen

Da der Übende die fünf Hemmungen erkannt hat als üble Erscheinungen, welche an sinnlicher Wahrnehmung mit ihrer sinnlosen Vielfalt festhalten und damit die Entrückungen und erst recht alles weitere Wohl verhindern, so verbindet der Übende mit den fünf Hemmungen eine unbeirrbar negative Beurteilung. Wenn er an sie denkt, weiß er, dass sie übel sind und dass man sich ihnen entziehen muss. Beobachtet er ihre Abwesenheit bei sich, so weiß er, dass dieser Zustand gut ist und erhalten bleiben muss. So ist die Beobachtung der fünf Hemmungen mit klarem und unbewegtem Geist zugleich ihre ununterbrochene negative Bewertung und damit ihre Minderung. Sie sind im Lauf der verschiedenen anderen der Satipatthāna-Übung vorangegangenen Übungen schon ganz erheblich gemindert worden, aber nun werden sie radikal ausgerodet.

Wie aus der Übungsanleitung ersichtlich ist, gelingt es dem Übenden zuerst, das Vorhandensein oder die Abwesenheit der einen oder anderen Hemmung zu erkennen; im Lauf der Zeit aber hat er sich daran gewöhnt, die einzelnen Hemmungen an sich selbst zu erfahren, und merkt nun auch, wie es im Übungstext heißt, wenn die eine oder andere dieser Hemmungen im Begriff ist, aufzukommen oder aufgehoben zu werden. Damit merkt er auch ihre Wandlungen, ihre Veränderlichkeit, ihre Bedingtheit, und damit merkt er ihre tatsächliche Leblosigkeit und Wesenlosigkeit und vor allem ihre Heillosigkeit.

Durch diese dauernde Beobachtung des Aufkommens und Untergehens der einen oder anderen Hemmung trennt sich allmählich, aber endgültig das Ich-Erlebnis, die Ich-Wahrnehmung von den fünf Hemmungen, und damit ist die Identifikation mit ihnen aufgehoben: Gleichviel ob da die eine oder andere der fünf Hemmungen aufsteigt oder absteigt, sie werden als Gegenstand der Beobachtung, als etwas Äußerliches, nicht mehr zum Ich Gehöriges aufgefasst. Abseits von den beobachteten, ständig sich wandelnden fünf Hemmungen steht das Beobachten, das Merken, das Erkennen jenes schwankenden Auf und Ab der Hemmungen. Das Erkennen fasst sich als das erkennende Ich auf, und das Erkannte - in diesem Fall die fünf Hemmungen - wird als der Gegenstand der Beobachtung erlebt, erfahren. So löst sich der Mensch immer mehr von der Erscheinung der fünf Hemmungen. Ob diese auch kommen und gehen - nicht er kommt und geht damit.

Diese negative Bewertung der Hemmungen führt zu ihrer endgültigen und restlosen Auflösung, nach welcher sie einzeln oder insgesamt nie mehr erscheinen können. Der normale Mensch ist fast ununterbrochen von allen fünf Hemmungen bewegt oder von mehreren von ihnen, ist nur ganz gelegentlich von der einen oder von der anderen frei. Der kämpfende Nachfolger erlebt immer mehr Augenblicke, in denen er von einzelnen und manchmal auch von allen Hemmungen frei ist, und ist in solchen Augenblicken fähig, die Entrückungen zu erleben. Aber auch bei ihm sind immer wieder Augenblicke, in welchen er von einzelnen oder mehreren der Hemmungen wieder bewegt wird. Je weiter er aber fortschreitet, um so seltener steigt die eine oder andere noch auf. Bei dem Heilgewordenen ist das Aufsteigen irgendeiner der fünf Hemmungen nicht mehr möglich. Diese Entwicklung, die auf dem Weg der gesamten bisher beschriebenen Übungen schon weit fortgeschritten ist - den Übenden schon zu einer großen inneren Stille und Klarheit gebracht hat - kommt hiermit zum Abschluss. Es heißt hier ausdrücklich, dass der Übende unter anderem selber feststellt, wenn die einzelnen fünf Hemmun-



gen *künftig nicht mehr erscheinen*. Wer in der gründlichen, von allem Lauten und Vielfältigen unabgelenkten Innenschau jene fünf Hemmungen in ihrer Wirklichkeit, in ihrem Sosein immer wieder an sich erfahren hat, wer ihre Art des Auf- und Absteigens genau kennengelernt hat - der merkt auch die Minderung der Hemmungen. Er merkt, wie sie immer zögernder aufsteigen und immer schneller verschwinden, und er merkt auch, wann einmal eine Hemmung mit solcher Endgültigkeit verschwindet, dass eine Wiederkehr für alle Zeiten unmöglich geworden ist. Zu diesem Wissen kommt er nicht durch Spekulation oder durch Wünsche, sondern aus klarer, beobachtungsbegründeter Erfahrung. So führt die Beobachtung der Hemmungen den bis hierher Gelangten zugleich zu ihrer vollkommenen Aufhebung.

#### Die Beobachtung der fünf Zusammenhäufungen

Die fünf Hemmungen sind Erscheinungen, welche innerhalb der Existenz einen negativen Einfluss ausüben, indem mit ihnen die Existenz dunkler und ohne sie die Existenz erhellt und geklärt ist: Darum sollen die fünf Hemmungen innerhalb dieses Lebens aufgelöst werden. Die fünf Zusammenhäufungen jedoch bilden die gesamte Existenz in allen möglichen Schichten, und darum würde deren Auflösung im gleichen Augenblick die Existenz beendigen. Es geht also für den Übenden nicht um deren Auflösung, sondern nur um die Auflösung des weiteren Ergreifens der fünf Zusammenhäufungen.

Der Erwachte sagt immer wieder, dass die Durchschauung der fünf Zusammenhäufungen dazu führe, dass diese, die jetzt noch im Zusammenhang mit Ergreifen bestehen, dann ohne Ergreifen bestehen; bestehen sie aber ohne Ergreifen, so können sie nach dem Wegfall dieses Leibes nicht mehr neu zum Entstehen kommen. Und damit ist das sinnlose, ununterbrochene Entstehen und Vergehen, das unendliche Geborenwerden und Sterben, das dauernde Sich-Wandeln jener fünf Erscheinungen, das in seinem Zusammenwirken die endlos und

sinnlos fluktuierende Existenz ausmacht und deren Qualität bestimmt, völlig aufgehoben, und damit ist unverstörbarer Friede gewonnen.

Die hier vom Erwachten empfohlene Übung dient also der restlosen Auflösung des letzten Ergreifens dieser fünf Zusammenhäufungen und damit der Vollendung der Distanzierung von ihnen. Der vor dem Beginn dieser Übung stehende Nachfolger des Erwachten und Kenner der Lehre hat die fünf Zusammenhäufungen wiederholt gründlich durchschaut. Er weiß, dass und inwiefern die fünf Dinge die Existenz insgesamt ausmachen, wie sie sich gegenseitig bedingen und schieben in ununterbrochenen und endlosen Veränderungen und Wandlungen. Und er weiß, dass aus diesem ganzen Vorgang nichts anderes als nur sinnlose, leidvolle Aktivität hervorgeht.

Diesen Zusammenhang hat der Kenner der Lehre aus den Aussagen des Erwachten wiederholt entnommen, hat über diese Zusammenhänge nachgedacht, hat sie in seiner Existenz aufgesucht und gefunden, hat ihren Zusammenhang in der eigenen Existenz erkannt und ist von daher zur endgültigen negativen Beurteilung dieser fünf Zusammenhäufungen gekommen und ergreift sie fast nicht mehr. Er wohnt in einem weltbefreiten seligen Frieden ohne Kommen und Gehen. Und wenn nach Beendigung einer Entrückung wieder das Bewusstsein „seiner selbst“, des Körpers, der Empfindungen, der Herzensregungen aufkommen, dann ist er nicht wie der normale Mensch von Gefühlsschwallen bewegt und irritiert, sondern sieht in aller Ruhe, dass da ein seelischer Mechanismus vor sich geht, und er weiß, dass dieser gerade dadurch endgültig zur Ruhe kommt, dass er die einzelnen Akte des Vorsichgehens beobachtend verfolgt. Bei einem solchen Reifegrad ist „außen“ dasselbe wie „innen“. Hier gibt es nichts Fernes oder Nahes, hier ist alles in gleicher Weise zugänglich, und überall werden die gleichen Wandlungen erkannt und durchschaut. Und während er bei dieser Beobachtung die seelenlos bedingten Vorgänge, ihre Mühsal und Sinnlosigkeit sieht, wird er ihrer überdrüssig und wendet sich ab.

Die Beobachtung der  
sechs auf Berührung von Sinnendingen  
gespannten Süchte (*salāyatana*)

Die im Körper inkarnierten Sinnensüchte, das Herz mit der Gesamtheit seiner Triebe entwirft im Geist das Bewusstsein einer Welt, die „da draußen“ ist, während die Triebe ähnlich wie im Traum diese Welt erst als außen projizieren.

Wer zu der beharrlichen Beobachtung der sechs auf Berührung von Sinnendingen gespannten Süchte gereift ist, alles weltliche Interesse weitgehend verloren hat und vor und nach der Übung zeitweilig in den Entrückungen seliges Ausruhen erfährt, der steht der sinnlichen Wahrnehmung völlig unbeteiligt gegenüber, sie ist ihm nur Belästigung, und darum nimmt er die Gelegenheit wahr, diesen Mechanismus immer mehr zu durchschauen und sich durch die Durchschauung immer mehr von der Sucht nach Berührung von Sinnendingen abzuwenden. Der Erwachte nennt in den verschiedenen Lehrreden immer wieder den Schlüssel zur Aufhebung allen Ergreifens:

*Der sechs Süchte nach Berührung Entstehn und Vergehn und was an ihnen Labsal, Elend und Entrinnung ist, der Wirklichkeit gemäß verstehen. (M 102, 105 u.a.)*

In dieser Übung in beharrlicher Hinwendung der Aufmerksamkeit nur auf die sechs Süchte nach Berührung von Sinnendingen erfährt er, wie jener fesselnde Zug zum Ablauf des existentialen Prozesses: Berührung, Gefühl, Wahrnehmung usw. eintreten will, wie er ihn aber zu verhindern vermag. So merkt er in beharrlichem Beobachten immer häufiger und immer stärker, wie die Fesselung an das rollende geistige Mahlwerk der Erscheinungen immer geringer wird, wie sie immer gleich zu Anfang abreißt, und er merkt auch - ebenso wie bei der Aufhebung der fünf Hemmungen - wenn jene Verstrickungen endgültig gerissen sind, so dass sie, ob auch ein Leben lang noch Formen und Töne usw. erscheinen, sie durch die Aufhebung der Süchtigkeit *künftig nicht mehr erscheinen*. Da-

mit hat er den treibenden Strom des Durstes endgültig stillgelegt, ausgetrocknet und ist endgültig zur Ruhe gekommen.

### Die Beobachtung der sieben Erwachungsglieder

Mit der Entfaltung von sieben Eigenschaften oder Zuständen, den sogenannten Erwachungsgliedern: *Wahrheitsgegenwart - Ergründung der Wahrheit - Tatkraft - geistiges Entzücken - Stillwerden der Sinnesdränge - Herzenseinigung - Gleichmut* - gewöhnt sich der Übende ein in den Zustand weltunabhängiger Herzenseinigung; und nicht nur das: Die zu entfaltenden Eigenschaften werden zu „Erwachungsgliedern“. Sie sind Stadien allmählichen Erwachens aus dem Wahntraum und lassen in das Nirvāna einmünden. Sie bilden den letzten Teil des achten Gliedes des achtgliedrigen Weges, sind eine siebenfache Aufteilung für die Bewältigung des letzten Wegstückes des achtgliedrigen Heilsweges.

Die sieben Erwachungsglieder werden bezeichnet als jenes „Wirken“, das keine Folge (weder schlechte noch gute Folge) hat, dass daraus also keine „Zukunft“ hervorgeht, so dass Nirvāna eintritt. (A IV,236)

Die Beobachtung der sieben Erwachungsglieder ist vollständig anders als die bisher beschriebenen Übungen. Bei diesen ging es um den Abbau, und zwar um den Abbau alles Leidhaften. Bei der Beobachtung der sieben Erwachungsglieder dagegen geht es um den Aufbau des Leidlosen, um den Durchstoß zu immer hellerer Wachheit und Klarheit bis zur vollkommenen Erwachung. Der Abbau des Unheilen muss dem Aufbau des Heilen vorausgegangen sein.

Bei den drei erstgenannten Übungen innerhalb dieses vierten Pfeilers der Selbstbeobachtung ging es um Forträumen und Auflösen von Begrenztem, Beschränktem, Vergänglichem, Dunklem, kurz: es ging immer um die Abnahme von allem dem Heil im Wege Stehenden. Bei den sieben Erwachungsgliedern geht es nun umgekehrt um die Zunahme der durch die Abnahme des Begrenzten und Heillosen freiwerdenden

den Wachheit, Klarheit und Freiheit. So wie man bei der gründlichen Säuberung irgendeines Raums zuerst die Abnahme des Schmutzes und Staubes, des Dunklen und Unwürdigen wahrnimmt und - damit zugleich verbunden - die Zunahme der Sauberkeit, Helligkeit, Klarheit und Schönheit gewahrt, da die Zunahme des letzteren durch die Abnahme des ersteren bedingt ist - so auch verhält es sich bei dem Zutagetreten der sieben Erwachungsglieder. Und immer heißt es bei den Erwachungsgliedern, dass der die Erscheinungen klarbewußt Beobachtende weiß, ob die Erwachungsglieder sich entwickeln oder nicht, ob sie gerade aufgestiegen sind oder sich gar voll entfaltet haben und nun nicht mehr verloren gehen können.

### Die Beobachtung der vier Heilswahrheiten

In dem Text heißt es, dass der Mönch *der Wirklichkeit gemäß versteht*: „*Dies ist das Leiden.*“ - „*Der Wirklichkeit gemäß*“ - das heißt, dass er die Wirklichkeit selber sieht, unmittelbar erfährt und im Erfahren abliest. Hier wird nicht mehr in einem Denkkakt die Erfahrung analysiert, gedeutet und aus ihr gefolgert - auf solche Umwege sind nur diejenigen angewiesen, welche durch die dichten Schleier der Herzensbefleckungen und Schlacken des Gemüts nicht unmittelbar sehen und erkennen können. Wer aber den bisher beschriebenen Weg der Ablösung von allem Üblen, Dunklen, Trübenden, den Weg der Säuberung, Reinigung und Erhellung gegangen ist, dessen Auge ist abgespült, der sieht die Dinge so, wie sie sind, der erfährt sie unmittelbar.

Im Anfang hat man über die vier Heilswahrheiten nur gehört bzw. gelesen. Man hat durch den Erwachten, durch seine Mönche erfahren, dass alle wahrheitsgemäße, wirklichkeitsgemäße Aussage über die Existenz in diesen vier Heilswahrheiten gipfele, dass es nichts Wichtigeres über die Existenz, über Leiden und Heil zu wissen gebe als jene vier Wahrheiten und dass man sich bemühen solle, diese vier Wahrheiten immer tiefer zu begreifen.

Schon die erste der vier Heilswahrheiten besagt, dass alles, was an Form, Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität und programmierter Wohlsuche besteht, nur leidvoll ist, ein unbeständiger, tot-automatischer Vorgang. Der normale Mensch glaubt aber, dass es erfreulich bestehende Formen gebe, denn er erfährt an manchen Formen Freude. Ebenso glaubt er, dass es auch angenehme Gefühle, Wahrnehmungen usw. gebe, denn er erfährt sie ja. Aus der Menge dieser Erfahrungen folgert er natürlicherweise, dass nicht alle Formen, Gefühle usw. leidvoll seien, und darum ist für ihn die Mitteilung des Erwachten, dass alle diese Dinge letztlich leidvoll seien und dass mit ihnen Frieden und Heil nicht zu finden seien, zunächst eine große Neuigkeit. Er wird längere Zeit beobachten und erwägen müssen, bis es ihm möglich wird, dieses vom Erwachten entworfene Bild der Existenz innerlich zu bejahen und anzuerkennen, d.h. sich den vom Erwachten übermittelten Anblick der Existenz anzueignen.

Von da an aber, wo er die Getrübtheit seines Geistes, dem Leidiges als Freudiges erscheint, durchschaut, wo er die Schlacken des Herzens, die wahres Wohl verhindern, erkennt und die vom Erwachten übermittelten vier Heilswahrheiten zu seiner Ansicht macht, von da an bemüht er sich, mit gründlichem, auf die Existenz gerichtetem Blick die Heilswahrheiten im Leben selbst immer mehr zu erkennen. Er sieht im Lauf der Zeit, dass die empfundene Freude bedingt ist durch vorübergehende Aufhebung von Mangel, der durch Befriedigung von Begehungen nur noch verstärkt wird, und dass die Freude darum in Wirklichkeit leidmehrend ist. Die wahre Leidensfreiheit kann erst nach Überwindung des Ergreifens all dieser bedingten Vergänglichkeiten eintreten.

Das bedeutet also, dass der Anfangende die Gültigkeit der vier Heilswahrheiten zunächst noch nicht unmittelbar an sich erfährt, sondern dass er sie lediglich als die von einem Erwachten aus Erfahrung gewonnene Erkenntnis vertrauensvoll gelten lässt. Er eignet sich diesen Anblick der Existenz an, aber er hat ihn noch nicht selbst von der Existenz so abgele-

sen. Das wird genannt „rechte Anschauung“. Mit dieser rechten Anschauung wird der Heilsweg erst begonnen.

Aber hier bei der jetzt in Frage stehenden Übung, bei der Beobachtung der vier Heilswahrheiten, befinden wir uns am Ende des Heilsweges. Der bis hierhin Vorgeprungene bedient sich nicht mehr des durch den Erwachten oder durch andere Mönche übermittelten Bildes von der Existenz, denn er ist im Verlauf des Übungswegs und ganz besonders im Verlauf der letztgenannten Übungen so tief in die Existenz eingedrungen, hat seinen Blick so endgültig von allen Verschleierungen und Verzerrungen befreit, dass er nun die Existenz ganz unmittelbar erfährt, dass sich ihm die Existenz selbst offenbart.

Erstens beobachtet der Übende, dass die fünf Zusammenhäufungen, aus deren ununterbrochenem Erscheinen und Schwinden der gesamte Lebensprozess besteht, an sich leidvoll sind, da sie sich nicht dem Willen fügen, sondern nach ihrem Gesetz entstehen und vergehen. Aus dem Beobachten dieser Gesetzmäßigkeiten, aus denen das Leiden aller Wesen entsteht, entwickelt sich die innere Distanzierung von ihnen.

Zweitens beobachtet der Übende die Gültigkeit der zweiten vom Erwachten gelehrt Wahrheit über die Ursache des Leidens durch den Durst. Durch die ununterbrochen aufkommenden Durstanwandlungen bleiben die Wesen im ständigen Kampf, und der Durst ist es auch, der den Frieden des *samādhi* und erst recht den Heilsstand verhindert. So sieht ein solcher unmittelbar, dass der Durst die Ursache des leidvollen Zustandes ist, durch den die Wesen den fünf Zusammenhäufungen ausgeliefert bleiben.

Drittens: Aus diesem Anblick ergibt sich, und in den Augenblicken einer inneren friedvollen Verfassung ohne Durst erfährt der Übende, dass mit der endgültigen Auflösung und Überwindung des Durstes auch das Leiden aufhört (dritte Heilswahrheit).

Die Gültigkeit der vierten vom Erwachten gelehrt Heilswahrheit kann erst einer mit der bis zu dem jetzigen Zustand gelangten inneren Entwicklung aus leibhaftiger Erfahrung

bestätigen. Wer bis zu diesem Stand gekommen ist, der hat viel Erfahrung gewonnen, denn er hat den größten Teil des achtgliedrigen Wegs bereits hinter sich, befindet sich im letzten Abschnitt.

Der Erwachte nennt die durch Hören oder Lesen erworbene rechte Anschauung die durch Hören erworbene Weisheit, *sutamayā-paññā*, d.h. die gehörte Weisheit. Aber er nennt den nach beharrlicher Durchwanderung und Vollendung des Übungswegs erworbenen und unmittelbar erfahrenen Anblick der Existenz die „erwirkte Weisheit“ (*bhāvanā-mayā-paññā*).

Von der durch Hören erworbenen rechten Anschauung sagt der Erwachte ausdrücklich, dass sie zwar schon heilsam und förderlich sei, dass sie aber eben noch durch die Triebe getrübt sei. Dagegen sagt der Erwachte von der durch eigene Erfahrung, aus eigener Läuterung auf *dem Wege gefundenen rechten Anschauung* ausdrücklich, dass diese *heil, triebfrei und vollkommen* sei (M 117).

Der gewaltige Unterschied zwischen diesen beiden Anblicken der Existenz, die beide als rechte Anschauung bezeichnet werden, ist in der Unterschiedlichkeit zwischen der Geistesverfassung des den Heilsweg beginnenden und des den Heilsweg vollendenden Menschen begründet. Auf diesem achtgliedrigen Übungsweg hat die große Reinigung, Läuterung und Klärung des Herzens und Geistes sich vollzogen, die den Menschen, welcher am Anfang des Wegs nur eine vage Vorstellung von der Gültigkeit der Heilswahrheiten des Erwachten gewinnen konnte, nun zum unmittelbaren Erfassen und Erfahren der Wahrheit fähig macht.

Der von Hemmungen Befreite und von allem Ergreifen Zurückgetretene hat die Traumleiden als Scheinleiden, die Traumfreuden als Scheinfreuden und die Unwissenheit über den Scheincharakter als das Grundleiden und die Grundfessel erkannt, erfahren und durchschaut. Und nun, im Erwachen aus diesem Wahntraum, in der Auflösung dieser *māyā*, in der letzten Abwicklung und im letzten Auslaufen des Schaffsals (*karma*) erkennt er: Diese Schein-Existenz mit ihren Schein-



Begebnissen war nichts als Leiden, bedingt durch endloses Entstehen und Vergehen und Sich-Wandeln von selbstgewirkten Erscheinungen, von Formen, von Gefühlen, von Wahrnehmungen, Aktivitäten und programmiertem Wohlsuchen, bedingt durch Ergreifen, bedingt durch Wahn.

*„Das ist das Leiden“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist die Leidensursache“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist die Leidensauflösung“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß.*

*„Das ist die zur Leidensbeendigung führende Vorgehensweise“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß.*

Dieses Wissen löst ab, macht frei von dem endlosen Wahntraum - löst ihn auf.

### Die Verheißung des Erwachten

Der Erwachte beschließt diese Lehre, die wir im Lauf dieser Arbeit Teil für Teil zitiert hatten, mit den Worten:

*Wer auch immer, ihr Mönche, diese vier Pfeiler der Selbstbeobachtung sieben Jahre zu üben vermag, dem mag eines von beiden zur Reife gedeihen: Gewissheit bei Lebzeiten oder, ist ein Rest Ergreifen da, Nichtwiederkehr.*

*Sei es, ihr Mönche, um die sieben Jahre: Wer auch immer, ihr Mönche, diese vier Pfeiler der Selbstbeobachtung sechs Jahre, fünf Jahre, vier Jahre, drei Jahre, zwei Jahre, ein Jahr zu üben vermag, dem mag eins von beiden zur Reife gedeihen: Gewissheit bei Lebzeiten oder, ist ein Rest Ergreifen da, Nichtwiederkehr.*

*Sei es, ihr Mönche, um das eine Jahr: Wer da, ihr Mönche, diese vier Pfeiler der Selbstbeobachtung sieben Monate üben kann, dem mag eines von beiden zur Reife gedeihen: Gewissheit bei Lebzeiten oder, ist ein Rest Ergreifen da, Nichtwiederkehr.*

*Sei es, ihr Mönche, um die sieben Monate; wer auch immer diese vier Pfeiler der Selbstbeobachtung sechs Monate, fünf Monate, vier Monate, drei Monate, zwei Monate, einen Monat, einen halben Monat üben kann, dem mag eins von beiden zur Reife gedeihen: Gewissheit bei Lebzeiten oder, ist ein Rest Ergreifen da, Nichtwiederkehr.*

*Sei es, ihr Mönche, um den halben Monat: wer auch immer, ihr Mönche, diese vier Pfeiler der Selbstbeobachtung sieben Tage üben kann, dem mag eins von beiden zur Reife gedeihen: Gewissheit bei Lebzeiten oder, ist ein Rest Ergreifen da, Nichtwiederkehr.*

*Der gerade Weg, ihr Mönche, zur Läuterung der Wesen, zur Übersteigung von Sorge und Jammer, zur Beendigung von Schmerz und Bekümmernis, zur Erlangung des Heilsstandes, zur Erfahrung des Nirvāna, das sind die vier Pfeiler der Selbstbeobachtung.*

*Gewissheit bei Lebzeiten* - das ist die höchste Verheißung, die überhaupt möglich ist, das Wissen um das Gewonnenhaben des Heils, die endgültige Beendigung der endlosen Odyssee voller Leiden, voller Qualen, das vollkommene Gesichertsein, die Unverletzbarkeit, das Nirvāna.

*Gewissheit bei Lebzeiten* - wir leben in Ungewissheit, wir wissen nicht, was die nächste Minute bringt. Wir lungern zwischen Hoffnung und Fürchten, was die Zukunft wohl bringe, und wir glauben, dass auf jeden Fall plötzlich oder später der Tod komme und alles zu Ende sei. All dessen sind wir auch wiederum nicht gewiss, und so bleibt bestehen der Wechsel zwischen Hoffen und Fürchten wie auch zwischen Übermut und Verzweiflung, zwischen Wohl und Wehe. *Gewissheit* heißt hier, es gibt keine uneingesehene Zukunft, es gibt kein Hinnehmenmüssen von dem, was da ankommt. Die Kette der heranrieselnden Erscheinungen und ihr Weiterrieseln aus der Gegenwart in die Vergangenheit ist nicht mehr, denn

man hat den geistigen Mechanismus durchschaut, mit dem man sie, ohne es gewusst zu haben, immer wieder heran- und hindurchrieseln ließ. Man hätte jetzt alles in der Hand - wenn man wollte. Aber man will nicht mehr. Das und noch mehr, wofür es aber keine Worte gibt, liegt in der vom Erwachten verheißenen *Gewissheit*.

Für den, der nicht ganz dahingelangt ist, verheißt der Erwachte die *Nichtwiederkehr*. Der Nichtwiederkehrer kehrt nie mehr zur Wahrnehmung der Sinnensuchtwelt (*lokasaññī*) zurück. Er hat den Zustand gewonnen, den der Erwachte eigenwahrnehmig (*sakasaññī*) nennt. Sein Herz und Gemüt, sein inneres Wesen ist so erwärmend, so liebend-leuchtend geworden, dass über dem seligen Eigenwohl alles Nach-außen-Blicken vergangen ist. Auch diese unvergleichlich seligere Erfahrungsweise wird von ihm nach und nach in ihrer Bedingtheit erkannt, durchschaut und dann zugunsten noch größeren Friedens verlassen und überwunden. Er kann nirgends hängenbleiben und kommt darum zu dem Ungewordenen, dem Heilsstand, dem Nirvāna.

Diese Ziele verheißt der Erwachte demjenigen Mönch, der die vier Pfeiler der Selbstbeobachtung in der beschriebenen Gründlichkeit übt. – Und es sei hier einmal ebenso deutlich wie gemessen ausgesprochen, dass jeder gründliche Kenner der Lehre des Erwachten und des Übungswegs zwei Erfahrungen gemacht hat, welche ihm die Gewähr bieten, dass die Verheißung des Erwachten richtig, auch heute noch gültig ist.

Die erste Erfahrung, die er gemacht hat, ist diese, dass es ihm ohne die gründliche Vorbereitung zu dieser Übung durch beharrliche Pflege aller vorangehenden Übungen nicht möglich ist, die Satipatthāna-Übungen oder auch nur eine von ihnen länger als eine halbe Stunde oder als eine Stunde durchzuführen, geschweige denn sieben Tage. Wer sich selbst beobachtet, der wird zugeben, dass die Übungen in der hier geforderten Sammlung und Dichte ohne die genannten Vorbereitungen kaum für Minuten möglich sind, geschweige denn für Tage. - Das ist die erste Erfahrung, die der um die Erkennt-

nis der Wirklichkeit ernsthaft bemühte Nachfolger der Lehre macht.

Die zweite Erfahrung ist die, dass schon die häufigen kurzfristigen Übungen im Sinne dieser Lehrrede, die ihm bisher möglich waren, Einblicke mit sich brachten, Erkenntnisse, Ablösungen, Durchblicke, Hellblicke und Entschleierungen mit sich brachten, welche ihm deutlich beweisen, dass die gewaltige Verheißung des Erwachten ganz sicher eintreten muss, wenn ihm diese Übungen in ihrer Fülle gelingen. Ein solcher hat bei sich erfahren, dass diese Übung tatsächlich der geradeste Weg zur machtvollsten Wandlung bis zur Verwirklichung der Erlöschung ist. Aber er hat zugleich erfahren, dass das gelegentliche Üben dieser Übungen nicht ausreicht, um in diesem Leben zu den verheißenen Zielen zu kommen, da er in den längeren Zwischenzeiten zwischen seinen kurzen Satipatthāna-Übungen aus Weltverbundenheit und Unachtsamkeit leicht wieder alles das umwirft, was er in den kurzen Übungen langsam aufzurichten und zu gewinnen vermochte.

Wer diese Erfahrung gewonnen hat, der wendet sich mit zunehmender innerer Beglückung den befreienden und kraftspendenden Aussagen des Erwachten in seinen Lehreden zu. Er bemüht sich, den tugendhaften Wandel bis in die kleinsten Dinge hinein zu führen, um saubere und helle Gesinnung, und er bemüht sich um immer stärkeres Zurücktreten von der weltlichen Vielfalt, um immer größere innere Beruhigung und Sammlung, um sich auf diese Weise immer mehr vorzubereiten und reifer zu machen für die unentwegte Durchführung dieser von allem Kleinen, Begrenzten, Vergänglichen befreienden Übung „Satipatthāna“.

DER LÖWENRUF DES ERWACHTEN  
Die kürzere Lehrrede vom Löwenruf  
11. Rede der „Mittleren Sammlung“

Wie Löwenruf im Felsentor  
aus tiefem Rachen fern ertönt,  
ertönt euch Sang Erlöster hier,  
zum eignen Heil gesungen einst.  
Thag I

Der Erwachte schildert in A IV,33 (= S 22,78) sehr plastisch, was ein Löwenruf ist und was er symbolisch darunter versteht:

*Der Löwe, ihr Mönche, der König der Tiere, tritt zur Abendzeit aus seiner Höhle heraus. Aus der Höhle herausgetreten, reckt er seine Glieder. Nachdem er seine Glieder gereckt hat, blickt er rings in alle vier Richtungen. Nachdem er rings in alle vier Richtungen geblickt hat, lässt er dreimal den Löwenruf ertönen. Nachdem er dreimal den Löwenruf ertönen ließ, geht er auf Beute aus.*

*Die Tiere aber, welche die Stimme des brüllenden Löwen, des Königs der Tiere, vernehmen, überkommt sämtlich Furcht, Zittern und Beben: Die Höhlentiere verkriechen sich in ihre Höhlen, die Wassertiere schlüpfen in das Wasser, die Waldtiere fliehen in den Wald, die Vögel erheben sich in die Lüfte. Selbst die Elefanten des Königs, die in Dorf oder Stadt in den königlichen Marställen mit starken Riemen und Stricken angebunden sind, zerbrechen und zerreißen ihre Fesseln und fliehen hierhin und dorthin, indem sie vor Angst Kot und Urin verlieren.*

*Solch große Macht, ihr Mönche, besitzt der Löwe, der König der Tiere, unter den Tieren, solchen Einfluss, solches Vermögen.*

*Ebenso nun auch, ihr Mönche, erscheint der Vollendete in der Welt, der Erhabene, Heilgewordene, vollkommen Erwachte, der im Wissen und Wandel Vollendete, der zum Heil der Wesen gekommene Kenner der Welt. Er ist der unübertreffliche*

*Lenker derer, die erziehbar sind, ist Meister der Götter und Menschen, erwacht, erhaben.*

*Er zeigt die Wahrheit: „Das ist die Identifikation mit etwas (sa-k-kāya <sup>56</sup>), das ist die Ursache für die Identifikation mit etwas, so ist die Aufhebung der Identifikation mit etwas, das ist der zur Aufhebung der Identifikation mit etwas führende Weg.“*

*Die Götter aber, ihr Mönche, die sich langes Leben, Ruhm und Glückseligkeit gewirkt haben, die seit undenklichen Zeiten in hohen, himmlischen Sphären leben, die überkommt nach dem Vernehmen der vom Vollendeten gezeigten Wahrheit sämtlich Furcht, Zittern und Beben. „Ach“, klagen sie, „die wir uns beständig wähten, sind unbeständig; die wir uns von Dauer wähten, sind dem Wechsel unterworfen; die wir uns ewig wähten, sind nicht ewig! Vergänglich, ohne Dauer und nicht ewig sind wir, weil wir uns (mit allem) identifizieren (sakkāya-pariyāpanna = wörtlich: weil wir ganz und gar (in alles) hineingestiegen sind).*

*Solche große Macht, ihr Mönche, hat der Vollendete in der Götterwelt, solchen Einfluss, solches Vermögen.*

Wenn der Erwachte der Wirklichkeit gemäß lehrt und zeigt, dass alles durch Bedingungen bedingt entsteht und vergeht, so dass nichts lebendig, ewig, beharrend ist - dann hören es viele Wesen im Diesseits und im Jenseits, die im Glanz und Glück ewig zu leben glauben. Könige, aber auch ganz hohe und langlebige Gottheiten, die sich wegen ihres unvergleichlich langen Lebens für ewig halten, sagen voller Schrecken: „Was hören wir? Auch wir sind vergänglich, auch wir sind bedingt entstanden, werden nicht ewig hier sein, sind durch Ursachen hierher gelangt, werden auch wieder diese Sphäre verlassen

---

<sup>56</sup> Aus M 44, 106, 109 u.a. ergibt sich, dass der Erwachte unter „Identifikation mit etwas“ die Identifikation mit den fünf Zusammenhäufungen, einzeln wie auch zusammen, versteht und unter sakkāya-ditthi, den Glauben an Persönlichkeit, die Tatsache, dass „man“ sich mit den fünf Zusammenhäufungen identifiziert.

müssen!“ Und sie schauern.

Die hohen Gottheiten leben in erhabenen Gefühlen und Wahrnehmungen, die unvergleichlich heller sind als alle menschlichen Gefühle und Wahrnehmungen, aber es sind eben doch Gefühle und Wahrnehmungen, die Aktivität, programmierte Wohlerfassungssuche und eine so und so geartete Form nach sich ziehen und bedingt entstehen und vergehen. Das Heile, völlig Unverletzbares hat nichts mit den fünf Zusammenhäufungen und ihrem Entstehen und Vergehen zu tun, es liegt außerhalb ihrer, und man erlangt es nur, indem man über sie hinauswächst, groß und souverän wird so wie ein Mensch, der über die Kindheit hinausgewachsen ist, als Erwachsener sein Spielzeug fahren lässt, weil er jetzt Wichtigeres und Größeres hat. Diese Verkündung also versteht der Erwachte unter „Löwenruf“ im Allgemeinen. Hier in dieser Lehrrede nun fordert der Erwachte seine Mönche auf, einen besonderen Löwenruf erschallen zu lassen:

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Sāvattḥī im Siegerwald, im Garten Anāthapindikos. Dort nun wandte sich der Erhabene an die Mönche: Ihr Mönche! – Erhabener!– antworteten da jene Mönche dem Erhabenen aufmerksam. Der Erhabene sprach:*

*Hier endlich, Mönche, findet man den Asketen, findet man den zweiten Asketen, den dritten Asketen und den vierten Asketen ohne theoretisches Behaupten gegenüber anderen“: diesen rechten Löwenruf, Mönche, lasset erschallen. –*

Der Erwachte fordert also seine Mönche auf, bei Hausleuten und erst recht bei andersfährigen Pilgern klar und deutlich auf die Einmaligkeit der Gemeinschaft der vom Erwachten Belehrteten hinzuweisen: *Hier endlich findet man den Asketen, findet man den zweiten Asketen, den dritten Aske-*

*ten, den vierten Asketen ohne theoretisches Behaupten gegenüber anderen.* Diesen rechten „Löwenruf“ sollen die Mönche erschallen lassen. Man könnte einwenden: In diesem Löwenruf heiße es zwar, man sei ohne theoretisches Behaupten gegenüber anderen. Aber eine solche starke Herausforderung: Hier allein finde man den Asketen, den zweiten, dritten, vierten Asketen, sei doch intolerant und bewirke dadurch gerade theoretisches Behaupten gegenüber anderen.

Der Vorgehensweise der Anhänger der verschiedenen Religionen haftet fast immer die eine oder die andere Einseitigkeit an: entweder man streitet mit anderen über deren Meinungen oder, um den Streit zu vermeiden, schweigt man und hält sich zurück. Der Erwachte aber zeigt einen mittleren Weg. Er sieht das Diesseits und das Jenseits und weiß daher: Wenn diese andersfährtigen Pilger weiterhin wie bisher denken, reden und handeln, dann müssen sie durch ihr Wirken Leiden und Dunkelheit erfahren. Darum, aus Erbarmen und zur Rettung dieser Wesen scheut er sich nicht, wenn die Umstände es erlauben, gegen die falsche Auffassung der Wesen anzugehen. Wir wissen, dass der Erwachte sogar öfter von sich aus Pilger aufgesucht und sie über ihre Lehrsätze befragt hat. Darauf zeigte er ihnen, was an ihrer Lehre falsch war. In fast allen Fällen sahen die Pilger es ein, aber manche verstummten dann und blieben peinlich berührt in ihrem Kreis. Andere aber lösten sich ab und traten dem Orden des Erwachten bei, so dass sie gerettet werden konnten, indem sie von der falschen Lehre abließen. Aber nie geht der Erwachte gegen die Wesen selber an. Ihnen begegnet er mit Liebe und Verständnis, ihrer falschen Auffassung dagegen mit der Klarheit und Nüchternheit des Sehenden, Geheilten. Dadurch sind sie manchmal erregt, fühlen sich in die Enge getrieben. Oft äußern sie sich auch unsachlich, aber der Erwachte reagiert darauf nicht wieder unsachlich und in keiner Weise hochmütig, so dass die Andersfährtigen bald merken, dass der Erwachte nur ihr Bestes will und mit ihnen brüderlich sprechen will, und sie denken: „Wir können doch ruhig einmal die Dinge miteinander vergleichen.“ So entspan-



nen sie sich, stehen Rede und Antwort und sehen im Lauf des Gespräches ein, dass sie tief im Irrtum waren und nun herausgeführt werden. Immer wieder wird berichtet, dass solche Belehrten sich dann nicht als Geschlagene und Unterlegene fühlen, sondern glücklich und dankbar sind, dass ihnen endlich „in die Finsternis ein Licht“ gebracht worden ist, und manche sagen es auch in bewegten Worten, wie in D 12 ein Priester, der eine ganz falsche Auffassung hatte und den der Erwachte überzeugte:

*Gleichwie etwa, o Gotamo, als ob einer einen anderen, der schon einen abschüssigen Abhang hinab kollerte, noch an den Haaren erfasste, emporzöge und sicher an den Rand brächte: ebenso auch bin ich von Herrn Gotamo, während ich schon einen abschüssigen Hang hinab kollerte, emporgezogen und sicher an den Rand gebracht worden. – Das ist die Absicht dieses Löwenrufs, zu dem der Erwachte seine Mönche aufruft.*

Dieser Löwenruf soll herausfordern, soll aufrütteln, um die Irrenden und Suchenden für einen Augenblick aus ihrem Fieberwahn zu wecken, damit sie merken: „Da tritt einer mit dem Anspruch auf, die Wahrheit zu wissen“ und herankommen und zuhören. Und das soll erreicht werden, indem die Mönche verkünden: *Hier findet man den Asketen, hier findet man den zweiten Asketen, den dritten Asketen, den vierten Asketen ohne theoretisches Behaupten gegenüber anderen.*

Asket = *samana* bedeutet: in der Hauslosigkeit, nicht in der Familie leben, nicht in der Welt leben, sondern als Pilger allein dem Streben nach der heilen Situation hingegeben sein. Solche gab es zu allen Zeiten, nicht nur als Anhänger des Buddha; auch in der christlichen Lehre gab es viele Pilger und Mönche, die das ewige Leben erwerben wollten und darum von allen weltlichen Banden, weltlichen Fesseln frei sein wollten. Die Asketen, *samana*, wollen sich, wie die Wortbedeutung auch im Indischen ist, üben, nicht um reich zu werden, nicht um König in der Welt zu werden, sondern um vollkommen zu werden. Deswegen ziehen sich in allen Religionen Menschen aus der

weltlichen Vielfalt zurück, weil sie sagen: Ich will die Vollkommenheit gewinnen, ich will nicht mit halbem Werk zufrieden sein, will mir nicht nur irgendeinen niederen Himmel erwerben, wodurch ich zeitweise der Hölle entronnen bin, sondern ich will dahin kommen, wo nie mehr Gefahr, nie mehr Angst und in Ewigkeit kein weiteres Kämpfen mehr sein wird: zum vollkommenen Heil als Heilgewordener. Asket wird man, um heilig zu werden, um ganz heil zu werden.

In der damaligen Zeit bedeutete Asket und Geheilte fast dasselbe: nur um des vollkommenen Heils willen ist einer Asket. Und solche gibt es nur in der Lehre des Erwachten - das ist die herausfordernde Behauptung des Erwachten. Je mehr einer die Lehren des Erwachten kennt, um so mehr weiß er, dass das stimmt. Keine andere Religion sonst führt zum wirklich ganz Heilen. In allen religiösen Überlieferungen, die heute in der Welt bekannt sind, in den mittleren und auch in den höchsten, mit Ausnahme der Lehre des Erwachten, werden noch wandelbare Dinge als das Ewige bezeichnet. Wenn einer die gröberen üblen Dinge abgetan hat, dann sagt er als Anhänger jener Lehren: Ich habe erreicht, was zu erreichen ist, ich habe die Vollkommenheit erreicht. Und da er damit tatsächlich Höheres erreicht hat, sich auch wohler, freier, weniger verletzbar fühlt als früher, aber noch Höheres nicht kennt und darum auch nicht vergleichen kann, so verfällt er diesem Irrtum.

Um mit solchen ins Gespräch zu kommen, um ihnen die Möglichkeit eines Vergleichs zu geben, fordert der Erwachte sie mit dem Löwenruf heraus. In dem anschließenden Gespräch können dann Einsichtige auch einsehen; aber die Einsichtigen könnten nichts einsehen, wenn das Gespräch nicht darauf käme. Darum dieser Löwenruf, darum diese Aufforderung.

*Hier findet man den Asketen*, das bedeutet: Hier findet man den, der das geworden ist, um dessentwillen man Askese übt nämlich ein Heilgewordener. Geheilte kann es nur im Orden des Erwachten geben, aber längst nicht alle, die im Orden des Erwachten sind, sind oder werden Geheilte. Aber keinen

vollkommen Heilgewordenen, der das Unvergängliche, Todlose gewonnen hat, kann es geben, der es nicht durch die Lehre des Erwachten gewonnen hat, der es nicht dadurch gewonnen hat, dass er die Nichtigkeit aller fünf Zusammenhäufungen verstanden hat. Darum findet man nur im Orden des Erwachten den Heilgewordenen, den Geheilten.

Nun wird gesagt: Auch den zweiten, den dritten und den vierten Asketen finde man nur im Orden des Erwachten. Das bedeutet nicht einfach vier beliebige Asketen, sondern es werden darunter vier Arten von Asketen verstanden, die einen der vier Grade der endgültigen Sicherheit erworben haben<sup>57</sup>. Der höchste unter ihnen ist der vollkommen Geheilte, und die anderen drei sind innerlich durch ihre Übung schon so weit gelangt, dass sie – vor dem Abgleiten in untermenschliche Welten gesichert – nicht ruhen können, bis sie das vollkommene Heil erreicht haben. Ihre Einsichten, ihre Willensrichtungen sind so ausgerichtet, dass sie nicht mehr anders können, als sich weiter freizuringen.

Als zweiten Asketen bezeichnet der Erwachte den Nichtwiederkehrer, der nach dem Tod nicht mehr in dieser sinnlichen Welt als Mensch und auch nicht in sinnlichen Himmeln wiedererscheinen wird, sondern von höheren Bereichen und von dort aus alle Triebe aufhebt.

Der dritte Asket ist der Einmalwiederkehrer. Er wird nach diesem Leben nur noch einmal in einer sinnlichen Welt erscheinen, nicht unbedingt im Menschentum, sondern je nach seinem Wirken in irgendwelchen Himmeln der sinnlichen Gottheiten, und wird sich dort von den Resten sinnlichen Angehens befreien und zum Geheilten werden.

Der Geringste von den Gesicherten, der gerade die Sicherheit gewonnen, aber noch viel Weiteres abzutun hat, ist der *Sotāpanno* (der in den Strom Eintretene). Er hat im Geist die

---

57 In A IV,239 sind die vier Asketen in aufsteigender Reihenfolge genannt, so dass der Geheilte der vierte ist. In anderen Lehrreden (M 22, 34) ist die Reihenfolge wie hier.

Lehre so verstanden, dass er nun nicht mehr anders streben kann, aber in seinem Herzen, also seiner Gier und seinem Hass, ist er nicht weniger belastet als fast alle Menschen. Er fängt erst an, all dies nach und nach abzutun. Aber in seiner geistigen Einsicht ist er seinem psychischen Status weit voraus: Was heil ist und was nicht heil ist, was zur Erreichung des Heiles unabdingbar getan werden muss und was zum Elend führt, das weiß er - selbst wenn er es oft noch nicht im Einzelnen klar formulieren kann. Aber er kann nicht mehr Vergängliches, bedingt Entstandenes für unvergänglich, nicht bedingt halten - und daraus folgt alles Weitere. Der Pfeil ist abgeschossen, er ist genau auf das Ziel gerichtet. Die Kraft, die der Pfeil braucht, ist in ihn hineingegeben von dem Bogen und von der Sehne. Jetzt ist der Pfeil unterwegs. Es ist nur eine Zeitfrage, wann er ankommt.

Das sind die drei anderen Asketen, die nicht schon beim Heil angekommen, aber gewiss sind, es nach einer begrenzten Zahl von - nie mehr untermenschlichen - Daseinsformen zu erreichen.

Diese vier Grade gibt es unter allen Pilgerorden nur im Orden des Erwachten und kann es in anderen Gemeinschaften nicht geben (s. auch M 48). Das heißt allerdings nicht, dass es die Sicherheitsgrade (außer dem des Geheilten) nicht auch unter den Hausleuten gab: Tausende von Hausleuten erlangten zur Zeit des Buddha Stromeintritt, Einmalwiederkehr oder gar Nichtwiederkehr. In dieser Lehrrede geht es nur darum zu zeigen, worin die Einmaligkeit des vom Erwachten begründeten Ordenslebens gegenüber allen anderen Asketen bestand.

Das ist also der herausfordernde Löwenruf, den die Mönche aussprechen sollen, wo sich Gelegenheit bietet. Sie sollen sich natürlich nicht auf den Markt stellen und solche Dinge rufen. Der Kenner der Lehre läuft nicht anderen nach; wer da wissen will, dem antwortet er. Aber er fordert heraus, so wie der Erwachte seinerzeit mit seinem Löwenruf herausforderte:

*Der Vollendete, der Geheilte, vollkommen Erwachte hat zu*

*Benares am Seherstein im Wildpark das unvergleichliche Rad der Lehre in Gang gesetzt. Dagegen stellen kann sich kein Asket und kein Brahmane, kein Gott, kein böser und kein reiner Geist noch irgendwer in der Welt: es ist das Aufweisen, Darlegen, Darstellen, Enthüllen, Aufdecken, Offenbarmachen, Erklären der vier Heilswahrheiten. (M 141)*

Wer das entsprechende geistige Format hatte oder wer seelisch die erforderlichen Qualitäten besaß, der horchte auf, als er diesen Ruf vernahm, und in ein solches Aufhorchen hinein konnte der Erwachte die Wahrheit sagen.

Das ist der Löwenruf, den nur der Erwachte selber erschallen lassen konnte. Den Mönchen aber kam der hier in M 11 besprochene Löwenruf zu, den sie aus ihrer eigenen Erfahrung begründen sollten, wenn sie von andersfährtigen Pilgern befragt würden:

*Aber es könnte wohl sein, ihr Mönche, dass da andersfährtige Pilger, Anhänger anderer Richtungen, zu euch sprächen: Mit welchem Fug und Recht, ihr Ehrwürdigen, sprecht ihr: „Hier endlich findet man den Asketen, findet man den zweiten Asketen, den dritten Asketen und den vierten Asketen ohne theoretisches Behaupten gegenüber anderen?“*

*Auf solche Rede andersfährtiger Pilger, ihr Mönche, wäre dies die Antwort: „Es hat uns, Brüder, der Erhabene, der Kenner, der Seher, der Geheilte, vollkommen Erwachte vier Dinge erklärt, die wir bei uns selbst erfahren, und drum sprechen wir so. Welche vier Dinge? Wir haben vollkommene Klarheit, Befriedung (pasāda) beim Meister, wir haben vollkommene Klarheit und Befriedung bei der Lehre, wir leben ganz und gar tugendhaft und Nachfolger der Lehre sind uns lieb und angenehm, sowohl im Haus Lebende wie Mönche.“*

*Das, ihr Brüder, sind die vier Dinge, die uns der*

*Erhabene, der Kenner, der Seher, der Geheilte, vollkommen Erwachte erklärt hat und die wir bei uns selbst erfahren, und darum sprechen wir so: „Hier findet man den zweiten Asketen, den dritten Asketen und den vierten Asketen ohne theoretisches Behaupten gegenüber anderen.“*

*Wir haben vollkommene Klarheit und Befriedung* heißt: Wenn ich an den Meister denke, nachdem ich ihn immer wieder gehört habe, nach seinen Anweisungen lebe und bereits innere Wandlungen bei mir erfahren habe, dann wird mir innerlich ganz hell, klar, still, friedvoll. Es ist, wie wenn man nach Hause käme - nicht zu einem streitbaren Lehrer, zu einem Vielwisseur, auch nicht nur zu einem Tröster, sondern zu einem, der das Innere des Menschen in Ordnung bringt, dass einem alle Sorge, alle Angst über das Dasein vergeht. In dem Maß, wie im Lauf der Zeit der Anhänger den Anleitungen folgt und merkt, dass er mit seiner inneren Selbsterziehung auf dem richtigen Weg ist und alles immer besser wird, wächst in ihm der Gedanke: „Was habe ich dem Erwachten, dem Vollendeten zu verdanken!“ So wird er befriedet, fühlt sich geborgen, aber nicht wie ein Schwacher, sondern er merkt, wie er groß, stark, souverän wird. Er merkt: Das ist der Weg, um König aller Könige zu werden. Er erfährt ja bei sich ein Wachsen zum Heilen. Dann kommt gar nicht mehr die Frage auf: „Ist das richtig oder falsch?“ In dem Maß seiner Selbsterziehung erfährt er Fortschritte, und zwar genau solche, die der Erwachte vorher prophezeit hat. Und wenn er das, was der Meister gesagt hat, bei sich selber erfährt, dann weiß er: „Ich bin endlich beim Richtigen angekommen.“ Dann wird er eines Tages inne: „Ich bin der vierte Asket. Ich habe die Sicherheit gewonnen, dass ich es gar nicht mehr lassen kann, mich von allem Wandelbaren zu lösen.“

Das dritte Merkmal, an dem man den Asketen erkennt, bedeutet: Den Mönchen ist die Tugend und die dahinter stehende

liebevolle Gesinnung den Wesen gegenüber zur Gewohnheit geworden. Aus mitempfindendem Herzen handeln sie entsprechend den Tugendregeln.

Als viertes heißt es: *Und Nachfolger der Lehre sind uns lieb und wert*. Das bedeutet: Gleichstrebende, die zu derselben Lehre gehören (*sahadhammika* = mit der Lehre), Anhänger dieser Lehre, ob sie im Haus leben oder ob sie Mönche sind, die sind mir lieb und angenehm.

Im ersten Augenblick mag man etwas kritisch denken: „Sollen die anderen denn von meiner Liebe ausgeschlossen sein?“ Die Feststellung, dass die Anhänger unserer Lehre mir lieb und angenehm sind, bedeutet aber alles andere, als dass man die anderen ausschließen soll. Die Liebe, die Jesus fordert: „Liebe deinen Nächsten wie dich selbst“, fordert genauso der Erwachte mit der *mettā*: unterschiedslose, nichtmessende Liebe. Nie jemanden innerlich wegstoßen oder innerlich links liegenlassen. Wir müssen einfach wissen, dass jedes Wesen Wohl und Heil sucht und jedes Wesen leidet. Unter diesem Gesichtspunkt werden wir uns üben, allen mit gleicher, nicht messender Liebe zu begegnen. Aber nichtsdestoweniger empfinden wir ja doch spontane Sympathie und Antipathie. Jeder merkt bei sich, dass ihm der eine Mensch von Natur mehr liegt als der andere. Der eine kann leichter mit diesem umgehen, einem anderen fällt dieser gerade schwerer. Das Entstehen dieser selbstverständlichen Zuneigung als Merkmal des zur Lehre hingewachsenen Nachfolgers ist hier gemeint. Die Gleichstrebenden oder besser gesagt: Die auf dem Weg durch Streben nach dem gleichen Ziel einander näher Gekommenen und darin ähnlich Gewordenen sind sich sympathisch. Zwar können wir noch nicht von uns sagen: die Anhänger der Lehre sind mir alle lieb und angenehm. Das liegt daran: Ich bin noch nicht stark genug von der Lehre innerlich gewandelt, und manche andere sind auch noch nicht genug gewandelt. Darum tritt die Ähnlichkeit noch nicht so zutage.

Aber wer länger unter dem Einfluss der Lehre steht, der kommt in den Bannkreis und Anziehungsbereich des Erwach-

ten und seiner Lehre und empfindet darum mehr und mehr eine innere Verwandtschaft mit denen, die mit ihm unterwegs sind zum selben Ziel. Auf dem Weg haben die Strebenden ja schon manches Üble abgetan, manches Gute sich angeeignet, haben sich dadurch dem Ziel genähert und sind darum auch untereinander ähnlicher geworden. Dadurch entsteht ganz von selber Sympathie füreinander.

Das sind die vier vom Erwachten gewiesenen, in eigener Erfahrung erkannten Dinge, die man den andersfährtigen Pilgern sagen soll, wenn sie fragen: Warum sagt ihr: *Hier findet man den Asketen, den zweiten, dritten und vierten Asketen?*

Wenn wir diese vier Zeichen, an denen man die vier Asketen erkennen kann, betrachten, so stellen wir fest: Es sind die vier Glieder des Stromeintritts (D 33 IV u.a.): *Befriedet, vollkommen klar geworden beim Erwachten, bei der Lehre und bei der Gemeinschaft der Heilsgänger und als viertes: Tugenden besitzen, wie sie von den Geheilten gepriesen werden, d.h. nicht nur die Regeln äußerlich nicht übertreten, sondern im inneren Wesen so gewachsen sein, dass man nur noch ihnen gemäß handeln kann.*

Weiter heißt es in der Lehrrede:

*Aber es könnte wohl sein, ihr Mönche, dass da andersfährtige Pilger sprächen: „Auch wir, Brüder, haben vollkommene Klarheit und Befriedung beim Meister, auch wir haben vollkommene Klarheit und Befriedung bei der Lehre, auch wir leben vollkommen tugendhaft, und das ist unsere Tugend, auch uns sind Nachfolger der Lehre lieb und angenehm, sowohl im Haus Lebende wie Mönche. Wo ist da der Unterschied, Brüder, was ist anders, wo liegt die Verschiedenheit zwischen euch und uns?“*

Einer, der nach der Lehre gewachsen ist, der weiß: Es geht gar nicht, dass man bei irgendeinem anderen Lehrer, der die fünf



Zusammenhäufungen nicht durchschaut hat, diese Befriedung und Klarheit beim Meister, bei der Lehre und bei der Gemeinschaft der Heilsgänger erleben kann, so ohne Rest bei ihnen beruhigt sein kann. Denn ein Lehrer, der selber nicht das vollkommene Heil gewonnen hat, der dem Daseinskreislauf nicht entronnen ist und daher auch seinen Schülern nicht den endgültigen Ausweg zeigen kann, der ist irgendwo noch verwundbar. Und aus diesen hier und da vorhandenen Verwundbarkeiten heraus ist er an den Stellen auch empfindlich, vorsichtig, ist eingeengt, eingeschränkt, zeigt Unklarheiten, Verallgemeinerungen. Das ist ganz anders bei einem wahrhaft Geheilten.

Und darum kann man auf die Dauer bei einem nicht geheilten Lehrer nicht ohne Enttäuschung leben. Das weiß einer, der den richtigen Weg geht und darum die Geheiltheit eines Lehrers beurteilen kann. Aber er weiß auch, dass er es dem anderen nicht sagen kann, denn dann kann der antworten, dass sein Lehrer ganz heil sei, während der des anderen nur „dreiviertel heilig“ sei. Das wäre ein Ansatz zum Streit. Da nun zeigt der Erwachte, wie man antworten soll:

*Auf solche Rede andersfähriger Pilger, ihr Mönche, wäre dies zu erwidern: „Was meint ihr, Brüder, ist die Vollkommenheit einzeln oder ist sie allgemein?“ Und die rechte Antwort andersfähriger Pilger, ihr Mönche, wäre: „Einzeln, ihr Brüder, ist die Vollkommenheit, nicht ist die Vollkommenheit allgemein.“ – „Und diese Vollkommenheit, Brüder: hat die der Gierige oder der Gierlose?“ Und die rechte Antwort andersfähriger Pilger, ihr Mönche, wäre: „Der Gierlose, Brüder, nicht der Gierige.“ – „Und diese Vollkommenheit, Brüder: hat die der Hassende oder der Hasslose?“ Und die rechte Antwort andersfähriger Pilger, ihr Mönche, wäre: „Der Hasslose, Brüder, nicht der Hassende“ – „Und diese Vollkommenheit, Brüder, hat die der Verblendete oder der Nichtverblendete?“ Und die rechte Antwort*

*andersfährtiger Pilger, ihr Mönche, wäre: „Der von Verblendung Befreite.“ – „Und diese Vollkommenheit, Brüder, hat die der noch Durstige oder der nicht mehr Durstige?“ Und die rechte Antwort andersfährtiger Pilger, ihr Mönche, wäre: „Der nicht mehr Durstige, Brüder, nicht der Durstige.“ – „Und diese Vollkommenheit, Brüder, hat die der noch Ergreifende oder der nicht mehr Ergreifende?“ Und die rechte Antwort andersfährtiger Pilger, ihr Mönche, wäre: „Der nicht mehr Ergreifende, Brüder, nicht der noch Ergreifende.“ – „Und diese Vollkommenheit, Brüder, hat die der Wissende oder der Unwissende?“ Und die rechte Antwort andersfährtiger Pilger, ihr Mönche, wäre: „Der Wissende, Brüder, nicht der Unwissende.“ – „Und diese Vollkommenheit, Brüder, hat die ein bald Verzückter, bald Verstimmtter oder ein weder Verzückter noch Verstimmtter?“ Und die rechte Antwort andersfährtiger Pilger, ihr Mönche, wäre: „Der weder Verzückte noch Verstimmtte, Brüder, kein bald Verzückter, bald Verstimmtter.“ – „Und ist einer vollkommen, Brüder, dem die Vielfaltserlebnisse gefallen, der sich über die Vielfaltserlebnisse freut, oder ist es der, dem die Vielfaltserlebnisse nicht gefallen, der sich nicht über sie freut?“ Und die rechte Antwort andersfährtiger Pilger, ihr Mönche, wäre: „Dem die Vielfaltserlebnisse nicht gefallen, der sich nicht über sie freut, der ist vollkommen. Und nicht ist es der, dem die Vielfaltserlebnisse gefallen und der sich über sie freut“.*

Darüber gibt es keine Meinungsverschiedenheit unter den Pilgern, dass der Gierige, Hassende, Verblendete, der Dürstende, der noch Ergreifende, der Nichtwissende, ein bald Verzückter, bald Verstimmtter und einer, der noch die Vielfaltserlebnisse liebt, nicht vollkommen ist. Deshalb soll der Mönch auf einen solchen Einwand andersfährtiger Pilger, welche die

einmalige Besonderheit des Erwachten nicht zu sehen vermögen, nicht etwas gegen diese Äußerung der anderen sagen, wenn sie behaupten: ‚Auch wir haben diese vier Eigenschaften‘, sondern jetzt wird ein gemeinsames Anliegen angesprochen, worin alle Asketen einig sein müssen und theoretisch auch einig sind, wie wir noch sehen werden.

Betrachten wir diese streitlose Begründung des Löwenrufs aus der gemeinsamen Sehnsucht aller Strebenden näher. *Was meint ihr, Brüder, ist die Vollkommenheit einzeln oder allgemein?* Warum wird nach der Vollkommenheit gefragt? Es ist ein Gespräch unter Asketen. Das sind ja solche, die Vollkommenheit erreichen wollen. Deshalb haben sie ja Haus und Hof verlassen, ihre Familie verlassen, weil sie die Vollkommenheit suchen, entweder als Schüler anderer Lehrer oder als Lehrer für andere. Sie wissen, dass die Vollkommenheit nur einzeln erreicht werden kann, das beweisen sie damit, dass sie die Welt verlassen haben. Sie wissen: Wenn ich die Weltüberwindung, das Heil gewinnen will, dann muss ich von dem Jahrmarkt des Lebens zurücktreten. Dann muss ich den Frieden des Heils suchen und finden und kein Begehren nach dem Wilden, Lauten, Rohen usw. haben oder nach dem, was vor unseren Augen entsteht und vergeht, was wieder zusammenbricht, das man nicht halten kann, so wie man einen Schatten nicht halten kann.

Tatsächlich lebten ja die andersfährigen Pilger meistens nicht in der Einsamkeit und Abgeschiedenheit in dem stillen Denken und stillen Selbsterziehen, sondern sie lebten fast wie in der Welt, nur eben dass sie nicht verheiratet waren, nicht Familie und Berufsablenkung hatten, aber sie schafften sich Ablenkungen durch allerlei weltliche Gespräche, und viele übernahmen auch weltliche Verrichtungen, die ihrem Wanderleben entgegenkamen - als Boten oder Ärzte oder Festredner u.a.m. Ihnen will der Erwachte helfen, er will nicht mit ihnen streiten, nicht theoretische Auseinandersetzungen mit ihnen pflegen. Mit all seinen Fragen führt er sie zu den Erfordernissen zurück, die sie auch für ihren Weg, für ihr Ziel brauchen

und die sie auch im Grunde wissen. Darin werden sie sich alle einig. Das Ergebnis dieses Gesprächs ist, dass sie alle wieder mehr bedenken und mehr daran denken, was eigentlich den Asketen ausmacht, dass sie bei sich mehr darauf achten, nicht so viel herumzureden, dass sie sich beobachten: „Da bin ich von Gier gerissen, da habe ich Abneigung empfunden - ja, das führt nicht zur Vollkommenheit.“ Kein Vorwurf, keine Kritik, kein erhobener Finger, nur die Dinge, die sie alle selber anerkennen, werden wieder neu in den Blick gebracht. Und sie gehen still davon und streben etwas ernsthafter in diesem Sinn als zuvor. Das ist eine viel größere Wirkung, die vom Erwachten ausgegangen ist: die Befruchtung auch aller anderen damaligen Religionen. Der Buddhismus ist in Indien längst fast ganz untergegangen, aber alle anderen Religionen sind durch die Lehre des Erwachten befruchtet worden. Dem Erwachten geht es darum, dass den Wesen geholfen werde, dass sie auf den rechten Weg kommen; unter welchem Namen, das ist gleichgültig. Den endgültigen Ausweg kann zwar nur ein Erwachter oder ein von ihm Belehrter zeigen, aber je ernster ein andersfähriger Asket nach dem wahren und echten Asketentum strebt, um so besser vorbereitet ist er, wenn er der Lehre wieder begegnet, um so besser kann er Gehör geben und ihr nachfolgen.

Wir wollen nun die genannten Eigenschaften näher betrachten. Als erstes heißt es, dass die Vollkommenheit einzeln sei. Wir wissen ja, dass die Vollkommenheit nicht im Sichtbaren, Hörbaren, Riechbaren, Schmeckbaren und Tastbaren und nicht im Denkbaren liegt. Unser hauptsächliches Denken - der sechste Sinn - kreist um die Dinge, die wir mit den fünf Sinnen eingesammelt haben, um die zerbrechlichen Dinge der Vielfalt. Alle Heilen aber wohnen jenseits der Dinge, die mit den Sinnen erfahren werden. In der christlichen Mystik heißt es: *Steig über die Sinne, hier lebet das Leben. (Ruisbroeck)* Das ist das Vollkommene, das man anzustreben hat, indem man das Verlangen nach Vielfalt einstellt. Die äußeren Dinge, die oft so verlockend erscheinen, sind bei genauem Hinschauen wie

Stroh puppen: Selbst Freunde, Ehepartner, Kinder, Eltern, auch solange sie nicht sterben, verändern sich tagtäglich. Sie wandeln sich charakterlich, und ihre Neigungen wandeln sich. Sie geben nicht wirklich Halt – und endlich entschwinden sie ganz; und wehe dem, der nur auf sie angewiesen ist; er flattert von einem zum anderen und wird immer wieder verlassen und enttäuscht. Für einen Augenblick scheint man befriedigt, aber die Sucht wird größer, und morgen muss man das Ersehnte wieder haben und noch mehr haben. Außen Befriedigung suchen bei „anderen“ Wesen oder äußeren Dingen, das ist eine Krankheit des Herzens, das diese Erlebnisse braucht, jene Erlebnisse braucht und das ununterbrochen wechselnde Gemütsstimmungen produziert, die aufkommen, wenn das Ersehnte nicht eintritt: Wut, Zorn, Traurigkeit, Verzweiflung, Bitternis. Dies zeigt: Es ist nur die Krankheit des Herzens, die Süchtigkeit nach den tausend Dingen, die uns so leiden lässt und abhängig sein lässt. Man wird geworfen von den Erlebnissen. Man ist enttäuscht, man ist getroffen oder manchmal entzückt - und schon wieder enttäuscht. So ist man ausgeliefert und abhängig, wenn man auf das Äußere angewiesen ist.

Der Erwachte sagt: Der normale Mensch ist mit einem Lehmsumpf zu vergleichen, in den ununterbrochen Steine hineingeworfen werden. Die Erlebnisse dringen tief und für lange Zeit in uns ein wegen unserer Begehrlichkeit, unserer Bedürftigkeit und verwunden uns. Unser Mögen misst das Erlebnis: Ist es so, wie wir möchten, dann kommt Wohlgefühl auf; ist es aber gerade so, wie wir es nicht möchten, dann kommt Wehgefühl auf. Dabei ist es fast immer so, wie wir nicht möchten, nur gelegentlich so wie wir es möchten.

Den Geheilten dagegen vergleicht der Erwachte mit einer schweren eichenen Bohlentür, gegen die ein Fadenknäuel geworfen wird. So wie in die Bohlentür kein Fadenknäuel eindringen kann, so ist der Geheilte unverletzbar. Er ruht in sich, hat alles bei sich, was er braucht. Er saugt nicht die Erlebnisse auf, so dass sie in ihn eindringen und ihn verwunden können wie den gewöhnlichen Menschen, der sie mit Begehren, mit

Freude und Hingabe genießt und dessen Bedürftigkeit dadurch noch größer wird. Der Geheilte, unerschütterlich wie die Eichenbohle: das ist Frieden, Unabhängigkeit, Unverletzbarkeit – und das für alle Ewigkeit. Da kann nichts mehr eindringen. Von all dem, was verwundbar ist, hat er sich gelöst. Er ist heil geworden, vollkommen.

Wer das seelische Gerissensein bei sich merkt, den feuchten Lehmsumpf, in den alle Ereignisse einsinken, der wünscht sich: Wäre doch mein Herz wie eine Eichenbohle, so fest und unerschütterlich, und bräuchte nichts von außen. Wenn ich von sinnlichen Dingen lebe, dann brauche ich den Leib, um sehen, hören, riechen, schmecken, tasten zu können, dann bin ich mit dem Fleischleib „sterblich“. Aber solange ich allein von innerem Wohl lebe, bin ich unsterblich. Die Entwöhnung von der Süchtigkeit nach sinnlichen Dingen ist es, was den so Strebenden durch und durch hell werden lässt. So beginnt *Angelus Silesius* den Cherubinischen Wandersmann mit dem Vers:

*Rein wie das feinste Gold,  
steif wie ein Felsenstein,  
ganz lauter wie Kristall  
soll dein Gemüte sein.*

Da fängt die Unverletzbarkeit an, und man merkt: sie ist nur einzeln, nur für sich, nur durch Loslassen von allem Unbeständigen, aller Vielfalt zu gewinnen.

Es gibt zwei verschiedene Ziele, die in allen Religionen genannt werden: man kann in erster Linie Tugendhaftigkeit anstreben, eine edle innere Art gewinnen, durch die alle zwischenmenschlichen Beziehungen besänftigt werden, wohltuend werden, wodurch eine gute Freundschaft besteht, eine Kameradschaft zwischen den Menschen, die miteinander verbunden sind. Das ist hilfreich, wohltuend und förderlich und führt zu himmlischem Erleben nach dem Tod, wo man von ähnlich gearteten Wesen umgeben ist. Aber alle Religionsgründer sagen: damit ist nicht das endgültige Heil gewonnen, es ist noch mehr zu tun.

In der christlichen Lehre ist das Gespräch von Jesus mit dem reichen Jüngling überliefert. Er fragt: „Was muss ich tun, dass ich selig werde?“ Da antwortet Jesus: „Halte die Gebote.“ – „Welche Gebote?“ – „Die gegeben sind von Moses und den Propheten.“ Da sagt der Jüngling: „Die habe ich gehalten von Jugend auf.“ Jesus antwortet: „Willst du vollkommen sein, so verkaufe alles, was du hast, gib das Geld den Armen und folge mir nach.“ Mit diesen Worten nennt Jesus die zweite Stufe: die Weltüberwindung. Die erste ist Bewährung in der Welt, die zweite ist Weltüberwindung. In dem vom Erwachten gewiesenen achtfältigen Heilsweg haben wir drei Abschnitte: die Abschnitte Tugend und Herzensfrieden; aber das vollkommene Heil ist erst durch den Abschnitt der Weisheit zu erreichen; sie erst macht endgültig möglich, sich von allem Gewordenen abzulösen. Man soll wissen: die Vollkommenheit ist nur einzeln zu erreichen, nicht in der Menge. Aber man darf zugleich wissen: Für den Weg dahin ist nichts förderlicher als Umgang mit heilskundigen Freunden. Der Erwachte hat einmal auf die Frage Anandos, Freundschaft mit Heilskundigen sei wohl *der halbe Reinheitswandel*, geantwortet: *Der ganze*. (S 45,2) Wenn man gleichstrebende Freunde findet, dann stützen sie sich gegenseitig auf dem Weg zur Unverletzbarkeit. Sie kennen das Ziel, wissen den Abstand von ihm und nähern sich ihm nach und nach, muten sich nicht zu viel zu, lassen sich aber auch nicht gehen, behalten die Spannung zwischen Ziel und eigenem Standpunkt im Auge. Das ist die Mahnung für die andersfährigen Pilgerscharen, die durch den Löwenruf daran erinnert werden, dass die Vollkommenheit einzeln, nicht in der Menge zu finden ist.

Dann folgen die zweite, dritte und vierte Frage:

*Hat der Gierige, Hassende und Verblendete die Vollkommenheit oder der von Gier, Hass und Verblendung Befreite?* Was ist Gier? Wir stellen uns unter Gier meistens nur die allergrößten Dinge vor, aber zur Gier gehört alles auch noch so verfeinerte Verlangen nach sichtbaren Formen, hörbaren Tönen, riechbaren Düften, schmeckbaren Säf-

ten und tastbaren Tastungen, also jegliches Nach-außen-Gerichtetsein. *Steig über die Sinne, hier lebet das Leben*, sagt *Ruisbroeck*. Und an einer anderen Stelle sagt er: *Kennst du die Wahrheit und kannst innen bleiben?* Die Wahrheit ist, dass außen nur Zerbrechliches erlebt wird, und mit der Frage „*Kannst du innen bleiben?*“ ist gemeint: Ist dein Herz schon so hell, so befriedet, dass du darin deine Heimat, dein größtes Wohl, deine größte Seligkeit hast?

Doch wenn man unter „innen bleiben“ nur die Überwindung der Sinnengier, der Wendung nach „außen“, verstehen wollte, so wäre damit noch nicht das Letzte gesagt. Sinnengier - *kāmarāga* - ist nur eine von drei Arten von Anziehung. Auch Anziehung nach reiner Form an sich, ohne sinnlichen Bezug (*rūparāga*), ja selbst Anziehung nach formfreiem Dasein (*arūparāga*) ist noch Anziehung, ist noch „Gier“ im weitesten Sinne. Und auch wer nur noch nach formfreier Welt Verlangen hegt, der ist nicht vollkommen, hat noch nicht den letzten Frieden; er ist zwar nach innen gewandt, aber er kann nicht auf ewige Zeiten innen „bleiben“: Solange noch Gier nach Welt in ihm ist, reißt es ihn irgendwann wieder in alle Tiefen des Daseinskreislaufes. Innen „bleiben“ kann nur, wer von aller Anziehung und Abstoßung völlig frei ist. Die Wahrheit kann man bald schon kennen, aber in diesem Sinne innen bleiben können - das ist ein längerer Entwicklungsweg. Jeder Meister hat klein angefangen, und „innen Bleiben“ ist die einzige Meisterschaft, die sich lohnt zu üben, die man - wenn man sie im letzten Sinne versteht - nur einmal in seinem ganzen Dasein zu üben braucht. In jedem Leben muss man wieder Berufe lernen, Sprachen lernen usw. Wer aber einmal lernt, „innen zu bleiben“, der hat nichts mehr mit den Wandlungen der ewigen Wiedergeburten zu tun. Dann ist freilich auch das Wort „innen“ nicht mehr gemäß; dann ist jede Spaltung „innen/außen“ aufgehoben und der Bereich der Sprache überschritten. Der „Gierige“ im weitesten Sinne, der von den Sinnendingen oder von der Formwelt oder von Formfreiheit angezogen ist, kann die Vollkommenheit nicht erreichen, mit Gier ist die Voll-



kommenheit nicht zu erreichen, mit Gier ist die Vollkommenheit nicht vereinbar, und „Hass“, Abgestoßensein, ist nur der Gegenpol. Soweit Gier ist, so weit ist zu anderer Zeit Hass. Gier ist Angezogenensein, Bedürfen, Mangel, Ersehnen. Wenn dieses durchkreuzt wird, dann ist der Mensch entsprechend seiner Gier enttäuscht, und in dem Maß seiner Fieberkrankheit aus Gier und Hass ist er auch verblendet, sieht Fieberträume statt der Wirklichkeit.

Vollkommenheit und Gier schließen sich gegenseitig aus. Vollkommenheit ist für uns ein indifferenter Begriff, aber durch die hier vorgenommene achtfache Gegenüberstellung von Eigenschaften, die die Vollkommenheit verhindern, wird uns das Wesen der Vollkommenheit deutlich. Hunger haben nach sinnlichen Erlebnissen, in dauernder Spannung, in Not leben, einen Zug spüren zu Dingen, das ist nicht Vollkommenheit, das ist Gerissenheit. Abgestoßensein, verfinstert im Gemüt, gar noch hassende Taten in Worten und Werken - das hat mit Vollkommenheit nichts zu tun. Und statt der wirklichen Zusammenhänge Fiebertraumbilder sehen, und diese nach dem Maßstab der Gier bewerten, nicht nach ihrem wahren Wert, das ist Blendung, die Vollkommenheit ausschließt.

*Und die Vollkommenheit, hat die der noch Durstige oder der nicht mehr Durstige?* Gier, Hass und Blendung sind latent, sie offenbaren sich im Durst. Der Durst ist das Akutwerden, das in Erscheinung-Treten der Gier und des Hasses. Es ist der Drang, alle Sinneseindrücke, die dem Menschen angenehm, wohltuend, erfreulich sind (also „Gefühl“), beizubehalten, zu bewahren oder so bald wie möglich wiederholt zu erleben, und Sinneseindrücke, die unangenehm, schmerzlich sind, abzustoßen, sich davon zu entfernen.

*Und die Vollkommenheit, hat die der noch Ergreifende oder der nicht mehr Ergreifende?* Der Erwachte nennt Ergreifen das *Sichbefriedigen bei den Gefühlen* (M 38) und sagt in M 1 *Sich Befriedigen bei den Gefühlen ist des Leidens Wurzel*, und: *Demjenigen, der sich an den fünf Zusammenhäufungen erfreut, darum herumdenkt, sich darauf stützt,*

*dem entsteht Befriedigung. Die Befriedigung an Form, Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierter Wohlerfahrungssuche, das ist Ergreifen (S 22,5); und: Wenn der Wunsch nach Gierbefriedigung (chandarāga) bei den fünf Zusammenhäufungen aufsteigt, dann ist das Ergreifen. (M 109)*

Ergreifen ist also dann geschehen, wenn man in Gedanken, Worten, Taten der fühlbar gewordenen Neigung (Durst) nach Genießen oder Abweisen gefolgt ist und sich so befriedigt hat. Damit ist das im Durst zum Ausdruck gekommene Verhältnis des Ich zu der betreffenden Begegnung erhalten geblieben (Dasein - *bhava*). Die Begegnung wird wiederkommen (Geburt - *jāti*). So schaffen wir Fortsetzung des Daseins, des sogenannten Lebens durch Ergreifen. Wer ergreift, der hält sich an dem Zustand fest, in dem er sich befindet. Wer aber loslässt, zurücktritt, ohne Anspruch ist in Bezug auf die äußeren Dinge, der wächst immer mehr zum vollkommenen Frieden, zur vollkommenen Unverletzbarkeit hin. Wir können nicht von heute auf morgen alles Ergreifen lassen, aber wir können es immer etwas verbessern und es etwas geringer machen, und damit wachsen Unabhängigkeit und Wohlbefinden.

*Und diese Vollkommenheit, hat die der Wissende (vidassuno=wörtlich: Anblickende) oder der Unwissende? Unter „Wissen“ wird verstanden, dass man das Leiden und seine Ursache aus Erfahrung kennt, das Heile und den Weg dahin kennt. Nicht ist hier gemeint, zu „wissen“, was besser schmeckt, was schlechter schmeckt, sondern durch Erfahrung wissen, dass erst die Versiegung aller Triebe das eigentlich Heile ist, das unverletzbar macht. Das lehren nur die Heilgewordenen.*

*Und diese Vollkommenheit, hat die ein bald Verzückter, bald Verstimmt? Damit ist einer gemeint, der die Erlebnisse, die herankommen, abschmeckt nach dem Maßstab: das ist angenehm, das ist unangenehm – die normale Art des Menschen, durch die er im Gemüt bewegt wird. Auch der vom Erwachten Belehrt lebt noch vom Außen, kann noch*

nicht innen bleiben, wenn er noch keinen Herzensfrieden verspürt.

*Und diese Vollkommenheit, hat die einer, dem die Vielfaltserlebnisse behagen?* Ein Wort aus der christlichen Mystik heißt: *Durchbruch die Unerstorbenheit!* Der Welt gegenüber ist selbst der religiöse Mensch, der religiös strebt, noch nicht wie erstorben. Erst der Heilgewordene ist der Welt gegenüber erstorben, er erwartet nichts von der Welt, wohnt in vollkommenem, hellem Gleichmut.

Durch diese Lehrrede sind wir in dem Wissen bestärkt, was zum Heil gehört und welche acht Haltungen das Heil verhindern, acht Haltungen, von denen wir wissen, dass wir noch ganz darin wohnen. Aber indem wir wissen, dass sie uns schaden, werden wir sie nicht mehren, sondern mindern. So wie man sich in jedem Leben auch ganz ohne Religion plagen und anstrengen muss, um durchzukommen und um z.B. ein bisschen Freundschaft zu erfahren, um Dinge also, die einem immer wieder entgleiten, so müht sich der vom Erwachten Belehrt um etwas, das sich am allermeisten lohnt, um endgültige Leidensminderung. Es gibt keinen besseren Weg, um in diesem und in nächsten Leben Wohl zu erfahren und um zum endgültigen Heil zu kommen.

Nachdem der Erwachte in diesem ersten Teil der Lehrrede offenbart hat, was wirklich Vollkommenheit heißt und welche befleckenden Eigenschaften sie verhindern, misst er nun mit diesem Maßstab der Vollkommenheit die Philosophen seiner Zeit und aller Zeiten, indem er die zwei letzten Weltanschauungsgegensätze nennt, auf die sich alle nur möglichen philosophischen Ansichten zurückführen lassen und die auch die Denker der damaligen Zeit bewegten:

*Zweierlei Ansichten sind das, ihr Mönche: die Ansicht vom Sein und die Ansicht vom Nichtsein. Alle die Asketen oder Brahmanen, ihr Mönche, die sich auf die Ansicht vom Sein stützen, die Ansicht vom Sein ange-*

*nommen haben, der Ansicht vom Sein zugeneigt sind, sind Gegner der Ansicht vom Nichtsein. Alle die Asketen oder Brahmanen, ihr Mönche, die sich auf die Ansicht vom Nichtsein stützen, die Ansicht vom Nichtsein angenommen haben, der Ansicht vom Nichtsein zugeneigt sind, sind Gegner der Ansicht vom Sein.*

*Alle die Asketen oder Brahmanen, die dieser zwei Ansichten Entstehen und Vergehen, Labsal, Elend und Überwindung nicht der Wirklichkeit gemäß verstehen, die sind gierig, hassend, verblindet, von Durst getrieben, ergreifend, unwissend, bald verzückt, bald verstimmt, ihnen gefallen die Vielfaltserlebnisse, sie freuen sich daran. Sie werden darum nicht erlöst von Geborenwerden, Altern und Sterben, von Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung, werden nicht erlöst, sag ich, vom Leiden. Aber alle die Asketen oder Priester, ihr Mönche, die dieser zwei Ansichten Entstehen und Vergehen, Labsal, Elend und Überwindung der Wirklichkeit gemäß verstanden haben, die gierlosen, hasslosen, von Verblindung befreiten, die nicht mehr durstigen, nicht mehr ergreifenden, wissenden, weder verzückten noch verstimmt, denen Vielfaltserlebnisse nicht gefallen, die sich an Vielfaltserlebnissen nicht erfreuen, die werden erlöst von Geborenwerden, Altern und Sterben, von Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung, werden erlöst, sag ich, vom Leiden.*

Der Erwachte wendet auch auf diese vom unbelehrten Menschen für die tiefste gehaltene Frage vom „Sein oder Nichtsein“ - die er in S 12,15 genauer behandelt hat - die einzig heilende Methode an: Er lehrt, auch sie als Erscheinung zu durchschauen und nach ihren Entstehens- und Auflösungsbedingungen und ihrem Wert für die Heilung der am Leiden des

Daseins erkrankten Wesen, nach „Labsal und Elend“, „Lust und Leid“ zu fragen. Und deshalb geht der Erwachte hier nicht auf diese zwei Ansichten ein, sondern zeigt: Wenn man sich auf diesen oder jenen Standpunkt stellt, dann gerät man in Gegensatz zu Andersdenkenden, verwickelt sich in intellektuelle Diskussionen. Eine Anschauung soll aber nicht dienen zum Reden und Diskutieren darüber, sondern soll den Menschen anregen, an sich zu arbeiten, Gier, Hass, Blendung, Durst und Ergreifen zu mindern. Wer jedoch die Ansicht vom Sein oder die vom Nichtsein festhält, der befriedigt sich daran, ergreift sie und setzt damit Erleben fort, wird nicht erlöst, bleibt im stets unendlichen Strömen der unaufhaltsamen, fließenden, entstehenden und vergehenden Erlebnisse, was immer wieder Leiden mit sich bringt; *Leiden ist alles was entsteht, Leiden ist alles, was vergeht* - ist nicht wegzuleugnen. Aber wollte man darüber philosophieren, ob man nun dieses bedingte Strömen und Fließen ein „Sein“ nennen darf, weil es ja ständig entsteht oder ein „Nichtsein“, weil es ja ständig vergeht, so würde man sich in extreme Einseitigkeiten verrennen - wie in S 12,15 gezeigt - und käme aus dem Leiden nicht heraus. Es geht darum, darauf hinzuarbeiten, nicht mehr heranzutreten, nicht mehr dabei zu verbleiben, nicht mehr zu ergreifen. So nur wird Vollkommenheit erreicht.

Darum geht der Erwachte nun an die Wurzel und zeigt, dass als Voraussetzung zur Erreichung des Heils alles Ergreifen zu lassen sei:

*Vier Arten des Ergreifens gibt es, ihr Mönche: Das Ergreifen von Sinnendingen, das Ergreifen von Ansichten, das Ergreifen von Verhaltensweisen, das Ergreifen von Selbstbehauptung.*

*Es gibt manche Asketen und Priester, ihr Mönche, die sich fähig erklären, alles Ergreifen von Grund aus darzulegen; doch eine solche Darlegung liefern sie nicht: sie untersuchen das Ergreifen von Sinnendin-*

*gen, aber nicht das Ergreifen von Ansichten, aber nicht das Ergreifen von Verhaltensweisen, aber nicht das Ergreifen von Selbstbehauptung. Und warum nicht? Jene lieben Asketen und Priester haben eben diese drei Fälle nicht der Wirklichkeit gemäß erkannt und können daher, wenn sie auch meinen, alles Ergreifen von Grund aus zu verstehen, eine solche Untersuchung nicht führen.*

*Es gibt manche Asketen und Priester, ihr Mönche, die sich fähig erklären, alles Ergreifen von Grund aus darzulegen; doch eine solche Darlegung liefern sie nicht: sie untersuchen das Ergreifen von Sinnendingen, untersuchen das Ergreifen von Ansichten, aber nicht das Ergreifen von Verhaltensweisen, aber nicht das Ergreifen von Selbstbehauptung. Und warum nicht? Jene lieben Asketen und Priester haben eben diese zwei Fälle nicht der Wirklichkeit gemäß erkannt und können daher, wenn sie auch meinen, alles Ergreifen von Grund aus zu verstehen, eine solche Untersuchung nicht führen.*

*Es gibt manche Asketen und Priester, ihr Mönche, die sich fähig erklären, alles Ergreifen von Grund aus darzulegen; doch eine solche Darlegung liefern sie nicht: sie untersuchen das Ergreifen von Sinnendingen, untersuchen das Ergreifen von Ansichten, untersuchen das Ergreifen von Verhaltensweisen, aber nicht das Ergreifen von Selbstbehauptung. Und warum nicht? Jene lieben Asketen und Priester haben eben diesen einen Fall nicht der Wirklichkeit gemäß erkannt und können daher, wenn sie auch meinen, alles Ergreifen von Grund aus zu verstehen, eine solche Untersuchung nicht führen.*

*In einer solchen Lehre und Wegweisung, ihr Mönche, kann die Klarheit und Befriedung beim Meister*

*nicht vollkommen sein, kann die Klarheit und Befriedung bei der Lehre nicht vollkommen sein, kann die Erfüllung der Tugend nicht vollkommen sein, können die Nachfolger der Lehre einander nicht lieb und angenehm sein. Warum ist das so? So ist es eben, wenn Lehre und Wegweisung schlecht verkündet, schlecht erklärt sind, nicht befreiend, nicht zum Frieden führend, erklärt von einem, der nicht vollkommen erwacht ist.*

*Doch der Vollendete, ihr Mönche, der Geheilte, vollkommen Erwachte erklärt sich fähig, alles Ergreifen von Grund aus darzulegen, und er gibt eine solche Darlegung: Er beschreibt das Ergreifen von Sinnen-  
dingen, er beschreibt das Ergreifen von Ansichten, er beschreibt das Ergreifen von Verhaltensweisen, er beschreibt das Ergreifen von Selbstbehauptung.*

*In einer solchen Lehre und Wegweisung, ihr Mönche, ist die Klarheit und Befriedung beim Meister vollkommen, ist die Klarheit und Befriedung bei der Lehre vollkommen, ist die Erfüllung der Tugend vollkommen, sind die Nachfolger der Lehre einander lieb und angenehm. Warum ist das so? So ist es eben, wenn Lehre und Wegweisung gut verkündet, gut erklärt sind, befreiend, zum Frieden führend, erklärt von einem, der vollkommen erwacht ist.*

Nach dem Bedingungsring ist Ergreifen (*upādāna*) die Voraussetzung für entsprechendes Dasein (*bhava*), ja, es macht *praktisch diese Welt aus* (S 12,15). Und nun zeigt der Erwachte, dass sich die Lehre eines Vollendeten von allen Asketen darin unterscheidet, dass diese nur die ersten drei Arten des Ergreifens oder einzelne davon durchschauen, dass aber allein der Erwachte alle vier Arten des Ergreifens und damit auch das Ergreifen der Selbstbehauptung überwinden lehrt und den Weg

dahin zeigt. Alle vier Arten des Ergreifens finden sich beim Menschen, bei dem einen ist dieses, beim anderen jenes stärker ausgeprägt, je nach der psychischen Art. Betrachten wir sie näher.

Das Ergreifen von Sinnendingen geschieht durch die Sinnesdränge auf den fünf Bahnen der Sinne. Auf den Körper gestützt ergreift der Begehrende die mit dem Körper erfahrbaren Dinge. Um der sinnlichen Wohlgefühle willen ergreift er die Sinnesobjekte, eignet sie sich an: Entsprechen sie den Trieben, so befriedigt er sich an ihnen, laufen sie ihnen zuwider, so stößt er sie ab, weil er ja Wohlgefühl will und Wehe verabscheut. Auch der erfahrene Heilskundige ist noch auf das Wohl durch die Sinnendinge angewiesen, obwohl er letztlich kein Sinnesobjekt als wahrhaft wohl ansehen kann. Aber solange er nicht Höheres erfährt, keine erhellenden Gemütshebungen, keinen länger anhaltenden inneren Frieden, keine überweltlichen Erlebnisse, muss er *doch noch um die Sinnendinge herumtanzen.. (M 13)*

Das Ergreifen von Ansichten bezieht sich auf das Festhalten und Hängen an Meinungen, Dogmen und Urteilen jeder Art. Wir haben im Vorangegangenen das Ergreifen der Ansichten über Sein und Nichtsein besprochen. Ein anderes Dogma ist z.B. die Behauptung: „Es gibt keine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens.“ Andere behaupten das Gegenteil: „Es gibt eine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens.“ Hat man das nur gehört oder gelesen und im Gedächtnis behalten, dann sind das zunächst nur unterschiedliche Anschauungen (*ditthi*). Aber wenn einer an der einen oder anderen Auffassung festhält, nicht in erster Linie aus Geltungsdrang (das wäre die vierte Art des Ergreifens), sondern weil sie ihm zusagt und er fest davon überzeugt ist: „So ist es“, dann ist es ein Ergreifen. Er denkt dann auch nicht etwa: „Ich habe die und die Anschauung, aber wenn mich einer eines Besseren belehrt, bin ich gern bereit, meine Anschauung aufzugeben.“ Er käme sich leer vor, wenn seine geliebte Anschauung wegfiel, darum hängt er an ihr, und zwar auch noch dann, wenn er einzusehen beginnt, dass



sie falsch ist.

Und noch ein anderes Ergreifen von Ansichten gibt es, das man aber kaum merkt. Man meint, man frage nüchtern seinen Geist danach, was in einer bestimmten Situation richtig sei, aber die Antwort ist schon vorprogrammiert durch die Neigung zu bestimmten Antworten, die bereits aus der Neigung zu bestimmten Fragen erwächst. Und jedes - auch das flüchtigste - Bejahen einer Ansicht, sei es das erste oder millionste Mal, ist Ergreifen und damit Befestigen von Ansichten. Man mag sich sogar dabei ertappen, dass man um der sinnlichen Genüsse willen Theorien zu bejahen geneigt ist, die eine Befriedigung gestatten. Erst wenn man aus der Anschauung eine innere Unverletzbarkeit erwachsen spürt und daraus eine Beglückung erfährt und auf dieses feine Glück mehr achtet, es auszukosten lernt, erst von da ab kann man nachhaltig alle Ansichten von sich weisen. Der Genuss der rechten Anschauung, die „Wahrheitswonne“ (Dh 354), wird erst als allerletztes aufgehoben - das ist das Loslassen auch des Floßes, das erst der Geheilte nicht mehr braucht (M 22).

So scheint bei uns vieles nur ein Ergreifen von Ansichten zu sein. Aber wenn wir nach den Grundlagen forschend erkennen, dass wir an der alten Anschauung darum festhalten möchten, weil die neue Anschauung einen Verzicht auf die geliebten Dinge von uns fordern würde, dann handelt es sich um das Ergreifen von Sinnendingen. Wir können bei aufmerksamer Beobachtung meist erkennen, wie weit wir wegen unserer Liebe zu den Sinnendingen an der alten Anschauung festhalten möchten - dann ist es insoweit das Ergreifen von Sinnendingen - und wieweit wir an der Anschauung selber hängen - dann ist es insoweit das Ergreifen von Ansichten.

Der Erwachte sagt (A II,29, in der dritten Aufl. Nr. 38): Wenn Hausleute streiten, dann geschieht es wegen der Sinnendinge. (Dass sie darüber auch Ansichten haben, merken sie kaum.) Die Asketen aber, wenn sie Meinungsverschiedenheiten haben, streiten sich um Ansichten. Hausleute sind vorwiegend an Sinnlichkeit gebunden, Asketen vorwiegend an An-

sichten. Der Erwachte aber streitet weder um Sinnliches noch um Ansichten, er hat alles Ergreifen überwunden. Und er sagt ferner, dass diejenigen Asketen, die nicht zum Herzensfrieden gelangen, dann Ansichten bekommen, Ansichten über Ich und Welt (M 25). Wenn dem Menschen der natürliche Hang zur sinnlichen Befriedigung abgeschnitten wird, ohne dass er etwas Besseres, wie erhellende Gemütshebungen, länger anhaltenden inneren Frieden, befreiende Einsichten erlangt, dann sublimiert er das sinnliche Ergreifen durch geistiges im Sinne des berühmten Ausspruches von *Nietzsche*:

*Wie artig weiß die Hündin Sinnlichkeit um ein Stück Geist zu bitten, wenn ihr ein Stück Fleisch versagt bleibt.*

Wenn ein normaler Mensch auf Sinnlichkeit verzichtet, dann konzentriert er sich noch mehr auf das Ergreifen von Ansichten, und bei normaler Lebensführung besteht meistens ein Gemisch aller vier Arten des Ergreifens. - Erst der erfahrene Heilskundige vermag beim Zurücktreteten vom Ergreifen, beim Loslassen die richtige Reihenfolge zu finden, den „mittleren Pfad“ ohne Krampf und ohne Lässigkeit.

Das Ergreifen oder Aneignen von Verhaltensweisen (*silabbat'upādāna*) hat zur Grundlage das Seinwollen (*bhavayoga*) und betrifft das Soseinwollen vor sich selber (kameradschaftliche Gesinnung, Ehrlichkeit, Geradheit) und bestimmte Verhaltensformen (Freundlichkeit, Höflichkeit, Anständigkeit). Aber es ist durchaus nicht nur das Ergreifen von Gutem. Auch der Räuber, der sich diszipliniert, um desto mehr zu raffen, auch der Diktator, der alles für seine Anhänger tut, aber seine Feinde brutal verfolgt - alles das sind Verhaltensweisen, die meistens vorher vorgestellt, geplant worden sind. Wenn es nur mehr oder weniger zufällig angenommene Verhaltensweisen sind, die nicht vorher vorgenommen worden sind, dann wird einer auf berechnete Kritik hin diese leichter lassen.

Das Pāliwort *silabbat-upādāna* setzt sich zusammen aus *sīla* (Verhaltensweise) und *vata* - was meist mit Regeln und Gelübden oder Riten übersetzt wird. Jedes Gelübde ist ja ein Vorsatz zu bestimmten Verhaltensweisen, die einem entweder

von religiösen Lehrern aufgegeben werden oder die man sich selber setzt: „Ich will um keinen Preis lügen, ich will in jedem Fall ehrlich sein.“

Es gibt auch vorgesetzte Verhaltensweisen, die nicht um ihrer selbst willen angenommen werden, sondern als ein Mittel benutzt werden, um im Beruf oder im Privatleben etwas zu erreichen (z.B. „keep smiling“). Dann liegt dem Ergreifen dieser Verhaltensweise des 'keep smiling' das Ergreifen von Sinnendingen zugrunde (man will mehr verdienen, es bequem haben). Wer das keep smiling aber ohne materielle Absicht rein als Lebenshaltung oder Berufsethos nimmt, der hat sich diese Verhaltensweise um ihrer selbst willen vorgenommen, ergreift sie, befriedigt sich daran, und damit verbleibt sie (Dasein).

Die Angewöhnung guter Verhaltensweisen ist das Bemühen jedes strebenden Menschen. So wie der Unbelehrte, nicht Heilskundige die rechte Anschauung zunächst braucht, ebenso muss man sich, wenn man ihr begegnet ist, erst an das sich daraus ergebende gute Verhalten gewöhnen, und zwar im Maß seiner rechten Anschauung, die man zunächst ergriffen hat, an der man sich freut und erhebt.

Der erfahrene Heilskundige aber - ein solcher hat ja das Grundverständnis des *Samsāra-Leidens* gewonnen - hat keine „Motive“ (Beweggründe) mehr für ein Tun, für seine Begegnung mit den Wesen und Dingen. Er hat vielmehr nur noch Motive zum Loslassen, zum Hinausgehen, zum Frieden. Und das ist gerade nicht mehr „Motiv“, nicht mehr Grund zum Bewegen, sondern umgekehrt die Bewegung beenden, alle Begegnung lassen. Er hat aus seiner Sicht die Begegnungswelt durchschaut als hilflos und heillos, und darum hat er ihr vom Grund her abgesagt. Er ist natürlich noch nicht von Sinnlichkeit und noch nicht von Abneigungsformen frei. So bestehen in seinem Herzen noch Neigungen, die ihn zur Begegnung motivieren wollen. Aber er weiß in seinem Geist, dass dieses Ergreifen von Begegnungen Leiden mit sich bringt, darum bremst er den Triebwillen und löst ihn schrittweise immer

mehr auf. Der erfahrene Heilskundige weiß (wie der Erwachte in M 115 sagt), dass kein beegnendes Ding wirklich wohltut, Wohl bringt, dass vielmehr das Wohl zunimmt in dem Maß der Ablösung von allen Dingen, in dem Maß der zunehmenden Unbedürftigkeit. Und so kann er das Ergreifen von vorgesetzten Verhaltensweisen überwinden, nachdem er es vorher schon so durchschaut hat, dass er sich im Geist an keine Begegnung mehr bindet. Dahin können auch noch die Mystiker aller Zeiten und Religionen gelangen.

Aber in einem - im Entscheidenden - geht der Erwachte auch über die Mystiker hinaus und eröffnet den Wesen erst dadurch den endgültigen Ausweg aus dem Leidenskreislauf: der Erwachte hat auch die vierte Art des Ergreifens überwunden: das Ergreifen von Selbstbehauptung.

Was ist nun die vierte und letzte Art des Ergreifens von Selbstbehauptung? Das Pāliwort setzt sich zusammen aus *atta-vāda-upādāna*. *Atta* bedeutet Ich oder Selbst, *vāda* bedeutet Rede, Lehre, Behauptung, und *upādāna* ist das Ergreifen, Sich Aneignen und darin seine Befriedigung finden, weil eben ein Durst in dieser Richtung besteht.

*Attavāda* wird meistens übersetzt mit Selbstbehauptung. Das kann zweifach aufgefasst werden. Einmal als eine Lehre, welche die Behauptung von der Existenz eines Selbst aufstellt - diese Auffassung ist ganz allgemein verbreitet und ist nur von dem erfahrenen Heilskundigen aufgegeben worden -, zum anderen in einem tieferen Sinne: als das Sichbehauptenwollen als ein Selbst, d.h. dass man nicht untergehen will, sich erhalten will und darum auch mehr oder weniger sich durchsetzen will. Man kann diese beiden Ebenen der sogenannten Selbstbehauptung auch vergleichen mit der ersten und der achten der zehn Verstrickungen, die den Menschen an das Dasein binden, und zwar so lange binden, bis er in irgendeiner seiner ungezählten Existenzen sie aufgegeben hat. Die erste der zehn Verstrickungen heißt *sakkāyaditthi*, die Ansicht, dass das, was er als sich selbst erlebt (*sakkāya*) auch wirklich ein Ich oder ein Selbst sei, also die Identifizierung mit der Ich-Erscheinung.

Wer diese Ansicht hat, der befriedigt sich bereits mit dieser Ansicht, also mit der Selbstbehauptung in dem ersteren Sinne, eben weil er von „sich“ und „seinem“ Dasein überzeugt ist. So stellt er sich auf den Boden der Ichheit, behauptet sein Ich und findet dabei Befriedigung - wie es seit eh und je alle Wesen taten, die nicht von einem Erwachten aufgeklärt waren.

Aber selbst wer durch den Erwachten belehrt, mehr und mehr erkennt, dass die fünf Zusammenhäufungen ein sich gegenseitig bedingendes Geschiebe sind, das den Eindruck von einem Selbst zwar schafft, das aber keinen Kern, kein Selbst enthält, keinen Lenker und Handhaber, sondern nichts ist als ein gegenseitiges Geschiebe - selbst wer zu dieser Einsicht gekommen ist, bei ruhigem Überlegen in seiner Ansicht also nicht mehr die Identifizierung mit der Ich-Erscheinung vollzieht, der hat bei allen Erlebnissen zunächst ganz unmittelbar aber doch immer den Eindruck: *Ich* erlebe das. Erst im zweiten Augenblick erinnert er sich seiner Einsicht, dass da, wo der Eindruck eines „Ich-bin“ besteht, in Wirklichkeit kein Ich-bin ist, sondern eben nur jener geistig-psychische Prozess. So korrigiert er mit der im Intellekt bereits verankerten richtigen Anschauung die von den Trieben und den Gefühlen herkommende Empfindung Ich-bin (*māno-samyojana*). Diese Ich-bin-Empfindung wird unter den zehn Verstrickungen als die achte, also die drittletzte, aufgezählt. Durch die Aufhebung der ersten mehr intellektuellen Verstrickung (Glaube an Persönlichkeit – Ergreifen der Ich-Ansicht) wird auch die Verwurzelung und Gewöhnung an ein Ich (Ergreifen der 8. Verstrickung) allmählich gemindert, bis sie ganz aufgehoben ist. Ein solcher kann sich im Ich-bin-Denken in keiner Weise mehr befriedigen, weil er das Spiel der fünf Zusammenhäufungen durchschaut, in der kein Wesenskern, kein Ich oder Selbst zu finden ist.

Nur in einer Lehre und Wegweisung, in der alle vier Arten des Ergreifens durchschaut sind und besonders die vierte - sagt der Erwachte in M 11 weiter - nur da erwächst vom Grund her vollkommene Befriedigung bei dem Meister, bei seiner Lehre

und Liebe zu den Gleichstrebenden. Das wirkt sich schon auf die ersten Schritte der praktischen Nachfolge heilend aus; denn bei solcher Durchschauung kann man sich kraftvoll um immer weitere Tugend bemühen, weil man nicht irgendwo eine Reserve behält, ein „Ich“, das geschützt, verteidigt, bewahrt werden muss. Voll und ganz ohne Rückhalt ist der Strebende der Wahrheit hingegeben.

Nachdem der Erwachte bisher in dieser Lehrrede vom Löwenruf die Vollkommenheit gezeigt hat, die acht sie verhindernden Eigenschaften gezeigt hat und mangelnde Durchschauung der vier Arten des Ergreifens als Ursache gezeigt hat, geht er nun dem Ergreifen selber auf den Grund und gibt die Darlegung und Untersuchung, zu der alle anderen Denker und Seher nicht imstande sind: den Bedingungs Zusammenhang. Der Erwachte fragt die Mönche:

*Aber dieses vierfache Ergreifen, ihr Mönche, wo wurzelt das, woraus entspringt es, woraus entsteht es, woraus erwächst es? –*

*Dieses vierfache Ergreifen wurzelt im Durst, entspringt aus dem Durst, entsteht aus dem Durst, erwächst aus dem Durst.–*

*Und dieser Durst, ihr Mönche, wo wurzelt der, woraus entspringt er, woraus entsteht er, woraus erwächst er? – Der Durst wurzelt im Gefühl, entspringt aus dem Gefühl, entsteht aus dem Gefühl, erwächst aus dem Gefühl.– Und dieses Gefühl, ihr Mönche, wo wurzelt das, woraus entspringt es, woraus entsteht es, woraus erwächst es? Das Gefühl wurzelt in der Berührung, entspringt aus der Berührung, entsteht aus der Berührung, erwächst aus der Berührung. –*

*Und diese Berührung, ihr Mönche, wo wurzelt sie, woraus entspringt sie, woraus entsteht sie, woraus erwächst sie? –*

*Die Berührung wurzelt in den sechs Süchten, ent-*

*springt aus den sechs Süchten, entsteht aus den sechs Süchten, erwächst aus den sechs Süchten. –*

*Und diese sechs Süchte, ihr Mönche, wo wurzeln sie, woraus entspringen sie, woraus entstehen sie, woraus erwachsen sie? –*

*Die sechs Süchte wurzeln im Psycho-Physischen, entspringen im Psycho-Physischen, entstehen aus dem Psycho-Physischen, erwachsen aus dem Psycho-Physischen. – Und dieses Psycho-Physische, ihr Mönche, wo wurzelt es, woraus entspringt es, woraus entsteht es, woraus erwächst es? –*

*Das Psycho-Physische wurzelt in der programmierten Wohlerfahrungssuche, entspringt aus der programmierten Wohlerfahrungssuche, entsteht aus der programmierten Wohlerfahrungssuche, erwächst aus der programmierten Wohlerfahrungssuche. –*

*Und diese programmierte Wohlerfahrungssuche, ihr Mönche, wo wurzelt sie, woraus entspringt sie, woraus erwächst sie? –*

*Die programmierte Wohlerfahrungssuche wurzelt in der (denkerischen) Aktivität, entspringt aus der (denkerischen) Aktivität, entsteht aus der (denkerischen) Aktivität, erwächst aus der (denkerischen) Aktivität. –*

*Und diese (denkerische) Aktivität, ihr Mönche, wo wurzelt die, woraus entspringt sie, woraus entsteht sie, woraus erwächst sie? –*

*Die (denkerische) Aktivität wurzelt im Wahn, entspringt aus dem Wahn, entsteht aus dem Wahn, erwächst aus dem Wahn.*

Dieser Bedingungszusammenhang mit dem Wahn als letzter Ursache wurde bereits in M 9 ausführlich besprochen.

*Hat nun, ihr Mönche, ein Mönch den Wahn abgetan, das Wissen erworben, so ergreift er, dem Wahn ent-*

*fremdet, im vollen Wissen stehend, nichts mehr an Sinnendingen, ergreift keinerlei Ansicht, hängt nicht an irgendwelchen vorgesetzten Verhaltensweisen und hat alle Selbstbehauptung aufgegeben, völlig frei von jeglichem Ergreifen, kann er durch nichts mehr erschüttert werden, unerschütterlich gelangt er eben bei sich selbst zur vollkommenen Erlöschung. „Versiegt ist die Geburt, vollendet der Reinheitswandel, getan ist, was zu tun ist, nichts mehr nach diesem hier“ versteht er da.*

Das erst ist die Vollkommenheit. Sie hat der Erwachte verwirklicht, und um auch den leidenden Wesen zum höchsten Frieden dieser Vollkommenheit zu verhelfen, hat er das Rad der Lehre ins Rollen gebracht, rührt er in der blinden Welt die „Trommel der Unsterblichkeit“. Darauf gründet sich der mächtige Löwenruf, den auch seine Nachfolger, die vier Arten von Asketen, selber des Heils gewiss, weitertragen sollen, um möglichst viele Wesen aufhorchen zu lassen, damit sie herankommen, die heilenden Wahrheiten hören und ihnen nachfolgen können. Und wir können glücklich sein, dass - 2500 Jahre nach dem letzten Erdenwandel des Erwachten - auch uns dieser Löwenruf noch erreicht hat.



DIE LÄNGERE LEHRREDE VOM LÖWENRUF  
„DAS HAARSTRÄUBEN“

12. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Der Mönch Sunakkhatto

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Vesālī, außerhalb der Stadt, in der Umgebung, am Waldrand. Damals nun hatte Sunakkhatto, der junge Licchavierprinz, erst vor kurzem die Heilswegweisung des Erwachten verlassen, war aus dem Orden ausgetreten. Er stellte vor der Versammlung der Vesālier die Behauptung auf: „Der Asket Gotamo hat keinerlei übermenschliche Zustände erreicht, besitzt kein unverblendetes, wirklichkeitsgemäßes Sehen und Wissen. Der Asket Gotamo lehrt eine Lehre, die lediglich mit dem Verstand erdacht ist, folgt seinen eigenen Erwägungen, so wie es ihm einfällt. Und der Zweck, warum er seine Lehre darlegt, ist einfach der, dass sie den Nachfolger zur völligen Leidensversiegung führt.“*

*Der ehrwürdige Sāriputto erhob sich in der Morgenfrühe, nahm die äußere Robe und Almosenschale und ging nach der Stadt um Almosenspeise. Es hörte da der ehrwürdige Sāriputto von der Behauptung Sunakkhattos.*

*Nachdem nun der ehrwürdige Sāriputto von Haus zu Haus getreten war, kehrte er zurück, verzehrte sein Almosenmahl und ging hierauf zu der Stätte, wo der Erhabene weilte. Dort angelangt begrüßte er den Erhabenen ehrerbietig und setzte sich zur Seite nieder. Zur Seite sitzend sprach nun der ehrwürdige Sāriputto zum Erhabenen:*

*Der Licchavierprinz Sunakkhatto, o Herr, der vor kurzem diese Heilswegweisung verlassen hat, der führt*

*in ganz Vesālī solche Rede: „Der Asket Gotamo hat keinerlei übermenschliche Zustände erreicht, besitzt kein unverblendetes, wirklichkeitsgemäßes Sehen und Wissen. Der Asket Gotamo lehrt eine Lehre, die lediglich mit dem Verstand erdacht ist, folgt seinen eigenen Erwägungen, so wie es ihm einfällt. Und der Zweck, warum er seine Lehre darlegt, ist einfach der, dass sie den Denker zur völligen Leidensversiegung führt.“ –*

*Zornig, Sāriputto, ist Sunakkhatto, der verblendete Mann, und nur im Zorn hat er diese Worte gesprochen. „Tadeln will ich“, meint Sunakkhatto, der verblendete Mann, und lobt gerade damit den Vollendeten. Ein Lob ist es, Sāriputto, des Vollendeten, wenn einer sagt: „Und der Zweck, warum er seine Lehre darlegt, ist einfach der, dass sie den Denker zur völligen Leidensversiegung führt.“*

*Aber freilich wird da Sunakkhatto, der verblendete Mann, nicht der Wirklichkeit nachgehend, die Gewissheit bei mir gewinnen: „Das ist der Erhabene, Heilgewordene, vollkommen Erwachte, der im Wissen und Wandel Vollendete, der zum Heil der Wesen gekommene Kenner der Welt. Er ist der unübertreffliche Lenker derer, die erziehbar sind, ist Meister der Götter und Menschen, erwacht, erhaben.“*

*Und freilich wird da Sunakkhatto, der verblendete Mann, auch nicht der Wirklichkeit nachgehend, die Gewissheit bei mir gewinnen: „Das ist der Erhabene, der durch geistige Macht vielfältige Wirkungen bewirken kann: etwa als nur einer vielfach werden und vielfach geworden wieder einer sein; oder sichtbar und unsichtbar werden; auch durch Mauern, Wälle, Felsen hindurchgleiten wie durch leeren Raum; oder auf der Erde auf- und untertauchen wie in Wasser; auch auf dem Wasser wandeln ohne unterzusinken wie auf der*

*Erde; oder auch sitzend durch den Raum fahren wie der Vogel mit seinen Fittichen; ja, Sonne und Mond, die so kraftvoll und mächtig sind, berühren; sogar bis zu den Brahmawelten den Körper in seiner Gewalt haben.“*

*Und freilich wird da Sunakkhatto, der verblendete Mann, auch nicht der Wirklichkeit nachgehend, die Gewissheit bei mir gewinnen: „Das ist der Erhabene, der mit dem feinstofflichen Gehör, dem gereinigten, über menschliche Grenzen hinausreichenden, beide Arten der Töne hört, die himmlischen und die irdischen, die fernen und die nahen.“*

*Und freilich wird da Sunakkhatto, der verblendete Mann, auch nicht der Wirklichkeit nachgehend, die Gewissheit bei mir gewinnen: „Das ist der Erhabene, der mit dem feinstofflichen Auge der anderen Personen Herz im Herzen erkennen kann: das mit Gier besetzte Herz als mit Gier besetzt, das mit Hass besetzte Herz als mit Hass besetzt, das mit Blendung besetzte Herz als mit Blendung besetzt, das gesammelte Herz als gesammelt und das zerstreute Herz als zerstreut, das nach einem hohen Ziel gebildete Herz als ein nach einem hohen Ziel gebildetes Herz und das nach einem niederen Ziel gebildete Herz als ein nach einem niederen Ziel gebildetes Herz, das mit höheren Eigenschaften erfüllte Herz als ein mit höheren Eigenschaften erfülltes Herz, das mit niederen Eigenschaften erfüllte Herz als ein mit niederen Eigenschaften erfülltes Herz, das geeinte Herz als geeint, das nicht geeinte Herz als nicht geeint, das erlöste Herz als erlöst, das nicht erlöste Herz als nicht erlöst.“*

Wer war Sunakkhatto, von dem der Erwachte hier sagt, dass er, obwohl er Mönch im Orden des Erwachten war, keine Ge-

wisshheit bei dem Erwachten, bei der Lehre und bei der Gemeinschaft der Heilsgänger gewinnen, die überirdischen Fähigkeiten des Erwachten, seine Geistesmacht, nicht erkennen und schätzen könne?

Schon mit jungen Jahren trat er als Mönch in den Orden des Erwachten ein und konnte nach drei Jahren der Askese Außersinnliches sehen, jedoch konnte er keine außersinnlichen Töne hören, weil er das nicht zu üben verstand. (D 6)

Nach dem Bericht in D 24 ging er eines Tages zum Erwachten und erklärte, er sage sich vom Erwachten los, wolle nicht zu ihm gehören, weil er ihm keine überirdische Geistesmacht gezeigt habe, weil er ihm nicht den Anfang der Welt erklärt habe und weil er keine auffällige Schmerzensaskese betreibe. Sunakkhatto meinte also, dass der Erwachte kein transzendentes Wissen besitze, sondern seine Lehre selbst ausgedacht habe, eben nur ein Intellektueller sei, und nach Sunakkhattos Auffassung sei Selbstqual und Geistesmacht das Wichtigste, wichtiger als völlige Leidensüberwindung, zu der die Wegweisung des Erwachten führt.

Was ist Geistesmacht? Die Geistesmacht besteht in der Fähigkeit, sich von der sogenannten Materie, sowohl der des Körpers wie der der Umwelt keine Schranken setzen zu lassen, wie aus den angeführten Beispielen hervorgeht: sich zu vielfältigen, unsichtbar zu machen, durch Mauern und Felsen zu dringen, auf dem Wasser zu gehen, zu fliegen usw. Die über die „Materie“ verfügende Macht des Geistes war nicht nur vielen Mönchen und Nonnen des Buddha eigen und auch nicht nur im vorbuddhistischen und nachbuddhistischen Indien allgemein bekannt, sondern sie wird auch aus allen anderen Kulturen berichtet; die sogenannten „Wunder“ von Jesus in Vorderasien bilden da keine Ausnahme. Und auch aus der Geschichte der christlichen Mystik im Abendland liegen Tausende von Berichten aus Klöstern, Einsiedeleien vor über solche eindeutigen Zeichen der Geistesmacht.

Wir erleben „Gegenstände“ als Festes, Flüssiges, als Wärme und Luft oder als ein Gemisch daraus und nennen es Mate-

rie. Der Erwachte nennt es Form, Gestalt (*rūpa*) und sagt, dass es die Bezeichnung sei für die Wahrnehmung von Festigkeit, Flüssigkeit, Wärme und Luft. Unser Wesen hat sich vollgesogen mit der Einbildung von der Gegenständlichkeit der Materie. Und diese Vollgesogenheit, diese Erwartungshaltung bewirkt, dass wir „erleben“, dass unser Körper an anderer „Materie“ zerschellen und nicht einfach hindurchdringen kann. Und unser Wahn bewirkt, dass wir das auch für natürlich halten. Der Eindruck oder die Wahrnehmung von Materie besteht nur durch sinnliche Bedürftigkeit, durch die Sinnensüchtigkeit der Wesen und hört mit der Überwindung der Sinnensüchtigkeit auf.

Die Überwindung der Sinnensucht, wodurch die Geistesmächtigkeit ermöglicht wird, kann nur allmählich durch Beschreiten des achtgliedrigen Heilswegs gewonnen werden. Darum eben sagt der Erwachte, dass die Grundlage der Geistesmacht in einem Weg besteht, der nur durch fortschreitende Übung zurückgelegt werden kann.

Dass es um einen Übungsweg geht mit dem Ziel, die Sinnensucht zu überwinden, zeigt der Erwachte mit dem Gleichnis von der Entwicklung des Eies zum Küken: So wie man bei dem vom Huhn frisch gelegten Ei nie erleben wird, dass Eiweiß und Dotter die Schale durchbrechen und als lebendiger junger Vogel heraussteigen – ganz ebenso ist auch der normale Mensch in seiner gegenwärtigen Beschaffenheit ganz unreif zur Geistesmacht. Der „natürliche“ primitive Menscheng Geist kann die Materie nicht durchdringen. Aber ebenso wie durch das lange Bebrüten des befruchteten Eies der Inhalt zu einem Küken umgebildet wird, dessen Glieder und Schnabel bereits fester geworden sind als die Eischale – und wie dann bei diesem im Ei befangenen Küken zuletzt der leise Verdacht aufkommt, dass das Ei nicht der einzige Lebensraum sei, dass die leise eindringenden Geräusche auf weiteren Lebensraum hinweisen – und wie das Küken dann sich zu strecken beginnt und mit den fest und hart gewordenen Gliedern, dem Schnabel oder dem Fuß durch die Schale hindurchstößt – ganz ebenso

bedarf es auch der großen Umbildung von dem durch die Materiegläubigkeit bedingten Materiegefühl (*patigha*) des normalen Menschen zu jenem ganz anderen, zunächst noch nicht leicht vorstellbaren Zustand des weltüberlegenen Geistes, dem Materie keinen Widerstand leistet, zur Herzenseinigung.

Von jeher war der indische Mensch gerade dem Geistigen zugewandt. Für ihn gilt heute noch und galt erst recht damals zur Zeit des Erwachten die Welterscheinung als „*māyā*“, d.h. als etwas geistig Ausgesponnenes, das lediglich traumhafter Befangenheit des begehrenden Herzens als „wirklich“ erscheint, das aber nicht die letzte Wirklichkeit ist, sondern von dem Menschen auf dem Weg eines geistigen Erwachens durchstoßen, ja, aufgelöst werden kann. Das ist der Zustand der sinnensuchtfreien Herzenseinigung, durch die Geistesmacht möglich ist.

Die früher als Asketen in die Wälder gingen, um dem endlosen Samsāra mit seinem stets erneuten Geborenwerden und Sterben zu entrinnen, die wussten, dass es um die Entwöhnung des Herzens von der Beschäftigung mit der äußeren „Welt“, von der dauernden Begegnung mit den Dingen gehen müsse, um zur Freiheit zu kommen. Dementsprechend waren ihre Übungen. – Es wird nicht geübt die Handhabung und Bewältigung von „materiellen“ Dingen (*rūpa*=Form), sondern es wird die Erhellung des Herzens, die Pflege inneren Wohls geübt, die ein Loslassen der Sinnendinge zur Folge hat. Das mehrwöchige stumme, stille Bebrüten der Eier gilt für die (oft jahrzehntelange) Übung der Herzensreinigung und Erhellung und das daraus erwachsende innere Wohl der Herzenseinigung (*samādhi*) bis zur Vollendung. Und der Durchbruch des ausgereiften Kükens gilt für die Geistesmacht. Die Geistesmacht wird also nicht selber geübt, sondern ergibt sich als ein Nebenprodukt aus der immer weiter fortschreitenden Weltabwendung, Weltübersteigung, Weltüberwindung in immer weiter fortschreitendem inneren Herzensfrieden und fortschreitender Herzenseinigung.

In den Lehrreden heißt es: Wenn das Herz in der vierten weltlosen Entrückung völlig rein geworden ist, ohne Triebe nach sinnlicher Wahrnehmung, aber die völlige Triebversiehung noch nicht erreicht ist, dann kann im Herzen der Wunsch aufkommen, jetzt die wirklichen Zusammenhänge zu sehen, Wissen (*vijjā*) zu gewinnen, um sich von allem Unbeständigen – auch von reinem Formerleben und allem Erleben von Formfreiheit – lösen zu können. Dann richtet der Geist seine Aufmerksamkeit darauf, indem er dem gereinigten, geläuterten Herzen erlaubt, seinem Wunsch nach dem Erlebnis von Wissen zu folgen, es in völligem Gleichmut zu erfahren und zu empfinden und das Erfahrene als (Wahrheits-)Wahrnehmung dem Geist zu melden. So heißt es (M 77, D 2):

*Solchen geeinigten Herzens (völlig gereinigt, völlig gesäubert, fleckenlos, fern von Trübungen, sanft geworden, formbar, unerschütterlich, unverstörbar) richtet er (d.h. der Geist) das Herz auf die Entfaltung von Geistesmacht. So kann er auf mannigfaltige Weise Geistesmacht entfalten...*

Der Erwachte hat dem zweifelnden Sunakkhatto persönlich manche Beispiele seiner Geistesmacht gegeben, wie aus D 24 hervorgeht. So hat er z.B. das zukünftige Ergehen von drei Asketen, die Sunakkhatto verehrte, vorausgesagt. Der erste, den Sunakkhatto für einen Geheilten hielt, war ein Selbstquäler, der als Unbekleideter sich wie ein Hund verhielt und auch die Gesinnung eines Hundes zu erwerben trachtete. Von ihm sagte der Erwachte voraus, dass er in sieben Tagen sterben werde und nach dem Tod unter unglücklichen Dämonen wiedergeboren werde. Dieses werde der kurz wiederbelebte Leichnam des Asketen dem Sunakkhatto selber bestätigen. Und so geschah es auch.

Von einem zweiten Asketen, der sich einer strengen Selbstqual hingab, sagte er voraus, dass er diese in Kürze aufgeben und bald sterben würde. Und auch das geschah.

Ein dritter Selbstquäler rühmte sich, vor einer großen Versammlung den Erwachten im Vorzeigen überirdischer Geistesmacht übertreffen zu können, doch der Erwachte sagte voraus, dass es diesem Ruhmbegierigen nicht möglich sei, vor dem Erwachten, der jeglichen Ich-bin-Dünkel aufgehoben hat, zu erscheinen, und so traf es ein. Der Erwachte hat dann allein vor jener Versammlung überirdische Geistesmacht bezeugt, indem er in Flammen sprühend als Strahlenkranz am Himmel verschwand und in seiner Einsiedelei wieder auftauchte.

In allen drei Fällen gibt Sunakkhatto dem Erwachten gegenüber zu, dass er damit überirdische Geistesmacht bezeugt habe. Der Erwachte antwortet darauf: *Der ich also eine überirdische Geistesmacht bezeugt habe, ich wurde von dir bezichtigt: „Aber es hat mich, o Herr, der Erhabene keinerlei überirdische Geistesmacht sehen lassen.“ Sieh, Verblendeter, wie sehr du hierin gefehlt hast*, und er mahnte ihn, seine verderbliche Ansicht fahren zu lassen, denn sie würde ihm lange zum Unheil und Leiden gereichen. Und doch ist Sunakkhatto aus dem Orden ausgetreten, auch trotz der zusätzlichen, mehr vordergründigen Warnung des Erwachten (D 24), dass er dann bei seinem Volk, den Licchaviern, in den schlechten Ruf kommen würde: *Nicht vermochte Sunakkhatto beim Asketen Gotamo das Reinheitsleben zu führen, aus Unvermögen hat er die Übung aufgegeben und ist in niederes Weltleben zurückgekehrt.*

Die Geistesmacht ist für den nach Herzensreinheit Strebenden ein Nebenprodukt der Läuterungsbemühungen, aber ihr Erwerb zeigt, dass der Übende sinnliches Begehren und damit den Materieglauben und damit die Gebundenheit an die Materie aufgehoben hat. Darum neigt der gläubig Ergebene dazu, die Beherrschung der Materie als ein Zeichen für die Heiligkeit des geistesmächtigen Mönches zu deuten: „So heilig ist mein Lehrer, dem Ziel so nah, dass er dies vermag.“ So sind z.B. leibhaftige Wunder eine der drei Voraussetzungen der Heiligsprechung durch die katholische Kirche, weil dort Wundertun als Indiz für Transzendenz-Bezug gilt.



Der Erwachte stellt in D 11 dem Wunder der Geistesmacht das Wunder der Unterweisung gegenüber und sagt, dass die Unterweisung, das Zusammentreffen eines vollkommen Erwachten mit einem Wahrheitsuchenden und das Aufnehmen und Befolgen der Belehrung des Erwachten durch den Nachfolger ein viel größeres Wunder sei, denn mit der Aufnahme der rechten Anschauung, mit dem Erkennen, was wirklich wertvoll und anzustreben ist und was nicht, beginnt der endgültige Heilungsprozess. Mit der rechten Umwertung der Werte beginnt das größte und hilfreichste Wunder, das es gibt, und gerade ein solches Wunder haben wir meistens nicht auf Rechnung.

### Der Buddha ist nicht allmächtig

Jeder Mönch, der alle Triebe aufgehoben hat, ist aus dem Wahntraum, dass da ein Ich einer Umwelt gegenüber stünde, erwacht. Aber nur der Buddha wird als *samma-sambuddha* bezeichnet, als ein vollkommen Erwachter. Das soll nicht bedeuten, dass die anderen noch in irgendwelchen Eigenschaften ihres Wesens im Wahn befangen wären, sondern es bedeutet, dass der Erwachte des unbegangenen Weges erster Wegbahner ist. Er hat in dem Dschungel des Wahns aus sich heraus ohne Belehrung die Erwachung gewonnen. Er ist also insofern ein vollkommen Erwachter, als er im Lauf der Äonen seiner Vorleben alle Irrwege gegangen ist, die Irrtümer als Irrtümer erkannte und die übrig bleibende Wahrheit gefunden hat. Noch in seinem letzten Menschenleben nahm er sechs Jahre lang irriige Anstrengungen in der Schmerzensaskese auf sich, von denen er nach der Erwachung sagte: Diese Anstrengungen sollt ihr nicht machen. Ich habe sie irrtümlich gemacht, weil ich anderen strebenden Menschen nacheiferte, bis ich einsah: Dieser Weg der Selbstqual ist nicht der rechte Weg.

Weil dieser so Erwachte alle Irrtümer kennt, so weiß er auch um die Irrtümer aller anderen Wesen, weiß, wohin sie führen und wie man sie überwinden kann. Darum wird er als

der unvergleichliche, der unübertreffliche Lenker aller Wesen bezeichnet. Im Unterschied zu diesem rundherum von allen Irrtümern frei gewordenen Erwachten brauchten andere Triebversiegte unter der Anleitung des Erwachten nur ihre spezifischen Irrtümer zu bereinigen und kamen dadurch zum Ziel. Sie haben nicht den Kreis der Leiden und Irrwege in allen 360 Grad abschreiten müssen. Der Erwachte hat sie aus ihren speziellen Hohlwegen heraus zum Ziel geführt. Darum können die vom Erwachten Belehrteten nach deren Triebversiegung nur begrenzt andere Wesen verstehen und sie belehren.

Wir wissen aus den Lehrreden, dass es drei Wege zur Erlösung gibt (M 70): den Weg des Körperzeugen, der auf dem Weg der weltlosen Entrückungen und der Freiungen zu zunehmender Beruhigung und Abschwächung der Triebe bis zur vollkommenen Überwindung gekommen ist; den Weg des Weisheitslöstens, der auf dem Weg zunehmender Kenntnis der Existenz die Triebversiegung erreicht hat; und den Weg des Beiderseiterlöstens, der beide Wege abgeschritten hat. Aber jeder hat den Weg mehr oder weniger schmal, mehr oder weniger breit abgeschritten. Und nur in dem Bereich, den er selber erfahren hat oder bei anderen beobachtet hat, kann er anderen helfen, kann sie belehren, aber bei Fehlern, die er nicht kennt, weil er sie selber nie begangen hat und auch andere nicht hat begehen sehen, kann er nicht helfen.

Unter den triebversiegten Mönchen, die durch die Wegweisung des Erwachten zum Ziel kamen, gibt es auch solche, die andere gut belehren können, wie z.B. die beiden bekannten Mönche des Erwachten, Sāriputto und Moggallāno. Der Erwachte sagt, Sāriputto sei wie ein Erzeuger anzusehen, er könne die Menschen so belehren, dass sie eine geistige Zeugung an sich erfahren, dass sie den Stromeintritt, die prima causa des Heils, gewinnen. Höchstens noch sieben Wiedergeburten hätten sie ab dann zu durchlaufen, bis sie die völlige Triebversiegung erreichten. Mahāmoggallāno sei des Erzeugten Ernährer, er sei seinem Wesen nach mehr geeignet, diejenigen Schüler, die durch Sāriputto das entscheidende Wissen gewonnen

haben, weiter geistig zu ernähren, je nach Bedarf das eine und das andere zu wiederholen, die Menschen in ihrer Gemütsverfassung zu erkennen und zu ermuntern. Obwohl beide Mönche triebversiegt sind, haben sie noch diese unterschiedlichen zuschnittbedingten Eigenschaften. Worin alle Triebversiegteten sich gleichen, ist nur, dass sie von allen Trieben frei sind. Aber jeder ist von seinen Trieben befreit, die also nur er hatte, und er verfügt auch nur über die von ihm auf seinem Läuterungsweg gemachten Erfahrungen.

Der Erwachte hat die Mönche und Nonnen, die Anhänger und Anhängerinnen aufgefordert, sich die Eigenschaften des vollkommen Erwachten, des Buddha, vor Augen zu führen. Indem sie sich der Größe und Weite seiner Eigenschaften bewusst würden, würde ihr Vertrauen zum Erwachten zunehmen, würden sie erkennen, dass der Buddha ein Wesen ist, dessen Führung man sich überlassen darf. Wer selber auf dem Weg der Läuterung eine grundlegende Umorientierung vollzogen und von daher innere Erfahrungen gesammelt hat, auch oft starke, hilfreiche Impulse durch die Lehre bekommen hat, der merkt, welche großen Einsichten den Erwachten zu einem Vollkommen Erwachten geformt haben, und er freut sich um so mehr, dass es einen solchen Buddha gibt oder gegeben hat. Durch die Betrachtung der Eigenschaften eines Vollkommen Erwachten wächst nicht ein blindgläubiges Vertrauen, sondern ein gesichertes Vertrauen.

Bei der Betrachtung der Eigenschaften eines vollkommen Erwachten entsteht die im christlichen Raum naheliegende Frage: Ist der Buddha allmächtig? Diese Frage stellt sich darum, weil der Christ in der Kirche gelernt hat, dass Gott allmächtig sei, während die christlichen Mystiker nicht sagen, dass Gott allmächtig sei, und in der Bibel, dem Buch, auf welches sich das Christentum beruft, ja doch nachlesbar ist, dass diesem Gott vieles nicht gelungen ist, so wie er es beabsichtigt hatte, dass er also insofern nicht allmächtig sein kann. Auch der Buddha ist nicht allmächtig. So wie Jesus einen Judas hatte, dessen Untaten er nicht verhindern konnte – allerdings nach

der Überlieferung auch nicht verhindern wollte, *auf dass erfüllet werde, was da geschrieben steht* – so hatte auch der Buddha einen Judas. Es war Devadatto, sein Vetter, ein Intrigant, der dem Buddha nach dem Leben trachtete, um selber Führer der Mönche zu werden. Aber ein vollkommen Erwachter kann nicht umgebracht werden. Die Allmacht eines Wesens kann es nicht geben, sie ist ein Wunschtraum. Der Erwachte kann niemanden an das Ziel tragen, der Hörer muss die Lehre begreifen und den Weg zur Triebversiegung selber gehen:

*Ihr selbst müsst streben heißen Sinns,  
Erwachte sind Verkünder nur. (Dh 276)*

Im Folgenden zeigt der Erwachte, inwiefern er durch seine überragenden geistigen und seelischen Fähigkeiten, die er durch intensives Mühen in vielen früheren und in seinem letzten Menschenleben erworben hat, alle Wesen überragt, so wie der Löwe in seiner Körperkraft alle Tiere überragt. (s. den Löwenruf, A IV,33, zitiert am Anfang von M 11). Nach dieser Schilderung äußert ein Mönch, dass er beim Zuhören eine Gänsehaut bekommen habe, sich ihm die Haare gestäubt hätten vor Ehrfurcht bei dem ahnenden Verständnis von der Größe des Vollkommen Erwachten.

### Die zehn Kräfte eines Vollendeten

*Zehn Kräfte sind es, die dem Vollendeten eignen, deretwegen er als unübertroffener Meister erkannt wird, die ihn unter den Menschen den Löwenruf erschallen, die Heilsentwicklung in Gang setzen lassen. Welche zehn?*

*1. Da erkennt der Vollendete das Mögliche als möglich, das Unmögliche als unmöglich. Das ist eine Kraft, die dem Vollendeten eignet, deretwegen er als unübertroffener Meister erkannt wird, die ihn unter den Men-*

*schen den Löwenruf erschallen, die Heilsentwicklung in Gang setzen lassen.*

*2. Da kennt der Vollendete allen früheren, zukünftigen und gegenwärtigen Wirkens nur irgend mögliche Gründe und Folgen. Auch das ist eine Kraft, die dem Vollendeten eignet, deretwegen er als unübertroffener Meister erkannt wird, die ihn unter den Menschen den Löwenruf erschallen, die Heilsentwicklung in Gang setzen lassen.*

*3. Da kennt der Vollendete zu allen Zielen die hinführenden Übungen. Auch das ist eine Kraft, die dem Vollendeten eignet, deretwegen er als unübertroffener Meister erkannt wird, die ihn unter den Menschen den Löwenruf erschallen, die Heilsentwicklung in Gang setzen lassen.*

*4. Da sieht der Vollendete der Wirklichkeit gemäß die Welt aus vielen und verschiedenen Gegebenheiten gefügt. Auch das ist eine Kraft, die dem Vollendeten eignet, deretwegen er als unübertroffener Meister erkannt wird, die ihn unter den Menschen den Löwenruf erschallen, die Heilsentwicklung in Gang setzen lassen.*

*5. Da sieht der Vollendete der Wesen sehr unterschiedliche Geneigtheiten der Wirklichkeit gemäß. Auch das ist eine Kraft, die dem Vollendeten eignet, deretwegen er als unübertroffener Meister erkannt wird, die ihn unter den Menschen den Löwenruf erschallen, die Heilsentwicklung in Gang setzen lassen.*

*6. Da erfasst der Vollendete bei anderen Wesen, anderen Menschen rundherum die Sinnesdränge und die Heilskräfte (indriya) der Wirklichkeit gemäß. Auch das ist eine Kraft, die dem Vollendeten eignet, deretwegen er als unübertroffener Meister erkannt wird, die ihn unter den Menschen den Löwenruf erschallen, die Heilsentwicklung in Gang setzen lassen.*

7. *Da kennt der Vollendete der Wirklichkeit entsprechend Befleckung, Reinheit und Beendigung bei der Erreichung der Entrückungen, Gemütserslösungen und der Herzenseinigung. Auch das ist eine Kraft, die dem Vollendeten eignet, deretwegen er als unübertroffener Meister erkannt wird, die ihn unter den Menschen den Löwenruf erschallen, die Heilsentwicklung in Gang setzen lassen.*

8. *Da erinnert sich der Vollendete an manche verschiedene frühere Daseinsform als wie an ein Leben, dann an zwei Leben, dann an drei Leben, dann an vier Leben, dann an fünf Leben, dann an zehn Leben, dann an zwanzig Leben, dann an dreißig Leben, dann an vierzig Leben, dann an fünfzig Leben, dann an hundert Leben, dann an tausend Leben, dann an hunderttausend Leben.*

*Dann an viele Äonen, in denen sich das Weltall zusammenzog, viele Äonen, in denen sich das Weltall ausdehnte, viele Äonen, in denen sich das Weltall zusammenzog und ausdehnte: „Dort wurde ich so und so genannt, war von solcher Familie, mit solcher Erscheinung, solcherart war meine Nahrung, so mein Erleben von Glück und Schmerz, so meine Lebensspanne; und nachdem ich von dort verschieden war, erschien ich woanders wieder; dort wurde ich so und so genannt, war von solcher Familie mit solcher Erscheinung, war meine Nahrung solcherart, so mein Erleben von Glück und Schmerz, so meine Lebensspanne; und nachdem ich von dort verschieden war, erschien ich hier wieder.“ So erinnert er sich mancher verschiedenen früheren Daseinsform mit je den karmischen Zusammenhängen und Beziehungen.*

*Auch das ist eine Kraft, die dem Vollendeten eignet, deretwegen er als unübertroffener Meister erkannt*

wird, die ihn unter den Menschen den Löwenruf erschallen, die Heilsentwicklung in Gang setzen lassen.

9. Da sieht der Vollendete mit dem feinstofflichen Auge, dem gereinigten, über menschliche Grenzen hinausreichenden, die Wesen sterben und wiedererscheinen, gemeine und edle, schöne und unschöne, glückliche und unglückliche. Er sieht, wie die Wesen je nach dem Wirken wiederkehren: Diese lieben Wesen, die mit Taten, Worten und im Denken Übles gewirkt haben, die die Heilgewordenen geschmäht haben, die falsche Ansichten hatten und entsprechend gewirkt haben, sind bei Versagen des Körpers nach dem Tod auf den Abweg gelangt, auf schlechte Lebensbahn, zur Tiefe hinab in untere Welt.

Jene lieben Wesen, die mit Taten, Worten und im Denken Gutes gewirkt haben, die die Heilgewordenen nicht geschmäht haben, die richtige Ansichten hatten und entsprechend gewirkt haben, sind bei Versagen des Körpers nach dem Tod aufwärts gelangt, auf gute Lebensbahn, in selige Welt.

So sieht er mit dem feinstofflichen Auge, dem gereinigten, über menschliche Grenzen hinausreichenden, die Wesen sterben und wiedererscheinen, gemeine und edle, schöne und unschöne, glückliche und unglückliche. Er sieht, wie die Wesen je nach ihrem Wirken wiederkehren.

Auch das ist eine Kraft, die dem Vollendeten eignet, deretwegen er als unübertroffener Meister erkannt wird, die ihn unter den Menschen den Löwenruf erschallen, die Heilsentwicklung in Gang setzen lassen.

10. Und der Vollendete hat durch Versiegung aller Wollensflüsse/Einflüsse die unverletzbar Gemüterlösung, Weisheitlösung noch bei Lebzeiten sich klar-sichtig erobert als unverlierbare Verfassung.

*Auch das ist eine Kraft, die dem Vollendeten eignet, deretwegen er als unübertroffener Meister erkannt wird, die ihn unter den Menschen den Löwenruf erschallen, die Heilsentwicklung in Gang setzen lassen.*

*Das, Sāriputto, sind die zehn Kräfte, die dem Vollendeten eignen, deretwegen er als unübertroffener Meister erkannt wird, die ihn unter den Menschen den Löwenruf erschallen, die Heilsentwicklung in Gang setzen lassen.*

*Wer nun zu mir, dem so Erkennenden, so Schauenden spräche: „Der Asket Gotamo hat keinerlei übermenschliche Zustände erreicht, besitzt kein unverblendetes, wirklichkeitsgemäßes Sehen und Wissen, der Asket Gotamo lehrt eine Lehre, die lediglich mit dem Verstand erdacht ist, folgt seinen eigenen Erwägungen, so wie es ihm einfällt“, und er gäbe diese Rede nicht auf, wendete das Herz nicht davon ab, löste diese Anschauung nicht auf, der kann, wie er's gewirkt, der Hölle verfallen. Gleichwie etwa, Sāriputto, ein Mönch, der vollkommene Tugend, Herzenseinigung und Weisheit gewonnen hat, noch bei Lebzeiten zum Heilsstand kommen kann, so, sag ich, Sāriputto, kann, wer diese Rede nicht aufgibt, das Herz nicht davon abwendet, diese Anschauung nicht verwirft, wie er's gefügt, der Hölle verfallen.*

Zu der als Erstes genannten Kraft des Vollendeten:

Er kennt das Mögliche und Unmögliche

*Da erkennt der Vollendete das Mögliche als möglich, das Unmögliche als unmöglich. Das ist eine Kraft, die dem Vollendeten eignet, deretwegen er als unübertroffener Meister erkannt wird, die ihn unter den Menschen den Löwenruf erschallen, die Heilsentwicklung in Gang setzen lassen.*



In M 115 und A VI,94 werden Möglichkeiten und Unmöglichkeiten aufgezeigt, die schon ein in die Heilsanziehung Gelangter erkennt und erst recht ein Vollkommen Erwachter.

Die als Erstes genannten Möglichkeiten oder Unmöglichkeiten beruhen auf dem Gesetz der Willensdetermination. Der Wille des Menschen ist determiniert, er kann nur dann aufkommen, wenn die gegenwärtige Situation entweder vom Gefühl her als unzulänglich empfunden oder vom Geist zu Recht oder zu Unrecht als unzulänglich bewertet wird.

Der Buddha liefert dem Geist des Hörers die Determinante der Heilsgewinnung, nämlich die rechte Anschauung über das, was Leiden ist und wie es entsteht, was Heil ist und was zum Heil führt. Wer diese Auskunft richtig aufnimmt, der kann nicht, der muss sich freiringen wollen. Der Wille des Menschen besteht nicht in blinder „Freiheit“, nicht in Willkür, sondern in unlöslicher Abhängigkeit von den im Gedächtnis aufbewahrten Einsichten über das, was zu seinem Wohl führt. Nur darum kann der Buddha versprechen, dass derjenige, der bei sich das ununterbrochene Auf- und Abtauchen der fünf Zusammenhäufungen in ihrem Bedingungs-zusammenhang beobachtet und dabei die Schmerzhaftigkeit und Ausweglosigkeit dieses automatischen Ablaufs erkennt und durchschaut, dadurch zwangsläufig zur Abwendung von diesen fünf Zusammenhäufungen kommt. Es ist ihm nicht mehr möglich, bei ihnen vorsätzlich Wohl suchen zu wollen. Zwar zwingen ihn seine Triebe oft noch dazu, aber seine Vernunft sieht deutlich die üblen Folgen dessen. Er ist in seiner Anschauung völlig umgewandelt. Er kann nichts innerhalb der fünf Zusammenhäufungen als ewig, wohltuend und als Selbst angehen. Er kann nicht Vater und Mutter töten, nicht einen Geheilten töten oder das Blut des Vollendeten vergießen. Er kann nicht den Orden des Erwachten spalten oder einen anderen Lehrer als den Erwachten wählen. Dazu Näheres s. M 115.

Zu der als Zweites genannten Kraft des Vollendeten:  
Er kennt alle Ursachen und Folgen des Wirkens

*Da kennt der Vollendete allen früheren, zukünftigen und gegenwärtigen Wirkens gesetzmäßige Gründe und Folgen. Auch das ist eine Kraft, die dem Vollendeten eignet, deretwegen er als unübertroffener Meister erkannt wird, die ihn unter den Menschen den Löwenruf erschallen, die Heilsentwicklung in Gang setzen lassen.*

Schon lange vor dem Buddha Gotamo war die Karmalehre den Indern bekannt. Die Karmalehre besagt, dass all unser Wirken im Denken, Reden und Handeln ein Verursachen ist, das entsprechende Folgen (Wirkungen) hat. Das bedeutet in letzter Konsequenz, dass es kein Erlebnis gibt – kein scheinbar nebensächliches und kein großartiges, kein „inneres“ und auch kein Erleben von „Äußerem“, – das nicht verursacht ist durch das frühere Wirken dessen, der es jetzt erlebt, und dass es andererseits kein triebbedingtes Handeln gibt in Gedanken, Worten oder Taten, das nicht auch für den Täter Folgen auslöst, die an ihn selber wieder herantreten. Dieses Karmagesetz hat der Erwachte formuliert:

*Aus allem wohlgetanen und übelgetanen Wirken reifen dem Täter die Früchte heran.*

Diese Früchte des Wirkens in allen Einzelheiten, seien sie früherem, zukünftigem und gegenwärtigem Wirken entsprossen, kennt der Erwachte und nennt sie, z.B. in M 130, 135 und anderen Reden. Aber nicht nur die Folgen jedes Wirkens im Reden und Handeln kennt der Erwachte, sondern auch die Ursachen, die Gründe für das jeweilige Handeln und Reden, also die Absicht, die Motive, aus welchen eine Tat geschieht. So ist z.B. Töten und Töten zweierlei und kann aus höchst unterschiedlichen Gesinnungen geschehen, z.B. aus roher Mordlust oder als nicht beabsichtigte Begleiterscheinung bei

einem Raubüberfall oder auf Bitten eines schwerkranken Menschen, der dauernd großen Schmerzen ausgesetzt ist. Oder wer mit Absicht einen Widersacher mit dem Auto totfährt, der wird anderes ernten als einer, der einen anderen durch Unachtsamkeit totfährt oder gar einen, der ihm mit Absicht vor das Auto lief, um den Tod zu suchen. Man darf also nicht sagen: Welche Erscheinung auch immer ein Mensch wirkt, genau eine solche Erscheinung wird er ernten, sondern man muss sagen: Was auch immer ein Wesen mit der Absicht zur Befriedigung seines Gefühls wirkt, das bestimmt seine Ernte. Von jedem Wesen gehen ja ständig viele unbeabsichtigte, d.h. nicht zur Gefühlsbefriedigung bestimmte Wirkungen aus. Wenn dieses unbeabsichtigte, nicht der Gefühlsbefriedigung dienende Wirken dem Täter genau die gleiche Ernte brächte wie das beabsichtigte Wirken, dann könnte er nicht zum Heil kommen. Mit jedem Atemzug töten wir unbewusst, ohne Absicht viele Kleinstlebewesen. Wenn dieses unbeabsichtigte Töten immer Getötetwerden zur Folge hätte, so müssten alle Menschen gewaltsamen Todes sterben, nur weil sie atmen.

Es geht also nicht nur darum, was man tut, sondern hauptsächlich um die dabei beteiligten und befriedigten Gefühle als Resonanz auf die jeweiligen Triebe, um die Motive für alle Handlungen, die der Erwachte kennt.

In einer anderen Lehrrede (A III,101) nennt der Erwachte sechs üble und sechs gute Eigenschaften als Ursachen, Motive, die zu entsprechendem Reden und Handeln mit den entsprechenden Folgen führen:

*Da, ihr Mönche, hat einer nur ein kleines Vergehen verübt, und dieses bringt ihn zur Unterwelt. Da aber, ihr Mönche, hat ein anderer eben dasselbe kleine Vergehen verübt, doch dieses wird ihm noch bei Lebzeiten fühlbar, und nicht einmal eine kleine Wirkung erfährt er nach dem Tod, geschweige denn eine große.*

*Welcher Art aber ist der Mensch, ihr Mönche, den ein kleines Vergehen, das er verübt hat, zur Unterwelt bringt?*

1. Da zügelt einer nicht die Sinnesdränge im Körper,
2. hat die Tugend nicht ausgebildet,
3. hat das Herz nicht gereinigt,
4. hat Weisheit nicht ausgebildet,
5. ist beschränkt und engherzig,
6. schon durch wenig Leid ist er verletzbar.

*Einen solchen Menschen mag selbst ein kleines Vergehen, das er verübt hat, zur Unterwelt bringen.*

*Welcher Art aber, ihr Mönche, ist der Mensch, bei dem eben dasselbe kleine Vergehen, das er verübt hat, noch bei Lebzeiten fühlbar wird und er nicht einmal eine kleine Wirkung nach dem Tod erfährt, geschweige eine große?*

1. Da zügelt einer die Sinnesdränge im Körper,
2. hat die Tugend ausgebildet,
3. hat das Herz gereinigt,
4. hat Weisheit ausgebildet,
5. ist hochsinnig, in unbeschränkter Liebe zu allen Wesen,
6. nicht ist er durch wenig Leid verletzbar.

*Bei einem solchen Menschen, ihr Mönche, wird eben dasselbe kleine Vergehen, das er verübt hat, noch bei Lebzeiten fühlbar und nicht einmal eine kleine Wirkung erfährt er nach dem Tod, geschweige eine große.*

Ein Vergehen wird zu Lebzeiten fühlbar bedeutet: Der Täter empfindet deutlich das Üble seines Tuns, denkt darüber nach und hat dadurch manche nicht heitere, aber reinigende Stunde. Er wendet sich ab vom Üblen, bringt sich auf ein Niveau, auf dem er nicht mehr fähig ist, das Üble zu tun.

Für die Ernte des Wirkens ist also die Herzensbeschaffenheit des Menschen verantwortlich. Das Herz, der Charakter, kann zu Hochsinnigkeit, zu unbegrenzter Liebe zu allen Wesen ausgebildet sein, wodurch der Mensch fast untreffbar ist, weil er sein Wohl vorwiegend aus seiner hellen Beschaffenheit bezieht, oder das Herz kann eine unbearbeitete Triebstruktur sein, die als stark bedürftiges und verdunkeltes Wesen mit verweigernden und entreißenden Absichten von allen Schaff-

salsschlägen schwer getroffen wird. Die üble Herzensart ist für die ankommende dunkle Ernte – die das Wesen aufbringt und empört – viel empfindlicher als diejenige eines nach Herz und Gemüt mittelmäßigen oder gar hochsinnigen Menschen.

Diese vielen unterschiedlichen Herzensbeschaffenheiten, die für die Absichten, das Wirken und die Aufnahme des Schaffsals verantwortlich sind, die kennt der Erwachte aus eigener Erfahrung:

*Er kann mit dem feinstofflichen Auge (der Fähigkeit, mit den Sinnen nicht Wahrnehmbares zu sehen) der anderen Personen Herz im Herzen erkennen: das mit Gier besetzte Herz als mit Gier besetzt, das mit Hass besetzte Herz als mit Hass besetzt, das mit Blendung besetzte Herz als mit Blendung besetzt, das gesammelte Herz als gesammelt und das zerstreute Herz als zerstreut, das nach einem hohen Ziel gebildete Herz als ein nach einem hohen Ziel gebildetes Herz, das mit höheren Eigenschaften erfüllte Herz als ein mit höheren Eigenschaften erfülltes Herz, das mit niederen Eigenschaften erfüllte Herz als ein mit niederen Eigenschaften erfülltes Herz, das geeinte Herz als geeint, das nicht geeinte Herz als nicht geeint, das erlöste Herz als erlöst, das nicht erlöste Herz als nicht erlöst.*

Bei solchem Vermögen erschien der Buddha öfter den Mönchen, die eines Anstoßes bedurften, was er auf Grund seiner Herzenskunde erkannte. So war es z.B. bei seinem Sohn Rāhulo (M 147), bei seinem Vetter Anuruddho (A VIII,30), bei Sono (A VI,55) und vielen anderen. Sein durch die Herzenskunde ermöglichtes gezieltes Eingreifen führte dazu, dass die Mönche schneller und leichter die letzten Verstrickungen ablegten und den Heilsstand erreichten.

Zu der als Drittes genannten Kraft des Vollendeten:  
Er kennt die zu allen Zielen hinführenden Übungen

*3. Da kennt der Vollendete zu allen Zielen die hinführenden Übungen. Auch das ist eine Kraft, die dem Vollendeten eignet, deretwegen er als unübertroffener Meister erkannt wird, die ihn unter den Menschen den Löwenruf erschallen, die Heilsentwicklung in Gang setzen lassen.*

In großem Überblick beschreibt der Erwachte fünf Lebensbahnen, die er auch in dieser Lehrrede etwas später nennt: die Wege, die zur Hölle, zum Tierreich, ins Gespensterreich, zum Menschentum und zu den Himmelswesen führen:

*Die Hölle – das Tierreich – das Gespensterreich – das Menschentum – die Himmelswesen – das Nibbāna – kenne ich und den zur Hölle... führenden Weg und die zur Hölle... führende Vorgehensweise, durch deren Pflege man nach Versagen des Körpers, jenseits des Todes, zu Verderben und Unheil bzw. zu höchstem Wohl gelangt – diese Wege kenne ich.*

Zur Beendigung allen Leidens und zur Gewinnung höchsten Wohls, zur Gewinnung des Nirvāna, nennt der Erwachte den achtgliedrigen Heilsweg: Rechte Anschauung, rechte Gemütsverfassung, rechte Rede, rechtes Handeln, rechte Lebensführung, rechtes Mühen, rechte Wahrheitsgegenwart, rechte Herzenseinigung. Alle vollkommen Erwachten sind nicht durch den achtgliedrigen Heilsweg zum Ziel gekommen. Sie haben die rechte Anschauung erst am Ende des Wegs gefunden (S 12,4-10). Aber jeder vollkommen Erwachte hat zur Belehrung den Heilsweg aus den drei Etappen Tugend, Herzenseinigung und (erfahrene) Weisheit zusammengestellt und diesen Drei rechte Anschauung (als gehörte Weisheit – 1.Stufe) und rechte

Gemütsverfassung (rechte Gedanken entsprechend der rechten Anschauung – 2.Stufe) vorangestellt, die die Voraussetzung bilden zum Verständnis und zur praktischen Nachfolge.

Der achtgliedrige Heilsweg beginnt also mit der Abnahme der Wahnbande durch gehörte Weisheit. Diesen mitgeteilten rechten Anblick mit der rechten Gemütsverfassung als Ziel (2.Stufe) nimmt der Nachfolger zu seinem Leitbild, danach geht er praktisch vor in der Übung der Tugend (3.-5.Stufe), der Entwöhnung von Herzensbefleckungen und weltlicher Vielfalt (6.-8.Stufe) und erwirbt sich am Ende des gesamten achtgliedrigen Heilswegs Weisheit und Erlösung (9. und 10.Stufe).

In der Lehrrede „Wiedergeburt je nach dem Anstreben“ (M 120) nennt der Erwachte unterschiedliche Ziele der Wiedergeburt vom Menschentum ausgehend, die ein Mensch nur haben kann:

Wiedergeburt unter Fürsten, Priestern, Bürgern.

Himmlische Wiedergeburt in der Sinnensuchtwelt:

bei den Göttern der Vier Großen Könige,

bei den Göttern der Dreiunddreißig,

bei den Gezügelten Göttern,

bei den Stillzufriedenen Göttern,

bei den an eigenen Schöpfungen erfreuten Göttern,

bei den an den Schöpfungen anderer erfreuten Göttern.

Wiedergeburt in der Formwelt:

Die Brahmawelten,

die Leuchtenden,

die Strahlenden,

die Reichgesegneten,

der Götterbereich der Nichtwiederkehrer: Die Reinen Götter,

der formfreie Bereich,

das Nirvāna.

Für alle diese sehr unterschiedlichen Ziele nennt der Erwachte immer die gleichen fünf allgemeinen Voraussetzungen:

Vertrauen (*saddhā*), Tugend (*sīla*), Wahrheitskenntnis (*suta*),

Loslassen (*cāga*), Weisheit (*paññā*).

Wir mögen denken, die Wesen mit der Selbsterfahrnis der Sinnensucht, der formhaften und der formfreien Selbsterfahrnis sind doch von größter Unterschiedlichkeit, darum müssen doch auch die Bedingungen zum Erreichen der höchsten jenseitigen Ziele vollständig andere sein als die zu den menschennahen Zielen.

Aus dem Überblick über diese fünf Eigenschaften zeigt sich, dass diejenigen, die den Wunsch haben, nach dem Tod unter geistig vermögenden und hochgestellten Menschen oder den menschennahen Göttern wiedergeboren zu werden, wohl auch alle fünf Eigenschaften, aber die letzteren Drei nur ganz schwach und erst keimhaft erworben haben, dass sie hauptsächlich von Vertrauen und von Tugend bewegt sind. Je mehr ein Mensch aber die heilende rechte Anschauung pflegt, d.h. die vom Erwachten aufgezeigten wahren Daseinszusammenhänge, die wirkliche Struktur der Existenz betrachtet, um so mehr werden bei ihm zwangsläufig auch die letzten drei der fünf Eigenschaften verstärkt. Und je mehr Wahrheitskenntnis, Loslassen und Weisheit dann zunehmen, um so mehr auch werden seine Wünsche für seine zukünftige Wiedergeburt davon bestimmt, d.h. er greift dann auch zu immer höheren Zielen.

So entwickeln sich die fünf Eigenschaften also aus der Pflege der heilenden rechten Anschauung und der rechten Gemütsverfassung – den beiden ersten Gliedern des achtgliedrigen Heilswegs – einer Pfeilspitze gleich keilförmig immer weiter bis zur Vollendung: Immer ermöglicht erst die Entwicklung und Verstärkung der ersten (Vertrauen und Tugend) auch der Reihe nach die Entwicklung und Verstärkung der weiteren bis zur letzten. Die gesamte Entwicklung kann durch nichts anderes in Gang gebracht und vorwärtsgetrieben werden als durch die Pflege der vom Erwachten vermittelten rechten Anschauung und der rechten Gemütsverfassung.



Zu der als Viertes genannten Kraft des Vollendeten:  
Der Erwachte sieht:  
Welt ist aus vielen verschiedenen Gegebenheiten gefügt

4. Da sieht der Vollendete der Wirklichkeit gemäß die Welt aus vielen und verschiedenen Gegebenheiten gefügt. Auch das ist eine Kraft, die dem Vollendeten eignet, deretwegen er als unübertroffener Meister erkannt wird, die ihn unter den Menschen den Löwenruf erschallen, die Heilsentwicklung in Gang setzen lassen.

Das Wort *dhātu*, herkommend von *dahati* = hinstellen bedeutet „das Hingestellte, nun da Stehende, das Gebildete, Eingebildete, Angewöhne und dadurch Vorhandene“, also das Gegebene, mit welchem wir bei all unserem Planen und Anstreben zu rechnen haben. Der Erwachte nennt in M 115 41 Gegebenheiten, die wir (außer den letzten zwei letzten Oberbegriffen: das Zusammengesetzte und Nichtzusammengesetzte) einteilen können in

1. die Triebe und Eigenschaften der Wesen: Sinnensucht, Antipathie bis Hass, Rücksichtslosigkeit und ihre positiven Gegenteile,
2. die Gesamtheit des von uns als Außen Gewirkten, das Geschaffene, Schaffsal, das an den Menschen wieder herantritt,
3. die Gefühle, die durch Berührung der Triebe mit dem als außen Erfahrenen entstehen.

Sowohl die Eigenschaften des Erlebers wie auch das Erlebte und seine Qualität zählen also zu den geschaffenen Gegebenheiten (*dhātu*). Es gibt nichts, das an sich da ist, sondern da sind nur die angeschafften, erworbenen Eigenschaften und die geschaffenen Umweltphantome, die eine den Trieben des Empfingers entsprechende Wahrnehmung von einem Ich in einer dem Wirken dieses Empfingers entsprechenden Umwelt liefert: „Hier bin ich in dieser Welt.“ Durch die Gegebenheiten, heißt es (S 14,13), entsteht die Wahrnehmung.

Wir nehmen eine objektive außerhalb von uns befindliche Welt an, aus welcher wir dies oder das aufgelesen, erfahren haben. Der Erwachte aber sagt: Je nach dem Angewöhnten, je nach dem, was du dahingesetzt oder je nach dem, als wen oder was du dich dahin gesetzt hast, ist die Wahrnehmung, nicht aber einer objektiven Welt zufolge.

Die 41 Gegebenheiten befinden sich alle als im Geist und im Herzen fixierte Wünsche und Vorstellungen in dem Körper des Wahrnehmenden, wie der Erwachte es zu Rohitasso (A IV,45) sagt. Alle Wahrnehmungen entstehen im Körper, aber auch der Körper ist in der Wahrnehmung.

Die 41 Gegebenheiten sind:

F o r m		E r f a h r u n g	G e f ü h l e
(Ich	Welt)		
Luger	Formen	Luger-Erfahrung	Wohl
Lauscher	Töne	Lauscher-Erfahrung	Wehe
Riecher	Düfte	Riecher-Erfahrung	Freude
Schmecker	Säfte	Schmecker-Erfahrung	Trauer
Taster	Tastbares	Taster-Erfahrung	Gleichmut
Denker	Dinge	Denker-Erfahrung	Wahn

Festigkeit  
 Flüssigkeit  
 Temperatur  
 Luft  
 Raum  
 Erfahrung

H e r z e n s q u a l i t ä t e n

Sinnensucht – Begehrensfreiheit

Antipathie bis Hass – Liebe

Rücksichtslosigkeit – Schonen

Die Selbsterfahrung: Sinnlichkeit, Reine Form, Formfreiheit

S a m s ā r a – N i r v ā n a

Das Zusammengesetzte – Das Unzusammengesetzte

Der Heilsstand ist das Unzusammengesetzte, Unbedingte, das höchste Wohl. Nirvāna ist das, was übrig bleibt, wenn man alles Wollen, alles Mögen und Nichtmögen endgültig abgetan hat. Diese zwei letzten Gegebenheiten – Samsāra und Nirvāna – sind die größten Gegensätze, die umfassendsten Gegebenheiten.

Zu der als Fünftes genannten Kraft des Vollendeten:

Er sieht der Wesen

unterschiedliche Geneigtheiten (*adhimuttikatam*)

*5. Da sieht der Vollendete der Wesen unterschiedliche Geneigtheiten der Wirklichkeit gemäß. Auch das ist eine Kraft, die dem Vollendeten eignet, deretwegen er als unübertroffener Meister erkannt wird, die ihn unter den Menschen den Löwenruf erschallen, die Heilsentwicklung in Gang setzen lassen.*

Der Erwachte erkennt Herz und Gemüt der Wesen, sieht, wohin sie geneigt sind, welches ihre Vorlieben sind und weiß von daher ihr zukünftiges Erleben. Hier einige Beispiele aus den Lehrreden, in denen der Erwachte von diesen Geneigtheiten der Wesen spricht:

*Da gibt einer Gaben an Asketen oder an Priester, Speise und Trank und Kleidung, Wagen und Schmuck und duftende Salben, Lager und Obdach und Licht. Und was er dahingibt, das erhofft er sich wieder. Der sieht nun einen hochmächtigen Krieger oder einen hochmächtigen Priester oder einen hochmächtigen Bürger, wie er mit den fünf Wunschgenüssen umgeben und überall damit bedient ist. Da wird ihm so zumute: „O dass ich doch bei Versagen des Körpers, jenseits des Todes, zur Gemeinschaft mit solchen Hochmächtigen wiederkehren könnte!“ Auf dieses Ziel richtet er sein Herz, darin befestigt er sein Herz, nach diesem Ziel bildet er sein Herz aus. Und weil*

*sich ihm das Herz zu Minderem neigt, er es zu Höherem nicht ausgebildet hatte, kann es zur Wiederkehr dahin gelangen.*

Ebenso ist das Herz eines Gebers geneigt zur himmlischen Wiedergeburt in der Sinnensuchtwelt. Da es noch weit höhere Selbsterfahrungen, noch höheres Wohl gibt, so werden diese angestrebten Daseinsbereiche als minder bezeichnet. Das Herz ist nicht von Höherem angezogen, nicht zu Höherem ausgebildet. (D 33 VIII)

*Da verweilt der Mönch abgeschieden von weltlichem Begehren, abgeschieden von allen heillosen Gedanken und Gesinnungen in stillem Bedenken und Sinnen. Und so tritt die aus innerer Abgeschiedenheit geborene Entzückung und Seligkeit ein, der erste Grad weltloser Entrückungen. Daran erfreut er sich nun, hat Verlangen danach, fühlt sich darin glücklich. Dabei verharrend, dahin geneigt, häufig darin verweilend, ohne darin nachzulassen, erscheint er nach dem Tod unter den Göttern der Brahmawelt wieder.*

Da erreicht der Mönch die 2., 3., 4. weltlose Entrückung, ist zu der jeweiligen Entrückung geneigt und erscheint entsprechend seiner Geneigtheit bei den Strahlenden, Leuchtenden, den Reichgesegneten Göttern wieder. (A IV,124)

Bei dem die dritte Freie Erreichenden, der bei der Vorstellung vom Fortfall aller Formen und damit des gesamten Weltenerlebnisses empfindet: *Schön ist das reine, vom Verlangen nach Formenvielfalt freie Herz, zum Beispiel das selbstleuchtende Herz der Brahmas oder der Leuchtenden, erkennt der Erwachte: Von Schönheit ist er angezogen (M 77 u.a.).*

Der Heilsgänger überlegt bei sich:

*Wie nun, wenn ich mit weitem, nach Befreiendem strebendem Gemüt verweilte, die Welt überwände, den Geist auf höhere Standorte gerichtet hielte. Denn wenn man mit weitem, nach*

*Befreiendem strebendem Gemüt verweilt, Welt überwindet, den Geist auf höhere Standorte gerichtet hält, dann können diese üblen, heillosen Süchte, wie Habsucht, Antipathie bis Hass und Rechthaberei, nicht mehr bestehen. Sind sie aber aufgegeben, so wird mir das Herz nicht mehr dem Beschränkten nachgehen, wird in der Welt nichts mehr messen (nach angenehm, unangenehm, wertvoll, wertlos), ist gut ausgebildet.*

*Wie er nun so vorgeht, häufig so verweilt, da beruhigt sich ihm das Herz. Ist es beruhigt, so kommt er zur Freiheit von Sinnensucht...bis zur Formfreiheit oder er wird von der Weisheit angezogen (adhimuccati). Beim Versagen des Körpers, nach dem Tod, mag es wohl sein, dass die führende programmierte Wohlerfahrungssuche ihn den Bereich der Freiheit von Sinnensucht erreichen lässt. Dies wird als der erste...hilfreiche Weg zur Freiheit von Sinnensucht bezeichnet. ... (M 106)*

Sein Denken ist damit beschäftigt, die aus früherem Wahn gesponnenen Welterscheinungen immer mehr als solche zu durchschauen und dadurch unterscheiden zu lernen, welche Wege in das Leiden hineinführen und welche aus dem Leiden herausführen. So ist er *von der Weisheit angezogen*.

*Da schwankt und zweifelt ein Mönch nicht am Erwachten, an der Lehre, an der Gemeinschaft der Heilsgänger, fühlt sich zu ihnen hingezogen, bei ihnen beruhigt. Ein Mönch, der nicht am Erwachten, an der Lehre, an der Gemeinschaft der Heilsgänger schwankt und zweifelt, sondern sich zu ihnen hingezogen, bei ihnen beruhigt fühlt, dessen Herz ist geneigt zu heißem Kampf, Sichanjochen, zu Ausdauer und Anstrengung. (M 16)*

*Wenn die Leute einen solchen Mönch tadeln, verurteilen, verfolgen, angreifen, so denkt er dabei: „Entstanden ist mir da dieses Wehgefühl, durch Lauscher-Berührung bedingt. Es ist bedingt, nicht ohne Bedingung aufgekommen. Wodurch bedingt? Durch Berührung bedingt“, und „die Berührung ist*

*unbeständig“, sieht er, „das Gefühl ist unbeständig“, sieht er, „die Wahrnehmung ist unbeständig“, sieht er, „die Aktivität ist unbeständig“, sieht er, „die programmierte Wohlerfassungssuche ist unbeständig“, sieht er. Indem er so die Gegebenheiten (=die fünf Zusammenhäufungen) zum Objekt macht, da wendet sich sein Herz (der Betrachtung) freudig zu, beruhigt sich, steht dabei still und wird frei (M 28).*

Diese unterschiedlichen Herzensgeneigtheiten erkennt der Erwachte bei den Wesen und regt sie an, die heilsdienlichen durch weitere gedankliche Pflege und durch entsprechende Übungen zu verstärken. So wächst in dem Menschen, der der Heilswegweisung des Erwachten folgt, allmählich die Sehnsucht nach vollkommener Freiheit von allen Bedingtheiten und Abhängigkeiten.

Zu der als Sechstes genannten Kraft des Vollendeten:  
Der Erwachte erkennt die Sinnesdränge  
und Heilskräfte anderer

*6. Da erfasst der Vollendete rundherum die Sinnesdränge und die Heilskräfte (indriya) der anderen Wesen <sup>58</sup>, der anderen Menschen der Wirklichkeit gemäß. Auch das ist eine Kraft, die dem Vollendeten eignet, deretwegen er als unübertroffener Meister erkannt wird, die ihn unter den Menschen den Löwenruf erschallen, die Heilsentwicklung in Gang setzen lassen.*

Das Pāliwort *indriya*, das Neumann mit „Sinnesart“ übersetzt, bedeutet in allen seinen Anwendungen stets eine zwingende geistige, nicht physische Kraft, die in einer bestimmten, spezifischen Weise gerichtet, d.h. auf ganz Bestimmtes aus ist und

---

<sup>58</sup> *indriya-paro-pariyattam* wörtlich: (um die) Kräfte anderer rundherum gegangen

damit die Aktionsweise des Wesens, dem sie eigen ist, bestimmt.

In den Lehrreden ist die Rede von den Sinnesdrängen (*indriya*) und den Heilskräften, die ebenfalls *indriya* genannt werden. Wenn der Erwachte die sechs Sinnes-*indriya* mit sechs verschiedenen, zu ihren Futterplätzen hindrängenden Tieren vergleicht (S 35,206), dann sieht man daran, dass *indriya* zielstrebig drängende Kräfte sind. Das wird bestätigt durch die Aussage des Erwachten, dass es darum geht, diese sechs Tiere so zu „bändigen“, dass sie allmählich still sich ausruhen an dem Pfahl, an den sie gebunden sind (M 125). Ebenso spricht der Erwachte bei den zu bändigenden Tieren von *indriyasamvara*, Zügelung der Sinnesdränge, d.h. ja, diese Mächte (Tiere) zurückhalten von dem, wohin sie wollen.

Unter der Bezeichnung „Heilskräfte“ werden dagegen jene fünf *indriya* verstanden, die unter dem Einfluss der heilenden rechten Anschauung, also unter dem Einfluss des im Geist vergegenwärtigten Heilsziels entstanden sind und darum ausschließlich auf die Erreichung des Heilsziels gerichtet sind. Es sind:

Vertrauen (*saddhā*)

Tatkraft (*virīya*)

Wahrheitsgegenwart (*sati*)

Herzenseinigung (*samādhi*)

Weisheit (*paññā*)

Wenn einer beginnt, die Sinnesdränge (*indriya*) mehr und mehr zurückzunehmen, dann können sich die Heils-*indriya* entwickeln. Die Wahrheitsgegenwart zum Beispiel kann sich nicht entwickeln, solange von den Sinnesdrängen starke Blendung ausgeht, also die angenehm und unangenehm empfundenen Dinge der Welt den Menschen stark faszinieren und irritieren. Beide Gruppen von *indriya* können nie zusammen gedeihen: Die Heils-*indriya*, die zum Heilsstand führen, können nur in dem Maß wirksam werden, wie die drängende und

machtvolle Wirksamkeit der Sinnesdränge zumindest zeitweise abwesend ist, wie es z.B. in neutralen Zeiten der Fall ist. Dann werden die Heilskräfte Vertrauen (vertraut sein mit der Lehre) und Weisheit (die Leuchtkraft des Wahrheitsanblicks) „zu Zugtieren“, die „den Wagen zum Heil ziehen“ (S 45,4) und damit von den Sinnendingen fortziehen.

Die Aufgabe der Heilskräfte besteht also vorwiegend in der Austreibung und Auflösung der Sinnes-*indriya*. In diesem Sinn heißt es in den „Liedern der Mönche“ (Thag 744 und 745):

*Gleichwie der Zimm'rer mit dem einen Keil  
kraftvoll den andern Keil herauszuschlagen weiß,  
so werde fähig, mit den Heilungskräften  
die Sinnesdränge ganz herauszuschlagen.*

*Vertrauen, Tatkraft, Wahrheitsgegenwart,  
Einheit des Herzens, klarer Weisheitsblick,  
mit diesen Fünf die and'ren Fünf zerschlagend,  
besiegend hier, so schreitet vor der Reine.*

Wie weit die Wesen also in den Sinnesdrängen verstrickt sind und in welchem Maß sie die Heilskräfte besitzen, das erkennt der Vollendete und kann sie darum in den schon vorhandenen Heilskräften bestärken und die Aufmerksamkeit der Wesen für die nichtvorhandenen wecken.

So heißt es von dem aus Einblick Nachfolgenden (*dhammānusāri*), dem die vom Erwachten gezeigten Dinge Einblick gewähren, und von dem aus Vertrauen Nachfolgenden (*saddhānusāri*), der z.B. vertraut, dass die fünf Zusammenhäufungen unbeständig sind und von dieser Mitteilung angezogen ist (*adhimutta* – S 25,1-10) – dass sie die fünf Heilskräfte besitzen.



Zu der als Siebentes genannten Kraft des Vollendeten:  
Er kennt Befleckung, Reinheit und Beendigung  
aller überweltlicher Zustände

*7. Da kennt der Vollendete der Wirklichkeit entsprechend Befleckung, Reinheit und Beendigung bei den Entrückungen, Erlösungen und der Herzenseinigung. Auch das ist eine Kraft, die dem Vollendeten eignet, deretwegen er als unübertroffener Meister erkannt wird, die ihn unter den Menschen den Löwenruf erschallen, die Heilsentwicklung in Gang setzen lassen.*

Der Erwachte sagt (D 9):

*Um die grobe Selbsterfahrnis (Erfahrung von grobstofflicher Form) – um die geistgebildete Selbsterfahrnis (Erfahrung Reiner Form – ab Brahma) – um auch die formfreie Selbsterfahrnis aufzugeben und ganz zu überwinden, zeige ich die Lehre auf, so dass ihr in dem Maß des Übens alle trübenden Eigenschaften überwinden werdet, dass alle lautereren Eigenschaften zunehmen und sich verstärken, dass reine Weisheit sich ausbreitet und vollkommen wird und ihr noch zu Lebzeiten im klaren Anblick der Wirklichkeit verweilt. Da nimmt im Herzen Freude und Helligkeit zu, da tritt geistige Beglückung ein, die Sinnesdränge sind gestillt und eine nie gekannte Wahrheitsgegenwart, Klarbewusstsein und Wohl werden euer Zustand.*

Bei jeder der drei Transzendierungen heißt es, dass das Wohl zunimmt: das Wohl der Unabhängigkeit, der Unverletzbarkeit. Die Erfahrung der Formfreiheit, die Verweilungen in vollständiger Ruhe (*santā vihārā*), bilden die letzten Qualitäten. Sie sind fast ohne Qualität. Dennoch liegt innerhalb der vier friedvollen Verweilungen eine feine Steigerung, die dadurch bedingt ist, dass sich der Übende von Stufe zu Stufe immer weiter von den Vielfaltsmöglichkeiten entfernt. Eben darum wird

auch in M 30, 59 und 66 beschrieben, dass von Stufe zu Stufe das Wohl zunimmt.

Der Erwachte kennt, was an den hohen Zuständen dieser Mönche, die uns weit überlegen sind, die für uns schon als Heilige gelten würden, noch Trübungen und was an ihnen schon Reinheit ist. Er erkennt, wohin sie auf ihren Wegen kommen. Universal sieht er alle Bemühungen und aller Bemühungen Früchte, was weiter zu tun ist und was ein Mensch tun wird.

Wie weit wir auf unserem Weg zur Triebversiegung auch kommen werden, immer sind die Lehrreden geeignet, uns noch weiter zu helfen, uns bis zum Ziel zu helfen, weil der Erwachte alle Entwicklungsstadien kennt.

Zu der als Achten genannten Kraft des Vollendeteten:  
Er erinnert sich an vergangene Daseinsformen

*8. Der Vollendete erinnert sich an manche verschiedene frühere Daseinsform: als wie an ein Leben, dann an zwei Leben, dann an drei Leben, dann an vier Leben, dann an fünf Leben, dann an zehn Leben, dann an zwanzig Leben, dann an dreißig Leben, dann an vierzig Leben, dann an fünfzig Leben, dann an hundert Leben, dann an tausend Leben, dann an hunderttausend Leben. Dann an viele Äonen, in denen sich das Weltall zusammenzog, viele Äonen, in denen sich das Weltall ausdehnte, viele Äonen, in denen sich das Weltall zusammenzog und ausdehnte: „Dort wurde ich soundso genannt, war von solcher Familie, mit solcher Erscheinung, solcherart war meine Nahrung, so mein Erleben von Glück und Schmerz, so meine Lebensspanne; und nachdem ich von dort verschieden war, erschien ich woanders wieder; dort wurde ich so und so genannt, war von solcher Familie mit solcher Erscheinung, war meine Nahrung solcherart, so mein*

*Erleben von Glück und Schmerz, so meine Lebensspanne; und nachdem ich von dort verschieden war, erschien ich hier wieder.“ So erinnert sich der Vollendete mancher verschiedenen früheren Daseinsform mit je den karmischen Zusammenhängen und Beziehungen.*

*Auch das ist eine Kraft, die dem Vollendeten eignet, deretwegen er als unübertroffener Meister erkannt wird, die ihn unter den Menschen den Löwenruf erschallen, die Heilsentwicklung in Gang setzen lassen.*

Damit kennt er die gesamten Spielregeln in der Existenz. Er kennt alle möglichen Taten und alle möglichen Früchte dieser Taten. Es gibt keine Daseinsform, sagt der Erwachte, die nicht jedes Wesen schon unendliche Male durchlebt hat. Er sagt: *Was euch auch in euren Leben an Würdigem oder an Unwürdigem begegnet ist, als gewiss kann davon gelten: „Auch ich bin dergleichen in meinem langen Daseinswandel schon gewesen.“ (S 15,1)* Das sagt der Erwachte nicht nur so behauptend daher, sondern er hat es selbst erfahren, selbst gesehen.

In der Rückerinnerung hat er die ununterbrochene Kette seines Wirkens und die ununterbrochene Kette der an ihn auf Grund seines Wirkens herantretenden Ereignisse und Begegnungen gesehen. Und da seine heilig-nüchterne Aufmerksamkeit keinen Augenblick unterbrochen ist, so erfährt er in der Erinnerung auch alle jene tieferen, verborgeneren aktiven und passiven Erlebnisse, die er früher nicht beachtet hatte. Dabei erkennt er mit einer bisher noch nicht erlebten Kontinuität, wie alle seine früheren Gedanken, Worte und Taten entstanden waren als Reaktionen auf die an ihn herangetretenen Erlebnisse, die freudigen und leidigen, in der Begegnung mit Wesen und Dingen. Und er erfährt, dass durch dieses reaktive Denken, Reden und Handeln auch wieder die folgenden Erlebnisse von Wesen und Dingen in ihrer freudigen oder leidigen Qualität gebildet wurden, welche Begegnungen wiederum

seine Reaktion hervorriefen, die wiederum das Erleben von Reaktionen der Umwelt hervorrief – und so fort in endlosem Zusammenhang.

Auf diese Lebensträume blickt er mit seinem klaren blendungsfreien Geist ganz ebenso wie ein aus dem Schlaf Aufgewachter auf seinen nächtlichen Traum. Jeder Lebenstraum bestand aus einem unterschiedlichen Grad von Unkenntnis und Verblendung, durch welchen unterschiedlicher Durst entstand, unterschiedliches Geneigtsein, unterschiedliches Begehren und Lechzen nach diesem und jenem. Die Rückerinnerung sprengt alle Grenzen und Horizonte.

Zu der als Neuntes genannten Kraft des Vollendeten:  
Er sieht die Wesen verschwinden und wiedererscheinen

*9. Der Vollendete sieht mit dem feinstofflichen Auge, dem gereinigten, über menschliche Grenzen hinausreichenden, die Wesen sterben und wiedererscheinen, gemeine und edle, schöne und unschöne, glückliche und unglückliche. Er sieht, wie die Wesen je nach dem Wirken wiederkehren: Diese lieben Wesen, die mit Taten, Worten und im Denken Übles gewirkt haben, die die Heilgewordenen geschmäht haben, die falsche Ansichten hatten und entsprechend gewirkt haben, sind bei Versagen des Körpers nach dem Tod auf den Abweg gelangt, auf schlechte Lebensbahn, zur Tiefe hinab in untere Welt.*

*Jene lieben Wesen, die mit Taten, Worten und im Denken Gutes gewirkt haben, die die Heilgewordenen nicht geschmäht haben, die richtige Ansichten hatten und entsprechend gewirkt haben, sind bei Versagen des Körpers nach dem Tod aufwärts gelangt, auf gute Lebensbahn, in selige Welt.*

*Auch das ist eine Kraft, die dem Vollendeten eignet, deretwegen er als unübertroffener Meister erkannt*

*wird, die ihn unter den Menschen den Löwenruf erschallen, die Heilsentwicklung in Gang setzen lassen.*

Der Erwachte vergleicht sich und auch jeden Mönch, der zu dieser Sicht fähig ist, mit einem Menschen, der bei Häusern eines Dorfes steht. Er sieht, wie die Menschen das eine Haus verlassen und in das andere eintreten, wie sie dieses Haus wieder verlassen und wieder in ein neues Haus eintreten usw. Auch den Aufenthalt in den einzelnen Häusern sieht der Erwachte. So sieht der Erwachte und ein Triebversiegter die Wesen in den untersten Wesensreichen, in den obersten Wesensreichen und in allen mittleren Reichen.

In den Lehrreden (D 18 u.a.) wird berichtet, dass der Erwachte erläutert, welchen weiteren Weg Mönche und Nonnen, Anhänger und Anhängerinnen nach ihrem Tod genommen haben entsprechend ihrer Entwicklungsrichtung und was sie noch erreichen werden. Der Erwachte gibt solche Auskünfte hauptsächlich dann, wenn viele derjenigen, zu denen er spricht, den Abgeschiedenen kannten. Indem sie vom Erwachten hören, dass der Betreffende mit der ihnen so und so bekannten inneren Wesensart und äußeren Verhaltensweise und Bemühung nach dem Tod bestimmte höhere Daseinsformen erreicht hat, gewannen sie noch mehr Impulse, dem Betreffenden nachzueifern.

Zu der als Zehntes genannten Kraft des Vollendeten:  
Der Erwachte hat die unverletzbare  
Gemüts- und Weisheitserlösung erworben

*10. Und der Vollendete hat durch Viersiegung aller Wollensflüsse/Einflüsse die unverletzbare Gemüterlösung, Weisheitserlösung noch bei Lebzeiten sich klar-sichtig erobert als unverlierbare Verfassung. Auch das ist eine Kraft, die dem Vollendeten eignet, deretwegen er als unübertroffener Meister erkannt wird, die ihn*

*unter den Menschen den Löwenruf erschallen, die Heilsentwicklung in Gang setzen lassen.*

Alle wahnbefangenen Wesen sind Dilettanten des Lebens, auch wenn sie Götter sind. Die Götter kennen ihren Bereich, den wir nicht kennen; sie kennen darüber hinaus auch unseren Bereich, den wir kennen. So kennen viele höhere Wesen viel, viel mehr als wir, aber sie kennen ihre Herkunft und ihre Hinkunft nicht. Auch sie sind der Unbeständigkeit und damit dem Leiden ausgeliefert, es sei denn, sie sind durch einen Erwachten belehrt. Insofern ist der Erwachte *der Meister der Götter und Menschen, der Erwachte, der Erhabene*.

Die Geheilten haben sich von allen Wollensflüssen nach Sinneseindrücken und Einflüssen durch Sinneseindrücke, durch Wahrnehmung von Sein, durch letzte Wahneindrücke, von allen fünf Zusammenhäufungen abgelöst. D.h. ein Erwachter ist in keiner Weise noch durch sein Gemüt, sein Gefühl irgendwie gefesselt, geblendet, gebunden und beengt. Er ist rundherum unbegrenzt frei. Nirgendwo ist eine Lücke in seinem Wissen. Er sieht in jede Richtung, in jede Zukunft, in jede Vergangenheit, er weiß, dass die Zukunft nichts anderes ist als die Wiederkehr der Vergangenheit. Was uns, während wir am Tor der Gegenwart wirken, als Vergangenheit entschwindet, das sieht der Erwachte wieder als Zukunft an uns herantreten. Das Nibbāna ist vollkommene Wachheit. Der Erwachte gibt ein Gleichnis für die überlegene Wachheit des Geheilten (D 2):

Ein Alpensee mit all seinem Inhalt – Muscheln, Sand, Fische und anderes Getier – gilt für die Existenz, gilt für den Samsāra mit all seinen Stationen, mit den höchsten Geistern, Göttern, Menschen, Tieren, Gespenstern kurz: er gilt für die fünf Zusammenhäufungen. In diesem Samsāra-See sind wir alle. Aber der Geheilte wird verglichen mit einem Mann, der am Ufer des Sees steht, unerreichbar von dem Wasser. Er ist in keiner Weise mehr treffbar.

*Das, Sāriputto, sind die zehn Kräfte, die dem Vollendeten eignen, deretwegen er als unübertroffener Meister erkannt wird, die ihn unter den Menschen den Löwenruf erschallen, die Heilsentwicklung in Gang setzen lassen.*

#### Vier Sicherheiten (*vesārajja*) des Erwachten

*Der Vollendete, Sāriputto, ist in vier Dingen vollkommen sicher. Weil er diese Sicherheit besitzt, wird er als der unübertroffene Meister erkannt, lässt er unter den Menschen den Löwenruf erschallen, setzt die Heilsentwicklung in Gang. Welche vier Sicherheiten sind dies?*

1. *„Vollkommen erwacht nennst du dich zwar, aber in Bezug auf diese Eigenschaften bist du nicht erwacht“ – dass mich da ein Asket oder ein Brahmane, ein Himmelswesen oder Māro, ein Brahma oder irgendwer in der Welt mit Recht so tadeln könnte, eine solche Möglichkeit sehe ich nicht. Und weil ich, Sāriputto, keine solche Möglichkeit sehe, verweile ich im Frieden, ohne Furcht, vollkommen sicher.*

2. *„Frei von Wollensflüssen / Einflüssen nennst du dich zwar, aber diese Wollensflüsse, diese Einflüsse sind nicht versiegt“ – dass mich da ein Asket oder ein Brahmane, ein Himmelswesen oder Māro, ein Brahma oder irgendwer in der Welt mit Recht so tadeln könnte, eine solche Möglichkeit sehe ich nicht. Und weil ich, Sāriputto, keine solche Möglichkeit sehe, verweile ich im Frieden, ohne Furcht, vollkommen sicher.*

3. *„Was du als gefährlich bezeichnest, das muss nicht zwangsläufig gefährlich sein“ – dass mich da ein Asket oder ein Brahmane, ein Himmelswesen oder Māro, ein Brahma oder irgendwer in der Welt mit Recht so tadeln könnte, eine solche Möglichkeit sehe ich nicht.*

*Und weil ich, Sāriputto, keine solche Möglichkeit sehe, verweile ich im Frieden, ohne Furcht, vollkommen sicher.*

4. *„Und zeigst du dem Suchenden auch die Wahrheit auf, so führt sie ihn doch nicht, wenn er ihr folgt, zur völligen Leidensversiegung“ – dass mich da ein Asket oder ein Brahmane, ein Himmelswesen oder Māro, ein Brahma oder irgendwer in der Welt mit Recht so tadeln könnte, eine solche Möglichkeit sehe ich nicht. Und weil ich, Sāriputto, keine solche Möglichkeit sehe, verweile ich im Frieden, ohne Furcht, vollkommen sicher.*

*Das sind die vier Sicherheiten, die dem Vollendeten eignen, deretwegen er als unübertroffener Meister erkannt wird, die ihn unter den Menschen den Löwenruf erschallen, die Heilsentwicklung in Gang setzen lassen.*

*Wer nun zu mir, dem so Erkennenden, so Schauenden spräche: „Der Asket Gotamo hat keinerlei übermenschliche Zustände erreicht, besitzt kein unverblendetes, wirklichkeitsgemäßes Sehen und Wissen, der Asket lehrt eine Lehre, die lediglich mit dem Verstand erdacht ist, folgt seinen eigenen Erwägungen, so wie es ihm gefällt“, und er gäbe diese Rede nicht auf, wendete das Herz nicht davon ab, löste diese Anschauung nicht auf, der kann, wie er's gewirkt, der Hölle verfallen. Gleichwie etwa ein Mönch, der vollkommene Tugend, Herzenseinigung und Weisheit gewonnen hat, noch bei Lebzeiten zum Heilsstand kommen kann, so sag ich, Sāriputto, kann wer diese Rede nicht aufgibt, das Herz nicht davon abwendet, diese Anschauung nicht verwirft, wie er's gewirkt, der Hölle verfallen.*



Zur 1. und 2. Sicherheit:  
*Der Erwachte ist vollkommen erwacht,  
frei von Wollensflüssen/Einflüssen*

Er weiß: *Erreicht ist, was zu erreichen ist, das vollkommene Wohl ist aufgegangen.* Er ist aus Täuschung, Wahn zum klaren Anblick des Wahren und Wirklichen erwacht, er hat den Heilsstand, das Nirvāna, erreicht und ist heil in dem Sinne von „nicht verletzt und nicht mehr verletzbar, nicht beeinflussbar“. Er weiß, dass alles Leiden beendet ist:

*Endlosen Lebens Seinsformen  
hab' immer wieder ich durchirrt,  
den suchend, der dies Haus erbaut:  
leidvoll ist stets erneutes Sein.*

*Erkannt bist, Hauserbauer, du,  
nicht mehr wirst du das Haus erbaun!  
All deine Balken sind zerstört,  
vernichtet ist das ganze Haus,  
vernichtungsselig hat das Herz  
des Durstes Aufhebung erreicht. (Dh 153-154)*

Kein Durst, kein gefühlbefriedigendes Ergreifen von irgendetwas ist übrig geblieben. Nichts gibt es mehr, das den Erwachten fesseln, verletzen könnte. Er hat alles Ersehnen und Verlangen überwunden und ausgerodet. Der Erwachte vergleicht den Geheilten mit einer Eichenbohle und die an ihn herantretenden Erlebnisse mit Wollknäueln, die gegen die Eichenbohle geworfen werden und nur eben zart auftreffen, aber nicht verletzen, keinen Einfluss nehmen können (M 119). Er nimmt die ankommenden Erlebnisse nur eben zur Kenntnis, aber sie können Herz und Gemüt nicht bewegen, sind keine Einflüsse, weil die Wollensflüsse aufgehoben sind.

*Wie in die Hand mit heiler Haut  
niemals ein Gift eindringen kann,  
so trifft den Weisen, der gestillt,  
auch nie mehr Unglück oder Schmerz. (Dh 124)*

Hier gilt als Gift das frühere Wirken, das jetzt zurückkommt. Wenn aber die Hand völlig gesund ist, dann kann die Wirkung des Getanen nicht mehr eindringen, treffen, verwunden. Es fehlt die Empfindlichkeit, Beeinflussbarkeit, die Wunden verursachen könnte.

Auch die beiden anderen Vorwürfe können dem Erwachten nicht zu Recht gemacht werden:

Zur dritten Sicherheit:

Der Buddha weiß: Niemand kann mit Recht sagen:

„*Was du als gefährlich bezeichnest, das muss nicht zwangsläufig gefährlich sein*“

In M 22 wird berichtet, dass ein Mönch namens Arittho folgende falsche Anschauung gefasst hatte: *Die Pflege der vom Erwachten als gefährlich bezeichneten Dinge muss nicht zwangsläufig gefährlich sein.* Die Mitmönche ermahnten ihn:

*Nicht ist es gut, den Erwachten falsch zu interpretieren, nicht würde der Erwachte solches sagen. Auf vielerlei Weise, Bruder Arittho, wurden die gefährlichen Dinge vom Erwachten als gefährlich erläutert, und sie sind für den, der sie pflegt, zwangsläufig eine Gefahr. Als friedlos hat der Erhabene den Genuss der Sinnendinge bezeichnet. Sie führen in Leiden und Enttäuschungen und in zunehmendes Elend.*

Die Mönche erinnerten ihren Mitbruder an die vielen Gleichnisse, die der Erwachte für die Sinnensucht gegeben hatte (s.M 54), und auch der Erwachte ermahnte ihn:

*Sind nicht von mir auf vielerlei Weise die gefährlichen Dinge als gefährlich erläutert? Sie sind für den, der sie pflegt, zwangsläufig eine Gefahr. Du Tor hast unsere Aussagen falsch verstanden und falsch interpretiert. Du zerstört viel und schaffst dir eine schlimme Ernte. Das wird dir, du Tor, lange zum Unheil und Leiden gereichen.*

Der Erwachte nennt (M 26) die schlechten Folgen, die entstehen, wenn ein Wesen Sinnendinge positiv bewertet:

*Von allen den Asketen oder Priestern, die sich da der fünf Begehungen, verlockt, geblendet, hungerissen, bedienen, ohne das Elend zu sehen, ohne an Entrinnung zu denken, von denen gilt das Urteil: verloren, verdorben, dem Gefallen Māros ausgeliefert. Gleichwie etwa, ihr Mönche, wenn ein Wild des Waldes sich auf eine Fallschlinge verstrickt hinlegte, da gälte von ihm das Urteil: verloren, verdorben, dem Gefallen des Jägers ausgeliefert. Denn wenn der Jäger herankommt, so wird es nicht hinwegeilen können, wohin es will. Ebenso auch geht es mit allen den Asketen oder Brahmanen, die sich da der fünf Begehungen, verlockt, geblendet, hungerissen, bedienen, ohne das Elend zu sehen, ohne an Entrinnung zu denken. Von ihnen allen gilt das Urteil: verloren, verdorben, dem Gefallen Māros ausgeliefert.*

Ein ähnliches Gleichnis, etwas ausführlicher in der Beschreibung der Fesselung gibt der Erwachte (S 47,7):

*Wenn ein törichter und begehrllicher Affe die Leimrute sieht, so nähert er sich ihr, fasst sie mit einem Vorderfuß und bleibt an ihr hängen. In der Absicht, diesen Vorderfuß wieder freizumachen, fasst er die Leimrute mit dem anderen Vorderfuß und bleibt auch mit diesem hängen. Dann fasst er die Leimrute in der Absicht, beide Vorderfüße freizumachen, mit einem Hinterfuß an und bleibt auch da hängen. Dann fasst er sie in der Absicht, die Vorderfüße und den Hinterfuß freizumachen, mit dem anderen Hinterfuß und bleibt ebenfalls hängen. Endlich versucht er mit dem Maul, die Vorder- und Hinterfüße freizumachen, und bleibt nun auch da hängen.*

*So, fünffach gefesselt, bleibt der Affe dort liegen, wehrlos und elend und ist der Willkür des Jägers ausgeliefert. Diesen Affen erschlägt der Jäger, macht sich am Feuer einen Braten daraus und geht dann befriedigt weiter.*

*Ebenso geschieht es mit jedem, der von den fünf Begehrensdingen verlockt wird: von den vom Luger erfahrbaren Formen, vom Lauscher erfahrbaren Tönen, vom Riecher er-*

*fahrbaren Düften, vom Schmecker erfahrbaren Säften, vom Taster erfahrbaren Tastungen – den ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen, der Sucht entsprechenden, reizenden.*

Die Süchtigkeit dessen, der die Wahrheit nicht kennt, nimmt immer mehr zu. Jeder Begehrensgedanke, jede Begehrensvorstellung ist ein Sandkörnchen mehr auf der Waagschale der Begehrlichkeit. Und bald sind die Wünsche größer, als mit rechtlichen Mitteln Erfüllung erlangt werden kann. – Ein solcher erfährt in diesem und in den folgenden Leben Leiden – weil er die Gefährlichkeit, das Elend der Sinnensucht unterschätzt hat.

Zur vierten Sicherheit:

Der Buddha weiß: *Keiner kann mich mit Recht tadeln:  
„Deine Lehre führt nicht zur völligen Leidensversiegung“*

Der Erwachte sagt, dass ein Sumpfersunkener nicht einem anderen Sumpfersunkenen aus dem Sumpf heraushelfen kann. (M 8) Aber einer, der auf festem Boden steht, der kann wohl einem Sumpfersunkenen heraushelfen. Und als ein solcher bezeichnet sich der Erwachte.

Immer wieder ist dem Erwachten von seinen Zeitgenossen der Vorwurf gemacht worden, dass er nicht wie andere Asketen irgendwelche festen Ansichten vertrete wie etwa *„Ewig oder zeitlich, endlich oder unendlich ist die Welt“*, *„Leben und Leib ist ein und dasselbe oder sie sind verschieden“* und sonstige Meinungen behaupte. Diese Auffassungen bezeichnete der Erwachte (M 2) als

*einen Hohlweg der Ansichten, Gestrüpp der Ansicht, Sich in Ansichten Winden, Zappeln in Ansichten, Sich Verstricken in Ansichten. In Ansichten verstrickt, wird der unbelehrte Mensch nicht frei von Geborenwerden, Altern und Sterben, von Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung; er wird nicht frei, sage ich, vom Leiden.*

Und er sagt (D 9, M 63 u.a.):

*Was aber habe ich da als eindeutig wahr aufgezeigt und erklärt? „Dies ist das Leiden“, das habe ich als eindeutig wahr aufgezeigt und erklärt. „Dies ist die Leidensursache“, das habe ich als eindeutig wahr aufgezeigt und erklärt. „Dies ist die Leidensausrodung“, das habe ich als eindeutig wahr aufgezeigt und erklärt. „Dies ist der zur Leidensausrodung führende Weg“, das habe ich als eindeutig wahr aufgezeigt und erklärt. Und warum habe ich diese Dinge als eindeutig wahr aufgezeigt und erklärt? Weil sie heilsam sind, den Tatsachen entsprechen, weil sie zu den Grundlagen des Reinheitswandels gehören, weil sie zum Loslassen, zur Entreizung, zur Ausrodung, zur Beruhigung, zur durchdringenden Erkenntnis, zur Erwachung, zum Nirvāna führen. Darum sind sie von mir als eindeutig wahr aufgezeigt und erklärt worden.*

In vielfältiger Weise hat der Erwachte gezeigt, wie der Durst, die Ursache des Leidens, aufzuheben ist durch schrittweises Vorgehen auf dem achtgliedrigen Heilsweg. Die Wirkung dieser Belehrung durch den vollkommen Erwachten ist in den Lehrreden oft beschrieben (M 56, 74 u.a.):

*Wie ein reines Kleid, von Flecken gesäubert, vollkommen die Färbung annehmen mag, ebenso ging da X..., während er noch dasaß, das reizfreie, ungetrübte Auge der Wahrheit auf:  
„Was irgend auch entstanden ist,  
muss alles wieder untergehn.“*

*Und X..., der die Wahrheit gesehen, die Wahrheit gefasst, die Wahrheit erkannt, die Wahrheit ergründet hatte, der Daseinsunsicherheit entronnen, ohne Zweifel, bei sich selber sicher, auf keinen anderen gestützt im Orden des Meisters,.....*

Mit diesen Worten wird ausgedrückt, dass die Zuhörer des Erwachten durch seine die besten Herzenskräfte weckenden Darlegungen für kurze Zeit von den Banden des Wahns und von Herzensbefleckungen frei werden konnten, rein wie ein fleckenloses Kleid, und daher vorübergehend im Anblick des Entstehens und Vergehens der Erscheinungen den Ich-

Gedanken aufgeben konnten. Wenn durch die vorübergehende Abwesenheit aller Bedürftigkeit geistiges Wohl erfahren wird, das durch keinerlei sinnliche Befriedigung gewonnen wird, sondern durch den Anblick des Todlosen erlebt wird, dann wird dieses in den Geist so eingepägt, dass ein unauflösbarer Zug entsteht, dieses Wohl für immer zu gewinnen. Daraus entsteht die endgültige Anziehung zum Heilsstand und die endgültige Abwendung von allen Trieben, von Anziehung und Abstoßung. Ist der Nachfolger eingetreten (*patto*) in diesen anziehenden Strom (*sota*), so hat er die *sotā-patti* erreicht, ist ein *sotāpanno*, ein in die Heilsanziehung Gelangter, ein Stromeingetretener, d.h. dass je nach seinem Einsatz nach spätestens sieben Leben der Stand des Heils, das Nirvāna, endgültig erlangt ist.

Die vielen Stromeingetretenen und weiteren Heilsgänger und Geheilten zur Zeit des Erwachten sind ein Beweis dafür, dass die Lehre des Erwachten zur völligen Leidensversiegung führt.

In jede Versammlung geht der Erwachte  
mit vierfacher Sicherheit

*Acht Versammlungen gibt es, Sārīputto. Welche acht? Eine Versammlung von Kriegern, eine Versammlung von Brahmanen, eine Versammlung von Bürgern, eine Versammlung von Asketen, eine Versammlung der Himmelswesen der Vier Großen Könige, eine Versammlung der Himmelswesen der Götter der Dreiunddreißig, eine Versammlung von Māros Gefolge, eine Versammlung von Brahmas. Das, Sārīputto, sind die acht Versammlungen. Mit jener vierfachen Sicherheit ausgerüstet, geht der Vollendete hin zu den acht Versammlungen, begibt sich unter sie. Und ich erinnere, Sārīputto, unter vielen Hunderten von Kriegern – Brahmanen – Bürgern – Asketen, unter vielen Hunder-*

*ten von Himmelswesen der Vier Großen Könige – Der Götter der Dreiunddreißig – von Māros Gefolge – von Brahmas gewesen zu sein. Vor mir saßen sie, und ich sprach mit ihnen, und wir wechselten Rede und Gegenrede. Dass ich nun da in Angst oder Verlegenheit geraten könnte, eine solche Möglichkeit gibt es nicht. Und weil ich, Sāriputto, keine solche Möglichkeit sehe, verweile ich im Frieden, ohne Furcht, vollkommen sicher.*

*Wer nun zu mir, dem so Erkennenden, so Schauenden spräche: „Der Asket Gotamo hat keinerlei übermenschliche Zustände erreicht, besitzt kein unverblendetes, wirklichkeitsgemäßes Sehen und Wissen, der Asket Gotamo lehrt eine Lehre, die lediglich mit dem Verstand erdacht ist, folgt seinen eigenen Erwägungen, so wie es ihm einfällt“, und er gäbe diese Rede nicht auf, wendete das Herz nicht davon ab, löste diese Anschauung nicht auf, der kann, wie er’s gewirkt, der Hölle verfallen. Gleichwie etwa, Sāriputto, ein Mönch, der vollkommene Tugend, Herzenseinigung und Weisheit gewonnen hat, noch bei Lebzeiten zum Heilsstand kommen kann, so sag ich, kann, wer diese Rede nicht aufgibt, das Herz nicht davon abwendet, diese Anschauung nicht verwirft, wie er’s gewirkt, der Hölle verfallen.*

Schon von einem Tugendhaften sagt der Erwachte (D 16 I), dass er, *was für eine Versammlung er auch aufsuchen mag, sei es eine Versammlung von Menschen aus der Krieger- oder Brahmanenkaste oder von Hausleuten oder Asketen, sie mit freiem Antlitz, nicht mit verlegener Miene aufsuchen wird.* Der Tugendhafte hat schon so manchen Kampf bestanden – mit sich selber, hat aufkommende Neigungen zur Untugend überwunden. Er ist erfahren im Umgang mit sich und sieht auch

bei anderen tugendhaftes und untugendhaftes Verhalten. Er ist nicht überheblich, weil er vorwiegend auf seine innere Reinheit achtet und weil er weiß, wie die Triebe ihn und andere ziehen und zerren, aber er weiß sich auf rechtem Weg. Dieses Wissen gibt ihm die Sicherheit seines Auftretens und verhindert, dass ihn etwas von außen Herankommendes nachhaltig kränken oder umwerfen kann.

Wie viel mehr gilt dies von einem Erwachten, der nicht nur vollkommen in Tugend ist, sondern ebenso vollkommen in Vertiefung und Weisheit, der *der Meister der Götter und Menschen ist*, der allen Wesen überlegen ist, der noch nie in einem Rededuell besiegt worden ist und der vor allem, wie es Zeugen berichten (D 27), auch nie als Sieger dastehen wollte, sondern die Gesprächspartner, die ihm oft mit wohlersonnenen Fangfragen Fallen stellen wollten, nur versöhnt und befriedet und beglückt hat, so dass sie fast immer zu ihm übertraten.

Einen äußerlich sichtbaren Beweis für die Untreffbarkeit des Geheilten hat Saccako (M 36), der schon viele Diskussionen mit andersfährtigen Pilgern gehabt hat, in der von ihm bewunderten Ruhe und Gelassenheit des Erwachten erfahren, indem der Erwachte den verschiedenen Herausforderungen Saccakos offen, ohne innere Abwehr begegnete und durch verständliche Erklärungen alle Kritik an ihm und seinem Orden zunichte machte:

*Wunderbar, Herr Gotamo, außerordentlich ist es, Herr Gotamo, auch wenn man dem Herrn Gotamo immer wieder Einwendungen entgegenhält, so bleibt doch seine Hautfarbe hell und sein Gesichtsausdruck immer ruhig wie eben bei einem Geheilten, vollkommen Erwachten. Wenn ich dagegen mit Vertretern anderer Richtungen ein Gespräch führte, dann kamen sie von einem zum anderen, schweiften vom Thema ab und zeigten Zorn, Hass und Ärger.*

Ein Geheilter, der alles Ich-bin-Empfinden (8. Verstrickung) aufgehoben hat, kann nicht in Zorn, Hass und Ärger geraten,



kann nicht um sein Ansehen, seine Sicherheit oder sonst etwas fürchten. Nur die Triebe sind es ja, die im Geist die Ich-bin-Anschauung verursachen, und diese hat der Erwachte aufgehoben. Was den fünf Zusammenhäufungen geschieht, das geschieht nicht ihm, und so kann es beim Geheilten durch keine Berührung zu triebbedingtem Wehgefühl kommen. Von ihm wird ausdrücklich gesagt, dass er in sechs erhabenen, unwandelbaren Zuständen verweilt (A IV,195), indem alle Eindrücke ihn in keiner Weise mehr treffen können, weil kein Resonanzboden (Wollensflüsse, Triebe) mehr ist.

Der Erwachte kennt die vier Arten der Entstehung (*yoni*)

*Vier Arten der Entstehung gibt es, Welche vier? Entstehung aus einem Ei, Entstehung aus einem Schoß, Entstehung aus Feuchtigkeit und unmittelbare Erscheinung.*

*Was ist Entstehung aus einem Ei? Wenn da Wesen, Sāriputto, die Eischale durchbrechend zur Welt kommen, so nennt man das Entstehung aus einem Ei. Was ist Entstehung aus einem Schoß? Wenn da Wesen aus einer Fruchtblase heraustretend zur Welt kommen, so nennt man das die Entstehung aus einem Schoß. Was ist Entstehung aus Feuchtigkeit? Da gibt es Wesen, die in verfaultem Fisch geboren werden, in einem verwesenden Leichnam, in verdorbenem Teig, in einer Dunggrube oder in einer Kloake. Dies wird Entstehung aus Feuchtigkeit genannt. Und was ist unmittelbare Erscheinung? Wenn da (hohe) Gottheiten absinken und Menschen und Geister in höllischer Welt wiedererscheinen, dies wird unmittelbare Entstehung genannt. Dies sind die vier Arten der Entstehung.*

*Wer nun zu mir, dem so Erkennenden, so Schauenden spräche: „Der Asket Gotamo hat keinerlei übermenschliche Zustände erreicht, besitzt kein unverblen-*

*detes, wirklichkeitsgemäßes Sehen und Wissen, der Asket Gotamo lehrt eine Lehre, die lediglich mit dem Verstand erdacht ist, folgt seinen eigenen Erwägungen, so wie es ihm einfällt“, und er gäbe diese Rede nicht auf, wendete das Herz nicht davon ab, löste diese Anschauung nicht auf, der kann, wie er’s gewirkt, der Hölle verfallen. Gleichwie etwa, Sāriputto, ein Mönch, der vollkommene Tugend, Herzenseinigung und Weisheit gewonnen hat, noch bei Lebzeiten zum Heilsstand kommen kann, so sag ich, kann, wer diese Rede nicht aufgibt, das Herz nicht davon abwendet, diese Anschauung nicht verwirft, wie er’s gewirkt, der Hölle verfallen.*

Der Erwachte nennt hier die vier Weisen des Wiedererscheinens:

Entstehung aus einem Ei: Tiere (insb. Vögel, Fische, Insekten)

Entstehung aus einem Schoß: Menschen, Säugetiere.

Für diese beiden Weisen des Wiedererscheinens gilt:

*Wenn Drei sich vereinen, Mutter, Vater und jenseitiges Wesen, kommt es zur Zeugung.*

Entstehung aus Feuchtigkeit: Tiere (insbes. Bakterien).

Unmittelbare Erscheinung: Alle Wesen, die nicht Menschen oder Tiere sind, d.h. über- und untermenschliche Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, nicht in einem unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen.

Der Erwachte kennt die fünf Lebensbahnen  
und das Nibbāna

*Fünf Lebensbahnen gibt es, Sāriputto. Welche fünf sind das? Die Hölle, das Tierreich, das Gespensterreich, Menschen und Himmelswesen.*

*Die Hölle kenne ich und den zur Hölle führenden Weg und die zur Hölle führende Vorgehensweise,*

*durch deren Pflege man nach Versagen des Körpers, jenseits des Todes, zu Verderben und Unheil gelangt – diesen Weg kenne ich.*

*Und das Tierreich kenne ich und den zum Tierreich führenden Weg und die zum Tierreich führende Vorgehensweise, durch deren Pflege man nach Versagen des Körpers, jenseits des Todes, zum Tierreich gelangt – auch diesen Weg kenne ich.*

*Und das Gespensterreich kenne ich und den zum Gespensterreich führenden Weg und die zum Gespensterreich führende Vorgehensweise, durch deren Pflege man nach Versagen des Körpers, jenseits des Todes, ins Gespensterreich gelangt – auch diesen Weg kenne ich.*

*Und das Menschentum kenne ich und den zum Menschentum führenden Weg und die zum Menschentum führende Vorgehensweise, durch deren Pflege man nach Versagen des Körpers, jenseits des Todes, zum Menschentum gelangt – auch diesen Weg kenne ich.*

*Und die Himmelswesen kenne ich und den zu den Himmelswesen führenden Weg und die zu den Himmelswesen führende Vorgehensweise, durch deren Pflege man nach Versagen des Körpers, jenseits des Todes, an Orte himmlischer Freude gelangt – auch diesen Weg kenne ich.*

*Und den Heilsstand (nibbāna) kenne ich und den zum Heilsstand führenden Weg und die zum Heilsstand führende Vorgehensweise, durch deren Pflege man nach Aufhebung aller Wollensflüsse und aller Einflüsse die von Wollensflüssen / Einflüssen freie Erlösung des Gemüts, Erlösung in Weisheit noch bei Lebzeiten sich offenbar machen, verwirklichen und erringen kann. Auch dieses kenne ich.*

*Und ich durchschau und erkenn mit dem Gemüt das Gemüt eines Menschen völlig umfassend: „Derart handelt dieser Mensch, darauf arbeitet er hin, einen solchen Weg hat er genommen, dass er bei Versagen des Körpers, jenseits des Todes, abwärts, auf schlechte Lebensbahn, in Verderben und Unheil geraten wird, an Orte der Qual und des Jammers.“ Und ich sehe ihn dann später mit dem feinstofflichen Auge, dem gereinigten, über menschliche Grenzen hinausreichenden, wie er bei Versagen des Körpers, jenseits des Todes, abwärts gelangt ist, auf schlechte Lebensbahn, in Verderben und Unheil, einzig von schmerzlichen, brennenden, entsetzlichen Gefühlen erfüllt.*

*Gleichwie etwa wenn da eine Grube wäre, tiefer als Manneshöhe, voller glühender Kohlen, ohne lodernde Flammen, ohne Rauch; und es käme ein Mensch heran, vom Sonnenbrand erhitzt, vom Sonnenbrand durchglüht, dürstend, erschöpft, zitternd, und schritte geraden Wegs auf eben diese Grube zu; den habe ein scharfsehender Mann erblickt und spräche nun: „Derart handelt jener liebe Mensch, darauf arbeitet er hin, einen solchen Weg hat er genommen, dass er mitten in die glühenden Kohlen hineinfallen wird“; und er sähe ihn dann später in der Kohlengrube drinnen, einzig von schmerzlichen, stehenden, brennenden, entsetzlichen Gefühlen erfüllt.*

*Ebenso durchschau und erkenn ich mit dem Gemüt das Gemüt eines Menschen völlig umfassend: „Derart handelt dieser Mensch, darauf arbeitet er hin, einen solchen Weg hat er genommen, dass er bei Versagen des Körpers, jenseits des Todes, abwärts auf schlechte Lebensbahn, in Verderben und Unheil geraten wird, an Orte der Qual und des Jammers.“ Und ich sehe ihn*

dann später mit dem feinstofflichen Auge, dem gereinigten, über menschliche Grenzen hinausreichenden, wie er bei Versagen des Körpers, jenseits des Todes, abwärts gelangt ist, auf schlechte Lebensbahn, in Verderben und Unheil, einzig von schmerzlichen, brennenden, entsetzlichen Gefühlen erfüllt.

Und ferner durchschaue und erkenne ich mit dem Gemüt das Gemüt eines Menschen völlig umfassend: „Derart handelt dieser Mensch, darauf arbeitet er hin, einen solchen Weg hat er genommen, dass er bei Versagen des Körpers, jenseits des Todes in tierischen Schoß geraten wird.“ Und ich sehe ihn dann später mit dem feinstofflichen Auge, dem gereinigten, über menschliche Grenzen hinausreichenden, wie er bei Versagen des Körpers, jenseits des Todes, in tierischen Schoß gerät, von schmerzlichen, brennenden, entsetzlichen Gefühlen erfüllt.

Gleichwie wenn da eine Dunggrube wäre, tiefer als Manneshöhe, voller Unrat; und es käme einer heran, vom Sonnenbrand erhitzt, vom Sonnenbrand durchglüht, dürstend, erschöpft, zitternd, und schritte geraden Wegs auf eben diese Grube zu; den habe ein scharfsehender Mann erblickt und spräche nun: „Derart handelt jener liebe Mensch, darauf arbeitet er hin, einen solchen Weg hat er genommen, dass er mitten in die Dunggrube hineinfallen wird“; und er sähe ihn dann später in der Dunggrube drinnen, von schmerzlichen, stechenden, brennenden, entsetzlichen Gefühlen erfüllt.

Ebenso durchschau und erkenn ich mit dem Gemüt das Gemüt eines Menschen völlig umfassend: „Derart handelt dieser Mensch, darauf arbeitet er hin, einen solchen Weg hat er genommen, dass er bei Versagen des Körpers, jenseits des Todes, abwärts auf schlechte

*Lebensbahn, in Verderben und Unheil geraten wird, an Orte der Qual und des Jammers.“ Und ich sehe ihn dann später mit dem feinstofflichen Auge, dem gereinigten, über menschliche Grenzen hinausreichenden, wie er bei Versagen des Körpers, jenseits des Todes, in tierischen Schoß gelangt ist, von schmerzlichen, brennenden, entsetzlichen Gefühlen erfüllt.*

*Und ferner durchschaue und erkenne ich mit dem Gemüt das Gemüt eines Menschen völlig umfassend: „Derart handelt dieser Mensch, darauf arbeitet er hin, einen solchen Weg hat er genommen, dass er bei Versagen des Körpers, jenseits des Todes ins Gespensterreich geraten wird.“ Und ich sehe ihn dann später mit dem feinstofflichen Auge, dem gereinigten, über menschliche Grenzen hinausreichenden, wie er bei Versagen des Körpers, jenseits des Todes, ins Gespensterreich geraten ist, von manchem Schmerzgefühl erfüllt.*

*Gleichwie wenn da auf schlechtem Erdreich ein Baum gewachsen wäre mit verkümmertem Laub, spärlichem Grün, gesprenkeltem Schatten; und es käme einer heran, vom Sonnenbrand erhitzt, vom Sonnenbrand durchglüht, dürstend, erschöpft, zitternd, und schritte geraden Wegs auf eben diesen Baum zu; den habe ein scharfsehender Mann erblickt und spräche nun: „Derart handelt jener liebe Mensch, darauf arbeitet er hin, einen solchen Weg hat er genommen, dass er gerade zu diesem Baum gelangen wird“; und er sähe ihn dann später im Schatten dieses Baumes sitzen oder liegen, von manchem Schmerzgefühl erfüllt.*

*Ebenso durchschau und erkenn ich mit dem Gemüt das Gemüt eines Menschen völlig umfassend: „Derart handelt dieser Mensch, darauf arbeitet er hin, einen solchen Weg hat er genommen, dass er bei Versagen*

*des Körpers, jenseits des Todes, ins Gespensterreich geraten wird.“ Und ich sehe ihn dann später mit dem feinstofflichen Auge, dem gereinigten, über menschliche Grenzen hinausreichenden, wie er bei Versagen des Körpers, jenseits des Todes, ins Gespensterreich geraten ist, von manchem Schmerzgefühl erfüllt.*

*Und ferner durchschaue und erkenne ich mit dem Gemüt das Gemüt eines Menschen völlig umfassend: „Derart handelt dieser Mensch, darauf arbeitet er hin, einen solchen Weg hat er genommen, dass er bei Versagen des Körpers, jenseits des Todes, als Mensch wiedererscheinen wird.“ Und ich sehe ihn dann später mit dem feinstofflichen Auge, dem gereinigten, über menschliche Grenzen hinausreichenden, bei Versagen des Körpers, jenseits des Todes, wie er als Mensch wiedererschienen ist, von manchem Wohlgefühl erfüllt.*

*Gleichwie wenn da auf gutem Erdreich ein Baum gewachsen wäre mit breitem Laubdach, dichtem Grün, tiefem Schatten; und es käme einer heran, vom Sonnenbrand erhitzt, vom Sonnenbrand durchglüht, dürstend, erschöpft, zitternd, und schritte geraden Wegs auf eben diesen Baum zu; den habe ein scharfsehender Mann erblickt und spräche nun: „Derart handelt jener liebe Mensch, darauf arbeitet er hin, einen solchen Weg hat er genommen, dass er gerade zu diesem Baum gelangen wird“; und er sähe ihn dann später im Schatten dieses Baumes sitzen oder liegen, von manchem Wohlgefühl erfüllt.*

*Ebenso durchschau und erkenn ich mit dem Gemüt das Gemüt eines Menschen völlig umfassend: „Derart handelt dieser Mensch, darauf arbeitet er hin, einen solchen Weg hat er genommen, dass er bei Versagen des Körpers, jenseits des Todes, als Mensch wiederer-*

scheinen wird.“ Und ich sehe ihn dann später mit dem feinstofflichen Auge, dem gereinigten, über menschliche Grenzen hinausreichenden, wie er bei Versagen des Körpers, jenseits des Todes, als Mensch wiedererscheinen, von manchem Wohlgefühl erfüllt.

Und ferner durchschaue und erkenne ich mit dem Gemüt das Gemüt eines Menschen völlig umfassend: „Derart handelt dieser Mensch, darauf arbeitet er hin, einen solchen Weg hat er genommen, dass er bei Versagen des Körpers, jenseits des Todes, in himmlischer Welt wiedererscheinen wird“ Und ich sehe ihn dann später mit dem feinstofflichen Auge, dem gereinigten, über menschliche Grenzen hinausreichenden, bei Versagen des Körpers, jenseits des Todes, wie er in himmlischer Welt wiedererschienen ist, nur von Wohlgefühlen erfüllt.

Gleichwie wenn da ein Herrenhaus wäre, und es hätte ein Gemach im Obergeschoss, innen und außen verputzt, abgeschlossen, mit Riegeln gesichert, die Fenster mit Fensterläden versehen, und darin befände sich ein Sofa, mit Teppichen, Decken und Laken überzogen, mit einem Hirschfell als Bettdecke, mit einem Baldachin und karmesinroten Kissen für Kopf und Füße. Und es käme einer heran, vom Sonnenbrand erhitzt, vom Sonnenbrand durchglüht, durstend, erschöpft, zitternd, und schritte geraden Wegs auf eben dieses Herrenhaus zu; den habe ein scharfsehender Mann erblickt und spräche nun: „Derart handelt jener liebe Mensch, darauf arbeitet er hin, einen solchen Weg hat er genommen, dass er gerade zu diesem Herrenhaus gelangen wird“; und er sähe ihn dann später, dass er in jenem Gemach im Obergeschoß sitzt oder liegt, nur von Wohlgefühlen erfüllt.



*Ebenso durchschau und erkenn ich mit dem Gemüt das Gemüt eines Menschen völlig umfassend: „Derart handelt dieser Mensch, darauf arbeitet er hin, einen solchen Weg hat er genommen, dass er bei Versagen des Körpers, jenseits des Todes, in himmlischer Welt wiedererscheinen wird.“ Und ich sehe ihn dann später mit dem feinstofflichen Auge, dem gereinigten, über menschliche Grenzen hinausreichenden, bei Versagen des Körpers, jenseits des Todes, wie er in himmlischer Welt wiedererschienen ist, nur von Wohlgefühlen erfüllt.*

*Und ferner durchschaue und erkenne ich mit dem Gemüt das Gemüt eines Menschen völlig umfassend: „Derart handelt dieser Mensch, darauf arbeitet er hin, einen solchen Weg hat er genommen, dass er nach Versiegung der Wollensflüsse/Einflüsse die von Wollensflüssen/Einflüssen freie Gemüterlösung, Weisheitlösung noch bei Lebzeiten sich offenbar machen, verwirklichen und erringen wird. Und ich sehe ihn dann später nach Versiegung der Wollensflüsse/Einflüsse die von Wollensflüssen/Einflüssen freie Gemüterlösung, Weisheitlösung noch bei Lebzeiten sich offenbar machen, verwirklichen und erringen.*

*Gleichwie wenn da ein Teich wäre mit sauberem, angenehmem, kühlem Wasser, durchsichtig, mit sanft ansteigenden Ufern, erfreulich, und nahebei ein dichter Wald. Und es käme einer heran, vom Sonnenbrand erhitzt, vom Sonnenbrand durchglüht, durstend, erschöpft, zitternd, und schritte geraden Wegs auf eben diesen Teich zu; den habe ein scharfsehender Mann erblickt und spräche nun: „Derart handelt jener liebe Mensch, darauf arbeitet er hin, einen solchen Weg hat er genommen, dass er gerade zu diesem Teich gelangen*

wird“; und er sähe ihn dann später , nachdem er im See gebadet, getrunken und alle Qual und Pein der Erschöpfung beschwichtigt hat, im Wald sitzen oder liegen, einzig von Wohlgefühlen erfüllt.

*Ebenso durchschau und erkenn ich mit dem Gemüt das Gemüt eines Menschen völlig umfassend: „Derart handelt dieser Mensch, darauf arbeitet er hin, einen solchen Weg hat er genommen, dass er nach Versiegung der Wollensflüsse / Einflüsse die von Wollensflüssen / Einflüssen freie Gemüterlösung, Weisheitserlösung noch bei Lebzeiten sich offenbar machen, verwirklichen und erringen wird. Und ich sehe ihn dann später nach Versiegung der Wollensflüsse / Einflüsse die von Wollensflüssen / Einflüssen freie Gemüterlösung, Weisheitserlösung noch bei Lebzeiten sich offenbar machen, verwirklichen und erringen, einzig von Wohl erfüllt.*

*Das, Sariputto, sind die fünf Lebensbahnen.*<sup>59</sup>

*Wer nun zu mir, dem so Erkennenden, so Schauenden spräche: „Der Asket Gotamo hat keinerlei übermenschlichen Zustände erreicht, besitzt kein unverblendetes, wirklichkeitsgemäßes Sehen und Wissen, der Asket Gotamo lehrt eine Lehre, die lediglich mit dem Verstand erdacht ist, folgt seinen eigenen Erwägungen, so wie es ihm einfällt“, und er gäbe diese Rede nicht auf, wendete das Herz nicht davon ab, löste diese Anschauung nicht auf, der kann, wie er’s gewirkt, der Hölle verfallen. Gleichwie etwa, Sāriputto, ein Mönch, der vollkommene Tugend, Herzenseinigung und Weisheit gewonnen hat, noch bei Lebzeiten zum Heilsstand kommen kann, so sag ich, kann, wer diese Rede nicht*

---

<sup>59</sup> Näheres über die Götterbereiche s. M 120, D 21, D 13, über das Wirken und Erleben des Menschen s. M 135 und 57 (Ende), über die Gespenster s. Khuddako-patho, Text VII, über die Hölle und das Tierreich s. M 129

*aufgibt, das Herz nicht davon abwendet, diese Anschauung nicht verwirft, wie er's gewirkt, der Hölle verfallen.*

Der Erwachte erinnert sich an seine  
in früheren Leben geübte Selbstqual

*Ich erinnere mich, Sāriputto, an die Zeiten einer vierfach geübten Askese:*

- 1. Ich habe Selbstqual geübt, das Äußerste an Selbstqual.*
- 2. Ich war körperlich verkommen, äußerst verkommen.*
- 3. Ich habe Töten und Verletzen vermieden, war äußerst vorsichtig.*
- 4. Einsam, abgesondert bin ich gewesen, vollkommen abgesondert von anderen.*

#### 1. Selbstqual in Bezug auf Essen und Kleidung

*So war meine Selbstqual, dass ich unbekleidet herumliefe, Sitten und Gebräuche verwerfend, meine Hände ableckend. Ich kam nicht, wenn ich darum gebeten wurde, blieb nicht stehen, wenn ich darum gebeten wurde; ich nahm kein Essen an, das mir gebracht oder für mich zubereitet wurde, auch keine Einladung (zum Essen); ich erhielt nichts aus einem Topf, einer Schüssel, über eine Türschwelle, einen Stab, einen Mörserstößel gereicht, von zwei zusammen Essenden, einer Schwangeren, einer Stillenden, einer Frau, die bei einem Mann lag, von einem Ort, wo Essensverteilung angekündigt war, wo ein Hund wartete, wo die Fliegen summteten; ich nahm weder Fisch noch Fleisch an; ich trank keinen Schnaps, Wein oder fermentiertes Gebräu. Ich hielt mich an einen Haushalt, einen Bissen;*

*ich hielt mich an zwei Haushalte, zwei Bissen; ich hielt mich an drei Haushalte, drei Bissen; ich hielt mich an vier Haushalte, vier Bissen; ich hielt mich an fünf Haushalte, fünf Bissen; ich hielt mich an sechs Haushalte, sechs Bissen; ich hielt mich an sieben Haushalte, sieben Bissen. Ich lebte von einem Löffelvoll am Tag, von zwei Löffelvoll am Tag, von drei Löffelvoll am Tag, von vier Löffelvoll am Tag, von fünf Löffelvoll am Tag, von sechs Löffelvoll am Tag, von sieben Löffelvoll am Tag. Ich nahm einmal täglich Essen zu mir, alle zwei Tage, alle drei Tage, alle vier Tage, alle fünf Tage, alle sechs Tage, alle sieben Tage; und so weiter, bis zu einmal alle zwei Wochen. So beschäftigte ich mich mit der Übung, Essen nur in festgelegten Abständen zu mir zu nehmen.*

*Ich aß Laub oder Hirse oder wilden Reis oder Rindenspäne oder Moos oder Reisspelzen oder Reisabfall oder Sesam-Mehl oder Gras oder Kuhdung. Ich lebte von Wurzeln und Früchten des Waldes, ich ernährte mich von Fallobst.*

Der Bodhisattva beobachtete beim Almosengang so viele Regeln, dass er sich selber, wie beabsichtigt, den Empfang von Speise immer mehr erschwerte: Er nahm nichts, wenn er eingeladen wurde, er nahm nichts, wenn ein Hund dabei stand, wo Fliegen schwärmten; er nahm nichts an Fisch oder Fleisch, nichts Alkoholisches, nichts Gegorenes, er nahm auch mengenmäßig immer weniger und ging bis zum vierzehntägigen Fasten über; er ernährte sich schließlich nur noch von Kräutern, Pilzen und Früchten. – Später, als der Bodhisattva die Erwachung errungen hatte, warnte er die Anhänger vor diesen Essensbeschränkungen. Der Mönch soll essen, was ihm gegeben wird, ohne Zuneigung oder Abneigung bei der Almosengabe zu zeigen. Der Erwachte stellte keine Diätregeln und kein generelles Fleischverbot auf, sondern betonte nur, nicht ab-

sichtlich dorthin zu gehen, wo Tiere zur Speisung für ihn und die Mönche getötet würden. (M 55)

Hinsichtlich der Kleidung berichtet der Bodhisattva von sich:

*Ich kleidete mich in Hanf, in hanfhaltigen Stoff, in Leichentücher, in Lumpen vom Müll, in Baumrinde, in Antilopenfell, in Fetzen von Antilopenfell, in Gewirke aus Kusa-Gras, in Gewirke aus Baumrinde, in Gewirke aus Hobelspänen, in Wolle aus Menschenhaar, in Wolle aus Tierhaar, in Eulenflügel.*

Ferner quälte der Bodhisattva in früheren Leben seinen Körper noch zusätzlich:

*Und ich raufte mir Haupt- und Barthaar aus, die Übung der Haar- und Bartausrauer befolgend; war ein Stetigsteher, verwarf Sitz und Lager; war ein Fersensitzer, übte die Zucht der Fersensitzer; war ein Dornenseitiger, legte mich zur Seite auf ein Dornenlager; ich stand dreimal täglich im Wasser. So übte ich mich auf vielfältige Weise in der Peinigung und Abtötung des Körpers. So war meine Selbstqual.*

Diese Arten der Selbstqual erinnern an das Vorgehen der christlichen Geißelbrüder, Flagellanten, Säulenheiligen und Anachoreten. Auch Seuse-Suso hat jahrelang ähnliche Praktiken angewandt, um das sinnliche Begehren aus dem Körper auszutreiben. So wie ein in der Welt lebender Mensch sich damit befasst, für seinen Körper Bequemlichkeit zu schaffen – eine Wohnung, ein weiches Lager – so befassten sich solche Asketen ebenso intensiv damit, sich Mittel auszudenken, um dem Körper Schmerzen zuzufügen.

Das Urteil über all diese und ähnliche Praktiken wird später vom Buddha immer wieder ausgesprochen:

*Nicht Nacktgehn, nicht verfilztes Haar, nicht Unrat,  
nicht Fasten, nicht der Schlaf auf nacktem Boden,  
nicht Schmutzbeschmierung, nicht das Fersensitzen  
kann läutern den, der noch Begehren hegt. (Dh 141)*

Alle Selbstqual ist Ausdruck eines zwar ernsthaften, aber falschen Vorgehens, das aus dem Unwissen über die Aufhebung des Begehrens, sozusagen aus Verzweiflung, die sichtbare Darstellung des Begehrens, den Körper, schlägt und quält. „Noch weniger essen, noch weniger schlafen, noch weniger Ruhe, noch weniger Befriedigung“ – das ist der Tenor dieses falschen Strebens. Noch schärfer drückt der Erwachte dies in M 40 aus:

*Wenn durch Unbekleidetsein und Ähnliches die Läuterung des Herzens erreichbar sein würde, dann würden Verwandte und Freunde den Neugeborenen dazu veranlassen: „Komm, Lieber, sei unbekleidet, sei ein Fetzenwandträger, sei wasserbesprengt, werde Waldeinsiedler, werde Feldeinsiedler, werde ein Stetigsteher, werde ein Fastenpfleger, werde Spruchgewaltiger, werde ein Filzhaarasket. Dadurch wird dir, dem Gierigen, die Gier schwinden, dem Hassenden der Hass, dem Zornigen der Zorn, dem Feindseligen die Feindseligkeit, dem Stolzen der Stolz, dem Empfindlichen die Empfindlichkeit, dem Neidischen der Neid, dem Geizigen der Geiz, dem Heimlichen die Heimlichkeit, dem Heuchlerischen die Heuchelei, dem üble Wünsche Hegenden die üblen Wünsche, dem der falsche Anschauung hat, die falsche Anschauung.*

Der Unterschied zwischen den Schmerzensasketen und den Nachfolgern des Buddha wurde später vom König von Kosalo wie folgt beschrieben (M 89):

*Ich habe da Asketen und Brahmanen gesehen, die mager, elend, unansehnlich, gelbsüchtig sind, mit Adern, die aus den Gliedern hervortreten, so dass die Leute sie kein zweites Mal*

*ansehen wollten. Ich habe gedacht: „Sicher führen diese Ehrwürdigen das Asketenleben in Unzufriedenheit, oder sie haben irgendeine verborgene üble Tat begangen, so mager und elend sind sie, so unansehnlich, gelbsüchtig, mit Adern, die aus den Gliedern hervortreten, so dass die Leute sie kein zweites Mal ansehen wollten.“*

*Hier aber sehe ich die Mönche des Erwachten durch und durch freudig, ganz und gar erhoben, voll Hingabe, mit starken Heilsbestrebungen, ohne Widerstand, ohne Widerrede, mild gewordenen Gemüts. Da ist mir, o Herr, der Gedanke gekommen: „Gewiss erleben diese Ehrwürdigen durch die Wegweisung des Erwachten oft große überweltliche Erfahrungen. Darum sind diese Ehrwürdigen so freudig, glücklich, zufrieden, befriedet, mit starken Heilsbestrebungen, ohne Widerstand, ohne Widerrede, mild gewordenen Gemüts.“*

## 2. Körperliche Verkommenheit

*Verkommen war ich, Sāriputto. Genau wie die Rinde eines Tindukā-Baumes, die sich über die Jahre angesammelt hat, verklumpt und abblättert, so verklumpte auch der Staub und Schmutz, der sich über die Jahre angesammelt hatte, und blätterte von meinem Körper ab. Nie kam mir in den Sinn: „Ach, reibe ich doch diesen Staub und Schmutz mit der Hand ab oder reibe doch ein anderer diesen Staub und Schmutz mit der Hand ab“ – so etwas kam mir nie in den Sinn. So war meine Verkommenheit.*

Dieses Verhalten – je mehr Schmutz, desto besser – richtete sich teils gegen die weltliche Bejahung des Körpers, der durch allerlei Mittel verschönert wird, durch Salben, durch Bema- lung, durch diese und jene Körperpflege und Kosmetik, teils mag Gleichgültigkeit gegenüber allem Äußeren die Ursache für die völlige Vernachlässigung des Körpers gewesen sein.

Wie anders dagegen waren die vom Erwachten belehrten Mönche, wie es in M 66 heißt:

*Er sieht in einem Hain einen Mönch mit rein gewaschenen Händen und Füßen, heiter blickend, nach eingenommenem Mahl, in kühlem Schatten sitzen, hohem Gedenken hingegeben.*

### 3. Ich habe Töten und Verletzen vermieden

*Ich habe, Sāriputto, Töten und Verletzen (von Kleinstlebewesen) vermieden, war klarbewusst beim Vorwärtsgehen und beim Rückwärtsgehen. Ich war voller Mitleid, sogar für die Wesen in einem Wassertropfen: „Ich will den kleinen Geschöpfen in den Spalten im Boden keinen Schaden zufügen.“ So habe ich Töten und Verletzen vermieden.*

Der Bodhisattva konzentrierte sich in früheren Leben auf die Pflege des Mitempfindens allen Lebewesen gegenüber. Es war ihm ein Anliegen, so wenig wie möglich durch sein bloßes Dasein zu schaden. Da aber die Natur so geartet ist, dass auf der Erde, in der Luft und im Wasser Millionen von Kleinstlebewesen vorhanden sind, die der Mensch unabsichtlich einatmet, trinkt und auf dem Boden zertritt, so ist dies ein vergeblicher Versuch, Leiden zu mindern. Wer sich vorstellt, dass er durch sein Dasein unzählige Wesen tötet, vermehrt sein Leiden und hebt das Leiden der Tiere nicht auf. Hilflos, zwecklos war dieses Mitempfinden.

Später hat der Erwachte bei der Erklärung des Karma-Gedankens betont (A X,208, A III,101), dass das absichtliche Wirken folgeschaffend ist. Ein Wirken, das mit der Absicht geschieht, die Gefühle – Ausdruck der Triebe, von Gier und Hass – zu befriedigen, also um etwas Angenehmes zu erlangen oder um etwas Unangenehmes zu vermeiden: nur solches Wirken kommt in seiner Wirkung auf den Täter zurück. Nicht



beabsichtigte Schädigung oder nicht beabsichtigtes Wohltun dagegen, sagt der Erwachte (M 56), hat keine Folgen. Wenn ich unabsichtlich auf dem Sandweg Käfer und Schnecken zertrete, mit jedem Einatmen Kleinstlebewesen zu Tode kommen – so geschieht es, ohne dass ich es will. Ich habe keine Gefühlsbefriedigung bei diesem Töten und setze mich auch nicht leichtsinnig über die Belange anderer Wesen hinweg. So heißt es in A III,101:

*Würde einer behaupten, dass der Mensch für jedwedem Wirken die ihm entsprechende Wirkung erführe, so wäre in diesem Fall ein Läuterungswandel ausgeschlossen, und keinerlei Möglichkeit würde bestehen zur vollkommenen Leidensvernichtung. Sollte aber einer behaupten, dass der Mensch für jedwedem Wirken, das der Gefühlsbefriedigung dient, die ihm entsprechende Ernte erfährt, so kann es einen Läuterungswandel geben und die Möglichkeit zur vollkommenen Leidensvernichtung bestehen.*

Alle Unternehmungen in Gedanken, Worten und Taten zur Befriedigung des Gefühls werden vom Erwachten als Ergreifen (*upādāna*) bezeichnet: *Die Befriedigung bei den Gefühlen, das ist Ergreifen (upādāna) (M 38)*. Und er sagt weiter: Durch Ergreifen bedingt ist das im Ergreifen zum Ausdruck gekommene Verhältnis des erlebten Ich und der erlebten Welt im Dasein (*bhava*) erhalten geblieben und muss wieder in Erscheinung treten (Geburt).

#### 4. Einsam, abgesondert war ich

Hier werden die sozialen Triebe, der Wunsch, mit anderen Menschen zu leben und sich auszutauschen durch radikale Nichtbeachtung gequält und vergewaltigt. Um in dieser Einsamkeit überhaupt verweilen zu können, ergab sich die Notwendigkeit, noch zwei weitere Übel hinsichtlich der Ernäh-

rung und der Witterung auf sich zu nehmen. In ihrer radikalen Art sind diese Übungen kaum zu überbieten:

*Ich habe mich von anderen abgesondert, Sāriputto, indem ich in einen Wald eintauchte, dort lebte. Wenn ich einen Kuhhirten oder einen Schafhirten sah oder jemanden, der Gras oder Reisig sammelte, oder einen Holzfäller, dann floh ich für gewöhnlich von Hain zu Hain, von Dickicht zu Dickicht, von Tal zu Tal, von Hügel zu Hügel. Warum tat ich so? Weil sie mich nicht sehen sollten und ich sie nicht sehen mochte. So wie ein waldgeborenes Reh, wenn es Menschen sieht, von Hain zu Hain flieht, von Dickicht zu Dickicht, von Tal zu Tal, von Hügel zu Hügel. so floh auch ich, wenn ich einen Kuhhirten oder einen Schafhirten sah oder jemanden, der Gras oder Reisig sammelte, oder einen Holzfäller, von Hain zu Hain, von Dickicht zu Dickicht, von Tal zu Tal, von Hügel zu Hügel. Und warum das? Jene sollten mich nicht sehen, und ich mochte sie nicht sehen. So habe ich mich abgesondert gehalten.*

*Ich kroch für gewöhnlich auf allen Vieren in die Rinderkoppel, sobald der Kuhhirte sie verlassen hatte, und ich ernährte mich für gewöhnlich vom Kot der jungen, noch saugenden Kälber. Solange mein eigener Kot und Urin reichte, ernährte ich mich von meinem eigenen Kot und Urin. So war meine große Verdrehtheit in der Ernährung.*

*Ich ging für gewöhnlich in einen grauenvollen Wald und wohnte dort, wo normalerweise einem Mann die Haare zu Berge stehen würden, wenn er nicht frei von Begehren wäre. Wenn während der Frosttage jene kalten Winternächte kamen, hielt ich mich nachts im Freien und tagsüber im Wald auf. Im letzten Monat*

*der heißen Jahreszeit hielt ich mich nachts im Freien und tagsüber im Wald auf. Im letzten Monat der heißen Jahreszeit hielt ich mich tagsüber im Freien und nachts im Wald auf. Und es leuchtete mir dieser Vers auf, der nie zuvor gehörte:*

*Erstarrt bei Nacht, versengt am Tag  
allein im wilden Schreckensforst  
entblößt, kein Feuer neben sich,  
der Denker setzt die Suche fort.*

*Und ich wanderte zu einer Leichenstätte hin und lagerte mich auf einem Haufen fauler Gebeine. Und Hüttejungen kamen herbei und spuckten auf mich, urinieren auf mich, bewarfen mich mit Dreck und stocherten mit Stöckchen in meinen Ohren herum. Doch erinnere ich mich nicht, dass mir eine üble Regung gegen sie aufgestiegen wäre. So war mein Verweilen in Gleichmut.*

In dieser Darstellung kulminieren alle Arten der vorangegangenen Selbstqual noch einmal: Nahrung, Witterung, Lager – alles diente einzig dazu, den Körper zu quälen.

Abmagerung, um die sinnlichen Triebe auszuhungern

*Es gibt, Sāriputto, bestimmte Asketen und Brahmanen, die sagen und lehren: „Läuterung kommt durch Nahrung zustande.“ Sie sagen: „Wir wollen von Kola-Früchten – Bohnen – Sesam – Reis – leben“, und sie essen Kola-Früchte, Bohnen, Sesam, Reis. Sie essen Kola-Fruchtpulver, Bohnenpulver, Sesam-Reismehl, sie trinken Kola-Fruchtwasser usw., und sie machen Kola-Fruchtgebräu usw. Nun erinnere ich mich, eine einzige Kola-Frucht, eine einzige Bohne, ein einziges Sesam- oder Reiskorn pro Tag gegessen zu haben. Du magst vielleicht denken, Sāriputto, dass die Kola-*

*Frucht, die Bohne, das Sesam- oder Reiskorn zu jener Zeit größer war, doch ist es nicht so. Sie waren damals bestenfalls genauso groß wie jetzt. Indem ich mich von einer einzigen Kola-Frucht, einer einzigen Bohne, einem einzigen Sesam- oder Reiskorn pro Tag ernährte, erreichte mein Körper den Zustand äußerster Auszehrung. Weil ich so wenig aß, wurden meine Glieder wie durch Knoten unterteilte Weinreben oder Bambusrohre. Weil ich so wenig aß, wurde mein Gesäß wie ein Kamelhuf. Weil ich so wenig aß, standen meine Wirbelfortsätze hervor wie aufgereichte Perlen. Weil ich so wenig aß, ragten meine Rippen heraus, so hager wie die auffälligen Dachsparren einer alten, ungedeckten Scheune. Weil ich so wenig aß, sank der Glanz meiner Augen tief in die Augenhöhlen zurück und sah aus wie der Glanz des Wasserspiegels, der in einem Brunnen tief abgesunken ist. Weil ich so wenig aß, verschrumpelte und verdorrte meine Kopfhaut, so wie ein grüner, bitterer Kürbis in Wind und Sonne verschrumpelt und verdorrt. Weil ich so wenig aß, lag meine Bauchdecke auf meinem Rückgrat auf. Und indem ich die Bauchdecke berühren wollte, traf ich auf das Rückgrat, und indem ich das Rückgrat befühlen wollte, traf ich wieder auf die Bauchdecke. So nahe war mir die Bauchdecke ans Rückgrat gekommen durch diese äußerst geringe Nahrungsaufnahme. Weil ich so wenig aß, stürzte ich beim Urinieren oder beim Stuhlgang auf das Gesicht. Weil ich so wenig aß, fiel mir das an den Wurzeln verfaulte Haar aus, wenn ich versuchte, meinem Körper Erleichterung zu verschaffen, indem ich meine Glieder mit den Händen massierte.*

Mit äußerster Konsequenz war der Bodhisattva den Weg der Gewalt gegenüber dem Körper bis zu diesem Ende gegangen. Er war jedoch nicht weiter gekommen als früher.

Und der spätere Buddha fügte bei dieser Schilderung äußerster Körperqual hinzu:

*Und auch durch solche Praxis, durch die Ausübung solcher Askese erlangte ich keinerlei übermenschliche Zustände, kein unverblendetes wirklichkeitsgemäßes Sehen und Wissen. Und warum nicht? Weil ich eben jene heilende Weisheit nicht errungen hatte, die, wenn sie erlangt wird, befreiend, heilend ist und den Suchenden zur völligen Leidensversiegung führt.*

Keine zwangsläufige Läuterung durch Wiedergeburten  
– durch Spenden – durch Feueranbetung

Der Erwachte erinnert sich an eine Vielzahl vergangener Leben, und zwar 91 Weltzeitalter zurück (M 71 u.a.). In diesen schier endlos vielen Leben gibt es keine Daseinsform, sagt der Erwachte, die er nicht schon durchlaufen hätte, keine Erfahrung, die er nicht schon gemacht hätte. Aus dem dadurch gewonnenen, ihm jetzt zur Verfügung stehenden universalen Wissen kann er folgende damals gängige Meinungen von Asketen und Brahmanen abweisen:

*Manche Asketen und Brahmanen, Sāriputto, sagen und lehren: „Läuterung kommt durch den Kreislauf der Wiedergeburten zustande.“ Doch es ist unmöglich, einen Daseinsbereich in diesem Kreislauf zu finden, den ich nicht bereits durchlaufen hätte, außer dem der Himmelswesen der Reinhausigen (Suddhāvāsa – das ist alleinige Selbsterfahrnis der Nichtwiederkehrer. Der Erwachte war auf seiner langen Laufbahn niemals ein Nichtwiederkehrer, der nie mehr in die Sinnensuchtwelt – u.a. in die Menschenwelt – zurückkehren kann, da er nicht von einem Buddha belehrt, die fünf Verstrickungen aufgehoben hatte); und wäre*

*ich als ein Himmelswesen der Reinhausigen wiedergeboren, wäre ich niemals in diese Welt zurückgekehrt.*

*Manche Asketen und Brahmanen, Sāriputto, sagen und lehren: „Läuterung kommt durch eine bestimmte Art der Wiedergeburt zustande.“ Doch es ist unmöglich, einen Daseinsbereich in diesem Kreislauf zu finden, den ich nicht bereits durchlaufen hätte, außer dem der Himmelswesen der Reinhausigen, und wäre ich als ein Himmelswesen der Reinhausigen wiedergeboren, wäre ich niemals in diese Welt zurückgekehrt.*

*Manche Asketen und Brahmanen sagen und lehren: „Läuterung kommt durch einen bestimmten Aufenthaltsort zustande.“ Doch es ist unmöglich, einen Aufenthaltsort zu finden, in dem ich nicht bereits gewesen wäre, außer dem der Himmelswesen der Reinhausigen, und wäre ich als ein Himmelswesen der Reinhausigen wiedergeboren, wäre ich niemals in diese Welt zurückgekehrt.*

*Manche Asketen und Brahmanen sagen und lehren: „Läuterung kommt durch Spenden zustande.“ Aber es ist unmöglich, eine Spende zu finden, die ich nicht bereits dargebracht hätte, als ich entweder ein König oder ein wohlhabender Brahmane war.*

*Manche Asketen und Brahmanen sagen und lehren: „Läuterung kommt durch Feueranbetung zustande.“ Aber es ist unmöglich, eine Art von Feuer zu finden, die ich nicht schon angebetet hätte, als ich entweder ein König oder ein wohlhabender Brahmane war.*

Die ungebrochene Geisteskraft des Erwachten  
im achtzigsten Lebensjahr

*Manche Asketen und Brahmanen sagen und lehren: „Solange dieser liebe Mann da frisch und kräftig ist,*

*glänzend dunkelhaarig, im Genuss glücklicher Jugend, im ersten Mannesalter, so lange besitzt er auch die höchsten Weisheitskräfte. Ist aber dieser liebe Mann alt und ein Greis geworden, in fortgeschrittenem Alter und in den letzten Lebensabschnitt eingetreten, mit achtzig, neunzig oder hundert Jahren, dann schwinden ihm jene Geisteskräfte.“ Doch ist das nicht schlechthin gültig. Ich bin ja, Sāriputto, jetzt alt und ein Greis geworden, in fortgeschrittenem Alter und in den letzten Lebensabschnitt eingetreten, stehe im achtzigsten Jahr. Gesetzt aber, ich hätte da vier Schüler, die eine Lebenserwartung von hundert Jahren hätten, die vollkommen wären in Wahrheitsgegenwart, tugendhaft, voll Tatkraft, mit den höchsten Weisheitskräften begabt. Gleichwie etwa ein sehniger Bogenschütze, wohl geschult und erprobt, einen leichten Pfeil mit geringer Mühe über den Schatten einer Palme hinausschießen könnte, ebenso wären diese vier Schüler vollkommen in Wahrheitsgegenwart, tugendhaft, voll Tatkraft, mit den höchsten Weisheitskräften begabt.*

*Angenommen diese befragten mich ununterbrochen von den vier Pfeilern der Beobachtung an, und ich gäbe ihnen Erklärung auf Erklärung, und sie bewahrten, was ich erklärt hätte, als erklärt, und fragten mich keine Frage zum zweiten Mal, nur rastend beim Essen und Trinken, zu urinieren und Kot zu entleeren, zu schlafen und sich auszuruhen. Nicht wäre des Erhabenen Darlegung der Wahrheit zum Ende gelangt, nicht wäre des Erhabenen Aufzeigung des Wahrheitspfads mit allen seinen Besonderheiten zum Ende gelangt, nicht wären des Erhabenen Antworten auf die Fragen zum Ende gelangt. Denn jene vier Schüler mit ihrer hundertjährigen Lebenserwartung wären am Ende der hundert Jahre gestorben. Und wenn ihr mich*

*auf dem Bett herbeitragen werdet, die Geisteskraft des Vollendeten wird unverändert sein.*

*Wenn man zu Recht von irgendjemandem sagen wollte: „Ein wahnloses Wesen ist in der Welt erschienen, vielen zum Wohl, vielen zum Heil, aus Erbarmen zur Welt, zum Nutzen, Wohl und Heil für Götter und Menschen“, der kann von mir mit Recht sagen: „Ein wahnloses Wesen ist in der Welt erschienen, vielen zum Wohl, vielen zum Heil, aus Erbarmen zur Welt, zum Nutzen, Wohl und Heil für Götter und Menschen.“*

*Während dieser Zeit nun hatte der ehrwürdige Nāgasamālo hinter dem Erhabenen gestanden und dem Erhabenen Kühlung gefächelt. Da wandte sich der ehrwürdige Nāgasamālo an den Erhabenen:*

*Wunderbar ist es, o Herr, außerordentlich. Während ich da, o Herr, dieser Darlegung lauschte, sträubten sich mir die Haare. Wie soll, o Herr, diese Rede heißen? – Wohlan denn, Nāgasamālo, so bewahre sie unter dem Namen „Das Haarsträuben“. –*



DIE LÄNGERE LEHRREDE  
VON DER LEIDENSHÄUFUNG  
13. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Sāvatti im Siegerwald, im Garten Anāthapindikos. Da nun begaben sich viele Mönche am Morgen, mit Obergewand und Schale versehen, auf den Weg zur Stadt um Almosenspeise. Aber jene Mönche überlegten: „Es ist noch zu früh, um in Sāvatti um Almosen umherzugehen, wie wenn wir jetzt den Hain der andersfährtigen Pilger aufsuchten?“ Und jene Mönche begaben sich zum Hain der andersfährtigen Pilger, wechselten höflichen Gruß und freundliche, denkwürdige Worte mit ihnen und setzten sich zur Seite hin. Hierauf wandten sich die andersfährtigen Pilger an die Mönche und sprachen:*

*Der Asket Gotamo, Brüder, erklärt, dass er die Sinnensucht ganz und gar durchschaue. Auch wir erklären, die Sinnensucht ganz und gar zu durchschauen. Der Asket Gotamo, Brüder, erklärt, dass er die Form ganz und gar durchschaue. Auch wir erklären, die Form ganz und gar zu durchschauen. Der Asket Gotamo, Brüder, erklärt, dass er das Gefühl ganz und gar durchschaue. Auch wir erklären, das Gefühl ganz und gar zu durchschauen. Was ist dann da der Unterschied, Brüder, was ist anders, worin liegt die Verschiedenheit zwischen der Lehre des Asketen Gotamo und unserer Lehre, zwischen seinen Anleitungen und unseren? –*

*Da bestätigten jene Mönche die Worte der andersfährigen Pilger nicht und lehnten sie auch nicht ab. Ohne sie zu bestätigen und ohne sie abzulehnen, erhoben sie sich von ihren Sitzen und gingen fort mit dem*

*Gedanken: „Beim Erhabenen werden wir eine Antwort auf diese Frage bekommen.“*

*Und sie wanderten nach Sāvatti, traten von Haus zu Haus um Almosenspeise, kehrten zurück, nahmen ihr Mahl ein und begaben sich dann zum Erhabenen. Dort angelangt, begrüßten sie den Erhabenen ehrerbietig und setzten sich zur Seite hin. Zur Seite sitzend sprachen nun jene Mönche zum Erhabenen:*

*Wir begaben uns am Morgen, mit Obergewand und Schale versehen, auf den Weg zur Stadt um Almosenspeise. Aber wir überlegten: „Es ist noch zu früh, um in Sāvatti um Almosen umherzugehen. Wie wenn wir jetzt den Hain der andersfährtigen Pilger aufsuchten?“ Und wir begaben uns zum Hain der andersfährtigen Pilger, wechselten höflichen Gruß und freundliche, denkwürdige Worte mit ihnen und setzten uns zur Seite hin. Hierauf wandten sich die andersfährtigen Pilger an uns und sprachen: „Der Asket Gotamo, Brüder, behauptet, die Sinnensucht ganz und gar zu durchschauen. Auch wir behaupten, die Sinnensucht ganz und gar zu durchschauen. Der Asket Gotamo, Brüder, behauptet, die Form ganz und gar zu durchschauen. Auch wir behaupten, die Form ganz und gar zu durchschauen. Der Asket Gotamo, Brüder, behauptet, das Gefühl ganz und gar zu durchschauen. Auch wir behaupten, das Gefühl ganz und gar zu durchschauen. Was ist dann da der Unterschied, Brüder, was ist anders, worin liegt die Verschiedenheit zwischen der Lehre des Asketen Gotamo und unserer Lehre, zwischen seinen Anleitungen und unseren?“*

*Da bestätigten wir die Worte der andersfährtigen Pilger nicht und lehnten sie auch nicht ab. Ohne sie zu bestätigen und ohne sie abzulehnen, erhoben wir uns von unseren Sitzen und gingen fort mit dem Gedan-*

ken: „Beim Erhabenen werden wir eine Antwort auf diese Frage bekommen.“ –

*Auf diese Worte, ihr Mönche, wäre den andersfähr-  
tigen Pilgern zu erwidern gewesen: „Was ist aber, Brü-  
der, Labsal der Sinnensucht, Elend der Sinnensucht,  
Ablösung von der Sinnensucht? Was ist Labsal der  
Form, Elend der Form, Ablösung von der Form? Was  
ist Labsal des Gefühls, Elend des Gefühls, Ablösung  
vom Gefühl?“ So gefragt, werden die andersfähr-  
tigen Pilger keine ausreichende Antwort geben können, ja,  
sie werden in Verlegenheit geraten. Und warum? Weil  
das, ihr Mönche, fremdes Gebiet für sie ist. Keinen  
sehe ich, ihr Mönche, in der Welt mit allen ihren Geis-  
tern, den weltlichen und den reinen, mit ihren Scharen  
von Asketen und Priestern, Göttern und Menschen, der  
durch Beantwortung der Frage das Herz begeistern  
und erfreuen könnte, außer dem Vollendeten oder sei-  
nen Schülern oder solchen, die es von ihnen gehört  
haben.*

Die andersfährigen Pilger behaupten, dass sie wie der Er-  
wachte die Sinnensucht, die Formen und die Gefühle durch-  
schauen. Form und Gefühl sind die vom Erwachten genannten  
ersten zwei Zusammenhäufungen, wobei der ersten Zusam-  
menhäufung, der zu sich gezählten Form (Auge, Ohr...), die  
Sinnensucht nach bestimmten als außen erfahrenen Formen  
innewohnt. In M 74 sind vom Erwachten von den fünf Zu-  
sammenhäufungen auch nur die zwei ersten genannt. Wenn  
man diese Zwei durchschaut, dann hat man die anderen mit-  
einbegriffen. Wer Form und Gefühl erlebt, der erlebt, d.h.  
nimmt sie wahr (3.Zusammenhäufung). Es gibt keine Wahr-  
nehmung, die nicht Form und Gefühl oder nur Gefühl enthält.  
Das Erleben von Form ist Wahrnehmung von Form, das Erle-  
ben von Gefühl ist Wahrnehmung von Gefühl. Es gibt keine  
Wahrnehmung ohne Gefühl. Die vierte Zusammenhäufung,

Aktivität, ist Reaktion im Denken, Reden und Handeln auf empfundene Formen, was bedeutet, auf angenehm empfundene Form zuzugehen, sie zu ergreifen und unangenehm empfundene Form zu meiden und abzustößen. Diese Reaktion ist bei dem wollenden Menschen unlöslich an die Wahrnehmung von als angenehm oder unangenehm empfundenen Formen geknüpft, und diese Reaktion ist meistens bereits eingespielt, programmiert als programmierte Wohlerfahrungssuche, als Weiterschwingung des schwingenden Rades (5.Zusammenhäufung).

Mit den ersten zwei Zusammenhäufungen sind die weiteren drei zwangsläufig mitgegeben.

Die andersfährtigen Pilger sagen also zu den Mönchen, dass sie Sinnensucht, Form und Gefühl durchschauen, und der Erwachte täte es auch. Worin denn der Unterschied bestehe zwischen ihrer Lehre und Anleitung und der des Erwachten.

Was ist mit Lehre und Anleitung gemeint? In asiatischen Ländern weiß man, dass es mit intellektuellem Verstehen der Lehre nicht getan ist. Der Übende bedarf der Anleitung seitens eines Lehrers, eines Guru. Wie wichtig die Übungsanleitung ist, geht auch aus der Einladung zu der Wegweisung des Erwachten hervor (M 80):

*Willkommen sei mir ein einsichtiger Mensch, offen, ehrlich, eine aufrechte Natur. Ich unterweise ihn in der rechten Übung. Ich zeige ihm die Zusammenhänge auf. Wenn er nach der Unterweisung sich einübt, dann wird er in nicht langer Zeit bei sich selber erkennen: „Wahrlich, auf diese Weise wird man da völlig befreit von der schlimmsten Binde: nämlich von der Binde des Wahns.“*

In dieser Einladung wird sogar die rechte Übung dem Aufzeigen der Zusammenhänge vorangestellt.

Der Erwachte spricht von vier Anleitungen (D 11):

*1. So habt ihr zu erwägen (vitakka), so habt ihr nicht zu erwägen.*

2. *Darauf habt ihr zu achten (manasikāra), darauf habt ihr nicht zu achten.*
3. *Das habt ihr zu überwinden (pahāna).*
4. *Innere Reinheit oder höhere Zustände sind, wenn sie aufkommen, zu pflegen (idam upasampajja vihāratha).*

Die wichtigste Frage ist:  
Was ist Wohl, was ist Wehe und  
wie kann ich das Wehe vermeiden?

Der Erwachte antwortet den Mönchen auf die Frage der andersfährtigen Pilger: Sie hätten die andersfährtigen Pilger fragen sollen, was Labsal und Elend der Sinnensucht, der Form und des Gefühls sei und was die Ablösung von Sinnensucht, Form und Gefühl sei. Das ist eine ganz sachliche Fragestellung, hinter der das persönliche Interesse des einzelnen Menschen steht: Was ist Wohl, was ist Wehe und wie kann ich das Wehe vermeiden? Die Beantwortung dieser Frage ist für den Erwachten das Kriterium für gründliche Durchschauung. Wenn diese Grundfragen nicht gestellt und beantwortet werden, dann ist keine gründliche Durchschauung möglich.

Auch im Westen sind diese Fragen nicht beantwortet. Über die Sinnensucht, die Triebe, wird im Westen viel nachgedacht und untersucht. Für die Ablösung von den Trieben gibt es im Westen keine Lehre. In der modernen Psychologie wird davor gewarnt, starke Triebe zu verdrängen, da sonst Krankheiten entstehen, aber was für Gefahren durch Hemmungslosigkeit entstehen, ist auch bekannt. Man möchte sie vermeiden, kennt aber nicht den Weg zu ihrer Überwindung.

Der Erwachte sagt: Das Grundanliegen der Wesen ist immer das Streben, Wohl zu erlangen. Darum muss alle Forschung darauf gerichtet sein: Was führt zum Wohl und was verhindert das Wohl. Dabei geht es aber nicht um das kurze vorübergehende Wohl, sondern um dauerhaftes, um endgültiges Wohl, das nicht zerstört werden kann. Das wird in allen Religionen Heil genannt.

So muss bei der Sinnensucht, den Formen und den Gefühlen gefragt werden: Was ist daran Wohl, was ist daran Wehe? Und wenn Wehe ist, wie kann man es überwinden. Diese drei Fragen stehen unmittelbar im Dienst der Wohl- und Heilsuche des Menschen.

Der Erwachte sagt (A IV,111), dass er mit Milde und Strenge die Menschen erziehe, die seiner Führung folgen: Er zeigt ihnen die Labsal des Guten, das Gute des Guten, und wie man das Gute erreichen könne – das ist seine Erziehung mit Milde. Und er zeigt das Elend der elenden Dinge und Eigenschaften – das ist seine Erziehung mit Strenge. Er sagt: Wenn wir Labsal und Elend einer Sache nüchtern betrachten, dann werden wir uns immer vom Elenden abwenden.

Die Überwindung der Sinnensucht wird auch in der Mystik des Christentums, des Hinduismus und des Islam angestrebt, aber nur der Erwachte zeigt die endgültige Überwindung, während alle anderen wegen der nicht vollkommenen Durchschauung der Zusammenhäufungen nur einen zeitweiligen Austritt aus der Sinnlichkeit bewirken können.

Wer Labsal, Elend und Ablösung der Sinnensucht, der Form und der Gefühle durchschaut – sagt der Erwachte –, der bricht auf, um dauerhaftes Wohl, das Heil, zu erwerben, weil derjenige einen klaren Ausweg vor Augen hat. Aber diese Durchschauung ist nur einem Vollendeten möglich, der selber alle Triebe und damit alle Blendung und allen Wahn überwunden hat, oder einem, der es von ihm gehört hat.

### Durchschauung der Sinnensucht Wohl, Labsal der Sinnensucht

*Fünf Sinnensucht-Stränge (kāmagunā, wtl. Sinnensucht-Fäden, Sinnensuchtbezüge) gibt es, ihr Mönche. Welche fünf?*

*die vom Luger erfahrbaren Formen, die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen, der Sinnensucht entsprechenden, reizenden,  
die vom Lauscher erfahrbaren Töne –  
die vom Riecher erfahrbaren Düfte –  
das vom Schmecker erfahrbare Schmeckbare –  
das vom Taster (Körper) erfahrbare Tastbare –  
das ersehnte, geliebte, entzückende, angenehme, der Sinnensucht entsprechende, reizende.  
Das sind, ihr Mönche, die fünf Sinnensuchtstränge.  
Was da durch die fünf Sinnensuchtstränge bedingt an Wohl und Freude entsteht, das ist Labsal der Sinnensucht.*

Wir sehen, dass hier durchaus der Tatsache Rechnung getragen wird, dass der sinnensüchtige, von der Sinnensucht geplagte und getriebene normale Mensch diejenigen Erlebnisse, die zur Befriedigung dieser oder jener Sinnensucht führen, als Labsal, als Wohl empfindet. Diese Tatsache kennen alle Menschen und alle Tiere, welche die Befriedigung ihrer Sinnensucht anstreben, denn sie streben sie gerade wegen dieser „Labsal“ an.

Eine ganz andere Frage ist es allerdings, ob der von der Sinnensucht bewegte Mensch vorwiegend erlebt, dass sein Verlangen und Ersehnen auch erfüllt wird, oder ob er vorwiegend erlebt, dass es nicht erfüllt wird und dass er darum in Dürftigkeit, Mangel, Elend und Not lebt. Darüber spricht der Erwachte in den folgenden Ausführungen.

Die sinnliche Erlebnismöglichkeit gibt es nur auf den fünf Kanälen: Auge, Ohr, Nase, Zunge und dem ganzen Körper, in denen die Triebe lungern. Durch diese fünf Kanäle nehmen die sinnlichen Triebe, die Sinnesdränge: der Luger, Lauscher, Riecher, Schmecker und Taster, bei der Berührung mit äußeren Dingen Bruchstücke auf, die der Geist zu einem Ganzen fügt. Die Bruchstücke, die einzelnen Erfahrungen der fünf Sinnes-

dränge, enthalten noch keinerlei Sinn. Mittels des Lagers z.B. können nur Formen und Farben erfahren werden, die als angenehm oder unangenehm beurteilt werden. Dass diese Formen Zeichen sind mit einem bestimmten Sinn, z.B. Buchstaben oder Wörter, das weiß nur der Geist. Der Geist hat keine direkte Berührung mit außen, sondern empfängt das Außen nur durch die gefühlsbesetzten Erfahrungen der Sinnesdränge, und der Geist kann außerdem innere Vorgänge beobachten und bedenken.

Das durch die Sinnesdränge dem Geist als Form-Wahrnehmung usw. Gemeldete wird sofort im Geist einander zugeordnet, wird bewegt durch Assoziieren und Kombinieren der einzelnen Sinneserfahrungen. So macht der Geist aus den Bruchstücken Komplexe und bewertet sie nach angenehm und unangenehm. Was mit wenig Gefühl in den Geist eingetragen wird, bleibt gleichgültig und auch weniger bekannt. Stärker beeindruckt nur das, was mit starkem Wohl- oder Wehgefühl besetzt ist.

Der Erwachte sagt in unserer Rede:

*Was da auf Grund dieser Sinnensüchte an Wohl und Freude aufkommt, das ist Labsal der Sinnensüchte.*

Wenn das von außen Erfahrene den Bedürfnissen entspricht, dann ist das Labsal der Sinnensucht. Wenn es den Bedürfnissen nicht entspricht, wird Wehgefühl empfunden. Die Sinnensüchte, die Sinnesdränge in den Sinnesorganen lauern auf Befriedigung. Sie sind ein permanenter Mangel und Sog, verursachen damit ein dauerndes Mangelgefühl, Minusgefühl, Wehgefühl, Leiden, das jedoch wegen der fast ununterbrochenen Dauer als normaler Seinszustand empfunden wird. Der normale Mensch, gejagt von dem Brennen der Sinnesdränge, hat keine Vorstellung von wirklichem Wohlgefühl. Er merkt nicht, wie tief er in dauerndem Mangel und Schmerz ist, weil er noch kein anderes Gefühl als kurzfristige Aufhebung des Mangels erlebt hat. Er kann sich daher überhaupt nicht vorstellen und kann nicht nachempfinden, dass es oberhalb dieses reißenden Kampfes um fortdauernde Befriedigung der Sinnes-



dränge einen seligen Herzensfrieden gibt. Er kann nur unterscheiden zwischen unbefriedigtem und befriedigtem Begehren. Deshalb muss er einen Menschen, der keiner Befriedigung eines Begehrens mehr bedarf – weil er frei von Begehren ist – als einen Unbefriedigten ansehen, der in großem Leiden und Verzicht lebt, während er selber sich seine Wünsche erfülle.

Der Erwachte vergleicht (M 75) den von Sinnensucht Getriebenen mit einem Aussätzigen, dessen Körper mit juckenden Wunden bedeckt ist. Der Aussätzige sieht sich gezwungen, an glühenden Kohlen die Wunden auszudörren und immer wieder Fetzen davon herabzureißen. Wenn aber der Aussätzige durch einen Arzt von der Krankheit völlig geheilt werden würde, dann denkt er nicht mehr daran, sich diesen Schmerzen an den glühenden Kohlen auszusetzen, und kann den von Begierden Getriebenen, Abhängigen nicht beneiden. So vergleicht der Erwachte die Befriedigung durch sinnliche Wahrnehmung dem Aufenthalt eines Aussätzigen an einer glühenden Kohlengrube. Kein Gesunder geht freiwillig an glühende Kohlen heran. Kein Gesunder kann die Aussätzigen beneiden, und jeder Gesunde würde sich mit aller Kraft wehren, wenn man ihn an die glühenden Kohlen heranziehen würde, denn er kennt ein Wohl ohne Schmerz.

Das schlimmste Übel der Sinnensucht-Befriedigung nennt der Erwachte im folgenden Gleichnis:

*Je mehr und mehr nun jener Aussätzige den Leib da in solcher entsetzlichen Weise ausdörren lässt, desto mehr und mehr füllen sich ihm seine offenen Wunden nur immer weiter mit Eiter, Schmutz und Gestank an, und er empfindet sogar ein gewisses Behagen, einen gewissen Genuss, indem er die offenen Wunden abreibt. – Ganz ebenso auch sehe ich, wie die anderen Wesen von den Sinnensüchten getrieben, vom Durst nach Sinnendingen getetzt, vom Fieber nach Sinnendingen verbrannt, den Sinnensüchten frönen; und ich sehe, wie bei diesen Wesen, je mehr und mehr sie von den Sinnensüchten getrieben, vom Durst nach Sinnendingen getetzt, vom Fieber*

*nach Sinnendingen verbrannt, den Sinnensüchten frönen – desto mehr und mehr auch bei ihnen der Durst nach Sinnendingen wächst, sie vom begehrenden Fieber entzündet, ein gewisses Behagen empfinden, einen gewissen Genuss, bedingt durch die fünf Sinnensüchte.*

Die Süchtigkeit dessen, der die Wahrheit nicht kennt, nimmt also immer mehr zu. Jeder Begehrensgedanke, jede Begehrensvorstellung ist ein Sandkörnchen mehr auf der Waagschale der Begehrlichkeit. Unser Leben besteht aus Einzelgedanken und aus einzelnen Vorstellungen, und ein begehrlischer Gedanke nach dem anderen füllt die Waagschale, mehrt das Gewicht, verstärkt die Süchtigkeit. Weil der Mensch bei vielen Sinnendingen im Akt der Berührung eine kurze entspannende Befriedigung der inneren Sucht empfindet, darum bewertet er die Befriedigung durch Genuss der Dinge so positiv und muss sie immer wieder anstreben. Natürlich gibt es Sinnendinge, die wir zur Lebenserhaltung brauchen, wie Essen, Trinken, Bewegung, Ruhe usw., aber wir müssen nüchtern feststellen, dass es bei uns und unserer Umgebung noch sehr viele Sinnensüchte und Begehrensdinge gibt, auf die wir kaum verzichten können. Das merken wir dann, wenn die Erfüllung der Sinnensüchte länger ausbleibt, als wir gewöhnt sind und uns lieb ist.

### Wehe, das Elend der Sinnensucht

Wegen der Sinnensucht, um die Sinnensucht befriedigen zu können, muss der empfindliche Körper gesund erhalten werden, müssen die Mittel zu seinem Unterhalt und zu zusätzlichen Sinnesgenüssen herbeigeschafft werden, muss Geld verdient werden, muss ein Beruf ausgeübt werden:

*Was ist nun, ihr Mönche, Elend der Sinnensucht? Da erwirbt sich, ihr Mönche, ein Sohn aus guter Familie seinen Unterhalt durch ein Amt, sei es als Schreiber oder als Rechner oder Verwalter, als Landwirt oder als*

*Kaufmann oder als Viehzüchter, als Soldat oder Minister des Königs oder durch irgendeinen anderen Beruf, ist der Kälte ausgesetzt, muss Sonne und Wind Trotz bieten, wird von Mücken, Wespen und Kriechtieren verletzt, riskiert den Tod durch Hunger und Durst. Das aber, Mönche, ist Elend der Sinnensucht, ist die sichtbare Leidenshäufung auf Grund der Sinnensucht, durch Sinnensucht entstanden, durch Sinnensucht bedingt, hat die Sinnensucht als Ursache.*

Nur wegen der Sinnensucht haben wir ja den Körper angelegt, sind als jenseitiges sinnensüchtiges feinstoffliches Wesen in einen Mutterleib eingestiegen, haben entsprechend der Sinnensucht einen grobstofflichen Körper aufgebaut, haben vielleicht bei mehr Begehren nach Tönen als nach Formen entsprechende Sinnesorgane aufgebaut, um den Trieb nach Tönen befriedigen zu können. Wo keine Sinnensucht ist, da ist kein Körper aufzubauen nötig, da bedarf es auch nicht der Erhaltung des Leibes. So ist also auch der geringste Lebensunterhalt, den der Mensch braucht, nur um sein Leben zu erhalten, durch Sinnensucht bedingt. Denn ohne Sinnensucht hätte er den Körper gar nicht aufgebaut.

Hier werden die Berufe vor 2 1/2 tausend Jahren in Indien genannt. Bei uns sind es nicht in erster Linie Mücken, Wespen und plagende Kriechtiere und auch meistens nicht das Wetter, die die Schwierigkeiten im Beruf ausmachen, sondern mehr die komplizierte und oft versagende Technik.

Auch dem westlichen Menschen ist es in der Regel selbstverständlich, dass er einen Beruf ergreifen muss. Er sagt: „Selbst wenn ich keine zusätzlichen Sinnensüchte hätte, so müsste ich doch verdienen, um den Leib zu erhalten.“ Viele Menschen essen und trinken jedoch weit mehr, als der Körper zur Erhaltung braucht, vorwiegend um des Genusses willen. Und viele Menschen streben an, weit mehr zu verdienen, als sie zur Erhaltung eines gesunden Lebens brauchen. Der Be-

griff „Lebensnotdurft“ wird sehr unterschiedlich aufgefasst. Die Maßstäbe für den sogenannten „Lebensstandard“ werden immer höher geschraubt durch gegenseitige Beeinflussung, Aufstachelung der Wünsche, eben durch Mehrung der Sinnensucht. So wird heute „der Genuss“ als zum Lebensstandard gehörig angesehen, während er früher als überflüssig betrachtet und höchstens als angenehme Begleiterscheinung dankbar begrüßt wurde. Durch dieses Streben nach großem Verdienst um des Genusses willen kommt es zu dem Gehetztsein und Getriebensein, das der heutige Mensch in sogenannten hochentwickelten Ländern empfindet, kommt es zur Überbelastung, zu beruflicher Quälerei.

Auch dann, wenn uns unsere berufliche Tätigkeit mehr oder weniger befriedigt und wir sie darum nicht so stark als Belastung empfinden, so ist sie doch eine Anstrengung und verschleißt unsere Kräfte. Man muss rechtzeitig aufstehen, auch wenn man noch müde ist, man muss im Büro oder in der Werkstatt arbeiten, auch wenn man nicht möchte. Man muss sich körperlich oder geistig anstrengen, man muss Missverständnisse, Vorwürfe, Spannungen und Streit mit den Mitarbeitern, mit Untergebenen und Vorgesetzten in Kauf nehmen, muss Ungerechtigkeit und Kränkungen hinnehmen oder, wenn man das nicht will, in Zwietracht leben. Das alles sind schon Nichtbefriedigungen von Sinnensucht, denn von der Sinnensucht her möchte man morgens länger schlafen, sich nicht anstrengen, möchte in Frieden gelassen werden. – Dieses „Elend der Sinnensucht“ muss also jeder Mensch, der sein Geld verdienen muss, auf sich nehmen. Zwar verdient er das Geld, um der Sinnensucht besser nachgehen zu können, aber um das Geld verdienen zu können, muss er auch wieder viel Sinnensucht unbefriedigt lassen.

Im freien Beruf muss man sorgen, dass man den erforderlichen Umsatz einbringt. Das führt oft zur Überbeanspruchung, führt dazu, Reizmittel zu nehmen, um weiter und mehr arbeiten zu können, führt zu Krankheit und frühem Tod – alles im Interesse der Sinnensucht, um die lebensnotwendigen Bedürf-

nisse zu befriedigen und die, die darüber hinausgehen. Das ist schon ein Elend. Es gibt Menschen in reichen Familien, die nicht zu arbeiten brauchten, und doch tun sie es meistens. Es hat kaum ein Mensch genug Geld. Das Mehrhabenwollen gehört mit zur Sinnensucht. Wenn ein Reicher zwei bis drei Millionen verliert, bringt er es fertig, sich umzubringen, weil er nur noch fünf Millionen übrig hat. Er empfindet sich als arm, weil er glaubt, nun gewohnte Wünsche nicht mehr befriedigen zu können.

*Wenn diesem Sohn aus guter Familie, der sich so anstrengt, abmüht und kämpft, kein Reichtum erwächst, dann ist er bekümmert, trauert und klagt, er weint und schlägt sich die Brust, gerät in Verzweiflung: „Vergeblich, ach, ist meine Anstrengung, meine Mühe bringt keine Früchte.“ Auch dies, ihr Mönche, ist Elend der Sinnensucht, ist die sichtbare Leidenshäufung auf Grund der Sinnensucht, durch Sinnensucht entstanden, durch Sinnensucht bedingt, hat die Sinnensucht als Ursache.*

Wenn nicht genügend verdient wird, dann sind Verzweiflung und Depression die Folgen, und der Mensch sieht sich vor der ihm oft äußerst schwer erscheinenden Aufgabe, nach Mitteln und Wegen zu suchen, um aus dem Dilemma herauszukommen.

*Wenn diesem Sohn aus guter Familie, der sich so anstrengt, abmüht und kämpft, Reichtum erwächst, so nagt ihn sorgende Pein um die Erhaltung dieses Reichtums: „Dass mir meine Güter nur nicht von Königen eingezogen oder von Räubern geplündert oder vom Feuer verzehrt oder vom Wasser weggespült oder von feindlichen Verwandten entrissen werden!“ Und indem er seine Güter wahrt und schützt, werden sie ihm von*

*Königen eingezogen oder von Räubern geplündert oder vom Feuer verzehrt oder vom Wasser weggespült oder von feindlichen Verwandten entrissen. Da ist er bekümmert, trauert und klagt, er weint und schlägt sich die Brust, gerät in Verzweiflung: „Was ich hatte, das habe ich nicht mehr!“ Auch dies, ihr Mönche, ist Elend der Sinnensucht, ist die sichtbare Leidenshäufung auf Grund der Sinnensucht, durch Sinnensucht entstanden, durch Sinnensucht bedingt, hat die Sinnensucht als Ursache.*

Sorge um den Erhalt hat jeder, der etwas besitzt. Heute sind es nicht die Könige, die den Besitz einziehen, sondern die Steuer oder die Inflation. Gedanken, wie das Geld am sichersten anzulegen ist, wo es mehr Prozente gibt, beschäftigen diejenigen, die ihr Geld erhalten wollen. Wir sind diese Gedanken gewöhnt und wissen nichts Besseres. Wir blicken mit Ekel oder Herablassung auf Mücken und Kotlarven. Aber der Erwachte sagt: Schon sinnliche Götter, ein bis zwei Stufen oberhalb des Menschentums blicken mit Ekel oder Herablassung auf uns herab, die wir uns so sehr abmühen, Vorsorge für die kurze, noch verbleibende Lebensspanne dieses Körpers zu treffen, und dabei die Vorsorge für die unendliche Zeit nach diesem Körperleben ganz und gar vernachlässigen.

Fast alle nach Reichtum und Mehrverdienst strebenden Menschen sind schon während ihres auf dieses Ziel gerichteten Mühens unzufrieden. Sie merken, dass sie nie ganz das erreichen, was sie wollen. Sie stecken schon während ihres Mühens ihre Ziele immer höher, da es im sinnlichen Bereich kein Ende des Wünschens gibt. Wir kennen das Wort: *Je mehr er hat, je mehr er will, nie schweigen seine Wünsche still*, und ebenso sagt der Erwachte (M 82):

*Und hätt' ein König sich ersiegt die Erde  
und herrscht' er weithin bis zum Meere herrlich:  
Des Meeres Grenze grämt' ihn ungesättigt,  
nach neuen Siegen sehnt' er sich hinüber.*

In dem Maß, wie das Verlangen nach Sinnendingen zunimmt, in dem Maß nimmt gerade die Fähigkeit, selber das Begehrte zu erwerben ab, nehmen gedankliche Übersicht, Arbeitskraft, Ausdauer, Disziplin ab. Je mehr er bedarf, um so weniger hat er Kraft, sich die Dinge selber zu beschaffen. Irgendwann kann die Spannung nicht mehr ausgehalten werden, und wir sprechen dann von unsozialer Haltung und Kriminalität. Diese kommt dadurch zustande, dass die Wünsche größer sind, als mit rechtlichen Mitteln Erfüllung erlangt werden kann. Der Erwachte schildert im Folgenden, wie durch zunehmende Sinnensucht Spannungen, Zwietracht, Streit immer mehr zunehmen in der Familie, im Beruf, unter Freunden, in der Nachbarschaft, zwischen Volksgruppen, Völkern:

*Wiederum, ihr Mönche, auf Grund der Sinnensucht, wegen der Sinnensucht, durch Sinnensucht bedingt, mit der Sinnensucht als Ursache streiten Könige mit Königen, Krieger mit Kriegern, Priester mit Priestern, Bürger mit Bürgern, streitet die Mutter mit dem Kind, das Kind mit der Mutter, der Vater mit dem Kind, das Kind mit dem Vater, streitet Bruder mit Bruder, Bruder mit Schwester, Schwester mit Bruder, Freund mit Freund. Und in ihrem Streit, ihrem Zank, ihrer Auseinandersetzung greifen sie sich mit Fäusten, Erdklumpen, Stöcken oder Messern an, wodurch sie den Tod oder tödlichen Schmerz erleiden. Auch dies, ihr Mönche, ist Elend der Sinnensucht, ist die sichtbare Leidenshäufung auf Grund der Sinnensucht, durch Sinnensucht entstanden, durch Sinnensucht bedingt, hat die Sinnensucht als Ursache.*

Es gibt keinen Menschen unter uns, dem nicht im Lauf eines jeden Tages unzählige kleine Schatten durch das Gemüt huschen, verbunden mit Gedanken, die irgendwie gegen andere gerichtet sind. Es muss dabei nicht immer gleich zum Streit

kommen, nicht einmal zu besonders üblen Gedanken, es mag nur die Ahnung eines ablehnenden Gedankens aufkommen: „Ja, der!“ Wenn wir solchen feinen Ablehnungen nachgehen, dann merken wir, dass sie alle ausnahmslos durch Sinnensucht, durch Anliegen der Sinnesdränge bedingt sind. Und wir wissen ja, dass es in vielen Fällen nicht nur bei jenen „feinen Ablehnungen“ bleibt, sondern dass diese oft recht stark, ja, manchmal unwiderstehlich werden, dass sie das Gemüt verdunkeln, dass daraus auch Worte der Ablehnung und gar üble Taten hervorgehen bis zu den Morden aus Gier und aus Hass, von denen die Zeitungen täglich berichten. Aber wenn wir auch vom Äußersten absehen: Jeder weiß um solche feineren oder gröberen Spannungen zwischen sich und seinen Mitwesen, auch seinen Liebsten.

Ein von der Sinnensucht bewegter Mensch mag sich eine Zeitlang durch ethische Sentenzen vor dem Hassen bewahren, auf die Dauer aber folgt das Hassen zwangsläufig jeder Sinnensucht, wenn nicht offen, dann verborgen. Es gibt Hassformen, die man sich selbst nicht eingesteht, die sich so versteckt und getarnt äußern, dass man sie nicht einmal bei sich bemerkt. Wenn uns ein Mensch aus irgendwelchen Gründen nicht sympathisch ist, dann mögen wir nachsehen und erkennen, wie und in welcher Weise unsere jeweilige Sinnensucht die Ursache ist. Das ist erlösend und befreiend; denn das bedrückende Streitobjekt verschwindet dabei, und man erfährt, es ist gar nicht so schwer, das, was einen so bedrückte, abzustellen. Denn unser Leiden ist ja nicht bedingt durch jene „Welt“ mit den „üblen“ Menschen, sondern nur durch die eigene Sinnensucht.

Ein Mensch, der Harmonie will, hofft oft bei einem Streit, dass es zu einer Einigung kommt. Wann kommt es dazu? Endgültig nur, wenn Sinnensucht gemindert oder gar aufgehoben ist. Wir finden unter den Menschen nicht viele Verhältnisse, zwischenmenschliche Beziehungen, die immer harmonisch sind, sondern es kommt zu Spannungen, Unfrieden, Argwohn, Gemütsverfinsterungen. Der Erwachte sagt: Weil ihr Hunger-



leider seid, weil ihr Bedürfnisse in der Welt habt, darum gibt es die Möglichkeit, dass von der Welt die Erfüllung durchkreuzt wird. Dann seid ihr wütend oder traurig. Wer aber von außen nichts braucht, ist auch von außen nicht abhängig.

Streitigkeiten in der Familie, unter den Geschwistern, zwischen den Eltern, zwischen Eltern und Kindern, zwischen Freunden und im Beruf kommen oft nur daher, weil mehrere Menschen den Anspruch auf den gleichen Gegenstand oder die gleiche Position erheben oder weil mehrere Menschen eine bestimmte gemeinsame Aufgabe in unterschiedlicher Weise lösen wollen. Im Bereich der Begegnungen herrscht Kampf, beginnend bei den Klein- und Schulkindern: unterliegen – siegen – unterliegen – siegen. Wenn Menschen miteinander sprechen, immer spielt ein leises Unterlegensein und Überlegensein mit. In diesen Kampf in allen Formen sind wir eingefangen – aus Sinnensucht.

Und dieser Kampf währt nicht nur für dieses Leben, sondern setzt sich unmittelbar nach Ablegen des Körpers im Jenseits fort und setzt sich unmittelbar nach Wiederanlegen eines neuen Körpers im Menschentum oder in irgendeiner anderen Daseinsform wiederum fort: Solange das Wesen an den äußeren Erscheinungen Befriedigung sucht, solange es noch nicht den Weg gefunden hat, der zum eigenen inneren Wohl führt, zur inneren Erhellung bis zu höchster Seligkeit, so lange setzt sich die Jagd nach der Begierdenbefriedigung mit diesen großen Störungen und Gefahren fort. Weil es sich so verhält, darum machen die Heilslehrer darauf aufmerksam, dass es einen Zustand gibt, der darüber hinausführt, und sie zeigen den Weg, der dahin führt.

*Wiederum, ihr Mönche, auf Grund der Sinnensucht, wegen der Sinnensucht, durch Sinnensucht bedingt, mit der Sinnensucht als Ursache nehmen Männer Schwerter und Schilde zur Hand, rüsten sich mit Bögen und Köchern und stürmen in die Schlacht, in*

*Doppelreihen, mit fliegenden Pfeilen und Speeren und blitzenden Schwertern: und dort werden sie von Pfeilen und Speeren verwundet, und die Köpfe werden ihnen mit Schwertern abgeschlagen, wodurch sie den Tod oder tödliche Schmerzen erleiden. Auch dies, ihr Mönche, ist Elend der Sinnensucht, ist die sichtbare Leidenshäufung auf Grund der Sinnensucht, durch Sinnensucht entstanden, durch Sinnensucht bedingt, hat die Sinnensucht als Ursache.*

*Wiederum, ihr Mönche, auf Grund der Sinnensucht, wegen der Sinnensucht, durch Sinnensucht bedingt, mit der Sinnensucht als Ursache nehmen Männer Schwerter und Schilde zur Hand, rüsten sich mit Bogen und Köchern und bestürmen glatte Festungswällen mit fliegenden Pfeilen und Speeren und blitzenden Schwertern; und dort werden sie von Pfeilen und Speeren verwundet und mit siedenden Flüssigkeiten begossen und unter schweren Gewichten zermalmt, und die Köpfe werden ihnen mit Schwertern abgeschlagen, wodurch sie den Tod oder tödlichen Schmerz erleiden. Auch dies, ihr Mönche, ist Elend der Sinnensucht, ist die sichtbare Leidenshäufung auf Grund der Sinnensucht, durch Sinnensucht entstanden, durch Sinnensucht bedingt, hat die Sinnensucht als Ursache.*

Hier werden die Kriege der damaligen Zeit geschildert. Früher trafen sich zu einer Schlacht die feindlichen Parteien auf einem Feld oder sie griffen die Festung des Feindes an. Es wurde mit Pfeil und Bogen und mit Schwertern getötet. Heute gibt es schlimmere Mittel zur Vernichtung ganzer Völker. Aber immer droht Massenmord, Verheerung, Flucht, Heimatlosigkeit, Entsetzen. Der Streit der Völker hat dieselbe Ursache wie der Streit in der Familie, der Streit in der Nachbarschaft und im Berufsleben: immer wieder und immer nur Sinnensucht.

Spannungen, Zwietracht, Streit bis zum Mord, Aufstände, Kriege kommen nie aus dem Herzensfrieden, sondern aus Sinnensucht.

Je größer beim Menschen die Sucht ist und je längere Zeit sie unbefriedigt bleibt, um so rücksichtsloser muss er aus dem inneren entsetzlichen Mangelgefühl heraus trachten, es zu erfüllen. Zu einer solchen Zeit kann er die Not der Mitwesen nicht sehen. Der Gegenstand der Befriedigung füllt sein ganzes Blickfeld aus und erscheint ihm blendend, verheißend, verlockend mit unwiderstehlicher Gewalt. Jeder Mensch hat irgendwo Grenzen, bis zu denen seine Rücksicht reicht. Wenn er großes Verlangen hat, dann ist die Grenze bei dem einen Menschen eher überschritten, bei dem anderen nicht so bald überschritten. Aber bei immer größerer Not wird sie doch irgendwann überschritten. Der Mensch kommt zu übler Gesinnung, üblen Worten und Taten. Er ist in diesem Leben dann ein Rücksichtsloser, ein Brutaler geworden und erfährt die weltliche Gerichtsbarkeit:

*Wiederum, ihr Mönche, auf Grund der Sinnensucht, wegen der Sinnensucht, durch Sinnensucht bedingt, mit der Sinnensucht als Ursache brechen Männer in Häuser ein, plündern Besitz, begehen Diebstahl, verüben Wegelagerei, verführen die Frauen anderer, und wenn sie gefasst werden, lassen Könige ihnen viele Arten von Folter auferlegen. Sie lassen sie auspeitschen, mit Stöcken schlagen, mit Knüppeln schlagen; sie lassen ihnen die Hände abhacken, die Füße abhacken, Hände und Füße abhacken, die Ohren abschneiden, die Nase abschneiden, Ohren und Nase abschneiden; sie lassen den „Breitopf“ anwenden, die „Muschelschalen-Rasur“, den „Mund Rāhus“, den „glühenden Kranz“, die „Flammenhand“, die „Grasklingen“, das „Rindenkleid“, die „Antilope“, die „Fleischhaken“, die „Münzen“, das „Laugenpökeln“, den „Drehpflock“, den*

*„zusammengerollten Strohsack“; und sie lassen sie mit siedendem Öl besprengen, werfen sie den Hunden zum Fraß vor, lassen sie lebendig pfählen und lassen ihnen den Kopf mit einem Schwert abschlagen. Auch dies, ihr Mönche, ist Elend der Sinnensucht, ist die sichtbare Leidenshäufung auf Grund der Sinnensucht, durch Sinnensucht entstanden, durch Sinnensucht bedingt, hat die Sinnensucht als Ursache.*

Bei starker Übertretung der Tugendregeln gehen die Menschen mit einem, der vorwiegend entreißt und verweigert, auch verweigernd und entreißend um: Er erfährt die körperlich spürbare Strafe. Wir mögen erschrecken über diese grausamen Strafen. Aber man muss bedenken, für den östlichen Menschen hat eine einfache Todesstrafe nicht die Schwere einer „Vernichtung für immer“.

*Wiederum, ihr Mönche, auf Grund der Sinnensucht, wegen der Sinnensucht, durch Sinnensucht bedingt, mit der Sinnensucht als Ursache wandeln sie in Taten den Weg des Unrechts, wandeln in Worten den Weg des Unrechts, wandeln sie in Gedanken den Weg des Unrechts. Und in Taten, Worten und Gedanken auf dem Weg des Unrechts, gelangen sie bei Versagen des Körpers, jenseits des Todes auf den Abweg, auf schlechte Lebensbahn, zur Tiefe hinab in untere Welt. Das aber ist, ihr Mönche, Elend der Sinnensucht, ist die jenseitige Leidenshäufung auf Grund der Sinnensucht, durch Sinnensucht entstanden, durch Sinnensucht bedingt, hat die Sinnensucht als Ursache.*

Jedes Mal, wenn man seinen Wünschen folgend, über die Wünsche des anderen hinweggeht, mehrt man diese Gewöhnung. Die Bedürftigkeit und Rücksichtslosigkeit nimmt zu, und auch die Umgebung wird rücksichtsloser. Man erlangt

immer weniger, was man haben möchte, das Gewähren nimmt ab, aber die Sinnensucht wächst. Alles Elend der Sinnensucht, das innerhalb des Lebens gefühlt wird, ist gegenüber dem Elend der Sinnensucht, das in der endlosen Fortsetzung der Existenz nach diesem Leben erfahren wird, so viel wie ein Sandkorn gegenüber dem Meeresstrand, wie ein Tropfen gegenüber dem Ozean.

Wenn wir bedenken, dass wir mit jeder Tat an unserem zukünftigen Wesen und an der zukünftig zum Erlebnis kommenden Welt bauen, dass wir mit jeder guten Tat in Gedanken, Worten und Taten das zukünftige „Ich“ verbessern und die zukünftig erlebte „Welt“ verbessern und dass wir mit jeder üblen Tat in Gedanken, Worten und Taten das zukünftige „Ich“ verschlechtern und die zukünftig erlebte „Welt“ verschlechtern, übler machen, dann verstehen wir, dass aus einer Kette übler Gesinnungen und übler Taten ein immer schlechteres Ich, ein immer mehr zu üblen Taten geneigtes Ich und eine immer schlechtere Welt, eine die Wünsche des Ich nicht befriedigende Welt zum Erlebnis kommt und ebenso sicher zur Gegenwart wird, wie auch jetzt ein Ich und eine Gegenwart erlebt werden. Das ist die „jenseitige Leidenshäufung“. Sie ist dem blinden, unwissenden, nur für die vordergründigen Dinge interessierten Menschen völlig verborgen, aber sie wird doch oft geahnt, erspürt und auch gar erkannt in dem gleichen Maß, als der Mensch sich Zeit und Ruhe nimmt, sich selbst zu beobachten, nach innen zu horchen, den Entwicklungen nachzusinnen, die geschilderten großen existentiellen Zusammenhänge zu betrachten und zu verstehen. Wer aber gar zur universalen Wahrnehmungsweise durchgedrungen ist – dazu aber gehört die völlige Überwindung der Sinnensucht – dem ist die dem normalen Menschen „verborgene“ Leidenshäufung so offenbar, wie es dem normalen Menschen nur sein jeweils gegenwärtiges Erlebnis sein kann.

Wenn die sinnensüchtigen Wesen Anschauungen pflegen, wie zum Beispiel „Man muss sich in der Welt durchsetzen, man lebt nur einmal, nach mir die Sintflut“, dann beeinflussen

diese Bewertungen die Gemüteseinstellung, die Triebe, den Charakter in Richtung auf Rücksichtslosigkeit. Wenn wir sagen: „Das ist ein Teufel in Menschengestalt“, dann wollen wir damit sagen: Das ist ein Mensch, der sich so verschlechtert hat und nun von so gemeiner, niedriger Gesinnung ist, dass er nicht mehr menschlich ist. Aber er ist als Mensch geboren und noch nicht gestorben als Mensch, aber wenn der Körper stirbt, dann wird die jetzt teuflisch gewordene Psyche dementsprechendes Wehgefühl erleben.

Die Qual der Wahrnehmung der unteren Welt, der Hölle, schaffen sich die Menschen, die zu Teufeln in Menschengestalt mit dem finstersten Herzen geworden sind, die andere gequält und gemordet und misshandelt haben. Aber auch die tiefste Hölle ist ebenso ein vorübergehender Erlebenszustand wie auch die höchste Götterwelt. Einzig durch Tugend kann man sich vor der Hölle und anderer untermenschlicher Welt bewahren. Der normale unbelehrte sinnensüchtige Mensch steht immer in der Gefahr, nach unten abzusinken und muss ständig mehr oder weniger kämpfen, um sich durch die Tugend „über Wasser zu halten“. Der Erwachte vergleicht dies ausdrücklich mit einem Schwimmer: Will er nicht untersinken, muss er sich anstrengen (A VII,15). Und geht er unter, so geschieht das genau so lange und so tief, wie es der Wucht seines Sinkens und dem inneren spezifischen Gewicht entspricht, zu dem er sich bei seinem Wirken entwickelt hat.

Vermeidung des Wehe,  
die Ablösung von der Sinnensucht

*Und was, ihr Mönche, ist die Ablösung (nissarana) von der Sinnensucht? Was bei der Sinnensucht, ihr Mönche, Hinwegführung des Wunschesreizes ist (chandarāgavinaya <sup>60</sup>), Überwindung des Wunschesreizes (chandarāgapahāna), das ist die Ablösung von der Sinnensucht.*

Wir können nicht verhindern, dass wegen der uns innewohnenden Triebe bei den verschiedenen Anlässen triebgelenkte begehrlische oder übelwollende Blendungsgedanken in uns aufkommen. Oft wird der sinnensüchtige Mensch von irgendwelchen Erlebnissen gereizt. Er sieht, hört, riecht, schmeckt, tastet oder denkt etwas, das seine Aufmerksamkeit erregt. Er ist zu diesem hingezogen, von jenem abgestoßen. Da empfiehlt der Erwachte vor allem zwei Übungen (M 20):

1. Den Wunschesreiz durch eine bessere Vorstellung  
ersetzen

Er empfiehlt, den Wunschesreiz dadurch zu überwinden, dass der Übende seine Aufmerksamkeit auf eine bessere Wahrnehmung richtet, auf eine heilsame Vorstellung, die ihn mit einer

---

<sup>60</sup> Die Aussagen des Erwachten sind in zwei Körben gesammelt: Der erste Korb ist der Korb der Ordensregeln (Vinaya Pitaka), den der ehrwürdige Upāli nach dem Tod des Erwachten auf dem 1. Konzil in Rājagaha als erstes der Versammlung von 500 geheilten Mönchen vortrug. Der zweite Korb enthält die Lehrreden (sutta-pitaka).

Die Ordens-Regeln (Vinaya) dienen der Hinwegführung der üblen Einflüsse, nicht der Ausrodung der üblen Wollensflüsse, denn diese wohnen im Herzen. Die üblen Einflüsse werden vom Orden fern gehalten, weggeführt. So soll der Heilsgänger – das ist der Sinn des Wortes *vinaya* – den Wunschesreiz 1. hinwegführen, ablenken, auf etwas Besseres lenken durch weisheitliche Einsichten und 2. auf die Dauer endgültig ausrodern.

Kraft packt, welche den Wunschesreiz vertreibt. Es muss also eine Vorstellung sein, die ihn schon öfter zum Höheren begeistert und ermutigt hat.

Wenn z.B. die Absichten des Strebenden durchkreuzt werden, und er möchte dem Verhinderer seiner Wünsche zornig seine Meinung sagen, um sich zu erleichtern und auf diese Weise doch seinen Willen durchsetzen, dann erinnert er sich der daraus entstehenden Folgen: „Mit diesem Gedanken der ärgerlichen Zurechtweisung des anderen würde ich in meiner alten Gewohnheit in der dunklen Ebene der zwischenmenschlichen Auseinandersetzungen bleiben.“ Er fasst eine bessere Vorstellung: „Unter dem Einfluss der Lehre habe ich mir öfter vor Augen geführt, dass es mein eigener Vorteil ist, wenn ich mit jedem, mit dem ich zu tun habe, in möglichst liebenswürdiger, wohlwollender Weise umgehe.“

Oder der Strebende merkt in sich einem anderen Menschen gegenüber den Reiz zu Neid oder Starrsinn. Da stellt er sich vor: „Wie sind die reineren Wesen, die übermenschlichen, göttlichen Wesen so frei von diesen trüben Eigenschaften! Wie erleben sie so ganz anderes, Helleres, Harmonisches, weil sie sanftmütig sind, anderen von Herzen gönnen, sich mit den anderen freuen. Wie macht das hell und harmonisch.“

Oder er denkt daran, wie ihm manchmal bei hellen Gedanken ganz weit und frei und unabhängig zumute war. Indem er an solches höhere Wohl, das er erfahren hat, denkt, kann er den Wunschesreiz damit hinwegführen.

## 2. Das Elend des Wunschesreizes bedenken

Der Übende soll bei unheilsamen Gedanken

*das Elend derartiger Gedanken gründlich betrachten: „Das sind sie gerade, diese heillosen Gedanken, die üblen in Dunkelheit und Leiden führenden.“ Dann schwinden die üblen, unheilsamen Gedanken, die mit Gier oder Hass oder Blendung verbunden sind, dahin, lösen sich auf.*



In M 19 schildert der Erwachte, wie er selber, als er noch kein Erwachter war, sich vor Augen führte: Die Gedanken der Sinnensucht (*kāma*) oder der Antipathie/des Hasses (*vyāpāda*) oder der Gewaltsamkeit und Rücksichtslosigkeit (*vihimsa*) führen zu eigener Belastung, zur Belastung des anderen und damit zu beiderseitiger Belastung – nämlich zur Ich-Umwelt-Spannung in der harten feindlichen Begegnung. Durch solche Gedanken wird *die Weisheit ausgerodet*, d.h. der stille, klare, vom Gefühl nicht verleitete, wirklichkeitsgemäße Anblick der Dinge. Ferner bringt die Abnahme der Weisheit, der Geistesklarheit, Sorgen und Verstörung mit sich und verhindert die Triebversiegung. So führt er sich durch solche Betrachtungen der Folgen von Sinnensucht, Antipathie bis Hass und Gewaltsamkeit und Rücksichtslosigkeit den eigenen Schaden vor Augen, den Schaden der anderen und damit beider Schaden.

Wir können in neutralen Zeiten öfter die Schädlichkeit, die Leidensträchtigkeit triebgelenkter Gedanken bedenken und an die jeweiligen Situationen anknüpfen, in denen die Triebe üblicherweise gereizt werden, damit uns im Augenblick der Gefährdung und des Zwiespalts die Leidhaftigkeit der Gier-, Hass- und Blendungs-Gedanken leuchtkräftig vor Augen steht. In solchen Situationen wäre ein bloßer Willensentschluss machtlos; nur etwas, wovon wir deutlich erkannt haben, dass es in Leiden, in Elend führt, können wir nicht positiv bedenken und auch nicht tun wollen. Hat aber ein Mensch nur Sinn für das vor Augen Liegende und denkt nicht an die weiteren Folgen, an sein späteres Ergehen, so wird er kurzsichtig und falsch handeln und entsprechend Leidvolles erleben.

### Hinwegführung des Wunschesreizes und seine Überwindung

Die Überwindung des Wunschesreizes durch Gegenwärtighalten des Leidens schildert der Erwachte in M 101. Da überlegt der Übende:

*„Wenn ich mir die Leidensursache (die Triebe mit ihren üblen Auswirkungen) vor Augen halte, dann ist durch diese Vorstellung die Sucht abwesend; und wenn ich gar bezüglich dieser Leidensursache zu völligem Gleichmut gekommen, diesen gewonnenen Gleichmut pflege, so wird die Sucht endgültig überwunden.“*

*So übt er nun die Vorstellung jener Leidensursache, wodurch die Sucht zuerst während des Mühens abwesend ist, bis er durch völlige Suchtfreiheit zum vollen Gleichmut gekommen ist, den er nun pflegt.*

Sieht ein Mensch durch die Belehrung des Erwachten deutlich das Leiden der sinnlichen Triebe und empfindet er durch die Tugend, die Übung in der sanften Begegnung, in der liebenden, aufmerksamen Zuwendung zu dem jeweils begegnenden Mitwesen eine Sicherheit und Wärme, die ihm bleibenderes Wohl bringt als alles sinnliche Wohl, dann hat er die Voraussetzung, um sich davon abzuwenden in der durchschauenden Betrachtung, die eine akute und eine chronische Wirkung hat: In dem Augenblick, in dem das Bild von den gefährlichen und leidigen Folgen des Wunschesreizes überzeugend vor Augen steht, führt sie zu einem dem Wunschesreiz entgegen gerichteten Willen: *Wenn ich mir die Leidensursache vor Augen halte, dann ist durch diese Vorstellung die Sucht abwesend*, d.h. der Wunschesreiz ist hinweggeführt. In diesem Augenblick über-tönt die starke Einsicht in die leidigen Folgen manchmal völlig den triebhaften Wunsch, man vergisst ihn und handelt nicht dem Trieb gemäß, sondern entgegengesetzt. Dann mag es einem scheinen, als sei dieser Trieb völlig überwunden, wo-rüber man vielleicht sehr erfreut und erleichtert ist. – Oft aber erlebt derselbe Mensch am anderen Tag, dass er sich in derselben äußeren Situation wieder ganz im Sinn der für überwunden gehaltenen Triebe entschieden hat. Dann mag es ihm scheinen, als sei dieser Trieb gar nicht verändert, und er mag darüber sehr betrübt und beklommen sein. Ein solcher hat die Wirkung der negativen Bewertung der sinnlichen Triebe zuerst

überschätzt, da er meinte, jene Triebe seien ganz vernichtet; und nachher hat er die Wirkung unterschätzt, da er dann meinte, die Triebe beständen noch in der alten Kraft. Beides stimmt nicht.

Wenn sich auf einer Waagschale ein Gewicht befindet und man wirft ein halb so schweres Gewicht auf die andere Waagschale, dann neigt sich die Schale mit dem leichteren Gewicht für kurze Zeit nach unten, so dass es so aussieht, als ob diese Schale schwerer, die andere leichter wäre. Bald aber senkt sich die Schale mit dem wirklich schweren Gewicht und bleibt gesenkt, und man merkt der Waage dann nicht einmal mehr die Anwesenheit des leichteren Gewichts an.

Wenn wir bedenken, dass wir bei unserer Geburt schon ein mehr oder weniger starkes vielseitiges Gewoge von sinnlichen Neigungen mitbringen und dass dieses im Lauf des Lebens dauernd durch positive Bewertungen gemehrt, durch negative Bewertungen gemindert wird, so ist zu verstehen, dass die Kraft der Sinnensucht in der Regel durch eine negative Bewertung nicht sogleich aufgehoben, sondern lediglich etwas gemindert wurde. So ist durch eine solche negative Bewertung zwar der augenblickliche Wunschesreiz – ein akuter Vorgang – völlig umgekehrt worden (der Wunschesreiz ist hinweggeführt worden, und von daher kommt die Überschätzung der Wirkung), aber die mehr oder weniger durchgängige Neigung des Triebs ist nur etwas geschwächt, aber noch nicht aufgelöst worden. Diese relativ geringe, aber tatsächliche Abschwächung des Triebs übersieht man, daher unterschätzt man die Wirkung der negativen Bewertung. Aber auf die Dauer muss die aus der Anschauung der leidigen Folgen hervorgehende fortgesetzte negative Bewertung unbedingt zur Überwindung der Sinnensucht führen:

*Und wenn ich gar, bezüglich dieser Leidensursache zum völligen Gleichmut gekommen, diesen gewonnenen Gleichmut pflege, so wird die Sucht endgültig überwunden.*

Das ist die bleibende, chronische Wirkung der rechten Anschauung: die völlige Überwindung des Wunschesreizes.

Nur wer die Sinnensucht selber überwunden hat,  
kann andere dazu anleiten

Nach diesen Ausführungen können wir verstehen, wenn der Erwachte sagt:

*Dass aber Asketen oder Priester, ihr Mönche, die nicht der Wirklichkeit gemäß die Labsal der Sinnensucht als Labsal, das Elend als Elend, die Ablösung als Ablösung erkennen, selbst die Sinnensucht verstehen oder einen anderen dazu bringen werden, durch ihre Belehrung die Sinnensucht zu durchschauen, das ist unmöglich.*

*Dass aber Asketen oder Priester, ihr Mönche, die der Wirklichkeit gemäß die Labsal der Sinnensucht als Labsal, das Elend als Elend, die Ablösung als Ablösung erkennen, selbst die Sinnensucht verstehen oder einen anderen dazu bringen werden, durch ihre Belehrung die Sinnensucht zu durchschauen, das ist möglich.*

Hier kommt der Erwachte darauf zurück, dass die andersfährigen Pilger behaupten, dass auch sie die Sinnensucht durchschauten. Er sagt hier, dass das nur einer könne, der Labsal, Elend und Überwindung der Sinnensucht erkenne, und das kann in Vollkommenheit nur einer, der die Überwindung auch vollzogen hat, ein Triebversiegter. Der Erwachte sagt (M 8): Zuerst musst du dich selber aus dem Sumpf ziehen, dann erst kannst du anderen helfen:

*Dass einer, der selber sumpfversunken ist, einen anderen Sumpfversunkenen herausziehen kann, das ist unmöglich.*

*Dass einer, der selber nicht gezähmt ist, nicht triebbefreit ist, einen anderen zur Überwindung, zur Triebbefreiung bringen kann, das ist unmöglich.*

*Dass aber einer, der selber überwunden hat, triebbefreit ist, einen anderen zur Überwindung, zur Triebbefreiung bringen kann, das ist möglich.*

Erst muss einer für sich selbst festen Boden unter den Füßen haben, dann kann er daran denken, anderen zu helfen. Der Kampf, um selbst die Sinnensucht zu überwinden, hat nichts mit Egoismus zu tun, sondern geschieht aus der weisen Einsicht, dass ein Trauriger nicht andere fröhlich, ein Schlechter nicht andere gut, ein Unvollkommener nicht andere vollkommen machen kann, dass man anderen nur immer so weit helfen kann, wie man selbst ist.

### Durchschauung der Form

#### Wohl, Labsal der Form

*Was ist nun, ihr Mönche, Labsal der Form? Zum Beispiel, ihr Mönche, ein Mädchen aus dem Adelsstand oder dem Brahmanenstand oder ein Bürgermädchen in ihrem 15. oder 16. Lebensjahr, nicht zu groß, nicht zu klein, nicht zu schlank, nicht zu voll, nicht zu dunkel noch zu hellhäutig: Erscheint nicht eine solche strahlende Schönheit, ihr Mönche, zu dieser Zeit am prächtigsten? – Ja, o Herr! –*

*Was da durch die strahlende Schönheit bedingt, an Wohl und Freude entsteht, das ist Labsal der Form.*

Es entspricht eben ganz der blinden, Sinnenwohl suchenden Auffassung des normalen Menschen, dass ein junges Mädchen in der Blüte der Jahre von guter Erziehung, Anstand und Schönheit Labsal des Körperlichen sei, dass es das Schönste

sei, was man im Bereich des Körperlichen finden und sich denken kann.

Hierin wird jeder normale Mensch, d.h. jeder sinnlich bedürftige und fühlende Mensch dem Erwachten zustimmen. Ein Mädchen, das so aussieht, erlebt überall mehr oder weniger Sympathie, freundliche, freudige Blicke und Entgegenkommen. In fast allen Religionen wird auch gesagt, dass aus edler Art edle Form hervorgeht. Eine schöne Form verspricht meistens einen schönen Charakter. Im Spanischen gibt es das Sprichwort:

*Ein schönes Mädchen ist verpflichtet, edel zu sein,*

gerade nicht eitel zu sein und andere sich untertan zu machen, sondern was es sinnlich dem Auge verspricht, das auch mit dem Herzen zu erfüllen. Das ist die Auswirkung des Gesetzes, dass die Zornige, Gehässige unansehnlich wird und die Sanfte, Wohlwollende ansehnlich und schön. (M 135) Die schöne Form ist wie eine Versprechung, aber sie ist ein welkendes Blatt. Einige Augenblicke sieht sie schön aus, aber nach einigen Jahren ist die Schönheit vorbei. Der Charakter, das Herz, kann immer heller werden, bis zum Ende des Körperlebens und darüber hinaus. Aber Form hat ihr anderes, eigenes Gesetz. Sie steigt auf, bleibt eine Zeitlang in einer gewissen Höhe und fällt wieder ab: Geborenwerden, Alter, Vernichtung. Diese Entwicklung hat Form an sich.

Die von perspektivischer Sicht Befreiten, die Geheilten, Triebversiegten, sehen mit dem Auge der Weisheit. Und dieses sieht bei einer Form nicht nur deren momentanen Zustand (Gegenwart), sondern genauso deutlich auch alle vergangenen und alle zukünftigen Zustände und Wandlungen der gegenwärtig sich so oder so anbietenden Form. Das Auge der Weisheit sieht beim jungen Mädchen zugleich dessen Säuglingsgestalt, dessen embryonale Gestalt, die „Nahrung“, die jenen Leib entstehen und sich vergrößern ließ. Es sieht auch jene Nahrung auf den Feldern und an den Bäumen aus Erde entstehen. Es sieht beim Menschenleib auch den Stoff-Wechsel, die täglichen Abfälle, es sieht den Leib als täglich etwas veränderte

Ansammlung von aus Erde gefügten Knochen und Fleischteilen und Flüssigkeiten. Es sieht den Leib in allen Altersstadien, in den Krankheits- und Verwesungsstadien bis zur völligen Angleichung an die Erde und bis zu neuem Hervorgehen als neue Nahrung für neue Leiber, die wiederum vergehen, und so fort.

Der vollkommen Triebversiegte unterscheidet sich gerade darin von dem „normalen“, d.h. befangenen und beschränkten Menschen, dass ihm alle Stadien, denen irgendein Ding gesetzmäßig ausgeliefert ist, ganz genau so gegenwärtig sind wie das eine Stadium, in welchem es sich „augenblicklich“ anbietet.

Darum ist dem vollendeten Weisen der Leib eines jungen Mädchens ganz genau so viel und so wenig wert wie der Leib einer alten Frau oder wie ein Embryo oder wie eine verwesende Leiche oder wie ein Stück Erde oder Getreide oder Früchte. – Es ist hier natürlich nicht von dem Menschen als Ganzem, von dem Gemüt, dem Geist und dem Herzen die Rede, sondern von jenem aus Festigkeit, Flüssigkeit, Temperatur und Luft gefügtem Organismus. Dieser wird von dem blind befangenen Menschen stets nur in seiner gegenwärtigen Erscheinung gesehen, während der Erwachte in dem einen Zustand auch alle anderen zwangsläufig damit verbundenen Zustände zugleich sieht.

Weil der Erwachte sämtliche Zustände, denen alles Formhafte und damit auch der Leib ausgesetzt sind, gleichzeitig sieht und weil er das Erlösende und Befreiende des gleichzeitigen Anblicks aller Wandlungen an sich selbst erfahren hat – eben dadurch wurde er zum Erwachten – darum empfiehlt er auch seinen Nachfolgern die folgende Übung:

Wehe, Elend der Form: Alter, Krankheit

*Was ist nun, ihr Mönche, Elend der Form? Da sehe man nur diese Schwester, ihr Mönche, zu anderer Zeit, im achtzigsten oder neunzigsten oder hundertsten Le-*

*bensjahr, gealtert, krumm wie ein Dach, gekrümmt, auf einen Stock gestützt, wackelig, gebrechlich, mit entschwundener Jugendlichkeit, mit schadhafte Zähnen, grauhaarig, mit schütterem Haar, kahl, runzelig, die Haut voller Flecken. Was meint ihr, ihr Mönche, ist, was einst strahlende Schönheit war, verschwunden und Elend offenbar geworden? – Ja, o Herr. – Das aber, Mönche, ist Elend der Form.*

*Weiter sodann, ihr Mönche, man sehe nur diese Schwester krank, leidend, schwerkrank, mit Kot und Harn beschmutzt daliegen, von anderen gehoben, von anderen bedient. Was meint ihr, Mönche, ist, was einst strahlende Schönheit war, verschwunden und Elend offenbar geworden? – Ja, o Herr. – Das aber, Mönche, ist Elend der Form.*

Wir müssen unterscheiden: Hier ist nicht vom Elend des ganzen Menschen die Rede, sondern vom Elend des Körperlichen. Wir müssen den Leib trennen von dem Menschen. Der Leib ist nur ein Teil des Menschen. Der Mensch kann geistig und seelisch im Alter viel wertvoller, schöner sein als in der Jugend. Das Wollende, der Charakter ist nicht älter geworden, das will wie früher, aber das Werkzeug versagt sich. Die Betrachtung des alternden Körpers ist keine Entwertung des Menschen im Ganzen. Es ist eine Übung für Menschen, die das Hängen am Körperlichen überwinden wollen. Der Erwachte sagt: Das Körperliche bietet auch Labsal. Ein Mensch mit einem jungen Leib wird möglicherweise, weil er jung ist, schon von vornherein überall Sympathie ernten. Aber der Leib hat es an sich, alt und krank zu werden. Wer sich darin badet und labt, dass er anerkannt und geliebt wird wegen der Schönheit, der wird es nachher schmerzlichst vermissen, wenn der Leib anders wird.

Der Geist des westlichen Menschen ist von Kind an aufgebaut, Leben für das Leben des Körpers anzusehen, das etwa 90 Jahre andauert. Bei einem Sechzigjährigen weiß der Geist: Ich



habe noch zwei bis drei Jahrzehnte. Aber der Erwachte zeigt: Mit dem Körpertod ist das Leben nicht zu Ende. Die Triebe bauen wieder eine Körperform. Solange Sinnensucht ist, wird vorübergehende kurze Labsal, aber immer wieder das Elend der Sinnensucht und das Elend der Formen erlebt.

Der Erwachte berichtet von sich (A III,39), dass er früher, als er noch kein Erwachter war, im Angesicht eines alten Menschen wie folgt gedacht habe:

*Wahrlich, der unbelehrte Weltling, selber dem Alter unterworfen, ohne dem Alter entrinnen zu können, sträubt sich, entsetzt sich, ekelt sich, wenn er einen anderen gealtert sieht. Aber auch ich bin dem Alter unterworfen, kann dem Alter nicht entgehen. Würde ich, der ich dem Alter unterworfen bin, ihm nicht entgehen kann, beim Anblick eines anderen, der gealtert ist, bedrückt sein, mich entsetzen und ekeln, so würde ich mich selbst übergehen. – Indem ich so sann, schwand mir jeglicher Jugendrausch.*

*Wahrlich, der unbelehrte Weltling, selber der Krankheit unterworfen, ohne der Krankheit entrinnen zu können, ist bedrückt, entsetzt und ekelt sich, wenn er einen anderen krank sieht. Aber auch ich bin der Krankheit unterworfen, kann der Krankheit nicht entrinnen. Würde ich nun, der ich der Krankheit unterworfen bin, der Krankheit nicht entrinnen kann, beim Anblick eines anderen, der krank ist, bedrückt sein, mich entsetzen und ekeln, so würde ich mich selbst übergehen. – Indem ich so sann, schwand mir jeglicher Gesundheitsrausch.*

*Wahrlich, der unbelehrte Weltling, selber dem Tod unterworfen, ohne dem Tod entrinnen zu können, ist bedrückt, entsetzt und ekelt sich, wenn er einen anderen tot sieht. Aber auch ich bin dem Tod unterworfen, kann dem Tod nicht entrinnen. Würde ich also, der ich dem Tod unterworfen bin, dem Tod nicht entrinnen kann, beim Anblick eines anderen, der gestorben ist, bedrückt sein, mich entsetzen und ekeln, so würde ich mich selbst übergehen. – Indem ich also sann, schwand mir jeglicher Lebensrausch.*

Wehe, Elend der Form:  
die Stadien des körperlichen Verfalls  
nach dem Tod

*Weiter sodann, ihr Mönche, man sehe nur diese Schwester, den Leib auf der Leichenstätte,<sup>61</sup> einen Tag oder zwei Tage oder drei Tage lang tot, aufgedunsen, blau angelaufen, aus dem Flüssigkeiten heraussickern. Was meint ihr, Mönche, ist, was einst strahlende Schönheit war, verschwunden und Elend offenbar geworden? – Ja, o Herr. – Das aber, Mönche, ist Elend der Form.*

*Weiter sodann, ihr Mönche, man sehe nur diese Schwester, den Leib auf der Leichenstätte, von Krähen angefressen, von Habichten, Geiern, Hunden, Schakalen oder verschiedenen Arten von Würmern angefressen. Was meint ihr, Mönche, ist, was einst strahlende Schönheit war, verschwunden und Elend offenbar geworden? – Ja, o Herr. – Das aber, Mönche, ist Elend der Form.*

*Weiter sodann, ihr Mönche, man sehe nur diese Schwester, den Leib auf der Leichenstätte, ein Skelett, an dem noch Fleisch und Blut klebt, von Sehnen zusammengehalten. Was meint ihr, Mönche, ist, was einst strahlende Schönheit war, verschwunden und Elend offenbar geworden? – Ja, o Herr. – Das aber, Mönche, ist Elend der Form.*

*Weiter sodann, ihr Mönche, man sehe nur diese Schwester, den Leib auf der Leichenstätte, ein fleischloses Skelett, blutverschmiert, von Sehnen zusammengehalten. Was meint ihr, Mönche, ist, was einst strah-*

---

<sup>61</sup> Die Leiber der Verstorbenen wurden früher in Indien offen auf Leichenstätten abgelegt. Die Leiche hat eben nichts mehr mit dem Verstorbenen zu tun.

*lende Schönheit war, verschwunden und Elend offenbar geworden? – Ja, o Herr. – Das aber, Mönche, ist Elend der Form.*

*Weiter sodann, ihr Mönche, man sehe nur diese Schwester, den Leib auf der Leichenstätte, ein Skelett ohne Fleisch und Blut, von Sehnen zusammengehalten. Was meint ihr, Mönche, ist, was einst strahlende Schönheit war, verschwunden und Elend offenbar geworden? – Ja, o Herr. – Das aber, Mönche, ist Elend der Form.*

*Weiter sodann, ihr Mönche, man sehe nur diese Schwester, den Leib auf der Leichenstätte, Knochen ohne Verbindung, in alle Richtungen verstreut, hier ein Handknochen, da ein Fußknochen, da ein Schienbein, da ein Oberschenkelknochen, da ein Hüftknochen, da ein Rückenwirbel, da eine Rippe, da ein Brustbein, da ein Armknochen, da ein Schulterknochen, da ein Halswirbel, da ein Kiefer, da ein Zahn, da ein Schädel. Was meint ihr, Mönche, ist, was einst strahlende Schönheit war, verschwunden und Elend offenbar geworden? – Ja, o Herr. – Das aber, Mönche, ist Elend der Form.*

*Weiter sodann, ihr Mönche, man sehe nur diese Schwester, den Leib auf der Leichenstätte, weiß gebleichte Knochen, muschelfarben. Was meint ihr, Mönche, ist, was einst strahlende Schönheit war, verschwunden und Elend offenbar geworden? – Ja, o Herr. – Das aber, Mönche, ist Elend des Form.*

*Weiter sodann, ihr Mönche, man sehe nur diese Schwester, den Leib auf der Leichenstätte, aufgehäufte Knochen, mehr als ein Jahr alt. Was meint ihr, Mönche, ist, was einst strahlende Schönheit war, verschwunden und Elend offenbar geworden? – Ja, Herr. – Das aber, Mönche, ist Elend der Form.*

*Weiter sodann, ihr Mönche, man sehe nur diese Schwester, den Leib auf der Leichenstätte, verrottete Knochen, zu Staub zerkrümelt. Was meint ihr, Mönche, ist, was einst strahlende Schönheit war, verschwunden und Elend offenbar geworden? – Ja, o Herr. – Das aber, Mönche, ist Elend der Form.*

Wenn die letzten Skelettknochen verwest, in Staub zerfallen sind, ist auf der Erde kaum ein Häuflein zu sehen. Die Form ist spurlos verschwunden. Es gibt keine Form, die bliebe, nichts Gewordenes, das zwei Augenblicke gleich bliebe. Alles rieselt, ob wir es sehen oder nicht.

Wir sehen, es geht um die Aufhebung des trügerischen Anblicks, des trügerischen Bildes, das, obwohl es nur für einen Augenblick in dieser Weise besteht, den Anschein erweckt, als ob es immer so bestünde. Wer als normaler Mensch von einem fahrenden D-Zug, weil er ihn vor seinen Augen fahren sieht, annimmt, dass er ihn immer vor seinen Augen fahren sehen würde, der gilt unter normalen Menschen als dumm. Wer bei jeder Form, sei es ein Gebirge oder ein Weltenkörper oder ein Menschenleib, die er im Augenblick in dieser oder jener Verfassung sieht, annimmt, dass sie immer in der gleichen Verfassung bestünde, der gilt bei den Weisen und Triebbefreiten als Tor, der sich von einem augenblicklichen Zustand, wenn er ihm gerade angenehm ist, verblendet verlocken lässt und, wenn er ihm gerade unangenehm ist, verblendet erschrecken lässt und nicht bedenkt, dass keine Form beharren kann, dass jede Form in ununterbrochener Wandlung besteht und dass jede Form nichts anderes ist als ein Gemisch von Festem, Flüssigem, Temperatur und Luftigem in stets veränderter Mischung. Ein solcher gilt als befangen, als gebunden, als verletzlich, dem Leiden verfallen.

Hinter der sogenannten Pietät, die wir „den Toten“ gegenüber empfinden, steht in Wirklichkeit ein grobsinnlicher Materialismus. Weil wir die Wesen mit ihren Leibern identifizieren,

gehen wir mit den Leichen um, als seien sie noch die Wesen. – Weil der Inder aber die Toten nicht mit den Leichen, sondern gerade mit demjenigen, das aus den Leichen ausgezogen ist, mit dem Seelischen, identifiziert, darum behandelt er die Leichen als Abfälle; soweit er aber das Seelische für verehrungswürdig hält, verehrt er es. Das aber tut er nicht auf Friedhöfen bzw. Leichenstätten, sondern im Geist, in der Andacht, im alleinsamen stillen Bedenken.

Die Vermeidung des Wehe,  
die Ablösung von der Form

*Und was ist, ihr Mönche, die Ablösung von der Form? Was bei der Form, ihr Mönche, die Hinwegführung des Willensreizes ist, Überwindung des Willensreizes, das ist die Ablösung von der Form.*

Dass der Leib krank wird, altert und stirbt, das ist nicht zu vermeiden. Aber zu vermeiden ist, dass der Mensch bei Krankwerden des Leibes mit krank wird, beim Altern des Leibes mitaltert, beim Sterben des Leibes mitstirbt. Es geht um die Gewöhnung, sich nicht mit dem Leib zu identifizieren, und zwar in praktischer Anschauung. Immer wieder sehen: Das ist der Leib, der so entsteht und so vergeht. Immer ist zwar diese Erscheinung Leib da, aber jeden Tag besteht dieser Leib aus anderen Stoffen, denn immer hat er Stoffe abgegeben, und immer sind andere Stoffe hinzugekommen. Es ist eine Täuschung, ein Anblick der Blendung: „Mein Leib ist.“ Die Wirklichkeit ist: „Leib wird und vergeht.“ Dieser Leib, der täglich seinen Stoff verändert, verändert täglich sein Aussehen und seine Kraft. In der Jugend nimmt die Kraft zu, im Alter nimmt sie zwangsläufig ab.

Immer wieder ist zu bedenken: Was an mir Leib ist, geht den Weg alles Wechselnden, alles Verletzbaren, alles Vergänglichen. Setze ich meine ganze Existenz auf den Leib, dann werde ich dessen Schicksal als mein Schicksal erleiden. Stütze

ich mich aber nicht auf den Leib, benutze ich ihn nur als Werkzeug, hole mir mein Wohl, meine Freude nicht durch die Sinnlichkeit, sondern aus innerem Wohl, dann ist das Schicksal des Leibes nicht mehr mein Schicksal.

Der unbelehrte Mensch sieht eine Welt, wie sie gar nicht ist, voll Glanz und Beständigkeit. Das ist eine falsche Wahrnehmung. Es geht darum, das Bild von der wahren Beschaffenheit der Dinge zu bekommen. Diese Betrachtungsweise eignet sich der Übende mehr und mehr an, bis sie zu einer Haltung wird, in der man ohne Anstrengung das Vorher und Nachher, das Kommen und Gehen der Dinge mit erfasst. Wem diese Haltung zur Gewohnheit geworden ist, der wohnt nicht mehr bei diesen Sinnendingen, der lässt sich bei den Sinnendingen nicht mehr nieder und baut nicht mehr auf sie. Das Vertrauen zum Körper und zu allen mit dem Körper erlebba- ren Formen, das Setzen auf Formen ist gebrochen. Und indem er aufhört, auf Formen zu bauen, merkt er, dass ihm wohler wird, nicht weher, dass ihm heller, klarer, größer, freier wird, nicht elender, verlorener, wie man meint. Was wir denken und planen, ist abhängig davon, was wir vorher an Wahrnehmungen aufgelesen haben. Weil wir falsche Wahrnehmungen eingesammelt haben, unseren Geist erfüllt haben mit falschen Bildern, darum haben wir nun auch in unserem Dichten und Trachten, in unserem Planen und Anstreben falsche Voraussetzungen. Nehmen wir jetzt richtige Wahrnehmungen auf durch Betrachtung des ganzheitlichen Bildes, dann wird uns das Leidvolle der gesamten Formen evident, und wir schaffen damit ein Maß von Zuversicht und lebendiger Überzeugung, das alle Einsichten, die nur aus diskursivem Denken hervorgehen, weit überragt. Daraus geht dann ein genau entsprechendes Maß von Willenskraft, Entschiedenheit und Mut zu einem konsequenten Verhalten, die Fähigkeit zur beharrlichen Ausrodung des Wunschesreizes nach Form hervor.

Jede wirklichkeitsgemäße Betrachtung des Elends der Form – nicht nur des Körpers, sondern aller unbeständigen und darum leidvollen Sinnendinge, die gesehen, gehört, gero-

chen, geschmeckt, getastet werden, ist eine Minderung der Blendung und damit eine Hinwegführung des Wunschesreizes, eine Minderung der sinnlichen Triebe. Durch solche Betrachtung werden die Gewichtsverhältnisse im inneren Haushalt krampflos geändert: *Was der Mensch häufig erwägt und sinnt, dahin geneigt wird das Herz. (M 19)*

## Durchschauung der Gefühle

### Wohl, Labsal der Gefühle

Bei der Schilderung des Labsals der Gefühle sehen wir, dass der Erwachte alles durch Sinnensucht ausgelöste Gefühl ausschließlich als Wehe und Elend bezeichnet, gleichviel ob es die an die Sinnensucht gefesselten Menschen als Wohl oder als Wehe empfinden. Die sinnlichen Wohlgefühle vergleicht der Erwachte mit dem Ausdörren der juckenden Wunden von Aussätzigen am Kohlenfeuer. (M 75) Durch das dann eintretende vorübergehende Aufhören des Juckreizes erscheint das Ausdörren dem Kranken als Wohl, doch ist es in Wirklichkeit schmerzliches Brennen, wodurch die Wunden größer werden und der Juckreiz zunimmt. Kein Gesunder würde dem Feuer nahe kommen. Ebenso täuscht Befriedigung sinnlicher Triebe nur dem durch Bedürftigkeit sinnesverwirrten Geist Erleichterung vor – in Wirklichkeit ist sie Wehe.

Wirkliches Wohl ist nicht durch Befriedigung der Sinnesdränge zu erreichen. Als wirkliches Wohl bezeichnet der Erwachte von seiner allumfassenden Kenntnis her nur das in den weltlosen Entrückungen aufkommende Gefühl. Und er begründet auch, warum dieses ein Wohlgefühl sei: weil der Erleber zu dieser Zeit frei von der Last Gier, Hass, Blendung ist.

*Was ist nun, ihr Mönche, Labsal der Gefühle?*

*Da verweilt der Mönch abgeschieden von der Sinnensucht, abgeschieden von allen heillosen Gedanken und Gesinnungen in stillem Bedenken und Sinnen. Und so*

*tritt die aus innerer Abgeschlossenheit geborene Entzückung und Seligkeit ein, der erste Grad weltloser Entrückungen.*

*Zu einer solchen Zeit sinnt er nicht zu eigener Belastung oder zu anderer Belastung oder zu beider Belastung. Sein Gefühl ist zu dieser Zeit ohne Belastung. Lastfrei zu sein, sage ich, ist höchste Labsal der Gefühle.*

*Nach Verebbung auch des Bedenkens und Sinnens verweilt er in innerem seligem Schweigen, in des Gemüts Einigung. Und so tritt die von Sinnen und Bedenken befreite, in der Einigung geborene Entzückung und Seligkeit ein, der zweite Grad weltloser Entrückungen.*

*Zu einer solchen Zeit sinnt er nicht zu eigener Belastung oder zu anderer Belastung oder zu beider Belastung. Sein Gefühl ist zu dieser Zeit ohne Belastung. Lastfrei zu sein, sage ich, ist höchste Labsal der Gefühle.*

*Mit der Beruhigung auch des Entzückens lebt er oberhalb und außerhalb von allem sinnlichen Wohl und Wehe in unverstörtem Gleichmut klar und bewusst in einem solchen körperlichen Wohlsein, von welchem die Heilskenner sagen: „Dem in erhabenem Gleichmut klar bewusst Verweilenden ist wohl.“ Ein solcher gewinnt den dritten Grad der weltlosen Entrückungen.*

*Zu einer solchen Zeit sinnt er nicht zu eigener Belastung oder zu anderer Belastung oder zu beider Belastung. Sein Gefühl ist zu dieser Zeit ohne Belastung. Lastfrei zu sein, sage ich, ist höchste Labsal der Gefühle.*

*Nachdem er über alles Wohl und Wehe hinausgewachsen ist, alle frühere geistige Freudigkeit und*



*Traurigkeit völlig gestillt hat und in einer über alles Wohl und Wehe erhabenen Reinheit lebt, da erlangt er die vierte Entrückung.*

*Zu einer solchen Zeit sinnt er nicht zu eigener Belastung oder zu anderer Belastung oder zu beider Belastung. Sein Gefühl ist zu dieser Zeit ohne Belastung. Lastfrei zu sein, sage ich, ist höchste Labsal der Gefühle.*

Was ist Belastung und was ist zeitweilige und ständige Lastfreiheit?

Extreme Belastung wird in M 57 beschrieben als dunkles Wirken, das dunkle Folge hat:

*Durch belastende Aktivität in Taten, Worten, Gedanken (sa-byāpajjha kāya-, vaci-, mano-sankhāra) erscheint einer in lastvoller Welt wieder. Dort empfangen ihn belastende Berührungen, fühlt er belastende Gefühle, einzig schmerzlich, wie bei höllischen Wesen.*

In M 88 sagt Ānando auf die Frage, was ein belastender Wandel in Taten, Worten und Gedanken sei:

*Ein solcher Wandel in Taten, Worten und Gedanken, aus welchem Leiden hervorgeht.*

Wer da voller Begehren, voller Wünsche ist und rücksichtslos verweigernd und entreißend sein Leben zubringt, der setzt verweigerndes und entreißendes Verhalten in die Welt, das ihm wieder als Last begegnet. Ihn treffen *belastende* Berührungen, d.h. Berührungen, die seinen Trieben, seinen Wünschen ganz und gar widersprechen, die er als äußerstes Leiden erlebt. Die Qual der Wahrnehmung der Hölle schaffen sich die Menschen, die zu Teufeln in Menschengestalt mit finstern Herzen geworden sind, die andere gequält und gemordet und misshandelt haben.

Dagegen wird sehr hohe, allerdings nicht ewige Lastfreiheit beschrieben als der Zustand der Strahlenden Götter, der durch helles Wirken, das helle Folge hat, gewonnen wird (M 57):

*Durch nichtbelastende Aktivität in Taten, Worten, Gedanken (a-vyābajjha kāya-, vaci-, mano-sankhāra) erscheint einer in lastfreier Welt wieder. Dort empfangen ihn lastfreie Berührungen, empfindet er lastfreie Gefühle, einzig wohl, wie bei Strahlenden Göttern.*

Die Strahlenden Götter (*Subhakinnā*) werden wie folgt beschrieben (D 33 III):

*Es gibt Wesen von Wohl durchtränkt und erfüllt und gesättigt. Sie erleben beseligt ein gar stilles Wohl. Das sind die Strahlenden Götter.*

Der Glanz ihrer Strahlen ist das innere Licht, das aus der Heiligkeit ihres Gemüts ausstrahlt. Die dritte Strahlung (Freude, *mudita*) und die dritte weltlose Entrückung ist die Verfassung eines Menschen, die in ihrer Vollendung zu dieser Selbsterfahrung der Strahlenden führt, in der die Gestillten ein seliges Glück empfinden (A V,170). Solches Wohl können nur diejenigen erfahren, die von allen belastenden Gedanken und Gefühlen ganz befreit sind.

Aber schon Brahma – erste Stufe der Götter der Reinen Form – wird als mit unbelastetem Herzen beschrieben (D 13), und zu brahmischem Zustand führt bereits die erste Strahlung:

*Liebevollen Gemütes strahlt er nach einer Richtung, dann nach einer zweiten, dann nach einer dritten, dann nach einer vierten, nach oben, unten, in alle Richtungen, überallhin durchstrahlt er die ganze Welt mit liebevollem Gemüt, mit weitem, hohem, nichtmessendem, von Feindschaft und Belastung freiem.*

Welcher Art die ständige Lastfreiheit ist, zeigt A VI,55:

*Ein Mönch, der ein Triebversiegter ist, der den Reinheitswandel vollendet hat, getan hat, was zu tun ist, und der bei sich*

*nichts mehr sieht, was er noch zu vollbringen oder dem Vollbrachten hinzuzufügen hätte, der ist eben infolge des Versiegens von Gier, Hass, Blendung, durch deren Geschwundensein erfüllt von (dem Gefühl) der Lastfreiheit.*

Der Geheilte hat die Last von Gier, Hass, Blendung für immer abgelegt. Der in den weltlosen Entrückungen oder in den Strahlungen Befindliche, der nichtmessenden Gemüts verweilt (so auch Brahma und die Strahlenden Götter) hat die Last von Gier, Hass, Blendung zu *dieser Zeit* abgelegt, wie es ausdrücklich heißt (D 9):

*Dem geht die frühere Wahrnehmung aus Sinnensucht unter, und eine aus Abgeschiedenheit geborene Entzückung und Seligkeit, eine feine Wahrheitswahrnehmung (frei von Blendung) geht zu dieser Zeit auf.*

Durch die weltlosen Entrückungen, das Schwinden der Sinnensuchtwahrnehmung, wird eine andere Dimension erlebt, ein Transzendieren in feine Wahrheitswahrnehmung. Während der weltlosen Entrückungen (besonders während der zweiten, dritten und vierten), in welchen auch keinerlei Denken stattfindet, wird nichts festgestellt und nichts erkannt. Dort ist nur seliger Friede. Aber wenn sich der Übende wieder des Leibes und der Umwelt bewusst wird, wenn also sein Geist wieder ein „Vorher“ und „Nachher“ feststellt – dann weiß er, dass er vor dem Wiedereintritt in die sinnliche Wahrnehmung in einer wunderbaren Seligkeit gelebt hatte, in einer Seligkeit, die mit nichts verglichen werden kann, was durch die sinnliche Wahrnehmung bisher erlebt wurde. Es war eine Wahrnehmung, welche kein Ich und keine Welt anbot, sondern nur bildloser, ichloser, seliger Frieden. Da war nicht Raum und nicht Zeit, sondern nur der Zustand des Friedens ohne Ort, ohne Raum, ohne Zeit.

## Die Entrückungen, das Wohl der Erwachung

Die gemüterlösende Kraft der weltlosen Entrückungen liegt darin, dass sie den Erleber in Seligkeit baden und dass das Gemüt des Erlebers dadurch abgezogen, abgelenkt wird von allem groben, durch sinnliches Erlebnis bedingten Gefühl von Lust. Abgelöst von dem Begehren nach Formen, d.h. durch hohe Gedanken darüber gehoben, ist sinnliches Begehren in den Hintergrund getreten, zurückgetreten. Da ist kein hungerndes Ich, kein Bedürftiger und nichts Begehrtes. Das Denken ist nicht ich-belastet, nicht welt-belastet, ist frei von jeder Belastung – es ist eine spannungslose selige Wahrnehmung.

*Pīti*, eine hinreißende geistige Beglückung, ein Erfülltsein von Glück nur bei sich selber, ohne einen Gedanken an ein weltliches Ding, ist Beglücktsein über hohe befreiende Wahrheitsanblicke, über ein von allen üblen Gesinnungen völlig befreites, hoch gesinntes Herz oder über das Sich-Eins-Fühlen mit allen Wesen und bildet damit das Eingangstor zu den weltlosen Entrückungen. Bei dem normalen sinnensüchtigen Menschen jagt die programmierte Wohlerfahrungssuche nach außen, nach angenehmen Formen, sie sucht nur immer das Wohltuende und sucht zu vermeiden, was weh tut. Wenn aber geistige Beglückung erlebt wird bei nicht weltlichen Anblicken, dann eilt die programmierte Wohlerfahrungssuche dahin und steht still bei dieser Beglückung. Für diese Zeit ist sie nicht auf Formen aus. Das Wohl dieses lastfreien Herzensfriedens gräbt sich in den Geist ein, und die programmierte Wohlerfahrungssuche, die immer auf Wohl aus ist, kennt damit ein anderes Wohl als das der sinnlichen Begehrenserfüllung. Und da dieser Herzensfriede ganz ohne die Wahrnehmung von Menschen oder Dingen oder Aufgaben oder Wissen besteht, so führt er einen jeden, der ihn erfährt, mit Leichtigkeit und Freude zur Befreiung von der Anhänglichkeit an Menschen und Dingen und Aufgaben und Wissen. Der Herzensfrieden führt ihn also von der äußeren Welt ab zu innerem Wohl. Damit gewinnt der Übende einen Schatz, den der Erwachte als

das Wohl der Befreiung (*nekkhammasukha*) und als Wohl der Erwachung (*sambodhisukha M 139*) bezeichnet.

Der Erwachte bezeichnet die Entrückungen als Wohl der Erwachung, weil in diesem Zustand die gesamten Wahn-Szenen und deren Wahndramatik, die der weltgläubige Mensch für unentrinnbare Realität hält, der er sich ausgeliefert glaubt, unterbrochen sind und aufgehört haben. Sie haben so aufgehört, wie wenn ein Fieberkranker, der von Delirienbildern bald gequält und bald verzückt wird und der ohne Wissen um seine Krankheit von einer erlebten Szene in die andere stürzt, nun durch die vom Arzt gegebene richtige Medizin zunächst zu dem Zustand des erquickenden traumlosen Schlafs kommt, der ihn von der Fieberbilderwelt mit allen ihren Wahnängsten befreit. So auch ist das Erlebnis der Entrückung – der Entrückung von der Fata Morgana-Szenerie und von der Ausrichtung des menschlichen Willens auf die dort gespiegelten Bilder – ein gewaltiger Schritt in Richtung auf die endgültige Erwachung und Erlösung.

Wenn durch Wiedereintritt sinnlicher Wahrnehmung die Erfahrung der seligen Ich- und Weltlosigkeit beendet wird, dann weiß der sich wieder Vorfindende nun mit jener der lebendigen Erfahrung innewohnenden Überzeugungskraft, dass er während des seligen friedvollen Herzensfriedens nicht etwa vorübergehend die Augen vor der Welt verschlossen oder die Welt „verlassen hatte“, sondern vielmehr eine Zeitlang das ununterbrochene Erzeugen und Ausspinnen von Weltsituationen eingestellt hatte, dass er eine Pause hatte in diesem ununterbrochenen Produzieren von Welt (*sankhāra*). Er sieht nun, dass das Welttheater insofern Wirklichkeit und Wirksamkeit ist, als es von Augenblick zu Augenblick aus der wahnhaften Weltgläubigkeit her gewirkt und weitergewirkt wird – und er weiß nun, dass man das mühselige, schmerzliche Weltwirken und Weiterwirken aufgeben kann.

Und so wie einer, der nach langem, langem Aufenthalt in der Tiefe eines Brunnenschachts und nach langem allmählichem Anstieg endlich oben angelangt ist und das Gemäuer des

Brunnens überstiegen hat und in die helle, offene Ebene hinausgetreten ist, von allen Begrenzungen und Gefahren befreit, ein solches Leben begrüßen wird und um keinen Preis mehr Neigung verspüren kann, in den Brunnen zurückzusteigen, ebenso auch wird einer, der öfter und öfter *fern der Sinnensucht, fern von den unheilsamen Dingen* über alles dumpfe und dunkle Gefühl hinausgestiegen ist in große Helligkeit und Seligkeit, ein solches Leben begrüßen und wird keine Neigung haben, zurückzukehren in ein Leben in Dumpfheit und Vielfalt und Bedrohung, das von denjenigen, die nichts anderes kennen, als das „normale Leben“ bezeichnet wird.

### Wehe, Elend der Gefühle

Das Elend der Gefühle beschreibt der Erwachte in unserer Lehrrede mit einem kurzen Satz:

*Was ist nun, ihr Mönche, Elend der Gefühle? Dass die Gefühle unbeständig, leidvoll, der Veränderung unterworfen sind, das ist das Elend der Gefühle.*

Wenn der Regen in dicken, schweren Tropfen herunterprasselt und auf Wasserflächen aufprallt, dann entstehen Blasen. Dieses Auffahren des Wassers zu einer sich aufblähenden und spritzend zerplatzenden Blase auf der Wasserfläche nach dem Einschlag eines Regentropfens nimmt der Erwachte als Gleichnis für jedes der vielen Gefühle. (S 22,95) So schnell wie sie entstehen, vergehen sie auch schon wieder, denn die nachfolgend aufprallenden Tropfen zerstören die entstandenen Blasen und rufen neue hervor. Ebenso ist es mit den entstandenen Gefühlen. Sie entstehen bei den verschiedenartigsten Sinneseindrücken als Resonanz der Triebe auf die Berührungen durch die sinnlich wahrgenommenen oder vorgestellten, erinnerten Formen, Töne, Düfte usw. und werden durch immer wieder neue Gefühle, die aus neuen Berührungen hervorgehen, abgelöst oder unterbrochen: Wohlgefühle oder Wehgefühle oder gemischte Gefühle, starke oder schwächere Gefühle.

Das ständig wechselnde Gefühl ist ohne Kern und Halt, d.h. es gibt nichts Bleibendes und nichts Individuelles, Unteilbares am Gefühl – es gibt gar nicht „das Gefühl“, das „sich“ ändert, sondern nur ständigen Wechsel, ständiges Rieseln immer neuer, durch immer neue Berührungen bedingte Gefühle: Spritzer auf Spritzer folgt, Blase auf Blase bläht sich und platzt.

Aber weil wir in den Gefühlen schwimmen, merken wir nicht ihr Rieseln, nehmen sie als etwas vermeintlich Durchgehendes – „das Gefühl“ – wie der faszinierte Kinobesucher die projizierten tausend Einzelbilder des Filmstreifens als etwas Durchgehendes nimmt. Dieses nur vermeintlich Durchgängige nehmen wir für „das Leben“. Die Qualität unserer Gefühle bestimmt die Qualität der Existenz. Die Gefühle sind es, die den einzelnen Erlebnissen und damit unserem ganzen Leben jeweils Stimmung und Klang verleihen, durch deren Vielfalt und Wechsel unsere Erlebnisse für unseren kranken Geschmack überhaupt erst „lebendig“ werden, uns ansprechen, uns engagieren, so dass wir sie im Gefühl erst als „unser Erleben“ nehmen.

Indem wir uns mit „dem“ Gefühl identifizieren: „Ich bin so glücklich, ich bin so traurig“ – , sind wir dem Wechsel von Wohl und Wehe unterworfen, sind abhängig von den Gefühlen und deren Bedingungen. Wir suchen etwas Festes, Haltbares, an das wir uns halten können: unwandelbare Liebe des Nächsten, ständige Anerkennung, dauernden Erfolg, Lebensglück und Freude, aber da schon die Bedingungen für unsere Gefühle, unsere Triebe, Wünsche und Neigungen, sich in jedem Augenblick entsprechend den inneren und äußeren Einflüssen etwas ändern, wie erst wechselt und wandelt sich das Gefühl. Und nur selten haben wir so gut gewirkt, dass auch nur für kurze Zeit einzig das den Trieben Entsprechende berührt wird und Wohlgefühl auslöst.

Trotzdem sind und bleiben wir abhängig von den Gefühlen, denn solange Triebe uns treiben, sind Gefühle nichts anderes als die Sprache der Triebe. Wie verstrickt sich der Mensch oft

in der Erinnerung an vergangenes Gefühl: „Dort fühlte ich mich so wohl. Ach, wie war das damals schön“ oder „Was habe ich dort Schreckliches erlebt“, oder er verstrickt sich in der Vorfreude oder in der Erwartung schmerzlicher Gefühle. Der Erwachte sagt (S 35,207):

*Wenn der unerfahrene, unbelehrte Mensch auch noch Gedanken und Vorstellungen über mögliche zukünftige weltliche Erlebnisse und Ereignisse nachhängt, so wird ein solcher Tor noch zusätzlich von Schmerzen getroffen.*

Die vielfältigen Hoffnungen und Sorgen nehmen den Menschen gefangen, bilden seine Verstrickungen in seinem Erlebensradius, fesseln ihn im Vielfältigen, Kleinen, Engen, so dass er keine Zeit und Kraft und auch gar kein Auge dafür hat, höheren Dingen nachzugehen. Durch diese Hoffnungen und Sorgen ist er seinen Vorstellungen und Empfindungen ausgeliefert, die einmal so, einmal anders sind:

*Er ist bald entzückt, bald verstimmt, und was für ein Gefühl er auch fühlt, ein freudiges oder leidiges oder weder freudiges noch leidiges, dieses Gefühl gilt für ihn, darum denkt er herum und stützt sich darauf. (M 38)*

Und auch von den Gefühlen, den Stimmungen anderer Wesen wird der normale Mensch – ohne dass er es will – mitbetroffen. Wir sagen „Fröhlichkeit wirkt ansteckend.“ Aber nicht nur Fröhlichkeit steckt an: Alle Gefühle der Nächsten, soweit wir sie bemerken, erleben wir mit: Wir werden niedergedrückt, wenn der andere „schlechte Laune“ hat, können uns nur schwer lösen, wenn der andere Angst („Lampenfieber“) hat oder depressiv ist.

Der Erwachte nennt (M 139) das Sinnenwohl, die sinnlichen Wohlgefühle *kotiges, gemeines Menschenwohl, heillosoes Wohl, leidig, qualvoll, jammervoll, reich an Schmerzen, verkehrtes Vorgehen, das zu Streit und Krieg führt*. Der Begehrende hat nie genug, ist also nie zufrieden, und durch das Gefesseltsein an sinnliches Begehren, um der begehrten Objekte



willen kommt es zu Hass und Feindschaft unter den Menschen. Darum kann durch das Begierdenwohl nicht das Wohlgefühl erlangt werden, das der Mensch ersehnt. Darum ist es ein gemeines, niedriges, nur im Augenblick gefühltes, geringes Wohl.

Anders dagegen das Wohl der weltlosen Entrückungen. Der Erwachte empfiehlt, dieses Wohl zunächst *zu hegen und zu pflegen* (M 139). Er rät, *den Körper mit dem Wohl der weltlosen Entrückungen ganz und gar zu durchtränken, zu sättigen*, also sich dem seligen Wohl ganz hinzugeben. Zwar sind auch die Entrückungsgefühle unbeständig, kein dauerhaftes Wohl, aber nur, indem sich der Übende mit dem von allem Außen unabhängigen, lastfreien überweltlichen inneren Wohl sättigt und erfüllt, kann er von dem niedrigen Wohl der Sinnesucht und von den Formen endgültig lassen.

Sobald er aber von dem niedrigen Gefühl abgekommen und von dem seligen Gefühl der weltlosen Entrückung ganz erfüllt ist, dann bleibt er dabei nicht stehen, sondern besinnt sich darauf, dass dieses überweltliche Wohl zwar eine Stufe zum Heil, aber noch nicht das Heil selber ist, dass es wegen seiner Unbeständigkeit letztlich leidvoll ist und dass es darüber hinaus noch höheres – ewiges Wohl gibt.

### Die Vermeidung des Wehe, die Ablösung von den Gefühlen

*Und was, ihr Mönche, ist die Ablösung von den Gefühlen? Was bei den Gefühlen, ihr Mönche, Hinwegführung des Wunschesreizes ist, Überwindung des Wunschesreizes, das ist die Ablösung von den Gefühlen.*

Wenn der Heilsgänger bei sich merkt, dass er Gefühle, seien es sinnliche, seien es Entrückungsgefühle, positiv bewertet, indem er sich bei ihnen „niederlässt“, sie gedanklich pflegt, sich über sie freut, dann führt er die Neigung, die Gefühle zu ergreifen, den Wunschesreiz, eine Anwandlung aus positiver

Bewertung entstanden, dadurch hinweg, dass er *das Herz von* (dem Ergreifen der) *fünf Zusammenhäufungen säubert*. Und das heißt, er bewertet die fünf Zusammenhäufungen, zu denen auch das Gefühl gehört, negativ, indem er immer wieder ihre Bedingtheit und Unbeständigkeit betrachtet.

In M 64 z.B. sagt der Erwachte, was ein Heilsgänger, wenn er aus einer weltlosen Entrückung wieder „zu sich“ kommt, dann denkt und tut:

*Und was da noch zur Form gehört, zum Gefühl gehört, zur Wahrnehmung gehört, zur Aktivität gehört, zur programmierten Wohlerfassungssuche gehört – solche Dinge sieht er als unbeständig an, als leidvoll, als nicht ich. Von solchen Dingen säubert er das Herz.*

Indem er z.B. die Gefühle als etwas Unzulängliches, Kernloses, als substanzlose Blase durchschaut, ihrem Wechsel und dem Wechsel der Bedingungen zusieht, ist er für den Augenblick der Betrachtung von den Gefühlen distanziert und empfindet durch das Loslassen der Gefühle ein Gefühl der Entlastung, ein Gefühl der Freiheit. *Wer die Unbeständigkeit der Gefühle betrachtet, empfindet ein großes inneres Glück*, sagt der Erwachte (M 137). In dem Maß, wie er der Berührung – dem Auftreffen des „Wassers von oben“ (der gewirkten Erscheinung) auf das „Wasser auf der Erde“ (die Triebe) – still zuschaut, in eben dem Maß werden die Blasen kleiner, die Spritzer bei ihrem Platzen kleiner, das Wasser stiller. Die weltlosen Entrückungen sind eine Sprosse auf der Leiter zum Nibbāna. Der Übende hat sie zu ergreifen, um sie dann zu lassen, wie es auch in M 66 heißt:

*Die weltlosen Entrückungen habt ihr zu pflegen und zu mehren und sie dann als unzulänglich zu erkennen und zu lassen.*

Wenn das Herz frei vom Ergreifen der fünf Zusammenhäufungen ist, *dann sammelt er das Herz auf das Todlose* (mit dem Gedanken): *„Das ist der Friede, das ist das Erhabene, dieses Zur-*

*Ruhe-Kommen aller Aktivität, dieses Zurücktreten von allem Ergreifen, dieses Aufhören des lechzenden Dürstens, die Entzweiung, Auflösung, Erlöschung.“ Dahin gekommen, erlangt er die Versiegung der Wollensflüsse/Einflüsse. (M 64)*

Der Regen hat endgültig für immer aufgehört. Der Wasserspiegel wird zum klaren Alpensee, welcher in den Lehrreden als Gleichnis für das heile, vom Wollen freie Herz gebraucht wird.

*Was bei den fünf Zusammenhäufungen Aufhebung, Vernichtung des Wunschesreizes ist, das ist die Leidensaufhebung. (M 28)*

Die vollständige Ablösung von den Gefühlen, die Überwindung des Wunschesreizes, ist die dauerhafte Wirkung der Betrachtung der Unbeständigkeit des Gefühls.

*Dass aber Asketen oder Priester, ihr Mönche, die nicht der Wirklichkeit gemäß die Labsal der Gefühle als Labsal, das Elend als Elend, die Ablösung als Ablösung erkennen, selbst die Gefühle verstehen oder einen anderen dazu bringen werden, durch ihre Belehrung die Gefühle zu durchschauen, das ist unmöglich.*

*Dass aber Asketen oder Priester, ihr Mönche, die der Wirklichkeit gemäß die Labsal der Gefühle als Labsal, das Elend als Elend, die Ablösung als Ablösung erkennen, selbst die Gefühle verstehen oder einen anderen dazu bringen werden, durch ihre Belehrung die Gefühle zu durchschauen, das ist möglich.*

*So sprach der Erhabene. Erhoben und beglückt waren jene Mönche über das Wort des Erhabenen.*

Die andersfährtigen Asketen und Priester werden wohl kaum das Wohl der weltlosen Entrückungen, die höchste Labsal der Gefühle, erfahren haben, die nur in der Abgeschiedenheit und fern von Sinnensucht und Herzensbefleckungen zu erreichen

ist. Sie werden bei Labsal der Gefühle an sinnliche Wohlgefühle gedacht haben. Und selbst wenn sie das innere Wohlweltloser Entrückungen erfahren haben, so werden sie diese als die höchstmögliche Erlebensweise, als Einheitserleben mit Brahma deuten, wie es die Hindus auch heute noch ansehen, ähnlich wie christliche Mystiker die Vereinigung mit Gott als Höchstes erstreben. Sie werden gar nicht daran denken, den Unbestand dieser Entrückungen negativ zu bewerten und gar diesen Zustand, der ihnen als das Höchste erscheint, überwinden zu wollen. Das ist nur demjenigen möglich, der die Lehre des Erwachten von den vier Heilswahrheiten vom Leiden kennt, der also weiß, dass auch höchste Wahrnehmungen vergehen und darum leidvoll sind, Triebe zur Ursache haben, deren vollständige Überwindung erst zum Heil führt, zum Todlosen, zur unverletzbaren Unverletztheit. Und darum können sie auch anderen nicht den Ausweg aus allem Leiden zeigen.

Ein Beispiel für die sachliche und Streitlose Redeweise des Erwachten ist der letzte Absatz:

*Wenn aber Asketen und Priester Labsal, Elend und Überwindung der Sinnensucht, der Form und der Gefühle durchschauen – und das heißt ja, die Überwindung, die Ablösung vollzogen haben –, dann können sie es auch anderen verständlich machen.*

DIE KURZE REDE VON DER LEIDENSHÄUFUNG  
14. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Mahānāmo, der Sākyer: Ich weiß: Gier, Hass, Blendung sind Herzensbefleckungen, und doch wird mein Herz gelegentlich von Gier, Hass, Blendung überwältigt. Welche verwerfliche Eigenschaft ist in mir, dass das Herz doch gelegentlich von Gier, Hass, Blendung überwältigt wird? – Der Erwachte: Eben diese Eigenschaften Gier, Hass, Blendung sind in dir. Wären sie nicht in dir, so wolltest du nicht im Haus bleiben und Sinnendinge genießen wollen. *„Unbefriedigend sind die Sinnendinge, voller Leiden, voller Qualen, das Elend überwiegt.“* Wenn der Heilsgänger dies mit vollkommener Wahrheit erkannt hat, aber er erfährt außer den Sinnendingen, außer dem Unheilsamen keine innere Beglückung bis Entzückung oder Besseres, so kreist er immer noch um die Sinnendinge herum. Erfährt er aber inneres Wohl, so kreist er nicht mehr um die Sinnendinge herum. So ging es auch mir vor der Erwachung. Was ist Wohl bei den Sinnendingen? Fünf Sinnensuchtbezüge gibt es: Die durch den Luger erfahrbaren Formen, die ersehnten.... Was ist Elend bei den Sinnendingen? (wie M 13). Einst sprach ich zu den Anhängern des Freien Bruders Nāthaputto: Warum übt ihr asketische Selbstqual? – Sie antworteten: Um alles Üble abzubüßen. Dann kommt es zur Tatenversiegung, Leidensversiegung, Gefühlsversiegung. – So wisst ihr: Wir sind schon früher gewesen – dies Üble haben wir begangen – ein Stück Leiden ist überwunden, ein anderes ist noch zu überwinden? (gleicher Text wie in M 101) Die Freien Brüder: Um Wehe lässt sich (zukünftiges) Wohl gewinnen. Nicht lässt sich (zukünftiges) Wohl durch Wohl gewinnen, denn dann würde König Bimbisāro Wohl erlangen. König Bimbisāro hat größeres Wohl als Gotamo. – Der Erwachte: Kann König Bimbisāro ohne den Körper zu bewegen und zu sprechen nur Wohl empfinden, und das 7-1 Tag und Nacht lang? – Nein. – Aber ich kann dies.– Dann hat Gotamo größeres Wohl als der König.

SCHLUSSFOLGERUNG <sup>62</sup>  
15. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Mönche im Orden zur Zeit des Erwachten  
korrigierten einander

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der ehrwürdige Mahāmogallāno im Land der Bhagger, bei der Stadt Sumsumāragira, im Forst des Bhesakalā-Waldes. Dort nun wandte sich der ehrwürdige Mahāmogallāno an die Mönche: Brüder Mönche! –, Bruder! –, erwiderten da aufmerksam jene Mönche dem ehrwürdigen Mahāmogallāno. Der ehrwürdige Mahāmogallāno sprach:*

*Fordert, ihr Brüder, ein Mönch seine Mitmönche auf: „Die Ehrwürdigen mögen mich korrigieren, es ist nötig, dass ich von den Ehrwürdigen korrigiert werde“, wenn er jedoch schwer zu korrigieren ist und Eigenschaften besitzt, die es schwierig machen, ihn zu korrigieren, wenn er ungeduldig ist und Belehrung nicht annimmt, dann denken seine Ordensbrüder, dass er nicht korrigiert, nicht belehrt werden kann. Sie können dann mit einer solchen Person keinen offenen, vertrauensvollen Umgang pflegen.*

Zur Zeit des Erwachten bildete der von ihm gegründete Orden eine Gemeinschaft von Menschen, die dem gleichen Ziel, der endgültigen Leidensüberwindung, durch zunächst Verbesserung und dann Aufhebung aller Triebe, zustrebten. Dieses gemeinsame Ziel schweißte sie zu einer Interessengemeinschaft, zu einer Brüder-/Schwesternschaft zusammen, die

---

<sup>62</sup> K.E.Neumann übersetzt diesen Titel der Lehrrede mit „Das Maß“

durch die Anweisung des Erwachten (M 48) noch befestigt wurde:

*Da verkehrt ein Mönch in Taten, Worten und Gedanken liebevoll mit seinen Ordensbrüdern, sowohl in ihrer Gegenwart wie in ihrer Abwesenheit. – Er hält die Tugenden ein, wie sie die Heilsgänger wünschen, die da frei machen, zur Herzenseinigung führen. – Er bewahrt gemeinsam mit den Ordensbrüdern das zur Aufhebung allen Leidens hinführende Heilsverständnis.*

In einer so ausgerichteten Gemeinschaft besteht Offenheit und Vertrauen untereinander. Die Mönche/Nonnen kommen regelmäßig zusammen – so ist es vom Erwachten festgelegt – und dabei helfen sie sich und anderen, indem sie offen sagen, was sie falsch gemacht haben:

*Hat er eine Übertretung begangen, die gesühnt werden muss, so geht er so bald wie möglich zum Meister oder zu erfahrenen Ordensbrüdern, bekennt sie, deckt sie auf, legt sie dar. Und hat er sie bekannt, aufgedeckt, dargelegt, so hütet er sich künfftig. (M 48)*

Je mehr einer den Glauben an Persönlichkeit abgelegt hat, je tiefer einer die fünf Zusammenhäufungen in ihrem Zusammenspiel erfasst hat, um so schneller erkennt er die Ursache seiner Verfehlung und ist zur Mitteilung bereit.

Zu der gegenseitigen Offenheit einer solchen Gemeinschaft gehört es auch, dass die Ordensbrüder sich gegenseitig auf ihre Fehler aufmerksam machen, dass sie aussprechen, wenn sie merken, dass die Tendenzen einen Mitbruder einen falschen Weg einschlagen lassen.

So heißt es z.B. in M 22:

*Es kam nun den Mönchen zu Ohren, dass der Mönch Arittho die falsche Anschauung gefasst habe, dass der Genuss der Sinnendinge nicht zwangsläufig gefährlich sei. Sie begaben*

*sich zu ihm und ermahnten ihn*, erinnerten ihn an die vielen gegenteiligen Aussagen des Erwachten, aber Arittho hielt an seiner Anschauung fest und konnte erst durch die ausführliche Belehrung des Erwachten von ihr abgebracht werden.

Ebenso versuchten Mitmönche den Mönch Sāti, der die Auffassung vertrat, dass die programmierte Wohlerfassungssuche als ewiges Selbst im Kreislauf der Wiedergeburten sich ewig gleich bleibe, von seiner falschen Anschauung abzubringen. (M 38)

In unserer Lehrrede werden zunächst die Eigenschaften eines Mönchs aufgezählt, die es schwierig machen, ihn zu korrigieren, deretwegen die Mitbrüder dazu neigen, lieber nichts zu sagen. Sie können dann mit einem solchen Menschen nicht mehr offen umgehen, auch dann nicht, wenn er vielleicht ihre Zurückhaltung spürt und sie auffordert, ihm seine Fehler offen zu sagen. Die Mönche haben ja erfahren, dass er ihre Belehrungen und Korrekturen nicht annimmt, und sehen es als zwecklos an, ihn auf Fehler aufmerksam zu machen.

#### Eigenschaften und Verhaltensweisen, die eine Korrektur erschweren

*Welche Eigenschaften machen es schwierig, ihn zu korrigieren?*

*Da hat ein Mönch üble Wünsche und ist von üblen Wünschen beherrscht; dies ist eine Eigenschaft, die es schwierig macht, ihn zu korrigieren.*

*Weiter sodann lobt sich ein Mönch selbst und schätzt andere gering; dies ist eine Eigenschaft, die es schwierig macht, ihn zu korrigieren.*

*Weiter sodann ist ein Mönch zornig und von Zorn überwältigt; dies ist eine Eigenschaft, die es schwierig macht, ihn zu korrigieren.*



*Weiter sodann ist ein Mönch zornig und auf Grund von Zorn feindselig; dies ist eine Eigenschaft, die es schwierig macht, ihn zu korrigieren.*

*Weiter sodann ist ein Mönch zornig und flucht aus Zorn; dies ist eine Eigenschaft, die es schwierig macht, ihn zu korrigieren.*

*Weiter sodann ist ein Mönch zornig und äußert zornige Worte; dies ist eine Eigenschaft, die es schwierig macht, ihn zu korrigieren.*

*Weiter sodann fährt ein Mönch bei Tadel auf den Ermahner los; dies ist ein Verhalten, das es schwierig macht, ihn zu korrigieren.*

*Weiter sodann beleidigt ein Mönch bei Tadel den Ermahner; dies ist ein Verhalten, das es schwierig macht, ihn zu korrigieren.*

*Weiter sodann widerspricht ein Mönch bei Tadel dem, der ihn tadelt; dies ist ein Verhalten, das es schwierig macht, ihn zu korrigieren.*

*Weiter sodann macht ein Mönch bei Tadel Ausflüchte, lenkt das Gespräch ab und zeigt Zorn, Hass und Verbitterung; dies ist ein Verhalten, das es schwierig macht, ihn zu korrigieren.*

*Weiter sodann wird ein Mönch getadelt, und er gibt Verstöße nicht zu; dies ist ein Verhalten, das es schwierig macht, ihn zu korrigieren.*

*Weiter sodann ist ein Mönch stolz und empfindlich; dies ist eine Eigenschaft, die es schwierig macht, ihn zu korrigieren.*

*Weiter sodann ist ein Mönch neidisch und geizig; dies ist eine Eigenschaft, die es schwierig macht, ihn zu korrigieren.*

*Weiter sodann ist ein Mönch heimlich und heuchlerisch; dies ist eine Eigenschaft, die es schwierig macht, ihn zu korrigieren.*

*Weiter sodann ist ein Mönch starrsinnig und überheblich; dies ist eine Eigenschaft, die es schwierig macht, ihn zu korrigieren.*

*Weiter sodann klammert sich ein Mönch an vordergründige Dinge, hält hartnäckig an ihnen fest und verzichtet nur schwer; dies ist eine Eigenschaft, die es schwierig macht, ihn zu korrigieren.*

*Dies sind, ihr Brüder, Eigenschaften und Verhaltensweisen, die es schwierig machen, ihn zu korrigieren.*

*Der Mönch hat üble Wünsche,  
ist von üblen Wünschen beherrscht*

Was sind üble Wünsche? Wünsche, die in Herzensbefleckungen ihre Wurzel haben. In M 5 werden einige von ihnen aufgezählt. Z.B.:

*Da kommt einen Mönch der Wunsch auf: „Wenn ich mich vergangen habe, so brauchen die anderen nicht zu wissen, dass ich mich vergangen habe.“ Wenn aber die anderen doch erfahren, dass er sich vergangen hat, dann wird er verärgert und verdrossen in dem Gedanken: „Nun wissen sie, dass ich mich vergangen habe.“*

*Ein Mönch hat sich vergangen* bedeutet, er hat eine der vielen vom Erwachten im Lauf der Ordenszeit bei regelungsbedürftigen Anlässen gegebenen Regeln, die die Triebkräfte zügeln und bändigen sollen, übertreten. Wenn er möchte, dass die Mitmönche von seinem Vergehen nichts erfahren, dann zeigt das, dass er nicht blamiert dastehen möchte. Wenn aber andere doch davon erfahren und er darüber verärgert und verdrossen wird, so zeigt dies, dass dieser Mönch sein gutes Ansehen vor den Mönchen höher bewertet als seine innere Reinigung. Ein ernsthafter Mönch, der beständig an den Zweck seines Mönchslebens denkt, wird sich sagen, wenn andere von seinem Vergehen erfahren haben: „Hätte ich mich nicht vergan-

gen, so hätte keiner etwas zu beanstanden. Die Ursache liegt bei mir.“

Weitere üble Wünsche sind (M 5):

*Es ist möglich, dass da einem Mönch der Wunsch aufkommt: „Wenn ich mich vergangen habe, so sollen mir die Brüder im Geheimen einen Verweis erteilen, nicht vor den anderen Mönchen – es soll mich ein Freund zurechtweisen.“ – Es ist möglich, dass da einem Mönch der Wunsch aufkommt: „Ach, möchte doch der Meister in Wechselrede mit mir den Mönchen die Lehre darlegen, nicht in Wechselrede mit einem anderen. – Die Mönche sollten beim Gang nach dem Dorf um Almosenspeise mich an die Spitze stellen, keinen anderen. – Wenn doch bei der Mahlzeit der beste Sitz, das beste Wasser, das beste Essen keinem anderen zufiele als mir. – Nur ich und kein anderer möge bei der Mahlzeit satt werden. – Wenn die Mönche, Nonnen, Anhänger und Anhängerinnen das Kloster aufsuchen, soll es nur meine Sache und nicht die eines anderen sein, ihnen die Lehre darzulegen. – Mich sollen die Mönche hochschätzen, lieben, achten und meinen Rat annehmen, nicht einen anderen. – Man sollte doch mir ein auserlesenes Gewand – auserlesenes Essen – auserlesene Lagerstatt – auserlesene Arzneien für den Fall einer Krankheit zukommen lassen, nicht einem anderen.“*

Mit diesen Wünschen will ein Mönch nicht aus dem Samsāra entrinnen, sondern will ein angesehener Mönch sein; die Erfüllung seiner egoistischen Wünsche ist ihm wichtiger als das Vorwärtskommen im Orden. Das ist die Haltung, die nach dem Verlöschen des Erwachten immer stärker einsetzte, die der Buddha voraussah, die später zur Verderbnis des Ordenslebens führte und zur Aufspaltung in verschiedene Sekten.

Ein Mönch mit diesen üblen Wünschen, der ausdrücklich seine Bevorzugung und nicht die eines anderen wünscht, kämpft nicht um die Befreiung von Herzensbefleckungen, wie etwa der verderbten Habsucht oder der Antipathie gegen Mitbrüder, er hat sein inneres Vorwärtskommen gar nicht im

Blick. In M 61 sagt der Erwachte, dass der strebende Mönch sich seiner ungunen Gedanken sofort bewusst werden und inneren Abscheu davor fassen solle, sich von ihnen reinigen solle, weil er weiß, dass sie in Leiden führen. Ein solcher übt sich in ununterbrochener Reinigungsarbeit: den leidvollen, schädlichen Charakter heillosen Gedanken bei sich selber zu sehen und zu tilgen. Bei einem Mönch, der dazu nicht bereit ist, fruchten auch alle Ermahnungen der Mitbrüder nichts.

*Lobt sich selbst und schätzt andere gering*

Anlässe zum Geringschätzen anderer, zur Überhebung werden in M 113 aufgezählt:

*Ich bin aus einer vornehmen – angesehenen – wohlhabenden Familie, die anderen Mönche nicht. – Ich bin bekannt und berühmt, die anderen Mönche nicht. – Ich weiß viel, die anderen Mönche nicht. – Ich bin Behälter der Ordensregeln, die anderen Mönche nicht. – Ich bin ein Erklärer der Lehre, die anderen Mönche nicht. – Ich bin ein Waldeinsiedler, die anderen Mönche nicht. – Mir ist jeder Ort recht, den anderen Mönchen ist nicht jeder Ort recht. – Ich nehme nur einmal am Tag Nahrung zu mir, die anderen Mönche essen zweimal am Tag. – Ich habe friedvolle Verweilungen erreicht, die anderen Mönche nicht.*

Wer sich über andere erhebt, andere geringer einschätzt als sich selber, der hält an der Ichheit fest, an der Duheit fest, hält die Zwieheit, die Begegnungsweise fest. Je stärker er das Ich hervorhebt, das Du geringschätzt, um so spannungsvoller werden die Begegnungsszenen. Es liegt in der Natur des Menschen, an einen anderen Menschen herabwürdigend zu denken, das Negative schnell zu sehen, weil er sich selber überlegen, wohler fühlt, wenn er beim anderen Negatives sieht. Überheblichkeit kann nur dann entstehen, wenn man nach „unten“ schaut, auf „Geringeres“. In solchen Fällen ist ein Mönch und

überhaupt ein Mensch durch Überheblichkeit gehindert am weiteren Streben. Wer sich für besser und größer hält, gewinnt daraus keinen Anreiz, wahrhaft besser und größer zu werden, als er bis jetzt wirklich ist. Diesen Anreiz gewinnt er nur dann, wenn er über sich schaut, wenn er auf Größeres sieht. Solange er sich selber für überlegen hält, fruchten alle Ermahnungen durch seine Mitbrüder nichts. Er lehnt sie innerlich ab: „Ihr wisst ja nicht, wie weit fortgeschritten ich bin.“ Die Ordensbrüder können ihn mit ihren Vorhaltungen nicht erreichen, merken, dass es zwecklos ist, ihm etwas zu sagen.

### *Zornig, von Zorn überwältigt*

Zorn ist eine Herzensbefleckung, eine Gemütslage, die der Erwachte mit einer prall gefüllten Eiterblase vergleicht. Sticht man hinein, dann zischt und spritzt der Eiter heraus. Das Wesen des Zorns ist es, unbeherrscht dem inneren Druck nachzugeben, auf andere loszufahren, heftig sich zu erregen. Ein leises Gereiztsein, ein unterirdisches, ärgerliches Grollen, schlechte Laune bis zum blindwütigen Rasen des Jähzorns sind Steigerungsformen dieser Geistesverfassung. Auch der sogenannte „gerechte oder heilige Zorn“ ist Herzensbefleckung, ist ein tendenzengetriebenes, automatisches Reagieren. Ein indisches Wort sagt:

*Nur der Unwissende wird böse,  
der Weise versteht.*

Je mehr der Nachfolgende weise die Zusammenhänge kennt und in seinem Gemüt bewegt, um so weniger gibt es Überraschungen, denn Überraschungen können nur dem Unwissenden begegnen. Ist der Nachfolgende zornig, so beweist er damit sein Überraschtsein, seine Unwissenheit. Zur Weisheit gehört auch, dass er das Wesen des Menschen kennt: zuerst das „eigene“ Wesen und dadurch auch das Wesen der „anderen“ Menschen. Die wahre Größe des Menschen besteht in zweierlei: Zum einen weiß er, was er von den Menschen und Dingen erwarten kann und was nicht, so dass er aus einfühlen-

der Weisheit kaum noch Überraschungen erlebt; zum anderen hat er in diesem Wissen sein Herz allmählich dahin erzogen, dass es sanft und willig geworden ist und zufrieden mit dem, was von außen erwartet werden kann, weil es hauptsächlich in sich selbst ruht.

Aber der Weg dahin ist weit, das Schwungrad der Triebe muss zuerst erheblich ruhiger und leichter geworden sein, bis Zorn aus dem Nachfolger ganz heraus ist. Je öfter der Nachfolgende eingesehen hat, dass die vergänglichen Dinge keine Erregung wert sind, um so mehr beruhigt sich das Herz, bleibt im Frieden.

Solange ein Nachfolgender noch zum Zorn neigt und sich nicht um seine Beherrschung bemüht, haben die Mitmönche keine Lust, ihn zu ermahnen, sie sehen seine Zornausbrüche voraus.

### *Zornig – und auf Grund von Zorn feindselig*

Zorn ist „kochendes“ Aufbrausen, Feindseligkeit dagegen ist kaltes Bewahren. Der Feindselige kät den erlittenen Schmerz wieder, z.B. wenn er in seinem Stolz und in seiner Empfindlichkeit getroffen worden ist, und macht ihn so nachträglich noch größer. Feindseligkeit, Rachsucht ist das Gegenteil von Brüderlichkeit. Der Nachfolgende ist von vornherein gegen den Ermahner eingestellt. Wenn wir uns vorstellen, wie das Herz eines Wesens ist, das Feindseligkeit nährt, dann erkennen wir, dass sich das Herz dieses Unseligen immer mehr verdunkelt, innerlich immer kälter wird. Feindseligkeit heißt, mit Überlegung an der Kälte und feindlichen Gegenwendung festhalten.

### *Zornig und zornige Worte äußern*

Aus Ärger, Zorn, wenn er sich in seinen Erwartungen enttäuscht sieht, wenn sein Verlangen nicht erfüllt wird, gebraucht ein Mensch verletzende Worte. Zornige Worte sind

aber durchaus kein unvermeidbarer Kanal, um seiner Enttäuschung Ausdruck zu geben, denn der Nachfolgende kann auch, selbst wenn er Ärger, Zorn, Verbitterung empfindet, schweigen und selbst den Ausdruck des Ärgers in seinem Gesicht vermeiden. Manche Menschen werden, auch wenn sie enttäuscht sind, nicht ärgerlich, sondern eher traurig. Der Zornige, Ärgerliche und Wütende ist im Grund auch traurig und enttäuscht, aber er lässt auch noch Ärger zu und lädt diesen gar noch auf, um ihn dann bei seinen Mitmönchen in der Form zorniger Worte abzuladen.

In der Erregung wird die Stimme laut, kreischend, brüllend, die Stimme überschlägt sich, so dass allein schon der Lärm ohne den Inhalt das Ohr verletzt. – Es ist gut nachvollziehbar, dass die Mönche einen solchen Zornigen nicht gern ermahnen mögen, da sie schon voraussehen, dass er die Ermahner anschreit. So hat sich der Unbeherrschte selber aller Hilfe seiner Mitbrüder beraubt.

*Fährt bei Tadel auf den Ermahner los – beleidigt ihn  
– macht Ausflüchte – gibt Verstöße nicht zu*

Diese Verhaltensweisen decken sich mit denen in A VIII,14. Dort vergleicht der Erwachte die acht Untugenden von Pferden, die bei der Zähmung offenbar werden, mit den Untugenden, wie sie sich bei Mönchen im Ordensleben zeigen.

*Acht Untugenden junger Rosse will ich euch zeigen und acht Untugenden der Menschen.*

*Das eine der Rosse, aufgefordert weiterzugehen und unter Schlägen vom Rosselenker angetrieben, geht rückwärts, stößt den Wagen hinter sich zurück. – Ein zweites Ross, in gleicher Weise vom Wagenlenker aufgefordert, schlägt mit den Hinterfüßen aus und zertrümmert die Deichsel, zerbricht das dreiteilige Joch. Ein drittes bricht mit den Beinen die Deichsel ab und zerstampft sie; ein viertes schlägt einen verkehrten Weg ein und bringt den Wagen auf falsche Fährte; ein fünftes er-*

*hebt sich mit dem Vorderkörper und schlägt mit den Vorderfüßen aus; ein sechstes beißt sich in der Gebissstange fest und rennt unbekümmert um Wagenlenker und Treibstock, wohin es ihm gefällt; ein siebentes geht weder vorwärts noch rückwärts, sondern bleibt wie eine Säule fest auf dem Fleck stehen; ein achttes zieht beide Vorder- und Hinterfüße ein und lässt sich an eben derselben Stelle auf allen Vieren nieder.*

*Das, ihr Mönche, sind die acht Untugenden der jungen Rosse. Welches aber, ihr Mönche, sind die acht Untugenden der Menschen?*

*Da, ihr Mönche, ermahnen die Mönche einen Mönch wegen eines Vergehens. Von den Mönchen aber wegen des Vergehens ermahnt, windet er sich heraus, indem er spricht: „Ich erinnere mich nicht daran.“ Diesen Menschen nenne ich jenem jungen Ross ähnlich, das, aufgefordert weiterzugehen und unter Schlägen vom Rosselenker angetrieben, rückwärts geht, den Wagen hinter sich zurückstößt. Das ist die erste Untugend der Menschen.*

Wer da bei einer Ermahnung abwehrt, sich herauswindet und Ausflüchte macht, wer gar mit einer Lüge „*Ich erinnere mich nicht daran*“ den Vorwurf ausschaltet, der wird jenem jungen Ross verglichen, das trotz der Aufforderung weiterzugehen, rückwärts geht, den Wagen hinter sich zurückstößt. Wenn der Mönch ermahnt wird, dann bedeutet die Ermahnung eine Aufforderung, doch weiterzugehen, dem Ziel entgegen, indem Untugenden bekannt und abgelegt werden. Ein solcher Ordensbruder wird angetrieben durch die Mahnung, aber er geht rückwärts, stößt den Wagen – das Gebundensein an die Regeln – zurück, er weicht also aus, er geht nicht in die Richtung zum Heil, sondern geht zurück.

*Ferner, ihr Mönche, da ermahnen die Mönche einen Mönch wegen eines Vergehens. Von den Mönchen wegen des Vergehens ermahnt, weist er den Ermahner ab mit den Worten: „Was willst du mir mit deiner Rede, du törichter, unerfahrener*



*Mensch, du meinst wohl auch etwas sagen zu müssen?“ Dem jungen Ross, das da mit den Hinterfüßen ausschlägt, die Deichsel zertrümmert und das dreiteilige Joch zerbricht, dem nenne ich diesen Menschen ähnlich. Das ist die zweite Untugend der Menschen.*

Der erste Mönch wand sich durch Ausreden heraus. Dieser Mönch beleidigt den Ermahner. Auf die Ermahnung hin nimmt der Mönch zu dem Vorwurf überhaupt keine sachliche Stellung, sondern beleidigt den anderen, so wie das Pferd mit den Hinterfüßen ausschlägt, die Deichsel zertrümmert und sogar deren Verbindung zum Wagen, das dreiteilige Joch, zerbricht. In J 544 wird das dreiteilige Joch des Wagens mit der Sicherheit dessen verglichen, der zum Erwachten, zur Lehre und zur Gemeinschaft der Heilsgänger sichere Zuflucht genommen hat. Die Ordnung, in die er sich ja selber begeben hat und in der er sich jetzt bewähren soll, indem er Vergehen zugibt und Besserungswillen zeigt, die zerstört er für sich, so dass die Mitbrüder ihn nicht mehr gern ermahnen mögen und den Umgang mit ihm gern meiden möchten.

*Ferner, ihr Mönche, da ermahnen die Mönche einen Mönch wegen eines Vergehens. Von den Mönchen aber wegen des Vergehens ermahnt, wirft er die Anklage auf den Ankläger zurück: „Du hast ja dieses und jenes Vergehen begangen, bekenne vor allem selber erst einmal dein Vergehen.“ Jenem jungen Ross, das mit den Beinen die Deichsel abbricht und sie zerstampft, dem nenne ich diesen Menschen ähnlich. Das ist die dritte Untugend der Menschen.*

Dieser Mönch wählt zur Verteidigung den Angriff: Denjenigen, der ihn mit Recht ermahnt, verklagt er jetzt seinerseits. Wir kennen wohl alle diese unguete Art: Wenn uns ein Vorwurf gemacht wird, dann fallen uns oft Fehler oder Mängel des Klägers ein; und so will dieser Mönch die Ermahnung von sich ablenken und den Ermahner vor den anderen Mönchen

zum Ermahnten machen, damit die anderen Mönche nicht mehr auf ihn sehen, sondern auf den anderen. So wie das Ross die Deichsel abbricht und zerstampft, so wird die Deichsel, die den fehl gegangenen Mönch lenken soll, abgebrochen und zerstampft, der Ermahner wird selber beschuldigt.

*Ferner, ihr Mönche, da ermahnen die Mönche einen Mönch wegen eines Vergehens. Von den Mönchen aber wegen des Vergehens ermahnt, geht er von einem Gegenstand auf den anderen über, leitet das Gespräch auf andere Dinge und legt Erregung, Hass und Misstrauen an den Tag. Jenem jungen Ross, ihr Mönche, das einen verkehrten Weg einschlägt, den Wagen auf falsche Fährte bringt, dem nenne ich diesen Menschen ähnlich. Das ist die vierte Untugend der Menschen.*

Hier geht es nicht um Ausflüchte, Schelten und Angriff/Zurückwerfen der Ermahnung, sondern um eine heimlichere Form der Ablenkung, indem er auf die Ermahnung zuerst scheinbar eingeht und dann auf etwas anderes lenkt, sich bei anderen Dingen gegen irgendwelche Unzulänglichkeiten der Welt ereifert. Dann vergessen die anderen den Vorwurf, und er glaubt, die Regelwidrigkeit sei aus der Welt geschafft. Aber der Erwachte spricht von dem Ross, das einen verkehrten Weg einschlägt und den Wagen auf falsche Fährte bringt. Von der Richtung, in die er fahren sollte – zum Zugeben – lenkt er ab, jetzt geht das Gefährt des Gesprächs auf einen anderen Weg, auf einen Abweg. Die Sache, die geklärt werden soll, wird nicht geklärt. Der Mönch hat scheinbar Ruhe durch diese Vorgehensweise, aber er kann damit das Ziel der Askese nicht erreichen.

*Ferner, ihr Mönche, da ermahnen die Mönche einen Mönch wegen eines Vergehens. Von den Mönchen wegen des Vergehens ermahnt, spricht er mit erhobenen Armen inmitten der Mönchsversammlung. Jenem jungen Ross, ihr Mönche, das sich mit dem Vorderkörper aufbäumt und mit den Vorderfüßen*

*ausschlägt, dem nenne ich diesen Menschen ähnlich. Das ist die fünfte Untugend der Menschen.*

Er spricht mit erhobenen Armen, also er verteidigt jetzt mit Pathos seine Sache, unter Einsatz all seiner Beredsamkeit erzählt er, warum er recht hat, dass die Sache ganz anders liegt. Mit einem großen Wortschwall redet er die Sache sozusagen tot. Wir kennen dieses Vorgehen ja auch und die Wirkung, dass die anderen müde werden, aufgeben und abwinken in dem Gedanken: „Wenn der bloß endlich aufhört.“ Er bringt sich als Redner so in den Vordergrund, dass die anderen vor dem sich aufbäumenden Pferd, das mit den Vorderfüßen ausschlägt, das Weite suchen.

Die weiteren drei Untugenden eines Mönchs, die in A VIII,14 mit Untugenden von Pferden verglichen werden, fehlen in unserer Lehrrede: Da geht ein Mönch einfach aus der Mönchsversammlung oder vor dem Ermahner fort, flieht Vorwürfe und Ermahnungen – wie ein Pferd, das wegrennt, wohin es ihm beliebt. – Ferner entzieht sich der Mönch durch Schweigen den Vorwürfen – wie ein Pferd, das weder vor- noch rückwärts geht und wie eine Säule auf demselben Fleck stehenbleibt. – Ferner gibt ein Mönch auf die Ermahnung hin die Askese auf – wie ein Pferd, das sich auf allen Vieren niederlässt, nicht mehr weitergeht.

Im Folgenden werden in unserer Lehrrede nach Zorn und Feindseligkeit noch weitere Herzensbefleckungen aufgezählt, wie sie in M 7 besprochen sind.

### *Stolz und Empfindlichkeit*

Stolz und Empfindlichkeit treten immer zusammen auf. Der Mönch möchte gern sein Ansehen bewahren, er will nicht an Anerkennung einbüßen, seine Person soll nicht angetastet werden. Er will etwas gelten, nicht unbedingt mehr als der andere, aber mindestens in seinem Rahmen. *Stolz ist die Maske der eigenen Fehler*, heißt es im *Talmud*.

In allen Religionen wird empfohlen, das Ich, den Stolz loszulassen. Wer sein Ich verteidigen will, ist immer in Sorge und Aufregung, immer abwehrbereit und schutzbedürftig. Wir haben viele Zeugnisse von Übenden – von christlichen, hinduistischen und buddhistischen – wie befreiend sie es empfanden, wenn sie nicht mehr das Gefühl hatten, ihre Person schützen und verteidigen zu müssen.

Der Erwachte bezeichnet die Fähigkeit, sich etwas sagen lassen zu können, die Ansprechbarkeit, als eine von „zehn beschützenden Eigenschaften“, die den, der sie erworben hat, *geduldig, ausdauernd zum Rechten gehen lässt*. Besonders dann, wenn man von sich aus, nicht erst, wenn man ertappt oder befragt wird, begangene Fehler zugibt. Es ist hilfreich für einen selbst und für andere, wenn man über seine eigenen Fehler und Schwächen sachlich mit anderen sprechen kann. Die Offenheit verbindet die Übenden miteinander. Jeder hat ja seine Fehler und lernt von den Fehlern anderer.

### *Neid und Geiz*

Der Erwachte schildert den Neid wie folgt (M 135):

*Da ist irgendeine Frau oder ein Mann neidisch gesonnen. Wenn andere Erfolg haben, wert gehalten, hochgeschätzt, geachtet, geehrt und gefeiert werden, ist er neidisch, missgünstig, frönt der Eifersucht.*

Die verborgene Folge des Neids – der Eifersucht bei Menschen – ist, wie der Erwachte sagt, dass einer im späteren Leben *wenig vermögend* sein wird, d.h. weniger geistige und seelische Fähigkeiten haben wird und darum sich keine Anerkennung erwerben kann und ohnmächtig zusehen muss, wie er zurückgesetzt wird.

Wer im Mangel neidisch ist, der ist im Besitz leicht geizig. Neid und Geiz machen das Herz dunkel, eng und kalt, schaf-

fen ein gespenstisches Gemüt. Geiz kann sich auch auf geistige Dinge erstrecken. Der Erwachte sagt (D 33):

*Es gibt fünf Objekte des Geizes: Geiz um die Wohnstätte, Geiz um den Stand, Geiz um Besitz, Geiz um Ansehen, Geiz um die Lehre.*

Geiz um die Wohnstätte kann entstehen, wenn ein Mönch seine Mönchsklausen nicht mit anderen teilen mag. Geiz um den Stand ist z.B. Stolz auf die höhere Bildung oder soziale Stellung oder Geburt, die dem anderen nicht gönnt, daran teilzuhaben. Er zeigt sich z.B. an der Abwehr, wenn ein Standesfremder sich mit einem von höherem Stand befreundet will: „Ich gehöre zur Elite, zur Oberschicht. Lasse ich andere hinzukommen, so werde ich dadurch meiner Sonderstellung beraubt.“

Mit Geiz um Ansehen ist alles betroffen, was ein Mönch an Ansehen allein genießen möchte, z.B. durch Kenntnisse, durch Charakter, durch Bildung, gewandte Rede. Wegen all dieser Formen des Ruhms oder des Ansehens gibt es die unterschiedlichsten Grade von Geiz. Wer irgendwo der erste ist, möchte der erste bleiben, denn sein Ansehen wird gemindert, wenn ein zweiter als gleichwertig gilt.

Sogar um religiöse Dinge, um das Höchste, kann Neid entstehen, wenn man es nicht erreicht hat und meint, der andere hätte es, und kann Geiz entstehen, wenn man meint es zu besitzen, aber es für sich behalten will. Es ist ein Unterschied, ob ein Mensch die Lehre als Mittel zum Entrinnen aus dem Leidenskreislauf benutzt, indem er aus der Lehre für seine Praxis entnimmt: „Dies sind die Dinge des Elends, jene sind die guten Dinge; von den elenden Dingen lasse ich ab; zu den guten Dingen entwickle ich mich hin“ – oder ob einer denkt: „Ich kenne die Lehre, diese Menschen kennen sie nicht. Ich bin besser als jene, wie könnten diese sie auch richtig kennen.“ Im letzteren Fall hat dieser Mensch die Lehre völlig misshandelt, hat selber nicht das von der Lehre, was sie geben will. Wer

aber die Lehre richtig benutzt als das Floß, das den Nachfolgenden hinüberfährt aus dem Bereich des Elends und der Wandelbarkeit zur heilen Situation, der weiß durch die Lehre, dass die Befreiung von allen Geneigtheiten der Weg zum Heil ist. Der fesselt sich nicht dadurch, dass er andere beneidet, die die Lehre noch besser kennen, oder geizt, indem er keinem von dem Schatz an Wahrheit, der ihm mitgeteilt worden ist, mitteilt. Diese Herzensbefleckungen machen es schwierig, einen Menschen auf diesem Gebiet zu ermahnen. Sein Herz neigt eben zu Neid und Geiz, und solange er nicht das Übel dieser Herzensbefleckung bei sich selber sieht, kann er nicht in andere Richtung gelenkt werden.

### *Heimlichkeit und Heuchelei*

Auch diese beiden Herzensbefleckungen sind eng miteinander verknüpft und lassen den Ermahner gar nicht an den zu Ermahnenden herankommen. Der Heuchler täuscht etwas Vorhandenes vor, und der Heimliche verbirgt etwas Vorhandenes. Im buddhistischen Kanon heißt es von einem heuchlerischen Menschen:

*Da führt einer in Taten einen schlechten Wandel, in Worten und Gedanken einen schlechten Wandel, und um dies zu verheimlichen, nährt er üble Wünsche: „Möchte man mich doch nicht erkennen“, wünscht er. „Möchte man mich doch nicht erkennen“, denkt er. Und er wählt die Worte so, dass man ihn nicht erkenne. Und damit man ihn nicht erkenne, zeigt er Eifer in Taten. Was da solcherart Heimlichkeit ist, Heuchelei, Betrug, Täuschung, Ablenkung, Verschweigen, Verhehlen, Geheimhaltung, Verheimlichung, Unoffenheit, Unehrllichkeit, Verstecktheit: das nennt man Heimlichkeit.*

Der Heuchler und Heimlichtuer will einen Anschein erwecken, ein Bild von sich entwerfen, wie er in den Augen der Mitmenschen gern angesehen werden möchte. Er baut künstli-

che Fassaden auf. Damit aber entfernt er sich von den anderen, empfindet nicht jenes vertraute, offene Einssein mit den anderen, dessen es doch gerade bedarf, ganz besonders auf dem Heilsweg.

### *Starrsinn*

ist das Sichversteifen auf die eigene Meinung, die eigene Person, das eigene Recht. Der Starrsinnige verschließt sich der Kritik und Vernunft, verkrampft sich, ist unversöhnlich, unachgiebig. Der Starrsinnige beharrt auf der eigenen Meinung, hört gar nicht hin, was der andere sagt, verschließt sich sachlichen Argumenten, verteidigt hartnäckig die eigene Meinung, ja, er verteidigt sie oft auch dann noch, wenn er ihre Unrichtigkeit selber schon durchschaut hat, um eben nicht seinen Irrtum zugeben zu müssen. Wohl jedem Ermahner vergeht die Lust, mit einem solchen Menschen zu sprechen. Die Vergeblichkeit, den anderen zur Einsicht zu bringen, ist zu offensichtlich.

### *Überheblichkeit*

Weil der Nachfolgende denkt: „Hier bin ich, dort sind die anderen“, stellt er sich leicht über andere. Statt aufmerksam Sachverhalte zur Kenntnis zu nehmen, sieht er bei sich selber Vorzüge, bei anderen Fehler. Dadurch kommt es zum Messen mit zweierlei Maß und dadurch zur Überschätzung, durch die er auf andere herabblickt. Um den überheblichen Dünkel zu ernähren, bedarf es des ständigen Blicks auf die Schwächen anderer bei Verdrängung der eigenen.

Der Überhebliche braucht die anderen Menschen vorwiegend als Mittel zu dem Zweck, sich innerlich und im Umgang über sie zu erheben. Er will sie auch gar nicht anders sehen. Damit ist er gezwungen, sie alle nur von ihren dürftigsten Seiten zu betrachten und bei sich selbst nur auf die Vorzüge oder Scheinvorzüge zu achten. Damit wird er weder sich selber noch den Mitmenschen gerecht, und so schließt er sich selbst durch diese krankhafte Neigung, durch diese Herzensbefle-

ckung von jeder Freundschaft, von jeder Kameradschaft aus. Wer sich für besser und größer hält, gewinnt daraus keinen Anreiz, wahrhaft besser und größer zu werden, als er bis jetzt wirklich ist; diesen Anreiz gewinnt er erst, wenn er über sich schaut, wenn er Größeres sieht. Der Überhebliche ist jeder Ermahnung unzugänglich, weshalb die Mitmönche nicht offen und vertrauensvoll mit ihm umgehen können.

*Sich an vordergründige Dinge klammern,  
hartnäckig an ihnen festhalten, nur schwer verzichten*

Die Herzensbefleckungen wurzeln ihrerseits in dem vielfältigen Begehren nach Sinnendingen, im Habenwollen, Festhaltenwollen. Ein Beispiel im Ordensleben für das hartnäckig an vordergründigen Dingen Festhalten, Nicht-loslassen-Können ist beschrieben in M 65 und 66: Einige Mönche weigerten sich, die Regel, nur einmal am Tag zu essen, zu befolgen. Sie benahmen sich trotz dem Erwachten und anderen Mönchen gegenüber. Ebenso ist der Streit der Mönche von Kosambi (M 48) ein typisches Beispiel von Sichklammern an vordergründige Dinge: an eine Regel und an das eigene Gekränktsein.

Eigenschaften und Verhaltensweisen,  
die eine Korrektur erleichtern

Im folgenden Teil unserer Lehrrede werden die entgegengesetzten positiven Eigenschaften eines Mönchs aufgezählt. Wenn ein Mönch diese besitzt, dann ist es für die Mitmönche leicht, ihn bei Vergehen gegen die Ordensregeln zu ermahnen. Darum gehen die Mitmönche gern mit ihm um. Sie helfen sich einander in gegenseitiger Offenheit.

*Fordert, ihr Brüder, ein Mönch die Mitmönche nicht auf: „Die Ehrwürdigen mögen mich korrigieren, es ist nötig, dass ich von den Ehrwürdigen korrigiert werde“,*



*und er besitzt Eigenschaften, die es leicht machen, ihn zu korrigieren, ist geduldig und nimmt Belehrung an, dann denken seine Ordensbrüder, dass er korrigiert und angeleitet werden kann. Sie können dann offenen, vertrauensvollen Umgang mit ihm pflegen.*

*Da hat ein Mönch keine üblen Wünsche und ist von üblen Wünschen nicht beherrscht; dies ist eine Eigenschaft, die es leicht macht, ihn zu korrigieren.*

*Weiter sodann lobt sich ein Mönch nicht selbst und schätzt andere nicht gering; dies ist eine Eigenschaft, die es leicht macht, ihn zu korrigieren.*

*Weiter sodann ist ein Mönch nicht zornig und von Zorn überwältigt; dies ist eine Eigenschaft, die es leicht macht, ihn zu korrigieren.*

*Weiter sodann ist ein Mönch nicht zornig und auf Grund von Zorn nicht feindselig; dies ist eine Eigenschaft, die es leicht macht, ihn zu korrigieren.*

*Weiter sodann ist ein Mönch nicht zornig und flucht nicht aus Zorn; dies ist eine Eigenschaft, die es leicht macht, ihn zu korrigieren.*

*Weiter sodann ist ein Mönch nicht zornig und er äußert keine zornigen Worte; dies ist eine Eigenschaft, die es leicht macht, ihn zu korrigieren.*

*Weiter sodann wird ein Mönch getadelt, so fährt er nicht auf den Ermahner los; dies ist ein Verhalten, das es leicht macht, ihn zu korrigieren.*

*Weiter sodann wird ein Mönch getadelt, dann beleidigt er nicht den, der ihn tadelt; dies ist ein Verhalten, das es leicht macht, ihn zu korrigieren.*

*Weiter sodann wird ein Mönch getadelt und widerspricht nicht dem, der ihn tadelt; dies ist ein Verhalten, das es leicht macht, ihn zu korrigieren.*

*Weiter sodann wird ein Mönch getadelt und macht keine Ausflüchte, lenkt das Gespräch nicht ab und*

*zeigt nicht Zorn, Hass und Verbitterung; dies ist ein Verhalten, das es leicht macht, ihn zu korrigieren.*

*Weiter sodann wird ein Mönch getadelt und gibt Verstöße zu; dies ist ein Verhalten, das es leicht macht, ihn zu korrigieren.*

*Weiter sodann ist ein Mönch nicht stolz und empfindlich; dies ist eine Eigenschaft, die es leicht macht, ihn zu korrigieren.*

*Weiter sodann ist ein Mönch nicht neidisch und geizig; dies ist eine Eigenschaft, die es leicht macht, ihn zu korrigieren.*

*Weiter sodann ist ein Mönch nicht heimlich und heuchlerisch; dies ist eine Eigenschaft, die es leicht macht, ihn zu korrigieren.*

*Weiter sodann ist ein Mönch nicht starrsinnig und überheblich; dies ist eine Eigenschaft, die es leicht macht, ihn zu korrigieren.*

*Weiter sodann klammert sich ein Mönch nicht an vordergründige Dinge, hält nicht hartnäckig an ihnen fest und verzichtet leicht auf sie; dies ist eine Eigenschaft, die es leicht macht, ihn zu korrigieren.*

*Dies sind Eigenschaften, Verhaltensweisen, Brüder, die es leicht machen, ihn zu korrigieren.*

Die Schlussfolgerung:

„Ein Mensch mit üblen Eigenschaften  
ist mir zuwider.

Wenn ich diese Eigenschaften hätte,  
wäre ich anderen zuwider. Also werde ich...“

*Nun, Brüder, sollte ein Mönch im Hinblick auf sich selbst folgende Schlussfolgerungen ziehen:*

*„Eine Person mit üblen Wünschen, die von üblen Wünschen beherrscht ist, ist mir unangenehm und zuwider;*

wenn ich nun aber üble Wünsche hätte, von üblen Wünschen beherrscht wäre, so wäre ich ja den anderen unangenehm und zuwider.“ Ein so erkennender Mönch, ihr Brüder, muss das Herz zu Heilsamem hin entwickeln<sup>63</sup>: „Ich will keine üblen Wünsche haben, nicht von üblen Wünschen beherrscht sein.“

„Eine Person, die sich selbst lobt und andere gering schätzt, ist mir unangenehm und zuwider; wenn ich nun aber mich selbst lobte und andere gering schätzte, so wäre ich ja den anderen unangenehm und zuwider.“ Ein so erkennender Mönch, ihr Brüder, muss das Herz zu Heilsamem hin entwickeln: „Ich will mich nicht selbst loben und andere gering schätzen.“

„Eine Person, die zornig und von Zorn überwältigt ist, ist mir unangenehm und zuwider; wenn ich nun aber zornig und von Zorn überwältigt wäre, so wäre ich ja den anderen unangenehm und zuwider.“ Ein so erkennender Mönch, ihr Brüder, muss das Herz zu Heilsamem entwickeln: „Ich will nicht zornig und von Zorn überwältigt werden.“

„Eine Person, die zornig ist und auf Grund von Zorn feindselig, ist mir unangenehm und zuwider; wenn ich nun aber zornig wäre und auf Grund von Zorn feindselig, so wäre ich ja den anderen unangenehm und zuwider.“ Ein so erkennender Mönch, ihr Brüder, muss das Herz zu Heilsamem hin entwickeln: „Ich will nicht zornig und auf Grund von Zorn feindselig sein.“

„Eine Person, die zornig ist und auf Grund von Zorn flucht, ist mir unangenehm und zuwider; wenn ich nun aber zornig wäre und aus Zorn fluchte, so wäre ich ja den anderen unangenehm und zuwider.“ Ein

---

<sup>63</sup> K.E. Neumann übersetzt „Herzensentschluss zum Guten“

so erkennender Mönch, ihr Brüder, muss das Herz zu heilsamen Dingen hin entwickeln: „Ich will nicht zornig sein und auf Grund von Zorn fluchen.“

„Eine Person, die zornig ist und zornige Worte äußert, ist mir unangenehm und zuwider; wenn ich nun aber zornig wäre und zornige Worte äußerte, so wäre ich ja den anderen unangenehm und zuwider.“ Ein so erkennender Mönch, ihr Brüder, muss das Herz zu Heilsamem hin entwickeln: „Ich will nicht zornig sein und zornige Worte äußern.“

„Eine Person, die bei Tadel auf den Ermahner losfährt, ist mir unangenehm und zuwider; wenn ich nun bei Tadel auf den Ermahner losfahren würde, so wäre ich ja den anderen unangenehm und zuwider.“ Ein so erkennender Mönch, ihr Brüder, muss das Herz zu Heilsamem hin entwickeln: „Ich will bei Tadel nicht auf den Ermahner losfahren.“

„Eine Person, die bei Tadel den Ermahner beleidigt, ist mir unangenehm und zuwider; wenn ich nun bei Tadel den Ermahner beleidigen würde, so wäre ich ja den anderen unangenehm und zuwider.“ Ein so erkennender Mönch, ihr Brüder, muss das Herz zu Heilsamem hin entwickeln: „Ich will bei Tadel den Ermahner nicht beleidigen.“

„Eine Person, die bei Tadel dem Ermahner widerspricht, ist mir unangenehm und zuwider; wenn ich nun bei Tadel dem Ermahner widersprechen würde, so wäre ich ja den anderen unangenehm und zuwider.“ Ein so erkennender Mönch, ihr Brüder, muss das Herz zu Heilsamem hin entwickeln: „Ich will bei Tadel dem Ermahner nicht widersprechen.“

„Eine Person, die bei Tadel Ausflüchte macht, das Gespräch ablenkt und Zorn, Hass und Verbitterung zeigt, ist mir unangenehm und zuwider; wenn ich nun

bei Tadel Ausflüchte machen würde, das Gespräch ablenken würde und Zorn, Hass und Verbitterung zeigte, so wäre ich ja den anderen unangenehm und zuwider.“ Ein so erkennender Mönch, ihr Brüder, muss das Herz zu Heilsamem hin entwickeln: „Ich will bei Tadel keine Ausflüchte machen, das Gespräch nicht ablenken und nicht Zorn, Hass und Verbitterung zeigen.“

„Eine Person, die bei Tadel Verstöße nicht zugibt, ist mir unangenehm und zuwider; wenn ich nun bei Tadel Verstöße nicht zugeben würde, so wäre ich ja den anderen unangenehm und zuwider.“ Ein so erkennender Mönch, ihr Brüder, muss das Herz zu Heilsamem hin entwickeln: „Ich will bei Tadel Verstöße zugeben.“

„Eine Person, die stolz und empfindlich ist, ist mir unangenehm und zuwider; wenn ich nun stolz und empfindlich wäre, so wäre ich ja den anderen unangenehm und zuwider.“ Ein so erkennender Mönch, ihr Brüder, muss das Herz zu Heilsamem hin entwickeln: „Ich will nicht stolz und empfindlich sein.“

„Eine Person, die neidisch und geizig ist, ist mir unangenehm und zuwider; wenn ich nun neidisch und geizig wäre, so wäre ich ja den anderen unangenehm und zuwider.“ Ein so erkennender Mönch, ihr Brüder, muss das Herz zu Heilsamem hin entwickeln: „Ich will nicht neidisch und geizig sein.“

„Eine Person, die heimlich und heuchlerisch ist, ist mir unangenehm und zuwider; wenn ich nun heimlich und heuchlerisch wäre, so wäre ich ja den anderen unangenehm und zuwider.“ Ein so erkennender Mönch, ihr Brüder, muss das Herz zu Heilsamem hin entwickeln: „Ich will nicht heimlich und heuchlerisch sein.“

*Eine Person, die starrsinnig und überheblich ist, ist mir unangenehm und zuwider; wenn ich nun starrsinnig und überheblich wäre, so wäre ich ja den anderen unangenehm und zuwider.“ Ein so erkennender Mönch, ihr Brüder, muss das Herz zu Heilsamem hin entwickeln: „Ich will nicht starrsinnig und überheblich sein.“*

*„Eine Person, die sich an vordergründige Dinge klammert, hartnäckig an ihnen festhält, nicht leicht auf sie verzichtet, ist mir unangenehm und zuwider; wenn ich mich nun an vordergründige Dinge klammere, hartnäckig an ihnen festhalte, nicht leicht auf sie verzichten würde, so wäre ich ja den anderen unangenehm und zuwider.“ Ein so erkennender Mönch, ihr Brüder, muss das Herz zu Heilsamem hin entwickeln: „Ich will mich nicht an vordergründige Dinge klammern, nicht hartnäckig an ihnen festhalten, leicht auf sie verzichten.“*

Hier wird ein sehr nahe liegender, oft von den Menschen bewegter Gedanke ausgesprochen: Wie wirke ich auf den anderen, wie empfindet er mich? Jeder möchte gern von anderen anerkannt, geachtet, geliebt werden und weiß: Wenn er sich von seinen Herzensbefleckungen hinreißen lässt, dann kann er Menschen, die nach Herzensreinheit streben, nicht angenehm sein, wie auch ihm selber ein so Gerissener nicht angenehm ist und er ihm gern aus dem Weg geht.

Wer also von strebenden Menschen anerkannt sein möchte, kann sein Anerkennungsbedürfnis, wenn er klug ist, zu heilsamer Entwicklung einsetzen. So heißt es auch in M 5:

*Wünscht sich ein Mönch: „Möge ich doch den Ordensbrüdern lieb und angenehm sein, von ihnen respektiert und geschätzt werden“, dann soll er nur vollkommene Tugend üben, an inne-*

*re Ruhe angejocht bleiben, weltlose Entrückungen nicht vernachlässigen, Klarblick erwerben, einsame Orte aufsuchen.*

Es geht dem Nachfolgenden nicht um Anerkennung um jeden Preis, sondern um Anerkennung von Menschen, die um das wahre Wohl wissen und es anstreben. Ihretwegen bemüht er sich um den Erwerb feinerer, edlerer Eigenschaften und scheidet dadurch ständig das Gute vom Bösen und das noch Bessere von dem Guten. So sagt der Erwachte auch in M 8:

*Von großem Vorteil ist es, das Herz zu Heilsamem hin zu entwickeln.<sup>64</sup> Was soll da noch gesagt werden über das entsprechende Handeln und Reden.*

Mit anderen Worten: Wenn das Herz frei von Herzensbefleckungen ist, kann gar kein übles Wirken mehr geschehen. Ja, der Nachfolgende braucht nicht einmal mehr auf das Reden und Tun zu achten. Er spricht und handelt von selber schonend und rücksichtsvoll, weil das Herz rein und voll Mitempfinden mit den Wesen ist.

Eine lange Strecke des Wegs zur Befreiung von den Trieben kann also das Anerkennungsbedürfnis als Hilfsmittel benutzt werden, um die Herzensbefleckungen zu überwinden. Auf dem Überwindungsweg wird der Nachfolgende immer unabhängiger von der Anerkennung der anderen. Er empfindet bei sich selbst eine große innere Befriedigung, das Glück des reinen Herzens, gegenüber welchem das Wohl der Anerkennung durch andere dann immer weiter zurücktritt. Das Nibbāna, die endgültige Stillung des Durstes, das Endziel bedeutet, dass auch das feinste und zarteste Bedürfnis, von anderen oder nur von dem Übenden selbst anerkannt zu werden, völlig aufgehoben ist.

---

<sup>64</sup> K.E. Neumann übersetzt citt-uppāda mit „Herzensentschluss zum Guten“

Kampf um Überwindung –  
Beglückung bei Überwundenhaben

*Nun, Brüder, hat ein Mönch sich selbst zu betrachten: „Habe ich üble Wünsche und bin von üblen Wünschen beherrscht?“ Wenn da der Mönch, ihr Brüder, bei seiner Betrachtung erkennt: „Ich habe üble Wünsche und bin von üblen Wünschen beherrscht“, dann sollte er kämpfen, jene üblen, unheilsamen Dinge zu überwinden. Wenn der Mönch, ihr Brüder, bei seiner Betrachtung erkennt: „Ich habe keine üblen Wünsche, bin nicht von ihnen beherrscht“, dann sollte er beglückt und froh (pīti pāmujja) verweilen in dem Wissen, dass er sich Tag und Nacht im Heilsamen übt.*

*Weiter, Brüder, hat ein Mönch sich selbst zu betrachten: „Lobe ich mich selbst und schätze andere gering?“ Wenn da der Mönch, ihr Brüder, bei seiner Betrachtung erkennt: „Ich lobe mich selbst und schätze andere gering“, dann sollte er kämpfen, jene üble, unheilsame Eigenschaft zu überwinden. Wenn der Mönch, ihr Brüder, bei seiner Betrachtung erkennt: „Ich lobe mich nicht selbst und schätze andere nicht gering“, dann sollte er beglückt und froh verweilen in dem Wissen, dass er sich Tag und Nacht im Heilsamen übt.*

*Weiter, Brüder, hat ein Mönch sich selbst zu betrachten: „Bin ich zornig und von Zorn überwältigt?“ Wenn da der Mönch, ihr Brüder, bei seiner Betrachtung erkennt: „Ich bin zornig und von Zorn überwältigt“, dann sollte er kämpfen, jene üble, unheilsame Eigenschaft zu überwinden. Wenn der Mönch, ihr Brüder, bei seiner Betrachtung erkennt: „Ich bin nicht zornig, nicht von Zorn überwältigt“, dann sollte er be-*



*glückt und froh verweilen in dem Wissen, dass er sich Tag und Nacht im Heilsamen übt.*

*Weiter, Brüder, hat ein Mönch sich selbst zu betrachten: „Bin ich zornig und auf Grund von Zorn feindselig?“ Wenn da der Mönch, ihr Brüder, bei seiner Betrachtung erkennt: „Ich bin zornig und auf Grund von Zorn feindselig“, dann sollte er kämpfen, jene üble, unheilsame Eigenschaft zu überwinden. Wenn der Mönch, ihr Brüder, bei seiner Betrachtung erkennt: „Ich bin nicht zornig und auf Grund von Zorn feindselig“, dann sollte er beglückt und froh verweilen in dem Wissen, dass er sich Tag und Nacht im Heilsamen übt.*

*Weiter, Brüder, hat ein Mönch sich selbst zu betrachten: „Bin ich zornig und fluche aus Zorn?“ Wenn da der Mönch, ihr Brüder, bei seiner Betrachtung erkennt: „Ich bin zornig und fluche aus Zorn“, dann sollte er kämpfen, jene üble, unheilsame Eigenschaft zu überwinden. Wenn der Mönch, ihr Brüder, bei seiner Betrachtung erkennt: „Ich bin nicht zornig und fluche nicht aus Zorn“, dann sollte er beglückt und froh verweilen in dem Wissen, dass er sich Tag und Nacht im Heilsamen übt.*

*Weiter, Brüder, hat ein Mönch sich selbst zu betrachten: „Bin ich zornig und äußere zornige Worte?“ Wenn da der Mönch, ihr Brüder, bei seiner Betrachtung erkennt: „Ich bin zornig und äußere zornige Worte“, dann sollte er kämpfen, jene üble unheilsame Eigenschaft und jenes Verhalten zu überwinden. Wenn der Mönch, ihr Brüder, bei seiner Betrachtung erkennt: „Ich bin nicht zornig und äußere nicht zornige Worte“, dann sollte er beglückt und froh verweilen in dem Wissen, dass er sich Tag und Nacht im Heilsamen übt.*

*Weiter, Brüder, hat ein Mönch sich selbst zu betrachten: „Fahre ich bei Tadel auf den Ermahner los?“ Wenn da der Mönch, ihr Brüder, bei seiner Betrachtung erkennt: „Ich fahre bei Tadel auf den Ermahner los“, dann sollte er kämpfen, jenes üble unheilsame Verhalten zu überwinden. Wenn der Mönch, ihr Brüder, bei seiner Betrachtung erkennt: „Ich fahre nicht bei Tadel auf den Ermahner los“, dann sollte er beglückt und froh verweilen in dem Wissen, dass er sich Tag und Nacht im Heilsamen übt.*

*Weiter, Brüder, hat ein Mönch sich selbst zu betrachten: „Beleidige ich bei Tadel den Ermahner?“ Wenn da der Mönch, ihr Brüder, bei seiner Betrachtung erkennt: „Ich beleidige bei Tadel den Ermahner“, dann sollte er kämpfen, jenes üble unheilsame Verhalten zu überwinden. Wenn der Mönch, ihr Brüder, bei seiner Betrachtung erkennt: „Ich beleidige bei Tadel den Ermahner nicht“, dann sollte er beglückt und froh verweilen in dem Wissen, dass er sich Tag und Nacht im Heilsamen übt.*

*Weiter, Brüder, hat ein Mönch sich selbst zu betrachten: „Widerspreche ich bei Tadel dem, der mich tadelt?“ Wenn da der Mönch, ihr Brüder, bei seiner Betrachtung erkennt: „Ich widerspreche bei Tadel dem, der mich tadelt“, dann sollte er kämpfen, jenes üble Verhalten zu überwinden. Wenn der Mönch, ihr Brüder, bei seiner Betrachtung erkennt: „Ich widerspreche bei Tadel dem, der mich tadelt, nicht“, dann sollte er beglückt und froh verweilen in dem Wissen, dass er sich Tag und Nacht im Heilsamen übt.*

*Weiter, Brüder, hat ein Mönch sich selbst zu betrachten: „Mache ich bei Tadel Ausflüchte, lenke das Gespräch ab und zeige Zorn, Hass und Verbitterung?“ Wenn der Mönch, ihr Brüder, bei seiner Betrachtung*

erkennt: „Ich mache bei Tadel Ausflüchte, lenke das Gespräch ab und zeige Zorn, Hass und Verbitterung“, dann sollte er kämpfen, jenes üble Verhalten zu überwinden. Wenn der Mönch, ihr Brüder, bei seiner Betrachtung erkennt: „Ich mache bei Tadel keine Ausflüchte, lenke das Gespräch nicht ab und zeige keinen Zorn, Hass und Verbitterung“, dann sollte er beglückt und froh verweilen in dem Wissen, dass er sich Tag und Nacht im Heilsamen übt.

Weiter, Brüder, hat ein Mönch sich selbst zu betrachten: „Gebe ich bei Tadel Verstöße nicht zu?“ Wenn der Mönch, ihr Brüder, bei seiner Betrachtung erkennt: „Ich gebe bei Tadel Verstöße nicht zu“, dann sollte er kämpfen, jenes üble Verhalten zu überwinden. Wenn der Mönch, ihr Brüder, bei seiner Betrachtung erkennt: „Ich gebe bei Tadel Verstöße zu“, dann sollte er beglückt und froh verweilen in dem Wissen, dass er sich Tag und Nacht im Heilsamen übt.

Weiter, Brüder, hat ein Mönch sich selbst zu betrachten: „Bin ich stolz und empfindlich?“ Wenn der Mönch, ihr Brüder, bei seiner Betrachtung erkennt: „Ich bin stolz und empfindlich“, dann sollte er kämpfen, jene üblen Eigenschaften zu überwinden. Wenn der Mönch, ihr Brüder, bei seiner Betrachtung erkennt: „Ich bin nicht stolz und empfindlich“, dann sollte er beglückt und froh verweilen in dem Wissen, dass er sich Tag und Nacht im Heilsamen übt.

Weiter, Brüder, hat ein Mönch sich selbst zu betrachten: „Bin ich neidisch und geizig?“ Wenn der Mönch, ihr Brüder, bei seiner Betrachtung erkennt: „Ich bin neidisch und geizig“, dann sollte er kämpfen, jene üblen Eigenschaften zu überwinden. Wenn der Mönch, ihr Brüder, bei seiner Betrachtung erkennt: „Ich bin nicht neidisch und geizig“, dann sollte er be-

*glückt und froh verweilen in dem Wissen, dass er sich Tag und Nacht im Heilsamen übt.*

*Weiter, Brüder, hat ein Mönch sich selbst zu betrachten: „Bin ich heimlich und heuchlerisch?“ Wenn der Mönch, ihr Brüder, bei seiner Betrachtung erkennt: „Ich bin heimlich und heuchlerisch“, dann sollte er kämpfen, jene üblen Eigenschaften zu überwinden. Wenn der Mönch, ihr Brüder, bei seiner Betrachtung erkennt: „Ich bin nicht heimlich und heuchlerisch“, dann sollte er beglückt und froh verweilen in dem Wissen, dass er sich Tag und Nacht im Heilsamen übt.*

*Weiter, Brüder, hat ein Mönch sich selbst zu betrachten: „Bin ich starrsinnig und überheblich?“ Wenn der Mönch, Brüder, bei seiner Betrachtung erkennt: „Ich bin starrsinnig und überheblich“, dann sollte er kämpfen, jene üblen Eigenschaften zu überwinden. Wenn der Mönch, Brüder, bei seiner Betrachtung erkennt: „Ich bin nicht starrsinnig und überheblich“, dann sollte er beglückt und froh verweilen in dem Wissen, dass er sich Tag und Nacht im Heilsamen übt.*

*Weiter, Brüder, hat ein Mönch sich selbst zu betrachten: „Klammere ich an vordergründigen Dingen, halte ich hartnäckig an ihnen fest und verzichte nur schwer auf sie?“ Wenn der Mönch, Brüder, bei seiner Betrachtung erkennt: „Ich klammere an vordergründigen Dingen, halte hartnäckig an ihnen fest und verzichte nur schwer auf sie“, dann sollte er kämpfen, jene üble Eigenschaft zu überwinden. Wenn der Mönch, ihr Brüder, bei seiner Betrachtung erkennt: „Ich klammere nicht an vordergründigen Dingen, halte nicht hartnäckig an ihnen fest und verzichte leicht auf sie“, dann sollte er beglückt und froh verweilen in dem Wissen, dass er sich Tag und Nacht im Heilsamen übt.*

*Wenn da der Mönch, ihr Brüder, bei seiner Betrachtung diese üblen, unheilsamen Eigenschaften und Verhaltensweisen bei sich merkt, dann sollte er kämpfen, um diese üblen Eigenschaften und Verhaltensweisen zu überwinden. Wenn aber, Brüder, der Mönch bei seiner Betrachtung keines von diesen üblen, unheilsamen Eigenschaften und Verhaltensweisen an sich merkt, dann sollte er beglückt und froh verweilen in dem Wissen, dass er sich Tag und Nacht im Heilsamen übt.*

*Gerade so wie eine Frau oder ein Mann, jung, jugendlich, geschmückt, in einem Spiegel oder in einer reinen, klaren Wasserfläche das Bild des eigenen Gesichts prüfend betrachtet und wenn sich da irgendein Fleck oder Schmutz zeigt, diesen Fleck oder Schmutz zu beseitigen sucht; doch wenn sich da kein Fleck oder Schmutz zeigt, erfreut ist: „Erreicht hab ich’s, ich bin rein“, so auch, Brüder, sollte ein Mönch, der bei seiner Betrachtung diese üblen, unheilsamen Eigenschaften und Verhaltensweisen bei sich merkt, dann kämpfen, um diese üblen Eigenschaften und Verhaltensweisen zu überwinden. Wenn aber, Brüder, der Mönch bei seiner Betrachtung keines von diesen üblen, unheilsamen Eigenschaften und Verhaltensweisen an sich merkt, dann sollte er beglückt und froh verweilen in dem Wissen, dass er sich Tag und Nacht im Heilsamen übt.*

*So sprach der ehrwürdige Mahāoggallāno. Erhoben und beglückt waren jene Mönche über die Rede des ehrwürdigen Mahāoggallāno.*

*Üble, unheilsame Eigenschaften sind Verdunkelungen des Gemüts, sie fesseln an eine trübe, dumpfe, wirre Verfassung. Indem der Nachfolgende das Dunkle und Üble der Herzensbe-*

fleckungen betrachtet und erkennt, gewinnt er um so mehr die Vorstellung des Hellen, Reinen und gewinnt dies lieb. Der Erwachte sagt, dass kein Triebversiegter auf einem anderen Weg rein geworden ist als auf dem Weg der Selbsterforschung (M 61):

*Wer auch immer von den Asketen oder den Brahmanen in vergangenen Zeiten seine Taten geläutert, seine Worte geläutert, seine Gedanken geläutert hat, ein jeder hat betrachtend und betrachtend (paccavekhati) seine Taten geläutert, betrachtend und betrachtend seine Worte geläutert, betrachtend und betrachtend seine Gedanken geläutert. Und wer immer auch von den Asketen oder den Brahmanen in künftigen Zeiten seine Taten läutern, seine Worte läutern, seine Gedanken läutern wird, ein jeder wird betrachtend und betrachtend seine Taten läutern, betrachtend und betrachtend seine Worte läutern, betrachtend und betrachtend seine Gedanken läutern. Und wer immer auch von den Asketen oder den Brahmanen in der Gegenwart seine Taten läutert, seine Worte läutert, seine Gedanken läutert, ein jeder läutert betrachtend und betrachtend seine Taten, betrachtend und betrachtend läutert er seine Worte, betrachtend und betrachtend läutert er seine Gedanken.*

Warum misst der Erwachte der „Betrachtung“ einen so großen Wert bei? Weil ein Mensch, der betrachtet, dass dieses oder jenes übel sei, dieses Üble schon damit verwirft, sich davon abwendet. Die Einsicht: „Das, was ich da an mir habe, ist etwas Übles“ ist bereits die Verwerfung. Darum heißt es in M 7 im Hinblick auf alle sechzehn Herzensbefleckungen: *Ein Mensch, der eingesehen hat, dass diese Befleckung des Herzens übel ist, der verwirft sie.* Es heißt nicht, er solle diese, nachdem er sie als übel erkannt hat, nun auch verwerfen. Der Akt der Einsicht, die negative Bewertung, ist bereits die Verwerfung. Man braucht nicht noch außerdem zu sagen: „In Zukunft will ich dem Üblen nicht mehr folgen.“ Ist der üble

Charakter einer Eigenschaft, ihre Schädlichkeit klar und voll in der Betrachtung eingesehen, so ist diese Einsicht gleichzeitig die Verwerfung und Abwendung von dieser Eigenschaft und damit ihre Minderung.

Wir meinen oft, man müsse den Entschluss fassen: „Das will ich jetzt lassen.“ Natürlich ist es gut, wenn man sich diese Worte zusätzlich noch sagt, wodurch die als richtig beurteilte Einstellung noch mehr ins Gedächtnis eingeschrieben wird. Aber allein schon durch die diesen Worten vorangegangene Einsicht, dass eine Eigenschaft unwürdig, schädlich, unschön sei, dadurch, dass sie also vom moralischen und vernunftgemäßen Aspekt oder von sonstigen Gesichtspunkten aus als negativ angesehen worden ist, ist die Neigung zu dieser Eigenschaft schon etwas geringer geworden. Mag auch eine Neigung mit starker Kraft der Einsicht entgegengesetzt gerichtet sein – je deutlicher man das Negative dieser Neigung erkennt, sich vor Augen führt, um so mehr zehrt die Einsicht in die Schädlichkeit und Unwürdigkeit dieser Neigung an ihr, bis zu ihrer vollständigen Aufhebung. Kein Mensch, der Wohl und Freude begehrt, kann mit klarem Wissen einen Weg gehen, von dem er sieht, dass er ins Elend führt, wenn er zugleich auch Wege kennt, die in Helligkeit und zum Frieden führen.

Für den Menschen, der den vom Erwahten beschriebenen Weg gehen will und nun bei sich selber diese üblen Gemütsverfassungen bemerkt, tritt eine entscheidende Wendung in seiner Entwicklung ein. Er kann nicht mehr fasziniert und gebannt auf das automatisch und mechanisch Bewegte und Geschobene starren und von dort das Wohl erwarten, sondern er sieht mehr und mehr die geistigen Antriebe, die Gesinnungen, die mannigfaltigen seelischen Motive, die Vielfalt der Triebe, das Begehren.

Je deutlicher der Nachfolgende erkennt, inwiefern diese oder jene Eigenschaften zu *eigener*, zu *fremder Beschwer* oder zu *beider Beschwer* (M 19) führen, um so mehr nimmt er Abstand von ihnen. Meistens wird dieser Abstand nicht gleich beim ersten Betrachten gewonnen. Manche Eigenschaften

gleichen ausgefahrenen Gleisen, so dass es einer immer wieder durchzuführenden Betrachtung ihrer Schädlichkeit bedarf, um sich mehr und mehr von ihnen zu entfernen. Und manche Eigenschaften feinerer Art merkt der Nachfolgende am Anfang solcher Betrachtung noch gar nicht. Aber je aufmerksamer und intensiver die Selbstbeobachtung ist und die damit verbundene reinigende Betrachtung, um so tiefer kommt er in verborgene Schichten, bis irgendwann als akute Wirkung dieser Übung das starke Gefühl eines reines Herzens aufkommt, eine innere Gehobenheit und Helligkeit, die durchglüht, reinigt, sättigt und erfreut.

Ist diese akute Wirkung einmal erreicht, dann ist der Nachfolgende längere Zeit nicht fähig zu einer Gesinnung, einem Denken, über dessen schlechte Folgen er gerade so stark nachgedacht hat und durch deren augenblickliches völliges Fernsein er eine solche erhebende Beglückung erlebt hat. Der Erwachte empfiehlt: Diese innere Reinheit und Helligkeit und Beglückung soll sich der Mönch bewusst machen und sie pflegen: *Er soll beglückt und froh verweilen in dem Wissen, dass er sich Tag und Nacht im Heilsamen übt.*

Wer diese innere Freudigkeit und Beglückung über die gewonnene Herzensreinheit erlebt, dem werden die Sinnen Dinge immer nebensächlicher gegenüber dem inneren Wohl, das er gewonnen hat. Er erlebt ein Wohl ganz ohne äußere Ursachen, ganz selbstständig aus dem Inneren aufblühend, und da fällt ihm der Unterschied zwischen diesem selbstständig entwickelten Wohl und dem immer nur durch äußere Dinge bedingten sinnlichen Wohl auf. Er merkt, wie abhängig er früher war von der Welt der tausend Dinge, als diese die einzige Quelle für Wohl-Erlebnisse war. Und wenn sich ihm solche Dinge wieder entzogen, dann fühlte er sich auch immer elend und verlassen.

Nun aber merkt er, dass das jetzt erwachsene Wohl durch Minderung und gar Aufhebung der Herzensbefleckungen nicht durch äußere Umstände bedingt ist, auch nicht durch irgendwelche geistigen Mächte ihm gegeben oder genommen werden



kann, dass es einfach eine Folge der reineren Beschaffenheit seines Herzens ist und dass es so lange bei ihm bleibt, wie er sich die Reinheit des Herzens bewahrt. Und diese Beglückung erwächst zu noch größerer Höhe in dem Maß, als er sein Herz noch weiterhin läutert.

Mit dieser Einsicht geht ihm deutlich auf, dass ein jetzt erworbenes, durch keinerlei äußere Dinge bedingtes, sondern allein in der Lauterkeit des Herzens bestehendes Wohl auch durch den Tod nicht vernichtet werden kann. Er spürt mit der totalen Evidenz der Erfahrung, dass sein Tod wohl eine Trennung vom Körper und damit der sinnlichen Wahrnehmung des Diesseitigen, aber gerade nicht eine Trennung von dem innerlich erfahrenen Wohl bedeutet. Damit hat er einen Grad von Unverletzbarkeit erreicht, den er vorher nicht ahnen konnte trotz der häufigen Verheißungen, welche seitens der verschiedenen Religionsgründer an diese Entwicklung geknüpft werden.

DAS WUNDER DER TRANSZENDIERUNG  
16. Rede der „Mittleren Sammlung“ „Gemütsverhärtung“

Einleitung

Der Titel dieser Rede „Gemütsverhärtung“ sagt, wie oft bei den Reden, fast nichts über den Inhalt aus. Das zeigt sich schon an den vielen Reden, in denen allein der Name des Mönchs, mit welchem der Buddha spricht, als Titel dient.

Die Mönche zur Zeit des Buddha und auch noch längere Zeit hernach kannten die meisten Unterweisungen des Meisters auswendig. Darum diente ihnen der Titel nicht als Inhaltsangabe, sondern nur als Kennwort, unter welchem ihnen der ganze Inhalt sogleich gegenwärtig wurde, so dass sie ohne schriftliche „Krücken“ ihren Inhalt im Geist betrachten - meditieren - konnten. Diese Mönche galten als „*sutavā*“, das sind solche, denen das Gehörte in der Erinnerung zur Verfügung stand.

In der vorliegenden Rede ist das Thema „Gemütsverhärtung“<sup>65</sup> nur das erste von drei Themen. Das zweite Thema sind die Bindungen des Gemütes; das dritte Thema gründet zwar untrennbar auf den Vorthernen, weist dann aber weit über die beiden hinaus und zielt auf den Zweck der ganzen Wegweisung des Buddha hin, nämlich auf die wirkliche Transzendierung, die Übersteigerung der Wahrnehmung dieser wie auch jener Welt. Dennoch zeigt gerade unser erstes Thema

65 Der Titel dieser Rede, in Pāli „*cetokhilo*“, wird von K. E. Neumann mit „Herzbelemmungen“ übersetzt, von Paul Dahlke mit „Geistesverhärtung“ und von Kurt Schmidt mit „Denkhemmungen“. Schon diese Unterschiedlichkeit der früheren Übersetzungen zeigt die Unsicherheit über die Bedeutung von Pāli-Ausdrücken für die verschiedenartigen geistig-seelischen Vorgänge. Da die gesamte geistige Entwicklung eines jeden Menschen, sowohl die üble, verdunkelnde, wie auch die erhellende, von Geburt an sich immer nur im Zusammenwirken seiner drei unterschiedlichen seelischen Instanzen: Herz (*citta*), Gemüt (*ceto*) und Geist (*mano*) vollzieht, so ist die rechte Kenntnis ihres förderlichen wie auch hemmenden Zusammenwirkens eine unerlässliche Voraussetzung für das rechte Verständnis der Unterweisungen des Buddha.

jener Welt. Dennoch zeigt gerade unser erstes Thema „Gemütsverhärtungen“, wie man sich den Zugang zur gesamten Heilsentwicklung öffnen, aber auch versperren kann.

Um beim Lesen nicht behindert zu sein, folgt hier ein erster Hinweis auf das Wesen des Gemüts: In den Reden (M 141 u.a.) wird unterschieden zwischen den „körperlichen“ (*kayikā*) und den „gemüthaften“ Gefühlen (*cetasikā vedanā*).

Über die ersteren heißt es:

*Was da durch körperliche Berührung an Gefühl aufkommt, das ist körperliches Gefühl.*

Damit ist aber nicht nur, wie wir denken mögen, die Tastung mit dem Fleischkörper gemeint, sondern alle Gefühle der Sinnesdränge, die beim Sehen, Hören, Riechen, Schmecken und Tasten entstehen. Die fünf Sinnesdränge bilden zusammen den Wollenskörper oder Empfindungssuchtkörper (*nāma-kāya*), welcher dem Fleischkörper ähnlich wirksam innewohnt wie etwa der Magnetismus dem Magneteisen. Nur durch sein lechzendes Verlangen nach Berührung, nicht aber durch den Fleischkörper allein können diese Berührungen empfunden, also „erlebt“ werden. Und diese fünf Arten von Empfindungen gelten als „körperliches Gefühl“. Von den „gemüthaften Gefühlen“ dagegen wird gesagt (M 141):

*Was durch geistige (mano) Berührung an Gefühl aufkommt, das ist gemüthafte Gefühl.*

Dieser Ausdruck und ebenso eine ganze Anzahl Hinweise in den Reden zeigen deutlich, dass es sich hier nur um ein Gefühl handelt, das bei irgendeiner Geistestätigkeit, wie z.B. Denken, bildliches Vorstellen, Erinnern an diese oder jene Ereignisse oder Unternehmungen oder Gefühle, also im Geist, aufkommt.

Es ist nie ein direktes mit den Sinnesdrängen im Körper gewonnenes Begegnungserlebnis, sondern ein geistiges Erlebnis, z.B. wenn wir an ein vergangenes oder ein kommendes Form- oder Gefühlserlebnis denken. Was dabei im Innern an Gefühl aufkommt, das ist gemüthafte Gefühl. So kann ein Mensch lange Zeit mit Wehmut (ein gemüthafte Gefühl) an

irgendein schmerzliches Missverständnis oder an einen Verlust in der Vergangenheit denken, oder er kann sich mit begehrllichem Gemüt auf ein zukünftiges Erlebnis freuen.

Den Unterschied versteht man leichter, wenn man sich vorstellt, wie man gleichzeitig verschiedenerlei körperliche und gemüthafte Gefühle hat; etwa wenn man bei einem wohl-schmeckenden Essen (körperliches Wohlgefühl) zugleich an eine bevorstehende unangenehme Aufgabe denkt oder umgekehrt, wenn man während der schmerzlichen Behandlung beim Zahnarzt (körperliches Wehgefühl) an ein bevorstehendes freudiges Erlebnis denkt (im Gemüt Freude).

Während wir die körperlichen Gefühle wegen der unmittelbaren Berührung meistens als wohl oder wehe bezeichnen, so sprechen wir bei den gemüthafte Gefühlen, die beim Bedenken gehabter oder zukünftiger Erlebnisse im Geist aufkommen, mehr von „Freudigkeit“, „Fröhlichkeit“ oder „Traurigkeit“, „Trübsinn“, „Wehmut“, also von Stimmungen und Gestimmtsein. Wer dem nachgeht, der lernt sich selbst besser kennen.

Die Rede ist, wie die meisten der „Mittleren“ und „Längeren Sammlung“ an Mönche gerichtet. Aber früher hörten auch oft solche Hausleute, die um ihre Heilsentwicklung besorgt waren, mit zu, wenn der Erwachte lehrte, oder traten an die Mönche heran, um sich über die Struktur des Daseins und über praktische Übungen zur Heilsentwicklung belehren zu lassen. Ganz ebenso ist es für den heutigen Menschen, der sich aus den dunklen Lebenszonen herausarbeiten will, unerlässlich, die Heilsentwicklung fördernde Übungen kennenzulernen.

## I. THEIL FÜNF GEMÜTSVERHÄRTUNGEN

### Die Aussage des Erwachten

*So hab ich's vernommen. Einst weilte der Erhabene bei Sāvattḥī, im Siegerwald, im Klostergarten Anāthapin-*

*dikos. Dort wandte sich der Erhabene an die Mönche: Ihr Mönche! – Erhabener! –, antworteten jene Mönche dem Erhabenen aufmerksam. Der Erhabene sprach:*

*Wer da von euch, ihr Mönche, fünf Gemütsverhärtungen nicht überwunden und fünf Bindungen des Gemütes nicht ganz abgeschnitten hat, der kann wahrlich in dieser Heilswegweisung nicht zum Gedeihen, zur Reife und zur Entfaltung gelangen.*

*Welche fünf Gemütsverhärtungen sind es, die ein solcher nicht überwunden hat?*

*Da schwankt und zweifelt, ihr Mönche, ein Mönch am Meister, fühlt sich zu ihm nicht hingezogen, bei ihm nicht beruhigt. Ein Mönch, der am Meister schwankt und zweifelt, sich zu ihm nicht hingezogen, bei ihm nicht beruhigt fühlt, dessen Herz ist nicht geneigt zum heißen Kampf, zum Sichanjochen, zu Ausdauer und Anstrengung. Wessen Herz heißem Kampf, dem Sichanjochen, der Ausdauer und Anstrengung abgeneigt ist, der hat eben diese erste Gemütsverhärtung nicht überwunden.*

*Weiter sodann, ihr Mönche, ein Mönch schwankt und zweifelt hinsichtlich der Lehre (zweite Gemütsverhärtung), fühlt sich zu ihr nicht hingezogen, bei ihr nicht beruhigt. Ein Mönch, der an der Lehre schwankt und zweifelt, sich zu ihr nicht hingezogen, bei ihr nicht beruhigt fühlt, dessen Herz ist nicht geneigt zum heißen Kampf, zum Sichanjochen, zur Ausdauer und Anstrengung. Wessen Herz heißem Kampf, dem Sichanjochen, der Ausdauer und Anstrengung abgeneigt ist, der hat eben diese zweite Gemütsverhärtung nicht überwunden.*

*Weiter sodann, ihr Mönche, ein Mönch schwankt und zweifelt hinsichtlich der Gemeinde der Heilsgänger (dritte Gemütsverhärtung), fühlt sich zu ihr nicht*

*hingezogen, bei ihr nicht beruhigt. Ein Mönch, der an der Gemeinde der Heilsgänger schwankt und zweifelt, sich zu ihr nicht hingezogen, bei ihr nicht beruhigt fühlt, dessen Herz ist nicht geneigt zum heißen Kampf, zum Sichanjochen, zu Ausdauer und Anstrengung. Wessen Herz heißem Kampf, dem Sichanjochen, der Ausdauer und Anstrengung abgeneigt ist, der hat eben diese dritte Gemütsverhärtung nicht überwunden.*

*Weiter sodann, ihr Mönche, ein Mönch schwankt und zweifelt hinsichtlich der Übungen (vierte Gemütsverhärtung), fühlt sich zu ihnen nicht hingezogen, bei ihnen nicht beruhigt. Ein Mönch, der an den Übungen schwankt und zweifelt, sich zu ihnen nicht hingezogen, bei ihnen nicht beruhigt fühlt, dessen Herz ist nicht geneigt zum heißen Kampf, zum Sichanjochen, zu Ausdauer und Anstrengung. Wessen Herz heißem Kampf, dem Sichanjochen, der Ausdauer und Anstrengung abgeneigt ist, der hat eben diese vierte Gemütsverhärtung nicht überwunden.*

*Weiter sodann, ihr Mönche, ein Mönch ist über seine Ordensbrüder verärgert und verdrossen, verstört und verhärtet (fünfte Gemütsverhärtung). Ein Mönch, der über seine Ordensbrüder verärgert und verdrossen, verstört und verhärtet ist, dessen Herz ist nicht geneigt zum heißen Kampf, zum Sichanjochen, zu Ausdauer und Anstrengung. Wessen Herz dem heißen Kampf, dem Sichanjochen, der Ausdauer und Anstrengung abgeneigt ist, der hat eben diese fünfte Gemütsverhärtung nicht überwunden.*

### *Zweifeln am Meister*

*Da schwankt und zweifelt ein Mönch am Meister ...  
Wer zur Zeit des Erwachten als Mönch im Orden lebte, also die Person des Buddha vor sich hatte und dann doch über den*

Erwachten in Schwanken und Zweifeln geraten konnte, der musste wirklich von sehr verhärtetem Gemüt gewesen sein. Die überlieferten Reden lassen erkennen, wie der Buddha in seiner Erscheinung wirkte. Er war der vollkommene Ausdruck von erhabener Klarheit, Reinheit und Sanftmut. Jeder, der für diese Herzensart auch nur etwas Sinn und Neigung hatte, musste sich zu diesem Wesen, zu diesem sinnenfälligen Abbild der Vollkommenheit ganz hingezogen fühlen.

Und so wie der Erhabene aussah, so sprach er auch, so war der Klang seiner Stimme und erst recht, so war der Sinn seiner Worte. Das konnte selbst einen mittelmäßig gearteten Menschen nur anziehen, beglücken und erfreuen. Er musste sich bei ihm wohl und beruhigt fühlen.

Wer da aber unsicher war, hin- und hergerissen wurde, der war vom Heilsstand noch weit entfernt, und ihm war das Heile, Klare, Reine, Vollkommene fremd. Nur vorübergehend mochte er sich durch den Anblick des Erwachten haben entzünden lassen zu etwas Hellerem, doch bald stellte sich wieder die Gewöhnung des verdrossenen Zweifels und Krittels ein, und dann glaubte er, an diesem Buddha Mängel zu sehen. Das eben ist die Gemütsverhärtung: der Zwang, Mängel zu suchen, Vollkommenheit durch die Brille des Missmuts und der Kritik-sucht zu betrachten; daher nur kamen seine Zweifel; nicht waren begründete Überlegungen die Ursache.

Wohl konnte es vorkommen, dass ein Ordensfremder, einer der vielen Philosophen, aus Unverständnis im Gespräch mit dem Erwachten etwas nicht sogleich begriff und dann zunächst zu zweifeln begann, aber später zur Einsicht kam. Ein solcher Fall wird berichtet in M 72 - aber hier in M 16 ist von Mönchen die Rede. Das sind Männer, die vorher, als sie noch im häuslichen Stand lebten, den Erwachten wiederholt gehört hatten, dadurch die Lehre mehr oder weniger verstanden hatten und dann nach kürzeren oder längeren Überlegungen in den Orden eingetreten waren und nun bei dem Größten aller Lebenden, dem „*Mahā-purisa*“, weilen durften.

Wie muss die Gemütsverhärtung eines Menschen sein, der

bei der Verkörperung der Reinheit und Vollkommenheit des Erwachten schwanken und zweifeln und sich nicht angezogen und beruhigt fühlen konnte? Es muss ein Geist sein, gewöhnt, kritiksüchtig oder überheblich oder zänkisch mit den Menschen umzugehen, unfähig, das Helle und Erhellende, Klärende und Beruhigende zu empfinden, das von dem Buddha ausging. Nur mit einem Gemüt, das sich nach Erhellung und Weite sehnt, ist der Mensch fähig, Zugang zu dieser Weite und Größe bringenden Lehre zu finden.

Anstrengen mag man sich nur für ein Ziel, von dem man sich angezogen fühlt. Und weil der Verhärtete sich nicht von dem Ziel angezogen fühlt, nicht die Klarheit und Reinheit eines Erwachten, seiner Lehre und seiner Nachfolger empfinden kann und ihm dadurch auch nicht die Dunkelheit seines eigenen Gemütes auffällt, darum kann er sich auch nicht anstrengen, kann keine inneren Fortschritte machen, nicht zu innerem Wachstum und Gedeihen kommen.

#### Zweifel hinsichtlich der Lehre

*Ein Mönch, der hinsichtlich der Lehre schwankt und zweifelt, sich dazu nicht hingezogen, dabei nicht beruhigt fühlt, dessen Herz ist nicht geneigt zum heißen Kampf, zum Sichanjochen, zur Ausdauer und Anstrengung.*

*Wessen Herz dem heißen Kampf, dem Sichanjochen, der Ausdauer und Anstrengung abgeneigt ist, der hat eben diese zweite Gemütsverhärtung nicht überwunden.*

Es ist ja der Zweck aller Lehreden des Buddha, dass der Hörer oder Leser alles, was er zur Kenntnis nimmt, auf sich selbst, auf sein Leben anwendet, weil die Lehre nur dann für ihn hilfreich wird. Darum gehen wir hier auch von unserem heutigen Standpunkt aus.



Die erste Gemütsverhärtung, das Schwanken und Zweifeln in Bezug auf den Erwachten selbst, kann ein heutiger Wahrheitssucher, der die Lehrreden liest, kaum bei sich feststellen, weil wir die Person des Erwachten nicht erleben - wohl aber die zweite Gemütsverhärtung, nämlich das Schwanken und Zweifeln in Bezug auf diese oder jene Aussage in den Lehrreden. Doch besteht dabei ein großer Unterschied zwischen uns Heutigen und den Zeitgenossen des Erwachten.

Den Indern zur Zeit des Erwachten war die Person des Buddha gegenwärtig und war seine Lehre, das Abbild der Wirklichkeit, klarer und eindeutiger zugänglich als den heutigen westlichen Menschen, die sie trotz der ungewöhnlich vollständig vorliegenden ursprünglichen Reden meist nur durch die Brille von Übersetzungen sehen. Der Erwachte und seine heil gewordenen Mönche haben jedem neu herankommenden Menschen geholfen, dass er zuerst nur die Anfangslehren zu hören bekam und danach das später zu Hörende. Sie haben ihn in Seminaren in das Verständnis der Wahrheit allmählich eingeführt (s. M 118). Wenn einer bei dieser Einführung durch Heilgewordene sich auf die Dauer nicht erhoben fühlte, sondern an der Lehre schwankte und zweifelte und Schwierigkeiten beim Verständnis nicht auf seine eigene noch zu geringe Reife zurückführte, sondern auf vermeintliche Mängel der Lehre schob, dann waren die drei Wurzeln alles Übels: Gier, Hass und Blendung noch zu stark, dann war er im Gemüt noch zu verhärtet.

Wenn aber der moderne westliche Mensch beim Lesen der Lehrreden in Übersetzungen oder im nicht vollständig verstandenen Pāli und vor allem in unserer völlig abwegigen westlichen Weltanschauung nicht gleich in den Sinn der mitgeteilten Wahrheit eindringt, sondern hin- und hersucht und widersprechende Aussagen zu finden glaubt, so muss das nicht ein Zeichen von Gemütsverhärtung sein, sondern liegt in solchem Fall an den ganz erheblich schwierigeren Umständen, unter welchen wir an die Lehre kommen.

Da es inzwischen aber möglich geworden ist, wesentliche

Irrtümer im Verständnis des Pāli und vor allem der Seinssicht und Wegweisung des Buddha, die im ersten Jahrhundert der Begegnung mit dem Pālikanon unvermeidlich waren, zu korrigieren, so kann heute jeder ernsthafte Leser, der die für Wahrheitsfindung und Heilsverständnis erforderliche Beharrlichkeit aufbringt, durch Lesen und Bedenken dieser Unterweisungen des Buddha und ihrer Erläuterungen zur erfahrbaren Klarheit über diese Lehre und von daher zur Ermutigung für die Nachfolge kommen.

### Zweifel an der Gemeinde der Heilsgänger

*Ein Mönch, der bezüglich der Gemeinschaft der Heilsgänger schwankt und zweifelt, sich zu ihnen nicht hingezogen, bei ihnen nicht beruhigt fühlt, dessen Herz ist nicht geneigt zu heißem Kampf, zum Sichanjochen, zur Ausdauer und Anstrengung.*

*Wessen Herz dem heißen Kampf, dem Sichanjochen, der Ausdauer und Anstrengung abgeneigt ist, der hat eben diese dritte Gemütsverhärtung nicht überwunden.*

Zur Zeit des Erwachten waren die Mönche vorwiegend Heilgewordene oder Heilsgänger der drei Sicherheitsgrade (1. in die Heilsströmung Eingetretene, 2. Einmalwiederkehrer, 3. Nichtwiederkehrer). Und auch unter den häuslich lebenden Anhängern hatten viele den einen oder anderen der drei Sicherheitsgrade erreicht.

Wir können heute die einigende Aktivität und den inneren Frieden, der von einer solchen Versammlung endgültig Heilsgerichteter ausging, nur noch ahnen. Nach M 89 vermittelt uns ein König der damaligen Zeit, Pasenadi von Kosalo ein Bild der Mönche des Erwachten. Er vergleicht sie mit den Asketen anderer Richtungen, die er ebenfalls öfter sieht, und sagt:

*Hier aber sehe ich, o Herr, die Mönche durch und durch freudig, ganz und gar erhoben, voll Hingabe, mit starken Heilsbestrebungen, ohne Widerstand, ohne Widerrede, sanft gewordenen Gemüts. Da ist mir, o Herr, der Gedanke gekommen: „Gewiss erleben diese Ehrwürdigen durch die Wegweisung des Erwachten oft große überweltliche Erfahrungen. Darum sind diese Ehrwürdigen so freudig, glücklich, zufrieden, befriedet, mit starken Heilsbestrebungen, ohne Widerstand, ohne Widerrede, sanft gewordenen Gemüts.“ Zu einer Zeit, wo der Erhabene einer vielhundertköpfigen Schar die Lehre darlegt, hört man bei des Erhabenen Mönchen nicht einmal das Geräusch des Niesens oder Sichräusperns. Eines Tages, Herr, ließ einer von des Erhabenen Mönchen ein Räuspern hören. Da streifte einer der Ordensbrüder ihn mit dem Knie, um anzudeuten: „Möge der Ehrwürdige sich leise verhalten, der Meister, der Erhabene legt uns die Lehre dar.“*

*Nicht hab ich, Herr, noch anderswo als hier eine so gut geleitete Versammlung kennengelernt. Da ist mir denn, Herr, beim Erhabenen diese Ahnung der Wahrheit aufgegangen: „Vollkommen erwacht ist der Erhabene, wohl kundgetan ist vom Erhabenen die Lehre, recht geht die Gemeinschaft der Mönche beim Erhabenen vor.“*

Nach diesem Urteil eines Königs können wir das Urteil des Erwachten über seinen Orden verstehen, das in M 118 überliefert ist:

*Der Erhabene blickte über die still gewordene, lautlose Schar der Mönche hin und wandte sich an sie: Frei von Gerede ist diese Versammlung, ihr Mönche, dem Gerede entfremdet, ist rein auf das Wesentliche gegründet: das ist die Heilsgängergemeinde des Erhabenen, würdig der Verehrung, der Spende und der Begrüßung, das beste Feld in der Welt für ein Wirken mit guten Folgen. Eine solche Mönchsschar ist schwer zu finden in der Welt.*

*Es gibt unter diesen Mönchen solche, die genesen sind, aller Verletzbarkeit entwachsen, zum Heilsstand gekommen sind,*

*die das Werk gewirkt, die Last abgelegt, das Heil sich errungen, die Daseinsverstrickungen aufgelöst, sich durch vollkommenes Wissen befreit haben.*

*Es gibt unter diesen Mönchen solche, die nach Vernichtung der fünf untenhaltenden Verstrickungen emporsteigen, um von dort aus zu erlöschen, nicht mehr zurückzukehren zu dieser Welt.*

*Es gibt unter diesen Mönchen solche, die nach Vernichtung der drei Verstrickungen und Minderung von Anziehung, Abstoßung und Blendung, nur einmal noch wiederkehren zu dieser Welt und dann dem Leiden ein Ende machen werden.*

*Es gibt unter diesen Mönchen solche, die nach Vernichtung der drei Verstrickungen in die Heilsströmung eingetreten sind, dem Abweg entronnen, unaufhaltsam der vollen Erwachung entgegengehen. Auch solche Mönche gibt es, ihr Mönche, unter diesen Mönchen. –*

Wie muss ein Mensch beschaffen sein, der als Angehöriger eines solchen Ordens nicht froh und erhoben wird durch das Zusammensein mit solchen Vorbildern, sondern da noch an der Gemeinschaft der Heilsgänger schwankt und zweifelt!

### Zweifel an der Übung

*Da schwankt und zweifelt, ihr Mönche, ein Mönch hinsichtlich der Übungsweisen, fühlt sich zu ihnen nicht hingezogen, bei ihnen nicht beruhigt. Ein Mönch, der hinsichtlich der Übungsweisen schwankt und zweifelt, sich zu ihnen nicht hingezogen und bei ihnen nicht beruhigt fühlt, dessen Herz ist nicht geneigt zu heißem Kampf, zum Sichanjochen, zur Ausdauer und Anstrengung.*

*Wessen Herz heißem Kampf, dem Sichanjochen, der Ausdauer und Anstrengung abgeneigt ist, der hat eben diese vierte Gemütsverhärtung nicht überwunden.*

Die Gemütsverhärtungen hängen untereinander zusammen, wenn auch ihre Stärke sehr unterschiedlich sein kann.

Wer in Bezug auf den Erwachten vollkommenes Vertrauen hat, vollkommene innere Sicherheit empfindet, wer sich geborgen fühlt in der Unterweisung durch den Erwachten, der hat mindestens eine ähnlich sichere Einstellung der Lehre gegenüber, der Gemeinschaft der Heilsgänger gegenüber, und er hat auch Mut und Kraft und Ausdauer, um mit seinen Fähigkeiten die Übungen zu beginnen und durchzuhalten.

Dennoch kann man bei zaghaften Menschen erleben, dass sie selbst bei großem Vertrauen zu dem Erwachten und zu der Lehre doch ein geringeres Vertrauen in ihre eigene Arbeitsfähigkeit haben und manchmal zweifeln, ob sie in der Läuterung vorwärtskommen. In dem Maß aber, wie man sicheres Vertrauen zur Lehre hat, wird man von daher immer wieder Kraft bekommen, um weiterzumachen. Nur wenn man in Bezug auf den Erhabenen selbst und auf seine Lehre schwankt und zweifelt, dann gibt es für einen solchen keine Kraftquelle, um sein Schwanken und Zweifeln in Bezug auf die Übung zu überwinden. Für ihn trifft aber auch das zu, was bereits zu der ersten Gemütsverhärtung gesagt wurde.

\*

Aber wir Heutigen haben es darin ganz erheblich schwerer, und wenn wir bisweilen oder gar häufig schwanken und zweifeln, ob wir bei der richtigen Übung sind oder ob wir diese Übung richtig durchführen, dann muss das durchaus kein Zeichen für eine solche „Gemütsverhärtung“ sein, denn dem modernen Menschen fehlen jene persönlichen Anleitungen, die die Mönche damals zur Zeit des Buddha ständig bekamen und die auch ein in Familie und Beruf Lebender immer wieder erlangen konnte, wenn er - mindestens am Besinnungsfeiertag - die Mönche des Erwachten oder gar den Erwachten selber befragte oder ihnen zuhörte. Wer die Lehrreden liest, so wie sie überliefert sind, der gerät ohne die erforderliche Reihenfol-

ge zufällig einmal an eine Rede, welche die letzten Schritte zum Nirvāna beschreibt, und dann wieder an eine Rede, welche die Entwicklung des Samsāra beschreibt, und gerät fast nur zufällig auch an Reden, welche die ersten Schritte näher beschreiben, die ein Anhänger der Lehre zu gehen hat. Wer schon länger der Lehre des Erwachten nachgeht, kennt diese Erfahrungen.

Diesen gesamten Übungen muss zunächst eine Orientierung über das Dasein, über sein Gesetz und seine Struktur vorausgehen. Darum auch hat der Erwachte seinerzeit seinen Hörern zuerst das Bild der Existenz entworfen. Aber dazu brauchte er nicht viel zu tun, denn seine Zeitgenossen kannten dieses Bild weitgehend; sie gingen schon davon aus, dass das, was wir als „Leben“ empfinden und bezeichnen, unabhängig von dem jeweiligen Körper besteht, dass es weder Anfang noch Ende hat, dass man ihm ohne die Lehre eines Erwachten gar nicht entrinnen kann, dass es vielmehr nur darum geht, alle leidvollen Qualitäten daraus zu verbannen. - Diese Entwicklung ist es, die der Erwachte bis zum vollkommenen Ende führt, bis zur Überwindung allen Leidens.

Von all dem ist der heutige Mensch sehr fern. Solange er nur an das gegenwärtige Körperleben glaubt und den Eindruck hat, mit Vernichtung des Körpers sei auch seine Existenz beendet, so lange kann er den gesamten Übungen nur wenig Sinn beimessen und wird deswegen keine großen Anstrengungen aufbringen. Wir kommen dem Sinn der Übungen und dem Verständnis der erforderlichen Reihenfolge der Übungen nur in dem Maß näher, als wir das der Wirklichkeit gemäße Weltbild wie auch das richtige Bild von der Natur des Menschen in uns aufnehmen und uns seiner Gültigkeit sicher werden. Von all den Umwegen, Sorgen und Beklemmungen, an welchen der heutige Mensch kaum vorüberkommt, waren die damaligen Mönche durch die persönliche Anleitung des Erwachten oder ihm Ähnlicher frei. So sah der König Pasenadi die Mönche seinerzeit *durch und durch freudig, ganz und gar erhoben, voll Hingabe, mit starken Heilsbestrebungen, ohne Widerstand,*

*sanft gewordenen Gemüts.* Diese Mönche waren beglückt über ihr Fortschreiten. Sie merkten, dass ihre Übungen Erfolg hatten, dass sie vorwärts kamen.

### Ärger über die Mitmönche

*Ein Mönch ist über seine Ordensbrüder verärgert und verdrossen, verstört und verhärtet. Ein Mönch, der über seine Ordensbrüder verärgert und verdrossen, verstört und verhärtet ist, dessen Herz ist nicht geneigt zum heißen Kampf, zum Sichanjochen, zu Ausdauer und Anstrengung.*

*Wessen Herz heißem Kampf, dem Sichanjochen, der Ausdauer und Anstrengung abgeneigt ist, der hat diese fünfte Gemütsverhärtung nicht überwunden.*

Der Ärger über diesen oder jenen der Mitmönche muss unterschieden werden von dem erwähnten „Zweifel am Orden der Heilsgänger“.

Es kann einer die Lehre des Erwachten schon so gut begriffen haben, dass er ein Verständnis bekommen hat für die endgültige Ausrichtung des Menschen auf die Heilsentwicklung, für den „Eintritt in die Heilsströmung“ - und von daher kommt er zu einer grundsätzlichen Anerkennung und Verehrung des „Ordens der Heilsgänger“. - Ein solcher kann sich aber dennoch über diesen oder jenen der Mitmönche, mit welchen er zusammenlebt, engeren Umgang hat, öfter ärgern und kränken, ohne dass dadurch seine Verehrung des Ordens der Heilsgänger auch nur angetastet wird.

Aber das kann natürlich nur übergänglich so sein und hört dann bald auf. Wenn es aber auf die Dauer nicht aufgehoben wird und gar zunimmt, dann ist dies ein Zeichen, dass er jene entscheidenden Einsichten, mit welchen der „Eintritt in die Heilsströmung“ zusammenhängt, eben doch nicht gewonnen hatte, sich vielmehr darüber getäuscht hatte. Denn entweder

nimmt man in diesen Einsichten zu - und dann nimmt alles Sich-Ärgern über Menschen und über Ereignisse unweigerlich allmählich ab - oder aber, wenn Ärger, Zorn und Empörung überhaupt nicht abnehmen, dann schwinden auch die Anfänge jener heilsentscheidenden Einsichten, sofern man sie hatte, wieder dahin - denn auf die Dauer schließen diese beiden Haltungen sich gegenseitig aus.

Solange der Mensch von Tendenzen bewegt ist, so lange wird er auch betroffen und traurig, wenn andere die Erfüllung dieser Tendenzen zunichte machen, sei es, dass sie sein Anerkennungsbedürfnis nicht befriedigen, oder sei es, dass sie rücksichtslos, egoistisch vorgehen, ohne seine Wünsche zu beachten.

Diese Trauer oder dieser Verdruss ist bei dem einen nur kurz; bei dem anderen nistet sich z.B. der Gedanke, beleidigt worden zu sein, ein, befestigt sich, verhärtet sich. Er kann den empfundenen Stachel nicht loswerden, er kann nicht mehr klar, heiter, unverstört denken. Auch wenn er sich anstrengt, an etwas anderes zu denken, so ist dieser Gedanke störend im Hintergrund, immer bereit, einen anderen Gedanken beiseite zu drängen. Aus dem Getroffensein mag einer entweder aggressiv oder auch depressiv erwidern - beides ist Verhärtung. Im Gedächtnis drängen sich all die Dinge vor, die ihn beleidigt haben, darum kann er sich nicht unabgelenkt mit ganzem Gemüt dem Läuterungskampf widmen. Er erkennt nicht, dass er sich in einem heillosen Zustand befindet, im Wahn, im Dienst seiner Tendenzen, und erkennt nicht, dass gerade dies erneutes Leiden und Leidensfortsetzung ist.

In den Reden werden öfter solche Gemütslagen geschildert: Nach M 5 zum Beispiel steigt einem Mönch aus Anerkennungsbedürfnis der Gedanke auf: „*Erhielte ich doch die meiste Anerkennung bei Mönchen und Hausleuten!*“ - Wenn er nun aber erlebt, dass das nicht geschieht, so wird er ärgerlich und unwillig. Und diesen Ärger bezeichnet der Erwachte dort als „Befleckung“.

Es bedarf ja keiner Frage, sondern ist auf den ersten Blick



ersichtlich, dass man zu einer solchen Zeit, in der man sich von Ärger und Zorn über diese oder jene Vorgänge bewegen lässt, eben dadurch nicht in der Arbeit der inneren Säuberung steht.

Ein anderer mag im ersten Augenblick ähnlich ärgerlich und unzufrieden sein, aber er schüttelt diese Befleckungen bald ab, vergisst sie über dem Angebot der Lehre. Er hat die große Leidensmasse dieses Samsāra in allen seinen Stadien begriffen, und weil er ihr unbedingt entrinnen will, weil dies sein hauptsächliches Ziel ist, darum werden ihm alle äußerlichen Verdunkelungen nebensächlicher, und er schüttelt sie ab.

Wer aber schwer von ärgerlichen, grollenden Gedanken abkommt, der kann die vom Erwachten geschilderte Samsāra-Situation noch nicht recht begriffen haben, d.h. kann noch nicht vollkommenes Vertrauen zu dieser Lehre und damit zum Erwachten gewonnen haben, sonst würde sich sein dringender Wunsch nach Entrinnung aus diesem Leiden, nach Geborgenheit und Sicherheit, dem endgültigen Heilsstand, durchsetzen und ihn von dem nörgelnden Gedanken an diesen oder jenen Menschen, der ihm schwerfällt, allmählich abbringen.

Diese fünf Gemütsverhärtungen machen auf die Dauer nicht nur den Aufenthalt im Mönchsorden, sondern überhaupt die rechte Nachfolge unmöglich. Und besonders die letztere dieser fünf hat dem Betreffenden auch vorher schon sein Weltleben in der Familie erschwert. Solange diese Grundverhinderungen für den Heilskampf noch nicht aufgegeben sind, ist man noch untauglich für die rechte Nachfolge, denn die fünf Gemütsverhärtungen gleichen einer Mauer, die so hoch gebaut ist, dass man den friedvollen Anblick des erhabenen Heilsstands nicht gewinnen und darum keine Sehnsucht, keinen Zug zu ihm hin verspüren kann. Das ist der Sinn dieser Aussage.

### Drei Arten von Nachfolge

Der Erwachte sagt, dass solche Mönche *in dieser Heilswegweisung (dhamma-vinaya) nicht zum Gedeihen,*

zur Reife und zur Entfaltung gelangen könnten. Unter der „Heilswegweisung“ wird, wie unter anderem aus M 107 hervorgeht, die von Anfang an schrittweise fortschreitende, kontinuierliche und systematische Unterweisung und Übungsanleitung verstanden, wie sie der Erwachte nur den Mönchen und Nonnen angedeihen ließ. Das waren besonders in der Anfangszeit des Ordens meist solche Menschen, die bei den ersten Begegnungen mit dem Erwachten noch im Familienleben standen, aber von den aufgezeigten Zielen und Heilstadien so ergriffen und erfüllt wurden, dass sie das Anstreben dieser Ziele für die einzig lohnende Aufgabe ihres Lebens ansahen und es darauf abgesehen hatten, dieses Ziel noch im gegenwärtigen Erdenleben zu erreichen. Nur diese unterzogen sich dann im Orden der Wegweisung durch den Erwachten.

Im Grunde kann man drei verschiedene Arten von Nachfolgern beobachten, die seinerzeit die Vorträge des Erwachten hörten. Diese Unterschiede sind fast ausschließlich durch Gesinnung und Charakter, also die innere Wesensart der Hörer der Lehre bedingt.

#### a) Tugendliches Streben im Weltleben

So wie im modernen Westen die Auffassung vorherrscht, der Tod sei Ende und Vernichtung der Existenz überhaupt, das Wesen sei damit erloschen, fast ebenso herrschte früher und teilweise noch heute im Osten die entgegengesetzte Auffassung vor, dass das Leben selbst gar nicht enden kann, dass Sterben nur der Durchgang aus dem einen Lebensraum in den nächsten ist und dass man die Inhalte des nächsten Lebensraums, schmerzliche oder erfreuliche, schreckliche oder beglückende, durch sein Verhalten im gegenwärtigen Leben selbst geschaffen hat. Unter dem Einfluss dieser Sicht strebten diese Menschen darum immer schon ein möglichst wohlwollendes, rücksichtsvolles Verhalten im Leben an. Andererseits spürten sie, dass ihr eigenes Begehren und mancherlei Schwächen ihres Charakters immer wieder Hindernisse bildeten für

jene „tugendhafte, wohlwollende Lebensführung“, von deren guten Früchten sie mehr oder weniger überzeugt waren.

Diese Menschen fühlten sich durch die Belehrungen seitens des Buddha ganz erheblich bestärkt und beflügelt in ihren guten Bestrebungen. Sie gewannen neue Kräfte und sichere Zielsetzungen, die ihnen mehr als je bisher halfen, in diesen guten Bestrebungen zuzunehmen und dabei ihre eigenen Schwächen allmählich abzubauen. Ihr Ziel war höheres, helleres Leben in den Himmeln für unermesslich längere Zeiten. - Die Menschen dieser Art kamen meistens gar nicht auf den Gedanken, als Mönche oder Nonnen in den Orden des Erwachenden einzutreten und damit auf die sinnlichen Freuden zu verzichten, weil sie das darüber hinausreichende unvergleichlich größere Wohl noch nicht fassen konnten.

#### b) Seligkeit des Herzensfriedens anstreben

Wie auch schon im alten Abendland gab es auch im Orient bei den verschiedenen Völkern neben dem Streben nach tugendhafter, wohlwollender Lebensführung mit himmlischer Vielfalt als Ziel auch solche geistigen Strömungen, die das vielfältige sinnliche Begehren des Menschen als eine schlimme suchtartige Krankheit durchschauten, von welcher zu genesen sie anstrebten. Sie erkannten zwar, dass die bloße Nichtbefriedigung oder gar Unterdrückung des Begehrens nur eine Verschlimmerung, aber nicht die Lösung ist, dass aber auch die jeweilige Befriedigung des Begehrens, wo sie überhaupt gelingt, doch nur eine kurzfristige Scheinhilfe ist, weil das gleiche Begehren um so stärker sich wieder meldet. Darum suchten sie den Frieden, der höher ist als alle Befriedigung. Dazu kamen besonders diejenigen, welche in der Gewöhnung an brüderliche Liebe, Fürsorge und Förderung für die Mitwesen zum tugendlichen Leben hingefunden und dadurch eine Erhellung ihres Gemüts, Freude und Glück gewonnen hatten. Durch diese Erfahrungen erkannten sie das Begehren als ein elendes Hungerleiden, das immer nach Sättigung lungert und nie auf-

hört, weiter nach Sättigung zu hungern. Und sie erfuhren, dass diese unendliche Hungerkrankheit durch nichts anderes geheilt würde als durch die liebevolle Fürsorge für die anderen Hungerigen und durch Abstehen von allem Messen und Aburteilen anderer Wesen in grenzenlosem, verstehendem Wohlwollen für alle Wesen. Dadurch schwand nicht nur der Hunger, sondern ein überweltlicher Frieden zog ein, dessen selige Geborgenheit über Raum und Zeit, über Geburt und Tod hinaushob. Dieses Ziel hieß bei den Mystikern der Schöpfergottreligionen „Vereinigung mit Gott“ und in Indien „Vereinigung mit Brahma“ oder mit dem „Brahman“.

Die Erfahrung um dieses Wissen war in der historischen Zeit im Orient immer schon weiter verbreitet und tiefer vorhanden. Und wenn Menschen solcher Art die Vorträge des Erwachten hörten, so fanden sie sich in ihrem tiefsten Empfinden bestätigt, und in dem Maß, als ihr sinnliches Begehren auf solchem Wege schon geringer oder gar geschwunden war, konnten viele sich leicht entschließen, als Mönch oder Nonne in den Orden einzutreten, um dort ausschließlich diese Entwicklung weiter zu betreiben. Im Orden lernten sie dann durch die Wegweisung des Buddha auch die tiefste Lehre näher kennen, die zur Überwindung aller Komponenten der Leidhaftigkeit führt, und konnten auf diese Weise noch in diesem Leben das Heilsziel erreichen oder doch Nichtwiederkehr.

### c) Der belehrte „Heilsgänger“

Der Buddha unterscheidet bei den Menschen zwischen Weltling (*puthujjano*) und Heilsgänger (*ariya sāvako*). Zu den zählt der Buddha nur diejenigen Menschen, welche seine höchste und letzte Lehre so verstanden haben, dass sie dadurch die gegenseitige Bedingtheit aller Erscheinungen, der diesseitigen und der jenseitigen, so durchschaut haben, dass damit eine endgültige Abwendung, ein endgültiges Zurücktreten von allen diesen Erscheinungen eingeleitet worden ist. Dieser Prozess ist so endgültig geworden, dass Abwendung und Zurück-

treten sich nur immer mehr vervollkommen können, bis die Trennung von allem Bedingten vollendet ist. Dieser Prozess vollzieht sich in den bekannten vier Graden:

1. Grad: Stromeintritt
2. Grad: Noch einmal Wiederkehr zu dieser Sinnensuchtwelt
3. Grad: Nichtwiederkehr zu dieser Sinnensuchtwelt
4. Grad: Endgültiger Heilsstand vollendet.

Diese vier Arten von Menschen gelten als Heilsgänger, wobei der vierte den Gang zum Heil durch vollzogene Trennung von allem Bedingten vollendet hat.

Dieser Stand des Heilsgängers, schon des ersten Grades, setzt natürlich eine rechte, klare und intensive Belehrung über die Art und die Auswirkung der Bedingtheit der bedingten Erscheinungen voraus und zum anderen eine entsprechend aufmerksame Hingabe des Heilsuchers an diese Belehrung. Darüber hinaus aber lassen die überlieferten Reden deutlich erkennen, dass der Mensch noch zwei verschiedenartige Eigenschaften - oder wenigstens eine von ihnen - mitbringen muss, um durch die rechte Belehrung seitens des Meisters und seine aufmerksame Hingabe zu dem entscheidenden Verständnis zu kommen: Weisheit und Tugend bzw. Weisheit oder Tugend.

Der Erwachte lehrt, dass der endlose Umlauf der Wesen durch die verschiedensten Daseinsformen bedingt ist durch die Belastung des Herzens mit Gier, Hass, Blendung. Da deuten Gier und Hass (*rāga* und *dosa*) auf die Triebe, die Tendenzen, hin, die unübersehbar vielseitigen und unterschiedlich starken Neigungen, Wünsche, Bedürfnisse der Wesen nach bestimmten „Erlebnissen“, d.h. Gefühlen und Wahrnehmungen. Und „Blendung“ (*moha*) bedeutet, dass die Wesen die von ihnen begehrten Erlebnisse und ebenso die entgegen ihrem Begehren eintretenden Erlebnisse nur mit den ihnen innewohnenden Wünschen, Neigungen, Trieben, Tendenzen, Bedürfnissen messen und bewerten können, dass sie also befangen bewerten, falsch bewerten, das ihnen Angenehme überbewerten, das ihnen Unangenehme unterbewerten. Kurz: sie sind geblendet.

Und eben wegen der Blendung können sie die wahre Bedingtheit, Konditioniertheit der gesamten Erscheinungen nicht durchschauen, wenigstens nicht ohne Anleitung und aufmerksame Hingabe.

Das Maß an Gier, Hass, Blendung der Menschen ist sehr unterschiedlich, und im Lauf der Entwicklung der Wesen durch die unterschiedlichen Daseinsformen nimmt es einmal zu und ein anderes Mal ab. So sagt der Erwachte, dass zu der Zeit, in der ein Buddha in der Welt erscheint und die Lehre anbietet, manche Wesen weniger Gier, Hass, Blendung haben, andere aber mehr.

Da besteht nun die eine der beiden Eigenschaften, von denen mindestens eine zum entscheidenden Verständnis nötig ist, darin, dass ein Wesen zur Zeit seiner Begegnung mit der Lehre gerade von wenig Gier und Hass besetzt ist, also tugendhaft, von hellerer, edlerer Art ist und darum auch in den meisten Fällen weniger Blendung hat, die Belehrung leichter versteht und wegen seiner edleren helleren Herzensart auch eine große Liebe und Zuneigung zu dieser Lehre empfindet. Selbst wenn dieser Mensch im Anfang noch nicht mit der erforderlichen wissenschaftlichen Genauigkeit die Bedingtheit aller Erscheinungen durchschaut, so gewinnt er doch eine Liebe und ein dadurch bedingtes starkes Vertrauen zu dieser Lehre, so dass er bald den ersten Grad der Heilsgängerschaft erlangt.

Die andere der beiden Eigenschaften, von denen mindestens eine Voraussetzung für das Verständnis ist, die Weisheit (*paññā*), besteht darin, dass ein Mensch, unabhängig von dem Grad von Gier, Hass, Blendung seines Herzens eine starke Fähigkeit zu tief vordringendem klarem Beobachten der Zusammenhänge hat. Zu der Zeit, da er die Bedingtheit der Erscheinungen erforscht, kann er Gier, Hass, Blendung vorübergehend und weitestgehend verdrängen und darum unvergleichlich klarer sehen als zu anderen Zeiten. Was er in solchem klaren Forschen eingesehen hat, ist für ihn unverlierbar geworden, d.h. er hat es endgültig gefasst, ist Heilsgänger ersten Grades geworden. Aber er hat unter Umständen als solcher

erheblich mehr an Gier, Hass, Blendung abzubauen als der erstere.

So hilft dem einen die Klarblicksfähigkeit, die „Weisheit“, dem anderen die größere Helligkeit seines Herzens, die Tugend.

## II. Teil Die fünf Bindungen des Gemüts

K. E. Neumann übersetzt hier nicht „Bindungen des Gemütes“, sondern „Fesseln des Herzens“. Auch die anderen Übersetzer weichen von der Pālibedeutung der Rede ab. Unter den „Fesseln“ oder „Verstrickungen“ (*samyojana*) des Herzens (*citta*) werden in allen Reden des Buddha stets die gesamten dem Menschen innewohnenden unbewussten Triebe, Tendenzen, Neigungen verstanden, die der Erwachte u. a. in „Gier und Hass“ (*rāga, dosa*) zusammenfasst, die das gesamte Tun und Lassen der Wesen in der Welt veranlassen und auch ihr Lebensgefühl bestimmen.

Von diesen Trieben, Verstrickungen des Herzens kann der Erwachte nie sagen, dass derjenige, der sie ganz abgeschnitten habe, dann erst zum heißen Kampf geneigt sei, zum Sichanhängen, zu Ausdauer und Anstrengung, denn wer die Verstrickungen des Herzens ganz abgetan hat, der braucht nach allen Aussagen des Erwachten nicht mehr zu kämpfen. Der ist ein Erlöster und steht völlig reinen Herzens da.

Hier geht es aber nicht um das Herz (*citta*) und seine Verstrickungen (*samyojana*), sondern um das Gemüt (*ceto*) und seine Bindungen (*bandhana*). Diese Bindungen des Gemütes an bestimmte Dinge sind es, die, wie sich zeigen wird, vollständig abgeschnitten sein müssen, damit der Mönch überhaupt Wille und Ausdauer zu dem Kampf aufbringen kann, der bis zur vollständigen Befreiung des Herzens (*citta*) von allen Verstrickungen (*samyojana*) erforderlich ist. Das wird noch näher aufgezeigt.

## Die Aussage des Erwachten

*Welche fünf Bindungen des Gemütes sind es, die der Mönch noch nicht vollkommen abgeschnitten hat?*

*Da hat, ihr Mönche, ein Mönch bei den Sinnendingen die Zuwendung nicht abgetan, den Willen nicht fortgewiesen, die Liebe, das Dürsten, das Fiebern, das Lechzen nicht fortgewiesen.*

*Ein Mönch, der bei den Sinnendingen die Zuwendung nicht abgetan, den Willen nicht fortgewiesen, die Liebe, das Dürsten, das Fiebern, das Lechzen nicht fortgewiesen hat, dessen Herz ist nicht geneigt zum heißen Kampf, zum Sichanjochen, zur Ausdauer und Anstrengung. Das ist bei ihm die erste Gemütsbindung, die er noch nicht vollkommen abgeschnitten hat.*

*Ein Mönch, der beim Körper<sup>66</sup> die Zuwendung nicht abgetan, den Willen nicht fortgewiesen, die Liebe, das Dürsten, das Fiebern, das Lechzen nicht fortgewiesen hat,*

*dessen Herz ist nicht geneigt... Das ist bei ihm die zweite Gemütsbindung, die er noch nicht vollkommen abgeschnitten hat.*

*Ein Mönch, der bei der Form die Zuwendung nicht abgetan, den Willen nicht fortgewiesen, die Liebe, das Dürsten, das Fiebern, das Lechzen nicht fortgewiesen hat, dessen Herz ist nicht geneigt... Das ist bei ihm die dritte Gemütsbindung, die er noch nicht vollkommen*

---

<sup>66</sup> Hier ist Neumann von seiner eigenen Übersetzung wichtiger Pālibegriffe so weit abgewichen wie sonst nie. In Pāli werden die drei ersten „Bindungen des Gemütes“ als die an *kāma*, *kāya* und an *rūpa* bezeichnet, was Neumann sonst immer richtiger übersetzt mit „Begehren“, „Körper“ und „Form“, während er in unserer Rede übersetzt: *kāma* mit Wollen statt „Sinnensucht“; *kāya* mit Fühlen statt „Körper“; *rūpa* mit Sehen statt „Form“. Darin ist ihm kein späterer Übersetzer gefolgt. Hier empfiehlt sich, dass sich der Leser einen entsprechenden Hinweis in den Büchern von Neumann notiert.



*abgeschnitten hat.*

*Da hat ein Mönch so viel gegessen, wie der Magen mag, und gibt sich danach behaglichem Sitzen, Liegen und Träumen hin... Das ist bei ihm die vierte Gemütsbindung, die er noch nicht vollkommen abgeschnitten hat.*

*Da führt ein Mönch den Reinheitswandel mit dem Ziel, eine bestimmte himmlische Stätte zu erlangen, und erwartet: ‚Durch diese Disziplin und Anstrengung im Reinheitswandel will ich eine Gottheit oder ein Wesen aus dem Gefolge einer Gottheit werden.‘... Das ist bei ihm die fünfte Gemütsbindung, die er noch nicht vollkommen abgeschnitten hat.*

*Ein Mönch, der bei den Sinnendingen, beim Körper, bei der Form die Zuwendung nicht abgetan hat, den Willen nicht fortgewiesen, die Liebe, das Fiebern, das Lechzen, das Dürsten nicht fortgewiesen hat; der so viel gegessen hat, wie der Magen mag, und sich danach behaglichem Sitzen, Liegen, Träumen hingibt; der den Reinheitswandel mit dem Ziel führt, eine bestimmte himmlische Stätte zu erlangen, dessen Herz ist nicht geneigt zum heißen Kampf, zum Sichanjochen, zu Ausdauer und Anstrengung.*

*Wessen Herz heißem Kampf, dem Sichanjochen, der Ausdauer und Anstrengung abgeneigt ist, der hat diese Bindungen des Gemüts nicht ganz abgeschnitten.*

### Anknüpfung der Bindungen

Die hier besprochenen „Bindungen des Gemütes“ (*cetaso vini-bandha*) sind etwas anderes als die Gemütsverhärtungen (*ceto-khila*). Die Gemütsverhärtung weist auf eine dem Gemüt selber innewohnende krankhafte Beschaffenheit, eben Härte, Verkrustung hin, aber die „Bindung des Gemütes“ bedeutet,

dass das Gemüt, gleichviel ob es verhärtet ist oder nicht, sich an etwas anderes - z.B. „Sinnengenüsse“ - angebunden hat. Das zeigt sich daran, dass man, wenn man an dieses andere denkt, sogleich eine freudige Zuwendung empfindet (das ist die Stimme des Gemüts); wenn man aber aus irgendwelchen Gründen auf den Sinnengenuss verzichten muss, man im Gemüt eine innere Leere, einen Mangel und darum Betrübnis oder Ärger empfindet.

Um nun besser zu verstehen, wie man die Gemütsbindungen an die Sinnendinge abschneidet, betrachten wir zuerst, wie solche Bindungen entstehen, wie sie angeknüpft werden:

Der neugeborene Säugling hat in diesem Leben außerhalb des Mutterleibs noch keine Sinnendinge erfahren und darum auch noch keine solche in seinen Geist eingesammelt, ja, er hat noch gar kein „Bewusstsein“ im Sinne eines Wissens um „Ich“ in der „Welt“. Darum kann er sein Gemüt noch an nichts gebunden haben.

Aber in der Lehre wird beschrieben, wie der Mensch sein Gemüt an die verschiedenen Dinge der Sinnenwelt anbindet.

So heißt es in M 138:

*Hat da ein Mensch mit dem Luger (dem Trieb im Auge) eine Form gesehen, mit dem Lauscher einen Ton gehört..., dann geht die programmierte Wohlerfahrungssuche (viññāna) den Formerscheinungen nach, knüpft an wohltuende Formerscheinungen an –*

das heißt, der Geist merkt sich die als angenehm erfahrenen Erscheinungen –

*bindet sich daran.*

Hier findet das „Anbinden des Gemüts“ an die Sinnendinge statt. Nun sind die von den Sinnesdrängen begehrten und entsprechend die verabscheuten Erscheinungen in den Geist eingeschrieben. Von nun an denkt der Geist an eine wohltuend und angenehm empfundene Sinneserscheinung auch in deren Abwesenheit, sie „fällt ihm ein“, und die Tatsache, dass er mit Freude oder Sehnsucht oder mit Hass oder Trauer, Schrecken

oder Angst an sie denkt, das ist bereits die Bindung des Gemüts.

In den Sinnesorganen ist ein Wollenskörper, eine magnetische Anziehung und Abstoßung, ein Drang, ein Trieb (der Luger, Lauscher...), der, wenn er berührt wird, sich kundtut im Gefühl. Wenn ein Wohlgefühl ausgelöst wird, dann wird sich der Geist der Erscheinungen, mit deren Wahrnehmung das Wohlgefühl aufkam, bewusst. Von nun an weiß der Geist auch ohne direkte sinnliche Wahrnehmung, weiß aus „Erinnerung“, dass es in der Welt solche und solche wohltuenden Formen, Töne, Düfte, Geschmäcke und Tastungen gibt.

Dem Wohlgefühl entsprechend ist nun auch die Stärke der Freude und der Sehnsucht, die im Gemüt empfunden wird, wenn er an diese Dinge denkt. Auf diese Weise wird also das Gemüt eines jeden normalen Menschen und Tieres schon im Lauf der ersten Lebenszeit an die vielfältigen sinnlich wahrnehmbaren Dinge „angebunden“.

Die Bindung des Gemüts an sinnlich wahrnehmbare Erscheinungen kommt also darum zustande, weil durch Berührung der Triebe mit dem als außen Erfahrenen immer wieder Wohlgefühle hervorgehen. Durch diese Erfahrungen verspricht sich der Geist, dass man bei der nächsten Begegnung mit diesen Erscheinungen, bei der nächsten Berührung wieder Wohl genießen kann. Diese freudige Zuwendung des Gemüts zu den erinnerten wohltuenden Erlebnissen: das ist ein Zeichen für die Bindung des Gemüts.

Der Untergrund des Gemüts (*ceto*) ist das Herz (*citta*)

Die Triebe sind die Ursache, dass bestimmte Erscheinungen oder Erlebnisse im Augenblick ihres Erscheinens ein Wohlgefühl auslösen und eben darum das Gemüt dazu verleiten, sich an sie zu binden. Damit kommen wir an den Unterschied zwischen dem Gemüt (*ceto*), in welchem alle durch Erfahrung bewusst gewordenen, durch die Triebe bedingten Zuneigungen und Abneigungen in Bezug auf Dinge und Erlebnisse wohnen,

und dem Herzen (*citta*).

Der Erwachte schreibt alle meist unbewussten Triebe, Tendenzen, Neigungen (*samyojana*) dem Herzen (*citta*) zu, ganz ebenso, wie auch in der christlichen Religion vom reinen und vom unreinen Herzen die Rede ist. Überhaupt wird in allen Religionen der „Ort“ oder die „Instanz“ der gesamten an sich unbewussten Triebe und Neigungen, der besseren wie auch der üblen, stets als „Herz“ oder „Seele“ bezeichnet.

Diese an sich unbewussten Triebe wohnen einem jeden Wesen inne. Sie sind es überhaupt, die zu seiner Geburt oder besser „Wiedergeburt“ führen. Sie lenken und beeinflussen, ohne dass das Wesen zunächst davon weiß, sein gesamtes Wollen, Wünschen, Denken und Planen.

Da die unbewussten Triebe den Sinnesorganen des Körpers so innewohnen wie etwa der Magnetismus einem Magneteisen oder nach einem Gleichnis des Erwachten (M 146), wie das Öl den Docht einer Öllampe durchtränkt, so werden anlässlich der sinnlichen Wahrnehmung zugleich die Triebe berührt; und je nach dem, ob das zur sinnlichen Wahrnehmung Gekommene den Trieben entspricht oder widerspricht, wird seitens des unbewussten Triebs eine angenehme, wohltuende oder eine abstoßende Empfindung ausgestoßen. Erst durch diese Empfindung wird der Sinneseindruck wahrgenommen. Der Erwachte sagt: „*Was man fühlt, das nimmt man wahr*“. Jetzt erst weiß der Geist, dass es diese oder jene angenehmen oder unangenehmen Formen oder Töne oder Schmeckbares usw. gibt. Die unbewussten Triebe, Tendenzen machen die Grundbefindlichkeit des Menschen aus; durch sie bedingt baut der Mensch den Geist auf und bindet damit sein Gemüt an dieses und jenes.

Wären die Triebe des Herzens und ihre ständige spannungsvolle Bedürftigkeit, ihr unbewusstes Mangelgefühl nicht da, so wäre keine Befriedigung durch Berührung von außen nötig. So sind also letztlich die Triebe des Herzens, obwohl unbewusst, die Ursache und die Bedingung für das bewusste Einschreiben der Erlebnisse in den Geist und dann für die

Bindung des Gemüts an die angenehmen Erlebnisse und die Abneigung des Gemütes gegenüber den schmerzlichen Erlebnissen. Erst mit dem völligen Abschneiden der Bindung des Gemüts von den Sinnendingen, d.h. mit der Ablehnung der Sinnensucht und der sehnenenden Zuwendung zu dem höheren Wohl im *samādhi* ist die Voraussetzung für den eigentlichen Kampf geschaffen, der zur völligen Freiheit führt. Der Erwachte sagt ja, dass ein Mönch, der die Bindung des Gemüts an die Sinnendinge nicht abgeschnitten hat, dann in seinem Herzen nicht geneigt ist zum heißen Kampf, zum Sich-anjochen, zu Ausdauer und Anstrengung. Dieser Kampf aber ist notwendig, um die unbewussten, die tieferliegenden Verstrickungen des Herzens an die Sinnendinge nach und nach vollständig aufzulösen. Erst dann ist der Kampf bestanden.

Dreifache Entwicklung: Beurteilung im Geist –  
Reaktion im Gemüt – Veränderung des Herzens

Solange die verborgenen Verstrickungen der Sinnensucht im Herzen bestehen, so lange bleiben bei der Berührung mit den Sinnendingen die entsprechenden Wohlgefühle, und so lange wird der Geist immer wieder ernährt mit der Erfahrung: „Der Genuss dieser Dinge tut wohl.“ Diese in den Geist eingetragene Erfahrung steht dann im Widerspruch zu den ebenfalls im Geist eingetragenen, durch die Lehre gewonnenen Einsichten, dass das sinnliche Begehren auf die Dauer aber in immer größere Abhängigkeit bis in Unterwelt führt und dass man durch das sinnliche Begehren den überweltlichen Herzensfrieden (*samādhi*) nie erlangen kann.

Darum ist Kampf nötig. Und dieser Kampf währt um so länger, je stärker die alte Gewöhnung ist.

Die Abwendung geschieht im *Geist*, ist durch eine Einsicht bedingt; der Geist kann plötzlich etwas einsehen und schnell zu einer umgekehrten Beurteilung einer Sache kommen, aber die *Überwindung*, die völlige *Ablösung* durch innere Befreiung von der betreffenden Sache geschieht im *Herzen* und ist

die Arbeit der vollständigen Entwöhnung und Ausrodung auch der letzten Herzensneigungen zu ihr bis zum Vergessen. Das ist ein Weg, der genauso weit ist wie die Gewöhnung oder gar Leidenschaft in dieser Richtung stark war. Und die Gewöhnung ist bedingt durch die Triebe, diese inneren Züge und Neigungen des Herzens.

Der Erwachte vergleicht die feinen, unscheinbaren, aber oft unheimlich starken Verstrickungen des Herzens mit dem Tau eines am Ufer vertäuten Bootes, das nur durch den ständigen Wechsel zwischen dem Eintauchen ins Wasser und dem Straffen beim Trocknen in der Sonne ganz allmählich und nur faserweise abfault.

Der Prozess der Abwendung des Geistes und der Befreiung des Herzens von einer Sache vollzieht sich in dem Zusammenwirken von Geist, Gemüt und Herz (von *mano*, *ceto* und *citta*). Von diesen drei Phasen bewirken die ersten beiden, die sich in Geist und Gemüt vollziehen, nur die Abwendung, während der Prozess der völligen Befreiung sich im Herzen, im *citta*, vollzieht und zwar erst nach der Abwendung.

Man stelle sich vor, jemand hört oder liest: Durch intensive Bemühungen kann man diesen oder jenen höheren inneren Zustand erlangen, wodurch man in diesem Leben und weit, weit darüber hinaus nach Ablegen dieses Leibes viel mehr Wohl und Helligkeit und Sicherheit erfährt. Da gibt es nun die Möglichkeit, dass er das, was er da gehört oder gelesen hat, nicht beachtet oder nicht einsieht, sondern ablehnt. In diesem Fall ist keine der drei Phasen eingetreten. Wenn er aber von der Richtigkeit und Gültigkeit dieser Lehre überzeugt worden ist, sie also anerkennt, annimmt, so ist damit die erste Phase vollzogen: die Anerkennung der Lehre und damit dieses Strebenzieles im Geist (*mano*).

Gleichzeitig mit dieser verstandesmäßigen Anerkennung erfährt der Mensch auch sofort die Resonanz seines Gemüts, die er aber oft nicht beachtet oder nicht als solche erkennt: Vom Gemüt kommt das „Zumutesein“. Es geht darum, wie einem im Hinblick auf die neue Einsicht zumute wird. So wie

wir unter dem Begriff „Gebirge“ einen Komplex von Bergen verstehen, unter „Gewölk“ einen Komplex von Wolken, so bedeutet Gemüt jenes vielfältige und unterschiedliche „Zumutesein“, jene vielfältigen Anmutungen, die wir bei diesen und jenen Erinnerungen oder Einfällen oder Nachrichten oder Ausichten in uns empfinden.

Wenn also die erste Phase eingetreten ist, wenn man ein bestimmtes Strebensziel in seinem Geist als ein wirklich weit überlegenes und heileres Ziel anerkannt hat, dann antwortet sogleich das Gemüt des Menschen auf diese neue Einsicht. Dieser Zusammenhang tritt immer ein, auch wenn der Mensch ihn nicht bemerkt, denn wenn der Geist etwas eingesehen hat, dann beginnt der Mensch dieses Ziel verbindlich zu nehmen; und eben, weil es ihm nun verbindlich wird, er sich also daraufhin ausrichtet, darum nimmt augenblicklich das Gemüt des Menschen dazu Stellung und drückt mit einem geistigen Gestimmtsein aus, ob es ihm zusagt, ob er gern daran denkt.

Wenn ein Mensch trotz der intellektuellen Erkenntnis, dass in einem bestimmten Ziel viel mehr Sicherheit und Heil liegt, doch eine innere Zurückhaltung empfindet oder gar Beklommenheit, wenn er nicht gern an dieses Ziel denkt - etwa darum, weil man zur Erreichung des Ziels viel Vertrautes, Gewohntes aufgeben oder manches Anstrengende unternehmen muss - dann ist die zweite der drei Phasen noch nicht eingetreten: man hat sich dem neuen Ziel trotz geistiger Einsicht noch nicht im Gemüt zugewendet, von seinen bisherigen Zielen noch nicht richtig abgewendet. - Wenn man aber mit der Anerkennung dieses Ziels im Geist sich auch gemütsmäßig dazu hingezogen fühlt, darüber erfreut oder gar begeistert ist und wenn man sich Kraft und Mut und Ausdauer zutraut, um dieses Ziel anzustreben, bis man es erreicht hat, dann ist damit die zweite der drei Phasen, die Zuwendung des Gemüts zu dem neuen Ziel und zugleich die Abwendung von dem alten Ziel eingetreten: *Die Bindungen des Gemüts (an den alten Zustand) sind jetzt völlig abgeschnitten*, obwohl das Herz noch nicht von der betreffenden Verstrickung frei ist. Erst

wenn es so weit ist, dann kann die dritte Phase beginnen: die Auflösung auch der Verstrickung des Herzens, die erst mit der vollständigen Erreichung des Ziels abgeschlossen ist.

Wir brauchen ja nur daran zu denken, wie die meisten Buddhisten, einschließlich uns selbst, zum Nirvāna stehen: Von unserer intellektuellen Einsicht her, die wir aus den in den Reden beschriebenen geistig-seelischen Zusammenhängen gewonnen haben, wissen wir, dass der Samsāra eine unendliche Tretmühle von Mühsal und Leiden ist und dass dieser Leidenskreislauf aus ununterbrochener Wahrnehmung von Formen und Gefühlen beendet wird im Nirvāna. So etwa wissen alle gründlich unterrichteten Buddhisten. Damit ist bei ihnen die erste der drei Phasen eingetreten, aber dennoch gibt es nur wenige Buddhisten, die sich auch in ihrem Gemüt zum Nirvāna wirklich hingezogen fühlen, die, wie der Erwachte es ausdrückt, „den Heilsstand im Blick behalten“, die also die Bindungen des Gemüts an den Samsāra wirklich abgeschnitten haben und nun freudig auf die Erlösung hinstreben. Schon die alten indischen Hausleute sagten manchmal zum Erhabenen, dass ihnen das Nirvāna wie der Sturz in einen Abgrund vorkomme. Und auch im Abendland sprachen die alten Völker von der Angst vor der Leere. Diese Gemütsempfindungen, die beim Nachdenken entstehen, zeigen den inneren triebbedingten Stand, der sich im Lauf der Zeit je nach der Zunahme oder Abnahme der Verstrickungen ändert.

Die zweite der drei Phasen ist also nicht schon dann eingetreten, wenn man in der Unterweisung das Ziel verstanden und begriffen hat, sondern erst dann, wenn man beim Bedenken dieses Ziels auch ein freudiges Gefühl der Befreiung empfindet, so dass man in dem gleichen Maß die bisherige Zielsetzung und Gewöhnung als unzulänglich empfindet und man auch in seinem Empfinden ganz davon frei werden möchte. Das erst ist die endgültige Abwendung von der bisherigen Gewohnheit in Lebensführung und Zielsetzung.

Nun erst, durch die endgültige Abwendung des Geistes und des Gemüts von der alten Art beginnt der Kampf um ihre



endgültige Überwindung, denn durch die innere Abwendung des Gemüts von der bisherigen Lebensgewohnheit ist man noch längst nicht von ihr entwöhnt und befreit. Jetzt erst kann der große Abstand zwischen der alten Gewöhnung, die ja noch immer besteht, und dem neuen Ziel, das man nun endgültig bejaht und anstrebt, dem man aber noch fern ist, allmählich verringert bis aufgehoben werden, denn nun kämpft man diesen Kampf nicht nur mit dem Verstand, sondern mit der vollen Unterstützung des Gemüts. Aber erst, wenn die gesamte Lebensgewöhnung entsprechend dem neuen Ziel verändert ist, dann ist aus der Abwendung die Ablösung, die Überwindung, die völlige Befreiung gewachsen. Das ist die Sache des ganzen Herzens, die dritte Phase.

In den Reden wird unterschieden zwischen *kāyika vedanā* und *cetasikā vedanā*. Das erstere sind die körperlichen Gefühle, die durch Berührung der fünf Sinnesdränge entstehen, wenn man also durch das Gesehene, Gehörte, Geruchene, Geschmeckte, Getastete angenehm oder unangenehm berührt wird. In diesen Gefühlen tut sich die sinnliche Bedürftigkeit kund, die im Körper wohnt. Von den *cetasika vedana*, den Gemütsempfindungen, aber heißt es in M 141 ausdrücklich, dass diese durch die Berührung des Geistes (*mano*) entstehen: *cetasikā vedanā (Gemütsgefühle) sind durch Berührung des mano (Geistes) geborene Gefühle.*

Da wird also in Übereinstimmung mit unserer Erfahrung gesagt, dass man durch Berührung der fünf Sinnesdränge im Körper Wohlgefühle und Wehgefühle erfahren kann, aber auch durch Berührung des Geistes, z.B. durch persönliche Beleidigung oder Lob, ferner beim Vorstellen, Erinnern, Nachdenken über diese und jene Aussichten und Absichten, angenehme und unangenehme Gemütsempfindungen (*cetasikā vedanā*) empfinden kann.

Von entscheidender Bedeutung sind die Gemütsempfindungen für die endgültige Abwendung oder Nichtabwendung von ungunstigen Situationen und damit für die endgültige Zuwendung oder Nicht-Zuwendung zu den besseren Zielen:

Es ist ein entscheidender Unterschied, ob der Übende sich durch die gewonnene Einsicht erfreut und ermutigt fühlt und nun mit Kraft und Ausdauer den Weg gehen mag oder ob ihn diese Einsicht beklommen macht, weil er nicht auf das zu Gewinnende hinblickt, sondern auf das zu Lassende und Aufzugebende, über das er nicht oder nur schwer hinwegkommt. Wer sich hier nicht trennen mag, wer gar nicht gern an die Möglichkeit dieser großen Befreiung denken mag, der hat diese Bindung des Gemüts eben noch nicht abgeschnitten, noch nicht abgetrennt, der ist mit seinem Gemüt noch an die Sinnendinge gebunden; der blickt rückwärts, nicht vorwärts, und der ist es, von dem der Erwachte sagt: Solange er so bleibt, kann er in dieser Heilswegweisung nicht zur Entwicklung und zur Reife und zur Entfaltung kommen, sondern ist kampfunfähig für den Heilskampf.

Auch bei der Aufhebung der fünf Hemmungen (*nivarana*) kommen alle drei Phasen in ihrem Zusammenhang gut zum Ausdruck. In M 39 sagt der Erwachte z.B. in Bezug auf die erste Hemmung:

*Er hat weltliche Begierde verworfen und verweilt begierdelosen Gemüts, von Begierde läutert er sein Herz.*

Das sind die drei Schritte: zuerst im Geist die gründliche Erkenntnis über den elenden Charakter der Sinnendinge und als zweites: *Er verweilt begierdelosen Gemüts (ceto)*. Das bedeutet, dass er zu der Zeit auch beim Denken an weltliche Erscheinungen keinerlei Zuneigung in sich spürt, im Gemüt von den weltlichen Erscheinungen ganz abgewandt ist und hohen geistigen Einsichten freudig nachgeht, also von der ersten Hemmung (Sinnenlustwollen) zu der Zeit nicht behindert ist. Und drittens heißt es, dass er dann sein Herz (*citta*) von weltlicher Begierde läutert. Das bedeutet, dass er in dieser Gemütsverfassung nun immer tiefer betrachtet und empfindet, wie unabhängig und souverän ein Wesen sein kann, das auf keine äußere Erscheinung mehr angewiesen ist, weil es in sich völlig glücklich und frei ist. Durch solche Betrachtung werden die

tieferen und verborgeneren Verstrickungen des Herzens (*citta*) immer schwächer und zuletzt völlig aufgehoben, so dass man endgültig davon frei ist. Damit ist dann auch die dritte Phase vollendet.

Hier zeigt sich auch, was unter dem Begriff „Hemmung“ und vor allem unter ihrer Aufhebung oder Überwindung zu verstehen ist: Solange der Übende im Grund seines Wesens noch weltliche Begierden, sinnliche Bedürftigkeit hat wie wir alle - so lange erfährt auch der durch den Erwachten gründlich belehrte Mensch, dass er trotz der im Geist (*mano*) vollzogenen besseren Einsicht doch wieder mit seinem Gemüt (*ceto*) den Sinnendingen nachhängt und manchmal wieder so befangen ist, dass er zu der Zeit nicht *begierdelosen Gemütes* verweilt. Zu der Zeit hat er diese erste Hemmung nicht überwunden, sondern er klebt im Nest seiner alten Gewöhnung, lässt sich auf ihr treiben (dritte Hemmung). Aber selbst dann kann er, wenn er sich dieser Situation bewusst ist, alle seine guten Einsichten in seinem Geist versammeln, bis es in seinem Gemüt wieder hell wird, bis er den Morgenwind der Freiheit wieder spürt und sich des Klebens im erbärmlichen Nest schämt. Dann hat er die erste und die dritte Hemmung wieder überwunden, und damit hat er zugleich die zugrundeliegenden Verstrickungen des Herzens wieder etwas verdünnt, ist also auch in der dritten Phase der Entwicklung wieder etwas weitergekommen.

Und noch ein Beispiel aus den überlieferten Reden für die drei Entwicklungsschritte, angewandt auf die höchste vom Erwachten vorgebrachte Lehre, die *anattā*-Lehre, deren Verständnis und Befolgung zum endgültigen Heilsstand, zur Erlösung, zum Nirvāna führt: Alle, die sich endgültig in dieser Entwicklung befinden, so dass sie unhemmbar in einer begrenzten Zeit den Heilsstand erreichen, werden in den Reden „Heilsgänger“ (*ariya sāvaka*) genannt. Diese allein befinden sich im Unterschied zu allen anderen Buddhisten und Nichtbuddhisten endgültig auf dem Heilsweg. Unter ihnen gibt es solche, die diesen Heilsweg eben erst betreten haben - sie wer-

den *anusāri* (Nachfolger) genannt - und solche, die auf dem Weg schon mehr oder weniger weit fortgeschritten sind - den „Stromeintritt“ erlangt haben - dann die Einmalwiederkehrer, die Nichtwiederkehrer und zuletzt die endgültig Erlösten.

Da ist nun aus den Reden deutlich zu erkennen, wer von diesen nur den ersten der drei Entwicklungsschritte hinter sich hat, also zwar die entscheidende Wahrheit schon im Geist begriffen hat, aber im Gemüt noch fast erschrocken zurückhaltend ist; wer den zweiten Schritt vollendet hat, also über die endgültig begriffene Wahrheit gern nachdenkt und beim Bedenken des Heilsziels Freude empfindet, und drittens, wer das Herz von allen zehn Daseinsverstrickungen völlig befreit hat, den Heilsstand erreicht hat, heil geworden ist. Für diese Entwicklung vom ersten endgültigen Begreifen bis zum Erreichen des Heilsstands gebraucht der Erwachte oft das Gleichnis vom Überqueren eines Stroms, dessen anderes Ufer für den Heilsstand und für das Nirvāna gilt.

Da haben wir nun für den ersten der drei Entwicklungsschritte in M 34 ein deutliches Beispiel: In dieser Rede spricht der Erwachte von einem klugen, erfahrenen Rinderhirten, der mit seiner Herde einen Strom überqueren muss. Da heißt es, dass er nach gründlicher Untersuchung des diesseitigen und dann des jenseitigen Ufers zuerst die Stiere, die Väter und Führer der Herde, in den Strom treibt, danach die erwachsenen Kühe und Ochsen, dann die größeren Kälber, danach die kleineren Kälber und zuletzt auch das kleinste, soeben geborene Kälbchen. In der Erklärung des Gleichnisses zeigt der Erwachte, dass alle diese in den Strom getriebenen, unterschiedlich reifen Tiere ein Gleichnis sind für die erfahrenen Heilsgänger (*ariya sāvaka*) unterschiedlicher Grade, die endgültig gesichert sind. Mit den Stieren vergleicht der Erwachte die schon Heilgewordenen, die Vollendeten; mit den zweitstärksten Tieren die Nichtwiederkehrer, und so geht es abwärts bis zuletzt das neugeborene Kälbchen als Gleichnis für den Heilsgänger gilt, der von den drei Schritten nur den ersten zurückgelegt hat. Da sagt der Erwachte:

*Zuletzt, ihr Mönche, war noch ein zartes Kälbchen da, eben erst geboren, und vom Muhen der Mutter gelockt, durchkreuzte es ebenfalls den Strom des Ganges und gelangte sicher ans jenseitige Ufer.*

Der Erwachte erklärt das so:

*Gleichwie nun, ihr Mönche, jenes zarte Kälbchen, eben erst geboren, vom Muhen der Mutter gelockt, die Strömung des Ganges durchkreuzt und heil an das andere Ufer gelangt: ebenso werden auch jene Mönche, welche der Wahrheit nachfolgen (dhammānusāri) und welche aus Vertrauen nachfolgen (saddhānusari) die Strömung des Todes durchkreuzen und heil an das andere Ufer gelangen.*

Dieser Vergleich des Nachfolgers (*anusāri*), des Anfängers auf dem endgültigen Heilsweg, mit dem soeben geborenen erschrockenen Kälbchen ist deutlich und vielsagend. Das jüngste Kälbchen ist von dem Mutterleib getrennt worden, in welchem es bisher lebte und mit dem es sich eins fühlte. Es steht dieser Mutterkuh nun verdutzt, erschrocken und sehnsüchtig gegenüber, fühlt sich zu ihr hingezogen, sieht sich aber doch endgültig getrennt: die Geburt kann nicht mehr rückgängig gemacht werden.

So ist es auch mit der geistigen Geburt, die der Nachfolger gerade an sich erfahren hat. Auch er steht meist noch mehr oder weniger erschrocken unter dem Eindruck der neuen Einsichten. Sein Geist hat zweifelsfrei endgültig, unwiderruflich eingesehen, dass die Auffassung „Ich bin“ und „dort ist die Welt“, aus der er Wohl zu erwarten und anzustreben gewohnt ist, Blendung ist, Wahn ist, Täuschung ist. Und er hat verstanden, dass dort, wo der Eindruck von „Ich“ und „Welt“ besteht, in Wirklichkeit nichts anderes ist als das Spiel der fünf Zusammenhäufungen. Er hat es so endgültig eingesehen, dass er sich mit jenen fünf Zusammenhäufungen nicht mehr wie bisher identifizieren kann, sondern sich ihrem Zusammenspiel mit erschreckter Verwunderung gegenüberstellt, so wie das

eben geborene Kälbchen der Mutterkuh gegenübersteht. Bei dieser Einsicht ist ihm weh zumute, da ihm die Nach-außen-Wendung gewohnt und lieb ist und er oft noch nicht deutlich genug erfahren und sich klargemacht hat, dass allein innere Helligkeit und Unabhängigkeit von äußeren Dingen eigenständiges Wohl erzeugen. Seinem Gemüt ist die Einsicht von der Nichtigkeit noch unlieb, befremdend und schmerzhaft.

Der Erwachte beschreibt auch den Menschen, der nicht nur im Geist endgültig begriffen hat, dass das, was er bisher für ein „Ich“ in einer „Welt“ hielt, durch das Spiel von fünf Zusammenhäufungen vorgegaukelt wird, sondern der darüber hinaus auch den zweiten Schritt getan hat. Das ist der Mensch, der sich auch in seiner Gemütsneigung von der „Ich-bin-Vorstellung“ ganz getrennt und entwöhnt hat - so wie das ältere Kalb sich von der Mutterkuh entwöhnt hat - : ein solcher denkt gern an den wahren Tatbestand und hört gern von ihm, weil er inzwischen immer mehr begriffen hat, dass alles Leiden und alle Sterblichkeit in diesen fünf Zusammenhäufungen liegt, so dass er durch die Distanz und Entfremdung von diesen Todbringern zugleich der Todlosigkeit und der Unverletzbarkeit zuwächst. Wir finden diese Beschreibung in M 48 bei der sechsten der dort genannten sieben Selbstprüfungen des Heilsgängers. Da wird von dem so weit vorgeschrittenen Heilsgänger gesagt, dass er, wenn er von der höchsten Wahrheit über das Leiden und das Heil hört, dann *mit ganzem Gemüte hingegeben* (d.h. freudig aufsaugend) *diese Wahrheit hört*. Der so weit Fortgeschrittene wird als einer bezeichnet, der die Frucht des Stromeintritts gewonnen hat. Er hat mit dem Nachfolgenden (*anusāri*) gemein die endgültige richtige Einsicht im Geist. Aber während der Nachfolgende dieser begriffenen Wahrheit im Gemüt noch befremdet gegenübersteht, ist derjenige, der die Frucht des Stromeintritts gewonnen hat, ganz und gar zugeneigt und hört und bedenkt nichts lieber als die reale Aussicht, aus allem Leiden und aller Verletzbarkeit endgültig herauszukommen. Von ihm heißt es: *Er behält den Heilsstand im Auge*.

Aus diesem zweiten Schritt erwächst der dritte Schritt ebenso natürlich wie der zweite aus dem ersten. Von dem Vollender des zweiten Schrittes heißt es, dass er von den zehn an den Leidensumlauf haltenden Verstrickungen die ersten drei, eben die von Geist und Gemüt ausgehenden (Glaube an Persönlichkeit, Daseinsbängnis, Bindung an die Begegnung), endgültig aufgehoben hat und unhemmbar an der fortschreitenden Minderung und Verdünnung der übrigen sieben Verstrickungen des Herzens arbeitet. Auf diesem Weg wird er dann allmählich ein Einmalwiederkehrer, dann nach völliger Auflösung der vierten und fünften Verstrickung ein Nichtwiederkehrer, und nach Aufhebung auch der letzten fünf Verstrickungen ein endgültig Geheilte, ein Vollendete, ein Erlöste. Damit ist dann auch der dritte und letzte Schritt der gesamten Entwicklung vollzogen.

Aber - wie schon öfter gesagt - der Kampf zur Befreiung von der Sinnensucht beginnt nicht mit dem Versuch eines Verzichts auf alle sinnliche Befriedigung, sondern beginnt mit der Einübung in Tugend, weil dadurch eine so große Erhellung des Gemütes erfahren wird, dass ihr gegenüber alle sinnliche Befriedigung zu verblassen beginnt.

Für die Wandlung von dem normalen Grundgefühl des gewöhnlichen Menschen zu dem inneren leuchtenden Wohl des Tugendhaften gibt der Erwachte in dem Gleichnis vom Goldläutern (A III, 102) ein Bild: Er vergleicht dort das Grundwesen des normalen Menschen - der „gut“ und „böse“ gemischt ist - mit einer Wanne voll Sand, in der sich auch Goldkörnchen befinden. Aber die Herzensverfassung des durch die praktische Tugend zu der Erhellung des Gemütes Erwachsenen vergleicht er damit, dass aus der Wanne aller Sand und Kies völlig entfernt ist, so dass sich jetzt nur noch die glänzenden Goldkörnchen darin befinden. Dieser Glanz des Goldsand entspricht dem Grundgestimmtsein des im Herzen gereinigten Menschen. Ein innerlich Leuchtender, hell Gestimmter braucht die Welt nicht mehr, ist bei sich selbst beglückt. Er hat nicht nur die Bindung des Gemüts an die Sinnendinge völlig abgeschnitten,

sondern ist auch bereits in dem Fundus seines Wesens, in seinem Herzen (*citta*) von der Sinnlichkeit fast ganz befreit. Ein solcher braucht nur noch wenig zu kämpfen, um von dem Rest an Sinnlichkeit freizukommen. Wenn er sinnliche Dinge erlebt, dann berühren ihn die einen nur noch wenig angenehm, die anderen wenig unangenehm, reizen ihn nur noch wenig; aber im Geist hat er nicht nur das klare Wissen über das Elend der Sinnlichkeit, sondern er hat bereits eine freudige, aus erfahrenem innerem Wohl gewachsene Neigung, wieder zu dem inneren Wohl hinzufinden. Wenn er daran denkt, wird ihm wohl im Gemüt (*ceto*). Deshalb denkt er immer öfter daran, und *was der Mensch häufig bedenkt und sinnt, dahin neigt sich das Herz (M 19)*.

Bei aller Entwicklung zum Üblen wie auch zum Guten geht immer der Geist voran. Was im Geist (*mano*) positiv bewertet wird, daran denkt man immer lieber (*ceto*), auch wenn zuerst die Tendenzen, die Verstrickungen des Herzens (*citta*) noch entgegengesetzt sind - dahin entwickeln sich dann aber allmählich auch die Tendenzen, das ganze Herz, so dass am Ende die Spannung zwischen Geist und Herz aufgehoben ist.

Das Gemüt bildet bei dieser allmählichen Entwicklung die Brücke: Durch die rechte Anschauung gewinnt der Übende im Geist die Einsicht in den Leidenscharakter der sinnlichen Befriedigung. Infolge dieser Durchschauung - die ihm zu Anfang unter Umständen schmerzlich - gegen das Gemüt - sein mag, bekommt er allmählich einen Geschmack für das Freisein von diesen Verfesselungen und wird darum fähig, schon mit Freude an die Befreiung zu denken. Er spürt ein Gefühl der Befreiung in dem Gedanken, dass er nun weiß, wie er das Herz ändern kann, und dass er auf dem Weg dazu ist. Sobald einer diesen Status erreicht hat, dass er mit Freude an die Befreiung des Herzens von diesen Dingen denkt, dann ist bereits das eingetreten, was hier genannt wird: *Die Bindungen des Gemüts (ceto) ganz abgeschnitten*.



## Abschneiden der Bindungen des Gemütes

Der Wille des Menschen, aller Wesen ist immer auf das Angenehme und Wohltuende gerichtet. – Wenn der Erwachte nun sagt, dass fünf verschiedene Bindungen des Gemüts, die der normale Mensch in den ersten Jahrzehnten seines Erdenlebens angeknüpft hat, ganz abgeschnitten sein müssen, dann ist das nur auf zwei Wegen möglich. - Der eine Weg ist, dass man zu der Einsicht kommt - sei es durch Belehrung oder durch Erfahrung -, dass das befriedigende Genießen dieser im Augenblick wohltuenden Erscheinungen in Wirklichkeit aber gerade etwas Elendes ist;

erstens darum, weil man durch weitere genießende Hingabe an diese Erscheinungen in immer größere innere und äußere Abhängigkeit gerät, in immer stärkere Verfesselung mit zunehmend üblen Folgen bis zum Verlust des Menschentums und Absinken in unterweltliche Dunkelheit;

zum anderen darum, weil das befriedigende Genießen die Verhinderung eines unvergleichlich größeren und dauerhafteren Wohls ist, das erst dann aufkommen kann, wenn man alle Anhänglichkeit an diese jetzt noch geliebten Erscheinungen völlig aufgegeben und verloren hat.

Der zweite Weg ist, dass man beide üblen Folgen aufmerksam bedenkt.

So gesehen sind es also zwei verschiedene Einsichten, die dem Menschen helfen, Gemütsbindungen an vordergründig wohltuende Dinge abzuschneiden: einmal die Einsicht, dass aus diesen Bindungen allmählich immer größere Leiden hervorgehen, zum anderen die Einsicht, dass man sich durch diese Bindungen den Weg zu unvergleichlich größeren und beständigeren Helligkeiten und Seligkeiten gerade verbaut.

Je mehr der Mensch von einem der beiden Nachteile oder gar von beiden überzeugt wird und überzeugt ist, um so weniger kann er auf die Dauer mit unverminderter Freude und Sehnsucht an die bisher gewohnten, im Augenblick noch wohltuenden Erlebnisse denken.

Wenn also bei dem Gedanken an bestimmte Erscheinungen und Erlebnisse, die im Augenblick wohlthun würden, dennoch keine große Freude und Sehnsucht aufkommt und beim Gedanken an ihr Fehlen oder ihren Wegfall keine große Traurigkeit, dann ist das ein Zeichen der allmählichen Abtrennung der Bindung des Gemüts von diesen Dingen, aber völlig abgeschnitten sind diese Bindungen des Gemüts erst dann, wenn der Mensch an diese Dinge gar nicht mehr mit Freude, geschweige mit Sehnsucht denken kann, wenn er vielmehr sogleich den Anblick der großen Schädlichkeit dieser Bindung vor Augen hat und sich abwendet.

Ohne diese überzeugte Einsicht ist das Abschneiden der Bindungen des Gemüts unmöglich. Und ohne das immer wieder zu innerer Ergriffenheit führende Bedenken, dass nur der Körper, aber nicht das Leben altert und stirbt, dass das Leben zeitlos ist, nie „von selber“ enden kann, sondern nur durch das Auflösen der hier genannten fünf Bindungen nach und nach lichter und leichter, größer und weiter werden kann, bis zuletzt aus dem endgültigen Loslassen von den fünf Zusammenhäufungen die Erlösung vollkommen wird - ohne diese Überzeugung wird diese Übung des Abschneidens der fünf Bindungen des Gemüts nicht durchgehalten. Das wird bei den folgenden fünf Bindungen erkennbar.

a) Abschneiden der Bindungen des Gemüts an  
die Sinnendinge

*Da hat, ihr Mönche, ein Mönch bei den Sinnendingen die Zuwendung nicht abgetan, den Willen nicht fortgewiesen, die Liebe, das Dürsten, das Fiebern, das Lechzen nicht fortgewiesen.*

*Ein Mönch, der bei den Sinnendingen die Zuwendung nicht abgetan, den Willen nicht fortgewiesen, die Liebe, das Dürsten, das Fiebern, das Lechzen nicht fortgewiesen hat, dessen Herz ist nicht geneigt zum*

*heißen Kampf, zum Sichanjochen, zur Ausdauer und Anstrengung. Das ist bei ihm die erste Gemütsbindung, die er noch nicht vollkommen abgeschnitten hat.*

Hier spricht der Erwachte als erstes von „Sinnendingen“. Das Pāliwort *'kāma'* bedeutet Sinnensucht und Sinnesobjekte gleichermaßen, denn das Erleben von Welt ist subjektive Wirklichkeit. Abhängig von der Beschaffenheit des Wollens ist die Wahrnehmung. Der normale sinnensüchtige Mensch erlebt von Geburt an sinnliche Wahrnehmung, nämlich Sehen, Hören, Riechen, Schmecken und Tasten; und er erlebt durch diese fünffache sinnliche Wahrnehmung fast sein gesamtes Wohl und Wehe. Darum hat der normale Mensch von der Geburt an seine geistige Aufmerksamkeit in zunehmendem Maße auf diese äußere Welt der Formen, Töne, Gerüche, des Schmeckbaren und des Tastbaren gerichtet, ist in seinem Geist ihr ganz zugewandt, achtet darauf, dass er das Angenehme bekommt und dem Unangenehmen ausweicht. Bei der nächsten Begegnung mit den Erscheinungen verspricht er sich, dass er wieder Wohl genießen kann. Diese freudige Zuwendung des Gemüts zu den erinnerten wohltuenden Erlebnissen: das ist ein Zeichen für die Bindung des Gemüts an die Sinnendinge. Wenn er auf die Sinnendinge verzichten soll, dann muss er wegen seiner Bindung in demselben Gemüt, das bei dem Gedanken an Sinnendinge Wohl empfindet, eine innere Leere, einen Mangel, eine Abneigung empfinden.

Das wird aber dann anders, wenn der Mensch durch den Erwachten oder durch andere Überwinder die Wahrheit über die Sinnlichkeit erfährt. Der Erwachte bezeichnet unsere gesamte sinnliche Wahrnehmung, also alles das, was wir sehen, hören, riechen, schmecken und tasten und woraus wir im Geist unsere Vorstellung von der Welt bauen, als „Blendung“ und als „Luftspiegelung“, und er sagt ausdrücklich (M 106), dass alle diese Dinge nicht so sind, wie sie uns scheinen, sondern *schemenhaft, trügerisch, eingebildetes Blendwerk* sind. Dagegen bezeichnet der Erwachte den Zustand der seligen Entrückung

von der Welt, in welchem anstelle der sinnlichen Wahrnehmung, des Welterlebnisses, jene weltlose innere Seligkeit empfunden wird, als „Wahrheitserlebnis“.

Was geschieht nun, wenn der heilsuchende Mensch durch den Buddha oder durch andere Weise erfährt, dass man durch die gesamten sinnlichen Erlebnisse sich wie in einem Wahntraum befindet, dass es aber jenseits der sinnlichen Erlebnisse eine solche „Seligkeit der Erwachung“ (M 139) gibt, wie man es sich nicht vorstellen und es auch nicht ahnen kann? Bei einer solchen Botschaft wird der suchende Mensch meist stutzig; er erinnert sich der Tatsache, dass er durch die sinnlichen Befriedigungen immer nur kurz erfreut und über ihr Aufhören betrübt ist, dass aber im Grunde seine sinnliche Bedürftigkeit dadurch gerade zunimmt und ihn in immer größere innere und äußere Abhängigkeit bringt.

Wenn er darüber hinaus Vertrauen empfindet zu solchen Botschaften von höheren Erlebnisweisen als der sinnlichen, so beginnt er, nicht nur dem sinnlichen Leben gegenüber eine Zurückhaltung zu entwickeln, sondern es geht ihm auch eine Sehnsucht auf nach der verheißenen und vielleicht lange geahnten größeren Freiheit oberhalb dieser fünffachen Verstrickung.

Ein solcher Mensch ist in seinem Herzen (*citta*) zunächst noch fast so verstrickt, wie er vorher war, aber in seinem Gemüt (*ceto*) findet nun die Umstellung statt: Er sieht nicht nur im Geist nüchtern ein, dass er mit der Sinnlichkeit auf die Dauer kein Wohl erfährt, sondern darüber hinaus empfindet er auch im Gemüt Sehnsucht nach der größeren Freiheit, durch welche er von allem Außen unabhängig wird. Das wird die *Zuwendung des Gemüts zur Herzenseinung (samādhi)* genannt. Und das bedeutet zugleich das *Abschneiden der Bande des Gemüts von der Sinnensucht / den Sinnendingen (kāma)*. Er hat also zunächst zwar noch im Herzen sinnliche Triebe, aber sein Geist ist von diesen abgewandt –

1. aus nüchterner Durchschauung des Leidens der Sinnlichkeit,
2. aus der Abneigung des Gemüts gegenüber der Sinnlichkeit

und der Zuneigung des Gemüts zur Herzenseinung.

Es gab zur Zeit des Erwachten im Orden keinen Mönch, der nicht viele Male gehört hatte, inwiefern die Sinnensucht eine schwere Fessel und Last des Menschen ist, die ihn an Schmerz und Tod und Untergang gebunden hält, dass mit Sinnensucht das Heil nicht gewonnen werden kann. Das weiß also jeder Mönch.

Nun geht es darum, ob der Mönch diese Wahrheit auch für sich allein öfter gründlich betrachtet oder ob er in seinem Denken und Bewerten der Welt zugewandt und verbunden bleibt. Der letztere Mönch kann in seinem Gemüt keine Neigung fassen, von den Sinnendingen abzulassen. Auf seiner Waagschale des sinnlichen Begehrens werden keine Gewichte entfernt, und auf der geistigen Waagschale sind fast keine Gewichte. Das ist ein Mönch, der die Bindung des Gemüts an die Sinnensucht/Sinnendinge nicht abgeschnitten hat.

Erst wem es immer wieder gelingt, in einer möglichst un-abgelenkten Betrachtung durch die vordergründig aufkommenden Wohl- und Wehgefühle hindurchzublicken und dabei zu erkennen, dass diese Gefühle von den blinden Trieben kommen, welche die tiefe Krankheit des Menschen sind, weshalb es nicht um die Befriedigung dieser Triebe, sondern um die Heilung von dieser Krankheit geht - wem es gelingt, sich das vielfältige Elend dieser Krankheit und die herrlichen Erleichterungen und Erhöhungen im Lauf der fortschreitenden Gesundung lebendig vor Augen zu führen – der schneidet durch diese Betrachtungen die Bindungen des Gemüts an die Sinnensucht/Sinnendinge nach und nach vollständig ab.

b) Abschneiden der Bindungen des Gemüts an den Körper

*Weiter sodann, ihr Mönche, da hat ein Mönch bei dem Körper (kāya) die Zuwendung nicht abgetan, den Willen nicht fortgewiesen, die Liebe, das Dürsten, das Fiebern, das Lechzen nicht fortgewiesen.*

*Ein Mönch, der bei dem Körper die Zuwendung nicht*

*abgetan, den Willen nicht fortgewiesen, die Liebe, das Dürsten, das Fiebern, das Lechzen nicht fortgewiesen hat, dessen Herz ist nicht geneigt zum heißen Kampf, zum Sichanjochen, zur Ausdauer und Anstrengung. Das ist bei ihm die zweite Gemütsbindung, die er noch nicht vollkommen abgeschnitten hat.*

Die hier gezeigte Reihenfolge - zunächst bei der Sinnensucht und dann erst beim Körper immer wieder die Zuwendung fortzuweisen und so über sie hinwegzukommen - kann man leicht verstehen, denn der Körper dient in Wirklichkeit nur der sinnlichen Wahrnehmung und wird nach der Befreiung von dieser geradezu „überflüssig“. Alle geistigen Lehren dieser Erde erklären, dass wir diesen Körper nur aufgebaut haben, damit der Luger, der Trieb im Auge, die begehrten Dinge sehen, der Lauscher, der Trieb im Ohr, das Begehrte hören kann usw. Und ebenso dienen die Beine dazu, dass sie den Körper, an welchem die Sinnesorgane sind, da hinbringen, wo der innere fünffache Hungerleider das Gewünschte sehen, hören, riechen, schmecken und tasten kann. Und ebenso dienen die Arme dazu, dass man das Betreffende näher an die Sinne heranziehen, das Unangenehme von ihnen entfernen kann usw. Die übrigen Organe des Körpers, der ganze Verdauungstrakt, Atmungstrakt und das Nervensystem haben ja nur den Zweck, dass die Sinnesorgane in Tätigkeit bleiben und die Glieder bewegt werden können. Der Körper ist nur das Instrument für die sinnliche Wahrnehmung, also für die Sinnensucht - er ist die verkörperte Sinnensucht.

Wer nun die gesamte sinnliche Wahrnehmung gerade als Wohlverhinderer, ja, als gefährlich durchschaut hat, der hat sich damit, selbst wenn er es gar nicht beabsichtigte, innerlich auch vom Körper mehr und mehr entwöhnt. Die alte Denkgewohnheit mag noch sagen: „Dies ist mein Körper“, aber er empfindet immer mehr, dass der Körper ja nur zum Erfahren des Außen, der Welt, dient.

Wer aber durch seine Entwicklung zu heller, wohlwollender Art eine von sinnlichen Erlebnissen unabhängige innere Helligkeit entdeckt und weiterentwickelt hat und sich damit gemütsmäßig von der Sinnlichkeit entfernt hat, im Geist ihren Leidens- und Elendscharakter durchschaut hat, der sitzt oder geht viel für sich allein und denkt immer wieder gern an die herrlichen oberhalb der Sinnlichkeit erreichbaren freien Daseinsformen und an die Befreiung aus dem ganzen Samsāra. Er ist inzwischen einer geworden, der den Körper, die Sinnesorgane weit weniger benutzt als der normale Weltläufer, der überall sehen, hören, riechen, schmecken, tasten will. Auch er hat noch manche solcher Bedürfnisse, aber er erfüllt nur noch das Notwendige und trachtet dann wieder nach dem Freieren, Größeren. Er ist schon weit mehr zur Stille gekommen. Dadurch braucht er den Körper, der ja keinerlei Eigenzweck hat, der nur Mittel zum Zweck der Erfüllung sinnlichen Begehrens ist, immer weniger. Darum kann ein solcher Mönch sich nun auch im Geist von dem Körper immer mehr lösen und kann mit zunehmender Freude an die fortschreitende Unabhängigkeit denken, zu der er sich in der Entwicklung befindet.

c) Abschneiden der Bindungen des Gemüts an die Form

*Weiter sodann, ihr Mönche, da hat ein Mönch bei der Form (rūpa) die Zuwendung nicht abgetan, den Willen nicht fortgewiesen, die Liebe, das Dürsten, das Fiebern, das Lechzen nicht fortgewiesen.*

*Ein Mönch, der bei der Form die Zuwendung nicht abgetan, den Willen nicht fortgewiesen, die Liebe, das Dürsten, das Fiebern, das Lechzen nicht fortgewiesen hat, dessen Herz ist nicht geneigt zum heißen Kampf, zum Sichanjochen, zur Ausdauer und Anstrengung. Das ist bei ihm die dritte Gemütsbindung, die er noch nicht vollkommen abgeschnitten hat.*

Die hier genannte Reihenfolge - gemütsmäßige Abwendung von der Sinnensucht/den Sinnendingen, dann vom Körper, dann von Form überhaupt, ist ganz folgerecht, denn die Sinnensucht ist es, deretwegen wir den Körper brauchen, um die gesamten Formen, d.h. die Umwelterscheinung wahrzunehmen.

Aber wir sehen zugleich auch die unerlässlichen Voraussetzungen, um eine solche Entwicklung überhaupt zu wollen: Nur wer als erstes vollständig überzeugt ist von dem Täuschungscharakter des Welterlebnisses und der Schmerzlichkeit der Verstrickung in dieses Weltleben und wer aus den Aussagen des Erwachten und solcher, die es erlebt haben, eine Ahnung bekommen hat von der Seligkeit und Geborgenheit, die aus der Übersteigerung dieser Lebensform hervorgeht, erst der kann so überhaupt erst wollen. So ist diese Art rechter Anschauung - die „Weisheit“ genannt wird - die erste Voraussetzung.

Aber auch wenn er so will, so wird er doch nicht gleich die Kraft zu dieser Ablösung bei sich verspüren. Er wird die Stärke der sinnlichen Bindung dann erst richtig erfahren.

Darum nennt der Erwachte als zweite Voraussetzung die Übung in dem tauglichen Verhalten im Umgang mit den Mitwesen - das ist die „Tugend“. Man kann nicht einfach auf die sinnliche Befriedigung verzichten; man kann aber auf jeden Fall endgültig darauf verzichten, sinnliche Befriedigung auf Kosten der Bedürfnisse und der Interessen der Mitwesen anzustreben. Das heißt also: Auf jeden Fall hält man sich an die vom Erwachten genannten Tugendregeln. In der konsequenten Befolgung dieser Wegweisung kommt man allmählich auf den geistigen Wohlgeschmack der Tugend, man findet eine große Freude daran, mit allen Wesen in schonender und fürsorgender Weise umzugehen, sie möglichst zu erfreuen und zu erhellen. Diese Bestrebungen erfordern zwar Einsatz und Kraft, aber sie bringen unmittelbare Freude und Befriedigung mit sich. Und sie führen ganz von selber zu einer allmählichen Entwöhnung von der ausschließlichen Sucht nach sinnlicher Befriedigung. Auf diesem Weg erwächst in dem Menschen ein neuer Geist,



eine neue Strebensrichtung oder, wo sie schon da war, wird sie stärker: eben diese des liebenden Umgangs mit allen Wesen.

Sind diese beiden Voraussetzungen in einem Menschen entstanden, dann erwächst daraus fast von selber immer mehr die Ablösung des Geistes und Gemüts von sinnlichem Begehren, denn man weiß nun eindeutig, dass man mit diesem groben Befriedigungsleben in den Elendsbezirken des Daseins bleibt und nicht zur Freiheit kommen kann. Und da man aus der Tugend und Helligkeit ein besseres Wohl kennengelernt hat als das der sinnlichen Befriedigung, so kommt es, dass man an das Loslassen von sinnlicher Befriedigung und ihrem Körperwerkzeug mit großer Freude denken kann. Das wird bezeichnet als das Abschneiden der Bindungen des Gemüts vom sinnlichen Begehren und vom Körper.

Diese innere Freude bei dem Gedanken der zunehmenden Unabhängigkeit ist der Wurzelgrund, aus dem auch die dritte Ablösung entsteht, das Abschneiden der Bindung des Gemüts überhaupt an jegliches Formerlebnis.

Wer ohne Begegnung in sich heiter leben kann, dem wird im Licht dieses Wohls die ganze Welt mit fern und nah, mit Kommen und Gehen allmählich immer blasser wie Schatten, schließlich ist sie überhaupt nicht mehr sein Interessengebiet. Durch Frieden und Glück im Innern ist er immer weniger nach außen gerichtet. Von einem solchen heißt es:

*Wer sich an Abgeschiedenheit  
schon oft gelabt, an sel'ger Ruh,  
ist frei von Angst, von Bösem frei:  
Er trinkt der Wahrheit Seligkeit. (Dh 205)*

Das ist die Gemütsverfassung und Lebensweise, die der unbelehrte normale Mensch sich nur sehr schwer vorstellen kann. - Im klassischen Altertum wurde von dem „horror vacui“ gesprochen, von der Furcht vor einem Sein im leeren Raum, vor der Begegnungslosigkeit oder der Begegnung mit dem „Nichts“. Aber diesen Horror hat nur der Begegnungssüchtige, der den wilden Hagelschlag der Sinneseindrücke so gewöhnt

ist und in ihm so lebt und webt, dass er ihre Schmerzhaftigkeit nicht spürt und den hellen Frieden oberhalb der Sinne nicht ahnt.

Aus größerer Unabhängigkeit aber wird die Begegnung mit Form begriffen als der Aufenthalt in einem Gefängnis, in dem man von „Gegenständen“ umstellt, eingeschränkt in Grenzen ist.

Die *Bindungen des Gemüts an die Form abgeschnitten* heißt aber noch nicht, dass man schon alle Verstrickungen und Neigungen des Herzens (*citta*) zur Form überhaupt aufgehoben hätte, sondern bedeutet: Wenn man an formhaftes Dasein denkt, hält man sich innerlich zurück; und wenn man an Formfreiheit, an grenzenlose Weite denkt, empfindet man im Gemüt (*ceto*) Zuneigung, Sehnsucht, von allem Formhaften abzukommen. Diese Sehnsucht wird in den Lehrreden ausgedrückt:

*Wenn er die Unbeständigkeit, die Veränderlichkeit der Formen gesehen hat, ihr Verblassen, ihren Untergang: „Frühere Formen und jetzige Formen, alle Formen sind der Unbeständigkeit, Leidhaftigkeit, Wandelbarkeit unterworfen“ und dies der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit gesehen hat, wie es wirklich ist, dann wird die Sehnsucht nach den letzten Befreiungen wach: „Wann doch nur werde ich jene Zustände erreichen und in ihnen verweilen, die die Geheilten schon erreicht haben!“ (M 137)*

Wer nach seinem Gemüt gern so denkt und sich sehnt, freizukommen von allem Erlebnis, der hat in seinem Herzen (*citta*) zwar noch Neigung zur Form - nur darum muss er noch Form erleben, denn wessen Herz von allen Verstrickungen nach Form völlig frei ist, der kann nach Wunsch und Willen über das Formerlebnis hinaussteigen -, aber indem er diese Neigungen bemerkt, da sagt ihm sein besseres Wissen, seine Weisheit sofort, dass er da wieder an Fesselhaftes, an Gefängnis denkt. Und damit kommt ihn wieder jene emporziehende Befreiungssehnsucht an, und er entlässt gern diesen Gedanken und ge-

winnt wieder mit innerer Freude die Vorstellung der Befreiung von aller Form.

d) Abschneiden der Bindungen des Gemüts an  
Geschmäckigkeit

*Weiter sodann, ihr Mönche, da hat ein Mönch so viel gegessen, wie der Magen mag. Und danach gibt er sich behaglichem Sitzen, Liegen, Träumen hin. Ein Mönch, der so viel gegessen hat, wie der Magen mag, und sich danach behaglichem Sitzen, Liegen, Träumen hingibt, dessen Herz ist nicht geneigt zu heißem Kampf, zum Sichanjochen, zu Ausdauer und Anstrengung.*

*Wessen Herz dem heißen Kampf, dem Sichanjochen, der Ausdauer und Anstrengung nicht geneigt ist, der hat diese vierte Bindung des Gemüts nicht durchschnitten.*

Man mag sich fragen, warum hier ein Sonderfall sinnlichen Genießens, eben beim Essen, noch erwähnt wird, nachdem doch die Sinnensucht insgesamt bereits als die erste abzuschneidende Bindung des Gemüts genannt war. - Aber hier ist ein wesentlicher Unterschied, den wir leicht erkennen.

Bei den drei ersten Bindungen ist nur vom Denken, nicht vom praktischen Verhalten die Rede; es geht in erster Linie darum, dass der Mönch beim Denken an die Sinnendinge, wie auch an den Körper und die Form, den geistigen Willen zu diesen Dingen, das geistige Dursten, Fiebern und Lechzen fortweise, und zwar gern, mit Zustimmung seines Gemüts, nicht nur widerwillig. Zu dieser Zeit ist der Mönch mehr oder weniger in einer „neutralen“ Verfassung, ist nicht gerade von sinnlichem Begehren bewegt, betrachtet auf Abstand - sei es im besinnlichen Gespräch mit den Mitmönchen, sei es im alleinigen Bedenken - den Leidenscharakter dieser drei Erscheinungen. Und bei diesem Betrachten weiß er sich auf dem Weg

zur Ablösung davon.

Jetzt aber ist er beim Essen, jetzt berühren die Speisen unmittelbar seine Zunge. Und dadurch kommen spontan die angenehmen oder unangenehmen Gefühle auf. Hier ist nicht mehr neutrale Verfassung, vielmehr wird die Sinnensucht des Herzens aktiv. Jetzt müsste sich erweisen, ob der Mönch „das Elend der Sinnendinge“ und damit auch des Geschmacks so durchschaut hat, dass sein Herz jetzt, wie es heißt, *geneigt ist zu heißem Kampf, zum Sich-Anjochen, zu Ausdauer und Anstrengung*. Nun, wenn die angenehmen Geschmäcke geschmeckt werden, geht es darum, dass er sich dem Genuss des Geschmacks nicht hingibt, wie eine Übung für Mönche heißt:

*Er nimmt die Nahrung zu sich nicht zu Genuss und Ergötzen, zum guten Aussehen ... sondern zur Erhaltung des Körpers, damit er den Reinheitswandel weiterhin ungestört führen kann.*

Und es wird einem solchen Mönch geraten, während des Kauens und Schmeckens darauf zu achten, dass die von früher her gewohnte Befriedigungshaltung aufgegeben wird, dass er die aufgetretenen Wohlgefühle nicht genießt, sondern eben dabei bedenkt, dass es um die Erhaltung des Körpers geht. Diese Haltung erfordert vom Mönch, der ja möglichst noch in diesem Leben den Heilsstand erreichen will, einen gewissen vorübergehenden Verzicht (*caga*), aber eben dadurch werden bei ihm die verborgenen Triebe des Herzens nach sinnlichem Genuss ganz erheblich gemindert und im Lauf der Zeit völlig aufgelöst.

Wer aber als Mönch im Orden so mit Genuss isst, wie vom Erwachten beschrieben, der hat sich noch nicht im Geist mit den ersten drei Gemütsbindungen auseinandergesetzt und darum noch gar nicht durchschaut, in welchen vielfachen Verstrickungen und Bindungen der normale Mensch und er selber lebt und von welchen Bindungen und Verstrickungen es sich zu befreien gilt. Er hat noch nicht genug über das Elend der Sinnlichkeit (*kāma*) nachgedacht, über die seelenlose Werk-

zeughaftigkeit dieses Körpers, der nur der Sinnlichkeit dient, und erst recht nicht über das große und allgegenwärtige Daseinsgefängnis, das durch die Form gebildet wird. Er trägt zwar das Mönchsgewand und lebt im Orden, aber er bleibt insofern bei seiner gewohnten Art.

Da ist es verständlich, dass er beim Essen an seine Befriedigung denkt und sich dann bequem hinlegt. Mit dem Festhalten an dieser Haltung erfüllt der Mönch natürlich nicht den Zweck seines Ordenslebens. Darum sagt der Erwachte, dass ein solcher nicht geneigt ist und fähig ist, den mönchischen Kampf der Befreiung zu kämpfen, der noch in diesem Leben zum Heilsstand oder wenigstens zur Nichtwiederkehr führen soll. Der Erwachte nennt solche Übungen nicht den häuslich lebenden Nachfolgern, denen er stattdessen immer wieder für sie gangbare, weniger steile, aber in die Sicherheit führende Wege gewiesen hat, auf denen sie zu immer mehr innerem Wohl kommen, neben dem die Bindungen des Gemüts an Geschmäcklichkeit allmählich ganz von selber immer weniger werden.

e) Das Abschneiden der Bindungen des Gemüts  
an himmlisches Wohl

*Weiter sodann, ihr Mönche, ein Mönch führt den Reinheitswandel in der Absicht, eine bestimmte himmlische Stätte zu erreichen in dem Gedanken: „Durch diese Tugenden und inneren Bemühungen im Reinheitswandel will ich ein himmlisches Wesen werden.“*

*Ein Mönch, der den Reinheitswandel in der Absicht führt, eine bestimmte himmlische Stätte zu erlangen, dessen Herz ist nicht geneigt zum heißen Kampf, zum Sichanjochen, zu Ausdauer und Anstrengung.*

*Wessen Herz dem heißen Kampf, dem Sichanjochen, der Ausdauer und Anstrengung abgeneigt ist, der hat diese fünfte Bindung des Gemüts nicht durch-*

*schnitten.*

Auch hier mag mancher Leser sich fragen, warum diese Übung noch besonders genannt wird, nachdem doch bekannt ist, dass man auch in den himmlischen Bereichen der Sinnen-suchtwelt nur vorübergehend lebt und dass auch dort Begehren und Begehrenserfüllung ist, dass zu diesem Zweck ein Körper da ist und damit Sterben und Geborenwerden fortgesetzt wird mit allen Gefahren des Absinkens, die damit verbunden sind. - Wenn ein westlicher Mensch mit der üblichen westlichen Erziehung und Daseinsvorstellung zur Lehre des Buddha übergeht, die Lehrreden gründlich studiert und sich dann zur intensiven Nachfolge entschließt, dann wird er nicht so leicht zu dem Wunsch nach himmlischem Dasein kommen wie der Inder. Der moderne Mensch denkt fast ausschließlich an das gegenwärtige Leben, und er braucht viel Aufmerksamkeit und geistige Umerziehung, bis er durch Verständnis der Karmalehre und der fortgesetzten Wiedergeburt dazu kommt, an sein Dasein über den körperlichen Tod hinaus ebenso häufig und konkret zu denken wie an sein jetziges.

Aber das ist völlig anders in Indien und war es besonders zur Zeit des Erwachten. Der normale Inder sieht sich auf endloser Wanderung durch alle Daseinsbereiche, durch menschliche, untermenschliche und übermenschliche. Sie sind ihm alle ähnlich bunt wie das irdische Leben; die himmlischen Bereiche sind hell und strahlend schön, die untermenschlichen finster und qualvoll. Er denkt so selbstverständlich an die Fortsetzung seines Lebens nach dem Verlassen des Körpers, wie der normale westliche Mensch an seine Vernichtung glaubt.

Und so wie der westliche Mensch seine jährliche Ferienreise wohl vorbereitet, sich über den Ferienort erkundigt und die besten Möglichkeiten dort in Anspruch nehmen will und anstrebt, so strebt der Inder die besten Möglichkeiten für sein nachmaliges Leben an, das ihm viel sicherer ist als dem westlichen Menschen sein baldiger Ferienaufenthalt.

Darum bringt der Inder - auch wenn er durch die Lehre des

Buddha verstanden hat, dass der Aufenthalt in allen Himmeln nur vorübergehend ist, nicht ewig währt - doch noch eine große Neigung zu himmlischem Leben mit. Darum muss er, wenn er als Mönch in den Orden eingetreten ist, weil er das Nirvāna, die Erlösung, anstrebt, dessen auch eingedenk bleiben und muss auch seine Neigung nach allen Begehrensformen durchschauen als abhängig machende Verstrickungen und Bindungen, die ihn hindern, ganz zum Heil zu kommen.

Dennoch ist es nun einmal so, dass himmlisches Dasein heller, wohltuender, leichter ist als irdisches Dasein, da schon die Wesen der menschnahen himmlischen Bereiche in rücksichtsvoller, wohlwollender Art miteinander umgehen. Wenn man sich diese zum Vorbild nimmt, so fördert dies die Loslösung von der normalen menschlichen Rücksichtslosigkeit und fördert die Kraft, die rücksichtsvolle, fürsorgliche Umgangsweise mit den Mitwesen anzustreben. Wem dies auf Erden gelingt und die vollständige Loslösung noch nicht gelingt, der wird später himmlisches Dasein genießen. Wenn er dann aber als Anhänger der Lehre seine vom Erwachten gewonnenen Einsichten über die Vergänglichkeit auch jener Bereiche mit dorthin nimmt, so wird er auch dort weiterstreben bis zum Endziel.

Wer aber das Elend der Sinnenwelt und des Körperlichen und aller Form so durchschaut hat, dass er sich sehnt, aus allen diesen Begrenzungen und Leiden herauszukommen und sich darum von allen Reizungen und Lockungen, die ihm noch oft kommen, gedanklich wieder freiringt, der hat die Gemütsbindung an Sinnlichkeit, Körper und Form durchschnitten. Ein solcher kann sich nicht mehr mit Behagen vollessen und sich träge dem Alltagsdenken hingeben, und er kann auch nicht mehr eine himmlische Daseinsform um des bloßen Genießens himmlischer Freuden willen anstreben, sondern in erster Linie als Etappe zum Heilsstand. Er mag sich sagen: „In diesem Leben gelingt mir noch nicht die Befreiung von allen Trieben, darum werde ich mich wohl in diesem oder jenem lichterem Bereich wieder vorfinden. Aber das Leben dort ist für mich

nur eine Gelegenheit, mich weiterhin um Loslösung zu bemühen, und vielleicht finde ich dort auch hohe Vorbilder, die mir dabei helfen.“ Damit bleibt er immer in der Strebenshaltung mit dem Gedanken: „Ich will mich herausarbeiten aus dem Sumpf der vielfältigen Bindungen, um frei und unabhängig zu werden.“

### Die fünf Bindungen des Gemütes abgeschnitten

Nachdem der Erwachte bisher nur von der negativen Verfassung eines Mönches gesprochen hat, der weder die fünf Gemütsverhärtungen überwunden noch die fünf Bindungen des Gemütes ganz abgeschnitten hat, nennt er nun die positive Gemütsverfassung:

*Wer da von euch, ihr Mönche, die fünf Gemütsverhärtungen überwunden und die fünf Bindungen des Gemütes ganz abgeschnitten hat, der kann wahrlich, ihr Mönche, in dieser Heilswegweisung zum Gedeihen, zur Reife und zur Entfaltung gelangen.*

*Welche fünf Bindungen des Gemüts sind es, die der Mönch vollkommen abgeschnitten hat?*

*Da hat ein Mönch bei den Sinnendingen die Zuwendung abgetan, den Willen fortgewiesen, die Liebe, das Dürsten, das Fiebern, das Lechzen fortgewiesen.*

*Ein Mönch, der bei den Sinnendingen die Zuwendung abgetan, den Willen fortgewiesen, die Liebe, das Dürsten, das Fiebern, das Lechzen fortgewiesen hat, dessen Herz ist geneigt zum heißen Kampf, zum Sich-anjochen, zu Ausdauer und Anstrengung.*

*Da hat ein Mönch beim Körper die Zuwendung abgetan, den Willen fortgewiesen, die Liebe, das Dürsten, das Fiebern, das Lechzen fortgewiesen.*

*Ein Mönch, der beim Körper die Zuwendung abgetan, den Willen fortgewiesen, die Liebe, das Dürsten,*



*das Fiebern, das Lechzen fortgewiesen hat, dessen Herz ist geneigt zum heißen Kampf, zum Sichanjochen, zu Ausdauer und Anstrengung.*

*Da hat ein Mönch bei der Form die Zuwendung abgetan, den Willen fortgewiesen, die Liebe, das Dürsten, das Fiebern, das Lechzen fortgewiesen.*

*Ein Mönch, der beim Körper die Zuwendung abgetan, den Willen fortgewiesen, die Liebe, das Dürsten, das Fiebern, das Lechzen fortgewiesen hat, dessen Herz ist geneigt zum heißen Kampf, zum Sichanjochen, zu Ausdauer und Anstrengung.*

*Wessen Herz dem heißen Kampf, dem Sichanjochen, der Ausdauer, der Anstrengung zugeneigt ist, der hat diese erste und zweite und dritte Bindung des Gemüts ganz abgeschnitten.*

*Weiter, ihr Mönche, ein Mönch hat nicht so viel gegessen, wie der Magen mag, und gibt sich danach nicht behaglichem Sitzen, Liegen und Träumen hin.*

*Ein Mönch, der nicht so viel gegessen hat, wie der Magen mag, und sich danach nicht dem behaglichen Sitzen, Liegen und Träumen hingibt, dessen Herz ist geneigt zum heißen Kampf, zum Sichanjochen, zur Ausdauer und Anstrengung.*

*Wessen Herz dem heißen Kampf, dem Sichanjochen, der Ausdauer und Anstrengung zugeneigt ist, der hat diese vierte Bindung des Gemüts ganz durchschnitten.*

*Weiter, ihr Mönche, der Mönch führt den Reinheitswandel nicht in der Absicht, eine bestimmte himmlische Stätte zu erlangen, in dem Gedanken: „Durch diese Tugenden und inneren Bemühungen im Reinheitswandel will ich ein himmlisches Wesen werden.“*

*Ein Mönch, der den Reinheitswandel nicht in der*

*Absicht führt, eine bestimmte himmlische Stätte zu erlangen, dessen Herz ist geneigt zum heißen Kampf, zum Sichanjochen, zu Ausdauer und Anstrengung.*

*Wessen Herz dem heißen Kampf, dem Sichanjochen, der Ausdauer und Anstrengung zugeneigt ist, der hat diese fünfte Bindung des Gemüts ganz durchschnitten.*

### III. Teil

#### Geistesmacht und Erlösung

Obwohl der nun folgende Schlussteil der Rede erheblich kürzer ist als die beiden bisher betrachteten Teile, so geht es doch nun erst nach Erfüllung der beschriebenen zweimal je fünf Voraussetzungen um die eigentliche, über alle Abhängigkeit und Blindheit des normalen Menschen weit hinaussteigende und von dem hochsinnigen und weiterblickenden Menschen ersehnte Vollendung der Entwicklung bis zum Heilsstand.

*Wer nun von euch, ihr Mönche, die fünf Gemütsverhärtungen überwunden und die fünf Bindungen des Gemütes ganz durchschnitten hat, der, wahrlich, kann in dieser Heilswegweisung wohl zum Gedeihen, zur Reife und zur vollen Entfaltung gelangen:*

*Der Mönch entwickelt in beharrlichem Vordringen das Fundament der Geistesmacht (iddhi-pāda) durch die mit dem Willen (chanda) erworbene Herzenseinung (samādhi).*

*Er entwickelt in beharrlichem Vordringen das Fundament der Geistesmacht durch die mit Tatkraft (viriya) erworbene Herzenseinung.*

*Er entwickelt in beharrlichem Vordringen das Fundament der Geistesmacht durch die mit der Herzens-*

*art (citta) erworbene Herzenseinung.*

*Er entwickelt in beharrlichem Vordringen das Fundament der Geistesmacht durch die mit der prüfenden Einfühlung (vimamsā) erworbene Herzenseinung, und als fünftes unbeugsame Entschlossenheit (ussolhi).*

*Dieser mit der unbeugsamen Entschlossenheit nun fünfzehnfach ausgerüstete Mönch, ihr Mönche, ist fähig zur Durchbrechung (Transzendierung), fähig zur Erwachung, fähig, die unvergleichliche Geborgenheit vor allen Jochen zu erlangen.*

*Es ist, ihr Mönche, wie wenn eine Henne sich auf ihre Eier, acht oder zehn oder zwölf Stück, richtig daraufgesetzt, sie gut durchwärmt, völlig ausgebrütet hat: wie sollte da nicht jener Henne der Wunsch kommen: „Ach, möchten doch meine Jungen mit den Krallen oder dem Schnabel die Schale aufhacken; möchten sie doch heil durchbrechen!“*

*Und jene Küken sind fähig geworden, mit den Krallen oder dem Schnabel die Schale aufzuhacken und heil durchzubrechen:*

*Ebenso nun auch, ihr Mönche, ist ein derart unbeugsam entschlossener, fünfzehnfach ausgerüsteter Mönch fähig zur Transzendierung, fähig zur Erwachung, fähig, die unvergleichliche Geborgenheit vor allen Jochen zu erlangen.*

*So sprach der Erhabene. Jene Mönche waren erhoben und beglückt über die Rede des Erhabenen.*

(Ende der Rede M 16)

Mit diesen Worten zeigt der Erwachte erst, was es bedeutet, dass man mit der Befolgung seiner Wahrheitsführung *zum Gedeihen, zur Reife und Entfaltung* gelangen kann: Es ist eine Entwicklung aus allen Dunkelheiten, Schmerzen und

Ängsten des Menschentums heraus in immer mehr Helligkeit, Wohl und Freiheit bis zur Vollkommenheit.

Der Erwachte spricht hier von „Geistesmacht“ und einer vierstufigen Entwicklung ihres Fundamentes, spricht dann als fünftes von „unbeugsamer Entschlossenheit“ des Mönches, dessen Herz geneigt sei zum heißen Kampf, zum Sichanjochen, zur Ausdauer und Anstrengung, zählt zu diesen fünf Eigenschaften noch die vorher beschriebenen zweimal fünf Abklärungen des Gemüts hinzu (Befreiung von den fünf Gemütsverhärtungen und den fünf Bindungen des Gemütes) und sagt dann, dass der auf diese Weise *fünfzehnfach ausgerüstete Mönch nun fähig ist zur Transzendierung, zur Erwachung, ja, fähig, die unvergleichliche Geborgenheit vor allen Jochen zu erlangen*. - Und das bedeutet das Nirvāna, das Endziel der Heilsentwicklung.

Um aber deutlich zu machen, dass durch diese Geistesmacht eine Transzendierung weit über alle menschlichen Normen hinaus geschieht, gibt er das eindeutige Bild von dem Durchbruch des fertig ausgebrüteten Vogels aus dem Ei zum eigentlichen Leben - zum eigentlichen Leben! Dieses Bild deutet auf eine Entwicklung des so vorgehenden Mönches weit über Schicksal und Verletzbarkeit hinaus, über Tod und Geburt hinaus zum endgültigen Heilsstand, zur Vollendung. Und als „Vollendeteten“ bezeichnet der Erwachte sich selber und alle zum Heilsstand Gelangten.

Wir sehen, dass alles Weitere von dieser Entwicklung, vom Erwerb der Geistesmacht, abhängt. Darum muss diese verstanden werden.

#### Vier Botschaften über die Geistesmacht

In der Gruppierten Sammlung, die nach Themen geordnet ist, (*Samyutta-nikāya*) handelt das 51. Thema mit 86 Unterweisungen des Buddha von dem *iddhi-pāda* <sup>67</sup>, dem „Fundament

---

67 Im Unterschied zu „pada“ (= Schritt, Fußspur, Vorgehen, Übung) bedeutet „pāda“ Fuß, Grundlage, Fundament.

der Geistesmacht“. Davon folgt hier die 19. Unterweisung:

1. *Die Geistesmacht (iddhi), ihr Mönche, will ich euch aufzeigen;*
2. *und das Fundament der Geistesmacht (iddhi-pāda);*
3. *und wie das Fundament der Geistesmacht entwickelt wird (iddhipādabhāvana);*
4. *und die zur Entwicklung des Fundaments der Geistesmacht befähigenden Vorübungen (iddhi-pāda-bhāvana-gāmini patipadā).*

Diese vier Dinge erläutert der Erwachten nun je einzeln:

1. *Was ist, ihr Mönche, die Geistesmacht? Da kann, ihr Mönche, der Mönch durch geistige Macht vielfältige Wirkungen bewirken: etwa als nur einer vielfach werden und vielfach geworden wieder einer sein; oder sichtbar und unsichtbar werden; auch durch Mauern, Wälle, Felsen hindurchgleiten wie durch leeren Raum; oder auf der Erde auf- und untertauchen wie in Wasser; auch auf dem Wasser wandeln ohne unterzusinken wie auf der Erde; oder auch sitzend durch den Raum reisen wie ein Vogel; mit der Hand Mond und Sonne, die so kraftvoll und mächtig sind, zu berühren; bis zur Brahmawelt den Körper beherrschen.*

2. *Was ist nun, ihr Mönche, das Fundament der Geistesmacht? Was da der Weg ist, die fortschreitende Übung, welche zur Entwicklung der Geistesmacht, zur Verfügbarkeit der Geistesmacht hinführt: das nennt man, ihr Mönche, das Fundament der Geistesmacht.*

3. *Wie geschieht nun, ihr Mönche, die Entwicklung des Fundaments der Geistesmacht? Da entwickelt, ihr Mönche, ein Mönch im beharrlichen Vordringen das Fundament der Geistesmacht durch die mit dem Willen (chanda) erworbene Herzenseinung (samāhi).*

*Er entwickelt in beharrlichem Vordringen das Fundament der Geistesmacht durch die mit der Tatkraft (viriya) erworbene*

*Herzenseinung.*

*Er entwickelt in beharrlichem Vordringen das Fundament der Geistesmacht durch die mit der Herzenseinung (citta) erworbene Herzenseinung.*

*Er entwickelt in beharrlichem Vordringen das Fundament der Geistesmacht durch die mit der Einfühlung (vimamsā) erworbene Herzenseinung.*

*Das nennt man, ihr Mönche, die Entwicklung des Fundaments der Geistesmacht.*

*4. Was sind nun, ihr Mönche, die zur Entwicklung des Fundaments der Geistesmacht befähigenden Vorübungen?*

*Das ist, ihr Mönche, eben dieser achtgliedrige Heilsweg, nämlich*

- 1. rechte Anschauung*
- 2. rechte Gemütsverfassung*
- 3. rechte Rede*
- 4. rechtes Handeln*
- 5. rechte Lebensführung*
- 6. rechtes Mühen*
- 7. rechte Wahrheitsgegenwart*
- 8. rechte Herzenseinung.*

*Das nennt man, ihr Mönche, die zur Entwicklung des Fundaments der Geistesmacht befähigenden Vorübungen.*

*(Ende von S 51,19 )*

Wer sich das Verständnis der Geistesmacht und ihres Fundaments so erarbeiten will, dass es ihm auch unabhängig vom Buch im Gedächtnis zur Verfügung steht, der entnimmt dem obigen Wortlaut geradezu „vier Botschaften“ des Erwachten:

1. Es gibt eine alle menschlichen Normen übersteigende Geistesmacht.
2. Aber diese Geistesmacht bedarf eines bestimmten Fundaments, besteht nur auf diesem und mit diesem.
3. Dieses Fundament besteht in dem in vier Schritten ausge-

- bildeten weltunabhängigen Herzensfriedens, dem *samādhī*.
4. Doch auch den *samādhī* kann der normale Mensch nicht ohne weiteres entwickeln, sondern er muss erst durch Beschreiten des achthiedrigen Heilsweges dazu fähig werden.

### Die erste Botschaft: Die Geistesmacht

Wie der Wortlaut der vorstehenden Rede zeigt, besteht die Geistesmacht selbst lediglich in der Fähigkeit zu den beispielhaft beschriebenen Handlungen, d.h. in der Fähigkeit, sich von der sogenannten Materie, sowohl der des Körpers wie der der Umwelt keine Schranken setzen zu lassen. Nur diese fähige Geistesmacht selbst ist, wie der Erwachte wiederholt ausdrücklich sagt und wie das Gleichnis von Entwicklung und Durchbruch des jungen Vogels durch die Eischale zeigt, ganz unverzichtbar für die Heilsfindung, für das Erreichen des Heilsstandes. Dagegen sind die gerade hier beschriebenen und im Orden - wie auch in der Mystik aller anderen Kulturen - gelegentlich praktizierten Anwendungen der Fähigkeit nur unwichtige Zeichen dieser Macht. Sie werden als „weltlich“ bezeichnet und können zur Heilsentwicklung nicht beitragen.

Der Erwachte nennt aber diese wenigen Beispiele aus den Gesamtmöglichkeiten des frei gewordenen und zu seinem wahren Wesen gekommenen „Geistes“, weil nur sie mit der erforderlichen Eindeutigkeit anzeigen können, dass die Geistesmacht in der praktisch wirklich wirksamen Beherrschung dessen besteht, was wir die „Materie“ nennen.

Die Geistesmacht selbst und ihre Erwerbung wie auch die anderen Lehren des Buddha - mit Ausnahme seiner höchsten Lehre, die vom *anattā* handelt - werden nicht nur von dem Buddha gelehrt. In diesem Sinn sagt der Erwachte von sich:

*Wovon andere Weise sagen 'das ist',  
davon sage auch ich 'das ist'.  
Wovon andere Weise sagen 'das ist nicht',*

*davon sage auch ich 'das ist nicht'. (S 22,94)*

So war auch die über die „Materie“ verfügende Macht des Geistes nicht nur vielen Mönchen und Nonnen des Buddha eigen und auch nicht nur im vorbuddhistischen und nachbuddhistischen Indien allgemein bekannt, sondern sie wird aus allen anderen Kulturen berichtet; die sogenannten „Wunder“ von Jesus in Vorderasien bilden da keine Ausnahme. Und Jesus sagt zu seinen Jüngern, dass alle, die an ihn glauben, ebensolche und auch größere Werke tun könnten wie er. (Joh.14, Vers 12) Und auch aus der Geschichte der christlichen Mystik im Abendland liegen Tausende von Berichten aus Klöstern, Einsiedeleien und auch Bürgerhäusern über solche eindeutigen Zeichen der Geistesmacht vor.

Es ist aber eine geschichtliche Tatsache, dass der Orient weit mehr mit Betrachtung, Untersuchung und Transformierung des inneren Menschen - von Geist, Seele, Herz und Gemüt - beschäftigt ist als das Abendland und dass die abendländische Menschheit seit je weit mehr mit Betrachtung, Untersuchung und Gestaltung der äußeren Welterscheinung, der „Natur“, beschäftigt war und ist als der Orient. Zwar waren und sind in beiden Kulturen zu allen Zeiten immer auch Spuren der jeweils anderen Forschungsrichtungen vorhanden, aber soweit unsere Kenntnis der Kulturen reicht, so weit zeigt sich ganz eindeutig die große Überlegenheit des Ostens in der Kenntnis der geistig-seelischen Dimension des Menschen und des Lebens und zeigt sich ebenso eindeutig die weit überwiegende Beschäftigung des Westens mit der äußeren Welterscheinung, mit der Natur. Diese Naturforschung breitete sich in den letzten Jahrhunderten hier im Westen immer stärker und zugleich immer einseitiger aus, indem sie alle geistigen Erscheinungen nie an ihnen selbst untersuchte, sondern aus dem äußeren Verhalten der Wesen auf solche schloss. Dadurch wurde die Aufmerksamkeit der abendländischen Menschen immer mehr von den geistigen Möglichkeiten fort und auf die äußeren Erscheinungen hingelenkt. Und das Fundament der Geistesmacht, das



in der Hochblüte der christlichen Mystik bei vielen Menschen stark ausgebildet war, wurde immer mehr vernachlässigt. So traten die Fähigkeiten der Geistesmacht mehr und mehr zurück, wodurch das Bewusstsein von der Macht des menschlichen Geistes und dem Wesen der sogenannten „Materie“ immer mehr verloren ging.

### Die Haltung der Naturwissenschaft

Hier in der westlichen Welt wurden mit fortschreitender Entwicklung der Naturwissenschaft die Voraussetzungen für das Verständnis der Geistesmacht von Jahrhundert zu Jahrhundert immer geringer. Die gesamte naturwissenschaftliche Forschung ging von der dem sinnlichen Eindruck entsprechenden Auffassung aus, dass die Materie eine „Substanz“ sei, und so wurde in den letzten Jahrhunderten das physikalische Weltbild, das materialistisch und mechanistisch ist, entwickelt, d.h. es herrschte die Grundauffassung, dass diese Welt, der Kosmos mit den ungezählten Gestirnen in seiner unübersehbaren Ausdehnung aus „Materie“ besteht und in seinen Bewegungen wie eine große Maschine funktioniert. In der so aufgefassten und verstandenen Welt hätten sich dann auf unserem Planeten Erde aus einer Art 'Ursuppe' durch „Selbstorganisation der Materie“ die primitivsten Lebewesen gebildet, die dann bald einige Fortpflanzungs- und Anpassungsfunktionen entwickelt hätten und so fort bis zu dem Menschen, dem aufrecht gehenden Tier als der bisher höchsten Stufe dieser Entwicklungsreihe.

Nach dieser Theorie wäre also aus toter Materie zuerst „Leben“ und dann gar Bewusstsein als Nebenprodukt hervorgegangen. Danach bestünden alle Wesen immer nur so lange, wie ihr Körper besteht und funktioniert. Und wenn seine Funktionen aufhören, dann müssten Leben und Bewusstsein einschlafen, und das Wesen wäre vernichtet wie nie gewesen.

Bei dieser Auffassung von den Lebewesen wäre der Geist von vornherein ohnmächtig, wäre von der Materie und deren Funktion abhängig wie ein Feuer vom Brennholz. Der „Geist“

bzw. das im Gehirn entstehende Bewusstsein könnte den menschlichen Körper zwar mittels der Augen über die Wege lenken und den Widerständen ausweichen lassen, aber er könnte den Körper nicht durch einen Festkörper gleicher Dichte, z.B. eine Wand hindurchdrängen noch ihn über eine Masse geringerer Dichte, z.B. Wasser, gehen lassen.

Mit diesem Weltbild ist die vorhin beschriebene vom Buddha erwähnte Geistesmacht natürlich völlig unvereinbar. Und so wurde auch in den letzten Jahrhunderten hier im Westen mit zunehmendem Einfluss der Naturwissenschaft jede Art von praktizierter Geistesmacht als Irrtum oder Täuschung angesehen einschließlich der in den christlichen Evangelien berichteten „Wunder“ Jesu.

Doch zu Beginn des 20. Jahrhunderts änderte sich die Situation mit einem Schlag durch die umstürzenden Entdeckungen der Physiker von der wahren Beschaffenheit der 'Materie'. Von diesen neuen Erkenntnissen sagt sowohl Einstein als auch Heisenberg, dass damit der Naturforschung „der Boden unter den Füßen fortgezogen“ sei. Wenn auch zunächst nur ein kleiner Kreis naturwissenschaftlich orientierter Menschen von dieser Wende Kenntnis nahm, so hat sich inzwischen die Einsicht, dass unter dem Begriff „Materie“ ein völlig anderer Zustand verstanden werden muss, als unsere sinnliche Wahrnehmung uns suggeriert, in immer weiteren Kreisen durchgesetzt bis zu der folgenden Feststellung Werner Heisenbergs, welche die obigen vom Buddha aufgezählten Wunder fast schon ohne Kenntnis der tieferen Psychenlehre des Buddha denkbar macht.

*Die kleinsten Einheiten der Materie sind tatsächlich nicht physikalische Objekte im gewohnten Sinne des Wortes: sie sind Formen, Strukturen oder - im Sinne Platons – Idee.*

Diese in der Fachsprache übliche Ausdrucksweise will sagen, dass die kleinsten Einheiten der Materie nichts Greifbares, Gegenständliches, also keine „Stückchen, Teilchen, keine Materie“ sind. Der bekannte amerikanische Physiker *John Whee-*

ler sagt:

*Der Kosmos ist nichts unabhängig von uns Existierendes.*

Und der Ordinarius für theoretische Physik an der Universität Innsbruck, *A. March*, schreibt:

*Allgemein lässt sich sagen, dass jedes Ding aus dem und nur aus dem - besteht, was wir an ihm erleben. Es ist die mehr oder minder konstante Verbindung gewisser sinnlicher Erlebnisse, die uns glauben lässt, dass hinter ihnen etwas sein müsse, das sie zusammenhält. Aber dieser Glaube ist nicht stichhaltiger als der eines Menschen, der annimmt, dass hinter Blitz und Donner jemand sein müsse, der diese Erscheinungen veranstaltet.*

*(zitiert bei Meschkowski „Was wir wirklich wissen“ S. 124 Piper 1984)*

Dem menschlichen Blick erscheinen zwar „Formen“, „Strukturen“, und dem menschlichen Tastsinn scheint es auch gegenständlich zu sein; aber die nähere Untersuchung hat eindeutig erkennen lassen, dass diese Sinneseindrücke Täuschung sind. Unsere Wahrnehmung von Gegenständen und von Gegenständlichkeit der Erscheinungen ist bedingt durch unsere geistige Vorstellung von Gegenständlichkeit. Unsere Erwartungshaltung lässt uns dort Gegenständlichkeit erfahren, wo der Physiker, der ursprünglich mit der gleichen Erwartungshaltung der Sinneserfahrung zur gründlichen Untersuchung geschritten war, dennoch nichts von Gegenständlichkeit fand.

Gegenständlichkeit ist ein Bewusstseinsinhalt

Alles, was wir von „Welt“ wissen, das wissen wir durch Wahrnehmen, Bewusstsein, Erleben. Wir meinen zwar, dass wir es in unser Bewusstsein aufgenommen haben, weil wir es mit den Sinnen von außen aufgelesen haben, aber wir wissen davon erst in dem Augenblick, wo es im Bewusstsein als Bewusstsein ist, d.h. im Geist als der Gesamtheit aller Erlebnisse,

Vorstellungen und Erinnerungen. Wir könnten eine Welt außerhalb des Bewusstseins nicht fassen, wir leben nur vom Bewusstsein. Die Auffassung, man werde sich einer Sache bewusst, weil sie „da“ sei, ist nicht berechtigt, denn mit Bewusstsein, mit Wahrnehmung fängt unser Wissen an. *Kant* sagt: „*Wir kennen nur Ding als Erscheinung.*“ Fünfzig Jahre vorher sagte *Berkeley*, ein englischer Philosoph: „*Sein ist Wahrgenommenwerden.*“

Und auch der Wahrnehmer ist nicht das Subjekt der Wahrnehmung, sondern er ist ebenfalls ein Objekt der Wahrnehmung. Die Wahrnehmung, dieser geistige Vorgang, liefert auch den Wahrnehmer: Der Mensch, der sich als Wahrnehmer erlebt, erlebt sich in der Wahrnehmung als Wahrnehmer. Die Grundlage von aller Erfahrung, von der Ich-Erfahrung und von der Umwelterfahrung, ist Wahrnehmung.

Ein Beispiel dafür haben wir fast in jedem Traum. Während des Traums haben wir den Eindruck, ein Ich in der und der Situation zu sein, Angenehmes und Unangenehmes zu erleben. Es kann ein geträumtes Ich in einem geträumten Auto gegen einen geträumten Baum fahren, einen geträumten Unfall mit viel Verwicklungen haben. Man wird wach und merkt, dass Auto, Baum, Unfall und das ‚Ich am Unfallort‘ geträumt waren, dass alles nur Traumbilder waren. Es bedarf nur kleiner Anstöße, dann bilden sich aus der Psyche Erlebnisse, die den Eindruck erwecken, dass ein Ich einer gegenständlichen Welt gegenüberstünde.

Im Wachbewusstsein müssen wir bekennen, dass das Erlebte nicht objektiv da war, es war nur bewusstlich da. Nicht weil da eine „Welt“ ist, die von einem Ich“ erfahren wird, darum ist das Erlebnis, sondern weil - wie im Traum - das Erlebnis einer Begegnung eines „Ich“ mit „Umwelt“ vorkommt, darum wird auf eine solche Umwelt auch außerhalb des Erlebnisses geschlossen. Aber mit dem Erwachen wird erfahren, dass hinter dem Erlebnis nicht das Erlebte war. Das Erlebnis von Welt findet nicht in der Welt statt, sondern umgekehrt: die Erfahrung von Welt geschieht im Erlebnis, als Erlebnis. Wahrneh-

mung, Bewusstsein ist der Grund aller Erscheinung, und alles, was irgendwie behauptet wird, ist ausgewiesen und besteht überhaupt nur aus Wahrnehmen.

Ein Ölgemälde stellt z.B. einen steinernen Felsen dar, einen hölzernen Wald, einen wässrigen See, aber alles besteht aus Öl. Ebenso ist Wahrnehmung, wo du glaubst, eine Welt mit Gegenständen zu erleben. Es ist eine Luftspiegelung, sagt der Erwachte, eine Täuschung. In M 1 zeigt der Erwachte, dass der unbelehrte normale Mensch die Wahrnehmung von Materie für Materie nimmt. Und hat er die Wahrnehmung von Materie für Materie genommen, dann denkt er an „materielle“ Dinge, denkt über „materielle“ Dinge nach, macht sie zur Grundlage seines Lebens und geht von ihnen aus, baut sie aus.

Der unbelehrte gewöhnliche Mensch nimmt den Traum für Wirklichkeit, nimmt die Wahrnehmung für ein „Ding“. Er denkt an das, was als Wahrnehmung aufgestiegen ist, aber er denkt nicht, dass es Wahrnehmen ist, sondern wähnt, dass es an sich besteht, und spinnt sich nach seinen Wünschen und Vorstellungen - der pessimistische ein dunkleres, der optimistische ein helleres Bild. Warum tut er so?, fragt der Erwachte und antwortet: Weil er es nicht kennt. Er hat nicht gemerkt, dass Wahrnehmung Wahrnehmung ist (Wahn!).

Der normale Mensch kann sich dem Eindruck nicht entziehen, dass er mit einem materiellen Körper einer materiellen Umwelt „be-geg-net“. In jedem Augenblick scheint uns unsere sinnliche Wahrnehmung zu bestätigen, besonders der Tastsinn, dass z.B. feste Materie sich nicht gegenseitig durchdringen kann.

Diese durch unsere lebenslängliche sinnliche Erfahrung in den Geist tief eingeprägte Auffassung gilt in der westlichen Menschheit generell. Zu ihr neigen, wie der Erwachte zeigt, alle Menschen, welche von der Berührung durch die vielen täglichen Einzelerlebnisse, von ihrer Konsumierung und dem Reagieren sich so sehr in Anspruch nehmen lassen, dass sie zu der tieferen Frage nach der Dimension dieses Erlebnislebens nicht kommen. Das sind neben den Kindern alle Menschen,

die sich von den erscheinenden Dingen stark faszinieren und bewegen lassen zwischen freudiger Zuneigung zu den einen und mehr oder weniger starker Abneigung gegenüber den anderen Dingen. Der Erwachte nennt diese beiden energetischen Richtungen *rāga*, *dosa*, was meistens übersetzt wird mit Gier und Hass, also auf innere Quellen des Herzens hinweist. Darüber sagt der Erwachte: Je stärker diese Impulse den Menschen bewegen, um so stärker ist auch die „Blendung“, also die Täuschung des Menschen durch die Erscheinungen, so dass er ihr wahres Wesen nicht durchschauen kann oder mag.

Zu der Durchschauung des wahrnehmungshaften/bewusstlichen Charakters der erscheinenden Welt samt dem erscheinenden Ich kommen nur solche Menschen, die neben den tausend erscheinenden Dingen auch das Erscheinen selbst, das Aufscheinen der Dinge im Bewusstsein bemerken, den bewusstlichen geistigen Charakter der Dinge bemerken und sich darum weniger irritieren und faszinieren lassen, weil sie bestrebt sind, die Dimension und Struktur ihrer Existenz zu verstehen, um die Existenz meistern zu können.

Bekanntlich wird und wurde die Philosophie lange Jahrhunderte unterhalten von dem Kampf der beiden gegensätzlichen Auffassungen, wovon die eine behauptet, ein „reales“, d.h. außerbewusstliches Sein der Dinge sei die Ursache dafür, dass im Menschen das Bewusstsein von Dingen aufkomme, während die andere Seite behauptete, es sei immer nur das aufkommende Bewusstsein, das eine in Raum und Zeit ausgebreitete Welt der tausend Dinge vorspiegele; alle Seinsbehauptung gründe also nur im Bewusstwerden, und darüber hinaus gebe es kein Sein.

*Kant* glaubte, hinter der „Welt als Erscheinung“, also hinter den geistigen Erlebensakten und Erfahrensakten eine „Welt an sich“ behaupten zu sollen, von der wir freilich nie etwas wissen könnten. Wenig später hat dann *Schopenhauer* ganz im Sinne des Buddha der Sache nach erklärt, dass die Bedingung für das Erlebnis, für die Vorstellung eines der Umwelt begegnenden Ich in den inneren Trieben, Tendenzen, Neigungen des

„Erlebers“ liege, die er „den Willen“ nennt.

Diese Einsicht, dass unser gesamtes Wissen und Behaupten immer nur aus dem geistigen Akt des Wahrnehmens hervorgeht, dass Wahrnehmung die Quelle all unseres Wissens ist, dass wir nach einer „Welt“ jenseits unserer Wahrnehmung und des Bewusstseins gar nicht hinlangen könnten und dass darum alles von uns Erfahrene und Gewusste und als „seiend“ Behauptete immer bewusstlich ist - diese Einsicht raunt als eine leisere Stimme durch alle Kulturen und Zeiten.

Aus der Psyche entsteht das Bewusstsein, die Wahrnehmung

Die Tatsache der Bewussthaftigkeit ist nicht ein Traum, wie etwa den meisten ein Traum erscheint aus dem Bereich von Schemen, die etwa wie Wolkengebilde zufällig so oder so entstehen, vielmehr ist alle unsere Wahrnehmung, obwohl sie nicht aus der Welt kommt, dennoch fest gegründet, und zwar in den Qualitäten unseres Herzens. Kein Mensch kann Wahrnehmungen haben, die nicht durch die Qualitäten seines Herzens, seines Charakters begründet sind.

Unser Glaube, dass wir ein Ich seien in einer Welt, die unabhängig von uns bestünde, und die durch diesen Glauben bedingte Angst, einer Welt mit all ihren Geschehnissen ausgeliefert zu sein, ist bedingt durch und geht hervor aus den zwei geistigen Strömen: dem Strom der Wollungen und dem Strom der Wahrnehmungen. Diese beiden Ströme, die von Augenblick zu Augenblick stets andere Wollungen, andere Wahrnehmungen liefern, aus welchen wir den Eindruck gewinnen, ein Ich in einer Welt zu sein, diese beiden Ströme kommen aus dem Herzen und seinen Qualitäten. Was Herz oder Seele oder Psyche genannt wird, erscheint als ein Ich, das sich mit Wahrnehmungen auseinandersetzt. Wie die Qualität des Herzens, des Wollens, ist, so findet sich ein Ich vor mit der Wahrnehmung einer Welt. Die Qualität des Herzens und damit des Wahrnehmens aber kann der vom Erwachten Belehrt erhellten und erhöhen bis zur Vollkommenheit. Damit ist das Existenz-

problem gelöst, der Heilsstand gewonnen.

Durch alle Religionen und geistigen Lehren geht die Mahnung, dass der Mensch sich an die Vielfalt der Welt verlieren, in die weltliche Vielfalt zerstreuen kann, wenn er den tausend Erscheinungen seine Aufmerksamkeit und Liebe widmet, dass er aber groß, selbständig und stark wird, wenn er „rückverbunden“ (religare) bleibt, auf sich selbst, auf sein Herz und seine Seele achtet und bestrebt ist, sie zu verbessern.

Das ist ja der Sinn des Wortes vom „beschmutzten“ und „reinen Herzen.“ (oder Seele). Dieses Wort, das in allen Religionen gilt, steht nicht nur für die Unterscheidung zwischen Moral und Unmoral, zwischen gut und böse, sondern gilt für die Weltsüchtigkeit, durch welche der Mensch von den Sinnesorganen des sterblichen Körpers abhängig ist, darum „sterblich“ ist - und steht auf der anderen Seite für die Betrachtung der Psyche, die nicht der Zeit unterliegt.

Man kann die Aussagen des Erwachten über die wahre Natur des Seins, über die wirklich wirksamen Wirklichkeiten in folgenden vier Absätzen zusammenfassen:

1. Die gesamte materiell erscheinende Welt, die der Mensch durch sinnliche Wahrnehmung erfährt, samt seiner eigenen handelnden und erlebenden Person, ist bildhafte und fühlhafte Auswirkung der gesamten, den Charakter bildenden lichtereren und dunkleren Triebkräfte der Psyche, der Seele, des Herzens (*citta*). Wie diese sind, so ist das erfahrene Ich und die erfahrene Welt. So wie das Herz, die Seele, rein oder beschmutzt ist, so wird im Lauf der Zeit zwangsläufig die Erlebnisqualität: menschlich, untermenschlich, übermenschlich.
2. Die gesamten, den Charakter bildenden Triebkräfte und Tendenzen des Herzens, der Seele (*citta*) sind das allmählich gewachsene Ergebnis der im Geist (*mano*) des Menschen ausgebildeten und gepflegten Ideen und Vorstellungen, also Anschauung über das, was man tun und lassen, was man sinnen und beginnen müsse, um so bald und so



- leicht wie möglich zum größtmöglichen Wohl und dessen größter Haltbarkeit zu gelangen.
3. Diese im Geist vorhandene richtige oder falsche Idee, Vorstellung und Anschauung darüber, mit welchen Mitteln er so bald und so leicht wie möglich das bestmögliche und haltbarste Wohl gewinnen könne, baut sich der menschliche Geist durch rechte oder falsche Deutung der Erfahrungen seines Welterlebens - also der Wahrnehmung des „Ich in der Welt“ auf.
  4. Aber über die rechte oder falsche Deutung der Erfahrungen und Belehrungen über Wahrheit und Irrtum seiner im Geist gepflegten Ideen entscheidet die Fähigkeit zu dem, was der Erwachte „*Beachtung der Grundlagen und Herkunft der Erscheinungen*“ (*yoniso manasikāra*) nennt - das bedeutet ein Forschen ganz ohne eine Voraussetzung - und das heißt: ohne Beachtung der (täuschenden) Oberfläche der Erscheinungen (*ayoniso manasikāra*).

Die oberflächliche Beobachtung der lebenslänglichen Erfahrungen und Belehrungen führt zu falscher Anschauung (Idee). Daraus entwickelt man solche Charaktereigenschaften, Triebe und Tendenzen des Herzens, aus welchen dunkle, schmerzliche, schreckliche Welterfahrung hervorgeht, und andererseits kommt die aufmerksame Beobachtung der Herkunft der Erscheinungen zur Erkenntnis eben der „wahren Natur des Seins“, das heißt letztlich der hier beschriebenen geistigen Abhängigkeit der Welterscheinung von der im Geist gepflegten Idee. Das führt zur rechten Anschauung, zur erlösenden Idee.

Daraus folgt erstens: Der Mensch lebt nicht von einer „objektiven“ Welt, die „da draußen“ unabhängig von ihm bestünde (wie es bis vor kurzem die Grundidee der gesamten Naturforschung und der von ihr belehrten Menschenkreise war), vielmehr ist sein Welterleben seinen nächtlichen Träumen vergleichbar, das Produkt seiner Seele, seines Herzens und Gemüts. Die erlebte, erfahrene Welt ist so unfreundlich, dun-

kel und beängstigend, wie das Herz verengt, beschränkt und verdunkelt ist. Darum vergleicht der Erwachte das Herz mit dem Maler von Weltgemälden und vergleicht die erlebte Welt mit einer Fata Morgana.

Zweitens: Da die Eigenschaften von Herz und Gemüt allein durch den Geist zustande kommen, so wird das Herz zuletzt immer so verengt, beschränkt und verdunkelt oder groß, weit und hell wie die im Geist ausgebildeten und gepflegten Ideen, Vorstellungen und Anschauungen über das für den Menschen mögliche und unmögliche Wohl und Glück und Heil richtig oder falsch sind.

Drittens: Und da der Mensch die Ideen, Vorstellungen und Anschauungen seines Geistes letztlich nur immer aus seinen täglichen Erfahrungen, also aus dem Welt- und Ich-Erlebnis aufbaut, so besteht ein geschlossener Kreis: Die gesunden oder kranken Qualitäten seines Geistes - Klarheit oder Irrtum - machen die gesunden oder kranken Qualitäten des Herzens, und diese machen die schmerzlichen oder beglückenden Qualitäten der Weltwahrnehmung - und aus diesem Welterlebnis wiederum baut der Geist seine Qualitäten auf: Klarheit oder Irrtum.

Viertens: Aus dieser scheinbaren Ausweglosigkeit des geschlossenen Bedingungszyklus zeigt der Erwachte den Ausweg: Durch aufmerksame, gründliche, das heißt unvoreingenommene Beobachtung dessen, was erfahren wird - dazu gibt allein der Erwachte die geeigneten Anleitungen - kommt der Mensch zur rechten Idee, Vorstellung und Anschauung über die wahre Natur des Seins und damit über das, was für den Menschen an Wohl und Glück und Heil zu gewinnen möglich ist.

Aus dieser so entstehenden Gesundung, Klärung und Klarheit des Geistes wird allmählich das Herz von allen denjenigen Eigenschaften befreit, welche zu dem unfreundlichen, dunklen und beängstigenden Charakter der Welterscheinung führen und damit zur Erfahrung von zunehmendem Wohl und Glück bis zum Heil.

Weil es sich mit der Natur des Daseins so verhält, darum ist

die gesamte Lehre des Erwachten durchzogen von der immer wiederkehrenden Mahnung, dass allein die unvoreingenommene, voraussetzungsfreie Beobachtung der Herkunft der Erscheinungen (*yoniso manasikāra*) zur Erkenntnis der wirklichen Struktur und Gesetzmäßigkeit des Daseins führt, während alle oberflächliche, auf Voraussetzungen gründende Beobachtung und Deutung (*ayoniso manasikāra*) zu Täuschung, Irrtum, Blendung und Wahn führt, das heißt zu kranken Ideen und Vorstellungen des Geistes, die zu dunklen, trüben Eigenschaften des Herzens führen, woraus eine kranke, zerrissene, schmerzliche, schreckliche Welterscheinung hervorgeht - in welcher wir uns vorfinden.

Die zweite Botschaft:  
Das Fundament der Geistesmacht:  
die Aufhebung der Sinnensucht

In seiner zweiten Botschaft sagt der Erwachte (S 51,86):  
*Was ist nun, ihr Mönche, das Fundament der Geistesmacht (iddhi-pāda)?*

*Was da der Weg ist, die fortschreitende Übung, welche zur Erzeugung der Geistesmacht, zur Verfügbarkeit der Geistesmacht hinführt, das nennt man, ihr Mönche, das Fundament der Geistesmacht.*

Mit diesen Worten zeigt der Erwachte, dass die Geistesmacht nicht zu dem Wesen des (nach weltlichem Maßstab) „natürlichen Menschen“ gehört, dass der Mensch vielmehr sich wandeln, seine jetzige Art aufgeben und übersteigen, transzendieren muss und kann, dass er sich über sich selbst hinaus entwickeln muss und kann, um zur Geistesmacht fähig zu werden.

Die meisten Menschen halten nicht nur die Vernichtung des Körpers für die Vernichtung auch des Geistes, sondern sie halten auch die Mauern und Wände aus innerer krankhafter Einbildung - aber aus weit verfestigter und ohne Zurücklegung dieses Übungsweges nicht auflösbare Einbildung - für un-

durchdringlich, obwohl sie doch in Wirklichkeit nicht aus Stein bestehen, sondern aus Wahrnehmung, die eine Aktivität des Herzens ist. Insofern stehen wir weit unterhalb dieser Geistesmacht. Unser Wesen hat sich vollgesogen mit der Einbildung von der Gegenständlichkeit der Materie. Und diese Vollgesogenheit, diese zur „fixen Idee“ gewordene Erwartungshaltung bewirkt, dass wir „erleben“, dass unser Körper an anderer „Materie“ zerschellen kann und nicht einfach hindurchdringen kann. Und unser Wahn (*avijjā*) bewirkt, dass wir das auch für natürlich halten. Das ist unsere geistige Ohnmacht. Die Grundlage, das Fundament, der Zustand der Geistesmächtigkeit, kann nur allmählich geschaffen und ausgebaut werden. Darum eben sagt der Erwachte, dass die Grundlage der Geistesmacht in einem Weg besteht, der nur durch fortschreitende Übung zurückgelegt werden kann.

Die Beschaffenheit der „Außenwelt“ wird von dem Menschen als luftartig oder als Temperatur oder als Flüssigkeit oder als Festigkeit und vor allem als ein Gemisch von diesen erfahren. Und der Erwachte sagt, wie wir erfahren haben, dass diese Eindrücke nur von der sinnlichen Bedürftigkeit, von der Sinnensüchtigkeit der Wesen herkommen und deshalb mit der Überwindung der Sinnensüchtigkeit auch aufhören.

Dass es um diese Überwindung geht, zeigt der Erwachte mit dem Gleichnis vom Brutei zum Küken: So wie man es nie erleben wird bei dem vom Huhn frisch gelegten Ei, dass Eiweiß und Dotter die Schale durchbrechen und als lebendiger junger Vogel heraussteigen - ganz ebenso ist auch der normale Mensch in seiner gegenwärtigen Beschaffenheit ganz unreif zur Geistesmacht. Der „natürliche“ primitive Menscheng Geist kann die Materie nicht durchdringen - aber ebenso wie durch das lange Bebrüten des „befruchteten“ Eies der Inhalt zu einem zunächst noch unbewussten Küken umgebildet wird, dessen Glieder und Schnabel bereits fester geworden sind als die Eischale - und wie dann bei diesem im Ei befangenen Küken zuletzt der leise Verdacht aufkommt, dass dieses Ei hier nicht der einzige Lebensraum sei, dass da die leise eindringen-

den Geräusche auf weiteren Lebensraum hinweisen - und wie das Küken dann sich zu strecken beginnt und mit den fest und hart gewordenen Gliedern, dem Schnabel oder dem Fuß durch die Schale hindurchstößt - ganz ebenso bedarf es auch der großen Umbildung von dem durch die Materiegläubigkeit bedingten Materiegefühl, der „Materiegriffigkeit“ (*patigha*) des normalen Menschen zu jenem ganz anderen, zunächst noch nicht leicht vorstellbaren Zustand des weltüberlegenen autonomen Geistes, dem eben darum nichts mehr Widerstand leistet.

Von jeher war der indische Mensch gerade dem Geistigen zugewandt. Für ihn gilt heute noch und galt erst recht damals die Welterscheinung als „*māyā*“, d.h. als etwas geistig Ausgesponnenes, das lediglich traumhafter Befangenheit des begreifenden Herzens als „wirklich“ erscheint, das aber nicht die letzte Wirklichkeit ist, sondern von dem Menschen auf dem Weg eines geistigen Erwachens durchstoßen, ja, aufgelöst werden kann. Das ist die Geistesmacht. Sie ist der „natürliche“ Status: die jetzige Ohnmacht ist Krankheit und Blendung.

Die früher als Asketen in die Wälder gingen, um dem endlosen Samsāra mit seinem stets erneuten Geborenwerden und Sterben zu entrinnen, die wussten, dass es um die Entwöhnung des Herzens von der Beschäftigung mit der äußeren „Welt“, von der dauernden Begegnung mit den Dingen gehen müsse, um zur Freiheit zu kommen. Dementsprechend waren ihre Übungen. Darüber sagt ein Kenner (*Sutakar S. Dikshit*) :

*Indien ist in vieler Beziehung ein merkwürdiges Land - vielleicht aber überrascht am meisten die schier unendliche Folge von Menschen, die sich auf eine innere Reise des Abenteurers und der Entdeckung begeben, die freiwillig und entschlossen alle weltlich günstigen Umstände und Aussichten aufgeben, seien sie materieller, sozialer oder intellektueller Natur, um einen neuen Seinszustand zu erreichen, den sie zunächst nur vom Hörensagen kennen und auf Treu und Glauben hinnehmen.*

*Eine große Hilfe bedeutet für solche „Abenteurer“ eine von Generation zu Generation überlieferte Tradition, welche versichert, dass das „Außen“ (die erfahrene Welt) antwortet, wenn das „Innen“ (das Geistig-Seelische) ruft oder, um es einheitlicher auszudrücken: das Innere und das Äußere sind zwei Seiten derselben Tatsache. Und jede Veränderung der einen Seite bewirkt unweigerlich die gleiche Veränderung der anderen.*

Dieses Raunen, dass die „Welt“ - dass dein Erleben, ein Ich in einer Welt zu sein mit allen ihren Szenen - Spiegelbild und Widerhall ist von den sinnensüchtigen Trieben des Herzens - diese Wahrheit zieht sich durch die Mystik aller Kulturen, und darum ist es nur natürlich, dass auch in allen Kulturen jene größeren Geister es unwürdig fanden, sich von der „Flucht der Erscheinungen“ herumreißen zu lassen. Deshalb brachen sie auf, um dieses Auftauchen der Erscheinungen durchschauen und beherrschen zu lernen, und sonderten sich ab, um in der Abgeschiedenheit die Welt zu vergessen, zu überwinden, um aus dem Welttraum zu erwachen.

Eine solche Natur war der Prinz Siddhatta Gotamo, der als Anwärter auf den Königsthron seines Vaters dennoch mit knapp dreißig Jahren Palast und Fürstentum verließ, um den Ausgang zu finden aus dem Samsāraleben des ununterbrochenen Szenenwechsels mit fortgesetztem Geborenwerden und Sterben. Und der spätere Buddha, nachdem er zur Erwachung gelangt war, den Ausgang gefunden hatte, berichtet über seine dreifache gleichnishafte Vorstellung, die seit Beginn seines Asketenlebens der Ausgangspunkt, die Leit-Idee seiner Übungen war (S. M 36 und M 85).

Die erste Vorstellung: Wenn ein Holzstück durch und durch voll Wasser gesogen ist und überdies noch im Wasser liegt, dann kann man mit diesem Holzstück durch Reiben (die damalige Art des Feuermachens) nie Feuer hervorbringen; ebenso auch kann ein Mensch, dessen Körper von sinnlich begehrenden Trieben durchtränkt ist und der im süchtigen Aufsaugen

der begehrten Sinnendinge lebt, nie zur übersinnlichen Wahrnehmung und Schau und erst recht nicht zur unvergleichlichen Erwachung, zur vollkommenen Geistesmacht durchdringen.

Dieses Bild, das ihm jetzt in der Einsamkeit klar vor Augen trat, hatte schon fast unbewusst den Prinzen veranlasst, den Palast zu verlassen, um eben nicht mehr im Austausch mit den sinnlich begehrten Objekten zu leben.

Die zweite Vorstellung: Wenn ein Holzstück zwar nicht mehr im Wasser liegt, aber doch noch durch und durch voll Wasser gesogen ist, dann kann man auch mit diesem durch Reiben kein Feuer hervorbringen. Ebenso auch kann ein Mensch, solange sein Körper noch von sinnlichem Begehren durchtränkt ist, selbst wenn er sich von allen Sinnesobjekten fernhält, doch nicht zur übersinnlichen Wahrnehmung und Schau und erst recht nicht zur unvergleichlichen Erwachung, zur Geistesmacht durchdringen.

Dieses Gleichnis galt für ihn selber. Er hatte seine Frau und den eben geborenen Sohn sowie die tausend Feinheiten und Annehmlichkeiten des fürstlichen Lebens verlassen, war nun in der Einsamkeit; aber damit war sein Körper noch nicht von dem innewohnenden sinnlichen Begehren befreit, durch welches ja die Welterscheinung - sei sie grob oder fein - „gegenständiglich“ wird.

Die dritte Vorstellung: So wie man mit einem Holzstück, das nicht nur außerhalb des Wassers auf dem Trockenen liegt, sondern auch ganz und gar ausgetrocknet ist, leicht durch Reiben Feuer hervorbringen kann, ebenso auch kann ein Mensch, der sich nicht nur mit seinem Körper von allen Sinnesobjekten äußerlich fernhält, sondern diesen Körper auch von allen sinnlich begehrenden Trieben ganz befreit hat, zur übersinnlichen Wahrnehmung und Schau und zur Geistesmacht und damit zur Erwachung gelangen.

Diese Einsicht wurde, wie gesagt, der Antrieb und Ausgangspunkt seiner asketischen Bemühungen. Und nachdem er mehrere Jahre lang auf ähnlichen untauglichen Wegen wie seine asketischen Zeitgenossen vergebliche Anstrengungen

gemacht hatte, von der Sinnensucht freizuwerden, da fiel ihm das Erlebnis eines seligen Entrücktseins von der Weltwahrnehmung ein, das ihn als Knabe überkommen, ihn über alle Weltlichkeit hinausgehoben und tief beseligt hatte.

Nun empfand er, dass dies der richtige Weg sei, um zuletzt zur Erwachung zu kommen, dass das feuchte Holzscheit nur trocken wird durch das Erlebnis überweltlichen Wohls. Diesen Weg beschritt er, gewann die seligen Entrückungen im *samādhi* und gelangte so zur Geistesmacht, zur Erwachung und zur vollständigen Weltüberlegenheit. So erreichte er mit dieser Transformierung, der Umbildung des „Inneren“, seines Herzens, auch die genau entsprechende Umbildung des „Äußeren“, die vollständige Transparenz der „Welt“ nach dem vorhin zitierten Wort von *Sutakar S. Dikshit*.

Die Übung aber, die der Erwachte in seiner dritten Botschaft nennt, ist der Übungsweg, der Entwicklungsweg, der zur immer tieferen Ausbildung des Herzensfriedens bis hin zu eben jenem Entrückungserlebnis führt, das er seinerzeit als Knabe gewonnen hatte.

Die in diesem dreifachen Bild vom Holzscheit liegende Lehre von der Abhängigkeit unseres Welterlebnisses von dem mit Sinnensüchtigkeit besetzten Herzen (der „Seele“) zieht sich durch alle höheren Aussagen des Erwachten, die auf die Überwindung des Todes hinzielen. Durch die Sinnensüchtigkeit ist sowohl die Gegenständlichkeit dieses als „stofflich“ erfahrenen Körpers wie auch der als „stofflich-gegenständlich“ erfahrenen Welt bedingt. Nur durch die völlige Ausrodung der Sinnensüchtigkeit aus diesem Körper (dem vollständigen Trocknen des Holzscheites) wird die Weltüberlegenheit, die Weltüberwindung und damit die Todüberwindung erreicht.

Das drückt der Erwachte auch in seinem Gespräch mit zwei „weltgläubigen“ Brahmanen aus (A IX,38). Die Brahmanen werden als „weltgläubig“ bezeichnet, weil sie im Gegensatz zu den meisten ihrer indischen Zeitgenossen den *māyā*-Charakter der Welt nicht begriffen, sondern das waren, was die Philosophie als „naive Realisten“ bezeichnet.



Diese Brahmanen kamen zum Erwachten und fragten ihn über die Lehren von zwei damaligen Sektenführern, welche beide behaupteten, sie besäßen übersinnliche Wahrnehmung, durchschauten die ganze Welt, seien allwissend. Aber sie widersprachen sich darin, dass der eine behauptete, er sehe, dass die Welt endlich sei, während der andere behauptete, sie sei unendlich. Die Brahmanen fragten nun den Erwachten, wie es sich in Wirklichkeit damit verhalte.

Der Erwachte geht auf solchen Streit nicht ein, sondern hilft ihnen, die Dimension der Täuschung, der Blendung zu überwinden, in welcher sie sich befinden. Er sagt ihnen, dass das Welträtsel nie mit innerweltlichen Maßnahmen gelöst werden könne; auch wenn man den Raum hundert Jahre lang in gerader Richtung mit Lichtgeschwindigkeit durchblitzen würde, gelange man nicht an das Ende der Welt, sondern nur durch eine ganz andere Vorgehensweise. Dann sagt der Erwachte - und hier zeigt sich die Übereinstimmung mit dem Holzscheitgleichnis - dass die dem Menschenherzen eigenen fünf sinnlichen Begehrensdränge von ihm, dem Erwachten, als die „Welt“ bezeichnet werden, weil nur durch sie das Welterlebnis bedingt ist.

Diese fünf Begehrensrichtungen sind:

1. die von dem im Auge wohnenden Lugerdrang erfahrbaren Formen, die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen, dem Begehren entsprechenden, reizenden,
2. die von dem dem Ohr innewohnenden Lauscherdrang erfahrbaren Töne,
3. die von dem der Nase innewohnenden Riecherdrang erfahrbaren Düfte, ...
4. die von der der Zunge innewohnenden Geschmäckigkeit erfahrbaren Säfte, ...
5. die von dem dem Körper innewohnenden Tastungsdrang erfahrbaren Dinge, die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen, dem Begehren entsprechenden, reizenden; diese seien es, welche in der Wegweisung des Vollendeteten „Welt“ genannt würden.

Hier haben wir den Sinn des Gleichnisses: So wie das feuchte Holzsplit vom Wasser ganz und gar durchtränkt ist, so ist der Körper des „natürlichen“ Menschen ganz und gar von Sinnensüchtigkeit durchtränkt.

So wie mit dem vom Wasser durchtränkten Holzsplit durch noch so vieles Reiben nie Feuer erzeugt werden kann, so kann mit dem von Sinnensüchtigkeit durchtränkten Körper die weltüberlegene, weltlöschende Wahrheitswahrnehmung und gar die Befreiung in der Erwachung nie erlangt werden. Das Begehren nach den weltlichen Erscheinungen, die Beschäftigung mit der Welt, der Umgang mit der Welt und die Vorstellung „Welt“ im Denken - das erhält das Welterlebnis und setzt es fort und damit das Erlebnis des sterblichen Körpers mit allen weltlichen Begegnungen.

Der Mensch, der die Gefangenschaft in dem Materie-Erlebnis und in der Anhänglichkeit an bestimmte sinnliche Eindrücke durchschaut und als unwürdig erkannt und darum die fünf Bindungen des Gemütes ganz abgeschnitten hat, bedarf nun einer inneren Umbildung und Umgewöhnung, einer Transzendierung über all diese Anhänglichkeiten und die dadurch bedingte Weltgläubigkeit hinaus, ehe er Geistesmacht erlangt.

Solange der Mensch seine bisherige Gefängnisperspektive dem Welterlebnis gegenüber beibehält, so lange ist er eben durch diese geistige Haltung auch der Geistesmacht fern. Es geht darum, eine andere, eine überlegene Perspektive allmählich zu erwerben und zu befestigen.

In den großen von Schiffen befahrenen Strömen oder Kanälen sind hier und da Schleusen erforderlich, unter anderem solche, die das Schiff auf ein höheres Niveau heben. Das Schiff kommt auf dem tieferen Flussbett bis zur Schleuse, dort ist für das Schiff die Welt verriegelt, der Schiffer sieht sich vor einer mehrere Meter hohen Stahl- oder Betonwand, und er weiß, dass sich der Wasserspiegel erst da oben weiterhin fortsetzt, dass er mit seinem Schiff da oben hingelangen muss. Darum muss er warten, bis sich in dem Flussbett, in der

Schleusenkammer, in der er sich mit dem Schiff vor der Schleusenwand befindet, immer mehr Wasser angesammelt hat und das Wasser mit dem Schiff immer höhersteigt, bis es die Höhe des oberen Wasserspiegels erreicht hat. Dann erst kann es dort auf einem anderen Niveau die Fahrt fortsetzen.

Ein ähnliches Gleichnis gibt der Erwachte (M 125). Da vergleicht er den normalen Menschen, also uns, mit zwei Freunden, die im Dschungel vor einem mächtigen hohen Felsen stehen. Der Felsen ist undurchdringliche Materie, und außerdem verdeckt er ihnen den allumfassenden Rundblick. So auch steht der Mensch mit seinen beschränkten, begrenzten Sinnen vor der Materie und kennt darum nur die Gegenwart, nicht die Zukunft, die Aussicht.

In diesem Gleichnis beschreibt der Erwachte nun, dass die Freunde allmählich den Fels erklettern, bis sie oben auf sein Plateau gelangen. Dort haben sie nichts Undurchdringliches mehr vor sich und haben außerdem rundum weiteste und fernste Aussicht.

Alle diese Bilder weisen erstens darauf hin, dass die Geistesmacht für den normalen Menschen unmöglich ist, zweitens dass die Geistesmacht eine große Transzendierung, Veränderung des Menschen voraussetzt, nämlich eine Entwöhnung von Bisherigem und eine Angewöhnung von noch nicht Gewohntem, und drittens, dass diese Umgewöhnung möglich ist. - Insofern erfordert die Geistesmacht gemäß der zweiten Botschaft des Erwachten eine andere Grundlage, eine andere Voraussetzung, als sie beim normalen Menschen gegeben ist: die Aufhebung von Weltgläubigkeit und Weltbegehren.

Die Einsicht, dass das Begehren aufgehoben werden müsse, hatte der Erwachte bereits vor seiner Erweckung, nachdem er seinen prinzipialen Stand aufgegeben, seine Heimat verlassen hatte und auszog, um die Wahrheit zu suchen. Er verbrachte dann etwa fünf Jahre in dem vergeblichen Bemühen, seinen Körper von dem gesamten sinnlichen Begehren zu befreien (das waren die Jahre der berühmten Schmerzensaskese). Als die vielfältigsten Versuche: Entbehrung und Selbstqual ihn

immer wieder bis an den Rand des Todes brachten, aber nicht im geringsten den Körper zu jener vollständigen inneren Ruhe, die der Ausdruck der Begehrlosigkeit ist - und als er in seinem Geist keinen anderen Weg mehr wusste, auf welchem er noch die Befreiung vom Begehren versuchen könnte, da, in diesem Zustand einer gewissen Ratlosigkeit, fiel ihm ein, dass er als kleiner Knabe, als er einmal allein im Schatten eines Baumes saß, das Erlebnis einer Entrückung von der Weltlichkeit gehabt hatte. - Mit der Erinnerung an dieses Erlebnis kam auch wieder das Bewusstsein jenes tiefen seligen Friedens in ihm auf, das seinerzeit sein ganzes Wesen durchzogen hatte, das aber damals von dem kleinen Knaben nicht verstanden werden konnte und bald durch den Umgang mit den anderen wieder überdeckt worden war.

Der Erwachte berichtet, dass die große Seligkeit jenes Erlebnisses der vollkommenen Abwesenheit aller Sinnlichkeit, ja, aller sinnlichen Wahrnehmung ihn jetzt so stark anmutete, dass er sich ernsthaft die Frage stellte, ob jener Zustand der Weg sei, um von allem Begehren endgültig freizukommen. Indem er nun sich jenes Erlebnis wieder deutlich vor Augen führte, die vollkommene Freiheit und Befreiung von aller weltlichen Bedrängnis, die innere selige Ruhe, von welcher kein Anfang noch Ende zu erkennen war und zugleich die Klarheit und Wachheit dieses Zustandes gegenüber der gegenwärtigen dumpfen Weltbedrängnis - da wurde ihm gewiss: „Dies ist der Weg!“

Und er, der durch seinen bisherigen Reinheitswandel sich schon längst zu großer Helligkeit des Gemütes und Reinheit des Herzens entwickelt hatte, er konnte sehr bald diesen Zustand der Entrückung wieder herbeiführen, im Laufe der Zeit immer leichter herbeiführen und länger währen lassen, konnte von dem ersten Grad der Entrückung in den zweiten, tieferen Grad gelangen, in den dritten noch tieferen Grad und in den letzten, den vierten Grad der vollkommenen Reine. Mit diesem Zustand wird für ein Wesen, das wie der damalige Asket Gotamo den Daseinskreislauf wie einen Alptraum empfindet

und nur noch nach dem Weg sucht, aus dieser Gefangenschaft in diesem Leidenskreislauf völlig frei zu werden, das letzte Verlangen nach der uns so natürlichen Welt völlig aufgelöst, wird alle weltliche Blendung bis auf den letzten Rest völlig aufgehoben, ist der Schleier der *māyā* zerrissen und ausgelöscht und ist alle Wahrheit von der Wirklichkeit dem gereinigten Blick völlig offen. Diesen Zustand vergleicht der Erwachte mit dem Durchbruch des vollendeten Vogels durch die abschließende Schale in die Wahrheit des Lebens. Und er sagt von sich, dass er als erster diesen Durchbruch vollzogen habe und dass er nun den Weg weiß, auf dem jeder, der ihn zu Ende geht, zu der gleichen Erweckung, zum Heilsstand für endgültig gelangt und dass jeder, der diesen Weg wirklich betreten hat („Stromeintritt“) durch die zum Betreten des Weges erforderliche, nicht mehr umkehrbare geistige Wandlung schon lange vor dem Erreichen des höchsten Zieles endgültig gesichert ist.

Bevor wir nun betrachten, wie durch das Erlebnis der Entrückungen und durch das Auskosten dieses Erlebnisses alles sinnliche Begehren, von welchem Weltblindung und Weltgläubigkeit herrühren, völlig aufgelöst wird, soll an dieser Stelle an den Bericht des Erwachten (D 27) erinnert werden, wie in früheren Zeiten bei der Weltwahrnehmung entrückten, von innen her leuchtenden, brahmischen Wesen ohne Gegenstandserfahrung das sinnliche Begehren und damit die Gegenstandserfahrung wieder aufstieg und einen entsprechenden Körper bildete.

Der Weg zur Löschung der Sinnensucht führt  
über die Seligkeit der Entrückungen

Die Entrückungen (*jhāna*) sind nicht die Geistesmacht (*iddhi*), aber sie schaffen die Grundlage der Geistesmacht (*iddhipāda*). Wie der Herzensfriede bis hin zu den Entrückungen ausgebildet wird, und zwar in der genannten vierfachen Weise (mit Wille, Kraft, Herz und Einfühlung), das soll im nächsten

Kapitel gezeigt werden. Jetzt geht es darum zu sehen, inwiefern die Erfahrung der Entrückung zur Ausbildung dieser Geistesmacht führt. Konkret bedeutet das ja, dass die zunehmende Erfahrung eines überweltlich seligen Gefühls bei gleichzeitiger Entrückung von Welt und Ich, also ohne irgendwelche nahen oder fernen weltlichen Erscheinungen, zugleich auch zu einer zunehmenden Entwöhnung von allen weltlichen Erscheinungen führt.

Wer diese weltlose Seinsweise einmal erfahren hat, der möchte nur noch in dieser leben, wenn er könnte, weil sie eben so selig und problemlos ist. Da er nun außer seiner bisherigen Lebensform in der fortgesetzten Begegnung mit all ihren Problemen auch jene selige Seinsweise in stiller Einheit erfahren hat, da möchte er diese ganz zu seiner Lebensnorm machen, und damit beginnt eine willentliche Abwendung von der Begegnungsweise. Diese Abwendung und Entwöhnung ist zugleich die Voraussetzung für die Auflösung des Wahns von der Gegenständlichkeit und Undurchdringbarkeit der Erscheinungen.

Die vier Entrückungen heißen so, weil bei dem Menschen durch das Aufbrechen eines inneren glücklichen Gefühls die fünffache sinnliche Wahrnehmung für eine Zeitlang stillsteht, so dass er damit der gesamten Weltwahrnehmung, der Weltlichkeit völlig *entrückt* ist. Von der zweiten Entrückung an schweigt auch jegliches Denken, so dass dann allein jenes innere selige Wohl besteht. Die Zählung von der ersten bis vierten Entrückung deutet auf einen zunehmenden Reifegrad in der Heilsentwicklung hin.

### Die erste Entrückung

Ein Mensch, der in seinem Geist immer mehr die hohen Vorstellungen pflegt und sich bewusst ist, so auf dem Weg zu sein, der aus allem Leiden herausführt in immer mehr Wohl bis zur Erwachung, wird im Herzen und im Gemüt immer heller. Auf diesem Weg gelangt er zu dem ersten Grad der Entrückung:

*Da verweilt der Mönch abgeschieden von weltlichem Begehren, abgeschieden von allen heillosen Gedanken und Gesinnungen in stillem Bedenken und Sinnen. Und so tritt die aus innerer Abgeschiedenheit geborene Entzückung und Seligkeit ein, der erste Grad weltloser Entrückung.*

Die hier als Bedingung ausdrücklich erwähnte „Abgeschiedenheit von weltlichem Begehren und Abgeschiedenheit von allen heillosen Gedanken und Gesinnungen“ ist weit mehr innerlich als äußerlich zu verstehen. Solche Menschen beziehen schon lange nicht mehr ihr Wohl und ihr Glück ausschließlich aus den sinnlichen Erscheinungen der Welt, sondern immer mehr aus der reinen Kraft ihres Gemütes, aus ihren hochsinnigen Gedanken, aus allgemeinem Wohlwollen und Mitempfinden und der Liebe zu allen Wesen. Und auch wer den Gedanken über die vom Erwachten beschriebenen größeren Perspektiven nachgeht und an die erreichbaren selig erhabenen Daseinsformen oder gar an den endgültigen Ausgang ins Freie denkt, der empfindet hohe Freude über die befreienden Ausblicke.

Bei solchen weltvergessenden hohen Vorstellungen tritt es allmählich immer öfter ein, dass aus großer innerer Freude eine solche „Verzückung“ (*pīti*) eintritt, die alle geistige Aufmerksamkeit auf sich lenkt und damit von den Sinnen abzieht, so dass der Mensch nicht mehr durch die Augen nach außen blickt, durch die Ohren nach außen horcht, sondern über alle sinnliche Wahrnehmung hinaustritt, weil er der inneren Seligkeit ganz hingegeben ist.

Wie bei einem nach außen gerichteten Menschen eine äußere Situation: eine gewaltige Feuersbrunst oder die entscheidende Szene in einem spannenden Drama oder ein gefährlicher Streit auf Leben und Tod alle Aufmerksamkeit des Geistes auf diese Vorgänge in der äußeren Welt hinreißt, auf die sinnliche Wahrnehmung - so gibt es bei den in der Läuterungsentwicklung stehenden Menschen vier immer höher reichende Reifegrade, durch welche die bisher fast immer nach außen

gerichtet gewesene Aufmerksamkeit durch ganz besonders glückselige Empfindungen im Geist und im Gemüt nach innen geradezu gerissen wird, so dass - je nach dem Reifegrad - diese selige Verzückung (1. und 2. Entrückung) oder der erhabene innere Frieden (3. und 4. Entrückung) das alles beherrschende Erlebnis ist.

Von diesem Vorgang heißt es: *Wenn der Geist verzückt ist, wird der Körper gestillt.* Das ununterbrochene Lugen der Sinnesdränge durch die Augen nach außen, das Lauschen durch die Ohren, das Riechen durch die Nase usw. kommt zur Ruhe. Damit steht die schmerzliche fünffache sinnliche Erfahrung, die der Erwachte mit Schwerthieben vergleicht, still; zugleich stehen die durch die Erfahrungen ausgelösten fünffachen Berührungen des Spannungskörpers durch die gesehenen Formen, gehörten Töne usw. still, welche der Erwachte mit dem Nagen von Insekten an offenen Wunden vergleicht.

Diese beiden schmerzhaften Dauervorgänge - Erfahren und Berühren - ist der Mensch schon vom Mutterleib an gewohnt. Und weil er nichts anderes kennt, bemerkt er sie gar nicht, obwohl diese Schmerzen ununterbrochen da sind - diese fallen nun zum ersten Mal plötzlich fort. Dieses Freiwerden von der lebenslänglich gewohnten schmerzlichen Sinnestätigkeit löst ein nie geahntes, alles durchdringendes Wohl, süßen Frieden und selige Ruhe aus. Darüber heißt es: *Gestillten Körpers fühlt er ein alles durchdringendes Wohl; vom Wohl durchtränkt wird das Herz geeint.*

*Das Herz wird geeint* - dieser Zustand und seine Bedeutung ist schwer zu beschreiben. Der normale Mensch lebt immer in Zweiheit, in Zwiefalt, im Begegnungsleben, da durch die sinnliche Wahrnehmung immer einem Ich eine Umwelt begegnet, Umwelt als Menschen, als Gegenstände, als Aufgaben, Pflichten mit Planen und Sorgen. Er kennt gar nichts anderes als diese ununterbrochene Begegnung vom ersten morgendlichen Erwachen bis zum nächtlichen Einschlafen und oft auch noch in Träumen. In der ersten Entrückung aber hören alle fünf Sinnestätigkeiten auf. Da ist kein Ankommen von Welteindrü-



cken und kein Weggehen von Welteindrücken. Da ist nur ein betrachtendes Denken des Geistes über hohe, erhellende, befriedende Wahrheiten, die vom Erwachten gehört und verstanden worden sind, und dabei keinerlei Störung durch eine Umwelt, ein Weilen in friedvoller Seligkeit.

Im Anfang sind solche Entrückungen nur sehr kurz, aber wenn der Übende wieder der Welt gewahr wird und die rasante Tätigkeit der Sinne wieder einsetzt mit ihren Schmerzen und Störungen - dann erst hat man einen Maßstab und damit eine Vergleichsmöglichkeit, das Begegnungsleben als eine furchtbare, schmerzliche Mühsal zu empfinden. Darum heißt es (S 48,40), dass erst dem von der ersten Entrückung Zurückgekommenen der schmerzliche Grundzustand unseres „normalen“ Lebens bewusst wird.

### Die zweite Entrückung

*Nach Verebbung auch des Bedenkens und Sinnens verweilt er in innerem seligen Schweigen, in des Gemütes Einigung. Und so tritt die von Denken und Sinnen befreite, in der Einigung geborene Entzückung und Seligkeit ein, der zweite Grad weltloser Entrückung.*

Der Erwachte gibt für die zweite Entrückung ein Gleichnis: Da ist ein spiegelklarer See mit kühlem, labendem Wasser; der hat keinerlei Zuflüsse von außen (die Sinneseindrücke schweigen), und es kommt auch kein Regen von oben (jede Geistestätigkeit schweigt vollkommen), sondern er wird nur gespeist von einer unterirdischen, kühlen, reinen Quelle. Das bedeutet: Der Grundzustand, die reinere Herzensverfassung eines solchen Menschen ist aus sich selbst zu diesem seligen Frieden fähig, ganz ohne sinnliche wie auch geistige Anregungen und Berührungen. Aus der Zuwendung zu allen Lebewesen, aus Wohlwollen, Schonung und Fürsorge in seinem Gemüt hat er eine andere Freudenquelle entwickelt und zu einer immer größeren Wärme, Glut und Helligkeit gebracht und ist so von dem

sinnlich körperlichen Wohl immer mehr zu dem Wohl seines Gemüts „umgestiegen“, mit dem Erfolg, dass er durch die Entwicklung von innerem Glück unabhängig von der Welt geworden ist. Dazu kommen die Anblicke der gewaltig erweiterten Horizonte aus der Belehrung des Erwachten. Er weiß, wie der von den Sinnen gespeiste Daseinstraum immer heller, zarter werden und zu den erhabenen Dimensionen der Himmel sich entwickeln kann. Und er weiß auch, dass das der Weg ist, auf dem er einmal alle sinnliche Wahrnehmung, die irdische und die himmlische, übersteigt durch das Aufleuchten des inneren selbständigen Wohls aus einem reinen Herzen. Auch das Wort von *Jesus: Selig sind, die reinen Herzens sind, denn sie werden Gott schauen*, ist ein Hinweis in diese über alles Endliche hinausweisende Richtung.

Auf diesem Weg ist der belehrte Heilsgänger nun schon viele Male in die erste und in die noch stillere, seligere - da auch vom Denken freie - zweite Entrückung eingetreten und hat damit ein Wohl erfahren, für das alle Maßstäbe, die man aus der sinnlichen Wahrnehmung entnehmen kann, gar nicht ausreichen. Aus diesen Erfahrungen ist er nun „endgültig“ umgestiegen, von aller weltlichen Wohlsuche fort zu innerer eigenständiger Seligkeit. Das wiederholte Erlebnis dieser beiden Entrückungen hat ihm eine Kraft und eine Überzeugtheit gegeben, von welcher er vorher keine Ahnung hatte. Und dieses ebenso freudige wie unbeirrte Vorgehen und das immer wieder erneute Kosten aus dem beglückenden Kraftquell der ersten und zweiten Entrückungsweise hat dazu geführt, dass die juckenden körperlichen Wunden geheilt sind, d.h. dass das fünffache sinnliche Begehren (*kāma*) restlos oder fast restlos aufgezehrt ist. Damit ist er zu einem völlig anderen Lebenszustand gekommen, durch den nun auch der dritte Grad der weltbefreiten Entrückung möglich wird:

### Die dritte Entrückung

*Mit der Beruhigung auch des Entzückens lebt er oberhalb und*

*außerhalb von allem sinnlichen Wohl und Wehe in unverstörtem Gleichmut (upekhā) klar und bewusst und in einem solchen körperlichen Wohlfühlen, von welchem die Heilskenner sagen: „Dem in erhabener Ruhe klarbewußt Verweilenden ist wohl.“ Ein solcher gewinnt den dritten Grad der weltlosen Entrückung.*

Der Wortlaut: „*Mit der Beruhigung des Entzückens*“ läßt erkennen, dass die Fähigkeit zu diesem Reifegrad, der die weltbefreite Entrückung einleitet, bedingt ist durch das Aufhören der sinnlichen Bedürftigkeit. Solange diese noch bestand und das Herz auf die sinnliche Wahrnehmung aus war zum Zweck sinnlicher Befriedigung - da konnte die weltbefreite Entrückung nur durch jenes übergroße „Entzücken“ eintreten, das aus höheren und reineren Betrachtungen im Geist und Gemüt aufbrach. Nur dieses Entzücken konnte die geistige Aufmerksamkeit so stark auf sich nach innen ziehen, dass darüber die altgewohnte sinnliche Suche nach außen eine Zeitlang zur Ruhe kam und damit erst die unvergleichliche Seligkeit oberhalb der Sinnlichkeit erfahren werden konnte.

Nun ist aber ein großes geistiges Wachstum des Heilsgängers eingetreten, er ist von der Sinnlichkeit ganz befreit. Die fünffache schmerzliche Wunde des Körpers: die in den Augen wohnende Sucht nach Sehen, die in den Ohren wohnende Sucht nach Hören, die in der Nase wohnende Sucht nach Düften, die in der Zunge wohnende Sucht nach Säften, die dem ganzen Körper inwohnende Sucht nach körperlichem Tasten ist vollkommen geheilt. Und nun erst durch die Beruhigung der Sinnesdränge wird jenes dauernde körperliche Wohlfühlen erfahren, *von welchem die Heilskenner sagen: Dem in erhabenem Gleichmut klarbewußt Lebenden ist wohl.* Die quälende Sinnensucht ist aufgehoben; keine Sucht, mit den Augen nach Formen zu jagen, mit den Ohren nach Tönen usw., treibt ihn. Der von der Sinnensucht Befreite lebt körperlich endgültig in erhabener Ruhe und Leichtigkeit. Über diesen körperlichen Zustand, der über alle menschliche Vorstellung von irdischem

Wohl und himmlischem Wohl ungeahnt hinausgeht, empfindet er in seinem Geist eine stille Freudigkeit. - Das ist für längere Zeit das Lebensgefühl des von der Sinnensucht endgültig Befreiten und damit zur dritten Entrückung Fähigen, das ihn auch außerhalb der Entrückungen begleitet.

Aber geistige Freudigkeit ist nach ihrer Natur kein Dauerzustand, denn sie kommt immer nur dadurch auf, dass ein bisher gewohnter Zustand sich verbessert hat. Sie schwindet nicht nur dann, wenn jene eingetretene Verbesserung wieder aufhört, sondern schwindet selbst dann, wenn man diesen verbesserten Zustand allmählich gewohnt wird, d.h. wenn die Erinnerung an den verlassenen schlechteren Zustand allmählich verblasst. Aber das Verblasen der geistigen Freude über den erworbenen Zustand der erhabenen Ruhe und Leichtigkeit ist keine Verringerung, sondern eine Vermehrung seines Wohls. So wie der Neureiche sich freut in Erinnerung an die kürzlich erst überwundene Armut, aber der an Reichtum Gewöhnte seines Zustandes sicher und darum ruhig sein kann - so und noch mehr erhöhen sich Wohl und Sicherheit des von der Sinnensucht endgültig Befreiten im Lauf der Gewöhnung. Das erst ermöglicht die höchste Entrückung.

#### Die vierte Entrückung

*Nachdem er über alles Wohl und Wehe hinausgewachsen ist, alle frühere geistige Freudigkeit und Traurigkeit völlig gestillt hat und in einer über alles Wohl und Wehe erhabenen Reinheit lebt, da erlangt er die vierte Entrückung und verweilt in ihr.*

Um diesen höchsten Reifegrad zu beschreiben, fehlen die Worte, er ist uns zu fern. Hier am oberen Ende der gesamten Läuterungsentwicklung aus dem gemeinen Menschenland heraus herrscht jene erhabene Reinheit, die auch alle Seligkeit der ersten Aufstiegsstufe hinter sich und unter sich gelassen hat. Hier sind alle Vergleiche unzulänglich.

Von dieser erhabenen reinen Entrückung ist der Vollendete,

der Erhabene, seinerzeit am Ende seiner Erdenlaufbahn unmittelbar zur Erlöschung, zum Nirvāna , gelangt.

\*

Wer die weltlosen Entrückungen öfter erlebt, der zieht mit seinem gesamten Ichdenken immer mehr aus der Körperlichkeit aus; der identifiziert sich immer weniger mit dem Körper. Und damit wird er auch außerhalb der weltlosen Entrückungen immer mehr befreit von der verborgenen und offenbaren Todesangst, denn er weiß, dass sein Leben nicht an den Körper gebunden ist.

Weiter wird sich der Erfahrer der weltlosen Entrückungen nach seiner Rückkehr in die sinnliche Wahrnehmung bewusst, dass in der Entrückung nicht nur keine eigene Leiblichkeit ist, sondern auch keinerlei sonstige Vielfaltform ist, keine Menschen und Tiere und auch keine toten Dinge sind wie Erde, Wasser, Luft und die tausend Gegenstände. Und damit gibt es auch keine Nähe und keine Ferne, also keinerlei Raum, ja, es ist überhaupt keine Welt da, keine große und keine kleine, kein Mikrokosmos und kein Makrokosmos, aber es ist auch nicht etwa das Erlebnis eines endlosen leeren Raumes, es wird überhaupt kein Raum erlebt: kein Ich und keine Welt, nicht Raum und Zeit, sondern einiger seliger Frieden.

Durch die Erfahrung des Friedens der weltlosen Entrückung ist die negative Bewertung der gesamten Sinnendinge eine radikale, von einer unvergleichlichen Überzeugungsmacht gegenüber dem, was die Erfahrer früher unternahmen. Die weltlosen Entrückungen sind das entscheidende Erlebnis des religiös strebenden Menschen, ohne welche alle Religionen nur ein Bruchteil dessen wären, was sie wahrhaft sind. Wer das Verständnis für die weltlosen Entrückungen gewinnt, für den wird das religiöse Leben das einzig sinnvolle, weil lohnende Leben.

Durch grobe „Gier“ und „Hass“ ist das Erlebnis „Körper“ so geworden, dass Gegenständlichkeit erfahren wird: „der

Körper stößt gegen Dinge“. Solange der Körper so wahrgenommen wird, wäre das totale Aufgeben der „Erwartungshaltung“ unter Umständen dem Körper schädlich. Erst wenn Gier und Hass, die die vergegenständlichende Frequenz des Körpers schaffen, aufgelöst sind - und der letzte Grad der Auflösung geschieht dadurch, dass man den Körper immer wieder mit diesem seligen Entrückungsgefühl durchtränkt - da wird Gier und Hass ganz ausgebadet - dann hört die körperliche Frequenz auf.

Durch die Entrückung ist zweierlei geschehen: 1. ist durch die wiederholte Entrückung die Gewöhnung eingetreten, großes inneres Wohl bei sich zu erfahren. „Welt“ ist nur noch ein ganz ferner Traum. Darum besteht auch keine Erwartungshaltung mehr der „Welt“ gegenüber. 2. Durch eine bestimmte innere Haltung kann man nun, da keine Erwartungshaltung mehr nach „außen“ besteht und keine Anziehung nach und Abstoßung von „außen“ die durch eben diese geistige Erwartungshaltung - Anziehung und Abstoßung - eingebildete Festigkeit des Körpers aufheben, kann darum willentlich den geistigen Leib aus dem grobstofflichen heraussteigen lassen, kann mit dem von Gier- und Hass-Frequenzen befreiten Körper durch die Luft fahren, auf dem Wasser gehen und durch Mauern und Wälle hindurchdringen.

Die dritte Botschaft :

Die vierfache Erzeugung der Herzenseinigung,  
der Grundlage der Geistesmacht

*Wie geschieht nun die Entwicklung des Fundamentes der Geistesmacht?*

*Da entwickelt, ihr Mönche, ein Mönch in beharrlichem Vordringen das Fundament der Geistesmacht durch die mit dem Willen (chanda) erworbene Herzenseinigung (samādhi).*

*Er entwickelt in beharrlichem Vordringen das Fun-*

*dament der Geistesmacht durch die mit der Tatkraft (virīya) erworbene Herzenseinigung.*

*Er entwickelt in beharrlichem Vordringen das Fundament der Geistesmacht durch die mit der Herzensart (citta) erworbene Herzenseinigung.*

*Er entwickelt in beharrlichem Vordringen das Fundament der Geistesmacht durch die mit der Einfühlung (vimamsā) erworbene Herzenseinigung.*

*Das nennt man die Entwicklung des Fundaments der Geistesmacht.*

Diese Ausbildung des Herzensfriedens bis hin zu den Entrückungen in der in M 16 beschriebenen vierfachen Weise (durch Willen, Kraft, Herz und Einfühlung) bildet das Herz der gesamten Heilsentwicklung.

Die vorstehende Anleitung zum Erwerb des Fundaments der Geistesmacht wird oft falsch verstanden als Entwicklung der Geistesmacht (*iddhi*). Das ist ein Irrtum. Nicht die Geistesmacht selbst, sondern nur ihre Grundlage oder besser die Voraussetzung der Geistesmacht (*iddhi-pāda*) wird entwickelt. Und diese Voraussetzung besteht in der Herzenseinigung, im *samādhi*. Wie der Text eindeutig zeigt, geht es um die viergliedrig fortschreitende Entwicklung und Vertiefung des *samādhi*, der Herzenseinigung. Dieser *samādhi*-Zustand, diese ganz andere Daseinsweise als die unseres Begegnungslebens, ist die Voraussetzung für die Geistesmacht. Nur wenn diese andere Daseinsdimension, der *samādhi*, von einem Menschen ganz erworben ist, wenn er diesen Lebensstatus gewonnen hat, wenn ein so gewordener Mensch von dem Begegnungsleben, von der Welt nichts mehr erwartet, weil er in erhabenem Zustand oberhalb der Begegnungsart steht, dann verfügt er über die „Materie“. Das zeigt auch das Gleichnis vom Küchlein: Das mehrwöchige stumme, stille Bebrüten der Eier gilt für die Pflege und Vertiefung des *samādhi* bis zur Vollendung. Und der Durchbruch des ausgereiften Kükens gilt für die Geistes-

macht. Die Geistesmacht wird also nicht selber durch Übungen etwa in dieser oder jener „magischen“ Tätigkeit erzeugt, sondern durch die immer weiter fortschreitende Weltabwendung, Weltübersteigerung, Weltüberwindung in immer weiter fortschreitendem innerer Herzenseinigung. Das Küken, das später fertig ausgereift aus der Schale hervorbricht, kommt nicht dadurch zustande, dass man seine Bestandteile je einzeln herstellt und zusammensetzt, bis das Küken fertig ist, sondern kommt auf dem völlig anderen Weg zustande, indem die befruchteten Eier lediglich eine längere Zeit möglichst gleichmäßig warm gehalten werden. Auf diesem Weg geschieht es, dass ein lebendiger Vogel aus der Eischale hervorbricht. Ganz so geht es hier bei der Entwicklung der Geistesmacht. Es wird nicht geübt die Handhabung und Bewältigung von „materiellen“ Dingen (*rūpa* = Form), sondern es wird geübt ein Leben der *Abwesenheit* von allen Dingen, vom Körper samt Umwelt.

Der belehrte Heilsgänger hat die Sinnensucht als die große, gefährliche Krankheit begriffen, als die Ursache für das Anlegen dieses aus Knochen und Fleisch gebildeten Körperwerkzeugs in immer wiederholtem Geborenwerden, Altern und Sterben. Und er hat erfahren, dass es eine Entwicklung gibt, die darüber hinausführt. Er ist auf dem Weg dieser Entwicklung bereits zu der schlichten, sanften, befriedenden Begegnungsweise mit der gesamten Umwelt erwachsen und daraus zu einer Wärme und Helligkeit des Gemütes, die ihn unabhängiger gemacht hat von den äußeren Dingen. Da er in sich selber hell und heiter ist, so kann er anderen Menschen weit mehr Verständnis und Fürsorge entgegenbringen als der normale Mensch.

Dies ist das Wachstumsstadium, in dem der Mensch die vierfache Übung zur Erlangung der Herzenseinigung, des *samādhi*, beginnt.

a) Die mit dem Willen erworbene Herzenseinigung

Die genannte Reihenfolge von vier Entwicklungsetappen über



„*Willen, Tatkraft, Herz und Einfühlung*“ ist, wenn der Wille aufgekommen ist, eine ganz natürliche Entwicklung, die wir bei fast allen Unternehmungen beobachten können.

Der Wille entsteht als erstes immer dann, wenn man sich von dem betreffenden Unternehmen einen Vorteil verspricht oder - was dasselbe ist - die Verhinderung eines drohenden Schadens oder Nachteils. Wenn z.B. ein Mensch, der bisher mit seinem Wohnhaus in einem schönen Park zufrieden war, nun aber seine Berufstätigkeit an einen sehr entfernten Ort verlegen musste, dann wird er über kurz oder lang den täglich zurückzulegenden weiten Weg und den damit verbundenen Zeitverlust bald als Nachteil empfinden. Daraus wird der Wille geboren, entweder in seiner bisherigen Wohngegend nach einer anderen Berufsmöglichkeit Umschau zu halten oder in der Gegend seiner neuen Berufstätigkeit eine ähnlich schöne Wohnmöglichkeit wie die bisherige zu finden.

So ist also durch die Erschwerung der Lage der Wille nach Erleichterung entstanden. Daraus entwickelt sich sofort oder bald entsprechende Tatkraft, um diese im Geist als möglich erkannte Erleichterung praktisch zu schaffen. Diese Tatkraft bekommt ihre Kraft von der Unannehmlichkeit des Berufswegs. Je größer diese ist, um so mehr Tatkraft wird aufgebracht. Hat nun sein tatkräftiger Einsatz zu dem entsprechenden Erfolg geführt, indem er nun Wohnung und Berufstätigkeit in angenehmer Weise beisammen hat, dann kommen Wille und Tatkraft, die ihren Zweck erfüllt haben, zur Ruhe; in seinem bisher unbefriedigten und darum unruhigen Herzen kehrt Befriedigung ein, und nun beginnt die „Einfühlung“ in die neue, zunächst noch fremd anmutende Situation; im Lauf der Zeit gewöhnt man sich mehr und mehr ein, bis etwa die Zeit kommt, in der man bei Erinnerung an die alte Wohnlage oder den vorigen Beruf fast schon Befremdung empfindet.

Diese viergliedrige Entwicklung, diese geistig-seelische Gesetzmäßigkeit ist allgemein gültig bei allen Unternehmungen in Politik und Wirtschaft und im zwischenmenschlichen Umgang. Wann immer sie zu einem Abschluss kommt, läuft

sie in dieser Reihenfolge ab.

Bei der Nennung und Anwendung dieser vier Glieder seitens des Erwachten geht es also nicht um eine vom Herzen selbst, von den inneren Neigungen gewünschte Entwicklung, sondern um eine Entwicklung, die den gegenwärtigen Grundneigungen des Herzens mehr oder weniger entgegensteht, gegen welche das Herz sich darum immer wieder auflehnt. Dennoch ist die Entwicklung in jener vierfachen Reihenfolge möglich und ist ungezählten Menschen, Männern und Frauen, seit der Zeit des Erwachten bis heute vollkommen gelungen, und damit ist der endgültige Heilsstand erreicht, oder die Annäherung ist weitgehend gelungen und wird in weiterer Zukunft fortgesetzt bis zur Vollkommenheit.

Der *Wille*, mit dem alle Entwicklung beginnt, wird nicht im Herzen, sondern im Geist geboren. Gleichviel ob der Wille auch dem Herzen entspricht, ob es also um die Erfüllung eines Herzenswunsches geht oder ob er den Neigungen des Herzens gerade zuwider ist: er entsteht immer im Geist, und er entsteht mit gesetzmäßigem Zwang immer dann, wenn man durch richtige oder irrige geistige Erwägungen zu der Auffassung kommt - zu der „Anschauung“ - dass man durch die betreffende Unternehmung zu einem mehr oder weniger großen Vorteil kommt oder zu der Vermeidung großer Leiden und Gefahren, denen man ohne diese Unternehmung ausgesetzt ist. So ist also immer die Aussicht auf Gewinne und Vorteile, also auf mehr Glück und Freude oder die Furcht vor üblen Folgen die Ursache für den im Geist gefassten Willen, sich so und so zu verhalten bzw. dies oder das zu unternehmen oder gerade zu unterlassen.

Nach diesem unabdingbaren psychologischen Gesetz haben auch alle Erwachten, alle Buddhas den achtgliedrigen Heilsweg zusammengestellt. Das erste Glied, mit welchem die gesamte Entwicklung eingeleitet wird, heißt „rechte Anschauung“, und das bedeutet ja, dass man durch die Lehre des Buddha in seinem Geist erkennt, dass man durch diesen achtgliedrigen Weg aus unermesslichem Leiden und seiner unend-

lichen Fortsetzung herausgelangen kann. Solange man von diesem endlosen Leidensgang der Wesen nichts wusste, konnte auch kein Wille zur Änderung aufkommen.

Wer da wie die meisten westlichen Menschen glaubt, dass mit dem Tod die Existenz endgültig beendet sei, der kann keinen Willen aufbringen, der ausreicht, den Heilsweg zu gehen. Wer im christlichen Sinne glaubt, dass man durch Glauben an Gott und durch die Einhaltung seiner Gebote nach dem Tod für ewig in den Himmel kommt, bei dem kommt nur der Wille zur Gläubigkeit und zur Erfüllung der Gebote auf. Erst wenn in den Geist die Anschauung einkehrt, dass mit dem Tod die Existenz nicht beendet ist und dass auch mit himmlischem Dasein das Leiden nur vorübergehend etwas verringert ist, aber sich so lange fortsetzt, wie die fünf Zusammenhäufungen weiterhin zusammengehäuft werden - erst nach dem Einbruch dieses Wissens in den Geist wird zwangsläufig der Wille geboren, diese fünf Zusammenhäufungen nicht weiter zusammenzuhäufen und damit diesem endlosen Leiden zu entgehen.

Dabei bestimmt natürlich nur die Tiefe und Unzerstörbarkeit dieser Einsicht auch die Kraft des Willens. Solange diese Einsicht nicht sicher ist, solange man entweder Zweifel an ihrer Richtigkeit hegt oder solange diese Einsicht meistens durch die vordergründigen Verlockungen oder Tagesaufgaben verdrängt und abwesend ist - so lange kann natürlich auch der Wille nicht „funktionieren“. Und erst recht wird dann keine Tatkraft entwickelt, entsprechend vorzugehen.

In unserer Lehrrede aber geht es nicht mehr um den Anfang des achtgliedrigen Heilsweges, sondern um seine letzte Stufe: um die Entwicklung der Einigung des Herzens, des samādhi. Die Entwicklung der Tugend ist bewältigt. Der gesamte zwischenmenschliche Verkehr ist in der vielfach beschriebenen Weise besänftigt, erhellt und erhöht. Daraus ist man zu dem hellen, heiteren Grundempfinden erwachsen, das von den äußeren Begegnungen immer mehr unabhängig macht. Und während dieser Entwicklung, während der Jahre und Jahrzehnte, die man zu dieser Reinigung braucht, hat man durch Lesen

und Bedenken der Lehre des Erwachten immer tiefer das Leiden begriffen, das mit dem Hängen an Sinnensucht, am Körper, an den Formen verbunden ist. Und so hat man allmählich die „Bindungen des Gemütes“ daran abgeschnitten.

Es wurde beschrieben, von welchen unermesslichen Leiden, die mit diesen drei Bindungen verbunden sind, der Mensch sich befreien kann. Die Einsicht in diese Befreiungsmöglichkeiten hat dazu geführt, dass der erfahrene Heilsgänger in seinem Geist nicht mehr lange mit Lust oder Freude an sinnliche Dinge, an Schönheit oder Behagen des Körpers wie überhaupt an die in Raum und Zeit ausgebreitete gegenständliche Welt denken kann, zumal er schon lange in einem großen inneren Eigenwohl lebt, in einer hellen, sicheren, heiteren Gemütsverfassung, die ihn von allen Bindungen immer weniger abhängig macht. Der Erwachte sagt: Nach der Erlangung größeren Wohls kann man auf geringeres verzichten (M 14); und in dieser Verfassung befindet sich der bis zu diesem Stadium gelangte Heilsgänger.

Zwar sind in seinem Herzen noch Reste von all diesen Trieben vorhanden: immer wieder kommen Neigungen zum Erlangen von Sinnenlust auf, er ist auch noch im Umgang mit der Welt. Von den dumpfen unbewussten Trieben her ist die Verfassung noch so, aber sobald aus dieser Verfassung Gedanken und Vorstellungen in seinem Geist auftauchen, dann begegnen sie den von der rechten Anschauung dort eingepflanzten neuen richtigeren und erhabeneren Vorstellungen. Und damit setzt der Kampf ein, der Tatkraft erfordert, der Kampf der besseren geistigen Einsichten gegen die trüberen Gefängnisgewohnheiten des Herzens. Und während dieser Entwicklung entsteht und erstarkt immer mehr der Wille zur Weltüberwindung, zum *samādhi*, zum Herzensfrieden.

Der Wille zur Einigung des Herzens, zur Einkehr in jenen Frieden, der höher ist als alle Weltvernunft, kommt also auf, wenn man tief begriffen und nachempfunden hat, was der Erwachte über die Welt, über das Welterlebnis sagt, das uns die Sinne anbieten. In M 106 steht ein solches Wort des Erwach-

ten, welches aufzeigt, wie der Mensch, der diese Wahrheit richtig verstanden hat, daraus auch zu dem Willen zum *samādhi* kommt:

*Vorüberrieselnd, ihr Mönche, sind die Sinneserscheinungen, sind schemenhaft, trügerisch, Einbildungen; ein Blendwerk ist das Ganze, ihr Mönche, der Toren Lebensinhalt!*

*Darum meditiert der belehrte Heilsgänger:*

*Was da die diesseitigen Sinnendinge sind und auch die jenseitigen Sinnendinge und was die diesseitigen Sinneswahrnehmungen sind und auch die jenseitigen - das ist beides Totenland, ist des Todes Revier, wo der Tod seine Köder auslegt und sich seine Beute holt. Da entwickeln sich im Geist immer wieder die üblen, heillosen Bewegkräfte, wie Verlangen, Entreißen und Streiten. Diese aber sind Gefahren für den vorwärtsdringenden Heilsgänger!*

*Da sagt sich der Heilsgänger: „Wie nun, wenn ich mit weitem, erhabenem Gemüte verweilte, hätte überwunden die Welt, über ihr stehend im Geiste! Denn wenn ich mit weitem, erhabenem Gemüt verweile, überwunden die Welt, über ihr stehend im Geiste - da können im Geist diese üblen, heillosen Bewegkräfte, wie Verlangen, Entreißen und Streiten, nicht mehr bestehen. Sind sie aber aufgegeben, so ist das Herz nicht mehr kleinlich, misst nicht mehr die weltlichen Erscheinungen, wird erhaben.“*

Dieses Wort zeigt, wie aus der rechten Anschauung der Wille zum *samādhi* geboren wird, und es zeigt, wie aus dem Willen Tatkraft entsteht, zunächst die Planung für das praktische Vorgehen, um über die weltliche Wirrsal hinauszuwachsen. Aber diese Übungen sind in der hier angedeuteten Ausdehnung für den Menschen, der im Berufsleben steht, nicht möglich; doch sind bei ihm ja auch die fünf Gemütsverhärtungen nicht überwunden und sind die fünf Bindungen des Gemütes nicht abgeschnitten, ohne deren Überwindung man nicht die Voraussetzung der Geistesmacht schaffen kann.

Für die Überwindung der fünf Gemütsverhärtungen ist un-

ter den heutigen Umständen keine geeignetere Situation zu erkennen als eben die, in welcher wir uns - jeder für sich - gegenwärtig befinden: Jedermanns gegenwärtige innere und äußere Lebenssituation ist in allen ihren dunklen und hellen inneren Neigungen und äußeren Erscheinungen selbst gewirkt. Sie ist die genau maßgerechte Ernte aus dem bisherigen Sinnen und Beginnen. Dies ist unsere selbst ausgebaute „Lebensstube“, die es zuerst zu säubern gilt.

Weiter oben wurde ausgeführt, dass die vom Erwachten genannten fünf Gemütsverhärtungen auf die Dauer nur dem Tugendlosen eignen können, dass aber jeder, der die vielen Ratschläge des Erwachten zur Entwicklung von Verständnis und Mitempfinden im Umgang mit den Lebewesen befolgt und dadurch zu sanfter Begegnungsweise, also zu Tugend und zu hochherziger Art erwachsen ist - auf diesem Weg auch jene vom Erwachten genannten fünf Gemütsverhärtungen völlig überwindet. Wer dagegen seine hiesige Lebensstube in Dunkelheit, Chaos und Schmutz verlassen und in den Orden heutiger Verfassung oder sonstwie in die Einsamkeit gehen wollte, der würde erfahren, dass ihn dort gerade jene fünf Gemütsverhärtungen hindern, eine fruchtbare geistige Entwicklung zu pflegen.

Ähnlich geht es mit der Erzeugung des Willens zum *samādhi*. Der Erwachte zeigt, dass dieser Wille und erst recht die drei weiteren Schritte des *samādhi* nur dann entstehen können, wenn nach echter Überwindung der fünf Gemütsverhärtungen jene „fünf Bindungen des Gemütes“ völlig abgeschnitten sind; das heißt ja, wenn der Mensch nicht nur im Geist zur Einsicht von der Leidhaftigkeit und Gefangenschaft durch den Umgang mit den sinnlichen Dingen, mit dem Körper und überhaupt mit Form gekommen ist, sondern auch bei der Vorstellung von der Befreiung davon im Gemüt eine innere Erhellung und Erhöhung verspürt. Dazu aber kann der Mensch, der in der Entwicklung der tugendlichen Begegnungsweise einen gewissen Reifegrad gewonnen hat, hier in diesem häuslichen Leben sich sehr gut entwickeln; und wer begriffen hat, wer aus seinem

bisherigen Verständnis der Aussagen des Erwachten bei sich selbst gemerkt hat, dass es sich insgesamt so verhält, wie der Erwachte lehrt, der kann es gar nicht lassen, sich in dieser Hinsicht immer weiter zu entwickeln.

Durch Lesen der Aussagen des Erhabenen über das Wesen der Sinnensüchtigkeit, über den tatsächlichen Sucht- und Rauschcharakter dieser Lebensform kommt man zur aufmerksamen Beobachtung der eigenen Regungen und Begehungen, wenn sie aufsteigen. Diese, denen man früher einfach folgte, die überhaupt den Willen darstellten, beobachtet man nun, entdeckt mehr und mehr ihren hinreißenden Charakter und kann von da aus erst einen Begriff bekommen von dem Zustand, in dem man sich nach Befreiung davon befindet. So erst kann durch langzeitliche eigene Beobachtung dieser innen wirksamen Kräfte und ihres dunklen, schleichenden Spiels eine gemütsmäßige Abwendung von ihnen eintreten, so dass die Bindungen des Gemütes abgeschnitten werden.

Aber wie ist das zu verstehen, dass nach unserer Rede die Herzenseinigung zunächst allein durch den Willen erworben werden soll? Ich habe schon viele Male die Gesamtheit der den Menschen bewegenden zahllosen Triebe mit einem Fischschwarm verglichen<sup>68</sup>, der aus einer kaum übersehbaren Anzahl von Fischen besteht, welche in einem Gewässer in einem gewissen Zusammenhang leben. Wer einen ersten Blick auf einen solchen Fischschwarm wirft, der sieht nur eine unübersichtliche Vielzahl in unterschiedlichsten Bewegungen von schnellem Dahinjagen bis zum Stillstand einzelner. - Wer aber öfter von gleicher Stelle aus diesen Schwarm beobachten kann, der erkennt bald immer mehr Typen und unterschiedliche Bewegungsarten. Wenn man in dieser Beobachtung fortfahren würde, dann würde man hernach die einzelnen Tiere so gut kennen, dass man fast im Voraus sagen könnte, wann dieser oder jener zu einer solchen oder einer anderen Bewegungsart kommt. Ganz ebenso ist es mit der Erkenntnis der inneren

---

68 S. auch „Meisterung der Existenz“ S. 50/51

Triebe, zu welcher man in dem gleichen Maße kommen kann, als man seine Aufmerksamkeit auf sie richtet. Alle Menschen, welche ernsthaft und nicht nur äußerlich einer Religion anhängen, sondern auch ihren Anleitungen zur inneren Reinigung folgen, sind solche, die mehr oder weniger Kenntnis oder Ahnung von diesen ihren inneren Triebkräften haben, ihre unheimliche Macht wie auch zeitlose 'Jenseitigkeit' empfinden nach dem Wort von *Lenau*:

*In meinem Innern ist ein Heer von Kräften,  
unheimlich, eigenmächtig, rastlos, heiß,  
entbrannt zu tief geheimnisvoll'n Geschäften,  
von welchen all mein Geist nichts will und weiß.*

Diese Menschen wenden sich darum an solche Lehren, welche die Betrachtung des Jenseits miteinbegreifen. Das sind eben die Religionen.

Diese ihr inneres Wesen beobachtenden Menschen wissen aus Erfahrung, dass ihr „Fischzug“ manchmal insgesamt sehr wild, aber manchmal auch erheblich stiller ist, dass dann kein Rasen, Verfolgen, Fliehen, Sich-Beißen ist, darum auch kein Quirlen des Wassers, sondern eine größere Ruhe, ja, fast Frieden. Das ist eine Annäherung an die innere Einigung des Herzens, unio, *samādhi*, ist aber nur eine vorübergehende Welle der Annäherung, welcher hernach wieder die Bewegtheit folgt.

Bei wem nun der Wille zur Entwicklung des Herzensfriedens in der beschriebenen Weise aufgekommen, entstanden und erstarkt ist, der wird diese zeitweiligen Annäherungen als solche empfinden, wird darüber beglückt sein, wird versuchen, sich ihnen hinzugeben und diese Ruhe so lange wie möglich zu bewahren.

Es gibt keinen Menschen, dem diese innere Einigung, wenn sie nach ihrem Rhythmus in ihm aufkommt, nicht wohlthut; aber bei dem über die geistigen Zusammenhänge unterrichteten Nachfolger der Lehre kommt noch das klare Wissen hinzu: Nur auf dem Weg dieser fortschreitenden Ruhe gelangt man aus allen Nöten und Ängsten heraus, nicht führt die mehr oder



weniger spannungshafte Auseinandersetzung mit den tausend Erscheinungen aus Zuneigung zu den einen und Abneigung zu den anderen zu Frieden und Helligkeit, sondern das Zurücktreten von allem, das Loslassen. Der Erwachte sagt: Wer solche graduelle Beruhigung erfährt und ihren heilenden Wert erkennt und verspürt, der kommt dann wie von selber zu der Empfindung:

*Das ist der Frieden, das ist das Erhabene,  
dieses Zur-Ruhe-Kommen alles wühlenden Wollens,  
dieses Zurücktreten von Vielfalt,  
dieses Aufhören alles drängenden Lechzens,  
dieses Ablassen der täuschenden Erscheinungen,  
ihr Entschwinden und Verlöschen. (M 64)*

Der Leser wird beim Lesen dieser Worte empfinden, was gemeint ist, und auch wie durch solche Erfahrungen und Hingabe daran der Wille zu dieser Entwicklung genährt und verstärkt wird.

An dieser Stelle ist jedoch ein Hinweis von größter Wichtigkeit: Diese Entwicklung der inneren Einigung hat, wie der Erwachte immer wieder sagt, erst dann Sinn und Zweck, das heißt, sie kann auch nur dann gelingen, wenn der Mensch die fünf Gemütsverhärtungen völlig überwunden und damit die taugliche, sanfte Begegnungsweise erworben hat und wenn er die fünf Bindungen des Gemütes abgeschnitten hat, wenn er seinen Eigenwillen hinsichtlich der Dinge in dieser äußeren Welt so weit aufgegeben hat, dass er wegen dieser Dinge in keiner Weise mehr in Streit und Spannung mit anderen kommen kann oder leben kann. Solange das Lebensklima noch den Unwettern mit Blitz, Donner, Sturm und Hagel gleicht, da gilt es, erst dieses Unwetter zu beruhigen in dem beglückenden Wissen, dass es oberhalb und außerhalb der gesamten sinnlich wahrnehmbaren „Welt“ einen Frieden gibt, der höher ist als alle Weltvernunft. Daraus erwächst Wohlwollen mit den Mitmenschen und Liebe zum Frieden.

Wollten wir das spannungsvolle Klima zwischen uns und

unseren Mitmenschen fliehen und in den Orden oder in die Einsamkeit gehen, so würden wir merken, dass wir nur jenen Menschen, nicht aber den Spannungen entflohen sind, und dass sie uns in den Träumen, im Denken und im Fühlen verfolgen. Es gibt keine andere Beendigung dieser Spannungen, als indem wir sie annehmen und im Annehmen auflösen. Nur aus ausgereifter Tugend reift allmählich die Herzenseinung heran. Wenn das Erlebnis einer solchen inneren Ruhe nach dem Lebensrhythmus wie von selber bei dem Menschen aufkommt, dann ist die Hingabe daran hilfreich und förderlich. Aber das Nachtrauern bei dem Wiedereintreten der Vielfalts-erlebnisse oder gar das verzweifelte Wiederaanstreben solcher Friedensperioden - eventuell gar auf Kosten der Erfüllung vorliegender Aufgaben und Pflichten - ist schädlich und hemmend und bringt von der gesamten Heilsentwicklung wieder ab. Aber je heller und reiner das Herz und durch Nächstenliebe und Tugend reifer wird, um so leichter ist und häufiger tritt die selige Einigung des Herzens wie von selber ein.

Aber der Erwachte, der von seinen Zeitgenossen als der *unübertreffliche Lenker der erziehbaren Menschen* bezeichnet wird, überlässt seine ihm vertrauenden Jünger nicht dem scheinbar „zufälligen“ Eintreten einer solchen Beruhigungsphase, sondern lehrt sie vier sich gegenseitig unterstützende und fördernde Vorgehensweisen, mit welchen diese Einigung des Herzens von den in Tugend Ausgereiften bewusst und systematisch gefördert wird bis zur vollen Entfaltung.

Wir sprachen bisher von der vierstufigen Reihenfolge: Wille, Tatkraft, Herz und Einfühlung, in welcher die Herzenseinung zu erlangen und auszubilden ist. Wir zeigten, dass diese Reihenfolge an sich eine natürliche ist, aber wer sie kennengelernt hat, kann sie dann noch erheblich bewusster und gerader anstreben und hat dadurch erheblich weniger Schwierigkeiten.

Jetzt aber geht es um eine vierfache Weise, mit welcher jede einzelne der vier Stufen des Herzensfriedens (Wille, Tatkraft, Herz und Einfühlung) planmäßig erzeugt und entwickelt wird. Diese werden in den Reden stets als vier verschiedene

Kampfesaktivitäten (*padhānasankhāra*) zur Erreichung des jeweils gewünschten Ziels erläutert. Diese sind

1. Vorbeugung: mögliche Hindernisse nicht erst eintreten lassen (*Übles nicht aufsteigen lassen*),
2. Vertreibung: schon eingetretene Hindernisse vertreiben und überwinden (*Aufgestiegenes Übles überwinden*),
3. Erzeugung: Alle etwa möglichen Fördernisse zur Erreichung des Zieles heranziehen (*Unaufgestiegenes Gutes aufsteigen lassen*),
4. Bewahrung: Alle schon vorhandenen Fördernisse zur Erreichung des Zieles zu bewahren und zu verstärken (*Aufgestiegenes Gutes bewahren*).

Diese vier Bestrebungen werden zwar in dieser Reihenfolge genannt, aber im Unterschied zu der vorhin genannten Reihe der vierfachen Eroberung des *samādhi* werden sie nicht nur in dieser Reihenfolge, sondern immer je nach der Situation eingesetzt. So wurde vorhin beschrieben, dass einer, der bei sich selbst das Eintreten einer solchen Beruhigung seines Herzens bis zu den Graden eines inneren Friedens bemerkt, sich dann auch diesem Frieden ganz hingibt und auch anstrebt, ihn so lange wie möglich zu bewahren. Das ist die vierte der oben genannten Kampfesaktivitäten. Diese vier Arten rechten Umgangs mit Hindernissen und Fördernissen sind ganz natürliche, liegen in der Sache, gelten für jede Bestrebung. Der Buddha hat sie nicht erfunden oder diktiert, er macht sie nur bewusst, so dass man sie nun planmäßig einsetzen kann.

In S 51,13 ist dieser Zusammenhang wie folgt beschrieben:

*Wenn da, ihr Mönche, der Mönch den samādhi vom Willen ausgehend erlangt, dann nennt man das den Willenssamādhi.*

*Da strebt er an, dass alle noch nicht eingetretenen üblen Willensimpulse gar nicht erst aufsteigen. Darauf richtet er seinen Willen, darum müht er sich, setzt Kampfkraft ein, gewöhnt das Herz, strebt voran.*

*Er strebt an, alle bereits aufgestiegenen üblen Willensimpulse wieder ganz zu vertreiben und zunichte zu machen; da-*

*rauf richtet er seinen Willen, darum müht er sich, setzt Kampfkraft ein, gewöhnt das Herz, strebt voran.*

*Er strebt an, alle noch nicht verfügbaren Hilfsmittel (zum Erlangen der Herzenseinigung) sich verfügbar zu machen; darauf richtet er seinen Willen, darum müht er sich, setzt Kampfkraft ein, gewöhnt das Herz, strebt voran.*

*Er strebt an, alle ihm bereits eigenen hilfreichen Willensimpulse zu bewahren, nicht zu verlieren, sondern zu mehren, zur Entfaltung zu bringen. Darauf richtet er seinen Willen, darum müht er sich, setzt Kampfkraft ein, gewöhnt das Herz, strebt voran.*

*Das nennt man, ihr Mönche, die Kampfesaktivitäten (padhāna-sankhārā).*

*So ist dieses nun der Wille, jenes die willentliche Einigung und das sind die Kampfesaktivitäten: das nennt man nun, ihr Mönche, die durch willentliche Einigung und Kampfesaktivität erworbene Grundlage der Geistesmacht.*

So wie hier der Einsatz der vier Kampfesaktivitäten allein zur Förderung des vom Willen ausgehenden *samādhi* beschrieben wird, so wird in dieser Rede noch dreimal fast im selben Wortlaut gezeigt, wie auch für den mit der Tatkraft (2), mit der Herzensart (3) und mit der Einfühlung (4) zu erreichenden *samādhi* stets alle vier Kampfesaktivitäten einzusetzen sind.

Wir sind aber noch bei dem ersten Schritt, dem willentlichen *samādhi*.

Wenn auch schon die tiefe und überzeugte Erkenntnis, dass alles welthafte Begegnungsleben eine Wahnkrankheit ist, in dem Nachfolger den Willen zum weltüberwindenden *samādhi* weckt, so wird dieser Wille doch erheblich gestärkt und genährt, wenn man in der eben beschriebenen Weise schon Annäherungen an diesen Zustand erfahren hat, wobei der friedvolle, problemlose und fast weltbefreite Charakter dieses feinen Zustands auffällt.

Darüber berichtet der Erwachte aus seiner eigenen Entwicklung: Als er mit knapp 30 Jahren seine fürstliche Familie

und die Residenz seines Vaters verließ, um Wahrheit und Heil zu suchen, da hatte er zunächst etwa sechs Jahre lang in der damals bei den Einsiedlern üblichen Weise durch größte innere und äußere Entbehrungen vergeblich die Sinnensucht zu überwinden versucht. Als er dann am Ende seines Wissens über etwa noch mögliche Wege war, da fiel ihm ein, dass er in seiner Kindheit einmal eine solche selige Entrückung von der Welt - eine vollständige, nicht nur die hier beschriebene Annäherung - erlebt hatte. In der Erinnerung an den seligen Charakter dieses gestillten Zustands wurde er völlig gewiss, dass darin der Weg zur Befreiung lag, und mit dieser Erkenntnis wurde in ihm der Wille geboren, diesen *samādhi* anzustreben. Dann aber erreichte er auf Grund seiner schon weit ausgebildeten und gesammelten Kräfte und aufmerksamen Klugheit sehr bald diesen *samādhi* und vollendete ihn bis zum Durchbruch zur Weisheit und dann zur Erlösung. So wurde er ein Erwachter. - Ähnlich geht es, wie gesagt, einem jeden aufmerksamen Heilsschüler des Erwachten spätestens dann, wenn er eine Annäherung an den *samādhi* bei sich erfahren hat: der Wille, diesen immer weiter anzustreben und zu vervollkommen, entsteht spätestens dann zwangsläufig.

Je mehr nun einer, der zu dieser Entwicklung gelangt ist, über eigene Umsicht verfügt oder durch die Belehrung des Erwachten über die vierfache Kampfesaktivität unterrichtet ist, um so mehr wendet er diese nun systematisch an.

1. Die Vorbeugung: Er überlegt, welcher Umgang mit Menschen und Dingen ihn immer wieder zur Vielfalt und darauf zur Erregung bringt, also von der Herzenseinigung entfernt; und er beschließt, diese Begegnungen immer mehr zu meiden.
2. Die Vertreibung: Er beobachtet bei sich, wenn er wieder in einer größeren Hingabe als nötig ist, in irgendwelchen Vielfaltsaufgaben steht, und bemüht sich, sich da wieder zurückzunehmen, weil er dem Frieden näher kommen will.
3. Die Erzeugung: Er erinnert sich solcher Gedanken und Situationen, solcher Lektüre, die ihn öfter schon in die Nä-

he solcher Ruhe gebracht hatten, und bemüht sich, diese immer mehr an sich heranzuziehen.

4. Die Bewahrung: Erst recht bemüht er sich, solche innere Beruhigung, wenn sie bei ihm eingetreten ist, zu bewahren und zu pflegen.

#### b) Die Tatkraft zur Entwicklung des Herzensfriedens

Nachdem der Wille zum Herzensfrieden entstanden ist, wird als zweites das unternommen, was zu unternehmen ist, um den Abstand von der jetzigen inneren oder äußeren Situation zu der angestrebten zu überwinden. Dazu ist immer Aufbruch und Einsatz, also Tatkraft, erforderlich. Mit der Anstrengung der besten Kräfte seines Gemüts hält er sich leuchtkräftige Bilder der Wahrheit vor Augen - die Erinnerung an das Elend der Sinnlichkeit, an den Segen des Loslassens und an die eigenen Erfahrungen inneren Friedens. Er jocht sich an das Wissen an: Ich bin im Wahn; Materie, Geborenwerden, Sterben, Ich und Welt ist eingebildet, bestehen aus befestigten Vorstellungen, aus Wahrnehmung, Bewusstsein. Der Eindruck von Materie ist ein Irrtum. Alles Erlebte besteht aus Erleben, Bewusstsein, Traum. – Bewusst setzt er die Tatkraft ein, um den wahrheitsgemäßen Anblick zu bewahren, beugt voraussehbaren Störungen vor, vertreibt entgegengesetzte Gedanken, entwickelt und pflegt die hilfreichen, förderlichen Gedanken.

#### c) Der Einsatz des Herzens zur Entwicklung des Herzensfriedens

Wenn der Übende merkt, dass sein Herz ganz auf den Herzensfrieden gerichtet ist, dass ihm nur im Zustand des Herzensfriedens vollkommen wohl ist, dann kommt eine große Befriedung und Ruhe über ihn. Diese Empfindungen bewahrt er, weist alle Gedanken, die stören könnten, ab, lässt auch alle weltlichen Ziele los, die ja mit dem Tod, dem Verlassen der Welt, auch wieder zerbrechen würden, und erzeugt und pflegt

die Hinneigung zum Frieden des Herzens und zur Ruhe.

#### d) Das Einfühlen in den Herzensfrieden

Durch die Erfahrung einer großen Stille und Weltabgewandtheit kommt die fünffache sinnliche Wahrnehmung zur Ruhe, hört auf. Der Mensch gerät in eine mit allen sinnlichen Erlebnissen nicht vergleichbare Seligkeit.

Wenn der Mensch nun nach längerem oder kürzerem Verweilen in dieser überweltlichen Seligkeit und Stille wieder sich seines Körpers und der Umwelt bewusst wird, dann geht es um die Eingewöhnung, also darum, dass er sich nun nicht gleich wieder der Umwelt zuwendet, sondern die feinen Nachwehen dieses seligen Zustands so lange wie möglich festhält. So empfiehlt der Erwachte:

*Diesen Körper durchdringt und durchtränkt, erfüllt und sättigt er nun mit der in jener Einigung entstandenen Beglückung und Seligkeit, so dass nicht der kleinste Teil seines Körpers von dieser in der Einigung entstandenen Beglückung und Seligkeit ungesättigt bleibt.*

Das bedeutet, dass dieser Körper, der nach seinem ganzen Sinn und Zweck und darum auch nach seinem Gefüge als Werkzeug der sinnlichen Wahrnehmung zu dienen gewohnt war und darum in einer vom Standpunkt des Friedens aus gesehen rastlosen, unruhigen Vibration besteht - von dieser alt gewohnten Unrast mehr und mehr bis vollständig befreit wird.

Das ist der tiefere Sinn des Einfühlens: der zunächst nur gelegentlich erworbene Zustand des weltüberlegenen Friedens soll zur Gewöhnung werden, soll zum Dauerzustand werden, und damit soll der frühere Daseinszustand der rasanten sinnlichen Wahrnehmung, des Erraffens von außen, immer mehr zur Ruhe, zur Entwöhnung kommen, bis nichts mehr davon übrig bleibt. Das Sich-Hingeben an das neu aufgekommene Größere, sich damit ganz durchtränken und die letzten Reste des Größeren damit hinausschwemmen: das ist Einfühlen im höchsten

Sinne, das ist die seligste und leichteste aller vier „Übungen“.

Nach den Lehrreden zeigt sich (z.B. M 149), dass es keinen Geheilten gibt, der nicht durch diese Übungen die Herzenseinigung (*samādhi*) gewonnen hätte, aus der allein als Frucht das Klarwissen erwächst, in welchem alle Sinnensucht und damit der Ich- und Weltwahn aufgelöst sind.

Diese Übungen zur Gewinnung der Einigung aber sind für Menschen, die in Beruf und Familie leben, nicht durchführbar; es sei denn, sie haben als Heilsgänger weltliche Vielfalt durchschaut und erfüllen mit leichter Hand ihre Aufgaben und ihre Pflichten, lassen niemanden und nichts zu kurz kommen, aber hängen an nichts. Solche mögen sich nur wohlfühlen, wenn sie am Feierabend oder am frühen Morgen für sich allein sind und dem großen Befreiungsgedanken nachgehen, aber sie kommen damit nur langsam voran. Das direkte Angehen der Herzenseinigung ist nur dem Mönch möglich, von dem es in M 16 heißt: *Er gewinnt unbeugsame Entschlossenheit als Fünftes*. Er hat seine „feste Burg“ in sich und wird immer entschiedener, immer ausdauernder in dem Verweilen in der Einigung. Er ist durch nichts mehr von der Einigung abzubringen, ist darin unüberwindlich geworden, seine Ausdauer ist unverrückbar, sie ist das Stehvermögen zum höchsten Loslassen. Damit ist er an die Schwelle gelangt, an welcher der achtfältige Heilsweg auf seiner letzten Stufe der Herzenseinigung zu solcher Vollendung gebracht wird, dass aus ihm die Frucht der Erlösung hervorgehen kann.

Die vierte Botschaft (S 51,19):

Der achtgliedrige Heilsweg als erste Voraussetzung

Die letzte der vier Botschaften des Buddha nennt nun, nach der Erklärung, was Geistesmacht ist und welches ihre Fundamente sind, die allererste Voraussetzung für die Entwicklung der Geistesmacht:

*Was sind die zur Entwicklung des Fundaments der Geistes-*



*macht befähigenden Vorübungen (iddhi-pāda-bhāvana-gāmini-patipadā)? Es ist dieser achtgliedrige Heilsweg, nämlich:*

*Rechte Anschauung,  
rechte Gemütsverfassung,  
rechte Rede,  
rechtes Handeln,  
rechte Lebensführung,  
rechtes Mühen,  
rechte Wahrheitsgegenwart,  
rechte Herzenseinigung.  
Das sind die zur Entwicklung des Fundaments der Geistes-  
macht befähigenden Vorübungen.*

Hier sagt der Erwachte nun, dass auch die Erzeugung des Fundaments der Geistesmacht von unserem normalen menschlichen Standpunkt aus nicht einmal begonnen werden kann, sondern noch andere Übungen voraussetzt, und er nennt den achtgliedrigen Heilsweg als diese Voraussetzung.

Das wird uns klar, wenn wir bedenken, dass ja der Wortlaut der Übung der dritten Botschaft zeigt: Die Entwicklung des Fundaments der Geistesmacht ist die Entwicklung des *samādhi*, der Einigung des Herzens, sie stellt also das achte Glied des Heilsweges dar. Schon insofern muss die Bewältigung der übrigen Glieder des Heilswegs vorangehen.

Der achtgliedrige Heilsweg enthält die vollständige Aufzählung jener acht Übungen und Umgewöhnungen, durch welche man an sich und mit sich die Entwicklung vollzieht, die vom normalen Menschen bis zur Erwachung führt. In diesem achtgliedrigen Weg ist aber - da es sich ja nur um den Entwicklungsweg handelt - nicht das Ergebnis und Ziel, nämlich die vollendete Weisheit (9), also der durch die Ausrodung aller Blendung erworbene erlösende Klarblick, und auch nicht die dadurch bedingte Erlösung, die Erwachung (10) genannt. Diese sind erst das Ergebnis, die Frucht des achtgliedrigen Wegs. Dementsprechend heißt es (M 117):

*Auf diese Weise wird der achtfach gerüstete Kämpfer zum zehnfach ausgerüsteten Erlösten und Geheilten.*

Andererseits sehen wir, dass der Erwachte in den Gesprächen mit seinen Mönchen die ganze Heilsentwicklung in drei großen Abschnitten beschreibt: Tugend - Herzenseinigung - Weisheit. In der folgenden Aufstellung finden wir eine Zuordnung der drei Entwicklungsabschnitte zum achtgliedrigen Weg.

Achtgliedriger Heilsweg:	3 Entwicklungsetappen:
1. Rechte Anschauung	
2. rechte Gemütsverfassung	
3. rechte Rede	
4. rechtes Handeln	1. Abschnitt
5. rechte Lebensführung	Tugend als sanfte Begegnung
6. rechtes Mühen	2. Abschnitt
7. rechte Wahrheitsgegenwart	Vertiefung als
8. rechte Einigung	Herzenseinigung
9. von Blendung befreiter Klarblick	3. Abschnitt
10. Erlösung	Weisheit
	Früchte des achtgliedrigen Heilswegs

Wir haben in M 16 zwei nur scheinbar verschiedene Aussagen des Erwachten über die Voraussetzungen, die erforderlich sind, um die Grundlage der Geistesmacht, eben die Herzenseinigung (*samādhī*), überhaupt erst ausbilden zu können: In der vierten Botschaft sagt der Erwachte, dass diese Voraussetzung in dem Zurücklegen des achtgliedrigen Heilsweges liegt. Aber weiter oben zitierten wir die Worte des Buddha, nach welchen der Mönch die Grundlage der Geistesmacht erst dann entwickeln könne, wenn er die fünf Gemütsverhärtungen überwun-

den und die fünf Bindungen des Gemütes ganz durchschnitten habe. - Aber wir werden sehen, dass diese beiden unterschiedlichen Äußerungen einander näher sind, als es auf den ersten Blick scheint:

Wer der Wegweisung des Buddha praktisch nachfolgt, der wird im Lauf der Jahre immer gewisser darin, dass die große Vielfalt in dem gewaltigen Schatz der überlieferten Aussagen des Erwachten nur im Ausdruck, nicht aber in der Substanz liegt und dass die vielfältige und vielseitige Ausdrucksweise, die im Anfang von vielen als schwierig und als unübersichtlich empfunden wird, sich im Lauf der Zeit als ein Segen erweist:

Bei der großen Unterschiedlichkeit der Menschen würden die allermeisten wahrheitssuchenden Menschen keinen oder nur sehr erschwerten Zugang zu der Lehre finden, wenn sich die gleiche Wahrheit und Wegweisung immer in genau dem gleichen Wortlaut anböte. Und außerdem wäre daraus später eine harte dogmatische Schule hervorgegangen, bei welcher die Beachtung und Wiederholung des festgelegten Wortlauts wichtiger geworden wäre als die praktische Nachfolge. Unser Problem der unterschiedlichen Aussage ist hier leicht aufzulösen. Zunächst sehen wir, dass der Erwachte zu Mönchen spricht. Diese Mönche kennen durch die Belehrung theoretisch die Phasen der Umerziehung, die erforderlich sind, um sich vom natürlichen menschlichen Status bis zum Heilsstand zu entwickeln. Manche dieser Phasen kennen sie bereits aus eigener Erfahrung. Für diese Mönche gilt die Belehrung des Erwachten über den achtgliedrigen Heilsweg als das Fundament der gesamten Lehre.

Die rechte Anschauung, das erste Glied des Heilswegs, hatten sie weitgehend schon vor dem Entschluss, in den Orden einzutreten, gewonnen. Ja, die rechte Anschauung war es, die sie dazu anregte.

Das zweite Glied, die rechte Gemütsverfassung, zeigte sich unter anderem in dem Eintritt in den Orden und in der Weltabgewandtheit des nun praktizierten Ordenslebens. Natürlich sind manche Mönche einer augenblicklichen Gemütsanwand-

lung gefolgt und wurden hernach doch wieder vom Begehren übermannt.

Rechte Rede, rechtes Handeln und rechte Lebensführung, das dritte, vierte und fünfte Glied des achtgliedrigen Wegs, die zusammen den Abschnitt der Tugendentwicklung bilden, hatten die meisten von ihnen weitgehend schon vor dem Eintritt in den Orden, also im häuslichen Stand, geübt, und als Mönche üben sie diese tugendliche = heilstaugliche Haltung noch viel stärker.

Hierzu, zu dem Abschnitt der Tugendentwicklung, gehört nun auch alles das, was der Erwachte in unserer Rede als die „Überwindung der fünf Gemütsverhärtungen“ bezeichnet. Man kann sagen, dass deren allmähliche vollständige Überwindung geradezu identisch ist mit der Tugenderfüllung. Diese Gemütsverhärtungen sind wahrlich eine Erschwerung oder Verhinderung des tugendlichen Strebens. Dass es sich so verhält - dass man seine Tugendreinheit an der Abnahme jener fünf Gemütsverhärtungen messen kann - erfährt jeder Nachfolger bei sich. Wenn man in Gedanken an den Erhabenen, an die Lehre, an die Gemeinschaft der Heilsgänger und an die vom Erwachten aufgezeigten praktischen Übungen nur Beruhigung, Klärung und Sicherheit empfindet und wenn man fünftens immer weniger Anstoß am Reden oder Verhalten irgendwelcher Mitmenschen nimmt - dann ist man auch in demselben Maß in der Tugend insgesamt zur Reinigung, zur Erhellung, ja, zur Besänftigung des Begegnungslebens gekommen.

Ganz dementsprechend können wir auch umgekehrt bei uns erkennen, dass alle unsere Unvollkommenheiten in der Entwicklung der Tugend letztlich bedingt sind durch diese oder jene der fünf Gemütsverhärtungen, besonders der letzten. Diese sind es ja, die zur „harten Begegnung“ führen, und mit ihrer Überwindung wird der Mensch im Ganzen heller, sanfter, nachsichtiger, verstehender, liebender.

So sind also die ersten fünf Glieder des achtgliedrigen Heilswegs schon mit der vollkommenen Überwindung der fünf Gemütsverhärtungen auch ebenso stark erfüllt.

So bleiben vom achtgliedrigen Heilsweg nach Zurücklegen der besprochenen fünf ersten Glieder noch das sechste und siebente Glied vor der Vollendung des *samādhi*, des achten Glieds, übrig: rechtes Mühen und rechte Wahrheitsgegenwart. Wie weit diese beiden Glieder zurückgelegt werden durch das immer vollständigere Abschneiden der „fünf Bindungen des Gemütes“, das geht aus ihrer Beschreibung hervor.

Es wurde beschrieben, dass die Bindung des Gemüts an die Sinnendinge (*kāma*), dann an den Körper (*kāya*) und endlich an Form (*rūpa*) überhaupt abzuschneiden sind. Dabei geht es darum, dass man durch gründliche, unverblendete Betrachtung dieser drei Dinge immer deutlicher die mit ihnen verbundenen Leiden und Schmerzen, ja, Qualen und Schrecken, erkennt und durchschaut und dass man alle unteren Stationen des Samsāra als aus diesen drei Gemütsbindungen bestehend erkennt.

Diese „Bindungen des Gemütes“ sind erst dann ganz durchschnitten, wenn der Übende durch klare Betrachtungen nicht nur im Geist den unheilvollen Einfluss dieser drei Beziehungen durchschaut und an sie nicht nur mit dem Gefühl innerer Abneigung und Ablehnung denkt, sondern wenn er sich auch bei der Vorstellung von der endgültigen Befreiung davon sofort erleichtert, gesichert, erhellt und erhoben fühlt. Er hat zwar im Herzen noch restliche Bezüge, Verstrickungen mit Sinnensucht, mit dem Körper und mit dem Formerlebnis, er ist noch nicht vollständig befreit davon, aber im Geist ist er ihnen schon so weit abgeneigt, dass er oft und gern in dem stillen Gedenken weilt, von dem es im *Dhammapada* heißt (Dh 205):

*Wer oft und oft sich laben kann  
am Kelch der Abgeschiedenheit,  
am süßen Kelch der sel'gen Ruh',  
der ist von Angst und Untat frei,  
labt sich an Wahrheitsseligkeit.*

Wenn er beim stillen Bedenken der Zusammenhänge zu dieser völlig abgewandten Gemütshaltung gelangt, dann hat er auch die Bindungen des Gemütes abgeschnitten: Bei dem Einneh-

men der von der Zunge als wohlschmeckend empfundenen Speise gibt er sich diesem Gefühl nicht hin, weil er weiß, dass dann Sinnensucht bleibt, Körperlichkeit bleibt, Form bleibt und dass jede Erscheinungsform, auch die himmlische, nur Aufenthalt in Gefängnissen, nicht Freiheit ist, und dass auch den goldenen Gefängnissen, dem „Himmel“, bald wieder die dunkleren und schrecklicheren folgen müssen. - Dann hat er damit auch die sechste und siebente Stufe des achtgliedrigen Heilswegs erfüllt: rechtes Mühen und rechte Wahrheitsgegenwart. Dann hat er wahrlich mit vollständigem Abschneiden dieser fünf Bindungen des Gemütes alle Vorbereitungen getroffen, die erforderlich sind zum Eintritt in die vierfache Übung zur Ausbildung der Geistesmacht, also zur rechten Pflege des *samādhi*.

### Die zweifache Transzendierung

Der Erwachte bezeichnet sich als den „*Tathāgata*“, als den (aus Wahn und Täuschung) zum klaren Anblick des Wahren und Wirklichen (*tatha*) Hingelangen (*āgata*), also als den „Vollendeten“. Er hat den Heilsstand, das Nirvāna, erreicht. Dieses bedeutet aber auch, dass alles andere, alles was nicht *tatha* ist, der Täuschung zugehört, Blendung ist, Phantom ist, Luftspiegelung ist, also dem Wahn zugehört. Nirvāna aber ist die Auslöschung dieses Wahns, in welchem wir uns mit der von uns erlebten Welt noch befinden.

Diese Tatsache, dass alle Erscheinungen, diese ganze Weltlichkeit Täuschungen, Schemen sind, erkennt jeder vom Wahn genesene, geheilte Mensch, jeder *arahat*. Darum heißt es in den Versen von der „Schlange“ (Sn 9-13), dass ein jeder, der sich von Gier, Hass und Blendung befreit hat, dann hinsichtlich der gesamten Welterscheinung zu der klaren, durchschauenden Erkenntnis gekommen ist: *Dieses Ganze* (das die Welt ausmacht) *ist Täuschung, Blendung, Wahn (vitatha)*. So ist ein *Tathāgata* ein von der Wahnwelt Genesener.

So wie wir während eines Traums dieses Traumdasein für

Wirklichkeit halten und darum je nach der geträumten Situation erfreut, beglückt oder zornig oder geängstigt sind oder uns gejagt fühlen, also als ein Ich in einer Welt und durch diese Welt gefährdet - wie wir aber nach dem Erwachen sofort bemerken, dass jene Situation nicht letztlich wirklich ist, da sie sich verflüchtigt hat wie nie gewesen - ebenso erfährt ein Vollendeter, ein *arahat*, dass alles, was vor der Genesung erfahren wurde, Wahn, Krankheit war, dass nun aber Gesundheit ist, Unverletzbarkeit.

So wie wir uns als ein Ich in einer Welt empfinden und uns dieser Welt mehr oder weniger ausgeliefert empfinden und daher unsere Sorgen und Ängste haben, so empfindet ein Tathāgata, jeder vom Wahn Genesene, nichts mehr von dem perspektivischen Verhältnis eines Ich in einer Welt und darum nichts mehr von einer Gefährdung.

Insofern ist ein jeder durch die Lehre zur Vollendung, Genesung gelangte Geheilte nicht mehr ein normaler Mensch in unserem Sinn, ist auch nicht Gottheit, denn Menschen, Götter, Tiere und Geister der unterschiedlichen Grade gehören dem Wahnbereich zu, dessen gesamte Erscheinungen nicht letzte Wirklichkeit sind. Alle diese Wesen sind nach einem Gleichnis des Erwachten (M 39) Inhalte des „Samsāra-Sees“; der Genesene aber ist ihm entronnen, steht am Ufer und blickt hindurch bis zum Grund.

Der achthgliedrige Heilsweg bewirkt die Entwicklung zu dieser Genesung, welche von unserem Wahnleben (*avijjā*) durch die drei sehr unterschiedlichen Übungsetappen: die heilende Verhaltensweise (*sīla*), den heilenden Herzensfrieden und den heilenden Klarblick hindurchführt bis zum Zustand des Geheilten, Genesenen, Vollendeteten. Die Einigung des Herzens, die mittlere Seinsweise, ist ein unverzichtbarer Übergang und Durchgang auf dem Entwicklungsweg von unserer Wahnbefangenheit bis zum Heilsstand.

Im Zusammenhang mit der Nennung der Seinsweisen des Herzensfriedens und des Klarblicks wird unter Tugend verstanden jene Seinsweise, in welcher es überhaupt ein Betra-

gen, Verhalten, eine Lebensführung geben kann und geben muss. Und das ist, wie wir im weltüblichen Sinn sagen würden, im „Wachen“. Das Wort: „Wer schläft, der sündigt nicht“ bedeutet ja, dass es im Schlaf gar kein Betragen, Verhalten, Agieren, kein schlechtes und auch kein gutes, gibt, ebenso wenig in Bewusstlosigkeit, Betäubung oder Ohnmacht. - Und ebenso wenig im *samādhi*, obwohl dieser das weltüberlegene Gegenteil von Schlaf und Ohnmacht ist. Der dem *samādhi* entgegengesetzte Zustand, der unsrige, in welchem man ununterbrochen Tugend anwenden muss, also agieren, sich betragen, verhalten muss, heißt in Pāli *papañca* und bedeutet nach seiner Anwendung in den Schriften (und in Zusammenfassung der etwas variierenden Deutungen) so viel wie „Begegnung und Auseinandersetzung mit dem Vielfältigen“.

Das ist das uns allein bekannte „Begegnungsleben“. Vom morgendlichen Erwachen bis zum abendlichen Einschlafen befinden wir uns ununterbrochen in Begegnung und Auseinandersetzung mit dem Begegnenden. Mit dem Aufkommen des Bewusstseins, mit dem Öffnen der Augen fängt die Auseinandersetzung an: der Umgang mit den Nächsten und den tausend Dingen, Ankleiden, Frühstück, Beruf usw.

Dieses gesamte Begegnungsleben ist durch die Sinnestätigkeit bedingt: Durch Sehen, Hören, Riechen, Schmecken und Tasten tritt ununterbrochen „Welt“ an uns heran, nehmen wir ununterbrochen Stellung dazu, erfreut oder missmutig, zornig, geduldig, nachsichtig oder roh usw. Sobald die sinnliche Wahrnehmung schweigt - im Schlaf, in der Ohnmacht und sonstigen Zuständen von Bewusstlosigkeit - dann ist keine Begegnung und damit keine Auseinandersetzung, dann ist nicht „Tugend“.

Aber diesen unseren normalen Zustand, den wir Wachheit nennen, bezeichnen die Vollendeten, wie gesagt, als Wahn, als Blendung, Traum, Luftspiegelung, letztlich als eine tiefe, tiefe Geisteskrankheit, von welcher sie selbst durch ihre erste Transzendierung, von *sīla* zu *samādhi*, vom Begegnungsleben zur Herzenseinung, und dann durch die zweite Transzendie-



rung von *samādhi* zu *paññā* , dem aus der vollendeten Herzenseinigung hervorgehenden Klarblick, endgültig geheilt sind.

Diese durch zweifache Transzendierung erreichbaren Seinsweisen lassen sich am Bild eines Fieberkranken andeuten:

Wenn da ein vom Fieber geschüttelter Kranker auf seinem Lager liegt, in Wahnvorstellungen befangen, dann weiß er nichts von seiner Wirklichkeit. Er weiß nicht, dass sein Körper in dem und dem Zimmer auf dem Lager liegt, sondern „erlebt“ Situationen, die nur in seinem Geist, sonst nirgends vorhanden sind. Er kann in seinem Delirium Verfolgung und Kämpfe erleben, so dass sein Körper auf dem Lager sich herumwirft, unter Umständen herabfällt, ohne dass diese Tatsachen in sein Wahnleben eindringen. So etwa ist vom Standpunkt der Geheilten das Leben der normalen Wesen: untermenschlicher Geister, Tiere, Menschen und sinnlicher Götter, d.h. all derer, die sich in dem ersten der drei großen Entwicklungsabschnitte, dem „Begegnungsleben“ (*sīla*), befinden.

Wenn nun in dem Körper dieses geistig abwesenden Kranken die Bluthitze nachlässt, dann lassen unversehens die Wahnträume nach, werden blasser und blasser (*virāga*), weniger dramatisch, lösen sich auf, werden vergessen, und der „Patient schläft traumlos“. Er ist noch nicht „erwacht“, aber er erfährt auch keine täuschenden Phantasien mehr. Das ist ein nur angedeutetes Bild für *samādhi*, die Einigung des Herzens. Nach dieser ersten Transzendierung aus dem wilden Begegnungsleben in diese Freiheit von aller Begegnung wird kein Zwiespalt mehr erlebt in der Vorstellung eines Ich, das sich mit Umwelt auseinanderzusetzen hat, hier ist alle Spaltung und damit verbundene Spannung einer beseligende Ruhe gewichen.

Wenn dann in dem Körper des Patienten die inneren Vorgänge noch weiter zur Klärung kommen und der Schlaf zum Ende kommt, dann wird durch diese zweite Transzendierung die dritte Seinsweise, das Erwachen zur sogenannten „Wirk-

lichkeit“ erfahren. - In dem fieberfreien Schlaf (*samādhi*) wusste er nichts von seinem vorherigen Fieberwahn, wusste auch nichts von seinem „wirklichen“ Leben; jetzt aber nach dem Erwachen überblickt er alle drei Stadien. Dieser dritte Zustand heißt *paññā*, wird meist mit „Weisheit“ übersetzt, bedeutet Klarblick, Realblick, Wahrheitsblick: die vorherige „Blendung“ (*moha*), die im Geist zu dem Wahn (*avijjā*) führte, ist nicht mehr.

So weit wie der Genesene von der Fieberexistenz, von den Wahnszenen des Deliriums entfernt ist, so weit - und noch viel weiter - ist die Vollendung von dem Zustand der Wesen entfernt, die wir als „normal“ empfinden und bezeichnen - von unserem Zustand.

Für die Entwicklung der Herzenseinigung, des *samādhi*, gibt der Erwachte das Bild von den Eiern (M 16 und M 53), die durch die Bebrütung in ihrem Reifeprozess immer weiter fortschreiten; und den Klarblick vergleicht er mit dem aus dem Ei zum eigentlichen Leben hervorbrechenden Vogel. Es ist ein Durchbruch, eine Transzendierung im wahrsten Sinne dieses Wortes, hier als existentialer Vorgang beschrieben.

Aber ebenso, wie sich nur in einem befruchteten Ei durch Bebrütung allmählich der Vogel entwickelt und hernach hindurchbrechen kann - und wie diese Befruchtung des Eies nur durch den Akt der sogenannten „Zeugung“ eintritt - ganz ebenso kann nur aus der geistigen Zeugung jene Entwicklung eintreten, die zu dem wahrhaft „heilenden“ (*ariya*) *samādhi* hinführt, aus welchem allein hernach diejenige Weisheit, derjenige Klarblick hervorgeht, der zur endgültigen Erwachung und damit Erlösung führt. Diese geistige Zeugung wird bezeichnet als Eintritt in die Heilsströmung (*sotāpatti*).

Der Erwerb rechter Anschauung ist die Zeugung des Stromeintritts. Nach der Zeugung hat das Huhn nach wie vor alles vom Boden aufgepickt, was es fressen konnte. Aber alles diente dann immer mehr der Bildung des Eies. So geht es auch dem Stromeingetretenen. Er lebt noch in der Vielfalt, die sinnlichen Eindrücke sind sein Futter. Aber er versteht jetzt deren

Herkunft und betrachtet alles immer mehr in dem zur Einung führenden Sinn. Er hat den Wahn von einer unabhängig von ihm ausgebreiteten Welt aufgegeben und weiß, dass alles, was er erlebt, nur die Wiederkehr seiner Ideen und Taten fernster bis allerjüngsten Vergangenheit ist. Er folgt jetzt nicht mehr blindlings den äußeren Eindrücken, sondern misst sie mit dem gewonnenen Maßstab. Bei jedem Eindruck, der Freundschaft oder Feindschaft suggerieren will, sagt er: „Sieh, Wirken von früher, eine Einbildung von früher, jetzt soll sie besänftigt werden.“ So dienen alle Eindrücke der Beruhigung, Besänftigung, und so erfährt er irgendwann die ersten Entrückungen. Diese beschleunigen seine Entwicklung nach innen. Das wird mit dem in der Brut befindlichen Ei verglichen, aus dem dann das Küken hervorbricht: der Durchbruch der erlösenden Weisheit. Dann ist die höchste Geistesmacht errungen: Geheilt ist er, befreit von aller Treffbarkeit, hat vollbracht, was zu wirken war, hat abgeworfen die Last, die Daseinsfessel getilgt, ist durch höchstes Klarwissen erlöst.

## IM DSCHUNDEL

### 17. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Mönche sollen ihren Aufenthalt in Dschungel/ Dorf/ Stadt/ Land/die Gesellschaft einer Person – beenden, wenn sie keine Wahrheitsgegenwart, keine Herzenseinigung gewinnen, Wol-lensflüsse/Einflüsse nicht versiegen, Nibbāna nicht erreicht wird – unabhängig davon, ob sie wenig oder viel Kleidung, Nahrung, Lagerstatt und Arzneien für den Fall einer Krankheit bekommen.

# **Die Lehrreden aus der Mittleren Sammlung**

**18 - 44**

**ausführlich erklärt  
von Paul Debes**

**Band 4**

**Herausgeber  
Buddhistisches Seminar 95463 Bindlach**

## Inhaltsverzeichnis

M 18	Der süße Bissen .....	2761
M 19	Zweierlei Gedankenerwägungen .....	2806
M 20	Von der Beherrschung des Denkens.....	2880
M 21	Das Gleichnis von der Säge.....	2903
M 22	Das Schlangengleichnis.....	2959
M 23	Das Gleichnis vom Ameisenbau.....	3087
M 24	Der Stufenweg zur Erlösung.....	3131
M 25	Der Wohlgeschmack des Herzensfriedens .....	3221
M 26	Die Suche nach dem Heil, Freiheit von Vergänglichkeit und Leiden .....	3282
M 27	Die Elefantenspur I.....	3283
M 28	Die längere Lehrrede vom Gleichnis von der Elefantenspur.....	3361
M 29 und M 30	Die Reden vom Gleichnis vom Kernholz	3422
M 31	Die kürzere Rede bei Gosinga.....	3452
M 32	Die längere Rede bei Gosinga .....	3453
M 33	Das Gleichnis vom Rinderhirten .....	3454
M 34	Die kürzere Lehrrede über den Rinderhirten .....	3491
M 35	Saccako I .....	3504
M 36	Saccako, der Dialektiker.....	3533
M 37	Versiegung des Durstes I.....	3602
M 38	Die längere Rede über die Versiegung des Durstes .....	3635
M 39	Bei Assapura.....	3636
M 40	Die kürzere Rede bei Assapura .....	3661
M 41	Unheiles und heilendes Wirken.....	3662
M 42	Die Brahmanen von Verañja .....	3707
M 43	Erklärungen I.....	3708
M 44	Erklärungen II.....	3783

DER SÜSSE BISSEN  
18. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Diese Rede des Erwachten ist so benannt worden, weil am Ende dieser bis zum Höchsten führenden Lehrrede einer der erfahrensten Mönche zum Erwachten sagt: Wie manche Nahrung um so süßer werde, je länger man sie kaue – so auch sei ihm diese Darlegung immer verständlicher, hilfreicher und „süßer“ geworden.

Es ist möglich und sogar wahrscheinlich, dass uns dagegen das tiefere Eindringen in diese Rede nicht als ein guter und süßer, immer wohlschmeckenderer Bissen vorkommt, weil wir einige geistige Anstrengungen aufzubringen haben, um die hier beschriebenen Zusammenhänge zu verstehen. Denn wir westliche Menschen des 20./21. Jahrhunderts gehen von einer völlig anderen Weltanschauung aus und mit einem sehr anderen geistigen Haushalt an die Lehrreden des Erwachten heran.

Die damaligen Mönche gewannen durch solche Lehrreden und ihre gemeinsame Besprechung immer mehr Verständnis der Wahrheit und empfanden dabei außerdem – wie es hier zum Ausdruck kommt – noch die Süßigkeit dieser Wahrheitsfindung. Auch wir können um so mehr zum Empfinden des „süßen Bissens“ kommen, je intensiver wir den Weg zum Heil gehen.

Treffbarkeit von Wahrnehmungen beim Geheilten,  
beim Heilsgänger und beim normalen Menschen

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene im Land der Sakker, bei Kapilavatthu, im Park der Feigenbäume. Da erhob sich der Erhabene in der Morgenfrühe, nahm die äußere Robe und Almosenschale und ging nach der Stadt um Almosenspeise. Als der Erhabene, von Haus zu Haus tretend, Almosen erhalten hatte, kehrte er zurück, nahm das Mahl ein und begab sich in den Großen Wald für den Tag. Im*

*Inneren des Großen Waldes setzte sich der Erhabene unter eine Gruppe von Zitronenapfelbäumen, um hier bis gegen Sonnenuntergang zu verweilen.*

*Dandapāni, ein Sakker-Prinz, ging lustwandelnd dahin und dorthin und kam in den Großen Wald. Im Inneren des Großen Waldes gelangte er zur Gruppe der Zitronenapfelbäume, zum Erhabenen. Dort wechselte er mit dem Erhabenen höfliche, freundliche Begrüßungsworte und stellte sich, auf seinen Spazierstock gestützt, zur Seite hin. Er sprach zum Erhabenen:*

*Was bekennt und verkündet der Asket? –*

*Ich sage, dass man in der Welt mit ihren bösen und reinen Geistern, mit den Scharen der Asketen und Priester, der Geister und Menschen durch nichts in der Welt in seinem Frieden gestört werden kann und dass in den von allen Begierden abgelöst Verweilenden, Reinen, der kein Fragen mehr kennt, der alle Unruhe abgetan hat, der weder nach Dasein noch nach Nichtsein verlangt, die Wahrnehmungen nicht mehr eindringen. Das bekenne ich und verkünde ich. –*

*Auf diese Worte senkte der Sakker Dandapāni den Kopf, zog die Brauen mit drei Stirnfalten in die Höhe und ging, auf seinen Spazierstock gestützt, davon.*

Der Prinz Dandapāni, ein Verwandter des Buddha, hat sicher nicht mit einer solchen Antwort gerechnet. Er sah den Buddha im Wald am Baum sitzen, wie es bei Asketen üblich war. Er war vielleicht angetan von dem Anblick dieses Antlitzes und dieser Haltung und erwartete, eine interessante philosophische Lehre zu hören.

Der Buddha aber dringt mit seiner Antwort mitten in das Lebensgefühl des Menschen ein. Er zeigt, dass er, der Erwachte, durch alle Erscheinungen dieser Welt völlig unverletzbar, ja, unberührbar bleibt, wie es der Prinz von sich selbst gewiss



nicht behaupten kann. Der Prinz hätte also Gelegenheit, durch weitere Fragen Winke zu bekommen für die reife Gestaltung seines Lebens – aber er geht weiter.

Der Erwachte sagt also, dass Wahrnehmungen bei einem Wesen von seiner Verfassung, bei einem Geheilten, nicht eindringen. Uns normale empfindliche Menschen jedoch treffen die unterschiedlichen Wahrnehmungen unmittelbar. Der normale Mensch empfindet ein ärgerliches Wort eines anderen als ein solches, es dringt in ihn ein; er fühlt sich verletzt und muss sich damit beschäftigen, ob er es will oder nicht, denn alle Erlebnisse werden von den Anliegen und Süchten abgetastet und abgeschmeckt. Sie antworten mit Gefühl auf das, was ihnen entspricht oder widerspricht, und der Mensch spürt ganz spontan mit den Erlebnissen zusammen den Drang des Zugewandtseins oder des Widerstrebens. Der Geheilte hat diese Empfindlichkeit aufgehoben. Bei ihm dringen Erscheinungen nicht mehr ein, sondern ziehen wie Schatten nur darüber hin, so wie Wassertropfen von Lotosblättern spurlos abrollen, so dass die Lotosblätter zwar den Tropfen merken, aber völlig unbenetzt bleiben. So merken die Heilgewordenen die Welt, ohne dass die Welt irgendwie gefühlsmäßig in sie eindringen kann. Die Fluten der Erscheinungen sind für sie keine Eindrücke mehr, sie treffen sie nicht mehr, weil sie keinerlei Anliegen mehr haben. Deshalb sagte der Erwachte gleich dem ersten Pilger, der ihm nach der Erwachung begegnete:

*Allüberwinder, Allsehender bin ich,  
unbenetzt bleib ich von jeglichen Dingen. (M 26)*

Erlebnisse, Eindrücke, Bewusstwerdungen, Wahrnehmungen heißen in Pāli *saññā* = *zusammenwissen*. Zwei Dinge zusammen machen *saññā* aus: die Erscheinung und die Stellungnahme des inneren Begehrens (der Gefühlsanteil) dazu, ohne die wir die Erscheinungen gar nicht beachten und unterscheiden würden. Beides wird zusammen gewusst. Die *saññā* verbindet also Form und Gefühl zum „Ding“, das in den Geist eingetragen wird. Wir erleben also nicht objektive Formen, eine objektive Wirklichkeit, sondern was wir sehen, hören

usw., ist immer das Erlebnis von Formen (Ich-Form und Umweltsformen), und immer ist irgendein Gestimmtsein damit verbunden: das Erlebnis ist irgendeinem oder mehreren unserer Anliegen – von der Sinnugier bis zum Forscherdrang – angenehm oder unangenehm, es bewegt uns auf diese oder jene Weise. Indem wir so betroffen, verletzt sind, sehen wir als Verletzte, als Gefangene des Gefühls und erleben die Situationen schon als Geblendete.

Der Geheilte aber wird, wie der Buddha von sich sagte, in keiner Weise betroffen, beeinflusst von den Wahrnehmungen, und damit ist er nicht mehr geblendet, hat den Wahn aufgehoben, hat die Kette der bedingten Entstehung aufgehoben, die mit der gegenseitigen Bedingtheit von Wahn – Wollensflüsse/Einflüsse – Wahn beginnt.

Wahrnehmungen – das Ergebnis von Wollensflüssen/Einflüssen, das sich zeigt in Wohl- oder Wehgefühl als Folge der Berührung des Wollens- oder Spannungskörpers – malen Wahnszenen, die wiederum eindringen, den Wollens-/Spannungskörper berühren, beeinflussen. Es wird reagiert, und der Traum, der Wahn von Ich und Welt, wird immer mehr befestigt.

So vergleicht der Erwachte den gewöhnlichen Menschen mit einem feuchten Lehmhügel und die ihm von außen kommenden Sinneseindrücke mit darauf geschleuderten Steinkugeln, die tief eindringen (M 119). Der feuchte Lehmhügel gilt für den mit Anziehung/Abstoßung, dem Wollenskörper (*nāma-kāya*), „geladenen“ normalen Menschen, für den die furchtbarste Steinkugel der Tod ist, der Zerfall des alle groben Sinneswerkzeuge tragenden Fleischkörpers.

In den Geheilten aber, sagt der Erwachte, könne der Tod ebenso wenig wie andere Sinneseindrücke, weder Schmerzen noch Wohlgefühle, eindringen, so wie leichte Wollknäuel, die gegen eine Eichenbohlentür geworfen werden, in diese nicht eindringen können. Sie rühren eben nur so weit daran, dass sie registriert werden können, aber sie können nie eindringen. Die Eichenbohle gilt für den vom Wollenskörper befreiten Körper

des Geheilten, des Triebversiegten. Der Heilgewordene steht still, frei und völlig unbedrängt in den Fluten der Erscheinung. Er ist in keiner Weise geneigt, hat keine Anliegen (*anuseti*). Nichts hat für ihn Gewicht, nichts beeinflusst ihn, dringt in ihn ein. Weil keine Tendenzen, keine Anliegen mehr da sind, darum antwortet nichts mit Gefühlsbewegung. Wo bei normalen Menschen Wohl- und Wehgefühl ist, da ist in dem vollkommenen Frieden des Geheilten nur das gleichmütige, klare Merken ohne innere Anliegen. Und selbst dieses gleichmütige Merken des Rieselns der Erscheinungen kann der Geheilte – wann und wie er will – zeitweise entlassen, kann sich von ihm freimachen, dass nur noch der absolute Friede bleibt.

Der Erwachte hat mit seiner Antwort an den Prinzen einen Ausblick auf die Art eines Heilgewordenen gegeben. Er hat bekundet, dass er selber und alle anderen zum Heilsstand gelangten von allen Wollensflüssen/Einflüssen frei sind, dass sie die höchste Unabhängigkeit und Freiheit erreicht haben.

*Nachdem nun der Erhabene gegen Abend die Gedankensruhe beendet hatte, begab er sich in den Park der Feigenbäume. Dort angelangt setzte sich der Erhabene auf den dargebotenen Sitz und berichtete nun den Mönchen Wort für Wort das Gespräch, das er mit Dandapāni, dem Prinzen, gehabt hatte.*

*Da wandte sich einer der Mönche an den Erhabenen und sprach:*

*Und wie, Herr, wird der Erhabene in der Welt mit ihren bösen und reinen Geistern, mit den Schulen der Asketen und Priester, der Geister und Menschen durch nichts in der Welt in seinem Frieden gestört? Und wie dringen in den von allen Begierden abgelöst Verweilenden, Reinen, der kein Fragen mehr kennt, der alle Unruhe abgetan hat, der weder nach Dasein noch nach Nichtsein verlangt, die Wahrnehmungen nicht mehr ein? –*

*Wenn die Illusion (sankhā, wtl. Besessenheit, Zwangsvorstellung) der gespaltenen Begegnungswahrnehmungen (papañca saññā), Mönch, wodurch auch immer bedingt, an den Menschen herantritt und der Mönch sich nichts aus ihnen macht, sie nicht begrüßt und anerkennt, sie nicht festhalten will, dann endet alle Giergeneigtheit, dann endet alle Abwehrgeneigtheit, dann endet alle Ansichtsgeneigtheit, dann endet alle Unsicherheitsgeneigtheit, dann endet alle Geneigtheit, „ich bin“ zu empfinden, dann endet alle Geneigtheit zum Daseinwollen, dann endet alle Wahngeneigtheit. Dann endet auch Wüten und Blutvergießen, Krieg und Zwietracht, Zank und Streit, Lug und Trug. Dann schwinden alle üblen, unheilsamen Dinge restlos. –*

*So sprach der Erhabene. Nach diesen Worten stand der Willkommene vom Sitz auf und zog sich in das Wohnhaus zurück.*

Die Antwort wird manchen Leser im ersten Augenblick überraschen. Aber der in den Reden Belesene hat eine solche Wendung wie hier schon oft erfahren: Der Buddha erklärt auf die Frage des Mönchs, wie es vor sich gehe, dass er nicht mehr störbar sei, weil die Wahrnehmungen nicht in ihn eindringen, nicht etwa seinen Zustand, sondern er erklärt in seiner Antwort, wie die noch nicht geheilten Mönche sich anlässlich der jäh augenblicklich ankommenden Erlebnisse, das heißt der Begegnungswahrnehmungen, zu verhalten haben, um allmählich zu diesem Zustand der Unverletzbarkeit zu kommen.

Der Erwachte sagt hier nur andeutend: *Wodurch die Illusion der Begegnungswahrnehmungen auch immer bedingt sein mag.* Aber in dieser Lehrrede wird hernach noch ausführlich gesagt, wodurch die Begegnungswahrnehmungen bedingt sind.

Hier nun rät der Erwachte den Mönchen, dass sie sich aus den Begegnungswahrnehmungen nichts machen sollen (*na*

*abhinandati*), sie nicht begrüßen und anerkennen sollen (*na abhivadati*) und sie nicht festhalten sollen (*na ajjhosati*).

In der ersten Rede der „Mittleren Sammlung“ wird gezeigt, wie der normale Mensch dazu kommt, von der Geburt an Beziehung zu den Wahrnehmungen anzuknüpfen und zu unterhalten. Da heißt es: Weil der Mensch eben Festes, Flüssiges, Hitze, Luft und alles daraus Gewordene durch die Wahrnehmung erlebt, so sucht er darin sein Wohl. Nachdem ein Mensch wiederholt bei der Begegnung mit bestimmten Dingen Wohlgefühl erfahren hat, weiß er es nun in seinem Geist, bewertet es positiv und setzt darauf. Damit ist er an diese Dinge gebunden, braucht sie, hat Bedürfnis danach und hängt, weil sie ihm körperlich wohl tun, auch gemütsmäßig daran. Er anerkennt sie, sie sind ihm etwas Gewohntes, Geliebtes geworden, „gehen ihn etwas an“, er mag nicht darauf verzichten.

Alles Leiden in der Existenz ist dadurch bedingt, dass der Mensch bei der Illusion der Begegnungswahrnehmungen Befriedigung sucht; denn dann muss ihm zwangsläufig die Nichtbefriedigung durch die Erlebnisse wehtun. In solchem Fall strebt er eine Veränderung an, beschäftigt sich gedanklich damit und ist eingefangen in der Perspektive, die durch das Erlebnis gebildet wird. Er sieht ein Ich gegenüber der Welt, und von da aus urteilt er: „Dies liegt vor mir, jenes hinter mir; das ist Vergangenheit, das ist Zukunft.“ So denkt der Unbelehrte nicht daran, dass alle Erlebnisse Wahrnehmungen sind. Er nimmt die Erscheinungen ernst, vergisst, dass sie von ihm selber entworfen ist, reagiert darauf und verändert das Bild. Je stärker er zu dem Erschienenen Stellung nimmt, um so stärker tritt es an ihn heran. So bleibt die Illusion der Begegnungswahrnehmungen. Die Wucht, mit der sie an den Menschen herantritt, entspricht der Wucht, mit der man sie vorher behandelt hat; die Qualität, in der sie ankommt, entspricht dem Grad von Gewähren, Verweigern und Entreißen, mit dem man vorher das Herantretende behandelt hatte.

Aber der vom Erwachten belehrte Mensch weiß ja, dass alle diese Erscheinungen eben nur daher erscheinen, weil er

sich aus diesen etwas gemacht und die Beziehungen gepflegt hatte. Ihm ist darum klar, dass er aus diesem Teufelskreis und dem damit verbundenen immer wieder neuen Geborenwerden, Altern und Sterben nicht herauskommt, solange er bei dieser natürlichen Haltung bleibt. Wer dies einsieht, der löst sich von jenen genannten drei Haltungen ab.

Dass den Heilsgänger noch dann und wann freudige Erwartung auf Begehrenden ankommt und dass er manche begrüßt, wenn sie auftauchen, das kann er nicht immer vermeiden; erst recht nicht, wenn er auf diesem Weg noch ein Anfangender ist. Aber es ist ihm nicht mehr möglich, in diesem bejahenden, anerkennenden Sinn lange über Sinnendinge begehend nachzudenken, nachzusinnen; denn bei ihm stellt sich bald die rechte Anschauung ein: „Welt ist Erscheinung, Wahrnehmung, Bewusstsein, Aufblitzen von Erlebnissen, und das Ich wird miterlebt.“ Weil er die Dinge so entlarvend sieht, darum kann er nicht, sie begrüßend, anerkennend, festhaltend, noch um sie herumdenken, als wären sie, was sie scheinen. Der Erwachte erläutert (S 36,6) das Herumdenken bei Wehgefühlen anhand des Gleichnisses von den *zwei Pfeilen*:

*Wenn da der unerfahrene Mensch von einem Wehgefühl getroffen ist, dann wird er zusätzlich im Geist bekümmert, beklommen, jammert, stöhnt, gerät in Verwirrung. So empfindet er zwei Gefühle: ein körperliches und ein geistiges.*

*Es ist, wie wenn ein Mann von einem Pfeil getroffen würde und dann noch von einem zweiten Pfeil und dadurch den Schmerz von zwei Pfeilen erführe.*

*Wenn dagegen der erfahrene Heilsgänger vom Wehgefühl getroffen ist, dann wird er nicht zusätzlich im Geist bekümmert, beklommen, jammert, stöhnt nicht, gerät nicht in Verwirrung. So empfindet er nur ein Gefühl: ein körperliches, und fühlt kein geistiges.*

*Es ist, wie wenn ein Mann nur von einem Pfeil getroffen würde und nicht zusätzlich von einem zweiten.*

Der erste Pfeil ist das uns unmittelbar treffende Ereignis, wie

etwa der Tod eines geliebten Menschen oder ein großer Verlust an Geld oder Gut, Verlust einer wichtigen Stellung, einer Freundschaft oder ein körperlicher Unglücksfall. Solche, aber auch viel einfachere Dinge, wie etwa ein angebranntes Essen, ein verregneter Urlaub usw., treten als ein von außen kommendes Ereignis mehr oder weniger plötzlich auf dem Weg über die fünf Sinne des Körpers an den Menschen heran und verursachen Wehgefühle. Das ist also der erste Pfeil. Solche Ereignisse tun jedem Menschen weh, nicht nur dem unerfahrenen, unbelehrten Menschen, sondern auch dem erfahrenen Heilsgänger. Der Unterschied zwischen dem Belehrten und Unbelehrten besteht darin, dass der Belehrte die Wahrnehmungen und ihre Herkunft ja durchschaut hat als Leidensmasse, die von sich aus gar kein Ende nimmt, die nur dadurch zu Ende kommt, dass man sie nicht mehr beachtet. Er weiß, dass nur auf dem Weg des Loslassens sein ganzes Leben heller, größer, weiter wird bis zur vollständigen Befreiung.

Das alles weiß der Unbelehrte nicht. Er kennt nichts anderes als sein Leben in dieser Welt, und wenn die Welt sich ihm versagt, wenn er traurige, schmerzliche Erlebnisse hat, dann wird er auch im Geist, im Gemüt betrübt, bekümmert. In diesem inneren Zustand wird der gröbere Mensch zornig, wütend, gereizt, voll Auflehnung; der feinere Mensch klagend oder wie gelähmt; und zwar verhält er sich so, weil er das Wesen der Existenz nicht kennt und sich darum aus dem „Leben“ in der Welt etwas macht: Er erwartet Wohl und Glück nur von den durch die Sinne kommenden Erlebnissen. Darum muss er betrübt sein, wenn auf dem gleichen Weg, eben durch die Sinne, schmerzliche, üble Erlebnisse kommen.

Der erfahrene Heilsgänger kann zwar auch nicht verhindern, dass ihn Erlebnisse und Ereignisse, die seinen Neigungen stark widersprechen, schmerzlich treffen. Der erste Pfeil trifft ihn also. Aber da er zu einer endgültig anderen Beurteilung der gesamten Weltlichkeit gekommen ist dadurch, dass er die gegenseitige Bedingtheit und seelenlose Geschobenheit der fünf Zusammenhäufungen durchschaut hat, darum erwartet er

von dieser gesamten Weltlichkeit, die sich ihm auf dem Weg über die Sinne andrängt, kein endgültiges Wohl und Heil, sondern strebt an, von ihr und ihren Einflüssen immer mehr frei zu werden. Darum setzt er, solange er den „ersten Pfeil“ spürt, den Gedanken der Vergänglichkeit dagegen und denkt nicht daran, nach irgendwelchen schmerzlichen Erlebnissen und Ereignissen sich dem denkerischen Ausmalen des Verlustes zu überlassen, sich gegen „das böse Geschick“ aufzulehnen und sich so zusätzlich im Geist noch länger grärend mit ihnen zu beschäftigen. So bleibt er vom zweiten Pfeil verschont.

Ebenso kann er bei Wohlgefühl nicht lange fantasierend und ausmalend darum herumdenken, „Luftschlösser bauen“, weil er im Grunde nicht mehr auf die Welt der Begegnung setzt, weil er sich nicht mehr auf die Erlebnisse stützt. Was er auch erfährt, der Heilsgänger kommt immer schneller auf den Gedanken: „Was da kommt, sind immer nur die fünf Zusammenhäufungen, immer nur werden Formen und Gefühle wahrgenommen. Reagiere ich darauf, so schaffe ich damit die entsprechende Gewöhnung und werde immer wieder solche Erlebnisse haben und so darauf reagieren müssen ohne Ende, denn es gibt kein endgültiges Vernichtetsein, nur ein Weiterrollen der fünf Zusammenhäufungen. Mir kann gar nichts geschehen. Ich bin dabei loszulassen, so weit und so gut ich kann. Ich habe zwar noch manche Bedürfnisse, aber ich entwöhne mich.“

So wird er auf dem Weg, auf dem er sich als erfahrener Heilsgänger entwickelt, größer, erreicht eine höhere Warte, gewinnt einen weiteren Horizont. Er sieht, dass Erscheinungen eine Zeitlang bleiben und wieder verschwinden und löst sich innerlich von dem Strom des toten Geschobenseins in dem Gedanken: „Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst.“ – Sicher wird vieles Herankommende noch wehtun, da ja eben in mir noch vielerlei Tendenzen vorhanden sind, aber dieses Hinzukommende ist das Wehe, das früher von mir ausgegangen ist. Was ich früher anderen angetan habe, in die Welt geschickt habe, das kommt nun zurück. Das



nennen wir ja Welt – die von mir früher ausgegangenen Taten. Ein Ball, den man gegen die Wand wirft, kommt zurück. Was zurückkommt, ist früher gegen die Wand geworfen worden. Ich werfe jetzt möglichst nichts Übles mehr gegen die Wand; dann kommt bald auch nichts Übles mehr zurück. Ich sehe die Einheit dieser scheinbaren Zweiheit: Ich-Umwelt; ich entspanne, befriede, wo ich kann. Dann wird auch bald Friede erlebt werden.“

### Die sieben Geneigtheiten (*anusaya*)

Der Erwachte sagt auf die Frage des Mönches, wie man dahin kommt, dass alle Wahrnehmungen bei einem nicht eindringen – dass der Mönch sich jene drei Haltungen gegenüber der Kette der je augenblicklichen Wahrnehmungserlebnisse abgewöhnen solle: sich aus den Wahrnehmungen etwas machen, sie begrüßen und anerkennen und sie festhalten wollen. Dadurch kämen die genannten sieben Arten von Geneigtheiten nicht mehr auf.

Diese sieben Geneigtheiten, die der Erwachte hier nennt, bewegen uns geradezu ununterbrochen. Es sind zwar unbewusste Geneigtheiten, latente Triebe, aber in jedem Augenblick, bei jeder sinnlichen Wahrnehmung, das heißt bei jeder gesehenen Form, bei allen gehörten Tönen, gerochenen Düften usw. und bei aufkommenden Gedanken steigen diese latenten Geneigtheiten als mehr oder weniger starke geistig-seelische Anwandlungen, als bewusstes Wollen in uns auf, beunruhigen uns, reißen uns hin und her und veranlassen die mancherlei Unternehmungen, durch welche aber die Probleme nicht gelöst, sondern nur noch verstärkt werden.

In einer ersten Einteilung können wir diese sieben Geneigtheiten den drei großen Grundkrankheiten des menschlichen Herzens zuordnen: Gier, Hass, Blendung. Da gehört die Giergeneigtheit (*rāgānusaya*) zur Gier; Abwehrgeneigtheit (*patighānusaya*) zu Hass; die Ansichtsgeneigtheit (*ditthānusaya*) zur Blendung, denn nur weil der Mensch an die sinnliche Wahr-

nehmung glaubt, an die Dinge, die ihm begegnen, und deshalb die begehrten Dinge sucht und den gehassten Dingen auszuweichen trachtet, nur darum bedarf er der orientierenden Betrachtung, wo das eine zu finden und wie dem anderen zu entweichen ist. So sehr der Mensch der geistigen Orientierung in Bezug auf seine Umwelt bedarf und sie darum zunächst gar nicht vermeiden kann, so müssen wir doch wissen, dass sie eben nur durch die beiden ersten Geneigtheiten bedingt ist, nämlich dadurch, dass überhaupt die Begegnungswahrnehmungen in lebenslänglicher Kette an den Menschen herantreten und dass unter ihnen die einen von ihm begehrt, die anderen von ihm gehasst oder gefürchtet werden. Nur wegen dieses Andrangs der Wahrnehmungen hat er sich das Bild einer Umwelt entwickelt und wünscht Orientierung innerhalb dieser Umwelt (*ditthānusaya*).

Aber jede Orientierung ist nur in ihrem allerkleinsten Rahmen gültig. Je weiter der Mensch den Rahmen zieht, das heißt je weiter er Folgerungen aus solcher Orientierung zieht, um so mehr kommt er zu Widersprüchen, zu Unsicherheit, zur Ungewissheit und damit zur Daseinsbangnis (*vicikicchānusaya*), die letztlich bedingt ist durch die dritte Geneigtheit zur Orientierung, zur Bildung von Anschauung, welche Geneigtheit wiederum bedingt ist durch die beiden ersteren. Diese Anwendung von Unsicherheit über dieses Dasein und die Undurchschaubarkeit der Welt kennt der Mensch, der seinen vordergründigen Interessen nachgeht, weit weniger als der Denker. Diese vierte Geneigtheit ist ebenso wie die dritte eine Auswirkung der den Menschen innewohnenden Blendung. Und die Quelle der Blendung liegt in der folgenden fünften Geneigtheit.

Das Pāliwort für die fünfte Geneigtheit, *mānānusaya*, müsste man wörtlich übersetzen mit „Geneigtheit zum Vermeinen“. Es ist die dem Menschen innewohnende Geneigtheit, „Ich bin“ zu empfinden, die ihre Wurzel in der Gesamtheit seiner Triebe, Tendenzen, Verstrickungen hat. Durch die Akte der sinnlichen Wahrnehmung werden die Triebe ununterbro-

chen berührt, und es geht von ihnen ebenso ununterbrochen ein Gefühl aus, das dem Verhältnis der Triebe zu dem jeweils zur Berührung Gekommenen entspricht: Wohlgefühl, Wehgefühl, neutraleres Gefühl. Diese Gefühle werden dem Menschen in laufender Folge samt den jeweils erfahrenen Formen, Tönen, Düften usw. bewusst, so dass er den Eindruck gewinnt, er selber sei der Erleber dieser sinnlichen Wahrnehmungen. Bei genauerem Hinsehen ist zu erkennen, dass lediglich die Resonanz dieser Triebe, dieser durch Irrtum, durch Wahn großgezogenen Triebe, die Gefühle ausgelöst und die Wahrnehmung herbeigeführt hat, so dass man eher von einer Wahrnehmung seitens der Triebe sprechen könnte, hinter denen der unaufgeklärte Mensch naiverweise ein „Ich“ wähnt, das er bald mit der einen, bald mit der anderen – oder mehreren der fünf Zusammenhäufungen oder allen identifiziert.

Das also ist hier unter „Geneigtheit zum Vermeinen“ zu verstehen. Es ist die nicht durchschaute „Ich-bin-Empfindung“. Je stärker der Mensch von den Dingen fasziniert ist, um so stärker ist das Ich-bin-Gefühl. Die Faszination und die Stärke des Ichgefühls korrespondieren miteinander, bedingen sich gegenseitig.

Das Pāliwort für die sechste Geneigtheit *bhāvarāgānusaya* muss übersetzt werden mit „Geneigtheit zum Daseinwollen“. Um diese sechste Geneigtheit in ihrem Wesen verstehen zu können, müssen wir bedenken, dass alle Geneigtheiten nur unter dem Einfluss der Lehre des Erwachten aufgelöst werden können. Nur wer begriffen und bei sich selber durchschaut hat, dass das Ganze, das uns als „Ich und Welt“ und als „Dasein“ in allen Formen, als „Kosmos“, als „Universum“ erscheint, aus fünf Zusammenhäufungen besteht, die aus Blendung und Wahn nur immer weiter zusammengehäuft werden – nur bei dem beginnt nun eine Abnahme dieser Geneigtheiten. Erst diese Abnahme der ersten bis fünften Geneigtheit macht die Durchschauung der sechsten, der Geneigtheit zum Daseinwollen, möglich. Deshalb müssen wir zum Verständnis dieser sechsten Geneigtheit die Abnahme der ersten fünf betrachten.

Zuerst und am stärksten nehmen bei dem von einem Erwachten Aufgeklärten die Geneigtheiten zur Ansichtsbildung und zur Daseinsunsicherheit ab. Das sind bekanntlich die ersten beiden der drei Verstrickungen, die der in den Strom Eintretene endgültig abgetan hat.

Warum nehmen diese zuerst ab? Vorhin wurde gesagt, dass die Neigung zur Daseinsunsicherheit immer nur da aufkommen kann, wo die Neigung zu Ansichten, zur Orientierung besteht. Und diese besteht und muss bestehen bei allen Weltgläubigen; das sind alle Menschen, die eben noch nicht verstanden haben, dass da, wo sie ein Ich in der Welt zu erleben glauben, eben nur jene fünf Zusammenhäufungen erscheinen, durch welche das Leiden so lange fortgesetzt wird, wie man weiterhin zusammenhäuft. Wer dies richtig begriffen hat, der will sich in dieser Welt nicht mehr orientieren, denn er erkennt sie als Phantomscheinungen, Vielfaltswahrnehmungen und hat begriffen, dass diese Begegnungswahrnehmungen durch Nicht-mehr-Annehmen allmählich ablassen, woraus die endgültige Freiheit hervorgeht. Da er sich auf Grund dieser Einsicht über „Welt“ keinerlei Ansichten mehr bildet, so kann auch keinerlei Unsicherheit mehr aufkommen. Das Gefühl der Ungeborgenheit in der Welt besteht bei solchen nicht mehr. So also schwinden bei dem Kenner der Lehre als erstes die Geneigtheiten zur Ansichtenbildung (3) und zur Daseinsunsicherheit (4).

Auf diesem Weg aber haben die erste und zweite Geneigtheit ebenfalls schon erheblich abgenommen, denn sie bestehen je gerade darin, dass man zu den verschiedenartigen Welterrscheinungen, zu den Begegnungen des alltäglichen Lebens mehr oder weniger starke Beziehungen hat: Die einen sind einem lieb (Gier), die anderen mag man nicht, verabscheut sie, lehnt sie ab (Hass). Diese mehr oder weniger starken Zuneigungen und Abneigungen nehmen im Lauf der Zeit immer mehr ab, und zwar in Bezug auf alle fünf Zusammenhäufungen.

Wie aber kommt es zur Abnahme der fünften Geneigtheit,

des Ich-bin-Vermeinen? – Die immer stärker wachsende Haltung des Loslassens in Bezug auf die weltlichen Erscheinungen, die Abnahme der begehrliehen Zuneigungen zu den einen und des Abgestoßenseins von den anderen bedeutet ja, dass die gesamten Triebe des Herzens immer stärker abgenommen haben, dass also der Spannungskörper, der Resonanzboden im Fleischkörper, immer schwächer wird und dadurch immer weniger Gefühl ausstößt. Und da gerade durch die bei jeder Wahrnehmung, bei jedem Erlebnis empfundenen Gefühle ganz unmittelbar die Vorstellung „Ich bin es, der das erlebt, ich bin es, der da fühlt“, aufkommt, so nimmt eben durch die Abnahme des Spannungskörpers auch das Ich-bin-Vermeinen, diese fünfte Geneigtheit, immer mehr ab. Ein solcher kommt über alle Durchschauung hinaus allmählich zu der lebendigen Erfahrung in seiner Existenz, dass der Begriff „Dasein“ der trügerischste aller Begriffe und aller Vorstellungen ist, dass er dieses Wort „Dasein“ bisher immer nur für selbst eingebildete Traumerscheinungen benutzt hat, gleichviel ob es sinnliche sind oder rein formhafte oder gar letzte formfreie Vorstellungen. Alles Erlebte ist Vorstellung, und Vorstellung ist Wahn.

Mit dieser Erfahrung ist der Geneigtheit zum Daseinwollen (6. Geneigtheit) der Boden entzogen. Die Geneigtheit zum Daseinwollen (*bhāvarāgānusaya*) wohnt jedem Wesen am stärksten inne: jedem Tier, jedem Geist der Unterwelten, jedem Menschen und jeder Gottheit bis zu den feinsten formfreien Wesen. Die gesamten sieben Geneigtheiten wurzeln letztlich alle in der Geneigtheit zum Daseinwollen.

Aber diese Geneigtheit zum Daseinwollen kann nicht vom ersten Anfang an in Angriff genommen werden, dazu ist der Komplex zu groß. Es wäre so, wie wenn ein Mann mit einem Spaten den Himālaya abgraben wollte. So kann man dem Problem nicht beikommen. Darum hat der Erwachte einen Weg des Herausfindens genannt, bei welchem man Schritt für Schritt vorwärts kommt. Diese Schritte bestehen in der Minderung und teilweisen Auflösung der bisher genannten fünf Ge-

neigtheiten. Wer bis dahin gelangt ist, der hat nur noch letzte Nachwehen von Geneigtheit zum Daseinwollen, denn er hat immer tiefer durchschaut und an sich erfahren, dass alles durch Wahrnehmung Erscheinende nichts anderes ist als trügerisches Traumgewölk, als eingebildete schwankende Phantome. Um die Entwicklung vom gewohnten Standpunkt des Menschen, der durch die Lehre zur Einsicht kommt, bis zu dem hier beschriebenen Status besser zu verstehen, stelle man sich einen Träumer vor, der in einen hochdramatischen Traum verwickelt ist. In einem Kampf auf Leben und Tod mit irgendwelchen Gegnern sieht er sich auf hoffnungsloser Flucht; die Gegner kommen immer näher. In diesem Augenblick wird ihm leise bewusst, dass dies ein Traum ist. Er ahnt die Möglichkeit des Erwachens, ist aber noch so fasziniert, dass er sich – so schrecklich seine Szene ist – doch nicht losreißen mag, weil der Wachzustand ihm noch so fremd und fern ist. Mit seiner noch bestehenden Zuneigung zu der schrecklichen Traumszene ist zu vergleichen, was der Erwachte hier „Daseinsgeneigtheit“ (*bhāvarāgānusaya*) nennt: sich dem ganzen Daseinsgeschehen noch verbunden fühlen, obwohl es ein solcher bereits als Wahnsein durchschaut.

Es handelt sich hierbei im Grund um den allerletzten Rest von Geneigtsein zu unserem Wahnleben, und es bedarf fast nur eines kleinen geistigen Reckens, um auch noch diesen Rest abzuschütteln.

Wir sehen, dass die letzte der sieben Geneigtheiten, die Wahngeneigtheit (*avijjānusaya*), hiermit unlöslich verbunden ist; denn diesen selbstgewirkten Andrang der Wahrnehmungen, die Dasein vortäuschen, für wahres Dasein anzusehen – das ist ja Wahngeneigtheit. Die selbstgewirkten Wahrnehmungen, die selbstgewirkten Bilder und Gefühle als von einer Welt herkommend ansehen, ernst nehmen und darauf wieder reagieren, das ist Daseinsgeneigtheit und ist Wahngeneigtheit, ist Festhalten an der Wahnvorstellung „Dasein“, verhindert Er-wachung.

Wer die Grundaussage des Erwachten über das Wesen des

sogenannten „Daseins“ als die ständige Wiederkehr der selbst ausgesponnenen Phantome und Empfindungen richtig verstanden hat, der kann auf die Dauer nicht bei der Auseinandersetzung mit diesen Erscheinungen bleiben wollen. Sie werden ihm gleichgültiger, er macht sich immer weniger etwas aus ihnen, begrüßt und anerkennt sie nicht mehr als das, was sie scheinen wollen, hält sie darum immer weniger fest. Da es diese oben näher besprochenen drei Haltungen der Auseinandersetzung mit den Wahrnehmungen sind, die die Verbindung zu den Wahrnehmungen schaffen, mit denen man an den Wahrnehmungen festhält und sie zur Wiederkehr bringt, so erfährt derjenige, welcher diese drei Haltungen immer mehr aufgibt, dass die Wahrnehmungen ihn immer weniger drängen und hetzen. Die Ruhe nimmt zu, Klarheit und Heiterkeit nehmen zu. Darum wird er irgendwann den letzten Erscheinungen den Rücken kehren, den Wahndraum hinter sich lassen und erwachen.

Alle Streitformen, von den zartesten bis zu den wildesten, alle Formen von Disharmonie gehen hervor aus den sieben Geneigtheiten. Erst wenn diese nicht mehr sind, dann werden üble, unheilsame Dinge restlos verschwinden, und der Friede breitet sich immer mehr aus.

Der Erwachte begann seine Erklärungen mit den Worten:

*Wenn die Illusion der gespaltenen Begegnungswahrnehmungen, gleichviel wodurch bedingt, an den Menschen herantritt...*

Inzwischen haben wir gesehen, wodurch die Illusion der in Ich und Umwelt gespaltenen Begegnungswahrnehmungen bedingt ist: durch die jedem normalen Menschen eigenen drei Haltungen des Ergreifens gegenüber allen Erscheinungen (von ihnen etwas erwarten, sie begrüßen, sie festhalten wollen) wird der Bezug zu ihnen unterhalten, werden Erscheinungen, die als Ernte früheren Wirkens herantreten, wieder aufgegriffen. Es ist das Weiterspinnen des Gesponnenen, das Weiterwirken des

Gewirkten, das Mehren des Durstes, den der Erwachte als den Daseinsfortsetzer bezeichnet. Werden aber jene drei Haltungen aufgegeben, wird das Herantretende nicht aufgegriffen, ergriffen (*upādāna*), sondern als Ernte aufgefasst, die nur hinzunehmen ist, da werden die jenseits unserer Gegenwart vorhandenen Erntemassen, die noch nicht herangetreten sind, weniger, bis nichts Herantretendes mehr da ist.

### Der geschlossene Kreislauf der seelischen Vorgänge

Die Mönche, denen der Erwachte nur diesen kurzen Grundaufriß gegeben hat, möchten nun gern noch eine nähere Erklärung haben:

*Da dachten denn die Mönche, bald nachdem der Erhabene fortgegangen war, unter sich:*

*Diese Lehre, Brüder, hat uns der Erhabene in kurzer Fassung gegeben, ohne den Inhalt ausführlich zu erläutern, ist aufgestanden und hat sich in das Wohnhaus zurückgezogen. Wer könnte nun wohl dieser kurzgefassten Lehre Inhalt ausführlich erklären? –*

*Da sagten sich nun jene Mönche: Der ehrwürdige Mahākaccāno wird vom Meister gepriesen, von den verständigen Ordensbrüdern verehrt, wohl wäre der ehrwürdige Mahākaccāno imstande, den Inhalt dieser kurzgefassten Lehre ausführlich zu erklären. Wie wenn wir uns nun zum ehrwürdigen Mahākaccāno begeben und ihn bitten würden, uns den Inhalt darzulegen? –*

*Und jene Mönche begaben sich zum ehrwürdigen Mahākaccāno, wechselten höfliche, freundliche Begrüßungsworte mit ihm und setzten sich zur Seite nieder. Zur Seite sitzend sprachen nun jene Mönche zum ehrwürdigen Mahākaccāno:*

*Folgende Lehre, Bruder Kaccāno, hat uns der Erhabene in kurzer Fassung gegeben, ohne den Inhalt aus-*



*fürlich zu erläutern, ist aufgestanden und hat sich in das Wohnhaus zurückgezogen:*

*„Wenn die Illusion der gespaltenen Begegnungswahrnehmungen, wodurch auch immer bedingt, an den Menschen herantritt und der Mönch sich nichts daraus macht, sie nicht begrüßt und anerkennt, sie nicht festhalten will, dann endet alle Giergeneigtheit, dann endet alle Abwehrgeneigtheit, dann endet alle Ansichtsgeneigtheit, dann endet alle Unsicherheitsgeneigtheit, dann endet alle Geneigtheit, ‚Ich bin‘ zu empfinden, dann endet alle Geneigtheit zum Daseinwollen, dann endet alle Wahngeneigtheit. Dann endet auch Wüten und Blutvergießen, Krieg und Zwietracht, Zank und Streit, Lug und Trug. Dann schwinden diese üblen, unheilsamen Dinge restlos.“*

*Da kam uns, Bruder Kaccāno, bald nachdem der Erhabene fortgegangen war, der Gedanke:*

*Diese Lehre, Brüder, hat uns der Erhabene in kurzer Fassung gegeben, ohne den Inhalt ausführlich zu erläutern, ist aufgestanden und hat sich in das Wohnhaus zurückgezogen. Wer könnte nun wohl dieser kurzgefassten Lehre Inhalt ausführlich begründen?–*

*Da kam uns, Bruder Kaccāno, der Gedanke: Der ehrwürdige Mahākaccāno wird vom Meister gepriesen, von den verständigen Ordensbrüdern verehrt. Wohl wäre der ehrwürdige Mahākaccāno imstande, den Inhalt dieser kurzgefassten Lehre ausführlich zu erklären. Wie wenn wir uns nun zum ehrwürdigen Mahākaccāno begeben und ihn bitten würden, uns den Inhalt darzulegen? Möge es der ehrwürdige Mahākaccāno tun! –*

*Gleichwie etwa, Brüder, wenn ein Mann, der Kernholz begehrt, Kernholz sucht, auf Kernholz ausgeht, über Wurzel und Stamm eines großen kernig daste-*

*henden Baumes hinaufkletterte und im Laubgeweig Kernholz finden wollte: So ergeht es nun hier euch Ehrwürdigen, die ihr vor dem Meister gewesen seid, den Herrn übergangen habt und von mir die Lösung der Frage erwartet. Doch der Erhabene, ihr Brüder, ist der kennende Kenner und der sehende Seher, der Auggewordene, Erkenntnisgewordene, Wahrheitgewordene, Heilgewordene, der Kündler und Verkünder, der Eröffner des Inhalts der Lehre, der Spender der Unsterblichkeit, der Herr der Wahrheit, der Vollendete. Und es wäre ja wohl noch Zeit gewesen, dass ihr den Erhabenen selbst befragen und diesen Gegenstand der Erklärung des Erhabenen gemäß bewahren konntet. –*

*Gewiss, Bruder Kaccāno, ist der Erhabene der kennende Kenner und der sehende Seher, der Auggewordene, Erkenntnisgewordene, Wahrheitgewordene, Heilgewordene, der Kündler und Verkünder, der Eröffner des Inhalts der Lehre, der Spender der Unsterblichkeit, der Herr der Wahrheit, der Vollendete. Und es wäre ja wohl noch Zeit gewesen, dass wir den Erhabenen selbst befragen und diesen Gegenstand der Erklärung des Erhabenen gemäß bewahren konnten. Aber der ehrwürdige Mahākaccāno wird ja vom Meister gepriesen und von den verständigen Ordensbrüdern verehrt. Wohl wäre der ehrwürdige Mahākaccāno imstande, den Inhalt jener vom Erhabenen in der Kürze gegebenen Lehre ausführlich darzulegen. Möge es der ehrwürdige Mahākaccāno tun und es nicht übelnehmen! –*

*Wohlan denn, Brüder, so hört und achtet wohl auf meine Rede! –*

*Gewiss, Bruder! , antworteten da aufmerksam jene Mönche dem ehrwürdigen Mahākaccāno.*

Der weise Mönch steht jetzt vor der Aufgabe, den Mönchen zu

erklären, wie der vom Erwachten genannte Zusammenhang zu verstehen sei, das heißt also, inwiefern man bei der Illusion der in Ich und Umwelt gespaltenen Begegnungswahrnehmungen durch die vom Erwachten empfohlene Haltung – sich nichts daraus machen, sie nicht begrüßen und anerkennen, sie nicht festhalten wollen – letztlich erreicht, dass jene sieben Geneigtheiten allmählich immer schwächer werden bis zu ihrer vollständigen Aufhebung, so dass der Mensch damit von allem unwillkürlichen Gerissensein abkommt. Mahākaccāno erklärt zuerst den Zusammenhang beim normalen Menschen, der vom Erwachten nicht belehrt ist. Er beginnt mit der Illusion der gespaltenen Begegnungswahrnehmungen, deren Einfluss auf den Menschen, der Reaktion des Menschen und der dadurch bedingten Fortsetzung der Illusion der gespaltenen Begegnungswahrnehmungen. Er schildert den geschlossenen Kreis der geistig-seelischen Vorgänge, um hernach zu zeigen, wo man diesen geschlossenen Kreis aufbricht und aufhebt.

*Der ehrwürdige Mahākaccāno sprach:*

*Die Lehre, Brüder, die uns der Erhabene in der Kürze gegeben hat: „Wenn die Illusion der Begegnungswahrnehmungen, wodurch auch immer bedingt, an den Menschen herantritt und der Mönch sich nichts daraus macht, sie nicht begrüßt und anerkennt, sie nicht festhalten will, dann endet alle Giergeneigtheit, dann endet alle Abwehrgeneigtheit, dann endet alle Ansichtsgeneigtheit, dann endet alle Unsicherheitsgeneigtheit, dann endet alle Geneigtheit, ‚Ich bin‘ zu empfinden, dann endet alle Geneigtheit zum Daseinwollen, dann endet alle Wahngeneigtheit. Dann endet auch Wüten und Blutvergießen, Krieg und Zwietracht, Zank und Streit, Lug und Trug. Dann schwinden diese üblen, unheilsamen Dinge restlos.“ – Diese kurzgefasste Lehre, ihr Brüder, stelle ich ihrem Inhalt gemäß in folgender Weise ausführlich dar:*

*1. Durch den Luger und die Formen bedingt, entsteht die Luger-Erfahrung; durch den Lauscher und die Töne bedingt, entsteht die Lauscher-Erfahrung; durch den Riecher und die Düfte bedingt, entsteht die Riecher-Erfahrung; durch den Schmecker und die Säfte bedingt, entsteht die Schmecker-Erfahrung; durch den Körper und das Tastbare bedingt entsteht die Körper-Erfahrung; durch den Geist und die Dinge bedingt, erscheint die Geist-Erfahrung.* <sup>69</sup>

*Der Drei Zusammensein ist Berührung.*

*2. Durch Berührung bedingt ist Gefühl.*

*3. Was man fühlt, das nimmt man wahr.*

*4. Was man wahrnimmt, bedenkt man (vitakketi).*

*5. Was man bedenkt, das stellt man sich gegenüber (papañceti).*

*6. Dadurch, dass der Mensch sich etwas gegenüberstellt, erzeugt er die Illusion einer gespaltenen Begeg-*

---

<sup>69</sup> Wie an anderer Stelle näher erläutert („Meisterung der Existenz“ S.38ff) werden in Pāli nicht die Worte für Auge, Ohr usw. genannt, sondern die Worte für den Drang zum Sehen, Hören, Riechen, Schmecken usw., darum die Übersetzung mit „Luger-, Lauscher-Erfahrung“ usw. Hier handelt es sich um die fünf Dränge zum sinnlichen Erleben (jīvitindriya). Von diesen Drängen wird gesagt, dass sie auf dem Weg der Heilsentwicklung aufzugeben sind und an ihrer Stelle die fünf Heilskräfte (indriya) zu entwickeln sind:

*Gleichwie der Zimm'rer mit dem einen Keil  
kraftvoll den andern auszuschlagen weiß,  
so werde fähig, mit den Heilungskräften (indriya)  
die Sinneskräfte (indriya) ganz auszuschlagen.  
Vertrauen, Tatkraft, Wahrheitsgegenwart,  
Einheit des Herzens, klarer Weisheitsblick,  
mit diesen fünf die andren fünfzerschlagend,  
besiegend hier, schreitet der Reine vor. (Thag 744,745)*

*nungswahrnehmung: den Luger, an den erfahrbare Formen als vergangen, zukünftig, gegenwärtig herantreten, den Lauscher, an den erfahrbare Töne als vergangen, zukünftig, gegenwärtig herantreten...*

*Zu 1: Durch den Luger und die Formen bedingt, entsteht die Luger-Erfahrung usw.  
Der Drei Zusammensein ist Berührung.*

In M 28 wird dies noch feiner bestimmt:

*Ist das zu sich gezählte Auge (mit dem innewohnenden Luger) funktionsfähig<sup>70</sup> und treten von außen Formen in den Gesichtskreis und es findet eine Ernährung (des Lugertriebs) statt, so kommt es zur Bildung der entsprechenden Teilerfahrung: Luger-Erfahrung, Lauscher-Erfahrung usw.*

Dies wird von allen sechs Sinnen gesagt und bedeutet: Wenn zwar das Auge funktionsfähig ist und Formen an das Auge herantreten, wenn aber keine Ernährung der Triebe stattfindet, wenn also kein unwillkürliches oder bewusstes Wollen zum Sehen usw. da ist, dann findet keine Luger-Erfahrung statt. Nur wenn die innewohnenden Dränge bewusst oder unbewusst durch die Sinnesorgane nach außen gerichtet sind, dann werden sie ernährt, berührt, und damit hat die jeweilige Teilerfahrung stattgefunden.

Das heißt, gleichzeitig mit der Berührung des Triebs im Auge ist die Erfahrung geschehen; Ernährung/Berührung ist Erfahrung und Erfahrung ist Berührung/Ernährung. Es sind nur jeweils drei unterschiedliche Aspekte ein und derselben Sache: Für den Trieb im Auge, Ohr usw. ist das Zusammenkommen mit Formen, Tönen usw.

1. eine Berührung – kennzeichnet den Aspekt des Zusammen-

---

<sup>70</sup> K.E.Neumann „ungebrochen“

kommens,

2. eine Ernährung – kennzeichnet den Aspekt der Erfüllung des Mangels, des Sogs seitens des Triebs,
3. eine Erfahrung – kennzeichnet den Aspekt der Erfahrung von Formen, Tönen usw. seitens des Triebs.

Wenn zwar das Auge funktionsfähig ist und Lichtstrahlen das Auge treffen, aber kein unwillkürliches oder bewusstes Wollen zum Sehen (Luger) besteht, dann findet keine Luger-Berührung, keine Ernährung des Lugers, keine Erfahrung des Lugers statt (M 28). Zum Beispiel ist in den weltlosen Entrückungen das innere Wohl so groß, dass die Triebe nicht auf die Erfahrung von Sinnendingen aus sind. Darum findet dann keine Berührung/Ernährung/Erfahrung der Triebe statt, auch wenn Formen, Töne usw. herantreten.

## Zu 2: *Durch Berührung bedingt ist Gefühl*

Die dem Auge innewohnende Sucht nach Sichtbarem hat eine bestimmte Form erfahren. Nicht etwa ein „Ich“, sondern der Luger, Lauscher usw. hat erfahren, ist berührt/ernährt worden und hat die Berührung als angenehm oder unangenehm erfahren, empfunden („*Wohl tut das, wehe tut das*“ *erfährt er – vijānāti* = Verb von *viññāna* M 43). Von allen sechs Trieben her werden oft gleichzeitig Wohl und Wehe erfahren (Teilerfahrungen): Der Luger erfährt z.B. Wohl durch Formen (beim Bild einer stillen, beruhigenden Landschaft), der Lauscher wird belästigt durch unangenehm erfahrene Geräusche (Motorenlärm), der Riecher riecht Unangenehmes (Abgase) und der Schmecker erfährt Wohl beim süßen Geschmack (gelutschter Bonbons), der Taster (die Triebe im Körper) tastet Angenehmes (anschmiegsame, leichte Kleidung und weichen Wiesengrund), der Denker erfährt Wohl durch Freisein von Aufgaben und durch „Ausspinnen“ angenehmer Gedanken.

Die im Körper (*rūpa-kāya*) als Spannungen oder Dränge fixierten Anliegen, die zusammen den Spannungs- oder Wollenskörper (*nāma-kāya*) ausmachen, bilden also den Reso-

nanzboden, der im Augenblick der Erfahrung (*viññāna-bhāga*) berührt wird und dann Resonanz von sich gibt in Form von Gefühl.

Die Bedürftigkeit, die Sinnlichkeitsneigung, wohnt im Körper wie das Öl im Docht einer Öllampe und bewirkt bei der Berührung Gefühl, wie das Öl beim brennenden Docht Licht erzeugt (M 46). Der Erwachte gibt die Gleichnisse: Wenn man einen öldurchtränkten Docht anzündet, dann flammt er auf (M 146), wenn man eine brennende Fackel auf trockenen Grasgrund wirft, dann loht er auf (S 14,12). Ölgetränkter Docht und trockener Grasgrund sind Gleichnisse für die Leichtentzündbarkeit, das Vakuum der Sinnesdränge. Nur durch sie wird Herangetretenes als Berührung/Ernährung erfahren und unterschieden als dem Wollen, dem Bedürfnis, dem Hunger entsprechend oder nicht entsprechend. Der unbewusste Hungerleider also ist der Erfahrende, Empfindende, darum vergleicht der Erwachte ihn mit einer offenen Wunde und vergleicht die Berührung mit dem Nagen von Insekten an der offenen Wunde. Wenn die vom Luger erfahrene Form dem Anliegen entspricht, so entsteht ein Wohlgefühl; wenn die Form dem Anliegen widerspricht, so entsteht Wehgefühl. Im Gefühl erfahren wir die Resonanz des Wollens, der Triebe auf das Erlebte von äußerster Lust bis zur tiefsten Qual. Immer nur um jener Resonanz willen suchen wir das Wahrnehmen.

Doch so wie der Klang des Gongs nichts Eigenständiges, aus sich selbst heraus Bestehendes ist, sondern eben nur Antwort des Gongs auf den Schlag durch den Klöppel, so auch ist das Gefühl nichts Eigenständiges, aus sich selbst heraus Bestehendes, sondern eben nur Antwort des Wollens, der Triebe auf die Erlebnisse. So wie beim Auto die Zündung als Kraft in Erscheinung tritt, während der eigentliche Kraftstoff im Hintergrund bleibt, so auch treten die tausendfältigen starken und schwachen, groben und feinen Gefühle in Erscheinung, während die sie verursachenden Triebe im Hintergrund bleiben.

So wie ein grober eiserner Gong auf einen Schlag mit dem Klöppel einen gröberen Ton und ein feiner silberner Gong auf

einen Schlag mit dem gleichen Klöppel einen feineren Ton erzeugt – so auch erzeugen die gröberen und feineren Triebe, wenn die Erlebnisse ihnen entsprechen, gröbere oder feinere Wohlgefühle und erzeugen, wenn die Triebe ihnen nicht entsprechen, gröbere oder feinere Wehgefühle, jeder nach seiner Art.

Wenn ein Mensch, der nach seinen Trieben besonders geschmackig, auf wohlschmeckende Speisen aus ist, auch solche Speisen zu kosten bekommt, dann stimmt bei ihm das Erleben mit den Trieben überein, dann sind diese Triebe in ihm befriedigt und äußern ihre Befriedigung in der ihnen gemäßen Weise durch Lust und Behagen als Wohlgefühl. – Bekommt er dagegen gerade solche Speisen, die nach Geschmack und Aussehen ihm widersprechen, so sind diese gleichen Triebe durch das ihnen entgegengesetzte Erlebnis gestört und verstört, und sie äußern ihr Widerstreben durch Unlust und Ekel als Wehgefühl. Nimmt jener Mensch aber eine nicht zu lange Zeit keine Speisen zu sich, wird jenen Trieben weder entsprochen noch widersprochen, so äußern jene Triebe zu dieser Zeit ein Weder-Weh-noch-Wohlgefühl.

Oder wenn ein anderer Mensch, der nach seinen Trieben auf Freundschaft und Harmonie aus ist, auch Freundschaft und Harmonie erlebt, so antworten seine Triebe mit Fröhlichkeit, Freude und Glück als Wohlgefühl. Wenn er dagegen Streit und Feindschaft erleben muss, so antworten die gleichen Triebe auf dieses ihnen widerstrebende Erlebnis mit Kummer oder Traurigkeit oder Gram als Wehgefühl. Wenn dagegen dieser Mensch allein ist und weder Freundschaft noch Feindschaft erlebt, so antworten jene gleichen Triebe, da ihnen weder entsprochen noch nicht entsprochen wird, mit einem Weder-Weh-noch-Wohlgefühl.

Oder wenn ein anderer Mensch, der nach seinen Trieben auf geistliche Musik aus ist, auch geistliche Musik zu hören bekommt, dann antworten seine Triebe darauf mit dem Gefühl von Erhebung und Frieden als Wohlgefühl. – Hört er dagegen eine ausgeprägt sinnliche Musik, so antworten jene Triebe



darauf mit dem Gefühl von Erschrecken oder Bedrückung als Wehgefühl. – Hört er dagegen eine nicht zu lange Zeit keine Musik, so antworten die gleichen Triebe, da ihnen weder entsprochen noch nicht entsprochen wird, mit einem Weder-Weh-noch-Wohlgefühl.

Oder wenn ein Mensch, der nach seinen Trieben auf Aufrichtigkeit und Wahrhaftigkeit aus ist, in einer heiklen Situation, in der er durch trügerische Rede sich äußeren Vorteil erwerben könnte, doch an der Wahrhaftigkeit festgehalten hat, so antworten seine Triebe auf jenes Erlebnis mit dem Gefühl von Genugtuung und innerer Heiterkeit als Wohlgefühl. – Ist er dagegen der Versuchung erlegen und hat um des äußeren Vorteils willen trügerisch geredet, so antworten dieselben Triebe auf dieses ihnen entgegengesetzte Erlebnis mit dem Gefühl der Beschämung oder Reue als Wehgefühl. Hat er aber mangels entsprechender Situation weder seinem Trieb entsprochen noch ihm zuwider gehandelt, so antwortet derselbe Trieb darauf mit einem Weder-Weh-noch-Wohlgefühl.

Es versteht sich, dass das Wohlgefühl eines Menschen, der seiner triebbedingten Neigung entsprechend sich auf stillen Wegen von der Hetze des Alltags ablöst, ein anderes ist als das Wohlgefühl des Kindes, das sich im Arm der Mutter geborgen fühlt, und dass die Begeisterung eines jungen Entdeckers wieder ein anderes Wohlgefühl ist. Wir kennen die unterschiedlichen groben und feinen Wohlgefühle, wie Lust, Behagen, Entzücken, Begeisterung, Erhebung, Frieden usw. und ebenso die mannigfaltigen groben und feinen Wehgefühle, wie Qual, Schmerz, Angst, Verzweiflung, Verstörtheit, Ekel, Zerrissenheit, Depression, Trauer, Gram, Kummer, Wehmut. Sie alle deuten auf Triebe hin, die genau so grob oder fein sind wie jene von ihnen erzeugten Gefühle. Und alle diese verschiedenartigen Gefühle verlaufen vom höchsten Wohl bis zum äußersten Wehe in einer fast endlosen Skala mit allen Zwischenstufen.

Es gibt Wohl- und Wehgefühl in allen Stärken und Graden, und zwar je nach dem, inwieweit das im Augenblick Erfahrene

den betreffenden Tendenzen entspricht oder widerspricht: Was den Tendenzen stark entspricht oder widerspricht, löst starke Wohl- und Wehgefühle aus, was ihnen nur teilweise entspricht oder widerspricht, löst auch nur geringeres Wohl- oder Wehgefühl aus.

Zu 3: *Was man fühlt, nimmt man wahr.*

Das bedeutet, dass nun die vom Luger erfahrene Form und die Empfindung des Lugers, beides zusammen in den Geist eingetragen wird als Wahrnehmung.

Der Luger als der Formensüchtige (der Lauscher als der nach Tönen Süchtige usw.) hat etwas Äußeres erfahren und hat sein subjektives Urteil dazu gegeben. Diese zwei verschiedenen Dinge, das als Außenform Erfahrene und das Gefühl als Urteil der Triebe, werden in den Geist eingetragen. Jetzt ist im Geist ein doppeltes Wissen (Wahrnehmung): das Wissen um eine Form und darum, dass sie „angenehm“ (oder „unangenehm“) ist. Mit dem Gefühl erst kommt die jeweilige Teil-Erfahrung zur Wahrnehmung, zum Bewusstsein, und der Geist erfährt jetzt das gefühlsbesetzte Objekt, das er in der Regel für die Ursache des Gefühls hält.

Die Wahrnehmung des normalen Menschen ist nie neutral, sondern enthält stets die durch Berührung der Triebe, des Spannungskörpers, bedingte Gefühlsresonanz. Die Triebe blenden je nach ihrem Geschmack ein Wohlgefühl oder Wehgefühl auf, wodurch ein täuschender Eindruck entsteht (*moha*). Nur durch die Bedürfnisse des Wahrnehmenden bekommen die Erscheinungen bei der Berührung mit dem Wollenskörper den Zusatz von Wohl- oder Wehgefühl, erscheinen dadurch erst in der Wahrnehmung als schön bis entzückend oder un schön bis schrecklich. Das ist die Blendung (*moha*).

Hinzu kommt, dass der Geist in diese Eintragung noch hineindeutet: „Ich habe diese angenehme oder unangenehme Form gesehen“, er also ein „Ich“ als Wahrnehmer annimmt,

statt gewärtig zu sein: „Der Geist hat das Ding/die Vorstellung erfahren“. Darum haben von hier ab die Aussagen des Erwachenden die persönliche Form (*Was „man“ fühlt, das nimmt „man“ wahr*). Gefühl und Wahrnehmung sind Erscheinungen oder Bewegtheiten der Psyche, des Herzens, der Gesamtheit der Triebe (*citta-sankhāra*), die zum Ich gezählt werden.

Die genannten Vorgänge: Wollen, Berührung/Ernährung/Erfahrung der Triebe, Gefühl, Wahrnehmung (Erfahrung des Geistes) geschehen nicht so langsam und unterscheidbar voneinander, wie hier beschrieben, sondern in blitzschneller Aufeinanderfolge und daher meistens nicht bemerkt. Darum ist die Frage eines Mönches (M 43) verständlich:

*Dieses Gefühl nun und diese Wahrnehmung und diese Erfahrung, sind diese Dinge unlöslich verbunden oder trennbar?*

Die Antwort heißt dann:

*Dieses Gefühl und diese Wahrnehmung und diese Erfahrung: diese Erscheinungen treten unlöslich verbunden, untrennbar auf... Denn: Was man fühlt, das nimmt man wahr, und was man wahrnimmt, das erfährt man. (Erfahrung des Geistes) – Der Geist ist der Hirte und Fürsorger der fünf Sinnesdränge, der an allen ihren Weidebereichen teilnimmt.*

Alles durch die Sinnesdränge dem Geist als Form-Wahrnehmung usw. Gemeldete wird sofort im Geist einander zugeordnet, wird bewegt im Assoziieren, Kombinieren der einzelnen Sinneserfahrungen: Durch den Geist (*mano*) und die Dinge (*dhamma*) entsteht die Geist-Erfahrung (*mano-viññāna*). Aus den in den Geist gelangten Erfahrungen der Sinnesdränge macht sich der Geist einen Sinn und eine Vorstellung, an welchen die stärkeren Sinneseindrücke mehr, die schwächeren weniger Anteil haben. Zum Beispiel die Verbindung von Kaffeegeruch mit Kaffeegeschmack und dem Aussehen von Kaffee machen den Kaffee im Geist bestimmter Menschen zu einer angenehmen Ding-Wahrnehmung: „Wohl tut das“, wodurch im Dienst des Triebs das Denken einsetzt.

Zu 4: *Was man wahrnimmt, das bedenkt man, damit beschäftigt man sich im Geist (vitakketi).*

Das Pāliwort *vitakketi* bedeutet: bedenken, mit dem Geist angehen, Stellung nehmen und ist ein Oberbegriff für die verschiedenen Phasen des geistigen Aktivwerdens, insbesondere auch nach der sinnlichen Wahrnehmung. Der Geist weiß von jedem der fünf Sinnesdränge, was sie gern mögen und nicht gern mögen und wie das Erwünschte nach seiner bisherigen (oft irrigen!) Erfahrung erreicht werden kann und wie das Un-erwünschte vermieden werden kann. Die spontane geistige Stellungnahme entspricht im Allgemeinen der Stärke des Gefühls, mit dem das Erlebnis besetzt ist; und in der Folge wird das als angenehm herantretende Erlebnis auch weiterhin in diesem Sinne bedacht.

Nehmen wir an, ein Mensch sieht in einem Schaufenster eine ihm sehr köstlich erscheinende Delikatesse. Er hat die Wahrnehmung von etwas sehr Angenehmem, Vielversprechendem. Begehren steigt in ihm auf, Verlangen, Fiebern und der Wille, das Angenehme zu bekommen. Er überlegt, ob er genug Geld dabei hat, geht in den Laden und kauft das Gewünschte. Er ist seiner triebhörigen Anschauung „Das Gute da will ich haben“ gefolgt. – Er kann aber auch die Anschauung haben: „Lohnt es sich denn, dafür Geld auszugeben? Besser, ich spare das Geld für das und das Wichtigere. Die Delikatesse ist im Nu verspeist, u.U. belastet sie die Verdauung und ist also ungesund; ich habe nur einen kurzen Genuss, der auch noch meine Gesundheit beeinträchtigt.“ Ein solcher stellt einen augenblicklichen Genuss um späteren Wohls willen zurück. – Und ein Mensch kann auch überlegen: „Wenn ich jetzt diesem Verlangen folge, diese Sache positiv bewerte, dann habe ich damit meine Triebe, Tendenzen, meine Gier verstärkt, bin ein noch mehr Dürstender, Hungernder, Abhängiger geworden. Ich verlasse dieses Körperleben als ein noch Bedürftigerer, der wegen seiner Bedürftigkeit verletzbar und aggressiv ist, und bin damit weit entfernt von dem Wohl der

Bedürfnisfreiheit.“

Diese drei Kategorien von Anschauungen, Erwägungen können auf Grund einer Wahrnehmung im Gedächtnis nacheinander aufkommen. Der Geist des Menschen kann also zu der Zeit, in der sich ein schwächerer oder stärkerer Wunsch des Herzens meldet, erkennen, ob die Erfüllung dieses drängenden Wunsches vernünftig oder unvernünftig ist (d.h. auch zum eigenen Nutzen oder letztlich doch zum eigenen Schaden führt) – und der Geist kann auch erkennen, ob die Erfüllung dieses Wunsches moralisch oder unmoralisch ist, d.h. zum Nutzen oder zum Schaden anderer Lebewesen führt.

Zu 5: *Was man bedenkt, das stellt man sich gegenüber*  
(*yam vitakketi tam papañceti*)

Hier ist nur die eine, die äußerliche Folge des Bedenkens beschrieben, nämlich dass man sich durch das Bedenken des Wahrgenommenen von dem als „Gegenüber“, als Umwelt Erlebten im Geist ein immer plastischeres Bild macht, es immer weiter heraushämmert, ausbreitet und deutlicher „vorstellt“, so dass die sogenannten „Objekte“ (vom lateinischen „obicere“ = vor sich hinstellen, sich etwas gegenüberstellen) aufdringlicher vor Augen stehen.

Mit dem Bedenken tritt aber auch immer in unlöslicher Verbindung neben der äußeren auch eine innere Folge ein. Sie wird in M 19 genannt, nämlich: *Was der Mensch häufig bedenkt und sinnt, dahin geneigt wird das Herz*. Das weist darauf hin, dass durch ein und dasselbe Denken, durch welches „Außenwelt“ als Vorstellung immer mehr ausgebreitet und immer mehr zum „Objekt“ verdichtet und herausgehämmert wird, zugleich auch die innere Bedürftigkeit, die Anhänglichkeit an eben diese „Objekte“ verstärkt wird, wodurch alles Wahrgenommene in einem bestimmten Licht erscheint.

Der Erwachte macht mit seiner ganzen Lehre darauf aufmerksam – und wir können es in jedem Augenblick an uns erfahren –, dass wir mit dem, was der Wahn „objektive Dinge“

nennt, nichts zu tun haben, solange sie uns nicht begegnen, solange wir von ihnen nicht berührt werden. Nicht eine „objektive Welt“, sondern die Wahrnehmung ist die Stätte der Begegnung, die Stätte des Erlebens, des Erleidens und Handelns. Für das Dasein in der Sinnensuchtwelt gilt: Nur das, was als Begegnendes bewusst wird, tut dem Ich wohl oder wehe; nur das wird für es nützlich oder schädlich. Und bei diesen Begegnungen kommt es darauf an, ob und wie stark wir ihnen Beachtung schenken oder sie nicht beachten, ob wir ihnen Aufmerksamkeit schenken oder nicht. Der Erwachte sagt: *Durch Aufmerksamkeit (manasikāra) entstehen alle Dinge. (A X,58)*. Bei der heute noch verbreiteten Wissenschaftsgläubigkeit darf daran erinnert werden, dass inzwischen auch in der Naturwissenschaft das Bild der alten „klassischen“ Physik von „objektiven Dingen“ gestürzt ist: *„Nach der klassischen Physik erfahren wir etwas, wenn wir es beobachten. Nach der Quantenmechanik ist es nicht vorhanden, bis wir es beobachten.“ (Zukav, Die tanzenden Wu Li Meister. Der östliche Pfad zum Verständnis der modernen Physik: Vom Quantensprung zum Schwarzen Loch, Rowohlt 1981)*

Was wir von den Begegnungswahrnehmungen aufmerksam ins Auge fassen, was wir pflegen und betreiben – das arbeiten wir nicht nur als „Objekt“ heraus, sondern dem verbinden wir uns immer stärker. Die Tendenzen, die Verstrickungen, die Triebe, Verjochungen (*samyojana*) entstehen auf keinem anderen Weg, können auf keinem anderen Weg entstehen als auf dem Weg der weiteren Pflege der geschaffenen Verbindung, d.h. aus einem weiteren Betrachten und positiven Bewerten dessen, womit man verbunden ist, woran man sich durch Beachtung gebunden hat, angejocht hat.

Das bedeutet: Einerseits sind die den Ich-Eindruck bewirkenden Tendenzen verstärkt worden, ist eben eine Bedürftigkeit mehr entstanden; und andererseits ist gleichzeitig die Umwelt in bestimmter Weise gegenübergestellt, begehrter geworden, indem eben jenes Objekt, das ich häufig bedacht und betrachtet habe, nun „zu meiner Welt“ gehört und

daher nicht mehr entbehrt werden mag. So entsteht durch Bedenken nicht nur das Joch, die Bindung von innen nach außen; sondern Innen und Außen werden dadurch geschaffen oder verstärkt und einander gegenübergestellt, und all das geschieht gleichzeitig eben dadurch, dass beim Vorüberziehen der (selbstgeschmiedeten) Kette der Begegnungswahrnehmungen von den Vorstellungsbildern etwas erwartet wird, sie begrüßt und anerkannt werden und festgehalten werden.

Diese doppelte Auswirkung unseres Bedenkens und Betrachtens der uns als „außen“ erscheinenden Dinge ist letztlich nichts anderes als eine immer weitere Steigerung des Plus-Minus-Verhältnisses, oder besser gesagt, des Minus-Plus-Verhältnisses: Durch die positive Bewertung eines durch Wahrnehmung in den Geist gelangten „Gegenstands“ entsteht am ein-gebildeten „Ort“ des Bewertens (dem erscheinenden Ich) eine gewisse Verstärkung des Verlangens nach jenem Objekt. Hier ist also ein Bedürfnis, ein Minus, vergrößert worden. – Zugleich ist durch die positive Betrachtung jenes „Objekts“ dessen „Wert“ im Geist „gestiegen“; es ist jetzt noch begehrt, sein Pluswert ist größer. Auf diese Weise schafft der diese Zusammenhänge nicht überblickende Mensch wie auch jedes andere denkende Wesen ahnungslos immer größere Spannungsverhältnisse, weil immer mehr und immer stärkere Triebe als lechzendes Minus auf immer mehr und immer stärker verlockende „Außendinge“ aus sind. Dieses unsichtbare wahnhafte Spannungsverhältnis ist wirklich fühlbar und macht das Grundleiden der Wesen aus. Wie bei einem Uhrwerk die durch die aufgezugene Feder entstandene unsichtbare Spannung die gesamten sichtbaren Bewegungen auf dem Zifferblatt und den Stundenschlag verursacht, so ist die unsichtbare Plus-Minus-Spannung der Tendenzen der unheimliche Antrieb für die gesamte nach außen in Erscheinung tretende Dramatik des sogenannten „Lebens“, sowohl der gesamten Aktionen des Menschen und der erlebten Menschheit als auch der gesamten Wandlungen, welche dadurch in der erlebten Welt geschehen. Diese gesamte Entwicklung wird als fortschreitendes *papañce-*

*ti* = Gegenüberstellen, Ausbreiten, Vorstellen bezeichnet; wogegen der Weg der Entspannung bis zur Schaffung der vollständigen spannungslosen inneren Einheit im vollendeten Frieden als *samādahati*, als Entspannen, Einigen bis zur Vollendung der vollen Einheit (*samādhi*) bezeichnet wird.

Hier ist zwar vorwiegend vom Denken gesprochen worden, und mancher mag die Erwähnung von Reden und Handeln als Weltausbreitung vermissen; aber es ist ja so, dass der Mensch in seinem gesamten Reden und Handeln letztlich ausschließlich von seinem weltentwerfenden Denken, seinen inneren Motiven und seiner Gesinnung geleitet wird; wie er denkt, so redet und handelt er, und es gibt kein Reden und Handeln, das nicht von Denken begleitet wird.

*Zu 6: Dadurch, dass der Mensch sich etwas gegenüberstellt, erzeugt er die Illusion <sup>71</sup> einer gespaltenen Begegnungswahrnehmung (papañca-saññā-sankhā): den Luger, an den erfahrbare Formen als vergangen, zukünftig, gegenwärtig herantreten, den Lauscher, an den erfahrbare Töne als vergangen, zukünftig, gegenwärtig herantreten...*

Die Eintragung der Sinneserfahrungen in den Geist wird von dem westlichen Menschen meistens falsch verstanden, so dass die Durchschauung des gesamten Wahnkomplexes verhindert wird. Wenn es heißt: *Durch den Luger und die Formen entsteht die Luger-Erfahrung*, dann denkt der normale Mensch, oft auch der buddhistische Leser, dass ein Ich (Subjekt) mittels eines materiellen Apparates (Auge) Formen, mittels des Ohres Töne, eben in der Welt Objekte erfasse.

Der Erwachte zeigt aber mit seiner gesamten Lehre: Da ist nicht irgendwo unabhängig von dem Erleber, von dem „Ich“, eine „Welt da draußen“, eine „objektive Welt“, deren Formen

---

<sup>71</sup> sankhā = Besessenheit, Zwangsvorstellung



ein souveränes, „individuelles“ „Ich“ betrachtet und deren Töne es hört, die die Ursache für sein Erleben seien. Vielmehr kommt nur der Eindruck auf, als ob mit „eigenen Augen“ die Formen „der Welt“ wahrgenommen würden, mit „eigenen Ohren“ die Töne „der Welt“. In Wirklichkeit ist es aber ganz so wie im Traum: Es besteht zwar der Eindruck, ein Ich sehe äußere Formen, höre äußere Töne, aber hinter diesem gesamten geistigen Eindruck steht nicht eine vom erlebten „Erleber“ unabhängige Welt, aus welcher die Eindrücke kämen, sondern das, was der Erwachte im Bedingungs-zusammenhang *bhava* nennt, was allgemein mit „Werden“ oder „Dasein“ übersetzt wird: die Gesamtheit des von uns in der Vergangenheit Gewirkten, die Schaffsal. Nur dieses ist die Quelle unserer jeweiligen Erlebnisse. Das früher mit dem gesamten Denken, Reden und Handeln Gewirkte tritt als illusionäre Spaltung in Luger und Formen, Lauscher und Tönen usw. heran.

Wir betrachten die Formen, Töne usw., als ob wir etwas Neues aus der Welt sähen, als ob wir etwas Neues aus der Welt hörten, röchen, schmeckten, tasteten, bedächten. Aber der Erwachte sagt von diesem Vorgang: *Maler Herz malt*. In Wirklichkeit ist nicht eine Welt gegenüber einem Ich oder ein Ich gegenüber einer Welt; vielmehr besteht eine festgesponnene Verbindung zwischen dem Wirken des Täters und dem ihn umgebenden Gewirkten, wobei dieses Gewirkte als Illusion einer Begegnungswahrnehmung an ihn herantritt. Indem er glaubt, aus der Welt etwas Neues zu erleben, und darauf wieder reagiert, ändert er es ein wenig ab. Danach fällt es für seinen beschränkten Blick wieder in die Vergangenheit, während er schon wieder mit weiterem Herantretenden zu tun hat. Aber alles in die „Vergangenheit“ Gefallene ist nicht verloren, sondern bildet den Fundus seiner Schaffsal (*bhava*) und kehrt von da wieder an ihn zurück. Solange der Mensch auf es zählt, auf es baut und sich so durch immer weiteres Bedenken des Herangetretenen nur immer mit seinen eigenen Produkten auseinandersetzt, so lange verändert und verändert er sie nur, und sie kehren in dieser veränderten Form immer wieder zu ihm zu-

rück: Durch jedes wohlwollende Wirken in Gedanken, Worten und Taten wird ein etwas wohlwollenderes Begegnungsverhältnis in die Vergangenheit geschickt – und damit in die Zukunft, wird das „Ich“ um einen Grad mehr mit wohlwollendem, gewährendem Geist geprägt, wird das mit Wohlwollen behandelte „Du“ um einen Grad zufriedener, entspannter, freudiger, zu ähnlichem Tun geneigter: und dieses jetzt so geschaffene, so gestaltete Verhältnis eines wohlwollenderen „Ich“ in sanfterer Begegnung mit einem entspannteren und meistens auch wohlwollenderen „Du“ – diese „Schöpfung“ ist nun „da“, ist durch bestimmte Einflüsse, Kräfte, Gesinnungen und Taten so gewirkte Wirkung. Diese Wirkung entschwindet lediglich der Sichtbarkeit, also dem unendlich beengten Gegenwartshorizont des Verblendeten, aber sie bleibt als wirkende Wirkung bestehen und taucht zu ihrer Zeit wiederum in den unendlich beengten Ereignishorizont des Verblendeten ein („Gegenwart“), wird also in ihrer zuletzt umgeschaffenen Qualität als wohltuendes oder schmerzliches „Schicksal“ erfahren. Darauf wird je nach Tendenzen, Gewöhnungen und Einsichten, die jenes „Ich“ zur Zeit jener Begegnung gerade im Spiel der fünf Zusammenhäufungen bewegen, wiederum gehandelt und geantwortet, reagiert. So geschieht wieder ein „schöpferischer“ Akt, ein verbessernder oder verschlimmrender, einer, der ein erhelltes Verhältnis in die „Vergangenheit“ schickt – in die Zukunft schickt – oder ein verdunkeltes.

Diese Art des lediglich verbessernden oder verschlechternden Umgangs mit den einzelnen gegenwärtigen Begegnungssituationen, wodurch das Spannungsverhältnis zwischen den beiden erlebten Spannungspolen, dem Ich und dem Begegnenden, nur verändert, nicht aber aufgelöst wird – das ist die Verhaltensweise, die „Ergreifen“ (*upādāna*) genannt wird. Darum sagt der Erwachte:

*Die Gewohnheitsbande, immer heranzutreten, zu ergreifen, sich anzueignen und dabei zu verbleiben – das ist praktisch diese Welt. (S 12,15)*

Das heißt aber: Die Grundlage allen Erlebens und Erleidens

mit Geburt, Altern und Sterben ist nicht gegeben durch eine jenseits des Erlebens materiell oder überhaupt substantiell im dreidimensionalen Raum ausgedehnte Welt, aus welcher der Mensch hervorgeht und der er machtlos ausgeliefert wäre bis zu seiner Vernichtung – vielmehr besteht die Grundlage allen Erlebens und Erleidens in jener von den Erwahten entdeckten, beobachteten und erkannten machtvollen Rundlaufströmung der unterschiedlichsten spannungsvollen, als Gegenwarterscheinung schmerzlich oder wohltuend empfundenen selbstgewirkten Begegnungsszenen, die „herantreten“, in die beschränkte Wahrnehmung eintreten, nach der jetzigen Verfassung des „Ich“-Teiles behandelt, verändert werden und schon wieder der Gegenwart entswinden vor dem Andrang der nächsten.

#### Der geschlossene Kreis der fünf Zusammenhäufungen

Dieser in unserer Lehrrede M 18 von Mahākaccāno beschriebene Rundlauf des Wirkens und der davon ausgelösten Wirkungen, die wieder herantreten, zu neuem Wirken einladen, woraus Wirkungen hervorgehen, die wieder herantreten usw. – dieser gesamte Rundlauf besteht aus nichts anderem als den fünf Zusammenhäufungen.

*Die Illusion der in Luger und Formen, Lauscher und Tönen usw. gespaltenen Begegnungswahrnehmung* ist die Wahrnehmung (3.Zusammenhäufung) von Formen (1.) und Gefühlen (2.).

Wenn es weiter heißt: *Was man wahrnimmt, das bedenkt man*, dann ist darunter die vierte der fünf Zusammenhäufungen: Aktivität (*sankhāra*) zu verstehen, die Reaktion der Wesen auf die Erlebnisse, ihr planendes Bedenken und handelndes Vorgehen. Dieses Vorgehen wird einmal bestimmt von dem „Geschmack“ der jeweiligen Wahrnehmung als angenehm und unangenehm und andererseits von den Zielen, die sich der Mensch insgesamt gesetzt hat. Diese bestimmen das denkerische und handelnde Vorgehen.

Wenn es heißt: *Was man bedenkt, das stellt man sich gegenüber*, dann bedeutet dies, dass durch die (harte oder sanfte) Aktivität Wirkungen geschaffen sind, Formen als „Umwelt“ ausgebreitet sind (*papañceti*). Zwar geht dieses Geschaffene zunächst in die „Vergangenheit“, und neue Wahrnehmungen fordern die Wesen zu neuem Handeln heraus, aber was wir „Vergangenheit“ nennen, ist der Fundus der Schaffsal (*bhava*), von wo aus die Erscheinungsformen, die Weltausbreitung, später als „Zukunft“, als Illusion einer gespaltenen Begegnungswahrnehmung, wieder herantritt.

Wenn es heißt: *Dadurch, dass der Mensch sich etwas gegenüberstellt, erzeugt er die Illusion einer gespaltenen Begegnungswahrnehmung (papañca-saññā-sankhā): den Luger, an den erfahrbare Formen als vergangen, zukünftig, gegenwärtig herantreten, den Lauerer, an den erfahrbare Töne als vergangen, zukünftig, gegenwärtig herantreten...*, dann bedeutet dies die ständige Erfahrung der Sinnesdränge, die im Gedächtnis als Wahrnehmung eingeschrieben werden: *Durch den Geist (mano) und die Dinge (dhamma) entsteht die Geist-Erfahrung (mano-viññāna)*. Solche Aktivität geschieht beim erwachsenen Menschen zumeist in festgelegten Programmen, um Wohl zu erreichen und Wehe zu vermeiden, entsprechend den eingeschriebenen Daten. Doch ist diese Wohlsuche (5. Zusammenhäufung) nicht als ein Täter aufzufassen. Sie ist lediglich ein komplexes programmgesteuertes System, ist die aus der bisherigen Erfahrung des Geistes hervorgegangene Programmiertheit der Wohlsuche und Weheflucht. Weil die Triebe durch viele Inkarnationen hindurch darauf gerichtet sind, außen Wohl zu suchen, darum ist die programmierte Wohlerfassungssuche darauf gerichtet zu erfahren, was zu erfahren nötig ist, um sicher durch die Welt zu kommen oder um zu genießen.

In D 28/VII spricht Sāriputto, der Mönch, der dem Erwachten gleicht, vom *viññāna-sota*, *viññāna*-Strom, den ein im

*samādhī*, in der Herzeseinigung Befindlicher zurückgezogen Verweilender erkennt, wie er *nach beiden Seiten, nach dieser und jener Welt ununterbrochen dahinfließt, in Brandung zu dieser Welt, in Brandung zu jener Welt Fuß fasst*. „Strömung“ oder „Strom“ ist der antike Ausdruck für das, was wir heute als „Programm“ bezeichnen, als fließenden Ablauf von miteinander verbundenen und sich ergänzenden gespeicherten Programmen, also als Robotertätigkeit.

Der Erwachte sagt (S 22,95): So wie der Gaukler oder Zauberkünstler ein Gaukelwerk nach dem anderen erscheinen lässt, so ist die programmierte Wohlerfahrungssuche des Geistes im Dienst der hungernden Triebe ständig bestrebt, Formen (1) an die Sinnesdränge heranzubringen zum Zweck der Berührung der Sinnesdränge, um Wohlgefühl (2) zu erfahren, das mit der Form als angenehm, unangenehm oder gleichgültig wahrgenommenes Ding (3) in den Geist eingetragen wird, der dann wieder aktiv wird (4) zur erneuten, evtl. veränderten Reaktion auf das Wahrgenommene. Dadurch veranlasst, wird auch die programmierte Wohlerfahrungssuche (5) verändert. So ist die programmierte Wohlerfahrungssuche des Geistes immer im Bereich der vier Zusammenhäufungen tätig, stützt sich auf sie, ist auf sie aus.

Der Erwachte sagt (S 22,54): So wie der normale Samen nur in der Erde zum Keimen und zur Entfaltung kommt, so auch kann *viññāna*, die fünfte Zusammenhäufung, nur aus den vier Zusammenhäufungen hervorgehen. Aber so wie der Same in der Erde nur bei Zugabe von Wasser zum Keimen und zur Entfaltung kommen kann, so auch entwickelt sich das *viññāna* nur dann aus den vier Zusammenhäufungen, wenn bei dem Wahrnehmungsvorgang Sucht nach Befriedigung beteiligt ist, also die Tendenzen beteiligt sind.

Weiter vergleicht der Erwachte (S 12,61) die programmierte Wohlerfahrungssuche des Geistes mit einem Affen, der im Wald von Baum zu Baum springt und dabei auf wohlschmeckende Früchte aus ist.

Wo immer die Blendung Vielfalt erscheinen lässt und der

wahnhafte Eindruck von einem Ich in der Welt besteht – da geht der von Blendung erfüllte Geist die als wohltuend oder schmerzlich wahrgenommenen Formen aktiv im Denken, Reden und Handeln an (4. Zusammenhäufung), und dieses lebenslängliche Spiel wird Gewohnheit: Die programmierte Wohlerfahrungssuche des Geistes (5) ist darauf programmiert, als außen Erfahrenes (Formen 1) an die zu sich gezählte Form (1) mit den innewohnenden Drängen heranzubringen, wodurch der Ablauf der übrigen vier Zusammenhäufungen bedingt ist: Berührung der Triebe im Körper durch Außenform löst Gefühl (2), Wahrnehmung (3) aus, hierauf wird im Denken, Reden und Handeln reagiert (4).

Die programmierte Wohlerfahrungssuche des Geistes, dieser blinde „Lenker“ der „Person“, steigt beim Tod zusammen mit dem Psycho-Physischen, d.h. mit Trieben, Geist und feinstofflichem (noch physischem) Körper, aus dem grobstofflichen Körper aus, verlässt ihn für die Umstehenden unsichtbar und wird zu einem Umfeld hingezogen, das den Qualitäten der Psyche im Habenwollen und Nichthabenwollen und in Rücksichtslosigkeit und Rücksicht entspricht. Das erlebt er als seinen neuen „Ort“, und dort agiert er weiter.

In dem folgenden Absatz der Lehrrede zeigt Mahākaccāno das Vorhergesagte in seiner zwangsläufigen Aufeinanderfolge:

*Ist nun, Brüder, Luger, Form und Luger-Erfahrung, Lauscher, Töne und Lauscher-Erfahrung...da, so darf man mit dem Erscheinen von Berührung rechnen; ist Berührung erschienen, so darf man mit dem Erscheinen von Gefühl rechnen; ist Gefühl erschienen, so darf man mit der Erscheinung von Wahrnehmung rechnen; ist Wahrnehmung erschienen, so darf man mit Bedenken rechnen; ist Bedenken erschienen, so darf man mit dem Erscheinen der Illusion einer (in Ich und Umwelt) gespaltenen Begegnungswahrnehmung rechnen.*

## Die Aufhebung des geschlossenen Kreises

Diese endlose Fortsetzung geht weiter durch alle Körperwechsel, über alle Geburten und Tode hinaus – so lange, bis im Geist durch Erfahrung oder durch Belehrung das Wissen aufkommt, dass es eine unendlich ruhigere, hellere, seligere Lebensweise gibt als diese endlose, mühselige, schmerzhaft Schlacht mit den jeweils begegnenden „selbst“-gewirkten Erscheinungen. Auf diese Möglichkeit weist Mahākaccāno mit den nächsten Worten hin:

*Sind aber Luger, Formen und Luger-Erfahrung, Lauscher, Töne und Lauscher-Erfahrung usw. nicht da, so darf man mit dem Nichterscheinen von Berührung rechnen. Ist Berührung nicht erschienen, so darf man mit dem Nichterscheinen von Gefühl rechnen; ist Gefühl nicht erschienen, so darf man mit dem Nichterscheinen von Wahrnehmung rechnen; ist Wahrnehmung nicht erschienen, so darf man mit dem Nichterscheinen von Bedenken rechnen; ist Bedenken nicht erschienen, so darf man damit rechnen, dass die Illusion einer gespaltenen Begegnungswahrnehmung nicht erscheinen wird.*

Wir haben schon öfter darauf hingewiesen, dass „Dasein“ oder „Nichtdasein“ in den Reden des Erwachten immer gleichbedeutend ist mit „erlebt“ und „nicht erlebt“. Der Erwachte setzt nicht, wie der westliche Mensch, eine objektive Welt voraus, die etwa unabhängig von einem Erleber bestünde; vielmehr hat der Erleber das Weltgespinnst aus seinen Trieben, aus Gier und Hass, aus Anziehung und Abstoßung seines Herzens gebraut und erfährt dieses Gespinnst als Wahrnehmung, als Weltenerlebnis.

Wenn es nun heißt: *Sind aber Luger, Formen und Luger-Erfahrung nicht da* usw., dann bedeutet dieses

Nicht-da-Sein, dass es nicht erlebt wird, und zwar darum nicht erlebt wird, weil zu dieser Zeit im Geist des Menschen ein so starkes und strahlendes Entzücken (*pīti*) aufgekommen ist, dass diese große Beglückung die Aufmerksamkeit des Geistes ganz auf sich zieht. Die sinnliche Wahrnehmung schweigt, und nur das Gefühl des Entzückens ohne Weiterlebnis herrscht vor, wird wahrgenommen. Darum heißt dieser selige Zustand Entrückung. Weil die übliche Wahrnehmung der Zweiheit eines der Welt begehrenden Ich aufgehoben ist, darum heißt diese Entrückung auch Einigung, unio, samādhi. Diese Zustände werden mit fortschreitender Ablösung von der Weltwahrnehmung tiefer und tiefer.

Die Entrückungen treten, wie in den Reden immer wieder beschrieben, als dauernder seelischer Besitz erst dann ein, wenn der Übende eine zweifache geistig-seelische Entwicklung bis zu einer gewissen Höhe gebracht hat.

Die erste besteht darin, dass er sich alles übelwollende Denken und Empfinden, alle Antipathie und kalte Rücksichtslosigkeit gegenüber Lebewesen völlig abgewöhnt und sich an Wohlwollen, Fürsorge, Fürsprache und Förderung der lebenden Wesen ganz und gar gewöhnt hat. Ein solcher hat damit seine Herzensverfassung aus der üblichen dunklen oder grauen Gemütsverfassung heraus zu immer mehr innerer Helligkeit und Wärme entwickelt (siehe das Gleichnis vom Goldläutern). Durch diese Gemütsverfassung ist er auf die sinnliche Wahrnehmung längst nicht mehr in dem Maß angewiesen wie der Mensch, der bei sich selber eben nur die graue, banale oder triste Stimmung vorfindet. Ein so entwickelter Mensch findet bei sich selber Wohl und Glück und ist gern für sich allein.

Aus dieser Entwicklung ergibt sich wie von selber die zweite.

Der normale Mensch ist weltzerstreut. Er muss ununterbrochen nach Formen, Tönen, Düften, Riech-, Schmeck- und Tastbarem Ausschau halten, muss sich geistig mit diesen Dingen beschäftigen, sucht die angenehmen für sich zu gewinnen, die unangenehmen zu vermeiden. In dieser sechsfachen Tätig-



keit besteht der größte Teil seines Lebens: ein fast ununterbrochenes Habenwollen mit Anziehung und Abstoßung. Das kommt erst dann zur Ruhe, wenn sich der Mensch bei sich selbst wohlfühlt und wenn er auf diesem Weg die Bruchstückhaftigkeit und Leerheit der gesamten äußeren Erscheinungen immer mehr durchschaut und empfunden hat. Auf dem Weg dieser Entwicklung tritt irgendwann zum ersten Mal spontan ein solches inneres geistiges Entzücken ein, dass dadurch die geistige Aufmerksamkeit zwangsläufig auf diese innere Seligkeit gerichtet und damit von der sinnlichen Wahrnehmung abgelenkt wird. Dann fällt die sinnliche Wahrnehmung fort, und das ist der Zustand, von dem Mahākaccāno spricht:

*Zu einer solchen Zeit sind Luger, Formen und Luger-Erfahrung nicht da; sind Lauscher, Riecher, Schmecker, Taster; sind Töne, Düfte, Geschmäcke, Tastbares, Dinge und sind die sechs Erfahrungen nicht da.*

In einer solchen Zeit ist Frieden, ist weder Welt noch Ich, ist nur jene schweigende Seligkeit: *samādhī*.

So heißt es in Sn 874:

*Dem so Geeinten entweicht die Form.  
Durch Wahrnehmung nur besteht  
die Illusion gespaltener Begegnung.*

Zuerst treten diese weltlosen Entrückungen sporadisch ein und sind durchaus noch nicht willentlich herbeiführbar. Aber dieses selige Erlebnis weckt den Willen des Erlebers, sich endgültig von der Begegnungswahrnehmung zurückzuziehen, um ganz in dieser Seligkeit zu wohnen. Und darum beginnt nun eine intensivere und zielbewusstere Entwicklung auf die vollständige Ablösung vom Begegnungsleben hin, um das Entrückungsleben zu gewinnen und dann diese Entrückungen selbst noch immer mehr von Wandelbarem zu klären, bis auch die dabei aufkommenden Gefühlswahrnehmungen zur Ruhe kommen, womit das Wohl vollkommen und Nirvāna, der Heils-Stand, vorweggenommen ist.

Am Anfang der Rede hatte der Erwachte gezeigt, dass er selber vollkommen zur Freiheit und Unverletzbarkeit gekommen ist. Das war sein Bekenntnis dem Sakker-Prinzen gegenüber: Was auch herantritt, ihn trifft es nicht mehr. Er ist der von aller Bedürftigkeit abgelöst Verweilende, der Reine, der keine Daseinsunsicherheit mehr kennt, von aller Unruhe völlig befreit ist. Er begehrt nicht Dasein und nicht Nichtsein. Und er sagt: Dahin kommt man, wenn die Vielfaltserlebnisse, die an den Menschen herantreten, nicht mehr der Gefühlsbefriedigung dienen; wenn man sich nichts mehr aus ihnen macht, wenn sie nicht mehr begrüßt werden und nicht mehr aus Befangenheit in perspektivischer Bindung zum Stützpunkt des Lebens genommen, festgehalten werden. Diese Haltung kann nur ein solcher Mensch bejahen, der durch die Lehre des Erwachten verstehen gelernt hat, dass bei der natürlichen menschlichen Haltung der Leidenskreislauf unendlich fortbesteht. Aber er kann zu dieser Haltung nur dann praktisch hinfinden, wenn er in sich hell und wohlwollend allen Lebewesen gegenüber geworden ist. Ein solcher Mensch wird im Lauf der Zeit in seinen Wünschen zurücktreten, im Ganzen sanfter reagieren und immer mehr versuchen, Überblick über das Ganze zu bekommen, sich nicht mehr so leicht von einer Situation gefangennehmen lassen – loszulassen. Er wird eine relativ abnehmende Verletzbarkeit bei sich feststellen, eine relativ zunehmende Souveränität, ein Mehr-über-den-Dingen-Stehen und Wissen darum, wie die Dinge laufen werden. Er wird mehr Gelassenheit, mehr Frieden gewinnen. So merkt er, dass diese Übung ein Weg ist, der tatsächlich aus dem Leiden herausführt und – bei richtiger Vorgehensweise – schon unterwegs zu immer mehr Wohl für ihn selbst und die Mitwesen führt.

Die Erklärung Mahākaccānos berichteten die Mönche dem Erwachten:

*Da hat uns, Herr, der ehrwürdige Mahākaccāno auf solche Weise, in solcher Art die Worte des Erwachten*

erklärt. –

*Weise, ihr Mönche, ist Mahākaccāno, wissensmächtig, ihr Mönche, ist Mahākaccāno. Wolltet ihr mich, ihr Mönche, um Aufklärung angehen, ich würde den Zusammenhang genauso erläutern, wie ihn Mahākaccāno erläutert hat. Denn eben das ist der Zusammenhang, und den sollt ihr bewahren.*

Auf diese Worte wandte sich der ehrwürdige Ānando an den Erhabenen und sagte:

*Gleichwie etwa, o Herr, ein Mann, der von Hunger und Schwäche gepeinigt wird, einen süßen Bissen bekäme, wie er ihn dann mehr und mehr genösse, empfände er den süßen Geschmack ganz rein.*

*Ebenso auch, o Herr, erlangt ein Mönch von der rechten Gemütsart, je mehr und mehr er dem Sinn dieser aufgezeigten Zusammenhänge mit klarem Blick nachspürt, geistige Freude, Zufriedenheit des Gemüts. Welchen Namen, o Herr, soll diese Darlegung der Zusammenhänge haben? –*

*Wohlan denn, Ānando, so behalte diese Darlegung der Zusammenhänge unter dem Namen des „Süßen Bissens“. –*

*So sprach der Erhabene. Beglückt und erhoben freute sich der ehrwürdige Ānando über das Wort des Erhabenen.*

ZWEIERLEI GEDANKENERWÄGUNGEN  
19. Rede der „Mittleren Sammlung“

Einleitung

Die folgende 19. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“ gehört zu denjenigen, in welchen der Erwachte über seine eigenen früheren Bemühungen berichtet, zur Erwachung und Vollen- dung zu kommen. - Ihm stand damals nicht wie uns Heutigen die Lehre von den „Vier Heilswahrheiten“ zur Verfügung, unter welchen die vierte Wahrheit vom achtgliedrigen Weg erst die entscheidende Wegweisung bietet. Er musste damals auf ganz ungebahnten Wegen sich vorwärtstasten, nur seinem nach Wahrheit, Reinheit und Sicherheit sich sehnenden Herzen fol- gend, durch mancherlei vergebliche Versuche mit großen Schmerzen und Leiden bis an den Rand des Todes gehend, ehe er zur endgültigen Klarheit über den Daseinszusammenhang kam und über die zuvor nur geahnte Möglichkeit, alle Abhän- gigkeit und Bedingtheit endgültig zu überwinden in einer uni- versalen Freiheit und Erlösung.

Dann erst, nach seiner Erwachung, verkündete er auf die dringende Bitte eines hohen Geistes seine Lehre von den vier Heilswahrheiten mit der Wegweisung der Selbsterziehung bis zum Heilsstand. - Er widmete fast ein halbes Jahrhundert sei- nes weiteren Erdenlebens der gründlichen mündlichen Beleh- rung und Anleitung seiner Nachfolger im Orden und im Haus, bis er im Alter von etwa achtzig Jahren die letzten Reste der vergänglichen Erscheinungen entließ. Der hier folgende Be- richt handelt nicht vom Anfang und auch nicht vom mittleren Teil seiner mühseligen schmerzlichen Umwege, sondern von deren Übergang in die geradlinige Heilsentwicklung bis zur endgültigen Erlösung, bis zur Erlangung der Buddhaschaft.

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Er- habene bei Sāvattḥī im Siegerwald im Garten Anātha- pindikos. Dort nun wandte sich der Erhabene an die*

*Mönche: Ihr Mönche! – Erhabener –, antworteten da jene Mönche dem Erhabenen aufmerksam. Der Erhabene sprach:*

*Früher, ihr Mönche, noch vor meiner Erwachung, als ich die Erwachung zu erringen trachtete, kam mir der Gedanke: „Wie wenn ich nun meine gedanklichen Erwägungen voneinander unterschiede und diese Unterscheidung beibehielte?“ So sonderte ich nun Gedanken an Sinnendinge, Gedanken von Antipathie bis Hass, Gedanken der Rücksichtslosigkeit als übel nach der einen Seite und sonderte die von Sinnendingen befreienden Gedanken und ebenso Gedanken des Wohlwollens und des rücksichtsvollen Schonens als gute Gedanken nach der anderen Seite.*

*Wenn mir nun bei diesem aufmerksamen, beharrlichen Mühen ein Gedanke der Sinnensucht aufstieg, dann erkannte ich: „Aufgestiegen ist mir da dieser Gedanke der Sinnensucht, und er führt zu eigener Beschwer, zu anderer Beschwer und zu beider Beschwer. Er rodet die Weisheit aus, bringt Verstörung mit sich, führt nicht zur Triebversiegung.“*

*„Führt zu eigener Beschwer“ - als ich mir dies vor Augen führte, da schwand der Gedanke der Sinnensucht hinweg. „Führt zu anderer Beschwer“ - als ich mir dies vor Augen führte, da schwand der Gedanke der Sinnensucht hinweg. „Führt zu beider Beschwer - rodet die Weisheit aus - bringt Verstörung mit sich - führt nicht zum Nirvāna“ - als ich mir dies vor Augen führte, da schwand der Gedanke der Sinnensucht hinweg.*

*Und wann auch immer ein Gedanke der Sinnensucht in mir aufstieg, ihr Mönche, da wies ich ihn ab, vertrieb ihn, vernichtete ihn.*

Der Erwachte berichtet hier, dass er es bei sich selbst für erforderlich hielt, die üblen Gedanken und Erwägungen von den positiven, den guten Gedanken und Erwägungen zu trennen und die üblen sich abzugewöhnen. Woher kam dem damaligen Asketen, der noch kein Erwachter war, die sichere Vorstellung, dass es um diese Aufgabe gehe?

Darüber berichtet der Erwachte selber aus dem Anfang seiner Askese:

Nachdem er seine fürstliche Familie verlassen hatte, um das Heil zu suchen, da war er zuerst, damaliger Gepflogenheit folgend, zu einem der angesehensten geistlichen Lehrer gegangen, um durch ihn unterwiesen zu werden. Durch seine ganz besondere Veranlagung hatte er sehr bald den Status seines Lehrers erreicht, konnte diesen Status aber nicht als die Vollendung ansehen, die er suchte, in welcher man eben von allen Erscheinungen völlig untreffbar und unbetroffen im Heilsstand ist. Er verließ ihn und ging zu einem anderen Lehrer, der zwar einen Schritt weiter auf den Heilsstand hinzielte, aber an Vorstellungen festhielt, die der spätere Buddha, obwohl er damals noch nicht erwacht war, doch bereits als unvollkommen durchschaute. So verließ er auch diesen Lehrer und stellte sich von da an auf sich selber. Als er durch die Lande zog, um sich einen Ort für seine Askese zu suchen, da kam ihm das dreifache Holzscheitgleichnis in den Sinn, das ihm für das gesamte weitere Streben zum Leitbild wurde. Den indischen Heilssuchern war ebenso wie den früheren abendländischen Heilssuchern klar, dass der menschliche Stand innerlich und äußerlich heillos ist, dass er überstiegen, transzendiert werden muss, um zum Heilsstand zu gelangen. Der von Natur tiefere, aufmerksame, darum religiöse Mensch kommt zuerst auf den Verdacht und hernach zu der Überzeugung, dass das gesamte Welterlebnis mit allem Kommen und Gehen eine große, durch Faszination bedingte Imagination, also Einbildung ist gleich einem wahnhaften Traum, nur eben ganz erheblich tiefer wurzelt und ganz erheblich zäher besteht und darum schwerer auszuroden ist - aber eben ausgerodet werden

muss. Da gab ihm nun dieses dreifache Holzschleitgleichnis die Wegweisung für das, was zu tun war.

Er erkannte: So wie man mit einem Stück Holz, das von Wasser vollgesogen im Wasser liegt, durch noch so vieles Reiben kein Feuer machen kann, so kann man mit einem Körper, der von Sinnensucht durchdrungen und durchtränkt ist, so dass er von allen sinnlichen Eindrücken durch Sehen, Hören, Riechen, Schmecken und Tasten immer nur empfindsam betroffen wird und darauf sofort fühlhaft reagiert und seine Wünsche und Bedürfnisse zeigt, nie den Heilsstand gewinnen.

So genügt es auch nicht, aus dem Hause in die Hauslosigkeit zu gehen, sofern man sich dort nicht von der Sinnensucht mit allem, was sie mit sich bringt, nämlich Antipathie bis Hass und Rücksichtslosigkeit gegenüber den Mitwesen, befreit.

Aber ebenso wie man nur mit einem trockenen Holzschleit, das aus dem Wasser heraus ist, durch Reiben Feuer machen kann, so kann die notwendige Transzendierung, Übersteigerung dieser sinnlichen Wahrnehmung nur dann erlangt werden, wenn aus Körper, Herz und Geist Sinnensüchtigkeit, Antipathie bis Hass, Rücksichtslosigkeit ganz und gar heraus ist.

Der belesene Anhänger der Lehre weiß, dass dieses dreifache Holzschleitgleichnis den damals noch nicht Erwachten zunächst wiederum auf einen der damals üblichen Wege gebracht hatte: Er versuchte, durch Selbstqual der verschiedensten Art diese drei Grundhindernisse des Heils auszutreiben. Er gelangte damit bis an den Rand des Todes, aber dem Heilsstand kam er damit nicht näher. Als er diesen Weg der Selbstqual bis zum äußersten Ende gegangen war und bei sich wusste, dass jeder weitere Schritt ihn nur in den körperlichen Tod und damit nicht zum Heil führen würde - da erinnerte er sich seines Jugenderlebnisses: wie er als Knabe allein unter einem Baum sitzend, ungewollt und ohne eigene Absicht in eine selige Entrückung aus der gesamten Weltwahrnehmung gelangt war, also in den gesuchten transzendenten Zustand. Was er damals erlebt hatte, war die erste weltlose Entrückung. In der Erinnerung an diesen seligen Zustand erfuhr er sich plötzlich

so völlig frei von den drei genannten üblen Gemütsverfassungen, dass ihm nun klar war, dass dies der Weg zur Entrinnung aus allem Leiden ist. Diese Erfahrungen, Erinnerungen und Einsichten sind es, die ihn nun zu der in dieser Rede beschriebenen Vorgehensweise brachten. Dabei sehen wir nun, wie der Erwachte auf dem Weg des Abweisens bestimmter Gedanken aus bestimmten klaren Gründen und des Angewöhnens anderer Gedanken aus denselben klaren Gründen tatsächlich zur Transzendierung der Weltwahrnehmung, zu den vier Entrückungen und dann darüber hinaus endgültig zum Heilsstand gelangte.

Darum geht es zunächst um das Verständnis dieser Gemütsverfassungen.

### Sechs Gemütsverfassungen

Der Mensch erlebt sich als ein Wesen, das bei jedem Erlebnis, bei jeder Begegnung in irgendeiner Weise gesonnen ist, d.h. mit Gefühlsbeteiligung denkt und sinnt, gemütsmäßig bewegt ist - mehr oder weniger wechselnd oder konsequent, entschieden oder zwiespältig, klar oder verschwommen; und dementsprechend muss es sich im Tun verhalten - mehr oder weniger wechselnd oder konsequent, entschieden oder zwiespältig, klar oder verschwommen im Tun oder im Unterlassen. - Aber der Mensch weiß nicht, warum er im Einzelfall so und so denken muss, so und so handeln muss - und wenn er einmal etwas ihm so ganz Ungewohntes tut, wird ihm dieses Nichtwissen vielleicht bewusst: „Es kam so über mich, ich verstehe mich selbst nicht mehr“, sagt er dann. Auch weiß er nicht, welche Ursachen zu setzen sind, um zu richtiger Gemütsverfassung und von daher zum richtigen Verhalten zu kommen. Sekündlich treten an ihn wechselnde Erlebnisse heran, berühren ihn wohl oder wehe oder gleichgültig. Und so wie er im Augenblick gesonnen ist, wie er im Augenblick denkt, so verhält er sich zu dem jeweiligen Erlebnis, nicht wissend, woher das Erlebnis kommt und woher seine momentane Gesinnung oder Gemüts-



verfassung kommt. So ist er den Zufällen preisgegeben, er muss auf das ihn Einstürmende blind reagieren: „zufällig“ gut, „zufällig“ schlecht.

Der Erwachte nennt hier sechs Gemütsverfassungen, und zwar je drei falsche und drei rechte:

1. Sinnensüchtigkeit
2. Antipathie bis Hass
3. Schädigung, Belästigung aus Rücksichtslosigkeit
4. Sinnensuchtfreiheit
5. Wohlwollen
6. Schonung, Fürsorge, Hilfsbereitschaft.

Die drei falschen Gemütsverfassungen kommen ausschließlich in dem untersten der drei Daseinsbereiche, der Sinnensuchtwelt, vor. Schon in dem mittleren Daseinsbereich, der „formhaftes Dasein“ heißt, gibt es überhaupt keine Sinnensucht, ganz zu schweigen von Antipathie bis Hass und Rücksichtslosigkeit.

Unter der ersten falschen Gemütsverfassung, Sinnensüchtigkeit, wird verstanden, an Dinge der sinnlich wahrgenommenen Welt mit begehrllichem Gemüt denken. Das sinnliche Begehren ist das Verlangen nach Lust, nach Befriedigung durch die fünf Sinne. In allen Lehrreden, die davon handeln, heißt es in wörtlicher Übereinstimmung (M 13, 14 u.a.):

*Fünf Sinnesstränge gibt es. Welche fünf?*

*Die vom Luger erfahrbaren Formen, die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen, dem Begehren entsprechenden, reizenden.*

*Die vom Lauscher erfahrbaren Töne, die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen, dem Begehren entsprechenden, reizenden.*

*Die vom Riecher erfahrbaren Düfte, die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen, dem Begehren entsprechenden, reizenden.*

*Das vom Schmecker erfahrbare Schmeckbare, das ersehnte, geliebte, entzückende, angenehme, dem Begehren entsprechende, reizende.*

*Die vom Körper erfahrbaren Tastungen, die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen, dem Begehren entsprechenden, reizenden.*

Die geliebten Formen, Töne usw., deren es für jeden Menschen ungezählte gibt, sind diejenigen, deren er mehr oder weniger dringend bedarf, um zufrieden, befriedigt und darum froh und guter Stimmung zu sein, und die er vermisst, wenn sie längere Zeit ausbleiben. Er ist durch Bedürfnis an sie gebunden, ist erst mit ihnen beruhigt und ist ohne sie im Mangel, in Spannung, im Dürsten, Suchen und Lechzen. - Je stärker und gröber die Sinnensucht ist, um so mehr sind damit auch Antipathie bis Hass und Rücksichtslosigkeit verbunden.

Die Gemütsverfassung der Sinnensuchtfreiheit dagegen bedeutet: mit unbegehrlichem, d.h. unabhängigem Gemüt an das Hinausstreben aus dem Daseinsgefängnis der Sinnlichkeit und deren Folgen denken.

Der Erwachte ist weit davon entfernt, das sinnliche Begehren im Allgemeinen und die Geschlechtsliebe im Besonderen schlechthin zu verdammen, aber aus seiner realen Erfahrung der gesamten Möglichkeiten stellt er auch ihre Grenzen und ihre Lasten fest und zeigt die Möglichkeiten auf, diese Lasten zu mindern und aufzulösen und die Grenzen weit zu überschreiten zu unvorstellbar größerer Freiheit.

Soweit uns hier im Westen Bemühungen bekannt sind, die Sinnlichkeit zu überwinden, da wissen wir fast nur von Entbehren, Entsagen, Verzichten, also von schmerzlichen Versuchen mit heimlichen und offenen Rückfällen, mit Selbstqual, Gewalt und Heuchelei. Zwar kann nicht geaugnet werden, dass trotz all dieser Irrwege und Schmerzen manchem besonders geeigneten Menschen der Durchbruch zur völligen Befreiung von der Sinnlichkeit gelungen ist und damit die Erfah-

rung von Erweiterungen des Bewusstseins zu solcher innerer und äußerer Freiheit, Seligkeit, Unverletzbarkeit und zu solchem Frieden, wie sie der normale Mensch sich nicht denken und vorstellen kann. So sagt der christliche Mystiker *Ruisbroeck*:

*Gelungen ist es mir, die Liebe hat's befohlen, durchdrungen hab' ich allen äußeren Tand, das Herz ist frei, entbunden aller Täuschung.*

Und sagt später:

*Was einst fern war, ist nahe uns geworden; tief unter uns steht alle Zeitlichkeit und hoher Jubel tönt im freien Geiste.*

Und er rät denen, die zu der gleichen Freiheit gelangen wollen:

*So kehre denn einwärts und lebe im Grunde,  
steig' über die Sinne, hier lebet das Leben!  
O selig der Geist, der dahin ist gekommen,  
ihm gleichet wohl keiner, wer immer es sei.*

Solche Zeugnisse liegen vor vom klassischen Altertum her durch die Jahrhunderte bis in die jüngste Vergangenheit, ja bis in die Gegenwart. Und die Bekenntnisse dieser Glücklichen von ihrem Sieg und ihrem errungenen Heil sind es gewesen, welche immer wieder andere Menschen angespornt haben, das gleiche Ziel anzustreben, obwohl sie die Wege dahin kaum kannten und der meisten der inneren Mittel dazu ermangelten.

Der Erwachte beschreibt die geistige und seelische Größe, Freiheit und Untreffbarkeit der von der sinnlichen Bedürftigkeit Befreiten schon vor über zwei Jahrtausenden ganz ebenso wie jene westlichen Zeugen aus ihrer Erfahrung berichten, ohne dass sie die Lehre des Erwachten kannten. Aber der Erwachte sagt denen, die zu dieser Freiheit streben, ausdrücklich, dass man auf die Dauer nicht verzichten und entbehren kann, wenn man nicht zuvor Besseres gewonnen hat. Er berichtet aus seinem eigenen früheren Vorgehen, dass er so lange vergeblich sich bemüht habe, von der Bedürftigkeit der Sinne

abzukommen, solange er nicht ein anderes, ein höheres Wohl erworben hatte (M 14).

Alles, was der Erwachte über diesen Weg sagt, lässt erkennen, dass es überhaupt keinen Zweck hat, das Ziel der Sinnen-suchtfreiheit ins Auge zu fassen, solange man noch stark von den beiden Gemütsverfassungen des Sinnens und Denkens in Antipathie bis Hass und Rücksichtslosigkeit bewegt wird. Und wenn oben gesagt wurde, dass dort, wo grobe und starke Sinnlichkeit herrscht, meistens auch stärkere Antipathie bis stärkerer Hass und stärkere Rücksichtslosigkeit in Erscheinung treten, dann muss erst recht gesagt werden, dass alle Wesen, die von Antipathie bis Hass und Rücksichtslosigkeit bewegt sind, von der Sinnlichkeit ganz unmöglich abkommen können, sondern gerade besonders stark auf sie angewiesen sind.

Fast alle Menschen ahnen und spüren zwar, dass Antipathie bis Hass und Rücksichtslosigkeit den Menschen in seinem Gemüt kalt und dunkel und geradezu frierend machen, aber die meisten Menschen wissen es nicht deutlich genug. Die Triebe der Antipathie, des Hasses und der Rücksichtslosigkeit haben diese Kälte und Härte an sich, und darum wird das innere Lebensklima der von diesen Trieben bewegten Menschen dadurch bestimmt. Um für kurze Zeit die Dunkelheit ihres inneren Gefängnisses zu vergessen, bedürfen solche Menschen der gröberen sinnlichen Befriedigungen ebenso sehr wie jemand, der in dunkler, unterirdischer Höhle lebt, wenigstens dann und wann das kurze Licht eines aufflammenden Streichholzes braucht, um sich etwas wohler zu fühlen.

Wer aber die innere Art erworben hat, dass er wenig oder kaum noch von Anwandlungen von Antipathie bis Hass bewegt wird, dass er dem Mitwesen gegenüber sich mit Verständnis aufschließt und ihm herzliches Wohlwollen (zweite gute Gemütsverfassung) entgegenbringt, der ist in seinem Gemüt unvergleichlich heller, wärmer und heiterer geworden. Ein solcher ist wie aus dunkler Höhle in offene Landschaft, in helles Sonnenlicht gelangt, das alles Streichholzlicht überstrahlt. Dieser hat in sich selbst volles Genügen und Wohl und

bisweilen einen feinen inneren Frieden.

In diesem Sinn sagt *Wilhelm von Humboldt*:

*Wenn man unbekümmert um die Art, wie man hier vom Schicksal behandelt wird, nur auf das Ziel sieht, dem man zustrebt,*

*also starke Selbstverleugnung übt und wachsame Herrschaft über sich selbst - dann entsteht daraus die heitere, furchtlose Ruhe,*

*die nichts Äußeres bedürfend, sich wie ein zweiter Himmel, ein geistiger neben dem körperlichen, in unbewölkter Bläue über den so in sich gestimmten Menschen breitet.*

Von solchen Menschen sagt der Erwachte und wusste bereits der Bodhisattva durch sein Jugenderlebnis - und sagen zu allen Zeiten und in allen Kulturen die Kenner der Entwicklungsfähigkeit des menschlichen Gemüts - dass erst mit dieser Herzenentwicklung das hellere Leben seinen Anfang nimmt.

Diese Menschen stehen den sinnlichen Genüssen nicht ablehnend gegenüber, aber sie sind keine hungrigen, lechzenden Bettler mehr, die gierig erraffen, wo sich ihnen etwas bietet. Sie sind schon aus sich selber reich und hell. So wie jemand, der aus der dunklen Höhle an die Tageshelle, ins Sonnenlicht gelangt ist, nun das kleine Streichholzlicht nicht mehr benötigt, so auch erfährt der hochherzige Mensch in dem Maß, wie er sich zu der nichtmessenden, allesumfassenden Liebe entwickelt, dass in ihm ein Wohl und eine helle Freudigkeit wachsen, die ihn in einem Maß reich und unabhängig machen, wie er es vorher nicht ahnte. In dieser Entwicklung ist also nichts von schmerzlichem Verzichten auf sinnliche Bedürfnisse, und doch ist hier schon eine weitgehende Befreiung und Freiheit eingetreten.

Darum rät der Erwachte allen denen, die ihn um Wegweisung nach größerem Wohl fragen, nicht etwa, zuerst die bedürftigen Sinne in falsch verstandenem Heroismus hungern zu lassen, sondern rät immer und allen zuerst, sich zu der tauglichen, tugendlichen Begegnung mit den Mitwesen zu entwi-

ckeln, Ablehnung, Antipathie bis Hass aufzugeben und sich dem empfindenden Du gegenüber aufzuschließen, ohne zu messen und ohne der Antipathie zu folgen - so aufzuschließen, wie man es ja auch von den Mitwesen für sich selber wünscht. Das ist die Entwicklung zur *mettā*, der nichtmessenden Liebe zu allen Wesen. - Und der Erwachte rät, dass man Sorge, von der rohen, raschen, rücksichtslosen, unfühlsamen, schonungslosen Art abzukommen (der dritten falschen Gemütsverfassung) und sich zu sanfter, schonender Weise hinzubilden, zum Erbarmen (der dritten guten Gemütsverfassung).

Der zweiten üblen Gemütsverfassung, Antipathie bis Hass, entgegengesetzt ist also die zweite gute Gemütsverfassung, die recht verstandene Liebe, also nicht etwa die „Sympathie“, die nur solchen zugewandt ist, die man mag, sondern eine Liebe, die keinen Unterschied macht, die in jedem Wesen das „Du“ erkennt, das ebenso Wohl ersehnt und glücklich sein möchte wie ich. Der Erwachte wählt als Beispiel einen bestimmten Zug der Mutterliebe. Eine rechte Mutterliebe ist unzerstörbar und richtet sich nicht nach den Eigenschaften des Kindes:

Wenn das Kind gut, lieb oder im Leben erfolgreich ist, dann ist ihre Liebe noch mit Freude verbunden. Wenn das Kind dagegen schlecht oder ihr gegenüber hart ist oder in der Welt Schiffbruch erleidet, so bleibt ihre Liebe doch dieselbe, nur ist sie dann mit Trauer und Schmerzen verbunden. Die Mutter wird immer trachten, ihrem Kind zu helfen, und wird alles Wehe, das es ihr antut, immer wieder vergessen.

Diese Mutterliebe misst also nicht die Eigenschaften des Kindes, lehnt nicht das „schlechte“ Kind ab und liebt nur das gute, vielmehr liebt sie, ohne zu messen. Und diese Liebe, ohne den anderen zu messen (*appamāna*), ist es, die der Erwachte empfiehlt. Zwar hat die Mutter diese Liebe nur ihren eigenen Kindern gegenüber - und darin liegt ihre Beschränktheit - aber der Erwachte empfiehlt, diesen engen mütterlichen Rahmen zu sprengen und diese nichtmessende Liebe auf alle Wesen auszudehnen, auch über den Bereich der Menschen hinaus.

Diese höchste Liebe ist der äußerste Gegenpol zu Antipathie bis Hass, und zwischen diesen beiden Endpunkten, dem oberen, der die Liebe ist, und dem unteren, Antipathie bis Hass, hat jeder von uns entsprechend der Art seines Herzens irgendwo seinen Platz, höher oder niederer. Kein normaler Mensch hat nur Antipathie bis Hass gegen alle Wesen, aber es verfügt auch kein normaler Mensch über die höchste, alles umfassende, nicht messende Liebe, doch haben wir alle Anteil an beidem, an dunkel und licht. Und da wir manchmal etwas mehr Verständnis und Liebe aufbringen und manchmal mehr zu Ablehnung, Antipathie bis Hass neigen, so schwanken wir auf dieser großen Skala der inneren Gemütsverfassungen.

Der Mensch erlebt sich selbst in der hinreißenden Kraft der Gefühle, die seinen Willen bestimmen und sein Handeln lenken, aber von den Mitwesen erlebt er nur das Bild, und das ist blass. Darin liegt der Grund für alles furchtbare und frevelhafte Tun des Menschen an seinen Mitwesen, dass er nur sein eigenes Gefühl fühlt, nicht aber das Gefühl des anderen, denn ganz unmittelbar kann der Mensch immer nur das wirklich fühlbare Wohl anstreben wollen. Da aber nur das selbst erfahrene eigene Wohlgefühl ihm fühlbar wohltut und da er das Wohlgefühl des anderen nicht fühlen kann, so kommt es, dass der Mensch um des eigenen Wohlgefühls willen immer wieder das Wohl der anderen, das er nicht fühlt, verhindern oder gar vernichten kann.

Und da der Mensch nur die eigenen Wehgefühle, nur die eigenen Schmerzen, Qualen und Ängste unmittelbar zu fühlen bekommt und ihnen ausgeliefert ist, aber die Ängste und Qualen des Mitwesens nicht ebenso unmittelbar fühlt, so strebt er nach seiner Natur zuallererst danach, die ihm selbst fühlbaren Qualen und Schmerzen zu fliehen, und er kann gar nicht ebenso stark und unmittelbar anstreben, die Qualen und Ängste seines Mitwesens, die er nicht fühlt, aufzuheben und zu fliehen, ja, er kann ihm immer wieder Schmerzen und Qualen bereiten.

Der Grund für alle Skrupel, alle Reue und alle Gewissens-

qualen des Menschen liegt darin, dass er in seinem Geist wohl weiß, dass das Mitwesen Wohl und Wehe ebenso fühlt wie auch er; wo immer er dem Blick eines lebenden Wesens begegnet, da weiß er hinter diesem Blick das gleiche Sehnen nach Wohl und Glück und die gleiche Angst vor Verlusten und Schmerzen wie in sich selbst. Er weiß es in seinem Geist, aber sein Gefühl schweigt, und das Gefühl ist bei den meisten Menschen der stärkere Lenker seiner Handlungen. Und ebenso bewusst oder verdeckt oder verschleiert wie dieses Wissen in seinem Geist ist, ebenso bewusst oder verdeckt oder verschleiert spricht es zu ihm hernach, wenn sein Tun dem Mitwesen Angst und Leiden gebracht hat, durch die anklagende Stimme seines Gewissens.

In diesem lebenslangen Widerstreit zwischen seinem Fühlen und seinem Wissen, zwischen den Trieben des Herzens und der Einsicht des Geistes liegt der Zwiespalt des Menschen. Um diesen Zwiespalt zu überwinden, wird ihm in allen Heilslehren geraten, dass er die Einsicht seines Geistes über die blinde Kraft seiner Triebe stelle, indem er sein Denken und Betrachten in zunehmendem Maß darauf richtet, zu sehen und zu erkennen, dass das Mitwesen ebenso stark empfindet wie er und ebenso sehr Wohl begehrt und das Schmerzliche fürchtet wie er - im Sinne des Bildes von der allesumfassenden, nicht messenden *mettā*-Liebe.

Auch die dritte schlechte Gemütsverfassung: Schädigung, Belästigung aus Rücksichtslosigkeit erklärt der Erwachte näher: Wer mit Fäusten, Stöcken und Steinen gegen die Wesen vorgeht, sie körperlich verletzt, ihnen Schmerzen, Qualen zufügt, der hat das Gegenteil von Schonen an sich. Dasselbe gilt auch für seelische Verletzungen des anderen durch Schädigen, Herabwürdigen, Ironie, Versagen der Anerkennung usw., wodurch man ein Mitwesen in irgendwelche Not bringt. Die Gemütsverfassung der Liebe ist die einzige Tür zum Schonen, zur Fürsorge, zur Hilfsbereitschaft; soweit Liebe da ist, soweit liebende Gemütsverfassung da ist, so weit auch nur ist schonende Gemütsverfassung. Es kann gar keine Liebe geben ohne



Schonen und kein Schonen ohne Liebe. Wenn man überall schonen will und mit größter Aufmerksamkeit nirgends wehtun will, dann muss man ununterbrochen auf die Empfindungen der anderen, mit denen man gerade zu tun hat, achten, muss sozusagen in ihrer Haut stecken, mit ihnen empfinden. Man kann dann nicht mehr gut von seinem eigenen Herzensbedürfnis ausgehen, wie einem selbst zumute ist, sondern man muss sich an die Stelle des anderen versetzen, muss die Herzensregungen des anderen, mit dem man zu tun hat, begleiten, muss darauf achten, wie ihm zumute ist und dass ihm wohl zumute bleibt. Dieses Mitempfinden verdrängt die vielfältigen eigenen Interessen und Sonderwünsche, die oft sehr vordergründig sind und fast immer mit der Sinnlichkeit, mit der Neigung zu irdischen Dingen zusammenhängen. Man muss wirklich sagen: Je mehr ein Mensch von dieser Welt der sinnlich wahrnehmbaren Erscheinungen, der Lebewesen und der toten Dinge, Glück und Freude für sich erwartet, um so weniger ist er fähig zum Mitempfinden (*mettā*). Und je mehr einer diese nach außen gerichteten Neigungen wenigstens vorübergehend beiseite tun kann, um so mehr hat er Blick für die Bedürfnisse des anderen, empfindet mit ihm und verhält sich dann im Sinne des Schonens. Die irdischen Dinge, den ganzen Luxus der Wohlstandsgesellschaft, hat man nur, solange der Körper besteht, aber Mitempfinden und Schonen oder auch das Gegenteil: Nächstenblindheit, Egozentrik, Rohheit und Härte verliert man nicht mit dem Körper, das begleitet uns. Diese Eigenschaften kann einem niemand nehmen und auch niemand geben, man eignet sie sich selber an und kann sie auch nur selber wieder auflösen.

Man empfindet es unmittelbar, dass man sich in der Haltung des Mitempfindens sofort heller, freier und größer fühlt als in egozentrischer Verengung; und erst recht ist einem wohl bei schonender Einstellung, wenn man dem anderen wohl tun und nicht wehtun will. Das tut unmittelbar mehr wohl, aber das ist schwer zu verstehen für die vielen Menschen, die nicht wissen, dass die Welt nicht ein Wert an sich ist, sondern dass

das Herz den Grundwert ausmacht, dass unser Welterlebnis sozusagen nur Spiegelbild des Herzens ist. Wer das begriffen hat, der wendet sich nur an sein Herz, für den wird die Welt zweitrangig. Er mag genießen, was ihm wohltut, aber er weiß, dass alles Erleben von seinem Herzen kommt, und darum ist er bestrebt, sein Herz zu verbessern.

Die Meinung, die Welt bestehe an sich und sei deshalb ein Wert an sich, bewirkt eine starke Hemmung bei der Ausbildung von Liebe und Schonen, denn wer die Welt im Grunde bejaht und nur an das eine jetzige Körperleben glaubt, der kann nur den jetzigen Wohlgegnung und Lustgewinn positiv bewerten. Und das verhindert gerade die Entwicklung von Liebe und Erbarmen.

Wer aber aus der Lehre des Erwachten wirklich weiß und in eigener geistiger Erfahrung die Erkenntnis nachvollzogen hat: „Durch die Befriedigungssuche bei den sinnlichen Dingen nimmt das innere Begehren, die Bedürftigkeit nur weiter zu, aber alle sinnlichen Dinge fallen spätestens mit dem Wegfall des Körpers fort, das Begehren hingegen bleibt“ - der versteht, warum der Erwachte die sinnlichen Dinge mit Darlehen vergleicht und warum in allen Religionen gesagt wird, dass man sie zurückgeben muss.

### Die zwei Wurzeln der Gemütsverfassung

Aber der Erwachte weiß auch und lehrt - und wir erfahren es bei uns - dass die meisten Menschen die rechte Gemütsverfassung nicht leicht erwerben und vor allem nicht lange bewahren können. Dafür ist die Gewöhnung an verlangendes Denken und an inneres Abweisen der Menschen, die einem unsympathisch sind, zu groß. Wer auf sich achtet, der merkt, dass er unversehens immer wieder in üble Gemütsverfassungen gerät.

Die Gemütsverfassung hat zwei verschiedene Wurzeln, die jeder erkennen kann, der sich um ihre Verbesserung bemüht.

Der Erwachte sagt (M 78), dass die Gesinnung, die Gemütsverfassung, in der jeweiligen Wahrnehmung wurzelt.

Wenn uns ein Gegenstand oder ein lebendiges Wesen begegnet, das uns sympathisch ist - also dem triebbewegten Herzen entspricht - dann haben wir damit eine von Wohlgefühl begleitete Wahrnehmung, und diese führt auch sofort zu einer zuneigenden Gesinnung, Gemütseinstellung oder Gemütsverfassung.

Wahrnehmung ist ja ein Gemisch von Wissen und Fühlen, angenehmem und unangenehmem. In den Sinnen des Körpers eines jeden Menschen wohnen seine Neigungen zu Formen, Tönen, Düften, Geschmächen, Körpern und im Geist die Neigung zu Denkjobjekten, und diese Neigungen äußern sich bei allen Berührungen durch Gefühle. So ist der Andrang der Myriaden von Eindrücken ständig begleitet von einem dissonanten Konzert von Gefühlen, von den stärksten bis zu den schwächsten, je nach der Stärke der Neigungen. Die stärkeren Gefühle überlagern die schwächeren, und der Mensch wird sich bewusst jeweils nur der Objekte, welche die stärksten Wohlgefühle oder Wehgefühle auslösen, ihn am meisten „interessieren“.

Der Erwachte sagt nun, dass bei einem Wohlgefühl der Giertrieb treibt, d.h. dass der Mensch das betreffende Objekt haben will, ihm zugeneigt ist, und dass bei einem Wehgefühl der Abwehrtrieb treibt, dass der Mensch das als unangenehm empfundene oder als unheilsam bewertete Objekt von sich oder sich von ihm entfernen will. Bei Weder Weh- noch Wohlgefühl zu neutralen Zeiten, in denen wir von starken Gefühlen nicht bewegt werden, dämmern wir meistens dahin, folgen dem allgemeinen Zug des Wahns, wenn wir nicht diese Zeiten ausnützen, um von den Gefühlen unabgelenkt uns im Sinne der Lehre zu bedenken.

*Bei Wohlgefühl treibt der Giertrieb; bei Wehgefühl treibt der Abwehrtrieb; bei Weder-Weh-noch-Wohlgefühl treibt der Wahntrieb. (M 44)*

Diese gefühlsmäßige spontane Zuwendung oder Abneigung oder Gleichgültigkeit der Triebe, die sich in Gedanken äußern

mag wie: „Das ist schön, das möchte ich haben“ oder „Das ist ein unsympathischer Mensch, den mag ich nicht“ oder „Dem möchte ich nie mehr begegnen“ - das ist die jeweilige Gesinnung, Gemütsverfassung, die unmittelbar der Wahrnehmung folgt. Der seine gefühlsbesetzten Gedanken beobachtende Mensch aber kann ihrer bewusst werden, kann den automatischen Ablauf unterbrechen und der gefühlsgetränkten gedanklichen Zu- und Abwendung, seiner Gemütsverfassung, eine andere Richtung geben. Man kann, wenn man durch Überlegung erkennt, dass einem die betreffende Sache zwar sympathisch, aber aus irgendwelchen Gründen doch schädlich ist - durch diese Einsicht die Gemütsverfassung verändern: die Vorstellung des Schadens kann zu innerem Befremden und zur Abwendung von der sympathischen Sache führen.

Diese als zweites aufgekommene Einsicht von der Schädlichkeit der Gemütsverfassung der Begehrlichkeit hat eine neue Wahrnehmung in uns erzeugt - eben die Wahrnehmung der Einsicht, dass diese Gemütsverfassung, dieses gefühlsge-ladene Denken, schädlich sei.

Daran erkennt man die zwei verschiedenen Wurzeln der Gemütsverfassung: die eine ist die bei der Begegnung mit Lebewesen oder Dingen durch Berührung der Triebe entstandene, mit Weh- oder Wohlgefühl besetzte Wahrnehmung, der auch immer unmittelbar eine entsprechende zugeneigte oder abgeneigte Gesinnung, Gemütsverfassung folgt; die andere Wurzel ist eine Wahrnehmung, die durch Bedenken, durch nüchterne, vernunftgemäße Betrachtung des Wertes oder Schadens der betreffenden Sache entstanden ist, eine Wahrnehmung, die weniger gefühlsbesetzt, sondern mehr mit dem Urteil des Geistes besetzt ist. Dieser durch geistiges Bedenken entstandenen Wahrnehmung folgt meistens nicht gleich eine ebenso starke Gesinnung oder Gemütsverfassung wie bei der sinnlichen Begegnung, aber dennoch bewirkt die aufmerksame Erwägung des Nutzens oder Schadens, der aus der Pflege dieser Begegnung hervorgeht, auch eine fühlbare Zu- oder Abneigung. Diese ist in den meisten Fällen richtiger und für uns

heilsamer als die Gemütsverfassung, die bei der Begegnung unmittelbar aus den Trieben des Herzens hervorging.

Wie reagiert z.B. ein Kenner der Lehre auf eine Beleidigung, die Wehgefühl und damit spontan die Gemütsverfassung der Abwehr hervorruft? Er stellt fest: Eine Lauscherberührung hat stattgefunden, die der Geist erfahren hat. Infolge der Ich-bin-Neigung des Geistes löst diese Eintragung ein spontanes Wehgefühl aus. Sie wird wahrgenommen als unangenehm und hat die Gemütsverfassung der Abwehr zur Folge.

Auch der Kenner der Lehre kann es nicht verhindern, dass in dem Augenblick, in dem er beleidigt wurde, Wehgefühl aufkommt und damit sofort je nach Veranlagung eine negative Gemütsverfassung: Trauer, Ärger, Abwendung. Aber nun wird in ihm ein Einspruch laut: „Vorsicht, das ist ja Abwehr, Abwendung!“ Wie kommt er zu diesem Einspruch? Er hat schon häufig in seinem Leben gedacht: „Eine Gemütsverfassung der Abwehr schafft in mir eine üble, dunkle Art, und entsprechend dieser meiner übleren, dunkleren Art wird mein Ergehen sein in diesem und im nächsten Leben. Unausweichlich kommt es auf mich zu, dass ich aus dieser Welt fort muss, dass ich diesen Raum verlassen muss. Da geht es darum, dass ich schon jetzt auf die richtige Tür zugehe, die ins Helle führt.“ Diese Gedanken hat der Kenner der Lehre immer wieder gepflogen, hauptsächlich in neutralen Zeiten, in denen sein Denken relativ frei war von den Objekten des Begehrens und Hassens, und er hat diese Gedanken angeknüpft, assoziiert an die Gesinnungen der Aversion und Aggression, der Abwendung und Gegenwendung, die er ja oft bei sich erlebt hat.

Das rechte Vorwärtkommen ist abhängig davon, ob man die guten Gedanken, die man hörend oder lesend aufgenommen hat, in Beziehung setzt zu seinen Schwächen, zu den Gemütsverfassungen in den Augenblicken der inneren Gefährdung, damit man nicht zu Zeiten der andrängenden Begehren und Ablehnungen alles Aufgenommene wieder vergisst. Der richtig Assoziierende stellt sich seine Gemütsverfassung in einer vergangenen, für ihn gefährlichen Situation vor. Ent-

spricht diese nicht seinen besseren Maßstäben, so führt er sich vor Augen, welche Gemütsverfassung besser gewesen wäre und weshalb. Findet er sich später in jener Situation, in der und der Gemütsverfassung von Neid, Hass, Ärger oder Zorn usw., dann steigt das daran angeknüpfte Denken mit auf, und er wird wach in dem Gedanken: „Jetzt kommt es darauf an, jetzt will ich mich richtig einstellen.“ Je öfter und unbeirrter der Kenner der Lehre immer wieder in der richtigen Weise assoziiert, um so stärker drängt sich die rechte Anschauung bei den jeweiligen Situationen heran und verdrängt die Neigungen zum Üblen, was sich dann zeigt an dem guten Verhalten eines Menschen.

### Der vierfache Zusammenhang im Dasein

#### Das Gleichnis von der Drehscheibe und das Gleichnis von der Schlange

An einem Gleichnis sei dieser Zusammenhang zwischen Anschauung, Gemütsverfassung, Reaktion und Erleben noch einmal erläutert: Stellen wir uns eine Lokomotivhalle vor und davor eine Drehscheibe, von der Schienen in alle Richtungen ausgehen. Fährt eine Lokomotive aus der Halle, so besteht die Möglichkeit, entweder über die Drehscheibe hinaus, so wie sie gerade steht, auf der anschließenden Schiene weiter in die Landschaft zu fahren oder auf der Drehscheibe anzuhalten, diese auf ein bestimmtes anderes Schienenpaar zuzudrehen und, wenn sie den Anschluss an die gewünschten Schienen gewonnen hat, darauf weiterzufahren.

Das Herauskommen der Lok aus der Halle ist Gleichnis für eine gefühlsbesetzte Wahrnehmung, ein Erlebnis, das uns angenehm oder unangenehm oder gleichgültig berührt hat. Die Ankunft auf der Drehscheibe ist ein Gleichnis für die momentane Gemütsverfassung, die das Erlebnis ausgelöst hat. Die Drehscheibe nicht bewegen, sondern in der gleichen Richtung in die Landschaft weiterfahren, ist ein Gleichnis dafür, dass

ich bei einem angenehmen, wohlthuenden Erlebnis der spontanen Gemütsverfassung, es zu genießen, folge oder dass ich bei einem unangenehmen, peinlichen Erlebnis der spontanen Gemütsverfassung zum Ausweichen oder gar zu ärgerlicher, streithafter Erwidern folge. Das Anhalten auf der Drehscheibe dagegen bedeutet, dass sich bessere Absichten im Geist melden und mich zu meinem besseren Willen rufen, so dass ich größte Hemmung habe, in der gleichen Richtung weiterzufahren. Selbst wenn es mir nicht gelingt, in der zur Verfügung stehenden kurzen Zeit zu einer besseren Gemütsverfassung zu kommen, so kann ich dennoch - einfach weil ich es mir immer wieder vorgenommen habe - meine ursprüngliche reaktive Absicht aufgeben und zu einer relativ besseren Handlung kommen, d.h. die Drehscheibe etwas drehen und nun in anderer Richtung weiterfahren.

Die Drehscheibe ist ein Gleichnis für die Möglichkeit der Willenswendung. Menschen, die an sich selbst Forderungen stellen, erinnern sich ihrer bei angenehmen oder unangenehmen Erlebnissen. Und obwohl sie spontan z.B. eine abwehrende Gemütsverfassung haben, besinnen sie sich auf ihre besseren Einsichten, wenden sich von dem spontanen Willen ab und handeln dann mehr oder weniger entsprechend ihren Vorsätzen. Das ist die Betätigung der Drehscheibe. - Die Schienenstränge in die verschiedenen Fahrtrichtungen sind ein Gleichnis für das Reden und Handeln der Wesen.

Ununterbrochen kommen bei dem normalen Menschen Gefühle und Wahrnehmungen auf (die Lokomotiven fahren aus der Halle heraus). Gefühl und Wahrnehmung sind unlöslich miteinander verknüpft (*was man fühlt, das wird wahrgenommen*). *Bei Wohlgefühl treibt der Giertrieb, bei Wehgefühl treibt der Abwehrtrieb, bei Weder-Weh-noch-Wohlgefühl treibt der Wahntrieb*, sagt der Erwachte, und das bedeutet: Die Wahrnehmung „eine schöne Sache“ bewirkt auch sofort die Gemütsverfassung, sie haben oder behalten oder genießen zu wollen, und die Wahrnehmung von Wehe bewirkt sofort die Gemütsverfassung des Ablehnens. Die Drehscheibe Gemüts-

verfassung nimmt also zuerst automatisch die Lokomotive auf, d.h. übernimmt die mit Gefühl besetzte Wahrnehmung. Das ist die natürliche Reaktion bei jedem Menschen und jedem Tier; aber während wegen eines Wohlgefühls die Gemütsverfassung der Zuwendung aufkommt, kommt bei dem sich Mühenden das in neutralen Zeiten an diese Wahrnehmung geknüpfte assoziierte Erwägen und Überlegen auf: „Ist diese Zuwendung richtig, bringt sie mich ins Helle? Gehe ich, indem ich ihr folge, verloren oder gewinne ich durch sie?“ Was wir je an Gedanken öfter an eine Situation angeknüpft haben, das steht uns in solchem Fall auch zur Verfügung und lässt die Drehscheibe erzittern und schwanken. Sie mag sich zuerst von der anfangs eingeschlagenen Richtung abbringen lassen. Dann kommt aber oft die Erwägung auf: „Aber auf das Schöne verzichten? Nein!“ Dann dreht sich die Scheibe wieder in die alte Richtung.

Wir können nicht verhindern, dass wegen der uns inwohnenden Neigungen bei den verschiedenen Anlässen begehrlische oder übelwollende Gemütsverfassungen in uns aufkommen, aber wir können durch den Einsatz unseres Geistes, unserer Denkinhalte die Scheibe verstellen, so dass wir diese gerade aufgekommene Gemütsverfassung des Begehrens und der Antipathie, des Hasses negativ bewerten und sie damit mindern und abschwächen. In jedem Augenblick werden wir herausgefordert durch irgendeine Wahrnehmung, und solange noch Tendenzen vorhanden sind, meldet sich die Gemütsverfassung in dem Trieb der Zuwendung oder Abwendung sofort. Da kommt es nun darauf an, dass wir in neutralen Zeiten öfter die Schädlichkeit negativer Gemütsverfassungen bedacht und an die jeweiligen Situationen angeknüpft haben, in denen die Triebe üblicherweise gereizt werden, damit uns im Augenblick der Gefährdung und des Zwiespalts die Schädlichkeit übler Gemütsverfassungen leuchtkräftig vor Augen steht. In solchen Situationen wäre ein bloßer Willensentschluß machtlos; nur etwas, wovon wir deutlich erkannt haben, dass es uns in Leiden, in Elend führt, können wir nicht positiv bedenken und



auch nicht tun wollen. Sehen wir aber nur vordergründig, dass uns ein übler Gedanke befriedigt und wohltut, dann haben wir keine Veranlassung, die Gemütsverfassung zu verändern. Hat ein Mensch nur Sinn für das vor Augen Liegende, wie der Erwachte sagt, und denkt nicht an die weiteren Folgen, an sein späteres Ergehen, so wird er kurzsichtig und falsch handeln und Entsprechendes erleben. So wie ein Mensch die Dinge betrachtet, je nachdem, wie richtig oder falsch seine Weltanschauung, sein Wertmaßstab ist, so gut oder schlecht wird die Gemütsverfassung, die innere Art der Menschen; so gut oder schlecht wie die Gemütsverfassung ist, so wird sein Handeln einigend oder zerstörend sein. Und so einigend oder zerstörend wie das Handeln des Menschen ist, so beglückend oder schmerzlich wird seine erlebte Welt werden. Das ist der vierfache Zusammenhang im Dasein.

Es ist wie bei einer Schlange, bei der die hinteren Teile ihres Leibes immer den Spuren des vorderen Teiles folgen: wohin ihr Kopf gleitet, dahin gleitet auch ihr Hals, ihr Leib und ihr Schwanz. Alle ihre Glieder folgen immer ihrem Kopf, sie hinterlässt nur eine einzige Spur. Das beglückende oder schmerzliche Erleben des Menschen - das Erlebnis von „Ich“ samt „Welt“ - das gleicht dem Schwanz der Schlange. - Das einigende oder zerstörende Handeln des Menschen in seinen Geschäften und Künsten, in seinen Handwerken und Wissenschaften, in seinen Spielen und Vergnügen - das gleicht dem Leib der Schlange. - Die gute oder schlechte Gemütsverfassung des Menschen entsprechend seinem Charakter, seinen Trieben, Neigungen, Wünschen und Sehnsüchten in niedrigen und hohen Gedanken - das gleicht dem Hals der Schlange. - Die richtige oder falsche Anschauung, die der Mensch sich über den Zusammenhang der Existenz macht, seine richtigen oder falschen Maßstäbe für sein Bewerten nach wertvoll oder wertlos, nach dem, was anzustreben oder zu meiden ist - das gleicht dem Kopf der Schlange.

Eine Schlange kann gleichzeitig mit ihrem Schwanz durch Sumpf und Wasser gleiten, mit ihrem Leib über die Wurzeln

eines Baumes und mit ihrem Hals und Kopf auf dem trockenen warmen Sand in der Sonne dahingleiten. Wer aber die Schlange so sieht, der erkennt: Da jetzt Kopf und Hals der Schlange über den warmen Sand gleiten, so wird bald auch der Leib und etwas später auch der Schwanz auf dem warmen Sand sein, denn der Kopf der Schlange zieht alle Glieder nach sich. Er erkennt: Da jetzt der Leib der Schlange auf den Baumwurzeln liegt, so waren vorher auch Kopf und Hals auf den Baumwurzeln und wird bald der Schwanz auch dort sein. Er erkennt: Da jetzt der Schwanz in Sumpf und Wasser ist, so war vorher auch der Leib und noch früher auch Kopf und Hals in Sumpf und Wasser, denn der Kopf der Schlange zieht immer alle Glieder nach sich. - Dieses langsame, oft sehr allmähliche Nachziehen der Glieder oder gar Stillliegen der Schlange auf einem Boden von unterschiedlicher Beschaffenheit entspricht der oft erlebten Tatsache, dass Menschen, welche in übler, beschwerender Weise handeln, dennoch Erfreuliches erleben oder dass umgekehrt Menschen, welche in guter, einigender Weise handeln, dennoch Unerfreuliches erleben. Dieses Nachziehen des Erlebens (oft auch des Handelns und der Gemütsverfassung) durchbricht aber nicht den Zusammenhang: Haben die Menschen die falsche Anschauung, dass ihr Heil in Ichstärke und im Sichdurchsetzen liege, so machen sie diese Anschauung zu ihrem Maßstab, so bewerten sie die Ichstärke hoch und bewerten Liebe und Rücksicht gering. Aus dieser Bewertung mehren sich bei ihnen Sinnensucht und Rücksichtslosigkeit. Aus dieser Veränderung ihrer inneren Art mehrt sich in ihrem Handeln das Zerstörende und mindert sich das Einigende. Aus dieser Veränderung ihres Handelns nimmt in ihrem Welterleben das Schmerzliche zu und nimmt das Erfreuliche ab. So geht aus der Anschauung, dass das Heil im Sichdurchsetzen liege, nach dem vierfachen Zusammenhang in der Existenz Unheil hervor, das die Menschen verabscheuen und darum verhindern möchten. Darum wird diese Weltanschauung und dieser Maßstab „falsch“ genannt und werden die daraus hervorgehende innere Art und das daraus hervorgehende

Handeln „schlecht“ oder „übel“ genannt.

Wenn aber die Menschen die Anschauung haben, dass das Heil gewonnen werde durch Liebe zu den Mitwesen und durch Mäßigung der Begierden, so machen sie diese Anschauung zu ihrem Maßstab, so bewerten sie Freundschaft, Liebe und Mäßigung hoch und bewerten Begierde und Erfüllung der sinnlichen Wünsche gering. Aus der Gemütsverfassung, die aus dieser Bewertung hervorgeht, mehren sich bei ihnen Liebe und Schonen und mindert sich die Begehrlichkeit. Aus dieser Veränderung ihrer inneren Art mehrt sich in ihrem Handeln das Vereinigende und mindert sich das Zerstörende. Aus dieser Veränderung ihres Handelns nimmt in der Welt das Erfreuliche zu und nimmt das Schmerzliche ab. So geht aus der Anschauung, dass das Heil bewirkt wird durch Mäßigung der Begierden und durch Liebe zum Nächsten, nach dem vierfachen Zusammenhang der Existenz Helligkeit und Sicherheit hervor, wie sie die Menschen lieben und ersehnen. Darum wird diese Weltanschauung und dieser Maßstab „richtig“ genannt und wird solche innere Art und solches Handeln „gut“ genannt.

Gedanken schaffen Bezüge (Triebe) und lösen sie wieder auf

*Was da ein Mönch viel bedenkt und sinnt, ihr Mönche, dahin geneigt ist das Gemüt. Wenn der Mönch eine Erwägung der Sinnensucht viel bedenkt und sinnt, ihr Mönche, so hat er sich von der von Sinnensucht befreienden Erwägung abgewandt und hat die Erwägung der Sinnensucht vermehrt, und sein Herz ist zur Erwägung der Sinnensucht geneigt.*

*Wenn der Mönch eine Erwägung der Antipathie, des Hasses - der Schädigung - viel bedenkt und sinnt, ihr Mönche, so hat er sich von der Erwägung des Wohlwollens - der rücksichtsvollen Schonung - abgewandt, hat die Erwägung der Antipathie, des Hasses - der Schädigung - gemehrt, und sein Herz ist zur Erwä-*

*gung des Übelwollens - der rücksichtslosen Schädigung geneigt.*

*Gleichwie etwa, ihr Mönche, ein Rinderhirt im letzten Monat der Regenzeit, wenn das Korn reif und der Erdboden nass, schwer und unwegsam ist, dann die Rinderherde bewacht und mit dem Stock die Rinder von überall her zusammentreibt, sie anbindet, einzäunt, eben zusammenhält, und zwar darum, weil er sonst mit ihrem Tod oder Unfall oder sonstigem Verlust oder Nachteil rechnen muss - ebenso auch, ihr Mönche, dachte ich an das Elend, das Leiden und die Not, die aus der Befleckung durch die unheilsamen Gemütsverfassungen entstehen würden.*

Hier ist das Grundgesetz genannt, nach welchem alles entsteht und zur Erscheinung kommt, was je erschienen ist und je erscheinen wird. Es durchzieht die gesamten Aussagen des Erwachten und kommt auch in den meisten alten Kulturen von China bis nach Griechenland mehr oder weniger deutlich zum Ausdruck. In den ersten beiden Versen des „Wahrheitpfads“ ist es ebenso fundamental wie volkstümlich ausgedrückt:

*Vom Geist gehen alle Dinge aus,  
sind geistgebildet, geistgemacht;  
wo man verderbten Geistes spricht  
und aus verderbtem Geiste wirkt,  
da folgt zwangsläufig Leiden nach,  
wie Wagenspur der Zugtierspur.*

*Vom Geist gehen alle Dinge aus,  
sind geistgeführt, aus Geist gemacht;  
wo man aus rechtem Geiste spricht  
und aus geklärtem Geiste wirkt,  
da folgt zwangsläufig Wohlsein nach,  
dem untrennbaren Schatten gleich.*

Nach diesem Grundgesetz der Existenz ist alles Erscheinende

(existere = herausstehen) in jeder möglichen Form das Ergebnis einer dreifältigen, an Intensität fortschreitenden geistigen Imagination.

Den Anfang macht also, wie die Verse zeigen, der Geist. Durch gründliche oder oberflächliche Beobachtung kommt der Mensch zu irgendeinem richtigen oder falschen Urteil über Wert oder Unwert oder gar Schädigung, die ein Ding, eine Sache oder eine Verhaltensweise für ihn habe, d.h. für sein Streben nach Wohl und nach Vermeidung von Wehe und Untergang. Dieses Werturteil aus Vermeinen und Vermuten oder Überzeugtsein setzt sich, wenn von ihm gepflegt, in seinem Denken fest, und so entsteht durch diese erste Art der Imagination die zweite, die des Gemütes und Herzens. Allmählich erwächst oder wird langsam stärker eine innere spürbare Neigung, ja ein Verlangen nach dem Besitz des positiv Bewerteten, so dass er sich ohne das Betreffende bereits unbefriedigt und im Mangel fühlt und sich erst mit dem Betreffenden befriedigt fühlt.

Auf diese Art sind durch den Intellekt, durch geistiges Bedenken, spürbare, zugkräftige innere Triebe, Herzensneigungen, und gefühltes Verlangen entstanden, wie es der Erwachte zeigt mit dem Wort: *Was der Mensch häufig bedenkt und sinnt, dahin wird das Gemüt und das Herz geneigt*. Das ist die zweite Phase der Imagination, und diese führt zur dritten:

Der Erwachte sagt: Gefühl und Wahrnehmung sind die Wirksamkeiten, die Hervorbringungen des Herzens (*citta-sankhāra*). Das heißt, unser ganzes Erleben in jeder neuen Daseinsform von der Geburt bis zum Tode, das uns von der äußeren Welt zu kommen scheint, kommt - wie auch bei jedem Traum - nur von den inneren, selbst angeschafften, eingebildeten Qualitäten des Herzens, welche ihrerseits von den häufigen richtigen oder falschen Bewertungen der Dinge in unserem Denken kommen. Darum sagt der Erwachte: *In diesem klaftergroßen Körper mit Wahrnehmung und Geist, da ist die Welt*. (A IV,45)

So wie wir mit jedem Schritt, den wir uns von einer Person

oder einem Gegenstand entfernen - oder uns ihm nähern - ein anderes räumliches Verhältnis schaffen, ganz ebenso schafft jede von uns mit innerer Überzeugung vollzogene gedankliche positive oder negative Bewertung eines anderen Menschen, einer Sache, einer Eigenschaft, einer Haltung oder Verhaltensweise oder einer Aufgabe auch ganz unmittelbar ein der Bewertung genau entsprechend verändertes seelisches Verhältnis, also einen etwas positiveren oder negativeren seelischen Bezug des Bewertenden zu dem Bewerteten.

So wie nach einem Schritt eine größere räumliche Nähe oder Ferne besteht als zuvor, so besteht auch nach einem solchen Gedanken eine größere Zuneigung oder Abneigung, Anziehung oder Abstoßung gegenüber dem Bedachten als zuvor. Und so wie der durch die Schritte neu geschaffene räumliche Abstand ohne weitere Schritte auch dann genauso bestehen bleibt, wenn der Mensch an die unternommenen Schritte nicht mehr denkt - ganz ebenso bleibt der durch den positiven oder negativen Gedanken neu geschaffene seelische Bezug, der jetzige Grad der Anziehung oder Abstoßung so lange bestehen, als keine weiteren beziehungshaften Gedanken an dasselbe Objekt geschehen, und zwar auch dann, wenn die Gedanken selbst längst vergessen sind. So sind die Triebe durch Gedanken fixierte Bezüge, durch Bedenken und Sinnen festgelegte Zuneigungen und Abneigungen.

*Was da ein Mensch viel bedenkt und sinnt,  
dahin geneigt ist das Gemüt –*

das ist das vom Erwachten genannte Grundgesetz.

Hier nennt der Erwachte zwei Weisen des Denkens: Bedenken und Sinnen. Unter „Bedenken“ oder „Erwägen“ wird ein Abwägen verstanden, ein Vergleichen zwischen mehreren Dingen oder Möglichkeiten, wie auf einer Waage die Gewichte verglichen werden. So bedenkt der weltliche Mensch, ob er mit diesen oder jenen äußeren Mitteln zu größerem Vorteil kommen kann; und so bedenkt der geistige Mensch, welches Verhalten,

welche Gesinnungen und welche geistigen Übungen ihn dem Heil näher bringen. Das Bedenken soll also durch Abwägen der ihm bekannten Möglichkeiten zur Klärung, zur Entscheidung führen.

Das Sinnen dagegen geschieht, wenn nichts zu klären, nichts abzuwägen, nichts zu entscheiden ist, wenn also die Sache durch gründliches Bedenken bereits geklärt wurde oder aber eine ungeklärte Sache für klar angesehen wird. Beim Sinnen geht es nicht mehr um ein Abwägen und Entscheiden zwischen mehreren Möglichkeiten, sondern irgendein Denkobjekt bewegt den Geist mehr oder weniger ununterbrochen. So sinnt der Mensch begehrliehen Vorstellungen nach oder sinnt verärgert oder verdrossen über irgendwelche für ihn schmerzliche Begebnisse nach. So betrachten alte Leute sinnend die aufsteigenden Erinnerungen aus ihrer Jugendzeit. Der verantwortungsbewusste geistige Mensch sinnt, nachdem er durch Bedenken bei sich geklärt hat, welches Verhalten, welche Gemütsverfassung und welche geistigen Übungen für ihn gut seien, nun über das Schöne und Gute und Heilsame dieser Verhaltensweisen, Gemütsverfassungen und geistigen Übungen nach.

Unter positiv bewertenden Gedanken wird verstanden, dass man irgendein Ding, eine Aufgabe, ein Ziel, eine Bemühung als positiv ansieht, das heißt, dass man es für schön oder erfreulich oder nützlich oder vernünftig, erstrebenswert, wertvoll, richtig, gut, moralisch oder heilsam erkennt. - Und unter negativer Bewertung wird immer verstanden, dass man das betreffende Ding, die Aufgabe, das Ziel, die Bemühung als negativ ansieht, das heißt für unschön oder unerfreulich oder schädlich oder unvernünftig, nicht erstrebenswert, wertlos, falsch, schlecht, unmoralisch oder unheilsam hält. Diese Beurteilung kann durch Wahn bedingt und darum falsch sein und kann durch Wissen bedingt und darum richtig sein.

Die Voraussetzung für die negative oder positive Bewertung ist die entsprechende Anschauung. Wer von irgendeiner Sache die Anschauung hat, dass sie nur Gutes und Schönes mit

sich bringe, der kann sie nicht negativ bewerten, sondern muss sie positiv bewerten und ebenso umgekehrt. - Und wer von einer Sache im Vordergrund die Anschauung hat, dass sie ihm Lust und Freude bringe - im Hintergrund aber die Anschauung hat, dass aber auch üble Folgen für ihn oder andere eintreten, der muss diese Sache zugleich positiv und negativ bewerten, und zwar so stark positiv bewerten wie stark ihm die Lust und Freude vor Augen steht, und so stark negativ bewerten, wie stark ihm die üblen Folgen vor Augen stehen.

Darum gilt es, sich wieder und wieder in gründlicher Achtsamkeit die betreffende richtigere Anschauung klar und deutlich vor Augen zu führen und zu summieren, zu multiplizieren und zu potenzieren. Diese wiederholte Betrachtung, die wir „Meditieren“ nennen, und das in diesem Betrachten vor sich gehende Aufleuchten und Einleuchten der positiven oder negativen Seiten sind jenes positiv oder negativ bewertende Denken.

Der Erwachte zeigt die konkrete Wirksamkeit des geistigen Grundgesetzes *Was da ein Mensch häufig bedenkt und sinnt, dahin geneigt ist das Gemüt* in einem Gleichnis (S 12,53): Wenn der Mensch irgendeinen Gegenstand, einen Umstand, eine Verhaltensweise als für sich selbst vorteilhaft und förderlich betrachtet, also positiv bewertet, dann ist das so, wie wenn man auf einer Öllampe weiteres Öl nachgießt. So wie die Lampe dann noch heller und stärker brennt, so nimmt auch das Begehren und Verlangen nach dem so betrachteten Gegenstand, der Drang nach solchem Verhalten durch solche Betrachtung zu.

Wenn man dagegen die gleichen Dinge als für sich selbst schädlich, hinderlich und nachteilig durchschaut, erkennt, betrachtet, also negativ bewertet, dann ist das so, wie wenn man auf jener Lampe kein Öl mehr nachgießt, so dass sie allmählich schwächer brennt und zuletzt erlischt. Ganz so bewirkt die negative Bewertung der Dinge oder Verhaltensweisen die Minderung des begehrenden Drängens bis zur vollständigen Auflösung.



Dieses Gesetz ist ebenso einfach wie unheimlich. Es ist unheimlich darum, weil es in jedem Augenblick mit jedem unserer Gedanken wirksam ist, uns wirksam verändert, aber dennoch von den allermeisten Menschen nicht bemerkt wird. Die Tendenzen sind geistige Kräfte, die uns als drängendes Gefühl, so und so zu tun, bewegen, „motivieren“. Und diese geistigen Kräfte sind aus unscheinbaren geistigen Ursachen, bewertenden Gedanken, hervorgegangen, und sie können nur wiederum durch Gedanken, durch entgegengesetzte Bewertungen nach und nach gemindert werden. Wenn der Mensch einen begehrlischen Gedanken öfter erwägt und bedenkt, so hat er damit die Neigung zur inneren Freiheit abgeschwächt, die Neigung zum Begehren verstärkt, und sein Herz neigt nun mehr zum Begehren. - Wenn der Mensch aber einen Gedanken der Begehrensbefreiung öfter erwägt und bedenkt, so hat er damit die Neigung zum Begehren abgeschwächt, die Neigung zur inneren Freiheit verstärkt, und sein Herz neigt nun mehr zur Freiheit.

Wir sehen daraus, dass die Mehrung oder Verstärkung der einen Tendenz zugleich die Minderung der entgegengesetzten ist. Das können wir uns verdeutlichen an dem Bild von den Waagschalen unseres Willens: Wir können jede Willensrichtung, jede Zuneigung oder Abneigung in Bezug auf irgendein Objekt oder eine Verhaltensweise oder einen Umstand des Lebens mit Sandkörnern auf den Schalen einer zweiarmigen Waage vergleichen. Auf den beiden Waagschalen sind unterschiedlich viel Sandkörner, und jedes Sandkorn ist ein Bild für eine irgendwann vollzogene geistige Betrachtung in Bezug auf das betreffende Objekt oder die Verhaltensweise.

Haben wir hauptsächlich betrachtet, dass die betreffende Sache für uns gut sei (gleichviel ob sie vielleicht in Wirklichkeit gerade schmerzlich, nachteilig, vernichtend, schlecht ist), so wiegen die Sandkörner dieser Waagschale schwerer, die der anderen dagegen, die Bild für die negative Bewertung sind, wiegen weniger. Darum muss sich der Waagebalken auf der Seite der schwereren Schale neigen; ebenso ist ein solcher Mensch geneigt - muss geneigt sein - diese positiv bewertete

Sache zu betreiben.

Kommt er nun im Lauf der Zeit durch irgendwelche Umstände, Erfahrungen, Vorträge oder Lektüre zu der Auffassung, dass das Betreiben der betreffenden Sache doch gerade schädlich ist, und betrachtet er von nun an den schädlichen Charakter derselben Sache, so ist jede solche Betrachtung so, wie wenn er von der überwiegenden Waagschale ein Sandkörnchen abnehmen und es auf die leichtere Waagschale werfen würde: dadurch wird die schwerere Waagschale immer leichter und die leichtere immer schwerer. Das führt, wenn man die Betrachtung nur oft genug betreibt, ganz unweigerlich zu einer Umkehrung der Kraftverhältnisse und damit auch des Willens und damit auch der Willenskraft zum entgegengesetzten Handeln.

In dem gleichen Sinn sagt der Erwachte (A I,2):

*Nichts führt so sehr dazu, dass die heilsamen Dinge sich mehren und die unheilsamen Dinge sich mindern wie gründliche Betrachtung der Dinge.*

*Nichts führt so sehr dazu, dass die unheilsamen Dinge sich mehren und die heilsamen Dinge sich mindern wie oberflächliche Betrachtung der Dinge.*

Wir wissen, was das besagen will: Unsere Leidenschaften, jene Flecken des Herzens, jene Triebe, Tendenzen, die den Menschen eine schlechte Laufbahn, ein Leben von Dunkelheiten und Leiden bringen - diese Leidenschaften lassen uns die Objekte ihres Begehrens verlockend erscheinen. Da kann man nun diese verlockend erscheinenden Dinge gründlich (*yoniso*) und oberflächlich (*ayoniso*) betrachten.

Oberflächlich ist die Betrachtung, wenn wir bei diesen verlockenden Dingen nichts anderes betrachten als eben das verlockende Bild. Dann blicken wir mit dem getrübbten Auge der Leidenschaften und denken an die momentane Annehmlichkeit, die aus der betreffenden Sache hervorgeht, und denken nicht an die späteren schmerzlichen Folgen.

Gründlich ist die Betrachtung, wenn wir bei diesen verlo-

ckenden Dingen daran denken, dass der Eindruck der Verlockung nur durch unsere inneren Leidenschaften zustande kommt, dass diese Dinge und ihre Pflege in Wirklichkeit übel und elend sind, uns in Leiden und Kümmernisse bringen und nach dem Tod in noch größere Dunkelheit. - Wenn wir so denken, dann ist in unserem Geist das Bewusstsein des lockenden Charakters zurückgetreten, abgeblasst und das Bewusstsein von den gefährlichen Folgen, von ihrem Leidenscharakter deutlicher geworden.

Mit jeder unweisen (oberflächlichen) Betrachtung ist jene verborgen im Herzen liegende und manchmal in ganzer Wucht sich meldende Leidenschaft wieder einen Grad stärker geworden. Der Grad der Verstärkung ist fast nicht zu merken, ist nur ein „Sandkörnchen“, aber die Häufigkeit solcher Betrachtung - und das ist ja Meditieren - macht diese Leidenschaft immer stärker, immer kraftvoller, und damit gewinnt sie den zwingenden, drängenden, ja, hinreißenden Charakter, und der Mensch muss schließlich so handeln, wie er im Augenblick getrieben wird, obwohl er im nächsten Augenblick oder in baldiger Zukunft mit Schrecken vor den schmerzlichen Folgen dieser Handlung steht.

Aber mit jeder weisen (auf die Herkunft, nämlich die Triebe, gerichteten) Betrachtung ist jene verborgen im Herzen liegende und manchmal in ganzer Wucht sich meldende Leidenschaft um einen kleinen Grad schwächer geworden. Der Grad der Abschwächung ist fast nicht zu merken, ist nur ein „Sandkörnchen“, aber die Häufigkeit solcher Betrachtungen - und das ist ja Meditieren - macht diese Leidenschaft immer schwächer, immer geringer. Und damit verliert sie immer mehr den zwingenden, drängenden Charakter, und der Mensch wird in sich selbst ruhiger, klarer, besonnener, heller, und dadurch werden all die üblen Taten, Worte und Gedanken vermieden, die aus den Leidenschaften hervorgehen würden. Durch das Nicht-Geschehen der üblen Taten, Worte und Gedanken können auch die üblen Folgen nicht eintreten, die aus üblen Taten, Worten und Gedanken hervorgehen würden. Darum sagt ein

*indisches Wort:*

*Man betrachte die Mängel des Gegenstandes,  
auf den sich die Begierde richtet;  
man überzeuge sich,  
dass er voll von Unerwünschtem ist:  
und die Leidenschaft wird sich abkühlen.*

Der Erwachte vergleicht (A VII,67) die Minderung von Trieben durch häufiges entsprechendes Bedenken einmal mit dem allmählichen Verschleiß eines Beilstiels, wenn der Tischler das Beil tagaus, tagein benutzt: Der Tischler könne am Abend nicht sagen, wie viel von dem Beilstiel abgeschliffen sei, aber auf jeden Fall sei der Beilstiel bei täglicher Benutzung in absehbarer Zeit völlig abgenutzt.

Ebenso vergleicht der Erwachte die allmähliche Minderung der Tendenzen mit einem Bootstau (A VII,67): Wenn ein im Wasser liegendes Boot am Ufer vertäut ist, dann gerät das Tau, wenn der Wind das Boot ans Ufer treibt, ins Wasser, und wenn der Wind das Boot vom Ufer weg ins Meer treibt, in die Luft. Indem es nun manchmal im Wasser nass und in der Luft wieder trocken wird, fault allmählich ein Fäserchen nach dem anderen ab und reißt schließlich durch. Langsam nur, sehr allmählich reißt ein Fäserchen nach dem anderen durch, und da ein Tau aus vielen hundert Fasern besteht, so hält das Tau noch lange. Irgendwann aber reißen auch die letzten Fasern, und das Boot ist endgültig frei. Die Neigung zu den üblen Dingen ist also nicht durch einen einmaligen negativ bewertenden Gedanken aufgehoben, sondern mit einer solchen negativen Bewertung beginnt erst die Auflösung der Verstrickung. Nur der beharrliche Betrachter der leidigen Folgen übler Gemütsverfassungen wird auf die Dauer von ihnen abkommen.

Die Worte des Bodhisattva in unserer Lehrrede: *Und wann immer auch Gedanken der Sinnensucht – der Antipathie, des Hasses – der rücksichtslosen Schädigung aufstiegen, da wies ich sie ab, vertrieb, vernichtete sie* könnten für den Unbelehrten klingen, als ob es ein

Leichtes wäre, durch einen einmaligen Denkkakt üble Gedanken aufzulösen. Aber man muss diese Aussage auf dem Hintergrund des Wesens und der Erfahrungen eines Bodhisattva sehen. Er hatte durch sein Jugenderlebnis, die Erfahrung überweltlichen Wohls in der Entrückung, bereits das viel größere Wohl jenseits der Sinne gekostet, so dass hinter seinen begehrliehen, hassenden oder rücksichtslosen Gedanken keine große Tendenzenkraft mehr steckte. Er kannte größeres Wohl als das der Befriedigung durch die Sinne. Er brauchte sich nur den schädlichen, leidvollen Charakter begehrlieher, hassender oder rücksichtsloser Gemütsverfassungen vor Augen zu führen, da lösten sie sich auf. - Wenn ein normaler Mensch sich die Schädlichkeit und Leidhaftigkeit der üblen Gemütsverfassungen vor Augen führt, so mögen die entsprechenden Gedanken auch tatsächlich für den Augenblick fortgewiesen sein - nicht aber ist mit einer einzigen solchen Erwägung auch schon die Tendenz, das zugrunde liegende Begehren oder Has-sen, endgültig aufgelöst worden, es ist aber auch nicht in genau der gleichen Stärke geblieben, ist vielmehr um ein Weniges gemindert worden, und diese Minderung ist die chronische, die Dauerwirkung.

Die Auflösung vollzieht sich in drei Schritten, im Zusammenwirken von Geist (*mano*), Gemüt (*ceto*) und Herz (*citta*), wie auch in dem oben zitierten Absatz von M 19 deutlich wird: Im ersten Absatz spricht der Erwachte zuerst von dem Einfluss des Geistes auf das Gemüt (*ceto*), im zweiten vom Einfluss des Geistes auf das Herz (*citta*).

Wenn der Mensch von der Richtigkeit und Gültigkeit einer Einsicht überzeugt worden ist, sie also anerkennt, annimmt, so ist damit der erste Schritt vollzogen, das Werturteil gefällt: die Anerkennung der Einsicht oder des Strebenszieles im Geist. Gleichzeitig mit dieser intellektuellen Anerkennung erfährt der Mensch auch sofort die Resonanz seines Gemüts, sein „Zumutesein“ bei der neuen Einsicht, was er aber oft nicht beachtet oder nicht als solches erkennt. Gemüt bedeutet ja das vielfältige und unterschiedliche „Zumutesein“, die vielfältigen Anmu-

tungen, die wir bei diesen und jenen Vorstellungen, Erinnerungen oder Einfällen oder Nachrichten oder Aussichten in uns empfinden.

Wenn also die erste Phase eingetreten ist, wenn man ein bestimmtes Strebensziel in seinem Geist als ein wirklich überlegenes und heileres Ziel erkannt hat, dann beginnt der Mensch, dieses Ziel verbindlich zu nehmen. Weil es ihm nun verbindlich wird, er sich also daraufhin ausrichtet, darum nimmt augenblicklich das Gemüt des Menschen dazu Stellung und drückt mit seinem geistigen Gestimmtsein aus, ob es ihm zusagt, ob er gern daran denkt.

Wenn ein Mensch trotz der intellektuellen Erkenntnis, dass in einem bestimmten Ziel viel mehr Sicherheit und Heil liegt, doch eine innere Zurückhaltung empfindet oder gar Beklommenheit, wenn er nicht gern an dieses Ziel denkt - etwa darum, weil man zur Erreichung des Zieles viel Vertrautes, Gewohntes aufgeben oder manches Anstrengende unternehmen muss - dann ist diese zweite der drei Phasen noch nicht eingetreten: Man hat sich mit dem Gemüt dem neuen Ziel trotz geistiger Einsicht noch nicht zugewendet, von seinen bisherigen Zielen noch nicht richtig abgewendet. - Wenn man aber mit der Anerkennung dieses Zieles im Geist sich auch gemütsmäßig dazu hingezogen fühlt, darüber erfreut oder gar begeistert ist und wenn man sich Kraft und Mut und Ausdauer zutraut, um dieses Ziel anzustreben, bis man es erreicht hat, dann ist damit auch die zweite der drei Phasen, die Zuwendung des Gemüts zu dem neuen Ziel und zugleich die Abwendung von dem alten Ziel eingetreten.

Erst durch die endgültige Abwendung des Geistes und des Gemüts von der alten Art beginnt der Kampf um ihre endgültige Überwindung, denn durch die innere Abwendung des Gemüts von der bisherigen Lebensgewohnheit ist man noch längst nicht von ihr entwöhnt und befreit. Jetzt erst kann der große Abstand zwischen der alten Gewöhnung, die ja noch immer besteht, und dem neuen Ziel, das man nun endgültig bejaht und anstrebt, dem man aber noch fern ist, allmählich

verringert bis aufgehoben werden, denn nun kämpft man diesen Kampf nicht nur mit dem Verstand, sondern mit der vollen Unterstützung des Gemüts. Dann erst kann die dritte Phase, der Kampf um das Ziel, beginnen, die erst mit der vollständigen Erreichung des Ziels abgeschlossen ist.

Wo es um die Aufhebung der fünf Hemmungen (Begehren oder Sinnenlustwollen, Antipathie bis Hass, träges Sichtreibenlassen im Gewohnten, Aufgeregtheit und Geistesunruhe, Daseinsbangnis) geht, kommen alle drei Phasen in ihrem Zusammenhang gut zum Ausdruck. In M 39 heißt es z.B. in Bezug auf die erste Hemmung:

*Er hat weltliche Begierde verworfen  
und verweilt begierdelosen Gemütes;  
von Begierde läutert er sein Herz.*

Da sind die drei Schritte: Zuerst im Geist die gründliche Erkenntnis über den elenden Charakter der Sinnlichkeit und als zweites: *Er verweilt begierdelosen Gemütes (ceto)* - das bedeutet, dass er zu der Zeit auch keinerlei Zuneigung zu den weltlichen Erscheinungen in sich spürt, im Gemüt von den weltlichen Erscheinungen ganz abgewandt ist und hohen geistigen Einsichten freudig nachgeht, also die erste Hemmung überwunden hat. Und endlich heißt es, dass er von der weltlichen Begierde sein Herz läutert (*citta*). Das bedeutet, dass er in dieser Gemütsverfassung immer tiefer betrachtet und empfindet, wie unabhängig und souverän ein Wesen sein kann, das auf keine äußere Erscheinung mehr angewiesen ist, weil es in sich glücklich und frei ist. Durch solche Betrachtungen werden die tieferen und verborgeneren Tendenzen immer schwächer und zuletzt völlig aufgehoben. Damit ist dann auch die dritte Phase vollendet.

Solange der Mensch im Grunde seines Wesens noch weltliche Begierden, sinnliche Bedürftigkeit hat wie wir alle - so lange erfährt auch der durch den Erwachten gründlich belehrte Mensch, dass er trotz der im Geist (*mano*) vollzogenen besseren Einsicht doch wieder mit seinem Gemüt (*ceto*) den Sin-

nendungen nachhängt und manchmal wieder so befangen ist, dass er zu der Zeit eben nicht „*begierdelosen Gemütes verweilt*“. Dann hat er zu der Zeit diese erste Hemmung nicht überwunden, sondern klebt im Nest seiner alten Gewöhnung, lässt sich auf ihr treiben (dritte Hemmung). Aber selbst dann kann er, wenn er sich dieser Situation bewusst ist, alle seine guten Einsichten um sich und in sich versammeln, bis es in ihm wieder hell wird, bis er den Morgenwind der Freiheit wieder spürt und sich des Klebens im erbärmlichen Nest schämt. Dann hat er die erste und die dritte Hemmung wieder überwunden, und damit hat er zugleich die zugrunde liegenden Verstrickungen des Herzens wieder etwas verdünnt, ist also auch in der dritten Phase der Entwicklung wieder etwas weitergekommen.

Heute sind fast keine Spuren mehr von der geistigen Erfahrung vorhanden, die den Alten weit mehr zur Verfügung stand. Darum herrscht auch keine Klarheit mehr über den Zusammenhang von Geist, Gemüt und Herz. Daher aber kommen fast alle Sorgen der Kämpfer, die um innere Befreiung bemüht sind. Man meint, wenn man etwas intellektuell eingesehen hat, dann müsse man auch sofort danach leben können. Das ist aber auf die Dauer nur möglich, wenn die Triebe, die unsichtbar wirksamen, spürbaren Verstrickungen des menschlichen Herzens, nicht stark anders gerichtet sind. Aber je stärker die Triebwucht anders als die Einsicht gerichtet ist, um so schwieriger ist die gemütsmäßige Abwendung von den nur intellektuell als schädlich durchschauten Trieben. Und um so länger dauert es natürlich bis zu der endgültigen Befreiung des Herzens von ihnen; doch dann hat man ja auch nie mehr etwas damit zu tun. Wer das recht begriffen hat, der lässt sich von sogenannten Rückfällen nicht mehr bedrücken und nutzt die weltüberlegene Fähigkeit des Menschen: das triebaflösende Denken, wodurch Ich- und Welt-Wahrnehmung überstiegen werden kann:

*Was der Mensch häufig bedenkt und sinnt, dahin geneigt ist das Gemüt - und das Herz.*



Diese durch die äußeren Ablenkungen ganz ungewollt immer mehr verdrängte geistige Wahrheit von der Macht des Denkens ist seit jeher Gemeingut aller wahren wissenschaftlichen Erforscher dieser im eigenen Innern beobachtbaren geistigen Zusammenhänge. Wir finden den Hinweis auf dieses Gesetz in allen Kulturen und zu allen Zeiten:

*Man glaubt, das Denken sei unverbindlich;  
aber nichts außer dem Denken  
schlägt uns in Bande.*

*Simone Weil, franz. Mystikerin (1909-43)*

*Man glaubt, das Denken sei unverbindlich* - es gibt in Wirklichkeit keinen Gedanken, der nicht entweder eine Verbindung knüpft oder löst, eine Verbindung verstärkt oder abschwächt. Daher bedarf der Satz *Nichts außer dem Denken schlägt uns in Bande* noch der Ergänzung durch den Hinweis auf die andere Wirkung des Denkens „Nichts außer dem Denken befreit uns von Banden“.

So sagt *Shankara*, ind. Philosoph (788-820):

*Der Wind sammelt Wolken  
und zerstreut sie wieder;  
das Denken schafft Fesseln  
und löst sie auch wieder auf.*

Ein christlicher Mönch der Ostkirche, *Hesychios von Batos* sagt:

*Sowohl bei der Tugend  
wie beim Laster  
erzeugt die Beständigkeit  
die Gewöhnung;  
und die Gewohnheit  
wird zur zweiten Natur.*

*Beständigkeit* bedeutet hier - gleichviel ob bei der Tugend oder beim Laster - immer wiederholte Pflege der betreffenden Ge-

danken und der aus dem Denken hervorgehenden Worte und Taten. Das ist das Rieseln der Sandkörner auf die Waagschalen.

Ein *indisches Wort* sagt:

*Ein übler Trieb mag zu Anfang  
dünn wie Spinnwebfaden sein;  
aber bald wird er stark  
wie Wagenseile.*

Aber das geschieht, wie gesagt, nicht „von selber“, sondern nur und nur durch immer wiederholtes positives Bewerten der betreffenden Sache. Diese inneren Wandlungen kennt jeder Mensch, der auf seine geistige Entwicklung achtet:

*Im Anfang ist der böse Trieb  
ein bloßer Wandersmann;  
doch zeigst du ihm,  
dass er dir lieb,  
dein Gast wird er alsdann.  
Wirfst du ihn nun  
nicht schnell hinaus,  
wird er zuletzt  
der Herr im Haus. (Aus dem Volkskalender für Israeliten)*

Im gleichen Sinne sagt *Leo Tolstoi*:

*Jede Leidenschaft ist im Menschenherzen  
zunächst ein Bittsteller,  
dann wie ein Gast  
und schließlich der Herr im Hause. -  
Weise den Bittsteller an der Schwelle ab,  
öffne ihm nicht die Herzenstüre.*

Die Triebe äußern sich zuerst als Wunschgedanken, als ein mehr oder weniger leises oder starkes Verlangen, so und so tun zu wollen, haben zu wollen, sein zu wollen. Und je mehr wir diesen Gedanken pflegen, bejahen, um so stärker werden die Wünsche:

*Unsere Wünsche sind  
wie kleine Kinder;  
je mehr man ihnen nachgibt,  
um so anspruchsvoller werden sie. chinesisch*

Und schließlich werden sie übermächtig, ohne dass man es bemerkt.

*Gewohnheiten sind Vorgesetzte,  
die man nicht bemerkt. Hannes Messemer*

Darum klagt die christliche Mystikerin *Therese von Avila*:

*Um die Gewohnheiten unserer Natur  
ist es etwas Entsetzliches:  
Da werden allmählich  
aus unbedeutenden Dingen  
unheilbare Übel.*

Doch das gleiche Gesetz gilt nicht nur von üblen, sondern auch von guten durch wiederholtes Bedenken und Handeln geschaffenen Angewöhnungen. Und so kann man es als Hebel zur Befreiung aus dem Elend benutzen. So sagt ein *arabisches Sprichwort*:

*Leis kommen den angebor'nen Sitten  
die angenomm'nen nachgeschritten.*

Die Einsicht dieser geistigen Wahrheit und Wirklichkeit wird von dem Griechen *Aristoteles* geradezu gefordert:

*Wer nicht weiß, dass aus den  
wiederholten Einzelhandlungen  
die festen Gewohnheiten hervorgehen,  
der ist einfach stupide.*

Der Mensch kann sich also nicht nur im Schlechten, sondern auch im Guten feste Gewöhnung schaffen, so dass er schließlich, wenn er sich an die heilsame Haltung gewöhnt hat, nicht mehr zu kämpfen braucht:

*Je öfter der Mensch sich gut verhält,  
um so stärker wird die Haltung,  
die Neigung des Willens zum guten Handeln.  
Wird sie ihm gleichsam zur zweiten Natur,  
dann bedarf es  
immer geringerer Verstandesarbeit,  
das Gute zu erkennen,  
und immer geringerer Willensanstrengung,  
es zu tun. J. Endres*

Dieselbe Wahrheit wird von einem christlichen Kämpfer der Alten Welt bestätigt (*Evagrius Ponticus*):

*Wer die Tugenden vollkommen  
in sich befestigt hat  
und wen sie völlig besitzen,  
der denkt nicht mehr an das Gesetz  
oder die Gebote oder die Strafen,  
sondern sagt und tut,  
was die in ihm begründete  
gute Veranlagung will.*

Diese Weisheit, dass die von mir erlebte Welt mit all ihren Helligkeiten und Dunkelheiten, mit ihren Freuden und Schrecknissen - und zwar nicht nur bis zum „Tod“, sondern zeitlos über alle Tode hinaus - immer nur das Ergebnis meiner Gedanken ist, enthält ja zugleich eine Mahnung, die Wahrheit zu erforschen, weise zu werden, damit man die heilenden Gedanken von den heillosen unterscheiden lerne. So lehrt *östliche Weisheit*:

*Auch eine Reise von tausend Meilen  
fängt mit dem ersten Schritt an.  
Achte auf deine Gedanken,  
sie sind der Anfang deiner Taten.*

So wie in dem in M 19 gebrachten Gleichnis des Erwachten von der Rinderherde der erfahrene, auf Gewinn bedachte Rin-

derzüchter nüchtern den Schaden berechnet, der ihm entstehen würde, wenn sich die Rinder im überschwemmten Gebiet verlieren, verunglücken oder durch Raubtiere umkommen würden und darum die Herde zurückhält, einzäunt, in dem Wissen, dass er auf diese Weise sein Gut bewahrt, so auch sieht der erfahrene, auf seine Gemütsverfassung achtende Mensch in Kenntnis des genannten Gesetzes die nachteilige seelische Schädigung voraus, wenn er sich üblen Gedanken überlässt, und er weiß, dass er durch gute, heilsame Gedanken sein Herz schützt, vor Üblem bewahrt und gar verbessert.

In einem anderen Gleichnis wird das Herz mit einer Festung verglichen, die stark verteidigt werden soll (A VII,63). So wie der erfahrene Rinderhirt seine Herde schützt und zur Not verteidigt, so auch soll die Festung - als Gleichnis für das Herz mit seinen vielen Zu- und Abneigungen - verteidigt und geschützt werden.

*Dem ird'nen Krug vergleiche diesen Körper,  
dein Herz der Festung,  
die du stark verteidigst... (Dh 40)*

Die Festung ist also ebenso wie die Rinder Gleichnis für das mit seinen vielen Zu- und Abneigungen so leicht reizbare, empfindliche, verletzbare Herz. Auch *Tersteegen* wählte als Gleichnis für das leicht zerstreute Herz eine zu bewachende Herde:

*„Ich hab ein Hirtenamt: Begierden und Gedanken  
sind meine Schafe, drauf mein Auge stets muss sehn;  
ich halte sie in eins gesammelt in den Schranken,  
dass sie zerstreuet nicht auf fremder Weide  
gehen.“ (Blumengärtlein I, Nr.401)*

Der um sein Heil besorgte Mensch weiß um seine üblen Gedanken und die von ihm ausgehenden Gefahren, und er müht sich, von üblen Gedanken zu guten zu kommen. So auch sorgt der Rinderhirt, dass die Rinder von den gefährdeten Orten fortkommen zu ungefährdeten. Die Gefährdung der Rinder

durch das überschwemmte sumpfige Gelände zur Regenzeit ist ein Gleichnis für die Gefährdung des Herzens durch üble Gedanken. Sind die Rinder gesichert auf trockenem Boden, so ist das ein Gleichnis für das von guten, heilsamen Gedanken bewegte Herz.

Der Hirte, der für die Herde sorgt, ist wie der weise Torhüter ein Gleichnis für die Wahrheitsgegenwart (*sati*). Er hat gegenwärtig, was der Erwachte als Gefahren und als das wahrhaft Heile zeigt, beobachtet den Zustand des Herzens und weiß, wie das Herz zum Heil gebildet werden muss.

### Sechs Betrachtungen zur Vertreibung übler Gemütsverfassungen

Der Bodhisattva hatte sich immer wieder vor Augen geführt, dass bestimmte üble Gemütsverfassungen für ihn selber und für seine Umwelt sechs das Heil verhindernde Folgen haben, und er erreichte mit dieser Besinnung, dass die üblen Gemütsverfassungen sich allmählich auflösten.

Darin kommt das Gesetz der Willensbildung zum Ausdruck, das im alten Indien bekannt war und nach dem man voring. Hier im Westen ist man sich nicht klar, ob der Wille überhaupt frei oder bedingt ist, aber in den alten östlichen Kulturen wusste man, dass sowohl das Aufkommen eines Willens wie auch sein Ziel und ebenso seine Kraft, um das Ziel auch bei Hindernissen zu erreichen, genau bedingt ist. Wille ist nämlich immer auf Wohlbefinden gerichtet, kann also nur dann aufkommen, wenn die gegenwärtige Lage „zu wünschen übrig lässt“:

sei es, dass man Mängel oder gar Not empfindet,

oder sei es, dass einer gegenwärtig angenehmen Lage bald eine notvolle zu folgen droht,

oder sei es, dass man zwar bisher mit seiner Lage zufrieden war, aber plötzlich von der Möglichkeit einer verlockenden Verbesserung hört.

In solchem Fall kommt sofort der Wille auf, entweder das

Aufhören der gegenwärtigen angenehmen Lage zu verhindern oder von ihr, wenn möglich, in eine ähnliche oder gar noch bessere Lage überzugehen.

Hier macht sich also der Bodhisattva dieses Gesetz der Willensbildung zunutze. Wir sehen aus dem Bericht, dass die drei üblen Gemütsverfassungen ihm nicht etwa im Augenblick schon schmerzlich waren; aber er wusste um die schmerzlichen Folgen, die von der Pflege solcher Gedanken ausgehen; denn durch die Duldung oder gar Pflege der jeweiligen Gemütsverfassung nehmen diese im Lauf der Zeit zu, und daraus folgen später auch entsprechende Redeweisen und Handlungsweisen im Umgang mit den Mitwesen. Wenn üble Gemütsverfassungen sofort deutlich schmerzlich wären, dann würde auch der unbelehrte Mensch sie sofort zu beseitigen trachten. Aber der belehrte Mensch denkt auch an die Zukunft und gewöhnt sich üble Gemütsverfassungen im Hinblick auf ihre zukünftigen üblen Folgen ab.

Diesem Grundgesetz, dass der Wille zum Aufbruch, zur Veränderung dort aufkommt, wo der Nachteil einer Erscheinung deutlich gesehen wird, folgte also der Bodhisattva, indem er sich sechs verschiedene üble Folgen vor Augen führte: Sinnensucht, Antipathie bis Hass, Rücksichtslosigkeit führen

1. zu eigener Beschwer,
2. zu anderer Beschwer,
3. zu beider Beschwer,
4. sie roden die Weisheit aus,
5. bringen Verstörung mit sich,
6. führen nicht zum Nirvāna.

*Sinnensucht, Antipathie bis Hass  
und Rücksichtslosigkeit  
führen zu eigener Beschwer, zu anderer Beschwer,  
zu beider Beschwer*

Der erste vordergründige Sinn dieser Betrachtung ist offenbar und jedermann verständlich: Je mehr ich mich Gedanken an

sinnliche Genüsse hingebe, sie positiv bewerte, um so mehr wächst meine sinnliche Bedürftigkeit, die Sinnensucht, um so häufiger fühle ich mich sinnlich unbefriedigt und muss wieder für Befriedigung sorgen. Das führt zu eigener Beschwer. Und je mehr mein Begehren durch Pflege stärker und leidenschaftlicher wird, um so mehr auch werde ich dann mit anderen in Konflikt geraten.

Je mehr ich mich Gedanken der Antipathie, des Hassens hingebe, andere herabwürdige, nur auf ihre Fehler blicke oder auch nur mir angewöhne, über meinen verschiedenen Absichten und Plänen nicht daran zu denken, ob und inwiefern andere darunter leiden, um so mehr nehmen in mir die Eigenschaften von Antipathie, Hass und Rücksichtslosigkeit zu, womit ich andere beschwere.

Da aber die anderen sich auf die Dauer diese Belastungen nicht gefallen lassen, so reagieren sie wieder entsprechend übel auf mich. Und so führen diese Eigenschaften zu beider Beschwer. So macht man also sein Leben durch zunehmende Sinnensucht, Antipathie bis Hass und Rücksichtslosigkeit immer dunkler, immer streithafter und schafft dadurch allmählich - wenn man nicht rechtzeitig aufhört und sich umwendet - solche Situationen und Szenen, wie sie unter Gespenstern, Tieren oder gar in der Hölle vorkommen.

Wer um die Folgen menschlichen Bedenkens und Sinnens weiß, der fürchtet jede in ihm aufsteigende üble Gemütsverfassung so, wie Wesen den Biss einer Giftschlange fürchten, denn so wie das Gift das äußere Leben des Körpers gefährdet, so gefährden die üblen Gemütsverfassungen das hiesige und das spätere Leben, führen zu *eigener Beschwer*, zu *anderer Beschwer*, zu *beider Beschwer*, d.h. führen zu immer mehr Zwietracht, Streit, Blut und Tränen, Not, Verfolgung und Untergang und also in die Unterwelt. Diese drei Gemütsverfassungen sind die Stufen nach abwärts, und die Entwöhnung von ihnen und die Angewöhnung entgegengesetzter Gemütsverfassungen sind die Stufen aus unserem Begegnungsleben hinaus und hin zu Frieden und Harmonie. - Das also ist der jedem



Kenner der Karmalehre unmittelbar klare und offenbare Sinn dieser ersten drei Betrachtungen.

Der tiefere Sinn dieser Betrachtungen aber zielt auf die Überwindung des ganzen Begegnungslebens hin, auf die Mystik oder - indisch ausgedrückt - auf den *samādhi*. Das ganze Begegnungsleben, ob es höllisch oder menschlich oder himmlisch ist, wird von den Erwachten als Aufenthalt in einer glühenden Kohlengrube aufgefasst. Die aber in dieser Begegnungswelt wohnen, die sind ihre Schmerzen und Ängste, Hoffnungen und Enttäuschungen von der Geburt an und schon vorher so gewöhnt, dass sie sie mangels anderer Erfahrungen für natürlich und selbstverständlich als zum Leben gehörig auffassen. Darum weisen alle Religionen in ihren höheren und höchsten Aussagen darauf hin, dass es unvergleichlich besseres Erleben gibt, eine Einigung des Begegnungslebens, die zu einem seligen Frieden führt. In der abendländisch-christlichen Mystik wurde dieser Zustand bezeichnet als „unio mystica“, und das wurde interpretiert als „Vereinigung mit Gott“. In diesem reinen Wohl sind alle Unterschiede zwischen Ich und Du völlig aufgehoben nach dem Ratschlag aller Religionen, seine Mitwesen so zu lieben wie sich selbst. Wem das in der Fülle gelingt, der kommt zunächst für kurze Augenblicke, zuletzt aber als Grundzustand zu der Einschmelzung von Ich und Du, von Ich und Welt. Dann wird nur selige Einheit erfahren.

Wenn wir nun an die dreifache „Beschwer“ denken, die sich der Bodhisattva vor Augen führte, dann sehen wir, dass durch die Pflege von Sinnensucht, Antipathie bis Hass und Rücksichtslosigkeit der Unterschied zwischen den eigenen Interessen und den Interessen der anderen immer stärker wird. Wegen der Kälte und Dunkelheit im inneren Existenzgefühl, die von Antipathie bis Hass und Rücksichtslosigkeit ausgeht, brauchen die Wesen sinnliche Befriedigung und sind verletzbar, verstörbar durch Nichtbefriedigung. Mit jeder positiv bewerteten Befriedigung wächst die Sinnensucht, die Bedürftigkeit, das Habenwollen, das reflektierende „Ich“, das sich als

empfindenden Erleber fühlt. Je mehr die Bedürfnisse zunehmen, das empfundene Ich verletzbarer und treffbarer wird, um so deutlicher treten ihm bestimmte Welterlebnisse gegenüber, gewährende oder verweigernde, je nach dem Wirken der Wesen. So wird die Ichheit belastet, gemehrt, und entsprechend vielfältig ist die erlebte Außenwelt, und damit wird die Dramatik, die Auseinandersetzung, der Konflikt gemehrt: Es wird erlebt eine Umwelt, die sich durch die Bedürftigkeit des Ich gestört, verletzt, behindert, zu kurz gekommen fühlt und entsprechend reagiert, wodurch das Ich wieder belastet wird mit dunklen, ablehnenden Gedanken und hassenden, rücksichtslosen Gemütsverfassungen und entsprechendem Tun. So wird der Gegensatz zwischen Ich und Umwelt größer, Spannung, Streit und Gefährdung nehmen zu. - Wenn wir dagegen die entgegengesetzten Gemütsverfassungen üben, unabhängiger von der Sinnlichkeit werden, Aufmerksamkeit gegenüber den Bedürfnissen der anderen pflegen, Verständnis und Teilnahme den Mitwesen gegenüber, dann wird das Ich-Erleben leichter und damit der Gegensatz zwischen Ich und Du, Ich und Welt immer mehr eingeebnet. Dann wird im Lauf der Zeit die Zwiebel des Begegnungslebens sanfter und ruhiger, und irgendwann tritt zum ersten Mal das Erlebnis ein, dass die Zweiheit eines Ich in einer umgebenden Welt durchbrochen wird zugunsten der seligen Einheit in der Entrückung von aller Welt. - Das ist der tiefere, der auf die Mystik, den *samādhi*, hinzielende Sinn der Betrachtung, dass die drei üblen Gemütsverfassungen zu einer immer größeren Spannung zwischen den beiden Polen Ich und Umwelt führen.

*Sinnensucht, Übelwollen, Rücksichtslosigkeit  
roden die Weisheit aus*

In einer Zeit, in der der Übende nicht stark hingerissen ist von Wohlgefühl und nicht stark abgestoßen ist von Wehgefühl, in der er unbeeinflusst von Triebwünschen, neutral ist, da kann er ruhiger nachdenken und kann mit seinen möglichst besten

Maßstäben, die er sich erarbeitet hat, irgendwelche Angelegenheiten und Probleme bedenken. Und wenn er zu solchen Zeiten Wahrheitsgedanken bedenkt und pflegt, so dehnt er diese neutralen Zeiten noch länger aus.

Wenn aber wieder die Gefühle, die Affekte, Emotionen stark sind, ist eine stille, nüchterne Beobachtung nicht möglich. Bereits aufgenommene weisheitliche Gedanken können sich gegenüber der Wucht der Gefühle nicht durchsetzen. So stark wie das Gefühl ist, so stark ist für den Augenblick die Ichheit und der spontane gefühlsgeladene Wille. Der Mensch ist befangen, geblendet von der Ich-Umwelt-Spaltung. Er erlebt ein stark wünschendes Ich, dem eine gewährende oder verweigernde Umwelt gegenübersteht. Die begehrenden, gehässigen oder Zorngedanken roden den klaren, unbefangenen Blick, die richtige Beurteilung der Werte und Unwerte aus und ziehen den Willen des Menschen bald in diese, bald in jene Richtung, entsprechend dem Auf und Ab der Bedürfnisse und Erlebnisse.

Wer aber den Zusammenhang zwischen der Pflege der befreienden Betrachtungen und der daraus hervorgehenden Weltüberwindung verstanden hat, der weiß, dass nur der Anblick der Weisheit aus der Mühsal, den Schmerzen und Ängsten des ununterbrochenen Begegnungslebens herausführt. Darum weiß er, dass dieser weise Anblick immer mehr gepflegt werden muss, um aus den drei üblen Gemütsverfassungen herauszukommen, dass aber umgekehrt die Pflege dieser drei üblen Gemütsverfassungen die Weisheit ausrodet.

*Sinnensucht, Antipathie bis Hass, Rücksichtslosigkeit bringen Verstörung mit sich*

Je bedürftiger die Wesen sind, um so verletzbarer, um so weniger belastbar sind sie, um so mehr werden sie getroffen, verstört, aus der Ruhe, aus dem seelischen Gleichgewicht gebracht. Sie treiben dahin ohne ruhende Mitte, ohne eine leitende Weltanschauung, ohne sichere Maßstäbe. Fast alle Sorgen

entstehen durch die vielfältigen sinnlichen Begehungen. Wo kein Begehren ist, da fällt dem Menschen von selber zu, was er braucht. Wenn der Übende versucht, zum einfachen Leben mehr hinzuwachsen, unabhängiger zu werden, merkt er eine zunehmende Entlastung, Erhellung, Selbstständigkeit, eine Abnahme sorgender Gedanken.

*Sinnensucht, Übelwollen, Rücksichtslosigkeit  
führen nicht zum Nirvāna*

Aus dem vorher Gesagten ist schon deutlich geworden, dass diese aufreizenden und üblen Gemütsverfassungen das Erlebnis der Einheit verhindern, geschweige dass es möglich wäre, mit ihnen aus dem Wahntraum zu erwachen. Sie sind es ja gerade, die den Wahn einer Ich-Umwelt-Perspektive entwerfen und an sie gefesselt halten.

Als der Bodhisattva dies überlegte: da wird Ichheits- und Welterleben gemehrt, die Spaltung vergrößert, die Dramatik und Problematik gemehrt, das Hin- und Hergerissensein gemehrt, die Weisheit, der klare Blick, die Möglichkeit des Einheitserlebnisses und der Erwachung gehen verloren - da konnte er diese Neigungen, hinter denen bei ihm sowieso keine große Wucht stand, auflösen.

Wenn ein sonst Bedürftiger sich in neutraler Zeit diese belastenden Folgen vor Augen führt, so ist die Bedürftigkeit im akuten Augenblick fort wie nie gewesen, und der Betrachtende kann gar nicht verstehen, dass er je von starken begehrliehen oder ablehnenden Gedanken bewegt war. Aber wer sich ehrlich beobachtet, der weiß: Es braucht nur diese und jene Situation einzutreten, dann besteht wieder die Gefahr der Gefühlsgerissenheit. Doch ist diese um einige Kraftimpulse schwächer, wenn die belastenden Folgen zu anderen Zeiten deutlich gesehen wurden. Der Glanz, den die Triebe über das Begehrte oder Gehasste gegossen haben, ist etwas blasser geworden, der Hunger ist um einiges gemindert. Und wenn der Nachteil bzw. der Scheinvorteil einer begehrten Sache gar öfter gesehen und

gepflegt wird, dann gibt es lange Zeit noch Konflikte zwischen der Anschauung und den Trieben, aber jeder Vollzug der entlarvenden Einsicht, der offenen, vor sich selbst ehrlichen Einsicht und Bewertung, dass diese Gemütsverfassungen schädlich sind, wandelt den Bezug allmählich deutlich sichtbar: die Erwägungen der Sinnensucht, des Übelwollens, der Rücksichtslosigkeit nehmen ab, und gute Gedanken kommen auf.

Der Übergang zum Erlebnis der Einheit (*samādhi*)

*Als mir nun bei diesem aufmerksamen, beharrlichen Bemühen ein Gedanke an Weltüberwindung aufstieg, da bedachte ich: „Aufgestiegen ist mir da dieser Gedanke an Weltüberwindung, und er führt nicht zu eigener Beschwer, nicht zu anderer Beschwer, nicht zu beider Beschwer. Er mehrt die Weisheit, führt nicht zur Verstörung, sondern zum Heil.“*

*Als mir nun bei diesem aufmerksamen, beharrlichen Bemühen ein Gedanke des Wohlwollens - der rücksichtsvollen Schonung - aufstieg, da bedachte ich: „Aufgestiegen ist mir da diese Erwägung des Wohlwollens - der rücksichtsvollen Schonung, und sie führt nicht zu eigener Beschwer, nicht zu anderer Beschwer, nicht zu beider Beschwer. Sie mehrt die Weisheit, führt nicht zur Verstörung, sondern zum Heil.*

*Ob ich nun bei Nacht so bedenke und sinne oder ob ich bei Tag so bedenke und sinne, ich kann keine durch sie bedingte Gefahr erkennen.*

*Aber würde ich in dieser Weise nur immer bedenken und sinnem, so würde der Körper ermüden. Bei müdem Körper würde das Herz unruhig bleiben; ein unruhiges Herz aber ist fern der Einigung.“*

*Darum, ihr Mönche, befriedete ich das Herz und brachte es zur Ruhe, hielt es bei sich selbst und fügte*

*es zur Einigung.*

*Was da, ihr Mönche, ein Mönch lange bedenkt und sinnt, dahin geneigt ist das Gemüt. Wenn der Mönch, ihr Mönche, die Erwägung der Weltüberwindung – des Wohlwollens – der rücksichtsvollen Schonung – bedenkt und sinnt, so hat er sich von dem Gedanken der Antipathie, des Hasses - der Rücksichtslosigkeit abgewandt, hat die Erwägung des Wohlwollens und der rücksichtsvollen Schonung großgezogen, und sein Herz neigt sich zur Erwägung des Wohlwollens - der rücksichtsvollen Schonung.*

*Gleichwie, ihr Mönche, ein Rinderhirt, im letzten Monat des Sommers, wenn das Korn eingefahren ist, seine Herde nur im Auge zu behalten braucht, wenn sie unter den Bäumen und im freien Gelände grast, und wie er immer sieht: „Da sind die Rinder“, so auch beobachtete ich bei mir: „Da sind diese Eigenschaften.“*

*Stark war meine Energie geworden, unnachgiebig, gewärtig die Achtsamkeit, unverrückbar, klar, beruhigt der Körper, unregsam und still, das Herz gesammelt, geeint.*

Der Erwachte nennt hier den Entwicklungsstand, von dem aus die Einigung möglich ist: die üblen Triebe des Herzens sind aufgelöst, die guten haben ihren Platz eingenommen. Das Herz ist sanft und hell, von Liebe, Fürsorge und Schonen der Wesen erfüllt. Wir können uns nur schwer die Verfassung eines solchen hellen Wesens von fast brahmischer Art vorstellen. Antipathie, Hass und Rücksichtslosigkeit können nicht mehr in ihm aufkommen. Bei einem solchen steigen nur Gedanken des Verständnisses, des Mitempfindens, des Erbarmens, der Nächstenliebe, der klaren Einsicht auf. Die Sonne seiner Herzengüte strahlt ohne Unterschied über „Gerechte“ und „Un-gerechte“ - nicht nur, weil er im Geist tief begriffen hat, dass alle Wesen durch ihr Nichtwissen über die Daseinszusammen-

hänge immer wieder zu schlechten Eigenschaften und damit zu größerem Leiden gelangen, wie auch er sie in den Leidens-tiefen des Daseinskreislaufes unzählige Male selber durchlit-ten hat, sondern weil sein Herz so weit und liebevoll strahlend ist, dass es die engen Unterschiede zwischen „Guten“ und „Bösen“ nicht mehr fassen kann und will. In dieser Gemüts-verfassung, die alles versteht und niemanden und nichts verur-teilt, ist das Herz frei von Beschränkungen, frei von Sympathie und Antipathie, ungetrübt, hell, heiter, glücklich. Nach dem Gleichnis vom Goldläutern (A III,102-103) ist das Herz eines solchen reines Gold geworden. Der Goldwäscher hat es so gereinigt, dass alle beschmutzenden Fremdkörper verschwun-den und nur noch reine Goldkörner übrig geblieben sind.

Der Bodhisattva, der solcherart reine, unbeschränkte Art gewonnen hatte, musste bei seiner Selbstprüfung feststellen: „Mein Herz ist jetzt rein, hell, weit, da ist nichts mehr zu ver-bessern. Und darum kann keine Ernte üblen Wirkens mich mehr treffen, keine Gefahr droht mir.“ Das wird mit dem zwei-ten Gleichnis von der Rinderherde bildlich ausgedrückt: Nach der Ernte, bei gutem Wetter braucht der Rinderhirt nicht zu fürchten, dass die Rinder in Kornfelder einbrechen und reifen-des Korn zertrampeln - es ist ja alles abgeerntet -, und er sieht auch keine Gefahren für seine weidenden Tiere. So auch sah der Bodhisattva: „Alle Gefahren, die aus begehrlischer und dunkler Gemütsverfassung entstehen, sind überwunden; weder kann mir aus den hellen Gemütsverfassungen ein Schaden erwachsen, noch füge ich mit ihnen anderen Schaden zu.“

Aber ebenso wie der Rinderhirt doch die Herde im Auge behält: „Die Rinder sind da“ - weil die Rinder aus irgendwel-chen Gründen fortlaufen könnten - so achtete der Bodhisattva auf seine Gemütsverfassungen: „Die guten Eigenschaften (*dhamma*) sind da“, in dem Wissen, dass auch gute Gemüts-verfassungen ohne Aufmerksamkeit wieder vergehen können, wie es in M 5 heißt:

*Wenn da, Brüder, einer unbefleckt ist und nicht der Wirklich-*

*keit gemäß erkennt: ‚In mir ist keine Befleckung‘, so ist es möglich, dass er sich von den schönen Erscheinungen blenden lassen wird und dass er, von den schönen Erscheinungen geblendet, sein Herz von Gier verderben lassen wird und dass er darum mit Gier, Hass, Blendung, voller Befleckung, beschmutzten Herzens sterben wird.*

Der Bodhisattva wusste, dass innere Reinheit die Vorbedingung ist für die Befreiung von allem Leiden. Darum bewahrte er sich diese innere Reinheit, achtete hauptsächlich auf sie und erst in zweiter Linie auf das äußere Erleben. Seine Aufmerksamkeit war darauf gerichtet, diesen kostbaren Zustand eines Glücks, das unabhängig von äußeren Ereignissen bestand, zu bewahren. Sobald er nur eine leise Trübung merkte, achtete er darauf, dass sie verschwand, so wie eine saubere Kupferschüssel durch ständiges Sauberhalten noch blanker wird. (M 5)

In diesem Stadium sagte sich der Bodhisattva, der jedes Wachstumsstadium beobachtend begleitete: Es gibt jetzt nur noch helle Gemütsverfassungen und Gedanken, aber der Körper wird durch das Denken selber, das als eine Anstrengung erfahren wird, ermüden, auch wenn es die besten Gedanken denkt. Bei ermüdetem Körper wird das Herz unruhig und das unruhige Herz ist fern der Einigung. Später, als er den Frieden der Entrückungen in Vollkommenheit erfahren hatte und erwacht war, verglich der Erwachte die sechs sinnlichen Erfahrungsakte - wozu auch das Denken gehört - mit Schwerterhieben. Der dadurch bestehende Dauerschmerz der Sinneseindrücke gehört zur Natur unserer Daseinsform in sinnlicher Wahrnehmung. Der Erwachte unterschied drei große Leidhaftigkeiten, denen die Wesen in der Sinnenwelt ausgeliefert sind:

1. Die Leidhaftigkeit des direkten körperlichen Schmerzes, die nicht nur das umfasst, was der Sinnenmensch, der nie Herzensfrieden erlebt hat, als „Schmerz“ bezeichnet, sondern jedes Sinnesempfinden umfasst.
2. Die Leidhaftigkeit der Aktivität, des Anstrebens.
3. Die Leidhaftigkeit der Wandelbarkeit.



Diesem Leiden zu enttrinnen, das er klar erkannte, strebte der Bodhisattva bewusst an, denn er merkte:

*Stark war meine Energie geworden, unnachgiebig,  
gewärtig die Achtsamkeit, unverrückbar, klar,  
beruhigt der Körper, unregsam und still,  
das Herz gesammelt, geeint.*

Die Energie hatte er stets eingesetzt und dadurch gestärkt und gestählt. Er hatte den Trieben nicht nachgegeben, war unbeugsam und ohne zu wanken, seinem Ziel treu geblieben.

Die Achtsamkeit hatte er als unermüdlichen Wächter aufgestellt, der nie das Ziel vergessen ließ.

Durch sein Jugenderlebnis wusste er, dass er jetzt die Reife hatte, die Weltwahrnehmung dadurch zu überwinden, dass er ganz nach innen ging, eigenwahrnehmig wurde (*saka-saññī*), ganz der Reinheit und Einigung des Herzens hingegeben. Er zog nun seine Aufmerksamkeit ganz von der Welt ab, beschäftigte sich nicht weiter mit den gefühlsbesetzten und sein Gemüt bewegenden Wahrnehmungen, ließ keine gedanklichen Assoziationen mehr zu in dem Wissen: „Alle Wahrnehmungen sind nur vom Herzen entworfen, sind immer wieder wechselnde Wirksamkeiten des Herzens, Träume. Damit will ich mich nicht beschäftigen.“ So unterließ er alle Nach-außen-Wendung und ebnete - zunächst gedanklich - den Unterschied zwischen Ich und Welt ein.

Bei seiner weiten, unbeschränkten, liebevoll strahlenden Gemütsverfassung in Abwesenheit von Antipathie bis Hass und Rücksichtslosigkeit, die der Bodhisattva durch wiederholte einzelne positive Bewertungen allmählich erworben hatte, eröffnete sich ihm nun, als er sich nach innen wandte, das unmittelbare Wohl, das von dem gereinigten, strahlenden Herzen ausging. Dieser unmittelbaren Seligkeit wandte sich seine Aufmerksamkeit voll zu und wandte sich zwangsläufig, ohne bewusste Willensanstrengung, von den Sinnen gänzlich ab. Weil das als so beglückend empfunden wird, hört die sinnliche

Wahrnehmung auf zugunsten inneren Glücks. Das ist der Übergang zur Herzenseinung (*samādhi*).

Diesen Zustand der Beruhigung, des Stillwerdens der Sinnendränge, den er durch die geistige Beglückung erfuhr, hatte der Bodhisattva in der langen Zeit seiner Schmerzensaskese vergeblich zu erreichen versucht. Er wusste, wie seine Gleichnisse von den Holzscheiten zeigen (s. Einleitung), dass das Begehren aus dem Körper ausgetrieben werden musste, aber alle Gewaltmaßnahmen durch Hunger, Atemanhalten und Schmerzensaskese waren ohne Erfolg, wie er selber berichtet: *Aber regsam war da mein Körper, nicht ruhig geworden durch diese so schmerzliche Askese, die mich antrieb. (M 36)* Auch bei diesen falschen Bemühungen war damals seine *Energie stark, unnachgiebig, die Achtsamkeit gewärtig, unverrückbar, klar gewesen (M 36)*, ebenso wie er es auch von seinem jetzigen Stadium berichtet. Aber damals gelang es ihm nicht, die körperlichen Sinnesdränge zu beruhigen, und darum kam sein Herz nicht zur Einigung.

### Die Erfahrung weltloser Entrückungen

Wenn durch die geistige Beglückung über den reinen Zustand der Eigenhelligkeit der ununterbrochene Prasselhagel der fünf-fachen Sinnestätigkeit plötzlich abklingt und so nachhaltig zur Ruhe kommt, dass der Mensch von der Weltwahrnehmung „entrückt“ wird, so wirkt das ähnlich, wie wenn in einer großen, lauten Fabrik am Feierabend die vielen stampfenden Maschinen plötzlich still gestellt werden: So wie man vorher im Maschinensaal „sein eigen Wort“ nicht verstehen konnte, nun in der Ruhe aber jedes Flüstern versteht - ganz ebenso kommt der Mensch mit dem Stillwerden der Sinnesdränge, dem Stillwerden des Körpers geradezu „zu sich selbst“ (*saka-saññī*). Erst nach diesem Erlebnis merkt er, dass er bisher ununterbrochen „außer sich“ war, und nun weiß er überhaupt erst, was „Wohl“ wirklich ist. In der verwirrenden Vielfalt der Sinneneindrücke ist der Mensch so zerstreut wie ein Strom, der durch

den Zusammenbruch der Deiche völlig in der Landschaft zerfließt und versickert. Diese Zerstreuung samt dem Getöse und dem Stakkato der Schmerzen kommt zur Ruhe mit dem Stillwerden der Körperdränge. Der Erwachte sagt (S 55,40), dass mit dem Eintreten der Körperstille der Übergang vom Dauerleidenszustand zum Wohlzustand eintritt, der für die Dauer der Körperstille bleibt. Damit ist von den genannten drei Leidhaftigkeiten, mit welchen alles mögliche Daseinsleiden zusammengefasst ist, die stärkste für die Dauer dieses Zustandes abgetan und überwunden.

Mit dem Erlebnis der weltlosen Entrückungen hat der Bodhisattva erfahren, dass der gesamte durch die beschränkte Wahrnehmungsweise erlebte und durch das Erleben im Denken aufgebaute eingebildete „Kosmos“ nicht die Grundlage des Lebens, nicht das Sein selber ist, sondern dass es auch ein vollständig dingloses, raumloses, zeitloses, ichloses, unkosmisches Sein gibt ohne Gefangenschaft, ohne Fesselung, ohne Gerissensein, ohne Wandelbarkeit und ohne Tod. Und er hat erkannt: Indem das Erlebnis eines ichhaften, welthaften kosmischen Seins aufkommt, ist der Kosmos „da“, „gibt es“ einen Kosmos. Wo immer die Existenz eines Kosmos behauptet wird, da wird sie behauptet, weil das Erlebnis eines Kosmos eingetreten war. Indem nun auch das Erlebnis eines ichlosen, weltlosen unkosmischen Daseins aufkommt (*saka-saññī*, nur die Wahrnehmung der Herzensbefindlichkeit, ohne Berührung mit „Welt“), „gibt es“ auch dieses befreite und freie Sein. Es ist aus denselben Quellen entsprungen, aus denen auch das kosmische „Sein“ entsprang: aus dem Erleben, aus dem Wahrnehmen.

Beide Seinsweisen bestehen in der gleichen Dimension, aus dem gleichen „Stoff“: aus Erleben. Es gibt das Erlebnis von Welt (*lokasaññī*), einer wogenden Wirrsal mit Kommen und Gehen, mit Leiden und Enttäuschungen, mit Blut, Tränen und Untergang - und es gibt das Erleben des seligen Friedens allein durch die Wahrnehmung der erhellten eigenen Grundbefindlichkeit (*saka-saññī*).

Er erkannte: So ist das innere Dichten und Trachten, die Gemütsverfassung des Herzens, die Bedingung für die Qualität des Erlebens: für ein Erleben der Vielfalt mit Kommen und Gehen oder für ein Erleben der Einfalt in Frieden und Einheit. So besteht „Welt“ nur als Spiegelbild eines weltlichen Herzens, und alles je und je Erlebte ist letztlich zurückzuführen auf das Denken nach dem Wort *Vom Geiste gehn die Dinge aus (Dh 1)*.

In dieser Durchschauung erkannte er: Das gesamte Ich-Umwelt-Erlebnis ist eine gewaltige Imagination, ist ein mächtiges Blendwerk und eine Verblendung. Alles, was erscheint, besteht aus nichts anderem als aus seinem Erscheinen, sein „Sein“ ist Erscheinen. Und da sein Sein nichts anderes ist als Erscheinung, als Erleben und Erfahren - so ist der mit der „kosmischen“ Erscheinung erweckte Eindruck von Festigkeit und Flüssigkeit, von Luftigkeit und Wärme eine Imagination, ist der erweckte Eindruck einer Ausdehnung als Raum in Länge, Breite und Höhe und von räumlicher Nähe und Ferne eine Imagination und ist der Eindruck von einem zeitlichen Fluss von Entstehen und Vergehen eine Imagination.

Die Gemütsverfassungen des Bodhisattva, die die Entrückungen ermöglichten, waren folgende:

*Da verweilte ich abgeschieden von weltlichem Begehren, abgeschieden von allen heillosen Gedanken und Gemütsverfassungen in stillem Bedenken und Sinnen, und so trat die aus innerer Abgeschiedenheit geborene Entzückung und Seligkeit ein: der erste Grad weltloser Entrückung.*

*Nach Vererbung auch des Bedenkens und Sinnens verweilte ich in innerem seligem Schweigen, in des Gemütes Einung, und so trat die von Sinnen und Bedenken befreite, in der Einung geborene Entzückung und Seligkeit ein: der zweite Grad weltloser Entrückung.*

*Mit der Beruhigung auch des Entzückens lebte ich in Gleichmut klar und bewusst in einem solchen körperlichen Wohlsein, von welchem die Heilskenner sagen: „Dem in erhabenem Gleichmut klar bewusst Verweilenden ist wohl“. So gewann ich den dritten Grad der weltlosen Entrückung.*

*Nachdem ich über alles Wohl und Wehe hinausgewachsen war, alle frühere geistige Freudigkeit und Traurigkeit völlig gestillt hatte und in einer über alles Wohl und Wehe erhabenen Reinheit lebte, da erlangte ich die vierte Entrückung und verweilte in ihr.*

Diese weltbefreiten Entrückungen, die der vom Erwachten unbelehrte Mystiker anderer Kulturen für das höchste Gut, für die „selige Ewigkeit“ hält, benutzte der Bodhisattva als Schritte und Stufen der Entwicklung zur wahren Vollkommenheit.

Nachdem die Weltentwöhnung vollkommen vollzogen war, höchste ungetrübte Einigung erreicht war, da begann der Übergang zu einem Erleben, das zu dem endgültigen Loslassen der letzten Leidensmöglichkeiten, der letzten Endlichkeiten und Wandelbarkeiten führte und das vollkommene Heil ermöglichte:

#### Erster Weisheitsdurchbruch

*Nachdem mein Herz solcherart geeint, geläutert, gereinigt, fleckenlos, trübungsfrei, sanft, fügsam und ohne Willkür vollkommen still geworden war, da richtete ich es auf die erinnernde Erkenntnis früherer Daseinsformen:*

*So erinnerte ich mich an manche verschiedene frühere Daseinsform: an ein Leben, dann an zwei Leben, dann an drei Leben, dann an vier Leben, dann an fünf Leben, dann an zehn Leben, dann an zwanzig Leben, dann an dreißig Leben, dann an vierzig Leben, dann an fünfzig Leben, dann an hundert Leben, dann an*

*tausend Leben, dann an hunderttausend Leben. Dann an die Zeiten während mancher Weltenentstehungen; dann an die Zeiten während mancher Weltenvergehungen; dann an die Zeiten während mancher Weltenentstehungen-Weltenvergehungen.*

*„Dort war ich, jenen Namen hatte ich, jener Familie gehörte ich an. Das war mein Stand, das mein Beruf, solches Wohl und Wehe habe ich erfahren. So war mein Lebensende. – Dort verschieden, trat ich anderswo wieder ins Dasein. Da war ich nun, diesen Namen hatte ich, dieser Familie gehörte ich an. Dies war mein Stand, dies mein Beruf, solches Wohl und Wehe habe ich erfahren. So war mein Lebensende. Dort verschieden, trat ich hier wieder ins Dasein.“*

*So erinnerte ich mich mancher verschiedenen früheren Daseinsform mit je den karmischen Zusammenhängen und Beziehungen. Dieses Wissen hatte ich da in den ersten Stunden der Nacht als erstes errungen, den Wahn durchbrochen, das Wissen gewonnen, die Dunkelheit besiegt, das Licht gewonnen, als ich so in ernstem, eifrigem, unermüdlichem Mühen verweilte.*

## Zweiter Weisheitsdurchbruch

*Nachdem mein Herz solcherart geeint, geläutert, gereinigt, fleckenlos, trübungsfrei, sanft, fügsam und ohne Willkür vollkommen still geworden war, da richtete ich es auf die Erkenntnis des Verschwindens-Erscheinens der Wesen. So sah ich mit dem feinstofflichen Auge, dem gereinigten, die menschlichen Grenzen übersteigenden, die Wesen dahinschwinden und wiedererscheinen, gemeine und edle, schöne und unschöne, glückliche und unglückliche. Ich erkannte, wie die Wesen je nach dem Wirken wiederkehren: „Diese lieben*

*Wesen sind in Taten dem Schlechten zugetan, in Worten dem Schlechten zugetan, in Gedanken dem Schlechten zugetan. Sie tadeln Heiliges, achten Verkehrtes, tun Verkehrtes; bei Versagen des Körpers jenseits des Todes gelangen sie auf den Abweg, auf schlechte Lebensbahn, zur Tiefe hinab in untere Welt. – Jene lieben Wesen aber sind in Taten dem Guten zugetan, in Worten dem Guten zugetan, in Gedanken dem Guten zugetan, tadeln nicht Heiliges, achten Rechtes, tun Rechtes; beim Versagen des Körpers jenseits des Todes gelangen sie auf gute Lebensbahn in selige Welt.“*

*Dieses Wissen hatte ich da in den mittleren Stunden der Nacht als zweites errungen, den Wahn durchbrochen, das Wissen gewonnen, die Dunkelheit besiegt, das Licht gewonnen, als ich so in ernstem, eifrigem, unermüdlichem Mühen verweilte.*

Wo der Bodhisattva um sich herum Wesen sieht: die hohen und die menschnahen Geister, die Menschen und Tiere der unterschiedlichsten Art und die untermenschlichen Geister, da sieht er auch deren Kommen und Gehen, ihr fortgesetztes Geborenwerden, Altern und Sterben und Wiedergeborenwerden. Er sieht durch die Schale, die uns allein sichtbare, hindurch das Eigentliche: das geistige Triebwerk, das, was die Körper bewegt und einsetzt zum Tun und Lassen, zu guten und üblen Taten. Er sieht im sogenannten Tod die Schale zerbrechen, das Triebwerk in einer anderen Form, die seiner seelischen Qualität entspricht, heraussteigen und dort wieder Schale anlegen, wo es hingehört nach seinem Wesen. Dieser Anblick ist dem so Gewachsenen so selbstverständlich, wie wenn er – wie der Buddha sagt – mit dem irdischen Auge die Wesen die Häuser verlassen sieht, die Straße überqueren und in andere Häuser eintreten sieht, und andere Wesen, ohne in Häuser einzutreten, die Straße entlang wandern sieht.

Aus dem immer umfassender werdenden Durchblick durch die Existenz und aus der daraus hervorgehenden Universalität des Geistes erwächst nun die Erlösung. Man kann sich vorstellen, mit welchen Empfindungen der so weit Gewachsene sich nun von seiner Vergangenheit für immer löst und wie er diese als einen schweren Alpdruck abtut, endgültig hinter sich lässt. Das ist es, warum sich die Vollendeten als Ärzte bezeichnen, die von der Daseinskrankheit im Samsāra-Leiden endgültig befreit sind. Es sind die letzten und höchsten Einsichten, die den Bodhisattva zu dem führen, was der Erwachte als den dritten Weisheitsdurchbruch beschreibt.

### Dritter Weisheitsdurchbruch

*Nachdem mein Herz solcherart geeint, geläutert, gereinigt, fleckenlos, trübungsfrei, sanft, fügsam und ohne Willkür vollkommen still geworden war, da richtete ich es auf die Erkenntnis der Versiegung aller Wollensflüsse, aller Einflüsse.*

*„Das ist das Leiden“ erkannte ich der Wirklichkeit gemäß. „Das ist die Leidensursache“ erkannte ich der Wirklichkeit gemäß. „Das ist die Leidensbeendigung“ erkannte ich der Wirklichkeit gemäß. Das ist die zur Leidensbeendigung führende Vorgehensweise“ erkannte ich der Wirklichkeit gemäß. „Das sind die Wollensflüsse/Einflüsse“ erkannte ich der Wirklichkeit gemäß. „Das ist der Wollensflüsse/Einflüsse Ursache“ erkannte ich der Wirklichkeit gemäß. „Das ist der Wollensflüsse/Einflüsse Beendigung“ erkannte ich der Wirklichkeit gemäß. „Das ist die zur Beendigung der Wollensflüsse/Einflüsse führende Vorgehensweise“ erkannte ich der Wirklichkeit gemäß.*

*So erkennend, so sehend, wurde das Herz erlöst von allen Wollensflüssen/Einflüssen durch Sinnendinge, durch Seinwollen, durch Wahn.*



*Mit der Erlösung gewann ich das Wissen: „Erlösung ist. Beendet ist die Kette der Geburten, vollendet der Reinheitswandel, getan ist, was zu tun war. Dem Jetzigen folgt kein Nachher mehr“, verstand ich nun.*

*Dieses Wissen hatte ich da in den letzten Stunden der Nacht als drittes errungen, den Wahn durchbrochen, das Wissen gewonnen, die Dunkelheit besiegt, das Licht gewonnen, als ich so in ernstem, eifrigem, unermüdlichem Mühen verweilte.*

Der hier beschriebene dritte Weisheitsdurchbruch allein ist es, durch welchen der Bodhisattva endgültig erlöst wurde, ein Geheilter, Genesener, der von keinerlei Daseinsmöglichkeiten mehr getroffen, beeinflusst, bewegt und gerissen werden kann, dessen Wesen der Erwachte mit einem Diamanten vergleicht, der nach alter Auffassung unzerstörbar ist. Und der Geheilte wird verglichen mit einem Mann, der am Ufer eines Sees steht, unerreichbar von dem Wasser. Er häuft keine Zusammenhäufungen mehr zusammen. Über allem stehend, sieht der Geheilte, dass er einem geistigen Wahngespinnst erlegen war, solange er den Wahn nicht durchschaute, und sich deshalb den angenehmen Bildern hingeeben hatte und darum von den unangenehmen schmerzlich betroffen wurde. Durch die Hingabe hatte er sich hineingewebt, wurde verletzbar, wurde verletzt. Jetzt ist er aus diesem Alptraum erwacht und sieht, dass das, was er für lebendiges Leben gehalten hatte, von ihm selbst Gesponnenes ist. In diesem Anblick ist er endgültig aus dem Daseinswehe herausgestiegen, ist in keiner Weise mehr treffbar. Er hat das Todlose erlangt.

*Dem Jetzigen folgt kein Nachher mehr:* „Jetzt“ oder „Nach“ sind Wahrnehmungsinhalte. Der Mensch weiß normalerweise, dass er vorher dies und das getan hat, und weiß, dass er morgen das und das tun wird. Er rechnet also mit einer Zukunft, einem Nach dem Jetzt. Doch entsteht der Eindruck von Zeit nur durch die Kette der Wahrnehmungen. Kommt diese

Kette zur Ruhe, gibt es auch keine Erfahrung von Zeit, keine Wahrnehmung eines Vorher oder Nachher. Der Erwachte wusste, dass diese vollkommene Stille, die zu seinen Lebzeiten noch zeitweilig unterbrochen wurde durch die – nur noch unbetroffen registrierten – Bedürfnisse des Leibes und andere von außen herantretende Anforderungen nach dem Wegfall des Leibes endgültig gewonnen ist und nie mehr verloren gehen kann.

Das ist das Endziel des Reinheitswandels,  
das ist die vollendete Heiligkeit,  
das ist das Heil.

Der Erwachte hat den Gang in den Sumpf versperrt

Und nun schließt der Erwachte die Lehrrede ab mit einem Gleichnis über die Gefährdung und Verlorenheit dessen, der im Samsāra verbleibt, und über den sicheren Weg, der aus allem Leiden herausführt.

*Gleichwie, ihr Mönche, ein großes Gazellenrudel in einem sich absenkenden Waldgebiet lebte, das weiter unten in einen großen Sumpf überginge, und irgendein Mann wollte ihm übel, sänne auf sein Verderben und Unheil. Der versperrte den sicheren, angenehmen, befriedigenden Weg und ließe den verderblichen Weg in den Sumpf offen, und er brächte zwei gezähmte Ködergazellen, eine männliche und eine weibliche, herbei, welche das Gazellenrudel immer weiter in den Sumpf lockten. So wäre das für das ganze Rudel ein großes Unglück, es würde abnehmen und bald ausgerottet sein.*

*Ein anderer Mensch aber, der diesem großen Rudel Sicherheit, Wohl und Gedeihen verschaffen will, der würde ihm den sicheren, angenehmen, befriedigenden*

*Weg öffnen und den Weg in den Sumpf versperren, würde das männliche Ködertier forttreiben, das weibliche töten. Da würde nun, ihr Mönche, dieses große Gazellenrudel bald zunehmen, wachsen und gedeihen.*

*Ein Gleichnis habe ich da, ihr Mönche, gegeben, um den Sinn zu erklären. Dies ist der Sinn:*

*Das große angrenzende Sumpfgebiet ist, ihr Mönche, eine Bezeichnung für die Sinnendinge.*

*Das große Gazellenrudel ist eine Bezeichnung für die Wesen.*

*Der Mensch, der dem Rudel übel will, sein Verderben und Unheil sucht, ist eine Bezeichnung für Māro, den Bösen.*

*Der Weg ins Verderben ist eine Bezeichnung für den achtgliedrigen falschen Weg, nämlich falsche Anschauung, falsche Gemütsverfassung, falsche Rede, falsches Handeln, falsche Lebensführung, falsches Mühen, falsche Erinnerung, falsche Einigung.*

*Das männliche Ködertier ist eine Bezeichnung für den Reiz nach Befriedigung (nandi-rāga).<sup>72</sup>*

*Das weibliche Ködertier ist eine Bezeichnung für den Wahn (avijjā). (s. Fußnote)*

*Der Mensch, der das Wohl der Herde will, ihre Si-*

---

72 Neumann übersetzt *oka-caro* bzw. *oka-carikā* nach einer älteren Ableitung (*oka=udaka=Wasser*) als „sumpfige Fährte“ bzw. „Gang in den Sumpf“. In J 546 heißt es jedoch „Wie der Jäger das Wild durch ein Locktier (*oka-caro*) fängt“ (Pali-Englisch Wörterbuch S.416). *Oka*=Haus. *Oka-caro* = domes-tiziertes Tier, das als Ködertier verwendet wird. Der männlichen Form entspricht das männliche *nandi-rāgo*, der weiblichen das weibliche *avijjā*. Das Wörterbuch, das Neumann noch nicht kennen konnte, da es erst sechs Jahre nach seinem Tod, 1921, erschien, erklärt es ebenso. Kurt Schmidt, folgt ebenfalls diesem Kommentar, ebenso die englischen Übersetzer Lord Chalmers, Miss Horner, Bhikkhu Nyānamoli.

*cherheit anstrebt, ist eine Bezeichnung für den Vollendeten, vollkommen Erwachten.*

*Der sichere, angenehme, befriedigende Weg ist eine Bezeichnung für den achtgliedrigen Heilsweg, nämlich rechte Anschauung, rechte Gemütsverfassung, rechte Rede, rechtes Handeln, rechte Lebensführung, rechtes Mühen, rechte Wahrheitsgegenwart, rechte Einigung.*

*So ist, ihr Mönche, von mir der sichere Weg zum Gedeihen geöffnet, der falsche Weg, der Weg ins Verderben versperrt, das männliche Ködertier fortgetrieben, das weibliche Ködertier getötet. Was ein Meister, ihr Mönche, auf das Wohlergehen seiner Jünger bedacht, tun kann aus Fürsorge und Erbarmen, das ist von mir geschehen.*

*Hier sind Bäume, ihr Mönche, und auch leere Klauen, betrachtet diese Lehre, ihr Mönche, werdet nicht lässig, damit ihr später nicht Reue empfindet. Dies ist meine Wegweisung für euch.*

Zur Erklärung des Gleichnisses:

Das Gazellenrudel - Gleichnis für die Wesen - lebt schon längere Zeit und - wie es scheint ungestört - in einem „sich absenkenden Waldgebiet“, das in ein Sumpfgebiet übergeht. Das heißt, das Gazellenrudel ist noch nicht unmittelbar gefährdet, solange es sich in dem Waldgebiet aufhält: die Tiere haben festen Boden unter den Füßen. Aber wenn sie - durch die zwei Ködertiere verführt - in den Sumpf geraten, wird der Boden immer schwankender, sie sinken immer tiefer ein, können sich nicht mehr herausarbeiten und gehen so zugrunde.

Diese Darstellung erinnert an die Beschreibung der Entwicklung der Wesen in den großen Weltzyklen, die wir in D 27 finden. Was hier in dem Gleichnis als das Waldgebiet bezeichnet wird, in dem das Gazellenrudel noch ungefährdet in Frieden leben kann, das beschreibt der Erwachte in D 27 als das Dasein der Leuchtenden Gottheiten in der zweiten Stufe der Daseinsmöglichkeiten der Welt, der reinen Form. Jene Welt ist

frei von Sinnlichkeit, und die Gottheiten leben allein von dem in sich selbst gefühlten großen Glück. Dann und wann sind sie etwas nach außen gewandt, sehen einander und schweben miteinander in beglückter Stimmung im Raum.

Aber so wie nach dem Gleichnis in M 19 das Waldgebiet übergeht in eine sumpfige Landschaft, so bietet auch das Dasein der Leuchtenden keine Sicherheit. Sie waren, wie in D 27 näher erläutert wird, als sie noch Menschen waren, durch große Nöte zur inneren Umkehr gekommen, hatten in tiefer Selbstbesinnung erkannt, dass eigene brutale Rücksichtslosigkeit der Grund für die Zunahme ihrer Nöte war und dass diese um jeden Preis aufgegeben werden müsse. Dieser tiefsten, unter größten Schmerzen gewonnenen Einsicht folgend, begann nun eine allmähliche Aufwärtsentwicklung. Schritt für Schritt ließen sie von üblen Verhaltensweisen, und so begann wieder in dem Äonenzyklus die Epoche des Aufstiegs, die, wie der Erwachte lehrt, in den meisten Fällen nur bis eben zu dem Status der leuchtenden Göttlichkeit führt. Da aber die Leuchtenden die Gesetzmäßigkeit dieser periodischen Auf- und Abwärtsentwicklung nicht durchschauten, darum hatten sie die üblen Angewohnheiten nicht endgültig ausgerodet, sondern nur verdrängt: Auch die leuchtenden Götter hatten in der Tiefe ihres Herzens noch eine gewisse Bereitschaft zu jenen dunklen Eigenschaften, deretwegen sie einst so Schreckliches erlebten.

Dieses Unterdrückte beginnt sich nach einiger Zeit wieder zu regen. Alles was „da“ ist (*bhava*), das tritt auch irgendwann wieder in Erscheinung, und so begann bei den leuchtenden Gottheiten wieder ein gelegentliches Nach-außen-Blicken. Sie sahen unter sich eine große stille Wasserfläche. Sie waren diesen Anblick allmählich gewohnt und lebten einander in Seligkeit zugewandt und in der Hingabe an die im reinen Herzen empfundene Seligkeit.

Aber immer wieder auch kam aus der Tiefe des Herzens die Neigung auf, zum Wasser zu blicken. Und irgendwann entdeckten sie, dass da etwas Neues, Festigkeit, auftauchte. Das machte die Schwächsten unter ihnen - das heißt diejenigen,

deren innere Seligkeit schon blasser und deren Herzensdränge nach weltlicher Vielfalt schon stärker geworden waren - neugierig. Sie begaben sich dorthin, und es begann wieder einmal jene Abwärtsentwicklung, wie sie in D 27 beschrieben ist.

Dieser Wiederbeginn einer neuen „Götterdämmerung“, eines neuen Einstiegs in das Elend der Sinnensuchtwelt, die uns Heutigen schon längst Gewohnheit geworden ist, drückt der Erwachte in M 19 aus mit dem Gleichnis von dem Wald, in welchem die Gazellenherde schon lange ungefährdet leben konnte, an den sich aber ein abschüssiges Gebiet anschloss und zu dem hin ein übler Jäger - Märo, der Widersacher des Heils - durch zwei Ködertiere allmählich wieder hinlockt.

Der Mann, der nach dem Gleichnis dem Gazellenrudel wohlwill, den sicheren Weg öffnet und den Gang in den Sumpf versperrrt, ist der Erwachte. Er zeigt dem suchenden Menschen mit seiner Wegweisung den Weg, wie man dem Leiden entrinnen kann.

Das erste Glied des achtfältigen Heilswegs beginnt mit der höchsten Aussage, die aus dem Samsāra herausführt, der rechten Anschauung, und die weiteren sieben Stufen sind sieben Einsatzweisen zur Auflösung der Triebe. Die rechte Anschauung, die der Erwachte vermittelt, ist das Gehört- und Verstandenhaben der vier Heilswahrheiten. Es ist die Aufklärung darüber

1. was nicht heil, was Leiden ist, nämlich die fünf Zusammenhäufungen (erste Heilswahrheit),
2. dass die Bedingung des Leidens der Durst ist (zweite Heilswahrheit),
3. dass durch dieses Durstes Aufhebung das Heil gewonnen wird (dritte Heilswahrheit),
4. auf welche Weise der Durst aufzulösen ist (vierte Heilswahrheit).

In diesem Gleichnis vergleicht der Erwachte das dem jeweiligen Durst Folgen, also dem Begehren Folgen, mit dem Gang in den Sumpf. Jeder Begehrensgedanke, jede Begehrensvor-

stellung ist ein Sandkörnchen mehr auf der Waagschale der Begehrlichkeit. Unser Leben besteht aus Einzelgedanken und aus einzelnen Vorstellungen, und ein begehrlischer Gedanke nach dem anderen, eine begehrlische Vorstellung nach der anderen füllt die Waagschale, mehrt das Gewicht, verstärkt die Süchtigkeit.

So wie Salzwasser nie den Durst stillen kann, so kann die Befriedigung der Begehrensdränge nie das Begehren endgültig stillen, sondern macht den Trinkenden nur noch durstiger. Der Mensch schaukelt sich auf zu immer größerer Leidenschaftlichkeit, zu immer größerer Abhängigkeit. Die Heilslehrer sehen die gesamte Sinnenlust im weitesten Sinne als eine Suchtkrankheit an und die jeweiligen Begehrensobjekte als Rauschmittel. Je größer beim Menschen die Sucht ist und je längere Zeit sie unbefriedigt bleibt, um so rücksichtsloser muss er aus dem entsetzlichen Mangelgefühl heraus trachten, diese Sucht zu erfüllen. Zu der Zeit kann er weder den Weg zu seiner Befreiung noch die Not der Nächsten auch nur sehen. Der Gegenstand der Befriedigung füllt sein ganzes Blickfeld aus und erscheint ihm blendend, verheißend, verlockend mit unwiderstehlicher Gewalt. Irgendwann kann die Spannung nicht mehr ausgehalten werden, und wir sprechen dann von asozialer Haltung und Kriminalität. Er ist in diesem Leben ein Rücksichtsloser, ein Brutaler geworden, und nach dem Tode kehrt dieser Tendenzenkomplex zu seinesgleichen ein, wo Rücksichtslosigkeit und Brutalität herrschen und wo auf ihn zurückfällt, was er an Verweigern und Entreißen gewirkt hat. Das ist das Versinken im Sumpf.

Es ist ein Gesetz, dem alle Wesenheit, alle Tiere, Menschen, Geister und Götter unterliegen: wenn ein Lebewesen nicht größere und seligere Lebensmöglichkeiten kennt oder ahnt als seine bisherigen, so kann er sie in keiner Weise anstreben wollen, und so bleibt es und muss es gefangen bleiben in seinen bisherigen Gewohnheiten und abseits der größeren Möglichkeiten. Weil es so ist, dass ein Wesen erst von den größeren Zielen hören und sie verstehen muss, ehe es dazu

kommen kann, sich aus seinem Sumpf zu erheben und das Größere anzustreben - darum erscheinen immer wieder die Größeren, die Heilslehrer, die den höheren Zielen näher gekommen sind oder sie ganz erreicht haben, unter den Menschen und belehren sie darüber, dass sie bis jetzt ihre besten und herrlichsten Möglichkeiten versäumt haben, dass es aber den Weg gibt, zu hellerem und höherem Erleben zu kommen. In diesem Sinne sagt der Erwachte (M 96):

*Eine heilsmächtige, weltüberlegene Fähigkeit,  
die der Mensch besitzt, die lehre ich ihn nützen.*

Das heißt ja, dass der Mensch diese ihm innewohnende heilsmächtige Eigenschaft nur mangels Kenntnis nicht benutzt, nicht benutzen kann. Diese Fähigkeit ist die Möglichkeit, durch Belehrung und Erfahrung die Existenz in ihren gesamten Möglichkeiten kennen und so durchschauen zu lernen, dass man dadurch zu ihrer vollständigen Beherrschung kommen kann und zuletzt zur endgültigen Freiheit. Wo der Geist diese Möglichkeiten nicht kennenlernt, da kann er den Menschen auch nur immer von den einen der ihm bekannten grauen Möglichkeiten zu den anderen führen und wieder hin und her. - Erst wenn der Geist aufnehmen kann, dass es bisher ungeahnte größere, hellere Daseinsmöglichkeiten gibt - erst dann wird er diese anstreben wollen. In dem gleichen Maß erkennt er seine bisherigen Maßstäbe und Ziele als unzulänglich, kleinlich, als gering, ja, er erkennt die Gefahr des Abgleitens in das Sumpfgebiet der Leidenschaften. Das ist die Wendung, die von der Botschaft der Heilslehrer ausgeht.

### Die zwei Ködertiere

Im Gleichnis heißt es, dass das männliche Ködertier von dem Mann, der dem Rudel wohlwill, verjagt wird, während das weibliche Tier getötet wird. Das männliche Ködertier ist ein Gleichnis für den Reiz nach Befriedigung (*nandi-rāgo*). Das weibliche Ködertier ist ein Gleichnis für die Bande des Wahns (*avijjā*).



Als erstes erwähnt der Erwachte also den Reiz nach Befriedigung, das männliche Kødertier, das immer wieder verscheucht werden muss. Der Reiz nach Befriedigung ist das Kosten der sinnlichen Eindrücke durch Sehen, Hören, Riechen, Schmecken und Tasten, um Lust zu erleben in den verschiedenen Graden. Jeder Mensch, der sein Leben nach höheren Maßstäben zu führen bestrebt ist, kennt diese Haltung, dass er vielen Anwandlungen der natürlichen Lustsuche schon mit Rücksicht auf seine Nächsten nicht folgt, insofern den Reiz zur Befriedigung abwehrt, verscheucht, fortreibt.

Endgültig allerdings, ernsthaft und kontinuierlich wird die Abwehr des Reizes nach Befriedigung erst bei dem Nachfolger der Lehre, dem in die Heilsströmung Gelangten, der das Leben so durchschaut hat, dass er die Bande des Wahns (*avijjā-bandhana*) endgültig abgeschnitten hat - das Kødertier „getötet“ hat. Das heißt, in seinem Geist ist er sich völlig klar darüber, dass der Eindruck, ein Ich in einer Welt zu sein, eine große Täuschung und Blendung ist, dass hier nur eine Unzahl von Trieben, die im Lauf des Samsāra angesammelt sind, jeweils das ihrige suchen und der Geist, der bis dahin der Sklave dieser Triebe war, immer die Erfüllung herbeizuführen bestrebt war. Dieser Wahn ist nun durchschaut und ist abgetan. Damit kann der Heilsgänger keine wahnhaftige Vorstellung mehr, die er als solche erkennt, gelten lassen. Das ist das Bild für die „Tötung“ des Kødertieres Wahnbande.

Die Heilsentwicklung beginnt mit der rechten Anschauung, und das ist das Abschneiden der Bande des Wahns im Geist - das Töten des Kødertieres Wahn - und sie endet mit der Befreiung von den Verstrickungen des Wahns, von den Tendenzen im Herzen.

Der Wahn besteht darin, dass die aus Wahrnehmung bestehende Welterscheinung samt dem darin miterscheinenden „Ich“ nicht als Wahrnehmung durchschaut und erkannt wird<sup>73</sup>

---

73 Diese Kenntnis gehört zum Verständnis der fünf Zusammenhäufungen, der ersten Heilswahrheit vom Leiden.

- sondern für letzte Wirklichkeit gehalten wird. Mit diesem Wahn ist keine Beherrschung der Erscheinung, des Daseins, ist keine Freiheit und Erlösung erreichbar.

Die vom Erwachten nicht belehrten Menschen leben in dem wahnhaften Anblick „dies ist die Welt, dieses bin ich“. Sie kennen nicht den sich gegenseitig bedingenden Kreislauf der fünf Zusammenhäufungen, wie eine die andere anstößt, dass da gar kein souveränes Ich ist, sondern dass nur die dem Körper, der zu sich gezählten Form (1), innewohnenden Tendenzen (Wollenskörper - *nāma-kāya*) im Zusammentreffen mit den einst gewirkten als außen erfahrenen Formen (1) und die von ihnen ausgehenden Gefühle (2) den Eindruck, die Wahrnehmung (3) eines Ich erwecken, das einer Welt gegenüberstünde, worauf das vermeintliche Ich reagiert (4), und dass diese Reaktion sich dahingehend einspielt, wieder bestimmte als außen erfahrene Formen an die von den Trieben besetzte Form (Körper) heranzubringen (5), worauf wieder reagiert wird. Diesen sich gegenseitig bedingenden Leidenskreislauf nicht zu sehen, sondern zu meinen, dass da ein Ich einer Welt gegenüberstünde, das ist Wahn. Und da wir schon ungezählte frühere Leben in diesen Wahnbanden lebten, so ist der wahnhafte Anblick der Welt schon längst zu unserer Natur geworden. Wir haben uns mit unserem ganzen Herzen und Wesen in diese Wahnbefangenheit eines Ich in einer Welt hineinverstrickt. Durch die Triebe und Verstrickungen des Herzens kommt es, dass wir das Empfinden haben, die aus Wahrnehmung bestehenden Begegnungserscheinungen, die einst entlassenen, bestünden aus an sich vorhandenen vier Grundgegebenheiten: Festem, Flüssigem, Temperatur und Luft. In Wirklichkeit ist all unser Erleben, unsere gesamte sinnliche Wahrnehmung eines Ich und einer Umwelt nur die Übersetzung oder Umformung dessen, was in unserem Herzen an Tendenzen, Emotionen, Motivationen wühlt. So wie jeder nächtliche Traum keine andere Ursache hat als die schwankenden, dauernd sich verändernden Vorstellungen des Gemüts und des Geistes aus den Trieben des Herzens, ganz so geht es mit dem

lebenslänglichen Traum unserer Tageserlebnisse, und dieser lebenslängliche Traum währt so lange und in solcher Qualität, wie die Triebe des Herzens sind. Das Herz, der gesamte Triebkomplex, verlässt im Sterben den Körper, wirkt aber weiterhin, produziert weiterhin Traumleben, indem das Lebewesen, das große Angst vor dem Sterben hatte, das den Tod als seine Vernichtung auffasste, gleich nach dem Übergang verwundert ist und sich in der neuen Umgebung orientiert. Dieses dauernde Wirken geschieht aus Anziehung und Abstoßung (*rāga* und *dosa*) und der daraus hervorgehenden Blendung, Täuschung (*moha*). Die Stärke der Blendung ist es, die uns außerhalb der Wahrheit von der Wirklichkeit eben in der Wahnverstrickung hält. Den aus dem eigenen Herzen aufdampfenden Traum mit seinen wechselnden Bildern halten wir für eine unabhängig von uns bestehende äußere Welt, obwohl all unser Erleben doch Erleben, Wahrnehmen ist, ein geistiger Vorgang.

So ist der von den Banden des Wahns Befreite zu erkennen: Es kommt ihn an, in ruhigen, neutralen Zeiten, in denen er nicht von Begehren und Abneigung gegenüber irgendwelchen Dingen bewegt ist, den rechten Anblick zu pflegen, bis den fünf Zusammenhäufungen gegenüber eine gewisse Befremdung eintritt, er kann sich nicht mehr mit ihnen identifizieren, weil er deutlich sieht, dass er - befangen in ihrem Zusammenspiel - der Illusion, der Vergänglichkeit, dem Tod ausgeliefert ist. Immer wieder führt er sich vor Augen, dass in Wirklichkeit Gefühl und Wahrnehmung ist, jenes geistige Erscheinen, wo er den Eindruck hat, ein lebendiges Ich in einer materiellen dreidimensionalen Welt zu sein. In diesem Sinn rät der Erwachte:

*Als Luftgebild' sieh diese Welt,*

*als Wogenschaum sieh diese Welt.*

*Wenn so du blickst, dann trifft dich nicht*

*der Todesfürst (Māro), der Herr der Welt. (Dh 170)*

Der von den Banden des Wahns Befreite hat endgültig ein solches Wissen über die Gefahren aller Daseinsstationen gewonnen, dass er allen Gefahren nicht nur des jetzigen mensch-

lichen Lebens, sondern des ganzen Samsāra in allen drei großen Bereichen zu entrinnen strebt. Er ist noch lange nicht entronnen, hat erst in seinem Geist die Einsicht gewonnen, aber er arbeitet jetzt unirritierbar auf die Auflösung aller Verstrickungen des Herzens hin. Und für diese Arbeit ist unerlässlich: *Das Verscheuchen des Ködertieres „Reiz nach Befriedigung“*.

Der Heilsgänger erinnert sich der Aussage des Erwachten „*Befriedigung ist des Leidens Wurzel*“ (M 1) und der Antwort auf die Frage eines Mönches, was die Loslösung von den fünf Zusammenhäufungen sei: *Das Verneinen und Aufgeben des Wunsches nach Gierbefriedigung (chanda-rāga) bei den fünf Zusammenhäufungen.* (M 109) Und er führt sich bei den Verlockungen durch die Sinnendinge und bei dem Drang, aufzubrausen, nachzutragen, sich zu rächen, sich rücksichtslos durchzusetzen, immer wieder vor Augen: „Dieser Reiz nach Befriedigung der inneren Dränge hält im Leiden, im Bereich des Todes.“ Darum kann sich der Heilsgänger an nichts mehr, was irgendwie erscheint, endgültig befriedigen wollen, aber die Triebe sind noch fast alle da, und so erscheint so vieles noch verlockend. Darum verscheucht die von ihm ausgebildete Wahrheitsgegenwart (*sati*) diese ködernden, an den Samsāra fesselnden, gefühlten und in den Gedanken aufsteigenden Reize immer wieder, so wie der Bodhisattva durch die Betrachtung der üblen Folgen von sinnlichem Begehren, Antipathie bis Hass, Rücksichtslosigkeit die ködernden Gedanken immer wieder verscheuchte. Diesen Kampf der Verscheuchung - Vertreibung - einen Teil der sechsten Stufe des achtgliedrigen Heilsweges - beschreibt der Erwachte mit den Worten:

*Da gönnt der Mönch einem aufgestiegenen Gedanken der Sinnensucht keinen Raum, verleugnet ihn, vertreibt ihn, vertilgt ihn, erstickt ihn im Keime; gönnt einem aufgestiegenen Gedanken der Antipathie, des Hasses keinen Raum, verleugnet ihn, vertreibt ihn, vertilgt ihn, erstickt ihn im Keime; gönnt einem aufgestiegenen Gedanken der Rücksichtslosigkeit kei-*

*nen Raum, verleugnet ihn, vertreibt ihn, vertilgt ihn, erstickt ihn im Keime; gönnt diesen und jenen üblen, verderblichen Gedanken, die aufsteigen, keinen Raum, verleugnet sie, vertreibt sie, vertilgt sie, erstickt sie im Keime. Das nennt man den Kampf der Vertreibung. (D 33 IV)*

Später sah der Bodhisattva, dass auch der Wunsch nach den Entrückungen und dem Erlebnis der Formlosigkeit (*rūpa-* und *arūpa-rāga*) ein Ködertier darstellt, das an höchste Erlebnisformen des Samsāra, des unbeständigen, leidvollen Kreislaufs fesseln will. Der Reiz nach Befriedigung kommt so lange auf, wie es Tendenzen gibt. Man muss ihn immer wieder verscheuchen, um ungestört den rechten Weg gehen zu können - so lange, bis nur noch der allerletzte, allerfeinste, allerzarteste Trieb sich meldet: der Reiz nach dem Erlebnis von erhabener Wahrnehmung, die mit vollkommenem Frieden abwechselt: dem Erlebnis der Grenzscheide möglicher Wahrnehmung. Und auch diesen letzten Reiz verscheuchte der Bodhisattva und erreichte unverletzbare Unverletztheit, den endgültigen Frieden. Im Frieden kommt kein Reiz nach Befriedigung mehr auf, das Ködertier ist endgültig verschwunden. Das ist der Heilsstand.

VON DER BEHERRSCHUNG DES DENKENS  
20. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Der Erwachte nennt nicht nur Übungen und Vorstellungen, um in den neutralen Zeiten vom Grund her den Triebhaushalt des Menschen zu verbessern, sondern er gibt auch Hilfen, wie man außerhalb der „neutralen Zeiten“ plötzlich oder allmählich aufkommende üble Anwandlungen gleich unmittelbar wirksam bekämpfen kann. Davon handelt die folgende Lehrrede. Sie ist an die Mönche gerichtet, die viel weniger Erregendes und Ablenkendes erfahren als der Bürger und in deren Tagesablauf das Denken eine unvergleichlich größere Rolle spielt als das Reden und Handeln. Darum ist für die Mönche die Befolgung dieser Anleitungen so wirksam, wie der Erwachte es dort berichtet. Aber bei uns, die wir mit sehr anderen Lebensgewohnheiten im Beruf und in der Familie leben, kann man nur mit Teilwirkungen rechnen. Die uns umgebenden Menschen handeln ganz selbstverständlich nach ihren Bewertungen und Maßstäben. Davon sind wir ununterbrochen Zeugen, und das reißt sehr stark an uns. Wir sind wie Schwimmer in starker Gegenströmung. Dessen müssen wir uns bewusst sein.

Aber gerade darum bedürfen wir ganz besonders der mannigfaltigen Hilfen, die der Erwachte gibt. Je öfter es uns gelingt, mit der folgenden Anleitung des Erwachten akute ungute Angehungen zu überwinden, desto mehr nehmen bei uns Vertrauen und Tatkraft/Kampfeskraft zu.

Deshalb kann auch für uns die folgende Lehrrede eine gute Hilfe sein:

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Sāvatti, im Siegerwald, im Garten Anāthapindikos. Dort nun wandte sich der Erhabene an die Mönche: Ihr Mönche! – Erhabener –, antworteten da jene Mönche dem Erhabenen aufmerksam. Der Erhabene sprach:*

*Wer nach höchster Ausbildung des Herzens strebt, soll zur rechten Zeit fünf Vorstellungen in die Aufmerksamkeit nehmen. Welche fünf?*

1. Unheilsame Vorstellungen  
durch heilsame vertreiben

*Wenn da, ihr Mönche, der Mönch irgendeine Vorstellung im Geist hegt und ihm dabei üble unheilsame Gedanken aufsteigen, solche, die mit Gier, Hass, Blendung verbunden sind, dann soll der Mönch seine Aufmerksamkeit von dieser Vorstellung weg auf eine andere Vorstellung, eine heilsame, bessere richten. Indem er die Aufmerksamkeit von dieser Vorstellung weg auf eine andere, heilsame, bessere richtet, da schwinden die üblen unheilsamen Gedanken, die mit Gier, Hass, Blendung verbunden sind, dahin, lösen sich auf. Dadurch wird das Herz still und befriedet, wird einig und gesammelt.*

*Gleichwie etwa, ihr Mönche, ein geschickter Maurer oder Maurergeselle mit einem feinen Keil einen groben heraustreiben, herausschlagen, herausstoßen kann, ebenso nun auch, ihr Mönche, soll ein Mönch, während er irgendeine Vorstellung im Geist hegt und ihm dabei üble unheilsame Gedanken aufsteigen, solche, die mit Gier, Hass, Blendung verbunden sind, seine Aufmerksamkeit von dieser Vorstellung weg auf eine andere Vorstellung, eine heilsame, bessere richten. Dann schwinden die üblen unheilsamen Gedanken, die mit Gier, Hass, Blendung verbunden sind, dahin, lösen sich auf. Dadurch wird das Herz still und befriedet, wird einig und gesammelt.*

Hier ist die Rede von einem Mönch, der *nach höchster Ausbildung des Herzens strebt*, der also seine Psyche verbessern und heilen, das heißt die Triebe auflösen will. Diese höchste Ausbildung ist dann erreicht, wenn das Herz nicht die leiseste Regung zur Untugend empfindet (*sīla*) und wenn es völlig still ist, unbeeinflusst von äußeren Erlebnissen in sich ruht (*samādhi*), wenn es also nach den Gleichnissen des Erwachten reines Gold geworden ist ohne irgendwelche Beschmutzungen. (A III,102-103) Einem Mönch, der dieses Ziel im Auge hat, geschieht es nun, dass er von irgendwelchen Erlebnissen gereizt wird. Er sieht, hört, riecht, schmeckt, tastet oder denkt etwas, es erregt seine Aufmerksamkeit, und schon merkt er, dass er zu diesem hingezogen, von jenem abgestoßen ist, so dass er nicht den wirklichkeitsgemäßen Anblick bewahren kann, sondern der täuschenden Blendung von angenehm und unangenehm, schön und unschön verfällt.

Wie kann diese Blendung entstehen? Man hat irgendeinen Gegenstand öfter gesehen, hat öfter von ihm reden hören, ohne selbst das geringste Interesse für ihn gehabt zu haben. In solchem Fall sieht man den Gegenstand nüchtern ohne Gefühlsbesetzung, also im engeren Sinne unverblendet (natürlich nicht im weiteren Sinne, denn abgesehen von der Tatsache, dass schon der Anblick von „Gegenstand“ Blendung ist, verbindet man mit dem Anblick auch noch nähere Gedanken und Bewertungen über seinen Zweck, selbst wenn man persönlich uninteressiert ist).

Wenn man nun von anderen eine positive (oder negative) Bewertung hört, die einem wegen ihrer Begründung oder wegen des Zutrauens zu dem anderen einleuchtet, dann bekommt der Gegenstand durch den Akt des Einleuchtens, der inneren Anerkennung des Urteils auch sogleich jenen positiven (oder negativen) Wert. Man betrachtet ihn jetzt mit anderen Augen. Einen Augenblick danach kann die Sache wieder vergessen sein und Tage, Wochen und Monate der Gegenstand nicht vor Augen kommen. Wann immer er dann aber vor Augen tritt, da begegnet man ihm anders als vor jener positiven (oder negati-



ven) Bewertung. Er leuchtet einen an, besetzt mit der Anerkennung (oder Abwertung), die vorher geschehen war, auch wenn man die Gründe der Anerkennung (oder Abwertung) vergessen hat: der Gegenstand hat jetzt einen positiven (oder negativen) Wert. Man sieht ihn anders. Das ist die Blendung im engeren Sinne. Nehmen wir einmal an, der neue Wert ist positiver als der alte: Weil man ihn jetzt positiver bewertet, so hat man bei seinem Anblick eine Zuwendung. Weil man eine Zuwendung, einen positiven Bezug zu ihm hat, so tut sich dieser bei jeder Begegnung als eine kleine Freude kund. Diese Freude verbindet man nun gewohntermaßen mit dem äußeren Gegenstand, obwohl sie vom anziehenden Bezug des Herzens, d.h. von innen, ausgeht: das ist Blendung.

Weil der Gegenstand einen nun freut, betrachtet man ihn mit den Augen des Sichfreuenden, vermehrt die positive Bewertung, die Freude bei der Begegnung wird größer, das Bedürfnis danach, ihn haben zu wollen, wird größer. Wenn der Gegenstand wieder begegnet, löst er die vergrößerte Freude aus, ja, löst mehr Wunsch oder Sehnsucht aus, ihn zu haben. Damit nimmt die Blendung zu. Die Freude, die scheinbar vom Gegenstand ausgeht, ist in Wirklichkeit ja nur aus dem durch positive Bewertung entstandenen Bedürfnis des Herzens hervorgegangen.

Durch diese Blendung sind wir gefesselt an die Dinge, die Wohl versprechen. Wir glauben, nur aus der Befriedigung unserer Wünsche nach bestimmten Dingen Wohl beziehen zu können, erleben aber eben wegen der Unbeständigkeit der Dinge vorwiegend Leiden statt Wohl. Da wir so ständig gerissen sind von wechselnden Wohl- und Wehgefühlen, können wir die Dinge nicht unverblendet sehen, können nicht erkennen, dass nicht die Dinge an sich wohl oder wehe sind, sondern nur unser Bezug zu ihnen dies vortäuscht.

Der Erwachte sagt: *Aufmerksamkeit (manasikāra) erzeugt alle Dinge (A X,58)* und warnt darum vor *ayoniso manasikāra*; das heißt er warnt davor, die Aufmerksamkeit auf die Oberfläche der Erscheinungen zu richten, die Dinge also nur nach

dem bei ihrem Anblick empfundenen „angenehm“ und „unangenehm“ zu bewerten, woraus die Gewohnheit, ja, der Zwang hervorgeht, auch dann, wenn die Erscheinungen gerade nicht besonders reizen, nach wie vor statt nach ihrer Herkunft nur nach ihren Inhalten und deren Kreuz- und Querverbindungen zu sehen. *Vom Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl getroffen, treibt ihn der Wahntrieb (M 148)*, die Blendung. Deshalb empfiehlt der Erwachte *yoniso manasikāra*, das heißt die Aufmerksamkeit allein auf die Grundlagen und die Herkunft der Erscheinungen zu richten. Denn wer seine Aufmerksamkeit darauf richtet und sich im Geist mit der Herkunft des Leidens und der Auflösbarkeit des Leidens beschäftigt, der findet den Weg zum Heilen. Denn *vom Geiste gehn die Dinge aus (Dh 1 und 2)*.

Und der Erwachte sagt (M 19): *Was der Mensch häufig erwägt und überlegt, dahin neigt sich das Herz*. So wie das Herz geneigt ist, so muss der Mensch wirken in Gedanken, Worten und Taten. Und so wie der Mensch wirkt, so gestaltet er seine „Welt“ - seine „Umwelt“ und seine „Gedankenwelt“, kurz: die Dinge: *Vom Geiste gehn die Dinge aus*.

Dieses wissend, bemüht sich der Mönch, wenn er in sich Gier, Hass, Blendung merkt, von den faszinierenden oder abstoßenden Wahrnehmungen freizukommen.

Da empfiehlt nun der Erwachte als erste Übung, diese aufgestiegenen Wahrnehmungen, die nur aus Gier, Hass, Blendung geboren sind, dadurch zu überwinden, dass der Übende seine Aufmerksamkeit auf eine bessere Wahrnehmung richtet, auf eine Vorstellung, die heilsam ist und die den Übenden so packt, dass er aus ihr die Kraft gewinnt, die üble Wahrnehmung fahren zu lassen. Es muss also eine Vorstellung sein, die ihn schon öfter zum Höheren begeistert und gehoben hat.

Nehmen wir an: Der angenehme Duft einer Speise löst bei einem Mönch augenblicklich eine gewisse begehrlche Anwandlung aus, die seine Aufmerksamkeit auf sich zieht. Dann stellt sich der Mönch sofort höhere, edlere Freuden vor: Er denkt zum Beispiel daran, wie ihm manchmal schon bei der

mettā-Meditation ganz hell und warm wurde und er sich weit und frei und fast unsterblich fühlte - oder daran, wie er manchmal bei der stilleren tieferen Betrachtung der Bedingtheit und Geschobenheit von Wollen, Fühlen und Denken geradezu darüberstand und ein Gefühl dafür bekommen hatte, dass man unabhängig werden kann. Indem er an solches edleres Wohl, das er erfahren hat oder sich vorstellen kann, intensiv denkt, kann er das primitivere Wohl damit abstoßen. Daher wählt der Erwachte hier das Gleichnis, dass man mit einem kleinen Keil einen großen Keil heraustreiben soll. Ein Schreiner, der einen groben Keil herausholen will, treibt einen feinen Keil daneben hinein, bis der grobe Keil schließlich so beweglich geworden ist, dass er herausgenommen werden kann.

Oder ein anderes Beispiel: Der Übende merkt in sich gegenüber einem anderen Menschen Gedanken der Abneigung, des Zorns, merkt Neid oder Starrsinn in sich. Da stellt er sich vor: „Wie sind die reineren Wesen, die übermenschlichen, göttlichen Wesen so frei von diesen trüben Eigenschaften, wie erleben sie so ganz anderes, Helleres, Harmonisches, weil sie sanftmütig sind, anderen von Herzen gönnen, sich mit den anderen freuen. Wie macht das hell und harmonisch, ganz ohne innere Zerrungen. Das ist größer, dahin will ich streben!“

Man könnte noch eine Reihe anderer guter und kraftvoller Vorstellungen aufzeigen, die fähig sind, die üblen Vorstellungen zu vertreiben, aber jeder Übende muss sich im Lauf der Zeit selber gute Vorstellungen erarbeiten, die ihm helfen, die ihn begeistern und höher ziehen, wodurch er vom Üblen abkommt. Hat er solche emporziehenden Vorstellungen, bei denen ihm hell und warm wird, einmal gewonnen, dann sollte er sich ihrer auch ohne äußeren Anlass immer wieder versichern, sie in sich befestigen, sich mit ihnen ernähren, sie seinem Gedächtnis stark einprägen in dem Gedanken: „Die will ich mir merken, wenn ungute Vorstellungen aufkommen.“ Dadurch wird nach einiger Zeit ganz von selber, ohne unseren Willen, unsere Denkgewöhnung darauf programmiert, an diese

oder jene verlockende oder abstoßende Erscheinung sogleich die bessere Vorstellung anzuknüpfen, zu assoziieren.

Wenn durch die bessere Vorstellung das Üble richtig überwunden ist, dann zeigt sich das daran, dass das Herz bei der besseren Vorstellung stehenbleibt, sie festhält, sich befriedet, nur dieser einen Vorstellung hingegeben und insofern einig und gesammelt ist. Dann braucht man das Herz nicht mit Gewalt bei dieser Vorstellung festzuhalten.

Wenn diese Sammlung auf eine bessere Vorstellung nicht gelingt, so liegt es daran, dass die unheilsamen Vorstellungen aus Gier, Hass, Blendung nach ihrem Schwung weiterrollen. Dann wird das Herz schnell wieder von der besseren Vorstellung wegspringen und sich solchen von Gier, Hass, Blendung zuwenden. In diesem Fall empfiehlt der Erwachte die zweite Übung:

## 2. Das Elend der üblen Gedanken betrachten

*Wenn diesem Mönch bei seinem Bemühen, die Aufmerksamkeit von der einen Vorstellung weg einer anderen, heilsamen, zuzuwenden, noch unheilsame Gedanken mit Gier, Hass, Blendung aufsteigen, dann soll er, ihr Mönche, das Elend derartiger Gedanken betrachten: „Da sind sie ja, diese unheilsamen Gedanken, die gefährlichen, diese Leiden ausbrütenden Gedanken.“ Indem er das Elend derartiger Gedanken betrachtet, schwinden die üblen, unheilsamen Gedanken mit Gier, Hass, Blendung, lösen sich auf. Dadurch wird das Herz still und befriedet, wird einig und gesammelt.*

*Gleichwie etwa, ihr Mönche, eine Frau oder ein Mann, jung, frisch, gefallsam, denen ein Schlangenaas oder ein Hundefaas oder ein Mensचनाas an den Hals gebunden würde, voll Abscheu und Ekel wäre und sich sträuben würde: ebenso nun auch, ihr Mönche, soll ein*

*Mönch, wenn ihm bei seinem Bemühen, die Aufmerksamkeit von der einen Vorstellung weg einer anderen, heilsamen, zuzuwenden, noch unheilsame Gedanken mit Gier, Hass, Blendung aufsteigen, das Elend derartiger Gedanken betrachten: „Da sind sie ja, diese unheilsamen Gedanken, die gefährlichen, diese Leiden ausbrütenden Gedanken.“ Indem er das Elend derartiger Gedanken betrachtet, schwinden die üblen, unheilsamen Gedanken mit Gier, Hass, Blendung, lösen sich auf. Dadurch wird das Herz still und befriedet, wird einig und gesammelt.*

Sollte also die Vorstellung des größeren, edleren Wohls nicht geholfen haben, dann soll der Mönch sich mit dieser Übung all das Elend vor Augen führen, das mit der gegenwärtigen primitiveren Wohlsuche zusammenhängt, indem er sich die karmischen Wirkungen vor Augen führt. Ein Beispiel dafür gibt die 19. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“. Dort schildert der Erwachte, wie er selber sich, als er noch kein Erwachter war, vor Augen führte, dass die Gedanken der Sinnenlust oder der Antipathie, des Hasses oder der Rücksichtslosigkeit erstens zu eigener Bedrängnis führten, zweitens zur Bedrängnis seiner Umwelt und damit drittens zu beiderseitiger Bedrängnis, nämlich der Ich-Umwelt-Spannung in der harten feindlichen Begegnung. Viertens werde durch solche Gedanken die Weisheit ausgerodet, d.h. der stille, klare, vom Gefühl nicht verleitete wirklichkeitgemäße Anblick der Dinge. Fünftens bringe diese Abnahme der Weisheit, der Geistesklarheit, Sorgen und Verströrung mit sich und damit - sechstens - käme er nie zur Triebversiegung. So führte er sich den eigenen Schaden und den Schaden der anderen durch solche Erwägungen vor Augen.

Eigenen und fremden Schaden bringen die Verstrickungen in Gier-, Hass-, Blendungs-Gedanken, darum sind sie unheilsam. Das Pāliwort für unheilsam, „*akusala*“, bedeutet wörtlich

„untauglich“. Die *akusala*-Gedanken taugen nicht zu dem, was man will: nicht zum eigenen Besten und nicht zum Besten der Mitwesen, und darum sind sie gefährlich. In M 61 empfiehlt der Erwachte seinem Sohn, der Mönch war, als Dauerübung, vor, bei und nach dem Wirken in Gedanken, Worten und Taten immer wieder die Heilstauglichkeit zu betrachten. Unter diesen dem Sohn Rāhulo genannten Übungen ist auch eine, die der zweiten Übung in unserer Lehrrede entspricht:

*Bevor du – nachdem du – während du, Rāhulo, einen Gedanken hegst, sollst du dir eben diesen Gedanken betrachten: „Dieser von mir gehegte Gedanke, führt er zu eigener oder fremder Beschwer oder zu beider Beschwer? Ist es ein unheilbarer Gedanke mit leidvollen Folgen, mit leidvollen Ergebnissen?“ Wenn du, Rāhulo, bei der Betrachtung merkst: „Dieser Gedanke, den ich da gehegt habe, führt zu eigener oder fremder Beschwer oder zu beider Beschwer, es ist ein unheilbarer Gedanke mit leidvollen Folgen, mit leidvollen Ergebnissen“, dann solltest du, Rāhulo, über diesen Gedanken beunruhigt, beschämt, Widerwillen gegen ihn fassen, und nachdem du, Rāhulo, über diesen Gedanken beunruhigt, beschämt, Widerwillen gegen ihn gefasst hast, solltest du dich künftig zurückhalten.*

Solange ein Mensch im Geist vorwiegend an dieses gegenwärtige Leben denkt, so lange wird es ihm besonders helfen, wenn er sich vor Augen führt, welche schlimmen Folgen seine Verflechtung in Gier, Hass, Blendung schon in diesem Leben hat: „Die anderen werden nicht nur traurig, sondern auch wütend sein und zu meinen Feinden werden, meine Freunde werden mich nicht mehr mögen, mich allein lassen. Statt Harmonie, Vertrauen, Wohlwollen säe ich Zwietracht, Disharmonie.“ Und soweit der Gedanke an das nächste Leben für ihn willenswandelndes Gewicht hat, soll er sich die üblen Folgen im späteren Leben vor Augen führen, wie sie der Erwachte in vielen Lehrreden immer wieder gezeigt hat. Er kann sich z.B. vor

Augen führen: „Durch Gier- und Hassgedanken bin ich wie ein Tier, befangen in vordergründiger verblendeter Wohlsuche, wie ein Gespenst. Pflege ich diese Gedanken weiter, werden sie mir zur Gewohnheit, werde ich nach dem Tod zu solchen Wesen hingezogen nach den Worten des Erwachten:

*Entsprechend ihrer inneren Art vereinigen sich die Wesen, kommen sie zusammen. Solche von niedriger Art vereinigen sich mit solchen von niedriger Art, kommen mit ihnen zusammen. Solche von hoher Art vereinigen sich mit solchen von hoher Art, kommen mit ihnen zusammen. (S 14,14)*

Die Art der Wiedergeburt wird von der Art der im Menschen hausenden Triebe bestimmt. Werden bei einem Menschen die Triebe tierisch, so wird das die Saat zur Tierheit; werden sie aber verbrecherisch, dämonisch, so wird damit der Weg beschritten zu dämonischer Welt. In diesem Sinne sagt der Erwachte (A IV,232):

*Was ist, Mönche, dunkles Wirken, das dunkle Folgen hat? Da begeht einer beschwerende Taten, spricht beschwerende Worte, denkt beschwerende Gedanken. Der wird in beschwerhafter Welt wiedergeboren. In beschwerhafter Welt wiedergeboren, berühren ihn beschwerhafte Berührungen, von beschwerhaften Berührungen berührt, fühlt er beschwerhafte Gefühle, äußerstes Wehe, als wie die höllischen Wesen.*

Die Gedanken und Vorstellungen von lockenden, anziehenden oder abstoßenden Objekten sind es, die den Menschen veranlassen, übel zu wirken. Allein hier ist der Ansatzpunkt zu besserer Wiedergeburt. Darum gilt es, die Zeit zu nützen.

In einer anderen Lehrrede erklärt der Erwachte:

*Wer geizig ist in dieser Welt,  
engherzig, schnöde Reden führt,  
den andern Menschen, die bereit*

*zum Geben sind, entgegenwirkt –  
im Höllendasein, Schoß des Tiers,  
Gespensterreich erscheint er dann.*

*Doch wenn er Menschentum erreicht,  
kommt er in armem Haus zur Welt.  
Kleid, Speis', Genuss, Erholung, die  
erlangt er kaum mit harter Müh'.  
Was er von anderen erhofft,  
der Tor, es wird ihm nicht zuteil.  
Das ist sein Los in dieser Welt;  
im nächsten Leben sinkt er ab.*

*Wer hier zum Menschentum gelangt,  
großherzig ist und ohne Geiz,  
bei Meister, Lehre, Heilsgängern  
die Zuflucht nahm, die Drei verehrt –  
im Himmel strahlt er leuchtend auf,  
erfährt dort Wiedersein.*

*Doch wenn er Menschentum erlangt,  
gelangt er in ein reiches Haus.  
Kleid, Speis', Genuss, Erholung, die  
erlangt er dort ganz ohne Müh.  
Reichtum, der ihm von and'ren kommt,  
genießt er, mächt'gen Göttern gleich.  
Das ist sein Los in dieser Welt;  
im nächsten Leben steigt er auf. (S I, 49)*

Doch so begehrenswert eine Wiedergeburt in höherer Welt für viele Menschen sein mag, dem Tieferblickenden kann sie nicht genügen, nicht einmal eine Wiedergeburt in einer Brahmawelt. Sind doch auch alle Himmelsleben begrenzt. Auch die Götter werden, wenn der Schatz ihrer Verdienste verbraucht ist, wieder in den Kreislauf der Wiedergeburten hineingerissen, nach oben und nach unten, zu Wonne und zu Entsetzen, je nach der Art früheren Wirkens.



Wem sich die Verstrickung der Wesen in den Kreislauf der Wiedergeburten in dieser Weise darstellt, der wird, ja muss sich aus seinem innersten Wesen heraus vor einer solchen Aussicht entsetzen. Darum fährt ein solcher vor üblem Wirken in Gedanken, Worten und Taten so entsetzt zurück, wie wenn ihm ein verwesender Leichnam um den Hals gebunden würde. Weil er die ganze Fürchterlichkeit des Samsāra erkennt, darum sträubt er sich auch mit aller Macht gegen die Ursachen des Leidens, die allein im üblen Wirken liegen.

Wenn nun das positiv-aktive Bedenken der ersten Übung - sich etwas Besseres vorstellen - und auch das negativ-aktive Bedenken der zweiten Übung - sich das Elend und die furchtbaren Folgen der üblen Gedanken vor Augen führen - nicht geholfen hat, dann empfiehlt der Erwachte eine dritte, weniger auf denkerische Überwindung gerichtete Übung:

### 3. Ablenkung von üblen Gedanken

*Wenn einem Mönch bei seiner Betrachtung des Elends jener Gedanken noch üble, unheilsame Gedanken mit Gier, Hass, Blendung aufsteigen, so soll er, ihr Mönche, jene Gedanken nicht mehr denken, ihnen keine Beachtung schenken. Während er jene Gedanken nicht denkt, ihnen keine Beachtung schenkt, schwinden die üblen, unheilsamen Gedanken mit Gier, Hass, Blendung, lösen sich auf. Dadurch wird das Herz still und befriedet, wird einig und gesammelt.*

*Gleichwie etwa, ihr Mönche, ein scharfsehender Mann, der in seinen Gesichtskreis getretene Erscheinungen nicht sehen will, die Augen schließen oder wegblicken mag, ebenso nun auch, ihr Mönche, soll ein Mönch, wenn ihm bei seiner Betrachtung des Elends jener Gedanken noch üble, unheilsame Gedanken mit Gier, Hass, Blendung aufsteigen, jene Gedanken nicht denken, ihnen keine Beachtung schenken. Während er*

*jene Gedanken nicht denkt, ihnen keine Beachtung schenkt, schwinden die üblen, unheilsamen Gedanken mit Gier, Hass, Blendung, lösen sich auf. Dadurch wird das Herz still und befriedet, wird einig und gesammelt.*

Diese Übung hat zum Inhalt, das Denken von den üblen Gedanken abzuziehen, indem man sich ablenkt. So wie nach dem Gleichnis ein Mensch dann die Augen schließt oder wegschaut, so kann man, wenn man etwa Zorn über eine Beleidigung oder eine Anwendung von Eifersucht hat und trotz aller Bemühungen davon nicht abkommt, dann sich ablenken, zum Beispiel ein Buch lesen, einen Freund besuchen oder anrufen, irgendeine Aufgabe oder Pflicht erfüllen, eine körperliche Arbeit tun, etwas lernen oder einen Brief schreiben. Damit ist man für den Augenblick abgezogen von den üblen Gedanken, die sich weiter breit machen würden, wenn man nichts täte.

Menschen, die von Natur mehr passiv sind, die also zum Erzeugen überwindender Gedanken in den beiden ersten Übungen sich sehr anstrengen müssten, denen es aber leichter fällt, eine Sache einfach fallen zu lassen, also auch von einer Erwägung zurückzutreten, sollten aber bedenken, dass damit allein nicht viel geholfen ist, denn dann ist die üble Anwendung nur gerade verdrängt, aber nicht überwunden. Deshalb soll man möglichst zuerst die beiden ersteren Betrachtungen pflegen: Sie führen zur Überwindung - selbst dann, wenn im Augenblick ihr Erfolg noch nicht sichtbar ist, so dass man die drei weiteren Übungen noch machen muss. Denn mit den beiden ersten Übungen wird man immer fähiger, sich bei Gier-, Hass-, Blendungs-Vorstellungen zunächst auf überwindende Gedanken zu besinnen, sich den Vorteil der besseren Gedanken und den Schaden solcher üblen Gedanken vor Augen zu führen. Diese beiden Übungen helfen auf weite Sicht und bis auf den Grund; meistens helfen sie auch akut. Immer aber stärken sie die Gewöhnung, sich auf Überwindung zu besinnen.

Wie hilfreich diese Übung ist, versteht man erst, wenn man bedenkt, dass ja die erste und zweite Übung immer öfter gelingen wird, so dass nach einiger Zeit derjenige, der zur dritten Übung übergeht, einer ist, der durch die immer wiederholte erste und zweite Übung schon mehr oder weniger gewandelt ist und durch die dritte Übung sozusagen zu seinen besseren Eigenschaften hinfindet. Je öfter er so übt, um so mehr weiß er, dass er sich auch bei der Übung der „Ablenkung“ mitten auf dem Pfad der Übung befindet, so dass er sich nicht durch unnütze Gedanken, bei der ersten und zweiten Übung „versagt“ zu haben, verstören lässt, sondern beglückt nach einiger Zeit der Ablenkung sich erinnert, wie er auf dem vom Erwachten gewiesenen Wege, nachdem die erste und zweite Übung noch nicht gleich zum akuten Erfolg geführt hatten, ganz sanft und unauffällig von den üblen Vorstellungen abgekommen ist. Deshalb heißt es, dass auch das Ergebnis dieser Übung eine Beruhigung und Sammlung des Herzens ist. Wer sich aber immer gleich ablenken wollte, ohne vorher die erste und zweite Übung versucht zu haben, der käme nie zur Ruhe.

#### 4. Beruhigung durch Analyse der Gedanken

*Wenn einem solchen, ihr Mönche, ob er gleich jene Gedanken nicht denkt, ihnen keine Beachtung schenkt, noch üble, unheilsame Gedanken mit Gier, Hass, Blendung aufsteigen, so soll er, ihr Mönche, seine Aufmerksamkeit darauf richten, wie die Gedankenbewegtheit sich zusammensetzt, und sie so zur Ruhe bringen. Während er seine Aufmerksamkeit darauf richtet, wie die Gedankenbewegtheit sich zusammensetzt, und sie so zur Ruhe bringt, schwinden die üblen, unheilsamen Gedanken mit Gier, Hass, Blendung, lösen sich auf. Dadurch wird das Herz still und befriedet, wird einig und gesammelt.*

*Es ist, wie wenn ein Mann schnell ginge. Da käme ihm der Gedanke: „Was gehe ich denn so schnell. Ich kann doch langsamer gehen“, und er ginge langsamer. Und es käme ihm der Gedanke: „Doch warum gehe ich überhaupt? Ich kann doch stehen“, und er bliebe stehen. Und es käme ihm der Gedanke: „Aber weshalb stehe ich? Ich kann mich doch setzen“, und er setzte sich nieder. Und es käme ihm der Gedanke: „Warum sollte ich nur sitzen? Ich kann mich da hinlegen“, und er legte sich hin; und so wäre diese Mann von einem gröberen Bewegungszustand nach dem anderen zu einem feineren Bewegungszustand übergegangen.*

*Ebenso nun auch, ihr Mönche, soll ein Mönch, wenn ihm, obgleich er jenen Gedanken keine Beachtung schenkt, noch üble, unheilsame Gedanken mit Gier, Hass, Blendung aufsteigen, seine Aufmerksamkeit darauf richten, wie die Bewegtheit dieser Gedanken sich zusammensetzt, und sie so zur Ruhe bringen. Dann schwinden die üblen, unheilsamen Gedanken mit Gier, Hass, Blendung, lösen sich auf. Dadurch wird das Herz still und befriedet, wird einig und gesammelt.*

Indem der Übende seine Aufmerksamkeit auf die Zusammensetzung seiner Gedanken richtet und auf die Dinge, die diese üblen Gedanken verursacht haben, da wird eine Komponente nach der anderen „harmlos“, denn die Wirkung eines üblen Gedankens, einer üblen Vorstellung beruht auf der Zusammensetzung, der Komposition des Gedankenkomplexes. Das Pāliwort *santhānam* bedeutet sowohl *Zusammensetzung* im

Sinn von Komposition als auch ein beruhigendes *Zusammenfassen* der Gedanken.<sup>74</sup>

Wir lernen beim Erwachten immer wieder die Analyse der Komposition - der Komposition „Mensch“: der Komposition „Sinneseindruck“, der Komposition „Gedanken“. So heißt es in M 28, dass ein Mönch, wenn er durch Scheltworte anderer unangenehm berührt wird, denken soll:

*Entstanden ist mir da dieses Wehgefühl, durch Gehörberührung hervorgerufen, und es ist bedingt, nicht unbedingt. Wodurch bedingt? Durch Berührung bedingt. Und: „Die Berührung ist unbeständig“, merkt er, „das Gefühl ist unbeständig“, merkt er, „die Wahrnehmung ist unbeständig“, merkt er, „die Aktivität ist unbeständig“, merkt er, „die programmierte Wohlerfahrungssuche ist unbeständig“, merkt er. Indem er so die Gegebenheiten (die fünf Zusammenhäufungen) zum Objekt macht, da wendet sich das Herz der Betrachtung freudig zu, beruhigt sich, steht dabei still und wird frei.*

*Mit dem Ohr wurde ein Ton erfahren.* Das Ohr selber ist etwas Zusammengegessenes, es ist eine seelenlose wandelbare Form, ebenso wie das Gehörte. Das Zusammenkommen von Ohr und Ton hat zur Berührung der Empfindlichkeit des inneren Spannungskörpers geführt. Weil dieser berührt worden ist, darum hat er aufgeschrien im Gefühl, weshalb der Erwachte die Berührung mit dem Fraß von Insekten an einer offenen Wunde vergleicht, und nach einem anderen Gleichnis hat die Berührung eine Feuersbrunst ausgelöst, wie wenn eine Fackel auf

---

<sup>74</sup> Thānam bedeutet stehen, und die Vorsilbe sam kann sowohl bedeuten stillstehen, dann ist es eine Verstärkung von thānam (z.B. cittam santiṭṭhati = das Herz steht still, wie in dieser Lehre nach jeder gelungenen Übung angegeben) als auch zusammenstehen, zusammenstellen. Dann bedeutet es „Zusammenstellung, Komposition“. Ein ähnlich doppelter Sinn liegt in dem englischen Begriff composed, was sowohl gesammelt = gelassen wie auch zusammengesetzt bedeutet. Hier haben wir den seltenen Fall, dass ein Wort einer europäischen Sprache genau den gleichen doppelten Sinn hat wie in Pāli.

trockenes Gras fällt. Dementsprechend ist die daraus hervorgehende geistige Aktivität der Gedanken wild bewegt.

Durch die Zerlegung des üblen Gedankens in seine ihn bedingenden Faktoren wird das Bewegte, das Erregende und Erregte, das durch das Zusammenwirken, durch die Komposition der fünf Zusammenhäufungen bedingt ist, aufgehoben. Indem der Übende die Gedanken analysiert, auf ihre Herkunft untersucht und zerlegt hat, hat er bei jedem Teil dieser Komposition gesehen: es ist nichts, es ist leer. So ist dem Gefühl die Grundlage entzogen, und dadurch tritt erlösende Ruhe ein. Die Abwesenheit von irgendwelchen Gefühlen ist ja die Ruhe. So führt diese vierte Übung zur Beruhigung, die in dem Gleichnis veranschaulicht wird durch das Bild von der graduellen Beruhigung der körperlichen Bewegtheit: Der Mensch kommt vom Laufen zum Gehen, zum Stehen, zum Sitzen, zum Liegen.

Die anderen Übungen haben die Beruhigung nicht zum *Ziel*, wenn auch als ihr Ergebnis eine relative Beruhigung durch die Sammlung des Geistes auf einen Gedanken eintritt. Wenn der Mönch bei der ersten Übung eine höhere Vorstellung gewinnt, dann kann sie ihn ebenso stark emporreißend, begeisternd (*pīti*) bewegen, wie die üble Vorstellung ihn hinabziehend bewegen kann; auch die Vorstellung der Leiden ausbrütenden Folgen übler Gedanken hat nicht die Geistesruhe zum Ziel, und auch die Taktik des Ablenkens (dritte Übung) ist keine Übung der Ruhe. Erst diese vierte Übung hat speziell die Pflege der Beruhigung durch Analyse zum Inhalt.

Und auch bei ihr ist es wie bei den vorhergehenden: Selbst wenn auch sie noch nicht zur vollen Auflösung von Gier, Hass, Blendung führt, wenn sich zwischen die Analyse immer noch Gedanken der Gier, des Hasses, der Blendung drängen wollen - etwa Vorstellungen aus der Beschäftigung, mit der man sich bei der dritten Übung abgelenkt hat - selbst dann ist sie nicht umsonst gewesen, selbst dann ist kein Grund zu jener Art von Verzweiflung und Minderwertigkeitsgefühl, die gerade den westlichen Menschen so leicht ankommen will, wenn

eine Übung nicht „ab sofort“ gelingt. Der Erwachte weiß, dass viele Triebe oft so mächtig sind, dass selbst durch das vierfache Sieb der bisher genannten Übungen noch unheilsame Vorstellungen durchdringen können - sogar bei übenden Mönchen. Deshalb hat er auch noch eine fünfte Übung als „Notventil“ genannt:

#### 5. Mit körperlicher Anstrengung üble Gedanken hinauswerfen

*Wenn einem solchen Mönch, ihr Mönche, während er sich bemüht, seine Aufmerksamkeit darauf zu richten, wie die Gedankenbewegtheit sich zusammensetzt, und sie so zu beruhigen, noch üble, unheilsame Gedanken mit Gier, Hass, Blendung aufkommen, so soll er, ihr Mönche, mit aufeinander gepressten Zähnen und an den Gaumen gehefteter Zunge mit dem besseren Willen die Herzensanwandlungen niederzwingen, niederdrücken, niederquälen. Während er mit aufeinander gepressten Zähnen und an den Gaumen gehefteter Zunge mit dem besseren Willen die Herzensanwandlungen niederzwingt, niederdrückt, niederquält, schwinden die üblen, unheilsamen Gedanken mit Gier, Hass, Blendung, lösen sich auf. Dadurch wird das Herz still und befriedet, wird einig und gesammelt.*

*Gleichwie etwa, ihr Mönche, wenn ein starker Mann einen schwächeren beim Kopf oder bei der Schulter ergreifend, niederzwingt, niederdrückt, niederquält: ebenso nun auch, ihr Mönche, soll ein Mönch, wenn ihm, während er sich bemüht, seine Aufmerksamkeit darauf zu richten, wie die Gedankenbewegtheit sich zusammensetzt, und sie so zu beruhigen, noch üble, unheilsame Gedanken mit Gier, Hass, Blendung aufkommen, mit aufeinander gepressten Zähnen und an*

*den Gaumen gehefteter Zunge mit dem besseren Willen die Herzensanwandlungen niederzwingen, niederdrücken, niederquälen. Während er mit aufeinander gepressten Zähnen und an den Gaumen gehefteter Zunge mit dem besseren Willen die Herzensanwandlungen niederzwingt, niederdrückt, niederquält, schwinden die üblen, unheilsamen Gedanken mit Gier, Hass, Blendung, lösen sich auf. Dadurch wird das Herz still und befriedet, wird einig und gesammelt.*

Es geht ja bei allen fünf Übungen darum, dass der Übende von Gedanken und Vorstellungen, die er als unheilsam und schädlich erkennt, abkommen will. Wenn dies mit den vielerlei Überlegungen der ersten vier Übungen doch nicht gelingt, dann soll er ohne weitere Wenn und Aber diese üblen Gedanken unter Zuhilfenahme körperlicher Anspannung geradezu „hinauswerfen“. Hier geht es darum, alle Energie aufzumachen und eisern ohne viel Argumente die üblen Gedanken unter Einsatz aller Willenskraft hinauszudrängen. Denn im Innersten weiß der Übende ja, dass sie übel sind, so dass die Summe dieser gesamten Einsichten zu einem starken Nein führt.

Natürlich hat diese Übung nichts zu tun mit der falschen Auffassung, dass man mit einem „starken Willensentschluss“ unabhängig von dem Triebhaushalt, den man meistens ignoriert, zu allen Zielen kommen könne. Das ist unmöglich. Darum sieht man sich immer wieder versagen und resigniert allmählich. Der Erwachte zeigt realistisch die Einsatzmöglichkeiten des Willens. Er sagt: Wenn ein Hausvater mit geeigneten Voraussetzungen die Lehre hört, dann wird bei ihm der Wille geboren zum heilsamen Wandel. Das ist noch ein mehr oder weniger schwacher Wille, den der Hausvater nun allmählich dadurch stärkt, dass er sich immer wieder die richtigen Einsichten vor Augen führt, wodurch die dem besseren Willen entgegenstehenden Triebe allmählich gemindert werden. Dann



erlangt der heilsame Wille das Übergewicht, und die Waage schlägt um. Zu dieser echten Reinigung des Triebhaushalts helfen nur die erstgenannten Übungen - das muss uns klar sein - aber als „letztes Mittel“ hilft in dringenden Fällen auch diese Gewalt gegen das innere Üble. Bis dahin braucht es für den verständigen Praktiker nur selten zu kommen.

Am Schluss der Lehrrede werden die Übungen noch einmal alle zusammengefasst:

*1. Wenn ein Mönch, ihr Mönche, irgendeine Vorstellung im Geist hegt und ihm dabei üble unheilsame Gedanken aufsteigen, solche, die mit Gier, Hass, Blendung verbunden sind, dann soll der Mönch seine Aufmerksamkeit von dieser Vorstellung weg auf eine andere Vorstellung, eine heilsame, bessere richten. Indem er die Aufmerksamkeit von dieser Vorstellung weg auf eine andere, heilsame, bessere richtet, da schwinden die üblen unheilsamen Gedanken, die mit Gier, Hass, Blendung verbunden sind, dahin, lösen sich auf. Dadurch wird das Herz still und befriedet, wird einig und gesammelt.*

*2. Er betrachtet das Elend derartiger Gedanken: „Da sind sie ja, diese unheilsamen Gedanken, die gefährlichen, diese Leiden ausbrütenden Gedanken.“ Indem er das Elend derartiger Gedanken betrachtet, schwinden die üblen, unheilsamen Gedanken mit Gier, Hass, Blendung, lösen sich auf. Dadurch wird das Herz still und befriedet, wird einig und gesammelt.*

*3. Er denkt jene Gedanken nicht, schenkt ihnen keine Beachtung. Indem er jene Gedanken nicht denkt, ihnen keine Beachtung schenkt, schwinden die üblen, unheilsamen Gedanken mit Gier, Hass, Blendung, lösen sich auf. Dadurch wird das Herz still und befriedet, wird einig und gesammelt.*

4. *Er richtet seine Aufmerksamkeit darauf, wie die Gedankenbewegtheit sich zusammensetzt und bringt sie so zur Ruhe. Indem er seine Aufmerksamkeit darauf richtet, wie die Gedankenbewegtheit sich zusammensetzt, und sie so zur Ruhe bringt, schwinden die üblen, unheilsamen Gedanken mit Gier, Hass, Blendung, lösen sich auf. Dadurch wird das Herz still und befriedet, wird einig und gesammelt.*

5. *Er zwingt mit aufeinander gepressten Zähnen und an den Gaumen gehefteter Zunge mit dem besseren Willen die Herzensanwandlungen nieder, drückt sie nieder, quält sie nieder. Indem er mit aufeinander gepressten Zähnen und an den Gaumen gehefteter Zunge mit dem besseren Willen die Herzensanwandlungen niederzwingt, niederdrückt, niederquält, schwinden die üblen, unheilsamen Gedanken mit Gier, Hass, Blendung, lösen sich auf. Dadurch wird das Herz still und befriedet, wird einig und gesammelt.*

*Ein solcher, ihr Mönche, wird Mönch genannt, Herrscher über den Lauf der Gedanken. Welchen Gedanken er will, den wird er denken, welchen Gedanken er nicht will, den wird er nicht denken. Abgeschnitten hat er den Durst, aufgelöst die Fessel, durch vollständige Durchschauung des Ich-bin-Dünkens ein Ende gemacht dem Leiden.*

*So sprach der Erhabene. Erhoben und beglückt waren jene Mönche über das Wort des Erhabenen.*

In Anbetracht der Reihenfolge der genannten und hier noch einmal zusammengefassten Übungen mag man sich fragen, ob sie wohl in dieser und keiner anderen Reihenfolge geübt werden sollten, um aufgestiegene üble Gedanken zu vertreiben. Dazu müssen wir wissen, dass von den genannten fünf Übungen die erste die edelste ist, denn hier tauscht der Übende eine

aufgekommene üble niedere Vorstellung gegen eine bessere, feinere, edlere oder gar erhabenere ein. Die zweite Übung dagegen hat die stärkste Kraft der Abschreckung und Abwendung, weil man sich hier die dunklen, üblen Folgen einer Pflege solcher Vorstellungen und Gewöhnungen vor Augen führt.

Von diesen beiden Auswegen aus dem Leiden handelt die Lehrrede „*Kesi, der Rossezähmer*“ (A IV,111). Dort berichtet der Erwachte, wie er seine Schüler teils mit „Milde“, teils mit „Strenge“ erziehe. Mit „Milde“ bezeichnet er seine Darlegungen der vielfältigen guten und immer besseren Folgen bis zur vollkommenen Erlösung, die aus gutem Wirken unter guten Vorstellungen hervorgehen - das entspricht der ersten unter unseren fünf Übungen. Als „Strenge“ bezeichnet er seine Darlegungen der vielfältigen un guten, schlimmen bis entsetzlichen Folgen, die aus üblem Wirken unter dem Einfluss übler Vorstellungen hervorgehen - das entspricht der zweiten unter den fünf Übungen.

Darum sollte man sich nicht von vornherein darauf einstellen, alle fünf Übungen machen zu müssen, sondern sollte sich ernsthaft von der ersten Übung die Hilfe erhoffen und sie darum mit vollem Einsatz üben. Und nur wenn sie nicht geholfen hat, dann zur zweiten Übung greifen und auch diese wieder so durchführen, als gäbe es die drei weiteren Übungen nicht. Ebenso wäre mit den anderen Übungen zu verfahren. Wenn man so vorgeht, dann wird man nur in den seltensten Fällen bis zur fünften Übung kommen.

Wenn man länger so vorgegangen ist, dann mag man die Erfahrung machen, dass man oft am besten mit einer bestimmten unter den Fünf zurechtkommt. Wenn man noch mehr in den richtigen Umgang mit sich selbst eingedrungen ist, dann kann man allmählich merken, dass man bei den Anwendungen der einen Art besser mit einer bestimmten unter den fünf Übungen zurechtkommt, bei anderen Anwendungen wieder besser mit einer anderen der fünf Übungen. Wenn man so auf sich achtet, bekommt man den richtigen Umgang mit diesen Übungen in den Griff und gewinnt daraus eine gute Hilfe.

Wer diese Übungen in den erforderlichen Fällen durchführt, der beherrscht allmählich seine Gedanken immer besser. Er ist nicht mehr Sklave der Einflüsse, sondern lenkt sich bewusst zu immer höheren Zielen. Von einem solchen heißt es in M 32:

*Da hat einer das Herz in seiner Gewalt, und nicht ist er in der Gewalt des Herzens.*

DAS GLEICHNIS VON DER SÄGE  
21. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Diese Lehrrede beginnt mit einer speziell die Mönche betreffenden Situation, doch die daran angeschlossenen Belehrungen des Erwachten sind für alle sich auf dem Heilsweg Übenden je nach der Intensität ihres Strebens nützlich.

Ablenkung und Gefährdung eines Mönches

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Sāvattthī im Siegerwald im Garten Anāthapindikos. Damals nun weilte der ehrwürdige Moliyaphagguno übermäßig lange Zeit bei den Nonnen und war mit ihnen innerlich verbunden. Das zeigte sich daran, dass er, wenn irgendein Mönch in Gegenwart des ehrwürdigen Moliyaphagguno die Nonnen tadelte, sogleich verstimmt und aufgebracht wurde und das Geäußerte bestritt, weil er eben mit den Nonnen innerlich verbunden war. Und auch wenn irgendein Mönch in Gegenwart der Nonnen den ehrwürdigen Moliyaphagguno tadelte, so wurden die Nonnen verstimmt und aufgebracht und bestritten das Geäußerte, weil eben der ehrwürdige Moliyaphagguno mit den Nonnen innerlich verbunden war.*

Es gehörte zu den Regeln der Nonnen, alle vierzehn Tage den Mönchsorden aufzusuchen und um den Besuch eines Mönches als Unterweiser zu bitten. Wir erfahren aus den Lehrreden (z.B. M 146), dass sich die Ordensälteren im Vortrag abwechselten. Wie der Besuch der mönchischen Lehrer bei den Nonnen äußerlich gesehen in etwa ablief, darüber gibt die Lehrrede M 146 Auskunft:

*Damals nun war es die Aufgabe der Ordensälteren, der Reihe nach den Nonnen einen Vortrag zu halten. Als aber die Reihe*

*an den ehrwürdigen Nandako gekommen war, mochte dieser den Nonnen keinen Vortrag halten.*

*Und der Erhabene wandte sich an den ehrwürdigen Anando: An wem ist denn heute die Reihe, den Nonnen einen Vortrag zu halten? –*

*Wir alle, o Herr, haben schon der Reihe nach den Nonnen einen Vortrag gehalten. Der ehrwürdige Nandako hier, der mag den Nonnen keinen Vortrag halten. –*

*Und der Erhabene wandte sich an den ehrwürdigen Nandako: Belehre die Nonnen, Nandako, unterrichte die Nonnen, Nandako, spende du, Geheilte, den Nonnen ein lehrreiches Gespräch.*

*Wohl, o Herr, – sagte da der ehrwürdige Nandako, dem Erhabenen gehorchend. Und er rüstete sich beizeiten, nahm Mantel und Schale und ging nach Sāvathī um Almosenspeise. Als er dort von Haus zu Haus tretend, Almosen erhalten hatte, kehrte er zurück, nahm das Mahl ein und begab sich dann nach dem Königsgarten. Es sahen aber jene Nonnen den ehrwürdigen Nandako von fern herankommen. Und als sie ihn gesehen, stellten sie einen Stuhl zurecht und Wasser für die Füße. Es setzte sich der ehrwürdige Nandako auf den angebotenen Sitz, und als er saß, spülte er sich die Füße ab. Jene Nonnen boten nun dem ehrwürdigen Nandako ehrerbietigen Gruß dar und setzten sich seitwärts hin.*

*Nachdem nun der ehrwürdige Nandako jene Nonnen unterwiesen hatte, ermahnte er sie: Geht nun, ihr Schwestern, es ist an der Zeit. – Da waren denn jene Nonnen durch des ehrwürdigen Nandako Rede erfreut und befriedigt, und sie standen von ihren Sitzen auf, boten dem ehrwürdigen Nandako ehrerbietigen Gruß dar, schritten rechts herum und begaben sich dorthin, wo der Erhabene weilte. Dort angelangt, boten sie dem Erhabenen ehrerbietigen Gruß dar und stellten sich seitwärts hin. Zu jenen Nonnen, die da seitwärts standen, sprach der Erhabene: Geht nun, ihr Nonnen, es ist an der Zeit. Und jene Nonnen boten dem Erhabenen ehrerbietigen Gruß dar, schritten rechts herum und entfernten sich.*

*Da wandte sich dann der Erhabene bald, nachdem jene Nonnen fortgegangen, an die Mönche:*

*Gleichwie etwa, ihr Mönche, vor dem Feiertag, in der Nacht vor dem Vollmond, gar manche Leute in Zweifel und Bedenken geraten: Nimmt der Mond noch zu oder ist er schon voll geworden?, aber es nimmt eben der Mond noch zu, ebenso nun auch, ihr Mönche, sind jene Nonnen durch Nandakos Darlegung der Lehre zwar erfreut worden, doch ihr Gemüt ist noch nicht ganz und gar mit dieser Belehrung ausgefüllt. Und der Erhabene wandte sich an den ehrwürdigen Nandako: Darum magst du, Nandako, auch morgen dieselbe Aufklärung den Nonnen angedeihen lassen.*

Das überwältigende Ergebnis dieser zweiten Belehrung berichtete der Erwachte dann den Mönchen:

*Gleichwie etwa, ihr Mönche, am Feiertag in der Vollmondnacht gar manche Leute nicht mehr in Zweifel und Bedenken geraten: Nimmt der Mond noch zu oder ist er schon voll geworden? - weil eben der Mond schon voll geworden ist: ebenso nun auch, ihr Mönche, sind jene Nonnen durch Nandakos Darlegung der Lehre erfreut worden, und ihr Gemüt ist ganz und gar mit der Belehrung erfüllt. Wer da, ihr Mönche, jener fünfhundert Nonnen geringste Nonne ist, die ist dem Verderben entronnen und eilt zielbewusst der vollen Erwachung entgegen.*

Abgesehen von der großen Wirkung durch die Belehrung, die nur ein vollkommen Geheilte in dieser Weise geben kann, sehen wir die zweimalige Vorsicht, einmal bei dem Mönch Nandako und dann beim Erwachten, dass die Zeit des Zusammenlebens von Mönchen und Nonnen nicht überschritten wird - in vollem Bewusstsein dessen, dass die Geschlechtsanziehung unter Nichtgeheilten für beide Seiten eine große Gefahr darstellt. Der Erwachte sah deutlich die Behinderung des Reinheitswandels durch das Zusammenbestehen eines Mönchs- und Nonnenordens und warnte eindringlich (A V,55):

*Keine andere Gestalt kenne ich, ihr Mönche, die so lusterregend, so reizvoll, so berauschend, so bestrickend, so betörend und so hinderlich wäre, die unvergleichliche Sicherheit zu erlangen, als gerade die Gestalt der Frau. Wegen der Gestalt der Frau, ihr Mönche, sind die Wesen in Entzücken und Begierde entbrannt, betört und gefesselt; und lange klagen sie im Banne der weiblichen Gestalt. Ob, ihr Mönche, die Frau geht oder steht, sitzt oder liegt, lacht, spricht, singt, weint, selbst als Leiche, ihr Mönche, fesselt die Frau des Mannes Herz. Wollte man also, ihr Mönche, etwas mit Recht als eine vollständige Falle Māros bezeichnen, so hätte man mit Recht die Frau als vollständige Falle Māros zu bezeichnen:*

*Man plaudere eher mit Dämonen  
und Mördern mit gezücktem Schwert,  
berühre eher gift'ge Schlangen,  
selbst wenn ihr Biss den Tod bewirkt,  
als dass man jemals plaudere  
mit einer Frau so ganz allein.*

Natürlich gilt diese Mahnung auch umgekehrt für die Nonnen: „Man plaudere eher mit Dämonen...“, als dass man jemals plaudere mit einem Manne ganz allein...“ oder für im Hause Lebende beiderlei Geschlechts, die die Keuschheit bewahren wollen.

Vor diesem Hintergrund verstehen wir die Besorgnis der Mönche, wenn einer ihrer Ordensbrüder in Gefahr geriet, zu lange bei den Nonnen zu verweilen. Hinzu kommt, dass sich der Mönch Moliyaphagguno mit den Nonnen identifizierte, sich ihnen zugehörig fühlte. Sich einer anderen Gemeinschaft als dem Mönchsorden verbunden fühlen, bedeutet eine große Ablenkung und Gefährdung des Mönchslebens.<sup>75</sup> Der Mensch, der die Wahrheit begriffen hat und deswegen in den Orden

---

75 Wie gefährlich Moliyaphaggunos Haltung für ihn selber war und wie berechtigt die Vorsicht, die der Erwachte und geheilte Mönche wie hier Nandako anwandten, zeigt sich daran, dass er bald die Askese aufgab, aus dem Orden austrat. (S 12,32)



gegangen ist, der zählt sich nicht Menschen oder Menschengruppen zugehörig, der will sich von allen Verstrickungen lösen.

Wie sehr die Mönche die Verlockung durch das andere Geschlecht befürchteten, zeigt auch Ānandos Frage kurz vor der Erlöschung des Erwachten:

*Wie sollen wir uns, o Herr, zu den Frauen verhalten? - Nicht ansehen, Anando. - Und wenn uns eine ansieht, wie sollen wir uns verhalten? - Nicht ansprechen, Anando. - Und wenn uns eine anspricht, wie sollen wir uns dann verhalten? - Der Wahrheit eingedenk sein. -*

Hätte eine Nonne den Erwachten gefragt: „Wie sollen wir uns zu den Männern verhalten?“, dann hätte sie eine entsprechende Antwort bekommen.

Durch längere Besuche Moliyaphaggunos bei den Nonnen waren die Triebe der Fürsorge für sie und damit ein Zugehörigkeitsgefühl bei ihm geweckt worden. Darum nahm er Partei für sie und als weitere Folge: er wurde ärgerlich und zornig, wenn seine Mitbrüder die Nonnen kritisierten.

Um ihn und damit auch die Nonnen, die ebenfalls ihrer Sympathie zu Moliyaphagguno anhänglich Raum gaben, wodurch auch ihr geistiges Vorwärtskommen behindert wurde, wieder auf den rechten Weg zu bringen, baten die Mönche nun den Erwachten wie folgt um Hilfe, auf dass die Reinheit des Ordens bewahrt bliebe, die Einhaltung der Regeln nicht gefährdet würde:

*Da begab sich ein Mönch zum Erhabenen, begrüßte den Erhabenen ehrerbietig und berichtete ihm.*

*Da nun wandte sich der Erhabene an einen der Mönche: Gehe, Mönch, und sage in meinem Namen dem Mönch Moliyaphagguno: „Der Meister ruft dich, Bruder Moliyaphagguno.“ –*

*Ja, o Herr, erwiderte jener Mönch, dem Erhabenen*

gehorchend, begab sich dorthin, wo der ehrwürdige Moliyaphagguno weilte, und sprach zu ihm: Der Meister ruft dich, Bruder Moliyaphagguno. - Ja, Bruder, ich komme, -erwiderte der ehrwürdige Moliyaphagguno jenem Mönch, begab sich dorthin, wo der Erhabene weilte, begrüßte den Erhabenen ehrerbietig und setzte sich zur Seite nieder. Hierauf nun sprach der Erhabene zum ehrwürdigen Moliyaphagguno:

Ist es wahr, wie man sagt, Moliyaphagguno, dass du übermäßig lange Zeit bei den Nonnen weilst und innerlich mit ihnen verbunden bist? Insofern seiest du, sagt man, mit den Nonnen innerlich verbunden, dass du, wenn irgendein Mönch in deiner Gegenwart die Nonnen tadelt, verstimmt und aufgebracht wirst und das Geäußerte bestreitest, und wenn irgendein Mönch in Gegenwart der Nonnen dich tadelt, dann die Nonnen verstimmt und aufgebracht werden und das Geäußerte bestreiten. Bist du wirklich innerlich so mit den Nonnen verbunden? - Ja, o Herr. - Hast du denn nicht, Moliyaphagguno, voll Vertrauen Haus und Familie verlassen und bist in die Hauslosigkeit gegangen? - Ja, o Herr. -

Das ist nicht gut für dich, der du voll Vertrauen Haus und Familie verlassen hast und in die Hauslosigkeit gegangen bist, dass du übermäßig lange Zeit bei den Nonnen weilst und innerlich mit ihnen verbunden bist. Wenn irgendeiner in deiner Gegenwart die Nonnen tadelt, so hast du alle weltlichen Willensregungen und alle weltlichen Gedanken aufzugeben. So hast du dich zu üben:

*Nicht soll mein Gemüt verstört werden,  
kein böses Wort meinem Munde entfahren;  
voll Wohlwollen und Mitempfinden will ich verweilen,*

*mit einem Herzen voll Liebe, ohne innere Abneigung.  
So hast du dich zu üben.*

Was ist unter „weltlichen Regungen, weltlichen Gedanken, die aufzugeben sind“, zu verstehen? Alle natürlich-menschlichen Regungen des Reagierens, zum Beispiel verletzt werden, wenn ich - oder die mir lieb sind - getroffen werden. Das ist weltliches Agieren, Raum geben den Trieben, wie sie zur Reaktion drängen.

Indem die Tendenzen, die tausend Erlebenssüchte, die den Körper bis in die letzte Faser hinein gebaut haben, ihn besetzt halten und ihn antreiben, durch das von außen Berührtwerden mit Gefühl antworten (2. Zusammenhäufung), wird das jeweilige Sinnesobjekt gefühlsbesetzt wahrgenommen (3. Zusammenhäufung). Die gefühlsbesetzte Wahrnehmung löst ein von Gefühl diktiertem Reagieren aus in Gedanken, Worten oder Taten (4. Zusammenhäufung). Die normale Aktivität des Menschen ist immer nur Reaktion auf aufkommende Erlebnisse, indem er die als angenehm empfundenen Wahrnehmungen erhalten und bewahren will und die als unangenehm empfundenen tilgen und durch bessere ersetzen will. Das geschieht dadurch, dass die jeweiligen Erlebnisse und die Umstände, die zu ihnen geführt haben, dem Gedächtnis eingeschrieben werden und auf diesen programmierten Bahnen ununterbrochen die wohltuenden Erlebnisse angestrebt werden (5. Zusammenhäufung). Unser gesamtes Leben, so vielseitig, lebendig und dramatisch es uns auch erscheinen mag, besteht aus nichts anderem als aus einer ununterbrochenen Kette von Wahrnehmungen und Reaktionen, einer Zweiheit von passivem Erleben und aktivem Reagieren, von Herausforderung und Antwort. Der durch das Reden und Handeln seiner Mitwesen angegangene und betroffene Mensch fühlt sich durch diese Anziehung herausgefordert, und er reagiert dem Täter gegenüber entsprechend den Erregungen und Bewegungen, die in seinem Gemüt ausgelöst wurden. Diese Antwort und Reaktion bewirkt nun bei anderen Menschen wiederum verschiedenartige Gemüts-

bewegungen, worauf auch diese anderen Menschen wieder ähnlich reagieren und so fort. So geht es die Tage, Wochen, Monate und Jahre des ganzen Lebens hindurch in der Familie, im Beruf, in der Nachbarschaft, in der Freundschaft, ja, so geht es durch die Jahrhunderte und Jahrtausende, durch die Länder und Kulturen, durch die ganze Menschheit.

Die Aufgabe der Erwahten, welche die Heilande der Menschheit sind, besteht darin, dass sie dem Geist des aufnahmebereiten Menschen die wirklichkeitgemäÙe Einsicht von dem zwanghaften Ablauf, der Seelenlosigkeit und Sinnlosigkeit dieses schmerzhaften Prozesses und die Vorstellung von dem vollkommenen Wohl nach dem Zur-Ruhe-Kommen dieses Prozesses einprägen. Wenn diese Einsicht, welche der allgemeinen Sehnsucht des Menschen nach Frieden entspricht, im Gedächtnis des Menschen verankert ist, dann ist damit die geistige Struktur des betreffenden Menschen entscheidend verändert. Dann kann der Mensch von dem gesamten Spiel der fünf Zusammenhäufungen nichts anderes mehr als nur die Fortsetzung von Irrtümern und Leiden erwarten. Damit wird die durch seine bisherige Blindheit bedingte falsche Hoffnung auf Wohl und Heil innerhalb dieser Welterscheinung aufgehoben, und mit jener falschen Hoffnung wird nach und nach die blinde Triebkraft, mit welcher er bisher ununterbrochen agierte und nur reagierte, aufgelöst.

Darin erweist sich die Übung, insbesondere der Mönche, dass nicht entsprechend den Trieben reagiert wird, sondern dass der Übende die automatische Abfolge der fünf Zusammenhäufungen in ihrer zwanghaften Bedingtheit wahrnimmt und sich von ihr distanziert. Und selbst wenn die erste Reaktion noch den Trieben entsprechend war, nimmt der nach dem Heil Strebende sich später zurück. In dieser inneren Arbeit stand offensichtlich der Mönch Moliyaphagguno nicht genügend. Ihm wurde erst auf Vorhalten der Ordensbrüder und des Erwahten bewusst, dass er ungezügelt und unbeobachtet seiner Sympathie zu den Nonnen folgte und dadurch Antipathie gegenüber den Ordensbrüdern hegte, die negativ von den

Nonnen sprachen, und dieser Antipathie auch zügellos Ausdruck gab.

### Durch nicht urteilende Liebe Zorn überwinden

Um dem Mönch - und damit auch den Nonnen - in der inneren Loslösung zu helfen, gab der Erwachte die oben genannte Meditation:

*Nicht soll mein Gemüt verstört werden,  
kein böses Wort meinem Munde entfahren;  
voll Wohlwollen und Mitempfinden will ich verweilen  
mit einem Herzen voll Liebe, ohne innere Abneigung.*

Hier wird also eine Meditation zur Einübung einer bestimmten Haltung empfohlen: als erstes, dass man sich trotz des Ansturms unliebsamer Wahrnehmungen in seinem Inneren (in seinem Gemüt, in seinem Herzen) „nicht verändere“, d.h. sich nicht gleich von dem Mitwesen wegneige. Man muss sich üben, nicht gleich den jeweiligen Eindrücken nachzugeben und zu erliegen, sondern Kraft anzuwenden zum Durchhalten einer guten heilsamen und unverstörten Herzensverfassung.

Bei dieser Übung geht es darum, jeden Gedanken, dem anderen etwas heimzahlen oder auch nur anrechnen zu wollen, bewusst zu entlassen, zu vergessen, auch sonst in keiner Weise gereizt zu werden, vielmehr zu verstehen mit Gedanken wie: „Vielleicht meinte er es gar nicht so, wie er es sagte, oder vielleicht fühlte er sich nicht wohl, als er etwas mich unangenehm Berührendes sagte oder tat, oder er war selber in trauriger oder gereizter Verfassung oder vielleicht sehe ich die Situation gar nicht richtig oder lege selber falsche Maßstäbe an. Mein Getroffensein rührt ja überhaupt nur von meiner Reizbarkeit und Empfindlichkeit her.“

Wenn das Gemüt nicht verändert, nicht verstört wird, wenn man wohlwollend und mitempfindend bleibt, dann ist man aufgeschlossen, dann ist das Herz sanft. Nur mit einer solchen

ruhigen Herzensverfassung kann der Mensch, der sich um triebfreie rechte Anschauung der Dinge bemüht, durchdringen bis zum Grunde, denn die Verhärtungen und Trübungen und Wallungen des Gemütes sind es, die uns hindern, die Wahrheit zu sehen, und sie haben ihre Ursache in der Verletzbarkeit.

Der Übende muss sich angewöhnen, bei allen begehrenden Menschen nicht mehr in erster Linie danach zu fragen, was sie ihm bedeuten, was er von ihnen hat, ob sie ihm angenehm oder unangenehm sind, sondern er muss stattdessen darauf blicken, dass andere ganz ebenso Wohl suchen und Wehe fürchten und fliehen möchten wie er. In dieser Gesinnung kommt er zur Bruderschaft mit jedem Wesen. Wenn diese Gesinnung mehr zur Gewöhnung wird, dann merkt der Übende die Erhellung des Gemüts und wie sich damit die ganze Welt verändert. Das ist wie ein Wunder, dann hören alle Beklemmungen, alle Angst auf. Durch Reuelosigkeit und innere Zufriedenheit geht unmittelbar im Herzen eine Freude auf, eine innere Helligkeit, von welcher der Übende merkt, dass sie nicht wie die gewöhnliche Freude abhängig ist vom Besitz, von äußeren Dingen, sondern unabhängig von der Welt, allein durch die Beschaffenheit des Herzens bedingt.

Auch wer noch ganz in der Welt wohnt - wenn er aber Abneigung gegen Wesen überwunden hat und verstehend, verzeihend, Übles vergessend, wohlwollend an die Mitwesen denkt, dann übertönt die innere Freudigkeit aus der Helligkeit des Gemüts immer mehr alle durch die äußeren Dinge bedingten Freuden.

Der Erwachte und die Mönche wissen, dass sich der Mensch durch diese Meditation nicht sofort wandeln kann, aber die ihr zugrunde liegenden Einsichten stellen bereits Akte der Willenslenkung dar, aus denen allmählich ein anderer gesetzmäßiger Ablauf hervorgeht als zuvor.

Wenn ein Segelschiff lange Zeit von Osten her Wind bekommen hat und darum nach Westen fährt, kann es nicht schon gleich beim ersten Windstoß vom Westen her stark in die entgegengesetzte Richtung fahren, denn ihm wohnt mit

großer Kraft noch die alte Richtung inne. Diese große Kraft wird erst durch immer wiederholte neue Winde aus der entgegengesetzten Richtung aufgezehrt, und das führt erst ganz allmählich dazu, dass das Schiff eine neue Richtung einschlägt. So ist der Mensch unendlich lange Zeiten hindurch aus Wahn begehrenden und übelwollenden Regungen gefolgt und hat sie positiv bewertend bedacht, so dass er Triebe entwickelt hat, welche das Fühlen und Handeln mit mehr oder weniger großer Kraft in die falsche Richtung treiben. Aber da die Kraft der Triebe, die heute noch in falsche Richtung reißen, aus nichts anderem als aus falschen Einsichten angesammelt wurde, so kann sie auch durch nichts anderes als durch stets wiederholte lebendige, einleuchtende rechte Anschauungen gemindert und aufgelöst werden. So kann der Nachfolger zwar langsam, aber mit Sicherheit zur rechten Verhaltensweise und Herzensverfassung kommen. Wenn der Nachfolger diese Tatsache nicht vergisst, hat er um so mehr Mut und Kraft, solche Besinnungen immer weiter zu pflegen.

Und nun nennt der Erwachte dem Mönch Moliyaphaguno eine über das Getadeltwerden der Nonnen durch Mitmönche hinausgehende, noch mehr die Tendenzen bewegende und normalerweise verstörende Vorstellung, die der Mönch sich bewusst als Übungsobjekt erzeugen soll, um daran die genannte Meditation anzuschließen und so weltliches Reagieren entsprechend den Trieben zu mindern: die Vorstellung der möglichen körperlichen Verletzung der Nonnen:

*Und auch wenn irgendeiner in deiner Gegenwart die Nonnen schläge, mit Steinen bewürfe, mit einem Stock prügelte oder mit einer Waffe verletzte, so hast du, Moliyaphaguno, alle weltlichen Willensregungen, alle weltlichen Gedanken aufzugeben, so hast du dich zu üben:*

*Nicht soll mein Gemüt verstört werden,  
kein böses Wort meinem Munde entfahren;*

*voll Wohlwollen und Mitempfinden will ich verweilen,  
mit einem Herzen voll Liebe, ohne innere Abneigung.  
So hast du dich zu üben.*

Die Vorstellung der körperlich geschädigten Nonnen mag bei dem im Hause lebenden Menschen Widerstand auslösen. Er denkt spontan: „Soll der Mönch denn nichts unternehmen, um die Nonnen bei Angriffen zu schützen?“ Und ebenso spontan fallen ihm Vorfälle im Alltag ein: Eine wehrlose Frau wird auf der Straße zusammengeschlagen. „Da soll ich nicht eingreifen?“

Es darf hier nicht übersehen werden: Der Erwachte sagt nichts über das praktische Handeln in solchem Fall - das hängt von den jeweiligen Möglichkeiten und Umständen ab -, sondern nur über die Gesinnung, die Gemüthaltung. Und dabei ist das Allerwichtigste, dass der Nachfolger nicht wütend wird - das gilt für den Mönch wie für den im Hause lebenden Nachfolger. Sobald der Nachfolger den aufsteigenden Zorn merkt, bemüht er sich, ihn zu bekämpfen, wozu oft nur einige Gedanken ausreichen, wenn er in neutralen Zeiten sich um Verständnis und Mitempfinden und um das Empfinden der Gleichheit mit allen Wesen bemüht hat. Er wird sich hüten, den Schläger als „den Bösen“ und „den Geschlagenen“ als den Guten anzusehen und ohne Wut und Verurteilen - und dadurch viel überlegter und wirkungsvoller - helfen, wenn er kann.

Aber, wie gesagt, hier geht es nicht um eine akute mit den Sinnen erlebte Situation, die praktisches Handeln erfordert, sondern um die *Vorstellung* einer solchen Situation, die sich der Mönch machen soll, und um Beibehaltung einer gleichmäßigen liebevollen Haltung allen gegenüber, um sich innerlich von der Anhänglichkeit an die Nonnen, dem automatischen Reagieren auf eine Tendenz, auf angenehme/unangenehme Gefühle, in Gedanken, Worten und Taten zu befreien.

Wenn es dem Mönch bei dieser die Triebe sehr reizenden Vorstellung gelingt, gleichmäßige, nicht messende, nicht urteilende Liebe zu allen Beteiligten zu bewahren, dann wird es



ihm nicht mehr so schwer fallen, bei dem weniger schweren in dieser Rede behandelten Anlass, bei dem bloßen Getadeltwerden der Nonnen, diese Unverstörung des Herzens in gleichmäßiger Liebe zu bewahren.

### Der Körper ist nicht das Ich

Nachdem der Mönch sich geübt hat, bei Getadeltwerden und bei körperlicher Verletzung der Nonnen nicht heftig zu reagieren, sondern Verständnis und unterschiedslose, nicht urteilende Liebe zu allen Beteiligten zu entwickeln, nennt der Erwachte nun die noch weitergehende Übung, dass der Mönch sich vorstellen soll, er würde selber getadelt, selber geprügelt oder verletzt.

*Wenn auch irgendeiner dich tadelt, so hast du alle weltlichen Willensregungen und alle weltlichen Gedanken aufzugeben. So hast du dich zu üben:*

*Nicht soll mein Gemüt verstört werden.*

*kein böses Wort meinem Munde entfahren;*

*voll Wohlwollen und Mitempfinden will ich verweilen, mit einem Herzen voll Liebe, ohne innere Abneigung.*

*Und auch wenn einer dich schläge, mit Steinen bewürfe, mit einem Stock prügelte oder mit einer Waffe verletzte, so hast du, Moliyaphagguno, alle weltlichen Willensregungen, alle weltlichen Gedanken aufzugeben, so hast du dich zu üben:*

*Nicht soll mein Gemüt verstört werden,*

*kein böses Wort meinem Munde entfahren;*

*voll Wohlwollen und Mitempfinden will ich verweilen, mit einem Herzen voll Liebe, ohne innere Abneigung.*

*So hast du dich zu üben.*

Einem jeden ist ja das eigene Selbst das Nächste und Liebste. Da soll nun der Mönch oder der belehrte Nachfolger denken:

„Wer ist es denn, der geschlagen oder geprügelt werden kann? Doch nicht ich!“ Der Nachfolger in der Lehre des Erwachten, sei es ein Mönch oder ein im Hause Lebender, hat oft im Geist vollzogen: *Der Körper gehört mir nicht, der bin ich nicht, der ist nicht mein Selbst*. Er besteht aus den vier Hauptbeschaffenheiten: Festigkeit, Flüssigkeit, Temperatur und Luft, und diese vier Arten von früher geschaffener Gegenständlichkeit sind seelenlos, tot. Sie erscheinen bei den Körpern der Menschen und Tiere sehr lebendig, aber sie selbst sind eben nicht lebendig. Die Wünsche und Vorstellungen sind es, die von innen her die Körperlichkeiten bewegen, und dann sieht das sehr lebendig aus. Der Mensch aber, der aus allem Bedingten und darum Unfreien herauskommen will, muss trennen lernen zwischen dem Bewegenden, das gerade unsichtbar ist - eben den Trieben des Herzens und den im Geist vorhandenen Vorstellungen - und dem Bewegten, das allein sichtbar ist.

Sāriputto schildert die vier großen Beschaffenheiten oder wörtlich „vier großen Gewordenheiten“ (M 28): Es gibt Zeiten, sagt er, in denen diese Erde, diese gewaltigen Felsen des Himālaya-Gebirges - das ganze indische Festland - vom Wasser überspült sind. Dann ist das Feste verschwunden. Und es gibt Zeiten, in denen die Wasser der Meere zurücktreten, die mächtige Erde völlig ausgetrocknet, brodelnd heiß wird, in denen nur Festes und Wärme besteht und auch kein Windhauch, keine Luftbewegung spürbar ist. Und, sagt Sāriputto: selbst diese globalen gewaltigen Erscheinungen sind solchen Schwankungen und starken Veränderungen unterworfen, vergehen und entstehen - wie erst dieser Körper, der aus den vier Hauptbeschaffenheiten zusammengehäuft ist.

Nicht nur der Körper, auch alles, was wir mit den fünf Sinnen aufnehmen, was wir sehen können, hören, riechen, schmecken, tasten können, das, wovon wir hauptsächlich leben, was hauptsächlich uns ernährt: die Sinneseindrücke, das ist nur Erleben von Formen: ein Gemisch von Festem, Flüssigem, Temperatur und Luft. Ob da ein Ast abgefallen ist und am Wege liegt oder ob „ich“ daneben sitze und „mein“ Schienbein

danebenliegt oder ob da der vom Ast tödlich getroffene Freund liegt, es ist alles Festes. Das Wasser im Bach, der Blutkreislauf oder das Wasser aus dem Wasserhahn - es ist alles Flüssigkeit. Die Außenwärme oder die Wärme dieses Körpers - es ist alles Wärme.

In mehreren Reden heißt es:

*Was es nun da an zum Ich gezählter Festigkeit-Flüssigkeit-Wärme-Luft gibt und was es an zum Außen gezählter Festigkeit-Flüssigkeit-Wärme-Luft gibt, das ist in gleicher Weise die Gegebenheit Festigkeit-Flüssigkeit-Wärme-Luft. Und das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst. So ist das der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit anzusehen. Hat man das so der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit gesehen, kann man an der Gegebenheit Festigkeit, Flüssigkeit, Wärme, Luft nichts mehr finden, und das Herz löst sich ab.*

*Das Herz löst sich ab*, weil die Illusion genommen ist, die vergängliche Form, die Materie, der Körper wäre lebendig und wäre gar das Ich.

Wer sich nicht mit dem Körper identifiziert, der macht das Schicksal des Körpers nicht zu seinem Schicksal. Von einem solchen konnte Säriputto sagen (M 28):

*Wenn die Leute, ihr Brüder, einem solchen Mönch unhöflich, lieblos, rau begegnen, ihn mit Fäusten schlagen, mit Steinen werfen, mit Stöcken prügeln oder mit einer Waffe verletzen, so denkt er dabei: ‚So beschaffen ist ja dieser Körper; dass man ihn schlagen, mit Steinen werfen, mit Stöcken prügeln, mit Waffen verletzen kann.‘*

Festes schlägt auf Festes, „ich werde doch nicht geschlagen oder geprügelt“. Der normale Mensch ist sich nicht bewusst, dass gerade die sichtbaren Körper selbst nichts wissen, nichts wollen und auch nichts können, sondern von den Trieben der Wesen gehandhabt und bewegt werden nach den inneren Nei-

gungen und Programmen.

Wenn irgendwo auf der Straße oder in der Landschaft ein Papierfetzen, ein Stück Zeitung liegt und der Wind dieses Blatt hochhebt und wieder fallen lässt und ein Stück vor sich her bläst und wieder loslässt, dann wissen wir, dass das Blatt sich nicht selbst bewegt, sondern von einer anderen Kraft bewegt wird. Wenn aber ein Menschenkörper mit freudigem oder zornigem Ausdruck vor einem anderen Menschen steht und entsprechend spricht und sich verhält, dann weiß nur der vom Erwachten Belehrt, dass dieser Körper sich ganz ebenso wenig selbst bewegt wie der Papierfetzen, dass er nur von inneren Drangkräften -Zuneigung oder Abneigung - so bewegt wird wie der Papierfetzen vom Winde. In der ganzen Welt gibt es das nicht, dass ein Körper, sei es Mensch oder Tier - „sich selbst bewegt“. Darum kann ein nach der Lehre des Buddha gereifter Mensch sich nicht mehr mit dem Körper identifizieren.

Durch die Beobachtung des Körpers hat er eine Befreiungsstufe erreicht, die von dem Erwachten formuliert wird:

*Sich selbst als ohne Form wahrnehmend,  
sind ihm alle Formen nur Außenwelt.*

Das heißt, er hat in Bezug auf das Ich keine Formvorstellung mehr. Die Körperform ist zum beobachteten Objekt geworden, zur Außenform. Ein solcher sieht Formen kommen und gehen, aber „er“ kommt und geht nicht. Der Erwachte sagt:

*Was euch nicht angehört, das gebet auf. Durch dessen Aufgabe werdet ihr lange in Wohl und Heil leben. (M 22)*

Es ist also ein Gewinn, innerlich von der Form zu lassen. Der Übende merkt, dass er befreit wird von der Abhängigkeit von Leidigem, wenn er die Form nicht mehr zu sich zählt. Das schon ist ein sehr großes Wohl, wenn das gleichbleibend liebevolle Gemüt durch keinerlei Formveränderungen verändert wird, und seien sie von der Perspektive des Unbelehrteten aus gesehen noch so bedrohlich.

Und nun geht der Erwachte die Loslösung von den Trieben zu der zum Ich gezählten Form noch von einer anderen Seite an: der Ernährung der zum „Ich“ gezählten Form mit der zum „Außen“ gezählten Form:

*Und der Erhabene wandte sich nun an die Mönche: Beruhigten, gesammelten Herzens kamen mir die Mönche einmal entgegen. Da sprach ich zu ihnen: Ich nehme das Essen einmal zu mir; das Essen einmal zu mir nehmend, erfahre ich Gesundheit, Freisein von körperlichen Beschwerden, Leichtigkeit des Körpers, Stärke und Wohlbefinden. So mögt auch ihr einmal essen; einmal essend, werdet auch ihr Gesundheit, Freisein von körperlichen Beschwerden, Leichtigkeit des Körpers, Stärke und Wohlbefinden erfahren.*

*Und jene Mönche bedurften keiner Ermahnung von mir, nur ihre Aufmerksamkeit auf diese Sache war zu wecken.*

*Gleichwie etwa, ihr Mönche, wenn auf gutem Boden am Ausgangsplatz vierer Straßen ein treffliches Wagengespann in Bereitschaft stände, mit dem zugehörigen Treibstock versehen; diesen Wagen bestiege ein Meister der Fahrkunst, ein gewandter Rosselenker, nähme die Zügel in die linke Hand, den Treibstock in die rechte und führe nach Wunsch und Willen hin und her – ebenso nun auch, ihr Mönche, bedurften jene Mönche keiner Ermahnung von mir, nur ihre Aufmerksamkeit auf diese Sache war zu wecken.*

*Ebenso nun auch, ihr Mönche, rodet das Unheilsame aus, jocht euch an das Heilsame an, dann werdet ihr in dieser Wegweisung zum Gedeihen, zu Fortschritt und Reife gelangen.*

Die Mönche mögen zuerst etwas betrübt gewesen sein über

diese vom Erwachten gegebene Regel, nur einmal zu essen, aber sie besaßen so viel Liebe zum Erwachten, dass sie sich geschämt hätten, die gegebene Regel zu übertreten, und so viel Achtung vor der Weisheit des Erwachten, dass sie die Folgen scheuten, wenn sie dieser Regel nicht nachgekommen wären.

Nicht alle Mönche haben sogleich die Weisung des Erhabenen erfüllt. Als der Erhabene den Mönchen damals jene Regel gab, sprach der Mönch *Bhaddāli* (M 65):

*Ich vermag es nicht, o Herr, nur einmal Nahrung zu mir zu nehmen. Nur einmal Nahrung zu mir zu nehmen, macht mich unruhig, mag mich reuen.– So sprach der ehrwürdige Bhaddāli da, wo der Erhabene eine Regel erlassen hatte und die Mönche die Regel annahmen, von seinem Unvermögen. Und der ehrwürdige Bhaddāli ließ sich diese ganzen drei Monate nicht vor dem Erhabenen sehen, weil er die Wegweisung des Erwachten nicht vollkommen erfüllte.*

So schloss sich dieser Mönch selber aus der geistigen Gemeinschaft aus. Um diesen Ausschluss zu beenden, begab er sich kurz vor dem Weiterwandern des Erwachten doch zu den Mitmönchen und zum Erwachten, und dieser führte ihm die äußeren und inneren Folgen seiner Weigerung noch einmal vor Augen. Die äußeren Unannehmlichkeiten, die *Bhaddāli* erfuhr, waren die, dass alle Mönche und Nonnen, Anhänger und Anhängerinnen von ihm wussten: „*Bhaddāli* befolgt die Regeln nicht lückenlos.“ Wir können uns vorstellen, wie ausgestoßen sich dieser Mönch gefühlt haben mag und wie der Gedanke daran seine Übungen gestört haben mag.

Ausroden des Zorns, Anbinden an Sanftmut

Und nun gibt der Erwachte in M 21 ein anschauliches Gleichnis für die Ausrodung des Unheilsamen:

*Gleichwie etwa, ihr Mönche, wenn sich da in der Nähe*

*eines Dorfes oder einer Stadt ein verwahrloster Park befände, von allerlei Lianen und Unkraut durchwuchert; und es erbarmte sich einer der Bäume, um sie zu befreien und zu retten und ginge hin und holzte die krummen, abgestorbenen Stämme ab, schaffte sie fort, säuberte den Park und hielt ihn sauber instand: die geraden, gut gewachsenen Stämme pflegte er sorgsam; und so käme dieser Park allmählich zum Gedeihen, zur Entfaltung und Blüte.*

*Ebenso auch, ihr Mönche, rodet das Unheilsame aus, jocht euch an das Heilsame an, dann werdet ihr in dieser Lehre und Wegweisung zum Gedeihen, zu Fortschritt und Reife gelangen.*

Das Unkraut und die Lianen - ein Vergleich für die Befleckungen des Herzens, darunter die zwei hauptsächlichen: Verderbte Habsucht (Egozentrik), Antipathie bis Hass - überwucherten viele Bäume und ließen sie absterben. Darum müssen die toten Stämme mit den Lianen abgeholzt werden, da sie den Wuchs der geraden, gut gewachsenen Stämme - der guten Gemütsverfassungen, wie Überwindung der verderbten Habsucht, Verständnis, Mitempfinden, nicht urteilende Liebe - behindern.

Diese Befleckungen, sagt der Erwachte, sind auszuroden, an das Heilsame soll sich der Übende anbinden, damit die guten Gemütsverfassungen gedeihen. Das Sich-Anjochen, Sich-Anbinden an die heilsame Art ist nur darum nötig, weil der Mensch an falsche, üble Art angejocht ist. Aber indem sich der Übende an das Heilsame anjocht, da bindet er sich zugleich von dem Unheilsamen los. So wie der Gärtner einen jungen Baum, der krumm und schief zu wachsen droht, an einen Pflock anbindet, damit er zu einem geraden Wuchs kommt, so ähnlich, aber in völliger Freiwilligkeit nimmt der Mensch, der von irgendeiner Eigenschaft den Eindruck gewonnen hat, dass sie für ihn wertvoll sei, sich nun fest vor, diese sich anzugewöhnen. Wenn er konsequent und beharrlich

ist, sich den Vorteil dieser Eigenschaft immer wieder vor Augen führt und immer bei dieser Übung bleibt bzw. sie immer wieder erneut aufnimmt, bis er sie sich völlig angewöhnt und zu seiner zweiten Natur gemacht hat, dann hat er viel erreicht, ist zu „Fortschritt und Reife“ gelangt.

Von größter Wichtigkeit bei der Arbeit an sich selbst ist es, dass der Mensch seinen inneren Haushalt kennt. Normalerweise lebt der Mensch aus seiner inneren Art heraus, so dass er Herzensbefleckungen nicht oder nur schwach bemerkt. Oft kennen wir zwar die eigenen Fehler, sehen aber die schlechten Folgen dieser Fehler nicht deutlich genug, um uns zu bemühen, sie auszuroden und an das Gute anzujochen. Dann haben wir das Üble noch nicht tief genug erkannt als unseren eigenen Schaden und erfinden Ausreden, etwa: „Der ist auch nicht besser; unter diesen Umständen kann man auch nicht besser sein; da hat der andere mich aber auch zu sehr herausgefordert.“ Durch solche Entschuldigungen lenken wir uns ab von der Erkenntnis der eigenen Trübungen und damit von der Besserung.

Aber „die Welt“ besteht nicht unabhängig von uns, sondern nur durch uns. Die inneren Befleckungen täuschen eine so und so beschaffene Welt vor. Wenn wir zornig, feindselig sind, dann betrachten wir mit dieser inneren Bereitschaft zu Zorn die Umgebung. Wie sieht die Welt dagegen für einen sanftmütigen, friedvollen Menschen aus, wie anders für einen neidischen, missgünstigen Menschen - einen gönnenden, wohlwollenden; heimlichen - offenen; starrsinnigen, anerkennungshungrigen - nachsichtigen, ichlosen. „Maler Herz“, die Triebe, die inneren Neigungen malen die uns lieben und unlieben Zustände, und unsere Reaktionen aus den Herzensbefleckungen heraus sind ein zusätzliches Entwerfen, wodurch wir die Welt als dunkel und gefährlich empfinden. Das ist Blendung - das Wahrgenommene durch die Brille der eigenen Gefühle zu betrachten. Wer ungehemmt mit seinen Trieben rollt, der wird in diesem und in den nächsten Leben die Ernte erfahren: als stark Begehrender wird er nicht bekommen, was er wünscht,



als stark andere Verletzender wird auch er verletzt, wie er es auch schon im Erdenleben erfährt.

Indem wir aber erkennen, dass Ich- und Welt-Erscheinung nur Projektion des inneren Seins ist, dann erkennen wir die Schädlichkeit, die unmittelbare Gefahr der Herzensbefleckungen, und dann haben wir den Willen, sie zu überwinden.

Mangel an Herausforderung erweckt oft den Eindruck, dass bestimmte Herzenstrübungen nicht vorhanden seien. Darauf macht nun in dem weiteren Verlauf der Lehrrede der Bericht des Erwachten über die Hausfrau Vedehikā aufmerksam, die in dem Ruf stand, sanftmütig zu sein, weil ihre Magd alle Arbeit so gut nach ihrem Wunsch und Willen verrichtete, dass sie keinen Grund zum Zorn hatte. Als die Magd sie auf die Probe stellte und nicht mehr nach ihrem Willen handelte, kam es heraus, dass die Hausfrau doch vielerlei Wünsche und Bedürfnisse hatte und sehr erzürnt sein konnte, wenn diese nicht erfüllt wurden, dass ihre Sanftmut also nicht das Ergebnis rechter Anschauung und eigener Läuterungsarbeit war:

*Ihr Mönche, einst lebte hier in Sāvattthī eine Hausfrau namens Vedehikā. Die Hausfrau Vedehikā stand in dem guten Ruf: „Sanft ist die Hausfrau Vedehikā, mild ist die Hausfrau Vedehikā, friedfertig ist die Hausfrau Vedehikā. Diese Hausfrau nun hatte eine Magd namens Kali, die flink und fleißig ihre Obliegenheiten wohl besorgte. Da kam der Magd Kali dieser Gedanke: „Meine Gnädige steht ja in dem guten Ruf: „Sanft ist die Hausfrau Vedehikā, mild ist die Hausfrau Vedehikā, friedfertig ist die Hausfrau Vedehikā!“ Wie nun, kennt sie wirklich keinen Zorn oder wird ihr Zorn nur nicht sichtbar, weil ich meine Arbeit so gut verrichte, dass sie keinen Anlass zum Zorn hat? Ich will doch einmal die Gnädige auf die Probe stellen!“ Und die Magd stand erst spät bei hellem Tag auf, und die Hausfrau Vedehikā rief nach ihr: „He, Kali!“ - „Was,*

Gnädige?“ - „Warum stehst du so spät bei hellem Tage auf?“ - „Das macht nichts, Gnädige!“ - „Uns aber macht es was, du schlechte Magd, dass du so spät bei hellem Tage aufstehst!“, sagte die Hausfrau erzürnt und aufgebracht mit gerunzelten Brauen.

Da kam der Magd Kali dieser Gedanke: „Sie wird also zornig und zeigte den Zorn bisher nur deshalb nicht, weil ich meine Arbeit so gut machte. Ich will nun die Gnädige noch stärker auf die Probe stellen!“ Und die Magd Kali stand noch später auf, und die Hausfrau Vedehikā rief nach ihr: „He, Kali!“ - „Was, Gnädige?“ - „Warum stehst du so spät bei hellem Tage auf?“ - „Das macht nichts, Gnädige!“ - „Uns aber macht es was, du schlechte Magd, dass du so spät bei hellem Tage aufstehst!“, sagte die Hausfrau erzürnt und aufgebracht, und aufgebrachte Worte entfuhrten ihrem Munde.

Zum dritten Mal stand die Magd noch später auf. Da wurde die Hausfrau erzürnt und aufgebracht, ergriff den spitzen Torriegel und warf ihn der Magd an den Kopf, so dass er blutete. Und die Magd lief nun mit blutendem Kopf zu den Nachbarn und klagte jammernd: „Seht, Beste, das Werk der Sanften, seht, Beste, das Werk der Milden, seht, Beste, das Werk der Friedfertigen, wie es da zugeht bei einer Frau, die nur eine Magd hält: „Bei Tag stehst du auf“, sagt sie und wirft euch zornig und wild den spitzen Torriegel an den Kopf, verwundet den Kopf.“ - Und die Hausfrau Vedehikā kam nun in den schlechten Ruf: „Jähzornig ist die Hausfrau Vedehikā, grob ist die Hausfrau Vedehikā, zänkisch ist die Hausfrau Vedehikā.“

Ebenso nun auch, ihr Mönche, ist mancher Mönch nur so lange sanft, mild und friedfertig, solange ihn angenehme Redeweisen berühren. Aber gerade dann,

*ihr Mönche, wenn der Mönch unangenehme Redeweisen erfährt, soll ein Mönch sanft, mild und friedfertig sein. Den Mönch nenne ich nicht sanft und friedfertig, der, wenn er Kleidung, Almosen, Lagerstatt und Arznei erhält, sanft und friedfertig ist. Und warum nicht? Weil ja, ihr Mönche, ein solcher Mönch, wenn er keine Kleidung, Almosen, Lagerstatt und Arznei erhält, nicht sanft, mild und friedfertig ist.*

*Ein Mönch aber, der, weil er die aufgezeigte Wahrheit beachtet, die aufgezeigte Wahrheit hochhält, die aufgezeigte Wahrheit im Sinn hat, sanft und friedfertig ist, den bezeichne ich als sanft und friedfertig.*

*Darum, ihr Mönche: Die aufgezeigte Wahrheit beachtend, die aufgezeigte Wahrheit hochhaltend, die aufgezeigte Wahrheit im Sinn behaltend, wollen wir sanft und friedfertig sein. So habt ihr euch, meine Mönche, zu üben.*

Die Hausfrau Vedehikā ist ein Beispiel für jene Menschen, die bei der Jagd nach äußerem Wohl und bei den vielerlei Enttäuschungen gar nicht Muße finden, ihre Gefühle zu überprüfen. Sie lassen, wenn sie nicht erlangen, was sie verlangen oder erwarten, ihren jeweiligen negativen Empfindungen freien Lauf, merken nicht aufkommenden Ärger, Zorn usw., lassen sie sich ausbreiten und ihr Gemüt verdunkeln. Wenn so das Herz nicht beobachtet und gesäubert wird, nehmen die Befleckungen zu, ohne dass die Menschen dessen gewahr werden.

Der Erwachte sagt nach M 61: Wer je in der Welt sich zu Höherem entwickelt hat, gleichviel zu welcher Religion er sich bekennt, gleichviel unter welchem Namen, der hat seine Taten, seine Worte und seine Gedanken betrachtend und betrachtend geläutert.

Betrachtet der Strebende die schlechten Auswirkungen der ärgerlichen und zornigen Gedanken und die guten Auswirkungen der Sanftmut, Milde und Friedfertigkeit, dann löst er damit

Zorn und Ärger auf und fasst eine Liebe zu Sanftmut, Milde und Friedfertigkeit, und dann enden die unheilsamen Taten und Worte.

Der Erwachte zeigt die üblen Folgen des Zorns (A VII,60):

*Wenn auch der zornige, von Zorn überwältigte, zornverzehrte Mensch wohlgebadet ist, wohlgesalbt, mit gepflegtem Haar und Bart, in weiße Gewänder gehüllt, so bleibt er dennoch hässlich als Zornverzehrter.*

*Wenn auch der zornige, von Zorn überwältigte, zornverzehrte Mensch sich auf ein Ruhebett gelagert hat, das mit weichen Decken ausgelegt ist, so kann er dennoch nicht gut schlafen als Zornverzehrter.*

*Wenn auch der zornige, von Zorn überwältigte, zornverzehrte Mensch Nachteil erlangt hat, so vermeint er: „Einen Vorteil hab ich erlangt.“ Und hat er einen Vorteil erlangt, so meint er: „Einen Nachteil hab ich erlangt!“ Weil er so diese beiden Dinge miteinander verwechselt, gereichen sie ihm lange Zeit zu Unheil und Leiden als Zornverzehrtem.*

*Wenn auch der zornige, von Zorn überwältigte, zornverzehrte Mensch ein Vermögen besitzt, das er durch seiner Hände Arbeit mit Anstrengung und Fleiß zusammengebracht hat, das rechtlich erworben ist, so wird es von Königen beschlagnahmt beim Zornverzehrten. Wenn auch der zornige, von Zorn überwältigte, zornverzehrte Mensch Ruhm erlangt hat durch unermüdliche Mühe, so stürzt er doch wieder als ein Zornverzehrter.*

*Wenn auch der zornige, von Zorn überwältigte, zornverzehrte Mensch Verwandte und Freunde hat, so weichen diese von ihm als einem Zornverzehrten.*

*Und wenn der zornige, von Zorn überwältigte, zornverzehrte Mensch in Taten, Worten und Gedanken solcherart übel gewandelt ist, so gelangt er bei der Auflösung des Körpers nach dem Tod auf schlechte Lebensbahn, zur Tiefe hinab in untere Welt.*

Ebenso wissen wir aus Erfahrung, wie es dem Sanftmütigen, Milden und Friedfertigen genau umgekehrt ergeht: Nicht entstellt der Zorn seine Gesichtszüge, sondern sanft und lieb ist sein Blick; harmonisch und ausgeglichen sind seine Bewegungen. Da er nicht erregt und aufgebracht ist, schläft er gut und erwacht ausgeruht. Nicht verwechselt er im Zorn blind Vorteil und Nachteil, sondern ruhig und gelassen wägt er ab. Nicht wird sein Vermögen von anderen beschlagnahmt, denn er widersetzt sich nicht, will nicht sein Recht auf jede Weise durchsetzen, sondern geht lieber den „unteren Weg“. Dadurch ist er den Menschen angenehm, und sie tun ihm Gutes (*Selig sind die Sanftmütigen, denn sie werden das Erdreich besitzen*). Nicht untergräbt er durch eine unbesonnene zornige Handlung seinen guten Ruf wie die Hausfrau Vedehikā, sondern da er gleichmäßig sanft und friedsam ist, achten und ehren ihn die Menschen; nicht meiden ihn seine Freunde und Verwandten, sondern sie suchen seinen Umgang, schenken ihm Vertrauen und bitten ihn um Rat; und nicht gelangt er wegen des Zornes als ein Zornverzehrter nach dem Tod in untere Welt, sondern er findet als friedfertiger und sanftmütiger Mensch bei eben-solchen helleren Wesen Eingang.

Wenn sich der Nachfolger die negativen Seiten des Zorns und Ärgers und die positiven Seiten der Sanftmut und Friedfertigkeit in dieser Weise immer wieder vor Augen führt, dann wächst er allmählich zu immer größerer Sanftmut und fasst Abscheu vor Zorn und Ärger.

Eine große Hilfe hierbei ist es, wenn er versucht, sich selbst und damit auch andere, die eigenen Motive des Handelns und die der anderen immer besser zu verstehen. Dadurch erwartet und fordert er immer weniger von anderen, sondern schreibt sich selber zu, was ihm an Unangenehmem begegnet, und sich selber kommt er auf die Schliche.

Wenn er nicht erlangt, was er verlangt, dann kommt es darauf an, ob er nun darauf ärgerlich reagiert oder ob er der Wahrheit eingedenk ist. Darin liegt die Weichenstellung für unseren Lebensweg: mehr zum Guten oder mehr zum Schlech-

ten. Alle Wesen werden so lange befleckt, so lange mit dunklen, schmerzlichen Erlebnissen im Samsāra kreisen, bis sie die Befleckungen bei sich erkennen und abtun.

In unserer Rede heißt es:

*Einen Mönch, der nicht darum sanft und friedfertig ist, weil ihn angenehme Redeweisen berühren, sondern weil er die aufgezeigte Wahrheit beachtet und hochhält, die aufgezeigte Wahrheit im Sinn hat - den bezeichnet der Erwachte als sanft und friedfertig.*

Das heißt: nur wer die Lehre des Erwachten mit den Ohren eines in Leiden Versunkenen und den Ausweg Suchenden hört, hat die Möglichkeit, den Erläuterungen des Erwachten eine Wegweisung zu entnehmen für die innere Transformierung. Ein solcher erst versteht, dass der normale Mensch verändert, transformiert werden muss, um die Unverletzbarkeit zu erreichen. So wie eine Raupe nie zum Fliegen kommen kann, sondern ihr Raupendasein überwinden muss, um über den Puppenzustand zum Schmetterling zu werden, so kann der normale Mensch mit den Eigenschaften, die ihn ausmachen, den Heilsstand nicht gewinnen. Er muss sich wandeln, sich transformieren. Die Lehre des Buddha gilt ihm nur als eine Information über die Wege zu dieser inneren Umwandlung. Alles Vorwärtskommen hängt von dem Gefälle der Heilssehnsucht ab; und diese hängt davon ab, wie weit man den labyrinthischen Charakter des Daseins mit seinen fast ausweglosen Möglichkeiten begriffen hat. Wer ihn begriffen hat, dessen größter Wunsch ist die innere Umerziehung, und er bemüht sich, auch bei Herausforderungen an die Überwindung der Herzenstrübungen angejocht zu bleiben. Der Kenner der Lehre weiß ja: Alles was mir begegnet, ist von mir in die Welt gesetzt; alle begegnenden Wesen und Situationen sind nur „Spiegelbilder“ meines eigenen Inneren, die irgendwann einmal so geschaffen worden sind und darum wieder in dieser Weise an

mich herantreten müssen. - Und der andere muss ja nach seinen Tendenzen und seiner in diesem Milieu angesammelten Anschauung so sein wie er ist; er kann im Augenblick gar nicht anders handeln und denken. Mit seinen Tendenzen und seiner Anschauung müsste ich genauso handeln, wie er mit meinen Tendenzen, meiner Anschauung genauso handeln müsste wie ich. Das ist eine automatische Folge. Wie kann ich einem anderen Automatismus, einem Mitmenschen gram sein, der dem mit Ich bezeichneten Automatismus etwas angetan hat?

Der Erwachte sagt: Es gibt eben dieses in der Welt, dass da, wo Wesen mit Mündern und Ohren sind, bestimmte Redeweisen das Ohr treffen. Wenn ich das Gemüt von angenehmen Redeweisen streicheln lassen wollte und von unangenehmen Redeweisen verletzen und treffen lassen wollte, so könnte ich nie in Unabhängigkeit und Freiheit gelangen. Und er zählt nüchtern die Redeweisen auf, die die Triebe berühren - verletzen oder erfreuen - können und schließt daran die bereits zum fünften Mal erwähnte, nun etwas erweiterte Meditation an:

#### Fünf Redeweisen können treffen

*Fünf Redeweisen gibt es, ihr Mönche, mit welchen euch andere ansprechen können. Ihre Rede kann sein:*

- |                                      |   |                             |
|--------------------------------------|---|-----------------------------|
| <b>1. rechtzeitig</b><br><i>kāla</i> | <b>unzeitig</b><br><i>akāla</i>           | <b>Zeit wissen</b>          |
| <b>2. richtig</b><br><i>bhūta</i>    | <b>falsch</b><br><i>abhūta</i>            | <b>Sache erkennen</b>       |
| <b>3. höflich</b><br><i>sanha</i>    | <b>hart, verletzend</b><br><i>pharusa</i> | <b>Ton anschlagen</b>       |
| <b>4. zielgerichtet</b>              | <b>nicht zielgerichtet</b>                | <b>Ziel (Heil) beachten</b> |

heilsam                    unheilsam  
atthasamhita            anatthasamhita

5. **zugewandt**            **innerlich abgewandt**    **Gesinnung**  
herzlich                    herzlos, lieblos  
liebvoll                    hartherzig, gehässig  
mettacitta                dosantara

*Zur rechten Zeit, ihr Mönche, können andere euch ansprechen oder zur Unzeit. Ihre Rede kann richtig sein oder falsch; höflich können andere euch ansprechen oder hart verletzend. Ihre Rede kann zielgerichtet/heilsam sein oder nicht zielgerichtet/unheilsam; herzlich zugewandt, liebevoll können euch andere ansprechen oder innerlich abgewandt, lieblos, gehässig.*

*Da habt ihr euch nun, meine Mönche zu üben:  
Nicht soll unser Gemüt verstört werden,  
kein böses Wort unserem Munde entfahren;  
voll Wohlwollen und Mitempfinden wollen wir bleiben  
mit liebevollem Gemüt ohne innere Abneigung.  
Diesen Menschen wollen wir  
mit liebevollem Gemüte durchstrahlen.  
Von ihm ausgehend,  
werden wir mit liebevollem Gemüte  
die ganze Welt durchstrahlen  
mit weitem, tiefem, nicht messendem, von Feindschaft  
und Bedrängung befreitem.  
So habt ihr euch, meine Mönche, zu üben.*

Die nüchterne Feststellung, dass es nur diese zweimal fünf Redeweisen gibt, dass also alles, was je in der Welt gesprochen wird, was je ein Wesen zu hören bekommt, immer nur in jener fünffachen Weise oder in einem Gemisch daraus positiv oder negativ sein kann - diese Feststellung allein wirkt schon beruhigend und entspannend. In dieser Betrachtung gewinnt



der Übende eine gewisse innere Distanz und beobachtet bei den ankommenden Redeweisen, welcher Art sie sind.

Zwar tun auch dem belehrten und strebenden Menschen, solange er durstbewegt ist, die fünf positiven Redeweisen stets wohl und die anderen stets weh, aber selbst wenn er sich von ihnen noch innerlich streicheln oder erregen lässt, so erkennt er in nüchterner Beobachtung und Feststellung zugleich, dass ihm jetzt nur darum wohl oder weh ist, weil eine der fünf positiven oder negativen Redeweisen oder ein Gemisch daraus ankam.

Diese Kenntnis ist eine Hilfe, um sich selber immer mehr heraus zu nehmen, um das Hängen an den Gefühlen zu überwinden, um sich freier zu machen, um weniger verwundbar, erregbar, schwankend und abhängig zu sein von der Gnade oder Ungnade, der Laune oder Nichtlaune des jeweiligen Sprechers. Sie ist ein Weg zur Souveränität, zur Unverletzbarkeit. - Insofern wendet sich der Hinweis des Erwachten an den Verstand.

Aber es soll nicht bei der Analyse bleiben, denn sie kann den in der Lehre noch nicht stark verwurzelten Menschen zur Lieblosigkeit führen. Wir sehen, dass der Erwachte diese nüchterne Analyse nur als ersten Gedanken empfiehlt, durch den wir mit den auf uns eindringenden Eindrücken fertig werden sollen und können. Aber wir sollen nicht mit der gleichen nüchternen Analyse den Mitwesen in unserem Reden und Handeln gegenüberreten: da empfiehlt der Erwachte, dass wir die Kraft unseres Gemüts einsetzen, dass wir wohlwollend, liebevoll uns den Mitwesen zuwenden, dass wir daran denken, dass dort, wohin wir uns jetzt richten, ein fühlender Mensch steht, ein Wesen, das sich ebenso nach Wohl sehnt und Wehes verabscheut wie wir.

Doch zunächst zu den zweimal fünf Redeweisen:

*Die Rede kann sein: rechtzeitig – unzeitig*

*Zu rechter Zeit* kann man etwas zu hören bekommen und zu *unrechter Zeit*. Wenn man etwas zu unrechter Zeit zu hören

bekommt, dann mag das Gehörte doch liebevoll sein, mag dem Sachverhalt genau entsprechen, höflich und zielgerichtet sein - weil es aber zur unrechten Zeit ankommt, zu einer Zeit, in der es „mir nicht passt“, wo ich nach meiner inneren oder äußeren Situation ganz andere Bedürfnisse und Interessen habe, kann eine solche Redeweise, obwohl sie in vier Punkten völlig positiv ist, nur darum, weil sie mir jetzt nicht passt, mich verärgern, reizen, mir widerstreben und kann darum von mir erheblich negativer beurteilt werden als sie es verdient.

Ist es nicht überhaupt töricht, wenn man sich von gehörten Worten und Sätzen im Gemüt abhängig macht und beeinflussen lässt, wenn man dadurch Freude oder Ärger entstehen und sein gesamtes inneres Wesen wie eine Nusschale auf den Wogen herumwerfen lässt? - Hier kommt nun noch hinzu, dass das gehörte Wort nur in dem einen Punkt unvollkommen war, indem es nicht zur rechten Zeit kam. - Wer darüber nachdenkt, sieht eine lohnende Aufgabe darin, geistesgegenwärtig zu merken, welcher Art die Redeweise ist, die eine blind-automatische Gefühlsreaktion der Triebe hervorruft und ihn zwingen will, entsprechend zu denken, zu reden und zu handeln. Wer sich zur Gewohnheit macht, nüchtern die ankommende Redeweise zu kategorisieren, wird durch diese Feststellung vom persönlichen Getroffensein abgelenkt und wird damit fähig, selber sachlich schonend oder gar herzlich zugewandt auch etwas im Augenblick Störendes, Belästigendes hinzunehmen in dem Wissen, dass der andere genauso Wohl erleben möchte wie man selber.

*Eine Rede kann richtig, der Wirklichkeit gemäß,  
sein oder falsch*

Nicht jede falsche, den Tatsachen nicht entsprechende Rede-weise, die ich zu hören bekomme, ist schon eine Lüge. Es gibt auch die Möglichkeit des Irrtums bei dem Sprechenden und des Missverständnisses auf meiner Seite. Lüge, Irrtum und Missverständnis sind die drei Quellen für Redeweisen, die der

Wirklichkeit nicht entsprechen. Würde ich mich jetzt über die von mir als falsch beurteilte Rede ärgern und erbost oder kühl/überheblich die Sache „richtig stellen“, so könnte ich mich selber getäuscht haben. Aber selbst wenn ich ganz sicher bin, dass die falsche Darstellung nur dem anderen „anzulasten“ ist, so mag sich der Nachfolger sagen: dies ist eine der fünf möglichen unangenehmen Redeweisen, die mich treffen kann und die auch mir schon unterlaufen ist. Sie hat die Triebe nach richtiger Darstellung der Sache verletzt. Ärger ist aufgekomen, aber nicht kommt es auf das Verletztsein eines Triebes an, sondern auf ein Reagieren der Lehre gemäß. Reagiere ich jetzt durch das Verletztsein des Triebes ärgerlich, so ist die Gewöhnung, den Trieben entsprechend zu reagieren, verstärkt. So lässt sich nicht das Heil gewinnen.

*Eine Rede kann höflich oder hart verletzend sein*

Wenn einer mich zornig angiftet oder mir herablassend/überheblich meine Fehler vorhält - vielleicht gar in Gegenwart anderer, die dadurch ein falsches Bild von mir bekommen - auch dann gilt es nüchtern Folgendes festzustellen: „Dies ist unter den fünf unangenehmen Redeweisen eine verletzende Rede. Diese verletzende Rede hat die Tendenz nach Anerkennung getroffen, starkes Wehgefühl will den Geist veranlassen, ebenso heftig in Worten oder gar in Taten zu reagieren. Wollte ich dem folgen, so würde ich nicht der Wegweisung des Erhabenen folgen, nüchtern den Automatismus bei mir und bei anderen zu beobachten, sondern ich wäre wieder einmal ein in diesen Automatismus hinein verstricktes Opfer, ließe mich wie ein Rohr im Wind bewegen und umwerfen. Die vom Baum abfallenden Blätter oder die leeren Spreuhülsen vom Korn lassen sich von jedem Windlein hin und her werfen, während der Felsblock in der Brandung des Meeres und in jedem Sturm unerschütterlich steht. Welcher Mensch kann eher eine gefährliche Situation für sich selbst oder für einen ganzen Menschenkreis meistern: wer sich hin und her werfen

lässt oder der Unerschütterliche und dadurch klar Sehende?“

Wer auf die Unterschiedlichkeit der Menschen achtet und ihre Charaktere erkennt, der merkt bald, dass jeder Mensch einen anderen inneren Zuschnitt hat, dass mancher eben z.B. einfach herausplatzen muss, ohne daran zu denken, dass der andere dadurch verletzt sein könnte. Und wenn man das sieht - kann man dann von einem solchen Menschen verlangen, dass er sich höflich ausdrücke, kann man ihm Vorwürfe machen, auf ihn ärgerlich sein? Man erwartet ja auch nicht von einem Holzstück, dass es sich im Feuer glühend machen und dann biegen lässt wie Eisen, und man erwartet vom Eisen nicht, dass man mit ihm Feuer anzünden kann wie mit Holz. Warum denn wollen wir Wunder vom Menschen erwarten? Es ist ein Zeichen unserer Blindheit, wenn wir von einem Menschen etwas erwarten, wozu er nicht fähig ist.

Mit dem Bemühen um vermehrtes Verständnis für das Mögliche und Unmögliche wachsen wir über die Situation hinaus, kommen von dem Standpunkt des Kindes, das blind seine Wünsche erfüllt sehen möchte, zu dem des Erwachsenen, der da weiß, was er erwarten kann und was nicht.

*Eine Rede kann auf das jeweilige Ziel gerichtet sein oder nicht, sie kann heilsam sein oder unheilsam.*

Diese Redeweise spielt z.B. eine große Rolle bei der Beantwortung von Fragen und bei allen Belehrungen. Der Erklärende kann das Ziel verfolgen, dass der Fragende oder zu Belehrende über das jeweilige Problem genau unterrichtet wird, alles damit Zusammenhängende versteht, oder aber die Rede kann derart weitschweifig, geschwätzig, unzusammenhängend, emotional geladen sein, dass das Ziel, nämlich die Beantwortung der Frage oder sachdienliche Belehrung, nicht erreicht wird.

Von dem früheren Buddha, dem Bodhisattva, heißt es (D 30), dass er seine Rede ganz dem Ziel, dass der andere Nutzen von seiner Rede habe, unterordnete:

*Er pflegte (in früheren Leben) mit Besonnenheit zu unterweisen in einem Handwerk oder in einem Wissen, im Lebenswandel oder in einem Geschäft „dass man mich doch leicht begreife, leicht verstehe, leicht mir nachfolgen kann und sich nicht lange plagen muss“.*

Er leitete an bei handwerklicher Fertigkeit, bei irgendwelchen Künsten und Wissenschaften, zu gutem Wandel, bei vielen Beschäftigungen. Auf den ersten Blick scheint diese Tätigkeit auf den Lehrer beschränkt zu sein: auf den Schullehrer, den Handwerksmeister, den Religionslehrer. Aber auch jeder andere Meister, jeder Vorgesetzte, jeder Chef, jeder Ältere ist irgendwie Lehrer. So sind vor allem die Eltern „die ersten Lehrer“, wie sie der Erwachte nennt (A III,31). Lehrer sind ebenso die guten Freunde füreinander. (S 3,18) Dabei kommt es entscheidend auf die rechte Gesinnung an. Der gute Lehrer wünscht, seine guten Kenntnisse, sein nützliches Fachwissen, seine Lebenserfahrung so gründlich und so leicht verständlich wie möglich zu vermitteln, der andere soll sich nicht viel plagen müssen. Auf dieses Ziel ist seine Rede gerichtet.

So kann ein Mensch Lehrer erleben, die zielgerichtet durch einfühlsame Pädagogik und Didaktik ihm das Lernen leicht machen und ihm Daseinszusammenhänge aufzeigen, die ihn vor leidbringender Lebensführung bewahren. Und er kann Lehrer erleben, die äußerlich ihrer Pflicht nachkommen, aber nicht das Ziel im Auge haben, dass der andere durch ihre Rede Förderung erfahre, oder die bewusst kompliziert reden, um immer der Überlegene zu bleiben.

Da sagt sich der Kenner der Zusammenhänge, wenn er unzureichende Belehrung erfährt: „Durch früheres Wirken, sei es in diesem oder in früheren Leben, habe ich mir solche Belehrung erwirkt. Wenn ich jetzt ärgerlich würde, so würde es die jetzige Situation nicht verbessern und mich für die Zukunft belasten.“ Nüchtern versucht er, auf andere Weise die gewünschten Kenntnisse zu erlangen, sucht nach anderen Lehrern, nach Wegweisung für rechte Lebensführung.

In der Lehre des Erwachten bedeutet „*attha*“, das wir hier mit „Ziel“ übersetzt haben, vor allem das höchste Ziel, das Heil, die unverletzbare Unverletztheit, und „*attha samhita*“ bedeutet: „mit dem Ziel, mit dem Heil verbunden = zielgerichtet, heilsam“.

So heißt es in den Lehrreden oft am Ende einer Lehrdarlegung des Erwachten:

*Wenn ihr diese meine Wegweisung befolgt, so wird es euch lange zum Wohl (sukha) und Heil (attha) reichen.*

Ferner wird das Wohlgefühl der Sinnensucht, an das die Wesen angejocht sind, beschrieben als „niedrig, gewöhnlich, weltlich, nicht heilend (*anariya*), sondern unheilsam (*anatta-samhita*)“ (M 139), denn die fortgesetzten genüsslichen Befriedigungen sind Mehrung der Triebe.

Und ebenso werden mit Sinnenlust verbundene Gespräche über die Sinnendinge bezeichnet als „niedrig, gewöhnlich, weltlich, nicht heilend, unheilsam (*anatta-samhita*).“ (M 122)

*Attha* kommt auch vor in „*attha-veda, dhamma-veda*“ (M 48). *Attha-veda* wäre zu übersetzen mit „aus dem Merken des Unheils ein freudiges Empfinden für das Heil entwickeln.“<sup>76</sup>

Und es heißt in den Texten (in der Übersetzung von K. E. Neumann), die Lehre sei „sinn- und wortgetreu“ (*s 'attha, sa-vyañjana*) zu überliefern. Der Sinn, der Zweck der Lehre liegt darin, zum Heil zu führen; und eine Lehre ist „heilsgetreu“ überliefert, wenn sie diesen Zweck, dieses Ziel verfolgt.<sup>77</sup>

Wenn dem Nachfolger eine solche heilsame Rede begegnet, so ist ihm das heilsam-erhebend, stärkend und lieb. Wenn dem Nachfolger keine heilsame Rede begegnet, weil er aus irgendwelchen Gründen keinen Heilslehrer aufsuchen kann oder

---

76 Und *dhamma-veda* wäre zu übersetzen mit „die Lehre (*dhamma*) als die Heilswegweisung freudig empfinden und erkennen.“

77 *vyañjana*, wörtlich das Begleitende, das Dazugehörige (von K.E.Neumann irrtümlich mit „wortgetreu“ übersetzt), bezieht sich auf die praktischen Konsequenzen, auf das, was zu tun ist (und warum), um den Heilsstand zu erreichen.

keiner in seiner Nähe ist, und wenn er zusätzlich seichtem, oberflächlichem Geschwätz ausgesetzt ist, so bemüht er sich, eine solche Situation hinzunehmen, ohne Ärger und innere Ablehnung aufkommen zu lassen in dem Wissen: „So beschaffen ist ja diese Welt, dass Heilsames nur selten zu hören ist. Der ganze Samsāra ist nur ein endlos sich wälzender Leidens-  
traum. Mit Zuneigung zu dem einen, mit Anstoßnehmen, Verurteilen und Abneigung bei dem anderen wälzt sich der von Anziehung und Abstoßung Getriebene immer nur mit dem umwälzenden Samsāra mit um, bleibt im Ozean der Leiden. Da hilft nichts anderes als das Zurücktreten, dass man kein Mitgerissener mehr ist, sondern ein Zuschauer werde.“ So wird er einer, der nicht mehr bei den Wesen fragt: „Was habe ich von ihnen“, sondern einer, der selber auf Verständnis, Rücksicht, Wohltun, Förderung aus ist, der innen hell, auf Heilsames ausgerichtet ist und darum Unheilsames hinnehmen kann, ohne davon verstört zu werden.

*Eine Rede kann herzlich zugewandt, liebevoll sein  
oder innerlich ablehnend, herzlos, lieblos*

Herzlich zugewandt, liebevoll, von Wohlwollen getragen sein kann die Rede, mit der ich angesprochen werde, oder aber von Kaltherzigkeit, Lieblosigkeit, Abwehr, Übelwollen, Feindseligkeit und wie sonst die mancherlei Formen der inneren Ablehnung sein mögen.

Es ist sehr verständlich, dass die liebevolle Redeweise den Trieben viel mehr wohl tut als die lieblose oder gar feindselige. Aber wir können die liebevolle Rede nicht verlangen, sie steht uns nicht jederzeit zu. Wir leben nicht in einem Menschenkreis, in dem sie, fest vereinbart, jedem zur Pflicht gemacht ist. Sie lässt sich auch gar nicht zur Pflicht machen. Es gibt Menschen, welche sie leicht vermögen, welche kaum lieblos sprechen können, und andere Menschen, welche sie durchaus nicht vermögen. Und die hier gemeinte Liebe, die offene, herzliche Zuwendung zum Mitwesen, ist eine Empfin-

dung und eine Haltung, die man nur freiwillig übernimmt oder eben nicht übernimmt.

Wir sehen, dass manchen Menschen in ihrer Umgebung mehr Liebe und Herzlichkeit begegnet als anderen Menschen in derselben Umgebung. Es liegt weitgehend am Menschen selbst, wie ihm begegnet wird. Es ist ganz natürlich, dass der normale Mensch denjenigen liebevoller begegnet, die er als wohltuender empfindet, und dass er anderen, die er nicht als wohltuend, sondern als unangenehm und schmerzlich oder langweilig empfindet, eben nicht liebevoll begegnet. Mit diesen Gedanken werden wir auf uns selbst verwiesen: Sind wir so, dass der andere uns mag? Sind wir wohltuend, erfreuend, hilfreich, unaufdringlich, erhellend?

Wer bei sich selbst mehr darauf achtet, ob er mit herzlicher Zuwendung oder mit innerer Antipathie spricht, der macht zuerst bei sich selbst und hernach auch bei anderen Menschen eine Beobachtung, die ihn sehr stutzig macht: Je mehr man nämlich selbst wahrhaft liebevoll gesonnen ist und liebevoll spricht - um so weniger achtet man darauf, ob der andere auch liebevoll oder ablehnend spricht, um so weniger fühlt man sich gehoben von dessen liebevoller Art oder fühlt sich abgestoßen von dessen liebloser oder abgewandter Art. Man merkt: Wer selber Liebe im Herzen hegt, der ist davon erfüllt und darum unverwundbar. Der Lieblose, Kaltherzige dagegen wacht mit unbewusst gespitzten Ohren darüber, ob die anderen ihm herzlich, liebevoll zugewandt oder lieblos und gar feindselig begegnen. Er, der selber lieblos ist, hungert nach Freundlichkeit und Liebe, erwartet sie und verlangt sie unbewusst oder bewusst.

Daraus erkennen wir, dass es die Bedürftigkeit ist, die den Menschen Freundlichkeit, Anerkennung und Liebe vermissen lässt und verlangen lässt. Wer das erkennt, der strebt danach, selber freundlicher, wohlwollender, liebender zu werden, weil er weiß, dass er dann allen Menschen geben kann, was sie ersehnen und wünschen, und weil er auch weiß, dass er selber durch seine liebevolle Gesinnung, durch die gute Beschaffen-



heit seines Herzens unabhängig ist von dem Entgegenkommen oder Nichtentgegenkommen der Mitwesenden, dass er unverwundbar wird.

Diese fünf Redeweisen können uns also begegnen.

Bei der ersten Redeweise geht es um die Zeit: die Redeweise kann zur geeigneten oder zur ungeeigneten Zeit erfolgen.

Bei der zweiten Redeweise geht es um die Sache, die tatsächliche Sache. Der Tatsache kann die Rede entsprechen und widersprechen.

Bei der dritten Redeweise geht es um den Ton; sie kann den richtigen und den falschen Ton haben, höflich oder verletzend sein.

Bei der vierten Redeweise geht es darum, dass sie zielgerichtet oder nicht zielgerichtet, heilsam oder unheilsam ist. Die Rede kann nutzbringend, heilsam sein, kann aber auch flach und sinnlos und gar verderbenbringend sein.

Bei der fünften Redeweise geht es um die Gesinnung, aus welcher die Rede erfolgt: herzlich zugewandt oder herzlos, liebevoll oder lieblos, wohlwollend oder übelwollend.

Wir sehen bei scheinbarer Ähnlichkeit den Unterschied zwischen der dritten und der fünften Redeweise, zwischen der Ausdrucksweise und der Gesinnung. Es kann bei übler Gesinnung doch eine höfliche Ausdrucksweise benutzt werden. Es kann auch bei einer im Grunde guten Herzensart die Ausdrucksweise rau und verletzend sein. Es ist überhaupt ein großer Unterschied, ob man mehr auf die Ausdrucksweise achtet, auf höflich oder verletzend, oder ob man mehr auf die zugrunde liegende Gesinnung achtet. Es ist keine Frage: So wichtig es auch ist, dass wir die bestmögliche, höflichste Ausdrucksweise finden, so ist unvergleichlich wichtiger doch die Gesinnung.

Ebenso besteht ein wichtiger Unterschied zwischen der zweiten und der vierten Redeweise, zwischen Sache und Ziel. Es kann eine Redeweise der Sache, der Tatsache vollkommen entsprechen, also richtig sein, und kann doch vollkommen

ziellos sein und nichts als leeres Geschwätz.

Wenn wir die Redeweisen betrachten, dann erkennen wir, dass es tatsächlich keine weiteren Gruppen von Redeweisen gibt als diese fünf. Wenn wir diese zweimal fünf Möglichkeiten in unserem Geist gut durchschreiten und ausschreiten und uns zu eigen machen, dann werden wir bei allen an uns herantretenden und von uns ausgehenden Redeweisen immer sehr bald wissen, zu welcher der zehn Redeweisen sie gehören. Und wenn der Blick darauf gerichtet ist, dass „ich“ es doch gar nicht bin, der getroffen wird, sondern nur der unabhängig von meinem Willen ablaufende Mechanismus: „Berührung der Triebe - Gefühl - entsprechende Wahrnehmung - entsprechende Reaktion“, dann steht der Beobachter außerhalb, zählt die Vorgänge nicht zu sich und wird darum nicht verstört. Und wenn unser Gemüt nicht verstört wird, dann fällt es uns leicht, *dass kein böses Wort unserem Munde entfährt, dass wir wohlwollend und mitempfindend bleiben, liebevollen Gemüts ohne innere Abneigung.*

Aber auch wenn uns jene gelassene Hinnahme der verschiedenen Redeweisen noch nicht so gelingt und darum unser Gemüt doch bewegt wird, so gilt es, trotz der Verstörung des Gemütes nicht die Flinte ins Korn zu werfen, sondern sich darin zu üben, dass dann wenigstens *kein böses Wort unserem Munde entfahre*, dass wir nicht ungut reagieren, nicht im Denken, nicht in Worten und nicht in Taten.

So gibt es verschiedene Entwicklungsstufen, durch die man erst allmählich hindurch gelangt zur Reife:

dass einer aus einem Gemüt, das durch eine unerquickliche Redeweise verstört wurde, in Gedanken, Worten und Taten übel reagiert,

dass einer, weil sein Gemüt erregt wurde, zwar in Gedanken und Worten übel reagiert, aber nicht mehr in Taten,

dass einer, weil sein Gemüt erregt wurde, nur noch in Gedanken übel reagiert, aber nicht mehr in Worten und Taten,

dass einer, obwohl sein Gemüt erregt wurde, weder in Taten, noch in Worten, noch in Gedanken übel reagiert, sondern

es ihm gelingt, zugewandt und wohlwollend zu bleiben,  
oder aber, dass einer, was auch für fünf Redeweisen ihn treffen, in keiner Weise mehr in seinem Gemüt verändert wird.  
Hier haben wir eine Stufenleiter der Übungen und eine Stufenleiter der Ergebnisse, und wir können daran messen, wo wir stehen, was erreicht ist und was noch anzustreben ist.

Eine große Hilfe, um unsere Verletzbarkeit durch Redeweisen zu mindern, ist es, wenn wir uns bei den fünf uns angenehmen Redeweisen, wenn sie uns treffen, dem aufkommenden Wohl nicht so sehr hingeben, denn durch die Hingabe an das Wohlfühl bei angenehmen Redeweisen wächst die Bedürftigkeit nach solchen, und damit wächst die Verletzbarkeit durch negative Redeweisen.

Wer da bedenkt, dass jetzt eben aus der Beschaffenheit des Gesprächspartners die eine oder andere positive Redeweise die Triebe angenehm berührt, dass genauso gut aus der Beschaffenheit des gleichen Partners oder eines anderen Partners eine der fünf unangenehmen Redeweisen die Triebe hätte treffen können, der lässt sich von der angenehmen Redeweise nicht gleich innerlich in den Himmel heben, sondern bleibt nüchtern: „Ja, da wurde jetzt in dieser oder in jener den Trieben angenehmen Redeweise gesprochen.“

Nicht nur der Erwachte, nicht nur alle diejenigen, welche die Welt überwunden haben, sondern auch die Großen dieser Welt mahnen, dass der Mensch sich nicht abhängig mache von den Worten und Dingen, die in dieser Welt an ihn herantreten. Er möge sich vielmehr eine innere Freiheit und Unabhängigkeit erwerben, eine Eigenständigkeit, die aus den Kräften des eigenen Herzens Sicherheit und Heil bietet, so dass er nicht den jeweiligen Eindrücken dieser Welt unterworfen ist.

Aber diese nüchterne Haltung darf man nur, wie schon gesagt wurde, von sich selbst fordern beim Hinnehmen der ankommenden Redeweisen, während man sich aktiv handelnd gegenüber den Mitwesen um eine zugewandte, wohlwollende, aufmerksame, behutsame, freundliche und liebevolle Haltung

(*mettā*) bemüht.

Um den Redeweisen innerlich gerüstet zu begegnen, bedarf es einer nüchternen, klar analysierenden Haltung, damit der Mensch, der bei gegebenen Anlässen noch ärgerlich, verdrossen und abweisend wird, darauf achtet, dass er durch das Anhören unwillkommener Reden nicht gleich im Herzen ablehnend und aufbegehrend werde, sich in seinem Inneren trotz der unliebsamen Begegnung „nicht verändere“. Das ist so, wie wenn man sich gegen den Wind stemmt, um sich nicht umblasen zu lassen. Man muss sich üben, nicht gleich den jeweiligen Eindrücken nachzugeben und zu erliegen, sondern nüchtern hinzuschauen und zu analysieren, um eine unverstörte Herzensverfassung beibehalten zu können.

Eine gewisse Untreffbarkeit, Unverletzbarkeit ist also die eine Voraussetzung für die Entwicklung von *mettā*, von herzlicher Zuwendung.

Die Zuwendung zu den Mitwesen fällt dem einen Menschen leichter, dem anderen schwerer. Manche Menschen sind in ihrem Gemüt so beschaffen, dass sie, wann immer sie mit einem lebendigen Wesen zu tun haben, mit ihm empfinden, sein Verlangen nach Wohl und Helligkeit natürlicherweise mitfühlen und dass sie ebenso natürlich sich dem Mitwesen liebevoll zuwenden. Wer das vermag, der hat schon viel in dieses Leben mitgebracht oder in diesem Leben sich erworben. Wer das nicht vermag, der kann es sich erwerben, indem er sich darum bemüht.

Der normale Mensch lebt in der Weise der Reaktion, das heißt, wenn ihm andere angenehm begegnen, dann begegnet er ihnen auch angenehm; wenn sie ihm unangenehm begegnen, dann begegnet er ihnen auch unangenehm. Viele Menschen halten diese Verhaltensweise sogar für richtig. Sie wenden den Maßstab der Sympathie und Antipathie bewusst an: Denjenigen Menschen, die ihnen sympathisch sind, begegnen sie mit ihrer größtmöglichen Liebenswürdigkeit und Offenheit; anderen Menschen dagegen, die ihnen unsympathisch sind, verschließen sie sich, behandeln sie abfällig, rücksichtslos - und

meinen, so sei es richtig.

Durch die Lehren der Weisen und insbesondere durch die Lehre der Erwachten wird erfahren und begriffen, dass diese Haltung gerade falsch ist, da sie den Täter wie auch die Beteiligten in Kälte, Zwietracht, Misstrauen, Hochmut, Zorn, Streit und Krieg führen, dass jedoch die allen Wesen zugewandte, vorbehaltlos wohlwollende, freundliche und liebevolle Haltung der einzige Weg ist zu gegenseitiger innerer und äußerer Förderung, zu Wachstum und Erhöhung des Menschentums, zu Vertrauen, Eintracht und Frieden. Aber man kann sich um diese Haltung nur in dem Maß bemühen, wie man diesen neuen Maßstab gewonnen und im Geist anerkannt hat. Dabei hat natürlich derjenige, der bisher auf den weltlichen Wegen der Antipathie und Sympathie energisch voran ging und dort zu den ersten gehörte, nun nach Anerkenntnis des entgegengesetzten Maßstabs um so mehr zu tun und an sich zu arbeiten, bis er von dieser angenommenen ungunstigen Art wieder abgekommen ist, sich des Maßstabs der Sympathie und Antipathie entwöhnt und sich eine gleichmäßig liebevolle, zugewandte Haltung allen Wesen gegenüber angewöhnt hat. Ein anderer dagegen, der auf diesen ungunstigen Wegen der Sympathie und Antipathie nicht so weit vorgeschritten war, sondern sich mehr zurückgehalten hat, der hat nun, nachdem auch er den richtigen Maßstab anerkennt und sich ihm fügt, nicht so viel an sich zu verändern und zu wandeln, um dem neuen Maßstab gerecht zu werden. In dieser Tatsache liegt der tiefere Sinn des christlichen Wortes: *Die ersten werden die letzten sein, und die letzten werden die ersten sein*: Bei einer Kehrtwendung sind die, die bisher die ersten waren, die letzten und umgekehrt.

Aber es ist nicht wichtig, ob man einen kürzeren oder einen längeren Weg zurückzulegen hat, um zu der besseren Haltung zu kommen: von entscheidender Bedeutung ist die neue richtige Einsicht, die zu wohlwollender Haltung führt. Und je tiefer wir die Einsicht in uns verankern, je klarer wir die guten Folgen erkennen, die aus der wohlwollenden Haltung für uns und unsere Mitwelt hervorgehen, um so mehr Kraft und Einsatz-

willen entwickeln wir, sie zu erwerben. Und wer zuvor auf den Wegen des Irrtums zu den ersten gehörte, z.B. weil er eine besonders energische und konsequente Art hat, der kann nach einiger Zeit auch auf den Wegen der Wahrheit und des Heils zu den ersten gehören.

### Liebevoll strahlen

*Diesen Menschen werden wir mit liebevollem Gemüt durchstrahlen* - was ist damit gemeint? Im Lieben wie auch bei Abneigung gibt es nicht nur die Möglichkeit des Denkens in Worten, Begriffen und Vorstellungen, sondern *hinter* diesen gedachten Worten, Begriffen und Vorstellungen steht auch eine unterschiedliche Kraft des Liebens oder der Abneigung, und diese Kraft ist das, was Karl Eugen Neumann mit „Strahlen“ übersetzt und wörtlich „sich erfüllen mit“ bedeutet.

Wer sich schon häufiger um liebendes Denken an bestimmte Menschen und an ganze Kreise von Wesen oder an alle Wesen bemüht hat, der mag diese Kraft schon an sich erfahren haben. - Im Anfang der Bemühung um liebendes Denken spürt man meist noch keine Kraft, vielmehr bemüht man sich, zunächst unter Einsatz seines besten Willens um liebevolle Gesinnung in Taten, Worten und Vorstellungen. Bei dieser Übung kommt bei manchen Menschen früher, bei anderen später im liebenden Bedenken auch zugleich ein liebendes Empfinden auf.

Es entwickelt sich ein liebendes Gemüt, eine liebevolle Gesinnung, eine innere warmherzige Zuwendung. Diese besteht zuerst noch gestützt auf die gedachten Worte und Vorstellungen, aber im Lauf der wiederholten und beharrlich gepflegten Übungen erfährt man, wie aus dem verstehenden Denken ein liebendes Denken und aus dem liebenden Denken auch liebendes Empfinden hervorgeht. Bei weiteren Übungen hält das liebende Empfinden auch dann an und besteht weiter, wenn das liebende Denken aufhört, wenn alle Begriffe, Bilder und Vorstellungen ruhen. Wenn man dahin gelangt ist, „strahlt“

man mit liebevollem Gemüt.

Indem dieses Strahlen von einer Richtung zu einer zweiten, dritten, vierten und schließlich überallhin gelenkt wird, ergibt sich bald ein gleichmäßiges, überallhin gerichtetes Lieben von einem strahlenden Zentrum aus. Im weiteren Verlauf der Übung wird auch das strahlende Zentrum selbst mitsamt der Peripherie, das „All“, vergessen. Es besteht nicht mehr ein Strahlender und das Bestrahlte, sondern es besteht nur noch das liebend strahlende, das allliebende Gemüt.

Es heißt in dieser Lehrrede, dass man bei jener Person zu üben beginnt, von welcher einem gerade eine der unliebsamen Redeweisen begegnet ist. Indem man diese Person geistig näher betrachtet, bedenkt man, dass sie ja auch ein nach Wohl und Helligkeit suchendes Wesen ist, dass sie nur darum so handelt, wie sie handelt, weil sie sich davon Erleichterungen erhofft.

Durch solche Betrachtungen entdecken wir erst das Mitwesen. Wir merken, dass es nicht irgendein bedeutungsloses, blasses Schemen ist, sondern dass es genauso wie wir selbst in dieses Dasein geworfen ist, getrieben durch die Wandelbarkeit aller Erscheinungen, ein Leidensgefährte, ein Schicksalsgefährte, ein Bruder, eine Schwester. - Nun gehen uns „die Augen auf“, und wir merken, was wir vorher kaum wahrnahmen: diesem Wesen da - und allen anderen Wesen - geht es im Grund wie mir.

So übt man sich, gefühlsmäßige Abneigungen zu überwinden, bis man eine in sich ruhende, liebevolle Haltung diesem Wesen gegenüber gewonnen hat. Dann bezieht man weitere Personen mit ein, umgreift ganze Personenkreise, Verwandte, Kollegen, die Nachbarn, die Völker. Man entdeckt die Schicksalsverbundenheit, die grundsätzliche Gleichheit aller Wesen und versteht nun jenes in ganz Indien bekannte Wort „*tat tvam asi*“ = „*das bist du*“. Man liebt, wie Jesus sagt, „*seinen Nächsten wie sich selbst*“. Und der „Nächste“ ist in diesem Sinn nicht nur der uns durch Sympathie oder besondere Bindungen „Nahestehende“, sondern ausnahmslos jedes - nicht nur

nur menschliche - Wesen, das in unseren Erfahrungskreis gelangt.

Die zugewandte liebevolle Haltung ist nicht Sympathie. - Sympathie und Antipathie, Zuneigung und Abneigung sind blinde Mechanismen, die aus der Begrenztheit und Beschränktheit des Herzens kommen. Der hochsinnige und im religiösen Sinn sich übende Mensch überlässt sich ihnen nicht.

Die großen Wesen haben weder Sympathie noch Antipathie zu anderen. Sie haben sich von diesen triebbedingten Neigungen getrennt und befreit und haben stattdessen jene liebende Zuwendung erworben, die nicht im geringsten nach den Qualitäten des anderen fragt, die vielmehr der Tatsache inne wird, dass ein jedes Wesen ein nach seinen Fähigkeiten und Vermögen ringendes Wesen ist. Sie sehen die Anliegen, Begehungen, Ersehnungen, die Hoffnungen und Enttäuschungen, die Pläne und Bemühungen und deren Vergeblichkeit bei den Wesen. Sie sehen diese Gemeinsamkeit aller Wesen: sie sehen, dass sie Mitwesen sind, und auf Grund dieser Gemeinsamkeit erkennen und behandeln sie sie. Das ist der Unterschied zwischen Liebe und Sympathie.

Die Übung besteht also darin, dass sich der Übende abgewöhnt, bei jedem Menschen, an den er nur irgendwie denkt, seiner natürlichen Einstellung zu ihm, die Ablehnung, Zuwendung oder Gleichgültigkeit sein kann, nachzugeben, und stattdessen sich vor Augen führt, dass der andere ganz ebenso ein Wohl suchendes Wesen ist wie er selber, dass er sich an seine Stelle setzt und sozusagen stellvertretend für ihn sein Wohl sucht. Das muss sich bei Fremden nicht in Worten oder Taten auswirken, wodurch man aufdringlich werden kann. Es geht in erster Linie um die Gesinnung. Wer diese Gesinnung hat, der wird von selber da, wo es angebracht ist, auch entsprechende Taten folgen lassen.

Diese Übung fällt nicht leicht. Sie fällt in dem Maß schwer, wie man sich bisher von allen anderen unterschieden hat, wie man sich als das Zentrum, die anderen bewusst oder unbewusst als Gegenstände der Welt angesehen hatte, die man mit



seinem Geschmack wie auch mit seinem Rechtsgefühl oder moralischen Maßstab usw. beurteilte. Aber mit dieser Übung radiert man nach und nach alle triebbedingten Konturen der Sympathie und Antipathie aus, und an ihre Stelle tritt Mitempfinden, Wohlwollen, liebendes, fürsorgliches Denken, wie man es früher - engherzig - nur auf sich anwandte.

Folgende nicht messende Gedanken sind es, die ein solcher sich einübt:

Das ist auch einer, der Wohl und Glück sucht, Geborgenheit und Frieden sucht, ganz ebenso wie auch ich Wohl und Glück suche, Geborgenheit und Frieden suche. -

Das ist auch einer, der aus seinen inneren und äußeren Gegebenheiten so und nicht anders fühlen und wollen und denken und handeln muss, ganz ebenso wie auch ich aus meinen inneren und äußeren Gegebenheiten so und nicht anders fühlen und wollen und denken und handeln muss.

Das ist auch einer, der schon seit undenklichen Zeiten im Samsāra durch alle Daseinsformen und Daseinsbereiche hindurch wandert und hindurch irrt, wie auch ich schon seit undenklichen Zeiten im Samsāra durch alle Daseinsformen und Daseinsbereiche hindurch wandere und hindurch irre.

Wer in dieser Weise - von einzelnen Menschen zu Menschengruppen übergehend - sich zu liebendem Denken und fortschreitend zu denkendem Lieben entwickelt, aus dem die alles umfassende liebende Gesinnung hervorgeht, die bald auch ohne diskursives Denken anhält, der entlässt damit auch alle einzelnen Menschen und Menschengruppen aus seinem Geist; der wird ganz frei von Vorstellungen von Welt oder Ich, und es bleibt nur jenes strahlende, universale, fraglose Lieben.

Solcherart ist die Spitze der *Mettā*-Übung, der Liebe-Strahlung:

Weit umfasst der Übende alle Wesen, nicht messend (*appamāna*) beurteilt er nicht mehr die Wesen, trifft keine Unterscheidungen mehr, hegt keine Abneigung, keine Feindschaft, geht

nicht mehr nach Sympathie oder Antipathie. Wo ihm Wesen begegnen, da wünscht er ihnen Befriedigung und Befriedung, und zwar allen an einer Situation Beteiligten - ohne einzelne oder Gruppen auszuschließen. Seine Zuneigungen und Abneigungen zu der Art der einzelnen Wesen werden aufgelöst durch Lieben aller. Er fühlt kein Zurückzucken, Nichtmögen, keine Trennung mehr, ist völlig hell, unbelastet, ohne eigenes Anliegen, offen für alle Wesen.

Durch das Durchstrahlen der verschiedenen Richtungen wird alle Beschränkung auf einzelne Gruppen und Arten von Wesen, wird aller Bezug zu einzelnen Richtungen, in denen es Wesen gibt, aufgehoben. So wird die „Eigenart“, die Egozentrik aufgelöst, der Anschein von Trennung wird aufgehoben.

Das unbeschränkte Gemüt wird von allen Dunkelheiten und Abneigungen geklärt, denn Liebe und Abneigungen können nicht miteinander bestehen. Wo die Liebe siegt, da vergeht jede Abneigung wie Nebel in der Sonne.

*So habt ihr euch, meine Mönche, zu üben.* - Das ist uns nicht in den Schoß gelegt, das erwerben wir nicht von heute auf morgen, aber durch beharrliches Üben wird diese liebende Kraft nach und nach erworben. Wer auch nur einige Fortschritte in dieser Übung macht, der gewinnt daraus tiefe innere Freudigkeit, feste Sicherheit, tiefen inneren Frieden. Durch dieses innere Erlebnis wird er bestärkt, auf diesem Weg weiter zu gehen, sich nicht beirren zu lassen. So kommt er in den Zug zur Helligkeit, in den Zug zur Unverletzbarkeit und Freiheit.

#### Vier Gleichnisse für die Unerschütterlichkeit des Gemütes

Und nun gibt der Erwachte vier Gleichnisse als Leitbilder für die Unerschütterlichkeit des Gemüts. Der Nachfolger wird aufgefordert, im Geist ein bestimmtes Leitbild aufzurichten und als Gemüthaltung festzuhalten:

*Gleichwie wenn da ein Mann herkäme, mit Spaten*

*und Korb versehen, und spräche: „Ich werde den Erdball erdlos machen!“ Und er grübe da und dort, würfe da auf und dort auf, lockerte da auf und dort auf, löste da ab und dort ab: „Erdlos sollst du werden, erdlos sollst du werden.“ Könnte wohl dieser Mann den Erdball erdlos machen? - Gewiss nicht. - Und warum nicht? - Der Erdball ist ja tief, unermesslich, den kann man nicht wohl erdlos machen, so viel Mühe und Plage auch immer jener Mann haben mag.*

*Ebenso nun auch, ihr Mönche, gibt es da fünf Redeweisen, mit welchen euch andere ansprechen. Ihre Rede kann sein: rechtzeitig oder unzeitig, richtig oder falsch, höflich oder hart verletzend, zielgerichtet/heilsam oder nicht zielgerichtet/unheilsam; herzlich zugewandt, liebevoll oder innerlich ablehnend, herzlos, lieblos. Diesen Menschen wollen wir mit liebevollem Gemüt durchstrahlen. Von ihm ausgehend, werden wir die ganze Welt mit erdballgleichem Gemüt durchstrahlen, mit weitem, tiefem, nicht messendem, von Feindschaft und Bedrängung befreitem.*

Das Gleichnis von der Unerschütterlichkeit des Erdballs spricht für sich selbst. Wie lächerlich wirkt der Mann, der mit Korb und Spaten die Erde wegschaffen will. Hätten wir ein erdballgleiches Gemüt, so unerschütterlich wie der Erdball - wie vermöchten dann gehörte Wörtlein unser Gemüt erschüttern?

In einer anderen Lehrrede (M 62) heißt es: *Ob man auf die Erde saubere Dinge hinwirft oder unsaubere, ekelhafte Dinge hinwirft, die Erde bäumt sich gegen nichts auf, sondern nimmt alles gelassen hin.* Wer diese Vorstellung von der Gleichmütigkeit der Erde gegenüber dem, was an sie herankommt, von der Unerschütterlichkeit des Erdballs, von seiner Unauflösbarkeit durch die Menschen öfter in sich aufnimmt, wer sich diese Eigenschaften des mächtigen Erdballs zum Vorbild und Leit-

bild nimmt, der gewinnt daraus eine wirksame Hilfe, um sich ein unerschütterliches Gemüt zu erwerben.

*Gleichwie etwa, wenn da ein Mann herkäme mit gelber, blauer oder roter Farbe versehen und spräche: „Ich werde hier im Himmelsraum Gestalten zeichnen, werde ein Bild entwerfen“, was meint ihr nun, Mönche, könnte wohl dieser Mann im Himmelsraum eine Gestalt zeichnen, ein Bild zustande bringen? - Gewiss nicht, o Herr. - Und warum nicht? - Der Himmelsraum, o Herr, ist ja gestaltlos, unsichtbar; dahinein kann man keine Gestalt zeichnen, kein Bild erscheinen lassen, so sehr sich der Mann auch mühen und plagen mag. -*

*Ebenso nun auch, ihr Mönche, gibt es da fünf Redeweisen, mit welchen euch andere ansprechen. Ihre Rede kann sein: rechtzeitig oder unzeitig, richtig oder falsch, höflich oder hart verletzend, zielgerichtet/heilsam oder nicht zielgerichtet/unheilsam; herzlich zugewandt, liebevoll oder innerlich ablehnend, herzlos, lieblos. Diesen Menschen wollen wir mit liebevollem Gemüte durchstrahlen. Von ihm ausgehend, werden wir die ganze Welt mit himmelsraumgleichem Gemüt durchstrahlen, mit weitem, tiefem, nicht messendem, von Feindschaft und Bedrängung befreitem.*

Diese Vorstellung vom Luftraum ergänzt hilfreich gerade durch den Gegensatz das Gleichnis von dem unerschütterlichen Erdball: Im Luftraum findet kein Ding Halt, in den Luftraum kann man nichts hineinzeichnen, dort haftet nichts, es geht alles hindurch, ebenso durchlässig sei auch mein Gemüt; es lasse sich nicht treffen, nicht verändern, es sei völlig durchlässig, völlig untreffbar.

*Gleichwie wenn da ein Mann herkäme mit einem brennenden Strohbüchel versehen und spräche: „Ich werde mit diesem brennenden Strohbüchel den Ganges ausbrennen, gänzlich ausbrennen.“ Was meint ihr nun, Mönche, könnte wohl dieser Mann mit dem brennenden Strohbüchel den Ganges ausbrennen, gänzlich ausbrennen? - Gewiss nicht, o Herr. - Und warum nicht? - Der Ganges, o Herr, ist ja tief, unermesslich, den kann man nicht wohl mit einem brennenden Strohbüchel ausbrennen, gänzlich ausbrennen, so sehr sich der Mann auch mühen und plagen mag. - Ebenso nun auch, ihr Mönche, gibt es fünf Redeweisen, mit welchen euch andere ansprechen. Ihre Rede kann sein rechtzeitig oder unzeitig, richtig oder falsch, höflich oder hart verletzend, zielgerichtet/heilsam oder nicht zielgerichtet/unheilsam, herzlich zugewandt, liebevoll oder innerlich abgewandt, herzlos. Da habt ihr euch nun, meine Mönche, zu üben:*

*Nicht soll unser Gemüt verstört werden,  
kein böses Wort unserem Munde entfahren.*

*Voll Wohlwollen und Mitempfinden  
wollen wir bleiben,*

*mit liebevollem Gemüt ohne innere Abneigung.*

*Diesen Menschen wollen wir mit liebevollem Gemüt durchstrahlen. Von ihm ausgehend werden wir dann die ganze Welt mit gangesgleichem Gemüt durchstrahlen, mit weitem, tiefem, nicht messendem, von Feindschaft und Bedrückung befreitem.*

*So habt ihr euch, meine Mönche, zu üben.*

Dieses Bild des gewaltigen Stroms, den ein Mann mit einem lodernnden Strohbüchel verdampfen will, kann, wenn wir es recht betrachten, von befreiender Kraft sein. So wie das gewaltige kühle Wasser mit einem kurzen Aufzischen das Strohfeuer

völlig löscht und auflöst, so mag auch das Gemüt diese oder jene Verletztheit, die da durch Reden oder Taten anderer auf-flackern will, mühelos und unwiderstehlich auslöschen, auflö-sen.

*Gleichwie wenn da ein Katzenfell wäre, gegerbt, fein gegerbt, ganz durchgegerbt, weich und wollig, dem man keinen Laut entlocken kann; und es käme ein Mann mit einem Stock oder einem Kieselstein und spräche: „Ich werde diesem Katzenfell mit dem Stock oder dem Kieselstein Töne entlocken.“ Was meint ihr, Mönche, könnte dieser Mann diesem gegerbten, fein gegerbten, ganz durchgegerbten, weichen und wolligen Katzenfell Töne entlocken? - Nein, o Herr. - Und wa-rum nicht? - Dieses Katzenfell ist ja gegerbt, fein ge-gerbt, ganz durchgegerbt, weich und wollig; dem kann man keine Töne entlocken, so sehr sich der Mann auch plagen mag. - Ebenso nun auch, ihr Mönche, gibt es da fünf Redeweisen, in welchen andere euch ansprechen können. Ihre Rede kann sein rechtzeitig oder unzeitig, richtig oder falsch, höflich oder hart verletzend, zielge-richtet/heilsam oder nicht zielgerichtet/unheilsam, herzlich zugewandt, liebevoll oder innerlich abge-wandt, herzlos.*

*Da habt ihr euch nun, meine Mönche zu üben:*

*Nicht soll unser Gemüt verstört werden,  
kein böses Wort unserem Munde entfahren.*

*Voll Wohlwollen und Mitempfinden  
wollen wir bleiben, mit liebevollem Gemüt  
ohne innere Abneigung.*

*Diesen Menschen wollen wir mit liebevollem Gemüt durchstrahlen. Von ihm ausgehend, werden wir mit katzenfellgleichem Gemüt die ganze Welt durchstrah-len, mit weitem, tiefem, nicht messendem, von Feind-*

*schaft und Bedrängung befreitem.  
So habt ihr euch, meine Mönche, zu üben.*

In dem Katzenfell war früher eine lebendige Katze, die empfindlich war. Wenn der Mann mit dem Stock eine lebendige Katze geschlagen hätte oder einen Stein auf sie geworfen hätte, dann hätte sie geschrien, gefaucht. Aber das ist bei dem Katzenfell, das überdies seiner früheren Verfassung völlig entfremdet ist, weil es durch und durch gegerbt ist, nicht mehr möglich. So wie das Katzenfell nie wieder „lebendig“, empfindlich werden kann, so kann das in der Strahlung der reinen Liebe vollendete Gemüt nie wieder erregt werden, erschüttert werden, sich nicht mehr innerlich schreiend über schreiendes Unrecht aufbäumen, denn es ist vollkommen geschlichtet.

Mit diesen vier Gleichnissen und mit ihrer Reihenfolge deutet der Erwachte, der größte Kenner der menschlichen Herzen, eine natürliche Entwicklung an, die sich an dem ernsthaft um Helligkeit und Frieden kämpfenden Menschen vollzieht:

Zuerst hilft den meisten Menschen, welche mit der Übung beginnen, die Vorstellung von der unerschütterlichen Festigkeit des gewaltigen Erdballs. Und so mag man längere Zeit unter dem Einfluss dieses Vorbildes sich üben und an Uerschütterlichkeit zunehmen.

Aber durch die praktische Übung in den durchlittenen Situationen des Lebens merkt man immer wieder, dass es gerade das Loslassen von allem Wollen und Wünschen, von allem Verlangen und Bedürfen, ja überhaupt das Loslassen der Ichheit ist, wodurch man völlig untreffbar, völlig unverletzbar wird. Man merkt: Solange es hier bei mir einen „Stand“ gibt, einen „Standpunkt“, ein „Bestimmtes“, ein „Geartetes“, so lange auch gibt es einen „Gegenstand“ und „Widerstand“, ein „Andersgeartetes“ und ein schmerzliches Treffen. - Sobald aber hier nichts mehr von Festem und Begrenztem ist, kein Wollen und darum keinerlei Ich-Empfinden mehr ist, da kann sich auch in diese luftraumgleiche Freiheit und Leerheit und

Grundlosigkeit nichts mehr einschreiben, eintragen, einprägen, und so wird der sich übende Mensch nun erhellt und erfreut bei dem Leitbild von dem durchlässigen und völlig untreffbaren Himmelsraum.

Indem er sich übt, da merkt er, dass er wohl im Lauf der Zeit immer stiller, immer unerschütterlicher, immer fester und klarer wird - aber dass er eben doch noch nicht ganz untreffbar ist, obwohl es ihm immer rascher gelingt, zum inneren Frieden zu kommen. Bei dieser Entwicklung leuchtet ihm das Gleichnis von dem gewaltigen Strom ein, der von der Strohfackel zwar berührt wird, aber im gleichen Augenblick jedes Feuer zunichte macht und in voller Kraft dem Gefälle zum Ozean folgt - Gleichnis für die Heilsströmung.

In diesem Stadium begreift er, dass erst das katzenfellgleiche Gemüt den vollkommenen Frieden gewährleistet, dass es dann keinen Rückfall mehr gibt, dass damit das Ziel erreicht ist.

So unerschütterlich wie der Erdball, so untreffbar wie der Luftraum, so sieghaft wie der Strom, so endgültig der Empfindlichkeit abgestorben wie das Katzenfell - so werde und bleibe mein Gemüt. - Das ist der Sinn dieser Gleichnisse.

Wer sich in diese Übungen hineinfühlt, der merkt mit einer in Worten nicht darstellbaren Evidenz, dass das der Weg ist zur Einheit, zur Unterschiedslosigkeit. Wenn diese Übungen immer tiefer gelingen, dann führen sie zu einer so großen Helligkeit und zu so großem Frieden, dass der Mensch allem Außen entrückt wird. Ein solches Herz ist grenzenlos geworden; und auch, wenn er aus der Entrückung wieder auftaucht, interessieren ihn auf Grund des erfahrenen Wohls kaum mehr Unterschiede im Sinnenbereich. Er stellt keine Forderungen mehr an Wesen und Dinge, urteilt, misst, vergleicht nicht mehr; unbeschränkt ist sein Herz geworden, alle Wesen sind ihm gleicherweise Freund und Bruder. So sagt ein Mönch von sich:

*Von Liebe weiß ich wahrlich nur,  
von unbegrenzter, wohl geübt*



*und wohlgegründet rundumher  
wie's der Erwachte vorgewirkt.*

*Bin aller Bruder, aller Freund,  
mit allen Wesen fühl' ich mit  
und mache weit mein liebend Herz  
in Milde, heiter immerdar.“  
(Thag 647,648)*

*Denn die Liebe zu der ganzen Welt  
kann der Geist entfalten, der da nicht mehr misst -  
aufwärts, abwärts, in die Breite hin,  
frei von Enge, Gegnerschaft und Widerstreit.  
(Sn 150)*

Von den drei Triebarten nach grobstofflichem Erleben: nach Gerüchen, Geschmäcken und Tastungen ist er, auch wenn er nicht entrückt verweilt, völlig zurückgetreten, weil auch das größte „Wohl“, das der normale Mensch durch diese drei Triebarten erfahren kann, gegenüber dem herzunmittelbaren seligen Wohl nur derber und grober Schmerz ist. Alles Verlangen nach Riech-, Schmeck- und Tastbarem erfordert Wahrnehmung von Grobstofflichkeit. Ist aber dieses Verlangen überstiegen, dann sind Wesen von solcher unbeschränkten Herzensart nach ihrem Tod in einer von „Materie-Wahrnehmung freien, geistunmittelbaren Daseinsweise“ (*manomaya*), welche die Inder brahmisch, Brahma, rein, nannten. Aus den Berichten des Erwachten und geistmächtiger Mönche erfahren wir über diese Seinsweise:

Wenn Brahma in den Strahlungen oder Entrückungen weilt, dann ist er auch den Wesen seiner Sphäre nicht zugänglich. Sie sagen dann: „*Wir wissen nicht, wo Brahma oder wie Brahma oder wann Brahma da ist.*“ (D 11) Weilt er gerade nicht in Strahlungen oder Entrückungen, dann überschaut er die unaufhörlichen Wandlungen seines Weltsystems und erlebt dadurch unmittelbar jeden Augenblick in höchster Anschaulichkeit, dass er selbst von diesen Wandlungen nicht berührt wird und

dass all das nicht sein Selbst ist. Damit erlebt er also auch ein Weltzeitalter hindurch unaufhörlich die Unermesslichkeit seines eigenen Wesens, die die Weite des vor ihm ausgebreiteten Weltsystems nach Ausdehnung wie Dauer immer übertrifft.

Nur große Tugend und Weisheit anderer Wesen und erbarrender Wunsch, andere auf die rechte Bahn zu bringen, ist es, der noch manchmal einen Brahma veranlasst, in der Sinnenwelt zu erscheinen, insbesondere wenn ein Buddha Menschen belehrt oder wenn die Götter der Dreiunddreißig über die Lehre sprechen. (D 18) Dann nimmt er eine Selbstgestaltung an, die gegenüber seiner eigenen Seinsweise viel gröber ist, den Wesen der Sinnenwelt aber als höchster Glanz erscheint.

Aus dieser Schilderung brahmischen Zustands erkennen wir die Grenzenlosigkeit brahmischen Wesens, das da frei ist von allen Begrenzungen, von beengenden Herzensbefleckungen, ohne beschränkende Sympathie und Antipathie, und das auch nicht mehr Beschränkendes, Begrenzendes wirken kann. Liebevoller, alle Wesen einschließende Empfindungen und Gedanken, die durch keinen Einfluss gemindert oder zurückgehalten werden können, kennzeichnen ein solches Wesen.

Dies ist das Ziel, das der Erhabene den Mönchen vor Augen stellt: die Übung der Strahlung in Liebe führt in ihrer Vollendung zur Aufhebung der Sinnlichkeit, und damit erreichen die im Strahlen verweilenden Heilsgänger den Status der Nichtwiederkehr zur Sinnensuchtwelt. Die belehrten Heilsgänger heben nach dem Tod in der Brahmawelt das letzte Anhaften an Form und Nichtform auf, wenn sie dieses nicht bereits in diesem Körperleben vollziehen und damit zu Lebzeiten bereits alle Triebe aufheben.

Das Wohl der Strahlungen, geschweige das Wohl der Aufhebung aller Triebe, übersteigt alles sinnliche Wohl. Selbst wenn der Körper als Ernte früheren Wirkens gequält wird, sagt der Erwachte, soll der Übende dieses Wohl nicht aufs Spiel setzen, indem er ärgerliche Gedanken gegen den Quäler zulässt.

*Selbst wenn Räuber und Mörder mit einer scharfen Säge euch ein Glied nach dem anderen abtrennten und ihr würdet darüber in eurem Gemüt ergrimmen, so würdet ihr nicht meine Weisung erfüllen. Auch in diesem Fall habt ihr euch, meine Mönche, zu üben:*

*Nicht soll unser Gemüt verstört werden,  
kein böses Wort unserem Munde entfahren;  
voll Wohlwollen und Mitempfinden*

*wollen wir bleiben*

*mit liebevollem Gemüt ohne innere Abneigung.*

*Diesen Menschen wollen wir mit liebevollem Gemüt durchstrahlen. Von ihm ausgehend werden wir mit liebevollem Gemüt die ganze Welt durchstrahlen, mit weitem, tiefem, nicht messendem, von Feindschaft und Bedrängung befreitem. So habt ihr euch, meine Mönche, zu üben.*

*Diese Belehrung aber, ihr Mönche, das Gleichnis von der Säge, mögt ihr ständig gegenwärtig haben. Wisst ihr, meine Mönche, von einer Redeweise, sei sie grob oder fein, die ihr nicht ertragen könntet? - Gewiss nicht, o Herr. -*

*Darum, ihr Mönche, diese Belehrung „Das Gleichnis von der Säge“ mögt ihr ständig gegenwärtig haben. Es wird euch lange zum Wohl, zum Heil gereichen.*

*So sprach der Erhabene. Erhoben und beglückt waren jene Mönche über die Rede des Erhabenen.*

Alles was wir nur je erleben mit den fünf Sinnen und dem Geist, ist Rückkehr des von uns früher ausgegangenen Wirkens in Taten, Worten und Gedanken. Wenn zur Zeit der Rückkehr das Begehren größer geworden ist und damit der Wollenskörper empfindlicher, dann werden die diesem Begehren zuwiderlaufenden Erlebnisse, die Folgen früherer Taten, schmerzlicher empfunden. Und wenn das Begehren inzwischen durch den Einfluss von guten Lehren feiner und zarter

geworden ist, dann werden dieselben zurückkehrenden karmischen Wirkungen erheblich weniger schmerzlich erfahren. Und bei dem von Anziehung und Abstoßung Befreiten, dem Geheilten, bewirkt das Erleben nur noch ein schlichtes Merken (Wollknäuel an Eichenbohle), löst keine Resonanz aus, der Resonanzboden fehlt.

Der Gemütszustand des Geheilten ist unwandelbar, bleibt sich gleich wie ein Netz, durch das aller Wind hindurchgeht. Der wirklichkeitsgemäße, unverblendete Anblick der Dinge ist ihm gegenwärtig, und alle den Körper belastigenden Empfindungen, die durch den Körper bedingt noch entstehen können, zählt er nicht zu sich.

DAS SCHLANGENGLEICHNIS  
22. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Ein Mönch im Orden des Erwachten  
hält an seiner falschen Anschauung fest

Ein Mensch, der zur Zeit des Erwachten in den Orden eintrat, hat durch die Belehrung des Erwachten das Leiden des Daseinskreislaufs in seiner ganzen Tiefe gespürt (erste Heilswahrheit vom Leiden), hat bei sich gemerkt, dass sinnliches Begehren die Ursache des Leidens ist (zweite Heilswahrheit vom Leiden) und dass er im Orden, fern von vielen sinnlichen Versuchungen, dem Begehren und damit dem Leiden entrinnen könne. Er hat begriffen: „Es ist unmöglich, im Haus die vom Erwachten genannten, zur Heilsgewinnung unerlässlichen Übungen und Ablösungen Punkt für Punkt zu vollziehen.“ Mit solchen Gedanken verließen Hausväter oder deren Söhne ihre Familien und traten in den Orden ein.

Zur Zeit des Erwachten wurden sie vom Erwachten selbst oder von anderen fortgeschrittenen Mönchen gründlich in die Lehre eingeführt (s. M 118). Zu Lebzeiten des Erwachten hatten Hunderte seiner Mönche und Nonnen die Triebversiegung gleich ihrem Lehrer gewonnen, so dass sie unverletzbar geworden, vollkommen erlöst waren. Danach konnten diese ihre ganze physische und geistige Kraft einsetzen für das Heil der anderen, da sie für sich selbst nichts mehr bedurften. Und weil viele der Mönche sowohl nach geistigem Zuschnitt als auch nach geistiger Erfahrung befähigt waren, konnte der Erwachte solche Mönche zu Lehrern bestellen, um neu hinzugekommene Mönche gründlich einzuführen in die Lehre und in die Übungen. Zu dieser Einführung gehörte ganz selbstverständlich, wie aus vielen Lehrreden - so auch aus M 22 - hervorgeht, dass aufkommende Fragen gestellt und geklärt wurden, Missverständnisse beseitigt und Hindernisse beim Vorwärtsgen besprochen wurden. Von daher ist verständlich,

wie der Erwachte sagt (M 104), dass seine Mönche über die rechte Anschauung über das Dasein und über die Hauptübungen zur Leidensaufhebung einig waren, so dass es darüber später nach seinem Tod keine Meinungsverschiedenheiten geben würde. Bei solch völliger Klarheit und Einigkeit folgten die Mönche ohne Zweifel der Wegweisung des Erwachten und erreichten das Heil oder Entwicklungsstufen, die ihnen garantierten, in absehbarer Zeit das Heil, die Triebversiegung, zu gewinnen.

Der Mönch *Arittho*, von dem in unserer Lehrrede berichtet wird, äußert, obwohl er immer wieder gehört hat, dass sinnliches Begehren zwangsläufig Leiden zur Folge hat und dass die Ursache für alles Leiden der Durst, die Triebe sind (zweite Heilswahrheit), er sei aber der Auffassung, dass der Genuss der Sinnendinge nicht zwangsläufig gefährlich sei, zum Leiden führe. Seine Auffassung mag dadurch zustande gekommen sein, dass es ihm schwer fiel, als Mönch auf manche Sinnendinge zu verzichten und der Geist im Dienst der Triebe diese zu rechtfertigen suchte, oder mag dem Wunsch entsprungen sein, sich hervorzutun, die Aufmerksamkeit auf sich zu lenken.

In der Art und Weise, wie zunächst die anderen Mönche geschlossen dazu Stellung nehmen und dagegen angehen, zeigt, wie groß das Einvernehmen hinsichtlich der entscheidenden Dinge des Heilswegs innerhalb des ganzen Ordens zu der Zeit war. Diese Tatsache bestätigt auch Ānando, derjenige Mönch, der lange Jahre hindurch am meisten in der Nähe des Erwachten war, seinem Meister ausdrücklich (M 104). Und an der Festigkeit, mit welcher die unterrichteten Mönche dieser falschen Auffassung entgegentreten, und an dem Ernst, mit welchem der Erwachte den Mönch *Arittho* auf die Gefahren seines Irrtums aufmerksam macht, erkennen wir, dass dieser Irrtum große und gefährliche Folgen haben muss, zumal der Erwachte sich zu einer so weit ausholenden und tiefgreifenden Darlegung veranlasst sieht. Die Mönche versuchen, ihren Mitbruder durch Erinnerung an die Darlegungen des Erwachten

von seiner falschen Anschauung abzubringen. Nachdem er weiterhin uneinsichtig bleibt, berichten die Mönche dem Erwachten davon, und dieser bestätigt vor der versammelten Mönchsgemeinde die Richtigkeit der Aussagen der Arittho korrigierenden Mönche, indem er sie wörtlich wiederholt und sogar seiner Besorgnis Ausdruck gibt, ob die Mönche vielleicht von dieser falschen Anschauung angesteckt worden seien, was diese entschieden verneinen.

Dass ein Mönch zur Zeit des Erwachten an einer falschen Anschauung festhielt, kam aus den oben genannten Gründen selten vor. In der „Mittleren Sammlung“ wird nur von zwei Mönchen berichtet, die aus diesem Grund Unruhe im Orden verursachten. Bei beiden Mönchen nennt der Erwachte, von der üblichen Gepflogenheit abweichend, neben ihrem Mönchsamen ihren früheren Beruf. Arittho, der frühere Geierjäger, und Sati, der Fischersohn (M 39)<sup>78</sup> - wahrscheinlich in dem Vorauswissen, dass die beiden, da sie auf Grund falscher Anschauung und entsprechend falschem Vorgehen und immer erneuten Auseinandersetzungen mit den Ordensbrüdern das Wohl inneren Fortschritts nicht erfahren würden, später aus dem Orden austreten und ihren Beruf wieder ausüben würden.

Der Erwachte bezeichnet Arittho vor der Mönchsversammlung als *Toren, der sich selber viel Schaden zufügt und sich eine schlechte Ernte schafft*. Es ist ein Vorteil, als Mensch geboren zu werden und gar zur Zeit des Erwachten und gar im Orden des Erwachten zu sein mit der begründeten Hoffnung, allem Leiden ganz sicher in absehbarer Zeit ein Ende zu machen. Wenn ein Mensch diese nur sehr selten gewirkte Chance verspielt, falsche Auffassungen aus Sinnensucht oder Herzensbefleckungen nicht aufgibt, so gerät er wieder in das daraus zwangsläufig folgende Leiden hinein: Positive Bewertung der Sinnensucht, positive Bewertung von Abneigung, Abwehr,

---

<sup>78</sup> Sati, der Fischersohn, vertrat die Auffassung, dass die programmierte Wohlerfahrungssuche (viññāna) als eine Art ewige Seele im Kreislauf der Wiedergeburten sich ewig gleich bliebe.

Gegenwehr gegen solche, die der Erfüllung seines Begehrens entgegenstehen, entsprechendes verweigerndes und entreibendes Wirken im Reden und Handeln hat entsprechendes Erleben in untermenschlichen Daseinsformen zur Folge.

Dieses Erleben voraussehend, veranlasste den Erwachten, der sich für die Mönche verantwortlich fühlte wie ein Vater für seine Söhne - die Mönche werden oft als Säkyer-Söhne bezeichnet, aus dem Munde geboren, als geistige Söhne des Erwachten - zu harten, tadelnden Worten und zu einer ausführlichen Stellungnahme zu der falschen Anschauung Aritthos. Der Erwachte weiß, dass jemand, der als Mönch bei einer falschen Anschauung bleibt, falsch vorgehen wird und damit in Dunkelheit gerät bis zum äußersten Elend. Ein solcher verlässt besser den Orden, kehrt ins Hausleben zurück, wo er sich nicht so intensiv mit diesen Ansichten beschäftigen kann, sondern seinem Beruf nachgehen und mit der Familie zusammenleben muss. Denn wenn falsche Ansichten intensiv gepflegt werden (etwa im Orden), dann führen sie in viel größeres Elend, als wenn sie (im Berufs- und Familienleben) nur so nebenbei manchmal gehegt werden. - Hinzu kommt noch, dass ein Mönch, der solche Ansichten äußert, manche neuen jüngeren Mönche, die in der Lehre noch nicht so fest und sicher sind, irritieren kann, so dass ein großer Teil des Ordens darunter leiden könnte. Darum geht der Erwachte in solchen Fällen, in denen es sich um Mönche im Orden handelt, fest und bestimmt vor, um die Lehre ganz sauber zu halten. Im Haus Lebende werden nie vom Erwachten zurechtgewiesen, vielmehr beantwortet er immer nur ihre Fragen und gibt ihnen Rat in dem Maß, wie sie es wünschen.

Der Erwachte sah den Untergang seines Ordens - fünfhundert Jahre nach seinem Tod - voraus, und er tat alles in seiner Macht Stehende, um diesen Untergang - die Überwucherung des achtgliedrigen Heilswegs durch triebbedingte falsche Anschauungen - hinauszuzögern. Damit hat er dem Mönch Arittho und anderen möglichen Anhängern seiner Auffassung



einen unschätzbaren Anstoß zur Umkehr gegeben, den sie als eindringliche Mahnung nicht so schnell vergessen werden.

Der Erwachte ging damals über die indische Erde und schlug, wie er es ausdrückt, „die Trommel des Siegs über den Tod.“ Aber von dieser Trommel sagte er voraus, dass das Kalbfell im Lauf der Zeit Risse bekommen werde und dann mit Flicken überdeckt werde, mit immer weiteren Flickern, so dass immer weniger von dem ursprünglichen Siegesklang zu hören sein werde.

Die Geschichte des „Buddhismus“ bestätigt diese Voraussage mit den verschiedenartigen später entstandenen, von Menschen ausgesponnenen abwegigen Richtungen und den ungezählten Sekten. Heute ist „Buddhismus“ eine vielfältige, eine „pluralistische Erscheinung“. Diese vieldeutigen Formen, Meinungen und Wege haben die eindeutige, einzigartige Heilslehre des Erhabenen ebenso überdeckt wie die Flicker das ursprüngliche Kalbfell an der „Trommel der Unsterblichkeit“. Manche dieser vom Menschengest ausgedachten „Buddhismen“ reichen noch mit einigen ihrer Wurzeln in den Boden der ursprünglichen Lehre von dem achtgliedrigen Weg zum Heil, und in dem Maß ihrer Wahrheitsnähe sind sie an Lebenshilfen der gesamten modernen welthörigen Wissenschaftlichkeit unvergleichlich überlegen - aber den Weg und das Tor zum Heilsstand kann nun einmal immer nur ein solcher aufweisen, der den Weg gegangen ist, die vielen Abwege und Irrwege erkennend, vermieden hat, durch das Tor gelangt ist, den Heilsstand erworben hat: der Erwachte, der Erhabene.

Die bis zu den Anfängen reichenden Überlieferungen lassen schon die mancherlei Störungslinien erkennen, welche die vom Erwachten gezogene Grundlinie und Hauptlinie durchziehen wollen, überdecken wollen, von ihr ableiten wollen. Und sie lassen erkennen, mit welchem Ernst und Nachdruck der Erhabene sich gegen diese zerstörenden Tendenzen wandte - und nach ihm die besten seiner Mönche.

Aber dann setzten sich die ersten Abwegigkeiten durch: die Lehre wurde aufgespalten. Das ursprüngliche Richtmaß sank dahin, und heute ist es für den, der hinter und unter allen Buddhismen die eigentliche und ursprüngliche Wegweisung des einen Siegers sucht, der aus dem Welttraum erwacht ist, schwer, sich hindurchzufinden.

Der für die endgültige Sicherheit seines eigenen Wesens besorgte Heilssucher versteht unter dem Heilsstand den erhabensten, hellen, klaren Stand von unzerstörbarer, ja, von unantastbarer Beschaffenheit. Er ersehnt und erstrebt diesen Heilsstand, aber er erkennt mit offenem Blick, dass sein gegenwärtiger geistiger Zustand ein krankhaftes und ungelöstes Hin- und Hergerissensein von tausend bisher noch unerkannten inneren Drängen und Dürsten, Ersehnungen und Abneigungen ist, dass er in dauernder Abwehr von Verletzendem und in Angst vor der Vernichtung lebt. Darum ist er sich bewusst, dass er zuerst zu einer Ordnung des inneren Wesens kommen muss. Er hat aus den Reden des Erwachten begriffen, dass es keinen Ausgang aus dem endlosen Samsāra, kein Ende des Leidens geben kann, ohne von diesen inneren Dürsten, Hineigungen und Abneigungen ganz abzukommen. Und er hat begriffen, dass das allein auf dem vom Erwachten im Einzelnen und im Ganzen näher beschriebenen achtgliedrigen Heilsweg möglich ist. Aber je weniger rechte Anleitung, Vorbild, Führung und andere Hilfen vorhanden sind, die es zur Zeit des Erwachten gab, um so größer sind die Missverständnisse, die Irrtümer über die Lehren, über die Übungen und über die möglichen Ergebnisse. Daher die Not gerade bei den ernsthaft Strebenden.

So ist auch für den achtgliedrigen Heilsweg zur Erwachung, den der Erhabene aus seiner eigenen Erfahrung klar und eindeutig beschrieben hat, die Zeit der sicheren Führung vorüber. Die „Leuchte Asiens“, das hellste Licht des dem abendländischen Geist immer fern gewesenen Orients, ist für diese und jene Welt wieder erloschen, und die tausend später entstandenen Sekten sind teils verzweifelte Versuche, in der

Dunkelheit wieder ein Licht anzuzünden, und sind zum anderen Teil spielerisch-rationale Kunststücke, die die Stelle der unabdingbaren Wandlung des inneren Wesens durch Läuterung einnehmen wollen.

Die folgende Lehrrede zeigt, wie selbstverständlich die Wegweisung des Erwachten den Mönchen zur Zeit des Erwachten eine Richtschnur war, deren Infragestellung sie sofort zur Stellungnahme aufrief.

*So hab ich's vernommen. Einstmals weilte der Erhabene bei Sāvatti, im Siegerwald, im Garten Anāthapindikos. Damals hatte ein Mönch namens Arittho, ein früherer Geierjäger, folgende verkehrte Anschauung: „Ich verstehe die Lehre des Erwachten so, dass die Pflege der vom Erhabenen als gefährlich bezeichneten Dinge nicht zwangsläufig gefährlich sein muss.“*

*Es kam nun vielen Mönchen zu Ohren, dass der Mönch Arittho diese verkehrte Anschauung habe. Da begaben sie sich zu Arittho und fragten ihn:*

*Ist es wahr, wie man sagt, Bruder Arittho, du habest die Anschauung, dass die Pflege der vom Erhabenen als gefährlich bezeichneten Dinge nicht zwangsläufig gefährlich sein müsse? –*

*Darauf antwortete Arittho: So ist es, ihr Brüder, ich fasse die Lehre des Erhabenen so auf, dass die Pflege der vom Erhabenen als gefährlich bezeichneten Dinge nicht zwangsläufig gefährlich sein muss. –*

*Da nun wollten jene Mönche Arittho von seiner verkehrten Anschauung abbringen, fragten ihn eindringlich, stellten ihn zur Rede, ermahnten ihn: „Sage so etwas nicht, Bruder Arittho, interpretiere den Erwachten nicht falsch. Nicht ist es gut, den Erwachten falsch zu interpretieren, nicht würde der Erwachte solches sagen. Denn auf vielerlei Weise, Bruder Arittho, wur-*

*den die gefährlichen Dinge vom Erwachten als gefährlich erläutert, und sie sind für den, der sie pflegt, zwangsläufig eine Gefahr.*

*Der Erwachte hat erläutert, wie der Genuss der Sinnendinge wenig Befriedigung, aber viel Leid und Verzweiflung einbringt und wie groß die Gefahr dabei ist.*

*Mit den Gleichnissen vom kahlen Knochen - vom Fleischfetzen - von der Strohfackel - von der glühenden Kohlengrube - vom Traum - vom Darlehen - von den Baumfrüchten - vom Schlachthaus / Schlachtbeil - von der Pfählung - vom Schlangenkopf (d.h. vom Biss einer Schlange) - hat der Erwachte erläutert, wie der Genuss der Sinnendinge wenig Befriedigung, aber viel Leid und Verzweiflung einbringt und wie groß die Gefahr durch sie ist. -*

*Aber Arittho, obwohl er von jenen Mönchen so eindringlich befragt, zur Rede gestellt und ermahnt worden war, hielt doch an seiner Anschauung fest und äußerte wieder: Ich verstehe die Lehre des Erwachten so, dass die Pflege der vom Erwachten als gefährlich bezeichneten Dinge nicht zwangsläufig gefährlich sein muss. -*

*Als nun jene Mönche Arittho, den Mönch, den früheren Geierjäger, von seiner verkehrten Anschauung nicht abbringen konnten, begaben sie sich zum Erhabenen und berichteten den Vorgang.*

*Da nun wandte sich der Erhabene an einen Mönch: Gehe, Mönch, und sage in meinem Namen zu Arittho, dem Mönch, dem früheren Geierjäger: „Der Meister ruft dich, Bruder Arittho.“ -*

*Ja, o Herr -, erwiderte jener Mönch, dem Erhabenen gehorchend, ging zu Arittho, dem Mönch, dem frühe-*

ren Geierjäger, und sprach zu ihm: Der Meister ruft dich, Bruder Arittho. –

Gut, Bruder, ich komme –, erwiderte Arittho, der Mönch, der frühere Geierjäger, begab sich dorthin, wo der Erhabene weilte, begrüßte den Erhabenen ehrerbietig und setzte sich zur Seite nieder.

Hierauf sprach der Erhabene zu Arittho, dem Mönch, dem früheren Geierjäger: Ist es wahr, wie man sagt, Arittho, du habest die Anschauung gewonnen, dass die Pflege der vom Erhabenen als gefährlich bezeichneten Dinge nicht zwangsläufig gefährlich sein müsse? –

Das stimmt, o Herr. Ich habe die Anschauung gewonnen, dass die Pflege der vom Erhabenen als gefährlich bezeichneten Dinge nicht zwangsläufig gefährlich sein muss. –

Woher weißt du, törichter Mann, dass die Dinge so von mir gezeigt worden sind? Sind nicht von mir auf vielerlei Weise die gefährlichen Dinge als gefährlich erläutert worden? Sie sind für den, der sie pflegt, zwangsläufig eine Gefahr. Der Genuss der Sinnendinge bringt wenig Befriedigung, aber viel Leid und Verzweiflung ein. Als große Gefahr sind sie von mir bezeichnet worden.

Mit den Gleichnissen vom kahlen Knochen - vom Fleischfetzen - von der Strohfackel - von der glühenden Kohlengrube - vom Traum - vom Darlehen - von den Baumfrüchten - vom Schlachtbeil - von der Pfählung - vom Schlangenkopf (d.h. Schlangengebiss) - habe ich erläutert, wie der Genuss der Sinnendinge wenig Befriedigung, aber viel Leid und Verzweiflung einbringt und wie groß die Gefahr durch sie ist. Aber du törichter Mensch hast unsere Aussagen falsch verstanden und falsch interpretiert. Du fügst dir dadurch selber viel

*Schaden zu und schaffst dir eine schlechte Ernte. Das wird dir, du törichter Mensch, lange zum Unheil und Leiden gereichen. –*

*Und der Erhabene wandte sich an die Mönche: Was meint ihr wohl, Mönche, hat dieser Mönch Arittho, der frühere Geierjäger, in unserer Darlegung der Lehre und der Vorgehensweise nicht etwa Brand gestiftet? –*

*Wie wäre das möglich, o Herr, nein, wahrlich nicht, o Herr. –*

*Auf diese Worte setzte sich Arittho, der Mönch, der frühere Geierjäger, schweigend und verstört, mit hängenden Schultern, gebeugtem Kopf, niedergeschlagen, wortlos nieder.*

*Als nun der Erhabene sah, wie Arittho, der Mönch, der frühere Geierjäger, verstummt und verstört dasaß, mit hängenden Schultern, gebeugtem Kopf, niedergeschlagen, wortlos, sprach er zu ihm: Dies wird sich als deine eigene verkehrte Meinung erweisen, du törichter Mensch. Ich werde nun die Mönche befragen. –*

*Und der Erhabene wandte sich an die Mönche:*

*Versteht auch ihr, meine Mönche, die verkündete Lehre so wie dieser Mönch Arittho, der frühere Geierjäger, der sie falsch verstanden und falsch interpretiert hat, der dadurch viel zerstört hat und sich eine ungünstige Ernte schafft? - Nein, o Herr, auf vielerlei Weise sind vom Erhabenen die gefährlichen Dinge als gefährlich erläutert worden. Sie sind für den, der sie pflegt, zwangsläufig eine Gefahr. Der Genuss der Sinnendinge bringt wenig Befriedigung, aber viel Leid und Verzweiflung ein. Als große Gefahr sind sie vom Erhabenen bezeichnet worden.*

*Mit den Gleichnissen vom kahlen Knochen - vom Fleischfetzen - von der Strohfackel - von der glühenden Kohlengrube - vom Traum - vom Darlehen - von den*

*Baumfrüchten - vom Schlachtbeil - von der Pfählung - vom Schlangenkopf (d.h. Schlangenbiss) - hat der Erhabene erläutert, wie der Genuss der Sinnendinge wenig Befriedigung, aber viel Leid und Verzweiflung einbringt und wie groß die Gefahr durch sie ist. –*

*Gut, ihr Mönche. Es ist gut, dass ihr die von mir gezeigte Lehre so versteht. Auf vielerlei Weise sind von mir die gefährlichen Dinge als gefährlich erläutert worden. Sie sind für den, der sie pflegt, zwangsläufig eine Gefahr. Der Genuss der Sinnendinge bringt wenig Befriedigung, aber viel Leid und Verzweiflung ein. Diese verkehrte Anschauung wird dem törichten Menschen lange zum Unheil und Leiden gereichen.*

*Dass aber einer den Sinnendingen nachgehen kann ohne Lust, ohne Lust-Wahrnehmung, ohne Lust-Gedanken, das gibt es nicht.*

#### Die zehn Gleichnisse über das Elend der Sinnendinge

Der Erwachte hat in seinen Lehrreden mit Gleichnissen Bilder gegeben, durch deren Betrachtung der Nachfolger zu dem wirklichkeitsgemäßen Verständnis des Elends der Sinnendinge kommen kann. Mit dem Hinweis auf diese anschaulichen Gleichnisse, die nicht so leicht zu vergessen sind und von den Mönchen - und sicher auch von dem Mönch Arittho - im Gedächtnis bewahrt wurden, versuchten die Mönche Arittho wieder an die gefährlichen leidigen Folgen der Sinnensucht zu erinnern.

Die ersten sieben Gleichnisse sind überliefert in der Lehrrede Potaliyo (M 54) und sind dort auch ausführlich besprochen. – Die letzten drei Gleichnisse: Schlachtbeil - Pfählung - Schlangenbiss bedeuten frühzeitigen Tod durch übermäßigen Sinnengenuss (Schlangenbiss) oder durch Mord oder durch

Bestrafung weltlicher oder jenseitiger Richter mittels Schlachtbeil oder Pfählung.

### Das Gleichnis vom Schlachtbeil

Die Sinnensucht ist nicht nur der stärkste und am schwersten zu überwindende Verhinderer des Heils, sondern sie ist auch der Mutterboden, aus dem die anderen unheilsamen Dinge: Egoismus, Hass, Rohheit, Rücksichtslosigkeit, Gewaltsamkeit usw. hervorgehen, wodurch die Wesen abwärts gleiten in immer mehr Leiden bis zum Höllengrund und dort die Qualen des immer wieder zu Tode Gefolterten erleiden. Darum eben ist „das Schlachtbeil“ das der Hölle gemäße Symbol.

Das ununterbrochene Lechzen und Dürsten nach Sinneserlebnissen zwingt die Wesen, immer wieder einen dem Tod verfallenden Körper als Träger von Sinnesorganen anzulegen. Darum wird das sinnliche Begehren auch von daher mit dem Schlachtbeil verglichen. Es mag auch noch aus einem anderen Grund mit dem Schlachtbeil verglichen werden: Weil die Wesen in der Sinnensuchtwelt sich gegenseitig immer wieder hinschlachten. Im grobstofflichen Bereich der Sinnensuchtwelt und unterhalb des Menschentums gilt das Recht des Stärkeren. Der Schwächere wird umgebracht oder ausgebeutet.

Wir sehen an den ersten sieben Gleichnissen des Erwachten, dass es in allen Daseinsbereichen, in denen sich die Interessensphären überschneiden, gar nicht friedvoll zugehen kann. Und wenn auch in den höheren Sinnensuchthimmeln kein gegenseitiges Hinmorden ist, auch kein unbeabsichtigtes Schädigen des anderen, so ist dort aber auch kein Bleiben. Die Wesen der Sinnensuchtwelt, die nicht den ganzen Samsāra durchschauen und sich herausarbeiten, sinken immer wieder abwärts und bleiben im Dauermangel des Sinnendurstes, bleiben Suchtkranke im wörtlichen Sinn, weil jede positiv bewertete Befriedigung des sinnlichen Begehrens die Süchtigkeit selbst verstärkt, also Mangel und entsprechend die Gier zunehmen. Jede positive Bewertung eines Objekts als schön ist



zugleich verbunden mit dem Gedanken: „O wie angenehm, das will ich festhalten.“ Mit diesem Gedanken ist der Trieb verstärkt worden, die Gier ist größer geworden. Diese positive Bewertung geschieht aus Verblendung, aus Täuschung über die wahre Beschaffenheit der Dinge, die eine kurzfristige Befriedigung der Wünsche für Wohl hält und das dadurch verstärkte Wünschen und Sehnen außer Acht lässt. Sinnenwohl ist nur eine Scheinbefriedigung eines kranken, süchtigen Herzens, wodurch Süchtigkeit, Mangel und Not immer mehr vergrößert werden.

Ebenso ist jeder Gedanke: „Das ist mir widerlich, dem will ich ausweichen“ oder „Das will ich beseitigen“ ein Urteil im Dienst des Triebs gesprochen. Dem Trieb ist eine Sache unangenehm, nicht ist die Sache in Wirklichkeit unangenehm, denn dieselbe Sache ist anderen Menschen mit anderen Trieben angenehm. Der Trieb der Abneigung und Gegenwendung ist durch den Gedanken der Abwendung und Gegenwendung stärker geworden. Diese alles Leiden bewirkende Tatsache wird selten so beachtet, wie sie es verdient: Auf die Dauer führt starkes Begehren dazu, dass bei länger anhaltender Wunschverweigerung die Hassensformen zunehmen. Und je mehr Hass, Abneigung und Gegenwendung, um so mehr Leiden geht daraus hervor: Leiden durch Streit, Zwietracht, Neid, Missgunst, Rivalität und alles das, was Leben sonst noch verdunkelt. Auf diese Weise sinkt der Mensch moralisch immer mehr ab und verliert sein Menschentum.

### Das Gleichnis von der Pfählung

Die Pfählung ist eine in Indien zur Zeit des Erwachten bekannte Todesstrafe für Diebstahl oder andere Verbrechen. Der Körper des Verbrechers wurde im Freien auf einen spitzen Holzpfehl oder auf einen spitzen Eisenpfehl aufgespießt, starb allmählich an den Wunden, verblutete oder verdurstete oder wurde von Raubtieren zerfleischt. Diese qualvolle Hinrichtung erinnert an die vom Erwachten beschriebenen Höllenqualen,

die der Sinnensüchtige zu erdulden hat, der grausam-rücksichtslos die Wünsche der Mitwesen missachtend, seine eigenen Wünsche zu erfüllen strebte.

Das Gleichnis vom Schlangen- oder Vipernkopf  
oder Schlangen-/Vipern-Biss

Giftschlangen gelten als reizbare Tiere voll giftigen Zorns. Ihr Gift breitet sich schnell im Körper des Gebissenen aus und führt rasch den Tod herbei.

In den „Liedern der Nonnen“ (Thig 448-521) ist die flammende Rede einer Königstochter namens *Sumedha* an ihre Eltern überliefert. Sie sah deutlich das Elend des Begehrens und bat ihre Eltern und den Prinzen, der sie freien wollte, sie in den Orden eintreten zu lassen, um dem Leiden noch in diesem Leben ein Ende zu machen, die Triebversiegung zu erreichen:

*Die Triebversiegung wünsch ich mir,  
vergehen muss, was irgend ist, auch Götterdasein.  
Was immer trügerische Sinnendinge sind,  
die sind nur unbefriedigend, bereiten Qual.*

*Wie Vipergift vergiftet Sinnensucht  
die Toren, die im Wahn befangen,  
die lange in der Hölle weilen,  
unendlich leiden, Qual um Qual.  
(Thig 450, 451)*

Sumedha wusste:

*Wer Lüste wie den Vipernkopf,  
der nach der Ferse faucht, vermeidet,  
entkommt dem Hängen an der Welt,  
der Wahrheit eingedenk (Sn 768)*

Und auch die anderen in unserer Lehrrede erwähnten Gleichnisse führt sie an:

*Wie Schwererschneiden schneidet Lust.  
Wie Viperbiss verletzt Lust.  
Wie Feuerbrand verbrennet Lust.  
Wie kahler Knochen sättigt sie.*

*Unbeständig, wechselnd sind die Sinnenlüst',  
voll Leiden, voll von starkem Gift,  
versehr'n wie glühend Eisen uns,  
des Übels Wurzel wied'rum Leid erzeugt.*

*Baumfrüchten gleich sind die Sinnendinge,  
Fleischfetzen gleich das Leiden.  
Wie Träume trügen uns die Sinnendinge,  
geborgtem Darlehn gleich.*

*Wie Lanzenspitzen sind die Lüste,  
gefolgt von Krankheit und Entzündung, Angst und Zittern,  
ein Grab in roter Kohlenglut,  
des Übels Wurzel sind sie, schaffen Angst und Mord.  
(Thig 488-491)*

Aus dem Anblick des Elends und der Gefährdung durch die Sinnensüchte zieht sie für sich die Konsequenz:

*Will nichts mehr wissen von Genuss,  
ich weiß genug.  
Wie könnt' ich wählen Liebesglück,  
wo Elend lauert in der Lust? (Thig 485)*

*Wissend um das Todlose,  
wie sollt' ich trinken fünffach Schreckenstrank.  
Freude an den Sinnendingen  
ist ärger als der ärgste Giftpokal. (Thig 503)*

Diese Aussage Sumedhas erinnert an die Aussagen Sujātas, die das Todlose erfuhr, als sie vom Erwachten die Darlegung der Unbeständigkeit, der Leidhaftigkeit und Nicht-Ichheit der fünf Zusammenhäufungen hörte und sich bei diesem Anblick vorübergehend von allem Haften an den fünf Zusammenhäufungen freimachen konnte:

*Wie ich des Weisen Wort vernahm,  
verstand ich tief der Wahrheit Sinn.  
Reizlos ward mir die Weltlichkeit,  
Todlosigkeit verstand ich da.*

*Als so ich höchstes Heil erfuhr,  
verließ ich Heim und Haus und Welt.  
Wahrwissen wurde dreifach mir:  
truglos ist Buddhas Wegweisung.  
(Thig 149/150)*

Mit dem Erlebnis der Todlosigkeit, dem Frieden außerhalb von Kommen und Gehen, außerhalb aller Ereignisse und aller Erscheinungen, erfuhren Sumedha und Sujāta ein Wohl, das nicht mit irgendeinem Ding, nicht mit irgendeinem Ereignis verbunden war, ein Wohl, das zuverlässig war, unzerstörbar war, weil es durch nichts bedingt war. - Mit dieser beseligenden Erfahrung, dass es das gibt, ging zugleich die Erkenntnis auf, dass alles andere, die gesamte Weltlichkeit, nur aus Zerbrechlichem besteht - und wie ein Schiffbrüchiger, im Ozean schwimmend und sich hochreckend, in der Ferne rettendes Land sieht, dann mit aller Kraft auf geradem Weg auf dieses feste Land zuschwimmt - so waren beide Frauen durch die Erfahrung jenes Friedens außerhalb der rieselnden fünf Zusammenhäufungen endgültig umgewendet, endgültig in die Anziehung des Heils gelangt. Ihre Wohlsuche war endgültig unprogrammiert. Das unbeschreibliche Wohl erfahrener Unverletzbarkeit ließ sie nicht ruhen, sich immer mehr auf dieses Ziel hin zu richten, bis sie alles Begehren nach Zerbrechli-

chem restlos in sich gelöscht hatten und die Triebversiegung erreicht hatten.

Die Pflege der Sinnendinge  
ist zwangsläufig gefährlich

Eingedenk der Worte des Mönchs Arittho: *Die Pflege der Sinnendinge muss nicht zwangsläufig gefährlich sein* sagt der Erwachte noch eindringlich am Schluss des ersten Teils unserer Lehrrede:

*Dass einer sich auf die Sinnendinge einlassen kann ohne Lust-Wahrnehmung, ohne Lust-Gedanken - das gibt es nicht.*

Die Triebe, der Luger, Lauscher, Riecher, Schmecker, Taster, lauern in den Sinnesorganen und im ganzen Körper auf Befriedigung, und der Geist im Dienst der Triebe sucht den jeweiligen Trieb auf diese oder jene Weise zu erfüllen, oft mit sehr fadenscheinigen Entschuldigungen und Ausflüchten, wenn die Lehre des Erwachten sich im Gedächtnis meldet. Der Erwachte rät, die Macht der Triebe nicht zu unterschätzen. Wenn der Sinnensüchtige den Sinnendingen nachgeht, sich mit ihnen einlässt, dann wird die Lust, dann werden Lustgedanken geweckt. Die Sinnendinge werden positiv bewertet, und allmählich ist der Sog so stark, dass der Übende machtlos gegenüber der Triebwucht ist. Darum empfiehlt der Erwachte die Zügelung der Sinnesdränge, das Nicht-Beachten der Erscheinungen, um das Begehren gar nicht erst aufkommen zu lassen:

*Hat da der Mönch mit dem Luger eine Form erblickt, mit dem Lauscher einen Ton gehört usw., so beachtet er weder die Erscheinungen noch damit verbundene Gedanken (Assoziationen). Da Begierde und Missmut, üble und unheilsame Gedanken den, der die Sinnesdränge nicht bewacht, gar bald überwältigen, so übt er diese Bewachung, wacht aufmerksam über die Sinnesdränge. (M 27 28, 51 u. a)*

Diese Übung gilt, in vollem Umfang und immer angewandt, für die Mönche, doch wird auch ein der Lehre Nachfolgender, der im Haus lebt, vor allem in besonders ihn reizenden Situationen von dieser Übung profitieren.

Wie bereits angedeutet, geht es für den im Haus lebenden Übenden nicht als erstes um Meidung aller Sinnenlust, sondern zunächst um den Erwerb rechter Anschauung, wie sie der Erwachte auch in unserer Lehrrede anbietet und von welcher der Erwachte sagt, dass ihr das Nibbāna folge, wie der Morgenröte der Sonnenaufgang folgt (A X,121); zum zweiten geht es um Tugend - um *Einschränkung* des Begehrens, wenn es anderen schadet oder sie betrübt - und um die Erhellung des Herzens, um Verständnis, Teilnahme, Mitempfinden mit den Wesen. Mit erworbener Herzenshelligkeit, der inneren Zuwendung zu anderen, stehen die Sinnesgenüsse nicht mehr im Vordergrund der Aufmerksamkeit, verlieren an Wichtigkeit und Aufdringlichkeit und sind dann leichter zu durchschauen und negativ zu bewerten.

Aber der Erwerb rechter Anschauung bedeutet u.a. die generelle negative Bewertung der Sinnensucht und der Sinnendinge unabhängig davon, ob der Übende sie schon lassen kann oder nicht: Durch die vorangegangenen Gleichnisse hat der Erwachte die Gefährlichkeit der Sinnensucht und ihrer Befriedigung gezeigt: *Befriedigung ist des Leidens Wurzel.* (M 1) Von der Sinnensucht gilt mit Recht das Sprichwort: „Wenn man ihr den kleinen Finger reicht - nur etwas positiv bewertet - ergreift sie gleich die ganze Hand" und erfasst gar bald den ganzen Menschen, so dass er schließlich lichterloh brennt - vor Begierde. Die Pflege der Sinnendinge ist zwangsläufig gefährlich - das hat der Erwachte vielfach aufgezeigt, und darum wenden sich die Mönche und der Erwachte mit großem Nachdruck gegen Arittthos Auffassung: *Die Pflege der Sinnendinge muss nicht zwangsläufig gefährlich sein.*

Die Lehre falsch angefasst,  
beißt wie eine Schlange,  
die Lehre recht angefasst, führt zum Heil

*Da, ihr Mönche, lernen einige törichte Menschen die Lehre - (allgemeine Lehrreden, solche mit Merkworten, solche als Erläuterungen eines kurzen Zusammenhangs („Stempel“), solche, die aus Versen bestehen, die Sammlungen Udāna, Itivuttaka, Jātaka, die Reden M 123; M 43 und 44 <sup>79</sup>), aber nachdem sie die Lehre gelernt haben, untersuchen sie nicht mit Weisheit den Sinn der Lehren. Da sie nicht mit Weisheit den Sinn der Lehren untersuchen, erschließen sich ihnen die Lehren nicht. Sie lernen die Lehre nur, um andere kritisieren zu können und in Debatten zu gewinnen, um Reden und Meinungen über sie äußern zu können. Den Zweck, um dessentwillen sie die Lehre lernen, den merken sie nicht. Ihnen gereichen die falsch angefassten Lehren lange zum Unheil und Leiden. Und warum das? Weil sie die Lehren, ihr Mönche, falsch angefasst haben.*

*Es ist, ihr Mönche, wie wenn ein Mann, der Schlangen begehrt, Schlangen sucht, auf Schlangen ausgeht, eine große Schlange fände und sie am Leib oder am Schwanz anfasste: Sie würde sich zurückbeugen und ihn in die Hand oder in den Arm oder in einen anderen Körperteil beißen, und an dem Biss würde er sterben oder Todesqualen leiden. Und warum das? Weil er die Schlange falsch angefasst hat.*

*Ebenso nun auch, ihr Mönche, lernen da einige törichte Menschen die Lehre... – aber nachdem sie die*

---

<sup>79</sup> diese Aufzählung hat K.E.Neumann in seiner Übersetzung weggelassen, vielleicht weil ihm die Bevorzugung mancher Lehrreden zu subjektiv erschien oder er sie als spätere Ergänzung ansah.

*Lehre gelernt haben, untersuchen sie nicht mit Weisheit den Sinn der Lehren. Da sie nicht mit Weisheit den Sinn der Lehren untersuchen, erschließen sich ihnen die Lehren nicht. Sie lernen die Lehre nur, um andere kritisieren zu können und in Debatten zu gewinnen, um Reden und Meinungen über sie äußern zu können. Den Zweck, um dessentwillen sie die Lehre lernen, den merken sie nicht. Ihnen gereichen die falsch angefassten Lehren lange zum Unheil und Leiden. Und warum das? Weil sie die Lehre, ihr Mönche, falsch angefasst haben.*

*Es gibt aber, ihr Mönche, auch einige Männer aus guter Familie, die die Lehre lernen ...und nachdem sie die Lehre gelernt haben, untersuchen sie mit Weisheit den Sinn der Lehren. Da sie mit Weisheit den Sinn der Lehren untersuchen, erschließen sich ihnen die Lehren. Sie lernen die Lehre nicht, um andere kritisieren zu können und in Debatten zu gewinnen, um Reden und Meinungen über sie äußern zu können. Den Zweck, um dessentwillen sie die Lehre lernen, den merken sie wohl. Ihnen gereichen die recht angefassten Lehren lange zu Wohl und Glück. Und warum das? Weil sie die Lehre, ihr Mönche, richtig angefasst haben.*

*Es ist, ihr Mönche, wie wenn ein Mann, der Schlangen begehrt, Schlangen sucht, auf Schlangen ausgeht, eine große Schlange sähe und sie mit einem vorn gegabelten Ast festhielte und dann am Nacken packte. Obwohl sich die Schlange ihm um die Hand oder den Arm oder einen anderen Körperteil winden würde, würde er darum dennoch nicht den Tod oder tödlichen Schmerz erleiden. Und warum nicht? Weil er die Schlange richtig angefasst hat.*

*Ebenso gibt es, ihr Mönche, auch einige Männer aus guter Familie, die die Lehre lernen... und nachdem sie*



*die Lehren gelernt haben, untersuchen sie mit Weisheit den Sinn der Lehren. Da sie mit Weisheit den Sinn der Lehren untersuchen, erschließen sich ihnen die Lehren. Sie lernen die Lehre nicht, um andere kritisieren zu können und in Debatten zu gewinnen, um Reden und Meinungen über sie äußern zu können. Den Zweck, um dessentwillen sie die Lehre lernen, den merken sie wohl. Ihnen gereichen die recht angefassten Lehren lange zu Wohl und Glück. Und warum das? Weil sie die Lehre richtig angefasst haben.*

*Daher, ihr Mönche, wenn ihr den Sinn meiner Erklärungen versteht, so prägt sie euch tief ins Gedächtnis ein, und wenn ihr den Sinn meiner Erklärungen nicht versteht, dann fragt entweder mich darüber oder jene Mönche, die weise sind.*

Es ist ein Unterschied, ob ein Mensch die Lehre als Mittel zum Entrinnen aus dem Leidenskreislauf benutzt, indem er aus der Lehre für seine Praxis entnimmt: „Dies sind die Dinge des Elends, jene sind die guten Dinge; von den elenden Dingen lasse ich ab; zu den guten Dingen entwickle ich mich hin" - oder ob einer denkt: „Ich kenne die Lehre, diese Menschen kennen sie nicht. Ich bin besser als jene, wie könnten diese sie auch richtig kennen. Ich will ihnen zeigen, wie gut ich die Lehre kenne." Im letzteren Fall hat der Mensch die Lehre missbraucht, hat von der Lehre nicht das genommen, was für ihn heilsam ist, und auf ihn trifft die Warnung des Erwachten zu, dass die Lehre, falsch angefasst, wirkt wie die falsch angefasste Schlange, die, statt am Hals am Schwanz gepackt, herumfährt und zubeißt. So wie die Schlange dann den Menschen durch Beißen tötet, so auch *gereichen die falsch angefassten Lehren des Erwachten demjenigen lange zum Verderben und Unheil*, der sie nur dazu benutzt, sich vor anderen hervorzutun, indem er Meinungen und Ansichten über sie äußert, die Herzensbefleckungen wie Stolz, Überheblich-

keit, Starrsinn u.a. mehren, und damit den eigentlichen Zweck der Lehre, nämlich Begehrensminderung und damit die Leidensminderung versäumt.

Der Erwachte gibt zwölf Stufen an (M 95), wie ein Wahrheitssucher bis zur vollen Erkenntnis der Wahrheit gelangt:

1. *Vertrauend kommt er zu dem Lehrer heran.*
2. *Herangekommen, bezeugt er ihm seinen Respekt.*
3. *Bei ihm ist seine ganze Aufmerksamkeit auf Hören gerichtet.*
4. *So hört er die Lehre mit offenem Ohr.*
5. *Die gehörte Lehre behält er im Gedächtnis.*
6. *Die so bewahrten Lehren prüft er gründlich auf ihren Sinn.*
7. *Dem gründlich Prüfenden erschließen sich die Lehren.*
8. *Durch das Verständnis der Wahrheit erwächst ein neuer Wille.*
9. *Ist der Wille geboren, so wird er entschlossen.*
10. *Mit Entschlossenheit wägt er sein Vorgehen ab.*
11. *Klar geworden über sein Vorgehen, arbeitet er sich vorwärts.*
12. *Indem er nun gründlich und beharrlich arbeitet, da kommt er zur eigenen Erfahrung dieser weltüberlegenen Wahrheit und mit alles durchdringender Klarheit sieht er sie.*

Diese Phasen der echten gewachsenen Annäherung an die Wahrheit, bis man sie endgültig so in den Geist aufgenommen hat, dass sie das Leben bestimmen, bezeichnet der Erwachte ausdrücklich als ganz unverzichtbar, um zum Ziel zu kommen. Wenn eine dieser zwölf Stufen fehlt, dann sagt der Erwachte (M 70): *In die Irre geht ihr, seid auf falscher Fährte. Wie fern stehn sie doch, die Toren, abseits von dieser Lehre und Wegweisung.*

In unserer Lehrrede sagt der Erwachte, dass die Toren wohl die Lehren lernen, aber nicht mit Weisheit den Sinn der Leh-

ren untersuchen, und darum erschließt sich ihnen nicht der Sinn der Lehren. *Mit Weisheit den Sinn der Lehren untersuchen* - das ist die Anwendung des Gehörten bei sich selbst, die Beobachtung der eigenen geistigseelischen Vorgänge, das Gewährwerden der Triebe, der Zuneigungen und Abneigungen, der Herzensbefleckungen, der aufkommenden Gefühle, der Gedanken. Der Erwachte lehrt, dass Gier und Hass, die von jedem aufmerksamen gründlichen Forscher im eigenen Innern erkennbaren geistigen Anziehungen und Abstoßungen, es sind, welche alle Begegnungen und Entwicklungen in dieser Welterscheinung, alles Aufbauen und alles Niederreißen im Kleinen und im Großen bewirken, und dass diese Welt geistiges Erlebnis ist mit Wohl und Wehe.

Der Schüler, der in dieser Weise von seinem Lehrer, dem er vertraut, belehrt worden ist, hat nun die Möglichkeit, sein eigenes Erleben, sowohl das innen aufkommende Begehren und Hassen wie auch die ankommende Kette der lebenslänglichen Wahrnehmungen, zu beobachten und nachzuprüfen, ob es sich mit diesen so verhält, wie er gelernt hat. Und indem der Mensch nun aus Vertrauen der Anleitung seines Lehrers folgend, aus seinem inneren Begehren und Hassen allmählich aber beharrlich alles Rohe und Üble ausscheidet und damit seinen inneren Zustand erhöht und erhellt - da erfährt er dann auch, wie sein Welterlebnis, seine Begegnungen mit seiner Umwelt, mit seinen Nächsten und auch im weiteren Umkreis nach und nach sanfter wird, heller wird, wohltuender wird. Dadurch erfährt und versteht der gründlich beobachtende und forschende Schüler nun selber, dass die wahrgenommenen Welterscheinungen ganz und gar durch die im Inneren drängenden Kräfte von Gier und Hass bedingt sind und dass er tatsächlich durch die Arbeit an seinem eigenen Herzen diese gesamte geistige Welterscheinung, sein ganzes Leben lenken kann und meistern kann in dem Maß seiner inneren Arbeit.

Von dem ersten Einblick in die Wirklichkeit, wie es in der siebenten Phase beschrieben ist (*dem gründlich Prüfenden erschließen sich die Lehren*), wodurch das Verständnis der

Wahrheit endgültig bei ihm Wurzel gefasst hat, bis zu der zwölften Phase, ist lediglich eine graduelle Vertiefung, Ausbreitung und Erweiterung des Wahrheitsanblicks. Die so Vorgehenden haben die Lehre richtig angefasst, sind nicht der Gefahr erlegen, mit ihrer Kenntnis der Lehre zu prahlen, haben die Lehre nicht benutzt, um ihren Geltungsdrang zu befriedigen und zu mehren, wodurch das Wissen von der Lehre ihnen zukünftiges Leiden bringt, den Biss der Schlange, sondern haben die Kenntnis der Lehre benutzt, um sich aus allem Leiden herauszuarbeiten. Ihnen gereicht die Kenntnis der Lehre zum Heil.

Und nun nimmt der Erwachte mit einem anderen Gleichnis Stellung zu dem Hängen an Ansichten. Dem Mönch Ariththo war ja seine Anschauung so lieb, dass er sie, obwohl von den Mitbrüdern ermahnt, nicht aufgeben konnte.

Rechte Ansichten haben keinen Selbstzweck,  
sondern sind Mittel zum Erreichen des Heils,  
wie ein Floß nur zur Überfahrt gebraucht wird

*Ich will euch, Mönche, zeigen, wie die Lehre einem Floß ähnlich ist, das der Überfahrt dient, nicht dem Festhalten. Das höret und achtet wohl auf meine Rede. - Ja, o Herr, antworteten da jene Mönche dem Erhabenen aufmerksam. Der Erhabene sprach:*

*Gleichwie, ihr Mönche, wenn ein Mann auf der Reise an ein ungeheures Wasser käme, das diesseitige Ufer gefährlich und voll furchterregender Dinge, das jenseitige Ufer aber sicher und frei von furchterregenden Dingen. Doch es gibt keine Fähre oder Brücke, um zum anderen Ufer zu gelangen. Da würde dieser Mann denken: „Das ist ja ein ungeheures Wasser, das diesseitige Ufer gefährlich und voll furchterregender Dinge, das jenseitige Ufer aber sicher und frei von furchterre-*

genden Dingen. Wie wenn ich nun Gras, Zweige, Äste und Blätter sammelte und sie zu einem Floß zusammenbände? Mit Hilfe des Floßes, mit Händen und Füßen arbeitend, werde ich sicher an das andere Ufer gelangen." Und der Mann, ihr Mönche, sammelte Gras, Zweige, Äste und Blätter und bände sie zu einem Floß zusammen, und mit Hilfe des Floßes, mit Händen und Füßen arbeitend, gelangte er sicher an das andere Ufer. Und gerettet hinübergelant, würde er denken: „Hochteuer ist mir, wahrlich, dieses Floß. Mithilfe dieses Floßes bin ich, mit Händen und Füßen arbeitend, sicher an das jenseitige Ufer gelangt. Wie wenn ich nun dieses Floß auf den Kopf heben oder auf die Schultern laden würde, um es mitzunehmen, wohin ich immer gehen werde?“ Was meint ihr, Mönche, würde wohl dieser Mann durch solches Tun das Floß richtig behandeln? - Gewiss nicht, o Herr! -

Was hätte also, ihr Mönche, der Mann zu tun, damit er das Floß richtig behandelte? Da würde, ihr Mönche, dieser Mann, gerettet hinübergelant, erwägen: „Hochteuer ist mir wahrlich dieses Floß. Mithilfe dieses Floßes bin ich, mit Händen und Füßen arbeitend, sicher an das jenseitige Ufer gelangt. Wie wenn ich es nun ans trockene Land ziehen oder auf dem Wasser treiben lasse und hinginge, wohin ich will?“ Durch solches Tun würde dieser Mann das Floß richtig behandeln.

So, ihr Mönche, habe ich euch gezeigt, wie die Lehre einem Floß vergleichbar ist, das der Überfahrt dient, nicht dem Festhalten.

Die ihr das Gleichnis vom Floß, ihr Mönche, versteht, ihr habt auch die rechten Lehren zu lassen, geschweige die falschen.

Mit dieser Aussage zeigt der Erwachte noch einmal deutlich, dass es immer um den Zweck geht, die Triebe aufzuheben und so das Heil, die Sicherheit, das andere Ufer zu gewinnen. Rechte Ansichten dienen nur diesem Zweck. Sie sind als die erste Stufe des achtgliedrigen Heilswegs wie ein Floß zum Übersetzen. Der Erwachte sagt von der heilenden rechten Anschauung: So wie der Morgenröte zwangsläufig der Aufgang der Sonne folge und damit der helle Tag, so auch folge der heilenden rechten Anschauung ganz sicher und zwangsläufig die vollkommene Überwindung des Leidens, die Befreiung von Vergänglichkeit, von Tod: das Heil, das Nirvāna, das höchste Wohl. (A X,121)

*Das diesseitige Ufer voller Gefahren und Schrecken* ist ein Gleichnis für den schier unendlichen Kreislauf der Wesen durch immer erneutes Geborenwerden und Sterben und Wiedergeborenwerden und Sterben durch das Ergreifen der fünf Leidenshäufungen: Form, Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierte Wohlerfahrungssuche, die als ich und eigen angesehen werden.

Unter diesem endlosen Kreislauf der Wesen, dem Samsāra, werden alle Seinsweisen und Zustände verstanden; sie alle sind bedingt - von den allertiefsten an bis zu den allerhöchsten. Alle diese Erfahrungsbereiche gehören noch zum diesseitigen Ufer. Die beiden Ufer meinen nicht, wie im christlichen Sinn, Diesseits und Jenseits, also etwa das eine Ufer das jetzige Erdenleben und das andere Ufer den Himmel oder die Hölle, vielmehr gehören das Erdenleben und die Himmel aller Art und die Höllen aller Art noch zu dem diesseitigen Ufer.

Auch ist mit dem diesseitigen Ufer nicht etwa nur die Wahrnehmung von Sinnensuchtwelten und formhafter Selbsterfahrnis gemeint, sondern auch die Wahrnehmung der Entrückungen und anderer überweltlicher Zustände, in denen sinnliche Wahrnehmung zwar vorübergehend überwunden ist, aber doch entsprechend den Gegebenheiten wieder auftaucht.

*Das jenseitige Ufer, frei von Gefahren und Schrecken* ist ein Gleichnis für das Nibbāna, das Aufhören des Er-

greifens der fünf Zusammenhäufungen, die unverletzbar Unverletztheit, der durch keine Bedingungen bedingte, darum unveränderliche, unvergängliche Zustand, die vollkommene, die heile Situation, die durch nichts aufgehoben oder verändert werden kann. Zu diesem jenseitigen Ufer gehört nicht einmal, wer den ersten, zweiten und dritten Grad der drei Garantiegrade des Heils erworben hat, also den Stromeintritt (1. Garantiegrad) oder die Einmalwiederkehr (2. Garantiegrad) oder gar die Nichtwiederkehr (3. Garantiegrad). Für denjenigen, der diese drei Garantiegrade oder einen der drei erworben hat, ist es zwar ganz sicher, dass er über das Wasser hinweg gelangt und das jenseitige Ufer in absehbarer Zeit erreicht, denn er hat das sichere Floß, die sichere Wegweisung und ausreichende Kraft - aber er ist eben noch nicht am jenseitigen Ufer angelangt. So ist er auch nicht mehr am diesseitigen Ufer, sondern ist schon mehr oder weniger lange Zeit aufgebrochen, befindet sich unterwegs auf dem Wasser.

*Das große Wasser*, das zu überqueren ist, ist ein Gleichnis für die Überflutung der Wesen *durch Sinnensucht, Seinwollen, Ansichten, Wahn*, ist ein Gleichnis für vier Arten von Fluten oder Wogen (S 35,197), eine Auffächerung möglicher Triebe und den dadurch bedingten Wahn:

*Sinnensucht* ist das Verlangen nach den vom Luger erfahrbaren Formen, nach den vom Lauscher erfahrbaren Tönen, nach den vom Riecher erfahrbaren Düften, nach den vom Schmecker erfahrbaren Säften, nach den vom Taster erfahrbaren Tastungen, *den ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen, dem Begehren entsprechenden, reizenden*.

*Seinwollen* bedeutet: So und nicht anders sein wollen, das Hängen an bestimmten moralischen, sozialen bzw. amoralischen oder asozialen und körperlichen Eigenschaften.

Das Ergreifen von *Ansichten*, Vorstellungen ist die Neigung der Wesen, jedes Erlebnis zu beurteilen, zu deuten und sich über seinen Ort im Gesamtraum der Erscheinung sowie über Wiederholbarkeit oder Vermeidbarkeit usw. zu orientieren.

*Wahn* bedeutet, die Wahrnehmung für wirklich nehmen, in der Wahrnehmung befangen sein, Falschwissen, abseits der Wirklichkeit sein.

Der Weg der Läuterung, die Kreuzung dieser Fluten, die Überwindung der Triebe und des Wahns, ist eine sehr ungewohnte und erheblich schwierigere Verhaltensweise als das Gehen auf dem Land, ist wie das Rudern und Schwimmen im Wasser. Wer aber erkannt hat, dass die bisher vertraute Art des Lebens ein Leben voller Gefahren und Schrecken ist bis zum Untergang, und wer weiterhin erkannt hat, dass es außer diesem elenden Leben etwas ganz anderes, eine völlige Sicherheit gibt und dass der Weg zu dieser Sicherheit eine andere Lebensweise bedingt, der verlässt die gewohnten Maßstäbe und Gepflogenheiten im Reden, Handeln und in der Lebensführung und richtet sich nach seinen gewonnenen besseren Einsichten.

Die Lebensweise des Läuterungskampfes erscheint schwerer als die normale Lebensweise in der Welt, bei der man auf dem „breiten Weg“ mit den anderen geht. Der Dichter *Samuel Gottlieb Bürde (1753-1831)* schrieb das geistliche Lied, deren erste zwei Zeilen lauten:

*Steil und dornig ist der Pfad,  
der uns zur Vollendung leitet...*

Und im buddhistischen „Wahrheitspfad“ heißt es:

*Leicht ist das Schlechte, Heillose,  
das, was uns selbst nur Unheil schafft;  
was aber heilsam und was gut,  
ach, wie so äußerst schwer ist das. (Dh 163)*

Natürlich fällt dem Menschen die Vorwärtsbewegung aus eigenen Kräften auf festem Land viel leichter als auf dem Wasser. Aber da gerade das hiesige Ufer, auf dem er sich befindet, voll tödlicher Gefahren ist, darum will er sich an das



jenseitige Ufer retten und muss darum den schwierigeren Weg über das Wasser in Kauf nehmen.

Aber ist es so sehr viel leichter, in der gewohnten Lebensweise zu bleiben als den bewussten Weg der Reinigung und Selbstzucht zu gehen? Auf den ersten Blick hin sehen wir die Menschen, die von bewusster religiöser Lebensführung nichts wissen, so heiter und leicht in lauter Wohl leben, so dass sie etwa zu beneiden wären, aber ein wenig genauer hingesehen, entdecken wir auch dort Kummer, Gram und Verzweiflung. Ist es im Wasser so sehr viel schwerer vorwärts zu kommen - zumal wenn man ein gut tragendes Floß hat - als auf dem Land? Wer aufmerksam um sich blickt, der findet die Antwort, wie sie in einem anderen buddhistischen Vers (Dh 302) ausgedrückt ist:

*Gar schwer ist's, Hausloser zu sein.  
Gar schwer, daran sich zu erfreu'n;  
gar schwer ist's Leben in dem Haus,  
das Hausleben ist voller Leid.*

*Schwer lebt man im vertrauten Kreis,  
schwer lebt man in der Fremde auch.  
Mach drum ein Ende allem Wandern  
und werd' nicht mehr verfolgt vom Leid!*

Wer zu diesem Bild noch „die Gefahren des diesseitigen Ufers“ hinzunimmt, den mit einem ungezügelter Leben zwangsläufig verbundenen sittlichen Verfall und Untergang mit all seinen Folgen innerhalb dieses Lebens und hernach in aller Endlosigkeit, und wer dagegen die begrenzte Strecke des zu überwindenden Wassers und die drüben wartende endgültige Sicherheit bedenkt, die Beendigung aller Wanderung, der weiß, woran er ist.

Mit diesem die Existenz umfassenden und durchdringenden Blick steht der Mensch seiner gesamten bisherigen Gewohnheit, dem diesseitigen Ufer, kritisch, ja sogar befremdet ge-

genüber. Seine Gewöhnungen und Gewohnheiten, die ihm in der gesamten Umwelt in Verwandtschaft und Freundschaft begegnenden Gepflogenheiten, sind für ihn nicht mehr der sichere tragfähige Boden. Nur ein solcher, der die Scheingeborgenheit durchschaut, dem „die Schrecken des diesseitigen Ufers“ bewusst werden, wird bereit, mit der bisherigen Lebensgewohnheit zu brechen, ein neues Leben nach anderen Maßstäben zu beginnen, sich in eine bestimmte Übung zu stellen, den Weg einer ganz bewussten auf Helligkeit und Reinheit des Herzens abgestellten, von aller Gewohnheit abweichenden Lebensweise auf sich zu nehmen.

Das ist der „steile und dornige Pfad“, wie er im christlichen Sinne bezeichnet wird, der aber dank der vollkommenen Wegweisung des Erwachten die Dornen verliert und zu dem Pfad der goldenen Mitte, zu dem „mittleren Pfad ohne Hemmungslosigkeit und ohne Selbstqual“ wird, der zwar ungewohnt ist und darum Aufmerksamkeit und Anspannung erfordert, der aber für den, welcher Aufmerksamkeit und Anspannung mitbringt oder entwickelt, *sicher ist und zu innerem Wohl (piti) führt (M 19)*. - Dieses ganz bewusste Leben der Läuterung: das ist das Kreuzen der vier Fluten, der Triebe und des Wahns.

Wer am hiesigen Ufer bleibt, wer der alten Gewohnheit, dem Zug der Umwelt und den inneren Neigungen blind folgt, der kann nie die heile Situation, die endgültig sichere Stätte gewinnen, denn diese befindet sich nun einmal nicht auf der hiesigen Seite. Darum wird er zwangsläufig ein Opfer der Gefahren des diesseitigen Ufers. Darum finden wir in allen Religionen die dringende Mahnung zur Umkehr, zum bewussten Leben der Läuterung.

Wer aber das hiesige Ufer verlässt und sich in das Wasser begibt, dem tun sich zwei verschiedene Möglichkeiten auf: Er kann wohl auch - wie der am hiesigen Ufer Bleibende - umkommen, denn das Wasser hat seine bestimmten Gefahren, aber er kann auch das jenseitige Ufer, die heile Situation, die endgültige Sicherheit, erreichen. Diese Möglichkeit steht nur

demjenigen offen, der sich auf das Wasser gewagt hat, nicht aber solchen, die am Ufer der Gewohnheit bleiben.

Der Erwachte spricht von den vier Gefahren der Asketen im Wasser (M 67):

1. Der Gefahr der Woge, ein Gleichnis für Ärger und Zorn,
2. der Gefahr des Krokodils, ein Gleichnis für Gefräßigkeit,
3. der Gefahr des Strudels, ein Gleichnis für die Sinnensucht im Ganzen,
4. der Gefahr des Haies, ein Gleichnis für die Unkeuschheit im Besonderen.

Dieses Gleichnis darf aber nicht missverstanden werden. Es wird dort nicht von der Tatsache der Woge, des Krokodils, des Strudels und des Haies gesprochen, sondern von der Gefahr der Woge, des Krokodils, des Strudels und des Haies. Darin liegt der entscheidende Unterschied. Denn jene vier üblen Triebe, wie Zorn, Gefräßigkeit, Sinnlichkeit und Unkeuschheit, mögen zwar überall vorkommen, im bürgerlichen Leben wie auch in der Askese, sie werden aber nur für den auf der „Überfahrt Befindlichen“, für den durch die Religionen zu neuen Einsichten und durch die neuen Einsichten auf den Läuterungsweg Gelangten zur tödlichen Gefahr. Dagegen müssen sie für den in der Gewohnheit verbleibenden Menschen keine tödliche Gefahr sein. Wie hängt das zusammen?

Der Läuterungskampf ist aus tieferen Einsichten in die geistigen Zusammenhänge der Existenz hervorgegangen. Nach diesen Einsichten sind Ärger und Zorn, Geschmäckigkeit und Sinnlichkeit und Unkeuschheit als heilsverhindernd, als übel erkannt und verworfen, ist ein Leben beschlossen worden ohne Zulassung dieser Übel, in dem diese Übel bekämpft werden.

Im Lauf des geistigen Prozesses, der bis zu dem Entschluss führte, die neue Lebensform zu beginnen, waren die gewohnten bürgerlichen Maßstäbe der Umwelt, nach denen diese Lebensweisen nicht als übel gelten, als falsch und unzulänglich erkannt und verworfen worden. Aber ab dem Entschluss hat sich der Mensch von den gewohnten Maßstäben entbunden, aus der Gewöhnung gelöst und hat sich auf das ganz andere,

das Neue, eingelassen. Für ihn sind die gewohnten Lebensweisen unvereinbar mit seinen Zielen und Verpflichtungen.

Mit dieser neuen Einsicht, mit dieser neuen Geisteshaltung steht der Mensch jenen vier Lebensweisen ganz anders gegenüber als der normale Mensch, dessen Auffassungen und Anschauungen denen seiner Umwelt entsprechen, der sich an die bürgerlichen Maßstäbe für gut und böse hält. Dieselben Taten, die der Geist des normalen bürgerlichen Menschen für üblich hält, so dass er sich „nichts dabei denkt“, die beurteilt der durch die neue Einsicht veränderte Geist als gefährlich, tödlich, entsetzlich, verwerflich. Dieselben Taten, die der normale Bürger in Übereinstimmung mit seinem Geist tut, die tut der von der neuen Einsicht bewegte, mit den neuen Maßstäben Versehene, wenn er sie nicht lassen kann, im *Widerspruch* und Gegensatz zu seinen Einsichten. Dieselben Taten, die der eine beruhigt tut, tut der andere beunruhigt und beklommen. Das ist einer der Gründe, warum die gleiche Lebensweise in dem einen Fall gefährlicher ist als in dem anderen Fall.

Hinzu kommt noch: Der im bürgerlichen Milieu lebende und mit bürgerlichen Maßstäben messende Mensch mag öfter ärgerlich und zornig sein, mag öfter im Essen wie auch in anderen sinnlichen Dingen und selbst in der Unkeuschheit die Grenzen vermissen lassen, er wird aber durch die Pflichten seines Alltags in Familie, Beruf und Nachbarschaft immer wieder von der Hemmungslosigkeit zurückgerufen und fortgelenkt. So läuft er tagaus, tagein in bestimmten Gleisen, die ihn in einer mittelmäßigen Ordnung halten. Bei zu großen Abwegigkeiten und Hemmungslosigkeiten wird er durch das kritische Verhalten seiner Freunde und Nächsten wieder zu jener mittelmäßigen Ordnung zurückgerufen.

Da die bürgerliche Umwelt ihm durchaus nicht alles verbietet, so kann er seinen Wünschen weitgehend folgen. Auch hat er im Kreis der Freunde und Nächsten das Gefühl von Vertrautheit, Geborgenheit und Sicherheit. Und da er kein anderes Urteil kennt, das über das Urteil der Freunde und Nachbarn hinausgeht, so liegt ihm sehr daran, von seiner Um-

welt anerkannt zu sein. Darum bemüht er sich, in seinem Tun und Lassen innerhalb jener Grenzen zu bleiben, in welchen die Freunde ihn gelten lassen. Das ist die Verankerung, der scheinbar feste Grund, das diesseitige Ufer der Gewohnheit.

Jene Alltagspflichten in Beruf und Familie, welche den bürgerlichen Menschen von allzu ausschweifender Genussucht immer wieder ablenken und zurückrufen, gibt es in der Askese nicht. Was für Pflichten man auch auf dem Läuterungsweg auf sich genommen hat, alle diese Pflichten sind freiwillige, sind nicht vom Druck der Verhältnisse, sondern vom freien Entschluss gesetzt, und darum gibt es in der Askese die Möglichkeit, alles zu verlieren, aber auch die Möglichkeit, alles zu gewinnen. So ist der Läuterungsgang ein Wagnis mit zwei möglichen Ausgängen: Er muss einen negativen Ausgang haben für denjenigen, der nicht genug Sinn hat für die hohen Gedanken der Freiheit, nicht genug Zug nach dem Großen und Hellen verspürt, der in sich nicht genug Kraft entwickelt, ohne die von ihm aufgegebenen bürgerlichen Halte und Stützen die endgültige Freiheit zu gewinnen. Ein solcher beraubt sich des Haltes, der ihn vor dem Absturz bewahrte, ein solcher geht in der Askese unter, d.h. tritt aus dem Orden aus, fällt in die frühere Gewohnheit zurück oder wenn auch diese ihm keinen Halt mehr bietet, verfällt der Hemmungslosigkeit.

Aber es ist ein Wagnis mit positivem Ausgang für denjenigen, der mit der Ablegung und Überwindung der weltlichen Maßstäbe allein das Absolute und Heile ins Auge fasst, wessen Kräfte sich beim Anblick des Großen regen, wessen Herz angerührt wird vom Anblick der Sicherheit. Ein solcher wird, wenn er die Gewohnheit verlässt, über alle Mittelmäßigkeit und Unzulänglichkeit hinauswachsen und den Weg zur Freiheit finden.

Ein solcher ist auf dem Wasser mit einem tragfähigen, zur Überfahrt tauglichen Floß ausgerüstet, für ihn gibt es weder die Gefahr der Woge noch die Gefahr des Krokodils noch die des Strudels oder die des Haies. Die Askese, der ausschließliche bewusste Gang der Läuterung, ist nur dann gefährlich,

wenn man nicht genügend gerüstet ist. Und die Rüstung der Einsichten, das ist im Fall dieses Gleichnisses das Floß.

Mit dem Floß ist diejenige Anschauung und Seinssicht im Ganzen und im Einzelnen gemeint, die dem Menschen hauptsächlich folgende drei Dinge vermittelt:

Erstens einen deutlichen und überzeugenden Einblick in die „Gefahren des gefährlichen furchterregenden diesseitigen Ufers“ - das ist die auf die fünf Zusammenhäufungen gestützte „Ich bin- und die Welt ist“-Auffassung -, der ausreicht, um den Menschen zum endgültigen Aufbruch aus der alten Gewohnheit zu veranlassen;

zweitens einen deutlichen und überzeugenden Einblick in die Heilssituation, der dem Menschen einen unwiderstehlichen Zug, eine unstillbare Neigung nach dem Heilsziel vermittelt und damit Wille und Kraft genug, das Ziel zu erreichen;

drittens eine deutliche Kenntnis von dem *Weg*, der zwischen der gegenwärtigen Situation und dem Ziel liegt, von seinen einzelnen Etappen und ihrer Reihenfolge, von den Übungen und Bemühungen und Verhaltensweisen, die zur Überwindung der verschiedenen Etappen erforderlich sind - eine sichere und gefestigte Kenntnis dieser Dinge, durch welche der Übende in den jeweiligen einzelnen Situationen stets zweifelsfrei weiß, was zu tun und zu lassen ist, um über die betreffende Stelle hinaus dem Ziel näher zu kommen, um nicht zurückzufallen.

Diese drei Kenntnisse, die zusammen das Floß bedeuten, werden mit den vom Erwachten gelehrt vier Heilswahrheiten in vollkommener Weise angeboten: Die *erste* Heilswahrheit zeigt die Gefahren des diesseitigen Ufers. Daraus entsteht eine große Kraft des Abstoßes vom hiesigen Ufer. Die *zweite* Wahrheit nennt die dem gesamten leidhaften Prozess innewohnende Triebfeder, entlarvt sie als den in fast jeder Situation erfahrbaren Durst nach den mannigfaltigen Erlebnissen. Die *dritte* Heilswahrheit nennt die Möglichkeit der Auflösung dieses Durstes, wodurch ein großer Zug nach dem jenseitigen Ufer, nach der heilen Situation entsteht. Denn die Stilllegung

des Durstes wird als die einzige Möglichkeit zur allmählichen bis endgültigen Aufhebung des Leidens erkannt. - Mit der *vierten* Heilswahrheit werden die Einzelübungen und -Überwindungen in ihrer Reihenfolge bezeichnet, die erforderlich sind, um schrittweise zunächst aus den größten, dann aus den groben, den mittleren, den feineren, zuletzt aus den feinsten Unzulänglichkeiten herauszukommen bis zur Erreichung der heilen Situation.

In S 35,197 wird als Floß der ganze achtgliedrige Heilsweg bezeichnet, nicht nur die rechte Anschauung, doch ist in seinem ersten Glied, „der rechten Anschauung“, auch die Kenntnis des Heilsweges einbegriffen, die zwangsläufig zum Erwerb der anderen Glieder führt.

Der Wert der vierten Heilswahrheit, der Weg zur Aufhebung des Leidens, wird fast immer unterschätzt: Schafft das Verständnis der ersten bis dritten Heilswahrheit den starken Willen und Drang, von den gefährlichen Stätten der Existenz zur Sicherheit zu gelangen und wird dieser Drang um so machtvoller und unwiderstehlicher, je gründlicher die drei ersten Heilswahrheiten begriffen werden, so bietet doch nur die gründliche Kenntnis der vierten Heilswahrheit das Mittel, um schrittweise von dem Zustand des Unheils zu dem Zustand des Heils hinüberwechseln zu können. So geht aus den drei ersten Heilswahrheiten die Kraft zur Überwindung des Abstands und nur aus der vierten Heilswahrheit die notwendige Führung und Lenkung hervor. Wer nur die ersten drei Heilswahrheiten gründlich kennt, der mag ausreichende Kraft des Ekels vor dem hiesigen Ufer und ausreichende Kraft der Sehnsucht nach dem jenseitigen Ufer, nach der heilen Situation, besitzen; wenn er aber ohne Lenkung ist, dann mag diese Kraft sich zu den irrigsten Unternehmungen (wie seinerzeit auch bei dem Asketen Gotamo, als er noch nicht der Buddha war) und zuletzt zu Irrsinn oder Verzweiflung führen. Wer dagegen nur die vierte Heilswahrheit zu erkennen sich bemüht, dem mag daraus eine detaillierte Kenntnis aller Etappen des Heilsweges

erwachsen: Ohne Kraft aber kann er nicht weiterkommen, muss auf der Stelle treten, trotz allen Wissens.

*Die heilende rechte Anschauung, die den Kämpfer zur völligen Leidensversiegung führt* (M 48), das erste Glied des achtgliedrigen Wegs, die Kenntnis der vier Heilswahrheiten, treibt dazu an und gibt nicht Ruhe, bis der Reihe nach alle Glieder des achtgliedrigen Wegs erworben, gewonnen und vollendet sind.

Das zeigt der Erwachte in einem anderen Gleichnis, in welchem nicht von einem Floß, sondern davon die Rede ist, wann man das andere Ufer schwimmend erreichen kann und wann nicht (M 64). Da sagt der Erwachte, dass von zwei Schwimmkundigen nur derjenige das andere Ufer erreichen kann, der außer der Schwimmkunst die genügende Kraft besitzt, durchzuhalten, bis er drüben anlangt. Wem aber die Kraft schwindet, der kann, wenn er auch schwimmkundig ist, das andere Ufer nicht erreichen. Die in dem Gleichnis genannte Kraft des Schwimmers sieht der Erwachte bei dem um das Heil kämpfenden Menschen dann gegeben, *wenn sich das Herz bei der Darlegung der Nicht-Ichheit, der Auflösung der Persönlichkeitsauffassung, freudig zuwendet, sich dabei beruhigt, dabei still wird und sich befreit fühlt.* (M 64)

Hier zeigt sich, dass zur rechten Anschauung mehr gehört als nur die Kenntnis der vier Heilswahrheiten einschließlich der Erkenntnis, dass die fünf Zusammenhäufungen unbeständig, leidvoll, nicht-ich sind. Es zeigt sich, dass auch jenes Gefühl der Erleichterung, Beruhigung, der tiefen Freude zur Erkenntnis hinzukommen muss, weil erst damit jener stetige, machtvolle, auf die heile Situation hinstrebende Zug entsteht, der unerlässlich ist, um von hier nach dort zu kommen.

Der andere Mensch dagegen, der zwar ebenfalls die Kenntnis von der Nicht-Ichheit der fünf Zusammenhäufungen besitzt, der sich dieser Auffassung aber nicht freudig zuwendet, sich dabei nicht beruhigt, nicht dabei still wird, sich dabei nicht befreit fühlt, wird von dem Erwachten mit dem schwächlichen Mann verglichen, der wegen seiner Schwäche trotz der



Schwimmkunst nicht bis zum anderen Ufer hinschwimmen kann. (M 64)

Warum ist das so? Warum gilt erst das Aufkommen dieses Gefühls als das Symptom, als das sichere Zeichen für die Vollendung der heilenden rechten Anschauung? Warum wird sie erst in Verbindung mit diesem Gefühl als ausreichend befunden, um völlig zum Nibbāna hinzuführen?

Das Gesetz der menschlichen Willensbildung lässt diesen Zusammenhang völlig klar werden. - Wir wissen, dass jeder im Menschen aufkommende Wille bewusst oder unbewusst immer nur auf eine direkte oder indirekte Verbesserung der Situation aus ist. So vielfältig auch die bei allen lebenden Wesen aufkommenden Willensrichtungen sind, so liegt ihnen allen doch immer das eine zugrunde, dass sie bewusst oder unbewusst, indirekt oder direkt auf die Verbesserung der Situation aus sind. Es gibt gar keinen anderen Grund für Willensbildung. Darum kann auch in einer für vollkommen gehaltenen Situation kein Wille aufkommen.

Jeder Wille hat zwei Enden: Die gegenwärtige Situation ist der Ort, von dem er fortstrebt, und die in Aussicht stehende Situation ist der Ort, zu dem er hinstrebt. Wille ist ja immer eine geistige Bewegungsrichtung, ein „Auf-etwas-aus-Sein“. Und diese Richtung wird bestimmt durch die gegenwärtige Situation, welche verlassen werden soll, und die neue Situation, welche angestrebt werden soll.

Darin zeigt sich bereits die Bedingung für die so sehr unterschiedliche Willenskraft: Sie ist bestimmt durch das Gefälle, durch den Unterschied zwischen der empfundenen oder vermuteten Leidigkeit, Gefährlichkeit oder Unzulänglichkeit der gegenwärtigen Situation und der empfundenen oder vermuteten Annehmlichkeit und Sicherheit und Vollkommenheit der angestrebten Situation.

Wie das Wasser eines Bachs mit um so größerer Kraft hinabläuft, je stärker das Gefälle, der Höhenunterschied zwischen dem Ort seiner Herkunft und seinem Zielort ist, so auch ist die Kraft des Willens immer abhängig von dem geistigen Gefälle,

von dem Grad der Verlockung. Und dieser wird bestimmt von zwei Faktoren: Erstens davon, wie stark oder schwach die gegenwärtige Situation als unzulänglich, schmerzlich, gefährlich beurteilt wird, und zweitens davon, was man von der angestrebten Situation erwartet und erhofft.

Stellen wir uns vor, wie viel Willenskraft sogleich aufkommt, um sich aus einem brennenden Haus oder von anderen tödlichen Gefahren zu retten, und wie wenig Willenskraft aufkommt, um sich aus einer leidlich erträglichen, ja, vielleicht nicht einmal als unangenehm empfundenen Situation in eine andere Situation zu bringen, die man für nicht viel besser hält.

In diesem Zusammenhang der Willensbildung liegt der reale Hintergrund für die Aussage des Erwachten, jene heilende rechte Anschauung sei erst dann zur Erreichung der Triebversiegung ausreichend, wenn sich dem Hörer *das Herz bei der Darlegung der Nicht-Ichheit, der Auflösung der Persönlichkeitsauffassung, freudig zuwendet, sich dabei beruhigt, dabei still steht, sich dabei befreit fühlt.* (M 64) Diese positive Veränderung des Herzens, diese innere aufkommende Freude und daraus hervorgehende Zuwendung, Zuneigung zu dem erkannten Ziel ist sicheres Zeichen dafür, dass das Ziel nicht nur vom Verstand begriffen wurde, sondern dass es darüber hinaus für den betreffenden Menschen jetzt verlockende, anziehende Kraft hat, dass ein Zug zum Ziel entstanden ist. In diesem Zeichen haben alle Freunde der Lehre des Erwachten einen Maßstab, um sich daran zu messen.

Wer mit der Lehre des Erwachten in Verbindung kommt, der erfährt durch sie früher oder später von der Aussage über die Bedingtheit und darum Wandelbarkeit (*anicca*) alles dessen, was als Form, Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität und programmierter Wohlerfahrungssuche je aufkommt und erscheint. Indem er dies hört, mag er zunächst stutzen oder mag es sofort anerkennen. Aber es bedarf für ihn einer längeren Gewöhnung und einer immer wiederholten gründlichen Prüfung, bis er bei allen diesen fünf Faktoren stets durchdringend erkennt, wie sie

tatsächlich nur bedingt zustande kommen und sich dauernd wandeln.

Und erst, wenn er diesen Sachverhalt tiefer durchdringt, wenn diese Einsicht in ihm stärker wird, dann erkennt und spürt er, dass alles, was mit diesen fünf Zusammenhäufungen zusammenhängt, da es keine Sicherheit und Festigkeit hat, leidvoll sein muss (*dukkha*). Auch diese Einsicht geht ihm zuerst sporadisch, blitzartig auf, wird aber wieder durch die Alltagsdinge überdeckt, und es bedarf einer längeren Zeit gründlicher Beobachtungen, bis dieser Anblick in einem Menschen sich immer mehr ausbreitet und so zur Hauptsache wird.

Erst nachdem die Bedingtheit und Wandelbarkeit der fünf Zusammenhäufungen und dann, daraus hervorgehend, deren Leidhaftigkeit, Unzulänglichkeit und Elendigkeit durchschaut wurde, erwächst bei dem gründlichen Beobachter eine leise Ahnung von jenem Frieden und jener Sicherheit, die nur abseits dieser fünf bedingten, wandelbaren Faktoren bestehen kann. Und indem er bei solchem gründlichen Betrachten der Bedingtheit, Wandelbarkeit und Leidhaftigkeit jener fünf Faktoren den feinen Frieden und die Sicherheit außerhalb derselben zu merken beginnt, da *wendet sich ihm das Herz freudig zu, beruhigt sich, steht dabei still und wird frei (M 28)*, da beginnt jener Zug spürbar zu werden, der eine Kraft ist, die auf das Nibbāna hinlenkt. Bei einem solchen Menschen ist die Neigung zum Nibbāna hin entstanden. Ein solcher ist *von der Triebversiegung angezogen (M 105)*. Ein solcher hat die *zur Triebversiegung führende heilende rechte Anschauung (M 48)*.

Dieser Anblick, in dem also die Liebe zum Ziel sich bereits kundtut und zugleich die gründliche Kenntnis über die einzelnen Übungen und Etappen des Wegs, der zurückzulegen ist, um von der gegenwärtigen Situation zur heilen Situation zu kommen - das ist in unserem Gleichnis das Floß.

In unserem Gleichnis benutzt der Mann zum Floßbau Gras, Zweige, Äste und Blätter. Die tragenden Elemente sind Äste und die verbindenden Elemente sind Stricke oder, wenn man auf Naturerzeugnisse angewiesen ist, Ranken und Lianen,

Zweige und Reisig. Um nun die Fahrt für eine weite Reise erträglicher zu machen, ist es auch gut, dem Floß die äußersten Härten zu nehmen durch eine Bedeckung mit Blättern. So besteht das Material des Floßes aus tragenden Mitteln, bindenden Mitteln und erleichternden Mitteln.

Alle diese Mittel erwirbt der um Wahrheit und Freiheit bemühte Mensch zunächst durch Lesen der Lehrreden und dann, wenn er sie aus den Lehrreden begriffen und ergriffen hat, aus dem Leben.

Die tragenden Elemente, d.h. diejenigen Elemente, die den Besitzer befähigen, abseits und außerhalb aller weltlichen Maßstäbe und Gepflogenheiten den Läuterungswandel durchzuhalten, sind in den Lehrreden gegeben mit den Aussagen über die Gefahren und Schrecken des *diesseitigen Ufers*, des Lebens der Gewohnheit, und über die Sicherheit und Freiheit der heilen Situation im Nibbāna.

Unter den Bindemitteln ist jene (vom Menschen mitgebrachte oder zu erwerbende) Fähigkeit des Geistes zu verstehen, aus der großen Anzahl der Einzelbelehrungen, Einzelwahrheiten, welche die Lehrreden vermitteln, den Zusammenhang zu erkennen. Es ist die Fähigkeit, *das Vorhergehende mit dem Nachfolgenden verbinden* zu können (M 56), richtig sehen und folgern zu können.

Und das Material für die Polsterung des Floßes, die nicht der Bequemlichkeit und Lässigkeit dienen will, sondern lediglich der Vermeidung von unerträglichen Härten und Reibungen auf dem weiten Weg der Überfahrt, ist gegeben mit den mannigfaltigen Anleitungen des Erwachten über die Reihenfolge des praktischen Vorgehens und mit den mannigfaltigen, im Lauf des praktischen Vorgehens zu sammelnden Erfahrungen über die schwerere Weise und die leichtere Weise des Vorgehens.

Das sind die drei Grundmaterialien, die für das Floß erforderlich sind.

Wer die drei Grundelemente für das Floß gewonnen hat, wer von einer durchdringenden Erkenntnis von den Gefahren

und Schrecken des diesseitigen Ufers erfüllt ist, wem sich die Ahnung des Heils im Nibbāna und die Möglichkeit, das Nibbāna zu erreichen, erhellend und befreiend aufgetan hat, der besitzt die tragenden Elemente des Floßes. Wer darüber hinaus die Fähigkeit besitzt, die einzelnen Belehrungen des Erwachten in den verschiedenen Lehrreden und die je einzeln gewonnenen Erfahrungen miteinander in Beziehung zu bringen, zu verbinden und den Zusammenhang zu erkennen - wer also nach seiner geistigen Struktur auch die Bindemittel für das Floß besitzt oder sich durch den erzieherischen Einfluss der Lehrreden erwirbt - der befindet sich bereits mitten in der Arbeit des Zusammenfügens. Die Fähigkeit des Geistes zum Zusammenfügen ist zugleich sein aus der Erkenntnis der Notwendigkeit erwachsene Zwang, so zu tun. Das gilt ganz besonders, wenn er wie hier das Zusammenfügen für dringend notwendig hält. Das ist das Zusammenbinden des Floßes.

Und wer darüber hinaus die vielen einzelnen Einsichten und einzelnen Erfahrungen zu sammeln und zu verwerten vermag, welche ihm helfen, auf dem Weg alle Selbstqual und alle Lässigkeit zu vermeiden und den *sicheren mittleren Weg, der zu innerem Wohl (pīti) führt* (M 19) zu finden, der befindet sich damit bereits bei der Polsterung des Floßes. Und so wird das Floß immer tragfähiger, immer fester verbunden und immer erträglicher für den Reisenden.

Aber es ist nicht so, dass der Mensch nur am diesseitigen Ufer das Floß in der ihm tauglich erscheinenden geringen oder mittleren oder großen Vollkommenheit bindet und fügt und dann es in diesem Zustand belässt, bis er mit ihm ans jenseitige Ufer gelangt ist; sondern indem der Mensch den Weg von der gegenwärtigen Situation bis zum Heil geht, gewinnt er immer mehr tragende Einsichten und Erfahrungen (Äste), gewinnt immer mehr die Fähigkeit des Verbindens und Durchschauens (Bindemittel), und vor allem gewinnt er immer mehr Einzelerfahrungen über die geschicktere Weise des Vorgehens. So vervollkommnet er sein Floß noch „auf dem Wasser“ immer mehr.

Zwar ist es so, dass manche Menschen mit einem erheblich weniger vollkommenen Floß schon den Absprung wagen und darum im Anfang um so mehr zu kämpfen und auch Gefahren zu bestehen haben, dass dagegen andere sehr vorsichtige Menschen erst am diesseitigen Ufer das Floß so vollkommen wie möglich bauen, ehe sie es wagen, sich abzustößen. Aber alle, die sich auf das Wasser begeben, werden unterwegs noch wesentliche Materialien für das Floß finden und werden ihr Floß unterwegs immer vollkommener machen. Ganz vollkommen ist das Floß, die „heilende rechte Anschauung“, erst dann, wenn man es nicht mehr braucht: am anderen Ufer.

Mit dem *Arbeiten mit Händen und Füßen* ist die Entwicklung und der Einsatz aller dem Menschen verfügbaren Kräfte auf dem achtgliedrigen Weg gemeint, um aus der elenden in die heile Situation zu kommen, der Einsatz der rechten Anschauung, des rechten Mühens und der rechten Selbstbeobachtung (M 117).

Durch diesen beharrlichen Einsatz all seiner besten Kräfte, durch das *Rudern mit Händen und Füßen*, setzt der Mensch allmählich hinüber zum anderen Ufer, d.h. er entfernt sich immer mehr von seiner bisherigen Art, indem er zuerst in *heißem Mühen* vollkommene Tugendhaftigkeit erwirbt und indem er dann planmäßig die weiteren Übungen der vom Erwachten genannten Übungsreihe durchführt, wie Zügelung der Sinnesdränge, Maßhalten beim Essen, Wachsamkeit auf die Herzensbefleckungen, klares Bewusstsein usw., so dass er auf diesem Weg weltleerer wird. Ein solcher ist durch das beharrliche Rudern mit Händen und Füßen, durch seine stets erneute Inanspruchnahme der ihn orientierenden rechten Anschauung, durch stete Selbstbeobachtung über seinen Standort und über das, was noch zu tun ist, und durch dauerndes rechtes Mühen schon weit entfernt vom diesseitigen Ufer und ist schon in große Nähe des jenseitigen Ufers gekommen.

Durch weiteres Üben in der Aufhebung der fünf Hemmungen kommt er zum Erlebnis der weltlosen Entrückungen, und nachdem er auch diese durchkostet hat, wird er fähig zum

Durchbruch zu dem die ganze Existenz durchdringenden und umfassenden Anblick, der nichts Unerkanntes mehr übrig lässt. Damit ist er zu vollkommener Aufhebung der Triebe, zu vollkommenem Wissen gekommen, damit ist er am jenseitigen Ufer angelangt. - Das ist das Arbeiten mit Händen und Füßen, und das ist das Hinübersetzen zum jenseitigen Ufer.

Ebenso wie das Floß, die „heilende rechte Anschauung“, unterwegs immer besser wird und erst dann vollkommen ist, wenn man am anderen Ufer angelangt ist, so auch sind die Fähigkeiten und Kräfte zum Streben gerade am Anfang, wenn man sie am stärksten benötigt, nur sehr beschränkt vorhanden, entwickeln und mehren sich aber auf dem Weg durch die Übung und sind dann, wenn man angelangt ist, vollkommen.

Das Floß auf die Schulter laden - das Floß der Flut überlassen: Die rechte Anschauung sagt: „Die Einsichten über die Unbeständigkeit, Leidhaftigkeit der fünf Zusammenhäufungen, die ich gewonnen habe, sind ja auch Wahrnehmungen, die bedingt entstanden und darum vergänglich sind. Diese Wahrnehmung von der wirklichen Beschaffenheit der Existenz ist zwar hilfreicher als alle sonstige Wahrnehmung. Aber da auch diese rechte Anschauung nur eine Wahrnehmung ist, so will ich sie benutzen, um zuvor alle falsche Wahrnehmung abzutun und zu überwinden. Habe ich das getan, dann hat diese rechte Anschauung ihren Zweck erfüllt, dann ist auch sie sinnlos und überflüssig, denn sie ist ja nichts anderes als die Mitteilung: Alle Form, alles Gefühl, alle Wahrnehmung, alle Aktivität und alle programmierte Wohlerfahrungssuche sind wandelbar, wechselvoll, hinfällig, leidvoll und nicht lenkbar, sind kein Ich.

Da diese Einsicht mit zur rechten Anschauung gehört, so kann der von rechter Anschauung erfüllte Mensch, wenn er den Weg der Läuterung bis zum anderen Ufer des Heils gegangen ist, gar nicht mehr auf den Gedanken kommen, an dieser rechten Anschauung, die ja ihre eigene Unzulänglichkeit bekennt, festzuhalten. Darum braucht man dem Mann, der durch die rechte Anschauung bis zum anderen Ufer gelangt ist,

nicht den Rat zu geben, nun auch von der rechten Anschauung zu lassen, das Floß zurückzulassen.

Der Erwachte gibt diesen Rat auch nicht solchen, die sich bereits am anderen Ufer befinden, sondern gibt Arittho den Rat und solchen, die sich noch am hiesigen Ufer oder unterwegs im Wasser befinden mit falscher oder noch nicht vollkommen rechter Anschauung. Indem sie diesen Rat aufnehmen, bedenken, verstehen, da bauen sie ja weiter am Floß, da wird ihre rechte Anschauung noch immer richtiger, da übernehmen sie auch noch tiefer und maßgeblicher das Wissen von der Wandelbarkeit auch der Wahrnehmung, des Bewusstseins von der Lehre, und da erkennen sie immer besser, dass auch diese rechte Anschauung nur Mittel zum Zweck ist.

So wird schon während der Überfahrt das Floß immer fester und besser, aber das ergreifende Anhaften am Floß wird immer geringer. Der Übende merkt: „Das Floß ist ein Hilfsmittel, um von allem Vergänglichen zu lassen. Aber da das Floß auch vergänglich ist, so werde ich, wenn ich mit ihm alles andere Vergängliche hinter mir gelassen habe, dann auch dieses vergängliche Floß verlassen.“

*Ich gehe hin, wohin ich will*, so lässt der Erwachte im Gleichnis den am anderen Ufer angelangten Menschen denken. Dieses Wort drückt die Freiheit aus, die der drüben Angekommene gewonnen hat. Am „hiesigen gefährlichen Ufer voll furchterregender Dinge“ konnte er nicht hingehen, wohin er wollte. Er befand sich auf dauernder Flucht vor immer neuen Gefahren. Das gibt es drüben nicht.

*Ich gehe hin, wohin ich will* - diese Worte dürfen nicht zu wörtlich genommen werden. Dieselbe Freiheit, die hier in der Welt sich ausdrückt in den Worten: „Ich gehe hin, wohin ich will“, die kann in Bezug auf das Nibbāna überhaupt nicht ausgedrückt werden. Mit dem Nibbāna ist kein „Wollen“ und kein „Hingehen“ mehr verbunden, denn alles Wollen ist ja doch nur ein Müssen, da es durch Bedingungen bedingt ist. Und alles Hingehen geschieht immer nur, um ein Besseres zu



erlangen. Wo aber das Beste gewonnen ist, da bedarf es keines Hingehens.

Der letzte Satz dieses Gleichnisses:

*Die ihr das Gleichnis vom Floß versteht, ihr habt auch die rechten Lehren zu lassen, geschweige die falschen,* betrifft den wichtigsten Punkt des Gleichnisses, das, was die Lehre des Erwachten von allen anderen Religionen unterscheidet.

In allen Religionen wird gesagt: „Die anderen Lehren sind falsch, darum sollt ihr sie lassen; diese Lehre aber ist richtig, darum sollt ihr sie festhalten.“ - Der Erwachte sagt: „Alle Lehren haben den Zweck, zum Heil zu führen. Zum Heil können zwar nur die rechten Lehren führen, aber wenn sie hingeführt haben, dann müssen auch die rechten Lehren gelassen werden.“

Darüber hinaus sagen alle anderen Religionen: „Diese und diese Herzensbeschaffenheiten, Gedanken, Worte und Taten sind falsch, darum sollt ihr sie lassen. Aber jene und jene Herzensbeschaffenheiten, Gedanken, Worte und Taten sind richtig. Darum sollt ihr an ihnen festhalten.“ - Dagegen sagt der Erwachte (M 57):

*Die Absicht, alles Wirken aufzugeben, das dunkle oder lichte oder dunkel-lichte Folgen hat, das wird ein weder dunkles noch lichtetes Wirken genannt, das weder dunkle noch lichte Folgen hat, das zur Wirkensversiegung führt.*

Wir sehen daraus, dass das Heil durch Lassen gewonnen wird. Zur Grundhaltung aller Wesen in allen Daseinsformen gehört das Festhalten. Man hält an seinen Ansichten und Neigungen fest, an den tausend Dingen, an der Welt, am Leben, an der Existenz, kurz: man hält fest.

Zwar lässt man von bestimmten Dingen - der normale Mensch lässt von den ihm unsympathischen, der sittliche und religiöse Mensch lässt von den unwürdigen oder bösen Dingen; aber ein jeder Mensch hält fest an den Dingen, die ihm

lieb und gut erscheinen. Für alle Wesen ist es selbstverständlich, sich an etwas zu halten. Wesen sein und an etwas festhalten: das ist nicht zu trennen. „Anhaftendes Ergreifen“ und „Wesen“ sind Synonyme, betreffen dasselbe.

Der Erwachte lehrt nun, dass gerade das Festhalten die Krankheit ist, die Leidensursache. Es geht zwar zuerst darum, dass man das Falsche loslässt, da das nicht zum Heil führt, aber dann geht es darum, dass man das Festhalten selbst loslässt, auch von guten Wünschen loslässt, dass man nicht mehr ergreift. In dieser Grundhaltung liegt die Unverletzbarkeit. Das ist das Heil.

Der Kenner der Wirklichkeit vergisst nicht, dass alles, was den Menschen trifft und bewegt, nur Erscheinung ist und dass alle Erscheinung durch Ergreifen bedingt ist und dass durch Nichtergreifen, durch Lassen, auch alle Erscheinung aufhört und dass damit Freiheit anbricht.

Und nun kommt der Erwachte auf die zugrunde liegende Ursache, weshalb Arittho an seiner falschen Anschauung so festhält: Arittho nimmt die Wahrnehmung für wirklich, identifiziert sich mit den fünf Zusammenhäufungen. Dagegen geht der Erwachte vor.

### Sechs fest eingewurzelte Ansichten

*Sechs fest eingewurzelte Ansichten gibt es, ihr Mönche. Welche sechs? Da betrachtet, ihr Mönche, der unbelehrte, gewöhnliche Mensch - der keinen Blick für den Heilsstand hat, nicht das Wesen des Heils kennt, unerfahren in den Eigenschaften des Heils ist, der keinen Blick für die auf das Wahre ausgerichteten Menschen hat, nicht die Art der auf das Wahre ausgerichteten Menschen kennt und unerfahren in den Eigenschaften der auf das Wahre ausgerichteten Menschen ist - die Form: „Diese gehört mir, diese bin ich, diese ist mein*

*Selbst." Er betrachtet das Gefühl: „Dieses gehört mir, dieses bin ich, dieses ist mein Selbst." Er betrachtet die Wahrnehmung: „Diese gehört mir, diese bin ich, diese ist mein Selbst." Er betrachtet die Aktivität: „Diese gehört mir, diese bin ich, diese ist mein Selbst." Und was da gesehen (dittham), gehört (sutam), gerochen, geschmeckt, getastet, gedacht (mutam), erfahren, erreicht, angestrebt, im Geist bedacht wird, das betrachtet er: „Dies gehört mir, dies bin ich, dies ist mein Selbst."*

*Und auch die fest eingewurzelte Ansicht: „Das ist die Welt, das ist das Ich, nach dem Tode werde ich unvergänglich, dauerhaft, ewig, nicht der Veränderung unterworfen sein, nie mehr endend" - auch diese betrachtet er so: „Diese gehört mir, diese bin ich, diese ist mein Selbst."*

*Da betrachtet, ihr Mönche, der belehrte Heilsgänger - der einen Blick für den Heilsstand hat, das Wesen des Heils kennt, erfahren in den Eigenschaften des Heils ist, der einen Blick für die auf das Wahre ausgerichteten Menschen hat, die Art der auf das Wahre ausgerichteten Menschen kennt und erfahren in den Eigenschaften der auf das Wahre ausgerichteten Menschen ist - die Form: „Diese gehört mir nicht, diese bin ich nicht, diese ist nicht mein Selbst." Er betrachtet das Gefühl: „Dieses gehört mir nicht, dieses bin ich nicht, dieses ist nicht mein Selbst." Er betrachtet die Wahrnehmung: „Diese gehört mir nicht, diese bin ich nicht, diese ist nicht mein Selbst." Er betrachtet die Aktivität: „Diese gehört mir nicht, diese bin ich nicht, diese ist nicht mein Selbst." Und was da gesehen, gehört, gerochen, geschmeckt, getastet, erfahren, erreicht, angestrebt, im Geist bedacht wird, das betrachtet er:*

*„Dies gehört mir nicht, dies bin ich nicht, dies ist nicht mein Selbst.“*

*Und auch die fest eingewurzelte Ansicht: „Das ist die Welt, das ist das Ich, nach dem Tode werde ich unvergänglich, dauerhaft, ewig, nicht der Veränderung unterworfen sein, nie mehr endend“ - auch diese betrachtet er so: „Die gehört mir nicht, die bin ich nicht, die ist nicht mein Selbst.“*

*Wenn er dies so betrachtet, empfindet er keine Beunruhigung/Aufregung.*

*Der unbelehrte gewöhnliche Mensch* ist einer, der die Lehre des Buddha, und das heißt die Wahrheit von der Wirklichkeit, „nicht gehört“ und vor allem „nicht verstanden“ hat; und zwar geht es hier nicht um die Lehre des Buddha über Karma, Fortexistenz und höhere, hellere Daseinsformen, so wichtig diese Lehren auch sind, sondern um die vier Heilswahrheiten und damit die *Anatta*-Lehre. Der unbelehrte gewöhnliche Mensch hat die endlose Fortbildung der Leidensmasse durch das weitere Zusammenhäufen der fünf Zusammenhäufungen nicht durchschaut, und selbst wenn er mit jenseitigen Möglichkeiten von Freuden und Leiden rechnet und sich möglichst so verhält, dass er dort auf Freuden hoffen darf, so hat er keine Ahnung von der Ausweglosigkeit der Wanderung und den Wandlungen der fünf Zusammenhäufungen.

Der Unbelehrte kennt den Heilsstand nicht, sagt der Erwachte, d.h. er kennt nicht das sichere jenseitige Ufer und kennt nicht die Gefahren des diesseitigen Ufers, und er kennt nicht die Art, die Eigenschaften des rechten Menschen, das heißt, er erkennt nicht solche Menschen, die die Wahrheit von der Nicht-Ichheit der fünf Zusammenhäufungen so begriffen haben, dass sie unwiderruflich in die Entwicklung eingetreten sind, die ganz sicher zur baldigen Beendigung des Samsāra führt. Wer selber diesen Status noch nicht gewonnen hat und ihn darum nicht kennt, der kann auch die Art, die Eigenschaf-

ten von Menschen, die ihn gewonnen haben, nicht erkennen. Erst wer solche Eigenschaften besitzt, erkennt sie auch bei anderen. Der Erwachte sagt (M 110), dass der rechte Mensch sowohl seinesgleichen wie auch den gewöhnlichen Menschen erkennt, aber der gewöhnliche Mensch erkennt weder seinesgleichen noch den rechten Menschen. Der unbelehrte gewöhnliche Mensch hat sechs fest eingewurzelte Anschauungen, wie der Erwachte sagt: Der unbelehrte Mensch fasst 1. den Körper als das Ich auf und ist darum für seine Erhaltung in allererster Linie besorgt; hält 2. die Gefühle für das Ich: „Das tut mir weh, das freut mich. Ich bin so traurig, ich bin so glücklich, ich fühle mich so öde, gelangweilt, ich habe zu nichts Lust“; zählt 3. die Wahrnehmungen zum Ich: „Gestern habe ich das Schöne, das Unangenehme erlebt, habe es gesehen, gehört, gerochen, geschmeckt, getastet, gedacht, heute werde ich es wieder erleben“; zählt 4. sein Denken, sein Wünschen und Verlangen, sein Reden und Handeln, seinen Aktionsdrang, zum Ich: „Ich möchte dieses Schöne haben, das ich da und da gesehen habe (Denken). Ich gehe in das Geschäft (Handeln), rede mit dem Verkäufer (Rede) und kaufe es (Handeln)“; empfindet 5. die programmierte Wohlerfahrungssuche, die vielerlei eingefahrenen Denk- und Handlungsgewohnungen, als Ich, als seine individuelle Persönlichkeit.

6. Indem er so selbstverständlich die fünf Zusammenhäufungen als sein Ich empfindet und annimmt, da hofft - wünscht - nimmt er auch den Fortbestand dieses Ich nach dem Tod an.

Das sind die sechs fest eingewurzelten Ansichten des unbelehrten Menschen.

Wie kommt es zu der Vorstellung eines Ich, eines Selbst?

So stark wie die drängenden Triebe sind und das von ihnen ausgehende Weh- oder Wohlgefühl, so stark sammelt sich das „Ich-bin“-Gefühl im Geist. Weil der Geist die Fähigkeit des Verbindens und Ordners der Eindrücke hat, vergisst er bei allen normalen Menschen, dass er vorwiegend Meldestelle für

die fünf Sinnesdränge ist. Er identifiziert sich mit den jeweils ankommenden Meldungen so, als ob sie von ihm kämen, und hat die Auffassung, Zentrum einer als Ganzheit und Einheit aufgefassten Person zu sein. Der Geist ist vor allem der Sammler der verschiedenen Gefühle, die bei der Berührung der fünf Sinnesdränge aufkommen. Nur der Wunsch, durch die Sinne zu erleben und möglichst Wohl zu erleben, bringt den vorzugsweise im Dienst der Triebe arbeitenden Geist dazu, Erlebnisse zu speichern und zu koordinieren und so einen Erleber gegen das Erlebte abzugrenzen. Indem vom Trieb zum Sehen, dem Luger, ein Wohlgefühl gemeldet wird - eben weil die auf Sehen gerichteten Triebe in diesem Augenblick angenehm berührt wurden - sagt der Geist: „Ich sehe diese schöne Sache.“

Der anfangende Geist des Säuglings ist nur eine Niederschrift von der Hand der Triebe. So stark wie die Triebe sind, so stark wird allmählich der „Ort“ der Empfindung, der Geist, als Zentrum gefühlt, es entsteht die Ich-bin-Empfindung. Mit 2-3 Jahren wird dem Kleinkind die von den Trieben ausgehende Ich-bin-Empfindung, das Ich-bin-Gefühl intellektuell bewusst. Es wird ihm als Summe der Erinnerungen, der im Geist gespeicherten Daten, bewusst: „Das ist meine Mutter, mein Vater, ich bin ihr Kind. Ich empfinde und denke und will u.U. etwas ganz anderes als die Eltern. Ich bin jemand.“ Der Glaube an Persönlichkeit, an ein Ich, an ein eigenständiges Selbst, die Behauptung, jemand zu sein, der erlebt, hat damit begonnen.

Das Erwachen des Ich-Denkens äußert sich beim Kleinkind auch als Trotz in der sogenannten „Trotzphase“: „Ich will nicht wie du willst.“ Das Kind fühlt nicht nur, sondern denkt jetzt auch und sagt „ich“, benutzt seinen Namen, den es von den Erwachsenen dauernd gehört hat, und grenzt „sich“ als den Ort des Erlebens automatisch vom Erleben ab.

Es ist die im Geist gebildete Anschauung eines Erlebers, der von Erlebnissen getroffen wird, die Anschauung von einem Ich, das erlebt, wo in Wirklichkeit nur Formen (1. Zu-

sammenhäufung) zusammen mit bei der Berührung der Triebe ausgelöstem Gefühl (2. Zusammenhäufung) als Wahrnehmung (3. Zusammenhäufung) in den Geist eingetragen sind. Durch diese Eintragungen steigt als zum „Ich“ gehörend empfundene Aktivität auf (4. Zusammenhäufung), nimmt Stellung zu dem Wahrgenommenen, indem frühere Erfahrungen des Geistes mit dem neu Eingetragenen in Beziehung gesetzt und beurteilt werden. So entsteht eine neue Gewöhnung, ein neues Programm bzw. das alte wird verstärkt: Die programmierte Wohlerfahrungssuche (5. Zusammenhäufung) wird ernährt, auf neuen Wegen oder verstärkt auf alten Wegen nach Wohlerfahrung zu suchen. Der Geist denkt bei diesem automatisch ablaufenden Zusammenspiel der fünf Zusammenhäufungen: „Ich fühle, ich halte dies für besser als das, ich entscheide mich darum nach reiflicher Überlegung für dies Bessere, ich werde in Zukunft so und so vorgehen, reden und handeln“, obwohl da nur das Anhäufen der fünf Zusammenhäufungen abläuft, deren blitzschnell ineinander greifendes Zusammenspiel den Eindruck „Ich bin in der Welt“ erweckt.

Was „Ich in der Welt“ genannt wird, ist also nichts als der Eindruck, der Anschein, den das Zusammenspiel von fünf ichlosen, kernlosen, geschobenen Zusammenhäufungen hervorruft. Es ist die Wahrnehmung, es sei ein Ich in einer Welt. Obwohl also nur dadurch ein Ich erlebt und als seiend erfahren wird, weil es wahrgenommen wurde, weil es in der Wahrnehmung besteht und aus Wahrnehmung gefügt ist, so besteht bei diesem so gefügten Ich dennoch die fast unüberwindliche Neigung, diese Tatsache zu übersehen und sich als den Besitzer der Wahrnehmung aufzufassen: „Ich habe diese oder jene Wahrnehmung, ich habe dieses oder jenes Gefühl usw.“ - Obwohl also das Ich als Produkt der Wahrnehmung etwas Sekundäres ist, so besteht doch die starke Neigung, dieses Sekundäre, dieses Zweite, als das Erste aufzufassen; hingegen das Erste, nämlich Wahrnehmung oder Bewusstsein, als Grundlage des Ich- und Umwelt-Glaubens ganz zu übersehen, das wahrgenommene Ich zum Mittelpunkt zu machen, sich mit dem

wahrgenommenen Ich zu identifizieren und von dieser Ich-Perspektive aus zu verzeichnen, was von da aus festgestellt werden kann: die Umwelt als Gegenüber. Es ist aber die Wahrnehmung, die stets diese zweiteilige, zweipolige Situation liefert: ein Ich, das sich in ununterbrochener Begegnung mit Umwelt befindet. Ganz so wie durch Traumwahrnehmung ein Traum-Ich entworfen wird, das sich in ununterbrochener Begegnung mit Traum-Welt befindet. Wer dem Wesen der Erfahrung ganz gerecht werden will, der muss öfter seine naive perspektivische Sicht: „Ich nehme wahr“ dahingehend korrigieren, dass dieses zweigliedrige Bild eines Ich in Begegnung mit Umwelt allein durch Wahrnehmung geliefert wird: „Es ist jetzt die Wahrnehmung, da sei ein Ich, das eine Umwelt wahrnehme und sich mit ihr auseinandersetze.“

Um diese Sichtweise zu gewinnen, bedarf es einer Anstrengung des Geistes, denn das, was da Wahrnehmung genannt wird, ist ja nicht irgendein neutraler, langweiliger Film, der einen nichts angeht, sondern es ist das gewohnte Nest eines „Ich“ in der eigenen Familie, der Verwandten, Freunde und Feinde in der gewohnten engeren und weiteren Welt. Man muss dieses Nest seiner geistigen Gewöhnung an Familie und Umwelt, an Ort und Zeit für die Dauer eines solchen Anblicks verlassen, muss sich recken, um in seinem Gemüt darüber hinauszusteigen, dann weiß man, dass die sinnliche Wahrnehmung Situationen um Situationen erscheinen lässt gleich einem Traum, der stets ein Ich in einer Umwelt liefert.

Solange der Mensch sich mit dem Körper identifiziert, aus den Augen dieses Körpers in die Welt schaut, aus den Ohren dieses Körpers in die Welt lauscht, so lange muss der Mensch das Wahrgenommene als die fremde Welt, als „das Außen“ auffassen, und zugleich muss er den Leib mit seinen Augen und Ohren und weiteren Sinnesorganen als den Wahrnehmer, als das Ich, als „das Innen“, auffassen.

Durch die Berührung der den Sinnesorganen des Körpers innewohnenden Triebe ist der normale Mensch dauernd bewegt und erschüttert und herumgeworfen. Die eine Wahrneh-



mung mag ihn angenehm berühren, die nächste entzücken, die dritte mag ihn unangenehm berühren, die vierte erschrecken, die fünfte entsetzen; eine weitere mag ihn wieder beglücken und so fort. Da er die Bedingungen der jeweils aufkommenden Wohl- und Wehgefühle nicht durchschaut, so bleibt er an diejenigen Wahrnehmungsinhalte gefesselt, bei denen er Entzücken und Entsetzen empfindet, fühlt sich bald auf der Höhe des Lebens, bald in tiefer Verzweiflung, bald von Hoffnung erfüllt, bald von Enttäuschung gelähmt und glaubt sein Leben lang, äußeren Dingen nachrennen zu müssen, um von Mangel und Leid zu Wohl zu kommen.

Da er nicht auf das durch die Triebe bedingte wahrgenommene Gefühl achtet, sondern nur die wahrgenommene Sache im Auge hat, da er die mit Wohlgefühl wahrgenommenen Dinge bejaht und betreibt und zu erlangen trachtet; oder aber die mit Wehgefühl wahrgenommenen Dinge scheut und abzuwenden oder zu vernichten trachtet, so verstärkt er das Verlangen nach den tausendfältigen Dingen und ihr Ergreifen; aber durch die Verstärkung des Durstes und des Ergreifens verdunkelt er seine Existenz, mehrt sein Leiden.

Ohne Kenntnis der wahren Beschaffenheit der Existenz kommt er zu philosophischen Spekulationen über ein ewiges, unvergängliches höheres Selbst, wie es die Begriffe „ewige Seele“, „Seelenfünklein“, „atta“, „atman“ im Indischen, „Psyche“ und „Pneuma“ im Griechischen und „anima“ und „spiritus“ im Lateinischen ausdrücken.

Und nun wird das Vorgehen des erfahrenen Heilsgängers geschildert:

*Er behält den Heilsstand im Blick. Er kennt das Wesen des Heils und ist erfahren in den Eigenschaften des Heils.*

Das aber heißt zugleich: Er kennt das Unheile, das Vergängliche, Leidvolle in allen Einzelheiten. Er kennt die fünf Zusam-

menhäufungen, hat sie in eigener Beobachtung als einen automatisch ablaufenden Prozess durchschaut, über den er nicht als ein souveränes lenkendes Ich Verfügungsgewalt hat. Auf Grund der dem Körper innewohnenden Triebe müssen bei Berührung mit dem als außen Erfahrenen Gefühle aufkommen. Je stärker die Triebe sind, desto stärker ist die Beeinflussbarkeit durch die Berührung: Um so stärkere Gefühle werden ausgelöst, um so aufdringlicher ist die Wahrnehmung, die Blendung. Die Wahrnehmung des normalen Menschen ist kein Wissen um den wahren Vorgang, sondern eine durch die Triebe bedingte Täuschung.

Wer als belehrter Heilsgänger, als Klarblickender die triebbedingten auf- und absteigenden Gefühle beobachten kann, der ist durch die Beobachtung nicht mehr eins mit den Gefühlen. Da er sie beobachtet, steht er ihnen gegenüber, hat sich innerlich von ihnen getrennt, und somit ist bei ihm das Aufsteigen der Gefühle nicht sein eigenes Aufsteigen und das Absteigen der Gefühle nicht mehr sein eigenes Absteigen. Zwar ist es für ihn durchaus nicht so, als wenn er keine Gefühle hätte, denn er empfindet ja die auf- und absteigenden Gefühle, aber indem er sie beobachtet, indem er ihr Auf- und Absteigen merkt, hat er selbst einen Standort bezogen, der jenseits vom Auf- und Absteigen ist, hat er sich von den Gefühlen getrennt, ist ihnen gegenübergetreten, empfindet sich nicht mehr mit ihnen identisch.

Bei solcher Betrachtung kann der Verstehende und Klarblickende nicht „wohlbegierig“ werden, kann nicht im Bereich der Formen an Leibern oder Dingen Gefallen finden. Er hat gesehen, dass die Dinge der Welt nur bei oberflächlichem Hinblick verlockend oder abstoßend erscheinen, dass aber bei gründlichem Hinblick das Verlockende entfärbt wird und sich als dürr und trügerisch erweist. Nur durch den Geschmack der Triebe erscheint das ihnen Entsprechende herrlich, und das dem Geschmack Widersprechende muss ihnen hässlich erscheinen. Er löst sich immer wieder zeitweilig von der Identifikation mit dem Körper, den Gefühlen und Wollensrichtungen.

gen. Er ist durch die dadurch erfahrene zeitweilige Unbeeinflussbarkeit im Besitz der unbeeinflussten rechten Anschauung, wie der Erwachte sagt:

*Wenn man da aber nicht herantritt, nicht sich aneignet, nicht ergreift und „Hier ist gar kein Ich! Leiden ist alles, was immer entsteht, Leiden ist alles, was immer vergeht“ - in diesem Wissen nicht mehr zweifelt, nicht mehr bangt im Besitz des von allen Meinungen unabhängig machenden Klarwissens - das ist heilender rechter Anblick. (S 12,15)*

Indem der Betrachtende auch nur augenblicksweise unbeeinflusst oberhalb der gesamten Weltwahrnehmung stehen kann, die gesetzmäßige Bedingtheit, Vergänglichkeit, Leidhaftigkeit der fünf Zusammenhäufungen erkennt - da ist er frei von jeder Ich-Identifikation. Der Glaube an Persönlichkeit, an ein Ich (1. Verstrickung) ist geschwunden.

Damit erfährt er, dass es die Möglichkeit gibt, alle Gefährdung und alle Angst endgültig zu verlieren. Von dem zu dieser Entwicklung gelangten Menschen gibt der Erwachte das Bild des aus der gefährlichen Gegend in die Nähe des heimatlichen Dorfes gelangten Menschen, der sich bald in der sicheren Heimat weiß (Aufhebung von Daseinsbängnis, 2. Verstrickung). Die Aufhebung der Daseinsbängnis braucht nicht bewusst betrieben zu werden, sondern tritt als Frucht der fortschreitenden Minderung bis Aufhebung der ersten Verstrickung ein, ja, sie ist das sichtbare und spürbare Zeichen für die fortschreitende Auflösung der Verstrickung im Ich-Wahn.

Indem der verstehende, klarblickende Heilsgänger alle erlebten Szenen als selbstgewirkte Blendungen erkennt, als Luftspiegelungen, Traumbilder, da hebt er die positive Bewertung seiner Bindung an die Begegnungsszenen auf (3. Verstrickung), allerdings noch nicht seine gefühlsmäßige Bindung an sie. Noch besteht ja die Wucht der Triebe, die ihn zu diesen und jenen Begegnungen hinzieht. Aber immer wieder erkennt er im unbeeinflussten Anblick, dass er, gefangen in der Begeg-

nungswelt, nicht freikommt von den Wahnszenen, die Wahnbezüge zu Wahnobjekten entwerfen. Aber da er bei gründlichem Bedenken den Bezug zur Welt abschneidet, so wird auch die Verletzbarkeit schon geringer. Die Gefühle werden stiller, und der Aktionsdrang im Denken, Reden und Handeln wird stiller. Er weiß: „Ich“ bin nicht „der Welt“ ausgeliefert. Nur die Triebe lassen „Welt“ und „Ich“ erscheinen. Bei solcher Änderung der Triebe ändert sich auch das Welt-Erleben. Der triebgelenkte Geist ist der „Schöpfer“, der im Wahn befangen diesen Wahn geschaffen hat. Der Übende kann zunächst durch innere Erhellung immer mehr Elend herausnehmen und kann dann durch Auflösung der Triebe alles entschöpfen, Raum und Zeit auflösen, völlige Unabhängigkeit gewinnen.

Es heißt (M 115), dass der Heilsgänger keine Bewegtheit mehr in der Hoffnung angeht, dass sie echtes Wohl bringe, d.h. er wird nicht mehr bei ruhiger Überlegung lüstern an angenehme Dinge denken oder Zorn oder Abgestoßensein in Bezug auf unangenehme Dinge nähren und pflegen. Er hat sich im Geist von der Welt abgelöst, rechnet nicht mehr mit ihr als der Quelle allen Wohls. Endgültig ist das welke Blatt vom Baum abgefallen, kann nicht mehr ergrünen - so lautet ein anderes Gleichnis des Erwachten (M 105) - er kann nicht mehr im Geist langfristig vom „weltlichen Köder“ angezogen werden.

Zwar hat er noch Zu- und Abwendung in Bezug auf die Dinge, wird durch die Begegnung mit den Dingen noch getroffen - aber die „Welt“ genannte Blendung wird von ihm bei klarer Besinnung nicht mehr „Welt“ genannt, sondern wird als Blendung erkannt. Er weiß: Mit der Abnahme der Triebe lichtet sich die Welterscheinung mehr und mehr auf. Damit erwirbt er ein völlig anderes Verhältnis zur Welt. Obwohl die Einzelwahrnehmungen ihn wegen ihrer Gefühlsbesetzung noch immer mehr oder weniger blenden, übt er sich in dem Abstand haltenden, durchschauenden Anblick der fünf Zusammenhäufungen. Ein solcher mag von sich sagen (M 48):

*Indem ich da diesen Anblick hege und pflege und immer mehr anwende, da komme ich bei mir selber zu innerer Ruhe und zur Löschung der Verletzbarkeit.*

Ein solcher empfindet keine Beunruhigung und Aufregung zur Zeit seiner sich von den fünf Zusammenhäufungen distanzierenden Betrachtung.

Diese letztere Äußerung des Erwachten veranlasst einen Mönch zu einer Zwischenfrage:

Beunruhigung aus äußeren und inneren Gründen  
und Nicht-Beunruhigung  
aus äußeren und inneren Gründen

*Auf diese Worte wandte sich einer der Mönche an den Erhabenen: Kann es, o Herr, Beunruhigung/Aufregung aus äußeren Gründen geben? –*

*Kann sein, Mönch –; sprach der Erhabene. Da denkt jemand so: „Verloren hab ich's, ach, ich besitze es nimmer. O hätt' ich's doch wieder! Ach, nimmermehr werde ich's erlangen!“ Er ist bekümmert, trauert und klagt, er weint und schlägt sich die Brust und gerät in Verzweiflung. So kann es Beunruhigung/Aufregung aus äußeren Gründen geben. –*

*„Und kann wohl, o Herr, Beunruhigung/Aufregung aus äußeren Gründen unterbleiben? –*

*Kann sein, Mönch –; sprach der Erhabene. Da denkt jemand nicht so: „Verloren hab ich's, ach, ich besitze es nimmer. O hätt' ich's doch wieder! Ach, nimmermehr werde ich's erlangen!“ Er ist nicht bekümmert, trauert und klagt nicht, er weint nicht und schlägt sich nicht die Brust und gerät nicht in Verzweiflung. So unterbleibt Beunruhigung/Aufregung aus äußeren Gründen.<sup>80</sup> –*

---

<sup>80</sup> Neumann übersetzt hier: *Er kennt kein unverständiges Zittern.*

*Kann es, o Herr, Beunruhigung/Aufregung aus inneren Gründen geben? –*

*Kann sein, Mönch –; sprach der Erhabene. Da hat einer die Auffassung: „Das ist die Welt, das ist das Ich, nach meinem Tod werde ich unvergänglich, dauerhaft, ewig, nicht der Veränderung unterworfen sein, ewig gleich werde ich bleiben.“ Der hört vom Vollendeten oder von einem Nachfolger des Vollendeten die Verkündung der Wahrheit zur Aufhebung aller möglichen trieb- und gewohnheitsbesetzten Ansichten, zum Zur-Ruhe-Kommen aller Aktivität, zum Zurücktreten von allen Daseinsanhalten, zum Aufhören des Durstes, zur Entreizung, zur Auflösung, zur Erlöschung. Da wird ihm so zumute: „Also werde ich vernichtet werden! Also werde ich zugrunde gehen. Nicht mehr werde ich sein!“ Er ist bekümmert, trauert und klagt, er weint und schlägt sich die Brust, gerät in Verzweiflung. So kann es Beunruhigung/Aufregung aus inneren Gründen geben. –*

*Und kann wohl, o Herr, Beunruhigung/Aufregung aus inneren Gründen unterbleiben? –*

*Kann sein, Mönch –; sprach der Erhabene: Da hat, Mönch, einer nicht die Auffassung: „Das ist die Welt, das ist das Ich, nach meinem Tode werde ich unvergänglich, dauerhaft, ewig, nicht der Veränderung unterworfen sein, ewig gleich werde ich bleiben.“ Der hört vom Vollendeten oder von einem Nachfolger des Vollendeten die Verkündung der Wahrheit zur Aufhebung aller möglichen trieb- und gewohnheitsbesetzten Ansichten, zum Zur-Ruhe-Kommen aller Aktivität, zum Zurücktreten von allen Daseinsanhalten, zum Aufhören des Durstes, zur Entreizung, zur Auflösung, zur Erlöschung. Da wird ihm nicht so zumute: „Also werde ich vernichtet werden! Also werde ich zugrunde gehen.*

*Nicht mehr werde ich sein!“ Er ist nicht bekümmert, trauert und klagt nicht, er weint und schlägt sich nicht die Brust, gerät nicht in Verzweiflung. So unterbleibt Beunruhigung/Aufregung aus inneren Gründen. –*

Beunruhigung, Aufregung, Verzweiflung  
aus äußeren Gründen

entsteht dann, wenn etwas, das wir lieben, was uns angenehm und köstlich ist, was wir dringend zu brauchen vermeinen, verlieren. Bei den geliebten Menschen besteht die Möglichkeit, dass sie sich von uns abwenden oder dass sie im Lauf der Zeit auch andere Eigenschaften zeigen, welche die uns lieben Eigenschaften verdecken, so dass wir dadurch enttäuscht sind, oder sie sterben uns hinweg. Auf jeden Fall aber werden wir durch unseren eigenen Tod von dem Geliebten getrennt. So gibt es mancherlei Weisen, wie man Geliebtes verliert. Der Dichter *Paul Heyse* fasst es kurz zusammen in dem Vers:

*Was lehrt das Leben, gib  
mir bündigen Bescheid:  
Hingeben, was dir lieb,  
hinnehmen, was dir leid.*

Ebenso *Joseph v. Eichendorff*

*Es wandelt, was wir schauen,  
Tag sinkt ins Abendrot,  
die Lust hat eignes Grauen,  
und alles hat den Tod.  
Ins Leben schleicht das Leiden  
sich heimlich wie ein Dieb,  
wir alle müssen scheiden  
von allem, was uns lieb.*

Ein Mensch, der über den Verlust geliebter Menschen und Dinge aus der Fassung gerät, der dadurch verstört wird und maßlos und ohne Ende trauert, der beweist damit, dass er für die Realitäten des Lebens blind geblieben ist, dass er, obwohl der geliebte Mensch, die geliebten Dinge sterblich waren, nicht an ihre Sterblichkeit gedacht hat, dass er die Wirklichkeit nicht so bedacht hat, wie sie ist, sondern dass er nur dasjenige, was ihm am Leben gefallen hat, betrachtet hat, dass er sich also töricht verhalten hat. Weil er nicht das Ganze zur Kenntnis nahm, sondern nur eine ihm angenehme Vorderseite, etwa die Gegenwart des geliebten Menschen oder einer Sache, so muss er in dem gleichen Maß durch die Rückseite, den Verlust des geliebten Menschen oder Dinges so sehr beunruhigt, entsetzt werden.

Ausbleiben der Beunruhigung aus äußeren Gründen

Ein Geist, der die Tatsache, dass wir im Leben das uns Liebe immer wieder verlieren, klar und ruhig bedenkt, der richtet seine Aufmerksamkeit vorwiegend auf die Erhellung der Charaktereigenschaften, die nicht verloren gehen wie der äußere Besitz, und darum gerät er bei Verlust von Menschen und Dingen *nicht in Aufregung und Verzweiflung*.

Erst recht lässt der belehrte Heilsgänger den Geist nicht vom Gefühl der Trauer, der Niedergeschlagenheit gefangen nehmen, entzieht ihnen durch eine andere Richtung der Gedanken den Boden. Er weiß: Was da auch aufkommt, ob es den Trieben wohl tut oder weh tut, das ist Ernte aus früherem Tun. Und in dem Wissen: „Alles, was von außen kommt, ist nicht sicher“, lenkt er den Geist auf jene andere Sicherheit, die er kennt, auf das andere Ufer.

Beunruhigung, Aufregung, Verzweiflung  
aus inneren Gründen

Wenn ein Mensch bisher wähnte, er habe ein unzerstörbares ewiges Selbst (oder eine ewige Seele) und er begreift die



Wahrheit über den Rieselcharakter der fünf Zusammenhäufungen, dann ist er oft zunächst erschüttert in dem Gedanken, dann sei oder werde ja „er“ vernichtet (weil er viel zu sehr das Denken aus dem Glauben an Persönlichkeit gewöhnt ist und ihm noch gar nicht gegenwärtig ist, dass es ja gar nichts zu vernichten gibt als Wahn, so dass alle Sorge grundlos ist).

Durch die Lehre des Erwachten kann er die fünf Zusammenhäufungen nicht mehr als „sich selbst“, als sein Ich ansehen, wird also von den fünf Zusammenhäufungen „getrennt“. In dieser „geistigen Geburt“ erkennt er blitzartig, dass er die fünf Zusammenhäufungen gar nicht ist. Das erschreckt die meisten Menschen zuerst sehr, denn sie wohnen in den fünf Zusammenhäufungen. Bei der gedanklichen Trennung von den fünf Zusammenhäufungen fühlen sie sich zuerst wie im Fremden und Leeren. So ergeht es dem Nachfolger beim ersten Schritt in der Nachfolge. Das ist Aufregung aus inneren Gründen.

#### Ausbleiben der Beunruhigung aus inneren Gründen

Diese Aufregung unterbleibt bei demjenigen, der an den Gedanken der Nicht-Ichheit schon mehr gewöhnt ist. Jeder Heilsgänger vom ersten schwachen Nachgehen der Wahrheit (*anusāri*) an befindet sich endgültig auf dem Heilsweg, und selbst wenn er noch nicht mit Freudigkeit an die Überwindung und Ablösung der fünf Zusammenhäufungen denkt, so kann er den Heilsweg nicht wieder verlassen wollen, und das Gehen auf dem Weg macht stärker. Wenn ein solcher von der Wahrheit hört, dann ist er nicht nur nicht beunruhigt, sondern er nimmt sie mit aller Aufmerksamkeit liebend gern auf. Sein Herz neigt sich der Wahrheit freudig zu. Sie geht ihm ein, klärt ihn, und darüber freut er sich in der geistigen Freude. Ohne Spannung, entspannt, kann er sich ihr hingeben, weil sie ihm lieb ist. Darum bleibt er gern dabei, ist beruhigt dabei und fühlt sich wie befreit, erlöst, denn er ist nun im Geist ganz

darauf eingestellt, zur völligen Ausrodung aller Triebe, zum anderen Ufer zu kommen.

*Könnt ihr ein unvergängliches  
ewiges Gut erlangen?*

*Könntet ihr wohl, Mönche, ein Gut erlangen, dessen Besitz unvergänglich, dauerhaft, ewig, nicht der Veränderung unterworfen ist, das ewig gleich bliebe? Kennt ihr, Mönche, solches Gut? – Gewiss nicht, o Herr! –*

*Gut, ihr Mönche. Auch ich kenne ein solches Gut nicht, dessen Besitz unvergänglich, dauerhaft, ewig, nicht der Veränderung unterworfen ist, das ewig gleich bliebe. –*

Es gibt kein unvergängliches Gut als festen Besitz, spätestens mit dem Tod wird es entrissen. Darum empfiehlt der Erwachte öfter, an den ganz sicher bevorstehenden Tod zu denken (A V,57):

*Folgende Unabänderlichkeiten, ihr Mönche, sollte jeder öfter bei sich erwägen, ganz gleich, ob Mann oder Frau, im Hause Lebender oder Mönch:*

*„Dem Altern bin ich unterworfen, kann dem Altern nicht entgehen. Der Krankheit bin ich unterworfen, kann der Krankheit nicht entgehen. Dem Sterben bin ich unterworfen, kann dem Sterben nicht entgehen. Von allem Lieben und Angenehmen muss ich scheiden und mich trennen. “*

Mit dem Versagen des Körpers bricht für einen Menschen, der hauptsächlich den jeweiligen Sinnesdrängen gefolgt ist, alles, was in diesem Leben angestrebt wurde, zusammen. Den geliebten Leib, den der Mensch die ganze Lebenszeit mit größter Sorgfalt gehegt und gepflegt und als Mein angesehen hat, wirft

die Macht des Todes um, die gewaltigste Macht innerhalb der Welt. Das Werkzeug seiner Lust wird ihm so innerhalb eines Moments entrissen. *Uneigen ist die Welt. Alles verlassend muss man gehen* (M 82), fort von den geliebten Dingen und Menschen. Es gibt kein unvergängliches Gut als festen Besitz.

Aber wer die Frage des Erwachten nach dem unvergänglichen Gut als festen Besitz nicht vollkommen ausschöpft, der möchte antworten: „Ja, man kann ein solches Gut erlangen. Wir kennen ein solches Gut, es ist das Nirvāna!“ Und tatsächlich ist das Nirvāna unvergänglich, ist beharrend, dauerhaft, ewig, nicht der Veränderung unterworfen, bleibt sich ewig gleich. Aber es ist ein Gut, das weder „ich“ erlangen noch „mein Besitz“ werden kann: Es ist vielmehr gerade nur dadurch erlangbar, dass der Irrtum „Ich bin“ und „Mein“ aufgehoben wird. Dadurch aber wird es nicht „von mir“ erlangt und wird nicht „mein Besitz“, vielmehr muss man hier, einem Gleichnis des Erwachten entsprechend, sagen: Ebenso wie die Ströme, wenn sie ins Meer einmünden, ihre Eigenart und ihren Namen aufgeben, so wird durch das Aufgeben aller fünf Zusammenhäufungen das Nirvāna erlangt.

In M 102 schildert der Erwachte einen einsamen, abgechiedenen Kämpfer, der noch in diesem letzten und höchsten Irrtum befangen ist und eben darum, solange er an diesem Irrtum festhält, das Nirvāna nicht erreichen kann. Es heißt dort:

*Da hat, ihr Mönche, irgendein Asket oder Brahmane alle Ansichten über die Vergangenheit und die Zukunft aufgegeben, hat gänzlich die Begehrens-Verstrickungen abgestreift, hat die vier weltlosen Entrückungen erreicht und weilt nun in dem stillen Anblick: „Ich bin im Frieden, ich habe Nibbāna erlangt, ich bin frei von Ergreifen“, das ist noch Ergreifen.*

Wir sehen in dieser Schilderung ein Beispiel, wie ein in seiner Läuterung weit über alle von uns erfahrbaren Maße hinaus gediehener Asket doch noch die achte derjenigen zehn Ver-

strickungen ergreift, welche an den Samsāra fesseln: die Verstrickung des „Ich-bin-Dünkens“. Darin zeigt sich, wie tiefgehend das Wort des Erwachten aufzufassen ist, dass „wir“ kein Gut erlangen können, „*das unvergänglich, dauerhaft, ewig, nicht der Veränderung unterworfen ist, das ewig gleich bleibt*“. Vielmehr wird dieses Gut dadurch erlangt, dass jener Irrtum des „Wir“ oder „Ich“ abgetan sein muss, aufgelöst und aufgehoben, damit das Unvergängliche, Beharrende, Ewige, Unwandelbare übrig bleibt.

Der Erwachte fährt in unserer Lehrrede fort, Fragen an die Mönche zu stellen:

Die Auffassung eines Ich  
ist die Quelle allen Leidens

*Seid ihr wohl, Mönche, der Lehre vom Selbst zugetan, die demjenigen, der sie ergreift, etwa nicht Wehe, Jammer, Leiden, Gram und Verzweiflung einbrächte? – Gewiss nicht, o Herr! – Gut, ihr Mönche, auch ich kenne keine Lehre vom Selbst, die demjenigen, der sie ergreift, etwa nicht Wehe, Jammer, Leiden, Gram und Verzweiflung einbrächte. –*

„Ich“ oder „Selbst“ ist Einbildung, ist ein illusionärer Name für die Summe von Bedürfnissen, Bezügen. Der Ich-Gedanke ist die schlimmste Falle Māros, der Verkörperung des Übelen, weil er die Menschen im Gefängnis ihrer Triebe hält; und die Aufhebung des Persönlichkeitsglaubens ist der Schlüssel zur Freiheit. In diesem Sinn sagt *Shantideva*, ein indischer Mystiker des Mittelalters:

*Was alles an Missgeschicken in der Welt ist, so viele Leiden und Schrecknisse es gibt - sie alle kommen von der Annahme eines Ich.*

Den Hang des Denkens zu egozentrischer Anschauung, diese Ego-„Manie“ (in Pāli *asmi-māno*) bezeichnet der Erwachte als die Wurzel aller Unzulänglichkeit, allen Wechsels und Wandels in der Erscheinung und damit aller Unsicherheit und allen Leidens. Und er sagt, dass Sicherheit nicht eher erreicht werden kann, bis der Gedanke: „Ich bin es, der denkt, der will...“ gänzlich ausgerodet ist, bis also diese Ego-Manie völlig aufgehoben ist.

Weil ein Ich als Zentrum gesetzt wird und eine Welt als Gegenüber, als Umwelt angesehen wird - darum wird die Ichperspektive immer fester ausgebaut in geistiger, seelischer und leiblicher Hinsicht, und darum wird die Umwelt immer stärker und immer härter als gegenüberstehend empfunden, Konflikte, Krisen und Katastrophen entwickeln sich.

### Stützen auf Ansichten bringt Leiden

*Stützt ihr euch sonst auf eine Ansicht, die demjenigen, der sich darauf stützt, etwa nicht Wehe, Jammer, Leiden, Gram und Verzweiflung einbrächte? – Gewiss nicht, o Herr! – Gut, ihr Mönche, auch ich kenne keine Ansicht, die demjenigen, der sich darauf stützt, etwa nicht Wehe, Jammer, Leiden, Gram und Verzweiflung einbrächte. –*

So sehr der Mensch der geistigen Orientierung bedarf, so ist sie doch nur bedingt gültig. Und je weiter der Mensch den Rahmen zieht, je weiter er Folgerungen aus solcher Orientierung zieht, um so mehr kommt der unbelehrte Mensch zu Widersprüchen, zu Zweifeln und Unsicherheit über das Dasein, hält an Meinungen fest, verteidigt sie gegen andere, mehrt auf diese Weise Herzensbefleckungen, wühlt das Herz auf und macht es dunkel.

In M 2 begegnen uns die Ansichten:

*Es gibt für mich ein Selbst. - Es gibt für mich kein Selbst. -  
Durch das Selbst erlebe ich ein Selbst. - Mit dem Selbst erlebe  
ich ein Nicht-Selbst. - Mit dem Nicht-Selbst erlebe ich ein  
Selbst. - Dieses mein Selbst als Sprecher und Empfinder er-  
fährt die Ernte guten und bösen Wirkens. - Dieses mein Selbst  
ist beständig, beharrend, ewig, unwandelbar, wird sich ewig  
gleich bleiben.*

Und in D 9:

*Ewig ist die Welt, nicht ewig ist die Welt, begrenzt ist die Welt,  
endlos ist die Welt. Dies ist das Leben, dies ist der Fleischleib.  
Der Vollendete besteht und besteht nicht nach dem Tod.*

Der Erwachte sagt auf Befragen: Solche Ansichten habe er  
nicht geäußert, weil sie *nicht zum Loslassen, zur Entreizung,  
zur Ausrodung, zur Beruhigung taugen.*

Von solchen Ansichten sagt der Erwachte (M 2):

*Das nennt man, ihr Mönche, einen Hohlweg der Ansichten,  
Dschungel der Ansichten, Gestrüpp der Ansichten, Sich-in-  
Ansichten-Winden, Zappeln in Ansichten, Sich Verstricken in  
Ansichten, in Ansichten verstrickt, ihr Mönche, wird der unbe-  
lehrte Mensch nicht frei von Geborenwerden, Altern und Ster-  
ben, von Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung,  
er wird nicht frei, sage ich, vom Leiden.*

Wer aber den Weg der Läuterung geht, der kommt zu durch-  
dringenden Anblicken, zu Erkenntnissen, zu Erfahrungen, und  
das ist Weisheit. Von daher sieht er, wie es sich verhält, und  
braucht dann nicht mehr zu spekulieren.

Es gibt weder ein Selbst noch etwas,  
das mir gehört

*Wenn es ein Selbst gibt, ihr Mönche, könnte es dann  
etwas geben, das meinem Selbst gehört? – Ja, o Herr.–*

*Oder wenn es etwas gäbe, das einem Selbst gehört, würde es dann mein Selbst geben? – Ja, o Herr. –*

*Da nun ein Selbst und das, was einem Selbst gehört, nicht wahrhaft und wirklich zu erlangen ist, wie ist es erst mit dieser Anschauung: „Das ist die Welt, das ist das Ich, nach meinem Tode werde ich unvergänglich, dauerhaft, ewig, nicht der Veränderung unterworfen sein, ewig gleich werde ich bleiben“ – wäre das nicht eine ganz und gar und vollkommen törichte Lehre? – Was könnte es sonst sein, o Herr. Es wäre eine ganz und gar und vollkommen törichte Lehre. –*

Unter „atta“, Ich oder Selbst, wurde schon vor dem Buddha im alten Indien ein ewiger und ewig sich gleich bleibender und unwandelbarer Kern des Lebewesens (christlich „die ewige Seele“) als das eigentliche Wesen verstanden. Dieses Selbst habe sich auf etwas Vergängliches, Gebrechliches eingelassen, hätte sich mit schmutzigen und niedrigen Dingen verbunden, sei nun daran gebunden und darin gefangen und müsse sich davon wieder befreien. Mit dieser Reinigung und Befreiung überwände dieses Selbst alle Leiden und damit auch den Tod. So werde von diesem Selbst der ewige Frieden gewonnen. Dagegen hat der Erwachte, dem das gründliche Hinblicken bis zum Grunde gelungen ist, festgestellt, dass das Ganze, welches wir als „ich bin“ erfahren und als „ich erlebe“ erfahren, aus dem Zusammenspiel von fünf Komponenten besteht, die es eben an sich haben, dass sie den Eindruck einer Identität erwecken, dass aber dieser Eindruck eine bloße Täuschung ist. Diese fünf Komponenten oder Zusammenhäufungen erläutert er anschließend und zeigt an ihrer Unbeständigkeit, dass es einen mit sich selbst gleichbleibenden Kern nicht gibt, dass es keinen Initiator gibt, der über die ihm zugehörigen Dinge verfügen und sie lenken kann in dem Sinne von „das gehört mir“. Die Betrachtung der fünf Zusammenhäufungen als unbeständig und leidvoll offenbart den Nicht-Ich-Charakter all dessen,

was der Inder als *atta*, als ewiges Selbst, als zugrunde liegenden Kern auffasst.

Die fünf Zusammenhäufungen  
sind unbeständig, leidvoll, nicht-ich

*Was meint ihr wohl, Mönche, ist die Form unbeständig oder beständig? – Unbeständig, o Herr. – Was aber unbeständig ist, ist das wehe oder wohl? – Wehe, o Herr. – Was aber unbeständig, wehe, der Wandelbarkeit unterworfen ist, kann man davon sagen: „Das gehört mir, das bin ich, das ist mein Selbst“? – Gewiss nicht, o Herr. –*

*Was meint ihr wohl, Mönche, sind Gefühl - Wahrnehmung - Aktivität - programmierte Wohlerfahrungssuche unbeständig oder beständig? – Unbeständig, o Herr. – Was aber unbeständig ist, ist das wehe oder wohl? – Wehe, o Herr. – Was aber unbeständig, wehe, der Wandelbarkeit unterworfen ist, kann man davon sagen: „Das gehört mir, das bin ich, das ist mein Selbst“? – Gewiss nicht, o Herr. –*

*Darum, ihr Mönche, was es auch an Form gibt, vergangene, zukünftige, gegenwärtige, zu sich gezählte oder als außen erfahrene, grobstoffliche oder feinstoffliche, gemeine oder feine, ferne oder nahe: alle Form ist der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit so anzusehen: „Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst.“*

*Darum, ihr Mönche, was es auch an Gefühl - Wahrnehmung - Aktivität - programmierter Wohlerfassungssuche gibt, vergangene, zukünftige, gegenwärtige, zu sich gezählte oder als außen erfahrene, grobstoffliche oder feinstoffliche, gemeine oder feine, ferne oder nahe: alle Gefühle, Wahrnehmungen, alle Aktivi-*



*tät, programmierte Wohlerfahrungssuche ist der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit so anzusehen: „Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst.“*

*Bei solchem Anblick kann der Heilsgänger an der Form - am Gefühl - an der Wahrnehmung - an der Aktivität - an der programmierten Wohlerfahrungssuche nichts mehr finden. Weil er nichts daran finden kann, ist er ohne Sucht danach. Weil er ohne Sucht danach ist, wird er erlöst. Wenn er erlöst ist, ist auch das Wissen darum: „Erlösung ist, versiegt ist die Kette der Geburten, beendet ist der Reinheitswandel, getan ist, was zu tun ist. Nichts mehr nach diesem hier.“*

#### Die Betrachtung der Unbeständigkeit und Nicht-Ichheit der Form (1. Zusammenhäufung)

Wenn der Erwachte Form (*rūpa*) genauer definiert, dann nennt er immer vier Hauptgegebenheiten: Festigkeit, Flüssigkeit, Hitze und Luft. Alles, was aus diesen Zuständen bestehend erlebt wird, gleichviel in welcher Gestalt oder Form es auftritt: alles Sichtbare, Hörbare, Riechbare, Schmeck- und Tastbare, das heißt „*rūpa*“. Und zwar sowohl der Teil der Formen, die wir zum „Ich“ zu zählen gewohnt sind, also der (vom Wollenskörper, den Trieben, durchzogene) Körper als „zu sich gezählte“ (*ajjhataṃ*), und alle Form, die wir als nicht zum „Ich“ gehörig zu zählen gewohnt sind, wie die sogenannte materielle Welt (als außen erfahrene Form - *bahiddha*). Alles das ist „Form“, „Materie“. Und alle Form, sowohl der lebendig erscheinende Körper wie alles durch die Sinne erfahrbare Außen besteht aus den vier großen Gegebenheiten: Festigkeit, Flüssigkeit, Hitze und Luft bzw. aus einem Gemisch daraus.

Die Form, die als „eigener“ Körper erfahren wird, erweckt den Eindruck von etwas Festem, Beständigem, aber bei gründlichem Hinblick erkennt man: Der Körper besteht nicht, er ist

in ununterbrochenem Werden. Es kommt Nahrung (Form) herein und fließt ab. Luft (Form) wird eingesogen, strömt einen Augenblick hindurch und wird wieder ausgestoßen. Flüssiges und Festes (Form) wird aufgenommen, strömt unter mancherlei Veränderung hindurch und wird ausgeschieden. Wärme wird durch Umwandlung der Nahrung (Form) erzeugt und nach außen abgegeben. Der Mensch isst ständig Körper (Form), verwandelt ständig Körper (Form) und scheidet ständig Körper (Form) aus. Die vermeintliche „Materie“ rieselt ununterbrochen, ist in ständigem Entstehen und Vergehen.

Was jetzt als „mein“ Körper erscheint, war gestern Nahrung, waren vorgestern Früchte und Pflanzen oder Tierleiber, war davor Erde und war davor verweste Körper oder Kot und war davor noch nicht verweste Körper, noch nicht Kot, war ein Körper und war davor Nahrung auf dem Teller und war davor Pflanze, Frucht oder Tierleib und war davor Erde - ein ständiger Kreislauf:

Erde - Pflanze/Frucht (Tier) - Speise - Leib - Kot - Erde - Pflanze - junge, straffe - alte, schlaffe Körper - Leichen - Erde - Säugling...

*Aufgerieben wird die Welt, ist ohne Dauer. (M 82)*

Wenn der Mensch Getreidefelder sieht, wenn er Brot im Schrank sieht, dann sagt keiner: „Das bin ich.“ Aber auf seinen Leib zeigt er: „Das bin ich.“ Aber der Leib ist doch nichts anderes als Brot und Wasser. Was gestern Brot war, ist heute Leib, zu dem man „Ich“ sagt. Wenn Kot und Urin ausgeschieden werden, wendet man sich abgestoßen ab. Doch ist es das, was gestern Leib war und was vorgestern Brot war. Nur in einem bestimmten Durchgangsstadium nennen wir es „Ich“.

In sieben Jahren, heißt es, hat sich der Leib vollständig erneuert. Zellen werden aufgebaut, abgebaut, durch neue ersetzt, ausgeschieden. Und wir sagen trotzdem zum Körper „ich“, obwohl er doch immer etwas anderes ist. Nur weil die Wandlungen so unscheinbar vor sich gehen, lässt man sich

täuschen. Also zu einem sich ständig Wandelnden, zu etwas, das nach seinem Gesetz abläuft auf den Untergang zu, sagt man „Ich“. Im Lauf der Zeit wird der Körper unweigerlich älter, morscher. Das Gestell ist mit seinen steifen Gelenken wie ein alter Karren, dessen Achsen verschlissen sind. Das dreijährige Kind sagt „Ich“ zum Körper, der Greis sagt immer noch „Ich“ in Bezug auf den Leib, der gar nicht mehr der des einstigen Kindes ist.

Was wir Materie nennen, besteht immer aus Festem, Flüssigem, Luftigem, Temperatur. Fragen wir uns: Was ist für ein Unterschied zwischen dem Festen und Flüssigen des Körpers und einer Baumwurzel oder einem Stein? Es ist nur chemisch etwas anders zusammengesetzt. Es ist etwas mehr fest oder flüssig, in seinem Gewebezusammenhalt etwas anders, aber es ist Festes und Flüssiges. Ob das zu sich gezähltes Festes ist oder als äußere Festigkeit erfahren wird - der Übende sagt sich: Das ist nicht mein Selbst. Wenn der Übende beim Gehen an eine Baumwurzel gerät oder einen Ast sieht, da mag er des Ellbogens, der Kniescheibe oder des Schienbeins gedenken oder den Schädelknochen betasten und dabei merken, dass dort wie hier Festes ist, die Baumwurzel wie der Schädel, der Ast wie der Ellbogen.

Wie der Ast kürzlich entstanden war, so ist auch der Ellbogen kürzlich entstanden; und wie der Ast bald wieder dahingehen wird, so wird auch der Ellbogen bald wieder dahingehen; und wie der Ast jeden Tag wieder etwas verändert ist, so ist der Ellbogen jeden Tag etwas verändert, und ebenso verhält es sich mit den anderen Knochen des Leibes und den Organen - es ist kein Unterschied.

Und wie der Ast verrottend zu Ackererde und auf dem Weg der Wandlung über die Nahrungskette etwas anderes Festes werden kann, etwa ein Ellbogen, so auch kann der Ellbogen auf dem Weg der Wandlung etwas ganz anderes werden, etwa ein Ast.

Und wenn der Übende an einem Bach steht oder wenn er im Regen sitzt, dann gedenkt er des Bluts und der anderen

Flüssigkeiten des Leibes und sieht, wie diese Flüssigkeiten gleicher Art sind: Sie fließen nach ihrer Gesetzmäßigkeit, sie sind entstanden und wandeln sich wieder, sind dabei gleich leblos, gleich willenlos. Es ist kein Unterschied zwischen dem rieselnden Regen außen und dem rieselnden Blut innen, es fließt außen und innen, es ist kein Außen oder Innen - es fließt.

Wir sagen: Ich bin müde, ich muss mich setzen, ich muss mich legen. Daran merken wir, dass der Körper ein Gewicht hat, das wir mit uns tragen. Aber das registrieren wir normalerweise gar nicht.

Eine weitere Betrachtung: Dieser Leib weiß nichts, will nichts und kann nichts aus sich selber. Er ist nur ein Werkzeug wie z.B. eine Zange. Ob mit der Zange ein Nagel aus der Wand gezogen wird oder ob die Zange noch neu im Laden liegt oder ob sie verrostet auf dem Schrotthaufen liegt, sie weiß nichts davon. Ebenso gilt: Ob der Leib sich im Mutterleib entwickelt oder ob der Leib in Jugendfrische besteht und im dauernden Stoffwechsel allmählich älter wird oder ob der Leib alt und morsch ist oder ob sich der Leib in Verwesung befindet, der Leib weiß von all dem gar nichts. Er weiß nichts von sich, er will nichts, er tut nichts. Er ist wie eine Dampf- und Stoffwechsel-Maschine in Bewegung. Man sieht von dieser Maschine Wirkungen ausgehen, und doch macht die Maschine aus sich selber nichts, sie ist ein Instrument, dessen Hebel bedient werden.

Wenn dies betrachtet wird, kommt der erste Riss in die Identifikation zwischen dem, was ich gewohnheitsmäßig als „mich selber“ empfinde, und dem Körper. Indem der Leib zum Betrachtungsobjekt wird, gibt es jetzt einen Betrachter ohne Leib. Was der Mensch betrachtet, damit kann er sich nie identifizieren, er identifiziert sich immer mit dem Betrachter. So wird der Körper unmerklich gegenübergestellt, eine leise Befremdung tritt ein. Und irgendwann merkt der Betrachter, dass er ohne ihn leben kann. Er hat eine Betrachtung erlebt, in der der Körper nicht der Ichpunkt war, sondern ein Gegenstand der Betrachtung. Er hat gesehen, dass der Körper, ein willen-

loses Werkzeug der Triebe und des Geistes, nicht zwei Augenblicke derselbe ist: Von Mahlzeit zu Mahlzeit, von Atemzug zu Atemzug ist der Körper in Bewegung, in Veränderung. Was jetzt als Körper zum Ich gerechnet wird, das ist zu einer anderen Zeit eine Form, „Nahrung“, die Entzücken auslöst, ist aber wieder zu einer anderen Zeit eine andere Form, „Kot“, die Ekel auslöst. Für die klare, nüchterne Beobachtung ist es immer dasselbe - Form -, für das Gefühl ist es nie dasselbe.

Der Unbestand des Körperlichen fällt uns nicht auf, solange der Körper immer wieder neu von anderem Festen, Flüssigen, Wärme und Luftigen als Nahrung gespeist wird. Sobald aber dieser Nahrungskreislauf auch nur kurz unterbrochen wird - bei Krankheit und Tod des Körpers - wird jedem Menschen die Kernlosigkeit, die Substanzlosigkeit der Form, der sogenannten Materie, deutlich, wie sie in Wirklichkeit jeden Augenblick zu beobachten ist. Der Erwachte sagt:

*Wenn ein Mönch diesen Körper usw. sieht, betrachtet und gründlich untersucht, so erweist er sich als nichtig, erweist sich als gehaltlos, erweist sich als kernlos (asāra), denn welcher Kern sollte wohl im Körper sein? (S 22,95)*

Der Mensch stützt sich, verlässt sich auf den „eigenen Körper“ und rechnet mit den Körpern und Gegenständen in seiner Umgebung: „Das ist meine Frau, mein Kind, meine Wohnung.“ Die Vorstellung „ist“ suggeriert schon Beständigkeit. Entsprechend erschrickt der Mensch bei Veränderung, Krankheit, Tod und Vernichtung, weil sich dann die Wandelbarkeit offenbart: ein ständiges Entstehen und Vergehen, Verschleiß der Materie. Diese Entwicklungen geschehen nicht etwa mit unserem Willen oder gar aus unserem Willen, sondern geschehen ohne, ja meist gegen unseren Willen und gegen unsere Wünsche. Das ist es, was der Erwachte als Nichtselbst (*anatta*) auffasst. Ich kann den Körper nicht so machen und haben, wie ich will, insofern ist er fremd, nicht-ich. Ebenso kann ich die „Außen-

form", die Welt, nicht so haben, wie ich will: sie gehört mir nicht, ist nicht mein Eigentum, ist „fremd“.

Der Erwachte sagt, dass sich der Mensch an die Form anklammere wie einer, der von einer reißenden Überschwemmung mitgerissen ist und sich nun am Schilf festhalten will. Es hält nicht, er wird weitergerissen, hat ein Stück Schilf in der Hand, aber es ist abgerissen von dem anderen. Keine Form hält auf die Dauer, was der oberflächliche Blick sich von ihr verspricht, und der Mensch erfährt durch seine Gewöhnung an die Wahnvorstellung, Materie sei etwas Festes, also Zuverlässiges, immer wieder Not und Untergang. Leiden, Not und Untergang erfahren wir, weil wir am Vergänglichen, an der Form hängen, weil sie uns lieb ist: „Weißt du noch, damals, ach, wie war das schön, jetzt ist es vorbei.“ Ein neuer Leib wird angelegt, weil die Triebe, weil der Hungerleider nicht stirbt. Er steigt mit seinem Hunger aus dem Fleischleib aus, mit dem Hunger, den der Geist ihm im Lauf des Lebens angewöhnt hat. Er trat schon bei der vorigen Geburt mit Hunger an, aber im Lauf des Lebens ist der Hunger hier und da umgepolt, hat sich in diesem Leben mehr an anderes gewöhnt, von manchem sich entwöhnt. In der Verfassung, in der der Hungerleider beim Sterben des Körpers ist, in der Verfassung rollt er weiter. Der Geist schafft durch neue Wahrnehmungen neue Impulse, neue Neigungen, neues Dürsten und hebt auch manches Dürsten auf durch manche Einsichten, aber nie wird bei einem, der die Wirklichkeit nicht kennt, das ganze Hungern endgültig gestillt, aufgehoben, sondern nur umgepolt. Der Hungerleider steigt aus und tritt irgendwo wieder neu an. Es ist ein Säugling, der nichts von gestern weiß, und nun kommen die neuen Daten in den Hungerleider, der sagt „ah, wie angenehm; igitt, wie ekelhaft.“ Jetzt werden die in diesem Leben begegnenden angenehmen und unangenehmen Dinge in den Geist neu eingetragen.

Es gibt im Pāli gar kein Wort für Sein. Es heißt entweder *bhava*, Werden, oder es heißt *bhuta*, das Gewordene. Das, was uns begegnet, ist das Gewordene. Darauf reagieren wir, und

im *bhava-sota*, im Strom des Werdens fließt es weiter: Werden zum Geworden und geworden schon wieder neues Werden zum Gewordensein: Nur Fließen.

Alles verändert sich, aber die Triebe können nicht von selber sterben. Sie liegen nicht in einer Zeitspanne. Da wir dauernd denken, kommen dauernd Anstöße an die Triebe. Der Körper aber verändert sich ohne Anstöße im Lauf der Zeit. Bei der gesündesten Kost sehen wir doch immer die Entwicklung des Körpers, der ab der Geburt an Kraft zunimmt, in die Jugendkraft kommt, auf der Höhe seiner Kraft ist, dann alt wird und zusammenbricht. Er unterliegt dem Gesetz der Zeit, nicht aber die Triebe, der Hungerleider, der Reiter, der sich immer wieder ein neues Ross, einen neuen Körper anschafft, in dem er umherreitet und den er wiederum zu Tode reitet.

Leiden, Not und Untergang erfahren wir, weil wir am Vergänglichen, an der Form hängen, weil sie uns lieb ist. Wenn wir das Begehren nach Form überwinden, dann kümmert uns die Vergänglichkeit nicht. Wer Form begehrt, hat durch sein Begehren Leiden, wenn die Form vergeht. Das Vergängliche ist nicht an sich wehe, sondern es ist für den wehe, der daran hängt. Es geht um das innere Verhältnis zu den Dingen. Auch der weit Gereifte hängt immer noch an etwas, und zuletzt hängt er noch an feinsten Wahrnehmungen. Der Triebversiegte dagegen erlebt kein Wehgefühl bei Vergänglichem, weil er nicht mehr im Vergänglichen wohnt, weil er nicht mehr daran hängt.

Wer die Form so beobachtet und durchschaut, der weiß: Wenn ich mich auf Formen stütze, dann liefere ich mich dem Untergang aus, denn ich kann die Formen nicht festhalten. Darum bemüht er sich, die Unbeständigkeit der Formen zu betrachten. Wenn der Anblick des eigenen Körpers - nicht in theoretischem Erwägen, sondern in gründlicher Beobachtung - gut gelingt, dann besteht während der Zeit eines solchen Betrachtens nicht mehr die Vorstellung vom „eigenen Körper“. Zu der Zeit ist der Betrachter vom Körper losgelöst. Der Beobachter tritt zurück von den als haltlos, als unzulänglich er-

kannten, in ständigem Entstehen/Vergehen begriffenen rieselnden Formen. Er distanziert sich innerlich von ihnen und empfindet ein gewisses Befremden darüber, dass er sich so lange Zeiten mit dieser seinem Einfluss so völlig unzugänglichen, nach ihrem Gesetz sich wandelnden sogenannten Materie identifiziert hat.

Indem der Beobachter auf diese Weise von dem Beobachteten zurücktritt, merkt er, dass er nichts verloren, sondern mehr Sicherheit gewonnen hat, dass er nicht in ein Nichts tritt, dass nicht etwa nichts übrig bleibt, sondern dass er sich im Gegenteil nur von Unbeständigem zurückgezogen hat, dass er jetzt überhaupt erst das Gebiet zu betreten beginnt, in dem keine Verletzbarkeit ist. Von den Wandlungen der Form ist er im Augenblick nicht mehr getroffen. Von den Trieben her lebt er zwar noch mit der Form, hat er noch ein „Gefälle“ zur Form. Wenn ihm zu anderen Zeiten der Körper bedroht würde, so wäre er wieder erschrocken. Im Geist aber ist das Wissen von der Unbeständigkeit und Kernlosigkeit der Form. Und dieses Wissen zeigt dem Beobachter immer wieder, dass die Gewöhnung, sich an die Form zu klammern, an das Elend, an die Ungeborgenheit bindet.

Der Erwachte sagt, dass so alle Form, *vergangene, zukünftige und gegenwärtige Form*, zu betrachten sei. Es gibt keine Körperart, die ich in der endlosen Folge der Weltzeitalter im Samsāra nicht schon gehabt hätte: Von brahmischen Formen bis hinab zu höllischen Formen über die Körper aller Geister, Gespenster, Tiere, niedrigerer Gottheiten und höherer Gottheiten, aller Arten von Menschen-Körpern, von den wohlgebautesten, kraftvollsten bis zu den elendsten Missbildungen - ununterbrochen sind aus Wahn Körper angelegt und abgelegt worden. Und auch in diesem ihm derzeit bewussten Leben betrachtet der Übende „seine“ vergangenen Formen des Säuglings, des Kleinkindes, des jungen Menschen, die gegenwärtige Form des Erwachsenen und die zukünftige Form des Greises - jede von ihnen eine andere und keine auch nur einen Augenblick gleich - Rieseln... Alle diese wechselnden Bilder



sieht der unbelehrte gewöhnliche Mensch als „ich“, als „mein“ an. Der Betrachter aber distanziert sich von ihnen.

Wenn diese Distanzierung zunimmt und allmählich zur Gewöhnung wird, dann ist für einen solchen Menschen das Schicksal des Leibes nicht mehr sein Schicksal. Der Leib ist als Werkzeug erkannt, und so tritt eine gewisse Entfremdung ein. Dann ist der Wegfall des Leibes nicht mehr unser Tod, unsere Zerstörung. Dann wird realistisch, was manche Religionsgründer als Todüberwindung versprechen. Den Tod überwindet nicht derjenige, der wie gebannt auf sinnliche Freuden durch den Leib schaut und das daraus entstehende Leiden nicht sehen will. Wer auf sinnliche Freuden aus ist, bedarf des Leibes. Für ihn ist die Vernichtung des Leibes die Vernichtung dieser Freuden. Dem ist dann, als ob sein Ich vergehe. Wer aber durch die Durchschauung des Leibes als ein totes willenloses Werkzeug sich dem Leib entfremdet, der gewinnt abseits des Körpers innere Freuden. So kann Todesangst gar nicht mehr entstehen bei dem, der sich vom Körper distanziert hat.

Aber für die Überwindung des Todes bedarf es der Distanzierung und Entwöhnung von allen fünf Zusammenhäufungen.

#### Die Betrachtung der Unbeständigkeit und Nicht-Ichheit der Gefühle, zweite Zusammenhäufung

Das Wesen des Menschen ist dynamisch, ist bewegt, energietisch. Wir spüren in uns ein Drängen, Dürsten und Sehnen als ein Begehren und Treiben hierhin und dorthin. Wir fühlen diese von innen drängenden Kräfte in allen Situationen des Lebens, ja, durch sie erst entstehen die meisten „Situationen“. Unsere Gegenwart, unser Bewusstsein ist vergleichbar mit einer Küste, an welche dauernd die Brandungswogen heranrollen und anschlagen, in jedem Augenblick eine andere Woge, die eine mit mehr, die andere mit weniger Kraft. So auch schlägt an die Küste unserer „Gegenwart“, so dringt in unser Bewusstsein in jedem Augenblick ein anderer Wunsch, ein anderes Begehren. Es ist ein dauerndes Herankommen,

Herandrängen, Sichmelden, ein Begehren und Wünschen. Mit mehr oder weniger Kraft drängende, dauernd wechselnde und sich verändernde, Erfüllung heischende Wünsche und Triebe unterschiedlicher Art: das ist das Wesen des Menschen, ein tausendfältiges Gerichtetsein auf sinnliche, soziale, moralische, intellektuelle Erlebnisse. Dies bildet die aktive, die Kraft-Seite des Daseins. Es ist ein Komplex von Anliegen, von Kraftströmen, die teils nebeneinander, teils durcheinander, teils gegeneinander gerichtet sind, es ist ein unübersichtliches Kraftfeld, es ist Energie. Nicht verfügen wir über jene Kräfte, sondern die Kräfte sind es, die über „uns“ verfügen.

Der Erwachte vergleicht den Körper mit einem Ameisenbau, der von kribbelnden Ameisen durchsetzt ist wie der Körper von den Trieben durchsetzt ist, so dass nichts vom Körper ohne Triebe ist. Der Ameisenbau ist auch nur aus dem Willen der Ameisen entstanden, so wie der Körper immer nur entstehen kann, wenn ein energetischer Wollenskörper mit der vom Geist ausgehenden programmierten Wohlerfahrungssuche und einem feinstofflichen Leib in den Mutterleib einsteigt, um sich einen festen Fleischkörper aufzubauen. Nicht macht der Ameisenbau die Ameisen, sondern die kleinen, kaum sichtbaren Ameisen haben den großen sichtbaren, tastbaren Ameisenbau gebaut. So machen nicht die Sinnesorgane die sinnliche Wahrnehmung, sondern die Triebe haben den grobstofflichen Körper gebaut und zwingen den Körper zur sinnlichen Wahrnehmung.

Zwischen den Trieben und dem als außen Erfahrenen findet dauernd eine Berührung statt. Und jede Berührung der Triebe löst eine Resonanz aus. Diese Resonanz der Triebe auf das Erfahrene von äußerster Lust bis zur tiefsten Qual erfahren wir als Gefühl. Wenn etwas den Trieben entspricht, entsteht ein Wohlgefühl, wenn etwas den Trieben widerspricht, entsteht ein Wehgefühl. Weil die Triebe als innen empfunden und gedeutet werden, werden auch die Gefühle, die bei der Berührung der Triebe entstehen, empfunden, wie wenn sie ebenso innen aufkämen. So entsteht der Eindruck „Ich bin“. Doch so

wie der Klang des Gongs nichts Eigenständiges, aus sich selbst heraus Bestehendes ist, sondern nur Antwort des Gongs auf den Schlag durch den Klöppel, so auch ist das Gefühl nichts Eigenständiges, aus sich selbst heraus Bestehendes, sondern eben nur Antwort der Triebe auf das als außen Erfahrene. So wie beim Auto die Zündung als Kraft in Erscheinung tritt, während der eigentliche Kraftstoff im Hintergrund bleibt, so auch treten die vielen starken und schwachen, groben und feinen Gefühle in Erscheinung, während die sie verursachenden Triebe im Hintergrund bleiben.

So wie ein grober eiserner Gong auf einen Schlag mit dem Klöppel einen gröberen Ton und ein feiner silberner Gong auf einen Schlag mit dem gleichen Klöppel einen feineren Ton erzeugt - so auch erzeugen die gröberen und feineren Triebe, wenn die Erlebnisse ihnen entsprechen, gröbere oder feinere Wohlgefühle und erzeugen, wenn die Triebe ihnen nicht entsprechen, gröbere oder feinere Wehgefühle, jeder Trieb nach seiner Art.

Wenn ein Mensch, der nach seinen Trieben besonders geschmackig, auf wohlschmeckende Speisen aus ist, auch solche Speisen zu kosten bekommt, dann stimmt bei ihm das Erleben mit den Trieben überein, dann sind diese Triebe in ihm befriedigt und äußern ihre Befriedigung in der ihnen gemäßen Weise durch Lust und Behagen als Wohlgefühl. - Bekommt er dagegen gerade solche Speisen, die nach Geschmack und Aussehen seinen Trieben widersprechen, so sind diese gleichen Triebe durch das ihnen entgegengesetzte Erlebnis gestört und verstört, und sie äußern ihr Widerstreben durch Unlust und Ekel als Wehgefühl. Nimmt jener Mensch aber eine nicht zu lange Zeit keine Speisen zu sich, so wird jenen Trieben weder entsprochen noch widersprochen, so äußern jene Triebe zu dieser Zeit ein Weder-Weh-noch-Wohlgefühl.

Oder wenn ein anderer Mensch, der nach seinen Trieben auf Freundschaft und Harmonie aus ist, auch Freundschaft und Harmonie erlebt, so antworten diese seine Triebe mit Fröhlichkeit und Glück als Wohlgefühl. Wenn er dagegen Streit

und Feindschaft erleben muss, so antworten die gleichen Triebe auf dieses ihnen widerstrebende Erlebnis mit Kummer oder Traurigkeit oder Gram als Wehgefühl. Wenn dagegen dieser Mensch allein ist und weder Freundschaft noch Feindschaft erlebt, so antworten jene gleichen Triebe, da ihnen weder entsprochen noch nicht entsprochen wird, mit einem Weder-Weh-noch-Wohlgefühl.

Oder wenn ein anderer Mensch, der nach seinen Trieben auf geistliche Musik aus ist, auch geistliche Musik zu hören bekommt, dann antworten diese seine Triebe darauf mit dem Gefühl von Erhebung und Frieden als Wohlgefühl. - Hört er dagegen eine ausgeprägt sinnliche Musik, so antworten jene gleichen Triebe darauf mit Erschrecken oder Bedrückung als Wehgefühl. - Hört er dagegen eine nicht zu lange Zeit keine Musik, so antworten die gleichen Triebe, da ihnen weder entsprochen noch nicht entsprochen wird, mit einem Weder-Weh-noch-Wohlgefühl.

Oder wenn ein Mensch, der nach seinen Trieben auf Aufrichtigkeit aus ist, in einer heiklen Situation, in der er durch trügerische Rede sich äußeren Vorteil erwerben könnte, doch an der Wahrhaftigkeit festgehalten hat, so antworten diese seine Triebe auf jenes Erlebnis mit Genugtuung und innerer Heiterkeit als Wohlgefühl. - Ist er dagegen der Versuchung erlegen und hat um des äußeren Vorteils willen trügerisch geredet, so antworten die gleichen Triebe auf dieses ihnen entgegengesetzte Erlebnis mit Beschämung oder Reue als Wehgefühl. Hat er aber mangels entsprechender Situation weder seinen Trieben entsprochen noch ihnen zuwider gehandelt, so antworten sie darauf mit einem Weder-Weh-noch-Wohlgefühl.

Diese Beispiele können beliebig erweitert werden. Es versteht sich, dass das Wohlgefühl eines Menschen, der seiner triebbedingten Neigung entsprechend sich auf stillen Wegen von der Hetze des Alltags ablöst, ein anderes ist als das Wohlgefühl des Kindes, das sich im Arm der Mutter geborgen fühlt, und dass die Begeisterung eines jungen Entdeckers wieder ein anderes Wohlgefühl ist. Wir kennen die unterschiedlichen

groben und feinen Wohlgefühle, wie Lust, Behagen, Entzücken, Begeisterung, Erhebung, Frieden usw. und ebenso die mannigfaltigen groben und feinen Wehgefühle, wie Qual, Schmerz, Angst, Verzweiflung, Verstörtheit, Ekel, Zerrissenheit, Depression, Trauer, Gram, Kummer, Wehmut. Sie alle deuten auf Triebe hin, die genau so grob oder fein sind wie jene von ihnen erzeugten Gefühle. Und alle diese verschiedenartigen Gefühle verlaufen vom höchsten Wohl bis zum äußersten Wehe in einer fast endlosen Skala mit allen Zwischenstufen. Welche weiten Unterschiede liegen z.B. zwischen höchstem Entzücken und äußerstem Entsetzen, zwischen höchster Fröhlichkeit und tiefster Traurigkeit, zwischen höchster Lust und tiefster Qual, zwischen Bedrückung und Erleichterung, zwischen Versenkung und Verstörtheit, zwischen Glückseligkeit und Gram, zwischen Angst und Geborgenheit, Ruhe und Unruhe, Erlösung und Verzweiflung.

Damit sehen wir, welche Zentralstellung das Gefühl einnimmt. Aus den Trieben geboren, gibt es einer jeden Triebführung erst Stimmung und Klang und damit jene Aufdringlichkeit, mit der das Gefühl als wohl oder wehe fühlbar und dadurch überhaupt erst zu „unserem“ Erlebnis wird, durch die wir es erst wahrnehmen. Das Gefühl macht „uns“ wach durch das Wahrnehmen des jeweiligen wohlens und wehens Erlebnisses, das Gefühl treibt uns, das Wohl zu erhaschen und das Wehe zu fliehen oder zu vernichten. Die Qualität und die Quantität des Gefühls sind Qualität und Quantität des in der Wahrnehmung erfahrenen Lebens. Die Verheißung „ewiger Seligkeit“ oder die Androhung „ewiger Verdammnis“ in manchen Religionen ist nichts anderes als die Verheißung oder die Androhung von Gefühl in der höchstmöglichen bzw. in der furchtbarsten Qualität und zugleich von endloser Quantität.

Es ist verständlich, dass das Gefühl bei solcher Eigenschaft unbewusst und bewusst im Vordergrund des menschlichen Interesses steht und dass ihm in allen Kulturkreisen und in allen Religionen entscheidende Bedeutung beigemessen wird. Daher kommt es auch, dass das Gefühl in manchen Religionen

als aus der ewigen Seele kommend oder als die ewige Seele selbst, überhaupt als etwas Ewiges aufgefasst wird.

Dagegen kann jedermann, der sich selbst aufmerksam beobachtet, feststellen: Das Gefühl ist nicht eigenständig, das Gefühl besteht nicht aus sich selbst heraus, das Gefühl geht von Fall zu Fall hervor aus der jeweiligen Berührung zwischen Trieb mit etwas als außen Erfahrenem als ein jeweils neues Gefühl. Gefühl ist nicht ewiger Kern oder ewiger Bestandteil des Menschen, es ist blind für den wahren Wert oder Unwert des jeweiligen Erlebnisses. Der Erwachte sagt: Wenn einer beim Empfinden eines angenehmen Gefühls denkt: „Das ist mein Ich“, dann muss er auch nach Aufhören dieses angenehmen Gefühls denken: „Verschwunden ist mein Ich.“ Dasselbe gilt auch hinsichtlich des unangenehmen und des weder angenehmen noch unangenehmen Gefühls.

*Wer also behauptet: „Das Gefühl bin ich“, der sieht das Ich schon in diesem Dasein als vergänglich, aus Freude und Leid gemischt, dem Entstehen und Vergehen unterworfen an. Darum geht es aus diesem Grund nicht an, die Ansicht zu hegen: „Das Gefühl bin ich.“ (D 15 II)*

Das Aufsteigen der Gefühle durch Berührung vergleicht der Erwachte mit Wasserblasen, mit dem aufspritzenden Wasser eines Sees, wenn es darauf regnet. Durch die Ankunft der Regentropfen auf die Wasserfläche springen von dort immer sogleich entsprechende Wasserblasen auf. So ist das Gefühl, mit dem wir uns normalerweise immer identifizieren, bedingt einerseits durch die Triebe und zum anderen durch die jeweils zur Berührung gekommenen Sinneseindrücke, die den Trieben entweder entsprechen oder ihnen widersprechen. Führen bestimmte Sinneseindrücke zur Berührung entsprechender Triebe, so ist auch entsprechendes Gefühl. Hört die bestimmte Bedingung auf, hört auch das dementsprechende Gefühl auf. Da aber in jedem Augenblick durch neue Berührungen neue Gefühle entstehen, so ist eben immer wieder Gefühl. Und da-

rum fasst man es als zu einem lebendigen Ich gehörig, als etwas selbstständig und immer Bestehendes auf; aber Gefühl ist nichts Selbstständiges, sondern nur eine Reaktion, eine ständig sich verändernde Resonanz der Triebe. Schon weil Gefühl eine bloße Resonanz ist, können wir nicht darüber verfügen - auch darin sind wir nicht souverän.

So hat auch nicht das Gefühl - das die meisten Menschen als ihr Innerstes, als den „Kern des Ich“ ansehen-, etwas mit einem „Ich“ zu tun. Das ständig wechselnde Gefühl ist ohne Kern und Halt, d.h. es gibt nichts Bleibendes und nichts Individuelles, Unteilbares an Gefühl - es gibt gar nicht „das Gefühl“, das „sich“ ändert, sondern nur ständigen Wechsel, ständiges Rieseln immer neuer, durch immer neue Berührungen bedingter Gefühle: Spritzer auf Spritzer folgt, Blase auf Blase bläht sich und platzt.

Indem wir die vielen Gefühle als etwas Durchgängiges ansehen, als „das“ Gefühl - uns mit „dem“ Gefühl identifizieren: „Ich bin so glücklich, ich bin so traurig“, sind wir dem Wechsel von Wohl und Wehe unterworfen, sind abhängig von den Gefühlen und ihren Bedingungen. Wir suchen etwas Festes, Haltbares, an das wir uns halten können: unwandelbare Liebe des Nächsten, ständige Anerkennung, dauernden Erfolg, Lebensglück und Freude. Aber da schon die Bedingungen für die Gefühle, unsere Triebe, unsere Wünsche und Neigungen, sich in jedem Augenblick etwas ändern entsprechend den inneren und äußeren Einflüssen, wie erst wechselt und wandelt sich das Gefühl, und nur selten berührt uns das unseren Wünschen Entsprechende, wodurch Wohlgefühl ausgelöst wird.

Trotzdem sind und bleiben wir abhängig von den Gefühlen, denn solange Triebe uns treiben, sind Gefühle nichts anderes als die Sprache der Triebe. Wir können uns nicht vornehmen: „Lass ab von den Gefühlen“, solange wir Triebe haben. Aber wir können die Gefühle als etwas Unzulängliches, rasch Vergehendes, Kernloses, als substanzlose Blase durchschauen, können ihrem Wechsel und dem Wechsel ihrer Bedingungen zusehen. Dadurch sind wir für den Augenblick der Betrachtung

tung von den normalen weltlichen Gefühlen distanziert und empfinden durch dieses Loslassen der normalen Gefühle ein Gefühl der Entlastung, ein Gefühl der Freiheit, das edler und größer und unabhängiger ist als diejenigen Gefühle, die durch die Berührung der sinnlichen Triebe entstehen. Dieses innere Glück kann der Mensch durch Beobachtung der Vergänglichkeit und Ichlosigkeit der Gefühle in sich selber erzeugen: damit ist er nicht mehr abhängig von äußeren Bedingungen. Dieses innere Glück wird als das höhere Gefühl bezeichnet, das, häufig erzeugt und gepflegt, den Menschen erfüllt und sättigt. Darum empfiehlt der Erwachte die Betrachtung der Substanzlosigkeit, Kernlosigkeit und Unzuverlässigkeit vergangener und ebenso auch zukünftiger Gefühle. Wie verstrickt sich der Mensch oft in der Erinnerung an vergangenes Gefühl: „Dort fühlte ich mich so wohl, ach, wie war das damals schön!“ Oder: „Was habe ich dort Schreckliches erlebt!“ - oder in der Vorfreude oder in der Erwartung schmerzlicher Gefühle.

Die vielfältigen Hoffnungen und Sorgen nehmen den Menschen gefangen, fesseln ihn im Vielfältigen, im Leiden, so dass er keine Zeit und Kraft und auch gar kein Auge dafür hat, höheren Dingen nachzugehen. Durch diese Hoffnungen und Sorgen ist er ausgeliefert seinen Vorstellungen und Empfindungen, die einmal so, einmal anders sind:

*Er ist bald entzückt, bald verstimmt; und was für ein Gefühl er auch fühlt, ein wohltuendes oder leidiges oder weder wohltuendes noch leidiges, dieses Gefühl gilt für ihn. Darum denkt er herum und stützt sich darauf. (M 38)*

Ein Boot auf den Wellen, das ist das Auf und Ab der Gefühle, mit denen sich der unbelehrte Mensch identifiziert. Die Schwankungen des Gefühls bedeuten seine Schwankungen. Ein solcher ist geworfen, ist abhängig und muss in dauernder Angst vor dem Kommenden sein. Wer dagegen durch Beobachtung der auf- und absteigenden Gefühle alles Gefühl von seiner Ich-Vorstellung abgelöst hat - ein solcher identifiziert sich nicht mehr mit den auf- und absteigenden Wohl- und



Wehgefühlen. Ein solcher neigt sich den auf- und absteigenden Gefühlen nicht zu, umkreist sie nicht mit seinem Denken und klammert sich nicht an sie. Er sagt sich:

*Auf eine Berührung, die als Wohl zu empfinden ist, erfolgt ein Wohlgefühl, durch Berührung entstanden. Auf eine Berührung, die als Weh zu empfinden ist, erfolgt ein Wehgefühl, durch Berührung entstanden. (M 140)*

Wer der Gefühle Entstehen und Vergehen und ihre Bedingtheit beobachtet, ist nicht wie ein schaukelndes Boot auf dem Wasser. Er ist wie ein in den Meeresboden eingerammter Pfahl. Wenn auch die Meereswogen hochschlagen, der Pfahl verändert seine Stellung nicht. Die Wogen steigen nur an ihm hoch und sinken wieder ab.

*Gleichwie die Säule eingestemmt im Boden vor Stürmen der vier Richtungen nicht mehr erbeben kann... (Sn 229)*

Wer die Ursachen für das Gefühl betrachtet, nimmt das Gefühl nicht mehr so wichtig, weiß, dass es bedingt entstanden ist, wie es in M 28 heißt:

*Wenn die Leute einen solchen Mönch tadeln, verleumden, beleidigen, ärgern, so weiß er:*

*„Aufgestiegen ist mir da dieses Wehgefühl, durch Lauscherberührung bedingt, und es ist bedingt, nicht ohne Bedingung aufgekommen. Wodurch bedingt? Durch Berührung bedingt.“ Und: „Die Berührung ist unbeständig“, sieht er. „Das Gefühl ist unbeständig“, sieht er, „die Wahrnehmung ist unbeständig“, sieht er, „die Aktivität ist unbeständig“, sieht er, „die programmierte Wohlerfahrungssuche ist unbeständig“, sieht er. Indem er so die Gegebenheiten (= die fünf Zusammenhäufungen) zum Objekt macht, da wendet sich sein Herz (der Betrachtung) freudig zu, beruhigt sich, steht daei still und wird frei.*

Die jeweiligen entstehenden und wieder vergehenden Gefühle sind für den Übenden Betrachtungsgegenstand. Ein Beispiel:

Man sitzt draußen, es ist kühl. Die Wolken verschwinden, die Sonne kommt zum Vorschein und wärmt wohligh den Körper. Da ist Wohlgefühl aufgekommen durch die Tendenz nach angenehmer Tasting. Gedanken an Menschen, die den Trieben nicht angenehm sind, kommen in den Sinn. Schon kommt ein kleiner Verdross - Wehgefühl - auf. Man kann sehen, wie ununterbrochen durch Berührungen der Triebe Gefühle aufsteigen, eines nach dem anderen. Dieses sehend, denkt der vom Erwachten Belehrte nicht mehr: „Ich fühle“. Er sieht die einzelnen Gefühle, die da bedingt durch die Anliegen und die herantretenden Dinge aufkommen und wieder von anderen verdrängt werden. Indem die Auffassung „Ich bin es, der da fühlt“, aufgegeben wird, verlieren die Gefühle an Wichtigkeit und werden stiller.

Betrachtung des Täuschungscharakters, der Wandelbarkeit  
und der Nicht-Ichheit der Wahrnehmung  
(3. Zusammenhäufung)

Der Erwachte nennt die dritte Zusammenhäufung *Wahrnehmung* immer in enger Verbindung mit Gefühl: „*Was man fühlt, das nimmt man wahr.*“ Irgendein Gefühl merken, heißt ja schon, dass es wahrgenommen wird. Wahrnehmung ist die Eintragung von Form und Gefühl in den Geist. Jetzt ist im Geist ein doppeltes Wissen (Wahrnehmung): Das Wissen um eine Form und ob sie angenehm oder unangenehm ist. Mit dem Gefühl erst kommt die jeweilige Teil-Erfahrung der Triebe (die Erfahrung des Lugers, Lauschers usw.) zur Wahrnehmung, zum Bewusstsein, und der Geist erfährt jetzt das gefühlsbesetzte Objekt. Und das hält er in der Regel für die Ursache des Gefühls.

Die Wahrnehmung des normalen Menschen ist nie neutral, sondern enthält stets die durch Berührung der Triebe bedingte Gefühlsresonanz. Hinzu kommt, dass der Geist noch hinein-deutet: „Ich habe diese angenehme oder unangenehme Form gesehen“ und somit ein „Ich“ als Wahrnehmer annimmt („*Was*

„man' fühlt, nimmt ,man' wahr“, statt gewärtig zu sein: „Der Geist hat das Ding/die Vorstellung erfahren.“

„Uns“ trifft nur das, was „wir“ wahrnehmen. Soweit wir wahrnehmen, in dem, was wir wahrnehmen, erleben, liegt unsere Problematik, nicht in dem, was wir nicht wahrnehmen. Die Dinge der Welt - wie erfahren wir sie? durch Wahrnehmung. Gesehenes wird wahrgenommen, Gehörtes, Gerochenes, Geschmecktes, Getastetes und Gedachtes. Nur die Wahrnehmung dieser sechs Arten von Dingen ist es, die uns Glück oder Leid bringt. Wenn uns Dinge beglücken, die uns die Fülle bieten, und wir freuen uns der Fülle, und die Dinge zerrinnen wieder auf Grund ihrer Unbeständigkeit, sind nicht mehr da, dann lassen sie uns zurück in Angst, im Mangel, im Leid. Der Erwachte sagt (D 9):

*Es mag sich mit diesem grobstofflichen Selbst verhalten wie es will, aber dem Menschen entstehen die einen Wahrnehmungen, und die anderen Wahrnehmungen vergehen. Darum ist die Wahrnehmung nicht das Selbst.*

Das Gesehene ist unbeständig, das Gehörte ist unbeständig, das Gerochene ist unbeständig, das Geschmeckte ist unbeständig, das Getastete ist unbeständig, das Gedachte ist unbeständig. Unbeständig ist alles, was wahrgenommen wird. Die Wahrnehmungen entstehen und vergehen, kommen heran wie eine Brandung. Die Wellen schlagen an die Ufer und sind fort. Eine neue Woge kommt. Jede einzelne Wahrnehmung währt nur einen Augenblick und ist fort. Nur weil dauernd etwas herankommt, entsteht der Eindruck einer Kontinuität, entsteht der Eindruck, dass etwas sei. Jede Wahrnehmung entsteht für sich, vergeht für sich. Ein Bild, ein Ton, ein Duft, ein Geschmack blitzt auf und ist verschwunden, eine Wahrnehmung folgt der anderen. Wie ein Feuer, das aus Stroh, Holz und Kohlen entzündet wird, brennt, ohne dass es weiß, dass es brennt, so weiß die Wahrnehmung nichts von sich, aber der

Geist entwirft gemäß der Wahrnehmung die Vorstellung: „Ich erlebe dies.“

Der Erwachte bezeichnet Gefühl und Wahrnehmung als die Bewegtheit des Herzens (*citta-sankhāra*). Erleben ist ein ununterbrochenes Selbsterzeugen, ist ein Erzeugen durch die Triebe, dennoch haben wir die fixe Idee, die Wahnvorstellung, als ob wir unsere Erlebnisse von einer an sich vorhandenen Außenwelt ablösen, als ob unsere sinnliche Wahrnehmung ein Hereinholen von Formen, Tönen, Düften, Schmeck- und Tastbarem aus einer unabhängig von uns bestehenden Außenwelt wäre. Diesen Wahnsinn, diese fixe Idee, nennt der Erwachte *Wahn*.

So heißt es in M 1: Der unbelehrte Mensch nimmt die Wahrnehmung von Festem für Festes, die Wahrnehmung von Flüssigem für Flüssiges, die Wahrnehmung von Wärme für Wärme, die Wahrnehmung von Luft für Luft, also insgesamt die Wahrnehmung von Materie für Materie. Und dann, sagt der Erwachte, denkt der unbelehrte Mensch an diese Dinge, denkt um diese Dinge herum, geht von den erlebten Dingen aus. Warum verhält er sich so? Weil er im Wahn ist, die Welt sei objektiv da. Wahrnehmung ist Wahn. Erst von dem Geheilten sagt der Erwachte, dass er auf die Wahrnehmung nicht mehr hereinfällt, weil er sie kennt. *„Dies Ganze gilt nicht wirklich, hat er recht erkannt. (Sn 8-12)*

Der Erwachte bezeichnet unsere Wahrnehmung als eine Täuschung, als einen Wahn, als starke, tiefe Einbildung. Wie tief diese Einbildung ist, erkennen wir an unserer Wahrnehmung von „Gegenständen“. Wir nehmen sie wahr als Festes und Flüssiges, als Wärme und Luft in allen möglichen Mischungen und nennen dies „Materie“. Der Erwachte nennt es *rūpa* (Form oder Gestalt), und sagt, dass es die Bezeichnung sei für die Wahrnehmung von Festigkeit, Flüssigkeit, Wärme und Luft.

Wir müssen aber verstehen, was das bedeutet: So wie wir im Traum durch die Traumwahrnehmung erleben können, dass wir mit dem Wagen gegen einen Baum fahren und die Kno-

chen von Körpergliedern dabei zerbrechen - wie wir im Traum also ganz eindeutig „Materie“ erleben, Festes, Flüssiges, Wärme und Luft, sowohl am Traumkörper (zerbrochene Glieder) als auch an der Traumwelt (Baum), obwohl der ganze Vorgang eben „nur“ aus Wahrnehmung besteht - ganz ebenso sehen die Geheilten, die aus dem Daseinstraum Erwachten und Erlösten uns in unserem Ich- und Materiewahn.

Wir haben beim Körper einen so tief eingepprägten und ausgebildeten Eindruck von Festigkeit, Flüssigkeit, Wärme und Luft, dass wir von der Zerbrechlichkeit dieses Körpers bei der plötzlich harten Begegnung mit anderen Gegenständen fest überzeugt sind, ja, dass wir es auch so „erleben“. Die Geheilten aber, die diesen Wahn aufgehoben haben, gehen durch „unsere Gegenstände“ hindurch, sitzen in der Luft, wandeln auf dem Wasser, werden unsichtbar oder vielfältig.

Von allen durch die sinnliche Wahrnehmung uns begegnenden Erscheinungen sagt der Erwachte ausdrücklich: *Sche-menhaft, trügerisch, Einbildungen sind die Sinneserscheinungen, ein Blendwerk ist das Ganze. (M 106)*

Der Buddha vergleicht die Wahrnehmung mit einer Luftspiegelung, einer Fata Morgana. Man weiß, was das in Indien bedeutet, einem Land mit Wüsten und Urwäldern: Eine Karawane geht in der Wüste ihren Weg, sie hat ein Ziel, aber das Ziel ist nicht zu sehen, auch keine Wegmarkierung, nur der weite Horizont. Am Tag sieht der kundige Führer nach dem Sonnenstand und nachts nach den Sternen. Aber von Tag zu Tag werden die Wanderer müder, die Vorräte nehmen ab. Da meinen die Reisenden voller Freude am fernen Horizont eine deutlich sichtbare Oase zu erblicken; aber es ist nur eine Luftspiegelung. Wenn sich nun auch der Führer der Karawane dadurch irritieren und beeinflussen lässt, auf die Fata Morgana zuzustreben, dann liegt dort nach einiger Zeit eine Gruppe von Skeletten.

So wie die Luftspiegelung, so täuscht die Wahrnehmung eine reale, unabhängig vom Erleben bestehende, in sich fest gegründete Welt vor. In Wirklichkeit ist sie eine mehrfache

Täuschung: Zum einen durch die Gefühlszugabe der jeweils angesprochenen Triebe, zum anderen durch das Herankommen der einst aus Trieben heraus gewirkten Ernte. Der Mensch erlebt nicht die ankommende Ernte, wie sie gewirkt worden ist, sondern erst, nachdem die jetzigen Triebe ihr zusätzlich verzerrendes Urteil gesprochen haben. Die Stärke des Gefühls und damit unseres Erlebnisses hängt ab von der Stärke der Triebe und nur zum geringsten Teil von dem, was herankommt. Der Erwachte sagt: *Was man fühlt, das nimmt man wahr*. Und das bedeutet zugleich: Was man stark fühlt, das nimmt man stark wahr. Was man aber schwach fühlt, das nimmt man auch nur schwach wahr. Das Gefühl ist der Griffel, der das Erfahrene in den Geist einträgt. Und da prägt starkes Gefühl stark ein, aber schwaches Gefühl nur schwach. Und da die Stärke des Gefühls von der Stärke der Triebe bestimmt wird, so bewirken die Triebe Wahrnehmungen von sehr unterschiedlicher Stärke, Deutlichkeit und Leuchtkraft. So ist der Mensch durch die Teilnahme der Triebe, seiner Psyche, bei jedem Erlebnis sogleich in eine bestimmte Perspektive, in ein bestimmtes Verhältnis zu dem Objekt gezwängt, und darum kommt bei ihm fast ununterbrochen je nach dem Erlebnis Freude oder Verdross, Begierde oder Ekel, Hoffnung oder Enttäuschung auf.

Die Luftspiegelung, die eine ferne Oase vorgaukelt, besteht aus Lichtreflexen in der Luft, ist leer und kernlos, ohne Substanz, obwohl sie den Eindruck von festen Gegenständen macht. Und so besteht auch die Wahrnehmung nur als Projektion unseres Herzens und unseres Wirkens, ist selber hohl und leer. Ändert sich das Herz, so ändert sich die Wahrnehmung. Die Wahrnehmung ist nichts als ein Anzeiger der früheren Herzensbeschaffenheit, aus der heraus die nun herantretenden Erscheinungen gewirkt worden sind, und der jetzigen Herzensbeschaffenheit, aus welcher die Gefühlsresonanz auf diese Erscheinungen kommt.

Indem wir die Wahrnehmungen als Täuschungen, Blendwerk durch die Triebe sehen, nehmen wir sie nicht mehr so

wichtig. Wir identifizieren uns weder mit einem so und so erscheinenden Ich noch mit einer so und so erscheinenden Welt. Wie oft haben wir erlebt, dass bei guter innerer Verfassung die Welt hell und strahlend und Hoffnung gebend erschien und bei schlechter innerer Verfassung alles grau und trüb oder gar bedrückend und gefährlich erschien. Wie sehen wir die Welt als Kind, als Verliebte, als unheilbar Kranke, dem Tod Nahe? Wie ist die Welt wirklich? „Maler Herz“ mit unterschiedlich aufsteigenden Sehnsüchten und Abneigungen malt „unterschiedliche Ich- und Welt-Wahrnehmungen“. Dieses sehend, kann sich der vom Erwachten Belehrte in ruhiger Beobachtung nicht mehr mit Wahrnehmungen identifizieren. Er sieht bei ruhiger Überlegung ihren Wahn-Charakter, das ständige Auf und Ab von angenehmen und unangenehmen Wahrnehmungen, auch wenn er noch in sie verstrickt ist, solange die Triebe ihn treiben.

*Schwinden muss jede Bewegtheit*, das war das letzte Wort des Erwachten. Wer das begriffen hat, der sieht sich nicht ruhend in einer ruhenden Welt, der sieht diese Welt in dauerndem Fluss, in dauerndem Werden und Vergehen und sieht „sich selber“ in dauernder Wandlung. *Schwinden muss jede Bewegtheit* - jede Wahrnehmung - wer dies neu begreift, dem wird anfänglich schwindelig. Er sieht keine feste Stätte, er sieht alles in Bewegung, es kommt ihm alles vor wie ein Gefälle, wie ein dauerndes Gleiten. Dieser der Wirklichkeit entsprechende Anblick, diese rechte Erkenntnis erst zeigt die Unsicherheit des Daseins in der Flüchtigkeit aller Wahrnehmungen. Ohne dieses Gefühl der Unsicherheit - in dem trügerischen Wahn, dass alles stehe und bleibe - gibt man sich dem Glauben an eine Sicherheit und Geborgenheit hin, wird träge, nachlässig und stumpf. Aber aus der rechten Einsicht heraus, aus dem Erkennen der Wandelbarkeit und Unsicherheit ist das Augenmerk gerichtet auf die Gefährdung und ist die Aufmerksamkeit wach, dieser Gefährdung zu entgehen. Mit der Einsicht *Schwinden muss jede Bewegtheit* ist der Blick abgewandt von der trügerischen Oberfläche der Erscheinung und ist ge-

richtet auf das Kommende und Gehende. Er sieht, dass im Bereich der Bewegtheiten, der Wahrnehmungen, kein Halt, keine Freiheit zu finden ist.

Aktivität, ihre Bedingtheit und vergebliche Wohlsuche  
und Leidflucht im Denken, Reden und Handeln,  
die vierte Zusammenhäufung

Der Erwachte sagt (M 18): *Was wahrgenommen, bewusst wird, darüber wird im Geist nachgedacht (vitakketi); und: Man geht mit dem Denken die erfreulich bestehende Form/Ton usw. an, die unerfreulich oder gleichgültig bestehende Form/Ton usw. an (manopavicāra). (M 140)*

Der Geist, das Gedächtnis, ist das Notizbuch der gefühlsbesetzten Wahrnehmungen. Von der Geburt an füllt sich der Geist mit den Erfahrungen der Triebe: „Das riecht unangenehm, das schmeckt nicht gut.“ „Das sind schöne Formen, die will ich haben.“ Trieberfahrungen, die mit Wehgefühl beantwortet wurden, sind im Geist eingetragen als etwas Unangenehmes, Schmerzliches, Hässliches, Abstoßendes, oder Trieberfahrungen, die mit Wohlgefühl beantwortet wurden, sind im Geist eingetragen als Angenehmes, Wohltuendes, Erfreuliches, Schönes.

Wenn der Säugling zur Welt kommt, weiß er nichts über sich und über die Welt. Das wird in der Psychologie *tabula rasa*, leere Tafel, genannt. Nichts ist auf der Tafel des Gedächtnisses eingetragen, über das der Säugling verfügen könnte. Wenn der Säugling Schmerzen hat, dann weiß er nicht einmal, dass er Schmerzen hat, geschweige, dass er weiß, wo er Schmerzen hat, geschweige dass er die Schmerzen abstellen kann. Trotzdem ist Schmerzgefühl da. Automatisch folgt als Reaktion Schreien. Er weiß nicht, dass er weint. Später erlebt der Säugling ein Wohlgefühl: er bekommt Milch. Er weiß nicht, dass er Milch bekommt, dass er eine Mutter hat, die Milch gibt. Aber ein Wehgefühl wandelt sich in ein Wohlge-



fühl. Diese Wandlung, dass mit einem Mal eine Not wegfällt und ein angenehmes Gefühl entsteht, das wird in den Geist, in das Gedächtnis, eingetragen. Durch den Wandel der Gefühle wird er aufmerksam und merkt sich die Ursache des Wohlgefühls: „Das schmeckt gut.“

Wenn aus einem Wehgefühl ein Wohlgefühl wird oder aus einem Wohlgefühl ein Wehgefühl wird nebst den Umständen, die zur Gefühlswandlung geführt haben, so wird das von dem jungen Wesen, Mensch oder Tier, in den Geist eingeschrieben. Die gesamten Daten, die gefühlsbesetzten Wahrnehmungen und Belehrungen des Lebens, die ein Kind im Lauf seines Lebens sammelt, bauen den Geist auf. Das Gedächtnis ist das Notizbuch, in dem der wollende Mensch nachschauen kann. Wenn der Säugling schon allerlei registriert hat, dann fällt ihm bei Langeweile, auch wenn er voll gesättigt ist, ein, wie schön es auf dem Arm war. Nun schreit er. Er denkt nicht: „Wenn ich schreie, werde ich auf den Arm genommen.“ Er hat Wehgefühl und er schreit. Nun wird er auf den Arm genommen. Das registriert er und weiß nun: „Wenn ich schreie, erreiche ich das Auf-den-Arm-genommen-Werden.“ So fängt er an, bewusst zu schreien, weil er weiß, dass auf das Schreien hin das Gewünschte eintritt.

Der Aufbau des Geistes ist bedingt durch seine seelische Struktur und das sinnliche Angebot. Er ist nicht etwas von vornherein Gegebenes, Autonomes, das den Menschen führt, sondern ist ein Notizbuch, in dem der Mensch liest.

Auch das, was der Erwachte wusste, sind genau so im Geist gesammelte Daten wie die Daten eines Toren. Aber der Buddha hat durch seinen charakterlichen Zuschnitt weiter sehen können als der durchschnittliche Mensch, er hat universal sehen können, hat eine weiträumige Struktur des Geistes gehabt, hat alle zusammengehörigen Daten miteinander verbunden, hat universales Wissen gespeichert. Der Buddha sagt: Wer weiß, was ich weiß, der muss aus der Existenz heraus wollen, weil er das Elend in der Existenz sieht. Wer da glaubt, in der Existenz noch irgendwo Winkel zu finden, wo es schön wäre

und sich lohnte, der muss noch weiter nach Schönerem suchen wollen. Wer aber die ganze Existenz durchschaut hat und gesehen hat, dass Abseits-der-Existenz-Sein Freiheit von allem Elend ist, der muss ebenso das Nibbāna anstreben wollen, wie einer, der das nicht weiß, innerhalb der Existenz bleiben wollen muss. Das ist automatische Bedingtheit. Der Erwachte überspringt nicht die Gesetze der Willensbildung, sondern zeigt mittels dieser Gesetze den Weg zur Freiheit.

Wille ist immer auf Verbesserung aus. Indem wir etwas, das wir bisher für Verbesserung hielten, durchschauen als Nichtverbesserung - gar als Leiden -, da wendet sich der Wille davon ab. Wir können keinen Willen setzen, wir können aber die Bedingungen des Willens setzen. Wer die Dinge, die wirklich vergänglich und leidvoll sind, als vergänglich und leidvoll durchschaut, der hat damit die causa gesetzt für seine endgültige Abwendung von allem Vergänglichen und die Zuwendung zu allem, was er als Heil erkennt.

Kein Mensch kann etwas denken, das nicht im Geist eingetragen wurde. Ob einer viel studiert hat oder wenig oder gar nicht, er muss das denken, was gefühlsbesetzt in den Geist gekommen ist. Und wie es hereingekommen ist - mit starkem oder wenig Gefühl - so intensiv oder schwach muss es bedacht werden. Auch der scheinbar willensfreie Gedanke: Ich kann zwischen zwei Dingen wählen - beruht auf keiner freien Entscheidung. Der Wille muss dem folgen, was größere Leuchtkraft hat, was mit stärkerem Gefühl besetzt in den Geist eingetragen wurde. Er steht vor diesen zwei Möglichkeiten, weil er sie in das Gedächtnis aufgenommen hat. Jetzt müssen sie sich melden. Wer da meint: „Ich bin noch willensfreier: Bei mir melden sich fünf Möglichkeiten" - der hat lediglich fünf Möglichkeiten im Gedächtnis. Entscheidend ist, welche der aufblitzenden Möglichkeiten verlockender oder abschreckender in Erscheinung treten. Dass sie verlockender oder abschreckender in Erscheinung treten, ist wiederum bedingt durch die Trieberfahrungen.

Der Erwachte spricht von der Aktivität in Gedanken, in Worten und in Taten (M 57 u.a.) und von der Aktivität als Absicht (*cetana*) auf Formen, Töne, Düfte, Säfte, Tastungen und Gedanken (S 22,56). „Absicht“ ist eine denkerische Aktivität: Hier sehen, hören usw. wir etwas Angenehmes, dort etwas Unangenehmes, und sofort ist dementsprechend unsere Absicht: spontane Zuwendung oder Abneigung oder Gleichgültigkeit entsprechend dem Trieb, der sich nun in Gedanken äußert wie „Das ist schön, das möchte ich haben“ oder „Das ist ein unsympathischer Mensch, den mag ich nicht.“ „Das soll bleiben, das soll verschwinden. Das muss ich so lassen, das muss ich anders machen.“ „Das ist mir gleich, darum kümmere ich mich nicht.“ Auf das Wahrgenommene reagiert also der Geist zuerst mit gefühlsgetränkten Absichten. Jeden Augenblick ist eine andere Wahrnehmung, und jeden Augenblick denkt „es“ in Reaktion darauf. Und seinem Denken, seiner Absicht entsprechend redet und handelt er.

Der sich nicht beobachtende Mensch folgt automatisch der gefühlbesetzten Wahrnehmung: Erlebt er „Das ist angenehm“, dann reagiert er mit freundlichen Worten, entgegenkommendem Handeln und Verhalten. Erlebt er „Das ist unangenehm“, dann reagiert er mit unfreundlichen Worten, abweisendem Handeln und Verhalten.

Der Mensch aber, der seine gefühlbesetzten Gedanken beobachtet, kann sich ihrer bewusst werden, kann den automatischen Ablauf unterbrechen und der gefühlsgetränkten gedanklichen Zu- und Abwendung eine andere Richtung geben. Der Geist kann, wenn er durch Überlegung erkennt, dass die betreffende Sache zwar angenehm, aber aus irgendwelchen Gründen doch schädlich ist - durch diese Einsicht die üblen Gedanken, die üblen Absichten aufgeben und dadurch zu besseren Reaktionen im Reden und Handeln kommen. Was der sich Mühende in neutralen Zeiten bedacht hat, das meldet sich bei Aufkommen von gefühlbesetzten Wahrnehmungen als gedankliche Assoziationen: „Ist diese Zuwendung richtig, bringt sie mich ins Helle? Gehe ich, indem ich ihr folge, verlo-

ren oder gewinne ich durch sie?" Ein so Überlegender wird anders reden und handeln als ein Mensch, der blind der gefühlsbesetzten Wahrnehmung folgt. Aber in beiden Fällen, bei dem blind den Trieben folgenden wie bei dem kritischen Geist, findet ein ununterbrochen wechselnder, automatischer Ablauf statt, abhängig von den im Geist eingetragenen Daten.

Der Erwachte vergleicht die sechs unterschiedlichen Interessen, Anliegen der Wesen, das Sehenwollen bis Denkenwollen, mit sechs unterschiedlichen Tieren (S 35,206). Jedes Tier ist am Ende eines Stricks angebunden, das andere Ende der sechs Stricke ist zu einem Knoten gebunden. Nun strebt jedes Tier zu seinem Interessengebiet hin; welches Interesse zur Zeit am stärksten ist, welchen Trieben größere Kraft innewohnt, die ziehen und reißen die anderen mit sich. Es ist also eine Sechsheit, keine Einheit. Der Geist ist dabei die Stätte des Kampfes der unterschiedlichen Interessen (der sechs Tiere), und er selber hat auch Anliegen. Der Mensch mag z.B. am Abend gern dies oder das sehen oder hören (Fernsehen, Theater, Kino, Freunde besuchen) oder still für sich sein und nachdenken, aber gleichzeitig ist etwas Wichtiges zu erledigen, dessen Versäumnis großen Schaden und Peinlichkeit mit sich bringen würde. In einem solchen Fall hat der Betreffende den Eindruck, dass er im Geist hin und her überlegt, ob er auf das Angenehme verzichtet, um den Schaden durch Versäumnis der wichtigen Sache zu vermeiden, oder ihn in Kauf nimmt, weil er auf das Angenehme nicht verzichten will. Er hat den Eindruck, er entscheide im Geist, aber in den allermeisten Fällen entscheidet die Wucht der stärksten Triebe. Der Geist ist nur die Stätte, an der die Entscheidung fällt.

Wie bei einer Waage mit etwas ungleichen Gewichten, die noch hin und her schwankt und bei der doch schon feststeht, dass bald die Waagschale mit dem größeren Gewicht sich nach unten senken wird, so geht es den Wesen mit den sechs Drängen: In der Regel entscheiden die stärksten Dränge, doch immer sagt der Geist im sklavischen Dienst dieser Dränge: „Ich werde, ich will, ich entscheide.“ Das ist die Ich-bin-

Behauptung, die Auffassung, eine als Ganzheit und Einheit aufgefasste Person zu sein, obwohl sechs Gruppen von Süchten nach Berührung den Eindruck einer Person erwecken. Diese im Geist imaginierte Person will ihre sinnlichen Wünsche erfüllen, will außerdem ihre Anerkennung als Ich durch andere erhalten, will nicht von anderen Personen unterdrückt, vernachlässigt werden. Und da besteht nun die Aktivität des normalen Menschen im Denken, Reden und Handeln darin, diese Wünsche zu erfüllen, besteht in immer erneuter Leidflucht und Wohlsuche bei den ungezählten Dingen der Welt zum Zweck der Befriedigung, was der Erwachte „Ergreifen, Aneignen (*upādāna*)“ nennt. Er vergleicht es mit dem fortgesetzten Unterhalten eines Feuers: Auf einen brennenden Holzstoß schichtet man immer wieder weiteres Holz, ehe das vorige niedergebrannt ist. Immer wieder legt man weiteres Brennmaterial auf. Dadurch brennt das Feuer weiter. Dieses brennende Feuer ist nichts anderes als die ersten drei der fünf Zusammenhäufungen, nämlich die Wahrnehmung von Formen und Gefühlen. Das Auflegen von weiterem Brennmaterial, das Ergreifen und Aneignen, geschieht durch die zwei letzten Zusammenhäufungen, die Aktivität im Denken, Reden und Handeln und die programmierte Wohlerfahrungssuche auf den Bahnen des Denkens, Redens und Handelns.

Aber mit jedem positiv bewerteten Genuss der Sinnendinge nimmt der Durst nach Genuss immer mehr zu, man muss immer mehr haben, strebt immer mehr und anderes an und redet und handelt entsprechend. Dadurch nehmen Rivalität, Streit, Feindschaft, Gehässigkeit zu, von den feinsten Spannungen an bis zu Mord, Totschlag und Krieg. Je mehr Neid, Eifersucht, Misstrauen, Feindschaft und Streit zunehmen, um so weniger bleibt Zeit, Kraft und Möglichkeit zum Sinnengenuss. Und immer drohen Alter, Krankheit, Sterben. Auf begehrlisches und übelwollendes Wirken in Gedanken, Worten und Taten folgt nach dem Tod der Abstieg in die Unterwelt mit Sinnenqual und Entsetzen. Das ist Leiden durch Aktivität, die nicht von Weisheit gelenkt ist.

Der Erwachte vergleicht die Aktivität des normalen Menschen im Denken, Reden und Handeln mit einem Mann, der auf Kernholz aus ist und an einen Bananenstamm gerät, dessen Blattscheiden, die den Eindruck eines festen Stammes bilden, aber leer und hohl und ohne Kern sind. Dieses Gleichnis von dem Schein-Stamm der Bananenstaude, der nicht das hält, was er von außen verspricht, zeigt noch in relativ milder Form die Vergeblichkeit des menschlichen Strebens, mit der normalen, aus der sinnlichen Wahrnehmung abgeleiteten menschlichen Vernunft zu endgültigem Wohl und Heil zu kommen. Mit anderen Gleichnissen zeigt der Erwachte, dass die Situation des blinden Menschen, solange er die Wahrheit über die Zusammenhänge von Glück und Wohl und Elend und Leiden nicht kennt, unendlich ernster, schmerzlicher, gefährlicher und tödlicher ist: Er vergleicht die gesamte Aktivität des unbelehrten Menschen mit einem Mann, der am Rand einer glühenden Kohlengrube von zwei Männern gepackt wird, die ihn in die Grube werfen wollen, und der nichts anderes tut, als sich ununterbrochen gegen diese „Vernichtung“ zu wehren (S 12,63). Jeder Mensch wehrt sich kürzere oder längere Zeit, aber jeder Mensch verfällt letztlich der Übermacht dieser Männer: dem Alter und dem Tod.

Der Erwachte würde das, was diese Gleichnisse ausdrücken wollen, nicht in solcher Deutlichkeit den Menschen vor Augen führen, wenn er nicht auch den Ausweg aus dieser entsetzlichen Situation wüsste. Seine Lehre dient keinem anderen Zweck, als den Menschen durch Vermittlung der rechten Anschauung umzuprogrammieren auf eine Aktivität und damit Wohlsuche, aus welcher der Zustand des Heils hervorgeht.

Welche von den drei Aktivitäten ist die wichtigste, die in Taten, in Worten oder die in Gedanken? Welche von den Dreien ist am einflussreichsten? Stellen wir uns einmal vor, einer ist inhaftiert oder liegt lebenslänglich auf dem Krankenslager, er kann nicht handeln. Wenn er inhaftiert ist, kann er mit anderen auch nicht viel reden. Wenn er aber während dieser Zeit in Haft immer voll Rachedanken an die Wächter denkt

und an die, die ihn in Haft gebracht haben, und daran, dass er nicht inhaftiert worden wäre, wenn er rechtzeitig den Polizisten niedergeschossen hätte - wenn einer lebenslänglich so denkt, so hat er sich, obwohl er keine Gelegenheit zum Handeln und Reden hat, zu einem brutalen Menschen entwickelt. *Was der Mensch häufig bedenkt und sinnt, dahin geneigt wird das Herz*, sagt der Erwachte (M 19). Unsere gesamten Triebe, unsere Neigungen des Mitleids oder der Brutalität oder der Gleichgültigkeit sind entstanden durch die jeweiligen einzelnen Gedanken. Wir meinen, das Denken spiele keine große Rolle, aber vom Denken hängt die Qualität des Charakters ab. Wie ich denke, so werden die Triebe des Herzens. So wie eine Rakete im Raum durch jeden einzelnen kleinen Rückstoß beschleunigt wird, um so mehr Triebkraft bekommt, so ist jeder Gedanke ein Funke, der unsere Trieb-Rakete entsprechend schneller rasen lässt. Und wie die Triebe des Herzens sind, so muss der Mensch reden und handeln. Da kann man sich noch so sehr vornehmen, den Trieben entgegengesetzt zu handeln - vielleicht gelingt es kurze Zeit, wenn es einem sehr wichtig ist - aber wenn man zu lange gefordert wird, gelingt es nicht mehr. Da merkt man das innere Rasen, von dem wir bewegt werden. Wer das weiß, der achtet nicht nur auf seine Worte und Taten, sondern vor allem auch auf seine Gedanken, von denen alles Wohl und Wehe abhängt.

Wie der Unbelehrte in Unkenntnis der zu pflegenden Dinge/Einsichten/Eigenschaften vorgeht und welches die unerwünschten Folgen dieses Vorgehens sind, erklärt der Erwachte näher in M 149:

*Wer das Auge (mit dem innewohnenden Luger), die Form, Luger-Erfahrung, Luger-Berührung, Gefühl, das Ohr (mit dem innewohnenden Lauscher) usw. nicht der Wirklichkeit gemäß versteht, wird davon (positiv oder negativ) gereizt (sarajjati). Weil er davon gereizt ist, darin verstrickt ist (samyut-ta), sich blenden lässt (samulha), Befriedigung sucht (assād-ānupassī = nur auf das Befriedigende, die Labsal, sieht, d.h.*

verblendet die Wahrnehmung positiv oder negativ bewertet und so den Durst verstärkt), *häufen sich ihm die fünf Zusammenhäufungen weiterhin auf, und der Durst und die Sucht nach Befriedigung wächst weiter. Dem wachsen körperliche Qualen, gemüthafte Qualen, körperliches und gemüthafte Fiebern, körperlicher und geistiger Schmerz nehmen zu.*

Welcher Art sind die körperlichen und gemüthafte Qualen?  
Der Erwachte beschreibt sie (M 141 u.a.):

- a) *Geborenwerden ist Leiden, Altern ist Leiden, Krankheit ist Leiden, Sterben ist Leiden.*
- b) *Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung sind Leiden.*
- c) *Vereint sein mit Unliebem, Getrenntsein von Liebem ist Leiden.*
- d) *Was man begehrt, nicht erlangen, ist Leiden.*  
*Kurz gesagt: Die fünf Zusammenhäufungen sind Leiden.*

Die programmierte Wohlerfahrungssuche  
(*viññāna-sota* - fünfte Zusammenhäufung),  
ihre ständige Umprogrammierung, ihre Nicht-Ichheit,  
ihre Abhängigkeit von den vier anderen  
Zusammenhäufungen, ihre Leitfunktion

Die Aktivität im Denken, Reden und Handeln, um zu triebbefriedigendem Wohl zu gelangen (vierte Zusammenhäufung), geschieht beim erwachsenen Menschen zumeist in festgelegten Programmen, um Wohl zu erfahren und Wehe zu vermeiden entsprechend den eingeschriebenen Daten. Doch auch diese Wohlsuche ist nicht als ein Täter, als ein Ich aufzufassen. Sie ist lediglich ein komplexes programmgesteuertes System der Handhabung des Körpers und der Gedankenassoziationen, ist die aus der bisherigen Erfahrung des Geistes hervorgegangene Programmiertheit der Wohlsuche und Weheflucht und wird entsprechend den Erfahrungen des Geistes ständig umprogrammiert, ständig neu eingestellt auf Grund der jeweils



sich meldenden Triebe und der Datensammlung des Geistes. Der Ablauf nach bestimmten Programmen in einer bestimmten Richtung ist der heutige Ausdruck für das, was im alten Indien als „Strömung“ oder „Strom“ (*sota - viññāna -sota - D 9*) bezeichnet wurde, als fließender Ablauf von miteinander verbundenen und sich ergänzenden gespeicherten Programmen, also als Robotertätigkeit.

Weil die Triebe durch viele Inkarnationen hindurch darauf gerichtet sind, außen Wohl zu suchen, darum läuft die programmierte Wohlerfahrungssuche, um „von draußen“ zu erfahren, was zu erfahren nötig ist, um sicher durch die Welt zu kommen oder um zu genießen und Unangenehmes zu beseitigen.

Wenn z.B. der Mensch bei der Arbeit Durst empfindet, dann erscheint automatisch die Vorstellung der nächsten Trinkmöglichkeit, der unterschiedlichen Getränkeangebote, und die Beine werden nach eingefahrenen Programmen in Bewegung gesetzt, die Arme und Hände zum Greifen dorthin gelenkt, um das Gewünschte zum Mund zu führen usw. Dieser gesamte zwanghaft programmgesteuerte Automatismus der programmierten Wohlerfahrungssuche wird durch jede neue Erfahrung des Geistes bestätigt oder korrigiert. So geschieht „in uns“ in ständig sich veränderndem Fluss eine schier unendliche Menge von automatisch ablaufenden Programmen des Denkens, Redens und Handelns vom morgendlichen Erwachen an durch den Tag und das ganze Leben hindurch, auch in den Träumen.

Der Erwachte sagt (S 22,95): So wie der Gaukler oder Zauberkünstler ein Gaukelwerk (Erfahrung der Triebe - Gefühl - Wahrnehmung) nach dem anderen erscheinen lässt, so ist die programmierte Wohlerfahrungssuche im Dienst der hungernden Triebe ständig bestrebt, Formen (1. Zusammenhäufung) an die Sinne mit ihren Drängen und die Sinne mit ihren Drängen an die Objekte heranzubringen zum Zweck der Berührung der Sinnesdränge, um Wohl (Gefühl - 2. Zusammenhäufung) zu erfahren, das sogleich mit der Form als das

als angenehm, unangenehm oder gleichgültig wahrgenommene Ding (3. Zusammenhäufung) in den Geist eingetragen wird, der dann wieder aktiv wird (4. Zusammenhäufung) zur erneuten, evtl. veränderten Reaktion auf das Wahrgenommene. Dadurch veranlasst wird auch die programmierte Wohlerfassungssuche in ständiger Anpassung und Veränderung immer im Bereich der vier Zusammenhäufungen tätig, um das Angenehme wieder zu erfahren und das Unangenehme und Schmerzliche zu vermeiden - ein ständig sich verändernder automatisch ablaufender Kreiszusammenhang: eine Bedingung löst die andere aus, kein von einem souveränen Ich gelenkter Vorgang, über den ein Ich Verfügungsgewalt hätte.

Der Erwachte sagt (S 22,54): So wie der normale Same nur in der Erde zum Keimen und zur Entfaltung kommt, so auch kann die programmierte Wohlerfassungssuche nur aus den vier Zusammenhäufungen hervorgehen. Aber so wie der Same in der Erde nur bei Zugabe von Wasser zum Keimen und zur Entfaltung kommen kann, so auch entwickelt sich die programmierte Wohlerfassungssuche nur dann aus den vier Zusammenhäufungen, wenn bei dem Wahrnehmungsvorgang Sucht nach Befriedigung (*nandirāga*) beteiligt ist, also die Triebe beteiligt sind.

Weiter vergleicht der Erwachte (S 12,61) die programmierte Wohlerfassungssuche mit einem Affen, der im Wald von Baum zu Baum springt und dabei auf wohlschmeckende Früchte aus ist. In dieser Lehrrede zeigt der Erwachte, wie stark bei dem unbelehrten Menschen der Ich-bin-Wahn ist, den die Triebe, das Herz, die Ichmacher, im Geist und damit auch in der programmierten Wohlerfassungssuche erzeugen:

*Der unbelehrte gewöhnliche Mensch, ihr Mönche, vermag sich von diesem Körper, der aus den vier großen Gegebenheiten (Festigkeit, Flüssigkeit, Temperatur, Luft) besteht, zu entfremden, die Neigung zu ihm abtun und auch sich von ihm befreien. Denn er sieht bei diesem aus den vier großen Gegebenheiten bestehenden Körper ein Zunehmen und Abnehmen, er sieht, wie er angelegt und abgelegt wird. Darum vermag*

*auch der unbelehrte gewöhnliche Mensch sich von diesem Körper zu entfremden, kann die Neigung zu ihm verlieren und sich von ihm befreien.*

*Was aber da „Herz“ (citta) genannt wird und auch „Geist“ (mano) und auch „programmierte Wohlerfahrungssuche“ (viññāna), davon vermag der unbelehrte gewöhnliche Mensch sich nicht zu entfremden, vermag nicht, dazu Neigung und Anreiz aufzugeben und sich davon zu befreien. Und warum nicht? Lange Zeit, ihr Mönche, hat der unbelehrte gewöhnliche Mensch darauf sich gestützt, es als eigen betrachtet und es festgehalten: „Das gehört mir, das bin ich, das ist mein Selbst.“ Darum ist ein solcher unbelehrter gewöhnlicher Mensch nicht fähig, sich auch davon zu entfremden, auch dazu Neigung und Anreiz aufzugeben und sich davon zu befreien.*

*Eher könnte der unbelehrte gewöhnliche Mensch den aus den vier großen Gegebenheiten bestehenden Körper als das Selbst angehen, nicht aber das Herz, den Geist und die programmierte Wohlerfahrungssuche. Und warum das?*

*Er sieht, wie dieser aus den vier großen Gegebenheiten bestehende Körper immerhin jahrelang besteht, dreißig, fünfzig, ja, hundert Jahre lang besteht. Was aber da, ihr Mönche, „Herz“ genannt wird und auch „Geist“, auch „programmierte Wohlerfahrungssuche“ genannt wird, da geschieht Tag und Nacht ununterbrochen Veränderung und Wandlung. Ebenso, ihr Mönche, wie ein Affe, der im Wald herumturnt, stets einen Zweig ergreift und schon ihn loslassend, nach einem anderen greift, so auch geschieht ununterbrochen Veränderung und Wandlung beim Herzen, beim Geist, bei der programmierten Wohlerfahrungssuche.*

Wann immer die Blendung Vielfalt erscheinen lässt und der wahnhafte Eindruck von einem Ich in der Welt besteht - da geht der von Blendung erfüllte Geist die als wohltuend oder schmerzlich wahrgenommenen Formen im Denken, Reden und Handeln aktiv an (4. Zusammenhäufung) auf meist bereits eingefahrenen Bahnen (5. Zusammenhäufung).

Diese eingefahrenen Bahnen der programmierten Wohlerfahrungssuche, dieser blinde „Lenker“ der „Person“ steigt beim Tod zusammen mit dem Psycho-Physischen, d.h. mit Trieben, Geist und feinstofflichem (noch physischem) Körper aus dem grobstofflichen Körper aus, verlässt ihn für die Umstehenden unsichtbar und wird zu einem Umfeld hingezogen, das den Qualitäten der Psyche im Habenwollen und Nicht-Habenwollen und in Rücksichtslosigkeit und Rücksicht entspricht. Das erlebt er als neuen „Ort“, und dort agiert „er“ weiter.

Der Erwachte sagt, dass die programmierte Wohlerfahrungssuche in untrennbarer, wechselseitiger Abhängigkeit vom Psycho-Physischen besteht und immer daran gebunden bleibt. Sie ist es auch, die zusammen mit dem Psycho-Physischen in den Mutterleib eintritt und dort einen Fleischkörper aufbaut. Nach ca. neun Monaten tritt dann diese lenkende steuernde programmierte Wohlerfahrungssuche mit dem Psycho-Physischen zusammen aus dem Mutterleib aus (Geburt) und hält nun das diesseitig erscheinende Psycho-Physikum aktiv in Gang, so dass wir schon beim Säugling erkennen, dass „er“ alsbald bestrebt ist, zu sehen, zu hören, zu riechen, zu schmecken und zu tasten, und auf diese Weise auch in dieser Welt wieder weitere Programme zum Erfahren des Angenehmen und zum Meiden des Unangenehmen aufbaut. Es dauert seine Zeit, bis die Situationen und Möglichkeiten zur Befriedigung der Triebwünsche im Geist gespeichert sind und die programmierte Wohlerfahrungssuche nun durch Herannehmen des als außen Erfahrenen an die Sinnesdränge im Körper die Dränge, die Triebe, befriedigen kann, die unprogrammierte Wohlerfahrungssuche also passend für das Psycho-Physische arbeitet.

Um das Spiel der fünf Zusammenhäufungen erkennen zu können, muss der Beobachter zumindest im Augenblick des Aufblickens auf das Gesamtspiel von Anziehung, Abstoßung, Blendung frei sein. Er muss zu dieser Zeit nichts ergreifen wollen, dann offenbart der perspektivenlose Anblick den au-

tomatischen Ablauf, ein dem Willen des Menschen nicht unterworfenenes Getriebe, das nach seinen eigenen Gesetzen funktioniert.

Wenn während vorübergehender Abwesenheit aller Bedürftigkeit große geistige Freude durch den Anblick des Ungewordenen, des Todlosen, durch die Erfahrung von Sicherheit und Unverletzbarkeit, erlebt wird, dann wird dieses dem Geist so eingeprägt, dass ein unauflösbarer Zug entsteht, dieses Wohl für immer zu gewinnen. Das ist die endgültige Anziehung zum Heilsstand. Zu dieser Wohlerfahrung, zu welcher der Nachfolger letztlich nur durch die Führung der Weisheit gelangt ist, lädt nach diesem Erlebnis nun auch die programmierte Wohlerfahrungssuche (*viññāna*) ein. Während ein Nachfolger, der den Anblick des Todlosen, des Nirvāna, noch nicht erfahren hat, den Verlockungen der programmierten Wohlerfahrungssuche stets kämpfend widerstehen und dem Rat der Weisheit folgen muss, so wird derjenige, der das Todlose erfahren hat, nun nicht nur der Weisheit im Widerspruch zu der kurzsichtigen Verlockung der programmierten Wohlerfahrungssuche dahin folgen, sondern er wird von der Wohlerfahrung im Anblick der Unverletzbarkeit gezogen. Die Wohlerfahrungssuche ist umprogrammiert. Der Durst, der die Bedingung für die Fortsetzung des Spiels ist, wird nach und nach gemindert und aufgelöst.

*Was nun bei diesen fünf Zusammenhäufungen Wunschesreiz (chanda-rāga), Sich-dabei-Niederlassen (ālaya), Entlangdenken/positives Bewerten (anunaya) und Neigung (ajjhosāna) ist, das ist die Weiterentwicklung von Leiden. (Weil weiterhin ergriffen, zusammengehäuft - upādāna - wird). - Was aber bei diesen fünf Zusammenhäufungen Hinwegführung des Wunschesreizes (chandarāgavinaya) ist, Aufhebung des Wunschesreizes (chandarāgapahāna), das ist die Ausrodung von Leiden. (M 28)*

Die Vorstellung eines Ich in der Welt ist Wahntraum, bedingt durch innere Süchtigkeit. Der Qualität der inneren Süchtigkeit entspricht die Qualität der Erscheinung. Wird die Süchtigkeit gewandelt, wandelt sich die Erscheinung. In dem Maß, wie die Triebe, die Leidensunkräfte, aufgehoben werden, wird die Erscheinung von Form und werden die anderen Zusammenhäufungen aufgehoben. Ist die Triebversiegung, die unzerstörbare Unverletzbarkeit gewonnen, dann wird als Allerletztes auch dieses Programm der Wohlsuche entlassen, weil es nichts mehr zu suchen gibt, wenn das Ersehnte, Gesuchte auf ewig gefunden ist.

*Und hat er das Herz von den fünf Zusammenhäufungen abgelöst, so erkennt und versteht er das Ungewordene, Todlose: „Das ist der Friede, das ist das Erhabene, dieses Zur-Ruhe-Kommen aller Aktivität, dieses Zurücktreten von allem Gewordenen, dieses Aufhören des lechzenden Dürstens, die Entzerrung, Auflösung, Erlöschung.“ (M 64)*

Ein Mönch fragt (D 11):

*Wo kann nicht Festes, Flüss'ges nicht, nicht Wärme und nicht Luft bestehn und groß und klein und grob und fein und was als schön und unschön gilt, Empfindungssucht, Geformtes (nāma-rūpa), wo wird dieses restlos aufgelöst? –*

Der Erwachte antwortet:

*Erfahrungssuche (viññāna), die so unscheinbar, die ohne Ende suchende, wo diese wird zur Ruh gebracht, da kann nichts Festes, Flüss'ges nicht, nicht Wärme und nicht Luft bestehn, nicht groß und klein, nicht grob und fein und was als schön und unschön gilt, Empfindungssucht, Geformtes (nāma-rūpa), das wird alles restlos aufgelöst.*

*Wo Wohl-Erfahrungssuche nicht mehr sucht, wird dieses alles aufgelöst.*

*Wenn ein Mönch die Gier nach den fünf Gegebenheiten: Form, Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierte Wohl-*

*erfahrungssuche, aufgegeben hat, so ist durch Aufgabe der Gier die Bedingung für die programmierte Wohlerfahrungssuche abgeschnitten. Die Stütze der programmierten Wohlerfahrungssuche ist nicht mehr. (S 22,53)*

Die Ursache für die Wiedergeburt, das immer erneute Wiedergeborenwerden, für den Daseinskreislauf ist aufgehoben.

### Kennzeichen des Gesicherten

*Dieser wird, ihr Mönche, ein Mönch genannt, der den Riegel entfernt hat, die Gräben zugeschüttet hat, den Pfeil herausgezogen hat, unbehindert ist, ein Geheilter, der die Flagge eingezogen hat, der sich einer Last entledigt hat, der die Verstrickungen gesprengt hat.*

### Der Mönch hat den Riegel Wahn entfernt

*Und wie ist, ihr Mönche, ein Mönch, der den Riegel<sup>81</sup> entfernt hat? Da hat, ihr Mönche, ein Mönch den Wahn überwunden, so vollkommen wie eine Palme, der man die Krone abgeschnitten hat, nicht wieder emporwachsen kann. So hat, ihr Mönche, ein Mönch den Riegel entfernt.*

Der normale unbelehrte Mensch ist durch seinen wahnhaften Glauben an ein Ich und an eine Welt und durch seinen schmerzlich drängenden sechsfältigen Durst dem Samsāra verfallen: Eine von den Trieben verursachte traumgleiche Wahrnehmung nimmt er für äußeres wirkliches Geschehen („Welt“), das von ihm („Ich“) erlebt würde. So folgt er der Fata Morgana und strebt die von ihr angebotenen, den Trieben verlockend erscheinenden Objekte an, sucht zu vermeiden,

---

<sup>81</sup> M 22 *paligha* Querholz, Riegel, M 23 *langī*, Bolzen

was an dieser Fata Morgana als Schreckliches erscheint, und kann doch letztlich dem, was seinem Geist als das Schrecklichste erscheint, nicht entgehen - dem, was er als die Vernichtung des Ich empfindet oder für Vernichtung im Geist hält - dem körperlichen Tod.

Diesen Wahn hat der Geheilte aufgehoben wie die Entfernung eines Riegels, der die Tür, den Zugang verschließt. So wie man, wenn der Riegel fortgenommen ist, in das bisher versperrte Haus eintritt und sich alles zugänglich macht, so auch ist die Aufhebung des Wahns die Beseitigung der Versperrung, um zum Frieden, zum bleibenden Wohl zu gelangen. Die Erlösung, die 10. Stufe der Heilsentwicklung, wird wie folgt beschrieben:

*Dem so Erkennenden, so Sehenden wird das Herz erlöst von den Wollensflüssen/den Einflüssen durch Sinnensucht, erlöst von den Wollensflüssen/den Einflüssen durch Seinwollen, erlöst von den Wollensflüssen/den Einflüssen durch Wahn. Wenn es erlöst ist, dann ist das Wissen: „Es ist erlöst. Beendet ist die Kette der Geburten, vollendet der Reinheitswandel, getan ist, was zu tun war. Nichts mehr nach diesem hier.“ Das hat er nun verstanden. (M 51 u. a)*

Weil die Triebe, Anziehung und Abstoßung, aufgehoben sind, diese verborgenen Wurzeln aller Erscheinungen abgeschnitten sind, darum gibt es keine Wollensflüsse und keine Einflüsse mehr, keine Blendung, keinen Wahn - so wie eine Palme, deren Krone abgeschnitten ist, nun nicht mehr wachsen kann, sondern eingeht. Der Baum gilt für die immer weitere Fortsetzung von Dasein, Samsāra, für jede Form des Daseins, in der es Ernährung (*āhāra*) gibt: Aufnahme von Luft, Sonnenenergie und Wasser, Umwandlung in Baumkörper mit Blättern und Zweigen. Ist aber die Krone einer Palme abgeschnitten, dann gibt es keinen Austausch mehr, keine Ernährung, keinen Säftefluss mehr, keine Triebe nach „äußerem“ oder „innerem“ Erleben.



Der Mönch hat die Gräben/Gräber zugeschüttet

*Und wie hat, ihr Mönche, ein Mönch die Gräben zugeschüttet? Da hat, ihr Mönche, ein Mönch den Dasein schaffenden, immer währenden Kreislauf der Geburten überwunden, so vollkommen wie eine Palme, der man die Krone abgeschnitten hat, nicht wieder emporwachsen kann. So hat, ihr Mönche, ein Mönch die Gräben zugeschüttet.*

Das heißt, das Immer-wieder-Leichen-Produzieren ist beendet. Wie viele Särge kommen in jedem Jahr in die Erde! Und diese Massen, die als Körper mit Särgen in die Erde kommen, sind während ihrer Erdenjahre immer nur mit Festem und Flüssigem, das aus Erde hervorging, ernährt und erhalten worden und werden zuletzt doch wieder selbst Erde. Auf der ganzen Erde gibt es keinen Fleck, der nicht schon Verbrennungsplatz oder Leichenfeld gewesen ist, heißt es. (J 166)

Der Geheilte hat Gier, Hass, Blendung, die verborgenen Wurzeln des Seins, abgeschnitten, und damit gibt es keine Wiedergeburten und Wiedertode mehr, keine verwesenden toten Körper mehr, keine Gräber mehr.

Der Mönch hat den Pfeil herausgezogen

*Und wie hat, ihr Mönche, ein Mönch den Pfeil herausgezogen? Da hat, ihr Mönche, ein Mönch den Durst überwunden, so vollkommen wie eine Palme, der man die Krone abgeschnitten hat, nicht wieder emporwachsen kann. So hat ein Mönch den Pfeil herausgezogen.*

In M 105 vergleicht der Erwachte den Durst mit einem Pfeil, von dem ein Mensch getroffen ist. Der Pfeil ist mit Gift (ein Gleichnis für Wahn) bestrichen, und der Getroffene muss sterben, wenn der Arzt ihm den Pfeil nicht herauszieht. Solange

Wahnwissen ist, ein Ich sei einer objektiven Welt ausgeliefert, dass es in der Welt Schönes und Angenehmes und Unschönes und Unangenehmes gibt und dass man das Schöne und Angenehme möglichst erlangen und das Unschöne und Unangenehme möglichst von sich abhalten oder es fortuntun sollte, so lange ist Durst. Und je mehr dem Durst gefolgt wird, um so mehr befestigt sich der Wahn „Ich erlebe dieses oder jenes Angenehme oder Unangenehme.“

Auf die Frage eines Mönches an Sāriputto, wie es immer wieder zu neuem Werden, neuen Wiedergeburten komme, antwortet Sāriputto (M 43):

*Weil die Wesen, vom Wahn gehindert, vom Durst verstrickt, immer wieder auf Befriedigung aus sind, darum reißt es sie zu immer neuem Werden hin.*

Dem Geheilten, der in endgültiger Sicherheit, im vollendeten Wohl wohnt, das durch nichts gestört werden kann, sieht nichts mehr verlockend aus. Niedrigste und höchste Götterformen durchschaut er gleicherweise als aus Wahn gebräut, dem Wechsel und Wandel unterworfen, der aber seinem absoluten Frieden nichts mehr anhaben kann.

Der Mönch ist unbehindert:

Er hat die fünf untenhaltenden Verstrickungen überwunden

*Und wie ist, ihr Mönche, ein Mönch unbehindert? Da hat ein Mönch die fünf untenhaltenden Verstrickungen überwunden, so vollkommen wie eine Palme, der man die Krone abgeschnitten hat, nicht wieder emporwachsen kann. So ist, ihr Mönche, ein Mönch unbehindert.*

Die Aufhebung der Verstrickungen beginnt mit der Auflösung der Wahnbande (*avijjā-bandhana*) und damit des Glaubens an Persönlichkeit im Geist, mit der durch Belehrung gewonnenen Einsicht, dass da kein Ich ist, wo eines zu sein scheint. Mit der Ich-bin-Vorstellung, der ersten Verstrickung, verbindet sich

unmittelbar die zweite Verstrickung, die Daseinsbangnis, eben die Angst vor Beschädigung bis Vernichtung, die aufgehoben ist, wenn das Ich als Einbildung und Trug durchschaut ist. Dann kann auch die dritte Verstrickung nicht mehr bestehen: der Glaube, dass ein sittlich einwandfreier Lebenswandel ausreicht, um alle Verletzbarkeit aufzuheben. Wenn das Gemüt, die Gefühlsseite des Geistes, der Nicht-Ichheit der fünf Zusammenhäufungen zustimmt, gern davon hört und sich frei fühlt in diesem Bedenken - dann sind die drei ersten Verstrickungen aufgehoben. Aber erst wenn durch das Erlebnis der Entrückungen die vierte und fünfte Verstrickung (Sinnenlustwollen und Antipathie bis Hass) aufgehoben sind, er von ihnen nicht mehr behindert ist, kann der Mönch nicht wieder in der Sinnensuchtwelt wiedergeboren werden.

Der Geheilte hat die Flagge „Ich bin“ eingezogen,  
sich der Last entledigt

*Und wie ist ein Mönch ein Geheilter, der die Flagge eingezogen hat, der sich der Last entledigt hat, der unverstrickt ist? Da hat, ihr Mönche, ein Mönch die Ich-bin-Empfindung überwunden, so vollkommen wie eine Palme, der man die Krone abgeschnitten hat, nicht wieder emporwachsen kann. So ist ein Mönch ein Geheilter, der die Flagge eingezogen hat, der sich der Last entledigt hat, der die Verstrickungen gesprengt hat.*

Wenn die Ich-bin-Empfindung überwunden ist (achte Verstrickung) ist jede Möglichkeit der Erregung (9. Verstrickung) aufgehoben, es gibt keine Wahnverstrickung (zehnte Verstrickung) mehr. Die Gewohnheit zu denken: „Ich erlebe etwas“ ist abgeschnitten. Damit sind alle Verstrickungen aufgehoben wie nie gewesen, die Fata Morgana ist erloschen, das sichere Ufer ist erreicht. Die Fahne „Ich bin“ ist eingezogen, die dem

Fahnenträger selber wie allen anderen verkündete: „Ich bin wer, ich verteidige mich gegen Angreifer.“ Eine solche Fahne der Ich-bin-Empfindung gibt es nicht mehr. Die Last ist abgelegt. Als „Last“ bezeichnet der Erwachte die fünf Zusammenhäufungen, die den Ich-bin-Eindruck erzeugen:

*Last-Laden ist das Leid der Welt,  
das Lastablegen ist das Wohl.*

*Ist abgeworfen schwere Last,  
nimmt nimmermehr man neue auf:  
Wer Durst mit Wurzel riss heraus,  
gesättigt ist er, wünschelos. (S 22,22)*

Der Geheilte ist unerfassbar

Zum Abschluss dieser Aufzählung von Kriterien eines weit Fortgeschrittenen und eines Geheilten sagt der Erwachte in unserer Lehrrede:

*Wenn die Götter durch Indra, durch Brahma, durch Pajāpati einen Mönch prüfen, der so erlöst ist, finden sie nichts, von dem sie sagen könnten: „Die programmierte Wohlerfahrungssuche des Vollendeten ist daran gebunden.“ Und warum nicht? Schon zu Lebzeiten ist ein Vollendeter unerfassbar, sage ich.*

Der Geheilte sucht kein Wohl mehr, er hat höchstes Wohl erreicht. Das wahre Wohlsein entsteht nicht dadurch, dass immer mehr Wohlgefühl aufkommt, sondern vielmehr dadurch, dass die Schmerzens- und Leidensgefühle auf dem Weg zum Heilsstand immer mehr abnehmen und verschwinden.

Der Erwachte schildert (S 4,23), wie einst Māro die programmierte Wohlerfahrungssuche eines Geheilten suchte:

*Da nun sprach der Erwachte: Seht ihr, Mönche, da nicht etwas wie Rauch und Finsternis? Es bewegt sich in östlicher Richtung, bewegt sich in westlicher Richtung, bewegt sich in nördlicher Richtung, bewegt sich in südlicher Richtung, bewegt sich aufwärts, bewegt sich abwärts, bewegt sich nach allen Zwischen-Himmelsrichtungen? – Ja, o Herr. – Das ist, ihr Mönche, Māro, der Böse, der nach der programmierten Wohlerfahrungssuche Godhikos sucht, indem er denkt: „Wo hat die programmierte Wohlerfahrungssuche Godhikos eine Stätte gefunden?“ Ohne dass die programmierte Wohlerfahrungssuche Godhikos eine Stätte gefunden hätte, ist Godhiko in das Nibbāna eingegangen. –*

Der Geheilte lässt sich nirgendwo, an keiner Stätte nieder. Er hat alles Gewordene, Gestaltete, Bedingte abgelegt. Heiligkeit ist daher, ob zu Lebzeiten oder nach dem Wegfall des Leibes, gänzlich unerfassbar, wie es der Erwachte ausdrückt mit den Worten (M 72):

*Jede Form, jedes Gefühl, jede Wahrnehmung, jede Aktivität, jede programmierte Wohlerfahrungssuche, durch welche man den Vollendeten bezeichnend bezeichnen wollte, ist von ihm überstanden, mit der Wurzel ausgerissen, einem Palmstumpf gleichgemacht, so dass sie nicht mehr keimen, nicht mehr sich entwickeln kann. Von der Bezeichnung Form, Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierter Wohlerfahrungssuche abgelöst, ist der Vollendete tief, unermesslich, schwer zu erforschen, gleichwie etwa der Ozean.*

Der Erwachte verkündet nicht die Auslöschung  
eines existierenden Wesens

*Obwohl ich so rede, so lehre, ihr Mönche, bezichtigen mich einige Asketen und Brahmanen grundlos, trügerisch, fälschlich, zu Unrecht: „Ein Nihilist ist der Asket Gotamo, er verkündet die Zerstörung, Vernichtung,*

*Auslöschung der Person, des existierenden Wesens.“ Was ich nicht bin, ihr Mönche, nicht rede, dessen be-  
ziehigen mich jene lieben Asketen und Brahmanen  
grundlos, trügerisch, fälschlich, zu Unrecht: „Ein Ni-  
hilist ist der Asket Gotamo, er verkündet die Zerstö-  
rung, Vernichtung, die Auslöschung der Person, des  
existierenden Wesens.“ Nur eines, ihr Mönche, verkün-  
dige ich, heute wie früher: das Leiden und die Ausro-  
dung des Leidens.*

An anderer Stelle (A X,76) sagt der Erwachte:

*Drei Erscheinungen gibt es in der Welt, ihr Mönche. Wenn  
diese nicht wären, nicht brauchte dann der Vollendete in der  
Welt zu erscheinen, der Geheilte, Vollkommen Erwachte. Und  
nicht brauchte dann die vom Vollendeten verkündete Wahrheit  
und Lebensanleitung in der Welt zu leuchten! - Welche drei  
Evscheinungen sind das? Geborenwerden, Altern und Sterben.*

Diese Aussage steht geradezu über der gesamten buddhisti-  
schen Heilslehre, denn hier nennt der Erwachte den Grund des  
Lehrens aller Erwachten: Geborenwerden, Altern und Sterben,  
kurz: das Leiden. Der Erwachte will denen, welche seine Leh-  
re hören und seiner Anleitung folgen, helfen, dass Geboren-  
werden, Altern und Sterben überwunden werden, dass es das  
nicht mehr geben möge.

Der Erwachte ist kein Nihilist, kein Verneiner aller Werte,  
wenn man unter Nihilismus versteht, dass es nichts mehr gibt,  
wofür es zu leben und zu sterben lohne. Er zeigt den Wert des  
Gebens und der Tugend für dieses und für das nächste Leben,  
er zeigt die großen Vorteile himmlischen Lebens, er empfiehlt  
und zeigt die Wege zur Erhellung des Herzens und zu weltlo-  
sen Entrückungen - die anzustreben sich sehr lohnen. Aber er  
zeigt, dass auch höchste Wohlgefühle wieder vergehen. Und

Vergehen bedeutet für den Erleber, der an dem Vergehenden haftet, Leiden.

Der Erwachte zeigt mit der Darstellung der fünf Zusammenhäufungen, dass es kein souveränes, lenkendes Ich, keine willensfreie Person gibt, die vernichtet werden könnte, sondern nur eine festliegende, durch gegenseitige Bedingtheit verankerte Erscheinungsfolge. Wie das Ineinandergreifen und gegenseitige Weiterschieben und Weiterdrehen von Zahnrädern, so auch geschieht das Ineinandergreifen der fünf Zusammenhäufungen: Die programmierte Wohlerfahrungssuche (5. Zusammenhäufung) führt als außen erfahrene Formen (1. Zusammenhäufung) an die zu sich gezählte Form (Körper mit den Trieben - 1. Zusammenhäufung) heran. Das den Trieben Entsprechende löst Wohlgefühl, das den Trieben Widersprechende löst Wehgefühl aus (2. Zusammenhäufung). Die gefühlsbesetzte Erfahrung wird als Wahrnehmung (3. Zusammenhäufung) in den Geist eingetragen, worauf Reaktion im Denken, Reden und Handeln folgt (4. Zusammenhäufung), die programmiert wird, was wiederum dazu führt, dass die programmierte Wohlerfahrungssuche (5. Zusammenhäufung) die zu sich gezählte Form an die als außen erfahrene Form oder die als außen erfahrene Form an die zu sich gezählte Form heranführt usw.

Der Erwachte enthüllt auf diese Weise das Trugbild „Ich“ oder „Wesen“ oder „Person“ als einen automatisch ablaufenden Prozess, zeigt dessen Bedingtheit und Leidensmasse. Er trennt das Zerbrechliche vom Unzerbrechlichen, das Gewordene vom Ungewordenen, das Wandelbare vom Unwandelbaren, das bedingt Bewegte und Geschobene vom Unbedingten und misst mit diesem Maßstab alles in Erscheinung Tretende. Er hat den Heilsstand, das Unzerbrechliche, das Unwandelbare, das summum bonum, das „höchste Gut“, die Todlosigkeit erreicht und zeigt den Weg dahin, heraus aus allen Scheinlebensformen, die nur Leidensformen sind.

## Nicht bewegt bei Tadel und Lob

*Wenn da, ihr Mönche, die Menschen den Vollendeten tadeln, verleumden, beleidigen, dann wird der Vollendete, ihr Mönche, nicht unwillig, nicht missmutig, nicht im Gemüt unzufrieden. Und wenn, ihr Mönche, die Menschen den Vollendeten werthalten, hochschätzen, achten und ehren, dann wird der Vollendete, ihr Mönche, nicht froh, nicht freudig, erhobenen Gemütes und stolz. Wenn da, ihr Mönche, die Menschen den Vollendeten werthalten, hochschätzen, achten und ehren, da denkt der Vollendete: Weil dies (das Dasein) früher von mir durchschaut wurde, darum erweisen sie mir solche Ehren.*

*Darum, ihr Mönche, wenn auch die Menschen euch tadeln, verleumden, beleidigen, dann werdet nicht unwillig, nicht missmutig, nicht im Gemüt unzufrieden. Und wenn, ihr Mönche, die Menschen euch werthalten, hochschätzen, achten und ehren, dann werdet nicht froh, nicht freudig, erhobenen Gemütes und stolz.*

Die natürliche Reaktion der Menschen auf Beleidigung ist Beleidigtsein. Aber diese natürliche Reaktion hält den Kreislauf der gegenseitigen Abneigung und Befehdung in Gang. Um diese Reaktion zu vermeiden, rät der Erwachte an anderer Stelle (M 50) den Mönchen, dann, wenn sie beleidigt worden sind, sich in Liebe zu üben, im Verstehen, in innerer Freudigkeit über die eigenen Fortschritte und in derjenigen unbewegten Gemüthaltung, welche auch die zartesten Formen von Widerstand, Nichtmögen, Widerstreben und Aufbegehren völlig ausschließt, um das Gemüt spiegelklar zu halten wie ein See bei Windstille.

Und die natürliche Reaktion auf Lob, Anerkennung ist Freude und Stolz bei dem Gelobten. Um diese anhaftende, ergreifende Reaktion zu vermeiden, empfahl der Erwachte den



Mönchen (M 50 u.a.), die Unschönheit des Körperlichen zu betrachten, die Flüchtigkeit aller Erscheinungen zu betrachten. Wer könnte bei solcher Betrachtung durch verehrende Behandlung der Menschen hochmütig werden!

Das Ergreifen der fünf Zusammenhäufungen  
aufgeben

*Darum, ihr Mönche, was euch nicht gehört, das gebet auf. Wenn ihr es aufgegeben habt, wird es euch lange zum Wohl und Heil gereichen. Und was gehört euch nicht? Die Form - das Gefühl - die Wahrnehmung - die Aktivität - die programmierte Wohlerfahrungssuche gehören euch nicht, sie gebet auf. Wenn ihr sie aufgegeben habt, wird euch das lange zum Wohl und Heil gereichen.*

*Was meint ihr, Mönche, wenn ein Mann das Gras, die Zweige, Äste und Blätter in diesem Jetahain forttragen oder sie verbrennen oder mit ihnen nach Belieben verfahren würde, würdet ihr denken: „Uns trägt der Mann fort oder verbrennt uns oder schaltet nach Belieben mit uns“? – Gewiss nicht, o Herr. – Und warum nicht? – Nicht ist das ja unser Ich noch gehört es unserem Ich. –*

*Genau so, ihr Mönche, was euch nicht gehört, das gebet auf. Wenn ihr es aufgegeben habt, wird es euch lange zum Wohl und Heil gereichen. Und was gehört euch nicht? Die Form - das Gefühl - die Wahrnehmung - die Aktivität - die programmierte Wohlerfahrungssuche gehören euch nicht, sie gebet auf. Wenn ihr sie aufgegeben habt, wird euch das lange zum Wohl und Heil gereichen.*

Der Erwachte empfiehlt hier den Mönchen, die sich schon weitgehend von den fünf Zusammenhäufungen gelöst haben, in dem Bedenken ihrer Unbeständigkeit und Nicht-Ichheit nun auch vom letzten Ergreifen zu lassen. Dies ist ein oft langwährender Übungsprozess. Schon in der Zeit vor diesem Gespräch haben sich die Mönche in der Durchschauung der Unbeständigkeit, Leidhaftigkeit, Nichtichheit der fünf Zusammenhäufungen geübt, haben zu vielen Wahrnehmungen die Bezüge aufgelöst, haben weniger mit Ergreifen reagiert und dadurch die darauf gerichtete programmierte Wohlerfahrungssuche gemindert. Dadurch entstanden weniger Wahrnehmungen von Form und Gefühl, auf die Reagieren folgt, womit das latente Daseinspotential, das Herantreten geschaffener Bezüge, gemindert wird, so dass sich insgesamt die fünf Zusammenhäufungen abgeschichtet haben (M 149).

M 28 beschreibt die Fortschritte eines kämpfenden Mönches:

*Wenn die Leute einen solchen Mönch tadeln, verurteilen, verfolgen, angreifen, so denkt er dabei: „Entstanden ist da dieses Wehgefühl, durch Lauscher-Berührung bedingt. Es ist bedingt, nicht ohne Bedingung aufgekommen. Wodurch bedingt? Durch Berührung bedingt.“ „Und die Berührung ist unbeständig“, sieht er. „Das Gefühl ist unbeständig“, sieht er. „Die Wahrnehmung ist unbeständig“, sieht er. „Die Aktivität ist unbeständig“, sieht er. „Die programmierte Wohlerfahrungssuche ist unbeständig“, sieht er. Indem er so die Gegebenheiten (= die fünf Zusammenhäufungen) zum Objekt macht, da wendet sich das Herz der Betrachtung freudig zu, beruhigt sich, steht dabei still und wird frei.*

Wie durch häufig geübte Betrachtung der Unbeständigkeit die Zuneigungen zu den unbeständigen Dingen sich auflösen, zeigt sich in dem schönen Beispiel des Erwachten in S 22,102:

*Gleichwie da in der Herbstzeit der Pflüger, mit einem großen Pflug pflügend, alles Wurzelgeflecht durchschneidet, so auch löst die Wahrnehmung der Unbeständigkeit, erzeugt und oft wiederholt, allen Zug zur Sinnlichkeit, allen Zug zu Formen, löst allen Zug zum Dasein, löst alles Scheinwissen auf, löst allen Ich-bin-Wahn auf.*

Was es bedeutet, wenn auch das Gefühl als nicht zum „Ich“ gehörig, als fremd und fern begriffen und erfahren wird, das weiß der sich so Übende in seinem ganzen Umfang. Ist doch das Gefühl für den normalen Menschen der Kern seines Lebens und Erlebens. Wenn der Mensch von irgendeinem anderen Menschen sagt, dass er angenehm, sympathisch, nett oder lieb sei oder dass er unangenehm, unsympathisch, abstoßend sei, dann drückt sich in diesem Urteil seine Zu- oder Abneigung aus. Die Triebe sind es, die so empfinden. Alle Freude und alles Leid, die der Mensch im Umgang mit anderen Menschen zu erfahren glaubt, die erfährt er in Wirklichkeit von dem Gefühl, der Sprache der Triebe. Nur im Gefühl tut sich das Angezogen- und Abgestoßensein kund. Und je mehr er sich mit dem Gefühl identifiziert, je mehr er die durch bestimmte Bedingungen jeweils entstehenden und vergehenden, jeweils aufsteigenden und absteigenden Gefühle als seine Gefühle, als sein Erlebnis auffasst, um so mehr auch muss er von den freudigen Gefühlen hinaufgerissen und von den schmerzlichen Gefühlen hinabgerissen werden - ganz so wie im Gleichnis des Erwachten derjenige, der sich mit dem Gras und Reisig des Waldes identifiziert, mit dem abgerissenen Gras sich abgerissen, mit den weggetragenen Ästen sich weggetragen vorkommen muss.

Dieses Gleichnis scheint weit hergeholt zu sein, denn man fragt sich, welcher Mensch sich wohl mit Gras, Laub und Ästen des Waldes identifiziert, während es doch nur zu natürlich sei, sich mit dem Körper und dem Gefühl zu identifizieren. So ist eben die Auffassung des unbelehrten Menschen. Der Verstehende und Klarblickende aber hat mit dem aufsteigenden

Gefühl, welcher Art es auch immer sein mag, genau so wenig zu tun, wie ein Mann, der im Wald sitzt, mit dem dort gemähten Gras oder Laub oder Zweigen zu tun hat. Und gerade weil er sich zu dieser inneren Freiheit gegenüber dem Gefühl entwickelt hat, darum ist er unverletzbar geworden.

Man stelle sich den Unterschied vor zwischen dem gewöhnlichen Menschen und dem durch die Loslösung vom Gefühl gewandelten Menschen. Der normale Mensch *schwankt zwischen Lust und Schmerz, und was für ein Gefühl er auch fühlt, ein wohles oder wehes oder weder wohles noch wehes, dahin neigt er sich, darum kreist sein Denken, daran klammert er sich.* (M 38) Ein solcher ist mit seinem Gemüt an das Gefühl gefesselt. Die Schwankungen des Gefühls bedeuten seine Schwankungen. Ein solcher ist geworfen, abhängig und muss in dauernder Angst vor dem Kommenden sein.

Wer dagegen, durch die Lehre des Erwachten aufgeklärt, durch die vom Erwachten genannte Übungsreihe Tugend, Sinnenzügelung, Maßhalten beim Essen, Herzenerhellung, Klares Bewusstsein, Zufriedenheit, Aufhebung der fünf Hemmungen innerlich hell und still geworden, den Körper und auch das Gefühl von seiner Ich-Vorstellung gänzlich abgelöst hat - ein solcher identifiziert sich nicht mehr mit den auf- und absteigenden Wohl- und Wehgefühlen. Bei einem solchen lösen die entstehenden und vergehenden Wohlgefühle keine Lust aus und die Wehgefühle keinen Schmerz aus. Ein solcher neigt sich den auf- und absteigenden Gefühlen nicht zu, umkreist sie nicht mit seinem Denken und klammert sich nicht an sie. Er sucht in den Gefühlen keine Befriedigung, sondern wohnt, in sich geschlossen, abseits der Gefühle, betrachtet diese als äußere Vorgänge und bleibt von ihnen unbewegt.

Durch die Nicht-Identifikation mit den Gefühlen verlieren die Wahrnehmungen den Glanz, den die Triebe durch das Gefühl darüber gießen. Entsprechend schwach ist die darauf folgende Reaktion. Alles was an den fünf Zusammenhäufungen geschieht, geschieht nicht dem Übenden, davon wird er nicht bewegt. Ein solcher hat, weil er die fünf Zusam-

menhäufungen nicht als Ich empfindet, eine Stätte der Unverletzbarkeit gefunden:

*Und hat er das Herz von den fünf Zusammenhäufungen abgelöst, so erkennt und versteht er das Ungewordene, Todlose: „Das ist der Friede, das ist das Erhabene, dieses Zur-Ruhe-Kommen aller Aktivität, dieses Zurücktreten von allem Gewordenen, dieses Aufhören des lechzenden Dürstens, die Entreizung, Auflösung, Erlöschung.“ (M 64)*

Die fortgeschrittenen Mönche haben die Schmerzen und Leiden des schier endlosen Daseinskreislaufs als Last nicht nur gesehen, sondern auch empfunden, wurden ihrer überdrüssig und wurden dadurch fähig, sich von dieser Leidensmasse endgültig zu lösen, sie nicht mehr zu ergreifen. Sie empfinden die fünf Zusammenhäufungen als nicht mehr zu sich gehörig, wie sie Gras, Zweige, Äste und Blätter im Wald nicht als eigen empfinden.

Wie weit die Entfremdung von den fünf Zusammenhäufungen geht, zeigt ein Bericht in S 35,69. Da ist ein Mönch Upaseno, der mit Sāriputto und anderen Mönchen zusammen ist. Unversehens hat ihn eine Giftschlange gebissen, und er „muss sterben“ - so würde der unbelehrte Mensch sagen. Aber Upaseno hat nichts Sterbliches an sich, hat sich nicht nur vom Körper getrennt, sondern von allen fünf Zusammenhäufungen. Er sagt zu seinen Mitmönchen: Eine Giftschlange hat diesen Körper gebissen. Er ist nicht mehr zu bewegen. Nehmt eine Bahre und tragt diesen Körper fort nach außen, dass er nicht hier verwest und vergeht.

Darauf antwortet Sāriputto: Aber wir sehen doch an dem Körper des ehrwürdigen Upaseno gar nichts von den vegetativen Abwehrvorgängen (die ja nach einem Giftschlangenbiss wie überhaupt nach jedem Befall mit einer Krankheit im Körper meistens ganz mächtig bis zu hohem Fieber auftreten).

Der Mönch Upaseno wiederholt noch einmal die vorherige Bitte, den Körper beiseite zu schaffen, und sagt anschließend:

*Wer da die Vorstellung hat, Bruder Sāriputto: „Dies ist mein Auge, dies sind meine Ohren, dies meine Nase, dies meine Zunge, dies ist mein Körper und dies mein Geist“, bei einem solchen mögen sich, wenn der Körper vergiftet ist, die vegetativen Kräfte zur Abwehr regen. Hier aber, Bruder Sāriputto, gibt es das nicht: „Dies ist mein Auge, mein Ohr, meine Nase, meine Zunge, mein Körper, mein Geist.“ Wie sollten da bei einem solchen die vegetativen Abwehrkräfte aufkommen und wirksam werden?*

Anschließend an dieses Gespräch wird noch erklärt:

*Es hatte aber der ehrwürdige Upaseno lange Zeit schon alle ichmachenden und meinmachenden Dünkensanwandlungen völlig ausgerodet.*

Bei diesem Mönch ist kein Ergreifen mehr. Ihn trifft nicht, was den Körper trifft. Sein Zustand ist ganz unabhängig von den fünf Zusammenhäufungen in heller, erhabener Unantastbarkeit.

Andere Mönche, die bei unserer Lehrrede anwesend waren, mochten die unabgelenkte Sicht auf die Unbeständigkeit der fünf Zusammenhäufungen nicht lang genug haben halten können. Aber während sie der Darlegung folgten, war jegliche Bedürftigkeit abwesend. Dadurch gewannen sie für Augenblicke die Erfahrung von Sicherheit und Unverletzbarkeit, „das Todlose“. Diese mit nichts zu vergleichende, freudige Erfahrung der Unverletzbarkeit hat sich dem Geist so eingepägt, dass ein unauflösbarer Zug entstanden ist, dieses Wohl für immer zu gewinnen. Die programmierte Wohlerfahrungssuche ist nun auf das Erreichen der Unverletzbarkeit, des Todlosen, gerichtet. Das ist die endgültige Anziehung zum Heilsstand, der Stromeintritt.

*Was irgend auch entstanden ist,  
muss alles wieder untergehen.*

Dieser Anblick löst die Triebe nach und nach auf.

### Die einzige Sicherheit

*Ich habe die Lehre gut verkündet, klar, durchsichtig, verständlich und unverschleiert. Seitdem diese Lehre gut von mir verkündet ist, klar, durchsichtig, verständlich und unverschleiert, gibt es Mönche, die Geheilte sind. Frei von Wollensflüssen/Einflüssen sind sie Endiger, haben getan, was zu tun ist, haben die Last abgelegt, das Heil errungen, die Verstrickungen aufgehoben, sind in vollkommener Weisheit erlöst, endgültig dem Daseinskreislauf entronnen.*

*Ich habe die Lehre gut verkündet, klar, durchsichtig, verständlich und unverschleiert. Seitdem diese Lehre von mir gut verkündet ist, klar, durchsichtig, verständlich und unverschleiert, steigen all die Mönche, die die fünf untenhaltenden Verstrickungen aufgehoben haben, (in himmlische Welten) auf, um von dort zu erlöschen, nicht mehr in diese Welt zurückzukehren.*

*Ich habe die Lehre gut verkündet, klar, durchsichtig, verständlich und unverschleiert. Seitdem diese Lehre von mir gut verkündet ist, klar, durchsichtig, verständlich und unverschleiert, kehren alle die Mönche, die die drei Verstrickungen aufgehoben haben, Gier, Hass, Blendung gemindert haben, nur noch einmal wieder. Nur einmal noch zu dieser Welt gekommen, werden sie dem Leiden ein Ende machen.*

*Ich habe die Lehre gut verkündet, klar, durchsichtig, verständlich und unverschleiert. Seitdem diese Lehre gut von mir verkündet ist, klar, durchsichtig, verständlich und unverschleiert, sind alle die Mönche, die die drei Verstrickungen aufgehoben haben, Strom-*

*eingetretene geworden. Dem Abweg entronnen, gehen sie unhemmbar auf die vollkommene Erwachung zu.*

*Ich habe die Lehre gut verkündet, klar, durchsichtig, verständlich und unverschleiert. Seitdem diese Lehre gut von mir verkündet ist, klar, durchsichtig, verständlich und unverschleiert, gehen die aus Einblick Nachfolgenden und die aus Vertrauen Nachfolgenden (dhamm- und saddh-anusāri) auf den Ausgang, auf die vollkommene Erwachung zu.*

*Ich habe die Lehre gut verkündet, klar, durchsichtig, verständlich und unverschleiert. Seitdem diese Lehre gut von mir verkündet ist, klar, durchsichtig, verständlich und unverschleiert, gehen alle, die Vertrauen und Liebe zu mir empfinden, auf himmlische Welten zu.*

*So sprach der Erhabene. Erhoben und beglückt waren jene Mönche über das Wort des Erhabenen.*

Weil die Wesen, von den Trieben getrieben, in Anziehung, Abstoßung und Blendung befangen, dem unheimlichen Kreislauf der Erscheinungen ausgeliefert sind: Geborenwerden, Altern und Sterben, und weil dieser Kreislauf, dieser geschlossene Ring von Bedingungen, ohne einen Anstoß von außen nicht beendet werden kann, darum lehren Vollendete. Sie haben die Dimension der Wahrscheinungen aus eigener Kraft überstiegen, haben zur Beendigung des Zwangslaufes, haben zur Freiheit von allen Dimensionen hingefunden und können den Anstoß geben, der dort, wo er empfangen und aufgenommen wird, auch den Prozess einleitet, der zur Erwachung und Vollendung führt.

Die Wirkung der Belehrung besteht darin, dass den Wesen, die sie ganz aufgenommen haben, durch die Mitteilungen und die Übungs-Anleitungen des Erwachten deutlich wird, dass die gesamte Kette der Erscheinungen, die wir „Leben“ nennen - dieser Wechsel und Wandel zwischen Geborenwerden, Altern



und Sterben, zwischen fortgesetztem Verschwinden und Erscheinen - eine große, große Blendung ist, bedingt durch die eingewöhnten Zuneigungen und Abneigungen, die inneren Triebe, Anziehung und Abstoßung. Die Triebe malen auf die Fensterscheibe der „Anschauung“ die entsprechenden Schmutzflecken. Indem die Wesen diese statt der Wirklichkeit hinter der Scheibe sehen, sind sie verblendet. Wir sehen die bunten Gemälde und meinen, das wäre die Welt; aber wir sehen uns selber, unsere Anziehungen und Abstoßungen. Darum sagt der Erwachte (A IV,45): *In diesem (mit Trieben besetzten) Körper mit Wahrnehmung und Geist ist die Welt.* Das Herz wird rein durch den Wegfall der triebbedingten Gefühle und Wahrnehmungen und damit der Blendung und des Wahns, ein Ich in einer Welt zu sein.

Der Erwachte nennt in obigem Text verschiedene Stadien der Heilsannäherung, des Gesichtertseins.

1. Der vom Erwachten mit größtem Erfolg Belehrte, der von Gier, Hass, Blendung Befreite, der Geheilte, hat ein völlig anderes Verhältnis zu den fünf Zusammenhäufungen gewonnen, ja, er hat gar kein Verhältnis mehr zu ihnen. Er kann sich nicht mehr mit den Zusammenhäufungen identifizieren, sie gehen ihn nichts mehr an. Was jenen fünf Zusammenhäufungen geschieht, das geschieht nicht ihm. Damit haben die Geheilten das Samsāra-Gesetz, dem wir unterliegen, aufgehoben, sind davon frei, weil sie sich abgelöst haben von jeglichem Begehren. Sie haben keinerlei Drang mehr, irgendetwas zu bewirken und hervorzubringen.

2. Der vom Erwachten mit Erfolg Belehrte hat die fünf an das Untere, an die Sinnensuchtwelt, haltenden Verstrickungen aufgelöst: Glaube an Persönlichkeit (= Identifizierung mit den fünf Zusammenhäufungen, mit dem, was als Ich erscheint), Daseinsunsicherheit, Überschätzung der Tugend, Sinnenlust-Wollen und Antipathie bis Hass, so dass er nicht wieder in der Sinnenwelt wiedergeboren werden kann. Er wird Nichtwiederkehrer (in die Sinnensuchtwelt) genannt, wird nach Able-

gen des Körpers in der Selbsterfahrnis Reiner Form (ab Brahma) wiedererscheinen und dort die restlichen Triebe auflösen.

3. Der vom Erwachten mit Erfolg Belehrte hat drei Verstrickungen: Glaube an Persönlichkeit, Daseinsunsicherheit und Überschätzung der Tugend aufgehoben und Anziehung, Abstoßung und Blendung gemindert. Es heißt, dass er nur noch einmal „in diese Welt“ - d.h. die Sinnensuchtwelt vom Menschentum bis zu den Götterbereichen, in denen noch sinnliche Wahrnehmung ist - zurückkehrt (Einmalwiederkehrer), um dann dem Leiden ein Ende zu machen.

4. Der vom Erwachten mit Erfolg Belehrte, der zum Stromeingetretenen geworden ist - der Strom zieht ihn zum Nibbāna -, empfindet sich zwar noch mehr oder weniger identisch mit den fünf Zusammenhäufungen, aber er hat zutiefst begriffen, dass dieser Eindruck Täuschung ist, dass die fünf Zusammenhäufungen nach ihrem eigenen Gesetz vor sich gehen und dass man darin wahrlich kein souveränes Ich-selbst finden kann. Darum traut er diesem seinem Eindruck der Identität nicht mehr und bemüht sich, nicht mehr weiter zusammenzuhäufen. Dieser Belehrte hat drei Verstrickungen aufgehoben: Glaube an Persönlichkeit, Daseinsbangnis und Überschätzung der Tugend, und es heißt, dass der in den Strom Eingetretene, mag er auch noch so lässig sein, nach höchstens sieben Leben das Nibbāna erreicht. (Sn 230)

5. Der vom Erwachten ebenfalls mit Erfolg Belehrte ist der Nachfolgende, der aus Einsicht oder Vertrauen Nachfolgende (*anusāri*), der schwache Schwimmer oder das eben geborene Kälbchen. Von den Nachfolgenden heißt es, dass sie die fünf Zusammenhäufungen als unbeständig, leidvoll, nicht-ich erkennen, dass sie von dieser Wahrheit angezogen und ihr zugeeignet sind. Von ihnen heißt es, dass sie der vollen Erwachung entgegengehen. So ist also der Nachfolgende ebenso wie der Stromeingetretene auf dem sicheren Weg zum Heil. Aber der Stromeingetretene ist auf diesem Weg schon erheblich weiter,

und nur von ihm wird gesagt, dass er höchstens noch sieben Leben brauche, bis er das Nibbāna erreicht.

Als Letzte nennt der Erwachte jene noch Ungesicherten, die ein gewisses Maß von Vertrauen und Liebe zu ihm empfinden. Diese steigen himmelwärts, werden nach dem Tod nach dem Gesetz der Wahlverwandtschaft dort wiedererscheinen, wo ähnlich geartete Wesen sind, solche mit Zuneigung und Liebe zu Erwachten, werden dort lange verweilen.

Wenn es von den Zeitgenossen des Erwachten heißt, dass sie „ein gewisses Maß an Vertrauen und Liebe zum Erwachten empfinden“, so merken wir den Abstand durch Zeit und Raum. Wir haben den Erwachten, der vor 2500 Jahren gelebt hat, ja nicht gesehen, wir haben ihm nicht in das von Trieben unbeelegte, erhabene Antlitz geblickt und nicht seine Stimme gehört, und so ist uns dieser Weg des persönlichen Vertrauens nicht mehr möglich. Wir können nur versuchen, aus den vielen Berichten in den Lehrreden über Gestalt und Wirken des Vollendeten uns eine möglichst lebendige Vorstellung von dem erhabenen, wahnlosen Wesen zu machen, das fünfundvierzig Jahre lang die Last eines Lebens als Vater des Ordens und Lehrer der Hausleute auf sich nahm.

Wer als Zeitgenosse des Erwachten oder auch heute noch über das Vertrauen zur Person des Erwachten hinaus eine Sehnsucht nach moralischer Reinheit hat und die Reinheit dieses großen Asketen spürt und ahnt, dass jener ganz frei von Gier und Hass in einer unvergleichlichen Klarheit und Weite lebte, den zog und zieht der Buddha an. Er empfindet Verehrung und Liebe zu ihm und kann durch das Angezogenensein vom Guten die Anziehung durch das Schlechte überwinden, wenn ihm auch die eigentliche Lehre des Erwachten noch nicht klar geworden sein mag. Er bleibt bei Vertrauen und Liebe und kann dadurch nach dem Tod gemäß dem Gesetz der Anziehung in den Bereich von anderen hellen Wesen kommen, die auch Vertrauen und Liebe zum Erwachten haben. So berichtete einst der Götterkönig Sakko dem Erwachten (D 21):

*Die da als Götter in das Reich der Dreiunddreißig vor uns emporgelangt waren, von denen hab ich es von Angesicht gehört, von Angesicht vernommen: „ Wann immer Vollendete in der Welt erscheinen, Geheilte, vollkommen Erwachte, dann nimmt die Schar der Götter zu, ab nimmt die Schar der dunklen Wesen.“ Dass dies so ist, o Herr, hab ich selber gesehen, denn seit der Vollendete in der Welt erschienen ist, der Geheilte, vollkommen Erwachte, nimmt die Schar der Götter zu, ab nimmt die Schar der dunklen Wesen.*

Aber die hellen Götterwesen sind noch nicht gesichert, können wieder in dunkle Bereiche absinken, und jenes Vertrauen und jene Liebe zu Höherem kann ihnen wieder schwinden.

Mit den Aussichten der Befreiung aus dem Kreislauf des immer-wieder-Geborenwerdens-und-Sterbens beendet der Erwachte die Ansprache an die Mönche. Und wenn wir im Hinblick auf diese Aussichten an den Ausgangspunkt der Lehre denken, an den Eigendünkel und die Selbstüberschätzung des Mönches Arittho, der es besser als der Erwachte zu wissen glaubte, dann erscheint uns seine irrige Meinung wie ein Staubkörnchen gegenüber einem Gebirge von Wahrheit und Leidfreiheit. Es ist, wie wenn der Erwachte mit seiner Belehrung einen großen Scheinwerfer aufgestellt hätte, um von verschiedenen Seiten her alles Ergreifen der fünf Zusammenhäufungen als Täuschung und Wahn zu beleuchten und damit den Mönchen eindringlich einzuprägen, was Leiden und was Heil ist. Mit diesem Wissen ist der Übende in Situationen wie diesen im Geist gewappnet, kann irrige Meinungen als solche erkennen und sich von ihnen abwenden, und immer steht ihm leuchtend vor Augen, dass höchstes Wohl durch Loslassen der fünf Zusammenhäufungen zu erreichen ist - wenn er die Betrachtung der fünf Zusammenhäufungen in diesem Leben so tief eingräbt, dass sie ihm auch in zukünftigen Leben nicht verloren geht, sondern als Strömung, als programmierte Wohlerfahrungssuche zum Heil hinzieht.

DAS GLEICHNIS VOM AMEISENBAU  
23. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Das Rätsel

Der hier vorliegende Bericht will den Freunden, welche die höchste der fünf Lehren des Buddha, die Lehre von den vier Heilswahrheiten, gut kennen, weitere Klärung, Anregung und Ermunterung geben für das Fortschreiten auf dem achtgliedrigen Heilsweg. Der neu zur Lehre des Buddha kommende Leser wird durch diesen Bericht vorwiegend beeindruckt werden von der starken Unterscheidung zwischen dem sichtbaren und tastbaren, aber völlig willenlosen menschlichen Körper einerseits und den geistigen Triebkräften und Lenkkräften, die ihn ununterbrochen handhaben, aber völlig unsichtbar und untastbar sind, andererseits. -

Durch alle Religionen geht die Lehre, dass der Körper Erde ist und wieder Erde wird, dass er ein nicht wissendes, nicht wollendes und nichts könnendes Werkzeug des lebendigen Wesens ist, das in den Religionen 'Seele' oder 'Geist' oder 'Gemüt' oder überhaupt 'Wesen' genannt wird und das aus all den seelisch-geistigen Eigenschaften besteht, durch welche die Charaktere der Menschen so unterschiedlich sind. Diese unsichtbaren drängenden, wollenden Eigenschaften sind also das Bewegende des Körpers, der selbst als eine tote Puppe, als eine Marionette von ihnen gehandhabt und benutzt wird zur Befriedigung ihrer Anliegen.

In dem folgenden Bericht wird der menschliche Körper mit einem Ameisenbau verglichen, in welchem aus jenen inneren lebendigen Triebkräften eine ununterbrochene Tätigkeit stattfindet und durch deren schrittweise Entfernung alle Schmerzen und Leiden immer mehr abnehmen, das Wohl zunimmt bis zur Vollkommenheit im Heilsstand.

*So hab ich's vernommen. Einstmals weilte der Erhabene bei Sāvattḥī im Siegerwald im Klostergarten Anā-*

*thapindikos. Zu jener Zeit hielt sich der ehrwürdige Kumārakassapo (Kassapo der Jüngere) in einem Wald auf.*

*Als nun die Nacht eingetreten war, da erschien eine Gottheit, den ganzen Wald mit ihrem Glanz erleuchtend, bei dem ehrwürdigen Kumārakassapo und sprach zu ihm:*

*Mönch, o Mönch! Dieser Ameisenbau raucht bei Nacht und flammt bei Tage. – Da sprach der Lehrer zu dem Forscher: Grab ihn auf, o Forscher, mit scharfem Gerät! –*

*Der Forscher grub mit scharfem Gerät und fand einen Riegel.<sup>82</sup> – Ein Riegel, Herr! – Der Lehrer sprach: Den Riegel schaff heraus und grabe weiter, Forscher, mit scharfem Gerät! – –*

*Der Forscher grub weiter mit scharfem Gerät und fand eine Blase. – Eine Blase, Herr! – Der Lehrer sprach: Die Blase schaff heraus und grabe weiter, Forscher, mit scharfem Gerät. –*

*Der Forscher grub weiter mit scharfem Gerät und fand einen Zweizack. – Ein Zweizack, Herr! – Der Lehrer sprach: Den Zweizack schaffe heraus und grabe weiter, Forscher, mit scharfem Gerät! –*

*Der Forscher grub weiter mit scharfem Gerät und fand ein Geflecht. – Ein Geflecht, Herr! – Der Lehrer sprach: Das Geflecht schaffe heraus und grabe weiter, Forscher, mit scharfem Gerät! –*

*Der Forscher grub weiter mit scharfem Gerät und fand eine Schildkröte – Eine Schildkröte, Herr! – Der Lehrer sprach: Die Schildkröte schaffe heraus und grabe weiter, Forscher, mit scharfem Gerät! –*

*Der Forscher grub weiter mit scharfem Gerät und*

---

82 KE Neumann sagt hier „Keil“ Näheres darüber weiter unten

*fand ein Schlachtbeil. – Ein Schlachtbeil, Herr! – Der Lehrer sprach: Das Schlachtbeil schaffe heraus und grabe weiter, Forscher, mit scharfem Gerät! –*

*Der Forscher grub weiter mit scharfem Gerät und fand einen Fleischfetzen. – Ein Fleischfetzen, Herr! – Der Lehrer sprach: Den Fleischfetzen schaffe heraus und grabe weiter, Forscher, mit scharfem Gerät! –*

*Der Forscher grub weiter mit scharfem Gerät und sah eine Kobra. – Eine Kobra, Herr! – Der Lehrer sprach: Halt! Die Kobra bleibe, die Kobra rühre nicht an, Verehrung erweise der Kobra! –*

*Dieses Rätsel, Mönch, berichte dem Erhabenen und bewahre dir die Erklärung des Erhabenen. Keinen sehe ich, Mönch, in der Welt mit ihren Geistern, den weltlichen und reinen, mit ihren Schulen von Philosophen und Theologen, Göttern und Menschen, der durch eine Erklärung dieser Fragen das Herz des Menschen ermutigen könnte zum heilsamen Kampf – ausgenommen den Vollendeten oder ein Jünger des Vollendeten und die es von da gehört haben.*

*Das sprach jene Gottheit. Nachdem sie das gesprochen hatte, entschwand sie von dort.*

Da ist also ein Ameisenbau, in welchem Tag und Nacht ruhelose Tätigkeit stattfindet: Nachts raucht er, am Tag geht das Rauchen über in flammendes Feuer, um nachts wieder zu rauchen, und so fort, ohne aufzuhören. Bei diesem Ameisenbau sind zwei Menschen: der „Forscher“, der ihn zur Ruhe bringen will, aber noch nicht weiß, wie das möglich ist, und der „Lehrer“, der alles kennt und durchschaut. Der Lehrer rät nun dem Forscher, mit einem „scharfen Gerät“ den Ameisenbau aufzugraben und nach und nach sieben Gegenstände aus ihm zu entfernen, die die Ursache sind für das ruhelose Rauchen und Flammen. Danach stoße er auf den achten Gegenstand, der das

Zeichen für die Vollendung der Arbeit, für die endlich eingetretene Ruhe ist.

### Himmelswesen

Diese Mitteilung macht eine „Gottheit“, ein Himmelswesen, dem nachts im Wald weilenden Mönch. - Wenn der durchschnittliche moderne Mensch davon hört, dass einem Einsiedler im Wald in der Nacht ein Himmelswesen erscheint (ein „Engel“, wie wir im Westen sagen würden) und den ganzen Wald zum Aufleuchten bringt, dann stellt er sich evtl. darauf ein, irgendein erbauliches Märchen zu hören. - Wir dürfen aber annehmen, dass die meisten Leser dieses Buches nicht nur durch die gebrachten Berichte aus anderen Kulturen, sondern vor allem auch durch die Erkenntnis ihres eigenen Wesens zu einem Verständnis dieser Erscheinung gekommen sind.

Der Erwachte und auch alle anderen Religionen lehren, dass der sogenannte „Tod“ nichts anderes ist als die Trennung des erlebenden, empfindenden und wollenden Wesens von diesem durch die Eltern gezeugten und durch Nahrung aufgebauten Werkzeugkörper, so dass das Wesen sich nach dem Verlassen dieses Körpers in seinem inneren Wollen und Empfinden ganz so wie zuvor empfindet, nur eben sich in einem anderen Körper erkennt als zuvor.

Dieser andere Körper, den der Erwachte „*dibba*“ = feinstofflich im Sinne von „zart“ oder „luftig“ nennt, weil unsichtbar, und der bei uns „astral“ genannt wird, oder gar der noch feinere ideenhafte „Geistkörper“ (*manomayā*) ist mit den normalen menschlichen Sinnen nicht wahrnehmbar, aber das nun mit diesem neuen Körper „jenseitig“ gewordene Wesen kann die Dinge der Erdenwelt nach wie vor sehen und hören (kann hingegen das, was uns als „Materie“ erscheint, im allgemeinen nicht mehr ertasten, nicht „berühren“, sondern wie Luft durchdringen).

Hat der Mensch nun bis zu seinem Tod sein Wollen und Empfinden vergrößert und verfinstert durch rücksichtslosen



Egoismus und hemmungslose Sinnlichkeit, so ist er nach dem Verlassen des menschlichen Körpers eine dunkle, trübe, gehemmte Erscheinung, also durchaus keine „leuchtende Gottheit“. Hat er aber als Mensch bis zum Tod sein Wollen und Empfinden insgesamt erhöht und veredelt und erhellt, war er als Mensch schon ein „Engel in Menschengestalt“, dann zeigt sich diese geistig-seelische Verfassung auch in seiner neuen Daseinsform: er erscheint als ein helles, liches Wesen.

Ganz ebenso wie ein solcher schon zuvor als Mensch eigene dunkle Stimmungen oder die üblen Reden oder Handlungsweisen anderer Menschen innerlich überwinden und alles zum Guten wenden konnte, so ist er nun drüben ein Überwinder all solcher Hemmungen, denen die mittelmäßigen oder gar dunklen Geister noch ausgesetzt sind. Ein solcher tritt im Erdenreich in dunkler Nacht so auf, dass er die ganze Umgebung erhellt. So ist in dem 32. Bericht der „Mittleren Sammlung“ von einem edlen Wettstreit mehrerer Mönche die Rede über die Frage, mit welchen hochherzigen und klargeistigen Eigenschaften man den ganzen Wald, in welchem die Mönche weilen, zum Leuchten bringe.

Aber ganz ebenso liegen auch im christlichen Abendland Berichte vor, dass manchmal die Menschen eines Dorfes nachts zusammenströmten und nach dem auf dem Berge liegenden Kloster eilten, um den vermeintlichen „Brand“ zu löschen. Hinkommend erkannten sie dann, dass es ein Feuer war, das zwar brannte, aber nichts verbrannte. In solchem Fall wurde stets beobachtet, dass in dem Kloster wenigstens eine Person (Mönch oder Nonne) der inneren Läuterung und Erhellung des Gemütes so ernsthaft und heiß hingegeben war, dass sie selber diese Erscheinung ungewollt erzeugte oder dass dieser geistlichen Person ein jenseitiges Wesen („Engel“) von etwa gleichartiger Reinheit erschienen war, durch dessen Erscheinung es so hell wurde.

Der folgende Auszug aus einem Bericht, den im 14. Jahrhundert Elsbeth Stigel über die Mystikerin („selige Schwes-

ter“) *Sophia von Klingenua*<sup>83</sup> bringt, schildert einen sehr ähnlichen Vorgang aus einem Kloster in der Schweiz:

*Und da ich die acht Tage auf so wonnevolle Weise zugebracht hatte, da wurde mir die Gnade entzogen, so dass ich den Anblick meiner Seele und Gottes in ihr nicht mehr hatte; und da fühlte ich erst, dass ich einen Leib hatte. Und sogleich danach, als ich der Gnade beraubt war, ging ich in mich selber und betrachtete, welcher Art die Gnade sei, die mir widerfahren, und wie unwürdig ich ihrer wäre.*

*Und Gott verhängte es über mich, dass ich in Zweifel fiel und nicht glauben mochte, dass Gott einem so sündhaften Menschen je solche Gnade tun könnte und dass sie von bösen Geistern gewirkt sei. Darüber fiel ich in so große Traurigkeit, dass ich gänzlich ohne alle Freude und ohne allen Trost war; und da niemand auf Erden von meinem Kummer wusste und ich auch niemandem davon etwas sagen wollte, so war ich lange in Untrost und in Bitterkeit des Herzens, bis dass sich Gott über mich erbarmte.*

*Es fügte sich nämlich, dass ich eines Tages an das Fenster kam, und da hörte ich, wie ein Mensch von draußen mit einer unserer Schwestern redete und sprach: „Wisst ihr nicht, welch wunderbares Ding unserem Wächter in Winterthur geschehen ist? In einer bestimmten Nacht, als er bis kurz vor Tag gewacht hatte, sah er wartend zum Himmel hinauf, ob es nicht tagen wollte, und da sah er über dem Kloster ein Licht aufgehen, das war so sehr schön und wonniglich, dass ihn dünkte, sein Glanz leuchte über alles Erdreich hin und führe einen herrlichen Tag herauf. Und es schwebte lange über dem Kloster, sehr hoch in der Luft, und ließ sich dann wieder auf das Kloster nieder, so dass er es nicht mehr sah. Und es ist groß Verwunders unter den Leuten, was es sein möge.“*

*Als ich das hörte, da wurde mein Herz recht mit Freuden*

---

83 Rowohlts Klassiker „Ein Textbuch aus der altdeutschen Mystik“ hg. v. Hermann Kunisch 1958 S.150

*erfüllt, und ich sprach zu mir selbst: Glück mit dir; so war es doch recht mit dir. Und diese Freude wich danach nicht mehr von mir, wenn ich in die Vertraulichkeit mit Gott gehen konnte.*

Die heute erscheinenden „Jenseitigen“, die Abgeschiedenen sind ganz ebenso mit den Erdenmenschen beschäftigt und in deren Nähe wie auch früher. Dass davon heute hier im Westen nur noch wenig erfahren wird, liegt vorwiegend daran, dass die heutige „Öffentlichkeit“ ungeistig ist insofern, als man glaubt, nur durch den Körper zu leben, dass darum jenseitige Wesen, also solche, die nicht einen grobstofflichen Körper haben, für unmöglich gehalten werden und wegen dieser negativen „Erwartungshaltung“ auch gar nicht bemerkt werden.

Und dass immer weniger solche Erscheinungen „leuchten“, liegt darin, dass dem Menschen in der Regel nur charakterlich, also seelisch-geistig etwa gleichartige Wesen erscheinen, so dass von geringen Ausnahmen abgesehen, die hierher gelangenden jenseitigen Wesen seelisch ebenso dürftig, hungrig, öd und leer sind wie die hiesigen. Diese können weder leuchten noch haben sie dem Menschen Wesentliches zu sagen. Dazu gehören auch fast alle in spiritistischen Sitzungen erscheinenden „Geister“.

Dieses Problem, ob es „Jenseitige gibt oder nicht“, ist mit Reden und äußeren Beweisen nicht zu lösen. Aber der Mensch, der auf seine geistig-seelischen Eigenschaften achtet, auf die ihn bewegenden Motive, der erkennt, dass diese der Bewegter dieses Körpers sind, dass der Körper weder etwas will noch kann noch weiß, und er erkennt, dass diese inneren alles bewegenden und lenkenden „Motive“ nicht wie der Körper durch die Zeit altern, sondern sich nur durch geistige Einflüsse verändern lassen.

Wer seine aufmerksame Beobachtung nicht in dieser Weise auf sich selber richtet – wie es im Mittelalter auch hier im Abendland noch weitgehend geschah und im „Morgenland“ auch heute noch weitgehend geschieht, der kann zu der wahr-

ren Erkenntnis des Lebens, dem er ausgeliefert ist, nicht kommen und darum auch nicht zur Beherrschung dieses Lebens. Insofern besteht das folgende Wort besonders heute zu Recht:

*Der abendländische Mensch verstrickt sich im Lauf seines Lebens immer stärker in seine Vorstellungswelt; darum hat er panische Angst vor dem Tod. Der religiöse Asiate dagegen tritt bei seiner Geburt nur zögernd mit einem Bein in dieses Erdenleben, und mit dem Tod zieht er nur dieses Bein wieder zurück.*

*(Christlicher Missionar in Japan)*

*Nachdem die Nacht verflossen war, begab sich der ehrwürdige Kumārakassapo zum Erhabenen, begrüßte den Erhabenen ehrerbietig, setzte sich zur Seite nieder und berichtete dem Erhabenen das Rätsel. Dann fragte er den Erhabenen:*

*Was ist nun, Herr, der Ameisenbau?*

*Was ist das Rauchen bei Nacht?*

*Was ist das Flammen bei Tage?*

*Wer ist der Lehrer*

*und wer der Forscher?*

*Was ist das scharfe Gerät?*

*Was ist das Aufgraben?*

*Was sind die Inhalte des Ameisenbaus: der Riegel, die Blase, der Zweizack, das Geflecht, die Schildkröte, das Schlachtbeil, der Fleischfetzen, und was ist die Kobra?*

Wir sehen, Kumārakassapo ist von der Mitteilung jener Gottheit, jenes „lichteren Geistes“ so beeindruckt, dass er diese vielseitige Mitteilung in seinem Gedächtnis wörtlich bewahrt hat. Es sind zuerst sieben Dinge, die von dem Ameisenbau und von dem Umgang mit ihm handeln, dann sind der Reihe nach sieben Dinge aus dem Ameisenbau herauszuholen und fortzuwerfen, und endlich ist als letztes die dort vorgefundene Kobra

zu bewahren.

Wer diese fünfzehn Elemente, die das Gerüst des Gleichnisses bilden, auswendig kennt, der kann sich – und das ist der Zweck dieser Rede des Erwachten –, wo er sich auch befindet, mit den tieferen Zusammenhängen gedanklich beschäftigen und somit der rechten Sicht von der wahren Natur des Daseins näher kommen. Dadurch werden ihm auch die folgenden Antworten des Erwachten auf alle fünfzehn Fragen leichter verständlich.

Lesen wir nun die Auskunft des Erwachten über die einzelnen Fragen.

### Der Körper als „Ameisenbau“

*Der Erhabene: Ameisenbau - das ist eine Bezeichnung für diesen aus den vier großen Gegebenheiten bestehenden Körper (kāya), der von Vater und Mutter gezeugt und aus Speise und Trank erbaut ist und in rieselnder Veränderung dem Untergang, dem Verschleiß, dem Verfall und der Vernichtung entgegengeht.*

*Die vier großen Gewordenheiten (mahābhūtā) gelten immer für die vier Zustände, die wir in der ganzen Natur vorfinden, ja, aus welchen sie besteht: Alle Dinge erfahren wir als Gebilde aus Festigkeit, Flüssigkeit, Temperatur und Luft. Diese Ausdrucksweise, die im klassischen Altertum auch im Abendland weit mehr im Vordergrund stand, weist auf eine unmittelbare direkte und voraussetzungsfreie Betrachtungsweise des Erlebens und des Erlebten hin.*

Wir sprechen dagegen seit Jahrhunderten von der „Materie“, womit wir eine feste deutliche Vorstellung von dem „objektiven Sein“ einer solchen Substanz verbinden, aus welcher alles in der Natur bestehe. Dieses Wort „Materie“ und die Vorstellung, die wir damit verbinden, ist nicht die Nennung der unmittelbaren Erfahrung, sondern ist bereits eine Deutung der

Erfahrung, ist ein Erzeugnis des menschlichen Geistes, ist wie fast alle Deutung abwegig und verhindert gerade die rechte Erkenntnis des Gegebenen, des Erlebten.

Durch die seit Jahrhunderten im Geist immer stärker herausgeprägte Vorstellung von objektiver Materie als Grundsubstanz der gesamten Natur, also der Welt, ist heute das tiefe Erschrecken, ja, die große Erschütterung der Physiker bedingt, da sie nun mit von ihnen selbst entwickelten und als gültig befundenen Forschungsweisen zu dem Ergebnis gekommen sind, dass eine solche „Materie“ - nicht vorhanden ist. Damit ist die Natur, die Welt ihrer Vorstellung nicht vorhanden, und so kommt es, dass Männer wie Werner Heisenberg und Albert Einstein je für sich erschüttert bekennen, dass ihnen durch die Ergebnisse der neueren Forschung „der Boden unter den Füßen weggezogen“ worden sei, dass kein Fundament irgendwo in Sicht sei und dass alle ihre Vorstellungen und Auffassungen von Naturerscheinungen einschließlich ihrer Gesetze „Schöpfungen des menschlichen Geistes“ seien, der je nach seinen Eigenschaften Vorstellungen von der Realität schaffe, die aber eben nicht die Realität selbst seien.<sup>84</sup> Der alte Ausdruck von den „vier großen Gewordenheiten“ dagegen entspricht ganz unmittelbar unserer Wahrnehmung, nennt nur diese und folgert daraus nicht schon ein „objektives Sein“ einer Welt der Dinge. Es ist eben nicht zu leugnen, dass unseren konkreten Erlebnissen durch die fünf Sinne immer nur die Erfahrung von Festigkeit, Flüssigkeit, Temperatur und Luft zugrunde liegt. Von diesen vier Zuständen geht alles aus, was wir je mit den Augen sehen, mit den Ohren hören, mit der Nase riechen, mit der Zunge schmecken und mit den Gliedern tasten. Auch diese Sinnesorgane selbst, eben der ganze Körper, bestehen nur aus diesen vier Gebilden oder Zuständen. Wenn wir also von Menschen und Tieren sprechen, von den Eltern, den Partnern, den Kindern, von Wald und Feld, von Berg und Tal und Meer und von den tausend Werkzeugen und Arbeiten und Genüssen,

---

84 S. „Meisterung der Existenz durch die Lehre des Buddha“ S 18-22

dann sind das alles nicht Dinge unserer unmittelbaren Sinneserfahrung, sondern sind immer schon Benennungen und Deutungen seitens des Geistes: Zugrunde liegen all diesem doch immer nur jene „vier großen Gewordenheiten“. Nur aus ihnen bestehen die Sinnesorgane, der ganze Körper und besteht die ganze wahrgenommene „Welt“. So geht der Erwachte mit dem Ausdruck „die vier großen Gewordenheiten“ nicht über das Erlebnis jeden Erlebers hinaus, folgt nicht der Neigung des irritierten Geistes, eine außerhalb und jenseits des Erlebens „seiende objektive Welt“ anzunehmen. Diese Deutung seitens des Geistes nannte der Erwachte schon vor 2500 Jahren „Blendung“. Und heute bekennen die Forscher, dass alle ihre derartige Deutung seitens des Geistes Blendung war.

Der Erwachte sagt aber nicht, dass der „Mensch“ von Vater und Mutter gezeugt werde, sondern nur der Körper und sagt an anderer Stelle (M 38) ausdrücklich, dass nur durch das Zusammenkommen von *drei* Wesen ein neuer Mensch entstehe, dass anlässlich der Paarung der beiden Eltern das eigentliche lebende Wesen in seiner noch jenseitigen Verfassung als drittes hinzutreten muss und dass dieses es ist, das sich im Lauf der neun Monate aus der Nahrung der Mutter den Körper aufbaut. Dieser Körper ist also nur sein Erdenwerkzeug. Darum spricht der Erwachte immer wieder von *nāma-rūpa*. Da ist *nāma* das gesamte Geistig-Seelische, das Wollende, Empfindende, Urteilende, Benennende, also das wollende und wahrnehmende Wesen, und *rūpa* ist der Körper und die Außenwelt, also das Gewollte, Benannte, Empfundene.

Der Körper des Menschen wird hier mit dem ruhelos rauhenden und flammenden Ameisenbau verglichen. Und aus diesem sollen jene sieben Gegenstände herausgeholt werden – Symbole für geistige und triebhafte Beziehungen zwischen diesem aus den vier Zuständen bestehenden Körper und der aus den gleichen vier Zuständen bestehenden wahrgenommenen „Welt“. Diese sieben Gegenstände sind die weltbildenden, weltbauenden, weltmalenden geistig-seelischen Eigenschaften. Nur durch diese sieben Gegenstände kommt es, dass der

Ameisenbau in ewiger Unruhe nachts raucht und tags flammt. Sind aber diese sieben Gegenstände herausgeholt, dann ist endgültig Ruhe.

Aber hier muss ein Gedanke mitgedacht werden, den wir in dem Bisherigen nicht ausgedrückt finden und den der Erwachte seinerzeit auch nicht auszudrücken brauchte, weil es der den damaligen Indern nächstliegende Gedanke und auch der Grund aller Sorgen und Schrecken war: Es ist das Wissen um die Unsterblichkeit des Lebens. -

Die meisten modernen westlichen Menschen glauben, dass sie erst mit der Geburt oder mit der „Zeugung“ durch die Eltern entstanden seien und dass sie mit dem Tod wieder zu dem früheren Nichts würden, vernichtet seien. Bei dieser Auffassung vom Leben ist es für den so denkenden Menschen von keinerlei Bedeutung, ob jene sieben geistig-seelischen Eigenschaften, die in seinem Körper hausen, zu Lebzeiten noch herausgeholt werden oder nicht. Denn er denkt, dass sie nach seinem Tod sowieso nicht mehr bestehen. Wer so denkt, der wird die weiteren Ausführungen des Erwachten nur so „nebenher“ lesen mit einem gewissen Interesse für Buddhismus.

Der Inder der damaligen Zeit aber kannte ebenso wie im Mittelalter auch hier im Abendland sehr viele ernsthaft bemühte Christen die meisten der hier genannten sieben verschiedenartigen geistig-seelischen Eigenschaften so weit, dass sie von ihnen wussten, dass diese nicht mit dem Körper entstehen, nicht mit dem jungen Körper jung, nicht mit dem alten Körper alt sind und auch nicht mit dem sterbenden Körper sterben. Sie erfuhren durch ihre lebenslängliche Beobachtung jener inneren geistig-seelischen Motive, dass diese zeitlos sind, dass diese überhaupt das Leben und der Bewegter des Körpers sind, wie in jüngerer Zeit noch *Lenau* sagt:

*In meinem Innern ist ein Heer von Kräften,  
unheimlich, eigenmächtig, rastlos, heiß,  
entbrannt zu tief geheimnisvoll'n Geschäften,  
von welchen all mein Geist nichts will noch weiß.*



So wusste auch der Inder, dass er nur wegen dieser beharrenden Eigenschaften seinen gegenwärtigen Körper angelegt hatte und sein gegenwärtiges Schicksal zwischen Wohl und Wehe zu erleben hatte, und er wusste, dass sein nächstes Leben nach Ablegen des gegenwärtigen Körpers abhängt von der Qualität jener sieben Eigenschaften, die nicht mit dem Körper sterben. Insofern erkennen alle den geistigen Erscheinungen zugewandten Menschen keine andere Lebensaufgabe als die, durch fortschreitende Verbesserung jener sieben geistig-seelischen Eigenschaften für immer weitere Verbesserung ihrer zukünftigen Lebensformen oder gar durch deren Entfernung für endgültige Befreiung vom *Samsāra* zu sorgen.

Das ist das Problem aller Menschen, welche bei sich selbst die wühlende Wirksamkeit dieser geistig-seelischen Eigenschaften beobachten. Und für diese Menschen ist die Wegweisung des Buddha über die Reihenfolge der Ausrodung dieser Eigenschaften die wichtigste Auskunft für ihr Leben überhaupt.

Das gleiche Problem wird in einer anderen Rede (A IV,45) behandelt: Ein Geist namens Rohitasso hat im Laufe mehrerer Leben endgültig begriffen, dass mit aller Wahrnehmung, mit der irdischen und mit der jenseitigen, immer wieder Geborenwerden, Altern und Sterben der Körper zusammenhängt. Es gibt in allen „Welten“ kein Dasein, das ewig währt und heil ist. Darum sucht er seit langem das Ende der Welt durch Wandern zu erreichen - vergeblich. Als er nun den Erwachten nachts im Walde sieht, da tritt er an ihn heran (ebenfalls in „leuchtender Gestalt“) und fragt ihn nach der Lösung des Problems.

Der Erwachte antwortet: *In diesem klastergroßen Körper, der mit Wahrnehmung und Geist (saññā und mano) besetzt ist, da ist die Welt und die Weltfortsetzung und auch die Weltauflösung und auch die Vorgehensweise, die zur Weltauflösung führt.*

Was der Erwachte hier die Weltauflösung nennt und die dazu erforderliche Vorgehensweise – das ist das Grundthema unserer Rede vom Ameisenbau. Es geht nicht darum, mit dem

Körper das Ende der Welt erreichen zu wollen, sondern die dem Körper innewohnende, den Körper überhaupt bedingende und bewegende vielschichtige Zuwendung zur Welt, durch welche allein die „Wahrnehmung“ und der „Geist“ zustande kommen, allmählich der Reihe nach aufzulösen.

### Rauchen und Flammen

*„Rauchen bei Nacht“, Mönch, ist das, was in der Nacht bedacht und gesonnen wird (anuvitakka, anuvicāra) für das Handeln am Tage.*

„Flammen bei Tag“, Mönch, ist das, was nach dem nächtlichen Bedenken und Sinnen im täglichen Lebenswandel an Taten, Worten und Gedanken ausgeführt wird.

Dieses „Rauchen und Flammen“, dieses Bedenken und Sinnen, Handeln, Reden und Denken tut nicht etwa der „aus den vier großen Gewordenheiten bestehende Körper“, vielmehr geschieht es mit ihm und geschieht allein aus dem innewohnenden bei der Zeugung der Eltern hinzugetretenen „Wesen“, dem letztlich jene sieben Eigenschaften zugehören, die laut Anweisung des Lehrers allmählich und der Reihe nach aus dem Körper zu entfernen sind, damit Ruhe einkehrt.

Die Erklärung des Erwachten, das unentwegte Rauchen und Flammen des Ameisenbaus gelte für das gesamte Bedenken und Sinnen sowie für das gesamte Handeln, Reden und Denken des Menschen - zeigt, dass damit der gesamte lebenslängliche Einsatz des menschlichen Körpers von seiner Entstehung bis zu seinem Tod gemeint ist, und das heißt alles das, was über das bewusste Daliegen des Körpers hinausgeht. Der Körper selbst weiß nichts von sich, will nichts und kann auch nichts. Wie irgendein einfaches oder kompliziertes Werkzeug, das, gleichviel ob es im Schrank aufbewahrt ist oder für irgendwelche Zwecke eingesetzt und bewegt wird, doch in allen Fällen nichts weiß, nichts will und nichts kann – ganz ebenso der aus den vier Gegebenheiten bestehende organisch

strukturierte Körper: er weiß nichts, will nichts und kann nichts.

Wenn wir bei einem mit uns sprechenden Menschen die lebendige Gestik, die vielfältig modulierte Stimme und unterschiedlich blickenden, leuchtenden und blitzenden Augen beobachten, so geschieht das alles immer nur von jenen sieben geistigen Qualitäten; der Körper selbst aber ist nur die von jenen Geistigkeiten bewegte willenlose Marionette. - Irgendwann einmal muss ein ernsthafter Forscher, der zur Erkenntnis der wahren Natur des Daseins durchdringen will, diesen Tatbestand verstehen, weil er sich erst dann jenen unheimlichen sieben bewegenden Geistigkeiten zuwendet, deren endloser Fortbestand über alle Wechsel der Körperwerkzeuge hinaus nur dadurch gewährleistet ist, dass sie nicht durchschaut und erkannt werden, solange man sich einbildet, dass der Körper sich aus sich selbst bewege.

Wenn der Erwachte das nächtliche Rauchen als das Bedenken und Sinnen (*vitakka-vicāra*) und das Flammen am Tage als das Wirken des Menschen im Handeln (*kāya*), Reden (*vaci*) und Denken (*mano*) erklärt, dann entsteht die Frage nach dem Unterschied zwischen dem Denken am Tag und dem Bedenken und Sinnen in der Nacht. Wir sehen, dass der Erwachte zweierlei Denken unterscheidet:

*Was er für das Tagwerk in der Nacht bedenkt und sinnt - das ist das Rauchen bei Nacht; was er nach dem nächtlichen Bedenken und Sinnen am Tage in Taten, Worten und Gedanken ausführt, das ist das Flammen bei Tag.*

Das bedeutet also, dass das nächtliche *Bedenken und Sinnen* den Menschen geistig formt, reguliert, wandelt und dass *das Wirken in Taten, Worten und Gedanken* letztlich von diesem „Bedenken und Sinnen“ bestimmt wird.

Hier darf „Tag und Nacht“ nicht wörtlich genommen werden. Bekanntlich sind in den Tropen die dunklen Nächte das

ganze Jahr hindurch etwa ebenso lang wie die hellen Tage, je etwa zwölf Stunden. Man schläft natürlich nicht diese lange Nachtzeit, und da man nur in dringenden Fällen bei künstlichem Licht arbeitete, so blieb die Zeit, besonders in Indien, dem stillen Bedenken vorbehalten, das weitgehend ein religiöses Meditieren war. So war es auch im christlichen Mittelalter. Das also gilt u.a. als „Bedenken und Sinnen“, als Meditieren.

Den Tag über war man aber in ständiger Begegnung mit Menschen, den Haustieren, den Herden und war gefordert von den Verrichtungen in Beruf, Haus und Feld ähnlich wie bei uns. Dabei geht es um Arbeiten unter Einsatz des Körpers oder um Rede und Antwort. Es gibt aber keine Tat und kein Wort, das nicht vorher schnell und meist unbewusst im Geist beschlossen wird, und das wird bezeichnet als Wirken in Gedanken. Dabei geht es fast nur um kurzes und kürzestes Bedenken der jeweiligen äußeren Situation und dann um entsprechendes Reden und Handeln. - Bei dem nächtlichen Bedenken und Sinnen ist man allein, es ist keine Begegnung, und darum ist man nicht zu dem vordergründigen Denken gezwungen, das die täglichen Begegnungen von uns fordern. Es ist ein stilleres Zurücktreten, in welcher Ruhe dem Menschen die tieferen Einsichten wieder aufsteigen, die im alten Indien bei den alermeisten Menschen vorwiegend religiöser Art waren.

Ebenso kann man „nachts“ aber auch falsch meditieren, unheilsame Vorsätze fassen, Groll pflegen, Leidenschaften ausmalen, und zwar unbehindert durch äußere Beanspruchung, während man „tags“ durch seine Pflichten an dem hemmungslosen Bedenken und Sinnen gehindert wird. Daran sieht man, wie wichtig es gerade zu diesen stilleren Zeiten ist, das richtige, taugliche Denken zu pflegen. Der Erwachte sagt:

*Was der Mensch häufig bedenkt und sinnt,  
dahin geneigt wird das Herz.*

Und er sagt weiter:

*Wie das Herz geneigt ist, je nach dem Maß von Gier, Haß,*

*Blendung, mit dem es besetzt ist, danach ist das Reden und Handeln des Menschen.*

Und er sagt weiter:

*Was hier der Mensch in seinem Leben redet und handelt, danach wird sein Erleben hell und dunkel, glücklich und schmerzlich, jetzt schon und auch im nächsten Leben.*

Im Lauf des Tages in der fortgesetzten Begegnung mit anderen Menschen und Dingen und in der Erledigung von Aufgaben kann der Mensch kaum anders denken, empfinden und bewerten als das eigene Herz, der Charakter, zulässt. In stiller Zurückgezogenheit aber, wenn man von keiner Aufgabe gefordert wird, kann es geschehen, dass man durch Lesen oder Hören von religiösen Aussagen zu Einsichten kommt, die oft den Trieben des Herzens direkt entgegengesetzt sind und die man doch anerkennen muss.

Wenn der Erwachte sagt, dass der Mensch das, was er in der Stille bedenke und sinne, dann am Tag in seinem Wandel in Taten, Worten und Gedanken ausführe, dann ist das oft nicht leicht zu erkennen. Denn bei starken Tendenzen kann man oft noch längere Zeit den besseren in der Ruhe gepflegten Einsichten zuwider und den Tendenzen gemäß handeln. Man erlebt dann, wie *Paulus* sagt:

*Das Gute, das ich tun will, das tue ich nicht,  
aber das Böse, das ich nicht tun will, das tue ich.*

Ein Mensch, der zum Beispiel zum Lügen oder zum Neid neigt, wird also nach den ersten tiefen Besinnungen über den unwürdigen und schädlichen Charakter und über die großen Nachteile solcher Verhaltensweise für sich und für die Umgebung nicht gleich davon frei sein. Je stärker die Neigung und Gewöhnung ist, um so längerer Gegenbesinnungen bedarf es, bis solche Dinge in der täglichen Begegnung gar nicht mehr vorkommen.

Das hat seinen leicht erkennbaren Grund: Die Stärke und

die Kraft einer jeden Tendenz ist nämlich nichts anderes als die Summe der Bejahung dessen, worauf sie aus ist. Je häufiger und je überzeugter das Betreffende, z.B. das Verleumden, in diesen und in früheren Leben als hilfreich angesehen, also positiv bewertet wurde, um so stärker ist die Tendenz. Und nun kann auch ihre Abschwächung bis Auflösung nur auf demselben Weg, und zwar durch negative Bewertung, durch Betrachtung der mannigfaltigen Nachteile entsprechend allmählich vor sich gehen.

Es gibt also ein triebwandelndes Denken (dazu gehört auch ein die Triebe stärkendes Denken), und es gibt ein von den Trieben gelenktes Denken. Und je nach den Trieben, je nach der Herzensqualität ist unser Tun und Lassen. Die Qualität des menschlichen Wandels zwischen übel und gut, tugendlos und tugendhaft wird also bestimmt von der Beschaffenheit des menschlichen Herzens, seines Charakters, seiner Triebe, und diese können immer nur durch „Bedenken und Sinnen“, also durch Meditieren verstärkt oder abgeschwächt und aufgelöst werden. Das ist also das Rauchen und Flammen im Ameisenbau.

*„Lehrer“ (brāhmana) – das ist, Mönch, eine Bezeichnung für den Vollendeten, den Heilgewordenen, vollkommen Erwachten.*

*„Forscher“ (sumedha) - das ist, Mönch, eine Bezeichnung für den nach dem Heil strebenden Mönch.*

*„Scharfes Gerät“ - das ist, Mönch, eine Bezeichnung für den heilenden Klarblick (ariya paññā).*

*„Ausgraben“ - das ist, Mönch, eine Bezeichnung für das tatkräftige Streben (viriyārambha).*

Der „Forscher“ (sumedha) ist der Heil suchende, nach dem Heil strebende Mönch, der nach der Anleitung des „Lehrers“, des Erhabenen, den Weg zur endgültigen Überwindung des schmerzlichen Daseinskreislaufes einschlagen will. - Sumedha

wird gern mit „Weiser“ übersetzt, und es gehört auch ein großer Grad von „Weisheit“, das heißt von unbestechlichem Klarblick dazu, um dieses alltägliche „Leben“ so zu durchschauen, dass man seine seelenlose wie ausweglose Dynamik erkennt und darum endgültig entschlossen ist, von jenen sieben Elementen, die solches „Leben“ bewirken und in Gang halten, ganz abzulassen. Aber gerade diese Entschlossenheit und Heilstrebigkeit gehört mit zu dem Pālibegriff „*sumedha*“. Ein weibliches Beispiel dafür haben wir in den „Liedern der Nonnen“ (Thig 448-521).

Der Erwachte als der „Lehrer“ fordert von einem solchen *Sumedha* die beiden letztgenannten Haltungen: Zuerst den heilenden „Klarblick“, für den das „scharfe Gerät“ als Gleichnis gilt. Es ist letztlich jener von allen vorausgesetzten, gewohnten, nicht hinterfragten Wertvorstellungen völlig unbeeinflusste heilig-nüchterne Blick auf die Erscheinungen, der allein tauglich ist, sie zu durchschauen, ihr wahres Wesen zu erkennen - und damit ihre seelenlose Geschobenheit.

Daraus folgt zwangsläufig das beharrliche „Ausgraben“, das konsequente Bemühen, jene sieben Eigenschaften, in welchen man völlig verstrickt ist, ja, deren Summe und Gesamtheit eben „ich bin“ genannt wird, auszugraben und abzutun. Dazu ist zwar eine nicht erlahmende Energie erforderlich, aber sie kann auch nicht erlahmen, da mit dem fortschreitenden Ausgraben der Lebenszustand immer heller, größer, erhabener wird und da der Klarblick immer wieder sieht, dass diese Verstrickungen die Quelle aller Qualen sind.

Nun folgt die Erklärung des Erwachten über die sieben aus dem Ameisenbau herauszunehmenden „Gegenstände“.

*Der Riegel* <sup>85</sup> - das ist, Mönch, eine Bezeichnung für Wahnwissen (*avijjā*). Schaffe heraus den Riegel, lass ab vom Wahnwissen. Grabe weiter, Forscher, mit scharfem Gerät. Das ist der Sinn.

*Die Blase* - das ist, Mönch, eine Bezeichnung für Zorn und Aufbegehren (*kodhupāyāsa*). Schaffe heraus die Blase, lass ab von Zorn und Aufbegehren. Grabe weiter, Forscher, mit scharfem Gerät. Das ist der Sinn.

*Der Zweizack* - das ist, Mönch, eine Bezeichnung für Daseinsunsicherheit und Daseinsbangnis (*vicikiccha*). Schaffe heraus den Zweizack, lass ab von der Daseinsunsicherheit, der Daseinsbangnis. Grabe weiter, Forscher, mit scharfem Gerät. Das ist der Sinn.

*Das Geflecht* - das ist, Mönch, eine Bezeichnung für die fünf Hemmungen (*nīvarana*):

*die Hemmung durch Wunsch nach Sinnengenuss*  
(*kāma-chanda*),

*die Hemmung durch Antipathie bis Hass* (*vyāpāda*),

*die Hemmung durch Sichtreibanlassen im Gewohnten*  
(*thīnamiddha*),

*die Hemmung durch Erregtheit und Unruhe*

---

85 K.E.Neumann übersetzt statt Riegel „Keil“, doch ist „langi“ nicht nur laut Pāliwörterbuch der die Tür, den Zugang verschließende „Bolzen“ oder „Riegel“, „Türriegel“, (und wird auch von anderen an dieser Stelle so übersetzt), sondern vor allem ist gerade Riegel das genau passende Bild für *avijjā*, das Wahnwissen. Denn dieses ist es, welches die ganze Heilsentwicklung verriegelt und verhindert. So wie man, wenn der Riegel geöffnet ist, in das Haus eintreten und sich alles zugänglich machen kann, so auch können erst nach Aufhebung des Wahnwissens (*avijjā*) die übrigen sechs schmerzlichen, bedrückenden, Leiden fortsetzenden Eigenschaften aufgehoben werden, ja, ihre Aufhebung ist eine zwangsläufige Folge nach der Aufhebung des Riegels *avijjā*. Dagegen heißt das Pāliwort für „Keil“ *anim*, und dieses hat Neumann in den „Liedern der Mönche“, Vers 744, auch richtig mit „Keil“ übersetzt. Dort ist die Rede davon, dass die Zimmerleute mit einem feineren Keil einen größeren heraustreiben.



*(uddhacca-kukuccha),  
die Hemmung durch Daseinsunsicherheit und Da-  
seinsbangnis (vicikiccha).  
Schaffe heraus das Geflecht, lass ab von den fünf  
Hemmungen. Grab weiter, Forscher, mit scharfem Ge-  
rät. Das ist der Sinn.*

*Die Schildkröte - das ist, Mönch, eine Bezeichnung  
für die fünf Zusammenhäufungen (upādānakkhan-  
dhā), nämlich für die Zusammenhäufung von Form,  
Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierte  
Wohlerfahrungssuche. Schaffe heraus die Schildkröte,  
lass ab vom Zusammenhäufen dieser Fünf. Grabe wei-  
ter, Forscher, mit scharfem Gerät. Das ist der Sinn.*

*Das Schlachtbeil - das ist, Mönch, eine Bezeichnung  
für die fünf Sinnensuchtbezüge (kāmaguna), nämlich  
für die*

*vom Luger erfahrbaren Formen, die ersehnten, gelieb-  
ten, entzückenden, angenehmen, dem Begehren ent-  
sprechenden, reizenden;*

*vom Lauscher (Riecher, Schmecker, Körper) erfahrbaren  
Töne (Düfte, Geschmäcke, Tastungen), die ersehnten,  
geliebten, entzückenden, angenehmen, dem Begehren  
entsprechenden, reizenden.*

*Schaffe heraus das Schlachtbeil, lass ab von den fünf  
Sinnensuchtbezügen. Grabe weiter, Forscher, mit  
scharfem Gerät. Das ist der Sinn.*

*Der Fleischfetzen – das ist, Mönch, eine Bezeich-  
nung für den Reiz nach Befriedigung (nandirāga).  
Schaffe heraus den Fleischfetzen, lass ab von der Be-  
friedigung. Grabe weiter, Forscher, mit scharfem Ge-  
rät. Das ist der Sinn.*

*Die Kobra - das ist, Mönch, eine Bezeichnung für  
den von aller Verletzbarkeit erlösten Mönch (khīnāsa-  
vā). Halt! Die Kobra bleibe, die Kobra rühre nicht an.*

*Verehrung erweise der Kobra. Das ist der Sinn.*

*So sprach der Erhabene. Erhoben und beglückt war der ehrwürdige Kassapo, der Jüngere, über das Wort des Erhabenen.*

So also erklärt der Erwachte die sieben „Gegenstände“, die aus dem Ameisenbau herausgeholt werden müssen, damit er zur Ruhe kommt. Alle sieben Eigenschaften werden in den Reden immer wieder in immer anderen Zusammenhängen genannt, ihr schmerzlicher Einfluss auf das Lebensgefühl des Menschen wird gezeigt.

Den Riegel entfernen – den Wahn herausholen

Der Wahn besteht unter anderem darin, dass die aus Wahrnehmung bestehende Welterscheinung samt dem darin miterrscheinenden „Ich“ nicht als das durchschaut und erkannt wird, was sie wirklich ist, nämlich als *Wahrnehmung*, - dass sie vielmehr für letzte Wirklichkeit gehalten wird, so wie vom Träumenden, solange er träumt, die Traumbilder nicht als Träume erkannt, sondern für Wirklichkeit gehalten werden. Mit diesem Wahn gibt es keine Beherrschung der Erscheinung, des Daseins, ist keine Freiheit und Erlösung erreichbar.

Bekanntlich spricht der Erwachte immer wieder von zehn Verstrickungen, welche den gesamten *Samsāra*, den Umlauf der Wesen durch die unterschiedlichen Daseinsformen bewirken. Von diesen zehn Verstrickungen heißt die erste *sakkāyaditthi*, was mit „Glaube an Persönlichkeit“ übersetzt wird. Es ist die Befangenheit in der Vorstellung, als ein Ich mit unveränderlichem „individuellem“ Kern in einer an sich bestehenden Welt verkörpert zu sein. Die Aufhebung und Ausrodung dieser ersten Verstrickung: die im Geist vollzogene völlig klare Einsicht, dass da, wo dieser Eindruck „ich bin in der Welt“ besteht, doch lediglich nur das Spiel der fünf Zusammenhängungen läuft - das ist auch die erste Sprengung des Wahns, die Aufhebung der „Binde des Wahns“ (*avijjābandhana*). Damit

wird der „Stromeintritt“ (*sotāpatti*) erreicht, und damit beginnt unhemmbar die Heilsentwicklung, an deren Ende auch der letzte Rest des Wahns, die zehnte Verstrickung, aufgehoben ist. Insofern gilt diese erste Sprengung des Wahns für die Beseitigung des „Riegels“, der die gesamte Heilsentwicklung verhindert.

Sobald die oberflächliche naive „Ich bin“-Auffassung als Irrtum durch Wahnbefangenheit durchschaut ist, da beginnt - wie in einer geistigen Zeugung - der Ansatz einer überlegenen, einer wacheren Instanz. Diese wird Wahrwissen genannt (*vij-jā*), und ihre zunehmende Anwesenheit und Mitsprache ist die „*sati*“, das Eingedenksein, das immer mehr gegenwärtig bleibende Bewusstsein von der hinter dem wahnhaften Eindruck stehenden ganz andersartigen Wirklichkeit.

Wenn im Gleichnis gesagt wird, dass die verschiedenen Gegenstände aus dem Ameisenbau herausgeholt werden, so ist das in der praktischen Übung dennoch ein nur ganz allmählicher Vorgang. Es ist nicht so, dass man bis zu dem Augenblick des Herausnehmens mit der betreffenden Haltung noch voll besetzt und dann plötzlich davon ganz frei ist, vielmehr werden, wie jeder in der Nachfolge stehende Anhänger an sich erfährt, alle diese heilsverhindernden Eigenschaften nur ganz allmählich geringer und geringer, bis irgendwann nichts mehr von ihnen zu merken ist.

Auch der Wahn wird nur allmählich blasser, nicht plötzlich. Langsam nur setzt sich das Wahrwissen durch. In dem Augenblick, in dem der Mensch durch die Lehren zum ersten Mal die Wahnhaftigkeit einsieht, da ist er „*von den Banden des Wahns befreit*“, das heißt sein Geist hat zum ersten Mal endgültig gefasst, dass sein gesamter bisheriger Erfahrungsinhalt Täuschung und Wahn ist. Aber die vielfältigen Begehungen und Neigungen unseres Herzens – eben jene sechs anderen „Gegenstände“ im Ameisenbau - bewirken doch weiterhin ununterbrochen jene täuschende wahnhafte Wahrnehmung, die der Erwachte als „Luftspiegelung“ (*Fata Morgana*) bezeichnet. Darum wird der Mensch, obwohl er im Geist um die Täu-

schung weiß, doch immer nur mit den wahnhaften Bildern „gefüttert“. Dieser wahnhafte Charakter der Wahrnehmungen nimmt nur in dem gleichen Maße ab, als die übrigen sechs Gegenstände aus dem Bau herauskommen. Dann erst kann keine täuschende Wahrnehmung mehr aufkommen.

### Die Blase herausnehmen - Zorn und Aufbegehren ablegen

Der zweite Gegenstand, der aus dem Ameisenbau, also aus dem inneren Menschen herausgeholt werden soll, ist eine Luftblase. Sie gilt für Zorn und Aufbegehren. Beides kann immer nur dann aufkommen, wenn ein Wesen irgendetwas, entweder in der äußeren Welt oder bei sich selber, in seinem eigenen Herzen und Denken, unbedingt so und nicht anders erreichen möchte, dann aber erleben muss, wie dieses Vorhaben durchkreuzt wird oder misslingt. Hinter allen Vorhaben aber steckt Eigenwille, steckt Unwissen, steckt die Identifizierung mit einem Ich. Und darum muss, wenn der Wahn einmal durchschaut worden war, alles Vorhaben, aller Eigenwille abnehmen, und dann können auch Zorn und Aufbegehren nicht mehr in der alten Kraft aufkommen und müssen immer mehr abnehmen.

Zorn und Aufbegehren werden mit einer Blase verglichen. Eine Blase ist aufgeblasen, voll Luft; nichts ist darin als Luft. „Um Luft, um nichts regst du dich auf, um nichts bist du verzweifelt.“ Das sagt sich der Kenner des Lebens immer öfter. Manchmal klingt es ihm wie Hohn, sein Herz zittert vor Bitternis und Schmerz. Aber der Geist kennt die Wahrheit, er weiß, dass es stimmt, hält sich das immer wieder vor Augen, und langsam setzt sich der Geist durch. So wird mit Einsatz der weisen Einsicht, der „scharfen Waffe“, beharrlich aufgegraben. Jede Situation, in der man ist, wird betrachtet; immer schneller wird erkannt: „Das ist doch keinen Zorn wert, darum soll kein Aufbegehren sein“, und so gräbt man allmählich aus seinem Körper Zorn und Aufbegehren heraus. Zorn und Aufbegehren sind die Stimme der Tendenzen, wenn ihr Wille

durchkreuzt wird.

Wer sich bemüht hat und in die Lehre mehr eingedrungen ist, der kann bei sich beobachten, dass ihn die Dinge nicht mehr so sehr in Zorn bringen wie früher. Spontan mag Zorn noch oft aufkommen, aber er hält nicht mehr so lange an und löst sich rascher auf. Immer früher sagt sich der Übende: „Alles, was an mich herantritt, ist nur Erscheinen aus früherem Tun, ist nur das Spiel der fünf Zusammenhäufungen.“ Er weiß, dass alle irgendwie formhaften Dinge, im Kleinen wie im Großen, ja, das Universum der gesamten Weltlichkeit diesseits und jenseits, Erscheinung ist, vergehen muss, wandelbar ist, ununterbrochen fließend, eine schmerzliche Bewegtheit. So negiert er alles Erscheinen vom Grund her, obwohl er zunächst noch in all diesem verwurzelt ist. Aber er bedauert seine Verwurzelung und kann darum nicht anders, als sie immer wieder negativ zu beurteilen und damit zu mindern. So lockert sich sein Verhältnis zur gesamten Weltlichkeit, allein schon von der Pflege der Anschauung her gewinnt er inneren Abstand, weil er weiß: *Alle Dinge sind ungeeignet, sie zu lieben und festzuhalten.* (M 37) Obwohl er noch tausend Dinge begehrt, so weiß er doch um ihren wahren Unwert. Das Spiel der fünf Zusammenhäufungen in ihrer Wandelbarkeit häufig sehen, lässt allmählich einen festen Standort, ein Eiland hervortreten aus der Strömung der Ereignisse, einen festen Punkt, auf dem man sicher steht, an den nichts heranreicht.

Wenn in M 48 als zweite Selbstprüfung empfohlen wird, nachzusehen, ob unter dem Einfluss des immer wieder gepflegten wahnlosen Anblicks eine allmähliche Beruhigung des Gemüts, eine allmähliche Abnahme der Daseinsbindungen erfahren wird, so entspricht dies auch der hier genannten zweiten Entwicklung: Zorn und Auflehnung lockern sich unter dem Einfluss des immer wieder herangeholten klaren Blicks über die wahren Vorgänge.

Ebenso wird in M 6 als zweite Übung nach der Erhellung des Gemüts durch Vervollkommnung der Tugend die *beharrliche Beruhigung des Gemüts* empfohlen. Der Übende gewöhnt

sich daran, sein von manchen Wahrnehmungen zunächst erregtes Gemüt bald wieder zur Ruhe zu bringen, wissend, dass die Wahnbilder ein Aufbegehren oder eine Erregung nicht wert sind. Er denkt gemäß M 28: *„Entstanden ist mir da dieses Wehgefühl, durch Berührung bedingt. Berührung, Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierte Wohlerfassungssuche sind bedingt entstanden, unbeständige Erscheinungen.“* *„Indem er so die Gegebenheiten zum Objekt macht, da wendet sich das Herz der Betrachtung freudig zu, beruhigt sich, steht dabei still und wird frei.* - So brachte ein Mönch zur Zeit des Buddha die Gefühlswogen ganz zur Ruhe. Doch selbst wenn nicht gleich Gemütsstille eintritt, so ist es ein Fortschritt, wenn die Zeiten der Erregungen kürzer werden durch die beharrliche Übung:

Immer schlichter alle Sinneseindrücke,  
immer weniger das Gemüt erregen lassen,  
immer eher wieder zur Gleichheit kommen.

Nach dem Getroffensein nicht lange noch darüber nachdenken, nicht lange sich damit beschäftigen; aber auch bei erfreulichen, begeisternden Dingen, die nicht die Heilsentwicklung fördern, bald wieder eine Ruhe des Gemütes anstreben. So gewinnt man auch zunehmende Freude an der Ruhe des Gemütes, die den „Geschmack der Erlösung“ ausbilden hilft.

Diese Entwicklung beschreibt der Götterkönig Sakko in folgendem Vers:

*Nicht leicht wird mein Gemüt verstört,  
gerät in Wirbel nicht so bald.  
Nicht kann ich lange zornig sein,  
er hält bei mir nicht lange an.  
Selbst wenn ich zürne,  
schelt‘ ich nicht.  
Dennoch heiß ich nicht alles gut;  
ich bleibe vielmehr selbstbeherrscht,  
weil ich mein Heil im Auge hab. (S 11,2)*

Den Zweizack herausnehmen -  
Daseinsunsicherheit und Daseinsbangnis verlieren sich

Das Daseinsgefühl ist bei allen Menschen mehr oder weniger das Gefühl einer meist unbewussten, oft aber über die Bewusstseinschwelle dringenden Ungeborgenheit und Unsicherheit. Bei allen Menschen, die sich mit dem körperlich dargestellten Ich identifizieren, besteht bewusst oder untergründig die Angst vor dem Kommenden und vor dem ganz sicheren Tod. Und vor allem beklemmt den weiterblickenden Menschen eine tiefere Ungewissheit, ein Zweifeln über das Woher und Wohin und Warum dieses Daseins.

Der Erwachte vergleicht diese unsichere, bange Lage mit der eines Mannes, der mit seinem ganzen Vermögen durch eine fremde, gefährliche Wildnis zieht, wo er jeden Augenblick einen Überfall auf Leben und Gut zu fürchten hat.

In dem Maß aber, wie man nicht mehr auf dieses körperlich erscheinende Ich setzt, weil man immer wieder mit innerer Ruhe die fünf Zusammenhäufungen betrachtet, da wächst die Gewissheit: „Mir kann nichts geschehen! Was je geschieht, das geschieht an diesen fünf Zusammenhäufungen“. So erfährt man in dem Maß, wie die Identifizierung mit dem Erscheinungs-Ich abnimmt, eine zuerst nur sehr feine, aber wohlthuende Wandlung der Selbsterfahrnis, des Daseinsgefühls.

Wer das Erscheinungs-Ich aber bereits so sicher als Blendung durchschaut, dass er die Identifizierung schon um einige Grade zurücknehmen und mindern konnte, der erfährt auch ein Schwinden dieser Grundangst und die feine, wohlthuende Wandlung des Daseinsgefühls. Erst jetzt, wo der lebenslänglich gewohnte, darum kaum bewusst gewesene Würgegriff dieses schweigenden Traumas nachlässt - durch die gespürte Erleichterung - wird er ihm überhaupt bewusst. Nun erfährt der Mensch unmittelbar und ganz ohne anderweitige Belehrung, dass diese Daseinsbangnis mit der Ich-Vorstellung verbunden war, dass überhaupt diese Ich-Vorstellung der Kern der gesamten Verletzbarkeit ist. Mit dieser Minderung und

Auflösung nimmt alle Unsicherheit und Ungewissheit ab – bis zur Verflüchtigung.

Damit erfährt er, dass es die Möglichkeit gibt, alle Gefährdung endgültig zu verlieren, und das gibt eine Erleichterung und Sicherheit, die erlebt wird, die aber nur im Gleichnis angedeutet werden kann. Den zu dieser Entwicklung gelangten Menschen vergleicht der Erwachte mit dem Menschen, der aus der gefährlichen Fremde in die Nähe des sicheren heimatlichen Dorfes gelangt ist und sich bald „zu Hause“ weiß.

Mit dem Fortfall dieser Daseinsbangnis wird noch ein anderes geistiges Ereignis erfahren, das in dem Gleichnis des der Heimat sich nähernden Menschen nur angedeutet ist, aber in einem anderen Gleichnis klar wird:

Dort vergleicht der Erwachte die blendungsvolle Strömung der Begegnungsszenen, die ununterbrochen den Eindruck eines „Ich-in-der-Welt“ eindringen, die Strömung, von welcher kein Anfang und kein Ende zu sehen ist, mit dem Ozean, in welchem die Wesen sich ununterbrochen mit Schwimmen an der Oberfläche zu halten versuchen. Sie sind nicht nur von den Gefahren des Meeres, von Strudeln, Wogen und Haien bedroht - sie müssen nicht nur ununterbrochen in Bewegung bleiben, um nicht zu ertrinken, sondern vor allem - sie wissen nichts anderes, kennen nichts anderes als dieses unermessliche Wasser. Soweit sie sich erinnern und denken können und soweit sie von anderen, denen sie schwimmend begegnen, aus vergangenen Zeiten hören, gibt es keine andere Erfahrung und kein anderes Leben, als sich mit Schwimmen und Mühen an der Oberfläche zu halten, immer nur an der Oberfläche zu halten ohne ein anderes Ziel und einen anderen Sinn als den, dass der sichere Untergang doch nicht verhindert, sondern nur so lange wie möglich hinausgeschoben werde.

Wer aber den Erwachten so verstanden hat, dass er das Erscheinungs-Ich als eine große Blendung durchschaut und so eine Ahnung von der Möglichkeit des Erwachens gewinnt, den vergleicht der Erwachte mit einem Schwimmenden, der sich nun so hoch wie möglich aus dem Wasser gereckt, ringsum



Ausschau gehalten und in der Ferne etwas entdeckt hat, von dem er bisher noch nie etwas gehört oder geahnt hatte: ein Ende des Weltmeeres, eine sichere Küste, einen festen Boden. (A VII,15)

Erst mit dieser Entdeckung fällt eine tiefe, unbewusst gewesene Resignation von ihm ab, ziehen Mut und Kraft in ihn ein, und nun beginnt er, sich auf dieses Ziel hin zu strecken und zu richten und es immer weniger aus dem Auge zu lassen („*sati*“). All sein Mühen, sein Leben, sein Dasein bekommt nun erst einen Sinn und ein Ziel.

Wer dies bei sich erfährt, der weiß, wie gültig die Verheißung des Erwachten ist, dass der so empfundenen Entdeckung des Ziels auch die wirkliche und endgültige Eroberung des Heils so sicher folgen müsse wie der Morgendämmerung der helle Tag.

Jene erste Verstrickung, die Identifizierung mit dem Blendungs-Ich, wird dort, wo die Blendung als solche durchschaut wird, durch wiederholte Betrachtung der bedingten, geistig-mechanischen Herkunft dieser Ich-Erscheinung bewusst und gewollt nach und nach aufgebrochen, gemindert und abgelöst. Die Aufhebung der Daseinsunsicherheit, der zweiten Verstrickung, folgt zwangsläufig, reift als Frucht der Aufhebung der ersteren, ja, sie ist das sichtbare und spürbare Zeichen für die fortschreitende Auflösung der Verstrickung im Ich-Wahn: Wer im Daseins-Ozean endlich die sichere Küste entdeckt hat, von dem fällt alle Furcht ab.

Das Geflecht herausnehmen -  
Die Hemmungen schwinden mehr und mehr

Wenn als erstes der Riegel des Wahns aufgestoßen wurde, dadurch allmählich das Aufbegehren über widerwärtige Erscheinungen zur Ruhe gekommen und dann endlich das Gefühl der Ungeborgenheit immer mehr der Sicherheit gewichen ist, dann kennt der Heilssucher bereits den Weg, kennt Bemühungen, die zur Betrachtung des Todlosen führen, ist Heils-

gänger geworden, er kann nun den durchdringenden Klarblick immer besser wiederholen. Mit diesen Wiederholungen hat er die fünf Hemmungen, in welchen der normale Mensch lebt und webt, immer häufiger aufgehoben und hat sie dadurch immer deutlicher erkannt und verstanden, so dass sie bei ihm im Ganzen erheblich dünner geworden sind und ihre Reste sich immer leichter auflösen. Nun kann er sie auch bewusst aufheben, denn er hat aus dem Heilsanblick und aus dem Gefühl der Sicherheit, der Unverletzbarkeit her kraftvolle, überzeugende Argumente gewonnen, welche die Hemmungen in ihrer Elendigkeit verurteilen.

Die hier mit einem Geflecht verglichenen fünf Hemmungen sind Erscheinungen des Geistes (*mano*), die durch die unbewussten Verstrickungen (*samyojana*) des Herzens (*citta*) bedingt sind. Es sind die weiter oben schon genannten beim normalen Menschen immer wieder im Geist aufkommenden, aber im Geist auch überwindbaren und immer wieder vorübergehend aufhebbaren Regungen, Neigungen, Willensrichtungen der folgenden fünf Arten:

1. Wunsch nach Sinnengenuss (*kāma-chanda*) oder Gelüstigkeit (*abhijjhā*): der unbewusste oder bewusste Drang nach Lustbefriedigung durch die körperlichen Sinne, also durch die „äußere“ Welt.
2. Antipathie bis Hass (*vyāpāda-padosa*): falsch, übel vorgehen (*vyāpāda*) aus Abneigung und Ablehnung, Hass (*pa-dosa*).
3. *Thīnamiddha* ist die Neigung, sich treiben zu lassen in der Gemütsverfassung des gewöhnlichen in der Welt und mit der Welt lebenden Menschen. Es ist die Hemmung, sich über diese Vordergründigkeit hinauszurecken und sich wieder die weltüberlegenen Einsichten vor Augen zu führen, die aus der Aufhebung des Wahns (Riegel) hervorgingen, mit denen die gewöhnliche Vorstellung, in der Welt gefangen und ihr ausgeliefert zu sein, immer wieder überwunden wird.
4. *Udhacca-kukkucca*: Erregtheit und geistige Unruhe, ein Hin und Her der Gedanken oder die Unruhe eines zu straffen Angespanntseins, so dass man nicht in der Lage ist, in Sammlung

das zu bedenken und zu betrachten oder zu betreiben, worum es jetzt geht.

5. *Vicikicchā* bedeutet die im vorigen Kapitel bereits als aufgelöst beschriebene Daseinsunsicherheit, die verborgene und auch bewusste Daseinsbangnis des normalen Menschen. Wer aber den Riegel des Wahns aufgestoßen, die wahre Natur des Daseins endgültig verstanden hat, der ist kein „normaler Mensch“ mehr im obigen Sinn. Er ist sogar von der Verstrickung der Daseinsbangnis befreit. Und da die Verstrickungen die Grundlagen, die Wurzeln der Hemmungen sind, so ist diese Hemmung endgültig von ihm abgefallen, er hat sie nicht mehr.

Diese fünf Hemmungen verhindern den klaren Anblick der Wirklichkeit. Deshalb werden sie „*die Flecken des Gemütes, die Verhinderer des Klarblicks*“ (M 39) genannt und werden als die „*Blindmacher, Augenlosmacher, Unkenntnis-Schaffer, Weisheitsvernichter*“ bezeichnet. (S 46,40). Mit ihnen ist weder die erste Gewinnung noch die Wiederholung des Weisheitsanblicks, das heißt die Aufhebung des Wahn-Riegels möglich. Dieses gelingt nur durch eine starke Sammlung auf die Betrachtung der durch die Lehre verstandenen wahren Natur des Daseins. Diese starke Konzentration verdrängt und überwindet jene fünf hemmenden Geisteshaltungen allmählich.

Diese fünf Hemmungen des Geistes sind bedingt durch die „Verstrickungen“ („Fesseln“) des Herzens. Der Mensch erlebt einzig und allein durch die Verstrickungen seines Herzens die Situation, sich als ein sterbliches Ich in der Welt vorzufinden und ihr ausgeliefert zu sein. Solange er von den Verstrickungen bewegt wird, so lange wird auch diese Vorstellung in ihm vorherrschen.

Hat ein Mensch nun den „Riegel“ beiseite geschoben, die „Binde des Wahns“ aufgehoben und so Einblick in die wahre Natur des Daseins gewonnen und damit die Möglichkeit der Heilsfindung so beglückend entdeckt, wie der lebenslängliche Schwimmer endlich die Küste entdeckt hat - dann ist ein sol-

cher Mensch für längere Zeit von zwei fast entgegengesetzten Seiten gezogen und gerissen: die Triebe seines Herzens, die Verstrickungen mit den begehrten Dingen der Welt bestehen zunächst noch wie zuvor, und er bezieht daraus auch weiterhin die Weltvorstellung mit dem Ausgeliefertsein und dem Tod am Ende - aber durch das gewonnene Daseinsverständnis, die „Beseitigung des Riegels“, „die Aufhebung der Bande des Wahns“, besitzt sein Geist nun den erlösenden Anblick von der Möglichkeit der Befreiung.

Diese beiden entgegengesetzten Vorstellungen sind es, wodurch das Phänomen der „Hemmungen“ bedingt ist. Die Triebe des Herzens, die nur ganz allmählich aufgelöst werden können, wollen ihn nach wie vor wie mit verschiedenartigen Gummistricken bei seinen gewohnten Zu- und Abneigungen, Genüssen und Bitternissen, in der Welt der Abhängigkeit und des Todes festhalten, aber die Beseitigung des Riegels hat dem Geist ein so herrliches Bild von Befreiung und Geborgenheit vermittelt, dass er sich dahin sehnt und darum den am fernen Horizont sichtbaren Zustand des Heilsstands um jeden Preis erringen will. Von daher geschieht im Geist immer wieder der Zug an den „Gummistricken“, das Sich Hinrecken des Geistes zu der verstandenen Befreiungsmöglichkeit. Das ist das jeweils vorübergehende Aufheben und Überwinden der Hemmungen. Durch diese häufige Übung (mit allem, was dazu gehört) werden die fünf untenhaltenden Verstrickungen immer dünner, wodurch das Sich Recken des Geistes zu dem weltbefreienden Anblick immer leichter wird, die Hemmungen immer leichter überwunden werden. Sind aber die fünf untenhaltenden Verstrickungen endgültig aufgehoben, so kann von den fünf Hemmungen keine Rede mehr sein; sie bestehen dann nicht mehr. Ein solcher ist dann „Nichtwiederkehrer“.

Solange aber der Mensch die „fünf untenhaltenden Verstrickungen“ noch nicht aufgelöst hat, so lange bewirken alle sinnlichen Wahrnehmungen eben immer noch jenes „Geflecht“, jenes Gemälde der Welt, das ihn wieder faszinieren will. Aber er weiß um diese täuschende Gefahr, um diese ge-

fährliche Täuschung, und darum zieht er sich immer wieder heraus. Das ist gemeint mit dem Bild, dass aus dem Ameisenbau das Geflecht herausgeholt wird.

Die Schildkröte herausnehmen -  
Die fünf Zusammenhäufungen  
nicht weiterhin zusammenhäufen

Die vorigen Ausführungen lassen erkennen und der auf dem Heilsweg praktisch Vorschreitende erfährt an sich oder hat an sich erfahren, warum von den fünf Zusammenhäufungen erst jetzt nach den fünf Hemmungen die Rede ist. In allen Lehrreden, die vom anatta-Anblick handeln und von dem Weg zu diesem Anblick, wird immer darauf hingewiesen, dass dieser Anblick, der als ein „überweltlicher“ oder „weltüberlegener“ bezeichnet wird, nie mit der normalen Bewusstseinslage des gewöhnlichen Menschen, die durch die fünf Hemmungen gekennzeichnet ist, möglich wird, sondern immer nur zu einer solchen Zeit, wo diese fünf Hemmungen, durch welche ja der täuschende Schleier der Weltvorstellung, der „Schleier der Māyā“ bedingt ist, aufgehoben sind. Insofern handelt es sich, wie schon öfter gesagt wurde, bei der Lehre des Buddha nicht nur um „Information“, sondern um „Transformation“, um Veränderung des Wesens.

In der 48. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“, in der ebenfalls eine Entwicklungsreihe des Heilsgängers aufgezeigt wird, weist bereits die erste Selbstprüfung darauf hin, dass dem Schüler dieser durchdringende Anblick nur nach Aufhebung der fünf Hemmungen (und noch drei weiterer hinderlicher Haltungen) möglich ist.

Ebenso wird in der 56. und 91. Lehrrede der gleichen Sammlung beschrieben, wie der Erwachte einen zum baldigen Verständnis der letzten Wahrheit besonders geeigneten Menschen Schritt für Schritt in die Lehre einführt, indem er vor der eigentlichen Lehre von den vier Heilswahrheiten die vier anderen vorbereitenden Lehren voranstellt (die Lehre von dem

Segen des Gebens gegenüber dem Geiz und gar dem Diebstahl, 2. die Lehre von dem karmischen Zusammenhang zwischen unserem Wirken in Gedanken, Worten und Taten und andererseits unserem Erleben, 3. die Lehre von den Wegen zu himmlischer Welt und 4. die Lehre von den Wegen zur Übersteigerung der gesamten Sinnensuchtwelt und Zugang zu den brahmischen Sphären). Dann wird weiter gesagt, dass der Erwachte, nachdem er sieht, dass jener Schüler sich u.a. in dem Zustand der völligen Aufhebung der fünf Hemmungen befindet, nun beginnt, seine eigentliche und höchste Lehre, die von der Gesamtheit des Leidens und der gesamten Leidensüberwindung darzulegen. Am Ende heißt es, dass der Schüler sie nun auch vollständig verstanden hat und damit zum Heilsgänger geworden ist. Gleiche Berichte finden wir auch in anderen Sammlungen.

Das Bild von der Schildkröte wird auch in anderen Reden bisweilen für die fünf Zusammenhäufungen genommen (S 35,199): So wie die Schildkröte, sobald sie Gefahr erblickt, ihre vier Beine und als fünftes den Kopf einzieht und unter dem Schild verbirgt, weil sie sich an diesen fünf Gliedern gefährdet weiß - ganz ebenso hat der „Heilsgänger“ (*ariya sāva-ko*), der „wahre Mensch“ (*sappuriso*) nach der Beseitigung des Wahnriegels immer deutlicher bis zur Endgültigkeit begriffen, dass er an nichts anderem als an jenen fünf Zusammenhäufungen verletzbar ist.

Dieser Zusammenhang zeigt sich bereits in dem Pāli-Begriff *upādāna-khandha* und der entsprechenden deutschen Übersetzung. *Khandha* bedeutet so viel wie „Stück“ oder „Masse“ oder „Haufen“. Da in Wirklichkeit alle fünf *khandha*, nämlich sowohl alle Formen (1.) - der als „Ich“ erlebte Körper wie auch die gesamten wahrgenommenen Dinge der Welt - als auch alle Gefühle (2.), die Wahrnehmungen (3.), die darauf sofort erfolgenden Aktivitäten (4.) und endlich die programmierte Wohlerfassungssuche (5.) in ununterbrochener rieselnder Veränderung bestehen (*anicca*), so gilt von diesen nicht, dass sie feste Stücke sind, sondern „Massen“ oder „Haufen“

von kleinsten Bestandteilen, die durch unsere jeweilige Aktivität in Gedanken, Worten und Taten geschaffen wurden.

Von diesen fünf Zusammenhäufungen, die zusammen das ganze „Dasein“ ausmachen, heißt es:

*Kein Dasein hat Beständigkeit,  
und kein Gebilde dauert an;  
anrieselnd häuft es hier sich an,  
und rieselnd rinnt es schon davon. (Thag 121)*

*Was hier auf Erden und in andren Welten  
in aller Art von Formen irgend auftaucht,  
zerfällt, vermorschend, ohne Stillstand rieselnd:  
In diesem Wissen leben Heilsbedachte. (Thag 1215)*

Diese Fünf kommen in endlos rieselnden Strömungen aus der scheinbar uneinsehbaren Zukunft an den Menschen heran, werden als Wahrnehmung (3) von Formen (1) und Gefühlen (2) erlitten, erfahren, woraus sofort die Aktivität (4) ausgelöst wird, die die programmierte Wohlerfassungssuche (5) beeinflusst und prägt. Schon ist dieses Geriesel vorbei und neues folgt: die Illusion der Begegnungswahrnehmung (*papañca-saññāsankhā*) und die Strömung ununterbrochenen Agierens (*sankhāra, viññānasota*).

Der normale Mensch, der den Tatbestand haltlosen, hemmungslosen Rieselns geistiger Erscheinungen nicht kennt, glaubt an eine dastehende Welt, in welcher er sich als Person vorfinde. Darum nimmt er jede dieser Wahrnehmungen an und ergreift sie (*upādāna*). Durch solches „Ergreifen“ häuft er diese fünf Haufen immer weiterhin zusammen (Zusammenhäufungen) - und eben darum erfährt er ununterbrochen an ihnen das Leiden der Wandelbarkeit, des Schmerzes und der Gefährdung bis zum Untergang im Tod - immer wieder, immer wieder. Er gleicht der Schildkröte, die die Gefahr nicht erkennt und ihr darum verfällt.

Wer aber durch den Erwachten die wahre Natur des Seins

so tief begriffen hat, dass er vor diesem haltlosen Rieseln zurückschreckt, der kommt dahin, dass er diese fünf Zusammenhäufungen im Lauf der Zeit immer weniger zusammenhäuft, das heißt, er verhält sich gegenüber der Illusion der Begegnungswahrnehmungen immer stiller, bemüht sich, nicht mehr anzunehmen, zu ergreifen, Stellung dazu zu nehmen, sondern sie loszulassen, als ob sie ihn nichts angingen. Ein solcher häuft jene fünf aus bisherigem Zusammenhäufen entstandenen Haufen nicht weiterhin zusammen, so dass er nur noch mit den bisher geschaffenen Haufen (*khandha*) zu tun hat, und diese mindert er in jedem Fall, wo er nicht dazu Stellung nimmt. Von einem solchen heißt es (M 149): *Bei dem schichten sich die fünf Zusammenhäufungen weiterhin ab, und der Durst, der daseinfortsetzende, befriedigungssüchtige, der schwindet dahin.*

#### Das Schlachtbeil herausnehmen - Die Sinnensucht aufgeben

Die Betrachtung der Tatsache, dass nun erst, nach dem Herausnehmen der Schildkröte aus dem Ameisenbau das „Schlachtbeil“ herausgenommen werden soll, mag manchen nahe liegenden Irrtum, der bei der Lektüre aufkommen kann, berichtigen. - Wer nämlich unter der Schildkröte die fünf Zusammenhäufungen insgesamt versteht, der muss annehmen, dass dann, wenn die Schildkröte herausgenommen ist, kein Ergreifen, Zusammenhäufen von Formen und keine Formen mehr sind und ebenso weder von einem Ergreifen der vier übrigen Zusammenhäufungen, also weder von einem weiteren Zusammenhäufen noch von den Haufen selbst die Rede sein kann. Wenn aber alle fünf Zusammenhäufungen völlig abgetan sind, dann ist das ganze Daseinsproblem vollkommen gelöst, ist der Heilsstand gewonnen und bleibt nichts mehr zu tun übrig. Dann müsste auch die Sinnensucht, für welche das Schlachtbeil als Symbol gilt, längst abgetan sein. Und das würde zu der Frage führen, warum diese nun erst folgt.

Aber das Herausnehmen der Schildkröte gilt nicht für die



Auflösung aller fünf Zusammenhäufungen, sondern gilt, wie der Text erkennen lässt, für die gründliche endgültige Durchschauung der fünf Zusammenhäufungen als der gesamten Leidensmasse. So wie die Schildkröte ihre fünf Glieder als gefährdet erkennt und bei Gefahr einzieht, so hat der konsequente Nachfolger, der bis zu immer leichterem und gekonnterem Aufhebung der fünf Hemmungen gekommen ist, dadurch auch immer häufiger jenen Klarblick gewonnen, mit welchem er in vollständiger Unbeeinflussbarkeit (*anāsavā*) die fünf Zusammenhäufungen so deutlich als den „Mörder des Lebens“, als den raffiniertesten Täuscher und Betrüger erkannt hat, dass er spätestens nun endgültig beginnt, sich wie die einsichtige Schildkröte zu verhalten, das heißt eingedenk der mit den fünf Zusammenhäufungen verbundenen Gefahren und Schmerzen diese nicht mehr weiter zusammenzuhäufen. Er hat jetzt erst, nachdem sein Geist immer häufiger klar und scharfblickend ist und darum die mit den fünf Zusammenhäufungen zusammenhängenden Schrecknisse deutlicher erkennt, die entscheidende Haltung des Loslassens, des nicht mehr weiteren Zusammenhäufens eingenommen. Damit ist eine entscheidende Wendung in seiner gesamten Lebenshaltung eingetreten.

Aber das geschieht nicht von heute auf morgen, geschieht wie alles nur ganz allmählich. Zwar hat der Geist irgendwann endgültig eingesehen, dass diese Haltung erforderlich ist, und von daher fordert der Mensch diese Haltung von sich. Aber die Wucht seiner programmierten Wohlerfahrungssuche, das heißt die mit großer Macht rollende, vom Geist ausgehende Aktionsgewöhnung, die fünfte der fünf Zusammenhäufungen, die Dynamik seines gesamten Anstrebens und Verhaltens folgt dieser Einsicht nur allmählich.

Ein solcher hat zwar - das geht aus dem bisher Gesagten hervor - schon lange ein unvergleichlich gelasseneres Verhältnis zu den gesamten Umweltseindrücken und Umweltseinflüssen gewonnen, ist ein an tugendliches Verhalten Gewöhnter, in heller, wohlwollender Gesinnung den Mitwesen gegenüber und ist dadurch zu einer solchen inneren Helligkeit und Hei-

terkeit gelangt, die ihn nun einlädt, sich immer mehr diesem inneren Wohl und diesem still beglückenden Gestimmtsein zuzuwenden und in dem gleichen Maß von dem durch die äußeren Sinne Angebotenen sich abzuwenden. - Darum ist jetzt erst davon die Rede, dass auch das „Schlachtbeil“, die Sinnensucht, aus dem Ameisenbau herauszuholen sei.

Warum wird die Sinnensucht mit einem „Schlachtbeil“ verglichen?

Die Sinnensucht (*kāma*) ist ja in der gesamten Sinnenwelt-dimension wirksam. Daher besteht überall in dieser Dimension zusätzlich noch das Problem der Moral. Nur in dieser Dimension wird zwischen untugendhaft (*dussīla*) und tugendhaft (*sīla*) unterschieden. Alle Wesen dieser Dimension sind bedürftig der sinnlichen Wahrnehmung, sind bedürftig, dass sie erlangen, wonach sie verlangen. Da zeigt nun der Buddha das karmische Gesetz auf, nach welchem nur derjenige die Erfüllung seines Verlangens findet, der auch das Verlangen seiner umgebenden Wesen immer zu erfüllen trachtet - und das gilt als gut und moralisch, während derjenige, der die Wünsche und Bedürfnisse seiner Mitlebenden unberücksichtigt lässt oder ihnen gar entreißt, was sie haben, damit bewirkt, dass auch er vergeblich nach der Erfüllung seiner Bedürfnisse trachtet, dass auch ihm vom „Schicksal entrissen wird“, was er wünscht. Insofern ist die Sinnlichkeit selbst zwar moralisch neutral, aber erst durch sie ist das moralische Problem gegeben.

Aber unter dem Gesichtspunkt der Heilsfrage ist die Sinnensucht eine gefährliche Krankheit, ein großes Unheil. Die Sinnensucht ist nicht nur der stärkste und am schwersten zu überwindende Verhinderer des Heils, sondern sie ist auch der Mutterboden, aus dem die anderen unheilsamen Dinge wie Egoismus, Antipathie bis Hass, Rohheit, Gewaltsamkeit usw. hervorgehen, wodurch die Wesen abwärts gleiten in immer mehr Leiden bis zum Höllengrund. Darum eben ist das „Schlachtbeil“ das ihr gemäße Symbol.

Alle Wesen der Sinnenwelt von den obersten Himmeln dieses Daseinsbereiches bis zu den untersten Höllen befinden sich wegen ihres sinnlichen Begehrens nach den mit den Sinnen erreichbaren Dingen in ununterbrochenem Wehgefühl, in einem Vakuum, lechzend, dürstend. Diese Tatsache des krankhaften lechzenden Dürstens schafft selbst in den höchsten Ebenen der Sinnenwelt ein Grundgefühl des Durstes, zu dem in den mittleren und unteren Ebenen noch ein Grundgefühl von Dunkelheit und Kälte dazukommt. Doch all das ist dem normalen Menschen gar nicht bewusst durch die unendlich lange Gewohnheit, weil er kein überweltliches Wohl kennt. Das lechzende Dürsten erfordert eine ununterbrochene Begegnung mit den verschiedenen Sinnesdingen. Aber diese Begegnung kann obendrein noch die Schmerzen erhöhen. In den Daseinsebenen, die innerhalb der Sinnensuchtwelt als Hölle bezeichnet werden, erfahren die Wesen immer das Gegenteil von dem, wonach sie lechzen und dürsten, während in den höchsten sogenannten „Himmeln“ der Sinnensuchtwelt die Wesen mehr oder weniger ununterbrochen Befriedigung ihres lechzenden Dürstens erfahren. Aber selbst dort ist das Dürsten vorhanden, das der Erwachte mit dem Jucken von Aussatzwunden vergleicht (M 75). Nur ist dort auch immer Gelegenheit zum „Kratzen“, das als Befriedigung empfunden wird, weil es vom dauernden Jucken der Wunden ablenkt.

Es bleibt also die Abhängigkeit, die Suchtkrankheit. Und da durch die Befriedigungserlebnisse die Sucht nur größer wird, solange sie positiv bewertet werden, so müssen alle Wesen der Sinnensuchtwelt, auch die der höchsten Sinnensuchthimmel, wenn sie den Ausweg nicht wissen, auf die Dauer wieder absinken in die Stadien, in denen ihrem süchtigen Begehren weniger Erfüllung wird bis zu den Höllen, wo sie das Gegenteil ihres süchtigen Begehrens erfahren: äußerste Schmerzen, Entbehrungen, Qualen und Misshandlungen für unvorstellbare Zeiten.

Das ununterbrochene Lechzen und Dürsten nach Sinneserlebnissen zwingt die Wesen, immer wieder Körper als Träger

von Sinnesorganen anzulegen, die dem Tod verfallen sind. Darum wird das sinnliche Begehren auch von daher mit dem Schlachtbeil verglichen, das immer wieder die Körper der begehrenden Wesen hinschlachtet. Es mag auch noch aus einem anderen Grund mit dem Schlachtbeil verglichen werden: weil die Wesen in der Sinnensuchtwelt sich gegenseitig immer wieder hinschlachten. Im grobstofflichen Bereich der Sinnenwelt und unterhalb des Menschentums gilt das Recht des Stärkeren. Der Schwächere wird umgebracht oder ausgebeutet.

Wir sehen an den Gleichnissen des Erwachten für die Sinnlichkeit (M 54), dass es in allen Daseinsbereichen, wo sich die Interessenssphären überschneiden, gar nicht friedvoll zugehen kann. Und wenn auch in den höheren Sinnensuchthimmeln kein gegenseitiges Hinmorden ist, auch kein unbeabsichtigtes Schädigen des anderen, so ist dort aber auch kein Bleiben.

Die Wesen der Sinnensuchtwelt, die nicht den ganzen *Sam-sāra* durchschauen und sich herausarbeiten, sinken immer wieder abwärts und bleiben im Dauermangel des Sinnendurstes, bleiben Suchtkranke im wörtlichen Sinne. Von dem Status des ununterbrochenen Unbefriedigtseins befreit die Lehre als erstes. Der Sinnensüchtige kennt zwar durch seine Gewöhnung das Grundgefühl von Durst und (in den mittleren und unteren Ebenen) Dunkelheit und Kälte nicht. Aber er kennt das Gefühl der Befriedigung. An ihm kann er - einmal aufmerksam gemacht - merken, dass er zuvor unbefriedigt war.

In der Sinnensuchtwelt machen Formen und Gefühle die „Dinge“ aus, und zwar insbesondere solche Gefühle, die Ausdruck der jeweiligen Triebe: Sinnensucht, Antipathie bis Hass, Gewaltsamkeit (*kāma*, *vyāpāda*, *viḥimsā*) sind. Die Formen werden also vorwiegend mit einem Gewirr von groben, wilden Gefühlen wahrgenommen und im Geist registriert, der aus Wahrnehmung erst die geliebten und gehassten „Dinge“ macht. Dadurch bedingt werden komplexe Dinge in der Sinnensuchtwelt erfahren wie: Mutter, Vater, Geliebte, Kinder, Schränke, Betten, Städte, Fabriken usw. - und so wirre und bedrohliche Dinge wie: Politik, Krisen, Kriege, Katastrophen.

Nur für die mit Sinnensucht besetzten Wesen gibt es also Außen-, „Dinge“.

Wer aber als Heilsgänger Sinnensucht überwunden hat, womit auch immer Nächstenblindheit und Schonungslosigkeit, Gewaltsamkeit, überwunden ist, wer davon völlig frei ist, weil er in sich selber alles Glück und vollen Frieden hat, der erlebt Formen nur noch wie leere Nebelfetzen, die vor dem freien Himmel zergehen. Er erlebt sie, die ihn einst so bedrängten, nun als leere Erscheinungen. Nur durch den hungrigen Bezug, durch Sinnensucht werden leere Formen zu äußeren „Dingen“. Der von Sinnensucht Befreite hat das Schlachtbeil der fünf Begehungen, dem er in seinem bisherigen Leben ausgeliefert war, das ihn immer wieder getroffen, verletzt und seelisch und körperlich getötet hat, aus dem Ameisenbau, dem Körper, herausgegraben. Ist diese Abwendung vollkommen, so kann ihn nichts mehr in der Welt verwunden, er ist nicht mehr von dieser Welt. Ein solcher hat sich zu dem Reifegrad des Nichtwiederkehrers entwickelt und hat damit die Sinnensuchtwelt überwunden. Er bedarf keiner Befriedigung mehr aus den fünf Sinneserscheinungen. In der Regel lebt ein solcher die größte Zeit in der Übersteigerung der sinnlichen Wahrnehmung, in den seligen Entrückungen.

Den Fleischfetzen herausnehmen -  
Befriedigung überhaupt aufgeben

Als Letztes, das aus dem Ameisenbau herauszuholen ist, wird der Fleischfetzen genannt, und der Erwachte sagt, dass dieser ein Gleichnis für die „Befriedigung“ sei.

Es sei hier gleich herausgestellt, dass die Befriedigung (*nandi*) ganz dasselbe ist wie „Ergreifen“ (*upādāna*), wodurch die fünf Zusammenhäufungen weiterhin zusammengehäuft werden, das Leiden sich fortsetzt. In der 38. Rede der „Mittleren Sammlung“ lesen wir: „Diese Befriedigung (*nandi*) bei den Gefühlen (*vedanā*), das ist „Ergreifen“ (*upādāna*).“ Zwar ist die wörtliche Übersetzung von *upādāna* ganz eindeutig

„Ergreifen“, aber dieses „Ergreifen“ ist immer nur dann geschehen, wenn man sein Gefühl „befriedigt“ hat. Wenn man also irgendein sinnliches Begehren bis zur Befriedigung erfüllt hat oder einer Anwandlung von Zorn durch entsprechendes Schelten oder Handeln bis zur Befriedigung gefolgt ist oder wenn man darüber „Befriedigung“ empfindet, dass ein Mensch, dem man nicht wohlgesonnen ist, sich blamiert hat oder sonstigen Schaden erlitten hat, dann hat man mit jeder solchen befriedigenden (*nandi*) Haltung die betreffenden inneren Triebe, die dadurch befriedigt wurden, bestehen lassen oder gar erstarken lassen. Man hat das sinnensüchtige oder schadenfreudige Verhältnis zu dem betreffenden Gegenstand oder Lebewesen bestehen lassen oder gar verstärkt, nicht aufgelöst. Diese Tatsache ist „Ergreifen“, denn, sagt der Erwachte, alles, was ergriffen wird, tritt auch wieder ins Dasein, tritt an den Täter wieder heran, und damit wird das Leiden fortgesetzt.

Dieser Zusammenhang zwischen der hier genannten Befriedigung und dem im Gleichnis von der „Schildkröte“ bereits näher besprochenen „Ergreifen“ (*upādāna*) zeigt, dass es jetzt erst, bei dem Bild von dem Herausnehmen des Fleischfetzens, um das endgültige und vollständige Zurücktreten von der Befriedigung geht. Jetzt erst, nachdem alle Sinnensüchtigkeit mit ihren großen Schmerzen und Qualen vollständig aufgelöst und der Zustand heller, seliger innerer Stille als Grundzustand erworben ist, in dem wegen des innewohnenden Friedens gar kein Lechzen mehr nach Befriedigung besteht - da erst besteht die Möglichkeit, von dieser Befriedigung, die immer eine innere Bedürftigkeit voraussetzt, ganz und endgültig zurückzutreten.

Während es in der ganzen bisherigen Entwicklung vorwiegend darum ging, lediglich auf dieses oder auf jenes zu verzichten, das heißt sich an dieser oder jener Einzelheit (Zorn oder sinnlichem Begehren) nicht mehr zu befriedigen, kann nun, nachdem der Mensch einen von allem Begehren und allem Dürsten völlig befreiten Zustand, eben inneren Frieden,

gewonnen hat, die dem Menschen angeborene Haltung, sich bei wohltuenden Dingen zu befriedigen, endgültig aufgegeben werden.

Bei dem normalen unbelehrten Menschen besteht alles Wohltuende darin, dass ein inneres Lechzen – sei es nach Sinnengenuss, sei es nach Rache oder auch nach Erheiterung des Gemüts – erfüllt und befriedigt werde, weil ohne Befriedigung jenes Lechzen bestehen bleibt und unerträglich werden kann. Nun aber, nachdem aus dem Ameisenbau schon all die vielen üblen Dinge entfernt sind, besteht keinerlei Lechzen mehr, ist vielmehr ein großer heller erhabener Zustand eingekehrt, und es geht nun um die rechte Haltung gegenüber dieser erhabenen Stille. Dieses Erlebnis besteht lediglich aus der Wahrnehmung einer hell erhabenen Empfindung, an ihm sind von den fünf Zusammenhäufungen nur noch zwei beteiligt: Gefühl und Wahrnehmung. Und auch diese sind hier nur noch in ihrer letzten, feinsten Zartheit vorhanden. Die drei übrigen Zusammenhäufungen nehmen hieran nicht teil.

Wer bis zu dieser Entwicklung gekommen ist, der versteht fast von selber, dass die Zuwendung zu diesem Zustand eine feine Form von Ergreifen wäre und das heißt ein Festhalten eines Zustands, der noch bedingt ist, eben durch jene beiden Zusammenhäufungen. Wer dieses durchschaut, der gibt nun auch die letzte leiseste Zuwendung auf. Im Frieden braucht er keine Befriedigung mehr. Damit ist der „Fleischfetzen“, das Letzte, dessen Entfernung angeraten wird, entlassen.

Die Kobra gilt für den Heilsstand -  
für die Erlösung, das *Nirvāna*

In dieser Haltung, die kein Bezug zu dem Zustand und keine Abwendung von dem Zustand ist, in dieser völlig freien Haltung gegenüber „Zustand“ überhaupt, da liegt die letzte und höchste Unbetroffenheit und Untreffbarkeit - *an-āsava* - . Das ist der helle, erhabene Gleichmut, der nur an der Grenze der zartesten *Samsāra*-Gebilde aufkommen kann.

Wer diesen Gleichmut geschehen lässt, als wäre weder der Gleichmut noch ein Erfahrer – in dieser Haltung des freien Nichtannehmens (*anupādāna*) ist da auch keiner, dem etwas genommen werden könnte, ist Unverletzbarkeit, Erlösung. Das ist Symbol für die Heiligkeit, die Kobra. *Es bleibe die Kobra, die Kobra rühre nicht an!*

Dann sind alle, auch die feinsten Spannungen aus dem Fleischkörper herausgehoben. Dann ist dieser Körper, der ursprünglich als Werkzeug eines wollenden Wahn- und Leidenskomplexes geschaffen war, von den allerletzten Anliegen verlassen, von aller Erwartung, Spannung, Sehnsucht, von allem Dürsten befreit. Die letzten Reste untermenschlichen, menschlichen und göttlichen Wollens sind völlig aufgelöst. Und darum ist mit dem späteren Versagen und Vergehen dieses Körpers niemandem etwas geschehen, ja, ist überhaupt nichts geschehen.



DER STUFENWEG ZUR ERLÖSUNG  
Die Etappenreise  
24. Rede der „Mittleren Sammlung“

Vorwort

In der 24. Rede der „Mittleren Sammlung“ „Die Etappenreise“ wird zuerst vom Erwachten selbst und hernach von zweien der weisesten Mönche der Weg der inneren Entwicklung vom normalen Menschen bis zur Vollendung im Heilsstand kurz genannt: es werden eigentlich nur die wenigen Etappen dieses Wegs erwähnt und einige Verhaltensweisen, die zum Fortschreiten erforderlich sind, so dass sich die Rede dem heutigen westlichen Menschen nur schwer erschließt.

Im alten Indien rechnete man im größten Gegensatz zu uns Heutigen seit Jahrtausenden mit der endlosen Fortexistenz und Wanderung der Wesen durch alle unterschiedlichen Daseinsformen hindurch. Darum hatte man immer schon nach einem Ausgang aus diesem labyrinthischen Gefängnis gesucht und gefragt, bis endlich der Buddha diesen Ausgang ins Freie aufzeigte.

Die große Sehnsucht nach Erlösung aus diesem Labyrinth des Samsāra und die mehr oder weniger gründliche Kenntnis der praktisch erforderlichen Übungen und Besinnungen, um von Abschnitt zu Abschnitt zu immer weiterer Reife zu kommen, durfte im alten Indien noch viele Jahrhunderte nach dem Buddha vorausgesetzt werden. In der modernen Welt dagegen herrscht ein anderes Bild vom Wesen des Menschen und von dem Gesetz des Lebens vor, das dem der damaligen Inder geradezu entgegengesetzt ist. Dieser Tatsache muss Rechnung getragen werden durch einen geistigen Brückenschlag von unserer modernen, sehr vordergründigen Lebensauffassung zu der vom Erwachten aufgezeigten. Dazu stellen uns die überlieferten Lehrreden des Buddha überreiches Material zur Verfügung.

In unserer 24. Rede selbst wird die geistliche Entwicklung des Menschen verglichen mit einer in sieben Teilstrecken verlaufenden Reise eines Königs von seiner Residenz bis zur Landesgrenze. Jede Teilstrecke wird durch Fahren bis zu ihrem Ende bewältigt, an dem dann die Möglichkeit besteht, durch Umsteigen in ein anderes Gefährt mit frischen Pferden die nächste Etappe der Reise, die wieder anderer Art ist, zurückzulegen und so fort bis man ans Ziel gelangt ist.

Damit vergleichbar geschieht auch die geistliche Entwicklung des Menschen hauptsächlich in den bekannten und schon viel beschriebenen drei großen geistigen Abschnitten, die zur Vollendung im Heilsstand führen. Karl Eugen Neumann nennt sie stets:

1. Tugend, 2. Vertiefung, 3. Weisheit.

Darunter wird des Näheren verstanden:

1. *sīla* – im gesamten Umgang mit den Mitwesen wenigstens die bekannten „fünf *sīla*“ innehalten wie überhaupt sich zu fürsorglicher, rücksichtsvoller und wohlwollender Gesinnung und Art erziehen.
2. *samādhi* = weltunabhängiger Herzensfrieden, weil bereits von Gier, Hass und Blendung befreit.
3. *paññā* = „Weisheit“ im Sinne von Klarblick, weil ein solcher durch die Befreiung von Blendung nun auch alle Begrenzungen durch Raum und Zeit aufgehoben hat.

Der eine oder andere dieser drei Hauptabschnitte wird in den Reden bisweilen zum näheren Verständnis noch etwas unterteilt. Das ist in unserer Rede mit dem dritten der drei Abschnitte („Weisheit“, „Klarblick“ = *paññā*) geschehen, wodurch eben die „sieben Etappen“ entstanden sind.

Karl Eugen Neumann hat den Titel dieser Rede aus dem Umfeld des 19. Jahrhunderts mit „Eilpost“ übersetzt. Aber die geistliche Entwicklung des Menschen, seine Umerziehung bis zur Transformierung und zuletzt Transzendierung seines gesamten Wesens an Herz, Charakter, Geist und Körper - das also, was in allen Heilslehren die Läuterung genannt wird - geschieht wahrlich nicht „per Eilpost“. Diese Entwicklung ist

vielmehr eine Aufgabe, für welche der moderne Mensch kaum Verständnis, geschweige den Willen aufbringen kann, solange er das Grundgesetz des Lebens und das Wesen des Menschen nicht so kennenlernt, wie die alten Kulturen des Ostens beides kannten, weshalb sie auch die Geburtsstätten der Religionen, Heilslehren und Läuterungsanweisungen wurden („ex oriente lux“). Darum soll hier zunächst aus einem Vergleich von vier sehr unterschiedlichen Etappenreisen dasjenige Bild vom Menschen und vom Leben entworfen werden, das die weiterblickenden Weisen kennen, woraus dann auch ein Verständnis für den in der 24. Rede besprochenen Läuterungsweg hervorgeht.

### Vier Arten von Etappenreisen

Es gibt in der Welt wenigstens vier sehr verschiedene Arten von „Etappenreisen“; sie sind von größter Unterschiedlichkeit, sowohl nach Sinn und Zweck und Erfolg wie auch nach „Dauer“, und es ist gut, wenn wir neben den uns bekannteren - den ersten beiden - gerade die weniger bekannten ins Auge fassen, denn nur diese bilden den Knoten unseres Geschicks und - seine Lösung. Wir befinden uns mitten darin, ohne es zu wissen, doch wir kommen nicht zur Ruhe, bis wir gerade sie recht erkannt und verstanden haben und dann – auch praktisch durchstehen.

Zur ersten der vier Etappenreisen gehören die Reisen auf unserer Erde, wie sie von dem eben erwähnten König im Gleichnis und von den Menschen zu allen Zeiten in den unterschiedlichsten Formen durchgeführt wurden: im Altertum als ganze Völkerwanderungen durch die Kontinente und als Karawanenzüge durch die Länder, dann als Reisen mit der Postkutsche in der sogenannten „guten alten Zeit“ bis zu den modernen Reisen mit Bahn, Schiff und Flugzeug zu allen Orten der Erde, bei welchen die Zahl der Etappen abgenommen hat.

Die Karawanen zogen früher auf ihrer weiten Reise von

Oase zu Oase. Menschen und Lasttiere erholten sich in längeren Pausen, um mit neuer Frische die nächste Etappe zu bewältigen. Bei der Postkutsche wurden von Zeit zu Zeit - je nach den Umständen - die müden Pferde und Lenker ausgetauscht, und die Fahrt ging weiter.

Auch viele Tierarten haben ihre regelmäßigen weiten Reisen : die Vogelzüge durch die Luft, die Fischzüge durch die Ströme und Meere und früher auch die mühsamen Wanderungen und Züge ganzer Tierrassen und Rudel.

Die zweite Art der Etappenreisen dauert länger. Der Buddha, der Erwachte, umgreift sie mit den Worten:

„Geburt – Altern – Sterben“.

Diese Reise gibt es in menschlichen, untermenschlichen und übermenschlichen Existenzformen. Für unser jetziges Erdenleben begann sie mit dem Hervorgehen unseres Körpers aus dem Leib der Mutter und besteht dann, wenn sie sich in natürlicher Weise vollendet, aus vier Etappen: vom Säuglingsalter an über Jugendfrische, dann Lebenshöhe bis zum Greisenalter und zuletzt bis zum Wiederablegen und Verlassen des Körpers. Diese vier Etappen werden gern mit den vier Jahreszeiten verglichen, mit Frühling, Sommer, Herbst und Winter.

Wenn auch diese vier Abschnitte unserer Erdenwanderung undeutlich ineinander übergehen, so ist doch das Lebensgefühl in jedem Abschnitt erheblich anders, und der Reifezustand schreitet von Abschnitt zu Abschnitt voran. Man kann sagen: Je besonnener der Mensch sein Leben führt, um so mehr empfindet er den Reifezuwachs von Abschnitt zu Abschnitt. Und auch heute weiß jeder von uns ungefähr, in welchem Abschnitt dieser Reise oder in welchem Übergang er sich befindet.

Diese Abschnitte von der Geburt an über die ersten Eindrücke und das allmähliche Kennenlernen der neuen Lebensform bis zur Bekanntheit und dann Gewohnheit gibt es nicht nur bei Menschen und Tieren, sondern in allen Lebensformen. Bei den untermenschlichen Wesen vollziehen sie sich weitgehend

dumpf, getrieben von den Leidenschaften ohne Selbstkontrolle und ohne Überblick über das Leben; und bei den übermenschlichen Wesen meistens mehr bewusst, doch zum Teil auch in fröhlichem, leichtem Dahinleben.

Die dritte Art der Etappenreisen ist die schreckliche, sie ist ein Kreisgang: in sich selber ohne Ende, und in ihr kommen alle Etappenreisen der ersten und zweiten Art immer wieder vor, immer wieder vor, gleichviel wo wir uns innerhalb der ersten beiden Reisen befinden: immer sind wir auch in der dritten.

Es ist die Reise, die in Indien *samsāra* genannt wird, d.h. „um-und-um-wandern“, bei welcher das Leben eines Wesens von seiner jeweiligen „Geburt“ bis zu seinem jeweiligen sogenannten „Tod“ nur eine von ungezählten Etappen ist, welcher unmittelbar die nächste Etappe folgt, und zwar entweder wieder im menschlichen oder im über- oder untermenschlichen Bereich mit den dortigen wechselreichen Schicksalen; und gleich nach dem Tode folgen nur immer wieder Geburt, Altern, Sterben - ohne Ende, ohne Ende ...

Diese immer neuen Etappen innerhalb des Samsāra fasst der westliche Mensch, wenn er von ihnen hört, als immer neue „Leben“ auf; aber so tun nicht die Erwachten. Sie sprechen vom sogenannten „Tod“ mit den Worten:

*Nach Versagen des Körpers jenseits des Todes wird er dort oder dort wiedergeboren.*

Damit drücken sie deutlich aus, dass der sogenannte „Tod“ nicht das Gegenteil von Leben, nicht das Ende und auch gar keine Unterbrechung der Wanderung ist, sondern dass der Tod nur der Übergang, der Durchgang in den nächsten Raum ist, jenseits des uns bisher bekannten Bereichs.

Die Erwachten berichten von ihrer Rückerinnerung an ihre ungezählten Tausende von Daseinsformen als von einer einzigen großen, großen Reise, die zu immer wieder anderen „Orten“ führte.

Weil der „Tod“ nur ein Gestaltwechsel bei Fortsetzung des

Lebens ist, darum lehrt der Erwachte, dass die Voraussetzung für die Geburt eines Menschen nicht im Zusammenkommen von zwei Wesen - den Eltern - sondern von Dreien liege, denn zu den beiden Eltern muss das eigentliche lebendige Wesen mit seinem Charakter und seinen Veranlagungen - aber in dem für die meisten Menschen unsichtbaren feinstofflichen (*dibba-*) Körper hinzukommen und in den Mutterschoß eingehen, um sich aus der Nahrung der Mutter wieder ein Körperwerkzeug aufzubauen. Es handelt sich also nicht um „Zeugung“ eines neuen Wesens, sondern um „Empfängnis“, um Empfängnis und Einlass eines lebendigen Wesens in den Mutterleib. Das bedeutet: Wir Heutigen haben zu unserer jüngsten Geburt unsere auf der langen Reise erworbenen guten und üblen Charaktereigenschaften und Leidenschaften selbst mitgebracht. Der jetzt Geborene ist charakterlich ganz der zuvor „Gestorbene“ - nur zu seinem Körper haben die Eltern ihm verholten.

Und auch was uns in jedem neuen Lebenslauf begegnet als unser „Schicksal“, das ist ebenso „alt“ wie wir selber, denn es ist nur das, was wir früher den Mitwesen an Wohltaten und Übeltaten angetan hatten. Was uns begegnet, ist also nicht von irgendeiner fremden Macht geschicktes „Schicksal“, sondern eigenes selbst geschaffenes „Schaffsal“. Auch die christlichen Bücher sagen (in der Apokalypse des Johannes-Offenbarung 14,13): *„...und ihre Werke folgen ihnen nach“* und (Gal. 6,7): *„...denn was der Mensch säet, das wird er ernten“*.

Doch diese Samsāra-Reise von Lebensform zu Lebensform führt nicht, wie die anderen, von Etappe zu Etappe irgendeinem Ziel näher – weder der „Vollkommenheit“ noch dem „Untergang“ - sondern verläuft schier planlos, sinnlos auf und ab, endlos wie im Kreis. Und die Menschenart, unsere gegenwärtige Existenzform, ist unter den vom Erwachten genannten etwa zwanzig Existenzweisen, von der höchsten bis zur schrecklichsten, eine der dunkelsten und schwersten; nur noch drei schlimmere, also untermenschliche Formen, nennt der Erwachte: „die Gespenster“ (christlich „die Armen Seelen“),

die Tiere und die Höllenstätte der Qualen und Quälgeister.

Er sagt, dass die Wesen in der Regel ihr eigenes Leben und Erleben falsch verstehen, das Gesetz des Lebens, seine Funktion und seine Struktur nicht kennen und, obwohl sie zu handeln glauben, doch nur von ihren Blendungen und Leidenschaften bewegt und gelenkt, sich alle Leiden selber bereiten. Denn der Mensch hat kaum eine Ahnung und keinerlei Wissen von der wahren Dimension, dem Gesetz, der Struktur und vor allem der Funktion dessen, was er „Leben“ nennt. Er empfindet Wohl und Wehe, er glaubt zu leben und zu handeln, aber er weiß nicht, woher das alles kommt – und darum sprechen wir ja auch von „Schicksal“.

So wie wir manchmal vielleicht auf eine Fliege blicken mögen, die über unseren Handrücken läuft und die doch nichts vom Menschen weiß und nichts von den Gefahren, die ihr vom Menschen drohen, geschweige dass sie unsere Probleme, Sorgen und Freuden kennt - so auch blicken die Vollendeten, die Geheilten auf uns, die wir allerlei Versuche anstellen, um zu Wohl und Helligkeit zu kommen, und die wir doch nur immer wieder in Tod und Wiedergeburt fallen – denn Menschentum ist eine der untersten, dunkelsten aller Erlebensweisen.

Und diese Reise von Wohnung zu Wohnung kann „von selber“ gar nicht zum Ende kommen, denn dazu würde es einer besonderen Kenntnis bedürfen - eben einer Kenntnis des Heilsstandes. Die hat der normale Mensch nicht, und er kann sie aus sich selbst nicht finden; nur durch die Belehrung seitens eines Vollendeten kann er sie gewinnen. Darüber sagt der Erwachte (M 46):

*Die Wesen, ihr Mönche, haben das Verlangen, den Wunsch und die Sehnsucht: ‚Ach, möchte doch alles Unerwünschte, Schmerzliche, Dunkle ganz und gar aufhören und dagegen das Erwünschte, Erfreuliche und Helle immer mehr zunehmen!‘*

*Aber bei diesen Wesen, ihr Mönche, obwohl sie also wünschen und sich sehnen, nimmt doch das Unerwünschte, Schmerzliche, Dunkle immer mehr zu, und das Erwünschte,*

*Erfreuliche und Helle schwindet immer mehr.*

Denn sie kennen nicht das Gesetz des Lebens.

Und auch ein Anfang dieser Samsāra-Reise ist nirgends zu erkennen. - Die Weisen, die über unsere begrenzte sinnliche Wahrnehmung weit hinausgewachsen sind und darum andere Zeiten und Vorgänge durchblicken als wir - diese erkennen, so weit sie auch immer zurückblicken, nur immer sich selbst in immer wieder anderen Formen, bis sie des weiteren Rückblicks müde werden, zumal sie inzwischen das Gesetz durchschaut haben, dass ein Anfang unmöglich gefunden werden kann.

Der Erwachte berichtet darüber, dass die meisten Wesen allein in einem Weltzeitalter, in einem Äon, Hunderttausende von Lebensformen menschlicher, über- und untermenschlicher Art mit Geburt, Altern und Sterben immer nur des Körpers durchwandern. Von solchen Weltzeitaltern habe er 91 rückwärts durchschaut und habe immer nur Wechsel und Wandel in Daseinsformen und nirgends einen Anfang und nirgends eine sinnvolle Entwicklung gefunden, sondern immer nur Wechsel durch Höhen und Tiefen, durch Licht und Dunkel, durch Qualen und Freude - in einer gewissen Bedingtheit:

In der Regel geraten die Wesen von Geburt zu Geburt in immer größere Dunkelheit, bis sie in Unterwelten, oft noch unter dem Menschentum, in äußerster Not erst „durch Schaden klug“ werden, durch die Schmerzen erst zur Umkehr kommen. Aber wie hoch sie sich dann auch in dem weiteren Umlauf wieder entwickeln mögen und darüber ihre frühere Not wieder vergessen haben: - solange sie das Grundgesetz der Existenz nicht kennen, die Ordnung ihres eigenen geistig-seelischen „Funktionierens“, ihre Bedingtheit („Konditioniertheit“) nicht durchschauen, deren Kenntnis allein zur Erwachung und damit zum Ende dieses Umlaufs führt - so lange geht es nach jedem Aufstieg langsam aber sicher wieder abwärts.

Und nicht nur der Erwachte spricht von dem rieselnden Absinken der Wesen von Stufe zu Stufe - auch in anderen Religi-



onen ist ein Raunen von „Götterdämmerung“ und immer wieder Untergang. Auch die christliche Lehre spricht vom früheren Abfall der Engel Luzifers, die zu „Dämonen“ wurden. Und Jesus sagt auch von uns Menschen, dass die meisten „auf dem breiten Weg“ wandeln, der abwärts in noch größere Dunkelheit führt. (Matth. 7, 13 u. 14)

Von dieser schier ausweglosen, schier endlosen, schmerzlichen Etappenreise hatten die stilleren tieferen Geister des alten Indien - aber vereinzelt auch im Abendland – Ahnung und Wissen, und darum stöhnten sie auf:

*Versunken bin ich in der endlosen Kette von Geborenwerden, Altern und Sterben und Wiedergeborenwerden, Altern und Sterben; in Leiden bin ich versunken, in Leiden verloren! O, dass es doch einen Ausweg gäbe, um dieser ganzen Leidensmasse zu entrinnen. (M 29 u.a.)*

Und als dann vor zweieinhalbtausend Jahren der Vollendete erschien - der aus diesem Alptraum Erwachte – da erkannten gerade diese Geister sehr bald, dass sie hier den Wegweiser aus diesem Elend und Leiden heraus vor sich hätten. Die überlieferten Reden sind durchzogen von den tief besorgten Fragen dieser Menschen an den Erhabenen, von den klärenden Antworten des Meisters und von den Berichten über ihre konsequente Einübung des aufgezeigten Heilswegs bis zur Heilsfindung.

Selbst heute noch - obwohl diese Heilslehre aus Indien schon vor Jahrhunderten äußerlich verdrängt wurde - geht durch das hinduistische Indien die Mahnung:

*Haben wir nicht in Verehrung die Weisen befragt,  
wie die Kette der Wiedergeburten zu sprengen sei,  
haben wir auch keine Wohltaten angehäuft,  
die imstande wären, uns die Flügel der Himmelstore zu öffnen,  
so waren wir weiter nichts als die Axt, die den Jugendbaum  
unserer Mutter fällte. (Subhāsitarṇāva)*

In diesem unermesslichen Umlauf hat der Erwachte das Grundgesetz der Existenz entdeckt, und dadurch hat er hinausgefunden zur Erwachung. Und er sagt, dass immer wieder einmal in langen, langen, unregelmäßigen Zeitabständen einer aus sich selbst zu dieser Erwachung komme, ein Erwachter („Buddha“) werde, und dass durch ihn dann manche der dazu geeigneten Wesen dieses Grundgesetz und damit den Übungsweg kennenlernten, der aus diesem Elend herausführt. - Dieser Übungsweg ist die vierte Art von Etappenreisen, und um diese geht es in unserer Rede. -

Die vierte Art von Etappenreisen, die von den Erwachten gelehrt, ist die einzige, die zur endgültigen Geborgenheit, also nicht nur zum höchsten, vollendeten Wohl, sondern zum Ausgang ins Freie führt.

Diejenigen Menschen, die zu der Zeit, in der wieder einmal ein Vollkommen Erwachter aufgetaucht ist, in seiner Nähe leben oder später, nach ihm, noch von der Lehre hören - wie wir Heutigen - und die zu dieser Zeit auch solche Herzensart und Gemütsart haben, dass sie dann aufhorchend den Sinn begreifen, das Elend des Samsāra empfinden und nun um jeden Preis nach dem Ausgang ins Freie trachten - diese gehen bei dem Erhabenen in die Lehre. Und wenn sie die Unterweisung verstanden haben, dann beginnen sie diejenige Etappenreise, die von Abschnitt zu Abschnitt zu immer mehr Erleichterung und Wohl führt, zu Helligkeit und Weitblick führt, bis mit dem letzten Schritt dieser ganze Alptraum ein Ende findet in der Erwachung, in der Erlösung.

Entwicklungsetappen dieser vierten Reise werden in allen Religionen mehr oder weniger angedeutet oder ausführlich beschrieben. Auch die Seligpreisungen Jesu zeigen solche Stufungen bis zu seiner höchsten Verheißung: *Selig sind, die reinen Herzens sind, denn sie werden Gott schauen.* Ebenso handelt sein Gespräch mit dem „reichen Jüngling“ (Matth. 19,

16-21) zuerst von der Tugend in der Welt, dann aber von der Weltüberwindung. In der christlichen Mystik wird von dem „anfangenden“ und dem „fortschreitenden“ Menschen gesprochen, ebenso im Sufitum, im Hinduismus und am ausführlichsten und gründlichsten in der gesamten Unterweisung des Erhabenen.

Im Grund handelt es sich immer um die drei großen Entwicklungsetappen mit dem Endziel in der Erlösung als viertes, wie sie in den Lehrreden öfter genannt sind. Gegen Ende seines Erdenwandels spricht der Erwachte sie noch einmal aus, indem er geradezu eine Bilanz seiner Bemühungen und des Erfolgs seiner Bemühungen zieht (D 16):

*Weil da, ihr Mönche, vier heilende Eigenschaften nicht endgültig erkannt und erworben worden waren, darum ist diese lange, lange Daseinsrunde durchwandert worden, durchlitten worden, durchirrt worden, von mir sowie von euch. Welche vier Eigenschaften sind das ?*

*Weil da die heilende Begegnungsweise (ariya sīla),  
weil da die heilende weltbefreite Herzenseinigung (ariya samādhi),*

*weil da der heilende Klarblick (ariya paññā),*

*weil da das Heil der Erlösung (ariya vimutti)*

*nicht endgültig erkannt und erworben worden war, darum ist diese lange, lange Daseinsrunde durchwandert worden, durchlitten worden, durchirrt worden, von mir sowie von euch.*

Aber nun, achtzigjährig, und nachdem er fast ein halbes Jahrhundert lang die Heilssucher über die Heilsentwicklung belehrt hat, nachdem ungezählte Scharen von Menschen in ganz Indien durch das Vorbild dieses wahnlosen Wesens und durch seine klärende Lehre in einem tauglichen edlen Lebenswandel gefestigt worden waren und damit himmlische Art gewonnen hatten;

nachdem weitere tausende Mönche und Bürger endgültig in die Heilsentwicklung eingetreten sind, die unhemmbar im Lauf weniger Geburten zur Erlösung führt;

nachdem sich unter den lebenden Mönchen und Nonnen nach Aussage des Erwachten über tausend bereits endgültig Erlöste befanden,

da konnte er seine Bilanz abschließen mit den Worten:

*Da sind aber jetzt die vier heilenden Eigenschaften endgültig erkannt und erworben worden,*

*da ist die heilende Begegnungsweise,*

*da ist die heilende weltbefreite Herzenseinung,*

*da ist der heilende Klarblick,*

*da ist das Heil der Erlösung*

*endgültig erkannt und erworben worden.*

*Versiegt ist der Wanderdurst, abgeschnitten ist die Werdensader, nicht mehr weiter die leidvolle Wanderung.*

Mit dieser Erlösung ist auch die vierte Art der möglichen Etappenreisen beendet und ist der Ausgang über alle Drangsal hinaus, der Ausgang ins Freie endgültig gewonnen und sind mit dieser auch alle anderen Etappenreisen endgültig beendet.

Diese vierte Etappenreise bildet den Inhalt der folgenden Rede.

### Voraussetzungen für die vierte Etappenreise

Jede bewusst und gewollt begonnene Unternehmung ist, wenn sie durchgehalten werden soll, wenigstens von zwei Voraussetzungen abhängig, und diese müssen um so stärker und sicherer vorhanden sein, je mehr die beabsichtigte Unternehmung Einsatz und Arbeit erfordert.

Die erste Voraussetzung ist eine intellektuelle: Es ist die im Geist gewonnene Einsicht oder Erkenntnis oder Anschauung, dass das beabsichtigte Unternehmen den angestrebten Erfolg mit sich bringen wird, der entweder die Abwendung einer drohenden Lebensgefährdung oder Lebensminderung oder Not verspricht oder aber gegenüber dem jetzigen Zustand größte Verbesserung, Erhöhung und Erhellung verspricht. Diese Anschauung und Überzeugung, gleichviel ob sie falsch oder

richtig ist, irrig oder realistisch, bewirkt, dass man das Unternehmen beginnt.

Die zweite Voraussetzung ist die Beteiligung des Gemüts. Das heißt, man muss Mut und Zuversicht und gar eine große Sehnsucht zur Durchführung dieser Unternehmung haben oder bald gewinnen, sei es, um des Ergebnisses willen die Mühsal auf sich zu nehmen, oder sei es gar, dass auch die Aufgabe selbst schon eine große Genugtuung bereitet oder Freude macht.

Im Sinn dieser Wahrheit sagt *Johann Gottfried Herder* mit Recht:

*Ohne Begeisterung schlafen die besten Kräfte unseres Gemütes. Es ist ein Zündstoff in uns, der Funken braucht.*

Aber: Die Beteiligung des Gemüts mit Mut und Freude hängt nicht nur, wie die Anschauung, von dem intellektuellen, sondern von dem charakterlichen Zuschnitt des Menschen ab, von der Beschaffenheit des Herzens - und das Herz ist ein sehr unterschiedliches und sehr vielseitiges Motivgewoge.

Bei den meisten Mönchen mochte zu der Zeit, als sie unter dem Einfluss der Belehrung des Erwachten zu der rechten Anschauung gekommen waren, auch ihr Gemüt freudig mit eingestimmt und eine hohe Begeisterung sie bewegt haben. Aber das Gemüt des Menschen ist ebenso wankelmütig wie das Herz des Menschen, der Hort seiner gesamten Triebe, Leidenschaften und Charaktereigenschaften, der guten und der üblen, vielseitig und vielschichtig ist.

Je mehr gute Eigenschaften dem Herzen innewohnen (die der Erwachte mit Goldkörnern vergleicht), um so öfter ist das Gemüt in seinen Schwankungen immer wieder zum Guten geneigt, für das Gute begeistert; aber je mehr dunkle Eigenschaften demselben Herzen auch innewohnen (die der Erwachte mit Sandkörnern oder noch gröberen Verunreinigungen vergleicht), um so öfter ist dasselbe Gemüt zu anderen Zeiten wiederum zum Üblen oder doch banalem Vordergründigen geneigt und ist abgeneigt von dem Großen und Erhabenen.

Befindet sich nun ein solcher Mensch als Mönch im Orden, dann kommen öfter über ihn die Stimmungen der Öde, des Missmuts, der Langeweile. Und in solchen Zeiten melden sich in seinem Geist Erinnerungen an verlockende Szenen aus dem verlassenen Welt- und Familienleben oder gar Kritik an der Lehre des Erwachten oder am Orden. Unter dem Einfluss solcher aus dem Herzen aufsteigenden begehrliehen oder trüben Gemütsanwandlungen haben zu allen Zeiten in allen Religionen immer wieder Mönche und Nonnen den geistlichen Kampf abgebrochen und sind in das bürgerliche Leben zurückgekehrt.

Und noch häufiger sind die in der Familie verbliebenen Anhänger trotz anfänglicher Begeisterung unter dem Einfluss des grauen Alltags wieder erlahmt und zurückgefallen. Auch die Briefe der ersten christlichen Apostel an ihre Gemeinden sind erfüllt von der Mahnung durchzuhalten. Und wir finden da den Vorwurf, dass die Gemeindeglieder „die erste Liebe wieder verloren“ hätten.

Im Geist die rechte Anschauung zu gewinnen, kann man vergleichen mit dem Vorgang, dass ein Samenkorn in die Erde gelangt, aber erst das kraftvolle Miteinstimmen des Gemüts bedeutet die erforderliche Ernährung des Samenkorns durch Regen und Sonne, damit es sich regt in der Erde, sich ausreckt, Wurzeln bildet und den Stiel entwickelt, der bald sichtbar aus der Erde herausstrebt.

Die Anschauung allein ohne die kraftvolle Beteiligung des Gemüts hilft so wenig, wie wenn ein an sich gutes Samenkorn in harte, kalte und trockene Erde gelangt – das zeigt auch Jesus im Gleichnis vom Sämann - oder wie wenn ein Feuer trotz guten Brennstoffes allein aus Mangel an Luftzufuhr schwach dahinglimmt und zu erlöschen droht. Wenn aber von solchen Menschen, welche die rechte Anschauung über das Leben, über Unheil und Heil bereits besitzen, in der rechten Weise miteinander über den Segen dieser Lehre, über die Wege und die Übungen gesprochen wird, dann ist das, wie wenn man in das stille, lahm gewordene Feuer reichlich Luft hineinbläst, so

dass es wieder aufflammt und aufbraust. Aus diesem Grund empfiehlt der Erwachte das stärkende und ermutigende Gespräch mit anderen Strebenden über die Heilsentwicklung (S. M 43).

### Zehn Betrachtungen geben Kraft und Mut

In dem hier folgenden ersten Teil der Rede sehen wir, wie der Erwachte die Mönche in der Pflege der rechten Anschauung und rechten Gemütsverfassung bestärkt: Er nennt dazu zehn Gesprächsthemen, Besinnungsthemen, an die ein jeder, wenn er die Leiden dieses Daseinslabyrinths und den Weg daraus begriffen hat, fast von selber kommt. Der Erwachte nennt sie, um den ernsteren Mönchen, die diese Besinnungen selbst schon pflegen, zu bestätigen, dass sie bei der richtigen und hilfreichen Arbeit sind, und um den anderen, die nicht von selber zu dieser Einsicht kommen, zu zeigen, worum es jetzt geht. Der Text der 24. Rede der „Mittleren Sammlung“ „Die Etappenreise“ beginnt wie folgt:

*So hab ich's vernommen: Einstmals weilte der Erhabene bei Rājagaha im Bambuspark, am Hügel der Eichhörnchen. Da nun begaben sich viele Mönche, welche die Regenzeit in ihrer Heimat zugebracht hatten, zum Erhabenen, begrüßten den Erhabenen ehrerbietig und setzten sich nieder. An diese Mönche wandte sich nun der Erhabene:*

*Wer da von den Mönchen, welche während der Regenzeit das geistliche Leben in der Heimat führten, hat sich dort bewährt als einer,  
der selber bescheiden, über die Bescheidenheit mit den Mönchen gesprochen hat,  
der selber zufrieden, über die Zufriedenheit mit den Mönchen gesprochen hat,  
der selber abgeschieden weilend, über die Abge-*

*chiedenheit mit den Mönchen gesprochen hat,  
der selber alleinsam weilend, über die Alleinsamkeit  
mit den Mönchen gesprochen hat,  
der selber vorwärtsstrebend, über tatkräftiges Vor-  
gehen mit den Mönchen gesprochen hat,  
der selber zu der heilenden Begegnungsweise ge-  
langt, über die Einübung der heilenden Begegnungs-  
weise mit den Mönchen gesprochen hat,  
der selber zur heilenden weltbefreiten Herzens-  
einigung gelangt, über die Einübung der heilenden  
weltbefreiten Herzenseinigung mit den Mönchen ge-  
sprochen hat,  
der selber zum heilenden Klarblick gelangt, über  
das Wesen des heilenden Klarblicks mit den Mönchen  
gesprochen hat,  
der selber erlöst, über das Heil der Erlösung mit den  
Mönchen gesprochen hat,  
der selber zum Erlösungswissen gelangt, über die  
Wissensklarheit der Erlösung mit den Mönchen ge-  
sprochen hat –*

*wer unter den Mönchen hat sich auf solche Weise  
als ein Belehrer, als Helfer und Berater erwiesen, der  
die Zusammenhänge aufzeigt und die Ordensbrüder  
erfreut, erhebt und ermutigt?*

*Auf diese Worte des Erhabenen antworteten die  
Mönche:*

*Ein Ehrwürdiger namens Punno, o Herr, der Sohn  
der Mantānī, hat sich dort als Helfer und Berater er-  
wiesen, der selber alle diese Eigenschaften besitzt und  
mit den Mönchen über den Segen dieser Eigenschaften  
gesprochen hat.*

*Zu jener Zeit nun saß der ehrwürdige Sāriputto  
nicht fern vom Erhabenen. Und es kam dem ehrwür-  
digen Sāriputto der Gedanke: „Gelungen ist dem ehr-*



*würdigen Punno Mantānīputto das geistliche Leben. Vollkommen erreicht hat der ehrwürdige Punno Mantānīputto das Heil. Ihn loben erfahrene Ordensbrüder vor dem Meister, und der Meister erkennt es an. Ich möchte doch einmal mit dem ehrwürdigen Punno Mantānīputto zusammentreffen und mit ihm ein Gespräch führen.“*

Dieses Gespräch fand im alten Indien vor über zweieinhalbtausend Jahren statt zwischen einem Erwachten, einem Vollendeten, und seinen Mönchen, also solchen Menschen, die den Schrecken des Samsāra so sehr durchschaut haben, dass sie nichts anderes anstrebten, als endgültig aus ihm hinauszugehen.

Andererseits hatten sie die Größe und Sicherheit des Erwachten, des Erhabenen, so tief gespürt und begriffen, dass sie sich diesem Meister und seiner Führung endgültig anvertrauten, um möglichst in dem gegenwärtigen Körperleben, in den zählbaren Jahren des Menschenlebens, unter der Anleitung und Aufsicht des Erhabenen, diese drei Etappen zurückzulegen und zu vollenden. Von diesem Vertrauen bewegt, sind sie willens geworden, den geraden Weg der konsequenten Einübung einer ganz anderen Lebenshaltung zu gehen, und haben darum das häusliche Leben und ihre Familien verlassen und haben sich dem Meister und seiner Führung anvertraut. - Aber der allergrößte Teil der damaligen Zeitgenossen des Buddha, die seine Lehre vernommen hatten, mochten oder konnten sich dennoch nicht zu dem Gang in den Orden entschließen, sondern bemühte sich, innerhalb des weltlichen Lebens der Wegweisung des Buddha zu folgen.

Uns Heutigen ist dieser *unvergleichliche Lenker der lenkbaren Menschen* nicht mehr gegenwärtig. Doch seine Lehre über das Gesetz und die innere Ordnung dessen, was wir als „das Leben“ empfinden, über den Bereich der Leiden, Mühsale, Schmerzen und Unzulänglichkeiten und über den Weg der

Einübungen, durch die man aus allem hinausgelangt zur Freiheit - diese Lehre und Wegweisung steht uns noch zur Verfügung. Doch können wir Heutigen, abgelenkt von den Erfordernissen des Berufs, von den Problemen, Verdrießlichkeiten und Lockungen des weltlichen Lebens und ohne die ständig begleitende Aufsicht, Korrektur und Ermutigung des Meisters, nicht daran denken, diesen Weg der Umbildung und Transzendierung des inneren Wesens im gegenwärtigen Leben schon zu Ende zu bringen - aber wir können uns in diesem Leben hauptsächlich durch gründliches Studium dieser Lehre ein solches Verständnis von der Struktur, der Funktion unseres Lebens erarbeiten, bis diese Orientierung über das Wesen des Lebens fast „von selbst“ zur allmählichen Umlenkung unseres Wollens und Anstrebens führt. - Ganz ebenso hatte ja auch unsere bisherige wahnhaftige Grundanschauung über die Einmaligkeit unseres Lebens und unsere vermeintliche endgültige Vernichtung mit dem bevorstehenden Tod (wo sie und soweit sie bestand und besteht) auch zu unserer bisherigen Willensrichtung und zu unseren bisherigen Verhaltensweisen geführt. Es ist eben grundgesetzlich so, dass eines jeden Menschen Lebensführung und Grundbestrebung gelenkt wird von seiner Auffassung über das, was sich im Leben anzustreben lohnt. - Zu solchem Verständnis sollen diese Erläuterungen dienen.

Der Erwachte spricht vom „geistlichen Leben“ der Mönche (*brahmacariya*). Das war damals kein leeres Wort, sondern war wie ein himmlisches Banner, war Aufruf und Mahnung zu brahmischem Wandel. - Der im weltlichen Stand lebende Mensch führt vorwiegend - und heute fast ausschließlich - das „weltliche Leben“, d.h. sein Dichten und Trachten, sein Sinnen und Beginnen, sein Planen und Fürsorgen betrifft fast nur seine Lebensfrist in dieser Welt von der Geburt des gegenwärtigen menschlichen Körpers bis zu dessen „Tod“. Was er hier auf Erden mit seinen körperlichen Sinnen als angenehm und unangenehm kennengelernt hat, das bestimmt sein Anstreben und Meiden: körperliche Gesundheit, Kraft und Schönheit,

wirtschaftlichen Wohlstand, soziales Ansehen für diese etwa fünfzig bis siebzig bis achtzig Erdenjahre: das hat er im Sinn, denn er meint: „Der Tod ist das Ende!“

Aber im alten Indien – und früher auch im Abendland – wurde nicht vergessen, sondern mit Sorge bedacht, dass der Tod nicht das Ende ist, und wurde bedacht, dass allein die im Erdenleben erworbenen Qualitäten des Herzens auch die Qualität des nachmaligen Lebens in der anderen Welt zwischen Licht und Dunkel bestimmen. In diesem Sinne sagt *Angelus Silesius*:

*Der Tod bewegt mich nicht,  
ich komme nur durch ihn,  
wo ich schon nach dem Geist  
mit dem Gemüte bin.  
(Cherub. Wandersmann IV,81)*

Man dachte also nicht nur an dieses Erdenleben – und eben darum empfanden früher viele Menschen des Morgenlandes wie des Abendlandes, wie sehr das weltliche Leben die Aufmerksamkeit des Menschen nach außen auf die irdischen Dinge lenkt und dass man darüber versäumte, für die Wohlfahrt in jenem bald beginnenden viel, viel längeren Leben zu sorgen.

Diese Einsicht ist es, welche seinerzeit in Indien, aber auch in vielen anderen Kulturen einschließlich des christlichen Abendlandes die tiefer und ernsthafte denkenden Menschen auf den Gedanken gebracht hatte, dass das Leben in der Einsamkeit in gelegentlicher Aussprache mit Gleichgesinnten den Menschen weit mehr in seinem geistlichen Bestand und d.h. in Hochherzigkeit, in Reinheit und Weisheit fördert. Denn diese Eigenschaften sterben nicht mit dem Körper, sondern bilden nach dem Wegfall des Körpers die Grundlage für die Qualität des weiteren Lebens:

Brot für den sterblichen Körper, aber hohe Gedanken und Herzensgesinnungen für das spätere himmlische Leben und zuletzt für die Entrinnung aus dem Samsāra.

Im ähnlichen Sinne zitiert auch Jesus Moses:

*Es steht geschrieben (5.Mose 8,3): Der Mensch lebt nicht vom Brot allein, sondern von einem jeglichen Wort, das durch den Mund Gottes geht. (Matth. 4,4)*

Das am Anfang von M 24 geschilderte Treffen dürfte wohl noch in der Anfangszeit der Lehrtätigkeit des Buddha stattgefunden haben, als der Orden noch nicht bekannt war, darum noch keine Klöster gestiftet waren, in welchen die Mönche die Regenzeit verbringen konnten. Darum mussten sie für diese drei bis vier Monate während der intensiven Regenzeit nach Hause zu ihrer früheren Familie oder zu anderen Verwandten oder Freunden gehen, damit sie dort unter Dach waren. Dies mag für die Mönche manche weltliche Anziehung bedeutet haben, wenn auch der Gang in die Hauslosigkeit sehr ernst genommen wurde.

In keinem anderen Land der Erde wie gerade in Indien hat man so gewusst, wie man durch tiefe religiöse Betrachtung und Übung in der Einsamkeit sich wahrhaft verändern, erhellten, ja, bei richtiger Anleitung zur Heilsgewinnung gelangen kann. Der Eintritt in den Orden war für die meisten in der Regel endgültig, obwohl der Austritt jederzeit möglich war. Die Mönche hatten mit den Problemen der Familien-, Stadt- und Dorfgemeinschaften nichts mehr zu tun. Das bedeutete nicht, dass sie die Menschen flohen, sondern nur, dass sie sich nicht mehr von den unterschiedlichen Meinungen der Menschen abhängig machten, sich vielmehr auf die tieferen, weiseren Einsichten stellten, die sie aus der Lehre gewonnen hatten.

In den langen Regenzeiten waren gute Gespräche mit Gleichstrebenden wichtig, um die vom Erwachten gelehrt, ganz andersartigen Perspektiven und Anblicksweisen immer wieder aufzurichten, um immer wieder Einsicht und Ansporn für die Läuterungsarbeit zu bekommen, sich zu stärken und zu ermutigen.

Darum fragt der Erwachte nun nach der Regenzeit, ob sich ein Mönch als hilfreich erwiesen habe, indem er selber nach dem Höchsten gestrebt, das Höchste erreicht hat und nun da-

rüber auch mit den Mönchen spricht und so Vorbild und Lehrer zugleich ist.

Die mönchische Tagesordnung bestand in der Regel darin, sich den Tag über der Läuterung zu widmen und am Abend „nach Aufhebung der Gedenksruhe“ in oft mehrstündigen intensiven Schulungsseminaren (s. M 118) zu üben oder mit den Gleichstrebenden über Hindernisse und Schwierigkeiten, die sich ergeben, zu sprechen, aber ebenso sich gegenseitig in heilsförderlichem Anblick zu bestärken. Der Rat des Erwach-ten lautet:

*Wenn ihr euch trifft, so geziemt euch zweierlei:  
lehrreiches Gespräch oder heilsames Schweigen. (M 26)*

Das „lehrreiche Gespräch“, das geistig-seelische Zusammenhänge verständlich macht, wird vom Erwach-ten an anderer Stelle (M 122, vgl. auch M 32) wie folgt gekennzeichnet: Gespräche, die zur Ledigung, zur Gemüts-erhebung taugen, einzig zur Entlarvung, zur Ernüchterung, zur Ausrodung der Blendung, zum Stillwerden, zum Wahrwissen, zur Erwachung und damit zur Erlöschung des weltlichen Brandes führen, als da sind:

Gespräche über

*Bescheidenheit  
Zufriedenheit  
Abgeschiedenheit  
Alleinsamkeit  
Vorwärtsstreben  
heilende Begegnungsweise  
heilende weltbefreite Herzenseinung  
heilenden Klarblick  
Heil der Erlösung  
Erlösungswissen*

*Wolltet ihr, Mönche, bei euren Gesprächen stets an diese zehn  
Haltungen denken, so möchtet ihr selbst das Licht von Sonne  
und Mond, die so hochmächtigen, hochgewaltigen überstrah-  
len. (A X,69)*

Hier haben wir wieder die gleichen Gesprächsthemen, nach welchen der Erwachte vorhin die Mönche fragte. Die jetzt vom Erwachten an solche Gespräche geknüpfte Verheißung ist nicht nur symbolisch aufzufassen. Der Erwachte weiß: wenn die Mönche die genannten Gedanken und Vorstellungen hegen und in ihrem Gemüt bewegen und so zu werden anstreben, dann können sie sich bis zu dem geistig-seelischen Stand von Brahmawesen und darüber hinaus entwickeln; und die innere Helligkeit von Brahmawesen überstrahlt alles uns bekannte Licht.

Wir sehen, dass unter den zehn Themen auch die vom Erwachten immer wieder genannten drei großen Entwicklungsetappen von Anfang an bis zum Heilsstand mitgenannt sind, dass es also für die Mönche um eine gemeinsame Betrachtung jener transformierenden und transzendierenden Selbsterziehung geht, deretwegen sie ja in den Orden eingetreten waren: reine Sitten gewinnen im zwischenmenschlichen Verkehr; weltbefreite Herzensreinheit gewinnen bis zu innerem Gleichmut; Wissensreinheit gewinnen und vollkommene Geistesklarheit.

Daraus geht als 4. das Heil der Erlösung hervor.

Diese Gespräche sind noch nicht die praktische Übung selbst, sondern dienen der Befestigung und Vertiefung der rechten Anschauung über das,

was zu tun ist,

wie es zu tun ist,

und sie dienen der Gemütshebung.

Denn aus solchen gemeinsamen Gesprächen ergeben sich jene Erhellungen und Ermutigungen, die das Gemüt stärken.

Die ersteren Themen führen zu dem inneren Rückzug aus der „Welt“. Der rechte Mönch im Orden ist darum Mönch geworden, weil er die Gefahr des Samsāra bis zum Grund verstanden hat. Er weiß, wie es sich mit der „Welt“ verhält. Er hat eingesehen und begriffen, dass alles Erleben aus dem eigenen Herzen, dem *citta*, kommt und dass nur durch Befreiung

des Herzens von Egoismus und Weltsucht die Welt-Wahrnehmung erhellt und die Welt-Abhängigkeit zuletzt überwunden wird. Die Mönche wollen daher von den Welt-Einbildungen, den Blendungen durch die Sinne frei werden und die Quelle aller Täuschung aufheben. Darum haben sie sich ja von der Welt zurückgezogen. Für sie sind Gespräche darüber, wie diese Zurückgezogenheit gut genutzt werden kann, besonders wichtig.

### Fünf Besinnungen bereiten vor auf die Übungen

Versuchen wir nun nach dem Rat des Erhabenen ein „ermutigendes klärendes Gespräch“ über diese Themen; zunächst über die ersten fünf, welche die Vorbereitung bilden für die weiteren.

#### Bescheidenheit (*appiccha*)

Das Pāliwort bedeutet wörtlich „wenig Wünsche haben“, ist aber in den einzelnen praktischen Fällen in den Lehrreden als „Bescheidenheit“ zu verstehen.

Der Erwachte nennt die Bescheidenheit als erstes von zehn heilsamen Gesprächsthemen vielleicht deshalb, weil in einer Asketengemeinschaft, die auf Sinnengenüsse verzichtet hat, der Wunsch nach Anerkennung stark in den Vordergrund tritt, eben der Wunsch, anerkannt und gelobt zu werden. Aus diesem Grund empfiehlt der Erwachte, sich als erstes Gesprächsthema darauf zu besinnen, dass das Gespräch der Wahrheitsfindung und der Erhebung des Gemüts dienen soll und dass Ehrgeiz und Sich Hervortunwollen und damit verbunden abschätziges Vergleichen, kritische Beurteilung ebenso zu Ärger und Verdruss führen, im Samsāra festhalten wie der Genuss von Sinnendingen.

Der Erwachte sagt, dass sich im Orden nur der Mönch wohlfühlt, der sich nicht beunruhigt, wenn er unbekannt ist (A V,106).

*Nur für den Bescheidenen, ihr Mönche, eignet sich diese Wahrheit, nicht für den Unbescheidenen (D 34 VIII).*

Bescheidenheit ist die Haltung, die sich ergibt, wenn der Übende seine Kräfte und seine Schwächen erkennt, das Ziel vor sich sieht und um seinen großen Abstand zwischen sich und dem Ziel, der Aufhebung aller Triebe, weiß. Er hat nur den Wunsch, diesen Abstand zu verringern. Wie könnte ein solcher sich wegen einer kleinen Errungenschaft hervortun wollen! So berichtet der Erwachte von dem im Hause lebenden Hausvater *Hatthako* (A VIII,23), der so viele gute Eigenschaften hatte:

*Einst weilte der Erhabene bei Ālavi am Hauptschrein der Ālaver. Dort wandte sich der Erhabene an die Mönche:*

*Wisset, ihr Mönche, dass bei Hatthako aus Ālavi sieben außerordentliche, wunderbare Eigenschaften anzutreffen sind. Welche sieben?*

*Hatthako aus Ālavi, ihr Mönche, hat Vertrauen, ist tugendrein, hat Scham und Scheu (vor Üblem), er hat viel gehört, ist freigebig und weise. –*

*Nach diesen Worten erhob sich der Erhabene von seinem Sitz und ging fort. Einer der Mönche aber begab sich am frühen Morgen mit Gewand und Almosenschale versehen, zur Wohnung Hatthakos aus Ālavi. Dort angelangt, setzte er sich auf dem angebotenen Sitz nieder. Und Hatthako aus Ālavi kam heran, begrüßte ihn ehrerbietig und setzte sich zur Seite nieder. Darauf sprach jener Mönch zu Hatthako aus Ālavi:*

*– Sieben außerordentliche, wunderbare Eigenschaften, Bruder<sup>86</sup>, werden bei dir angetroffen, hat der Erhabene erklärt: „Hatthako aus Ālavi, ihr Mönche, hat Vertrauen, ist tugendrein, hat Scham und Scheu (vor Üblem), er hat viel gehört, ist freigebig und weise.“ – War da, o Herr, etwa irgendein weißgekleideter Hausner zugegen? –Kein weißgeklei-*

---

86 Hier ist die Anrede *āvuso*, wie sie unter Mönchen üblich ist, nicht aber im Umgang mit Hausleuten.



*deter Hausner war da zugegen, Bruder. –*

*– Gut, o Herr, dass sich dort kein weißgekleideter Hausner befand.–*

*Nachdem nun jener Mönch in der Wohnung Hatthakos aus Ālavi seine Almosenspeise in Empfang genommen hatte, erhob er sich von seinem Sitz und entfernte sich. Am Nachmittag aber, nach beendetem Mahle, begab er sich zum Erhabenen und teilte ihm mit, was er mit Hatthaka aus Ālavi gesprochen hatte. Und der Erhabene sprach: Recht so, recht so, Mönch, bescheiden, Mönch, ist jener edle Sohn. Die guten Eigenschaften, die er besitzt, will er andere nicht wissen lassen. So wisse denn, Mönch, dass Hatthako aus Ālavi diese achte außerordentliche, wunderbare Eigenschaft besitzt, nämlich Bescheidenheit.–*

### Zufriedenheit (*santutthi*)

Zufriedenheit oder Genügsamkeit heißt nicht, immer entbehren und verzichten zu wollen, sondern heißt nur, dass man nicht immer süchtig herumsucht und herumlungert, wo etwa noch „mehr“ und noch „anderes“ sei. Es versteht sich unmittelbar, dass die Pflege rechter Zufriedenheit in Bezug auf die äußeren Dinge der erste Schritt auf diesem Rückzug ist. Ein Genügsamer, Zufriedener, geht mit leichtem Gepäck: „Alles 'Mein' trage ich bei mir“, sagten die antiken Weisen, und Sokrates ging über den Markt und freute sich, was es alles für Dinge gebe, die er nicht brauchte.

Je genügsamer, zufriedener, desto weniger abhängig, desto selbständiger ist man, desto weniger treffbar von äußeren Geschehnissen.

Der Erwachte empfiehlt diese Zufriedenheit nur in Bezug auf äußeren Besitz, auf die Dinge der Welt, nicht aber in Bezug auf das innere geistige Wachstum und die Herzensreinheit; denn in dieser Hinsicht mahnt der Erwachte seine Mönche, die sich seiner Führung als Schüler anvertraut hatten, immer wieder, sich mit kleinen oder größeren geistigen Fortschritten

nicht zu begnügen und sich nicht zufrieden zu geben, bis sie den endgültigen Heilsstand erworben haben, bei welchem sie ganz von selber erfahren und spüren, dass nun nichts weiter mehr zu tun ist.

So lesen wir in M 39, wie der Erwachte in Bezug auf jede neue Übungsstufe sagt: Wenn ihr die ersten Übungsstufen erreicht habt und nun beherrscht, dann dürft ihr nicht denken: *Genug ist's, getan ist's, erreicht haben wir das Ziel des geistlichen Lebens, nichts weiter haben wir zu tun* und euch damit schon zufrieden geben. Ich sage euch ausdrücklich, ihr Mönche, ich mache euch aufmerksam: möge euch, die ihr nach dem Ziel des geistlichen Lebens trachtet, dieses Ziel nicht entgehen, denn es ist noch mehr zu tun.

Diese Worte werden in dieser Rede nach jeder Übungsstufe wiederholt, bis der Erwachte zu der Beschreibung der Entrückungen kommt. Diese erst bestehen nicht mehr in Anstrengung, sondern in seliger Hingabe an das Befreiungsgefühl, und ab diesem Zustand bedarf es keiner Anfeuerung seitens eines Lehrers mehr, sondern nur einer guten Kenntnis der noch bevorstehenden Stufen (die alle nur immer noch beglückender werden), so dass der Mönch, wenn er sie erreicht, immer deutlich erkennt, welche Stufe es ist, und um so lieber weitermacht, zumal das fast von selber geht und zu noch größerem Wohl führt.

Während alle Übungen bis zu dem Eingang zu den Entrückungen einer Anstrengung bedürfen, so ist ab der ersten Entrückung nur noch Hingabe an die erfahrene Beglückung erforderlich (M 45), wodurch man durch die betreffende Etappe hindurchreift und zur nächsten gelangt. Das bedeutet also: Hinsichtlich des geistlichen Lebens ungenügsam bleiben und sich nicht zufrieden geben, bis man beim endgültigen Ziel ist. Aber um zu dem endgültigen Heil zu gelangen, ist es erforderlich, in Bezug auf die ablenkenden, seelenlosen, dem „Totenland“ zugehörigen äußerlichen weltlichen Dinge genügsam zu bleiben und sich zufrieden zu geben, wie es heißt:

*Da ist der Mönch zufrieden mit dem Gewand, das seinen Leib deckt, mit der Almosenspeise, die sein Leben fristet; wohin er auch pilgert, nur mit dem Gewand und der Almosenschale versehen, pilgert er. Gleichwie da etwa, großer König, ein Vogel, wohin er auch fliegt, nur mit der Last seiner Federn fliegt: ebenso auch ist der Mönch zufrieden mit dem Gewand, das seinen Leib deckt, mit der Almosenspeise, die sein Leben fristet; wohin er auch pilgert, nur mit dem Gewand und der Almosenschale versehen pilgert er. So ist der Mönch zufrieden. (D 2 u.a.)*

Den nach Erlösung strebenden Mönchen, die sich ja auch darum seiner Führung anvertraut haben, brauchte er das kaum zu sagen, denn wer wirklich den Heilsstand so begriffen hat, dass er nun in den unhemmbaren Zug auf ihn hin eingetreten ist, *sotāpanno* geworden ist - ein solcher ist in einer Aufbruchshaltung (*araddha viriya*), von welcher der normale Mensch keine Ahnung haben kann. Er sieht die ständige Gefährdung im Samsāra, die Heillosigkeit und die Heimatlosigkeit des hiesigen und aller anderen himmlischen und überhimmlischen Zustände, die irgendwie bedingt entstehen - und darum kann er keine Ruhe geben, bis er das Endziel erreicht hat.

Aber es gehört ein besonderer Geist zu dieser Haltung. In allen Religionen wird ausgedrückt - und ganz besonders durch den Erwachten - dass es nicht viele sind, die zu dieser Lehre hinfinden und vor allem bei ihr bleiben und durch sie sich zum Heilsstand hinarbeiten.

Wer, bevor er einer der hinauf- und hinausweisenden Religionen begegnete, zufrieden war mit seinem weltlichen menschlichen Leben und den Chancen, zu Reichtum und Ansehen zu kommen, und keine inneren Mahnungen und keine Unruhe im Gedanken an den Tod und an die Frage über den Tod hinaus empfand, wer nicht schon eine, wenn auch unartikulierte Sehnsucht empfand nach dem Größeren, Reineren, nach dem Unzerbrechlichen, der hat es schwerer, zu jener Aufbruchsstimmung und zu jener Kraft des Durchhaltens zu

kommen.

Dennoch kann ein solcher ganz sicher sein Verhalten von Jahr zu Jahr mehr und mehr verbessern, und wenn er sich in der gleichen Zeit immer weiter aus den vom Erwachten vermittelten Lehren über die Beschaffenheit des Samsāra unterrichtet, dann wird ihm allmählich auch die Kraft zuwachsen, die seinen Status endgültig verändert.

Genügsame Menschen sind zugleich zufrieden, also echt beruhigt, innerlich heiter und ungestört. Aber auch wenn ein von Natur begehrllicher, „unersättlicher“ Mensch sich aus innerer Überzeugung ernsthaft um Genügsamkeit bemüht, dann erwirbt er in absehbarer Zeit ganz sicher die Zufriedenheit. Ein Mensch, der seine Unbedürftigkeit merkt, der ist glücklich darüber, und das ist die echte Zufriedenheit. Bereits im Gesetzbuch des *Manu* heißt es:

*Wem es um inneres Wohlsein zu tun ist, der befeißige sich der größten Genügsamkeit und beherrsche sich selbst. Inneres Wohlsein wurzelt ja in der Genügsamkeit. Die Ungenügsamkeit aber ist die Wurzel des Missmuts. (Manu IV,12)*

Nur mit der Überzeugung, dass das wahre Wohl, das unverletzbar ist, nicht in den Dingen dieser Welt liegt, kann man freudig von den gewohnten Wünschen ablassen und zufrieden sein oder werden, weil man sich auf dem Weg zu dem einzig Lohnenden weiß. Nur ein solcher erwartet nichts von den Dingen und grollt nicht, wenn etwas seinen Wünschen zuwiderläuft.

Der unfreiwillig Arme ist traurig oder gar ärgerlich über seine erzwungene Dürftigkeit, weil er auch innen dürftig und armselig ist und daher wenigstens außen etwas haben will. Der freiwillig Arme, wie der echte Mönch, ist fröhlich darüber, so wenig zu brauchen und dabei doch glücklich sein zu können. Der Zufriedene ist heiter bei einem schlichten, einfachen Leben. Der Buddha sagt: Wenn ein Asket mit den Lebensnotwendigkeiten zufrieden ist, ist ihm wohl (A V,128; VIII,13),

während Unzufriedenheit die Asketenkrankheit darstelle (A IV,157) und wieder rückwärts führen kann (A VI,84). Zufriedenheit bezeichnet der Erwachte als eine schutzverleihende Eigenschaft, ein Merkmal großer Menschen (M 108, D 33,X, D 34 VIII).

In vielen Aufzählungen wird die Wunschfreiheit, die Bescheidenheit, als Voraussetzung für die Zufriedenheit genannt.

*Von Wünschen frei, zufrieden, still,  
weltabgeschieden weilt der Mönch,  
sucht nicht Gesellschaft anderer  
mit Bürgern nicht, Asketen nicht. (Thag 581)*

*Wer so geklärt von Wünschen ist,  
im Frieden heiter, unverstört,  
des inn'ren Friedensschatzes froh,  
darin beständig, standhaft bleibt:  
der wächst zu edler Art heran. (Thag 899-900)*

#### Abgeschiedenheit (*viveka*)

Das Gegenteil von Abgeschiedenheit, Zurückgezogenheit ist: mit allen Fasern nach den Eindrücken der Welt lungern, weil man nur mit Erlebnissen von außen rechnet. Das kurze und mehr oder weniger laute Wohlgefühl bei gegenwärtiger oder bevorstehender Erfüllung eines Triebs ist der Anreiz dafür, dass der Mensch seine geistigen, seelischen und körperlichen Kräfte oft im Übermaß einsetzt und aufzehrt im Sklavendienst für die Triebe. Um der kurzfristigen Befriedigung willen, um des kurzen Wohlgefühls willen nimmt der gewöhnliche Mensch Strapazen und Gefahren, Ermüdung und Ermattung in Kauf und erfährt oft den leiblichen und seelischen Ruin, gepeitscht von den Trieben. So hat der normale, triebbewegte und über die Lenkbarkeit, Wandelbarkeit und Auflösbarkeit der Triebe unwissende Mensch nur die Wahl zwischen diesen beiden Übeln:

zwischen dem schmerzlichen Gefühl unerfüllter Sehnsucht

oder der Anstrengung, Mühe und Plage durch sein Leben, gepeitscht von den Trieben.

So hat der normale Mensch keine Ahnung von der Wohltat von Stille und Frieden.

In der Zurückgezogenheit aber kann jene Ruhe und Einheit erlebt werden, von der in allen Kulturen die tieferen und leiseren Stimmen als von dem Frieden künden, der erst dort beginnen kann, wo man nicht mehr von Befriedigung zu Befriedigung hetzt und jagt. Ein echtes Beispiel von dem Zustand des Menschen, der in der rechten Abgeschiedenheit lebt, weil er ihr gewachsen ist und sie für sich nutzbar gemacht hat, gibt *Tschuangtse* aus dem alten China:

Ein Minister verehrt einen Weisen, der in der Einsamkeit lebt und von dem er schon vieles gelernt hat. Und da er meint, dass sein Fürst auch von diesem großen Menschen lernen könnte, so bittet er den Weisen, mit ihm zu dem Fürsten zu kommen.

Der innerlich unabhängig und still Gewordene willigt ein.

Als der Fürst diesen Mann in dürftiger Kleidung sieht, drückt er sein Bedauern aus und bietet seine Hilfe an. Doch der Weise sagt, dass ihm nichts fehle, dass er aber den Fürsten bedauere, und sagt zu ihm: *Wenn du deinen Leidenschaften freie Bahn lässtest und dich dem inneren Gedränge deiner Zuneigung und Abneigung überlässest, dann wirst du innerlich in Wirrsal und Spannungen und äußerlich in Streit und Not geraten.*

*Wenn du aber deine Leidenschaften zurückhalten und dem Gedränge von Hass und Begehren nicht folgen wolltest, dann würden die Wünsche deiner Sinne nach dem Sehen und Hören und Schmecken und Tasten der lustvollen Dinge leiden.*  
(aus „*Dschuang Dsi, Blütenland*“, Wien 1951, S.180)

Ein noch deutlicheres Vorbild wahrer Abgeschiedenheit erfuhr ein anderer Fürst im alten China. Er fragte seinen Freund, warum er in seinen Gesprächen nie aus der Weisheit seines Lehrers etwas zitiere. Darauf antwortete der Gast:

*Mein Lehrer ist ein Mann, der das wahre Wesen erreicht hat;*

*dem Äußeren nach ein Mensch, in Wirklichkeit wie der Himmel. Er passt sich in Freiheit der Welt an, aber sein wahres Wesen ist verborgen. Er ist rein, aber er lässt allen Geschöpfen ihren Lauf. Kommt den Geschöpfen die Ordnung abhandeln, so wirkt sein Verhalten vorbildlich, und das bringt sie wieder zurecht. Er macht, dass der Menschen eigene Gedanken verschwinden, aber man kann keines seiner Worte benutzen, um es zu zitieren. (a.a.O. S. 155)*

In der Welt der Vielfalt ist man dem Blendwerk der herandrängenden Erlebnisse ausgesetzt, wird von ihnen bewegt und hin und her gerissen. Bei dieser Unruhe gehen einmal gefasste bessere Entschlüsse leicht wieder unter. In der Zurückgezogenheit aber kann man sich den rechten Anblick immer wieder heranholen und von daher Kraft zum Durchhalten entwickeln. Dadurch entwickelt der Mensch eine bewusst gepflegte Zielstrebigkeit, mit der er unbeirrbar erwirbt, was er als das Bessere erkennt. Wenn der Mensch im Alleinsein öfter hilfreiche gute Gedanken hat, weisheitliche Einsichten oder im Gemüt Frieden empfindet, dann wächst der Wille zur inneren und äußeren Abgeschiedenheit. Der Erwachte bezeichnet die Abgeschiedenheit als *einen Schild, der uns vor manchen Pfeilen Māros beschützt* (S 45,4).

Die geistige Freude in der Abgeschiedenheit (*paviveka-pīti, M 102*) ist die mit keiner weltlichen Freude vergleichbare helle innere Beglückung über das Gespür, auf diese Weise der Erlösung näher zu kommen. In allen Religionen preisen die geistlich Übenden die Abgeschiedenheit:

*Wer oft und oft sich laben kann  
am Kelch der Abgeschiedenheit,  
am süßen Kelch der sel'gen Ruh,  
der bleibt von Angst und Untat frei,  
der kostet Wahrheitsseligkeit. (Dh 205)*

Dieser Vers zeigt die überweltliche Seligkeit, zu welcher der Mensch gelangt, der das gesamte Begegnungsleben, in dem

wir leben, als Stückwerk durchschaut hat. Es ist an sich sinnlos; nur unsere irrtümlichen, törichten Bewertungen täuschen uns einen Sinn vor, und indem wir jede Einzelheit, die uns begegnet, positiv oder negativ wichtig nehmen und darauf reagieren, da erscheint sie uns bald wieder. So bleiben wir in sinnloser Begegnung mit der Mühsal und allen Leiden ohne ein anderes Ziel als die endlose Wiederholung.

### Alleinsamkeit (*asamsagga*)

Die Alleinsamkeit ist eine wichtige Ergänzung der Abgeschiedenheit, ist ihre Vollendung. Unter der Entwicklung zur Abgeschiedenheit wird hauptsächlich die innere Umstellung von dem Hinblick auf das begrenzte körperliche Leben in dieser Erdenwelt zu dem Hinblick auf das geistliche Leben, das eigentliche, das unermesslich ist, verstanden, so dass man sich immer mehr darin übt, bei den vor Augen tretenden vordergründigen Dingen deren begrenzte Dauer zu bedenken und diese darum loszulassen zugunsten einer immer weiteren Erhellung von Herz und Gemüt. Man stützt sich nicht mehr auf die Dinge der Welt, sondern immer stärker auf die geistlichen Eigenschaften.

Aber die hier empfohlene Alleinsamkeit weist darauf hin, dass auch das ständige Zusammenleben und meist damit verbundene Reden mit den Mitmönchen ebenfalls hinderlich ist für die geistige Entwicklung. Der Mensch muss sich selber finden. Er muss seine eigene innere geistige Motorik entdecken und beobachten und das Förderliche daran von dem Schädlichen daran unterscheiden und darum das Schädliche abbauen und das Förderliche verstärken. Das aber kann der Mensch nicht, wenn er dauernd mit anderen - selbst mit den Besten und Reifsten unter den Menschen - lebt. Gerade diese würden ihn von Zeit zu Zeit mahnen, sich auf sich selbst zu stellen.

„Alleinsamkeit“ bedeutet also für den Mönch, dass er auch mit den besten geistigen Brüdern nicht immer zusammenlebt,



denn nur bei sich selbst kann man sich kennenlernen, und nur mit sich allein bleibt man bei seinen im Lauf der Zeit immer tiefer werdenden und zugleich immer klarer aufleuchtenden Einsichten. Und den gelegentlichen Umgang mit den anderen im geistlichen Leben sich Übenden benutzt man nur zu weiterer Orientierung und Stärkung.

Der Erwachte empfiehlt, sich darüber klar zu werden, dass der Mensch im Grund allein ist, aus sich selbst lebt: Alle Erlebnisse werden vom eigenen Herzen entworfen, kein anderer kann dem anderen seine Erlebnisse und Empfindungen abnehmen. Er kann ihn im besten Fall nur trösten durch Ablenkung oder durch Belehrung. Und so kann der Übende auch nur durch eigene Erkenntnis und Läuterung zum Ziel gelangen.

Der Erwachte fragt (M 11):

*Was meint ihr, ihr Mönche, ist die Erlösung ein Zustand in der Menge oder des Einzelnen?*

Und die Mönche antworteten richtig:

*Nur für sich allein, nicht in der Menge.*

Aber auf dem Übungsweg ist man nicht immer allein, besonders anfänglich nicht. So sagt der Erwachte: *Gute Freundschaft ist das ganze Asketentum*, nämlich eine Freundschaft mit solchen, die dem gleichen Ziel zustreben, bei denen man bei Bedarf Anregung und Ermunterung bekommen kann. Die Mönche sollen ihre Gespräche so miteinander führen, dass sie aus ihnen immer wieder Wahrheitseinsichten bekommen. Und dann geht es darum, allein darüber nachzudenken, das Besprochene bei sich zu verankern und zu vertiefen. Wer aber an Gesellschaft und Gemeinsamkeit hängt, darin aufgeht, der kann selbst im Orden nicht vorwärtskommen, der vergisst das Besprochene wieder, macht es sich nicht in eigenem Bedenken und Nachsinnen zu eigen. Erlebnisse und Eindrücke in der Gemeinschaft verdecken und verdrängen bereits erworbene Einsichten, und der Zweck des Ordenslebens, den erworbenen Einsichten gemäß die Herzensläuterung zu betreiben, wird nicht erfüllt. Darum empfiehlt der Erwachte Gespräche über

den Gewinn, den alleinsames Bedenken und Betrachten bringt.

### Tatkraft (*virīya*)

Dieses Gesprächsthema bildet den Wendepunkt in der ganzen Reihe. Die vier ersten Themen betrafen den Rückzug von der als trügerisch und tödlich durchschauten Welt mit ihrem unerbittlichen Kommen und Gehen in der endlosen Kette von Geborenwerden, Altern und Sterben.

Da ging es zuerst darum, in all diesen weltlichen Dingen nicht mehr viel zu wünschen, sich zu bescheiden, dann, dass man auch die Wünsche nach Gegenständen entlässt, ihnen nicht nachtrauert, sondern die innere Zufriedenheit, die heitere Ruhe entdeckt, die nur dann aufkommt, wenn die krankhafte Sucht nach immer neuen Reizen eingeschlafen ist.

Und wer die heitere Ruhe der Zufriedenheit in seinem Herzen entdeckt und diesen Zustand als gesünder empfindet als sein bisheriges Jagen und Suchen, der bekommt eine Ahnung davon, warum alle Weisen die Abgeschiedenheit von dem Jahrmarkt der Welt empfehlen. Ja, er begreift, dass er, wie der verlorene Sohn im Gleichnis von Jesus, auf dem Weg ist, aus der trügerischen Weltwüste nun nach Haus zu kommen.

Wer so einsieht und empfindet, den drängt es, manchmal auch ganz alleinsam in längeren Zusammenhängen den Wahrheitsmitteilungen des Erwachten nachzusinnen und ihren Segen zu empfinden, so dass er selbst die geistlichen Brüder nur gelegentlich bei Bedarf aufsucht.

So kann nun nach dieser inneren Distanzierung und Entfremdung von dem bisherigen Betriebsleben die Hinwendung zum Erwerben der positiven Eigenschaften folgen gemäß den weiteren Gesprächsthemen.

Für diese Wendung ist die Tatkraft auf dem bisherigen Weg bereits gewachsen. Die befreienden und erhellenden Erfahrungen durch die vier Schritte zur Weltminderung und das Bedenken der nun zu erwerbenden Schätze stimmen das Ge-

müt freudig zu den Schritten, um die es nun geht.

*Die Selbstvertieften, Standhaften,  
die weise Überwindenden,  
erreichen das Nirvāna-Ziel,  
den Frieden, der vollkommen ist. (Dh 23)*

Nach dem Gleichnis, das wir in M 22 finden, kann man sagen, dass einer, der bis hierhin gelangt ist, nun ein festes, sicheres Floß gebaut hat und dass er nun Mut und Kraft hat, *mit Händen und Füßen rudern, die Strömung zu kreuzen*, bis er das sichere Eiland erreicht hat. – Ein solcher Mönch ist für seine Mitmönche ein Ansporn, und die Gespräche mit ihm erheben und ermutigen auch die Schwächeren und Zaghafte.

Auf die weiter genannten fünf Gesprächsthemen

*Tugend  
Herzenseinung  
Klarblick  
Erlösung  
Wissen um die Erlösung*

kommen wir in dem nun folgenden Lehrgespräch zurück.

Sāriputto spricht mit Punno

Die vom Erwachten befragten Mönche hatten ihren Ordensbruder Punno, den Sohn der Mantānī, bezeichnet als einen, der sie belehrt, im Rechten bestärkt und ermuntert habe. Der Erwachte und die zuhörenden Mönche haben es anerkannt, und der ehrwürdige Sāriputto wünschte, einmal mit dem ehrwürdigen Punno zusammenzutreffen. Dazu ergab sich nach einiger Zeit eine Gelegenheit, bei der Sāriputto ihn im Wald bei Sāvathī besuchte:

*Als nun der ehrwürdige Sāriputto gegen Abend die Gedenkensruhe beendet hatte, begab er sich zum ehrwürdigen Punno Mantānīputto, wechselte höflichen Gruß und freundliche, denkwürdige Worte mit ihm*

*und setzte sich zur Seite nieder.*

*Am Abend nach Aufhebung der Gedenkensruhe* - das ist eine der Ordnungen, die der Erwachte im Orden eingeführt hat. Am Tag sollen die Mönche nicht miteinander sprechen, sondern sollen möglichst für sich leben, einzeln, abgeschieden, außer den Mönchen, die neu in den Orden gekommen sind und gemeinsam eingeführt wurden. Die eingeführten Mönche wissen, was sie am Tage zu üben haben, aber am Abend, nach Aufhebung der Gedenkensruhe ist die Zeit, in der sie miteinander sprechen können.

*Zur Seite sitzend sprach nun der ehrwürdige Sāriputto zum ehrwürdigen Mantānīputto:*

*Es wird doch, Bruder, beim Erhabenen das geistliche Leben geführt? -So ist es, Bruder. -Wird nun, Bruder, das geistliche Leben beim Erhabenen zum Zweck der vollkommenen Sittenreinheit geführt? - Das nicht, Bruder.*

Was hier „Sittenreinheit“ (*sīla-visuddhi*) genannt wird, das ist die Vollendung dessen, was in anderen Reden *heilende Begegnungsweise* (*ariya sīla*) genannt wird. Unter *sīla* wird immer das äußerlich sichtbare Reden und Handeln im Umgang mit Lebewesen und Dingen verstanden.

Über die Verneinung dieser Frage mag mancher Leser sich wundern, denn die Reden sind ja erfüllt von der Mahnung, sich in der rechten Begegnungsweise, dem hochherzigen Verhalten, zu üben - und deren Gipfel ist ja die Sittenreinheit. - Aber selbst diese Vollendung der Tugend ist eben nicht der Endzweck, nicht das Ziel des geistigen Lebens, sondern nur die vollendete erste Stufe der Gesamtentwicklung. Wie der Erwachte lehrt, hat jedes Wesen und so auch wir, die wir im Augenblick als Mensch leben, in dem endlosen Samsāra schon unendliche Male Tugend besessen, ist daraufhin zu entspre-

chend besseren Daseinsformen gelangt - ist aber wieder, wenn die karmische Ernte aufgezehrt war, langsam abgesunken (s. das erste Kapitel „Vier Arten von Etappenreisen“).

*Wird es denn, Bruder, zum Zweck der Herzensreinheit geführt? - Das nicht, Bruder.*

Auch die Herzensreinheit ist nicht Zweck und Ziel des geistlichen Lebens, sondern auch nur eine der unerlässlichen Vorbedingungen zum Heil, eben die zweite Etappe des Übungsweges. Bei der Tugendreinheit ging es darum, alles üble unsoziale Handeln gegenüber den Mitwesen zu lassen. Das gilt jedem hochsinnigen Menschen als selbstverständlich, auch dem unreligiösen, und ist der erste Schritt der Nachfolge.

Unter einem „reinen Herzen“ aber wird verstanden, dass in ihm keinerlei Anliegen in Bezug auf die ganze Welt, auch auf die Lebensform der sinnlichen Götter mehr vorhanden sind, geschweige Abwendung und Gegenwendung den Mitwesen gegenüber.

Der begehrende Mensch misst alles, was ihm begegnet, mit seinem inneren Wollen, d.h. mit den vielerlei Wünschen und Anliegen seines getrüben Herzens; er freut sich, wenn das Erlebte mit seinem Wollen übereinstimmt, und bemüht sich, es zu erlangen und festzuhalten, ist aber traurig oder verdrossen oder zornig, wenn es seinem Wollen nicht entspricht. Mit dieser Haltung setzen wir den Spaltungscharakter, also die Wahrnehmung eines Ich in Begegnung mit Umwelt fort, kommen nicht zur Einigung. Aber das reine Herz, befreit von den vielerlei Anliegen und Sehnsüchten, ist in sich selbst gestillt und glücklich. Es hat kein Mögen und Nichtmögen mehr, sondern befindet sich in einem Frieden und Wohl, das der Befriedigungssüchtige nicht ahnen kann. Die Herzenseinigung kommt also zustande, wenn alle Unterschiede zwischen Ich und Welt eingeebnet und aufgelöst sind, wenn das Wesen nichts mehr von der Welt wünscht, sondern in seligem Frieden lebt.

Doch selbst dieser selige Friede der Herzensreinheit ist

nicht von ewiger Dauer (s. D 27). Deshalb ist auch dieser Herzensfriede nicht das Ziel des geistlichen Lebens und ebenso die weiteren Stufen.

*Wird nun, Bruder, das geistliche Leben beim Erhabenen zum Zweck der unverblendeten reinen Sichtweise geführt? - Das nicht, Bruder. -*

*Wird es zum Zweck der zweifelsfreien Gewissheit geführt? - Das nicht, Bruder. -*

*Wird es zum Zweck des reinen Erkennens und Sehens der Wege und Abwege geführt? - Das nicht, Bruder. -*

*Wird es zum Zweck des reinen Erkennens und Sehens der Vorgehensweisen der Wesen geführt? - Das nicht, Bruder. -*

*Wird es zum Zweck der Vollendung reinen Erkennens und Sehens geführt? - Das nicht, Bruder. -*

*Wie soll ich es verstehen, Bruder, wenn du auf alle diese Fragen mit „Nein“ antwortest. Um wessen willen wird denn, Bruder, beim Erhabenen das geistliche Leben geführt? -*

*Zum Zweck der in reiner Unabhängigkeit bestehenden Erlösung wird beim Erhabenen das geistliche Leben geführt. -*

*Ist denn, Bruder, die vollkommene Sittenreinheit nicht die in reiner Unabhängigkeit bestehende Erlösung? -*

*Nein, sie ist es nicht, Bruder. -*

*Dann sind auch alle die anderen Reinheitsstufen, wie*

*die Herzensreinheit -*

*die unverblendete reine Sichtweise -*

*die zweifelsfreie Gewissheit -*

*das reine Erkennen und Sehen der Wege und Abwege -*

*das reine Erkennen und Sehen der Vorgehensweisen der Wesen -  
und selbst reines Erkennen und Sehen -  
nicht jene in reiner Unabhängigkeit bestehende Erlösung? -*

*Nein, Bruder, sie sind es nicht. -*

*Ist denn jene in reiner Unabhängigkeit bestehende Erlösung außerhalb dieser sieben Eigenschaften? -*

*Das nicht, Bruder. -*

*Wie nun, Bruder, wenn keine dieser sieben Reinheitseigenschaften die in reiner Unabhängigkeit bestehende Erlösung ist, deretwegen beim Erhabenen das geistige Leben geführt wird, und wenn diese in reiner Unabhängigkeit bestehende Erlösung auch nicht außerhalb dieser sieben Reinheitseigenschaften erworben wird - wie soll da wohl, Bruder, der Sinn dieser Rede verstanden werden? -*

*Wenn der Erwachte diese Reinheitseigenschaften als in reiner Unabhängigkeit bestehende Erlösung gezeigt hätte, dann hätte er etwas Abhängiges als unabhängig bezeichnet; wäre aber diese in reiner Unabhängigkeit bestehende Erlösung ohne diese Reinheitseigenschaften möglich, so wäre der gewöhnliche Weltling vollkommen erlöst, denn der gewöhnliche Weltling ist ohne diese Eigenschaften. Deshalb will ich dir nun, Bruder, ein Gleichnis geben, das den Sinn dieser Rede klar machen soll.*

*Gleichwie, Bruder, wenn der König Pasenadi von Kosalo, der in Sāvathī residiert, wegen einer dringenden Aufgabe nach der Landesgrenze reisen wollte: da würden für ihn zwischen Sāvathī und der Landesgrenze in geeigneten Abständen sieben Gespanne als Stafetten bereitgestellt werden, und der König verlasse seine Burg zu Sāvathī, bestiege vor dem Tor das erste*

*Gespann und führe mit diesem Gespann, bis das zweite erreicht ist.*

*Dann würde er das erste Gespann verlassen und in das zweite einsteigen. Mit diesem zweiten Gespann würde er so weit fahren, bis er das dritte erreicht, würde dann das zweite Gespann verlassen, in das dritte Gespann einsteigen und mit diesem dritten Gespann so weit fahren, bis er das vierte Gespann erreicht. Dann würde er das dritte Gespann verlassen und in das vierte einsteigen usw..., bis er mit dem siebenten Gespann die Festung an der Landesgrenze erreicht hätte. Wenn ihn da nun die dortigen Freunde fragen würden: ‚Großer König, bist du mit diesem Gespann von Sāvathī bis nach hier gefahren?‘ - Wie würde der König dann diese Frage richtig beantworten? -*

*Der König würde auf diese Frage richtig so antworten: „Zwischen Sāvathī und hier sind für mich sieben Gespanne als Stafetten bereitgestellt worden, und ich verließ meine Burg zu Sāvathī, bestieg vor dem Tor das erste Gespann und fuhr mit diesem ersten Gespann, bis ich das zweite Gespann erreichte. Dann verließ ich das erste Gespann und stieg in das zweite ein. Mit diesem zweiten Gespann fuhr ich in gleicher Weise bis zum dritten Gespann und stieg um. Mit dem dritten Gespann fuhr ich bis zum vierten Gespann und stieg um. Mit dem vierten Gespann fuhr ich bis zum fünften Gespann und stieg um. Mit dem fünften Gespann fuhr ich bis zum sechsten Gespann und stieg um. Mit dem sechsten Gespann fuhr ich bis zum siebenten Gespann und stieg um, bis ich nun bis nach hier zu euch gekommen bin.“*

*So, Bruder, würde König Pasenadi von Kosalo auf diese Frage richtig antworten. -*

*Ebenso nun auch, Bruder, ist die vollkommene Sit-*



*tenreinheit so weit zu betreiben, bis es um die Herzensreinigung geht.*

*Dann ist die Herzensreinigung so weit zu betreiben, bis es um die unverblendete reine Sichtweise geht.*

*Dann ist die unverblendete reine Sichtweise so weit zu betreiben, bis es um die zweifelsfreie Gewissheit geht.*

*Dann ist die zweifelsfreie Gewissheit so weit zu betreiben, bis es um das reine Erkennen und Sehen der Wege und Abwege geht.*

*Dann ist das reine Erkennen und Sehen der Wege und Abwege so weit zu betreiben, bis es um das reine Erkennen und Sehen der Vorgehensweisen der Wesen geht.*

*Und dann ist das reine Erkennen und Sehen der Vorgehensweisen der Wesen so weit zu betreiben, bis reines Erkennen und Sehen - und die in reiner Unabhängigkeit bestehende Erlösung erreicht ist.*

*Um die in reiner Unabhängigkeit bestehende Erlösung zu erreichen, Bruder, wird beim Erhabenen das geistliche Leben geführt.*

Das Gleichnis von der Etappenreise mit den verschiedenen Gespannen ist ein Beispiel, das der damalige Inder verstand als Bild für die Mehrgliedrigkeit der seelischen Entwicklung des Menschen bis zum Heilsstand. So wie der König die Etappenreise vor seiner Haustür beginnt, so auch muss der Läuterungswandel immer bei dem jeweiligen Status des Menschen, bei seinen Verhaltensweisen und Leidenschaften beginnen, bei den Übeln, die am meisten in der Verflochtenheit mit der Welt festhalten.

Auf dem Heilsweg gibt der Erwachte dann die weiteren einander ablösenden Übungen, die anfangend und bis zur Reife geübt werden müssen. Wenn die eine Übung vollendet ist, d.h. durch denkerische Bewertung und praktische Übung zur

Herzensart geworden ist, dann beginnt das Bemühen um die folgende, so wie man das eine Gespann verlässt und das nächste Gespann besteigt. Das bedeutet, dass jede Übung, wenn sie abgeschlossen ist, in die nächste Übung einmündet, dass aber die letzte und höchste in das Heilsziel einmündet – und dann ist alles getan, was zu tun war. Dann ist der ganze Samsāra beendet. - Das ist die anschauliche Hilfe, die dieses Gleichnis bietet.

Wir erkennen aus dieser Wechselrede, dass beide Mönche Wegweisung und Ziel genau kennen. So wie für den König das Ziel der Fahrt die Landesgrenze ist, so ist für den vom Er-wachten Belehrten nur die in reiner Unabhängigkeit, in Freiheit von Wechsel und Wandel bestehende Erlösung, das Nir-vāna, das letzte Ziel. Die einzelnen Etappenziele dienen nur dem Zweck, das vollkommene Heilsziel zu erreichen.

Nicht pflegt der Heilsbedachte die Reinigung der Sitten oder die Herzensreinigung und die anderen Übungen um ihrer selbst willen, sondern immer nur zu dem Zweck, um zu dem Endziel, zum endgültigen Heilsstand zu gelangen. Darum kann er nicht ruhen, bis er am Ziel angelangt ist, so wie der König nicht bei einem der Etappenziele seine Reise beendet, weil er ja zur Landesgrenze will.

### Die drei Hauptentwicklungsetappen

Von den drei Etappen des heilenden Übungswegs zur Erlösung – Tugend, Herzenseinigung und Weisheit – ist in dieser Lehrrede die dritte breiter aufgefächert:

Tugend ( <i>sīla</i> )	<i>vollkommene Sittenreinheit (sīla-visuddhi)</i>
Herzenseinigung ( <i>samādhi</i> )	<i>Herzensreinheit (citta- visuddhi)</i>
Weisheit ( <i>paññā</i> )	<i>unverblendete reine Sichtweise (ditthi-visuddhi) zweifelsfreie Gewissheit</i>

*(kankhāvitarana  
visuddhi)*

*reines Erkennen und Sehen der  
Wege und Abwege*

*(maggāmagga ñānadassana  
visuddhi)*

*reines Erkennen der Vorgehens-  
weisen der Wesen (patipāda  
ñānadassana visuddhi)*

*reines Erkennen und Sehen  
(ñānadassana visuddhi)*

*in reiner Unabhängigkeit beste-  
hende Erlösung (anupadā pari-  
nibbāna)*

Die Tugend, die Sittenreinheit, ein vollkommen sanftes, friedfertiges Verhalten, ist die Entwicklung von unserem geistig-seelischen Status aus bis an die obere Grenze der Sinnen-suchtwelt.

Die Herzensreinheit ist der Strebensinhalt der zweiten Etappe, durch die eine ganz andere Erlebnisweise ermöglicht wird, nämlich die des *samādhi*, der Herzenseinigung, die nach Struktur und nach dem Wohlseinsgrad mit dem unteren Bereich nicht mehr verglichen werden kann.

Die dritte Etappe wird *paññā* genannt, was meistens mit „Weisheit“ übersetzt wird. Darunter wird die Überwindung der dem Menschen eigenen „Blendung“ verstanden, welche ihn hindert, das Dasein so zu sehen, wie es wirklich ist.

Diese drei Hauptentwicklungsetappen bis zum Heilsstand handeln also von jener Transformierung des inneren Wesens, von jener Übersteigerung, Transzendierung des Menschseins und aller Welt und Weltlichkeit, auf welche die Mystiker aller Religionen stets in gleicher Weise deutlich hinweisen. Dem normalen weltgewohnten und weltverwurzelten Menschen ist

sie aber fremd und fern und muss so lange fremd und fern bleiben, bis er im Lauf der vielerlei wechselnden „Schicksale“ (der aus Unwissen immer nur selbst geschaffenen „Schaffsale“) im gegenwärtigen Erdenleben oder auf den ferneren Wegen des Samsāra zum Begreifen kommt, dass nur dieser *samādhi*, der im Abendland „unio mystica“ genannt wird (die Einung und Einheit des Herzens durch Rückzug von den Sinnen), - dass nur dieser Weg nach innen der weltüberwindende Weg ist, an dessen Ende die Weltfreiheit steht, d.h. die Freiheit von allen Abhängigkeiten, den inneren und äußeren, die Freiheit vom Tod.

Dennoch ist es für den modernen Menschen schwer und vielen fast unmöglich, sich die Bedeutung dieser Entwicklungsabschnitte bis zur Erlösung auch nur vorzustellen, denn es geht hier nicht, wie gewohnt, um die Entwicklung des Intellekts, um das Anfüllen des Geistes mit weltlichen und selbst überweltlichen Daten, sondern es geht um die Erhellung und Erhöhung der Gesinnung, um die Bändigung der Leidenschaften, um die Ausrodung der Triebe, um die Reinigung des Herzens und um die davon ausgehenden übermenschlichen und überhimmlischen Wirkungen an Beglückung, Klarheit, Wahrheit, Sicherheit und an Frieden, für welche die Mystiker aller Kulturen und Zeiten Beispiele überliefert haben, die dem mit den Banalitäten lebenden Menschen unglaublich erscheinen müssen.

### Die drei Hauptentwicklungsetappen in drei Gleichnissen Das Gleichnis von der Raupe

Als ich seinerzeit zu dem ersten ahnenden Vorverständnis dessen kam, worum es bei dieser unsichtbaren inneren Entwicklung von Geist und Herz des Übenden geht, da kam mir das Bild von der körperlichen, äußerlich sichtbaren Entwicklung der Raupe zum Schmetterling in den Sinn. Es hat mir längere Zeit sehr geholfen für eine erste Annäherung meines Verständ-

nisses für die geistig-seelische Transformierung, den Strukturwandel, den der Übende an sich erfährt, wenn er nach der Anleitung des Erwachten sein nur aus Gewohnheiten und Neigungen bestehendes geistiges Gefängnis durch Überwindung allmählich erweitert und zuletzt sprengt, bis er mit Grenzen von Raum und Zeit nichts mehr zu tun hat.

Die Raupe, einmal ins Diesseits getreten, beginnt sich zu bewegen und zu kriechen, Nahrung zu suchen und zu fressen und dadurch zu wachsen. Das ist ihre Lebensweise in den ersten Sommerwochen.

Wenn sie dann aber das Wachstumsmaß ihres Körpers erreicht hat, dann beginnt ein ganz anderes Leben bei ihr: sie hört auf zu kriechen und hört auf zu fressen. Sie wird still, wendet sich zu sich selbst und spinnt sich ein. Sie vergisst ihr bisheriges Leben, ihr Fressen und Kriechen, sie vergisst die Welt und sich selbst.

Und in diesem Zustand beginnt in ihrem Körper, ihr selbst ganz unbewusst, eine große Umwandlung. Der Körper selbst wird auf einen Bruchteil seiner Größe reduziert. Die vielen dicken Fußstempel fallen fort, und an ihre Stelle treten haardünne lange Beine, und dann wachsen ihr an jeder Seite zwei große, für ihren klein gewordenen Körper geradezu übergroße Flügel. - Aber das alles weiß sie nicht. Es geschieht an ihr in den weiteren Tagen oder Wochen des Sommers, bis es vollendet ist.

Und dann, eines Tages, bricht die äußere Hülle, die alles verdeckt und in sich geborgen hatte, auf, und es geschieht etwas, das weder die Raupe konnte noch die Puppe konnte – ein Schmetterling fliegt im Sonnenschein davon.

Der endgültig Geheilte, geistig und seelisch Genesene, der Vollendete (nach christlicher Ausdrucksweise „der Heilige“) hat sich körperlich kaum verändert, aber was früher die Struktur seines Charakters, die Gefangenschaft seiner Gefühle, Neigungen und Gewohnheiten waren – das alles ist einer stillen, klaren Helligkeit gewichen. Und was der einzige Inhalt seines

früheren Geistes war, die erinnerten Erfahrungen und Belehrungen seit seiner letzten menschlichen Geburt – das ist nun geradezu ein Nichts mehr gegenüber seinem jetzigen Wissen um unzählbare Etappen, Erlebnisse innerhalb seiner Daseinswanderung durch alle Daseinsmöglichkeiten einmal der sinnlichen Welten, menschliche, untermenschliche und übermenschliche,

dann in den erhabenen Daseinsbereichen reiner Form ohne alle die Erbärmlichkeiten der Sinnensuchtwelt,

bis er durch immer weitere Rückschau auch selbst zu der vom Erhabenen beschriebenen Erfahrung kam, dass innerhalb des Samsāra kein Heil ist – kein Heil ist -, nur Auf und Ab ist ohne Entwicklung, ohne Sinn, voll vergeblicher Hoffnung, voll Enttäuschung, Mühsal und Leiden: ja, dass der nun endgültig überwundene Samsāra ein schier unendlicher beklemmender Alptraum, Wahntraum war, aus dem er sich nun völlig erwacht und erlöst weiß.

Die Raupe erfährt ihre zweifache Transzendierung - zuerst zur scheinbar schlafenden „Puppe“ und dann zum leicht schwebenden Falter - ganz unabhängig von ihrem Glauben oder Wissen oder Streben. Aber der Mensch muss zuerst begreifen und wissen, was das Wort des Erwachten bedeutet:

*Eine heilsmächtige, weltüberlegene Fähigkeit,  
die ein Kennzeichen des Menschen ist,  
die lehre ich ihn nützen. (M 96)*

Die *heilsmächtige, weltüberlegene Fähigkeit des Menschen* besteht in seiner im Gemüt empfundenen tiefen Befriedung, Beglückung und Stärkung, ja, Ergriffenheit, wenn er von der Möglichkeit der Transzendierung hört, und besteht in der daraus folgenden entschiedenen Zuwendung zu solcher Lehre und zum ernsthaften Einstieg in die Übung, die zur lebendigen Erfahrung der Transzendierung führt.

Der Erwachte nennt dieses Kennzeichen des Menschen, diese *„heilsmächtige, weltüberlegene Fähigkeit“*, *saddhā*, was meistens mit „Vertrauen“ übersetzt wird; doch bedeutet

das nicht ein blindes Vertrauen im Sinne von blindem Glauben, sondern eine Art geistiger Verwandtschaft und Nähe zu der betreffenden Sache oder Lehre oder Person, eine Art „Sympathie“ im Sinne von „gleichfühlend, zugeneigt“, ja: Seelenverwandtschaft.

Ganz in diesem Sinne sagt *Matthias Claudius*, der die Lehre des Buddha nicht kannte, aber ebenfalls eine Ahnung von den größeren menschlichen Möglichkeiten hatte und in seinem Herzen pflegte:

*Es sind da im Menschen die Ruinen eines großen heiligen Wesens  
und es gibt ein Glück für ihn, das der Rost und die Motten  
nicht fressen und das die Welt mit all ihrer Herrlichkeit nicht  
geben und mit all ihrem Trotz nicht nehmen kann.*

Und *Laotse*, der chinesische Zeitgenosse des Erwachten, zeigt die Wirksamkeit dieser „heilmächtigen, weltüberlegenen Fähigkeit des Menschen“ je nach ihrer Stärke auf in den Worten:

*Hört der Hochsinnige von dem himmlischen Gesetz,  
so wird er ergriffen;  
hört der Mittelmäßige davon, so schwankt und zweifelt er;  
hört es der gewöhnliche Mensch, so lacht er darüber.*

Und die christliche Nonne *Theresa von Avila* drückt aus, was es ist, das den „gewöhnlichen Menschen“ zum „hochsinnigen“ macht:

*Der Mensch bleibt den Dingen dieser Welt  
so lange zugeneigt, bis er erkennt,  
dass er ein Unterpand vom Himmel besitzt.*

Es handelt sich bei *saddhā* um jene von allen Religionen als Erfordernis bezeichnete „gewisse Zuversicht“ zu dem Gehörten, über alles Menschentum weit Hinausweisenden. Zwar bringen die Menschen solches „Vertrauen“ zu den hinaufweisenden Heilslehren offensichtlich in sehr unterschiedlichem Maße auf - auch das wird von den Weisen immer wieder aus-

drücklich betont - aber im Unterschied zum Tier ist der Mensch nach seinem Wesenszuschnitt und seiner Natur fähig dazu. Und diese Fähigkeit lässt sich bei jedem Menschen durch entsprechende Einflüsse - nicht nur in der Jugend - mehr und mehr entwickeln bis zur vollen Kraft; doch ist diese Fähigkeit hier im Westen in den letzten Jahrhunderten durch bestimmte weltanschauliche Einflüsse mehr und mehr verdrängt, verformt und abgeschwächt worden.

Zur Zeit der größten Breitenwirkung der christlichen Mystik bis ins 15. Jahrhundert hinein blühte diese Gewissheit und Zuversicht über die Möglichkeiten des Menschen zur Weltüberwindung und Erlangung des seligen Friedens auch hier im Abendland in kaum vorstellbarem Maße. Da war diese Art des Glaubens im Volk bei hoch und niedrig fast so stark vorhanden und verbreitet, wie er heute in der modernen Welt fast völlig zu fehlen scheint. Wollte man dem unvorbereiteten modernen Menschen die drei Entwicklungsetappen realistisch beschreiben, so würde er vielleicht die Lektüre vorzeitig abbrechen. So ganz unerhört und umwälzend, so jenseits aller heutigen Erfahrungen und Vorstellungen ist diese dreistufige Entwicklung und gar ihr Ergebnis: die endgültige Freiheit.

Als der Buddha durch seine Erwachung zum Heilsstand gelangt war, da sagte er über diese Erfahrung (M 26, M 85):

*Entdeckt hab ich diese Lehre, tief verborgen, schwer zu verstehen,*

*still, erhaben, nicht erkennbar auf den Wegen des Denkens,  
in sich geborgen, nur vom Überwinder erreichbar, erfahrbar.*

– so wie die Raupe erst als Schmetterling weiß, was ein Schmetterling ist.

Doch soll nun an Hand von Gleichnissen des Erwachten ein annäherndes Verständnis angestrebt werden.

#### Das Gleichnis vom Felsen (M 125)

Zwei Freunde verlassen die Dorfgemeinschaft und gehen zu einem Felsen. Der eine klettert den Felsen hinauf, der andere



bleibt unten vor dem Felsen stehen. Der Felsen ist ein Gleichnis für die Ich- und Weltwahrnehmung, für den Wahn, in dem der unten Bleibende befangen bleibt. Das Ersteigen des Felsens ist ein Gleichnis für die Tugendläuterung. Der unten verbleibende Freund bleibt im Dschungel des Samsāra und erforscht die Welt, so gut er es von diesem Status aus kann. Der Erwachte sagt (S 12,15), dass das Welterlebnis auf zweierlei Gedanken gestützt besteht, auf den Gedanken: „Es gibt diese Welt“ (das ist der Empirismus und Materialismus) und auf den Gedanken: „Es gibt diese Welt nicht“ (das ist der Idealismus verschiedener Prägung). Diese Gedanken kreisen – gleichviel ob positiv oder negativ – um „Welt“ herum, setzen Welterlebnis fort.

Der andere Freund hat eine Ahnung von der tieferen Wahrheit, ohne schon klar zu wissen (*saddhā*). Er untersucht nicht diese Felsen-Wahn-Welt, sondern trachtet, sie zu überwinden – er klettert den Felsen hinauf.

Das Hinaufsteigen ist ein Gleichnis für die erste Etappe der Läuterung, die Pflege der rechten Begegnungsweise, der reinen Tugend.

Die rechte Begegnungsweise ist eine heilende Begegnungsweise, von welcher gesagt wird, dass sie zur Herzenseinigung hinführt.

Es können zwei Menschen äußerlich gesehen in gleich edler Weise tugendhaft sein, also wohlwollend, sanft, lieber geben als nehmen, und doch kann der eine – der Umgebung nicht erkennbar - die „verweilende“ Haltung haben. Wer im Leben das harmonische Miteinander der Wesen liebt und darauf setzt, dass er nach dem Verlassen des Körpers in himmlischer Welt in der Umgebung von gleich wohlwollenden lichten Wesen sein wird, der verweilt in der Welt, glaubt an die Welt, an die irdische und himmlische, und denkt und strebt nicht darüber hinaus. Der andere, der im Gleichnis den Berg besteigt, kann – von der Umwelt nicht bemerkt - ein Loslassender sein. Er hat begriffen, dass die Welt mit ihrem ununterbrochenen Kommen und Gehen von Erscheinungen ein selbst

eingebildeter imaginerter Alptraum ist, aus welchem der Buddha, der Erwachte, erwacht ist und aus welchem es zu erwachen gilt. Auch dieser zweite erlebt bei dem immer höheren Ersteigen des Felsens immer mehr Wohl und Helligkeit und Harmonie, aber er ist sich der Belehrung des Erwachten bewusst, dass die ununterbrochene Begegnung mit Wandelbarem und die Mühsal des Reagierens einmal überwunden ist durch die Vollendung der zweiten Etappe, des Herzensfriedens, der Einung des Erlebnisses von Ich und Umwelt. Er weiß um den seligen Frieden, der jenseits der gesamten Weltlichkeit besteht.

Der Buddha hatte im Knabenalter ohne sein bewusstes Zutun einmal ein Erlebnis der ersten Entrückung, eines seligen Friedens, erfahren. Später war ihm das Erlebnis selbst nicht mehr gegenwärtig, aber es blieb in ihm ein unterbewusstes Bohren und Mahnen, dass es einen zeitlosen Frieden gibt. Das trieb ihn mit dreißig Jahren von Hause fort. Er erinnerte das damalige Erlebnis nicht mehr, aber er empfand, dass das Begegnungsleben - selbst sein prinzliches - erbärmlich war, elend, schmerzlich, mühselig und gefährlich wie der Dschungel war gegenüber viel erhabeneren Daseinsmöglichkeiten. Das ließ ihn dann alle jene damals üblichen Wege der Selbstqual gehen und Strapazen erdulden, um die Sinnensucht zu überwinden. Erst als er nach allen nur möglichen Versuchen körperlich fast an den Rand des Todes gekommen und nun ratlos war, welche Versuche er noch machen sollte, da erst meldete sich in seinem Gedächtnis die Erinnerung an das einstige selige weltlose Erlebnis, und er sah, dass er nur auf diesem Weg die Sinnendränge überwinden könne. Das gelang ihm bald. So wurde für ihn die Erinnerung an diese damalige Herzenseinigung das Tor zur Vollendung der Herzenseinigung, aus welcher Klarblick, Erlösung und dann Wissen um die Erlösung hervorging.

Durch die Entdeckung der weltlosen Entrückungen als des einzig möglichen Wegs zur Freiheit kam der Buddha also selbst dahin und belehrte dann auch alle Lernwilligen, dass der

Weg zur Freiheit nur gewonnen werden kann, wenn man sich darüber klar wird, dass es um das Erwachen aus dieser schmerzlichen Welteinbildung geht und dass diese Zielsetzung zu einer andersartigen „Tugend“, zu einer andersartigen „Begegnungsweise“ hier in dieser Welt führt, als es die gute Begegnungsweise des Weltgläubigen ist. Der auf die Weltüberwindung Gerichtete freut sich auch, wenn ihm die sanftere Begegnungsweise gelingt, wenn er für seine Umgebung wohl-tuend ist und das innere Wohl der Reuelosigkeit bei sich fühlt, aber er weiß, dass er sich damit erst auf der allerersten Etappe des Wegs befindet zur vollkommenen Freiheit. Diese zunehmende Erhellung des Welterlebnisses kann ihn nicht fesseln. Sein Blick ist durch den Felsen der Welt hindurch auf die Freiheit gerichtet. Er lässt los und lässt los, und so fällt ihm der tugendliche Wandel noch erheblich leichter als demjenigen, dem alle weltlichen Erscheinungen doch von mehr oder weniger Wert sind. Das ist die Begegnungsweise, von welcher der Erhabene sagt, dass sie zur Herzenseinigung, zum *samādhi*, führt. Sein Ziel ist nicht himmlische Welt, sondern weltlose Freiheit.

Als zweites beschreibt der Erwachte im Gleichnis vom Felsen, dass der Hinaufgekletterte sich auf der Höhe des Felsens gesichert vor dem Dschungel und all seinen Gefahren hinlegt und ausruht. Das ist das Gleichnis für die Herzenseinigung. Er hat einen Standpunkt eingenommen, den der Untenstehende gar nicht ahnen kann. Im Gleichnis heißt es weiter, dass der Untenstehende hinaufruft: „Sag mir, Freund, was du da siehst.“ Der Freund berichtet von den unermesslichen Weiten und Schönheiten, die er oben vom Felsen aus sieht, aber das kann der unten Verbliebene nicht begreifen. Und obwohl sie Freunde sind, ist er misstrauisch und sagt: „Das kann nicht sein, dass du so etwas siehst.“ So weit entfernt ist die Vorstellung des bestwilligen Menschen, solange er normaler Mensch bleibt, von der Erhabenheit, Freiheit, Größe der Transzendierungserlebnisse.

Der Buddha sagt nun im Gleichnis, dass der hinaufgestie-

gene Freund wieder herabkommt zu dem anderen, ihn am Arm nimmt und langsam mit ihm hinaufsteigt. Das ist ein Bild für die Tätigkeit des Erhabenen selber. Der Buddha berichtet, und viele Lehrreden geben ein Beispiel dafür, dass der Buddha geeignete Menschen oft in einem einzigen Gespräch zur sogenannten *sotāpatti* bringen konnte, d.h. zu dem geistig-seelischen Zustand, dass der Hörer den Zustand des Heils und seine über alle Nennbarkeit gehende Geborgenheit und Sicherheit so begreift, dass er von da aus in eine bleibende Anziehung zu diesem Zustand gerät, so dass er es nicht lassen kann, alle die Übungen zu machen, die zum Heil führen. Die Zuwendung des aufgestiegenen Freundes zu dem unten verbliebenen Freund erinnert an das Gleichnis Jesu vom verlorenen Sohn. Auch der Erwachte spricht von dieser Verlorenheit. Er sagt, dass der normale Mensch in einer solchen Daseinsangst und Ungeborgenheit lebt wie ein Mann, der sich mit seinem ganzen Hab und Gut in einer gefährlichen Gegend befindet, die voller Räuber ist, dass aber der in die Heilsströmung Eingetretene – der, vom Freund geleitet, den Berg hinaufsteigt - sich nun fühlt wie jener Wanderer, der aus der gefährlichen Gegend heraus in die Nähe der Heimat gelangt ist und nun weiß, dass er bald endgültig geborgen ist. Der Buddha nimmt den Nachfolger nicht wirklich mit hinauf; er sagt ausdrücklich: *Wegweiser sind die Vollendeten*. Sie können und wollen niemanden zwingen, und der Weg zum Heil ist keine Kutsche, sondern ist ein Fußweg. Aber wer die Worte des Buddha, den Geist der Lehre in sich aufgenommen hat, der fühlt sich hingezogen und geführt, bis er am Ziel ist.

Oben angekommen, lässt der Freund den Hinaufgeführten zunächst ruhen – das Gleichnis für die Herzenseinigung, für den *samādhi*, der ähnlich wie die Tugendentwicklung nach und nach immer tiefer wird, wodurch er dem weltlichen Kommen und Gehen immer mehr entfremdet wird.

Dann geht der Freund mit ihm zum Rand des Felsplateaus und fragt: „Was siehst du nun?“ Da gibt der Hinaufgeführte zu, dass er alles das sieht, was der andere ihm zuvor schon

gesagt hatte und welcher Botschaft er damals nicht glauben konnte. Er sieht jetzt alle Möglichkeiten des Daseins, wie sie wirklich sind; zuvor aber war ihm alles durch den Felsen verborgen und verdeckt. Dieser Zustand wird Weisheit, Klarblick genannt, und er führt zur Erlösung im Heilsstand.

Der Erwachte sagt, dass der normale Mensch mit Gier, Hass und Blendung besetzt sei und dass diese die Verhinderer des Heilsstands seien. Die Übersetzung mit Gier und Hass ist etwas derb, wenn auch bei den Menschen diese beiden Neigungen oft bis zu der Stärke von Gier und Hass gelangen, d.h. zu rasender Leidenschaft werden können und zu einem sich bis zum Wahnsinn steigernden Hass. Gemeint ist hier, dass der Mensch ein Wesen ist, das voller Interessen für bestimmte Dinge ist und darum in dem gleichen Maß abgestoßen ist von den entgegengesetzten Dingen. Der Erwachte sagt, dass diese Eigenschaften allen Wesen eigen sind, die nicht erlöst sind, also nicht nur denen, die wie wir in der untersten der drei Welterfahrungen, in der Erfahrung der Sinnensuchtwelt, leben, sondern auch denen, die in der Erfahrung der Reinen Formen leben und den zu formlosem, reingeistigem Sein gelangten Wesen: bei allen ist die Neigung zu Bestimmtem und darum die Abneigung von dem Entgegengesetzten.

Diese innewohnenden Zuneigungen zu Bestimmtem und die Abneigungen gegenüber dem Entgegengesetzten bestimmen die Empfindung der Wesen, wenn etwas vor ihnen auftaucht. Ein Wesen, das diese Neigungen nicht hat, bleibt bei allem Auftauchen in erhabenem Gleichmut, aber den mit Gier und Hass, Anziehung und Abstoßung besetzten Wesen müssen die einen Dinge als schön, lieblich, beglückend erscheinen und die anderen Dinge als abstoßend, betrübend, misslich. Das nennt der Erwachte Blendung, die bedingt ist durch die beiden entgegengesetzten Neigungen.

Ja, noch mehr: die Wahrnehmung wird letztlich nur vom Interesse gelenkt. Unser Interesse ist wie ein Magnetismus: positiv und negativ. Wo aber der Magnetismus von Anziehung

und Abstoßung schweigt, weil das Wesen im Innern in einer so erhabenen Gestimmtheit lebt, dass seine Aufmerksamkeit sich gar nicht nach außen richtet, da wird keine Welt wahrgenommen. Da ist keinerlei Blendung, da ist Frieden.

Wer dies versteht, der kann zu einem geradezu erschütternden Verständnis des viel benutzten Wortes *avijjā* kommen. Es wird meistens viel zu harmlos mit „Nichtwissen“ übersetzt, aber das bedeutet nicht fehlendes Wissen - was durch bloße Information sofort zu beheben wäre -, sondern dass der von Anziehung und Abstoßung Bewegte zwangsläufig eine völlig verblendete Welt- und Lebensvorstellung bekommt, hinter der keine Wirklichkeit ist. *Vijjā* heißt Wahrwissen und *avijjā* heißt Falschwissen, Wahnwissen. Der Erwachte bezeichnet unser gesamtes Erleben samt dem Erleben der Götter der Sinnenwelt als Wahn und vergleicht den normalen Menschen, der eine Welt erlebt, mit einem Mann, der vor einem Felsen steht, vergleicht aber den Erlösten, Geheilten mit einem Mann, der diesen Fels erstiegen, also die Welt überwunden hat und nun erst, von der oberen Plattform aus, die Wahrheit von der Wirklichkeit erfährt. Wer von diesem Weltwahn ganz frei geworden ist, der kann von den weltbefreiten seligen Entrückungen auch die höchste, die vierte, ganz nach Wunsch gewinnen und darin weilen. Wer diesen Zustand erreicht hat, der ist damit, gleichviel ob er vorher von einem Buddha belehrt worden war oder nicht, reif geworden für den Einstieg in die dritte Etappe, die zum Wahrwissen (*vijjā*) führt.

#### Das Gleichnis vom Goldläutern (A III,102-103)

Der Erwachte gibt für die drei Hauptentwicklungsetappen das folgende anschauliche Gleichnis:

*Beim Goldsand, ihr Mönche, gibt es grobe Unreinheiten wie Mergel und Gestein. Der Goldwäscher schüttet den goldhaltigen Sand in eine Wanne und liest zuerst Mergel und Gestein aus.*

*Wenn das Gold von diesen groben Unreinheiten befreit und*

*gereinigt ist, so bleiben noch mittlere Unreinheiten des Goldes übrig wie Kies und grober Sand. Der Goldwäscher befreit und reinigt das Gold nun gründlich auch von diesen Unreinheiten.*

*Sobald nun die mittleren Unreinheiten entfernt und geschwunden sind, so bleiben noch feine Unreinheiten des Goldsand es übrig wie feiner Sand und Staub.*

*Der Goldwäscher befreit und reinigt das Gold nun auch von diesen feinen Unreinheiten gründlich. Wenn auch diese feinen Unreinheiten völlig entfernt und geschwunden sind, so bleiben nur noch die Goldkörner übrig. Nun kommt der Goldschmied und schüttet die Goldkörner in einen Schmelztiegel und schmilzt sie ein, schmilzt sie zusammen, schmilzt sie zu einem Stück.*

*Jetzt ist das Gold eingeschmolzen, zusammengeschmolzen, zu einem Stück geschmolzen, doch ist es noch nicht brauchbar, noch nicht frei von innerer Unreinheit; darum ist es auch weder biegsam noch schmiedbar noch glänzend, sondern ist noch spröde und eignet sich noch nicht zur Verarbeitung.*

*Es kommt aber, ihr Mönche, die Zeit, in der der Goldschmied jenes Gold wiederum einschmilzt, zusammenschmilzt, zu einem Stück einschmilzt und jenes eingeschmolzene Gold auch brauchbar geworden sein wird, frei von innerer Unreinheit und darum nicht mehr spröde, sondern biegsam, schmiedbar ist und Glanz hat. Nun ist es tauglich zur Verarbeitung. Zu welchem Zwecke der Goldschmied es auch immer verwenden will, sei es zu einem Armreif oder zu Ohrringen, zu einem Halsschmuck oder zu einer goldenen Kette: für diesen Zweck ist es dann geeignet.*

So wie hier in dem Gleichnis zunächst von einer Reinigung des goldhaltigen Sandes von allen äußeren Fremdkörpern die Rede ist, so dass nur noch reine Goldkörner übrig bleiben und dann bereits ein ganz anderer Arbeitsgang angedeutet wird: das Zusammenschmelzen dieser Goldkörner - ganz ebenso zeigt der Erwachte zuerst die Läuterung in der „Tugend“, in dem Begegnungsleben auf und deutet hernach den Übergang

zu dem *samādhī* an, das Zusammenschmelzen der Goldkörner. Das von allen Schlacken gereinigte Herz wird dann mit dem reinen, eingeschmolzenen, schmiedbaren Gold verglichen, das zu allen gewünschten Gegenständen verarbeitet werden kann. So auch ist das vollkommen von Gier, Hass, Blendung gereinigte Herz fähig zur universalen Durchschauung: Was sich ein so Geläuterter wünscht zu erkennen, das kann er erkennen.

Betrachten wir die Etappen auf dem Heilsweg in M 24 nun im Einzelnen:

### Die erste Etappe: Sittenreinheit (*sīla visuddhi*)

Im Gleichnis vom Goldläutern heißt es:

*Der Mönch, der seine hohe Herzensbildung anstrebt, erkennt grobe Befleckungen bei sich, wie schlechten Wandel in Taten, schlechten Wandel in Worten, schlechten Wandel in Gedanken. Diese tut der einsichtige, strebensfreudige Mönch ab, treibt sie aus, beseitigt sie, bringt sie zum Schwinden.*

In dieser Etappe geht es um die fortschreitende Reinigung, Erhellung und Erhöhung des gesamten Begegnungslebens im Umgang mit den Lebewesen und Dingen, geht es darum, sein Verhalten im Begegnungsleben völlig zu reinigen und zu befreien von dem Drang, in dieser Begegnungswelt irgendetwas mit einem Verhalten erlangen zu wollen, das andere verletzt.

Als grösste Befleckung des Herzens wird also schlechter Wandel in Taten, schlechter Wandel in Worten und schlechter Wandel in Gedanken genannt.

Unter „Wandel“ (*carana*) wird das Verhalten des Menschen im bewegten Leben bei seiner ständigen Begegnung mit den anderen Wesen und bei seinen Verrichtungen in Beruf, Haus und Feld verstanden. Auch der „Wandel in Gedanken“ gehört zu dem bewegten Begegnungsleben. Nicht aber zum Wandel gehören die Zeiten, in denen ein Mensch für sich allein, abgeschlossen weilt und ganz ohne die herausfordernden Begeg-



nungen mit den Menschen und Dingen stiller und tiefer nachdenkt.

Unter „rechtem Wandel in Taten und in Worten“ werden die vom Erwachten immer wieder genannten „Tugendregeln“ verstanden.

Da besteht das schlechte Verhalten in Taten im Töten, Stehlen und in „unrechten Geschlechtsbeziehungen“ durch Einbruch in andere Partnerverhältnisse oder Verführung von Jugendlichen.

Das „schlechte Verhalten in Worten“ besteht aus Verleumdungen, Hintertragen, verletzender Rede und müßigem Geschwätz.

Unter dem „schlechten Verhalten in Gedanken“ wird das kurze rasche Denken verstanden, das während der ununterbrochenen Begegnung mit den Menschen und Dingen seinem falschen Reden und Handeln vorausgeht. So bedeutet die Läuterung des Wandels die Verbesserung und Besänftigung unseres gesamten Verhaltens in der Begegnung mit der Welt.

Wer der Wegweisung des Erwachten nachfolgt, der wird in den ersten Jahren seiner Übung erfahren, dass er das Gute, das er tun will, meistens noch nicht so tut, denn er beginnt damit ja neue, andere Verhaltensweisen, die in vielen Punkten von seiner bisherigen Gewohnheit abweichen. Die Gewohnheit aber ist mehr oder weniger fest eingefahren, läuft geradezu von selber, wirkt wie ein Schwungrad. Und darum bleibt es gar nicht aus, dass er im Anfang die große Differenz zwischen seinem neuen Wollen und seinem Tun feststellt. Er merkt, wie ihn die vielfältigen Triebe und Sehnsüchte bewegen und treiben, wie es *Nikolaus Lenau* ausdrückt:

*In meinem Innern ist ein Heer von Kräften,  
unheimlich, eigenmächtig, rastlos, heiß,  
entbrannt zu tief geheimnisvoll'n Geschäften,  
von welchen all mein Geist nichts will und weiß.*

Er merkt Abgründe und Himmel in sich und bekommt nun einen ganz anderen Begriff vom Menschentum, in dem sich

gespenstische, tierische bis himmlische Neigungen finden. Aber er merkt auch die große wandelnde Kraft des gewonnenen weltüberlegenen Anblicks, durch die den Trieben der Schwung genommen wird.

Im Lauf der Zeit erfährt er, dass er zunächst seinen „Wandel in Gedanken“ umstellen muss und dass er es umstellen kann. Er wird jetzt in seinem ganzen Tun und Lassen „wacher“. Vor der Begegnung mit Menschen, vor dem Anpacken einer Aufgabe denkt er rasch darüber nach, dass er nicht wieder wie sonst so und so reden oder handeln will, sondern wie er es nun für richtiger angesehen hat. In dem Maß, wie er so sein gesamtes Tun und Lassen mit klarem, kritischem Denken begleitet, da gelingt ihm dieses auch besser, und nach einiger Zeit – je nach der Intensität und Aufmerksamkeit seiner Bemühungen nach Jahren oder nach Jahrzehnten – kann er bei sich beobachten, dass vieles anders geworden ist, dass er sich also im Prozess der fortschreitenden Läuterung befindet.

Wer sich auf den genannten Gebieten (drei des Handelns und vier des Redens sowie dem Verzicht auf Rauschmittel) zu dieser helleren Gewöhnung durchgearbeitet hat, der hat im Lauf dieser Jahre an sich auch eine innere Erhellung erfahren. Er merkt nicht nur erheblich schönere und harmonischere Verhältnisse mit seiner Um- und Mitwelt, sondern auch ein gutes inneres Grundgefühl, ein helles, heiteres inneres Gestimmtsein, ja, er empfindet, dass er „ein anderer Mensch geworden ist“.

So wie bei dem Sand in der Wanne, nachdem das gröbere Gestein und der Kies aussortiert ist, die Goldkörnchen schon erheblich mehr hindurchblinken, so empfindet auch ein so gewordener Mensch sein Dasein und sein Sosein erheblich wohltuender als zuvor. Viele einst dunkle Begegnungen hat ein sanfter, friedfertiger Mensch erhellt. Da er im Grunde weiß, dass alles Außen nur Spiegelbild seines Inneren ist, so kann ihn auf die Dauer nichts nachhaltig aufregen, und er kann auf die Dauer nicht etwas unbedingt durchsetzen wollen. Er reinigt sein Verhalten ja nicht um eines Zwecks in der Welt willen, er

ist ja auf dem Rückzug aus der Welt, und er hat zum Ziel, alle Begegnungen befriedet zu entlassen, den starken Gegensatz Ich und Du einzuebnen. Wenn jede einzelne Begegnung mit Bekannten oder Unbekannten verstehend, nachsichtig, schonend, fürsorglich behandelt und dann im Geist entlassen wird, dann gibt es keine verdunkelnde Reue im Unterbewusstsein mehr. Je heller der Übende geworden ist, um so feiner wird auch die sinnliche Ausbreitung, um so hellere, wohlthuendere Außenwelt wird erlebt, um so weniger werden Spannungen und Streit erlebt.

Die zweite Etappe: Herzensreinheit (*citta visuddhi*)

Wenn der Mönch mit der Reinigung seines Verhaltens fortgeschritten ist, so dass sein Verhalten insgesamt den Anleitungen des Erwachten entspricht, dann beginnt der Übergang zur *bewussten* Herzensreinigung.

Zwar führt das ehrliche und ernsthafte Bemühen um die rechten Verhaltensweisen im Umgang mit den Lebewesen und Dingen immer schon indirekt auch zur Reinigung der Motive des Herzens. Denn man kann nicht alles üble Verhalten den Lebewesen gegenüber aufgeben, wenn die inneren Herzensmotive, die üblen Gemütsverfassungen, die Vorstellungen aus Gier, Hass usw. nicht auch gemindert werden.

Jetzt aber geht es darum, sich vorwiegend der Reinigung des gesamten Motivhaushalts des Herzens zu widmen. Damit steigt der Übende - im Sinn der Etappenreise des Königs - um in das Gespann der nächsten Etappe, welche die vollkommene Herzensreinheit und damit Herzenseinigung zum Ziel hat. Während Sittenreinheit zum Ziel hat, vom Üblen zum Guten zu kommen, geht es jetzt um Überwindung von Welt und Ich.

Jesus sagt in den „Seligpreisungen“ (Matth. 5, 5,7,8):

*Selig sind die Sanftmütigen,  
denn sie werden das Erdreich besitzen.*

und sagt :

*Selig sind die Barmherzigen,*

*denn sie werden Barmherzigkeit erlangen.*

*Sanftmütig und barmherzig* - das ist tugendhaftes Verhalten zusammen mit der helleren inneren Art des Mitempfindens. Diesen Sanftmütigen und Barmherzigen verspricht Jesus irdische Ernte.

Als nächstes sagt *Jesus*:

*Selig sind, die reinen Herzens sind,  
denn sie werden Gott schauen.*

„*Gott schauen*“ - das ist eine überirdische Ernte. In der christlichen Mystik bedeutete es: Über die sinnliche Wahrnehmung der Welt hinauszuwachsen und zu einem unaussprechlichen seligen Frieden oberhalb der Welt zu gelangen.

Dieselben zwei Etappen nennt *Jesus* im Gespräch mit dem Reichen Jüngling (Matth. 19, 16-21), der ihn fragt:

*Was muss ich tun, dass ich selig werde? –*

*Jesus* antwortet:

*Halte die Gebote.*

*Die hab ich gehalten von Jugend auf. -*

Da sagt *Jesus*:

*Willst du vollkommen sein, so verkaufe alles, was du hast,  
gib dein Geld den Armen und folge mir nach.*

Der erste Rat betrifft die guten Sitten, die Bewährung im Weltleben, doch der zweite die Weltüberwindung.

Der Erwachte kennzeichnet die zweite Etappe mit den Worten:

*Er läutert sein Herz von befleckenden Gesinnungen,*

das heißt, er achtet auf aufkommendes Begehren, aufkommenden Ärger und Verdruss, auf Anwandlungen von gewaltsamem Sich-Durchsetzenwollen, Regungen, die, auch wenn sie ihn nicht zu üblem Tun veranlassen, so doch das Herz verdunkeln und beunruhigen.

Der Erwachte schildert den Anfang der Herzensreinigung, die erst im vollkommenen *samādhi* ausgereift ist, im Gleichnis

vom *Goldläutern* mit den Worten:

*Wenn die groben Befleckungen des Herzens aufgegeben und beseitigt sind, so bleiben für den Mönch, der die hohe Herzensbildung anstrebt, noch mittlere Befleckungen wie Gedanken der Lust (kāma-vitakka)*

*Gedanken von Antipathie bis Hass (vyāpāda-vitakka)*

*Gedanken der Rücksichtslosigkeit (vihimsā-vitakka).*

*Auch diese tut der einsichtige, strebensfreudige Mönch ab, treibt sie aus, beseitigt sie, bringt sie zum Schwinden.*

Der Erwachte nennt sechs Gemütsverfassungen:  
drei üble :

1. Sinnensüchtigkeit
2. Antipathie bis Hass
3. Schädigung, Belästigung aus Unachtsamkeit und Rücksichtslosigkeit

und drei gute Gemütsverfassungen:

1. Sinnensuchtfreiheit
2. Verständnis, Teilnahme, Mitempfinden
3. Schonung, Fürsorge, Hilfsbereitschaft.

### Überwindung der Sinnensucht

Diese Übung nimmt einer nur dann auf sich, wenn er begriffen hat, dass das Leben des normalen Menschen ebenso mühselig und schmerzlich wie sinnlos ist: immer wieder Körper anlegen, genießen, Enttäuschung, Tränen, Resignation, sterben, Wiedergeburt als genussbedürftiges Wesen, das keine oder nur wenig gute Taten angesammelt hat und darum drüben darbt, dem Verlorenen nachtrauern, dann wieder irgendwo Anziehung verspüren, in einen Mutterschoß einsteigen, wieder geboren werden mit neuen Hoffnungen usw. - sinnlos. So lange schon folgt ein Körperwechsel dem anderen, kein Anfang ist zu sehen, keine kontinuierliche Aufwärtsentwicklung. Einmal nehmen die Wesen bei der Erfüllung ihrer Wünsche Rücksicht auf die anderen, dann wieder nicht; entsprechend sind die Da-

seinsformen einmal heller, einmal dunkler. Der gewöhnliche Mensch kann aus diesem Geborenwerden, Altern und Sterben, aus Kummer und Schmerz nicht hinaus, so wie die Fliege sinnlos an der Fensterscheibe nach einem Ausgang sucht, aber die offene Tür nicht bemerkt. Der Buddha zeigt die offene Tür, aber der unbelehrte Mensch sieht sie ebenso wenig wie die Fliege an der Scheibe sie sieht, weil er immer wieder auf die herankommenden Wahrnehmungen schaut, so wie die Fliege nur dem hellen Fenster zugewandt ist. Der Erwachte sagt: Dies ganze Erleben ist nicht so, wie es scheint: Die Wahrnehmung kommt nicht von außen, von einer objektiven Welt, sondern ist bedingt durch die Herzensverfassung der Wesen: Das Bedürfnis zu sehen, zu hören, zu riechen, zu schmecken, zu tasten lässt die Wahrnehmung von Festigkeit, Flüssigkeit, Wärme und Luft aufkommen. Der normale Mensch meint, Wahrnehmung von Festem komme von Festem. Der Erwachte zeigt: Wahrnehmung von Festem ist die Folge eines Herzens voller Tast- und Schmeckbedürfnis.

Der Geheilte sieht, dass er diese Grundart, dieses Bedürfnis nicht mehr hat und darum auch nicht mehr eingeschränkt ist durch die Wahrnehmung von Festem, Flüssigem usw. Er hat die Materie-Schranken überwunden. Die ganze Welt mit Ich und Du, Freunden und Feinden ist erfunden von einem bedürftigen Herzen. Ja, das Universum der gesamten Welt, Diesseits und Jenseits, ist Entwurf des Herzens, ist ununterbrochen fließend, eine schmerzliche, vergängliche Bewegtheit; der Kämpfende, noch nicht Geheilte sagt sich:

*Kein Dasein hat Beständigkeit,  
und kein Gebilde dauert an;  
anrieselnd häuft es hier sich an,  
und rieselnd rinnt es schon davon. (Thag 121)*

*Was hier auf Erden und in andren Welten  
in aller Art von Formen irgend auftaucht,  
das bricht, vermorschend, ohne Anhalt, rieselnd:  
in diesem Wissen leben Heilsbedachte. (Thag 1215)*

So negiert er alles Erscheinen vom Grunde her, obwohl er zunächst auch noch in der Gewöhnung verwurzelt ist, aber er schämt sich seiner Verwurzelung und kann darum nicht anders, als sie immer wieder negativ zu beurteilen und damit zu mindern. So lockert sich sein Verhältnis zur gesamten Weltlichkeit. Allein schon von der Pflege der rechten Anschauung her gewinnt er inneren Abstand, weil er weiß: *Alle Dinge sind ungeeignet, sie zu lieben und festzuhalten.* (M 37) Er versteht, wenn der Erwachte die sinnlichen Dinge mit Darlehen vergleicht und warum in allen Religionen gesagt wird, dass man sie zurückgeben muss, wie es ein altes Wort ausdrückt:

*Was rennt die Welt so sehr  
nach Schein und Nichtigkeit,  
kennt man doch ihres Glücks  
unstete Flüchtigkeit.*

*Sieh, so geschwind zerbricht  
irdische Herrlichkeit  
wie ein Gefäß von Ton  
voller Zerbrechlichkeit.*

*Was man verlieren kann,  
eigne sich keiner an.  
Die Welt nimmt ihr Geschenk  
zurück von jedermann.*

*Mensch, such das Bleibende,  
Herz, strebe himmelan.  
Selig lebt in der Welt,  
wer sie verachten kann.*

Wer die irdischen Dinge für die einzige Erlebensgrundlage hält, der muss auch daraus all sein Wohl und Glück beziehen wollen. Wer aber das irdische Leben als nur eine Episode durchschaut hat - und das heißt, seine Beschränktheit und Begrenztheit kennt - der sucht nicht mehr in dieser naiven Ausschließlichkeit, dort sein Glück zu finden. Er weiß, dass sein

wahres Leben gar keine zeitliche Grenze hat. Darum verlieren für ihn die durch den sterblichen Körper erlebbaren irdischen Dinge, die „Darlehen“, ihren Glanz. Und manchmal, wenn er durch geeignete innere und äußere Umstände sehr still und klar geworden ist, dann kommen sie ihm wie kindliches Spielzeug vor. Der auf Geistiges ausgerichtete Mensch hat in seinem Gemüt den irdischen Dingen den Rücken zugewandt und hat seinen Willen auf die Erhellung des Herzens, auf Hochherzigkeit, Liebe und Schonen gerichtet. Er hat in dieser Welt keine Endziele mehr, sondern allenfalls Zwischenziele auf seinem Weg zum Heil. Darum soll sich der Mönch nicht gedanklich in die Buntheit begehrteter Situationen verlieren, sich diese nicht vor Augen führen (weil das Begehrte dann wieder in weltlichem Glanz erscheint), sondern er soll sich mit gesammelter Aufmerksamkeit auf die gesetzmäßigen Folgen begehrtlicher Anwandlungen konzentrieren, um vom Begehren abzukommen, wie sie der Erwachte nennt. In der 54. Rede der „Mittleren Sammlung“ werden sieben Gleichnisse genannt, welche die Vergänglichkeit, die Gefahren und den Täuschungscharakter der Sinnensucht zeigen, wodurch offenbar wird, dass kein dauerhaftes wirkliches Wohl, sondern nur Leiden, Sorgen und Qualen erfährt, wer sein Herz an vergängliche, sinnliche Dinge hängt.

Mit der negativen Beurteilung des Begehrens mindert sich auf die Dauer die blendungsvolle begehrtliche Betrachtungsweise, und der wirklichkeitsgemäße Anblick kann sich halten.

Und noch eine entscheidende Folge hat die Minderung des sinnlichen Begehrens: Je mehr ein Mensch von dieser Welt der sinnlichen Erscheinungen der Lebewesen und Dinge Schönheit, Glück und Freude für sich erwartet, um so weniger ist er fähig zum Mitempfinden (*mettā*). Und je mehr einer diese äußeren Neigungen wenigstens vorübergehend beiseite tun kann, um so mehr hat er Blick für die Bedürfnisse der anderen, empfindet mit ihnen.



## Überwindung von Antipathie bis Hass und Rücksichtslosigkeit

*Im Gemüt frei von Antipathie bis Hass,  
mitfühlend wünscht er allem,  
was lebt und atmet, Wohl.  
So läutert er sein Herz von Antipathie bis Hass.*

Er bemüht sich, die Bedürfnisse der Mitwesen ebenso mitzubedenken und nachzuempfinden wie die eigenen, ja, den Unterschied zwischen sich und anderen immer wieder gedanklich aufzuheben in dem Wissen: Alles was mir begegnet, ist Ernte meines Tuns, ist meine unbewältigte Vergangenheit, ist die Gespaltenheit meines Herzens.

Indem er sich übt, mit den anderen mitzuempfinden (*met-tā*), fühlt er sich auch zu Nachsicht und Schonen (*karunā*) gedrängt, will dem anderen wohltun, nicht wehtun. Es kann kein wirkliches Mitempfinden geben ohne den Wunsch zu schonen. Der Gegenbegriff zu *karunā*, das Schonen und Förderung aus Mitempfinden bedeutet, ist *vihesā* und bedeutet Rücksichtslosigkeit und Unachtsamkeit, wodurch man andere bedrängt, belästigt und gar körperlich oder seelisch verletzt, auch wenn keine böse Absicht vorliegt.

Einer, der sein Herz dahin gebracht hat, dass er, wo immer er an Lebewesen denkt, auf ihre Anliegen achtet, schonend und fürsorglich an sie denkt und bei Begegnungen mit ihnen so umgeht - dessen Herz wird mehr und mehr von verdunkelnden Trübungen frei. Indem der Übende Mitempfinden und Schonen entwickelt, kann er nicht mehr innerlich zürnen oder nachtragen, stolz sich überheben oder empfindlich verbittert sein, kann nicht neidisch oder geizig sein, kann nicht etwas verheimlichen wollen oder anders erscheinen wollen als er ist, kann nicht starrsinnig oder rechthaberisch oder, vom Augenblick hingerissen, berauscht oder leichtsinnig sein – eben weil ihm aufgeht, wie sehr alle Wesen sich nach Wohl sehnen. Dagegen erscheint ihm alles eigene weltliche Anliegen blass und

unbedeutend. Er erfüllt Herz und Gemüt mit liebevollen, schonenden Gedanken - und die egoistischen, selbstsüchtigen Gedanken und Empfindungen schwinden.

So wie bei dem Goldwäscher durch das Herauslesen der Fremdkörper allmählich der Goldgehalt immer mehr zum Vorschein kommt, der Goldsand immer mehr glänzt, so auch verändert, erhöht und erhellt sich bei dem Menschen das Herz und damit das innere Grundgefühl, die innere Stimmung, die Gemütsverfassung.

Erst diese Erhellung macht ihn auf seine veränderte Stimmung aufmerksam. Hier beginnt er, das gereinigte Herz als die Quelle weltunabhängigen Wohls zu entdecken. Im Lauf der Jahre erfährt er immer deutlicher, dass nicht dieser Körper und nicht diese Welt, sondern diese seine entdeckte stillhere Gemütsstimmung, das Grundgefühl, der Träger seiner Existenz ist. Er merkt, dass diese Gemütsstimmungen gar nicht durch den Körper bestehen und nicht durch die Sinneseindrücke, sondern immer nur durch die Beschaffenheit des Herzens, seiner Eigenschaften, bedingt ist.

### Der Übergang zum Herzensfrieden

Mit dieser Entdeckung und Erkenntnis geschieht fast unmerklich langsam, aber geschieht eben doch jene entscheidende Wendung, die erst die wahre und unhemmbare Heilsentwicklung einleitet.

Diese Entwicklung wird in der Läuterungspraxis der verschiedenen Kulturen die Entwicklung zur Abgeschiedenheit genannt, und sie gilt als der Umbruch und die Umstellung des Menschen von außen nach innen, von der Welterscheinung zum eigenen Herzen. Ein solcher arbeitet immer gesammelter und wachsamer an der Reinigung und Erhellung seines Herzens, das immer mehr seine eigentliche Heimat wird. Wer die Erhellung des Herzens bei sich spürt, der erlebt daraus eine feine Erhöhung seines Empfindens. Es entsteht ein Wohl aus Herzensreinheit. Ihm wird sein praktisches Fort-

schreiten erfahrbar. Diese Freude ist der Ausgangspunkt der Entwicklung zur geistigen Beglückung (*pīti*), die bis zu aufleuchtendem Entzücken aufsteigen kann - das sind die Stufen zum weltunabhängigen Herzensfrieden, zu dem auch die Entrückungen gehören. - Manche Leser mögen diesen Zustand schon ahnen. Alle Sorgen, die der normale Mensch sich macht, sei es über eigene körperliche Krankheit oder über umweltliche, wirtschaftliche oder politische Entwicklungen, über Atomkriege, Katastrophen, alle diese Sorgen kommen noch von den Dunkelheiten unseres Erlebnispotentials, von den noch nicht aufgelösten Dunkelheiten unseres Schaffsals, unseres Karma, von unserer „unbewältigten Vergangenheit“. Von daher glauben wir noch an „Gefahren“. Diese Bedrückung besteht nicht nur aus bewussten Selbstvorwürfen, sondern auch aus noch unaufgelösten groben Verletzungen, die irgendwann von uns ausgingen und die noch aufgelöst werden müssen. Das geschieht erst im Lauf der Entwicklung zur Hochherzigkeit. Dann aber hört auch die halbbewusste ahnungsvolle Zukunftsdrohung auf.

Wer nun, belehrt von einem Erwachten, diesen Kampf so weit bestanden hat, dass er jetzt als ein kampfgeprobter Sieger über die Schatten und Dunkelheiten der Welt dasteht, ungefährdet und angstlos - der Erwachte sagt: *Wie ein tapferer Kriegerfürst, der den Feind niedergestreckt hat, von keiner Seite mehr sich gefährdet sieht, so erfährt auch ein solcher geistiger Kämpfer ein inneres Glück völliger Unbedrohtheit* - für wie lange wird er diesen Zustand gewonnen haben? In dem Gleichnis vom Kleide (M 7) sagt der Erwachte: Wenn die Flecken einmal aus dem Gewand (dem Herzen) ganz herausgewaschen sind, dann schlagen sie bei keiner Umfärbung (erneuter Geburt) mehr durch. Ein Wesen mit so weit gereinigtem Herzen mag Körper wechseln in menschlichen und himmlischen Daseinsformen - an das so weit gereinigte Herz kann nichts Schreckliches, nichts Dunkles mehr herantreten. Ein solches Wesen befindet sich im Aufstieg in das Helle und Hellere.

Der Erwachte sagt: So wie da einer von einer Fußbank auf einen Stuhl steigt, von diesem auf den Tisch, vom Tisch auf den Rücken des Pferdes, von diesem auf den Rücken des Elefanten und vom Elefantenrücken aus auf die Zinne des Hauses - so befindet sich ein Wesen, das sein Herz von den Flecken reinigt, im fortschreitenden Aufstieg von Höhen zu Höhen. (S 3,21) Und wer die allererste Ursache von allen Leiden und Unzulänglichkeiten - den Glauben, eine autonome Person zu sein - ganz abgetan hat, weil er den geistig-seelischen Mechanismus seiner Existenz völlig durchschaut hat, für den ist kein Rückfall in der Entwicklung mehr möglich; er schreitet fort bis zur endgültigen Erlösung.

Im Gleichnis vom Goldläutern heißt es über die Etappe der Herzenseinung durch Herzensreinheit, nachdem der Übende durch das Kosten inneren Wohles weltliches Sinnen zur Ruhe gebracht hat:

*Sind auch die (Vielfalts-) Gedanken aufgehoben und beseitigt, so bleibt nur noch Bedenken der Wahrheit übrig, Bedenken der Lehre. Doch ist diese Einigung (samādhi) noch keine vollständige Stillung, noch nicht die vollkommene Beruhigung und innere Einswerdung, sondern ist lediglich durch mühsame Zurückhaltung der geistigen Regsamkeit erreicht.*

Auch in diesem Gleichnis wird der Übergang von der äußeren zur inneren Reinigung des Goldes geschildert. Es heißt da:

*Wenn auch diese feinen Unreinheiten völlig entfernt und geschwunden sind, so bleiben nur noch die Goldkörner übrig. Nun kommt der Goldschmied und schüttet die Goldkörner in einen Schmelztiegel und schmilzt sie ein, schmilzt sie zusammen, schmilzt sie zu einem Stück.*

*Jetzt ist das Gold eingeschmolzen, zusammengeschmolzen, zu einem Stück geschmolzen, doch ist es noch nicht brauchbar, noch nicht frei von innerer Unreinheit. Darum ist es auch weder biegsam noch schmiedbar noch glänzend, sondern ist noch spröde und eignet sich noch nicht zur Verarbeitung.*

Wir sehen die Ähnlichkeit zwischen dem Stand der Goldläuterung und dem der Herzensläuterung.

Hier wird die Gemütshaltung, die sich bei einem fast ausschließlichen Bedenken der vom Erwachten aufgezeigten Wahrheit einstellt, bereits als Einigung (*samādhi*) bezeichnet. Es wird aber hinzugefügt, dass diese Einigung noch nicht ausgereift sei. Darin zeigt sich, was unter Einigung verstanden wird.

Die äußere Reinigung des Goldes war so weit gediehen, dass nur noch die Goldkörner selbst übrig geblieben waren und alle Fremdkörper fort waren. Daraufhin erst wurden die Goldkörner verflüssigt und zusammengeschmolzen.

Das Herz des Menschen befindet sich nun in einer völlig anderen Verfassung als zuvor. So wie die Wanne voll Sand ursprünglich etwas ganz anderes war als das jetzt zusammengegossene Goldstück, so ist das Herz des Menschen durch die Befreiung von übler, dunkler Gesinnung und üblen, dunklen Tatmöglichkeiten zu einer großen inneren Helligkeit erwachsen. Ein solcher Mensch ist bei sich selbst glücklich geworden und darum ganz unabhängig von den Scheinfreuden, die durch die Befriedigung der Sinnensucht eintreten. Sein vollständiger Rückzug von dem Außen ist ihm nicht Verzicht, sondern Beseeligung, und er lebt in voller Hingabe an den inneren Herzensfrieden, der nur durch die Erhellung möglich wurde. Sein Denken ist damit beschäftigt, die aus dem früheren Wahn gesponnenen Welterscheinungen immer mehr als solche zu durchschauen und dadurch unterscheiden zu lernen, welche Wege in das Leiden hineinführen und welche aus dem Leiden herausführen. Darüber wird er in seinem Geist zunehmend klar und heiter und in seinem Herzen hell und still. Und es mag sein, dass er zu dieser Zeit öfter die erste weltlose Entrückung (*jhāna*) gewinnt, in welcher nur noch Bedenken und Sinnen über Wahrheitszusammenhänge stattfindet.

Wenn das durch Herzensreinheit und Beglückung über die Lehre empfundene Wohl übermächtig wird, dann schweigt auch das Denken, und er erreicht die zweite Entrückungsstufe,

von welcher der Erwachte sagt:

*Nach Verebbung auch des Bedenkens und Sinnens verweilt er in innerem seligem Schweigen, in des Gemütes Einigung. Und so tritt die von Erwägen und Sinnen befreite, in der Einigung geborene Entzückung und Seligkeit ein, der zweite Grad weltloser Entrückung.*

*Gleichwie etwa, ihr Mönche, ein See mit unterirdischer Quelle, in den sich kein Bach von Osten oder Westen, von Norden oder Süden ergösse (d.h. die fünf Sinne schweigen), keine Wolke von Zeit zu Zeit mit tüchtigem Gusse darüber hinwegzöge (auch das Denken schweigt), in welchem nur die kühle Quelle des Grundes emporwellte und diesen See völlig durchdränge, durchtränkte, erfüllte und sättigte, so dass nicht der kleinste Teil des Sees von kühlem Wasser ungesättigt bliebe - ebenso nun auch, ihr Mönche, durchdringt und durchtränkt, erfüllt und sättigt der Mönch diesen Körper da mit der in der Einigung geborenen Entzückung und Seligkeit, so dass nicht der kleinste Teil seines Körpers von der in der Einigung geborenen Entzückung und Seligkeit ungesättigt bleibt.*

Für die vorhin beschriebene durch Selbsterziehung erlangte Entwicklung zu edleren Sitten im Umgang mit der Mitwelt steht das Gleichnis des Wachstums der Raupe bis zu ihrer natürlichen Größe; aber die Wendung des nun im Herzen erhellten Kämpfers über alle Welt und Weltlichkeit hinaus zu der inneren Seligkeit - das gilt bei dem Bild der Raupe für ihre Neigung, vom Fressen zu lassen, sich einzuspinnen, um sich, ungestört von aller Welt, vollends zu verwandeln.

Durch die Entrückungen, die immer tiefer werden und immer länger dauern, wird der Mensch der Welt-Wahrnehmung so entwöhnt, wie es der normale Mensch sich gar nicht vorstellen kann. Wir kennen außer der sinnlichen Wahrnehmung nur den Zustand, unter die sinnliche Wahrnehmung zu fallen durch Schlaf oder Ohnmacht. Und wenn wir von dort wieder zurückkommen, dann sind wir die alten und freuen uns, wieder „da“ zu sein. Wer aber die Herzensläuterung bis zu der Rein-

heit entwickelt hat, die zu der Entrückung erforderlich ist, der lebt mit oder ohne sinnliche Wahrnehmung in einem so hellen Gemütszustand, der unvergleichlich ist mit den durch sinnliche Wahrnehmungen erfahrbaren Befriedigungen. Darum wird von den Entrückungen gesagt, dass man hier über die Sinne hinausgestiegen ist. Und dadurch tritt eine große Veränderung in dem Wesen des Menschen ein.

Der normale Mensch kann die sinnliche Wahrnehmung in keiner Weise willkürlich abstellen, außer wenn er schläft, und selbst im Schlaf kann er durch lautere Töne leicht geweckt werden. Diese sinnliche Wahrnehmung geschieht bei den normalen Wesen rasant und ununterbrochen. Sobald das Auge irgendetwas sieht, wird das gleich dem Geist gemeldet, und der Geist als sechster Sinn liefert aus seinem Erfahrungsschatz die Deutung des betreffenden Sinneseindrucks dazu, so dass zum Beispiel ein von dem Auge wahrgenommener gelber Fleck vom Geist gedeutet wird als der Schal der Frau, und zugleich liefert der Geist noch die daran geknüpfte Erinnerung, dass man gestern zusammen bei den und den Bekannten war, wo das und das besprochen wurde und wo man versprochen hatte, anderntags noch dies und das den Verwandten telefonisch mitzuteilen, und man greift zum Telefon und meldet es. Die Antworten, die gegeben werden, liefern weitere Gedanken und Anregungen und so fort.

Der Erwachte spricht von dem *viññāna-sota*, der programmierten Wohlerfahrungssuche. So wie ein programmierter Computer die gespeicherten Daten auswirft, so sind bei jedem Menschen von der Geburt an die gesamten sinnlichen Erfahrungen im Geist gespeichert und geordnet. Die angenehmen sind als angenehm, die unangenehmen als unangenehm entsprechend gemerkt, und fast zwangsläufig läuft die gesamte Programmiertheit des Geistes im Lauf eines Tages spontan auf das Angenehme hin und vom Unangenehmen fort. Doch wird dieses Programm immer wieder durchbrochen, wenn andere Angehungen herantreten oder sachliche Einsichten zwingen, diesem spontan sich meldenden Programm in dem einen oder

anderen Fall nicht zu folgen.

Wollte man aber einmal stillsitzen und keine Gedanken und keine sinnliche Wahrnehmung haben, dann erfährt man, dass diese fünffache sinnliche Wahrnehmung, die dauernd mit dem Geist als sechster Instanz korrespondiert, ein rasantes Karussell ist, das sich kaum für einen Augenblick einstellen lässt.

Von all dem ist der in den Entrückungen Ausgereifte nun völlig befreit. Er hat in den Jahren, die er zu dieser Reife brauchte, eine andere Daseinsgrundlage gewonnen als diese Welt. Der normale Mensch wird in den Reden des Erwachten als „weltwahrnehmig“ bezeichnet, aber der Entrückungsgeübte ist „eigenwahrnehmig“, er lebt im Wohl seines hellen, beruhigten Herzens. Ein solcher muss nicht mehr wahrnehmen, aber er kann noch. Er lebt in einer Ruhe, die wir uns nicht vorstellen können. Der Erwachte sagt, dass der dahin Gelangte gar nicht mehr des häuslichen Lebens fähig ist, denn für ihn ist die pausenlose Auseinandersetzung mit den Sinnesindrücken fast so anstrengend wie für uns das Stillstellen unseres „Computers“. Und wo wir Berichte haben, sei es aus der christlichen Mystik oder von den Mönchen des Buddha oder von anderen Mystikern, da zeigen uns die ebenso tief verwunderten wie hochbeglückten Äußerungen der Anfänger in dieser Lebensart, dass dieser Zustand über alle Maßen beglückend ist.

### Die Vollendung des Herzensfriedens durch vollendete Herzensreinheit

Über die Vollendung des Herzensfriedens äußert sich der Erwachte zuerst gemäß dem Gleichnis und dann gemäß der Praxis des Mönchs wie folgt:

*Nachdem aber, ihr Mönche, der Goldschmied jenes Gold wieder und wieder eingeschmolzen, zusammengeschmolzen, zu einem Stück eingeschmolzen hat, da ist jenes eingeschmolzene Gold auch brauchbar geworden, frei von innerer Unreinheit*



*und darum nicht mehr spröde, sondern geschmeidig, schmiedbar und hat Glanz. Nun ist es tauglich zur Verarbeitung.*

In demselben Sinne sagt der Erwachte dann von einem Mönch, dessen Herz von aller Sinnensucht und allen Vielfaltsgedanken und Empfindungen vollkommen rein geworden ist:

*Nachdem er über alles Wohl und Wehe hinausgewachsen ist, alle frühere geistige Freudigkeit und Traurigkeit völlig gestillt hat, und in einer über alles Wohl und Wehe erhabenen bewussten Gleichmutsreine lebt, da erlangt er den vierten Grad weltloser Entrückung und verweilt in ihr.*

Diese immer wieder erfahrene vierte Entrückung verstärkt und befestigt die gewonnene „vollkommene Herzensreine“, durch welche die Wellen Gier und Hass, Anziehung und Abstoßung, eingeebnet und damit die Blendung von Ich und Welt aufgehoben werden.

Unsere Verwurzelung in der Weltwahrnehmung, der täuschenden, trügerischen, die der Erwachte als Blendung und als Wahn bezeichnet, hindert uns, die Wirklichkeit so zu erfahren, wie sie ist. Wer aber der Weltwahrnehmung so entfremdet und so tief gestillt gleichmütig ist, dass er gegenüber allen Erscheinungen weder Sympathie noch Antipathie empfindet (*rāga* und *dosa*), dem wird diese Wirklichkeit nun offenbar. Dieser ist fähig, seine geistige Aufmerksamkeit nun in jene Dimension zu lenken, die uns gerade durch den Zwang zur sinnlichen Wahrnehmung verschlossen und verdeckt ist.

Von dieser völligen Reinheit und damit Einigung des Herzens heißt es im Gleichnis vom Goldläutern:

*Es kommt aber die Zeit, ihr Mönche, in der das Herz bei sich ist (auf inneres Wohl gerichtet), es lässt sich dabei nieder, in Herzenseinigung geeint. Diese Herzenseinigung ist nun rechte Stillung, hohes, vollkommenes Gestilltsein und Einswerdung und ist nicht durch mühsame Zurückhaltung der geistigen Regsamkeit erreicht. Welcher der Erscheinungen, die durch das schrankenlose Bewusstsein (*abhiñña*) erfahrbar sind, sich*

*das Herz auch immer zuwendet, um es im schrankenlosen Bewusstsein zu erfahren, das zu erfahren ist es auch fähig, sei es dieser oder jener der Erfahrungsbereiche.*

Hier ist bereits die aus der ausgereiften Einigung des Herzens hervorgehende Möglichkeit der Durchbrüche zur Weisheit angedeutet, Durchbrüche des schrankenlos gewordenen Bewusstseins, das für unsere Begriffe unermesslich ist. Aus diesem geht zuletzt die Erlösung hervor.

Nun ist die „Raupe“ innerhalb ihrer langen Verborgenheit in der Umhüllung ganz umgebaut zum Schmetterling und steht vor dem Durchbruch durch die Hülle.

Nach dem Gleichnis vom Ersteigen des Felsens war der Kämpfer auf die obere Plattform gelangt (hat völlig reine Sitten erworben) und hat in längerem Ausruhen alle Strapazen wie überhaupt die Gewöhnung des Kletterns ganz abgetan und vergessen, ist völlig ausgeruht und erfrischt (hat vollendete Herzensreinheit erworben) und wird nun von dem hohen Standort aus in universalem Rundblick das Dasein so erkennen, wie es wirklich ist, während er vorher unten im gefährvollen Dschungel vor dem Fels stand - wie wir vor der Welt stehen – und nichts von der Wirklichkeit erkennen.

### Dritte Etappe:

Reine unverblendete Sichtweise (*ditthi-visuddhi*)

Alles, was im Folgenden näher beschrieben wird als dritte, vierte, fünfte, sechste und siebente Etappe, das wird, wie schon erwähnt, in den meisten anderen Reden des Buddha zusammen als „*paññā*“ bezeichnet, was ebenso Klarblick wie auch Weisheit bedeutet:

Da gilt Klarblick für die dritte und vierte Etappe und bedeutet, dass man nicht mehr getrübt und geblendet sieht -und gilt Weisheit für die fünfte, sechste und siebente Etappe und zeigt auf, was man nun durch diesen klaren Blick erfährt, nämlich die drei „Weisheits-Durchbrüche“ und damit die

Vollendung der *vijjā*, des Wahrwissens durch Klarblick. - Diese Etappen werden noch beschrieben.

In der religiösen Literatur wird das Herz (*citta*), das die Ursache all unseres Erlebens ist (und das in der alten Welt noch in voller Bedeutung des Wortes als „Psyche“ = Seele bezeichnet wurde und als das „Leben“ überhaupt galt und als unsterblich galt), oft mit einem Fenster verglichen, durch das wir schauen. Wenn dieses Fenster schmutzig ist, dann kann man nicht durch es hindurch die wahren Dinge sehen, sondern man sieht die wirren Flecken des Fensters und macht sich daraus ein Bild und hält dieses Bild für Wirklichkeit. -

So bezeichnen die Heilslehrer unser gesamtes Welterlebnis als Trug, Wahn, Blendung; denn alles, was wir zu erleben glauben, ist nicht die Wahrheit von der Wirklichkeit, sondern sind die „Flecken des Herzens“. In dem Sinn sagt der Erwachte: *In diesem Körper mit Wahrnehmung und Geist - da ist die Welt (A IV, 45)* und sagt: *Gefühl und Wahrnehmung gehen aus dem Herzen hervor. (M 44)*, und sagt: *Mit einem befleckten und besudelten Herzen ist ein schlimmer Lebenslauf zu erwarten. Mit einem reinen Herzen aber ist Weisheit und Erlösung zu erwarten. (M 7)*

Ebenso sagt Jesus: *Selig sind, die reinen Herzens sind, denn sie werden Gott schauen.* Was das bedeutet, das zeigen die Berichte der christlichen Mystiker: Nachdem sie durch ihre Herzensläuterung zu einer Seligkeit sonder Raum und Zeit gelangt sind, da haben sie diese Erfahrung – um ihrer Kirche zu genügen – als die „Vereinigung mit Gott“ bezeichnet.

Besonders deutlich beschreibt ein Mystiker der Frühzeit aus seiner Erfahrung, wie allein das Herz der Schöpfer all unseres Erlebens ist:

*Unter dem Wort „Welt“ versteht man, zufolge der Untersuchung durch die Kontemplation, die Aufstellung eines gemeinsamen Namens, welcher für alle einzelnen Leidenschaften passt. Denn wenn wir die Leidenschaften in einem einzigen Namen zusammenfassen wollen, so nennen wir sie*

*„Welt“. Die Leidenschaften sind Teile des Laufes des Weltgetriebes; wo nun die Leidenschaften aufgehört haben, da hat auch die Welt mit ihrem Treiben aufgehört. (Isaak der Syrer)*

Insofern ist also die als dritte Etappe erworbene „unverblendete reine Sichtweise“ eine Folge der vollkommenen Herzensreinheit. Die „Welt“ hat endgültig überwunden, wer sein Herz völlig gereinigt hat von all jenen Leidenschaften und Einbildungen. Ein solcher verweilt entweder im weltlosen Frieden ohne Zeit und ohne Raum und gewinnt später die Weisheitsdurchbrüche oder ihm mag der Blick voll erhabenen Gleichmuts auf die Unbeständigkeit, Leidigkeit und Ichlosigkeit alles Erlebten, selbst der Entrückungen, genügen, dass auch der letzte und zarteste Rest der Wahn-Verstrickung sich auflöst, so dass er die fünfte und sechste Etappe kaum oder gar nicht zu erfahren braucht, sondern von der weiter unten beschriebenen siebenten Etappe zum Heilsstand gelangt.

Vierte Etappe:  
Zweifelsfreie Gewissheit  
(*kankhāvitarana visuddhi*)

Wenn der Mensch nach einem nächtlichen Traum am Morgen erwacht, dann transzendiert er geradezu von einer anderen Bewusstseinslage (der des gewesenen Traumes) in die des jetzigen Tagesbewusstseins. Damit weiß er um zwei sehr verschiedene Bewusstseinslagen. Indem er diese miteinander vergleicht, erkennt er zwei große Unterschiede:

1. erkennt er, dass er jetzt im Tagesbewusstsein sowohl um dieses wie auch um seinen Traum in der anderen Bewusstseinslage weiß - dass er aber während des Traums nichts von seinem wachen Leben, in dem er sich jetzt befindet, wusste. So ist das Traumbewusstsein beschränkter als das Wachbewusstsein.
2. Der zweite Unterschied ist von größter Bedeutung und macht uns jene reine, zweifelsfreie Gewissheit klar, die der Weltüberwinder erworben hat:

Wer an seinen Traum zurückdenkt und den „Gewissheitsgrad“ in seinem Traumleben mit seinem jetzigen Gewissheitsgrad im Wachsein vergleicht, dem fällt sogleich der große Unterschied auf: Im Traum war alles verworrener, eine Situation bedrängte und verdrängte die andere, ohne dass man wusste, woher und wohin. Auch sich selbst als den Träumer fühlte man mehr geschoben als aus eigenem Willen bewusst und aktiv handelnd. - Das alles ist jetzt im Wachsein anders. Man fühlt Boden unter den Füßen, man weiß, wo man sich befindet und was man hinter sich hat, und weiß und bedenkt auch, was man morgen und übermorgen zu tun hat, während man im Traum nur von Augenblick zu Augenblick lebte wie im Halbdunkel.

Ganz ebenso, aber noch unermesslich größer ist der Unterschied zwischen dem Blendungsleben des normalen Menschen und dem, der durch Herzensreinigung diesen Weltraum überwunden, die unverblendete reine Sichtweise gewonnen hat.

„Auf der Höhe des Felsens“ weiß man unmittelbar, dass man nun erst die Dinge so sieht, wie sie sind. Das Welterlebnis war eine lange, lange krankhafte Einbildung im Kampf mit immer wieder neuen Hindernissen, Widerständen und immer ohne Wissen, was „morgen“ kommen wird, ja, was der nächste Augenblick bringt. Aber jetzt steht er nicht mehr im Vagen, Fragwürdigen, das er deuten müsste und bei dessen Deutung er immer wieder seine Irrtümer entdeckt. Mit seinem jetzigen „Auge der Weisheit“, das von allem Staub befreit ist, gibt es auch nicht mehr all die philosophischen Fragen nach den sogenannten „letzten Dingen“. So wie der nächtliche Traum ein Wirrnisdasein ist gegenüber dem Tagesbewusstsein, so und noch viel mehr ist das Bewusstsein des verblendeten Menschen, der im Wahn lebt, gegenüber dem Weltüberwinder, der aus allem Wahn - aus welchem Welt besteht - geradezu „erwacht“ ist.

„Welt“, das ist die ununterbrochen heranfließende Kette der Begegnungswahrnehmungen vom morgendlichen Erwachen bis zum abendlichen Einschlafen, jeden Tag, von der Geburt

bis zum Tod.

Aber „Tod“ gilt nur für die „Hinterbliebenen“ des „Gestorbenen“. Dieser selbst ist lediglich wie durch einen Vorhang hindurchgegangen und erlebt weiter, von der neuen Geburt bis zum Tod und wieder von der Geburt bis zum Tod... ohne Ende. Dass es so vor sich geht und wie es so vor sich geht, das erfährt er, der von allen Begegnungsorgen und Gefahrenängsten Befreite, in seliger Gegenwärtigkeit friedvoll Weilende, nun als die fünfte Etappe seiner Entwicklung zum Heilsstand.

Fünfte Etappe:  
Reines Erkennen und Sehen der Samsāra-Wege  
*(maggāmagga ñānadassana visuddhi)*

Der Erwachte beschreibt die Rückerinnerung an ungezählte frühere Geburten und Lebensschicksale, die immer wieder gegangenen Samsāra-Wege mit den Worten:

*Nachdem das Herz solcherart geeint, geläutert, gereinigt, fleckenlos, sanft, fügsam und ohne Willkür vollkommen still geworden war, da richtet der Mönch das Herz auf die erinnernde Erkenntnis früherer Daseinsformen. So kann er sich an manche verschiedene frühere Daseinsformen erinnern, als wie an ein Leben, dann an zwei Leben, dann an drei Leben, dann an vier Leben, dann an fünf Leben, dann an zehn Leben, dann an zwanzig Leben, dann an dreißig Leben, dann an vierzig Leben, dann an fünfzig Leben, dann an hundert Leben, dann an tausend Leben, dann an hunderttausend Leben<sup>87</sup>, dann an die Zeiten während mancher Weltausbreitungen, dann an die Zeiten während mancher Weltzusammenziehungen, dann an die Zeiten während mancher Weltausbreitungen-Weltzusammenziehungen:*

*„Dort war ich, jenen Namen hatte ich, jener Gattung gehörte ich an, das war mein Stand, das mein Beruf. Solches*

---

87 S. Anfang dieser Arbeit „Die dritte Art der Etappenreisen“

*Wohl und Wehe habe ich erfahren, so war mein Lebensende;  
dort verschieden, trat ich anderswo wieder ins Dasein: war  
nun dort, hatte diesen Namen, gehörte dieser Familie an, so  
war nun mein Stand, so meine Tätigkeit. Solches Wohl und  
Wehe habe ich erfahren, so war mein Lebensende;*

*da verschieden, trat ich wieder ins Dasein“ - so erinnert er  
sich mancher verschiedenen früheren Daseinsform mit je den  
karmischen Zusammenhängen und Beziehungen.*

*Gleichwie etwa, wenn ein Mann von seinem Ort nach ei-  
nem anderen Orte ginge und von diesem Orte wieder nach  
einem anderen Orte und von diesem Orte nach seinem eigenen  
Orte zurückkehrte;*

*der sagte sich nun: „Ich bin von meinem Ort nach jenem  
Ort gegangen. Dort habe ich so gestanden, so gesessen, habe  
so gesprochen, so geschwiegen. Von jenem Orte bin ich aber  
nach diesem Orte gegangen. Da bin ich nun so gestanden, so  
gesessen, habe so gesprochen, so geschwiegen;*

*dann bin ich von diesem Orte nach meinem eigenen Orte  
wieder zurückgegangen.“ -*

*Ebenso auch kann nun der Mönch sich an manche ver-  
schiedene frühere Daseinsform erinnern mit je den karmischen  
Zusammenhängen und Beziehungen.*

So schildert der Erwachte auch von sich, wie er seine Daseins-  
reise, seinen Lebenslauf rückblickend erlebt von einer Etappe  
zur anderen, von einer Geburt zur anderen: ein Strom, der sich  
fortschreitend etwas ändert bis zu dem gegenwärtigen Körper-  
leben, an dessen Einzelheiten er sich ebenfalls genau erinnert.

Der Heilsgänger mag so weit rückwärts erkennen, wie im-  
mer er will; er erfährt das Ganze als ein durchgängiges Leben,  
bei welchem eben nur Körper gewechselt wurden. Er sieht, so  
weit er will, alle Wege, die er bisher gegangen ist.

Der gewaltige, die endgültige Erlösung fördernde Wert der  
rückerinnernden Erkenntnis früherer Daseinsformen liegt in  
dem unvorstellbaren Schatz an Erkenntnissen und Erfahrun-  
gen, die sie mit sich bringt. In dem Rückblick auf zahllose

Leben sieht und erfährt sich der zu solcher Rückerinnerung Fähige in den mannigfaltigsten Lebensumständen: allein schon im Menschenbereich mit größeren und größten Erschwernissen durch Armut, durch misstrauische und feindliche Menschen, durch Krankheiten und Gebrechen, durch quälende Berufsausübungen; und er sieht sich ebenso in leichteren und helleren Lebensumständen durch Reichtum, durch freundliche und wohlwollende Verwandte und Freunde, durch Kraft und Gesundheit, durch erfreuliche Berufsausübungen; er sieht die Schwankungen, wie er den Anforderungen manchmal leichter gewachsen ist, manchmal sie spielend bewältigt, wie sie schwerer werden und wie sie über ihm zusammenschlagen und ihn umwerfen. Er sieht sich unter den mannigfaltigsten Umständen in der Blüte des Lebens sterben, aus den Kreisen der Geliebten hinweggerissen. Er sieht sich im hohen Alter sterben, abgereift, im Kreis der Lieben oder einsam, verlassen, in Gelassenheit sterben oder mit Entsetzen oder müde und resigniert. Er sieht sich und die jeweiligen Zeitgenossen in Zeiten religiösen Aufbruchs, kultureller Blüte, religiöser Verflachung, kulturellen Verfalls, in Zeiten der Ordnung und des Chaos in Friedens- und Kriegszeiten. Er sieht die ungezählten Kulturformen und Formenwandlungen, gegenüber denen das, was die weltliche Geschichtskunde zu berichten hat, nicht mehr ist als ein Stäubchen gegenüber dem großen Weltgebirge.

Aber noch weit mehr offenbart die rückerinnernde Erkenntnis früherer Daseinsformen und erweitert damit Wissen und Kenntnis des Erfahrenden über alle Maßen: Er sieht sich nicht nur in den menschlichen Daseinsformen aller Grade und Arten, sondern er sieht sich ebenso ungezählte Male in unendlich vielen anderen Daseinsformen: in übermenschlichen Formen, in solchen, die den menschlichen weitgehend ähneln, bis zu solchen von vollständiger Unvergleichbarkeit in Seligkeit, Lebensdauer und Lebensumständen - und er sieht sich ebenso in untermenschlichen Daseinsformen, in solchen, die den menschlichen weitgehend ähneln, bis zu solchen von vollständiger Unvergleichbarkeit an Entsetzen, an Lebensdauer



und Lebensumständen. Er sieht sich in Himmeln und Höllen aller Grade, in Entzücken und Entsetzen aller Grade, in Leichtigkeiten und Erschwernissen, in Heiligkeiten und Dunkelheiten, in Heiterkeiten und Beklemmungen, in Seligkeiten und Qualen.

Dem Erfahrer der Rückerinnerung kann auch nicht der leiseste Zweifel an deren Wirklichkeit ankommen, weil es im Wesen der Erinnerung liegt, den Charakter totaler Evidenz zu haben. Wir brauchen uns nur vorzustellen, woher wir „wissen“, was wir gestern oder vor Jahren getan und erlebt haben, ja, dass es überhaupt ein Gestern und eine Vergangenheit und unsere Jugend gibt, um zu wissen, was für uns die Erinnerung bedeutet. Nur die Erinnerung überzeugt uns von unserer eigenen Vergangenheit - soweit wir sie eben erinnern. In dem Augenblick der Erinnerung weiß man, dass man es nur „vergessen“ hatte.

Genauso geht es mit der Rückerinnerung. Das Gedächtnis des Menschen mit gereinigtem Herzen ist ohne Schranken. Man erfährt alle die Bilder der Rückerinnerung an bekannte Begebenheiten, die man „vergessen“ hatte, und mit deren Vergessen man oft auch die Möglichkeit solcher Erlebnisweisen vergessen hatte. Man weiß wieder: „Ja, so war es.“ - Es ist verständlich, dass der Geist mit der erinnernden Rückschau auf solche Erlebnisweiten zu beinahe universaler Potenz erwächst, fast zu Allwissenheit.

Er erkennt nun auch immer deutlicher - ja, er sieht in der Erinnerung vor sich - den Zusammenhang zwischen seinem Wollen und Wirken in Gedanken, Worten und Taten seiner früheren Leben auf der einen Seite und dem Strom der an ihn herantretenden Erlebnisse, Begegnungen, Mitwesen und Dinge der Umwelt auf der anderen Seite. Er erfährt diese zweispurige Lebensbahn – die ununterbrochene Kette seines Wirkens in Taten, Worten und Gedanken und die ununterbrochene Kette der an ihn herantretenden Ereignisse und Begegnungen jetzt mit völlig reinem Herzen überhaupt erst richtig und darum deutlicher als seinerzeit. Und da seine heilig-nüchterne Auf-

merksamkeit keinen Augenblick unterbrochen ist, so erfährt er nun in der Erinnerung auch alle jene tieferen verborgeneren aktiven und passiven Erlebnisse, die er früher nicht beachtet hatte. Dabei erkennt er mit einer bisher noch nicht erlebten Kontinuität, wie alle seine früheren Gedanken, Worte und Taten hervorgingen als Reaktion auf die an ihn herantretenden Erlebnisse, die freudigen und leidigen in der Begegnung mit Menschen und Dingen. Und er erfährt, dass durch dieses reaktive Denken, Reden und Handeln auch wieder die folgenden Begebnisse und Erlebnisse mit den Menschen und Dingen in ihrer freudigen oder leidigen Qualität bestimmt wurden, und diese Begegnungen riefen wiederum seine Reaktion hervor, deren Auswirkungen er wiederum zu spüren bekam – und so fort in endlosem Zusammenhang.

Der Erwachte, der 91 Weltzeitalter mit je ungezählten Körperwechseln rückwärts gesehen hat, vergleicht seine Sicht damit, dass er erst vom Hause weggegangen und auf langen Wegen zu seinem Haus zurückgekommen ist. Er hat den ganzen Bereich der Möglichkeiten gesehen, hat alle seine Wege gesehen, wie ein Leben das andere bedingt – ein *perpetuum mobile passionis*, ein Leidenskreislauf der fünf Zusammenhäufungen.

Sechste Etappe:  
Reines Erkennen und Sehen  
der Vorgehens und Erlebens der Wesen  
(*patipāda ñānadassana visuddhi*)

Dieses zweite Wahrwissen vollendet den Einblick in den unaufbrechbaren Saat-Ernte-Zusammenhang der Wesen. Mit reinem Herzen sieht man mit dem *feinstofflichen Auge*, dem *gereinigten*, die Wesen dahinschwenden und wiedererscheinen, sieht, wie gemäß ihrer inneren Art und entsprechend ihren „Vorgehensweisen“ auch ihre daraus hervorgehenden „Erlebnisweisen“ dunkel oder licht oder gemischt sind. Darüber sagt der Erwachte:

*Nachdem das Herz solcherart geeint, geläutert, gereinigt, fleckenlos, sanft, fügsam und ohne Willkür vollkommen still geworden war, da richtet es der Mönch auf die Erkenntnis des Verschwindens-Erscheinens der Wesen.*

*So kann er mit dem himmlischen Auge, dem geläuterten, über menschliche Grenzen hinausreichenden, die Wesen dahinschwinden und wiedererscheinen sehen, gemeine und edle, schöne und unschöne, glückliche und unglückliche. Er kann erkennen, wie die Wesen je nach dem Wirken wiederkehren:*

*„Diese lieben Wesen sind in Taten dem Schlechten zugetan, in Worten dem Schlechten zugetan, in Gedanken dem Schlechten zugetan. Sie tadeln Heiliges, achten Verkehrtes, tun Verkehrtes; nach dem Versagen des Leibes jenseits des Todes gelangen sie auf den Abweg, auf schlechte Lebensbahn, zur Tiefe hinab in untere Welt.*

*Jene lieben Wesen aber sind in Taten dem Guten zugetan, in Worten dem Guten zugetan, in Gedanken dem Guten zugetan, tadeln nicht Heiliges, achten Rechtes, tun Rechtes; beim Versagen des Körpers jenseits des Todes gelangen sie auf gute Lebensbahn, in selige Welt.“ -*

*So kann er mit dem feinstofflichen Auge, dem gereinigten, über menschliche Grenzen hinausreichenden, die Wesen dahinschwinden und wiedererscheinen sehen, gemeine und edle, schöne und unschöne, glückliche und unglückliche. Er kann erkennen, wie die Wesen je nach dem Wirken wiederkehren.*

*Gleichwie etwa, wenn mitten auf dem Marktplatz ein Turm stünde, und ein scharfsichtiger Mann stiege hinauf und gewahrte die Leute, wie sie Häuser betreten und wieder verlassen, auf den Straßen herankommen und weiter ziehen, mitten auf dem Marktplatz sich hingesetzt haben; der sagte sich nun: „Diese Leute treten ein in das Haus, diese verlassen es wieder, diese kommen heran und ziehen weiter auf den Straßen, diese haben sich mitten auf dem Marktplatz hingesetzt“ - ebenso nun auch kann der Mönch mit dem feinstofflichen Auge, dem gereinigten, über menschliche Grenzen hinausreichenden, die Wesen dahinschwinden und wiedererscheinen sehen, gemeine*

*und edle, schöne und unschöne, glückliche und unglückliche. Er kann erkennen, wie die Wesen je nach dem Wirken wiederkehren.*

Der Erwachte sagt hier, dass dem zu dieser Herzensreinheit gelangten Mönch nun auch das „feinstoffliche Auge“ zur Verfügung steht, das über die menschlichen Grenzen hinausreicht. Diesen Ausblick vergleicht er mit dem Ausblick von einem Turm, der mitten auf dem Marktplatz steht, auf die Straßen und Häuser. Vom Turm aus sieht man, wie immer wieder aus dem einen oder anderen Haus ein Mensch heraustritt und weitergeht.

Dieses Bild kann im heutigen Westen von den allermeisten Menschen nicht direkt verstanden werden. Denn der Erwachte gibt hiermit ein Bild des Sterbevorgangs: So wie nach dem Gleichnis ein lebendiger Mensch aus einem erbauten Hause hervorkommt, ganz ebenso tritt beim Sterben der eigentliche lebendige geistig-seelische Mensch, nämlich sein gesamtes Wollen, Fühlen, Denken und Erinnern mit Bewusstsein aus dem seelenlosen Knochen-Fleisch-Gebilde heraus. Dieses wird damit zur „Leiche“. Aber das lebendige Wesen, das mit dem „feinstofflichen Auge“ völlig klar gesehen und erkannt werden kann (als gemein oder edel, als schön oder unschön, als glücklich oder unglücklich) wandert nun „nach dem Versagen des Körpers jenseits des Todes“ die Wege und zu solchen Geburten, wie es seinem bisherigen Wirken in Gedanken, Worten und Taten entspricht. Es ist also noch nie ein „gestorbener Mensch“ beerdigt oder verbrannt worden, sondern immer nur das auf Erden benutzte und nun verlassene Körperwerkzeug.

Jeder, der sich zu völlig gereinigtem Herzen gebracht hat - gleichviel ob unter dem Einfluss der christlichen Lehre, der buddhistischen oder unter irgendeiner anderen -, hat die Fähigkeit, sich ebenso an seine Vergangenheit zu erinnern und mit dem aus der Herzensreinheit hervorgehenden „übermenschlichen Auge“ das diesen Körper von innen bewegende

und lenkende eigentliche Wesen nun auch ohne das Körperwerkzeug zu sehen und tiefer zu erkennen als der in dieser Hinsicht Blinde.

Siebente Etappe:  
Vollendung der entblendeten Wirklichkeitssicht  
(*ñānadassana visuddhi*)

Der Erwachte vergleicht den Menschen, der auf dem Weg der Läuterung zunächst zum Erlebnis der Herzenseinung gediehen ist, mit dem von einer Henne gelegten, befruchteten Ei und vergleicht die fortschreitende Herzenseinung bis zur vollen Reife der nach Wunsch und Willen erlangbaren vierten Entrückung mit dem fortschreitenden Ausbrüten des Eies durch die Henne, so dass das Küken, im Ei ausgereift, jetzt fähig ist zum Durchbrechen der Schale.

Und nun werden die nach der Herzenseinung einsetzenden Erlebnisse der eigenen Samsāra-Wege (5. Etappe) und derer der anderen (6. Etappe), mit dem Durchbruch des Kükens durch die Eischale hindurch verglichen. Mit diesen Erfahrungsbereichen ist er gesättigt, endgültig gesättigt von dem, was die „Welt“ in allen ihren Formen, von den höchsten Himmeln bis zum Menschentum abwärts und gar noch tiefer bieten kann. Der Erwachte sagt, dass so wie ein Mensch, der sich an einer Speise gesättigt hat, dann den Napf beiseite stellt, so steht ein endgültig Vollendeter dem gegenüber, worin wir noch verwurzelt sind. Er merkt, dass „er selber“ aus Wahn diese unheimliche, unendliche Mühsal der Samsāra-Wanderung durch alle die Szenen, Leiden, Schmerzen, durch Wahnsinn und Delirium immer nur wieder geschaffen hat, indem er auf jeden Sinneseindruck seinerseits wieder reagierte.

Nun hat er das Reagieren aufgegeben.

Es gab früher im Abendland wie auch im Orient große „Tretmühlen“, senkrecht angebrachte, oft hausgroße Räder. Ihre Achse wurde durch Stützbalken so hoch befestigt, dass die

inneren Felgen nicht den Boden berührten. In den Felgen hatten Sklaven oder Knechte zu gehen, so dass das Rad sich auf der Stelle drehte. Durch das Drehen des Rades wurde eine Pumpe betätigt, die aus Brunnen oder Kanälen Wasser heraufholte. Der die Felgen Tretende hat den Eindruck vorwärts zu kommen. Aber durch sein Vorwärtsgehen belastet er das Rad jedes Mal einen Schritt weiter, so dass diese Stelle nach unten sinkt. Auf diese Weise dreht sich das Rad in dem Maß seines Vorwärtsgehens, so dass er bald die Runde vollendet und nun die gleiche Runde wiederholt, immer wiederholt.

Ebenso, aber in unermesslicher Dimension, verhält es sich mit unserem „Lebensrad“. Alles, was wir durch unser Wollen in die Welt hinein handeln durch Geben an andere oder Nehmen von anderen, durch gehässige oder freundliche Worte und Taten im Umgang mit Lebenden und Dingen – das legen wir in unser Laufrad, gehen selber immer weiter in die Zukunft und legen täglich unser Wirken hinter uns ab. Und so kommt es, dass wir beim Weitergehen auf den Felgen nur immer wieder auf unsere vergangenen Taten stoßen, ohne sie wiederzuerkennen, darauf wieder reagierend handeln, ins Rad hineinlegen (Saat) und bei der späteren Runde es wieder ernten.

Alles, was uns beim Vorwärtsgehen auf den Felgen zu begegnen scheint, ist immer nur das, was wir gestern oder vorgestern oder in irgendeiner weiteren Vergangenheit getan haben - ist „unbewältigte Vergangenheit“ im letzten Sinn. Solange wir nicht das uns Begegnende als Ernte aus eigenem Wirken erkennen, so lange handeln wir immer wieder weiter reagierend: schaffen durch unsere harten Worte verärgerte Mitwesen, durch wohlwollende Worte und Handlungen vertrauende, dankbare Mitwesen. Mit jeder Tat ändern wir uns ein wenig und das, was an uns herantritt, ein wenig, und in unserem Weitergehen in dieser Tretmühle finden wir alles so vor, wie wir es durch unser Wirken hinterlassen haben. Diese Realität wird Karma genannt und bedeutet, dass alles Wirken auch immer genau entsprechende Wirkung hat und dass in all unserem Erleben in allen unseren immer neuen Lebensbahnen uns

nichts, nichts begegnet, was wir nicht selbst irgendwann früher gewirkt haben. Wer seine vergangene Wanderung durch die vielen, vielen Situationen gesehen hat, der hat erkannt, dass ihm immer nur das begegnete, was er irgendwann zuvor selbst ins Dasein gesetzt hatte, dass es gar nicht eine Welt an sich, ein Dasein an sich, ein Ding an sich und auch kein wirkliches „Ich“ gibt, dass sein ganzes Tun immer nur Säen war und sein ganzes Erleben, Wahrnehmen, immer nur Ernte war... karma...

Nun hat er genug. - Von einem solchen sagt der Erwachte:

*Nachdem das Herz solcherart geeint, geläutert, gereinigt, fleckenlos, sanft, fügsam und ohne Willkür vollkommen still geworden war, da richtete er es auf die Erkenntnis der Versiegung aller Wollensflüsse/Einflüsse.*

*„Das ist das Leiden“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist die Leidensursache“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist die Leidensbeendigung“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist die zur Leidensbeendigung führende Vorgehensweise“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß.*

*„Das sind die Wollensflüsse/Einflüsse“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist der Wollensflüsse/Einflüsse Ursache“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist der Wollensflüsse/Einflüsse Beendigung“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist die zur Auflösung der Wollensflüsse/Einflüsse führende Vorgehensweise“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß.*

### Die in reiner Unabhängigkeit bestehende Erlösung (*anupādā parinibbāna*)

Der Leser wird verstanden haben, dass diese drei letzten Etappen denjenigen, der sie mit gereinigtem Herzen begann, nun auch zu dem Endziel, zu der Erlösung aus dieser gesamten mühseligen, schmerzlichen Wahnszenerie herausführen.

Wir leben innerhalb der von dem Geheilten durchschauerten „Leiden“. Wir leben innerhalb der Wollensflüsse/Einflüsse, d.h. wir wollen und sind dadurch treffbar, verletzbar und werden ununterbrochen getroffen - aber wer diese dreifache Sicht,

diese dreifache höchste Erfahrung hinter sich hat, der sieht, dass unsere Bezeichnungen von Leben und Tod Irrtümer sind, dass unsere Bezeichnungen von Wohl und Wehe, von Freud und Leid Irrtümer sind, bedingt durch blindes Ergreifen.

Mit dieser Einsicht, die aus einem geradezu universalen Wissen des gesamten Leidenszusammenhanges hervorgegangen ist, tritt er nun außerhalb dieses gesamten Leidenszusammenhangs, wie der Erwachte es ausdrückt mit dem folgenden Gleichnis des Mannes, für welchen der gesamte Samsāra in seinem gesamten Zusammenhang aller Vorgänge zu einem Panorama geworden ist, das ihn nichts mehr angeht...“

*Gleichwie etwa, wenn da am Ufer eines Alpensees von klarem, durchsichtigem, ungetrübtem Wasser ein scharfsehender Mann stünde und hineinblickte auf die Muscheln und Schnecken, auf den Kies und Sand und die Fische, die dahingleiten und stillstehn;*

*der sagte sich nun: „Klar ist diese Wasserfläche, durchsichtig, ungetrückt; ich sehe darunter die Muscheln und Schnecken, den Kies und Sand und die Fische, die dahingleiten oder ruhen.“*

*Ebenso auch lenkt und richtet nun der Mönch das Herz auf die Erlangung der Unverletzbarkeit: „Das ist das Leiden“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist die Leidensursache“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist die Leidensbeendigung“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist die zur Leidensbeendigung führende Vorgehensweise“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß.*

*„Das sind die Wollensflüsse/Einflüsse“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß.*

*„Das ist der Wollensflüsse/Einflüsse Ursache“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß.*

*„Das ist der Wollensflüsse/Einflüsse Beendigung“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß.*

*„Das ist die zur Beendigung der Wollensflüsse/Einflüsse führende Vorgehensweise“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß.*

*Also erkennend, also sehend, wird das Herz erlöst von al-*



len Wollensflüssen/Einflüssen (āsavā) durch Sinnendinge, durch Seinwollen, durch Wahn.

Mit der Erlösung gewinnt er das Wissen: „Erlösung ist. Beendet ist die Kette der Geburten, vollendet der Reinheitswandel; getan ist, was zu tun war. Nichts mehr nach diesem hier“, das hat er nun verstanden.

Nach dem Gespräch der beiden von allen Wollensflüssen/Einflüssen endgültig befreiten und erlösten Mönche schließt die Rede ab wie folgt:

*Nach diesen Worten sagte der ehrwürdige Sāriputto zum ehrwürdigen Punno Mantānīputto: Wie heißt der Ehrwürdige, unter welchem Namen kennen den Ehrwürdigen die Mönchsbrüder? – Punno heiße ich, Bruder, und als Mantānīputto kennen mich die Ordensbrüder. –*

*Wunderbar, Bruder, außerordentlich ist es, wie erschöpfend ein so erfahrener Mönch, ein so gründlicher Kenner des Meisterworts, der ehrwürdige Punno Mantānīputto, diese überaus tiefsinnigen Fragen beantwortet hat. Es ist ein Gewinn für die Ordensbrüder, es ist ein großer Gewinn für die Ordensbrüder, dass sie die Gelegenheit haben, den ehrwürdigen Punno Mantānīputto zu sehen und ihm Ehre zu erweisen. Selbst wenn dies nur darin bestünde, den ehrwürdigen Punno Mantānīputto auf einem Tuch auf dem Kopf umherzutragen, damit seine Ordensbrüder die Gelegenheit bekommen würden, ihn zu sehen und ihm Ehre zu erweisen, wäre es ein Gewinn für sie, ein großer Gewinn für sie. Und es ist ein Gewinn für uns, ein großer Gewinn für uns, dass wir die Gelegenheit haben, den ehrwürdigen Mantānīputto zu sehen und ihm Ehre zu erweisen.–*

*Auf diese Worte sagte der ehrwürdige Punno Man-*

*tānīputto zum ehrwürdigen Sāriputto: Wie heißt der Ehrwürdige, unter welchem Namen kennen den Ehrwürdigen die Mönchsbrüder? – Upatisso heiße ich, Bruder, und als Sāriputto kennen mich die Ordensbrüder. –*

*Wir wussten nicht, dass wir mit dem ehrwürdigen Sāriputto sprachen, dem Mönch, der dem Meister gleicht. Wenn wir gewusst hätten, dass es sich um den ehrwürdigen Sāriputto handelte, hätten wir nicht so viel geredet. Wunderbar, Bruder, außerordentlich ist es, wie erschöpfend ein so erfahrener Mönch, ein so gründlicher Kenner des Meisterwortes, der ehrwürdige Sāriputto diese überaus tiefsinnigen Fragen gestellt hat. Es ist ein Gewinn für die Ordensbrüder, es ist ein großer Gewinn für die Ordensbrüder, dass sie die Gelegenheit haben, den ehrwürdigen Sāriputto zu sehen und ihm Ehre zu erweisen. Selbst wenn dies nur darin bestünde, den ehrwürdigen Sāriputto auf einem Tuch auf dem Kopf umherzutragen, damit seine Ordensbrüder die Gelegenheit bekommen würden, ihn zu sehen und ihm Ehre zu erweisen, wäre es ein Gewinn für sie, ein großer Gewinn für sie. Und es ist ein Gewinn für uns, ein großer Gewinn für uns, dass wir die Gelegenheit haben, den ehrwürdigen Sāriputto zu sehen und ihm Ehre zu erweisen.*

*So waren jene beiden Großen beglückt über ihre gegenseitige treffliche Rede.*

DER WOHLGESCHMACK DES HERZENSFRIEDENS  
25. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“ „Das Futter“

In dieser Lehrrede zeigt der Erwachte die Gefangenschaft des Menschen in der Sinnensucht und die Befreiung von ihr durch das Wohl des Herzensfriedens anhand von vier sehr eindrucksvollen Gleichnissen. Sie seien hier zunächst im Zusammenhang genannt. Die Erklärung folgt dann anschließend.

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Sāvatti, im Siegerwald, im Garten Anāthapindikos. Dort nun wandte sich der Erhabene an die Mönche: Ihr Mönche! – Erhabener! –, antworteten da jene Mönche dem Erhabenen aufmerksam. Der Erhabene sprach:*

*Nicht streut der Wildsteller, ihr Mönche, dem Wild Futter aus in dem Gedanken: „Von dem Futter, das ich hier ausstreue, möge das Wild genießen, um gesund zu bleiben und alt zu werden, lange Zeit hindurch soll es sich davon ernähren“, sondern er denkt dabei:*

*„Von dem Futter, das ich hier ausstreue, wird das Wild angelockt und sich blindem Genuss hingeben. Angelockt, blindem Genuss hingegen, wird es trunken/berauscht (vor Lebensfreude). Trunken (vor Lebensfreude) wird es leichtsinnig (alle Vorsicht vergessen). Wenn es leichtsinnig ist (alle Vorsicht vergisst), wird es eine leichte Beute sein bei diesem Futter.“*

*Da kam, ihr Mönche, die erste Herde Wildes heran, angelockt von dem Futter, das der Wildsteller ausgestreut hatte, und gab sich blindem Genuss hin. Angelockt, blindem Genuss hingegen, wurde es trunken (vor Lebensfreude). Trunken (vor Lebensfreude) wurde es leichtsinnig. Leichtsinnig (alle Vorsicht*

*vergessend) war es bei diesem Futter leichte Beute für den Wildsteller.*

*Und so konnte, ihr Mönche, diese erste Herde Wildes aus dem Machtbereich des Wildstellers nicht entkommen.*

*Da überlegte eine zweite Herde Wildes: „Jene ersten sind von dem ausgestreuten Futter des Wildstellers angelockt worden, haben sich blindem Genuss hingegen. Angelockt, blindem Genuss hingegen, wurden sie trunken (vor Lebensfreude). Trunken (vor Lebensfreude) wurden sie leichtsinnig (vergaßen alle Vorsicht). Leichtsinnig geworden (alle Vorsicht vergessend), wurden sie bei diesem Futter leichte Beute für den Wildsteller. Und so konnte diese erste Herde Wildes aus dem Machtbereich des Wildstellers nicht entkommen.*

*Wir aber wollen uns von allem ausgestreuten Futter fernhalten, aus Furcht vor dem Genuss uns tief in den Wald zurückziehen.“ Und sie hielten sich fern von allem ausgestreuten Futter, zogen sich aus Furcht vor dem Genuss tief in den Wald zurück.*

*Aber im letzten Monat des Sommers, als Gras und Wasser versiegte, wurden sie außerordentlich mager. Außerordentlich mager geworden, verloren sie ihre Widerstandskraft. Geschwächt liefen sie nun doch zu jenem Futter, das der Wildsteller ausgestreut hatte. Angelockt, gaben sie sich blindem Genuss hin. Angelockt, blindem Genuss hingegen, wurden sie trunken (vor Lebensfreude). Trunken (vor Lebensfreude) wurden sie leichtsinnig (vergaßen die Vorsicht). Leichtsinnig geworden (die Vorsicht vergessend), waren sie bei diesem Futter leichte Beute für den Wildsteller.*

*Und so konnte, ihr Mönche, auch die zweite Herde Wildes aus dem Machtbereich des Wildstellers nicht entkommen.*

*Da überlegte, ihr Mönche, die dritte Herde Wildes: „Jene erste und auch jene zweite Herde Wildes konnten aus des Wildstellers Machtbereich nicht entkommen. Wie, wenn wir uns nun in der Nähe jenes Platzes aufhielten, wo der Wildsteller Futter ausstreut? Dort weilend, werden wir nicht angelockt und uns nicht blindem Genuss hingeben. Nicht angelockt und nicht blindem Genuss hingeben, werden wir nicht trunken (vor Lebensfreude). Nicht trunken (vor Lebensfreude) werden wir nicht leichtsinnig (alle Vorsicht vergessend). Nicht leichtsinnig geworden (nicht alle Vorsicht vergessend), werden wir bei diesem Futter keine leichte Beute für den Wildsteller sein.“*

*Und sie hielten sich in der Nähe des Platzes auf, wo der Wildsteller Futter ausstreut. Dort weilend, wurden sie nicht angelockt und gaben sich nicht blindem Genuss hin. Nicht angelockt und nicht blindem Genuss hingeben, wurden sie nicht trunken (vor Lebensfreude). Nicht trunken (vor Lebensfreude) wurden sie nicht leichtsinnig (vergaßen nicht alle Vorsicht). Nicht leichtsinnig geworden (nicht alle Vorsicht vergessend), wurden sie bei dem Futter keine Beute für den Wildsteller.*

*Da sagten sich, ihr Mönche, der Wildsteller und seine Gesellen: „Schlau ist wahrhaftig dieses dritte, gewitzigte Rudel, es ist wie verhext; die Tiere fressen das Futter, und wir wissen nicht, woher sie kommen oder wohin sie gehen! Wir wollen rings um das ausgestreute Futter in weitem Umkreis einen Holzzaun machen, dann können wir sehen, woher die Tiere kommen und wohin sie gehen.“ Sie machten rings um das ausge-*

*streute Futter in weitem Umkreis einen Holzzaun. Der Wildsteller und seine Gesellen, ihr Mönche, sahen nun, wo sich die dritte Herde Wildes aufhielt, wo sie sich verbarg. Und so konnte, ihr Mönche, auch die dritte Herde Wildes aus dem Machtbereich des Wildstellers nicht entkommen.*

*Da überlegte, ihr Mönche, die vierte Herde Wildes: „Jene ersten und auch jene zweiten und selbst jene dritten konnten also aus des Wildstellers Machtbereich nicht entkommen. Wie, wenn nun wir eine Stätte aufsuchten, die dem Wildsteller und seinen Gesellen unzugänglich wäre? Von dort aus können wir an das Futter herantreten und nicht angelockt, uns nicht blindem Genuss hingeben. Nicht angelockt und nicht blindem Genuss hingeben, werden wir nicht trunken (vor Lebensfreude). Nicht trunken (vor Lebensfreude) werden wir nicht leichtsinnig (die Vorsicht vergessend). Nicht trunken (vor Lebensfreude), nicht leichtsinnig (die Vorsicht vergessend), werden wir bei diesem Futter keine Beute für den Wildsteller.“*

*Und sie suchten eine Stätte auf, die dem Wildsteller und seinen Gesellen unzugänglich blieb. Von dort aus traten sie an das Futter heran, nicht angelockt, nicht blindem Genuss hingeben. Nicht angelockt und nicht blindem Genuss hingeben, wurden sie nicht trunken (vor Lebensfreude). Nicht trunken (vor Lebensfreude), wurden sie nicht leichtsinnig (vergaßen nicht alle Vorsicht). Nicht trunken (vor Lebensfreude, nicht leichtsinnig (nicht alle Vorsicht vergessend), waren sie keine Beute für den Wildsteller.*

*Da sagten sich, ihr Mönche, der Wildsteller und seine Gesellen: „Schlau ist, wahrlich, dieses vierte gewitzigte Rudel, es ist wie verhext; die Tiere fressen das Futter, und wir wissen nicht, woher sie kommen oder*

*wohin sie gehen. Wir wollen jetzt rings um das ausgestreute Futter in weitem Umkreis einen Holzzaun machen, dann können wir sehen, woher die Tiere kommen und wohin sie gehen.“ Und sie zogen rings um das ausgestreute Futter in weitem Umkreis einen Holzzaun.*

*Aber der Wildsteller und seine Gesellen, ihr Mönche, fanden keine Spur zu dem Ort, wo sich die vierte Herde Wildes aufhielt, wo sie sich verbarg. Da sagten sich, ihr Mönche, der Wildsteller und seine Gesellen: „Wenn wir nun das vierte Rudel verscheuchen wollten, so würde dieses, verscheucht, andere verscheuchen, diese anderen wieder andere, und so würde das Futter, das wir hier ausstreuen, von allem Wild gemieden werden. Lasst uns doch über das vierte Rudel hinwegsehen!“ Und der Wildsteller und seine Gesellen, ihr Mönche, sahen über die vierte Herde Wildes hinweg. Und so konnte, ihr Mönche, die vierte Herde Wildes aus dem Machtbereich des Wildstellers entkommen.*

*Ein Gleichnis hab ich da gegeben, ihr Mönche, um den Sinn zu erklären. Dies aber ist der Sinn:*

*Das Futter, das ist, ihr Mönche, eine Bezeichnung der fünf Begehrensstränge.*

*Der Wildsteller, das ist, ihr Mönche, eine Bezeichnung für Māro, den Bösen.*

*Die Gesellen des Wildstellers, das ist, ihr Mönche, eine Bezeichnung der Gesellen Māros.*

*Die Herde Wildes, das ist, ihr Mönche, eine Bezeichnung der Asketen und Brahmanen.*

## Die fünf Begehrensstränge oder Sinnensuchtbezüge und der Köder „Welt“

In unserer Lehrrede vergleicht der Erwachte „*Māro, den Bösen*“ mit einem Wildsteller, der Futter ausstreut, um Wild für sich zu fangen. Māro bedeutet so viel wie „der Tod“ bzw. das „dem Tod Verfallene, die Tödlichkeit“, also Tod im weitesten Sinne. So wird unter „Māro“ auch der „Dämon“ (die Art) der Unbeständigkeit begriffen, dem alle Wesen aller Welten untertan sind, der Himmel und der Höllen, der Menschen- und der Tierwelt.

An anderer Stelle (M 19) sagt der Erwachte in einem Gleichnis, dass Māro dem Wild den Weg in die Freiheit und das Leben versperre, aber den Abweg in den Sumpf offen lasse, während erst ein anderer (der Buddha) kommen muss, um den Abweg zu versperren und den Weg in die Freiheit zu zeigen. Das bedeutet, dass der unbelehrte Mensch, der von der Lehre des Erwachten nicht gewandelt ist, sich unter dem Einfluss Māros auf dem Abweg befindet, ihm ist der Weg in die Freiheit noch versperrt.

So wie das Futter etwas ist, worauf das Wild sehr stark aus ist, ja, das sein Hauptinteresse hat, so sind die fünf Arten von Sinnendingen und damit die ganze Welt etwas, das die dem Menschen innewohnende fünffache Sinnensucht begehrt und ersehnt. Der Erwachte sagt:

*Fünf Sinnensuchtbezüge (kāma-guṇā) gibt es. Welche fünf?  
Die durch den Luger erfahrbaren Formen,  
die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen,  
dem Begehren entsprechenden, reizenden;  
die durch den Lauscher erfahrbaren Töne,  
die durch den Riecher erfahrbaren Düfte,  
die durch den Schmecker erfahrbaren Geschmäcke,  
die durch den Taster erfahrbaren Tastobjekte,  
die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen,  
dem Begehren entsprechenden, reizenden.*



*Das sind die fünf Sinnensuchtbezüge.*

Das Begehren nach Sinnendingen ist für den Menschen selbst gefährlich, tödlich, seinen eigenen Interessen zuwider: Das ausgestreute Futter soll die Tiere heimisch machen, so dass der Wildsteller sie der Reihe nach abschlachten kann. So auch ist der Mensch Märo, der Unbeständigkeit, ausgeliefert, wenn er Sinnendinge begehrt und sein ausschließliches Wohl aus ihrem Erwerb bezieht.

Hinter den sogenannten fünf Sinnen steckt viel mehr als der westliche Biologe sieht. Der Erwachte nennt sie nicht umsonst die fünf Begehrensstränge. Die Bezeichnung „Begehrensstränge“ deutet durchaus nicht auf willenlos zur Verfügung stehende Werkzeuge hin, wie die westliche Auffassung von den Sinnesorganen ist, sondern auf ein inneres geistiges Sich-Ausstrecken nach sinnlicher Wahrnehmung. Darum heißt es bei den Formen, Tönen, Düften usw., dass es die *ersehnten, geliebten, entzückenden* seien, *die angenehmen, dem Begehren entsprechenden, reizenden*. Das drückt ja in aller Deutlichkeit ein uns innewohnendes Begehren und Sehnen nach bestimmten Erscheinungen aus.

Der normale Mensch kann das eigentliche Wesen der Sinnensucht in seiner ganzen Tiefe gar nicht erfassen, weil er in sie hineingeboren ist und nichts anderes kennt. Wir müssen uns erst zu derjenigen Warte begeben, von welcher aus die Großen, die von der Sinnensucht befreit sind, uns sehen und beurteilen. Dazu mag der Hinweis auf eine bekannte Erscheinung helfen:

Heutzutage kann man in zunehmendem Maß von der Erscheinung der „Süchtigkeit“ bei jungen und alten Menschen lesen. Solche Menschen haben sich an bestimmte *Rauschmittel* gewöhnt, die sie für einige Minuten oder Stunden in einen unnormalen Zustand versetzen, so dass sie in sich außernormale Kraft und Beschwingtheit fühlen und dann manchmal auf ihrem Gebiet Außernormales leisten oder, ohne irgendetwas

zu leisten und leisten zu wollen, eine außernormale Lust genießen. Wegen dieser Wirkung nehmen sie das Mittel.

Aber diese erste Wirkung ist nur ein Bruchteil der Gesamtwirkung des Mittels. Der weit größere Teil der Wirkung besteht in einem an die Rauschwirkung sich sofort anschließenden um so größeren *Abfall* und Zusammenbruch der körperlichen Kräfte und des körperlich-seelisch-geistigen Wohlbefindens. Der Mensch sinkt in einen tiefen unternormalen Zustand hinab, indem er sich weit, weit unter seinen durchschnittlichen Verhältnissen befindet und also zu keinen Leistungen fähig ist, ja, oft nicht einmal zu einem normalen Umgang mit Menschen, sondern ausgehöhlt, geistig leer, teilnahmslos und wie blöde erscheint. In diesem Zustand hat der Mensch natürlich um so mehr Sehnsucht nach dem außernormalen Zustand, in dem er sich vorher befand. Von daher kommt jene berüchtigte „Sucht“. Und wir lesen fast täglich, zu welchen Rücksichtslosigkeiten und Verbrechen der Süchtige fähig ist, um wieder in den Besitz des Rauschmittels zu kommen.

Der außernormale Zustand ist aber kein gewachsener Zustand, kein durch innere Kräfte bedingter und haltbarer Zustand, sondern er steht wie ein hoch geschleuderter Ball, wie eine Schaukel am oberen Ende ihrer Schwingung für einen Augenblick in der Luft und muss wieder zurückfallen. Und so wie ein Stein bei seinem Rückfall um so tiefer in das Wasser oder in den Sumpf eindringt, aus je größerer Höhe er herabstürzt, so auch ist der Absturz des Süchtigen um so größer, je höher er sich durch solche Gifte hatte heben lassen.

So ist der allgemeine Zustand des Süchtigen weit unter dem normalen. Er lebt mit ganz erheblich verminderten Kräften und Fähigkeiten in den Niederungen des Lebens, in Halbschatten und Schatten und Kälte. Und gerade er hat in den Augenblicken des Rausches eine Über-Erregung kennengelernt, eine kometenhafte Scheinblüte, einen Märchentraum in Gefühlen, Bildern, Vorstellungen, Ideen und Selbstbestätigungen.

So befindet sich der Süchtige in einer ständigen krampfhaften Ermattung und Erschlaffung aller Kräfte und in einer ständigen Sucht nach jener krankhaften Erregung und Erhöhung. Er befindet sich in einem entsetzlichen Zwiespalt zwischen Wollen und Wahrnehmen, zwischen seinen größten Forderungen, Begehungen, Sehnsüchten und Bedürfnissen auf der einen und einem elenden, traurigen Jammerdasein auf der anderen Seite. Er weiß, dass diese Erhöhung kein echtes Wachstum ist und dass er jede Erhöhung erkaufen muss mit einer um so tieferen und um so länger währenden Erschlaffung und Verdunkelung und mit einem fortschreitenden Absinken seines Gesamtbefindens bis zum Untergang. Und er weiß, dass ihm nur die Wahl bleibt zwischen einer schmerzlichen Entwöhnung oder einem schmerzlichen Untergang und dass beides, die Entwöhnung und der Untergang, immer schmerzlicher und entsetzlicher werden, je weiter er fortschreitet auf diesem Weg der Sucht. – Das ist das Schicksal des Rauschsüchtigen.

Über diese Süchtigkeit, die durch die Rauschgifte entsteht, und über die Wirkung der Rauschgifte ist schon viel geschrieben worden. Und darum genügt wohl der kleine vorstehende Hinweis, um erkennen zu lassen, dass sich die Rauschsüchtigen tatsächlich wie auf sumpfigem Moorgrund befinden, in welchen sie in den allermeisten Fällen nur immer tiefer hineinsinken und hinabsinken bis zum Untergang. Aber der Erwachte spricht hier nicht von der Rauschsüchtigkeit, sondern von der normalen Genusssucht, wie sie auch dem normalen Menschen innewohnt, von dem Begehren nach den geliebten Formen, Tönen, Düften, Säften und Tastungen. Und der Erwachte vergleicht nicht die Rauschsüchtigkeit, sondern dieses normale und allgemein verbreitete sinnliche Begehren mit dem Aufenthalt auf einem weiten, sumpfigen, lebensgefährlichen Moorgrund oder dem Ausgeliefertsein an die Schlachtung durch den Wildsteller.

Das Wesen der Sinnensucht, die jeden normalen Menschen mehr oder weniger bewegt, macht der Erwachte durch viele Hinweise und Gleichnisse klar. In einem Fall (M 75) ver-

gleicht der Erwachte den von seiner Genusssucht getriebenen, normalen Menschen mit einem Aussätzigen, der seine immer wieder unerträglich juckenden Wunden an glühenden Kohlen ausdörren, ausbrennen und durchrösten lässt, dabei die Wunden kratzt und reibt und faulende Haut- und Fleischfetzen abreißt und dieses schmerzliche Kratzen und Abreißen und glühende Brennen gegenüber dem entsetzlichen Jucken als ein Wohl empfindet. Der Erwachte fügt hinzu, wenn jener Aussätzige gesunden würde, möchte er seine Glieder nicht mehr an den glühenden Kohlen rösten und an ihnen kratzen und reißen, weil er dann deutlich empfände, dass das Brennen ein großer Schmerz sei und kein Wohl. Solange er aber durch das unerträgliche Jucken seiner Aussatzwunden sinnesverwirrt war, da hielt er den Schmerz des Brennens für eine Wohltat.

Dazu erklärt der Erwachte, dass das sinnliche Verlangen des Menschen nach diesem oder jenem sinnlichen Erlebnis jenem starken Jucken der Wunde bei dem Aussätzigen gleicht. Und er sagt, dass die Befriedigung, die der normale Mensch durch Wunscherfüllung sucht, also die sinnliche Lust, in Wirklichkeit kein Wohl und Glück ist, sondern ein Schmerz – wie auch das Ausbrennen und Ausdörren der Wunden an glühenden Kohlen in Wirklichkeit kein Wohl, sondern ein Schmerz ist – und wie auch der Rausch keine gewachsene Kraft, sondern eine durch das Gift bedingte Krankheit ist. So sei der normale, von Begehren getriebene Mensch zu dieser Zeit wie sinnesverwirrt.

So wie der Rauschgiftsüchtige nur noch pendelt zwischen zwei krankhaften Zuständen, der Rauschsucht und der Rauschbefriedigung, und die Gesundheit des normalen Menschen ohne Rauschsucht und Rauschbefriedigung nicht mehr kennt und wie der Aussatzkranke das völlige Befreitsein von dem entsetzlichen Jucken und der damit verbundenen Sucht nach Kratzen und Ausbrennen nicht mehr kennt, so wenig auch kennt der normale Mensch das wirkliche Wohl, das ganz jenseits und abseits des ständigen Pendelns zwischen sinnlichem Verlangen und sinnlicher Befriedigung liegt, das Wohl:

*abgeschieden von weltlichem Begehren, abgeschieden von allen heillosen Gedanken und Gesinnungen in stillem Bedenken und Sinnen, wodurch aus innerer Abgeschiedenheit geborene Entzückung und Seligkeit eintritt, der erste Grad weltloser Entrückungen.* Und er kennt erst recht nicht das noch viel höhere Wohl der zweiten, dritten und vierten Entrückung und das unübertreffliche Wohl des Nibbāna. Die dieses Wohl und diesen Frieden kennen, die beurteilen von ihrer vollkommenen Gesundheit her den normalen Menschen als so krank und gefährdet wie dieser den Rauschgiftsüchtigen.

Weiter sagt der Erwachte von dem Aussätzigen, dass dessen Wunden, wenn er sie kratzt und drückt und reibt und dabei an den glühenden Kohlen röstet, gerade durch diese Behandlung nur noch schlimmer eitern und größer werden, so dass seine Glieder immer schneller abfaulen und er immer schneller dem Tod entgegengeht. Genauso auch werde die Sinnensucht durch die Hingabe an das augenblickliche Wohl verstärkt. Der Erwachte sagt: Der Unbelehrte setzt auf die Dinge, die unbeständigen, wechselvollen, rechnet mit ihnen, bindet sich an sie, *weil er sie nicht kennt.* (M 1) Auf dem Weg der Befriedigung ist die Sinnensucht nicht nur nicht zu stillen, sondern sie nimmt immer mehr zu. Und darum wird sie mit Recht von dem Erwachten auch mit dem bodenlosen Sumpf verglichen.

Aber noch eine dritte Übereinstimmung gibt es zwischen der Rauschsüchtigkeit und der Sinnensucht, und erst diese ist es, die die tödliche Gefahr der Sinnensucht erkennen lässt. – So wie der Rauschgiftsüchtige, je mehr seine Sucht zugenommen hat, um so schmerzlicher das Rauschgift vermisst, wenn er es nicht hat, und darum um so rücksichtsloser in den Besitz des Rauschgifts zu gelangen sucht und dabei auch vor Diebstahl und Raub, vor Lug und Trug und Verbrechen aller Art nicht zurückschreckt, ganz ebenso auch wird der normale, von seiner Sinnensucht bewegte Mensch um so rücksichtsloser nach der Erfüllung seiner Begehren trachten, je stärker diese durch die vielfältigen positiven Bewertungen und Befriedigungen geworden sind.

Der gewissenhaftere und feinfühligere Mensch weiß aus seinen Erfahrungen an sich selbst, welche Gefahren von der Sinnensucht her drohen. Er weiß um die schleichende oder plötzliche Art der Anwandlungen von mancherlei Begehungen, die er als niedrig, als unwürdig, als unmoralisch oder ungesund oder töricht abzuweisen sich bemüht. Er weiß darum, wie solche Anwandlungen immer wiederkehren, wie sie halb unbewusst den Geist bewegen, Pläne für die Erfüllung schmieden, wie sie ihn verleiten wollen zu Heimlichkeiten, Unaufrichtigkeiten, Rücksichtslosigkeiten usw.

Auf dem verderbenbringenden Futterplatz befindet sich die gesamte Menschheit, denn sie alle gehen der Sinnensucht, den Begehungen mehr oder weniger nach, da sie alle mehr oder weniger den Genuss durch die Sinne suchen. Aber der wichtige Unterschied liegt in dem „mehr oder weniger“.

Wessen Leben und Streben nicht nur von der Sinnensucht ausgefüllt ist, wer die Ausübung des notwendigen Berufs nicht nur ärgerlich als eine Verhinderung des Genießens auffasst, sondern auch in der Leistung ordentlicher Arbeit, in der sauberen Erledigung seiner Aufgaben, in der ehrlichen Erfüllung seiner übernommenen Pflichten eine gewisse Befriedigung sieht, und wer darüber hinaus das Anliegen hat, mit den Mitmenschen in ehrlicher, gerader, taktvoller und liebevoller Weise gut auszukommen, ja, wer danach trachtet, seinen Mitmenschen aus Sorgen und Beklemmungen herauszuhelfen, der ist in dem Maß, als er so zu tun sich übt und sich gewöhnt, auch noch nicht ganz und gar dem Futter oder der Grundlosigkeit des Sumpfgebiets verfallen, sondern befindet sich noch im Wald, hat noch festen Boden unter den Füßen, bewahrt sich noch Menschentum, geht noch nicht unter. Das gilt noch mehr, wenn der Mensch an der Erfüllung dieser höheren geistigen Lebenshaltung auch Befriedigung und innere Freude gewinnt.

Da die Sinnensucht des Menschen, wenn man ihr folgt, wie sie es will, nur immer größer wird und den Menschen in Taten hineinreißt, durch die er sich gesundheitlich und moralisch zugrunde richtet und seine Umwelt mit verdirbt, so ist diese

Natur des Menschen durchaus böse. Und wenn der Mensch nur diese Natur an sich hätte, so gäbe es überhaupt keine Möglichkeit zu seiner Errettung und Befreiung.

Aber der Mensch hat eben „zwei Seelen in seiner Brust“: Die Sinnensucht reißt ihn und zieht ihn in die Bodenlosigkeit hinab und zum verderbenbringenden Futter hin, seine höheren Anliegen aber, sein Streben nach Aufrichtigkeit, Ehrlichkeit, Gerechtigkeit, nach Freundschaft, Kameradschaft, Hilfsbereitschaft usw. halten ihn oben. So befindet sich fast jeder Mensch mit einem Fuß auf dem bodenlosen Moorgrund und mit dem anderen Fuß auf festerem Grund. Es kommt nun darauf an – für jeden Menschen kommt es darauf an – ob seine Sinnensucht zunimmt – und dann nehmen zwangsläufig seine guten Eigenschaften, die ihn oben halten, ab – oder ob er die guten Eigenschaften immer mehr pflegt und stärkt, wodurch gleichzeitig die Sinnensucht abnimmt.

Wir wissen, dass der Mensch sein Augenmerk auf Gewissens-Befriedigung, auf die moralische Befriedigung, auf helles, sittliches Verhalten, auf Tugend richten und diese hauptsächlich anstreben kann. Ein solcher Mensch erfährt innere Genugtuung und ist dann beglückt, wenn er in schwierigen Situationen wahrhaftig, gerecht usw. geblieben oder geworden ist, wenn er mit den Mitwesen Frieden hält, ihnen in ihren Schwierigkeiten beisteht, ihnen Freude bereitet und dadurch mit ihnen zusammen in feiner Gemeinschaft lebt. Alle solche Taten geben ebenfalls eine Befriedigung, aber keine Lustbefriedigung, sondern eine geistige Befriedigung. So spricht der Erwachte auch von einem „Ergreifen der Lust“ und andererseits von einem „Ergreifen der Tugend“, wobei das letztere Ergreifen natürlich unvergleichlich besser ist – wenn auch noch nicht das Höchste. Das Gleichnis von den vier Herden Wildes und vier Asketen- und Brahmanengruppen zeigt, wie die Tiere und Menschen je nach ihrem unterschiedlichen „Geschmack“, je nach ihrem unterschiedlichen Ergreifen auch ganz von selber unterschiedliche Wege gehen und damit auch in unterschiedliche Situationen gelangen.

Wer vorwiegend den Geschmack der Lustbefriedigung sucht, der gerät eben durch diesen Geschmack immer mehr in den Sumpf hinein, ist dem Machtbereich Māros verfallen. Wer aber vorwiegend den Geschmack der geistigen Genugtuung sucht, wer dem „Ergreifen der Tugend“ oder gar der Lehre des Buddha folgt, der kommt aus dem Sumpf heraus, kann sich von der Verlockung durch den Köder „Welt“ befreien.

Es geht also darum, dass man seinen Geschmack ändert, nicht mehr in erster Linie auf Lust aus ist, sondern auf das Gute – wobei man letztlich erst durch den Erwachten erfährt, was von allem Guten das Beste, ja, das einzig Gute („*summum bonum*“) ist, da allein dies unzerstörbar ist.

Der Erwachte hat aufgezeigt, welche Wege in Elend und Unheil führen und welche Wege herausführen. Wer diese Wegweisung begriffen, also „rechte Anschauung“ gewonnen hat, der kann nicht mehr sehenden Auges Wege gehen, von denen er weiß, dass sie ihn nicht in Wohl, sondern in Elend und Untergang führen.

### Warum werden die Menschen mit einer Herde Wildes verglichen?

Das Pāliwort für die Gesamtheit der von der Lehre des Erwachten tief Getroffenen, d.h. derer, die auf dem sicheren Weg zur Erwachung sind (gleichviel ob als Mönche oder Hausleute) heißt „*sangha*“, und zwar *ariya sangha* (das wird oft irrtümlich nur als „Orden“ verstanden). Und das Pāli-Wort für die Herde Wildes ist ebenfalls *sangha*, und zwar *miga-sangha*. Der *miga-sangha* ist der große gewaltige Heereszug der im Wahn Befangenen, der Menschen, Götter oder Tiere, die, solange sie im Wahn bleiben, auch verloren sind. Und der *ariya sangha* ist jene erheblich kleinere Gruppe derer, die deutlich begriffen haben, wo das Unheil wohnt und wo das Heil wohnt. „Herden“, „Rudel“, „Gemeinden“ werden sie in beiden Fällen genannt, weil sie immer ihren bedingten Geschmücken und Einsichten folgen und dabei ihre je bedingten Situationen be-



rücksichtigen – die einen Herden oder Gemeinden zur Triebbefreiung, die anderen Herden oder Rudel in Sumpf und Untergang.

### Die erste Asketen- und Brahmanengruppe

Im ersten Gleichnis unserer Lehrrede schildert der Erwachte, wie ein Wildrudel im Wald sorglos das von dem Wildsteller ausgestreute Futter nimmt, dadurch immer in der Gewalt des Wildstellers bleibt und ganz nach dessen Wunsch gefangen und geschlachtet wird. – Mit diesem ersten Wildrudel vergleicht der Erwachte diejenigen Asketen und Mönche, die sich trotz ihres Standes in der Nähe der Dörfer oder Städte oder gar in den Dörfern und Städten selbst aufhalten und den sinnlichen Wünschen nachgehen. Sie bleiben darum dem Tod, der Vergänglichkeit, verfallen:

*Da hat sich, ihr Mönche, die erste Asketen- und Brahmanen-Gruppe, angelockt von dem Futter, dem Köder „Welt“, das Māro ausgestreut hat, blindem Genuss hingegeben. Angelockt, blindem Genuss hingegeben, wurden sie trunken (vor Lebensfreude). Trunken (vor Lebensfreude), wurden sie leichtsinnig. Leichtsinnig geworden (alle Vorsicht vergessend), waren sie bei jenem Futter, dem Köder „Welt“, eine leichte Beute Māros.*

*Und so konnte, ihr Mönche, die erste Asketen- und Brahmanen-Gruppe aus dem Machtbereich Māros nicht entkommen.*

Sehr anschaulich schildert der Erwachte sowohl bei der ersten Herde Wildes wie bei dieser ersten Asketen und Brahmanengruppe die Reihenfolge des immer tieferen Hineinsinkens in die Lust und die sich daraus ergebenden Folgen:

1. Sie werden angelockt von den verlockenden, aber an den Tod fesselnden Sinnendingen.
2. Durch den Genuss werden sie geblendet. Sie verlieren den Blick für schädlich/gefährlich und hilfreich/ungefährlich, für unheilsam und heilsam, schauen nur auf das augenblicklich Angenehme. So heißt „geblendet“: nicht die Wirklichkeit sehen, sich täuschen, sich etwas von Dingen versprechen, was sie nicht halten können.
3. Weil sie das Angenehme, das sie wünschen, bekommen, werden sie trunken vor Freude. Sie denken nicht an später, denken nicht an evtl. Folgen ihres Genießens, sondern leben nur dem Augenblick. Der Erwachte nennt drei Arten von Rausch: Jugendrausch, Gesundheitsrausch, Lebensrausch (A V,57): Im Jugendrausch lebt man im Übermut dahin: „Wir sind jung, die Welt ist offen, wir sind jung, und das ist schön.“ Alle sinnliche Freude, die das Sterben vergisst, ist Lebensrausch. Das rauschhafte Herz verhindert jene „heilige Nüchternheit“, in deren Klarheit und Stille sich der Anblick der Wirklichkeit erschließt, und die schlimme Folge der unrealistischen, der Wirklichkeit nicht gerecht werdenden Existenzsicht im Rausch ist es, dass man mit dieser Haltung übel handelt in Gedanken, Worten und Taten. Der Erwachte sagt (A III,39):  
*Betört vom Jugendrausch, betört vom Gesundheitsrausch,  
betört vom Lebensrausch, führt der Weltmensch einen  
schlechten Wandel in Taten, Worten und Gedanken.*  
Und er sagt:  
*An Gier und Hass, an Rausch und Blendung da gewohnt:  
bei solcher Sitte ziehn sie ein den rohen Duft:  
in Höllen sinkend, abgekehrt der Brahmawelt.*
4. *Trunken vor Lebensfreude werden sie leichtsinnig.* Leichtsinnig verlieren sie den Blick für ihre Situation. Auch die eigenen Möglichkeiten sehen sie nicht realistisch, verschließen die Augen vor sich andeutenden Gefahren. Der Erwachte sagt: *Den Leichtsinnigen trifft Leiden*, sei es in diesem Leben – z.B.:

*Da geht ein Tugendloser, von Tugend abgewichen,  
durch seinen Leichtsinn großem Verlust an Vermögen  
entgegen (D 33).*

oder nach diesem Leben, wie es in M 130 geschildert wird,  
wo der Richter der Schatten zu einem soeben Gestorbenen  
sagt:

*Lieber Mann, aus Leichtsinn hast du nicht günstig gewirkt  
in Taten, Worten und Gedanken. Da wird man dir, lieber  
Mann, eben nun so begegnen wie einem Leichtsinrigen.*

Er lebte leichtsinnig nur dem Augenblick und seinem Ver-  
gnügen. Er bedachte nicht die Folgen im Jenseits. Mit ei-  
nem solchen Verhalten bereitete er sich den Weg nach ab-  
wärts in dunkles Erleben hinein.

Die Gefangenschaft und Ausgeliefertheit dessen, der sich ge-  
blendet dem Genuss der Sinnendinge hingibt, schildert der  
Erwachte in ähnlicher Weise wie in unserer Lehrrede auch in  
M 26:

*Alle die Asketen oder Brahmanen, die die fünf Arten von Sin-  
nendingen verlockt, geblindet, durstgefesselt genießen, ohne  
das Elend zu sehen, ohne die Möglichkeit der Befreiung zu  
kennen, müssen bezeichnet werden als elend gefangen, verlo-  
ren, der Macht des Bösen ausgeliefert. Gleichwie etwa ein  
Wild des Waldes, das in einer Schlinge verfangen daliegt, als  
elend gefangen, als verloren bezeichnet werden muss, der  
Macht des Jägers ausgeliefert, und wenn der Jäger heran-  
kommt, nicht fortlaufen kann, wohin es will, ebenso auch müs-  
sen alle die Asketen oder Brahmanen, welche die fünf Arten  
von Sinnendingen verlockt, geblindet, durstgefesselt genießen,  
ohne das Elend zu sehen, ohne die Möglichkeit der Befreiung  
zu kennen, bezeichnet werden als elend gefangen, verloren,  
der Macht des Bösen ausgeliefert.*

Die Schlinge, das sind die fünf Begehrensstränge, in die ver-  
strickt, der Mensch Geborenwerden, Altern und Sterben aus-  
geliefert ist.

## Die zweite Asketen- und Brahmanengruppe

Das zweite Gleichnis besagt, dass das zweite Wildrudel aus den Erfahrungen des ersten lernen will. Es will grundsätzlich das Futter des Wildstellers meiden, zieht sich darum weit in den Wald zurück und lebt in tiefer Abgeschlossenheit von den Früchten des Waldes. Es kommen aber Jahreszeiten, da keine Früchte vorhanden sind. Die Tiere werden elend mager und hungrig, erinnern sich des Futters, können der Erinnerung nicht widerstehen und gehen wieder in den Bereich des Wildstellers, fressen das Futter, werden vom Genuss geblendet, trunken und leichtsinnig und werden darum ebenfalls Opfer des Wildstellers. – Mit diesem zweiten Wildrudel vergleicht der Erwachte diejenigen Mönche, Asketen und Einsiedler, die in das andere Extrem verfallend, keine Menschen und Menschenkost sehen wollen, nur von dem, was der Wald an Wildfrüchten bietet, leben wollen, damit den Fährnissen der Jahreszeit ausgeliefert sind, darum in den Zeiten des Mangels hungrig und schwach werden, dann eben doch in die Dörfer zurückkehren, um so mehr genießen, genussstüchtig werden und damit ebenfalls in der Gewalt des Todes bleiben:

*Da überlegte, ihr Mönche, die zweite Asketen- und Brahmanen-Gruppe: „Jene erste Asketen- und Brahmanen-Gruppe hat sich, angelockt von dem Futter, dem Köder „Welt“, das Māro ausgestreut hat, blindem Genuss hingeeben. Angelockt, blindem Genuss hingeeben, wurden sie trunken (vor Lebensfreude). Trunken (vor Lebensfreude) wurden sie leichtsinnig. Leichtsinnig geworden (alle Vorsicht vergessend), waren sie bei jenem Futter, dem Köder „Welt“, eine leichte Beute Māros. Und so konnte die erste Asketen- und Brahmanen-Gruppe aus dem Machtbereich Māros nicht entkommen.*

*Wir aber wollen uns von allem Futter, von allem Köder „Welt“ fernhalten, aus Furcht vor dem Genuss uns tief in den Wald zurückziehen.“ Und sie hielten sich fern von allem ausgestreuten Futter, dem Köder „Welt“ und zogen sich aus Furcht vor dem Genuss tief in den Wald zurück. Und sie lebten von Kräutern und Pilzen, von wildem Reis und Korn, von Samen und Kernen, von Pflanzenmilch und Baumharz, von Gräsern, von Kuhmist, fristeten sich von Wurzeln und Früchten des Waldes, lebten von abgefallenen Früchten. Aber im letzten Monat des Sommers, als Gras und Wasser versiegten, wurden sie außerordentlich mager. Außerordentlich mager geworden, verloren sie die Widerstandskraft; entkräftet, verloren sie ihre (zeitweilige) Gemütserlösung. Nachdem sie ihre (zeitweilige) Gemütserlösung verloren hatten, gingen sie zu jenem Futter Māros, dem Köder „Welt“. Einmal angelockt, gaben sie sich blindem Genuss hin. Angelockt, blindem Genuss hingegeben, wurden sie trunken (vor Lebensfreude). Trunken (vor Lebensfreude) wurden sie leichtsinnig (vergaßen alle Vorsicht). Leichtsinnig geworden (alle Vorsicht vergessend), waren sie bei diesem Futter eine leichte Beute Māros.*

*Und so konnte, ihr Mönche, auch die zweite Asketen- und Brahmanengruppe dem Machtbereich Māros nicht entkommen.*

Aus Furcht vor dem Genuss will sich diese zweite Asketen- und Brahmanengruppe von allem normalen Sinnengenuss zurückhalten, weil sie das Elend der Sinnendinge gesehen, erkannt hatte, dass der Genuss der Sinnendinge die erste Asketen- und Brahmanengruppe dem Tod ausgeliefert hatte.

Wenn der religiös suchende Mensch von den Religionsgründern hört, dass es die Sinnenlust und die dahinter stehende

Genussgier sei, die den Menschen an diese Welt und Vergänglichkeit fesselt, dass also nur die Überwindung der Genussgier und Sinnenlust den Menschen entfesseln und damit von der schmerzlichen und tödlichen Welterscheinung befreien und zur Unvergänglichkeit den Weg freimachen könne, dann liegt für viele Menschen der Gedanke und die Versuchung nahe, anstelle der bisher gesuchten Lust nun dem Genuss zu entsagen. Wer aber auf sinnliche Freuden verzichtet und jene geistigen Freuden, die aus einem beruhigten Gewissen erwachsen oder aus Erbarmen und Wohltun an den Mitwesen oder aus den Strahlungen und weltlosen Entrückungen, nicht oder nicht tragend und unverlierbar besitzt, sondern nur zeitweilig, der wird traurig und niedergeschlagen, fällt zurück in weltliche Gier und wird oft hemmungsloser als zuvor.

### Die dritte Asketen- und Brahmanengruppe

Das vorangegangene Gleichnis besagt, dass das dritte Wildrudel aus den Erlebnissen der zwei ersten lernen will, indem es zwar immer das Futter des Wildstellers nimmt, sich aber im Übrigen weitab von dem Futter im Innern des Waldes aufhält. Der Wildsteller merkt, dass das Futter weniger wird, sieht aber kein Wild, sucht gründlicher, findet das Wild weiter abseits und zieht seine Umzäunung nun bis zu dem Aufenthaltsplatz dieses Wildrudels, so dass es ihm auch verfallen ist. – Mit diesem dritten Wildrudel vergleicht der Erwachte die dritte Asketen- und Brahmanengruppe:

*Da überlegte, ihr Mönche, die dritte Asketen- und Brahmanen-Gruppe: „Jene erste und auch jene zweite Gruppe konnten dem Machtbereich Māros nicht entkommen Wie, wenn wir uns nun in der Nähe des Futterers aufhielten, das Māro austreut, des Köders „Welt“. Dort weilend, werden wir nicht angelockt und uns nicht blindem Genuss hingeben. Nicht angelockt und*

*nicht blindem Genuss hingegeben, werden wir nicht trunken (vor Lebensfreude). Nicht trunken (vor Lebensfreude) werden wir nicht leichtsinnig (die Vorsicht vergessend). Nicht leichtsinnig geworden (nicht die Vorsicht vergessend), werden wir bei dem Futter, dem Köder „Welt“, keine Beute Māros.“*

*Und sie hielten sich in der Nähe des Futters auf, das Māro ausstreut, in der Nähe des Köders „Welt“. Dort weilend, wurden sie nicht angelockt und gaben sich nicht blindem Genuss hin. Nicht angelockt und nicht blindem Genuss hingegeben, wurden sie nicht trunken (vor Lebensfreude). Nicht trunken (vor Lebensfreude) wurden sie nicht leichtsinnig (vergaßen nicht die Vorsicht). Nicht leichtsinnig geworden (nicht die Vorsicht vergessend), wurden sie bei dem Futter, dem Köder „Welt“, keine Beute Māros.*

*Aber sie bekamen nun Ansichten wie „Ewig ist die Welt“ oder „Zeitlich ist die Welt.“ „Endlich ist die Welt“ oder „Unendlich ist die Welt.“ „Das Leben und der Fleischleib sind ein und dasselbe“ oder „Anders ist das Leben, anders der Fleischleib.“ „Der Vollendete besteht nach dem Tod“ oder „Der Vollendete besteht nicht nach dem Tod“ oder „Der Vollendete besteht und besteht nicht nach dem Tod“ oder „Weder besteht noch besteht nicht der Vollendete nach dem Tod.“ Und so konnten, ihr Mönche, auch die dritte Asketen- und Brahmanen-Gruppe aus dem Machtbereich Māros nicht entkommen. Wie die dritte Herde Wildes, ihr Mönche, erscheint mir diese dritte Asketen- und Brahmanen-Gruppe.*

Diese Asketen und Brahmanen halten sich nicht nur äußerlich von den Stätten der Menschen und Speisen zurück, sie geben sich nicht verblendet dem Genuss hin und werden von ihm

nicht berauscht, sondern sie sehen das Elend des Begehrens. Sie verhalten sich bis hierhin also durchaus richtig. Da sie aber nichts unternehmen, um zu überweltlichen Erlebnissen der Strahlungen oder der weltlosen Entrückungen zu kommen, so wird ihr Geist nicht erhöht und überhöht. Da sie in der beschränkten Wahrnehmungsweise lebend, immer nur Gegenwart, Vergangenheit und Zukunft erleben, immer nur Ich und Umwelt erleben, so bleiben sie im Subjekt-Objekt-Denken befangen. Und auch wenn sie sich den niederen Begehrendingen nicht widmen, so *kreisen sie eben doch immer noch um die Sinnendinge herum*, indem sie zur Entwicklung der mannigfachen Ansichten über Ich und Welt, die Beschaffenheit des Selbst und über den Zustand eines Vollendeten kommen. Da sie die nur in weltlosen Entrückungen erfahrbare Überwindung von Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft nicht kennen, so sinnen sie weiterhin über Vergangenheit und über Zukunft nach. So bleiben sie in der Vergänglichkeit, können nur Vergänglichkeit denken, können Todlosigkeit nicht fassen und darum auch nicht erreichen. Sie geraten also nicht sofort ins Garn der Sinnlichkeit, ins Garn der Lust, aber dafür ins Garn der Ansichten. Diese Ansichten hegen und pflegen und lieben sie, darüber streiten sie und können eben dadurch auch nicht zur Weltüberwindung kommen. Sie sind nach Aussage des Erhabenen ebenso *dem Machtbereich des Todes ausgeliefert* wie diejenigen, die sich von den Sinnendingen zurückhalten. Nur die zur vierten Gruppe Gezählten, denen das weltüberwindende Erlebnis gelingt, bezeichnet der Erwachte als gerettet.

So sehr der Mensch der geistigen Orientierung in Bezug auf seine Umwelt bedarf und sie darum zunächst gar nicht vermeiden kann, so müssen wir doch wissen, dass sie nur dadurch bedingt ist, dass überhaupt die Begegnungswahrnehmungen in lebenslänglicher Kette an den Menschen herantreten und dass unter ihnen die einen von ihm begehrt, die anderen von ihm gehasst oder gefürchtet werden. Nur wegen dieses Andrangs der Wahrnehmungen hat er sich das Bild einer Um-



welt entwickelt und wünscht Orientierung innerhalb dieser Umwelt (*ditthānusaya*).

Aber jede Orientierung ist nur in ihrem allerkleinsten Rahmen gültig. Je weiter der Mensch den Rahmen zieht, das heißt, je weiter er Folgerungen aus solcher Orientierung zieht, um so mehr kommt er zu Widersprüchen. Die Geschichte unserer Philosophie lässt erkennen, dass alle weiterreichenden Folgerungen aus den verschiedenartigen Weltanschauungen, wenn sie an die Probleme von Welt, Raum und Zeit stoßen, gar nicht mehr gelten können und damit auch die Ausgangspunkte in Frage stellen. Es ist eine bekannte Tatsache, dass der Philosoph, je tiefer er denkt, um so mehr zu solchen Widersprüchen kommt, die ihn an der Durchschaubarkeit der Welt zweifeln lassen. Diese Anwandlungen von Zweifel, von Unsicherheit über dieses Dasein und die Undurchschaubarkeit der Welt kennt der Mensch, der seinen vordergründigen Interessen nachgeht, weit weniger als der Denker, die dritte Asketen- und Brahmanengruppe.

#### Die Ansichten:

*“Ewig ist die Welt, nicht ewig ist die Welt,  
begrenzt ist die Welt, endlos ist die Welt“*

Der unbelehrte weltgläubige Mensch führt seine Wahrnehmung von Welt auf eine außerhalb seiner Wahrnehmung bestehende Welt zurück. Er sagt sich: Ich bin einer materiellen Welt ausgeliefert. Weil sie da ist, wird sie wahrgenommen.

Der Erwachte aber hat – lange bevor christliche Mystiker, westliche und östliche Philosophen und neuestens manche Spitzenforscher der Naturwissenschaften zum selben Ergebnis gekommen sind – gezeigt, dass es unmöglich ist, unsere Wahrnehmung auf eine an sich bestehende objektive Welt zurückzuführen, da sie ein geistiger Vorgang, nämlich Wahrnehmung – und dadurch entstandenes vermeintliches Wissen um vorgestellte, eingebildete Dinge ist. So wie in einem

Traum ein so und so denkendes und fühlendes Ich und eine so und so beschaffene Welt Inhalte des Traumes sind, der Träumer aber Wirklichkeit zu erleben glaubt, die er beim Erwachen als Traumgespinste erkennt, genau so – sagt der Erwachte – erkennt der aus dem Wahntraum seiner unendlichen Leben Erwachende seine Erlebnisse von Ich und Welt als aus Blendung gesponnenen Wahn, als Wahrnehmung.

„Wirklich“ ist die Tatsache der Wahrnehmung, die nach psychischen Gesetzen entsteht und vergeht, und die nicht einfach von heute auf morgen durch eine einmalige intellektuelle Korrektur („Jetzt wissen wir es“) verändert werden kann, sondern nur in geduldiger, allmählicher Übung.

*Die Ansicht: „Dies ist das Leben, dies ist der Fleischleib“*

Was die Inder darunter verstanden, sagt *Heinrich Zimmer* sehr deutlich:

*Unaufhörlich, in allen Landen, unter allen Himmeln, im Wasser und auf Erden werden sie (die Leiber) geboren und sterben dahin wie Blasen im Wasser.*

*Das ist Samsāra. der Kreisfluss des Lebens ohne Tod und Auferstehung, denn Tod und Geburt sind nur verhängte Tore, durch die der ewige Wanderer, der „Leber“, von Lebensraum zu Lebensraum schreitet.*

Dieser durch unendliche Wandlungen bestehende Kreislauf des Lebers oder das ewige Selbst, „die Monade oder die Individuation als Essenz des Lebens“ wurde in Indien vielfach beschrieben, z.B. *Dieses mein Selbst als Sprecher und Empfänger erfährt die Ernte guten und üblen Wirkens. Und dieses mein Selbst ist beständig, beharrend, ewig unwandelbar wird sich ewig gleich bleiben. (M 22)* Mittelpunkt der indischen Religiosität war und ist ja die Suche nach dem Selbst. Der Mensch kommt ohne Kenntnis der wahren Beschaffenheit des Ich als Wahrnehmung, als Einbildung, als Traum und Täuschung zu philosophischen Spekulationen über ein ewiges,

unvergängliches, höheres Selbst, wie es die Begriffe „ewige Seele“, „Seelenfünklein“, „atta“, „atman“ im Indischen, „psyché“ und „pneuma“ im Griechischen und „anima“ und „spiritus“ im Lateinischen ausdrücken – oder er nimmt ein zeitliches Ich an, das mit dem Tod vernichtet ist. Von solchen Spekulationen sagt der Erwachte (M 2):

*Das nennt man, ihr Mönche, einen Hohlweg der Ansichten, Dschungel der Ansichten, Gestrüpp der Ansichten, Sich-in - Ansichten-Winden, Zappeln in Ansichten, Sich Verstricken in Ansichten. In Ansichten verstrickt, ihr Mönche, wird der unbelehrte Mensch nicht frei von Geborenwerden, Altern und Sterben, von Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung, er wird nicht frei, sage ich, vom Leiden.*

Der verstehende und klarblickende Heilsgänger dagegen, der durch die Lehre des Erwachten aufgeklärt ist, hat sich durch seine immer wieder vollzogenen, auf den Grund gehenden Betrachtungen immer wieder zeitweilig abgelöst von der Identifikation mit dem Körper, den Gefühlen, Wahrnehmungen und Wollensrichtungen. Er ist durch die dadurch erfahrene zeitweilige Unbeeinflussbarkeit, Unverletzbarkeit im Besitz der unbeeinflussten rechten Anschauung, wie der Erwachte sagt:

*Wenn man da aber nicht herantritt,  
nicht sich aneignet, nicht ergreift und  
'hier ist gar kein Ich!  
Leiden ist alles, was immer entsteht,  
Leiden ist alles, was immer vergeht',  
in diesem Wissen nicht mehr zweifelt,  
nicht mehr bangt im Besitze des von  
allen Meinungen unabhängig machenden  
Klarwissens – das ist, Mönche, richtiger  
(= heilender, von Trieben unbeeinflusster)  
Anblick. (S 12,15)*

Indem der Betrachtende auch nur augenblicksweise unbeeinflusst oberhalb der gesamten Weltwahrnehmung stehen kann, die gesetzmäßige Bedingtheit, Vergänglichkeit, Leidhaftigkeit aller Erscheinungen erkennt, da ist er frei von jeder Identifikation. Der Glaube an Persönlichkeit (erste Verstrickung) ist geschwunden.

Damit ist allen Spekulationen über „den Leber“, „das Selbst“ der Boden entzogen.

*„Der Vollendete besteht nach dem Tode oder besteht nicht“*

Der Ausdruck „Vollendeter“ gilt nicht nur für den Erhabenen allein, sondern gilt für jeden, der das vollkommene Heil erreicht hat. Es geht also um die Frage, ob einer, wenn er die Heiligkeit erreicht hat, wenn er vollendet ist, dann nach dem Tod noch in irgendeiner Weise „bestehe“ oder nicht. Diese ganz verständliche Frage wird auch in nichtbuddhistischen Kreisen gestellt, denn man will eben wissen, ob die Früchte der Bemühungen um Heiligkeit auch in einem immerwährenden unzerstörbaren Wohl und in ewiger Sicherheit bestehen oder ob dieses Wohl mit dem Fortfall des Leibes doch wieder aufhöre, also nur von begrenzter Dauer sei.

Wie unmöglich es aber ist, diese Frage für das Vorstellungsvermögen des normalen Menschen befriedigend zu lösen, zeigt die Antwort, die der Erwachte einem anderen gibt (M 72):

*Wenn dich nun jemand fragen würde: „Dieses Feuer, das da vor dir erloschen ist, nach welcher Richtung ist es gegangen? Nach Osten, Westen, Norden, Süden?“ Was würdest du auf diese Frage antworten? –*

*Das trifft die Sache nicht, Herr Gotamo. Weil ja, Herr Gotamo, das Feuer bedingt durch Ergreifen von Heu und Holz gebrannt hat, wird es nach dessen Verbrauch, wenn es kein weiteres mehr ergriffen hat, nicht weiter ernährt wird, als ‘erloschen’ bezeichnet.–*

*Ebenso ist auch jede Form, jedes Gefühl, jede Wahrnehmung, jede Aktivität, jede programmierte Wohlerfahrungssuche, durch welche man einen Vollendeten erkennen und bezeichnen könnte, vom Vollendeten überwunden, entwurzelt, einem entwurzelten Palmstumpf gleich, dass sie nicht mehr keimen, nicht mehr sich entwickeln können.*

*Von der Benennbarkeit als Form, Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierter Wohlerfahrungssuche erlöst ist der Vollendete, tief, unermesslich, unerforschlich wie der Ozean: „Wiedererscheinen“ trifft die Sache nicht, „nicht wiedererscheinen“ trifft die Sache nicht, beides oder keines trifft die Sache nicht.*

*Der Erwachte:*

*Wie eine Flamme durch den Hauch des Windes ausgeht und nicht mehr zu nennen ist, so der Gestillte, wenn er erlöst vom Wollen, am Ziel ist und nicht mehr benennbar.*

*Brahmane:*

*„Er ist zum Ziel gelangt“ – soll das bedeuten es gibt ihn nicht mehr, oder soll es heißen, dass er auf ewig heil, o sag, Gestillter, denn du hast hier die Wahrheit selbst erfahren.*

*Der Erwachte:*

*Kein Maß fasst den, der hin zum Ende ging.  
Was man auch sagen mag: er ist es nimmer.  
Sind alle Eigenschaften überstiegen,  
sind überstiegen auch der Sprache Bahnen. (Sn 1074-76)*

Durch oberflächliche Ansichten werden Meinungen festgelegt und damit die Ich-Auffassung befestigt. Das Denken gewöhnt sich, immer so zu denken, und die häufig gepflogenen Erwägungen stellen sich sofort ein, wenn Gedanken aufkommen oder Gespräche stattfinden, die mit ihnen zusammenhängen.

Man hält diese Erwägungen fest, wohnt im *Dschungel der Ansichten* und kommt gerade dadurch nicht zur Durchschauung. Wer aber den Weg der Läuterung geht, der kommt zu durchdringenden Anblicken, zu Erkenntnissen, zu Erfahrungen, und das ist Weisheit. Von daher sieht er, wie es sich verhält, und braucht dann nicht zu spekulieren.

#### Die vierte Asketen- und Brahmanengruppe

Das vorangegangene Gleichnis zeigte, dass das vierte Wildrudel aus den Erfahrungen der anderen drei Rudel gelernt hat und sich darum entschließt, zwar ebenso wie das dritte Rudel von dem Futter des Wildstellers zu nehmen, was zur Erhaltung des Lebens nötig ist, ohne sich davon verlocken zu lassen und ohne genussüchtig zu werden, sich aber im Gegensatz zum dritten Rudel an einen Ort zu begeben, wohin der Wildsteller überhaupt nicht gelangen kann. – Der Wildsteller sieht nun, wie das Futter weniger wird, sucht nach dem Rudel, kann es aber, wie sehr er auch sucht, nirgends finden und entschließt sich schließlich, dieses vierte Rudel gar nicht zu beachten.

Mit diesem vierten Rudel vergleicht der Erwachte diejenigen Mönche, Asketen und Einsiedler, welche die freie Wahrnehmungsweise, das Erlebnis der weltlosen Entrückungen, den Wegfall von Ich und Umwelt, von Raum und Zeit und die friedvollen Verweilungen erleben können:

*Da überlegte, ihr Mönche, die vierte Asketen- und Brahmanengruppe: „Jene erste und auch jene zweite und selbst jene dritte Gruppe konnten aus dem Machtbereich Māros nicht entkommen. Wie, wenn wir nun eine Stätte aufsuchten, die Māro und seinen Gesellen unzugänglich wäre? Von dort aus können wir herantreten zu dem Futter, das Māro ausstreut, zu dem weltlichen Köder, und nicht angelockt, uns nicht blindem Genuss hingeben. Nicht angelockt und nicht blindem*

*Genuss hingegeben, werden wir nicht trunken (vor Lebensfreude). Nicht trunken (vor Lebensfreude) werden wir nicht leichtsinnig (die Vorsicht vergessend). Nicht trunken (vor Lebensfreude), nicht leichtsinnig (die Vorsicht vergessend), werden wir bei diesem Futter, dem Köder „Welt“, keine Beute Māros.“*

*Und sie suchten eine Stätte auf, die Māro und seinen Gesellen unzugänglich war. Von dort aus traten sie heran zum Futter, zum Köder „Welt“, nicht angelockt, nicht blindem Genusse hingegeben. Nicht angelockt und nicht blindem Genusse hingegeben, wurden sie nicht trunken (vor Lebensfreude). Nicht trunken (vor Lebensfreude) wurden sie nicht leichtsinnig (vergaßen nicht die Vorsicht). Nicht trunken (vor Lebensfreude), nicht leichtsinnig (die Vorsicht vergessend), waren sie bei diesem Futter, dem Köder „Welt“, keine Beute Māros.*

*Und so konnte, ihr Mönche, die vierte Asketen- und Brahmanen-Gruppe aus dem Machtbereich Māros entkommen. Wie die vierte Herde Wildes, ihr Mönche, erscheint mir diese vierte Asketen- und Brahmanengruppe.*

*Welches aber ist die Stätte, die Māro und seinen Gesellen unzugänglich ist? Da verweilt der Mönch abgeschieden von weltlichem Begehren, abgeschieden von allen heillosen Gedanken und Gesinnungen in stillem Bedenken und Sinnen. Und so tritt die aus innerer Abgeschiedenheit geborene Entzückung und Seligkeit ein, der erste Grad weltloser Entrückungen. Dieser wird ein Mönch genannt, der Māro geblendet hat. Er hat das Auge Māros seiner Sehkraft beraubt, er ist für den Bösen unsichtbar geworden.*

*Weiter sodann: Nach Verebbung auch des Bedenkens und Sinnens verweilt er in innerem seligem Schweigen, in des Gemütes Einigung. Und so tritt die von Sinnen und Bedenken befreite, in der Einigung geborene Entzückung und Seligkeit ein, der zweite Grad weltloser Entrückung. Dieser wird ein Mönch genannt, der Māro geblendet hat. Er hat das Auge Māros seiner Sehkraft beraubt, er ist für den Bösen unsichtbar geworden.*

*Weiter sodann: Mit der Beruhigung auch des Entzückens lebt er oberhalb und außerhalb von allem sinnlichen Wohl und Wehe in unverstörtem Gleichmut klar und bewusst in einem solchen körperlichen Wohlsein, von welchem die Heilskenner sagen: „Dem in erhabenem Gleichmut klar bewusst Verweilenden ist wohl.“ Ein solcher gewinnt den dritten Grad der weltlosen Entrückungen. Dieser wird ein Mönch genannt, der Māro geblendet hat. Er hat das Auge Māros seiner Sehkraft beraubt, er ist für den Bösen unsichtbar geworden.*

*Weiter sodann: Nachdem er über alles Wohl und Wehe hinausgewachsen ist, alle frühere geistige Freudigkeit und Traurigkeit völlig gestillt hat und in einer über alles Wohl und Wehe erhabenen Gleichmutsreine lebt, da erlangt er die vierte Entrückung und verweilt in ihr. Dieser wird ein Mönch genannt, der Māro geblendet hat. Er hat das Auge Māros seiner Sehkraft beraubt, er ist für den Bösen unsichtbar geworden.*

*Weiter sodann: Nach völliger Überwindung der Formwahrnehmungen, Vernichtung der Gegenwahrnehmungen, Verwerfung der Vielheitwahrnehmungen gewinnt der Mönch in dem Gedanken „Grenzenlos ist der Raum“ die Vorstellung des unbegrenzten Raumes. Dieser wird ein Mönch genannt, der Māro geblendet*



*hat. Er hat das Auge Māros seiner Sehkraft beraubt, ist für den Bösen unsichtbar geworden.*

*Weiter sodann: Nach völliger Überwindung des unbegrenzten Raumes gewinnt der Mönch in dem Gedanken „Grenzenlos ist die Erfahrung“ die Vorstellung der unbegrenzten Erfahrung. Dieser wird ein Mönch genannt, der Māro geblendet hat. Er hat das Auge Māros seiner Sehkraft beraubt, ist für den Bösen unsichtbar geworden.*

*Weiter sodann: Nach völliger Überwindung der Vorstellung „Grenzenlos ist die Erfahrung“ gewinnt der Mönch in dem Gedanken „Nicht ist etwas“ die Vorstellung der Nichtetwasheit. Dieser wird ein Mönch genannt, der Māro geblendet hat. Er hat das Auge Māros seiner Sehkraft beraubt, ist für den Bösen unsichtbar geworden.*

*Weiter sodann: Nach völliger Überwindung der Nichtetwasheit erreicht der Mönch die Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung. Dieser wird ein Mönch genannt, der Māro geblendet hat. Er hat das Auge Māros seiner Sehkraft beraubt, ist für den Bösen unsichtbar geworden.*

*Weiter sodann: Nach völliger Überwindung der Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung erreicht der Mönch die Auflösung von Wahrnehmung und Gefühl, und die Wollensflüsse / Einflüsse des Weisen sind aufgehoben. Dieser wird ein Mönch genannt, der Māro geblendet hat. Er hat das Auge Māros seiner Sehkraft beraubt, ist für den Bösen unsichtbar geworden, entronnen ist er dem Hangen an Welt.*

*So sprach der Erhabene. Erhoben und beglückt waren die Mönche über das Wort des Erhabenen.*

Ausschließlich diese vierte Asketen- und Brahmanengruppe erreicht – wie vom Erwachten beschrieben – ganz sicher das Nirvāna, während er von allen drei anderen Asketengruppen, welche die weltlosen Entrückungen nicht erreichen, sagt, dass sie dem Tod verfallen bleiben, das Leiden nicht überwinden können. – Damit zeigt der Erwachte, dass das Erlebnis der weltlosen Entrückungen eine unerlässliche Voraussetzung ist für die Erreichung des Nibbāna.

Zwar ist das Erlebnis der weltlosen Entrückungen noch keine vollkommene Erwachung, aber es ist eine unvergleichlich größere und hellere Wachheit als das Erlebnis der Sinnenwelt: Es ist der Durchbruch in eine ganz andere Dimension der Wahrnehmung. Und da das Erlebnis der weltlosen Entrückungen zugleich ein unvergleichlich größeres Wohl ist als alle Erlebnisse der Sinnensuchtwelt, so liefert das Erlebnis der weltlosen Entrückungen demjenigen, der die Aufhebung aller Triebe anstrebt, das erforderliche Sprungbrett, um die täuschende, beschränkte Wahrnehmungsweise zu überwinden und dadurch dem Nibbāna-Verständnis und dadurch dem Nibbāna selbst erheblich näher zu kommen.

Erst durch das Erlebnis der weltlosen Entrückungen wird der Mensch befähigt, dem Netz der Ansichten, dem Garn der Ansichten, in das er durch die sinnliche Wahrnehmung gefangen ist, jener primitiven „Vernunft“ zu entweichen und damit den entscheidenden Schritt auf das Nibbāna zuzugehen.

### Der Wohlgeschmack des Herzensfriedens

Der Erwachte sagt (M 13):

*Zu einer Zeit, in der ein Mensch in den weltlosen Entrückungen weilt, da ist er weder von sich selber noch von anderen abhängig. Weder von sich selbst noch von anderen abhängig, empfindet er zu dieser Zeit nur ein Gefühl der Unabhängigkeit. Unabhängigkeit, sag ich, ist höchste Labsal der Gefühle.*

Ebenso sagt der Inder *Sri Rāmana Maharshi* aus seiner eigenen Erfahrung:

*Es gibt einen Zustand, der jenseits von Mühe und Mühelosigkeit liegt. Bis man ihn erreicht hat, muss man sich schon bemühen. Aber wenn man erst einmal dieses Glück gekostet hat, dann wird man immer von neuem versuchen, es wieder zu gewinnen. Niemand, der einmal die Seligkeit dieses großen Friedens erfahren hat, möchte ohne sie sein oder sich noch anderweitig in Anspruch nehmen lassen.*

Diese Feststellungen von Erfahrenen zeigen uns nicht nur, dass es jene beglückenden, unvergleichlichen Daseinsformen gibt, sondern sie zeigen uns zugleich die Erbärmlichkeit der unsrigen. Dem normalen Menschen mag diese Aussage der Großen wie eine Botschaft von Ausnahmezuständen erscheinen, die über alles Normale hinausreichen und die es ganz selten hier und da einmal geben mag, aber wir müssen zur Kenntnis nehmen, dass die Bezeichnung des menschlichen Daseins oder auch nur der durch sinnliche Wahrnehmung bedingten Daseinsform als „normale Daseinsform“ eine Annäherung ist, die durch nichts anderes als durch Unwissen, durch Unwissen über die wahre Ausdehnung und über die wahren vielfältigen Möglichkeiten innerhalb der gesamten Existenz entstanden ist.

Die Geheilten, welche durch ihre universale Wahrnehmungsweise die gesamte Existenz mit allen ihren Möglichkeiten kennengelernt haben, bezeichnen die Daseinsform in der sinnlichen Wahrnehmung durchaus nicht als die normale, sondern als die unterste, dunkelste, beschwerlichste und widerwärtigste aller Daseinsweisen, die möglich sind. Der Erwachte spricht von der Sinnenlust als von dem „kotigen Wohl“, dem „gemeinen, unheiligen Wohl“, das „nicht zu pflegen“ sei, „vor dem man sich zu hüten“ habe. (M 66) Und er sagt, dass dieses Wohl nur dort als Wohl erscheine, wo man „von Begierden getrieben, verwirrten Geistes“ sei. (M 75)

Der Erwachte und alle diejenigen, die, seiner Wegweisung folgend, ebenfalls zur universalen Wahrnehmungsweise gekommen sind und das gesamte Dasein mit allen seinen Daseinsmöglichkeiten durchschauen, sind damit fähig, die geringe und niedere Art der durch Sinnenlust bedingten Daseinsweise bei den Menschen, den untermenschlichen und den übermenschlichen Wesen, soweit sie eben von Sinnenlust leben, zu erkennen. Der Erwachte drückt diese Einteilung und Zuordnung sogar in seiner Begrüßung gegenüber solchen Wesen aus, die vom menschlichen Standpunkt als unvergleichlich höher stehend erscheinen. Er sagt zu *Sakko*, dem König der Götter der Dreiunddreißig: *Wohlergehen möge es Sakko, dem Götterkönig, mit seinen Fürsten und Leuten: Sinnenwohl wünschen ja Götter und Menschen, Riesen, Schlangengeister und Himmelsboten und wer es auch sei von gewöhnlicher Art. (D 21)* Und auch *Sakko*, der Götterkönig, bezeichnet sich in derselben Lehrrede im Gespräch mit dem Erhabenen ebenfalls als dieser gewöhnlichen Art zugehörig.

So sehen wir, dass in diesen Kreisen der universal Wissenden – wie des Erwachten und der durch ihn ebenfalls zur Erwachung Gekommenen – und auch der Halbwissenden – wie jener weit oberhalb des Menschentums, aber doch noch innerhalb der Sinnenlustwelt bestehenden Götter – diese sinnliche Daseinsform nicht als die normale oder gar als die einzige oder höchste, sondern als eine niedrige, gewöhnliche bezeichnet und erkannt wird, während nur der in seinem eigenen kleinen Daseinskreis Befangene und nie über ihn Hinausdringende diese seine Daseinsform für die einzige oder für die normale oder für die höchste halten kann: der nichts wissende und nichts ahnende Mensch.

Jene halbwissenden Götter dagegen bezeichnen die „brahmische Daseinsform“ als die unvergleichlich höhere. *Brahma* ist ein Gott weit über allen sinnlichen Göttern und erhaben über die sinnliche Daseinsform und ist frei von Sinnenlust. „*Brahma*“ heißt „der Reine“. Aber diese Reinheit meint nicht nur die Tugendreinheit, die in den höheren sinnlichen Welten

eine Selbstverständlichkeit ist, sondern hier ist darüber hinaus die innere Freiheit von allem sinnlichen Verlangen gemeint. Hier ist jener Herzensfriede gemeint, um den es uns geht. Brahma ist ein Gott, welcher nicht von der „hier und dort sich ergötzen“ Sinnenlust lebt, sondern ausschließlich vom Herzensfrieden. Sein Freisein von der sinnlichen Bedürftigkeit ist sein unvergleichlich höheres Wohl. Das wissen selbst die sinnlichen Götter, die Halbwissenden, die sich selber kennen und die die Menschen kennen und die untermenschlichen Wesen und die auch mehr oder weniger Brahma ahnen oder kennen, ja, denen Brahma manchmal an hohen Feiertagen, an welchen auch sie der Einigung des Herzens näherkommen, erscheint.

Erst recht weiß der Erwachte um die brahmische Daseinsform und um die vielen Daseinsformen, welche noch über die Brahmawelt hinausgehen bis zur vollkommenen Erwachung.

Das Dasein in der Sinnensuchtwelt und damit auch unser Menschenleben kann verglichen werden mit dem Aufenthalt in einem tiefen, tiefen, engen und dunklen Brunnenschacht. Er ist so abgrundtief, dass kein Licht zu seinem Boden durchdringt. Dieses Bild entspricht der Wirklichkeit viel genauer, als es auf den ersten Blick scheinen mag. Es ist fast nicht mehr Gleichnis, sondern ist das der Wirklichkeit gemäße Bild.

Man stelle sich vor, dass da tief unten in dem dunklen, bodenlosen Schacht Wesen wohnen, die durch Generationen und Generationen nichts anderes kennen als ihre schwarze, feuchte, kalte Finsternis, den Schlamm und die steilen, engen, steinernen Mauern. Da sich über ihnen kein heller, strahlender Himmel ausspannt wie über der Erde, da sie vielmehr von oben wie von allen Seiten nur von schwarzer Finsternis umgeben sind, so haben sie keinen Grund, nach oben zu schauen, haben keinen Anlass, sich nach dem Hellen, Lichten zu sehnen, ja, sie unterscheiden nicht einmal zwischen Oben und Unten. Sie wohnen in allgegenwärtiger Finsternis und kennen nur den Schlamm und die Mauern und innerhalb dieser Enge

und völligen Dunkelheit ihre gegenseitige Berührung, ihr unvermeidliches Sich-Stoßen und Sich-Bedrängen.

Sie ahnen nicht, dass es auch andere Orte des Lebens gibt, dass da helle, offene Ebenen sind in Licht und Wärme, dass es heitere Landschaften gibt mit lichtgrünen Wiesen, mit dem Silberband eines Flusses, mit dunklen, stillen Wäldern, mit Hügeln und Ebenen und mit einer blauen Himmelskuppel, die in unendlicher Größe alles überwölbt. – Dieses ganz andere Leben kennen sie nicht, sie ahnen es nicht einmal, sie wissen nicht, dass es das gibt, und sie wissen auch nicht, wie man ein solches Leben erlangen kann, von all diesem dringt nichts in die Dunkelheit und Tiefe ihres Brunnenschachtes.

So groß wie der Unterschied ist zwischen diesem Vegetieren im dunklen Brunnenpfuhl und dem Leben auf der offenen, ebenen, hellen, sonnigen Erde, so groß und noch weit größer ist der Unterschied zwischen dem sinnlichen Leben auf der einen Seite und dem seligen Leben auf der anderen Seite. So groß und noch weit größer auch ist der Unterschied zwischen dem „Wohlgeschmack der Lust“ und dem „Wohlgeschmack des Herzensfriedens“, und so wenig auch berühren sich diese beiden Lebensweisen.

Es ist schon manches gewonnen, wenn ein Mensch zu begreifen beginnt, dass es niedere und höhere Daseinsweisen gibt – und der Mensch beginnt es hauptsächlich dann zu begreifen, wenn er durch eine gewisse Wandlung seiner Tendenzen auch zu einem anderen Grundgefühl kommt selbst unter etwa gleichbleibenden äußeren Umständen. Diese Erfahrung bewirkt bei dem Menschen zwangsläufig eine geringere Bewertung der äußeren Umstände gegenüber den inneren Beweggründen und Motiven, und damit kommt er zu einer Relativierung der durch die sinnliche Wahrnehmung aufkommenden Erlebnisse.

Aber die Erfahrung des Herzensfriedens schon hier in der menschlichen Welt ist nicht nur die Erfahrung eines relativ höheren inneren Zustandes gegenüber dem normalen menschlichen inneren Zustand, sondern ist die Erfahrung eines voll-

kommen anderen, mit allen sonstigen bekannten und denkbaren inneren Zuständen unvergleichbaren Zustandes.

Wer als Mensch durch die Kenntnis der Lehre des Erwach-ten oder auch durch irgendeine andere Religion zur Entfaltung sittlicher Zucht kommt, indem er sich den üblen Wandel in Gedanken, Worten und Taten mehr und mehr verbietet, wer darüber hinaus Wohlwollen, Hilfsbereitschaft und Liebe zu den Mitwesen in sich entwickelt, im Grunde seines Wesens heller, wärmer und liebender wird, so dass er daraus in zunehmendem Maß zum Wohlgeschmack der Tugend kommt, mehr und mehr inneres Wohl und innere Helligkeit erfährt, der ist zu vergleichen mit einem im Brunnen lebenden Wesen, das nun innerhalb des Brunnens an den Wänden hinaufzuklettern beginnt und aus der schwarzen Finsternis allmählich in eine fahle Dämmerung kommt, in eine Ahnung von Helligkeit, und der nun, je weiter er im Brunnenschacht hinaufklettert, um so mehr von dieser dämmernden Helligkeit ergriffen wird und eine Ahnung von der Möglichkeit des Sehens und des Lichts gewinnt.

Dieser innerhalb des Brunnens Aufwärtskletternde hat zwar über die Erfahrungen der in der Tiefe des Brunnens verbliebenen Wesen hinaus jetzt weitere Erfahrungen gesammelt, aber all seine Erfahrung ist bis jetzt immer doch nur Brunnenerfahrung. Denn er weiß nicht, dass es bei einem Brunnen oben ein Ende gibt, und er weiß nicht, dass er sich im Brunnen befindet, dass oben jenseits des Brunnens das ganz andere Leben ist, ein Leben nicht mit mühsamem Festhalten und mit der Gefahr des Absturzes über bodenlosem Abgrund, sondern ein Leben mit sicherem Boden unter den Füßen und in weitläufiger, herrlicher Landschaft und einem hellen Himmel. Und er weiß auch nicht, dass jenes Leben in der offenen Landschaft ein weit höheres Leben ist, das man weit eher als das „normale“ bezeichnen dürfte, und dass das Leben im Brunnenschacht eine schmerzliche, gefährliche und entsetzliche Abseitigkeit ist. – Das alles weiß und kennt der im Brunnen Emporsteigende noch nicht, er macht lediglich die Erfahrung einer fahlen Hel-

ligkeit und lernt damit die ersten Anfänge der Möglichkeit des Sehens kennen, eine Erfahrung, die er in der Brunnentiefe nicht machen konnte, die er darum nicht kannte.

Mit diesem Emporsteigen im Brunnenschacht ist das Bemühen der Wesen um sittliche Zucht zu vergleichen, und mit der Erfahrung der anbrechenden Helligkeit in den höheren Regionen des Brunnenschachts ist der aus der sittlichen Zucht, aus der Läuterung des Herzens ganz sicher hervorgehende Wohlgeschmack der Tugend zu vergleichen, der dem Menschen mehr und mehr fühlbar wird.

So wie dem im Brunnenschacht hinaufkletternden Wesen die Überwindung der allgegenwärtigen Finsternis und die im weiteren Aufstieg allmählich gewonnene erste fahle Dämmerung und bei fortschreitendem Aufstieg zunehmende Helligkeit ein neues, wohltuendes und beglückendes Erlebnis ist, so erfährt der in der sittlichen Zügelung fortschreitende Mensch, der von allem üblen Wirken in Gedanken, Worten und Taten nach und nach ablässt, der die üblen Gesinnungen des Herzens nach und nach aufhebt und zu größerem Wohlwollen, zu Aufmerksamkeit, Hilfsbereitschaft, Rücksicht und Liebe gegenüber den Nächsten kommt, jenen „Wohlgeschmack der Tugend“. Das ist eine gewaltige Erhöhung und Erhellung seines Grundgefühls, und daraus geht eine innere Freudigkeit und Sicherheit hervor, von welcher derjenige Mensch, der ohne sittliche Zügelung und ohne Bemühung um eine höhere, hellere Gesinnung der Sinnensucht folgt, nichts weiß und nichts ahnt.

Aber so wie der im Brunnenschacht aufwärts kletternde und im Aufwärtsklettern erste Helligkeit gewinnende Mensch sich doch immer in dem eng umgrenzten Brunnenschacht befindet und die freie Landschaft nicht kennt, so auch lebt der um Tugend sich bemühende und fortschreitende Mensch doch immer noch im Bereich der Sinnensucht, im Bereich der sinnlichen Wahrnehmung. Er ist eng umstellt von den Kulissen der durch die sinnliche Wahrnehmung entworfenen Welt der Formen, Töne, Düfte, Säfte und Körper, er kennt nur das Dasein



innerhalb der sinnlichen Wahrnehmung, fühlt sich auf sie angewiesen, ist vom Gefängnis der sinnlichen Wahrnehmung ringsum eingeschlossen.

Ebenso wie der in dem Brunnenschacht Hinaufkletternde keinen sicheren Boden unter den Füßen hat, keine ausgedehnte Ebene, auf welcher er stehen, sitzen oder gar ausruhend liegen könnte, sondern an der senkrechten Brunnenwand und ihren Unebenheiten sich anklammern muss und so ununterbrochen in der Gefahr des Absturzes schwebt – ganz ebenso fühlt sich der auf die sinnliche Wahrnehmung angewiesene, aber um Tugend bemühte Mensch immer wieder hinabgezerrt und hinabgerissen von dem mannigfaltigen sinnlichen Begehren. Solange er dem Geschmack der Sinnenlust nachgeht, auf die sinnlich wahrnehmbaren Dinge sich angewiesen fühlt, so lange spürt er mächtiges Verlangen nach bestimmten Dingen und spürt mehr oder weniger Verdruss oder Abscheu oder Hass gegenüber anderen Dingen, so lange fühlt er sich gerissen, mit allen möglichen Mitteln danach zu trachten, dass er die heiß ersehnten und begehrten Dinge erlange und dass er die unerwünschten, die verabscheuten Dinge, die sich ihm andrängen und aufdrängen wollen, von sich fernhalte: so lange fühlt er sich gefährdet, von den geraden Wegen der sittlichen Zucht immer wieder abzufallen, von der Rücksicht und Fürsorge für den Nächsten abzuweichen und hemmungslos seinen Begehren nachzugehen – wieder abzustürzen in die untersten Tiefen des Brunnenschachts.

Schmerzen und Qualen, Ängste, Sorgen und Verzweiflungen sind mit dem sogenannten Wohlgeschmack der Sinnenlust unlöslich verbunden, und in jedem Augenblick droht der Tod. Der Wohlgeschmack der Tugend bringt eine gewisse innere Freudigkeit und Helligkeit, aber solange der Mensch neben dem Wohlgeschmack der Tugend doch auch noch nach dem Wohlgeschmack der Lust trachtet, so lange bleibt er in der Gefahr, dass er um der Lust willen die Tugend preisgibt und so wieder hinabstürzt in die Dunkelheit untermenschlichen Daseins und Entsetzens.

Wenn er aber den Wohlgeschmack des Herzensfriedens gewonnen hat, dann ist er aus aller Gefährdung herausgehoben. Der Wohlgeschmack des Herzensfriedens ist gerade nicht, wie der Wohlgeschmack der Lust, von der Begegnung mit den Formen, Tönen, Düften, Säften oder Körpern, von der sinnlichen Wahrnehmung der tausend Dinge dieser Welt abhängig, um derentwillen allein alle Rücksichtslosigkeit, alles tugendlose Verhalten, aller Zank und Streit, Elend und Untergang entstehen; der Wohlgeschmack des Herzensfriedens erblüht völlig unabhängig von aller sinnlichen Begegnung in dem von allem sinnlichen Bedürfnis befreiten, reinen Herzen als eine überweltliche Seligkeit, als ein überweltlicher Friede in unantastbarer Geborgenheit ohne Kampf und ohne Krampf. Und da der Wohlgeschmack des Herzensfriedens so unvergleichlich höher und reiner ist als der Wohlgeschmack der Sinnenlust und als der Wohlgeschmack der Tugend, so wird derjenige, der den Wohlgeschmack des Herzensfriedens kennengelernt hat, in keiner Weise mehr nach dem Wohlgeschmack der Sinnenlust trachten. Darum hebt erst der Wohlgeschmack des Herzensfriedens den Kenner der Lehre aus aller Gefährdung und aus aller Not heraus, so wie der aus dem Brunnen Hinausgestiegene nun erst vor dem Absturz sicher ist.

Das ist der Grund, warum der Wohlgeschmack des Herzensfriedens, der in seiner höchsten Vollendung in den „weltlosen Entrückungen“ (*jhāna*) erfahren wird, sowohl von den Erwachten wie auch von allen anderen, die ihn gekostet haben und kosten, als der erste sichere Halt am oberen Rand des Abgrunds jenseits der Gefährdung und jenseits allen groben Leidens und allen Entsetzens angesehen wird.

Wie sind nun die weltlosen Entrückungen  
zu gewinnen?

Die vier weltlosen Entrückungen stellen in ihrer Reihenfolge eine Steigerung des Herzensfriedens dar, indem dieser in der zweiten weltlosen Entrückung tiefer ist als in der ersten – in

der dritten noch tiefer als in der zweiten – und der in der vierten erst den innerhalb der vier weltlosen Entrückungen höchstmöglichen Grad der Vollkommenheit gewonnen hat. Gegenüber derjenigen Art des Herzensfriedens, wie der normale und der in der Tugendläuterung stehende Mensch ihn manchmal schon empfinden kann, gilt der in den weltlosen Entrückungen erlebte Herzensfriede als der vollkommene.

Aus den Worten, die bei der Beschreibung der ersten weltlosen Entrückung immer wiederkehren, gehen eindeutig die Bedingungen für den Eintritt der ersten weltlosen Entrückung hervor: *Abgeschieden von weltlichem Begehren*. – Sinnliches Verlangen muss, wenigstens zeitweilig, zur Ruhe gekommen sein, ja, vergessen sein. Man muss wie selbstvergessen in sich selber wohnen, an sich selber Genüge haben, ganz frei und unabhängig sein von Bedürfnissen nach den äußeren Dingen. – Natürlich muss auch ein solcher Mensch dann und wann essen und trinken und den Leib entleeren, aber es ist ein Unterschied, ob diese Dinge zur Erhaltung des Körpers ganz neutral zeitweilig nur einfach verrichtet werden, oder ob sie – besonders die Nahrungsaufnahme – zum Inhalt der Lebensfreude gemacht werden, ob man die Nahrung als solche „genießt“.

Außerdem wird der normale Mensch von tausendfältigen anderen sinnlichen Bedürfnissen bewegt, die mit der Erhaltung des Leibes nichts zu tun haben. Er will bei der Nahrung noch viele verschiedene Arten von Wohlgeschmack haben. Er möchte eine Kleidung haben, die ihm besonders „gut steht“, er möchte von Dingen und Menschen umgeben sein, die ihm „wohltun“, die ihm „liegen“, ihm sympathisch sind und möchte alles von sich entfernt halten, was ihm „unangenehm ist“, was ihn „abstößt“, was ihm „fremd“ ist.

Die zweite Bedingung für die erste weltlose Entrückung lautet: *abgeschieden von allen heillosen Gedanken und Gesinnungen*. – Mit den unheilsamen Dingen sind alle Herzensbefleckungen und alle daraus hervorgehenden üblen Gedanken, Worte und Taten gemeint, also das untugendliche

Verhalten mit der dahinter stehenden üblen Gemütsverfassung. – Alle diese „unheilsamen Dinge“ verfinstern das innere Gefühl des Menschen, verfinstern sein existentielles Grundgefühl, verfinstern sein Gemüt. Seine innere Verfassung wird dadurch befleckt und besudelt, und daraus gehen Sorgen, Beklemmungen, Verkrampfungen und Verzerrungen hervor, aber gerade nicht die mit dem Herzensfrieden unlöslich verbundene Helligkeit. Von all diesen verdunkelnden Dingen zeitweilig frei sein und in der Helligkeit wohnen, das ist die zweite Bedingung des Herzensfriedens.

Wir sehen, dass diese beiden Bedingungen sehr unterschiedlicher Art sind. Die Abwesenheit der üblen Gesinnungen und der Untugend bewirkt die innere Erhellung, und die Abwesenheit des auf Vielfalt gerichteten Verlangens bewirkt die innere Beruhigung, den inneren Frieden. Der Herzensfriede ist ein Friede in Helligkeit. Was daran Friede ist, das entsteht durch das Fernsein von den weltlichen Dingen, und was daran Helligkeit, Seligkeit ist, das entsteht durch das Fernsein von unheilsamen Gemütsverfassungen.

Durch innere und äußere Umstände ist es bedingt, dass wir uns zu einer Zeit mehr innerlich bewegt und gerissen fühlen, zu anderer Zeit ruhiger und gesammelter; zu einer Zeit mehr süchtig, verlangend und begehrend, zu anderer Zeit selbstgenugsam, ohne viele Wünsche und Verlangen; zu einer Zeit reizbarer, verdrossener, grollender, zu einer anderen Zeit gelassener, heller und heiterer und so fort. – So treten also zu der einen Zeit unsere besseren Eigenschaften in Erscheinung und bewegen uns, zu der anderen Zeit unsere übleren Eigenschaften. So schwanken und schweben wir auf und ab innerhalb unserer gesamten Möglichkeiten. Das sind die inneren Gründe.

Die äußeren Gründe liegen in dem Erlebnisangebot, das wir in jedem Augenblick erfahren. Wenn uns zu einer Zeit, in der wir uns aus inneren Gründen vorwiegend heiter, zufrieden und hell fühlen, auch noch die äußeren Umstände sehr entgegenkommen, indem wir zu dieser Zeit noch ein gutes, vertiefendes und erhellendes Gespräch über die hilfreichen, förderli-

chen und heilsamen Dinge mit einem Freund führen können oder in den Lehrreden über diese Dinge lesen oder uns selbst auf sie besinnen können, oder indem wir andere erhellende und erhöhende Erlebnisse haben, dann wird der aus inneren Gründen geschaffene Zustand durch die hilfreichen äußeren Gründe erleichtert und so lange wie möglich erhalten.

Wenn aber bei der gleichen durch innere Umstände bedingten helleren, stilleren und heiteren Verfassung vielerlei stark irritierende und sinnlich verlockende oder auch widerwärtige äußere Erscheinungen eintreten, etwa die zu anderer Zeit besonders begehrten und geliebten Formen, Töne, Düfte, Geschmäcke, Tastungen oder unter den widerwärtigen Dingen etwa, dass Schuldner nicht pünktlich zahlen und dadurch Verlegenheiten entstehen oder Mitarbeiter sich nicht einsetzen oder unberechtigte Vorwürfe gemacht werden oder Nachbarn stören – dann werden alle diese Störungen wegen der guten inneren Verfassung ganz erheblich weniger das Gemüt verändern und zum Erscheinen der übleren Eigenschaften führen als zu einer Zeit, in der üble Eigenschaften aus inneren Gründen sowieso schon stärker an der Oberfläche sind – auf die Dauer aber und bei einer Ballung der sinnlich reizenden oder widrigen äußeren Umstände werden diese immer jedoch zu einer gewissen Verdunkelung der aus inneren Gründen gegenwärtig helleren Gemütsverfassung beitragen. –

Ähnlich verhält es sich im umgekehrten Fall: Wenn zu einer Zeit, in der der Mensch sich aus inneren Gründen in übleren, dunkleren Gemütsverfassungen befindet, in der er, in sich beunruhigt, nach außen sucht und verlangt, empfindlicher und reizbarer ist, üble sinnliche Versuchungen an ihn herantreten oder alltägliche Widerstände und Widerwärtigkeiten, so ist er denen natürlich weit weniger gewachsen, reagiert aus seinen schlechteren Möglichkeiten und verstärkt diese damit.

Wenn aber zu einer solchen Zeit höhere geistige Erlebnisse oder Freundschaft und Entgegenkommen an ihn herantreten, so werden diese zwar die übelsten Auswirkungen seiner gegenwärtigen inneren ungenuten Verfassung verhindern, werden

aber seine gegenwärtige ungute Verfassung nicht so leicht verbessern können. Bei einem Gespräch mit einem Freund über die Lehre ist er – wenigstens zunächst – nur halb beteiligt und neigt mehr zur Kritik als zum Aufnehmen der positiven Dinge. Das freundschaftliche Entgegenkommen der Umwelt, die guten Leistungen und die Aufmerksamkeit der Mitarbeiter bemerkt er kaum, es sei denn, dass die guten äußeren Umstände sich immer weiter summieren und immer länger anhalten, dass er immer stärker auf sie aufmerksam wird und sich gezwungen sieht, zu ihnen Stellung zu nehmen. Dann mögen diese äußeren Umstände seine besseren inneren Eigenschaften wieder ansprechen, aus der Verborgenheit hervorholen und sichtbar und fühlbar werden lassen. Das kann aber immer nur bei einem solchen Menschen geschehen, bei dem schon solche inneren Eigenschaften vorhanden sind.

So lebt also der Mensch aus inneren wie auch aus äußeren Gründen in wechselnden inneren Verfassungen, indem zu manchen Zeiten sein Denken, Reden und Handeln mehr von seinen dunkleren und geringeren Eigenschaften bewegt wird, zu anderen Zeiten mehr von seinen guten und hellen Eigenschaften. Daher kommt es also, dass er sich zu manchen Zeiten mehr oder weniger *abgeschieden von weltlichem Begehren* oder *abgeschieden von allen heillosen Gedanken und Gesinnungen* befindet und damit dem Herzensfrieden erheblich näher steht, zu anderen Zeiten dagegen von Sinnen-sucht oder von unheilsamen Dingen oder von beidem bewegt wird und darum dem Herzensfrieden viel ferner steht. So erscheinen also diese beiden den Herzensfrieden bedingenden guten Eigenschaften aus inneren und aus äußeren Gründen manchmal stärker und manchmal weniger und sind manchmal gar nicht erkennbar, also völlig latent.

Wenn man nun das Erscheinen der im Grunde des Wesens vorhandenen beiden heilsamen Eigenschaften fördern und betreiben will, dann muss man zunächst sich und seine jeweilige Beschaffenheit besser erkennen lernen. Man muss merken, wann man sich mehr in weltlicher Vielfalt, Zerstretheit

befindet und wann man umgekehrt den gesamten weltlichen Aufgaben und Anliegen, Wünschen und Sorgen ferner gerückt ist, eine größere Beruhigung und Ruhe empfindet und dabei beobachtet und bemerkt, dass man im Augenblick an sich selber Genüge hat, dass man unbedürftig und unabhängig verweilt.

Ebenso wie man erkennen muss, ob man voll Begierden, voll von Sinnensucht in innerer Unruhe, Zerrissenheit und Vielfalt ist oder ob innere Ruhe, Unabhängigkeit und Freiheit vorwiegen – ebenso muss man bei sich selbst auch unterscheiden lernen, ob zur Zeit die „unheilsamen Dinge“ vorwiegen, ungute Gesinnungen, wie Verdruss, Neid, Heimlichkeit oder Zorn, Starrsinn, Rechthaberei, Überheblichkeit usw., oder ob man umgekehrt sich gerade in einer hellen, sauberen inneren Verfassung befindet, in Gelassenheit, Wohlwollen, Aufmerksamkeit und Mitempfinden.

Wenn der Mensch seine innere Verfassung in der hier beschriebenen Weise beobachten und erkennen kann, dann ist schon viel gewonnen. Während er vorher wie zufällig und seiner selbst unbewusst sich in dieser oder jener Verfassung befand und darum ihr ausgeliefert war und darum der jeweiligen Verfassung entsprechend fühlen, denken, reden und handeln musste, so erkennt er jetzt seine jeweilige Verfassung und beobachtet sie. Er merkt, wenn üble Gesinnungen sein Gemüt verdunkeln, und er merkt, wenn er in hellen, hohen Gesinnungen weilt; er merkt, wenn er der weltlichen Vielfalt zugewandt ist, und er merkt, wenn er von der Vielfalt frei und unabhängig in sich selber ruht.

Wenn diese Selbsterkenntnis beharrlich gepflegt wird, so entwickelt sich aus ihr die zweite Voraussetzung für die Förderung des Erscheinens der heilsamen Eigenschaften: Indem der Mensch bei sich selbst mehr und mehr den Unterschied zwischen dunkler und heller Gemütsverfassung, zwischen dem Bedürfnis nach äußerer Vielfalt und dem Ruhen in innerer Stille erfährt, da entwickelt sich in ihm auch eine Freude über die innere Helligkeit und über die innere Unabhängigkeit von

der weltlichen Vielfalt, weil er ihre Wohltat bei sich erfährt und schmeckt. Die Wohltat der inneren Helligkeit ist der „Wohlgeschmack der Tugend“. Und die Wohltat der inneren Ruhe und des inneren Friedens ist bereits ein Anfang des „Wohlgeschmacks des Herzensfriedens“. Diese beiden verschiedenartigen Wohle ziehen seine Aufmerksamkeit mehr und mehr auf sich, er entdeckt ihre Kostbarkeit, er fühlt sich zu ihnen hingezogen.

In dem gleichen Maß aber empfindet er stärker die Grobheit und Rohheit aller dunklen Gemütsverfassungen in Zorn und Neid, Starrsinn, Rechthaberei usw. und empfindet auch stärker das unwürdige Gehetztsein und Getriebensein durch das Bedürfnis nach äußerer Vielfalt und die Leerheit der von dieser Vielfalt ausgehenden Gefühle gegenüber dem starken, feinen Wohl der inneren Ruhe und Unabhängigkeit.

Diese Entwicklung der Freude über die beiden heilsamen Gemütsverfassungen und der Liebe zu ihnen in Verbindung mit zunehmendem Abscheu vor den üblen Gemütsverfassungen geht allmählich vor sich, nimmt allmählich zu und wird allmählich stärker bei demjenigen, der sich um die Beobachtung und Erkenntnis seiner jeweiligen Gemütsverfassungen bemüht. Und indem so die Liebe zu den guten und heilsamen Gemütsverfassungen bei ihm zunimmt und der Abscheu vor den üblen und unheilsamen Gemütsverfassungen zunimmt, da betreibt er auch beharrlicher ihr Erscheinen und betreibt in dem gleichen Maß das Nicht-Erscheinen der beiden üblen Gemütsverfassungen. Wo immer er die eine oder andere oder beide heilsamen Gemütsverfassungen bei sich bemerkt, da pflegt er sie und hegt sie und achtet darauf, dass das Üble nicht Eingang und Zugang findet. Gleichzeitig betreibt er die Mehrung aller heilsamen Erlebnisse und Gedanken und pflegt sie.

Allein schon durch die Abnahme der üblen Eigenschaften des Herzens gewinnen die guten Eigenschaften immer mehr Übergewicht, so dass sie auch immer öfter in Erscheinung treten können. So wie ein Luftschiff nur durch das Abwerfen von Ballast Höhe gewinnt, so auch wird das Gesamtvermögen



an inneren Qualitäten schon durch die Ausmerzung von üblen Qualitäten erhöht und verbessert.

Mancher Mensch mag bei sich beobachtet haben, dass er zeitweilig ohne sinnliches Genießen und auch ohne irgendein akutes sinnliches Verlangen nach irgendwelchen Dingen in sich ruhte. Zu einer solchen Zeit begehrt er nichts, verlangt nichts und ist auch über nichts Entbehrtes oder Misslungenes unbefriedigt. Er wird also dann von den verschiedenen weltlichen Dingen nicht bewegt und nicht gerissen, er ist von ihnen zu einer solchen Zeit leer und frei und lebt in größerer innerer Ruhe. Diese Ruhe ist aber ohne größere Helligkeit. Darum fällt sie ihm meist nicht als wohltuend auf.

Anders geht es uns zu einer Zeit, in der wir zwar von den weltlichen Sinnendingen nicht fern sind, dagegen aber mehr oder weniger frei sind von den „unheilsamen Dingen“, von Verdruss, Ärger, Zorn, Wut, Neid usw., in der wir uns darum in einer besonders hohen, hellen Gemütsverfassung befinden, indem wir verzeihend, verstehend oder liebend an bestimmte einzelne Menschen denken oder verstehend und liebend an die ganze Menschheit oder an alle Wesen. *Angelus Silesius* sagt sehr konkret ganz im Sinne des Erwachten:

*„Das Maß der Seligkeit misst dir die Liebe ein:  
je voller du von Lieb', je sel'ger wirst du sein.“* (CHW V,295)

Oder das Denken ist gemäß der Anleitung des Erwachten damit beschäftigt, die aus früherem Wahn gesponnenen Welterrscheinungen immer mehr als solche zu durchschauen und dadurch unterscheiden zu lernen, welche Wege in das Leiden hineinführen und welche aus dem Leiden herausführen. Bei solchen und ähnlichen Gedanken und Vorstellungen kann der Mensch eine solche Intensität entwickeln, dass darüber alle üblen Herzensbefleckungen und Gemütsverfassungen immer ferner rücken, dass das Gemüt heller und sauberer wird und dass von daher inneres Wohl, Helligkeit und Sicherheit erlebt und erfahren werden. Und es mag sein, dass er zu dieser Zeit

durch Bedenken und Sinnen über Wahrheitszusammenhänge die erste weltlose Entrückung gewinnt.

Indem der Mensch vom Herzensfrieden erfüllt und ausgefüllt ist, wendet er sich endgültig ab von den letzten Resten innerer Dunkelheit und innerer Vielfalt, denn je mehr er den Wohlgeschmack des Herzensfriedens erfährt, um so mehr merkt er, erkennt er und weiß er bei sich selbst, dass alle Sinnenlust, die er vor der Erfahrung des Herzensfriedens und vor der Erfahrung des Wohlgeschmacks der Tugend für das höchste Wohl hielt, doch nur ein elendes Wohl ist, ein „kotiges Wohl“, ein „gemeines Wohl“, das nur dem „Sinnesverwirrten“, der das wahre Wohl noch nicht kannte, als Wohl erscheinen konnte.

Wenn das Erlebnis des seligen Herzensfriedens in innerer Helligkeit gewonnen ist und wenn durch dieses selige Erlebnis der ekle Charakter aller Sinnenlust durchschaut und empfunden ist, dann ist viel gewonnen. Ein solcher, der den Wohlgeschmack des Herzensfriedens gekostet hat, weiß nun aus eigener Erfahrung, dass alles Wohl und alles Wehe nicht von außen kommt, nicht von den sinnlich wahrnehmbaren Dingen kommt, nicht von dieser Welt oder jener Welt kommt, sondern immer nur von der Beschaffenheit der Triebe. Er weiß nun: Wie die Triebe beschaffen sind, wie das Herz beschaffen ist, so ist auch die Wahrnehmung. Wo auf Vielfalt gerichtete Triebe sind, wo ein zerstreutes Herz ist, da entsteht auch Wahrnehmung von Vielfalt, entsteht Wahrnehmung von einer vielfältigen Welt. Wo aber keine auf Vielfalt gerichteten Triebe sind, wo das Herz gesammelt und geeinigt ist, da wird auch keine Vielfalt und keine Welt der Vielfalt bewusst. Wo dunkle, üble Triebe sind, Befleckungen des Herzens, da entwickelt sich dunkles und übles Gefühl, das schmerzlich und leidvoll ist. Wo aber üble Triebe aufgehoben sind, wo das Herz sauber und hell geworden ist, da entwickelt sich helles und hohes Gefühl. – Wie die Triebe beschaffen sind, wie das Herz beschaffen ist, so ist Gefühl und Wahrnehmung, so ist alles Erleben. Nicht von der Welt, nicht von jenem scheinbaren Außen

hängt das Erleiden in Wohl und Wehe ab, sondern einzig von der Beschaffenheit der Triebe, von der Beschaffenheit des Herzens.

Wer diese Erfahrung und dieses Wissen gewonnen hat, der versteht das Gleichnis vom Brunnenschacht unvergleichlich tiefer als zuvor. Er sieht, dass alles Erleben (Gefühl und Wahrnehmung), das aus einem besudelten und zerstreuten Herzen hervorgeht, zu einem Erleben führt, wie es der Aufenthalt im unteren Pfohl des Brunnenschachtes ist: in Finsternis und Kälte, eng eingeschlossen von steilen, kalten, schlüpfrigen Mauern. –

Er sieht, dass alles Erleben (Gefühl und Wahrnehmung), das aus einem von der Besudelung sich mehr und mehr reinigenden, aber doch noch zerstreuten Herzen hervorgeht, zu einem Erleben führt gleichwie das Emporklettern und Emporstiegen innerhalb des Brunnenschachtes: Aus der Finsternis wird mehr und mehr Dämmerung und Helligkeit, aus der Kälte wird mehr und mehr wohlthuende Wärme, aber es bleibt der eng umgrenzte Brunnenschacht, der den Ausblick in die Welt verhindert und in dem die Gefahr des Absturzes nicht überwunden ist. –

Er sieht, dass alles Erleben (Gefühl und Wahrnehmung), das aus einem von aller Besudelung befreiten und geeinigten und beruhigten Herzen hervorgeht, zu einem Erleben führt ganz oberhalb und außerhalb des Brunnenschachtes in der lichten, hellen, offenen Landschaft, durch nichts mehr behindert und der Gefahr des Absturzes endgültig entronnen.

So wie einer, der nach langem, langem Aufenthalt in der Tiefe des Brunnenschachtes und nach langem allmählichem Anstieg endlich oben angelangt ist und das Gemäuer des Brunnens überstiegen hat und in die helle, offene Ebene hinausgetreten ist, von allen Begrenzungen und Gefahren befreit, ein solches Leben begrüßen wird und um keinen Preis mehr Neigung verspüren kann, in den Brunnen zurückzusteigen, ebenso auch wird einer, der öfter und öfter *abgeschieden von weltlichem Begehren, abgeschrieben von allen*

*heillosen Gedanken und Gesinnungen* über alles dumpfe und dunkle Gefühl hinausgestiegen ist in große Seligkeit und Helligkeit, der über alle sinnliche Wahrnehmung hinausgestiegen ist, der die Kulissen einer eng umstellten Welt in Raum und Zeit durchschaut, durchdrungen und aufgehoben hat und sich nun in seliger Einheit und Freiheit befindet, ein solches Leben begrüßen und wird keine Neigung haben, zurückzukehren in ein Leben in Dumpfheit und Vielfalt und Bedrohung, das von denjenigen, die nichts anderes kennen, als das „normale Leben“ bezeichnet wird.

Alle Großen, welche die Gesamtmöglichkeiten der Existenz vollständig oder fast vollständig kennen, alle vollkommen Erwachten und teilweise Erwachten, sagen denjenigen, welche Ohren haben zu hören, dass innerhalb der sinnlich wahrgenommenen Welt kein Heil erworben und erkämpft werden kann, dass vielmehr alles anfangende und alles vollendete Heil jenseits der Welt und jenseits aller Weltlichkeit zu finden ist. Zugleich sagen und lehren sie, dass diese in sinnlicher Wahrnehmung entworfene Welt nicht mit den Mitteln dieser Welt, nicht mit Wandern und Laufen und nicht mit dem Ablegen des Leibes wahrhaft verlassen und überwunden werden kann, sondern nur durch die gemüthafte Abwendung, durch die Abwendung des Willens von der Sinnenwelt und ihrer Mannigfaltigkeit.

Diese Abwendung des Willens wird eingeleitet durch die rechte Anschauung, durch eben die Anschauung, dass innerhalb dieser Welt der sinnlichen Wahrnehmung wahres Wohl und wahres Heil nicht gewonnen werden kann, sondern nur jenseits aller Welt und Weltlichkeit, und dass man mit den Mitteln dieser Welt und auch mit dem Ablegen des Leibes niemals über Welt und Weltlichkeit hinaus gelangen kann, niemals Welt überwinden kann, sondern nur mit der Abwendung des Willens zur endlosen Fortsetzung dieses Scheindaseins.

Diese rechte Anschauung ist die erste Bedingung für Erstreben und Erlangen des Wohls und Heils im Herzensfrie-

den. Wer diese rechte Anschauung besitzt, das Elend des Begehrens sieht, der kann sich nicht mehr geblendet dem Genuss hingeben, sich hineinverstricken in die Fallschlinge wie die erste, zweite und dritte Herde Wildes. Von einem solchen sagt der Erwachte an anderer Stelle (M 26), ebenfalls das Gleichnis vom Wild benutzend, das vom Jäger gejagt wird:

*Alle die Asketen und Brahmanen, die die fünf Arten von Sinnendingen unverlockt, nicht geblendet, nicht durstgefesselt gebrauchen, das Elend sehen, die Möglichkeit der Befreiung kennen, müssen bezeichnet werden als nicht elend gefangen, nicht verloren, nicht der Macht des Bösen ausgeliefert.*

*Gleichwie etwa ein Wild des Waldes, das unverfangen auf einer Schlinge liegt, als nicht elend gefangen, als nicht verloren bezeichnet werden muss, als nicht der Macht des Jägers ausgeliefert, da es, wenn der Jäger herankommt, fortlaufen kann, wohin es will, ebenso auch müssen alle die Asketen oder Brahmanen, die die fünf Arten von Sinnendingen unverlockt, nicht geblendet, nicht durstgefesselt gebrauchen, das Elend sehen, die Möglichkeit der Befreiung kennen, bezeichnet werden als nicht elend gefangen, nicht verloren, nicht der Macht des Bösen ausgeliefert.*

Und der Erwachte spricht analog der Gesicherheit der vierten Herde Wildes – der vierten Asketen- und Brahmanengruppe, welche weltlose Entrückungen erfahren (M 25) – auch in M 26 von der Gesicherheit durch die weltlosen Entrückungen. Im Gleichnis ist dann nicht mehr von Wild in oder auf der Schlinge die Rede, sondern von Waldesgründen, in die kein Jäger mehr hingelangen kann.

Drei Arten von Menschen schildern diese Gleichnisse in M 26: Der erste, der unbelehrte Mensch, lebt und webt in den fünf Begehrenungen und bleibt darum dem Tod ausgeliefert und bangt zeitlebens in offener oder verborgener Todesfurcht. Der zweite Mensch, der durch die Lehren der Großen Belehr-

te, übt sich unermüdlich, bei den Sinnendingen durch die schimmernde Oberfläche hindurch zu sehen, ihren wahren Wert und Unwert zu erkennen, sich von ihnen nicht blenden zu lassen. Er entwickelt mehr und mehr Weisheit, aber er spürt immer wieder in sich den Hang, nur die blendende Oberfläche der Dinge zu sehen und sich verlocken zu lassen. Er steht in ununterbrochenem Kampf zwischen Verlockung und weiser Betrachtung. Wer in diesem Kampf beharrlich der Weisheit den Vorzug gibt, der gewinnt jene vom Erwachten geschilderte Reife des dritten Menschen: Er tilgt das Auge des Todes völlig aus, die Dinge verlieren für ihn alle Verlockung, weil er jetzt *abgeschieden von weltlichem Begehren, abgeschieden von allen heillosen Gedanken und Gesinnungen* in weltloser Entrückung verweilt. Damit hat er zu einem im Herzen unmittelbar aufquellenden seligen Frieden hingefunden, der ihn völlig unabhängig macht von den äußeren Dingen. Neben diesem reinen Wohl verlieren die Sinnendinge jegliche Verlockung für ihn, wie der Gesättigte den Hunger verliert. Dann ist er fern von allen Schlingen. Ob er geht oder steht oder sitzt, was er auch tut, er ist völlig gesichert. Der Tod kann nicht mehr fassen.

### Das Erleben Reiner Form

Die Mystiker unter den Menschen, die Erfahrer weltloser Entrückungen erleben sich als brahmisch rein von Sinnensucht und Antipathie bis Hass, in Liebe, Erbarmen, Freude, Gleichmut strahlend. Anders als die Wesen der groben Selbsterfahrung, die auf äußere Sinneseindrücke angewiesen sind und Nahrung von außen bekommen müssen, leben sie vorwiegend von dem Wohl ihrer Eigenhelligkeit. Darum werden solche vier Hauptbeschaffenheiten, welche die sinnensüchtigen Wesen erleben (Festigkeit, Flüssigkeit, Temperatur und Luft) nach dem Tod nicht mehr erfahren. Diese Wesen leben geistunmittelbar (*mano-maya*), d.h. alle erlebte Form folgt unmittelbar ihren Gedanken, besteht geistig, vorstellungshaft. Weil diese

Wesen nicht mehr zwischen angenehmer und unangenehmer Form unterscheiden wie die Wesen der Sinnensuchtwelt, darum wird diese Selbsterfahrung „Reine Form“ genannt. Durch die Entwicklung ihres Herzens und Gemüts zu Nachsicht, Rücksicht, Mitempfinden, Wohlwollen, Liebe sind sie so beglückt und selig, dass sie meist kein Außen, keine Form erleben – dann sind sie aus dem Machtbereich Māros heraus –, aber doch können sie sich oft von dem Formerlebnis selbst noch nicht lösen, haben noch Begehren nach – reiner – Form und sind insofern noch im Machtbereich Māros. Ihre Selbsterfahrung besteht im Wechsel zwischen Entrückung und Licht- und Ton-Erfahrung, die nicht mehr wie die unsere als „materiell“ empfunden wird, sondern als sanfte „Begegnung“ mit Wesen, die als gleichartig geisthaft empfunden werden. Sie kann über Äonen, über Weltenentstehungen und Weltenvergehungen hinaus dauern – aber auch sie währt nicht immer, es sei denn, die Wesen haben als Heilsgänger den Ausweg gesehen und streben völlige Unverletzbarkeit an, die Aufhebung aller Unbeständigkeit und können es nicht lassen, auch nach dem Tod die Unbeständigkeit der fünf Zusammenhäufungen als solche zu erkennen und sich davon abzuwenden:

*Und was da noch zur Form, zum Gefühl gehört, zur Wahrnehmung, zur Aktivität, zur programmierten Wohlerfahrungs-suche gehört – solche Dinge sieht er als unbeständig an, als leidvoll, als Krankheit, als Geschwulst, als Pfeil, als Weh und als schmerzhaft, als Fremdes, zur Welt Gehöriges, als Leeres, als Nicht-Ich. Von solchen Dingen säubert er das Herz.*

*Und hat er das Herz von solchen Dingen gesäubert, so sammelt er das Herz auf das Todlose (mit dem Gedanken): „Das ist der Friede, das ist das Erhabene, dieses Zur-Ruhe-Kommen aller Aktivität, dieses Zurücktreten von der Gewohnheit des Ergreifens, dieses Aufhören des Lechzens und Dürstens, die Entreizung, Auflösung.“*

*Dahin gekommen, erlangt er die Versiegung der Wollensflüsse/Einflüsse. Erlangt er aber die Versiegung der Wollens-*

*flüsse/Einflüsse nicht, so wird er eben bei seinem Verlangen nach Wahrheit (dhamma-rāga), bei seiner Freude an der Wahrheit (dhamma-nandi) die fünf untenhaltenden Verstrickungen vernichten und emporsteigen, um von dort aus zu erlöschen und nicht mehr zurückzukehren von jener Welt.*  
(M 64)

Wenn der Übende die fünf an die Sinnensucht-Welt haltenden Verstrickungen bereits zu Lebzeiten aufgehoben hat, aber noch *Verlangen nach Wahrheit, Freude an der Wahrheit* hat, feinste Formen des Ergreifens, die ihn am Loslassen auch der Wahrnehmung des Herzensfriedens hindern, die ihn treiben, weitere Ablösungserfahrungen zu suchen, dann strebt er die formfreie Selbsterfahrung an. Die Erfahrer der Formfreiheit erleben in einer unsagbaren Einfalt einen erhabenen Frieden, der selbst in den reinsten Bereichen der immer noch vielfältigen Formenwelt so nicht zu finden ist. Es geht in diesen formfreien Erlebensweisen nur noch um die Wahrnehmung eines erhabenen, lange Zeit vollkommen ungestörten Friedens.

Es ist kein Wissen von einem „Ich“ und kein Wissen von „anderem“, kein Geist, der Dinge sammelt und darüber nachdenkt. Diese formfreien Welten sind daher noch friedvoller und damit dem absoluten Glücksstand näher als selbst die Brahmagötter. Deshalb nennt der Erwachte das Verweilen in diesen formfreien Bereichen „friedvolles Verweilen“ oder „Verweilen in vollständiger Ruhe“ (*santā vihārā*):

## Friedvolles Verweilen

### 1. Die Erfahrung unbegrenzten Raumes

*Weiter sodann: Nach völliger Überwindung der Formwahrnehmungen, Vernichtung der Gegenstandswahrnehmungen, Verwerfung der Vielheitwahrnehmung gewinnt der Mönch in dem Gedanken „Grenzenlos ist*



*der Raum“ die Vorstellung des unbegrenzten Raumes. Dieser wird ein Mönch genannt, der Māro geblendet hat. Er hat das Auge Māros seiner Sehkraft beraubt, ist für den Bösen unsichtbar geworden.*

Wenn die Wahrnehmung von Form, Widerstand (Gegenstandswahrnehmungen), Vielheit frei ist, dann ist sie formfrei. „Formfrei“ bedeutet, dass weder „Ich“ in irgendeiner Form erscheint noch irgendeine „Umwelt“, die formhaft wäre. Wo die Vorstellung Form entfällt, da gibt es kein Gegenüber mehr, keinen Gegenstand, keinen Widerstand. Und damit gibt es auch kein Außen mehr, keine Vervielfältigung der eigenen Spaltung. Damit entfällt Vielfalt als Gegenüber.

Bisher schuf der Übende mit seiner Vorstellung von Formen, Gestalten, Dingen nur den Zwischenraum, den Raum zwischen Dingen und den Abstand zwischen Körper und Gegenständen. Jetzt erfährt der Übende nach Aufhebung der Gegenstandswahrnehmungen den leeren, freien Raum. Der Zwischen-Raum war der durch „Dinge“ bedingte endliche und beschränkte Raum, der leere Raum ist unendliche Ausgedehtheit, dinglos. Es gibt nicht mehr die Wahrnehmung eines Hier und Dort, sondern nur unendlichen Raum ohne Anfang, Mitte und Grenze. Unendlichkeit und Raumleerheit gehören zusammen. So heißt es (M 77):

*Des Raumes Allheit nimmt er wahr, einig, oben, unten, quer hindurch, ungeteilt, ohne Zwieheit, grenzenlos.*

Und

*Da hat der Mönch die Wahrnehmung „Wald“ entlassen, die Wahrnehmung „Erde“ entlassen, die Wahrnehmung „Unbegrenzt ist der Raum“ nimmt er als einziges in die Aufmerksamkeit. Bei der Wahrnehmung „Unbegrenzt ist der Raum“ wendet sich das Herz freudig zu, befriedet sich dabei, steht dabei still, fühlt sich dabei befreit. Er erkennt: Spaltungen, die aus der Wahrnehmung „Wald“ oder „Erde“ entstünden, die gibt es nicht; und nur eine Spaltung ist übrig geblieben, näm-*

*lich die Wahrnehmung „Unbegrenzt ist der Raum“ als einziges. Er weiß: Leer geworden ist diese Wahrnehmung von der Wahrnehmung „Wald“ oder „Erde“. Es gibt nur diese Nicht-leerheit, nämlich die Wahrnehmung „unendlich ist der Raum“ als einziges. Was da nicht ist, davon leer sieht er es an. Und was da noch übrig geblieben ist, davon weiß er: „Das gibt es.“ So erwirkt er eine wirkliche, richtig durchgeführte, reine Leerheit, die über ihn kommt. (M 121)*

## 2. Die Wahrnehmung der Unendlichkeit der Erfahrung

*Weiter sodann: Nach völliger Überwindung des unbegrenzten Raumes gewinnt der Mönch in dem Gedanken „Grenzenlos ist die Erfahrung“ die Vorstellung der unbegrenzten Erfahrung. Dieser wird ein Mönch genannt, der Māro geblendet hat. Er hat das Auge Māros seiner Sehkraft beraubt, ist für den Bösen unsichtbar geworden.*

Der Übende erkennt nun weiter vorschreitend: Auch die feine Wahrnehmung „Unendlich ist der Raum“ ist ein Denkinhalt, eine Erfahrung des Geistes, eine Denker-Erfahrung. Erfahrung überhaupt ist das Eigentliche, das Zugrundeliegende aller Wahrnehmungen von Etwas. Erfahrung besteht als Erfahrungs-Strom, eine Erfahrung folgt der anderen, und durch das Nacheinander der Erfahrungen entsteht der Eindruck „Zeit“: Vergangenheit, Gegenwart, Zukunft: „Unendlich ist Erfahrung“ und dadurch bedingt Zeit.

## 3. Der Erfahrungsbereich der Nichtetwasheit

*Weiter sodann: Nach völliger Überwindung der unbegrenzten Erfahrung gewinnt der Mönch in dem Gedanken „nicht ist etwas“ die Vorstellung der Nichtet-*

*washeit. Dieser wird ein Mönch genannt, der Māro geblendet hat. Er hat das Auge Māros seiner Sehkraft beraubt, ist für den Bösen unsichtbar geworden.*

Der Erwachte empfiehlt dem Heilsgänger, bei jeder Wahrnehmung der Tatsache der Einbildung eingedenk zu sein in dem Wissen, dass Eingebildetes zu entbilden ist, dass es nicht ein zugrundeliegendes Etwas gibt. Ein so Erfahrender hat die Nichtetwasheit zum Stützpunkt genommen. Er durchschaut, ja durchdringt die Erfahrung, erlebt sie als Gaukelwerk: *Dies Ganze gilt nicht wirklich. Nichts ist da. (Sn 9)*

Auch um die Aufhebung der Ich-bin-Empfindung: *Leer ist dies vom Ich oder Ichähnlichem* geht es dem Heilsgänger, der die Nichtetwasheit zum Stützpunkt nimmt. „Ich“, „irgendwo“, „irgendwer“, „irgendetwas“, das mit „mir“ in Beziehung steht, gibt es nicht – es sind im Geist entstandene Einbildungen. Da ist gar kein Empfinder, der getroffen werden könnte, da sind nur Neigungen, durch Denken geschaffene Vakua, die gilt es aufzuheben. Es gibt kein verletzbares Ich, dessen Wünsche befriedigt und das verteidigt werden müsste, es ist nur Einbildung, Traum, Wahn, dass es ein solches gäbe. Der Übende nimmt die Nichtetwasheit zum Stützpunkt, indem er sich deutlich vor Augen führt: „Durch Wollen entsteht Wahrnehmung, aber weder gibt es Form noch Ich. Ist Wollen aufgehoben, wird auch Wahrnehmung aufgehoben. Da ist nichts sonst und bleibt auch nichts übrig.“ Diese Vorstellungen führen den so weit Gereiften zum Anstreben der *Spitze der Wahrnehmbarkeit (D 9)*, der *Grenzscheide möglicher Wahrnehmung, der Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung*:

#### 4. Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung

*Weiter sodann: Nach völliger Überwindung der Nichtetwasheit gewinnt der Mönch die Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung. Dieser wird ein*

*Mönch genannt, der Māro geblendet hat. Er hat das Auge Māros seiner Sehkraft beraubt, ist für den Bösen unsichtbar geworden.*

Auch die Vorstellung: „*Es gibt nicht irgendetwas*“ ist noch eine Wahrnehmung, eine Vorstellung. Auch diese zu lassen, übt sich der Heilsgänger. Er meidet das Angezogenwerden von jeglicher Wahrnehmung, und sei sie noch so fein. Der Erwachte sagt (D 9):

*Der an der Spitze der Wahrnehmung Stehende denkt: Wenn ich weiterhin Absichten fassen würde, so wäre das übel für mich. Nichts mehr beabsichtigen wäre besser. Wenn ich Absichten fassen würde, würde ich folgenschaffend wirken, und diese Wahrnehmung würde mir schwinden, und eine andere, gröbere Wahrnehmung würde aufsteigen. Wie wenn ich nun keine Absichten mehr fassen und nicht folgenschaffend wirken würde? So fasst er keine Absichten mehr und wirkt darum nicht folgenschaffend. Weil er keine Absichten mehr fasst und darum nicht mehr folgenschaffend wirkt, schwinden ihm diese Wahrnehmungen und andere gröbere Wahrnehmungen steigen nicht auf. Er erfährt die Ausrodung, das Schwinden früherer Wahrnehmungen.*

Auf diese Weise hebt ein solcher zeitweilig durch Aufhebung allen Wollens alles Wahrnehmen auf, so dass nicht mehr erfahren wird. Kehrt dann die Wahrnehmung der letzten Stufe wieder und kehrt danach die Wahrnehmung des Körpers zurück, dann hat er jetzt die Möglichkeit zu einem realistischen Vergleich, und dadurch merkt er, dass auch die feinste Wahrnehmung eine Belästigung ist gegenüber auch deren Wegfall. Es ist der Wegfall von allen fünf Zusammenhäufungen, die einen Erleber von Erlebnissen entwerfen, es ist Todlosigkeit, unverletzbare Unverletztheit „gewesen“. Es ist, wie wenn der Übende aus einem Traum, einer Einbildung erwacht. Im Erwachen muss er über den Traum lächeln oder sich schämen.

Wer diese – wie K.E. Neumann übersetzt – „Grenzscheide möglicher Wahrnehmung“ erfährt, das zeitweise Schwinden der Wahrnehmung, dessen Verhältnis zur Wahrnehmung ist locker geworden, und er hat die Gewissheit, bald zum endgültigen Frieden zu kommen, zur endgültigen Aufhebung der Wahrnehmung. Er empfindet Wahrnehmung als Belästigung, hat genug von der Wahrnehmung; so wie ein Gesättigter die Essenschüssel beiseite schiebt, nicht mehr essen mag, so hat spätestens ein bis hierhin Vorgeprägter Erleben satt. Die allermeisten Mönche zur Zeit des Erwachten bedurften nicht einmal der vier Stadien des friedvollen Verweilens, um sich abzulösen. Durch die Erfahrung der weltlosen Entrückungen und der anschließenden Betrachtung der fünf Zusammenhäufungen waren sie fähig, alles Ergreifen aufzugeben.

#### Aufhebung der Wollensflüsse/Einflüsse

*Weiter sodann: Nach völliger Überwindung der Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung erreicht der Mönch die Auflösung von Gefühl und Wahrnehmung, und die Wollensflüsse/Einflüsse des weise Sehenden sind aufgehoben. Dieser wird ein Mönch genannt, der Māro geblendet hat. Er hat das Auge Māros seiner Sehkraft beraubt, ist für den Bösen unsichtbar geworden. Entronnen ist er dem Hangen an Welt.*

Sogar die Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung, die Spitze der Wahrnehmung, die feinste und stillste Wahrnehmung, die nach Aufhebung fast aller Triebe noch besteht, soll der Übende, der unzerstörbaren Frieden anstrebt, auch noch abweisen mit dem Gedanken: „*esa sakkāya*“ – *dies ist noch etwas, mit dem sich der Erfahrer identifiziert*, worauf er sich stützt, eben Wahrnehmung. Das Ergreifen auch nur einer einzelnen Zusammenhäufung nährt den Glauben an Persönlichkeit, fesselt an den Samsāra.

Wenn aber der unvorstellbare Frieden der „Grenzscheide“, diese stillste aller Wahrnehmungen, von dem Wunsch, der Tendenz nach Ruhe und Frieden positiv bewertet und damit ergriffen wird – etwa in dem Gedanken: *Das ist die Ruhe, das ist der Frieden* – der Erwachte bezeichnet es als das höchste Ergreifen – so bleibt der Übende mit dieser erhabenen Wahrnehmung lange Zeiten hindurch verbunden. Irgendwann aber kommen latent gewesene Triebe nach sinnlicher Wahrnehmung wieder auf, und das Wesen sinkt, dem Genuss sich hingebend, abwärts. Die dabei erfahrenen furchtbaren Schmerzen lassen das Wesen wieder Ausschau halten nach einer Wegweisung zu schmerzfreiem Erleben, und es kann wieder in langer Läuterungsarbeit die Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung gewinnen. Wenn es diese eine Zusammenhäufung freudig begrüßt und festhält, kann es wieder in alle Leiden, in den Machtbereich Māros hineingeraten. Darum sagt der Erwachte von der Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung (M 106):

*Was aber die Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung ist, das ist noch etwas (sakkāya). Gegenüber allem Etwas ist das Unsterbliche dieser Friede des Herzens, der durch Nichtergreifen gewonnen wird.*

Das heißt: Wenn der Erleber auch feinsten Wahrnehmungen diese nicht ergreift, sondern des automatisch ablaufenden Vorganges bewusst ist, dann tritt Auflösung von Gefühl und Wahrnehmung ein. Danach weiß der Erfahrer: Das ist ein unzerstörbarer Friede, das ist Todlosigkeit, das höchste Wohl. So sagt der Erwachte (M 59):

*Da erreicht der Mönch nach völliger Überwindung der Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung die vollkommene Auflösung von Gefühl und Wahrnehmung und verweilt in diesem Zustand. Das aber ist ein Wohl, das größer und feiner ist als das vorherige.*

Wenn ein Heilsgänger einmal die Aufhebung von Gefühl und Wahrnehmung erreicht hat, dann sind alle Triebe endgültig aufgehoben. Damit hat er „*die Fluten durchkreuzt*“: die Fluten, die Flucht der Erscheinungen, das Leiden.

*Keine Umgebung betrifft den Befriedeten.* Begegnung trifft uns, den Geheilten aber trifft alles nicht. Wie wenn da eine Felswand in heller, sonniger Landschaft ist, über welche die Schatten von Wolken dahinziehen, so weiß ein solcher wohl, was da vor sich geht, aber es kann nicht eindringen, nicht treffen.

*Abgelöst von der Daseinsader (bhava-netti) steht der Leib des Vollendeten da* – ohne Empfindungssuchtkörper, ohne Gier, Hass, Blendung. Diese verborgenen Wurzeln aller Erscheinungen sind abgeschnitten, wie die Krone einer Palme abgeschnitten ist, so dass sie nicht mehr wachsen kann, sondern eingeht.

Die Palme, der Baum, gilt für die immer weitere Fortsetzung von Dasein, Samsāra, für jede Form des Daseins, in der es Ernährung gibt: Aufnahme von Luft, Sonnenenergie und Wasser, Umwandlung in Baumkörper mit Blättern und Zweigen. Ist aber die Krone eines Palmbaums abgeschnitten, dann gibt es keinen Austausch mehr, keine Ernährung, keinen Säftefluss mehr, keine Triebe nach „äußерem“ oder „innerem“ Erleben. Ein solcher ist Māros Machtbereich für immer entronnen.

DIE SUCHE NACH DEM HEIL, NACH  
FREIHEIT VON VERGÄNGLICHKEIT UND LEIDEN  
26. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Der Weg des Bodhisattva zur Erwachung (gekürzt), ausführlicher in M 36, M 85. Umfassend besprochen in „Das Leben des Buddha“ von Hellmuth Hecker, hrsgg.vom „Buddhistischen Seminar“.



DIE ELEFANTENSPUR I  
27. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Einleitung

Die hier folgende Rede zeigt im ersten Teil, dass die Zeitgenossen des Erwachten allein schon aus seiner wohlthuenden Umgangsweise mit den vielen Gegenrednern und Wahrheits-suchern einen tiefen Eindruck von seiner charakterlichen Größe und seiner Weisheit gewonnen hatten und sich gegenseitig berichteten - ein Eindruck, dem sich auch der heutige Leser dieser einmaligen Verhaltens- und Lehrweise des Buddha nicht leicht verschließen kann.

Dann aber zeigt der Erwachte im Hauptteil der Rede, dass das Messen seiner Person nach solchen äußeren Erscheinungen nicht ausreicht, um das wahre Wesen eines Vollendeten zu erkennen, und dass ihn echt und wirklich nur ein solcher erkennen kann, der zu dem gleichen Status, eben zur Vollendung, zum Heilsstand gekommen ist; und das ist nur durch die praktische Befolgung seiner Wegweisung möglich.

Diese praktische Nachfolge beschreibt der Erwachte hier mit dem vollständigen Läuterungsweg bis zur Erwachung, beginnend mit dem Vertrauen des Menschen zu der Lehre und der Unterweisung des Erwachten, das ihn veranlasst, sich von allen äußeren Bindungen freizumachen, um im Orden unter Anleitung des Buddha oder erfahrener Mönche sich auch freizumachen von allen inneren Bindungen. Die Beschreibung dieser Entwicklung beinhaltet die drei großen Entwicklungs-etappen:

die Reinigung des Begegnungslebens (*sīla*),

Bildung und Vollendung des weltunabhängigen Herzensfriedens (*samādhī*),

den daraus hervorgehenden Klarblick (*paññā*),

durch welchen die wahre Natur des Seins enthüllt wird und der Übende sich von allem Gewordenen löst.

Beim Lesen der folgenden Rede ist also zu bedenken, dass es

hier um den Weg des Mönchs geht, d.h. um Menschen, die das Berufs- und Familienleben verlassen haben und in den Orden eingetreten sind, um möglichst in diesem Leben noch die gesamte Entwicklung der vorgenannten drei großen Etappen zu vollenden und den Heilsstand zu erlangen. Darauf sind alle weiteren Übungen abgestellt. Für uns Hausleute geht es um eine gute Kenntnis des Entwicklungsweges, aber der Erwachte weiß und hat seine Belehrung darauf abgestellt, dass im Hausleben vorwiegend die erste Etappe zurückgelegt wird und dass man mit dieser so erworbenen gründlichen Vorläuterung das nächste Leben beginnt, um dann sich weiterzuarbeiten bis zum Ziel. Dazu ist aber, wie schon öfter beschrieben, erforderlich, dass man in diesem Leben neben der Tugendläuterung sich den heilenden rechten Anblick der Existenz erwirbt, d.h. die fünf Zusammenhäufungen und ihre gegenseitige Bedingtheit so durchschaut, dass man auf sie im Grunde nicht mehr setzen kann und darum in seinem gesamten Tun und Lassen sich nur immer mehr von ihnen ablöst, so dass man mit Sicherheit nach höchstens sieben Leben von ihnen frei ist.

### Die Lobpreisung des Erwachten

*So hab ich's vernommen. Einstmals weilte der Erhabene bei Sāvattthī, im Siegerwald, im Klostergarten Anāthapindikos. Zu jener Zeit nun fuhr der Brahmane Jānussoni früh am Morgen in einem weißen Zeltwagen aus der Stadt hinaus. Da sah der Brahmane Jānussoni den Pilger Pilotiko herankommen, und nachdem er ihn gesehen, sprach er zu ihm:*

*Sieh da, wo kommt denn der verehrte Vacchāyano her in der Frühe des Morgens? – Von dort, Lieber, vom Asketen Gotamo, komme ich. –*

*Was meint wohl Herr Vacchāyano, hat der Asket Gotamo große Geisteskraft? Man hält ihn für weise. –*

*Wer bin ich, Lieber, dass ich die vollkommene*

*Weisheit des Asketen Gotamo fassen könnte! Der müsste ihm schon gleichen, der die große Geisteskraft des Asketen Gotamo fassen wollte! –*

*Gewaltig, fürwahr, preist Herr Vacchāyano das Lob des Asketen Gotamo. –*

*Wer bin ich, Lieber, den Asketen Gotamo zu preisen? Von Gepriesenen wird Herr Gotamo gepriesen als Höchster der Götter und Menschen. –*

*Aus welchem Grund ist denn Herr Vacchāyano dem Asketen Gotamo so zugetan? –*

*Mir ist es ergangen, Lieber, wie einem kundigen Elefantensteller, der in einem Wald eine mächtige Fußspur eines Elefanten entdeckte, groß und ausgeprägt in Länge und Breite, und der zu dem Schluss gekommen ist: „Das ist wahrlich ein großer Elefant.“ Ebenso habe ich, Lieber, gleichsam des Asketen Gotamo Fußspuren gesehen und bin zu dem Schluss gekommen: „Vollkommen erwacht ist der Erhabene, gut dargelegt ist vom Erhabenen die Wahrheit, richtig geht danach die Mönchsgemeinde vor.“*

*Und welche Spuren waren es, die ich sah?*

*Da habe ich, Lieber, manche gelehrten Männer gesehen, Adlige wie auch Priester und Bürger, die klug sind, sich in den Lehren anderer auskennen und scharfsinnig sind wie haarspaltende Meisterschützen; sie ziehen umher und zerpfücken sozusagen die Ansichten anderer mit ihrem scharfen Verstand. Wenn sie hören: „Der Asket Gotamo wird dieses oder jenes Dorf oder diese oder jdne Stadt besuchen“, dann formulieren sie eine Frage: „Diese Frage wollen wir dem Asketen Gotamo vorlegen; gibt er uns auf diese Frage diese Antwort, so werden wir ihm auf diese Weise das Wort verdrehen; gibt er uns aber auf diese Frage jene Antwort, so werden wir ihm auf jene Weise das Wort ver-*

drehen.“ Als sie dann etwas später hörten: „Der Asket Gotama ist auf der Wanderung nun hier angekommen“, da begaben sie sich zu ihm.

Aber der Asket Gotamo klärte sie in jenem Gespräch über die Wahrheit auf, regte sie an, erfreute und erhob sie. Und vom Asketen Gotamo in dem Gespräch über die Wahrheit aufgeklärt, angeregt, erfreut und erhoben, stellten sie dem Asketen Gotamo weder ihre Fangfrage, geschweige dass sie ihm das Wort verdrehen wollten, vielmehr wurden sie Anhänger des Asketen Gotamo.

So habe ich des Asketen Fußspuren gesehen und bin zu dem Schluss gekommen: „Vollkommen erwacht ist der Erhabene, gut dargelegt ist vom Erhabenen die Wahrheit, richtig geht danach die Mönchsgemeinde vor.“

Aber auch den im Wald lebenden Einsiedlern und Asketen erging es bei dem Asketen Gotamo ganz ebenso wie den im Haus lebenden Adligen, Priestern und Bürgern; auch diese vergaßen ihre Absicht, den Asketen Gotamo im Dialog zu überwinden, wurden vielmehr vom Asketen Gotamo im Gespräch über die Wahrheit aufgeklärt, angeregt, erfreut und erhoben, so dass sie dann weder eine Fangfrage stellten, geschweige, dass sie ihm das Wort verdrehen wollten, vielmehr flehten sie den Asketen Gotamo an, sie in seinen Mönchsorden aufzunehmen. Und der Asket Gotamo nahm sie auf.

In den Orden aufgenommen, übten sie sich nach der Unterweisung, abgesondert, ernsten Sinnes, beharrlich. Und in nicht langer Zeit hatten sie jenes Ziel, um dessentwillen edle Söhne vom Hause fort in die Hauslosigkeit ziehen, das höchste Ziel des Reinheitswandels, noch bei Lebzeiten sich offenbar gemacht, ver-

wirklicht und errungen.

*Und sie sprachen: Der Verstand musste uns damals verloren gegangen sein, denn die wir früher nichts weniger als Asketen waren, glaubten: „Wir sind Asketen“, die wir nichts weniger als Heilgewordene waren, glaubten: „Wir sind Heilgewordene“, die wir nichts weniger als Sieger waren, glaubten: „Wir sind Sieger“. Jetzt aber sind wir Asketen, sind Heilgewordene, sind Sieger. – Als ich, Lieber, diese Fußspuren des Asketen Gotamo gesehen hatte, da bin ich zu dem Schluss gekommen: „Vollkommen erwacht ist der Erhabene, gut dargelegt ist vom Erhabenen die Wahrheit, richtig geht danach die Mönchsgemeinde vor.“*

*Auf diese Worte stieg der Brahmane Jānussoni von seinem weißen Zeltwagen herab, entblößte eine Schulter, verneigte sich ehrerbietig nach der Richtung, wo der Erhabene weilte, und ließ dreimal den Gruß ertönen: „Verehrung dem Erhabenen, dem Heilgewordenen, vollkommen Erwachten; Verehrung dem Erhabenen, dem Heilgewordenen, vollkommen Erwachten; Verehrung dem Erhabenen, dem Heilgewordenen, vollkommen Erwachten! O dass wir doch einmal Gelegenheit hätten, mit jenem Herrn Gotamo zusammenzutreffen, dass doch eine Unterredung zwischen uns stattfände!“*

*Und der Brahmane Jānussoni begab sich dorthin, wo der Erhabene weilte, wechselte höflichen Gruß und freundliche, denkwürdige Worte mit dem Erhabenen und setzte sich zur Seite nieder. Zur Seite sitzend, berichtete nun der Brahmane Jānussoni dem Erhabenen von seiner Begegnung mit dem Pilger Pilotiko und erzählte das ganze Gespräch. Hierauf wandte sich der Erhabene an den Brahmanen Jānussoni und sprach:*

*Bis dahin, Brahmane, ist der Vergleich mit der Elefantenspur nur unvollständig ausgeführt; wie aber, Brahmane, dieser Vergleich vollständig wird, das höre und achte wohl auf meine Rede.*

*Ja, Herr –, erwiderte aufmerksam der Brahmane Jānussoni dem Erhabenen. Der Erhabene sprach:*

*Wenn da, Brahmane, ein Elefantensteller einen Elefantenwald aufsucht und dort die mächtige Fußspur eines Elefanten findet, groß in Länge und Breite, und er ist ein kundiger Elefantensteller, so kommt er nicht schon zu dem Schluss: „Das ist wahrlich ein großer Elefant!“ Und warum nicht? Es gibt ja, Brahmane, im Elefantenwald „Zwerginnen“ genannte Elefantenweibchen mit großen Füßen, und ihre Spur könnte es sein.*

*Er verfolgt auch diese Spur weiter, und indem er sie verfolgt, findet er im Walde eine mächtige Elefantenspur, groß in Länge, Breite und Höhe. Ist er ein kundiger Elefantensteller, so kommt er auch jetzt noch nicht zu dem Schluss: „Das ist wahrlich ein großer Elefant!“ Und warum nicht? Es gibt ja, Brahmane, im Elefantenwald Elefantinnen mit langen Hauern<sup>88</sup> und großen Füßen, ihre Spur könnte es sein.*

*Er verfolgt nun auch diese Spur, und indem er sie verfolgt, findet er im Wald eine mächtige Elefantenspur, groß in Länge, Breite und Höhe, mit von den Hauern zerkerbten Zweigen, hoch oben sichtbaren Spuren. Ist er ein kundiger Elefantensteller, so kommt er auch jetzt noch nicht zu dem Schluss: „Das ist wahrlich ein großer Elefant.“ Und warum nicht? Es gibt ja,*

---

88 mit denen sie auch in der Höhe, im Gezweig des Waldes Spuren hinterlassen

*Brahmane, Elefantinnen mit hohem Rumpf und großen Füßen, die hinterlassen an den Stämmen mit den Stoßzähnen eingekerbte, hoch oben sichtbare Spuren, ihre Spur könnte es sein.*

*Er verfolgt nun auch diese Spur. Und indem er sie weiter verfolgt, findet er im Wald eine mächtige Elefantenspur, groß in Länge, Breite und Höhe mit hoch oben abgerissenen Zweigbüscheln <sup>89</sup>. Und er erblickt den Elefanten am Fuß eines Baumes oder in einer Lichtung, wie er da eben geht oder steht, sitzt oder liegt. Jetzt erst hat er sich selbst überzeugt: „Das ist wahrlich ein großer Elefant!“*

*Ebenso nun auch, Brahmane, erscheint da der Vollendete in der Welt, der Heilgewordene...“*

Mit diesem Gleichnis sagt der Erwachte, dass die Beurteilung eines „Vollendeten“ nach solchen äußeren Verhaltensweisen und Vorkommnissen, wie sie der Pilger erlebt hat, ebenso wenig möglich ist, wie es unmöglich ist, aus der Größe einer vorgefundenen Spur eines Elefanten schon auf die Größe und Kraft des Elefanten zu schließen; denn so wie es z.B. mittelmäßige und sogar kleine Elefanten mit ebenso großen Füßen gibt, wie sie die größten und stärksten Elefanten haben, so auch trifft man die von dem Pilger beobachtete edle, besänftigende und emporziehende Rede und Umgangsweise bei vielen edlen, hochsinnigen und weisen Menschen an, die aber dennoch nicht einmal ein Wissen von dem Zustand des Vollendetseins haben, geschweige dass sie ihn erreicht haben, denn der Zustand eines Vollendeten kann nur von einem ebenfalls Vollendeten, also Erlösten erkannt werden, alle anderen können hier nur vermuten oder raten oder schätzen.

---

89 Büschel rafften kann der Elefant nur mit dem Rüssel. Er ist also so groß, dass er beim "Weiden" mit dem Rüssel hoch oben an den Bäumen Büschel der jungen, zarten Zweige zusammenrafft, von denen der eine oder andere oben im Gezweig hängenbleibt.

Darum zeigt der Erwachte am Ende des Gleichnisses, dass nur derjenige, der den großen mächtigen Elefanten selbst da stehen oder liegen sieht, sicher wissen könne, dass es ein solcher sei, und dass ganz ebenso nur einer, der selbst den Zustand der Vollendung, d.h. der Erwachung und Erlösung, erlangt hat, dann seinesgleichen „sehen“ und erkennen könne.

Selbst ein *sotāpanno* - also einer, der in die zum Heilsstand hinziehende geistige Strömung eingetreten ist, weil er durch tiefes Verstehen der Lehre des Erwachten zur völligen Durchschauung der Existenz und ihrer Gesetze gekommen ist, so dass er „endgültige Gewissheit“ (*aveccapasāda*) darüber gewonnen hat, dass eine solche alles Bedingte durchdringende Lehre nur von einem Weisen geschaffen werden kann - selbst ein solcher kann das wahre, tiefe Wesen eines Vollendeten noch nicht erfassen, denn er hat noch gewaltige Transformierungen seines inneren Wesens und damit seiner Erfahrungen vor sich, von welchen er einiges nur ahnen kann.

In den gesamten Reden des Erwachten zeigen sich im Ganzen drei aufsteigende Grade der Annäherung an die Lehre des Buddha und damit auch an den Lehrer, den Buddha selbst; davon kann nur der dritte den Buddha wirklich „sehen“ und erkennen.

Der erste Grad ist „Vertrauen“ (*saddhā*). Dieser Ausdruck wird benutzt, wenn man die Lehre zwar noch nicht ganz verstanden hat, noch nicht sicher kennt, aber in Herz und Gemüt einen Zug spürt, sich dieser Lehre und diesem Lehrer zuzuwenden, weil in der inneren Herzenssehnsucht nach Wahrheit und Sicherheit eine Hoffnung aufgekommen ist, dass man durch diese Lehre und durch diesen Lehrer zu Wahrheit und Sicherheit gelangen könne. Solches Vertrauen ist noch keine Sicherheit und keine Festigkeit, man kann es wieder verlieren; aber man kann auch von diesem ersten zum zweiten Grad kommen.

Der zweite Grad der Annäherung ist die „endgültige Gewissheit“ (*aveccapasāda*) des Heilsgängers (*ariya sāvako*). Diese Bezeichnung gilt für alle Anhänger, welche durch die



Unterweisungen des Buddha zuerst Vertrauen gewonnen hatten, daraufhin ihre geistig-seelischen Vorgänge mit zunehmender Aufmerksamkeit beobachtet haben und dadurch in innerer Erfahrung die Bestätigung der beiden Grundaussagen des Erwachten gewonnen hatten:

1. dass die gesamten existentiellen Möglichkeiten von den größten bis zu den feinsten immer nur durch die fünf Zusammenhäufungen gebildet sind, also aus Formen, Gefühlen, Wahrnehmungen, Aktivität und programmierter Wollenserfahrungssuche bestehen;
2. dass jede dieser fünf die Existenz „komponierenden“ Erscheinungen nur in Abhängigkeit von den jeweils anderen Vier besteht; dass jede durch die anderen gebildet, geschoßen und auch wieder aufgelöst wird und dass dahinter kein selbständiger Wille, kein Ich oder Selbst wirkt, dass da vielmehr nur ein seelenloses, schmerzliches Gedränge besteht, welches nie aus sich selber, sondern immer nur durch die mit diesen beiden Einsichten erworbene Erkenntnis ihres Leidenscharakters aufgelöst werden kann.

Weil diese Erkenntnis beim Heilsgänger auf innerer Erfahrung beruht und durch fortschreitende Erfahrung nur immer bestätigt wird und weil der so Vorgehende bei sich eine fortschreitende Minderung von Mühsal, Leiden und Verletzbarkeit erfährt, so ist er sich vollständig klar darüber, hat „endgültige Gewissheit“ (*aveccapasāda*) darüber, dass der Lehrer dieser Lehre das Dasein in seiner wahren Natur durchschaut hat. Diese Gewissheit ist unzerstörbar, weil sie in der gesamten weiteren Entwicklung sich nur immer mehr bestätigt, darum „endgültige Gewissheit“ ist.

Aber der innere Zustand dieses Nachfolgers ist sehr anders als der des Erwachten. Wenn er auch im Geist um die Wahrheit weiß, so wird sein Herz doch von Gier, Hass und Blendung bewegt, wovon ein Vollendeter vollkommen frei ist. Sein Zustand ist noch weit entfernt von dem eines Vollendeten, der von keinerlei inneren Trieben mehr gerissen wird, weder von

groben noch von mittleren noch von feinen, der durch keinen sinnlichen Eindruck mehr geblendet wird, der dagegen das ganze Dasein im Diesseits und Jenseits ohne jede Hemmung durchschaut und durchdringt nach seinem Willen. Insofern können alle Heilsgänger, die den Heilsstand noch nicht selbst erlangt haben, in keiner Weise die Tiefe, den Frieden und das Wissensmaß des Vollendeten ausloten, können nicht „die Größe des Elefanten sehen“, obwohl sie „endgültige Gewissheit“ darüber haben, dass der Lehrer dieser Lehre das ganze Dasein durchschaut und gemeistert hat.

Während der erste Grad der Annäherung, wie gesagt, *saddhā* = Vertrauen genannt wird und der zweite Grad *aveccapa-sāda* = endgültige Gewissheit, so wird der dritte Grad, der nicht mehr Annäherung, sondern vollkommene Übereinstimmung ist, hier mit *nitthā* bezeichnet: Da wo der Pilger Pilotiko sagt, er sei auf Grund seiner Beobachtungen zu dem „Schluss“ gekommen, der Asket Gotamo sei ein vollkommen Erwachter, ein Vollendeter, da haben wir in Pāli für „Schluss“ das Wort *nitthā*. Da nun der Erwachte sagt, dass man so rasch nicht *nitthā* ziehen dürfe, weil man sich dann sehr irren könne, so zeigt sich, dass dieses Wort eine tiefere Bedeutung hat. *Nitthā* ist zusammengesetzt aus *nis* und *thā*. Das Letztere bedeutet ohne die negierende Vorsilbe so viel wie „dastehen“. *Nitthā* heißt also „es ist restlos aufgelöst, erledigt“. Dieser Ausdruck wird für die praktische Lösung des Daseinsproblems selbst verwendet, also für die Erreichung des *Nirvāna*, der Vollendung (s. M 11), er gilt aber stets für die vollständige Auflösung jedes Problems. Es heißt sozusagen: „Das vorher gewesene Problem besteht nicht mehr.“

Wir verstehen, dass dieser Ausdruck auch vom Heilsgänger noch nicht in Bezug auf die Frage nach dem Wesen des Vollendeten angewandt werden kann. Wohl ist dieser durch seine Selbsterfahrung zu der endgültigen Gewissheit (*aveccapasāda*) gelangt, dass sein Verständnis des mit dieser Lehre vermittelten und in eigener Beobachtung durchschauten Daseinsgesetzes ihn zwangsläufig zur Auflösung der gesamten gegensei-

tigen Bedingtheit, jenes seelenlosen, mühseligen, schmerzlichen Ablaufs führt - und darum wird diese von allen Zweifeln befreiende Sicherheit manchmal auch *nitthā* genannt - aber damit hat er doch noch nicht *nitthā* = endgültiges Erfahrungswissen über den inneren Zustand eines Vollendeten, weil er von diesem noch fern ist. Er ist ja noch fern vom *samādhi*, der Herzensruhe, geschweige von den Weisheitsdurchbrüchen.

Nach dem Gleichnis des Erwachten vom Ersteigen des Felsens (M 125) befindet sich der Stromeingetretene noch im Begegnungsleben, d.h. im Aufstieg an dem gewaltigen aus Wahn bestehenden Felsen. Erst wenn er den Felsen ganz erstiegen hat (vollendete Tugend), sich oben ausgeruht hat (vollendete Herzenseinung), allen Kampf hinter sich gelassen hat, vergessen hat und am ganzen Horizont nichts Undurchdringliches vor sich hat, alles Wissen erworben hat (Weisheit, Erkenntnisblick, Erlösung) - wenn er also selber ein Vollendeter geworden ist, dann erst kann er auch den Buddha als Vollendeten „erkennen und sehen“. Das vergleicht der Erwachte in dieser Rede damit, dass der Elefantensteller jetzt selber den Elefanten sieht. Man sieht den Vollendeten in seinem wahren Wesen nur dann, wenn man selber vollendet ist. Wie immer auch ein Buddha alle anderen durch Befolgung seiner Unterweisung zum Heilsstand Gelangten überragt - in dem Erlösensein alles Leidens sind sie alle vollkommen gleich. Darum können sie einander unmittelbar erkennen. Insofern ist sowohl für den Brahmanen Jānussoni wie für den Pilger Pilotiko das Problem, was ein Vollendeter in Wahrheit ist und wie er sich befindet, nicht gelöst, noch nicht *nitthā*.

Darum beschreibt der Erwachte jetzt den Weg jener dreigliedrigen inneren Transformierung in seiner höchsten Form, den Weg des Asketen, um dem Brahmanen wenigstens eine Ahnung zu vermitteln von den Möglichkeiten des Menschen auf dem Wege zu seiner Vollendung.

## Die Transformation

*Ebenso nun auch, Brahmane, erscheint da der Erhabene in der Welt, der Heilgewordene, vollkommen Erwachte, der im Wissen und Wandel Vollendete, der zu unserem Heil gekommene Kenner der Welt. Er ist der unübertreffliche Lenker derer, die erziehbar sind, ist Meister der Götter und Menschen, erwacht, erhaben. Diese Welt samt ihren Geistern, den weltlichen und den reinen, samt ihren Scharen von Asketen und Priestern, Göttern und Menschen, hat er selber in unbegrenztem Bewusstsein erschaut und erfahren, und so lehrt er sie kennen. Er verkündet eine Lehre, die nach Inhalt und Aussageweise schon von Anfang an hilfreich zum Guten führt, in ihren weiteren Teilen immer weiter fördert und mit ihrer letzten Aussage ganz hinführt zum Heilsstand. Er führt den vollständig abgeschlossenen, lautereren Reinheitswandel in der Welt ein.*

*Diese Lehre hört ein Hausvater oder der Sohn eines Hausvaters oder einer, der in anderem Stande neugeboren ward. Nachdem er diese Lehre gehört hat, fasst er Vertrauen zum Vollendeten. Von diesem Vertrauen erfüllt, denkt und überlegt er also:*

*„Ein Gefängnis ist die Häuslichkeit, ein Schmutzwinkel. Es ist unmöglich, im Haus die vom Erwachten genannten, zur Heilsgewinnung unerlässlichen Übungen und Ablösungen Punkt für Punkt zu vollziehen. Wie wenn ich nun mit geschorenem Haar und Bart, mit fahlem Gewand bekleidet, aus dem Haus in die Hauslosigkeit hinauszöge?“ So gibt er denn später einen kleinen Besitz oder einen großen Besitz auf, hat einen kleinen Verwandtenkreis oder einen großen Verwandtenkreis verlassen und ist mit geschorenem Haar und Bart, im fahlen Gewand von Hause fort in die*

*Hauslosigkeit gezogen.*

*Er ist nun Pilger geworden und hat die Ordenspflichten der Mönche auf sich genommen.*

Weil nur ein Buddha, der alle die in der Hymne genannten Merkmale aufweist, eine solche von Anfang bis Ende nach Form und Inhalt rechte hilfreiche Lehre darzulegen hat, darum nennt der Erwachte hier diese alleinige auslösende Ursache. Die erste Stufe des von dem Buddha genannten achtstufigen Heilswegs heißt rechte Anschauung. Erst aus dieser und der damit verbundenen Bewertung und Zielsetzung können auch alle heilsamen Konsequenzen hervorgehen. Diese rechte Anschauung, diesen ersten Anstoß zu allem Heilsamen, vermittelt der Buddha durch die Lehre.

Alle Vollendeten lehren dasselbe: Sie zeigen immer, dass und warum die Wesen, wenn sie vergänglichen Dingen zugeeignet sind, dem endlosen Wechsel und Wandel und darum dem Leiden verfallen bleiben. Sie zeigen, was alles zum Vergänglichen gehört und wie man davon frei wird.

*Ein Gefängnis ist die Häuslichkeit, ein Schmutzwinkel! Es ist unmöglich, im Hause die vom Erwachten genannten, zur Heilsgewinnung unerlässlichen Übungen und Ablösungen Punkt für Punkt zu vollziehen!* Mit solchen Gedanken verließen Hausväter oder deren Söhne ihre Familien, wurden Pilger, Mönche, gaben sich ganz anderen Übungen hin und erstrebten ganz andere Ziele als bisher.

Heute ist durch Genusssucht und Habsucht, durch vielerlei abseitige Interessen und daraus hervorgehendem Zank und Streit der innere Zusammenhalt der Familie gefährdet, und mit Recht werden darum die die Familie auflösenden Elemente als sittliche Gefährdung bezeichnet und gefürchtet. Wie muss in einer solchen Zeit wie heute ein solcher Ausspruch, ein solches Urteil über die Häuslichkeit mit seinen Konsequenzen bei Menschen wirken, die nur diesen heutigen Maßstab kennen!

Und doch ist uns das Verständnis und der vom Erwachten benutzte Maßstab gar nicht so sehr fern. Das Familienleben gehört dem Bereich der Vielfalt an, dem Bereich der Begegnung. In diesem Bereich kann es sanfte Begegnung und harte Begegnung, Chaos und Ordnung geben. In diesem Bereich der Begegnung ist die Familie ein Prinzip der Ordnung und ist die Erhaltung dieser Ordnung ein Mittel der sanften Begegnung, ein Mittel der Sicherheit und des Friedens. Es dient der Daseinserleichterung und Daseinserhellung. Bei solchem Zusammenhalt innerhalb der Familie bleiben alle Beteiligten bewahrt vor dem Abfall in das uferlose Begehren mit seinen Folgen an Rivalität, Rücksichtslosigkeit, Hass, Wut, Streit und Zerstörung. In solchem Familienleben gewinnen und bewahren sich alle Beteiligten die Elemente der sanften Begegnung. Darum gilt die Einheit und der Zusammenhalt der Familie innerhalb des Bereichs der Vielfalt mit Recht als gut und wertvoll und gelten die Tendenzen, die die Familie auseinanderfallen lassen, im Bereich der Vielfalt mit Recht als gefährlich und verderblich.

Aber der Bereich der Vielfalt ist nicht das ganze Dasein. In den Religionen wird der göttliche Daseinsbereich, der brahmische, als der Bereich der Einfalt aufgefasst, der ohne Begegnung ist. Wo Einheit ist, da ist alle Begegnung überstiegen, und darum muss, wer diesen Bereich gewinnen will, auch die Familienbande übersteigen. Jesus sagt (Luk.20, Vers 34): *Die Kinder dieser Welt freien und lassen sich freien, welche aber würdig sein werden, jene Welt zu erlangen und die Auferstehung von den Toten, die werden weder freien noch sich freien lassen.* In dem Bereich der Einfalt, in welchem es keine Begegnung gibt, besteht auch die unmittelbarste und intensivste Begegnung, die geschlechtliche, nicht mehr. Darum ist die Keuschheit eine der unerlässlichen Voraussetzungen zur Erreichung der Welt der Einfalt. Und die Keuschheit hebt die Familie auf, denn sie steht oberhalb des Familienlebens.

Damit zeichnen sich die oberen und unteren Grenzen der Familie ab. Die Familie ist bedingt durch Geschlechtlichkeit

und Begegnung. Die Geschlechtlichkeit in Verbindung mit Sittlichkeit, mit Achtung und Rücksicht erhält die Familie in Harmonie und Ordnung, und die Geschlechtlichkeit ohne Verbindung mit Sittlichkeit, ohne Achtung und Rücksicht, die hemmungslose Geschlechtlichkeit zerstört die Familie und bringt alle Beteiligten ins Elend. Die Keuschheit dagegen aus reifer, grundsätzlicher Abwendung von der Welt der Vielfalt steht oberhalb der Familie und überwindet die Vielfalt. Darum ist die Häuslichkeit ein Gefängnis der Vielfalt, und darum ist ihre Überwindung erforderlich für denjenigen, der das Leiden des Daseinskreislaufes in seiner ganzen Tiefe spürt. Darum ist dieser Entschluss eines solchen Hausvaters eine weitere unerlässliche Voraussetzung für denjenigen, der das *Nibbāna* möglichst noch in diesem jetzigen Leben gewinnen will.

### Die Tugendregeln

Der eigentliche Läuterungsweg, auf welchem man sich langsam, aber von Grund aus über sein bisheriges inneres Sein und damit auch äußeres Tun hinaus entwickelt bis zu dem Zustand der vollkommenen Erwachung, beginnt immer, wie auch hier, mit den sogenannten Tugendregeln. Es wurde schon gesagt, dass der vollständige Läuterungsweg aus drei großen Etappen besteht, zwischen welchen zwei einschneidende Transformierungen der gesamten Seinsweise des Übenden liegen. Die erste Etappe ist die Tugend, die Entwicklung einer edleren, sanfteren Begegnungsweise mit allen Lebewesen. Hier liegt das Hauptübungsfeld für zumeist im Haus, in Familie und Beruf Lebende.

Die Verhaltensweisen des zur tauglichen Begegnung erwachsenen Mönchs, des Asketen, sind viel umfassender als die des in Haus und Familie Lebenden:

1. *Lebewesen zu töten - das hat er aufgegeben. Dem Töten von Lebewesen widerstrebt sein Wesen. Ohne Stock, ohne Schwert, teilnehmend und rücksichts-*

- voll hegt er zu allen Wesen Liebe und Mitleid.*
2. *Nichtgegebenes zu nehmen - das hat er aufgegeben. Dem Nehmen des Nichtgegebenen widerstrebt sein Wesen. Gegebenes nur nimmt er, Gegebenes wartet er ab, nicht diebisch gesinnt, rein gewordenen Wesens.*
  3. *Unkeuschen Wandel - den hat er aufgegeben, in Reinheit lebt er, abgeschieden, von dem weltlichen Geschlechterverkehr ganz abgewandt.*
  4. *Trügerische, verleumderische Aussagen über Worte oder Taten anderer hat er aufgegeben, der Verleumdung widerstrebt sein Wesen. Die Wahrheit spricht er, der Wahrhaftigkeit ist er ergeben, standhaft, vertrauenswürdig, ohne von weltlichen Interessen bewogen, zu verleumden oder zu täuschen.*
  5. *Das Hintertragen hat er aufgegeben. Dem Hintertragen widerstrebt sein Wesen. Was er hier gehört hat, das berichtet er nicht dort wieder, um jene zu entzweien; was er dort gehört hat, das berichtet er nicht hier wieder, um diese zu entzweien; vielmehr einigt er Entzweite, festigt Verbundene. Eintracht macht ihn froh, Eintracht freut ihn, Eintracht beglückt ihn, Eintracht fördernde Worte spricht er.*
  6. *Verletzende Worte zu reden - das hat er aufgegeben. Dem Aussprechen verletzender Worte widerstrebt sein Wesen. Worte, die frei von Schimpf sind, dem Ohre wohltuend, liebevoll, zum Herzen dringend, höflich, viele erfreuend, viele erhebend - solche Worte spricht er.*
  7. *Leeres Geschwätz hat er aufgegeben. Allem leeren Gerede widerstrebt sein Wesen. Zur rechten Zeit spricht er, den Tatsachen gemäß, auf den Sinn bedacht, der Lehre und Ordnung getreu. Seine Rede ist reich an Inhalt, klar abgegrenzt, alles umschlie-*



*ßend, ihrem Gegenstand angemessen.*

Die hier genannten Tugendregeln sind ähnlich und doch wieder sehr anders, als wir sie aus anderen Religionen kennen. Wohl ist hier - wie überall - vom Nichttöten, Nichtstehlen usw. die Rede, aber es steht hier kein Befehl mit Strafandrohung, sondern ein Ratschlag, und auch dieser nur in der Form einer sachlichen Beschreibung der Begegnungsweise, die überhaupt erst zum Gehen des Heilswegs tauglich macht. Es geht dabei nicht vordergründig um die Tat, sondern in erster Linie um die Gesinnung, von welcher die Tat nur der Ausdruck ist. Es heißt hier nicht: „Du sollst nicht töten!“ - sondern: *Dem Töten widerstrebt sein Wesen*. Es geht auch nicht nur um den momentanen inneren Willensentschluss, sondern um die beständige richtige Einstellung in Geist und Herz zu den Mitwesen. Es gilt nicht, ein Gesetz zu erfüllen, sondern es gilt, *teilnehmend und rücksichtsvoll zu allen lebenden Wesen Liebe und Mitleid zu hegen* und aus dieser Gesinnung heraus sich von allem üblen Handeln zu entfernen.

Da es hier um den Übungsweg des Mönchs geht, den Weg zur völligen Freiheit im Nibbāna, so wird in der dritten Tugendregel von der völligen Keuschheit gesprochen; wenn aber der Buddha solchen, die in Haus und Familie bleiben und in dieser Welt der Vielfalt die sanfte Begegnung anstreben wollen, die dafür geeigneten Ratschläge gab, dann wandelte er die dritte Tugendregel ab, indem er statt völliger Keuschheit die Vermeidung jeglicher Ausschweifung, vor allem Ehebruch und Verführung Minderjähriger, nannte.

Die drei ersten Tugendregeln betreffen das Tun des Menschen; die vier weiteren betreffen sein Reden.<sup>90</sup>

Wer diese Ratschläge mit Ruhe in sich aufnimmt und öfter bedenkt, der spürt mehr und mehr den lautereren abgeklärten Geist dieser Sphäre; der entdeckt eine neue höhere Welt einer

---

90 Ausführlicher über die Tugendregeln  
s. „Meisterung der Existenz“ S.361ff.

edleren lauterer Gesinnung. In dem Bemühen, diese Tugendregeln einzuhalten, beobachtet der ernsthafte Nachfolger im Lauf der Jahre und Jahrzehnte bei sich eine Erhöhung und Erhellung seines inneren Wesens. So wie ein Schiff in einer Schleuse von einem niedrigeren Wasserspiegel nach und nach gehoben wird, bis es die gleiche Höhe mit dem oberen Wasserspiegel gewonnen hat, und wie sich ihm damit ein ganz anderer neuer Raum auftut - so auch erfährt der durch die Tugendübung sich erhebende und erhellende Mensch eben dadurch eine sich verändernde und zuletzt unvergleichlich hellere Gemütsverfassung, mit welcher er von allen früher gespürten Widerwärtigkeiten, Hindernissen und Dunkelheiten in gar keiner Weise mehr berührt wird. Sie sind für ihn geradezu „nicht da“. Schon mit dieser Erfahrung geht ihm eine Ahnung von der Gültigkeit der Grundaussage des Erwachten auf, dass alle Dinge nicht an sich so da sind, wie wir sie zu erleben glauben, sondern dass die Beschaffenheit des eigenen Herzens, das Maß an Gier, Hass, Blendung allein die Qualität unseres Erlebens zwischen Glück und Qual bestimmt.

Ja, noch mehr: Für den nur nach außen gewandten Menschen fast Unfassbares geht aus solcher Entwicklung hervor. Der Erwachte drückt es aus: *Wenn er diese Entwicklung der heilenden Begegnungsweise vollendet hat, dann erwächst bei ihm ein inneres Wohl der Unbedrohtheit.*(D 2 u.a.) Er sagt, dass ein solcher Mensch für seine gesamte Zukunft - also die unendliche über Tod und Leben hinausgehende Zukunft - nicht irgendwo und irgendwie noch Gefahr zu fürchten hat. Nach allen Religionen und ausweislich der Geschichte führt der sittenlose Lebenswandel, das hemmungslose begehrlische Süchten und das gehässige, niederträchtige Handeln über kurz oder lang unweigerlich zu harter Begegnung, zu Schmerzen, Leiden und Entsetzen - und führt der sittlich reine Lebenswandel, führen Milde, Hilfsbereitschaft, Nachsicht und Güte zu der sanften Begegnung, zu allem Glück der Lebewesen. Darum darf, wer sich zu jenem sittlich lauterer Lebenswandel durchgerungen hat, ganz sicher sein, dass das ihm jetzt noch

begegnende Unliebe und Schmerzliche, das Ernte ist aus seinem früheren untugendhaften Handeln, nach und nach abnehmen, sich mindern und verschwinden wird und dass in zunehmendem Maß das Erwünschte und Ersehnte eintreten wird.

Dafür gebraucht der Erwachte ein sehr deutliches Gleichnis (D 2): So wie ein Kriegerfürst, der seinen Todfeind überwunden und vernichtet hat und selbst voll gerüstet und kampffähig dasteht, nun von keiner Seite mehr Angriff und Gefahr zu erwarten hat - so stehe der Mensch in seinem Leben, der sich - ausgerüstet mit der heilenden rechten Anschauung - nun auch nach und nach völlig zu der rechten heilenden Begegnungsweise umgebildet hat: kein dunkler schleichender Gewissensdruck, keine sorgenden Vorstellungen durch innere Mahnungen, vielmehr sieht er einen offenen Weg in immer lichtere Zukunft vor sich, die auch durch keinen Tod beendet wird.

Die Auflösung der Todesfurcht ist mit eine Frucht dieser Entwicklung der heilenden Begegnungsweise; denn wenn nicht schon vorher, so gelangt der Mensch spätestens durch die mit der heilenden Begegnungsweise verbundene Einübung und Umwandlung seiner inneren Triebe - jener Triebe, die ihn vorher zu mehr rohem, rauem, rücksichtslosem Vorgehen bewegten - mehr und mehr zu der Einsicht, dass die Triebe im Gegensatz zu seinem sterblichen Körper zeitlos bestehen und überhaupt sein inneres Leben und Wollen sind, während der Körper nur die von diesem Leben und Wollen bewegte Marionette ist. Auf dem Weg der Tugendentwicklung stellt er sich mehr und mehr auf die Seite dieser seiner Bewegkräfte.

Wenn er sich überhaupt noch mit etwas identifiziert, dann nicht mit dem Körper, sondern mit den inneren Bewegkräften. Und da er gerade diese als für alles Leiden und alle Dunkelheit verantwortlich sieht, so entwickelt er immer mehr Tatkraft und Beharrlichkeit zu ihrer Reinigung, Erhellung und Auflösung.

Weitere zum Tugendbereich gehörende Mönchsregeln

Und nun folgen weitere Regeln für den Mönch, da dieser sich

ja im jetzigen Leben aus der ganzen bunten und vielfältigen Welteinbildung herauslösen will. „Mönch“ kommt von 'monos' = allein, einsam. Weil er die Welt überwinden will, darum pflegt er keine Kontakte mehr mit ihr, nur mit seinen Brüdern, die dasselbe Bestreben haben wie er.

*Sämereien und Pflanzungen anzulegen, hat er aufgegeben. Einmal am Tage nimmt er Nahrung zu sich, nachts ist er nüchtern. Das Essen zur Unzeit hat er aufgegeben. Verwendung von Duftstoffen, von Schmuck und besonderen Kleidern und Blumen hat er aufgegeben. Hohe, prächtige Lagerstätten hat er aufgegeben. Gold und Silber anzunehmen, hat er aufgegeben. Rohes Getreide nimmt er nicht an. Rohes Fleisch nimmt er nicht an. Frauen und Mädchen nimmt er nicht an. Diener und Dienerinnen nimmt er nicht an. Ziegen und Schafe nimmt er nicht an. Hühner und Schweine nimmt er nicht an. Elefanten, Rinder und Rosse nimmt er nicht an. Haus und Feld nimmt er nicht an. Botschaften, Sendungen, Aufträge übernimmt er nicht. Kauf und Verkauf hat er aufgegeben. Falsches Maß und Gewicht hat er aufgegeben. Von den krummen Wegen der Unaufrichtigkeit, Unehrllichkeit, Täuschung und des Betrugs ist er ganz abgekommen. Das Zerstören, Töten, Gefangennehmen, Rauben, Plündern, überhaupt Gewaltanwendung widerstrebt ihm.*

*Wenn er diese Entwicklung der heilenden Begegnungsweise vollendet hat, dann erwächst bei ihm ein inneres Wohl der Unbedrohtheit.*

Wer diesen vom Erwachten für den Mönch erlassenen Regeln im Einzelnen nachgeht, der erkennt, dass hier so gut wie möglich die verschiedenartigsten Fallstricke, mit welchen Māro

den blinden Menschen an sich gefesselt hält, vermieden werden:

*Sämereien und Pflanzungen anzulegen, hat er aufgegeben...* Wer einen Garten oder überhaupt Pflanzen zu pflegen hat, der weiß, wie viel Gedanken, Sorgen und Pläne die Wahl der Pflanzen, die Einteilung der Beete, große Trockenheit, zu viel Regen, Anfall von „Unkraut“ und sogenanntes „Ungeziefer“ erfordert. Das vom Erwachten eingerichtete Mönchsleben, das nicht einer „beschaulichen Ruhe“ dienen soll, sondern dem Kampf um Befreiung, der endgültigen Ausrodung der letzten Weltbezüge, die in Vergänglichkeit und Tod halten, ist mit Gartenbau nicht vereinbar, zumal das auch in die Versuchung bringt, zwischen „Schädlingen“ und „Nutzungen“, zwischen Lieblingsspeisen und anderem zu unterscheiden, ein gewisses auf Äußeres gestütztes Sicherheitsdenken zu pflegen und sich in örtliche und zeitliche Abhängigkeiten zu begeben. Dagegen wird der Mönch durch den Almosengang den scheinbar „zufälligen“ Spenden ausgesetzt, die er hinnehmen muss, wie sie kommen - oder nicht kommen (*an andere gebunden ist mein Lebensunterhalt - A X,101*), wodurch er sich in Genügsamkeit und Zufriedenheit üben kann.

*Einmal am Tag nimmt er Nahrung zu sich, nachts ist er nüchtern. Das Essen zur Unzeit hat er aufgegeben.*

Im Anfang des Ordens, als der Buddha noch nicht bekannt und berühmt war, fanden nur solche Menschen zu ihm, die das Format und den Blick hatten für die Größe dieses Mannes. Solchen Menschen war es selbstverständlich, nur das Notwendige an Nahrung zu sich zu nehmen, um sich leiblich unbeschwert der inneren Arbeit widmen zu können. Erst als der Orden immer größer und berühmter wurde und als die Bevölkerung glücklich war, dass es solche Mönche gab und diese gern mit der besten Nahrung und Kleidung versorgte, da gingen immer mehr mittelmäßige Menschen in den Orden, und deren Verhalten führte zu immer mehr Ordensregeln. Bei dieser Regel geht es um Überwindung der Neigung, häufig zu

essen, und die dadurch bedingte Trägheit und Kampfesunlust, wie in M 16 beschrieben.

*Zerstreuungen, wie Tanz, Gesang, Spiel, Schaustellung zu besuchen, hat er aufgegeben.*

Für den Mönch, der in den Orden gegangen ist, weil er die vollkommene Freiheit von allen Bindungen anstrebt, ist es selbstverständlich, sich keinen ablenkenden Zerstreuungen hinzugeben. Und wohl ebenso selbstverständlich ist es, dass er die

*Verwendung von Duftstoffen, von Schmuck und besonderen Kleidern und Blumen aufgegeben hat.*

Die Mönche sollen mit dem gelben Gewand bekleidet sein, und die Kleidung ist zu pflegen: zu waschen und nötigenfalls zu flicken, *um sich vor Hitze und Kälte, Wind und Wetter zu schützen; um sich vor Mücken und Wespen und plagenden Kriechtieren zu schützen. (M 2)*

Zu Zeiten des Erwachten galt es als ein Kennzeichen seiner Mönche, dass sie im Gegensatz zu anderen oft Selbstkasteiung betreibenden Asketen einen heiteren Anblick boten (M 89). Es heißt oft (M 66 u.a.): *Er sah...einen Mönch dasitzen... mit rein gewaschenen Händen und Füßen nach eingenommenem Mahl, der Läuterung des Herzens hingegeben.*

Aber alle Mittel, den Körper herauszuputzen, hat der zum Heil Strebende aufgegeben. Er beschäftigt sich nicht mehr als unbedingt nötig mit dem Körper.

*Hohe, prächtige Lagerstätten hat er aufgegeben.*

Es geht nicht um besondere Härte des Lagers, sondern darum, dass der Leib der Erde, aus der er ja entstanden ist, näher liegt und der Mönch dadurch mehr des Körpers eingedenk ist und sich nicht behaglich dem Sitzen und Liegen hingibt.

*Gold und Silber anzunehmen, hat er aufgegeben.*

An anderer Stelle (S 42,10) sagt der Buddha:

*Wo das Annehmen von Geld erlaubt ist, da sind die Genüsse der fünf Sinne erlaubt. Wer sich das Annehmen von Geld erlaubt, der ist kein echter Asket, kein echter Nachfolger des Säklersohnes.*

Denn Geld („Gold und Silber“) ist der Inbegriff aller materiellen Dinge. Für „sein gutes Geld“ meint man leicht, Ansprüche stellen zu können, wird leicht wählerisch. Ein Asket, der Geld besitzt, hat nicht „sein Sach“ auf nichts gestellt, lebt nicht von der unmittelbaren Frucht guten Wirkens, sondern hat für „Notfälle“ noch eine weltliche Sicherheit, „kann sich etwas leisten“.

Der Buddha sagt: So wie Sonne und Mond durch Nebel und Staub trüb aussehen, so würden Asketen durch Gold und Silber getrübt, so dass sie nicht leuchten noch scheinen noch strahlen könnten. (A IV, 50)

*Rohes Getreide, rohes Fleisch nimmt er nicht an.*

Es müsste sonst Feuer unterhalten werden zum Kochen. Feuer aber führt - abgesehen von dem damit verbundenen Verbrennen ungezählter Insekten und Kleintiere - in den dunklen Abendstunden oft zu dem Eindruck einer täuschenden Geborgenheit und lädt auch ein zu ablenkenden Geselligkeiten. Außerdem soll der Mönch keine Essensvorräte aufbewahren - aus immer demselben Grund: um nicht vom Heilstreben abgelenkt zu werden.

*Frauen und Mädchen nimmt er nicht an.*

*Diener und Dienerinnen nimmt er nicht an.*

*Ziegen und Schafe, Hühner und Schweine, Elefanten, Rinder und Rosse nimmt er nicht an.*

*Haus und Feld übernimmt er nicht.*

Der Erwachte wies die Mönche auf künftige Gefahren für den Orden hin, damit man sie erkennen und bekämpfen könne. Eine davon wird wie folgt beschrieben:

*Ferner, ihr Mönche, wird es in späteren Zeiten Mönche geben, die in Gesellschaft von Nonnen, Schülerinnen und Novizen wohnen. Da steht zu erwarten, dass sie entweder ohne Begeisterung den Reinheitswandel führen oder sich eines schmutzigen Vergehens schuldig machen oder die Askese aufgeben und zum gemeinen Weltleben zurückkehren. (A V,80)*

Es wäre z.B. auch denkbar, dass Hausleute den Mönchen Personal anbieten, etwa zum Essen holen, zum Kleiderflicken, zum Waschen, zum Fegen der Zelle usw. Auf diese Weise kann ein Mönch allmählich doch wieder ein Hausherr werden, ein Kloster, einen Wirtschaftsbetrieb führen, einer sein, der, wie der Erwachte sagt, *Arbeiten an Grund und Boden vornehmen lässt*. (A V,80) Auch Nutztiere soll der Mönch aus den gleichen Gründen nicht besitzen: Milchvieh oder gar Schlachtvieh, Reit- und Zugtiere und erst recht kein Grundeigentum als den Inbegriff alles Besitztums.

*Botschaften, Sendungen, Aufträge übernimmt er nicht.*

Hier zeigt sich, welche innere und äußere Bindungslosigkeit (Aufhebung aller Bindung an die Welt) der Erwachte dabei im Auge hat: Wer als Mönch auf seiner stillen Wanderung von Dorf zu Dorf, von Land zu Land Aufträge im Gedächtnis bewahrt, die er da und dort auszuführen hat, der ist mit der Welt verbunden, ist nicht frei für seine weltablösenden Besinnungen.

*Kauf und Verkauf hat er aufgegeben.*

*Falsches Maß und Gewicht hat er aufgegeben.*

*Von den krummen Wegen der Unaufrichtigkeit,*

*Unehrlichkeit, Täuschung und des Betrugs*

*ist er ganz abgekommen.*

Zu der Zeit, als der Buddha den Mönchsorden gründete, bestanden in Indien schon ungezählte größere und kleinere Orden anderer Religionsgemeinschaften. Bei deren Mitgliedern, besonders denen der älteren Orden, war schon sehr viel Abwe-



giges aufgekommen, das mit Mönchstum wenig zu tun hatte. Um seine Mönche vor diesen schlechten Vorbildern zu sichern, hat der Erwachte diese Regeln gegeben. Und er sagt sehr deutlich zu seinen Mönchen:

Wer sich als Mönch nicht bemüht, die Herzensbefleckungen aufzuheben, *der wandelt nicht den geraden Weg des Asketentums. Wie eine Mordwaffe, zur Schlacht geeignet, zweischneidig, blinkend, geschliffen und mit einer Kutte umhängen, umhüllt: so erscheint mir eines solchen Mönches Pilgerschaft.* (M 40)

Er täuscht einen Reinheitswandel vor, betrügt die Laienanhänger, die, ihn verehrend, für seinen Lebensunterhalt sorgen.

*Das Zerstören, Töten, Gefangennehmen, Rauben, Plündern, überhaupt Gewaltanwendung widerstrebt ihm.*

Der Mönch soll in keiner Weise mehr teilnehmen an den weltlichen Ordnungsversuchen, da er ja die Weltwahrnehmung als eine Krankheit durchschaut hat. Er soll bedingungslos jede Gewalt verwerfen, sie auch nicht zu „guten Zwecken“ billigen. Und das bedeutet auch: Wenn andere Gewalt ausüben, soll er nicht eingreifen, sich überhaupt nicht daran beteiligen, auch keine Stellung dazu nehmen.

Als selbstverständlich gilt es, dass der Mönch erst recht nicht seinen Lebensunterhalt durch illegale Gewalt erlangt.

Mit diesen Ausführungen zeigt der Erwachte dem Brahmanen die Anfänge der erforderlichen großen Transformierungen, die den ersten Schritt bilden auf dem Weg vom Status des normalen Menschen zur Vollendung. Nur so kann der Brahmane eine Ahnung bekommen davon, was ein Vollendeter ist und wann er als solcher erkannt und beurteilt werden kann.

Weitere Übung für den Mönch: Zufriedenheit

Als weitere Übung des Mönches nennt der Erwachte die Zufriedenheit:

*Er ist zufrieden mit dem Gewand, das seinen Leib bedeckt, mit der Almosenspeise, die sein Leben fristet. Wohin er auch pilgert, nur mit dem Gewand und der Almosenschale versehen pilgert er. Gleichwie da etwa ein beschwingter Vogel, wohin er auch fliegt, nur mit der Last seiner Federn fliegt, ebenso auch ist ein Mönch zufrieden mit dem Gewand, das seinen Leib deckt, mit der Almosenspeise, die sein Leben fristet. Wohin er auch wandert, nur damit versehen wandert er.*

Zufriedenheit ist untrennbar gebunden an Genügsamkeit. Darum spricht der Erwachte in seinen Anleitungen zur inneren Übung meistens zuerst von der Genügsamkeit und dann von Zufriedenheit. Es ist verständlich, dass ein Mensch mit vielen Wünschen kaum zufrieden zu stellen ist. Die Wunschhaftigkeit als Eigenschaft verurteilt den Träger zu rastlosem Umherschauen und lässt leicht Missgunst und Neid aufkommen. Sie ist ein uferloses Verlangen: Wovon man auch immer in verlockender Weise hört, darauf richtet man gleich seine Wünsche. Zufriedenheit aber heißt: nach innen gehen, bei sich selber still werden, in sich heiter die ständig anbrandende Vielfalt ignorieren.

Im Grunde ist es der Übergang vom Habenwollen zum Seinwollen. Der hochsinnige Mensch empfindet bei sich: „Durch das Habenwollen werde ich abhängig von dem Äußeren, werde Sklave der Dinge. Aber mit dem Streben, selbst ein die Mitmenschen verstehender, hilfsbereiter, wohlthuender Mensch zu sein, werde ich unabhängiger, größer und heller.“ Und das ist ein wesentlicher Schritt auf dem Wege der Heilsentwicklung.

Der Erwachte sagt, ein Mönch, der sich in Zufriedenheit übt, sei der wahre Weltbürger, „Bürger der vier Weltgegenden“, er bewahre Treue zur hohen Überlieferung des Asketen­tums. So heißt es in A IV,28:

*Da ist, ihr Brüder, ein Mönch zufrieden mit was immer für Gewand/Almosenspeise/Obdach und preist das Lob der Zufriedenheit, und um jener Dinge willen betrügt er sich nicht aufdringlich und ungebührlich. Hat er nichts erhalten, wird er nicht verstört; hat er etwas erhalten, wird er es benützen unverlockt, unverblendet, nicht hungerissen, das Elend sehend, der Entrinnung eingedenk. Und obgleich er mit was immer für Gewand/Almosenspeise/Obdach zufrieden ist, überhebt er sich darum nicht und verachtet keinen anderen.*

*Wer sich nun dabei weise, unermüdlich, klarbewusst, der Wahrheit eingedenk bewährt, der wird, ihr Brüder, ein Mönch geheißен, der treu in der einstigen voranfänglichen heilenden Tradition steht.*

### Zügelung der Sinnesdränge

Als weitere Übung nennt der Erwachte:

*Hat der Mönch mit dem Luger eine Form erblickt, mit dem Lauscher einen Ton gehört, mit dem Riecher einen Duft gerochen, mit dem Schmecker einen Geschmack geschmeckt, mit dem Taster eine Tastung getastet, mit dem Geist ein Ding erkannt, so beachtet er weder die Erscheinungen noch damit verbundene Gedanken. Da Begierde und Missmut, üble und unheilsame Gedanken den, der die Sinnesdränge nicht bewacht, gar bald überwältigen, so übt er diese Bewachung, wacht aufmerksam über die Sinnesdränge.*

*Wenn er diese Entwicklung der heilenden Zügelung der Sinnesdränge vollendet hat, dann erwächst bei ihm ein inneres ungetrübtes Wohl.*

Die Übung in der Zügelung der Sinnesdränge, die nur dem Mönch aufgegeben ist, da sie im häuslichen Leben in dieser umfassenden Weise gar nicht durchgeführt werden kann, bildet

den Übergang zur Entwicklung der zweiten Transformierungs-Etappe, des *samādhi*, d.h. der Herzenseinigung. Das Gegenteil von Herzenseinigung ist die Zwiespältigkeit, die Gespaltenheit des Erlebens zwischen Ich und Umwelt. Wir erleben uns als Ich, einer Umwelt gegenüber. Diese Erlebensweise bezeichnet der Erwachte als *avijjā*, d.h. als einen geistigen Eindruck, dem die Wirklichkeit nicht entspricht, der traumhaft, wahnhaft ist. So wie wir im Traum uns als „ich, anderen Lebewesen oder Dingen begegnend“ vorfinden, so auch jetzt hier. Diese Wahnsituation des gesamten Begegnungslebens gilt es zu überwinden. Dazu bildet die Übung in der Zügelung der Sinnesdränge den ersten Schritt.

Daraus schon sehen wir, dass diese Zügelung der Sinnesdränge nur ein solcher üben kann, der durch die Lehre des Buddha begriffen hat, dass die Erlebnisweise der Zwiespältigkeit in Ich und Umwelt ein Wahn und eine Krankheit ist, die es in der Gesundheit, in der Wirklichkeit, nicht gibt. Darum vergleicht der Erwachte sich mit einem Arzt, der dem Kranken zur Genesung, zur Aufhebung des Wahns, verhilft. Nur wer von der Erkenntnis durchdrungen ist, dass seine gegenwärtige Erlebensweise eine Krankheit ist, kann auf die Dauer die Zügelung der Sinnesdränge so durchführen, dass sie für ihn tatsächlich den Eingang zur Herzenseinigung bildet.

Der vorhin zitierte Text des Erwachten über die Zügelung der Sinnesdränge wird meistens übersetzt: *Hat er mit dem Auge eine Form gesehen, mit dem Ohre einen Ton gehört usw.* - Ich habe schon mehrfach darüber geschrieben, dass die Pälisworte nicht auf die Organe: Auge, Ohr usw. hinweisen, sondern auf die inneren geistigen Dränge, auf das Verlangen nach Sehen, Hören usw.. Darum vergleicht der Erwachte diese Sinnesdränge (*indriya*) mit Tieren, deren jedes zu dem von ihm geliebten Objekt hinstrebt. Die Sinnesdränge sind die Krankheit, die es zu heilen gilt. Dazu kann ein weltgläubiger Mensch sich in keiner Weise entschließen und kann darum auch die Zügelung der Sinnesdränge nicht durchführen. Eine weitere Voraussetzung, um die Zügelung der Sinnesdränge beharrlich

durchführen zu können, besteht darin, wie sich jeder aufmerksame Leser denken kann, dass man „an sich selbst Genüge hat“, dass man in sich eine Sicherheit, Heiterkeit und Wärme empfindet, die einen eigenständig macht. Diese muss zuvor erworben sein, und sie wird erworben durch die auch in unserer Rede zuvor besprochene Tugendübung, die Übung in der sanften Begegnung, in der liebenden aufmerksamen Zuwendung zu dem jeweils begegnenden Lebewesen. Die erste der drei großen Übungsetappen, die Läuterung des Begegnungslebens, muss also erst vollständig ausgereift sein, ehe der Üben- de in die zweite Etappe eintritt.

Zur Erklärung des Textes der Zügelung der Sinnesdränge: *Er beachtet nicht die Erscheinungen* - das bedeutet: er folgt den vordergründigen Sinneseindrücken weder mit zustimmendem Denken, wenn sie ihm ein Wohlgefühl bereiten, noch mit ablehnendem Denken, wenn sie ihm ein Wehgefühl bereiten. *Er beachtet nicht die damit verbundenen Gedanken* - das heißt: er umspinnt nicht die Sinneseindrücke mit - wiederum gefühlsübergossenen - Gedankenassoziationen, die an das Wahrgenommene angeknüpft werden, wodurch Begierde bei Erlangen und Traurigkeit, Missmut bei Nichterlangen des Gewünschten fortgesetzt wird, wie es ein Mönch ausdrückt:

*Wer Formen unbesonnen sieht,  
nur achtend auf den lieben Gegenstand -  
mit aufgereiztem Herzen fühlt  
er da und klammert sich daran.*

*Dem schwellen die Gefühle an,  
vielfältig, durch die Form erzeugt;  
vom Schau'n nach außen, Heftigkeit,  
zerschlagen wird ihm ganz das Herz.  
So ist der Leiden Häufende  
des Brandes Löschung fern, heißt es. (Thag 794/795)*

Für die Zähmung der Sinnesdränge gibt der Erwachte das Ge-

gengleichnis zu den sechs wild hinausdrängenden Tieren, die das Bild für die noch ungestillten Sinnesdränge sind. Er sagt:

*Es ist, wie wenn ein Gespann wohlgebändigter Rosse angeschirrt an einen Wagen am Ausgangspunkt mehrerer Straßen steht, und es kommt ein guter Rosselenker, nimmt den Treibstock und die Zügel in die Hand und besteigt den Wagen; der kann mit den Rossen fahren, wohin er will. (S 35, 198)*

Wer mit der Übung der Zügelung der Sinnesdränge erst anfängt, der merkt, dass ihm durchaus noch nicht ein Gespann gebändigter Rosse zur Verfügung steht, vielmehr die sechs Tiere noch eigenwillig wild sind, und dass er auch noch nicht ein kundiger Rosselenker ist. Er merkt die wilde Jagd seiner Sinnesdränge; er merkt, wie er durch die Augen und Ohren ununterbrochen nach außen lungern und lauschen muss und den Leib mit sich zieht, um hier zu sehen, dort zu hören usw., was die Sinnesdränge begehren. Darum setzt der so Erkennende jetzt seine ganze Stärke für die Zügelung ein, spannt sich an und kämpft.

Aus der vollendeten Tugenderhellung verspricht der Erwachte das Wohl der Unbedrohtheit - und das bedeutet die völlige Freiheit von Furcht und Beklemmung vor etwaigen künftigen Schicksalen. Aber aus der Übung der Zügelung der Sinnesdränge, wenn sie zur Beruhigung der Sinnesdränge geführt hat, verspricht der Erwachte ein „ungetrübtes Wohl“, und das bedeutet die endgültige Überwindung dessen, was nach Aussage des Erwachten und nach unserer eigenen Erfahrung ununterbrochen aufkommt, wenn man die Süchtigkeit weiterhin nach außen rasen lässt, nämlich: Begehren und Missmut, üble, unheilsame Gedanken.

Das Anbranden von Sinnensucht und bei Nichterfüllung von Missmut ist auch von dem in Tugend Entwickelten so lange nicht zu vermeiden, als die sechs Sinnesdränge noch wie wilde Tiere nach außen drängen. Ist aber das Nach-außen-Drängen überwunden, so ist auch eine starke Beruhigung dieses ständigen Wechsels zwischen Suchtanwandlungen und

Missmut oder Verdrossenheit und damit eine große innere Befriedigung eingetreten.

Der hier genannte große Übungs- und Entwicklungsweg des Mönchs vom Zustand des normalen Menschen bis zum Stand des vollkommen Geheilten, des Vollendeten, wird in anderen Reden, die der Belehrung des Mönchs über diesen Weg dienen, ausführlicher beschrieben, während der gleiche Weg in anderen Reden unter Auslassung einiger Übungen nur kurz genannt wird. So auch in dieser Lehrede, mit der einem Brahmanen gezeigt werden soll, wie die Mönche vorgehen.

Weil wir aber zum besseren Verständnis der Entwicklung zur Vollendung nun den ganzen Weg erläutern wollen, so fügen wir hier noch aus anderen Reden (z.B. aus M 107) die zwei Übungen ein, die sonst noch vor der in unserer Rede folgenden Übung „klar bewusster Einsatz des Körpers“ genannt und beschrieben werden.

### Maßhalten beim Essen

*Da nimmt der Heilsgänger gründlich besonnen die Nahrung zu sich, nicht zum Genuss und Vergnügen, nicht um schön auszusehen, sondern nur, um diesen Körper zu erhalten, zu fristen, um Schaden zu verhüten, um das Läuterungsleben führen zu können. So wird er das frühere Gefühl (des Hungers) verlieren, ohne ein neues Gefühl (der Übersättigung) zu erwecken, wird weiterkommen, untadelhaft bleiben, sich wohlbe finden. So hält der Heilsgänger Maß beim Essen. (M 39,53,107,125)*

Bei dieser Übung geht es um jene ganz nüchterne innere Haltung, in welcher man während des Essens nur daran denkt, dass hier dieser Körper, dieses Werkzeug des Redens und Handelns durch Zufuhr von Nahrung bei Kräften gehalten werde.

Für fast alle Menschen sind die verschiedenen Mahlzeiten des Tages Zeiten des Genießens. Und wenn einmal eine Mahl-

zeit nicht schmeckt, dann ist entsprechende Enttäuschung. Der Mönch aber, der die sinnliche Welt überwinden will und der durch die hinter ihm liegende Entwicklung ein beständiges geistig-seelisches Wohlbefinden mit endgültiger Abwesenheit aller beklemmenden Gedanken und Empfindungen im Hinblick auf die Zukunft gewonnen hat, der ist auf den zweifelhaften kurzen Genuss, den die Zunge bietet, in keiner Weise mehr angewiesen. Für ihn ist die vom Erwachten vorgeschlagene Haltung kein Verzicht auf Genuss, sondern nur eine Entwöhnung von einer aus seiner bisherigen Daseinswanderung mitgebrachten „üblen Angewohnheit“, die in diesem Leben schon am Säugling beim Genuss der Muttermilch in Erscheinung trat. Jetzt aber, wenn er von eigener innerer Sonne und eigenständig lebt, ist es eine lästige Gewöhnung, die er leicht aufgibt durch aufmerksame Innehaltung der vom Erwachten hier empfohlenen Gedanken. Während die Zunge unwillkürlich schmeckt, lenkt er seine Aufmerksamkeit von der Lust am Geschmacksempfinden ab in dem Gedanken: „Es geht jetzt lediglich darum, dieses Werkzeug so zu ernähren, dass es nicht beim Reinheitswandel stört.“

Der Leser kann es nur dann „akzeptieren“, wenn er bedenkt, dass dies ein weiterer Schritt des schon in innerem Glück lebenden Mönchs ist, um immer weniger abhängig zu sein, sich seiner bereits durch die vorangegangenen Übungen gewonnenen Selbstständigkeit bewusst zu werden und damit der Freiheit näher zu kommen.

### Die Übung in Wachsamkeit

Die nächste in M 27 ausgelassene Übung heißt:  
*An Wachsamkeit gewöhnet euch*<sup>91</sup>. *Wie aber ist der Heilsgänger an Wachsamkeit gewöhnt? Da reinigt der Heilsgänger am Tag gehend und sitzend das Herz von befleckenden Eigenschaften; reinigt in den ersten Stunden der Nacht gehend und*

---

91 *anuyutta* - angejocht bleiben



*sitzend das Herz von befleckenden Eigenschaften; legt sich in den mittleren Stunden der Nacht auf die rechte Seite wie der Löwe hin, einen Fuß bei dem anderen, achtsam, klarbewusst, nicht behaglichem Liegen hingegeben; reinigt in den letzten Stunden der Nacht, wieder aufgestanden, das Herz von befleckenden Eigenschaften. So ist der Heilsgänger an Wachsamkeit gewöhnt. (M 39, 53, 107, 125)*

Diese Anleitung weist auf zweierlei hin: einmal darauf, was der Mönch auch bisher schon immer am Tag geübt hat; zum anderen darauf, dass diese Übung jetzt auf eine längere Zeit, unter Einbezug von Nachtstunden, ausgedehnt werden soll. Was ist das für eine Übung?

Um sie richtig zu verstehen, muss man daran denken, dass es sich hier um Menschen handelt, die aus den Erläuterungen des Buddha die vom Erwachten aufgezeigte Freiheitsmöglichkeit empfunden haben, Höhenluft geatmet haben und mit diesem Empfinden gleichzeitig die Abwendung von den bisherigen Gewohnheiten des Denkens, Empfindens und Wollens vollzogen haben, die, je stärker sie sind und sich gegenseitig durchwirkt und verfilzt haben, um so sicherer sich über den Tod hinaus fortsetzen, insofern zu einem Gefängnis werden, das im Schmutz des sinnlichen Lebens mit An- und Ablegen von Körpern und der Gefahr des Absinkens in größere Dunkelheit verbunden ist.

Bei diesen Voraussetzungen ist zu verstehen, welche Übung ein solcher Mönch fast vom Tag seines Eintretens in den Orden an übt. Der Mönch bringt ja die gesamte Denkgewohnheit seines bisherigen Lebens mit in den Orden. Diese Denkgewohnheit läuft einfach weiter und will ihn bewegen. Andererseits hat er inzwischen einen völlig anderen Maßstab und damit ein völlig anderes Leitbild gewonnen, und so befindet er sich jetzt in einem großen und starken Widerspruch zwischen den aus Gewohnheit aufkommenden häuslichen Gedanken und Maßstäben einerseits und andererseits seinem neuen Leitbild, das er sich aufgerichtet hat und nun zu befestigen beginnt.

Wenn der Erwachte sagt, dass der Mönch sein Herz von befleckenden Eigenschaften reinigt, dann ist damit weit mehr gemeint, als was ein normaler Bürger unter „befleckenden Eigenschaften“ versteht. Es sind hier nicht nur gehässige, neidische und dergleichen Gedanken gemeint (s. die Herzensbefleckungen): dem Mönch, dem nun die gesamte sinnensüchtige Bedürftigkeit, die Gewohnheit, durch die äußeren Sinne ein „Wohl“ zu beziehen, als abstoßend erscheint, der sie als Fesselung an Tod und Wiedergeburt erkannt hat, dem ist jede gedankliche Zuwendung zu den früheren gewohnten häuslichen Situationen eine „befleckende Eigenschaft“.

Wer beim Anhören der Darlegung des Buddha die fünf Hemmungen, die das gesamte Leben im Haus wie ein dunkles Gewölk durchziehen, verdünnen oder gar aufheben konnte, wem die Freiheit von allen Verstrickungen wie eine große erhabene Helligkeit jenseits von Tod und Geburt erschienen ist, dem ist jetzt alles frühere Denken „*ein Gefängnis und ein Schmutzwinkel*“.

Alle hier vom Erwachten gebrauchten Begriffe, wie z.B. die „befleckenden“ oder die „heilsamen oder unheilsamen Eigenschaften“ müssen immer relativ benutzt werden. Ein Mensch, der im weltlichen Stand lebt, in Familie, Ehe und Beruf, wird einen anderen Maßstab für das haben, was ihm als befleckend, ungut und als abzutun gilt, als der Mönch, der die höchste Lehre des Erwachten begriffen, die vollkommene Unabhängigkeit von allen wandelbaren Dingen zu seinem Ziel gemacht hat.

Wir sehen aus dem Wortlaut der Übung, dass die Abwehr aller ungunen, mit dem Heilsziel nicht vereinbaren Eigenschaften, Gemüthaltungen, Empfindungen und Absichten zu der Grundarbeit, zum „Beruf“ des Mönchs gehört, dass er diese auch bisher schon tagsüber immer geübt hat und dass es nun lediglich darum geht, diese Übung über die Tageszeit hinaus so lange durchzuführen wie er kann: morgens weit vor Tagesanbruch beginnend und bis spät in den Abend.

Diese Ausdehnung der Übung ist aber, wie alle vom Er-

wachten genannten Übungen, wenn sie im richtigen Reifestadium begonnen werden, keine große Zumutung, kostet dann keine starke Überwindung. Es geht hier nicht darum, auf notwendigen Schlaf zu verzichten, wie vielleicht mancher sich vorstellen mag, vielmehr ist ein Mönch durch die bisher durchgeführten Übungen schon zu einer sehr anderen Art erwachsen, als wir sie kennen. Schon durch die hochherzige Gesinnung und Haltung, zu welcher die gesamte Tugendübung ihn entwickelt hat, ist er von allen kleinlichen Gedanken und Kümmernissen befreit. Ein großer Teil der Erlebnisse, die den normalen Menschen zu Entzücken und großer Freude hochreißen oder zu Ärger, Abscheu und Wut hinreißen und somit an seinen Nerven und an seiner Lebenskraft zehren, sind für einen solchen Mönch nicht mehr da. Ein großer Gedankenwust ist entlassen, alles ist lichter und klarer geworden.

Ganz besonders hat die Übung in der Zügelung der Sinnesdränge ihn dazu erzogen, sich von den vielfältigen, ununterbrochen aufdrängenden Sinneseindrücken nicht herumreißen zu lassen zu den damit zusammenhängenden Gedanken, sondern diese, wenn sie aufkommen, leicht aufzugeben - wie man eine Fliege abwehrt - und damit seine Hauptübung wieder fortzusetzen. Erst wenn wir diese inneren Bereinigungen, die der Mönch an sich vollzieht und die ja den Zweck seines Mönchstums ausmachen, mitdenken, dann können wir uns in den Sinn der Übungen und damit auch in die Gesamtentwicklung und Transformierung des inneren Wesens, um die es geht, hineindenken.

Dann spricht der Buddha über die Art, wie der Mönch sich zum Schlafen hinlegen soll. Diese Worte müssen schon früher, schon wenige Jahrhunderte nach der Erlöschung des Buddha etwas missverstanden worden sein. Sie haben zu falschen Vorstellungen geführt, die sich auch auf die aus jener Zeit stammenden Plastiken ausgewirkt haben. Nach der Überlieferung heißt es in Bezug auf die körperliche Haltung, man möge sich nachts wie der Löwe auf die rechte Seite hinlegen, ein Fuß auf dem anderen. So sieht man heute noch Plastiken, nach wel-

chen der Buddha vollkommen gerade ausgestreckt auf der rechten Seite liegt und einen Fuß auf dem anderen hat.

In dieser Haltung auf der Schmalseite des Körpers und in gerader Linie von Kopf bis Fuß kann man weder längere Zeit wach liegen noch erst recht schlafen. Der Mensch müsste ununterbrochen balancieren, um nicht entweder linksherum auf den Rücken zu rollen oder rechtsherum auf den Bauch. Außerdem ist es auch nicht die Haltung des Löwen. Dieser hat, wenn er sich zum Schlafen hinlegt, die Beine schon durch seinen Wuchs angewinkelt, und so kann auch nur der Mensch sich mit mehr oder weniger angewinkelten Beinen krampflos auf der Seitenlage halten.

Außerdem hat der Löwe auch nicht einen Fuß „auf“ dem anderen (also den linken auf dem rechten), sondern hat die beiden Hinterfüße lose dicht beisammen. Diese natürliche entspannte Haltung kann man auch, wenn man bewusstlos schläft, beibehalten. Die Anleitung des Buddha will bewirken, dass der Mönch den Körper in diesen Nachtstunden entspannt ausruht und nicht herumwälzt. Es geht darum, eine stille Haltung des Körpers einzunehmen, die nichts verkrampft und keine Aufmerksamkeit mehr erfordert, die sich von selber hält, nachdem der Körper gelegt ist.

Über die geistige Haltung in dieser körperlichen Lage gibt der Erwachte auch Anleitung. Neumann übersetzt es: „Der Zeit des Aufstehens gedenkend“. Der Pālitext *utthānasaññam manasikarivā* bedeutet, dass der übende Mönch, auch wenn er den Körper zur Ruhe legt, dennoch sich dem Gefühl des Liegens, der mehr oder weniger großen körperlichen Labsal, die das Ablegen des Gewichtes auf den Boden verursachen kann, nicht hingibt.

Es wäre auch noch eine andere Deutung dieser Übung denkbar. - Im Text kommt nirgends ein Pāliwort für 'Schlafen' vor. Es wird auch nicht von den mittleren Stunden der Nacht gesagt, dass der Mönch dann schlafen solle. Wenn es hier ausdrücklich heißt, dass der Übende, obwohl er liegt, das Gefühl des Aufseins im Auge behalten solle, dann kann das auch be-

deuten, dass der so weit fortgeschrittene Mönch selbst in den mittleren Stunden der Nacht nicht schläft, also überhaupt nicht schläft. Diese Vorstellung ist nicht so befremdend, wie sie im Augenblick erscheinen mag. - Es wurde schon erklärt, dass ein Mönch, der durch die bisher genannten, vielleicht schon jahrelang gepflogenen Übungen zu einem ganz anderen Status, zu einer großen inneren Stille und Helligkeit erwachsen ist, schon von Natur ein geringeres Schlafbedürfnis hat, wie überhaupt von Mystikern aus allen Kulturen berichtet wird, dass sie tags und nachts in einem hohen, hellen inneren Zustand verweilen.

Außerdem wäre ein solcher Übergang vom normalen Schlafbedürfnis bis zum Nicht-mehr-Schlafen-Müssen kein plötzlicher, sondern eine allmähliche Entwicklung dazu, die am Tage gepflogene, immer mehr lieb gewordene, weil großen Frieden und innere Helligkeit und Frische mit sich bringende Übung immer länger auszudehnen.

Wir haben, wie gesagt, nicht die Erfahrung, um die Ausdehnung der Übung richtig beurteilen zu können. Aber wir dürfen sicher sein, dass jeder, der nach der Wegweisung des Buddha mit seinen gesamten Übungen bis hierhin gelangt, dann verstehen wird, was hier zu tun ist.

### Klarbewusste Handhabung des Körpers

Wir sehen den Fortschritt von Übung zu Übung in zwei großen Abschnitten: Die Tugendübung ist etwas völlig anderes als die anschließend genannten vier weiteren Übungen des Mönchs. Die Übung in Tugend ist eine Umgangsweise des Menschen mit seinen Mitmenschen und allen anderen Lebewesen, die er in dem besten Teil seines Herzens unmittelbar bejaht. Auch wer sich keine Gedanken darüber macht, ob der Mensch den Tod überlebt oder nicht, wird dennoch mit den besseren Möglichkeiten seines Empfindens unmittelbar einsehen und anerkennen, dass die sanftere, freundlichere, gütigere und hochsinnige Umgangsweise mit den Lebewesen wohltuend und erhelend ist. Über diese Haltung und die daraus hervorgehenden

wohltuenden äußeren zwischenmenschlichen Beziehungen und den Zustand des eigenen inneren Gemüts liegen in der Literatur die schönsten Aussagen vor, die wohl jeder gern nachempfindet und unmittelbar bejaht.

Was aber in den anderen Übungen den Mönchen zu üben empfohlen wird, das setzt eine völlig andere Haltung der Welt gegenüber voraus, und darum zeigt der Erwachte immer wieder, dass zu diesen Übungen nur derjenige willens ist, der sich die entsprechende Weisheit erworben hat, und dass darüber hinaus nur derjenige auf die Dauer zu diesen Übungen fähig ist, der sich durch die Tugend ein ganz erheblich lichtereres Gemüt, eine innere Heiterkeit und Sicherheit erworben hat, die ihn von den äußeren Begegnungen fast unabhängig macht. Immer wieder führt er sich die großen Befreiungsmöglichkeiten vor Augen, und immer wieder sieht er seine alte Gewöhnung im Gefangenschaftsdenken in dunklen, trübenden Vorstellungen. Diese alte Gewöhnung weicht er allmählich auf, mindert sie, übt sich in dem Gegenwärtighalten des rechten Anblicks, befestigt sich in heller Art. –

Ein solcher kann nun auch die hier genannte vierte Übung, nämlich die Übung im „klaren Bewusstsein beim Handhaben des Körpers“ zu üben beginnen.

*Klarbewusst kommt er und geht er, klarbewusst blickt er hin, blickt er weg, klar bewusst regt und bewegt er sich, klarbewusst trägt er des Ordens Gewand und Almosenschale, klarbewusst isst und trinkt, kaut und schmeckt er, klarbewusst entleert er Kot und Harn, klarbewusst geht und steht und sitzt er, schläft er ein, wacht er auf, spricht er und schweigt er.*

Der normale Mensch tut die hier genannten Dinge, wie Kommen und Gehen, Hinblicken und Wegblicken, Essen, Trinken usw., meistens weder bewusst noch hat er sie sich besonders vorgenommen. In dieser Übung aber geht es darum, dass man

sich klar bewusst zum Gehen und Kommen usw. entschließt und von Anfang an diese bewusst gewollten Handlungen auch beobachtet. „Klar bewusst“, d.h. ebenso viel wie: klar gewollt, nur mit Absicht, nicht ohne Absicht. Das bedeutet, dass unser Geist, unsere Aufmerksamkeit sozusagen der ständige Begleiter des Körpers wird, ihn zu jeder mit dem Körper geschehenden Handlung bewusst einsetzt, die betreffende Haltung und Handlung fortlaufend beobachtet und bewusst einstellt zu einer neuen Haltung und Handlung.

Wenn der Leser einmal den Versuch macht, diese Übung einige Zeit bei sich durchzuführen, dann wird er erfahren, dass sein Geist fast dauernd bewegt wird von Zuneigungen und Abneigungen gegenüber diesen oder jenen Dingen in seiner Umgebung, von sorgenden, wünschenden, hoffenden Gedanken, und dass er unterdessen unversehens schon wieder einige Körperbewegungen gemacht hat, ohne sie zu beobachten. Daraus wird er erfahren, welche Wucht hinter den tausend Herzensregungen des normalen Menschen steht, die seinen Körper als einen willenlosen Roboter einsetzen für dieses oder das, was sie wünschen oder ablehnen. Das alles ist durch die vorherigen Übungen schon zum allergrößten Teil aufgehoben und gemindert. Der Rest an Neigungen, der bis jetzt noch besteht, kann durch die inzwischen erworbene Disziplin, Weisheitskraft und Sammlung beherrscht werden, so dass die Aufmerksamkeit trotz hier und da noch abwegiger Gedanken doch bei der Handhabung des Körpers bleiben kann.

Aber diese Übung ist kein Selbstzweck, vielmehr zielt sie auf einen Zweck hin, den kein im normalen bürgerlichen Familien- und Berufsleben stehender Mensch - solange er darin bleibt - je erreichen will und kann.

Der normale Mensch sieht „sich“ als eine Einheit mit dem Körper. Mit der Vernichtung des Körpers glaubt er, dass auch sein „Ich“ zerstört sei. Das kommt daher, weil er mit den Sinnesorganen des Körpers in die Welt blickt und darum den Körper als den Betrachter auffasst, als das Ich auffasst und das Betrachtete, die Welt, für ein vom Ich unabhängiges bestehendes

Außen hält. Der normale Mensch weiß nicht um das geistige Gesetz, dass alles, was länger betrachtet wird, als vom Betrachter unabhängig bestehend angesehen wird. Die betrachtende Haltung wird auf die Dauer als „Ich“ empfunden. Der betrachtete Gegenstand wird auf die Dauer als nicht zum Ich gehörig, als „Umwelt“ empfunden.

Hier deutet sich der Zweck dieser Übung an. Der Mönch, der durch die Tugendläuterung hell und selbstständig geworden ist, durch die weiteren Übungen von dem größten Teil der körperlichen und seelischen Willkür befreit ist, der hat nur noch wenig auf die Welt gerichtete Anliegen; er hat inzwischen den Körper mehr und mehr als ein mechanisches seelenloses Gerät zur sinnlichen Erfahrung der Welt durchschaut, und darum kann er mit wenig auf die Welt gerichteten Wünschen, mit einer großen inzwischen erworbenen Ruhe den Körper aus der naiven Identifikation mit dem Ich allmählich herauslösen und ihn selbst zum Gegenstand der Betrachtung machen und damit zum Gegenüber, zum Stück der Welt machen.

In den Reden werden öfter die acht Freiungen (D 33, 34; M 137 u.a.) genannt. Das sind acht ganz besondere Entwicklungsschritte, von denen schon der erste nicht eher als etwa in der Mitte des gesamten Heilsweges zu tun ist, also nur von Mönchen geübt werden kann. Der zweite dieser Schritte lautet: *Das Ich als formlos erlebend, sieht er alle Formen als außerhalb*. Alles, was er an Form erlebt, ist für ihn nicht innen, sondern außen, „Umwelt“. Ebenso selbstverständlich wie wir, wenn wir „ich“ sagen, an unseren vom Wollen bewegten Körper denken, ebenso selbstverständlich und ganz natürlich denkt ein solcher, wenn er überhaupt noch „Ich“ denkt, nur noch an das geistig-seelische Wollen und Empfinden und in keiner Weise mehr an den Körper. Der Körper ist für ihn in dem Maß, wie er zum betrachteten Objekt geworden ist, genauso „außen“ wie alles übrige Betrachtete, eben die sonstige „Welt“, die ihn kaum interessiert. Dadurch findet eine Transzendierung der Ich-Vorstellung statt, die aus der Körperlichkeit



herausführt.

Er hat durch die dauernde Beobachtung des Leibes und seiner Vorgänge die tot-mechanische, vergängliche, ichlose Art dieses von den Eltern gezeugten, durch Nahrung gebildeten und erhaltenen, nur sehr begrenzte Zeit bestehenden, schwerfälligen und verletzbaren Werkzeuges erfahren. So wird normales Menschentum überwunden und wird auch der Tod, d.h. die Vernichtung des Körpers ebenfalls weitgehend überwunden. Wer so klarbewusst den Körper beobachtet und insofern immer mit dem Geist lebt, der verhält sich zum Tod wie ein eichenes Bohlentor, gegen das ein Wollknäuel geworfen wird: Man merkt, dass da etwas ankommt, aber es kann in keiner Weise eindringen. Der Ausfall des Körpers ist dem im Geistigen Lebenden kein Verlust. Den normalen Menschen dagegen vergleicht der Erwachte mit einem feuchten Lehmmaufen, in den ununterbrochen Steine hineingeschleudert werden. Ein solcher, den schon alle Lebensbegegnungen mit Freud und Leid tief treffen, gerät durch das Sterben geradezu außer sich.

Eine Ahnung davon mag uns aufgehen, wenn wir die nächste Übung verstehen, die der Erwachte nennt, denn diese ist nur dann möglich, wenn diese Transzendierung gelungen ist.

### Aufhebung der fünf Hemmungen

*Nachdem der Heilsgänger in heilender Tugend reif geworden ist, sich die heilende Zügelung der Sinnesdränge ganz erworben hat und mit heilendem klaren Bewusstsein bei der gesamten Handhabung des Körpers ausgerüstet ist, sucht er nun einen abgelegenen Ruheplatz auf, einen Hain, den Fuß eines Baumes, eine Felsengrotte, eine Bergesgruft, einen Friedhof oder einen stillen Wald oder ein Streulager im Freien. Nach dem Mahle, wenn er vom Almosengang zurückgekehrt ist, setzt er sich mit verschränkten Beinen nieder, den*

*Körper gerade aufgerichtet, und richtet die Aufmerksamkeit auf die geistigen Vorgänge.*

*Er hat weltliches Begehren verworfen, begierdelosen Gemütes (ceto) verweilend, reinigt er sein Herz (citta) von sinnlichem Begehren.*

*Er hat Antipathie bis Hass verworfen. Im Gemüt ohne Ablehnung gegen Wesen verweilend, pflegt er zu allen Wesen Liebe und Mitempfinden. So reinigt er das Herz von Antipathie bis Hass.*

*Er hat träges Beharren im Gewohnten verworfen; frei von Trägheit verweilt er, die beschränkte Weltperspektive durchbrechend, die erhellende Freiheit von Beengung wahrnehmend, klar bewusst reinigt er das Herz von weltlicher Gewöhnung.*

*Er hat Erregbarkeit, geistige Unruhe verworfen; unerregbar verweilend, beruhigten Gemütes reinigt er das Herz von Erregbarkeit und geistiger Unruhe.*

*Er hat Daseinsbangnis abgetan. Frei von Daseinsbangnis verweilend, fraglos geworden über die Heilsentwicklung, reinigt er das Herz von Daseinsbangnis.*

*Nachdem er diese fünf Hemmungen als schwächende Trübungen des Gemüts vielfach erfahren hat, gelangt er...*

Die fünf als Hemmungen bezeichneten Eigenschaften sind Triebe, Verstrickungen des Herzens, die sich aber im Geist, im Denken zeigen. Wenn ein Mensch aus einer dieser trübenden Eigenschaften heraus sinnt und denkt, dann ist er von dieser Hemmung besetzt, d.h. die betreffende Eigenschaft zeigt sich zwar durchaus nicht immer bei ihm, aber zu einer Zeit, in der sie sich bei ihm zeigt, ist er durch diese Eigenschaft gehemmt, hält sie sein Denken, sein Gemüt besetzt. Dann kann er nicht das Große denken. Aber zu einer Zeit, in der diese Herzenseigenschaft sich in seinem Denken nicht zeigt, indem er durch

geistige Beschäftigung mit der Lehre oder aus Fürsorge für die Mitmenschen darüber steht, ist er von dieser ungunstigen Herzeigenschaft im Augenblick nicht gehemmt, sie lähmt dann im Augenblick nicht seinen Geist, sein Denken.

Bei den meisten fünf Hemmungen heißt es: „Mit einem so und so gearteten Gemüt (*ceto*) verweilend, reinigt er das Herz (*citta*) von diesen Hemmungen.“ Selbst bei den Hemmungen, bei denen es nicht ausdrücklich heißt „im Gemüt frei von“ ist doch immer das Gemüt (*ceto*) gemeint, d.h. die augenblickliche Gemütsstimmung mit entsprechenden Gedanken. Die Zeiten, in denen der Übende im Gemüt, also vorübergehend, frei ist von der Neigung zu diesen fünf verschiedenen Reizungen durch die Weltlichkeit, obwohl sie latent - im Herzen - noch vorhanden sind, kann und muss er dazu benutzen, sich in seinem Geist deutlich die Schädlichkeit der fünf Hemmungen vor Augen zu führen, das Niedere der Besessenheit von diesen üblen Eigenschaften zu bedenken und zu betrachten. Indem er ihre Schädlichkeit betrachtet, da wird das Herz geneigt zu dem Nichtschädlichen, zu dem Zustand außerhalb der fünf Zusammenhäufungen. Wenn er im Gemüt, in der augenblicklichen Geistesverfassung, von den hemmenden Vorstellungen frei ist, darüber steht, dann kann er sie negativ bewertend betrachten, kann das darüber hinausführende Denken weiter pflegen, über die augenblicklich unter ihm liegende Art der Hemmungen nachdenken. Damit mindert er sie in seinem Herzen, d.h. die Grundneigung, wieder in sie zurückzufallen, wird etwas geringer. Von Betrachtung zu Betrachtung wird sie im Herzen geringer, und je geringer sie im Herzen ist, um so häufiger steht er in seinem Gemüt über ihnen.

Erst wer in dieser Übungsreihe so weit gediehen ist, dass er das Hinaussteigen über die fünf Hemmungen und das Wiedereinfallen in sie schon oft erlebt hat, dem geht es um diese letzte Reinigung. Das Herz mit Gier, Hass, Blendung ist der Grundherd, aus dem die trübenden Neigungen aufsteigen und das Gemüt umziehen, es hemmen, ungetrübt zu erkennen. Darum muss er sein Herz davon reinigen, sonst kommen ir-

gendwann wieder die dunkleren Neigungen über ihn, selbst wenn er augenblicklich im Gemüt frei von ihnen ist.

Diese Übung bildet den letzten Teil der Brücke des Übergangs vom Begegnungsleben (*papañca*) zu der Lebensform der seligen Einheit (*samādhi*). Mit den hier genannten Übungen löst der Übende gar schwere Haken, welche das Herz des Menschen an die Welt binden, nach und nach heraus, oder besser gesagt: die bunten Bilder, die aus der sinnlichen Gebundenheit das Gemüt des Menschen beherrschen, bläst er immer mehr durchschauend ab und radiert sie aus, so dass er nun in einer sicheren Eigenhelligkeit steht und darum weit weniger abhängig ist von den Sinneseindrücken. Nach dieser Vorbereitung bildet die Aufhebung der fünf Hemmungen die Beseitigung des letzten weltlichen Andranges, der letzten dunklen Wolken, die sich trübend vor dem unendlichen blauen Himmel bewegen.

Die Reden lassen erkennen, dass die gesamte Sinnensuchtwelt, also nicht nur das Menschentum, sondern alle untermenschlichen Bereiche und mehrere übermenschliche himmlische Bereiche durch die feineren bis gröberen Eigenschaften und Herzensbefleckungen der Wesen wie von mehr oder weniger dichtem Gewölk durchsetzt sind. Jeder aufmerksame Mensch kann die Situationen seines Lebens, in welchen er sich in streithafter Auseinandersetzung mit seiner Umwelt befand, als wilde Hagelstürme mit Donner und Blitz empfinden und die Zeiten relativen Friedens als Nachlassen der Stürme. Diese Stürme durchrasen die Unterwelten dauernd, kommen im Menschentum immer wieder vor, nehmen in den übermenschlichen Bereichen der Sinnensuchtwelt mehr und mehr ab und kommen an den oberen Grenzen der Sinnensuchtwelt kaum noch vor.

Die Aufhebung der fünf Hemmungen nun ist die Aufhebung dieses letzten Gewölks, der letzten feinen Nebelschwaden, die sich trübend vor dem unendlichen blauen Himmel bewegen, der ein Bild für die vollendete Herzenseinigung ist.

Der moderne Mensch erfährt auf dem allgemeinen Bil-

dungsweg nichts von diesen geistigen Übungen und deren Früchten; deshalb mag ihm der hier angedeutete geistig-seelische Zustand, der mit dem von allem Dunst und Gewölk befreiten, unendlich blauen Himmel verglichen wird, unvorstellbar sein. Aber für die Mystiker aller Kulturen, welche die große Stufenfolge der Daseinsmöglichkeiten an sich erfahren, beginnt erst hier, nach der vollständigen Reinigung des Lebens von allen Unwettern und Gewölk, die Zuwendung zu immer lichterem Entwicklungsmöglichkeiten. Für jene wissenden Geister ist das Dasein in der Sinnensuchtwelt - der Menschenwelt, der untermenschlichen und übermenschlichen sinnlichen Welt - so wie für uns der Blick auf die in Kloaken sich regenden Kleintiere. Der Erwachte sagt von den gesamten Lebensmöglichkeiten in der Sinnensuchtwelt: *Zerrieselnd, ihr Mönche, sind die Sinneserscheinungen, trügerisch, Einbildungen, der Tore Beschäftigung.* (M 106). Erst mit diesem Stadium der auf das Ziel zustrebenden Übungen zum Erwerben des reinen Zustandes beginnt das, was der Erwachte überhaupt erst als eigentliche Entwicklung bezeichnet, indem er - wie wir gleich sehen werden - über die aus dieser Übung hervorgehenden Entrückungen in unserer Lehrrede sagt, dass der Mönch sich nun erst *auf der Fährte des Elefanten befindet*. Der gesamte vorherige Ablauf im Zusammenhang mit unserem Gleichnis wird lediglich damit verglichen, dass der Elefantenjäger im Wald herumsucht und dabei auf verschiedene Elefantenfährten stößt, aus denen ein erfahrener Elefantenfänger aber noch nicht schließen kann, ob sie wirklich von einem mächtigen Elefanten stammen oder ob sie dies nur vortäuschen.

Die fünf Hemmungen lernt man im normalen menschlichen Leben gar nicht kennen; aber bei jeglichem Läuterungsstreben - gleichviel unter welchem religiösen Namen - werden sie durch praktische Übung nach und nach entdeckt, und zwar nur darum, weil man dann und wann unter besonders günstigen Umständen über die eine und die andere dieser fünf Hemmungen oder über mehrere - und manchmal vielleicht auch über alle fünf - wie hinausgehoben war und diesen Zustand so klar

und frei empfand wie den Anblick des unbewölkten Himmels. Es sind vorwiegend zwei Übungen, durch welche man sich über das banale Alltagsleben und die übliche Verwurzelung in der Alltagsstimmung zwischen Verdruss, Verteidigungsbereitschaft, Sorge und Hoffnung erhebt und dabei manchmal über die eine, manchmal über die andere, manchmal über mehrere der Hemmungen hinauskommt: Weisheit und Tugend.

Die Weisheit besteht in dem aufmerksamen, gesammelten Bedenken der vom Erwachten gelehrten Daseinssicht. Je mehr wir uns in diese Sicht vertiefen, um so mehr kommen wir dabei „von selber“ aus dem Gefängnis unserer bisherigen Seinsicht heraus. Wenn wir sehen, dass das Leben nicht mit der Geburt beginnt und nicht mit dem Tod endet, sondern aus uneinsehbarer Vergangenheit ununterbrochen in Erlebnisszenen lief und läuft; wenn wir weiter sehen, dass die Kette der ankommenden Erlebnisse, die wir als unser Schicksal aufgefasst hatten, in Wirklichkeit nur die Wiederkehr unserer eigenen gestrigen Taten ist, so dass wir es in der Hand haben, unsere Zukunft zu bilden, die Existenz zu meistern - mit dieser Sicht sprengen wir zwangsläufig das geistige Gewohnheitsgefängnis, in das wir uns durch den Glauben an die von der sinnlichen Wahrnehmung gelieferte Weltvorspiegelung eingesperrt haben. In einer solchen Sicht sind wenigstens die drei ersten Hemmungen aufgehoben.

Die zweite der beiden Übungen besteht in dem, was so einfach „Tugend“ genannt wird. Diese, richtig verstanden und richtig geübt, hebt den Menschen nach und nach auf einen erheblich höheren, helleren, reineren Lebensstatus. Er kommt von der Grundstimmung des fast allgemein üblichen Missmuts und der Lustlosigkeit durch die liebende Zuwendung zu allen lebenden Wesen, durch die Entwicklung von Rücksicht auf alle ihm begegnenden Wesen, durch Fürsprache für sie zu einer großen Säuberung des Herzens und Gemüts von Egoismus und den vielen kleinen Primitivbedürfnissen, durch die der Mensch den Tieren verwandt ist. Dadurch wird sein Lebensklima insgesamt heller, wärmer, heiterer. Er wächst sozu-

sagen von unten herauf immer mehr aus den Hemmungen heraus. Während er bei seinem Bemühen um den weisheitlichen Anblick, wie er ihm durch die Lehre des Buddha vermittelt worden ist, sich nach oben reckt und vorübergehend über das Gewölk der Hemmungen hinaussteigt, so bewirkt die echte bis zum Grunde gehende Tugendübung ein solides festes Wachstum in immer mehr Höhe und Helligkeit. So fördern Tugend und Weisheit die Aufhebung der fünf Hemmungen: die Weisheit durch vorübergehendes Darüber-sich-Hinausrecken und die Tugend durch allmähliches Hinaufwachsen bis zu dem Stand, in dem Hemmungen nicht mehr sind.

Zu welchen Erfahrungen und Einsichten der bis hierher gelangte Mönch in Bezug auf die fünf Hemmungen gekommen ist, wird näher gezeigt in anderen Reden, in welchen der Erwachte den gleichen Entwicklungsgang ausführlicher beschreibt.

Der normale Mensch kennt die fünf Hemmungen nicht. Selbst wenn er darüber liest, kann er sie nur wenig verstehen und kann ihren zwingenden Einfluss auf das gesamte Lebensklima nicht ahnen. Der Mönch aber, der alle bisher genannten Übungen durchgeführt hat, ist dadurch zu einer ganz anderen Art erwachsen: durch die Tugendübung ist er weit hinausgewachsen über das normale menschlich dumpfe Lebensklima, und durch immer wiederholte Pflege des rechten Anblicks der Existenz ist er auch hinausgewachsen über die letzten Trübungen des Anblicks. Er hat durch den ständigen Wechsel seines Aufenthalts oberhalb der Hemmungen und in den Hemmungen diese immer deutlicher kennengelernt. Er kennt aus Erfahrung genau das Wesen der einzelnen Hemmung; und eben dadurch kennt er ihre Gefahren und kennt die große Befreiung, die durch ihre endgültige Überwindung gewonnen wird.

Die *erste Hemmung* (*abhijjhā* oder *kāmacchanda*) ist eine Haltung, die Sinnensüchtigkeit (*kāma*) zur Grundlage hat. Diese Sinnensüchtigkeit, d.h. das Bedürfnis zur fünffachen sinnlichen Wahrnehmung gehört zum natürlichen Status des Menschen: der edle wie der gemeine Mensch hat sie an sich.

Aber während der edlere Mensch diese Sinnensüchtigkeit nicht zu seinem Hauptantrieb macht, sondern nach dem Zugschnitt seines Herzens darauf gerichtet ist, bei der Begegnung mit anderen Lebewesen deren Sehnsucht nach Anerkennung, Geborgenheit und Wohlsein mitzuempfinden und ihnen darum entgegenzukommen, so hat der gemeinere Mensch aus der Sinnensüchtigkeit heraus eine allgemeine Habsucht, eine ausschließliche Suche nach sinnlicher Lust, d.h. nach Besitz, Genuss und Macht entwickelt. Das ist die Haltung, die in Pāli *abhijjhā* genannt wird.

Der Mönch aber, der sich durch die vom Erwachten genannten Übungen weitgehend geläutert hat, ist völlig frei von dieser Habsüchtigkeit und kann jetzt erst nach völliger Befreiung und großer Entfernung von dieser rasenden Habsucht richtig durchschauen, wohin diese den Menschen treibt. Das drückt der Erwachte in M 39 mit dem folgenden Gleichnis aus:

*Gleichwie etwa, ihr Mönche, wenn ein Mann, von Schulden bedrückt, eine neue Erwerbsquelle fände; dieses Unternehmen gelänge ihm, so dass er seine alte Schuldenlast abtragen könnte und ihm noch ein Rest bliebe, so dass er eine Familie gründen könnte; da dächte dieser nun: „Ich war doch früher sehr verschuldet. Dann habe ich eine ergiebige Erwerbsquelle gefunden, so dass ich die ganzen Schulden abtragen konnte und mir noch ein Rest erlaubte, eine Familie zu gründen“ – darüber freute er sich und wäre fröhlich gestimmt.*

Wer der Wegweisung des Erwachten praktisch folgt, der erfährt bei sich in lebendiger, überzeugender Weise, was hier in Form des Gleichnisses gesagt ist: Er erfährt an sich, dass sein früheres gieriges Umherschauen nach den tausend Dingen der Welt ihn ununterbrochen unbefriedigt sein ließ und ihn in ununterbrochener Abhängigkeit von jenen Dingen in Armut und Schulden hielt. Viele der begehrten Dinge konnte er nicht erwerben und solche, die er hatte, waren nicht sicherer Besitz.



Tausend Wege gibt es für das sogenannte Schicksal, ihm eines nach dem anderen der geliebten Dinge zu entreißen. Wo er bei sich selber oder bei seinen Freunden sich umschaute, da sah er, dass aller äußere Besitz wie ein Darlehen ist, das einem irgendwann wieder gekündigt und genommen wird.

Wer aber den bisher beschriebenen Weg der inneren Selbsterziehung gegangen ist, der hat damit eine andere, eine „ergiebige Erwerbsquelle“ gefunden und ausgenützt. Er hat einen Besitz gewonnen, den ihm niemand nehmen kann; er hat ein Eigenwohl gewonnen, das er immer bei sich hat und von dem er unmittelbar weiß, dass ihn das auch nach drüben begleitet, wenn er im sogenannten Tod den Körper verlässt.

Und so wie er nun erst - nach zeitweiligem Freisein von der ersten Hemmung, des weltlichen Begehrens, ihre bedrückende, beengende und verdunkelnde Wirkung und dagegen die geradezu erlösende Befreiung davon versteht und an sich erfährt und dadurch heiter und glücklich wird - so auch geht es mit der *zweiten Hemmung*:

*Er hat Antipathie bis Hass verworfen. Im Gemüt ohne Ablehnung gegen Wesen verweilend, pflegt er zu allen Wesen Liebe und Mitempfinden. So reinigt er das Herz von Antipathie bis Hass.*

*Gleichwie etwa, ihr Mönche, wenn ein Mann siech wäre, leidend, von schwerer Krankheit betroffen, keine Nahrung vertrüge, nicht bei Kräften wäre; später aber wiche das Leiden von ihm. Nun bekäme ihm die Nahrung, und er fühlte sich wieder kräftig im Körper; - der sagte sich nun: „Ich war da früher siech, leidend, von schwerer Krankheit betroffen, vertrug keine Nahrung, war nicht bei Kräften; später aber wich das Leiden von mir. Nun bekam mir die Nahrung, und ich fühlte mich wieder kräftig im Körper“ - darüber freute er sich und wäre fröhlich gestimmt.*

So wie dem Magenkranken die Nahrung gar nicht bekommt, er sie immer wieder ausstößt und keine Kraft durch sie ge-

winnt, so gibt es für den normalen Menschen, der seine Anliegen, die „Hungerleider“ in der Welt „ernähren“ will (erste Hemmung), dauernd Erlebnisse, die ihm gar nicht bekommen, die ihm völlig widerstreben, die ihn ärgerlich, bekümmert, zornig machen und ihn dann reizen, mehr oder weniger rücksichtslos diese ihm unlieben Erlebnisse abzuweisen oder sich ihnen zu entziehen. Und dadurch wird er nur noch unglücklicher.

Aber nun, wo er zeitweilig frei ist von der Gewöhnung, andere abzulehnen, und von der daher kommenden Rücksichtslosigkeit und Nächstenblindheit, da merkt er erst, welcher Krankheit er entronnen ist. Nun werden die Begegnungen viel sanfter, viel „bekömmlicher“. Er fühlt sich seelisch gesundet und darüber so froh, wie nur ein von schwerer Krankheit Genesener sich wohlfühlt, dem nun alle Nahrung bekommt - ein Gleichnis dafür, dass keine Begegnungen ihn mehr abstoßen und ihn darum keine Wahrnehmung dazu bringen kann, ablehnend und rücksichtslos zu sein.

*Dritte Hemmung: Er hat träges Beharren im Gewohnten verworfen. Frei von Trägheit verweilt er. Die beschränkte Weltperspektive durchbrechend, die erhellende Freiheit von Beengung wahrnehmend, klar bewusst, reinigt er das Herz von weltlicher Gewöhnung.*

*Gleichwie etwa, wenn ein Mann im Kerker schmachtete; später dann würde er aber aus dem Kerker befreit, heil und sicher; der sagte sich nun: „Ich habe früher im Kerker geschmachtet; jetzt aber bin ich aus dem Kerker erlöst, heil und sicher.“ Darüber freute er sich, wäre fröhlich gestimmt.*

Dieses Gleichnis lässt deutlich erkennen, was mit der Aufhebung dieser dritten Hemmung im Menschen vor sich geht - aber richtig nachempfinden kann es nur, wer es zeitweilig erfährt.

Der in die Heilsströmung Eingetretene hebt die dritte

Hemmung dadurch auf, dass er die gewohnte Auffassung, als ein sterblicher Mensch hier in der Welt zu leben, übersteigt, indem er sich bewusst wird, dass jenes aus den fünf Zusammenhäufungen gesponnene geistige Gewölk eine Täuschung ist, die den beschränkenden Eindruck eines sterblichen Ich in der Welt hervorruft. Er hat das Zusammenspiel der fünf Zusammenhäufungen, die Ich und Welt vorgaukeln und im ununterbrochenen sich gegenseitig bedingenden Entstehen und Vergehen unsterblich sind, als täuschenden Wahn erkannt, und er hat ferner durchschaut, dass sein Wissen um diese Tatsache zur Bildung jener Weisheit geführt hat, die von oben her diese fünf Zusammenhäufungen nach und nach lichter, heller, dünner, zarter macht bis zur vollständigen Auflösung. Dabei hat er erfahren, dass auf diesem Weg das Wahnerlebnis eines sterblichen Ich in der Welt immer nebelhafter und nebensächlicher wird. Diese Entwicklung ist zugleich die Aufhebung der dritten Hemmung. Er erfährt bei sich, dass man das Erlebnis des natürlichen Menschen, ein sterbliches Ich in der Welt zu sein, durchbrechen, übersteigen und überwinden kann. Das erfüllt ihn mit jenem gewaltigen, wohltuenden Freiheitsgefühl, das auf der Ebene sinnlicher Wahrnehmung mit der Erleichterung dessen verglichen werden kann, der aus einem dunklen Kerker entlassen wird.

*Vierte Hemmung: Er hat Erregbarkeit, geistige Unruhe verworfen. Unerregbar verweilend, beruhigten Gemütes, reinigt er das Herz von Erregbarkeit.*

*Gleichwie etwa, ihr Mönche, wenn ein Mann Knecht wäre, nicht sein eigener Herr; von anderen abhängig, nicht gehen könnte, wohin er wollte; später dann würde er aber dieser Knechtschaft enthoben, wäre sein eigener Herr, unabhängig von anderen, ein freier Mann, könnte gehen, wohin er wollte. Der sagte sich nun: „Ich war früher Knecht, nicht mein eigener Herr, von anderen abhängig, konnte nicht gehen, wohin ich wollte; jetzt aber bin ich dieser Knechtschaft enthoben, mein eigener Herr, unabhängig von anderen, ein freier Mann.*

*Wohin ich will, kann ich gehen.“ Darüber freute er sich, wäre fröhlich gestimmt.*

Je öfter einer durch das dunkle Gewölk der dritten Hemmung, durch die gewohnte banale Daseinssicht hindurchstößt zum Anblick der wahren Freiheit, um so schmerzlicher empfindet er es, dass er immer wieder in das Gewölk hinabsinkt. Nun erst, da er das Bessere erkennt, wird ihm das Geringere, in dem er zu sein gewohnt war und an das er auch noch durch die Bande der Gewöhnung gebunden ist, peinlich. Jedes Mal, wenn ihm die Aufhebung der dritten Hemmung gelingt und er im Anblick der Freiheit von Begrenzung und Untergang verweilt, dann denkt er: „Dies ist das wahre Leben, so soll es immer sein. Die entsetzliche Todesperspektive will ich endgültig verlassen.“ - Aber sein Gemüt ist noch mehr oder weniger besetzt von den vielfältigen vordergründigen Maßstäben und Gewichten, die die jahrzehntelange sinnliche Wahrnehmung einer vordergründigen Todeswelt ihm eingegeben hat. Er reinigt es nur allmählich davon.

Aber nun, da er um die Freiheit und das Todlose weiß, empfindet er die Gebundenheit an die vielfältige Unruhe der weltlichen Gedanken wie eine Knechtschaft. Der fast zwangsläufige Gang der geistigen Assoziationen, der an die Ich-bin-Vorstellung gebundenen Gedankenwege mit den daraus kommenden Erregungen vollzieht sich ganz gegen seinen Willen. Er kann ihn wohl einige Zeit hemmen, aber dann setzt sich die gewohnte geistige Vielfalt wieder durch. „Kehricht“ nennt der Erwachte die Geistesinhalte, die aus der normalen sinnlichen Wahrnehmung zusammengefeigt wurden. Weil dort Erregendes erfahren wurde, darum kann der damit erfüllte Geist erregt werden. Als Kehricht erkennt ein solcher seinen Weltgeist. Aber es dauert seine Zeit, bis er sich davon befreit hat.

Der Erwachte wählt für diese Hemmung das Gleichnis eines Knechts, der nicht die Wege seiner eigenen Interessen gehen darf, sondern im Dienst seines Herrn hin- und herlaufen, Besorgungen und Arbeiten verrichten muss. So wie ein Knecht

nach der Pfeife seines Herrn tanzen muss und in seinen eigenen Angelegenheiten stark behindert wird, so empfindet der Übende erst nach dem befreienden Erlebnis des Heraustretens aus der beschränkenden Perspektive sein Zurückfallen in die gewohnten sinnlichen Gedankenassoziationen als Versklavung durch die vielfältigen erregenden Gedanken und Vorstellungen, die aus seinem Tendenzenhaushalt aufkommen. Gelingt es ihm aber wieder, aus dem Nest der gewohnten Gedanken hinauszusteigen, dann fühlt er sich als freier Mensch, unbehindert durch seine Triebe. Dann ist er froh wie einer, der aus weltlicher Knechtschaft entlassen ist.

*Fünfte Hemmung: Er hat Daseinsbangnis abgetan. Frei von Daseinsunsicherheit verweilend, fraglos geworden über die Heilsentwicklung, reinigt er das Herz von Daseinsbangnis.*

*Gleichwie etwa, wenn ein Mann mit Hab und Gut auf einer öden langen Landstraße dahin zöge; später dann gelangte er aber aus dieser Öde heraus, heil und sicher, ohne irgendetwas von seiner Habe eingebüßt zu haben. Der sagte sich nun: „Ich bin früher mit Hab und Gut auf einer öden langen Landstraße dahin gezogen; jetzt aber bin ich dieser Öde entronnen, heil und sicher und habe von meinem Besitz nichts verloren.“ Darüber freute er sich, wäre fröhlich gestimmt.*

Die Aufhebung dieser fünften Hemmung bedarf für einen Nachfolger der Lehre, der die bis hierher genannten verschiedenen Übungen gründlich vollzogen hat und durch diese zu einem ganz anderen Lebensstatus gekommen ist - keiner besonderen Übung mehr. Die Daseinsbangnis, die Sorge über den weiteren Lebensweg auch jenseits des Todes - ist auf dem Weg dieser Übungen immer mehr gewichen. Er hat an sich eine fortschreitende Wandlung erfahren. Schon die der Aufhebung der fünf Hemmungen vorangehenden Übungen - die durch Tugendübung erworbene hochherzige Gesinnung, die durch die Zügelung der Sinnesdränge erworbene innere

Selbstständigkeit und Unabhängigkeit und die fortschreitende Reinigung des Herzens von allen das Endliche, das Sterbliche betreffenden Gedanken und Vorstellungen, haben aus ihm ein Wesen gemacht, das mit dem vorigen Status nicht mehr vergleichbar ist. In diese Entwicklung brachte die mit der letzten Übung genannte Aufhebung der fünf Hemmungen geradezu den letzten Glanz.

Er hat erfahren können, dass er durch die Befreiung von der Sinnensucht wie von Darlehen und Schuldenlast freigeworden und zu großem Reichtum gelangt ist, dass er durch die Befreiung von kleinlicher Empfindlichkeit unverletzbar geworden, durch keinen Schicksalsschlag treffbar geworden ist, dass er durch seine erworbene Fähigkeit sehr bald wieder über alle weltlichen, im Rahmen des endlichen Körperlebens verbleibenden Vorstellungen hinausschreiten, alle Horizonte sprengen und den Gesamtzusammenhang der Existenz sehen kann. Und endlich erlebt er, dass sein Denken nicht mehr dauernd unwillkürlich von unerkannten inneren Wellen gerissen und gelenkt wird, sondern still und sicher seiner Führung folgt.

Wie kann ein solcher noch Daseinsunsicherheit empfinden, von Daseinsbangnis bewegt sein? Er ist allen Gefahren entronnen, er lebt rein aus sich selbst. Was der Wanderer - nach dem Gleichnis für die Daseinsbangnis - an jenem Tage erlebt, an dem er sich in der Nähe seiner Heimat in der Sicherheit sieht, das ist von nun an für endgültig der Zustand dessen, der sich bis hierhin entwickelt hat. Darüber sagt ein Mönch:

*Vorbei ist aller Bangnis Angst.  
Der Meister hat Todlosigkeit gezeigt.  
Wo nimmer Raum für Bangnis ist,  
auf solchen Wegen folgt der Mönch. (Thag 21)*

So ist die fünfte Hemmung als Folge der Aufhebung der anderen vier Hemmungen wie von selber aufgelöst, dahingeschwunden. Sie lebt von den vier vorangehenden Hemmungen und kann nicht leben, wenn die vier aufgehoben sind.

Dadurch aber, dass sich nun die letzten leisesten Schwaden

endlichen Dichtens und Trachtens verzogen haben so wie die letzten Nebel aus dem blauen Himmel, da ist es nur ein unmerklicher Schritt, von hier aus der Welt für kürzere oder längere Zeit vollständig zu entrücken. Und diese Entwicklung schildert der Erwachte nun dem Brahmanen Jānussoni in unserer Rede M 27:

### Weltlose Entrückungen

*Nachdem er diese fünf Hemmungen als schwächende Trübungen des Gemüts vielfach erfahren hat, verweilt er abgelöst vom sinnlichen Begehren, abgelöst von allen heillosen Gedanken und Gesinnungen in stillem Bedenken und Sinnen. Und so tritt die aus innerer Abgeschiedenheit geborene Entzückung und Seligkeit ein, der erste Grad weltloser Entrückungen.*

*Das aber wird, Brahmane, die Spur des Vollendeten genannt, wird die Bahn des Vollendeten genannt, wird die Erfahrungsweise des Vollendeten genannt.*

*Doch hier kommt wahrlich der erfahrene Heilsgänger noch nicht zu dem Schluss: „Vollkommen erwacht ist der Erhabene, gut dargelegt ist vom Erhabenen die Wahrheit, richtig geht danach die Mönchsgemeinde vor“, denn ferner noch:*

*Nach Verebbung auch des Bedenkens und Sinnens verweilt er in innerem seligen Schweigen in der Einigung des Gemüts. Und so tritt die von Sinnen und Bedenken befreite, in der Einigung geborene Entzückung und Seligkeit ein, der zweite Grad weltloser Entrückung.*

*Das aber wird, Brahmane, die Spur des Vollendeten genannt, wird die Bahn des Vollendeten genannt, wird die Erfahrungsweise des Vollendeten genannt.*

*Doch hier kommt wahrlich der erfahrene Heilsgänger noch nicht zu dem Schluss: „Vollkommen erwacht*

*ist der Erhabene, gut dargelegt ist vom Erhabenen die Wahrheit, richtig geht danach die Mönchsgemeinde vor“; denn ferner noch:*

*Mit der Beruhigung auch des Entzückens lebt er oberhalb und außerhalb von allem sinnlichen Wohl und Wehe in unverstörtem Gleichmut klar und bewusst und in einem solchen körperlichen Wohlsein, von welchem die Heilskenner sagen: „Dem in Gleichmut klar bewusst Verweilenden ist wohl.“ Ein solcher gewinnt den dritten Grad der weltlosen Entrückungen.*

*Das aber wird, Brahmane, die Spur des Vollendeten genannt, wird die Bahn des Vollendeten genannt, wird die Erfahrungsweise des Vollendeten genannt.*

*Doch hier kommt wahrlich der erfahrene Heilsgänger noch nicht zu dem Schluss: „Vollkommen erwacht ist der Erhabene, gut dargelegt ist vom Erhabenen die Wahrheit, richtig geht danach die Mönchsgemeinde vor“; denn ferner noch:*

*Nachdem er über Wohl und Wehe hinausgewachsen ist, alle frühere geistige Freudigkeit und Traurigkeit gestillt hat und in einer über alles Wohl und Wehe erhabenen bewussten Gleichmutsreihe lebt, da erlangt er die vierte Entrückung und verweilt in ihr. Das aber wird, Brahmane, die Spur des Vollendeten genannt, wird die Bahn des Vollendeten genannt, wird die Erfahrungsweise des Vollendeten genannt.*

*Doch hier kommt wahrlich der erfahrene Heilsgänger noch nicht zu dem Schluss: „Vollkommen erwacht ist der Erhabene, gut dargelegt ist vom Erhabenen die Wahrheit, richtig geht danach die Mönchsgemeinde vor.“*

Hier wird mit den Entrückungen die schönste Frucht aus dem mit der bisherigen Übungsreihe beschriebenen geistigen Anstieg des Übenden genannt. Der Zustand, der durch Überwin-



derung der fünf das Gemüt trübenden, den Klarblick verhin-  
dernden Hemmungen eintritt - ein für den normalen Menschen  
ungeahnter klarer, erhabener Zustand - erlaubt erst jene ver-  
schiedenen Übungen, welche auf geraden Wegen zur voll-  
kommenen Erlösung, zum *Nirvāna*, hinführen. Alle vorher  
genannten Übungen waren ein mehr oder minder schmerzli-  
ches, mühsames Sichhindurchquälen durch den Dschungel der  
seelischen Zerrungen, durch das Gewölk der unterschiedlichen  
Gemütsverfassungen. Aber alle jene Übungen haben dazu  
geführt, dass nun die fünf Hemmungen aufgelöst werden kön-  
nen und damit erst die Basis des letzten fruchtbaren Strebens  
erreicht wird.

Wir sehen, dass der Erwachte erst bei diesem Zustand da-  
von spricht, dass der Nachfolger, der den „großen Elefanten“  
sucht, der die Vollendung erreichen will, jetzt auf der wirkli-  
chen Spur des Vollendeten ist.

Aber auch von dem, der durch das Erlebnis der seligen Ent-  
rückung den entscheidenden Schritt in den Abschnitt der Her-  
zenseinigung getan hat und sich nun in stiller, seliger Seins-  
weise erfährt, sagt der Erwachte, dass auch er noch nicht den  
endgültigen Schluss ziehen könnte: *Vollkommen erwacht  
ist der Erhabene, gut dargelegt ist vom Erhabenen die  
Wahrheit, richtig geht danach die Mönchsgemeinde  
vor*. Er hat zwar endgültige Gewissheit (*aveccapasāda*) darü-  
ber, dass der Lehrer dieser Lehre das Dasein tatsächlich durch-  
schaut hat, und er ist auch dem Zustand des Erwachten ganz  
erheblich näher gekommen, hat die grobe Daseinsweise, mit  
welcher ein Vollendeter nichts zu tun hat, hinter sich gelassen  
und ist in die erhabene Stille eingetreten, aber hier erst beginnt  
die feinere Entwicklung, aus welcher zuletzt ein Vollendeter  
hervorgeht. Solange der Nachfolger noch nicht ebenfalls heil  
geworden ist, kann er den Zustand des Geheilten nicht wahr-  
nehmen und darum nicht zu dem erfahrungsgemäßen Schluss  
kommen (*nitthā*): „das ist ein Vollendeter“.

Die Entrückungen sind unerlässlich auf dem Weg zum  
Heil, der Annäherung an den Zustand des Vollendeten. Der

Erwachte vergleicht in anderen Reden (M 57, M 16) den seligen Zustand der Entrückungen, durch welche die Herzenseinigung immer mehr vertieft und gereinigt wird, mit der Entwicklung eines jungen Vogels im bebrüteten Ei.

Der Embryo im Ei ist noch nicht Vogel, ist erst in der Entwicklung zum Vogel begriffen und ist sich seines Vogelseins noch nicht bewusst. Erst das spätere Ausschlüpfen des ausgereiften Vogels wird mit der Vollendung des Vollendeten verglichen. Wer solcherart „ausgeschlüpft“ ist, der kann den Vollendeten durch und durch erkennen, weil er selbst durch und durch ebenso ist. - Die Entrückungsgrade vergleicht der Erwachte mit dem fortschreitenden Ausbrüten des Eies, wonach dann erst die einzelnen Durchbrüche des gereiften Vogels durch die Eierschale möglich werden (Gleichnis für die drei Weisheitsdurchbrüche).

Über die vier fortschreitenden Entrückungsgrade ist schon wiederholt geschrieben worden.<sup>92</sup> Sie sind und bewirken fortschreitende Entfernung und Entfremdung von dem Welterlebnis, in welchem der normale Mensch ganz wohnt und ertrinkt. Wenn jemand einen in der Entrückung befindlichen Menschen dasitzen sehen würde, der mit offenen Augen nichts sieht, mit offenen Ohren nichts hört, der von sich und der Umgebung nichts weiß, dann könnte ihm dieser wie eine Leiche vorkommen. Aber wenn er in den Gesichtszügen des Entrückten das stille Leuchten einer überweltlichen Seligkeit oder gar eines stillen Gleichmuts erkennt, dann mag ihm eine Ahnung kommen, dass es ein Oberhalb unseres Weltlebens gibt, ein Oberhalb, das wohl erst das „eigentliche Leben“ sei, wo Ängste und Sorgen, Mühsal und Tod keinen Raum haben.

Der Erwachte sagt, nur wer zu dieser weltbefreiten Lebensform vorstößt, sei nun im Anblick der Spur des Vollendeten. Er sieht noch nicht den Vollendeten selbst, aber so wie der Elefantsteller im Wald schon die Spur sieht, noch nicht den großen Elefanten, so ist der Heilsgänger erst mit diesem Ent-

---

92 S auch „Meisterung der Existenz durch die Lehre des Buddha“ S. 401 ff

rückungserlebnis auf der Spur des Vollendeten, geht ihr nach - während im gesamten Weltleben, in welchem wir ertrinken, nichts zu finden ist von einer Spur des Vollendeten.

Wie schon anfangs erwähnt, versteht der Erwachte die gesamte Heilsentwicklung als eine große dreistufige Entwicklung, bei welcher der Übende auf jeder Stufe zu einer völlig anderen Daseinsstruktur gelangt.

Die erste Entwicklungsstufe geschieht, wie vorhin beschrieben, innerhalb des uns vertrauten Begegnungslebens durch „Tugend“. Es ist die Entwicklung vom gewöhnlichen Menschen, der sich von seinen Trieben bewegen und veranlassen lässt, ihre Befriedigung anzustreben, zu einem Menschen, der hauptsächlich das Wohl der mit ihm Lebenden, der ihm Begegnenden anstrebt in Mitempfinden, Fürsorge, Schonung, Nachsicht und Großherzigkeit. In dieser Entwicklung kommt er zu einer anderen Gefühlsart: Neben das Befriedigungsgefühl durch die Lust am Genuss des jeweils Begehrten - ein Gefühl, das von Befriedigung zu Befriedigung eine kurze Lust ist, der bald wieder Missmut und neue Befriedigungssuche folgt - tritt das seelische Wohlgefühl, das durch die Teilnahme am Schicksal des Du aufkommt, dessen Schädigung man unmittelbar auch als eigene Schädigung empfindet und dessen Förderung, Entspannung, Erhellung man auch unmittelbar als eigene Entspannung, Förderung, Erhellung empfindet. Die Entwicklung dieses Gefühls, das aus der Einbeschließung alles Lebendigen zu einem einzigen und ganzen Leben erwächst - das ist die erste der drei großen Entwicklungsstufen auf dem Weg des Menschen zum Heilsstand.

Ist diese Entwicklung bis zu ihrem Ende oder bis beinahe zu ihrem Ende gelangt, dann beginnt die zweite Entwicklungsstufe durch den Übergang vom Begegnungsleben zu der oben beschriebenen Entrückung vom Welterlebnis, zu dem ganz anderen, in dem nicht Ich und nicht Du erfahren wird, nicht Körper und nicht Welt, nicht Raum und nicht Zeit, in dem nur selige Ruhe ist.

Was diese Abwesenheit von „Schicksal“ mit allen verbor-

genen und offenen Sorgen bedeutet, ist nicht beschreibbar. Aber der Jubel aller Großen dieser Erde aus den verschiedenen Kulturen, die diese Entrückung erfahren haben, gibt ein Zeugnis, das den Leser und Hörer geneigt macht, anzunehmen, dies erst sei das wahre Leben.

Auch in dieser Lebensform gibt es ein allmähliches Ausreifen eben in jenen vier Entrückungsstufen. Jede Stufe ist um Grade ruhiger und seliger und ferner der endgültig überwundenen Begegnungsweise.

Aus dem Raum der christlichen Mystik sagt einer, der diese Entrückungen ebenfalls erfahren hat, *Ruisbroeck*:

*Was einst fern war, ist nahe nun geworden,  
tief unter uns liegt alle Zeitlichkeit,  
und hoher Jubel tönt im freien Geiste!*

Fern waren Ruisbroeck einst diese Weltentrückungen, von welchen er als junger Mönch schon gehört hatte, die er lange anstrebte und endlich gewann. Sie sind ihm nahe geworden, er lebte in dieser weltlosen, wandellosen, zeitlosen Seligkeit immer mehr und konnte nun sagen: *Tief unter mir ist alle Zeitlichkeit* - die Zeitlichkeit, welcher wir ausgeliefert sind und an deren Ende wir den Tod fürchten, während jene Mystiker schon zu Lebzeiten des Körpers von ihm ganz und gar entwöhnt sind, ihn vergessen haben; denn wo diese Seligkeit ist, da ist kein Körper; und wo ein Körper als Ich empfunden wird, da ist diese Seligkeit nicht. Das ist der Überstieg über das Sinnenleben.

Diese weltbefreiten Entrückungen, die der vom Erwachten unbelehrte Mystiker der anderen Kulturen für den Endzustand, für die „selige Ewigkeit“ hält, benutzt der Erwachte als Schritte und Stufen zur Entwicklung, zur wahren Vollkommenheit. Nachdem diese Weltentwöhnung sich im vierten Entrückungsgrad zur vollkommenen Reine entwickelt hat, zur Vollendung des *samādhi*, da beginnt nun der Übergang zur dritten und letzten Entwicklungsstufe: Es beginnt nach dem Gleichnis des Erwachten der Durchbruch und Ausschluß des Kükens durch

die Eischale zum Leben. So wie das Küken erst nach dem Durchbruch das Empfinden hat zu leben, so auch beginnt nun ein Erleben völlig anderer Art, ein Erleben, das dem normalen westlichen Menschen so fern ist, dass er an eine solche Möglichkeit gar nicht denkt. Dieses Erleben führt zu dem endgültigen Loslassen der letzten Leidensmöglichkeiten, der letzten Endlichkeiten und Wandelbarkeiten und ermöglicht das vollkommene Heil:

## Die drei Weisheitsdurchbrüche

### 1. Weisheitsdurchbruch

*Nachdem sein Herz solcherart geeint, geläutert, gereinigt, fleckenlos, trübungsfrei, sanft, fügsam und ohne Willkür, vollkommen still geworden ist, da richtet er es auf die erinnernde Erkenntnis früherer Daseinsformen:*

*So kann er sich an manche verschiedene frühere Daseinsform erinnern: als wie an ein Leben, dann an zwei Leben, dann an drei Leben, dann an vier Leben, dann an fünf Leben, dann an zehn Leben, dann an zwanzig Leben, dann an dreißig Leben, dann an vierzig Leben, dann an fünfzig Leben, dann an hundert Leben, dann an tausend Leben, dann an hunderttausend Leben.*

*Dann an viele Äonen, in denen sich das Weltall zusammenzog, viele Äonen, in denen sich das Weltall ausdehnte, viele Äonen, in denen sich das Weltall zusammenzog und ausdehnte: „Dort wurde ich soundso genannt, war von solcher Familie, mit solcher Erscheinung, solcherart war meine Nahrung, so mein Erleben von Glück und Schmerz, so meine Lebensspanne; und nachdem ich von dort verschieden war, erschien ich woanders wieder; dort wurde ich soundso*

*genannt, war von solcher Familie mit solcher Erscheinung, war meine Nahrung solcherart, so mein Erleben von Glück und Schmerz, so meine Lebensspanne; und nachdem ich von dort verschieden war, erschien ich hier wieder.“ So erinnert er sich mancher verschiedenen früheren Daseinsform mit je den karmischen Zusammenhängen und Beziehungen.*

*Gleichwie etwa, wenn ein Mann von seinem eigenen Dorf in ein anderes ginge, von dort wieder in ein anderes und dann in sein eignes Dorf zurückkehrte. Er könnte denken: „Ich ging von meinem eigenen Dorf zu jenem Dorf und dort stand ich auf diese oder jene Weise, saß ich, sprach und schwieg ich auf diese oder jene Weise; und von jenem Dorf ging ich zu jenem anderen Dorf und dort stand ich auf diese oder jene Weise, saß ich, sprach und schwieg ich auf diese oder jene Weise; und von jenem Dorf kehrte ich in mein eigenes Dorf zurück.“*

*Ebenso erinnert sich ein Mönch an manche verschiedene frühere Daseinsform.*

*Das aber wird, Brahmane, die Spur des Vollendeten genannt, wird die Bahn des Vollendeten genannt, wird die Erfahrungsweise des Vollendeten genannt.*

*Doch hier kommt wahrlich der erfahrene Heilsgänger noch nicht zu dem Schluss: „Vollkommen erwacht ist der Erhabene, gut dargelegt ist vom Erhabenen die Wahrheit, richtig geht danach die Mönchsgemeinde vor.“*

Wer die Weltlosigkeit in der weltbefreiten Entrückung erlebt hat, der hat damit die in der gesamten sinnlichen Wahrnehmung unmögliche und undenkbbare Erfahrung gemacht, dass die Weltlosigkeit nicht als das gefürchtete Nichts, sondern als selige Befreiung und Freiheit von Kommen und Gehen, ja, von aller Endlichkeit und Verletzbarkeit erlebt wird. Von dieser

Erfahrung her erkennt er, dass innerhalb der sinnlichen Erfahrung nie Unverletzbarkeit und Unsterblichkeit sein kann, sondern immer nur Wechsel und Wandel des sinnlosen Kreislaufs zwischen der Täuschung von Beständigkeit und Leiden. Groß und frei wird ein in der Erfahrung der weltlosen Entrückungen gebadeter Geist gegenüber der gesamten Welterscheinung; klein und nichtig wird ihm alles Erschienene. Von einem solchen Geist gilt, wie der Erwachte es ausdrückt: *Uneingepflanzt verharrt er, und nichts in der Welt ergreift er mehr. (M 10)*

Durch die vorangehende Reinigung und Abwendung vom Welterlebnis ist sein Herz nun *geeint, geläutert, gereinigt, fleckenlos, trübungsfrei, sanft, fügsam und ohne Willkür, vollkommen still*. Und mit diesem Herzen, frei von Weltlichkeit, vermag er nun Dinge zu sehen, die seine Weisheit zur Vollendung bringen.

Die Rückerinnerung ist aber keine Vision, kein Sehen überweltlicher Dinge, die etwa anderen Dimensionen angehören, sondern sie hat ganz den Charakter der Erinnerung. Wenn wir uns an irgendeinen Vorgang von gestern oder vorgestern erinnern, dann „sehen“ wir ihn auch wieder im Geiste, aber nicht wie ein Bild außerhalb, sondern als das Wiederauftauchen einer früheren Einprägung. Dasselbe geschieht bei der rückerinnernden Erkenntnis früherer Daseinsformen. Indem wir diese Vorgänge im Geist sehen, da wissen wir, dass es wirklich so war - wir „erinnern“ wieder, wie wenn ein Mensch sich plötzlich erinnert, dass er gestern unterwegs einen bestimmten Bekannten getroffen und mit ihm ein besonderes Problem besprochen hatte - und wie er mit der Erinnerung sogleich weiß, dass das ja so war, dass es ihm nur entfallen war - ganz ebenso weiß, wer sich der früheren Daseinsformen erinnert - zunächst des jüngst vergangenen Erlebens, dann der weiteren - dass dies ja tatsächlich so war, dass er es nur vergessen hatte, vergessen hatte durch den Wust der groben sinnlichen Erlebnisse, der angenehmen und unangenehmen, die ihn seit seiner jüngsten Geburt teils entzückt und teils abgestoßen hatten. Nun aber, von all diesem Gewölk befreit, ist ihm jede

Vergangenheit so nahe wie die Gegenwart. Nun sieht er erst, wie lange er schon wanderte, dass er schon immer wanderte, dass kein Anfang zu sehen ist.

Die Übersetzer sagen meistens, dass er sich „vergänger Daseinsformen“ erinnert, und für das normale Verständnis des westlichen Menschen muss man auch so übersetzen. Aber wörtlich spricht der Erwachte von „früheren Wohnungen“. So finden wir in der indischen wie auch in der gesamtorientalischen Lyrik immer wieder den Vergleich mit dem Daseinspilger, der jeden Abend eine andere Herberge findet, einmal eine gute, einmal eine schlechte, - schreckliche und beglückende, herrliche und entzückende Herbergen. Man gerät nicht zufällig in die gute oder in die schlechte, sondern je nachdem, wie das Herz, der Charakter, das Wesen auf dieser Wanderung unter den Einflüssen der Erlebnisse und je nach der denkerischen Verarbeitung der Erlebnisse dunkler oder heller geworden ist, gemeiner oder edler.

Wir unterscheiden bisweilen zwischen dem jungen unerfahrenen Menschen und dem alten lebenserfahrenen. Damit bringen wir zum Ausdruck, dass der junge Mensch sich in das Leben und seine Gesetze noch ebenso wenig eingefunden hat, wie etwa ein Handwerkerlehrling in den ersten Wochen der Lehrzeit bei seinem Meister in den Umgang mit den Gegenständen seines Handwerks; dass aber der alte lebenserfahrene Mensch das Leben in seinen vielfachen Möglichkeiten und Unmöglichkeiten gut kennengelernt hat, es zu handhaben und sich ihm zu fügen versteht und kaum noch Überraschungen erfährt.

Aber bei der Rückerinnerung an ungezählte Leben geht es um Lebenserfahrung von einer ganz anderen Dimension. - Der alte Mensch, der sein diesseitiges Leben so kennt wie der alte Meister sein Handwerk, weiß doch nichts von den Ursachen und Folgen dieses seines Lebens. Für ihn begann das Leben mit der Geburt und endet mit dem Tod. Er mag auch, wenn er religiös ist, daran glauben, dass er nach dem Tode irgendwie weiterlebt, aber sein Denken ist fast vollkommen erfüllt von



den diesseitigen Erfordernissen, Vergnügungen und Leiden.

Die Rückerinnerung aber sprengt alle Grenzen und Horizonte. Unsere sinnliche Wahrnehmung errichtet um uns eine Mauer. Die Mauer hinter uns verbirgt alles, was vor der Geburt war; wir können nicht durch sie hindurchblicken. Die Mauer vor uns bedeutet den Tod, über sie hinaus können wir nicht blicken. Mit der Rückerinnerung aber verschwinden alle Mauern und Barrieren. Der sich Rückerinnernde sieht zunächst mit großer Verwunderung sein voriges Leben und ist nicht nur verwundert darüber, dass er da Dinge sieht, die er vorher nie geahnt hat, sondern auch verwundert darüber, dass er dieses alles, das er jetzt wieder erinnert, vergessen konnte.

Die Geburt seines jüngsten Körpers hatte er so ganz natürlicherweise als seinen Anfang, als sein persönliches Entstehen empfunden. Jetzt aber sieht er, dass er sein vorheriges Dasein nur vergessen hatte und mit dem neuen Körper anfang wie bei einem neuen Anfang.

Aber noch mehr offenbart die rückerinnernde Erkenntnis früherer Daseinsformen und erweitert damit Wissen und Kenntnis des Erfahrenden über alle Maßen: Er sieht sich nicht nur in den menschlichen Lebensformen aller Grade und Arten, sondern er sieht sich ebenso ungezählte Male in unendlich vielfältigen anderen Daseinsformen: in übermenschlichen Formen, angefangen von solchen, die den menschlichen weitgehend ähneln, bis zu solchen von vollständiger Unvergleichbarkeit in Seligkeit, Lebensdauer und Lebensumständen oberhalb des Menschentums - und er sieht sich ebenso in untermenschlichen Daseinsformen, angefangen von solchen, die den menschlichen weitgehend ähneln, bis zu solchen von vollständiger Unvergleichbarkeit an Entsetzen, an Lebensdauer und Lebensumständen. Er sieht sich in Himmeln und Höllen aller Grade, in Entzücken und Entsetzen aller Grade, in Leichtigkeiten und Erschwernissen, in Helligkeiten und Dunkelheiten, in Heiterkeiten und Beklemmungen, in Seligkeiten und Qualen.

Er sieht auch, wie er oft in den jeweiligen Leben versäum-

te, sich diejenigen Dinge anzueignen, die sein späteres Leben hätten erhöhen, erhellen, erweitern und vergrößern können. Während er seit undenkbaren Zeiten auf der Wanderung ist, alle Leiden schon unendliche Male erlitten hat, alle Hoffnungen schon unendliche Male gehegt hatte und alle Enttäuschungen schon ungezählte Male hat durchmachen müssen - in jedem neuen Leben weiß er nichts davon. Immer wieder fängt er in neuen Leben mit einem neuen Körper an, aber sein Charakter, sein gesamtes inneres Gewolle mit Gier und Hass, mit Neid und Hochmut und Geltungsdrang, mit Mitleid und Sehnsucht nach dem Größeren läuft in jedem neuen Leben so, wie er es in den vorherigen Leben unwissend unter dem Einfluss irgendeiner Weltanschauung nach und nach gebildet hat. Das ist das, was der Erwachte unter Wahnwissen (*avijjā*) versteht.

In der Rückerinnerung erfährt er die ununterbrochene Kette seines Wirkens und die ununterbrochene Kette der an ihn herantretenden Ereignisse und Begegnungen - da er von ihnen nicht mehr freudig oder leidig bewegt und erschüttert wird - in aller Klarheit. Und da seine heilig-nüchterne Aufmerksamkeit keinen Augenblick unterbrochen ist, so erfährt er nun in der Erinnerung auch alle jene tieferen, verborgeneren aktiven und passiven Erlebnisse, die er früher nicht beachtet hatte. Dabei erkennt er mit einer bisher noch nicht erlebten Kontinuität, wie alle seine früheren Gedanken, Worte und Taten entstanden waren als Reaktionen auf die an ihn herangetretenen Erlebnisse, die freudigen und leidigen, in der Begegnung mit Wesen und Dingen. Und er erfährt, dass durch dieses reaktive Denken, Reden und Handeln auch wieder die folgenden Erlebnisse mit den Wesen und Dingen in ihrer freudigen oder leidigen Qualität gebildet wurden. Diese Begegnungen riefen wiederum seine Reaktion hervor, die wiederum das Erleben von Reaktionen der Umwelt hervorrief - und so fort in endlosem Zusammenhang.

So erkennt, wer sich der vergangenen Leben erinnert: Je mehr das Unwissen über die Bedingungen für helleres und dunkleres, glückliches und schmerzliches Leben zunimmt, um

so mehr auch nehmen Gier und Hass zu mit daraus folgendem Elend und Entsetzen. Je mehr aber das Unwissen über die Bedingungen für helleres und dunkleres, glückliches und schmerzliches Leben abnimmt, um so mehr auch nehmen Gier und Hass ab, und um so mehr weicht die mit Gier und Hass gegebene Blendung, und um so mehr nehmen infolge davon auch Elend und Entsetzen ab.

So erfährt er in rückerinnernder Schau die Bestätigung einer der Hauptaussagen des Erwachten, dass Gier, Hass, Blendung die Wurzel des Elends und Leidens sind. Er sieht, dass sein endloser Wandel durch die zahllosen Leben nichts anderes war als ein Pendeln zwischen einer Zunahme von Gier, Hass, Blendung und einer Abnahme von Gier, Hass, Blendung in endlosem Auf und Ab ohne endgültige Auflösung, ohne Ausweg.

Er sieht in rückerinnernder Schau, dass dieses Begehren, Hassen und Unwissen, die Gesamtheit der die Wesen bewegenden Tendenzen, der durchgehende Grundzug ist, der, wenn durch den Fortfall des Leibes das eine Leben beendet wird, sich wieder einen neuen Leib schafft, ihn aber - wenn auch äußerlich in neuer Form - doch nach der alten Weise handeln lässt: neue Erfahrungen und Belehrungen werden aufgenommen, ein neuer Geist wird gebildet. Aber die alten Triebkräfte, das alte Begehren, Hassen und Unwissen lenken und bewegen die neue Form in den neuen äußeren Umständen.

Er sieht, dass alle Erlebnisbereiche - auch die erhabenen formfreien - ebenso wie der Bereich des hiesigen menschlichen Lebens, wie geistige Gespinste sind, wie tiefe, selbstvergessene Träume, gesponnen aus den jeweiligen Qualitäten des Begehrens und Hassens. Er sieht, wie er in „vergangenen Zeiten“, befangen in dem jeweiligen Gespinst durch all sein Denken, Reden und Handeln, bereits spann und knüpfte für die späteren Wahngespinnste, in denen befangen, er wiederum zu leben wähnte. Und so sieht er, dass die endlose Existenz ein unendliches Fließen von Träumen, von Wahnträumen, von lichten und dunklen, ist, eine Kette von Schmerzen und Qua-

len, Freuden und Verzückungen, Ängsten und Hoffnungen im ständigen Wechsel, die aneinandergereiht sind ohne Anfang - ohne Anfang.

Im nachträglichen erinnernden Anschauen aber ist er nicht mehr befangen und gefangen in diesen Gespinsten, denn er steht nun auf dem unbegrenzten Hintergrund und Untergrund, den er durch das Erlebnis der weltlosen Entrückungen kennengelernt hat, abseits aller Grenzen und Formen im Unendlichen. Er sieht, dass jedes vergangene Leben eine Befangenheit in einem der selbstgesponnenen Netze war und ein Unwissen um die endlose Wiederholung dieser endlichen Netze. Das Nichtwissen dieses Tatbestandes war die Bedingung für das unendliche Hinauf und Hinab im Hellerwerden und Dunklerwerden ohne Anfang - ohne Anfang - so erkennt er jetzt.

Er blickt jetzt mit seinem klaren unbefangenen Herzen auf diese Lebensräume ganz ebenso wie ein aus dem Schlaf Aufgewachter auf seinen nächtlichen Traum; dabei erkennt er, dass nicht ein Ich träumt, dass vielmehr das „Ich“ selber geträumt ist; das Ich ist ein Inhalt, ein Produkt der Träume, ist eine Blendung, eine Täuschung aus Gier und Hass und kann deshalb nicht mehr bestehen, wenn Gier und Hass aufgelöst sind. Jeder Lebenstraum war ein unterschiedlicher Grad von Unwissen, Unkenntnis und Verblendung, durch welchen unterschiedlicher Durst entstand, unterschiedliches Geneigtsein, unterschiedliches Begehren und Lechzen nach diesem und jenem. Er sieht, dass dieser durch Gier und Hass und Blendung bedingte, immer wieder sich wandelnde Durst die Motorik und Steuerung ist innerhalb der gesamten Existenz. Der Durst ist das den Tod Überdauernde, „Wiederdaseinsäende“. Wenn ein Leib fortfällt, eine menschliche, eine übermenschliche oder eine untermenschliche Erscheinungsform, dann springt der innewohnende Durst über und ergreift unter den aus dem früheren Sinnen und Erwägen gewebten Traumlebensschleiern denjenigen, der seiner gegenwärtigen Beschaffenheit zugänglich ist, der ihm am meisten entspricht. So erscheint, vom Durst ergriffen und aufgebaut, das jener Lebens-

ebene entsprechende Werkzeug als Werkzeug des Durstes, aus Begehren und Verlangen geschaffen, um die tausendfältig ersehnten Befriedigungen zu ermöglichen.

So erkennt er, dass Geburt und Tod nur ein Wechsel ist zwischen den Formen (und vorübergehenden Formfreiheiten), wie die Nacht ein Wechsel ist zwischen zwei Tagen in unendlicher Wiederholung von Imaginationen in allen Wandlungsmöglichkeiten.

Durch diese Rückerinnerung ist der Mönch in seiner geistigen Potenz über alle uns vorstellbaren Maße hinausgewachsen. Er blickt anders auf Welt und Dasein als der Mensch. Dennoch sagt der Erwachte, dass er auch damit erst auf die Spuren des Vollendeten gestoßen ist, aber noch nicht zu der Größe des Vollendeten gewachsen ist, noch nicht den Vollendeten ermessen und erkennen kann, dass dazu noch mehr gehört. Und dann nennt der Erwachte den zweiten Weisheitsdurchbruch:

## 2. Weisheitsdurchbruch

*Nachdem sein Herz solcherart geeint, geläutert, gereinigt, fleckenlos, trübungsfrei, sanft, fügsam und ohne Willkür, vollkommen still geworden ist, da richtet er es auf die Erkenntnis vom Sterben und Wiedererscheinen der Wesen.*

*Er sieht mit dem feinstofflichen Auge, dem gereinigten, über menschliche Grenzen hinausreichenden, die Wesen sterben und wiedererscheinen, gemeine und edle, schöne und unschöne, glückliche und unglückliche. Er sieht, wie die Wesen je nach dem Wirken wiederkehren: Diese lieben Wesen, die mit Taten, Worten und im Denken Übles gewirkt haben, die Heilsgänger geschmäht haben, die falsche Ansichten hatten und entsprechend gewirkt haben, sind bei Versagen des Körpers nach dem Tod auf den Abweg gelangt, auf*

*schlechte Lebensbahn, zur Tiefe hinab in untere Welt.*

*Jene lieben Wesen, die mit Taten, Worten und im Denken Gutes gewirkt haben, die Heilsgänger nicht geschmäht haben, die richtige Ansichten hatten und entsprechend gewirkt haben, sind bei Versagen des Körpers nach dem Tod aufwärts gelangt, auf gute Lebensbahn, in selige Welt.*

*So sieht er mit dem feinstofflichen Auge, dem gereinigten, über menschliche Grenzen hinausreichenden, die Wesen sterben und wiedererscheinen, gemeine und edle, schöne und unschöne, glückliche und unglückliche. Er sieht, wie die Wesen je nach ihrem Wirken wiederkehren.*

*Gleichwie wenn es zwei Häuser mit Türen gäbe, und ein Mann mit guter Sehkraft stünde zwischen ihnen und sähe, wie die Leute die Häuser betreten und verlassen und an ihm vorbeigehen. Ebenso sieht ein Mönch mit dem feinstofflichen Auge, dem gereinigten, über menschliche Grenzen hinausreichenden, die Wesen sterben und wiedererscheinen, gemeine und edle, schöne und unschöne, glückliche und unglückliche. Er sieht, wie die Wesen je nach ihrem Wirken wiederkehren.*

Wenn ein solcher um sich herum Wesen sieht, die hohen und die menschnahen Götter, die Menschen und Tiere der unterschiedlichsten Art und die untermenschlichen Geister, da sieht er auch deren Kommen und Gehen, ihr fortgesetztes Geborenwerden, Altern und Sterben und Wiedergeborenwerden. Er sieht durch die Schale, die uns allein sichtbare, hindurch das eigentliche, das geistige Triebwerk, das, was die Körper bewegt und einsetzt zum Tun und Lassen, zu guten und üblen Taten. Er sieht im sogenannten Tod die Schale zerbrechen, das Triebwerk in einer Form, die seiner Qualität entspricht, he-

raussteigen und dort wieder Schale anlegen, wo es hingehört nach seinem Wesen. Dieser Anblick ist dem so Gewachsenen so selbstverständlich, wie wenn er mit dem irdischen Auge die Wesen die Häuser verlassen sieht, die Straßen überquert und in andere Häuser eintreten sieht, und andere Wesen, ohne in Häuser einzutreten, die Straße entlang wandern.

Wir sehen nur die Schale. Wir erkennen bei allen Wesen nur die aus Knochen und Fleisch bestehenden Gestalten, wir sehen nicht das Triebwerk; wir sehen diese Gestalten im Tod hinfallen, regungslos werden und zerfallen zu Erde, aus welcher sie auch entstanden sind. Wir sehen nur das Bewegte, nicht das Bewegende. Das ist Wahn. So glauben wir auch bei uns selbst fast nur an das Bewegte, an den Körper und nehmen an, dass dessen Ende auch unser Ende sei. Darum können wir nicht bedenken, dass wir weiter da sein werden je nach der Qualität unseres Triebwerks, unseres Herzens, unserer Seele, dass wir immer weiterhin ernten, wie wir gesät haben, und dass das ganze Säen und Ernten sinnlos und zwecklos ist - manchmal mit mehr Mühsal und Schmerzen, manchmal mit weniger Mühsal und Schmerzen, aber nie heil.

Auch aus dem Bereich der christlichen Erfahrung liegen viele Berichte über das Verschwinden-Erscheinen der Wesen, über die Sicht in die jenseitigen Folgen diesseitigen Wirkens vor.

*Seuse-Suso*, ein christlicher Mystiker (1295-1365), berichtet von sich selbst (er spricht von sich in der dritten Person) unter der Überschrift „*Von mancherlei Gesichtern*“<sup>93</sup> wie folgt:

*„In denselben Zeiten hatte er gar oftmals Gesichte von künftigen und verborgenen Dingen. Und es ließ ihn Gott, soweit es denn sein konnte, klar erkennen, wie es im Himmelreich und in der Hölle und im Fegefeuer aussieht. Gewöhnlich erschienen ihm viele Seelen, wenn sie von dieser Welt geschieden waren, und taten ihm kund, wie es ihnen ergangen sei, womit sie ihre Leiden verschuldet hätten und wodurch*

---

93 Deutsche Schriften von Heinrich Seuse, Inselverlag 1924, Seite 21

*man ihnen helfen könne oder wie ihr Lohn von Gott sei...*

*Sein eigener Vater, der ganz besonders der Welt Kind gewesen war, erschien ihm bald nach seinem Tode und zeigte in einem jammervollen Bilde sein schreckliches Fegefeuer, auch, wodurch er es allermeist verschuldet hatte, und sagte ihm, wie er ihm helfen solle. Und das tat er. Er zeigte sich ihm danach und sagte ihm, dass er davon befreit worden sei.*

*Seine selige Mutter, durch deren Herz und Liebe Gott Wunder wirkte zu ihren Lebzeiten, erschien ihm auch in einem Gesichte. Sie zeigte ihm den großen Lohn, den sie von Gott empfangen hatte. Desgleichen geschah ihm von unzählig vielen Seelen; hieraus schöpfte er Freude, und es gab ihm oft einen vorbildreichen Halt bei der Lebensweise, die er damals führte.*

Ebenso berichtet ein anderer christlicher Mystiker, *Jan von Ruysbroeck* über solche Erfahrungen.

In den Lehrreden (D 18 u.a.) wird berichtet, wie der Erwachte über Mönche und Nonnen, über Anhänger und Anhängerinnen nach ihrem Tode aussagt, welchen weiteren Weg sie genommen haben entsprechend ihrer Entwicklungsrichtung und was sie noch erreichen werden.

Der Erwachte gibt solche Auskünfte nur auf Befragen und mit Zurückhaltung und zwar hauptsächlich dann, wenn viele derjenigen, zu denen er spricht, den Abgeschiedenen kannten. Indem sie vom Erwachten hören, dass der Betreffende mit der ihnen so und so bekannten inneren Wesensart und äußeren Verhaltensweise und Bemühung jetzt nach dem Tode irgendwelche höheren Daseinsformen oder die völlige Versiegung aller Wollensflüsse/Einflüsse erreicht hat, so gewinnen sie noch mehr Impulse, dem Betreffenden nachzueifern.

Aus dem immer umfassender werdenden Durchblick durch die Existenz und aus der daraus hervorgehenden Universalität des Geistes erwächst nun die Erlösung wie von selber. Man kann sich vorstellen, mit welchen Empfindungen der so weit Gewachsene sich nun von seiner Vergangenheit für immer löst



und wie er diese als einen schweren, schweren Alpdruck abtut, endgültig hinter sich lässt. Das ist es, warum die Vollendeten sich als Ärzte bezeichnen, die von der Daseinskrankheit im *Samsāra*-Leiden endgültig befreit sind. Es sind die letzten und höchsten Einsichten, die den Mönch zu dem führen, was der Erwachte als den dritten Weisheitsdurchbruch beschreibt:

### 3. Weisheitsdurchbruch

*Nachdem sein Herz solcherart geeint, geläutert, gereinigt, fleckenlos, trübungsfrei, sanft, fügsam und ohne Willkür, vollkommen still geworden war, da richtete er es auf die Erkenntnis der Versiegung aller Wollensflüsse/Einflüsse.*

*„Das ist das Leiden“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist die Leidensursache“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist die Leidensbeendigung“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist der zur Leidensbeendigung führende Pfad“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß.*

*„Das sind die Wollensflüsse/Einflüsse“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist der Wollensflüsse/Einflüsse Ursache“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist der Wollensflüsse/Einflüsse Beendigung“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist der zur Beendigung der Wollensflüsse/Einflüsse führende Weg“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß.*

*So erkennend, so sehend, wird das Herz erlöst von allen Wollensflüssen/Einflüssen durch Sinnensucht, durch Seinwollen, durch Wahn.*

*Mit der Erlösung gewinnt er das Wissen: „Erlösung ist. Beendet ist die Kette der Geburten, vollendet der Reinheitswandel; getan ist, was zu tun war. Nichts mehr nach diesem hier“, das hat er nun verstanden.*

Der hier beschriebene dritte Weisheitsdurchbruch allein ist es, durch welchen der Mönch endgültig erlöst wird, ein Geheilter, Genesener wird, der von keinerlei Daseinsmöglichkeiten mehr getroffen, beeinflusst, bewegt und gerissen werden kann, dessen Wesen der Erwachte mit einem Diamanten vergleicht, der bekanntlich nach alter Auffassung unzerstörbar ist. Das ist ein Gleichnis für den Heilsstand. Die Geheilten haben das *Samsāra*-Gesetz, dem wir unterliegen, aufgehoben, sind davon frei, weil sie sich abgelöst haben von den fünf Zusammenhäufungen.

Das zeigt der Erwachte in einem anderen Gleichnis (D 2): Ein Alpensee mit all seinem Inhalt - Muscheln, Sand, Fische und anderes Getier - gilt für die Existenz, gilt für den *Samsāra* mit all seinen Stationen, mit den höchsten Geistern, Göttern, Menschen, Tieren, Dämonen, kurz: er gilt für die fünf Zusammenhäufungen. Wir alle sind in diesem *Samsāra*-See. Aber der Geheilte wird verglichen mit einem Mann, der am Ufer des Sees steht, unerreichbar von dem Wasser. Er häuft keine Zusammenhäufungen mehr zusammen, er *hat* keine fünf Zusammenhäufungen. Über allem stehend, sieht der Geheilte, dass er einem geistigen Wahngespinnst erlegen war, solange er den Wahn nicht durchschaute und sich deshalb den angenehmen Bildern hingeeben hatte und darum von den unangenehmen schmerzlich betroffen wurde. Durch die Hingabe hatte er sich hineingewebt, wurde verletzbar, wurde verletzt. - Jetzt ist er aus diesem Alptraum erwacht und sieht, dass das, was er für lebendiges Leben und Erleben gehalten hatte, von ihm selbst Gesponnenes ist. In diesem Anblick ist er endgültig aus dem Daseinswehe herausgestiegen, ist in keiner Weise mehr treffbar. Er hat das Todlose erlangt. - Man kann über diesen Zustand, über das *Nirvāna*, nicht viel sagen. Aber man kann vielleicht durch ein Gleichnis eine Annäherung versuchen:

Ein Mann war lange in einer Fabrikhalle, in der schwere Stanzen und Fallhämmer dröhnen, Fräsmaschinen und Stahlsägen kreischen; dann verlässt er die Halle durch die Tür zum Schreibmaschinensaal. Indem er sie hinter sich schließt, emp-

findet er trotz der Geräusche der Schreibmaschinen zunächst eine wohltuende Ruhe. Bleibt er aber längere Zeit in dem Schreibmaschinensaal, dann empfindet er diesen Aufenthalt nicht mehr als wohltuende Ruhe, sondern steht ihm gleichgültig gegenüber. Wie sehr geräuschvoll, wie lärmvoll auch der Schreibmaschinensaal noch ist, kann er erst dann wissen und beurteilen, wenn er die lautereren Geräusche des dröhnenden Fabrikraums vergessen, sich ihrer entwöhnt hat und geringere Geräusche oder gar volle Stille kennt. Wenn er den Schreibmaschinensaal verlässt, die Tür hinter sich schließt, aus dem Haus in einen stillen, sonnigen Garten eintritt, wo er nichts anderes hört als ein fernes leises Glockenläuten, dann wird ihm deutlich bewusst, wie geräuschvoll auch der Schreibmaschinensaal war, und er empfindet diese jetzige Situation als wahrhaft friedvoll und ruhig. Wenn er nun seinen Geist und sein Herz noch ganz befreit von Hetze und Umtrieb, von weltlichem Sorgen und Bekümmern, wenn er in dieser friedvollen Landschaft immer beruhigter und ruhiger wird, dann merkt er in dieser tiefen inneren Stille immer mehr den silbernen Klang der fern läutenden Glocken. Er mag diesen Ton, da er so viel gröbere Geräusche erfahren hat, zunächst als besonders wohltuend empfinden. Aber wenn dann auch noch jener ferne Glockenhall verklungen ist, dann erfährt er erst, was wahre Stille ist; er erfährt, dass auch der feinste und leiseste Ton doch immer ein Ton ist, ein Andrang ist, dass er Berührung schafft, dass durch ihn Innen und Außen, Bewegung und Erregung entsteht. Und er merkt nun, dass erst in der vollkommenen Stille auch vollkommener Friede ist und dass der vollkommene Friede eine größere Wohltat ist als auch die leiseste Bewegung und Beunruhigung.

Ebenso wie dieser Mann den Übergang von dem dröhnenden Fabrikraum zum Schreibmaschinensaal als wohltuend empfunden hatte, so auch empfindet der Mensch im Vorwärtsschreiten auf dem Läuterungsweg durch zunehmendes Wohlgefühl zunehmende Wohltat. Und ebenso wie der Mann, der aus dem Schreibmaschinensaal in die nur durch das Glocken-

geläut unterbrochene Stille des sonnigen Gartens eintretend, eine große Wohltat empfand, so auch empfindet der Mensch, der auf dem Läuterungsweg zum Erlebnis der weltlosen Ent-rückungen und zum Erlebnis der Weisheit durchgestoßen ist, eine Erhöhung und Erhellung seines Gefühls, die unvorstellbar wohlthuend ist. - Aber ebenso wie jener Mann die letzte Beru-higung erst erfährt, Frieden erst empfindet, nachdem auch der ferne Glockenton verhallt ist, so auch empfindet der Weise das Erlöschen des Daseinsbrandes als wahren Frieden.

Er merkt, dass Existenz in jeder Form ein Überdecken des ungewordenen und unveränderlichen *Nirvāna* ist, als ob Wol-ken sich vor den klaren unendlichen Himmel schoben oder die Stille durch Geräusche überdeckt würde. Er merkt: das *Nibbā-na* entsteht nicht, sondern bleibt übrig, wenn alles Bedingte fortfällt. Er ist über alles dürstende Ersehnen und Verlangen hinausgewachsen; sein Durst ist versiegt. Zur Erhaltung des Leibes tut er, was notwendig ist. Wo Hausleute und andere Mönche seiner bedürfen, dient er mit nie versagendem Rat und Zuspruch. Zu den anderen Zeiten aber verweilt er frei von Aktivität, allein in innerer Gelassenheit und Unangelegenheit, im Ungewordenen, jenseits aller Gewordenheiten und Wan-delbarkeit, im Unerregbaren, Unerschütterlichen und Unzer-störbaren.

Er weiß, dass dieses Heile, diese vollkommene Stille, die jetzt noch zeitweilig unterbrochen wird durch die - nur noch unbetroffen registrierten - Bedürfnisse des Leibes und andere von außen herantretende Anforderungen nach dem Wegfall des Leibes endgültig gewonnen ist und nie mehr verlorengehen kann.

Das ist das Endziel der Läuterung.

Das ist die vollendete Heiligkeit.

Das ist das Heil.

Nun ist dieser Geheilte dem Erwachten in der Erlösung gleichgeworden. Nun kennt er den Zustand des Geheiltseins. Darum sagt der Erwachte an dieser Stelle in unserer Lehrrede:

*Das wird die Spur des Vollendeten genannt, wird die Bahn des Vollendeten genannt, wird die Erfahrungsweise des Vollendeten genannt. Und hier ist nun, Brahmane, der erfahrene Heilsgänger zu dem Schluss gekommen: „Vollkommen erwacht ist der Erhabene, gut dargelegt ist vom Erhabenen die Wahrheit, richtig geht danach die Mönchsgemeinde vor.“ Und hier ist nun, Brahmane, der Vergleich mit der Elefantenspur vollständig ausgeführt.*

*Nach diesen Worten sprach der Brahmane Jānussoni zum Erhabenen also: „Vortrefflich, o Gotamo, vortrefflich, o Gotamo! Gleichwie etwa, o Gotamo, als ob einer Umgestürztes aufstellte oder Verdecktes enthüllte oder Verirrten den Weg wies oder Licht in die Finsternis brächte: „Wer Augen hat, wird die Dinge sehen“: ebenso auch hat Herr Gotama die Lehre auf gar mannigfaltige Weise dargelegt. Und so nehme ich bei Herrn Gotamo Zuflucht, bei der Lehre und bei der Jüngerschaft. Als Anhänger möge mich Herr Gotamo betrachten, von heute an zeitlebens getreu.“*

So hat der Brahmane Jānussoni die Worte des Erwachten richtig verstanden als eine Erweiterung und Erhöhung seiner Vorstellung von der Größe eines Vollendeten und damit - was wichtiger ist - für den Zustand der Vollendung. Um die Vollendung, um den Heilsstand, geht es dem Menschen, der sich im endlosen Umlauf des *Samsāra* weiß, getrieben von Gier, Hass, Blendung, weil nur durch die völlige Tilgung dieser drei Wurzeln allen Leidens und allen Übels der *Samsāra* mit all seinen Dunkelheiten und Leiden überwunden wird. Wer die Beschreibung dieser Übungen und ihrer Auswirkungen näher betrachtet, der erkennt daran, welche Eigenschaften abzutun und welche zu erwerben sind, um vom geistig-seelischen Zustand des Menschen bis zu dem erhabenen Zustand des von Gier, Hass, Blendung endgültig Genesenen, des

Geheilten, zu gelangen, für den es keinen *Samsāra* gibt.

Der Erwachte hat hier den Weg des Mönchs beschrieben, der unter seiner persönlichen Anleitung oder unter der Anleitung von ebenfalls zur Vollendung gelangten ausgereiften Mönchen möglichst noch in seinem gegenwärtigen Erdenleben den Heilsstand vollkommen gewinnen will. Das war schon damals nur einer verhältnismäßig kleinen Anzahl von Menschen möglich, die die entsprechenden inneren Voraussetzungen mitbrachten, während die allermeisten der vom Vollendeten belehrten Menschen - so auch hier der Brahmane Jānussoni - nicht innerhalb des Mönchsordens, sondern in ihrem bürgerlichen Leben in Familie und Beruf verbleibend, den vorgezeigten Weg mit ihren Mitteln und mit ihren Kräften verfolgten.

Indem sie wie hier der Brahmane Jānussoni zum Erhabenen, zu seiner Lehre und der Mönchsgemeinde „Zuflucht“ nahmen, d.h. sich dieser mit Geist und Herz anschlossen, die Lehre des Buddha zu ihrem Leitbild machten, da gewannen sie bald jenen entscheidenden Anblick über alles Wandelbare und Leidvolle, den sie nun nicht mehr loslassen konnten und der ihnen zum Leitbild und Richtweiser wurde für ihren weiteren Lebenswandel. Damit war sichergestellt, dass sie alle Leidensdinge im Lauf der Zeit nur immer mehr loslassen würden, nicht festhalten und nichts Neues ergreifen würden, so dass sie auf diesem Weg sich aus allen Dunkelheiten und Leiden immer mehr herausarbeiten bis zur Vollendung.

Diese Kenntnis aller Leidensdinge und damit die Fähigkeit des schrittweisen Loslassens und der schrittweisen Annäherung bis zur Vollendung des Heilsstands ist durch das gründliche Studium der Lehre des Buddha auch heute noch möglich.

DIE LÄNGERE LEHRREDE VOM GLEICHNIS  
VON DER ELEFANTENSPUR

28. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Die vier Heilswahrheiten umfassen  
alles mitteilbare Heilsame

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Sāvathī, im Siegerwald, im Garten Anāthapindikos. Dort nun wandte sich der ehrwürdige Sāriputto an die Mönche: Brüder Mönche! - Bruder! -, antworteten da jene Mönche dem ehrwürdigen Sāriputto aufmerksam. Der ehrwürdige Sāriputto sprach:*

*Brüder, so wie die Fußspur jedes Lebewesens, das sich gehend fortbewegt, in der Fußspur eines Elefanten Platz findet und die Spur des Elefanten von der Größe her an der Spitze aller Fußspuren steht - ebenso nun auch, ihr Brüder, ist alles Heilsame in den vier Heilswahrheiten einbegriffen. In welchen vier? In der Heilswahrheit vom Leiden, in der Heilswahrheit von der Leidensursache, in der Heilswahrheit von der Leidensauflösung, in der Heilswahrheit von der zur Leidensauflösung führenden Vorgehensweise.*

Unter allen Tieren hat der Elefant den größten Fuß, darum deckt und umfasst die von seinem Tritt hinterlassene Spur alle anderen Tierspuren. Ganz ebenso umfasst die Lehre der Erwachenden von den vier Heilswahrheiten das Gesamte dessen, was an Heilstauglichem mitteilbar ist, die vollständige Wahrheit vom Heil und seiner Erreichbarkeit, während jeder heilsame Gedanke, der irgendwann bei Menschen aufkommt, und jede heilsame Lehre, die irgendwann von einem Religionsgründer gelehrt wurde, immer nur ein Teil der Gesamtwahrheit ist. Dass es sich so verhält, haben schon viele Menschen, welche ursprünglich Anhänger anderer Religionen waren, bei

näherem Kennenlernen der Lehre des Erwachten bei sich erfahren: Sie verstanden ihre ursprüngliche Religion erheblich besser und tiefer und sahen zugleich, welche wichtigen Wahrheiten und Wegweisungen des Erwachten noch über jene anderen Religionen hinausführen.

Weil nun alle vier Wahrheiten *das Leiden* betreffen, sagen manche Menschen, die Lehre des Buddha sei pessimistisch und lebensverneinend. Diese übersehen, dass die dritte und vierte dieser Heilswahrheiten ja gerade von der *Überwindung* des Leidens handeln, während die ersten beiden Wahrheiten die leidigen Dinge innerhalb der Existenz nennen und bezeichnen. Jeder realistische und besonnene Mensch weiß, dass er Hindernisse, Widerstände oder Feinde nur dann überwinden kann, wenn er sie zuerst gründlich kennt und klar durchschaut. Ganz ebenso sagt der Erwachte, dass der Mensch seinen Hauptfeind und Urfeind, eben das *Leiden*, nur dann meiden und wirklich überwinden kann, wenn er alle Leidensquellen, auch die verborgenen, gut kennt. Die offenbaren Leidensquellen meidet ein besonnener Mensch schon aus eigener Erkenntnis; weil er aber viele verborgene Leidensquellen nicht kennt, darum gerät auch der besonnene Mensch weiterhin in Leiden.

Der Erwachte zeigt aus diesem Grund mit den beiden ersten Wahrheiten Umfang und Herkunft des Leidens und beschreibt in den zwei weiteren Wahrheiten, dass und wie man von dem gesamten Leiden endgültig frei werden kann. So stellen gerade diese vier Heilswahrheiten vom Leiden die positivste, realistischste und umfassendste Lehre von der Überwindung des Leidens dar. Sie gehen dem Übel bis an die Wurzel, um es dann von der Wurzel aus aufzulösen.

Die Beschreibung der ersten Heilswahrheit nimmt in unserer Lehrrede den Hauptteil ein, die zweite und dritte Heilswahrheit wird am Ende der Lehrrede in zwei Sätzen erwähnt.

Die erste Heilswahrheit vom Leiden

*Und was ist die Heilswahrheit vom Leiden?*



- a) *Geborenwerden, Altern, Sterben ist Leiden.*
  - b) *Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung sind Leiden.*
  - c) *Mit Unliebem vereint, von Liebem getrennt sein, ist Leiden.*
  - d) *Was man wünscht (ersehnt, begehrt) nicht erlangen, ist Leiden.*
- Kurz gesagt, die fünf Zusammenhäufungen sind Leiden.*

### *Geborenwerden ist Leiden*

Geborenwerden, Alter, Krankheit, Tod - das sind die Leiden an der zu sich gezählten Form, die jedes Wesen unendliche Male durchlebt hat und die jedem Wesen immer neu bevorstehen. Das neu geborene Wesen, das im Mutterleib im Fruchtwasser schwamm, keinen Nahrungsmangel kannte, ist mit dem Austritt aus dem Mutterleib, mit der Geburt, die auch für das Kind eine Qual darstellt, in einen ganz neuen Bereich versetzt, in dem - verglichen mit dem Zustand im Mutterleib - Not und Mangel vorherrschen. Wie sehr das Neugeborene diesen Wechsel als leidvoll empfindet, zeigt das Geschrei, mit dem das hilflose Wesen seine Wehgefühle kund gibt.

Mit der Geburt ist man in bestimmte Verhältnisse hineingeworfen: in einen bestimmten Leib bei bestimmten Eltern, in ein bestimmtes Volk und eine bestimmte Zeitsituation. Diesem Milieu ist man völlig hilflos ausgeliefert, von der Zuwendung der Eltern und anderer abhängig, die einst ebenso abhängig waren. Man wird geboren mit einst gewirkten bestimmten Eigenschaften und Leidenschaften, mit Trieben, deren Wucht man ausgeliefert ist. Man ist zunächst animalisch triebhaft wie ein Tier und muss alles Menschliche erst mühsam lernen.

Vor allem aber, und das ist das Entscheidende, geschieht dieses nicht nur einmal so. In jedem Erdenleben muss man wieder von vorn anfangen, muss laufen, sprechen, denken

lernen. Die neu eingesammelten Daten wirken als Barriere für die Nutzbarmachung aller Schätze früherer Erfahrungen, die uns normalerweise unzugänglich sind. So wird man als Unwissender in ein gefährdetes Dasein hineingeboren und der Ernte seines früheren Wirkens ausgeliefert, das man ebenso wenig kennt wie die Abgründe der eigenen Seele. Man findet sich vor und weiß nicht woher und warum und wohin. Das geht schon immer so und wird immer wieder so vor sich gehen. Alles, was ich jetzt weiß - „ich“, die souveräne, angesehene Persönlichkeit des Erwachsenen - wird zu nichts werden. Ich werde wieder ein schreiender Säugling sein, der im eigenen Unrat liegt, immer wieder, immer wieder, ohne Ende. Ich werde geboren und ich sterbe, ich lerne und vergesse.

So besteht das Leiden der Geburt nicht nur im körperlichen und seelischen Geburtsschmerz, sondern vor allem in dem endlosen Auf und Ab des immer wieder Geborenwerdenmüssens.

### *Altern, Krankheit ist Leiden*

Vom Augenblick der Geburt an beginnt das Altern. Das Pälwort für Altern bedeutet wörtlich „abnützen, sich mindern“. Wenn auch der Körper zuerst aufblüht und seinem Höhepunkt zustrebt, so zehrt er doch von der Geburt an seine Lebenskraft auf.

Der Körper selber ist wie eine große Wunde, die anfällig ist gegen starke Temperaturen und Temperaturschwankungen, gegen Krankheitserreger, gegen Schläge und Stöße, und trotz aller Sorgfalt kann man ihn nicht bewahren vor Krankheiten, die im schlimmsten Fall die ganze Lebenserwartung und -hoffnung zunichte machen können.

Und auch ohne Krankheiten beginnt irgendwann die sichtbare Abnützung. Man kommt schneller außer Atem, verträgt manche Nahrung nicht mehr, man lernt mühsamer, vergisst schneller, und auch die Knochen nutzen sich ab. Da schmerzt es, da zieht es, und sehen und hören kann man immer schlech-

ter. Und wie bald schwindet die Schönheit der Gestalt: die Haare, grau-weiß, fallen aus; die Zähne werden morsch. Die glatte Haut wird faltig und runzlig, und so schreitet der Prozess der Abnutzung, des Verfalls fort. Die Bekannten sterben, man wird einsam. Früher kam man aufs Altenteil, heute ins Altersheim.

Die Lebensgenüsse werden schmaler, die Kräfte nehmen ab. In einem deutschen Spruch des 16. Jahrhunderts heißt es:

*Zehn Jahr: kindische Art;  
zwanzig Jahr: ein Jungfrau zart;  
dreißig Jahr: im Haus die Frau;  
vierzig Jahr: ein Matron' genau;  
fünfzig Jahr: ein Großmutter;  
sechzig Jahr: des Alters Schudder;  
siebzig Jahr: alt, ungestalt;  
achtzig Jahr: mürb und kalt;  
neunzig Jahr: ein Marterbild;  
hundert Jahr: das Grab ausfüllt.*

### *Sterben ist Leiden*

*Es gibt nicht wirklich eigenen Besitz, alles verlassend muss man gehen, sagt der Mönch Ratthapālo (M 82). Das hier Begehrte, die angehäuften Schätze, Familie und Freunde muss man, wenn man mit dem Tod dieses Körpers diese Welt verlässt, zurücklassen. Man hat sich an sie gewöhnt, hat sie als eigen angesehen, hat seine Freuden durch sie bezogen, doch mit dem Tod ist das Gewohnte nicht mehr zugänglich, ist un erreichbar geworden.*

Wer aber nach dem Rat des Erwachten sich nicht nur den augenblicklichen Freuden und augenblicklichen Leiden hingibt, sondern immer wieder das Leben und seine Gesetze betrachtet und bedenkt und die vom Erwachten beschriebenen größeren Möglichkeiten in übermenschlichen Daseinsformen und die Möglichkeit der endgültigen Todüberwindung be-

trachtet, der kann dem jeweiligen Augenblick nicht mehr so verfallen wie der oberflächliche Mensch. Ihm ist die Unbeständigkeit vor Augen:

*Vom ersten Augenblick an, da man sich im sterblichen Leib befindet, geht im Menschen stetig etwas vor, was zum Tod führt. Die Wandelbarkeit arbeitet die ganze Zeit des irdischen Lebens daran - wenn man dies überhaupt Leben nennen will - dass man zu Tode kommt. Dem Tod ist jeder nach einem Jahr näher, als er das Jahr zuvor war, näher morgen als heute und heute näher als gestern, näher kurz nachher als jetzt und jetzt näher als kurz zuvor. Jede Spanne Lebenszeit verkürzt die Lebensdauer, und der Rest wird kleiner und kleiner mit jedem Tag, und die ganze Lebenszeit ist so nichts als ein Todeslauf, bei dem keiner auch nur ein wenig innehalten oder etwas langsamer gehen darf, vielmehr werden alle im gleichen Schritt gedrängt und alle zur gleichen Eile getrieben.*

*(Augustinus)*

Der Erwachte sagt in einem Gleichnis:

Wenn da von Osten ein Bote käme und meldete, es rücke ein gewaltiger Berg alles zermalmend heran, dann würde man nach Westen ausweichen. Aber da käme von dort ein Mann, voll Entsetzen berichtend, dass auch von Westen ein riesiges Bergmassiv heranrücke und alles Leben zerstöre. Man würde nach Norden fliehen - aber auch von da käme dieselbe Nachricht der Bedrohung. So bleibt nur die Flucht nach Süden - und da erscheint auch von dort dieselbe Schreckensnachricht. (S 3,25)

Diese vier Berge des Unheils, die sich drohend heranwälzen und mich zermalmen werden, sind Geburt, Alter, Krankheit und Tod. Das sind die vier großen Feinde des Lebens, das sichtbare Übel der Existenz.

*Man keimt in Schoßen, keimt in andren Welten*

*und kehrt im Wandelkreise hin und wieder,  
ergibt sich gern dem Wahne der Gewohnheit:  
und keimt in Schoßen, keimt in andren Welten. (M 82)*

*Kein Dasein hat Beständigkeit  
und kein Gebilde dauert an.  
Anrieselnd häuft es hier sich an,  
und rieselnd rinnt es schon davon. (Thag 121)*

*Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung  
sind Leiden. Vereint sein mit Unliebem,  
getrennt sein von Liebem ist Leiden*

- sind Leiden am Gefühl, wobei man wahrnimmt, dass man von Liebem getrennt ist, mit Unliebem vereint ist. Die Unermesslichkeit des Leidens, des Kummers und Jammers, der Verzweiflung, die jedes Wesen erfahren hat durch Trennung von Liebem nicht nur in diesem Leben, sondern in den ungezählten Leben schildert der Erwachte auch mit folgenden Worten:

*Was denkt ihr, Mönche, was ist wohl mehr: die Tränenflut, die ihr auf diesem langen Weg immer wieder zu neuer Geburt und neuem Tod eilend, mit Unerwünschtem vereint, von Erwünschtem getrennt, klagend und weinend vergossen habt - oder das Wasser der vier großen Meere? - So wie wir, o Herr, die vom Erhabenen gezeigte Lehre verstehen, sind von uns auf diesem langen Weg, während wir immer wieder zu neuen Geburten und neuen Toden eilten, mit Unerwünschtem vereint, von Erwünschtem getrennt, klagend und weinend, wahrlich mehr Tränen vergossen worden als Wasser in den vier großen Meeren enthalten ist. -*

*Gut, ihr Mönche, dass ihr die von mir gezeigte Lehre so versteht. Mehr Tränen freilich, ihr Mönche, habt ihr auf diesem langen Weg, immer wieder zu neuen Geburten und neuen Toden eilend, mit Unerwünschtem vereint, von Erwünschtem*

getrennt, klagend und weinend vergossen, als Wasser in den vier großen Meeren enthalten ist.

*Lange Zeiten hindurch habt ihr, Mönche, den Tod der Mutter erfahren, den Tod des Vaters - des Sohnes, der Tochter - der Geschwister erfahren. Lange Zeiten hindurch habt ihr den Verlust eurer Habe erlitten, lange Zeiten wart ihr von Krankheiten bedrückt. Und während ihr den Tod der Mutter, den Tod des Vaters, den Tod des Sohnes, den Tod der Tochter, den Tod der Geschwister, den Verlust des Vermögens, die Qual der Krankheit erfahrt, während ihr mit Unerwünschtem vereint, von Erwünschtem getrennt wart, da vergosset ihr von Geburt zu Tod, von Tod zu Geburt eilend, auf diesem langen Weg wahrlich mehr Tränen, als Wasser in den vier großen Meeren enthalten ist. (S 15,1-3)*

### *Was man begehrt nicht erlangen, ist Leiden*

*Ständig im Mangel ist die Welt, nicht zu befriedigen, ein Sklave des Durstes* sagt der Mönch *Ratthapālo* (M 82). Und dieser Durst lässt immer wieder Wehgefühle aufkommen, wenn Sehnsüchte nicht erfüllt werden. Des Menschen Glück und Unglück ist abhängig von der Spannung zwischen Verlangen und Erlangen. Selten oder so gut wie nie befindet sich der Mensch in der völligen Entspanntheit, indem er etwa ganz und voll erlangt, wonach ihn von Herzen verlangt. Denn selbst wo ein Begehren für die Dauer eines kürzeren oder längeren Erlangens völlig gestillt ist, da wohnen in demselben Menschen ja noch viele andere, oft einander ausschließende Bedürfnisse, Wünsche und Sehnsüchte, Zuneigungen und Abneigungen, auf welche das im jeweiligen Erlebnis Begegnende keine Rücksicht nimmt, und so befindet sich der Mensch zwischen Verlangen und Erlangen in Spannungen, die oft unerträglich werden können.

Zum Beispiel finden viele alte Menschen in ihrer Einsamkeit keine Kontakte zu ihren Nachbarn, ja, sie suchen sie nicht einmal. Eine innere Öde und Leere bewirkt bei ihnen zuneh-

mende Verdrießlichkeit. Den verlorenen und unerreichbar gewordenen äußeren Freuden des Lebens läuft ihr Geist immer wieder begehrlieh nach. So wird das Verlangen gemehrt und damit die Spannung zum Nichterlangen vergrößert, das Leiden vermehrt. Sie finden nicht hin zu den inneren Freuden, die hervorgehen aus herzlicher Aufgeschlossenheit für das Schicksal des Nächsten, aus der Anteilnahme und dem Bemühen um erhellende, wohltuende Gespräche, um Verständnis und Förderung, denn ihre Gedanken kreisen nur um die eigenen Wünsche. Manche sehen nicht einmal das Entgegenkommen des Nachbarn, so dass diese es bald aufgeben und sich zurückziehen. Da wird dann bei zunehmendem Verlangen das Erlangen noch geringer, das Leiden größer. Täglich begehen Hunderte von Menschen Selbstmord. Und es gibt nicht einen Selbstmord, der nicht durch die Unerträglichkeit der Spannung zwischen Verlangen und Erlangen bedingt wäre. Der Erwachte, der alle Daseinsmöglichkeiten überblickte, sah, dass nirgends ein Zustand von dauerhaftem Wohl besteht außer dem Nirvāna. Immer wieder reißt die Kluft zwischen Verlangen und Erlangen erneut auf, sie wird überhaupt nie endgültig geschlossen. Das ist das dem Menschen schmerzlich spürbare Leiden.

*Kurz gesagt: die fünf Zusammenhäufungen sind  
Leiden*

Alles, was irgend erfahren wird und erfahrbar ist, einschließlich des Ergreifens und Erfahrens selber, das ist immer irgendwie geartete Form (1), irgendwie geartetes Gefühl (2) oder Wahrnehmen (3) oder irgendwie geartete Aktivität (4) oder programmierte Wohlerfahrungssuche (5) - oder mehrere dieser Komponenten - oder alle Fünf zusammen. Außer diesen fünf Zusammenhäufungen in ihrem Zusammenspiel entsteht nichts, erscheint nichts, vergeht nichts. So sind diese fünf Zusammenhäufungen die Grundfaktoren der Existenz.

Die vom Erwachten genannten Leidensformen verteilen sich auf die ersten vier dieser fünf Zusammenhäufungen wie folgt - und damit erschöpfen sich die gesamten Leidensmöglichkeiten aller Wesen in allen Bereichen der Existenz:

Geburt, Alter, Krankheit und Sterben - das sind die Leiden, die an der Form erlebt werden.

Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung - das sind die Leiden, die am Gefühl erfahren werden.

Vereint sein mit Unliebem und getrennt sein vom Lieben - das sind die Leiden, die in der Wahrnehmung, im Erleben, erfahren werden.

Was man begehrt, nicht erlangen - das sind die Leiden, die man beim Anstreben, also in der Aktivität, erfährt.

Der fünften Zusammenhäufung, der programmierten Wohlerfahrungssuche, ordnet der Erwachte keine spezielle Leidensform zu. Denn sie ist die programmierte Aktivität, die durstgetriebene, im Geist ausgebildete Wohlerfahrungssuche, die die triebgeladenen Sinnesorgane an die gewünschten Objekte oder diese an den Körper führt, wodurch das Leiden fortgesetzt wird.

Das Leiden durchschauen, die erste Heilswahrheit begreifen, heißt also, die fünf Zusammenhäufungen zu betrachten. Diese fünf Zusammenhäufungen, die zusammen in ihrem automatischen Ablauf das Leiden in Gang halten, sind das Hauptthema unserer Lehrrede.

Die fünf Zusammenhäufungen (*upādāna-khandhā*)

*Was sind, Brüder, die fünf Zusammenhäufungen?*

*Die Zusammenhäufung Form,  
die Zusammenhäufung Gefühl,  
die Zusammenhäufung Wahrnehmung,  
die Zusammenhäufung Aktivität,  
die Zusammenhäufung  
programmierte Wohlerfahrungssuche.*



Der Pālibegriff *upādāna-khandhā* wird von den verschiedenen Übersetzern sehr unterschiedlich verdeutscht, z.B. mit „fünf Stücke des Anhangens“ oder „Daseins-Aggregate“ oder „Aggregat des Anhaftens“ oder „Greifegruppen“ oder „Die fünf Kategorien des empirischen Seinseindrucks“.

*Upādāna-khandhā* setzt sich zusammen aus den zwei Wörtern *upa-ādāna* und *khandha*. *Khandha* heißt so viel wie „Haufen“, „Häufung“, und in diesem Sinn auch „Stück“ oder „Teil“, denn auch was ein Teil eines Größeren ist, ist seinerseits doch eine Anhäufung von vielem Kleinen (auch ein „Stück Holz“ ist in Wirklichkeit eine Anhäufung von vielen „Holz“ genannten Teilchen). Das Wort *up-ādāna* besteht aus „*ādāna* = nehmen und der Vorsilbe *upa* = heran; *upa-ādāna* wird zusammengezogen zu *upādāna* und bedeutet „herannehmen“ oder „ergreifen“ oder „sich aneignen“. Und so bedeutet *upādāna-khandhā* durch Ergreifen entstandene Anhäufungen, Zusammenhäufungen.

Von diesen fünf Zusammenhäufungen können wir sagen, dass sie die gesamte Existenz ausmachen, dass sie alles, was überhaupt erscheint, samt dem Erscheinen selber und samt den Bedingungen des Erscheinens enthalten. Außer den fünf Zusammenhäufungen gibt es nichts. Wir können uns umsehen in unserem Leben, wo immer wir wollen - ob wir uns „nach außen“ oder „nach innen“ wenden, ob wir den Mikrokosmos und Makrokosmos in allen Richtungen durchschweiften oder ob wir in tiefen Meditationen oder auch in durchdringendem Weisheitsanblick in der rückerinnernden Erkenntnis vergangener Daseinsformen und in anderen übersinnlichen Zuständen tiefe und umfassende Einsichten gewinnen - alles, was nur irgendwie in dieser oder in anderer Weise erfahren wird und erfahrbar ist, das ist immer irgendwie geartete Form, irgendwie geartetes Gefühl oder Wahrnehmung oder irgendwie geartete Aktivität oder programmierte Wohlerfahrungssuche oder mehrere dieser Dinge oder alle Fünf zusammen. Außer diesen fünf Dingen tut sich nichts, erscheint nichts.

Der Erwachte/Sāriputto sagt, dass die fünf Zusammenhäufungen Leiden seien. Und das bedeutet: Innerhalb dieser fünf Zusammenhäufungen kann kein Wohl erlebt werden, das bestehen bleiben würde. Es mag hier und da scheinbares Wohl vorübergehend erfahren werden, aber alles wandelt sich immer wieder in Leiden um, auch wenn es im Anfang anders aussieht. Betrachten wir die fünf Zusammenhäufungen im Einzelnen.

Die Zusammenhäufung Form  
besteht aus vier großen Gewordenheiten

Man mag sich fragen, warum jede Übung, die der Erwachte nennt (so auch die Satipatthāna-Übungen) immer mit der Betrachtung der Form beginnt und nicht mit der Betrachtung des Gefühls als dem Bereich, wo das Leiden empfunden wird. Die Antwort lautet: Der normale Mensch sieht nicht auf das Innere, auf die Gefühle, sondern schaut nach außen auf die begehrten, gehassten oder gleichgültigen Dinge. Erst muss der Mensch den Unwert des als außen Erlebten erkennen, sehen, dass sie des Besitzes und der Gefühle nicht wert sind, dann erst kann sich der Mensch von den Gefühlen lösen. Wenn die Dinge dem Geist noch verlockend oder abstoßend erscheinen, wäre es sinnlos, die entstehenden Wohl- oder Wehgefühle auflösend betrachten zu wollen. Der normale Mensch nimmt die erschienene Form als Existenz-Grundlage, und darum muss auch der Übende in der praktischen Durchschauung von ihr ausgehen.

Sāriputto fragt und antwortet selber:

*Was ist, Brüder, die Zusammenhäufung Form? Die vier großen Gewordenheiten und was durch die vier großen Gewordenheiten als Form ergriffen wurde. Und was sind die vier großen Gewordenheiten? Die Gegebenheit Festigkeit / Erde,*

*die Gegebenheit Flüssigkeit / Wasser,  
die Gegebenheit Wärme / Hitze,  
die Gegebenheit Luft / Wind.*

Die vier großen Gewordenheiten (*mahā-bhūta*) sind geworden,  
gewirkt durch die Herzensbeschaffenheit,  
sind dadurch Gegebenheiten (*dhātu*)

Die vier großen oder ausgedehnten oder weit umfassenden (*mahā*) Gewordenheiten (*bhūta*) sind die Gegebenheit des Festen (*pathavī-dhātu*), die Gegebenheit des Flüssigen (*āpo-dhātu*), die Gegebenheit des Hitzigen (*tejo-dhātu*), die Gegebenheit des Luftigen (*vāyo-dhātu*), die der Erwachte zusammenfasst unter dem Begriff *rūpa*, zu übersetzen mit: Form, Gestalt, Bild, Erscheinung, Materie, das Physische: *Die vier Gewordenheiten sind der Grund, die Bedingung für das Offenbarwerden der Häufung Form. (M 109)* Das Pāliwort *mahā-bhūta* bedeutet, dass die vier Elemente, wie sie im klassischen Altertum genannt werden, nicht absolut für sich bestehen, sondern dass sie geworden, geschaffen, gewirkt sind. *Bhūta* ist das Geschaffene, Erzeugte, ist unsere Schöpfung, die als Gegebenheit wahrgenommen wird. Der Erwachte zeigt mit seiner gesamten Lehre: Es gibt keine unabhängig für sich bestehende Form, keine „Welt da draußen“, keine „objektive Welt“, deren Festigkeit, Flüssigkeit, Hitze und Luft ein souveränes Individuum, ein „Ich“ betrachtet und deren Töne es hört, die die Ursache für sein Erleben seien. Vielmehr kommt nur der Eindruck, das Bild auf, als ob mit „eigenen Augen“ „die Formen der Welt“ wahrgenommen würden, mit „eigenen Ohren“ „die Töne der Welt“. In Wirklichkeit besteht zwar der Eindruck, ein Ich sehe äußere Formen, höre äußere Töne, aber hinter diesem geistigen Eindruck steht nicht eine vom erlebten „Erleber“ unabhängige Welt, aus welcher die Eindrücke kämen, sondern das, was der Erwachte im Bedingungszusammenhang *bhava* nennt, was allgemein mit „Werden“ oder „Dasein“ übersetzt wird: die Gesamtheit des von uns Gewirkten,

das Schaffsal ist die Quelle unserer jeweiligen Erlebnisse. Wir betrachten die herantretenden Begegnungswahrnehmungen, als ob wir Neues aus der Welt sähen, als ob wir Neues aus der Welt hörten, röchen, schmeckten, tasteten, bedächten. Aber der Erwachte sagt von diesem Vorgang: „Maler Herz malt.“

Auch die heutigen westlichen physikalischen Forschungen haben inzwischen zu Einsichten geführt, die von den Forschern dahingehend interpretiert werden, dass es eine „objektive Welt“ nach früherer naiver Auffassung nicht gibt, dass vielmehr ohne das beobachtende und erlebende Subjekt die Welt *nicht etwa* nur nicht wahrgenommen wird, sondern dass sie auch nicht „besteht“, dass also Subjekt und Objekt nur in unlöslicher Verbindung bestehen.

Das aber ist eine uralte Einsicht, die in allen Kulturen der Menschheit, sei es von einzelnen Menschen, sei es von ganzen Gruppen erkannt wurde. Diese Einsicht ist in Indien immer beherrschend gewesen und ist dort nur in der Gegenwart unter dem Einfluss der westlichen „Dinglichkeit“ im Schwinden begriffen.

In Wirklichkeit ist nicht eine Welt gegenüber einem Ich oder ein Ich gegenüber einer Welt, vielmehr besteht eine fest gesponnene Verbindung zwischen dem Wirken des Täters und dem ihn umgebenden Gewirkten, wobei dieses Gewirkte *die Illusion einer gespaltenen Begegnungs-Wahrnehmung erzeugt: den Luger, an den erfahrbare Formen herantreten, den Lauscher, an den erfahrbare Töne herantreten...*(M 18)

Das Herantretende sind die Gegebenheiten (*dhātu*). Das Wort *dhātu*, herkommend von *dahati* = hinstellen, bedeutet „das Hingestellte, nun da Stehende, das Gebildete, Eingebildete, Angewöhnte und dadurch Vorhandene“, also das Gegebene, mit welchem wir bei all unserem Planen und Anstreben zu rechnen haben. Der Erwachte nennt (M 115) 41 Gegebenheiten, die wir einteilen können in

1. die Triebe und Eigenschaften der Wesen: Sinnensucht, Antipathie bis Hass, Gewaltsamkeit/Grausamkeit und ihre positi-

ven Gegenteile: Freiheit von Sinnensucht, Mitempfinden, Schonen,

2. die Gesamtheit des von uns als Außen Gewirkten: die Form, wie sie herantritt als sichtbare Bilder, als hörbare Töne, als riechbare Düfte, als schmeckbare Säfte, als tastbare Körper,

3. die Gefühle, die durch Berührung der Triebe mit dem als außen Erfahrenen entstehen.

Sowohl die Eigenschaften des Erlebers wie auch das Erlebte und seine Qualität zählen also zu den *dhātu*. So gesehen gibt es nichts, das an sich da ist, sondern da sind nur die angeschafften, erworbenen Eigenschaften und die geschaffenen Umweltphantome<sup>94</sup>, die eine den Trieben des Empfingers entsprechende Wahrnehmung von einem Ich in einer dem Wirken dieses Empfingers entsprechenden Umwelt liefert: „Hier bin ich in dieser Welt.“ Durch die Gegebenheiten, heißt es (S 14,13), entsteht die Wahrnehmung:

*Von den Gegebenheiten kommt die Wahrnehmung (saññā), von der Wahrnehmung die Anschauung (ditthi), von der Anschauung das denkerische Angehen (vitakka) des Wahrgenommenen.*

Wir nehmen eine objektive, außerhalb von uns befindliche Welt an, aus welcher wir dies oder das aufgelesen, erfahren haben. Der Erwachte aber sagt: Je nach dem Angewöhnten, je nach dem, was du dahin gesetzt oder je nach dem, als wen oder was du dich dahin gesetzt hast, ist die Wahrnehmung, nicht einer objektiven Welt zufolge.

Der Erwachte sagt von der Wahrnehmung, dass sie einer Fata Morgana gleiche, einer Luftspiegelung. Das heißt, was da erlebt wird, das ist nicht einfach eine Idee oder eine Illusion, sondern es ist die Spiegelung einer seelischen Gegebenheit, also Spiegelung von etwas, das wirklich da ist. Aber erstens ist

---

<sup>94</sup> In M 1 wird gezeigt, wie die Angewöhnungen und Gegebenheiten von unbelehrten Menschen hingestellt, angeschafft werden oder ab neuer Geburt wieder neu ergriffen werden, und bei der Beschreibung des Kämpfers (M 1) und in unserer Lehrrede wird gezeigt, wie man sie abschaffen, auflösen kann.

das seelisch Gegebene nicht dort, wo es erscheint, dort erleben wir nur das „Gespiegelte“. Und zweitens ist das seelisch Gegebene auch nicht so, wie es da scheint, als objektive Umwelt, sondern die Erlebnisse sind eine Projektion der Triebe.

Triebe, Neigungen bestimmen, gleichviel ob sie gut oder schlecht, schädlich oder nützlich sind, was der Mensch erlebt und was nicht. Diese Wahrnehmung, von welcher wir leben, durch welche wir an Ich und Welt und Dasein glauben, Ich und Welt und Dasein wähen, ist Luftspiegelung, ist nicht so vorhanden, wie sie scheint, ist Blendung, Wahn. Von keiner Erscheinung „weiß“ der Mensch anders als nur durch die Wahrnehmung. Und diese Wahrnehmung ist, weil sie eine Eintragung von gefühlsbesetzten Erfahrungen der Triebe in den Geist ist, Blendung, Täuschung, Wahn. Durch die Erfahrung der Süchte, der Triebe, befinden sich gefühlsbesetzte Wahrnehmungen im Geist, und der unbelehrte Mensch hat sich so eine Sammlung von Objekten und Begriffen aufgebaut, selbst konstruiert, nimmt ein Ich an, das eine Welt erlebt, hat die Wahrnehmung als Substanz des Daseins vergessen, aber den Inhalt der Wahrnehmung für „an sich bestehend“ genommen. Diese täuschende Vorstellung, diese falsche Anschauung des unbelehrten Menschen, die den Inhalt der Wahrnehmung als Realität nimmt, nennt der Erwachte Wahn, Falschwissen, Unrealität-Wissen, d.h. das Betreffende ist in der Wirklichkeit so „nicht zu finden“, ist abseits der Wirklichkeit. Und da der wahnhaftige Geist, der nichts anderes als triebbestimmte Eindrücke eingesammelt hat, nie die Aufhebung des Begehrens anstreben kann, so ist durch den unbelehrten wahnbefangenen Geist die Fortsetzung des Samsāra mit immer wieder Geborenwerden, Altern und Sterben und d.h. mit vorwiegend Wehgefühlen vorprogrammiert.

Wenn der Erwachte sagt: *In diesem Körper mit Wahrnehmung und Geist, da ist die Welt (A IV,45)*, so heißt das: In diesem Körper wirken die Triebe wie gefährliches Gift, die dem Geist Falsch- und das heißt „Gift“-Wahrnehmungen liefern. Diese triebgefärbten Wahrnehmungen sind bei dem nor-

malen Menschen so stark, dass kein Interesse und damit keine Möglichkeit zur Aufnahme von triebfreiem Wissen besteht.

Ein Mensch dagegen, der trotz vieler sinnlicher Triebe auch den Wunsch hat, über Gesetz und Struktur der Existenz Aufschluss zu bekommen, nutzt die Zeiten, in denen die triebgefärbten Wahn-Wahrnehmungen nicht so stark im Vordergrund stehen, so dass er rechte Anschauungen aufnehmen kann. Dies zeigt der Erwachte (S 14,13):

*Je nach der Gegebenheit, ihr Mönche, ist die Wahrnehmung und ist die Anschauung und ist das denkerische Angehen.-*

*Nachdem der Erwachte so gesprochen hatte, fragte der ehrwürdige Kaccāyano den Erhabenen: Wenn nun, o Herr, ein nicht Erwachter vom Erhabenen die Anschauung hat: „Das ist ein vollkommen Erwachter“, wodurch bedingt ist dann diese Anschauung? -*

Der Mönch meint also, wie kann es denn kommen, dass einer, der noch die Wahn-Gegebenheit hat, dennoch die richtige Anschauung hat: „Das ist ein Vollendeter“? Das scheint doch ein Widerspruch zu sein zu der Behauptung: *Je nach der Gegebenheit ist die Wahrnehmung*. Ich habe noch nicht die Weisheits-Gegebenheit (das Gegenteil vom Wahn), aber trotzdem weiß ich, dass der Erwachte ein Vollendeter ist. Der Erwachte antwortet:

*Von großem Umfang ist, Kaccāyano, die Wahngegebenheit. - Durch niedere Gegebenheit bedingt ist auch niedere Wahrnehmung, niedere Anschauung, niederes Denken, niedere Absichten, niedere Wünsche, niedere Entschlüsse, niederer Charakter, niedere Rede. Niederes berichtet er, zeigt er, erklärt er, breitet er aus, enthüllt er, über Niederes verbreitet er sich in allen Einzelheiten, Niederes offenbart er, und er wird in niedriger Welt wiedergeboren. - Durch mittlere Gegebenheit bedingt ist auch mittlere Wahrnehmung, mittlere Anschauung, mittleres Denken, mittlere Absichten... - Durch feine Gegeben-*

*heit bedingt ist auch feine Wahrnehmung, feine Anschauung, feines Denken, feine Absichten...*

Der Erwachte antwortet also: Weit umfassend, unermesslich unterschiedlich ist die Gegebenheit Wahn. Es gibt niederen, d.h. groben, und auch mittleren und feinen Wahn. Der Übende hat in seinem vordringenden Denken immer wieder Augenblicke, in denen er von wenig Trieben beeinflusst ist. In solchen Augenblicken geringeren, feineren Wahns hat er gemerkt: „In neutralen Zeiten, in denen ich hell, klar und frei war, habe ich deutlich gesehen: ‚Der Erwachte ist frei von Gier, Hass, Blendung, der Erwachte ist vollendet.‘ Diese Einsicht habe ich nicht immer in voller Klarheit und in vollem Umfang gegenwärtig, aber die Erinnerung an diese Einsicht halte ich im Geist fest.“ Und so geht es mit anderen wichtigen erfahrenen Kausalzusammenhängen, die von dem Interessierten auch trotz starker sinnlich faszinierender Vorgänge nicht vergessen werden.

Wahn, zusammen mit den Trieben, ist die den Leidenskreislauf erhaltende Gegebenheit. In der Kette der bedingten Entstehung heißt es: *Durch Wahn bedingt sind die drei Bewegtheiten:*

*Körperliche Bewegtheit:* Ein- und Ausatmung und andere vegetative Bewegtheiten,

*denkerische Bewegtheit:* Bedenken und Sinnen,

*Herzensbewegtheit:* Gefühl und Wahrnehmung.

Diese drei Bewegtheiten werden in der groben Selbsterfahrnis erfahren, in der Sinnensuchtwelt mit den vier großen Gewordenheiten, wie sie Tiere, Menschen und sinnliche Götter erfahren.

Es gibt aber auch Welten mit sanfter Begegnung zwischen den Lebewesen (Brahmawelten) ohne harte Begegnung, und dort wird Form ohne Festigkeit erlebt. In der Sinnensuchtwelt werden alle großen Gewordenheiten erlebt. Wir erleben, dass uns manche Dinge, z.B. Autounglück, hart begegnen, und wir erleben, dass uns Menschen mit Gedanken, Worten und Taten



freundlich oder hart begegnen. Wenn die seelisch harte Begegnung immer mehr aufgegeben wird, dann erscheint im nächsten Leben auch nicht mehr die Gegebenheit Festigkeit in der Wahrnehmung. Durch den radikalen Abbau jeder harten Begegnung wird auch die als Außen erlebte Härte abgebaut. So gibt es Daseinsformen, Selbsterfahrungen, in denen das Harte gar nicht mehr erscheint. Die Wesen erleben sich als brahmisch rein von Sinnensucht und jeglicher Antipathie, in Liebe, Erbarmen, Freude, Gleichmut strahlend. Anders als die Wesen der Sinnensuchtwelt, die auf äußere Sinneseindrücke angewiesen sind und Nahrung von außen bekommen müssen, leben die Leuchtenden vorwiegend von dem Wohl ihrer Eigenhelligkeit. Sie haben sich früher durch die Entwicklung von Verständnis und Mitempfinden mit allen Wesen, auch mit den erbärmlichsten und abstoßendsten, zu innerer Hochherzigkeit und Güte entwickelt und haben von daher ein so beglückendes, erhabenes Grundgefühl, wie es sinnensüchtige Menschen durch keinerlei äußere Eindrücke gewinnen können. So heißt es in D 27:

*Die Leuchtenden bestehen geistig, ernähren sich von geistiger Beglückung bis Entzückung (pīti) und ziehen selbstleuchtend ihre Bahn im Himmelsraum, bestehen in herrlichem Glanz und überdauern lange, lange Zeiten.*

Später heißt es: Die Leuchtenden sinken ab in die Brahmawelt. Immer noch sind sie selbstleuchtend. Aber sie erfahren jetzt mehr Gewordenheiten:

*Einzig Wasser geworden aber ist es zu jener Zeit, tiefdunkel, tiefdunkle Finsternis; es gibt weder Sonne noch Mond noch Gestirne, weder Tag noch Nacht, weder Wochen- noch Monatszeiten, keine Jahreszeiten und Jahre; es gibt weder Frau noch Mann; die Wesen sind eben nur Wesen.*

*Dann hat sich im Verlauf langer Wandlungen auf dem Wasser eine Erdhaut ausgebreitet. Da hat eines der Wesen, lüstern geworden: „Sieh da, was mag das nur sein?“ von der*

*Erdhaut fingernd gekostet. So von der Erdhaut kostend, empfand es Behagen. Durst war ihm entstanden. Noch andere der Wesen sind dem Beispiel dieses Wesens nachgefolgt und haben die Erdhaut fingernd gekostet. So von der Erdhaut kostend, empfanden sie Behagen, Durst war ihnen entstanden. Da haben nun die Wesen begonnen, die Erdhaut mit Händen aufzunehmen, um sie zu genießen. Sobald aber die Wesen begannen, die Erdhaut mit Händen aufzunehmen, um sie zu genießen, da war ihnen auch schon das Selbstleuchten verschwunden. Als ihnen das Selbstleuchten verschwunden war, da sind Sonne und Mond erschienen, da sind Sterne und Planeten aufgegangen; da ist Tag und Nacht erschienen, da sind Wochen- und Monatszeiten, Jahreszeiten und Jahre geworden. So weit war damit wiederum Welt ausgebreitet - die Erfahrung der vier großen Gegebenheiten.*

In seiner ganzen Lehre zeigt der Erwachte, dass „Welt“ aus Wahrnehmung, aus Erleben besteht, ein Traumgespinnst ist, hinter dem keine „objektive Materie“, keine „Substanz“ steht, sondern Wahn-Wahrnehmung. Und er zeigt weiter, dass die Gesetze, die dieses Geschehen beherrschen, keine „Naturgesetze“ sind, sondern psychische Gesetzmäßigkeiten der Wahntraumentwicklung. Wenn ich Vielfalt denke, erscheint Vielfalt. Wenn ich Vielfalt mit Egoismus, Verweigern und Entreißen gedacht habe, erscheint Vielfalt mit Egoismus, Verweigern und Entreißen. Wenn ich Vielfalt mit Altruismus gedacht habe, erscheint Vielfalt mit altruistischen Wesen.

Solange ich Vielfalt annehme, glaube, wird immer weiter Vielfalt geschaffen. Wenn wir hören: Vielfaltglaube erwächst nur aus dem Ergreifen einzelner Erscheinungen, dann beginnen wir, gröbere Bezüge zu den Erscheinungen zu mindern, und merken, dass die ganze Erscheinung entsprechend heller wird. Es ist, wie wenn man eine lichte Farbe ins Ölgemälde gibt - das ganze Bild wird heller. Maler Herz malt eine hellere Vielfalt.

Fünf Hauptbezüge des Herzens malen die Ich- und Welter-scheinung:

1. Schadenwollen, feindliche Gegenwendung, Entreißen,
2. Nächstenblindheit, Rücksichtslosigkeit, Abwendung, Verweigern,
3. Begehren nach Sinnendingen,
4. Begehren nach Form,
5. Begehren nach Formfreiheit.

Wer die Tugendregeln hält, achtet im Ganzen mehr auf die Bedürfnisse anderer, dringt nicht in die Interessensphäre anderer ein. Er erlebt nach dem Tod himmlische Welt, das Wohl der Götter der Dreiunddreißig (D 23) - zwei Bereiche über dem Menschentum. Wird das Herz selber von Herzensbefleckungen geläutert, dann hat der Übende Wesensverwandtschaft zu den Still Zufriedenen (Tusita-)Göttern erworben mit wenig Bedürfnissen an Welt und Vielfalt, vier Stufen über dem Menschentum (D 23). Ihnen erscheint der Menschenbereich mit übler Gesinnung und Rücksichtslosigkeit, mit entreibendem und verweigerndem Reden und Handeln so grob und stinkend, wie wenn Menschen in eine Jauchegrube gefallen wären.

Wenn die Anschauung gewonnen wird, dass die Haltung unterschiedsloser Liebe zu allen Wesen der Weg zum Heil ist und unterschiedslose Liebe entwickelt wird, dann tritt das Begehren nach Sinnendingen zurück und der Übende erlebt sich und andere als Brahmawesen. Die Festigkeit, das Harte, ist aus der Form herausgenommen. Wird Egoismus, Trennung zwischen Ich und Du noch weiter gemindert, dann wird auch nicht mehr ein Gegenüber von Wasser wahrgenommen: Die Leuchtenden kreisen im Raum, sehen kein Wasser unter sich, erleben von den Gewordenheiten nur noch Licht (ihr Leuchten) und Luft. Nicht die Welt liefert Erleben, nicht weil die Welt da ist, darum wird eine da seiende Welt erlebt, sondern weil das Herz Bedürfnis nach Vielfalt oder Einfalt hat, darum wird Vielfalt oder Einfalt erlebt.

Wenn es Form an sich gäbe, dann müssten wir die Formwelt verlassen, um in die Welt der Formfreiheit zu kommen. Aber wir verlassen keine Formwelt, sondern der belehrte Nachfolger radiert im Geist die Erscheinung Form aus, malt nicht mehr Form, löst den Bezug zu Form und erfährt dadurch Formfreiheit. Diese Wesen mit feinstem Wahn sind ohne Wahrnehmung von Formen, von Ich und Umwelt und darum auch ohne die zweite, die denkerische Bewegtheit. Sie erfahren aus der zartesten Bewegtheit des Herzens, Wahrnehmung, nur noch eine erhabene Empfindung, Gleichmut, ohne Ereignisse und damit ohne Zeit-Eindruck.

Zu dieser Wahrnehmung der Formfreiheit gelangen Wesen, die schon in der Erlebensform als Mensch immer wieder die Aufmerksamkeit von der Wahrnehmung der Sinnenlust und der Form abgezogen haben und sie unter dem Leitbild *Ohne Ende ist der Raum* ausschließlich auf das Raununendlichkeitserlebnis gerichtet haben, dann unter dem Leitbild *Ohne Ende ist die Erfahrung (viññāna)* auf das Erfahrungsunendlichkeitserlebnis gerichtet haben, und dann unter dem Leitbild *Da ist nicht irgendetwas* auf das Nicht-irgendetwas-Erlebnis gerichtet haben. Sie nehmen in dieser unsagbaren Einfalt einen erhabenen Frieden wahr (allein die dritte Bewegtheit), wie er selbst in den reinsten Bereichen der immer noch vielfältigen Formenwelt nicht zu finden ist. Die Spaltung Ich/Umwelt ist aufgehoben. Es geht in diesen formfreien Erlebensweisen nur noch um Wollensflüsse/Einflüsse durch feinsten Wahn, um die Wahrnehmung eines erhabenen, lange Zeit vollkommen ungestörten Friedens (dritte Bewegtheit).

Die Gegebenheit Festigkeit/Erde

*Was ist nun, Brüder, die Gegebenheit Festigkeit? Die Gegebenheit Festigkeit mag zu sich gezählte Festigkeit sein oder als außen (erfahrene) Festigkeit. Was ist die zu sich gezählte Gegebenheit Festigkeit?*

*Das durch sich selbst als zu sich gezählte, als Hartes und Festes Ergriffene, wie Kopfhare, Körperhaare, Nägel, Zähne, Haut, Fleisch, Sehnen, Knochen, Knochenmark, Nieren, Herz, Leber, Zwerchfell, Milz, Lunge, Dickdarm, Dünndarm, Magen, Kot oder was sonst noch durch sich selbst als zu sich gezähltes Hartes und Festes ergriffen wurde - das nennt man, Brüder, die zu sich gezählte Gegebenheit Festigkeit. Sowohl die zu sich gezählte Gegebenheit Festigkeit wie auch die als außen (erfahrene) Gegebenheit Festigkeit ist eben die Gegebenheit Festigkeit. Und: „Das hört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst“: so ist das der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit anzusehen. Sieht man das der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit, dann findet man nichts mehr an der Gegebenheit Festigkeit, das Herz ist gierlos in Bezug auf die Gegebenheit Festigkeit.*

*Es gibt, ihr Brüder, eine Zeit, in der die als außen erfahrene Gegebenheit Wasser rast (pakuppati, wörtlich: zornig wird), und dann verschwindet die als außen erfahrene Gegebenheit Festigkeit. Dieser als außen erfahrenen Gegebenheit Festigkeit, der so ungeheuren, Unbeständigkeit wird sich, ihr Brüder, zeigen, zeigen wird es sich, dass sie dem Gesetz des Dahinschwindens, des Vergehens, der Veränderung unterworfen ist.*

*Um wie viel mehr gilt dies von diesem acht Spannen hohen, durch Durst ergriffenen Körper da, der nicht als „Ich“ oder „Mein“ oder „Ich bin“ betrachtet werden kann.*

Wenn man sich die gewaltige Wassermenge bei Flut vorstellt, die alles Feste überspülen und zunichte machen kann, dann wird man sich mit der Ohnmacht der als außen erfahrenen Form erst recht der Geringfügigkeit, Kleinheit und Hilflosigkeit

keit der zu sich gezählten Form, des Körpers, bewusst, und alle Selbstüberschätzung schwindet. So wie die Wassermassen alles Feste um mich herum wegreißen, das ich als Eigentum ansehe, so ergreifen sie auch diesen Körper, und wenn ich ihn auch noch so sehr zu schützen suche. Ebenso wie von der gewaltigen Wassermenge wird der Körper von Alter, Krankheit und Tod ergriffen, kann ihnen nicht entgehen, ausgelöscht wird alles, was als „Eigentum“, „Ich“ oder „Mein“ empfunden wurde.

### Die Gegebenheit Flüssigkeit/Wasser

*Was ist nun, Brüder, die Gegebenheit Flüssigkeit? Die Gegebenheit Flüssigkeit mag zu sich gezählte Flüssigkeit sein oder als außen (erfahrene) Flüssigkeit. Was ist die zu sich gezählte Gegebenheit Flüssigkeit?*

*Das durch sich selbst als zu sich gezählte, als Flüssiges und Wässriges Ergriffene, wie Galle, Schleim, Eiter, Blut, Schweiß, Fett, Tränen, Talg, Speichel, Rotz, Gelenkschmiere, Urin oder was sonst noch durch sich selbst als zu sich selbst gezähltes Wässriges oder Flüssiges ergriffen wurde - das nennt man, Brüder, die zu sich gezählte Gegebenheit Flüssigkeit. Sowohl die zu sich gezählte Gegebenheit Flüssigkeit wie auch die als außen (erfahrene) Gegebenheit Flüssigkeit ist eben die Gegebenheit Flüssigkeit. Und: „Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst“: so ist das der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit anzusehen. Sieht man das der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit, dann findet man nichts mehr an der Gegebenheit Flüssigkeit, das Herz ist gierlos in Bezug auf die Gegebenheit Flüssigkeit.*

*Es gibt, ihr Brüder, eine Zeit, in der die als außen erfahrene Gegebenheit Wasser rast. Sie schwemmt*

*Dörfer, Marktstädte, Großstädte, Bezirke und Länder hinweg. Es kommt die Zeit, in der das Wasser im großen Ozean hundert Meilen weit zurückweicht, zweihundert Meilen, dreihundert Meilen, vierhundert Meilen, fünfhundert Meilen, sechshundert Meilen, siebenhundert Meilen. Es kommt die Zeit, wenn das Wasser im großen Ozean sieben Palmen tief steht, sechs Palmen tief, fünf Palmen tief, vier Palmen tief, drei Palmen tief, zwei Palmen tief, nur eine Palme tief. Es kommt die Zeit, in der das Wasser im großen Ozean sieben Faden tief steht, sechs Faden tief, fünf Faden tief, vier Faden tief, drei Faden tief, zwei Faden tief, nur einen Faden tief. Es kommt die Zeit, in der das Wasser im großen Ozean einen halben Faden tief steht, nur hüfttief, nur knietief, nur bis zum Knöchel. Es kommt die Zeit, in der das Wasser im großen Ozean nicht ausreicht, auch nur ein Fingerglied zu benetzen.*

*Dieser als außen erfahrenen Gegebenheit Wasser/Flüssigkeit, der so ungeheuren, Unbeständigkeit wird sich, ihr Brüder, zeigen, zeigen wird es sich, dass sie dem Gesetz des Dahinschwindens, des Vergehens, der Veränderung unterworfen ist.*

*Um wie viel mehr gilt dies von diesem acht Spannen hohen, durch Durst ergriffenen Körper, der nicht als „Ich“ oder „Mein“ oder „Ich bin“ betrachtet werden kann.*

### Die Gegebenheit Hitze/Feuer

*Was ist nun, Brüder, die Gegebenheit Hitze/Feuer? Die Gegebenheit Hitze/Feuer mag zu sich gezählte Hitze sein oder als außen (erfahrene) Hitze. Was ist die zu sich gezählte Gegebenheit Hitze?*

*Das durch sich selbst als zu sich gezählte, als Hitziges und Feuriges Ergriffene, also das, wodurch (der Körper) erwärmt wird, verdaut, verbrennt und wodurch das, was gegessen, getrunken, verzehrt, geschmeckt worden ist, einer vollkommenen Umwandlung unterliegt oder was sonst noch durch sich selbst als zu sich gezähltes Hitziges und Feuriges ergriffen wurde.*

*Das nennt man, Brüder, die zu sich gezählte Gegebenheit Hitze/Feuer. Sowohl die zu sich gezählte Gegebenheit Hitze/Feuer wie auch die als außen (erfahrene) Gegebenheit Hitze/Feuer ist eben die Gegebenheit Hitze/Feuer. Und: „Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst“: so ist das der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit anzusehen. Sieht man das der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit, findet man nichts mehr an der Gegebenheit Hitze/Feuer, das Herz ist gierlos in Bezug auf die Gegebenheit Hitze/Feuer.*

*Es gibt, ihr Brüder, eine Zeit, in der die als außen erfahrene Gegebenheit Hitze/Feuer rast. Sie verbrennt Dörfer, Marktstädte, Großstädte, Bezirke und Länder. Sie geht nur auf Grund von Brennstoffmangel aus, wenn sie auf grünes Gras trifft oder auf eine Straße oder auf einen Felsen oder auf Wasser oder auf eine freie, offene Fläche.*

*Es kommt die Zeit, in der man versucht, selbst mit Hühnerfedern und Rindenspänen Feuer zu machen. - Dieser als außen erfahrenen Gegebenheit Hitze/Feuer, der so ungeheuren, Unbeständigkeit wird sich, ihr Brüder, zeigen, zeigen wird es sich, dass sie dem Gesetz des Dahinschwindens, des Vergehens, der Veränderung unterworfen ist. -*



*Um wie viel mehr gilt dies von diesem acht Spannen hohen, durch Durst ergriffenen Körper, der nicht als „Ich“ oder „Mein“ oder „Ich bin“ betrachtet werden kann.*

Mit *als Warmes und Feuriges Ergriffene* ist jede Art von Wärme, von Temperatur gemeint. Der Körper und das als Außen Erfahrene haben eine bestimmte Temperatur. Im Verdauungsvorgang wird Speise abgebaut, gemindert, umgewandelt. Das Pāliwort *jiriyati* hängt mit *jāra* zusammen, das nicht nur Altern, sondern überhaupt Mindern und Abnützen bedeutet. Die Speise wird abgebaut und als Blut oder Fett neu aufgebaut. Sie unterliegt also einer vollkommenen Umwandlung. Alle diese Vorgänge geschehen bei einer bestimmten Temperatur und tragen ihrerseits wieder zur Wärmeentwicklung bei. Die Vorgänge geschehen unbewusst, unbeabsichtigt nach ihrer eigenen Gesetzlichkeit. Da gibt es kein souveränes Ich, das die Vorgänge steuert. So wie der Körper eine bestimmte Temperatur hat, so erleben wir auch außen eine Temperatur, die sehr wechselhaft sein kann. Größte Hitze kann sich bis zur Feuerentwicklung steigern und bald wieder so zurückgehen, dass durch große Nässe und Kälte schwer Feuer zu entzünden ist, wie es Sāriputto schildert. Aber immer wird im zu sich gezählten Körper wie im als außen Erfahrenen irgendeine Temperatur erlebt.

#### Die Gegebenheit Luft/Wind

*Was ist nun, Brüder, die Gegebenheit Luft/Wind? Die Gegebenheit Luft mag zu sich gezählte Luft sein oder als außen (erfahrene) Luft. Was ist die zu sich gezählte Gegebenheit Luft?*

*Das durch sich selbst als zu sich gezählte, als Luftiges und Windiges Ergriffene, wie aufsteigende Luft, absteigende Luft, Luft im Bauch, Luft in den Därmen,*

*Luft, die jedes Glied durchströmt, Einatmung und Ausatmung oder was sonst noch durch sich selbst als zu sich gezähltes Luftiges und Windiges ergriffen wurde - das nennt man, Brüder, die zu sich gezählte Gegebenheit Luft. Sowohl die zu sich gezählte Gegebenheit Luft wie auch die als außen (erfahrene) Gegebenheit Luft ist eben die Gegebenheit Luft. Und: „Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst“: so ist das der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit anzusehen. Sieht man das der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit, findet man nichts mehr an der Gegebenheit Luft, das Herz ist gierlos in Bezug auf die Gegebenheit Luft.*

*Es gibt, ihr Brüder, eine Zeit, in der die als außen erfahrene Gegebenheit Luft/Wind rast. Sie fegt Dörfer, Marktstädte, Großstädte, Bezirke und Länder hinweg. - Es gibt die Zeit im letzten Monat der heißen Jahreszeit, in der sie versuchen, Wind mittels eines Fächers oder Blasebalgs zu erzeugen, wo selbst am Wasser kein Halm sich regt. Dieser als außen erfahrenen Gegebenheit Luft/Wind, der so ungeheuren, Unbeständigkeit wird sich, ihr Brüder, zeigen, zeigen wird es sich, dass sie dem Gesetz des Dahinschwindens, des Vergehens, der Veränderung unterworfen ist. -*

*Um wie viel mehr gilt dies von diesem acht Spannen hohen, durch Durst ergriffenen Körper, der nicht als „Ich“ oder „Mein“ oder „Ich bin“ betrachtet werden kann.*

Es geht bei dieser Übung darum, durch nüchternes, sachliches, aufmerksames und beharrliches Beobachten und Vergleichen immer tiefer zu *erfahren*, immer einleuchtender zu erkennen, dass die vier Gegebenheiten des Leibes in keiner Weise anders sind, in keiner Weise lebendiger oder beherrschbarer oder

lenkbarer sind als die vier Gegebenheiten „draußen“ in der übrigen Welt.

Wir sagen: „Luft ist im Raum“ und zählen sie nicht zu uns. Aber wenn wir sie eingeatmet haben, sagen wir „Das bin ich“. Ob die Luft außerhalb oder innerhalb des Körpers ist, die Luft bleibt dieselbe. Doch wir ziehen eine Grenze: Zu dem, was im Körper ist, sagen wir „Ich“, was außerhalb des Körpers ist, das bezeichnen wir als „Umwelt“. Aber es ist dasselbe.

Durch solche Betrachtungen kommt der Übende dazu, keinen Unterschied mehr zu machen zwischen dem Körper mit Festem, Flüssigem, Wärme und Luft und den als außen erfahrenen Formen, die ebenfalls aus Festigkeit, Flüssigkeit, Wärme und Luft bestehen. Durch gründliche Beobachtung wird gesehen und erkannt, dass dieser Körper, von dem man so gern und leicht sagt: „Das ist mein Leib“ oder gar „Das bin ich“, doch eben nichts anderes ist als eine durch jene vier Gegebenheiten bestehende und gefügte Form, die nicht mehr ist als ein anfälliges, zerbrechliches Werkzeug ohne Ichkern, ein Werkzeug, das nach seinem eigenen Gesetz lebt, welches oft uneinsehbar und unverständlich ist, z.B. bei Krankheiten der Organe, der Muskeln, der Knochen usw. Da fühlt sich der Mensch nicht als souveräner Handhaber eines stets zu seiner Verfügung stehenden Werkzeugs, sondern fühlt sich dem Körper hilflos ausgeliefert, wie man auch sagt: „Die Krankheit hat ihn gepackt“ oder „Er ist in den Fängen des Todes“. Insofern kann der Mensch den Körper nicht mit Recht als „mein“ Körper bezeichnen, als Eigentum, über das er Verfügungsgewalt hätte.

*„Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst“: so ist das der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit anzusehen. Sieht man das der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit, dann...*

*Der Wirklichkeit gemäß sehen* bedeutet, dass man sich nichts Irriges vorstellen oder einreden und einbilden soll, auch

nicht Wahres nur flach nachreden, sondern dass man die Dinge so, wie sie wirklich sind, sehen, merken und selbst erkennen soll. Das allein befreit. So ist die Erkenntnis der Wirklichkeit die einzig befreiende Erkenntnis. Denn je mehr wir die wirklichen Zusammenhänge und ihre Gesetzmäßigkeit erkennen, um so mehr können wir uns nach diesen richten, um so mehr kommen wir an die Ziele, an die wir gelangen wollen. Hingegen ist Unkenntnis über die Wirklichkeit und ihre Gesetze die einzige Ursache für alles Leiden.

Wer da also erkennt, dass die Knochen des Leibes nicht lebendiger sind als draußen liegende Äste oder Steinstücke, dass Fleisch, Haut und Sehnen nicht lebendiger sind als draußen liegende Erdschollen, Baumrindenstücke und dergleichen, und wer ebenso bei den drei anderen zum Leib gehörigen wie den als außerhalb des Leibes erfahrenen Beschaffenheiten die gleiche Ichlosigkeit erkennt, für den gilt: *dann findet er nichts mehr an den Gegebenheiten Festigkeit, Flüssigkeit, Wärme, Luft, das Herz ist gierlos in Bezug auf diese Gegebenheiten.*

In diesem Sinn sagt der Erwachte (M 22):

*Was euch nicht angehört, das gebet auf. Was aber, ihr Mönche, gehört euch nicht an? Der Körper, ihr Mönche, gehört euch nicht an, ihn gebet auf; dessen Aufgabe wird euch lange zum Wohl, zum Heil gereichen.*

*Was meint ihr wohl, Mönche, wenn ein Mann das, was an Gräsern, Zweigen und Blättern in diesem Wald daliegt, wegtrüge oder verbrennt oder sonst nach Belieben damit schaltete, würdet ihr da etwa denken: „Uns trägt der Mann weg oder verbrennt er oder schaltet sonst nach Belieben“?*

*Darum also, ihr Mönche, was es auch an Körperlichem gibt - alles Körperliche ist der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit so anzusehen: „Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst.“*

*Den Körper gebet auf...* Das bedeutet natürlich nicht - wie hier zu erwähnen fast nicht nötig sein wird, dass man den Leib

zum Erkalten und zum Verwesen bringen oder sonstwie missachten sollte -, sondern hier ist einzig die innere Befreiung aus der Durchschauung angeraten, denn damit wird das Schicksal des Körpers nicht mehr zum Schicksal des Menschen.

Der Erwachte vergleicht die Beobachtung und Durchschauung des Körpers mit dem „Messer der Weisheit“, mit dem der innere Bezug zum Körper durchschnitten wird, so dass man den Körper nicht mehr als Ich ansehen kann. Er wird als Außen, als nicht begehrte Umwelt erkannt, wodurch der Betrachter das Empfinden hat, wie wenn er aus einem Gefängnis heraustritt. Er löst sich von den Fesseln des Körpers, sieht ihn als totes Werkzeug, als unbeständig, zerbrechlich, als krankheitsanfällig und hat bei solcher Durchschauung plötzlich keine Todesangst mehr, weil er sich nicht mehr mit dem Körper identifiziert. Der unbelehrte Mensch ist es gewöhnt, sich mit dem Körper zu identifizieren, und durch diese Identifikation wird das Schicksal dieses toten und auf Untergang und auf Verfall zugehenden Körpers auch zu seinem Schicksal. Wer aber die Leiblichkeit und ihre Gesetzlichkeit durchschaut, der vollzieht jenen Weisheitsschnitt, der sein Anhängen von diesem toten und tödlichen Leib ablöst. Er befreit sich damit vom Tod und von der Sterblichkeit des Körpers. Dieser Prozess führt zu Freiheit und Unverletzbarkeit, denn er erfährt, dass er „selbst“ nicht der Körper ist, sondern dass er ihn als sein Werkzeug benutzt. Dieses Werkzeug weiß wie jedes andere Werkzeug nichts, will nichts und kann nichts; nur der Geist des Menschen lenkt es von innen her nach seinen Wünschen und Vorstellungen. Diese Durchschauung bewirkt eine große Veränderung in seiner Selbsterkenntnis, denn während er früher sich mit seinem Körper als Einheit sah und wenn er von sich sprach, dann auf seinen Körper zeigte, so sieht er jetzt deutlich diesen Körper nicht mehr als sich selbst, sondern als ein Werkzeug, das er benutzt.

Die Schilderung Sāriputtos von der Unbeständigkeit der vier als außen erfahrenen Gegebenheiten in den gewaltigen Ausmaßen dieser Erde lassen ein Bild von ungeheuren

globalen Katastrophen erstehen, wie sie auf dieser Erde immer wieder stattgefunden haben, wie sie auch in Zukunft, in naher oder ferner Zukunft immer wieder eintreten werden, solange die Erde besteht, und wie sie auch in der Gegenwart in jedem Augenblick möglich sind. Der Erwachte bezeichnet die Erde nicht als eine liebevolle Schöpfung eines liebevollen Gottes, sondern beschreibt sie und die gesamte als außen erfahrene Welt nüchtern und realistisch so, wie sie ist mit ihrer Unbeständigkeit und Unsicherheit und zugleich mit ihrer Übermächtigkeit, gegenüber welcher der menschliche Leib wie ein Staubkörnchen erscheint.

Und die Erde ist unsicher. - Ein kleines Erzittern dieser Erdkruste kann im Zeitraum weniger Sekunden die gesamten Häuser großer Städte und Landstriche zerstören, kann Hunderttausende von Menschen töten. Ein Beben oder Erzittern des Meeresbodens kann zu Flutwellen führen, die wie aufgetürmte Wassergebirge dahinrasen und alles umstürzen, hinwegreißen und aufsaugen. Neue Kraterbildungen oder neue Kraterausbrüche können die Atmosphäre in glühenden Giftrauch und ganze Landstriche in rasende Feuerwüsten verwandeln und können alles unter berghohen Aschenschichten begraben.

In einer Zeitung lesen wir:

*Unsere Erde war schon immer, wie andere Planeten auch, ein Pol der Unruhe, der ständigen Bewegung, der latenten Katastrophen. Wo heute Meere sind, waren früher Berge und Vulkane, wo heute das Gebirge steht, war Wasser. Beständig war nur der Wechsel...Die Kette der Naturkatastrophen reißt nicht ab. Sie ist noch nie abgerissen, seit es eine Erde gibt.*

Was ist gegenüber solchen Gewalten und Wandlungen der als außen erfahrenen vier Gegebenheiten der menschliche Leib? - Ein Nichts!

Wie viel häufiger als die als außen erfahrenen vier großen Gewordenheiten vergehen kleine Menschenkörper, bei denen

nur ein kleiner Mangel an Flüssigkeit, Wärme oder Luft sofort zur Vernichtung führt.

An den als außen erfahrenen Meeren, Gebirgen oder Landschaften merken wir in dem kleinen Zeitraum des Menschenlebens in der Regel wenig Veränderung, aber das Körperwerkzeug verändert sich ständig. Immer wieder werden Zellen abgebaut und erneuert. Altes wird abgetragen, Neues gebildet. Der Körper wandelt sich ununterbrochen.

Man weiß, wie der Körper in seinem jetzigen Alter aussieht. Man denke sich die Jahre zurück von der Geburt an als Einjähriger, Fünfjähriger, Fünfzehnjähriger, Zwanzigjähriger und gehe weiter bis zu 50, 60, 70, 80 Jahren. Wer einen wirklichkeitsgemäßen Blick auf den Körper erhalten will, erlaubt sich nicht mehr einen Blick nur auf den gegenwärtigen Körper, ohne nicht hinzuzufügen, wie er war und wie er werden wird. Das ist Wahrheitswahrnehmung, Bewusstsein von wirklichen Seinsabläufen. Wenn wir den Körper nur im jugendlichen Zustand betrachten und die Vorstellung pflegen: „So ist der Körper“, dann sind wir erschreckt oder entsetzt, wenn der Körper trotzdem hinfällig und elend wird - in demselben Maß, wie man in der Jugend übermütig ist, wenn der Leib gesund und kraftvoll ist. Der Besonnene führt sich vor Augen, dass die altersmäßigen Veränderungen zum Körper gehören und dass der Körper ein unbeständiges, ständig sich wandelndes Ding ist.

Dieser nüchterne Anblick macht nicht beklommen, er macht froh, weil man zur Zeit des Anblicks nicht mehr auf den Körper setzt, nicht mit ihm als Wohlbringer rechnet, ihn als einen von sich getrennten, automatischen Funktionsablauf ansieht, sich nicht auf ihn als Grundlage verlässt, ihn nicht als lebendig, als Ich ansieht. Die Beziehung zu ihm als Leidensbringer ist dann aufgehoben. Damit ist nicht gesagt, dass man den Körper verachten oder vernachlässigen soll. Er wird gepflegt, wie wir Kleidung und Schuhe pflegen, wie wir ein Werkzeug pflegen, das wir im Leben brauchen. Aber wir wissen: Es ist ein Werkzeug, dessen Zeit bald vorüber ist.

Der menschliche Geist ist gebildet und aufgebaut worden aus nichts anderem als aus der Kette der Eindrücke und Erlebnisse von der Geburt des Leibes an. Der Geist ist gar nichts anderes als die lebenslänglich ununterbrochen wachsende Ansammlung der durch die fünffache sinnliche Erfahrung wahrgenommenen Formen, Töne, Düfte, Geschmäcke und Tastungen und der über diese fünf Arten von Wahrnehmungen angestellten Gedanken und Bewertungen.

Für den Geist war von seinem ersten Aufbau an der Leib immer und wie selbstverständlich der Heranbringer der Erlebnisse. Von seinem Anfang an wusste und weiß der junge Geist um die Anwesenheit des älteren Leibes. Daher kommt der natürliche und naive Respekt des Geistes vor dem Körper, der für seine Begriffe „immer“ schon da war. Und darum zählt der Geist, der sich selbst als das Ich auffasst, auch den Körper so fest zum Ich.

Und da diese Ich-Auffassung in dem bereits aus mancherlei sinnlicher Erfahrung zustande gekommenen Geist bei dem Kleinkind erst nach einer gewissen Zeit aufkommt, so findet dieser „Ich“ denkende Geist sich selbst als Geist und Geistigkeit bereits vor, und darum hält er sich selbst unbewusst für ewig und hält damit auch die von seinem Anfang an schon vorgefundene Leiblichkeit vom Gefühl her für ewig. Diese gewaltige Verblendung ist dem Geist im Lauf der Lebensjahre zur Gewohnheit geworden und hat seine Struktur geprägt. Wenn das Vergängliche aber nach seinen von unserem Willen unabhängigen Gesetzen entsteht und vergeht und wir diesen Ablauf weder anhalten noch umlenken können, dann kann man es nicht als zum Ich oder zum Mein gehörend zählen, denn unter Eigentum versteht man ja, dass man damit machen kann, was man will. Man weiß auch, dass der Mensch Leidhaftes nicht haben mag, nicht will und nicht wünscht. Wenn aber doch Leidhaftes über ihn kommt und er es nicht vermeiden kann, dann erkennt er ja eben daran, dass diese Dinge nicht ihm gehören, nicht seiner Herrschaft unterliegen, sondern dass er von diesen wandelbaren Dingen abhängig ist.



Und wenn gesehen und erfahren wird, dass dieselben vier Gegebenheiten, welche die leibliche Form ausmachen, auch die außerleiblichen Formen bilden, dann kann man sich selbst nicht mit dieser Leiblichkeit identifizieren, sondern sieht im Körper mit fortschreitender Übung immer deutlicher nur Form, eine Häufung Form, bestehend aus den vier Gegebenheiten.

Wenn man dann die gewaltigen Ausmaße der vier Gegebenheiten auf dieser großen Erde betrachtet und dagegen die Geringfügigkeit dieser leiblichen Form, dann wird alle restliche Überschätzung und Bevorzugung dieses Stückchens Form aufgehoben und aufgelöst, und es tritt jener entspannende Gleichmut ein. Und wenn endlich die Unsicherheit und Wandelbarkeit selbst dieser gewaltigen äußeren Erd-Beschaffenheit, Wasser-, Feuer- und Wind-Beschaffenheit gesehen wird, dann besitzt der so Erkennende und Sehende das Wissen von der Wandelbarkeit, Vergänglichkeit und Ichlosigkeit dieses Leibes so vollkommen, dass er von diesem Körper nichts mehr erwartet, was von ihm nicht zu erwarten ist.

Und nun befestigt Sāriputto die gewonnene Ablösung durch die Vorstellung zweier praktischer Fälle, die sich in unserer Lehrrede an jede vorangehende Besinnung über die einzelnen Gegebenheiten der Form anschließt:

#### Betrachtung der Unbeständigkeit der fünf Zusammenhäufungen bei verletzender Rede

*Wenn die Leute, ihr Brüder, einen solchen Mönch tadeln, verleumden, beleidigen, ärgern, so weiß er: „Aufgestiegen ist mir da dieses Wehgefühl, durch Lauscherberührung bedingt, und es ist bedingt, nicht ohne Bedingung aufgekommen. Wodurch bedingt? Durch Berührung bedingt.“ Und: „Die Berührung ist unbeständig“, sieht er. „Das Gefühl ist unbeständig“, sieht er. „Die Wahrnehmung ist unbeständig“, sieht er.*

*„Die Aktivität ist unbeständig“, sieht er. „Die programmierte Wohlerfahrungssuche ist unbeständig“, sieht er. Indem er so die Gegebenheiten (= die fünf Zusammenhäufungen) zum Objekt macht, da wendet sich sein Herz (der Betrachtung) freudig zu, beruhigt sich, steht dabei still und wird frei.*

Wenn der Mensch durch die vorangegangene Übung erkannt und gefühlt hat, wie die zu sich gezählte Form nichts anderes ist als die als außen erfahrene, wenn er ihre Unbeständigkeit und Uneigenheit erkannt hat, dann misstraut er auch allen Erscheinungen, die durch den Körper bedingt wahrgenommen werden.

Hier ist von Unannehmlichkeiten die Rede, von denen der Geist des Mönchs durch in ihn eingetragene Lauscher-Erfahrung bewegt ist. Dieses merkend, sagt er sich: Dieser Körper ist mit Trieben besetzt, mit Verlangen nach diesen und jenen Erlebnissen, unter anderem nach angenehmen Tönen, nach Anerkennung. Der Trieb nach Tönen wohnt im Ohr und macht aus dem toten Werkzeug nicht nur ein Hörenkönnen, sondern ein Hörenmüssen. So ist das aus den vier großen Gegebenheiten bestehende Gehör mit dem innewohnenden Lauscher die Bedingung dafür, dass da Töne wahrgenommen werden, und so ist das Verlangen nach Anerkennung die Bedingung dafür, dass mit der wahrgenommenen Nicht-Anerkennung ein Wehgefühl aufkommt. Weil da ein Ohr als Werkzeug des Durstes vorhanden ist, darum können durch Lauscher-Erfahrung Töne wahrgenommen werden, und weil da ein auf Anerkennung gerichteter Durst vorhanden ist, darum muss die Wahrnehmung von Nicht-Anerkennung Wehgefühl auslösen.

Er erkennt: Formen, zu sich gezählte und als außen erfahrene, sind die Ursache, dass bei der Berührung die als außen erfahrene Form von den Trieben, die der zu sich gezählten Form innewohnen, abgeschmeckt wird, woraus Gefühl, Wahr-

nehmung, Aktivität usw. entsteht. Alle diese Folgeerscheinungen entstehen aus der Berührung zwischen der zu sich gezählten und der als außen erfahrenen Form, deren Unbeständigkeit und Ichlosigkeit bereits erkannt wurde. Und das, was aus Unbeständigem, Ichlosem hervorgeht, dadurch hervorgerufen wird, wie könnte das beständig sein? So sagt auch der Mönch *Nandako (M 146)*: *Wenn die zu sich gezählte Form und die als außen erfahrene Form unbeständig sind, wie könnte dann das Gefühl beständig sein?* Und wir sehen auch an uns selbst in jedem Augenblick die Wandlungen unserer Gefühle, Wahrnehmungen, unserer Aktivitäten und Programme.

Ein Mensch, der so die fünf Zusammenhäufungen zum Betrachtungsgegenstand nimmt, ihre Unbeständigkeit und Leidhaftigkeit erkennt, der hat Freude an dieser Betrachtung, er merkt die zunehmende Unverletzbarkeit durch den inneren Abstand von den fünf Zusammenhäufungen. Er ahnt das Todlose, die völlige Freiheit, und darum springt sein Herz, springen seine Neigungen auf diese Betrachtung, wie das Pāli-Wort *pakkhandati* wörtlich wiederzugeben wäre. Und während er voll Freude diese Betrachtung pflegt, wird sein Herz beruhigt, beschwichtigt: „Ich bin auf dem richtigen Weg.“ So sind Geist und Herz gesammelt und ganz davon erfüllt, diesem Anblick zugeneigt.

### Gleichmut bei körperlichen Schmerzen

Und wenn die Leute einen so sich Übenden schlagen, so nennt Sāriputto auf der Grundlage der gepflegten Durchschauung eine weitere Übung:

*Wenn die Leute, Brüder, einem solchen Mönch unerwünscht, lieblos, unangenehm begegnen, ihn mit Fäusten schlagen, mit Erdklumpen bewerfen, mit Stöcken prügeln, mit Messern treffen, so weiß er: „So beschaffen ist ja dieser Körper, dass man ihn mit Fäusten schlagen, mit Erdklumpen bewerfen, mit Stöcken prügeln,*

*mit Messern treffen kann. Und das Wort des Erwachten im ‚Gleichnis von der Säge‘ lautet: Wenn auch Räuber und Mörder euch Glied für Glied mit einer Doppelgriffsäge in Stücke teilen würden, so würde derjenige, dessen Geist von Abneigung und Gegenwendung erfüllt würde, nicht meine Weisung erfüllen.*

*Gestählt wird meine Kraft sein, ungebrochen, aufgerichtet die Wahrheitsgegenwart, unverblendet, das Herz gesammelt, einig geworden. Wollen sie, nun so sollen sie diesen Körper mit Fäusten schlagen, mit Erdklumpen bewerfen, mit Stöcken prügeln, mit Messern treffen. Erfüllt werde jene Weisung des Erwachten.*

Ging es im ersten Beispiel um unliebsame Eindrücke des Mönchs durch Töne und Worte, die durch Lauscher-Erfahrung und Geist-Erfahrung wahrgenommen wurden, so ist jetzt von körperlichen Schmerzen des Mönchs die Rede, die durch Taster-Erfahrung wahrgenommen, dem Geist gemeldet werden. Die wahrgenommene Rede trifft den Menschen weniger unmittelbar als die körperlichen Schläge, und darum ist auch das empfohlene Verhalten unterschiedlich.

Bei der unliebsamen Lauscher-Berührung wurde dem übenden Mönch empfohlen, das Aufkommen und Vergehen der fünf Zusammenhäufungen zu beobachten und dabei ihre Bedingtheit, Abhängigkeit und Unbeständigkeit festzustellen. Wenn aber der übende Mönch von sehr schmerzlichen Tastberührungen getroffen wird, dann wird ihm die gleiche Übung nicht zugemutet. Natürlich wäre diese Übung hier ebenso umfassend heilsam, wie sie es bei der Lauscher-Berührung ist, aber bei starken körperlichen Schmerzen ist für den noch nicht überweltliches Wohl Genießenden die Verflochtenheit mit dem Körper zu stark, und durch die aufgedrängten wechselnden sinnlichen Wahrnehmungen hat er meist nicht die Ruhe zu dieser durchdringenden Betrachtung. In solchen Fällen helfen

kurze einprägsame leuchtkräftige Vorstellungen, wie Sāriputto sie hier nennt:

- 1. So beschaffen ist ja dieser Körper, dass man ihn schlagen, bewerfen, prügeln und stechen kann. Form wird von Form getroffen.*
- 2. Keinen Zorn auf die Täter aufkommen lassen, und wenn sie auch mit einer Säge die Glieder abtrennten.*

Diese plastischen Bilder weisen die Eindringlichkeit der ankommenden Berührungen ab, wenn der Mönch sie kraftvoll in seinem Geist festhält. Dadurch werden die Triebe im Körper beschwichtigt, das Herz ist nicht mehr aufgeregt oder krampfhaft gespannt, sondern es wird einig, nur von einem stillen Anblick erfüllt, fernab aller sinnlichen Eindrücke. Was mit dem Körper geschieht, ist dem Betrachter fern gerückt. Schläge treffen ihn nicht mehr.

*Wenn diesem Mönch, ihr Brüder, der so des Erwachten, der Lehre, der Gemeinschaft der Heilsgänger gedenkt, der auf Heilsames (heilsame Betrachtung) gegründete Gleichmut nicht andauert, so wird er unruhig, gerät in Aufregung: „Ein Verlust, wahrlich, ist es für mich, kein Gewinn, es ist schlecht für mich, es ist nicht gut für mich, dass ich, der ich des Erwachten, der Lehre, der Gemeinschaft der Heilsgänger gedenke, den auf Heilsames gegründeten Gleichmut nicht fest erworben habe!“ Gleichwie etwa, Brüder, die Schwiegertochter, dem Schwiegervater belegend, unruhig wird, in Aufregung gerät (ob sie ihn zufriedenstellen kann), ebenso nun auch, Brüder, wird da ein Mönch, der des Erwachten, der Lehre, der Gemeinschaft der Heilsgänger gedenkt, unruhig, gerät in Aufregung, wenn er den*

*auf Heilsames gegründeten Gleichmut nicht fest erworben hat.*

*Wenn diesem Mönch, ihr Brüder, der so des Erwachten, der Lehre, der Gemeinschaft der Heilsgänger gedenkt, der auf Heilsames gegründete Gleichmut andauert, so ist er beglückt. Insofern aber, ihr Brüder, hat ein Mönch viel geleistet.*

Des Erwachten hatte sich der Kämpfende erinnert, als er sich dessen Worte vom Gleichnis von der Säge vor Augen führte, der Lehre, der Aufweisung des realistischen Tatbestands innerhalb der Existenz hatte er sich bei der Betrachtung der fünf Zusammenhäufungen erinnert, und der Gemeinschaft der Heilsgänger hatte er sich erinnert in dem Wissen, dass gleich ihm Menschen um diesen Gleichmut kämpfen oder ihn bereits erworben haben.

Wenn ihm dieser Gleichmut nicht gelingt, dann kann es sein, dass er in dem Wissen, wie wichtig es ist, ihn zu erwerben, verstört wird, in Aufregung und Sorge gerät, wie Säriputo sagt. Wir regen uns über so viele weltliche Dinge auf, nehmen sie wichtig, sie sind uns lebenswichtig. Dem Mönch aber ist der Erwerb des Gleichmuts so lebenswichtig, wie es für die Schwiegertochter lebenswichtig ist, dass der Schwiegervater sie anerkennt, denn von ihm - so war es im damaligen Indien üblich - hängt ihr Ergehen im Haus des Gatten ab. Hat der Mönch aber diesen Gleichmut erworben, kann er ihn festhalten, auch wenn er körperlich gequält wird, dann hat er wahrlich viel geleistet.

Die nüchterne Analyse der gesamten Daseinsfaktoren und ihre Beurteilung als unbeständig ist aber wiederum nur dann möglich, wenn man diese selbst und ihr Zusammenwirken gründlich versteht und erkennt, wenn man erkennt, dass diese Faktoren die gesamte Existenz, alles, was überhaupt erscheint samt dem Erscheinen selber, ausmachen, dass man mit der Erkenntnis ihres Zusammenspiels, ihrer gegenseitigen Abhän-

gigkeit und Bedingtheit Existenz in ihrem zwanghaften Ablauf erfasst und damit zu der Ablösung von den sie bedingenden Faktoren kommt.

Darum werden im folgenden Teil der Lehrrede diese Faktoren noch einmal genannt und in ihrem Zusammenwirken beschrieben:

Das Ineinandergreifen der fünf Zusammenhäufungen

*Gleichwie etwa, ihr Brüder, ein durch Balken und Binsen, Stroh und Lehm begrenzter Raum als „Haus“ bezeichnet wird, gerade so nun, ihr Brüder, wird ein durch Knochen und Sehnen, Fleisch und Haut begrenzter Raum als „Form“ bezeichnet.*

So wie Balken und Binsen, Stroh und Lehm den Eindruck „begrenzter Raum“ entstehen lassen, den wir „Haus“ nennen, ebenso auch entsteht durch Knochen und Sehnen, Fleisch und Haut der Eindruck „Form“, „Leib“. - Im Folgenden wird geschildert, durch welche Umstände die Wahrnehmung „Form“ überhaupt - nicht nur die Leibesform - zustande kommt:

#### 1. Zusammenhäufung:

Die Teil-Erfahrung der Triebe (*viññāna-bhāga*)  
durch Berührung von zu sich gezählter Form  
und als außen erfahrener Form

Die gesamte sechsfache sinnliche Wahrnehmung ist bedingt durch die Berührung der Sinnesdränge im Körper mit dem als außen Erfahrenen:

1. Der Luger (der Trieb im Auge, das Sehenwollen) ist gespannt auf die Erfahrung angenehmer Formen.
2. Der Lauscher (der Trieb im Ohr, das Hörenwollen) ist gespannt auf die Erfahrung angenehmer Töne.

3. Der Riecher (der Trieb in der Nase, das Riechenwollen) ist gespannt auf die Erfahrung angenehmer Düfte.
4. Der Schmecker (der Trieb in der Zunge, das Schmeckenwollen) ist gespannt auf die Erfahrung angenehmer Säfte.
5. Der Taster (der Trieb im ganzen Körper, das Tastenwollen) ist gespannt auf die Erfahrung angenehmer Tastungen.
6. Der Denker (der Trieb im Geist, das Denkenwollen) ist gespannt auf die Erfahrung angenehmer Dinge.

Diese Sinnesdränge sind die meist unbewussten Bewegter und Benutzer des Körpers. Sie sind es, die aus den Augen dieses Körpers in die Welt hineinlauern und lugen, die aus den Ohren in die Welt hineinlauschen. Von diesen Sinnesdrängen geht jenes den normalen Mensch unermüdlich bewegende Gieren und Lechzen aus, um zu den ersehnten Kontakten mit der Umwelt zu kommen. Dies geschieht bei dem normalen Menschen meist unbewusst, aber man kann es mit geübter Aufmerksamkeit deutlich erkennen.

Wenn man irgendwo einen tatenlos sitzenden Menschen beobachtet, so kann man an ihm das unendliche Gewoge und Gedränge seitens der begehrenden Triebe erkennen: Immer wieder spähen die Augen umher, wird der Kopf in alle Richtungen gewandt, um etwas „Interessantes“ einzufangen, immer wieder horchen die Ohren nach allen Seiten. Sobald etwas den Sinnesdrängen positiv bzw. negativ Entsprechendes wahrgenommen wird, zeigt das Gesicht einen Ausdruck von Freude bzw. Missmut oder Ärger. Oft kann man beobachten, wie der Betreffende über den Eindruck noch weiter nachzudenken scheint, sich an ähnliche Dinge erinnert und so fort. Wurde aber von den Sinnesdrängen im Körper aus der Umgebung nichts eingefangen, dann sieht man den Betreffenden bald seine mitgebrachten Papiere, Zeitung, Briefe oder Notizen sortieren und darin lesen. Wenn er aber nichts zum Sortieren und Lesen hat, so tritt öfter ein Wechsel von betonter Spannung und bewusst gewordenem Unbefriedigtsein in den Gesichtszügen auf: er hat Langeweile. Man kann beobachten,



dass der Mensch nun nachdenkt, wie und wo er etwas Schönes oder jedenfalls Besseres als im gegenwärtigen Augenblick erleben könne, und bald kann man sehen, dass der Körper in Bewegung gesetzt wird, um ihn an einen Platz zu bringen, der evtl. interessanter ist.

In unserer Lehrrede heißt es, dass die Entstehung von Sinneserfahrungen von folgenden drei Umständen abhängig sei:

1. Das jeweilige Sinnesorgan (Auge, Ohr usw.) muss funktionsfähig, technisch intakt sein.
2. Das jeweils als Außen Erfahrene (die Lichtstrahlen, Schallwellen usw.) muss an das entsprechende Sinnesorgan gelangen.
3. Es muss zwischen 1 und 2 eine Ernährung/Berührung stattfinden:

*1. Ist das zu sich gezählte Auge (mit dem innewohnenden Luger) funktionsfähig und treten von außen keine Formen in den Gesichtskreis, und es findet keine Ernährung statt, so kommt es nicht zur Bildung des entsprechenden Erfahrungs-Teils (viññāna-bhāga) Luger-Erfahrung.*

Hier ist eine äußere Bedingung nicht erfüllt: Es treten keine Formen an den Luger (Töne an den Lauscher usw. - d.h. an die Triebe in den Sinnesorganen) heran, etwa weil es dunkel oder völlig still ist.

Mit „Erfahrung“ ist hier noch nicht die Erfahrung des Geistes, „unsere“ Erfahrung gemeint, sondern nur eine Teil-Erfahrung, die Erfahrung des Lugers, Lauschers usw.: Wenn eine äußere Form an das körperliche Auge kommt, dann wird die im Auge wohnende Sucht nach Sehen ernährt/berührt und erfährt: „Wohl tut das“ oder „wehe tut das“.

*2. Ist das zu sich gezählte Auge (mit dem innewohnenden Luger) funktionsfähig und treten auch von außen*

*Formen in den Gesichtskreis, aber es findet keine Ernährung statt, so kommt es nicht zur Bildung des entsprechenden Erfahrungs-Teils.*

Die Ernährung des Lugers mit Formen (des Lauschers mit Tönen usw.), wodurch er diese „erfährt“ (*viññāna*), ist die „Berührung“ des Verlangens im Luger, wodurch er seine Empfindung, sein Gefühl, das durch die (zur Berührung gekommene) Form ausgelöst wurde, dem Geist meldet. - Diese Ernährung/Berührung hat dann nicht stattgefunden, etwa weil zu der Zeit gerade andere Sinnesdränge stark beschäftigt, also ernährt werden. Der Geist hat dann solche Dinge, die sich in seiner Nähe zutragen, „übersehen“ oder „überhört“, weil er mit etwas anderem beschäftigt war. Dann wird mangels Interesse der Luger nicht „ernährt“, berührt, und es kommt nicht zur entsprechenden Teil-Erfahrung. Man sagt: „Ich war abgelenkt“ und bringt damit zum Ausdruck, dass der Geist auf das Objekt „hingelenkt“ sein muss, wenn das Verlangen des einzelnen Sinnesorgans „ernährt“ werden soll.

Hier sei auch auf die Fähigkeit der in der Läuterung weit Fortgeschrittenen, der „Reinen“, hingewiesen: Ihre geistige Vertiefung, ihr Herzensfrieden (*samādhi*) kann so stark sein, dass der innere Wille zur Welterfahrung zeitweilig völlig zur Ruhe kommt, so dass keinerlei Ernährung der Sinnesdränge stattfindet und sie mit offenen Augen nicht sehen, mit offenen Ohren nicht hören usw., weil sie ohne Bewusstsein von „Ich“ und „Welt“ in einem überweltlichen seligen Frieden verweilen.

Dem normalen Menschen aber, der auf die Sinneseindrücke aus ist, fehlt es nicht an der geistigen Hinwendung, die die Ernährung, die Berührung, der Triebe erzwingen, es sei denn, seine Aufmerksamkeit richtet sich nicht auf das gerade den Sinnen Begegnende.

Die sinnliche Wahrnehmung findet also nicht, wie man den Eindruck hat, passiv statt, sondern ist bedingt durch das Interesse für das gerade als Umwelt oder Ich Erscheinende. Sobald

die Aufmerksamkeit gezielt auf bestimmte Formen, Töne oder Denkbjekte oder auf andere Objekte gerichtet ist, werden die anderen Sinne um so weniger benutzt. Was also erfahren wird, das wird vorwiegend bestimmt von dem „Interesse“ der Triebe, der Sinnensucht, und der dadurch bedingten Aufmerksamkeit. Vorwiegend, denn selbst bei ziemlich starker Konzentration auf einen Vorgang können sich auch äußere Vorgänge den Sinnen aufdrängen, z.B. wenn plötzlich ein lautes Geräusch ertönt und die Aufmerksamkeit von anderem ablenkt. Aber vorzugsweise wird das erfahren, worauf die Aufmerksamkeit gerichtet ist:

*3. Ist das zu sich gezählte Auge (mit dem innewohnenden Luger) funktionsfähig und treten auch von außen Formen in den Gesichtskreis, und es findet eine Ernährung statt, so kommt es zur Bildung des entsprechenden Erfahrungs-Teils.*

*Gleichwie etwa ein durch Balken und Binsen, Stroh und Lehm begrenzter Raum als „Haus“ bezeichnet wird, gerade so nun, ihr Brüder, wird ein durch Knochen und Sehnen, Fleisch und Haut begrenzter Raum als „Form“ bezeichnet.*

*1. Ist das zu sich gezählte Ohr (mit dem innewohnenden Lauscher) - die zu sich gezählte Nase (mit dem innewohnenden Riecher) - die zu sich gezählte Zunge (mit dem innewohnenden Schmecker) - der zu sich gezählte Körper (mit dem innewohnenden Taster) - das zu sich gezählte Gehirn (mit dem innewohnenden Denker) - funktionsfähig und treten von außen keine Töne - Düfte - Geschmäcke - Tastungen - Gedanken - in den Gehörkreis - in den Geruchskreis - in den Geschmackskreis - in den Tastkreis - in den Denkkreis, und es findet k e i n e Ernährung statt, so kommt es*

*nicht zur Bildung des entsprechenden Erfahrungs-Teils.*

*2. Ist das zu sich gezählte Ohr (mit dem innewohnenden Lauscher) - die zu sich gezählte Nase (mit dem innewohnenden Riecher) - die zu sich gezählte Zunge (mit dem innewohnenden Schmecker) - der zu sich gezählte Körper (mit dem innewohnenden Taster) - das zu sich gezählte Gehirn (mit dem innewohnenden Denker) - funktionsfähig und treten von außen Töne - Düfte - Geschmäcke - Tastungen - Gedanken - in den Gehörkreis - in den Geruchskreis - in den Geschmackskreis - in den Tastkreis - in den Denkkreis -, aber es findet keine Ernährung statt, so kommt es nicht zur Bildung des entsprechenden Erfahrungs-Teils.*

*3. Ist das zu sich gezählte Ohr (mit dem innewohnenden Lauscher) - die zu sich gezählte Nase (mit dem innewohnenden Riecher) - die zu sich gezählte Zunge (mit dem innewohnenden Schmecker) - der zu sich gezählte Körper (mit dem innewohnenden Taster) - das zu sich gezählte Gehirn (mit dem innewohnenden Denker) - funktionsfähig und treten von außen Töne - Düfte - Geschmäcke - Tastungen - Gedanken - in den Gehörkreis - in den Geruchskreis - in den Geschmackskreis - in den Tastkreis - in den Denkkreis -, und es findet eine Ernährung statt, so kommt es zur Bildung des entsprechenden Erfahrungs-Teils.*

An anderer Stelle (z.B. M 18) fasst der Erwachte den Erfahrungsvorgang kurz zusammen:

*Durch den Luger und die Formen entsteht die Luger-Erfahrung (durch den Lauscher und die Töne entsteht die Lauscher-Erfahrung usw.)*

und fährt dann fort:

*Der Drei Zusammensein ist Berührung.*

Das heißt, gleichzeitig mit der Erfahrung hat die Berührung stattgefunden. In unserer Lehrrede heißt es:

*Mit der Ernährung hat die Erfahrung stattgefunden.*

Wir sehen an diesen beiden unterschiedlichen Aussagen, die denselben Vorgang schildern, wie die Erfahrung der Triebe in den Sinnesorganen identisch ist mit der Berührung der Triebe: Ernährung/Berührung ist Erfahrung, und Erfahrung ist Berührung.

Nachdem der Erwachte geschildert hat, wie die Erfahrung von Form seitens eines Triebs zustande kommt, fährt er fort (M 18): *Durch Berührung bedingt ist Gefühl.*

## 2. Zusammenhäufung - Gefühl:

*Durch Berührung bedingt ist Gefühl*

Das heißt, die dem Auge inwohnende Sucht nach Sichtbarem z.B. hat eine bestimmte Form erfahren. Nicht etwa ein „Ich“, sondern der Luger, Lauscher usw. hat erfahren, ist berührt/ernährt worden und hat die Berührung als angenehm oder unangenehm erfahren, empfunden. Die Sinnesdränge antworten auf die Berührung mit Wohlgefühl, wenn die Berührung ihrem Anliegen entspricht, und mit Wehgefühl, wenn die Berührung ihrem Anliegen widerspricht.

## 3. Zusammenhäufung - Wahrnehmung:

*Was man fühlt, nimmt man wahr*

Durch das Gefühl tritt die Wahrnehmung ein, das bewusste Erlebnis. Der Augenblick der Wahrnehmung ist das Eintreten in den Geist oder: der Eintritt in den Geist ist die Wahrnehmung, ist das bewusste Erlebnis dessen, was die Sin-

nesdränge des Körpers erfahren haben und damit ihr Urteil als Gefühl dem Geist gemeldet haben. Durch jedes Gefühl wird die Aufmerksamkeit des normalen Menschen hingezogen auf denjenigen Gegenstand, bei welchem durch die Teilnahme der Sinnesdränge im Akt der sinnlichen Erfahrung zugleich das Gefühl entstand, und mit diesem Aufmerken wird die Sache bemerkt, also wahrgenommen. Dabei wird der durch ein Wohlgefühl bemerkte Gegenstand als „angenehm“, „schön“, „wertvoll“, „lieb“ oder „sympathisch“ wahrgenommen, und der durch ein Wehgefühl bemerkte Gegenstand wird als „unangenehm“, „hässlich“, „wertlos“, „böse“ oder „unsympathisch“ wahrgenommen. Indem das jeweils stärkste Gefühl die Aufmerksamkeit auch am stärksten auf den betreffenden wahrgenommenen Gegenstand lenkt, so dass dieser deutlich bemerkt und damit wahrgenommen wird, zieht das gleiche stärkste Gefühl sogleich die Aufmerksamkeit von den vielen anderen, gleichzeitig geschehenden, aber von schwächeren Gefühlen begleiteten Wahrnehmungen ab und verhindert damit das Bemerken, das Wahrnehmen derselben. So treffen die Sinnesdränge eine Auswahl: Indem sie auf das ihnen Entsprechende oder Widersprechende mit unterschiedlich starken Gefühlen reagieren, gelangt nur ein Teil des Erfahrenen zur Wahrnehmung.

Durch das Kontaktfassen innerhalb der Form, der zu sich gezählten mit der als außen erfahrenen Form, kommt durch die Triebe, die der zu sich gezählten Form innewohnen, Gefühl zustande und durch das Gefühl die Wahrnehmung. Das sind die ersten drei der fünf Zusammenhäufungen. In diesem Stadium ist für den Menschen eine „Situation“ entstanden: Es ist die Wahrnehmung von einem Ich und die Wahrnehmung dieser oder jener Form, dieses oder jenes Tons, Geruchs, Geschmacks usw., dieser oder jener Menschen, Tiere oder Dinge, von denen er so oder so angenehm oder unangenehm oder gleichgültig berührt wird. Das ist die passive Seite des Erlebens.

4. Zusammenhäufung - Aktivität:  
*Was man wahrnimmt, das bedenkt man,  
damit beschäftigt sich der Geist*

Zu dieser wahrgenommenen Situation nimmt nun jeder normale Mensch Stellung in dieser oder jener Weise. Empfindet er die Situation als angenehm, so besteht seine Stellungnahme darin, dass er sie zu verlängern trachtet. Empfindet er sie als unangenehm, so trachtet er, sie zu verkürzen und aufzuheben, zu verändern. Beurteilt er die Situation als aussichtsreich, d.h. dass sie ihm unter gewissen Umständen Annehmlichkeiten verspricht, so trachtet er, diese Umstände herbeizuführen oder zu erhalten. Ebenso umgekehrt: Wenn die Situation die Drohung einer üblen Entwicklung für ihn zu enthalten scheint, so trachtet er, diese drohende üble Entwicklung abzuwenden. So hegt und pflegt er die angenehmen Eindrücke, bejaht sie, sucht sie zu erhalten. Den unangenehmen trachtet er zu entgehen, verneint sie und sucht sie abzukürzen.

Mit dieser gesamten geistigen Tätigkeit des Hinstrebens, Beabsichtigens und Anstrebens mit entsprechendem Reden und Handeln beginnt die aktive Seite der Existenz, die vierte Zusammenhäufung.

5. Zusammenhäufung - programmierte Wohlerfassungssuche

Solche Aktivität geschieht beim erwachsenen Menschen zu- meist in festgelegten Programmen, um Wohl zu suchen und Wehe zu vermeiden, entsprechend den eingeschriebenen Daten. Doch ist diese Wohlsuche nicht als ein Täter aufzufassen. Sie ist lediglich ein komplexes programmgesteuertes System, ist die aus der bisherigen Erfahrung des Geistes hervorgegan- gene Programmiertheit der Wohlsuche und Weheflucht. Wir haben eine schier unendliche Menge von automatisch ablaufenden Programmen des Redens, Handelns und des Denkens in uns vom morgendlichen Erwachen an durch den Tag und das ganze Leben hindurch, auch in den Träumen.

In D 28 VII spricht Sāriputto vom *viññāna-sota-Strom*, den ein im *samādhi*, in der Herzenseinigung Befindlicher, zurückgezogen Verweilender erkennt, wie er *nach beiden Seiten, nach dieser und jener Welt ununterbrochen dahinfließt, in Brandung zu dieser Welt, in Brandung zu jener Welt Fuß fasst*. „Strömung“ oder „Strom“ ist der antike Ausdruck für das, was wir heute als „Programm“ bezeichnen, als fließenden Ablauf von miteinander verbundenen und sich ergänzenden gespeicherten Programmen, also als Robotertätigkeit.

Der Erwachte sagt (S 22,95): So wie der Gaukler oder Zauberkünstler ein Gaukelwerk nach dem anderen erscheinen lässt, so ist die programmierte Wohlerfahrungssuche im Dienst der hungernden Triebe ständig bestrebt, Formen (1), Objekte an die Sinne mit ihren Drängen bzw. die Sinne mit ihren Drängen an die Objekte heranzubringen zum Zweck der Berührung der Sinnesdränge, um Wohl (Gefühl - 2) zu erfahren, das mit der Form als angenehm, unangenehm oder gleichgültig wahrgenommenes Ding (3) in den Geist eingetragen wird; dann wird der Geist wieder aktiv (4) zur erneuten, evtl. veränderten Reaktion auf das Wahrgenommene. Dadurch veranlasst, wird auch die programmierte Wohlerfahrungssuche (5) verändert. So ist die programmierte Wohlerfahrungssuche immer im Bereich der vier Zusammenhäufungen tätig, stützt sich auf sie, ist auf sie aus.

Ein weiteres Gleichnis (S 22,54): So wie der normale Samen nur in der Erde zum Keimen und zur Entfaltung kommt, so auch kann die programmierte Wohlerfahrungssuche, die fünfte Zusammenhäufung, nur aus den vier Zusammenhäufungen hervorgehen. Aber so wie der Same in der Erde nur bei Zugabe von Wasser zum Keimen und zur Entfaltung kommen kann, so auch entwickelt sich die programmierte Wohlerfahrungssuche nur dann aus den vier Zusammenhäufungen, wenn bei dem Wahrnehmungsvorgang Sucht nach Befriedigung (*nandirāga*) beteiligt ist, also die Triebe beteiligt sind.

Die programmierte Wohlerfahrungssuche (5) ist darauf programmiert, das außen Erfahrene (Formen - 1) an die zu sich



gezählte Form (1) mit den innewohnenden Drängen heranzubringen, wodurch der Ablauf der übrigen vier Zusammenhäufungen bedingt ist. - Die programmierte Wohlerfassungssuche, dieser blinde „Lenker“ der „Person“, ist es auch, die beim Tod zusammen mit dem Psycho-Physischen - d.h. mit Trieben, Geist und feinstofflichem Körper - aus dem grobstofflichen Körper aussteigt. Sie verlässt ihn für die Umstehenden unsichtbar und wird zu demjenigen Umfeld hingezogen, das den Qualitäten der Psyche im Habenwollen und Nichthabenwollen und in Rücksichtslosigkeit und Rücksicht entspricht. Dieses Umfeld wird als der neue „Ort“ erlebt, und dort wird weiteragiert.

Der Erwachte sagt, dass die programmierte Wohlerfassungssuche in untrennbarer, wechselseitiger Abhängigkeit vom Psycho-Physischen (Trieb+Geist+feinstofflicher Körper) besteht und immer daran gebunden bleibt. Sie ist es auch, die zusammen mit dem Psycho-Physischen in den Mutterleib eintritt und dort einen Fleischkörper aufbaut. Nach ca. neun Monaten tritt dann diese lenkende, steuernde programmierte Wohlerfassungssuche mit dem Psycho-Physischen zusammen aus dem Mutterleib aus (Geburt) und hält nun das diesseitig erscheinende Psycho-Physikum aktiv in Gang, so dass wir schon beim Säugling erkennen, dass „er“ alsbald bestrebt ist, zu sehen, zu hören, zu riechen, zu schmecken und zu tasten, und auf diese Weise auch in dieser Welt wieder weitere Programme zum Erfahren des Angenehmen und zum Meiden des Unangenehmen aufbaut. Es dauert seine Zeit, bis die Situationen und Möglichkeiten zur Befriedigung der Triebwünsche im Geist gespeichert sind und die programmierte Wohlerfassungssuche nun durch Herannehmen des als außen Erfahrenen an die Sinnesdränge im Körper die Dränge, die Triebe, befriedigen kann, die unprogrammierte Wohlerfassungssuche also passend für das Psycho-Physische arbeitet.

Die fünf Zusammenhäufungen gehören eng zusammen. Man kann sagen: Ist eine Zusammenhäufung da, sind auch die anderen da. Sie gehören, sie laufen zusammen, sie bestehen in

Union, sind miteinander kombiniert und es ist unmöglich, sie zu trennen. Der Erwachte sagt: So wie es unmöglich ist, wenn man einen Mundvoll Meerwasser nimmt, zu sagen: Das ist Wasser vom Ganges, das ist Wasser von diesem oder jenem Fluss, so ist es unmöglich, die fünf Zusammenhäufungen gesondert zu betrachten, da sie eben immer in Union, in Verbindung, in der Kombination bestehen. - Sie sind ringförmig miteinander verbunden zu betrachten:

### Die fünf Zusammenhäufungen im Kreislauf

Wenn Form (1) in irgendeiner Weise als Gesehenes oder Gehörtes oder Gerrochenes oder Geschmecktes oder Getastetes die Triebe im Körper (1) berührt, so entsteht Gefühl (2). Form und Gefühl werden dem Geist gemeldet als Wahrnehmung (3). Daraufhin folgt die Aktivität (4) des Wahrnehmenden, ausgehend von geistigem Beabsichtigen - entweder in blinder Reaktion auf das angenehme oder unangenehme Erlebnis oder in weiträumigen zielgerichteten Unternehmungen im Denken, Reden und Handeln. Aus diesem geistigen Beabsichtigen entsteht die im Geist programmierte erfahrungsgeladene Wohlerfahrungssuche (5), die Handhabung des Körpers und Geistes, um wieder Formen (1) an die Triebe im Körper und Gedanken und Erinnerungen an die Triebe im Geist heranzuführen zum Zweck erneuter Wohlerfahrung (2,3), worauf wieder reagiert wird (4) und die programmierte Wohlerfahrungssuche (5) einsetzt, um wieder Formen (1) an die Triebe im Körper (die zu sich gezählte Form - 1) heranzuführen usw., wodurch der Leidensprozess endlos fortgesetzt wird.



## Wunschesreiz, Durst - Ergreifen

Die fünf Zusammenhäufungen sind durch Ergreifen (4. und 5. Zusammenhäufung) entstanden und werden durch Ergreifen (*upādāna*) - dem Nachgeben des Durstes - in Gang gehalten, über Geburten und Tode hinweg immer wieder positiv bewertet und angestrebt. Darum sagt Sāriputto in unserer Lehrrede:

*Was dabei an Form entsteht, das ist<sup>95</sup> Form-Zusammenhäufung, was dabei an Gefühl entsteht, das ist Gefühls-Zusammenhäufung, was dabei an Wahrnehmung entsteht, das ist Wahrnehmungs-Zusammenhäufung, was dabei an Aktivität entsteht, das ist Aktivitäts-Zusammenhäufung, was dabei an programmierter Wohlerfahrungssuche entsteht, das ist die Zusammenhäufung programmierte Wohlerfahrungssuche.*

*Er weiß jetzt: Das also ist die Bildung, die Verbundenheit, das Ineinandergreifen der fünf Zusammenhäufungen. Und das Wort des Erhabenen lautet: „Wer die bedingte Entstehung sieht, der sieht die Wirklichkeit. Wer die Wirklichkeit sieht, der sieht die bedingte Entstehung.“ Bedingt sind sie ja entstanden, diese fünf Zusammenhäufungen: Was bei diesen fünf Zusammenhäufungen Wunschesreiz, Sich dabei Niederlassen, Bejahung, Neigung ist, das ist die Leidensursache (2. Heilswahrheit vom Leiden). Was bei diesen fünf Zusammenhäufungen Hinwegführung des Wunschesreizes (*chandarāga vinaya*) ist, Aufhebung des Wunschesreizes (*chandarāga-pahāna*) ist (3. Heilswahrheit vom Leiden), das ist die Leidensauflösung. Auch insofern hat ein Mönch viel geleistet.*

---

<sup>95</sup> sangaham gacchati = enthalten, beinhalten, umfassen (zusammenlaufen)

Das im Akt der denkerischen Bejahung geschehende Ergreifen (4. Zusammenhäufung) ist bedingt durch die gefühlsbesetzte Wahrnehmung (2. und 3. Zusammenhäufung): Wenn ein Erlebnis ein Wohlgefühl ausgelöst hat, dann wird man es immer wieder gern erleben mögen. Bei einem Wehgefühl ist es umgekehrt. Je stärker das Wohlgefühl ist, um so mehr dürstet man nach Wiederholung. Die starken Wohlgefühle lösen auch einen stark hinstrebenden Durst/Wunschesreiz aus; die starken Wehgefühle dagegen lösen einen starken fortstrebenden Durst/Wunschesreiz aus, während die schwächeren Wohl- und Wehgefühle auch einen entsprechend schwächeren Durst/Wunschesreiz auslösen. Durst/Wunschesreiz ist also ein bewusst gewordener, im Geist sich meldender Drang, ein inneres lechzendes Verlangen nach den verschiedenen sinnlichen und geistigen Erlebnissen, das, obwohl zur Erhaltung des Körpers nicht nötig, doch so stark sein kann wie das Bedürfnis nach Einatmen, Ernährung und Schlaf.

Der Stillung dieses Durstes kann der Mensch nachgeben, sich dem Wohlgefühl hingeben, den Wunschesreiz befriedigen (*upādāna*) oder aber ihm Widerstand entgegensetzen. Auch ist es ein entscheidender Unterschied, ob ein Kenner der Zusammenhänge seinen momentanen Wunschesreiz/Durst als ein zu überwindendes Durchgangsstadium betrachtet oder ob ein unbelehrter Mensch die Befriedigung des Wunschesreizes, des Durstes, als erstrebenswertes Ziel ansieht. Wird das Gefühl der Befriedigung (*upādāna*) für etwas Gutes gehalten, wird es positiv bewertet, dann gibt man sich der Befriedigung hemmungslos hin und trachtet, sie sich um fast jeden Preis zu erhalten und wieder zu erringen in Gedanken, Worten und Taten. Dann wird der Durst nicht nur erhalten, sondern gemehrt. Das Erlebnis der Befriedigung ist Gewöhnung geworden. Bei der Erfahrung von wohlthuenden Begegnungen kommt die Absicht auf erneute Gefühlsbefriedigung auf. Auch wenn der Mensch eine Kränkung zornig abweist, also gar nicht befriedigt zu sein scheint, dann hat er doch seinen Trieb befriedigt,

nämlich seinen Zorntrieb, ist ihm gefolgt, hat damit die Situation ergriffen.

Der Erwachte sagt (M 36):

*Da steigt einem unbelehrten Menschen ein Wohlgefühl auf. Wenn er vom Wohlgefühl getroffen ist, wird er wohlbegehrlich (Wunschreiz, Durst), gibt sich dem Wohlgenuss hin (ergreift ihn).*

Und er fährt fort:

*Wenn er sich dem Wohlgefühl hingibt, sein Denken darum herumkreisen lässt, dann wird das Herz aufgewühlt, gefesselt, überwältigt.*

Das heißt, das Herz gewöhnt sich an die Dinge. Wenn es daran gewöhnt ist, dann muss es sie vermissen, wenn sie nicht da sind, und Wehgefühl in dem Maß empfinden, wie es sich mit den Dingen verbunden hat.

Da aber die Welt keine Schüssel ist, aus der der Durstige unentwegt schöpfen kann, wessen er bedarf, so ist Nichterlangen und damit Wehgefühl unvermeidbar:

*Mit dem Schwinden von Wohlgefühl aber steigt Wehgefühl auf, und durch dieses Wehgefühl wird er erschreckt, erschüttert, verstört. (M 36)*

Der unbelehrte Mensch weiß nicht, dass jede im Geist bejahte Befriedigung seinen Durst vergrößert, dass durch die Hingabe an das Wohl neues Leiden geschaffen wird.

Jedes Sichbefriedigen, Ergreifen, das der Mensch bejaht oder wieder zu erlangen trachtet, verstärkt die Gewöhnung an die Befriedigung: „Das ist schön, das will ich wieder haben; wie bekomme ich es?“ Ist so das Erlebnis der Befriedigung Gewöhnung geworden, dann ist ein noch bedürftigeres „Ich“ in einer gewährenden oder verweigernden Umgebung entsprechend der moralischen Qualität der Befriedigungen entstanden. *Befriedigung des Gefühls (nandī) ist des Leidens Wurzel*, sagt der Erwachte (M 1) und sagt (M 38): *Bei den Gefühlen sich befriedigen (nandī), das ist Ergreifen*. Der Erwachte vergleicht die fesselnden Erscheinungen mit dem Brennen einer

Öllampe und das Handeln in Befriedigungsabsicht, Ergreifen (*upādāna*) mit dem Nachfüllen von Öl (S 12,53):

*Wo bei den verstrickenden Erscheinungen (samyojaniyesu dhammesu) der Anblick von Wohltuendem beständig gepflegt wird, da wächst der Durst. Durch Durst bedingt ist Ergreifen (upādāna). Durch Ergreifen bedingt ist Schaffsal (bhava), Geburt, Altern und Sterben. So geschieht dieser gesamten Leidenshäufung Fortsetzung.*

*Gleichwie durch Öl und Docht bedingt, eine Öllampe brennt - würde da ein Mensch von Zeit zu Zeit Öl nachfüllen und den Docht anheben, so würde die so ernährte, so aufnehmende (upādāna) Öllampe immer weiter brennen. So auch muss da, wo bei den verstrickenden Erscheinungen der Anblick von Wohltuendem gepflegt wird, der Durst wachsen. Durch Durst bedingt ist Ergreifen, durch Ergreifen bedingt ist Schaffsal, Geburt, Altern und Sterben. So geschieht dieser gesamten Leidenshäufung Fortsetzung.*

Der Erwachte vergleicht den Zustand des der sinnlichen Wahrnehmung Bedürftigen auch mit dem eines Bettlers, der darauf angewiesen ist, dass er das, was er ersehnt, auch erlangt. Die ihn bewegenden zahllosen sinnlichen und sonstigen Bedürfnisse verursachen in ihrer Gesamtheit bei ihm eine machtvolle, schmerzliche Grundstimmung, ein gewaltiges Entbehren, einen Hunger, einen Durst. Bei diesem gewaltigen Dauermangel, der sein Dasein durchzieht, bedeuten die einzelnen Erfüllungen sinnlicher Bedürfnisse eine nur sehr kleine und nur sehr kurzfristige Erleichterung seines Gesamtwehes, aber in seinem Grundelend empfindet er jedes kleinste Erlangen schon als ein mehr oder weniger großes Wohl. Aber ebenso wie der Bettler sehr häufig nicht erlangt, was er ersehnt, sondern oft darben muss und oft verachtet und misshandelt wird, ebenso geht es dem der Sinnenlust bedürftigen Menschen, selbst wenn er gesund und zur sinnlichen Wahrnehmung fähig ist: er erlebt sehr vieles, was seinen Wünschen

nicht entspricht, und muss sehr vieles, wonach er sich sehnt, vermissen. Das bezeichnet der Erwachte mit *Vereintsein mit Unliebem und Getrenntsein von Liebem*, und darum vergleicht er die Sinnendinge u.a. mit Darlehen und Betteleien, die man dann und wann erlangt, die aber von dem Gläubiger jederzeit zurückgezogen werden können.

### Minderung bis Vernichtung des Wunschesreizes durch negative Bewertung

Die Leidensaauflösung ist das Zurückhalten und Aufheben der Triebe im akuten Anfall (*chandarāga-pahāna*) und das gedankliche Unterhöhlen und Verneinen der Triebe in neutralen Zeiten (*chandarāga-vinaya*). In M 19 sagt der Erwachte von sich aus der Zeit, als er noch kein Erwachter, sondern noch ein Ringender war:

*Wenn mir nun bei diesem aufmerksamen beharrlichen Mühen ein Gedanke der Sinnensucht aufstieg, dann erkannte ich: „Aufgestiegen ist mir da dieser Gedanke der Sinnensucht, und er führt zu eigener Beschwer, zu anderer Beschwer und zu beider Beschwer, er rodet die Weisheit aus, bringt Verstörung mit sich, führt nicht zur Triebversiegung.“*

*„Führt zu eigener Beschwer“ - als ich mir dies vor Augen führte, da schwand der Gedanke der Sinnensucht hinweg. „Führt zu anderer Beschwer“ - als ich mir dies vor Augen führte, da schwand der Gedanke der Sinnensucht hinweg. „Führt zu beider Beschwer, rodet die Weisheit aus, bringt Verstörung mit sich, führt nicht zur Triebversiegung“ - als ich mir dies vor Augen führte, da schwand der Gedanke der Sinnensucht hinweg.*

*Und wenn auch immer ein Gedanke der Sinnensucht in mir aufstieg, ihr Mönche, da wies ich ihn ab, vertrieb, vertilgte, vernichtete ihn.*

Ebenso bei den Gedanken von Antipathie bis Hass und den Gedanken des Schadenwollens.



*Was da, ihr Mönche, ein Mönch lange bedenkt und sinnt, dahin geneigt ist das Herz. Wenn der Mönch eine Erwägung des Begehrens lange bedenkt und überlegt, so hat er sich von der Erwägung der Weltüberwindung abgewandt, hat die Erwägung des Begehrens großgezogen, und sein Herz neigt sich zur Erwägung des Begehrens. - Wenn der Mönch eine Erwägung der Weltüberwindung lange bedenkt und überlegt, so hat er sich von der Erwägung des Begehrens abgewandt, hat die Erwägung der Weltüberwindung großgezogen, und sein Herz neigt sich zur Weltüberwindung.*

Jede gründliche negativ bewertende Erwägung bedeutet eine vorübergehende Verflüchtigung der Anwandlung und führt zugleich als Dauerwirkung zu einer oft nur geringfügigen, aber endgültigen Schwächung der Triebe, wie es der Erwachte in M 101 zeigt:

*Da überlegt der Übende:*

*„Wenn ich mir die Leidensursache vor Augen halte, dann ist durch diese Vorstellung die Sucht abwesend; und wenn ich gar bezüglich dieser Leidensursache zu völligem Gleichmut gekommen, diesen gewonnenen Gleichmut pflege, so wird die Sucht endgültig überwunden.“ So übt er nun die Vorstellung jener Leidensursache, wodurch die Sucht zuerst während des Mühens abwesend ist, bis er durch völlige Suchtfreiheit zum vollen Gleichmut gekommen ist, den er nun pflegt.*

*Und so ist, ihr Mönche, die Anstrengung fruchtbar, fruchtbar die Mühe.*

Diese Lehrredenstellen sind schlechthin eindeutig, und wir dürfen froh sein, dass wir eine so klare Wegweisung haben. Der Erwachte sagt ausdrücklich in unserer Lehrrede, dass das dem Wunschesreiz Folgen die Leidensursache sei und dass die negative Bewertung des Wunschesreizes/des Durstes hinsichtlich der fünf Zusammenhäufungen die Leidensauflösung sei. Um die Leidensauflösung aber geht es in der gesamten Lehre

des Erwachten. Wegen der Leidensaauflösung hat der Erwachte die Lehre überhaupt mitgeteilt.

Und die Leidensaauflösung wird bewirkt durch die Durstaauflösung, d.h. vielmehr: Die Durstaauflösung ist die Leidensaauflösung. Das bedeutet also, dass die negative Bewertung des Wunschesreizes zugleich die Durstaauflösung ist, wie es auch in unserer Lehrrede bei der Betrachtung der vier großen Gegebenheiten beschrieben ist: *Sieht man das der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit* (z.B. dass irgendein Knochen des Körpers von der gleichen Festigkeit ist wie ein Holzstück oder ein Stein), *dann findet man nichts mehr an der Gegebenheit Festigkeit, das Herz ist gierlos in Bezug auf die Gegebenheit Festigkeit.*

Ebenso geschieht es in Bezug auf die anderen großen Gewordenheiten.

Der von Sinnensucht, Antipathie bis Hass und Schadenwollen Befreite ist unabhängig von den durch die Sinne angebotenen Formen, Tönen, Düften, Säften und Tastungen. Die Überwindung der gesamten Sinnensucht bringt bei ihm dann auch die endgültige und völlige Aufhebung und Auslöschung der gewaltigen, schmerzlichen Grundstimmung mit sich. Davon endgültig befreit, erlebt er in seinem Herzen ununterbrochen ein hohes und reines Wohl. Damit hat er das Bettlerdasein überwunden, denn er ist von äußeren Dingen nicht mehr abhängig, bedarf ihrer nicht mehr.

Der vom Begehren Befreite gerät mit den Wesen nicht in Rivalität und Streit, da er die von ihnen gewünschten Dinge nicht begehrt. Ja, er hilft ihnen und fördert sie, während er selber unverletzbar ist durch die äußeren Dinge. Denn ob diese kommen oder nicht kommen - ihn trifft es nicht, da er sein Wohl bei sich selber hat und nichts mehr von außen erwartet. Darum ist auch der Wegfall des Körpers für ihn kein Verlust, und es gibt für ihn keine Todesangst.

Ein solcher Mönch hat der Leidensursache, die durch immer erneutes Bejahren der Sinnesobjekte in Gang gehalten

wird, ein Ende gemacht, ist am Ziel seiner Bemühungen angelangt.

*Insofern hat ein dahin gelangter Mönch viel geleistet.*

Er hat, ohne dass Sāriputto es hier ausspricht, den in der vierten Heilswahrheit genannten achtgliedrigen Heilsweg verwirklicht und ist ihn bis zum Ende gegangen.

DIE REDEN VOM GLEICHNIS VOM KERNHOLZ  
29. und 30. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

In den beiden Reden der „Mittleren Sammlung“ mit der Bezeichnung „Das Gleichnis vom Kernholz“ wird eine fortschreitende Entwicklung des Mönchs genannt und wird vor der Gefahr der Überhebung bei Fortschritten in der inneren Entwicklung gewarnt. Beide Lehrreden haben – von dem äußeren Anlass der Darlegung abgesehen – den gleichen Wortlaut, nur wird in M 30 am Ende die in M 29 genannte zeitliche und zeitlose Erlösung noch näher beschrieben.

Die Lehrdarlegung in M 29 hat der Erwachte anlässlich Devadattos Fortgang aus dem Orden – nach der versuchten Ordensspaltung Devadattos – gegeben, in der er an Hand Devadattos Beispiel davor warnt, sich im Orden mit der Erlangung von Almosen, Ehre und Ruhm, ja gar mit Herzenseinigung und der Erlangung übersinnlicher Wahrnehmung und Fähigkeiten zufrieden zu geben, da es ein viel höheres Ziel des Reinheitswandels gibt.

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Rājagaham, am Geierkulm, im Gebirge, kurz nachdem Devadatto gegangen war. Dort nun wandte sich der Erhabene in Bezug auf Devadatto an die Mönche.*

Devadatto, der Vetter des Buddha, hatte nach dreißig Ordensjahren durch seine Fähigkeit der magischen Macht beim Kronprinzen Ajātasattu, dem Sohn des Königs Bimbisāro, einen solchen Ruhm erlangt, dass dieser ihm ein eigenes Kloster erbaute und ihm und seinen Ordensbrüdern täglich eine große Menge von bestem Milchreis und sonstigen Nahrungsmitteln spendete, wobei er ihm auch persönlich aufwartete (S 17,36). Durch diese Vergünstigung wurde Devadatto sehr berühmt bei den Hausleuten, und er zog manche Mönche an sich, die gern das gute Essen genossen. Besessen von der

Sucht nach Erfolg und Ehre, ganz davon verzehrt, stieg in Devadatto das Verlangen auf, den gesamten Orden der Mönche zu leiten. Im selben Augenblick verschwanden seine magischen Fähigkeiten (CV VII 2).

Der Erwachte sagte dazu, besessen von Almosen, Ehre und Ruhm, davon im Herzen umspinnen, rode Devadatto die Wurzel des Heilsamen aus. Darum sollten die Mönche sich üben, den Ehrgeiz an der Wurzel zu bekämpfen (S 17,32-36).

Später machte Devadatto Mordanschläge auf den Buddha, machte den Versuch einer Ordenspaltung und kam nach längerer Krankheit schließlich in die Hölle. Näheres über Devadatto siehe seinen Lebenslauf, zusammengestellt von Hellmuth Hecker, „Wissen und Wandel“ 1967 S.322ff.

Der Anlass, das Hausleben zu verlassen:  
Der Wunsch, dem Leiden noch in diesem Leben  
ein Ende zu machen

*Da ist, ihr Mönche, ein Sohn aus gutem Haus von Vertrauen bewogen aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen: „Versunken bin ich in der endlosen Kette von Geborenwerden, Altern und Sterben und Wiedergeborenwerden, in Leiden versunken, in Leiden verloren! O dass es doch einen Ausweg geben möge, um dieser ganzen Leidensmasse zu entrinnen!“ Mit solchen Gedanken hat er der Welt entsagt und erlangt Almosen, Ehre und Ruhm.*

Auch Devadatto war zusammen mit mehreren seiner Verwandten aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen, weil er aus dem Leidenskreislauf des Immer-wieder-Geborenwerdens und Sterbens heraus wollte. Aber die Erlangung von Almosen, Ehre und Ruhm und die Erlangung übersinnlicher Fähigkeiten hat die dunklen Seiten seines Wesens hervorgebracht.

Die westlichen Menschen der Gegenwart haben im Allgemeinen keine Fragen über den Tod hinaus. Sie sind beherrscht von dem Gedanken: „Man lebt nur einmal!“, und viele von ihnen leben daher nach der alten Devise: „Lasset uns essen und trinken, denn morgen sind wir tot“ oder „Nach uns die Sintflut“. Es gibt zwar kaum einen Menschen, den nicht manchmal die Angst „vor dem Ende“ ankommt und manchmal auch die ahnende Sorge, was wohl nach dem Tod sein mag. Aber Angst und Sorge werden wieder überdeckt durch die Flucht in die äußeren Erlebnisse und in das Streben nach Besitz, Genuss und Anerkennung. – Was sollen diese Menschen mit einer Lehre von der Beendigung des Daseinskreislaufs anfangen! Würden sie nicht lachend sagen: Das Ende kommt auch ohne deine Lehre? Der Erwachte sagt: Solche Menschen über die Wirklichkeit belehren zu wollen, die nicht zuhören wollen, das wäre, wie wenn man eine Abgewandte, die fortstrebt, umarmen wollte. (D 12)

Ähnlich geht es mit Menschen, die zwar einen mehr oder weniger starken Glauben oder gar die Überzeugung und Gewissheit von Fortexistenz haben, weil sie an den ewigen Bestand ihrer Seele glauben. Aber diese suchen nur eine für sie beglückende Form des vermeinten ewigen Lebens in den Himmeln, deshalb mögen auch sie nichts davon hören, dass auch das himmlische Leben seine Bedingungen und darum zeitliche Grenzen hat und sich auch wieder ändert.

Viele Inder zur Zeit des Erwachten aber wussten um den endlosen Kreislauf der Wesen und suchten nach dem endgültigen Heil, nach der Beendigung des Samsāra. Diese Menschen verstanden den Erwachten am leichtesten und hatten auch in ihrer Entwicklung den kürzesten Weg, um die Leidenswanderung zu beenden.

Der Buddha lehrt, dass die Existenz räumlich und zeitlich ein geradezu unendliches Labyrinth ist mit unübersehbar vielen Gängen und Kammern. Und ohne ein besonderes Mittel, das nur die Buddhas aufzeigen, ist ein Ausgang nicht zu finden. Jede Kammer ist ein neues Leben, und in jedem Leben

gewöhnt sich das Wesen so sehr an diese Kammer, dass es von den früheren Kammern nichts mehr weiß. Aber in einer Lebenskammer nach der anderen wird sein Körper alt und mürbe, bis er zerbricht. Und jedes Mal fürchtet das Wesen mit dem Zerbrechen des Körpers den endgültigen Untergang. Aber gleich hernach findet es sich auf dem Gang zur nächsten Kammer – und schon in der nächsten Kammer vor. Und über den faszinierenden Eindrücken in der neuen Kammer vergisst es wiederum das vorher Erlebte und hält darum seinen Eintritt in die neue Kammer für den Anfang seines Daseins, merkt sein Älterwerden, schleppt sich schwerfällig dahin, kann im Alter kaum mehr genießen, fürchtet dennoch seine endgültige Vernichtung im Tod, wandert aber unverhofft wieder zur nächsten Kammer – und so fort. Und das ohne einen Ausweg.

Der Erwachte vergleicht den normalen Menschen mit einem Blindgeborenen. Ein solcher kann seine ganze Umgebung nicht sehen. Ebenso kann der normale Mensch die meisten Realitäten des Daseins nicht sehen und rechnet darum auch nicht mit ihnen. Er ist für Struktur und Triebwerk des Daseins im wahrsten Sinn des Wortes „betriebsblind“. Eben darum bleibt er in dem Labyrinth. Und ebenso wie man einem Blindgeborenen völlig vergeblich Farben und Bilder erklären wollte, weil er gar nicht weiß, was Sehen ist und was durch Sehen erlebt werden kann, ebenso kann man dem Menschen auch das gewaltige Daseinslabyrinth und den Ausgang daraus nicht erklären, solange er das wahre Erkennen und Sehen nicht gelernt hat.

Der Erwachte sagt: Wenn aber ein Blindgeborener durch einen guten Arzt sehend wird, dann braucht er weiter keine Beratung und Aufklärung, sondern sieht und erkennt alles selber. So leite er, der Erwachte, als der beste Arzt den Menschen zur Gesundheit seiner Erkenntnisklarheit an und zur Entwicklung des Auges der Weisheit, so dass er dann selbst das Daseinslabyrinth, in dem er seit undenkbaren Zeiten von Geburt zu Geburt umherirrt, völlig durchschauen und den

Ausgang ins Freie entdecken kann. Nur dann ist ihm wahrhaft geholfen.

In seinem achtgliedrigen Heilsweg nennt der Erwachte als erstes rechte Anschauung, rechte Daseinssicht, als Voraussetzung für den Läuterungsweg. Aus ihr ergeben sich rechtes Denken, rechte Gemütsverfassung. Bei rechter, heller Gemütsverfassung, frei von Antipathie bis Hass, ist dem abgeschieden lebenden Mönch Herzenseinigung möglich, durch deren Wohl alles andere Wohl, das er aus den Sinnendingen bezieht, verblasst. In dem dadurch möglichen Klarblick können noch vorhandene Verstrickungen aufgelöst werden.

Aber auf diesem Weg treten durch die innewohnenden Triebe der Wesen allerlei Hemmnisse auf, von denen der Erwachte in unserer Lehrrede einige nennt, die zwar den Mönch betreffen, aber auch für den im Haus lebenden Nachfolger gelten.

Eine der ersten Fallen für den Mönch, der das Hausleben aus dem Wissen um das Leiden verlassen hat, sind die Herzensbefleckungen Stolz und Überheblichkeit, die leicht eintreten, wenn ein Mönch andere Mönche in irgendeiner Fähigkeit übertrifft, durch die er bei den im Haus Lebenden geachtet und geehrt wird, wie im Fall Devadatto, dessen magische Fähigkeiten ihn berühmt machten.

Durch Almosen, Ehre und Ruhm  
kann ein Mönch leichtsinnig werden

*Da ist, ihr Mönche, ein Sohn aus gutem Haus von Vertrauen bewogen aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen: „Versunken bin ich in der endlosen Kette von Geborenwerden, Altern und Sterben und Wiedergeborenwerden, in Leiden versunken, in Leiden verloren! O dass es doch einen Ausweg geben möge, um dieser ganzen Leidensmasse zu entrinnen!“ Mit solchen Gedanken hat er der Welt entsagt und erlangt Almosen*



*Ehre und Ruhm. Diese Erlangung von Almosen, Ehre und Ruhm erfreut ihn, seine Gedanken sind ganz davon erfüllt.*

*Durch diese Erlangung von Almosen, Ehre und Ruhm überhebt er sich und schätzt andere als geringer ein: „Ich habe Almosen, Ehre und Ruhm erlangt, die anderen Mönche aber sind unbekannt, unbedeutend.“ Er berauscht sich an der Erlangung von Almosen, Ehre und Ruhm, wird leichtsinnig, lässig, und der Lässige verharret im Leiden.*

*Gleichwie ihr Mönche, wenn ein Mann, der Kernholz begehrt, Kernholz sucht, auf Kernholz ausgeht, zu einem großen Baum käme, der voller Kernholz dasteht. Nachdem er dessen Kernholz, dessen Grünholz, dessen Rinde und dessen Äste übergangen hätte, würde er dessen Zweige und Blätter schneiden und mit sich fortnehmen in der Annahme, es sei Kernholz. Den hätte ein scharfsehender Mann beobachtet: „Dieser liebe Mann kennt weder das Kernholz noch das Grünholz, weder die Rinde noch die Äste noch Zweige und Blätter. Daher hat nun dieser liebe Mann, der Kernholz begehrt, Kernholz sucht, auf Kernholz ausgeht, Kernholz, Grünholz, Rinde und Äste übergangen, hat Zweige und Blätter abgeschnitten, mitgenommen und ist in der Meinung, dies sei Kernholz, fortgegangen. Was immer dieser Mann mit dem Kernholz vorhatte, sein Zweck wird nicht erfüllt werden.“*

*Ebenso nun auch, ihr Mönche, ist ein Sohn aus gutem Haus von Vertrauen bewogen aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen: „Versunken bin ich in der endlosen Kette von Geborenwerden, Altern und Sterben und Wiedergeborenwerden, in Leiden versunken, in Leiden verloren! O dass es doch einen Ausweg geben möge, um dieser ganzen Leidensmasse zu entrinnen!“*

*Mit solchen Gedanken hat er der Welt entsagt und erlangt Almosen, Ehre und Ruhm. Diese Erlangung von Almosen, Ehre und Ruhm erfreut ihn, seine Gedanken sind ganz davon erfüllt.*

*Durch diese Erlangung von Almosen, Ehre und Ruhm überhebt er sich und schätzt andere als geringer ein: „Ich habe Almosen, Ehre und Ruhm erlangt, die anderen Mönche aber sind unbekannt, unbedeutend.“ Er berauscht sich an der Erlangung von Almosen, Ehre und Ruhm, wird leichtsinnig, lässig, und der Lässige verharret im Leiden.*

*Ein solcher, ihr Mönche, wird ein Mönch genannt, der die Zweige und Blätter des Reinheitswandels an sich genommen hat und sich damit begnügt.*

Wenn ein Mönch Almosen, Ehre und Ruhm erfährt, dann geht es für den Übenden darum, den auf grobe weltliche Dinge, wie Abstammung, Schönheit, Ehre und Ruhm, Kenntnisse und Fähigkeiten, also den auf *das Laubwerk des Asketentums* gerichteten Stolz zu erkennen und zu überwinden in dem Wissen, dass alles Vergängliche und Veränderliche nicht des Stolzes wert ist.

Wer von dem Glanz lebt, den seine Ichheit bekommt, sich wegen seiner offensichtlichen Vorzüge über andere erhebt, deswegen andere geringer einschätzt als sich selber, der hat nicht das Heil vor Augen, sondern hält an der Ichheit fest, an der Duheit fest, hält die Zwieheit, die Begegnungsebene, fest.

Überheblichkeit kann nur dort entstehen, wo man nach „unten“ schaut, auf vermeintlich „Geringeres“ schaut. Man wird dann leicht auch selbst dort, wo Größeres ist, Geringeres zu sehen glauben. In solchen Fällen ist ein Mensch durch Überheblichkeit gehindert am weiteren Streben. Wer sich für besser und größer hält, gewinnt daraus keinen Anreiz, wahrhaft besser und größer zu werden, als er bis jetzt geworden ist. Diesen Anreiz gewinnt man nur dann, wenn man über sich

schaut, wenn man auf Größeres sieht. Das Gegenteil von Überheblichkeit, die Frucht ihrer Überwindung ist die Demut. Und der Erwachte zeigt, dass die wahre Demut am besten daraus erwächst, dass der Nachfolger das Zusammenspiel der fünf Zusammenhäufungen, in das er verstrickt ist, vergleicht mit der Vollkommenheit, mit dem Heilsstand. Er wird dann, solange er den Heilsstand noch nicht erreicht hat, sondern noch abhängig, nicht unabhängig ist, nirgends einen Grund zur Überheblichkeit sehen, sondern immer wieder Gründe zur Demut. Er vergleicht sich dann nicht mehr mit anderen Menschen, sondern vergleicht sich mit dem Ziel, das er darum anstrebt, weil er es als das Ende von allem Leiden, allem Elend und allen Mühen erkennt, er vergleicht sich mit der vollkommen heilen Situation, dem Heilsstand.

Vervollkommnung in Tugend kann einen Mönch  
leichtsinnig und überheblich machen

*Da ist ferner, ihr Mönche, ein Sohn aus gutem Haus von Vertrauen bewogen aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen: „Versunken bin ich in der endlosen Kette von Geborenwerden, Altern und Sterben und Wiedergeborenwerden, in Leiden versunken, in Leiden verloren! O dass es doch einen Ausweg geben möge, um dieser ganzen Leidensmasse zu entrinnen!“ Mit solchen Gedanken hat er der Welt entsagt und erlangt Almosen, Ehre und Ruhm. Diese Erlangung von Almosen, Ehre und Ruhm erfreut ihn nicht, seine Gedanken sind nicht davon erfüllt.*

*Durch diese Erlangung von Almosen, Ehre und Ruhm überhebt er sich nicht, schätzt andere nicht als geringer ein:*

*„Ich habe Almosen, Ehre und Ruhm erlangt, die anderen Mönche aber sind unbekannt, unbedeutend.“ Er berauscht sich nicht an der Erlangung von Almosen,*

*Ehre und Ruhm, wird nicht leichtsinnig, und der ernstesten Sinnes Strebende vervollkommnet sich in Tugend. Über die Vervollkommnung in Tugend ist er erfreut, und seine Gedanken sind ganz davon erfüllt. Durch die Vervollkommnung in Tugend überhebt er sich und schätzt andere als geringer ein: „Ich bin vollkommen in Tugend, habe gute Eigenschaften, die anderen Mönche aber sind untugendhaft, haben schlechte Eigenschaften.“ Er berauscht sich an der Vervollkommnung in Tugend, wird leichtsinnig, lässig, und der Lässige verharret im Leiden.*

*Gleichwie, ihr Mönche, wenn ein Mann, der Kernholz begehrt, Kernholz sucht, auf Kernholz ausgeht, zu einem großen Baum käme, der voller Kernholz dasteht. Nachdem er dessen Kernholz, dessen Grünholz, dessen Rinde übergangen hätte, würde er einen Ast abschneiden und ihn mit sich fortnehmen in der Annahme, es sei Kernholz. Den hätte ein scharfsehender Mann beobachtet: „Dieser liebe Mann kennt weder das Kernholz, noch das Grünholz, noch die Rinde, noch die Äste, noch die Zweige und Blätter. Daher hat nun dieser liebe Mann, der Kernholz begehrt, Kernholz sucht, auf Kernholz ausgeht, Kernholz, Grünholz, die Rinde übergangen, hat einen Ast abgeschnitten, mitgenommen und ist in der Meinung, dies sei Kernholz, fortgegangen. Was immer dieser Mann mit dem Kernholz vorhatte, sein Zweck wird nicht erfüllt werden.“*

*Ebenso nun auch, ihr Mönche, ist da ein Sohn aus gutem Haus von Vertrauen bewogen aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen: „Versunken bin ich in Geborenwerden, Altern und Sterben, in Leiden versunken, in Leiden verloren! O dass es doch einen Ausweg geben möge, um dieser ganzen Leidensmasse zu entrinnen!“ Mit solchen Gedanken hat er der Welt entsagt und er-*

*langt Almosen, Ehre und Ruhm. Diese Erlangung von Almosen, Ehre und Ruhm erfreut ihn nicht, seine Gedanken sind nicht davon erfüllt.*

*Durch diese Erlangung von Almosen, Ehre und Ruhm überhebt er sich nicht, schätzt andere nicht geringer ein: „Ich habe Almosen, Ehre und Ruhm erlangt, die anderen Mönche aber sind unbekannt, unbedeutend.“ Er berauscht sich nicht an der Erlangung von Almosen Ehre und Ruhm, wird nicht leichtsinnig, und der ernstesten Sinnes Strebende vervollkommnet sich in Tugend. Diese Vervollkommnung in Tugend erfreut ihn, seine Gedanken sind ganz davon erfüllt.*

*Durch diese Vervollkommnung in Tugend überhebt er sich und schätzt andere als geringer ein: „Ich bin vollkommen in Tugend, habe gute Eigenschaften, die anderen Mönche aber sind untugendhaft, haben schlechte Eigenschaften.“ Er berauscht sich an der Vervollkommnung in Tugend, wird leichtsinnig, lässig, und der Lässige verharret im Leiden.*

*Ein solcher, ihr Mönche, wird ein Mönch genannt, der die Äste des Reinheitswandels an sich genommen hat und sich damit begnügt.*

Im „Gleichnis vom Goldläutern“ nennt der Erwachte die Tugend als den ersten Abschnitt zur Überwindung der groben Unreinheiten, und dies nicht nur für die im Haus lebenden Nachfolger, sondern auch für die Mönche: *Willkommen, du Mönch, sei tugendhaft...*

Und er sagt ebenfalls mit der Tugend beginnend (D 16):

*Weil da vier Eigenschaften, ihr Mönche, nicht ausgebildet und erworben worden waren, darum nur sind diese unermesslichen Zeitläufe durchwandert worden, durchirrt worden, von mir sowie von euch. Welche vier Eigenschaften sind das? Weil*

*da, ihr Mönche, die heilende Tugend – die heilende Herzens-  
einigung – die heilende Weisheit – die heilende Erlösung nicht  
erobert, nicht erworben worden war, darum sind diese uner-  
messlichen Zeitläufe durchwandert worden, durchirrt worden,  
von mir sowie von euch.*

Die Tugend, die Einhaltung der Tugendregeln als erster Übungsabschnitt, gelten ebenso als Weg in himmlische Welten, wie sie unentbehrlich sind als Voraussetzung für die Entwicklungen, die aus dem Samsāra ganz herausführen. Die Einhaltung der Tugendregeln erfordert eine Beschränkung und Zügelung der hemmungslosen und rücksichtslosen Verfolgung der „eigenen Interessen“. Es ist die Auferlegung einer Selbstzucht zugunsten der Mitwesen.

Am Anfang mag der um Tugend Bemühte mehr Werkfreudigkeit empfinden, also Befriedigung über die wörtliche Einhaltung der Regeln und mag sich freuen über die Nichtübertretung. Wenn er z.B. in seinem Handeln vom Töten von Lebewesen (z.B. von Insekten) und von verletzenden Worten ablässt, dann hat er bei sich selber die berechnete Genugtuung: „Diese beiden Tugendregeln habe ich eingehalten.“ Die Nichteinhaltung der fünf Tugendregeln – Töten, Stehlen, in andere Ehen- oder Partnerschaften einbrechen, Minderjährige verführen, trügerisch/verleumderisch reden, Alkohol, Drogen oder sonstige Mittel nehmen, die die Denkfähigkeit herabsetzen – bezeichnet der Erwachte als fünf schreckliche Gefahren (A V, 176), die zur Unterwelt führen. Daraus ergibt sich, dass die Einhaltung der fünf Tugendregeln den Gang in die Unterwelt versperrt. Es heißt (A V,176): *Durch die Einhaltung der fünf Tugendregeln gelangen die Wesen auf gute Laufbahn, in himmlische Welt*, und es heißt (D 23), dass sie dadurch zu den Göttern der Dreiunddreißig gelangen können.

Im achtgliedrigen Heilsweg sind die Tugendregeln im Bereich der rechten Rede noch erweitert (z.B. M 51) und die Gesinnung ist mitgenannt:

*Lebewesen zu töten – das hat er aufgegeben; dem Töten von Lebewesen widerstrebt sein Wesen. Ohne Stock, ohne Schwert, teilnehmend und rücksichtsvoll hegt er zu allen Wesen Liebe und Mitempfinden.*

*Nichtgegebenes zu nehmen – das hat er aufgegeben; dem Nehmen von Nichtgegebenem widerstrebt sein Wesen. Gegebenes nur nimmt er, Gegebenes wartet er ab, nicht diebisch gesinnt, rein gewordenen Herzens.*

*Unkeuschen Wandel – den hat er aufgegeben; in Reinheit lebt er, abgeschieden, von dem weltlichen Geschlechtsverkehr ganz abgewandt.*

*Trügerische, verleumderische Aussagen über Worte oder Taten anderer hat er verworfen, die Verleumdung liegt ihm fern. Die Wahrheit spricht er, der Wahrhaftigkeit ist er ergeben, standhaft, vertrauenswürdig, ohne von weltlichen Interessen bewogen, zu verleumden oder zu täuschen.*

*Das Hintertragen hat er aufgegeben. Das Hintertragen liegt ihm fern. Was er hier gehört hat, das berichtet er nicht dort wieder, um jene zu entzweien; was er dort gehört hat, das berichtet er nicht hier wieder, um diese zu entzweien; vielmehr einigt er Entzweite und festigt Verbundene. Eintracht macht ihn froh, Eintracht freut ihn, Eintracht beglückt ihn, Eintracht fördernde Worte spricht er.*

*Verletzende Worte zu reden – das hat er aufgegeben; das Aussprechen verletzender Worte liegt ihm fern. Worte, die nicht verletzen, dem Ohr wohl tun, liebevoll, zum Herzen dringend, höflich, viele erfreuend, viele erhebend – solche Worte spricht er.*

*Leeres Geschwätz hat er aufgegeben, alles leere Gerede liegt ihm fern. Zur rechten Zeit spricht er, den Tatsachen gemäß, auf den Sinn bedacht, der Lehre und Wegweisung getreu. Seine Rede ist reich an Inhalt, klar abgegrenzt, alles umschließend, ihrem Gegenstand angemessen.*

Die Einhaltung der Tugendregeln gewährt schon einen gewissen Frieden im Herzen, indem der Tugendhafte sowohl nach

außen mit den Mitwesenen keine Feindschaft hat wie auch nach innen im Herzen keinen Zwiespalt empfindet und nicht von Scham und Reue gequält und gepeinigt wird. Damit erlebt der Mensch schon eine gewisse innere Sicherheit und Geborgenheit, einen Zustand, den manche Menschen bereits mit „Herzensfrieden“ bezeichnen mögen.

Zusätzlich zu den vorstehenden Regeln nennt der Erwachte noch spezielle Regeln für den Mönch, da er ja die Welt überwinden will. Er pflegt keine Kontakte mehr mit der Welt, nur mit seinen Ordensbrüdern, die dasselbe Bestreben haben wie er:

*Sämereien und Pflanzungen anzulegen, hat er aufgegeben. Einmal am Tag nimmt er Nahrung zu sich, nachts ist er nüchtern. Das Essen zur Unzeit hat er aufgegeben. Verwendung von Duftstoffen, von Schmuck und besonderen Kleidern und Blumen hat er aufgegeben. Hohe, prächtige Lagerstätten hat er aufgegeben, Gold und Silber anzunehmen, hat er aufgegeben. Rohes Getreide nimmt er nicht an. Rohes Fleisch nimmt er nicht an. Frauen und Mädchen nimmt er nicht an. Diener und Dienerinnen nimmt er nicht an. Ziegen und Schafe nimmt er nicht an. Hühner und Schweine nimmt er nicht an. Elefanten, Rinder und Rosse nimmt er nicht an. Haus und Feld nimmt er nicht an. Botschaften, Sendungen, Aufträge übernimmt er nicht. Kauf und Verkauf hat er aufgegeben. Falsches Maß und Gewicht hat er aufgegeben. Von den krummen Wegen der Unaufrichtigkeit, Unehrlichkeit, Täuschung und des Betrugs ist er ganz abgekommen. Das Zerstören, Töten, Gefangennehmen, Rauben, Plündern, überhaupt Gewaltanwendung widerstrebt ihm.*

*Wenn er diese Entwicklung der heilenden Begegnungsweise vollendet hat, dann erwächst bei ihm ein inneres Wohl der Unbedrohtheit. (D 2)*

Von dem, der die Tugendregeln oft auch unter schwierigen Bedingungen einhält, sagt der Erwachte in unserer Rede, er



dürfe sich dessen freuen, aber er solle sein Denken nicht völlig davon erfüllen lassen, weil er sonst hochmütig und lässig werde, vielmehr solle er weiterstreben, so wie ein Kernholzsucher, der sich nicht mit den Ästen, nicht mit der Rinde und nicht mit dem Grünholz begnügt, sondern nicht eher ruht, bis er hindurchgedrungen ist bis zum festen Kernholz, ein Gleichnis für das Dauernde, Bleibende.

Ein schlechter Mensch, dem es nach seinem ganzen Wesen darum zu tun ist, vor den Menschen makellos dazustehen, mag in entsprechender Umgebung die Tugendregeln einhalten wollen, aber auf die Dauer ist es ihm nicht möglich. Ein Beispiel dafür haben wir an Devadatto, der anfangs als im Haus Lebender und als Mönch zusammen mit seinen Verwandten die Tugendregeln eingehalten hat. Aber auf Grund seiner üblen Gesinnung, seines schlechten Herzens, hat er sein Bestreben, die Tugendregeln einzuhalten, aufgegeben bis hin zu dem Versuch, den Buddha zu ermorden. Seine Entwicklung ist ein Beweis dafür, dass es auf die Dauer unmöglich ist, die Tugendregeln einzuhalten, wenn gleichzeitig nicht das Herz, die Gesinnung, die Gedanken verbessert werden, das erste „spontane“ Denken, das oft noch längere Zeit im Gegensatz zu den bewussten Wertmaßstäben steht.

Bei dem sich Läuternden geht die Gesinnung in die gleiche Richtung wie seine Taten. Nur sollten sein Reden und Handeln der Gesinnung schon vorauslaufen. Auf die Dauer aber dürfen die Gesinnungen dem praktischen Handeln nicht widerstreben, denn mit der Erhellung der Gesinnung des Herzens ist erst die Einhaltung der Tugendregeln vollkommen sichergestellt.

Durch die Erlangung von Herzenseinigung  
(*samādhī*) kann ein Mönch überheblich werden

*Da ist ferner ein Sohn aus gutem Haus von Vertrauen  
bewogen aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen:  
„Versunken bin ich in Geborenwerden, Altern und  
Sterben, in Leiden versunken, in Leiden verloren! O*

*dass es doch einen Ausweg geben möge, um dieser ganzen Leidensmasse zu entrinnen!“ Mit solchen Gedanken hat er der Welt entsagt und er erlangt Almosen, Ehre und Ruhm. Diese Erlangung von Almosen, Ehre und Ruhm erfreut ihn nicht, seine Gedanken sind nicht davon erfüllt.*

*Durch diese Erlangung von Almosen, Ehre und Ruhm überhebt er sich nicht und schätzt andere nicht als geringer ein: „Ich habe Almosen, Ehre und Ruhm erlangt, die anderen Mönche aber sind unbekannt, unbedeutend.“ Der ernststen Sinnes Strebende vervollkommnet sich in Tugend. Über die Vervollkommnung in Tugend ist er erfreut, aber seine Gedanken sind nicht davon erfüllt. Durch die Vervollkommnung in Tugend überhebt er sich nicht und schätzt andere nicht als geringer ein: „Ich bin vollkommen in Tugend, habe gute Eigenschaften, die anderen Mönche aber sind untugendhaft, haben schlechte Eigenschaften.“ Er berauscht sich nicht an der Vervollkommnung in Tugend, wird nicht leichtsinnig, nicht lässig. Und der ernststen Sinnes Strebende erlangt die Herzenseinigung.*

*Durch die Herzenseinigung wird er erfreut, seine Gedanken sind ganz davon erfüllt. Durch die Erlangung der Herzenseinigung überhebt er sich und schätzt andere geringer ein: „Ich habe Herzenseinigung, bin geeinten Herzens, die anderen Mönche aber haben keine Herzenseinigung, sind zerstreuten Herzens.“ Er berauscht sich an der Erlangung der Herzenseinigung, wird leichtsinnig, lässig, und der Lässige verharret im Leiden.*

*Gleichwie, ihr Mönche, wenn ein Mann, der Kernholz begehrt, Kernholz sucht, auf Kernholz ausgeht, zu einem großen Baum käme, der voller Kernholz dasteht. Nachdem er dessen Kernholz, dessen Grünholz über-*

gangen hätte, würde er die Rinde abschälen und mit sich fortnehmen in der Annahme, es sei Kernholz. Den habe ein scharfsehender Mann beobachtet: „Dieser liebe Mann kennt weder das Kernholz, noch das Grünholz, noch die Rinde, noch die Äste, noch die Zweige und Blätter. Daher hat nun dieser liebe Mann, der Kernholz begehrt, Kernholz sucht, auf Kernholz ausgeht, Kernholz, Grünholz übergangen, hat die Rinde abgeschält, mitgenommen und ist in der Meinung, dies sei Kernholz, fortgegangen. Was immer dieser Mann mit dem Kernholz vorhatte, sein Zweck wird nicht erfüllt werden.“

Ebenso nun auch, ihr Mönche, ist da ein Sohn aus gutem Haus von Vertrauen bewogen aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen: „Versunken bin ich in Geborenwerden, Altern und Sterben, in Leiden versunken, in Leiden verloren! O dass es doch einen Ausweg geben möge, um dieser ganzen Leidensmasse zu entrinnen!“ Mit solchen Gedanken hat er der Welt entsagt und erlangt Almosen, Ehre und Ruhm. Diese Erlangung von Almosen, Ehre und Ruhm erfreut ihn nicht, seine Gedanken sind nicht davon erfüllt.

Durch diese Erlangung von Almosen, Ehre und Ruhm überhebt er sich nicht und schätzt andere nicht als geringer ein: „Ich habe Almosen, Ehre und Ruhm erlangt, die anderen Mönche aber sind unbekannt, unbedeutend.“ Der ernstesten Sinnes Strebende vervollkommnet sich in Tugend. Diese Vervollkommnung in Tugend erfreut ihn, aber seine Gedanken sind nicht davon erfüllt.

Durch diese Vervollkommnung in Tugend überhebt er sich nicht und schätzt andere nicht als geringer ein: „Ich bin vollkommen in Tugend, habe gute Eigenschaften, die anderen Mönche aber sind untugendhaft, ha-

*ben schlechte Eigenschaften.“ Er berauscht sich nicht an der Vervollkommnung in Tugend, wird nicht leichtsinnig, nicht lässig. Und der ernstesten Sinnes Strebende erlangt die Herzenseinigung.*

*Durch die Herzenseinigung wird er erfreut, seine Gedanken sind ganz davon erfüllt. Durch die Erlangung der Herzenseinigung überhebt er sich und schätzt andere geringer ein: „Ich habe Herzenseinigung, bin geeinten Herzens, die anderen Mönche aber haben keine Herzenseinigung, sind zerstreuten Herzens.“ Er berauscht sich an der Erlangung der Herzenseinigung, wird leichtsinnig, lässig, und der Lässige verharret im Leiden.*

*Ein solcher, ihr Mönche, wird ein Mönch genannt, der die Rinde des Asketentums an sich genommen hat und sich damit begnügt.*

Den Begriff *samādhi*, Herzenseinigung, gibt es nicht nur im Buddhismus, sondern auch in anderen indischen Religionen. Er wird im Deutschen unterschiedlich übersetzt und bedeutet vom Wort her „gesammelt stille stehn“. Dieser Begriff wird noch besser verstanden auf der Grundlage der mit der christlich-mystischen Auffassung voll übereinstimmenden, allgemein indisch-religiösen Auffassung, dass das Leben innerhalb der sinnlichen Wahrnehmung ein ununterbrochenes, vielfältiges Herumgerissen- und Gezerrtwerden durch die Triebe ist. Dagegen wird unter *samādhi* die zeitweise Gestilltheit der Triebe verstanden.

Wenn die Herzenseinigung tiefer wird, dann kann sie den Übenden über die sinnliche Wahrnehmung hinausheben und diese schweigen machen. Dann wird der Körper vergessen und wird die Welt vergessen, das beschränkende Erlebnis eines Ich in einer Umwelt wird aufgehoben, das Erleben von Raum und Zeit wird aufgehoben, und übrig bleibt das alleinige selige Erlebnis: der Friede des Herzens.

Die Entrückungszustände (*jhāna*) sind die ausgeprägteste Form der Herzenseinigung. Darum werden immer, wenn bei der Nennung des achtgliedrigen Heilswegs das achte Glied, *samādhī*, näher erklärt wird, dann die vier Entrückungen genannt.

In unseren Lehrreden M 29 und 30 werden die weltlosen Entrückungen an dieser Stelle nicht genannt. Es scheint sich hier nur um kurze Einigungszustände (*samādhī*) zu handeln von Menschen, die im Ganzen noch weltbezogen sind, sich aber zeitweise in heller Gesinnung, frei von Begehren und Antipathie bis Hass mit hoher Begeisterung weltabgeschiedenen Gedanken hingeben. Dadurch ist ihre Aufmerksamkeit vom Ich- und Welterlebnis abgezogen. Diese Herzenseinigung vergleicht der Erwachte mit dem Ergreifen der Rinde eines Baums und sich damit Zufriedengeben. Wenn aber der empfundene stille Herzensfriede wieder vergeht, dann findet er sich mit seinem gesamten Tendenzenhaushalt vor mit allen Herzensbefleckungen und sonstigen Unreinheiten. Und wenn er nun nicht klarbewusst die erlebte Herzenseinigung benutzt, um sich von den im Weltlichen festhaltenden Befleckungen zu läutern, so können die Befleckungen seines Herzens die große Chance, die dieses Erlebnis bietet, zunichte machen: Er kann leichtsinnig, stolz und überheblich werden, kann meinen, nun habe er Großes erreicht – wie keiner seiner Mitmönche – und brauche nicht mehr zu kämpfen. Wir Menschen haben unterschiedliche Gemütslagen: Auf Zeiten der Begeisterung über die Lehre und hoher heller Gesinnung und Herzenseinigung können Zeiten folgen, in denen die Tendenzen der Ichbehauptung, des Vergleichs mit den Mitwesen vorherrschen.

Durch die Erlangung übersinnlicher Wahrnehmung (*ñānadassana*) kann ein Mönch überheblich werden

*Da ist ferner ein Sohn aus gutem Haus von Vertrauen bewogen aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen: „Versunken bin ich in Geborenwerden, Altern und*

*Sterben, in Leiden versunken, in Leiden verloren! O dass es doch einen Ausweg geben möge, um dieser ganzen Leidensmasse zu entrinnen!“ Mit solchen Gedanken hat er der Welt entsagt und erlangt Almosen, Ehre und Ruhm. Diese Erlangung von Almosen, Ehre und Ruhm erfreut ihn nicht, seine Gedanken sind nicht davon erfüllt.*

*Durch diese Erlangung von Almosen, Ehre und Ruhm überhebt er sich nicht und schätzt andere nicht als geringer ein: „Ich habe Almosen, Ehre und Ruhm erlangt, die anderen Mönche aber sind unbekannt, unbedeutend. “Der ernstesten Sinnes Strebende vervollkommnet sich in Tugend. Über die Vervollkommnung in Tugend ist er erfreut, aber seine Gedanken sind nicht davon erfüllt. Durch die Vervollkommnung in Tugend überhebt er sich nicht und schätzt andere nicht als geringer ein: „Ich bin vollkommen in Tugend, habe gute Eigenschaften, die anderen Mönche aber sind untugendhaft, haben schlechte Eigenschaften.“ Er berauscht sich nicht an der Vervollkommnung in Tugend, wird nicht leichtsinnig, lässig. Und der ernstesten Sinnes Strebende erlangt die Herzenseinigung.*

*Durch die Herzenseinigung wird er erfreut, aber seine Gedanken sind nicht davon erfüllt. Durch die Erlangung der Herzenseinigung überhebt er sich nicht und schätzt andere nicht geringer ein: „Ich habe Herzenseinigung, bin geeinten Herzens, die anderen Mönche aber haben keine Herzenseinigung, sind zerstreuten Herzens.“ Er berauscht sich nicht an der Erlangung der Herzenseinigung, wird nicht leichtsinnig, nicht lässig.*

*Und der ernstesten Sinnes Strebende erreicht übersinnliche Wahrnehmung. Durch die Erreichung übersinnlicher Wahrnehmung wird er erfreut, seine Ge-*

danken sind ganz davon erfüllt. Durch die Erreichung übersinnlicher Wahrnehmung überhebt er sich und schätzt andere geringer ein: „Ich habe übersinnliche Wahrnehmung, die anderen Mönche nicht.“ Er bebrauscht sich an der Erreichung übersinnlicher Wahrnehmung, wird leichtsinnig, lässig, und der Lässige verharret im Leiden.

Gleichwie, ihr Mönche, wenn ein Mann, der Kernholz begehrt, Kernholz sucht, auf Kernholz ausgeht, zu einem großen Baum käme, der voller Kernholz dasteht. Nachdem er dessen Kernholz übergangen hätte, würde er das Grünholz absägen und mit sich fortnehmen in der Annahme, es sei Kernholz. Den habe ein scharfsehender Mann beobachtet: „Dieser liebe Mann kennt weder das Kernholz noch das Grünholz, noch die Rinde, noch die Äste, noch die Zweige und Blätter. Daher hat nun dieser liebe Mann, der Kernholz begehrt, Kernholz sucht, auf Kernholz ausgeht, das Kernholz übergangen, hat das Grünholz mitgenommen und ist in der Meinung, dies sei Kernholz, fortgegangen. Was immer dieser Mann mit dem Kernholz vorhatte, sein Zweck wird nicht erfüllt werden.

Ebenso nun auch, ihr Mönche, ist da ein Sohn aus gutem Haus von Vertrauen bewogen aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen: „Versunken bin ich in Geborenwerden, Altern und Sterben, in Leiden versunken, in Leiden verloren! O dass es doch einen Ausweg geben möge, um dieser ganzen Leidensmasse zu entrinnen!“ Mit solchen Gedanken hat er der Welt entsagt und erlangt Almosen, Ehre und Ruhm. Diese Erlangung von Almosen, Ehre und Ruhm erfreut ihn nicht, seine Gedanken sind nicht davon erfüllt.

Durch diese Erlangung von Almosen, Ehre und Ruhm überhebt er sich nicht, schätzt andere nicht als

geringer ein: „Ich habe Almosen, Ehre und Ruhm erlangt, die anderen Mönche aber sind unbekannt, unbedeutend.“ Er berauscht sich nicht an der Erlangung von Almosen, Ehre und Ruhm, wird nicht leichtsinnig, und der ernststen Sinnes Strebende vervollkommnet sich in Tugend. Über die Vervollkommnung in Tugend ist er erfreut, aber seine Gedanken sind nicht davon erfüllt. Durch die Vervollkommnung in Tugend überhebt er sich nicht und schätzt andere nicht als geringer ein. Er berauscht sich nicht an der Vervollkommnung in Tugend, wird nicht leichtsinnig, lässig.

Und der ernststen Sinnes Strebende erlangt die Herzenseinigung. Durch die Herzenseinigung wird er erfreut, aber seine Gedanken sind nicht davon erfüllt. Durch die Erlangung der Herzenseinigung überhebt er sich nicht und schätzt andere nicht als geringer ein: „Ich habe Herzenseinigung, bin geeinten Herzens, die anderen Mönche aber haben keine Herzenseinigung, sind zerstreuten Herzens.“ Er berauscht sich nicht an der Erlangung der Herzenseinigung, wird nicht leichtsinnig, lässig.

Und der ernststen Sinnes Strebende erlangt übersinnliche Wahrnehmung. Durch die übersinnliche Wahrnehmung wird er erfreut, seine Gedanken sind ganz davon erfüllt. Durch die Erreichung übersinnlicher Wahrnehmung überhebt er sich und schätzt andere geringer ein: „Ich habe übersinnliche Wahrnehmung, die anderen Mönche nicht.“ Er berauscht sich an der Erreichung übersinnlicher Wahrnehmungen, wird leichtsinnig, lässig, und der Lässige verharret in Leiden.

Nyānadassana, übersinnliche Wahrnehmungen, werden sonst in den Lehrreden vom Erwachten nach den weltlo-



sen Entrückungen genannt und als Reines Erkennen und Sehen der Samsāra-Wege bezeichnet (z.B. M 24):

*Nachdem sein Herz solcherart geeint, geläutert, gereinigt, fleckenlos, trübungsfrei, sanft, fügsam und ohne Willkür vollkommen still geworden ist, da richtet er es auf das Erkennen (ñāna) und Sehen (dassana) früherer Daseinsformen – auf das Erkennen und Sehen vom Sterben und Wiedererscheinen der Wesen je nach ihrem Wirken – auf die Versiegung aller Wolleflüsse/Einflüsse.*

Letzteres, die Erreichung des Nibbāna, ist die Vollendung Reinen Erkennens und Sehens.

In unserer Lehrrede ist nicht dieses Reine Erkennen und Sehen der sogenannten drei Weisheitsdurchbrüche gemeint, sondern es sind sporadische und begrenzte übersinnliche Wahrnehmungen gemeint, von denen der Erwachte einige Beispiele in seinen Lehrreden nennt: In M 136 hat der dort genannte Seher lediglich ein einziges Mal mit einem transzendierenden Blick einen einzigen Gestorbenen die Ernte seines Wirkens erfahren sehen:

*Da hat ein Mönch oder Brahmane durch heißes Mühen, große Anstrengung, durch Hingabe, durch Ernsthaftigkeit, durch höchste Aufmerksamkeit eine solche Einigung des Gemüts errungen, dass er geeinten Herzens mit dem feinstofflichen Auge, dem gereinigten, über menschliche Grenzen hinausreichenden, jenen Menschen sieht, der sich vom Töten von Lebewesen fern gehalten hat, Nichtgegebenes nicht genommen hat, keinen unrechten Geschlechtsverkehr gepflegt hat, nicht verleumderisch geredet, nicht hintertragen hat, nicht verletzende Worte gesprochen hat, nicht geschwätzt hat, nicht voll Habgier, Abneigung bis Hass war und nicht falsche Ansichten gehegt hat, wie er bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, aufwärts gelangt ist, auf gute Bahn, in himmlische Welt. Da sagt sich der sehende Mönch: „Es gibt in der Tat heilsames*

*Wirken, es gibt eine Ernte des guten Wirkens. Hab ich doch jenen Menschen erblickt, der da so gut gewandelt ist, wie er bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, aufwärts gelangt ist, auf gute Bahn, in himmlische Welt.“ Und er sagt: „Wer da in der Tat gut gewandelt ist, ein jeder solcher gelangt bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, auf gute Bahn, in himmlische Welt. Die das erkennen, erkennen recht, die anderes zu erkennen glauben, haben falsche Erkenntnis.“ So bleibt er fest bei dem, was er selbst erkannt, selbst gesehen, selbst entdeckt hat, hält es ergreifend fest und beharrt: „Dies nur ist Wahrheit, Unsinn anderes.“*

Ein solcher ist von diesem Erlebnis erfüllt und meint, dass nur er recht habe. Er überhebt sich über andere, strebt nicht weiter. Würde er sich an viele Leben zurückerinnern oder das Ergehen vieler Menschen im Jenseits erleben – die sogenannten Weisheitsdurchbrüche –, dann würde er die Folgen von Überheblichkeit, Rausch und Leichtsinne unendliche Male erlebt haben und in diesem Anblick davon endgültig frei werden. Er hat dann so viele ähnliche Fälle erlebt, dass er nun das Karmagesetz kennt. Während der hier zitierte Seher, der einen Guten nach dem Tod in himmlische Welt gelangt sieht, nur einen Fall gesehen hat und daraus folgert, dass es jedem so gehen wird: *Es gibt eine Ernte guten Wirkens.*

In derselben Lehrrede werden noch andere Seher genannt, die einen Schlechten in dunkle Welt geraten sehen, einen Schlechten in gute Welt, einen Guten in dunkle Welt geraten sehen und die dann zu dem Schluss kommen: „Ein jeder, der...“ Die falsche Anschauung, dass es keine Ernte üblen und guten Wirkens gibt, haben sie gewonnen, weil sie nur einen Ausschnitt karmischer Wirkungen gesehen haben. Die Ernte guten und üblen Wirkens tritt nicht immer sofort im anschließenden Leben in Erscheinung, wie es der Erwachte in M 136 erklärt.

Ein anderes Beispiel von sporadischer übersinnlicher Wahrnehmung:

Der Erwachte berichtet (D 1), fünfhundert Jahre vor Christus, dass ein Wesen, aus dem Brahma-Bereich entschwunden, als Mensch wiedergeboren wird, in die Hauslosigkeit geht und sich geeinten Herzens seiner früheren Daseinsform als Begleiter Brahmas erinnert, sich darüber hinaus aber nicht erinnert. Der sagt sich nun:

*Er, der liebe Brahma, ist der große Brahma, der Übermächtige, der Unüberwältigte, der Allsehende, der Selbstgewaltige, der Herr, der Schöpfer, der Erschaffer, der Höchste, der Erzeuger, der Erhalter, der Vater von allem, was da war und sein wird, von dem wir erschaffen sind. Er ist unvergänglich, beständig, ewig gleich wird er immer so bleiben, während wir, die wir von ihm, dem lieben Brahma, erschaffen wurden, vergänglich sind, unbeständig, kurzlebig, sterben müssen, hier wieder erschienen sind.*

Durch eine solche – zu kurz zurückreichende Rückerinnerung, die nicht die Vergänglichkeit auch von Brahma und Brahmawelten überblickt, ist die christliche Lehre entstanden.

Über solche sporadischen Jenseitserlebnisse kann ein Mensch glücklich und stolz, berauscht und leichtsinnig werden, sich über andere erheben. Das wird er aber nicht tun, wenn er unendlich viele Leben von sich und anderen gesehen hat, weil ihm dann in immer wiederholten Abfolgen die Ernte von Rausch und Lässigkeit klar vor Augen tritt. Ein solcher kann sich nicht mit Grünholz (das Gleichnis des Erwachten) zufrieden geben, muss weiterstreben, um das Wahre, das Unvergängliche, Todlose zu erreichen, das Kernholz zu suchen.

### Erlangung zeitlicher Erlösung

*Da ist ferner ein Sohn aus gutem Haus von Vertrauen bewogen aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen: „Versunken bin ich in Geborenwerden, Altern und Sterben, in Leiden versunken, in Leiden verloren! O*

*dass es doch einen Ausweg geben möge, um dieser ganzen Leidensmasse zu entrinnen!“ Mit solchen Gedanken hat er der Welt entsagt und erlangt Almosen, Ehre und Ruhm. Diese Erlangung von Almosen, Ehre und Ruhm erfreut ihn nicht, seine Gedanken sind nicht davon erfüllt.*

*Durch diese Erlangung von Almosen, Ehre und Ruhm überhebt er sich nicht und schätzt andere nicht als geringer ein: „Ich habe Almosen, Ehre und Ruhm erlangt, die anderen Mönche aber sind unbekannt, unbedeutend.“ Der ernstesten Sinnes Strebende vervollkommnet sich in Tugend. Über die Vervollkommnung in Tugend ist er erfreut, aber seine Gedanken sind nicht davon erfüllt. Durch die Vervollkommnung in Tugend überhebt er sich nicht und schätzt andere nicht als geringer ein: „Ich bin vollkommen in Tugend, habe gute Eigenschaften, die anderen Mönche aber sind untugendhaft, haben schlechte Eigenschaften.“ Er berauscht sich nicht an der Vervollkommnung in Tugend, wird nicht leichtsinnig, lässig. Und der ernstesten Sinnes Strebende erlangt die Herzenseinigung.*

*Durch die Herzenseinigung wird er erfreut, aber seine Gedanken sind nicht davon erfüllt. Durch die Erlangung der Herzenseinigung überhebt er sich nicht und schätzt andere nicht geringer ein: „Ich habe Herzenseinigung, bin geeinten Herzens, die anderen Mönche aber haben keine Herzenseinigung, sind zerstreuten Herzens.“ Er berauscht sich nicht an der Erlangung der Herzenseinigung, wird nicht leichtsinnig, nicht lässig.*

*Und der ernstesten Sinnes Strebende erreicht übersinnliche Wahrnehmung. Durch die Erreichung übersinnlicher Wahrnehmung wird er erfreut, aber seine Gedanken sind nicht ganz davon erfüllt. Durch die*

*Erreichung übersinnlicher Wahrnehmung überhebt er sich nicht und schätzt andere nicht geringer ein: „Ich habe übersinnliche Wahrnehmung, die anderen Mönche nicht.“ Er berauscht sich nicht an der Erreichung übersinnlicher Wahrnehmung, wird nicht leichtsinnig, lässig.*

*Und der ernstes Sinnes Strebende erreicht eine zeitliche Erlösung. Aber es ist möglich, dass dieser Mönch die zeitliche Erlösung wieder aufgibt.*

*Gleichwie, ihr Mönche, wenn ein Mann, der Kernholz begehrt, Kernholz sucht, auf Kernholz ausgeht, gerade das Kernholz eines großen kernig dastehenden Baumes herausägt, mitnähme und in der Erkenntnis „Das ist Kernholz“ fortginge. Den habe ein scharfsehender Mann beobachtet: „Dieser liebe Mann kennt wahrlich das Kernholz, kennt das Grünholz, kennt die Rinde, kennt die Äste, kennt das Laubgeweig. Daher hat nun dieser liebe Mann, der Kernholz begehrt, Kernholz sucht, auf Kernholz ausgeht, gerade das Kernholz des großen kernig dastehenden Baums herausgesägt, mitgenommen und ist in der Erkenntnis, dass dies Kernholz sei, fortgegangen.*

*Was aus dessen Kern als Kern gewinnbar ist, das wird seinem Zweck entsprechen.*

*Ebenso nun auch, ihr Mönche, ist da ein Sohn aus gutem Haus von Zuversicht bewogen aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen: „Versunken bin ich in Geborenwerden, Altern und Sterben, in Leiden versunken, in Leiden verloren! O dass es doch einen Ausweg geben möge, um dieser ganzen Leidensmasse zu entrinnen!“ Mit solchen Gedanken hat er der Welt entsagt und erlangt Almosen, Ehre und Ruhm. Diese Erlangung von Almosen, Ehre und Ruhm erfreut ihn nicht, seine Gedanken sind nicht davon erfüllt.*

*Durch diese Erlangung von Almosen, Ehre und Ruhm überhebt er sich nicht, schätzt andere nicht als geringer ein: „Ich habe Almosen, Ehre und Ruhm erlangt, die anderen Mönche aber sind unbekannt, unbedeutend.“ Er berauscht sich nicht an der Erlangung von Almosen, Ehre und Ruhm, wird nicht leichtsinnig, und der ernststen Sinnes Strebende vervollkommnet sich in Tugend. Über die Vervollkommnung in Tugend überhebt er sich nicht und schätzt andere nicht als geringer ein. Er berauscht sich nicht an der Vervollkommnung in Tugend, wird nicht leichtsinnig, lässig.*

*Und der ernststen Sinnes Strebende erlangt die Herzenseinigung. Durch die Herzenseinigung wird er erfreut, aber seine Gedanken sind nicht davon erfüllt. Durch die Erlangung der Herzenseinigung überhebt er sich nicht und schätzt andere nicht als geringer ein: „Ich habe Herzenseinigung, bin geeinten Herzens, die anderen Mönche aber haben keine Herzenseinigung, sind zerstreuten Herzens.“ Er berauscht sich nicht an der Erlangung der Herzenseinigung, wird nicht leichtsinnig, lässig.*

*Und der ernststen Sinnes Strebende erlangt übersinnliche Wahrnehmung. Durch die übersinnliche Wahrnehmung wird er erfreut, aber seine Gedanken sind nicht davon erfüllt. Durch die Erlangung übersinnlicher Wahrnehmung überhebt er sich nicht und schätzt andere nicht als geringer ein: „Ich habe übersinnliche Wahrnehmung, die anderen Mönche aber haben keine übersinnliche Wahrnehmung. Er berauscht sich nicht an der Erlangung übersinnlicher Wahrnehmung, wird nicht leichtsinnig, lässig.*

*Und der ernststen Sinnes Strebende erreicht eine zeitliche Erlösung. Aber es ist möglich, dass dieser Mönch die zeitliche Erlösung wieder aufgibt.*

In M 30 wird die zeitliche Erlösung beschrieben als die vier weltlosen Entrückungen und die vier Formfreiheiten, die friedvollen Verweilungen nach Überwindung von Form-Wahrnehmung: Unbegrenzt ist der Raum, die Erfahrung, Nichts ist da, Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung. Diese sind ausführlich beschrieben in D 9.

Bei der Erlangung der weltlosen Entrückungen und der friedvollen Verweilungen heißt es nicht, dass der Mönch sich durch diese außersinnlichen Wahrnehmungen über andere erhebt, leichtsinnig und lässig wird. Schon der Reifezustand, der die Entrückungen einleitet, wird ja bereits beschrieben als *abgeschieden von allen heillosen Gedanken und Gesinnungen*, und das Wohl der weltlosen Entrückungen, durch die jede sinnliche Wahrnehmung restlos untergeht (S 48,40), ist so groß, dass es das Wohl jeder Egozentrik und Überheblichkeit weit übertrifft. Von den friedvollen Verweilungen, die nach Überwindung der Form-Wahrnehmung eintreten – nur im Form-Bereich gibt es die Illusion einer Gespaltenheit in Ich und Du – ganz zu schweigen.

Die zeitlichen Erlösungen werden mit dem Erlangen von Kernholz verglichen, das auch ein Gleichnis ist für die Erlangung vollständiger Freiheit von allen Trieben, allen Wollensflüssen. Der Erwachte bezeichnet die Entrückungen als Tor zum Nibbāna (M 52) und als Wohl der Erwachung (M 66, 33, 139) für denjenigen, der rechte Anschauung hat. Erst das Erlebnis der weltlosen Entrückungen löst das bis dahin nicht lösbare Problem, um das es überhaupt geht, wie man das Erleben von Welt verlieren kann. Die weltlosen Entrückungen reißen aus der Welt heraus zum Ende der Welt, ohne das kein Nibbāna möglich ist. Schon nach der ersten Entrückung heißt es: *Geblendet und spurlos vertilgt hat er das Auge des Todes.* (M 25)

Jeder vom Erwachten belehrte Heilsgänger, der die weltlosen Entrückungen gewinnt und sich ihnen nicht ergreifend hingibt, sondern auch ihre Unbeständigkeit erkennt, ist fähig,

durch das große erfahrene innere Wohl der weltlosen Entrückungen die Triebe aufzulösen. Von ihm wird gesagt (M 53):

*...und kann er die vier weltlosen Entrückungen, die das Herz erquickten, schon im Erdenleben beseligen, nach Wunsch gewinnen in ihrer Fülle und Weite, so heißt man ihn den Heilsgänger, der die Schritte des Kämpfers gegangen ist, fähig zur Durchbrechung und fähig zur Erwachung, fähig, die unvergleichliche Sicherheit zu gewinnen.*

Der vom Erwachten belehrte Heilsgänger ist fähig, die unvergleichliche Sicherheit zu gewinnen – jeder andere kann die zeitlichen Erlösungen auch wieder aufgeben – wenn er sie als Höchstes, als Spitze der Wahrnehmungsmöglichkeiten ansieht, sich ihnen hingibt, sie ergreift und nicht weiterstrebt.

#### Erlangung zeitloser Gemütereilösung

*Und der ernsten Sinnes Strebende erreicht die zeitlose Gemütereilösung. Und es ist unmöglich, ihr Mönche, es kann nicht sein, dass dieser Mönch die zeitlose Gemütereilösung wieder aufgibt.*

*So besteht der Gewinn des Reinheitslebens nicht in dem Erlangen von Almosen, Ehre und Ruhm oder im Erlangen von Tugend oder im Erlangen der Herzens-einigung oder in dem Erlangen übersinnlicher Wahrnehmungen, sondern es ist diese unerschütterliche Gemütereilösung, die das Ziel des Reinheitslebens ist, ihr Kern, ihre Erfüllung.*

*So sprach der Erhabene. Erhoben und beglückt waren die Mönche über das Wort des Erwachten.*

In D 9 beschreibt Potthapādo nach Belehrung durch den Erwachten über dieses Thema die Überlegung des belehrten Heilsgängers, der an der Spitze der Wahrnehmung steht:



*„Willentlich etwas in die Aufmerksamkeit zu nehmen, ist schlechter für mich. Besser ist es, nicht willentlich etwas in die Aufmerksamkeit zu nehmen. Wenn ich weiter willentlich etwas in die Aufmerksamkeit nehme, weiter aktiv wäre, würde mir diese Wahrnehmung untergehen und eine andere größere Wahrnehmung aufgehen. Wie wenn ich nun nicht mehr willentlich etwas in die Aufmerksamkeit nehmen würde, nicht mehr weiter aktiv wäre?“ Und er nimmt nichts mehr willentlich in die Aufmerksamkeit und ist nicht weiter aktiv. Weil er nichts mehr willentlich in die Aufmerksamkeit nimmt, nicht mehr aktiv ist, geht diese Wahrnehmung unter und eine andere größere Wahrnehmung geht nicht auf. So erreicht er die Ausrodung von Gefühl und Wahrnehmung und das Wissen davon.*

Wenn das Erlebnis der Entrückungen zur Gewöhnung geworden ist und der Weltwahn immer ferner gerückt ist, wer in den friedvollen Verweilungen, den formfreien Erfahrungen, verweilt, einem solcherart an der Spitze der Wahrnehmung Stehenden empfiehlt der Erwachte, alles Wollen aufzugeben, alle Absicht auf Wahrnehmung, auf Erfahrung aufzugeben im Hinblick auf noch größeres Wohl, das Wohl der Wollensfreiheit, der Unverletzbarkeit. Der Weise, der der Erfahrung so lange anhing, als sein Blick durch sie Erweiterungen erfuhr, wendet sich nun von ihr ab wie ein Mensch, der sich an einer Speise gesättigt hat, sich dann von dieser abwendet:

*Das ist der Friede, das ist das Erhabene, dieses Zur-Ruhe-Kommen aller Aktivität, dieses Zurücktreten von allem Gewordenen, dieses Aufhören des lechzenden Dürstens, die Entreizung, Auflösung, Erlöschung. (M 64)*

Er verweilt im Ungewordenen jenseits aller Gewordenheiten und Wandelbarkeit, in unerregbarer, unerschütterlicher, unzerstörbarer Gemüterlösung.

Ist dieses unzerstörbare Wohl erreicht, dann ist die programmierte Wohlerfahrungssuche, die ruhelose Suche nach Wohl, endgültig zur Ruhe gekommen, aufgelöst, das Ziel des Reinheitswandels ist erreicht.

DIE KÜRZERE REDE BEI GOSINGA  
31. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Besuch des Erwachten bei den drei Anuruddhern, Einleitung wie in M 128. Sie berichten, dass sie die vier weltlosen Entrückungen, die friedvollen Verweilungen gewonnen und die Wollensflüsse/Einflüsse aufgehoben haben.

Die Götter der Sinnensuchtwelt bis zu den Brahmagöttern preisen den Erwachten und die drei Anuruddher: Es ist ein großer Gewinn für die Vajjīner, dass sich der Erwachte und die drei Anuruddher bei ihnen aufhalten. Der Erwachte bestätigt, dass es den Menschen, die vertrauend, befriedeten Herzens an die drei Mönche denken, lange zu Wohl und Glück gereichen wird.

DIE LÄNGERE REDE BEI GOSINGA  
32. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Sāriputto fragt fünf andere wohlbekannte Mönche: Der Sālawald ist entzückend in seiner Blüte, die Nacht ist mondhell, himmlische Düfte, meint man, wehen umher. Welcher Mönch mag dem Wald Glanz verleihen? –

Ānando: Ein Mönch, der viel gehört hat, die Wahrheit ergründet hat und dann andere belehrt. –

Revato: Ein Mönch, der an der Abgeschiedenheit Freude empfindet, an innere Ruhe sich anbindet, weltlose Entrückungen nicht vernachlässigt, Klarblick besitzt, einsame Orte aufsucht.–

Anuruddho: Ein Mönch, der mit dem feinstofflichen Auge tausend Welten überblickt. –

Mahākassapo: Ein Mönch, der als Waldeinsiedler genügsam ist, wenig Wünsche hat, zufrieden ist, zurückgezogen lebt, voll Tatkraft ist, Tugend, Herzenseinigung, Weisheit, Erlösung und Wissensklarheit der Erlösung erlangt hat und all dies preist. –

Mahāmoggallāno: Zwei Mönche sprechen über die Lehre, beantworten sich gegenseitig ihre Fragen, ohne zu versagen, ihr Gespräch ist lehrreich und fruchtbar. –

Sāriputto: Ein Mönch, der das Herz in der Gewalt hat, nicht in der Gewalt des Herzens ist. Welche Vertiefung zu welcher Zeit er wünscht, in dieser verweilt er – wie ein König seine Kleidung auswählt. –

Der Erwachte: Alle haben gut gesprochen, jeder nach seiner Art.

Ich sage: Der Mönch verleiht dem Gosinga-Wald Glanz, der sich hinsetzt und sagt: „Nicht eher werde ich aufstehen, ehe das Herz von allen Wollensflüssen/Einflüssen erlöst ist.“

DAS GLEICHNIS VOM RINDERHIRTEN  
33. Rede der „Mittleren Sammlung“

Vorwort

An dem Gleichnis von elf Eigenschaften, ohne die ein Rinderhirt seine Herde nicht gesund erhalten und vergrößern kann, erläutert der Erwachte im ersten Teil dieser Rede elf Eigenschaften, ohne die ein Mönch im Orden keine Fortschritte machen kann. Und im zweiten Teil der Rede zeigt der Erwachte, wie die Rinderherde gedeiht, wenn der Rinderhirt diese elf Eigenschaften hat, und nimmt dies als Gleichnis dafür, wie auch der Mönch innerhalb des Ordens durch elf Eigenschaften recht bestehen und zur Reife und Entfaltung kommen kann. Das Ziel des Hirten ist es, die Tiere gut zu ernähren und im Ganzen zum Gedeihen zu bringen. Das Ziel des Mönchs ist es, alles Leiden zu überwinden und zum endgültigen Wohl zu kommen.

Der Erwachte geht hier nicht wie sonst meistens von den geistigen Dingen aus, die er dann durch Gleichnisse erläutert, sondern er schildert zuerst notwendige Kenntnisse und Verhaltensweisen eines fürsorglichen Hirten und nimmt diese dann als Gleichnis für notwendige Eigenschaften des Mönchs.

Da diese Rede viermal dieselben Eigenschaften behandelt, so kann man sie sich leicht merken. Die Wiederholungen in den Reden haben den Zweck, dass die Aussagen sich dem Geist einprägen und dann im Alltag gegenwärtig sind, sei es zur Besinnung auf die rechten Maßstäbe, sei es zur Bewahrung vor Üblem.

Elf untaugliche Eigenschaften des Rinderhirten

*So hab ich's vernommen. Einstmals weilte der Erhabene bei Sāvattḥī im Siegerwald im Garten Anāthapindikos. Dort nun wandte sich der Erhabene an die Mönche: Ihr Mönche! – Erhabener! –, antworteten da*

*jene Mönche dem Erhabenen aufmerksam. Der Erhabene sprach:*

*Ein Rinderhirt, der elf Eigenschaften besitzt, ist nicht fähig, seine Herde zu schützen und zu vergrößern. Welche elf Eigenschaften sind das?*

- 1. Da kennt ein Rinderhirt nicht die Leibesart der Tiere.*
- 2. Er kennt nicht die Eigenschaften der Rinder.*
- 3. Er zerstört nicht die Insekteneier (die von Insekten in die Rinderhaut eingestochen sind).*
- 4. Er versorgt nicht Wunden.*
- 5. Er macht keinen Rauch.*
- 6. Er kennt nicht die Furt.*
- 7. Er kennt nicht die Wasserstellen.*
- 8. Er ist nicht pfadkundig.*
- 9. Er kennt nicht die Weide.*
- 10. Er melkt restlos aus.*
- 11. Und den Stieren, den Vätern der Herde, den Führern der Herde, schenkt er keine besondere Aufmerksamkeit.*

*Ein Rinderhirt, der diese elf Eigenschaften besitzt, ist nicht fähig, seine Herde zu schützen und zu vergrößern.*

Zunächst einiges zum Verständnis dieser elf Eigenschaften eines Rinderhirten. Danach folgt die Hauptanwendung auf den Mönch. 1. *Er kennt nicht die Leibesart.*

Das heißt, er muss den körperlichen Zustand der Tiere kennen, vor allem, ob sie gesund oder krank oder verletzt, hungrig oder satt, übermüdet oder frisch sind.

2. *Er kennt nicht die Eigenschaften der Rinder.*

Ein jeder im Umgang mit Herdentieren erfahrene Mensch weiß, dass bei den Tieren gleicher Gattung wie hier bei Rin-

dem doch Unterschiede zu finden sind, ganz ähnlich wie bei den Menschen. Manche sind sanfter, und manche sind reizbarer; manche folgen jedem törichtem Impuls spontan, andere sind gelassener, und man kann fast beobachten, dass sie nachdenken und dann erst vorgehen.

### 3. *Er zerstört nicht die Insekteneier.*

Manche Insekten, z.B. die gefährlichen Dasseln, stechen ihre Eier unter die Rinderhaut. Die Insekten ernähren sich unter der Haut von dem Rinderfleisch, was zu Entzündungen und Abszessen führt. Darum muss der Rinderhirt möglichst sofort die Eier entfernen, sonst muss er später die entstandene Geschwulst aufschneiden.

### 4. *Er versorgt nicht Wunden.*

Der Rinderhirt muss entzündungshemmende und heilende Kräuter kennen, und er muss dem Rinderkörper angepasste Verbände und Schutzhüllen anlegen können, die verhindern, dass Bakterien eindringen.

### 5. *Er macht keinen Rauch.*

Der Rauch hält plagende Insekten und Raubtiere von der Herde fern - aber ebenso dient er, besonders bei weitverstreuten großen Herden dem Zweck, die Tiere selbst zu orientieren, wo der Lagerplatz des Hirten ist, so dass sie immer zurückfinden.

### 6. *Er kennt nicht die Furt.*

Oft sind auf den Wanderungen zu den Weideplätzen angeschwollene Flüsse zu durchqueren. Da ist es wichtig, seichte Übergänge zu kennen, die alle Rinder passieren können, nicht nur die kraftvollen Stiere, sondern auch die kleinen Kälber, die leicht von der Strömung abgetrieben werden können.

### 7. *Er kennt nicht die Wasserstellen.*

Der Rinderhirt, der mit seiner Herde umherzieht, muss über die Wasserstellen Bescheid wissen und nur solche Gegenden durchwandern, in denen er Wasserstellen kennt.

### 8. *Er ist nicht pfadkundig.*

So wie der Rinderhirt die Wasserstellen kennen muss, so muss er auch die für seine Rinder gangbaren Wege kennen, die er

seine Herde führen will. Es dürfen keine sumpfigen, morastigen, abschüssigen oder mit Steinen oder Baumstämmen verstellte Wege sein, so dass die Tiere fallen, abstürzen und sich verletzen können.

9. *Er kennt nicht die Weide.*

Er muss wissen, wo und wann die Kräuter zu finden sind, die die Tiere lieben und die für sie bekömmlich sind, und er muss Weiden mit giftigen oder sonstwie schädlichen Kräutern meiden.

10. *Er melkt restlos aus.*

Ein Rinderhirt, der nur darauf aus ist, viel Milch gewinnen und abliefern zu können, und nicht darauf achtet, dass auch für die Kälber noch Milch im Euter bleibt, der achtet nicht auf die Mehrung seiner Herde, sondern nur auf augenblicklichen Gewinn. In früheren Zeiten, als es noch kein Kälberaufzuchtfutter gab, musste der Rinderhirt gewärtig sein, dass die Kälber an Hunger und Durst starben, wenn die natürliche Milchquelle nicht ausreichend hergab.

11. *Den Stieren, den Vätern der Herde, den Führern der Herde, schenkt er keine besondere Aufmerksamkeit.*

Wir kennen hauptsächlich eingezäunte Rinderherden. Da kann der Stier gar nicht seine Funktion, die Herde zu bewachen und zu verteidigen, ausüben, wie es bei wandernden Rinderherden oft nötig ist. Der Stier hat einen ausgeprägten Sinn für Gefahren, und der Hirte muss auf ihn achten, muss beachten, wenn er unruhig wird oder friedlich grast. Die Stiere sind die besser begabten Bewahrer der Herde. Ihre Begabung macht sich der kluge Hirte nutzbar.

Elf für die Askese untaugliche Eigenschaften

*Ebenso nun auch ist ein Mönch, der elf Eigenschaften besitzt, nicht fähig, bei dieser Lehre und Wegweisung Förderung, Wachstum und Wohl zu erfahren. Welche*

*elf Eigenschaften sind das?*

1. *Da kennt ein Mönch nicht die Form.*
2. *Er kann nicht die Eigenschaften erkennen.*
3. *Er beseitigt nicht die Schädlingskeime.*
4. *Er versorgt nicht Wunden.*
5. *Er macht keinen Rauch.*
6. *Er kennt nicht die Furt.*
7. *Er kennt nicht die Wasserstellen.*
8. *Er ist nicht pfadkundig.*
9. *Er kennt nicht die Weide.*
10. *Er melkt voll aus.*
11. *Und den älteren gereiften Mönchen, den Vätern des Ordens, den Führern des Ordens, schenkt er keine besondere Aufmerksamkeit.*

#### 1. Die Form nicht kennen

*Und wie kennt ein Mönch nicht die Form? Da weiß ein Mönch nicht der Wirklichkeit gemäß: „Was irgend Form ist, alle Form, die vier großen Gegebenheiten und was durch die vier großen Gegebenheiten als Form ergriffen wurde, ist Form.“ So kennt ein Mönch nicht die Form.*

Alles, was wir irgendwie als Materie, als Form erleben, erleben wir als eine Mischung der vier Gegebenheiten, als Festes, Flüssiges, Temperatur, Luft.

Die Form, die als „eigener“ Körper erfahren wird, erweckt den Eindruck von etwas Festem, Beständigem, aber bei gründlichem Hinblick erkennt man: Der Körper besteht nicht, er ist in ununterbrochenem Werden. Es kommt Nahrung (Form) herein und fließt ab. Luft (Form) wird eingesogen, strömt einen Augenblick hindurch und wird wieder ausgestoßen. Flüssiges und Festes (Form) wird aufgenommen, strömt unter mancherlei Veränderung hindurch und wird ausgeschieden.



Wärme wird durch Umwandlung der Nahrung (Form) erzeugt und nach außen abgegeben. Der Mensch isst ständig Körper (Form), verwandelt ständig Körper (Form) und scheidet ständig Körper (Form) aus. Die vermeintliche „Materie“ rieselt ununterbrochen, ist in ständigem Entstehen und Vergehen.

Was jetzt als „mein“ Körper erscheint, war gestern Nahrung, waren vorgestern Früchte und Pflanzen oder Tierleiber, war davor Erde und war davor verweste Körper oder Kot und war davor noch nicht verweste Körper, noch nicht Kot, war ein Körper und war davor Nahrung auf dem Teller und war davor Pflanze, Frucht oder Tierleib und war davor Erde – ein ständiger Kreislauf:

Erde – Pflanze/Frucht (Tier) – Speise – Leib – Kot – Erde – Pflanze – Junge, straffe – alte, schlaffe Körper – Leichen – Erde – Säugling....

Da der westliche Mensch sich in der Regel mit dem Körper identifiziert, denkt er beim Gedanken an eine Leiche auch zugleich die Vernichtung des betreffenden Wesens mit. Das ist völlig anders gewesen im alten Indien. Dort wusste man, dass die Seele, die man im alten Indien *jīva* nannte, das eigentlich Lebendige ist und dass sie sich des Körpers bedient, um durch die Sinnesorgane zu sehen, zu hören usw. Dort gab es auch nicht die Äußerung, dass ein gestorbener Mensch beerdigt würde, sondern immer wusste man, dass das eigentliche Leben des Menschen, eben der Erleber, im Sterbeakt aussteigt und weiterlebt und sich irgendwo wieder verkörpert: entweder in einem irdischen Leib oder in himmlischem Leib oder auch in der Unterwelt. Man sah also eine Leiche immer nur als ein abgelegtes Werkzeug an. Die vielen Körper, die verwest sind, sind während ihrer Erdenjahre immer nur mit Festem, Flüssigem, das aus der Erde hervorging, ernährt und erhalten worden und werden zuletzt wieder Erde.

Hinter der sogenannten Pietät, die wir den „Toten“ gegenüber empfinden, steht in Wirklichkeit ein grobsinnlicher Materialismus. Weil wir die Wesen mit ihren Leibern identifizieren, gehen wir mit den Leichen um, als seien sie noch die Wesen. –

Weil der Inder aber den Toten nicht mit der Leiche, sondern gerade mit demjenigen, das aus der Leiche ausgezogen ist, mit dem Geistig-Seelischen, identifiziert, darum behandelt er die Leichen als Abfälle; soweit er aber das Geistig-Seelische für verehrungswürdig hielt, verehrt er es. Das aber tut er nicht auf Friedhöfen, sondern im Geist, im alleinamen stillen Bedenken.

Wenn der Mensch Getreidefelder sieht, wenn er Brot im Schrank sieht, dann sagt keiner: „Das bin ich.“ Aber auf seinen Leib zeigt er: „Das bin ich.“ Aber der Leib ist doch nichts anderes als Brot und Wasser. Was gestern Brot war, ist heute Leib, zu dem man „Ich“ sagt. Wenn Kot und Urin ausgeschieden werden, wendet man sich abgestoßen ab. Doch ist es das, was gestern Leib war und was vorgestern Brot war. Nur in einem bestimmten Durchgangsstadium nennen wir es „Ich“.

Was ist für ein Unterschied zwischen dem Festen und Flüssigen des Körpers und einer Baumwurzel oder einem Stein? Es ist nur chemisch etwas anders zusammengesetzt. Es ist etwas mehr fest oder flüssig, in seinem Gewebezusammenhalt etwas anders, aber es ist Festes und Flüssiges. Ob das zu sich gezähltes Festes ist oder als äußere Festigkeit erfahren wird – der Übende sagt sich: Das ist nicht mein Selbst. Wenn der Übende beim Gehen an eine Baumwurzel gerät oder einen Ast sieht, da mag er des Ellenbogens, der Kniescheibe oder des Schienbeins gedenken oder den Schädelknochen betasten und dabei merken, dass dort wie hier Festes ist, die Baumwurzel wie der Schädel, der Ast wie der Ellenbogen.

Wie der Ast kürzlich entstanden war, so ist auch der Ellenbogen kürzlich entstanden; und wie der Ast bald wieder dahingehen wird, so wird auch der Ellenbogen bald wieder dahingehen; und wie der Ast jeden Tag wieder etwas verändert ist, so ist der Ellenbogen jeden Tag etwas verändert, und ebenso verhält es sich mit den anderen Knochen des Leibes und den Organen – es ist kein Unterschied.

Und wie der Ast verrottend zu Ackererde und auf dem Weg der Wandlung über die Nahrungskette etwas anderes Festes

werden kann, etwa ein Ellenbogen, so auch kann der Ellenbogen auf dem Weg der Wandlung etwas anderes werden, etwa ein Ast.

Und wenn der Übende an einem Bach steht oder wenn er im Regen sitzt, dann gedenkt er des Blutes und der anderen Flüssigkeiten des Leibes und sieht, wie diese Flüssigkeiten gleicher Art sind: Sie fließen nach ihrer Gesetzmäßigkeit, sie sind entstanden und wandeln sich wieder, sind gleich leblos, gleich willenlos. Es ist kein Unterschied zwischen dem rieselnden Regen außen und dem rieselnden Blut innen, es fließt außen und innen.

Der Mensch stützt sich, verlässt sich auf den „eigenen Körper“ und rechnet mit den Körpern und Gegenständen in seiner Umgebung: „Das ist meine Frau, mein Kind, meine Wohnung.“ Die Vorstellung „ist“ suggeriert schon Beständigkeit. Entsprechend erschrickt der Mensch bei Veränderung, Krankheit, Tod und Vernichtung, weil sich dann die Wandelbarkeit offenbart: ein ständiges Entstehen und Vergehen, Verschleiben der Materie. Diese Entwicklungen geschehen nicht etwa mit unserem Willen oder gar aus unserem Willen, sondern geschehen ohne, ja meist gegen unseren Willen und gegen unsere Wünsche. Das ist es, was der Erwachte als Nichtselbst (*anatta*) auffasst. Ich kann den Körper nicht so machen und haben, wie ich will, insofern ist er fremd, nicht-ich. Ebenso kann ich die „Außenform“, die Welt, nicht so haben, wie ich will: sie gehört mir nicht, ist nicht mein Eigentum, ist „fremd“.

Der Erwachte sagt, dass sich der Mensch an die Form anklammere wie einer, der von einer reißenden Überschwemmung mitgerissen ist und sich nun am Schilf festhalten will. Es hält nicht, er wird weiter gerissen, hat ein Stück Schilf in der Hand, aber es ist abgerissen von dem anderen. Keine Form hält auf die Dauer, was der oberflächliche Blick sich von ihr verspricht, und der Mensch erfährt durch seine Gewöhnung an die Wahnvorstellung, Materie sei etwas Festes, Zuverlässiges, immer wieder Not und Untergang.

Leiden, Not und Untergang erfahren wir, weil wir am Ver-

gänglichlichen, an der Form hängen, weil sie uns lieb ist. Wenn wir das Begehren nach Form überwinden, dann kümmert uns die Vergänglichkeit nicht. Wer Form begehrt, hat durch sein Begehren Leiden, wenn die Form vergeht. Das Vergängliche ist nicht an sich wehe, sondern es ist für den wehe, der daran hängt. Es geht um das innere Verhältnis zu den Dingen. – So heißt es (M 28 u.a.):

*Was es nun da an zum Ich gezählter Festigkeit - Flüssigkeit - Wärme - Luft gibt und was es außen an Festigkeit - Flüssigkeit - Wärme - Luft gibt, das ist die Gegebenheit Festigkeit - Flüssigkeit - Wärme - Luft. Und: „Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst.“ So ist das der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit anzusehen. Hat man das so der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit gesehen, kann man an der Gegebenheit Festigkeit - Flüssigkeit - Wärme - Luft nichts mehr finden, und das Herz ist gierlos in Bezug auf die Gegebenheiten.*

*Das Herz ist gierlos, weil die Illusion genommen ist, die vergängliche Form, die Materie, der Körper wäre lebendig und wäre gar das Ich. So ist der Mönch der Leibesart kundig.*

## 2. Die Merkmale des Toren und Weisen nicht kennen

*Und wie kann ein Mönch nicht die Merkmale erkennen?*

*Da weiß ein Mönch nicht der Wirklichkeit gemäß: Am Wirken ist der Tor zu erkennen, am Wirken ist der Weise zu erkennen. So kann ein Mönch nicht den Toren und den Weisen erkennen.*

Bei den Merkmalen geht es nicht um die Vielfalt der Charakterzüge, sondern um das, worauf es allein für Heil und Unheil ankommt: ob einer ein Tor ist oder weise.

Ausführlicher sagt der Erwachte (M 129):

*Drei Kennzeichen des Toren gibt es, der Merkmale des Toren, woran man ihn erkennt. Welche drei?*

*Der Tor denkt Übles, spricht Übles, handelt Übles.*

*Und drei Kennzeichen des Weisen gibt es, der Merkmale des Weisen, woran man ihn erkennt. Welche drei?*

*Der Weise denkt Gutes, spricht Gutes, handelt Gutes.*

Auch Jesus sagt: „An ihren Früchten sollt ihr sie erkennen.“  
(Matth. 7,16)

Der Wille des Toren ist der Sklave der Regungen und Dränge seines Inneren, ohne dass er diese kennt. Der Tor fragt nicht nach Saat und Ernte über das Erdenleben hinaus, die Religionen interessieren ihn nicht. Für die Selbstkontrolle des Weiterblickenden hat er kein Verständnis. Er handelt je nach seinen Einfällen und den Verhältnissen zufällig gut und zufällig übel. Er hat keine rechten Richtlinien für sein Handeln, ist womöglich stolz auf seine vermeintliche „Spontaneität“.

Ein anderer, der die Anlage hat zur Weisheit, merkt, wie das als „außen“ Erlebte auf ihn einstürmt; er merkt seine Betroffenenheiten von den Eindrücken, seine verschiedenen gerichteten Neigungen und achtet darauf, dass nicht diese, sondern seine Vernunft sein Tun und Lassen bestimmen. Er hat eine Ahnung, dass sein sichtbares Dasein verborgene Wurzeln hat, dass die Geburt nicht sein Anfang war, sondern nur der Eintritt in den gegenwärtigen Lebensraum, dass die inneren Dränge nichts zu tun haben mit Geburt, Altern und Sterben. Von daher spürt er, dass nichts wichtiger ist, als diesem unsichtbaren Herd auf die Spur zu kommen. Die Eigenschaft solchen ahnenden Tastens nach der anderen Dimension wird in allen Religionen Glaube oder Vertrauen genannt.

Die so begabten Menschen kommen mit den Berichten der Tageszeitungen und den Erkenntnissen einer Wissenschaft, die nur das vor Augen Liegende angeht, nicht aus, sondern suchen unbewusst oder bewusst in ihrem Leben nach größeren, weiteren Ausblicken und nach Antwort auf ihre oft nur halbbewussten Fragen. Darum kommen sie im Lauf ihres Lebens meistens

früher oder später an die Religion.

Die Religionen sind an ihrem Ursprungsherd stets hervorgegangen aus der Erfahrung solcher Geister, die die normale menschliche Natur überschritten haben, die Schleier zwischen Diesseits und Jenseits gelüftet und dadurch von den jenseitigen größeren Weiten und Möglichkeiten des Daseins erfahren haben. Damit sind diese Religionsstifter und Heilslehrer die geeigneten Wegweiser für jene Vertrauensfähigen und Glaubensfähigen, die zwar die Schleier nicht durchdringen konnten, die aber ein tastendes Empfinden für weitere jenseitige Dimensionen des Daseins haben und für die Möglichkeiten, zu größerem Leben zu kommen. So ist Vertrauen oder Glaube, der die Suchenden zu den Religionslehrern hingeneigt macht, ein Zeichen der Verwandtschaft zwischen den wahren Heilslehrern und den wahren Heilssuchern.

Wir Heutigen haben das in diesem dunkel-verschlungenen Samsāra selten anzutreffende Glück, an die Wegweisung des Heilslehrers gekommen zu sein, der darum der „Vollendete“ genannt wird, weil er für sich selbst die den Wesen notwendige und mögliche Entwicklung nicht nur bis zu einem mittleren oder höheren Grad, sondern bis zur Vollendung gebracht hat, alles was zur Heilserlangung erforderlich ist, getan hat, darum den Heilsstand für sich selbst gewonnen hat. Und weil er selbst vollkommen angelangt ist, so ist er auch zum unvergleichlichen Lenker der Heilsuchenden, zum *Meister der Götter und Menschen* geworden.

Wer die Lehren dieses Vollendeten, des Erwachten, mit der erforderlichen Aufmerksamkeit aufnimmt und bedenkt und das Gelernte mit seinem praktischen Erleben vergleicht, der erkennt das Karmagesetz von Saat und Ernte. Er weiß, dass all sein Erleben von Augenblick zu Augenblick zwischen Wohl und Wehe immer nur die Wiederkehr ist der vorher von ihm ausgegangenen Unternehmungen in Gedanken, Worten und Taten, dass er mit jedem Erlebnis erntet, was er vorher gesät hat. Und er weiß, dass auch heute sein je augenblickliches Sinnen und Beginnen von Akt zu Akt Saat ist, die in der Kette

seiner zukünftigen Erlebnisse wiederkehrt als Inhalt der zukünftigen Erlebnisse und „Leben“ in den unübersehbar verschiedenen Daseinsformen und Möglichkeiten.

Von daher hat er eine tiefe Einsicht gewonnen in die Notwendigkeit der vom Erwachten wie auch von allen anderen Heilslehrern angeratenen Selbsterziehung, zu jener sanften, rücksichtsvollen und erhellenden Begegnungsweise mit allen Mitwesen, die in den Religionen „Tugend“ genannt wird, weil nur sie tauglich („tugendlich“) ist, dem Menschen taugt, um zu dem ersehnten größeren Wohl und Glück, ja zur Herrlichkeit und Freude über alle menschlichen Maße zu kommen. Sie wird auch „Frömmigkeit“ genannt, weil sie den Menschen frommt zu der in den Religionen verheißenen übermenschlichen „Helligkeit und Schönheit“.

Aber der durch die Wegweisung des Erwachten Belehre weiß zugleich, dass diese tugendliche Entwicklung allein nicht ausreicht, um zum vollkommenen Heilsstand zu gelangen, sondern dann, wenn sie zu ihrem Höhepunkt entwickelt ist, überschritten werden muss und werden kann durch die Entwicklung zu der seligen weltbefreiten Entrückung im samādhi, in der unio. Er weiß ferner, dass erst aus dem vollendeten Ausreifen dieses zweiten großen Entwicklungsabschnitts das Herz des Übenden von allen verdunkelnden und irritierenden Befleckungen so völlig befreit wird, wie es erforderlich ist, um in den dritten großen Entwicklungsabschnitt, in die klare, wirklichkeitgemäße Daseinsschau einzutreten, die der Erwachte sich selbst offenbar gemacht hat.

Er weiß, dass alle Ziele im Samsāra, die je und je von den Wesen gesucht, angestrebt und erreicht worden waren, Scheinziele waren und Scheinziele bleiben wie der Rundlauf in einer Tretmühle, wo das darin gefangene Tier mit jedem Schritt nur scheinbar vorwärtskommt, wo aber nach dreißig oder fünfzig Schritten die Drehung der Tretmühle um ihre eigene Achse vollendet ist und - nur eben die nächste Drehung in gleicher Weise beginnt - und so fort - ohne Ziel - ohne Entwicklung.

Die Entwicklung zum Heilsstand aber besteht in dem Ver-

lassen der Tretmühle des Samsāra, sie ist die einzig sinnvolle.

Das Wissen davon ist die durch Hören entstandene Weisheit (*suta-maya-pañña*), die ein Anhänger durch Hören oder Lesen der Reden des Buddha aufgenommen hat und nachzuvollziehen sich bemüht, ohne dass er sein ganzes Herz bereits danach gebildet hat. Ein solcher kann, solange er besonnen und gelassen ist, den Eindrücken seiner Umwelt längst nicht mehr so verfallen wie ein in dieser Hinsicht unbelehrter und unverständiger Mensch. Darum erkennt er auch bei anderen, ob sie in ihrem Reden und Handeln besonnen auf die späteren Folgen achten oder ihren jeweils augenblicklichen Einfällen und Leidenschaften folgen.

### 3. Unheilsame Gedanken nicht vertreiben

*Und wie beseitigt ein Mönch nicht die Schädlingskeime? Da gibt ein Mönch aufgestiegenen Gedanken der Sinnensucht Raum, vertreibt sie nicht, vernichtet sie nicht.*

*Da gibt ein Mönch aufgestiegenen Gedanken von Antipathie bis Hass – Gedanken der Rücksichtslosigkeit – aufgestiegenen üblen, unheilsamen Gedanken Raum, vertreibt sie nicht, vernichtet sie nicht.*

*So beseitigt ein Mönch nicht die Schädlingskeime.*

Diesem Verhalten setzt der Erwachte den sogenannten zweiten Kampf entgegen:

*Da weckt der Mönch seinen Willen, dass er aufgestiegene üble, unheilsame Gedanken vertreibe. Er müht sich darum, er entwickelt Tatkraft, er erzieht das Herz, er kämpft.*

Dieser zweite Kampf, *aufgestiegene üble, unheilsame Gedanken vertreiben* - der anschließend beschriebene erste Kampf besteht in der Zügelung der Sinnesdränge, der Bewahrung vor noch nicht aufgestiegenen üblen Dingen -, ist ein Überwindungskampf, in dem üble Gedanken durch Einsicht in ihre



Schädlichkeit vertrieben werden, wie es etwa der Bodhisattva tat, indem er sich vor Augen führte (M 19):

Sinnensucht, Antipathie bis Hass, Rücksichtslosigkeit führen

1. zu eigener Beschwer
2. zu anderer Beschwer
3. zu beider Beschwer
4. sie roden die Weisheit aus
5. bringen Verstörung mit sich
6. führen nicht zum Nirvāna.

Dazu Näheres s. auch M 20.

#### 4. Die Sinnesdränge nicht zügeln

*Und wie versorgt ein Mönch nicht Wunden?*

*Hat der Mönch mit dem Luger eine Form gesehen, mit dem Lauscher einen Ton gehört, mit dem Riecher einen Duft gerochen, mit dem Schmecker einen Geschmack geschmeckt, mit dem Körper Tastbares getastet, mit dem Geist ein Ding erkannt, so beachtet er die Erscheinungen und lässt weitere Gedanken darüber zu. Obgleich Begierde und Missmut, üble und unheilvolle Gedanken den, der die Sinnendränge nicht bewacht, gar bald überwältigen, so übt er diese Bewachung nicht, wacht nicht aufmerksam über die Sinnesdränge.*

*So versorgt ein Mönch nicht Wunden.*

Der Leser wird den Unterschied empfinden zwischen unserem üblichen alltäglichen Denken und Treiben – und dagegen den Maßstäben, mit welchen die Heilslehrer dieses menschliche Denken und Treiben messen. - Wer nicht an die Ungeborgenheit und Gefährdung des menschlichen Daseins denkt und nicht weiß, dass wir Menschen nur wegen unseres bisherigen Für-gut-Haltens in diesem gefährlichen menschlichen Zustand

leben und dass wir, solange wir die Maßstäbe der weisen Heilslehrer nicht kennen und anerkennen, so lange auch weiterhin den sogenannten „Zufällen des Lebens“ ausgeliefert sind und bleiben - so lange auch mögen uns solche Ratschläge wie die hier gegebenen befremden. Aber jeder weiß, dass er, wenn er aufreizende Bilder sieht, davon eben auch gereizt wird und dass er dann anders handelt, redet und denkt, als wenn er diese Bilder nicht gesehen hätte. Ebenso führen streithafte Szenen zu Zorn und Empörung und zu Überlegungen, wie man in diesem Streit zu Überlegenheit, der andere zu Unterlegenheit käme.

Dabei wird noch das Wichtigste vergessen: Je mehr man sinnliche oder streithafte Szenen betrachtet und davon erregt wird, um so mehr wächst durch das den Streit anerkennende Denken das Bedürfnis nach solchen Erlebnissen, um so mehr also nehmen Leidenschaften und Erregungen zu, um so mehr entfernt man sich von innerer ruhiger Heiterkeit und Klarheit des Denkens.

Der Erwachte zeigt deutlich – und in anderen Religionen wird es angedeutet - dass der Mensch mit seinen Sinnen empfänglich ist für Reizbarkeit und dass diese Empfänglichkeit zu großer und größter Bedürftigkeit gesteigert werden kann, dass sie aber auch zur völligen Ruhe kommen kann, wodurch der Mensch dann zu dem Zustand erwächst, der in allen Religionen als Weisheit bezeichnet wird.

Diese Empfänglichkeit und Empfindlichkeit meint der Erwachte, wenn er die Sinnesdränge mit reizbaren Wunden vergleicht (M 105), in die man nicht Staub, Wind und Sonnenglut gelangen lassen soll, weil sie sich dann „entzünden“.

Durch die Übung der Zügelung der Sinnesdränge (oft kurz Sinnenzügelung genannt) verspricht der Erwachte ein „unge-trübtes Wohl“, und das bedeutet die endgültige Überwindung dessen, was nach Aussage des Erwachten und nach unserer eigenen Erfahrung ununterbrochen aufkommt, wenn man die Süchtigkeit weiterhin nach außen rasen lässt, nämlich: Begehren und Missmut, üble, unheilsame Gedanken.

Solange Bedürftigkeit ist, geht es für den im Hause Lebenden, der den Sinneseindrücken ausgeliefert ist, nicht ohne Befriedigung, aber es ist ein Unterschied, ob man nur die für den Triebhaushalt im Augenblick notwendige Befriedigung sucht oder die Sinnesdränge ohne Zügelung gewähren lässt. Wenn man z.B. öfter voll Missmut, Gegenwendung, Feindschaft an einen Menschen denkt, von dem man sich beleidigt fühlt, dann nimmt der Missmut, die Gegenwendung, die Feindschaft zu. Wenn einer so durch das Leben geht, an die unangenehmen Erlebnisse mit Abneigung und Feindschaft denkt oder sich an Dingen des Begehrens berauscht, dann ist er am Ende des Lebens begehrlischer und gehässiger als bei seiner Geburt und damit weniger geneigt zu der auf den Grund gehenden Betrachtung.

Gier und Hass sind die wilden Wölfe, die uns umhertreiben. Wir sind wie die Hasen, die von den Wölfen gehetzt werden und es oft nicht merken. Doch geht es für den im Haus Lebenden nicht zuerst darum, von der Sinnlichkeit abzukommen, sondern zuerst die größten Formen der Abwendung und Gegenwendung zu lassen. Erst in dem Maß, wie dadurch allmählich das Gemüt heller und freudiger wird, kann man - frei von jenem Heroismus, der leicht bitter oder stolz oder beides werden lässt - das Befreiende am Loslassen entdecken. Als eine der im Hausleben am leichtesten zugänglichen Quellen dieser gemüthhaften Freude bezeichnet der Erwachte in vielen Reden Freigebigkeit und großzügiges Teilen. Je mehr man daran Freude gewinnt, desto eher wird dann auch die Einsicht fruchtbar, dass es manchmal nur noch einer kleinen Überwindung bedarf, nicht alle Wahrnehmungsbilder anzusehen, die man gern sehen möchte und zu denen die alte programmierte Wohlerfahrungssuche noch hinlenken möchte. Und es kostet dann auch immer weniger Überwindung, auf den Reiz zu verzichten, etwa eine Beleidigung im Geist zu bewahren, auszuspinnen und sich wenigstens in Gedanken zu rechtfertigen oder zu rächen - aber es ist ein großer Gewinn durch die meistens damit auch verbundene negative Bewertung der Beach-

tung solcher aufreizender Wahrnehmungsinhalte.

## 5. Anderen die Lehre nicht aufzeigen

*Und wie macht ein Mönch keinen Rauch?*

*Da zeigt ein Mönch den anderen nicht ausführlich die Lehre, wie er sie gehört und verstanden hat. So macht ein Mönch keinen Rauch.*

Mit dem Rauch seines Feuers orientiert der Hirte die Herde über die sichere Stätte, das Lager des Hirten und damit den Lagerplatz für die Herde. Dieses Bild verwendet der Erwachte für den Rat an die Mönche, die Menschen, die nach Wahrheit und Heil suchen, zu ihrer rechten Orientierung aufzuklären über die Irrwege, die im Leiden festhalten, und über die Heilswege, die ganz herausführen. Der Mönch, der den Segen dieser Orientierung an sich selbst erfahren hat, wird durch Beratung und Belehrung anderer Menschen in dieser Wahrheit auch selbst immer sicherer und klarer.

In der vorangegangenen Übung hieß es, dass der Mönch üble Gedanken und Vorstellungen, die von der Blendung erzeugt werden, sobald er sie bemerkt, ausrodet und vertreibt. Und hier geht es nun darum, die richtigen Gedanken, die hilfreich sind und dem Heilsstand näher führen, sich und anderen stärker vor Augen zu führen und somit immer mehr in das Bewusstsein einzupflanzen, so dass dieses immer mehr von den Maßstäben der Lehre bewegt wird. So wie der Rinderhirt durch Raucherzeugung schädliche Insekten vertreibt und wilde Tiere fernhält, so entzieht der Mönch schädlichen Einflüssen, falschen Lehren und Reizen von außen und eigenen üblen Gedanken den Boden dadurch, dass er, indem er anderen die Lehre zu erklären sich bemüht, auch selber zu einem tieferen Verständnis kommt. Es ist sogar so, dass viele Menschen durch das Bemühen, dem anderen etwas verständlich zu machen, tiefer darüber nachdenken, als wenn sie sich nur für sich allein damit beschäftigen. Daraus erwächst ein Gewinn, wie er

in D 33,V beschrieben wird:

*Da legt ein Mönch die Lehre, wie er sie gehört und verstanden hat, den anderen ausführlich dar. Je mehr und mehr nun der Mönch die Lehre, wie er sie gehört und verstanden hat, den anderen ausführlich darlegt, desto mehr und mehr gelangt er selber zum Verständnis der Lehre und des Sinnes. Während ihm da Verständnis der Lehre und des Sinnes aufgeht, gewinnt er innere Freude.*

Zusätzlich erfährt der Erklärende oft Ergänzungen oder Einwände von Seiten des Gesprächspartners, auf die er selber nicht gekommen wäre. Dadurch wird er aufmerksamer und kritischer gegenüber den eigenen Gedanken. Wenn das Gespräch von beiden Seiten geführt wird in der Absicht, miteinander ein Problem der Lehre in allen seinen Zusammenhängen gründlich zu betrachten, dann gehen daraus gegenseitige Ergänzungen und dadurch immer wieder neue Aspekte hervor, die bei einer einzelnen Betrachtung meistens nicht erfasst werden können und die erfreuen und erheben.

## 6. Die älteren Lehrer nicht um Belehrung bitten

*Und wie kennt ein Mönch nicht die Furt?*

*Da sucht ein Mönch nicht zur rechten Zeit jene Mönche auf, die viel erfahren haben, die die Lehre und Wegweisung kennen und recht erklären können, fragt nicht, erkundigt sich nicht: „Wie ist das, o Herr, was ist der Sinn davon?“ Und so eröffnen ihm jene Ehrwürdigen nicht das Uneröffnete, erklären ihm nicht Ungeklärtes, lösen nicht Zweifel über Zweifelhaftes.*

*So kennt ein Mönch nicht die Furt.*

Als Furtbereiter bezeichnete man in Indien die geistigen Lehrer. Unter der Furt wird ein Übergang über ein Gewässer in ein sonst nicht zugängliches Gelände verstanden, und das bedeutet

im übertragenen Sinne, dass der mit der betreffenden Lehre noch nicht genug Vertraute aus sich selber und allein nicht so leicht zu einem tieferen Verständnis kommt. Während das vorherige Thema „Rauch machen“ die Belehrung anderer betraf, geht es hier darum, sich selber belehren zu lassen, indem man die erfahreneren Mönche aufsucht und sich von ihnen zu einem tieferen und umfassenderen Verständnis bringen lässt, sozusagen geistiges Neuland gewinnt.

Wer weiß, dass in seiner Nähe Menschen sind, die wesentliche Daseinsfragen beantworten, seinen begrenzten Horizont erweitern könnten, aber er sucht sie nicht auf, fragt nicht - sei es aus Stolz oder aus Gleichgültigkeit, weil sein Geist im Vordergründigen befangen ist – der kommt nicht über seine Grenzen hinaus. Er bleibt befangen in seinem kleinen Zirkel. Über solche Menschen, die nicht, wo sie können, bestrebt sind, Unverstandenes zu verstehen, heißt es vernichtend in der indischen Spruchsammlung *Subhāsitarṇāva*:

*Haben wir nicht, wie sich's gehört, in Verehrung die Weisen befragt, wie die Kette der Wiedergeburten zu sprengen sei, so waren wir weiter nichts als die Axt, die unserer Mutter Jugendbaum fällte.*

Wer auf länger währendes Wohl bis zum endgültigen Wohl aus ist, der holt sich, was er noch nicht versteht. So ist das Fragen nach wesentlichen Dingen letztlich der Ausgangspunkt zum Erwerben rechter Anschauung und damit zum Erreichen höchsten Wohls.

## 7. Wenn die Lehre nicht erquickend labt

*Und wie kennt ein Mönch nicht die Wasserstellen?*

*Da gelangt ein Mönch bei der Darlegung der Lehre und Führung durch den Vollendeten nicht zum Verständnis der Wahrheit, nicht zu der mit der Wahrheit verbundenen geistigen Freude.*

*So kennt ein Mönch nicht die Wasserstellen.*

Die Gefühle geistiger Freude bis zur Herzenseinigung nennt der Erwachte die Kraftquelle, das belebende Wasser des Nachfolgers, so entscheidend wichtig wie die Tränke für eine Kuhherde. Ohne diese Quelle feinerer Gefühle verdurstet der Nachfolger auf dem Weg. Dass Durststrecken erlebt werden, dass Trockenzeiten kommen, haben viele Mystiker erfahren, aber sie hatten den Glauben an „das Wasser des Lebens“ und damit überstanden sie die Trockenheitsperioden. Darum ist es so wichtig, dass man das Wissen um diese Gefühle in den Geist einschreibt, denn dann kann man durchhalten, bis sie sich einstellen.

Alle Religionen eröffnen Perspektiven, die weit, ja zum Teil unermesslich über die weltliche Betrachtungsweise hinausführen. Wer sich schon öfter suchend mit weiterreichenden Fragen beschäftigt hat, der ist erfreut und manchmal gar ergriffen von den Ausblicken, wie sie die Weisen haben, und von der Möglichkeit, auch so werden zu können. Erst durch solche „zündenden“ Ausblicke, durch welche das Gefängnis der menschlichen Perspektive erweitert und gesprengt wird, bekommt der Suchende große innere Kraft, diese Ausblicke festzuhalten, sich an sie zu gewöhnen und damit seine Grenzen zu sprengen. Er gewinnt Verständnis des Sinnes und darüber Freude, die das Gemüt erhellt und erhebt.

Je mehr wir die Fähigkeit gewinnen, mit uns selber beim Studium der Lehre richtig umzugehen, um so mehr erfahren wir die sinngebenden und anspornenden Einflüsse aus der Lehre, so wie ein durstiger Mensch, wenn er Wasser bekommt.

#### 8. Den achtgliedrigen Weg nicht der Wirklichkeit gemäß kennen

*Und wie ist ein Mönch nicht pfadkundig?*

*Da kennt ein Mönch den achtgliedrigen Heilsweg  
nicht der Wirklichkeit gemäß.*

*So ist ein Mönch nicht pfadkundig.*

Der Hirte muss die oft verschlungenen Pfade durch die Reisfelder kennen, die Umgehungspfade der Sümpfe und die Wege durch die Berge. Der Mönch dagegen muss seinen Trieben beikommen, muss die verschlungenen Pfade kennen, um dem Gaukelspiel der Sinnesdränge zu entgehen, muss lernen, sie zu umgehen oder sie anzugehen je nach der inneren Situation. Er muss von Fall zu Fall wissen, was zu tun ist.

Der Erwachte hat aus den Erfahrungen seines eigenen Erlösungswegs die Lehre von den vier Heilswahrheiten entwickelt und hat als die vierte Heilswahrheit einen genauen Übungsweg beschrieben, der aus acht Gliedern besteht.

„Rechte Anschauung“, das erste Glied, betrifft den Erwerb der richtigen Daseinsschau, die rechte Orientierung über das Gesetz der Existenz, in der wir stehen. Diese Orientierung vermittelt der Erwachte mit seinen Reden. Durch die rechte Anschauung erfährt der Übende eine geistige Umwertung seiner bisherigen Wertauffassung und das rechte Verständnis für das, was er üben und an sich ändern muss.

Wenn die höchste der fünf Lehren des Erwachten verstanden ist, die eigentliche *anatta-Lehre*, die spezifische Lehre des Buddha, deren Kenntnis und Befolgung zum Nirvāna führt, dann bedeutet rechte Anschauung, dass er „die Bande des Wahns“ endgültig abgeschnitten, sich davon abgetrennt hat. Er weiß jetzt zu Zeiten, in denen er, unbefangen von sinnlichen Angehungen, über die Lehre gründlich nachdenkt, wie es sich mit der Existenz in Wirklichkeit verhält, dass alle Eindrücke, die durch die Sinne mit den Sinnesdrängen vermittelt und darum mit Gefühl besetzt beim Geist ankommen, verblendet sind, nicht das rechte Bild der Wirklichkeit zeichnen und dass er sich dem mit der nun erworbenen rechten Anschauung widersetzen muss. Er ist endgültig von den Banden des Wahns befreit. Von da an vertraut der Mensch allen seinen sinnlichen Eindrücken nicht mehr in der früheren naiven Weise und gibt sich dem Urteil der Sinne nicht mehr hin. Sobald er für sich allein ist, bemüht er sich um den völlig klaren, blendungsfreien Anblick.



Das zweite Glied des achtgliedrigen Weges „rechte Gesinnung“ bedeutet eine allmähliche Wandlung der Gesinnung, Geistes- und Gemütsverfassung, wie sie sich aus der erworbenen rechten Anschauung ergibt. Der Übende erfährt, dass die angestrebte hellere, wohltuendere Lebensform auf ganz anderen Wegen gewonnen werden muss, als er bisher dachte, dass nämlich all unser Erleben immer nur der Qualität unseres Willens und Handelns entspricht und dass man darum nur durch verständnisvolle, liebevolle, rücksichtsvolle Umgangs- und Gesinnungsweise erreichen kann, dass wir auch in unserem eigenen Leben Verständnis, Liebe und Rücksicht erfahren. Er versteht und bemüht sich um den Erwerb dieser helleren, reineren Gemütsverfassung. Durch das dadurch entstehende innere Wohl wird er fähig, zeitweilig immer wieder vom sinnlichen Begehren zurückzutreten. Diese beiden ersten Glieder des achtgliedrigen Weges bewirken die geistige Umorientierung und entsprechende Umstellung des Willens und Strebens. Die drei weiteren Glieder bilden den Tugendabschnitt, nämlich:

1. rechte Rede
2. rechtes Handeln
3. rechte Lebensführung.

Dieser Tugendabschnitt umfasst die zur Heilsentwicklung tauglichen (tugendlichen) Verhaltensweisen in der Begegnung mit den Mitwesen und den Dingen. Hierfür hat der Erwachte bestimmte Verhaltensweisen genannt, die mit denen fast aller anderen Religionen weitgehend übereinstimmen: Nicht töten, nicht stehlen, nicht in die Interessensphären anderer Lebewesen einbrechen durch Verführung und Einbruch in Partnerschaftsverhältnisse, nicht verleumden, nicht verletzend reden, nicht hintertragen, kein leeres Geschwätz.

Die Reden des Erwachten lassen erkennen, dass das Betreiben dieser beiden Abschnitte, rechter Anschauung und Tugend, die unerlässliche Voraussetzung ist für alle darüber hinausgehenden und ins Überweltliche führenden Übungen, wie sie das 6., 7. und 8. Glied des achtgliedrigen Heilsweges darstellen. Der Erwachte sagt und lehrt immer wieder mit verschiedenen

Beispielen und Gleichnissen, dass rechte Anschauung und Tugend sich gegenseitig bedingen, indem man zu der einen Zeit, in der man für sich allein ist und Gelegenheit zum Nachdenken hat, Orientierung und Herzensreinigung betreibt und zu anderen Zeiten, in denen man in der Begegnung mit den Mitwesen und den Dingen steht, das praktische rechte Verhalten, also Tugend, betreibt. Und er sagt, dass die Pflege der rechten Anschauung auch die Tugend fördert und dass die Pflege der Tugend auch wiederum die weise Erkenntnis fördert, dass die beiden Übungen sich gegenseitig fördern, so wie man mit der einen Hand die andere wäscht.

Wer sich rechte Anschauung und Tugend erwirbt und erworben hat, den vergleicht der Erwachte mit einem Menschen, der sich vom Stand des unvernünftigen Säuglings nach und nach weiter entwickelt bis zum Stand des Erwachsenen. Er gewinnt eine Vorstellung von der Zeitlosigkeit des Samsāra und damit auch ein völlig anderes Verhältnis zu seinem Dasein wie auch zu den gesamten begegnenden Lebewesen, wie überhaupt zur Welt. Schon das jetzige Menschenleben wird ihm erheblich leichter und heller. Es öffnet sich ihm das Verständnis für die vielen anderen Daseinsweisen, und er kommt zu einer klarbewussten Entwicklungsrichtung, die er nicht mehr verlässt. Durch die jahrzehntelange beharrliche und treue Pflege dieser beiden Entwicklungsbahnen wird er allmählich reif für die drei letzten Glieder des achtgliedrigen Weges, durch deren Übung er menschliche Art übersteigt bis zur Erlangung vollkommener Freiheit.

Das sechste Glied besteht in der Übung der vollständigen Umorientierung von außen nach innen, von der Welt zum eigenen Herzen, von der sinnlichen Wahrnehmung zur geistigen Erfahrung. Der Erwachte nennt diese Stufe „Rechtes Mühen“, das mit vier „Großen Kämpfen“ diese Umorientierung von außen nach innen bewirkt. Diese vier Kämpfe sind jetzt das ausschließliche Übungsgebiet des Mönchs. Die ersten zwei Kämpfe sind uns schon in der vierten und dritten Eigenschaft dieser Rede begegnet: Damit üble Gedanken gar nicht erst

aufsteigen, geht es um das Zurückhalten der Sinnesdränge (erster Kampf der Zurückhaltung, s. das Gleichnis von der Wundenversorgung). - Bei aufgestiegenen üblen Gedanken geht es um deren Überwindung (zweiter Kampf der Vertreibung, s. das Gleichnis vom Entfernen der Insekteneier). - Im dritten und vierten Kampf geht es um Ausbildung und Pflege heilsamer Gedanken.

Das siebente Glied des achtgliedrigen Heilsweges ist Inhalt des nächsten Gleichnisses: die Weide kennen.

Das achte Glied des achtgliedrigen Heilsweges ist das Erfahren der Herzenseinung.

#### 9. Die vier Pfeiler der Selbstbeobachtung nicht pflegen

*Und wie kennt ein Mönch nicht die Weide?*

*Da versteht ein Mönch nicht der Wirklichkeit gemäß die vier Pfeiler der Selbstbeobachtung.*

*So kennt ein Mönch nicht die Weide.*

Die vier Pfeiler der Selbstbeobachtung, die *Satipatthāna-Übung*, erfordert eine so kontinuierliche Aufmerksamkeit und Beobachtung der inneren körperlichen, geistigen, seelischen Vorgänge, wie sie der normale Mensch nicht aufbringen kann. Er wird immer wieder abgelenkt und hält dann entweder den Kampf gegen die Ablenkungen schon für *Satipatthāna*, oder er empfindet dieser Übung gegenüber einen Überdruß, der ihn hindert, den unermesslichen Gewinn zu verstehen oder auch nur zu ahnen, der aus ihr hervorgeht, wenn sie in dem erforderlichen Reifezustand gemacht wird.

Diese vierfache Selbstbeobachtung führt zur Aufhebung aller physischen, seelischen und geistigen Bindungen und damit zur Aufhebung aller Unzulänglichkeiten und begrenzenden Perspektiven. Sie ist auch in dieser Lehrrede an das Ende der Übungen gestellt, die den direkten Umgang mit der Lehre betreffen, denn diese vier Pfeiler der Selbstbeobachtung gehören zu den allerletzten Übungen. Es wird von ihnen in denje-

nigen Reden, in welchen sie näher beschrieben werden (M 10 und D 22), ausdrücklich gesagt, dass sie erst dann zu üben sind, wenn man „weltliches Begehren und weltliche Sorgen“ ganz abgetan hat. Dann aber werden sie als der gerade Weg zum Nirvāna bezeichnet:

*Der gerade Weg, ihr Mönche, der zur Läuterung der Wesen, zur Überwindung des Schmerzes und Jammers, zur Stillung des Leidens und der Trübsal, zur Gewinnung des Rechten, zur Verwirklichung der Erlösung führt, das sind die vier Pfeiler der Selbstbeobachtung. Welche vier?*

*Da beobachtet ein Mönch beim Körper den Körper, unermüdlich, klaren Sinnes nach Überwindung weltlichen Begehrens und Sorgens - beobachtet bei den Gefühlen das Gefühl - beim Herzen das Herz - bei den Erscheinungen die Erscheinungen - unermüdlich, klaren Sinnes nach Überwindung weltlichen Begehrens und Sorgens. (M 10)*

Für den anfangenden und fortschreitenden Mönch in allen Hochreligionen haben alle Übungen, welche Form sie auch immer haben mögen, letztlich immer nur den einen Sinn, das Sich-Abschließen von der Sinnenwelt, das Nach-innen-Gehen, das „myein“ vorzubereiten und einzuleiten. Das ist der Weg der Mystik, und *Satipatthāna* ist nichts anderes als die konsequenteste geradeste, intensivste und zugleich umfassendste Form der letzten Phase des Nach-innen-Gehens, aus welcher die Erlösung hervorgeht. Vorher schon hat der Mönch die gesamten Welterscheinungen als in rieselnder Veränderung befindlich und insofern nicht beherrschbar und darum das Hängen daran als Leiden beobachtet und erkannt, ist von der Welt mehr und mehr frei geworden, konnte dadurch Entrückungen erlangen, so dass er nun zu den mit den Sinnen wahrnehmbaren Dingen fast keinerlei Bezug mehr hat und dadurch einen unermesslichen Gewinn an innerem Wohl, Frieden und Ruhe erworben hat.

Nun geht es um die Loslösung von dem noch sich selbst erlebenden „ich bin“, um die letzten Zuneigungen zu Körper,

Seele und Geist auszuroden. Diesem Zweck dient die vierfache Beobachtung. - Der normale Mensch erfährt vom Ich aus die Welt. Jede Welterfahrung des normalen Menschen bestätigt zugleich seine Icherfahrung. Er steht ununterbrochen unter dem Eindruck „ich sehe dieses, höre jenes“ usw. Das Ich ist für den normalen Menschen Fundament und Säule seiner Existenz. Und da er dieses Ich erfährt 1. mit dem Körper, 2. mit dem Gefühl, 3. mit den gesamten Herzensregungen und 4. mit den aus dem Herzen aufsteigenden Erscheinungen, so geht es nun darum, diese vier Vorgänge, die für ihn das „Ich bin“ sind, durch kontinuierliche Beobachtung zum „Gegenstand“ der Beobachtung zu machen. Allein die Beobachtung eines dieser vier Betrachtungsgegenstände führt zwangsläufig dazu, dass er das „Ich bin“-Gefühl entlässt. - Der Mensch und auch jedes andere Lebewesen ist so konstruiert, dass das Beobachten selbst immer als „Ich“-Tätigkeit aufgefasst wird und das Beobachtete - gleichviel was es ist - eben dadurch als Umwelt aufgefasst wird. Werden nun Erscheinungen, die bisher ununterbrochen als zum Ich gehörig gezählt wurden, beharrlich und kontinuierlich beobachtet, so geschieht damit zwangsläufig und auf die Dauer unwiderstehlich die geistige „Transportierung“ dieses Gegenstandes aus dem Ichgefühl zur Umwelt.

Auch in Familie und Beruf lebende Menschen, die von der Fähigkeit zu einer solchen Übung noch weit entfernt sind, beobachten bisweilen dieses oder jenes am Körper und merken das Aufkommen dieses oder jenes Gefühls und dieser oder jener Gemütsstimmung. Aber mehr als 99% ihrer gesamten Beobachtung ist auf die Umwelt gerichtet, dabei werden Körper, Gefühle, Herz und Geist als das Ich, als der Beobachter aufgefasst. Bei der *Satipatthāna-Übung* aber, einer der vorletzten Übungen auf dem gesamten Heilsweg, ist das Verhältnis zwischen Selbstbeobachtung und Weltbeobachtung umgekehrt. Das Weltliche ist für den fortgeschrittenen Mönch fast völlig entlassen und schon auf dem Übungsweg hat er die Fragwürdigkeit der Ich-bin-Auffassung immer tiefer erfahren. Aber solange ein Mensch die Umwelt betrachtet, sich mit ihr

beschäftigt, so lange wird damit das Ich-bin-Gefühl erhalten und verstärkt. Nachdem aber die Umwelt endgültig als Objekt der Wohlsuche entlassen ist und der Ich-bin-Komplex in seinen vier Komponenten nun beharrlich und unbeirrt einen einzigen Beobachtungsgegenstand bildet - da werden diese zu etwas Fremdem, zu etwas, das den Übenden nichts mehr angeht. Von daher tritt eine Erleichterung ein, eine Befreiung ein, die mit Worten nicht zu bezeichnen ist, es sei denn mit den Worten des Erwachten:

*Der gerade Weg, ihr Mönche, der zur Läuterung der Wesen, zur Überwindung des Schmerzes und Jammers, zur Stillung des Leidens und der Trübsal, zur Gewinnung des Rechten, zur Verwirklichung der Erlösung führt, das sind die vier Pfeiler der Selbstbeobachtung.*

Der Erwachte sagt am Ende der *Satipatthāna*-Lehrrede (M 10), dass ein jeder, der diese Übung auch nur sieben Tage „so durchhalten kann“, dadurch entweder die Triebversiegung erreiche oder, falls noch ein Rest Ergreifen da sei, doch schon die „Nichtwiederkehr“. Diese Verheißung hat bei vielen Menschen zu falschen Hoffnungen geführt. Wenn sie die Übung versuchten, stellten sie fest, dass sie sie kaum zehn Minuten, kaum eine halbe Stunde, auf keinen Fall auch nur drei Stunden wirklich - frei von Ablenkungen und dem ständigen Kampf gegen sie - durchführen konnten, geschweige denn sieben Tage. Und von daher hat sich manche unberechtigte Hoffnung in ebenso unberechtigte Resignation und Ablehnung umgewandelt. -Werden aber die einzelnen Übungen des gesamten Heilswegs in der vom Erwachten immer wieder genannten Reihenfolge mit der rechten Gründlichkeit und Beharrlichkeit und bis zu dem jeweils erforderlichen und in der Übung genannten Reifegrad durchgeführt, dann gewinnt der Mensch aus solchem rechten Maß auch das rechte Urteil über die Durchführbarkeit und den Segen der *Satipatthāna*-Übung, und von daher kennt er kein größeres Anliegen, als sich reifer und reifer zu machen, um diese segensreiche Übung immer häufiger

und immer konzentrierter durchführen zu können. Der Erwachte sagt, dass die vier Pfeiler der Selbstbeobachtung die ständige Weide des zu dieser Übungsstufe erwachsenen Mönches, also seine ausschließliche geistige Nahrung bildet.

#### 10. Die Gebefreudigkeit der Spender ausnützen

*Und wie melkt ein Mönch ohne Rest aus?*

*Da laden vertrauensvolle Hausleute einen Mönch ein, sich bei ihnen mit Kleidung, Almosenspeise oder Arznei für den Fall einer Krankheit zu versorgen, und der Mönch kennt kein Maß im Annehmen.*

*So melkt ein Mönch ohne Rest aus.*

Der von dem Buddha gegründete Orden war im alten Indien nicht der einzige. Schon vor ihm und neben ihm gab es vielerlei Asketenorden, und es galt von jeher im Volk, dass man durch Unterstützung der Asketen mit Nahrung und Kleidung ein gutes Werk tue, das einen selbst fördere. Auch der Erwachte sagt:

*Wer, selber tugendhaft, an Tugendhafte gibt,  
als Gabe recht erworben Gut, im Herzen froh  
und im Vertrauen auf die gute Frucht des Wirkens,  
solch ' Geben, sage ich, bringt reiche Frucht. (M 142)*

Und so gab es damals neben solchen Menschen, die in erster Linie in dem Gedanken an ihre Förderung den Mönchen das Notwendige spendeten, auch viele andere, die voll großer Freude und Begeisterung die Mönche gern über ihre Verhältnisse hinaus versorgen mochten aus Vertrauen, Dankbarkeit und Heilssehnsucht, denn die Mönche, sagt der Erwachte (D 31), nehmen sich des Gebers in sechsfacher Weise an:

*Vor Schlechtem wehren sie ab,  
zum Guten lenken sie hin,*

*voll Mitleid erbarmen sie sich seiner.  
Ungekanntes erklären sie ihm,  
läutern seine Erfahrung,  
den Heilsweg zeigen sie ihm.*

Aber die Mönche sollen nicht nur das geistig-seelische Wohlergehen ihrer Spender beachten, sondern auch ihr materielles Wohlergehen in diesem Leben nicht gefährden. Die Gebefreudigkeit der Hausleute sollen sie nicht ausnützen, nicht an sich raffen, was nur zu haben ist, sondern bescheiden nur das Nötige nehmen; Maß halten beim Annehmen, denn das Asketenleben wird nicht zu dem Zweck geführt, um versorgt zu sein.

Nicht die Größe der Gabe bestimmt ja die spätere Ernte, sondern die dahinter stehende Gesinnung beim Geber, die freudige Hilfsbereitschaft voll Vertrauen und Achtung für den Mönchsstand, *das beste Verdienstfeld der Welt*. Auch Jesus spricht von dem Scherflein der armen Witwe, das mit gläubigem Herzen gegeben, mehr Lohn bringt als die Gabe des reichen Mannes.

## 11. Die Überlegenheit der Älteren nicht würdigen

*Und wie schenkt ein Mönch den älteren, gereiften Mönchen, den Vätern des Ordens, den Führern des Ordens keine besondere Aufmerksamkeit?*

*Da begegnet ein Mönch den älteren, gereiften Mönchen nicht mit liebevollen Taten, mit liebevollen Worten, mit liebevollen Gedanken so offen als verborgen.*

*So schenkt ein Mönch den älteren gereiften Mönchen, den Vätern des Ordens, den Führern des Ordens keine besondere Aufmerksamkeit.*

So wie der Hirte auf die Stiere, die Beschützer und Väter der Herde, achten soll, so soll der Mönch den Ältesten mit liebevollen Taten, Worten und Gedanken begegnen, denn sie sind erfahren und haben die Kraft des Beschützens wie die Stiere.



Die alten Mönche haben diese Kraft entwickelt durch viele Akte der Selbstüberwindung. Sie kennen die inneren und äußeren Gefahren des sich läuternden Menschen und haben sie bestanden. Und wenn jetzt junge Mönche da sind, die ein Gespür für die Überlegenheit der älteren Mönche haben, dass sie von ihnen lernen können, dann begegnen sie den älteren achtsam und aufmerksam, ihre Bedürfnisse erspürend, in dem Wunsch zu helfen, wo es vielleicht nötig ist. Wird diese Haltung der Jüngeren offen gezeigt oder ist auch nur die latente Bereitschaft vorhanden, da zu sein und bei Bedarf zu helfen, so werden sich die älteren Mönche auch um so mehr geneigt fühlen, hier und da ein Wort rechtzeitig zu sagen, zu raten, zu mahnen zum Besten der Jüngeren. Wenn die Jüngeren aber den Älteren nicht offen und achtungsvoll entgegenkommen, vielleicht keine Notiz von ihnen nehmen, dann werden die Älteren, selbst wenn sie die Jüngeren in Gefahr sehen, sich scheuen, etwas zu sagen, da sie ja gar nicht sicher sind, ob ihr Rat angenommen wird. Manche Ältere werden es vielleicht dennoch tun, andere nicht; aber wo die Älteren Achtung und Vertrauen bei den Jüngeren erfahren, da fühlen sie sich auf jeden Fall geneigt zur Fürsorge. So fördern sich die älteren und jüngeren Mönche zu beiderseitigem Wohl.

#### Elf taugliche Eigenschaften des Rinderhirten

*Ein Rinderhirt, der elf Eigenschaften besitzt, ist fähig, seine Herde zu schützen und zu vergrößern. Welche elf Eigenschaften sind das?*

- 1. Da kennt ein Rinderhirt die Leibesart der Tiere.*
- 2. Er kennt die Eigenschaften der Rinder.*
- 3. Er zerstört die Insekteneier.*
- 4. Er versorgt Wunden.*
- 5. Er macht Rauch.*
- 6. Er kennt die Furt.*
- 7. Er kennt die Wasserstellen.*

8. *Er ist pfadkundig.*
  9. *Er kennt die Weide.*
  10. *Er melkt nicht restlos aus.*
  11. *Und den Stieren, den Vätern der Herde, den Führern der Herde, schenkt er besondere Aufmerksamkeit.*
- Ein Rinderhirt, der diese elf Eigenschaften besitzt, ist fähig, seine Herde zu schützen und zu vergrößern.*

Die Kenntnisse und Verhaltensweisen eines fürsorglichen Hirten lassen sich in vier Gruppen zusammenfassen:

1. Die zwei Grundvoraussetzungen, die Rinder richtig versorgen und mit ihnen umgehen zu können, bestehen in der Kenntnis ihrer körperlichen Art und ihrer Eigenschaften.
2. Der Rinderhirt muss ferner Gefahren vorbeugen, Verletzungen behandeln, um die Rinder gefahrlos und zu ihrem Besten führen zu können. (Insekteneier zerstören, Wunden versorgen, Rauch erzeugen, die Furt kennen.)
3. Er muss alles kennen, was mit Futter und Wasser für die Rinder und dem Zugang dazu zu tun hat (Wasserstellen, Pfad, Weide).
4. Er muss zwei wichtige Verhaltensweisen gegenüber den Rindern bei sich selber beachten:
  - a) Er darf die Kühe nicht voll ausmelken.
  - b) Er muss die besondere Fähigkeit der Leittiere, der Stiere, kennen und benutzen.

Diese vier Gruppen sind auch in den genannten Mönchseigenschaften erkennbar, wie im Anschluss an die folgende Nennung der positiven Eigenschaften des Mönches gezeigt wird.

Elf für die Askese taugliche Eigenschaften

*Ebenso nun auch ist ein Mönch, der elf Eigenschaften besitzt, fähig, bei dieser Lehre und Führung Förde-*

*rung, Wachstum und Wohl zu erfahren. Welche elf Eigenschaften sind das?*

Hier zählt nun der Erwachte wörtlich die gleichen Eigenschaften auf, die für den guten Hirten genannt sind, und erklärt sie anschließend. Statt der Wiederholung bringen wir zur besseren Übersicht eine Aufstellung der Erklärungen und setzen die Gleichnisse in Klammern dahinter:

1. *Da kennt ein Mönch die Form („der Leibesart kundig“)*
2. *Er kennt die Merkmale des Toren und Weisen („der Eigenschaften kundig“)*
3. *Er vertreibt unheilsame Gedanken („Insekteneier zerstören“)*
4. *Er zügelt die Sinnesdränge („Wunden versorgen“)*
5. *Er zeigt anderen die Lehre auf („Rauch machen“)*
6. *Er bittet die älteren Lehrer um Belehrung („Furt kennen“)*
7. *Die Lehre labt ihn erquickend („Wasserstellen kennen“)*
8. *Er kennt den achtgliedrigen Weg („pfadkundig“)*
9. *Er pflegt die vier Pfeiler der Selbstbeobachtung („Weide kennen“)*
10. *Er nützt nicht die Gebefreudigkeit der Spender aus („melkt nicht restlos aus“)*
11. *Er würdigt die Überlegenheit der Älteren („Beachtung der Leitstiere“)*

*Und wie kennt ein Mönch die Form? Da weiß ein Mönch der Wirklichkeit gemäß: „Was irgend Form ist, alle Form, die vier großen Gegebenheiten und was durch die vier großen Gegebenheiten als Form ergriffen wurde, ist Form.“ So kennt ein Mönch die Form.  
Und wie erkennt der Mönch die Merkmale? Da weiß*

*ein Mönch der Wirklichkeit gemäß: Am Wirken ist der Tor zu erkennen, und am Wirken ist der Weise zu erkennen. So kann ein Mönch die Merkmale erkennen.*

*Und wie beseitigt ein Mönch die Insekteneier? Da gibt ein Mönch aufgestiegenen Gedanken der Sinnen-sucht – der Antipathie, des Hasses, der Rücksichtslosigkeit – aufgestiegenen üblen, unheilsamen Gedanken keinen Raum, vertreibt sie, vernichtet sie. So beseitigt ein Mönch die Schädlingskeime.*

*Und wie versorgt ein Mönch Wunden? Hat der Mönch mit dem Luger eine Form erblickt, mit dem Lauscher einen Ton gehört, mit dem Riecher einen Duft gerochen, mit dem Schmecker einen Geschmack geschmeckt, mit dem Körper eine Tastung getastet, mit dem Geist ein Ding erkannt, so beachtet er weder die Erscheinungen noch damit verbundene Gedanken. Da Begierde und Missmut, üble und unheilsame Gedanken den, der die Sinnesdränge nicht bewacht, gar bald überwältigen, so übt er diese Bewachung, wacht aufmerksam über die Sinnesdränge. So versorgt ein Mönch Wunden.*

*Und wie macht ein Mönch Rauch? Da zeigt ein Mönch anderen ausführlich die Lehre, wie er sie gehört und verstanden hat. So macht ein Mönch Rauch.*

*Und wie kennt ein Mönch die Furt? Da sucht ein Mönch zur rechten Zeit jene Mönche auf, die viel gehört haben, die Lehre und Wegweisung kennen und recht erklären können, fragt, erkundigt sich: „Wie ist das, o Herr, was ist der Sinn davon?“ Und so eröffnen ihm jene Ehrwürdigen das Uneröffnete, erklären das Ungeklärte, lösen Zweifel über Zweifelhafte. So kennt ein Mönch die Furt.*

*Und wie kennt ein Mönch die Wasserstellen? Da gewinnt ein Mönch bei der Darlegung der Lehre und*

*Wegweisung durch den Vollendeten ein Empfinden für den Sinn, für die Wahrheit und mit der Wahrheit verbundene Freude. So kennt ein Mönch die Wasserstellen.*

*Und wie ist ein Mönch pfadkundig? Da kennt ein Mönch den achtgliedrigen Heilsweg der Wirklichkeit gemäß. So ist ein Mönch pfadkundig.*

*Und wie kennt ein Mönch die Weide? Da versteht ein Mönch der Wirklichkeit gemäß die vier Pfeiler der Selbstbeobachtung. So kennt ein Mönch die Weide.*

*Und wie melkt ein Mönch nicht restlos aus? Da laden vertrauensvolle Hausleute einen Mönch ein, sich bei ihnen mit Kleidung, Almosenspeise oder Arznei für den Fall einer Krankheit zu versorgen. Und der Mönch kennt Maß im Annehmen. So melkt ein Mönch nicht restlos aus.*

*Und wie schenkt ein Mönch den älteren Mönchen, die bereits lange im Orden sind, den Vätern des Ordens, den Führern des Ordens besondere Aufmerksamkeit?*

*Da begegnet ein Mönch den älteren Mönchen, die bereits lange im Orden sind, mit liebevollen Taten so offen wie verborgen, mit liebevollen Worten so offen wie verborgen, mit liebevollen Gedanken so offen wie verborgen. So schenkt ein Mönch den älteren Mönchen, die bereits lange im Orden sind, den Vätern des Ordens, den Führern des Ordens, besondere Aufmerksamkeit.*

*Ein Mönch, der diese elf Eigenschaften besitzt, ist fähig, bei dieser Lehre und Wegweisung Förderung, Wachstum und Wohl zu erfahren.*

*So sprach der Erhabene. Erhoben und beglückt waren jene Mönche über die Rede des Erhabenen.*

In der Reihenfolge der Mönchseigenschaften ist eine gewisse Entwicklung zu erkennen, zumindest in den ersten neun, die wie die Eigenschaften der Rinder in vier Gruppen eingeteilt werden können:

I. Der Mönch ist ja in den Orden gegangen, weil er alles Formhafte, alles sinnlich Wahrnehmbare der Wirklichkeit gemäß als unbeständig und leidvoll erkannt hat (erste Eigenschaft des Mönchs) und nun das Ziel hat, alles Vergängliche nicht mehr zu ergreifen, das Todlose zu verwirklichen. Das ist die Grundvoraussetzung für die Askese, die Abkehr von der Welt.

Der Mönch hat den Buddha als einen Erhabenen, als einen Weisen erkannt, sei es, dass er ihm persönlich begegnet ist oder ihn an seiner Lehre erkannt hat. Damit hat er bereits seine Fähigkeit, den Weisen vom Toren zu unterscheiden, bewiesen (zweite Eigenschaft des Mönches). Er wird auch im Orden weiterhin bemüht sein, die Gefahren, die im Umgang mit Toren entstehen, zu meiden und den Umgang mit Weisen zu pflegen.

II. Und nun folgen vier Vorgehensweisen, durch die der Übende seine geistig-seelischen Verdunkelungen behandelt und der Gefahr der Triebreizung vorbeugt:

- a) Er vertreibt üble Gedanken durch gedanklich-negative Bewertung (dritte Eigenschaft des Mönches).
- b) Er übt Sinnenzügelung, schneidet gedankliche Assoziationen ab (vierte Eigenschaft des Mönches)
- c) Er gibt die Lehre auch an andere weiter, wodurch auch er selbst sie tiefer lernt (fünfte Eigenschaft des Mönches).
- d) Wenn er etwas nicht versteht, bittet er wissende Mönche um Erklärung (sechste Eigenschaft des Mönches).

III. So wie der Rinderhirt seine Herde mit Wasser und Futter versorgt und den Zugang dazu kennt, so kennt der Mönch seine geistige Nahrung und den Zugang zu ihr.

Aus dem Verstehen und eigenem gründlichen Bedenken der gehörten Lehre erwächst dem Übenden „Wahrheitswonne“, innere Beglückung und Freude (siebente Eigenschaft des Mönches), und diese Freude kann so stark werden, dass ihr gegenüber der Reiz nach Sinnendingen verblasst und er die Entrückungen gewinnt oder in deren Nähe kommt. Die Lehre, die Wahrheit, ist ihm nun „das Wasser des Lebens“, erquickt und labt ihn wie die Wasserstelle die durstigen Tiere labt.

Aus Erfahrung kennt er jetzt den achtgliedrigen Weg (achte Eigenschaft des Mönches). Das bedeutet, dass er nun, nachdem er sein Herz weitgehend gereinigt hat und sinnlicher Wahrnehmung zeitweilig entrückt war, so viel Erfahrung in der Umgehung oder Überwindung seiner Triebe gewonnen hat, dass ihm jetzt nichts Schädliches mehr widerfahren kann. Damit hat er das Stadium der Kämpfe und Auseinandersetzungen mit den von der Welt an ihn herantretenden Hindernissen und Gefahren überwunden. Und nun geht es darum, die letzten Hindernisse, die in seinem eigenen Wesen liegen, die vier Aspekte, in denen der Mensch sich selbst erscheint, durch die vier Pfeiler der Beobachtung ganz und gar zu durchschauen und damit über sie hinauszutreten (neunte Eigenschaft des Mönchs). Das ist für lange Zeit das Hauptübungsfeld des Mönchs, seine „Weide“. Es ist die Beobachtung

2. der Körperlichkeit
3. der Empfindungen und Emotionen,
4. der jeweiligen Herzensverfassung und dessen, was in einem Geist, der diese drei Quellen von Ich-bin-Empfindung völlig durchschaut und ganz beherrscht hat, dann noch sein kann. Das ist nur noch ein stilles Beobachten der fünf Zusammenhäufungen, der fünf Hemmungen, der sechs Sinnesdränge mit den entsprechenden Vorstellungen, der sieben Erwachungsglieder, des Achtpfades (M 10).

Mit der Vollendung dieser Beobachtung wird der Übende der *muni santo*, der endgültig Geheilte, der nichts mehr zu tun hat,

sich um nichts mehr zu sorgen braucht.

IV. Mit den beiden letzten Eigenschaften greift der Erwachte wie manchmal in seiner Unterweisung an die Mönche auf ganz praktische Erfordernisse zurück. Hier empfiehlt er im Umgang mit den Spendern und den Lehrern die hilfreiche Verhaltensweise:

1. Den guten Willen der Spender nicht zu sehr ausnützen (Milch im Euter lassen - zehnte Eigenschaft des Mönchs).
2. Den älteren Mönchen, die in allem erfahrener und für ihn Wegweiser sind, achtungsvoll, aufmerksam begegnen und ihre Wünsche liebevoll erspüren und erfüllen (elfte Eigenschaft des Mönches).

Mehr als im privaten Leben sind die jüngeren Mönche ja auf die Spender und die älteren Mönche angewiesen. Und da gilt das in allen zwischenmenschlichen Beziehungen wirksame und erkennbare Gesetz, dass man bei seiner Umgebung guten Willen und Entgegenkommen um so mehr erlangt, als man selbst auch seiner Umgebung mit Rücksicht, Aufmerksamkeit, Achtung und liebevoll begegnet.



DIE KÜRZERE LEHRREDE ÜBER  
DAS GLEICHNIS VOM RINDERHIRTEN  
34. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene im Land Vajji bei Ukkācelā am Ufer des Ganges. Dort nun wandte sich der Erhabene an die Mönche: Ihr Mönche! – Ja, o Herr –, erwiderten sie. Der Erhabene sprach:*

*Es gab einmal, ihr Mönche, einen törichten Rinderhirten aus Māgadha, der im letzten Monat der Regenzeit, im Herbst, ohne das diesseitige Ufer oder das jenseitige Ufer des Gangesflusses zu untersuchen, seine Rinder durch den Fluss zum anderen Ufer im Land Videha trieb, an einer Stelle, an der es keine Furt gab. Da verknäulten sich die Rinder in der Strommitte und erlitten Unglück und Elend. Warum? Weil jener törichte Rinderhirt aus Māgadha im letzten Monat der Regenzeit, im Herbst, ohne das diesseitige Ufer oder das jenseitige Ufer des Gangesflusses zu untersuchen, seine Rinder durch den Fluss zum anderen Ufer im Land Videha trieb, an einer Stelle, an der es keine Furt gab.*

*Ebenso, ihr Mönche, ist es mit jenen Mönchen und Brahmanen, die diese Welt nicht verstehen und jene Welt nicht verstehen, die jenseitige Welt nicht verstehen, das Reich der Schemen nicht verstehen und den Zustand des Wahren nicht verstehen, die das Reich der Toten und den Zustand der Todlosigkeit nicht verstehen. Wer da meint, diese hören und ihnen vertrauen zu sollen, denen wird es lange zu Unheil und Leiden gereichen.*

*Es gab einmal, ihr Mönche, einen weisen Rinderhirten aus Māgadha, der im letzten Monat der Regenzeit, im Herbst, nachdem er das diesseitige Ufer und das*

*jenseitige Ufer des Gangesflusses untersucht hatte, seine Rinder durch den Fluss zum anderen Ufer im Land Videha trieb, an einer Stelle, an der es eine Furt gab. Zuerst trieb er die Stiere hinein, die Zucht- und Leittiere der Herde, und sie durchkreuzten die Strömung des Ganges und gelangten sicher ans jenseitige Ufer. Hierauf trieb er die starken Kühe und Ochsen hinein, und auch diese durchkreuzten die Strömung des Ganges und gelangten sicher ans jenseitige Ufer. Hierauf trieb er die Färsen und Farren hinein, und auch diese durchkreuzten die Strömung des Ganges und gelangten sicher ans jenseitige Ufer. Hierauf trieb er die schwächlichen Kälber hinein, und auch sie durchkreuzten die Strömung des Ganges und gelangten sicher ans jenseitige Ufer. Zuletzt, ihr Mönche, war noch ein zartes Kälbchen da, eben erst geboren, und vom Muhen der Mutter gelockt, durchkreuzte es ebenfalls den Strom des Ganges und gelangte sicher ans jenseitige Ufer. Warum? Weil jener weise Rinderhirt aus Māgadha im letzten Monat der Regenzeit, im Herbst, nachdem er das diesseitige Ufer und das jenseitige Ufer des Gangesflusses untersucht hatte, seine Rinder durch den Fluss zum anderen Ufer im Land Videha trieb, an einer Stelle, an der es eine Furt gab.*

*Ebenso, ihr Mönche, ist es mit jenen Mönchen und Brahmanen, die diese Welt verstehen und die jenseitige Welt verstehen, das Reich der Schemen verstehen und den Zustand des Wahren verstehen, die das Reich der Toten und den Zustand der Todlosigkeit verstehen. Wer da meint, diese hören und ihnen vertrauen zu sollen, denen wird es lange zu Wohl und Heil gereichen.*

*Gleichwie nun, ihr Mönche, die Stiere, die Zucht- und Leittiere der Herde, die Strömung des Ganges durchkreuzten und heil an das andere Ufer gelangten*

– ebenso haben jene Mönche, die Geheilte sind, die die Wollensflüsse/Einflüsse vernichtet haben, den Reinheitswandel bis zu Ende gegangen sind, die getan haben, was zu tun war, die die Last abgelegt, das Heil errungen, die Verstrickungen, die an das Werdesein fesseln, gelöst haben, die in vollkommener Weisheit erlöst sind, die Strömung der Schemen durchkreuzt und sind sicher an das jenseitige Ufer gelangt.

Gleichwie die starken Kühe und Ochsen die Strömung des Ganges durchkreuzten und sicher an das andere Ufer gelangten – ebenso werden jene Mönche, die nach Vernichtung der fünf unten haltenden Verstrickungen in Bereiche der Reinen Form aufsteigen und dort die Triebversiegung erreichen, nicht mehr wiederkehren. Auch sie werden die Strömung der Schemen durchkreuzen und sicher an das jenseitige Ufer gelangen.

Gleichwie die Färsen und Farren die Strömung des Ganges durchkreuzten und sicher an das andere Ufer gelangten – ebenso werden jene Mönche, die die drei Verstrickungen aufgehoben, Gier, Hass, Blendung gemindert haben, Einmalwiederkehrer geworden sind, die noch einmal in diese (Sinnensucht-)Welt zurückkehren, um das Leiden zu beenden – die Strömung der Schemen durchkreuzen und sicher an das jenseitige Ufer gelangen.

Gleichwie die schwächlichen Kälber die Strömung des Ganges durchkreuzten und sicher an das andere Ufer gelangten – ebenso werden jene Mönche, die nach Vernichtung der drei Verstrickungen Stromeingetretene geworden sind, dem Abweg entronnen sind, ungehemmt der vollen Erwachung entgegenzueilen, die Strömung der Schemen durchkreuzen und sicher an das jenseitige Ufer gelangen.

*Gleichwie jenes zarte Kälbchen, eben erst geboren, vom Muhen der Mutter gelockt ebenfalls den Strom des Ganges durchkreuzte und sicher ans jenseitige Ufer gelangte – ebenso werden jene Mönche, die der Wahrheit ergeben sind und die ihr vertrauen, von ihr angezogen und ihr zugeneigt sind – die Strömung der Schemen durchkreuzen und sicher an das jenseitige Ufer gelangen.*

*Ich, ihr Mönche, verstehe diese Welt und die jenseitige Welt, verstehe das Reich der Schemen und den Zustand des Wahren, das Reich der Toten und den Zustand der Todlosigkeit. Wer da meint, mich hören und mir vertrauen zu sollen, dem wird es lange zu Wohl und Heil gereichen.*

*So sprach der Erhabene. Nachdem der Vollkommene das gesagt hatte, sprach ferner der Meister:*

*So diese Welt wie jene Welt  
hat klar der Kenner aufgezeigt;  
was noch zum Schemen-Reich gehört  
und was dem Tod entronnen ist.*

*Das ganze Dasein ist gezeigt,  
mit Weisheit vom Vollendeten durchschaut,  
das Tor zum Todlosen ist auf,  
Sicherheit durch Triebversiegung ist gewiss.*

*Gebrochen ist des Bösen Strömung,  
zerstört und aufgelöst.  
Voll Freude seid, ihr Mönche, nun,  
der Sicherheit Gewinn ist euer Teil.*

Der Erwachte nennt auf der großen Wegstrecke vom ersten unverlierbaren Begreifen der sicheren Küste – des absoluten

Ziels – bis zum Erreichen dieses Ziels vier Stufen, die er in unserer Lehrrede mit vier Rinder-Gruppen unterschiedlichen Alters vergleicht: 1. mit Stieren, 2. mit ausgewachsenen Kühen und Ochsen, 3. mit Farren (jungen Stieren), mit Färsen (jungen Kühen, die noch nicht gekalbt haben), 4. mit Kälbern.

Ein Kalb nimmt in der Herde einen ganz anderen Platz ein als die erfahrenen älteren Stiere, indem ein Kalb zunächst durch die gesamte Herde immer nur Anleitung gewinnt, Erfahrung gewinnt, Orientierung erfährt. Allmählich wird es selbstständiger, kennt manches nun schon selber, aber manches lernt es von den Erfahreneren noch hinzu und wird so allmählich selber erfahrungsträchtig, wird zum erwachsenen Rind, zur Kuh oder gar zum Stier, zum Vater, Führer der Herde.

Der Stier bedarf der Herde nicht, ist nicht auf sie angewiesen, wird ohne sie nicht umkommen. Aber die Herde mit allen unerfahrenen jüngeren und schwächeren Tieren und besonders den Kälbern bedarf des Stieres, bedarf seiner Erfahrung, Kenntnis, Vorsicht, seiner Kraft und Stärke, seiner Führung. Was ein Stier früher, als auch er ein schwächliches, unerfahrenes Kälblein war, von der Herde bekommen, angenommen, gelernt hat, das gibt er nun aus seiner Erfahrung, Kenntnis und Kraft an die immer wieder nachwachsende Herde weiter.

Ebenso wie in der Rinderherde gibt es unter den Heilsgängern solche, die den Heilsweg gerade erst endgültig betreten haben – sie werden anusāri, Nachfolgende genannt – dann gibt es solche, die auf dem Weg schon mehr oder weniger weit fortgeschritten sind: die in den Strom, in die Heilsanziehung unhemmbar eingetreten sind; dann die Einmalwiederkehrer, die Nichtwiederkehrer und zuletzt die endgültig Erlösten.

1. Der Nachfolgende hat die entscheidende Wahrheit im Geist begriffen.

2. Der fortgeschrittene Stromeingetretene denkt über die begriffene Wahrheit gern nach und empfindet Freude beim Bedenken des Heilsziels. Er hat drei Verstrickungen aufgelöst: 1. Identifizierung mit den fünf Zusammenhäufungen, mit dem,

was als Ich erscheint (*sakkāyaditthi*, Glaube an Persönlichkeit), 2. Daseinsbangnis und 3. die erworbene Tugend für das Höchste halten.

Der durch die Triebe mit Blendungsdaten gefüllte Geist, der ein real bestehendes Ich in einer real bestehenden Welt empfindet, für wahr nimmt, hat seit seiner Kindheit den bewusst gepflegten Glauben an Persönlichkeit ausgebildet, den Glauben, dass da ein Ich sei, welches einer „Welt“ gegenüber stünde (1.Verstrickung), wodurch Daseinsbangnis, Daseinsunsicherheit empfunden wird, dass dem Ich etwas Unangenehmes geschehen könnte (2.Verstrickung). Daher glaubt der Mensch, durch bestimmte Verhaltensweisen sich sichern zu können und überschätzt diese darum und klammert und gewöhnt sich an sie (3.Verstrickung). Das sind die drei Verstrickungen, die der Stromeingetretene aufgelöst hat. – Er hat keine Eigenschaften mehr, die auf den Abweg, in die Unterwelt führen, d.h. ihn unter das Menschentum sinken lassen. Unaufhaltsam geht er auf den Ausgang, die vollkommene Erwachung zu.

3. Der Einmalwiederkehrer hat die drei Verstrickungen aufgelöst und Gier, Hass, Blendung gemindert. Es heißt, dass er nur noch einmal in „diese Welt“ – d.h. in die Sinnensuchtwelt vom Menschentum bis zu den Götterbereichen, in denen sinnlich wahrgenommen wird – zurückkehrt, um dann dem Leiden ein Ende zu machen.

4. Der Nichtwiederkehrer hat die fünf an das Untere, d.h. an die Sinnenwelt haltenden Verstrickungen aufgelöst – zusätzlich zu den drei ersten Verstrickungen noch Sinnensucht und Antipathie bis Hass –, so dass er nie wieder mit der Selbsterfahrung Sinnensucht wiedergeboren werden kann.

5. Der Heilgewordene ist von allen zehn Verstrickungen abgelöst, ist triebversiegt.

In unserer Lehrrede spricht der Erwachte von einem weisen, d.h. klugen und erfahrenen Rinderhirten, der mit seiner Herde einen Strom überqueren muss. Da heißt es, dass er nach gründ-

licher Untersuchung des diesseitigen und dann des jenseitigen Ufers zuerst die Stiere, die Väter und Führer der Herde, in den Strom treibt, danach die erwachsenen Kühe und Ochsen, dann die Jungtiere, die Kälber bis zuletzt zum kleinsten soeben geborenen Kälbchen. In der Erklärung des Gleichnisses zeigt der Erwachte, dass alle diese in den Strom getriebenen Tiere unterschiedlichen Alters Gleichnis sind für die erfahrenen Heilsgänger unterschiedlicher Grade, die aber alle endgültig gesichert sind.

Der Vergleich des Nachfolgers (*anusāri*), des Anfängers auf dem endgültigen Heilsweg, mit dem soeben geborenen Kälbchen ist deutlich und vielsagend. Das jüngste Kälbchen lebte bisher im Mutterleib und fühlte sich eins mit ihm. Nun steht es als Neugeborenes dieser Mutterkuh sehnsüchtig gegenüber, fühlt sich noch ganz zu ihr hingezogen und hat nur den einen Wunsch, in ihrer Nähe zu sein. Dieser Wunsch ist größer als die Angst vor dem unbekanntem Wasser, es folgt daher dem Lockruf der Mutter. Das ist die Folge der geistigen Geburt, die der Nachfolger gerade an sich erfahren hat. Er hat endgültig begriffen, dass seine Vorstellung eines „Ich bin“ in einer „Welt“ Irrtum, Wahn ist, dass dort, wo der Eindruck von „Ich“ und „Welt“ besteht, in Wirklichkeit nichts anderes ist als das Spiel der fünf Zusammenhäufungen. Er hat es so endgültig eingesehen, dass er sich mit jenen fünf Zusammenhäufungen nicht mehr wie bisher identifizieren kann, sondern sich ihrem Zusammenspiel mit Verwunderung, Befremdung und Hilflosigkeit gegenüber sieht. Sein Geist hat zweifelsfrei, endgültig, unwiderruflich eingesehen, dass die Auffassung „ich bin“ und „dort ist die Welt“, aus der er Wohl zu erwarten und anzustreben gewohnt ist, Wahn ist, Täuschung ist. Aber mit dieser Einsicht fühlt er sich einsam, da ihm die Nach-außen-Wendung gewohnt und lieb ist und er noch nicht deutlich genug erfahren und sich klar gemacht hat, dass allein innere Heiligkeit und Unabhängigkeit von äußeren Dingen eigenständiges Wohl erzeugen. Es ist sein Gemüt, dem die Einsicht von der Nicht-Ichheit noch befremdend ist, und er sucht sehnsüch-

tig die Nähe der Gleichstrebenden – im Gleichnis die das Kälbchen lockende Mutterkuh. Für uns ist das Lesen der Lehrreden die lockende Mutter.

Der weiter vorgeschrittene Heilsgänger, der Stromeingetretene, hat sich in seiner Gemütsneigung von der „Ich-bin-, die Welt ist“-Vorstellung ganz getrennt und entwöhnt – so wie das ältere Kalb sich von der Mutterkuh entwöhnt hat. Von ihm heißt es: „Er ist in sich selber gewiss, auf keinen anderen gestützt im Orden des Meisters“ (M 56, 74, 91, D 14). Er fühlt sich des Nibbāna so sicher wie der Kronprinz der Königsherrschaft (A IV,87). Er denkt gern an den wahren Tatbestand und hört gern von ihm, weil er inzwischen begriffen hat, dass er durch die Distanzierung von den todbringenden fünf Zusammenhäufungen zugleich der Todlosigkeit und der Unverletzbarkeit zuwächst: Wir finden diese Beschreibung in M 48 bei der sechsten der dort genannten sieben Gewissheiten des Heilsgängers. Da wird von dem so weit vorgeschrittenen Heilsgänger gesagt, dass er, wenn er von der höchsten Wahrheit über das Leiden und das Heil hört, dann *mit ganzem Gemüt hingegeben* (d.h. freudig aufsaugend) *diese Wahrheit hört*. Der so weit Fortgeschrittene, der Stromeingetretene, hat mit dem vorgenannten Nachfolger die endgültig richtige Einsicht im Geist gemein. Aber während der Nachfolger dieser begriffenen Wahrheit im Gemüt noch befremdet gegenübersteht, ist der Stromeingetretene ganz und gar zugeneigt und hört und bedenkt nichts lieber als die reale Aussicht, aus allem Leiden und aller Verletzbarkeit endgültig herauszukommen.

Von dem in die Heilsströmung Eingetretenen heißt es, dass er *manche Wollensflüsse/Einflüsse ganz versiegt und drei Verstrickungen aufgehoben* habe. Das aber wird von dem Nachfolgenden (*anusāri*) nicht gesagt. Vom dem in die Heilsströmung Eingetretenen heißt es, dass er *dem Abweg entronnen, zielbewusst* zur vollen Erwachung gelangt, während vom Nachfolgenden nur gesagt wird, dass er *der vollen Erwachung entgegeneile* (M 22). Es heißt, dass der Nachfolgende (*anusāri*) zwar nicht auf den Abweg geraten, aber auch noch nicht



zielbewusst zum Nibbāna strebt. Aber auch die Nachfolgenden gelangen zur vollen Erwachung. Der Nachfolgende wie der in die Heilsströmung Eingetretene sind auf dem sicheren Weg zum Ziel, aber der Letztere ist auf diesem Weg schon erheblich weiter, und nur von ihm wird gesagt, dass er höchstens noch sieben Leben braucht, bis er den Heilsstand erreicht.

Um den ständig gegenwärtigen rechten Anblick der Dinge, durch den diese nicht mehr durch Anziehung oder Abstoßung, Gier oder Hass, verlockend oder abstoßend erscheinen (Blendung), bemüht sich der Mensch, der die ersten drei Verstrickungen aufgelöst hat, keinen verblendeten Anblick mehr zuzulassen, auch wenn eine Sache wegen der noch bestehenden Neigungen spontan begehrenswert oder abstoßend aussieht. Er ruht nicht, bis er dieselbe Sache nüchtern, neutral ansehen kann in ihrem Entstehen und Vergehen, in ihrer Wandelbarkeit. So wird er gleichen Gemüts, gleichmütig im guten Sinne, sanften Gemütes, sanftmütig. Sanftmut ist keine Schwäche, sondern die Eigenschaft des Weisen, des Großen, der über den Dingen steht, der sieht: *Alle Dinge sind ungeeignet, sie zu lieben und festzuhalten.* (M 37) Diesen nur einmal noch in die Sinnensuchtwelt Wiedergeborenen vergleicht der Erwachte mit schon sehr kraftvollen Farren und Färsen.

Der noch weiter Fortgeschrittene, der Nichtwiederkehrer, der mit starken Kühen und Ochsen verglichen wird, hat die fünf Verstrickungen – Glaube an Persönlichkeit, Daseinsbängnis, die Auffassung, das (sittliche) Begegnungsleben sei das Höchste, Sinnensucht und Antipathie bis Hass – aufgehoben und kann darum nach dem Tod nicht mehr in sinnlicher Welt zur Erscheinung kommen. Er hat, in der Abgeschiedenheit lebend, weltlose Entrückungen und Strahlungen geübt, sich als brahmisch rein von Sinnensucht (4. Verstrickung) und Antipathie bis Hass (5. Verstrickung) erlebt, erfüllt von liebendem, erbarmendem, freudigem und gleichmütigem Gemüt. Anders als die Wesen der groben Selbsterfahrnis, die auf äußere Sinneseindrücke angewiesen sind und Nahrung von außen bekommen müssen, lebt der Nichtwiederkehrer vorwiegend

von dem Wohl der Eigenhelligkeit. Darum werden solche vier Gewordenheiten, die sinnensüchtige Wesen erleben – Festigkeit, Flüssigkeit, Feuriges und Luftiges – nach dem Tod nicht mehr erfahren. Der Nichtwiederkehrer lebt in brahmischen Bereichen geistunmittelbar (*mano-maya*), d.h. alle erlebte Form folgt unmittelbar seinen Gedanken, besteht geistig, vorstellungshaft. Weil er nicht mehr zwischen angenehmer und unangenehmer Form unterscheidet wie die Wesen der Sinnensucherfahrung, darum wird diese Selbsterfahrnis Reine Form genannt. Durch die Entwicklung seines Herzens und Gemüts zu Nachsicht, Rücksicht, Mitempfinden, Wohlwollen, Liebe ist er so beglückt und selig, dass er meist kein Außen, keine Form erlebt.

In formfreier Selbsterfahrnis erfahren die Wesen aus der zartesten Bewegtheit des Herzens als Wahrnehmung nur noch eine Gleichmuts-Empfindung ohne Ereignisse und damit ohne Zeitdruck. *Formfrei, gestaltfrei* bedeutet, dass weder „Ich“ in irgendeiner Form erscheint noch irgendeine „Umwelt“, die formhaft wäre.

Zu dieser Erfahrung der Formfreiheit gelangen Wesen, die schon in der Erlebensform als Mensch immer wieder die Aufmerksamkeit von der Wahrnehmung der Sinnenlust und der Form abgezogen haben und das Herz unter dem Leitbild *ohne Grenze ist der Raum* ausschließlich auf das Erlebnis Raumendlichkeit gerichtet haben; dann unter dem Leitbild *ohne Grenze ist die Erfahrung*, auf das Erlebnis der Erfahrungsunendlichkeit gerichtet haben, dann unter dem Leitbild *Da ist nicht irgendetwas* auf das Nicht-irgend-etwas-Erlebnis gerichtet haben, also Vorstellungen, die aus dem Wunsch nach Überwindung des Erlebnisses von Reiner Form (*arūpa-rāga* – siebente Verstrickung) geboren sind. In dieser unsagbaren Einfalt erleben sie einen erhabenen Frieden, der selbst in den reinsten Bereichen der immer noch vielfältigen Formenwelt so nicht zu finden ist. Es geht in diesen formfreien Erlebensweisen nur noch um die Wahrnehmung eines erhabenen, lange Zeit vollkommen ungestörten Friedens.

Diese formfreien Selbsterfahrungen – friedvolle Verweilungen genannt – sind daher noch friedvoller und damit dem absoluten Glücksstand näher als die Brahmagötter.

Aber auch dieses Erleben – so unermesslich lange es auch währen kann –, es wird im Lauf der Zeit aufgezehrt, und dann fallen jene Wesen nach dem Grad ihrer noch latenten Belastung in den entsprechend niederen Erlebensbereich zurück.

Die vom Erwachten belehrten Heilsgänger, die im Leben schon oft diesen hohen Bereich der Selbsterfahrungen erlebten, gelangen nach dem Tod selten dorthin, da ihr Hauptanliegen ist, sich durch gedankliche Bewertung von allem Unbeständigen und damit Leidigen zu befreien. In diesem Bereich der Friedenswahrnehmung ist Denken zur Ruhe gekommen. Deshalb ist dort auch keine Weiterentwicklung, es ist eine Pause im Samsāra, aus der es irgendwann ein Auftauchen gibt, weil die Triebe nach Formfreiheit noch ein Dürsten nach Wahrnehmung sind – nach unbeständiger Wahrnehmung – wenn auch der Unbestand nach Äonen erlebt wird. Wo Triebe sind – und seien es die feinsten – da gibt es Ich-bin-Empfindung, Erregung und Wahn (8.-10.Verstrickung). Erst wenn alle Triebe, alle Verstrickungen aufgehoben sind, gibt es kein Etwas (*kāya*) mehr, keinen Zustand, der vergehen könnte.

Diesen Zustand hat der Geheilte gewonnen, der mit den Stieren der Herde verglichen wird. Wenn das Herz ganz rein von Trieben ist, dann geht von ihm nicht mehr Anziehung und Abstoßung (*rāga, dosa*) aus, wodurch keine gefühlsbedingte Blendung mehr als Wahrnehmung in den Geist eingetragen wird. Dann ist das Herz still und hindert darum den Geist nicht mehr, die Dinge so zu sehen, wie sie sind.

Je mehr der Mensch im Lauf des Lebens der Genüßlichkeit nachgibt, um so mehr fesselt er sich an Dinge, die ihm angenehm und unangenehm erscheinen (Blendung). „Welt“ ist die Summe der Bedürfnisse. Sie wächst mit den Trieben und mindert sich mit den Trieben. Wer sich mit den Dingen der Welt weniger beschäftigt, der merkt, dass die Welt, das Gegenstück der Triebe, dünner und kleiner wird; wer alle Anzie-

hungen und Abstoßungen aufhebt – der sieht der Wirklichkeit gemäß keine Welt, in der etwas zu finden wäre.

Die Triebe des Herzens malen auf die Fensterscheibe der „Anschauung“ die entsprechenden „Welt“-Flecken. Indem wir diese statt der Wirklichkeit hinter der Scheibe sehen, sind wir verblendet. Wir sehen die bunten Gemälde und meinen, das sei die Welt; aber wir sehen uns selber, d.h. unsere Anziehungen und Abstoßungen. Darum sagt der Erwachte (A IV,45): *In diesem (mit Trieben besetzten) Körper mit Wahrnehmung und Geist ist die Welt*. Das reine Herz ist der Wegfall der triebbedingten Gefühle und Wahrnehmungen und damit der Blendung und des Wahns, ein Ich in einer Welt zu sein.

Wenn alle Triebe aufgelöst sind, dann wird für die Dauer, in der von dem Geheilten noch ein Körper zu sehen ist, von „reinem Herzen“ gesprochen, und das besteht darin, dass es keinerlei Drang mehr hat, irgendetwas zu bewirken und hervorzubringen. Der Geheilte, Erlöste, hat keinerlei Neigungen und keine Bedürfnisse, hat aber – wenn er nicht in Entrückungen weilt – noch Wahrnehmung durch die Sinnesorgane, die er als körperliches Wehgefühl empfindet. Darum muss er bei sinnlicher Wahrnehmung denken: „Das Fortsein dieser Belästigung ist Stille, Friede“ – so ist er zum Nibbāna geneigt, dem Aufhören der Wahrnehmungen. Dieses Geneigtsein zum Frieden besteht aber gerade dadurch, dass keine Triebe mehr drängen, es ist ein drangloses, triebfreies Geneigtsein.

Damit haben die Geheilten das Samsāragesetz, dem wir unterliegen, aufgehoben, sind davon frei, weil sie sich abgelöst haben von jeglichem Begehren. Der Geheilte wird verglichen mit einem Mann, der am Ufer eines Sees steht, unerreichbar von dem Wasser. Er häuft keine fünf Zusammenhäufungen mehr zusammen, er „hat“ keine fünf Zusammenhäufungen.

Der Erwachte beschließt die Lehrrede mit einem Aufruf, ihm zu vertrauen, ihn anzuhören, denn er habe *das Reich der Wahrheit* aufgezeigt, die Entrinnung aus der Sterblichkeit. Seine Wegweisung vergleicht er mit dem Vorgehen des Rinderhirten, der, nachdem er alle Abschnitte der Furt zum ande-

ren Ufer selber erkundet hat, seine Herde sicher ans andere Ufer bringt. Ebenso sei er, der Erwachte, alle Etappen des Heilswegs selber gegangen, habe diese und jene Welt kennengelernt, habe sie überwunden und die Todfreiheit aufgezeigt, so dass die Heilsuchenden, seiner Wegweisung folgend, ebenfalls den Heilsstand erreichen können, dem Bereich der Sterblichkeit entrinnen, die Todlosigkeit gewinnen können. Über diese Möglichkeit, dem Leiden entrinnen zu können, solle sich der Heilsgänger freuen. Er empfindet die Wahrheit des Gehörten leibhaftig bei sich selbst, findet sie durch eigenes inneres Wachstum bestätigt, und diese Gewissheit gibt ihm Freude und Kraft. Er kann nicht mehr anders, als das immer gesuchte Wohl und Heil mit ganzer Konsequenz auf den endgültig begriffenen richtigen Wegen anzustreben. Der vorgeschrittene Heilsgänger fühlt sich über den Anblick des Automatismus, der Seelenlosigkeit der fünf Zusammenhäufungen nicht mehr befremdet, sondern im Gegenteil tief erfreut, geradezu vom Alpdruck befreit, denn er merkt, dass „er“ gar nicht sterben kann und dass ihm letztlich alles gar nichts anhaben kann. Von dem Stromeingetretenen heißt es, dass er nicht nur ganz sicher nur noch eine endliche Zeit vor sich hat bis zur endgültigen Erlöschung der Triebe, sondern dass er jetzt schon nicht mehr in den untermenschlichen Bereichen wiedergeboren werden kann. Der in den Strom Eingetretene hat sich solche Art erworben, dass er bis zur Erlösung höchstens noch Mensch oder Gottheit werden kann. Er hat also qualitativ nur noch wenig Leiden vor sich, und auch quantitativ ist das Leiden sehr beschränkt: er kann nämlich nur noch höchstens siebenmal wiedergeboren werden, nicht aber noch ein achttes Dasein erleben. Das ist wahrhaftig ein Grund zur Freude.

SACCAKO I  
35. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Die oft gegebene Belehrung des Erwachten

Saccako Aggivessano, ein Brahmane, Schwiegersohn Nāthaputtos, Anhänger der Jīnas (Niganther), daher Sohn des Nigantha genannt, fordert in dieser Lehrrede den Erwachten zu einem Disput heraus. Dabei verlässt er sich nicht nur auf eine sophistische Dialektik, sondern er bekennt sich fest zu einer Anschauung und vertritt und verteidigt diese, greift jede anders geartete an in der festen Überzeugung, dass sie falsch sei.

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Vesāli, im Großen Wald, in der Halle der Einsiedelei. Zur selben Zeit lebte der junge Niganther Saccako in Vesāli, ein geübter Dialektiker, ein trefflicher Redner, hoch angesehen bei vielen. Der kündigte nun in ganz Vesāli an: Den Asketen oder Brahmanen möchte ich kennen, sei er auch ein Meister mit zahlreichen Mönchen und Anhängern und hielte er sich gleich für den Geheilten, vollkommen Erwachten, der im Redekampf mit mir nicht wankte, bebte, erzitterte, dem nicht der Angstschweiß aus den Achselhöhlen rieselte! Ja, wenn ich eine leblose Säule mit meiner Rede anginge, würde selbst diese, von der Rede getroffen, wanken, beben, erzittern – geschweige ein Mensch. –*

*Da nun ging der ehrwürdige Assaji, mit der Almosenschale und der äußeren Robe versehen, nach Vesāli um Almosenspeise. Saccako aber, der junge Niganther, spazierte gerade in den Straßen Vesālis auf und ab, hin und her und sah den ehrwürdigen Assaji von fern herankommen. Als er den ehrwürdigen Assaji gesehen, ging er auf ihn zu, wechselte höflichen Gruß und*

*freundliche Worte mit ihm und trat an seine Seite. Hierauf nun sprach Saccako, der junge Niganther, zum ehrwürdigen Assaji:*

*Wie belehrt denn, verehrter Assaji, der Erhabene seine Schüler, welcher Art ist die Unterweisung, die oft gegeben wird? –*

*Die Form, ihr Mönche, ist unbeständig,  
das Gefühl, ihr Mönche, ist unbeständig,  
die Wahrnehmung, ihr Mönche, ist unbeständig,  
die Aktivität, ihr Mönche, ist unbeständig,  
die programmierte Wohlerfassungssuche, ihr Mönche,  
ist unbeständig.*

*So, Aggivessano, belehrt der Erhabene seine Schüler, solcherart ist die Unterweisung, die oft gegeben wird. –*

*Schlechtes, wahrlich, haben wir gehört, Assaji, die wir solche Rede des Asketen Gotamo gehört haben. O dass wir doch gelegentlich einmal mit jenem verehrten Gotamo zusammenträfen, dass eine Unterredung stattfände. Vielleicht bringen wir ihn von dieser üblen Anschauung ab. –*

Der Buddha ist nicht der erste, den der junge Saccako anredet. Er hat seine Erfahrungen gemacht im Umgang und Gespräch mit manchen Asketen und Priestern seiner Zeit. Er hat bisher bei allen Begegnungen immer nur schwächere, ihm unterlegene Menschen kennengelernt, er hat sie immer besiegt. Und von den in diesen Gesprächen errungenen Siegen kommt seine an Hochmut grenzende Zuversicht, auch den Buddha, den er ja noch nicht genauer kennt, den er als einen der gewöhnlichen Asketen ansieht, widerlegen zu können. Aber es ist durchaus denkbar, dass dahinter und darunter eine Sehnsucht in ihm wohnt nach dem Erlebnis einer echten Weisheit und Vollkommenheit, wie sie ihm bei seinen bisherigen Begegnungen noch nicht begegnet ist.

Nachdem er auf einen Mönch des Buddha trifft, horcht er diesen nicht etwa vorsichtig nach den schwächsten Stellen der Lehre aus, um diese anzugreifen, sondern er fragt den ehrwürdigen Assaji, welches diejenige Belehrung seines Meisters sei, die oft gegeben wird. Er fragt also nach dem Kern der Lehre, nach dem Wichtigsten.

### Saccakos Prahlerei

*Zu dieser Zeit waren fünfhundert Licchavier in einer Versammlungshalle zusammengekommen, um Verschiedenes zu erledigen. Da ging Saccako, der Sohn des Nigantha, zu ihnen und sagte: Mögen die guten Licchavier zugegen sein, mögen die guten Licchavier zugegen sein. Heute wird zwischen mir und dem Asketen Gotamo eine Disputation stattfinden. Falls der Mönch vor mir behauptet, was durch einen seiner berühmten Schüler, den Mönch Assaji, behauptet wurde, dann werde ich den Mönch Gotamo in der Debatte vorführen, so wie ein starker Mann einen langhaarigen Widder am Fell packt, so wie ein starker Brauereiarbeiter ein großes Brausieb in einen tiefen Wassertank werfen und es am Rand packen und nach Belieben herumschleifen könnte, so werde ich den Mönch Gotamo in der Debatte nach Belieben herumschleifen. So wie ein starker Maischemischer ein Filtertuch an den Ecken packen und auf- und niederschütteln und umstülpen könnte, so werde ich den Mönch Gotamo in der Debatte auf- und niederschütteln und umstülpen. Und so wie ein sechzigjähriger Elefant in einen tiefen Teich steigt und ein Spritzbad zur Erholung vornimmt, so gedenke auch ich mit dem Asketen Gotamo eine Art Spritzbad zur Erholung vorzunehmen. Mögen die guten Licchavier zugegen sein, mögen die guten Liccha-*



*vier zugegen sein! Heute wird zwischen mir und dem Asketen Gotamo eine Disputation stattfinden. –*

*Darauf sagten einige Licchavier: Wie könnte der Mönch Gotamo die Aussagen von Saccako, dem Sohn des Nigantha, widerlegen? Im Gegenteil, Saccako, der Sohn des Nigantha, wird die Aussagen des Mönchs Gotamo widerlegen. – Andere Licchavier sagten: Wer ist dieser Saccako, Sohn des Niganther, dass er die Aussagen des Erhabenen widerlegen könnte? Im Gegenteil, der Erhabene wird die Aussagen des Saccako, des Sohns des Nigantha, widerlegen. – Saccako aber, der Sohn des Nigantha, begab sich, von den fünfhundert Licchaviern begleitet, zum Großen Wald, zur Halle der Einsiedelei.*

In der Antwort, die der ehrwürdige Assaji ihm gibt, liegt eine Auffassung, die der seinigen direkt entgegengesetzt ist, die er darum für falsch halten muss. Und so entschließt er sich zu der Diskussion mit dem Erwachten und lädt dazu die fünfhundert Licchavier ein. Er sagt zu ihnen: Wenn mir da der Asket Gotamo ebenso entgegentritt wie einer seiner bekannten Mönche..., d.h. also mit anderen Worten, wenn der Lehrsatz, den jener Mönch mir genannt hat, wirklich die Auffassung des Asketen Gotamo ist, dann werde ich diesen Asketen Gotamo in dieser Disputation ganz und gar herumschwenken und auseisen. –

Von den fünfhundert Licchaviern sind, wie aus anderen Lehrreden hervorgeht, sehr viele dem Erwachten zugetan, sind Anhänger und ernsthafte Nachfolger des Erwachten, weil sie seine unerreichbare Überlegenheit, die Erhabenheit seiner Lehre erkannt und begriffen haben. Andere unter ihnen stehen dem Erwachten ferner. Von daher ist die unterschiedliche Reaktion auf Saccakos Einladung zu verstehen, bei seinem Rededuell mit dem Erwachten Zeuge zu sein.

Saccakos Auffassung:

„Die fünf Zusammenhäufungen sind das Selbst“

*Um diese Zeit ging eine Anzahl von Mönchen im Freien auf und ab. Da ging Saccako, der Sohn des Nigantha, zu ihnen und fragte: Wo hält sich Herr Gotamo gerade auf, ihr Herren? Wir wollen Herrn Gotamo sehen. – Der Erhabene, Aggivessano, hat sich in den Großen Wald begeben und weilt bis gegen Abend unter einem Baum sitzend. –*

*Da betrat Saccako, der junge Nigantha, zusammen mit einem großen Gefolge von Licchaviern das Innere des Großen Waldes, suchte den Erhabenen auf, wechselte höflichen Gruß und freundliche Worte mit dem Erhabenen und setzte sich zur Seite nieder; einige wieder falteten die Hände zum Erhabenen und setzten sich zur Seite nieder; andere wieder gaben beim Erhabenen Namen und Stand zu erkennen und setzten sich zur Seite nieder; und andere setzten sich still zur Seite nieder. Hierauf nun sprach Saccako, der junge Nigantha, zum Erhabenen:*

*Darf ich den verehrten Gotamo über etwas befragen, wenn mir der verehrte Gotamo eine Antwort gewähren würde? – Frage, Aggivessano, nach Belieben. –*

*Wie belehrt der verehrte Gotamo seine Schüler, welcher Art ist die Unterweisung, die oft gegeben wird? – So, Aggivessano, belehre ich meine Schüler, solcherart ist die Unterweisung, die ich oft gebe:*

*Die Form, ihr Mönche, ist unbeständig,  
das Gefühl, ihr Mönche, ist unbeständig,  
die Wahrnehmung, ihr Mönche, ist unbeständig,  
die Aktivität, ihr Mönche, ist unbeständig,  
die programmierte Wohlerfahrungssuche, ihr Mönche,  
ist unbeständig.*

*So, Aggivessano, belehre ich meine Schüler, solcher Art ist die Unterweisung, die ich oft gebe. –*

Nachdem Saccako an den Buddha wörtlich dieselbe Frage gerichtet hat nach der Unterweisung, die der Erwachte am häufigsten gibt, antwortet auch der Erwachte mit denselben Worten wie vorher sein Mönch Assaji, dass die fünf Komponenten der Existenz unbeständig sind. „Unbeständig“ bedeutet, dass die Zusammenhäufungen: Form, Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierte Wohlerfahrungssuche nicht zwei Augenblicke lang dasselbe sind, sondern dass sie sich in dauernder Veränderung befinden. Diese Aussage von der Unbeständigkeit und darum Leidhaftigkeit und Nicht-Ichheit der fünf Zusammenhäufungen ist die Kernaussage des Erwachten, sie machen das Dasein in seiner Totalität aus. Sowohl die Existenz des Menschen als auch die der Götter aller Grade, Tiere und Dämonen geht in diesen fünf Faktoren auf. Ich und Umwelt, Diesseits und Jenseits, Raum und Zeit und Kausalität, alles je und je Erlebte, alles nur Erlebbare und das Erleben selbst – es ist alles enthalten in diesen fünf Komponenten. Und von diesen fünf Faktoren, die in ihrem Zusammenspiel Erleben und Erleber bewirken, Ich und Umwelt entwerfen, Diesseits und Jenseits entwerfen, Menschentum, Himmel und Hölle entwerfen, Raum, Zeit und Kausalität entwerfen – von diesen fünf Faktoren ist jeder unbeständig, darum leidvoll; ohne ewiges Wesen, ohne ein durchgängiges Ich, ohne festen Bestand: das ist die aus der umfassenden Erfahrung, aus der universalen Wahrnehmungsweise hervorgegangene Einsicht eines jeden Erwachten.

*Ein Gleichnis, o Gotamo, leuchtet mir auf. – So sage es, Aggivessano –, sprach der Erhabene. Wenn Samen und Pflanzen, gleich welcher Art, wachsen, größer werden und zur Reife gelangen, so tun sie all das in Abhängigkeit von der Erde, beruhend auf der Erde;*

*und wenn anstrengende Arbeiten, gleich welcher Art, verrichtet werden, so werden sie in Abhängigkeit von der Erde, beruhend auf der Erde verrichtet – ebenso, Herr Gotamo, hat ein Mensch Form als Selbst, und beruhend auf Form wirkt er Verdienstvolles oder Verdienstloses. Ein Mensch hat Gefühl als Selbst, und beruhend auf Gefühl wirkt er Verdienstvolles oder Verdienstloses. Ein Mensch hat Wahrnehmung als Selbst, und beruhend auf Wahrnehmung wirkt er Verdienstvolles oder Verdienstloses. Ein Mensch hat Aktivität als Selbst, und beruhend auf Aktivität wirkt er Verdienstvolles oder Verdienstloses. Ein Mensch hat programmierte Wohlerfahrungssuche als Selbst, und beruhend auf programmierter Wohlerfahrungssuche wirkt er Verdienstvolles und Verdienstloses. –*

Der Grundaussage des Erwachten stellt Saccako seine entgegengesetzte Auffassung gegenüber. Er sagt, der Mensch lebe und webe in diesen fünf Faktoren, und auf diese sich stützend, erzeuge er Gutes und Böses. Es ist eine bestechende Ausdrucksweise, und wer sie hört, der möchte diese Feststellung bejahen und anerkennen.

*So ist wohl dies, Aggivessano, deine Meinung: „Die Form ist mein Selbst, das Gefühl ist mein Selbst, die Wahrnehmung ist mein Selbst, die Aktivität ist mein Selbst, die programmierte Wohlerfahrungssuche ist mein Selbst“? – Gewiss, o Gotamo! Ich sage: „Die Form ist mein Selbst, das Gefühl ist mein Selbst, die Wahrnehmung ist mein Selbst, die Aktivität ist mein Selbst, die programmierte Wohlerfahrungssuche ist mein Selbst“, und diese große Menge sagt es auch. –*

*Was geht dich denn, Aggivessano, die große Menge an? Lass es nur, Aggivessano, bei deinen eigenen Be-*

*hauptungen bewenden. –*

*Wohlan denn, o Gotamo, ich sage: „Die Form ist mein Selbst, das Gefühl ist mein Selbst, die Wahrnehmung ist mein Selbst, die Aktivität ist mein Selbst, die programmierte Wohlerfahrungssuche ist mein Selbst.“*

Damit sind die beiden entgegengesetzten Behauptungen eindeutig festgelegt, und die Klärung kann beginnen.

Der Erwachte:  
Keine Verfügungsmacht über  
die fünf Zusammenhäufungen

*So will ich dir nun, Aggivessano, hierüber eine Frage stellen. Wie es dir gut dünkt, magst du sie beantworten. Was meinst du wohl, Aggivessano, erfüllt sich einem gesalbten Kriegerkönig, wie etwa dem König Pasenadi von Kosalo oder dem König Ajātasattu Vedehiputto von Magadhā der Wunsch, in seinem Reich einen zum Tod Verurteilten hinzurichten, jemandem eine Geldstrafe aufzuerlegen oder jemanden zu verbannen? – Gewiss, o Gotamo, erfüllt sich dieser Wunsch einem gesalbten Kriegerkönig, wie etwa dem König Pasenadi von Kosalo oder dem König Ajātasattu Vedehiputto von Magadhā. Ja, sogar diesen zahlreich versammelten Fürsten hier, o Gotamo, wie zum Beispiel den Vajjīnern, den Mallern, erfüllt sich der Wunsch, im eigenen Gebiet jemanden hinzurichten, jemandem eine Geldstrafe aufzuerlegen oder jemanden zu verbannen, wie erst einem gesalbten Kriegerkönig. Dieser Wunsch erfüllt sich, und es ist recht so. –*

*Was meinst du nun, Aggivessano, der du sprichst „Die Form ist mein Selbst“, erfüllt sich dir bei dieser*

*Form der Wunsch: „So soll die Form sein, so soll die Form nicht sein?“ – Auf diese Worte schwieg Saccako, der Sohn des Nigantha.*

*Erneut stellte der Erhabene die gleiche Frage und erneut schwieg Saccako, der Sohn des Nigantha. Da sagte der Erhabene zu ihm: Antworte jetzt, Aggivessano. Jetzt ist es nicht an der Zeit zu schweigen. Wenn jemand, nachdem ihm vom Vollendeten eine vernünftige Frage zum dritten Mal gestellt wurde, immer noch nicht antwortet, so zerspringt ihm der Kopf auf der Stelle in sieben Stücke. – Bei diesen Worten erschien ein Donnerkeil haltender Geist, der einen brennenden, lodernnden, glühenden Donnerkeil aus Eisen hielt, in der Luft über Saccako, dem Sohn des Nigantha, und dachte: „Wenn dieser Saccako, der Sohn des Nigantha, nachdem ihm vom Vollendeten eine vernünftige Frage zum dritten Mal gestellt wurde, immer noch nicht antwortet, so werde ich seinen Kopf auf der Stelle in sieben Stücke spalten.“ Dieser Donnergeist war aber nur dem Erhabenen sichtbar und Saccako, dem Sohn des Nigantha. Da suchte nun Saccako, der Sohn des Nigantha, entsetzt, erschüttert, gesträubten Haares beim Erhabenen Rettung, beim Erhabenen Schutz, beim Erhabenen Zuflucht und sprach zum Erhabenen: Möge mich der verehrte Gotamo befragen, ich werde antworten. –*

Dieser kleine Zwischenfall weist darauf hin, wie jenseitige Geister und Gottheiten an Gesprächen des Erwachten lebhaften Anteil nehmen und Stellung beziehen. In diesem Fall droht ein dem Erwachten ergebener Geist Saccako, und der Erwachte drückt es sogar so aus, als ob jeder, der dem Erwachten nicht antwortet, von einem Geist bedroht würde (so auch D 3). Der hier erwähnte Geist ist ein Macht-Geist (*yakkho*) aus dem

Bereich der Naturgeister, der ersten Stufe über dem Menschentum, den vier Großen Königen untergeordnet, die als Schutzgeister Menschen vor Üblem behüten und zu guten Taten zu beeinflussen versuchen.

*Was meinst du, Aggivessano, der du sprichst „Die Form ist mein Selbst“, erfüllt sich dir bei dieser Form der Wunsch: „So soll die Form sein, so soll die Form nicht sein“? – Nein, Herr Gotamo. – Gib Acht, Aggivessano, wie du antwortest. Was du vorher sagtest, stimmt nicht mit dem überein, was du hinterher sagtest, auch stimmt das, was du hinterher sagtest, nicht mit dem überein, was du vorher sagtest.*

*Was meinst du, Aggivessano, der du sprichst „Das Gefühl ist mein Selbst“, erfüllt sich dir bei diesem Gefühl der Wunsch: „So soll das Gefühl sein, so soll das Gefühl nicht sein“? – Nein, Herr Gotamo. – Gib Acht, Aggivessano, wie du antwortest. Was du vorher sagtest, stimmt nicht mit dem überein, was du hinterher sagtest, auch stimmt das, was du hinterher sagtest, nicht mit dem überein, was du vorher sagtest.*

*Was meinst du, Aggivessano, der du sprichst: „Die Wahrnehmung ist mein Selbst“, erfüllt sich dir bei dieser Wahrnehmung der Wunsch: „So soll die Wahrnehmung sein, so soll die Wahrnehmung nicht sein“? – Nein, Herr Gotamo. – Gib Acht, Aggivessano, wie du antwortest. Was du vorher sagtest, stimmt nicht mit dem überein, was du hinterher sagtest, auch stimmt das, was du hinterher sagtest, nicht mit dem überein, was du vorher sagtest.*

*Was meinst du, Aggivessano, der du sprichst: „Die Aktivität ist mein Selbst“, erfüllt sich dir bei dieser Aktivität der Wunsch: „So soll die Aktivität sein, so soll die Aktivität nicht sein“? – Nein, Herr Gotamo. –*

*Gib Acht, Aggivessano, wie du antwortest. Was du vorher sagtest, stimmt nicht mit dem überein, was du hinterher sagtest, auch stimmt das, was du hinterher sagtest, nicht mit dem überein, was du vorher sagtest.*

*Was meinst du, Aggivessano, der du sprichst: „Die programmierte Wohlerfahrungssuche ist mein Selbst“, erfüllt sich dir bei dieser programmierten Wohlerfahrungssuche der Wunsch: „So soll die programmierte Wohlerfahrungssuche sein, so soll die programmierte Wohlerfahrungssuche nicht sein“? – Nein, Herr Gotamo. – Gib Acht, Aggivessano, wie du antwortest. Was du vorher sagtest, stimmt nicht mit dem überein, was du hinterher sagtest, auch stimmt das, was du hinterher sagtest, nicht mit dem überein, was du vorher sagtest.*

*Was meinst du, Aggivessano, ist die Form unbeständig oder beständig? – Unbeständig, Gotamo. – Was aber unbeständig, ist das weh oder wohl? – Weh, Gotamo. – Was aber unbeständig, wehe, wandelbar ist, kann man etwa davon behaupten: „Das gehört mir, das bin ich, das ist mein Selbst“? – Gewiss nicht, Gotamo. –*

*Was meinst du, Aggivessano, sind Gefühl – Wahrnehmung – Aktivität – programmierte Wohlerfahrungssuche unbeständig oder beständig? – Unbeständig, Gotamo. – Was aber unbeständig, ist das weh oder wohl? – Weh, Gotamo. – Was aber unbeständig, wehe, wandelbar ist, kann man etwa davon behaupten: „Das gehört mir, das bin ich, das ist mein Selbst“? – Gewiss nicht, Gotamo. –*

*Was meinst du, Aggivessano, wer da Leidvolles ergreift, Leidvollem nachfolgt, von Leidvollem abhängig ist, Leidvolles so betrachtet: „Das gehört mir, das bin ich, das ist mein Selbst“, kann etwa der das Leidvolle*



*wirklich durchschauen oder gar auf die Dauer von sich abhalten? – Wie wäre das möglich, Gotamo, das nicht, Gotamo. –*

*Was meinst du, Aggivessano, da dem so ist, haftest du nicht an Leidvollem, ergreifst du nicht Leidvolles, hältst du nicht an Leidvollem fest und betrachtest du nicht das, was leidvoll ist, so: „Dies ist mein, dies bin ich, dies ist mein Selbst“? – Wie würde ich das nicht tun, Herr Gotamo. Ja, Herr Gotamo. –*

Zuerst zeigt der Erwachte an dem Beispiel des Königs, was unter dem Eigentumsbegriff zu verstehen ist. Was heißt das: „Die Form ist mein Selbst oder die Form ist nicht mein Selbst“? Mit seinem Eigentum kann man schalten und walten, wie man will, das kann man umändern, umformen, so biegen oder anders biegen. So kann ein König in seinem Machtbereich einen Menschen umbringen lassen oder verbannen oder ihm Geldstrafen auferlegen, so wie er will, denn das ist sein Machtbereich.

Diese Auffassung bestätigt Saccako und damit hat er sich festgelegt, und er muss zugeben, dass es mit der Form so nicht möglich ist. Die zu sich gezählte Form, der Körper, entwickelt sich nach seinen Gesetzen. Der Körper wird krank oder gesund unabhängig von dem Willen des Menschen. Jesus sagt: *Wer ist unter euch, der seiner Länge eine Elle zusetzen könnte.* Der Mensch muss den Körper so nehmen, wie er ist, und seine Wandlungen so hinnehmen, wie sie vor sich gehen. Wenn es wirklich gelingt, ihn etwas zu beeinflussen, so nur dadurch, dass wir auf *seine* Gesetze horchen und *seinen* Gesetzen entsprechen. Der Körper ist nur etwas Geliehenes, das eine Zeitlang zur Verfügung steht und auch nur sehr begrenzt zur Verfügung steht. Er ist nach einem bestimmten Gesetz angetreten und er läuft seinen Weg nach seinem Gesetz. Wir sind oft ärgerlich oder traurig über diese Eigenwilligkeit, wir sind entsetzt über den Untergang des Körpers, aber wir sind machtlos

– und darum muss Saccako zuletzt zugeben: *Bei dem Körper, der zu sich gezählten Form, erfüllt sich mir nicht der Wunsch: „So soll mein Körper sein, so soll mein Körper nicht sein.“* Ebenso kann der Mensch die Außenform, die Welt, nicht so haben, wie er will: Sie gehört mir nicht, ist nicht mein Eigentum, ist „fremd“.

Der Erwachte sagt, dass sich der Mensch an die Sinnendinge, an die Form anklammere wie einer, der von einer reißenden Überschwemmung mitgerissen ist und sich nun am Schilf festhalten will. Es hält nicht, er wird weitergerissen, hat ein Stück Schilf in der Hand, aber es ist abgerissen von dem anderen. Keine Form hält auf die Dauer, was der oberflächliche Blick sich von ihr verspricht, und der Mensch erfährt durch seine Gewöhnung an die Wahnvorstellung, Materie sei etwas Festes, Zuverlässiges, immer wieder Not und Untergang. Leiden, Not und Untergang erfährt der Mensch, weil er am Vergänglichen, an der Form hängt, weil sie ihm lieb ist.

Ebenso ist das Gefühl (2.Zusammenhäufung) nichts Zuverlässiges, Beständiges. Der Beobachtende erkennt: Das Gefühl besteht nicht aus sich selbst heraus, das Gefühl geht von Fall zu Fall hervor aus der jeweiligen Berührung zwischen Trieb und Erfahrung als ein jeweils neues Gefühl. Gefühl ist nicht ewiger Kern oder ewiger Bestandteil des Menschen, es ist blind für den wahren Wert oder Unwert des jeweiligen Erlebnisses. Es besteht nicht eigenständig aus sich selbst heraus, sondern ist gebunden an die Berührung des Triebs mit etwas als außen Erfahrenem. Der Erwachte sagt: Wenn einer beim Empfinden eines angenehmen Gefühls denkt: „Das ist mein Ich“, dann muss er auch nach Aufhören dieses angenehmen Gefühls denken: „Verschwunden ist mein Ich.“ Dasselbe gilt auch hinsichtlich des unangenehmen und des weder angenehmen noch unangenehmen Gefühls.

Der Erwachte nennt die dritte Zusammenhäufung Wahrnehmung immer in enger Verbindung mit Gefühl: *Was man fühlt, das nimmt man wahr.* Jede einzelne Wahrnehmung währt nur einen Augenblick – und ist schon wieder fort. Nur

weil dauernd etwas herankommt, entsteht der Eindruck einer Kontinuität, entsteht der Eindruck, dass etwas sei. Jede Wahrnehmung entsteht für sich, vergeht für sich. Jede Wahrnehmung weiß nichts von sich, aber entwirft die Vorstellung: „Ich erlebe dies.“

So wie die Luftspiegelung, so täuscht die Wahrnehmung eine reale, unabhängig vom Erleben bestehende, in sich festgegründete Welt vor. In Wirklichkeit ist sie eine mehrfache Täuschung: Zum einen durch die Gefühlszugabe der jeweils angesprochenen Triebe des Herzens, zum anderen durch das Herankommen der einst aus Trieben heraus gewirkten Ernte. Die Luftspiegelung, die eine ferne Oase vorgaukelt, besteht aus Lichtreflexen in der Luft, ist leer und kernlos, ohne Substanz, obwohl sie den Eindruck von festen Gegenständen macht. Und so besteht auch die Wahrnehmung nur als Projektion der Triebe des Herzens und unseres Wirkens, ist selber hohl und leer. Ändern sich die Triebe, so ändert sich die Wahrnehmung. Die Wahrnehmung ist nichts als ein Anzeiger der früheren Herzensbeschaffenheit, aus der heraus die nun herantretenden Erscheinungen gewirkt worden sind, und der jetzigen Herzensbeschaffenheit, aus welcher die Gefühlsresonanz auf diese Erscheinungen entsteht.

*Schwinden muss jede Erscheinung, jede Wahrnehmung* – das war das letzte Wort des Erwachten. Wer das begriffen hat, der sieht sich nicht ruhend in einer ruhenden Welt, der sieht diese Welt in dauerndem Fluss, in dauerndem Werden und Vergehen und sieht „sich selber“ in dauernder Wandlung. Es gibt keine Sicherheit und Geborgenheit, keinen Halt im Bereich der Wahrnehmungen, der Erscheinungen.

Auf das Wahrgenommene reagiert der Geist zuerst mit gefühlsgetränkten Absichten. Jeden Augenblick ist eine andere Wahrnehmung, und jeden Augenblick denkt „es“ in Reaktion darauf, und entsprechend redet und handelt der Mensch. (4.Zusammenhäufung). Der sich nicht beobachtende Mensch folgt automatisch der gefühlsbesetzten Wahrnehmung: Erlebt er „Das ist angenehm“, dann reagiert er mit freundlichen Wor-

ten, entgegenkommendem Handeln und Verhalten. Erlebt er „Das ist unangenehm“, dann reagiert er mit unfreundlichen Worten, abweisendem Handeln und Verhalten.

Die Aktivität des normalen Menschen im Denken, Reden und Handeln besteht darin, aufkommende Wünsche zu erfüllen, besteht in immer erneuter Leidflucht und Wohlsuche bei den ungezählten Dingen in der Welt zum Zweck der Befriedigung, was der Erwachte „Ergreifen“ (*upādāna*) nennt. Er vergleicht es mit dem fortgesetzten Unterhalten eines Feuers: Auf einen brennenden Holzstoß schichtet man immer wieder weiteres Holz, ehe das vorige niedergebrannt ist. Dadurch brennt das Feuer weiter. Dieses brennende Feuer ist nichts anderes als die ersten drei der fünf Zusammenhäufungen, nämlich die Wahrnehmung von Formen und Gefühlen. Das Auflegen von weiterem Brennmaterial, das Ergreifen, geschieht durch die zwei letzten Zusammenhäufungen, die Aktivität im Denken, Reden und Handeln und die programmierte Wohlerfahrungs-suche auf den Bahnen des Denkens, Redens und Handelns.

Mit jedem positiv bewerteten Genuss der Sinnendinge nimmt der Durst nach Genuss immer mehr zu, der Mensch muss immer mehr haben, strebt immer mehr und anderes an und redet und handelt entsprechend. Dadurch nehmen Rivalität, Streit, Feindschaft zu, von den feinsten Spannungen an bis zu Mord, Totschlag und Krieg. Und immer drohen Alter, Krankheit, Sterben. Auf begehrlisches und übelwollendes Wirken in Gedanken, Worten und Taten folgt nach dem Tod der Abstieg in die Unterwelt mit Sinnenqual und Entsetzen. Das ist Leiden durch Aktivität, die nicht von Weisheit gelenkt ist.

Die Aktivität im Denken, Reden und Handeln, um zu trieb-befriedigendem Wohl zu gelangen (4.Zusammenhäufung) geschieht beim erwachsenen Menschen zumeist in festgelegten Programmen, um Wohl zu erfahren und Wehe zu vermeiden entsprechend den eingeschriebenen Daten (5.Zusammenhäufung). Doch auch diese Wohlsuche ist nicht als ein Täter, als ein Ich aufzufassen. Sie ist lediglich ein komplexes programmgesteuertes System der Handhabung des Körpers und

der Gedankenassoziationen, ist die aus der bisherigen Erfahrung des Geistes hervorgegangene Programmiertheit der Wohlsuche und Weheflucht und wird entsprechend den Erfahrungen des Geistes ständig umprogrammiert, ständig neu eingestellt auf Grund der jeweils sich meldenden Triebe und Einsichten, der Datensammlung des Geistes. Weil die Triebe durch viele Inkarnationen hindurch darauf gerichtet sind, außen Wohl zu suchen, darum läuft die programmierte Wohlerfahrungssuche, um „von draußen“ zu erfahren, was zu erfahren nötig ist, um sicher durch die Welt zu kommen oder um zu genießen und Unangenehmes zu beseitigen.

Der Erwachte sagt (S 22,95): So wie der Gaukler oder Zauberkünstler ein Gaukelwerk (Erfahrung der Triebe im Körper, der zu sich gezählten Form – Gefühl – Wahrnehmung – Aktivität) nach dem anderen erscheinen lässt, so ist die programmierte Wohlerfahrungssuche im Dienst der hungernden Triebe ständig bestrebt, Formen (1.Zusammenhäufung) an die Sinne mit ihren Drängen und die Sinne mit ihren Drängen an die Objekte heranzubringen zum Zweck der Berührung der Sinnesdränge, um Wohl (Gefühl - 2.Zusammenhäufung) zu erfahren, das sogleich mit der Form als das als angenehm, unangenehm oder gleichgültig wahrgenommene Ding (3. Zusammenhäufung) in den Geist eingetragen wird, der dann wieder aktiv wird (4.Zusammenhäufung) zur erneuten, evtl. veränderten Reaktion auf das Wahrgenommene. Dadurch veranlasst wird auch die programmierte Wohlerfahrungssuche in ständiger Anpassung und Veränderung immer im Bereich der vier Zusammenhäufungen tätig, um das Angenehme wieder zu erfahren und das Unangenehme und Schmerzliche zu vermeiden – ein ständig sich verändernder automatisch ablaufender Kreiszusammenhang: eine Bedingung löst die andere aus, kein von einem souveränen Ich gelenkter Vorgang, über den ein Ich Verfügungsgewalt hätte.

Wer die Unsicherheit aller Unsicherheiten sieht,  
der erfährt Sicherheit

Alle fünf Zusammenhäufungen entstehen und entfalten sich nach ihrem Gesetz, vergehen nach ihrem Gesetz. Sie sind wie „Darlehen“: Zu irgendeiner Zeit kommen die Eigner und holen sich ihr Darlehen zurück. Festhalten können wir sie nicht. Wir haben keine Verfügungsgewalt über diese fünf Faktoren. Sie sind unbeständig wie dauernd rieselnder Sand und sind ohne einen Wesenskern, ohne ein Ich, ein Selbst oder ein Mir oder ein Mein. Sie rieseln dahin wie ein Schatten, den man nicht packen kann. Wenn man ihn packen will, ist er auf der packenden Hand. Nie ist der Schatten in der Hand. So ist es mit allem, was du packen, festhalten willst: es rieselt dahin. In jedem Augenblick sind andere Gefühle, eine andere Wahrnehmung, eine andere Aktivität.

Und immer wieder sagt der Erwachte zu Saccako: Denke nach, du sagst jetzt etwas anderes als vorher. Du widersprichst dir. Du behauptest, die Fünf seien das Ich, und du musst zugeben, dass du nicht über die Fünf verfügen kannst, dass sie also nicht Ich sind. Wenn du über die Fünf nicht verfügen kannst, dann bist du doch dumm, wenn du daran klebst. – Aber es gibt ja sonst nichts anderes, mag man erwidern. Darauf sagt der Erwachte: Du bekommst etwas anderes, wenn du häufig genug den Unbestand, das Leidige dieser Leidensdinge betrachtest. Wer Unsicheres für sicher hält, der bleibt in der Unsicherheit. Wer aber die Unsicherheit aller Unsicherheiten sieht, der erfährt Sicherheit. Und wer im Anblick des Entstehens und Vergehens der fünf Komponenten der Existenz diese für kurze Zeit loslassen kann, der erfährt das Wohl der Sicherheit und Unverletzbarkeit. Dieses prägt sich dem Geist so ein, dass ein unauflösbarer Zug entsteht, dieses Wohl für immer zu gewinnen. Das ist die endgültige Anziehung zum Heilsstand. Damit ist der Geist auf das Heil programmiert, strömt zum Heil, ist darauf programmiert, sich von allem Unbeständigen, Wandelbaren als nicht lohnend abzuwenden und das Heil an-

zustreben.

Der Erwachte gibt ein Gleichnis (M 64): Ein Mann will ein Haus bauen und benötigt dazu festes, hartes Holz. Er sieht an einem Baum die Rinde, erkennt ihre Brüchigkeit und verwirft sie als untauglich. Er sucht nach festem Holz und sagt sich, dass er lieber nichts als etwas Untaugliches verwenden will, selbst auf die Gefahr hin, dass er unter der Rinde nichts anderes findet. Der festes Kernholz Suchende durchschaut die Rinde als untauglich zum Hausbau und tut sie weg. Dabei merkt er, dass er nicht an das Nichts kommt, sondern an Grünholz. Grünholz ist besser als Rinde, aber noch zu weich, zum Hausbau immer noch ungeeignet. Wer dieses als ungeeignet erkennt und abtut, stößt durch zum Kernholz.

Der kundige Holzfäller weiß: Rinde und Grünholz sind untauglich, aber darunter sitzt das Kernholz. Darum verrichtet er ganz selbstverständlich die Arbeitsgänge, um an das Kernholz zu gelangen. So auch muss der vom Erwachten belehrte Wahrheitssucher erst begreifen, dass die fünf Zusammenhäufungen, die fünf Komponenten der Existenz, ununterbrochen in rieselnder Wandlung gleich dem Wasser des Stroms heran- und davonziehen, und dem, der an ihnen haftet, Schmerzen und Leiden bringen, dass man aber unweigerlich zum Unzerstörbaren, zum Heil kommt, wenn man alles, was wandelbar, dem Untergang unterworfen ist, beiseite tut, sich davon abwendet.

Das Erleben und das Tun und Lassen aller Wesen von der äußersten Unterwelt über die Tierwelt, die Menschenwelt, die Götter usw. ist bis zu den erhabensten Stadien immer nur aus den fünf Zusammenhäufungen „komponiert“. Wir achten nicht darauf und erkennen es nicht, weil wir von unserer beschränkten Perspektive aus den verschiedenen Erscheinungen auch einen verschiedenen Wert beigemessen haben und uns damit an viele Erscheinungen mit Zuneigung gebunden haben und gegen andere Erscheinungen Abneigung entwickelt haben. Die Bindung des unbelehrten Menschen an die fünf Zusammenhäufungen veranschaulicht der Erwachte durch folgende zwei

drastische Gleichnisse:

*Unausdenkbar, ihr Mönche, ist der Anfang dieses Daseinskreislaufs. Nicht ist ein Beginn zu erkennen der durch den Wahn gehemmt, durch Durst verstrickten Wesen, der wandernden, im Samsāra kreisenden.*

*Gleichwie ein Hund, der mit einer Kette dicht an einem starken Pfosten oder Pfeiler festgebunden ist, ständig um eben diesen Pfosten oder Pfeiler herumläuft und herumkreist, so betrachtet der unbelehrte Mensch den Körper, die Gefühle, die Wahrnehmungen, die Aktivität, die programmierte Wohlerfassungssuche als das Selbst. Und so läuft und kreist er ständig um Körper, Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität und programmierte Wohlerfassungssuche herum. Weil er aber ständig um diese herumläuft und herumkreist, wird er nicht von ihnen erlöst, wird nicht erlöst von Geborenwerden, Altern und Sterben, von Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung, wird nicht erlöst vom Leiden, sage ich. (S 22,99)*

Das andere Gleichnis vom Kettenhund (S 22,100) lautet:

*Gleichwie ein Hund, der mit einer Kette dicht an einem starken Pfosten oder Pfeiler festgebunden ist:*

*Wenn er geht, so geht er zum Pfosten oder Pfeiler.*

*Wenn er steht, so steht er beim Pfosten oder Pfeiler.*

*Wenn er sitzt, so sitzt er beim Pfosten oder Pfeiler.*

*Wenn er liegt, so liegt er beim Pfosten oder Pfeiler.*

*Ebenso auch betrachtet der unbelehrte Mensch die fünf Zusammenhäufungen:*

*„Die gehören mir, die bin ich, die sind mein Selbst.“*

*Wenn er geht, so geht er zu den fünf Zusammenhäufungen.*

*Wenn er steht, so steht er bei den fünf Zusammenhäufungen.*

*Wenn er sitzt, so sitzt er bei den fünf Zusammenhäufungen.*

*Wenn er liegt, so liegt er bei den fünf Zusammenhäufungen.*

Die Untauglichkeit der fünf Zusammenhäufungen, um zu



dauerhaftem Wohl zu kommen, selbst erfahren haben und darum nicht ruhen können, bis das Kernholz, das Todlose, die Sicherheit, gewonnen ist, das ist das Betreten des Wegs, um alle Verstrickungen aufzulösen, dem Daseinskreislauf zu ent-rinnen – das ist der Stromeintritt.

Aber ein Mensch, der sich an die unbeständigen, leidvollen fünf Zusammenhäufungen gefesselt hat, der die fünf Zusammenhäufungen als Ich und Mein ansieht, der bleibt durch sein Gekettetein an sie in der Unsicherheit, denn er will ihre Unbeständigkeit und Leidigkeit nicht sehen, schiebt den Gedanken daran weit von sich und ist damit dem automatischen Ablauf und d.h. dem dauernden Wechsel und Wandel ausgeliefert. Darum sagt der Erwachte: Wer solches Leidvolle ergreift, ihm nachfolgt, ihm verbunden ist und davon denkt, dass es ihm gehöre, der kann eben darum nicht aus dem Leidvollen herauskommen. Dass es so ist und dass es ihm selber so ergeht, muss Saccako zugeben. Und darum kann der Erwachte ihm sagen, dass er sich als hohl und leer erwiesen habe, er, der doch so sehr prahlend ausgezogen war, den Erwachten zu bekämpfen.

*Gleichwie etwa, Aggivessano, wenn ein Mann, der Kernholz begehrt, Kernholz sucht, auf Kernholz ausgeht, mit einem scharfen Beil versehen in den Wald ginge; dort erblickte er eine Gruppe zahlreicher Bananenpalmen, gerade, jung, schön gewachsen; eine derselben fällte er an der Wurzel, schnitte die Krone ab und rollte hierauf den aus Blattscheiden gebildeten Stamm auf; indem er da diese Blattscheidenröhre auseinanderrollte, fände er nicht einmal Grünholz, geschweige Kernholz. Ebenso hast du dich, Aggivessano, in deinem Gespräch mit mir hohl, leer, nichtig erwiesen. Denn du hast ja, Aggivessano, zu den Vesāliern so gesprochen: „Den Asketen oder Brahmanen möchte ich kennen, sei er auch ein Meister mit zahlreichen Mön-*

chen und Anhängern und hielt er sich auch gleich für den Geheilten, vollkommen Erwachten, der im Redekampf mit mir nicht wankte, bebte, erzitterte, dem nicht der Angstschweiß aus den Achselhöhlen rieselte! Ja wenn ich eine leblose Säule mit meiner Rede anginge, würde selbst diese, von der Rede getroffen, wanken, beben, erzittern – geschweige ein Mensch.“ Dir jedoch, Aggivessano haben sich Schweißtropfen von der Stirn gelöst, sind über den Mantel herab auf die Erde gefallen. Mein Körper aber, Aggivessano, ist gegenwärtig frei von Schweiß. – Und der Erhabene entblößte seinen goldfarbenen Körper vor der Versammlung.

Auf diese Worte setzte sich Saccako, der Sohn der Nigantha, verstummt und verstört, gebeugten Rumpfes, gesenkten Hauptes, das Antlitz von brennender Röte übergossen, wortlos nieder.

Als nun Dummukho, einer der Licchavier, sah, wie Saccako, der Sohn des Nigantha, verstummt und verstört, gebeugten Rumpfes, gesenkten Hauptes, das Antlitz von brennender Röte übergossen, wortlos dasaß, sprach er zum Erhabenen:

Ein Gleichnis, Erhabener leuchtet mir auf. – So sage es –, sprach der Erhabene. Gleichwie, o Herr, wenn da in der Nähe eines Dorfes oder einer Stadt ein Teich wäre, und darin befände sich ein Krebs. Da ginge eine Gruppe von Jungen und Mädchen aus dem Dorf oder der Stadt hinaus und zum Teich, und sie stiegen ins Wasser und zögen den Krebs aus dem Wasser und setzten ihn ans trockene Land. Und sobald der Krebs ein Bein ausstreckte, hieben sie es ab, zerbrächen es und zerschmetterten es mit Stöcken und Steinen, so dass der Krebs, dem alle Beine abgehauen, zerbrochen und zerschmettert wurden, nicht mehr in der Lage wäre, in den Teich zurückzukehren. Ebenso sind

*alle Verdrehungen, Windungen und Ausweichmanöver von Saccako, dem Sohn des Nigantha, vom Erhabenen abgehauen, zerbrochen und zerschmettert worden, und jetzt kann er sich dem Erhabenen zum Zweck der Debatte nicht mehr nähern.*

Saccako wehrt sich nicht mehr gegen die Überlegenheit des Erwachten. Er sucht keine Ausflüchte und kommt nicht vom einen auf das andere. Von seiner inneren Aufrichtigkeit her gibt er dem Erwachten recht, und die brennende Schamröte ist ein Zeichen seiner Einsicht. Das schadenfrohe Gerede seiner Freunde, vor denen er prahlen wollte, weist er kurz ab und stellt nun eine Frage an den Erwachten, die zeigt, dass es ihm um Wahrheit geht.

*Auf diese Worte sprach Saccako, der Sohn des Nigantha, zum Licchavier Dummukho: Warte, Dummukho, warte. Wir sprechen nicht mit dir, wir sprechen mit Herrn Gotamo. – Dahingestellt sei, o Gotamo, jene Dialektik, wie sie zwischen mir und den anderen, gewöhnlichen Asketen und Brahmanen üblich ist. Sie dünkt mich eitles Geschwätz.*

Ein Nachfolger betrachtet die fünf Zusammenhäufungen, ein Geheilter hat sie mit vollkommener Weisheit gesehen

*Inwiefern aber folgt ein Nachfolger der Wegweisung des verehrten Gotamo, ist der Belehrung zugänglich, der Daseinsbangnis entronnen, ohne Zweifel, in sich selber gewiss, auf keinen anderen gestützt im Orden des Meisters? –*

*Da betrachtet, Aggivessano, ein Nachfolger der Lehre: Was es auch an Form gibt, vergangene, zukünftige, gegenwärtige, zu sich gezählte oder fremde, grobe oder*

*feine, gemeine oder edle, ferne oder nahe: alle Form betrachtet er der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit so: „Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst.“*

*Was es auch an Gefühl – Wahrnehmung – Aktivität – programmierter Wohlerfahrungssuche gibt, vergangene, zukünftige, gegenwärtige, zu sich gezählte oder fremde, grobe oder feine, gemeine oder edle, ferne oder nahe: alle Gefühle, Wahrnehmungen, alle Aktivität, alle programmierte Wohlerfahrungssuche betrachtet er der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit so: „Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst.“ Insofern, Aggivessano, folgt ein Nachfolger meiner Wegweisung, der Belehrung zugänglich, ist der Daseinsbangnis entronnen und verweilt, in sich selber gewiss, auf keinen anderen gestützt im Orden des Meisters. –*

*Und inwiefern ist ein Mönch ein Heilgewordener, Versieger der Wollensflüsse/Einflüsse, Endiger, hat getan, was zu tun ist, das Heil errungen, die Verstrickungen gelöst, ist in vollkommener Weisheit erlöst? –*

*Da hat, Aggivessano, ein Mönch mit vollkommener Weisheit gesehen: „Was es auch an Form – Gefühl – Wahrnehmung – Aktivität – programmierter Wohlerfahrungssuche gibt, vergangene, zukünftige, gegenwärtige, zu sich gezählte oder fremde, grobe oder feine, gemeine oder edle, ferne oder nahe, das hat er der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit erkannt: „Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst“ und ist restlos erlöst. Insofern, Aggivessano, ist ein Mönch ein Heilgewordener, Versieger der Wollensflüsse/Einflüsse, Endiger, hat getan, was zu tun ist, das Heil errungen, die Verstrickungen gelöst, ist in vollkommener Weisheit erlöst.*

Hier handelt es sich um eine Übung, um Besinnung, Meditation, Durchdringung, Tiefenläuterung oder wie wir es auch nennen wollen, hier handelt es sich um eine immer erneute Übung, um immer weiteres Fortschreiten. Diese Übung durchzieht die Tage und die Nächte des Mönchs, wann immer er wach ist, wann immer etwas sein Denken beschäftigt, die fünf Zusammenhäufungen ablaufen. Er überwindet jene natürliche wie falsche Einstellung, dass die Zusammenhäufungen ihm gehören, mit dem weise durchdringenden Anblick: „Das ist veränderlich, unbeständig, das zerrinnt zwischen den Fingern, Wolkengebilden, Traumgebilden gleich. Wer daran hängt, muss an dessen Wandelbarkeit leiden.“ Das Ganze *ist ungeeignet, es zu lieben und festzuhalten (M 37), das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst.*

Mit solchem gründlichen Bedenken wird jede Erscheinung der Ichlosigkeit zugeordnet und damit das Ergreifen gemindert. Und so gewinnt der Mönch zunehmende Loslösung, Ablösung von den fünf Zusammenhäufungen, gewinnt einen Bereich der Unverwundbarkeit in dem Maß, wie er nicht mehr an den fünf Zusammenhäufungen haftet. In M 37 schildert der Erwachte diesen Übungsvorgang wie folgt:

*Da hat ein Mönch gehört: „Alle Dinge sind ungeeignet, sie zu lieben und festzuhalten.“ Wenn der Mönch dies gehört hat: „Alle Dinge sind ungeeignet, sie zu lieben und festhalten zu wollen“, dann betrachtet er jedes Ding unbefangen, mit innerem Abstand (abhijānāti). Und hat er jedes Ding unbefangen, mit innerem Abstand betrachtet, dann durchschaut er es (parijānāti). Wenn er alle Dinge durchschaut hat und nun ein Gefühl empfindet: wehe, wohl, weder weh noch wohl, so beobachtet er bei diesen Gefühlen ihre Unbeständigkeit. Durch die Erfahrung ihrer Unbeständigkeit erfährt er ihre Entreizung, ihr Aufhören und damit ihre Überwindung. Und nachdem er bei den Gefühlen, ob wohl oder weh oder weh noch wohl, ihre Unbeständigkeit, ihre Entreizung, ihr Aufhören und damit ihre Überwindung erfahren hat, ergreift er nichts in der Welt.*

*Nichts in der Welt ergreifend, wird er durch nichts erschüttert. Unerschüttert erreicht er die Triebversiegung. „Versiegt ist die Geburt, beendet der Reinheitswandel, getan ist, was zu tun ist. Nichts mehr nach diesem hier“, weiß er nun.*

Natürlich ist ein solches geistiges Üben und das daraus hervorgehende Ablösen ein Prozess nicht von Tagen oder Wochen, sondern von Monaten oder Jahren. Aber indem er treu beharrlich durchgeführt wird, führt er zu immer größerer Freiheit.

Diese Bemühungen mögen manchem beschwerlich erscheinen, selbst wenn er den großen, daraus hervorgehenden, unvergleichlichen Gewinn anerkennt. Aber ein Vergleich mit den Bemühungen, die erforderlich sind, um hier in dieser Welt als Mensch zu leben, mag zeigen, wie sehr sich diese von dem Erwachten empfohlene Übung lohnt:

Hier in unserer Welt lernt ein Mensch zuerst auf der Schule und dann für seinen Beruf etwa zehn bis zwanzig Jahre lang zu dem Zweck, dass er in diesem Leben sich behaupten könne, dass er das erforderliche Geld verdienen, den gewünschten Beruf ausüben könne, dass er also die weiteren vierzig bis sechzig Jahre seines Lebens seinen Unterhalt fristen, seine Wünsche sich erfüllen könne. Um also etwa achtzig Jahre leben zu können, lernt er zehn bis zwanzig Jahre. – Ist aber sein Leben herum, so tritt er eine neue Daseinsform an, deren Qualität in Glück oder Entsetzen nicht bestimmt wird davon, wie gut er im früheren Leben in der Schule war und seinen Beruf ausgeübt hatte, sondern ob er in seinem früheren Leben an Verlangen, Verweigern, Entreißen, an Gewähren und Ertragen zugenommen oder abgenommen hat, ob er also in seinem Wesen begehrlischer und rücksichtsloser oder bedürfnisloser und hilfreicher geworden ist. Und in jedem neuen Menschenleben muss man wieder zehn bis zwanzig Jahre lernen, um mit mehr oder weniger Sorgen, durch mehr oder weniger Krankheit hindurch dieses Leben fristen zu können, bis die Sinne nachlassen, der Körper gebrechlich, hinfällig wird und

eines Tages ganz versagt. Und so endlos.

Die Übung der Ablösung von den fünf Zusammenhäufungen aber braucht nur in einem oder nur in wenigen Leben durchgeführt zu werden, denn durch sie wird die ebenso endlose wie sinnlose Wiederholung von immer neuen Existenzformen, die ebenso sinnlose wie endlose Kette von Geborenwerden und Sterben aufgehoben, wird Freiheit gewonnen.

Zuerst fragt Saccako, wie ein Nachfolger des Erwachten seiner Wegweisung folgt, was seine Aufgabe sei, in welcher Weise er zu kämpfen habe. Und da antwortet der Erwachte, dass ein solcher die fünf Zusammenhäufungen als nicht zum Ich gehörig betrachte. – Mit der zweiten Frage aber will Saccako wissen, wodurch einer ein Geheilter würde. Auf diese Frage antwortet der Erwachte, dass ein solcher die fünf Zusammenhäufungen als nicht zum Ich gehörig mit vollkommener Weisheit gesehen habe und dass er darum von ihnen restlos erlöst sei. Gesehen bedeutet: Es selbst erfahren, ganz und gar durchdrungen und gespürt haben. Der Triebversiegte ist zu der vollkommenen durchdringenden Erfahrung und Durchschauung der Existenz, der fünf Zusammenhäufungen in allen ihren Weiten und Breiten, Tiefen und Höhen und Zeiten, gekommen. Er hat sie vollkommen erfahren. Sein Wissen reicht so weit, wie die Existenz reicht, nichts ist für ihn verborgen. In dieser universalen Erfahrung ist ihm offenbar geworden, dass die fünf Zusammenhäufungen ihren Entstehens-Vergehens-Abläufen folgen, dass sie automatische Abläufe sind, die den Anschein von Leben erwecken, dass sie Wahn sind und in Täuschung, Wandlungen und Leiden gefangen halten. Das alles weiß er als einer, der alles Anhaften an ihnen aufgegeben hat.

Bei einem solchen Triebversiegten bestehen noch Körper, Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierte Wohlerfassungssuche, aber sein Denken und Planen ist nicht mehr auf diese Dinge gerichtet. Er trägt wohl dem Faktum Rechnung, dass zu Lebzeiten des Körpers die Zusammenhäufungen noch ablaufen, und er nimmt dieses Leben als die Frucht, die aus

früherem Wirken gewachsen ist, aber er ist uninteressiert, weil er dieses Spiel durchschaut hat, er ist unbeteiligt, heil, unverletzbar. Der Prozess der Alösung ist vollzogen, er ist erlöst.

*Und hat er das Herz von den fünf Zusammenhäufungen abgelöst, so erkennt und versteht er das Ungewordene, Todlose: „Das ist der Friede, das ist das Erhabene, dieses Zur-Ruhe-Kommen aller Aktivität, dieses Zurücktreten von allem Gewordenen, dieses Aufhören des lechzenden Dürstens, die Entreizung, Auflösung, Erlöschung.“ (M 64)*

*Nach diesen Worten sprach Saccako, der Sohn des Nigantha, zum Erhabenen: Ich war freilich verwegen, o Gotamo, ich war vermessen, der ich glaubte, dem verehrten Gotamo könnte im Redekampf entgegentreten werden. Man mag vielleicht, o Gotamo, einem wütenden Elefanten entgegentreten ohne Schaden zu nehmen, aber nicht dem verehrten Gotamo. Man mag vielleicht, o Gotamo, einer fauchenden Giftschlange entgegentreten ohne Schaden zu nehmen, aber nicht dem verehrten Gotamo. Man mag vielleicht, o Gotamo, einem flammenden Scheiterhaufen entgegentreten ohne Schaden zu nehmen, aber nicht dem verehrten Gotamo. Ich war freilich verwegen, o Gotamo, ich war vermesen, der ich glaubte, dem verehrten Gotamo könnte im Redekampf entgegentreten werden. – Gewähre mir der verehrte Gotamo die Bitte, morgen mit den Mönchen bei mir zu speisen.*

*Schweigend gewährte der Erhabene die Bitte.*

*Als nun Saccako, der Sohn des Nigantha, der Zustimmung des Erhabenen sicher war, wandte er sich an die Licchavier:*

*Hört mich, gute Licchavier. Der Asket Gotamo ist für morgen mit den Mönchen bei mir zum Mahl gela-*



den. Verseht mich, bitte, mit dem, was euch hierzu angemessen erscheint.

Da nun brachten jene Licchavier am nächsten Morgen zu Saccako, dem Sohn des Nigantha, ein Mahl von fünfhundert Schüsseln, fertig angerichtet. Saccako, der Sohn des Nigantha, aber ließ ausgewählte feste und flüssige Speise in seiner Behausung auftragen und sandte einen Boten an den Erhabenen mit der Meldung: „Es ist Zeit, o Gotamo, das Mahl ist bereit.“ – Der Erhabene nahm seine Almosenschale und äußere Robe, ging mit den Mönchen zu Saccako, dem Sohn des Nigantha, und nahm Platz auf dem vorbereiteten Sitz. Und Saccako, der Sohn des Nigantha, bediente und versorgte eigenhändig den Erwachten und seine Mönche mit ausgewählter fester und flüssiger Speise.

Nachdem der Erhabene gegessen und seine Hand von der Schale zurückgezogen hatte, nahm Saccako, der Sohn des Nigantha, einen niedrigen Sitz ein, setzte sich zur Seite nieder und sprach zum Erhabenen: Mögen die verdienstvollen Früchte der Speisung den Gebern zum Wohl gereichen. –

Was da, Aggivessano, dir zur Ehre geschehen ist, der du Gier, Hass, Blendung unterworfen bist, das wird den Gebern zugute kommen. Und was daraus entsteht, was mir zur Ehre gegeben wird, der ich frei von Gier, Hass, Blendung bin, das wird dir zugute kommen.

*Bhikkhu Bodhi* erklärt diesen letzten Wortwechsel damit, dass Saccako, obwohl er seine Niederlage zugegeben hatte, sich immer noch für einen Heiligen hielt. Er nahm folglich keine Zuflucht zum Erwachten, erkannte ihn nicht als seinen Lehrer an und wollte die Verdienste durch die Gaben den Licchaviern widmen, da er sich jenseits von Verdienst und Unverdienst

währte. Der Buddha gab zurück, dass die Licchavier die Verdienste für das Geben an Saccako (für den Buddha) erhalten würden und Saccako die Verdienste für das Geben an den Buddha. Die Verdienste durch Geben unterscheiden sich qualitativ u.a. auf Grund der unterschiedlichen Reinheit des Empfängers. (Fußnote bei Kay Zumwinkel)

Im nachkanonischen Kommentarwerk heißt es, dass Saccako die 35. und 36. Rede der „Mittleren Sammlung“ – seine Gespräche mit dem Erwachten – nicht in ihrer Tiefe verstand, dass er aber in einem späteren Leben buddhistischer Mönch auf Ceylon wurde, sich an die einstige Belehrung erinnerte und ein Geheilte wurde.

## SACCAKO II

### 36. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

*So hab ich's vernommen. Einstmals weilte der Erhabene bei Vesāli, im Großen Wald, in der Halle der Einsiedelei. Eines Morgens, als der Erhabene mit Obergewand und Schale versehen, im Begriff war, um Almosenspeise nach der Stadt zu gehen, kam Saccako, ein junger Niganther, zur Einsiedelei heran.*

*Als der ehrwürdige Anando (der Fürsorger des Erhabenen) Saccako kommen sah, berichtete er dem Erhabenen: Da kommt, o Herr, Saccako, der junge Niganther, heran. Er ist ein routinierter Dialektiker und darum bei vielen Menschen sehr angesehen. Dieser Mann nun, o Herr, sucht Schwächen des Erhabenen zu finden und ebenso auch Schwächen bei der Lehre und Schwächen beim Orden: Gut wäre es vielleicht, o Herr, wenn der Erhabene seinetwegen noch hier bliebe, von Mitleid bewogen.*

*Darauf setzte sich der Erhabene auf den angebotenen Sitz.*

Wie aus den Worten des mitempfindenden Ānando hervorgeht, suchte der junge Dialektiker die verschiedenen Lehrer *nicht* auf, um von ihnen zu lernen, wie die religiösen Inder seinerzeit ihre Weisen nach der rechten Wegweisung fragten: „Was ist zum Heil führend, o Herr, was unheilsam?“ oder wie etwa ein halbes Jahrtausend später die heilsuchenden Juden Jesus fragten: „Was muss ich tun, dass ich selig werde?“, vielmehr benutzte er die Asketen und Priester seiner Zeit, um sich vor der Öffentlichkeit mit ihnen im Redekampf zu messen und dabei mit gezielten Fragen ihre Schwächen zu offenbaren. Damit aber würde er die durch Begegnung mit einem Buddha einmalige Möglichkeit missbrauchen, noch weiterreichende Ziele zu erfahren und gar die Wegweisung zum endgültigen

Heilsstand zu erlangen. Wir sehen in dem folgenden Gespräch, dass der Erhabene, von Mitleid bewogen, ihm Rede und Antwort steht und ihm dabei auch von seinen eigenen heißen Mühen berichtet, durch die er dem Leidenskreislauf endgültig entrinnen konnte. Saccako hatte schon einmal mit dem Erwachten einen Redekampf geführt (s. die 35. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“). Zu jener damaligen Diskussion hatte er siegesgewiss etwa fünfhundert angesehene Bürger eingeladen, die dadurch aber Zeuge seiner Niederlage wurden. Am Ende jener Diskussion sagte Saccako, sehr bescheiden geworden, zum Erhabenen:

*Ich war, o Gotamo, verwegen, ich war vermessen, da ich glaubte, dem verehrten Gotamo könnte im Redekampf entgegengetreten werden. Man mag vielleicht, o Gotamo, einem wilden Elefanten entgegengetreten, ohne Schaden zu nehmen, aber nicht dem verehrten Gotamo. Man mag vielleicht, o Gotamo, eine wütende Giftschlange angreifen, ohne Schaden zu nehmen, aber nicht den verehrten Gotamo. Man mag vielleicht, o Gotamo, einem flammenden Scheiterhaufen nahe kommen, ohne Schaden zu nehmen, aber nicht dem verehrten Gotamo. Ich war verwegen, o Gotamo, ich war vermessen, als ich glaubte, dem verehrten Gotamo könnte im Redekampf entgegengetreten werden.*

Er wusste jetzt, dass der Erwachte ihm unermesslich überlegen - ja, unvergleichlich war. Damit endet M 35. Er konnte es aber noch nicht lassen, nach Mängeln in des Erhabenen Lehre oder Vorgehensweise zu suchen. In dieser Verfassung begegnet er nun in M 36 dem Erwachten wieder.

Körper und Herz  
verursachen psychosomatische Krankheiten

*Da nun kam Saccako dorthin, wo der Erhabene weilte, wechselte höflichen Gruß und freundliche Worte mit dem Erhabenen und setzte sich zur Seite nieder. Er*

sagte zum Erwachten:

*Es gibt ja, o Gotamo, unter den Asketen und Priestern einige, die sich die Beherrschung des Körpers (kāyabhāvana) zur Aufgabe gemacht haben, aber nicht die des Herzens (citta-bhāvana). Sie empfinden **körperliches (kāyika)** Wehgefühl. Zuweilen, von körperlichem Wehgefühl durchdrungen, wird da einer vom Schläge gerührt oder das Herz versagt oder er bekommt einen Blutsturz oder wird wahnsinnig, geistesverwirrt.*

*Bei einem solchen ist also das Herz dem Körper unterworfen, ist in der Gewalt des Körpers. Und was ist der Grund hierfür? Die Nichtbeherrschung des Herzens (abhavita-citta).*

*Andererseits wieder, o Gotamo, gibt es Asketen und Priester, die das Herz beherrschen (citta-bhāvana), aber nicht den Körper. Sie empfinden **geistiges (cetasika)** Wehgefühl. Zuweilen von geistigem Wehgefühl durchdrungen, wird da einer vom Schlag gerührt oder das Herz versagt oder er bekommt einen Blutsturz, wird wahnsinnig oder geistesverwirrt. Bei einem solchen ist also der Körper dem Herzen unterworfen, ist in der Gewalt des Herzens. Und was ist der Grund hierfür? Die Nichtbeherrschung des Körpers.*

*Da kann ich mich nun des Gedankens nicht erwehren: Offenbar haben die Jünger des verehrten Gotamo das Herz in der Gewalt, aber nicht den Körper.*

Saccako spricht hier also von den zwei Ursachen, wie einer durch Schmerzen zu körperlichem Schaden kommt bzw. geistesverwirrt wird.

Erstens: Körperliche Schmerzen, wie Krankheit oder ihm durch andere zugefügte Schmerzen (Folter), können den normalen Menschen, der den Körper als sein Ich ansieht, so sehr

auch geistig-seelisch quälen, dass Herz oder Lunge oder Geist die beiderseitige körperliche und psychische Belastung nicht aushalten. So sagt auch Sāriputto (S 22,1):

*Ein unbelehrter gewöhnlicher Mensch ist besetzt von der Idee: „Das ist **mein** Körper, das ist **mein** Geist, das **bin ich**.“ Wenn sich nun bei einem von dieser Idee so besetzten Menschen der Leib wandelt, verändert, dann empfindet er das als **seine** Veränderung und Gefährdung, und dadurch kommt **bei ihm** Kummer, Angst, geistiger und körperlicher Schmerz auf.*

So geht es ja jedem Menschen, der nach der modernen Welt- und Lebens-Anschauung erzogen und „gebildet“ ist.

Zweitens: Seelische Schmerzen, z.B. der Verlassenheit, wie sie etwa der Tod als endgültige Trennung von geliebten Menschen auslösen, können einen Menschen, der vorwiegend in der Beziehung zu dem geliebten Menschen gelebt hat, so sehr verzweifeln lassen, dass Herz, Lunge oder Geist diese Belastung nicht aushalten. Dieser enge Zusammenhang zwischen Körper und „Seele“, den Neigungen des Herzens und Geistes, der oft Ursache für psychosomatische Krankheiten ist, war den Indern der damaligen Zeit selbstverständlich, und sie versuchten, wie auch manche christlichen Mystiker des Abendlandes, die Triebe des Körpers durch Selbstqual in die Gewalt zu bekommen. Bei den Mönchen des Erwahten sah Saccako keine solche extreme Nahrungsenthaltung, kein Bemühen, die Triebe des Körpers auf diese Weise in die Gewalt zu bekommen, und fragte den Erwahten darum, worin denn ihre Asketenschaft bestünde, wenn nicht in „körperlicher Enthaltung“. Da bliebe dann ja nur die nichtkörperliche Seele übrig. Da er aber ihre triebhaften Dränge und Süchte nicht genug erkannte und durchschaute, konnte er sich darunter nichts vorstellen:

Fasten = Beherrschung des Körpers ?

*Der Buddha: Was hast du denn Beherrschung des Körpers nennen hören?*

Saccako: *Da sind z.B. Nando Vacco oder Kiso Sankicco oder Makkhali Gosālo, die Unbekleideten, die nur ein sehr leichtes Gewand tragen. Diese lassen sich nicht zum Essen oder zum Übernachten einladen, nehmen nichts, was man besonders für sie zubereitet hat und ihnen bringt, sie nehmen auch keine Einladung an, nehmen nichts direkt aus dem Topf oder aus der Pfanne, nichts, was auf eine Türschwelle niedergelegt ist, nichts, was in Winkeln und Ecken aufbewahrt wird, nichts, wo zwei Menschen zusammen speisen, nichts von einer Schwangeren, nichts von einer stillenden Mutter, nichts von einer Frau, die vom Mann kommt, nichts wo ein Hund in der Nähe ist oder wo Fliegen schwärmen, sie nehmen weder Fisch noch Fleisch und trinken keine berauschenden Getränke, sie nehmen an jedem Tag nur in einem Haus Speise an und immer nur ein Nahrungsstück oder in zwei Häusern zwei Nahrungstücke (bis zu sieben Nahrungsstücken in sieben Häusern). Sie leben also täglich nur von einem oder von zwei (bis zu sieben) Spendern. Sie essen täglich nur einmal oder gar nur jeden zweiten, dritten Tag, ja, bis zum siebenten Tag.–*

*Wie nun, Saccako, leben sie dauernd so? –*

*Das nicht, o Gotamo, von Zeit zu Zeit essen und trinken sie wieder reichlich. Dadurch kräftigen sie ihren Körper wieder und schwellen ihn gar wieder an, wie bekannt.– Was sie also vorher aufgegeben haben, das übertreiben sie nachher. Das ist ja ein abwechselndes Anschwellen und Abmagern des Körpers.*

*Und was hast du, Saccako, Beherrschung über das Herz nennen hören? –*

*Auf diese Frage des Erhabenen wusste Saccako keine Antwort.*

Wir sehen, was Saccako hier unter „Beherrschung des Körpers“ versteht: nämlich zeitweiliges Fasten, Zurückdrängen des Nahrungsbedürfnisses, indem durch festgelegte erschwere Umstände der Nahrungsaufnahme sichergestellt wird, dass immer wieder Tage der völligen Enthaltensamkeit mit nur sehr wenig Nahrungsaufnahme abwechseln. Diesem Vorgehen mag auch die Erfahrung zugrunde liegen, dass der Geist leichter, beweglicher, für die tieferen Fragen des Lebens aufgeschlossener ist, wenn der Mensch nicht viel isst und gar einige Zeit fastet, die Bedürfnisse des Körpers also weitgehend in den Hintergrund treten. Da die Nahrungsenthaltung aber nicht unbegrenzt fortgesetzt werden kann, bedarf es einer gezügelter Wiederaufnahme der Nahrung. Wenn dem Essensdrang nach einiger Zeit aber wieder ungezügelt nachgegeben wird, so geht die erworbene Leichtigkeit und Klarheit des Denkens wieder verloren, so dass bei einem solchen von einer Beherrschung des Körpers auch in Saccakos Sinn nicht die Rede sein kann.

Die Sinnesdränge des Körpers –  
das Herz mit Anziehung, Abstoßung und Blendung –  
und der weiterreichende Geist

*Da sprach nun der Erhabene zu Saccako: Was du als Beherrschung des Körpers bezeichnet hast, das gilt im Orden des Geheilten nicht als wirkliche Beherrschung des Körpers. Die Beherrschung des Körpers kennst du wahrlich nicht, wie solltest du erst die Beherrschung des Herzens kennen! Doch merke, Saccako, wenn man den Körper nicht beherrscht, dann beherrscht man auch das Herz nicht. Beherrscht man aber den Körper, dann beherrscht man auch das Herz.*

Der Erwachte weist hier auf den engen Zusammenhang zwischen Körper und Herz hin:



*Wenn man den Körper nicht beherrscht, dann beherrscht man auch das Herz nicht. Beherrscht man aber den Körper (kāya-bhāvanā), dann beherrscht man auch das Herz (citta-bhāvanā).*

Der Erwachte zeigt, die Grundlage des Menschen besteht nicht in dem stofflichen Körper, sondern in seinem sechsfachen Erlebenshunger, Erlebensdurst, in seinem Lechzen und Lungern und Fiebern nach bestimmten Formen und Farben, nach bestimmten hörbaren Tönen, nach Düften, Schmeck- und Tastbarem und nach geistiger Orientierung. Dieser sechsfache Erlebenshunger durchdringt und durchzieht als sinnlich nicht wahrnehmbare Spannungen und Dränge die Sinnesorgane und damit den ganzen Körper, weshalb sie im gegenständlichen Körper (*rūpa-kāya*) einen Trieb- oder Spannungs- oder Wollenskörper (*nāma-kāya*) bilden. *Nāma* heißt zu deutsch „Name“ oder auch „das Nennende“ und von daher Urteilende, Bewertende. Der Urteiler ist der jeweilige Trieb nach bestimmten Erlebnissen. In dem Wort *kāya* von *nāma-kāya* drückt sich die Strukturiertheit des Wollens in Körperform aus, d.h. der Drang nach Erlebnis von Sichtbarem ist im Auge; der Drang nach Tonerlebnis ist im Ohr; der Drang nach Dufterlebnis ist in der Nase; der Drang nach Schmeckerlebnis ist in der Zunge; der Drang nach Tastung durchzieht den ganzen Körper - so dass auch die speziellen Sinnesorgane, wie Auge, Ohr usw., Tastberührung empfinden und bei zu starkem Druck warnen, und der Geist hat den Drang nach bestimmten Vorstellungen, Erwägungen, Ansichten.

Das körperliche Auge kann so wenig sehen wie eine Brille, aber der Sinnesdrang nach Sehen, der innere Luger, lugt durch das physische Auge als durch seine Brille nach der äußeren Welt der Formen, nach den *ersehnten, begehrten, geliebten, entzückenden, reizenden*. - Ebenso kann das körperliche Ohr so wenig hören wie ein Hörrohr, aber der Sinnesdrang zu hören, der innere Lauscher, lauscht durch die physischen Ohren nach der äußeren Welt der Töne. Der innere Drang nach Duf-

ten sucht durch die Nase des Körpers nach der Welt der Gerüche usw.

Diese durch den Spannungskörper den sechs Sinnesorganen innewohnenden Begehungen vergleicht der Erwachte sehr drastisch mit sechs Tieren,, also Lebewesen, deren jedes zu einem anderen Ziel hindrängt. (S 35,206)

Der dem Menschen innewohnende Erlebnisdrang nach der Welt der sichtbaren Formen wird verglichen mit der zu dem Zuflucht bietenden Ameisenhaufen hindrängenden Schlange. - Der Drang nach der Welt der Töne wird verglichen mit dem zu den Wasserwogen hindrängenden Krokodil. - Der Drang nach der Welt der Gerüche wird verglichen mit dem sich in die Lüfte erhebenden Vogel. - Den Drang nach der Welt der Geschmäcke vergleicht der Erwachte mit der Neigung des Hundes zu dem Schlächter im Dorf, um Knochen mit Fleisch und Blut zu erlangen. - Der Drang nach Tasten und Tastung wird verglichen mit dem Drang einer Hyäne, die zum Leichenplatz strebt. - Und der Drang des Geistes nach Orientierung und danach, den Körper zwecks Befriedigung der Sinne umherzuführen und darüber hinausgehendes Wohl zu suchen, wird verglichen mit dem Affen, der zum Walde strebt.

Diese Bilder zeigen, dass wir es nicht nur mit körperlichen Augen, Ohren, Nase usw. einschließlich Gehirn, zu tun haben. Die Organe sind nur Werkzeuge für jene innewohnenden sinnlichen Süchte, Dränge, von denen jeder gleich den sechs Tieren, für etwas völlig anderes Interesse hat. Die äußeren Interessenbereiche, die Welt der Formen, Töne usw. nennt der Erwachte „Weideland“. Der innere Luger z.B. grast geradezu die Welt der Formen und Farben ab und holt sich durch das Auge herein, was er nur kann („Augenweide“). Der innere Lauscher nimmt durch das Ohrinstrument einen völlig anderen Bereich wahr: die Welt der Töne, die aus der Luft herangetragenen Schallwellen. Der Riecher erfährt durch die Nase Düfte, der Schmecker durch die Zunge Schmeckbares, und aus diesen fünf in den Geist gelangenden Erfahrungen macht sich der Geist einen Sinn und eine Vorstellung.

Von Natur gibt es kein Wesen, dessen Körper ohne diesen Erlebenshunger, ohne diese Sinnesdränge besteht. Nur der Geheilte hat sich von ihnen völlig freigemacht.

Dieser Erlebnishunger, diese Triebe oder Dränge, zu denen auch der sechste Sinnesdrang gehört, der Drang, die erfahrenen Wohl- und Wehe-Daten zu einem Ganzen zusammenzufügen, sind Teil des Herzens (*citta*).

*Citta* (zweites Partizip von *cinteti* = bedenken) ist das Ergebnis von positivem oder negativem Bedenken von Erlebnissen, Objekten oder Verhaltensweisen, indem durch Denken eine mehr oder weniger starke Zuneigung zu dem positiv Bedachten oder eine Abneigung gegenüber dem negativ Bedachten entsteht: ein Trieb. *Citta* ist der Begriff für die Summe der Tendenzen, der Triebe, und zwar nicht nur der Sinnesdränge, denn das Bedachte betrifft alles je und je Erfahrbare oder Bedenkbares, das auch unabhängig vom Körper erfahren wird, wie die Erlebnisse weltloser Entrückungen oder die Erfahrung von formfreien Zuständen. Die positive Bewertung des Wohls dieser Zustände schafft einen Drang oder verstärkt den schon vorhandenen, solche Erlebnisse wieder zu erfahren. Der Erwachte nennt diese Dränge auch *rāga*: Zuneigung zu reiner Form (*rūpa-rāga*) und Formfreiheit (*arūpa-rāga*). Der Begriff *citta* umfasst also die Gesamtheit der Triebdränge, des Wollens, auch die nach Formfreiheit ohne das Erlebnis von Ich und Welt, während die Triebe in den Sinnesorganen, die Sinnesdränge, der Wollenskörper (*nāma-kāya*) die Spaltung sinnensüchtiges Ich und als Gegenüber die Welt der begehrten Formen entwerfen.

Zum Herzen mit Anziehung, Abstoßung und Blendung zählen also sowohl die fünf Triebarten in den Sinnesorganen, die Sinnesdränge des Körpers, mit ihrem bei Berührung ausgelösten Gefühlsurteil „Wohl tut das, weh tut das, weder weh noch wohl tut das“, wie auch die triebhörige Anschauung des Geistes (6. Triebart), die dem Geschmack der Sinnesdränge folgt. Die fünf Sinnesdränge mit ihren Anziehungen und Abstoßungen sind die Herzensseite des Körpers (*kāya*) und die triebhö-

rige Anschauung (*ceto*) ist die Herzensseite des Geistes.

Und noch in einer anderen Weise erkennen wir die Gleichartigkeit der Sinnesdränge und des Herzens, das mit Anziehung nach und Abstoßung von und Blendung durch Sinnendinge besetzt ist: Als Wirksamkeit des Herzens (*citta-sankhāra*) bezeichnet der Erwachte Gefühl und Wahrnehmung. Ebenso heißt es von den Sinnesdrängen, dass durch sie beim Erfahren der Außenobjekte Gefühl und Wahrnehmung entstehen:

*Durch Luger (erster Sinnesdrang) und Formen entsteht Luger-Erfahrung. Das Zusammensein der drei ist Berührung. Durch Berührung bedingt ist Gefühl. Was man fühlt, wird wahrgenommen. (M 18, 38 u.a.)*

Also auch in ihren Folgeerscheinungen sind die Sinnesdränge des Körpers und die sinnlichen Triebe des Herzens mit Anziehung, Abstoßung und Blendung gleich.

Doch wird in dieser Lehrrede der Frage Saccakos entsprechend ein Unterschied gemacht um der Praxis willen: Die zwei Aspekte der Triebe des Herzens: Begehren der gewünschten und Vermeidung der ungewünschten Außenobjekte seitens der fünf Sinnesdränge und die trieb gelenkten Blendungsgedanken des Geistes (*ceto*) mit ihrer Hingabe an das erfahrene Wohl oder Ablehnung des erfahrenen Wehe (sechster Sinnesdrang) werden hier unterschieden, denn bei beiden besteht die Möglichkeit der Einflussnahme. - Die vom Erwachten empfohlene Einflussnahme muss geschehen durch den von Triebwünschen mehr oder weniger unbeeinflussten Geist (*mano*), durch die weiterreichende/zukunftsbezogene und heilende Anschauung. Denn der Geist weiß nicht nur: „Wohl tut das, weh tut das“ im Augenblick der gehabten Berührung gemäß den Blendungseintragungen des Herzens, sondern er weiß auch: „Das tut augenblicklich zwar wohl, später aber wehe.“ Während das Herz von Sinneseindruck zu Sinneseindruck durch seine Anziehungen, Abstoßungen immer nur angenehme oder unange-

nehme Empfindungen erzeugt, in den Geist die dadurch entstehende Blendung schickt und sonst nichts anderes kann, so kann der Geist diese *Empfindungen* und Wahrnehmungen speichern, „katalogisieren“, vergleichen und kritisch betrachten und darum erkennen, dass er, wenn er immer nur die wohl-tuenden Gefühle und Wahrnehmungen anstreben würde, sich dann ruinieren würde. Die Leidenschaften würden stärker und unwiderstehlich, der Körper würde geschwächt, krank werden, sterben, und übrig bleibt ein Herz voller Leidenschaften und keine Möglichkeit zur Befriedigung. Das ist gespenstisches oder gar höllisches Erleben. Diese Einsichten können nie vom Herzen, sondern immer nur im Geist gebildet werden. Der triebhörige Geist kann nicht weiterreichend, zukunftsbezogen denken, er funktioniert nur (wie ein Bach) entsprechend seinem Gefälle mit den in ihn eingetragenen Gefühlen, Wahrnehmungen und Absichten aus Anziehungen, Abstoßungen und Blendungen. Und das bedeutet: Die Wesen achten nur auf das, was ihnen gefällt und missfällt, sympathisch oder unsympathisch ist.

Jesus sagt: „*Wo dein Schatz ist, da ist auch dein Herz.*“ (*Matth. 6, 21*) - das heißt: Was du liebst, darum kreisen deine Gefühle und Gedanken - und das kann oft sehr gefährlich und schädlich sein.

Indem das Herz bei allen Dingen, die mit den Sinnen erfahren werden, sofort seine Zuneigung zu dem einen und Abneigung zu dem anderen zeigt und den Geist mit triebhöriger Anschauung = Blendung füllt, blind für die Folgen, bleibt es aus sich selber nur immer schädlich. Wenn der Geist triebhörig ist, dann macht er das Lieben seines Herzens zu seinem Lieben und das Hassen des Herzens zu seinem Hassen - insofern stimmt der triebhörige Geist mit dem Herzen überein.

Wenn der Geist aber erzogen wird zur gründlichen Beobachtung der Zusammenhänge, dann kommt er zur vollendeten Weisheit und damit zur Erlösung. Auf diesem Weg wird das Herz frei von allen Anziehungen, Abstoßungen und Blendungen.

Der Erwachte lehrt, dass derjenige, der sein Herz ganz von dem Bedürfnis nach Außenwelt, nach den Sinnendingen, gereinigt hat, die Dinge der Wirklichkeit gemäß sieht (*yathābhūta nānadassana*). Er sieht sie von Anziehung und Abstoßung völlig befreit, und darum kann er nichts mehr an den Sinnendingen finden (*nibbida*), sie verlieren jeglichen Reiz (*virāga*). Er sieht deutlich, dass nur seine frühere Blendung durch Anziehungen und Abstoßungen, sein Herz, die Sinnesdränge, ihn die Dinge hat verblendet sehen lassen. Das Herz mit den Sinnesdrängen steht im Wege, Wahrheit zu erkennen. Wenn das Herz ganz rein ist, dann geht von ihm nicht mehr Anziehung und Abstoßung (*rāga, dosa*) aus, wodurch keine gefühlsbedingte Blendung mehr als Wahrnehmung in den Geist eingetragen wird. Dann ist das Herz still und hindert darum den Geist nicht mehr, die Dinge so zu sehen, wie sie sind.

Die Triebe des Herzens malen auf die Fensterscheibe unserer „Anschauung“ die entsprechenden Schmutzflecken. Indem wir diese statt der Wirklichkeit hinter der Scheibe sehen, sind wir verblendet. Wir sehen die bunten Gemälde und meinen, das wäre die Welt; wir sehen uns selber, unsere Anziehungen und Abstoßungen. Darum sagt der Erwachte (A IV,45): *In diesem (mit Trieben besetzten) Körper mit Wahrnehmung und Geist ist die Welt*. Das reine Herz ist der Wegfall der triebbedingten Gefühle und Wahrnehmungen und damit der Blendung und des Wahns, ein Ich in einer Welt zu sein.

Wenn alle Triebe aufgelöst sind, dann wird für die Dauer, in der von dem Geheilten noch ein Körper zu sehen ist, von „reinem Herzen“ gesprochen, und das besteht darin, dass es keinerlei Drang mehr hat, irgend etwas zu bewirken und hervorzubringen.

Um dahin zu kommen, empfiehlt der Erwachte in unserer Lehrrede und rät auch sonst immer wieder, das Herz zu beherrschen (Dh 35, 327, Thag 85), also sich nicht vom Herzen leiten zu lassen, sondern das Herz in der Gewalt zu haben (M 32), das Herz zu bändigen, und zwar durch die Weisheit. So heißt es in Dh 315:

*Wie steile Burg im Grenzgebiet  
bewacht wird innen, außen stets -  
so hüte du dein eignes Herz  
beharrlich jeden Augenblick.  
Wer oft nur einen Augenblick  
verpasst, der holt sich Höllenpein.*

Was den Trieben des Herzens gefällt, das nimmt der unbelehrte Geist auf und ist der Sklave und Diener des Herzens. Aber der Geist hat die Chance, Erlöser des Herzens und damit Erlöser aus dem Samsāra zu werden.

Der Erwachte sagt, dass von dem mit den verschiedenen Anziehungen, Abstoßungen und Blendungen befleckten Herzen alles Leid ausgeht, dass solch ein Herz den Menschen mehr schadet, als irgendwelche diesseitigen oder jenseitigen Feinde einem Wesen schaden können, und sagt andererseits, dass ein reines Herz den Wesen mehr nützt und wohl tut, als Vater und Mutter und alle Verwandten und liebsten Freunde ihnen wohl tun können (Dh 42 und 43). Aber dieses reine Herz ist zu seiner Reinheit erzogen worden von der rechten Anschauung des Geistes.

Das Herz, das nicht ständig von einem belehrten Geist bewacht wird, verführt mit seinen Drängen nach Befriedigung selbst in höchsten Daseinsformen zum Abgleiten in den Genuss. Darum kann die Anziehung zu den höchsten Daseinsformen und Abstoßung von sinnlichen Wahrnehmungen nie ewig bestehen, die verdrängten Triebe nach sinnlicher Wahrnehmung melden sich wieder. Durch diese vom Herzen entstehenden Intervalle - zeigt der Erwachte - entstehen die Zyklen von Weltenentstehungen und -Vergehungen, die Äonen - von leuchtenden Gottheiten bis zu kurzlebigen, untugendhaften Menschen, Tieren, Gespenstern und Höllenwesen und wieder aufwärts - endlos. Samsāra ist durch das Herz bedingt; durch das reinere Herz sind die reineren Etappen, durch das befleckte, dunkle Herz sind dunkle und dunkelste Etappen bedingt.

Die Beherrschung der Triebe des Herzens/der Sinnesdränge

durch den vom Erwachten belehrten Geist vergleicht der Erwachte mit der allmählichen Einflussnahme des Geistes auf das Herz bei einem Säugling oder Kleinkind, das allmählich „zur Vernunft kommt“. (M 80) Er sagt: Säuglinge und Kleinkinder, in deren Geist noch nicht das Wissen um mögliche Gefährdungen des Körpers eingetragen ist, werden von den Drängen des Herzens getrieben, und darum sind sie bis zum vierten, fünften Lebensjahr schwer gefährdet, müssen ständig bewacht werden. Diese gefährdeten und darum immer zu beaufsichtigenden und oft angebundenen Kinder vergleicht der Erwachte mit unbelehrten Menschen, welche in ihrem Geist noch nicht die entscheidende Korrektur vollzogen haben, dass die Triebe des Herzens sie ununterbrochen durch den Samsāra auf und ab treiben, endlos, bis sie durch die Belehrung des Erwachten in ihrem Geist von dieser Tatsache unverlierbar überzeugt sind. Die Belehrung durch den Erwachten hat ihnen die Wahnbande abgenommen, so wie die Eltern das „zur Vernunft“ gekommene Kind nicht mehr anzubinden, nicht mehr zu beaufsichtigen brauchen, weil sein Geist die Gefahren kennengelernt hat und den Körper von ihnen fernhalten kann.

Aber so wie bei dem Kind trotz des Wissens um Gefahren die Triebe noch unvermindert wirksam sind, so wirken bei dem nun auf das endgültige Heil gerichteten Menschen, dem Heilsgänger, die Triebe weiterhin. Jede Berührung der Triebe vermittelt ihm durch die Gefühle Blendung, die wahnhaftige Wahrnehmung, durch „einen Gegenstand der Außenwelt“ berührt worden zu sein und ihn „bei sich“ empfunden zu haben. Hat aber derselbe Geist endgültig begriffen, dass er bei allen Sinneseindrücken nur seiner eigenen Blendung und seinem früheren Wirken begegnet - so korrigiert der Geist aus seinem endgültig gewonnenen Wissen diesen falschen Eindruck. Dadurch werden alle die durch die Sinne erfahrenen Außendinge, die den Menschen Wohlgefühle bereiten, nicht mehr positiv, die mit Wehgefühl verbundenen nicht mehr negativ bewertet, beurteilt, und damit nimmt die Blendungskraft der Sinneseindrücke ab.



So werden die Sinnesdränge des Körpers/das Herz mit Anziehung, Abstoßung und Blendung beherrscht: *Hat man (durch rechte Anschauung des Geistes) die Sinnesdränge des Körpers beherrscht, hat man auch das Herz beherrscht*, sagt der Erwachte in unserer Lehrrede.

### Unbeherrschter Körper und unbeherrschtes Herz

*Wie ist man nun unbeherrschten Körpers und unbeherrschten Herzens? Da entsteht einem unbelehrten, normalen Menschen ein Wohlgefühl. Vom Wohlgefühl erfreut, wird er wohlbegierig und verfällt der Wohlhingabe und Wohlsucht. Nun vergeht ihm dieses Wohlgefühl, und durch dessen Schwinden entsteht ein Wehgefühl. Von diesem Wehgefühl getroffen, wird er traurig, elend, jammert, schlägt sich weinend an die Brust, gerät in Verzweiflung.*

*Bei diesem Menschen ist nun durch das entstandene Wohlgefühl das Herz aufgewühlt (pariyadāna) <sup>96</sup> worden infolge der Nichtbeherrschung des Körpers und ist durch das entstandene Wehgefühl das Herz aufgewühlt worden infolge des unbeherrschten Herzens. - Bei wem nun auf diese Weise doppelseitig durch das aufgestiegene Wohlgefühl das Herz aufgewühlt ist infolge der Nichtbeherrschung des Körpers und durch das aufgestiegene Wehgefühl das Herz aufgewühlt ist durch die Nichtbeherrschung des Herzens, der ist nun unbeherrschten Körpers und unbeherrschten Herzens.*

Der Erwachte sagt hier, dass durch den unbeherrschten Körper auch das Herz in unbeherrschten Zustand gerät. *Unbeherrschter Körper (abhāvita kāya)* bedeutet *unbeherrschte*

---

<sup>96</sup> *pariyadāna* = *pari-a-dāna*, wörtlich rundherum annehmen. Das Herz nimmt an, es ist ringsherum empfänglich, empfindlich.

*Sinnesdränge des Körpers.* Durch eine einem Sinnesdrang des Körpers wohlthuende Berührung wird Wohlgefühl erfahren als Urteil des Sinnesdranges im Körper.

Der Erwachte sagt (M 44), dass bei einem Wohlgefühl (seitens der Sinnesdränge) im Geist eine begehrlische Anwandlung aufkommt, d.h. dass der Mensch dem betreffenden Objekt noch stärker zugeneigt wird, das Bedürfnis also verstärkt wird: *dem Wohlgefühl haftet die Begehrensneigung an*, das ist das, was in unserer Lehrrede beschrieben wird mit „*das Herz wird aufgewühlt*“, der Mensch wird wohlbegierig, verfällt der Wohlhingabe und Wohlsucht in dem Gedanken: „Das ist das Angenehme, das so wohl tut. Das will ich kosten und genießen.“ (Diese nur von den Trieben gelenkten Gedanken, die Blendung, die mit Zuneigung und Abneigung zum Herzen gehört, nennt der Erwachte im Gespräch mit Saccako kurz *unbeherrschtes Herz*.) Die Blendungsgedanken kreisen um dasselbe Wohl wie die Sinnesdränge, aber verstärken das Begehren zusätzlich durch die positive gedankliche Bewertung (Blendung), so dass die Sucht nach den Sinnesdingen immer unwiderstehlicher wird.

Schwindet das durch die Sinnesdränge erfahrene Wohlgefühl, dann entsteht Wehgefühl. Der triebhörige Blendungs-Geist hat sich an das Wohl gewöhnt und vermisst darum das Ausbleiben des Wohls. Das Herz wird bewegt, aufgewühlt von Trauer und Verzweiflung: „Das Wohlthuende habe ich nun nicht mehr.“ So wird das Herz von Wehgefühl aufgewühlt durch Nichtbeherrschung, Nicht-Überwindung der Blendungsgedanken, die entstehen aus Zuwendung oder Abwendung. Ein Beispiel: Ein junger Mann hat ein Mädchen nach seinem Herzen kennengelernt. Durch das Wohlgefühl seitens der Sinnesdränge des unbeherrschten Körpers wird er erfreut. Der Umgang findet die Zustimmung des zum Herzen gehörenden triebhörigen Blendungs-Geistes. Er gibt sich dem Wohlgefühl hin und gewöhnt sich daran. Wenn ihm dann aber dieses Wohlgefühl vergeht - wenn die Freundin ihn nach einiger Zeit verlässt - so entsteht dadurch Wehgefühl. Er wird enttäuscht, betroffen,

lustlos und verstört - das ist Wehgefühl auf Grund des unbeherrschten Herzens, der aus Blendung stattgefundenen gedanklichen Gewöhnung an den Wohlzustand.

Wir sehen den Zusammenhang: Das Leben ohne ein besonderes Wohlgefühl war der Mensch gewöhnt, er vermisste das Wohlgefühl nicht. Nun kommt aber durch Berührung der Sinnesdränge ein größeres sinnliches Wohl auf als bisher. Er begrüßt dieses größere sinnliche Wohl, und der triebhörige Geist gibt sich dem hin. Von jetzt an ist er das größere sinnliche Wohl gewöhnt und betrachtet dies als sein normales Leben. Diese Hingabe ist die Tätigkeit des unbeherrschten Herzens mit seiner Blendung.

Ein anderes Beispiel: Angenommen, ein angenehmer Besucher kommt für ein paar Tage. Dadurch wird festlicher gegessen. Wer sich da nicht sagt: „Diese Tage sind ein Sonderzustand, nachher kommt wieder unser gewöhnlicher Alltag“, sondern als Augenblicksmensch die augenblickliche Situation genießt, sich dem Wohl hingibt, dessen Herz ist wegen seiner Zuneigung, Abneigung, Blendung unbeherrscht. Es wird aufgewühlt, wohlbegehrlich. Die Situation hat den Sinnesdrängen, den Trieben des Herzens so wohlgetan, er hat sich so an sie gewöhnt, dass der Geist mit seinen Blendungsdaten die Fortsetzung des Angenehmen erwartet. Für einen solchen ist die Abreise des Besuchers, das Aufhören des Angenehmen, die wieder normale Situation, ein Rückfall in Schlimmeres. Der verblendete Geist (der zum Herzen gezählt wird) vermisst nun die angenehmen Erlebnisse und hat den Eindruck, er hätte weniger Wohl als früher. Darum wird er missgestimmt. So wird das Herz mit Anziehung, Abstoßung, Blendung durch das Wehgefühl aufgewühlt, ist unbeherrscht.

Der unbelehrte Mensch weiß nicht, dass jede im Blendungs-Geist bejahte Befriedigung seinen Durst vergrößert, dass durch die gedankliche Hingabe an das Wohl neues Leiden geschaffen wird. Der Erwachte sagt: *Der Unbelehrte setzt auf die Dinge, die unbeständigen, wechselvollen, rechnet mit ihnen, bindet sich an sie, weil er sie nicht kennt. (M 1)*

Jedes Annehmen, Ergreifen, Sich-Befriedigen, das der zum Herzen gezählte Blendungs-Geist bejaht und wieder zu erlangen trachtet, verstärkt die Gewöhnung an die Befriedigung: „Das ist schön, das will ich wieder haben; wie bekomme ich es.“ Ist so das Erlebnis der Befriedigung Gewöhnung geworden, dann ist ein noch bedürftigeres „Ich“ in einer gewährenden oder verweigernden Umgebung entsprechend der moralischen Qualität der Befriedigungen entstanden. Darum sagt der Erwachte (M 1): *Befriedigung ist des Leidens Wurzel.*

Weil der Mensch (infolge des unbeherrschten Körpers und Herzens) sich an den Genuss gebunden hat, der Genuss einer bestimmten Sache ihm etwas Gewohntes, Geliebtes, als eigen Empfundenes geworden ist, muss Wehgefühl aufkommen. *Durch Befriedigung entsteht Leiden (M 145).* Das sind die beiden zusammengehörenden Gefühls-Enden.

Ein extremes Beispiel: Da verliert ein Großindustrieller durch die Intrigen seiner Konkurrenten oder durch eigene Fahrlässigkeit sein Vermögen und erschießt sich. Trotz des Verlustes seines gesamten Werks war ihm noch ein gutes Vermögen von zehn Millionen geblieben, und er hätte ein wirtschaftlich sorgloses Leben genießen können. Aber das Verlangen der Triebe war durch die langjährige Gewöhnung auf jene dreihundert Millionen und auf sein Ansehen als Industrieller gerichtet. Mit diesem Vermögen und diesem Ansehen in der Gesellschaft hat er sich und seine Existenz seit langem identifiziert, hat sein Verlangen in dieser Richtung verhärtet, und nur wegen der Verhärtung dieses hochgeschraubten Verlangens der Triebe wurde der Verlust eines an sich zum Leben überflüssigen Vermögensteiles für ihn unerträglich. Sein Leben war an dieses Verlangen der Triebe gefesselt, und darum musste es durch das Nicht-mehr-Erlangen zerstört werden. „*Durch das entstandene Wohlgefühl und durch das entstandene Wehgefühl war das Herz aufgewühlt worden.*“ So hat das Verlangen des Herzens, das durch gedankliche Hingabe an das Wohl (Blendung!) verstärkt wurde, ihn „in den Tod getrieben.“

Den Vorgang, wie das unbeherrschte Herz, das triebgelenk-

te Blendungs-Denken durch die gefühlsbesetzten Erfahrungen der unbeherrschten Sinnesdränge des Körpers aufgewühlt, gefesselt wird, beschreibt der Erwachte auch in anderen Lehrreden (M 138 u.a.):

*Hat da ein Mensch mit dem Luger... eine Form... gesehen,... so geht die programmierte Wohlerfahrungssuche der Formerscheinung nach, knüpft zu wohltuenden Formerscheinungen Verbindung an, bindet sich an, wird von wohltuenden Formerscheinungen fesselverstrickt.*

*Hat da ein Mensch mit dem Luger eine Form gesehen...- das heißt: Ist mit dem vom Lugerdrang besetzten Auge etwas „Äußeres“ erfahren worden, sind die Sinnesdränge, die Triebe des Wollenskörpers, berührt worden, dann ist das Erfahrene mit dem Gefühl zusammen in den Geist gekommen. Der Geist „weiß“ jetzt z.B.: „In dem Zimmer in der Nähe des Fensters liegt das interessante, vom Freund empfohlene Buch.“*

So geht die programmierte Wohlerfahrungssuche des unbeherrschten Blendungsgeistes, der zum Herzen mit Zuneigung, Abneigung, Blendung gehört, im Dienst der Triebe der Formerscheinung nach. Die programmierte Wohlerfahrungssuche ist die aus der bisherigen Erfahrung des Geistes von Wohltuendem, Unangenehmem, Uninteressantem hervorgegangene programmierte Wohlsuche und Wehflucht. Der Mensch denkt jetzt an das Buch, denkt darüber nach, denkt von dem Buch ausgehend an Weiteres. Er erinnert sich der Worte des Freundes, seines Kaufs im Geschäft, des Preises usw.

*...knüpft zu wohltuenden Formen Verbindung an:* Er hofft, das Lesen des spannenden Buches würde ihm wohltun, er liest es, und es tut ihm wohl. Jetzt „weiß“ der Geist: der Freund hatte recht: das Lesen des Buches tut „wohl“. Wenn er wieder einmal Langeweile hat, fällt ihm das Buch von allein - das heißt, ohne dass es ihm sinnlich vor Augen tritt - als wohltuende Lektüre ein, er denkt positiv an das Buch, und so bindet er sich an, *wird von wohltuenden Formen fesselverstrickt.* Fädchen für Fädchen wird der Blendungsgeist des unbe-

herrschten Herzens an das Buch gefesselt, immer fester wird die Gewöhnung an dieses Buch oder an diese Art Bücher.

Irgendwann taucht eine Erscheinung als für uns noch ganz neu auf. Wir erleben sie, ohne zu ahnen, dass wir in vorigen Existenzen schon damit in Beziehung standen und dass sie nur von daher auftaucht. Und nun empfinden wir bei der Begegnung mit dieser Erscheinung wieder ähnliche Wohlgefühle wie früher und pflegen unbeherrschten Körpers und unbeherrschten Herzens die uns angenehmen Beziehungen in den in D 15 beschriebenen Schritten:

1. Der Mensch sucht vom Durst getrieben nach Möglichkeiten der Erfüllung des Gewünschten.
2. Das Gewollte ist erreicht, tritt in Erscheinung.
3. Das Wohl wird auskosten (unbeherrschtes Herz: triebgelenktes Blendungs-Denken).
4. Es erfolgt gemütsmäßige Zustimmung zu dem als angenehm Wahrgenommenen (unbeherrschtes Herz: triebgelenktes Blendungs-Denken).
5. Der Mensch bindet sich daran (unbeherrschtes Herz: triebgelenktes Blendungs-Denken).
6. Er zählt es zu sich (unbeherrschtes Herz: triebgelenktes Blendungs-Denken).
7. Es kommen triebgelenkte Gedanken aus den Eigenschaften des unbeherrschten Herzens auf: Eigensucht, Selbstsucht, Geiz.
8. Aus unbeherrschtem Herzen folgt entsprechendes Handeln: Schützen, Festhalten, Sichern vor dem Zugriff anderer.
9. Zank, Streit, Blutvergießen, Krieg und viele unheilsame Dinge.

Betrachten wir diese neun Schritte im Einzelnen.

1. Der Durst, der bewusste Drang im Geist, sucht nach Möglichkeiten der Befriedigung (*pariyesana 1*) der Sinnesdränge, der Herbeiführung des Wohlgefühls durch Berührung der Triebe mit bestimmten Formen, Tönen usw. Das heißt, die im

Geist (- in den meisten Fällen im zum Herzen gehörigen Blendungs-Geist -) ausgebildete programmierte Wohlerfassungssuche geht den Formen nach, „*knüpft Verbindung an*“ mit den Sinnesdrängen angenehmen Formen, Tönen usw., führt also den Körper an das Gewünschte heran oder das Gewünschte an den Körper, so dass das Gewünschte erreicht wird (*labha - 2*).

Nun beginnt das Auskosten, „*Wohl ergründen*“ (*vinicchayo - 3*) des triebgelenkten Denkens, das immer wiederholte Genießen des Wohlgefühls, das Sich-im-Wohlgefühl-Baden. Dann erfolgt die gemütsmäßige Zustimmung im Geist, die Hinwendung des Willens, der von den Trieben gelenkt wird (*chandarāgo - 4*): „Dies ist das Schöne, das ich so gern habe, Tag und Nacht könnte ich es genießen.“ So denkt der Geist im Dienst der Triebe um das Schöne herum, und auf diese Weise bindet sich das triebgelenkte Denken an das Wohlgefühl (*ajjhosāna - 5*) und der Blendungs-Geist sagt: „Das mir Liebe gehört mir, ist mein“, zählt das gewohnt Gewordene, Geliebte zu sich, ergreift Besitz davon, hält es fest (*pariggaho, pariganhati = umgreifen - 6*); mag es sich handeln um Frau und Kind, Geld und Gut (S 3,20) oder um geistige Errungenschaften.

Dies Ergreifen, Zugewandtsein aber ist wie ein Schiefstehen, ein Geneigtsein zur einen Seite und damit Abgeneigtsein vom Gegenteil, ist nicht Unabhängigkeit und Freiheit, sondern Gebundenheit und Abhängigkeit.

Was wir unbeherrschten Körpers und unbeherrschten Herzens aus der Kette der Begegnungswahrnehmungen aufmerksam ins Auge fassen, was wir mit Herzensanteilmahme im Geist pflegen und betreiben, das arbeiten wir nicht nur als „Objekt“ heraus (*papañceti*), sondern dem verbinden wir uns immer stärker. Die Verstrickungen, die Triebe, Verjochungen des Herzens entstehen und werden verstärkt auf keinem anderen Wege als der weiteren Pflege der geschaffenen Verbindung, d.h. aus einem weiteren Betrachten und positiven Bewerten dessen, womit Herz und Geist sich verbunden fühlen, woran sich der Geist durch Beachtung gebunden hat, ange-

jocht hat.

Das heißt: Einerseits sind die den Ich-Eindruck bewirkenden Triebe des unbeherrschten Herzens verstärkt worden, ist eben ein Bezug mehr entstanden bzw. der vorhandene verstärkt worden; und andererseits ist gleichzeitig die (vorgestellte) Umwelt in bestimmter, deutlicherer Weise gegenübergestellt, begehrenswerter geworden: jenes Objekt, das häufig bedacht und betrachtet wurde, bedeutet nun etwas „für mich“, gehört nun „zu meiner Welt“ und mag daher nicht mehr entbehrt werden. So entsteht durch wiederholtes Denken nicht nur ein Joch, eine Bindung von „innen“ nach „außen“; sondern „innen“ und „außen“ werden dadurch erst geschaffen oder verstärkt und einander gegenübergestellt. Und all das geschieht gleichzeitig dadurch, dass bei dem Vorüberziehen der „selbstgeschmiedeten“ Kette der Begegnungswahrnehmungen wegen des unbeherrschten Körpers und Herzens von den Vorstellungsbildern etwas erwartet wird, sie begrüßt und anerkannt werden und festgehalten werden. Weil Geist und Triebe sich mit dem Geliebten identifizieren, weil sich der Mensch mit allen Fasern seines Herzens daran hängt, darum will er es für sich behalten, gegen den anderen abgrenzen, und so entsteht in ihm Eigensucht, Selbstsucht, Geiz (*macchāriya* - 7). Er will allein genießen, die Bedürfnisse der anderen interessieren ihn nicht: „Jeder ist sich selbst der Nächste“, „erst komm‘ ich“, „mir gibt auch keiner“.

Mit dem Geiz verbunden ist das Schützen und Abriegeln der Schätze vor anderen (*ārakkho* - 8), Geld und Gut wird gründlich gesichert. Über die Liebe von geliebten Personen wird eifersüchtig gewacht.

Solange aber die Schätze vor anderen geschützt und verteidigt werden, so lange gibt es Zank und Streit, Lug und Trug, wenn das von mir Geliebte auch von anderen begehrt wird. Und wenn dieser Zank und Streit sich ausweitet auf ganze Menschengruppen, dann kommt es zu Blutvergießen und Krieg und vielerlei unheilsamen Dingen. (9)

Der Erwachte sagt, dass sich der unbeherrschte Blendungs-



geist des Herzens auf Grund des unbeherrschten Körpers von der Geburt an durch die Erfahrung von wohlthuenden Begegnungen an die Dinge bindet. Die wohlthuenden Begegnungen sind solche, nach denen die Triebe einen Sog haben, der - solange ungestillt - als Leiden empfunden wird und dessen vorübergehende Aufhebung als Wohl empfunden wird, obwohl es eine Empfindung von der Art des Kratzens und Ausbrennens der Wunden eines Aussätzigen ist.

Auch wenn der Mensch ein Wehgefühl mit triebgelenkten Gedanken zornig abweist, dann hat er die Triebe unter den gegebenen Umständen bestmöglich befriedigt. Wenn „ich mich“ beleidigt fühle und wehre mich stark dagegen, dann habe ich den großen Schmerz, den die Beleidigung verursacht, gemindert, dann habe ich mich erleichtert, auch das ist Befriedigung. So ist Befriedigung die geistige, gemüthafte, triebgelenkte Hingabe an das Wohlgefühl oder die Hingabe an die Abwehr von Wehgefühl seitens des Blendungs-Geistes des unbeherrschten Herzens; sie macht den Menschen abhängig von den Erlebnissen, wie es der Erwachte auch in der 38. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“ ausführlich schildert:

*Hat der unbelehrte Mensch mit dem Luger eine Form gesehen (mit dem Lauscher einen Ton gehört usw.), so ist er erfreut über die den Trieben angenehmen Formen und verabscheut die den Trieben unangenehmen Formen. Ohne Beobachtung der Sinnesdränge des Körpers (anupatthita kāya sati) verweilt er beschränkten (verblendeten) Gemütes, und nichts weiß er von Gemüteserlösung, Weisheitserlösung, wo üble, unheilsame Eigenschaften restlos aufgelöst sind. So fällt er der Befriedigung und Unbefriedigung anheim; und was für ein Gefühl er auch fühlt: ein freudiges, leidiges oder weder freudiges noch leidiges, auf dieses Gefühl setzt er (abhinandati), darum denkt er herum (abhivādati), daran ist er gebunden (ajjhosāya titthati - Blendungsgeist des unbeherrschten Herzens). Dadurch, dass er auf dieses Gefühl setzt, darum herumdenkt, daran gebunden ist, erhebt sich ihm Befriedigung. Diese Be-*

*friedigung bei den Gefühlen, das ist Ergreifen. Ergreifend denken, reden und handeln die Wesen und schaffen sich damit ihr Schaffsal, die Ernte ihres latenten Wirkens (bhava). Durch Schaffsal bedingt ist Geborenwerden; durch Geborenwerden bedingt ist Altern und Sterben, Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung, und so geschieht dieser gesamten Leidensanhäufung Fortsetzung.*

In einer anderen Lehrrede vergleicht der Erwachte die Befriedigung bei den die Triebe fesselnden Erscheinungen - bei den fünf Zusammenhäufungen - seitens des unbeherrschten Herzens mit dem Brennen einer Öllampe und das Handeln in Befriedigungsabsicht (Ergreifen -*upādāna*) mit dem Nachfüllen von Öl (S 12,53):

*Wo bei den Erscheinungen der Anblick von deren Wohltat gepflegt wird (Blendung des Herzens), da wächst der Durst. Durch Durst bedingt ist Ergreifen (*upādāna*). Durch Ergreifen bedingt ist Schaffsal (*bhava*), Geborenwerden, Altern und Sterben. So geschieht dieser gesamten Leidenshäufung Fortsetzung. - Gleichwie, ihr Mönche, durch Öl und Docht bedingt, eine Öllampe brennt - würde da ein Mensch von Zeit zu Zeit Öl nachfüllen und den Docht anheben, so würde, ihr Mönche, die so ernährte, so ergreifende (*upādāna*) Öllampe immer weiter brennen. So auch muss da, wo bei den Erscheinungen der Anblick von deren Wohltat gepflegt wird, der Durst wachsen. Durch Durst bedingt ist Ergreifen; durch Ergreifen bedingt ist Schaffsal, Geborenwerden, Altern und Sterben. So geschieht dieser gesamten Leidenshäufung Fortsetzung.*

### Beherrschtes Herz

*Wie aber ist man beherrschten Körpers und beherrschten Herzens? Da entsteht einem belehrten Heilsgänger ein Wohlgefühl. Durch dieses Wohlgefühl wird er nicht wohlbegierig und verfällt nicht der Wohlhingabe und Wohlsucht. Nun vergeht ihm dieses Wohlgefühl, und*

*durch dessen Schwinden entsteht ein Wehgefühl. Durch dieses Wehgefühl wird er nicht traurig, elend, jammert nicht, schlägt sich nicht weinend an die Brust, gerät nicht in Verzweiflung.*

*Bei diesem Menschen ist nun durch das entstandene Wohlgefühl das Herz nicht aufgewühlt worden infolge der Beherrschung des Körpers und ist durch das entstandene Wehgefühl das Herz nicht aufgewühlt worden infolge des beherrschten Herzens. - Bei wem nun auf diese Weise doppelseitig durch das aufgestiegene Wohlgefühl das Herz nicht aufgewühlt ist (wegen beherrschten Körpers) und durch das aufgestiegene Wehgefühl das Herz nicht aufgewühlt ist (durch Beherrschung des Herzens), der ist nun beherrschten Körpers und beherrschten Herzens.-*

Darauf erwiderte Saccako:

*Ich glaube, der Erwachte beherrscht den Körper und das Herz.-*

Wenn sich der Übende in unserem Beispiel von der Ausnahmesituation eines angenehmen Besuches anlässlich des aufgenommenen Wohlgefühls sagt: „Diese besonderen Umstände des Besuches sind nicht mein normales Leben. Das jetzt empfundene Wohl hört bald wieder auf, ich will mich an diesen Sonderzustand nicht gewöhnen“, dann gibt er sich dem Wohlgefühl nicht hin, setzt nicht darauf in dem Bewusstsein, dass das jetzt erlebte Angenehme eine Ausnahmesituation ist. So wird das Herz nicht aufgewühlt. So steht der Geist nicht im Dienst der Triebe. Der auf die weitere Zukunft gerichtete Geist hat das Herz gebändigt, beherrscht, so dass es den Einsichten des Geistes folgt und nicht enttäuscht und traurig ist, wenn die Ausnahmesituation aufhört. Wenn die Einsichten des Geistes rechtzeitig zur Verfügung stehen, dann ist der Mensch beherrschten Herzens (*bhāvita citta*).

Der seine triebgelenkten, gefühlsgetränkten Gedanken be-

obachtende Mensch kann also den triebautomatischen Ablauf unterbrechen und der gedanklichen Zu- und Abwendung seines Gemüts (*ceto*) eine andere Richtung geben. Er kann, wenn er durch Überlegung erkennt, dass ihm die betreffende Sache zwar sympathisch, aber aus irgendwelchen Gründen doch schädlich ist - durch diese Einsicht die Triebgedanken und die sie begleitenden Gefühle verändern: die Vorstellung des Schadens einer als angenehm empfundenen Sache kann zu innerem Befremden und zur Abwendung von der sympathischen Sache führen.

Diese Einsicht von der Schädlichkeit der Begehrlichkeit hat eine neue Wahrnehmung erzeugt - eben die Wahrnehmung der Einsicht, dass das Wohl und das gefühlsgeladene denkerische Kreisen um das Wohl schädlich ist. Ist aber die Befriedigungsgewohnheit sehr stark, dann braucht der Geist eine viel stärkere Einsicht von der Gefahr der Triebe, um sie zu überwinden. Auch der Kenner der Lehre kann es nicht verhindern, dass z.B. in dem Augenblick, in dem er beleidigt wurde, Wehgefühl aufkommt und damit sofort je nach Veranlagung die die triebgelenkten Gedanken begleitenden Gefühle der Trauer, des Ärgers, der Abwendung („unbeherrschtes Herz“). Aber nun wird in ihm ein Einspruch laut: „Vorsicht, das ist ja Abwehr, Abwendung!“ Wie kommt er zu diesem Einspruch? Er hat schon häufig gedacht: „Unbeherrschte triebgelenkte Gedanken der Abwehr schaffen in mir eine üble, dunkle Art, und entsprechend dieser meiner üblen dunklen Art wird mein Ergehen sein in diesem und im nächsten Leben. Unausweichlich kommt es auf mich zu, dass ich aus dieser Welt fort muss, dass ich diesen Raum verlassen muss. Da geht es darum, dass ich schon jetzt auf die richtige Tür zugehe, die ins Helle führt.“ Diese Gedanken hat der Kenner der Lehre immer wieder gepflogen, hauptsächlich in neutralen Zeiten, in denen sein Denken relativ frei war von den Objekten der Zuneigung und Abneigung, und er hat diese Gedanken angeknüpft, assoziiert an die verblendeten triebhaften Gedanken des unbeherrschten Herzens, der Aversion und Aggression, der Abwendung und

Gegenwendung, die er ja oft bei sich erlebt hat.

Das rechte Vorwärtskommen ist abhängig davon, ob man die guten Gedanken, die man hörend oder lesend aufgenommen hat, in Beziehung setzt zu seinen Schwächen, zu den triebgelenkten Blendungs-Gedanken, dem „unbeherrschten Herzen“ in den Augenblicken der inneren Gefährdung, damit man nicht zu Zeiten der andrängenden Begehungen und Ablehnungen alles Aufgenommene wieder vergisst. Der richtig Assoziierende stellt sich seine triebgelenkten Blendungs-Gedanken in einer vergangenen, für ihn gefährlichen Situation vor. Entspricht diese nicht seinen besseren Maßstäben, so führt er sich vor Augen, welche Gemütsverfassung besser gewesen wäre und weshalb. Findet er sich später bei triebgelenkten Blendungsgedanken und den durch sie aufkommenden Gefühlen, wie Neid, Hass, Ärger oder Zorn usw., dann steigt das daran angeknüpfte Denken mit auf, und er wird wach in dem Gedanken: Jetzt kommt es darauf an, jetzt will ich mich richtig einstellen. Je öfter und unbeirrter der Kenner der Lehre immer wieder in der richtigen Weise assoziiert, um so stärker drängt sich die rechte Anschauung bei den jeweiligen Situationen heran und verdrängt die triebgelenkten Gedanken. So ist der Übende beherrschten Herzens.

### Das Gleichnis von der Drehscheibe

An einem Gleichnis sei die Beherrschung des Herzens, der triebgelenkten Gedanken, noch einmal erläutert: Stellen wir uns eine Lokomotivhalle vor und davor eine Drehscheibe, von der Schienen in alle Richtungen ausgehen. Fährt eine Lokomotive aus der Halle, so besteht die Möglichkeit, entweder über die Drehscheibe hinaus, so wie sie gerade steht, auf der anschließenden Schiene weiter in die Landschaft zu fahren oder auf der Drehscheibe anzuhalten, diese auf ein bestimmtes anderes Schienenpaar zuzudrehen und, wenn sie den Anschluss an die gewünschten Schienen gewonnen hat, darauf weiterzufahren.

Das Herauskommen der Lok aus der Halle ist Gleichnis für eine gefühlsbesetzte Wahrnehmung, ein Erlebnis, dem eine angenehme oder unangenehme oder gleichgültige Berührung der Sinnesdränge vorausgegangen ist. Die Ankunft auf der Drehscheibe ist ein Gleichnis für die den Wohl- oder Wehgefühlen der Sinnesdränge folgenden triebgelenkten Gedanken („das unbeherrschte Herz“). Die Drehscheibe nicht bewegen, sondern in der gleichen Richtung in die Landschaft weiterfahren, ist ein Gleichnis dafür, dass das angenehme, wohltuende Erlebnis spontan gedanklich bejaht wird. Der Mensch folgt freudig dem Wunsch, es zu genießen, oder folgt bei einer unangenehmen Erfahrung der Sinnesdränge den triebgelenkten, verblendeten Gedanken der Abwehr oder Gegenwendung oder gar ärgerlicher, streithafter Erwiderung. Das Anhalten auf der Drehscheibe dagegen bedeutet, dass sich bessere Einsichten und Absichten im Geist melden und zu einem besseren Willen rufen, so dass größte Hemmung entsteht, in der gleichen Richtung weiterzufahren. Selbst wenn es nicht gelingt, in der zur Verfügung stehenden kurzen Zeit zu besseren Gedanken zu kommen, so kann der Übende dennoch - einfach weil er es sich immer wieder vorgenommen hat - seine ursprüngliche reaktive Absicht aufgeben und zu einer relativ besseren Handlung kommen, d.h. die Drehscheibe etwas drehen und nun in anderer Richtung weiterfahren.

Die Drehscheibe ist ein Gleichnis für die Möglichkeit der Willenswendung. Menschen, die an sich selbst Forderungen stellen, erinnern sich ihrer bei angenehmen oder unangenehmen Erlebnissen. Und obwohl sie spontan triebgelenkte Blendungs-Gedanken haben, besinnen sie sich auf ihre besseren Einsichten, wenden sich von dem spontanen Triebwillen ab und handeln dann mehr oder weniger entsprechend ihren Vorsätzen. Das ist die Betätigung der Drehscheibe, das ist „beherrschtes Herz“. - Die Schienenstränge in die verschiedenen Fahrrichtungen sind ein Gleichnis für das Reden und Handeln der Wesen.

Ununterbrochen kommen bei dem normalen Menschen

durch die Erfahrungen der Sinnesdränge Gefühle und Wahrnehmungen auf (die Lokomotiven fahren aus der Halle heraus). Gefühl und Wahrnehmung sind unlöslich miteinander verknüpft (*was man fühlt, das wird wahrgenommen – M 18*).

*Dem Wohlgefühl haftet die Neigung der Zuwendung an, dem Wehgefühl die Neigung der Abwehr (M 44)*: Die jeweiligen triebgelenkten Blendungs-Gedanken entsprechen immer der gefühlsbesetzten Wahrnehmung: Die Wahrnehmung „eine schöne Sache“ bewirkt auch sofort den Triebgedanken, sie genießen zu wollen, und die Wahrnehmung von Wehe bewirkt sofort den Triebgedanken des Ablehnens. Die Drehscheibe „triebgeleitete Blendungs-Gedanken“ („unbeherrschtes Herz“) nimmt also zuerst automatisch die Lokomotive auf, d.h. übernimmt die mit Gefühl besetzte Wahrnehmung. Das ist die natürliche Reaktion bei jedem Menschen und jedem Tier; aber während wegen eines Wohlgefühls triebgeleitete Blendungs-Gedanken der Zuwendung aufkommen, kommt bei dem sich Mühenden das in neutralen Zeiten an diese Wahrnehmung geknüpfte assoziierte Erwägen und Überlegen auf: „Ist diese Zuwendung richtig, bringt sie mich ins Helle? Mache ich, indem ich ihr folge, einen Rückschritt oder gewinne ich durch sie?“ Was wir je an Gedanken an eine Situation angeknüpft haben, das steht uns in solchem Fall auch zur Verfügung und lässt die Drehscheibe erzittern und schwanken. Sie mag sich zuerst von der anfangs eingeschlagenen Richtung abbringen lassen. Dann kommt aber oft die triebgeleitete Erwägung („unbeherrschtes Herz“) auf: „Aber auf das Schöne verzichten? Nein!“ Dann dreht sich die Scheibe wieder in die alte Richtung.

### Das Leiden gegenwärtig halten

Wir können nicht verhindern, dass wegen der uns innewohnenden Neigungen bei den verschiedenen Anlässen triebgeleitete begehrliche oder übelwollende Blendungs-Gedanken in uns aufkommen, aber wir können durch den Einsatz unseres

Geistes, unserer Denkinhalte die Scheibe verstellen, indem wir die gerade aufgekommenen triebgelenkten Gedanken des Begehrens und der Ablehnung („unbeherrschtes Herz“) merken und dann negativ bewerten und sie damit mindern und abschwächen. In jedem Augenblick werden wir herausgefordert durch irgendeine gefühlsbesetzte Wahrnehmung, und solange noch Triebe vorhanden sind, melden sich die triebgelenkten Gedanken der Zuwendung oder Abwendung sofort. Da kommt es nun darauf an, dass wir in neutralen Zeiten öfter die Schädlichkeit triebgelenkter, verblendeter Gedanken bedacht und an die jeweiligen Situationen angeknüpft haben, in denen die Triebe üblicherweise gereizt werden, damit uns im Augenblick der Gefährdung und des Zwiespalts die Schädlichkeit der Blendungs-Gedanken leuchtkräftig vor Augen steht. In solchen Situationen wäre ein bloßer Willensentschluss machtlos; nur etwas, wovon wir deutlich erkannt haben, dass es in Leiden, in Elend führt, können wir nicht positiv bedenken und auch nicht tun wollen. Sehen wir aber nur vordergründig, dass uns ein übler Gedanke befriedigt und wohl tut, dann haben wir keine Veranlassung, diesen Triebgedanken aufzugeben. Hat ein Mensch nur Sinn für das vor Augen Liegende und denkt nicht an die weiteren Folgen, an sein späteres Ergehen, so wird er kurzsichtig und falsch handeln und Entsprechendes erleben.

Die Überwindung der Blendungs-Gedanken des unbeherrschten Herzens durch Gegenwärtighalten des Leidens schildert der Erwachte in einer anderen Lehrrede (M 101) an einem Beispiel. Da überlegt der Übende:

*Wenn ich mir die Leidensursache vor Augen halte, dann ist durch diese Vorstellung die Sucht abwesend; und wenn ich gar bezüglich dieser Leidensursache zu völligem Gleichmut gekommen, diesen gewonnenen Gleichmut pflege, so wird die Sucht endgültig überwunden. So übt er nun die Vorstellung jener Leidensursache, wodurch die Sucht zuerst während des Mühens abwesend ist, bis er durch völlige Suchtfreiheit zum vollen Gleichmut gekommen ist, den er nun pflegt.*



*Gleichwie etwa, ihr Mönche, wenn ein Mann in eine Frau verliebt wäre, sein Herz in Liebe an sie gebunden wäre, heftig nach ihr verlangte, sie heftig ersehnte. Der sähe diese Frau, wie sie mit einem anderen Mann zusammensteht, mit ihm scherzt und lacht. Was meint ihr wohl, Mönche, würde da etwa in dem Mann, der jene Frau mit einem anderen Mann stehen und reden und scherzen und lachen gesehen hätte, Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung aufsteigen?- Gewiss, o Herr. -Und warum das? - Der Mann, o Herr, ist ja in jene Frau verliebt, sein Herz ist in Liebe an sie gebunden, er verlangt sie heftig, ersehnt sie heftig. Hat er nun die Frau mit einem anderen Mann zusammen stehen und mit ihm reden und scherzen und lachen sehen, so steigt ihm deswegen Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung auf. -*

*Aber der Mann, ihr Mönche, gedächte bei sich: „Ich bin in jene Frau verliebt, mein Herz ist in Liebe an sie gebunden, ich verlange sie heftig, ersehne sie heftig. Und weil ich jene Frau mit einem anderen Manne stehen und reden und scherzen und lachen gesehen habe, darum steigt mir Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung auf. Sollte ich nicht das Verlangen, die Liebe zu jener Frau aufgeben?“ Und es gelänge ihm, das Verlangen, die Liebe zu jener Frau aufzugeben. Nach einiger Zeit sähe er die Frau mit einem anderen Mann stehen und reden und scherzen und lachen. Was meint ihr wohl, Mönche, würde da etwa dem Mann, der jene Frau mit einem anderen Mann stehen und reden und scherzen und lachen gesehen hätte, Wehe, Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung aufsteigen? - Gewiss nicht, o Herr. - Und warum nicht? - Der Mann, o Herr, ist ja in jene Frau nicht mehr verliebt. Hat er nun die Frau mit einem anderen Mann stehen und reden und scherzen und lachen sehen, so steigt ihm darüber nicht mehr Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung auf. -*

*Weiter sodann, ihr Mönche, überlegt der Mönch: „Lebe ich nach meinem Behagen, so mehren sich bei mir die unheilsamen Eigenschaften und mindern sich die heilsamen. Halt ich mir aber das Leiden gegenwärtig, so mindern sich bei mir die*

*unheilsamen Eigenschaften und mehren sich die heilsamen. Wie wenn ich mir nun das Leiden gegenwärtig hielte?“ Und indem er sich das Leiden gegenwärtig hält, mindern sich bei ihm die unheilsamen Eigenschaften und mehren sich die heilsamen. Und späterhin hält er sich das Leiden nicht mehr gegenwärtig. Und warum nicht? Warum da, ihr Mönche, der Mönch sich das Leiden gegenwärtig gehalten hatte, diesen Zweck hat er erreicht, darum hält er sich späterhin das Leiden nicht mehr gegenwärtig.*

„Die Leidensursache“ sind die sinnlichen Triebe des Herzens, die Sinnesdränge des Körpers, die, wie in dem Beispiel des Erwachten beschrieben, leidige Gefühle auslösen, wenn die geliebte Frau einem anderen Mann zugetan ist. Der Übende zieht in dieser Lehrrede seine Aufmerksamkeit von den Sinnesobjekten „Frau/anderer Mann“ ab und achtet darauf, was bei ihm an Gefühlen und Neigungen aufsteigt. Er ist sich der Sinnesdränge bewusst und erkennt, dass sie es sind, die das Leiden verursachen, nicht die Wahrnehmung der „untreuen Frau“ oder „des Verführers“, denn als er die Triebe, die Neigung zu dieser Frau als Leidensursache durchschaut und aufgehoben hatte, kamen, bei der gleichen Wahrnehmung, keine Wehgefühle mehr auf. Die Sinnesdränge, die sinnlichen Triebe des Herzens, sind die Leidensursache, die es zu durchschauen gilt. Der Erwachte vergleicht sie mit kahlen Knochen, an denen ein Hund nagt und doch nicht satt wird (M 54); genauso sei es mit den sinnlichen Trieben: Auf Entfernung lockten die Dinge, „dufteten“ und betörten wie dieser Knochen, aber wenn man zugreift, dann sättigten und befriedigten sie im Grunde nie.

*Lebe ich nach meinem Behagen, sagt der Erwachte, - lebe ich lässig dahin, dann mehren sich die unheilsamen Dinge.* Wenn der Mensch den Verlockungen der Sinnensucht folgt, dann erntet er Leiden. Er sagt (M 105), dass jede Lust wie das Genießen einer Speise ist, die verlockend aussieht, wunderbar duftet und köstlich schmeckt, aber vergiftet ist. Das Gift ist mit

in der Speise. Jeder Genuss bringt unweigerlich das entsprechende Leiden mit sich. Wer die Speise als Speise genießt, der hat ergriffen, hat sein Bedürfnis nach solchen Dingen gemehrt. In dem Maß, wie der Mensch sein Bedürfnis nach der Speise gemehrt hat, ist er weniger geneigt zum Streben, zum Gegenwärtighalten der rechten Anschauung; in dem Maß ist er lässig, neigt auch sonst zum Begehren; und wenn ihm einer begegnet, der ihm nicht passt, neigt er zum Sichgehenlassen, zum Ärger, zu Wut und Zorn. Es geht um die Grundhaltung: leichtsinnig, lässig, sich gehenlassen, in den Tag hineinleben oder die leidigen Folgen der Sinnensucht bedenken.

Indem der Übende die leidigen Folgen der leidigen Dinge durchschaut, wird er nicht etwa traurig und bedrückt, sondern umgekehrt: Er wird immer freier, immer fröhlicher, immer heiterer, denn er sieht, dass er diesen ganzen Leidensbereich endlich kennt und verlässt, aus dem Sumpf heraussteigt. Das macht frei und froh. Die Menschen, die sich das Leiden nicht gegenwärtig halten, gehen dadurch in die leidigen Existenzen und Leben hinein. Die Menschen, die die leidigen Folgen der leidigen Dinge bedenken, kommen dadurch aus dem Leiden heraus. Das ist die Anstrengung, die fruchtbar ist, die nicht endlos ist wie die Mühen des Samsāra. Denn wenn dereinst das Ergreifen aufgehoben ist, ist das Betrachten des leidigen Charakters der Dinge nicht mehr nötig, so wie nach einem Gleichnis des Erwachten (M 101) Pfeilspitzen, wenn sie gerade sind, nicht mehr im Feuer gerade gebogen werden müssen.

### Akute und chronische Wirkung der Betrachtung

Sieht ein Mensch durch die Belehrung des Erwachten deutlich das Leiden der sinnlichen Triebe und empfindet er durch die Tugend, die Übung in der sanften Begegnung, in der liebenden, aufmerksamen Zuwendung zu dem jeweils begegnenden Mitwesen eine Sicherheit und Wärme, die ihm bei objektivem Urteil bleibenderes Wohl bringt als alles vergängliche, trügerische sinnliche Wohl, dann hat er die Voraussetzung, um sich

davon abzuwenden in der durchschauenden Betrachtung, die, wie die zitierte Lehrrede M 101 zeigt, eine akute und eine chronische Wirkung hat: In dem Augenblick, in dem das Bild von den gefährlichen und leidigen Folgen der sinnlichen Triebe überzeugend vor Augen steht, führt sie zu einem den Trieben entgegen gerichteten Willen (*Wenn ich mir die Leidensursache vor Augen halte, dann ist durch diese Vorstellung die Sucht abwesend*). In diesem Augenblick übertönt die starke Einsicht in die leidigen Folgen manchmal völlig den triebhaften Wunsch, man vergisst ihn und handelt dem Trieb entgegengesetzt; dann mag es einem scheinen, als sei dieser Trieb völlig überwunden, worüber man vielleicht sehr erfreut und erleichtert ist. - Am anderen Tag aber erlebt derselbe Mensch oft, dass er in derselben äußeren Situation sich wieder ganz im Sinne der für überwunden gehaltenen Triebe entschieden hat. Dann mag es ihm scheinen, als sei dieser Trieb gar nicht verändert, und er mag darüber sehr betrübt und beklommen sein. Ein solcher hat die Wirkung der negativen Bewertung der sinnlichen Triebe zuerst überschätzt, da er meinte, jene Triebe seien ganz vernichtet, und er hat die Wirkung nachher unterschätzt, da er dann meinte, die Triebe beständen noch in der alten Kraft; beides stimmt nicht.

Wenn sich auf einer Waagschale ein Gewicht befindet und man wirft ein halb so schweres Gewicht auf die andere Waagschale, dann neigt sich die Schale mit dem leichteren Gewicht für kurze Zeit nach unten, und es sieht so aus, als ob diese Schale schwerer, die andere leichter wäre. Hernach aber senkt sich und bleibt gesenkt die Schale mit dem wirklich schweren Gewicht, und man merkt der Waage dann die Anwesenheit des leichteren Gewichtes nicht an. - Wenn man in einem See an einer Stelle eine große Menge Milch ausgießt, dann sieht der See dort zunächst so aus, als bestünde er nur aus Milch. Am anderen Tag aber sieht er aus, als wäre überhaupt keine Milch in ihm. So gewinnt man bei der Waage wie auch bei dem See immer einen falschen Eindruck von den wahren Wirkungen: zuerst überschätzt man sie, und hernach unterschätzt man

sie; genauso verhält es sich mit den sinnlichen Trieben.

Wenn wir bedenken, dass wir bei unserer Geburt schon ein mehr oder weniger starkes vielseitiges Gewoge von sinnlichen Neigungen mitbringen und dass dieses im Lauf des Lebens dauernd durch positive Bewertungen gemehrt, durch negative Bewertungen gemindert wird, so ist zu verstehen, dass die Kraft der Sinnensucht in der Regel durch eine negative Bewertung nicht sogleich aufgehoben, sondern lediglich etwas gemindert wurde. So ist durch eine solche anschauungsbedingte negative Bewertung zwar der momentane Wille - ein akuter Vorgang - völlig umgekehrt worden (und von daher kommt die Überschätzung der Wirkung), ist aber die mehr oder weniger durchgängige geistige Neigung des Triebs nur etwas geschwächt, aber noch nicht aufgelöst worden. Diese relativ geringe, aber tatsächliche Abschwächung des Triebs übersieht man, daher unterschätzt man die Wirkung der negativen Bewertung.

Aber so wie das Wasser des Sees etwas milchiger geworden ist - und zwar genau entsprechend den Mengen von Wasser und Milch - so auch wird jeder Trieb durch jede negative Bewertung doch etwas schwächer - und zwar genau entsprechend den Kräften von Trieb und negativer Bewertung. Und so muss die aus der Anschauung der leidigen Folgen hervorgehende fortgesetzte negative Bewertung auf die Dauer unbedingt zur Aufhebung der Sinnensucht führen (*„und wenn ich gar, bezüglich dieser Leidensursache zum völligen Gleichmut gekommen, diesen gewonnenen Gleichmut pflege, so wird die Sucht endgültig überwunden“* = die chronische Wirkung der rechten Anschauung).

Beherrschung des Körpers = Zügelung der Sinnesdränge

Die Zügelung der Sinnesdränge geschieht aus der tiefen Überzeugung von der Gefährlichkeit der sinnlichen Wohlgefühle, um die der triebgelenkte Blendungs-Geist, das „unbeherrschte Herz“ kreist. *Wer unbeherrschten Körpers ist, ist auch*

*unbeherrschten Herzens*, sagt der Erwachte. Das bedeutet: Wer den fünf Sinnesdrängen freien Lauf lässt, der folgt den jeweiligen Anziehungen und Abstoßungen, er umkreist das von ihm Erfahrene zwangsläufig auch im Denken und ernährt die sinnlichen Triebe durch seine Freude über das Erfahrene. Er folgt seinem triebgelenkten Blendungs-Denken und verstärkt damit die Fesselung an die Sinnendinge. Er ist unbeherrschten Körpers und unbeherrschten Herzens.

Von Natur aus sind wir alle unbeherrschten Körpers, unbeherrschter Sinnesdränge, und eben darum wird in allen Religionen darauf hingewiesen, dass die Sinnensucht eine Krankheit ist und dass die Gesundheit, das Heil, nur durch Überwindung dieser Krankheit, durch Beherrschung des Körpers, der Sinnesdränge, erreicht werden kann.

Wer weiß: Alles Erlebte ist Ernte früheren Wirkens, der Körper erscheint nur als Folge der Sinnensüchtigkeit, und jetzt ist er das Werkzeug, an dem man die Sinnensüchtigkeit wieder zurücknehmen kann, dem geht es darum, den Körper zurückzuhalten, nicht weiter die Objekte zur Berührung zu bringen in dem Bewusstsein, dass sonst die Triebe des Herzens immer stärker werden und damit wieder Körper angelegt werden, die immer wieder sterben. Den Körper zurückhalten, bedeutet zunächst einmal: nicht alles sehen, hören, riechen usw. Zwar kann man nicht mit versperrten Sinnen durch die Welt gehen, aber man muss darauf achten, durch welche Sinneseindrücke das Begehren gereizt wird, denn dadurch wird das Herz aufgewühlt, die Blendung verstärkt. Da eben im Körper die Sinnesdränge hellwach lungern und lauschen und aufnehmen wollen, darum muss der Übende diesen Körper, in dem diese wilden Tiere, die Dränge in den Sinnesorganen, lungern und *an den Toren rütteln*, zurückhalten und sich das Elend und die Entrinnung vor Augen halten, um die Blendung gar nicht erst entstehen zu lassen.

Der Wortlaut der vom Erwachten den Ordensangehörigen empfohlenen Sinnenzügelung (z.B. in M 27, M 38, M 39 u.a.) ist:

*Hat der Mönch mit dem Luger eine Form erblickt, mit dem Lauscher einen Ton gehört, mit dem Riecher einen Duft gerochen, mit dem Schmecker einen Geschmack geschmeckt, mit dem Taster eine Tasting getastet, mit dem Geist ein Ding erfahren, so beachtet er weder die Erscheinungen noch damit verbundene Gedanken (Assoziationen). Da Begierde und Missmut, üble und unheilsame Gedanken den, der die Sinnesdränge nicht bewacht, gar bald überwältigen, so übt er diese Bewachung, wacht aufmerksam über die Sinnesdränge.*

Die Zügelung der Sinnesdränge wird meistens übersetzt: „*Hat er mit dem Auge eine Form gesehen, mit dem Ohr einen Ton gehört usw.*“ Wir haben schon mehrfach darüber geschrieben, dass die Pāliworte nicht auf die Organe: Auge, Ohr usw. hinweisen, sondern auf die inneren Dränge: das Verlangen nach Sehen, Hören usw. Der Erwachte vergleicht diese Sinnesdränge (*indriya*) mit sechs Tieren, deren jedes zu dem von ihm geliebten Objekt hindrängt.

*Er beachtet nicht die Erscheinung noch damit verbundene Gedanken* - das bedeutet: er folgt den vordergründigen Sinneseindrücken weder mit zustimmendem Denken, wenn sie ihm ein Wohlgefühl bereiten, noch mit ablehnendem Denken, wenn sie ihm ein Wehgefühl bereiten. Er umspinnt nicht die Sinneseindrücke mit wiederum gefühlübergossenen Gedankenassoziationen, die an das Wahrgenommene angeknüpft werden, wodurch Begierde bei Erlangen und Traurigkeit, Missmut bei Nichterlangen des Gewünschten fortgesetzt wird.

Aus der vollendeten Tugenderhellung verspricht der Erwachte dem Mönch das Wohl der Unbedrohtheit - und das bedeutet Freiheit von Furcht und Beklemmung vor etwaigen künftigen Schicksalen. Aber aus der Übung der Zügelung der Sinnesdränge, wenn sie zur Beruhigung der Sinnesdränge geführt hat, verspricht der Erwachte dem Mönch ein „unge-trübtes Wohl“, und das bedeutet die endgültige Überwindung dessen, was nach Aussage des Erwachten und nach unserer eigenen Erfahrung ununterbrochen aufkommt, wenn man die

Süchtigkeit weiterhin nach außen rasen lässt, nämlich: Begehren und Missmut, üble, unheilsame Gedanken.

Das Anbränden von Sinnensucht und bei Nichterfüllung von Missmut ist auch von dem in Tugend Entwickelten so lange nicht zu vermeiden, als die sechs Dränge noch wie wilde Tiere nach außen drängen. Ist aber das Nach-außen-Drängen überwunden, so ist auch eine starke Beruhigung dieses ständigen Wechsels zwischen Suchtanwandlungen und Missmut oder Verdrossenheit und damit eine große innere Befriedigung eingetreten, die zur Nichtwiederkehr führt.

Von dem auf dem Heilsweg Fortgeschrittenen heißt es, dass ihm bei dem Angenehm-Unangenehm-Bewegtsein Erschrecken, Entsetzen, Abscheu ankomme. (M 152) Er hat stark das Leitbild des Gleichmuts in sich entwickelt, hat sich schon so sehr daran gewöhnt, dass er sich der Zustände des Ungleichmuts, also des Angezogeneins oder Abgestoßenseins geradezu schämt. Er weiß viel besser als der Anfangende, was Samsāra und Nirvāna ist, er ist dem Nirvāna erheblich näher gekommen und hat darum um so mehr Abscheu vor dem Ausgeliefertsein an den Samsāra, dem Immer-wieder-Geborenwerden, Altern und Sterben, das aufrechterhalten wird, wenn er den aufsteigenden Wohl- und Wehgefühlen folgt. Darum ist er darüber entsetzt und findet schnell wieder zum Gleichmut.

Nachdem der Erwachte die Beherrschung der Sinnesdränge des Körpers und des triebgelenkten Blendungs-Denkens aus dem Herzen heraus beschrieben hat, sagt der Gesprächspartner des Erwachten, Saccako, wie schon erwähnt:

*Ich glaube, der Erwachte beherrscht den Körper und das Herz.*

Saccako fragt hier nicht, wie es nahe liegen würde, wie es denn ein Mensch fertig bringt, bei Wohl- oder Wehgefühl Herr über den spontan aufschießenden Durst zu werden, der das den Trieben Angenehme haben will und das den Trieben Unangenehme abweisen will; ihm geht es nicht so sehr um eigene Herrschaft über Körper und Herz, er vergleicht nur die Übungen der verschiedenen Asketen miteinander und möchte - viel-



leicht schon mit einem gewissen Vertrauen - hören, wie der Erwachte seine eigene Herrschaft über Körper und Herz beschreibt.

### Die Lehrer des Bodhisattva

*Sicher sagst du dies, um mich herauszufordern, und ich will dir auch antworten. Seitdem ich Haar und Bart geschoren, das fahle Gewand angelegt habe, vom Haus fort in die Hauslosigkeit gezogen bin, kann wahrlich kein entstandenes Wohlgefühl, kein entstandenes Wehgefühl das Herz mir aufwühlen. –*

*Vielleicht hat der verehrte Gotamo noch nie ein solches Wohl- oder Wehgefühl empfunden, durch dessen Aufsteigen das Herz aufgewühlt würde? –*

*So ist es nicht. Mir ist noch vor der Erwachung der Gedanke gekommen: „Ein Gefängnis ist die Häuslichkeit, ein Schmutzwinkel, nur der freie Himmelsraum ist die Pilgerschaft. Man kann nicht, wenn man im Haus bleibt, die unerlässlichen Übungen und Ablösungen Punkt für Punkt erfüllen: Wie wenn ich nun mit geschorenem Haar und Bart, mit gelbem Gewand bekleidet, aus dem Hause in die Hauslosigkeit hinauszöge?“*

Eine Parallelstelle (M 26) lautet:

*Auch ich habe einst vor der vollen Erwachung, als ich noch kein Buddha, sondern erst ein Bodhisattva war, selber Geburt, Alter, Krankheit, Sterben, Schmerz und Schmutz unterworfen, gesucht, was dem auch unterworfen ist: Weib und Kind, Mensch und Tier, Geld und Gut. Dem unterworfen sind alle Gebilde, und da sucht man verlockt, verblendet, hingerissen danach. Da kam mir aber der Gedanke: „Was suche ich denn, selber Geburt, Alter, Krankheit, Sterben, Schmerz und Schmutz unterworfen, was auch dem unterworfen ist? Wie wenn ich nun*

*selber, diesem allen unterworfen, das Elend dieses Naturgesetzes merkend, die geburtlose, alterslose, krankheitslose, todlose, schmerzlose, schmutzlose, unvergleichliche Sicherheit suchte, das Nirvāna?“*

*Und ich zog nach einiger Zeit im ersten Mannesalter, kräftig, dunkelhaarig, gegen den Wunsch meiner weinenden und klagenden Eltern mit geschorenem Haar und Bart in gelbem Gewand vom Haus fort in die Hauslosigkeit.*

*So Pilger geworden, das Heil suchend, nach dem unvergleichlichen, höchsten Frieden forschend, begab ich mich zu Alāro Kālāmo und sprach zu ihm:*

*Ich möchte, Bruder Kālāmo, in deiner Lehre und Ordnung das Asketenleben führen. – Hierauf erwiderte mir Alāro Kālāmo: Bleib, Ehrwürdiger! Solcherart ist diese Lehre, dass ein verständiger Mann sogar binnen kurzem sich die Meisterschaft erwerben und in ihrem Besitz verweilen kann. –*

*Und ich begriff sehr bald diese Lehre und lernte alles, was Lippen und Laute mitzuteilen vermögen, das Wissen der älteren Jünger, und ich und die anderen wussten: „Wir kennen und verstehen es.“*

*Aber mir kam der Gedanke: „Alāro Kālāmo lehrt seine Lehre nicht ganz so, wie er sie selbst verstanden und sich klargemacht hat, sicherlich kennt er sie genauer. Ich ging nun zu Alāro Kālāmo hin und fragte ihn, ob er seine ganze Lehre mitteilen wolle. Hierauf legte Alāro Kālāmo die Vorstellung vom Nichtdasein dar. Als ich diese Lehre hörte, kam mir der Gedanke: „Nicht nur Alāro Kālāmo hat Vertrauen, Tatkraft, Wahrheitsgegenwart, Herzenseinigung, Weisheit, sondern auch ich habe Vertrauen, Tatkraft, Wahrheitsgegenwart, Herzenseinigung, Weisheit. Darum will ich mich bemühen, seine Lehre ganz zu verstehen und sie mir klarzumachen.“ Sehr bald verstand ich seine Lehre bis zum Grunde. Dann ging ich wieder zu ihm und fragte ihn, ob das seine ganze Lehre sei. Als er mir das bestätigte, erklärte ich ihm, dass ich sie nun verstanden hätte. Er erwiderte: Beglückt sind wir, Bruder, sehr erfreut, dass wir in dir, Ehrwürdiger, einen so guten Mitbruder*

*haben. Du verstehst jetzt die Lehre ebenso gut wie ich, du bist mir gleich. Ich lade dich ein, mit mir zusammen die Schüler zu leiten. So erklärte Alāro Kālāmo, mein Lehrer, mich, seinen Schüler, als ihm selbst ebenbürtig und ehrte mich mit hoher Ehre. Da kam mir der Gedanke: „Diese Lehre führt noch nicht zum Aufgeben, nicht zur Entreizung, nicht zur Ausrodung, nicht zur Ruhe und zur Durchschauung, nicht zur Erwachung, nicht zum Nibbāna, sondern nur zur Vorstellung des Nichtdaseins.“ Und ich fand diese Lehre ungenügend, und unbefriedigt von ihr zog ich fort.*

(Ebenso ging es dem Bodhisattva mit Uddako, dem Sohn des Rāmo, der ihm die Grenze möglicher Wahrnehmung darlegte. Auch diese Lehre fand er ungenügend, und unbefriedigt zog er fort.)

Es liegt nahe, dass der Bodhisattva, d.h. der „Erwachung erst Erringende“, in der Askese also noch ein Neuling, sich unter den Pilgern, Büßern, Asketen und Brahmanen umgeschaut und bald die beiden Besten erkannt hatte. Sie hatten, wie er später sagte (M 36), *wenig Begehren, waren weise und von sicherer Urteilskraft*. Sie hätten also die besten Voraussetzungen gehabt, das Heil zu verstehen - wenn sie nicht zu der Zeit, als der Erwachte die Erwachung errungen hatte und ihnen die Lehre zeigen wollte, bereits den Körper abgelegt hätten.

Viele Inder der damaligen Zeit besaßen - wie erst recht diese beiden Lehrer - drei Einsichten über das Leben, die der heute am meisten verbreiteten westlichen Auffassung diametral entgegengesetzt sind.

Sie wussten erstens: Das Erlebnis einer gegenständlichen Welt in Raum und Zeit ist nicht durch eine „objektive Welt“ außerhalb des Erlebens gegeben. Das Welterlebnis geht aus nichts Äußerlichem und Fremdem, sondern aus der Psyche des Erlebers hervor. Sie bezeichneten die Vorstellung von Welt als *Māyā = Täuschung, schemenhaft*.

Sie wussten zweitens um das Karmagesetz. Sie wussten, dass die erlebte Welt eine Projektion der Psyche ist je nach

ihren edlen bis gemeinen, hochherzigen bis brutalen Triebkräften und dass der Mensch es in der Hand hat, durch Läuterung der Psyche aus seinem Leben alles Dunkle und Schreckliche auszumerzen, die Lebenssphäre zu erhellen bis in alle Himmel und darüber hinaus.

Und drittens wussten sie: Da das aus Wahrnehmung bestehende Welterlebnis nicht nur durch den sterblichen Körper, sondern samt diesem durch die Psyche, den „Charakter“, bedingt ist, so hängt auch die Dauer des Lebens nicht vom Bestand des miterlebten Körpers, sondern von dem der Psyche ab. Diese aber lebt nicht von der körperlichen Nahrung, wird nicht geboren, altert nicht, unterliegt nicht der Zeit, sondern lebt von der geistigen Nahrung: Die im Geist des Menschen entwickelten Ideen, Vorstellungen und Maßstäbe bewirken allmählich von Fall zu Fall kleine Veränderungen, Erhellungen oder Verdunkelungen der Psyche, nie aber ihre Beendigung. Darum war für die Inder kein Ende des Wechsels und Wandels durch die vielerlei menschlichen, übermenschlichen und untermenschlichen Daseinsarten hindurch abzusehen. Das ist der Samsāra.

Aus der Kenntnis des Karmagesetzes empfanden die Inder seinerzeit bei gegenwärtigen schmerzlichen und dunklen Erlebnissen keine Verbitterung und Verzweiflung, und es gab auch keine Sorge über die Gestaltung der nächsten Daseinsform, zu deren Erhellung man ja auf dem Weg war mit Verbesserung, Erhellung von Gesinnung und Charakter. - Aber die Ausweglosigkeit aus diesem Wechsel und Wandel der schon unendlich wiederholten Wanderung durch alle Stationen des Daseinslabyrinths auf und ab, ohne Entwicklung auf ein Endziel hin - das war die große Sorge der so Erkennenden.

Der erste Lehrer des Bodhisattva, *Alāro Kālāmo*, überhöhte die erstgenannte Auffassung von der Traumhaftigkeit der Welt mit der Vorstellung: „Nichts ist da“, in die versunken, er einst eine solche stille Wahrnehmung erlebte, dass er die Geräusche von fünfhundert vorbeifahrenden Karren nicht hörte. (D 16 IV) Er war also fähig, das geringe Begehren, das er noch be-

saß, zur Zeit seiner Vertiefung zu verdrängen, aber eben nicht aufzuheben, weshalb der Bodhisattva, dem es um die Aufhebung alles Begehrens und damit um die Aufhebung der gesamten Wahrnehmung ging, von seiner Lehre nicht befriedigt war.

Ebenso ging es ihm mit seinem zweiten Lehrer, der die Lehre seines Vaters darlegte, der zeitweilig die höchste Sublimierung aller Wahrnehmung, nämlich die Grenzscheide möglicher Wahrnehmung erreichte. Aber auch diese Lehren, deren Ziel diese hohen, friedvollen Vertiefungszustände waren, genügten dem Bodhisattva nicht, weil er nur in der Ausrodung aller Triebe und damit aller Wahrnehmung die endgültige Befreiung aus dem Samsāra erkannte.

Auch der Buddha empfahl nach seiner Erwachung den Nachfolgern die Übung in den vier Formfreiheiten, in der Wahrnehmung „Unbegrenzt ist der Raum“, „Unbegrenzt ist die Erfahrung“ sowie „Nicht ist da“ und „die Grenzscheide möglicher Wahrnehmung“, das zeitweise Schwinden der Wahrnehmung. Aber erst, nachdem das Wohl der Entrückungen erfahren worden war und dadurch weltliches Wohl in den Schatten geriet, allem weltlichen Begehren die Grundlage entzogen war - erst dann wurden diese Übungen zur auslaufenden Entleerung von Wahrnehmung geübt.

### Die Holzscheitgleichnisse

*Ich wanderte nun, das Heil suchend, nach dem unvergleichlichen höchsten Frieden forschend, im Magadhā-Land von Ort zu Ort und kam in die Nähe der Burg Uruvelā. Dort sah ich einen einladenden Fleck Erde: einen stillen Hain, einen klar strömenden Fluss, zur Erfrischung geeignet, und in der Nähe ein von Wiesen umgebenes Dorf. Da kam mir der Gedanke: „Schön, wahrlich, ist dieser Fleck Erde, geeignet für einen um Befreiung sich Mühenden, Kämpfenden.“ Und ich ließ mich dort nieder.*

*Da leuchteten mir drei Gleichnisse auf, zutreffende, nie zuvor gehörte:*

*Gleichwie wenn ein im Wasser liegendes Holzstück durch und durch voll Wasser gesogen ist und es überdies noch ins Wasser geworfen würde, da träte ein Mann herzu mit einem Reibholz versehen: „Ich will Feuer erwecken, Licht hervorbringen.“ Was meinst du, könnte wohl dieser Mann das durch und durch voll Wasser gesogene und überdies noch ins Wasser geworfene Holzsplit reibend, Feuer erwecken, Licht hervorbringen? – Gewiss nicht, Herr Gotamo. – Und warum nicht? – Jenes Holzsplit, Herr Gotamo, ist ja durch und durch voll Wasser gesogen und überdies noch ins Wasser geworfen. Alle Plage und Mühe des Mannes wäre vergeblich. –*

*Ebenso nun auch steht es mit jenen lieben Asketen und Priestern, die sich nicht von den Sinnendingen zurückgezogen haben und bei den Sinnendingen die innere Zustimmung, den Trieb, die Neigung, die Blendung, den Durst, das fieberhafte Verlangen nach Sinnenfreuden nicht überwunden haben. Wenn jene lieben Asketen und Priester stechende, brennende Wehgefühle erfahren, dann sind sie nicht fähig zum Wissen, zum klaren Sehen, zur höchsten Erwachung. Und auch wenn jene lieben Asketen und Priester keine stechenden, brennenden Wehgefühle erfahren, so sind sie selbst dann unfähig zum Wissen, zum klaren Sehen, zur höchsten Erwachung. Dieses Gleichnis war das erste mir aufleuchtende Gleichnis, das zutreffende, nie zuvor gehörte. –*

Wenn ein Holzsplit durch und durch voll Wasser gesogen ist und überdies noch im Wasser liegt, dann kann man mit diesem Holzstück durch Reiben (die damalige Art des Feuermachens)

nie Feuer hervorbringen; ebenso auch kann ein Mensch, dessen Körper von sinnlich begehrenden Trieben durchtränkt ist und der im süchtigen Aufsaugen der begehrten Sinnendinge und im Blendungs-Denken darüber lebt, nie leibhaftig Wissensklarheit und Erwachung erfahren.

Dieses Bild, das ihm jetzt in der Einsamkeit klar vor Augen trat, hatte schon fast unbewusst den Prinzen veranlasst, den Palast zu verlassen, um eben nicht mehr im Austausch mit den sinnlichen Begehrensobjekten zu leben.

Und hierauf leuchtete mir nun ein zweites Gleichnis auf, ein zutreffendes, nie zuvor gehörtes:

*Gleichwie wenn ein durch und durch voll Wasser gesogenes Holzsplit fern vom Wasser ans Land geworfen würde; da träte ein Mann hinzu mit einem Reibholz versehen: „Ich will damit Feuer machen, Licht hervorbringen.“ Was meinst du, könnte wohl dieser Mann das durch und durch voll Wasser gesogene Holzsplit reibend, Feuer machen, Licht hervorbringen? - Gewiss nicht, Herr Gotamo.- Und warum nicht? - Jenes Holzsplit, Herr Gotamo, ist ja durch und durch voll Wasser gesogen; und wenn es auch außerhalb des Wassers am Land liegt, alle Plage und Mühe des Mannes wäre vergeblich. -*

*Ebenso nun auch steht es mit jenen Asketen und Priestern, die sich zwar von den Sinnendingen zurückgezogen haben, aber bei den Sinnendingen die innere Zustimmung, den Trieb, die Neigung, die Blendung, den Durst, das fieberhafte Verlangen nach Sinnenfreuden nicht überwunden haben. Wenn diese lieben Asketen und Priester stechende, brennende Wehgefühle erfahren, so sind sie unfähig zum Wissen, zum klaren Sehen, zur höchsten Erwachung. Und auch wenn jene lieben Asketen und Priester keine stechen-*

*den, brennenden Wehgefühle erfahren, so sind sie selbst dann unfähig zum Wissen, zum klaren Sehen, zur höchsten Erwachung.*

*Dieses Gleichnis war das zweite mir aufleuchtende Gleichnis, das zutreffende, nie zuvor gehörte. –*

Wenn ein Holzstück zwar nicht mehr im Wasser liegt, aber doch noch durch und durch voll Wasser gesogen ist, dann kann man auch mit diesem durch Reiben kein Feuer hervorbringen. Ebenso auch kann ein Mensch, solange sein Körper noch von sinnlichem Begehren durchtränkt ist, selbst wenn er sich äußerlich von allen Sinnesobjekten fernhält, doch nicht zur übersinnlichen Wahrnehmung und Schau und erst recht nicht zur unvergleichlichen Erwachung durchdringen.

Dieses Gleichnis galt für den Bodhisattva selber. Er hatte seine Frau und den eben geborenen Sohn sowie die tausend Feinheiten und Annehmlichkeiten des fürstlichen Lebens verlassen, war nun in der Einsamkeit; aber damit war sein Körper noch nicht von sinnlichem Begehren befreit.

*Und hierauf leuchtete mir ein drittes Gleichnis auf, ein zutreffendes, nie zuvor gehörtes:*

*Gleichwie wenn ein trockenes, ausgedörrtes Holz-scheit fern vom Wasser auf trockenem Boden läge, da träte ein Mann hinzu mit einem Reibholz versehen: „Ich will Feuer erwecken, Licht hervorbringen.“ Was meinst du, könnte wohl dieser Mann das trockene und auf trockenem Boden liegende Holz-scheit reibend, Feuer erwecken, Licht hervorbringen? – Gewiss, Herr Gotamo. – Und warum das? – Jenes Holz-scheit, Herr Gotamo, ist ja trocken und liegt fern vom Wasser auf trockenem Land. –*

*Ebenso nun auch steht es mit jenen Asketen und Priestern, die sich von den Sinnendingen zurückgezogen haben und bei den Sinnendingen auch die innere*



*Zustimmung, den Trieb, die Neigung, die Blendung, den Durst, das fieberhafte Verlangen nach Sinnenfreuden bei sich überwunden haben. Wenn jene lieben Asketen und Priester da stechende, brennende Wehgefühle erfahren, so bleiben sie doch fähig zum Wissen, zum klaren Sehen, zur höchsten Erwachung. - Und auch wenn jene lieben Asketen und Priester keine stechenden, brennenden Wehgefühle erfahren, so sind sie auch dann fähig zum Wissen, zum klaren Sehen, zur höchsten Erwachung. Dieses Gleichnis war das dritte mir aufleuchtende Gleichnis, das zutreffende, nie zuvor gehörte.*

So wie man mit einem Holzstück, das nicht nur außerhalb des Wassers auf dem Trockenen liegt, sondern auch ganz und gar ausgetrocknet ist, durch Reiben Feuer hervorbringen kann, ebenso auch kann ein Mensch, der sich nicht nur mit seinem Körper von allen Sinnesobjekten äußerlich fernhält, sondern diesen Körper auch von allen sinnlich begehrenden Trieben ganz befreit hat, zur Erwachung gelangen.

Diese Einsicht wurde nun der Antrieb und Ausgangspunkt der asketischen Bemühungen des Bodhisattva:

### Der Versuch der dreifachen Gewalt

Der Bodhisattva versuchte nun, wie es damals unter Asketen üblich war, mit Gewalt die sinnlichen Triebe aus dem Körper auszutreiben. Er schildert diesen Weg wie folgt:

### Gewalt gegen die sinnlichen Triebe

*Da kam mir der Gedanke: „Wie wenn ich nun mit aufeinander gepressten Zähnen und an den Gaumen gehefteter Zunge mit dem Denken (Gemüt, cetaso) das Herz (citta) niederzwänge, niederdrückte, niederquäl-*

*te?“ - Und ich zwang nun mit aufeinander gepressten Zähnen und an den Gaumen gehefteter Zunge mit dem Denken das Herz nieder, drückte es nieder, quälte es nieder. Indem ich es tat, da rieselte mir der Schweiß aus den Achselhöhlen, gleichwie etwa wenn ein starker Mann einen schwächeren beim Kopf oder bei der Schulter ergreifend, niederzwingt, niederdrückt, niederquält, ebenso rieselte mir da, indem ich mit aufeinander gepressten Zähnen und an den Gaumen gehefteter Zunge mit dem Denken das Herz niederzwang, niederdrückte, niederquälte, der Schweiß aus den Achselhöhlen. Aber ich blieb standhaft, unermüdlich in klarer Selbstbeobachtung, geistesgegenwärtig, nur der Körper rebellierte, nicht wurde er beruhigt durch diesen Schmerzenskampf. Aber das solcherart entstandene Wehgefühl konnte das Herz nicht aufwühlen.*

Hier ging es nicht um Selbstqual als Selbstzweck, sondern der Bodhisattva versuchte hier die körperlichen, sinnlichen Triebe gewaltsam zu beseitigen. An anderer Stelle (M 20) nennt der Erwachte als fünftes und letztes Mittel im Kampf gegen Vorstellungen der Sinnensucht, der Antipathie, des Hasses oder der Blendung mit dem obigen Gleichnis diese Unterdrückung, jedoch nur als eine letzte Hilfe, die nur ergänzend im akuten Augenblick die eigentlichen Kampfweisen unterstützen kann, die aber nie für sich allein zur Auflösung der Triebe führt. Der Bodhisattva lernte nun aus der oben geschilderten schmerzlichen Erfahrung: so geht es nicht. Anstatt ruhiger zu werden, wurde der Körper mit den Trieben unruhiger, regsamer, weil die Triebe sich gegen die gewaltsame Unterdrückung wehrten. Doch sagt der Erwachte hier - und so auch bei allen weiteren Formen der körperlichen Selbstqual - ausdrücklich, dass das entstandene körperliche Wehgefühl das Herz nicht bewegen konnte, er war also nicht in der Gewalt des Herzens, d.h. seine Gedanken kreisten nicht gefühlsbesetzt um

seine körperlichen Schmerzen herum. Es wurde nur nüchtern festgestellt: „Der Körper mit den Sinnesdrängen rebelliert.“ Aber nicht wurde der Bodhisattva deswegen *erschreckt, getroffen, erschüttert und verstört*. Nicht geriet er in Panik oder brach alle Bemühungen ab, sondern so wie ein Naturwissenschaftler eine Versuchsreihe durchführt mit klarer Beobachtung aller Veränderungen, so registrierte der Bodhisattva alle psychischen und körperlichen Vorgänge klar bewusst, geistesgegenwärtig seines Zwecks, durch körperliche Schmerzen sinnliches Begehren aus dem Körper auszutreiben.

### Gewalt gegen den Atem

Als sich der direkte Angriff gegen die Triebe als unmöglich und erfolglos erwies und nur bewirkte, dass die Sinnesdränge des Körpers unruhiger wurden, da versuchte der Bodhisattva, der Grundbewegtheit des Körpers selber - dem Atem – beizukommen.

*Da kam mir der Gedanke: „Wie wenn ich nun durch Einstellung des Atems zur Entrückung von der sinnlichen Wahrnehmung kommen könnte?“*

*Und ich hielt nun die Ein- und Ausatmung durch Mund und Nase an. Und indem ich die Ein- und Ausatmung durch Mund und Nase anhielt, erhob sich in den Ohren ein ungeheures Sausen durch die hinausströmende Luft wie das Sausen der ausströmenden Luft bei dem Blasebalg eines Schmieds. Aber ich blieb standhaft und unermüdlich, beobachtend, geistesgegenwärtig, nur der Körper rebellierte, nicht wurde er beruhigt durch diesen Schmerzenskampf; aber das solcherart entstandene Wehgefühl konnte das Herz nicht aufwühlen.*

Er glaubte aber, er habe noch nicht genug Gewalt angewendet, und steigerte die Intensität der Übung noch dadurch, dass er

jetzt auch die Atmung durch die Ohren anhielt, von der wir überhaupt keine Kenntnis haben.

*Und indem ich die Ein- und Ausatmung durch Mund, Nase und Ohren anhielt, da stieß die Luft mit ungeheurer Wucht gegen den Schädel, wie wenn ein starker Mann mit einem Schwert den Schädel anbohrte, und ich empfand heftige Schmerzen im Kopf, so als wenn ein starker Mann einem anderen mit einem Lederriemen den Kopf zusammenpresste. Dann wieder wühlten starke Schmerzen im Bauch, so als wenn ein Rindschlächter mir mit dem Schlachtmesser den Bauch aufschnitt, und der ganze Körper schien mir zu brennen, so als wenn mich zwei starke Männer in eine Grube mit glühenden Kohlen würfen. Aber ich blieb standhaft und geistesgegenwärtig, nur der Körper rebellierte, nicht wurde er beruhigt durch diesen Schmerzenskampf. Aber das solcherart entstandene Wehgefühl konnte das Herz nicht aufwühlen.*

*Da sahen mich nun Gottheiten und sagten: Gestorben ist der Asket Gotamo. – Andere Gottheiten sagten: Nicht gestorben ist der Asket Gotamo, aber er stirbt. – Und andere Gottheiten sagten: Nicht gestorben ist der Asket Gotamo und nicht stirbt er; heilgeworden ist der Asket Gotamo. Dies ist der Zustand eines Geheilten. –*

### Gewalt gegen den Körper

Als der Bodhisattva durch jene Vergewaltigung des Atems sterbenselend geworden war, so dass die Gottheiten dachten, er sei bereits tot oder nahe dem Tode, da kam ihm der Gedanke:

*Wie wenn ich mich nun gänzlich der Nahrung enthiel-*

*te? Da traten Gottheiten zu mir heran und sprachen: ‚Wolle nicht, Würdiger, dich gänzlich der Nahrung enthalten! Wenn du dich, Würdiger, gänzlich der Nahrung enthalten wolltest, so würden wir dir himmlische Nahrung (oja = Od) durch die Poren einflößen. Dadurch wirst du am Leben bleiben.‘ Da kam mir der Gedanke: „Wenn ich nun auch gänzlich Fasten einhielte, diese Gottheiten mir aber himmlische Nahrung durch die Poren einflößen und ich dadurch am Leben erhalten würde, so wäre es bloßer Schein.“ Und ich wies die Gottheiten zurück und sagte: Schon gut!*

Er erwog hier also die Möglichkeit, durch völlige Nahrungsenthaltung die Triebe des Körpers auszuhungern. Hier ist kein Gedanke daran, etwa durch Selbstmord der Daseinsproblematik entgegen zu wollen, denn er wusste ja, dass er wiedergeboren würde, solange die unbewältigten Triebe bestanden. Er glaubte aber, dass er ohne körperliche Nahrung die Triebe besser und direkter bekämpfen könnte. Doch Gottheiten wollten ihn nicht zugrunde gehen lassen, darum war sein Vorsatz undurchführbar geworden, und er zog es vor, die zur Körpererhaltung unerlässliche Nahrung selbst zu sich zu nehmen. Dies mochte ihm als ein Gebot innerer Redlichkeit auch gegenüber seiner Umwelt erscheinen. Sie sollte weder glauben, er nehme keine Nahrung ein, noch ihn wegen seiner Verbindung mit Göttern verehren. Er beschloss dann, so wenig wie möglich Nahrung zu sich zu nehmen, nur eben so viel, dass die Lebenskraft erhalten blieb.

*Da kam mir der Gedanke: „Wie wenn ich nun sehr wenig Nahrung zu mir nähme, immer nur eine hohle Hand voll, mag es nun Bohnenbrühe sein, mag es Wickenbrühe sein, mag es Brühe von kleinen oder großen Erbsen sein!“ Und ich nahm nur sehr wenig Nahrung zu mir, immer nur eine hohle Hand voll. Und als ich*

*nur ganz wenig Nahrung zu mir nahm, da wurde der Körper außerordentlich mager; wie dürres, welches Rohr wurden da die Arme und Beine durch diese äußerst geringe Nahrungsaufnahme. Wie ein Kamelhuf wurde das Gesäß; das Rückgrat wie eine Kugelkette; die Rippen wie Dachsparren eines alten Hauses; wie Wassersterne tief unten in einem Brunnen, so erschienen die Augen tief versunken in den Augenhöhlen; wie ein aufgeschnittener Kürbis in heißer Sonne, so schrumpfte die Kopfhaut zusammen. Wenn ich den Bauch anfühlen wollte, berührte ich das Rückgrat, und wenn ich das Rückgrat anfühlen wollte, berührte ich die Bauchhaut. So nahe war mir die Bauchdecke ans Rückgrat gekommen durch diese äußerst geringe Nahrungsaufnahme; und ich wollte Kot und Harn entleeren, da fiel ich vornüber hin durch diese äußerst geringe Nahrungsaufnahme. Wenn ich mit der Hand die Glieder rieb, fielen die wurzelfaulen Haare ab.*

*Da sahen mich Menschen und sagten: Blau ist der Asket Gotamo. – Andere Menschen sagten: Nicht blau ist der Asket Gotamo, braun ist der Asket Gotamo. – Und andere Menschen sagten: Nicht blau ist der Asket Gotamo und nicht braun ist der Asket Gotamo, gelbhäutig ist der Asket Gotamo. – So sehr war die helle, reine Hautfarbe angegriffen worden durch diese äußerst geringe Nahrungsaufnahme.*

Mit äußerster Konsequenz war er diesen Weg der Gewalt bis zu diesem Stand gegangen.

Als der Bodhisattva aus einer Ohnmacht erwachte, die ihn aus Schwäche des Leibes überfallen hatte, da kam ihm der Gedanke: *„Dies ist die äußerste Selbstqual, die jemals Asketen und Priester auf sich genommen haben oder künftig auf sich nehmen werden oder jetzt auf sich*

*nehmen, und doch erreiche ich mit dieser Selbstqual nicht die Wissensklarheit vom Heil, die alles menschliche Wissen übersteigt. Sollte es nicht doch einen anderen Weg zur Erwachung geben?“*

### Entdeckung des rechten Weges

Er sagte sich ganz nüchtern: Ich wollte doch für mich und andere den Ausweg aus dem Leiden finden, aber stattdessen habe ich das Leiden nur vergrößert, mir zusätzliche Schmerzen zugefügt, mehr als je ein Asket. Der Weg der Schmerzen kann nicht der richtige sein. *Wie wenn es nun einen anderen Weg zur Erwachung gäbe?* In diesem Augenblick, als er alles aktive Streben einstellte und am Ende der bisherigen Möglichkeiten angelangt war, in dieser Situation des Loslassens, in der er ganz still war, da erinnerte sich sein Geist des stillsten und wohlthuendsten Erlebnisses, das er bisher gehabt hatte, des Jugenderlebnisses der weltlosen Entrückung:

*Da erinnerte ich mich, dass ich einst, als mein Vater während der Feldarbeiten beschäftigt war, im kühlen Schatten eines Rosenapfelbaumes saß und dort fern von Begierden, fern von unheilsamen Dingen, in stillem Bedenken und Sinnen in weltabgelöster Entrückung verweilte. Und der Erinnerung an diese Erfahrung folgend, erkannte ich: „Das mag wohl der Weg zur Erwachung sein!“ Da kam mir, der Erinnerung nachfolgend, der Gedanke: „Dies ist der Weg zur Erwachung. Sollte ich etwa jenes Wohl fürchten, jenes Wohl jenseits der Sinnendinge, jenseits der unheilsamen Dinge? Nein, ich fürchte jenes Wohl jenseits der Sinnendinge, jenseits der unheilsamen Erscheinungen nicht. Aber nicht kann jenes Wohl mit einem so entkräfteten Körper erreicht werden. Wie wenn ich nun feste Nahrung zu mir nähme, gekochten Reis.“ Und ich*

*nahm feste Nahrung zu mir, gekochten Reis.*

Nachdem er also mehrere Jahre lang auf ähnlichen untauglichen Wegen wie seine asketischen Zeitgenossen vergebliche Anstrengungen gemacht hatte, von der Sinnensucht freizuwerden, da fiel ihm das Erlebnis eines seligen Entrücktseins von der Weltwahrnehmung ein, das ihn als Kind überkommen, ihn über alle Weltlichkeit hinausgehoben und tief beseligt hatte. Sofort sah er die Möglichkeit, dass dies der Weg sein könnte, und als er seine Aufmerksamkeit nun der Erinnerung an seine Erfahrung in der Kindheit zuwandte, da wurde ihm zur Gewissheit, dass dies der richtige Weg sei, um zuletzt zur Erwachung zu kommen, dass das feuchte Holzsplit nur trocken wird durch das Erlebnis überweltlichen Wohls.

Dabei drängt sich uns die Frage auf, warum er denn so lange Jahre des vergeblichen Mühens brauchte, warum er sich so quälen musste, ehe er sich an den richtigen Weg erinnerte. Die Antwort auf diese Frage gibt er selber. Er fragte sich nämlich sogleich, als ihm das damalige Wohl der Entrückung einfiel: *Sollte ich etwa jenes Glück fürchten, jenes Glück, das jenseits der Lüste, jenseits der unheilsamen Erscheinungen ist?* Man mag sich wundern, warum er gerade diese Frage stellt. Sie ist aber verständlich im Hinblick auf den indischen Milieueinfluss. Da galt bei den Asketen zumeist das Dogma: „*Nur durch Wehe ist Wohl zu erlangen.*“ Und trotz all seines Wissens verfiel auch der um Erwachung ringende Asket Gotamo doch dieser tief eingewurzelten Denkgewohnheit. So misstrauisch waren die indischen Asketen gegen das Wohl. Wer eben aus Erfahrung nur sinnliches Wohl kennt, der identifiziert Sinnlichkeit und Wohl, und daher muss er dann allem Wohl misstrauen.

Das Wohl der weltlosen Entrückungen trocknete  
die Sinnesdränge des Körpers aus

Der Bodhisattva hatte erkannt, dass es mit geschwächtem,



abgezehrt dem Körper unmöglich war, das Wohl der weltlosen Entrückungen zu erkämpfen.

*„Wie wenn ich nun feste Nahrung zu mir nähme, gekochten Reis?“ Und ich nahm feste Nahrung zu mir, gekochten Reis.*

*Zu jener Zeit aber lebten fünf Mönche um mich herum mit dem Gedanken: „Wenn der Asket Gotamo die Wahrheit erlangt haben wird, dann wird er sie uns mitteilen!“*

*Als ich nun feste Nahrung zu mir nahm, gekochten Reis, da wandten sich jene Mönche von mir ab und gingen fort, da sie glaubten, ich hätte, üppig geworden, den Kampf aufgegeben und mich dem Leben im Überfluss zugewandt.*

Man muss sich vorstellen, dass es für einen Asketen keinen größeren Tadel gab als den, er sei „üppig geworden“ und habe die Askese verlassen. So verlor der Bodhisattva hier auch noch die Verehrung und Anerkennung der Welt, die für Asketen oft eine starke Fessel ist. Erst jetzt, nach dem Abzug der fünf Mönche, war er wirklich allein am Ufer des Flusses Nerañjarā bei Uruvelā.

Nachdem der Bodhisattva den Körper gekräftigt hatte, pflegte er hohe Vorstellungen, wandte sich ab von der Sinnensucht. Ohne Feindschaft, liebevoll, erbarmend dachte er an die Wesen, befreite das Herz von ablenkenden Gedanken in voller Gewissheit, dass er auf dem Weg war, der aus allem Leiden herausführt. So wurde er im Gemüt hell und zuversichtlich. Darüber erfreut, erreichte er eine solche Verzückung (*pīti*) im Geist, dass sie die geistige Aufmerksamkeit auf sich lenkte und damit von den Sinnendingen abzog, so dass die Augen nicht mehr nach außen blickten, die Ohren nicht nach außen horchten.

Von diesem Vorgang heißt es (M 118 u.a.): *Wenn der Geist verzückt ist, wird der Körper gestillt.* Keine Sinnesdränge hungern mehr nach Berührung. Auf diesem Weg gelangte er zu dem ersten Grad der Entrückung:

*Da verweilte ich abgeschieden von weltlichem Begehren, abgeschieden von allen heillosen Gedanken und Gesinnungen in stillem Bedenken und Sinnen. Und so trat die aus innerer Abgeschiedenheit geborene Entzückung und Seligkeit ein, der erste Grad weltloser Entrückung. Und das solcherart entstandene Wohlgefühl konnte das Herz nicht aufwühlen.*

Das Freiwerden von der lebenslänglich gewohnten schmerzlichen Tätigkeit der Sinnesdränge löst ein alles durchdringendes Wohl, süßen Frieden und selige Ruhe aus, das der Bodhisattva wohl empfand und auch nicht scheute, das er aber auch nicht als das Höchste überschätzte. Er strebte danach, den Frieden zu vertiefen, und es trat die zweite Entrückung von Welt und Ich ein, das Herz wurde geeint:

*Nach Verebbung auch des Bedenkens und Sinnens verweilte ich in innerem seligem Schweigen, in des Gemüts Einigung. Und so trat die von Sinnen und Denken befreite, in der Einigung geborene Entzückung und Seligkeit ein, der zweite Grad weltloser Entrückung. Und das solcherart entstandene Wohlgefühl konnte das Herz nicht aufwühlen.*

*Das Gemüt, das Herz wird geeint* - dieser Zustand und seine Bedeutung ist schwer zu beschreiben. Der normale Mensch lebt immer in Zweiheit, in Zwiefalt, im Begegnungsleben, da durch die sinnliche Wahrnehmung immer einem Ich eine Umwelt begegnet, Umwelt als Menschen, als Gegenstände, als Aufgaben, Pflichten mit Planen und Sorgen. Er kennt gar nichts anderes als diese ununterbrochene Begegnung vom ersten morgendlichen Erwachen bis zum nächtlichen Einschlafen.

fen und oft auch noch in Träumen. In der Entrückung aber hören alle fünf Sinnesstätigkeiten auf. Da ist kein Ankommen von Welteindrücken und kein Weggehen von Welteindrücken, nur ein Weilen in friedvoller Seligkeit.

Der Erwachte gibt für die zweite Entrückung ein Gleichnis:

*Da ist ein spiegelklarer See mit kühlem, labendem Wasser; der hat keinerlei Zuflüsse von außen (die Sinneseindrücke schweigen), und es kommt auch kein Regen von oben (jede benennend-bewertende Geistestätigkeit schweigt), sondern er wird nur gespeist von einer unterirdischen kühlen, reinen Quelle. (M 39)*

Das bedeutet: Der Grundzustand, die reinere Herzensverfassung eines solchen Menschen ist aus sich selbst zu diesem seligen Frieden fähig ganz ohne sinnliche wie auch geistige Anregungen und Berührungen.

Das wiederholte Erlebnis dieser beiden Entrückungen, das immer wieder erneute Kosten aus dem beglückenden Kraftquell der ersten und zweiten Entrückung, führt dazu, dass die juckenden körperlichen Wunden der Sinnesdränge geheilt werden, d.h. dass das fünffache sinnliche Begehren restlos oder fast restlos aufgezehrt ist. Damit ist er zu einem völlig anderen Lebenszustand gekommen, durch den nun auch der dritte Grad der weltbefreiten Entrückung möglich wird:

*Mit der Beruhigung auch des Entzückens lebte ich oberhalb und außerhalb von allem sinnlichen Wohl und Wehe in unverstörtem Gleichmut klar und bewusst und in einem solchen körperlichen Wohlsein, von welchem die Heilskenner sagen: ‚Dem in erhebendem Gleichmut klar bewusst Verweilenden ist wohl.‘ So gewann ich den dritten Grad der weltlosen Entrückung. Und das solcherart entstandene Wohlgefühl konnte das Herz nicht aufwühlen.*

Der Wortlaut „*Mit der Beruhigung des Entzückens*“ lässt erkennen, dass der Reifegrad für diese dritte weltbefreite Entrückung bedingt ist durch das Aufhören der sinnlichen Bedürftigkeit. Solange diese noch bestand und das Herz auf die sinnliche Wahrnehmung aus war zum Zweck der sinnlichen Befriedigung – da konnte die weltbefreite Entrückung nur durch jenes übergroße „Entzücken“ (*pīti*) eintreten, das aus höheren und reineren Betrachtungen im Geist und Gemüt aufbrach. Nur dieses Entzücken konnte die geistige Aufmerksamkeit so stark auf sich nach innen ziehen, dass darüber die gewohnte sinnliche Suche nach außen zur Ruhe kam und damit erst die unvergleichliche Seligkeit oberhalb der Sinnlichkeit erfahren werden konnte.

Nun aber ist ein großes geistiges Wachstum eingetreten, der Bodhisattva ist von der Sinnlichkeit ganz befreit. Die fünffache schmerzliche Wunde des Körpers: die in den Augen wohnende Sucht nach Sehen, die in den Ohren wohnende Sucht nach Hören, die in der Nase wohnende Sucht nach Düften, die in der Zunge wohnende Sucht nach Säften und die im Körper wohnende Sucht nach körperlichem Tasten ist vollkommen geheilt. Und nun erst, durch die Genesung und Beruhigung der Sinnesdränge, wird jenes dauernde körperliche Wohlsein erfahren, *von welchem die Heilskenner sagen: Dem in erhabenem Gleichmut klar bewusst Lebenden ist wohl.*

Der von der Sinnensucht Befreite lebt körperlich endgültig im erhabenen Gleichmut und in Leichtigkeit. Über diesen körperlichen Zustand, der über alle menschliche Vorstellung von irdischem Wohl und himmlischem Wohl ungeahnt hinausgeht, empfindet er in seinem Geist ein stilles Wohl. - Das ist das Lebensgefühl des von der Sinnensucht endgültig Befreiten und darum zur dritten Entrückung Fähigen, das ihn auch außerhalb der Entrückung begleitet.

So wie der Neureiche sich freut in Erinnerung an die kürzlich erst überwundene Armut, aber der an Reichtum Gewöhnte seines Zustandes sicher und darum ruhig ist – so und noch mehr erhöhen sich Wohl und Sicherheit des von der Sinnen-

sucht endgültig Befreiten im Lauf der Gewöhnung. Das erst ermöglicht die höchste Entrückung:

*Nachdem ich über alles Wohl und Wehe hinausgewachsen war, alle frühere geistige Freudigkeit und Traurigkeit völlig gestillt hatte und in einer über alles Wohl und Wehe erhabenen bewussten Gleichmutsreine lebte, da erlangte ich die vierte Entrückung und verweilte in ihr. Und das solcherart entstandene Wohlgefühl konnte das Herz nicht aufwühlen.*

Um diesen höchsten Reifegrad zu beschreiben, fehlen die Worte, er ist uns zu fern. Hier am oberen Ende der gesamten Läuterungsentwicklung aus dem gemeinen Menschenland heraus herrscht jener reine Gleichmut, der alle Seligkeit der ersten Aufstiegstufe hinter sich und unter sich gelassen hat. Hier sind alle Vergleiche unzulänglich.

Selbst das Wohl des dritten Weisheitsdurchbruchs konnte das Herz des Bodhisattva nicht aufwühlen

Der Erwachte vergleicht später den durch die weltlosen Entrückungen völlig Reingewordenen, über alle Welt und Weltlichkeit Hinausgewachsenen, mit einem fertig ausgebrüteten, aber noch im Ei befindlichen Vogel, welcher in jedem Augenblick kräftig die Eischale durchstoßen wird in sein eigentliches Leben. So wie dieses Küken, solange es noch in der Schale ist, noch nichts von sich weiß und noch nichts von seinem Leben weiß, so ist der gewöhnliche Mensch noch blind und augenlos und kennt von der wahren Größe und den wahren Zusammenhängen der Existenz noch nichts. Aber so wie das Küken, nachdem es durch die Schale hindurchbricht, erst dann Wissen gewinnt von sich und seinem Leben, so gewinnt der Mensch erst mit der Vollendung der vier weltlosen Entrückungen und die dadurch erfahrenen Weisheitsdurchbrüche jenes universale Wissen von den Möglichkeiten und Zusammenhängen der Existenz.

Was ein bis hierhin Fortgeschrittener zu sehen wünscht – seine „eigenen früheren Leben“, die vergangenen Leben „anderer“, seine „eigenen“ Herzensregungen und die „anderer“ – worauf er nur seinen Blick richtet, das sieht und erfährt er in universaler Wahrnehmungsweise. Wenn etwas mit Allwissenheit bezeichnet werden kann, dann ist es diese universale Wahrnehmungsweise. Sie hat nichts zu tun mit der aus sinnlicher Wahrnehmungsweise hervorgehenden Blendung. Sie besteht vielmehr in der erlebten und erfahrenen Sprengung und Transzendierung der beschränkten Wahrnehmungsweise, in welcher alle Vergangenheit und alle Zukunft, wie der normale Mensch sie kennt, sich als begrenzende „Scheuklappen“ erweisen, die nun abgefallen sind.

Die universale Wahrnehmungsweise ist nur dem völlig indifferenten Herzen möglich, das auf keinerlei Erlebnis mit einem stärkeren Gefühl reagiert, d.h. also demjenigen Menschen, der immer vollkommen gleichen Gemütes gleichmütig bleibt, weil ihm alles, was nur „erlebt“ werden und das heißt ja bewusst werden kann, völlig gleich gültig ist bzw. gleich ungültig. Er weiß, dass dies alles Wahrnehmung ist, bedingt durch früheres, aus beschränkter Sicht und falschem Urteil hervorgegangenes Wirken.

Er hat erkannt, dass ihm immer nur das begegnet, was er irgendwann zuvor selbst ins Dasein gesetzt hat, dass es gar nicht eine Welt an sich, ein Dasein an sich, ein Ding an sich und auch kein wirkliches „Ich“ gibt, dass sein ganzes Tun immer nur Säen war und sein ganzes Erleben, Wahrnehmen immer nur Ernte war – Karma. -

Nun hat er genug. Abgelöst von allem, wurde der Bodhi-sattva durch die Weisheitsdurchbrüche zum Buddha, zum Erwachtem:

*Nachdem das Herz solcherart geeint, geläutert, gereinigt, fleckenlos, sanft, fügsam und ohne Willkür, vollkommen still geworden war, da richtete ich es auf die Erkenntnis der Versiegung aller Wollensflüsse/Ein-*

flüsse: „Das ist das Leiden“, erkannte ich der Wirklichkeit gemäß. „Das ist die Leidensentwicklung“, erkannte ich der Wirklichkeit gemäß. „Das ist die Leidensbeendigung“, erkannte ich der Wirklichkeit gemäß. „Das ist die zur Leidensbeendigung führende Vorgehensweise“, erkannte ich der Wirklichkeit gemäß.

„Das sind die Wollensflüsse/Einflüsse“, erkannte ich der Wirklichkeit gemäß. „Das ist der Wollensflüsse/Einflüsse Entwicklung“, erkannte ich der Wirklichkeit gemäß. „Das ist der Wollensflüsse/Einflüsse Beendigung“, erkannte ich der Wirklichkeit gemäß. „Das ist die zur Auflösung der Wollensflüsse/Einflüsse führende Vorgehensweise“, erkannte ich der Wirklichkeit gemäß.

Als ich so erkannte, so sah, wurde das Herz vom Wollensfluss nach Sinnendingen, von den Einflüssen durch Sinnendinge – vom Wollensfluss nach Sein, von den Einflüssen durch Seinwollen – vom Wollensfluss nach Wahn, von den Einflüssen des Wahns – erlöst; als es erlöst war, war das Wissen: „Es ist erlöst. Beendet ist die Kette der Geburten, vollendet der Reinheitshandel; getan ist, was zu tun war, jetzt gibt es kein Nachher mehr.“ Das hatte ich nun verstanden. -

Dieses Wissen hatte ich in den letzten Stunden der Nacht als drittes gewonnen, den Wahn zerstört, das Dunkel aufgehoben, den Klarblick gewonnen, wie ich da ernst, unermüdlich in der Aufhebung aller Wollensflüsse, aller Einflüsse verweilte. Und das solcherart entstandene Wohlgefühl konnte das Herz nicht aufwählen.

Nach M 26 fasst der Erwachte die entscheidenden Wissen, die er nun gewonnen hatte, zusammen in den Worten:

*Und ich, der ich selber Geburt, Alter, Krankheit, Tod, Schmerz*

*und Schmutz unterworfen, die davon freie, unvergleichliche Sicherheit, Nirvāna suchte, fand die geburtlose, alterslose, krankheitslose, todlose, schmerzlose, schmutzlose, unvergleichliche Sicherheit, das Nirvāna. Die klare Gewissheit ging mir nun auf: „Für ewig bin erlöst ich, das ist das letzte Leben, und nicht mehr gibt es Wiedersein.“*

Der Stand der Erlösung ist das größtmögliche Glück ohne auch nur die geringste Möglichkeit des Ergreifens. So sagt der Buddha, dass auch das Glück des vollendeten dritten Wissens, das Wohl der Triebbefreiung, der Befreiung von allen Wollensflüssen/Einflüssen nicht das Gemüt bewegen konnte. Und der Bericht zu Anfang des *Vinaya* fährt hier mit folgenden Worten fort:

*Zu einer Zeit weilte der Erhabene, nachdem er eben erwacht war, bei Uruvelā am Ufer der Nerañjarā, am Fuß des Baums der Erwachung. Und der Erhabene saß sieben Tage lang in einer einzigen Haltung mit verschränkten Beinen am Fuß des Baumes der Erwachung, das Glück der Erlösung erfahrend. (MV I,1 = Ud I,1)*

Es wird berichtet, dass der Erwachte nach der Erlösung diesem Glück in Versen Ausdruck gegeben hat:

*Alles Liebesglück auf Erden,  
aller Götter Himmelswonnen  
sind kein Sechzehntel des Glücks  
dessen, der dem Durst entronnen. (Ud II, 2)*

*Unglücklich ist, wer Lasten trägt,  
und glücklich, wer entlastet geht.  
Ist abgeworfen schwere Last,  
nimmt nimmermehr man neue auf.*

*Wenn alles Dasein abgetan,  
wenn alles Denken kam zu End‘,  
wenn alle Dinge durchgeschaut,  
dann gibt’s kein neues Dürsten mehr. (Udānavarga)*



Fast sieben Jahre des Kämpfens und Leidens hatte der Buddha hinter sich, Jahre der Askese und der Anstrengung von Körper und Geist bis an die Grenzen des Todes – und vor allem hatte er hinter sich die Unendlichkeit der Leiden des Samsāra, denen gegenüber diese letzten Jahre nur wie ein Sandkorn gegenüber dem Himālaya waren. Von all diesem Leiden fühlte er sich nun für ewig frei. Der Körper war vom Glück der Herzenseinigung durchtränkt und durchsättigt, entspannt und beruhigt. Das Herz war erlöst von allem Wollen, von allem Mangel, von jedem Wunsch, von jeder Angst befreit, eben wunschlos glücklich. Und der Geist wusste, dass dies nun für ewig gesichert war, dass nie wieder ein Durst aufkommen, Leiden entstehen konnte. Das aber war ein solches Meer von Glück, eine solche Fülle von Wohl, dass es vier Wochen der völligen Stille bedurfte, um das zur Kenntnis zu nehmen. Was hatte der Bodhisattva nicht äonenlang unternommen, um dieses Glücks teilhaftig zu werden, und jetzt hatte er es gewonnen – das war das tiefste Aufatmen, das denkbar ist. Alle Menschen ersehnen so sehr, ohne Sorgen zu sein, aber wirklich ohne Sorgen sein kann nur ein Geheilte, weil ihm jetzt und in der „Zukunft“ nicht das geringste Leiden mehr bevorsteht. Alles, was ihm noch während des Bestehens seines Körpers begegnen mag, das betrifft ihn nicht mehr, er erfährt sich nie mehr anders denn vollkommen erlöst; körperliches Leid kann ihn nicht treffen, und geistig-seelisches Leid kennt er nicht mehr.

Nachdem sich der Bodhisattva vorher äußerste körperliche Schmerzen zugefügt hatte, hat der nunmehrige Buddha das höchste nur mögliche Wohl erfahren. Diese ergreifende Schilderung höchster Anstrengungen und Erreichung höchster Ziele musste Saccako überzeugen, dass der Erwachte leibhaftig äußerstes Wehe und Wohl erfahren hat.

Der Erwachte hatte zu Saccako nach dem Bericht über seine Triebversiegung gesagt:

*Dieses Wissen hatte ich nun in den letzten Stunden der Nacht als drittes errungen, den Wahn zerstört, das*

*Dunkel aufgehoben, den Klarblick gewonnen, wie ich da ernst, unermüdetlich in der Aufhebung aller Wollensflüsse/Einflüsse verweilte. Und das solcherart entstandene Wohlgefühl konnte das Herz nicht aufwühlen.*

Unbeeinflussbarkeit durch Aufhebung  
von Anziehung, Abstoßung, Blendung

Dann fuhr der Erwachte fort:

*Wenn ich in Versammlungen von Hunderten die Lehre darlege, dann denkt wohl jeder Einzelne: „In Bezug auf mich verkündet der Asket Gotamo die Lehre.“ So ist das aber nicht zu verstehen. Der Vollendete belehrt alle zu ihrer Aufklärung. Wenn die Darlegung beendet ist, dann kehre ich in den früheren Einigungszustand zurück, sammle das Herz, beruhige es, richte es auf eines, einige es, und so verweile ich ständig, andauernd. –*

*So ist es auch von Herrn Gotamo als dem Geheilten, vollkommen Erwachten zu erwarten! –*

Saccako ist kein zur Herzenseinigung Geneigter, wie aus seiner anschließenden Frage ersichtlich ist, der von seinem Anliegen, Schwächen beim Erwachten und seinen Mönchen zu finden, nicht lassen kann. Es mag auch sein, dass Saccako einen Widerspruch sah zwischen der geschilderten Triebversiegung und dem von ihm beobachteten körperlichen Bedürfnis des Erwachten, der Neigung des Körpers zum Schlafen in der heißen Mittagszeit nachzugeben:

*Gibt der verehrte Gotamo wohl zu, am Tag zu schlafen? –*

*Ich gebe es zu, im letzten Monat des Sommers nach*

*dem Mahl, wenn ich vom Almosengang zurückgekehrt bin, das Obergewand vierfach gefaltet auszubreiten und auf der rechten Seite liegend klarbewusst zu schlafen. –*

*Das wird aber von manchen Asketen und Priestern als „Verweilen in der Blendung“ bezeichnet.*

Auch der Erwachte bezeichnet es als solches, wenn er sagt (M 16):

*Ein Mönch, der so viel gegessen hat, wie der Magen mag, sich danach behaglich dem Sitzen, Liegen, Träumen hingibt, dessen Herz ist nicht geneigt zum heißen Kampf, zum Sichanjochen, zur Ausdauer und Anstrengung. - Ein solcher Mönch erfüllt nicht den Zweck des Ordenslebens.*

Aber der Erwachte sagt ausdrücklich, dass die Geheilten „*getan haben, was zu tun ist.*“ „*Gekämpft haben sie unermüdlich, sie können nicht mehr lässig werden.*“ (M 70) Auch wenn der Körper des Geheilten klarbewusst schlafen gelegt wird, so geschieht es nicht darum, weil er in sinnlichem Genuss – aus Blendung – zu viel gegessen hätte, sondern weil körperliche Schmerzgefühle ihn den Weg des geringsten Widerstandes wählen lassen. Der Erwachte antwortet Saccako:

*Nicht insofern ist man verblendet oder nicht verblendet; wie man verblendet und nicht verblendet ist, das höre und achte wohl auf meine Rede. –*

*Ja, Herr –, erwiderte Saccako, der junge Niganther dem Erhabenen zustimmend.*

*Der Erhabene sprach: Wer da die Wollensflüsse/Einflüsse (āsavā), die befleckenden, Wiederdasein säenden, entsetzlichen, Leiden ausbrütenden, wiederum Geborenwerden, Altern und Sterben erzeugenden, nicht aufgegeben hat, den nenne ich verblendet, denn durch die Nichtaufgabe der Wollensflüsse/Einflüsse*

*ist man verblindet. Wer die Wollensflüsse/Einflüsse, die befleckenden, Wiederdasein säenden, entsetzlichen, Leiden ausbrütenden, wiederum Geborenwerden, Altern und Sterben erzeugenden, aufgegeben hat, den nenne ich unverblindet, denn durch die Aufgabe der Wollensflüsse/Einflüsse ist man unverblindet. Der Vollendete hat die Wollensflüsse/Einflüsse, die befleckenden, Wiederdasein säenden, entsetzlichen, Leiden ausbrütenden, wiederum Geborenwerden, Altern und Sterben erzeugenden, aufgegeben, an der Wurzel abgeschnitten, einem Palmstumpf gleichgemacht, so dass sie nicht mehr keimen, nicht mehr sich entwickeln können. Gleichwie etwa eine Palme, der man die Krone abgeschnitten hat, nicht wieder emporwachsen kann, ebenso auch hat der Vollendete die Wollensflüsse/Einflüsse, die befleckenden, Wiederdasein säenden, entsetzlichen, Leiden ausbrütenden, wiederum Geborenwerden, Altern und Sterben erzeugenden, aufgegeben, an der Wurzel abgeschnitten, so dass sie nicht mehr keimen, nicht mehr sich entwickeln können.*

Hier sagt der Erwachte noch einmal ausdrücklich, dass Blendung nur durch die Triebe (Wollensflüsse, Anziehung und Abstoßung) zustande kommt und dass der Geheilte alle Triebe: Anziehung, Abstoßung, Blendung vollkommen aufgehoben hat. Der normale Mensch ist ununterbrochen verletzbar durch seine Empfindlichkeit, die daher kommt, dass er dieses und jenes mag (Anziehung) und anderes nicht mag (Abstoßung). Das Mögen und Nichtmögen wird nicht von der Vernunft bestimmt, sondern von den Trieben des Herzens, den inneren Neigungen, Geschmacksrichtungen, die sich der Mensch angewöhnt hat. Und erst recht hat der Mensch Sympathie oder Antipathie in Bezug auf Menschen. Diese Geschmäcke sind die Verletzbarkeit des Menschen, er hat sich selber festgelegt mit seinen Geschmäcken, bedarf dieser und jener Dinge, die

just so und so sein müssen; wenn sie anders sind, behagen sie ihm nicht, tun weh. Wegen dieser Empfindlichkeit sind alle Berührungen für den normalen Menschen Berührungen, die die Empfindlichkeit treffen, beeinflussen, ihr entsprechen oder widersprechen und darum Wohl- und Wehgefühl auslösen und Denken, Reden und Handeln erzwingen. So sind die Triebe, Anziehung, Abstoßung, Gier und Hass, die Bedingung für die Blendung und dadurch bedingten Einflüsse.

Bei starken Tendenzen, starker Gier und starkem Hass ist starke Blendung, sind starke Einflüsse; bei geringerer Gier und geringerem Hass sind geringere Einflüsse.

Wenn aber durch Aufhebung des Wahnwissens Anziehung und Abstoßung, Gier und Hass, ganz aufgehoben sind, kein Anliegen da ist, das zu Angenehmem hinzieht, von Unangenehmem fort will, dann ist der von allen Trieben, Wollensflüssen, Geheilte ohne Einflüsse, die Gefühle des Betroffenseins auslösen könnten, und ohne Aktionsdrang. Alle aus früherem Wirken ankommende Ernte wird damit wirkungslos, da sie eben nur registrierbar berühren, aber nicht eindringen, einfließen kann, weil alles Wollen aufgehoben ist.

Wenn ein Geheilter sinnlich wahrnimmt, an Auge, Ohr usw. die Erscheinungen herantreten, dann ist innerlich kein Empfänger mehr für diese Erscheinungen da, kein aus Anziehung und Abstoßung gefügter Spannungs- und Wollenskörper, der davon betroffen wird, der sie empfindet und mit Gefühl beantwortet: Weil die Augen usw. ohne Lugerdrang usw. sind, können Berührungen nicht einfließen. Da er sich mit keiner der fünf Zusammenhäufungen identifiziert, keine als Eigentum empfindet, zu keiner noch eine Neigung verspürt, ist die Verletzbarkeit aufgehoben; was mit den fünf Zusammenhäufungen geschieht, das sind für ihn keine Einflüsse mehr, die Wohl- oder Wehgefühl-Resonanzen auslösen könnten. So sagt ein Mönch (M 82):

*An Reiche rührt, an Arme rührt Berührung,  
und wie der Tor berührt wird auch der Weise;*

*doch Toren reißt Berührung rasend nieder,  
an Weise rührend, kann sie nimmer regen.*

Der Erwachte vergleicht die Verletzbarkeit des an Gier und Hass Leidenden, das Angenehm-und-unangenehm-Berührtwerden auch mit dem Nagen von Insekten an einer offenen Wunde, und er bezeichnet die sechs auf Berührung gespannten Süchte in den Sinnesorganen als Wunden. (M 105) Der Geheilte wird zwar berührt von Sinneseindrücken, doch diese Berührung wird verglichen mit einer vollkommen geheilten Wunde. Wegen der Unverletzbarkeit gibt es nichts mehr, das eindringen kann, und darum gibt es auch keine Einflüsse.

Zwar erfährt auch der Heilgewordene die Rückkehr seines früheren absichtlichen Wirkens, aber sein Dauerzustand ist heller Gleichmut, und so nimmt er die ankommenden Erlebnisse nur eben zur Kenntnis, aber sie können nicht in ihn eindringen und sein Herz und Gemüt bewegen, beeinflussen.

Einen äußerlich sichtbaren Beweis für die Untreffbarkeit des Geheilten hat Saccako, der schon viele Diskussionen mit andersfährtigen Pilgern gehabt hat, in der von ihm bewunderten Ruhe und Gelassenheit des Erwachten erfahren, indem der Erwachte den verschiedenen Herausforderungen Saccakos offen, ohne innere Abwehr begegnete und durch verständliche Erklärungen alle Kritik an ihm und seinem Orden zunichte machte.

*Nach diesen Worten sprach Saccako, der junge Niganther, zum Erhabenen:*

*Wunderbar, Herr Gotamo, außerordentlich ist es, Herr Gotamo, auch wenn man dem Herrn Gotamo immer wieder Einwendungen entgegenhält, so bleibt doch seine Hautfarbe hell und sein Gesichtsausdruck immer ruhig wie eben bei einem Geheilten, vollkommen Erwachten. Wenn ich mit Purano Kassapo oder mit Makkhali Gosalo oder mit Ajito Kesakambali oder mit Pakudho Kaccāyano oder mit Sanjayo Belattha-*

*putto oder mit Nigantho Nāthaputto ein Gespräch führte, dann kamen sie von einem zum anderen, schweiften vom Gegenstand ab und zeigten Zorn, Hass und Ärger. Bei Herrn Gotamo aber bleibt trotz aller Einwendungen die Hautfarbe immer hell und der Gesichtsausdruck ruhig wie eben bei einem Geheilten, vollkommen Erwachten.*

*Wohlan denn, jetzt wollen wir gehen, Herr Gotamo. Manche Pflicht und Obliegenheit wartet auf uns. – Wie es dir nun beliebt mag. –*

*Da erhob sich Saccako Niganthaputto erhoben und beglückt durch des Erhabenen Rede von seinem Sitz und ging fort.*

VERSIEGUNG DES DURSTES I  
37. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Die folgende Belehrung des Götterkönigs mutet wie eine Zusammenfassung von Rāhulos Übungsschritten (M 147) an und ist in der Rahmenerzählung eine Demonstration der Triebe, die die rechte Anschauung zeitweise unter sich begraben zu haben scheinen – vorgeführt an dem Beispiel *Sakkos*, des Götterkönigs.

Sakko, der König der Götter der Dreiunddreißig, stellt in dieser Lehrrede Fragen an den Erwachten. Die Götter der Dreiunddreißig, deren oberster Herrscher Sakko ist, sind Himmelswesen, zwei Stufen über menschlichem Erleben. Sie haben als Menschen neben der Einhaltung der Tugendregeln vier Eigenschaften besonders gepflegt:

1. Sie haben Gaben gegeben an Bedürftige,
2. liebevolle, tröstende, helfende Worte gesagt,
3. im Tatbereich geholfen, wo sie konnten und wo Not war,
4. sie haben die Wünsche der anderen gemerkt und bedacht wie ihre eigenen.

Hat ein so gesinnter und sich übender Mensch bis zum Tod sein Wollen und Empfinden solcherart erhöht, veredelt und erhellt, war er als Mensch schon ein „Engel in Menschengestalt“, dann zeigt sich diese seelische Verfassung auch in seiner neuen Daseinsform: Sein feinstofflicher Körper als sichtbarer Ausdruck der Triebe erscheint in hellem, strahlendem Leuchten in der Umgebung von Wesen, die ähnlich geartet sind.

Sakko besuchte öfter den Erwachten und die Mönche, die ihn wahrnehmen und mit ihm sprechen konnten. In einer anderen Lehrrede (D 21) ist ebenfalls ein Gespräch des Erwachten mit Sakko überliefert. Es ist möglich oder gar wahrscheinlich, dass dieses Gespräch zeitlich nach dem in M 37 überlieferten stattfand. Denn in D 21 äußert Sakko, dass er große Freude darüber empfindet, dass er in die Heilsanziehung gelangt ist, und er sieht voraus, dass er nur noch zweimal wiedergeboren



wird: einmal im Menschentum und das zweite Mal bei den in „*Reinheit Wohnenden*“ (*suddhāvāsa*). Zu letzterem Erleben gelangen nur Nichtwiederkehrer, das sind solche Wesen, die zur restlosen Aufhebung alles sinnlichen Begehrens gekommen sind und darum das Erleben einer Sinnensuchtwelt endgültig hinter sich gelassen haben. In dieser Rede (D 21) fragt Sakko am Anfang des Gespräches:

*So haben nicht alle Asketen und Brahmanen das Ziel vollkommen erreicht, die Sicherheit, den Reinheitswandel, das Höchste erreicht?*

Und der Erwachte antwortet:

*Nicht, Götterkönig, haben alle Asketen und Brahmanen das Ziel vollkommen erreicht, die Sicherheit, den Reinheitswandel, das Höchste erreicht. Die da, Götterkönig, als Mönch durch Tilgung des Durstes erlöst sind, diese haben das Ziel vollkommen erreicht, die Sicherheit, den Reinheitswandel, das Höchste erreicht.*

„Die Aufhebung des Durstes“ ist das Ziel dessen, der des Durstes Leidhaftigkeit erkannt hat, und die Heilgewordenen haben dieses Ziel erreicht.

Wie gut Sakko die Antwort des Erwachten verstand, zeigt seine folgende Bemerkung:

*Regung, o Herr, ist Krankheit, Regung Siechtum, Regung Stachel, Regung reißt da den Menschen herum zu dieser und zu jener Rückkehr ins Dasein. So wird der Mensch bald empor-, bald herabgetrieben.*

Regung, Unruhe, Bewegung – eben Aktivität des Durstgetriebenen – entsteht immer nur aus Mangel, aus Schmerz, aus Qual der nach Befriedigung lechzenden Triebe.

Sakko als langlebige Gottheit sieht die Wesen dahinsterven und wiedererscheinen, sieht sie je nach den Qualitäten der Triebe die Daseinsformen wechseln. Er sieht den rasenden Zug des Verlangens, das von Augenblick zu Augenblick Befriedigung wünscht, und wird bewegt von dem Wunsch, die-

sen Durst aufzuheben. Er sieht, wie Mönche in der Umgebung des Erwachten diesen Durst aufgehoben haben, und sucht darum den Erwachten auf (M 37):

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Sāvatti, im Osthain, auf Mutter Migāros Terrasse. Da nun begab sich Sakko, der Götterkönig, dorthin wo der Erhabene weilte, begrüßte den Erhabenen ehrerbietig und stellte sich seitwärts hin. Seitwärts stehend sprach nun Sakko, der Götterkönig, zum Erhabenen:*

*Inwiefern ist ein Mönch, o Herr, durch Versiegung des Durstes erlöst, vollkommen befreit, vollkommen in Sicherheit, vollkommen rein, vollkommen heil, Höchster der Götter und Menschen? –*

*Da hat, König der Götter, ein Mönch gehört: „Alle Dinge sind ungeeignet, sie zu lieben und festzuhalten.“ Wenn der Mönch, König der Götter, dies gehört hat: „Alle Dinge sind ungeeignet, sie zu lieben und festzuhalten“, dann betrachtet er jedes Ding unbefangen, mit innerem Abstand (abhijānāti). Und hat er jedes Ding unbefangen, mit innerem Abstand betrachtet, dann durchschaut er es (parijānāti). Wenn er alle Dinge durchschaut hat und nun ein Gefühl empfindet: wehe, wohl, weder weh noch wohl, so beobachtet er bei diesen Gefühlen ihre Unbeständigkeit. Durch die Erfahrung ihrer Unbeständigkeit erfährt er ihre Entreizung, ihr Aufhören und damit ihre Überwindung. Und nachdem er bei den Gefühlen, ob wohl oder weh oder weh noch wohl, ihre Unbeständigkeit, ihre Entreizung, ihr Aufhören und damit ihre Überwindung erfahren hat, ergreift er nichts in der Welt. Nichts in der Welt ergreifend, wird er durch nichts erschüttert. Unerschüttert erreicht er die Triebversiegung. „Versiegt ist die Ge-*

*burt, beendet der Reinheitswandel, getan ist, was zu tun ist. Nichts mehr nach diesem hier“, weiß er nun.*

*Insofern ist ein Mönch durch Versiegung des Durstes erlöst, vollkommen befreit, vollkommen in Sicherheit, vollkommen rein, vollkommen heil, Höchster der Götter und Menschen.*

### *Durch Gefühl bedingt ist Durst*

Der Götterkönig fragt also, wie man durch Versiegung des Durstes erlöst werden könnte. Durst ist ein im Geist aufgekommenes bewusstes Verlangen nach den verschiedensten Dingen. Solche Dinge, zu denen der sie betrachtende Mensch eine Zuneigung hat, erscheinen ihm schön, und solche Dinge, die dem inneren Anliegen widersprechen, erscheinen ihm abstoßend. Die Menschen sehen die Dinge also immer mit Gefühl übergossen. Mit Wohlgefühl übergossen, erscheinen ihnen viele Dinge angenehm, mit Wehgefühl übergossen, erscheinen ihnen viele Dinge unangenehm. Dieselben Dinge, die mir gefallen, können meinem Nachbarn widerstreben oder gleichgültig sein, so dass er z.B. sagt: „Ich kann nicht verstehen, wie dir das gefallen kann, das ist doch ekelhaft“ oder „Das kann einem doch ganz gleichgültig sein.“ Daran sieht man, dass die Bewertung der Dinge subjektiv bedingt ist, nämlich durch die innewohnenden Neigungen, Triebe, Wünsche, Sehnsüchte. Die Triebe erfahren die Dinge also als ihnen entsprechend oder widersprechend, d.h. als wohl oder weh oder gleichgültig, und mit diesen Gefühlsurteilen übergossen, werden sie in den Geist eingetragen, der nun im Dienst der Triebe sehndend, durstig sagt: „Das will ich haben“ oder „das soll weg.“

Je stärker das Wohlgefühl ist, um so mehr dürsten die Wesen nach Wiederholung. Die starken Wohlgefühle lösen einen starken zu dem Erlebten hinstrebenden Durst aus; die starken Wehgefühle dagegen lösen einen starken fortstrebenden Durst

aus, während die schwachen Wohl- und Wehgefühle auch einen entsprechend schwächeren Durst auslösen bis hin zur Gleichgültigkeit bei den kaum merklichen Gefühlen.

So sagt der Erwachte zu *Ānando* (D 15):

*Wenn es kein Gefühl gäbe, in keiner Weise, ganz und gar nicht, könnte da wohl bei völligem Fehlen des Gefühls Durst erfahren werden? – Gewiss nicht, o Herr. – Darum also ist dies eben der Anlass, dies die Herkunft, dies die Entwicklung, dies die Bedingung des Durstes, nämlich Gefühl.–*

Unter Durst wird also verstanden, dass man im Geist um seine Zuneigung zu den Dingen oder Abneigung gegen jene Dinge weiß und die Kraft der Zuneigung und Abneigung spürt, was einen entsprechenden Einfluss auf den Willen ausübt.

Vom Durst sagt der Erwachte, dass er auf dieses und jenes setzt, mit diesem und jenem rechnet, nach Befriedigung sucht. Umgekehrt kommt bei besonders schmerzlichen Erlebnissen der Durst auf, sie zu vermeiden, zu fliehen.

Durst ist also ein bewusst gewordener, im Geist sich meldender Drang nach den verschiedenen sinnlichen und geistigen Erlebnissen, der, obwohl zur Erhaltung des Körpers nicht immer nötig, doch so stark sein kann wie das Bedürfnis nach Einatmen, Ernährung und Schlaf. Aber im Gegensatz zum Körper kann das Herz, die Gesamtheit der Triebe, am Mangel, an der Nichterfüllung seiner Bedürfnisse, nicht sterben. So sind seinen Spannungsqualen kaum Grenzen gesetzt.

Der Durst wird in seinem Drang nach Befriedigung durch ein bestimmtes Erlebnis wie ein mehr oder weniger schweres Gewicht gespürt, und die Erfüllung wird als erlösend empfunden so wie das Ablegen eines Gewichts. Da aber die Welt keine Schüssel ist, aus der der Durstige unentwegt das schöpfen kann, was er bedarf, so ist Nichterlangen und damit Wehgefühl unvermeidbar.

*Gefesselt mit des Durstes Band,  
das Herz gereizt von Sein zu Sein,*

*in Māros Joche eingespannt,  
ohn' Kampfesfrieden, ohne Ruh'  
durchwandern sie den Wandelkreis,  
die Menschen von Geburt zu Grab. (It 58)*

Mit zunehmenden Trieben wächst auch der Durst, so dass die Menschen in der Regel am Ende des Lebens durstiger, also ärmer sind als am Anfang und darum das nächste Leben mit größerem Verlangen beginnen.

Der Götterkönig weiß darum, dass die Wesen des Durstes Allgewalt ausgeliefert sind, durch ihn hin und her gerissen werden. Auch die Götter haben noch Durst, wenn auch nicht mehr nach niederen Dingen. Auf je feinere Dinge der Durst gerichtet ist, desto höher ist die Erlebensform und desto größer ist das erfahrene Wohl durch die Erfüllung des Durstes. Aber der Götterkönig weiß auch, dass die relativ große Erfüllung des Durstes in seinem Erlebensbereich nicht ewig währt, er weiß um die Unsicherheit auch seiner Existenz und fragt nach endgültiger Sicherheit, nach Unverletzbarkeit. Er kennt die Aussage des Erwachten, dass durch Aufhebung des Durstes ein Mönch geheilt ist. Wie dies möglich ist, möchte er gern vom Erwachten wissen.

Die zwei Voraussetzungen zur Aufhebung des Durstes

Die Antwort des Erwachten lautet:

*Da hat ein Mönch gehört: „Alle Dinge sind ungeeignet, sie zu lieben und festzuhalten.“*

Denn alle Dinge geben keine Sicherheit, keinen Halt, keine Heimat, sind Schemen, Schein, Blendwerk, sind darum untauglich, Erwartungen zu befriedigen, dauerhaftes Wohl zu geben. Hier sagt der Erwachte nicht: „Das sollen die Mönche glauben und nun von den Dingen lassen“, sondern er sagt: *Wenn der Mönch dies gehört hat: „Alle Dinge sind un-*

*geeignet, sie zu lieben und festzuhalten“, dann betrachtet er jedes Ding unbefangen, mit innerem Abstand.*

Was sind „alle Dinge“? Wir können sie auf den kürzesten Nenner bringen: auf die fünf Zusammenhäufungen. In ihnen ist alles enthalten, was uns nur begegnen kann. Mit ihnen haben wir „alle Dinge“ umfasst.

1. Muss also ein Vollendeter erscheinen und die Sinnlosigkeit des Wechsels und Wandels der fünf Zusammenhäufungen in aller Endlosigkeit verständlich darlegen.
2. Muss der Mensch, der diese Lehre hört, zum Abstandnehmen von Wünschen und dadurch ermöglichter Beobachtung seiner inneren Vorgänge fähig sein.

D.h. er kommt nicht von selber zu dieser Beobachtung, sondern durch die Belehrung des Buddha. Wenn ein solcher erscheint – und das geschieht nur sehr selten –, dann ist die erste Bedingung gegeben.

Die zweite Bedingung ist, dass ein Wesen just zu der Zeit, in der der Buddha erscheint, unter den unendlichen Möglichkeiten des Samsāra gerade das Menschentum erreicht hat und dort auch noch in der Nähe des Buddha lebt und dass er als Mensch die Vernunft und den Verstand und das Interesse hat, auf diese Lehre zu hören, und dass er die Fähigkeit hat, von den Trieben Abstand zu nehmen, um die Dinge unbefangen zu beobachten.

Die Stimme des Erwachten:  
*Alle Dinge sind ungeeignet,  
sie zu lieben und festzuhalten*

Ein Mensch hat gehört: *„Alle Dinge sind ungeeignet, sie zu lieben und festzuhalten.“* Warum sind sie der Liebe, des Anklammerns an sie nicht wert? Weil sie unbeständig und darum leidvoll sind und nicht ich sind. Aber vom Erhabenen wird auch gesagt: Es gibt etwas, das nicht geboren ist und nicht stirbt, nicht unbeständig, nicht zusammengesetzt ist, das

mit Entstehen und Vergehen gar nichts zu tun hat. Und das wird erreicht, wenn sich ein Mensch von allem, was unbeständig ist, was entsteht und vergeht, eben von den fünf Zusammenhäufungen, ablöst, sie nicht mehr ergreift. Das, was übrig bleibt, ist nicht ein irgendwie nennbares Ding. Der Erwachte bezeichnet es als das Ungewordene, Bleibende, Todlose.

Die fünf Zusammenhäufungen aber erscheinen als ständig wechselnde, sich einander bedingende Komponenten. Es ist mit ihnen wie mit einer Reihe von Dominosteinen. Wenn man diese hintereinander aufstellt und einen Stein anstößt, der dadurch den nächsten berührt und dieser wieder den nächsten usw., dann fällt die ganze Reihe um. Das sieht sehr lebendig aus, ist aber gar nicht lebendig. Wenn ein Stein gegen den anderen fällt, muss er ja umfallen. Auf Grund der Triebe im zu sich gezählten Körper, der dadurch ausgelösten Gefühle und der eingetragenen Daten im Geist muss in einer bestimmten Weise gedacht, geredet und gehandelt werden. Werden die im Geist eingetragenen Daten verändert, kommt z.B. rechte Anschauung in den Geist, kommt der Geist zu der Anschauung, dass die fünf Zusammenhäufungen schmerzlich, leidbringend, sinnlos sind – dann muss sich der Wille, die Aktivität des Wesens von ihnen abwenden.

Wenn wir erkennen, dass in den Dingen kein Heil ist, dann können wir diese Dinge nicht mehr anstreben wollen, dann wendet sich der Wille zum Heilen als dem erkannten Besseren bzw. Besten. Auch das ist ein Automatismus, eine blinde Reaktion, kein souveränes Entschließen.

Das ist die Anleitung des Erwachten: „Wenn ihr selber seht, wie elend die Dinge sind, dann könnt ihr, die ihr Wohl anstrebt, keine Neigung mehr zu ihnen empfinden, und bekommt damit einen Begriff von dem Nicht-Elenden, von der Freiheit von allem Elend.“

## *Er betrachtet alle Dinge auf Abstand*

Die zweite Lehrrede der „Mittleren Sammlung“ beginnt damit, dass der Erwachte sagt:

*Dem Kenner, dem Sehenden verheiße ich die Triebversiegung, nicht dem Nichtkenner, nicht dem Nichtsehenden. Was muss gekannt, gesehen werden, fragt der Erwachte und sagt selber: Auf die Herkunft gerichtete Aufmerksamkeit und seichte Aufmerksamkeit.*

Wenn wir einmal kurz einen Blick in die Tageszeitungen werfen, sehen wir, dass diese niemals die Herkunft der Dinge aufzeigen, also wie sich etwas entwickelt. Sie zeigen nur das Erleben und Handeln der Wesen: Da hat sich ein Mensch aufgehängt, ertränkt; einer hat den anderen ermordet; es hat einer gestohlen, eingebrochen usw. Oder es hat einer dem anderen Hilfe geleistet. Aber man sieht nicht die Zusammenhänge, wie es zu dem Erleben, dem Handeln kam. Sich so, vielleicht gar regelmäßig, zu informieren, das erzieht den Menschen dazu, nur punktuell das Interessante zu sehen. Damit werden Triebe, Gefühl, Geist bewegt – eine Erkenntnis von Zusammenhängen gewinnt man so jedoch nicht. Man erkennt nicht, welches die Ursachen des Erlebens, der Handlungen sind und wie das Erleben und Handeln verbessert oder gar überwunden werden kann.

Alle Großen lehren uns, dass wir auf die Herkunft der Erscheinungen achten sollen, und die Herkunft aller Erscheinungen sind die Triebe. Solange Triebe sind, so lange ist Leben, so lange werden Körper angelegt, und wie die Qualität der Triebe ist, so wird die Qualität des Körpers und die Qualität der Gefühle sein.

Der Heilungsprozess beginnt damit, dass man gehört hat, dass *alle Dinge ungeeignet sind, sie zu lieben und festzuhalten*, sich an sie anzuklammern. Der Ablösungsprozess bis zur Triebversiegung ist in zehn Zeilen zusammengefasst:



1. Er hat gehört: „Alle Dinge sind ungeeignet, sie zu lieben und festzuhalten (*sabbe dhammā nālam abhivesāya*).“
2. Wenn er dies gehört hat, betrachtet er jedes Ding unbefangen, mit Abstand (*sabbam dhammam abhijānti*).
3. Wenn er jedes Ding unbefangen, mit Abstand betrachtet hat, durchschaut er (*parijānti*) jedes Ding. Wenn er ein Gefühl fühlt, Wohl, Wehe oder Weder-Weh-noch-Wohl, so beobachtet er
4. die Unbeständigkeit (*aniccānupassī*) bei den Gefühlen,
5. die Entreizung (*virāgānupassī*),
6. die Ausrodung (*nirodhānupassī*),
7. das Aufhören (*patinissaggānupassī*).
8. Nichts in der Welt ergreift er (*na kiñci loke upādiyanti*).
9. Nicht ergreifend, wird er nicht erschüttert (*anupādiyam na paritassati*).
10. Unerschütterlich erreicht er die Triebversiegung (*aparitassam parinibbāyati*).

Solange der Mensch von den Trieben gerissen ist, drängt ihm jede sinnliche Wahrnehmung das täuschende Gefühlsurteil der Triebe auf. Darum muss er sich erst umbilden, um den rechten Anblick immer häufiger unverblendet gegenwärtig zu haben. Hierzu gehört das nicht mehr verblendete Auf-Abstand-Betrachten, ein immer gründlicheres Blicken auf die fünf Zusammenhäufungen, was zur Durchschauung führt. Ist Dasein, sind die fünf Zusammenhäufungen durchschaut, dann lässt man sich von den bunt gewebten Blendungsschleiern nicht mehr blenden, sieht der Dinge Unbeständigkeit und Bedingtheit. Dabei sagt sich jeder vernünftig Denkende: Es wäre ja töricht, wenn ich an Dingen hänge und ihrer immer mehr bedarf, und sie zerrinnen mir zwischen den Fingern. Dann bleibe

ich ja weiterhin im Elend. Ich will mich unabhängig machen von Dingen, die ich nicht festhalten kann. Ein Tor ist, der Dinge festhalten will, die dauernd forttrieseln. Wenn ich nicht mehr solche Dinge brauche, die immer wieder zerrinnen, die gar nicht haltbar sind, dann stehe ich auf Felsgrund, dann ist Sicherheit.

Aber diese Einsicht ist die eine Seite, und die Wucht der Triebe die andere. Ungeachtet der entlarvenden Betrachtungen drängt das von den Trieben ausgehende Verlangen immer weiter in den Geist, so dass dort je nach der Wucht der Triebe die Unbeständigkeit, Leidhaftigkeit, Nicht-Ichheit der Dinge, also die entlarvende Betrachtung, gestört oder gar verhindert werden kann. Deshalb geht es zuerst darum, soziale und moralische Triebe weiterhin zu befriedigen, inneres Wohl zu erfahren aus heller innerer Gesinnung, Freude zu haben am Freudemachen; dann treten die Wünsche nach Erfüllung sinnlicher Triebe mehr in den Hintergrund, und sie revoltieren entsprechend weniger bei der Entlarvung der sinnlichen Dinge. Darum empfiehlt der Erwachte die Einhaltung der Tugendregeln, die Erhellung der Gesinnung. Sie gibt eine Grundlage, die uns sättigt, uns erfüllt. Dann sind wir eher bereit, die fünf Zusammenhäufungen entlarvend zu betrachten. Darum muss die Tugend, die erhellte Gesinnung vorangehen.

Weiter empfiehlt der Erwachte dem ja weiterhin von Trieben bewegten Heilsgänger, sich um Zurückhaltung allen sinnlichen Erlebnissen gegenüber zu bemühen (Zügelung der Sinnesdränge), sich nicht mehr wie der normale Mensch naiv und lustsuchend in der Welt umzuschauen, um gemäß den Trieben zu genießen, sondern sich zurückzuhalten, sich um Distanz zu den Eindrücken zu bemühen und sich gegenwärtig zu halten, was er über den Trug der Wahrnehmung bereits eingesehen hat.

Hat ein solcherart sich mühender Mönch auf dem Almsgang oder sonstwo weltliche Begegnungen, so ist er darauf bedacht, nicht die Begierden zu wecken, nicht von der durch sie hervorgerufenen täuschenden Blendung wieder eingefan-

gen zu werden, nicht dem Anschein einer objektiv bestehenden Welt zu erliegen. Er verknüpft sich nicht mit den sinnlich reizenden Gedächtnisinhalten, denkt nicht um sie herum, knüpft nicht Verbindungen an, die er als leidbringend durchschaut hat. So bändigt er die Sinnesdränge im Körper (*bhāvita-kāya* – M 36). Im Wortlaut der Anleitung zur Zügelung der Sinnesdränge heißt es: *Er folgt nicht den Erscheinungen und nicht den damit verbundenen Gedanken.* Auch Beeindruckungen und Assoziationen nebensächlicher Art bedenkt, umdenkt er nicht, hämmert sie nicht heraus, bindet Geist und Herz nicht daran.

Der Übende hat erfahren, dass die Sinnesdränge im Körper dauernd auf der Lauer liegen und lügen, weil sie von „außen“ hereinnehmen wollen. Darum hält er den Körper, in dem die Sinnesdränge wie wilde Tiere hungern und an den Toren rütteln, zurück, beschränkt die Wahrnehmungen auf das Notwendigste. Der Wollenskörper des sich nicht übenden normalen Menschen wird mit trockenem Grasgrund verglichen, der im Augenblick der Berührung durch den Funken der jeweiligen Trieberfahrung lichterloh aufbrennt. Dieses machtvolle Aufblitzen (starke Wohl- oder Wehgefühle) bewirkt starke Wahrnehmungen, die den Geist stark beschäftigen. Er nimmt die positiv und negativ interessierenden Erscheinungen ernst, d.h. er achtet darauf, wenn das, was er liebt, ihm ferner rückt oder näher rückt, und wenn das, was er nicht mag, sich ihm nähert oder sich von ihm entfernt. In M 149 heißt es:

*Wer den Luger – die Formen – die Luger-Erfahrung – Luger-Berührung – was durch Luger-Berührung bedingt an Gefühl hervorgeht: Wohl, Wehe, Weder Weh noch Wohl – nicht der Wirklichkeit gemäß versteht und klar erkennt, der wird beim Luger wohlbegierig – wird bei den Formen – der Luger-Erfahrung – der Luger-Berührung – bei dem, was durch Luger-Berührung bedingt an Gefühlen hervorgeht: Wohl, Wehe, Weder Wehe noch Wohl – wohlbegierig. Weil er wohlbegierig ist, durch Anziehung und Abstoßung gefesselt, verblendet ist,*

*nach vordergründigem Wohl Ausschau hält, schichten sich ihm die fünf Zusammenhäufungen weiterhin auf, und der Durst, der Weiterwerden schaffende, befriedigungssüchtige, bald hier, bald dort Befriedigung suchende, der wächst ihm weiter; dem wachsen körperliche und seelische Spannungen, Qualen und Schmerzen weiter, und körperliches und seelisches Leid erfährt er an sich.*

Wer die Gefühle und den durch sie bedingten Durst nicht beobachtet, der ist eins mit den Gefühlen und damit auch mit dem durch sie bedingten Durst. – Wer aber die fünf Zusammenhäufungen unverblendet in ihrem Zusammenwirken sieht, betrachtet sie mit Abstand. Wer als Klarblickender die auf- und absteigenden Gefühle beobachten kann, der ist durch die Beobachtung nicht mehr eins mit den Gefühlen. Da er sie beobachtet, steht er ihnen gegenüber, trennt sich innerlich von ihnen, und somit ist bei ihm das Aufsteigen der Gefühle nicht sein eigenes Aufsteigen und das Absteigen der Gefühle nicht mehr sein eigenes Absteigen. Zwar ist es für ihn durchaus nicht so, als wenn er keine Gefühle hätte, denn er empfindet ja die auf- und absteigenden Gefühle, aber indem er sie beobachtet, indem er ihr Auf- und Absteigen merkt, hat er selbst einen Standort bezogen, der jenseits vom Auf- und Absteigen ist, hat er sich von den Gefühlen getrennt, ist ihnen gegenüber getreten, ist nicht mehr mit ihnen identisch, erliegt ihrem Einfluss nicht mehr.

Bei solcher auf den Grund gehenden Betrachtung kann der Auf-Abstand-Betrachtende nicht „wohlbegierig“ werden, kann nicht im Bereich der Formen an Leibern oder Dingen Gefallen finden. Er hat gesehen, dass die Dinge der Welt nur bei oberflächlichem Hinblick verlockend oder abstoßend erscheinen und bei gründlichem Hinblick das Verlockende entfärbt wird und sich als dürr und trügerisch erweist.

Indem er den Wahrheitsanblick pflegt, erfährt er Wohl (M 149):

*Wer den Luger – die Formen – die Luger-Erfahrung – Luger-Berührung – was durch Lugerberührung bedingt an Gefühlen hervorgeht: Wohl, Wehe, Weder Weh noch Wohl – der Wirklichkeit gemäß versteht und klar erkennt, der wird beim Luger – den Formen – der Luger-Erfahrung – der Luger-Berührung – bei dem, was durch Luger-Berührung bedingt an Gefühlen hervorgeht: Wohl, Wehe, Weder Weh noch Wohl – nicht wohlbegierig. – Wer den Lauscher, den Riecher, den Schmecker, den Taster, den Denker – die Töne, die Düfte, die Säfte, die Körper, die Gedanken – die Lauscher-, Riecher-, Schmecker-, Taster-, Denker-Erfahrung – Berührung – was durch Lauscher-, Riecher-, Schmecker-, Taster-, Denker-Berührung an Gefühlen hervorgeht: Wohl, Wehe, Weder Weh noch Wohl – der Wirklichkeit gemäß versteht und klar erkennt, der wird bei den Dingen und Gefühlen nicht wohlbegierig. Weil er nicht wohlbegierig ist, nicht durch Anziehung und Abstoßung gefesselt, verblendet ist, das Elend sich vor Augen hält, mindern sich die fünf Zusammenhäufungen, und der Durst, der Weiterwerden schaffende, befriedigungssüchtige, bald hier, bald dort Befriedigung suchende, der schwindet dahin. Dem schwinden körperliche und seelische Spannungen, körperliche und seelische Qualen und Schmerzen, und körperliches und seelisches Wohl erfährt er an sich.*

Indem der Auf-Abstand-Betrachtende diese auf den Grund gehende Betrachtung anstellt, mag er von sich sagen (M 48):

*Indem ich da diesen Anblick hege und pflege und ausbilde, merke ich bei mir, dass das Gemüt ruhig wird und die Triebe abnehmen.*

Und in M 70 heißt es bestätigend von einem, der sich schon länger so übt:

*Einige Wollensflüsse/Einflüsse hat er gesehen und aufgelöst. Die vom Vollendeten aufgezeigte Wahrheit hat er mit Weisheit verstanden und geprüft.*

Die Erfahrung, dass sich durch die Nachfolge sein gesamtes inneres und äußeres Leben immer mehr erhellt, beruhigt, erhöht, so dass er tatsächlich alle Treffbarkeit zu übersteigen auf dem Weg ist – diese beglückende und sicher machende Erfahrung führt zwangsläufig dazu, dass der Nachfolger immer beharrlicher und intensiver den wirklichkeitsgemäßen Anblick pflegt und dass er darum immer häufiger eine vorübergehende Aufhebung der Blendung erfährt, die immer leichter herbeigeführt werden kann und länger andauert. Sein ganzes Dichten und Trachten ist nun darauf gerichtet, sich den wirklichkeitsgemäßen, auf den Grund gehenden Anblick zu bewahren, um nicht immer wieder der Faszination durch oberflächlichen Hinblick zu verfallen, den seine Wünsche und Bedürfnisse, seine juckenden, brennenden Wunden, die immer wieder nach Kratzen verlangen, ihm suggerieren wollen.

### *Er durchschaut alle Dinge*

Wer von den sinnlichen Trieben zurückgetreten ist und damit auch von Abwendung und Gegenwendung, der bezieht sein Wohl ganz unmittelbar aus der Lauterkeit seines Gemüts. Ein solcher ist „innen“ bei sich selber zu Hause. Sein inneres Wohl und die damit verbundenen Gedanken und Vorstellungen, die nichts mit der Außenwelt zu tun haben, sind sein eigentlicher Lebensraum. Er kann „innen bleiben“, und alles Äußere wird für ihn zur uninteressanten Fremde. Bei einem solchen antwortet der Wollenskörper auf keinen Sinneseindruck von äußeren Formen, Tönen usw. mit starkem Gefühl. Sinneseindrücke, Gefühle werden nur eben „bemerkt“. Darum sind einem solchen alle Erscheinungen, alle Wahrnehmungen gleich gültig bzw. gleich ungültig.

Sein seelisches Erleben mit oft überweltlichem Wohlgefühl hat den Platz eingenommen, den beim gewöhnlichen Menschen das dreidimensionale Welterlebnis samt Raum und Zeit einnimmt, während das Erlebnis dieser Welt für ihn immer blasser, ausdrucksloser und uninteressanter wird.

Er hat die Dinge durchschaut in ihrem wahren Wesen. Die gewonnene unbeeinflusste rechte Anschauung drängt den Geist, in den sie aufgenommen wurde, zu verstärkter Wiederholung dieser perspektivenlosen Haltung, zu immer wiederholter Durchschauung im Sinne von Sich-Hindurcharbeiten, Durchdringen und Durchbohren durch alle unbeständigen Erscheinungen, bis er sie praktisch hinter sich lässt, indem er nicht mehr das Empfinden hat, dass „er“ es sei.

*Er beobachtet die Unbeständigkeit (anicca)  
der Gefühle, ihre Entreizung (virāga),  
ihr Aufhören (nirodha),  
ihre Überwindung (patinissagga)*

Wer der Dinge Wandelbarkeit und Leblosigkeit durchschaut hat, der achtet auf die Gefühle, die er durch das Erlebnis der Dinge erfährt. Ununterbrochen kommen Gefühle auf. Der normale Mensch, der die Dinge noch nicht durchschaut hat, wird bei den Dingen, bei denen ihn angenehme Gefühle bewegen, sagen: „Das sind die guten Dinge“ und wird sie weiter verfolgen. Er hängt an den Dingen, und, da die Dinge ja unbeständig sind, hängt er am Leiden. Irgendwann muss er unweigerlich wieder mit leeren Händen dastehen. Wer aber die Dinge durchschaut hat, sagt sich: „Gefühle entstehen nur durch das Mögen oder Nichtmögen der Triebe. Weil z.B. ein Trieb nach Anerkennung ist, darum muss ein Wehgefühl aufkommen, wenn Verachtung erfahren wird. Weil früher Anerkennung positiv bewertet und so zum Trieb wurde, muss diesem Trieb die Missachtung wehtun. Von daher das jetzige Wehgefühl. Wehgefühl kommt nur auf, weil ein Geneigtsein nach etwas sehr Unbeständigem besteht, das von der Meinung anderer Menschen abhängig ist: Erkennen sie mich an, entsteht ein Wohlgefühl – und umgekehrt ein Wehgefühl. Aber ist ein Gefühl aufgekommen, so ist es „mir“ ja gar nicht aufgekommen, es sind nicht „meine“ Gefühle, es ist wie das Wehen der

Fahne, die durch den Wind bewegt wird; es ist eine tote Bedingtheit, ein blind funktionierender Mechanismus.“

Der dies Durchschauende steht darüber, er hat sich eine höhere Plattform geschaffen, einen Geist, der das Ganze erkennt als eine Reaktion auf ein Mögen von früher her. Wird er z.B. von einem Menschen geärgert, mag der Klarblickende sagen: „Ich werde doch um dieser unbeständigen Dinge willen nicht ärgerlich entgegenen oder gar streiten. Die Gefühle kommen von den Trieben her, und die Triebe sind durch frühere positive Bewertung entstanden. Die Meinung ist entstanden, es wäre wichtig, anerkannt zu werden, man wäre es seiner Ehre schuldig, sich gegen Nicht-Anerkennung zu wehren. Solch eine Auffassung hat den Trieb, das Bedürfnis nach Geltung erzeugt, und aus diesem Bedürfnis kommen nun die Gefühle.“

Aus zunehmender rechter Anschauung lässt der Kenner die Gefühle nicht mehr maßgeblich sein. Zwar ist es für ihn durchaus nicht so, als wenn er keine Gefühle hätte, denn er fühlt ja die auf- und absteigenden Gefühle, aber indem er sie beobachtet, indem er ihr Auf- und Absteigen, ihre Unbeständigkeit merkt, hat er selbst einen festen Standort bezogen, der jenseits vom Auf- und Absteigen ist, hat sich von den Gefühlen getrennt, ist ihnen gegenüber getreten, ist nicht mehr mit ihnen identisch.

Je mehr ein Mensch an seine Gefühle gefesselt ist, je mehr er sich und seine Existenz bewusst oder unbewusst auf das Gefühl stützt, je mehr er in den Gefühlen „lebt und webt“, um so weniger ist er zu ihrer ruhigen, durchgängigen, gelassenen, gleichmütigen Beobachtung fähig, denn dann reißen die Gefühle an ihm und werfen ihn herum.

Der in diesem Durchschauen geübte Mönch hat also

1. die Sinnensucht, das sinnliche Begehren, in einem erheblichen Maß verloren und ist zur Zeit der Übung völlig unbewegt von irgendwelcher Sinnensucht;
2. alle gröberen, niederen Gefühle, die durch die Sinnensucht bedingt sind, zur Ruhe gebracht. Ebenso sind alle aufkommenden Gefühle, die weltlichen und die überweltlichen,



- nicht mehr von überwältigender Kraft, weil solche Bewegungen und Erschütterungen die Beobachtung sofort unmöglich machen;
3. und (er hat) die Fähigkeit der ununterbrochen, tief-ruhigen Beobachtung ganz erheblich ausgebildet.

Man stelle sich den Unterschied vor zwischen dem unbelehrten Menschen und dem in dieser Übung erfahrenen und durch diese Übung gewandelten Menschen. Der unbelehrte Mensch wird zwischen Lust und Schmerz hin und her gerissen, *und was für ein Gefühl er auch fühlt, ein wohles oder wehes oder weder wehes noch wohles, dahin neigt er sich, darum kreist sein Denken, daran klammert er sich.* (M 38) Ein solcher ist mit seinem Gemüt an das Gefühl gefesselt. Die Schwankungen des Gefühls bedeuten *seine* Schwankungen. Ein solcher ist geworfen, ist abhängig und muss in dauernder Angst vor dem Kommenden sein. Wer dagegen durch Beobachtung der auf- und absteigenden Gefühle alles Gefühl von seiner Ich-Vorstellung gänzlich abgelöst hat – ein solcher identifiziert sich nicht mehr mit den auf- und absteigenden Wohl- und Wehgefühlen.

Bei einem solchen lösen die entstehenden und vergehenden Wohlgefühle keine Lust aus und die Wehgefühle keinen Schmerz aus. Ein solcher neigt sich den auf- und absteigenden Gefühlen nicht zu, umkreist sie nicht mit seinem Denken und klammert sich nicht an sie. Er sucht in den Gefühlen nicht im geringsten mehr Befriedigung, bleibt von ihnen unbewegt.

Wer der Gefühle Entstehen und Vergehen beobachtet, ist nicht wie ein schaukelndes Boot auf dem Wasser. Er ist wie ein Fels im Meer und wird nicht hin und her geworfen. Die Wogen steigen nur an ihm hoch und sinken wieder ab, aber der Fels ist unbeweglich. So wird er zum Beherrscher seines Lebens. Er merkt: Weil Sucht ist, kommen Gefühle auf. Ihre Bedingtheit betrachtet er und wächst darüber in die vollkommene Unabhängigkeit hinein. Von einem solchen heißt es (M 140):

*Empfindet er ein Wohlgefühl, Wehgefühl oder Weder-Wehnoch-Wohlgefühl, so empfindet er es als Losgelöster (visam-*

yutto) – losgelöst vom Ich-bin-Empfinden. Die Gefühle sind ohne Reiz, reizen *ihn* nicht mehr.

Weil das Ich-bin-Empfinden von den Trieben und damit auch vom Gefühl zurückgezogen ist, werden die Gefühle schwächer, immer stiller und dann ganz aufgelöst: In dem Maß, wie diese wilden, durch äußere Berührung bedingten Gefühle nachlassen, in dem Maß meldet sich der innere Frieden. Dann fällt der gesamte durch sinnliche Wahrnehmung bedingte Gefühlsschwall vollständig fort, und in der eingetretenen Beruhigung werden nur noch außersinnliche Gefühle, die als „überweltliches Wohl“ bezeichnet werden, erlebt. Die vierte weltlose Entrückung wird beschrieben als die *vollkommene Gleichmutsreihe jenseits von Freud und Leid*.

Aber das Wohl der vierten Entrückung, so friedvoll und ruhig es auch ist gegenüber den beglückenden und seligen Wohlgefühlen der 1., 2. und 3. Entrückung – ganz zu schweigen von den groben und rohen Gefühlen, die aus sinnlicher Lustbefriedigung hervorgehen – wird noch übertroffen durch ein noch vollkommeneres Wohl: das unübertreffliche Wohl durch die Aufhebung von jedem Gefühl.

Der Erwachte schildert die Reihe der immer höheren Wohlgefühle samt den Bedingungen, durch die sie entstehen. Wir erkennen bei der Beschreibung dieser Gefühle und ihrer Bedingungen, dass jedes höhere Gefühl, das als ein größeres Wohl empfunden wird, zugleich eine Minderung von Gefühl überhaupt ist. Und der Erwachte bestätigt diesen Zusammenhang ausdrücklich damit, dass er die Aufhebung auch des letzten und feinsten Gefühls als das höchste Wohl bezeichnet. (M 59)

Um das zu verstehen, mag man sich die drei Arten der Selbsterfahrungen vor Augen führen, die der Erwachte nennt (D 9): Erstens die grobe Art der Selbsterfahrung: Das ist die sinnliche Wahrnehmung, an welcher oberhalb des Menschen noch sechs höhere himmlische Götterwelten teilhaben, und unterhalb des Menschen noch die Gespenster, die Tiere und

die Höllischen, insgesamt zehn verschiedene Stufen, die zur Sinnensuchtwelt gehören.

Dann nennt der Erwachte an zweiter Stelle die „Formhafte Selbsterfahrung“ (also die Welt der „Reinen Form“), die nur geisthaft besteht; die Wesen haben also weder einen grob- noch einen feinstofflichen Körper, sondern erscheinen nur durch selbsterzeugte Gestaltidee.

An dritter Stelle nennt der Erwachte die „Formfreie Selbsterfahrung“, wo nur erhaben-stille, gleich bleibende Zustände erfahren werden.

Zur Sinnensucht-Erfahrung insgesamt zählen zehn verschiedene Stufen, zur Erfahrung der Reinen Form vier und ebenso vier Stufen zur Formfreien Erfahrung. Das sind im Ganzen achtzehn verschiedene Arten.

Wenn der Erwachte nun sagt, dass das Nirvāna der Zustand von vollkommenem Wohl, d.h. vollkommen leidensfrei ist, und wenn wir dagegen den Zustand der Hölle als einen Zustand von 1000 Grad Leiden ansehen, dann gehörten zur Tier-Erfahrung etwa 900 Grad Leiden, zur Gespenster-Erfahrung etwa 800 Grad Leiden, zur Menschen-Erfahrung etwa 700 Grad Leiden, zu den sechs Erfahrungen der sinnlichen Götter 600-100 Grad Leiden.

Danach käme die Erfahrung der Reinen Form. Davon hätten die untersten, die Brahmagötter, etwa 40 Grad Leiden, die drei höheren 30, 20 und 10 Grad Leiden.

Danach kommen die vier formfreien Erfahrungen mit etwa 4 Grad, 3, 2 und 1 Grad Leiden.

Der 1 Grad Leiden zählt also zu der höchsten Selbsterfahrung, der zeitweisen Aufhebung von Wahrnehmung, es ist die letzte Ahnung von dem Empfinden einer hohen, stillen Erhabenheit. Und das ist nun – vom endgültigen Heilsstand im Nirvāna aus gesehen – die allerletzte Belästigung.

Das aber können wir uns schwer vorstellen. Bei dieser Beschreibung stellt sich bei dem Leser meistens der sog. „horror vacui“ ein, d.h. das Gefühl und die Vorstellung, dass das

Nichts doch ein Fehlen, ein Mangel wäre. Hierbei muss aber gesehen werden, dass wir ja ein Leben in 700 Grad Leiden gewöhnt sind. Schon vor unserer Geburt, schon in früheren Leben – immer lebte man als Mensch in gewaltigen Andrängen von Formen, Tönen, Düften usw., in einer Art Prasselhagel. Da unsere Gefühle im Durchschnitt immer 700 Grad schmerzhaft sind, wir daran also gewöhnt sind, so können wir nur Gefühle von mehr als 700 Grad als schmerzhaft empfinden, müssen dagegen die Gefühle von etwas weniger als 700 Grad als Wohlgefühl empfinden. Wir kennen nur den Unterschied von etwa 650-750 Grad zwischen Wohlgefühlen und Wehgefühlen. Dass aber Gefühl selber immer nur schmerzhafter Andrang ist, das können wir nicht nachvollziehen. Diejenigen aber, die nur noch 1, 2 oder 3 Grad empfinden, die haben nicht mehr unser Bedürfnis nach Gefühlen. Sie würden unser Dasein mit 700 Grad Leiden als entsetzlich, schmerzlich empfinden (was wir also nur darum nicht so benennen, weil wir nichts Besseres kennen).

Wahres Wohlsein entsteht nicht dadurch, dass immer mehr Wohlgefühl aufkommt, sondern vielmehr dadurch, dass die 700 Grad Schmerzens- und Leidensgefühle auf dem Weg zum Heilsstand immer mehr abnehmen und verschwinden.

*Er ergreift nichts in der Welt,  
wird durch nichts erschüttert.*

*Unerschüttert erreicht er die Triebversiegung.*

Diejenigen Mönche, die in ihrer Läuterung, der Minderung von Trieben und damit von Gefühl, so weit gediehen sind, dass sie öfter den Bereich der Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung – also nur noch 1 Grad Leiden erfahren – sind geneigt, den unvorstellbaren Frieden dieser stillsten aller Wahrnehmungen positiv zu bewerten und damit zu ergreifen – etwa in dem Gedanken: „Das ist die Ruhe, das ist der Frieden“ – der Erwachte bezeichnet es als das höchste Ergreifen. So bleibt der Übende mit dieser erhabenen Wahrnehmung lange

Zeiten hindurch verbunden. Irgendwann aber kommen latent gewesene Triebe nach sinnlicher Wahrnehmung wieder auf. Darum sagt der Erwachte von der Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung (M 106):

*Dies ist noch etwas (sakkāya). Gegenüber allem Etwas ist das Unsterbliche die Freiheit von allen Trieben, die durch Nicht-ergreifen gewonnen wird.*

Auch diese Spitze der Wahrnehmung, die feinste und stillste, blasseste, schwächste Wahrnehmung, die durch die Aufhebung fast aller Triebe erlebt wird, empfiehlt der Erwachte auch noch abzuweisen mit dem Gedanken: „*Dies ist noch etwas*“, mit dem sich der Erfahrer identifiziert, worauf er sich stützt, eben Wahrnehmung. Das Ergreifen auch nur einer einzelnen Zusammenhäufung nährt den Glauben an Persönlichkeit, fesselt an den Samsāra.

Weil die Wesen immer wieder die fünf Zusammenhäufungen als selbstverständliche Grundlage ihres Lebens nehmen, sich mit ihnen identifizieren: „Mein Körper, mein Gefühl, meine Wahrnehmung, meine Aktivität, meine programmierte Wohlerfahrungssuche: das bin ich“ – darum sind sie so entsetzt, wenn Gefühl und Wahrnehmung sich verändern und der Körper mehr und mehr versagt und schließlich unbrauchbar wird, körperliche Aktivität zunichte wird und die geistige Aktivität in Frage gestellt ist. Sie haben das panische Angstgefühl, sie selbst würden vernichtet. Dieses schildert ein Mönch anschaulich (M 138):

*Wie aber wird man, weil man ergreift, erschüttert? Da ist einer, ihr Mönche, ein unbelehrter, gewöhnlicher Mensch. Er hat keinen Blick für den Heilsstand, kennt gar nicht das Wesen des Heils und ist unerfahren in den Eigenschaften des Heils. Er hat keinen Blick für die wahren Menschen, kennt nicht die Art des wahren Menschen und ist unerfahren in dessen Eigenschaften. Dieser betrachtet die Form als sich selbst oder sich*

*selbst als formhaft oder in sich selbst die Form oder in der Form sich selbst. Nun wandelt sich ihm die Form um und verändert sich. Wie sich ihm die Form umwandelt und verändert, dreht sich die programmierte Wohlerfahrungssuche um den Wandel der Form herum. Aus dem Herumdrehen um den Wandel der Form gehen Erschütterungen hervor, wühlen das Herz auf. Weil das Gemüt aufgewühlt und bewegt ist, kommen Kummer und Sehnsucht auf. So wird er erschüttert infolge von Ergreifen.*

*Dieser betrachtet das Gefühl, die Wahrnehmung, die Aktivität, die programmierte Wohlerfahrungssuche als sich selbst oder sich selbst als sie oder in sich selbst sie oder in ihnen sich selbst. Nun wandeln sich ihm Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierte Wohlerfahrungssuche, verändern sich. Wie sich ihm Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierte Wohlerfahrungssuche umwandeln und verändern, dreht sich ihm die programmierte Wohlerfahrungssuche um den Wandel von Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierter Wohlerfahrungssuche herum. Aus dem Herumdrehen um den Wandel von Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierter Wohlerfahrungssuche gehen Erschütterungen hervor, wühlen das Herz auf. Weil das Gemüt aufgewühlt und bewegt ist, kommen Kummer und Sehnsucht auf. So wird er erschüttert infolge von Ergreifen.*

Jedes Wesen, das geboren wird, bringt aus früheren Leben schon die Gewöhnung mit, ununterbrochen die fünf Zusammenhäufungen immer wieder zusammenzuhäufen. Bei deren Schwinden käme das normale Wesen eine tödliche Angst an, als ob es vernichtet würde, in das Nichts fiele. Das normale Wesen besteht geradezu aus dem fortgesetzten Ergreifen der fünf Zusammenhäufungen, darin leben und weben die Wesen, das halten sie für ihr Dasein, obwohl diese fünf Zusammenhäufungen je für sich nicht einmal noch so kurz bestehen, sondern in ständigem Rieseln sind: Schon im Kommen vergehen sie und werden von weiteren verdrängt. Die Identifikation mit

diesen haltlosen, in keinem Augenblick beständigen Zusammenhäufungen erst macht die Wesen sterblich. Sāriputto bezeichnet deshalb die fünf Zusammenhäufungen als Mörder (S 22,85), die sich in der Jugendkraft einschmeicheln als gefällige Diener, auf die sich der Mensch verlässt, von denen er ganz und gar abhängig wird, so dass er mit dem Schwinden seiner Kräfte – der Veränderung der fünf Zusammenhäufungen – meint, er selber würde vernichtet.

In M 138 heißt es weiter:

*Wie aber wird man, weil man nicht ergreift, nicht erschüttert? Da ist einer, ihr Mönche, ein belehrter Heilsgänger. Er hat einen Blick für den Heilsstand, kennt das Wesen des Heils und ist erfahren in den Eigenschaften des Heils. Er hat einen Blick für die wahren Menschen, kennt die Art des wahren Menschen, ist erfahren in dessen Eigenschaften.*

*Dieser betrachtet die Form nicht als sich selbst oder sich selbst nicht als formhaft oder nicht in sich selbst die Form oder in der Form nicht sich selbst. Nun wandelt sich ihm die Form um und verändert sich. Wie sich ihm die Form umwandelt und verändert, dreht sich die programmierte Wohlerfahrungssuche nicht um den Wandel der Form herum. Weil sich die programmierte Wohlerfahrungssuche nicht um den Wandel von Form herumdreht, gehen keine Erschütterungen hervor, wühlen das Herz nicht auf. Weil das Gemüt nicht aufgewühlt und bewegt ist, kommen Kummer und Sehnsucht nicht auf. So ist Unerschütterlichkeit infolge von Nichtergreifen.*

*Dieser betrachtet das Gefühl, die Wahrnehmung, die Aktivität, die programmierte Wohlerfahrungssuche nicht als sich selbst oder sich selbst nicht als sie oder sie nicht in sich selbst oder in ihnen nicht sich selbst. Nun wandeln sich ihm Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierte Wohlerfahrungssuche, verändern sich. Wie sich ihm Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierte Wohlerfahrungssuche umwandeln und verändern, dreht sich ihm die programmierte Wohlerfah-*

*rungssuche nicht um den Wandel von Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierter Wohlerfahrungssuche herum. Weil sich die programmierte Wohlerfahrungssuche nicht um den Wandel von Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierter Wohlerfahrungssuche herumdreht, gehen keine Erschütterungen hervor, wühlen das Herz nicht auf. Weil das Gemüt nicht aufgewühlt und bewegt ist, kommen Kummer und Sehnsucht nicht auf. So ist Unerschütterlichkeit infolge von Nichtergreifen.*

Dieser Erklärung von Mahākaccāno, einem Geheilten, war eine kurzgefasste Aussage des Erwachten vorausgegangen:

*Immer wieder, ihr Mönche, mag der Mönch prüfen, ob ihm, dem Prüfenden, nach außen die programmierte Wohlerfahrungssuche nicht zerstreut, nicht ausgebreitet werde, sich nicht auf inneres Wohl stütze, frei von Ergreifen nicht erschüttert werde. Ist nach außen die programmierte Wohlerfahrungssuche nicht zerstreut, nicht ausgebreitet, stützt sich nicht auf inneres Wohl und wird sie, frei von Ergreifen, nicht erschüttert, dann gibt es künftig keine Leidensentwicklung mehr, kein Geborenwerden, Altern und Sterben.*

Die programmierte Wohlerfahrungssuche ist darauf programmiert, Wohltuendes zu erfahren. Wenn der Mönch aber die Triebe weitgehend aufgelöst hat und nun darauf achtet, dass die programmierte Wohlerfahrungssuche nicht aus alter Gewohnheit automatisch nach außen strebt und sich auch bei innerem Wohl nicht niederlässt, also dieses nicht ergreift (höchstes Wohl, das ergriffen werden kann, wäre z.B. die Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung – nur noch 1 Grad Leiden), dann entsteht durch Nichtergreifen *der Friede, das Erhabene, das Zur-Ruhe-Kommen aller Aktivität, das Zurücktreten von allem Gewordenen, das Aufhören des lechzenden Dürstens, die Entreizung, Auflösung, Erlösung.* (M 64)



Wenn der Durst aufgehoben ist, kommt das Suchen der programmierten Wohlerfahrungssuche zur Ruhe:

*Wo Wohlerfahrungssuche nicht mehr sucht,  
wird dieses alles aufgelöst. (D 11)*

Das ist die Triebversiegung, die durch Aufhebung aller Verletzbarkeit als höchstes Wohl erfahren wird, als die Todlosigkeit. Denn nach Ablegen dieses Körpers wird kein neuer mehr angelegt. Die Aufhebung allen Leidens ist erreicht. „*Getan ist, was zu tun ist.*“ Der Stand des Heils, das Ungewordene, Bleibende ist gewonnen.

*Insofern ist ein Mönch durch Versiegung des Durstes erlöst, vollkommen befreit, vollkommen in Sicherheit, vollkommen rein, vollkommen heil, Höchster der Götter und Menschen.*

Mahāmoggallāno erschüttert Sakkos Palast

*Da war nun Sakko, der Götterkönig, durch des Erhabenen Rede erfreut und befriedigt, begrüßte den Erhabenen ehrerbietig, ging rechts herum und verschwand von diesem Ort.*

*Zu jener Zeit nun hatte der ehrwürdige Mahāmoggallāno nicht fern vom Erwachten Platz genommen. Da nun kam dem ehrwürdigen Mahāmoggallāno der Gedanke: „Hat wohl dieses Geistwesen des Erhabenen Rede vollkommen verstanden und hat daraus Nutzen gezogen oder nicht? Wie wenn ich nun in Erfahrung brächte, ob dieses Geistwesen des Erhabenen Rede vollkommen verstanden und daraus Nutzen gezogen hat oder nicht?“*

*Da verschwand nun der ehrwürdige Mahāmoggallāno so schnell wie etwa ein kräftiger Mann den eingezogenen Arm ausstrecken oder den ausgestreckten Arm*

*einziehen mag, von Mutter Migāros Terrasse im Ost-hain und erschien bei den Dreiunddreißig Göttern.*

Kaum hatte der Ehrwürdige den Gedanken gehabt, da erschien er auch schon im Himmel der Götter der Dreiunddreißig.

Wenn der Mensch im Tod den grobstofflichen Körper endgültig verlässt, so kann er sich in der Regel mit seinem Wolenskörper im feinstofflichen Körper frei bewegen. Wenn seine Gedanken auch auf ein weit entferntes Ziel gerichtet sind, so ist er sofort dort. Dem Menschen im grobstofflichen Körper ist im Wachbewusstsein diese Freizügigkeit nicht möglich. Aber die triebversiegten Mönche haben Macht über die Materie, wenn sie es wünschen. Sie setzen bewusst ihre Fähigkeit zur „Ideoplastie“ ein, der Gestaltung der Materie nach ihrer Idee. Die Spannung der Triebe im grobstofflichen und feinstofflichen Körper, die uns undurchdringliche Festigkeit, Flüssigkeit, Temperatur und Luft erleben lässt, weil die Triebe darauf aus sind, haben sie aufgehoben, und so ist es ihnen ein Leichtes, ihr Materie-Erlebnis zu verändern, Materie zu dematerialisieren oder zu materialisieren. Die Beherrschung der Materie durch die geistmächtigen Mönche zeigt die Beschreibung in den Lehrreden (u.a. M 77):

*Er kann auf mannigfaltige Weise Geistesmacht (iddhi) erfahren: als nur einer etwa vielfach zu werden und vielfach geworden, wieder einer zu sein oder sichtbar und unsichtbar werden, auch durch Mauern, Wälle, Felsen hindurch schweben wie durch die Luft oder auf der Erde auf- und untertauchen wie im Wasser, auch auf dem Wasser wandeln, ohne unterzusinken, wie auf der Erde, oder auch durch die Luft sitzend dahinfahren wie der Vogel mit seinen Fittichen, auch etwa diesen Mond und diese Sonne, die so mächtigen, so gewaltigen, mit der Hand berühren, etwa gar bis zu den Brahmawelten den Körper in der Gewalt haben.*

Solcherart ist die Geistesmacht der triebversiegten Mönche, von der Mahāmogallāno soeben ein Beispiel gegeben hat, indem er sich mit Gedankenschnelle in den Bereich der Götter der Dreiunddreißig versetzte, um den Götterkönig zu besuchen.

*Zu jener Zeit nun erging sich Sakko, der Götterkönig, im Garten der weißen Lotusblüte, dem Genuss der fünfhundertstimmigen Himmelsmusik hingegeben. Da erblickte Sakko, der Götterkönig, den ehrwürdigen Mahāmogallāno wie von fern herankommen. Als er ihn gesehen, winkte er jener fünfhundertstimmigen Himmelsmusik ab, ging dem ehrwürdigen Mahāmogallāno entgegen und sprach zu ihm:*

*Komm, o würdiger Mahāmogallāno, sei begrüßt, würdiger Mahāmogallāno! Lange schon, würdiger Mahāmogallāno, habe ich auf die Gunst dieses Besuchs gehofft! Setze dich, würdiger Mahāmogallāno, nimm hier Platz. –*

*Es setzte sich der ehrwürdige Mahāmogallāno auf den angebotenen Sitz. Sakko aber, der Götterkönig, nahm einen anderen, niederen Stuhl und setzte sich zur Seite. Den zur Seite sitzenden Sakko, den König der Götter, sprach nun der ehrwürdige Mahāmogallāno an:*

*Auf welche Weise hat dir denn, Kosiyo, der Erhabene die Erlösung durch Versiegung des Durstes kurz dargelegt? Gut wäre es, wenn auch wir dieser Rede teilhaftig würden und sie hörten. –*

*Wir haben, o würdiger Mahāmogallāno, viele Pflichten, wir haben viele Obliegenheiten zu erfüllen, sowohl in eigener Sache als auch in Bezug auf die Götter der Dreiunddreißig. Aber, würdiger Mahāmogallāno, die Rede des Erwachten ist gar wohl ver-*

standen, wohl begriffen, wohl bedacht, wohl behalten, so dass sie nicht so bald vergessen sein wird. – Es war einmal, würdiger Mahāmoggallāno, ein Kampf zwischen Göttern und den Asuren (gefallene Engel) zum Ausbruch gekommen. In jenem Kampf nun, würdiger Mahāmoggallāno, siegten die Götter und verloren die Asuras. Nachdem ich nun, würdiger Mahāmoggallāno, jenen Kampf glücklich beendet hatte und siegreich wieder zurückgekehrt war, erbaute ich ein Schloss und nannte es das „Siegesbanner“. Das Siegesbanner-Schloss, o würdiger Mahāmoggallāno, hat hundert Tore. Auf jedem der Tore sind siebenmal siebenhundert Terrassen, auf jeder der Terrassen befinden sich siebenmal sieben Nymphen (Nymphen sind Naturgeister, eine Stufe über dem Menschenreich, den Göttern der Dreiunddreißig untertan), und jede der Nymphen hat ein Gefolge von siebenmal sieben Gespielinnen. Wünschst du nicht, würdiger Mahāmoggallāno, die Herrlichkeiten des Siegesbanner-Schlusses zu sehen? –

Schweigend gewährte der ehrwürdige Mahāmoggallāno die Bitte.

Da nun begaben sich Sakko, der Götterkönig, und Vessavano (einer der Herrscher über die Naturgeister) unter dem Vortritt des ehrwürdigen Mahāmoggallāno zum Siegesbanner-Schloss. Und es sahen die Nymphen des Götterkönigs Sakko, wie der ehrwürdige Mahāmoggallāno von fern herankam, und als sie ihn gesehen, waren sie verlegen und beschämt und zogen sich in ihre Gemächer zurück. Gleichwie etwa eine Schwiegertochter, den Schwiegervater erblickend, verlegen und beschämt wird, so auch waren des Götterkönigs Nymphen verlegen und beschämt, als sie den ehrwürdigen Mahāmoggallāno gesehen, und zogen sich in ihre Gemächer zurück. Da nun führten Sakko, der Götterkö-

nig, und Vessavano, der Große Herrscher, den ehrwürdigen Mahāmoggallāno im Siegesbanner-Schloss umher, geleiteten ihn dahin und dorthin: Sieh nur, würdiger Mahāmoggallāno, diese Herrlichkeiten des Siegesbanner-Schlusses, sieh nur, würdiger Mahāmoggallāno, jene Herrlichkeiten des Siegesbanner-Schlusses. –

*Dieses Glück glänzt dem ehrwürdigen Kosiyo, weil er früher Gutes getan. Die Menschen sagen ja, wenn sie irgendetwas Entzückendes sehn: „Ach, das glänzt wie bei den Göttern der Dreiunddreißig.“ Dieses Glück glänzt dem ehrwürdigen Kosiyo, weil er früher Gutes getan hat.*

Hier sehen wir, wie die Erfüllung der sinnlichen Triebe Sakko, den Götterkönig, wieder ganz in ihren Bann gezogen hat. Er zeigt dem Mönch sein herrliches Schloss mit allen vorhandenen Genüssen, obwohl er wissen müsste, dass der triebversiegte Mönch daran nicht im Geringsten interessiert ist. Er sagt zwar, dass er die Lehrrede des Erwachten gut verstanden und behalten habe, aber er ist so angetan von den himmlischen Genüssen, dass die Lehre des Erwachten, das Wissen um die Triebversiegung für ihn im Augenblick gar nicht vorhanden ist. Er prahlt mit seinem Siegesbannerschloss vor dem Mönch, wie etwa ein menschlicher Gutsbesitzer einen Besucher stolz auf seinem Besitz herumführt: „Sieh, diese Herrlichkeiten sind alle mein.“ Und Mahāmoggallāno bestätigt ihm, dass er dies alles durch sein verdienstvolles Wirken erworben hat, durch sein Geben, seine Anteilnahme an dem Ergehen der Mitwesen, seine Hilfsbereitschaft, seine Beachtung der Wünsche anderer. So wie er einst gegeben hat, so wird auch ihm nun Herrliches zuteil. Er erfährt großes himmlisches Wohl, an das, wie der Erwachte sagt, irdisches Wohl nicht heranreicht.

Aber Mahāmoggallāno sieht deutlich die Gefahr des Genusses für Sakko, den Götterkönig, wie der Erwachte sagt:

*Wer genießt, vergisst. (D 19)* Der dem Genuss Ergebene zehrt das Gewirkte auf, vergisst, über dem Genuss weiterhin Gutes zu wirken, gibt sich der schönen augenblicklichen Situation hin, ohne an ein Später zu denken – und sinkt wieder abwärts. Darum geht es Mahāmoggallāno nun darum, die Vergänglichkeit, Zerbrechlichkeit dieser gegenwärtigen Situation, die nach unserer Zeitrechnung Millionen Jahre währen kann, aufzuzeigen:

*Da kam dem ehrwürdigen Mahāmoggallāno der Gedanke: „Allzu leichtsinnig lebt dieses Geistwesen dahin; wie wenn ich es nun erschütterte?“ Da erzeugte der ehrwürdige Mahāmoggallāno eine geistmächtige Erscheinung: Er brachte mit der großen Zehe <sup>97</sup> das Siegesbanner-Schloss zum Beben, zum Erzittern. Da wurden Sakko, der Götterkönig, und Vessavano, der Große Herrscher, und die Götter der Dreiunddreißig durch den außerordentlichen, wunderbaren Vorgang im Innersten getroffen: „Ach, wie erstaunlich, wie doch so wunderbar ist des Asketen Geistesmacht und Größe! Sogar Himmelspaläste kann er mit der großen Zehe zum Wanken, zum Erbeben, zum Erzittern bringen!“ Als nun der ehrwürdige Mahāmoggallāno Sakko, den König der Götter, erschüttert und gesträubten Haares dastehen sah, sprach er zu ihm:*

*Auf welche Weise hat dir denn, Kosiyo, der Erhabene die Erlösung durch Versiegung des Durstes kurz dargelegt? Gut wäre es, wenn auch wir dieser Rede teilhaftig würden und sie hörten.*

---

<sup>97</sup> Das scheinbar so riesige und fest gefügte Schloss kann allein durch die winzige Bewegung eines Zehs zum Beben gebracht werden. Dieses auf den ersten Blick geradezu groteske Missverhältnis zwischen Ursache und Wirkung muss zu einer heftigen Erschütterung Sakkos führen.

Jetzt, wo der ehrwürdige Mahāmoggallāno Sakko vor Augen geführt hat, dass sein fest gefügtes Schloss, von dem er so angetan ist, ins Wanken geraten kann und er selber hilflos und ohnmächtig dieses Wanken mitansehen muss – er ihm also deutlich sichtbar die Zerbrechlichkeit und Unbeständigkeit auch der schönsten Form demonstriert hat – da nimmt Sakko Zuflucht zu dem einzig Sicherem auf der Welt, zu der Lehre des Erwachten. Das vom Erwachten Gesagte berichtet er ihm nun gern und bereitwillig Wort für Wort, wie er es gehört und aufgenommen hat.

Daraus dass Sakko, der Götterkönig, die Lehrrede des Erwachten wörtlich behalten hatte, entnahm der ehrwürdige Mahāmoggallāno, dass Sakko sie verstanden und durchdacht hat, wie es ihm der Götterkönig schon selber gesagt hatte, und die durch Mahāmoggallāno veranlasste Wiederholung auf dem Hintergrund der Erschütterung des Lieblingsschlosses hat sicher ihren Teil dazu beigetragen, dass Sakko aus ihr den Nutzen zog, den der Erwachte mit seiner Erklärung beabsichtigte.

*Da war nun der ehrwürdige Mahāmoggallāno durch Sakkos, des Götterkönigs, Rede erfreut und befriedigt. Und so schnell wie etwa ein kräftiger Mann den eingezogenen Arm ausstrecken oder den ausgestreckten Arm einziehen mag, verschwand er da von den Göttern der Dreiunddreißig und erschien auf der Terrasse Mutter Migāros im Osthain.*

*Da nun sagten die Untertanen des Götterkönigs Sakko, kurz nachdem sich der ehrwürdige Mahāmoggallāno entfernt hatte, zu Sakko, dem König der Götter: Der bei dir war, Würdiger, das war wohl Er, der Erhabene, der Meister? –*

*Nein, ihr Würdigen, nicht Er, der Erhabene, der Meister war bei mir, sondern ein Mönch, der ehrwürdige Mahāmoggallāno. –*

*Heil dir, Würdiger, der du einen Mönch von so hoher Geistesmacht, von solcher Erhabenheit und Größe kennst. Ach, wie mag dir erst Er, der Erhabene, der Meister erschienen sein! –*

*Da begab sich nun der ehrwürdige Mahāmoggallāno zum Erhabenen, begrüßte den Erhabenen ehrerbietig und setzte sich zur Seite hin. Zur Seite sitzend, wandte sich nun der ehrwürdige Mahāmoggallāno an den Erhabenen:*

*Bestätigt wohl, o Herr, der Erhabene eben zuvor einem gewissen großmächtigen Geistwesen die Erlösung durch Versiegung des Durstes kurz dargelegt zu haben? –*

*Ich bestätige es, Mahāmoggallāno.*

Und der Erwachte wiederholt dem ehrwürdigen Mahāmoggallāno Wort für Wort seine Darlegung.

*Erhoben und beglückt war der ehrwürdige Mahāmoggallāno über das Wort des Erhabenen.*



DIE LÄNGERE REDE ÜBER  
DIE VERSIEGUNG DES DURSTES  
38. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Der Mönch Sati, ein Fischersohn, vertrat die Auffassung, dass die Erfahrung (*viññāna*) als eine Art Seele im Kreislauf der Wiedergeburten sich ewig gleich bleibe. Seine Mitmönche und der Erwachte belehrten ihn: Bedingt ist die Erfahrung durch „Nahrung“: *Durch Luger und Form entsteht Luger-Erfahrung*. Vier Arten von Nahrung gibt es (s. M 9), die aus dem Durst entstehen. Der Durst entsteht aus Gefühl, Gefühl aus Berührung...die bedingte Entstehung... bis Wahn (s. M 9): *Wenn jenes ist, ist dieses. Wenn jenes nicht ist, ist dieses nicht*. Dies wissend, fragen die Mönche nicht in Bezug auf Vergangenheit, Zukunft, Gegenwart: Waren wir in vergangenen Zeiten, was, wie waren wir – werden wir sein...bin ich? (s. M 2)

Die bedingte Entstehung haben die Mönche selbst gesehen, sagen es nicht aus Verehrung des Erwachten.

Die Empfängnis eines Embryos im Schoß findet statt, wenn Drei zusammenkommen: Vater, Mutter, das Wesen, das wiedergeboren werden will. (S. M 93)

Der Heranwachsende *ist bald entzückt, bald verstimmt, und was für ein Gefühl er auch fühlt, ein freudiges oder leidiges oder weder freudiges noch leidiges, dieses Gefühl gilt für ihn, darum denkt er herum und stützt sich darauf*: Ergreifen – Werdesein – Leidenshäufung.

*Da erscheint der Vollendete in der Welt, zeigt den Gang zur Vollendung*: Tugend – Zügelung der Sinnesdränge – Klares Bewusstsein – Zufriedenheit – Aufhebung der Hemmungen – weltlose Entrückungen (s. M 27, M 60). Nun stützt er sich nicht mehr auf Gefühl. Ergreifen – Werdesein – Leidenshäufung schwinden.

## BEI ASSAPURA

### 39. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene im Land der Añgāner, bei einer Stadt der Añgāner namens Assapura. Dort nun wandte sich der Erhabene an die Mönche: Ihr Mönche! - Erhabener!, antworteten da jene Mönche dem Erhabenen aufmerksam. Der Erhabene sprach:*

*Für „religiös Strebende“ (samana) halten euch die Leute. Und wenn ihr gefragt werdet: „Was seid ihr?“, so bezeichnet ihr euch als religiös Strebende. Die ihr als solche angesehen werdet und euch auch so bezeichnet, ihr solltet euch auch entsprechend üben: „Die Eigenschaften, die einen religiös Strebenden, einen den Reinheitswandel Führenden ausmachen, die werden wir erwerben, so dass die Bezeichnung, mit der man uns bezeichnet, zutrifft, damit unser Ansehen berechtigt ist und jene, die uns Kleidung, Essen, Lagerstatt und Arznei geben, dafür gute Früchte, großen Gewinn erlangen und unser Gang in die Hauslosigkeit nicht umsonst, sondern fruchtbar und nützlich sein wird.“*

*Und was, ihr Mönche, sind die Eigenschaften eines religiös Strebenden, eines den Reinheitswandel Führenden?*

Der vom Erwachten Belehrte kennt die Eigenschaften, die zur Triebfreiheit führen und er kennt den vom Erwachten aufgezeigten Weg der schrittweisen Läuterung von ihnen. Doch die Trägheit des Menschen lässt ihn leicht bei erreichten Fortschritten und Etappenzielen ausruhen, daher die folgende Mahnung des Erwachten in unserer Lehrrede: „Es ist noch mehr zu tun“, damit sein Bemühen nicht umsonst ist. Der Erwachte nennt in unserer Lehrrede noch weitere den Strebenden bewegende Motive: Wir wollen unserem Namen „religiös

Strebende“ gerecht werden, wollen nicht unberechtigt Achtung und Gaben von den Hausleuten bekommen, die uns mit Almosen, Kleidung, Lagerstatt und Arznei versorgen. Ja, die Hausleute sollen Gewinn davon haben, dass sie uns unterstützen.

Bei vielen Gelegenheiten sprach der Erwachte von dem großen Verdienst, den der Geber durch die Gaben an würdige Empfänger empfängt. Er sagte:

*Wer tugendhaft an Tugendhafte spendet,  
was ehrlich er erworben hat, mit hellem Herzen  
und im Vertrauen auf des Wirkens gute Frucht -  
die Spende sag ich, bringe in Fülle Früchte. (M 142)*

und

*Durch Nahrungsspende gibt der Geber dem Empfänger fünf Arten von Hilfe: Er spendet Lebenskraft, gutes Aussehen, Wohlbefinden, Stärke, Geistesgegenwart (z.B. in der Durchschauung von Irrtümern). Weil er Lebenskraft gespendet hat, wird ihm himmlische oder menschliche Lebenskraft zuteil; weil er gutes Aussehen gespendet hat, wird ihm himmlisches oder menschliches gutes Aussehen zuteil; weil er Wohlbefinden gespendet hat, wird ihm himmlisches oder menschliches Wohlbefinden zuteil; weil er Stärke gespendet hat, wird ihm himmlische oder menschliche Stärke zuteil; weil er Geistesgegenwart gespendet hat, wird ihm himmlische oder menschliche Geistesgegenwart zuteil. (A V, 31)*

Wünscht sich also ein Mönch, dass die Spende den Gebern hohes Verdienst bringt, dann soll er ein Gabenwürdiger, ein herausragender Empfänger werden.

Im Folgenden nennt der Erwachte nun fortschreitend, immer mit der Mahnung „es ist noch mehr zu tun“ die einzelnen Stufen des vollständigen Läuterungswegs, den sog. *Tathāgata*-Gang für Mönche, der die Entwicklung der drei großen Entwicklungsetappen beinhaltet:

1. Reinigung des Begegnungslebens, Ausbildung der Tugend,
2. Bildung und Vollendung der weltunabhängigen Herzensei-

- nigung (*samādhi*),
3. den daraus hervorgehenden Klarblick (*paññā*), durch welchen die wahre Natur des Seins enthüllt wird und der Übende sich dann von allem Gewordenen löst.

### Scham und Scheu vor üblem Wirken

*„Wir wollen von Schamgefühl und Scheu vor üblem Wirken erfüllt sein“, so habt ihr euch zu üben. Nun mag euch vielleicht, ihr Mönche, der Gedanke kommen: „Wir haben Scham und Scheu vor üblem Wirken, genug ist es, getan ist es, das Ziel eines religiös Strebenden ist erreicht, es gibt für uns nichts mehr zu tun.“ Und ihr könntet euch damit zufrieden geben.*

*Ich sage euch, Mönche, ich erkläre euch: Möge euch, die ihr nach dem Ziel religiösen Lebens strebt, dieses Ziel nicht entgehen, da noch mehr zu tun ist.*

In A VII,63 heißt es:

*Er schämt sich des üblen Wandels in Taten, Worten und Gedanken, schämt sich, schlechte, unheilsame Eigenschaften zu erwerben. Der mit Scham ausgestattete erfahrene Heilsgänger überwindet das Unheilsame und entfaltet das Heilsame. Er überwindet das Tadelhafte und entfaltet das Untadelige und bewahrt sein Herz in Reinheit.*

Der Mensch, der Scham besitzt, sagt sich spätestens im Rückblick auf Taten, Worte oder Gedanken, derer er sich schämt: „Das werde ich nicht mehr tun. Ich weiß doch, dass das falsch ist. Damit mehre ich schlechte Eigenschaften in mir statt guter, und ich will doch besser, will heller, nicht dunkler werden.“ Dadurch schämt er sich später auch schon vor der Tat, wenn in ihm die Neigung aufkommt, jenes Niedrige wieder zu tun. So wächst die Scham mit zunehmendem Eindringen in die Lehre und wird an immer feinere Eigenschaften und Entwicklungs-

grade gebunden. Der Anfangende schämt sich zuerst nur und hat ein schlechtes Gewissen, wenn er anderen irgendwie Nachteile verursacht hat. Weil er sich vor dem Bösen schämt, deshalb unterlässt er böse Taten, Worte und Gedanken. Der religiös Strebende schämt sich nicht nur, sondern er *scheut sich auch vor dem unheilsamen Wandel in Taten, Worten und Gedanken, tut ab das Unheilsame und entfaltet das Heilsame. Er legt ab das Tadelhafte und entfaltet das Untadelige und bewahrt sein Herz in Reinheit.* (A VII, 63)

„Scham“ bedeutet das sich Schämen vor sich selbst, während „Scheu“ bedeutet: Der Belehrte denkt an die Folgen, die das Üble hat, sieht die Gefahren und Nachteile und scheut davor zurück. In M 54 nennt der Erwachte folgende Gedanken eines Nachfolgers der Lehre:

*Wenn ich zum Mörder – Dieb – Lüstling – usw. würde, dann müsste ich mich selber tadeln, Verständige würden mich tadeln und nach dem Tod stünde mir eine üble Lebensbahn bevor.*

Der erste Gedanke „*Ich müsste mich selber tadeln*“ betrifft die Scham sich selbst gegenüber, gegenüber seinem besseren Gewissen. Die beiden letzteren Gedanken zeigen die Scheu davor, in dieser Welt wie auch in jener Welt Nachteile zu haben. Dadurch wirkt die Scheu besonders auch schon vor der Tat, sie hilft den Feind schon von weitem erkennen und bekämpfen.

Scham ist insofern das edlere Mittel, weil sie einen höheren allgemeinen inneren Status anzeigt, als es dem momentanen Verhalten entspricht, aber wenn sie nicht ausreichend zur Verfügung steht, das heißt wenn die als negativ bewertete Tat noch dem eigenen Durchschnittsstatus entspricht, dann soll der Übende daran denken, welche üble Folgen er erleiden muss, wenn er den üblen Weg geht, wenn er sich im Üblen vernestelt. Die Scheu vor den Folgen hilft zusätzlich. Der Erwachte sagt zu einem Rossebändiger (A IV,111): So wie man ein Pferd zum Teil mit Milde, zum Teil mit Strenge erziehe, so erziehe er die Menschen mit Milde und mit Strenge. Da fragt ihn der Rossebändiger: Und wie erzieht der Erwachte mit Milde und

wie erzieht er mit Strenge? Der Erwachte sagt: Mit Milde erziehe ich, indem ich den Menschen zeige, welche guten Folgen die guten Taten nach sich ziehen, und mit Strenge erziehe ich die Menschen, indem ich ihnen zeige, welche schmerzlichen Folgen die üblen, unwürdigen Taten nach sich ziehen. Wer so durch die Belehrung des Erwachten vom Wohl angezogen und vom Leiden abgestoßen ist, der erfährt, was für unbeirrbar edle, gute Haltungen der Wahrnehmung gegenüber es gibt, und wenn er sich damit vergleicht, dann empfindet er Scham und Scheu.

### Vollkommenheit im Handeln

*Unser Handeln (mit dem Körper) sei vollkommen, klar und offen, frei von Mängeln, beherrscht. Und wir werden uns wegen dieses vollkommenen Handelns nicht selbst loben und andere geringschätzen. So habt ihr euch, Mönche, zu üben. Nun mag euch vielleicht der Gedanke kommen: „Wir haben Scham und Scheu vor üblem Wirken und unser Handeln ist vollkommen, genug ist es, getan ist es, das Ziel eines religiös Strebenden ist erreicht, es gibt für uns nichts mehr zu tun.“ Und ihr könntet euch damit zufrieden geben.*

*Ich sage euch, Mönche, ich erkläre euch: Möge euch, die ihr nach dem Ziel religiösen Lebens strebt, dieses Ziel nicht entgehen, da noch mehr zu tun ist.*

*Was ist, ihr Mönche, noch mehr zu tun?*

### Vollkommenheit in der Rede

*Unsere Rede sei vollkommen, klar und offen, frei von Mängeln, beherrscht. Und wir werden uns wegen dieser vollkommenen Rede nicht selbst loben und andere gering schätzen. So habt ihr euch, Mönche, zu üben. Nun mag euch vielleicht der Gedanke kommen:*

*„Wir haben Scham und Scheu vor üblem Wirken, unser Handeln und unsere Rede ist vollkommen, genug ist es, getan ist es, das Ziel eines religiös Strebenden ist erreicht, es gibt für uns nichts mehr zu tun.“ Und ihr könntet euch damit zufrieden geben.*

*Ich sage euch, Mönche, ich erkläre euch: Möge euch, die ihr nach dem Ziel religiösen Lebens strebt, dieses Ziel nicht entgehen, da noch mehr zu tun ist.*

*Was ist, ihr Mönche, noch mehr zu tun?*

### Vollkommenheit im Denken

*Unser Denken sei vollkommen, klar und offen, frei von Mängeln, beherrscht. Und wir werden uns wegen dieses vollkommenen Denkens nicht selbst loben und andere gering schätzen. So habt ihr euch, Mönche, zu üben. Nun mag euch vielleicht der Gedanke kommen: „Wir haben Scham und Scheu vor üblem Wirken, unser Handeln, unsere Rede und unser Denken sind vollkommen, genug ist es, getan ist es, das Ziel eines religiös Strebenden ist erreicht, es gibt für uns nichts mehr zu tun.“ Und ihr könntet euch damit zufrieden geben.*

*Ich sage euch, Mönche, ich erkläre euch: Möge euch, die ihr nach dem Ziel religiösen Lebens strebt, dieses Ziel nicht entgehen, da noch mehr zu tun ist.*

*Was ist, ihr Mönche, noch mehr zu tun?*

Die Tugendregeln der Mönche sind viel umfassender als die des in Haus und Familie Lebenden.

Und immer wird bei den Tugendregeln erwähnt: Über die erworbenen Tugenden sich wohl freuen, aber sich deswegen nicht über andere erheben und andere gering schätzen. S. auch M 27, 38, 51 u.a.

Die Tugend-Regeln im Bereich des Handelns sind:

1. *Lebewesen zu töten - das hat er aufgegeben. Dem Töten von Lebewesen widerstrebt sein Wesen. Ohne Stock, ohne Schwert, teilnehmend und rücksichtsvoll, hegt er zu allen lebenden Wesen Liebe und Mitempfinden.*
2. *Nichtgegebenes zu nehmen - das hat er aufgegeben. Dem Nehmen des Nichtgegebenen widerstrebt sein Wesen. Gegebenes nur nimmt er; Gegebenes wartet er ab, nicht diebisch gesinnt, rein gewordenen Wesens.*
3. *Unkeuschen Wandel - den hat er aufgegeben; in Reinheit lebt er, abgeschieden, von dem weltlichen Geschlechtsverkehr ganz abgewandt.*

Die Tugendregeln im Bereich des Redens sind:

4. *Trügerische, verleumderische Aussagen über Worte oder Taten anderer - das hat er aufgegeben. Der Verleumdung widerstrebt sein Wesen. Die Wahrheit spricht er, der Wahrhaftigkeit ist er ergeben, standhaft, vertrauenswürdig, ohne von weltlichen Interessen bewogen, zu verleumden oder zu täuschen.*
5. *Das Hintertragen hat er aufgegeben. Dem Hintertragen widerstrebt sein Wesen. Was er hier gehört hat, das berichtet er nicht dort wieder, um jene zu entzweien; was er dort gehört hat, das berichtet er nicht hier wieder, um diese zu entzweien; vielmehr einigt er Entzweite, festigt Verbundene. Eintracht macht ihn froh, Eintracht freut ihn, Eintracht beglückt ihn, Eintracht fördernde Worte spricht er.*
6. *Verletzende Worte zu reden - das hat er aufgegeben. Das Aussprechen verletzender Worte widerstrebt seinem Wesen. Worte, die nicht verletzen, dem Ohre wohl tun, liebevoll, zum Herzen dringen, höflich, viele erfreuend, viele erhebend - solche Worte spricht er.*
7. *Leeres Geschwätz hat er aufgegeben, allem leeren Gerede widerstrebt sein Wesen. Zur rechten Zeit spricht er, den Tatsachen gemäß, auf den Sinn bedacht, der Lehre und Weg-*



*weisung getreu. Seine Rede ist reich an Inhalt, klar abgegrenzt, alles umschließend, ihrem Gegenstand angemessen.*

Näheres über die Tugendregeln s. „Meisterung der Existenz“ S.370-473.

Das rechte Denken ist im Wortlaut der Tugendregeln mit einbegriffen: *„teilnehmend und rücksichtsvoll hegt er zu allen Wesen Liebe und Mitempfinden“, „nicht diebisch gesinnt, rein gewordenen Herzens“, „vom Geschlechtsverkehr ganz abgewandt“, „der Wahrheit ist er ergeben, standhaft, vertrauenswürdig“, „Worte, liebevoll, zu Herzen dringend, höflich, viele erfreuend, viele erhebend“.*

In M 41 wird das rechte Denken gesondert erwähnt:

*Wie ist nun der rechte und gute Lebenswandel im Denken?*

- 1. Da ist einer frei von Habgier. Was ein anderer an Hab und Gut besitzt, danach giert er nicht in dem Gedanken: „Ach, wenn doch sein Besitz mein Eigen wäre.“*
- 2. Frei von Antipathie bis Hass und Rücksichtslosigkeit ist er und von fürsorglicher Gesinnung: „Mögen diese Wesen ohne Feindschaft und Kälte geborgen und glücklich ihr Dasein bewahren.“*
- 3. Und er hat rechte Anschauung, hegt keine verkehrten Meinungen: Das Spenden von Hab und Gut hat tiefen Sinn und bringt Gewinn. Alles rechte Tun bringt gute Ernte, alles üble Tun üble. Es gibt außer dieser Welt auch höhere jenseitige Welt. Es gibt über- und untermenschliche Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen! Es gibt in der Welt Asketen und Brahmanen, welche durch Läuterung und hohe geistige Übung diese und die jenseitige Welt in überweltlicher Schau erlebt und erfahren haben und darüber lehren.*

In M 39 heißt es weiter:

### Vollkommenheit in der Lebensführung

*Unsere Lebensführung sei vollkommen, klar und offen, frei von Mängeln, beherrscht. Und wir werden uns wegen dieser vollkommenen Lebensführung nicht selbst loben und andere geringschätzen. So habt ihr euch, Mönche, zu üben. Nun mag euch vielleicht der Gedanke kommen: „Wir haben Scham und Scheu vor üblem Wirken, unser Handeln, unsere Rede, unser Denken und unsere Lebensführung sind vollkommen, genug ist es, getan ist es, das Ziel eines religiös Strebenden ist erreicht, es gibt für uns nichts mehr zu tun.“ Und ihr könntet euch damit zufrieden geben.*

*Ich sage euch, Mönche, ich erkläre euch: Möge euch, die ihr nach dem Ziel religiösen Lebens strebt, dieses Ziel nicht entgehen, da noch mehr zu tun ist.*

Der Mönch, der sich ja im jetzigen Leben aus der ganzen bunten und vielfältigen Welteinbildung herauslösen will, pflegt keine Kontakte mehr mit der Welt, nur mit seinen Ordensbrüdern, die dasselbe Bestreben haben wie er:

*Sämereien und Pflanzungen anzulegen, hat er aufgegeben. Einmal am Tag nimmt er Nahrung zu sich, nachts ist er nüchtern. Das Essen zur Unzeit hat er aufgegeben. Verwendung von Duftstoffen, von Schmuck und besonderen Kleidern und Blumen hat er aufgegeben. Hohe, prächtige Lagerstätten hat er aufgegeben. Gold und Silber anzunehmen, hat er aufgegeben. Rohes Getreide nimmt er nicht an. Rohes Fleisch nimmt er nicht an. Frauen und Mädchen nimmt er nicht an. Diener und Dienerinnen nimmt er nicht an. Ziegen und Schafe nimmt er nicht an. Hühner und*

*Schweine nimmt er nicht an. Elefanten, Rinder und Rosse nimmt er nicht an. Haus und Feld nimmt er nicht an. Botschaften, Sendungen, Aufträge übernimmt er nicht. Kauf und Verkauf hat er aufgegeben. Falsches Maß und Gewicht hat er aufgegeben. Von den krummen Wegen der Unaufrichtigkeit, Unehrllichkeit, Täuschung und des Betrugs ist er ganz abgekommen. Das Zerstören, Töten, Gefangennehmen, Rauben, Plündern, überhaupt Gewaltanwendung widerstrebt ihm.*

*Wenn er diese Entwicklung der heilenden Begegnungsweise vollendet hat, dann erwächst bei ihm ein inneres Wohl der Unbedrohtheit.*

Wer diesen vom Erwachten für den Mönch erlassenen Regeln im Einzelnen nachgeht, der erkennt, dass hier so gut wie möglich die verschiedenartigsten Fallstricke, mit welchen Märo den blinden Menschen an sich gefesselt hält, vermieden werden.

Die vorstehenden Regeln sind in M 27 genannt und dort näher beschrieben. Ebenso die folgenden Übungen: Sinnenzügelung, Maßhalten beim Essen, Wachsamkeit, Klarbewusstsein, Aufhebung der 5 Hemmungen und die Früchte daraus: weltlose Entrückungen und die drei wahren Wissen.

### Zügelung der Sinnesdränge

*Was ist, ihr Mönche, noch mehr zu tun? Die Sinnesdränge werden wir zügeln. Haben wir mit dem Auge (dem innewohnenden Sinnesdrang) eine Form gesehen, so beachten wir weder die Erscheinungen noch die damit verbundenen Gedanken (Assoziationen). Da Begierde und Missmut, üble und unheilsame Gedanken, der die Sinnesdränge nicht bewacht, gar bald überwältigen, so üben wir diese Bewachung, wachen*

*aufmerksam über die Sinnesdränge. Haben wir mit dem Ohr (dem innewohnenden Sinnesdrang) einen Ton gehört – mit der Nase (dem innewohnenden Sinnesdrang) einen Duft gerochen – mit der Zunge (dem innewohnenden Sinnesdrang) einen Saft geschmeckt – mit dem Körper (dem innewohnenden Sinnesdrang) ein Ding getastet – mit dem Geist (dem innewohnenden Sinnesdrang) einen Gedanken gedacht, so beachten wir weder die Erscheinungen noch die damit verbundenen Gedanken. Da Begierde und Missmut, üble und unheilsame Gedanken den, der die Sinnesdränge nicht bewacht, gar bald überwältigen, so üben wir diese Bewachung, wachen aufmerksam über die Sinnesdränge.*

*So habt ihr euch, Mönche, zu üben. Nun mag euch vielleicht der Gedanke kommen: „Wir haben Scham und Scheu vor üblem Wirken, unser Handeln, unsere Rede, unser Denken, unsere Lebensführung, unsere Zügelung der Sinnesdränge sind vollkommen, genug ist es, getan ist es, das Ziel eines religiös Strebenden ist erreicht, es gibt für uns nichts mehr zu tun.“ Und ihr könntet euch damit zufrieden geben.*

*Ich sage euch, Mönche, ich erkläre euch: Möge euch, die ihr nach dem Ziel religiösen Lebens strebt, dieses Ziel nicht entgehen, da noch mehr zu tun ist.*

*Was ist, ihr Mönche, noch mehr zu tun?*

#### Maßhalten beim Essen

*Beim Essen werden wir Maß halten. Mit weiser Betrachtung nehmen wir Nahrung zu uns, weder zum Genuss noch zur Berauschung, nicht um schön auszu-sehen, sondern nur, um diesen Körper zu erhalten, ihn zu ernähren, um das Unbehagen (des Hungers) zu beenden und um das Reinheitsleben führen zu können,*

*indem wir erwägen: „So werde ich alte Gefühle (des Hungers) beenden, ohne neue Gefühle (der Übersättigung) zu erwecken, und ich werde gesund und ohne Tadel sein, ich werde ein leichtes Leben haben.“*

*So habt ihr euch, Mönche, zu üben. Nun mag euch vielleicht der Gedanke kommen: „Wir haben Scham und Scheu vor üblem Wirken, unser Handeln, unsere Rede, unser Denken, unsere Lebensführung, unsere Zügelung der Sinnesdränge, unser Maßhalten beim Essen sind vollkommen, genug ist es, getan ist es, das Ziel eines religiös Strebenden ist erreicht, es gibt für uns nichts mehr zu tun.“ Und ihr könntet euch damit zufrieden geben.*

*Ich sage euch, Mönche, ich erkläre euch: Möge euch, die ihr nach dem Ziel religiösen Lebens strebt, dieses Ziel nicht entgehen, da noch mehr zu tun ist.*

*Was ist, ihr Mönche, noch mehr zu tun?*

### Wachsamkeit

*In Wachsamkeit habt ihr euch zu üben: Wir reinigen am Tag gehend und sitzend das Herz von befleckenden Eigenschaften; reinigen in den ersten Stunden der Nacht gehend und sitzend das Herz von befleckenden Eigenschaften; legen uns in den mittleren Stunden der Nacht auf die rechte Seite wie der Löwe hin, einen Fuß bei dem anderen, achtsam, klarbewusst, nicht behaglichem Liegen hingegeben; reinigen in den letzten Stunden der Nacht, wieder aufgestanden, das Herz von befleckenden Eigenschaften. So üben wir die Wachsamkeit.*

*Nun mag euch vielleicht der Gedanke kommen: „Wir haben Scham und Scheu vor üblem Wirken, unser Handeln, unsere Rede, unser Denken, unsere Le-*

*bensführung, unsere Zügelung der Sinnesdränge, unser Maßhalten beim Essen und unsere Wachsamkeit sind vollkommen, genug ist es, getan ist es, das Ziel eines religiös Strebenden ist erreicht, es gibt für uns nichts mehr zu tun.“ Und ihr könntet euch damit zufrieden geben.*

*Ich sage euch, Mönche, ich erkläre euch: Möge euch, die ihr nach dem Ziel religiösen Lebens strebt, dieses Ziel nicht entgehen, da noch mehr zu tun ist.*

*Was ist, ihr Mönche, noch mehr zu tun?*

### Klarbewusstsein

*In Klarbewusstsein habt ihr euch zu üben. Klarbewusst werden wir kommen und gehen, klar bewusst hinblicken und wegblicken, klarbewusst den Körper regen und bewegen, klarbewusst des Ordens Gewand und Almosenschale tragen, klarbewusst essen und trinken, kauen und schmecken, klarbewusst Kot und Harn entleeren, klarbewusst gehen und stehen und sitzen, einschlafen, erwachen, sprechen und schweigen.*

*Nun mag euch vielleicht der Gedanke kommen: „Wir haben Scham und Scheu vor üblem Wirken, unser Handeln, unsere Rede, unser Denken, unsere Lebensführung, unsere Zügelung der Sinnesdränge, unser Maßhalten beim Essen und unsere Wachsamkeit sind vollkommen, genug ist es, getan ist es, das Ziel eines religiös Strebenden ist erreicht, es gibt für uns nichts mehr zu tun.“ Und ihr könntet euch damit zufrieden geben.*

*Ich sage euch, Mönche, ich erkläre euch: Möge euch, die ihr nach dem Ziel religiösen Lebens strebt, dieses Ziel nicht entgehen, da noch mehr zu tun ist. Was ist, ihr Mönche, noch mehr zu tun?*

## Aufhebung der fünf Hemmungen

*Da zieht sich ein Mönch an eine abgeschiedene Lagerstätte zurück: in einen Wald, an den Fuß eines Baumes, auf einen Berg, in eine Schlucht, in eine Berghöhle, an eine Leichenstätte, in ein Dschungeldickicht, auf ein freies Feld, auf einen Strohhaufen. Nach der Rückkehr vom Almosengang, nach der Mahlzeit setzt er sich mit gekreuzten Beinen und gerade aufgerichtetem Oberkörper hin und richtet die Aufmerksamkeit auf die geistigen Vorgänge.*

*Er hat Sinnenlustwollen verworfen, begierdelosen Gemütes (ceto) verweilend, reinigt er das Herz (citta) von sinnlichem Begehren.*

*Er hat Antipathie und Hass verworfen. Im Gemüt ohne Antipathie und Hass verweilend, wünscht er voll Mitempfinden allen Wesen Wohl. So reinigt er das Herz von Antipathie und Hass.*

*Er hat träges Beharren im Gewohnten verworfen; frei von Trägheit verweilt er; die beschränkte Weltperspektive durchbrechend, die erhellende Freiheit von Beengung wahrnehmend, klar bewusst reinigt er das Herz von trägem Beharren im Gewohnten.*

*Er hat Erregbarkeit, geistige Unruhe verworfen; unerregbar verweilend, beruhigten Gemütes reinigt er das Herz von Erregbarkeit und geistiger Unruhe.*

*Er hat Daseins Sorge, Daseins bangnis abgetan. Frei von Daseins Sorge und Daseins bangnis verweilend, sicher geworden über die Heilsentwicklung, reinigt er das Herz von Daseins Sorge, Daseins bangnis.*

*Es ist, ihr Mönche, wie wenn ein Mann ein Darlehen aufnahme und ein Geschäft betriebe. Sein Geschäft ist erfolgreich, so dass er alle Schulden begleichen kann, und es bleibt genug übrig, um eine Frau zu*

versorgen. Der dünkte nun erleichtert: „Früher hatte ich Schulden, habe dann eine Tätigkeit begonnen, die Gewinn bringt. Die Schulden konnte ich tilgen, und es bleibt mir genug übrig, dass ich eine Frau versorgen kann. Darüber freute er sich, wäre voller Freude.

*Es ist, ihr Mönche, wie wenn ein Mann krank wäre, leidend, schwerkrank, das Essen bekäme ihm nicht und sein Körper hätte keine Kraft. Aber später erholte er sich von der Krankheit, das Essen bekommt ihm wieder und der Körper erstarkt wieder. Der dünkte nun erleichtert: „Früher war ich krank, leidend, schwerkrank, das Essen bekam mir nicht und der Körper hatte keine Kraft. Jetzt bin ich von dieser Krankheit genesen, die Nahrung bekommt mir, und der Körper ist wieder erstarkt.“ Darüber freute er sich, wäre voller Freude.*

*Es ist, wie wenn ein Mann im Gefängnis eingesperrt würde, aber später würde er frei gelassen. Er ist nun sicher und heil, ohne etwas von seinem Besitz eingebüßt zu haben. Der dünkt nun erleichtert: „Früher war ich im Gefängnis eingesperrt, aber jetzt bin ich frei, sicher und heil, ohne etwas von meinem Besitz eingebüßt zu haben.“ Darüber freute er sich, wäre voller Freude.*

*Es ist, wie wenn ein Mann Sklave wäre, nicht über sich selbst bestimmen kann, von anderen abhängig nicht gehen kann, wohin er will. Der wird eines Tages aus der Sklaverei befreit, kann über sich selbst bestimmen, ist unabhängig von anderen, kann als freier Mann gehen, wohin er will. Der dünkte nun: „Früher war ich Sklave, konnte nicht über mich selbst bestimmen, war von anderen abhängig, konnte nicht gehen, wohin ich wollte. Jetzt bin ich aus der Sklaverei befreit, kann über mich selbst bestimmen, unabhängig*



*von anderen, kann als freier Mann gehen, wohin ich will.“ Darüber freute er sich, wäre voller Freude.*

*Es ist, wie wenn ein Mann mit Hab und Gut auf einem gefährlichen Weg durch die Wildnis unter Entbehrungen und Gefahren unterwegs wäre. Später hat er diesen schweren Weg hinter sich, ohne etwas von seinem Besitz eingebüßt zu haben. Der dünkte nun: „Vorher war ich auf einem gefährlichen Weg durch die Wildnis. Nun habe ich diesen schweren Weg hinter mir, ohne etwas von meinem Besitz eingebüßt zu haben.“ Darüber freute er sich, wäre voller Freude.*

*Ebenso nun auch, ihr Mönche, betrachtet der Mönch, dessen Hemmungen nicht aufgehoben sind, diese fünf Hemmungen als Schuldenlast, als Krankheit, als Gefängnis, als Sklaverei, als gefährlichen Weg durch die Wildnis. Wenn aber die 5 Hemmungen aufgehoben sind, betrachtet er das als Schuldfreiheit, als Gesundheit, als Entlassung aus dem Gefängnis, als Freiheit von der Sklaverei, als sichere Stätte.*

#### Die vier weltlosen Entrückungen

*Nachdem er diese fünf Hemmungen als schwächende Trübungen des Gemüts vielfach erfahren hat, verweilt er abgelöst vom sinnlichen Begehren, abgelöst von allen heillosen Gedanken und Gesinnungen mit stillem Bedenken und Sinnen.*

*Und so tritt die aus innerer Abgeschiedenheit geborene Entzückung und Seligkeit ein, der erste Grad weltloser Entrückung. Diesen Körper durchdringt und durchtränkt er nun, erfüllt ihn und sättigt ihn mit der aus der Abgeschiedenheit geborenen Entzückung und Seligkeit, so dass nicht der kleinste Teil seines Körpers von der aus der Abgeschiedenheit geborenen Entzü-*

*ckung und Seligkeit ungesättigt bleibt.*

*Gleichwie etwa, ihr Mönche, ein geschickter Bader oder Badergeselle Seifenpulver in eine Metallschüssel häuft, dieses nach und nach mit Wasser benetzt und knetet, bis die Feuchtigkeit seine Kugel aus Seifenpulver durchnässt, sie durchweicht und innen und außen durchdringt, wobei die Kugel dennoch nicht trieft, ebenso nun auch, ihr Mönche, durchdringt und durchtränkt, erfüllt und sättigt der Mönch diesen Körper da mit aus der Abgeschiedenheit geborenen Entzückung und Seligkeit, so dass nicht der kleinste Teil seines Körpers von der aus der Abgeschiedenheit geborenen Entzückung und Seligkeit ungesättigt bleibt.*

*Weiter sodann, ihr Mönche, da verweilt der Mönch nach Vererbung auch des Bedenkens und Sinnens in innerem seligem Schweigen, in des Gemütes Einigung.*

*Und so tritt die von Denken und Sinnen befreite, in der Einigung geborene Entzückung und Seligkeit ein, der zweite Grad weltloser Entrückung.*

*Diesen Körper durchdringt und durchtränkt er nun, erfüllt ihn und sättigt ihn mit der in der Einigung geborenen Entzückung und Seligkeit, so dass nicht der kleinste Teil seines Körpers von der in der Einigung geborenen Entzückung und Seligkeit ungesättigt bleibt.*

*Gleichwie etwa, ihr Mönche, ein See mit unterirdischer Quelle, der keinen Zufluss aus dem Osten, Westen, Norden oder Süden hat, der nicht gelegentlich von Regenschauern aufgefüllt wird; da würde das Wasser der kühlen Quelle den ganzen See durchtränken, erfüllen und sättigen, so dass nicht der kleinste Teil des Sees von kühlem Wasser ungesättigt wäre; ebenso auch durchdringt und durchtränkt, erfüllt und sättigt der Mönch diesen Körper mit der in der Einigung gebore-*

*nen Entzückung und Seligkeit, so dass nicht der kleinste Teil seines Körpers von der in der Einigung geborenen Entzückung und Seligkeit ungesättigt bleibt.*

*Weiter sodann, ihr Mönche, verweilt ein Mönch mit der Beruhigung auch des Entzückens in unverstörtem Gleichmut klar und bewusst in einem solchen körperlichen Wohlsein, von welchem die Heilskenner sagen: „Dem in unverstörtem Gleichmut klar bewusst Verweilenden ist wohl.“ Und so tritt die dritte Entrückung ein.*

*Diesen Körper durchdringt und durchtränkt er nun, erfüllt ihn und sättigt ihn mit dem Wohl aus der Beruhigung des Entzückens, so dass nicht der kleinste Teil seines Körpers von dem Wohl aus der Beruhigung des Entzückens ungesättigt bleibt.*

*Gleichwie etwa, ihr Mönche, bei einem Teich mit blauen, roten oder weißen Lotusrosen einige Lotuspflanzen, die im Wasser geboren sind und wachsen, unter Wasser gedeihen, ohne sich über das Wasser zu erheben, während kühles Wasser sie bis zu ihren Trieben und ihren Wurzeln durchdringt und durchtränkt, erfüllt und sättigt, so dass nicht der kleinste Teil dieser Lotuspflanzen vom kühlen Wasser ungesättigt bleibt, genau so durchdringt und durchtränkt, erfüllt und sättigt der Mönch den Körper mit dem Wohl aus der Beruhigung des Entzückens, so dass nicht der kleinste Teil seines Körpers von dem Wohl aus der Beruhigung des Entzückens ungesättigt bleibt.*

*Weiter sodann, ihr Mönche, da erlangt der Mönch, nachdem er über alles Wohl und Wehe hinausgewachsen ist, alle frühere geistige Freudigkeit und Traurigkeit völlig gestillt hat und in einer über alles Wohl und Wehe erhabenen bewussten Gleichmutsreine lebt, die*

*vierte Entrückung und verweilt in ihr.*

*Sitzend durchdringt und durchtränkt, erfüllt und sättigt er diesen Körper mit dem reinen, geläuterten, geklärten Gemüt, so dass es keinen Körperteil gibt, der nicht vom reinen, geläuterten, geklärten Gemüt durchdrungen ist. Gleichwie etwa, ihr Mönche, wenn ein Mann dasäße, von Kopf bis Fuß in ein weißes Tuch gehüllt, so dass es keinen Körperteil gäbe, der nicht von dem weißen Tuch bedeckt wäre; ebenso sitzt ein Mönch da und durchdringt und durchtränkt, erfüllt und sättigt diesen Körper mit dem reinen, geläuterten, geklärten Gemüt, so dass es keinen Körperteil gibt, der nicht vom reinen, geläuterten, geklärten Gemüt durchdrungen ist.*

### Die drei Wissen

#### 1. Wissen

*Nachdem sein Herz solcherart geeint, geläutert, gereinigt, fleckenlos, trübungsfrei, sanft, fügsam und ohne Willkür, vollkommen still geworden ist, da richtet er es auf das Wissen von der Erinnerung an frühere Daseinsformen.*

*Er erinnert sich an manche verschiedene frühere Daseinsform: als wie an ein Leben, dann an zwei Leben, dann an drei Leben, dann an vier Leben, dann an fünf Leben, dann an zehn Leben, dann an zwanzig Leben, dann an dreißig Leben, dann an vierzig Leben, dann an fünfzig Leben, dann an hundert Leben, dann an tausend Leben, dann an hunderttausend Leben. Dann an viele Äonen, in denen sich das Weltall zusammenzog, viele Äonen, in denen sich das Weltall ausdehnte, viele Äonen, in denen sich das Weltall zusammenzog und ausdehnte: „Dort wurde ich so und so*

genannt, war von solcher Familie, mit solcher Erscheinung, solcherart war meine Nahrung, so mein Erleben von Glück und Schmerz, so meine Lebensspanne; und nachdem ich von dort verschieden war, erschien ich woanders wieder; auch dort wurde ich soundso genannt, war von solcher Familie, mit solcher Erscheinung, war meine Nahrung solcherart, so mein Erleben von Glück und Schmerz, so meine Lebensspanne; und nachdem ich von dort verschieden war, erschien ich hier wieder.“ So erinnert er sich mancher verschiedenen früheren Daseinsform mit je den karmischen Zusammenhängen und Beziehungen.

Gleichwie etwa, ihr Mönche, wenn ein Mann von seinem eigenen Dorf in ein anderes ginge, von dort wieder in ein anderes und dann in sein eigenes Dorf zurückkehrte. Er könnte denken: „Ich ging von meinem eigenen Dorf zu jenem Dorf und dort stand ich auf diese oder jene Weise, saß ich, sprach und schwieg ich auf diese oder jene Weise; und von jenem Dorf ging ich zu jenem anderen Dorf und dort stand ich auf diese oder jene Weise, saß ich, sprach und schwieg ich auf diese oder jene Weise; und von jenem Dorf kehrte ich in mein eigenes Dorf zurück.“ Ebenso erinnert sich ein Mönch an manche verschiedene frühere Daseinsform: als wie an ein Leben, dann an zwei Leben, dann an drei Leben, dann an vier Leben, dann an fünf Leben, dann an zehn Leben, dann an zwanzig Leben, dann an dreißig Leben, dann an vierzig Leben, dann an fünfzig Leben, dann an hundert Leben, dann an tausend Leben, dann an hunderttausend Leben. Dann an viele Äonen, in denen sich das Weltall zusammenzog, viele Äonen, in denen sich das Weltall ausdehnte, viele Äonen, in denen sich das Weltall zusammenzog und ausdehnte: „Dort wurde ich so und so genannt, war von

*solcher Familie, mit solcher Erscheinung, solcherart war meine Nahrung, so mein Erleben von Glück und Schmerz, so meine Lebensspanne; und nachdem ich von dort verschieden war, erschien ich woanders wieder; auch dort wurde ich so und so genannt, war von solcher Familie, mit solcher Erscheinung, war meine Nahrung solcherart, so mein Erleben von Glück und Schmerz, so meine Lebensspanne; und nachdem ich von dort verschieden war, erschien ich hier wieder.“ So erinnert er sich mancher verschiedenen früheren Daseinsform mit je den karmischen Zusammenhängen und Beziehungen.*

## 2. Wissen

*Nachdem sein Herz solcherart geeint, geläutert, gereinigt, fleckenlos, trübungsfrei, sanft, fügsam und ohne Willkür, vollkommen still geworden ist, da richtet er es auf das Wissen vom Sterben und Wiedererscheinen der Wesen. Er sieht mit dem feinstofflichen Auge, dem gereinigten, über menschliche Grenzen hinausreichenden, die Wesen sterben und wiedererscheinen, gemeine und edle, schöne und unschöne, glückliche und unglückliche. Er sieht, wie die Wesen je nach ihrem Wirken wiederkehren: Diese lieben Wesen, die mit Taten, Worten und im Denken Übles gewirkt haben, die Heilsgänger geschmäht haben, die falsche Ansichten hatten und entsprechend gewirkt haben, sind bei Versagen des Körpers nach dem Tod auf den Abweg gelangt, auf schlechte Lebensbahn, zur Tiefe hinab in untere Welt.*

*Jene lieben Wesen, die mit Taten, Worten und im Denken Gutes gewirkt haben, die Heilsgänger nicht geschmäht haben, die richtige Ansichten hatten und*

*entsprechend gewirkt haben, sind bei Versagen des Körpers nach dem Tod aufwärts gelangt, auf gute Lebensbahn, in selige Welt.*

*So sieht er mit dem feinstofflichen Auge, dem gereinigten, über menschliche Grenzen hinausreichenden, die Wesen sterben und wiedererscheinen, gemeine und edle, schöne und unschöne, glückliche und unglückliche. Er sieht, wie die Wesen je nach ihrem Wirken wiederkehren. Gleichwie wenn es zwei Häuser mit Türen gäbe, und ein Mann mit guter Sehkraft stünde zwischen ihnen und sähe, wie die Leute die Häuser betreten und verlassen und an ihm vorbeigehen. Ebenso sieht ein Mönch mit dem feinstofflichen Auge, dem gereinigten, über menschliche Grenzen hinausreichenden, die Wesen sterben und wiedererscheinen, gemeine und edle, schöne und unschöne, glückliche und unglückliche. Er sieht, wie die Wesen je nach ihrem Wirken wiederkehren.*

### 3. Wissen

*Nachdem sein Herz solcherart geeint, geläutert, gereinigt, fleckenlos, trübungsfrei, sanft, fügsam und ohne Willkür, vollkommen still geworden ist, da richtet er es auf das Wissen von der Versiegung aller Wollensflüsse/Einflüsse: „Das ist das Leiden“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist die Leidensursache“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist die Leidensauflösung“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist der zur Leidensauflösung führende Weg“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß.*

*„Das sind die Wollensflüsse/Einflüsse“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist der Wollensflüsse/Einflüsse Entwicklung“, erkennt er der Wirklichkeit*

gemäß. „Das ist der Wollensflüsse/Einflüsse Beendigung“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist der zur Beendigung der Wollensflüsse/Einflüsse führende Pfad“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß.

So erkennend, so sehend, wird das Herz erlöst von allen Wollensflüssen/Einflüssen durch Sinnensucht, durch Seinwollen, durch Wahn.

Mit der Erlösung gewinnt er das Wissen: „Erlösung ist. Beendet ist die Kette der Geburten, vollendet der Reinheitswandel; getan ist, was zu tun war. Nichts mehr nach diesem hier“, das hat er nun verstanden.

Gleichwie wenn, ihr Mönche, es einen See in einer Bergsenke gäbe, klar, durchsichtig und nicht aufgewühlt, so dass ein Mann mit guter Sehkraft, der am Ufer steht, Muscheln, Geröll und Kiesel sehen könnte, und auch Fischschwärme, die umherziehen und sich ausruhen. Er sagte sich nun: „Da ist dieser See, klar, durchsichtig und nicht aufgewühlt, und da sind diese Muscheln, Geröll und Kiesel, und auch diese Fischschwärme, die umherziehen und sich ausruhen.“

Ebenso nun auch erkennt er der Wirklichkeit gemäß: „Das ist das Leiden“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist die Leidensursache“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist die Leidensauflösung“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist der zur Leidensauflösung führende Weg“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß.

„Das sind die Wollensflüsse/Einflüsse“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist der Wollensflüsse/Einflüsse Ursache“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist der Wollensflüsse/Einflüsse Beendigung“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist der zur Beendigung der Wollensflüsse/Einflüsse führende Pfad“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß.



*So erkennend, so sehend, wird das Herz erlöst von allen Wollensflüssen/Einflüssen durch Sinnensucht, durch Seinwollen, durch Wahn.*

*Mit der Erlösung gewinnt er das Wissen: „Erlösung ist. Beendet ist die Kette der Geburten, vollendet der Reinheitswandel; getan ist, was zu tun war. Nichts mehr nach diesem hier“, das hat er nun verstanden.*

*Ein solcher Mönch, ihr Mönche, wird ein religiös Strebender (samano) genannt, wird ein „Reiner“ (brahmano) genannt, ein Gereinigter (nahatako), ein zu höchstem Wissen Gelangter (vedagū), ein Weiser (sottiyo), ein Heilsgänger (ariyo), ein Geheilter (araha) genannt.*

*Und wie, ihr Mönche, wird ein Mönch ein religiös Strebender (samano)? Er hat die üblen, unheilsamen Eigenschaften, die befleckenden, Wiederdasein säenden, entsetzlichen, Leiden schaffenden, wiederum Geborenwerden, Altern und Sterben erzeugenden, zur Ruhe gebracht.*

*Und wie, ihr Mönche, ist ein Mönch ein Reiner (brahmano)? Er hat die üblen, unheilsamen Eigenschaften, die befleckenden, Wiederdasein säenden, entsetzlichen, Leiden schaffenden, wiederum Geborenwerden, Altern und Sterben erzeugenden, vertrieben.*

*Und wie, ihr Mönche, ist ein Mönch ein Gereinigter (nahatako)? Gereinigt hat er sich von den üblen, unheilsamen Eigenschaften, den befleckenden, Wiederdasein säenden, entsetzlichen, Leiden schaffenden, wiederum Geborenwerden, Altern und Sterben erzeugenden.*

*Und wie, ihr Mönche, ist ein Mönch, ein zu höchstem Wissen Gelangter (vedagū)? Er hat die üblen, unheilsamen Eigenschaften, den befleckenden, Wiederdasein säenden, entsetzlichen, Leiden schaffenden, wiederum Geborenwerden, Altern und Sterben erzeugenden.*

*sein säenden, entsetzlichen, Leiden schaffenden, wiederum Geborenwerden, Altern und Sterben erzeugenden, erkannt.*

*Und wie, ihr Mönche, ist ein Mönch, ein Weiser (sot-tiyo)? Er hat die üblen, unheilsamen Eigenschaften, die befleckenden, Wiederdasein säenden, entsetzlichen, Leiden schaffenden, wiederum Geborenwerden, Altern und Sterben erzeugenden, abgetan.*

*Und wie, ihr Mönche, ist ein Mönch, ein Heilsgänger (ariyo)? Er hat die üblen, unheilsamen Eigenschaften, die befleckenden, Wiederdasein säenden, entsetzlichen, Leiden schaffenden, wiederum Geborenwerden, Altern und Sterben erzeugenden, vollkommen entfernt.*

*Und wie, ihr Mönche, ist ein Mönch, ein Geheilter (araham)? Er hat die üblen, unheilsamen Eigenschaften, den befleckenden, Wiederdasein säenden, entsetzlichen, Leiden schaffenden, wiederum Geborenwerden, Altern und Sterben erzeugenden, vollkommen entfernt.*

—

*So sprach der Erhabene. Erhoben und beglückt waren jene Mönche über die Rede des Erhabenen.*

DIE KÜRZERE REDE BEI ASSAPURA  
40. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Der Anfang ist wie in M 39: Der Gang in die Hauslosigkeit soll seinen Zweck erfüllen dadurch, dass der Mönch den geraden Weg des Asketentums geht: die Herzensbefleckungen aufhebt (s. M 7), üble Wünsche, falsche Anschauung aufhebt. Hebt er diese nicht auf, so ist er dem Abweg verfallen, ist wie eine geschliffene Mordwaffe, mit einer Mönchsrobe umhängen.

Durch das Tragen der Mönchsrobe – durch Unbekleidetsein – Schmutzbesmierung – Wasserrituale – durch Wald-, Feld-einsiedlertum, durch Stetigstehen, Fastenpflegen, Zauberformeln-Rezitieren, durch Filzhaar können die Herzensbefleckungen nicht schwinden.

Wer den geraden Weg des Asketentums geht, die Herzensbefleckungen aufhebt, gewinnt Herzenseinigung, übt die Strahlungen (s. M 7), erreicht die Versiegung der Wollensflüsse/Einflüsse – unabhängig davon, welcher Kaste er angehört.

UNHEILES UND HEILENDES WIRKEN  
41. und 42. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Anfangende Tugend: Fünf Tugendregeln

In allen tiefer gehenden geistlichen Lehren wird dasselbe Daseinsbild entworfen, das ganz anders aussieht als das, was sich der sinnlichen Wahrnehmung bietet. Zu unserer sinnlichen Wahrnehmung gehört der Tod, der ein Ende des Lebens vortäuscht. Aber die Heilslehrer sagen übereinstimmend: Es gibt kein Ende, sondern nur Lebensepisoden. Das Leben kann nicht enden, nur die Formen wandeln sich. Ein Anfang ist nicht zu erkennen, und ein Ende kommt nicht von selber.

Die Qualitäten des Herzens bewirken die Erscheinungen, bestimmen das Erleben. Wie die Qualitäten sind, so ist Erleben. Solange Gebundensein an Qualitäten ist, so lange ist Erleben.

Wer dieses Seinsbild und Lebensbild aufnimmt und sich danach richten will, bei dem kommt die Frage auf, die die Juden seinerzeit Jesus gegenüber ausdrückten mit den Worten: „*Was muss ich tun, dass ich selig werde?*“ Und die erste Antwort darauf ist: die taugliche Lebensweise, die tugendliche Lebensweise führen, die Aufmerksamkeit auf die Bedürfnisse und Anliegen der Mitwesen richten, nicht mehr in die Interessensphären der Mitwesen einbrechen. In den Heilslehren wird von der anfangenden Tugend gesprochen, das heißt von einem Menschen, der von der Wahrheit dieses Daseinsbildes so erfasst ist, dass er diesem Leitbild jetzt folgt. Er liebt aber noch die Welt, er liebt noch seine Dinge. Er hat noch alle seine Begehungen, und er kann und will nicht darauf verzichten. Er will jetzt nur das Schlimme vermeiden, dass es ihm später nicht übel ergeht, und da werden als anfangende Tugend die fünf *sīla*, die fünf Grundratschläge genannt, die den Abweg, den Absturz in die Unterwelt nach dem Tode versperren und in hellere Welt gelangen lassen. Je intensiver man die Tugendregeln einhält, um so Helleres, über das Menschentum Hinaus-

reichendes kann erlebt werden. Diese anfangende Tugend gilt für solche, die in erster Linie die Sinnendinge genießen, aber sich nach dem Tod vor dem Absturz bewahren und das Üble lassen wollen.

Die fünf Tugendregeln sind die Empfehlung, sich anzuewöhnen, immer mehr abzurücken

1. von jeder Form des Tötens,
2. von jeder Form des Stehlens, des Entwendens von Eigentum der anderen,
3. von jeder Form des Einbruchs in andere Partnerverhältnisse und Verführung Minderjähriger,
4. von jeder Form trügerischer, verleumderischer Rede,
5. von allen Rauschmitteln, d.h. Substanzen, die den Geist betören, die nüchterne Selbstkontrolle verhindern. - Man kann nicht ins Helle kommen, wenn man Mittel nimmt, die die geistige Kontrolle aufheben.

Diese fünf Tugendregeln des Erwachten bilden den Anfang des Wegs zur Läuterung.

Wenn man das Lebensbild des Erwachten als Leitbild nimmt und nun Sorge hat abzufallen, aber nicht abfallen will, sondern ins Hellere kommen will und darum diese Tugendregeln über sich stellt und unter dieser fünffachen Norm zu leben versucht, dann wird man merken, wie oft man aus seiner Spontaneität ganz anders zu handeln geneigt ist und wie man oft weiß: „Jetzt müsste ich besser so und so handeln, aber ich kann es jetzt nicht.“ Da erst beginnt man zu merken, wie hemmungslos die Triebe bisher in alle Richtungen gerast waren. Aber man braucht nicht zu verzweifeln, wenn man im Anfang doch immer wieder den Tugendregeln zuwiderhandelt, es zwar manchmal auch sehr gut geht, aber man nach Wochen wieder den Eindruck hat zu versagen. Diese Perioden, diese Auf- und Abentwicklungen kann einem kein Gott und kein Geist abnehmen, sie liegen an unserem inneren Haushalt. Wer sich aber bemüht, der kann sich selbst erlösen und kommt allmählich immer weiter auf diesem Weg. Das ist Erfahrungstatsache, jeder wird es im Lauf der Zeit erfahren. Je mehr wir

daran gewöhnt sind, uferlos den Wünschen zu folgen, um so schwerer ist es, diese wilde Herde von Hengsten einzufangen und zu zügeln. Ein jeder unserer Triebe ist wie ein wildes Tier, und jedes dieser Tiere strebt in eine andere Richtung. Es bedarf einer längeren Entwicklung, bis man allmählich Herr der Herde wird. Das geht nicht ohne Anstrengung, aber es führt zu großer innerer Ernte, zu zunehmender innerer Sicherheit, zu zunehmender innerer Freude. Man merkt, dass man jetzt erst anfängt zu leben, bisher wurde man gelebt, man lief mit den Trieben. Insofern werden diese fünf sila als die ersten Schritte bezeichnet, um sich zu zügeln, um alles, was üble Ernte nach sich zieht, zu vermeiden.

Viele Menschen werden nicht über die Einhaltung der fünf Tugendregeln hinauskommen, viele Menschen kommen darüber hinaus. Wer kommt nicht darüber hinaus zu der fortschreitenden Tugend, und wer kommt darüber hinaus? Die erste Voraussetzung ist, dass man hört oder liest, was es noch über dem Menschentum für Daseinsmöglichkeiten und für inneres Glück gibt.

Es gibt über die Seligkeit der Engel und sonstiger höherer Himmelswesen hinaus immer höhere Grade von innerem Glück, von innerer Seligkeit bis zu einer Erhabenheit, deren Wohl gar nicht zu beschreiben ist. Ein solcher hat mit unserer weltlichen Vielfalt gar nichts zu tun. Wir sind gefangen in dem Nest unserer Gewöhnung in der Welt. Deshalb müssen wir sie durchbrechen durch andere Vorstellungen und Bilder, müssen von größeren Möglichkeiten hören. Und dann entscheidet unsere innere Herzensart, wie wir darauf reagieren.

*Laotse sagt:*

*Wenn der hochsinnige Mensch vom himmlischen Gesetz hört,  
dann wird er ergriffen;  
ein mittelmäßiger Mensch schwankt und zweifelt,  
wenn er davon hört;  
der gemeine lacht, wenn er davon hört.*

Jeder von uns hat seinen Zuschnitt mitgebracht, er bleibt nicht

immer gleich, in hunderttausend Jahren wird er anders sein. Von dem Kulturstand, den geistigen Einflüssen wird er geprägt. Der Anfang einer Änderung hängt immer davon ab, was man in seinem Geist aufnimmt. Und das hängt von dem ab, was von außen angeboten wird und wie das Gemüt des Menschen darauf antwortet: das hochsinnige - das gemeine - das mittelmäßige.

Alle Heilslehrer, der Buddha und fünfhundert Jahre später auch Jesus, sprechen vom Gleichnis vom Sämann. Sie sagen: Ich säe den Samen der Wahrheit, aber Tugend und Weisheit der Menschen als fruchtbarer Boden oder Untugend und Torheit als unfruchtbarer Boden entscheiden, ob der Samen aufgeht oder nicht aufgeht. Menschen, die in vielen früheren Leben weitgehend auf ihr inneres Triebwerk geachtet haben, werden in allen Religionen als guter Boden bezeichnet, auf dem der Samen schnell aufgeht. Aber die meisten sind vorwiegend nach außen gewandt. Obwohl sie von dem inneren Triebwerk bewegt werden, merken sie nichts davon. Diese Abwesenheit von Weisheit macht sie zu einem unfruchtbaren Boden, auf dem der Samen nicht aufgehen kann.

### Fortschreitende Tugend

Die anfangende Tugend ist also die eines Menschen, der in der Welt ein gutes zwischenmenschliches Klima anstrebt und nicht in die Unterwelt gelangen will, sondern sein Menschentum erhalten will oder übermenschliche, aber menschnahe Bereiche anstrebt.

Aber in allen Religionen werden auch höhere Ziele und Übungen genannt, z.B. in der 7. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“ „Das Gleichnis vom Kleide“. Dort nennt der Erwachte sechzehn Herzenstrübungen, wie z.B. verderbte Habsucht, Antipathie bis Hass, Zorn, Neid, Heuchelei, Stolz, Starrsinn, Überheblichkeit, Leichtsinn, die aufzugeben sind. Da ist nicht mehr die Rede von äußerem Verhalten, sondern von Herzensneigungen, die unser Tun und Lassen lenken und bestimm-

men und den Menschen, der von ihnen bewegt wird, im Dunklen halten, selbst wenn er sich so weit erzogen hat, dass er im Bereich des Tuns die Tugendregeln innehält, sie nicht durchbricht. Aber solange diese Flecken ihn bewegen, kann er nicht in fleckenlose, reine, weit übermenschliche Bereiche gelangen, in denen es nur brüderlich/schwesterliche, auf Einheit gerichtete, feine, wohlwollende Begegnung gibt.

In jener 7. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“ sagt der Erwachte: Wenn man ein Kleid, das Flecken hat, zum Färber bringt, um es umfärben zu lassen, dann bekommt es wohl die neue Farbe, aber die Flecken schlagen durch. Ebenso ist es bei einem Menschen, der befleckten Herzens ist - da ist ein übler Lebenslauf nach dem Tod zu erwarten. Die Flecken des Herzens machen ja dunkle Situationen, spannungsvolle Situationen. Was wir sinnlich erleben an Streit, Hintertragen, Verleumdung usw., ist nur das Spiegelbild, die Reflektion der Befleckungen des Herzens. Wer über die Tugendregeln hinaus daran geht, diese innere Läuterung von Herzenstrübungen anzustreben, der erfährt den Geschmack des unmittelbaren eigenständigen Wohls.

In M 41 nennt der Erwachte die bisher genannten Tugendregeln noch etwas ausführlicher und gibt noch einige weitere Tugendempfehlungen, zehn heilende Aktionsweisen, die auch die Gesinnung mit einschließen.

#### Die Brahmanen von Sālā kommen zum Erwachten

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit wanderte der Erhabene im Land Kosalo von Ort zu Ort und kam, von vielen Mönchen begleitet, in die Nähe eines kosalischen Brahmanendorfes namens Sālā. Und es hörten die brahmanischen Bürger in Sālā reden: „Da wandert doch jetzt in unserem Land der berühmte Asket Gotamo, der Sākyerprinz, der auf die Herrschaft über die Sākyer verzichtet hat. Er wandert mit einer großen*



*Mönchsgemeinde von Ort zu Ort. Diesem ehrwürdigen Gotamo aber geht der wunderbare Ruf voraus:*

*„Er ist der Erhabene, Heilgewordene, vollkommen Erwachte, der im Wissen und Wandel Vollendete, der zum Heil der Wesen gekommene Kenner der Welt. Er ist der unübertreffliche Lenker derer, die erziehbar sind, ist Meister der Götter und Menschen, erwacht, erhaben. Er hat diese Welt mit allen ihren Geistern, den weltlichen und den reinen, mit ihren Scharen von Asketen und Priestern, Göttern und Menschen in unbegrenzter Wahrnehmung selber durchschaut und erfahren und lehrt sie uns kennen. Er verkündet eine Lehre, die nach Inhalt und Aussageweise schon von Anfang an hilfreich zum Guten führt und mit ihrer letzten Aussage ganz hinführt zum Heilsstand. Er führt den vollständig abgeschlossenen, lautereren Reinheitswandel in der Welt ein.“* Glückliche, wem es vergönnt ist, einen Heiland von solcher Art zu erleben.

*Und jene brahmanischen Bürger von Sālā begaben sich dorthin, wo der Erhabene weilte. Dort angelangt verneigten sich einige vor dem Erhabenen ehrerbietig und setzten sich zur Seite nieder, andere wechselten höflichen Gruß und freundliche, denkwürdige Wort mit dem Erhabenen und setzten sich zur Seite nieder, einige wieder falteten die Hände gegen den Erhabenen und setzten sich zur Seite nieder, andere wieder gaben beim Erhabenen Namen und Stand zu erkennen und setzten sich zur Seite nieder, und andere setzten sich still zur Seite nieder. Hierauf nun sprachen jene brahmanischen Bürger von Sālā zum Erhabenen:*

*Was ist wohl, o Gotamo, der Grund, was ist die Bedingung, dass da manche Menschen nach dem Versagen des Körpers, jenseits des Todes, auf den Abweg geraten, auf eine schlechte Lebensbahn, in Verderben*

*und Unheil, und was ist wiederum, o Gotamo, der Grund, was ist die Bedingung, dass da manche Wesen nach dem Versagen des Körpers, jenseits des Todes, auf eine gute Laufbahn geraten, in himmlische Welt?*

Das ist die Sorge dieser Menschen. Deswegen kamen sie zum Buddha. In dem damaligen Kulturraum wusste man: Dieses Leben ist geradezu eine Sekunde gegenüber dem ausweglosen endlosen Dasein in immer wechselnden Formen. Man kann kein Ende erwarten. Der Buddha hat den Weg zum Ende gezeigt, aber allgemein war damals die Auffassung: Leben kann gar nicht sterben. Darum gibt es nur ein Ziel, das man anstreben kann: die Qualität des Lebens verbessern. Es war ihnen auch klar, dass man nur dann nach dem Tod Helleres erlebt, wenn man sich hier in diesem Leben schon heller gemacht hat. Der Buddha gab zunächst eine Vorantwort:

*Durch unrechten, verderbten Lebenswandel gelangen da manche Menschen nach dem Versagen des Körpers, jenseits des Todes auf den Abweg, auf eine schlechte Lebensbahn, in Verderben und Unheil, und durch rechten, guten Lebenswandel gelangen da manche Wesen nach Versagen des Körpers, jenseits des Todes auf eine gute Lebensbahn, in himmlische Welt.*

Die Ausdrücke *unrechter, verderbter Lebenswandel* sind bei uns heute nicht beliebt, weil sie so sehr missbraucht worden sind. Bei uns maßte sich früher die Institution der Kirche an zu wissen, was gut und böse ist. Sie bestimmte: „Dies ist übel, unrecht, und dies ist gut und recht.“ Darum ist eine allgemeine Ablehnung solcher Urteile besonders seitens der jüngeren Generation verständlich. Sie wurden Schlagworte, mit welchen man andere stumm machen und zum blinden Gehorsam bewegen wollte. Zwar standen dahinter auch Wahrheiten, nur sind diese hier im Westen kaum noch bewusst gewesen.

Aber im alten Indien wusste man, was ein unrechter, verderblicher Lebenswandel war, nämlich solcher, der Leiden nach sich zog, der eine üble Ernte aus übler Saat mit sich brachte - in diesem Leben und im nächsten Leben: *Nach Versagen des Körpers, jenseits des Todes*, so lesen wir immer in den Lehrreden. Der Buddha sagt hier nicht „der Tod“, sondern spricht vom Übergang ins Jenseits. Man steigt aus dem Körperwerkzeug heraus, und entsprechend dem dunklen Charakter, den man hat, wird man empfangen von dunklen oder vorwurfsvoll blickenden und sprechenden Wesen und geht seinem gewirkten Schaffsal entgegen.

Die Brahmanen möchten nun eine ausführliche Erklärung des falschen und des rechten Lebenswandels. Einer von ihnen sagt:

*Diese kurze Erklärung des Herrn Gotamo können wir noch nicht ganz verstehen. Gut wäre es, wenn Herr Gotamo uns diese Dinge ausführlicher erklären wollte. – Wohlan denn, ihr Brahmanen, so höret und achtet wohl auf meine Rede. – Ja, o Herr, antworteten da die Hausleute dem Erhabenen aufmerksam. Der Erhabene sprach:*

Die zehn unheilen Wirkensfährten (*kamma-patha*)

*Dreifach in Taten, Brahmanen, ist der unrechte, verderbte Lebenswandel, vierfach im Reden und dreifach in Gedanken.*

Wir können von uns aus Wirkungen nur auf drei Bahnen oder Kanälen in die Welt setzen: 1. durch Einsatz unseres Körpers, - indem wir also körperlich Schlechtes oder Gutes schaffen -, 2. durch Einsatz der Rede und 3. in Gedanken. Auf diesen insgesamt zehn Kanälen kann man also unrecht, verderblich, d.h. für einen selber verderblich handeln, weil man andere schä-

dig, und kann man gut handeln, d.h. für einen selber förderlich, weil man andere fördert. Das Du ist die Gegenseite des Ich. Was ich am Du erkenne, sehe, erfahre, das ist nur von mir Ausgegangenes. Die Welt, die ich erlebe, ist das Spiegelbild meiner Seele, meines inneren Triebwerks. Ein Spiegelbild ist nicht ein Sein für sich, es besteht nur durch das Original. Das Original aber lässt sich vom Spiegelbild täuschen und wird jetzt dessen Widerspiegelung.

Es gibt die schöne Geschichte, dass da ein Hund in einen Saal kommt, der lauter Spiegel enthält. Dieser Hund ist von Natur ängstlich. Als er überall Hunde sieht, da bellt und knurrt er sofort und macht ein zorniges Gesicht. Da sieht er überall zornige Gesichter und bellende Hunde, bekommt große Angst und stürzt hinaus. So schimpfen wir über die Welt, die unser Spiegelbild ist.

*Was ist nun dreifach in Taten der unrechte Wandel?*

1. *Da ist einer ein Mörder, ist grausam und blutgierig, der Gewalt und dem Totschlag ergeben, ohne Erbarmen gegenüber den Lebewesen.*

Der Buddha nennt hier das extrem Üble und hernach das extrem Gute. Da werden wir, wenn wir es aufnehmen, wie es gesagt ist, denken: So schlimm oder so gut bin ich nicht, damit kann ich nichts anfangen. Aber der verständige Inder der damaligen Zeit wusste: Das eine ist das unterste Ende der schlimmen Verhaltensmöglichkeiten, und das andere ist das oberste Ende der guten Verhaltensmöglichkeiten. Es ist also eine Leiter, auf der wir uns alle irgendwo bewegen. Wir hier im Menschentum sind nicht ganz so schlecht - *grausam und blutgierig* - und wir sind nicht ganz so gut - *teilnehmend und mitempfindend zu allen Wesen* -, aber irgendwo dazwischen stehen wir, und wir wandern mit jeder Tat entweder aufwärts oder abwärts. Manche wandern jahrelang etwas aufwärts, dann unter anderen Einflüssen wieder etwas abwärts. Wir sind im-

mer unterwegs auf der Wanderung zwischen oben und unten, und entsprechend ist unser Erleben.

Töten von Menschen und Tieren ist äußerste Nichtbeachtung der Anliegen der Lebewesen, ist stärkstes Entreißen, Entreißen des Körpers. Der Erwachte berichtet aus der Vorzeit, in der das Töten von Tieren gerade aufgekommen war:

*An Krankheit gab es drei zuvor: Begierde, Hunger, Greisentum. Seit nun das Vieh geschlachtet ward, entstanden achtundneunzig neu. (Sn 311)*

Der Mensch schädigt sich selber in diesem Leben, wenn er sich über die Anliegen der Tiere hinwegsetzt, geschweige dass er sich eine gute Wiedergeburt schafft.

Der Erwachte wurde einmal von einem Berufssoldaten gefragt, ob die Ansicht der Helden der Vorzeit richtig sei, wonach ein Berufssoldat, der kämpfend auf dem Schlachtfeld den Heldentod sterbe, nach dem Tode im Himmel der Siegreichen Götter wiedergeboren werde. Nachdem der Erwachte zweimal geschwiegen hatte, antwortete er auf weiteres Drängen schließlich:

*Wer als Soldat in der Schlacht wagemutig kämpft, Hauptmann, dessen Denken ist niedrig gesinnt, auf dem falschen Weg, falsch gerichtet, wenn er denkt: „Jene Wesen gehören totgeschlagen, gefangen, vernichtet, ausgelöscht, sie haben keine Existenzberechtigung.“ Diesen wagemutig Kämpfenden strecken die anderen nieder, und er erscheint bei Versagen des Körpers, jenseits des Todes, in der Streithölle wieder.*

*Wenn er die Anschauung hat: „Wer als Soldat in der Schlacht wagemutig kämpft, der gelangt bei Versagen des Körpers, jenseits des Todes, zur Gemeinschaft mit den Siegreichen Göttern, so hat er eine falsche Anschauung. Dem aber, der diese falsche Anschauung hat, steht eine von zwei Bahnen bevor, sag ich: Hölle oder Tierheit. (S 42,3)*

In unserer Kultur, in der die Waffen gesegnet und in Kirchen für den Sieg des jeweils eigenen Heeres gebetet wird, ist die

Verherrlichung des Soldatentums tief verankert:

*Ich habe Lust, im weiten Feld zu streiten mit dem Feind,  
wohl als ein tapfrer Siegesheld, der's treu und ehrlich meint.  
Du Schwert an meiner Linken, was soll dein heit'res Blinken?*

Und noch etwas zählt zum Töten: die Abtreibung. Näheres hierüber siehe „Meisterung der Existenz“ S.390ff.

Solange noch irgendein Begehren oder Hassen in Bezug auf die Sinnenwelt vorhanden ist, so lange gibt es die Möglichkeit des Tötens. Das Wissen darum, dass wir als begehrende Wesen immer wieder in die Situation hineinkommen können, ein Wesen zu töten oder es auch nur in Gedanken zu billigen, und damit auch den daraus hervorgehenden üblen Folgen ausgesetzt sind, macht uns bescheiden und zugleich achtsam, die Notwendigkeit der immer wiederholten Betrachtung der üblen Folgen des Tötens erkennend.

Hörer: Die Ratten und andere Schadtieren soll man auch nicht töten?

Debes: Ein Gegenbeispiel: Da ist ein Mensch schon in früher Jugend unschuldig ins Zuchthaus gekommen. Er hat da keine Gelegenheit, irgendein Tierchen zu töten, weder eine Spinne noch sonst etwas. Er ist aber voll bitterer Wut darüber, dass er so unschuldig da hinein gekommen ist, und wird von Tag zu Tag, von Nacht zu Nacht, von Jahr zu Jahr immer furchtbarer in seiner Rachegegnung. Wenn dieser stirbt, der nie ein Tier getötet hat, wie wird es ihm gehen? Er hat sich innerlich dunkel gemacht, und nach dem Gesetz der Wahlverwandtschaft wird er nach dem Tode von dunklen Wesen angezogen. Es geht nicht um die äußere Tat, es geht um die Gesinnung. Die Gesinnung macht uns zu Verbrechern, die Gesinnung macht uns zu Heiligen. Was der Körper dann tut, ist nur noch eine äußere Folge davon. Wir, die wir in Häusern mit allerlei Arten von sogenannten Schadtieren wohnen, können nicht plötzlich ganz andere werden. Aber ich kenne Menschen, welche im Laufe von Jahren und Jahrzehnten gar nicht mehr dazu fähig waren, eine Spinne zu töten. Die Gesinnung ist der Führer, die

Taten folgen nach. Wenn unsere Gesinnung immer mitempfindender wird, dann können wir immer weniger töten.

Hörer: Wenn man es anderen überlässt, was man selbst nicht für gut findet, das ist doch auch nicht gut.

Debes: Ja. Eine Regel ist erst dann richtig eingehalten, wenn man es weder selber tut noch andere tun heißt, noch es billigt, wenn man gefragt wird, wenn es andere tun. Wenn die Gesinnung es billigt, wenn man gefragt wird, wenn es andere tun und wenn die Gesinnung echt mitempfindend ist, dann kann man es auch nicht andere tun heißen. Wenn man bei allen Lebewesen bedenkt, dass sie ebenso gern leben wie wir, und wenn das die Richtschnur des Handelns wird, nicht als Vokabel, sondern als Mitempfinden, dann entwächst man dem Töten.

Wir werden an manche Probleme kommen, wenn wir die Ratschläge des Erwachten einhalten wollen, aber wenn wir sie nicht nur vom äußeren Wortlaut einhalten, sondern wenn wir uns um die Gesinnung bemühen, dann werden wir alle diese Probleme langsam lösen, und es begegnen einem dann auch viel weniger solche Situationen.

Als zweiten unrechten Wandel in Taten nennt der Erwachte das Stehlen:

*2. Da nimmt einer, was man ihm nicht gegeben hat; was ein anderer im Dorf oder Wald an Hab und Gut besitzt, das macht er sich ungegeben in diebischer Absicht zu eigen.*

Es gibt viele Gelegenheiten zum unrechtmäßigen Nehmen im Kleinen und Großen, und wenn ich leichtfertig meine: „Was wird es schon auf diese oder jene Kleinigkeit ankommen“ oder „Wer wird das schon vermissen“ oder „Wer wird das schon merken, was ich da nehme und behalte“ - dann käme ich bald in die Lage, mein Tun nicht mehr richtig beurteilen zu können. Ich würde in meinem sittlichen Empfinden immer roher, verstieße immer mehr gegen die von der Vernunft und der Ein-

sicht errichteten Gesetze und würde schließlich zum wirklichen Dieb oder Betrüger. Die Folgen blieben in keinem Falle aus. Unrechtmäßiger Besitz - und sei es materiell nur eine Kleinigkeit - ist noch tausendmal mehr eine Last, als Besitz an sich schon eine Last ist. An ihn knüpft sich die Angst vor Entdeckung und der dann zu erwartenden Peinlichkeit oder Verachtung oder Strafe. Und es knüpfen sich daran das schlechte Gewissen und das immer wieder zu unterdrückende Bewusstsein um die eigene Erbärmlichkeit. Es knüpfen sich daran Unruhe und Unbehagen, Misstrauen und Menschenscheu, aber auch - oft wie eine Lawine anwachsend - Rücksichtslosigkeit und Falschheit. Die schlimmste Folge einer solchen Entwicklung hören wir vom Erwachten: *und nach dem Versagen des Körpers, jenseits des Todes...*

Als dritten unrechten Wandel in Taten nennt der Erwachte unrechten Geschlechtsverkehr:

3. *Er begeht unrechten Geschlechtsverkehr mit einem Mädchen, das unter der Obhut von Vater oder Mutter, Bruder oder Schwester oder unter der Obhut von Verwandten steht oder unter dem Schutz des Gesetzes oder mit einer Frau, die verheiratet ist oder mit einer im Dienstverhältnis Stehenden bis herab zu der durch Überwurf eines Blumenkranzes Anverlobten.*

Wo in einer Kultur der Glaube aufkommt, dass das Dasein mit dem Tod zu Ende sei, dort muss zwangsläufig das menschliche Streben immer stärker auf die irdischen, d.h. sinnlichen Genüsse, gerichtet sein. Für die rücksichtslose sexuelle Genussgier wird das andere Geschlecht zum bloßen Objekt, das stets auswechselbar ist. *Bernhard Häring* nennt die Folgen:

*Wo die Geschlechtslust für sich allein gesucht wird und wo ihr ungezügelt nachgegeben wird, ist sie die Quelle unsäglich-er Entartungen und Leiden: der Lieblosigkeit und Unge-*



*rechtigkeit gegen die Mitmenschen und Nachkommen, des Ärgernisses und der Verführung, der wahnsinnigen Eigenliebe, der Unfähigkeit zu beglückender Liebe, der Stumpfheit in geistlichen Dingen.*

An vielen Stellen wird in den buddhistischen Texten auf das Übel des Ehebruchs hingewiesen, und es werden dem Nachfolger die schwerwiegenden Folgen genannt, die sich aus einem Einbruch in die Beziehung eines anderen Gatten zu dessen Frau ergeben:

*Vier Folgen fällt anheim der Zügellose, der hinter Frauen anderer her ist: friedlosem Leben, unerquicktem Schläfe, dem Tadel und zuletzt dem Abweg. (Dh 309)*

Verkehr, der nur aus körperlicher Lust erfolgt, ohne Verantwortung und Liebe (*gehen tierhaft, schamlos allen Frauen nach - D 31*) führt deshalb in untermenschliche Bereiche und schon in diesem Leben zu Chaos und Feindschaft. Schon die geringste Auswirkung der Ausschweifung für später, sagt der Erwachte, ist Verwicklung in Streit und Feindschaft (A VI-II,40).

Als unrechten Wandel in der Rede nennt der Erwachte viererlei:

*Wie ist nun vierfach im Reden der unrechte verderbte Wandel?*

- 1. Da spricht einer in trügerischer, verleumderischer Absicht (musāvādī). Wenn er von seinen Mitmenschen, in der Versammlungshalle (vor Gericht), unter den Leuten, in der Familie, im Beruf, bei Hof gefragt wird: „Nun, lieber Mann, was du in dieser Sache weißt, das sage“, dann antwortet er, obwohl er nicht weiß: „Ich weiß“ oder obwohl er weiß: „Ich weiß nicht.“ Obwohl er nicht gesehen hat: „Ich habe gesehen“ oder obwohl er gesehen hat: „Ich habe*

*nicht gesehen.“ So macht er aus eigenem Interesse oder wegen eines anderen oder aus irgendeinem weltlichen Grund klarbewusst eine trügerische, verleumderische Aussage.*

Bei einer Zeugenaussage geht es um Erkennen von Schuld oder Unschuld eines Angeklagten. Die Fragenden hängen an den Lippen des als „Zeuge“ Vernommenen, und dieser weiß, dass seine Aussagen das Schicksal des Angeklagten bestimmen, aber er setzt sich darüber hinweg, denkt nur an seinen Vorteil und redet bewusst in trügerischer Absicht zum Schaden des anderen.

Lüge mit Betrugsabsicht zum Schaden anderer ist trügerische Rede. Die deutsche Sprache hat das Wortpaar „Lug und Trug“. Lüge bedeutet unwahre Rede, aber die üble Gesinnung, die Betrugsabsicht, um eigener Vorteile willen Mitwesen zu schädigen, macht eine Lüge zum Betrug.

*Wer gerader Haltung abgekehrt,  
gar trügerische Rede spricht,  
weil er nichts ahnt von andrer Welt,  
wird hemmungslos in üblem Tun. (Dh 176)*

und

*Für einen Menschen, der keine Scheu, keine Hemmung dabei empfindet, wenn er über einen anderen bewusst eine trügerische Aussage macht, gibt es nichts Übles, das er nicht zu tun fähig wäre. (M 61)*

Der zweite unrechte verderbte Wandel in Worten:

2. *Er liebt das Hintertragen. Was er hier gehört hat, erzählt er dort wieder, um jene zu entzweien; oder was er dort gehört hat, erzählt er hier wieder, um diese zu entzweien. So stiftet er Zwietracht unter Verbundenen und hetzt die Entzweiten auf. Hader*

*und Streit erfreut ihn, macht ihn froh, befriedigt ihn, Hader und Streit erregende Worte spricht er.*

Hier spricht der Erwachte von der Haltung, dass man Spaltung und damit Zwietracht schaffen will, indem man einem anderen wahre Dinge, die aber negativ sind, über einen Dritten sagt. Die Wurzel ist oft Neid gegenüber einer engen Freundschaft zwischen zwei anderen Menschen, von welchen man den einen auch sehr gern mag, so dass man ihm auch freundschaftlich verbunden sein möchte, aber man kommt nicht so recht bei ihm an. Die Unzufriedenheit darüber führt oft dazu, über den Dritten, der das gute Verhältnis mit dem anderen hat, das man selber wünschte, negativ zu denken und zu sprechen. Man kann sich eine gewisse Befriedigung nicht versagen, wenn zwischen den beiden die Beziehung etwas abkühlt. Um das zu erreichen, versucht man, durch Hintertragen Zwietracht zu säen.

Der dritte unrechte verderbte Wandel in Worten:

*3. Er gebraucht verletzende Worte. Reden, die spitz und stechend sind, andere beleidigen, andere verletzen, äußert sich mit Zorn und zerstört den Frieden. In solcher Art spricht er.*

Verletzende Worte gebraucht ein Mensch aus Ärger, Zorn, Verbitterung oder Verzweiflung, wenn er sich in seinen Erwartungen enttäuscht sieht, wenn sein Verlangen nicht erfüllt wird. Die harten, verletzenden Worte sind aber durchaus kein unvermeidbarer Kanal, um seiner Enttäuschung Ausdruck zu geben, denn man kann auch, selbst wenn man Ärger, Zorn, Verbitterung empfindet, schweigen. Manche Menschen werden, auch wenn sie enttäuscht sind, nicht ärgerlich, sondern eher traurig. Der Zornige, Ärgerliche und Wütende läßt seinen Zorn ab in der Form harter, verletzender Worte.

Die verletzende, harte, barsche oder schneidende Rede ist kalt und herzlos, schließt den anderen aus. Auch der scharfe Kommandoton gehört zu der verletzenden Rede, ebenso die ironisch spottenden, überheblichen Worte, die den anderen verletzen und zurückstoßen.

Es ist hilfreich, sich immer wieder die üblen Folgen der verletzenden Rede zu vergegenwärtigen, die so leicht in den Tatbereich übergreift:

*Zu keinem rede hart und rau,  
leicht möchte er's erwidern dir;  
gar schmerzlich, ach, ist Zank und Streit,  
zu Tätlichkeiten kommt es bald. (Dh 133)*

Der vierte unrechte Wandel in Worten:

*4. Und er pflegt müßiges Geschwätz, spricht zur Unzeit, ohne Sinn und Zweck, nicht der Lehre und Ordnung gemäß, seine Rede ist nicht wert, dass man ihrer gedenke, sie ist unzeitig, nicht hilfreich, nicht abgegrenzt, nicht dem Gegenstand angemessen.*

Es werden keine konkreten Themen als übel bezeichnet, sondern es werden nur Ausdrücke gewählt, die auf Flachheit, Nebensächlichkeit und insofern sinnlose Zerstreung hinweisen. Gewöhnlich nimmt der Mensch auch nicht genug Rücksicht auf die Umstände, und manche reden gar hauptsächlich, weil sie sich gern reden hören. Das Reden folgt dem Trieb, sich auszusprechen, auszudrücken, mitzuteilen, sich selbst darzustellen, sich zu bestätigen.

*So ist der unrechte verderbliche Wandel vierfältig im Reden.*

*Und wie ist nun dreifältig im Denken der unrechte verderbte Wandel?*

*1. Da ist einer habgierig. Was ein anderer an Hab und Gut besitzt, danach giert er in dem Gedanken: „Ach, wenn doch sein Besitz mein eigen wäre.“*

Hier ist nur von der gedankenhaften Einstellung die Rede, der Gesinnung. Er stiehlt nicht, sondern es steigt ihm nur der Gedanke auf: „Wenn ich das doch hätte.“ Dabei vergisst er, dass der andere es dadurch nicht mehr hätte. Wenn ein feiner Geist eine schöne Sache sieht, die ein anderer besitzt, die er gern haben möchte, dann denkt er sofort: „Das gehört ihm.“ Dann fällt ihm ein, sich mit dem anderen zu freuen: „Wie schön, was wird er froh sein, dass er das Schöne hat.“ Das ist ein ganz anderer Gedanke, als das Schöne habsüchtig dem anderen zu neiden. Von der Gesinnung der Habsucht zu der Tat des Stehlens ist nur ein kleiner Schritt. Damit fängt alles Stehlen an. Es hat noch keiner reinen Herzens gestohlen, sondern nur, weil er sich allmählich im Denken darauf vorbereitet hatte. Der Buddha sagt: Was wir lange genug denken, das können wir eines Tages auch tun. Was wir noch länger denken, das müssen wir eines Tages tun. Vom Denken werden die Antriebe unseres Handelns bestimmt.

Das zweite unrechte Denken:

*2. Er ist voll Antipathie bis Hass. „Diese Wesen da sollen getötet, umgebracht, zerstört werden, sollen so nicht bleiben.“*

Wie oft hört man, wenn von einem Verbrecher die Rede ist: „Den sollte man umbringen, den sollte man lynchen.“ Wer die geistigen Zusammenhänge kennt, der kann nur Mitleid mit den Tätern haben. Denn die Täter haben sich mit dieser Tat eine Zukunft bereitet, die keiner von uns erleben möchte. In die gehen sie hemmungslos hinein. Die Zukunft kommt ganz ehern auf sie zu. Dabei ist der Begriff „Schuld“ ganz abwegig.

Aus Nichtwissen tut jeder das, was er tut, weil er meint, das hülfe ihm zum Guten. Der religiöse Mensch muss die Heiligen fragen: „Wie werde ich selig.“ Der Verbrecher muss denken: „Wenn ich den jetzt töte, dann bin ich reich, dann geht es mir gut.“ Man kann die Menschen nicht durch Töten und Strafen ändern, sondern nur durch Einsicht. Nichtwissen muss man ersetzen durch Wissen.

Das dritte unrechte, verderbenbringende Denken:

*3. Und er hegt verkehrte Ansichten, verderbliche Meinungen. Er denkt: „Das Spenden von Hab und Gut bringt keinen Gewinn. Es gibt aus gutem Tun keine gute und aus üblem Tun keine üble Ernte. Es gibt kein Jenseits; es gibt keine über- und untermenschlichen Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen. Es gibt in der Welt keine Asketen oder Brahmanen, welche durch Läuterung und hohe geistige Übung zur Durchschauung und Erkenntnis dieser und jener Welt gelangt wären und uns belehren könnten.“*

Dieser letzte unter den drei Arten von Gedanken ist die erste Ursache für unsere gesamte geistige Entwicklung. Nur wer die Anschauung hat, dass wir immer weiter leben, der kommt dazu zu fragen: „Wie kann es mir auch später gut gehen?“ Wer aber die Anschauung hat: „Mit dem Tod ist Schluss“, der stellt keine Fragen über den Tod hinaus. Wir glauben uns orientiert mit der Anschauung, die wir haben. Wir haben die Anschauung: „So und so ist es mit der Welt“, und danach richten wir uns. Und wenn die Anschauung falsch ist, dann richten wir uns nach einem falschen Wegweiser. Dann läuft auch alles entsprechend falsch. Die Anschauung darf nicht subjektiv sein, die Anschauung muss objektiv sein. Wer zu einem bestimmten

Ort will und sagt: „Ach, ich geh diesen Weg, der ist schöner“, der geht diesen, ohne zu wissen, wohin er führt, und so kommt er u.U. nicht dorthin, wohin er will. Man muss wissen, wo das Ziel ist und wie der Weg dahin geht. Die Orientierung im Geist über den eigenen Standort, über das Ziel und über die Differenz, die überwunden werden muss, das ist das Allerwichtigste. Hier werden in den Reden vier graduell immer weiterreichende Anschauungen genannt, die falsch sind.

*Weil die Menschen einen derartig falschen üblen Lebenswandel führen, kommt es, dass da manche Menschen nach Versagen des Körpers jenseits des Todes auf einen Abweg gelangen, auf eine schlechte Lebensbahn, in Verderben und Unheil.*

Anschließend lehrt der Buddha die zehn heilenden Wirkensfährtten im Handeln, Reden und Denken.

#### Die zehn heilenden Wirkensfährtten

„Heilend“ heißt: Sie führen zum Heil. Das christliche Wort „der Heilige“ ist eine Veränderung des ursprünglichen Wortes „heil“. In aller Welt wird der heile, unverletzbare Zustand gesucht. Die Kirche hat daraus „heilig“, d.h. verehrungswürdig gemacht. Die Religionsgründer wollen den Weg zeigen zu dem Zustand, der erstens der allerhöchste ist, der allerwohltuendste, und zweitens der nicht zerstört werden kann.

Das ist das Heil. Es gibt ein immer mehr sich steigerndes Wohl bis zum höchsten Wohl. Im ersten Teil der Lehrrede sind die zehn negativen Aktionsweisen besprochen, wie übles Karma gesät und geerntet wird. Das Wort Karma enthält schon das ganze Konzept der Existenz. Karma heißt Wirken und Wirkung. Unser Wirken geschieht auf den drei Bahnen des Denkens, Redens und Handelns, und die Ernte, die an uns zurückkommt, kommt auf sechs Bahnen, auf den sechs Kanä-

len der Sinne an uns zurück: durch Sehen, Hören, Riechen, Schmecken, Tasten und Denken. Es gibt keine anderen Bahnen als diese sechs, auf denen uns das Schicksal – besser: Schaffsal – trifft.

Eine andere Form von Ernte ist unser Grundgefühl, unser Lebensklima, in dem wir ununterbrochen weilen, in dem wir leben. Der Buddha vergleicht die Gemütsverfassung, die Grundstimmung des normalen heutigen Menschen mit einer Wanne, die vorwiegend voll Sand und Steinen ist und in der auch ein paar Goldkörnchen sind (A III,102-103). Bei den meisten Menschen ist die Grundstimmung so wie das Verhältnis des Sandes und der Steine zum Gold in der Wanne. Den Läuterungsprozess vergleicht der Erwachte damit, dass man aus dieser Wanne alles, was nicht Gold ist, immer mehr herausnimmt. Und den Blick dafür, was nicht Gold ist im Sinn der Heilslehren, den bekommt man im Lauf der Zeit. Allein schon dadurch, dass man die zehn schlechten Aktionsweisen lässt und sich die zehn guten Aktionsweisen erwirbt, werden Sand und Steine aus der Wanne entfernt, so dass das Gold sichtbar wird - d.h. die Grundstimmung, die innere Grundverfassung des Menschen wird heller.

*Dreifach in Taten ist der rechte und gute Lebenswandel. Vierfach im Reden und dreifach im Denken. Wie ist nun dreifach in Taten der rechte und gute Wandel?*

1. *Da hat einer das Töten von Lebewesen aufgegeben, dem Töten von Lebewesen widerstrebt sein Wesen. Ohne Stock, ohne Schwert, teilnehmend und rücksichtsvoll hegt er zu allen lebenden Wesen Liebe und Mitempfinden.*

Wir sehen, hier ist nicht gesagt wie im Alten Testament „Du sollst nicht töten“ als Befehl, sondern hier hat sich der Mensch selber im Geist fest entschlossen, nicht mehr zu töten: *Er hat das Töten von Lebewesen aufgegeben.* Dann wird noch



weiter gesagt: *Es widerstrebt seinem Wesen*. Das können die meisten von uns nicht behaupten, wenn wir sehen, wie wir uns oft gegenüber Mücken, Spinnen und Mäusen verhalten. Wenn gar ein Mann von Natur Jagdfieber hat, gern den Rehen auflauert und sie erschießt und nun unter dem Einfluss der Lehre das Töten verwirft, so widerstrebt sein Wesen noch längst nicht dem Töten. Das ist ein Prozess von Jahrzehnten, indem er bei allen Wesen, bei Menschen und bei Tieren, wo er Lebewesen sieht, wo er ein Gesicht, Augen sieht, daran denkt: „Das will leben, wie auch ich leben will.“ Wer sich daran erinnert, der bewertet das Töten nicht nur im Geist negativ, sondern mit der Zeit empfindet er mit den Wesen, und dann widerstrebt ihm das Töten.

Man kann sich vorstellen, wie es in einem Kulturraum aussieht, in dem es den Menschen zur selbstverständlichen Gewöhnung geworden ist, die Bedürfnisse der anderen Wesen, einschließlich der Tiere, zu beachten in liebender Gesinnung, die den anderen als sich gleich erkennt, wie es etwa in D 30 beschrieben ist:

*Nicht mit der Faust, mit Steinwurf nicht und Stockschlag,  
nicht mit dem Schwert, um irgend hinzumorden je,  
verschüchternd nie, bedrückend und bedrohend nicht,  
verletzen mocht' er keinen, keinen kränken nur.*

Man findet diesen Geist der gegenseitigen Rücksichtnahme, des Mitempfindens heute noch manchmal in einzelnen Familien. Da geht es darum, diesen Kreis der Zugehörigkeit und Rücksichtnahme zu erweitern und auszudehnen auf alle Wesen, ohne jemanden auszuschließen. So wie eine Mutter oder ein Vater natürlicherweise ein starkes Mitempfinden mit ihren Kindern hat, so breitet der Übende den mütterlichen oder väterlichen Geist immer mehr aus, bezieht immer mehr Wesen ein.

Je weniger ein Mensch roh gegen andere Wesen ist, je mehr er mitempfindet mit anderen Wesen, um so mehr wird er in zukünftigen Leben erleben, dass andere Wesen auch mit ihm

mitempfinden, ihn schonen. Alle Dunkelheiten unseres Lebens, alle Missstimmungen in den Begegnungen kommen nicht von außen, sie sind nur der Klang aus den Befleckungen des eigenen Herzens. Der Erwachte sagt:

*Erwirkt bei euch, dass ihr am Schonen der Wesen tiefe Freude gewinnt, dass ihr über das Nichtverletzen der Wesen glücklich und froh werdet. Wenn ihr so wirkt, dass ihr am Schonen der Wesen tiefe Freude gewinnt, dass ihr über das Nichtverletzen der Wesen glücklich und froh werdet, dann wird euch immer wieder der beglückende Gedanke kommen: „Durch solches Vorgehen bedrängen wir nicht irgendein Wesen, sei es stark oder schwach.“ (It 38)*

Es ist erwiesen, dass man auch ganz ohne Fleisch leben kann, dass man von Pflanzen leben kann. Vom Ökonomischen her wird immer wieder gesagt: Wenn die Menschen vom Pflanzenanbau lebten, könnten sie aus demselben Grund und Boden zehnmal mehr für Ernährung gewinnen als auf dem Weg über das Tier. Man kann mit Recht sagen: „Auch Pflanzen sind ja Lebewesen.“ Es ist keine Sache der äußeren Kasuistik, es ist eine Sache unseres unmittelbaren menschlichen Empfindens. Und da ist es so: Wenn wir ein Tier töten, dann merken wir, dass das Tier entsetzt ist, Angst hat, getötet zu werden. Wenn wir Pflanzen abschneiden, merken wir dieses Entsetzen, diese Angst nicht. Es geht um die Gesinnung des Menschen, die hinter seinem Tun steht: sich über die Anliegen der Wesen hinwegzusetzen, die sie deutlich zeigen, oder um die Gesinnung des Erbarmens. Wir müssen essen, um zu leben, und können das Essen von Pflanzen nicht unterlassen. Aber wir können uns sagen, dass wir wenigstens unser Leben nützen wollen und dafür Sorge tragen wollen, dass wir nicht vergeblich gelebt haben, sondern innerlich gewachsen sind. Dann erreichen wir Daseinsbereiche, in denen man auch keine Pflanzen und keine Bakterien zu töten braucht.

Wir leben jetzt in der Menschenwelt in einem solchen Nest,

einer solchen Wirrsal von Verstrickungen, die nicht mehr ohne weiteres gelöst werden können. Jetzt geht es darum, sich langsam herauszufädeln und Mitempfinden aufzumachen, dass man nicht roh vernichtet, wo man meint vernichten zu sollen, sondern mit echtem Bedauern vernichtet. Das führt dazu, dass man nach einiger Zeit eine Spinne nicht mehr tötet, man kann sie ja hinaussetzen; eine Fliege, die am Fenster surrt und nicht hinausfindet und von der man weiß, dass sie morgen tot auf der Fensterbank liegen wird, wird man dann auch hinauslassen. Wir wissen selber, wie uns zumute wäre, wenn wir irgendwo gefangen wären und könnten nicht heraus und jemand würde uns herauslassen. Es geht darum, dass man nicht um sich selber kreist, nur seine Anliegen bedenkt, sondern dass man, wenn einem Lebendiges begegnet, merkt: Da sind Anliegen, da will ein Wesen Erleichterung. Mit dieser Grundrichtung braucht man nicht mehr andere zu fragen: Wie verhält man sich da oder dort am besten. Bei liebevoller, erbarmender Gesinnung wird man selber die rechten, die Lebewesen schonenden Verhaltensweisen finden.

Alle Heilslehrer sagen: Wenn du dazu gekommen bist, dass dir das Wohlsein deiner Mitmenschen, deiner Umgebung ebenso am Herzen liegt wie dein eigenes Wohl, so dass du in der Verfolgung deiner äußeren weltlichen Ziele gar nicht mehr zum Schaden von anderen Menschen vorgehen kannst, weder mit Töten, Rauben, Schlagen noch mit Heuchelei, Übertreibung, noch mit Übergehen, Zurückdrängen, Übervorteilen, Trug oder sonstigem - wenn du all diesem so entwöhnt bist, dass dir ein solches Vorgehen gar nicht mehr in den Sinn kommt, und wenn es dir in den Sinn kommt, dich zurückschrecken lässt, dann bist du durch diese Entwicklung, die ihre Zeit dauert und ihre Kraft kostet, zu einer großen inneren Heiligkeit erwachsen und empfindest in dir eine Beruhigung nach allen Seiten und ein Glück, das durch keine äußeren Geschehnisse in der Welt geraubt werden kann. Dieser Zustand wird in allen Heilslehren als das reine Herz, die geläuterte Seele, bezeichnet. Wer dahin gekommen ist, dass er die Wohlfahrt aller

Mitwesen, mit welchen er zu tun hat, ebenso im Auge hat und betreibt wie seine eigene Wohlfahrt in Bezug auf den Genuss der äußeren Dinge, indem er die Bedrängnis und Angst der Mitwesen zu mindern sucht und erfreut ist über ihre Freude, beglückt ist über ihr Glück, ein solcher wohnt von da an, wo er auch ist und was ihm auch begegnet, wie im Himmel. Er hat eine innere Freude gewonnen, die unabhängig macht von der Welt und allem Besitz. So wie ein Stück Gold aus sich selber leuchtet und alle Verstärkung seines Leuchtens nicht aus Hinzugabe, sondern nur aus einer Befreiung von restlichem Schmutz hervorgeht, so ist das Herz des Menschen hell und strahlend und leuchtend, wenn es nicht durch die Verdunkelungen der Eigensucht überschattet und verschmutzt ist. Der unbelehrte Mensch glaubt dagegen, dass seine Dunkelheit und Kälte nur durch äußere Erlebnisse aus der Welt aufgehellt werden könnten, durch den Besitz und Genuss äußerer Dinge.

Ein Deutscher, der als Mönch bis zu seinem Tod in Sri Lanka gelebt hat, berichtet: Als er einmal eine längere Mettā-Meditation gepflogen hatte, liebevoll, voll Mitempfinden an alle Wesen gedacht hatte, dass alle sich wohlfühlen mögen, dass sie alle frei von Angst und Beklemmung sein möchten, und in dieser Verfassung sein ganzes Gemüt heller, liebender geworden war, da verließ er die Hütte im Halbdunkel und trat auf eine Kobraschlange. Die Schlange zischte etwas, er ging weiter, sie hat ihm nichts getan. Die Mettā-Haltung, die Haltung liebevollen Mitempfindens, bewahrt vor vielem, sagt der Buddha.

Eine buddhistische Parabel: Drei Mönche waschen sich im Fluss und haben ihr Gewand mit magischer Macht in die Luft gehängt. Da sehen sie einen Fischadler kommen. Er stößt aus der Luft ins Wasser und fängt einen Fisch, fliegt damit fort.

Da sagt der erste Mönch: „Der böse Adler“, und sein Gewand fällt ins Wasser.

Der zweite Mönch hat Mitleid mit dem Fisch und sagt: „Der arme Fisch.“ Auch sein Gewand fällt ins Wasser, er hat den Adler aus seinem Mitleid ausgeschlossen.

Der dritte Mönch sagt: „Die armen Wesen. Ja, so läuft es im Dasein. Aus Nichtwissen töten die Starken die Schwachen. Morgen sind die Schwachen die Starken, und die Starken sind morgen die Schwachen.“ Er hat die Dinge gesehen, wie sie sind, er hat Mitempfinden mit allen. Aber er weiß auch, dass alles Erleben eingebildet, Traum ist. In himmlischen Welten und in noch höheren Welten wird kein Adler mehr erlebt, der Fische mordet. Solche Erfahrungen gehören nur zum Tierreich und zum Menschentum, zu unserem Sein.

Die zweite heilende Wirkensfährte im Bereich der Taten:

2. *Er hat das Nehmen von Nichtgegebenem aufgegeben. Dem Diebstahl widerstrebt sein Wesen. Gegebenes nur nimmt er. Gegebenes wartet er ab, nicht diebisch gesinnt, rein gewordenen Herzens.*

Auch hier finden wir dieselbe nicht nur auf das äußere Verhalten, sondern auf die Gesinnung zielende Formulierung wie bei der Regel des Nichttötens. Es wird nicht gesagt: „Du sollst nicht stehlen“, sondern es wird als die Haltung des rechten Nachfolgers bezeichnet, dass er das Nehmen von Nichtgegebenem im Geist verworfen habe und sich im Herzen dahin erziehe, bis es ihm zuletzt ganz widerstrebt.

Wenn man irgendwo etwas bestechend Schönes liegen sieht, was ein anderer verloren hat, dann steigt schon gleich der freudige Gedanke auf: „Oh!“ Aber hier heißt es *rein gewordenen Herzens, nicht diebisch gesinnt*. Ein solcher wird diesen Gedanken gleich abtun und sich sagen: „Dies hat einer verloren, und den Verlust wird er sehr bedauern. Ach, wie schön, wenn ich dazu beitragen kann, dass er es wiederbekommt.“ Das ist eine ganz andere Haltung. Je nach der inneren Haltung ist das Grundgefühl mehr Gold oder mehr Sand in der Wanne. Wir sind nicht von vornherein und immer so wie wir sind, wir haben uns durch unsere Gedanken gemacht, und wir machen uns immer weiter. Wir sind in rieselnder Wandlung.

Sogar wenn wir uns hemmungslos dem überlassen, was gerade so will, auch dann wandeln wir uns, dann befestigen wir nämlich unsere Banalitäten, unser Sosein, und das bedeutet: etwas schwerer kann man aus dieser Gewohnheit herauskommen. Aber auch wenn man schwerer heraus kann, man kann heraus. Und wohl dem, der Freunde des Guten hat, die ihn im Guten bestärken.

Mit der Gesinnung des reinen Herzens, das mit den Mitwesen empfindet, können wir weder für uns noch für andere in den Bezirk der Mitwesen einbrechen und Nichtgegebenes nehmen. Damit sind alle eindringenden Leiden, wie Eigentadel, schlechter Leumund und übles Ergehen nach dem Tod, abgeschnitten.

Die dritte heilende Wirkensfährte im Bereich der Taten:

*3. Er begeht keine Ausschweifung mit einem Mädchen, das unter der Obhut von Vater oder Mutter, Bruder oder Schwester oder unter der Obhut von Verwandten oder unter dem Schutz des Gesetzes steht, auch nicht mit einer Frau, die verheiratet ist, oder einer im Dienstverhältnis Stehenden bis herab zu der durch Überwurf eines Blumenkranzes Anverlobten. Das ist der in Taten dreifältige rechte und gute Wandel.*

Es geht hier darum, nicht in Vertrauens- und Obhutsverhältnisse und schon bestehende Bindungen einzubrechen. Auf heutige Verhältnisse übertragen, bedeutet es, dass man weder zu junge Menschen verführe wegen des seelischen Schadens durch verfrühte sexuelle Erlebnisse ohne freundschaftliche Bindung und Fürsorge - noch auch dass man in eheliche und sonstige partnerschaftliche Beziehungen einbreche.

Wo die Selbstbeschränkung auf die Lebensgemeinschaft mit dem Partner eingehalten wird, da hat das sinnliche Be-

dürfnis nicht mehr einen allbeherrschenden Platz, sondern das harmonische Miteinander tritt mehr und mehr in den Vordergrund. Die Gatten verleben als Lebensgefährten gemeinsam gute und schlechte Stunden, lernen Egoismus aufzugeben und sich anzupassen, dem anderen zuliebe auf etwas zu verzichten und die mit dem Familienleben verbundenen Pflichten und Aufgaben zu erfüllen. Nach den Ratschlägen des Erwachten für die Hausleute gilt die Ehe als Hilfe dazu, ohne Verzicht auf Lust die wilden Triebe zu beschränken und zu zügeln, Maß zu halten und die inneren Kräfte der selbstlosen Liebe, des Dienens und der Treue immer mehr zu entwickeln, bis sie das sinnliche Bedürfnis immer mehr überstrahlen und sich auch über die Person des Partners hinaus allen Wesen zuwenden.

*Wie ist nun vierfältig im Reden der rechte und gute Wandel?*

1. *Da spricht einer nicht in trügerischer, verleumderischer Absicht (musāvādī). Wenn er von seinen Mitmenschen in der Versammlungshalle (vor Gericht), unter den Leuten, in der Familie, im Beruf, bei Hof gefragt wird: „Nun, lieber Mann, was du in dieser Sache weißt, das sage“, dann antwortet er, wenn er nichts weiß: „Ich weiß es nicht.“ Wenn er es weiß: „Ich weiß es.“ Und wenn er nichts gesehen hat: „Ich habe es nicht gesehen.“ Und wenn er es gesehen hat: „Ich habe es gesehen.“ So macht er weder aus eigenem Interesse noch wegen eines anderen oder aus irgendeinem weltlichen Grund eine trügerische Aussage.*

Die moralische Seite, d.h. die Absicht der Schädigung des Nächsten spielt in dem moralischen Kodex des Buddha die Hauptrolle. Der Maßstab, den der Erwachte in seiner erfahrungsbegründeten Lehre anwendet, lässt erkennen, dass jede Redeweise, die aus übler Absicht geschieht - selbst wenn sie

wahr ist -, erheblich gewichtiger ist als manche Verlegenheitslüge, hinter welcher keinerlei üble Absicht, sondern oft sogar Fürsorge steht und die auch weder dem Angesprochenen noch anderen Personen schädlich ist, sondern ihnen manchmal sogar das Leben rettet. Dennoch wird der hochsinnige Mensch und der ernsthafte Nachfolger, der das vom Erwachten aufgezeigte Heilsziel begriffen hat und die innere Kraft und Klarheit erfährt und empfindet, die von der Treue zur Wahrhaftigkeit ausgeht, immer entschiedener versuchen und immer mehr Wege finden, die Wahrhaftigkeit hochzuhalten. Wer die Wahrhaftigkeit ernst nimmt, muss sein ganzes Leben erhöhen, und er wird durch seine auf Rücksicht und Schonung des anderen gerichtete Gesinnung zu der rechten Ausdrucksweise hinfinden.

2. *Das Hintertragen hat er aufgegeben. Dem Hintertragen widerstrebt sein Wesen. Was er hier gehört hat, das berichtet er nicht dort wieder, um jene zu entzweien; was er dort gehört hat, das berichtet er nicht hier wieder, um diese zu entzweien; vielmehr einigt er Entzweite, festigt Verbundene. Eintracht macht ihn froh, Eintracht freut ihn, Eintracht beglückt ihn, Eintracht fördernde Worte spricht er.*

Das mitempfindende Herz fühlt sich gedrängt, in Schutz zu nehmen, alles Gute über einen Menschen aufzudecken, heranzuziehen. Damit erwirbt sich ein Wesen, dass auch ihm einst Fürsprache-Engel erstehen, die ihn verteidigen und schützen vor seinen Anklägern.

So sagt Franz von Sales:

*Hörst du lieblose Reden, so bezweifle die Anschuldigung, soweit du kannst; wenn nicht, dann entschuldige die Absicht des Beschuldigten; ist auch das unmöglich, dann zeige Mitleid mit ihm und suche das Gespräch auf etwas anderes abzu-*



*lenken. Erinnere dich und die anderen daran, dass auch wir einmal fallen können. Suche den, der Liebloses spricht, auf sanfte Art umzustimmen. Weißt du etwas Gutes über die Person, von der gesprochen wird, dann erzähle es.*

3. *Verletzende Worte zu reden - das hat er aufgegeben. Dem Aussprechen verletzender Worte widerstrebt sein Wesen. Worte, die frei von Schimpf sind, dem Ohr wohltuend, liebevoll, zum Herzen dringend, höflich, viele erfreuend, viele erhebend - solche Worte spricht er.*

Die Rede soll nicht nur vom Klang, sondern auch vom Inhalt her wohltun, und das ist nur von der liebevollen Rede zu erwarten. Die liebevolle Rede ist nicht verlegend, ablehnend, schneidend, überheblich, sondern zeigt dem Gesprächspartner - auch wo sachliche Meinungsverschiedenheiten bestehen - ein offenes, ihm zugewandtes Herz und menschliche Achtung.

Das Gegenteil der verlegenden Rede ist die sanfte Rede und das milde Wesen überhaupt, das in der Sprache Geduld gegenüber anderen zeigt: Ein solches mildes Wesen und eine solche Sanftmut zu gewinnen, wird vom Erwachten als eines der wesentlichen Ziele gezeigt.

Um sich die sanfte Rede anzugewöhnen, ist es hilfreich, die guten Folgen der sanften Rede zu bedenken, die aus dem spannungsvollen Vielfaltsbereich hinausleitet: Wer freundlich, gütig, milde und sanft mit anderen spricht, der wird ebenso wahrscheinlich entsprechend milde angesprochen werden, wie man auf verlegenden Rede auch verlegenden Erwiderung erfahren kann. Bei gegenseitiger milder und liebevoller Rede werden alle Probleme leichter gelöst ohne die tausendfältigen Spannungen, die aus Rede und Widerrede kommen, und man geht befriedigt auseinander. Die Eintracht, der Friede hat sich gefestigt.

4. *Leeres Geschwätz hat er aufgegeben. Allem leeren Gerede widerstrebt sein Wesen. Zur rechten Zeit spricht er, den Tatsachen gemäß, auf den Sinn bedacht, der Lehre und Ordnung getreu. Seine Rede ist reich an Inhalt, klar abgegrenzt, alles umschließend, ihrem Gegenstand angemessen. Das ist der in Worten vierfache rechte und gute Wandel.*

Der Nachfolger wird im Lauf der Jahre erfahren, dass sich seine Beurteilung dessen, was unnütze Rede, Geschwätz oder Plappern und Plaudern ist, allmählich ändert. Das ist auch der Zweck dieser Formulierung. Es werden keine konkreten Themen als übel oder gut bezeichnet, sondern es wird nur ein Ausdruck gewählt, der auf Flachheit, Nebensächlichkeit und insofern sinnlose Zerstreung hinweist. Und da erfährt jeder Nachfolger, dass im Lauf der Jahre immer mehr Themen und Redensarten seinem Wesen zu widersprechen beginnen. Zuletzt wird einer dahin kommen, dass er nur zur rechten Zeit das rechte, hilfreiche, herzliche Wort sagen mag. Er wird der fünf Merkmale der heilsamen Rede eingedenk sein:

*Zur rechten Zeit will ich reden, nicht unzeitig.*

*Der Wirklichkeit gemäß will ich reden, nicht falsch.*

*Höflich will ich reden, nicht verletzend.*

*Zielgerichtet/heilsam will ich reden, nicht zum Schaden.*

*Im Geiste der Liebe will ich reden ohne heimlichen Groll.*

*(D 33V)*

*Wie ist nun der rechte und gute Lebenswandel im Denken?*

1. *Da ist einer frei von Habgier. Was ein anderer an Hab und Gut besitzt, danach giert er nicht in dem Gedanken: „Ach, wenn doch sein Besitz mein Eigen wäre.“*

Wenn der Mensch, um weiterzuleben, auf Kosten anderer existieren müsste, wenn er, um zu überleben, Mitmenschen bestehen müsste, dann sagt er sich oft, jeder sei sich selbst der Nächste. Die Habsucht tritt nur so lange nicht an das Tageslicht, als es uns gut geht und wir in geordneten Verhältnissen leben. So ist Habsucht nur die Pflanze, deren Wurzel die Sinnensucht, das Bedürfen überhaupt, ist, aus der sie immer wieder heranwächst.

Einzudämmen ist sie nur durch das Sich-Eins-Fühlen mit dem Nächsten, durch Mitempfinden, Mitfühlen, aber an der Wurzel ausrodern kann man sie nur, wenn man ein so großes inneres Wohl bei sich hat, dass man der Sinnendinge nicht mehr bedarf.

*2. Frei von Antipathie bis Hass ist er und von fürsorglicher Gesinnung. Mögen diese Wesen ohne Feindschaft und Kälte geborgen und glücklich ihr Dasein bewahren. 98*

Wie ist Antipathie bis Hass zu überwinden, wie können wir es mehr und mehr aus unserer Art tilgen? Der Erwachte gibt eine dreistufige Meditation an:

*Antipathie bis Hass hat er verworfen (im Geist - 1), im Gemüt frei von Antipathie bis Hass verweilt er, wünscht mitfühlend allem, was lebt und atmet, Wohl (2), so läutert er sein Herz von Antipathie bis Hass (3). (M 51)*

Der Übende macht sich die wohlthuende heilende Kraft einer solchen Gemüthaltung freudig klar, so dass er künftig Abscheu und Entsetzen empfindet, wenn wieder Antipathie bis Hass im Herzen aufsteigen wollen. Die Haltung des normalen Menschen ist die, dass er sich selbst, seine eigenen Bedürfnis-

---

98 In M 40 zählt der Erwachte zum guten Lebenswandel im Denken (8. und 9. Wirkensfahrten) auch die Herzensbefleckungen und verheißt nach deren Ausrodung die Erreichung der vier Strahlungen.

se zuerst im Auge hat und deshalb auch in „neutralen Zeiten“ vorwiegend darüber nachsinnt, was er künftig unternehmen könnte, um sie zu befriedigen. Je stärker seine Bedürfnisse sind, um so weniger sieht er, was der andere braucht.

Aus dem Bemühen, die Bedürfnisse der Mitwesen ebenso zu bedenken wie die eigenen, geht die zweite Stufe der Meditation hervor: *Er durchstrahlt die ganze Welt mit liebevollem Gemüt. (M 21 u.a.)* Das kann nur, wer erkennt und nachfühlt: „Alle mir begegnenden Wesen haben Anliegen, so wie ich Anliegen habe. Es sind Wesen, die den Weg durch den Samsāra, durch Not und Elend und gelegentliches Glück gegangen sind, wie ich ihn gehe. Es sind Geschlagene und Getriebene, wie ich ein Geschlagener und Getriebener bin. Wir sind eine Gemeinde von Brüdern, eine Schicksalsgemeinschaft, alle sind auf der Suche nach Wohl, alle tasten noch im Dunklen.“ - Wer das mehr und mehr sieht, der löst die Kluft zwischen Ich und Du auf, die ja auch uns selbst in die Einsamkeit, in die Leere stellt. *So läutert er das Herz von Antipathie bis Hass.*

*Und er hat rechte Anschauungen, hegt keine verkehrten Meinungen:*

- 1. Das Spenden von Hab und Gut hat tiefen Sinn und bringt Gewinn.*
- 2. Alles rechte Tun bringt gute Ernte, alles üble Tun üble.*
- 3. Es gibt außer dieser Welt auch höhere jenseitige Welt.*
- 4. Es gibt nicht nur Zeugung durch die Eltern, sondern auch geistunmittelbare Geburt.*
- 5. Es gibt in der Welt Weise und Geistliche, welche durch Läuterung und hohe geistige Übung diese und die jenseitige Welt in überweltlicher Schau erlebt und erfahren haben und darüber lehren.*

Die ersten drei Anschauungen entsprechen den Grundlehren

aller anderen Religionen, einschließlich der christlichen:

1. Geben ist seliger denn Nehmen.
2. Was der Mensch sät, das wird er ernten.
3. Es gibt nicht nur die diesseitige, sondern auch eine jenseitige Welt.

Wer in seinem Erdenleben Wohltaten gesät hat, der wird in himmlischer Welt Wohltat und Freude ernten; wer aber Übeltaten säte, der wird in untermenschlicher Welt Übeltat und Schmerz ernten; aber aus gemischten Taten geht auch wieder ein aus Freude und Schmerz gemischtes Leben hervor.

Die erste rechte Anschauung:

*Das Spenden von Hab und Gut hat tiefen Sinn  
und bringt Gewinn*

Geben macht reich (M 135). Das gebefreudige Gemüt schafft die Wahrnehmung einer gebefreudigen Welt, die Wahrnehmung von Wohlfahrt. Versuchen wir uns einen Menschen vorzustellen, der durch das Leben geht, ohne Bittende abzuweisen, der jederzeit offen ist, der jederzeit gibt, ob da ein Tier begegnet oder ein Mensch, ob ihm der Mensch sympathisch ist oder unsympathisch, ob er ihm bekannt oder fremd ist, ob es sich um äußere oder innere Dinge handelt, ganz ohne Unterschied - der einfach ein Mensch sein will, der nicht abweist, sondern in liebender Zuwendung hilft und gibt. Wie viel heller wird es durch solche Haltung allein schon in diesem Leben! Und wenn sie durch beständige Pflege, durch beharrliches Üben zu einer inneren Art geworden ist, um die man nicht mehr zu kämpfen braucht, dann ist das schon übermenschliche Art, ist göttlicher Geruch und göttlicher Geschmack:

*Sei wahrhaft,  
diene nicht dem Zorn  
und gib da, wo man Hilfe braucht.  
Durch diese drei Gewohnheiten  
erhebst du zu den Göttern dich. (Dh 224)*

Ähnlich drückt es Ruisbroeck aus:

*Dem hilfsbereiten Menschen und seinem Mitleiden wird die geistige und leibliche Not aller Menschen sichtbar; er dient, er schenkt, er leiht, er gibt Trost jeglichem nach seinem Bedürfnis und soviel er es vermag mit weislicher Überlegung. Durch solche Hilfsbereitschaft übt man die Werke der Barmherzigkeit: der Reiche mittels Unterstützungen und mit seinem Vermögen, der Arme mit seinem guten Willen und dem ehrlichen Wunsche, mehr zu helfen, wenn er nur könnte. So wird die Tugend der Hilfsbereitschaft erfüllt.*

*Durch die aus tiefstem Herzen stammende Hilfsbereitschaft werden all die anderen Tugenden gesteigert und all die anderen Kräfte der Seele verschönt, denn der hilfsbereite Mensch ist allezeit freudigen Geistes und unbesorgten Herzens und überfließend von der Begierde, mit tugendhaftem Beistande sich an alle Menschen hinzugeben.*

*Denn wer hilfsbereit ist und nicht an irdischen Dingen hängt, der ist, wie niedrig immer er gestellt sei, gottähnlich; sintemalen sein ganzes Inneres und sein Gefühl ein Ausgießen und Geben ist. Und damit vertreibt er die vierte Todsünde: Geiz und Gier.*

Die zweite rechte Anschauung:

*Alles rechte Tun bringt gute Ernte.*

*Alles üble Tun bringt üble Ernte.*

Im Westen sagt der Volksmund: „Wie du mir, so ich dir.“ Er weiß nicht, dass dasjenige, das der andere mir antut, schon die Ernte ist von dem, was ich früher einem Du angetan habe. Wer das Karmagesetz gegenwärtig hat, der sagt nicht mehr nach der Regel der Blinden: „Wie du mir, so ich dir“, sondern nach der Regel der Weisen: „Wie ich dir, so du mir.“ Er sagt: „Ich bin der Schöpfer meiner selbst und meiner Welt.“ Mein früheres Tun im Denken, Reden und Handeln hat meine heutige Intelligenz, meinen heutigen Charakter und meine heutige

Gesundheit oder Krankheit geschaffen.

Mein heutiges Tun und Lassen, Sinnen und Beginnen gestaltet mein zukünftiges körperliches, charakterliches, geistiges Sein. So wie ich jetzt mein jetziges mittelmäßiges Menschentum gemacht habe durch früheres Wirken, so wie ich in früheren Leben schon Himmel und Höllen erlebt habe je nach meinem vorherigen Tun und Lassen, so kann ich nun, dieses Gesetz kennend, ganz bewusst und planmäßig an der Erhellung und Erhöhung meines Daseins arbeiten.

Ich stehe immer am Tor der Gegenwart und gehe das Begegnende in dreifachem Wirken an: im Denken, Reden und Handeln. Dieses fällt nicht in den Abgrund der Vergangenheit, sondern begegnet mir am Tor der Gegenwart wieder. Es gibt keine andere Quelle des Lebens und Erlebens als die Wiederkehr der von mir ausgegangenen Unternehmungen.

Wir können in einem Zwiegespräch mit einem anderen sehen, wie wir durch bittere Worte sofort schon eine entsprechend bittere Ernte zurückbekommen und durch liebevolle Worte, durch sanfte Worte sofort eine ganz andere Ernte haben. Wenn wir diese bitteren oder sanften Worte dem Gegenüber nicht sagen, sondern im Brief schreiben, dann kommt die Ernte einige Tage später, aber sie kommt. So können wir in unserem alltäglichen Leben merken, dass wir ernten, was wir säen. Aus der sogenannten Zukunft kommen die Erlebnisse heran, werden vom Ich behandelt, gehen in die Vergangenheit, man vergisst sie, aber die Vergangenheit ist die Zukunft von morgen, das Gewirkte tritt als Erleben wieder an uns heran. Unser ganzes Erleben besteht aus nichts anderem als aus dem, was wir vorher getan haben. Unser Säen ist das Wollen auf den drei Kanälen in der zehnfachen Weise. Die Ernte ist das Wahrnehmen in den Kanälen der sechs Sinne. Dazu bedarf es keines Schöpfergottes, sondern das Wollen ist das Schöpfende. Was wir erleben, ist ja wahrhaftig nicht dazu angetan, dass wir es einem Gott zuschreiben. Von einem Gott erwarten wir ja doch eine Schöpfung in Vollkommenheit, ein ganz herrliches Dasein. Aber das, was wir erleben, kann nicht die Schöpfung

eines hohen allmächtigen Gottes sein. Wir erleben ungefähr so, wie wir sind.

Doch ist die Aussage über das Karmagesetz nicht so zu verstehen, dass der Täter alles Wohl oder Wehe genau so wieder erfährt, wie es ausgeschickt wurde. Der Erwachte gibt ein Gleichnis (A III,101). Er nennt den normalen, nach schönen und wohltuenden Erlebnissen suchenden Menschen einen Dürstenden. Der wird durch süßes, frisches Quellwasser erquickt, aber durch versalzenes Wasser wird er noch durstiger.

Da vergleicht nun der Erwachte unser übles Denken, Reden und Handeln mit dem Herstellen von Salz und das gute mit dem Erzeugen von Süßwasser und sagt: Wenn ein Mensch nur wenig Gutes, aber viel Übles gewirkt hat, dann ist das so, wie wenn er einen Becher gutes Trinkwasser mit einem großen Klumpen Salz darin geschaffen hätte. Dann ist das Wasser nicht genießbar. Ebenso erlebt einer auf Grund vorwiegend übler und nur wenig guter Taten auch viel Leiden und Schmerzen. - Wenn aber derselbe Mensch dann beginnt, nur noch Gutes zu wirken, dann werden dadurch zwar frühere üble Taten natürlich nicht ungetan, aber dann ist es so, wie wenn er nun sehr viel süßes Trinkwasser schaffte. Derselbe Klumpen Salz, der einen Becher Wasser ungenießbar macht, wird in einem großen See mit klarem Trinkwasser so verdünnt, dass man ihn nicht mehr schmeckt.

Wenn ein Klumpen Salz im Schrank liegt, so kann man nicht fragen: „Wie salzig macht dieser Klumpen Salz?“ Es kommt darauf an, wohinein das Salz geworfen wird, ob in einen See oder Strom oder in einen Becher. Ganz ebenso verhält es sich mit dem Wirken. Man kann nicht in kasuistischer Weise behaupten: „Eine solche Tat muss immer eine solche Ernte haben“, sondern man muss erstens jede Tat zusammen mit der Gesinnung sehen, aus der sie gewirkt wurde, und sie zweitens vergleichen mit der Gesamtheit der Taten. Das erst bestimmt die Ernte. Daraus ergibt sich: Je mehr wir unsere gesamte Herzensbeschaffenheit und damit unsere Taten verbessern, um so weniger wird das Salz unserer üblen Taten



fühlbar:

*Wer einst begangnes übles Werk  
mit bess' rem Wirken ganz durchsetzt,  
dem lichtet sich die Finsternis,  
wie wenn der Mond durch Wolken bricht. (Dh 173)*

So kann man nachträglich noch seine Ernte nicht nur genießbar, sondern immer süßer machen, indem man immer mehr gute Taten den üblen folgen lässt.

Die dritte rechte Anschauung:

*Es gibt nicht nur diese, sondern auch jene Welt.*

Der im Körper der Mutter aufgebaute, durch Nahrung erhaltene Körper ist nur ein Werkzeug. Leben und Tod dieses Körpers sind nicht Leben und Tod des Erlebers. Der Erwachte blickt auf Abermillionen seiner eigenen früheren Körperwechsel zurück, und er sieht die Wesen aus den unbrauchbar gewordenen Körpern aussteigen, wie wenn Wesen Häuser verlassen, und er sieht Wesen in den Mutterschoß einsteigen, wie wenn Menschen ein Haus betreten. Er sieht, wie die Wesen je nach ihrem lebenslänglichen Wirken nach dem Verlassen des verschlissenen Körpers sogleich wieder in besseren oder schlechteren Körpern erscheinen - oder oberhalb des Menschentums in himmlischer oder geistiger Gestalt oder gestaltfrei - und weiterhin wirken. Es gibt kein Ende des Lebens, es gibt nur Wechsel der Qualitäten, vom Entsetzlichen bis zum Seligen, und diese Wandlung liegt in unserer Hand.

Dieses jetzige Leben, das uns selbstverständlich und natürlich erscheint, ist in Wirklichkeit bereits das „Jenseits“ gegenüber dem vorigen Leben, das uns damals als das einzig selbstverständliche und natürliche erschien. Ganz ebenso wird das morgige Leben, wenn das Morgen zum Heute geworden ist, uns als das allein selbstverständliche und natürliche erscheinen. Aber in jedem neuen Leben findet man sich mit solchen

geistigen, charakterlichen und körperlichen Qualitäten vor, wie man sie durch das Tun und Lassen in den vorherigen Leben geschaffen hat.

Die Wesen wandern aus jener Welt wieder in diese zurück und in wieder andere Welten. Sterben und Geborenwerden - diejenigen Dinge, die hier in der Welt als so entscheidende Einschnitte angesehen werden und von den Blinden sogar als die beiden Enden des Daseins - sie sind nicht die wichtigen Veränderungen, und es ist vorauszuberechnen, wann spätestens nach der Geburt dieses Leibes sein Ende eintreten wird. Aber einen guten Gedanken fassen oder einen üblen Gedanken fassen, das sind echte Veränderungen mit ihren weiterreichenden, fast endlosen Folgen.

Der gegenwärtige Körper ist sozusagen ein Eintagsanzug, der am Abend abgelegt wird. Aber es geht darum, dass ich während des Tages in diesem Anzug heller und leichter geworden bin. Dann werde ich nach dem Ablegen dieses Anzugs in eine hellere und leichtere Sphäre gehen. Wenn ich aber an diesem Tag dunkler und schwerer geworden bin, dann werde ich nach dem Ablegen des Anzugs eine dunklere und schwerere Garnitur in entsprechender Umwelt zu tragen haben.

Der Erwachte berichtet aus seiner über viele Weltzeitalter zurückreichenden Erinnerung an seine eigenen früheren Leben, dass jedes Wesen in jedem Weltzeitalter viele hunderttausend Male den Lebensraum wechselt und dass die Anzahl der Weltzeitalter, die jedes Wesen schon durchwandert hat, nicht zu zählen, ein Anfang nicht zu finden sei. So heißt es schon in den *Upanishaden*:

*Durch das Ablegen des Körpers bleiben Wesen und Charakter des Menschen unverändert. Auch nach dem Tode bleibt man der, der man schon vorher war. Auch trifft die Psyche im Jenseits nichts anderes an, als was sie (schon vor dem Tod des Körpers) in der Form von Gedanken und Gefühlen in sich trug. Das, was in der Psyche lebte, zeigt sich als Ereignisse des Jenseits.*

Die vierte rechte Anschauung:

*Es gibt nicht nur Zeugung durch die Eltern,  
sondern auch geistunmittelbare Geburt*

Die Wesen in den oberen Daseinsformen - die Brahmas, die Leuchtenden usw. - haben nicht mehr einen zusätzlichen Werkzeugkörper, auch keinen feinstofflichen Körper (*dibba-kāya*) wie die Gespenster, Höllenwesen und sinnlichen Götter. Sie erleben sich als brahmisch, d.h. rein von Sinnensucht und Übelwollen, in Liebe, Erbarmen, Freude, Gleichmut strahlend. Sie werden geistunmittelbar geboren, d.h. entsprechend ihren Wünschen und Gedanken gestaltet sich ihre Form. Sie haben keine Eltern, keine unwissende Kindheit, keine Geschlechtsunterschiede, eben weil sie der Sinnensucht nicht mehr bedürfen. Sie leben vorwiegend von dem Wohl ihrer Eigenhelligkeit. Diese Wesen haben sich früher durch die Entwicklung von Verständnis und Mitempfinden mit allen Wesen, auch mit den erbärmlichsten und abstoßendsten, zu innerer Hochherzigkeit und Güte entwickelt und haben von daher ein so beglückendes, erhabenes Grundgefühl, wie es sinnensüchtige Menschen durch keinerlei äußere Eindrücke gewinnen können. Wo das wahrgenommene Ich jedes wahrgenommene Du liebt<sup>99</sup>, da ist Herzenseinigung. Die brahmischen Wesen *bestehen geistig und ernähren sich von geistiger Beglückung bis Entzückung und ziehen selbstleuchtend ihre Bahn im Himmelsraum, bestehen in herrlichem Glanz und überdauern lange, lange Zeiten. (D 27)*

„Bestehen geistig“, „aus Geist gebildet“ (*mano-maya*) - das heißt, die im Geist und aus Geist geschaffene Ich-Idee lässt selbstschöpferisch ein geistiges, leuchtendes Ich-Bild erscheinen, eine geistige Wesenserscheinung, die mit unserem groben und gegenständlichen Greifegerät gar nichts zu tun hat, so wenig wie eine Strahlung mit der Hand greifbar ist. Es ist

---

99 Da ist kein Unterschied mehr zwischen Ich und Du.

eine Lichtgestalt, eine Erscheinung mit seliger Empfindung und nur Lichtgestalten sichtbar und nicht greifbar.

Die 5. rechte Anschauung:

*Es gibt in der Welt Asketen und Brahmanen, welche durch Läuterung und hohe geistige Übung diese und die jenseitige Welt in überweltlicher Schau erlebt und erfahren haben und darüber lehren.*

Wer bei sich manchmal erlebt, dass er in Zeiten, in denen er nicht von Sinnlichkeit und Ärger und banalen Gedanken bewegt ist, weiter sieht als in den Zeiten der Getriebenheit, der ahnt, dass die Kulissen dieser Welt beiseite geschoben werden können, dass es möglich ist, mehr zu wissen, und der hält Ausschau nach solchen, die sinnliche Triebe überwunden haben oder auf dem Weg dahin sind und wahrheitsgemäße Zusammenhänge unverblendet sehen. Zu solchen fühlt sich der Ahnende hingezogen und fasst Vertrauen zu ihnen.

Der Weg zur Bildung der rechten Anschauung besteht in der Nichtanwesenheit der Triebe, aber in der Anwesenheit zweier Voraussetzungen: der Stimme des anderen, die im Pälikanon erstaunlich getreu schriftlich überliefert ist, und eigenem stillen Nachdenken.

*Das ist, ihr Bürger, der in Gedanken dreifache rechte und gute Wandel. –*

*Wegen eines derartig rechten und guten Lebenswandels, dreifach in Taten, vierfach in der Rede und dreifach in Gedanken, ihr Bürger, kommt es, dass da manche Wesen nach dem Versagen des Körpers, jenseits des Todes auf gute Lebensbahn gelangen, in himmlische Welt.*

*Angelus Silesius* sagt: In den Himmel kommt nur derjenige, der hier schon auf Erden den Himmel in sich hat, d.h. der auf

Erden schon himmlisch geworden ist, schon sehr viel Sand aus der Wanne herausgenommen hat, bei dem schon das Gold hindurch glänzt.

*Wenn nun, ihr Bürger, ein so der Lehre gemäß recht Wandelnder bei sich den Wunsch hegt: „Möchte ich doch bei Versagen des Körpers, jenseits des Todes bei einem wohlhabenden Adelsgeschlecht wiedererscheinen oder bei einem wohlhabenden Priestergeschlecht oder Bürgergeschlecht oder bei den immer reineren Göttern:*

*bei den Göttern der Vier Großen Könige (den Naturgeistern) -*

*den Göttern der Dreiunddreißig -*

*den Gezügelten Göttern -*

*den Seligen Göttern -*

*den Schöpfungsfreudigen Göttern -*

*den Selbstgewaltigen Göttern -*

*den Göttern der Brahmawelt -*

*den Leuchtenden Göttern -*

*den begrenzt Leuchtenden Göttern -*

*den unermesslich Leuchtenden Göttern -*

*den Strahlenden Göttern -*

*den Göttern der Schönheit -*

*den Göttern von begrenzter Schönheit -*

*den Göttern von unbegrenzter Schönheit*

*den in Schönheit versunkenen Göttern*

*den Reichgesegneten Göttern*

*den Göttern der Nichtwiederkehr in der Formwelt:*

*den Aviha-, Atappa-, Sudassa-, Sudassī-, Akanittha-Göttern -*

*den Göttern unbegrenzten Raumes -*

*den Göttern unbegrenzter Erfahrung -*

*den Göttern des Nichtdaseins -*

*den Göttern der Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung wiedererscheinen oder gar die Triebversiegung erlangen', dann kann es wohl sein, dass er dies erreicht.*

*Und warum das? Weil er ein der Lehre gemäß recht Wandelnder ist. –*

*Nach diesen Worten sprachen die brahmanischen Bürger von Sālā zum Erhabenen:*

*Vortrefflich, o Gotamo, vortrefflich, o Gotamo! Gleichwie etwa, o Gotamo, als ob einer Umgestürztes aufstellte oder Verdecktes enthüllte oder Verirrten den Weg wies oder in die Finsternis ein Licht hielte: „Wer Augen hat, wird die Dinge sehen“ - ebenso auch hat Herr Gotamo die Lehre auf mannigfaltige Weise dargelegt. Und so nehmen wir bei Herrn Gotamo Zuflucht, bei der Lehre und bei der Gemeinde der Heilsgänger. Als Anhänger möge uns Herr Gotamo betrachten, von heute an zeitlebens getreu.*

Hier werden die verschiedensten Wünsche genannt, wie sie unterschiedliche Menschen haben, von den vordergründigsten Wünschen, im nächsten Leben wohlhabend zu sein, über höhere Wünsche, bei den verschiedensten Gottheiten wiedergeboren zu werden, bis zur Triebversiegung. Über das Menschentum hinaus gibt es immer höhere, hellere Zustände wie auch unterhalb des Menschentums immer dunklere, schmerzlichere. Wenn wir uns eine Skala von 100 Grad vorstellen, dann liegt das höchste Wohl, das wir nicht kennen, etwa 80 Grad über unserem Durchschnittsgefühl, und das tiefste, entsetzlichste Elend, das es gibt, ist nur noch 20 Grad unter unserem jetzigen Gefühl. Die Kirchen sagen im Westen: Der Mensch ist die Krone der Schöpfung, aber selbst nach dem Christentum ist der Mensch überhaupt nicht die Krone der „Schöpfung“, sondern über den Menschen werden auch unterschiedliche

Engel genannt, nicht nur die Menge der himmlischen Heerscharen, sondern auch Erzengel, Seraphim, Cherubim, Engel von für uns unvorstellbarer Seligkeit und Geistesmacht.

Auf der Leiter von der Hölle zum Himmel, vom untersten Übeln, Schmerzen, Entsetzen, Qualen bis zur Seligkeit, stehen wir mit unserem Denken, Reden und Handeln, aber auch mit dem, was wir erleben, dem Gemisch von Glück und Unglück, von Angst und Geborgenheit. Wir stehen nicht ständig auf einer Stufe, sondern wandern, denn ununterbrochen denken, reden, handeln wir in guter oder schlechter oder mittlerer Qualität. Unser geistiges Wandern<sup>100</sup> ist viel wichtiger als unser irdisches Wandern. Unser Erleben richtet sich nach unserer geistigen Wanderung und nicht nach dem Reisen zu anderen Kontinenten. Wir sind ununterbrochen in leiser, von Augenblick zu Augenblick zitternder Bewegung, für den anderen unmerklich, aber für den, der sich beobachtet, merklich.

Sehr oft merkt man nach einer Tat: „Das war nicht gut, das verdunkelt.“ Wenn man sich zu etwas Verdunkelndem hat hinreißen lassen, dann sollte man nicht mit bitterer Reue und Schuldgefühlen daran denken, sondern helleres, größeres, edleres Denken, Reden und Handeln darüber setzen. Wo man kann, das Verdunkelnde gutmachen. So wächst man.

Es gibt bei vielen Menschen die Parole: Leben und leben lassen. Wer die anderen ebenso Wohl finden lässt und ihnen dabei behilflich ist, wie er für sich Wohl sucht, dann ist das schon eine gute Haltung. Aber das schließt nicht aus, dass es noch bessere Haltungen gibt. Es wird bei Begräbnissen oft von selbstloser Fürsorge des Dahingeshiedenen gesprochen, und manchmal mag es auch stimmen. Diejenigen, die diese bei sich ausbilden und pflegen, merken, dass sie viel glücklicher sind, dass diese Selbstlosigkeit ein Gewinn, kein Verzicht ist. Selbstlose Fürsorge ist eine sehr hohe Haltung. Leben und leben lassen ist eine etwas mittlere Haltung, rücksichtslose Selbstsucht ist sehr dunkel, aber das Schlimmste ist Rück-

---

100 unser Lebenswandel

sichtslosigkeit, Brutalität, das ist höllisches Wirken, das höllisches Erleben zur Folge hat.

Welche von den drei Aktionsweisen ist die einflussreichste, die in Taten, in Worten oder die in Gedanken? Stellen wir uns vor, einer ist im Zuchthaus oder liegt lebenslänglich auf dem Krankenlager, er kann nicht handeln. Wenn er im Zuchthaus ist, kann er mit anderen auch nicht viel reden. Wenn er aber während dieser Zeit im Zuchthaus immer voll Rachedgedanken an die Wächter denkt und an die, die ihn ins Zuchthaus gebracht haben und daran, dass er nicht ins Zuchthaus gekommen wäre, wenn er rechtzeitig den Polizisten niedergeschossen hätte - wenn einer lebenslänglich so denkt und keine Gelegenheit zum Handeln und Reden hat, so hat er sich zu einem brutalen Menschen entwickelt. *Was der Mensch häufig bedenkt und sinnt, dahin geneigt wird das Herz.* Unsere Triebe, unsere Neigungen des Mitleids oder der Brutalität sind entstanden durch die jeweiligen einzelnen Gedanken.

Wir meinen, das Denken spiele keine große Rolle. Ein indisches Wort aber sagt:

*Der Wind sammelt Wolken, der Wind zerstreut sie wieder.  
Das Denken schafft Fesseln, das Denken löst sie wieder auf.*

Vom Denken hängt die Qualität des Charakters ab. Wie ich denke, so wird mein Herz. So wie eine Rakete im Raum durch jeden einzelnen kleinen Rückstoß um so schneller rast, um so mehr Triebkraft bekommt, so ist jeder Gedanke ein Funke, der unsere Trieb-Rakete rasen lässt. Und wie die Triebe des Herzens sind, so muss der Mensch reden und handeln. Da kann man sich noch so sehr vornehmen, den Trieben entgegenzusetzen zu handeln - vielleicht gelingt es kurze Zeit, wenn es sehr darauf ankommt, aber wenn man zu lange gefordert wird, gelingt es nicht mehr. Da merkt man das innere Rasen, das mit dem entsprechenden Denken angefangen hat und von dem wir dann zu unserem Reden und Handeln bewegt werden. Wer das weiß, der achtet auf seine Gedanken, von denen alles Wohl und Wehe abhängt.



DIE BRAHMANEN VON VERANJA  
42. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Derselbe Text wie in M 41.

DIE ERKLÄRUNGEN I  
43. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Vorwort

Als der Erwachte nach vergeblicher Schmerzensaskese die rechte Vorgehensweise gefunden und durch diese den Heilsstand erreicht hatte, Frieden und Wohl in einer Erhabenheit und Unverstörbarkeit, die unvergleichlich über allen anderen Lebens- und Seinsweisen bestehen, da brauchte er zunächst, wie berichtet wird, dreimal sieben Tage, um sich mit dieser endlich gewonnenen selig-erhabenen Ruhe ganz zu durchdringen. In dieser dreiwöchigen Stille wurde aus dem unbeirrten geistigen Kämpfer der ewig gestillte Sieger.

Als er dann an sein bisheriges Leben und an das der Wesenheit, der Menschen und Geister, dachte, da kam er zu dem zweifachen Urteil, dass dieser Heilsstand in seiner Tiefe und Stille und seiner ewigen Unverletzbarkeit den von der Strömung der Abhängigkeiten umhergerissenen Menschen und Geistern nicht vorstellbar sei auf dem Weg und mit den Mitteln des Erklärens und Denkens (*atakkāvacara*), dass er jedoch von einem jeden klar und lauter gewordenen „Weisen“ - und das ist immer das von Gier, Hass, Blendung befreite Herz - endgültig erreicht, erfahren und erlebt werde (*pandita vedāniya*). Das bedeutet ja, dass alles Reden über das Wesen des wahren Heilsstandes, des Nicht-mehr-Wähnens (*Nirvāna*) wegen seiner unvergleichbaren Andersartigkeit ganz zwecklos ist, weil alle allgemeine und höhere Erfahrung und Vorstellung aller Wesen, der Menschen und Geister, eben aus Wahn besteht und darum gar nichts zu tun hat mit dem wahnfreien Heilsstand.

Darauf weist auch die Bezeichnung „Buddha“ hin, die von *bodhi* = Erwachung kommt, also eine totale Übersteigerung, Überwindung, Transzendierung aller bekannten denkbaren oder ahnbaren Erfahrungsmöglichkeiten anzeigt. Man kann diese Erwachung nicht vermitteln, man kann nur die Wege

weisen, die Übungen nennen, die den Beharrlichen, der den Weg gegangen und angelangt ist, die Erwachung erfahren lässt. Auch der Buddha wurde erst durch die allmähliche Befreiung von Gier, Hass, Blendung zum Erwachten.

Wie völlig anders dieser „Zustand“ - der Heilsstand - ist und inwiefern keine Mitteilung an ihn heranreichen kann, das deutet der Erwachte mit einem drastischen Gleichnis an: Er bezeichnet alles für Menschen, Tiere und Geister überhaupt Erlebbare und Denkbare, das gesamte diesseitige und jenseitige Universum als „im Ei des Wahns“ befindlich und vergleicht die Wesen samt ihrem Wissen mit dem Zustand des noch unfertigen Vogels im Ei und sagt dann von sich selbst ausdrücklich, er habe nun die Eischale des Wahns durchbrochen, habe die unvergleichliche Erwachung errungen und weise nun die Wege, auf welchen jeder, der sie gehe, den gleichen Heilsstand selbst erfahre. (A VIII,11, M 53)

Diese Lehre erklärt also nicht die uns, den in der Eierschale des Wahns Befindlichen, erscheinende „Welt“ nach Umfang, Dauer und dergleichen, vielmehr gibt sie dem Heilssucher Aufklärung über die tiefe Wahn-Krankheit des Geistes und des Herzens, wodurch die Kette der auf- und abtauchenden Wahnbilder mit allen Leiden bedingt ist. So ist der Buddha kein philosophischer Welterklärer, sondern, wie er selber sagt, ein Arzt (M 63), und seine gesamte Wegweisung ist Heilbehandlung, ist Therapie, die zur Veränderung des sich behandelnden Behandelten führt, von seiner Krankheit zur Genesung. Je besser die Wesen ihre Krankheit erkennen, den geistigen Mechanismus der leidvollen, schmerzlichen und sinnlosen Vorgänge, um so mehr werden sie fähig, von dieser Krankheit zu genesen.

Darum handeln alle Reden in der Hauptsache von dieser großen Krankheit (erste und zweite der vier Heilswahrheiten), von ihrer Heilbarkeit (dritte Heilswahrheit) und den Vorgehensweisen zu ihrer Heilung (vierte Heilswahrheit), und so werden auch in der hier folgenden Rede Krankheitsprozesse und Genesungsprozesse näher beschrieben.

Unsere Rede, M 43, hat, wie auch die 44., den Titel „Erklärungen“. Beide bestehen aus einer Kette von Fragen und Antworten und gehören zu den vielseitigsten und, wie uns scheint, am wenigsten systematisch angelegten - nach unserer Auffassung von Systematik. - Die beiden Gesprächspartner unserer 43. Rede sind kenntnisreiche Mönche. Sāriputto, hier der Antwortende, gilt in der gesamten Pāli-Überlieferung eindeutig als der Weiseste aller Mönche, den auch der Meister selbst immer wieder als den Ersten bezeichnet. Aber trotzdem tritt Sāriputto in manchen anderen Reden - so in M 24 - auch als der Fragende auf. Danach scheint es, dass die Fragen und Antworten großer und heilgewordener Mönche nicht ihrer eigenen Orientierung dienen, sondern die Aufgabe haben, solche Probleme und Fragen, die in der Mönchsgemeinde, besonders bei den neueren und jüngeren Mönchen ungelöst bestehen, aufzulösen und zu klären.

Aber obwohl die Erklärungen in dieser Rede vielen damaligen Mönchen offensichtlich ausreichten, bedürfen sie für uns Heutige erheblich weiterer Ergänzungen. Das erfährt jeder Leser, der die Antworten für sein praktisches Befreiungsstreben benutzen will - denn nur diesem Zweck sollen sie ja, soll überhaupt die Lehre dienen.

#### Fragen und Antworten der beiden Mönche abschnittsweise mit Erklärungen

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Sāvatti, im Siegerwald, im Garten Anāthapindikos. Da begab sich der ehrwürdige Mahākotthito eines Abends, als er die Gedenkensruhe beendet hatte, dorthin, wo der ehrwürdige Sāriputto weilte, wechselte freundlichen Gruß mit ihm, setzte sich zur Seite nieder und fragte den ehrwürdigen Sāriputto:*

## Wer ist ein Weiser?

*„Ein Nicht-Weiser, ein Nicht-Weiser“, sagt man, Bruder. Inwiefern denn, Bruder, wird einer „ein Nicht-Weiser“ genannt? –*

*„Er erkennt nicht klar“ (na pajānāti), Bruder, deshalb wird er ein Nicht-Weiser genannt. Und was erkennt er nicht klar? „Dies ist das Leiden“; erkennt er nicht klar. „Dies ist die Ursache des Leidens“, erkennt er nicht klar. „Dies ist die Aufhebung des Leidens“, erkennt er nicht klar. „Dies ist die zur Aufhebung des Leidens führende Vorgehensweise“, erkennt er nicht klar. Einer, der nicht klar erkennt, einer, der nicht klar erkennt, Bruder, der wird „ein Nicht-Weiser“ genannt. –*

*So ist es, Bruder –, erwiderte der ehrwürdige Mahākoṭṭhito und stellte eine weitere Frage:*

*„Ein Weiser, ein Weiser“, sagt man, Bruder. Inwiefern denn, Bruder, wird einer „ein Weiser“ genannt? –*

*„Einer, der klar erkennt (pajānāti), einer der klar erkennt“, Bruder, wird ein Weiser genannt. Und was erkennt er klar?*

*„Dies ist das Leiden“, erkennt er klar. „Dies ist die Leidensursache“, erkennt er klar. „Dies ist die Aufhebung des Leidens“, erkennt er klar. „Dies ist die zur Aufhebung des Leidens führende Vorgehensweise“, erkennt er klar. Einer, der klar erkennt, einer der klar versteht, Bruder, wird „ein Weiser“ genannt. –*

Wir sehen, dass es um das erste und fundamentale Problem unseres ganzen Lebens, ja, unserer Existenz überhaupt geht: Das Problem der restlosen Auflösung und Beendigung unserer gesamten Leidensmöglichkeiten geht uns näher an als unser ganzer Körper mit all seinen Krankheits- und Gesundheits-

möglichkeiten. Es ist unsere lebenslängliche, von Situation zu Situation immer wieder sich streckende Sehnsucht. Es betrifft alle unsere Erlebnisse und Begegnungen samt unserem endlosen Wechsel zwischen Toden und Wiedergeburten, es betrifft unser herzunmittelbares Lebensgefühl. Wir können beobachten, dass wir mit all unseren Bemühungen und Unternehmungen immer nur Wohl zu erlangen und Leiden zu entrinnen suchen, denn nichts ist uns schmerzlicher als Schmerzen und Leiden, und nichts tut uns mehr wohl als Wohl und Glück. - Aber mit all unseren bisherigen Bemühungen und Wissenschaften sind wir nicht über das Leiden hinausgekommen.

Diese all unser Elend und Leiden nur fortsetzende Unkenntnis, ja, Blindheit für die wirklichen und wahren Wege aus Dunst und Elend heraus bis ganz ins helle Heil - das ist es, was als Nicht-Weisheit bezeichnet wird - und die klare Kenntnis des einzig Notwendenden - das gilt als Weisheit.

Die obigen vier kurzen Sätze vom Leiden deuten die Lösung des Leidensproblems nur an, deuten auf die vier Heilswahrheiten vom Leiden und seiner restlosen Aufhebung nur hin. Mit obigen vier Formeln bekommt man noch keinerlei Einblick in die Wahrheiten. Diese finden wir u.a. in M 141 vollständiger ausgesagt. Hier folgt nur eine knappe Erklärung:

1. „Dies ist das Leiden“ - Erklärung des Leidenszustandes.
2. „Dies ist die Leidensursache" - Erklärung der Bedingtheit des Leidens durch den Durst.
3. „Dies ist die Leidensauflösung" - Erklärung der Heilbarkeit des Leidens durch Aufhebung des Durstes.
4. „Dies ist die zur Leidensauflösung führende Vorgehensweise" - genaue Anleitung zur schrittweisen Selbstbehandlung in acht Übungen bis zur vollständigen Heilung.

Das Pāliwort *paññā* wird meistens mit „Weisheit“ übersetzt. Darunter wird in den Reden weniger das weise Erkannte als die Fähigkeit weisen Erkennens verstanden, die Fähigkeit eines durch keinerlei Blendung mehr getäuschten, darum unbeirrten und durchdringenden Klarblicks (*paññācakkhu*). Nur

dieser ungeblendete Blick (*upekhā*) sieht die „Welt“, wie sie „ist“ - sieht die Wahrheit.

Der vom Durst, von allen Trieben, von Gier und Hass Befreite wird durch keine Erscheinungen mehr geblendet und hat darum diese klare blendungsfreie Beobachtungsweise, doch ist auch der geistig sich übende Mensch zeitweilig, wenn er sich nicht von Trieben fortreißen lässt, sondern seine ganze Aufmerksamkeit auf seine geistigen Vorgänge sammelt und sich in Zucht nimmt, zu einem Beobachten und Erkennen von graduell größerer Klarheit fähig.

So bedeutet Weisheit nicht in erster Linie den Besitz tiefer Wahrheiten, sondern bedeutet die Fähigkeit, die tiefen Wahrheiten in der eigenen Existenz zu entdecken und zu erkennen. Die vier Heilswahrheiten über das Leiden und dessen Aufhebung können verhältnismäßig leicht mitgeteilt, können in Büchern verbreitet werden - aber damit wird nicht „Weisheit“ verbreitet, sondern einzig, wer jene bis auf den Grund gehende Anblicksweise sich angeeignet hat oder sich aneignet (*yoniso manasikāra*), der fasst diese vier Heilswahrheiten.

Das zeigt sich bei den Buddhas, denen dieser bis zum Grund gehende Blick, der sich durch keine Oberflächengesehnisse irritieren lässt, diese Weisheitsfähigkeit bis zur Vollkommenheit eigen war, weshalb sie diese Heilswahrheiten ganz ohne Belehrung aus sich selbst entdeckten. - So sind also Nichtweisheit und Weisheit auf Fähigkeiten zurückzuführen, und nur diese führen zur Nichterkenntnis oder Erkenntnis dessen, was zur Leidensüberwindung tauglich ist. Aber auch der Nicht-Weise kann durch Umgang mit Weisen und durch entsprechende Übung allmählich weise werden.

Sāriputto nimmt in seiner Antwort die vier Heilswahrheiten als Beispiel für die Weisheitsfähigkeit. Damit folgt er dem Vorbild des Erwachten, der da, wo zur näheren Erklärung einer Eigenschaft ein Beispiel gegeben wird, meistens das stärkste und äußerste Beispiel gibt, weil darin alle anderen schwächeren mitenthalten sind.

So ist auch hier die höchste und äußerste Weisheitsfähigkeit genannt, aber wir müssen wissen, dass zu diesem weisen Verständnis der vier Heilswahrheiten der Weg weit ist - nämlich genau so weit, wie der Mensch in Irrtum, Blendung und Dunkelheit befangen ist. Darum hat der Erwachte schon damals seinen weit mehr vorbereiteten Zeitgenossen diese Lehre über die vier Heilswahrheiten erst als fünfte und letzte Lehre nach vier anderen Lehren angeboten, und es zeigt sich aus seiner gesamten Belehrung von Hausleuten und Mönchen, dass nur das zunehmende Verständnis jener vier vorangehenden Lehren, welches allein durch ihre praktische Befolgung wächst, auch den zum Verständnis dieser fünften und höchsten Lehre erforderlichen Weisheitsgrad allmählich entwickeln kann.

Die fünffach gesteigerte Belehrung, wie sie der Erwachte gab, liegt uns in den Lehreden vor. In M 56, M 91 u.a. heißt es:

*Und er führte ihn in fortschreitendem Gespräch in die Wahrheit ein:*

- 1) sprach mit ihm zuerst über das Geben;*
- 2) sprach danach über den tauglichen Lebenswandel; es gibt eine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens;*
- 3) sprach danach über himmlische Welt;*
- 4) sprach danach über Elend, Grobheit und Schmutz alles sinnlichen Begehrens und über den Segen der vollständigen Begehrensfreiheit.*
- 5) Wenn der Erwachte sah, dass der Hörer (durch die bisherige immer tiefer gewordene Belehrung) im Herzen fähig, bereit, klar, erhoben und ganz geöffnet war, dann gab er jene Lehre, die den Erwachten, den Buddhas, eignet: die vier Heilswahrheiten.*

Diese fünf Lehren in ihrer Staffelung kann man mit einer Pyramide, auf breiter Basis stehend, vergleichen, sowohl hinsichtlich ihrer leichteren bis späteren Einsehbarkeit durch allmählich erst fortschreitende geistige Erfahrung als auch hin-



sichtlich des Grades der Leidensminderung und Wohlmehrung, die sich aus ihrer Befolgung ergibt. Erst die fünfte Lehre lehrt die restlose und endgültige Beendigung des Leidens.

Wer diesen fünf Lehren in aufmerksamer Beobachtung nachgeht, der erkennt bald das Grundmerkmal der Weisheit: Er wird erfahren, dass die Gültigkeit jeder der fünf Lehren mit der sinnlichen Wahrnehmung, der sich der westliche Mensch fast ausschließlich bedient, nicht erfahren werden kann, dass sie sich nur der geistigen Wahrnehmung erschließt. Und in dem Maß, wie man in dieser geistigen Erfahrung Übung und Fortschritt gewinnt, wird man erfahren, dass sie aus allen Abhängigkeiten und Leiden immer weiter herausführt.

### Teil-Erfahrungen

*„Erfahrung, Erfahrung“ heißt es. Warum, Bruder, heißt es „Erfahrung“? „Er erfährt, er erfährt“<sup>101</sup>, darum heißt es „Erfahrung“. Was erfährt er? „Wohl tut das, weh tut das, weder wehe noch wohl tut das.“ „Er erfährt, er erfährt“, Bruder, darum heißt es „Erfahrung“.*

*„Er erfährt“.* Wer ist „er“? Die Antwort ergibt sich aus der Aussage des Erwachten (M 18):

*Durch den Luger und die Formen entsteht Luger-Erfahrung.  
Durch den Lauscher und die Töne entsteht Lauscher-Erfahrung.*

---

<sup>101</sup> In der Pälisprache ist das Personalpronomen im Verb enthalten, und dieses kann von der Grammatik her beliebig übersetzt werden mit „er, sie, es, man“ - die Wahl des Pronomens hängt vom Zusammenhang ab. Die meisten Übersetzer - und so auch wir früher - haben vijānāti auf viññāna bezogen und übersetzt: „es“ erfährt = viññāna erfährt, „die Erfahrung erfährt“, was keinen Sinn ergibt.

*Durch den Riecher und die Düfte entsteht Riecher-Erfahrung.  
Durch den Schmecker und die Säfte entsteht Schmecker-  
Erfahrung.*

*Durch den Taster und die Tastungen entsteht Taster-  
Erfahrung.*

*Durch den Denker und die Dinge entsteht Denker-Erfahrung.*

Also: Die Sinnesdränge in den Sinnesorganen, der Luger, der Lauscher usw., erfahren. Die Sinnesdränge des normalen Menschen lugen und lauschen und lungern ununterbrochen durch die Körpersinne nach den ersehnten, gewünschten Formen, Tönen usw. und erfahren in einem ununterbrochenen Prasselhagel von immer wieder neuen Erfahrungen, was an als „außen“ erlebten Objekten erreichbar ist. Dieser Ablauf geschieht mit einer nicht zu nennenden Geschwindigkeit. Eine Erfahrung folgt der anderen, eine Erfahrung löst die andere ab.

Wenn man z.B. irgendwo einen tatenlos sitzenden Menschen beobachtet, so sieht man das immer wieder neue Zu-rechtsetzen des Leibes, um einseitige Druckbelastung zu vermeiden, angenehme Tastungen zu erfahren, und man sieht darüber hinaus jenes lechzende Lungern und Lauschen der Triebe mittels der Sinnesorgane. Immer wieder blicken die Augen auf, blitzschnell geht der Blick in den Umkreis, um etwas zu erfahren, immer wieder lauschen die Ohren in alle Richtungen, und sobald etwas „Interessantes“ wahrgenommen wird, zeigt sich im Gesicht ein Ausdruck von Freude oder Ablehnung. Dann kann man beobachten, dass der Betreffende offenbar über den Eindruck noch mehr oder weniger nachdenkt, sich an ähnliche Dinge erinnert usw.

Wurde aber von den Sinnesdrängen in den Sinnesorganen aus der Umgebung nichts erfahren, dann sieht man den Betreffenden bald in seinen mitgebrachten Papieren, Zeitungen, Briefen oder Notizen sortieren und lesen. Wenn er aber nichts zum Sortieren und Lesen bei sich hat, so tritt oftmals ein Wechsel von betonter Spannung und bewusst gewordener Unbefriedigtheit in den Gesichtszügen auf, Langeweile. Man

kann vermuten, dass der Mensch nun nachdenkt, wie und wo er etwas Schönes oder jedenfalls Besseres als im gegenwärtigen Augenblick erleben könne, und bald kann man sehen, dass der Körper von jenem Sitz erhoben und in Bewegung gesetzt wird, um ihn zu Stätten hinzubringen, wo die Sinnesdränge mehr erfahren können.

Die Sinnesdränge, die etwas völlig anderes sind als der stoffliche Körper, durchdringen die Körper der Wesen ebenso, wie nach einem Gleichnis des Erwachten ein im Wasser liegendes Holzstück ganz und gar von Wasser durchtränkt ist (M 36 und 85) oder wie ein Lampendocht von Öl (M 146).

Insofern sind die Sinnesorgane selber und das ihnen innewohnende Lungern und Lechzen zweierlei und werden darum in Indien auch unterschiedlich benannt. Während wir immer nur von Augen, Ohren, Nase usw. sprechen, spricht der Erwachte in den Lehrreden von diesen körperlich sichtbaren Organen nur dann, wenn sie verletzt sind oder fehlen, mit den Bezeichnungen *akkhi* (Auge), *kanna* (Ohr), *nāsa* (Nase) usw. Wenn aber von den Sinnesorganen in ihrer Tätigkeit bei der sinnlichen Wahrnehmung die Rede ist, dann werden nicht nur diese, sondern auch die den Sinnen innewohnenden Dränge mitgenannt, die die sinnliche Wahrnehmung erst ermöglichen, mit den Ausdrücken *cakkhu*, *sota*, *ghāna* usw. Wenn wir diese Begriffe sinn- und wortgetreu wiedergeben wollen, dann müssen wir sagen: Nicht die Augen, sondern der Luger, der triebhafte Drang, erfährt Formen, nicht die Ohren, sondern der Lauscher, der triebhafte Drang, erfährt Töne usw. „Luger, Lauscher“ usw. zeigen das unmittelbar gespürte Wollen, das sich als Zu- oder Abneigung, Anziehung oder Abstoßung (*rāga* und *dosa*) kundtut und sich der Werkzeuge des Körpers bedient. Die Lugerdränge im Auge haben eine Zuneigung zu Bestimmtem, und nur wenn das erfahren wird, wird Wohlgefühl ausgelöst. Wenn Entgegengesetztes gesehen wird, dann löst das ein Wehgefühl aus. Durch die Gefühle wird der Mensch aufmerksam, nimmt er wahr. Ohne dieses innere Lungern würde der Mensch gar nichts wahrnehmen, da das Inte-

resse fehlte. Der normale Mensch wird durch das fünfältige Lungern durch die Welt der Formen, Töne, Düfte, des Schmeck- und Tastbaren gejagt, womit sich dann der Geist als sechstes beschäftigt. Es ist nicht so, dass der Mensch mit den Sinnen wahrnehmen kann, sondern dass er wahrnehmen muss. Es drängt ihn dazu, er lechzt danach.

Die Tatsache, dass der Mensch mit vielfältigen Anliegen nach den entsprechenden Berührungen lungert und lechzt, vergleicht der Erwachte (M 75) mit einem Menschen, dessen Blut so vergiftet ist, dass er am ganzen Körper Wunden hat, die unheimlich jucken und ihn zum dauernden Kratzen zwingen.

Dieser sechsfache Erlebenshunger, diese vielfältigen Spannungen nach bestimmten Formen, Tönen, Düften, Geschmäckchen, Tastungen und der Drang nach geistiger Orientierung von der Neugier bis zur Wahrheitsuche, durchdringen den ganzen Körper, weshalb sie im gegenständlichen Körper (*rūpa-kāya*) einen Trieb oder Spannungs- oder Wollens-Körper (*nāma-kāya*) bilden. *Nāma* heißt zu deutsch Name oder auch das Nennende und von daher Urteilende, Bewertende. Dieser Urteiler ist der jeweilige Trieb nach bestimmten Erlebnissen. Weil er Bestimmtes will, darum empfindet er alles, was bei ihm ankommt, entweder seinem Wunsch gemäß oder seinem Wunsch entgegengesetzt. Erst dieses den Sinnesorganen innewohnende spezifische spannungshafte Wollen ist in den stofflichen Sinnesorganen die Empfindlichkeit, die das jeweils Empfundene als „angenehm“ oder „unangenehm“ nennt und beurteilt.

In dem Wort „*kāya*“ von „*nāma-kāya*“ drückt sich die Strukturiertheit der Sinnesdränge in Körperform aus. Das heißt der Drang nach Erlebnis von Sichtbarem ist im Auge, der Drang nach Tonerlebnis ist im Ohr, der Drang nach Dufterlebnis ist in der Nase, nach Schmeckerlebnis in der Zunge, der Drang nach Tastung durchzieht den ganzen Körper - so dass auch die speziellen Sinnesorgane, wie Auge, Ohr usw., Tastberührung empfinden und bei zu starkem Druck warnen -, und

der Geist hat den Drang nach bestimmten Vorstellungen und Erwägungen.

Das körperliche Auge kann so wenig sehen wie eine Brille, aber der Sinnesdrang nach Sehen, der innere Luger, lugt durch das physische Auge als durch seine Brille nach der äußeren Welt der Formen, nach den *ersehnten, begehrten, geliebten, entzückenden, reizenden* - ebenso kann das körperliche Ohr so wenig hören wie ein Hörgerät, aber der Sinnesdrang zu hören, der innere Lauscher, lauscht durch die physischen Ohren nach der äußeren Welt der Töne, der innere Drang nach Düften sucht durch die Nase des Körpers nach der Welt der Gerüche usw.

Diese durch den Spannungskörper den Sinnesorganen innewohnenden Begehungen vergleicht der Erwachte sehr drastisch mit sechs Tiere,n, also Lebewesen, deren jedes zu einem anderen Ziel hindrängt. (S 35,206)

Der Sinnesdrang nach sichtbaren Formen wird verglichen mit der zu dem Zuflucht bietenden leeren Termitenbau hindrängenden Schlange.

Der Drang nach Tönen wird verglichen mit dem zu den Wasserwogen hindrängenden Krokodil.

Den Drang nach Geschmücken vergleicht der Erwachte mit der Neigung des Hundes zum Dorf, um Knochen mit Fleisch und Blut zu erlangen.

Der Drang nach Tasten und Tastung wird verglichen mit dem Drang einer Hyäne, die zum Leichenplatz strebt.

Und der Drang des Geistes nach Orientierung und danach, den Körper zwecks Befriedigung der Sinne umherzuführen und darüber hinausgehendes Wohl zu suchen, wird verglichen mit dem Affen, der zum Wald strebt.

Diese Bilder zeigen, dass wir es nicht nur mit körperlichen Augen, Ohren, Nase usw. einschließlich Gehirn zu tun haben. Die Organe sind nur Werkzeuge für jene innewohnenden Süchte, Dränge, von denen jeder gleich den sechs Tieren, für etwas völlig anderes Interesse hat.

Fehlen diese Dränge, dann ist der gegenständliche Körper ein toter Gegenstand. Durch die Süchte nach Berührung kommt das bei der Berührung als außen Erfahrene - Formen, Töne, Düfte usw. - zur Erfahrung. Mit „Erfahrung“ ist hier noch nicht die Erfahrung des Geistes, „unsere“ Erfahrung gemeint, sondern nur eine Teilerfahrung, die Erfahrung des Lugers, Lauschers usw. von Formen, Tönen usw.: Wenn eine äußere Form an das körperliche Auge herankommt, dann wird die im Auge wohnende Sucht nach bestimmten Formen ernährt/berührt. Nicht etwa ein „Ich“, sondern der Luger, Lauscher usw. hat erfahren, ist berührt/ernährt worden und hat die Berührung als angenehm oder unangenehm erfahren, empfunden: *„Wohl tut das, wehe tut das, weder wehe noch wohl tut das“, erfährt er.*

Die Teil-Erfahrungen der Triebe  
werden in den Geist eingetragen,  
der im Dienst der Triebe  
auf Wohl-Erfahrung gerichtet ist

Die dem Auge innewohnende Sucht nach Sichtbarem hat eine bestimmte Form erfahren, ist davon berührt worden. Nicht etwa „Ich“, sondern der Luger (eines der sechs „Tiere“) ist berührt worden, hat die Berührung als angenehm oder unangenehm empfunden (Gefühl).

Dann heißt es weiter (M 18):

*Was m a n fühlt, nimmt m a n wahr.*

Der Luger als der Formensüchtige hat etwas Äußeres erfahren und hat sein subjektives Urteil dazu gegeben. Diese zwei verschiedenen Dinge, das als außen Erfahrene und das Gefühl als Urteil der Triebe, werden als Wahrnehmung in den Geist eingetragen. Jetzt ist im Geist ein doppeltes Wissen: das Wissen um eine Form und darum, dass sie „angenehm“ (oder „unangenehm“) ist.

Alle Erfahrungen der fünf Sinnesdränge, die noch nicht in den Geist eingetragen sind, enthalten keinerlei Sinn. Der Lu-

ger erfährt nur Formen und Farben. Dass diese Formen oder Töne Zeichen sind mit einem bestimmten Sinn, z.B. Buchstaben oder Wörter, das weiß nur der Geist. Der Geist hat keine direkte Berührung mit außen, sondern empfängt das Außen nur durch die gefühlsbesetzten Erfahrungen der Sinnesdränge und kann außerdem innere Vorgänge beobachten und bedenken.

Das durch die Sinnesdränge dem Geist als Form-Wahrnehmung usw. Gemeldete wird sofort im Geist zueinander geordnet, wird bewegt im Assoziieren, Kombinieren der einzelnen Sinneserfahrungen: *Durch den Denker und die Dinge entsteht die Denker-Erfahrung (mano-viññāna)*. Aus den in den Geist gelangten Erfahrungen macht sich der Geist einen Sinn und eine Vorstellung, an welchen die stärkeren Sinnesindrücke mehr, die schwächeren weniger Anteil haben. Zum Beispiel die Verbindung von Kaffeegeruch mit Kaffeegeschmack und dem Aussehen von Kaffee machen den Kaffee im Geist bestimmter Menschen zu einer angenehmen Ding-Wahrnehmung (*dhamma-saṁñā*): „Wohl tut das“, wodurch im Dienst des Triebs der im Geist ausgebildete Lauf, die programmierte Wohlerfahrungssuche, beginnt: „Diesen Kaffee möchte ich haben, wo bekomme ich ihn.“ Jede Handhabung des Körpers und des Geistes (Assoziieren) ist nun erfahrungsbegründete Erfahrungssuche, ist die aus bisheriger Wohl- und Wehe-Erfahrung programmierte Lenkung des Körpers, um das Angenehme wieder zu erfahren, zu wiederholen.

Weil also alle Wohl- und Wehe-Erfahrungen der fünf Sinnesdränge im Geist gesammelt sind, so dass er allein die Wünsche aller Sinnesdränge nach Wohlerfahrung und auch die Erfüllungsmöglichkeiten kennt, und weil nur er mittels der von ihm ausgebildeten programmierten Wohlerfahrungssuche (*viññāna-sota*) den ganzen Körper bewegen und damit die Sinnesdränge an die Orte der Befriedigungsmöglichkeiten steuern kann, darum wird er als Fürsorger, Betreuer der fünf Sinnesdränge bezeichnet.

Wie die vom Geist ausgehende, vom Geist gesteuerte Wohlsuche als Bediener und Lenker der Sinnesorgane diese wohlsuchend hierhin und dorthin fährt, schildert der Erwachte (M 138):

*Hat er mit dem Luger eine Form gesehen*  
(= gefühlsbesetzte Wahrnehmung ist im Geist eingetragen),  
*dann geht die programmierte Wohlerfahrungssuche den Formerscheinungen nach, knüpft an wohlthuende Formerscheinungen an, bindet sich daran...*

Die programmierte Wohlerfahrungssuche geht also diesem Eindruck nach hinsichtlich Raum, Zeit und näheren Umständen, durch die der Eindruck zustande gekommen ist. Ist dieser Eindruck ein angenehmer, also seitens des Sinnesdranges mit Wohlgefühl beantwortet worden, dann knüpft die programmierte Wohlerfahrungssuche an diesen Eindruck an, d.h. er wird im Geist festgehalten, programmiert. So ist die programmierte Wohlerfahrungssuche der aus bisheriger Erfahrung erwachsene, „programmierte“ Lenker und Lotse und fast ständige Beweger von Körper und Geist, um jeden der fünf Sinne und damit den ganzen Körper einschließlich des Geistes an die gewünschten wohlversprechenden Objekte zum Zweck ihrer Erfahrung heranzubringen.

Weil die uralte Psyche lange, lange Zeit durch viele Inkarnationen hindurch gewöhnt ist, ihrem Hunger zu folgen, außen Wohl zu suchen, darum läuft die programmierte Wohlerfahrungssuche *um und um im fünftorigen Körperhaus*, um „von draußen“ zu erfahren, was zu erfahren nötig ist, um sicher durch die Welt zu kommen oder um zu genießen.

So entsteht durch die Sinnesdränge die programmierte Wohlerfahrungssuche (*viññāna*). Das heißt, sie entsteht eigentlich nicht, sie ist immer da, immer wieder erneut in Gang gesetzt durch die Sinnesdränge.



Weisheit und Erfahrung sind  
miteinander verbunden

*Diese Weisheit nun, Bruder, und diese Erfahrung, sind diese Erscheinungen miteinander verbunden oder getrennt? Und ist es möglich, eine dieser Erscheinungen von der anderen zu trennen, um den Unterschied zwischen ihnen beschreiben zu können? –*

*Diese Weisheit, Bruder, und diese Erfahrung, diese Erscheinungen sind miteinander verbunden, nicht getrennt, und es ist unmöglich, eine dieser Erscheinungen von der anderen zu trennen, um den Unterschied zwischen ihnen beschreiben zu können. Denn was man versteht, das erfährt man, und was man erfährt, das versteht man. Deshalb sind diese Erscheinungen miteinander verbunden, nicht getrennt, und es ist unmöglich, eine dieser Erscheinungen von der anderen zu trennen, um den Unterschied zwischen ihnen beschreiben zu können. –*

*Was ist der Unterschied, Bruder, zwischen Weisheit und Erfahrung, diesen Erscheinungen, die miteinander verbunden, nicht getrennt sind? –*

*Der Unterschied, Bruder, zwischen Weisheit und Erfahrung, diesen Erscheinungen, die miteinander verbunden, nicht getrennt sind, ist dieser: Weisheit gilt es zu entfalten, Erfahrung gilt es vollständig zu durchschauen. –*

Es gibt also folgende nach Wohl suchende Komponenten der Wesen:

1. die noch vorbewusstliche Erfahrung der Sinnesdränge als Teilerfahrung in den Sinnesorganen („wohl tut das, wehe tut das“),

2. die vom Geist ausgehende programmierte Wohlerfahrungs-suche, die dem Lustgefälle folgende Strömung im Interesse der Befriedigung („wohl tut das, weh tut das“),
3. die Inanspruchnahme derselben sechs Erfahrungswerkzeuge unter Hemmung und Zurückhaltung ihrer automatischen Flussneigung<sup>102</sup> und stattdessen mit bewusstem, gelenktem Einsatz für solche Dinge, die die Stunde erfordert, bis hinauf zu der gründlichen Erforschung der vier Heilswahrheiten vom Leiden und seiner endgültigen Überwindung.

Diese Wahrheit-Forschung (*pajānāti*) ist ein Vorgang, von dem wir sagen: Man sammelt sich und richtet seine Aufmerksamkeit bewusst - und anfänglich noch entgegen der sinnlichen programmierten Wohlerfahrungssuche - auf das, was man jetzt unbedingt erkennen will. Hier dienen die einzelnen Teilerfahrungen, die Luger-Erfahrung (beim Lesen), Lauscher-Erfahrung (beim Hören), Geist-Erfahrung (beim Bedenken und vor allem Beobachten der eigenen Gefühle, Reize, Emotionen usw.) unter Einsatz von mehr oder weniger geistiger Anstrengung und oft unter Verzicht auf vordergründiges sinnliches Wohl, einem von der Weisheit erkannten Wohl „höherer Ordnung“: dem Erwerben von Wahrheit. Darum antwortet Sāriputto auf die Frage nach dem Verhältnis von Weisheit und Erfahrung: *Was einer erfährt (vijānāti), das versteht er (pajānāti)*. Also auch was mit Weisheit, also unter Zurückhaltung der Triebe, bedacht wird, setzt sich aus Teilerfahrungen (*viññāna-bhāga*) zusammen.

Der andere Teil des Satzes: *Was einer versteht, das erfährt er*, nennt die Entwicklung, die daraus hervorgeht: Wenn ein Mensch den Weisheitsanblick öfter geübt hat, dann hat er damit die Triebe des Herzens gemindert, die falsch ge-

---

<sup>102</sup> Das vergleicht der Erwachte mit dem anstrengenden Schwimmen gegen die Strömung als Bild für den erfahrenen Heilsgänger, der die programmierte Wohl-Erfahrungssuche allmählich bändigt bis zum Stillstand (A IV,7).

richtete programmierte Wohlerfassungssuche abgeschwächt oder u.U. zum Stillstand gebracht und eine den wiederholt gepflegten Weisheits-Gedanken entsprechende Programmiertheit geschaffen. Das heißt, was man öfter in Weisheit bedenkt, das ist man bald zu denken gewöhnt. Diesen gesetzmäßigen Zusammenhang, dass die programmierte Wohlerfassungssuche allmählich auf das gerichtet wird, was man häufig bedenkt, finden wir auch bei dem zwangsläufigen Ablauf von der ersten Erkenntnis des Heils bis hin zur Programmiertheit auf das Heil im Stromeintritt und bis zur Erreichung des Nibbāna: Der Übende hat über alles Vordergründige, sinnlich Wahrnehmbare hinaus die unbeschreibliche Erfahrung von dem Aufhören und Stillstehen alles Werdens und Vergehens und damit einen Blick für das „Ungewordene“, das Bleibende, das Nirvāna, gewonnen:

*Je mehr und mehr er bei sich merkt, wie die Zusammenhäufungen im Wechsel nur entstehen, vergehn, wird er erhellt und heilsentzückt, da er das Todlose erfährt. (Dh 374)*

Ein solcher hat schon viele entgegengesetzte Programme gelöscht, und die Betrachtung der fünf Zusammenhäufungen in ihrem Zusammenspiel läuft bei ihm bereits von selber. Die programmierte Wohlerfassungssuche, die immer auf das am meisten befriedigende Wohl aus ist, ist endgültig umprogrammiert, abgewandt von allem Gewordenen, Bedingten, Zerbrechlichen, Toten und endgültig zugewandt dem Todlosen als dem wahren Wohl. Das unbeschreibliche Wohl erfahrener Unverletzbarkeit lässt ihn nun nicht ruhen, sich immer mehr auf dieses Ziel hin zu richten. Er entwöhnt sich der Gedanken an das Todhafte, die mit dem Todhaften beschäftigten Assoziationsketten verlieren an Spannung und Gefälle, die Bilder verblassen und verlöschen, und leicht steht ihm der Anblick des Todlosen zur Verfügung. Der klar Erkennende kann den Klarblick nicht lassen. Diese Programmiertheit ist die Garantie dafür, dass er in absehbarer Zeit das Heil erreicht.

## Durchschauen der triebgelenkten Erfahrung und Ausbilden der Weisheit

Sāriputto nennt am Schluss seiner Antwort den großen Unterschied zwischen Trieb-Erfahrung und Weisheit, nämlich dass die Weisheit zu entfalten, die Trieb-Erfahrung aber zu durchschauen ist. Damit ist die große Gegensätzlichkeit ausgedrückt: Der triebgelenkten programmierten Wohlerfahrungs-suche sind die Wesen ausgeliefert, durch sie sind sie gefährdet, während die Weisheit von dem Heilsgänger ausgebildet, immer wieder erneut herangezogen und eingesetzt wird zur rechten Beurteilung einer Situation.

Mit der Weisheit (*paññā*) wird das Wichtigste erkannt, was es überhaupt zu erkennen gibt, nämlich die wahren und wirklichen Zusammenhänge des Leidens und der Auflösung des Leidens, die rechten Wege in dieser Welt, die rechten Verhaltensweisen in dieser Existenz, um endgültig aus allem Leiden herauszukommen. Dagegen achtet die Trieb-Erfahrung (*viññāna-bhāga*) und die von ihr gespeiste triebhafte programmierte Wohlerfahrungs-suche (*viññāna-sota*) überhaupt nicht auf die zukünftigen Entwicklungen, sondern nur darauf, ob der augenblickliche Sinneseindruck unmittelbar als angenehm oder unangenehm empfunden wird.

Wir wissen ja von einer großen Anzahl sinnlicher Eindrücke, welche im Augenblick wohl tun, aber im weiteren Gefolge Wehe nach sich ziehen. Da weiß also die Trieberfahrung und die von ihr gespeiste programmierte Wohlerfahrungs-suche (*viññāna*) nur von der augenblicklichen Wohltat, während die Weisheit (*paññā*) - wenn sie einem Menschen zur Verfügung steht - auf die nachfolgenden Leiden aufmerksam macht. Ebenso gibt es Übungen, welche im Augenblick anstrengend und darum als unangenehm empfunden werden, aber hernach zu erheblichen Verbesserungen führen bis zu jenen Übungen und Selbsterziehungen im Sinne der Lehre des Erwachten, welche im Augenblick anstrengen, dafür aber auch bis zum vollkommenen Heil führen. Im vollkommenen Heil aber kann

eine schmerzliche Erfahrung niemals wieder und also endgültig nicht mehr aufkommen. So ist also die Weisheit der triebgelenkten Erfahrung unvergleichlich überlegen, weil sie zu endgültigem, dauerhaftem Wohl führt. Darum sagt Sāriputto und sagt der Erwachte öfter, dass die triebgelenkte Erfahrung (*viññāna*) zu durchschauen ist (eben zu durchschauen als das Urteil der blinden Triebe), während die Weisheit auszubilden ist, damit sie sich gegenüber der Stimme der triebgelenkten Erfahrung durchsetzt.

Wir sehen, dass in beiden Begriffen - *viññāna* und *paññā* - ein bestimmtes Erfahren steckt - im allgemeinsten Sinne etwa als Merken: Die triebgelenkte Erfahrung (*viññāna*) ist nur die Erfahrung, das „Gespür“, ob der augenblickliche Sinneseindruck unmittelbar wohl tut oder wehtut, in ihm ist keine Erkenntnis von Folgen, von Entwicklungen, von später oder früher. Erfahrung hat nichts mit Vernunft zu tun, nichts mit Moral zu tun, sondern ist die blinde Stimme der Triebe, denen ein Sinneseindruck wohlgetan oder wehgetan hat. Die Sprache der Triebe ist das Gefühl.

Weisheit dagegen ist ausgestreckt über Raum und Zeit. In der Weisheit wohnt die dem Menschen zuteil gewordene Belehrung und Erfahrung. Gleichviel ob dieser Schatz groß oder klein ist, ob die Weisheit weit vorausschaut oder nur bis morgen: Es wohnt ihr auf jeden Fall ein mehr oder weniger großes Maß von Vernunft inne - bei dem einen größer, bei dem anderen geringer.

Der Mensch ist, wenn er sich der triebgelenkten Erfahrungssuche überlässt, sehr gefährdet und kann sich nur in dem Maß, als er seine Weisheit miteinsetzt und mitbenützt, vor Gefahren bewahren. Darum sind die Toren, die sich keine Weisheit erworben haben, und die kleinen Kinder, welche noch keine Gelegenheit dazu hatten, besonders gefährdet, weil sie ausschließlich auf die momentan angenehmen Dinge aus sind und allen unangenehmen blind ausweichen wollen, ohne an die Folgen zu denken.

Wenn ein Mensch in irgendeiner Situation nicht bei Wohlgefühl blind auf die Situation zustrebt oder bei Wehgefühl blind von ihr fortstrebt, sondern wenn er sich überwindet, seine Vernunft aufmacht und, obwohl er lieber und leichter dem Gefühl folgend handeln möchte, nun aber aus seiner größeren Einsicht heraus nach den späteren Folgen einer unmittelbar vom Gefühl diktierten Handlung fragt und dabei zu Entschlüssen kommt, die sich gegen sein gegenwärtiges Gefühl wenden, so besteht bei einem solchen Menschen zu dieser Handlungsweise u.U. noch kein eingespieltes Programm oder nur ein sehr schwach eingprägtes Programm, das meistens von den stärker geprägten und leichter ablaufenden Programmen überdeckt wird. Nun aber entsteht durch diese neue, aus klarem Bewusstsein beschlossene Tatenfolge ein neues Programm. Vielleicht bestand auch ein solches Programm schon sehr schwach, so dass es leicht überdeckt wurde durch die stärkeren Programme. Durch diese überwindende Tat aber hat er das schwach geprägte Programm stärker geprägt und auch den Einsatz dieses der Vernunft folgenden Programms erleichtert, so dass es sich auch in Zukunft leichter meldet. So hat er durch seine Aktivität (4. Zusammenhäufung) ein besseres Programm (5. Zusammenhäufung) geschaffen mit der Möglichkeit, von einem Programm zum anderen überzuspringen oder Teile von verschiedenen Programmen zu einem neuen Programm zusammenzustellen und sogar mit der Möglichkeit, Programmiertheit selber zu überwinden. Wer von üblen Handlungsweisen zu guten kommt, also zur Einhaltung der Tugendregeln, der hebt durch diese Bemühung, von unheilsamer Aktivität (*apuññā-sankhāra*) zu heilsamer Aktivität (*puññā-sankhā-ra*) zu kommen, alle üblen Programme im Lauf der Zeit auf und ersetzt sie durch positive Programme im Sinn der Tugendregeln. Aber auch das ist ein Dahinwuchten (*samvattati*) des *viññāna*, der programmierten Wohlerfassungssuche.

Wer nun durch weitere Einsichten zum Anhalten aller Aktivität kommt und nur die Aktivität der Sinnensucht-Freiheit (*aneñjāsankhāra*) entwickelt, der entwickelt seine program-

mierte Wohlerfahrungssuche dahin, dass alle üblen Programme gelöscht und die guten Programme nur noch teilweise eingesetzt werden und bald auch gar nicht mehr anlaufen.

## Gefühl

*„Gefühl, Gefühl“ heißt es. Warum, Bruder, heißt es „Gefühl“?*

*– „Er fühlt, er fühlt“, Bruder, darum heißt es „Gefühl“. Was fühlt er? - Wohl fühlt er, Wehe fühlt er, Weder-Wehe-noch Wohl fühlt er. „Er fühlt, er fühlt“, Bruder, darum heißt es „Gefühl“. –*

Auch hier stellt sich wieder die Frage: Wer fühlt? – Der jeweilige Trieb im Sinnesorgan fühlt bei Berührung mit dem als außen Erfahrenen Wohl, Wehe oder Weder-Wehe-noch-Wohl. In dem Augenblick, in dem Formen in den Gesichtskreis oder Töne in den Hörkreis usw. treten - und dazu gehören auch die Gestalten von Menschen und Tieren oder deren Lautäußerungen - wird die Empfindlichkeit, werden die Triebe in den Sinnesorganen und im ganzen Körper berührt. Und da diese Triebe das Empfindende, das Erlebensfähige sind, so antworten sie auf die Berührung mit Gefühl, mit Wohl-, Weh- oder Weder-Weh-noch-Wohlgefühl. Nicht etwa „Ich“, sondern der Luger oder Lauscher usw. ist berührt worden, hat die Berührung als angenehm oder unangenehm empfunden.

Gefühle entstehen also bei den verschiedenartigsten Sinesindrücken als Resonanz des Empfindungssuchtkörpers, Wollenskörpers (Triebe) auf die Berührungen. Sie sind nicht durch den als außen erlebten Gegenstand bedingt, sondern durch das Verhältnis der Triebe zu dem Erfahrenen. Wo Liebe, Zuneigung, Begehren zu einem bestimmten Objekt besteht, da muss bei dem Erscheinen des Objekts Wohlgefühl aufkommen, wo aber auf Grund anderer Triebe das gleiche Objekt abgelehnt wird, da muss bei der Begegnung mit dem gleichen

Objekt Wehgefühl aufkommen. Und wenn keinerlei Triebbeziehungen zu diesem Objekt bestehen, weder Zu- noch Abneigung, da kann bei einer Begegnung mit diesem Objekt auch nur ein indifferentes Gefühl, ein Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl entstehen.

Die Triebe, aus denen der Empfindungssuchtkörper (*nāma-kāya*) besteht, sind eine als örtlich empfundene Ansammlung von Bedürfnissen, Spannungen und insofern Empfindlichkeiten. Weil das Spannungsfeld als örtlich empfunden und gedeutet wird, werden auch die Gefühle, die bei seiner Berührung als Resonanz entstehen, empfunden, als ob sie an demselben Ort aufkämen. So entsteht der Eindruck „Ich bin“, „Ich fühle“, „Ich mag“.

Das Gefühl, mit dem wir uns normalerweise immer identifizieren, ist also zum einen bedingt durch die im Lauf der Zeit angewöhnten Bedürfnisse und zum anderen durch die jeweils zur Berührung gelangten Sinneseindrücke, die den Bedürfnissen entweder entsprechen oder ihnen widersprechen. Solange diese beiden Bedingungen bestehen, so lange kommt Gefühl auf. Hören die Bedingungen auf, hört auch Gefühl auf. Da aber in jedem Augenblick durch neue Berührungen neue Gefühle entstehen, so scheint Gefühl dauerhaft zu sein und wird daher als etwas selbstständig Bestehendes, als zu einem Ich Gehöriges aufgefasst.

Das Gefühl gibt einem jeden Erlebnis erst Stimmung und Klang und damit jene Aufdringlichkeit, mit der es als wohl oder wehe fühlbar und dadurch überhaupt erst zu „unserem“ Erlebnis wird, durch die wir es erst wahrnehmen. Und zugleich dreht es „unsere“ Aktivität unmittelbar auf das wohle Erlebnis zu und von dem wehen Erlebnis fort. Das Gefühl macht „uns“ wach durch das Wahrnehmen des jeweiligen wehen Erlebnisses, das Gefühl treibt uns, das Wohl versprechende Erlebnis zu erhaschen und das Wehe androhende Erlebnis zu fliehen und zu vernichten. Leben und Existenz ist ohne Gefühl nicht denkbar, nicht möglich, nicht vorhanden. So intensiv wie das Gefühl ist, so intensiv ist Leben und Existenz.



Wie hell und heiter, wie dunkel und schmerzlich das Gefühl ist, so hell und heiter, so dunkel und schmerzlich ist Leben und Existenz. Die Qualität und die Quantität des Gefühls sind Qualität und Quantität des in der Wahrnehmung erfahrenen Lebens. Die Verheißung „ewiger Seligkeit“ oder die Androhung „ewiger Verdammnis“ in manchen Religionen ist nichts anderes als die Verheißung oder die Androhung von Gefühl in der höchstmöglichen bzw. in der furchtbarsten Qualität und zugleich von endloser Quantität. Darum ist auch die Aufhebung des Gefühls gleich der Aufhebung der in der Wahrnehmung erfahrenen Existenz.

Es ist verständlich, dass das Gefühl bei solcher Eigenschaft unbewusst und bewusst im Vordergrund des menschlichen Interesses steht und dass ihm in allen Kulturkreisen und in allen Religionen entscheidende Bedeutung beigemessen wird. Daher kommt es auch, dass das Gefühl in manchen Religionen als aus der ewigen Seele kommend oder als die ewige Seele selbst, überhaupt als etwas Ewiges aufgefasst wird. - Dagegen kann jedermann, der sich auf der Grundlage des hier gegebenen Zusammenhangs selbst aufmerksam beobachtet, bestätigen: Das Gefühl ist nicht eigenständig, es besteht nicht aus sich selbst heraus, und weder besteht es in endlosem noch in endlichem Zusammenhang, sondern geht von Fall zu Fall hervor aus der jeweiligen Berührung zwischen den Trieben und den Erlebnissen als ein jeweils neues Gefühl. So ist es dem Rauch vergleichbar, der weithin sichtbar aus den Schornsteinen der Häuser aufsteigt, weil unten in den Herden Reines und Unreines, Feuchtes und Trockenes verbrannt wird.

Gefühl ist nicht ewiger Kern oder ewiger Bestandteil des Menschen; Gefühl ist blind für den wahren Wert oder Unwert des jeweiligen Erlebnisses. Gefühl besteht nicht eigenständig aus sich selbst heraus, sondern ist die Resonanz der jeweils berührten Triebe.

## Wahrnehmung

*„Wahrnehmung, Wahrnehmung“ heißt es. Warum, Bruder, heißt es „Wahrnehmung“? – „Man nimmt wahr, man nimmt wahr“, Bruder, darum heißt es „Wahrnehmung“. Was nimmt man wahr? Blaues nimmt man wahr, Gelbes nimmt man wahr, Rotes und Weißes nimmt man wahr. „Man nimmt wahr, man nimmt wahr“, Bruder, darum heißt es „Wahrnehmung“. –*

Die genannten vier Farben sind natürlich nicht die gesamten Wahrnehmungsmöglichkeiten, sondern gelten nur als Beispiele: Wenn ein weißes Tuch oder der blaue Himmel gesehen wird, dann ist das die Wahrnehmung von Weiß oder Blau. Diese Farben sind Beispiele für die möglichen Wahrnehmungen von Farben und Formen. Ebenso aber werden Töne wahrgenommen, Düfte, Schmeckbares, Tastbares. Ebenso nehmen wir Gedanken und Vorstellungen wahr. Diese sechsfache Wahrnehmung wird in den Lehrreden häufig genannt. Daraus zeigt sich, dass die genannten Farben nur Beispiele sind.

Die Wahrnehmung ist der Vorgang, in dem das von den Trieben Erfahrene wahrgenommen, bewusst wird, erlebt wird. Der Augenblick, da ein Mensch merkt oder weiß, dass er dieses oder jenes sieht oder hört usw., also erlebt: das ist der Augenblick der Wahrnehmung.

Und in diesem Augenblick des Wahrnehmens erlebt der Mensch innerhalb der Wahrnehmung zugleich sich selbst. Indem er um sein Erlebnis weiß, da weiß er zugleich um sich selbst als den Erleber: Erst mit der bewussten Wahrnehmung wird sich der Mensch auch seiner selbst bewusst. Weil bei der Wahrnehmung die Vorstellung eines Erlebers ins Spiel kommt, darum übersetzen wir das Personalpronomen in dem Verb *„saññānāti“* nicht mehr mit „er“ (der Trieb) nimmt wahr (wie bei *vijānāti*=der Trieb erfährt), sondern „man“ = der Geist

einer Person nimmt wahr: *Was man (ich) fühlt, das nimmt man (ich) wahr.*

Erfahrung und Berührung der Triebe ist noch vorbewusstlich, ist noch nicht die Wahrnehmung. Darum wird die Erfahrung auch nach den Trieben in den Sinnesorganen benannt: Luger-Erfahrung, Lauscher-Erfahrung, Riecher-Erfahrung usw. Wenn aber das von den Trieben Erfahrene wahrgenommen wird, zum bewussten Erlebnis wird, dann werden die sechs Arten der Wahrnehmung nicht nach den Trieben in den Sinnesorganen, sondern nach den wahrgenommenen Dingen benannt: Form-Wahrnehmung, Ton-Wahrnehmung, Duft-Wahrnehmung usw. Wahrnehmung heißt in Pāli *saññā*, d.h. „zusammenwissen“. Zum einen ist es immer das Wissen um das betreffende Ding, Formen, Töne usw., zum anderen ist es das im Gefühl zum Ausdruck kommende Urteil der innewohnenden Triebe. Dieses Gefühlsurteil ist immer „subjektiv“ bedingt, eben das Urteil der Triebe. Es ist die aus Anziehung und Abstoßung, also dem Wollenskörper (*nāma-kāya*) entstehende Blendung. Die Wahrnehmung des normalen Menschen ist nie neutral, sondern enthält stets die durch Berührung der Triebe bedingte Gefühlsresonanz. Hinzu kommt, dass der Geist noch hineindeutet: „Ich habe diese angenehme oder unangenehme Form gesehen“ und somit ein „Ich“ als Wahrnehmer annimmt, statt gewärtig zu sein: „Der Geist hat das Ding/die Vorstellung wahrgenommen.“

„Uns“ trifft nur das, was „wir“ wahrnehmen. Soweit wir wahrnehmen, in dem, was wir wahrnehmen, erleben, liegt unsere Problematik.

Gefühl - Wahrnehmung - Erfahrung  
sind miteinander verbunden

*Dieses Gefühl nun, Bruder, und diese Wahrnehmung und diese Erfahrung - sind diese Erscheinungen miteinander verbunden oder getrennt? Und ist es möglich, eine dieser Erscheinungen von der anderen zu trennen,*

*um den Unterschied zwischen ihnen beschreiben zu können? –*

*Dieses Gefühl und diese Wahrnehmung und diese Erfahrung - diese Erscheinungen sind miteinander verbunden, nicht getrennt, und es ist unmöglich, eine dieser Erscheinungen von der anderen zu trennen, um den Unterschied zwischen ihnen beschreiben zu können. Denn was man fühlt, das nimmt man wahr, und was man wahrnimmt, das erfährt man. Deshalb sind diese drei Erscheinungen miteinander verbunden, nicht getrennt, und es ist unmöglich, eine dieser Erscheinungen von der anderen zu trennen, um den Unterschied zwischen ihnen beschreiben zu können. –*

Inwiefern sind Gefühl - Wahrnehmung - Erfahrung miteinander verbunden? Die Gefühlsstärke bewirkt die Stärke der Wahrnehmung, und diese bestimmt den Zug der programmierten Wohlerfahrungssuche. Was einer stärker fühlt, das wird stärker wahrgenommen, das schwächer Gefühlte wird schwächer wahrgenommen. In einer totalen Stille wird ein einzelnes aufkommendes leises Geräusch gut vernommen. Bei gleichzeitig mehreren leisen Geräuschen und einem gleichzeitig aufkommenden stärkeren Geräusch werden die leiseren kaum, das stärkere dagegen gut vernommen. Bei gleichzeitig mehreren stärkeren Geräuschen und einem gleichzeitig aufkommenden alles übertönenden stärksten Geräusch wird dieses immer noch ganz erheblich stärker vernommen als die anderen. So ist das jeweils stärkere Geräusch immer das am leichtesten vernehmbare und ist zugleich der mehr oder weniger starke Verhinderer für das Vernehmen der leiseren Geräusche.

Unter der gefühlsbedingten Wahrnehmung verstehen wir also unser je augenblickliches Erleben. Diese lebenslängliche Kette der Erlebnisse wird in das Gedächtnis eingetragen. Dadurch wissen wir, was wir erlebt haben, welche Erlebnisse angenehm, welche unangenehm sind, wie die angenehmen

entstanden - und vielleicht wieder herbeigeführt werden können - und wie die unangenehmen entstanden - und vielleicht verhindert werden können.

Indem wir aus den bisherigen Wahrnehmungen wissen, was angenehm ist, entsteht der Wille, die Absicht, dieses Angenehme, wenn wir seiner habhaft werden können, wieder zu erlangen. Durch Wiederholung spielt der Anstrebenvorgang sich ein, wird „programmiert“. Das ist die programmierte Wohlerfahrungssuche (*viññāna-sota*). Je aufmerksamer wir diese Bedingtheit der programmierten Wohlerfahrungssuche und ihre Entstehung in allen Aspekten bei uns beobachten, um so mehr „durchschauen“ wir, dass sie im Gegensatz zu der scheinbaren „Lebendigkeit“, mit der sie die Wesen bewegt, eine seelenlose Dynamik ist, ein seiner selbst unbewusster, aus sich selbst überhaupt nicht veränderbarer Schwung.

Wie Spiegelbilder oder Schatten in totaler Abhängigkeit nur bildhafte Bewegungen sind, so ist es auch die programmierte Wohlerfahrungssuche. Aber im Gegensatz zum Spiegelbild, das wir auch immer als abhängigen Widerschein erfahren, tritt die programmierte Wohlerfahrungssuche positiv als „die wollenden, alles Tun veranlassenden Strebungen der Wesen“, als das Bewegende alles Lebendigen in Erscheinung und tritt gerade der verborgene Herd, der diese seelenlos programmierte Wohlerfahrungssuche wirklich veranlasst - der ununterbrochen hungerleidende Dürstende, von welchem die Gefühle und Wahrnehmungen ausgehen - nicht in Erscheinung.

Ist aber ein Mensch gemäß der Wegweisung des Erwachten zur Hochherzigkeit und dann zum Zurücktreten von der sinnlichen Wahrnehmung und damit zu der Erfahrung von solchem Wohl und Glück und Seligkeit bis zu den Entrückungen gekommen, wie sie durch keine sinnliche Wahrnehmung erfahren werden können, dann wird die Aufmerksamkeit unter dem Einfluss dieses überwältigenden Erlebnisses ebenso automatisch und natürlich auf dieses unvergleichlich höhere und größere Wohl gerichtet. Damit wird eine auf diese durch Wahr-

nehmung in das Gedächtnis eingetragene größte Glücksmöglichkeit gerichtete programmierte Wohlerfassungssuche gebildet, wie zuvor allein das sinnliche Wohl angestrebt wurde. Das zeigt sich im Folgenden:

### Die geläuterte Geist-Erfahrung

*Was ist, Bruder, mit der von den fünf Sinnesdrängen befreiten, geläuterten Geist-Erfahrung zu erreichen? –*

Im Geist sind die Programme festgelegt, nach welchen man hierhin geht, um dieses Angenehme zu erlangen, dorthin geht, um jenes Unangenehme zu vermeiden. Ebenso erfahren wir bei uns, dass die vom Geist ausgehenden Erfahrungen nicht nur diesen Körper durch die Welt bewegen zu den sinnlich angenehmen Dingen hin, sondern auch ihn irgendwohin setzen oder legen können, um sich mit den Inhalten des Geistes selbst, des Gedächtnisses, zu beschäftigen, also „nachzudenken“ oder „vorzustellen“: das ist „Geist-Erfahrung“, nach der hier gefragt wird. Aber es ist eine besondere Geist-Erfahrung.

Der normale Mensch denkt beim Nachdenken vorwiegend über das mit den fünf Sinnen Erlebte nach, über das Angenehme und Unangenehme in Familie, Beruf usw. Denn solange der Mensch wegen der Öde, Kälte und Dunkelheit seines inneren Gemüts kein herzunmittelbares Wohl kennt, so lange kann er auch nichts anderes wollen als das mit den fünf Sinnen Erreichbare, so lange bleibt die programmierte Wohlerfassungssuche in ihrer alten Weise in Gang, benutzt ununterbrochen die fünf Sinne, ist nicht von ihnen „befreit und geläutert“, sondern ist fest mit ihnen verbunden.

Wer aber durch die Erhellung seines gesamten Wesens, durch die Befreiung von Nächstenblindheit, Antipathie bis Hass und Rohheit, durch Befreiung von den Herzensbefleckungen zu einer erheblich größeren inneren Erhellung gekommen ist und damit zu einem unmittelbar beglückenden

Grundgefühl, das ihn gar nicht mehr verlässt, der wird in demselben Maß weniger abhängig von den Sinneseindrücken, die für den normalen Menschen die einzige Freudenquelle - aber auch Quelle all seiner Leiden und Kümmernisse - sind. Ein Beispiel für das alles sinnliche Wohl weit übersteigende Grundgefühl gibt der Erwachte in M 7 („Das Gleichnis vom Kleide“), wo er von einem so fortgeschrittenen Menschen sagt, dass ihn auch köstlichste Speise in keiner Weise mehr interessieren könne - eben darum, weil sein inneres selbstständiges Glück unvergleichlich größer ist.

Wer sich zu dem weltunabhängigen Herzensfrieden, dem *samādhi*, der unio, ganz und gar entwickelt und in ihm ausgebadet hat, der ist dadurch befreit von allem Lungern und Lechzen nach den Sinneseindrücken und wendet sich immer mehr dieser tiefen Beruhigung und Befriedung des ganzen Wesens zu und lebt in dieser unmittelbaren Seligkeit. Auf diese Weise entsteht die *von den fünf Sinnesdrängen befreite, geläuterte Geist-Erfahrung*.

Wenn wenig Gier oder Hass wirksam sind, wenn damit weder starkes Wohl- noch starkes Wehgefühl ist, so dass durch ein vorübergehend beruhigtes Herz auch vorübergehend der Geist beruhigt ist - in solchen Zeiten, in denen nicht die Triebe sprechen, da kann die vom Erwachten aufgenommene Weisheit, die Mitteilung darüber, wie das Leiden wahrhaft aufgehoben wird, mehr zum Ausdruck kommen, ungestört ihre Wahrheit sagen, da kann sie in bewusster Übung bewegt und in den Geist eingegraben werden. Zu einer Zeit, in der die sinnliche programmierte Wohlerfahrungssuche nur schwach fließt, da kann gegen ihre Strömung ein anderer Graben gegraben werden, die Leidhaftigkeit des Sinnlichen kann als solche durchschaut und so die auf das Sinnliche gerichtete Triebkraft gemindert werden. Dadurch wird die Strömung der auf das Sinnliche gerichteten programmierten Wohlerfahrungssuche weniger stark, weniger reißend.

Durch die gesamte Lehre des Erwachten zieht sich die Anleitung zu dieser allmählichen Entwöhnung der Erfahrung von

ihrem affenartigen Umherjagen des mit den Sinnesorganen versehenen Körpers hin zu den angenehmen und fort von den unangenehmen Dingen. Diese Entwöhnung führt zu einem zeitweiligen Verweilen bei dem inneren seligen Gefühl der Entrückung, bis sich durch die Gewöhnung an diese innere Seligkeit die programmierte Wohlerfahrungssuche ablöst und entwöhnt von den fünf Sinnen - weil sie nun viel Besseres kennt. In M 138 finden wir den Rat des Erwachten, anzustreben, dass die programmierte Wohlerfahrungssuche immer weniger nach außen zerstreut und bewegt sei, und finden dann in den Erklärungen Mahākaccānos die Beschreibung, wie die Erfahrung zunächst von der Geburt an durch die Wahrnehmung der angenehmen und unangenehmen Sinneseindrücke programmiert wird („fesserverstrickt" wird), wie sie dann durch das Erlebnis der Entrückungen von dem Erfahren des Außen, der „Welt", durch die Sinne abgelenkt und auf dieses innere selige Gefühl hingelenkt wird.

Aber dieser Rat des Erwachten, die programmierte Wohlerfahrungssuche mehr und mehr zurückzuhalten, damit sie nicht in dem bisherigen Maße nach außen „zerstreut und zerfahren" sei, gilt immer nur für jene hochherzig gewordenen Menschen, die durch Läuterung von den Herzensbefleckungen zu größerer innerer Erhellung gekommen sind, die die tugendliche, taugliche innere Art erworben haben (*sīlasampanna*). Nur diese sind bei sich selbst so heiter und hell, dass ihnen die durch die Sinne erfahrbaren Dinge nur noch sehr wenig bedeuten. Sie sind in innerer Seligkeit so gebadet, im inneren *samādhi*-Leben so „zu Hause", dass sie von dem Bedürfnis nach der fünffachen sinnlichen Wahrnehmung völlig befreit und entfremdet sind. Deren programmierte Wohlerfahrungssuche ist von den fünf Sinneserfahrungen entwöhnt.

Wir halten den Zustand, dass die Augen „von selber" sehen, die Ohren „von selber" hören usw. für so natürlich, dass der normale Mensch sich gar keine andere Vorstellung schafft und dass manche Forscher sich dem Wahn hingeben, als ob allein durch die vegetativen Kräfte dieses Körpers, aus dem



Auftreffen der Lichtstrahlen ans Auge, der Schallwellen ans Ohr jenes ganz andere, das Geistige, das Wahrnehmen, also „Erleben“, stattfindet. Der Erwachte erklärt (M 28 Ende), dass selbst bei Einfall der Lichtstrahlen in das Auge, bei Einfall der Schallwellen in das Ohr dennoch keinerlei sinnliche Erfahrung und damit Wahrnehmung zustande kommen kann, es sei denn, dass die Triebe in den Sinnesorganen nach außen gerichtet sind. Wer z.B. in der seligen Entrückung weilt - auch an dessen Augen und Ohren treten die Lichtstrahlen und Schallwellen heran, aber da die innere geistige Aufmerksamkeit ganz dem inneren seligen Glück zugewandt ist und darum nicht durch die Sinnesorgane nach außen gerichtet ist, so gibt es kein Registrieren der äußeren Dinge, kein sinnliches Wahrnehmen.

Das also muss verstanden werden unter der *von den fünf Sinnesdrängen befreiten geläuterten Geist-Erfahrung*.

Und nun wird gefragt, was mit einer so beschaffenen Geist-Erfahrung erfahren wird.

Mit der von den Sinnesdrängen befreiten Erfahrung wird formfreies Erleben erfahren

*Mit der von den fünf Sinnesdrängen befreiten geläuterten Geist-Erfahrung, Bruder, ist unter dem Leitbild „Ohne Ende ist der Raum“ die Vorstellung des unbegrenzten Raumes zu erreichen, ist unter dem Leitbild „Ohne Ende ist die Erfahrung“ die Vorstellung der unbegrenzten Erfahrung zu erreichen, ist unter dem Leitbild „Da ist nicht irgendetwas“ die Vorstellung der unbegrenzten Nichtetwasheit zu erreichen. –*

*„Und das so Erreichte, Bruder, wie wird das erkannt (pajānāti)? – Das so Erreichte, Bruder, wird durch das Auge der Weisheit (paññācakkhu) erkannt.–*

*Und was ist der Zweck der Weisheit? – Der Zweck der Weisheit, Bruder, ist das Darüberstehen (abhiññā), das Durchschauen (pariññā), das Ablösen (pahāna). –*

Das friedvolle Verweilen in der Formfreiheit erreichen Wesen, die dem Herzensfrieden so nahe sind, ihn so oft erfahren haben, dass sie keinen Bezug mehr zur Form haben. Sie stehen schon im irdischen Leben allem Vielfalterleben mit Gleichmut gegenüber, und nach dem Ablegen des grobstofflichen Körpers erfahren sie sich als formfrei, einzelnen stillen Wahrnehmungen, dem sogenannten „Friedvollen Verweilen“, hingegeben.

Da ist keine Umwelt-Darstellung, auch keine Ich-Darstellung, da ist gar kein Denken, keiner, der über etwas nachdenkt, da ist nur Gefühl und die Wahrnehmung einer Vorstellung. Es gibt keine wechselnden Vorgänge, nichts tritt ein, nichts hört auf. Der Erwachte sagt: Die Wesen, die in der Formfreiheit leben, leben 20000 Äonen lang, und ein Äon zählt Hunderttausende von Leben, seien es Menschen- oder Götterleben. Das sind die erhabensten Möglichkeiten des wechselvollen Samsāra.

Solange einer die mit den Sinnen wahrgenommene sogenannte „Welt“, den „Kosmos“, das „Universum“ für die letzte Wirklichkeit hält, aus der er hervorgegangen sei, der er unent rinnbar ausgeliefert sei und in der er auch wieder vernichtet werde - so lange haben die hier genannten hohen Vorstellungen für ihn keine Bedeutung. Wer aber erfahren hat, dass durch seine beharrliche Läuterung auch der sinnliche Weltan drang immer geringer wurde und das Erlebnis der Weltfreiheit zunahm und zunahm, der hat damit erfahren, dass die Welt, das Welterlebnis gewirkte Wirkung ist, gewirkt aus den inneren Mächten der Triebe, des Begehrens und Hassens. Deshalb weiß er nun mit jener Sicherheit und Klarheit, wie sie die Erfahrung immer mit sich bringt, dass allein sein früherer Wahn (*avijjā*) der Weltgestalter war, dass das Weltgespinst in jeder seiner Einzelheiten gesponnen war aus früheren weltver-

flochtenen, „Welt“ flechtenden Vorstellungen und Gedanken und dass das Aufhören des weltverflechtenden Ausspinnens auch zum Aufhören des weltlichen Erscheinungsandrangs geführt hat und führt. Er weiß: Diese Welt ist Wirklichkeit, ist aber nicht letzte Wirklichkeit, ist aus Wahn gewirkte Wirkung, die mit Aufhebung des Wahns entwirkt wird, verflüchtigt wird.

Zum Zweck der vorletzten Verflüchtigung, der Auflösung der vorletzten weltwirkenden Wirksamkeiten dient die Übung in den drei formfreien Vorstellungen.

Sāriputto sagt, dass das so Erreichte mit dem Auge der Weisheit erkannt werde und dass der Zweck der Weisheit das Darüberstehen, das Durchschauen, das Ablösen sei.

Der unbelehrte Mensch bleibt verflochten mit den jeweiligen durch die Sinne erfahrenen Begegnungen, lässt sich bei ihnen nieder, und eben damit spinnst er weiter am Welterlebnis. Wer aber durch die weltlosen Entrückungen die Relativität der erlebten Welt erfahren hat und die unermessliche Seligkeit und Todfreiheit der Weltauslöschung, der Nicht-mehr-Welt erfahren hat und immer wieder erfahren kann, der bleibt auch, wenn er nach den Entrückungen zur sinnlichen Wahrnehmung zurückkehrt, dieser wieder eintretenden Welterscheinung gegenüber zurückhaltend, verflüchtigt sich nicht mehr mit ihr, steht darüber, hält sich die erkannte Wahrheit gegenwärtig und durchschaut die begegnenden Einzelheiten als die Wiederkehr des aus früherem Wahn Gesponnenen. In dieser Durchschauung gibt er sie auf. Einzelheit um Einzelheit gibt er auf bis zur vollständigen Stilllegung der programmierten Wohlerfassungssuche. Jede Aufgabe dieser letzten gewirkten Wirkungen ist ein weiterer Schritt auf die endgültige Freiheit hin.

Wenn die programmierte Wohlerfassungssuche unmittelbar mit dem Auge der Weisheit durchschaut wird, dann läuft sie dadurch aus, weil das früher als Wohl Betrachtete nicht mehr als Wohl oder überhaupt als seiend angesehen wird. Dieser Übergang vollzieht sich in der Weise, dass der Übende denkt: „Da ist nicht irgendetwas.“ Mit diesem Leitbild, mit dieser

Vorstellung hindert der Übende die bisher laufende programmierte Wohlerfahrungssuche, noch irgendetwas zu erfahren.

Auch die Vorstellung: „Es gibt nicht irgendetwas“ ist noch eine Wahrnehmung, eine Vorstellung. Auch diese zu lassen, übt sich der Heilsgänger. Er meidet das Angezogenwerden von jeglicher Wahrnehmung, und sei sie noch so fein. Von denjenigen Mönchen, die in ihrer Läuterung so weit gediehen sind, dass sie öfter die letzte, feinste Erlebensebene erreichen, die Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung, die Grenzscheide möglicher Wahrnehmung, heben manche zeitweilig durch Aufhebung allen Wollens - auch diesen Gleichmut begrüßen zu wollen - alles Wahrnehmen auf, so dass nichts mehr erfahren wird, Wahrnehmung und Gefühl aufgelöst sind. Diese formfreie Erfahrung in ihrer höchsten Übungsspitze - der Auflösung von Gefühl und Wahrnehmung: ohne Wahrnehmung - *asaññā* - entspricht dem Nibbāna nach Ablegen des Körpers.

### Die Bedingungen für die rechte Anschauung

*Welche Bedingungen liegen nun, Bruder, der rechten Anschauung zugrunde? –*

*Zwei Bedingungen, Bruder, liegen der rechten Anschauung zugrunde: die Stimme eines anderen und aufmerksame Betrachtung der Herkunft der Erscheinungen. Das sind die zwei Bedingungen, Bruder, die der rechten Anschauung zugrunde liegen. –*

*1. Die Stimme eines anderen* - damit ist gemeint die Stimme eines heilskundigen Menschen. Diese Stimme dringt noch heute aus den Lehrreden des Erwachten zu uns. Die Lehrreden sind von den größten heilskundigen Menschen dieser Welt - dem Buddha und seinen triebversiegten Mönchen - gesprochen und gelehrt worden.

2. *Die auf die Herkunft (yoni, wörtlich „Schoß“) der Erscheinungen gerichtete aufmerksame Beobachtung* - damit ist gemeint, die Triebe mit Anziehung und Abstoßung bei sich spüren und beobachten, erkennen, wie sie Gefühle auslösen, die den Geist blenden, wodurch die Triebwucht noch verstärkt wird. Wir können es in unserem Leben bei uns beobachten, dass nicht der Leib die Triebe bewegt und lenkt, sondern dass die Triebe über den Geist den Leib bewegen und lenken, dass die Triebe also dem Leib vorgeordnet sind. Da aber der Leib die Triebe weder bewegt noch lenkt noch sonstwie beeinflusst, sondern nur das Werkzeug als Empfänger und Sender in der leiblichen Dimension darstellt, so kann auch der Wegfall des Leibes auf die Triebe keinerlei Einfluss ausüben.

*Die auf die Herkunft der Erscheinungen gerichtete aufmerksame Beobachtung* bewirkt das Unterlassen von trieb gelenkten Überlegungen, das Zurücktreten von der programmierten Wohlerfahrungssuche, ein Sich-Zurücknehmen in dem Wunsch nach Orientierung.

Die Aufmerksamkeit auf die alleinige Beeinflussung der Triebe durch geistige Bewertung (*Was der Mensch häufig erwägt und sinnt, dahin geneigt wird das Herz - M 19* - das Herz: das ist die Gesamtheit der Triebe) wird in Vollkommenheit gewonnen durch die Belehrung seitens eines Erwachten oder eines, der die Heilslehre des Erwachten verstanden hat, und für uns durch das Studium der Lehrreden.

Fünf unterstützende Eigenschaften der rechten Anschauung

*Mit welchen Eigenschaften unterstützt, Bruder, führt die rechte Anschauung zur Frucht der Gemütherlösung und zu dem Gewinn dieser Frucht, zur Frucht der Weisheitserlösung und zu dem Gewinn dieser Frucht? –*

*Da wird die rechte Anschauung unterstützt durch Tugend (sīla), Kenntnis (suta), lehrreiches Gespräch (Erfahrungsaustausch - sākaccha), innere Ruhe (sa-*

*matha), ungetrübten hellen Klarblick (vipassana). Durch diese fünf Eigenschaften unterstützt, führt die rechte Anschauung zur Frucht der Gemütereilösung und zu dem Gewinn dieser Frucht, zur Frucht der Weisheitslösung und zu dem Gewinn dieser Frucht. –*

Die erste dieser fünf Hilfen der rechten Anschauung ist die Tugend (*sīla*). - So schwer die Tugend zu erwerben ist für den, der vom Heilsstand nichts weiß, der seine Ziele in der Welt hat und auf Besitz, Genuss, Macht und Ansehen aus ist, so wenig auch wird der Heilsgänger, der den Samsāra kennen und fürchten gelernt hat, in der Aneignung der rechten, tugendlichen Lebensweise behindert, weil er in dieser Welt keine endgültigen Ziele mehr hat.

Die zweite notwendige Hilfe der rechten Anschauung ist die reiche Kenntnis der Belehrungen des Buddha (*sūta*). Der Heilsgänger, der die Gebrechlichkeit und die Wahndimension der gewordenen Erscheinungen und die Freiheit davon begriffen hat, kann nicht mehr „vom Brot allein leben“, sondern will sich immer wieder an den Ausblicken stärken und laben, die der Erwachte mit seinen Unterweisungen vermittelt.

Die dritte erforderliche Unterstützung der rechten Anschauung ist das erfahrungsaustauschende Gespräch mit Gleichstrebenden (das auch schriftlich stattfinden kann), wodurch man aus eigenen geistigen Sackgassen herauskommen, ergänzende Aspekte der Lehre und der Praxis kennenlernen kann und auch ermuntert und ermutigt wird.

Die vierte und fünfte Hilfe bilden die innere Ruhe (*samatha*) und der nur dadurch mögliche ungetrübte helle Klarblick (*vipassana*). Diese beiden zusammengehörigen Eigenschaften spielen in allen höheren Heilslehren eine bedeutende Rolle. Das Gemüt oder die „Seele“ des Menschen werden gern mit dem Meer oder dem Wasser eines Sees verglichen, und es wird gesagt, dass man in einem wogenden oder auch nur gekräuselten Wasserspiegel nichts richtig erkennen könne, weil

alles verzerrt wird. Wenn das Wasser zur Ruhe kommt und die Oberfläche spiegelglatt wird, dann kann man darin alles erkennen, wie es ist. So auch werden die Wahrheiten von dem durch Triebe aufgewühlten Geist nicht gesehen, offenbaren sich nur dem beruhigten Geist.

Daraus zeigt sich zugleich, dass diese Eigenschaften erst in dem Zustand fortgeschrittener Reife ausgebildet werden können. Der normale Mensch ist fast ständig in mehr oder weniger erregter und oft leidenschaftlicher Gemütsbewegung. Die inneren Triebe drängen auf Erfüllung und Befriedigung, und so wird der Mensch herumgejagt, und darum ist sein Gemüt kein klarer Wasserspiegel, und darum kann er die Wahrheit nicht sehen. Er sieht nur seine vermeintlichen Interessen und sieht selbst diese verzerrt und sieht Hindernisse, wo oft keine sind, und sieht die wahren Hindernisse seines Heils nicht. Aber gerade diese gilt es zu sehen.

Wer aber durch die Unterweisungen des Erwachten das Gesetz des Samsāra versteht und sich auf dem Weg zu Heilsentwicklungen befindet und auf diesem Weg die ersten drei der Förderungen und Hilfen der rechten Anschauung sich allmählich erworben hat, der erfährt auch immer häufiger Phasen einer inneren Ruhe und damit verbundenen Klarheit. Diese innere Ruhe wird bei dem von der rechten Anschauung Geführten im Lauf der Jahre immer tiefer und währt länger, die daher mögliche Klarheit wird heller und erlaubt einen tiefergehenden Einblick in die wirklichen Zusammenhänge des Samsāra.

Drei Daseinsarten gibt es

*Wie viele Daseinsarten gibt es, Bruder? –*

*Drei Daseinsarten gibt es, Bruder,*

*Dasein in der Erfahnrnis der Sinnensucht  
(kāma-bhava),*

*Dasein in der Erfahnrnis der Reinen Form  
(rūpa-bhava),*

*Dasein in der Erfahrung der Formfreiheit  
(arūpa-bhava).* –

1. In der untersten der drei Daseinserfahrungen, in der Sinnen-suchtwelt, die von den untersten Höllen über die Tierheit, das Gespensterreich, Menschentum bis zu den höchsten der sinnlichen Götter reicht, herrscht nach dem Maßstab der Erwachten, die von ihrer Warte vollkommensten Wohls her alle Leiden aller Grade kennen, durchgängig größtes Leiden, auch in den Augenblicken der „Befriedigung“ der Triebe, des Kratzens und Reißens und Versengens der Aussatzwunden, als welche der Erwachte die Triebe bezeichnet. Die Erwachten sehen natürlich auch den relativen Unterschied innerhalb der Sinnen-suchtwelt, zwischen Höllen und Himmeln, aber dieser Unterschied, der uns gewaltig zu sein scheint, ist auf die ganze Spanne vom vollkommensten Wohl bis zu den äußersten Qualen gesehen, nur sehr gering. Denn alle Wesen der Sinnen-suchtwelt leben nicht unmittelbar, sondern mittelbar, indem sie durch die Sinnesdränge in den Sinnesorganen Außenwelt erfahren: die innere Empfindlichkeit (Aussatzwunden) wird berührt.

2. In der mittleren der drei Daseinserfahrungen, der Welt der reinen, nicht als Begehrenobjekte verzerrten Formen, deren geringste von den Indern als brahmisches Dasein bezeichnet wird, leben die Wesen weitgehend in den ersten bis mittleren Tiefen der Herzenseinigung - an unseren Verhältnissen gemessen ist das ein seliger Herzensfrieden - aber nach dem Maßstab der Erwachten, die sich bis zum vollendeten Wohl des Nirvāna hinauf- und hinausgearbeitet haben, ist auch dort noch kein Frieden. Denn die verschiedenen Grade der Herzenseinigung müssen immer wieder angestrebt werden, weil sie wechseln und sich wandeln - und das Absinken aus einem höheren Grad des Friedens in einen geringeren wird als minderwertig empfunden und zwingt zum Streben. Der Wahn jener Wesen ist



längst nicht mehr so grob wie der unsrige, und darum sind auch deren Leiden nicht mehr so stark.

3. In dem obersten der drei Bereiche, im formfreien Dasein, herrscht ein Zustand von erhabener Ruhe, von regloser Erhabenheit. An diesem Zustand ist unzulänglich hauptsächlich die Tatsache, dass er noch bedingt ist, und zwar durch zwei der fünf Zusammenhäufungen, durch Gefühl und Wahrnehmung, bedingt, aus welchen er besteht. Da alles Bedingte mit den Bedingungen steht und fällt, so wird auch dieser Zustand im Lauf der Zeit aufgezehrt, und danach fallen jene Wesen je nach dem Grad ihrer noch latenten Belastung wieder in den mittleren oder gar unteren Daseinsbereich, also in größeres Leiden zurück.

Immer erneute Wiedergeburt durch  
Gefühlsbefriedigung aus Wahn und Durst

*Aus welchem Grund, Bruder, gibt es immer wieder Geburt in einer neuen Daseinsform? – Weil die Wesen, Bruder, vom Wahn gehindert, vom Durst verstrickt, immer wieder auf Befriedigung aus sind, darum reißt es sie zu immer neuer Geburt in einer neuen Daseinsform. –*

*Aus welchem Grund aber, Bruder, gibt es keine Geburt in einer neuen Daseinsform? – Durch Ablassen des Wahns, durch Aufsteigen von Wahrwissen, durch Aufhebung des Durstes gibt es keine Wiedergeburt in immer neuer Daseinsform. –*

Je stärker ein Wohlgefühl ist, um so mehr dürsten die Wesen nach Wiederholung. Durst ist bewusst gewordener Drang nach einem bekannten wohltuenden Erlebnis. Von dem Durst sagt der Erwachte, dass er auf dieses und jenes setzt, mit diesem und jenem rechnet, seine Wünsche zu befriedigen sucht. Ebenso geht es umgekehrt bei besonders schmerzlichen Erlebnis-

sen, so dass in solchen Fällen ein Durst aufkommt, sie zu vernichten.

Durst ist also ein inneres lechzendes Verlangen nach den verschiedenen sinnlichen und geistigen Erlebnissen, das, obwohl zur Erhaltung des Körpers oft nicht nötig, doch so stark sein kann wie das Bedürfnis nach Einatmen, Ernährung und Schlaf. Es ist bewusst gewordener, im Geist sich meldender Drang, dessen Erfüllung zur Erhaltung der normalen entspannten Gemüts- und Geistesverfassung ebenso unerlässlich ist wie die Deckung des Bedarfs des Körpers zu seiner Erhaltung. Aber im Gegensatz zum Körper kann das Herz, die Gesamtheit der Triebe, am Mangel, an der Nichterfüllung seiner Bedürfnisse, nicht sterben. So sind seinen Spannungsqualen kaum Grenzen gesetzt.

In jedem Augenblick nehmen die Sinne die verschiedensten Eindrücke auf; dabei werden die Triebe in den Sinnesorganen entsprechend vielfach berührt. Und weil die Erlebnisse ununterbrochen anbranden, darum wird der Durst so wenig bemerkt. Und weil wir ihn nicht merken, darum täuschen wir uns über den Sog des Durstes, von welchem der Erwachte sagt: *Kein Strom rast wie der Durst dahin. (Dh 251)* Und:

*Vom Durst getrieben sind die Wesen, sie rennen rund herum,  
gejagten Hasen gleich. (Dh 342)*

Der Treiber, der Durst, jagt den Körper hierhin und dorthin, damit die Triebe des Wollenskörpers durch Berührung möglichst befriedigt werden, in immer neuer Hetze nach immer neuen befriedigenden Wahrnehmungen. Immer ist die durstgeleitete Aktivität der Wesen darauf gerichtet, zum möglichen Wohl hin-, vom Weh fort zu kommen.

Bei aller Kraft des Durstes besteht er aber doch nicht aus sich heraus, er ist nicht die selbstständige Macht, als die er erscheint, sondern er steht und fällt mit der Kraft der Triebe und der von ihnen entworfenen gefühlsbesetzten Wahrnehmung, die der Erwachte als Blendung (*moha*) bezeichnet. Die

Triebe wählen das zu Beachtende nicht aus nach Vernunft, Moral oder Notwendigkeit, sondern die Stärke der Triebe, das Anliegen bestimmt bei der Berührung mit dem als außen Erfahrenen völlig blind die Stärke des Gefühls. Hinzu kommt, dass die gefühlsbesetzten Wahrnehmungen, die den Geist füllen, in diesem die wahnhaftige Vorstellung erzeugen: „Der Empfindende bin ich, das Empfundene ist die Welt“ und „Dies gefällt mir, jenes missfällt mir.“ Nur auf Grund dieser Wahnvorstellung von Ich und Welt kann Durst aufkommen: gespürte Zuneigung zu diesem oder Abneigung gegen jene Objekte.

Der normale unbelehrte Mensch ist durch seinen wahnhaften Glauben an ein Ich und an eine Welt und durch seinen schmerzlich drängenden sechsfältigen Durst dem Samsāra verfallen: Eine von den Trieben kommende traumhafte Wahrnehmung nimmt er für äußeres wirkliches Geschehen („Welt“), das von ihm erlebt würde („Ich“). So folgt er der Fata Morgana und strebt die von ihr angebotenen, den Trieben verlockend erscheinenden Objekte an, sucht zu vermeiden, was an dieser Fata Morgana als Schreckliches erscheint, und kann doch letztlich dem, was seinem Geist als das Schrecklichste erscheint, nicht entgehen - dem, was er als die Vernichtung des Ich empfindet oder im Geist für Vernichtung hält - dem körperlichen Tod.

So ist der triebbedingte Wahn, sich als ein „Ich in einer Umwelt“ aufzufassen, die noch vor dem Durst liegende Ursache für die Fortsetzung des Seins.

Solange Wahnwissen ist, dass ein Ich einer objektiven Welt ausgeliefert ist, dass es in der Welt Schönes und Angenehmes und Unschönes und Unangenehmes gibt und dass man das Schöne und Angenehme möglichst erlangen und das Unschöne und Unangenehme möglichst von sich abhalten, es fortzun sollte, so lange ist Durst auf Welt. Und je mehr dem Durst gefolgt wird, um so mehr befestigt sich der Wahn: „Ich erlebe dieses oder jenes Angenehme oder Unangenehme.“

Durst und Wahn sind der Grund, dass immer wieder neue Körper angelegt werden. Im Tod steigt die Psyche, die Gesamtheit der Triebe samt Fühlen und Denken zusammen mit dem feinstofflichen Körper als vollständige „Person“ aus, wird weiter von Durst und Wahn getrieben, neue Körper anzulegen.

Der Erwachte bezeichnet denjenigen Menschen, der durch das sichere und endgültige Verständnis des schier endlosen Daseinsleidens und danach durch das Verständnis des einzig möglichen und sicheren Auswegs aus diesem Leiden sich nun unwiderruflich auf dem Ausweg befindet und in allerhöchstens sieben nacheinander folgenden Leben den endgültigen Heilsstand gewinnt, als Stromeingetretenen, als in der Anziehung des Heils Befindlichen. Diesem Heilsgänger sind die Bande des Wahns abgenommen. Er kann bei nüchterner Überlegung nicht mehr dem trügerischen Anschein, dem Wahneindruck, verfallen, den die sinnliche Wahrnehmung auch ihm immer noch aufdrängen will, dem Eindruck, dass da ein empfindendes Ich sei, dem die erlebte Welt gegenübersteht. Vielmehr sieht er, dass die gefühlsbesetzten Blendungsdaten im Geist diesen Wahn erzeugen, und er sieht, dass alles Dürsten der Wesen, sowohl das drängende Verlangen nach den einen wie das besorgte Fliehen und Vermeiden der anderen Eindrücke eine Krankheit des mit Trieben besetzten Herzens und die Ursache allen Leidens ist, das sich so lange fortsetzt, als diese Krankheit nicht geheilt ist. Von jetzt an denkt er bei jedem bewusst gewordenen sehnenenden Verlangen nach den einen und spontaner Abwendung von den anderen äußeren Erscheinungen immer mehr daran, dass die Befriedigung des Durstes Leiden bringt, ihn im leidvollen Samsāra festhält. So sind ihm auch die Bande des Durstes (im Geist) genommen worden. Er kann nicht mehr irgendeine der fünf Zusammenhäufungen endgültig als wohlversprechend ansehen.

Allen Durst hat der Heilsgänger durchaus noch nicht aufgehoben, aber er kann ihn nicht mehr positiv bewerten, die Bande des Durstes sind ihm abgenommen. Er kann den Durst nicht anerkennen, selbst wenn er ihm folgen muss und selbst

wenn er weiß: „Im Augenblick tut es wohl.“ Auf die Dauer aber hat er den fünf Zusammenhäufungen gekündigt. Weil Zuneigung und Abneigung ist, darum müssen bei den Berührungen noch entsprechende Wohl- und Wehgefühle aufkommen, und darum muss aus den Trieben sofort wieder ein Wille im Geist aufspringen, das Wollen, da und dort die Erfüllung des Begehrten zu erreichen. Aber in dem Augenblick, in dem dem Geist der Willensreiz bewusst wird: „Das da wäre jetzt schön, das möchte ich“, da sagt derselbe Geist, in dem die Wahrheit enthalten ist: „Das tut nur im Augenblick wohl, aber es hält im Elend fest.“ Die Sinnensucht verführt zu dem Gedanken: „Sieh mal, wie nett!“ Dann kommt es darauf an, selber den Wahn zu überwinden: „Wem gefällt das? Dem Begehren nach Formen. Wie sieht diese Form in zwanzig, in fünfzig Jahren aus? Sich daran momentan erfreuen, ohne Erinnerung an das Elend und das Entrinnen, hieße, später den Schmerz des Entbehrens erleben zu müssen.“ Durch diesen Anblick wird das Elend der Sinnlichkeit offenbar und das Begehren nach dem Unbeständigen gemindert. Und je mehr sich so das Begehren mindert, um so leichter fällt am nächsten Tag die gleiche Betrachtung.

Von dem Geheilten, der von allen Trieben frei ist und damit von Wahn und Durst, sagt der Erwachte in einem Gleichnis (M 105), dass ihm die sinnliche Welt nicht mehr länger als eine zwar vergiftete, aber dennoch köstlich lockende Speise erscheine (wie dem Heilsgänger), sondern wie eine giftige Schlange, die nicht nur wegen des Gifts, sondern auch wegen ihres Aussehens keinen Gedanken an Befriedigung aufkommen lässt. Für den Geheilten, der in endgültiger Sicherheit, im vollendeten Wohl wohnt, das durch nichts gestört werden kann, sieht nichts mehr verlockend aus. Niedrigste und höchste Götterformen durchschaut er gleicherweise als aus Wahn gebraut, dem Wechsel und Wandel unterworfen - als Giftschlange, die aber seinem absoluten Frieden nichts mehr anhaben kann.

## Die erste Entrückung

*Was ist nun, Bruder, die erste weltlose Entrückung? – Da verweilt der Mönch abgeschieden von weltlichem Begehren, abgeschieden von allen heillosen Gedanken und Gesinnungen in stillem Bedenken und Sinnen. Und so tritt die aus innerer Abgeschiedenheit geborene Entzückung und Seligkeit ein, die erste weltlose Entrückung. –*

*Aus was für Eigenschaften, Bruder, besteht die erste Entrückung?–*

*Wenn ein Mönch die erste Entrückung erreicht, ist er dem Erwägen und Sinnen zugeneigt, der geistigen Beglückung bis Entzückung, innerem Wohl und der Herzenseinigung zugeneigt. Aus diesen fünf Eigenschaften besteht die erste weltlose Entrückung. –*

*Welche Eigenschaften, Bruder, sind in der ersten Entrückung aufgegeben und mit welchen Eigenschaften ist die erste Entrückung ausgestattet? –*

*Der Mönch, der die erste weltlose Entrückung erreicht, hat weltliches Begehren, Antipathie bis Hass, Beharren im Gewohnten, Geistes- und Gewissensunruhe, Daseinsbagnis aufgegeben und ist dem Erwägen zugeneigt, der geistigen Beglückung bis Entzückung, dem inneren Wohl und der Herzenseinigung zugeneigt. Diese fünf Eigenschaften sind in der ersten Entrückung aufgegeben, und mit diesen fünf Eigenschaften ist die erste Entrückung ausgestattet. –*

Von den vier weltlosen Entrückungen, die der Erwachte nennt, fragt der ehrwürdige Mahākotthito hier nur nach der ersten. - Weltlose Entrückungen werden dadurch erfahren, dass sich die innere Grundbefindlichkeit erhöht. Die Beschreibung dieser Erhöhung geht in den Lehrreden der jeweiligen weltlosen Ent-

rückung voraus. Die Grundbefindlichkeit, die den Reifezustand ausmacht, der die erste Entrückung einleitet, besteht darin, dass der Übende durch erhebende, weltliche Perspektiven sprengende Einsichten innere Freude und Beglückung erfährt. Die programmierte Wohlerfahrungssuche geht diesem Wohl nach und wird so von allem Außen abgezogen. Dadurch tritt auch die Wahrnehmung vom eigenen Körper zurück, und es wird durch Beruhigung des Körpers ein so großes überweltliches Wohl erfahren, dass Ich und Welt vergessen sind. Der Mensch blickt nicht mehr durch die Augen nach außen, horcht nicht mehr durch die Ohren nach außen, sondern tritt über alle sinnliche Wahrnehmung hinaus, weil er der inneren Seligkeit ganz hingegeben ist. Durch das Aufbrechen des inneren Glücksgefühls steht die fünffache sinnliche Wahrnehmung für eine Zeitlang still: Der Übende ist der gesamten Ich- und Weltwahrnehmung entrückt. Dieser Fortfall von Ich und Umwelt, das Übersteigen des sinnlichen Erlebens, das ist die eigentliche Entrückung. In den Lehrreden heißt es von diesem Vorgang:

*Wenn der Geist verzückt ist, wird der Körper gestillt. Gestillten Körpers fühlt er ein alles durchdringendes Wohl; vom Wohl durchtränkt, wird das Herz geeint.*

Herzenseinigung, d.h. Aufhören des Süchtens nach außen, bedeutet zugleich den Fortfall der Wahrnehmung von Welt und Ich.

Das ununterbrochene Lugen durch die Augen nach außen, das Lauschen durch die Ohren, das Riechen durch die Nase usw. - all dieses Süchten kommt zur Ruhe. Die Berührungen des Wollenskörpers mit den Formen, Tönen usw., die die Erfahrungen auslösen, finden nicht statt, „Welt“ wird nicht erlebt. Auch die vom Geist ausgehende programmierte Wohlerfahrungssuche steht still. Während man im Schlaf aus großer Müdigkeit von der sinnlichen Wahrnehmung zurücktritt, bei Ohnmachten, Koma oder aus großen Schmerzen die sinnliche Wahrnehmung aufhört, so ist bei den Entrückungen umgekehrt ein inneres Wohl, welches alles nur irgendwie mit den Sinnen

erreichbare Wohl unendlich übersteigt, der Grund für das Aufhören der sinnlichen Wahrnehmung.

Ein zur weltlosen Entrückung Fähiger ist von fünf Hemmungen frei:

1. Er ist frei von weltlichem Begehren, von dem Bedürfnis nach fünffacher sinnlicher Wahrnehmung. Statt nach außen zu hungern, lebt er im Eigenwohl, im Wohl seiner hellen Grundverfassung und erfährt den Gewinn innerer Unabhängigkeit.

2. Er ist frei von Antipathie bis Hass. Keine Wahrnehmung kann ihn dazu bringen, ablehnend und rücksichtslos zu sein.

3. Er ist frei vom Beharren im Gewohnten. Der Übende weiß, dass Wahrnehmung Täuschung ist, dass er den Wahn, ein mit dem Körper sterbliches Ich in der Welt zu sein, durchbrechen, übersteigen und überwinden kann. Diese Erfahrung erfüllt ihn mit jenem gewaltigen Freiheitsgefühl, das alles träge Beharren im Gewohnten vertreibt.

4. Er ist frei von der Gebundenheit an die vielfältige Unruhe der vielfältigen erregenden Gedanken und Vorstellungen, die aus seinem Triebhaushalt aufkommen. Er ist nicht mehr ausgeliefert dem fast zwangsläufigen Gang der geistigen Assoziationen, der an die Ich-bin-Vorstellung gebundenen Gedankenwege.

5. Der zur weltlosen Entrückung Fähige hat erfahren können, dass er durch die Befreiung von der Sinnensucht wie von Schuldenlast frei geworden ist, dass er durch die Befreiung von Antipathie bis Hass hell geworden ist, dass er unabgelenkt von Trägheit und Unruhe den Zusammenhang der Existenz sehen kann. Wie könnte ein solcher noch Daseinsunsicherheit empfinden, von Daseinsbangnis bewegt sein! Die fünfte Hemmung, Daseinsbangnis, ist durch die Aufhebung der anderen vier Hemmungen wie von selber aufgelöst, dahingeschwunden.

Diese fünf Hemmungen sind bei dem zur Entrückung Fähigen aufgehoben.



## Der Geist als Fürsorger der Sinnesdränge

*Es sind da diese fünf Sinnesdränge (indriya), deren jeder in einem anderen Revier seine Weide hat und wo auch nicht einer an dem Weidebereich irgendeines anderen teilnimmt: der Luger, Lauscher, Riecher, Schmecker, Taster. Wer oder was ist da nun, Bruder, der Hirte und Fürsorger (patisarana) dieser fünf Sinnesdränge, der an ihren unterschiedlichen Weidebereichen teilnimmt? –*

*Diese fünf Sinnesdränge, Bruder, deren jeder in einem anderen Revier seine Weide hat und wo auch nicht einer an dem Weidebereich irgendeines anderen teilnimmt: der Luger, Lauscher, Riecher, Schmecker, Taster, die haben den Geist als Hirten und Fürsorger, der an allen ihren Weidebereichen teilnimmt.*

Jeder der fünf Sinnesdränge erfährt bei der Berührung Außen- dinge, beurteilt sie nach seinem Geschmack mit Wohl- oder Wehgefühl und reicht sie gefühlsbesetzt als Form-Wahrnehmung, Ton-Wahrnehmung usw. dem Geist weiter.

Alles von den fünf Sinnesdrängen Erfahrene ergibt für sich noch keinerlei Sinn. Mittels des Lugers werden lediglich Formen und Farben erfahren, die als angenehm oder unangenehm beurteilt werden. Dass diese Formen oder Töne Zeichen sind mit einem bestimmten Sinn, z.B. Buchstaben oder Wörter, das weiß nur der Geist.

Der Geist hat keine direkte Berührung mit außen, sondern empfängt das Außen nur durch die gefühlsbesetzten Erfahrungen der Sinnesdränge und kann außerdem innere Vorgänge beobachten und bedenken.

Das durch die Sinnesdränge dem Geist als Form-Wahrnehmung usw. Gemeldete wird sofort im Geist zueinander geordnet, wird bewegt im Assoziieren und Kombinieren der einzelnen Sinneserfahrungen: *Durch den Geist (mano) und die*

*Dinge (dhamma) entsteht die Geist-Erfahrung (mano-viññāna).* Aus den in den Geist gelangten Erfahrungen macht sich der Geist einen Sinn und eine Vorstellung, an welchen die stärkeren Sinneseindrücke mehr, die schwächeren weniger Anteil haben. Zum Beispiel die Verbindung von Kaffeegeruch mit Kaffeegeschmack und dem Aussehen von Kaffee machen den Kaffee im Geist bestimmter Menschen zu einer angenehmen Ding-Wahrnehmung (*dhamma-saññā*): „Wohl tut das“, wodurch im Dienst des Triebs der im Geist ausgebildete Lauf, die programmierte Wohlerfahrungssuche (*viññāna*) aktiv wird: „Diesen Kaffee möchte ich haben, woher bekomme ich ihn.“ Jede Handhabung des Körpers und des Geistes ist nun erfahrungsbegründete Erfahrungssuche, ist die aus bisheriger Wohl- und Wehe-Erfahrung programmierte Lenkung des Körpers und das Assoziationsgefälle des Geistes.

Weil also alle Wohl- und Wehe-Erfahrungen der fünf Sinnesdränge im Geist gesammelt und programmiert sind, so dass er allein die Wünsche aller Sinnesdränge nach Wohlerfahrung und auch die Erfüllungsmöglichkeiten kennt, und weil nur er mittels der von ihm ausgebildeten programmierten Wohlerfahrungssuche (*viññāna-sota*) den ganzen Körper bewegen und damit die Sinnesdränge an die Orte der Befriedigungsmöglichkeiten bringen kann, darum wird er als Fürsorger, Betreuer der fünf Sinnesdränge bezeichnet.

Lebenskraft und Wärme bestehen  
in gegenseitiger Abhängigkeit

*Diese fünf Sinnesdränge, Bruder, der Luger im Auge, der Lauscher im Ohr, der Riecher in der Nase, der Schmecker in der Zunge, der Taster im ganzen Körper, durch was bedingt bestehen sie? –*

*Diese fünf Sinnesdränge, Bruder, bestehen durch die Lebenskraft (āyu). –*

*Die Lebenskraft aber, Bruder, wodurch bedingt besteht sie? – Die Lebenskraft, Bruder, besteht bedingt durch Wärme (usmā). – Die Wärme aber, Bruder, wodurch bedingt besteht sie? – Die Wärme, Bruder, besteht bedingt durch die Lebenskraft. – So verstehen wir die Rede des ehrwürdigen Sāriputto folgendermaßen: Die Lebenskraft besteht durch die Wärme und die Wärme besteht durch die Lebenskraft. Was ist, Bruder, der Sinn dieser Rede? –*

*So will ich dir denn, Bruder, ein Gleichnis geben. Durch Gleichnisse wird da manchem verständigen Menschen der Sinn einer Rede klar. Gleichwie etwa, Bruder, bei einer brennenden Öllampe durch die Flamme der Lichtschein erscheint und durch den Lichtschein die Flamme - ebenso nun auch, Bruder, besteht die Lebenskraft durch die Wärme und die Wärme durch die Lebenskraft. –*

Der Begriff „Lebenskraft“ als Übersetzung für das Pāliwort *āyu* ist schon mehr Interpretation vom Standpunkt der westlichen Weltanschauung. Mit *āyu* ist eine bestimmte Kraftreserve gemeint, von welcher die Höchstdauer des Körpers und der mehr glatte oder gehemmte Ablauf seiner Funktion abhängt. Diese Kraftreserve nimmt vom ersten Atemzug des Säuglings an langsam aber stetig ab. Es ist damit aber nicht die physische Muskelkraft gemeint. Auch ein muskelschwacher Mensch kann viel *āyu* haben und älter werden als ein muskelstarker Mensch. Die missverständliche Übersetzung von *āyu* mit „Lebenskraft“ lag nahe, weil hier im Westen das „Leben“ mit dem Bestand des Körpers als identisch gesehen wird. Doch denkt der Inder an das ausweglose Daseinslabyrinth, wo ihm auch nach Ablegen dieses Körpers die weitere Umherwanderung, also weiteres und weiteres Leben, bevorsteht. Darum fasst er *āyu* nicht als „Lebenskraft“, sondern als die die Körperdauer und die Gesundheit bedingende Kraftreserve auf.

Wir können dieses Kraftreservoir mit dem Verhältnis der Benzinmenge zu der Fahrdauer des Autos vergleichen. Je mehr Kraftstoff im Tank ist, um so länger fährt der Wagen. Beim Auto können wir wieder nachfüllen, nicht aber bei der „Lebenskraft“.

Die Wärme (*usmā*) ist die Folge der gesamten vegetativen Vorgänge. Durch Einatmung kommt Sauerstoff in den Körper, durch den Herzschlag kommt Blut in die Lunge, wo es mit Sauerstoff angereichert wird; dadurch kann der Verbrennungsprozess der Nahrung stattfinden, wodurch Wärme erzeugt wird und so der Körper in einer bestimmten Temperatur gehalten wird. Wenn der Körper kalt wird, kommt dieser Prozess zum Stillstand. Wir sehen es an Tieren, die in den Winterschlaf fallen. Wenn die Körpertemperatur einen bestimmten niedrigen Grad hat, kommen die Körperfunktionen zum Stillstand. Das Tier merkt es rechtzeitig vorher, geht in eine Höhle und hält seinen Winterschlaf. Die Lebenskraft ist noch da, aber so viel Wärme ist fort, dass die Sinneswerkzeuge nicht funktionieren. Das Tier sieht, hört, riecht, schmeckt und tastet während dieser Zeit nichts. Wir nennen den Wegfall der sinnlichen Wahrnehmung Winterschlaf. Aber es bleibt ein Rest Wärme wirksam, und die Lebenskraft ist noch nicht abgelaufen. Bei im Frühjahr wieder steigender Außentemperatur steigt auch wieder die Körpertemperatur, und das Tier wird wieder wach.

Sāriputto sagt:

*Die Lebenskraft besteht durch Wärme und die Wärme besteht durch die Lebenskraft. Gleichwie etwa bei einer brennenden Öllampe durch die Flamme der Lichtschein erscheint und durch den Lichtschein die Flamme - ebenso nun auch besteht die Lebenskraft durch die Wärme und die Wärme durch die Lebenskraft.*

Die Flamme braucht, um zu brennen, Öl und den Sauerstoff der Luft. Je mehr Sauerstoff zugeführt wird, um so heller wird

die Flamme. Wenn wir Holz im Ofen verbrennen und lassen wenig Luft, also wenig Sauerstoff heran, dann entsteht keine Flamme, nur rote Glut glüht vor sich hin. Holz oder Öl ernähren das Feuer, sind Grundnahrung für das Feuer, aber wird die Luftzufuhr ganz gedrosselt, dann geht das Feuer aus, auch wenn der Ofen noch voll Holz ist.

Ebenso, wenn wir der Öllampe Sauerstoff entziehen, indem wir den Docht immer weiter herunterdrehen, so dass er nicht mehr in die Luft ragt und damit keine Luft, kein Sauerstoff zugeführt wird, dann erstickt die Flamme, sie muss ausgehen, obwohl noch Öl vorhanden ist.

So ist es beim Körper. Die Lebenskraft bzw. Kraftreserve des Körpers gleicht dem Öl in der Lampe, und die durch Stoffwechsel erzeugte Wärme des Körpers gleicht der Flamme, die einen schwachen oder starken Lichtschein erzeugt je nach der Menge des zugelassenen Sauerstoffs. Wenn dem Körper die Luft zum Atmen oder körperliche Nahrung, Wasser, Speise entzogen wird, so dass durch Mangel an Sauerstoff oder Speise keine Wärme mehr erzeugt wird, dann kann noch so viel Lebenskraft vorhanden sein, der Körper funktioniert nicht mehr. Wenn der Körper gesund geblieben wäre - durch Stoffwechsel weiterhin hätte Wärme erzeugen können -, wäre er gemäß seiner vorhandenen Kraftreserve vielleicht noch Jahrzehnte älter geworden, bis diese aufgebraucht wäre. Jede Krankheit wird in dem Maß lebensgefährlich, als sie die Wärmeerzeugung des Körpers beeinträchtigt, erschwert oder beendet.

So wie es zwei Bedingungen gibt, um das Feuer zu erhalten: 1. die Grundnahrung (z.B. Holz oder Öl) und 2. Luft, so gibt es zwei Bedingungen, um den Körper zu erhalten: Kraftreserve und Wärme. Die Kraftreserve ist karmisch gewirkt, sie betrifft die Dauer, die diesem Körper gegeben ist, wenn er nicht durch Krankheit frühzeitig stirbt. Wenn der Körper versagt, steigt das Wesen aus, lebt weiter.

## Aufzehren der Kraftreserve

Wenn ein Mensch sanft, still, harmonisch mit anderen lebt, nicht mit möglichst vielen der fünf Sinne starken sinnlichen Eindrücken nachgeht, dann wird viel weniger Lebenskraft aufgezehrt. Wenn hingegen der Mensch sinnlichen Eindrücken nachjagt -, „Greif nur hinein ins volle Menschenleben, wo du es anpackst, ist es interessant“ (Goethe) - also heute hier, morgen dort Lustbarkeiten aufsucht -, so ist das ein wilder Verzehr der Kraftreserve. Dadurch, dass einer wie selbstverständlich dem nachgeht, was die Triebe wünschen, ist das Leben rauschartig, der Stoffwechsel wird angeregt, erzeugt starke Wärme. So lebt der Mensch im Übermaß und verzehrt die Kraftreserve des Körpers. Die sinnlichen Bedürftigkeiten vergleicht der Erwachte mit juckenden Aussatzwunden, die man dauernd kratzen muss. Ein so gestaltetes Leben gilt in geistlichen Lehren als ein sehr niedriger Lebensstandard, gegenüber dem es viel reinere, unabhängigere gibt, die größeres Wohl ermöglichen, als man durch die Sinne erlangen kann.

Vom Geheilten wird gesagt: Er hat kein rasendes Brennen von Trieben mehr. Er ist ausgeglüht, abgekühlt, selbstständig, weil er außerhalb aller Bedürftigkeit lebt. Wer nichts mehr durch die Sinne braucht, sagt der Erwachte, kann mit diesem Körper bis zum Ende des Weltzeitalters bestehen; denn die Kraftreserve des Körpers würde fast nicht verzehrt werden.

Ein Gleichnis des Erwachten (A V,51) besagt: Der Mensch, dessen Triebe nicht mehr nach außen gerichtet sind, dessen Herz geeint ist, der in innerer Helligkeit lebt, ist wie ein Strom, der in der flachen Ebene dahinfließt und zu beiden Seiten eingedeicht ist. Der Strom kann mit seiner ganzen Kraft in eine Richtung strömen. Aber der Mensch, dessen Triebe nach außen gerichtet sind, ist, wie wenn der Strom die Deiche niedergerissen hätte. Der Strom ergießt sich somit in die Ebene in alle möglichen Richtungen. Die Kraft, die dem einheitlichen Strom innewohnte, ist verschwunden. Wir empfinden uns

als eine Einheit, aber der Erwachte zeigt: Was wir Ich nennen, ist wie sechs Tiere, die ein Mensch an Stricken gebunden hält. Die Stricke sind zu einem Knoten gebunden. Jedes Tier will in eine andere Richtung, und der Mensch wird zu diesem oder jenem Erlebnis hingerissen, wenn das Gedächtnis sagt: „O ja, da ist das Schöne, da will ich hin.“ Oder: „Das mag ich nicht, bloß weg.“ So wird der Mensch in alle Richtungen gerissen auf Grund der unterschiedlichen Wollensimpulse je nach der Vielfalt der Triebe. Wo die Triebe sind, entsteht statt des schlichten Wissens und Erfahrens eines, der in sich Genüge hat und ein dementsprechendes Wohl empfindet, durch die Berührung der Triebe die Berausung, die Gefühlsvielfalt und damit Reaktionsvielfalt. So verzehrt der Mensch die Kraftreserve des Körpers, die ohne diese Berausung unvergleichlich länger hält.

Die Lebenskraft ist etwas anderes als die  
Empfindungseigenschaft der Triebe

*Ist wohl, Bruder, die Lebenskraft das gleiche wie die Empfindungseigenschaft (vedaniya dhamma)? – Nicht ist, Bruder, die Lebenskraft das gleiche wie die Empfindungseigenschaft. Wenn, Bruder, die Lebenskraft das gleiche wäre wie die Empfindungseigenschaft, so würde man einen Mönch, der in die Aufhebung von Gefühl und Wahrnehmung eingetreten ist, nicht wieder daraus auftauchen sehen. Weil aber, Bruder, die Lebenskraft etwas anderes ist als die Empfindungseigenschaft, darum kann man einen Mönch, der in die Aufhebung von Gefühl und Wahrnehmung eingetreten ist, daraus wieder auftauchen sehen. –*

Des Menschen sichtbare Zuwendung zu der einen und Abwendung von der anderen Sache kommt zustande durch die unsichtbaren, latenten, aber hochempfindlichen und wirksa-

men Triebe in den Sinnesorganen und im Geist. Der nach Sinnesindrücken lechzende Wollens- oder Empfindungssuchtkörper (*nāma-kāya*) ist für die Berührung durch die Sinnesindrücke empfänglich, empfindlich. Er hat Empfindungseigenschaft: Er schmeckt das zur Berührung Gekommene ab und äußert Gefühl: „angenehm, unangenehm, weder angenehm noch unangenehm.“

Die den Wollenskörper bildenden Triebe stellen einen ununterbrochenen Hunger nach Berührungen dar, der Bestimmtes wahrnehmen lässt und Bestimmtes nicht. Das Empfinden führt zur Wahrnehmung, und das liegt daran, dass wir in den Sinnesorganen bestimmte Anliegen haben, solche Formen zu sehen und nicht andere, solche Töne zu hören und nicht andere. Diese Anliegen, diese Triebe bewerten und beurteilen das an sie Herantretende und antworten mit Weh- oder Wohlgefühl.

Die Triebe selbst, sind, wie ihr Name sagt, die treibende Kraft. Doch sie wissen nichts von sich und wissen auch nicht, was sie brauchen. Aber ihre Sprache ist das Gefühl, und ihr entspanntes Seufzen bei befriedigenden Erlebnissen und ihr schmerzliches Stöhnen bei widerwärtigen Erlebnissen sind die Bausteine des Geistes: Sie prägen im Geist das Programm zur Wiederholung des Angenehmen und Vermeidung des Unangenehmen. Das ist die Tätigkeit der programmierten Wohlerfahrungssuche. Das drückt der Erwachte aus mit dem Begriff „*saviññānaka-kāya*“: der von der programmierten Wohlerfahrungssuche im Dienst der Triebe eingesetzte Körper.

Die Aufhebung von Gefühl und Wahrnehmung ist für den geheilten Mönch möglich, der alle Triebe und damit die Empfindungseigenschaft aufgehoben hat. Die Aufhebung von Gefühl und Wahrnehmung: ohne Wahrnehmung - *asaññī* - entspricht dem Nibbāna nach Ablegen des Körpers. Wenn jegliche Wahrnehmung aufhört, dann - so wusste man im damaligen Indien - ist damit die letzte Erlebenseigenschaft verschwunden. Und für die Dauer dieser Zeit wird nichts erfahren, weder Denkbare noch Empfindbare. Die Aufhebung von



Gefühl und Wahrnehmung dauert höchstens sieben Tage und wird durch vorhergegangenen Entschluss beendet (M 44), denn während der Dauer dieses Zustandes kann der Mönch wegen fehlender Wahrnehmung nichts beschließen. Der Geheilte kann zu Lebzeiten des Körpers wieder aus diesem Zustand auftauchen, weil seine Lebenskraft noch nicht zu Ende ist. Seine Empfindungseigenschaft, seine Empfindlichkeit durch die Triebe, ist aufgehoben, aber seine Lebenskraft besteht noch. Daran zeigt Śāriputto seinem Gesprächspartner - beides Mönche, die andere Mönche in dem Zustand der Aufhebung von Gefühl und Wahrnehmung erlebt haben -, dass die Empfindungseigenschaft der Triebe, etwas grundsätzlich anderes ist als die Lebenskraft des Körpers.

Lebenskraft, Wärme und die programmierte Wohlerfassungssuche verlassen den toten Körper

*Welche Eigenschaften, Bruder, haben nun diesen Körper verlassen, wenn er niedergestürzt daliegt wie ein willenloses Holzstück? – Wenn drei Eigenschaften diesen Körper verlassen haben: Lebenskraft, Wärme und die programmierte Wohlerfassungssuche, dann liegt dieser Körper da, hingeworfen wie ein willenloses Holzstück. –*

Diese drei Eigenschaften machen also jene zwei Faktoren aus, ohne welche vom lebendigen Menschen nur die Leiche übrig bleibt, und zwar bilden Lebenskraft und Wärme zusammen die vegetative Bewegtheit, während die programmierte Wohlerfassungssuche der Lenker der Psyche und des Körpers ist. Sie bedient sich des Körpers, der nur durch die vegetative Bewegtheit einsatzbereit ist. Lebenskraft und Wärme verflüchtigen sich beim Tod; von der programmierten Wohlerfassungssuche des Geistes dagegen sagt der Erwachte in vielen anderen Reden, dass diese beim Tod den Körper verlässt und

im Dienst der Triebe (*nāma-kāya*) unter solchen Umständen weiter agiert, die den inzwischen erworbenen Qualitäten der Triebe entsprechen.

Der Erwachte nennt zwei verschiedene Gründe für „Sterben“, nämlich Krankheit und Alter. Das Sterben durch Krankheit (oder Unfall) bedeutet: Trotz noch vorhandener Lebenskraft hat die Wärmeerzeugung aufgehört, irgendwelche Organe haben ihre Funktion so gemindert oder eingestellt, so dass dadurch die vegetativen Vorgänge abbrechen müssen und der Körper erkaltet. Das würde beim Auto bedeuten, dass beim Motor etwas nicht mehr funktioniert, so dass der Wagen stehen bleibt, obwohl noch Kraftstoff vorhanden ist.

Das Sterben aus Altersschwäche dagegen bedeutet, dass die mitgegebene Lebenskraft im Lauf der Zeit aufgezehrt worden ist, so dass nun keine Wärme mehr erzeugt werden kann, obwohl die gesamten Organe des Körpers noch gesund und funktionsfähig sein können. Es ist so, wie wenn beim fahrenden Auto der Kraftstoff aufgebraucht ist, so dass der Wagen stehen bleibt, obwohl der Motor weiter funktionieren würde, wenn er Benzin hätte. So bewirken also immer Lebenskraft und Wärme im Zusammenwirken die Unterhaltung und Einsatzfähigkeit des Körpers. Bei dem Ausfall eines von beiden fällt auch das andere aus, und der Körper wird zur Leiche.

Der Unterschied zwischen einem Toten  
und einem Mönch  
in der Aufhebung von Gefühl und Wahrnehmung

*Welcher Unterschied besteht nun, Bruder zwischen einem Toten, dessen Zeit abgelaufen ist, und einem Mönch, der in die Aufhebung von Gefühl und Wahrnehmung eingetreten ist? –*

*Bei einem Toten, dessen Zeit abgelaufen ist, ist die körperliche Bewegtheit aufgehoben, zur Ruhe gekommen, ist die geistige Bewegtheit aufgehoben, zur Ruhe*

*gekommen, ist die Herzensbewegtheit aufgehoben, zur Ruhe gekommen, die Lebenskraft ist aufgezehrt, die Wärme verfliegen, die Sinnestätigkeit hat gänzlich aufgehört.*

*Bei einem Mönch, der in die Aufhebung von Gefühl und Wahrnehmung eingetreten ist, ist zwar die körperliche, geistige und Herzens-Bewegtheit aufgehoben, zur Ruhe gekommen, doch die Lebenskraft ist nicht aufgezehrt, die Wärme nicht verfliegen, und die Sinne sind völlig rein (von Drängen).*

*Das ist der Unterschied zwischen einem Toten, dessen Zeit abgelaufen ist, und einem Mönch, der in die Aufhebung von Gefühl und Wahrnehmung eingetreten ist. –*

Der Gemütherlöste - dessen Sinne rein von Sinnesdrängen sind - kann sich durch Auflösung von Gefühl und Wahrnehmung in eine Verfassung begeben, die nur manchen Geheilten möglich ist. Gefühl und Wahrnehmung sind unter den fünf Zusammenhäufungen die letzten, welche aufgehoben werden. Damit sind die allerfeinsten Störungen beseitigt und das Wohl ist vollkommen geworden. Dieses vollkommene Wohl nun ist durch nichts mehr bedingt, und wenn einer, der zu diesem Zustand fähig ist, später bei Versagen des Körpers im Tod den Leib endgültig verlässt, dann bleibt von ihm jener Zustand vollkommenen Wohls übrig und kann dann, da er durch nichts mehr bedingt ist, auch nicht mehr aufgehoben werden.

Auch für denjenigen, der sich diesen Zustand zu Lebzeiten verschafft, ist er durch nichts bedingt - alle fünf Zusammenhäufungen haben an diesem Zustand keinen Anteil. Da bei ihm aber zu irgendeiner Zeit die körperliche Vegetativkraft und Wärme wieder einsetzt, so wird diese Kraft dann wieder sinnliche Erfahrung auslösen. Insofern ist diese Erlösung noch keine ewige, sondern eine zeitliche, sie wird erst mit der endgültigen Ablegung des Leibes zur ewigen.

Bei einem Toten sind Lebenskraft und Wärme verfliegen. Die Sinne sind unbrauchbar geworden, können nicht wieder benutzt werden. Bei einem Nichtgeheilten haben die Sinnesdränge im feinstofflichen Körper unter Lenkung der programmierten Wohlerfahrungssuche den grobstofflichen Körper verlassen.

### Die vierte Entrückung

*Welche Bedingungen, Bruder, ermöglichen den Eintritt in die weder freudvolle noch leidvolle Gemütererlösung?–*

*Vier Bedingungen, Bruder, ermöglichen den Eintritt in die weder freudvolle noch leidvolle Gemütererlösung. Da erlangt einer, nachdem er über alles Wohl und Wehe hinausgewachsen ist, alle frühere geistige Freudigkeit und Traurigkeit völlig gestillt hat und in einer über alles Wohl und Wehe erhabenen bewussten Gleichmutsreine lebt (upekhasati parisuddhim), die vierte weltlose Entrückung und verweilt in ihr. Diese vier Bedingungen, Bruder, ermöglichen den Eintritt in die weder freudvolle noch leidvolle Gemütererlösung.–*

Die vier Bedingungen sind:

1. und 2. über körperliches Wohl und Wehe hinausgewachsen,
3. und 4. über geistiges Wohl und Wehe hinausgewachsen.

Der Übende hat Gefühl als Belästigung abgetan und hat nun keine Empfindlichkeit mehr, hat jedes bedingte Wohl durch Gleichmut überstiegen, wohnt in stillem, erhabenem Frieden, ist wie im Zustand eines Geheilten, frei von allen Trieben, allen Regungen (M 66), unempfindlich der Welt und dem einst als Ich Angenommenen gegenüber. In der vollkommenen Gleichmutsreine des zur vierten Entrückung Fähigen ist alle Blendung, alle Einbildung und Täuschung von Welterscheinung fort, an die glaubend der Geist im Wahn lebt. (M 44)

Wenn in der vierten weltlosen Entrückung die sinnliche Wahrnehmung fortfällt, dann verweilt er in einer dem in Sinnensucht Befangenen unvorstellbaren Ruhe, in der es kein Denken, Fühlen und Wissen gibt. Von der vierten Entrückung heißt es, dass in ihr auch die vegetativen Körperfunktionen, wie Atem und Herzschlag, aufhören (A IX,31).

Von der vierten Entrückung zurückgekehrt, ist sich der Mönch wieder des über Wohl und Wehe erhabenen Gleichmuts bewusst, von dem es in M 140 heißt: *So bleibt nur noch der Gleichmut übrig, der völlig geläutert ist, geklärt, geschmeidig, formbar, leuchtend.*

Aufhebung von Gefühl und Wahrnehmung –  
die durch keine Eigenschaften  
zu bezeichnende Gemütererlösung

*Und welche Bedingungen, Bruder, ermöglichen den Eintritt der durch keine Eigenschaften (animitta) zu bezeichnenden Gemütererlösung? –*

*Zwei Bedingungen, Bruder, ermöglichen den Eintritt der durch keine Eigenschaften zu bezeichnenden Gemütererlösung: Keine Aufmerksamkeit auf Eigenschaften und Aufmerksamkeit auf Eigenschaftslosigkeit. Diese zwei Bedingungen, Bruder, ermöglichen den Eintritt der durch keine Eigenschaften zu bezeichnenden Gemütererlösung. –*

*Von welchen Bedingungen, Bruder, hängt die Dauer der durch keine Eigenschaften zu bezeichnenden Gemütererlösung ab? – Drei Bedingungen, Bruder, ermöglichen die Dauer der durch keine Eigenschaften zu bezeichnenden Gemütererlösung: Keine Aufmerksamkeit auf Eigenschaften, Aufmerksamkeit auf Eigenschaftslosigkeit und die vorhergegangene Festlegung der Dauer der Gemütererlösung. Diese drei Bedingungen,*

*Bruder, ermöglichen die Dauer der durch keine Eigenschaften zu bezeichnenden Gemütererlösung. –*

*Und welche Bedingungen, Bruder, ermöglichen das Ende der durch keine Eigenschaften zu bezeichnenden Gemütererlösung? – Zwei Bedingungen, Bruder, ermöglichen das Ende der durch keine Eigenschaften zu bezeichnenden Gemütererlösung: Aufmerksamkeit auf Eigenschaften und keine Aufmerksamkeit auf Eigenschaftslosigkeit. Diese zwei Bedingungen, Bruder, ermöglichen das Ende der durch keine Eigenschaften zu bezeichnenden Gemütererlösung. –*

Wenn der Erleber auch feinsten Wahrnehmungen diese nicht ergreift, sondern sich ihrer Wandelbarkeit und darum Unzulänglichkeit bewusst ist und jegliche in ihm aufsteigende Vorstellung loslässt, jegliches in ihm aufsteigende Wollen entlässt, gewinnt er die vollkommen triebfreie Erlösung, die Auflösung des letzten Wahns, indem er die höchstmögliche Vertiefung erreicht, die völlige Aufhebung von Gefühl und Wahrnehmung, den Wegfall von allen fünf Zusammenhäufungen, die einen Erleber von Erlebnissen entwerfen. In der totalen Gefühls- und Wahrnehmungs-Freiheit von Form und Nichtform sind alle Vorstellungen aufgehoben. Diese Aufhebung von Gefühl und Wahrnehmung ist nur möglich bei völliger Triebversiegung und ist auch nur manchen Geheilten möglich, nämlich den „Beiderseit-Erlösten“, auch Gemütererlöste genannt, die die erhabenen Freiungen, die formfreien, erlebt haben. (M 70)

Wir können diesen Stand des Geheilten, der noch über die weltlosen Entrückungen und über die äußerste Grenze der Wahrnehmung hinausgeht, nicht verstehen, er ist unfassbar. *Abgelöst von der Daseinsader (bhava-netti) steht der Leib des Vollendeten da (D 1) - ohne Empfindungssuchtkörper, Wollenskörper, ohne Anziehung und Abstoßung, Gier, Hass, Blendung.*

Unterschiedliche Gemütererlösungen haben alle die Aufhebung von Gier, Hass, Blendung zur Folge

*Die nichtmessende Gemütererlösung, die Gemütererlösung durch die Vorstellung „nicht ist irgendetwas“, die Gemütererlösung durch Leere in Bezug auf ein Ich und die durch keine Eigenschaft zu bezeichnende Gemütererlösung, Bruder, - sind dies unterschiedliche Zustände mit unterschiedlichen Bezeichnungen oder sind sie einander gleich und ist nur die Bezeichnung verschieden? –*

*Die nichtmessende Gemütererlösung, die Gemütererlösung durch die Vorstellung „nicht ist irgendetwas“, die Gemütererlösung durch Leere in Bezug auf ein Ich oder Selbst und die durch keine Eigenschaft zu bezeichnende Gemütererlösung, Bruder, sind Zustände, die nach einer Betrachtungsweise verschieden sind und unterschiedliche Bezeichnungen haben, nach anderer Betrachtungsweise aber gleich sind, doch verschieden bezeichnet werden.–*

*Nach welcher Betrachtungsweise nun, Bruder, sind diese Zustände verschieden und haben unterschiedliche Bezeichnungen? –*

*Da strahlt ein Mönch liebevollen Gemütes nach einer Richtung, dann nach einer zweiten, dann einer dritten, dann nach einer vierten, nach oben, unten, in alle Richtungen, überallhin durchstrahlt er die ganze Welt mit liebevollem Gemüt, mit weitem, hohem, nichtmessendem, von Feindschaft und Bedrängung freiem.*

*Da strahlt ein Mönch erbarmenden - freudevollen - gleichmütigen Gemütes nach einer Richtung, dann nach einer zweiten, dann nach einer dritten, dann nach einer vierten, nach oben, unten, in alle Richtun-*

*gen, überallhin durchstrahlt er die ganze Welt mit erbarmendem - freudevollem - gleichmütigem Gemüt, mit weitem, hohem, nichtmessendem, von Feindschaft und Bedrängung freiem. Das nennt man die nichtmessende Gemütererlösung.*

*Und was, Bruder, ist die Gemütererlösung durch die Vorstellung „Nicht-irgend-Etwas“? Da verweilt ein Mönch nach Überwindung der Vorstellung „unbegrenzt ist die Erfahrung“ in der Vorstellung „nicht gibt es irgendetwas“. Das nennt man die Gemütererlösung durch die Vorstellung Nicht-irgend-Etwas.*

*Und was ist die Gemütererlösung durch Leere in Bezug auf ein Ich oder Selbst? Da weilt, Bruder, der Mönch im Wald oder am Fuß eines Baumes oder in leerer Klause und führt sich vor Augen: „Leer ist dies von einem Ich oder Selbst.“ Das ist die Gemütererlösung durch Leere in Bezug auf ein Ich oder Selbst.*

*Und was, Bruder, ist die durch keine Eigenschaft zu bezeichnende Gemütererlösung? Durch Nichtaufmerksamkeit auf Eigenschaften erreicht ein Mönch die durch keine Eigenschaften zu bezeichnende Einigung des Gemüts und verweilt in ihr. Dies wird die durch keine Eigenschaft zu bezeichnende Gemütererlösung genannt.*

*Nach dieser Betrachtungsweise, Bruder, sind diese Zustände verschieden und haben unterschiedliche Bezeichnungen.*

*Nach welcher Betrachtungsweise nun, Bruder, sind diese Zustände einander gleich, werden aber verschieden bezeichnet?*

*Anziehung legt Maßstäbe an, Abstoßung legt Maßstäbe an, Blendung legt Maßstäbe an. Diese hat der triebversiegte Mönch aufgehoben, an der Wurzel abgeschnitten, einem Palmstumpf gleichgemacht, beseitigt,*



so dass sie künftig nicht mehr aufsteigen können. Ist nun die nichtmessende Gemüteriösung unerschütterlich geworden, so bezeichnet man sie als Gemüteriösung in höchster Vollendung. Und diese Gemüteriösung ist leer von Anziehung, leer von Abstoßung, leer von Blendung.

Anziehung schafft ein Etwas, Abstoßung schafft ein Etwas, Blendung schafft ein Etwas. Diese hat der triebversiegte Mönch aufgehoben, an der Wurzel abgeschnitten, einem Palmstumpf gleichgemacht, beseitigt, so dass sie künftig nicht mehr aufsteigen können. Ist nun die Gemüteriösung durch die Vorstellung „Nicht-irgend-Etwas“ unerschütterlich geworden, so bezeichnet man sie als Gemüteriösung in höchster Vollendung. Und diese Gemüteriösung ist leer von Anziehung, leer von Abstoßung, leer von Blendung.

Anziehung schafft Eigenschaften, Abstoßung schafft Eigenschaften, Blendung schafft Eigenschaften. Ist nun die durch keine Eigenschaft zu bezeichnende Gemüteriösung unerschütterlich geworden, so bezeichnet man sie als Gemüteriösung in höchster Vollendung. Und diese Gemüteriösung ist leer von Anziehung, leer von Abstoßung, leer von Blendung.

Bei solcher Betrachtungsweise sind die Zustände einander gleich, werden aber verschieden bezeichnet. – So sprach der ehrwürdige Sāriputto. Erhoben und beglückt war der ehrwürdige Mahākotthito über das Wort des ehrwürdigen Sāriputto.

Die nichtmessende Gemüteriösung (*appamāna cetovimutti*)

Die nichtmessende Gemüthshaltung bei den sogenannten vier Strahlungen (*brahmavihāra*) dient der Aufhebung der gefährlichsten perspektivischen Bindung und Täuschung des Men-

schen, sich als Subjekt, als „Ich“, anzusehen, wodurch alle Mitwesen zum „anderen“ werden.

In M 62 führt der Erwachte aus, dass dem

Liebe (*mettā*) Entfaltenden Antipathie bis Hass (*vyāpāda*) dahinschwenden werde,

Erbarmen (*karunā*) Entfaltenden Schädigung aus Rücksichtslosigkeit (*vihimsā*) dahinschwenden werde,

Freude (*muditā*) Entfaltenden der Missmut (*arati*) dahinschwenden werde,

Gleichmut (*upekhā*) Entfaltenden Widerstand (*patigha*) dahinschwenden werde.

Weit umfasst der Übende alle Wesen, nicht misst (*appamāna*), beurteilt er die Wesen, trifft keine Unterscheidungen mehr, hegt keine Abneigung, keine Feindschaft, geht nicht mehr nach Sympathie oder Antipathie. Zu- und Abneigungen zu der seelischen Art der einzelnen Wesen sind aufgelöst durch die umfassende Liebe zu allen. Er fühlt kein Zurückschrecken, Nichtmögen, keine Trennung mehr, ist völlig hell, unbelastet, ohne eigene Anliegen, offen für alle Wesen.

Durch das Strahlen in die verschiedenen Richtungen wird aller Bezug zu den einzelnen Richtungen, in denen es Wesen gibt, aufgehoben. So wird die „Eigen-Art“, die Egozentrik aufgelöst vom Seelischen her. Der „Ort“ des gefühlten Gefühls wird nicht mehr berücksichtigt und als Zentrum angesehen, sondern die Tatsache des aufmerksam bei allen Wesen erkannten Gefühls. Und diese erkannte Tatsache des Gefühls, die Tatsache der gleichen Bedingtheit des Gefühls und der allgemeinen Sehnsucht nach Wohlgefühl lernt der Übende im Anfang bei allen anderen Menschen ganz ebenso zu sehen wie bei sich selbst. Diese immer deutlichere Einsicht führt dazu, dass die törichte Unterscheidung zwischen „anderen“ und „ich“, also zwischen einem gefühlten Gefühl und einem im Geist angenommenen Gefühl, aufhört und dass nur noch die Tatsache des Gefühls und des Fühlens und seine Bedingtheit und die Not des Wehgefühls gesehen wird.

Der Erwachte zeigt den Weg, wie die vier Strahlungen, die von den Edelsten seiner Zeitgenossen lediglich als der Weg zu Brahma angesehen wurden, in die Erlösung einmünden, wenn sie mit den sieben in der Abgeschlossenheit wurzelnden Erwachungsgliedern: Wahrheitsgegenwart, Ergründung der Wahrheit, Tatkraft, geistige Beglückung bis Entzückung, Stillwerden der Sinnesdränge, weltunabhängige Herzenseinigung, erhabener Gleichmut - verbunden sind (so ausführlich in S 56,54).

Die Gemütererlösung durch die Vorstellung  
„Nicht ist irgend Etwas“

wird u.a. in M 106 beschrieben:

*Da überlegt der Heilsgänger bei sich: Sinnensucht nach diesseitigen Dingen, Sinnensucht nach jenseitigen Dingen, sinnliche Wahrnehmungen dieser Welt, sinnliche Wahrnehmungen jener Welt, diesseitige Formen und jenseitige Formen, diesseitige Form-Wahrnehmungen und jenseitige Form-Wahrnehmungen und die Wahrnehmung der Sinnensuchtfreiheit - alles sind Wahrnehmungen. Wo diese ohne Rest aufhören, das ist die Ruhe, das ist das Erhabene, nämlich die Erlangung der Nichtetwasheit.*

*Wie er nun so vorgeht, häufig dabei verweilt, da beruhigt sich ihm das Herz bei der Strebensrichtung. Ist es beruhigt, so erlangt er die erstrebte Nichtetwasheit oder wird von der Weisheit angezogen. Nach dem Versagen des Körpers, jenseits des Todes, mag es wohl sein, dass die führende programmierte Wohlerfahrungssuche ihn die Nichtetwasheit erreichen lässt.*

Nichts ist da, alles sind Wahrnehmungen: Der Erwachte hat gezeigt, dass es unmöglich ist, unsere Wahrnehmung auf eine an sich bestehende objektive Welt zurückzuführen, da sie ein geistiger Vorgang, nämlich Wahrnehmung - und dadurch entstandenes vermeintliches Wissen um vorgestellte, eingebildete

Dinge ist. Diese ein-gebildeten Dinge bestehen aber auch nicht „an sich“(etwa in einem „Reich der Ideen“), sondern sind Prozesse ohne Bestand. So wie in einem Traum ein so und so denkendes und fühlendes Ich und eine so und so beschaffene Welt Inhalt des Traumes sind, der im Traum miterlebte Träumer aber Wirklichkeit zu erleben glaubt, die er beim Erwachen als Traumgespinste erkennt, genau so - sagt der Erwachte - erkennt der aus dem Wahntraum seiner unendlichen „Leben“ Erwachende seine Erlebnisse von Ich und Welt als aus Blendung gesponnenen Wahn, als Wahrnehmung.

Ein Herz mit wenig Gier und Hass, mit wenig Anziehungen und Abstoßungen entwirft eine wohltuende Wahrnehmung, die dem Wollen entspricht, dagegen ein mit starker Anziehung und Abstoßung besetztes Herz entwirft die Wahrnehmung eines als schmerzlich empfundenen Verhältnisses.

So wie durch das Verbrennen von Holz Feuer und Hitze und Licht und Rauch entstehen, so sind Zuneigungen und Abneigungen, Anziehungen und Abstoßungen ein Brennen, aus dem Blendungs- und Wahnwahrnehmungen hervorgehen. Und wie der Rauch, der durch den Brand entsteht, in ständiger Wandlung immer neue Gestalten erscheinen lässt, so lässt die aus Zuneigung und Abneigung hervorgehende Blendungs-Wahrnehmung eine in ständiger Wandlung sich wandelnde Welt hervorgehen. Und so wie der Rauch nicht der eigentliche Prozess des Brennens ist, sondern nur ein Produkt des Verbrennungsprozesses, so auch sind die sichtbaren Erscheinungen einer dreidimensionalen Welt der tausend Dinge samt Raum und Zeit nicht die Existenz selber, sondern nur ein Produkt, eine Erscheinung des von Anziehung und Abstoßung besetzten Herzens.

Und wie wenn einer den gesamten wirklich vorhandenen Verbrennungsprozess und das durch ihn bedingte Feuer, die Hitze, die Helligkeit und auch den Rauch nicht beachtete, sondern nur unverwandt auf die von dem Rauch entworfenen, dauernd sich wandelnden Figuren starrte, so achtet der nach „außen“ gewandte Mensch nicht auf den Prozess von durch

Anziehung und Abstoßung aufsteigenden und absteigenden Wollungen, Gefühlen, und Gedanken und auch nicht auf das Wahrnehmen selber, sondern starrt nur unverwandt auf die durch die Wahrnehmung erscheinenden und ins Wissen kommenden Figuren und Dinge und nennt sie in ihrer Gesamtheit „Welt“. Und wie wenn dieser Mann über dem Anblick der Rauchfiguren ganz und gar ihre Beschaffenheit als Rauch vergäße und sie für etwas Eigenständiges hielte, so vergisst auch der nach außen gewandte Mensch über dem Anblick der Welt der tausend Dinge ganz und gar ihre Beschaffenheit als Wahrnehmung und ihre Herkunft aus Anziehung und Abstoßung und hält sie für etwas Eigenständiges. So lebt derjenige, der seinen Blick nur nach „außen“, auf die in sinnlicher Wahrnehmung erscheinende Welt gerichtet hält, gleichsam mit abgewandtem Antlitz, abgewandt von den wirklichen Quellen, abgewandt von den Bedingungen aller Erscheinungen.

Mit dieser Entwicklung ist der Prozess einer verhängnisvollen Transzendierung vollendet: Der Mensch hat den Blick für sein eigentliches, im Geistigen fundiertes Leben verschlossen und hat ihn geöffnet für jene aus dem geistigen Leben hervorgegangene Welt der Schemen. Er hat den schemenhaften Charakter dieser Welt und ihr Hervorgehen aus den Trieben mit Anziehung und Abstoßung vergessen, und er betrachtet diese Welt, abgeschnitten von ihrer Herkunft, als etwas Selbstständiges, durch sich selbst Seiendes.

Wie religiöse Inder die ihnen hoffnungslos erscheinende Gefangenschaft in der Māyā, der Blendung, sehen, beschreibt *Heinrich Zimmer* sehr anschaulich (Māyā S.92):

*Die Māyā steigt, vielfältigen Aspekts und doch in allem Wechsel Ausgeburt und Ausdruck derselben inneren Größe, aus uns auf: Entfaltung unserer persönlichen Welt, so eigen wie unsere eigentümlichen Träume. Aufwallend und verebbend, Blasen und Laute sprudelnd, wirft die Quelle unseres Lebens innen Chamäleonhaftes auf: die Träume unserer Nächte und den Traum der wachen Welt. Träume sind etwas Unwillkürliches,*

*aller Absicht entrückt und dabei ein völliger Zwang, der sich auf uns legt. Wir haben sie nicht, sie haben uns, wir sind in ihnen gefangen. So ist auch die Māyā der Welt unserer Absicht ganz entrückt: Wir wollen nicht Welt und Ich, dieses Ineinanderspiel der Māyā haben, wir sind hineingeglitten in beide, und eigentlich ist dies Spiel anfangslos. Es hat uns, als völliger Zwang legt es sich über uns und bringt es zuweg, dass wir diesen Zwang, diesen Alp von Weltraum gar nicht als solchen gewahren, so völlig umfängt uns diese Māyā. So völlig undurchschaubar ist sie, dass wir sie so wenig gewahren wie der Fisch das Wasser, solange er darin lebt. Erst wenn wir uns ihr entreißen könnten, wie der Fisch an der Angel dem Wasser entrissen wird, würden wir wissen, was uns da umfangen hielt und wie völlig es uns hielt, aber unser Ich würde an dieser Erfahrung von Umwelt ersticken wie der Fisch im Wasserlosen, es müsste sterben, wenn ihm seine Māyā der Welt, in der es wurzelt wie sie in ihm, weggerissen würde. Eben um diesen Tod, dies völlige Abstreifen des Ich, geht es dem indischen Yogin.*

Was der Inder Māyā nennt, ist das, was wir Magie nennen und imaginieren. Aber nicht im Sinne vom Sprechen eines Zauberwortes, wodurch sofort etwas da ist, sondern mehr in dem Sinne, was wir in der Pathologie als „fixe Idee“ bezeichnen. Eine fixierte, d.h. ursprünglich nur im Geist gefasste Vorstellung (Idee) wird allmählich zum ständigen befestigten Erlebnis. So ist Welt und Ich eine fixierte Vorstellung, die so leicht nicht weicht. Die Tatsache der Māyā-haftigkeit ist nicht ein Traum, wie etwa den meisten ein Traum erscheint aus dem Bereich von Schemen, die etwa wie Wolkengebilde zufällig so oder so entstehen, vielmehr ist alle unsere Wahrnehmung, obwohl sie nicht aus der Welt kommt, dennoch fest gegründet, und zwar in den Qualitäten unseres Herzens. Kein Mensch kann Wahrnehmungen haben, die nicht durch die Qualitäten seines Herzens, seines Charakters begründet sind. Das ist ein fester, unlöslicher Zusammenhang, und nur durch die Wand-

lung des Charakters kann die Māyā, das Erleben, das Schicksal, geändert werden.

Über die Substanz der Natur und über ihre Herkunft aus dem Denken und den Trieben sagen alle große Geister der Menschheit das gleiche. So wie die Vertreter der Hindureligion sagen, dass alles Erleben māyā, selbst gemacht sei, eingebildet, imaginiert, Täuschung, so bezeichnet der Erwachte das, was unsere Wahrnehmung uns liefert und worauf wir uns weitestgehend verlassen, als „Luftspiegelung“, als Fata Morgana (S 22,95) und insofern als schemenhaft (*tuccha*), und das heißt, dass die Wahrnehmung uns betrügt (*musa*), dass es sich dabei um unsere eigenen Einbildungen handelt (*moghadhamma*), also um ein selbsterzeugtes Blendwerk (*māyākatam* - M 106), und das bedeutet ja, dass ein jeder Mensch, der sich auf die sinnliche Wahrnehmung verlässt, mit all seinem Wirken immer nur im Bereich dieser Blendung bleibt.

Ebenso sagt auch *Laotse: Die Welt ist ein geistig Ding*, und *Heraklit*, dass das Leben fast aller Menschen dem von Schlafwandlern und Träumern gleiche, und *Schopenhauer: Die Idee ist magisch, womit man etwas bezeichnet, das ohne selbst Naturkraft zu sein, dennoch über die Natur Gewalt ausübt*.

Das heißt, meine Gedanken, meine Ideen gründlich genug gepflegt, lassen mich das Entsprechende erleben. Ganz in dem Sinn sagt *Josef Görres* in seinem Werk über die Mystik: *Die sichtbare Natur ist die äußere Offenbarung der unsichtbaren geistigen*.

Die Ursache der Blendung, der Māyā, die den Wahntraum eines Ich in einer Welt entwirft, sind die Triebe mit ihren Formen von Anziehung und Abstoßung. Der Erwachte nennt sie und die durch sie bedingte Blendung auch schlicht „Gegebenheiten“. *Von den Gegebenheiten (dhātu) kommt die Wahrnehmung*. (S 14,13) Dieser Satz bedeutet also nicht etwa, dass irgendwelche „objektiven Gegebenheiten“ oder „Umweltbedingungen“ oder „gesellschaftliche Verhältnisse“ die Wahrnehmung bestimmen, sondern Triebe, Wollungen und die durch sie bedingten Einbildungen im Geist, Imaginationen,

Angewöhnungen, Blendungs- und Wahn-Wahrnehmungen sind selbsterzeugte Gegebenheiten.

Weil es letztlich nur darum geht, sich nicht faszinieren zu lassen von dem Anblick der Erscheinungswelt, die erfahren wird durch nach außen gerichtete Sinnesdränge des Körpers, sondern sich bewusst zu bleiben, dass nur die Motivkräfte des Herzens, die inneren Emotionen und Motivationen, die Erzeuger der Erscheinungswelt sind - darum unterscheidet der Erwachte alle Menschen nur danach, ob sie ihre Aufmerksamkeit auf die blendende Erscheinung, die *Māyā*, richten (*ayoniso-manasikāra*) oder auf den Schoß der Erscheinung, den Erzeuger der Erscheinung (*yoniso manasikāra*): auf die Triebe des Herzens. Nur derjenige, der die Aufmerksamkeit auf die Erzeugung der Erscheinung richtet, hat die Aussicht, die höchste und tiefste Lehre des Buddha über den Zusammenhang aller Erscheinungen zu verstehen und damit ein *auf das Wahre gerichteter Mensch* zu werden, einer, der die höchste Möglichkeit des Menschen auch benutzt, ausschöpft, sich die rechte, unverblendete Vorstellung vom endgültigen Heilsstand außerhalb aller Bedingtheit erwirbt und zum Leitbild macht.

Der Erwachte empfiehlt dem Heilsgänger, bei jeder Wahrnehmung der Tatsache der Ein-Bildung eingedenk zu sein in dem Wissen, dass Eingebildetes zu ent-bilden ist, dass es nicht ein zugrunde liegendes Etwas gibt. Die Nichtetwasheit hat ein so Erfahrender zum Stützpunkt genommen: *Wahrnehmung blickt er durch (Sn 779)*. Er durchschaut, ja, durchdringt die Wahrnehmung, erlebt sie als Luftspiegelung: *Dies Ganze gilt nicht wirklich. (Sn 9)*

Gemütherlösung durch die Vorstellung:

„Leer ist dies von einem Ich  
oder von etwas, das einem Ich gehört“

Der vom Erwachten belehrte Heilsgänger weiß: Durch die vielen gefühlsbesetzten Eintragungen in den Geist ist die gemütsmäßige Empfindung eines gleichbleibenden Zentrums, eines Ortes, an dem die Erlebnisse ankommen, entstanden: die



Ich-bin-Empfindung des Geistes (*asmi-māno*). Das von den Trieben kommende Gefühl ist es, das dem Geist die Subjektivität „Ich fühle“ suggeriert. So stark wie die drängenden Triebe sind und das von ihnen ausgehende Wohl- oder Wehgefühl, so stark sammelt sich „Ich-bin-Gefühl“ im Geist. Weil der Geist als scheinbar immer gleicher Ankunftsart der Empfindung und des Objekts den vielen wechselnden Orten der als außen empfundenen Vorgänge gegenübersteht, darum entsteht in ihm als der Sammelstelle der Gefühle die „Ich-bin“-Empfindung. Hier wird empfunden, was dort abläuft. Der schlimmste Wahn, die tiefste Ursache aller Leiden, ist das Vermeinen, ein Ich in einer objektiv bestehenden Welt zu sein. Dadurch wird mit der im Geist gebildeten Vorstellung eines „Ich bin“ eine Verletzbarkeit erzeugt, die bei der Wahrnehmung von Bedrohung mit Wehgefühl, bei der Wahrnehmung von Bestätigung und Anerkennung mit Wohlgefühl antwortet. Der Begehrliche kommt eher zur Ich-bin-Empfindung (*asmi-māno*) und dann zur Ich-bin-Anschauung (*sakkāya-ditthi*), weil stärkere Triebe stärkere Gefühle ausstoßen. Der Erwachte sagt: „Die Triebe sind die Ich- und Meinmacher.“ Wenn z.B. der Trieb nach Anerkennung stark ist, so werden bei seiner Berührung durch Lob und Tadel starke Gefühle wach. Dabei denkt der Betroffene nicht: „Durch Berührung der Triebe nach Anerkennung ist da ein Weh- oder Wohlgefühl entstanden“, sondern er fühlt und nimmt wahr: „Ich bin so elend traurig, zu Tode betrübt, weil keiner mich mag, die Welt ist ein Jammerthal.“ Oder „Ich bin so froh, ich könnte die ganze Welt umarmen. Man mag mich.“

Es ist der Wahn, dass da ein Erleber sei, der von Erlebnissen getroffen wird, die Wahrnehmung eines Ich, das erlebt, wo in Wirklichkeit nur Formen (1. Zusammenhäufung) zusammen mit bei der Berührung der Triebe ausgelöstem Gefühl (2. Zusammenhäufung) als Wahrnehmung (3. Zusammenhäufung) in den Geist eingetragen sind. Durch diese Eintragung von Blendungsdaten steigt als zum „Ich“ gehörend empfundene Aktivität auf (4. Zusammenhäufung), nimmt Stellung zu dem Wahr-

genommenen, indem frühere Erfahrungen des Geistes mit den neu eingetragenen in Beziehung gesetzt und beurteilt werden, und es entsteht eine neue Gewöhnung, ein neues Programm bzw. das alte wird verändert: die programmierte Wohlerfahrungssuche (5. Zusammenhäufung) ist ernährt, auf neuen Wegen oder auf verstärkten alten Wegen nach Wohlerfahrung zu suchen. Entsprechend diesem Programm lenkt die programmierte Wohlerfahrungssuche wieder den Körper (1. Zusammenhäufung) zu den als Wohl empfundenen (2. und 3. Zusammenhäufung) Formen (1. Zusammenhäufung), und der Geist denkt bei diesem automatisch ablaufenden Zusammenspiel (4. Zusammenhäufung): „Ich fühle, ich halte dies für besser als das, ich entscheide mich darum nach reiflicher Überlegung für dies Bessere, und ich werde in Zukunft so und so vorgehen.“ Und er gewöhnt sich daran, so und so zu denken, zu reden und zu handeln (5. Zusammenhäufung). Dieses ineinander greifende Zusammenspiel der fünf Zusammenhäufungen erweckt den Eindruck: „Ich, der ich so fühle und denke und entscheide, ich bin in der Welt.“

Ein von seinen Mitmönchen über seine Erfahrung von Nicht-Ichheit befragter Mönch namens Khemako (S 22,89) spricht von zwei verschiedenen Anschauungen: der triebhörigen, die ihn empfinden lässt „ich bin“, und dem sich gleich daran anschließenden Urteil der Weisheit: „Das bin ich ja gar nicht.“ Die erste Auffassung entsteht wegen der noch vorhandenen achten Verstrickung „Ich-bin-Empfindung“, durch die jeder Nicht-Geheilte gefesselt ist, durch das spontane Getroffensein: „Mir ist dies oder das geschehen.“ Je stärker aber ein Mensch in sich den rechten Anblick verankert hat, um so weniger kann er in seinem gedanklichen Sprachbereich die Reaktion zulassen: „Mir ist das geschehen.“ Sofort ist er bei solchem Gedanken wach: „Wovon lässt du dich da wieder täuschen! Lass dich nicht von der Erscheinung hinreißen, sieh genauer hin!“ Der Mönch sagt also mit anderen Worten: „Dieses gewohnte Ich-bin-Empfinden kommt mich noch an bei jedem Erlebnis, aber diesem Empfinden glaube ich nicht mehr.“

Den Glauben an Persönlichkeit (*sakkāyaditthi*) - die Anschauung, die automatische Vorstellung, dahinter stehe ein Selbst - habe ich nicht mehr, denn sobald mich das Empfinden ankommt ‚das bin ich‘, durchschaut es der Geist als Wahn."

Um die Aufhebung der Ich-bin-Empfindung, *leer ist dies von einem Ich oder Selbst*, geht es dem Heilsgänger, der die Leerheit zum Stützpunkt nimmt. Da er die Freiheit von Sinnensucht erreicht hat, und das heißt brahmische Weite gewonnen hat, kann er sich nicht mehr gefühlsmäßig mit dem Körper und dessen Sinnen identifizieren, aber er mag noch Neigung zu Reiner Form oder zu Formlosigkeit haben und sich mit diesen Neigungen identifizieren. Wo Neigungen sind - und seien es die feinsten -, da gibt es Ich-bin-Empfindung und damit Erregung bei Nichterfüllung des Gewollten und Wahn (8., 9. und 10. Verstrickung).

Dieses wissend, betrachtet der Übende: „‚Ich‘, ‚irgend Etwas‘, das mit ‚mir‘ in Beziehung steht, gibt es nicht - es sind im Geist entstandene Einbildungen." Von allem, was erfahren, gedacht, empfunden wird, gibt nur die Wahrnehmung Zeugnis, und Wahrnehmung entsteht durch Wollen, durch die Vielfalt der Neigungen. Da ist gar kein Empfinder, der getroffen werden könnte, da sind nur Neigungen, durch Denken geschaffene Vakua, die gilt es aufzuheben. Es gibt kein verletzbares Ich, dessen Wünsche befriedigt und das verteidigt werden müsste, es ist nur Einbildung, Traum, Wahn, dass es ein solches gebe.

Die durch keine Eigenschaft  
zu bezeichnende Gemüterlösung,  
die Aufhebung von Gefühl und Wahrnehmung

Anschließend an diese Betrachtung der Gemüterlösungen im Gegensatz dazu die Aussage des Erwachten (M 38):

*Hat der unbelehrte Mensch mit dem Luger eine Form gesehen (mit dem Lauscher einen Ton gehört usw.), so ist er erfreut über die den Trieben angenehmen Formen und verabscheut die den Trieben unangenehmen Formen. Ohne Beobachtung*

*der Sinnesdränge des Körpers verweilt er beschränkten (verblendeten) Gemüts, und nichts weiß er von Gemüterlösung, Weisheitlösung, wo üble, unheilsame Eigenschaften restlos aufgelöst sind. So fällt er der Befriedigung und Unbefriedigung anheim; und was für ein Gefühl er auch fühlt: ein freudiges, leidiges oder weder freudiges noch leidiges, auf dieses Gefühl setzt er, darum denkt er herum, daran ist er gebunden. - Dies sind Tätigkeiten des geblendeten Geistes. - Dadurch, dass er auf dieses Gefühl setzt, darum herumdenkt, daran gebunden ist, erhebt sich ihm Befriedigung. Diese Befriedigung bei den Gefühlen, das ist Ergreifen. Ergreifend denken, reden und handeln die Wesen und schaffen sich damit ihr Schaffsal, die Ernte ihres Wirkens (bhava). Durch Schaffsal bedingt ist Geborenwerden; durch Geborenwerden bedingt ist Altern und Sterben, Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung, und so geschieht dieser ganzen Leidenshäufung Fortsetzung.*

Wenn wir dafür sorgen, dass wir häufiger den Wahrheitsanblick (*sacca-saññā*) in den Geist aufnehmen, wenn wir uns die wahre Beschaffenheit der Dinge vor Augen führen und uns den wild bewegten Eindrücken entziehen, uns zurückhalten, dann steigen dem wahren Wert der Dinge näher kommende Wahrnehmungen in den Geist und stehen zur Verfügung, so dass Dinge, von denen wir früher ein leuchtendes, lockendes Bild hatten, die wir als sehr angenehm und sehr wichtig empfanden, nun nicht mehr derart positiv bewertet werden. Es sind noch leuchtend rote Flecken da, aber wir sehen überall die Farbe abblassen. Es ist ein ganz anderes Bild als früher.

Wenn der Übende mehr das Rieseln, die Haltlosigkeit der gesamten Sinneseindrücke erkennt und sieht, dass da gar kein selbstständiger Täter ist, sondern nur ein automatisch ablaufender Prozess von fünf Zusammenhäufungen, dann löst er sich von dem Gewordenen und strebt nach dem Bleibenden, dem Unbedingten. Wo Blendung aufhört, da ist Gier und Hass, Anziehung und Abstoßung der Boden entzogen, dann hört Leiden endgültig auf.

## DIE ERKLÄRUNGEN II

### 44. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Rājagaham, im Bambuspark, am Hügel der Eichhörnchen. Da nun begab sich Visākho, ein Anhänger des Erwachten, zur Nonne Dhammadinnā, begrüßte sie höflich und setzte sich zur Seite nieder. Zur Seite sitzend sprach nun der Anhänger Visākho zur Nonne Dhammadinnā:*

#### *Persönlichkeit (sakkāya)*

*Man spricht von „Persönlichkeit, Persönlichkeit“, Ehrwürdige. Was wird vom Erhabenen Persönlichkeit genannt? – Die fünf Zusammenhäufungen (Ergreifens-Häufungen) werden vom Erwachten Persönlichkeit genannt, nämlich die Ergreifens-Häufung Form, die Ergreifenshäufung Gefühl, die Ergreifens-Häufung Wahrnehmung, die Ergreifenshäufung Aktivität, die Ergreifens-Häufung programmierte Wohlerfahrungs-suche. Diese fünf Ergreifenshäufungen werden vom Erhabenen Persönlichkeit genannt. – Gut, Ehrwürdige!, erwiderte Visākho der Nonne Dhammadinnā erhoben und beglückt und stellte nun eine weitere Frage:*

Durst lässt den Eindruck von Persönlichkeit  
(sakkāya) entstehen, Aufhebung des Durstes  
hebt den Eindruck von Persönlichkeit auf

*Man spricht von der „Entstehung der Persönlichkeit, von der Entstehung der Persönlichkeit“. Was hat der Erhabene über die Entstehung der Persönlichkeit gesagt? – Es ist der Durst, Visākho, der Weiterwerden*

*schaffende, befriedigungssüchtige, bald hier, bald dort Befriedigung suchende: der Durst nach Sinnendingen, der Durst nach Dasein, der Durst nach Vernichtung. Der wird vom Erhabenen als Ursache für die Entstehung der Persönlichkeit genannt. – Gut, Ehrwürdige, erwiderte Visākho der Nonne Dhammadinnā erhoben und beglückt und stellte nun eine weitere Frage:*

*Man spricht von der „Aufhebung der Persönlichkeit, von der Aufhebung der Persönlichkeit“. Was wird vom Erhabenen Aufhebung der Persönlichkeit genannt? – Es ist dieses Durstes völliges Ausroden, Loslassen, Ablegen, Sich Befreien, Vertreiben. Das wird vom Erhabenen Aufhebung der Persönlichkeit genannt. – Gut, Ehrwürdige, erwiderte Visākho der Nonne Dhammadinnā erhoben und beglückt und stellte nun eine weitere Frage:*

*Man spricht von dem „Weg, der zur Auflösung der Persönlichkeit führt, dem Weg, der zur Auflösung der Persönlichkeit führt“. Was wird vom Erhabenen als der Weg, der zur Auflösung der Persönlichkeit führt, genannt? – Es ist der achtgliedrige Heilsweg, nämlich rechte Anschauung, rechte Gemütsverfassung / rechtes Denken, rechte Rede, rechtes Handeln, rechte Lebensführung, rechtes Mühen, rechte Wahrheitsgegenwart / Beobachtung, rechte Einigung. Er wird vom Erhabenen als der Weg bezeichnet, der zur Auflösung der Persönlichkeit führt. – Gut, Ehrwürdige, erwiderte Visākho der Nonne Dhammadinnā erhoben und beglückt.*

Das Pāliwort *sa-k-kāya* ist der Ausdruck für alles Erleben und Erlebte, mit dem „man“, „sich“ (*sa*) identifiziert, und schließt damit das Insgesamt der fünf Ergreifens-Häufungen ein, die als „Ich“ und „mein“, als „eigen“ angesehen werden. *Sa-k-*

*kāya* bedeutet wörtlich „zu sich gezählter eigener Körper“, betrifft aber alles Zu-sich-Gezählte innerhalb der fünf Ergreifens-Häufungen.<sup>103</sup> Von allem Zu-sich-Gezählten, dem Erleber und dem Erlebten, sagt der Erwachte:

*Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst.*

Der Eindruck, eine *Persönlichkeit* zu sein, *entsteht durch Durst*, sagt der Erwachte. Die Wesen identifizieren sich mit ihrem Verlangen und dem jeweils Erlangten. Der Durst, das bewusste Verlangen, etwas als angenehm Vorgestelltes zu erlangen oder etwas als unangenehm Vorgestelltes zu beseitigen oder zu meiden, ist das Element, durch welches veranlasst die fünf Zusammenhäufungen/Ergreifens-Häufungen immer weiter zusammengehäuft und als Mein angesehen werden. Von dem Durst sagt der Erwachte, dass er *bald hier, bald dort Befriedigung sucht*, und die Herkunft des Durstes erklärt er aus dem Gefühl.

Alle gefühlten, empfundenen Erlebnisse, die angenehmen und die unangenehmen Wahrnehmungen, tragen sich unmittelbar im Geist ein, wodurch der Erleber weiß, was angenehm und unangenehm ist: Von da an erst kann es den Durst geben, das bewusste Anstreben, das als angenehm Erfahrene zu erlangen, das als unangenehm Erfahrene zu vermeiden. Der Durst selber also ist offenbar und bewusst, doch seine Wurzel ist unbewusst und verborgen, ist das unbewusste Erlebnisverlangen der Tendenzen, der Sinnesdränge. So ist die Grundlage des Durstes

1. die unbewusste Tendenz,
2. das schon mehr oder weniger oft gehabte innere Gefühl von deren Befriedigung mit daraus hervorgegangener Eintragung in den Geist und
3. der jetzt akut auf Wiederholung des Erlebnisses gerichtete Wille.

---

<sup>103</sup> so auch *sa-d-attha*, das eigene Heil (Dh 166),  
*sa-citta*, das eigene Herz (Dh 183)

Wer aufmerksam nach den wahren Motiven seiner Bestrebungen und Aktivitäten forscht, wird letztlich immer den Durst als die eigentliche Quelle entdecken. Im ersten Augenblick mag man meinen, man tue doch vielerlei aus bloßer Pflichterfüllung, und die habe mit dem Durst doch nichts zu tun. Bei näherem Nachforschen wird man aber erkennen, dass diese Pflichten selber letztlich dadurch entstanden sind, dass man, bedingt durch den Durst, in jene Lebensgemeinschaft oder Lebenssituation eingetreten ist, in welcher sich nun solche Pflichten vorfinden.

Und der Erwachte sagt, dieser Durst sei es, der Dasein fortsetzt:

*Keine andere Verstrickung, ihr Mönche, sehe ich, durch welche verstrickt die Wesen für lange Zeit den Lauf der Geburten beschreitend wandern, als, ihr Mönche, die Verstrickung des Durstes. (It 15)*

Die durch die Stillung des Durstes erfahrene momentane Befriedigung bezeichnet der Erwachte als die Saat, aus welcher neues Dasein entstehen muss.

So gewaltig und hinreißend der Durst auch für den unbelehrten Menschen ist, der von einem Erwachten Belehrte kann ihm doch beikommen. Bei all seiner Kraft besteht der Durst ja nicht aus sich heraus. Er ist nicht die selbstständige Macht, als die er erscheint, sondern er steht und fällt mit der Kraft der Triebe, auf deren Befriedigung er aus ist. Und der Wahn, es gebe ein Ich, das einer Welt gegenüber stehe, war es, der ihn so gewaltig anschwellen ließ.

Der Erwachte vergleicht den normalen, von ihm nicht belehrten Menschen mit einem vom Giftpfeil Getroffenen und darum in Todesgefahr Stehenden.

Das tödliche Gift am Pfeil gilt als Gleichnis für Wahn. Der Pfeil selbst, der schmerzlich im Körper gefühlte, gilt für den *Durst*, für unser tausendfältiges Verlangen und Ersehnen von diesen und jenen Befriedigungen durch die trügerischen Formen, Töne, Düfte, das Schmeck- und Tastbare und die Gedan-



ken. So ist der normale unbelehrte Mensch durch diesen vergifteten Pfeil, durch seinen wahnhaften Glauben an Ich und Welt und durch seinen schmerzlich drängenden sechsfachen Durst geradezu dem geistigen Tod verfallen: Eine von den Trieben kommende traumhafte Wahrnehmung hält er für äußeres „wirkliches“ Geschehen. Der Giftpfeil steckt in ihm, so folgt er der Fata Morgana und strebt die von ihr angebotenen und seinen Durst verlockenden Objekte an, sucht zu vermeiden, was in dieser Fata Morgana als Schreckliches erscheint, und folgt in all seinem Tun und Lassen dem eindeutigen Sog seines Durstes.

Wer aber durch die Lehre des Erwachten begriffen hat, dass die Weltwahrnehmung ein krankhaftes, delirienhaftes Träumen von selbstausgesponnenen Vorstellungen ist und dass sein gespürter Durst und Drang nach Befriedigung letztlich durch seine Geisteskrankheit, seine wahnhafte Einbildung bedingt ist – einen solchen Menschen vergleicht der Erwachte mit einem Verwundeten, bei welchem der Giftpfeil samt dem Gift zwar aus der Wunde herausgezogen, die Wunde selbst aber noch nicht geheilt ist. (M 105)

In diesem Zustand befindet sich jeder vom Erwachten Belehrt, der den Stromeintritt gewonnen hat, d.h. den wahren Anblick vom Dasein so klar und fest in seinen Geist eingebaut hat, dass er dem trügerischen Anschein, den die sinnliche Wahrnehmung auch ihm noch immer aufdrängen will, endgültig nicht mehr verfällt. Dass bei ihm jetzt Pfeil und Gift aus dem Körper entfernt sind, bedeutet, dass er in seinem Geist endgültig und klar weiß, wie sich alles in Wirklichkeit verhält. Dass aber die von dem Giftpfeil aufgerissene Wunde noch besteht und öfter schmerzt, bedeutet, dass sein Herz noch fast wie zuvor von den verschiedenen Trieben besetzt ist und darum die sinnlichen Wahrnehmungen fast noch die gleichen Wohl- und Wehgefühle auslösen wie zuvor.

*Ergreifen und die fünf Zusammenhäufungen –  
die fünf Ergreifenshäufungen – sind nicht das Gleiche*

*Sind nun, Ehrwürdige, Ergreifen und die fünf Ergreifenshäufungen das Gleiche oder sind Ergreifen und die fünf Ergreifenshäufungen voneinander verschieden? – Nicht sind das Ergreifen und die fünf Ergreifenshäufungen ein und dasselbe. Aber es gibt außerhalb der fünf Ergreifens-Häufungen kein Ergreifen. Wenn der Wunsch nach Gierbefriedigung (chandarāga) bei den fünf Ergreifenshäufungen aufsteigt, das ist Ergreifen.*

Das Pāliwort *upādānakkhandha*, das wir sonst mit „Zusammenhäufung“ übersetzen, bedeutet wörtlich *upādāna* = *Nehmen, Ergreifen*, und *khandha* = *Summe, Menge, Haufen*. Um die folgenden Fragen und Antworten besser zu verstehen, benutzen wir hier die wörtlichere Übersetzung „Ergreifens-Häufung“ statt „Zusammenhäufung“. Fünf Ergreifens-Häufungen gibt es:

1. Form
  - a) zu sich gezählte Form = der Körper mit den Trieben und
  - b) als außen erfahrene Form,
2. Gefühl,
3. Wahrnehmung,
4. Aktivität,
5. Programmierte Wohlerfahrungssuche.

Ergreifen ist etwas anderes als die Ergreifens-Häufungen, aber Ergreifen gibt es nur im Rahmen der fünf Ergreifens-Häufungen – antwortet der Erwachte in M 109 auf die Frage eines Mönches und antwortet in unserer Lehrrede die Nonne Dhammadinnā.

Ergreifen geschieht überall da, wo die Wesen durch Wirken in Gedanken, Worten und Taten (4.Ergreifens-Häufung) dem aufgekommenen Drang nach Genießen oder Abweisen usw.

ganz und gar folgen, das jeweils aufgekommene Gefühl also befriedigen. Der Erwachte sagt: *Bei den Gefühlen sich befriedigen, das ist Ergreifen.* (M 38)

Der durch die Gier, das Wollen, die Triebe, bewusst gewordene Drang im Geist – der Durst – erzeugt den Wunsch nach Befriedigung. Was die Triebe irgendwann als angenehm erfahren haben (Wohlgefühl), das wollen sie gern wieder erleben. Je stärker das Wohlgefühl war, um so stärker ist der Wunsch, der im Geist gespürte Drang nach Wiederholung des Erlebnisses. Insofern ist der Wunsch nach Gefühlsbefriedigung ganz und gar abhängig von den vorher erlebten Gefühlen. Wenn wir den triebbedingten Gefühlen folgen, indem wir das Angenehme mit entsprechendem Denken, Reden und Handeln annehmen, das Unangenehme abweisen – dann haben wir damit unser Gefühl befriedigt. Insofern haben wir die Begegnung oder die Sache nicht neutralisiert, sondern mit Gefühl an uns gebunden. Damit ist die betreffende Situation nicht aufgelöst, sondern wird uns in Zukunft wiederum begegnen. Wo immer man einem Wehgefühl ausweicht oder ein Wohlgefühl zu erlangen sucht, hat man die Neigungen und Triebe des Herzens, seine Empfindlichkeiten und damit seinen Wesenszuschnitt, bestätigt, hat nach seiner Sympathie oder Antipathie gehandelt und darum die Verbindung zu jener Situation erhalten oder gar verstärkt. Damit ist das im Durst zum Ausdruck gekommene Verhältnis des erlebten Ich zu der betreffenden erlebten Begegnung im Dasein erhalten geblieben.

Der Erwachte sagt: Alles, was wir erleben, ist irgendwann durch Ergreifen im Denken, Reden und Handeln geschaffen worden. Wir erleben/nehmen wahr immer nur Selbstgeschaffenes. Alle einst ergriffenen Situationen werden über kurz oder lang wie aus „Zukunft“ kommend, wieder in die Wahrnehmung (3.Ergreifenshäufung) eintreten. Darauf wird wieder reagiert (4.Ergreifenshäufung), und damit werden sie wieder ergriffen, angeeignet, d.h. so oder so behandelt, aber fast nie aufgelöst. Durch die nächsten Situationen werden sie aus der Wahrnehmung verdrängt, aber müssen unweigerlich wieder-

kehren, solange sie nicht aufgelöst sind. Damit bleibt die Kette der wahrgenommenen Begegnungssituationen bestehen und damit auch der Eindruck, die Einbildung eines „Ich“ in ständiger Auseinandersetzung mit „Welt“.

Ergreifen, 4. und 5. Ergreifenshäufung, ist als Reaktion auf das Wahrgenommene eine neu schaffende bzw. das Alte bestärkende Aktivität. Ergreifendes Denken, Reden und Handeln, d.h. aktives Wirken, halten die drei als passiv erlebten Ergreifenshäufungen: Form, Gefühl, Wahrnehmung, in Gang, aber sie sind ebenso eine gewirkte Häufung wie die drei anderen. Alles ergreifende Wirken im Denken, Reden und Handeln bewegt sich immer nur innerhalb der fünf Ergreifenshäufungen. *Außerhalb der fünf Ergreifenshäufungen gibt es kein Ergreifen.* Denn außer Formen, Gefühle, Wahrnehmung, Aktivität und programmierter Wohlerfahrungssuche gibt es nichts anderes, das ergriffen werden könnte.

### *Glaube an Persönlichkeit (sakkāyaditthi)*

*Wie aber kann, Ehrwürdige, der Glaube an Persönlichkeit aufkommen? – Der unbelehrte unerfahrene Mensch hat keinen Blick für den Heilsstand. Er kennt nicht das Wesen des Heils und ist unerfahren in den Eigenschaften des Heils. Er hat auch keinen Blick für die auf das Wahre ausgerichteten Menschen, kennt nicht die Art der auf das Wahre ausgerichteten Menschen und ist unerfahren in den Eigenschaften der auf das Wahre ausgerichteten Menschen. Er betrachtet Form als Selbst oder Selbst als Form besitzend oder Form als im Selbst enthalten oder Selbst als in Form enthalten. Er betrachtet Gefühl als Selbst oder Selbst als Gefühl besitzend oder Gefühl als im Selbst enthalten oder Selbst als in Gefühl enthalten. Er betrachtet Wahrnehmung als Selbst oder Selbst als Wahrnehmung besitzend oder Wahrnehmung als im Selbst ent-*

*halten oder Selbst als in Wahrnehmung enthalten. Er betrachtet Aktivität als Selbst oder Selbst als Aktivität besitzend oder Aktivität als im Selbst enthalten oder Selbst als in Aktivität enthalten. Er betrachtet programmierte Wohlerfahrungssuche als Selbst oder Selbst als programmierte Wohlerfahrungssuche besitzend oder programmierte Wohlerfahrungssuche als im Selbst enthalten oder Selbst als in programmierter Wohlerfahrungssuche enthalten. Auf diese Weise kann der Glaube an Persönlichkeit aufkommen.*

Das Pāliwort für Glaube an Persönlichkeit ist *sakkāyaditthi*. Das Wort *kāya* in *sa-k-kāya* ist der Ausdruck für alles „etwas“, das erlebt wird oder zum Erleben beiträgt: einzelne oder alle fünf Ergreifenshäufungen, und *sa-k-kāya-ditthi* ist die Anschauung, dass einer sich mit (*sa*) etwas (*kāya*) identifiziert, es als Ich und Mein, als „eigen“ ansieht – insofern die Übersetzung „Glaube an Persönlichkeit“.

Der unbelehrte unerfahrene Mensch ist einer, der die Lehre des Buddha, und d.h. die Wahrheit von der Wirklichkeit, *nicht gehört* und vor allem *nicht verstanden* hat; und zwar geht es hier weniger um die Lehre des Buddha über Karma, Fortexistenz und höhere, hellere Daseinsformen, so wichtig diese Lehren auch sind, sondern immer nur um die vier Heilswahrheiten und damit die *anatta*-Lehre. Der unbelehrte unerfahrene Mensch hat die endlose Fortsetzung der Leidensmasse durch das weitere Zusammenhäufen der fünf Ergreifenshäufungen nicht durchschaut und hat nichts anderes im Sinn als seine Familie, seinen Beruf, seine Liebhabereien und Vergnügungen und im Alter die Rente bis zum Tod – und selbst, wenn er mit jenseitigen Möglichkeiten von Freuden und Leiden rechnet und sich möglichst so verhält, dass er auch dort auf Freuden hoffen darf, so hat er keine Ahnung von der Ausweglosigkeit der Wanderung und den Wandlungen der fünf Ergreifenshäufungen.

*Er kennt den Heilsstand nicht*, sagt der Erwachte, und er kennt nicht die Art, die Eigenschaften der auf das Wahre ausgerichteten Menschen, das heißt, er erkennt nicht solche Menschen, die die Wahrheit von der Nicht-Ichheit der fünf Ergreifenshäufungen so begriffen haben, dass sie unwiderruflich in die Entwicklung eingetreten sind, die ganz sicher zur baldigen Beendigung des Samsāra führt.

Wer die Lehre des Erwachten nicht gehört und verstanden hat, der identifiziert sich mit den fünf Ergreifenshäufungen. Wer sich mit dem Körper identifiziert, der sagt sich: „Jetzt bin ich jung und stark – jetzt werde ich älter – jetzt bin ich schwach – jetzt werde ich untergehen.“ Das Schicksal des Leibes ist sein Schicksal. Wer sich mit den Gefühlen identifiziert, ist mal himmelhoch jauchzend, dann wieder zu Tode betrübt: „Ich bin so traurig – ich bin so glücklich.“ Das jeweilige Gefühl empfindet er als sein Gefühl. Seine Gefühle sind sein Schicksal. Angenehme, unangenehme Wahrnehmungen sieht er als seine Wahrnehmungen, sein Schicksal an. „Wie geht es mir gut – wie geht es mir schlecht.“ Erfüllen sich seine Wünsche nicht und kommt er trotz aller Aktivität im Denken, Reden und Handeln nicht zu dem Ersehnten, so denkt er: „Alles, was ich unternahme, schlägt fehl.“ Er identifiziert sich mit seiner Aktivität und ist betrübt, wenn seine Aktivität keinen Erfolg hat.

Der Erwachte sagt (M 148):

*Das ist der Weg zur Entstehung des Glaubens an Persönlichkeit: „Das Auge (mit dem innewohnenden Luger)“, sagt man, „das gehört mir, das bin ich, das ist mein Selbst. Die Formen, Luger-Berührung, Luger-Erfahrung, Gefühl, Durst: das gehört mir, das bin ich, das ist mein Selbst.“*

(Ebenso sagt er, dass die anderen Sinnesorgane (mit den innewohnenden Sinnesdrängen) und das durch die Sinnesdränge bedingte Gefühl usw. das Ich, das Selbst ist.)

Die durch Triebe entstandenen gefühlsbesetzten Wahrnehmungen erzeugen im Geist die Ich-bin-Anschauung (*sakkāya-ditthi*) – und weil die „Ich-bin“-Anschauung den Erleber von

der erlebten „Welt“ abgrenzt, zugleich auch die Weltgläubigkeit. Und die Ich-bin-Anschauung ist die Ursache dafür, dass ein Mensch nicht wollen kann, die Gesamtheit der Triebe aufzuheben. Da er sich eins mit den Trieben fühlt, hätte er bei dem Gedanken, die Triebe aufzuheben, das Empfinden, sich selbst aufzuheben, also sich selbst zu vernichten.

Solange die Triebe bestehen mit Anziehung, Abstoßung, Blendung, so lange sind sie das *perpetuum mobile passionis*, das unaufhörliche Leidenskontinuum, und der Glaube an Persönlichkeit, die Identifikation mit den Trieben, ist die Ursache dafür, dass die Aufhebung dieses *perpetuum mobile* nicht betrieben wird. Die Triebe sind der Bauplan und das Kernelement des nächsten Körpers: Je nach bestehender Anziehung zu himmlischen, menschlichen, tierischen, gespensterhaften Eigenschaften und Dingen wird ein Dasein in solcher Welt erlebt.

Den sich gegenseitig bedingenden Leidenskreislauf der fünf Ergreifenshäufungen nicht zu sehen, sondern zu meinen, ein Ich stehe einer Welt gegenüber, das ist Wahn. Und da wir schon ungezählte frühere Leben in diesen Wahnbanden lebten, so ist der wahnhaftige Anblick der Welt schon längst zu unserer Natur geworden. Wir haben uns mit unserem ganzen Herzen und Wesen in diese Wahnbefangenheit eines Ich in einer Welt hineinverstrickt. Durch die Triebe und Verstrickungen des Herzens kommt es, dass wir das Empfinden haben, die aus Wahrnehmung bestehenden, einst entlassenen Begegnungsercheinungen bestünden aus an sich und unabhängig von uns vorhandenen vier großen Gewordenheiten: Festem, Flüssigem, Wärme und Luft. In Wirklichkeit ist all unser Erleben, unsere gesamte sinnliche Wahrnehmung eines Ich und einer Umwelt nur die Übersetzung dessen, was in unserem Herzen an Tendenzen, Emotionen, Motivationen wühlt. So wie jeder nächtliche Traum keine andere Ursache hat als die schwankenden, dauernd sich verändernden Vorstellungen des Gemüts und des Geistes aus den Trieben des Herzens, ganz so geht es mit dem lebenslänglichen Traum unserer Tageserlebnisse, und dieser

lebenslängliche Traum währt so lange und in solcher Qualität, wie die Triebe des Herzens sind. Der gesamte Triebkomplex verlässt im Sterben den Körper, wirkt aber weiterhin, produziert weiterhin Traumleben, indem das Lebewesen, das große Angst vor dem Sterben hatte, das den Tod als seine Vernichtung auffasste, gleich nach dem Übergang verwundert ist und sich in der neuen Umgebung orientiert. Den aus den Trieben aufdampfenden Traum mit seinen wechselnden Bildern halten wir für eine unabhängig von uns bestehende äußere Welt, obwohl all unser Erleben doch Erleben, Wahrnehmen ist, ein geistiger Vorgang, entstanden durch Berührung der Triebe.

Dem unbelehrten Menschen wird in unserer Rede der belehrte Mensch gegenübergestellt, der das Heil kennt:

*Und wie, Ehrwürdige, kann der Glaube an Persönlichkeit nicht aufkommen? – Der belehrte erfahrene Heilsgänger hat einen Blick für den Heilsstand. Er kennt das Wesen des Heils und ist erfahren in den Eigenschaften des Heils. Er hat auch einen Blick für die auf das Wahre ausgerichteten Menschen, kennt die Art der auf das Wahre ausgerichteten Menschen und ist erfahren in den Eigenschaften der auf das Wahre ausgerichteten Menschen. Er betrachtet Form nicht als Selbst oder Selbst als Form besitzend oder Form als im Selbst enthalten oder Selbst als in Form enthalten. Er betrachtet Gefühl nicht als Selbst oder Selbst als Gefühl besitzend oder Gefühl als im Selbst enthalten oder Selbst als in Gefühl enthalten. Er betrachtet Wahrnehmung nicht als Selbst oder Selbst als Wahrnehmung besitzend oder Wahrnehmung als im Selbst enthalten oder Selbst als in Wahrnehmung enthalten. Er betrachtet Aktivität nicht als Selbst oder Selbst als Aktivität besitzend oder Aktivität als im Selbst enthalten oder Selbst als in Aktivität enthalten. Er betrachtet programmierte Wohlerfassungssuche nicht als Selbst*



*oder Selbst als programmierte Wohlerfassungssuche besitzend oder programmierte Wohlerfassungssuche als im Selbst enthalten oder Selbst als in programmierter Wohlerfassungssuche enthalten. Auf diese Weise kann der Glaube an Persönlichkeit nicht aufkommen.*

Der vom Erwachten Belehrte, der sich nicht mit den fünf Ergreifenshäufungen identifiziert, weiß, dass die fünf Ergreifenshäufungen nach ihrem Gesetz ablaufen müssen. Er ist sich der Entwicklungskurve des Körpers bewusst, die auf den Tod zuläuft. Er identifiziert sich bei ruhiger Überlegung nicht mit dem Körper, wenn ihm auch Schmerzen immer wieder die Ich-bin-Empfindung aufdrängen. Er beobachtet das Entstehen und Vergehen der Gefühle als Resonanz auf die Triebe und identifiziert sich bei ruhiger Überlegung nicht mit ihnen. Dann ist er abseits der Gefühle, ein unbeteiligter Zuschauer. Er beobachtet die Wahrnehmungen und sein Reagieren auf sie und identifiziert sich bei ruhiger Überlegung nicht mit ihnen.

Immer wieder verweist der Erwachte auf die Tatsache der Unbeständigkeit, die die Vorstellung einer absoluten, beständigen Wesenheit, eines Ichkerns, den man als unveränderlich erkennen könnte, aufhebt. Er sagt (M 148):

*Wenn einer behaupten wollte: „Das Auge (mit dem innewohnenden Luger), das Ohr (mit dem innewohnenden Lauscher) usw. ist das Ich“, so geht das nicht, denn beim Auge (mit dem innewohnenden Luger) zeigt sich Entstehen und Vergehen; wobei sich aber Entstehen und Vergehen zeigt, da ergibt sich für einen solchen: „Mein Ich entsteht und vergeht.“ Darum geht es nicht an zu behaupten: „Das Auge (mit dem innewohnenden Luger) ist das Ich.“ Also ist das Auge (mit dem innewohnenden Luger) nicht das Ich.*

(Ebenso sind die anderen Sinnesorgane (mit den innewohnenden Sinnesdrängen) und die jeweiligen Formen, die jeweilige

Berührung, Erfahrung, Gefühl, Durst nicht das Selbst, weil sie entstehen und vergehen).

*Das aber ist der Weg zur Aufhebung des Glaubens an Persönlichkeit: „Das Auge (mit dem innewohnenden Luger)“, sagt man, „das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst. Die Formen, Luger-Berührung, Luger-Erfahrung, Gefühl, Durst: das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst“ usw.*

Der Erwachte meint nicht: „Du sollst das Ich lassen.“ Er sagt: „Diese als vergänglich erkannten Faktoren können nicht das Ich sein. Die fünf Ergreifenshäufungen sind vergänglich. Was vergänglich ist, kann man davon sagen: „Das bin ich“? Darauf antwortet die Vernunft: „Nein.“ Der belehrte Heilsgänger führt sich vor Augen, dass in Wirklichkeit Gefühl und Wahrnehmung ist, wo er den Eindruck hat, ein lebendiges Ich in einer materiellen dreidimensionalen Welt zu sein. In diesem Sinn rät der Erwachte:

*Als Luftgebild' sieh diese Welt,  
als Wogenschaum sieh diese Welt.  
Wenn so du blickst, dann trifft dich nicht  
der Todesfürst (Māro, das Gesetz der Unbeständigkeit),  
der Herr der Welt. (Dh 170)*

Der Heilsgänger führt sich bei den Verlockungen durch die Sinnendinge und bei dem Drang, aufzubrausen, nachzutragen, sich zu rächen sich rücksichtslos durchzusetzen, immer vor Augen: „Dieser Reiz nach Befriedigung der inneren Dränge hält im Leiden, im Bereich des Todes.“ Darum kann sich der Heilsgänger an nichts mehr, was irgendwie erscheint, endgültig befriedigen wollen; aber die Triebe sind noch fast alle da, und so erscheint so vieles noch verlockend. Darum ver-scheucht er diese ködernden, an den Samsāra fesselnden, gefühlten und in den Gedanken aufsteigenden Reize immer wieder. Es ist ein sehr allmählicher Prozess, bis die Gewohnheits-

bande, immer heranzutreten, zu ergreifen, sich anzueignen und dabei zu verbleiben, aufgelöst sind, und es kostet eine Zeit der Übung in zunehmender, gründlicher Wahrheitsgegenwart (*sati*), bis die richtige Anschauung und Haltung durchgängig zu werden beginnt:

*Wenn man da aber nicht herantritt, nicht ergreift, nicht sich aneignet, nicht sich dahin richtet in dem Wissen „Hier ist gar kein Ich! Leiden ist alles, was immer entsteht, Leiden ist alles, was immer vergeht“ – nicht mehr zweifelt, nicht mehr bangt, im Besitz des von allen Meinungen unabhängig machenden Klarwissens – das ist richtiger Anblick (sammāditthi) (S 12,15).*

### *Der achtgliedrige Heilsweg*

*Was ist der achtgliedrige Heilsweg, Ehrwürdige? – Dies ist der achtgliedrige Heilsweg, nämlich rechte Anschauung, rechte Gesinnung/rechtes Denken, rechte Rede, rechtes Handeln, rechte Lebensführung, rechtes Mühen, rechte Wahrheitsgegenwart/rechte Beobachtung, rechte Einigung. –*

*Ist dieser achtgliedrige Heilsweg, Ehrwürdige, zusammengestellt oder nicht zusammengestellt? – Dieser achtgliedrige Heilsweg ist zusammengestellt, nicht ist er nicht zusammengestellt (nicht ist er originär).*

*Sind, Ehrwürdige, die drei Übungsetappen im achtgliedrigen Heilsweg enthalten, oder ist der achtgliedrige Heilsweg in den drei Übungsetappen enthalten? –*

*Die drei Übungsetappen sind nicht im achtgliedrigen Heilsweg enthalten, sondern der achtgliedrige Heilsweg ist in den drei Übungsetappen enthalten. Rechte Rede, rechtes Handeln, rechte Lebensführung – diese Stufen des achtgliedrigen Heilswegs sind in der*

*Übungsetappe Tugend enthalten. Rechtes Mühen, rechte Wahrheitsgegenwart und rechte Herzenseinigung – diese Stufen des achtegliedrigen Heilswegs sind in der Übungsetappe der Herzenseinigung enthalten. Rechte Anschauung, rechte Gesinnung/rechtes Denken – diese Stufen des achtegliedrigen Heilswegs sind in der Übungsetappe der Weisheit enthalten. –*

Alle vollkommen Erwachten und alle Einzelerwachten sind nicht durch den achtegliedrigen Heilsweg zum Ziel gekommen. Sie haben die rechte Anschauung erst am Ende des Weges gefunden (S 12,4-10). Aber jeder vollkommen Erwachte hat zur Belehrung den Heilsweg aus den drei Etappen Tugend, Herzenseinigung und (erfahrene) Weisheit zusammengestellt und ihnen rechte Anschauung (als gehörte Weisheit) und rechte Gemütsverfassung vorangestellt; diese bilden die Voraussetzung zum Verständnis und zur praktischen Nachfolge.

Der erste Entwicklungsabschnitt, Tugend, ist die Läuterung des gesamten Begegnungslebens von der rohen, harten Begegnung hin zur sanften Begegnung.

Der zweite Entwicklungsabschnitt, Herzenseinigung, ist die Einkehr in den Herzensfrieden, eine fortschreitende Vertiefung des Friedens bis zu seiner Vollkommenheit.

Der dritte Entwicklungsabschnitt, Klarblick, erfahrene Weisheit, ist die als Frucht des Weges aus der Befriedung von Herz und Geist hervorgegangene vollkommene Blendungsfreiheit, durch welche die uns verborgenen Daseinszusammenhänge in unbeeinflusster Weisheit gesehen werden: Rück-erinnernde Erkenntnis früherer Leben, unmittelbares Schauen der Wege aller Wesen durch Diesseits und Jenseits je nach dem Wirken, Aufhebung der Triebe.

Es handelt sich also um drei Entwicklungsabschnitte, deren jeder etwas ganz anderes ist, wie es das Gleichnis vom Ersteigen des Felsens (M 125) zeigt: Tugend ist das Ersteigen des Berges, Herzenseinigung ist ein Ruhen oben auf dem Berg,

nicht mehr gehen und noch nicht schauen, nur ruhen. Klarblick ist weder Gehen noch bloßes Ruhen, sondern Schauen.

Diese drei großen Abschnitte sind Entwicklungsetappen, die jeder Übende, der die Lehre begriffen hat, durchläuft, die ihn während der Übung vollständig verwandeln, also transformieren und transzendieren. Der Mensch, der durch sie hindurchgeht, geht nicht „als Mensch“ durch sie hindurch, sondern wird auf diesem Weg Übermensch, wird Gottheit, wird Übergottheit und wird zuletzt der über allen Daseinswechsel und Daseinswandel Hinausgetretene, der endgültig Geheilte, Erlöste. So wie eine Raupe nicht die Entwicklung zum Schmetterling macht, sondern schon mit dem Puppenzustand ihr Raupensein aufgegeben hat, transformiert ist, nicht mehr Raupe ist und nach dem Ausschluß aus dem Puppenzustand auch nicht mehr Puppe ist, sondern etwas anderes, etwas Neues ist: Schmetterling – und so wie nach dem Bild des Erwachten das Ei durch das Bebrüten zum Vogelembryo wird, der die Eierschale durchbrechend, als Vogel ein neues Dasein beginnt – ganz so auch sind diese drei großen Entwicklungsetappen etwas, das nicht an jemandem geschieht, sondern der Mensch, der sich auf dem Übungsweg befindet, erfährt durch innere Reifung völlige Umbildungen.

Der Erwachte unterscheidet zwischen der Weisheit, die durch Belehrung und Aufhebung der Wahnbande bewirkt wird (erstes Glied des achtgliedrigen Heilswegs), und der Weisheit, die als Ergebnis des gesamten Läuterungswegs aus der Vollendung der Einigung hervorgeht, die die Weisheit des Gewandelten ist, aus der die Erlösung hervorgeht.

So heißt es in M 117: *So wird der Kämpfer durch den Erwerb des achtgliedrigen Heilswegs zu dem mit allen zehn Gliedern ausgerüsteten Geheilten.* Der achtgliedrige Heilsweg beginnt also mit der Abnahme der Wahnbande durch gehörte Weisheit. Diesen erfahrenen rechten Anblick nimmt der Schüler zu seinem Leitbild, danach geht er praktisch vor in der Übung guter Gedanken (2.Stufe), der Tugend (3.-5.Stufe), der Entwöhnung von weltlicher Vielfalt (6.-8.Stufe)

und erwirbt sich am Ende des gesamten achtfältigen Heilswegs Weisheit und Erlösung.

### *Geeintsein (samādhi)*

*Was ist, Ehrwürdige, Geeintsein? Was sind die Vorstellungen im Geeintsein? Was sind die Voraussetzungen (parikkhāra) für das Geeintsein? Wie wird Geeintsein erworben? – Die Herzenseinigung (cittassa ekaggatā), das ist Geeintsein. Die vier Pfeiler der Selbstbeobachtung sind die Vorstellungen im Geeintsein, die vier Großen Kämpfe sind die Voraussetzung für das Geeintsein, und die Übung, Ausbildung und Wiederholung dieser Übungen – das ist die Ausbildung des Geeintseins.*

### Was ist Geeintsein (samādhi) ?

Den Begriff *samādhi* gibt es nicht nur im Pāli, sondern auch in anderen indischen Sprachen, nicht nur im Buddhismus, sondern auch in anderen indischen Religionen. Er wird in Deutschland unterschiedlich übersetzt. Er bedeutet etwa *gesammelt stille stehn*. Dieser Begriff wird noch besser verstanden auf der Grundlage der mit der christlich-mystischen Auffassung voll übereinstimmenden, allgemein indisch-religiösen Auffassung (nicht nur der des Erwachten), dass das Leben innerhalb der sinnlichen Wahrnehmung ein ununterbrochenes, vielfältiges Herumgerissen- und Gezerrtwerden ist. Der Erwachte vergleicht den normalen, der vielfältigen sinnlichen Wahrnehmung bedürftenden, nach ihr dürstend verlangenden Menschen mit einem Mann, der sechs Stricke in der Hand hält, an die sechs verschiedene Tiere (entsprechend den fünf Sinnesdrängen und dem Denkdrang als sechstes) gebunden sind. Jedes Tier zerrt in eine andere Richtung, so dass der Mann hin und her gerissen wird. Das ist die viel-

fältige Zerrissenheit und Zerfahrenheit und Zerstretheit des normalen Menschen. Dagegen wird unter *samādhi* die Gestilltheit des Herzens verstanden entsprechend Dh 94:

*Wessen Sinnesdränge still geworden...*

Die Nonne Dhammadinnā erklärt *samādhi* als „Herzenseinigung“ (*citt-ekaggatā*), und das bedeutet das völlige Zurücktreten des Herzens von der Sucht nach dem Erlebnis der tausendfältigen äußeren Dinge, wodurch der Gegensatz Ich-Umwelt aufgehoben ist. In diesem Sinn beschreibt der Erwachte den Eintritt in die erste weltlose Entrückung (*jhāna*), einen der markanten *samādhi*-Zustände, immer mit dem Wortlaut:

*Da verweilt der Mönch abgeschieden von weltlichem Begehren, abgeschieden von allen heillosen Gedanken und Gesinnungen in stillem Bedenken und Sinnen. Und so tritt die aus innerer Abgeschiedenheit geborene Entzückung und Seligkeit ein, der erste Grad weltloser Entrückungen.*

Hinter dem im Westen geprägten Begriff „*unio mystica*“ oder „Verzückung“ oder „Schauung“ oder „Seligkeit“ und hinter dem im Osten geprägten Begriff „*samādhi*“ oder „*jhāna*“ steht dasselbe Erlebnis, nämlich das Erlebnis einer hellen, von seligem Glücksgefühl begleiteten Wahrnehmung oberhalb und außerhalb der sinnlichen Wahrnehmung, das immer nur aus zunehmender Abwendung von der als vergänglich, leidvoll und uneigen durchschauten sinnlichen Wahrnehmung erworben werden kann.

*Samādhi* ist die achte Stufe des achtgliedrigen Heilswegs, aus der Weisheit und Erlösung hervorgeht.

Die Voraussetzung für *samādhi* sind  
die vier Großen Kämpfe

Das sechste Glied des achtgliedrigen Heilswegs, die vier Großen Kämpfe, bildet nach Aussage der Nonne Dhamma-

dinnā „das Rüstzeug“, d.h. die Ausrüstung, die Voraussetzung für samādhi, das achte Glied des achthgliedrigen Wegs. Die vier Großen Kämpfe sind vier bestimmte Kampfweisen:

1. die Vermeidung von Gedanken, die um Sinnendinge kreisen durch Zurückhaltung der Sinnesdränge (Sinnenzügelung),
2. Bekämpfung aufgestiegener übler Gedanken und Gesinnungen (Antipathie bis Hass-Gedanken, Gedanken der Rücksichtslosigkeit, des Verletzenwollens, der Gewalttätigkeit),
3. Erzeugung unaufgestiegener heilsamer Gedanken und Gesinnungen,
4. bei eingetretener, aufgestiegener, also anwesender heller Verfassung und innerer Gestilltheit durch Zurücktreten von Sinnensucht, Antipathie bis Hass und Rücksichtslosigkeit die Pflege und Mehrung von Mitempfinden, Beruhigung und Abgelöstheit des Herzens.

Durch das Üben dieser vier Kämpfe wird alle auf die Welt gerichtete Aufmerksamkeit entlassen und der Geist ausgerichtet auf das Freisein von weltlichem Begehren, auf Ich-Du-Gleichheit, auf Teilnahme und Mitempfinden. Mit dieser Entwicklung erst kann samādhi eintreten und kann die 7.Stufe, rechtes Beobachten/rechte Wahrheitsgegenwart bei Körper, Gefühlen, Herz und Erscheinungen fruchtbar geübt werden: *nach Hinwegführung weltlichen Begehrens und weltlichen Bekümmerns*. Satipatthāna, die 7. Stufe des achthgliedrigen Heilswegs, bezeichnet die Nonne Dhammadinnā als die Vorstellung, die Übung im Zustand des samādhi, im Gestilltsein, im Freisein von Begehren. Dabei ist kein aktives, willkürliches Denken mehr, sondern der Geist bleibt in stiller Beobachtung und Betrachtung der von den Sinnen gelieferten Objekte, und er nimmt nichts auf als das, was diese erkennen lassen. Indem *das Herz in sich still, beruhigt, geeint und friedvoll* ist, kann die Beobachtung zur Ruhe



kommen, und es kann weltlose Entrückung eintreten, die der Erwachte *Seligkeit der Erwachung* nennt. In diesem seligen Frieden mag der Mönch längere Zeit verweilen und in dem Erlebnis der Zeitlosigkeit sein Herz baden und laben und mag dann, wieder zur sinnlichen Wahrnehmung zurückgekehrt, die Beobachtung von Körper, Gefühlen, Herz und Erscheinungen, die Vorstellung im inneren Gestilltsein des Herzens, fortsetzen. Durch immer mehr Gewöhnung an diese Beobachtung, durch fortgesetzte Wiederholung wird das innere Gestilltsein eine immer durchgängigere Herzensverfassung.

### *Bewegtheiten (sankhāra)*

*Wie viele Bewegtheiten gibt es, Ehrwürdige? – Drei Bewegtheiten gibt es: Körperliche Bewegtheit (kāya-sankhāra), sprachliche Bewegtheit (vāci-sankhāra), charakterliche, triebbedingte Herzens-Bewegtheit (citta-sankhāra). –*

*Warum aber, Ehrwürdige, ist Ein- und Ausatmung körperliche Bewegtheit, Erwägen und Sinnen sprachliche Bewegtheit und Wahrnehmung und Gefühl charakterliche, triebbedingte Herzens-Bewegtheit? – Ein- und Ausatmung sind körperliche, sind an den Körper gebundene Vorgänge. Darum ist Ein- und Ausatmung körperliche Bewegtheit. Was man vorher erwogen und gesonnen hat, spricht man nachher aus. Darum ist Erwägen und Sinnen sprachliche Bewegtheit. Wahrnehmung und Gefühl sind an das Herz (Charakter, Triebhaushalt) gebundene Vorgänge. Darum ist Wahrnehmung und Gefühl Herzensbewegtheit.*

Von der Ein- und Ausatmung wissen wir, dass diese ununterbrochen und „von selber“ vor sich geht. Obwohl die ununterbrochenen Atemzüge mit den Bewegungen der daran betei-

ligten Organe eine größere leibliche Arbeit und Anstrengung verursachen, ist es uns doch leichter, sie in ihrer Regelmäßigkeit geschehen zu lassen als sie anzuhalten. Insofern geschieht die Ein- und Ausatmung „von selber“. Und mit ihr zusammen geschehen in gegenseitiger Bedingtheit der Herzschlag mit der ständigen Erneuerung des Bluts und die gesamten anderen vegetativen Vorgänge. Durch die *kāya-sankhāra*, die ununterbrochene, den gesamten menschlichen Leib durchziehende Bewegtheit und Wirksamkeit, wird der Leib fortgesetzt verändert.

Außer den vegetativen Vorgängen kommen ununterbrochen Gefühle und Wahrnehmungen auf. Wir wissen, dass wir in jedem Augenblick irgendein kleineres oder größeres Erlebnis haben, irgendeine Begegnung. Und diese besteht immer darin, dass etwas wahrgenommen wird und dass damit zugleich ein angenehmes oder unangenehmes Gefühl gefühlt wird. In der Wahrnehmung werden Subjekt und Objekt erlebt und im Gefühl das damit verbundene Wohl oder Wehe. Die gesamten Erlebnisse des Menschen vom ersten Lebensaugenblick an bis zum Tod erscheinen und kommen auf als ein ununterbrochener Ansturm von Gefühlen und Wahrnehmungen, hierin ist alles Wohl und alles Wehe, alles Glück und alles Entsetzen des menschlichen Lebens enthalten. Dieser ebenfalls „von selber“ und ununterbrochen ankommende Strom: das ist *citta-sankhāra*, die charakterliche, triebbedingte Aktivität.

Und ebenso müssen wir vom Erwägen und Sinnen, der geistigen Aktivität, sagen, dass sie ununterbrochen und „von selber“ vor sich geht. Jeder Versuch, das Denken im wachen Zustand still zu stellen, führt zu der Erfahrung, dass das fast noch schwerer fällt als das Anhalten von Atem und Herzschlag. Dieser fast ununterbrochene und schwer zu hemmende Strom des Erwägens und Sinnens – das ist *vācī-sankhāra*.

Auf jedes Erlebnis (*citta-sankhāra*) antworten wir immer sofort, indem wir erwägen oder sinnen (*vacī-sankhāra*), wie wir dieses Erlebnis, wenn es angenehm ist, erhalten oder

intensivieren können; bzw. wenn es unangenehm ist, ihm ausweichen oder es abkürzen können. Und noch während des Erwägens und Überlegens kommen schon wieder neue Wahrnehmungen und Gefühle als Erlebnisse (*citta-sankhāra*), und diese lösen auch sogleich ein neues reaktives Erwägen und Sinnen aus (*vacī-sankhāra*) und so fort, solange wir leben.

Drei Ströme von ununterbrochenen Bewegtheiten und Wirksamkeiten körperlicher, charakterlicher (triebbedingter) und geistiger Art, in jedem Augenblick kleinere oder größere Veränderungen und Wandlungen mit sich bringend, nämlich körperliche Wandlungen sowie Wandlungen im Erleben und Denken bedeuten eine dreifältige machtvolle, ununterbrochene Anbrandung: das ist der Mensch, das ist das Leben, das ist Dasein, das sind die drei Bewegtheiten.

### *Auflösung von Gefühl und Wahrnehmung*

*Und wie ist, Ehrwürdige, die Auflösung von Wahrnehmung und Gefühl zu erreichen? – Wenn ein Mönch die Auflösung von Wahrnehmung und Gefühl erlangt, kommt ihm nicht der Gedanke: „Ich werde/will die Auflösung von Wahrnehmung und Gefühl erlangen“ oder „Ich erlange gerade die Auflösung von Gefühl und Wahrnehmung“ oder „Ich habe die Auflösung von Wahrnehmung und Gefühl erlangt“, sondern sein Herz ist vorher dahin ausgebildet, so dass es ihn zum Wahren (*tathattāya*) bringt. –*

*Wenn ein Mönch die Auflösung von Wahrnehmung und Gefühl erreicht, Ehrwürdige, welche Vorgänge lösen sich zuerst auf, die körperliche Bewegtheit, die sprachliche Bewegtheit oder die Herzensbewegtheit? – Wenn ein Mönch die Auflösung von Gefühl und Wahrnehmung erreicht, löst sich zuerst die sprachli-*

*che Bewegtheit auf, dann die körperliche Bewegtheit, dann die Herzensbewegtheit. –*

*Und wie, Ehrwürdige, ist die Aufhebung von Wahrnehmung und Gefühl zu beenden? – Wenn ein Mönch die Beendigung der Auflösung von Wahrnehmung und Gefühl erreicht, kommt ihm nicht der Gedanke: „Ich will die Beendigung der Auflösung von Wahrnehmung und Gefühl erlangen“ oder „Ich erlange gerade die Beendigung der Auflösung von Wahrnehmung und Gefühl“ oder „Ich habe die Beendigung der Auflösung von Gefühl und Wahrnehmung erreicht“, sondern sein Herz ist vorher ausgebildet, dass es ihn dahin führt. –*

*Und wenn ein Mönch die Beendigung der Auflösung von Gefühl und Wahrnehmung erreicht, Ehrwürdige, welche Vorgänge erscheinen zuerst wieder, die körperliche Bewegtheit, die sprachliche Bewegtheit oder die Herzensbewegtheit? – Wenn ein Mönch die Beendigung der Auflösung von Gefühl und Wahrnehmung erreicht, erscheint zuerst die Herzensbewegtheit, dann die körperliche Bewegtheit, dann die sprachliche Bewegtheit.*

*Wenn ein Mönch die Beendigung der Auflösung von Wahrnehmung und Gefühl erreicht, Ehrwürdige, welche Berührungen berühren ihn? – Wenn ein Mönch die Beendigung der Auflösung von Wahrnehmung und Gefühl erreicht, berühren ihn drei Berührungen: die Berührung der Leere, die Berührung der Vorstellungslosigkeit, die Berührung der Wunschlosigkeit. –*

*Wenn ein Mönch die Beendigung der Auflösung von Gefühl und Wahrnehmung erreicht, Ehrwürdige, wohin geneigt, wohin gerichtet, wohin tendiert das Herz des Mönchs? – Wenn ein Mönch die Beendigung*

*der Auflösung von Wahrnehmung und Gefühl erreicht hat, neigt das Herz zur Abgeschlossenheit, ist auf die Abgeschlossenheit gerichtet, tendiert zur Abgeschlossenheit.*

Der Erwachte beschreibt die Auflösung von Wahrnehmung und Gefühl wie folgt:

*Da erreicht der Mönch nach völliger Überwindung des Zustands von Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung (Neumann übersetzt „Grenzscheide möglicher Wahrnehmung“) die völlige Auflösung von Wahrnehmung und Gefühl (saññā-vedayita nirodha) und verweilt in diesem Zustand.*

Wir können diese Erfahrung des Geheilten, die noch über die weltlosen Entrückungen und über die Grenze der Wahrnehmung hinausgeht, nicht verstehen, sie ist unfassbare Stille, jenseits der fünf Zusammenhäufungen, der fünf Ergreifenshäufungen. Gefühl und Wahrnehmung, die Herzensbewegtheit, sind unter den fünf Zusammenhäufungen die letzten, welche aufgehoben werden. Wenn keine Wahrnehmung von Form und Formfreiheit ist, dann ist in dieser totalen Vorstellungsfreiheit (*animitta*) Ich und Welt aufgehoben, alle fünf Zusammenhäufungen oder drei Bewegtheiten haben an diesem Zustand keinen Anteil. Alle Wollensflüsse/Einflüsse (*āsavā*) sind aufgehoben (M 113), das Wahre, das Unvergängliche, Bleibende ist erreicht. Diese Aufhebung von Gefühl und Wahrnehmung ist nur möglich bei völliger Triebversiegung und ist auch nur manchen Geheilten möglich, nämlich den „Beiderseit-Erlösten“, auch Gemüterlöste genannt, die die erhabenen Freiungen, die formfreien, erlebt haben (M 70). Da bei den noch im Körper befindlichen Geheilten zu irgendeiner Zeit die körperliche Vegetativkraft und Wärme wieder einsetzt (s.M 43), so wird diese Kraft dann wieder sinnliche Erfahrung auslösen, insofern ist diese Erlö-

sung noch keine ewige, sondern eine zeitliche, sie wird erst mit der endgültigen Ablegung des Leibes zur ewigen.

*Gefühl, Empfindung, Gestimmtsein,  
Emotion (vedanā)*

*Wie viele Gefühle gibt es, Ehrwürdige? – Drei Gefühle gibt es, Wohl-, Wehe-, Weder-Wehe-noch-Wohl-Gefühle. –*

*Was aber ist, Ehrwürdige, Wohlgefühl, was ist Wehgefühl, was ist Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl? – Was immer körperlich oder vom Gemüt her als angenehm, erfreulich empfunden wird, ist Wohlgefühl. Was immer körperlich oder vom Gemüt her als leidig oder unangenehm empfunden wird, das ist Wehgefühl. Was immer körperlich oder vom Gemüt her als weder erfreulich noch als unerfreulich empfunden wird, das ist Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl.*

*Was ist, Ehrwürdige, beim Wohlgefühl Wohl und was ist Leiden, was ist beim Wehgefühl Leiden und was ist Wohl, was ist beim Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl Wohl und was ist Leiden? – Bei Wohlgefühl ist die Dauer Wohl und die Veränderung Leid, beim Wehgefühl ist die Dauer Leid und die Veränderung Wohl, und beim Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl ist das Wissen darum Wohl und das Nichtwissen darum Leiden.*

Den Sinnesorganen des Körpers, der zu sich gezählten Form, wohnt eine Empfindlichkeit inne, ein Mögen von bestimmten Formen, Tönen, Düften usw. und ein Nichtmögen von anderen, den Trieben entgegenstehenden Formen, Tönen, Düften usw., die wir als Luger, Lauscher, Riecher, Schmecker, Taster bezeichnen. In dem Augenblick, in dem Formen in den

Gesichtskreis oder Töne in den Hörkreis usw. treten – und dazu gehören auch die Gestalten von Menschen und Tieren oder deren Lautäußerungen – wird die Empfindlichkeit, werden die Triebe in den Sinnesorganen und im ganzen Körper berührt. Diese Triebe sind das Empfindende, und sie antworten auf die Berührung mit Gefühl, mit Wohl-, Weh- oder Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl. Nicht etwa ein „Ich“, sondern der Luger oder Lauscher usw. ist berührt worden, hat die Berührung als angenehm oder unangenehm empfunden.

Gefühle entstehen bei den verschiedenartigsten Sinnesindrücken als Resonanz des Wollenskörpers/Triebe (*nāma-kāya*) auf die Berührungen. Gefühle sind nicht durch den als außen erlebten Gegenstand bedingt, sondern durch das Verhältnis der Triebe zu dem Erfahrenen. Wo Liebe, Zuneigung, Begehren zu einem bestimmten Objekt besteht, da muss bei dem Erscheinen des Objekts Wohlgefühl aufkommen, wo aber auf Grund anderer Triebe das gleiche Objekt abgelehnt wird, da muss bei der Begegnung mit dem gleichen Objekt Wehgefühl aufkommen. Und wenn keinerlei Triebbeziehungen zu diesem Objekt bestehen, weder Zu- noch Abneigung, da kann bei einer Begegnung mit diesem Objekt auch nur ein indifferentes Gefühl, ein Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl entstehen.

Die Triebe, aus denen der Wollenskörper (*nāma-kāya*) besteht, sind eine als örtlich empfundene Ansammlung von Bedürfnissen, Spannungen und insofern Empfindlichkeiten in den Sinnesorganen und im ganzen Körper. Weil das Spannungsfeld als örtlich empfunden und gedeutet wird, werden auch die Gefühle, die bei seiner Berührung als Resonanz entstehen, so empfunden, als ob sie im Körper aufkämen. So entsteht der Eindruck „Ich bin“, „Ich fühle“, „Ich mag“.

Das Gefühl, mit dem wir uns normalerweise immer identifizieren, ist also zum einen bedingt durch die im Lauf der Zeit angewöhnten Bedürfnisse und zum anderen durch die jeweils zur Berührung gelangten Sinneseindrücke, die den Bedürfnissen entweder entsprechen oder ihnen widerspre-

chen. Solange diese beiden Bedingungen bestehen, so lange kommt Gefühl auf. Hören die Bedingungen auf, hört auch Gefühl auf. Da aber in jedem Augenblick durch neue Berührungen neue Gefühle entstehen, so erweckt Gefühl den Eindruck von Dauerhaftigkeit und wird daher als etwas selbstständig und immerwährend Bestehendes, also zu einem Ich Gehöriges aufgefasst.

Das jeweilige Gefühl ist es, das einem jeden Erlebnis erst Stimmung und Klang gibt und damit jene Aufdringlichkeit, mit der es als wohl oder wehe fühlbar und dadurch überhaupt erst zu „unserem“ Erlebnis wird, durch die wir es wahrnehmen. Und zugleich dreht es „unsere“ Aktivität unmittelbar auf das wohle Erlebnis zu und von dem wehen Erlebnis fort. Das Gefühl macht „uns“ wach durch das Wahrnehmen des jeweiligen wehen Erlebnisses, das Gefühl treibt uns, das Wohl zu erhaschen und das Wehe zu fliehen bzw. zu vernichten. Leben und Existenz ist ohne Gefühl nicht denkbar, nicht möglich, nicht vorhanden. So intensiv wie das Gefühl ist, so intensiv ist Leben und Existenz. Wie hell und heiter, wie dunkel und schmerzlich das Gefühl ist, so hell und heiter, so dunkel und schmerzlich ist Leben und Existenz. Die Qualität und die Quantität des Gefühls sind Qualität und Quantität des in der Wahrnehmung erfahrenen Lebens. Die Verheißung „ewiger Seligkeit“ oder die Androhung „ewiger Verdammnis“ in manchen Religionen ist nichts anderes als die Verheißung oder die Androhung von Gefühl in der höchstmöglichen bzw. in der furchtbarsten Qualität und zugleich von endloser Dauer. Darum ist auch die Aufhebung des Gefühls gleich der Aufhebung der in der Wahrnehmung erfahrenen Existenz.

Es ist verständlich, dass das Gefühl bei solcher Eigenschaft unbewusst und bewusst im Vordergrund des menschlichen Interesses steht und dass ihm in allen Kulturkreisen und in allen Religionen zentrale Bedeutung beigemessen wird. Daher kommt es auch, dass das Gefühl in manchen Religionen als aus der ewigen Seele kommend oder als die ewige



Seele selbst, überhaupt als etwas Ewiges aufgefasst und behauptet wird. – Dagegen kann jedermann, der sich selbst aufmerksam beobachtet, feststellen, was hier bereits erkannt wurde: das Gefühl ist nicht eigenständig, es besteht nicht aus sich selbst heraus, es besteht weder in endlosem noch in endlichem Zusammenhang, sondern das Gefühl geht von Fall zu Fall hervor aus der jeweiligen Berührung zwischen den Trieben und den Erlebnissen als ein jeweils neues Gefühl hervor. So ist es dem Rauch vergleichbar, der weithin sichtbar aus den Schornsteinen der Häuser aufsteigt, weil unten in den Herden Reines und Unreines, Feuchtes und Trockenes verbrannt wird.

Gefühl ist also nicht ewiger Kern oder ewiger Bestandteil des Menschen, und es ist auch blind für den wahren Wert oder Unwert des jeweiligen Erlebnisses. Es besteht nicht eigenständig aus sich selbst heraus, sondern ist gebunden an die Triebe.

Es gibt

- a) Wohlgefühl, Wehgefühl, Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl
- b) körperlich-sinnenhafte Gefühle (*kāyika-vedanā*) und geistig-gemüthafte Gefühle und Stimmungen (*cetasikā-vedanā*) (M 141).

Körperlich-sinnenhafte Gefühle sind durch Berührung der sinnlichen Triebe bedingt, die geistig-gemüthafte Gefühle sind durch Berührung des Denkers (*mano*) bedingt.

In unserer Lehrrede sagt die Nonne Dhammadinnā, dass *bei Wohlgefühl die Dauer Wohl und die Veränderung Leid, beim Wehgefühl die Dauer Leid und die Veränderung Wohl, und beim Weder-Wehe-noch-Wohl-Gefühl das Wissen darum Wohl und das Nichtwissen darum Leiden ist.*

Wenn ein Wohlgefühl erfahren wird, wünscht sich der Erfahrer, dass es bleibe, dass es anhalte, er ist glücklich, wenn es nicht so schnell vergeht. Vergeht es aber dann, weil nichts beständig ist, dann ist er traurig, betrübt, niedergeschlagen,

empfindet Wehe. – Umgekehrt ist es bei Wehgefühl: Der Erfahrer ächzt und stöhnt unter der Last des Wehgefühls und ist glücklich, wenn das Wehgefühl wieder vergeht. – Bei Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl, wenn keine Berührungen eintreten, die Gefühle auslösen, entsteht bei dem berührungssüchtigen Menschen, der kein höheres Wohl kennt, Langleweiligkeit, Öde, Missmut, eben Leiden. – Der auf höheres Wohl Gerichtete oder gar von Trieben Befreite versteht abnehmendes Gefühl oder gar die Freiheit von jeglichem Gefühl als Wohl, wie es der Erwachte sagt (M 59):

*Nicht kennt und nennt der Erwachte nur das durch Gefühl zustande gekommene (also aus Gefühl bestehende) Wohl, sondern was nur immer Wohl ist, das auch bezeichnet der Vollendete als Wohl.*

Je weniger Gefühle sind, um so mehr ist ein solcher im Wohl. Wahres Wohlsein entsteht nicht dadurch, dass immer mehr Wohlgefühl aufkommt, sondern dadurch, dass Gefühle – die Resonanz der Triebe – auf dem Weg zum Heilsstand immer mehr abnehmen und verschwinden.

### *Triebe (anusaya)*

*Und was für ein Trieb, Ehrwürdige, treibt bei Wohlgefühl, was für ein Trieb treibt bei Wehgefühl und was für ein Trieb treibt bei Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl? –*

*Bei Wohlgefühl treibt der Giertrieb, bei Wehgefühl treibt der Abwehrtrieb, bei Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl treibt der Wahntrieb.*

*Treibt bei jedem Wohlgefühl der Giertrieb, Ehrwürdige, bei jedem Wehgefühl der Abwehrtrieb, bei jedem Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl der Wahntrieb? – Nicht bei jedem Wohlgefühl treibt der Giertrieb, nicht bei*

*jedem Wehgefühl treibt der Abwehrtrieb, nicht bei jedem Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl treibt der Wahntrieb. –*

*Was ist nun, Ehrwürdige, bei Wohlgefühl aufzugeben, was ist bei Wehgefühl aufzugeben, was ist bei Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl aufzugeben? – Bei Wohlgefühl ist der Giertrieb aufzugeben, bei Wehgefühl ist der Trieb nach Abwehr aufzugeben, bei Weder-Weh-noch-Wohlgefühl ist der Wahntrieb aufzugeben.*

Das Getriebensein durch die Triebe schildert der Erwachte in M 148 ausführlich:

*Durch den Luger im Auge und die Formen entsteht Luger-Erfahrung. Der Drei Zusammensein ist Berührung. Durch Berührung entsteht das, was als Wohl, Wehe, Weder-Weh-noch-Wohl gefühlt wird. Von Wohlgefühl getroffen, befriedigt er sich dabei, bewertet es positiv, klammert sich daran. Der Giertrieb (rāgānusaya) treibt ihn. Von Wehgefühl getroffen, wird er bekümmert, beklommen, jammert, stöhnt, gerät in Verwirrung. Der Abwehrtrieb (patighānusaya) treibt ihn. Vom Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl getroffen, erkennt er nicht der Wirklichkeit gemäß Entstehen und Vergehen, Labsal und Elend dieser Gefühle und die Befreiung von ihnen. Der Wahntrieb (avijjānusaya) treibt ihn.*

Durch die positive Bewertung eines durch Wahrnehmung in den Geist gelangten Gegenstands oder einer Person entsteht bei der Befriedigung der Sinnensüchte am eingebildeten Ort des Bewertens (dem angenommenen Ich) eine Verstärkung des Verlangens. Das Bedürfnis, ein Minus, ist vergrößert worden. Zugleich ist durch die positive Betrachtung jenes „Objekts“ durch das Gegenüberstellen, Vorstellen, Ausbreiten dessen Wert im Geist gestiegen, es ist jetzt noch begehrt, sein Pluswert ist größer. Der Giertrieb, das Verlangen, treibt ihn und macht ihn noch verletzbarer.

Ähnlich sagt es der Erwachte in M 1:

*Hat der unbelehrte Mensch Festes, Flüssiges, Wärme, Luft wahrgenommen, so denkt er Festes, Flüssiges, Wärme, Luft, denkt an Festes..., denkt über Festes..., denkt „mein ist das Feste...“ und freut sich des Festen... Dabei sucht er Befriedigung, denkt darum herum, macht es zu seinem Stützpunkt.*

Auf diese Weise schafft der die Zusammenhänge nicht überblickende Mensch wie auch jedes andere denkende Wesen ahnungslos immer größere Spannungsverhältnisse, die er durch Herbeiführung von sinnlichem Wohl zu lösen sucht. Wenn wir etwas Verlockendes sehen, dann spüren wir, wie wir hingerissen sind, und wir spüren, wie schwer es ist, zurückzutreten. Oder umgekehrt, wenn wir etwas sehr Übles erleben, dann merken wir, wie es uns reizt, das Unangenehme zurückzustoßen, und dass es schwer fällt, es nicht zu tun. Es treiben uns die Triebe (*anusaya*), Wuchten. Erreichen wir das ersehnte Sinnenwohl, so treibt uns die Gier zur Hingabe, zum Ergreifen. Erreichen wir es nicht oder schwindet es wieder – was unvermeidlich ist – so trifft uns Wehgefühl um so mehr, als wir uns vorher mit unserer ganzen Erwartung auf das Wohl ausgerichtet hatten:

*Von Wehgefühl getroffen, wird er bekümmert, beklommen, jammert, stöhnt, gerät in Verwirrung. Die Abwehrgeneigtheit treibt ihn.*

Der Erwachte sagt (S 36,6) von dem unbelehrten, nicht heilskundigen Menschen, der aus Abneigung gegen das Wehe den Ausweg im Streben nach Sinnenwohl sucht:

*Nicht kennt er der Wirklichkeit gemäß Entstehen und Vergehen, Labsal und Elend dieser Gefühle und die Befreiung von ihnen. Und da er nicht der Wirklichkeit gemäß Entstehen und Vergehen, Labsal und Elend dieser Gefühle und die Befreiung*

*von ihnen kennt, so treibt ihn bei einem Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl der Wahntrieb.*

Weil der unbelehrte Mensch nicht der Wirklichkeit gemäß die fünf Ergreifenshäufungen kennt, also nicht nüchtern weiß, wodurch sie entstehen, wodurch sie vergehen, was an ihnen wohltut, was sie aber an Elend mit sich bringen und wie man ihnen entrinnen kann, so kann er auch zu einer Zeit, in der ihn nur Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühle bewegen, hierbei nicht den Ausweg finden; denn zu solchen Zeiten treibt ihn die Wahngeneigtheit. Er hat ja nichts anderes erfahren, als dass ihn nach Wehgefühl im Geist Abwehr dagegen erfasst, er aus Abwehr gegen das Weh von der Gier nach Sinnenwohl getrieben wird, durch Sinnenwohl dem Leidigen zu entgehen sucht, bei Sinnendingen Befriedigung sucht. Nur dieses „Programm“ ist sein Denken gewohnt, anderes kennt der Geist nicht. Deshalb heißt es von ihm nicht nur, dass er im Wahn befangen ist, sondern, dass ihn der Wahntrieb treibt. Damit ist die tiefe Wurzel genannt: Aus Wahn lässt sich der Unbelehrte immer wieder von den Wahrnehmungen beeinflussen, treiben, weil er die Vorgänge nicht durchschaut. So ist Wahn die Grundbedingung für das Weiterrollen, für den Samsāra. Je dumpfer der Wahn ist, um so gröber wird alles Erleben, an um so schmerzlichere Erlebnisse ist der Mensch gebunden. Und je weniger einer im Wahn befangen ist, an um so relativ hellere, subjektiv wohltuendere Erlebnisse ist der Mensch gebunden. Aber Wahn, ob grob oder fein, lässt das Fließen, die Wollensflüsse, die Einflüsse, die Gebundenheit, das Leiden weiterhin werden, weiter fließen.

Selbst in den „neutralen Zeiten“ ist er unfähig – da unbelehrt – zum stillen, sachlichen, auf das Entstehen, Vergehen, auf Labsal und Elend der Gefühle gerichteten Beobachten, wird von dem Wahntrieb getrieben, der immer und immer wieder den Regelkreis des Leidens durch Geborenwerden, Altern, Sterben, Kummer, Jammer, körperliches und geistiges Wehgefühl aufrecht erhält.

*Ist nun, Ehrwürdige, bei jedem Wohlgefühl der Giertrieb aufzugeben, bei jedem Wehgefühl der Trieb nach Abwehrgeneigntheit aufzugeben, bei jedem Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl der Wahntrieb aufzugeben? – Nicht ist bei jedem Wohlgefühl der Giertrieb aufzugeben. Da verweilt der Mönch abgeschieden von weltlichem Begehren, abgeschieden von allen heillosen Gedanken und Gesinnungen in stillem Bedenken und Sinnen. Und so tritt die aus innerer Abgeschiedenheit geborene Entzückung und Seligkeit ein, der erste Grad weltloser Entrückungen. Dadurch gibt er die Gier auf und kein Giertrieb treibt ihn.*

*Da denkt ein Mönch bei sich: „Wann doch nur werde ich jene Zustände erreichen und in ihnen verweilen, die die Geheilten schon erreicht haben?“ So der höchsten Erlösungen in Sehnsucht gedenkend, steigt auf Grund der Sehnsucht Trauer im Geist auf. Dadurch verwirft er die Abwehr, und kein Trieb nach Abwehr treibt ihn. Nachdem er über alles Wohl und Wehe hinausgewachsen ist, alle frühere geistige Freudigkeit und Traurigkeit völlig gestillt hat und in einer über alles Wohl und Wehe erhabenen bewussten Gleichmutsreine (upekha-sati-pārisuddhi) lebt, da erlangt er die vierte Entrückung und verweilt in ihr. Dadurch gibt er den Wahn auf und kein Wahntrieb treibt ihn. –*

Der Anhänger Visākho weiß und erinnert durch seine Frage daran, dass es überweltliche Gefühle gibt, bei denen Gier, Abwehr und Wahn nicht wirksam sind und darum nicht anzu-gehen, nicht aufzugeben sind. Durch das große übersinnliche Wohl der weltlosen Entrückungen ist der Giertrieb nach sinnlichem Wohl ohne ausdrücklichen Kampf wie von selbst aufgehoben. – Die Sehnsucht nach höheren Zuständen – ein überweltliches Wehgefühl – hat zum Inhalt das Abgestoßensein

von Weltlichem, und nach M 137 ist diese emporziehende Befreiungssehnsucht, das Abgestoßensein von weltlichem Wohl und Wehe, ein Anstoß, ein Mittel, um das Herz auf Durchschauung und Loslösung zu richten.

Durch die Erfahrung der vierten weltlosen Entrückung, heißt es in D 9, *nimmt der Erfahrer eine feine Wahrheit wahr, die durch Abwesenheit von Wehe und Wohl entsteht*, d.h. in der vollkommenen Reine der vierten Entrückung ist alle Blendung, alle Einbildung und Täuschung von Ich- und Welterrscheinung fort, an die sonst glaubend, der Geist im Wahn lebt. Wer den Zustand der vierten Entrückung immer wieder erfährt, den können sinnliche Wahrnehmungen nicht im Geringsten mehr reizen, sie sind für ihn ein überwundenes Trugbild.

Die weltlosen Entrückungen sind das entscheidende Erlebnis des Heilsgängers. Der Erwachte bezeichnet sie als Tor zum Nirvāna (M 52) und als Wohl der Erwachung (M 66, 33, 139). Wenn der vom Erwachten Belehrte den Körper immer wieder mit dem Wohl der Entrückungen durchtränkt, wie es der Erwachte empfiehlt, kommen die Triebe, Gier/Anziehung, Hass/Abstoßung, Blendung/Wahn ganz zur Auflösung, ohne dass sie im Einzelnen durch negative Bewertung aufgehoben werden müssen.

### *Gegenstücke (patibhāga)*

*Was ist, Ehrwürdige, das Gegenstück zu Wohlgefühl? –*

*Das Gegenstück zu Wohlgefühl ist Wehgefühl. –*

*Was ist, Ehrwürdige, das Gegenstück zu Wehgefühl? –*

*Das Gegenstück zu Wehgefühl ist Wohlgefühl. –*

*Was ist, Ehrwürdige, das Gegenstück zu Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl? –*

*Das Gegenstück zu Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl ist Wahn. –*

*Was ist, Ehrwürdige, das Gegenstück zu Wahn? –*

*Das Gegenstück zu Wahn ist Wahrwissen. –  
Was ist, Ehrwürdige, das Gegenstück zu  
Wahrwissen? –  
Das Gegenstück zu Wahrwissen ist Erlösung. –  
Was ist, Ehrwürdige, das Gegenstück zu Erlösung? –  
Das Gegenstück zu Erlösung ist Nibbāna. –  
Was ist, Ehrwürdige, das Gegenstück zu Nibbāna? –  
Du hast die Grenze möglicher Fragen überschritten, es  
ist unmöglich, über diese Grenze hinauszugehen. Denn  
der Reinheitswandel mündet im Nibbāna, gipfelt im  
Nibbāna, endet im Nibbāna. Wenn du es wünschst,  
gehe zum Erhabenen und befrage ihn in dieser Sache.  
Wie es dir der Erhabene erklärt, so solltest du es dir  
merken. –*

Diese letzten Fragen des Anhängers Visākho erscheinen auf den ersten Blick wie eine nach dem bisher bereits Erklärten unnötige Zusammenfassung, doch scheint es ihm darum gegangen zu sein, durch Herausstellung von Gegensätzen dem Verständnis des Nibbāna näher zu kommen. Im Bereich der fünf Zusammenhäufungen gibt es bei Wahrnehmungen die Möglichkeit des Vergleichs, der Gegensätze, der Überhöhungen, nicht aber beim Nibbāna: Mit der restlosen Aufhebung der auf Berührung gespannten Süchte ist Vielfalt ausgerodet, beendet. Darüber hinaus gibt es nichts mehr. Nur in der Vielfalt gibt es Gegensätze, Beschreibungen.

*Wo Durst versiegt ist ohne Hang,  
da gibt es auch kein Gleichnis mehr. (Sn 1137)*

Der Erwachte bestätigt die Aussagen der Nonne

*Da war nun Visākho, der Anhänger durch die Rede  
der Nonne Dhammadinnā erhoben und beglückt, erhob  
sich von seinem Sitz, begrüßte die Nonne Dhamma-*



*dinnā ehrerbietig, ging rechts herum und begab sich dorthin, wo der Erhabene weilte. Dort angelangt begrüßte er den Erhabenen ehrerbietig und setzte sich zur Seite nieder. Zur Seite sitzend erzählte nun der Anhänger Visākho dem Erhabenen Wort für Wort das Gespräch mit der Nonne Dhammadinnā. Nach diesem Bericht wandte sich der Erhabene an Visākho, den Anhänger:*

*Die Nonne Dhammadinnā ist weise, Visākho, die Nonne Dhammadinnā besitzt große Weisheit. Wenn du mich in dieser Angelegenheit befragt hättest, hätte ich dir genauso geantwortet, wie die Nonne Dhammadinnā dir geantwortet hat. Genauso verhält es sich, und so solltest du es dir merken.*

*So sprach der Erhabene. Erhoben und beglückt war der Anhänger Visākho über die Worte des Erhabenen.*

# **Die Lehrreden aus der Mittleren Sammlung**

**45 - 81**

**ausführlich erklärt  
von Paul Debes**

**Band 5**

**Herausgeber  
Buddhistisches Seminar 95463 Bindlach**

3821

## Inhaltsverzeichnis

M 45	Die kürzere Rede über die Lebensführung .....	3824
M 46	Die Lebensführung II .....	3825
M 47	Der Forscher .....	3857
M 48	Die Eigenschaften des gesicherten Nachfolgers...	3878
M 49	Ein bedeutsames Gespräch des Erwachten mit Gott Brahma .....	3954
M 50	Māros Verweisung.....	3985
M 51	Kandarako.....	4033
M 52	Der Bürger von Atthaka .....	4034
M 53	Die Übungsschritte bis zur Vollendung.....	4035
M 54	Erhellung und Besänftigung des Begegnungslebens und seine Übersteigung .....	4095
M 55	Jivako.....	4148
M 56	Upāli .....	4170
M 57	Der Hundelehrling.....	4206
M 58	Abhayo, der Königssohn .....	4243
M 59	Viel der Gefühle .....	4259
M 60	Dogmenfreiheit.....	4291
M 61	Rāhulos Ermahnung .....	4404
M 62	Die längere Lehrrede zur Belehrung Rāhulos .....	4438
M 63	Der Sohn der Mālunkya .....	4478
M 64	Befreiung von den fünf untenhaltenden Verstrickungen.....	4500
M 65	Bhaddāli .....	4533
M 66	Das Gleichnis von der Wachtel .....	4535
M 67	Bei Cātumā.....	4581
M 68	Bei Nalakapāna.....	4609
M 69	Gulissāni .....	4611
M 70	Bei Kitāgiri.....	4612
M 71	Vacchagotto, drei Wissen.....	4642
M 72	Vacchagotto II .....	4643
M 73	Die längere Rede an Vacchagotto .....	4667
M 74	Die entlarvende Betrachtung von Form und Gefühl.....	4668

M 75	Die Leidenshäufung durch die Sinnensucht und ihre Überwindung.....	4687
M 76	Sandako .....	4724
M 77	Die längere Lehrrede an Sakuludāyi .....	4726
M 78	Der Sohn der Samanamundika .....	4809
M 79	Sakuludāyi.....	4852
M 80	Vekhanaso .....	4878
M 81	Ghatikāro, der Töpfer.....	4879

DIE KÜRZERE REDE ÜBER DIE LEBENSFÜHRUNG  
45. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Vier Arten der Lebensführung gibt es bei Menschen, die in die Hauslosigkeit gegangen sind, also der weltlichen Lust entsagt haben sollten:

1. Eine Lebensführung, die gegenwärtiges Wohl, zukünftiges Wehe bringt: Asketen und Brahmanen sagen: Es gibt nichts Schädliches bei den Sinnendingen, und sie pflegen Umgang mit Wanderasketinnen. *Angenehm ist die Berührung des zarten Arms dieser Wanderasketin.* Sie gewöhnen sich an die Sinnenlust, gelangen nach dem Tod abwärts und empfinden schmerzliche Gefühle. Dann sagen sie sich: „Sinnensucht ist die Ursache unserer Leidgefühle. Darum predigen Asketen und Brahmanen die Überwindung der Lust.“ Gleichwie wenn das Samenkorn einer Liane am Fuß eines Baums niederfiele, aufginge und sich am Baum emporwände. Zuerst wird dies vom Baum als angenehm empfunden, aber dann erstickt sie den Baum, und der Baumgeist empfindet schmerzliche Gefühle.

S. M 67: Vom anderen Geschlecht gereizt – wird verglichen mit dem Unter-Wasser-Gezogenwerden durch Alligatoren.

2. Eine Lebensführung, die gegenwärtiges und zukünftiges Wehe bringt: Da ist einer ein Selbstquäler, der nach dem Tod abwärts gelangt. (S. M 101)

3. Eine Lebensführung, die gegenwärtiges Wehe, zukünftiges Wohl bringt: Da hat einer starke Gier, starken Hass, starke Blendung und nur unter Schmerzen und Tränen kann er das Reinheitsleben führen. Nach dem Tod erscheint er in himmlischer Welt wieder.

4. Eine Lebensführung, die gegenwärtiges und zukünftiges Wohl bringt: Da hat einer nicht starke Gier, starken Hass, starke Blendung und empfindet nur selten deswegen Schmerz. Er erlangt die weltlosen Entrückungen und gelangt nach dem Tod in himmlische Welt.

DIE LEBENSFÜHRUNG II  
46. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“  
(aus einem Vortrag)

In allen Religionen wird die Frage gestellt: Was muss ich tun, dass ich selig werde, was muss ich tun, um den Kreislauf der Geburten und Tode zu beenden, was muss ich tun, dass ich das Nibbāna erreiche? Und das heißt ja, welche Lebensführung habe ich zu betreiben, um das jeweilige Ziel zu erreichen. Wir agieren in jedem Augenblick, sind aktiv – und sei es nur im Geist, indem wir jeden Augenblick ein Verlangen durch Bewertung mehren oder mindern, Ärger mehren oder mindern, Verblendung, falsche Gedanken mehren, uns mehr an falsche Gedanken gewöhnen oder sie mindern usw. Alles, was wir mehren, ist dadurch gemehrt vorhanden und begegnet uns wieder in vermehrter Form. Und alles, was wir mindern, ist dann auch vermindert in der Existenz vorhanden und begegnet uns auch in verminderter Form. Mit jedem Gedanken bauen wir an unserer Zukunft, mit jedem Gedanken schaffen wir Qualitäten unseres zukünftigen Lebens in menschlicher, übermenschlicher, in untermenschlicher Form. Weil der besonnene Mensch, selbst wenn er bisher noch keine Religion kennengelernt hat, bei sich merkt, dass unsere Taten Saaten sind, dass unser Ergehen zusammenhängt mit der Qualität des Herzens, mit unserem Tun und Lassen, darum fragt jeder besonnene Mensch: Wie hat man sich zu verhalten, damit es in Zukunft besser wird? Aus welchem Verhalten geht eine dunkle Zukunft, aus welchem Verhalten eine helle Zukunft hervor? Die wichtigste Frage, die letzte Frage, die nur wenige Menschen stellen, lautet: Was ist denn zu tun oder zu lassen, dass endgültig Zukunft, das Immer-Heranströmen, Auf-uns-Zukommen von immer wieder Neuem aufhört, die unendliche Kette der Überraschungen, der Leiden, Entzückungen und der Wandlungen? Wenn das Entzückende aufhört, tut es weh, und wenn das Entsetzliche herankommt, tut es auch weh. Auch wenn eine Zeitlang Glück erlebt wird, entsteht Öde oder Entsetzen,

wenn es wieder vergeht. Dieses gesamte Auf-die-Wesen-Zukommen, dieses Ausgeliefertsein einer Strömung von Erlebnissen, dieses Hineingeworfensein in etwas, wohinein man nicht geworfen sein will, wie kann man das endgültig meistern, wie kann man das Lenkrad in die Hand nehmen und dahin steuern, wohin man will: zum Frieden, zum Beenden der Odyssee. All das hängt ab von der geeigneten Lebensführung. Wie habe ich dieses Leben, in dem ich mich jetzt vorfinde, zu führen, damit ich das Ausgeliefertsein überwinde? Darauf antwortet der Erwachte mit seinen Lehrreden. Seine gesamte Lehre betrifft die Erkenntnisse, die zur rechten Lebensführung gehören, und die unmittelbare rechte Lebensführung selbst.

In der ersten der vier Heilswahrheiten zeigt der Erwachte die Grundbeschaffenheit der Existenz als unzulänglich, begrenzt, beschränkt, bedingt und darum leidvoll. Er zeigt die Stätten des Elends, der Wandelbarkeit und zeigt zugleich, wo diese nicht sind: nämlich wo die fünf Zusammenhäufungen nicht sind, da ist Heil. Innerhalb der fünf Zusammenhäufungen ist Leiden, auch wenn es vorübergehend als Wohl empfunden wird.

Mit der zweiten Wahrheit vom Durst als Leidensursache zeigt der Erwachte: Dadurch dass wir dem aufkommenden Durst folgen, den Trieben folgen, die jedes Erlebnis abschmecken, und von manchen Erlebnissen angezogen werden und Ablehnung entwickeln gegen andere Erlebnisse, wird diese endlose Zukunft, das Immer-wieder-neu-auf-uns-Zukommen in Gang gehalten.

Mit der dritten Heilswahrheit zeigt der Erwachte: Durch Aufhebung des Durstes, der Triebe, wird Leiden aufgehoben. Mindert sich das begehrende Verlangen nach den einen Dingen und das Abwehren, Nichtmögen anderer Dinge, so nähert sich der Übende der heiligen Indifferenz, steht unberührt über den Dingen, unbedürftig, unabhängig.

In der vierten Heilswahrheit nennt der Erwachte einen achtgliedrigen Heilsweg zur Minderung des Durstes, der Triebe. Das erste Glied des Heilswegs ist die Orientierung über

Struktur und Gesetz des Daseins. Aus dieser Kenntnis ergeben sich als Konsequenz die sieben anderen Glieder des Heilswegs als heilende rechte Lebensführung. Und diese ist das Thema unserer Lehrrede.

„Für die meisten Menschen mehrt sich das Unerfreuliche“

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Sāvātthi, im Siegerwald, im Garten Anāthapindikos. Dort nun wandte sich der Erhabene an die Mönche: Ihr Mönche! – Erhabener!–, antworteten da jene Mönche dem Erhabenen aufmerksam. Der Erhabene sprach:*

*Die meisten Wesen, ihr Mönche, haben das Verlangen, haben den Wunsch, haben die Sehnsucht: „Ach möchte sich doch das Unwillkommene, Unerwünschte, Unangenehme mindern und das Willkommene, Erwünschte, Angenehme mehren!“ Obwohl Lebewesen dieses Verlangen, diesen Wunsch, diese Sehnsucht haben, mehrt sich doch das Unwillkommene, Unerwünschte, Unangenehme für sie und mindert sich das Willkommene, Erwünschte, Angenehme. Was, denkt ihr, Mönche, ist der Grund dafür? –*

*Vom Erhabenen stammt unser Wissen, o Herr, vom Erhabenen geht es aus, auf den Erhabenen geht es zurück. Gut wäre es, o Herr, wenn der Erhabene die Bedeutung dieser Worte erklären würde. Das Wort des Erhabenen werden wir bewahren.–*

*Wohlan denn, ihr Mönche, so höret und achtet wohl auf meine Rede.– Gewiss, o Herr, antworteten da jene Mönche dem Erhabenen aufmerksam.*

*Für die meisten Menschen mehrt sich das Unerfreuliche – meinen wir, dass das stimmt?*



Hörer: Äußerlich gesehen scheint es, als ob sich im Leben des Einzelnen vieles verbessert hat. Wir haben eine größere Sozialfürsorge, wir haben medizinische Erkenntnisse, die die Kindersterblichkeit vermindern. Die Lebenserwartung ist gestiegen. Das Maß der Leiden von Anfang bis zum Ende des Lebens ist nicht mehr so groß wie früher.

D: Ja, in Bezug auf die äußeren Dinge geht es dem Menschen offensichtlich besser, aber zugleich ist der Mensch offensichtlich innerlich leerer als früher, es fehlt Lebenssinn und Lebensfreude. Viel weniger Freundschaft und Liebe, Geborgenheit in der Familie, viel weniger Kameradschaft und Zuverlässigkeit wird erlebt. Psychische Leiden bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen nehmen zu. Jeder ist viel mehr auf sich allein angewiesen, und die Berieselung durch die Medien führt dazu, dass der Mensch immer weniger selbstständig denkt. Wer ein hohes Alter erreicht, hat zwar den sogenannten Segen, dass er lange seinen Körper behält, aber damit erlebt er zugleich intensiv das Altern, das Schwächerwerden, das Abnehmen der Kräfte, Schmerzen, größere Müdigkeit, größere Empfindlichkeit, Bedürftigkeit. Alter, Krankheit, Tod ist früher für viele Menschen eine viel geringere Sorge, Not und Gefahr gewesen als heute. Je ausschließlicher ein Mensch der sinnlichen Welt zugewandt ist, um so mehr erscheint ihm der Tod als das Ende, als das Nichts mit allen damit verbundenen Ängsten und Qualen.

Der Erwachte fragt die Mönche nach dem Grund dafür, warum sich bei den meisten Menschen im Lauf ihres Lebens das Unerfreuliche und Leidige mehrt, das Erfreuliche abnimmt. Aber diese bitten den Erwachten, es ihnen zu sagen: *Vom Erwachten stammt unser Wissen...* Das mag sich wie blinder Glaube der Mönche anhören: „Wir wollen hier nicht weiter nachdenken. Sag du uns den Grund.“ Aber die Mönche, die den Erwachten schon lange und oft gehört haben, die viel selber nachgedacht und beobachtet haben, wollen nun, wo sie den Erwachten vor sich haben, nicht ihre unvollkom-

menen Gedanken sagen, sondern wollen die Gelegenheit wahrnehmen, die beste, vollkommenste, klarste Antwort auf diese Frage zu hören.

Der Erwachte antwortet:

### Der Unwissende

*Der unbelehrte gewöhnliche Mensch hat keinen Blick für den Heilsstand. Er kennt nicht das Wesen des Heils und ist unerfahren in den Eigenschaften des Heils. Er hat auch keinen Blick für die auf das Wahre ausgerichteten Menschen, kennt nicht die Art der auf das Wahre ausgerichteten Menschen und ist unerfahren in den Eigenschaften der auf das Wahre ausgerichteten Menschen.*

*Darum weiß er auch nicht, welche Dinge gepflegt und welche Dinge nicht gepflegt werden sollten. Er weiß nicht, welchen Dingen er sich hingeben soll und welchen Dingen er sich nicht hingeben soll. Weil er dies nicht weiß, pflegt er Dinge, die nicht gepflegt werden sollten, und pflegt die Dinge nicht, die gepflegt werden sollten. Er gibt sich Dingen hin, denen er sich nicht hingeben sollte, und gibt sich nicht den Dingen hin, denen er sich hingeben sollte.*

*Weil er dies tut, mehrt sich das Unwillkommene, Unerwünschte, Unangenehme und mindert sich das Willkommene, Erwünschte, Angenehme für ihn. Und warum? Weil es eben bei einem Unwissenden (aviddasu) so ist.*

Der Geist des normalen unbelehrten Menschen, der vom Säuglingsalter an aufgebaut wird, ist nichts anderes als das Notizbuch der gesamten Erfahrungen: „Das ist angenehm, das ist unangenehm.“ Das sind die hauptsächlichen, von Gier und Hass bestimmten Denkkategorien des normalen Menschen,

und diese nennt der Erwachte „Blendung“. Dem aufmerksamen Beobachter zeigt sich aber, dass sich das, was er für „angenehm“ hält, bald in „unangenehm“ wandelt. Das Unangenehme wird um so deutlicher fühlbar, als er sich vorher der Erwartung des Angenehmen hingegeben hatte. Die eigene Bedürftigkeit narrt ihn, sein Zu- und Abgeneigtsein gaukelt ihm falsche Bilder vor. Und fragen wir nach der Ursache für diese Bedürftigkeit, so müssen wir sagen: Weil die Wesen nicht der Wirklichkeit gemäß erkennen, was zum Heil und was zum Unheil führt, darum suchen sie in der falschen Richtung Heil und Wohl, nämlich bei den vergänglichen Sinnendingen. Sie pflegen das, was ihrem Begehren, ihrem Geschmack, ihren Neigungen entspricht, geben sich ihnen hin, nehmen ihr subjektives Mögen und Nichtmögen zum Maßstab. Die Verblendung, die falsche Beurteilung der Dinge, ist die Ursache, dass die Menschen nicht zu ihrem Hauptziel, zum Wohl, kommen. In Blendung befangen, pflegen sie Zuneigung und Abneigung und sind damit der Vergänglichkeit, dem Leiden, ausgeliefert.

Die Sinnendinge kommen und gehen, entstehen und lösen sich auf nicht nach Wunsch, sondern nach ihrem eigenen Gesetz; sie wandeln sich ununterbrochen, und wir können sie nicht festhalten, können nicht über sie verfügen: Sie sind wie Darlehen, die der Besitzer jederzeit zurückfordern kann. Zum Begierdenwohl brauchen wir die Augen, die Ohren, die Nase, die Zunge und zum Tasten den Leib als Ganzes. Nur mittels dieses Leibes und seiner Sinnesorgane kann die Welt erlebt, wahrgenommen werden. So machen die Begehungen abhängig vom Leib und schaffen die ununterbrochene Angst, den Leib zu verlieren. Der Wegfall des Leibes erscheint dem auf Begierdenwohl Angewiesenen als das Ende seines gesamten Wohls. Darum muss er den Tod als Vernichtung ansehen.

Hinzu kommt, das sinnliche Wohl ist ein süchtiges Wohl und ferner, es ist wie der Rausch eines Rauschsüchtigen nur Scheinwohl. Die Grundlage ist ein mehr oder weniger starkes Mangelgefühl, ein unbefriedigtes Lechzen, ein süchtiges Fiebern und Dürsten nach diesen oder jenen sinnlichen Erlebnis-

sen und entsprechendes positives Bewerten. Wenn dann diese Erlebnisse eintreten, so entsteht eine nur vorübergehende, nicht anhaltende Befriedigung, eine immer nur teilweise, nie volle Aufhebung der empfundenen Not, des empfundenen Mangels.

Und um der Begierden willen, die stets nach außen, auf die Menschen und die Welt gerichtet sind, gerät der Mensch immer wieder in Konflikt mit seinen Mitwesen, weil diese oft dieselben Dinge und Menschen begehren. Aus dieser Konkurrenz und Rivalität entsteht der Hass und wird gepflegt. Alle Hassformen sind nur durch die süchtige Begierde bedingt, durch den lechzenden Durst eines kranken Herzens. Und durch den Hass in seinen vielerlei Formen tut der Mensch Übles, pflegt Übles, gibt sich Üblem hin und verliert dadurch sein Menschentum, gerät ins Elend, in untermenschliche Welt.

Der unbelehrte Mensch weiß nicht, dass jede im Geist bejahte Befriedigung seine Sucht vergrößert, dass durch die Hingabe an das Wohl neues Leiden geschaffen wird. Darum sagt der Erwachte (M 1): Der Unbelehrte setzt auf die Dinge, die unbeständigen, wechselvollen, rechnet mit ihnen, bindet sich an sie, „weil er sie nicht kennt“ – d.h. ihren Leidenscharakter nicht kennt.

Der Erwachte vergleicht die Befriedigung bei den fesselnden Erscheinungen mit dem Brennen einer Öllampe und das Handeln in Befriedigungsabsicht mit dem Nachfüllen von Öl (S 12,53):

*Wenn bei den fesselnden Erscheinungen der Anblick von deren Wohltat gepflegt wird, dann wächst der Durst. Durch Durst bedingt ist Ergreifen (upādāna). Durch Ergreifen bedingt ist Dasein, „Schaffsal“ (bhava), Geburt, Altern und Sterben. So geschieht dieser gesamten Leidenshäufung Fortsetzung.*

*Gleichwie, ihr Mönche, durch Öl und Docht bedingt eine Öllampe brennt – würde da ein Mensch von Zeit zu Zeit Öl nachfüllen und den Docht anheben, so würde, ihr Mönche, die so ernährte, so aufnehmende (upādāna) Öllampe immer weiter*

*brennen. So auch muss, wenn bei den fesselnden Erscheinungen der Anblick von deren Wohltat gepflegt wird, der Durst wachsen. Durch Durst bedingt ist Ergreifen, durch Ergreifen bedingt ist Dasein, „Schaffsal“, Geburt, Altern und Sterben. So geschieht dieser gesamten Leidenshäufung Fortsetzung.*

Der Unwissende, der die Zusammenhänge nicht kennt, pflegt, mehrt durch positive Bewertung den Anblick der Wohltat, verstärkt damit den Durst und verbindet sich dadurch mit den Dingen, die nicht zu pflegen sind, die in Leiden führen, im Daseinskreislauf gefangen halten, wie es der Erwachte schildert (S 22,99/100):

*Unausdenkbar ist ein Anfang dieses Daseinskreislaufs. Ein Anfang ist nicht zu erkennen bei den durch Wahn gehemmt und durch Durst verstrickten Wesen, den den Kreislauf der Wiedergeburten durcheilenden.*

*Es gibt eine Zeit, in der das große Weltmeer versiegt, austrocknet, nicht mehr ist. Nicht aber gibt es ein Ende des Leidens für die durch Wahn gehemmt und durch Durst verstrickten Wesen, die den Kreislauf der Wiedergeburten durcheilenden.*

*Es gibt eine Zeit, in der der höchste Berg, Sineru, der König der Berge, vom Feuer verzehrt wird, zerstört wird, nicht mehr besteht. Nicht aber gibt es ein Ende des Leidens für die durch Wahn gehemmt und durch Durst verstrickten Wesen, die den Kreislauf der Wiedergeburten durcheilenden.*

*Es gibt eine Zeit, in der diese große Erde vom Feuer verzehrt wird, zerstört wird, nicht mehr besteht. Nicht aber gibt es ein Ende des Leidens für die durch Wahn gehemmt und durch Durst verstrickten Wesen, die den Kreislauf der Wiedergeburten durcheilenden..*

*Gleichwie ein mit einem Riemen an einen starken Pfosten oder Pfeiler gebundener Hund, wenn er geht, um den Pfosten oder Pfeiler herumgeht, wenn er steht, beim Pfosten oder Pfeiler steht, wenn er sich setzt, sich neben den Pfosten oder Pfeiler*

*ler setzt, wenn er sich legt, sich an den Pfosten oder Pfeiler legt, ebenso sieht der unbelehrte gewöhnliche Mensch – der keinen Blick für den Heilsstand hat, der nicht das Wesen des Heils kennt und unerfahren ist in den Eigenschaften des Heils, der keinen Blick für die rechten Menschen hat, nicht die Art der rechten Menschen kennt und unerfahren ist in den Eigenschaften der rechten Menschen – die Form als Ich an, Gefühl – Wahrnehmung – Aktivität – die programmierte Wohlerfahrungssuche als Ich an. Wenn er geht, so geht er im Bereich der fünf Zusammenhäufungen, wenn er steht, steht er im Bereich der fünf Zusammenhäufungen, wenn er sich setzt, sitzt er im Bereich der fünf Zusammenhäufungen, wenn er sich legt, legt er sich im Bereich der fünf Zusammenhäufungen.*

Er bewegt sich immer im Bereich der fünf Zusammenhäufungen, rennt, hetzt von Form zu Form, von Gefühl zu Gefühl, von Wahrnehmung zu Wahrnehmung, von Aktivität zu Aktivität, von programmierter Wohlerfahrungssuche zu programmierter Wohlerfahrungssuche.

*Indem er sich so um die fünf Zusammenhäufungen herum bewegt, kann er sich nicht von Form, Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierter Wohlerfassungssuche befreien, wird er nicht frei von Geborenwerden, Altern, Krankheit und Tod, von Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung, wird nicht frei vom Leiden.*

Ungeachtet dieses Leidens sind die Wesen von einem ungestillten Drang und Durst nach Erleben erfüllt, der sie immer wieder einen neuen Körper ergreifen lässt. Der Durst rast und wandelt sich dauernd, und je nach dem gewandelten Durst wird eine andere Daseinsform ergriffen, die dem Lebenshunger immer wieder neue Erfüllung verspricht. In den „Liedern der Mönche“ heißt es (Thag 575):

*Wer diesen Leib da lieben mag,  
ein blinder Tor, ein Erdensohn,*

*der schichtet Leichen scheußlich an,  
geboren neu, gestorben neu.*

Immer wieder stürzen sich die Wesen in einen neuen Leib, mit dessen Geburt sie zugleich dem Verfall und dem Tod ausgeliefert sind. Aber immer wieder neu klammern sie sich an die spärliche Erfüllung ihrer armseligen Wünsche und verschließen die Augen vor dem Wechsel von Tag und Nacht, dem unaufhaltsamen Dahinschwinden der Zeit, das als ein unerbittliches Gesetz alle Lebenshoffnung zerstört. Immer wieder wird der unwissende Mensch von den Nadelstichen des „Schicksals“ gestochen – in Wirklichkeit sind die Stiche durch das Wirken des Wesens in diesem oder in früheren Leben geschaffen worden.

Alle Erlebnisse, angenehme und unangenehme, die von dem Menschen innerhalb der Zeit zwischen Geburt und Tod wahrgenommen werden, haben immer nur eine Ursache: den Durst nach Wahrnehmung. Dieser Durst nach Wahrnehmung sind jene fünf Begehungen, jenes dem Menschen innewohnende Verlangen, bestimmte Formen zu sehen, Töne zu hören, Düfte zu riechen, Säfte zu schmecken, Körper zu tasten:

*Das Süße hat der Tor im Sinn,  
solang das Böse nicht gereift.  
Ist aber reif des Bösen Frucht,  
dann fällt dem Leiden er anheim. (Dh 69)*

Der Unwissende, der Tor, der oberflächliche Mensch mag nicht in seinem Genuss gestört werden, weil er, nur der Gegenwart lebend, die Leidigkeit seiner Situation nicht empfindet. Erst dann, wenn er sich des Leidigen wieder erinnert oder es am eigenen Leib erfährt, beginnt er, nach Abhilfe zu suchen.

## Der Wissende

*Doch der erfahrene Heilsgänger behält den Heilsstand im Blick. Er kennt das Wesen des Heils und ist erfahren in den Eigenschaften des Heils. Er hat einen Blick für die auf das Wahre ausgerichteten Menschen, kennt die Art der auf das Wahre ausgerichteten Menschen und ist erfahren in den Eigenschaften der auf das Wahre ausgerichteten Menschen.*

*Darum weiß er, welche Dinge gepflegt und welche Dinge nicht gepflegt werden sollten. Er weiß, welchen Dingen er sich hingeben soll und welchen Dingen er sich nicht hingeben soll. Weil er dies weiß, pflegt er Dinge, die gepflegt werden sollten, und pflegt keine Dinge, die nicht gepflegt werden sollten. Er gibt sich Dingen hin, denen er sich hingeben sollte, und gibt sich nicht Dingen hin, denen er sich nicht hingeben sollte.*

*Weil er dies tut, mehrt sich das Willkommene, Erwünschte, Angenehme und mindert sich das Unwillkommene, Unerwünschte, Unangenehme für ihn. Und warum? Weil es eben bei einem Wissenden so ist.*

Man stelle sich den Unterschied vor zwischen dem unbelehrten, gewöhnlichen Menschen und dem Heilsgänger. Der normale Mensch schwankt zwischen Lust und Schmerz, *und was für ein Gefühl er auch fühlt, ein wohles oder wehes oder weder wehes noch wohles, dahin neigt er sich, darum kreist sein Denken, davon wird er beeinflusst, daran klammert er sich (M 38)*. Ein solcher ist mit seinem Gemüt an das Gefühl gefesselt. Die Schwankungen des Gefühls bedeuten seine Schwankungen. Ein solcher ist geworfen, abhängig und muss dauernd in Angst vor dem Kommenden sein.

Der verstehende und klarblickende Heilsgänger dagegen, der durch die Lehre des Erwachten aufgeklärt ist, hat sich



durch seine immer wieder vollzogenen, auf den Grund gehenden Betrachtungen immer wieder zeitweilig abgelöst von der Identifikation mit dem Körper, den Gefühlen und Wollensrichtungen. Er ist durch die dadurch erfahrene zeitweilige Unbeeinflussbarkeit, Unverletzbarkeit im Besitz der unbeeinflussten rechten Anschauung, wie der Erwachte sagt:

*Wenn man da aber nicht herantritt, nicht sich aneignet, nicht ergreift und „Hier ist gar kein Ich! Leiden ist alles, was immer entsteht, Leiden ist alles, was immer vergeht“ – in diesem Wissen nicht mehr zweifelt, nicht mehr bangt im Besitze des von allen Meinungen unabhängig machenden Klarwissens – das ist richtiger (heilender, von Trieben unbeeinflusster) Anblick. (S 12,15)*

Indem der Betrachtende auch nur augenblicksweise unbeeinflusst oberhalb der gesamten Weltwahrnehmung stehen kann, die gesetzmäßige Bedingtheit, Vergänglichkeit, Leidhaftigkeit der fünf Zusammenhäufungen erkennt, da ist er frei von jeder Ich-Identifikation. Der Glaube an Persönlichkeit (erste Verstrickung) ist geschwunden.

Damit erfährt er, dass es die Möglichkeit gibt, alle Gefährdung und alle Angst endgültig zu verlieren. Von dem zu dieser Entwicklung gelangten Menschen gibt der Erwachte das Bild des aus der gefährlichen Gegend in die Nähe des heimatlichen Dorfes gelangten Menschen, der sich bald in der sicheren Heimat weiß (Aufhebung von Daseinsbagnis, zweite Verstrickung).

Es heißt (M 115), dass der Heilsgänger keine der fünf Zusammenhäufungen mehr in der Hoffnung angeht, dass sie echtes Wohl enthalte, d.h. er wird nicht mehr bei ruhiger Überlegung lüstern an angenehme Dinge denken oder Abgestoßensein in Bezug auf unangenehme Dinge nähren und weiterpflegen. Er hat sich in seinem Geist von der Welt abgelöst, rechnet nicht mehr mit ihr als der Quelle allen Wohls. So hebt er die

positive Bewertung seiner Bindung an die Begegnungsszenen auf (dritte Verstrickung).

Er hat zwar noch Zu- und Abwendung in Bezug auf die Dinge, wird durch die Begegnung mit den Dingen noch getroffen – aber die „Welt“ genannte Blendung wird von ihm bei klarer Besinnung nicht mehr „Welt“ genannt, sondern wird als Blendung erkannt. Er weiß: Mit der Abnahme von Gier und Hass lichtet sich die Welterscheinung.

Weil der vom Erwachten Belehrte diese Tatsache im Geist durchschaut, darum steht er dem Welterlebnis nicht mehr naiv gegenüber, sondern betrachtet die Erscheinungen auf Abstand, lässt sich nicht mehr so leicht beeinflussen, gewöhnt sich die Durchschauung der Vorgänge an. Damit erwirbt er ein völlig anderes Verhältnis zur Welt. Obwohl die Einzelwahrnehmungen ihn wegen ihrer Gefühlsbesetzung noch immer mehr oder weniger blenden, pflegt er den Abstand haltenden, durchschauenden Anblick.

Einwand eines Vortragshörers:

Man muss wohl viel sehen und hören in der Welt, um alles zu kennen.

D: Der Erwachte sagt: Man muss zuerst von der rechten Anschauung hören. Sie liefert den Maßstab, mit dem man die Dinge, die man im Leben erlebt, messen kann. „Ausgerüstet mit der rechten Anschauung über die vier Heilswahrheiten durch das Leben gehen“ – dann braucht man nur wenig von der Welt zu erleben und kann das Erlebte dann gleich den vier Heilswahrheiten, den fünf Zusammenhäufungen, zuordnen und gerät auf diese Weise nicht so leicht in die Versuchung, unheilsame Dinge zu pflegen, den unheilsamen Dingen sich hinzugeben.

### Vier Arten der Lebensführung

*Vier Arten der Lebensführung gibt es, ihr Mönche.  
Welche vier?*

1. *Die Lebensführung, die gegenwärtiges Wehe sowie künftiges Wehe bringt.*
2. *Die Lebensführung, die gegenwärtiges Wohl und künftiges Wehe bringt.*
3. *Die Lebensführung, die gegenwärtiges Wehe und künftiges Wohl bringt.*
4. *Die Lebensführung, die gegenwärtiges Wohl sowie künftiges Wohl bringt.*

*Der Unwissende, im Wahn befangen, erkennt nicht der Wirklichkeit gemäß: „Dies ist eine Lebensführung, die gegenwärtiges Wehe sowie künftiges Wehe bringt.“ Weil der Unwissende, im Wahn befangen, sie nicht erkennt, pflegt er sie, vermeidet sie nicht. Weil er dies tut, mehrt sich ihm das Unwillkommene, Unerwünschte, Unangenehme und mindert sich das Willkommene, Erwünschte, Angenehme. Und warum? Weil es eben bei einem Unwissenden so ist.*

*Der Unwissende, im Wahn befangen, erkennt nicht der Wirklichkeit gemäß: „Dies ist eine Lebensführung, die gegenwärtiges Wohl und künftiges Wehe bringt – die gegenwärtiges Wehe und künftiges Wohl bringt – die gegenwärtiges Wohl sowie künftiges Wohl bringt.“ Weil der Unwissende, im Wahn befangen, sie nicht erkennt, pflegt er das, was künftiges Wehe bringt, vermeidet es nicht und pflegt nicht das, was künftiges Wohl bringt. Weil er dies tut, mehrt sich das Unwillkommene, Unerwünschte, Unangenehme und mindert sich das Willkommene, Erwünschte, Angenehme für ihn. Und warum? Weil es eben bei einem Unwissenden so ist.*

*Der Wissende, nicht im Wahn Befangene, erkennt der Wirklichkeit gemäß: „Dies ist eine Lebensführung, die gegenwärtiges Wehe und künftiges Wehe bringt – die gegenwärtiges Wohl und künftiges Wehe bringt –*

*die gegenwärtiges Wehe und künftiges Wohl bringt – die gegenwärtiges Wohl sowie künftiges Wohl bringt.“ Weil der Wissende, nicht im Wahn Befangene sie erkennt, pflegt er das, was künftiges Wohl bringt und pflegt nicht das, was künftiges Wehe bringt, meidet es. Weil er dies tut, mehrt sich das Willkommene, Erwünschte, Angenehme und mindert sich das Unwillkommene, Unerwünschte, Unangenehme für ihn. Und warum? Weil es eben bei einem Wissenden so ist.*

Gegenwärtiges Wehe und zukünftiges Wehe – das ist das Äußerste des Negativen, das denkbar ist. Und gegenwärtiges Wohl und zukünftiges Wohl – das ist das Äußerste des Positiven, das denkbar ist.

Bei zwei Arten der Lebensführung mehrt sich das Erfreuliche, Angenehme, nämlich dann, wenn man darauf hinarbeitet, dass die Zukunft Wohl bringt. Was ist wichtiger? Die Gegenwart oder die Zukunft? – Die Zukunft. – Die Gegenwart ist so kurz, dass man sie gar nicht messen kann. Auf Wohl in der Zukunft arbeitet der besonnene Mensch hin, auf das Wohl in späteren Jahren in diesem Leben wie auch auf das Wohl im nächsten Leben. Er geht z.B., wenn er Zahnschmerzen hat, zum Zahnarzt und nimmt die noch größeren Schmerzen bei der Behandlung in Kauf. Das gegenwärtige Wehe ist nicht zu leugnen, wird aber versüßt durch die berechtigte Hoffnung, dass es in ein paar Tagen besser wird. Ohne Zahnarzt behält er die Schmerzen für den Augenblick wie für die Zukunft. Mit Zahnarzt hat er eine Zeitlang größeren Schmerz, ist aber dann für längere Zeit, in der Zukunft, frei von Schmerz.

Weitere Beispiele dafür, dass wir Wehgefühle in Kauf nehmen um zukünftigen Wohls willen in diesem Leben: Wer sich in der Jugend anstrengt, lernt, bringt Opfer in der Gegenwart, hat oft gegenwärtiges Wehe, um es in der Zukunft, wenn er erwachsen ist, besser zu haben. – Der Trunksüchtige, der vom Alkohol abkommen will, versagt sich den Alkohol im Hinblick auf die zukünftigen schlechten Folgen bzw. auf die

guten Folgen, wenn er es schafft, sich von seiner Sucht zu befreien. – Wenn wir unser Leben prüfen, leben wir meistens in Gedanken an die Zukunft, hoffen auf die Zukunft. Auch die Askese ist eine Anstrengung, die der Mönch auf sich nimmt im Hinblick auf zukünftiges Heil. Zukünftiges Wehe strebt niemand an. Aber der unbesonnene Mensch – ganz besonders das Kind – denkt im Allgemeinen an die Erfüllung der gerade aufgestiegenen Wünsche, an gegenwärtiges Wohl und handelt in der Gegenwart so falsch, dass daraus zukünftiges Wehe entsteht. Mit wie vielen üblen Eigenschaften haben wir jetzt zu kämpfen, die wir früher um des damals gegenwärtigen Wohls willen gepflegt haben.

Da wir wissen, dass zukünftiges endgültiges Wohl darin besteht, dass man frei von Tendenzen ist und dass der Weg zu diesem Ziel so beschritten werden muss, dass man erst die größten üblen Triebe aufhebt, dann die mittleren, dann die feineren, dann kann man sich vorstellen, dass der Weg um so schwerer fallen muss, je mehr Triebe ein Mensch hat.

In unserer Lehrrede nennt der Erwachte die vier Arten der Lebensführung einzeln in der Praxis der zehn Wirkensfährten.

1. Die Lebensführung, die gegenwärtiges Wehe  
und zukünftiges Wehe bringt:  
Die zehn unheilsamen Wirkensfährten

*Wie aber ist, ihr Mönche, die Lebensführung, die gegenwärtiges Wehe sowie künftiges Wehe bringt? Mit Schmerz und Betrübniß tötet einer Lebewesen, empfindet wegen des Mordes Schmerz und Betrübniß. Der gelangt bei Versagen des Körpers nach dem Tod abwärts, auf schlechte Lebensbahn, erfährt Unheil und Leiden, erscheint gar in höllischer Welt wieder. Das nennt man, ihr Mönche, eine Lebensführung, die gegenwärtiges Wehe sowie künftiges Wehe bringt.*

*Mit Schmerz und Betrübniß nimmt einer Nichtgegebenes, empfindet wegen des Diebstahls Schmerz und Betrübniß.*

*Mit Schmerz und Betrübniß begeht einer unrechten Geschlechtsverkehr, empfindet wegen des unrechten Geschlechterverkehrs Schmerz und Betrübniß.*

*Mit Schmerz und Betrübniß verleumdet einer in trügerischer Absicht, empfindet wegen der Verleumdung Schmerz und Betrübniß.*

*Mit Schmerz und Betrübniß hinterträgt einer, empfindet wegen des Hintertragens Schmerz und Betrübniß.*

*Mit Schmerz und Betrübniß gebraucht einer verletzende Worte, empfindet wegen der verletzenden Worte Schmerz und Betrübniß.*

*Mit Schmerz und Betrübniß pflegt einer müßiges Geschwätz, empfindet wegen des müßigen Geschwätzes Schmerz und Betrübniß.*

*Mit Schmerz und Betrübniß ist einer habgierig, empfindet wegen der Habgier Schmerz und Betrübniß.*

*Mit Schmerz und Betrübniß ist einer bewegt von Antipathie bis Hass, empfindet wegen Antipathie bis Hass Schmerz und Betrübniß.*

*Mit Schmerz und Betrübniß hegt einer falsche Anschauungen, verkehrte Meinungen, empfindet wegen der falschen Anschauungen, der falschen Meinungen Schmerz und Betrübniß.*

*Der gelangt bei Versagen des Körpers nach dem Tode abwärts auf schlechte Lebensbahn, erfährt Unheil und Leiden, erscheint gar in höllischer Welt wieder. Das nennt man, ihr Mönche, eine Lebensführung, die gegenwärtiges Wehe sowie künftiges Wehe bringt.*

*Nach Versagen des Körpers, jenseits des Todes*, so lesen wir immer in den Lehrreden. Der Buddha spricht vom Sterben als dem Übergang ins Jenseits. Man steigt aus dem Körperwerkzeug heraus, und entsprechend dem dunklen Charakter, den man hat, wird man empfangen von dunklen oder vorwurfsvoll blickenden und sprechenden Wesen und geht seinem gewirkten Schaffsal entgegen.

Hier werden zehn unheilsame Wirkensfährtten, Aktionsweisen genannt, die auch die Gesinnung einschließen. Der Erwachte unterteilt sie und erklärt sie im Einzelnen in M 41:

*Dreifach in Taten ist der unrechte verderbte Lebenswandel, vierfach in Worten ist der unrechte verderbte Lebenswandel, dreifach in Gedanken ist der unrechte verderbte Lebenswandel.*

Von uns aus können wir Wirkungen nur auf drei Bahnen oder Kanälen in die Welt setzen: 1. durch Einsatz unseres Körpers – indem wir also mit dem Körper Schlechtes oder Gutes schaffen, 2. durch Einsatz der Rede und 3. in Gedanken, die dann in Worten und Taten sich ausdrücken. Auf diesen insgesamt zehn Kanälen kann man also unrecht, verderblich, d.h. für einen selber verderblich handeln, indem man andere schädigt, und kann man gut handeln, d.h. für einen selber förderlich, indem man andere fördert. Das Du ist die Gegenseite des Ich. Was ich am Du erkenne, sehe, erfahre, das ist nur von mir Ausgegangenenes. Die Welt, die ich erlebe, ist das Spiegelbild meiner Seele, meines inneren Triebwerks. Weiter in M 41:

*Was ist nun dreifach in Taten der unrechte Wandel?*

*1. Da ist einer ein Mörder, ist grausam und blutgierig, der Gewalt und dem Totschlag ergeben, ohne Erbarmen gegenüber den Lebewesen.*

Wir hier im Menschentum sind nicht ganz so schlecht – grausam und blutgierig – und wir sind nicht ganz so gut – voll Erbarmen –, aber irgendwo dazwischen stehen wir, und wir wandern mit jeder Tat entweder aufwärts oder abwärts. Manche wandern jahrelang etwas aufwärts, dann unter anderen Einflüssen wieder etwas abwärts. Auf der Wanderung zwi-

schen oben und unten sind wir immer unterwegs, und entsprechend ist unser Erleben.

2. *Da nimmt einer, was man ihm nicht gegeben hat; was ein anderer im Dorf oder Wald an Hab und Gut besitzt, das macht er sich ungegeben in diebischer Absicht zu eigen.*

3. *Er begeht unrechten Geschlechtsverkehr mit einem Mädchen, das unter der Obhut von Vater oder Mutter, Bruder oder Schwester oder unter der Obhut von Verwandten steht oder unter dem Schutz des Gesetzes oder mit einer Frau, die verheiratet ist, oder mit einer im Dienstverhältnis Stehenden bis herab zu der durch Überwurf eines Blumenkranzes Anverlobten.*

*Was ist nun vierfach im Reden der unrechte verderbte Wandel?*

1. *Da spricht einer in trügerischer, verleumderischer Absicht (musāvādi). Wenn er von seinen Mitmenschen, in der Versammlungshalle (vor Gericht), unter den Leuten, in der Familie, in der Gilde, bei Hof gefragt wird: „Wohl denn, lieber Mann, was du in dieser Sache weißt, das sage“, dann antwortet er, obwohl er nicht weiß: „Ich weiß“ oder obwohl er weiß: „Ich weiß nicht.“ Obwohl er nicht gesehen hat: „Ich habe gesehen“ oder obwohl er gesehen hat: „Ich habe nicht gesehen.“ So macht er aus eigenem Interesse oder wegen eines anderen oder aus irgendeinem weltlichen Grund klarbewusst eine trügerische, verleumderische Aussage.*

2. *Er liebt das Hintertragen. Was er hier gehört hat, erzählt er dort wieder, um jene zu entzweien; oder was er dort gehört hat, erzählt er hier wieder, um diese zu entzweien. So stiftet er Zwietracht unter Verbundenen und hetzt die Entzweiten auf. Hader und Streit erfreut ihn, macht ihn froh, befriedigt ihn, Hader und Streit erregende Worte spricht er.*

3. *Er gebraucht verletzende Worte. Reden, die spitz und stechend sind, andere beleidigen, andere verletzen, äußert sich mit Zorn und zerstört den Frieden.*

4. *Und er pflegt müßiges Geschwätz, spricht zur Unzeit, ohne Sinn und Zweck, nicht der Lehre und Ordnung gemäß, seine*



*Rede ist nicht wert, dass man ihrer gedenke, sie ist unzeitig, nicht hilfreich, nicht abgegrenzt, nicht dem Gegenstand angemessen.*

*Und wie ist nun dreifach im Denken der unrechte verderbte Wandel?*

*1. Da ist einer habgierig. Was ein anderer an Hab und Gut besitzt, danach giert er in dem Gedanken: „Ach wenn doch sein Besitz mein eigen wäre.“*

*2. Er ist hartherzig, von verdorbener, übler Gesinnung: „Diese Wesen da sollen getötet, umgebracht, zerstört werden, sollen so nicht bleiben.“*

*3. Und er hegt verkehrte Ansichten, verderbliche Meinungen. Er denkt:*

*„Das Spenden von Hab und Gut bringt keinen Gewinn. Es gibt aus gutem Tun keine gute und aus üblem Tun keine üble Ernte. Nicht gibt es außer dieser Welt auch höhere jenseitige Welt – d.h. es gibt keine andere Welt, mit dem Tod ist das Leben beendet – es gibt nur Zeugung durch die Eltern, keine unmittelbare geistige Geburt. Es gibt in der Welt keine Weisen oder Geistlichen, welche durch geistige Übung zur vollkommenen Durchschauung und Erkenntnis dieser und jener Welt gelangt wären und uns belehren könnten.“*

Da führt einer mit Schmerz und Betrübnis diesen unrechten verderbten Lebenswandel, der ihm zukünftiges Wehe bringt. – Was ist daran gegenwärtiges Wehe und was zukünftiges Wehe? Schmerz und Betrübnis ist gegenwärtiges Wehe. Dass er schlechten Lebenswandel pflegt, das führt ihn in zukünftiges Wehe. Wann pflegt man unrechten verderbten Lebenswandel mit Schmerz und Betrübnis? Wenn das Gewissen dagegenspricht, die Triebe aber trotzdem stärker sind und man wider besseres Wissen handelt, wie es *Paulus* bedauernd sagt: *Das Gute, das ich tun will, tue ich nicht, und das Üble, das ich nicht tun will, das tue ich. (Röm. 7,19)*

Wer mit Schmerzen das Üble tut, hat jetzt Schmerz, und weil er das Üble tut, stehen ihm auch in Zukunft Schmerzen

bevor. Aber so bleibt einer nicht, es ist ein Übergangsstadium. Wer unter Schmerzen das Üble tut, der tut es, weil er im Gewissen anders denkt. Darum wird er sich irgendwann wandeln. Entweder wird er eines Tages seinem Gewissen energischer folgen und dann das Üble nicht mehr tun, oder er wird eines Tages sein Gewissen verwerfen und seine Hemmungen als unnütze religiöse Skrupel abtun. Er hält sich dann nur an das vordergründig Sichtbare etwa in dem Gedanken: „Nach dem Tod ist es sowieso zu Ende. Da hole ich für mich heraus, was herauszuholen ist. Wie es anderen dabei geht, ist mir gleich.“ So geht er zukünftigem Wehe entgegen. – Kein Mensch kann auf die Dauer mit Schmerz und Betrübnis Übles tun. Entweder er verwirft die geistigen Vorwürfe, den geistigen Maßstab, oder er ändert sein Verhalten.

Natürlich muss man unterscheiden zwischen jemandem, der ständig übel, d.h. gegen die Interessen anderer handelt – tötet, stiehlt, in Partnerschaften einbricht – und sei es auch mit Schmerz und Betrübnis – und jemandem, der mit Schmerz und Betrübnis müßiges Geschwätz pflegt. Immer geht aus untugendhaftem Tun dunkle Ernte hervor. Es heißt: Nach dem Tod erlebt er Dunkles. Aber der eine erlebt viel Dunkles, der andere etwas Dunkleres als gegenwärtig, der eine für längere Zeit, der andere für kürzere Zeit. So wie die Saat ist, so ist die Ernte.

## 2. Die Lebensführung, die gegenwärtiges Wohl und zukünftiges Wehe bringt

*Wie aber ist, ihr Mönche, die Lebensführung, die gegenwärtiges Wohl und künftiges Wehe bringt? Mit Wohlgefühl und Freude tötet einer Lebewesen, empfindet wegen seines Mordes Wohlgefühl und Freude. Der gelangt bei Versagen des Körpers nach dem Tode abwärts auf schlechte Lebensbahn, erfährt Unheil und Leiden, erscheint gar in höllischer Welt wieder. Das*

*nennt man, ihr Mönche, eine Lebensführung, die gegenwärtiges Wohl und künftiges Wehe bringt.*

*Mit Wohlgefühl und Freude nimmt einer Nichtgegebenes – begeht unrechten Geschlechtsverkehr – verleumdet in trügerischer Absicht – hinterträgt – gebraucht verletzende Worte – pflegt müßiges Geschwätz – ist habgierig – pflegt Antipathie bis Hass – hegt falsche Ansichten, verderbliche Meinungen. Der gelangt bei Versagen des Körpers nach dem Tod abwärts auf schlechte Lebensbahn, erfährt Unheil und Leiden, erscheint gar in höllischer Welt wieder. Das nennt man, ihr Mönche, eine Lebensführung, die gegenwärtiges Wohl und künftiges Wehe bringt.*

Das zukünftige Wehe ist eisern geknüpft an übles Wirken in Taten, Worten und Gedanken. Wenn das Wirken übel ist, dann wird in Zukunft Wehe geerntet. Wenn dieses üble Wirken im Augenblick, gegenwärtig, wohltut, dann hat man gegenwärtiges Wohl, aber zukünftiges Wehe. Alles, was wir jetzt erleben, haben wir in der Vergangenheit in die Welt gesetzt.

Wer so geartet ist, dass er das Üble gern tut, dass er von seinen Neigungen her geradezu zum Üblen getrieben wird, der hat gegenwärtig Wohlgefühl und Freude. Wer so leicht das Üble tut, der kann schwerer das Gute tun. Nun gibt es keinen Menschen, der nur leicht das Üble tun kann oder nur leicht das Gute tun kann. Wir sind gemischt in unseren Neigungen. Manchem von uns fällt das Töten und Stehlen schwerer, die Wahrhaftigkeit dagegen leichter. Es geht darum, dass wir uns in unseren Schwächen korrigieren und damit eine bessere Zukunft schaffen.

### 3. Die Lebensführung, die gegenwärtiges Wehe und zukünftiges Wohl bringt:

#### Die zehn heilenden Wirkensfährtten

„Heilend“ heißt: Sie führen zum Heil. Das christliche Wort „der Heilige“ ist eine Veränderung des ursprünglichen Wortes

„heil“. In aller Welt wird der heile, unverletzbare Zustand gesucht. Die Religionsgründer wollen den Weg zeigen zu dem Zustand, der erstens der allerhöchste ist, der allerwohlthuendste, und zweitens der nicht zerstört werden kann. Das ist das Heil. Es gibt ein immer mehr sich steigerndes Wohl bis zum höchsten Wohl, der unverletzbaren Unverletztheit.

Mit den zehn negativen Aktionsweisen wird übles Karma gesät und geerntet. Das Wort Karma enthält schon das ganze Konzept der Existenz. Karma heißt Wirken und Wirkung. Wirken ist das, was auf den drei möglichen Bahnen: Denken, Reden und Handeln gesät wird, die Wirkung dessen ist Erleben, Wahrnehmen. Ununterbrochen nehmen wir wahr auf den sechs Kanälen: sehen, hören, riechen, schmecken, tasten und denken. Wer im Lauf der Jahre und Jahrzehnte die zehn guten Verhaltensweisen an die Stelle der zehn schlechten Verhaltensweisen setzt, wer sich zwischen diesen beiden Endpunkten allmählich höher entwickelt, dem mehrt sich das Wohl. Der Erwachte sagt (M 41):

*Dreifach in Taten ist der rechte und gute Lebenswandel. Vierfach im Reden und dreifach im Denken. Wie ist nun dreifach in Taten der rechte und gute Wandel?*

*1. Da hat einer das Töten von Lebewesen aufgegeben, dem Töten von Lebewesen widerstrebt sein Wesen. Ohne Stock, ohne Schwert, teilnehmend und rücksichtsvoll hegt er zu allen lebenden Wesen Liebe und Mitempfinden.*

*2. Er hat das Nehmen von Nichtgegebenem aufgegeben. Dem Diebstahl widerstrebt sein Wesen. Gegebenes nur nimmt er. Gegebenes wartet er ab, nicht diebisch gesinnt, rein gewordenen Herzens.*

*3. Er begeht keine Ausschweifung mit einem Mädchen, das unter der Obhut von Vater oder Mutter, Bruder oder Schwester oder unter der Obhut von Verwandten oder unter dem Schutz des Gesetzes steht, auch nicht mit einer Frau, die verheiratet ist oder einer im Dienstverhältnis Stehenden bis herab zu der durch Überwurf eines Blumenkranzes Anverlobten.*

*Das ist der in Taten dreifältige rechte und gute Wandel.*

*Wie ist nun vierfältig im Reden der rechte und gute Wandel?*

1. *Da spricht einer nicht in verleumderischer, trügerischer Absicht. Wenn er von seinen Mitmenschen in der Versammlungshalle (vor Gericht), unter den Leuten, in der Familie, in der Gilde, bei Hof gefragt wird: „Wohl denn, lieber Mann, was du in dieser Sache weißt, das sage“, dann antwortet er, wenn er nichts weiß: „Ich weiß es nicht.“ Wenn er es weiß: „Ich weiß es.“ Und wenn er nichts gesehen hat: „Ich habe es nicht gesehen.“ Und wenn er es gesehen hat: „Ich habe es gesehen.“ So macht er weder aus eigenem Interesse noch wegen eines anderen oder aus irgendeinem weltlichen Grund eine verleumderische, trügerische Aussage.*

2. *Das Hintertragen hat er aufgegeben. Dem Hintertragen widerstrebt sein Wesen. Was er hier gehört hat, das berichtet er nicht dort wieder, um jene zu entzweien; was er dort gehört hat, das berichtet er nicht hier wieder, um diese zu entzweien; vielmehr einigt er Entzweite, festigt Verbundene. Eintracht macht ihn froh, Eintracht freut ihn, Eintracht beglückt ihn, Eintracht fördernde Worte spricht er.*

3. *Verletzende Worte zu reden – das hat er aufgegeben. Dem Aussprechen verletzender Worte widerstrebt sein Wesen. Worte, die frei von Schimpf sind, dem Ohre wohltuend, liebeich, zum Herzen dringend, höflich, viele erfreuend, viele erhebend – solche Worte spricht er.*

4. *Leeres Geschwätz hat er aufgegeben. Allem leeren Gerede widerstrebt sein Wesen. Zur rechten Zeit spricht er, den Tatsachen gemäß, auf den Sinn bedacht, der Lehre und Ordnung getreu. Seine Rede ist reich an Inhalt, klar abgegrenzt, alles umschließend, ihrem Gegenstande angemessen.*

*Das ist der in Worten vierfache rechte und gute Wandel.*

*Was ist nun der dreifache rechte und gute Lebenswandel im Denken?*

1. *Da ist einer frei von Habgier. Was ein anderer an Hab und Gut besitzt, danach giert er nicht in dem Gedanken: „Ach, wenn doch sein Besitz mein Eigen wäre.“*

2. *Frei von Antipathie bis Hass ist er und von fürsorglicher Gesinnung: „Mögen diese Wesen ohne Feindschaft und Kälte geborgen und glücklich ihr Dasein bewahren.“*

3. *Und er hat rechte Anschauungen, hegt keine verkehrten Meinungen:*

*Das Spenden von Hab und Gut hat tiefen Sinn und bringt Gewinn.*

*Alles rechte Tun bringt gute Ernte, alles üble Tun üble.*

*Es gibt außer dieser Welt auch höhere jenseitige Welt.*

*Es gibt nicht nur Zeugung durch die Eltern, sondern auch geistunmittelbare Geburt.*

*Es gibt in der Welt Asketen und Brahmanen, welche durch Läuterung und hohe geistige Übung diese und die jenseitige Welt in überweltlicher Schau erlebt und erfahren haben und darüber lehren.*

*Das ist der in Gedanken dreifache rechte und gute Wandel. Wegen eines derartig rechten und guten Lebenswandels, dreifach in Taten, vierfach in der Rede und dreifach in Gedanken, kommt es, dass da manche Wesen nach dem Versagen des Körpers, jenseits des Todes auf gute Lebensbahn gelangen, in himmlische Welt.*

Den heilenden Wirkensfahrten zu folgen, führt in zukünftiges Wohl; aber während des Tuns von entgegengesetzten Trieben bewegt werden, das bringt wegen der Nichtbefriedigung der Triebe gegenwärtiges Wehe. Wer zu Beginn dieses jetzigen Lebens schon tugendhafter und abgelöster ist, dem fällt es natürlich leichter, den Weg aus allem Dunklen heraus zu gehen, weil er keinen Widerspruch der Triebe erfährt, als dem Menschen, dessen Triebe es ihm schwer machen, das Niedere zu lassen. Wir erkennen an der Unterschiedlichkeit der Triebe, mit denen jeder Einzelne von uns in dieses Leben eingetreten ist, dass wir nicht in erster Linie fordern und danach streben können, jetzt Wohl zu erleben, sondern dass es in erster Linie darum geht, dass wir zukünftiges Wohl erfahren. Je tiefer wir in den Bindungen stecken, um so mehr müssen wir uns lösen,

und das ist entsprechend schmerzvoll und betrübend, weil schwer und anstrengend, kostet entsprechend Mühe und Kraft.

Außerdem lebt jeder Mensch zeitweilig mehr aus seinen guten Eigenschaften und zu anderen Zeiten wieder mehr aus seinen üblen Eigenschaften. Wir müssen versuchen, treu in jeder Situation das Bestmögliche zu tun. Wenn wir zeitweilig tiefer stehen, müssen wir eben in dieser tieferen Situation an uns arbeiten. Wenn wir einmal wieder höher stehen, müssen wir in der höheren Situation die weiteren Schritte in das noch Höhere gehen. Wenn wir körperliche Schmerzen haben oder deprimiert oder im klaren Denken gehemmt sind, dann können wir auch nicht so heiter, fröhlich und aktiv vorwärtsgehen wie in gesundem Zustand, aber wir können geduldig hinnehmen, uns im Ertragen üben und ruhig aushalten. So tun wir auch dann immer das Bestmögliche.

Es ist gut, wenn wir Geduld haben. Wenn wir nur an den Fesseln reißen wollten, entstehen zusätzliche Schmerzen, die nicht nötig sind. Wenn wir aber langsam und beharrlich an den Fesseln feilen, dann halten wir besser durch und können dann leichter und sicherer vorwärtskommen.

*Der Weise treibe nach und nach  
allmählich und zur rechten Zeit  
geschicktem Silberschmiede gleich  
des eigenen Herzens Flecken aus. (Dh 239)*

Durch unseren Unmut, unsere Ungeduld und Hast machen wir uns sehr viel zusätzliche Schmerzen. Nachdem wir erkannt haben, dass der Weg weit ist, da wissen wir auch, dass es der Anstrengung bedarf bis zum Ziel, und Anstrengung ist für viele Triebe und die triebhörige Anschauung unangenehm, schmerzhaft und betrübend.

Manche Menschen sagen in einer Übergangszeit, dass sie bedauerten, die Lehre kennengelernt zu haben, es sei so schwer, ihr zu folgen. Bei allem käme die rechte Anschauung dazwischen und verdürbe den Genuss. Der Erwachte sagt, dass

er seinen Anhängern den Gang in den Sumpf versperrt (M 19). Den Gang in den Sumpf sind wir gewöhnt. Gier und Hass treiben uns. Aber in diese Gewöhnung hinein spricht die rechte Anschauung: „Halt! Du bereitest dir selber Leiden in der Zukunft!“ Auf diese Weise werden viele Gepflogenheiten und alte Verhaltensweisen, die beinahe schon automatisch vor sich gehen, neu unter die Lupe genommen, neu betrachtet, werden verurteilt, und es geht nun darum, sie abzulegen. Das geht nicht ohne immer wieder erneuten Kampf und geht manchmal auch nicht ohne Krampf vor sich. Diese Spannungen und Kämpfe wird man aber in Kauf nehmen in dem Bewusstsein, dass man sich in einer Wandlung befindet, in einem Umbruch der Marschrichtung, und dass dies eben manches Unangenehme mit sich bringt.

Die Triebe drängen noch auf ihre Befriedigung, und die alte Anschauung steht noch da und will den Trieben Recht geben. Da geht es nun darum, sich der neuen Anschauung immer besser zu versichern, das Bild von den leidigen Folgen der alten Wege immer deutlicher für sich herauszustellen, in den akuten Fällen zur richtigen Willensbildung zu kommen und durch zwischenzeitliches entsprechendes Meditieren die für schädlich befundenen Triebe immer mehr zu mindern. In dem Maß, wie dieser Prozess fortschreitet, in dem gleichen Maß kommt das Wollen der Triebe mehr und mehr zur Ruhe, stört die neue Anschauung immer weniger, und in dem gleichen Maß hören Spannungen, Kämpfe und Krämpfe auf, wird der Zwiespalt überwunden.

#### 4. Die Lebensführung, die gegenwärtiges Wohl und zukünftiges Wohl bringt

Wenn die heilende rechte Lebensführung als zum Wohl führend deutlich vor Augen steht und die Triebe nicht mehr dagegen stehen oder, wenn sie sich melden, leicht zum Schweigen gebracht werden können, dann kann ein Mensch bei der Verfolgung seiner äußeren weltlichen Ziele gar nicht mehr zum



Schaden von anderen Menschen vorgehen, weder mit Töten, Rauben, Schlagen noch mit Heuchelei, Übertreibung, noch mit Übergehen, Zurückdrängen, Übervorteilen, Trug oder sonstigem. Er ist all diesem so entwöhnt, dass ihm ein solches Vorgehen gar nicht mehr in den Sinn kommt, und wenn es ihm in den Sinn kommt, ihn zurückschrecken lässt. Er ist durch diese Entwicklung, die ihre Zeit dauert und ihre Kraft kostet, zu einer großen inneren Helligkeit erwachsen und empfindet in sich eine Beruhigung nach allen Seiten und ein Glück, das durch keine äußeren Geschehnisse in der Welt geraubt werden kann. Dieser Zustand wird in allen Heilslehren als das reine Herz, die geläuterte Seele, bezeichnet. Wer dahin gekommen ist, dass er die Wohlfahrt aller Mitwesen, mit welchen er zu tun hat, ebenso im Auge hat und betreibt wie seine eigene Wohlfahrt in Bezug auf den Genuss der äußeren Dinge, indem er die Bedrängnis und Angst der Mitwesen zu mindern sucht und erfreut ist über ihre Freude, beglückt ist über ihr Glück, ein solcher wohnt von da an, wo er auch ist und was ihm auch begegnet, wie im Himmel. Das ist gegenwärtiges Wohl, das entsteht durch Befriedigung der Tendenzen des Mitempfindens. Ein solcher weiß nicht nur, sondern empfindet es auch vom Herzen her: „Alle mir begegnenden Wesen haben Anliegen, so wie ich Anliegen habe. Es sind Wesen, die den Weg durch den Samsāra, durch Not und Elend und gelegentliches Glück gegangen sind, wie ich ihn gehe. Es sind Geschlagene und Getriebene, wie ich ein Geschlagener und Getriebener bin. Wir sind eine Gemeinschaft von Wohl Suchenden, alle sind auf der Suche nach Wohl, und wir alle tasten noch im Dunklen.“ –

Wer das mehr und mehr sieht, der kann nicht mehr egozentrisch und rücksichtslos denken, reden und handeln. Er unternimmt viel, um anderen das Leben zu erleichtern mit Gaben geben, liebevollen Worten und sonstiger Förderung, und dabei fühlt er sich auf dem richtigen Weg, empfindet dadurch gegenwärtiges Wohl und arbeitet für die Zukunft auf Wohlerleben hin.

Einwand eines Vortragshörers: Ist die Gefühlswärme nicht ein großer Hemmschuh? Nur eine neutrale Gemütsverfassung lässt Zusammenhänge klar erkennen.

Debes: Die Gefühlskälte ist für das Vorwärtskommen ein großes Hindernis. Wer starkes Gefühl hat, leidenschaftlich ist, sich stark an etwas hingeben kann, der kann, wenn er die rechte Anschauung noch nicht aufgenommen hat, sich üblen Dingen hingeben. Wenn aber ein solcher die rechte Anschauung kennenlernt, dann geht er auch mit derselben Kraft in das Gute hinein. Die Gefühlswärme ist eine große Hilfe, um auch zu besserem Verhältnis zu den Mitwesen zu kommen. Das gelingt nicht mit nüchternen Erwägungen, sondern nur, wenn man erbarmend mitfühlt. Der Weg zum Nibbāna ist nicht der Weg zur Abtötung der Gefühle, sondern der immer höheren Veredlung der Gefühle. Gefühl ersticken, kein Gefühl aufbringen in unserer Schlechtigkeit und Mittelmäßigkeit, das hemmt das Vorwärtskommen.

Es ist nicht so, dass diese vier Arten von Lebensführung bestimmten Menschen zugeordnet werden können und dass ihnen diese Lebensführung ihr Leben lang anhaftet. Manchmal tut uns das gute Tun schon gegenwärtig wohl, manchmal tut es wegen widerstrebender Neigungen wehe. Je mehr wir innerhalb der zehn Wirkensfährtens Gutes tun, um so mehr wandern wir von gegenwärtigem Wehe zu gegenwärtigem Wohl, und immer gehen wir bei den zehn heilenden Wirkensfährtens in zukünftiges Wohl hinein.

### Gleichnisse für die vier Arten der Lebensführung

Für die beiden Lebensführungen, die in der Zukunft zu Wohlerleben führen, zu himmlischer Welt und darüber hinaus, gibt der Erwachte das Gleichnis von Heiltränken, Medizinen, die eine Krankheit heilen. Die eine Medizin ist ekelhaft und bitter (gegenwärtiges Wehe), die andere wohlschmeckend (gegenwärtiges Wohl). Nach der Einnahme sind die Patienten gesund, in Wohl. Und ob die Medizin gut geschmeckt hat (ge-

genwärtiges Wohl) oder schlecht geschmeckt hat (gegenwärtiges Wehe), ist dann nicht mehr wichtig. Hauptsache, der Körper ist gesund geworden. Der Erwachte bezeichnet sich als Arzt, der die Krankheit Gier, Hass, Blendung diagnostiziert hat und Gegenmittel nennt: die zehn heilenden Wirkensfährtten oder den achtgliedrigen Heilsweg.

Für die beiden Lebensführungen, die in der Zukunft zu Wehe-Erleben führen, gibt der Erwachte das Gleichnis von durstigen Menschen, die so sehr das Nass – die Erfüllung ihrer Triebe – ersehnen, dass sie, obwohl man ihnen sagt, dass der Trank Gift enthält – ihr Begehren nicht zügeln können und blind drauflos trinken, auch ohne Rücksicht darauf, ob der Trank unangenehm (gegenwärtiges Wehe) oder angenehm (gegenwärtiges Wohl) schmeckt. Ein Gleichnis dafür, dass der Durst so stark werden kann, dass er alle vernünftigen Überlegungen und andere Triebe beiseite schiebt, wie wir es ja von uns allen kennen, wenn uns Gier nach Bestimmtem oder Hass auf Bestimmtes blind für die unangenehmen Folgen machen:

*Angenommen, es gäbe einen bitteren Kürbissaft mit Gift vermischt, und es käme ein Mann herbei, der leben, nicht sterben will, der Wohlsein wünscht und vor Schmerz zurückschreckt, und man sagte zu ihm: „Lieber Mann, dieser bittere Kürbissaft ist mit Gift vermischt. Trink davon, wenn du willst. Aber dieses Getränk wird dir nicht behagen, weder an Farbe noch am Geruch noch am Geschmack, und nachdem du es getrunken hast, wirst du sterben oder tödlichen Schmerz erleiden.“ Doch unbesonnen tränke er den Saft, verzichtete nicht. Und das Getränk behagte ihm weder an Farbe noch an Geruch und an Geschmack, und nachdem er es getrunken hat, stürbe er oder erlitt tödliche Schmerzen. – Dem zu vergleichen, sag ich, ihr Mönche,*

*ist eine Lebensführung, die gegenwärtiges Wehe sowie künftiges Wehe bringt.*

*Angenommen, es gäbe eine bronzene Tasse voll von einem Getränk, das eine gute Farbe, guten Geschmack und Geruch hat, aber mit Gift vermischt ist, und es käme ein Mann herbei, der leben, nicht sterben will, der Wohlsein wünscht und vor Schmerz zurückschreckt, und man sagte zu ihm: „Lieber Mann, diese Tasse voll von einem Getränk hat eine gute Farbe, guten Geschmack und Geruch, ist aber mit Gift versetzt. Wenn du willst, so trinke. Zwar wird dir der Trank behagen an Farbe, Duft und Wohlgeschmack, aber nachdem du ihn getrunken hast, wirst du sterben oder tödliche Schmerzen erleiden.“ Doch unbesonnen tränke er ihn, verzichtete nicht. Und der Trank behagte ihm zwar an Farbe, Duft und Wohlgeschmack, nachdem er ihn aber getrunken, stürbe er oder erlitt tödliche Schmerzen. – Dem zu vergleichen, sag ich, ihr Mönche, ist eine Lebensführung, die gegenwärtiges Wohl und künftiges Wehe bringt.*

*Angenommen, es gäbe gegorenen Urin mit verschiedenen Arzneien vermischt, und ein Mann, der an Gelbsucht erkrankt war, käme daher und man sagte ihm: „Lieber Mann, dieser gegorene Urin ist mit verschiedenen Arzneien vermischt. Wenn du willst, so trinke. Der Trank wird dir freilich nicht behagen, weder an Farbe noch an Geruch und Geschmack, aber nachdem du ihn getrunken hast, wirst du gesund werden.“ Und besonnen tränke er ihn, wies ihn nicht zurück. Und der Trank behagte ihm freilich weder an Farbe noch an Geruch und Geschmack. Nachdem er ihn aber getrunken, würde er gesund. – Dem zu vergleichen, sag ich, ihr Mönche, ist eine Lebensführung, die gegenwärtiges Wohl und künftiges Wohl bringt.*

*Angenommen, es gäbe eine Mischung aus Joghurt, Honig, Butterfett und Melasse, und ein Mann, der an Ruhr erkrankt war, käme daher und man sagte ihm: „Lieber Mann, hier ist eine Mischung aus Joghurt, Honig, Butterfett und Melasse. Wenn du willst, so trinke. Dieser Trank wird dir an Farbe, Duft und Geschmack recht sein, und der Trank wird dich gesund machen.“ Und besonnen tränke er ihn, wies er ihn nicht zurück. Und der Trank wäre ihm eben recht an Farbe, Duft und Geschmack, und nachdem er ihn getrunken, würde er gesund. – Dem zu vergleichen, sag ich, ihr Mönche, ist eine Lebensführung, die gegenwärtiges Wohl sowie künftiges Wohl bringt.*

*Ebenso wie sich die Sonne im Herbst, im letzten Monat der Regenzeit, wenn der Himmel klar und wolkenlos ist, über die Erde erhebt und mit ihrem Schein, ihrem Strahlen, ihrem Glanz alle Dunkelheit im Raum vertreibt, ebenso nun auch, ihr Mönche, zerstört diese Lebensführung, die gegenwärtiges Wohl und künftiges Wohl bringt, jegliche andere Lehre gewöhnlicher Asketen und Brahmanen und leuchtet und flammt und strahlt. –*

*So sprach der Erhabene. Erhoben und beglückt waren jene Mönche über das Wort des Erhabenen.*

DER FORSCHER  
47. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Die Lehrrede

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Sāvatti, im Siegerwald, im Garten Anāthapindikos. Dort nun wandte sich der Erhabene an die Mönche: Ihr Mönche! –, Erhabener! –, antworteten da jene Mönche dem Erhabenen aufmerksam. Der Erhabene sprach:*

*Ein forschender Mönch, ihr Mönche, der das Herz anderer nicht kennt, sollte den Vollendeten prüfen, um zu erfahren, ob er ein Vollkommen Erwachter ist oder nicht. –*

*Vom Erhabenen stammt unser Wissen, o Herr, vom Erhabenen geht es aus, auf den Erhabenen geht es zurück. Gut wäre es, o Herr, wenn der Erhabene den Sinn dieser Rede erläutern wollte. Das Wort des Erhabenen werden wir bewahren. – Wohl denn, ihr Mönche, so hört und achtet wohl auf meine Rede. – Gern, o Herr! –, erwiderten da aufmerksam jene Mönche dem Erhabenen. Der Erhabene sprach:*

*Ein forschender Mönch, ihr Mönche, der das Herz anderer nicht kennt, soll bei zwei Dingen den Vollendeten prüfen, bei den sichtbaren und hörbaren Dingen: Befleckende/unsaubere Eigenschaften, die sichtbar und hörbar sind, finden sich die beim Vollendeten oder finden sie sich nicht? Bei der Prüfung erkennt er: Befleckende Eigenschaften, die sichtbar und hörbar sind, finden sich nicht beim Vollendeten.*

*Wenn er dies prüfend erkannt hat, dann prüft er ihn weiter: Vermischte (gute und üble) <sup>104</sup> Eigenschaften, die sichtbar und hörbar sind, finden sich die beim Vollendeten oder finden sie sich nicht? Bei der Prüfung erkennt er: Vermischte (gute und üble) Eigenschaften, die sichtbar und hörbar sind, finden sich nicht beim Vollendeten.*

*Wenn er dies prüfend erkannt hat, dann prüft er ihn weiter: Eigenschaften eines reinen Herzens, die sichtbar und hörbar sind, finden sich die beim Vollendeten oder finden sie sich nicht? Bei der Prüfung erkennt er: Eigenschaften eines reinen Herzens, die sichtbar und hörbar sind, finden sich beim Vollendeten.*

*Wenn er dies prüfend erkannt hat, dann prüft er ihn weiter: Ist es schon lange her, dass der Ehrwürdige diese heilsamen Eigenschaften erworben hat oder hat er sie erst vor kurzem erworben? Bei der Prüfung erkennt er: Diese heilsamen Eigenschaften hat der Ehrwürdige schon vor langer Zeit erworben, nicht hat er sie erst vor kurzem erworben.*

*Wenn er dies prüfend erkannt hat, dann prüft er ihn weiter: Zu Ansehen ist der Ehrwürdige gelangt, ist ein berühmter Mönch geworden, da wird sich manches Üble bei ihm finden. Man kann nicht so leicht bei einem Mönch Übles finden, wenn er kein Ansehen, keinen Ruhm gewonnen hat. Ist er aber als Mönch angesehen, berühmt geworden, dann stellt sich manches Üble bei ihm ein. Bei der Prüfung erkennt er: Zu Ansehen ist der Ehrwürdige gelangt, ist ein berühmter*

---

<sup>104</sup> D 3: Menschen, die Gutes und Böses gemischt (*vitimissā*) getan haben, werden nach dem Tod Wohl und Wehe erfahren.

*Mönch geworden, doch lässt sich bei ihm nichts Übles finden.*

*Wenn er dies prüfend erkannt hat, dann prüft er ihn weiter: Ist der Ehrwürdige ohne Furcht friedlich oder ist er aus Furcht friedlich? Geht der Ehrwürdige, frei von Gier, nicht den Sinnendingen nach, ist er gierlos? Bei der Prüfung erkennt er: Der Ehrwürdige ist ohne Furcht friedlich, nicht ist er aus Furcht friedlich. Der Ehrwürdige geht, frei von Gier, nicht den Sinnendingen nach, ist gierlos.*

*Wenn jetzt, ihr Mönche, andere diesen Mönch fragen würden: „Welche Anzeichen, welche Erfahrungen lassen den Ehrwürdigen sagen: ‚Dieser Ehrwürdige ist ohne Furcht friedlich, nicht ist er aus Furcht friedlich. Dieser Ehrwürdige geht, frei von Gier, nicht den Sinnendingen nach, ist gierlos?‘“, so würde dieser Mönch richtig wie folgt antworten: ‚Der gleiche ist jener Ehrwürdige, ob er im Orden ist oder allein. Und sowohl recht Vorgehende wie falsch Vorgehende, sowohl Lehrende wie im Weltlichen Verstrickte wie vom Weltlichen Unberührte – keinen schätzt jener Ehrwürdige auf Grund seiner Art gering. Und vom Erhabenen selbst habe ich es gehört, aus seinem Mund vernommen:*

*Von Furcht bin frei ich, friedlich,  
nicht bin aus Furcht ich friedlich.  
Von Sinnlichkeit ganz frei,  
ist alle Reizbarkeit versiegt.’*

*Und nun, ihr Mönche, ist der Vollendete selbst zu befragen:*

*Befleckende/unsaubere Eigenschaften, die sichtbar und hörbar sind, finden sich die beim Vollendeten oder*



*finden sie sich nicht? Die Antwort, ihr Mönche, die der Vollendete gäbe, wäre diese: „Befleckende Eigenschaften, die sichtbar und hörbar sind, finden sich nicht beim Vollendeten. – Vermischte (gute und üble) Eigenschaften, die sichtbar und hörbar sind, finden sich nicht beim Vollendeten. – Eigenschaften eines reinen Herzens, die sichtbar und hörbar sind, finden sich beim Vollendeten.*

*Meine Spuren sind es nur,  
meine Bahnen nur,  
das Wahre aber ist dies nicht (no tammayo).“*

*Einen Meister, ihr Mönche, der so spricht, mag der Schüler wohl aufsuchen, um seine Lehre zu hören. Und der Meister legt ihm die Lehre dar, weiter und weiter, höher und höher, mit den Gegensätzen von dunkel und licht. Indem der Schüler die Lehre mehr und mehr versteht, da geht ihm auf: „Einzigartig ist diese Lehre, die Spitze aller Lehren.“ Er hat nun endgültige Klarheit über den Erwachten und dadurch Befriedung erlangt:*

*„Das ist, wahrlich, der Vollkommen Erwachte, der Erhabene. Gut dargelegt ist vom Erhabenen die Lehre. Recht geht beim Erhabenen die Schar der Heilsgänger vor.“*

*Wenn jetzt, ihr Mönche, andere diesen Mönch fragen würden: „Welche Anzeichen, welche Erfahrungen lassen den Ehrwürdigen sagen: ‚Das ist, wahrlich, der Vollkommen Erwachte, der Erhabene. Gut dargelegt ist vom Erhabenen die Lehre. Recht geht beim Erhabenen die Schar der Heilsgänger vor,‘ so würde der Mönch richtig antworten: „Ich bin zum Erhabenen gegangen, um seine Lehre zu hören. Und der Meister hat mir die Lehre dargelegt, weiter und weiter, höher*

*und höher, mit den Gegensätzen von dunkel und licht. Indem ich die Lehre mehr und mehr verstand, da ging mir das Wissen auf: Einzigartig ist diese Lehre, die Spitze aller Lehren. Ich habe nun endgültige Klarheit über den Erwachten und dadurch Befriedung erlangt: Das ist, wahrlich, der Vollkommen Erwachte, der Erhabene. Gut dargelegt ist vom Erhabenen die Lehre. Recht geht beim Erhabenen die Schar der Heilsgänger vor.“*

*Wenn, ihr Mönche, das Vertrauen zum Erwachten so begründet ist, so erlebt wurde, so Fuß gefasst, Wurzel geschlagen hat, fest gegründet ist, das wird ein begründetes, im (eigenen) Anblick wurzelndes, starkes Vertrauen genannt, und kein Asket oder Brahmane, kein Gott, kein Māro und kein Brahma noch irgendwer in der Welt kann es erschüttern.*

*Auf diese Weise, ihr Mönche, werden beim Vollendeten die Eigenschaften geprüft. So ist es richtig, den Erhabenen zu prüfen. –*

*So sprach der Erhabene. Erhoben und beglückt waren die Mönche über das Wort des Erhabenen.*

#### Der Erwachte warnt vor blindem Vertrauen

Da die Religionen von Dingen berichten, die der „normale Mensch“, der Sinnenmensch, im normalen Leben nicht erfährt, nämlich von jenseitigen Lebensmöglichkeiten und von den unterschiedlichen Folgen des Lebenswandels, so können nur solche Menschen bei religiösen Lehren aufhorchen, deren geistige Wahrnehmung, die stärker als die sinnliche ist, sie ihrer Ahnung nachgehen lassen, die sie aus ihrer langen Wanderung vor dem gegenwärtigen Leben mitgebracht haben. Diese als Ahnung durchschimmernde Erinnerung ist eine der Quellen aller religiösen Gläubigkeit, alles Vertrauens.

Den nach innen gewandten Menschen drängt sich die Erkenntnis auf, dass die geistig-seelischen Kräfte nicht mit diesem Körper geboren sind und nicht mit dem Körper sterben können. Wenn solche Menschen durch die in ihrem Kulturraum verbreitete Religion davon hören, dass der Mensch den Tod seines Körpers überlebt und sein Dasein jenseits des Todes je nach seinen guten oder üblen Taten fortsetzt, dann kommen sie ganz spontan zur Anerkennung dieser Religion, gleichviel was in ihr noch an anderen Einzelheiten gelehrt wird und was u.U. abwegig und übel sein kann. Darum rät der Erwachte zur Vorsicht. Vertrauen heißt ja doch: noch nicht gesehen, noch nicht erfahren haben. Hat man selbst gesehen und erfahren, wenn also die Wirklichkeit selbst zutage getreten ist, dann bedarf es keines Vertrauens mehr, dann hat Vertrauen seinen Zweck erfüllt. Aber bis dahin besteht Unsicherheit, und darum bedarf es der kritischen Prüfung des Lehrers einer religiösen Wegweisung.

Die Inder wussten durch ihre Überlieferung: Kein normaler Mensch kann zur Wahrheitfindung hinführen, sondern nur einer, der sich aus den Verflechtungen mit der Welt weit herausgelöst hat und sich auch innerlich mit Herz und Gemüt befreit hat von der Faszination durch die Welt und von all den verdunkelnden und verwirrenden Zügen, die die Weltfaszination ausübt, also ein „Geistlicher“ im ursprünglichen Sinn des Wortes.

In M 95 heißt es ähnlich wie in unserer Lehrrede:

*Wenn ein Mönch in der Nähe eines Dorfes oder einer Stadt weilt, dann gehe ein wahrheitsuchender Bürger zu ihm hin und erforsche ihn zunächst auf dreifache Weise: über Gier, Hass und Blendung: „Hat dieser Ehrwürdige etwa solche Eigenschaften der Gier, des Hasses, der Blendung an sich, dass er, im Herzen von ihnen beherrscht, wenn er nichts weiß, dennoch behauptet, er wisse es, und wenn er nichts sieht, dennoch behauptet, er sehe es, oder dass er andere derart unterweisen*

mag, dass sie dadurch für lange Zeit in Unheil und Leiden geraten können?“

*Indem er ihn so erforscht, mag er erkennen: „Nicht hat dieser Ehrwürdige solche Eigenschaften der Gier, des Hasses, der Blendung an sich, dass er, im Herzen von ihnen beherrscht, wenn er nichts weiß, dennoch behauptet, er wisse es, und wenn er nichts sieht, dennoch behauptet, er sehe es, oder dass er andere derart unterweisen mag, dass sie dadurch für lange Zeit in Unheil und Leiden geraten können. Denn diesem Ehrwürdigen eignet solches Betragen und solche Rede, wie es Menschen an sich haben, die frei von Gier, Hasse, Blendung sind.“*

Auf Gier, Hass, Blendung soll er also den Lehrer prüfen. Zwar kann der normale Mensch nicht wirklich erkennen, ob der Betreffende, den er als Lehrer ins Auge gefasst hat, noch Gier, Hass, Blendung hat – denn das kann nur einer erkennen, der selber von allen drei Übeln ganz und gar frei ist – aber er kann, wie es in unserer Lehrrede betont wird, bei den sichtbaren und hörbaren Eigenschaften den Vollendeten prüfen, nämlich im Reden und Handeln, ob er von Gier, Hass, Blendung bewegt, befleckende Eigenschaften an sich hat und aus ihnen gut/böse gemischt handelt.

Besitzt der Vollendete befleckende Eigenschaften?

Befleckende Eigenschaften sind (nach M 7):

Verderbte Habsucht, Antipathie bis Hass, Zorn, Groll/Rachsucht/Nachtragen/Feindseligkeit, Stolz, Empfindlichkeit, Neid, Geiz, Heimlichkeit, Heuchelei, Starrsinn, Rechthaberei, Ichbin-Dünken, Überheblichkeit, Rausch, Lässigkeit/Leichtsinn.

Diese Herzensbefleckungen, die die Ursache alles üblen Verhaltens sind, wurzeln in der Gier, dem vielfältigen Begehren nach Sinnendingen. Nur da, wo mehr oder weniger starke Anliegen an die durch sinnliche Wahrnehmung erfahrene Welt sind, da kann, wenn erlangt wird, was verlangt wird, Stolz,

Überheblichkeit, Rausch, Leichtsinn usw. aufkommen, und da kann, wenn nicht erlangt wird, was verlangt wird, Antipathie bis Hass, Zorn und Feindseligkeit, Neid usw. aufkommen. Die Herzensbefleckungen bestehen also nicht selbstständig, sondern sind entstanden aus der tieferen Wurzel des Begehrens, dem inneren Hunger und Dürsten nach diesem oder jenem Erlebnis. Und das unreine, befleckte Herz ist der Erzeuger all dessen, was erlebt wird, ist Erzeuger der Blendung, des Wahntraums.

Die Anwesenheit von Gier, Hass, Blendung zeigt sich an den Herzensbefleckungen, und aus den Herzensbefleckungen redet und handelt der Mensch, und daran ist das Verstricktsein in Gier, Hass, Blendung zu erkennen.

Die Abwesenheit bzw. Minderung von Gier, Hass, Blendung bewirkt die Abwesenheit von Herzensbefleckungen, bewirkt ein reines Herz, das sich im liebevollen, rücksichtsvollen Umgang mit Lebewesen offenbart.

Besitz der Ehrwürdige schon länger  
heilsame Eigenschaften?

Zu manchen Zeiten redet und handelt ein Mensch aus starker Gier, aus starkem Hass, aus starker Blendung mit entsprechenden Herzensbefleckungen äußerst übel, und manchmal redet und handelt ein Mensch aus im Augenblick nicht akuter Gier und akutem Hass, und darum aus nicht vorhandenen Herzensbefleckungen gut. Er wirkt gut und böse gemischt. Darum empfiehlt der Erwachte die Prüfung, ob der Lehrer die Eigenschaften des reinen Herzens – Freiheit von Herzensbefleckungen – schon lange besitzt oder erst vor kurzem erworben hat. Es könnte ja sein, dass es eine unter besonderen Umständen stattgefundene vorübergehende Herzenerhellung ist von geringer Dauer. Wenn er aber feststellt, dass der Lehrer schon länger so redet und handelt, dass auf ein reines Herz zu schließen ist, dann ist anzunehmen, dass die reinen Eigenschaften, die so wohltuend und bewundernswert nach außen im Reden

und Handeln sichtbar und hörbar werden, durch das Freisein von Gier, Hass, Blendung bedingt sind, sie also von Dauer sind.

Weitere Prüfung: Zeigt sich Übles bei Anerkennung?

Wenn es einem Menschen gut geht, wenn er Anerkennung, Verehrung, Schätzung und Förderung erfährt, dann sonnt er sich in der Anerkennung, wird stolz und hochmütig. Die Herzensbefleckungen Stolz, Überheblichkeit und Leichtsinn zeigen sich. Dieses Gesetz beobachtete auch Māro, der Böse, in seinem unmessbar langen Leben. Darum beeinflusste er It. M 50 die Hausleute zur Zeit des Erwachten: *Seht doch die tugendreinen Mönche, haltet sie hoch, achtet und ehrt sie.* Er hoffte, dass die Mönche durch die Wertschätzung stolz und überheblich würden. Aber der Erwachte ermahnte die Mönche in dem Wissen um die Beeinflussung der Hausleute durch Māro ganz besonders intensiv, die Unschönheit des Körpers, die Unreinheit der Nahrung/Verdauung, die Freudlosigkeit an der Welt, die Unbeständigkeit zu bedenken. Wie sich z.B. durch häufig geübte Betrachtung der Unbeständigkeit die Zuneigungen zu den unbeständigen Dingen auflösen, wodurch der Mensch unempfindlich wird gegenüber Erlebnissen von außen, zeigt sich in dem schönen Beispiel des Erwachten in S 22,102:

*Gleichwie da in der Herbstzeit der Pflüger, mit einem großen Pflug pflügend, alles Wurzelgeflecht durchschneidet, so auch löst die Wahrnehmung der Wandelbarkeit, erzeugt und oft wiederholt, allen Zug zur Sinnlichkeit, allen Zug zu Formen, löst allen Zug zum Dasein, löst alles Scheinwissen auf, löst allen Ich-bin-Wahn auf.*

Und in A VII,46:

*Wenn der Mensch die Vorstellung der Ichlosigkeit im Leidhaften erkennt und bei diesem von der programmierten Wohlerfahrungssuche geführten Körper die Vorstellung der Nicht-*

*Ichheit beharrlich übt und dadurch bei allen von außen kommenden Erscheinungen die ichmachenden und meinmachenden Vorstellungen im Geist aufgelöst hat und alle triebhafte Bewegtheit überwunden hat, so bringt das höchsten Lohn und höchsten Segen und mündet im Todlosen.*

Mit dieser Betrachtung der Unbeständigkeit und Nicht-Ichheit der fünf Zusammenhäufungen wurden die Mönche damals immun gegen die Wertschätzung durch die Hausleute. Aber der normale unbelehrte Mensch hat den Herzensbefleckungen Stolz, Überheblichkeit und Leichtsinn bei Anerkennung durch andere und Antipathie bis Hass, Zorn, Feindseligkeit, Neid usw. bei Geringschätzung und Verachtung durch andere wenig entgegensetzen, er hält sich selber für wertvoll, weil die anderen ihn so sehen, und er ist empört und voll Geringschätzung, wenn die anderen ihn nicht achten, oder verliert alle Strebenskraft, weil er durch die Sichtweise der anderen das Vertrauen zu sich verliert.

Ist der Ehrwürdige frei von Angst?

Eine weitere Prüfung des Lehrers durch den Schüler besteht darin festzustellen, ob der Ehrwürdige wirklich frei von Angst ist oder nur vor anderen als furchtlos gelten will.

Wenn ein Mensch nach der Beschaffenheit seiner Triebe, seines Herzens oft Übles denkt, sinnt und handelt, solches Tun aber aus den Einsichten seines Geistes als falsch und ungut ansieht, dann sammelt er in sich eine Summe von Verurteilungen seines üblen Tuns, die sich als bedrückendes Lebensgefühl äußert. Das Gewissen, das Bewusstsein, falsch oder schlecht zu denken oder zu handeln, macht sich bemerkbar in einer ihm oft unerklärlichen Furcht, die u.a. bewirkt, dass er im Umgang mit Menschen befangen ist. Der Erwachte sagt (A V,213), dass der Sittenlose in jeder Gesellschaft unsicher auftritt und leicht verwirrt wird. Im Umgang und Verkehr mit Menschen und Tieren zeigt sich die Belastung durch das eigene Gewis-

sen. Je mehr sich einer dagegen auf das eigene gute Wirken, auf die Freiheit von Gewissensdruck, stützen kann, um so weniger ist er unsicher, um so unbefangener und furchtloser wird er allmählich.

Der Furcht stellte sich der spätere Erwachte schon als Bodhisattva, wie er selber in M 4 ausführlich berichtet. Er lebte einsam im Wald. Und weil er lauter war in Gesinnung und Tat, so erfuhr er keine Gewissensangst. Da beschloss er, sich auf die Probe zu stellen, ob er wirklich jede Furcht besiegt habe. Er begab sich daher in verrufenen Nächten, in denen die Geister die Menschen besonders stark zu beeinflussen suchen, an Grabstätten und Friedhöfe, an Orte, die beim Volk als grausig galten. Überall in der Welt besteht ja die Annahme, dass auf den Friedhöfen die Geister der Verstorbenen spuken.

Er hörte Geräusche, aber er konnte ruhig feststellen, dass ein Reh vorbeihuschte, ein Waldhuhn einen Ast knickte oder der Wind das Laubwerk schüttelte. Er nahm sich vor, etwa aufsteigende Furcht auf der Stelle zu bekämpfen. Sie kam dann auch tatsächlich über ihn, aber er überwand sie in jeder Körperlage und änderte die Körperlage nicht eher, bis er die Furcht überwunden hatte.

Der Erwachte sagt, wer die fünf Tugendregeln innehalte, der rotte diejenige Furcht, die durch Töten, Stehlen, unrechten Geschlechtsverkehr, trügerische Rede und den Genuss berauscher, den Geist lähmender Getränke und Mittel entstände, ganz aus (A IX,27). Indem er unermesslich vielen Wesen Freiheit von Furcht dadurch gewähre, dass er die Tugendregeln strikt innehalte, werde auch ihm entsprechende Freiheit von Furcht zuteil (A VIII,39). Und von demjenigen, der tugendhaft, von heller, reiner Gesinnung ist, sagt der Erwachte, dass er von nirgendwoher mehr Gefahr erspähen kann wie ein König nach dem Sieg über den Feind (D 2).

Um wie viel mehr ist der Vollkommen Erwachte frei von Angst, der nicht nur aus Gewissensreinheit keine Angst mehr hat, sondern alle Triebe aufgehoben hat, kein Ich und Mein, das verletzt werden könnte, mehr empfindet. Er ist nicht etwa



darum nach außen hin friedlich, weil er aus Sorge, seine Anerkennung als Friedlicher einzubüßen, sich als Friedlicher ausgibt, sondern er kann in seinem inneren Frieden gar nicht mehr gestört werden, weil er alle Triebe, alle Gier, alle Wollensflüsse/Einflüsse aufgehoben hat.

Der Prüfende beobachtet: Der Erwachte ist zu allen gleich

Wenn ein den Vollendeten Prüfender gefragt würde: Woher weißt du, dass der Lehrer, den du prüfst, ohne Furcht, ohne Gier ist? Dann soll er antworten: Zu allen ist der Lehrer gleich, zu Guten wie Bösen, d.h. er ist vollkommen frei von Sympathie und Antipathie.

Sympathie empfindet ein Mensch nur solchen Wesen gegenüber, die dem eigenen inneren Wesen entsprechen, wie es der Begriff „sympathisch“ (= gleichfühlend) ja auch besagt: Was uns – und d.h. was unseren Neigungen, unseren Trieben entspricht, das empfinden wir als wohltuend. Und darum sind wir mit Sympathie eben nur dem den jeweiligen Neigungen Wohltuenden zugeneigt. Aber das ist eine messende Liebe, auch dann, wenn sie sich des Messens nicht bewusst sein mag. Wie die Kompassnadel, ohne zu wollen, immer zum Norden zeigt, weil sie der Erdmagnetismus so ausrichtet, ebenso zeigt die in uns aufsteigende „Zuneigung“ einfach an, dass der betreffende Mensch uns anzieht, weil er unserem Wesen irgendwie entspricht.

Sympathie und Antipathie zeigen also nur eben eine innere „Gleichläufigkeit“ oder „Gegenläufigkeit“ eines anderen Menschen zu uns an.

Die Antipathie steht dem Hass sehr nahe. Sie ist zwar selbst noch kein Hass, und sie muss auch nicht zwangsläufig zum Hass führen, aber sie ist eine der Wurzeln des Hasses, denn wer sich daran gewöhnt, seine Antipathien zu pflegen oder überzubewerten, der kommt auf die Dauer in diesem oder in einem nächsten Leben zwangsläufig auch zum Hass.

Und da die Antipathien zu der einen Art von Menschen von der Stärke der Sympathien zu der anderen Art der Menschen abhängen, so erweist sich die Sympathie, so schön sie auf den ersten Blick aussehen mag, als ein Produkt des Zerfalls der nichtmessenden Liebe zu allen Wesen, als Spaltung des Weltbezugs in das den Trieben Angenehme und das den Trieben Unangenehme. Und darüber, wer zu den Lieben und wer zu den Unlieben zu gehören hat, entscheiden „nach eigenem Gutdünken“ die Triebe – der blinde Riese als „Weltenrichter“, dessen Urteile der Geist mit vielen Worten und Begriffen beschönigt. So ist Sympathie der Krankheitskeim, aus welchem eine der Wurzeln des Hasses hervorgeht. Unsere Sympathien und Antipathien sind nichts anderes als Urteile, welche unsere unbewussten Neigungen diktatorisch schwellen lassen und fühlbar machen, ohne dass dabei unsere Vernunft gehört wird: Es ist wie die automatische Anziehung und Abstoßung von Magneten.

Der Erwachte ist frei von diesem Magnetismus, frei von Egozentrik, frei von dem Zwiespalt Ich und Du. Darum kann er allen gegenüber gleich sein, gleich im Verständnis aller durch nichtmessende Liebe (*mettā*) zu allen Wesen. Er hat es immer wieder gesehen: Alle Menschen müssen nach dem gleichen Gefälle handeln, d.h. nach ihren Trieben, nach ihren Einsichten und *alle Wesen sehnen sich nach Geborgenheit*.

Wenn ein den Vollendeten Prüfender erkennt: Der Ehrwürdige ist wirklich zu allen gleich, dann liegt der Schluss nahe: Dieser Ehrwürdige hat keine Triebe mehr, darum kann er auch niemanden und nichts fürchten. Er braucht sich vor nichts zu schützen, weil er kein Ich zu verteidigen hat. Darum ist die Abwesenheit von Furcht ein weiterer Beweis, dass die Vorstellung „ich-bin“ – „der andere ist“ samt allen Trieben und Befleckungen gänzlich ausgerodet ist.

„Das Wahre ist dies nicht“

Nach den vorangegangenen Prüfungen rät der Erwachte dem Prüfenden, ihn selber nach den Dingen zu fragen, die er beim

Vollendeten beobachtet hat, wodurch für den Prüfenden die eigenen Beobachtungen noch befestigt werden. Der Erwachte bestätigt alle Beobachtungen, fügt jedoch hinzu:

*Meine Spuren sind es nur,  
meine Bahnen nur,  
das Wahre aber ist dies nicht.*

Das heißt, die außerordentlichen sichtbaren und hörbaren überragenden Eigenschaften eines Erwachten sind noch nicht das Wahre. Das Wahre ist immerwährende, vollständige Freiheit vom Leiden, ein über alle Sagbarkeit hinausgehender Friede durch Überwindung auch des feinsten Ergreifens durch Loslösung von allen fünf Zusammenhäufungen, die Triebversiegung. Zu diesem letzten und höchsten Ziel führt der Erwachte mit seiner Wegweisung, und darauf gestützt, überschreitet der Nachfolgende auch die hohe Stufe des Gleichmuts bei Einheitserleben. (M 137) Nichts mehr ergreifend, erreicht er die Triebversiegung. Ein solcher weiß nun: Wenn der Körper fortfällt, sind damit alle restlichen Gefühle, die seit der Triebversiegung nur noch den Körper betrafen, aufgelöst. Dieser Zustand wird verglichen mit einer brennenden Öllampe, der kein Öl (Begehren) mehr zugeführt wird, so dass sie erlischt.

Damit hat der Mönch den höchsten, unzerstörbaren Standort, die höchste heilende Einstellung gewonnen, die nur möglich ist:

Den höchsten Klarblick: das Wissen um die Triebversiegung.

Die höchste Wahrheit: die Aufhebung allen Wahns, den Zustand des Nirvāna.

Das höchste befreiende Aufgeben alles Ergriffenen:

Das Loslassen der Zusammenhäufungen.

Den höchsten Frieden: die Aufhebung von Gier, Hass, Blendung. (M 140)

## Der Schüler hört die Lehre

Mit dem Hinblick auf das Wahre hat der Erwachte dem Schüler einen Ausblick darauf gegeben, dass die Freiheit von allem Leiden zu erreichen ist. Und der Schüler, der um das immer wiederholte Leiden von Geborenwerden, Alter, Krankheit Tod – Geborenwerden, Alter, Krankheit, Tod – um immerwährende körperliche und seelische Leiden weiß und der dem Leiden entrinnen will, fasst Vertrauen zum Vollendeten und hört seine Lehre.

*Medard Boss* schreibt in seinem Buch *Indienfahrt eines Psychiaters*:

*Keiner der bedeutenden Gelehrten und großen Weisen Indiens, denen zu begegnen mir vergönnt war, hatte je versäumt, mit besonderem Nachdruck darauf hinzuweisen, dass die maßgeblichen indischen Lehren von ihren frühen Anfängen bis auf den heutigen Tag im Grunde immer nur um dieselben zwei Probleme kreisen. Sie bedächten erstens das unendliche Leid, das die Menschen zu erdulden hätten (in dem Samsāra der endlosen Wiedergeburten) und zum anderen den ebenso unbestreitbaren Tatbestand der machtvollen menschlichen Sehnsucht nach Leidüberwindung und nach Glücklichein.*

*Die strenge Ausrichtung ihres Denkens auf diese zwei wichtigsten Gegebenheiten unseres Daseins haben die indischen Philosophen recht eigentlich zu Pfadfindern des Heils gemacht.*

Der Wahrheitsucher unserer Lehrrede kennt noch nicht den Heilsstand, aber er spürt, dass der Erwachte von Wirklichkeiten spricht, von den Trieben, von Gier, Hass, Blendung, die auch sein Herz bewegen. Bei den klaren Aussagen des Erwachten merkt er, dass er an die Wurzeln der Ich- und Welterscheinung geführt wird, dass die Beschaffenheit seines dunklen oder hellen Herzens die Welterscheinung dunkel oder hell werden lässt. Er erkennt, dass die Welt ihm zu Schemen werden kann, zu beherrschbaren und tilgbaren Schemen, wenn es

ihm gelingt, sich aus den Gewohnheitsbanden herauszuwinden, sich weiter hinzurecken zu jenen Tatsachen und Wirklichkeiten, von welchen der Erwachte spricht, die aber seinem eigenen Anblick noch verborgen sind.

Er hat die Aussagen des Erwachten aufgenommen, im Gedächtnis behalten, er prüft und vergleicht das Gehörte mit der Wirklichkeit, und irgendwann erkennt er unter dem Einfluss der stillen, tiefen Unterweisung des Erhabenen: „Das Freisein von den fünf Zusammenhäufungen ist die Sicherheit, ist das Heil.“ Damit hat er für einen Augenblick über alles Vordergrundige, sinnlich Wahrnehmbare hinaus die unbeschreibliche Erfahrung von dem Aufhören und Stillstehen alles Werdens und Vergehens und damit einen Blick für das „Ungewordene“, das ewig Sichere, das Nirvāna, gewonnen. Dieses wird genannt *amatam*, das Todlose. Es gibt dem Erleber die Gewissheit, dass diese erfahrene unzerstörbare Sicherheit unverletzlichen Heils wirklich erreichbar ist. Er war für einen Augenblick wie im Nirvāna-Zustand und gewann daraus jene unbeschreibliche Erfahrung, durch welche er eine durch nichts Weltliches und durch nichts Überweltliches wieder auflösbare Verbindung zum Nirvāna bekommt.

*Je mehr und mehr er bei sich merkt,  
wie die Zusammenhäufungen  
im Wechsel nur entstehn, vergehn,  
wird er erhellt und heilsentzückt,  
da er das Todlose erfährt. (Dh 374)*  
und

*Reizlos wurden die Dinge mir,  
Todlosigkeit verstand ich da. (Thig 149)*

Diese Wirkung der Belehrung durch einen vollkommen Erwachten ist in den Lehrreden oft folgendermaßen beschrieben (M 56, M 74 u.a.):

*Wie ein reines Kleid, von Flecken gesäubert, vollkommen die Färbung annehmen mag, ebenso ging da X..., während er noch dasaß, das reizfreie, ungetrübte Auge der Wahrheit auf: „Was irgend auch entstanden ist, muss alles wieder untergehn.“*

*Und X..., der die Wahrheit gesehen, die Wahrheit gefasst, die Wahrheit erkannt, die Wahrheit ergründet hatte, der Daseinsunsicherheit entronnen, ohne Zweifel, in sich selber gewiss, auf keinen anderen gestützt im Orden des Meisters....*

Mit diesen Worten ist ausgedrückt, dass Zuhörer des Erwach-ten durch seine die besten Herzenskräfte weckenden Darle-gungen für kurze Zeit von den Banden und der Hemmung durch Wahn und von Herzensbefleckungen frei werden kön-nen, rein wie ein fleckenloses Kleid, und daher vorübergehend im Anblick des Entstehens und Vergehens der Erscheinungen, der ichlosen Bedingtheit des Zusammenspiels von Körper, Herz und Geist, der fünf Zusammenhäufungen, den Ich-Gedanken aufgeben können.

Ein solcher sagt sich, wie es in M 48 heißt:

*Diese Anschauung, die ich jetzt gewonnen habe, kann nicht außerhalb, bei anderen Asketen und Brahmanen, ganz ebenso gewonnen werden.*

Er sieht sich im Besitz der rechten Anschauung, die er durch den Erwachten gewonnen hat, sieht die Einzigartigkeit der Lehre, die ihn nicht mehr verlässt. Sie ist seinem Wesen ein-geprägt und steigt auf ohne sein Zutun. Seine Denkgeneigtheit und sein Denkprogramm ist durch immer erneute Wahrheits-assoziationen so geworden, dass er immer mehr die Warte des Zuschauers einnimmt, des Unbetroffenen, der außerhalb des automatisch ablaufenden Flusses der fünf Zusammenhäufun-gen steht.

Wer durch Lehre und Anleitung des Erwachten die fünf Zusammenhäufungen als unzulänglich erfahren hat, merkt bald, dass alle philosophischen Ansichten unzulänglich sind, da sie im Bereich der wandelbaren fünf Zusammenhäufungen

befangen halten. Auch religiöse Lehren halten wenigstens *eine Wahrnehmung* für absolut, für ewig und unwandelbar, z.B. *Das ist der höchste Glanz* (Vertiefungszustand eines göttlichen Wesens), wie es ein Pilger zur Zeit des Erwachten ausdrückte. (M 79) Um des höchsten Glanzes teilhaftig zu werden, lassen die Anhänger einer Religion viel los, aber nicht das Hangen an dieser, ihnen als das Höchste erscheinenden Wahrnehmung von irgendwie gearteter strahlender Form, und dadurch können sie dem Kreislauf der Zusammenhäufungen nicht entrinnen.

Dass die Lehre des Erwachten richtig ist, sieht der Nachfolger immer dann, wenn er sich des weltüberlegenen unbeeinflussten Anblicks wieder versichert, wenn er wieder „oberhalb der Existenz stehend“ das Spiel der die Existenz ausmachenden fünf Zusammenhäufungen beobachtet. Er erkennt dabei, dass alle, aber auch restlos alle Situationen seines Lebens immer nur durch diese fünf Zusammenhäufungen bedingt waren und bedingt sein werden und dass er nun die Möglichkeit hat, diese fünf Zusammenhäufungen immer mehr zu verfeinern und alles, was an ihnen tot Geschobenes ist, im Lauf der Zeit ganz und gar aufzuheben und aufzulösen und dass er auf diesem Weg ganz sicher immer freier werden muss bis zur vollkommenen Erlösung. Das steht ihm jedes Mal in dem Anblick der heilenden rechten Anschauung deutlich vor Augen.

#### Vier Merkmale des Stromeingetretenen

werden in den Lehrreden des Erwachten (D 16, S 55,7 u.a.) beschrieben, die in unserer Lehrrede nur kurz angedeutet sind:

*1. Über den Erhabenen hat er endgültige Klarheit und dadurch Befriedung erlangt (avecca-pasāda): „Das ist, wahrlich, der Erhabene, Heilgewordene, vollkommen Erwachte, der in Wissen und Wandel Vollendete, der Rechtgegangene, der Welt Kenner. Er ist der unübertreffliche Lenker derer, die*

*erziehbar sind, ist Leiter der Götter und Menschen, erwacht, erhaben.“*

*2. Bei der Lehre ist er zur endgültigen Klarheit und dadurch Befriedung gelangt: „Richtig dargelegt ist vom Erhabenen die Lehre, unmittelbar einleuchtend, zeitlos, sie lädt ein: ‚Komm und sieh selbst!‘ Sie führt hin, ist vom Einsichtigen bei sich selbst erfahrbar.“*

*3. Bei der Schar der Heilsgänger ist er zur endgültigen Klarheit und dadurch Befriedung gelangt: „Recht geht beim Erhabenen die Schar der Heilsgänger vor; auf dem geraden Weg geht beim Erhabenen die Schar der Heilsgänger vor; zum Ausweg geht beim Erhabenen die Schar der Heilsgänger vor, nämlich als die vier Paare von Menschen nach den acht Arten von Menschen. Sie ist wahrlich würdig der Verehrung, würdig, Unterhalt zu empfangen, würdig der Gaben, würdig des ehrfurchtsvollen Grußes, der beste Boden in der Welt für ein Wirken mit guten Folgen.“*

*4. Er hat Tugenden, wie sie die Heilsgänger wünschen, die freimachen, zur Einigung führen und darum von den Erfahrenen gepriesen werden; er hält sie lückenlos, unverfälscht, unverbogen, ungebrochen, ohne an ihnen zu hängen.*

Das *erste* der vier Merkmale bedeutet, dass der Mensch nach den Worten des Erwachten im Lauf der Zeit durch Erfahrung eigener Fortschritte *endgültige Klarheit und dadurch Befriedung* darüber erlangt hat, dass der Erwachte tatsächlich ein Heilgewordener ist und vollkommen erwacht.

Dem *zweiten* Merkmal liegt zugrunde, dass der der Wegweisung des Erwachten Folgende die Lehre des Erwachten offen aufnimmt und nach ihr sich umwandelt, verändert, dass er manche Triebe schon abgeschwächt, gemindert hat, so dass er an sich eine gewisse innere Ruhe (*samatha*) erfährt. Kein Erlebnis kann ihn bis zum Grund mehr aufregen und völlig außer sich bringen. Wenn keine starken Erlebnisse eintreten, die ihn ablenken, dann ist in seinem Geist der heilende Anblick, und sein Denken, Reden und Handeln ist davon durch-



setzt. Der Übende merkt: „Ich weiß jetzt, was zu tun und zu lassen ist, um freizukommen, und ich bin auf dem Weg zur Freiheit.“

Weil diese Erkenntnis beim Heilsgänger auf innerer Erfahrung beruht und durch fortschreitende Erfahrung nur immer bestätigt wird und weil der so Vorgehende bei sich eine fortschreitende Minderung von Mühsal, Leiden und Verletzbarkeit erfährt, so ist er sich vollständig klar darüber, dass diese Lehre das Dasein in seiner wahren Natur aufzeigt und den Ausweg daraus enthält. Diese Gewissheit ist unzerstörbar, weil sie in der gesamten weiteren Entwicklung sich nur immer mehr bestätigt, darum *endgültige Klarheit und Befriedung* ist.

Das *dritte* Merkmal bedeutet, dass der Heilsgänger sich unverlierbar klar geworden ist über die vom Erwachten erwähnten *vier Paare von Menschen*, d.h. über die vier Entwicklungsetappen des Heilsgängers: Stromeingetretener, Einmalwiederkehrer, Nichtwiederkehrer, Geheilte.<sup>105</sup> Das aber ist erst möglich, wenn er bei seiner Umwandlung zum Heilsgänger zutiefst begriffen hat: In allen möglichen Daseinsformen und Welten führen nur diese vier Entwicklungsetappen aus allem Leiden schrittweise heraus bis zur vollständigen Sicherheit. Dagegen sind alle Bestrebungen und Unternehmungen aller Wesen, die noch nicht in diese vierstufige Entwicklung eingetreten sind, letztlich vergeblich und müssen vergeblich bleiben – es sei denn, die Bestrebungen führen gerade hin auf den Anfang dieses Wegs, so dass einer dann auch die vier Entwicklungsetappen an sich vollziehen kann.

Das *vierte* Merkmal ist gegeben, wenn ein solcher Heilsgänger, welcher das Endziel, das Nirvāna, immer im Blick hat, in seinem gesamten Verhalten im Begegnungsleben allmählich dahin wächst, die Tugenden lückenlos einzuhalten, in rücksichtsvoller, schonender Weise zu handeln und zu reden, ohne

---

<sup>105</sup> Jede dieser Etappen wird noch unterteilt in Eintritt in die jeweilige Etappe und Wissen um diesen Eintritt, so dass der Erwachte von acht Arten von Menschen spricht.

auf karmische Folgen daraus in dieser oder in jener Welt zu setzen, sondern über alles Begegnungsleben hinaus die Herzenseinigung anstrebt, aus deren Vollendung eben jenes heilende Klarwissen hervorgeht, das zum Nirvāna führt.

Das sind die vier Merkmale eines Stromeingetretenen, die der Heilsgänger bei sich selber feststellt und dadurch völlig sicher ist, dass er auf den Heilsstand zugeht.

In vielen Variationen beschreibt der Erwachte das unerschütterliche, da im erfahrenen Anblick wurzelnde Vertrauen dessen, der im Besitz der vier Merkmale innere Klarheit beim Erwachten und Befriedung gewonnen hat:

Der Besitz der vier Merkmale des Stromeingetretenen gleicht einem Gewinn, dem gegenüber die Herrschaft über die vier Kontinente durch einen Weltkaiser auch nicht ein Sechzehntel wert ist, denn der Kaiser entgeht nicht den unteren Welten, während der Stromeingetretene diesen Übeln endgültig entronnen ist. (S 55,1)

*Die Verteilung von Festem und Flüssigem auf der Erde wird sich ändern, Weltbrand und kosmischen Wirbel wird es geben, wenn auch in langen Zeitläufen, aber es kann keine Veränderung dahingehend geben, dass der Heilsgänger in untere Welten absinkt. (S 55,1)*

Darum gerät der Stromeingetretene wegen des Todes nicht in Furcht und Angst. Er kann nicht mehr absinken.

DIE EIGENSCHAFTEN  
DES GESICHERTEN NACHFOLGERS  
„Vor Kosambi“  
48. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Der Geheilte - der gesicherte Nachfolger - der Forscher

Im tiefsten und letzten Sinne gibt es für den Menschen immer nur eine einzige Frage, gleichviel ob er es weiß oder nicht, gleichviel ob er religiös ist oder nicht: es ist die Frage nach der heilen Situation innerhalb der unheilen Existenz. Alles Wohlwollen des Menschen bei zerbrechlichen und unzulänglichen Dingen geschieht immer nur darum, weil er das wirklich Heile und Unzerbrechliche und Unverletzbares noch nicht kennt und nicht besitzt. Solange der Mensch das Wissen um die Möglichkeit des Heils noch nicht gewonnen hat und darum noch im Bereich des Unzulänglichen nach dem Heil sucht und trachtet, so lange ist sein Wissen, sein Geist noch nicht heil.

Aber es gibt etwas, das ohne alle mythische Irrlichterei im echten realen und tragfähigen Sinn als „heiliger Geist“ bezeichnet werden darf. Und dieses gibt es in dieser Welt in den unterschiedlichsten Reifestadien und Reifegraden.

Der vollkommene und höchste Grad des heiligen Geistes ist der Geist des Geheilten, der aus aller Wirrnis und aus allem Wahn völlig hinausgelangt ist, der das ewig Heile erworben hat, während wir ununterbrochen Wechseln und Wandlungen ausgeliefert sind. Wir wissen nicht, was die nächste Sekunde, die nächste Stunde uns bringt. Wir machen Pläne und sorgen mit den uns möglichen Mitteln, dass die Pläne in Erfüllung gehen, aber wir wissen schon, dass meistens Unvorhergesehenes die Pläne durchkreuzt. Je weiter wir in die Zukunft hinein planen, um so unwahrscheinlicher ist es, dass wir das Gewünschte erreichen, selbst wenn wir viel dafür einsetzen und uns anstrengen. Wir sehen nicht weit. Von den Heilen aber heißt es, dass sie alles sehen, dass es für sie keine Zukunft gibt in dem Sinn, dass noch etwas auf sie zukäme, was sie dann

erst erfahren würden, sondern sie wissen heute, was geschehen wird. Sie kennen den Bedingungs-zusammenhang und sind selber unverletzbar. Wir beziehen unser Wohl von den Dingen, die uns begegnen, von Freunden, von Anerkennung im Beruf, aus diesem oder jenem Genuss. Das macht unser Wohl aus. Wenn der normale Mensch dieses Wohl nicht erlebt, dann hungert er, dann ist ihm elend. Das wird Begehren genannt. Die Heilen sind heil geworden, sie haben alles Begehren gestillt, haben alles Wohl bei sich, sind im Frieden. Wir sind durch das Begehren im Unfrieden. Unser Begehren findet manchmal Befriedigung, aber Befriedigung ist nicht Frieden. Befriedigung setzt Begehren voraus, vorübergehende Erfüllung, der bald wieder Hunger folgt und wieder Erfüllung und oft auch Nichterfüllung usw. Durch unser Begehren sind wir treffbar, verletzbar, nämlich dann, wenn das Begehrte nicht erlangt wird. Die aber im Frieden wohnen, haben ständig ein unvergleichlich größeres Wohl, als wir auch bei den höchsten Erfüllungen unserer Begehren haben. Darum bezeichnen sie sich als heil. In dem Maß, wie wir das Heil begreifen, merken wir, wie unendlich weit dieser Heilsstand von unserer jetzigen Situation entfernt ist. Hier zeigt sich der Wert der gesicherten Nachfolge.

Wenn es nur unseren Standpunkt gäbe, von dem aus man sich müht und müht, bis man zum Ziel kommt, dann würden fast alle versagen und verzagen. Aber es gibt etwas, das diesen gewaltigen Abstand überbrückt. Wir können den Status gewinnen, der genannt wird „gesicherte Nachfolge“, der als mittlerer Grad des heilen Geistes bezeichnet werden kann. Wir brauchen nicht so lange ungesichert zu bleiben bei unserem Vorwärtstreben, bis wir das vollkommene Heil gewinnen. Wir brauchen nicht zu fürchten, dass man noch kurz vor dem Heil wieder ganz zurückfallen, wieder alles verlieren könnte. Es gibt den Status der gesicherten Nachfolge, durch welchen wir in diesem Leben die Sicherheit gewinnen können, so dass wir, obwohl wir uns auf der Gesamtlinie bis zum Heil noch nicht viel verändert haben, trotzdem von nun an nicht mehr anders

können, als eisern vorwärts zu gehen bis zum Ziel – mit der Garantie, es zu erreichen. Wie wenn Eisenstaub, der dem Magneten näher gebracht wird, von irgendeiner Nähe an angezogen wird und die letzten Millimeter mit einem Sprung vollendet, so gibt es für den Menschen unserer geistig-seelischen Beschaffenheit die Möglichkeit, dieses Stadium der gesicherten Nachfolge zu gewinnen, so dass wir von der heilen Situation nur noch angezogen werden. Das heißt nicht, dass man dann nicht mehr zu kämpfen brauche. Man muss kämpfen, bis man das Heil gewonnen hat, aber man kann es dann nicht mehr lassen.

Man kann diesen Zustand vergleichen mit einem abgeschossenen Pfeil. Der Schütze hat auf das Ziel angelegt, hat das Ziel anvisiert, hat die Sehne gezogen, den Bogen entsprechend gespannt, und er weiß: Jetzt ist in dem Pfeil genau die richtige Richtung. Er lässt die Sehne los, und dann ist auch die Kraft in dem Pfeil, und es ist nur noch eine Zeitfrage, wann er das Ziel trifft. - In der heutigen Zeit sprechen wir mehr von Raketen als von Pfeilen. Das Gleichnis von einer Rakete für die gesicherte Nachfolgeschafft ist noch besser geeignet. Denn durch das Abschnellen von der Sehne wird in den Pfeil mit einem Mal die ganze Kraft für den ganzen Weg eingegeben, und der Pfeil verzehrt von Meter zu Meter von der Kraft, bis er am Ziel ankommt, während die Rakete mit einer gemäßigten Kraft anfängt, aber in sich die Möglichkeit hat, immer weitere Kraft zu entwickeln. Durch Verbrennung von Treibstoff in gewünschter Dosierung wird die Rakete vorwärts getrieben und ist dabei sogar lenkbar. So geht es auch auf dem Weg zum Ziel. Aus dem Anblick, der die gesicherte Nachfolge bewirkt, bekommen wir von Mal zu Mal immer wieder Kraft und Richtung, so wie die Rakete immer wieder neu gelenkt wird und neue Kraftimpulse bekommt.

Der Erwachte nennt zwei anfangende Grade von gesicherten Nachfolgern, den vertrauend Nachfolgenden (*saddhānusāri*) und den erkennend Nachfolgenden (*dhammānusāri*). Über den Unterschied zwischen den beiden Arten der Nachfolge

gibt eine Lehrrede im 25. Samyutta nähere Auskunft. Es handelt sich dort um Nachfolgende, deren Neigung und Fähigkeit zur Erkenntnis des Wahren bereits so groß geworden ist, dass sie noch in diesem Leben in die Heilsströmung (*sotāpatti*) gelangen. Hier wird zuerst gezeigt, wie der vertrauend Nachfolgende sich der Belehrung durch den Erwachten erinnert:

*Der Luger ist unbeständig, wandelbar, veränderlich; der Lauscher - der Riecher - der Schmecker - der Körper - der Geist - sind unbeständig, wandelbar, veränderlich.*

*Die Formen - Töne - Düfte - das Schmeckbare - das Tastbare - die Gedanken - sind unbeständig, wandelbar, veränderlich.*

*Die Luger-Erfahrung - Lauscher-Erfahrung - Riecher- Schmecker- - Taster- - Denker-Erfahrung - sind unbeständig, wandelbar, veränderlich.*

*Die Luger-Berührung, Lauscher-Berührung, Riecher-, Schmecker-, Taster-, Denker-Berührung sind unbeständig, wandelbar veränderlich.*

*Das durch Luger-Berührung - Lauscher-Berührung - ...Denker-Berührung entstandene Gefühl ist unbeständig, wandelbar, veränderlich.*

*Die Form-Wahrnehmung, Ton-Wahrnehmung, Duft-Wahrnehmung, Geschmacks-Wahrnehmung, Tast-Wahrnehmung, Gedanken-Wahrnehmung ist unbeständig, wandelbar, veränderlich.*

*Der Wille nach Formen, Tönen, Düften, Geschmücken, Tastungen und Gedanken ist unbeständig, wandelbar, veränderlich.*

*Der Durst nach Formen, Tönen, Düften, Geschmücken, Tastungen und Gedanken ist unbeständig, wandelbar, veränderlich.*

*Die Gegebenheit Festes, Flüssiges, Wärme, Luft, Raum, Erfahrung ist unbeständig, wandelbar, veränderlich.*

*Form, Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, Wohlerfassungssuche sind unbeständig, wandelbar, veränderlich.*

Und hier fährt der Erwachte nun fort:

*Wer dieser Wahrheit so vertraut, ihr Mönche, so von ihr angezogen und ihr zugeneigt ist, von dem wird gesagt, dass er den Stand des aus **Vertrauen der Wahrheit Nachgehenden** (saddhānusāri) erlangt hat. In die rechte zum Heil führende Entwicklung ist er eingetreten. Die geistige Ebene des Heilsgängers (ariya sāvako) hat er gewonnen, und verlassen hat er den Stand des normalen, unbelehrten Menschen (putthujjano). Unfähig ist er nun, solche Taten zu wirken, durch welche er nach dem Tode unterhalb des Menschentums gelangen könnte, in Hölle, Tierreich, Gespensterreich. Und unmöglich ist es, dass er dieses jetzige Leben abschließt, ohne endgültig in die Heilsströmung eingetreten zu sein.*

*Wer nun diese Wahrheiten mit klarem Blick allmählich selbst ergründet, den nennt man einen aus Erkenntnis Nachfolgenden (dhammānusāri). In die rechte, zum Heil führende Entwicklung ist er eingetreten. Die geistige Ebene des Heilsgängers hat er gewonnen, und verlassen hat er den Stand des gewöhnlichen Menschen. Unfähig ist er nun, solche Taten zu wirken, durch welche er nach dem Tode unterhalb des Menschentums gelangen könnte, in Hölle, Tierreich, Gespensterreich; und unmöglich ist es, dass er dieses jetzige Leben beschließt, ohne endgültig in die Heilsströmung eingetreten zu sein.*

Als erkennend Nachfolgender wird also derjenige bezeichnet, der wenigstens das gleiche Vertrauen wie der aus Vertrauen Nachfolgende zum Erwachten und seiner Lehre hat, der aber darüber hinaus nach seinem Wesenszuschnitt das Bedürfnis hat, die Gültigkeit der Lehren in seinem eigenen Leben selber zu beobachten und zu entdecken.

Dem vertrauend Nachfolgenden genügen die Aussagen des Erwachten über die existentiellen Tatsachen. Er beobachtet die seelischen Vorgänge bei sich mit dem Gedanken: „Dass dieses alles in rieselnder Veränderung vor sich geht, hat der Erhabene gesagt.“ Dieses bedenkend, wendet sich sein Herz immer mehr

vertrauend dem Erhabenen zu, das Wort des Buddha ist ihm Autorität. Die bei ihm selbst beobachteten Vorgänge widersprechen diesen Aussagen des Buddha in keiner Weise. Und indem er sich im Lauf der Zeit an diesen Anblick gewöhnt, da entdeckt er nach und nach immer offener, dass sich alles so verhält, wie der Erwachte lehrt. Diese praktische Bestätigung ist für ihn eine nicht notwendige, aber sehr erfreuliche Ergänzung.

Der aus Erkenntnis Nachfolgende hat ebenfalls starkes Vertrauen zu dem Erwachten und zu dieser Lehre, aber dieses Vertrauen ist für ihn der Anlass zum aufmerksamen Forschen, bis er die Wirklichkeit der vom Erwachten gelehrt Vorgänge bei sich entdeckt.

Wir sehen, dass bei beiden Arten von Nachfolgern beides besteht und vor sich geht: sowohl Vertrauen zum Erwachten wie auch klare Entdeckung der wirklichen Vorgänge im eigenen Wesen; aber dennoch bildet bei dem einen das Vertrauen den Schwerpunkt seiner Motivation zum Ziel; bei dem erkennend Nachfolgenden aber das vom Vertrauen veranlasste eigene gründliche Suchen bis zum völlig befriedigenden Erkennen der realen Vorgänge.

Dadurch hat der Nachfolger eine derart überzeugende und klare Vorstellung von der Zerbrechlichkeit, Seelenlosigkeit, ja, Tödlichkeit der vergänglichen Dinge gewonnen, dass es ihm jetzt und in aller Zukunft unmöglich ist, irgendetwas als das wirklich Heilbleibende, das Sichere, Ewige und Lebendige anzusehen. Er hat nichts anderes mehr im Sinn, als ebenfalls zu vollenden, was die Vollendeten, die Geheilten bereits vollendet haben: die vollständige und restlose Ablösung von allem, das unbeständig, unzulänglich, leidvoll, seelenlos, tot ist. Diese Anschauung bezeichnet der Erwachte als die heilende, durchdringende rechte Anschauung, welche den beharrlichen Kämpfer zur völligen Leidensversiegung, zum Heil führt (M 117).

Der Wille kann nicht anders, als sich dem zuzuwenden, was vom Geist für das Beste gehalten wird. Das ist ein Zwang.



Weil der Wille diesem Gesetz ausgesetzt ist, darum nur gibt es die Heilsgarantie. Wenn der Wille willkürlich wäre, dann wäre alles chaotisch, dann wollten wir heute so, morgen so. Aber wir können nicht anders, es ist ein Gesetz: Wir müssen immer das wollen, was wir für das jeweils Beste halten.

Von da an, wo der Nachfolger ein gesicherter Nachfolger ist, ist es noch eine Strecke bis zum Ziel, aber von da an gibt es keine Angst mehr vor Rückfall, es ist nur noch ein sieghaftes Weiterkämpfen, der Sieg ist sicher. Das heißt aber nicht, dass die Waffen hingelegt werden können, sondern weil der Nachfolger die Waffe nicht mehr hinlegen kann, darum erreicht er das Ziel. Weil er das Leiden und das Heil deutlich sieht, darum kann er es gar nicht lassen zu kämpfen, bis der Heilsstand, der Stand des Heils erreicht ist, bis er ein Vollendeter geworden ist.

Aber es gibt auch dieses, dass ein Geist weder das vollkommene Heil bereits gewonnen hat noch auch jene Anschauung, die ihn machtvoll vorwärtsträgt, sich das Heil zu gewinnen - die gesicherte Nachfolgeschafft -, dass er aber *ein Fragen* an sich hat, das auf die durchdringende und universale Erkenntnis der Existenz und des Heils gerichtet ist und das nicht ruhen kann und nicht ruht, bis dieses Wissen gewonnen ist, das als anfangender Grad des „heiligen Geistes“ bezeichnet werden kann. Ein solcher Geist ist zum Heil prädestiniert, weil er nach seiner Struktur mit dem vordergründigen weltlichen Wissen nicht zufrieden sein kann, weil er weiter forschen und bohren muss, bis er die lückenlose Kenntnis über das Unheil und über das Heil gewonnen hat.

Viele Forscher dieser letztgenannten Art gingen zur Zeit des Erwachten in den Orden, um den Zustand des Heils der Unverletzbarkeit zu gewinnen. Aber ein Mensch, der im Orden lebt und die Ordensregeln auf sich nimmt, der lebt nicht „natürlich“, denn er lebt nicht den normalen, allgemein menschlichen Trieben gemäß. In dem Maß aber, wie ein Mönch seinen Trieben nicht gemäß lebt, in dem gleichen Maß leidet er Mangel, ist nicht froh und ist nicht zufrieden. Diesen Zustand kann

er auf die Dauer nicht ertragen. In dieser Situation gibt es für ihn nur zwei Möglichkeiten: entweder er hebt seinen Mangel mit innerer Freude auf oder mit irdischer Freude; entweder er findet den Weg, der über die Welt hinausführt zu überweltlicher Seligkeit und Freiheit, oder er kehrt offen oder verborgen auf dem anderen Weg zurück in die Weltlichkeit: er wendet sich den sinnlichen Freuden wieder zu oder wird im Bereich der Ansichten streitsüchtig und haarspalterisch. Dieser Gefahr sind die in unserer Lehrrede (M 48) genannten Mönche eine Zeitlang ausgesetzt gewesen. Die Lehrrede beginnt mit den Worten:

*So hab ich's vernommen. Einstmals weilte der Erhabene bei Kosambi in der Gartenstiftung. Zu dieser Zeit war unter den Mönchen von Kosambi Zank und Streit ausgebrochen. Sie führten scharfe Wortgefechte, konnten sich nicht versöhnen und wiesen den Versuch zur Verständigung ab.*

Ursache dieses Streits war ein belangloser Vorfall aus dem Mönchsalltag, der auf Grund der Ausmaße, die er annahm, seinerzeit die Gemüter, auch der nicht unmittelbar Beteiligten, sehr erregte und in zwei Lehrreden den Situationshintergrund für die Belehrungen des Erwachten bot. Darum stellen wir den Bericht über diesen Streit, der von *Hellmuth Hecker* aus dem *Vinaya, dem Korb der Ordensregeln (MV X,1)*, zusammengetragen wurde, voran.

### Der Streit der Mönche von Kosambi

In der Hauptstadt des Königreiches Vamsa, in Kosambi, lebten u.a. im Kloster zwei Mönche, ein Predigermönch (P) und ein Liebhaber der Ordenszucht (O), des *Vinaya*, der 227 Regeln für Mönche enthielt, die der Erwachte aus gegebener Veranlassung irgendwann als Erlaubnis oder als Verbot gegeben hatte.

Eines Tages ließ P im Waschraum aus Nachlässigkeit das schmutzige Waschwasser stehen. Als O dies später sah, hielt er ihm vor, dies sei eine Verfehlung. P schüttelte erstaunt den Kopf, O aber beharrte dabei. P erklärte sich bereit, die nötige Buße zu tun, denn O kenne den Vinaya sicher besser als er. Da erwiderte O, wenn er es ohne Absicht getan habe, sei es keine Verfehlung. Da freute sich P, denn er hatte nie die Absicht gehabt, eine Regel zu übertreten, und er hielt die Sache für erledigt. O aber erzählte seinen Anhängern in der Stadt, P merke es nicht, wenn er eine Verfehlung begehe. Als nun die Anhänger des O die Anhänger des P trafen, sagten sie: *Habt ihr schon gehört, euer Lehrer merkt nicht, wenn er eine Verfehlung begeht.* Diese gingen zu P und teilten ihm die Fama mit. Er erwiderte: *Erst sagt O, es sei keine Verfehlung, jetzt behauptet er das Gegenteil: er ist ein Verleumder.* Da gingen jene zu den Anhängern von O und sagten, ihr Lehrer sei ein Verleumder. Durch dieses Hintertragen wurde das Beleidigen geschürt, und der Streit wuchs. Bei sich bietender Gelegenheit erklärte O, die Tat des P sei eine solche, die die zweitschwerste Strafe, die zeitweise Suspension von allen Mönchsrechten, verdiene. Da die Mönche O als einen Spezialisten des Vinaya kannten, verhängten sie diese Strafe. Da aber P viele Freunde und Anhänger hatte, die durch ihn viel Heilsames gewonnen hatten, machten sich diese den Standpunkt von P zu eigen, dass die Verhängung jener Strafe nichtig sei. Eine Abordnung begab sich zu den Anhängern von O und erklärte, sie könnten den Akt aus den und den Gründen nicht als rechtmäßig anerkennen. Die Angesprochenen wiederholten ihre Argumente und warnten die Gegner, für einen Suspendierten einzutreten, sei gleichfalls ein Vergehen. So verhärteten sich die Fronten. Die Streitigkeit griff nun auch auf die Hausleute über, auf die Nonnen, auf die Schutzgeister, auf die Götter der ganzen Sinnenwelt; und darüber hinaus drang die Kunde von der ersten drohenden Ordenspaltung, die sich hier anbahnte.

Nachdem sich der Streit derart zugespitzt und die Parteilung derartige Ausmaße angenommen hatte, begab sich ein ver-

söhnlicher Mönch zum Erwachten hin, der wohl nicht zufällig gerade in Kosambi eingetroffen war, und berichtete die Angelegenheit. Da der Buddha die große Gefahr erkannte, dass aus einem nichtigen Anlass ein großer Schaden für alle entstehen könnte, so begab er sich zu den Mönchen, die für O Partei ergriffen hatten. Er sagte: es sei nicht gut, die Rechthaberei über die Eintracht zu stellen. Sobald eine Ordensspaltung drohe, müsse man auch einmal auf Suspensionen verzichten und Gnade vor Recht ergehen lassen. Dann ging er zur Gegenpartei und sagte: Auch wenn man sich unschuldig fühle, sei es besser, trotzdem Abbitte zu tun, wenn dadurch eine Ordensspaltung vermieden würde. Besser einmal selber unschuldig zu leiden, als ungeahntes Leiden über viele bringen.

Die Parteien aber gaben nicht nach und hielten getrennte Ordensversammlungen ab, so wie es später Devadatto tat. Da begab sich ein Anhänger von O zum Buddha und fragte, ob die Ordensakte seiner Partei legal seien. Dieser erklärte beide Versammlungen für legal, um den beiderseitigen Vorwürfen der Illegalität die Spitze abzuberechen.

Die Versöhnungsbemühungen des Buddha schienen zunächst vergebens. Die Diskussionen nahmen überhand, es kam zu Beleidigungen und sogar zu Handgreiflichkeiten und Schlägereien unter den Mönchen, während die Hausleute sich an die Tugendregeln, die *sīlas*, hielten. Der Buddha bestrafte die gewalttätigen Mönche und befahl, dass beide Parteien im Esssaal des Klosters in bunter Reihe sitzen sollten. Aber auch das fruchtete nichts. Man versuchte zwar, sachlich den Streitfall zu lösen, aber die entstandenen Debatten machten es eher schlimmer. Die gegenseitigen Spitzen, Anzüglichkeiten und Vorwürfe wurden immer schlimmer, immer geschliffener und grundsätzlicher. Zum vierten Male ging ein guter Mönch zum Meister. Hier setzt der Bericht in M 128 ein:

Von Mitleid bewogen, ging der Buddha zu den Streitenden und sprach: *Es ist genug, ihr Mönche, lasst Intrigen, Zank, Angriffe und Zwist.* – Doch einer der Mönche sprach: *Möge, o Herr, der Erhabene, der Wahrheit Gebieter fortgehen, selbst-*

*genügsam mag der Erhabene seliger Gegenwart genießen, wir werden uns schon selber durch diese Intrigen, Zänkereien, Angriffe und Zwistigkeiten hindurchfinden.* – Ein zweites Mal sprach der Buddha, es sei genug der Zwietracht. Ein zweites Mal wiederholte der Mönch die Aufforderung, er möge fortgehen. Nun aber tat der Buddha nicht das, was der Mönch wahrscheinlich erwartete, dass er nämlich die übliche dritte Ermahnung aussprach, sondern er erzählte den Mönchen eine Geschichte aus der Vergangenheit von der Versöhnlichkeit zweier Könige, die auf Blutrache verzichteten. Und er schloss die Erzählung mit den Worten, wenn schon schwertragende, strafgewohnte Könige so verzeihend sein könnten, wie erst müssten sie es sein, die in der Lehre nach Triebfreiheit strebten (J 371 u. 428). Dann erst wiederholte er zum dritten Mal die Aufforderung, den Streit zu beenden. Doch zum dritten Mal erhielt er die abweisende Antwort, er möge den Streit sich entwickeln lassen. Da dachte der Erhabene: *„Besessenen gleichen diese Verblendeten, man kann sie nicht belehren.“* So ging er fort. Am nächsten Morgen verabschiedete er sich von der Mönchsgemeinde mit folgenden Versen:

*Wenn viele durcheinander schrei'n,  
so dünkt sich keiner selbst als Narr.  
Obwohl der Orden bricht entzwei,  
sieht keiner seinen Fehler ein.*

*Vergessen ward des Kenners weiser Spruch:  
die Zunge zügel'n, das tut not.  
Wenn aus den Trieben wird geredet,  
wohin das führt, wird nicht gesehen.*

*„Gescholten hat man mich, verletzt,  
hat mich besiegt, hat mich verlacht“,  
wer solchem Denken gibt sich hin,  
in dem kommt Feindschaft nie zur Ruh.*

*„Gescholten hat man mich, verletzt,  
hat mich besiegt, hat mich verlacht“,  
wer solches Denken da gibt auf,  
in dem kommt Feindschaft bald zur Ruh.*

*Es wird ja Feindschaft nimmermehr  
durch Feindschaft wieder ausgesöhnt.  
Nicht-Feindschaft gibt Versöhnung an:  
das ist ein ewiges Gesetz.*

*Gar mancher Mann bedenket nicht:  
„Wir alle müssen sterben hier.“  
Doch wer da rechte Einsicht hat,  
in dem kommt aller Streit zur Ruh.  
Wer Knochen bricht und Leben nimmt,  
wer Reichtum, Vieh und Pferde stiehlt,  
wer brandschatzt gar das ganze Reich –  
der kommt mit seinesgleichen aus.  
Warum gelingt euch jenes nicht?*

*Wenn einen einsichtsvollen Freund ihr findet,  
der mitgeht, mutig mitbestrebt in Tugend  
und alle Hindernisse überwindet,  
mit einem solchen sollt ihr leben,  
freudig, der Wahrheit gegenwärtig.*

*Wenn keinen einsichtsvollen Freund ihr findet,  
der mitgeht, mutig mitbestrebt in Tugend,  
seid wie ein König, der erobertes Land aufgibt,  
und wandelt alleinsam wie der Elefant im Wald.*

*Alleine bleiben besser ist,  
Gemeinsames gibt's nicht mit Toren.  
Alleine bleiben und nichts Böses tun,  
selbstgenügsam wie im Wald der Elefant.*

*(M 128 = MV X,3 = J 428)*

Mit diesen Versen legte der Buddha sein eindeutiges Urteil über die Streitenden von Kosambi dar und ging allein auf die Wanderschaft, denn *allein ist bess're Wanderschaft*. Er begab sich zum Dorf Niedersohlenbrunn, wo einer der sieben *Sakyer*, Bhagu, weilte, der vor sieben Jahren mit Ānando Mönch geworden war. Welch ein Unterschied zwischen den laut Streitenden und diesem ernsten Waldeinsiedler, dem der Buddha seinen Besuch gewährte und ihn mit einem Lehrgespräch erquickte.

Von dort wanderte er zum Östlichen Bambushain, wo drei andere ernste Mönche weilten, nämlich die *Sakyer* Anuruddho, Kimbilo und Nandiyo. Von diesen drei einstigen Kriegern gehörten die beiden ersten zur Gruppe der eben genannten sieben. Der Buddha fragte sie, ob sie genug Nahrung in ihrer Einsamkeit erhielten, was sie bejahten. Als zweites fragte er dann sofort, ob sie sich denn auch vertragen, einig, ohne Zwist, mild geworden, sanften Auges einander ansehend? – *Wie denn nicht?*, erwiderten sie, denen ein Streit wie in Kosambi ganz unvorstellbar war, und sie schilderten, wie sie einander liebevoll dienten, erfreut, mit solchen guten Freunden zusammenzuleben. Die dritte Frage, ob sie auch ernst und unermüdlich verweilten, beantworteten sie mit einer Schilderung ihres Tageslaufs und ihres Lebensrhythmus.

Nachdem er einige Zeit bei den drei *Sākyern* geweilt hatte, begab er sich nach einem anderen Walde, dem Forst von Parileyya, und dort verbrachte er die ganze neunte Regenzeit in der Einsamkeit, so dem gesamten Orden ein mahnendes Vorbild gebend. Dort wurde der Erwachte von keinem Menschen besucht, nur von einem wilden Elefanten, der ihm zugetan war, mehr zugetan als die Mönche von Kosambi.

So vergingen die vier Monate der Regenzeit. Inzwischen hatten die Hausleute von Kosambi, die lange dem Treiben der streitenden Mönche zugesehen hatten und davon angesteckt worden waren, sich als erste wieder gefangen. Sie hatten eher als die Mönche erkannt, in welchem gewaltigen Gegensatz zur Lehre deren Verhalten stand. Daher beschlossen sie, den Mön-

chen die Anerkennung als Mönche zu verweigern, d.h. sie gaben ihnen kein Almosen mehr und grüßten sie nicht mehr. Es bedurfte dieses Boykotts als des größten Mittels, um die Mönche daran zu erinnern, wie sehr sie vom Körper her von der Speise der Hausleute abhängig seien. Erst als sie hungern mussten, kamen sie zur Besinnung. Was der Erwachte mit seinen eindringlichen Worten nicht vermocht hatte, das vermochte der Hunger. Sie wollten den Erwachten um Verzeihung bitten. Dieser weilte aber zu der Zeit noch im Parileyyawald. Ānando ging zu ihm und berichtete. Darauf kehrte der Erwachte mit ihm nach Sāvatti in das Zentrum des Ordens zurück. Als die Kosambi-Mönche dorthin aufbrechen wollten, verweigerte König Pasenadi ihnen die Einreise: solche Art Mönche wollte er in seinem Lande nicht haben. Es bedurfte erst des Eingreifens des Buddha, der ihm erklärte, dass die Mönche als Demütige zu ihm kommen wollten. Als sie in Sāvatti eintrafen, sperrte aber Anāthapindiko ihnen den Zugang zum Kloster und ließ durch seine Leute ihren Zutritt verhindern. Auch ihn musste der Erwachte erst versöhnen. Nachdem die Mönche diese beiden Folgen ihres Verhaltens erlebt hatten, kam als dritte Folge, dass man sie abgesondert einquartierte wie Aussätzige, vor deren Ansteckung man sich zu hüten hatte. Alles zeigte auf sie: „Da sind sie ja, die sogenannten Mönche, die den Orden spalten wollten und die den Meister fortschickten.“ So wurden sie überall gedemütigt.

Sāriputto ging zum Erwachten und fragte, wie er sich ihnen gegenüber verhalten solle, und ebenso stellten verschiedene große Mönche dieselbe Frage. Der Erwachte erwiderte, ein Sprecher der Lehre sei daran zu erkennen, dass er sich ganz nach der Lehre und den Ordensregeln richte. Ebenso fragte die Gründerin des Nonnenordens. Ihr sagte er: die Nonnen möchten die Lehre von beiden Seiten der Streitenden hören und sollten dann selber prüfen, wessen Darlegung und Verhalten lehrgemäß sei. Zuletzt kamen Anāthapindiko und Visakhā, die Mutter Migāros, um sich auch Rat zu holen. Ihnen riet der Buddha, Almosen an beide Seiten zu geben, dann aber die



Lehre von denen zu hören, die lehrgemäßer seien.

Die Mönche wurden so untergebracht, dass beide Parteien voneinander getrennt waren. Als Sāriputto bemerkte, dass nicht genug getrennte Zellen vorhanden waren, sagte der Buddha, dann solle man welche errichten. Wie aber solle man mit Spenden und Dingen verfahren? Die solle man zu gleichen Teilen an sie verteilen.

Der Mönch P, von dem ja aller Streit letztlich ausgegangen war, kam jetzt zur Überzeugung, dass er doch ein Vergehen gegen die Ordensregeln begangen hatte, als er das Waschwasser stehen ließ in der Erwartung, ein anderer werde es für ihn wegschütten. Er ging daher zu den anderen und gab seine Schuld öffentlich zu und bat sie, ihn wieder in seine Mönchsrechte einzusetzen, die sie ihm aberkannt hatten. Alle gingen dann zum Buddha und fragten, ob eine Rehabilitierung möglich sei. Der Meister unterstrich, dass in der Tat eine Verfehlung vorgelegen habe und dass die Suspension legal gewesen sei. Nachdem P aber seinen Fehler eingesehen habe, könne sie jetzt aufgehoben werden. Das geschah auch. Dann holten sie die Gegenpartei und baten den Erwachten, durch gemeinsamen Beschluss die ganze Sache zu beenden. Dieser gab folgende Weisung: sie müssten jetzt alle zusammenkommen, einschließlich auch sämtlicher Kranker, es dürfe nicht ein Einziger fehlen. Dann wurde Upāli als Meister des Vinaya zum Berichterstatter gewählt. Er schlug, nachdem er sachlich den ganzen Fall erläutert hatte, die feierliche Beendigung vor. Wer noch irgendeinen Widerspruch habe, solle sich jetzt melden. Da niemand sich meldete, war der Frieden wiederhergestellt, und es wurde eine gemeinsame Uposatha-Feier aller abgehalten.

Upāli hatte sich dabei noch erkundigt, ob eine Übereinstimmung und Schlichtung, die ohne Klärung der Streitwurzel zustande gekommen sei, gültig wäre. Der Erwachte verneinte: Das gäbe einen Frieden nur dem Buchstaben nach. Sowohl der äußere Anlass wie die innere Veranlassung müssten aufgehoben werden, um die Wurzel des Streits endgültig abzuschnei-

den. Würde nur der äußere Anlass behoben, aber bliebe die Streitgesinnung, dann würde alsbald ein neuer Anlass zu neuem Streit gefunden werden. Würde aber nur allgemein an Streitlosigkeit appelliert, ohne den konkreten Fall zu klären, dann könnte es immer Rechthaber geben, die den Fall wieder aufrollen würden, da er nicht beendet sei.

Am Ende fasste Upāli die Lage dahingehend zusammen, dass das Wichtigste für die Lösung eines Streites eine Person sei, die über jeden Vorwurf erhaben klug die Situation durchschaue und leidenschaftslos beide Parteien ganz und gar verstehen könne - das aber ist eben ein Buddha und ein Geheilte. Je mehr Menschen sich um Triebfreiheit bemühen, desto wirklicher kann Streit geschlichtet werden. (MV X,1-6)

Der Streit von Kosambi war und blieb ein mahndendes Beispiel dafür, dass überall da, wo keine innere Freude über ein Vorwärtkommen besteht, aus nichtigstem Anlass Streit entstehen und die Wesen immer blinder machen kann - auch wo sie glauben, mit dem Verstand schon viel Wahrheit begriffen zu haben. Er lehrte drastisch, was es heißt, in der Gewalt des Herzens zu sein, statt das Herz in der Gewalt zu haben.

In der Anfangszeit des Streites setzt die hier zu besprechende Lehre des Erhabten ein:

*Da begab sich einer der Mönche zum Erhabenen, begrüßte den Erhabenen ehrerbietig und setzte sich zur Seite nieder. Zur Seite sitzend, sprach jener Mönch zum Erhabenen: Es ist da, o Herr, unter den bei Kosambi weilenden Mönchen Zank und Streit ausgebrochen; sie führen scharfe Wortgefechte, können sich nicht versöhnen und weisen den Versuch zur Versöhnung ab. –*

*Da gab der Erhabene einem Mönch den Auftrag: Geh, lieber Mönch, und sage in meinem Namen den Mönchen: „Der Meister lässt Euch Ehrwürdige rufen.“ – Ja, Herr –, erwiderte der Mönch dem Erhabenen und*

*begab sich zu jenen Mönchen. Dort angelangt, sprach er zu ihnen: Der Meister lässt Euch Ehrwürdige rufen.*

–

*Wohl, Bruder, wir kommen!, – sagten jene Mönche und begaben sich dorthin, wo der Erhabene weilte, begrüßten den Erhabenen ehrerbietig und setzten sich zur Seite nieder.*

Zu den dort Sitzenden sprach nun der Erhabene:

*Ist es wahr, wie man sagt, dass unter euch Mönchen Zank und Streit ausgebrochen ist, dass ihr scharfe Wortgefechte führt und euch nicht versöhnen mögt und den Versuch zur Verständigung abweist? –*

*Ja, o Herr! –*

*Was meint ihr nun, Mönche, zu einer Zeit, wo ihr in solcher Weise in Zank und Streit lebt und euch mit scharfer Rede angreift - verkehrt ihr dann etwa in Taten, Worten und Gedanken liebevoll miteinander, sowohl in Gegenwart der Ordensbrüder wie in ihrer Abwesenheit? –*

*Freilich nicht, o Herr! –*

*Da ihr, Mönche, nun zu einer Zeit, in der ihr in Zank und Streit lebt und euch mit scharfer Rede angreift, eben nicht in Taten, Worten und Gedanken liebevoll miteinander verkehrt, wo ist dann, ihr Toren, euer Wissen, wo sind eure Einsichten bei eurem Zank und Streit und euren Wortgefechten, eurer Unversöhnlichkeit und eurer fehlenden Verständnisbereitschaft? Das wird euch Toren lange zum Leiden reichen. –*

*Folgende sechs Verhaltensweisen des brüderlichen Zusammenlebens in Liebe und gegenseitiger Schätzung führen zu freundschaftlicher Gesinnung, zu Streitlosigkeit und Eintracht: Da verkehrt ein Mönch*

*in Taten (1), in Worten (2) und Gedanken (3) liebevoll mit seinen Ordensbrüdern, sowohl in ihrer Gegenwart wie in ihrer Abwesenheit.*

*Weiter sodann, ihr Mönche, wenn der Mönch Gaben empfängt, Ordensspenden, so teilt er sie nicht nach Belieben, sondern betrachtet sie als Gemeingut der tugendhaften Ordensbrüder (4).*

*Weiter sodann, da hält ein Mönch gemeinsam mit den Ordensbrüdern, sowohl in ihrer Gegenwart wie in ihrer Abwesenheit, die Tugenden, wie sie die Heilsgänger wünschen, die da frei machen, zur Einigung führen und darum von den Erfahrenen gepriesen werden. Er hält sie lückenlos, unverfälscht, unverbogen, ungebrochen ein, ohne an ihnen zu hängen (5).*

*Weiter sodann, ihr Mönche, besitzt und bewahrt sich der Mönch gemeinsam mit den Ordensbrüdern, sowohl in ihrer Anwesenheit wie in ihrer Abwesenheit, jenes zur Aufhebung allen Leidens hinführende Heilsverständnis, das den danach Vorgehenden zur vollständigen Leidensversiegung bringt (6) <sup>106</sup>*

*Das sind die sechs Verhaltensweisen des brüderlichen Zusammenlebens in Liebe und gegenseitiger Schätzung, in freundschaftlicher Gesinnung, die zu Streitlosigkeit und Eintracht führen.*

*Und von diesen sechs Verhaltensweisen des brüderlichen Zusammenlebens ist eines das Höchste, das Wichtigste, das Beste, nämlich das zur Aufhebung al-*

---

106 Diese sechs Eigenschaften kommen im gleichen Wortlaut in M 104, D 161, D 33,VI vor, ebenfalls als Bedingung zur Eintracht. Nach ihrer Aufzählung fragt der Erwachte in M 104: *Wenn ihr diese sechs Verhaltensweisen des brüderlichen Zusammenlebens in Liebe und gegenseitiger Schätzung... treulich bewahrt, wisst ihr dann von einer Redeweise, ob fein oder gemein, die ihr nicht zu ertragen vermöchtet? - Gewiss nicht. - Darum also mögt ihr diese sechs Verhaltensweisen treulich bewahren. Das wird euch lange zum Wohl, zum Heil gereichen.*

*len Leidens hinführende Heilsverständnis, weil nur dieses (den danach Vorgehenden) zur vollständigen Leidensversiegung bringt.*

*Gleichwie bei einem Turm eines das Höchste, das Wichtigste, das Beste ist, nämlich die Zinne, so auch ist von diesen sechs Verhaltensweisen eines das Höchste, eines das Wichtigste, eines das Beste, nämlich das zur Aufhebung allen Leidens hinführende Heilsverständnis, weil nur dieses (den danach Vorgehenden) zur vollständigen Leidensbefreiung bringt.*

Der Erwachte sagt hier eindeutig: Wenn diese sechs Eigenschaften bei Mönchen oder Nonnen oder bei Mitgliedern sonstiger Gemeinschaften von Nachfolgern vorhanden sind, dann besteht eine brüderlich/schwesterliche Eintracht, dann kann es nicht zu Streit kommen. Und eine weitere Folge: die sechste dieser Eigenschaften macht allmählich aus einem Anfänger den Nachfolger, der die Lehre, die *auf dem Weg zu finden ist*, zu verstehen beginnt und auf diesem Weg immer tiefer versteht - bis er gesichert ist.

Die erste bis dritte zur Eintracht führende Verhaltensweise:  
„Liebevoll in Taten, Worten und Gedanken“

*Da verkehrt ein Mönch in Taten (1), in Worten (2) und Gedanken (3) liebevoll mit seinen Ordensbrüdern, sowohl in ihrer Gegenwart wie in ihrer Abwesenheit.*

Wenn in dem oben erwähnten Streit die Mönche O und P diese Quintessenz aller Ordensregeln im Sinn gehabt hätten, dann wäre es zu keinem Streit gekommen. P hätte sein Waschwasser ausgeschüttet in dem klaren Bewusstsein, dass ebenso wie er gern eine saubere Schüssel zum Waschen vorfinden möchte so auch seine Mitbrüder. Sollte er das Ausschütten - in Gedanken mit anderem beschäftigt - vergessen haben, so hätte er bei

Erinnerung durch O diese seine Nachlässigkeit gleich als Rücksichtslosigkeit, als Nichtbeachtung der Anliegen anderer erkannt und sich entschuldigt, statt sich zu freuen, dass er keine Regel übertreten habe. Besonders streitfördernd ist das Verhalten des regelverliebten O, des Kenners der einzelnen vom Erwachten genannten Verhaltensregeln, der stillschweigend das Wasser hätte wegschütten können, ohne auf bestimmte Regeln zu pochen (liebevolle Tat).

Von den drei Mönchen (Anuruddho, Nandiyo, Kimbilo) in M 31 und 128, denen die gegenseitige Rücksicht und Förderung ein Bedürfnis war, heißt es dort:

*Wer da zuerst von uns vom Almosengang aus dem Dorf zurückkehrt, der bereitet die Plätze und setzt Trinkwasser, Waschwasser und den Spülnapf vor. Wer zuletzt vom Almosengang aus dem Dorf zurückkehrt, und es ist noch Speise übrig, und er verlangt danach, so nimmt er davon; wenn nicht, so wirft er sie fort auf grasfreien Grund oder in fließendes Wasser. Dann ordnet er die Sitze, räumt Trinkwasser, Waschwasser und Spülnapf fort und fegt den Speiseplatz rein. Wer bemerkt, dass man den Trinknapf oder den Waschkrug oder den Mistkübel nicht mehr braucht, der stellt ihn gesäubert auf. Wenn er es allein nicht kann, so winkt er einen zweiten herbei, und wir kommen zu helfen, ohne dass wir aus solchem Grund das Schweigen brächen. Und jeden fünften Tag, Herr, sitzen wir die ganze Nacht hindurch in Gesprächen über die Lehre beisammen. So verweilen wir ernsten Sinnes, eifrig, unermüdlich.*

Hier wird gar nicht die Frage aufgeworfen, ob derjenige, der Wasser gebraucht hat, verpflichtet ist, dieses wegzuschütten, sondern wer sieht, es wird nicht mehr gebraucht, der schüttet es fort.

Ebenso heißt es von Sāriputto, dem Geheilten, dass er nicht gleich in der Frühe mit anderen Mönchen zum Almosengang aufbrach, sondern wenn alle gegangen waren, das ganze Klostergelände inspizierte, dort wo es notwendig war, ausfegte, Abfälle forträumte und schlecht gemachte Schlafstellen, Stüh-

le oder Geschirr in Ordnung brachte.

Im häuslichen Alltag braucht man nur wenig abzuwandeln, um in derselben Weise vorzugehen, und man wird bei liebevoller Gesinnung Mittel und Wege finden, „die Schuldigen“ in Aufräum-Aktionen, die die eigenen Kräfte übersteigen, einzu beziehen.

Besonders streitfördernd ist auch das weitere Verhalten des regelverliebten O, der in Abwesenheit von P Hausleuten gegenüber Negatives über P berichtete und damit eine der obersten aller Regeln (liebevollte Worte auch über den Abwesenden) außer Acht ließ.

Das Urteilen über Abwesende sieht meistens sehr objektiv und nüchtern aus, es ist in seiner Einseitigkeit geschlossen - und da der Abwesende sich nicht wehren kann, so kann auch der Ärger des Aburteilenden nicht zum Vorschein kommen; im Gegenteil, es verfestigt sich bei ihm die Gewissheit, wie objektiv und nüchtern er über die Menschen urteile. Er mag gar nicht die Absicht gehabt haben, zu hintertragen, zu entzweien, und doch ist dieses Erzählen seiner Meinung über P's Verhalten eine der tragenden Wurzeln des Streits. Ein Mensch, der als oberste Regel liebevolles Tun und Reden im Sinn hat, handelt gerade umgekehrt: Er nennt nicht die Fehler anderer, geschweige ohne dass er gefragt wird, sondern deren Vorzüge. Man muss manchmal in bestimmten Situationen die Fehler des anderen deutlich aufdecken und kann doch dabei Verständnis für den Kritisierten erwecken. Aber in diesem Fall bestand keine Notwendigkeit, anderen von dem falschen Verhalten eines Mönchs zu erzählen, die ihrerseits dieses Urteil weitertrugen, so dass es dem Predigermönch wieder zu Ohren kam, der aus dem Empfinden, ungerecht behandelt worden zu sein, nun seinerseits sehr emotional reagierte mit der Beschimpfung, O sei ein Lügner, worauf dieser mit dem Hinweis antwortete, dieses Verhalten bewirke die (zeitweise) Aufhebung seiner Mönchsrechte. Der Streit fing unscheinbar an und nahm große Ausmaße an, indem die Mönchsbrüder und die im Haus Lebenden und sogar die Jenseitigen Partei ergriffen, statt ih-

rerseits zu versuchen, zwischen den Streitenden zu vermitteln.  
- Wie anders dagegen wird die Haltung des Bodhisattva im früheren Leben beschrieben:

*Lange schon zerfallene, längst auseinander gekommene Verwandte, Freunde, Genossen und Sippen war er bemüht, wieder zusammenzubringen: er führte die Mutter wieder mit dem Sohn zusammen und den Sohn mit der Mutter, Vater mit Sohn und Sohn mit Vater, Bruder mit Bruder, Bruder mit Schwester, Schwester mit Bruder - und hatte er so Eintracht gestiftet, dann war er darüber hocheifrig. (D 30 X)*

Einige Mönche mögen eine Versöhnung versucht haben, und unter diesen war einer, der den Buddha, das höchste Wesen, aufsuchte und um Schlichtung bat.

Das liebevolle Verständnis für die Mitwesen fällt dem einen Menschen leichter, dem anderen schwerer. Manche Menschen sind in ihrem Gemüt so beschaffen, dass sie, wo immer sie mit einem lebendigen Wesen zu tun haben, mit ihm empfinden, sein unbewusstes Verlangen nach Wohl natürlicherweise mitfühlen und dass sie ebenso natürlich sich den Mitmenschen mit schonender Rücksicht, liebender Freundlichkeit und Helligkeit zuwenden. Wer das vermag, der hat schon viel in dieses Leben mitgebracht oder in diesem Leben sich erworben. Wer das nicht vermag, der kann es sich erwerben, indem er sich darum bemüht.

Der normale Mensch lebt in der Weise der Reaktion, d.h. wenn ihm die anderen angenehm begegnen, dann begegnet er ihnen auch angenehmer; und die ihm unangenehm begegnen, denen begegnet er auch unangenehmer. Viele Menschen halten diese Verhaltensweise für richtig und wenden damit den Maßstab der Sympathie und Antipathie bewusst an: Denjenigen Menschen, die ihnen sympathisch sind, begegnen sie mit größtmöglicher Liebenswürdigkeit und Offenheit; den anderen Menschen dagegen, die ihnen nicht sympathisch sind, verschließen sie sich, behandeln sie abfällig, rücksichtslos - und meinen, so sei es richtig.



Der normale Mensch sieht in erster Linie sich: Hier bin ich, hier sind meine Bedürfnisse, das alles brauche ich - dort draußen sind die anderen. Es ist unser Naturell, die anderen in zweiter Linie zu sehen, nicht nur zeitlich, sondern auch ihre Bedürfnisse zweitrangig zu bewerten. Wir nehmen - gefangen in eigenen Wünschen - fast gar nicht teil an den Bedürfnissen der Nächsten und sehen sie darum nicht. Das liegt daran, dass wir uns lange, lange daran gewöhnt haben, in erster Linie auf uns selber zu sehen, auf unsere eigenen Wünsche und Bedürfnisse.

Wer die Lehren der Weisen und insbesondere die Lehre des Erwachten vernommen hat, der begreift, dass diese Haltung gerade falsch ist, dass sie den Täter wie auch die Beteiligten in Kälte, Zwietracht, Misstrauen, Hochmut, Zorn, Streit und Krieg führt. Er begreift, dass es darum geht, das Ich zurücktreten zu lassen, selber in dieser Welt nicht voller Ansprüche sein zu wollen, das „Ich“ nicht auf einen Thron zu stellen: „Hier bin ich, der Anerkennung verlangt und sonstigen Zoll“, sondern umgekehrt: „Ich will keinem Wesen im Wege sein, ich will an nichts festhalten, nichts verteidigen, ich will nur aus Enge und Bedrängnis heraus in das Gute, Weite, Freie hineinwachsen.“ Darum die starke Ermahnung des Erwachten:

*Wo ist denn, ihr Toren, euer Wissen, wo sind eure Einsichten bei eurem Zank und Streit? Das wird euch Toren lange zum Unheil und Leiden gereichen.*

Es sind ja Mönche, die der Erwachte hier anspricht, Mönche, die als Hausleute die Lehre des Erwachten gehört haben, begriffen haben, dass sie im Elend der Sinnensucht gefangen sind und dass man zum Heilen kommen kann. Sie haben ihr Hausleben aufgegeben, sind in den Orden gegangen und wollen nun den Weg gehen, der dazu führt, die Sinnensucht, durch die der Mensch an Vergängliches gebunden ist, Antipathie bis Hass und Blendung aufzuheben - und nun streiten sie.

Der vom Erwachten Belehrt weiß: Alles, was von außen

an mich herankommt, ist Ernte aus meinem früheren Tun. Die Welt, die mir begegnet, die Erscheinungen, die mir begegnen, habe ich - ebenso wie das jetzige „Ich“ - durch frühere Taten geschaffen. Der Feind, der mir begegnet, der Kritiker, der mich jetzt kritisiert und mich zurechtweist, er ist Produkt aus meinem früheren Tun. Sollte ich jetzt wieder kritisieren, wieder zanken und streiten, ablehnen, dann schaffe ich mir neue Feinde, die mir in der Zukunft wieder begegnen. Nur durch Hinnehmen dessen, was an mich herantritt, durch Sanftmut, durch Liebe nur kann ich tilgen, was an mich aus früherer Ernte herantritt.

Alles, was wir positiv bewertend denken, reden oder handeln, schafft eine verstärkte Neigung, in Zukunft auch so zu tun. Wenn Ärger in uns aufkommt und wir lassen ihn zu, dann gewöhnen wir uns daran, dass bei leichten Begegnungen schon Ärger in uns aufkommt. Wenn aber Ärger in uns aufkommt und wir bekämpfen ihn, indem wir uns vor Augen führen, dass diese unliebe, aber ja doch vergängliche Erscheinung selber eingebrockt wurde – und damit den Ärger überwinden, dann fallen auch beim nächsten Ärger die weisen Einsichten wieder ein, so dass der Ärger wieder überwunden wird. Wer sich aber über den Ärger hinaus auch noch ärgerliche Worte erlaubt, der schafft die Gewohnheit, in Zukunft leichter so ärgerlich zu sein, dass ihm ein böses Wort entfährt. Das alles wissen die Mönche, darin sind sie belehrt worden. Nun verhalten sie sich entgegen der Belehrung. Sie sind ihrem Ärger gefolgt, haben die Gewöhnung des Ärgers verstärkt, und in den anderen, die sie mit Ärger angesprochen haben, haben sie den Verdruss gesteigert. Unbefriedigtsein, Ärger und Verdruss sind Hindernisse im Vorwärtskommen. Zu der Zeit fällt die Askese schwer, Unlust kommt auf. Und es gibt auch manche, die die Askese aufgeben und ins Hausleben zurückkehren. Darum sagt der Erwachte: *Das wird euch lange zum Unheil und Leiden gereichen.*

Der Erwachte ist kein Richter. Er sagt nicht: „Ich verordne euch, dass ihr lange Unheil und Leiden haben werdet“, son-

dem der Erwachte kennt die Zusammenhänge in der Existenz. Er sieht: Aus untugendhaftem Verhalten entstehen üble Folgen. Er zeigt: Es gibt nur einen Feind, das ist die Feindschaft im eigenen Herzen. Durch die Feindschaft im eigenen Herzen sind wir fern vom Heilen. Die Feinde, die wir draußen zu sehen glauben, sind wir selber. Statt nun hier zu säubern, wollen wir andere säubern. Was uns von außen erscheint, ist das Spiegelbild unseres inneren Wesens. Wenn wir am anderen operieren wollen, der uns nicht passt, dann wird er weiter unser Feind bleiben, und wir werden weiter an ihm zu kritisieren haben. Wenn wir aber den anderen Weg gehen, uns selber zu ändern, dann ändert auf die Dauer der andere sich auch. Wir ändern unsere Umgebung dadurch, dass wir uns ändern. Denn die Umgebung ist unser Spiegelbild.

Der Erwachte sagt (M 21): Wenn ihr sanft und lieb seid, weil euch sanfte Redeweisen begegnen, so ist das nichts Besonderes. Aber aus dem Wissen um den Zusammenhang des Daseins auch bei scheltenden, zürnenden, „ungerechten“ Vorwürfen anderer lieb, sanft zu bleiben, das ist Arbeit an sich selber, Läuterung. Ähnlich sagt Jesus: „*So ihr die liebet, die euch lieben, tut ihr nichts Sonderliches. Ich aber sage euch: Liebet eure Feinde, segnet, die euch fluchen.*“ (Matth. 5,44)

Der Erwachte kennzeichnet diese Grundhaltung mit den Worten:

*Nicht soll mein Gemüt verstört werden,  
kein böses Wort meinem Munde entfahren,  
voll Wohlwollen und Mitempfinden  
will ich verweilen,  
mit einem Herzen voll Liebe,  
ohne innere Abneigung. (M 21)*

*Nicht soll mein Gemüt verstört werden!* Dazu haben Mönche und im Haus Lebende täglich viele Anlässe, denn immer wieder wird man verstört. Bei dieser Übung geht es darum, jeden Gedanken, dem anderen etwas heimzahlen oder auch nur anrechnen zu wollen, bewusst zu entlassen, zu vergessen, auch

sonst in keiner Weise gereizt zu werden, vielmehr zu verstehen mit dem Gedanken, dass er es vielleicht gar nicht so meinte, wie er es sagte, oder dass er sich vielleicht nicht wohl fühlte, als er etwas mich unangenehm Berührendes sagte oder tat, dass er selber in trauriger oder gereizter Verfassung war oder dass ich selbst in ähnlicher Lage gleich gereizt reagiert habe - dass mein Getroffensein ja nur von meiner Reizbarkeit und Empfindlichkeit herrührt.

Wenn das Gemüt nicht verstört wird, wenn man freundlich und mitempfindend ist, liebevollen Gemüts, ohne heimlichen Groll, dann ist man aufgeschlossen, dann ist das Herz sanft. Nur mit einer solchen hellen, ruhigen Herzensverfassung kann man, wenn man sich um triebfreie rechte Anschauung der Dinge bemüht, durchdringen zum Grund. Denn die Verhärtungen und Trübungen und Wallungen des Gemütes sind es, die hindern, die Wahrheit zu sehen, und diese Verhärtungen, Trübungen und Wallungen haben ihre Ursache in der Verletzbarkeit.

Der Erwachte sagt (M 21), dass es in der Welt nur zehn verschiedene Redeweisen gibt bei Göttern und Menschen, Dämonen oder sonstigen Wesen: Rechtzeitige und unzeitige, richtige und falsche, höfliche und verletzende, zielgerichtete/heilsame, nicht zielgerichtete/unheilsame, liebevolle und lieblose. Also fünf gute und fünf schlechte Redeweisen.

Wird man nun mit einer der schlechten Redeweisen angesprochen, so bedenke man dabei nüchtern, dass es eben eine jener fünf überhaupt nur möglichen üblen Redeweisen ist. Man möge sich sagen: Dieser Leib mit den durch die Triebe empfindlichen Sinnesorganen ist so beschaffen, dass solche Reden als unangenehm und schmerzlich empfunden werden. Meine Empfindlichkeit ist also die Ursache, denn den großen Menschen treffen die üblen Redeweisen nicht mehr. Das, was von den Trieben als unangenehm empfunden wird, habe ich selber geschaffen, sei es durch die jetzige Empfindlichkeit der Triebe, sei es durch früheres eigenes Wirken. Reagiere ich aber jetzt nicht, sondern nehme das Unangenehme in Ruhe

hin, nicht mehr bitter grollend, dann habe ich mir und dem anderen gedient und geholfen. Dann gewinne ich jene Heiterkeit und Ungetrübtheit des Gemüts, die die Voraussetzung ist für ein fruchtbares Abschichten des Übelen.

Darum sagt der Erwachte gerade zum Streit der Mönche von Kosambi:

*„Gescholten hat man mich, verletzt,  
hat mich besiegt, hat mich verlacht“:  
Wer solchen Sinn im Herzen hegt,  
von Feindschaft lässt er nimmer ab.*

*„Gescholten hat man mich, verletzt,  
hat mich besiegt, hat mich verlacht“:  
Wer solchen Sinn zu bannen weiß,  
von Feindschaft lässt er eilig ab.*

Wer aber empfindlich ist und sich sagt: „Er hat mich gescholten, verletzt, mich öffentlich bloßgestellt, lächerlich gemacht“ - und nun sich kränkt und ärgert, der ist verstört, unfähig, das Richtige, die Wahrheit, ungetrückt zu sehen. Er löst Feindschaft nicht auf, sondern verfestigt sie, bleibt in dem gesetzmäßigen Lauf der Welt: „Wie du in den Wald hineinrufst, so schallt es zurück“, und schafft damit sich und seiner Umgebung zusätzliche Leiden.

*Von Feindschaft lässt er eilig ab* bedeutet, dass man gar nicht mehr daran denkt, dass man besiegt oder verlacht wurde, sondern nur die Aufmerksamkeit auf das Verständnis der Art des anderen richtet: Jeder spricht so, wie er aus seinem inneren Haushalt heraus sprechen muss. Der andere ist, ob er mich mit oder ohne Absicht verletzt hat, ein Bedürftiger, Mangel Leidender und Wohl Suchender – wie ich. Mit diesem Verständnis kann man niemanden als „Feind“ ansehen, sich von keinem Wesen abwenden.

Wer aber missmutig oder zornig im Sinn hat: *Der hat*

*mich besiegt, verlacht*, der legt damit über die Wiederbegegnung mindestens einen Schatten, es bleibt Abwendung oder gar Feindschaft. Entsprechend dieser inneren Einstellung verhält er sich gegenüber dem anderen in Miene, Wort und Tat. Der andere merkt es und antwortet in derselben Weise. So bleiben Trennung, Zwiefalt, Feindschaft bestehen.

Wir müssen uns immer wieder einprägen: Ich habe genug mit mir selber zu tun, denn ich selbst tue oft genug noch Dinge, die andere als unrecht empfinden, die sie verdrossen, ärgerlich machen. Wenn wir das richtig bedenken, dann löst sich der Schatten, den unser Ärger über den anderen geworfen hatte, auf. Vergessen, was „uns“ der andere antat, ist gut. Dann sagt der andere erleichtert von uns: „Er trägt nicht nach“ und ist aus dieser erleichterten, beruhigteren Gemüthaltung heraus eher bereit, sein eigenes Verhalten zu überprüfen und heller und freundlicher zu machen.

Manche Menschen haben sich, weil sie die Lehre nicht kennen, ihr Leben lang darin geübt, alles, was ihnen auch geschehen war, festzuhalten, sie wollen sich nicht unbedingt rächen, weil sie das für niedrig ansehen, aber sie merken sich doch die Person, die ihnen etwas Ungutes antat. Begegnet ihnen dann jener Mensch, so gehen sie dementsprechend mit ihm um, nichtachtend, abweisend, verletzend oder wenigstens kühl und kurz, und der andere reagiert ähnlich. So bleibt die Kluft und bleibt die Feindschaft. Es bleibt kalt und hart und dunkel um einen solchen Menschen. Die feindlichen Gedanken zehren bewusst oder unbewusst. Darum muss man die Gedanken der Antipathie oder gar Feindschaft abweisen, auflösen, immer wieder neu anfangen, Vergangenes loslassen. Jedes Wesen, das einem begegnet, ist ein Wesen, das Wohl ersehnt und mit seinen Mitteln Wohl zu erlangen trachtet. Der Erwachte sagt dann (M 48) weiter:

*Es wird ja Feindschaft nimmermehr  
durch Feindschaft wieder ausgesöhnt.  
Nichtfeindschaft gibt Versöhnung an,  
das ist Gesetz von altersher.*

Unter „Feindschaft“ versteht man auch schon negativ beurteilende Gedanken. Feindschaft heißt nicht unbedingt, dass man jemanden vernichten oder auch nur schädigen will. Schon Abwendung, Verweigern, nicht erst Entreißen ist Feindschaft. Das führt dazu, dass eine Spaltung eintritt. Das Gegenteil ist Eintracht und Liebe.

Wer frei, wer gesund werden will, macht sich von Feindschaft frei, und der andere ist dankbar dafür. Die meisten Menschen sind dankbar, wenn man vergisst, was sie einem angetan haben, wenn man wieder neu anfängt. Aber auch wenn sie nicht dankbar sein sollten - es geht ja nicht um die Dankbarkeit - sondern darum, dass wir die Feindschaft in unserem Herzen tilgen, denn das führt zum Wohl.

*Gib und vergib von Herzen gern,  
das ist des Glückes Keim und Kern,*

sagt *Richard Dehmel*.

Wenn wir den Blick auf die Bedürftigkeit der Wesen richten, täglich, in regelmäßiger Übung, ausgehend von unseren Nächsten - dem Ehepartner, den Kindern, den Mitarbeitern, den Kameraden, den Nachbarn - und ausdehnen auf das Volk, den Kontinent und die Menschheit der ganzen Erde, auf die Tiere und alle anderen Lebewesen - wenn wir uns angewöhnen, immer wieder so uns in alle Lebewesen hineinzusetzen, ein Gemüt mit ihnen zu haben, für sie und mit ihnen das Beste zu wünschen, dann werden wir merken, dass uns diese Gesinnung allmählich immer mehr zur Gewohnheit wird. Wer solche Übung schon längere Zeit regelmäßig geübt hat, der kann nicht mehr längere Zeit in Zorn oder Groll gegen irgendjemanden verweilen.

Wir müssen uns angewöhnen, bei allen uns begegnenden Wesen nicht mehr in erster Linie danach zu fragen, was sie uns bedeuten, was wir von ihnen haben, ob sie uns angenehm oder unangenehm sind, sondern wir müssen stattdessen viel mehr darauf blicken, dass jene ganz ebenso Wohl suchen und Wehe fürchten und fliehen möchten. In dieser Gesinnung kommen

wir zur Bruderschaft mit jedem Wesen, sonst aber bleiben wir Konkurrenten und Rivalen. Wenn diese Gesinnung der Liebe in uns mehr zur Gewöhnung wird, dann merken wir, wie hell das Gemüt wird und wie sich damit die ganze Welt verändert. Das ist wie ein Wunder. Dann hören alle Beklemmungen, hört alle Angst auf. Durch Reuelosigkeit und innere Zufriedenheit geht unmittelbar im Herzen eine Freude auf, eine innere Heiligkeit, von welcher man merkt, dass sie nicht wie die gewöhnliche Freude abhängig ist vom Besitz von äußeren Dingen, sondern unabhängig von der Welt, allein durch die Beschaffenheit des Herzens bedingt.

Wenn einer bisher auf den weltlichen Wegen der Antipathie und Sympathie voranging und dort zu den ersten gehörte, so hat er nun nach Anerkenntnis des entgegengesetzten Maßstabs um so mehr zu tun und an sich zu arbeiten, bis er sich des Maßstabs der Sympathie und Antipathie entwöhnt und sich eine gleichmäßig liebevolle, zuvorkommende Haltung allen Wesen gegenüber angewöhnt hat. Wer dagegen auf den ungu-  
ten Wegen der Sympathie und Antipathie nicht so weit vorge-  
schritten war, der hat nun, nachdem auch er den richtigen Maßstab anerkennt und sich ihm fügt, nicht so viel an sich zu verändern und zu wandeln, um dem neuen Maßstab gerecht zu werden. Das ist der tiefere Sinn des christlichen Worts: *Die ersten werden die letzten sein, und die letzten werden die ersten sein.*

Der Erwachte sagt (S 15,11):

*Was ihr auch erblicken mögt an Übelgewordenem, Übelgeratenem, als gewiss kann da gelten: „Auch wir haben solches erfahren auf dieser langen Laufbahn.“*

*Was ihr auch erblicken mögt an Wohlbefinden, Wohlgedeihen, als gewiss kann da gelten: „Auch wir haben solches erfahren auf dieser langen Laufbahn.“ Und warum das?*

*Unausdenkbar ist Anfang und Ende dieser Wandelwelt, ein Anfangspunkt ist nicht zu erkennen bei den vom Wahn gehemmten, durstverstrickten Wesen, die im Samsāra umhertreiben.*



Während des unausdenkbar langen Daseinswandels habe ich schon alles erlebt und bin ich schon alles, was nur möglich ist, gewesen, welche Art von Tieren, Geistwesen, Dämonen, untermenschlichen Wesen, Gottheiten es seien - es gibt nichts, was ich nicht als „Ich“ empfunden hätte. Was ich jetzt aus der unendlich großen Vielfalt der Erscheinungen als „mir zugehörig“ zum Unterschied von „den anderen“ als mein „Ich“ ansehe, das ist nur die augenblickliche Art in der unendlich langen Reihe der bisher erlittenen Daseinsformen; das heißt: Wir sind alles schon gewesen in der unendlichen Zeit, die zurückliegt, haben jegliche Daseinsform bereits durchlebt. Ich bin unendliche Male das gewesen, was du jetzt bist. Du bist unendliche Male das gewesen, was ich jetzt bin. Der Samsāra, der endlose Umlauf der Wesen durch alle Wandlungen, ist nichts anderes als scheinbar immer neue Willensimpulse aus alten Motiven, die eine kleine Veränderung herbeiführen, und die kleine Veränderung löst wieder andere Reaktionen und dadurch Erlebnisse aus. Es ist wie ein Pendel: der Aufstieg zieht den Abstieg nach sich und der Abstieg den Aufstieg, ohne Anfang, ohne Ende. Solange wir auf die fünf Komponenten der Existenz, die fünf Zusammenhäufungen, setzen, solange wir wähen, wir könnten daraus Wohl und Glück beziehen, so lange gibt es keinen Ausweg.

Im Augenblick leben wir das Leben, das wir kennen. Es ist einer Perle an einer langen, langen Perlenkette vergleichbar. Vor der Perle, die dieses Leben darstellt, befindet sich die Perle des vorangegangenen Lebens, davor die Perle, die das davor gelegene Leben darstellt; unendlich ist die Länge der Perlenkette, „meiner“ Perlenkette, „deiner“ Perlenkette. Jede Perle könnte, wenn „ihr“ Blick nicht gebannt auf „sich selber“ starren würde, auf eine unendliche Perlenkette schauen. Der endlos erscheinende Samsāra mit ununterbrochenem Geborenwerden, Altern, Sterben - Geborenwerden, Altern, Sterben - ist dieser endlosen Perlenkette vergleichbar, bei welcher jedes „Leben“ durch eine Perle markiert ist: durch eine Perle aus Edelstein, Gold, Kupfer, Eisen, Blech, aus buntem Glas oder

aus unreinem, minderwertigem Material - nur immer im Wechsel. Wenn man hundert Perlenketten von hundert Wesen nimmt, sie nebeneinander legt, dann sieht man, dass sie alle gleich sind. Es gibt keine Perlenkette, in welcher nicht Gold und Edelsteine vorkommen und nicht Perlen aus minderwertigem, unreinem Material vorkommen. Jeder ist alles gewesen. Die Gegenwartsperle sieht bei allen unterschiedlich aus, aber die ganze Kette ist bei jedem dieselbe; denn der Samsāra ist endlos, und in der Endlosigkeit wird jede Möglichkeit zur Notwendigkeit; jede Variante des Durstes bist du gewesen, und jede Variante des Durstes bin auch ich gewesen. Wir sind alle die genau gleichen Perlenketten, nur ist an jeder Kette eine andere Perle in die Gegenwart gezogen, aber deine Perle, die jetzt deine Gegenwart ist, die du jetzt bist, war an meiner Kette ebenfalls unendliche Male in großen Abständen zwischen allen anderen Varianten in die „Gegenwart“ gerückt, ich bin du, du bist ich.

Dass wir „Ich“ sagen, ist so gesehen eine blinde Beschränktheit; nichts blickt uns „von draußen“ an, was nicht schon Gegenwartsperle in „meiner“ Kette war, was „ich“ nicht schon „ich“ nannte - ich habe es nur vergessen. Wohin ich blicke - meine vergessene Vergangenheit blickt mich an. Wenn „ich“ in einer tausendköpfigen Menschenmenge stehe oder vor einem tausendköpfigen Fischzug oder Vogelzug oder Insekten-schwarm - so blicke „ich“ mich aus tausend Augenpaaren an. Die Myriadenköpfe der Hydra „Welt“, die mich rings anstarrt und die ich blind einteile in „mich“, „Nahestehende“. „Freunde“, „Feinde“, „Tiere, nützliche, schädliche, eigene, fremde“ - es sind meine Augen, die „mich“ da freundlich oder feindlich, zornig oder traurig, vertraut oder fremd anblicken. - *Überall in allem sich wiedererkennend*, verweilt, wer das sieht. Darum sagen die Religionsgründer: *Liebe dienen Nächsten als dich selbst*.

Wer so manchmal im Geist auf „seine“ Perlenkette blickt, die sich in nichts als in der Reihenfolge der Perlen von der Perlenkette „anderer“ unterscheidet, wer so jedes Auge, das

ihn anblickt, als sein eigenes wiedererkennt, sich eins sieht mit allen Lebewesen, der wird allmählich auch im Herzen groß. Haben wir diese Gesinnung erworben, dann handeln wir von selbst richtig. Der Erwachte sagt (M 8): *Von großem Vorteil ist es, das Herz zu den heilsamen Dingen hin auszubilden. Was soll da noch gesagt werden über das entsprechende Handeln und Reden.* Diese Herzensentwicklung zum Guten, die Ausbildung von Liebe und Teilnahme in Taten, Worten und Gedanken, die aus dem rechten Anblick erwachsen, sind die Grundlage, um alle Regeln in derjenigen Vollkommenheit innehalten zu können, von der der Erwachte sagt, dass sie zur Herzenseinung führe.

Die vierte zur Eintracht führende Verhaltensweise:  
Spenden als Gemeingut betrachten

Über die vierte Verhaltensweise *des brüderlichen Zusammenlebens in Liebe und gegenseitiger Schätzung* heißt es:

*Wenn der Mönch Gaben empfängt, Ordensspenden, so teilt er sie nicht nach Belieben, sondern betrachtet sie als Gemeingut der tugendhaften Ordensbrüder.*

Das ist die praktische Anwendung des Bestrebens, nicht nach eigenen Wünschen, nicht nach Sympathie und Antipathie zu verfahren, sondern die auf dem Almosengang erhaltenen Gaben allen in gleicher Weise zur Verfügung zu stellen.

Wenn mehrere Ordensbrüder aus dem Kloster auf den Almosengang gehen, so kommen einige mit wenig Speise in der Almosenschale zurück, andere mit reichlich Speise, je nach den Verhältnissen und Gegebenheiten bei den Spendern. Schon auf dem Almosengang wissen die Mönche: „Der Inhalt der Schale gehört mir nicht, ich bin nur der Essensträger des Ordens.“ So wird gierigen und heimlichen/trennenden Gedanken:

„Das brauchen die anderen nicht zu sehen“ und damit möglichem Streit mit solchen, die es doch gesehen haben, vorgebeugt. Die Mönche wissen ja: „Wir sind im Orden, um uns von allem Eigenwillen, von Antipathie und Sympathie freizumachen.“ Jede Begegnung ist eine Aufforderung, diesem Ziel näher zu kommen. Das Essen, um das im weltlichen Leben so viele Tendenzen und Gedanken kreisen, soll dem Mönch lediglich dazu dienen, *diesen Leib zu fristen, um ein Heilsleben führen zu können...* Es ist eine der Übungen, um Offenheit und Fürsorge gegenüber allen Mitbrüdern über alles selbstsüchtige Verhalten oder Sym/Antipathie-bedingtes Verteilen zu stellen. In dem Sinne heißt es im „*Milindapañhā*“ (S.373):

*Was ich an Speise auch erlang‘,  
das teil‘ ich mit den Brüdern gern,  
bevor ich selber greife zu.*

Die fünfte zur Eintracht führende Verhaltensweise:  
Einhalten der Tugendregeln

*Weiter sodann, ihr Mönche, da hält ein Mönch gemeinsam mit den Ordensbrüdern, sowohl in ihrer Anwesenheit wie in ihrer Abwesenheit, die Tugenden ein, die da freimachen, zur Einigung führen und darum von den Erfahrenen gepriesen werden. Er hält sie lückenlos, unverfälscht, unverbogen, ungebrochen ein, ohne an ihnen zu hängen.*

Der vollständige Läuterungsweg besteht aus drei großen Etappen: Tugend (*sīla*), Herzenseinung (*samādhi*), Weisheit (*paññā*), zwischen welchen zwei einschneidende Transformierungen der gesamten Seinsweise des Übenden liegen. Die erste Etappe ist die Tugend, die Entwicklung einer helleren, sanfteren Begegnungsweise mit allen Lebewesen.

Es geht bei diesen Tugendregeln nicht nur um den momentanen inneren Willensentschluss, sondern um die beständige

richtige Einstellung in Geist und Herz zu den Mitwesen. Es gilt nicht, ein Gesetz zu erfüllen, sondern es gilt, *teilnehmend, rücksichtsvoll allen lebenden Wesen gegenüber* Liebe und *Mitempfinden zu hegen* und aus dieser Gesinnung heraus sich von allem üblen Handeln zu entfernen.

Da es hier um den Übungsweg des Mönches geht, den Weg zur völligen Freiheit im *Nibbāna*, so wird in der dritten Tugendregel von der völligen Keuschheit gesprochen; wenn aber der Buddha solchen, die in Haus und Familie bleiben und in dieser Welt der Vielfalt die sanfte Begegnung anstreben wollten, die dafür geeigneten Ratschläge gab, dann wandelte er die dritte Tugendregel ab, indem er statt völliger Keuschheit die Vermeidung jeglicher Ausschweifung, vor allem Ehebruch und Verführung Minderjähriger, nannte.

Die drei ersten Tugendregeln betreffen das Tun des Menschen; die vier weiteren betreffen sein Reden.

Für den nur nach außen gewandten Menschen fast Unfassbares geht aus der Einhaltung der Tugendregeln hervor. Der Erwachte drückt es aus: *Wenn er diese Entwicklung der heilenden Begegnungsweise vollendet hat, dann erwächst bei ihm ein inneres Wohl der Unbedrohtheit.* Er sagt, dass ein solcher Mensch für seine gesamte Zukunft - also die unendliche über Tod und Leben hinausgehende Zukunft - nicht irgendwo und irgendwie noch Gefahr fürchtet. Nach allen Religionen und ausweislich der Geschichte führt der sittenlose Lebenswandel, das hemmungslose begehrlische Süchten und das gehässige, niederträchtige Handeln über kurz oder lang unweigerlich zu der harten Begegnung, zu Schmerzen, Leiden und Entsetzen - und führt der sittlich reine Lebenswandel, führen Milde, Hilfsbereitschaft, Nachsicht und Güte zu der sanften Begegnung, zu allem Glück der Lebewesen. Darum darf, wer sich zu jenem sittlich lauterem Lebenswandel durchgerungen hat, ganz sicher sein, dass das ihm jetzt noch begegnende Unliebe und Schmerzliche, das Ernte ist aus seinem früheren untugendhaften Handeln, nach und nach abnehmen, sich mindern und verschwinden wird und dass in zunehmendem Maße das Er-

wünschte und Ersehnte eintreten wird.

Die sechste zur Eintracht führende Verhaltensweise:  
Das zum Heilsstand hinführende Heilsverständnis

*Von diesen sechs Verhaltensweisen des brüderlichen Zusammenlebens ist eines das Höchste, das Wichtigste, das Beste, nämlich das zur Aufhebung allen Leidens führende Heilsverständnis, weil nur dieses (den danach Vorgehenden) zur vollständigen Leidensbefreiung bringt.*

*Gleichwie bei einem Turm eines das Höchste, das Wichtigste, das Beste ist, nämlich die Zinne, so auch ist von diesen sechs Verhaltensweisen eines das Höchste, eines das Wichtigste, eines das Beste, nämlich das zur Aufhebung allen Leidens führende Heilsverständnis, weil nur dieses (den danach Vorgehenden) zur vollständigen Leidensbefreiung bringt.*

Ein Turm wurde bei den alten befestigten Städten und Burgen nur um der Zinne willen gebaut, um von ihrer Höhe aus nahende Feinde schon von weitem sehen zu können und bei Kämpfen um die Mauern Überblick zu bewahren. Der ganze Unterbau des Turmes hat keinen Eigenzweck, sondern dient nur dazu, die Zinne so hoch wie möglich zu setzen. Der Mensch, der Überblick wünscht über seinen Standpunkt und darüber, wohin die verschiedenen Wege führen, ersteigt den Turm und hat von seiner Höhe, der Zinne, aus, die Möglichkeit zur Orientierung.

Ebenso drängt es manchen tiefer blickenden Menschen, das Leben in seinen Zusammenhängen zu verstehen, in seiner Gesamtheit zu überblicken und zu meistern. Er sieht, wie die Menschen geboren werden, alt werden und wieder sterben, und hat andererseits aus den tieferen und stilleren Gründen seines halb unbewussten Denkens eine Ahnung, dass das sinn-

lich wahrnehmbare Leben nicht das Ganze des Lebens ist, dass ein großer Teil im Dunkeln liegt. Darum drängt es ihn nach tieferer Orientierung über die Herkunft und die Struktur der Existenz. Darum sucht er nach Orientierung und Wegweisung in den Aussagen der Großen so lange, bis er in seiner Sehnsucht nach dem Heilen, nach Sicherheit den Erwachten kennenlernt, die Lehre kennenlernt, sie aufnimmt, prüft und das Gehörte mit der Wirklichkeit vergleicht; und irgendwann erkennt er unter dem Einfluss der stillen, tiefen Unterweisung des Erhabenen: „Das ist die Sicherheit, das ist das Heil.“

So wie die Zinne die Möglichkeit zur Orientierung über die Vorgänge im weiten Umkreis bietet, so verändern sich in dem nun von hoher Warte Herabschauenden die einstigen Maßstäbe, seine Bewertung der Dinge. Er erkennt, dass die meisten Dinge, die ihm früher wertvoll waren, nicht wertvoll, sondern wertlos und sogar schädlich sind. Dieses Heilsverständnis kann man nur von der Höhe des Turmes aus gewinnen, wenn man sich im beharrlichen Fortschreiten in den fünf vorgenannten anderen Eigenschaften einen soliden Turm gebaut hat.

Das Gleichnis vom Turm mit seiner Zinne, von der aus die Landschaft von oben her überblickt werden kann, erinnert an ein anderes Gleichnis des Erwachten, an den vierten Schwimmer im Gleichnis von den sieben Schwimmenden (A VII,15). In dem Gleichnis von den Schwimmenden wird geschildert, dass die Wesen sich im Wasser befinden. Wasser ist nicht das Element, in dem sich der Mensch dauernd aufhalten kann, der Mensch lebt auf dem Land. Auf dem Land kann er atmen und ruhen, ohne gefährdet zu sein; im Wasser muss er absinken und ertrinken, wenn er sich nicht ununterbrochen bemüht.

Das Wasser ist ein Gleichnis für die Sinnensucht, und die im Wasser Schwimmenden sind ein Gleichnis für Sinnensucht begehrende Menschen. Sie gehen nicht auf festem, sicherem Boden, sondern müssen im Wasser schwimmen, immer der Gefahr des Untergangs ausgesetzt. Das Schwimmen, wobei der Kopf aus dem Wasser ragt, ist ein Gleichnis für das Bemühen um Tugend als Mittel, um sich im Menschentum zu hal-

ten.

Der im Gleichnis beschriebene vierte Schwimmer schwimmt oben und reckt sich zusätzlich während des Schwimmens immer wieder hoch und hält so weit wie möglich nach einer Küste, nach festem Land Ausschau, sieht es und hält darauf zu. Der nach Sicherheit Suchende, der immer wieder nach der heilenden Situation Ausschau hält, erkennt im Bedenken der vom Erwachten aufgezeigten Daseinskomponenten einen kurzen Augenblick lang den Zustand der Freiheit von den fünf Zusammenhäufungen.

Bei diesem vierten Schwimmer oder dem Menschen auf der Zinne des Turms, der begriffen hat, dass alles Leiden durch das Ergreifen der fünf Zusammenhäufungen bedingt ist, beginnt der Prozess, dass er sich allmählich immer mehr distanziiert, indem er sich nicht mehr von den Sinneseindrücken nährt. Er erkennt das Wesen der Dinge, sieht ihren ständigen Fluss, sieht, dass sie nicht „sind“, und er merkt, dass er durch dieses Wissen nichts verliert, sondern alles gewinnt, nämlich den Weg zu Selbstständigkeit, Unbedürftigkeit, Unabhängigkeit, Unverletzbarkeit, zu vollkommener Freiheit. Wer an den Dingen hängt, ist dem Schicksal dieser Dinge ausgeliefert, er muss mit der Vernichtung der Dinge auch vernichtet sein. Wer an nichts Vernichtbarem mehr hängt, kann nicht vernichtet werden. Mögen die Dinge vergehen, ihm, der begriffen hat, dass alles Leiden durch das Ergreifen der fünf Zusammenhäufungen bedingt ist, geht nichts dahin.

Auf diesem Weg, auf dem er sich immer weniger von den äußeren Dingen sättigen lässt, geistig sich von nichts Vergänglichem befriedigen lässt, erlebt er, dass er nicht etwa immer hungrier wird, sondern das Gegenteil: Durch einen aufsteigenden inneren Frieden bedarf er nicht mehr der tausendfältigen Befriedigungen. Und so geht aus dieser Durchschauung von selbst immer mehr die Abwendung vom Unbeständigen hervor. Wer da weiß: „Dort ist das Heil“, der wendet seinen Willen da hin, denn jeder Mensch sucht mit jedem Willensakt die heilere Situation, und er wendet sich ab von dem Unheilen,



dem Unbeständigen, dem Zerbrechlichen. Er sieht die Vergänglichkeit und Ichlosigkeit aller auf diesen Körper gestützten Erlebnisse und Aktionen, und so verliert er den Glauben an Persönlichkeit, an ein Ich, das sich als Subjekt und sein Gegenüber als Objekt ansieht.

Der Heilsgänger, der die Tatsache der unendlich aneinandergereihten Leben begreift, die wie Perlen auf einer Schnur aufgereiht sind, kommt zu der Erkenntnis, dass „wir“ alle völlig gleich sind. Welche Perlenkette wir jetzt auch betrachten, ob da ein Fürst, Kaiser, Bettler oder Verbrecher vor uns steht, seine Perlenkette ist ganz so wie unsere, nur eben in anderer Reihenfolge. Jeder war schon alles außer ein in die Heilsanziehung Gelangter. Mit dieser Blickweise kann der Heilsgänger nicht mehr bei einer Begegnung mit einem Menschen den Gedanken aufrechterhalten: „O, der ist weiter als ich“ oder „Der ist weniger weit“ oder gar eine verächtliche Empfindung pflegen. Er sieht: „Wir sind alle gleich.“ Zwar mag in den letzten Millionen Jahren der eine vorwiegend in niederen menschlichen Bereichen gelebt haben und oft Tier gewesen sein, und der andere mag in derselben Zeit gerade mehr in höheren Reichen gewesen sein, aber es gibt keine Bereiche, in welchen nicht jedes Wesen schon schier unendliche Male war. Es gibt keine Zahl für die Anzahl unserer Leben. Es gibt nur schier unendlichen Samsāra, innerhalb dessen „ich“ schon jede Daseinsform unendliche Male war und auch andere die unendlich vielseitigen Daseinsformen schon schier unendliche Male waren. Wir haben alle dasselbe Schicksal. Bei diesem Anblick kann es sich der Stromeingetretene nicht erlauben, den jeweils begegnenden Menschen nur so zu sehen, wie er ihm im Augenblick begegnet, sondern er weiß: „Heute ist er so, wie er jetzt scheint, und heute bin ich so, wie ich jetzt scheine. Er war irgendwann genau so wie ich jetzt bin, und ich war irgendwann genau so, wie er mir jetzt zu sein scheint. Letztlich sind wir alle identisch, nur in anderer Reihenfolge.“ - Dieser Anblick ist einer der Anstöße, aus diesem Teufelskreis des schier ausweglosen Samsāra herauszustreben, und er bildet die

Grundlage einer ganz selbstverständlichen Tugend, die einem anderen nicht etwas antun kann, von dem der Handelnde auch nicht möchte, dass es ihm angetan würde.

So ist ein solcherart Durchschauender selbstverständlich tugendhaft, aber *er steht oberhalb der Tugend*, wie *Meister Eckehart* sagt. Er weiß:

Auch die Neigung, anderen wohlzutun, erhält die Wahrnehmung eines Wollenden und Wahrnehmenden, die Wahrnehmung von Ich und Welt – endlos.

Unvorstellbar aber ist, dass ein Mensch, der das Heilsverständnis gegenwärtig hat, streiten kann. Wer gesehen hat, dass das sogenannte „konkrete Leben“ letztlich und ausschließlich auf die fünf Zusammenhäufungen zurückzuführen ist und auf deren Zusammenspiel, nach dem sie ständig zusammengehäuft werden, und dass kein Unterschied zwischen „seiner Perlenkette“ und der eines anderen besteht, der kann dem anderen nicht lange böse sein, kann sich nicht mehr in langes Zanken und Streiten einlassen. Es kann zwar noch über ihn kommen, dass er wegen noch vorhandener Verletzbarkeit kurzfristig streitet, aber seine rechte Anschauung kann das nicht dulden; nach kurzer Zeit bremst sie, und sei es, dass der Streitende fluchtartig die Streitszene verlässt, weil er spürt, dass der Streit ein Verschütten des Zugangs zur Wahrheit ist.

Darum der starke Vorwurf in den Worten des Erwachten:

*Wo ist denn, ihr Toren, euer Wissen, wo sind eure Einsichten bei eurem Zank und Streit? Das wird euch Toren lange zum Unheil und Leiden gereichen.*

*Das Wissen, die Einsichten*, die heilende rechte Anschauung, kann nur auf der Grundlage der fünf anderen Dinge gedeihen. Darum sagt der Erwachte, dass sie von den sechs Dingen *die Spitze, das Wichtigste, das Beste* sei, so wie beim Turm die Zinne das Wichtigste ist.

Wenn unter den vom Streit Betroffenen nicht solche Mön-

che dabei gewesen wären, die sich in der entscheidenden Phase der Ausbildung der heilenden rechten Anschauung befanden, dann hätte der Erwachte nicht von ihr gesprochen. Wenn aber andererseits die zur Heilsentwicklung hinreißende Anschauung schon sicherer Besitz der Mönche gewesen wäre, dann hätte es den lang anhaltenden Streit nicht geben können. Daraus zeigt sich, dass der Erwachte hier bei diesem Streit nicht mit einer vordergründigen oder tieferen Beschwichtigung helfen will, sondern er lenkt die vom Heilsanblick bereits Entzündeten und Gepackten, aber durch den Streit gefährlich Abgelenkten, wieder auf das eine und einzige hin, das not tut.

Doch hier ist es wichtig, sich zu erinnern, dass die in der Einleitung genannten fünf wichtigen Voraussetzungen allein nie zur Ausbildung der heilenden rechten Anschauung führen können, dass es dazu vielmehr immer der in den Reden (z.B. M 43) genannten zwei entscheidenden Bedingungen bedarf, ohne die trotz jener fünf wichtigen Voraussetzungen die heilende Anschauung nicht zustandekommen kann. Diese beiden Bedingungen sind:

1. *Die Stimme eines anderen*, d.h. die Mitteilung der von einem Erwachten entdeckten Wahrheit von der Wirklichkeit in einer auf den Hörer möglichst zugeschnittenen Weise.
2. Die vom Hörer der Wahrheit immer wieder aufzubringende *auf die Herkunft der Erscheinungen gerichtete Aufmerksamkeit* (*yoniso manasikāro*).

Durch die erste Bedingung, durch das Hören der Mitteilung des Erwachten über den Zusammenhang des Leidens, über die fünf Zusammenhäufungen, erfährt man, wie die verschiedenen Leidenserscheinungen zustandekommen. Die Erfüllung der zweiten Bedingung besteht nun darin, dass man sich bemüht, im Hören der Wahrheit und hernach bei sich selber in seinem eigenen inneren Erleben und Erfahren zu beobachten, zu entdecken und zu durchschauen, dass die Leidenserscheinungen tatsächlich die vom Erwachten beschriebene Herkunft in den Trieben und dadurch bedingter Zuneigung/Abneigung/ Blen-

dung haben. Damit erst wird die Wahrheit unverblendet gesehen, gewinnt man die triebfreie rechte Anschauung.

Wir können die erste Bedingung für das Entstehen der unverblendeten heilenden rechten Anschauung - die rechte Mitteilung der Heilswahrheiten - mit einem Samenkorn vergleichen - und zwar die ausführliche, gründliche und auf den Empfänger zugeschnittene Mitteilung mit einem gesünderen und frischeren Samenkorn als eine durch die jeweilige Überlieferung nur noch bruchstückhafte Mitteilung.

Dagegen ist die zweite Bedingung, die vom Hörer zu leistende gründlich einfühlende Beobachtung (*yoniso manasikāro*), dem feuchten Erdreich zu vergleichen, ohne das auch das beste Samenkorn immer unfruchtbar bleiben wird, bis es verkommt oder verloren geht. Nur im feuchten Erdreich entfaltet das Samenkorn Wurzelkraft, bringt Halm, Blätter, Früchte hervor. Die im Gedächtnis eines Menschen enthaltenen Aussagen über die Heilswahrheiten sind ein Gedächtnisinhalt neben Millionen anderen. - Wenn aber einer das Vertrauen (*saddhā*) gewonnen hat, dass diese gehörten und begriffenen Mitteilungen die entscheidende Wahrheit für seine gesamte Existenz sind und sie darum in seinem eigenen inneren und äußeren Erleben, so wie mitgeteilt, auch zu entdecken sich bemüht und sie entdeckt, bis er in dem von dieser Lehre erstellten Seinsbild sein eigenes Leben wiedererkennt und in seinem Leben diese Lehre wiedererkennt, dann hat das Samenkorn im Erdboden Wurzel gefasst. - Das ist das Wesen der beiden Bedingungen der heilenden rechten Anschauung.

Dagegen bewirken die vom Erwachten in der Einleitung der Rede genannten fünf Voraussetzungen für eine einträchtige Gemeinschaft das geistige Klima, den Frieden, in dem eine tiefe Betrachtung der vom Erwachten beschriebenen Heilswahrheiten allein möglich ist. In unserem Gleichnis bedeuten sie sozusagen das Licht und die Wärme, die die Pflanze in der feuchten Erde zu ihrem Gedeihen braucht.

Aus diesem Bild ist zu erkennen, dass die fünf Voraussetzungen allein ohne Erfüllung der beiden Bedingungen nie zur

heilenden rechten Anschauung, zur überzeugenden Kenntnis vom Heil, geschweige zur Erlösung führen, denn wenn da Mönche und Bürger jahrzehntelang bis zum Tod in der Erfüllung nur dieser fünf Voraussetzungen leben, so werden sie zwar im Wesen milder und reiner, erleben darum Eintracht, Frieden, innere Helligkeit und werden auch nach Ablegen des Körpers jenseits des Todes erheblich helleres Dasein erfahren - aber ohne *durch die Stimme eines anderen* (erste Bedingung) die Heilswahrheiten in der erforderlichen Gründlichkeit und Ausführlichkeit mitgeteilt bekommen zu haben und ohne diesen mitgeteilten geistig-seelischen Vorgängen bei sich selbst in aller Aufmerksamkeit immer wieder auf den Grund gegangen zu sein (zweite Bedingung) - bleiben sie bei der Identifikation mit Bedingtem, bleiben darum „selbst“ in Bedingtem, erleben die fünf Zusammenhäufungen in der von ihnen zusammengehäuften, erzeugten (*karma*) „himmlischen“ Qualität, und nach deren Aufzehrung erleben sie wieder „Götterdämmerung“ und nach jedem weiteren zusammenhäufenden Wirken entsprechende weitere Wirkungen.

### Sieben Eigenschaften als Frucht des Heilsverständnisses

Der Besitz des Heilsverständnisses ist an der Tatsache zu erkennen, dass die Anschauung von dem unbeständigen, leidhaften, ichlosen Zusammenspiel der fünf Zusammenhäufungen in Geist und Gemüt immer stärker wird, so dass sie, die - im Gleichnis gesprochen - auf der Zinne des Turmes (oder durch Hochrecken im Wasser) gewonnen wurde, auch in entscheidenden Augenblicken als Wegweisung zur Verfügung steht.

Der Erwachte zeigt nun im weiteren Verlauf unserer Lehrrede (M 48), wie das Heilsverständnis sieben Eigenschaften als Früchte hervorbringt. Diese sieben Eigenschaften des gesicherten Nachfolgers wachsen ihm allmählich zu, er kann sie nicht bewusst anstreben wollen. So wie ein Baum erst im Frühjahr Knospen bekommt, dann die Blätter aufbrechen,

Blütenknospen sich zeigen und nach dem Aufbrechen der Blüten allmählich Früchte heranreifen, so wachsen diese Eigenschaften immer nur aus der einen einzigen Nahrung, der rechten, zum Heil führenden Daseinssicht, die zur Tugend zwingt.

Die Betrachtung des tot-mechanischen endlosen Ablaufs der fünf Zusammenhäufungen, dessen, was der Mensch normalerweise Ich und Welt nennt, und Tugend kann auch der im Haus Lebende pflegen, weshalb sich auch bei ihm die folgenden sieben Eigenschaften als Früchte zeigen können.

Die erste Gewissheit:  
Sich der heilenden rechten Anschauung  
immer wieder vergewissern

*Und wie führt das zur Aufhebung allen Leidens hin-  
führende Heilsverständnis (den danach Vorgehenden)  
zur vollständigen Leidensversiegung?*

*Da geht, ihr Mönche, der Mönch in den Wald oder  
an einen Baum oder in eine leere Klause und erforscht  
sich: „Sind in mir jetzt Neigungen, die mein Herz der-  
art besetzt haben, dass ich nicht klar und richtig er-  
kennen und sehen kann?“*

*Wenn ein Mönch, ihr Mönche, nach Sinnenlust ge-  
neigt ist, so ist sein Herz eben besetzt. Wenn ein  
Mönch, ihr Mönche, nach Antipathie bis Hass geneigt  
ist, so ist sein Herz eben besetzt. Wenn ein Mönch, ihr  
Mönche, zum Sichtreibenlassen im Gewohnten geneigt  
ist, so ist sein Herz eben besetzt. Wenn ein Mönch, ihr  
Mönche, zur Unruhe und Aufgeregtheit geneigt ist, so  
ist sein Herz eben besetzt. Wenn ein Mönch zu Da-  
seinsbangnis geneigt ist, so ist sein Herz eben besetzt.  
Wenn ein Mönch dieser Welt nachhängt, so ist sein  
Herz eben besetzt. Wenn ein Mönch jener Welt nach-  
hängt, so ist sein Herz eben besetzt. Wenn ein Mönch  
Zank und Streit liebt, scharfe Wortgefechte führt, sich*

*nicht versöhnen kann und den Versuch einer Verständigung abweist, so ist sein Herz eben besetzt.*

*Er aber erkennt: Es sind keine Neigungen in mir, die mein Herz derart besetzt hätten, dass ich nicht klar und richtig denken und sehen könnte. Wohl empfänglich ist mein Geist, zur Wahrheit durchzudringen.*

*Das ist die erste Gewissheit, die er gewonnen hat, eine heilende, überweltliche, mit weltlichen Mitteln nicht erlangbare.*

Wir erkennen an dieser Fragestellung: *Sind in mir jetzt Neigungen, die mein Herz derart besetzt haben, dass ich nicht klar und richtig erkennen und sehen kann?* den Ansporn, der von der heilenden rechten Anschauung ausgeht. Das erworbene Wissen des Menschen zwingt ihn, denn als er diesen Anblick hatte oder ihm nahe war, da hatte er gemerkt, wie frei ihm wurde im Verstehen des Spiels der fünf Zusammenhäufungen, wie untreffbar er im Augenblick des unbeeinflussten Anblicks war, als er das Heile spürte, und dass es gilt, diesen Anblick, der nur gerade für einen Blitzaugenblick aufgeleuchtet war, nun zu befestigen. Er hatte gemerkt, dass es keinen wichtigeren und hilfreicheren Anblick gibt als diesen und dass alles andere Wahn und Leiden ist in endloser Fortsetzung. Darum hat ein solcher Mensch keine Ruhe und holt sich den rechten Anblick immer wieder.

Es ist ein Gesetz, dass ein Wesen stets nach dem strebt, wovon es sich am meisten Wohl verspricht. Es fragt automatisch seinen Geist, seine Kenntnisse, was das beste Ziel sei und wie es am besten zu erreichen sei. Jeder Mensch, jedes Tier bildet so seinen Willen. Immer will man aus einer Situation, die man für unzulänglich hält, heraus und strebt die Situation an, die man für besser hält. Dabei strebt man das Wohl um so beständiger und kraftvoller an, je verlockender und sicherer es erscheint; und umgekehrt: Je gefährlicher einem der jetzige Zustand erscheint, um so dringender will man ihn ändern. Die

Willenskraft ist also abhängig von der Diskrepanz zwischen der Beurteilung der gegenwärtigen Situation und der Beurteilung der anzustrebenden Situation. Wenn wir eine Situation anstreben, die wir als nicht viel besser einschätzen als die, in der wir uns jetzt befinden, dann kann kein Mensch für ein solches Ziel große Kraft aufbringen. Wenn sich aber ein Mensch in großer Not befindet, z.B. in einem brennenden Haus, von dem vorauszusehen ist, dass es bald einstürzen wird, dann setzt er alle Kraft ein, um den freien Ausgang zu erreichen; ja, er riskiert unter Umständen ein gefährliches Wagnis und springt aus dem Fenster, wenn noch eine Chance besteht zu überleben, anstatt im Haus zu verbrennen. Die Willenskraft ist nicht so sehr, wie besonders hier im Westen angenommen wird, eine Frage des Charakters, sondern sie ist in erster Linie eine Sache der Diskrepanz zwischen dem augenblicklichen Zustand und der Verbesserung, die man sich durch das angestrebte Ziel verspricht.

Kein Mensch kann für ein Ziel, das nur ein klein wenig besser ist, große Willenskraft einsetzen, und kein Mensch verfügt über geringe Willenskraft, wenn es gilt, sein Leben zu retten. Wenn heute viele Menschen bedauern, dass sie keine große Willenskraft haben, dann liegt das daran, weil sie kein höheres Wohl versprechendes Ziel vor sich sehen, keinen Lebenssinn. Es ist ein Gesetz: Die Kraft des Willens wird bestimmt von dem Gefälle zwischen unserem gegenwärtigen Zustand und der zu erwartenden Verbesserung. Auf diesem Gesetz basiert das Erreichen des Stromeintritts: Je mehr ein Mensch die Gefährlichkeit und Leidhaftigkeit des Ausgeliefertseins an das endlose, ausweglose Spiel der fünf Zusammenhäufungen mit immer erneuten Geburten und Toden und allem dazwischen liegenden Leid vor Augen hat und die heile Situation abseits der fünf Zusammenhäufungen als heile Situation durchschaut, um so größer wird die Spannung gefühlt, und um so mehr ist Kraft da, die heile Situation anzustreben. Aber solange der Mensch meint, sein Leben sei einigermaßen erträglich, und er das Nirvāna als das Nichts von all dem auf-



fasst, wovon er derzeit lebt: Formen, Gefühle, Wahrnehmungen, Aktivität, programmierter Wohlerfassungssuche, so lange muss er das Nirvāna als Abgrund auffassen und kann es nicht anstreben wollen. Wer sich dagegen als im Ozean des Leidens schwimmend auffasst, von den vielerlei Gefahren der Sinnensucht, der Antipathie, des Hasses und anderer abwärtsführender Gedanken und Eigenschaften bedroht und den Leiden des immer wieder Geborenwerdens oft in dunklen Existenzformen, des Alterns und Sterbens ausgeliefert, der sehnt sich nach Sicherheit.

Wenn ein Mensch von dieser Situation aus, in der er sich als sehr gefährdet empfindet, die Sicherheit, die heile Situation in der Freiheit von den fünf Zusammenhäufungen erkennt, dann ist er in die Heilsanziehung geraten, ist in den Strom eingetreten, der zum Nirvāna führt, d.h. er kann es nicht mehr lassen, diese Sicherheit, „diesen festen Boden unter den Füßen“, das einzig Rettende, anzustreben: Es ist Willenskraft, ja, Willenszwang entstanden, und das bedeutet, er kann das Abtun des als gefährlich Durchschauten gar nicht mehr lassen. Der heilende Anblick ist derart, dass er zum Nirvāna hinzwingt. Darum kann der Erwachte dem in die Heilsanziehung Eingetretenen sagen, er sei gesichert; er kann von dem Anblick nicht lassen, muss zwangsläufig seine Triebe immer mehr mindern, die Verstrickungen auflösen bis zur Freiheit.

Wenn der Anblick in den Geist eingebrannt ist, dann fordert der Anblick immer wieder, wiederholt zu werden, und setzt sich im Geist fest, assoziiert sich bei allen Irrtümern und rodet so nach und nach den ganzen Wahngeist (*avijjā*) aus und mehrt im gleichen Maß Wahrheit. Er ist sozusagen das scharfe Lösungsmittel, das die gesamten üblen Geistinhalte auflöst, die der Erwachte mit Kehricht vergleicht.

Von der ersten der sieben Gewissheiten heißt es: *Er geht allein in den Wald oder unter einen Baum oder in eine leere Klausur*, weil er sich den rechten Anblick wieder holen will. Er geht allein, weil er weiß, dass er diesen Anblick nur bekommen kann, wenn er sich vor allem in innerer Stille befindet,

wenn er nicht von Wohl oder Wehe, von Freude, Hoffnung, Enttäuschung, Zorn usw. bewegt ist, wenn er „gleichen Gemüts“ ist. Das wird Gleichmut oder auch Sanftmut genannt, ein Gemüt, das eben bleibt wie ein spiegelklarer See, ohne Bewegung, ohne Anliegen, ohne innere Aufwallungen.

Nur in einer solchen Haltung hat er den Anblick gewonnen und nur in einer solchen Haltung kann er ihn sich wieder holen. Der Erwachte vermag es, mit seinen Anhängern oder mit denen, die die Lehre hören wollen, so still und beruhigend und eingehend zu sprechen, dass sie während seines Sprechens im Gemüt still werden und die Wahrheit tief und klar aufnehmen. Inneren Frieden, neutrale Zeit muss man haben, um die Wahrheit sehen zu können.

Der normale Mensch denkt bei der Wahrnehmung des Körpers (1. Zusammenhäufung): „Das ist *mein* Körper“, aber jeden Augenblick besteht der Körper in etwas anderer Zusammensetzung, indem er aufgenommene Nahrung verdaut und ausscheidet, indem er einatmet und ausatmet. „*Meine* Gefühle“ (2. Zusammenhäufung) und „*meine* Wahrnehmungen“ (3. Zusammenhäufung) wechseln von Augenblick zu Augenblick je nach den Sinneseindrücken und Gedanken. Und die körperliche, sprachliche und denkerische Aktivität (4. Zusammenhäufung), die zum großen Teil in bereits vorprogrammierten Bahnen abläuft oder neu programmiert wird (5. Zusammenhäufung), ist den ganzen Tag über ununterbrochen in Bewegung, zum Teil auch noch nachts. Immer sagt der Mensch zu dieser Dynamik „Ich“, worunter er sich einen ruhenden Pol vorstellt, wenn er nicht gerade glaubt, sich bewusst zum Handeln entschlossen zu haben, wozu er aber als Spielball seiner Triebe oder Gedanken automatisch gedrängt wird - zu dem Zusammenspiel der fünf Zusammenhäufungen in rieselnder Veränderung. In jedem Leben setzt der Unbelehrte erneut auf die vergänglichen, haltlosen und täuschenden Sinneseindrücke. Der Erwachte sagt (M 64):

*Was nun den Weg und die Vorgehensweise zur Überwindung*

*der fünf unterhaltenden Verstrickungen betrifft (Glaube an Persönlichkeit, Daseinsbangnis, das (sittliche) Begegnungsleben für das Höchste halten, Sinnenlustwollen und Antipathie bis Hass), da muss gesagt werden, dass einer die fünf unterhaltenden Verstrickungen unmöglich kennen und sehen und gar überwinden kann, solange er den Weg nicht betreten hat, der aus den fünf unterhaltenden Verstrickungen herausführt.*

Dieser Weg besteht in der Durchschauung und Loslösung von den fünf Zusammenhäufungen. Und er gibt ein Gleichnis: Es ist, wie wenn einer Kernholz zum Hausbau sucht. Solange er die Rinde nicht weggeschnitten hat, das Grünholz nicht weggeschnitten hat, so lange kann er unmöglich das allein als Bauholz geeignete Kernholz ausschneiden.

In der damaligen Kultur wurden die Häuser aus Holz gebaut, aus stabilem Kernholz. Das Kernholz lernt man nicht kennen, wenn man nicht das dicke um das Kernholz herum wachsende Grünholz entfernt, und an das Grünholz kommt man erst, wenn man vorher die Rinde abgeschält hat. Mit der Rinde bezeichnet der Erwachte die ganze Sinnensuchtwelt, die vordergründigen Sinneseindrücke, die wir erleben. Mit dem schon festeren Grünholz vergleicht er das Wohl der Entrückungen. Die Entrückungen sind unvergleichlich wohler als das nur gelegentliche und kurzfristig mögliche Wohl der Sinnensucht, aber auch die Entrückungen sind ein gewordener Zustand, der wieder vergeht, und die Mühsal und letztendliche Vergeblichkeit des Jagens nach sinnlichem Wohl setzt wieder ein. In jedem Leben hoffen die Wesen neu, streben auf etwas zu, achten nicht der Triebe und kreisen in den achtzehn Daseinsbereichen des Samsāra in rieselndem Durchgang. Da ist kein Sein, nur Werden des Gewordenen.

Wenn man die Rinde als untauglich erkennt, das Grünholz als untauglich erkennt, um ein festes Haus bauen zu können, und dann auf das Kernholz stößt, dann bekommt man eine positive Vorstellung von dem Fortsein von Rinde und Grünholz, weil dadurch das Kernholz freigelegt wird. Ebenso: Oh-

ne dass der Nachfolger die Untauglichkeit der fünf Zusammenhäufungen zur dauerhaften Wohlerzeugung richtig sieht, fast mit Befremdung und Schrecken erlebt, kann er nicht eine negative Vorstellung von sinnlichem Erleben und gar von dem Erlebnis weltloser Entrückungen bekommen, weil er noch geblendet glaubt, ohne Erleben wäre Nichts. Dieser Anblick ändert sich nur, wenn er immer mehr das Rieseln, die Haltlosigkeit der gesamten Sinneseindrücke erkennt und sieht, dass da gar kein selbstständiger Täter ist, sondern nur ein automatisch ablaufender Prozess von fünf Zusammenhäufungen. Nur wer dies bei sich sieht, löst sich von dem Gewordenen und erkennt damit das Ungewordene, Unbedingte, das der Erwachte mit festem, beständigem Kernholz vergleicht.

#### Die zweite Gewissheit: Abnahme der Triebe

*Weiter sodann, ihr Mönche, der Heilsgänger erforscht sich also: „Indem ich nun jene Anschauung hege und pflege und ausbilde, merke ich da bei mir, dass das Gemüt ruhig wird (samathā) und die Triebe abnehmen (nibbuti)?“ Und er erkennt: „Indem ich jene Anschauung hege und pflege und ausbilde, merke ich bei mir, dass das Gemüt ruhig wird und die Triebe abnehmen.“ Das ist die zweite Gewissheit, die er gewonnen hat, eine heilende, überweltliche, mit weltlichen Mitteln nicht erlangbare.*

Die Bezeichnung „der Heilsgänger“ verwendet der Erwachte nur bei dem gesicherten Nachfolger, der *zielbewusst der vollen Erwachung entgegeneilt*, der das Nirvāna als das todlose Eiland, als die ewige Sicherheit so deutlich als das einzig lohnende Ziel erkannt hat, dass er es nicht mehr loslassen kann. *Er hat den Weg betreten, der aus allen Verstrickungen herausführt (M 64), er strömt zum Nibbāna wie der Ganges zum Meer (M 73).* Er ist schon öfter in die Stille gegangen und hat

den wirklichkeitsgemäßen Anblick wiederholt, hat klar gesehen. Und nach einiger Zeit merkt er, dass ihm dieser Anblick oft gegenwärtig ist, dass er ihn oft pflegt. Er sieht: Das Spiel der fünf Zusammenhäufungen ist ein in seinen Wiederholungen unendlicher, sinnloser Ablauf von Bedingungsbeziehungen. Es ist das noch rollende Rad der Māyā, der Erscheinungen, aus früherem Wahn erzeugt, aus Anziehung, Abstoßung und Blendung in Gang gehalten: „das bin ich nicht.“ Und obwohl er sieht und fühlt, hält er sich innerlich abseits, wird von den Sinnesdrängen nicht umgerissen. Es ist ein Untergrund erwachsen, der schon unverletzbar, unbeeinflussbar ist. Darum sagt der Erwachte vom Stromeingetretenen, dass bei ihm schon etliche Wollensflüsse/Einflüsse (*āsavā*) endgültig aufgehoben sind. (M 70) Er erfährt eine gewisse innere Ruhe (*samathā*), d.h. kein Erlebnis kann ihn total bis zum Grund aufregen und völlig außer sich bringen, wenn er auch noch an der Peripherie erregt und besorgt sein kann. Wenn keine starken Erlebnisse eintreten, die ihn ablenken, dann ist in seinem Geist der heilende Anblick, und alles andere ist durchsetzt davon. Diese zunehmende Entwicklung einer großen Beruhigung läuft hinaus auf die Ablösung der zweiten Verstrickung, der Daseinsbannung und Ungeborgenheit. Der Übende merkt: „Ich habe die ganze Existenz in der Hand, ich weiß jetzt, was zu tun ist und zu lassen ist, um freizukommen, und ich bin auf dem Weg zur Freiheit.“ Das ist die „Führung“ zum Nirvāna. Der Daseinsbrand, das Rasen des Durstes nimmt ab.

Wer zur häufigen Wiederholung des unbeeinflussten heilenden Anblicks fähig ist, der merkt im Lauf weniger Jahre bei sich, dass er selbst zu den Zeiten, in denen ihm der Anblick nicht gegenwärtig ist, doch nicht mehr von den anziehenden oder abstoßenden Dingen hin und her gerissen wird wie früher. Es hat sich eine feine innere Gelassenheit schon fast in seinem gesamten geistigen Haushalt durchgesetzt. Diese erfährt er als wohltuend, manchmal stärker, manchmal weniger stark.

### Die dritte Gewissheit:

Wahrheit ist nur beim Erwachten und seiner Lehre zu finden

*Weiter sodann, ihr Mönche, der Heilsgänger erforscht sich: „Kann diese Anschauung, die ich jetzt besitze, auch außerhalb, bei anderen Asketen und Brahmanen, ganz ebenso gewonnen werden?“ Und er erkennt: „Diese Anschauung, die ich jetzt gewonnen habe, kann nicht außerhalb, bei anderen Asketen und Brahmanen, ganz ebenso gewonnen werden.“ Das ist die dritte Gewissheit, die er gewonnen hat, eine heilende, überweltliche, mit weltlichen Mitteln nicht erlangbare.*

Bei der ersten Gewissheit fragte sich der Nachfolger der Lehre: *Ist mein Herz so besetzt, dass ich nicht der Wirklichkeit gemäß klar erkennen und sehen kann?* Bei der zweiten Gewissheit konnte er schon der Wirklichkeit gemäß klar erkennen und sehen, denn er hegt und pflegt diese Anschauung und prüft sich, ob sie ihn zur Beruhigung führt. Bei der dritten Gewissheit merkt er: „Ich besitze die rechte Anschauung.“

Wir sehen, es ist eine gewachsene Entwicklung: Er sieht sich im Besitz der rechten Anschauung, sie verlässt ihn nicht mehr. Er braucht nicht mehr zu ringen, um sie sich gegenwärtig zu halten, in immer mehr Situationen steht sie ihm zur Verfügung. Sie ist seinem Wesen eingepägt und steigt auf ohne sein Zutun. Seine Denkgeneigtheit und sein Denkprogramm ist durch immer erneute Wahrheitsassoziationen so geworden, dass er immer mehr die Warte des Zuschauers einnimmt, des Unbetroffenen, der außerhalb des automatisch ablaufenden Flusses der fünf Zusammenhäufungen steht.

Wer diesen Anblick hegt und pflegt und ausbildet, sich aneignet, der bedenkt immer weniger den Inhalt der einzelnen Wahrnehmungen: „Das ist dieser Mensch oder diese Sache; das ist jener Mensch oder jene Sache.“ Das Bild, das die Men-

schen „Dasein“, „Leben“ nennen mit ihrem Zank und Streit, ihrer Ratlosigkeit, das hat er immer mehr als die Windsbraut von Formen, Gefühlen, Wahrnehmungen, Reaktionen und programmierter Wohlerfahrungssuche vor Augen, die den unendlichen Weiterlauf im Samsāra verursachen. Er sieht, wie die Wesen eingesponnen sind, geblendet von den Erscheinungen, wie jemand, der einen Film sieht und mit dem Film lacht und weint und nachher erleichtert oder bedrückt das Kino verlässt, obwohl in Wirklichkeit nur Schattenreflexe an der Wand auftauchen und verschwinden. Er sieht das Leben als Wahn, aus den Falten und Dunkelheiten des eigenen Herzens geprägt. Vom Meister auf den Weg gewiesen, hat er in diesem Anblick nun selbst gesehen, die Wirklichkeit ist sein Meister geworden, er ist jetzt selbständig, für immer gesichert im Orden des Erwachten. Ein solcher kann keinen neuen Meister erwählen, er hat *die Wirklichkeit gesehen, gefasst, verstanden, ergründet, der Ungewissheit entronnen, fraglos geworden, in sich selber gewiss, auf keinen anderen gestützt in der Weisung des Meisters.* (M 56, 74, 91, D 14) Er fühlt sich des Nirvāna so *sicher wie der Kronprinz der Königsherrschaft* (A IV,87). Wer diesen Anblick hat, braucht keinen Meister mehr, er verwirklicht das Wort des Erwachten (M 8):

*Die vielen verschiedenartigen Ansichten, die in der Welt entstehen, denen entweder die Behauptung eines Ich oder einer Welt zugrunde liegt – diese betrachtet der Erkennende, wo sie auch entstehen, bestehen und sich ausbreiten, mit vollkommener Weisheit so: „Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst.“ So werden sie aufgehoben, so werden sie losgelassen.*

Wer durch Lehre und Anleitung des Erwachten die fünf Zusammenhäufungen als unzulänglich erfahren hat, merkt bald, wie alle philosophischen Ansichten unzulänglich sind, da sie im Bereich der wandelbaren fünf Zusammenhäufungen befangen bleiben. Auch religiöse Lehren halten zumindest *eine Wahrnehmung* für absolut, für ewig und unwandelbar, z.B. die

Wahrnehmung der Vereinigung mit Gott.

Dass die Lehre des Erwachten richtig ist, sieht der Nachfolger immer wieder dann, wenn er sich des weltüberlegenen unbeeinflussten Anblicks wieder versichert, wenn er wieder „oberhalb der Existenz stehend“ das Spiel der die Existenz ausmachenden fünf Zusammenhäufungen beobachtet. Er erkennt dabei, dass alle, aber auch restlos alle Situationen seines Lebens immer nur durch diese fünf Zusammenhäufungen bedingt waren und bedingt sein werden und dass er nun die Möglichkeit hat, diese fünf Zusammenhäufungen immer mehr zu verfeinern und alles, was an ihnen tot Geschobenes ist, im Lauf der Zeit ganz und gar aufzuheben und aufzulösen und dass er auf diesem Wege ganz sicher immer freier werden muss bis zur vollkommenen Erlösung. Das steht ihm jedes Mal in dem Anblick der heilenden rechten Anschauung deutlich vor Augen.

Zusätzlich zu dieser Erkenntnis wird ihm die Tatsache, dass er auf dem richtigen Weg ist, bestätigt durch die bei der zweiten Gewissheit genannte Erfahrung, dass er ja auch tatsächlich im Lauf der Jahre immer weniger hingerissen und abgestoßen wird, immer mehr über der Situation steht und nach irgendwelchen Strudeln sich immer schneller wieder aufgefangen hat. Diese beiden Gewissheiten allein schon haben ihn vollkommen sicher gemacht darüber, dass er sich auf dem richtigen Weg befindet. Alle weiteren Gewissheiten sind weniger eine Verstärkung der Sicherheit als eine weitere Entwicklung in der Ablösung von Leidhaftem und von Bedingtem und damit zunehmendes Streben nach dem Todlosen, Unverletzbar.

Die vierte Gewissheit:  
Selbsteingeständnis falschen Verhaltens und Beichte

*Weiter sodann, ihr Mönche, der in der heilenden rechten Anschauung Befestigte erforscht sich: „Jene Eigenschaft (dhammatā), die der in der heilenden rechten Anschauung Befestigte (ditthisampanno) erworben*



*hat, habe auch ich sie mir erworben?“ -*

*Was für eine Eigenschaft aber ist es, die der in der heilenden rechten Anschauung Befestigte erworben hat? Eine Eigenschaft des in der heilenden rechten Anschauung Befestigten ist diese: Hat er irgendwie eine Übertretung begangen, die gesühnt werden muss, so geht er alsbald zum Meister oder zu erfahrenen Ordensbrüdern, bekennt sie, deckt sie auf, legt sie dar. Und hat er sie bekannt, aufgedeckt, dargelegt, so hütet er sich künftig.*

*Gleichwie etwa, ihr Mönche, wenn ein kleines Kind, ein unvernünftiger Säugling mit der Hand oder mit dem Fuß wie zufällig auf glühende Kohlen stößt, dann rasch zurückfährt: ebenso auch, ihr Mönche, ist es eine Eigenschaft des in der heilenden rechten Anschauung Befestigten, dass er eine irgendwie begangene Übertretung, die zu sühnen ist, alsbald dem Meister oder erfahrenen Ordensbrüdern bekennt, sie aufdeckt, darlegt und sich künftig hütet. Und er erkennt: „Jene Eigenschaft, die der in der heilenden rechten Anschauung Befestigte erworben hat, die habe auch ich mir erworben.“ Das ist die vierte Gewissheit, die er gewonnen hat, eine heilende, überweltliche, mit gewöhnlichen Mitteln nicht erlangbare.*

Er ist jetzt mit der Heilsanschauung, dem Heilsverständnis ganz vertraut, verwachsen. Darum hat die Anschauung ihn auch geprägt: Bestimmte Dinge kann er nicht mehr tun, bestimmte Dinge kann er nicht mehr lassen, er ist völlig umgewandelt. In welcher Weise ist er umgewandelt? Wir können kurz sagen: Wem äußeres Ansehen wichtiger ist als inneres Sein, der hat noch nicht diese Art gewonnen, hat noch nicht den rechten Anblick in der erforderlichen Quantität gewonnen. Wem dieser Anblick aber ganz zu eigen ist, dem ist es gleich-

gütig, was die Menschen von ihm denken. Wenn er etwas Ungutes getan hat, dann empfindet er große Scham darüber, dass die Menschen ihn vielleicht für besser halten, als er in Wirklichkeit ist. Er weiß: Mir geht es nicht danach, wie andere Menschen mich beurteilen, sondern mir geht es danach, wie ich bin. Er hat die innere Art gewonnen, dass er nichts mehr vor anderen verbergen kann.

Es sind vom Erwachten für die Mönche bestimmte Regeln erlassen, dass eine große Zahl von Vergehen, die über reine Ordnungswidrigkeiten hinausgehen, erfahrenen Ordensbrüdern aufgedeckt werden müssen, um sich künftig davor zu hüten. Bei den im Haus Lebenden dürfte es mehr darum gehen, dass man nach außen nicht mehr scheinen will, als man ist, und dass man sich über seine Taten Rechenschaft ablegt. Wer weiß: Mir geht es danach, wie ich bin, nicht danach, wie andere mich beurteilen - der nimmt gern alle Hilfen dafür mit in Anspruch, ohne auf Stolz und Bequemlichkeit zu achten.

Je mehr einer den Glauben an Persönlichkeit abgelegt hat, je tiefer jemand die fünf Zusammenhäufungen in ihrem Zusammenspiel erfasst hat, um so schneller erkennt er die Ursache seiner Verfehlung und ist zur Mitteilung bereit.

Sicher sind solche Regeln im Orden leichter einzuhalten als für Hausleute, doch der erste Schritt für Mönche und Nonnen wie auch für Hausleute ist das Selbsteingeständnis.

Wenn hier von einer schon gewachsenen „Art“, einer Eigenschaft (*dhammatā*), die Rede ist, so ist damit eine Eigenschaft gemeint, die auch größeren Belastungen standhält. Sie hat nicht nur das Bekennen einer Übertretung zum Inhalt, sondern gleichermaßen auch das Sich-Hüten vor künftigen Verfehlungen. Das eine ist sozusagen ohne das andere nicht denkbar, es ist im Geist verknüpft, assoziiert.

Diese Assoziation können auch wir in unserem Geist programmieren: das Eingeständnis sich selbst gegenüber mit dem Vorsatz, sich künftig zu hüten.

In Bezug auf die *innere* Entwicklung ist kein Unterschied zwischen Ordinierten oder im Haus Lebenden. Jeder, der die

Lehre begriffen hat, weiß, dass er nicht eher völlig frei und unverletzbar wird, bis er sich abgelöst hat von allem Hemmenden und Bedingten. Darum wird der von der heilenden rechten Anschauung endgültig erfasste Mensch alle seine üblen Handlungen, Worte und Gedanken ganz ebenso wie der Mönch als solche erkennen, wird - nach dem Gleichnis wie das kleine Kind vor glühenden Kohlen - vor ihnen zurückschrecken und wird sich bemühen, von ihnen frei zu werden wie der Mönch. Und wenn auch der im Haus Lebende in seinem Umkreis oft keinen Menschen weiß, der sich so endgültig unter den Maßstab der Lehre gestellt hat, dass er ihm seine Entgleisung anvertrauen könnte, so wird er aber noch weniger anstreben wollen, dass er in seiner Umgebung für fehlerlos gehalten wird, während er Fehler an sich hat. Und was das Allerwichtigste ist: Er weiß, dass er mit den Fehlern nicht zur Erlösung kommen kann und dass er ohne die Erlösung nicht frei vom Leiden wird. Insofern geht es nicht um den Unterschied zwischen Mönch und im Haus Lebenden, sondern es geht um den Unterschied, ob man die erhabene, weltüberlegene, von Wollensflüssen unbeeinflusste Anschauung gewonnen hat oder nicht gewonnen hat.

Wer in seiner inneren Entwicklung so weit, wie hier beschrieben, gekommen ist, von dem wird gesagt, dass es ihm ganz schmerzlich ist, wenn er Übles getan hat - wie wenn er in glühende Kohlen fasst. Dieses Zurückschrecken ist das Entscheidende, das empfindet der im Haus Lebende genau so wie der Mönch. Nur die Regel des Beichtens, des unaufgeforderten Bekennens, gilt nicht für den im Haus Lebenden. Solche, denen übles Verhalten im Gewissen brennt wie glühende Kohlen, werden von sich aus anstreben, von ihnen verursachtes Unrecht so gut wie möglich gutzumachen, und sie werden es auch nicht verheimlichen oder gar vertuschen. Und wenn ihre Verfehlung gegen einen anderen gerichtet war, dann werden sie es entweder dem Betreffenden sagen, um weiteren Schaden zu verhüten oder bestehenden zu mildern, oder sie werden es in der Stille wiedergutmachen.

So kann man konkret sagen: Zwar tritt bei den im Haus Lebenden die Tatsache des Beichtens nicht so in Erscheinung wie beim Mönch; aber wenn ein Nachfolger bis zu dieser Entwicklung gekommen ist, dass er vor bevorstehender wie vergangener Verfehlung zurückfährt wie vor glühenden Kohlen, dann muss seine innere Bereitschaft zum offenen Bekennen erheblich größer sein; und es fällt ihm leichter, wenn er dazu Gelegenheit sieht, weil er den Glauben an Persönlichkeit aufgehoben hat, den Heilsstand anstrebt, nicht mehr auf die Welt setzt und ihm darum ein offenes Bekenntnis nicht mehr in dem Maß peinlich ist und er die Helligkeit des Herzens liebt und nähren will.

Die fünfte Gewissheit:

Aktive Erfüllung niederer und hoher mönchischer  
Obliegenheiten,  
Verlangen nach Tugend, Herzenserhellung und Weisheit

*Weiter sodann, ihr Mönche, der in der heilenden rechten Anschauung Befestigte erforscht sich also: „Jene Eigenschaft, die der in der heilenden rechten Anschauung Befestigte erworben hat, habe auch ich sie mir erworben?“ Was für eine Eigenschaft aber ist es, die der in der heilenden rechten Anschauung Befestigte erworben hat?*

*Er ist aktiv dabei, alle mönchischen Obliegenheiten, seien es hohe oder niedrige, zu erfüllen. Er hat das dringende Verlangen, hohe Tugend, hohe Herzensart, hohe Weisheit zu gewinnen.*

*Gleichwie etwa, ihr Mönche, eine junge Mutterkuh die Hürde durchbricht und ihr Kälblein aufsucht: ebenso nun auch, ihr Mönche, ist es eine Eigenschaft des in der heilenden rechten Anschauung Befestigten, dass er aktiv dabei ist, alle mönchischen Obliegenheiten, seien es hohe oder niedrige, zu erfüllen, dass er*

*das dringende Verlangen hat, hohe Tugend, hohe Herzensart, hohe Weisheit zu üben. Das ist die fünfte Gewissheit, die er gewonnen hat, eine heilende, überweltliche, mit gewöhnlichen Mitteln nicht erlangbare.*

Welches sind die hohen und niederen Obliegenheiten eines Mönches?

Wegen der Nichterfüllung einer niederen Obliegenheit, wie z.B. des Nichtausgießens von gebrauchtem Waschwasser, ist laut dieser Lehrrede ein starker, lang anhaltender Streit unter den Mönchen entbrannt. Dieser Streit ist ein Beispiel dafür, wie wichtig es in einer Gemeinschaft ist, niedere Obliegenheiten, wörtlich „das was zu tun ist“, nicht als unbedeutend abzutun und nur aktiv bei hohen Obliegenheiten zu sein, sondern sich ebenso aktiv für die Erledigung „niederer“ Obliegenheiten einzusetzen, u.a. auch als Übung, um Bequemlichkeit und Dünkel zu bekämpfen. Als Beispiele für „niedere“ Obliegenheiten des Mönches finden wir in den Lehrreden: Sitzplätze bereiten, Aufräumen, Spülen, Ausfegen (M 31, M 128), Gewänder waschen und ausbessern (M 122), aber auch kranke Ordensbrüder waschen, umbetten und mit Arznei versorgen. (MV VIII 26) - Andererseits warnt der Erwachte davor, in der Erfüllung niederer Obliegenheiten und damit verbundener Freude an gemeinsamem Tun aufzugehen. Als der Erwachte einst viele Sitze zusammen aufgestellt sah und Ānando nach dem Grund fragte, antwortete dieser (M 122), dass es jetzt darum ginge, die Kleidung herzurichten. Darauf der Erwachte:

*Nicht strahlt (leuchtet) ein Mönch, der sich an Geselligkeit freut, an Geselligkeit Gefallen hat...Dass ein solcher das Wohl der Sinnensucht-Überwindung, das Wohl der Abgeschiedenheit, das Wohl der Stille, das Wohl der Erwachung erlangen könnte, das ist nicht möglich.*

Dem Mönch, der ja um der Loslösung vom Weltlichen willen das Hausleben verlassen hat, geht es zwar um ordnungsgemäße Erfüllung aller Obliegenheiten, aber immer ist es seine

Aufgabe, darauf zu achten, dass er sich dabei nicht innerlich niederlässt, die Arbeit und die Gemeinsamkeit nicht als Freudenquell ansieht, denn, so fährt der Erwachte fort (M 122):

*Ich sehe keine einzige Form, bei der einem, der davon gereizt wird, sich daran freut, bei ihrer Veränderung und Wandlung nicht Kummer, Jammer, Schmerz, Trübsinn und Auflehnen aufkommt.*

Darum bestehen die höheren Obliegenheiten der Mönche, „das was zu tun ist“, um das Ziel des Mönchslebens zu erreichen, darin, sich denjenigen inneren Übungen hinzugeben, durch die der Übende Erhellung des Herzens, Loslösung und innere Beruhigung erfährt, wozu auch stärkende, ermutigende Gespräche mit anderen Strebenden über die Heilsentwicklung beitragen (s. M 43).

Die mönchische Tagesordnung bestand in der Regel darin, sich den Tag über der Läuterung zu widmen und am Abend „nach Aufhebung der Gedenkensruhe“ in oft mehrstündigen intensiven Schulungsseminaren (s. M 118) zu üben oder mit den Gleichstrebenden über Hindernisse und Schwierigkeiten, die sich ergeben, zu sprechen, aber ebenso sich gegenseitig in heilsförderlichem Anblick zu bestärken. Der Rat des Erwachten lautet:

*Wenn ihr euch trifft, so geziemt euch zweierlei:  
lehrreiches Gespräch oder heilsames Schweigen. (M 26)*

Das „lehrreiche Gespräch“ wird vom Erwachten an anderer Stelle (M 122, vgl. auch M 32) wie folgt gekennzeichnet:

*Gespräche über Abtrennung/Ledigung, zur Gemütsöffnung und Reinigung, die einzig zur Abwendung, Gierbefreiung, Auflösung, zur Ruhe, zu überweltlichem Wissen, zum Erwachen, zum Nibbāna führen, wie Gespräche über Bescheidenheit, über Zufriedenheit, über Abgeschiedenheit, über Alleinsamkeit, über Tatkraft, über Tugend, Herzenseinigung, Klarblick, Erlösung, Wissen um die Erlösung. –*

*Würdet ihr, Mönche, euch diesen zehn Themen mit Hingabe*

*widmen, so würdet ihr selbst das Licht von Sonne und Mond, diese hochmächtigen, hochgewaltigen, überstrahlen. (A X,69)*

Der Erwachte weiß: Wenn die Mönche diese Gesprächsthemen in Geist und Gemüt bewegen und aus ihnen Nahrung und Ansporn beziehen für ihr Läuterungsstreben, dann überstrahlt die Weite und Größe ihrer Perspektive und ihre Herzensreinheit selbst den seelischen Stand von Brahmawesen, die fern von Sinnensucht in nichtmessendem, liebendem Strahlen alles uns bekannte Licht überstrahlen.

Die Art des in der heilenden Anschauung Befestigten ist es also, dass er den großen Gewinn der Übungen und Gespräche bei sich erfahren hat und darum freudig diesen zum Heil führenden „Obliegenheiten“ nachkommt, deretwegen er aus dem Haus in die Hauslosigkeit gegangen ist.

Diese hohen Obliegenheiten, „das was getan werden muss“, gliedern sich in die drei Grundabschnitte des achtgliedrigen Weges: *hohe Tugend, hohe Herzensart, hohe Weisheit*.

Wo nur irgendwie Begegnung ist, da hat der Heilsgänger, gleichviel, ob der im Hause Lebende oder der Mönch, die hohe Tugend, die hohe Begegnungsweise im Auge, die von der Welt nichts mehr will: die sanfte Begegnung. Und wenn er für sich ist, dann ist er entweder mehr in tieferem Nachdenken und Ergründen (*paññā*) oder in der Erhellung des Herzens (*citta*), im Loslassen aller Erscheinungen. So wie die Mutterkuh weiß: das Kalb kann nicht ohne mich leben, so weiß der Heilsgänger: Ohne Tugend, Herzenserhellung und Weisheit komme ich nicht aus dem Leiden des Samsāra heraus. Darum strebt er so intensiv und drängend nach diesen drei Hauptetappen des achtfältigen Wegs, wie die Mutterkuh nach ihrem Kälbchen verlangt und Hürden durchbricht, um zu ihm zu gelangen.

*Hohe Tugend*, helle Herzensart hat der Erwachte am Anfang unserer Rede empfohlen: liebevoller Verkehr mit den Ordensbrüdern in Taten, Worten und Gedanken ist das Herz

der Tugend. Dabei ist die liebevolle Gesinnung die helle, mitempfindende Herzensart.

*Jesus sagt in seinen Seligpreisungen (Matth. 5,5,7,8):*

*Selig sind die Sanftmütigen,  
denn sie werden das Erdreich besitzen  
und sagt:*

*Selig sind die Barmherzigen,  
denn sie werden Barmherzigkeit erlangen.*

„*Sanftmütig und barmherzig*“ - das ist tugendhaftes Verhalten zusammen mit heller, innerer Art des Mitempfindens: hohe Tugend.

Indem der Nachfolgende sich übt, mit den anderen mitzuempfinden (*mettā*), fühlt er sich zu Nachsicht und Schonen (*karuṇā*) gedrängt, will dem anderen wohl tun, nicht wehtun. Es kann kein wirkliches Mitempfinden geben ohne den Wunsch zu schonen. Der Gegenbegriff zu *karuṇā*, das Schonen und Förderung aus Mitempfinden bedeutet, ist *vihesa* und bedeutet Rücksichtslosigkeit aus Unachtsamkeit, wodurch man andere bedrängt, belästigt und gar körperlich oder seelisch verletzt, auch wenn keine böse Absicht vorliegt.

Einer, der sein Herz dahin gebracht hat, dass er, wo immer er an Lebewesen denkt, auf ihre Anliegen achtet, schonend und fürsorglich an sie denkt und bei Begegnungen mit ihnen so umgeht - dessen Herz wird mehr und mehr von verdunkelnden Befleckungen frei. Indem der Übende Mitempfinden und Schonen entwickelt, kann er nicht mehr innerlich zürnen oder nachtragen, stolz sich überheben oder empfindlich, verbittert sein, kann nicht neidisch oder geizig sein, kann nicht etwas verheimlichen wollen oder anders erscheinen wollen als er ist, kann nicht starrsinnig oder rechthaberisch oder, vom Augenblick hingerissen, berauscht oder leichtsinnig sein - eben weil ihm aufgeht, wie sehr alle Wesen sich nach Wohl sehnen. Dagegen erscheint ihm alles eigene Anliegen blass und unbedeutend. Er erfüllt Herz und Gemüt mit liebevollen, schonenden Gedanken, und die egoistischen, selbstsüchtigen



Gedanken und Empfindungen schwinden.

Diese Entwicklung wird in der Läuterungspraxis der verschiedenen Kulturen die Entwicklung zur Abgeschiedenheit genannt, und sie gilt als der Umbruch und die Umstellung des Menschen von außen nach innen, von der Welterscheinung zum eigenen Herzen. Ein solcher arbeitet immer gesammelter und wachsamer an der Reinigung und Erhellung seines Herzens, das immer mehr seine eigentliche Heimat wird.

Wer die Erhellung des Herzens bei sich spürt, der erlebt daraus eine feine Erhöhung seines Empfindens, es entsteht ein Wohl aus Herzensreinheit, ihm wird sein praktisches Fortschreiten erfahrbar. Diese Freude ist der Ausgangspunkt der Entwicklung zur geistigen Beglückung (*piti*), die bis zu aufleuchtendem Entzücken aufsteigen kann - das sind Stufen zum weltunabhängigen Herzensfrieden, zu dem auch die Entrückungen gehören.

Im „Gleichnis vom Kleide“ (M 7) sagt der Erwachte:

*Wenn die Flecken einmal aus dem Gewand (dem Herzen) ganz herausgewaschen sind, dann schlagen sie bei keiner Umfärbung (erneuter Geburt) mehr durch.*

Ein Wesen mit so gereinigtem Herzen mag Körper wechseln in menschlichen und himmlischen Daseinsformen - an das so weit gereinigte Herz kann nichts Schreckliches, nichts Dunkles mehr herantreten. Ein solches Wesen befindet sich im Aufstieg in das Helle und Hellere.

Der Erwachte sagt: So wie da einer von der Fußbank auf einen Stuhl steigt, von diesem auf den Tisch, vom Tisch auf den Rücken des Pferdes, von diesem auf den Rücken des Elefanten und vom Elefantenrücken aus auf die Zinne des Hauses - so befindet sich ein Wesen, das sein Herz von den Flecken reinigt, in fortschreitendem Aufstieg von Höhen zu Höhen. (S 3,21) Und wer die allererste Ursache von allen Leiden und Unzulänglichkeiten - den Glauben, eine autonome Person zu sein - ganz abgetan hat, weil er den Mechanismus des Erlebens und Wollens völlig durchschaut hat, für den ist kein Rückfall

in der Entwicklung mehr möglich; er schreitet fort bis zur endgültigen Erlösung, mit der *getan ist, was zu tun ist*.

In der religiösen Literatur wird das Herz (*citta*), das die Ursache all unseres Erlebens ist (und das in der Alten Welt noch in voller Bedeutung des Wortes als „psyche“ = Seele bezeichnet wurde und als das „Leben“ überhaupt galt und als Unsterblichkeit), oft mit einem Fenster verglichen, durch das wir schauen. Wenn dieses Fenster schmutzig ist, dann kann man nicht durch es hindurch die wahren Dinge sehen, nämlich die Eigenschaften des Herzens, aus denen gewirkt wird, sondern man sieht die wirren Flecken des Fensters und macht sich daraus ein Bild und hält dieses Bild für Wirklichkeit.

So bezeichnen die Heilslehrer unser gesamtes Welterlebnis als Trug, Wahn, Blendung, denn alles, was wir zu erleben glauben, ist nicht die Wahrheit von der Wirklichkeit, sondern sind die Flecken des Herzens. In dem Sinne sagt der Erwachte:

*Mit einem befleckten und besudelten Herzen ist ein schlimmer Lebenslauf zu erwarten; mit einem reinen Herzen aber ist Weisheit und Erlösung zu erwarten. (M 7)*

Die sechste Gewissheit:  
Leichtes Verstehen der Wahrheit

*Weiter sodann, ihr Mönche, der in der heilenden rechten Anschauung Befestigte erforscht sich: „Jene Stärke, die der in der heilenden rechten Anschauung Befestigte erworben hat, habe auch ich sie mir erworben?“*

*Was für eine Stärke aber ist es, ihr Mönche, die der in der heilenden rechten Anschauung Befestigte erworben hat? Das ist die Stärke des in der heilenden rechten Anschauung Befestigten, dass er bei der Darlegung der Lehre und Wegweisung des Vollendeten offenen Ohres die Wahrheit hört, indem er aufmerksam ihren Sinn erfasst und sein ganzes Gemüt mit ihr ernährt. Und er erkennt: „Jene Stärke, die der in der heilenden*

*rechten Anschauung Befestigte erworben hat, die habe auch ich mir erworben.“ Das ist die sechste Gewissheit, die er gewonnen hat, eine heilende, überweltliche, mit gewöhnlichen Mitteln nicht erlangbare.*

Die hier vom Nachfolger bei sich festgestellte Weisheitskraft äußert sich darin, dass er, wenn er von wahren Daseinszusammenhängen liest oder hört, diese Wahrheit ganz leicht aufnehmen und verstehen kann, dass er *offenen Ohres die Wahrheit hört, aufmerksam ihren Sinn erfasst und sein ganzes Gemüt mit ihr ernährt*, also liebend gern die Wahrheit hört und sie unmittelbar versteht und auf sich selber anwendet.

Unter *bala*, Stärke, wird also nicht verstanden, dass einer „sich mit Kraft zwingen kann“, aufmerksam zuzuhören, sondern dass der Übende sich gar nicht mehr zwingen muss, weil er mit seinem ganzen Wesen schon stark zum Verständnis der Wahrheit geneigt ist. Er ist von der auf das Heil hinzielenden Geistesrichtung durchsetzt. Sie ist zum „Gefälle“ seines Wesens geworden. Der Erwachte vergleicht die Weisheitsstärke (*paññā-bala*) mit einem Strom, der schon wegen seines Gefälles ganz von selber immer auf sein Ziel hinfließen muss.

Wenn wir einen großen Baumstamm zum Gleichnis nehmen, der wie ein Waagebalken über einem Stein liegt, aber so, dass er an einer Seite mit erheblichem Übergewicht auf dem Boden liegt, dann wäre hier unter „*bala*“, Stärke, nicht zu verstehen, dass er so dick und schwer ist, dass man ihn nur mit aller Kraft an seinem oberen Ende herunterziehen kann, vielmehr zeigt sich bei dem Baumstamm sein „*bala*“ in der Stärke, mit welcher das andere Ende zum Boden neigt und auf dem Boden liegt. So wie ihm diese Neigung innewohnt, so wohnt einem bis zu dieser Entwicklung Erwachsenen die starke Neigung zum weisheitlichen Anblick der Existenz inne.

Der Anfänger muss noch große Tatkraft (*virīya*) gegen seine Triebe und Gewöhnungen einsetzen, um sich auf die Wahr-

heit zu konzentrieren - und das muss er gerade darum, weil er noch keine Weisheitsstärke (*paññā-bala*) hat, weil sein Geist noch voller falscher Vorstellungen und Denkgewöhnungen ist. Aber im Lauf der fortschreitenden Übung neigt er immer mehr zum Anblick der Wahrheit. Er ist mit ihm so verwachsen, dass er von wahnhaften Anblicken abgestoßen wird.

Sobald von wirklichkeitsgemäßigem Anblick und innerem Fortschritt die Rede ist, ist er daher mit ganzem Gemüt dabei, sein Herz und seine Ohren sind geistig offen, die Lehre und Wegweisung der Erwachten ist inzwischen seine Lieblingsnahrung geworden. Er weiß, dass er in der Lehre einen großen Schatz besitzt, den er immer mehr ans Licht hebt. Der Außenstehende meint, er brauche die Lehre nur einige Male zu hören, um sie zu begreifen. Wer aber in die Heilsanziehung eingetreten ist, ist Dauerhörer des Erwachten. Alles, was dieser sagt, ist für ihn von größter Wichtigkeit, da will er kein Wort und keinen Sinn versäumen, er ist ganz Hingabe und wache Aufmerksamkeit. Die Darlegungen der Wahrheit sind ihm „Speise für Herz und Gemüt“ (M 5). In anderen Reden heißt es, dass sich ein solcher durch die Darlegung der Lehre oft empfindet wie *gebadet im inneren Bad* (M 7), gereinigt und bestärkt im Verlangen nach Herzensreinheit.

Die siebente Gewissheit:  
Freude über Wahrheitsverständnis

*Weiter sodann, ihr Mönche, der in der heilenden rechten Anschauung Befestigte erforscht sich: „Jene Stärke, die der in der heilenden rechten Anschauung Befestigte erworben hat, habe auch ich sie mir erworben?“ Was für eine Stärke aber ist es, die der in der heilenden rechten Anschauung Befestigte erworben hat? Das ist die Stärke des in der heilenden rechten Anschauung Befestigten, dass er bei der Darlegung der Lehre und Wegweisung des Vollendeten ein Empfinden für den*

*Sinn, für die Wahrheit und mit der Wahrheit verbundene Freude gewinnt.*

*Und er erkennt: „Jene Stärke, die der in der heilenden rechten Anschauung Befestigte erworben hat, die habe auch ich mir erworben.“ Das ist die siebente Gewissheit, die er gewonnen hat, eine heilende, überweltliche, mit gewöhnlichen Mitteln nicht erlangbare.*

Während die sechste Gewissheit in der Erfahrung des leichten und liebenden Verständnisses der Wahrheit besteht, also eine gewachsene innere Nähe zur Wahrheit anzeigt, wird nun beschrieben, welche Beglückung und innere Befreiung dieses Wahrheitsverständnis mit sich bringt, wenn es leicht, reich und unmittelbar aufsteigen kann, also nicht mehr wie im Anfang nur mit großer anstrengender Konzentration geradezu „stückweise“ durchdringt.

Wessen Weisheitsstärke bereits so stark ist, dass er die Lehre mit aller Aufmerksamkeit liebend gern aufnimmt, wie es die sechste Gewissheit zeigt, der kommt zum Verständnis des Sinns. Er hat die Wahrheit *offenen Ohres* mit Hingabe aufgenommen, hat *den Sinn ergründet* (M 95) und hat sein Erleben, sowohl das innen aufkommende Begehren und Hassen wie auch die ankommende Kette der lebenslänglichen Wahrnehmungen überprüft, ob es sich mit diesen so verhält, wie er gehört hat. Und indem er aus seinem inneren Begehren und Hassen allmählich, aber beharrlich alles Rohe und Üble ausscheidet und damit seinen inneren Zustand erhöht und erhellt (hohe Tugend, helle Herzensart gewonnen hat) - da erfährt er, wie sein Welterlebnis, seine Begegnung mit seiner Umwelt, mit Tier und Mensch, mit seinen Nächsten und auch im weiteren Umkreis nach und nach sanfter wird, heller wird, wohlthuerender wird. Dadurch erfährt und versteht er durch die Erfahrung bei sich selbst, dass die wahrgenommenen Welterscheinungen ganz und gar durch die im Inneren drängenden Kräfte von Anziehung und Abstoßung bedingt sind und dass er tat-

sächlich durch die Arbeit an seinem eigenen Herzen diese gesamte Welterscheinung, sein ganzes Leben, lenken kann und meistern kann in dem Maß seiner inneren Arbeit. So empfindet er die Wahrheit des Gehörten leibhaftig bei sich selbst (*dhammaveda*), findet sie durch eigenes inneres Wachstum bestätigt, und diese Gewissheit gibt ihm Freude und Kraft (*dhammūpasamhita pāmuja*). Er kann nun nicht mehr anders, als das immer gesuchte Wohl und Heil mit ganzer Konsequenz auf den endgültig begriffenen richtigen Wegen anzustreben.

Damit ist die siebente Gewissheit gewonnen. Von dem Nachfolger, der alle sieben Gewissheiten bei sich selbst erfahren hat - sei er nun Mönch oder ein im Hause Lebender - wird gesagt:

*Der Heilsgänger, der diese sieben Gewissheiten erworben hat, hat seine Art genugsam geprüft, um sicher zu sein, dass er den Stromeintritt vollendet hat. (Er weiß:) Er ist im Besitz der Frucht des Stromeintritts.*

Von ihm heißt es, dass er nicht nur ganz sicher nur noch eine endliche Zeit vor sich hat bis zur endgültigen Erlöschung, sondern dass er nun nicht mehr in den untermenschlichen Bereichen - Hölle, Tierheit, Gespensterreich - wiedergeboren werden kann. Der in den Strom Eingetretene hat sich solche Art erworben, dass er bis zur Erlösung höchstens noch Mensch oder Gottheit werden kann. Von den fünf Lebensbahnen nach dem Tode sind ihm drei versiegt: Hölle, Tier, Gespenst. (A III,75) Er hat also qualitativ nur noch wenig Leiden vor sich, und auch quantitativ ist das Leiden sehr beschränkt: er kann nämlich nur noch höchstens siebenmal wiedergeboren werden, nicht aber noch ein achttes Dasein erleben (Sn 230); spätestens aus der siebenten Daseinsform wird er dann endgültig in das Ungewordene, Todlose eingehen. So stark ist sein Anblick der Wirklichkeit.

Wer noch volle sieben Geburten unter Menschen und Göttern erleben muss, nachdem er in die Heilsanziehung eingetre-

ten ist, der muss allerdings einer sein, der sich in der Übung gänzlich mit der Tugend begnügt und keinerlei Herzensfrieden anstrebt (S 55,40). Stärkere Fähigkeiten zum Aufheben der Verstrickungen hat ein in den Strom Eingetretener, von dem es heißt, er gehe von guter Familie zu guter Familie und werde nur noch zwei- bis dreimal unter Menschen in besten Verhältnissen geboren. Wer als Stromeingetretener in Tugend vollkommen wird und letzte Unvollkommenheiten nur noch auf dem Gebiet des Herzensfriedens und der Weisheit aufweist, der wird Einmalwiederkehrer, d.h. er wird nur noch einmal wiedergeboren, und zwar unter Menschen, wie es heißt. (A III,86)

Diese Überlegungen mögen unserem Verstand fremdartig erscheinen: wir rechnen nicht mit der Unendlichkeit des Samsāra, und darum erscheinen uns sieben oder drei Leben unendlich lang.

Der Erwachte sagt aber mit kaum überbietbarer Deutlichkeit, dass selbst sieben Leben für den Stromeingetretenen fast kein Leiden mehr sind: Die Leiden des Stromeingetretenen, der noch sieben Leben zu leben hat, sind im Vergleich zu den Überstandenen Leiden so winzig wie sieben Bohnen gegenüber dem Himālaya (S 56,49) oder wie Staub auf der Fingerspitze gegenüber der großen Erde (S 56,51), wie ein Taupfropfen gegenüber einer riesigen Wasserflut (S 56,52), wie zwei, drei Wassertropfen gegenüber dem Ganges mit seinen Nebenflüssen (S 56,53) oder gegenüber dem großen Ozean (S 56,57). Er weiß sich ja gesichert und strebt zielbewusst der vollen Erwachung entgegen.

#### Vier Merkmale des Stromeingetretenen (*sotāpanassa angāni*)

Auf den ersten Blick scheinen die oft in den Lehrreden (D 16, S 55,7 u.a.) vom Erwachten genannten vier Merkmale des Stromeintritts, an denen ein Mensch erkennen kann, dass er in die Heilsanziehung gelangt ist, in den in M 48 genannten sie-

ben Gewissheiten nicht enthalten zu sein, doch bei genauerem Hinsehen finden wir sie in der dritten und fünften Gewissheit wieder.

Diese Merkmale werden in den Lehrreden wie folgt beschrieben:

1. *Über den Erhabenen hat er endgültige Klarheit und dadurch Befriedung erlangt (avecca-pasāda): „Das ist, wahrlich, der Erhabene, Heilgewordene, vollkommen Erwachte, der in Wissen und Wandel Vollendete, der Rechtgegangene, der Welt Kenner. Er ist der unübertreffliche Lenker derer, die erziehbar sind, ist Leiter der Götter und Menschen, erwacht, erhaben.“*
2. *Bei der Lehre ist er zur endgültigen Klarheit und dadurch Befriedung gelangt: „Richtig dargelegt ist vom Erhabenen die Lehre, unmittelbar einleuchtend, zeitlos; sie lädt ein: ‚Komm und sieh selbst!‘ Sie führt hin, ist von Einsichtigen bei sich selbst erfahrbar.“*
3. *Bei der Schar der Heilsgänger ist er zur endgültigen Klarheit und dadurch Befriedung gelangt: „Recht geht beim Erhabenen die Schar der Heilsgänger vor; auf dem geraden Weg geht beim Erhabenen die Schar der Heilsgänger vor; zum Ausweg geht beim Erhabenen die Schar der Heilsgänger vor, nämlich als die vier Paare von Menschen nach den acht Arten von Menschen. Sie ist wahrlich würdig der Verehrung, würdig, Unterhalt zu empfangen, würdig der Gaben, würdig des ehrfurchtsvollen Grußes, der beste Boden in der Welt für ein Wirken mit guten Folgen.“*
4. *Er hat Tugenden, wie sie die Heilsgänger wünschen, die freimachen, zur Einigung führen und darum von den Erfahrenen gepriesen werden; er hält sie lückenlos, unverfälscht, unverbogen, ungebrochen, ohne an ihnen zu hängen.*

Das erste der vier Merkmale bedeutet, dass der Mensch nach den Worten des Erwachten im Lauf der Zeit *endgültige Klarheit und dadurch Befriedung* darüber erlangt hat, dass der Er-



wachte tatsächlich ein Heilgewordener ist und vollkommen erwacht. Es geht ja nicht um ein einfaches Vertrauen oder um einen Glauben, dass der Erwachte so sei, wie die Eigenschaften es beschreiben, vielmehr hat der Mensch auf dem Weg seiner inneren Entwicklung zum Heilsgänger mehrere geistige Veränderungen und Erfahrungen durchlaufen, die ihn nun erst zu diesem sicheren Urteil, ja, Wissen, befähigen und ebenso zu dem folgenden: der endgültigen Klarheit und Befriedung über den vollkommenen Heilscharakter der Lehre, dem *zweiten* Merkmal.

In den gesamten Reden des Erwachten zeigen sich zwei aufsteigende Grade der Annäherung an die Lehre des Erwachten und damit auch an den Lehrer, den Erwachten selbst.

Der erste Grad ist ein gewisses Maß an Vertrauen (*saddhā*), Vertrautsein mit dem Gehörten (M 22 Ende, M 34 Ende). Der Ausdruck *saddhā* wird benutzt, wenn man die Lehre zwar noch nicht ganz verstanden hat, noch nicht sicher kennt, aber in Herz und Gemüt einen Zug spürt, sich dieser Lehre und diesem Lehrer zuzuwenden und nach ihr zu leben, weil in der inneren Herzenssehnsucht nach Wahrheit und Sicherheit eine Hoffnung aufgekommen ist, dass man durch diese Lehre und durch diesen Lehrer zu Wahrheit und Sicherheit gelangen könne. Solches Vertrauen ist noch keine Sicherheit und keine Festigkeit, man kann es wieder verlieren; aber man kann auch von diesem ersten zum zweiten Grad kommen.

Der zweite Grad der Annäherung ist die endgültige Klarheit und dadurch Befriedung (*avecca-pasāda*) des Heilsgängers (*ariyasāvako*). Diese Bezeichnung gilt für alle Anhänger, welche durch die Unterweisungen des Erwachten zuerst Vertrauen gewonnen hatten, daraufhin ihre seelischen Vorgänge mit zunehmender Aufmerksamkeit beobachtet haben und dadurch im Leben nach der Lehre in innerer Erfahrung die Bestätigung der beiden Grundaussagen des Erwachten gewonnen hatten:

1. dass die gesamten existentiellen Möglichkeiten von den größten bis zu den feinsten immer nur durch die fünf Zu-

- sammenhäufungen gebildet sind, also aus Formen, Gefühlen, Wahrnehmungen, Aktivität und programmierter Wohlerfahrungssuche bestehen;
2. dass jede dieser fünf die Existenz „komponierenden“ Erscheinungen nur in Abhängigkeit von den jeweils anderen Vieren besteht; dass jede durch die anderen gebildet, geschoben und auch wieder abgelöst wird und dass dahinter kein selbstständiger Wille, kein Ich oder Selbst wirkt, dass da vielmehr nur ein seelenloses, schmerzliches Gedränge besteht, welches nie aus sich selber aufgelöst werden kann, sondern immer nur durch die mit diesen beiden Einsichten erworbene Erkenntnis ihres Leidenscharakters.

Weil diese Erkenntnis beim Heilsgänger auf innerer Erfahrung beruht und durch fortschreitende Erfahrung nur immer bestätigt wird und weil der so Vorgehende bei sich eine fortschreitende Minderung von Mühsal, Leiden und Verletzbarkeit erfährt, so ist er sich vollständig klar darüber, dass der Lehrer dieser Lehre das Dasein in seiner wahren Natur durchschaut hat. Diese Gewissheit ist unzerstörbar, weil sie in der gesamten weiteren Entwicklung sich nur immer mehr bestätigt, darum „endgültige Klarheit und Befriedung“ ist.

Das *dritte* Merkmal bedeutet, dass der Heilsgänger sich aus der langjährigen Erfahrung mit sich selber unverlierbar klar geworden ist über die vom Erwachten erwähnten *vier Paare von Menschen*, d.h. über die vier Entwicklungsetappen des Heilsgängers: Stromeingetretener, Einmalwiederkehrer, Nichtwiederkehrer, Geheilte. Das aber ist erst möglich, wenn er durch seine eigene Erfahrung bei seiner Umwandlung zum Heilsgänger zutiefst begriffen hat: In allen möglichen Daseinsformen und Welten führen nur diese vier Entwicklungsetappen aus allem Leiden schrittweise heraus bis zur vollständigen Geborgenheit. Dagegen sind alle Bestrebungen und Unternehmungen aller Wesen, die noch nicht in diese vierstufige Entwicklung eingetreten sind, letztlich vergeblich und müssen vergeblich bleiben - es sei denn, dass die Bestrebungen gerade

auf den Anfang dieses Wegs hinführen, so dass einer dann auch die vier Entwicklungsphasen an sich vollziehen kann.

Das *vierte* Merkmal ist gegeben, wenn ein solcher Heilsgänger, welcher das Endziel, das Nirvāna, immer im Blick hat, in seinem gesamten Verhalten im Begegnungsleben allmählich dahin wächst, die Tugenden lückenlos einzuhalten, in rücksichtsvoller, schonender Weise zu handeln und zu reden, ohne auf karmische Folgen daraus in dieser oder in jener Welt zu setzen, sondern über alles Begegnungsleben hinaus die Herzenseinigung anstrebt, aus deren Vollendung eben jenes heilende Klarwissen hervorgeht, das zum Nirvāna führt.

Das sind die vier Merkmale eines Stromeingetretenen, die der Heilsgänger bei sich selber feststellt und dadurch völlig sicher ist, dass er auf den Heilsstand zugeht.

Der Erwachte nennt an anderer Stelle (M 11) noch einen weiteren Grund für eine solche innere Befriedung und Sicherheit:

*Es gibt manche Asketen und Priester, ihr Mönche, die sich fähig erklären, alles Ergreifen von Grund aus darzulegen; doch eine solche Darlegung liefern sie nicht: sie untersuchen das Ergreifen von Sinnendingen, aber nicht das Ergreifen von Ansichten, aber nicht das Ergreifen von Verhaltensweisen, aber nicht das Ergreifen von Selbstbehauptung. Und warum nicht? Jene lieben Asketen und Priester haben eben diese drei Fälle nicht der Wirklichkeit gemäß erkannt und können daher, wenn sie auch meinen, alles Ergreifen von Grund aus zu verstehen, eine solche Untersuchung nicht führen. Es gibt manche Asketen und Priester, ihr Mönche, die sich fähig erklären, alles Ergreifen von Grund aus darzulegen; doch eine solche Darlegung liefern sie nicht: sie untersuchen das Ergreifen von Sinnendingen, untersuchen das Ergreifen von Ansichten, aber nicht das Ergreifen von Verhaltensweisen, aber nicht das Ergreifen von Selbstbehauptung. Und warum nicht? Jene lieben Asketen und Priester haben eben diese zwei Fälle nicht der Wirklichkeit gemäß erkannt und können daher, wenn sie auch*

*meinen, alles Ergreifen von Grund aus zu verstehen, eine solche Untersuchung nicht führen. Es gibt manche Asketen und Priester, ihr Mönche, die sich fähig erklären, alles Ergreifen von Grund aus darzulegen; doch eine solche Darlegung liefern sie nicht: sie untersuchen das Ergreifen von Sinnendingen, untersuchen das Ergreifen von Ansichten, untersuchen das Ergreifen von Verhaltensweisen, aber nicht das Ergreifen von Selbstbehauptung. Und warum nicht? Jene lieben Asketen und Priester haben eben diesen einen Fall nicht der Wirklichkeit gemäß erkannt und können daher, wenn sie auch meinen, alles Ergreifen von Grund aus zu verstehen, eine solche Untersuchung nicht führen.*

*In einer solchen Lehre und Wegweisung, ihr Mönche, kann die Klarheit und Befriedung beim Meister nicht vollkommen sein, kann die Klarheit und Befriedung bei der Lehre nicht vollkommen sein, kann die Erfüllung der Tugend nicht vollkommen sein, können die Nachfolger der Lehre einander nicht lieb und angenehm sein. Warum ist das so? So ist es eben, wenn Lehre und Wegweisung schlecht verkündet, schlecht erklärt sind, nicht befreiend, nicht zum Frieden führend, erklärt von einem, der nicht vollkommen erwacht ist.*

*Doch der Vollendete, ihr Mönche, der Geheilte, vollkommen Erwachte erklärt sich fähig, alles Ergreifen von Grund aus darzulegen, und er gibt eine solche Darlegung: Er beschreibt das Ergreifen von Sinnendingen, er beschreibt das Ergreifen von Ansichten, er beschreibt das Ergreifen von Verhaltensweisen, er beschreibt das Ergreifen von Selbstbehauptung.*

*In einer solchen Lehre und Wegweisung, ihr Mönche, ist die Klarheit und Befriedung beim Meister vollkommen, ist die Klarheit und Befriedung bei der Lehre vollkommen, ist die Erfüllung der Tugend vollkommen, sind die Nachfolger der Lehre einander lieb und angenehm. Warum ist das so? So ist es eben, wenn Lehre und Wegweisung gut verkündet, gut erklärt sind, befreiend, zum Frieden führend, erklärt von einem, der vollkommen erwacht ist.*

Damit zeigt der Erwachte, dass Klarheit und darum Befriedung (*pasāda*) - das Empfinden von Unverwundbarkeit durch eine Lehre, die von einem Meister dargelegt wird - vollkommenes Einhalten der Tugendregeln und Sich-vollkommen-eins-Fühlen mit den Ordensbrüdern, die in gleicher Richtung streben, nur möglich ist, wenn der Gedanke, die Vorstellung, da sei ein Ich als Zentrum, das von der Welt etwas will, aufgehoben ist. Solange die Triebe, die der Mensch als Ich empfindet („ich möchte dies, jenes nicht“), das Liebste und Wichtigste sind, so lange muss er mit großem Aufwand für die Erhaltung und Befriedigung der Triebe, des Ich, sorgen. Die Triebe schaffen Probleme und Sorgen, mit ihnen ist der Mensch nicht befriedet, sondern verlangend und abwehrbereit und wird darum durch sie gehindert, die Tugenden vollkommen einzuhalten und jene nichtmessende Liebe allen Wesen gegenüber zu bewahren, da die Triebe bei allen Begegnungen ihr Gefühlsurteil abgeben: „Der ist sympathisch, der unsympathisch.“

Der Heilsgänger aber ist beim Erwachten und der von ihm verkündeten Heilslehre vollkommen befriedet; und wenn er den rechten Anblick gegenwärtig hat, fühlt er sich erlöst von der Aufgabe, für ein Ich sorgen und es verteidigen zu müssen, fühlt sich unverletzbar. Er sieht entsprechend der dritten Gewissheit (M 48): Diese vollkommene Befriedung durch die Erfahrung von Unverwundbarkeit, Unverletzbarkeit *kann kein Asket oder Brahmane außerhalb der Heilswegweisung eines Erwachten erfahren*, denn die Wegweisung des Erwachten ist die einzige, die das Ergreifen von allen vier Ergreifensmöglichkeiten als leidbringend aufzeigt, alle fünf Zusammenhäufungen als unbeständig und darum leidvoll, nicht ich erkennt und den Weg zu ihrer Aufhebung weist.

Das vierte Merkmal des Stromeingetretenen

*Der Heilsgänger hat Tugenden, die Heilsgänger wünschen, die freimachen, zur Einung führen. Er hält sie lückenlos... ein, ohne an ihnen zu hängen,*

findet sich in der fünften Gewissheit (M 48) wieder:

*Er hat das dringende Verlangen, hohe Tugend...zu gewinnen.*

In immer neuen Variationen beschreibt der Erwachte das unsagbare Glück, das beseligte Aufatmen, das der Stromeingetretene durch seine Klarheit und daraus hervorgehende innere Befriedung gewonnen hat: Der Besitz der vier Merkmale gleicht einer gewaltigen Überflutung durch Verdienst, das so unermesslich ist wie der Ozean. - Die Sicherheit und das Wohl, das zunimmt und schließlich zum unverletzbaren Wohl führt, sind unvorstellbar. Alles andere Verdienst der Welt geht unweigerlich wieder verloren, einzig dieses nicht. *Was der Stromeingetretene gewinnt, führt immer nur zu noch Besserem ohne Rückfall und Verlust. (S 55,41)*

Der Besitz der vier Merkmale des Stromeingetretenen gleicht einem Gewinn, dem gegenüber die Herrschaft über die vier Kontinente durch einen Weltkaiser auch nicht „ein Sechzehntel“ wert ist, denn der Kaiser entgeht nicht den unteren Welten, während der Stromeingetretene diesen Übeln endgültig entronnen ist. (S 55,1)

Während es in den vier Gegebenheiten Veränderungen gibt, kann es in dem Besitz der vier Merkmale des Stromeingetretenen keinerlei Veränderung mehr geben. - Die Verteilung von Festem und Flüssigem auf der Erde wird sich ändern, Weltbrand und kosmische Wirbel wird es geben, wenn auch in langen Zeitläufen, aber an den vier Merkmalen des Stromeingetretenen ändert sich nichts mehr, auch nicht in sieben Wiedergeburten. (S 55,17)

Weil der unbelehrte Mensch die vier Merkmale des Stromeingetretenen nicht hat, gerät er wegen des Todes in Furcht und Angst, nicht aber der Stromeingetretene, der wegen künftiger Daseinsformen keine Furcht mehr zu haben braucht, da er nicht mehr absinken kann. (S 55,27)

EIN BEDEUTSAMES GESPRÄCH  
DES ERWACHTEN MIT GOTT BRAHMA  
49. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“<sup>107</sup>

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Sāvathī, im Siegerwald, im Garten Anāthapindikos. Dort nun wandte sich der Erhabene an die Mönche: Ihr Mönche! – Erhabener!–, antworteten da jene Mönche dem Erhabenen aufmerksam. Der Erhabene sprach:*

*Eines Tages, ihr Mönche, weilte ich bei Ukkatthā, im Lustwald, am Fuß eines Königsbaums. Damals aber, ihr Mönche, war der Brahma Bako zu der vererblichen Anschauung gekommen: „Hier ist das Ewige, hier das Beharrende, Immerwährende, hier ist Vollkommenheit und Unvergänglichkeit. Denn hier gibt es kein Geborenwerden und Altern, kein Sterben und Vergehen und Wiedererscheinen; und es gibt kein anderes Entrinnen aus dem Samsāra als dieses.“*

*Und ich erkannte, ihr Mönche, des Brahmas Bako Gedanken, und gleichwie etwa ein kräftiger Mann den eingezogenen Arm ausstrecken oder den ausgestreckten Arm einziehen mag, ebenso verschwand ich da von Ukkhatthā, aus dem Lustwald, vom Fuß des Königsbaums, und erschien in jener Brahmawelt. Da sah mich, ihr Mönche, der Brahma Bako wie von fern herankommen, und nachdem er mich gesehen, sprach er zu mir: „Willkommen, o Würdiger, willkommen, o Würdiger! Lange schon hab ich die Hoffnung gehegt, der Würdige werde hierher kommen. Denn hier, Würdiger, ist das Ewige, hier das Beharrende, Immerwäh-*

---

<sup>107</sup> ähnlich in S 6,5

*rende, hier ist Vollkommenheit und Unvergänglichkeit. Hier gibt es kein Geborenwerden und Altern, kein Sterben und Vergehen und Wiedererscheinen, und ein anderes Entrinnen aus dem Samsāra als dieses gibt es nicht.“*

*Hierauf, ihr Mönche, erwiderte ich dem Brahma Bako: „Im Wahn befangen, wahrlich, ist der liebe Brahma Bako, im Wahn befangen, wahrlich, ist der liebe Brahma Bako, da er Nichtewiges als ewig bezeichnet, nicht Beharrendes als beharrend bezeichnet, nicht Immerwährendes als immerwährend bezeichnet, nicht Vollkommenes als vollkommen, das Vergehende als nicht vergehend bezeichnet und von dem, was geboren wird, altert, stirbt, dahinschwindet und wiedererscheint, behauptet, dass es nicht geboren werde, altere, sterbe, dahinschwinde und wiedererscheine, und obwohl es ein wirkliches Entrinnen aus dem Samsāra gibt, behauptet, dass es nur dieses (von ihm Erlebte als Entrinnung) gebe.“*

Wir sehen: Der Anlass zu dem Besuch des Erwachten in der Brahmawelt ist die falsche Anschauung des Brahma Bako, der glaubt, der Brahmazustand sei der höchste, über den hinaus es keinen anderen gebe, er sei das Endziel, der Ausweg aus dem Immer-wieder-Geborenwerden, Altern und Sterben. Er, der Brahma, habe nun die Ewigkeit, das Todlose, ewigen Frieden gewonnen, brauche nichts mehr zu tun, sei ungefährdet.

Der Brahma Bako hat sich, als er noch Mensch war, bemüht, das Herz von allen verdunkelnden Eigenschaften zu läutern. Dies ist ihm so sehr gelungen, dass er diesen hohen Brahma-Zustand erreicht hat. Aber nun hat er diese verderbliche Anschauung gewonnen. Wir sehen, wie gefährlich es ist, bei langlebigen Göttern wiedergeboren zu werden, ohne vorher mit rechter Anschauung gegen den Wahn gewappnet zu sein, nun lebe man ewig. Diese Anschauung bezeichnet der



Erwachte nicht nur als falsch, sondern als verderblich. Denn sobald man meint „Ich bin am Ziel“, da lässt man nach im Streben, ruht sich aus, und Ausruhen bedeutet Absinken im Lauf der Zeit. Das Nicht-Erkennen der Wandelbarkeit der fünf Zusammenhäufungen – Form, Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierte Wohlerfassungssuche – hält im wandelbaren Daseinskreislauf gefangen: in jedem Augenblick andere Gedanken, andere Gesinnungen, andere Gefühle, andere Neigungen, andere Absichten haben und dem Zug der Neugierde folgen, wie es in D 27 auch berichtet wird, und dadurch wieder abwärts sinken und in Daseinsarten unterhalb der brahmischen Sphäre bis hinab zu höllischen Bereichen wiedergeboren werden. Darum wird diese Anschauung des Brahma Bako als übel, als gefährlich, eben als verderblich bezeichnet. Dieses wissend, aus Mitempfinden mit Brahma Bako erscheint der Erwachte mit Geistesmacht in der Brahmawelt, um ihn von dieser verderblichen wahnbefangenen Anschauung abzubringen.

Aber der Gegenspieler des Buddha, Māro der Böse, mischt sich ein.

Māro, der Böse, besetzt einen Brahma  
und spricht durch ihn

*Da fuhr nun, ihr Mönche, Māro, der Böse, in einen der Götter vom Gefolge Brahmas und sprach aus ihm: Mönchlein, Mönchlein! Hüte dich vor diesem, hüte dich vor diesem! Das ist ja Brahma, der Große Brahma, der Allmächtige, der Unübertroffene, der alles Sehende, der Beherrscher, der Herr, der Schöpfer, der Erschaffer, der Höchste, der Erzeuger, allerhöchster Herr und Vater aller, die sind und niemals sein werden.*

*Schon vor dir, Mönch, gab es in der Welt Asketen und Brahmanen, die von Festem, Flüssigem, Hitzigem, Luft, von allem Gewordenen, von den Göttern, dem*

*Herrn der Scharen* <sup>108</sup>, von Brahma abgestoßen waren, ihrer überdrüssig waren. Diese gelangten bei Versagen des Körpers nach verbrauchter Lebenskraft zu niederen Daseinsformen. Und es gab vor dir, Mönch, Asketen und Brahmanen in der Welt, die Liebhaber von Festem, Flüssigem, Hitzigem, Luft, von allem Gewordenen, von den Göttern, dem Herrn der Scharen, von Brahma waren, sich an Festem, Flüssigem, Hitzigem, Luft, an dem Gewordenen, an den Göttern, an dem Herrn der Scharen, an Brahma erfreuten. Diese gelangten bei Versagen des Körpers nach verbrauchter Lebenskraft zu hohen, erlesenen Daseinsformen. Und so rat ich dir denn, Mönch: „Hab Acht, Würdiger! Was der Brahma gesagt hat, das lass dir gesagt sein, auf dass du nicht dem Wort Brahmas widersprichst! Wenn du, Mönch, dem Wort Brahmas widersprechen wolltest, so wäre es, als ob ein Mann mit einem Stock eine andrängende Lichtfülle abwehren wollte oder als ob ein Mann, in einen Abgrund stürzend, mit Händen und Füßen Halt zu gewinnen suchte: Ganz ebenso, Mönch, würde es dir ergehen. Hab Acht, Würdiger! Was dir Brahma gesagt hat, das lass dir gesagt sein, auf dass du nicht dem Wort Brahmas widersprichst. Siehst, Mönchlein, du nicht rings umher den Götterkreis der Brahmawelt?“ –

Mit diesen Worten, ihr Mönche, führte mich Māro, der Böse, in den Kreis der Brahmagötter. Ich aber, ihr Mönche, sprach zu Māro, dem Bösen: „Wohl kenn ich dich, Böser, lass die Hoffnung fahren: ‚Er kennt mich nicht.‘ Māro bist du, der Böse. Und dieser Brahma da, Böser, und diese Brahmagötter und diese Brahmasharen, alle sind sie in deiner Hand, alle sind sie in

---

<sup>108</sup> nach S 11,3 der Gott der Götter der Dreiunddreißig

*deiner Gewalt. Du, Böser, denkst nun: ‚Auch der soll in meiner Hand sein, auch der soll in meiner Gewalt sein.‘ Ich aber, Böser, bin nicht in deiner Hand, nicht in deiner Gewalt. –*

Māro, der Böse, fürchtet, dass der Erwachte die Brahmagötter überzeugen könne, und versucht, indem er einen aus dem Gefolge Brahmas besetzt und durch ihn spricht, den Buddha von seinem Vorhaben abzubringen. Das ist für viele Leserefreunde ein ganz eigenartiger Vorgang. Von der Besetzung von Menschen durch jenseitige Geister ist öfter die Rede, und in allen religiösen Überlieferungen kommen Austreibungen von Dämonen vor.

Unter Besessenheit eines Menschen wird verstanden, dass der Wollenskörper (*nāma-kāya*) samt feinstofflichem Körper (*dibba kāya*) mehr oder weniger aus dem grobstofflichen Körper eines Menschen vertrieben wird durch eine „jenseitige“ Person mit Wollenskörper und feinstofflichem Körper. Diese jenseitige Person kann dann den Fleischkörper für die Zeit der Verdrängung des Bewohners nach Wunsch und Willen handhaben. In unserer Lehrrede besetzt Māro einen der Brahmagötter, durch den Māro seine Gedanken äußert. Die Götter sollen ihn, Māro, nicht sehen, er ist für sie unsichtbar, ihnen allen also überlegen an Geistesmacht. Die Götter meinen, dass einer der Ihren zu dem Mönch spricht.

Māro wird in der buddhistischen Symbolik dargestellt als der Dämon, der die ganze Welt mit seinen Krallen umklammert, dem die ganze Welt gehört. Solange ein Wesen auf die fünf Zusammenhäufungen gestützt lebt, so lange ist es dem Samsāra ausgeliefert, dem Entstehen-Vergehen, ist im Totenbereich. Der Erwachte zeigt: Alles, was so lebendig aussieht, jeder Gedanke, den ein Mensch oder eine Gottheit hat, muss aufkommen auf Grund der Erfahrungen seitens der Triebe, die mit Gefühl übergossen dem Geist gemeldet werden, und auf diese Wahrnehmung muss reagiert werden mit Denken, Reden

und Handeln. Das sieht lebendig aus, aber hier schiebt nur eine Zusammenhäufung die andere. Das ist der Bereich des Toten: ein unendlich automatisch gegenseitiges Angestoßenwerden. Erst die Überwindung dieser fünf Zusammenhäufungen beendet den Kreislauf. Māro ist also nicht nur Herr über die Hölle, sondern Herr der gesamten Daseinsbereiche, in denen auf die fünf Zusammenhäufungen gesetzt wird. Māro selber ist ebenfalls den fünf Zusammenhäufungen ausgeliefert, aber er wird als der Herr der Welt bezeichnet, als das Geistmächtigste aller Wesen. Seine Hauptaufgabe sieht er darin zu verhindern, dass die Lehre des Erwachten sich ausbreitet und bekannt wird, denn nur die Lehre des Erwachten hilft den Menschen oder den höheren Wesen aus den fünf Zusammenhäufungen heraus, und damit werden sie Māro unzugänglich. Darum legt er in diesem Kreis der Götter so viel Wert darauf, die große Macht Brahmas zu zeigen, um von vornherein den Aussagen des Erwachten, des kleinen Menschleins, alle Wirkungskraft zu nehmen: „Dies ist der Glanz und die Macht Brahmas, und du kleiner Mensch willst diese Macht nicht anerkennen!“ Diese für Brahma und seine Scharen schmeichelhaften Worte, die sie gern hören, sind für sie und vor allem für Brahma Bako selber gefährlich, durch sie wird er noch weiter bestätigt in der Auffassung: „Ja, ich bin der Höchste, der Schöpfer, dieser aus meinem Gefolge hat es zu Recht gesagt.“

Und nun behauptet Māro, dass es Asketen gegeben habe, die von allem Gewordenen bis zu Brahma hin abgestoßen und dessen überdrüssig waren und die dadurch nach dem Tod in niedere Daseinsform gelangt wären.

Rein folgerecht nach dem Gesetz, dass das Wahrnehmen dem Wollen entspricht, ist es so, dass ein Wesen, das die Unbeständigkeit, Leidhaftigkeit, Nicht-Ichheit alles Gewordenen deutlich sieht und darum nichts Gewordenes ergreift, an dem Gewordenen keine Befriedigung findet, alles Gewordene loslässt, sinnliches Begehren überwunden hat und darum nicht in Bereichen sinnlicher Wahrnehmung wiedergeboren werden kann, weder in der Menschenwelt noch in sinnlichen Him-

melswelten, und erst recht nicht Höllisches erleben kann. Es hat die sinnliche Selbsterfahnis transzendiert und die Selbsterfahnis Reine Form oder Formfreiheit gewonnen oder gar auch die Neigung zu diesen aufgehoben. Den Weg dahin nennt der Erwachte dem Übende in M 1: Wenn der Übende das Gewordene als Festigkeit, Flüssigkeit, Hitze, Luft und die Götter bis hin zu Brahma wahrnimmt, dann soll er nicht darum herum denken, sich nicht darüber freuen, nicht dabei bleiben wollen, denn dann würde er es nie kennenlernen und durchschauen, weil er der Blendung verhaftet bleibt.

### Die Brahmawesen hängen an Form an sich

Die Brahmawesen haben die sinnliche Wahrnehmung transzendiert, hängen allein am Form-Erleben, der Reinen Form. Wenn zum Beispiel der weite Horizont oder der goldene Abendhimmel gesehen wird und dabei Frieden empfunden wird, dann ist durch das Sehen eine höhere Herzensverfassung entstanden, die mit Sinnensucht nichts zu tun hat, aber noch eine Neigung zu Form, zu reiner, von Sinnendingen freier Form ist: zu den Linien am Himmel, zum Horizont. Jeder, der Sinnensucht hat, hat auch Neigung zu Form. Es sind formhafte, gestalthafte Dinge, zu denen der Sinnensüchtige auch noch den zusätzlichen Bezug, nämlich den sinnlichen, hat.

Ein Beispiel: Ein starker Raucher, der längere Zeit nicht geraucht hat, sieht eine Zigarettenschachtel liegen, aus der noch ein Stück Zigarette herauschaut. Er sieht die Zigarettenschachtel nicht nur einfach als Form, als Rechteck mit einem Stück Zylinder, sondern die Schachtel bedeutet ihm die Stillung seines Verlangens, ist für ihn Rettung, Glück. Stellen wir uns vor, er greift danach, und es ist nur noch das hohle Papier von einer Zigarette, nichts ist mehr darin. Jetzt wird die Zigarettenschachtel für ihn zu einer leeren Schachtel, aber weil für ihn eine Zigarettenschachtel immer noch ein Versprechen ist, ist da immer noch die Gefühlsbesetzung durch den Rauchertrieb. Für einen einfachen Nichtraucher, der mit Rauchen gar

nichts zu tun hat, der von Kind an keine Zigarettenschachtel kennt und nun eine Zigarettenschachtel sieht, ist die Schachtel nur eine rechteckige Form. Kein Gefühlsinhalt, eine leere Form.

In der sinnlichen Selbsterfahrnis gibt es z.B. den Geschlechtsunterschied, die Geschlechter ziehen sich an: das männliche Wesen mag das weibliche Wesen gern, und das weibliche Wesen mag das männliche gern. Warum? Die Wesen sind einseitig und empfinden sich als einseitig, sie sind nicht vollständig, sie suchen darum nach Ergänzung, „dem Dual“. Der Erwachte empfiehlt, dass die Menschen das Fehlende nicht außen suchen, sondern bei sich ergänzen. Der Mann soll sorgen, dass er auch die guten weiblichen Eigenschaften gewinnt, z.B. die des Mitempfindens, der Fürsorge, und die Frau soll dafür sorgen, dass sie gute männliche Eigenschaften in sich ausbildet, wie Übersicht und Kontrolle des Geistes über die Gefühle. Je mehr einer das Fehlende bei sich entwickelt, um so mehr werden ihm die Inhalte der einzelnen Formen, die sinnlichen Bezüge – ob Mann oder Frau – unwesentlich. So überwindet der Übende die sinnliche Selbsterfahrnis, aber damit hat er noch nicht Form selber überwunden. Die Brahmawesen hängen an der Reinen Form, der Form an sich.

Die formfreie Selbsterfahrnis erreichen Wesen, die dem Herzensfrieden so nahe sind, ihn so oft erfahren haben, dass ihnen auch die Wahrnehmung von Form eine Belästigung ist. Und wer auch die formfreie Selbsterfahrnis, den höchsten Herzensfrieden, nicht ergreift, vermag alle Triebe aufzuheben, die Todlosigkeit, das Nibbāna, zu gewinnen. Damit ist er dem Zugriff Māros für immer entkommen. Die Todlosigkeit kennt Māro nicht, aber er fürchtet, dass die Wesen alle Triebe aufheben und dann nicht mehr seiner Macht unterliegen.

Und Māro sagt, es habe schon immer Asketen gegeben, die alles Gewordene ergreifen und darum nach dem Tod als helle Wesen in himmlischer Welt wiedergeboren werden. Diese Aussage ist so natürlich nicht richtig. Māro ist ein Verdreher der Wahrheit, er vertauscht Richtiges mit Falschem. Nicht

weil sie das Gewordene ergreifen, werden sie in höheren Welten wiedergeboren, sondern weil sie sich helle innere Wesensart, ein die Wünsche anderer berücksichtigendes Verhalten erworben haben, darum werden sie bei gleichartigen, d.h. himmlischen Wesen wiedergeboren. Das Ergreifen sinnlicher Dinge hat leicht die Folge, dass die Wesen, blind für die Wünsche anderer, ihren eigenen Wünschen folgen und sich in Untugend verstricken. Um der Begierden willen, die stets nach außen, auf die Menschen und die Welt gerichtet sind, gerät der Mensch in Konflikt mit den Mitwesen, weil diese oft dieselben Dinge und Menschen begehren. Aus dieser Konkurrenz und Rivalität entsteht Abneigung bis Hass. Abneigung bis Hass ist nur durch das sinnliche Begehren bedingt. Und durch Abneigung bis Hass in seinen vielerlei Formen verliert der Mensch sein Menschentum, gerät ins Elend, in die Tierheit, ja, in die Unterwelt. Auf die Dauer muss sinnliches Begehren zu Abneigung bis Hass führen. – Aber auf diese falschen Anschauungen Māros geht der Erwachte nicht ein, ihm geht es ja um das Gespräch mit Brahma Bako. Er tritt Māro entgegen und sagt einfach: „Ich kenne dich, Böser, lass die Hoffnung fahren: ‚Er kennt mich nicht!‘ Māro bist du, der Böse. Und dieser Brahma und die Brahmagötter und diese Brahmascharen sind alle in deiner Hand, in deiner Macht, und du möchtest auch mich noch in deine Hand und Macht bekommen. Ich aber stehe nicht in deiner Hand, in deiner Macht.“

Und nun spricht Brahma Bako selber:

Der Erwachte nennt Brahma Bako  
drei Selbsterfahrungen über ihm

*Auf diese Worte, ihr Mönche, sprach der Brahma Bako zu mir: Ich nun, Würdiger, halte für ewig, was eben ewig ist, halte für beharrend, was eben beharrend ist, halte für immerwährend, was eben immerwährend ist, halte für vollkommen, was eben vollkommen ist, halte*

*für unvergänglich, was eben unvergänglich ist; und wo kein Geborenwerden und Altern, kein Sterben und Vergehen und Wiedererscheinen ist, da sag ich: „Hier ist kein Geborenwerden und Altern, kein Sterben und Vergehen und Wiedererscheinen.“ Und weil es keine andere Entrinnung aus dem Samsāra gibt, deshalb sag ich: „Es gibt keine andere Entrinnung als dies.“*

*Vor dir, Mönch, waren schon Asketen und Brahmanen in der Welt, die sich die ganze Zeit eures Lebens einzig asketischen Übungen hingegeben hatten. Die mochten vielleicht wissen, ob es eine andere Entrinnung aus dem Samsāra gibt oder nicht gibt. Dir sage ich jedenfalls: Du wirst eine andere Entrinnung aus dem Samsāra nicht finden, und wenn du dir auch noch so viel Mühe geben und noch so viele Entbehrungen auf dich nehmen würdest. Wenn du dich auf Festes, Flüssiges, Hitze und Luft, auf Gewordenes, die Götter, auf den Herrn der Scharen, auf Brahma stützt, wirst du mir nahe sein, wirst dich auf meinen Grund stützen, wirst meinem Belieben, meinen Wünschen ausgeliefert sein. –*

*Der Buddha sprach: Das weiß ich, Brahma. Wenn ich mich auf Festes, Flüssiges, Hitziges und Luft, auf das Gewordene, die Götter, auf den Herrn der Scharen, auf Brahma stütze, dann werde ich dir nahe sein, werde ich mich auf deinen Grund stützen, werde ich deinem Belieben, deinen Wünschen ausgeliefert sein.*

*Wohl kenne ich, Brahma, dein Leben und deine Herrlichkeit: Von großer Geistesmacht ist der Brahma Bako, von großer Erhabenheit, von großem Einfluss ist der Brahma Bako. –*

*Brahma Bako: Inwiefern denn, Würdiger, kennst du mein Leben und meine Herrlichkeit: Von großer Geis-*



*tesmacht ist der Brahma Bako, von großer Erhabenheit, von großem Einfluss ist der Brahma Bako? –*

Buddha:

*So weit sich Mond und Sonne dreh'n,  
ihr Schein das Himmelsrund erhellt,  
durch solche Welt, noch tausendfach  
dein Herrschaftseinfluss sich erstreckt.*

*Und Hoch und Niedrig kennst du dort,  
die voller Gier, die frei davon,  
was so ist und was anders ist,  
der Wesen Kommen und ihr Gehen.*

*So kenne ich, Brahma, dein Leben und deine Herrlichkeit: Von großer Geistesmacht ist der Brahma Bako, von großer Erhabenheit, von großem Einfluss ist der Brahma Bako.*

Brahma Bako bestätigt hier noch einmal seine bereits zu Anfang geäußerte Auffassung, dass er, der Brahma, der Höchste sei, es gebe keine andere Entrinnung aus dem Samsāra als den Brahmazustand, fügt aber hinzu, dass Asketen, die sich ihr ganzes Leben asketischen Übungen hingegeben haben, also auf vieles Gewordene verzichtet haben, vielleicht einen anderen Ausweg aus dem Samsāra wüssten. Der Asket Gotamo scheint ihm kein asketisch Übender zu sein, worunter er wahrscheinlich die Selbstqual versteht, und darum meint er, dass er sich wie alle Wesen auf Gewordenes, auf Form, stützen müsse – und ebenso auf Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierte Wohlerfahrungssuche, würde der vom Erwachten Belehrtete hinzufügen –, so wie auch er, der Brahma, sich auf die Form stützt, sich als Herr über die Form empfindet.

Der Erwachte sagt nun zu Brahma Bako nicht, wie man vermuten könnte, dass seine Anschauung, alles stütze sich auf ihn, ein Irrtum sei. Er weiß, dass diese Wahrnehmung für

Brahma Bako Wirklichkeit ist: Brahma Bako nimmt wie jeder andere seine Wahrnehmung für wahr, und eine andere Wahrnehmung dagegen zu stellen, würde Brahma als leere Behauptung erscheinen. Der Buddha bestätigt ihm seine große Macht, die u.a. darin besteht, dass er sieht, wie Menschen und Götter wie Eintagsfliegen sterben und wiedergeboren werden. Er lebt auf Grund seiner weiten Strahlkraft in Liebe länger als die sinnlichen Götter und länger auch als die brahmischen Wesen seiner Sphäre. Von daher kann man verstehen, dass Brahma sich als ewig auffasst. Alles, soweit Sonne und Mond reichen, also den ganzen Kosmos, überblickt er in allen Höhen und Tiefen. Er sieht moralisch hochstehende und üble Wesen und ihre Wiedergeburt in entsprechenden Bereichen. Aber er kann nicht über sich hinaus sehen, und darum lebt er in der Meinung, er sei der Höchste.

Auch vom Gott der Christen heißt es, er sei allmächtig, allgütig, allgegenwärtig, allwissend usw. So ist zu vermuten, dass auch der Gott der christlichen Lehre sehr viel sieht, aber er sieht nicht über sich hinaus, und so ist es mit allen Gottheiten, die da meinen, dass sie ewig seien.

Nachdem der Erwachte dem Brahma Bako alles Lob gespendet hat, was man nur spenden kann und das er verdient hat und das geeignet ist, den Menschen zu ehrfürchtigem Aufblick zu Brahma zu veranlassen und dadurch selber in seinem Herzen größer und reiner zu werden, fährt er fort:

*Nun gibt es aber, Brahma, drei weitere Daseinsarten, die du weder kennst noch siehst, die aber ich kenne und sehe. Es gibt, Brahma, die Daseinsform der Leuchtenden, von denen abgeschieden, du hier wiedererschienen bist. Weil du lange Zeit hier gewesen bist, ist dir die Erinnerung daran geschwunden, und daher kennst du diese Daseinsform nicht und siehst sie nicht, die ich kenne und sehe. Und somit bin ich dir, Brahma, nicht nur nicht gleich an uneingefangener durch-*

*dringender Weisheit (abhiññā), geschweige dass ich unter dir stünde, sondern ich bin dir weit überlegen. Und es gibt die Daseinsform der Strahlenden, und es gibt die Daseinsform der Selbstgewaltigen, die kennst du nicht und siehst sie nicht, die ich kenne und sehe. Und somit bin ich dir, Brahma, nicht nur nicht gleich an unbefangener durchdringender Weisheit, geschweige dass ich unter dir stünde, sondern ich bin dir weit überlegen.*

Das Letztere sagt der Erwachte nicht, um zu prahlen, sondern um dem Brahma Vertrauen einzuflößen: „Ich weiß wirklich mehr als du, hör’ darauf, ich kann dir helfen!“

Und nun schildert der Erwachte Brahma Bako, wie er die vier großen Gewordenheiten der Form, also der Festigkeit, Flüssigkeit, Hitze und Luft und die hohen Gottheiten bis hin zum All unbefangen und auf Abstand betrachtet hat, dabei gesehen hat, dass sie Wahrnehmungsinhalte sind, um die er sein Denken nicht herumkreisen ließ, sie nicht ergriff, sondern sich von ihnen ablöste:

Der Erwachte hat den Wahrnehmungs-Charakter  
alles Gewordenen erkannt

*Ich erkannte uneingefangen mit durchdringender Weisheit Festes als durch (eingebildete) Festigkeit bedingt. Nachdem ich Festes als durch (eingebildete) Festigkeit erkannt hatte, erkannt hatte, dass bei der (Vorstellung) Festigkeit kein Eingefangensein im Festen <sup>109</sup> bestand, da war kein Denken an Festes, kein Denken von Festem ausgehend, kein Rechnen mit Fes-*

---

<sup>109</sup> an-anubhūta wörtlich: nicht entlang dem Gewordenen (denken)

tem, kein Denken „mein ist Festes“, keine (innere) Begrüßung (abhivadati) des Festen. <sup>110</sup>

Und somit bin ich dir, Brahma, nicht nur nicht gleich an uneingefangener durchdringender Weisheit, geschweige dass ich unter dir stünde, sondern ich bin dir weit überlegen.

Ich erkannte uneingefangen mit durchdringender Weisheit Flüssigkeit, Hitze, Luft, alles Gewordene, die Götter, den Herrn der Scharen, Brahma, die Leuchtenden, die Strahlenden, die Selbstgewaltigen, den Übermächtigen, das All <sup>111</sup> (als durch Einbildung bedingt). Nachdem ich Flüssigkeit, Hitze, Luft, alles Gewordene, die Götter, den Herrn der Scharen, Brahma, die Leuchtenden, die Strahlenden, die Selbstgewaltigen, den Übermächtigen, das All unbefangen (als durch Einbildung bedingt) mit durchdringender Weisheit erkannt hatte, erkannt hatte, dass kein Eingefangensein bestand, da war kein Denken an...All, kein Denken vom All ausgehend, kein Rechnen mit einem All, kein Denken „Mein ist das All“, keine (innere) Begrüßung des All. Und somit bin ich dir, Brahma, nicht nur nicht gleich an uneingefangener durchdringender Weisheit, geschweige dass ich unter dir stünde, sondern ich bin dir weit überlegen. –

---

<sup>110</sup> S. M 1 „Der Vollendete sieht unbefangen/auf Abstand Festigkeit, Flüssigkeit, Hitze, Luft usw. als durch (eingebildete) Festigkeit, Flüssigkeit, Hitze, Luft bedingt. Und da er Festigkeit..unbefangen sieht als durch (eingebildete) Festigkeit ..bedingt, so denkt er nicht „Festigkeit“..., denkt nicht an Festigkeit..., denkt nicht von Festigkeit...aus, rechnet für sich selbst nicht mit Festigkeit..., sucht nicht Befriedigung bei Festigkeit... Und warum nicht? Weil das von ihm mit durchdringender Weisheit unbefangen gesehen wurde.

<sup>111</sup> Die Wahrnehmung „All“ hat einer, der sich „den Kosmos“, das All, das Universum, als Gesamtheit vorstellt.

Der Erwachte sagt hier sehr kurz, dass er Festes als „eingebil-dete Festigkeit“, als „Vorstellung“, als Wahrnehmung von Festigkeit erkannt habe und dabei festgestellt habe, dass er nicht von Festem eingefangen gewesen sei. In M 1 führt er dies deutlicher aus, indem er die Auffassung und das Verhalten des unbelehrten eingefangenen Menschen der Auffassung und dem Verhalten des Kämpfenden und des uneingefangenen Vollendeten gegenüberstellt. Er sagt dort:

*Der unbelehrte Mensch hat die Wahrnehmung (oder Vor-stellung) (sañjānāti) von Festigkeit, wie wenn sie von (wirklicher, materieller) Festigkeit käme. Weil er die Wahrnehmung von Festigkeit hat, wie wenn sie von (wirklicher, materieller) Festigkeit käme, meint er, es sei Festigkeit, denkt an Festig-keit, geht von Festigkeit aus, rechnet für sich selbst mit Festig-keit, sucht Befriedigung bei Festigkeit. Und warum? Weil er sie nicht kennt.*

*Er hat die Wahrnehmung von Flüssigkeit – Hitze – Luft, wie wenn sie von (wirklicher, materieller) Flüssigkeit – Hitze – Luft käme.*

*Weil er die Wahrnehmung von Flüssigkeit – Hitze – Luft hat, wie wenn sie von (wirklicher, materieller) Flüssigkeit – Hitze – Luft käme, meint er, es sei Flüssigkeit – Hitze –Luft, denkt an Flüssigkeit – Hitze – Luft, geht von Flüssigkeit – Hitze – Luft aus, rechnet für sich selbst mit Flüssigkeit – Hitze – Luft, sucht Befriedigung bei Flüssigkeit – Hitze – Luft. Und warum? Weil er sie nicht kennt.*

Obwohl der unbelehrte Mensch die Wahrnehmung „Festes“ usw. hat, denkt er aber nicht, dass es nur Wahrnehmung „Festes“ ist, sondern denkt nur „Festes“, denkt an Festes usw. Er übersieht die Tatsache, dass dieses Feste, das er zu kennen meint, aus Wahrnehmung besteht. Er hat die Vorstellung, als ob er seine Erlebnisse von einer an sich vorhandenen Außenwelt ablöse, als ob die sinnliche Wahrnehmung ein Hereinhol-en von Formen, Tönen, Düften, Schmeck- und Tastbarem aus

einer unabhängig von uns bestehenden Außenwelt wäre. Dabei ist das, was der Mensch und jedes Lebewesen für „Wissen“ von „sich selbst“ und „von der Welt“ hält, in Wirklichkeit nichts anderes als seine Deutung der Wahrnehmung „Ich“ und der Wahrnehmung „Welt“. Von jeder Erscheinung, ja, vom gesamten All, „weiß“ der Mensch nur durch die Wahrnehmung.

Wenn er ganz unbefangen und unvoreingenommen und nüchtern nach der Herkunft seines „Wissens“ von „sich“ und „der Welt“ fragen würde, so müsste er zwangsläufig auf die Wahrnehmung als die Herkunftsstätte, ja überhaupt als die Dimension alles Erscheinens kommen. In jedem Augenblick erfährt er Wahrnehmung um Wahrnehmung und nichts anderes. Über die Wahrnehmung hinaus kann gar nichts erfahren werden.

*Die in Raum und Zeit ausgedehnte Welt existiert nur in unserer Vorstellung, sagt der Physik-Nobelpreisträger Erwin Schrödinger. Das nennt der Erwachte avijjā, Wahn, d.h. außerhalb des Wirklichen sein. Es ist so, wie wenn der Naturforscher mit einem Mikroskop einen Käfer untersuchen wollte, der durch einen Projektor an die Leinwand projiziert wird. Was entdeckt er dann? Immer nur Leinwandfasern! So auch nimmt der unbelehrte Mensch die Wahrnehmung von etwas als dieses Etwas selbst und merkt nicht, dass es aus Wahrnehmung besteht.*

Jede Wahrnehmung kommt, wie der Erwachte sagt, durch zwei sehr verschiedene Quellen zustande:

1. durch die als „außen“ herantretenden Eindrücke,
2. durch die Antwort des Gefühls.

Die als „außen“ herantretenden Eindrücke, sagt der Erwachte, sind die Gesamtheit des von uns in der Vergangenheit Gewirkten, das Schaffsal. Das früher durch das gesamte Denken, Reden und Handeln Gewirkte entschwindet lediglich der Sichtbarkeit, das ist: dem beengten Gegenwartshorizont des durch Anziehung und Abstoßung Geblendeten. Es bleibt aber als wirkendes Gewirktes, als Schaffsal der Wesen bestehen und

taucht zu seiner Zeit wiederum in den beengten Ereignishorizont des Geblendeten ein („Gegenwart“). Das ist die „von außen“ herantretende Bedingung für die Wahrnehmung.

Die innere Bedingung für die Wahrnehmung nennt der Erwachte mit dem Satz: *Was man fühlt, das nimmt man wahr*. Das heißt, bevor das Erlebnis „wahrgenommen“ wurde, ist es abgetastet, gekostet worden vom Begehren, den Anliegen und Wünschen der Triebe. Sie beurteilen das Herantretende, wenn sie es mögen, mit Wohlgefühl, wenn sie es nicht mögen, mit Wehgefühl, wodurch der Eindruck entsteht: „Das ist eine angenehme, eine unangenehme Sache.“ Das von den Trieben ausgehende Gefühl ist der Griffel, der das Erlebte als Wahrnehmung in den Geist einträgt, und von da an denkt der Mensch an das Wahrgenommene und denkt über das Wahrgenommene nach, denkt um das Wahrgenommene herum und von dem Wahrgenommenen ausgehend an Weiteres. Starkem oder schwachem Wohlgefühl entsprechend entsteht natürlich auch starke oder schwache Wahrnehmung des (angenehmen bzw. unangenehmen) Erlebnisses.

Normalerweise hält der Mensch seine gefühlsbesetzten Erlebnisse für wahr. Er hält unmittelbar für seiend, was er, wie er es nennt, „selbst erlebt“ hat. Diesen Denkschluss bezeichnet der Erwachte mit Meinen oder Vermeinen (*maññati*), und hierin zeigt sich die Blendung des Menschen: Er hält das jeweilige Wahrgenommene für „an sich“ bestehend, *denkt darum herum, denkt von ihm ausgehend an anderes*. Während er in Wirklichkeit ganz wie im Traum nur Wahrnehmungen erfahren kann, geistige Vorstellungen (von Bildern, schönen Gerüchen usw.), da schließt er von diesen im Geist auftauchenden Vorstellungen von den verschiedenartigen Dingen, dass er diese nicht als Vorstellung, als geistige Beeindruckung erlebe, sondern dass er sich in einer Welt materieller Dinge bewege.

Nachdem der Erwachte die Wahrnehmungshaftigkeit bzw. Bewussthaftigkeit aller „Dinge“, alles Gewordenen erkannt hatte, da war er, wie er dem Brahma Bako sagt, nicht mehr

von ihnen eingefangen (*ananubhūta*). Ganz anders der unbeherrschte Mensch, dessen Eingefangensein der Erwachte schildert (M 18): Was er aus der Kette der Begegnungswahrnehmungen aufmerksam ins Auge fasst, pflegt und betreibt, das arbeitet er nicht nur als „Objekt“ heraus, sondern mit dem verbindet er sich immer stärker, weil beim Vorüberziehen der Illusion der Begegnungswahrnehmungen von den Vorstellungsbildern etwas erwartet wird, sie begrüßt und anerkannt werden und festgehalten werden.

Ebenso wie sich die Wesen an Dinge binden, so binden sie sich auch an Pflanzen, Tiere, Menschen, Götter, und immer meinen sie, Dinge und Lebewesen beständen außerhalb der Wahrnehmung.

So heißt es in M 1 weiter:

*Er hat die Wahrnehmung (oder Vorstellung) von Göttern – vom Herrn der Scharen – von Brahma – von Leuchtenden – Strahlenden – Selbstgewaltigen – vom Übermächtigen, wie wenn sie von (wirklichen) Göttern – vom Herrn der Scharen – von Brahma – von Leuchtenden – Strahlenden – Selbstgewaltigen – vom Übermächtigen käme.*

*Weil er die Wahrnehmung (oder Vorstellung) von diesen Göttern hat, wie wenn sie von (wirklichen) Göttern käme, meint er, es seien Götter – Herr der Scharen – Brahma – Leuchtende – Strahlende – Selbstgewaltige –, der Übermächtige, denkt an diese Götter, geht von diesen Göttern aus, rechnet für sich selbst mit Göttern, sucht Befriedigung bei der Wahrnehmung (oder Vorstellung) von Göttern.*

Im damaligen Indien, einem der religiösesten Völker dieser Erde, wurde viel über die Wesen oberhalb und unterhalb des Menschentums gedacht und gesprochen. Die Menschen hatten weit mehr die gesamte Existenz in all ihren Möglichkeiten im Auge, und es gibt auch in den Lehrreden viele Berichte darüber, wie übermenschliche Wesen den Menschen erschienen und mit ihnen sprachen. Darum gehörten die Götter für die



damaligen Inder zum Gewordenen, zur Natur, zur jenseitigen Natur. Der Mensch bindet sich an fast alles, was er wahrnimmt oder von welchem er durch Vorstellungen oder gar Erfahrungen religiöser Menschen hört.

Unser gesamtes Erleben, Wahrnehmen hat keine andere Quelle als unser eigenes Denken und Vorstellen. Darum rät der Erwachte, bei allen Erscheinungen der Tatsache eingedenk zu bleiben, dass sie alle nur selbst erzeugt sind und als Wahrnehmung bestehen. So wie in einem Traum ein so und so denkendes und fühlendes Ich und eine so und so beschaffene Welt Inhalte des Traumes sind, der Träumer aber Wirklichkeit zu erleben glaubt, die er beim Erwachen als Traumgespinste erkennt, genau so – sagt der Erwachte – erkennt der aus dem Wahtraum seiner unendlichen Leben Erwachende seine Erlebnisse von Ich und Welt als aus Blendung gesponnener Wahn, als Wahrnehmung: „Wirklich“, eben gewirkt!, ist die Tatsache der Wahrnehmung, ausgesponnen und projiziert vom eigenen Charakter. Mit der Wandlung des Charakters verwandelt sich die Wahrnehmung des Übenden unter Umständen so stark, dass er die ganze Weltwahrnehmung übersteigt in den weltlosen Entrückungen, wie der Erwachte in D 9 beschreibt, wo er ausdrücklich sagt: *Durch Übung geht Wahrnehmung auf und geht Wahrnehmung unter.* Welcher Art ist die Übung?

Wer sich auf der Basis rechter Anschauung in immer feinerer Art übt, erlebt immer feinere Wahrnehmung bis hin zur Überwindung von Innen und Außen in der Herzenseinigung und der völligen Untreffbarkeit des Geheilten, der den Fels des Wahns überwunden hat (M 125). Nicht eine äußere „Welt“, sondern unser Herz mit allen seinen üblen und guten Qualitäten und Bezügen ist die Quelle der erlebten Welterscheinung und ihrer Wandlungen. Darum werden Anziehung, Abstoßung, Blendung überhaupt als das „Etwas“ (*kiñcana*) bezeichnet, als der „Erscheinungsmacher“ (*nimittakarana*), also als der „Schöpfer“ (M 43).

Der Erwachte ist von den Gewordenheiten  
uneingefangen

Das Herz des Geheilten dagegen ist für immer frei von Anziehung, Abstoßung, Blendung, ist geeint. Es gibt nicht mehr ein in Innen und Außen gespaltenes Herz (*nāma-rūpa*) und ein unwillkürliches, automatisches Heranholen des Außen an das Innen durch die programmierte Wohlerfahrungssuche, wodurch der Geist mit Wohl- und Wehdaten gefüllt wird. Der Geheilte hat keine Triebe mehr, ist endgültig geheilt, es gibt keine Einflüsse mehr, die ihn beeinflussen könnten. Er ist, wie es heißt, vom Wollen, von Wollensflüssen und damit von allen Einflüssen frei. Unbefangen, uneingefangen durchschaut er die Wahrnehmung, durchdringt sie, sie ist ihm transparent, er hat sie transzendiert, erkennt sie als Luftspiegelung, *dies Ganze gilt nicht wirklich. (Sn 9)*

Wenn die programmierte Wohlerfahrungssuche  
erloschen ist, ist kein Ergreifen mehr

Auf die Schilderung des Uneingefangenseins des Erwachten von allen Dingen hat der Brahma Bako in unserer Lehrrede M 49 nur eine kurze ungläubige Antwort, in der er auf die programmierte Wohlerfahrungssuche verweist, die erloschen sein muss, wenn keinerlei Ergreifen des Wahrgenommenen mehr stattfindet:

*Deine Behauptung, Würdiger, dass du bei Festem, Flüssigem, Hitze, Luft, bei allem Gewordenen, den Göttern, dem Herrn der Scharen, Brahma, den Leuchtenden, den Strahlenden, den Selbstgewaltigen, dem Übermächtigen, dem All kein Eingefangensein vom... All (bei dir) erkannt hast, möge sich nicht als leer und hohl erweisen. Wenn die programmierte Wohlerfahrungssuche auf nichts gerichtet ist, ohne Grenzen ge-*

*worden, ganz und gar erloschen ist, so ist dies kein Eingefangensein bei Festigkeit im Festen, kein Eingefangensein bei Flüssigkeit im Flüssigen...kein Eingefangensein beim All im All. – Wohlan, Würdiger, ich werde dir jetzt entschwinden. – Wohlan denn, Brahma, so entschwinde mir, wenn du es vermagst.*

Es sieht so aus, als ob Brahma Bako sich an die Antwort des Erwachten an einen Mönch namens Kevaddho (D 11) erinnert, der einst fragte, wo die vier Gewordenheiten untergehen und die Antwort auf diese Frage zuerst bei den Göttern suchte. Der Große Brahma, ein anderer als der Brahma Bako, der aber nicht namentlich genannt ist, verwies ihn an den Erwachten, der ihm seine Frage sicherlich beantworten könne. Kevaddho stellte dem Erwachten seine Frage und erfuhr auf die vom Erwachten neu formulierte Frage die Antwort: Wenn die programmierte Wohlerfassungssuche nicht mehr sucht, kein Erfahrenwollen mehr ist, dann gehen die vier Gewordenheiten unter:

*Wo kann nicht Festes, Flüss'ges nicht,  
nicht Wärme und nicht Luft bestehn  
und groß und klein und grob und fein  
und was als schön und unschön gilt,  
Empfindungssucht, Geformtes (nāma-rūpa), wo  
wird dieses restlos aufgelöst?*

*Erfahrungssuche (viññāna), die so unscheinbar,  
die ohne Ende suchende,  
wo diese wird zur Ruh' gebracht,  
da kann nicht Festes, Flüss'ges nicht,  
nicht Wärme und nicht Luft bestehn,  
nicht groß und klein, nicht grob und fein  
und was als schön und unschön gilt,  
Empfindungssucht, Geformtes (nāma-rūpa), das*

*wird alles restlos aufgelöst.  
Wo Wohl-Erfahrungssuche nicht mehr sucht,  
wird dieses alles aufgelöst.*

Der normale Mensch kann die programmierte Wohlerfahrungssuche nicht aufheben und so dem Samsāra entrinnen. Ein Entrinnen gibt es nur,

1. wenn durch einen Erweckten die Existenzzusammenhänge erklärt und die Wege zur Überwindung vom Geist aufgenommen werden;
2. wenn dieses Wissen das Psychische verändert, der Mensch sich
  - a) zu immer feineren Sitten,
  - b) zu immer reinerer Herzensart entwickelt,
  - c) wenn die geläuterte Herzensart zu der immer tiefer reichenden Weisheit eines durchdringenden Anblicks der gesamten Zusammenhänge führt, so dass das Todlose erfahren wird.

Die Erfahrung des Todlosen führt zu einer Umprogrammierung der Wohlerfahrungssuche, die zur Reinigung von Herz und Geist zwingt, bis die programmierte Wohlerfahrungssuche durch das Erreichen unverletzlichen Wohls zur Ruhe kommt:

*Wo Wohlerfahrungssuche nicht mehr sucht,  
wird dieses alles aufgelöst.*

Die gesamte Welt ist Wahntraum, bedingt durch innere Süchtigkeit. Der Qualität der inneren Süchtigkeit entspricht die Qualität der Erscheinung. Wie die innere Süchtigkeit ist, so ist die Erscheinung. Wie wir die Süchtigkeit wandeln, so wandeln wir die Erscheinung. Es gibt nur zwei Probleme: die innere Süchtigkeit (Triebhaftigkeit) und die Erscheinung. In dem Maß, wie wir die Triebe, die Leidensunkraft, aufheben, wird Schritt für Schritt die Erscheinung von Form, von Materie und den anderen vier Zusammenhäufungen immer lichter, immer leichter, immer dünner und schließlich aufgehoben. Dann ist endgültiger Friede.

Der Erwachte hat die Unbeständigkeit,  
Leidhaftigkeit, Nicht-Ichheit der Form  
und alles Seelisch-Geistigen gesehen

Aber nun wünschte der Brahma Bako dem Asketen Gotamo zu beweisen, dass er, der Brahma, mächtiger sei als der Mönch:

*Und nun, ihr Mönche, sagte der Brahma Bako: Entschwinden will ich dem Asketen Gotamo, entschwinden will ich dem Asketen Gotamo!- , aber er konnte mir nicht entschwinden. Darauf sagte ich, ihr Mönche, zum Brahma Bako: Wohlan denn, Brahma, so werde ich dir entschwinden. –*

*Wohlan denn, Würdiger, so entschwinde mir, wenn du es vermagst. –*

*Und ich ließ nun, ihr Mönche, eine geistmächtige Erscheinung folgender Art sich fügen, so dass der Brahma und die Brahmagötter und die Brahmascharen meine Stimme hören, aber mich nicht sehen konnten. Solcherart unsichtbar geworden, sprach ich:*

*Weil ich Gefahr beim Dasein sah  
wünscht' ich des Daseins Aufhebung.  
Dasein begrüß ich nicht, ergreife es nicht,  
such nicht Befriedigung dabei.*

*Da waren nun, ihr Mönche, Brahma und die Brahmagötter und die Brahma-Scharen über das Außerordentliche, Wunderbare dieses Vorgangs erstaunt und bestürzt: Außerordentlich, wahrlich, wunderbar, wahrlich, ist des Asketen Gotamo hohe Geistesmacht und Erhabenheit. Niemals haben wir einen Asketen und Brahmanen gesehen oder von einem gehört, der so geistesmächtig, so erhaben gewesen wäre wie dieser*

*Asket Gotamo, der Sakyersohn, der dem Erbe der Sakyen entsagt hat. Obwohl er aus dem daseinsfrohen, daseinsfreudigen, daseinslustigen Menschengeschlecht stammt, hat er das Dasein mit der Wurzel (dem Daseinsdurst) aufgehoben! –*

In der ersten Zeile seines Verses nennt der Erwachte die Ursache seines Aufbruchs aus dem Samsāra: Er sah Gefahr beim Dasein und hat sich darum von allem Gewordenen, von Festem...bis zu den höchsten Gottheiten abgelöst.

Von den vier Gewordenheiten sich abzulösen, klingt theoretisch, in der Praxis aber bedeutet es: Der Körper, den wir zu uns zählen, und die Körper unserer Lieben sowie alle Gegenstände, an denen wir hängen, bestehen aus nichts anderem als aus Festem, Flüssigem, Hitze und Luft, ob Holz oder Stein oder Fleisch – es besteht vorwiegend aus Festigkeit. Ob Speichel, Blut oder Galle oder ein Bach, der durch die Landschaft fließt – es ist Flüssigkeit. Ob Luft eingeatmet oder ausgeatmet wird, wodurch der Eindruck von Lebendigkeit entsteht, oder ob ein Orkan mit großer Stärke wütet, es ist Luftbewegung. Und alle Form hat eine bestimmte Temperatur, die des zu sich gezählten Leibes wie die als außen erfahrene.

Der grobstoffliche Körper muss mit Grobstofflichem ernährt werden: Was gestern Erde war, das ist heute Getreide, wird morgen gegessen und ist dann Leib. Kot und Urin werden ausgeschieden – ein Mensch entlässt im Laufe eines Jahres ein Mehrfaches seines Gewichts an Kot und Urin – und der Körper selber wird wieder in Erde umgewandelt, ist Nahrung für die Pflanzen usw. – in ständiger Umwandlung ein ständiger Kreislauf.

Bedenken wir einmal die Lebensdauer der Erde: Billiarden von Wesen sind schon auf der Erde gewesen, gestorben, verweset. *Friedrich Schiller* sagt: „*Es gibt kein Krümchen Erde, das nicht schon unendliche Male Leib war, Verwesung war.*“ Und darum gibt es keine Pflanze, die wir jetzt essen und die

uns schmeckt, die nicht vorher Kot und Verwesung war. Es wandeln sich nur die vier Gewordenheiten wieder um. Und diese immerwährende Wandlung ist für den bestimmte Formen Begehrenden voller Leiden. Kaum hat er sich an etwas gewöhnt, ist ihm etwas lieb geworden, wird es ihm wieder entrissen – von Liebgewordenem muss er sich immer wieder trennen. Das Leiden, das die ständige Umwandlung mit sich bringt, die ununterbrochene Gefährdung für den Begehrenden, dass er das von ihm Geliebte verliert, hat der Erwachte durchschaut.

Aber nicht nur die Wandlung der Form in den vier Gewordenheiten hat der Erwachte erkannt, sondern das automatische Zusammenspiel aller fünf Zusammenhäufungen: Die Triebe im Körper, in der zu sich gezählten Form, erfahren die als außen erfahrene Form (1) und äußern bei der Berührung Gefühl (2), das zusammen mit dem Erfahrenen in den Geist eingetragen wird, wodurch die Wahrnehmung (3) z.B. „Ich sehe diese schöne Landschaft“ entsteht. Darauf meldet sich die denkerische Aktivität (4), z.B. „diese schöne Landschaft möchte ich erwandern“, worauf entsprechendes Reden und Handeln (4) folgt in einer in der Kindheit mühsam angewöhnten Programmiertheit des Körpers und Geistes, die darauf aus ist (programmierte Wohlerfassungssuche – 5), die zu sich gezählte Form, den Körper mit den Trieben, an das als außen Erfahrene heranzubringen.

Diesen Automatismus nicht nur der Form, sondern ebenso alles Seelisch-Geistigen, der Lebendigkeit vortäuscht, hat der Erwachte als Gefahr für den Wohl begehrenden Menschen gesehen, hat gesehen, wie demjenigen, der die fünf Zusammenhäufungen ergreift, nur immer Leiden entsteht, und hat sich darum davon abgelöst.

Wer das Bedingte, Geschobene, Leidige als bedingt, geschoben, leidvoll durchschaut hat, kann nicht mehr daran festhalten wollen. Wer diese Übung betreibt, merkt schon am Anfang der Ablösung, dass er nichts verliert, sondern gewinnt. Er verliert nur Faszination, Täuschung, Abhängigkeit, Elend,

Leiden. Und der Erwachte hat diesen Prozess der Ablösung vollendet. Darum kann er auch die vier Gewordenheiten entlassen, für Brahma unsichtbar werden, und der Brahma erlebt zum ersten Mal, so weit er sich zurückerinnern kann, dass er jemanden nicht sehen kann und ihn doch sprechen hört, während er selber dem Erwachten nicht entweichen konnte.

Erst dieser Demonstration, dieses sichtbaren/unsichtbaren Beweises bedurfte Brahma, um zu erkennen, dass der Erwachte nicht mehr auf Festes, Flüssiges, Hitze, Luft gestützt lebt, das er als Brahma noch zur Grundlage nimmt, dass ihm der Erwachte wirklich überlegen ist.

In der Menschenwelt sich  
die Wahrnehmung der Unbeständigkeit einprägen

In dieser Lehrrede wird nicht geschildert, ob Brahma Bako die Belehrung des Erwachten für sich verbindlich genommen hat, seine Meinung, dass er der Schöpfer und ewig sei, geändert hat, aber in der folgenden Lehrrede M 50 in den Versen am Schluss berichtet ein geistmächtiger Mönch des Erwachten, Mahāmoggallāno, er sei in der Brahmawelt bei Brahma Bako erschienen und habe ihn gefragt:

*Wähnst, Bruder, du wohl immer noch  
den Wahn, den du vorher gewähnt?  
Siehst du jetzt klar, dass Licht und Glanz  
der Brahmawelt vergehen muss?*

*Und dem nun Brahma Punkt für Punkt  
wie sich's gebühret Antwort gab:  
Nein, Würdiger, ich wähne nicht  
den Wahn mehr, den ich einst gewähnt.*

*Ich merke wohl, dass Licht und Glanz  
der Brahmawelt vergehen muss.  
Wie töricht hab ich da geirrt  
zu wähnen, dass ich ewig sei.*



Wir haben es als Mensch erheblich leichter zu verstehen, dass die fünf Zusammenhäufungen unbeständig und darum leidvoll sind. In unserem Menschenleben, das höchstens hundert Jahre währt, sehen wir Menschen, die geboren werden, alt werden, wir sehen Menschen mit mancherlei Leiden, und wir sehen Sterbende, und auch uns selber sehen wir dem Leid unterworfen. Wir haben den Eindruck, dass gegen viele Leiden und gegen Altern und Sterben nichts zu machen ist. Das Erleben demonstriert uns Leid und Kurzlebigkeit. Aber in höheren himmlischen Welten und gar in der Brahmawelt gibt es kein Geborenwerden aus dem Mutterschoß, kein Altern und Sterben, gibt es nicht die vielen körperlichen und seelischen Leiden wie bei uns. Die Götter erscheinen in ihrem Bereich, ohne Kindheit und Jugend durchleben zu müssen, in voller Kraft und Leistungsfähigkeit, und wenn ihr gutes Wirken aufgezehrt ist, entschwanden sie aus ihrem Bereich. In unserem Leben sehen wir nur etwa die Hälfte der uns umgebenden Menschen in der Blüte ihres Lebens, die anderen sind zu hütende Kinder noch ohne Vernunft oder ältere Menschen. So sehen wir Entstehen und Vergehen des Körpers. Bei den Göttern sieht man es nicht. Darum ist es so wichtig, dass wir die Gelegenheit als Mensch nutzen, uns die Unbeständigkeit unverlierbar einzuprägen, da sie uns hier demonstriert wird, so dass dieser Anblick in keiner Daseinsform, durch keine Götter oder Dämonen, auch durch keinen Brahma mehr ausgerottet werden kann. Die Brahmascharen haben von Anfang ihres Erscheinens in der Brahmawelt den Brahma in seiner Macht und seinem Glanz gesehen. Dieser Brahma sagte: „Ich bin euer Schöpfer.“ Und wer nicht in diese Welt das Wissen mitgenommen hat: „Nur die fünf Zusammenhäufungen entstehen und vergehen, da gibt es keinen Schöpfer“, der irrt sich in gleicher Weise wie Brahma: „Brahma ist der Ewige, ich bin sein Geschöpf.“ Darum gilt es, sich als Mensch die rechte Anschauung von der Unbeständigkeit, Leidhaftigkeit und Nicht-Ichheit der fünf Zusammenhäufungen so einzupflanzen, dass sie in keiner Daseinsform mehr aufgehoben werden kann.

Die programmierte Wohlerfahrungssuche eines solchen sucht unvergängliches Wohl, ist weniger nach außen gerichtet. Der Übende folgt der Strömung der Heilsanziehung, hat den Stromeintritt gewonnen, die Sicherheit, in absehbarer Zeit alle Triebe aufzuheben.

Und nun meldet sich in unserer Lehrrede Māro wieder, der Sorge hat, dass ihm noch mehr Wesen durch die Belehrung des Erwachten entgehen könnten:

Der Erwachte ist immer derselbe, unbeeinflussbar

*Aber Māro, der Böse, ihr Mönche, fuhr nun in einen der Götter vom Gefolge Brahmas und sprach zu mir: Bist du, o Würdiger, von großer Kenntniss und erwacht, so ziehe dir keine Schüler heran, keine Mönche. Lehre deine Schüler und deine Mönche nicht die Wahrheit, ersehne keine Schüler und Mönche. Schon vor dir, o Mönch, gab es Asketen und Brahmanen in der Welt, die allgemein als Geheilte, Vollkommen Erwachte galten. Und sie zogen sich Schüler und Mönche heran, zeigten Schülern und Mönchen die Wahrheit, ersehnten Schüler und Mönche. Nachdem sie sich Schüler und Mönche herangezogen hatten, die Wahrheit aufgezeigt hatten, Schüler und Mönche ersehnt hatten, starben sie und gelangten nach Versagen des Körpers zu niederen Daseinsarten. Und schon vor dir, Mönch, gab es Asketen und Brahmanen in der Welt, die als Geheilte, Vollkommen Erwachte galten, die keine Schüler, keine Mönche heranzogen, die Lehre nicht darlegten, keine Schüler und Mönche ersehnten. Weil sie keine Schüler und Mönche heranzogen, die Lehre nicht darlegten, keine Schüler und Mönche ersehnten, gelangten sie in hohe, helle Welt.*

*Höre, Würdiger, mach dir keine Mühe, genieße das errungene Wohl noch zu Lebzeiten, behalte das Gute für dich, Würdiger, belehre keine anderen. –*

So töricht redet Māro und überspielt damit raffiniert seine Niederlage. Zu Anfang des Gesprächs hatte er zum Erwachten gesagt: *Gegen einen Brahma kannst du nichts ausrichten, das wäre, wie wenn du andrängende Lichtfülle mit einem Stöckchen abwehren wolltest.* Darauf hat der Erwachte demonstriert, dass er dem Brahma überlegen ist. Darüber sagt Māro kein Wort, sondern spielt sich wieder als der überlegen Wissende auf: „Tu das nur nicht, sonst ergeht es dir übel.“ Er weiß, dass er den Erwachten nicht beeinflussen kann und ihn nicht täuschen kann. Aber die Götter merken sein raffiniertes Spiel nicht, sie hören nur wieder etwas von einem der Ihren, das ihnen einleuchtet: „Dem erfahrenen inneren Wohl sich hinzugeben, nicht die Mühe der Belehrung auf sich zu nehmen.“

Der Erwachte antwortet Māro in dem Wissen, dass ihm doch nicht zu helfen ist, und darum sind seine Worte hauptsächlich an die Götter gerichtet, die die Worte Māros gehört, ihn aber nicht als Māro erkannt haben:

*Nicht redest du, Böser, aus Anteilnahme so zu mir, sondern aus Hass, Böser, redest du so. Das sind, Böser, deine Gedanken: Diejenigen, denen der Asket Gotamo die Lehre zeigen wird, die werden meinem Herrschaftsbereich entkommen. Die Asketen und Brahmanen, Böser, die dir gegenüber behaupteten, Vollkommen Erwachte zu sein, waren nicht vollkommen erwacht. Ich aber, Böser, der ich vollkommen erwacht bin, erkläre dir: „Ich bin vollkommen erwacht.“*

*Zeigt, Böser, der Vollendete den Nachfolgern die Lehre: immer bleibt er derselbe. Zeigt, Böser, der Vollendete Nachfolgern die Lehre nicht: immer bleibt er*

*derselbe. Zieht aber nun, Böser, der Vollendete Nachfolger heran: immer bleibt er derselbe. Zieht aber nun, Böser, der Vollendete Nachfolger nicht heran: immer bleibt er derselbe. Wie ist das möglich? Der Vollendete, Böser, hat die die Einflüsse ausmachenden Wollensflüsse, die Triebe, die befleckenden, Wiederdasein säenden, entsetzlichen, Leiden ausbrütenden, wiederum Geborenwerden, Altern und Sterben erzeugenden, aufgegeben, an der Wurzel abgeschnitten, einem Palmstumpf gleichgemacht, ausgerodet, so dass sie nicht mehr keimen, nicht mehr sich entwickeln können. Gleichwie etwa eine Palme, der man die Krone abgeschnitten hat, nicht mehr weiter wachsen kann, ebenso auch hat der Vollendete die die Einflüsse ausmachenden Wollensflüsse, die Triebe, die befleckenden, Wiederdasein säenden, entsetzlichen, Leiden ausbrütenden, wiederum Geborenwerden, Altern und Sterben erzeugenden, aufgegeben, an der Wurzel abgeschnitten, so dass sie nicht mehr keimen, nicht mehr sich entwickeln können.*

*So wurde Māro zum Schweigen gebracht. – Weil diese Lehrrede mit der Einladung des Brahma begann, ist sie „Auf Einladung eines Brahma“ betitelt.*

Inwiefern ist der Erwachte immer derselbe? Der Erwachte sagt hier, dass er unbeeinflussbar ist, ob er Nachfolgern die Lehre zeigt oder nicht, er bleibt derselbe, weil er die Triebe aufgehoben hat. Alle aus früherem Wirken ankommende Ernte wird damit wirkungslos, da sie eben nur registrierbar berührt, aber nicht eindringen, einfließen kann, weil alle Wollensflüsse aufgehoben ist.

Wenn ein Geheilte sinnlich wahrnimmt, an Auge, Ohr usw. die Erscheinungen herantreten, dann ist innerlich kein Empfänger mehr für diese Erscheinungen da, kein aus Anzie-

hung und Abstoßung gefügter Spannungs-, Wollens- oder Empfindungssuchtkörper, der davon betroffen wird, der sie empfindet und mit Gefühl beantwortet: Weil die Augen usw. ohne Lugerdrang usw. sind, können Berührungen nicht einfließen. Der Daseinsdurst ist abgeschnitten, er kann nicht wieder entstehen, so wie eine Palme, der die Krone abgeschnitten ist, nicht weiter wachsen kann, es gibt keinen Säftefluss mehr, keinen Austausch von der Wurzel zur Krone mit den Palmblättern.

Ein Dhammapada-Vers (124) lautet:

*Wie in die Hand mit heiler Haut  
niemals ein Gift eindringen kann,  
so trifft den Weisen, der gestillt,  
auch niemals Unglück oder Schmerz.*

Hier gilt als Gift das frühere Wirken, das jetzt zurückkommt. Wenn aber die Hand völlig gesund ist, dann kann die Wirkung des Getanen nicht eindringen, nicht treffen, verwunden, beeinflussen; es fehlt die Empfindlichkeit durch Triebe, ihre Treffbarkeit, Beeinflussbarkeit, und damit gibt es keine Schmerzen, nicht Angenehmes oder Unangenehmes für den Erwachten. „Er bleibt derselbe.“

MÄROS VERWEISUNG  
50. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Māro versucht den Erwachten <sup>112</sup>

Bei dieser Lehrrede handelt es sich um eine Auseinandersetzung zwischen Mahāmoggallāno, einem der größten Mönche des Erwachten, und Māro, der personifizierten Macht der Triebe, des Bösen und der Unbeständigkeit. Māro ist aber nicht nur ein Symbol des Bösen und der Unbeständigkeit, sondern besteht nach den Aussagen der Lehrreden als Person ebenso wie der Erwachte. Er ist die Manifestation des Bösen, wie der Erwachte die Manifestation der völligen Sicherheit und Freiheit ist. Māros Macht reicht so weit wie die Welt. Auch höhere Götter können seiner Macht nicht entgehen. Er steht über allen, die nicht erwacht sind oder gesichert der Erwachung entgegengehen. Seine Macht reicht bis zu den Brahmanwesen, und als Macht des Vergehens bezwingt sie letztlich auch die formfreien Bereiche, wenn er auch zu diesen während ihrer Dauer keinen Zugang hat. Deshalb sagt der Buddha, dass Māro in der Welt der erste an Einfluss sei (A IV,15). Entsprechend sagt *Johannes vom Kreuz*: „*Es ist auf Erden keine Macht, die sich mit der des Teufels messen könnte.*“ (*Geistiger Gesang S.539*) Seine Macht endet, wo „Welt“ überwunden ist.

Der Erwachte sagt, dass alle fünf Zusammenhäufungen bzw. alle sechs Sinnensüchte und ihre als außen erlebten Zielpunkte in der Tat Māro gehörten (S 23,1), ja, dass man die fünf Zusammenhäufungen geradezu als Māro betrachten könne. Wo vergängliche Phänomene sind, da ist Māro die Personifikation der Sterblichkeit. (K. Eugen Neumann: Māro = „Natur“). Darum wird er der Töter, Totmacher, Todbringer (Māro) genannt.

---

<sup>112</sup> Teile dieses Kapitels sind entnommen aus  
„Das Leben des Buddha“ von Hellmuth Hecker

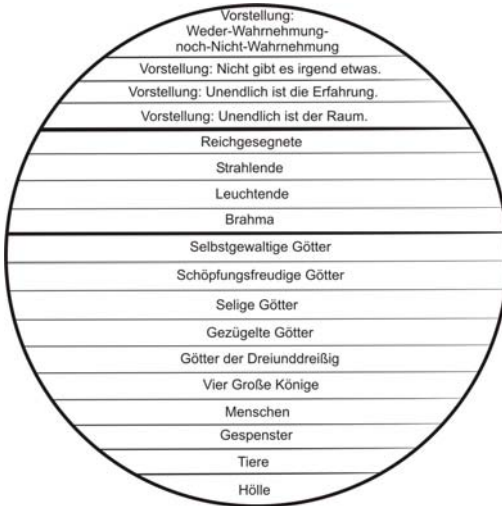
Namuci, der Nichtlöser, wird er zweitens genannt; er ist die Personifizierung von allem, was das Erwachen, die Erlösung verhindert, der Zwingherr und Sklavenhalter, „der alte böse Feind“ und damit der Widersacher aller Buddhas.

Kanho, der Dunkle, der Finstere, wird er drittens genannt, weil er die Mächte und Kräfte des Dunklen verkörpert.

Pāpimo, der Üble, heißt er viertens als der bewusste Verführer zum Unheil, der Verderber. In dieser Funktion verkörpert er das Prinzip des Bösen, das sich in Form von bösen Gedanken einschleicht und breitmacht.

Pamattabandhu, Gesell der Lässigen, ist ein fünfter Name, weil er das Sichgehenlassen, das Sichtreibenlassen auf dem Strom des Durstes verkörpert. Er versucht stets, die Menschen zu Leichtsinn und Leichtlebigkeit zu verführen, um sie von der Besinnung abzuhalten.

*Man findet in der Welt keine Stätte,  
in der man Maro nicht ausgeliefert wäre. (Dh 128)*



Das Hauptanliegen Māros ist, Buddhas an der Erwachung und an der Lehrverkündung zu hindern. Als sich der Bodhisattva Gotamo in der Nacht vor seiner Erwachung zu seiner entscheidenden Meditation niedersetzte, da fühlte sich Māro in seinem Reich plötzlich äußerst unwohl, sein Glanz schwand, sein Palast zeigte Risse und bröckelte ab, und es kam ihm der Gedanke, dass seine Herrschaft aufs Äußerste bedroht würde. Da rief er seine Dämonenscharen herbei und zog an der Spitze seines Heeres zum Bodhibaum, um mit letzter Gewalt zu versuchen, den Bodhisattva an der Erwachung zu hindern. Die buddhistische Literatur und Kunst hat diesen Ansturm Māros in den buntesten Farben ausgemalt. Als Māro an der Spitze seines Heeres auf einem Elefanten heranritt, da flohen alle Götter, die sich bereits zur Huldigung des Buddha eingefunden hatten, ängstlich davon, und selbst Brahma zog sich zurück. Der Buddha beschreibt die zehn Heere Māros, welche Symbole der Triebhaftigkeit darstellen, wie folgt (Sn 436-438):

*Begierden (kāma) sind dein erstes Heer,  
das zweite Unlust (arati) ist genannt,  
das dritte Gier nach Speis und Trank (khuppipāsa),  
das vierte wird heißen Durst (tanhā),*

*das fünfte weltliche Banalität (thīnamiddha),  
das sechste heißt man feige Furcht (bhīru)  
das siebte, das ist Daseinsorg' (vicikiccha),  
das achte: Geltungsdrang und trotz'ger Sinn  
(makkho, thambho).*

*Gewinn, Hochschätzung und Ruhm  
und Ansehn ungerecht erlangt  
(9 -lābho, siloko, sakkāro micchā-laddho, yaso)  
und Eigenliebe, Eigenlob (attānam samukkamse)  
und Nächstentadel, Aburteil (pare avajānāti) (10).*

Diese zehn Heere stehen in folgendem Zusammenhang: Immer wieder schleicht sich das Heer der sinnlichen Lüste und Be-



gierden ein. Und je lieblicher die Lust reizt, desto mehr jagt den Begehrlichen das Heer der öden Unlust in den Zeiten der Nichterfüllung wieder zur Lust. Gerade in Zeiten der Trockenheit, der Unbefriedigtheit, meldet sich das Heer der Verlockungen, die mit Speis und Trank zu tun haben. Und damit kommt das ganze Heer der Wünsche, da zu sein, eben der vielfältige Durst. Wo dieser vierfache Heerbann (Sinnenlust, Unlust, Geschmäckigkeit, Daseinsdurst) eingedrungen ist, da bringt er mit sich: das Beharren in träger Gewöhnung und die Abneigung gegen Kampf; und wenn man auch kämpfen möchte, dann fürchtet man doch die Schwierigkeiten und ist unsicher; mit der Daseinsunsicherheit kommen Defaitismus (Mutlosigkeit) und Resignation auf. Als vielfältigstes Heer tauchen dann Herzensbefleckungen auf, Geltungsdrang, Trotz, wodurch man das Gefühl des geschwächten, verunsicherten Ich zu stärken und zu behaupten meint, sowie Ruhmsucht, Selbstlob und die Neigung, andere herabzusetzen.

Der Bodhisattva aber hatte in den letzten Wochen der Läuterung diese zehn Eigenschaften endgültig in sich aufgehoben, und so war er jetzt unangreifbar. Da griff Māro zu seiner Hauptwaffe, zum Argumentieren mit Scheingründen:

Māro: Die Erwachung ist unmöglich. Wie kannst du mit deinem irdischen Leib, der aus Reis und Grütze aufgebaut ist, dem Irdischen entinnen und mir entkommen, der einen geistgebildeten Geist besitzt. Ich bin dir stets überlegen, du aber bleibst an der Erde hängen. (Und höhnisch lachte er.)

Gotamo: Mein Schwert und Schild sind die fünf Kräfte, die mich beflügeln: Vertrauen, Tatkraft, Wahrheitsgegenwart, Herzenseinigung und Weisheit. (Und er lächelte.)

Māro: Wir wollen doch sehen, wer der Stärkere ist. (Und Māro sandte die Natur aus, schickte die Elemente gegen Gotamo: Sturm, Regen, Steinschläge, glühende Lava, Aschenregen, Sandsturm, Schlamm und dichte Finsternis - doch alles fiel von Gotamo ab und verwandelte sich in Blumen.)

Gotamo: Du kannst mir kein Haar krümmen, deine Macht ist gebrochen.

Māro: Steh auf von deinem Sitz, die ganze Erde gehört mir, daher auch dieser Platz. Dies ist mein Reich, du hast hier nichts zu suchen.

Gotamo: Wer von uns hat mehr Gutes gewirkt, wer hat mehr die zehn Vollkommenheiten betätigt? Wie steht es mit der ersten Vollkommenheit: wo ist dein unbeschränktes Geben?

Māro: Ich habe viel gegeben. Hier meine Leute bezeugen es, ich Sorge für sie und für alle die Meinen.

Gotamo: Ich habe an alle gegeben, nicht nur an die Meinen. Ich rufe hier diese Erde an, dass ich das Geben und die neun anderen Vollkommenheiten unermesslich stark geübt und mir ein Recht erworben habe, hier zu sitzen.

Māro: Wo ist dein Zeuge, du hast niemanden hier, der für dich eintritt. (Da tönte von überall her der Ruf der Erde: Ich war Zeuge.)

Gotamo: So sitze ich hier unter dem Baum der Erwachung zu Recht.

Māro: Du bist doch allein, du bist doch ohne Schutz.

Gotamo: Ich habe meine Tugenden zur Gesellschaft und zum Schutz. Und ich habe die Kraft der Weisheit, die da sagt: Alles ist leer, Illusion, auch der Gedanke an „Ich“ und „Du“, der Gedanke an Gotamo und Māro:

*Die Gegenstände, die sind leer,  
ich nehme nirgends Wesen wahr,  
nicht Māros, kein Verletzen auch,  
und da auch das ‚Ich bin‘ bedingt,  
so hast du, Böser, keine Macht. (Mahāvastu)*

Da verstummte Māro, und er und seine Scharen flohen davon; da kamen die Götter wieder zum Vorschein. Während Māro fliehen musste, sprach einer seiner Söhne, der die Kraft des Erwachenden besser erkannt hatte:

*Der Mond fiel' eher vom Himmel zur Erde,  
die Erde würd' eher aufhören zu drehen,*

*die Flüsse zögen eher stromaufwärts,  
als dass die Erwachten man hindern werde. (Mahāvastu)*

Jeder seiner Verführungsversuche bei dem Erwachten und anderen Geheilten war völlig zwecklos und ergab nur ein Eingeständnis der Ohnmacht Māros. Aus Vernunft hätte er sich dies sagen müssen - aber der Teufel ist trotz aller Schläue eben nicht vernünftig, sondern ein Triebwesen wie alle anderen. Er hat mehr intellektuelle Fähigkeiten, mehr ratio, mehr triebhörige Erfahrung als viele andere triebgebundene Wesen. Dadurch ist er mächtiger als alle Wesen, soweit sie triebgebunden sind, aber ohnmächtig, wenn ein Wesen nicht den Trieben folgt.

Er hatte ein großes Interesse daran, dass der Erwachte seine Lehre nicht verkünden möge. Er sagte zum Erwachten: Warum weilst du allein im Wald? Hast du dein Geld verloren oder deinen guten Ruf, so dass du weltflüchtig geworden bist? Schließe dich den Menschen an, verkehre mit ihnen, anstatt aus Weltschmerz Entrückung zu üben! Der Buddha erwiderte: Erst nachdem er jegliche Möglichkeit für Kummer und Schmerz, jegliche Triebe, jegliche Daseinsgier aufgehoben habe, weile er als Freier in der Entrückung.

Māro sprach: Solange du ein „Mein“ hast wie deine Entrückung, so lange bist du an mich gebunden. Der Buddha entgegnete: Er kenne kein „Mein“ mehr, er nehme auch die Entrückungen nicht als eigen. Daher könne Māro nicht einmal den Pfad des Buddha erkennen.

Da hatte Māro das, was er hören wollte, nämlich dass der Buddha das Todlose gefunden habe. Denn nun konnte er dazu raten, dabei zu bleiben. So sagte er denn:

*Wenn du den Pfad gefunden hast  
zu Sicherheit, Todlosigkeit,  
dann folge ihm und geh allein:  
warum belehren andre dann?*

Hierauf erwiderte der Buddha zunächst ebenfalls mit einem kurzen Vers:

*Wer nach dem „Reiche Todlos“ fragt,  
dem andern Ufer strebet zu,  
dem künd ich auf sein Fragen an,  
was gänzlich von Bezügen frei.*

Nachdem der Buddha so darauf hingewiesen hatte, dass er allein wegen der Fragen der Menschen nach dem Heil ihnen Antwort gebe und es ihnen nicht vorenthalte, versuchte Māro es noch einmal mit dem Hinweis darauf, wie schwer das Belehren sei, wie mühsam, und wie viel angenehmer das Weilen in der Entrückung sei oder wie viel besser gar das Eingehen ins Nirvāna. Der Buddha aber erwiderte ihm:

*Nicht eher werde ich, Böser, ins Nirvāna eingehen, solange nicht bei mir Mönche Nachfolger geworden sind, weise, wohlgeübt, erfahren, die den Frieden erlangt haben, viel gehört haben, Hüter der Lehre, der Lehre lehrgemäß nachfolgend, auf dem geraden Pfade vorschreiten werden und der Lehre gemäß wandelnd, die eigene Meisterschaft erworben haben und aufzuweisen, darzulegen, darzustellen, zu enthüllen, zu entwickeln, offenbar zu machen vermögen, einen von anderen vorgebrachten Einwand mit Fug und Recht wohl abwehren können, gut erfassbar die Wahrheit aufweisen werden. (D 16 III)*

Mit diesen Worten ging der Buddha weit über das hinaus, was Māro zu verhindern suchte, dass nämlich durch die Belehrung auch andere Wesen außer dem Buddha aus seinem Bereich entkommen würden. Der Buddha gibt hier ein regelrechtes Lehrprogramm. Er kündigt an, dass er viele Nachfolger erziehen werde, die ihrerseits wieder Lehrer sein würden, so dass sich die Erlösungslehre dadurch fortpflanzen werde. Und er

werde nicht eher sterben und ins Nirvāna eingehen, bis er nicht zahlreiche solcher Lehrer ausgebildet haben werde.

Das war für Māro der allergrößte Schlag. Dass der Buddha selber zur Erlösung gekommen war, hätte er schon gern verhindert, dass er dazu auch noch einige Schüler zur Erlösung bringen würde, hätte er noch lieber verhindert. Aber dass hier jetzt ein ganzes Belehrungsprogramm entworfen wurde, welches Tausende seiner Gewalt entziehen würde, das war für ihn die Niederlage aller Niederlagen. Er konnte daher nicht anders als dem Buddha zu sagen, er fühle sich an allen Gliedern zerschlagen wie ein Krebs, dessen Scheren auf dem Land von Kindern mit Steinen roh zerschlagen wurden, so dass er unfähig wurde, wieder wie vorher in seinen Teich zu kriechen. Alle seine Verführungen und Schliche und Irreführungen, alle seine geistigen Bemühungen seien vom Buddha zerschlagen worden. Und es heißt dann:

*Da nun sprach Māro, der Böse, zum Erhabenen die folgenden, seine Verzweiflung zeigenden Verse:*

*Den Kiesel, der wie Speck da blinkt,  
erspäht und pickt die Krähe wohl:  
,Ob das nicht mürbe sei für mich,  
ob das nicht etwa Labe sei?'*

*Wo keine Labung wird erlangt,  
von dannen flattern sieht man sie:  
der Krähe gleich, die Stein versucht,  
verdrossen fliehn wir Gotamo. (Sn 447-448 = S 4,24)*

Mit diesen Worten ging Māro fort vom Platz, setzte sich in der Nähe nieder, schweigend, verlegen, mit eingezogenen Schultern, gesenkten Hauptes, verdrießlich grübelnd, unfähig etwas zu erwidern - und kritzelte mit dem Stock etwas in den Sand (S 4,25). Was schrieb er da auf den Boden? Es war Folgendes:

*Ich erfüllte nicht wie dieser die Vollendung im Geben  
darum bin ich diesem nicht gleich geworden.*

Und dasselbe schrieb er mit Bezug auf die neun anderen Vollkommenheiten in Tugend, Loslassen, Weisheit, Tatkraft, Geduld, Wahrheit, Entschiedenheit, Liebe, Gleichmut. Mangels dieser Vollkommenheiten besitze er nicht die Kräfte eines Buddha. (Nidānakathā, Allgemeine Einleitung zu den Jātakas)

## Des geheilten Mahāmoggallānos Gespräch mit Māro

### Besessenheit durch Māro

Nun folgt die Lehrrede „Māros Verweisung“, in der geschildert wird, wie sich Māro an einen geheilten Mönch herannähert, ihn besetzt, wie ihn der Geheilte erkennt und mit ihm spricht.

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der ehrwürdige Mahāmoggallāno im Land der Bhagger, bei der Stadt Sumsumāragira, im Forst des Bhesakala-Walds. Damals nun ging der ehrwürdige Mahāmoggallāno in einer Lichtung auf und ab.*

*Aber Māro, der Böse, war dem ehrwürdigen Mahāmoggallāno in den Bauch gefahren und hatte sich im Darm festgesetzt. Da kam nun dem ehrwürdigen Mahāmoggallāno der Gedanke: „Was ist denn nur der Bauch so schwer wie etwa ein Sack voll Bohnen?“*

*Und der ehrwürdige Mahāmoggallāno hielt seine Schritte an, ging in das Wohnhaus und setzte sich auf seinem Sitz nieder. Dort sitzend, beobachtete der ehrwürdige Mahāmoggallāno aufmerksam den Körper. Und der ehrwürdige Mahāmoggallāno sah Māro, den Bösen, im Bauch, im Darm sitzen, und nachdem er ihn*

*gesehen, sprach er zu ihm: Weiche von hinnen, Böser, weiche von hinnen, Böser! Belästige nicht den Vollendeten, belästige nicht des Vollendeten Mönche, auf dass es dir nicht zu langem Leiden und Unheil gereiche. –*

Mahāmoggallāno ist einer der beiden größten Mönche des Erwachten, und er als ein Geheilte erkennt unabgelenkt von Trieben, dass der Körper von Māro besessen ist, und er weist ihn fort.

Wir wissen, dass in der Geschichte der Menschheit immer wieder von Besessenheiten die Rede ist, und in allen religiösen Überlieferungen kommen auch Austreibungen von Dämonen vor. Solches wird nicht nur von Jesus berichtet, sondern auch von den Kirchenvätern der nachmaligen Jahrhunderte bis in die Gegenwart hinein. Ebenso liegen ähnliche Berichte aus Indien wie auch aus dem Islam vor.

Bei einem Vergleich dieser Berichte sehen wir sehr große Unterschiede in der Art der Besessenheit. Unter Besessenheit wird verstanden, dass der Empfindungssuchtkörper oder Wollenskörper (*nāma-kāya*) samt feinstofflichem Körper (*dibba kāya*) mehr oder weniger aus dem grobstofflichen Körper eines Menschen vertrieben wird durch eine „jenseitige“ Person mit Wollenskörper und feinstofflichem Körper. Diese jenseitige Person kann dann den Fleischkörper für die Zeit der Verdrängung des Bewohners nach Wunsch und Willen handhaben. Ganz so wie etwa zwei Menschen um ein schmales Lager streiten, jeweils den anderen abzudrängen versuchen, um sich selbst darauf zu legen, ganz ebenso streiten sich in einem solchen Fall zwei verschiedene Personen darum, ein und denselben Fleischkörper als Werkzeug benutzen zu können. Es können sich auch erheblich mehr als zwei Geister um die vorübergehende Benutzung des Körpers streiten.

Es ist auch möglich, dass gute Geister sich vorübergehend eines solchen fleischlichen Werkzeugs bedienen. Dies ge-

schiebt fast nur im Einverständnis mit dem ursprünglichen Bewohner des Fleischleibs, und es wirkt sich auf jeden Fall nie schädlich aus. Ein solcher Vorgang wird jedoch nicht „Besessenheit“, sondern eher „Beseeltheit“ genannt. Als eine solche kann man das überlieferte Pfingsterlebnis der zwölf Apostel nach dem Tode ihres Meisters bezeichnen, bei welcher Gelegenheit sie in ihnen völlig fremden Sprachen predigten.

An der Besessenheit des Menschen durch törichte oder gar üble Geister und auch an ihrer Beseeltheit durch gute Geister ist besonders überzeugend zu erkennen, wie sehr der Wollenskörper samt Denken im feinstofflichen Körper das eigentlich Bewegende, Wollende, Fühlende und Wissende ist, und wie sehr der Fleischleib nur ein willenloses, bewegtes Werkzeug ist, denn aus allen Berichten über solche Vorgänge geht immer wieder klar hervor, dass der Fleischleib während der Besetzung stets ein anderes Gebaren zeigt, und zwar das Gebaren des ihn nun benutzenden Geistes, der eigentlichen Person, des Wollenskörpers im feinstofflichen Körper. Natürlich bleibt der Fleischleib nach der Art, wie er konstruiert und gebildet ist, selbst unverändert, aber alles, was sich an ihm verändern lässt, wie Haltung, Gestik, Gesichtszüge, Ausdruck der Augen usw. - das tritt unmittelbar mit dem Eintritt und der Beendigung der Besetzung in Erscheinung.

So lesen wir in Matth. 9,32/33, dass man *zu Jesus einen Menschen brachte, der war stumm und besessen. Da aber der Teufel ausgetrieben war, redete der Stumme.* Hier zeigt sich, dass jener Fleischleib als Sprechwerkzeug funktionsfähig war, dass der Menscheng Geist auch sprechen, also das Werkzeug betätigen konnte, dass aber der Teufel in diesem Fall nicht sprechen, das Werkzeug nicht einsetzen, nicht betätigen konnte. Andere Dämonen sind tobsüchtig, wieder andere können gut die Sprechwerkzeuge des Vertriebenen benutzen, haben ganz üble Redensarten, Ausdrücke oder gar eine Dialektart an sich, welche dem ursprünglichen, aber im Augenblick jedoch verdrängten Bewohner völlig fern liegen und unbekannt sind,



die aber dann nichtsdestoweniger aus seinem Munde hervorgehen.

Da viele Menschen nur zeitweilig durch fremde Geistpersonen besetzt sind und zeitweilig von ihnen wieder frei, so tritt nach außen in Erscheinung, dass von derselben äußerlich sichtbaren „Person“ (Fleischleib) zwei ganz verschiedene Verhaltensweisen ausgehen. In solchen Fällen weiß meistens die dem Fleischleib ursprünglich zugehörige Person nichts von der besetzenden Person, während letztere auch die Lebensführung und Lebensart der von ihr zeitweilig abgedrängten geistigen Person kennt. Viele der als Schizophrenie (Bewusstseinspaltung) bezeichneten Fälle haben sich bei gründlichem näherem Zusehen als Besessenheiten herausgestellt und konnten durch Austreibung des betreffenden Geistes geheilt werden.<sup>113</sup>

Natürlich kann nicht jeder Mensch ohne weiteres besetzt oder besessen werden, sondern es gehört dazu eine gewisse Veranlagung. Man kann sagen, je weniger er sich von den Trieben leiten lässt und je mehr er seiner Vernunft folgt, um so weniger können andere Wesen gegen seinen Willen seine geistige Person abdrängen und seinen Fleischleib benutzen. Aber nicht ist unbedingt immer der bessere Mensch, sondern der diszipliniere, stärkere, bewusstere, planmäßiger Lebende dem Andrang der Geister mehr gewachsen.

So kann bei Mahāmoggallāno, dem Geheilten, nicht in dem Sinn von Besessenheit gesprochen werden. Wir sehen ja aus dem Bericht, dass die geistige Person Mahāmoggallānos nicht im geringsten aus dem Fleischleib herausgedrängt ist, dass Māro nicht etwa unter Benutzung des Fleischleibes von Mahāmoggallāno agiert. Obwohl es sich hier um den Mächtigsten aller Dämonen, um den Dämonenfürsten Māro handelt, konnte er doch nichts anderes, als den Leib Mahāmoggallānos nur als eine Höhle zu benutzen, um sich darin zu verbergen. Er konnte in keiner Weise in die Funktionen, nicht einmal in die

---

<sup>113</sup> S. Wickland, „Dreißig Jahre unter den Toten“, Reichl Verlag Remagen 1957

vegetativen, eingreifen, geschweige in den Geist Mahāmoggallānos; lediglich eine gewisse physische Belastung ging von ihm aus, die der Geheilte sofort spürte und der er dann auf den Grund ging.

Es mag verwunderlich erscheinen, dass Māro so klein werden konnte, dass er im Darm eines Menschen Platz hatte. Von demselben Māro wird oft berichtet, dass er in allerlei Gestalten, zum Teil auch in unvorstellbar großen, erschien. Māro befindet sich zwar auf der moralischen Leiter am äußersten unteren Ende, jedoch ist er alles andere als primitiv, vielmehr steht ihm größte Intelligenz, Schlaueit und List zur Verfügung, weshalb er viele Verwandlungsmöglichkeiten kennt und benutzt. Weil ihm aber innere Helligkeit und Reinheit völlig fehlen, so kann er nie zu jenen Formen gelangen, in welchen die Reinen erscheinen.

Eine weitere Frage ist die der Sichtbarkeit der feinstofflichen Wesen. Es wird berichtet, dass der geheilte Mahāmoggallāno Māro in seinem Bauch, im Darm sitzen sah, dass er also durch feste, grobstoffliche Gegenstände (seinen Fleischleib) hindurchschaute und unvergleichlich zartere Gegenstände - die dem Menschenauge unsichtbaren feinstofflichen Gestalten - sehen konnte. Während unser Auge bei Gegenständen „auf Widerstand“ stößt und nicht hindurchdringen kann, da drang sein Blick hindurch, und solche Dinge, über welche unser Auge hinweggeht, ohne sie zu merken, eben jene feinen Gestalten, erkannte der Geheilte. In allen religiösen Überlieferungen wird auch die Bedingung genannt, durch welche ein Mensch zu diesen übernatürlichen Fähigkeiten gelangt. So sagt *Augustinus*:

*Wenn ein Blinder in der Sonne steht, dann kann er die Sonne nicht sehen. Wenn er beispielsweise deshalb nichts sehen könnte, weil er vor Staub, Schleim und Rauch schmutzige und wunde Augen hat, so würde der Arzt zu ihm sagen: Entferne aus deinen Augen alles Schädliche, damit sie das Licht sehen können. Staub, Schleim und Rauch aber sind die Sünden und*

*Missetaten; entferne sie, und du wirst sehen, dass die Weisheit da ist. (Mit der Weisheit ist immer alles höhere Wissen, das über die sinnliche Wahrnehmung hinausgeht, gemeint.)*

Ebenso sagt *Papst Gregor*:

*Du hast dich vorher beklagt, dass du die Seele eines Sterbenden bei ihrem Hinscheiden nicht gesehen hast (damit ist der feinstoffliche Körper mit dem Wollenskörper einschließlich des Geistes gemeint), aber schon darin lag dein Fehler, dass du mit den Leibesaugen etwas Unsichtbares zu sehen suchtest. Aber viele von den Unsrigen (gemeint sind Geistliche), die ihr Geistesauge durch einen reinen Glauben und durch vieles Gebet abklärten, haben oftmals Seelen vom Leibe scheiden sehen.*

Und der „*Russische Pilger*“ sagt:

*Die menschliche Seele ist nach ihrer Natur durch den Ort und durch das Dingliche nicht gebunden, sie kann auch in der Dunkelheit sehen, auch sehr Entferntes, wie auch das, was in der Nähe geschieht. Wir geben dieser seelischen Fähigkeit nur keine Kraft und keinen freien Lauf, und wir unterdrücken sie, sei es durch die Fesseln des Leibes oder durch die Verworrenheit unserer Gedanken und durch unser zerstreutes Wesen. Wenn wir uns aber gesammelt haben, wenn wir uns von der Umgebung lösen und unseren Geist verfeinern, so wird die Seele ihrer Bestimmung zugeführt und wirkt im höchsten Grade, zumal dies eine natürliche Sache ist.*

So sagt auch ein Mönch des Erwachten (D 23):

*Es ist, Kriegerfürst, das Jenseits nicht so zu betrachten, wie du es vermeinst, mit diesem fleischlichen Auge. Die da, Kriegerfürst, als Asketen und Priester im Wald an abgelegenen Orten ein einsames Leben der Läuterung führen, die können dort,*

*unermüdlich, in heißem Ernste verweilend, das feinstoffliche (dibba) Auge reinigen. Mit diesem feinstofflichen Auge, dem gereinigten, über menschliche Grenzen hinausreichenden, erblicken sie so diese Welt wie auch jene und die geistig Geborenen.*

Und der Erwachte hat in den Lehrreden immer wieder den Weg der Läuterung in allen seinen Etappen ausführlich geschildert, und dort sind ungezählte Beispiele überliefert, wie sowohl der Erwachte als auch viele auf dem Weg zum Heilsstand weiter fortgeschrittene Mönche und Nonnen zu diesem Blick fähig waren.

Aber es kommt auch bisweilen vor - und zwar häufiger, als es allgemein bekannt ist -, dass normale Menschen, welche durchaus nicht den Weg der Läuterung bewusst gegangen sind, eine Fähigkeit zu diesem Blick mit in dieses Leben gebracht haben. Solche können dann auch die Geister sehen, haben aber erheblich weniger Verständnis für diese Erscheinungen, weil sie all jener vielfältigen stillen und tiefen Erfahrungen ermangeln, die sich der um Reinheit Kämpfende auf dem Läuterungsweg nach und nach erwirbt.

Der geheilte Mönch Mahāmogallāno sieht also Māro in seinem Körper und sagt zu ihm:

*Weiche von hinnen, belästige nicht den Vollendeten oder einen Mönch des Vollendeten, denn das wird dir zu langem Unheil und Leiden gereichen.*

Er warnt also Māro. Hinter dieser Äußerung erkennen wir nur Mitleid mit dem Bösen, denn den Geheilten selbst stört diese Festsetzung Māros in seinem Bauch fast nicht, sie ist für ihn nur eine unbedeutende Belästigung; für Māro aber kann sie schlimmste Folgen haben.

Es gehört mit zur geistigen Gesetzmäßigkeit: Je reiner das Wesen ist, das übel behandelt wird, um so schlimmere Folgen treffen den Täter. Das wird auch allgemein so empfunden. Einem guten und selbstlosen Menschen übel zu begegnen, das gilt überall als schlimmer und gemeiner, als wenn man einem

üblen Menschen Schlechtes antut. Dieses Gesetz haben weder der Buddha noch Gott noch Jesus gemacht. Aber sowohl der Buddha als auch Jesus lehren dieses Gesetz so, wie sie es in der Existenz beobachtet haben.

Aus Mitleid warnt also der Geheilte den Dämon, und von diesem heißt es nun:

*Doch Māro, der Böse, dachte bei sich: „Ohne mich wirklich zu kennen oder zu sehen, spricht dieser Asket so zu mir; denn selbst er, der sein Meister ist, hätte mich nicht so schnell erkannt, woher sollte mich erst dieser Mönch kennen!“ –*

*Aber der ehrwürdige Mahāmogallāno sprach zu Māro, dem Bösen: Allerdings kenn ich dich, Böser, lass die Hoffnung fahren: ‚Er kennt mich nicht‘, Māro bist du, der Böse. Du aber, Böser, denkst bei dir: ‚Ohne mich wirklich zu kennen oder zu sehen, spricht dieser Asket zu mir; denn selbst er, der sein Meister ist, hätte mich nicht so schnell erkannt, woher sollte mich erst dieser Mönch kennen?‘ –*

*Da gedachte nun Māro, der Böse: „Er hat mich wirklich erkannt und gesehen, dieser Asket, der da so zu mir spricht.“*

*Und Māro, der Böse, fuhr aus dem Munde des ehrwürdigen Mahāmogallāno hervor und stellte sich an den Türbalken hin.*

Hier zeigt sich, dass der Geheilte die Gedanken des Bösen erkennt. Dieser Überlegenheit weicht Māro, und so hat der Geheilte den Dämon ausgetrieben, ganz schlicht, indem er ihn davon überzeugt hat, dass er der Größere ist, dass er ihn sieht und durchschaut und um seine Gedanken weiß, obwohl der andere ein Geistwesen ist, d.h. keinen grobstofflichen Körper hat. - Aber der nun folgende Bericht wirft ganz neue Blickpunkte auf.

Mahāmoggallānos Rückerinnerung  
an sein Leben als Māro Dūsi

*Und der ehrwürdige Mahāmoggallāno sah Māro, den Bösen, gegenüber stehen, und bei diesem Anblick sprach er zu ihm:*

*So sehe ich dich denn hier, Böser! Lass die Hoffnung fahren: „Er sieht mich nicht“, dort stehst du, Böser, an den Türbalken gelehnt. Vor langen Zeiten, Böser, war ich einst Māro gewesen und hieß Dūsi, hatte eine Schwester, die hieß Kāli; deren Sohn warst du, bist damals mein Neffe gewesen. Zu jener Zeit nun, Böser, war Kakusandho, der Erhabene, der Geheilte, vollkommen Erwachte in der Welt erschienen. –*

Hier sagt Mahāmoggallāno, einer der größten Mönche des Erhabenen, dass auch er einmal Māro war zu einer Zeit, als ein anderer Erwachter als Erhabener in der Welt erschienen war, Kakusandho, der nach der Aussage des Buddha Gotamo, des letzten Buddha der viertletzte Buddha war (D 14). Ein Māro aber kann wegen seiner Untugend die Lehre eines Erwachten nicht fassen.

Die Zeiten, welche zwischen dem Erscheinen zweier Buddhas liegen, sind vollkommen unregelmäßig: manchmal vergehen viele Weltzeitalter („Weltenentstehungen-Weltenvergehungen“), ohne dass ein Erwachter erschienen wäre; manchmal erscheinen in ein und demselben Weltzeitalter - aber nie gleichzeitig - mehrere Erwachte. In unserem gegenwärtigen Weltzeitalter werden, wie der Erwachte sagt, insgesamt fünf Erwachte erscheinen, ihn selbst mitgezählt, und zu diesen Fünf gehört auch Kakusandho, der zu der gleichen Zeit lebte, als Mahāmoggallāno Māro Dūsi war. Der Erwachte hat in Gleichnissen die unvorstellbar lange Dauer eines Weltzeitalters angedeutet (S 15,5-8), und daraus ist zu entnehmen, dass auch fünf Erwachte, dass auch hundert oder tausend Erwachte

innerhalb eines einzelnen Weltzeitalters nur ein jeweils ganz kurzes Aufleuchten in der unendlichen Dunkelheit der im Wahn befangenen Wesen ausmachen.

Die Aussage des ehrwürdigen Mahāmoggallāno wirft ein Licht auf die Lebensdauer Māros. Er hat alle vier Erwachten - Kakusandho, Konāgamano, Kassapo, Gotamo (D 14) -, welche in unvorstellbar langen Zeitläufen nacheinander in diesem Äon erschienen waren, überlebt. Zur Zeit des viertletzten Buddha Kakusandho war er der Neffe des damaligen Māro. Dieser war, wie wir hernach sehen werden, zur Zeit jenes Buddha Kakusandho gestorben, und da mag dann der Neffe an seine Stelle getreten sein. Und noch heute ist er Māro. Vier Buddhas mit den unendlich langen dazwischen liegenden Zeiten geistiger Dunkelheit hat er überlebt und war mit seinen Heerscharen ununterbrochen bemüht, dass die Wesen, die durch ihre Triebe und ihre Verblendung ihm untergeordnet sind, ihm nicht verlorener gehen möchten.

#### Mahāmoggallānos Rückerinnerung an den Mönch Lebenswalt

*Kakusandho nun aber, Böser, der Erhabene, der Geheilte, vollkommen Erwachte, hatte ein Mönchspaar, das unter dem Namen Wissenswalt und Lebenswalt bekannt war, ein hohes, erlauchtes Paar. So viel Mönche auch, Böser, Kakusandho, der Erhabene, der Geheilte, vollkommen Erwachte besaß, keiner reichte an den ehrwürdigen Wissenswalt heran, wenn es galt, die Lehre darzulegen. Und so geschah es, Böser, dass der ehrwürdige Wissenswalt nach und nach eben als „Wissenswalt, Wissenswalt“ bekannt wurde.*

*Der ehrwürdige Lebenswalt dagegen, Böser, pflegte im Inneren des Waldes zu weilen oder unter einem großen Baum oder in leerer Klause und versenkte sich*

*gar leicht in die Auflösung von Gefühl und Wahrnehmung.*

*Eines Tages, Böser, hatte sich der ehrwürdige Lebenswalt, unter einem großen Baum sitzend, in die Auflösung von Gefühl und Wahrnehmung versenkt. Da sahen nun, Böser, Hirten und Landleute den ehrwürdigen Lebenswalt, in die Auflösung von Gefühl und Wahrnehmung versunken, am Fuß eines großen Baumes sitzen, und wie sie ihn da fanden, da riefen sie erstaunt und bestürzt aus: „Seht nur, welch ein Wunder! Sitzend ist dieser Asket da gestorben! Lasst uns ihn verbrennen.“ Und jene Hirten und Landleute, Böser, trugen Stroh und Reisig und trockenen Dünger herbei, bedeckten damit den Körper des Ehrwürdigen Lebenswalt, legten Feuer an und gingen fort.*

*Am nächsten Morgen nun, Böser, kam der ehrwürdige Lebenswalt aus seiner Vertiefung zurück, erhob sich, schüttelte sein Gewand, nahm Mantel und Schale und begab sich ins Dorf um Almosenspeise.*

Wir sehen, dass auch jener Erwachte Kakusandho ein ähnliches Mönchspaar hatte wie unser letzter Erwachte in den beiden Großen Sāriputto und Mahāmoggallāno. An anderer Stelle führt der Erwachte aus, dass jeder der bisher Erwachten ein solches Mönchspaar gehabt habe.

In den überlieferten Lehrreden des Pālikanon liegen viele Berichte vor über die je besonderen Qualitäten des ehrwürdigen Sāriputto und des ehrwürdigen Mahāmoggallāno; und hier erwähnt der ehrwürdige Mahāmoggallāno nun kurz, durch welche Eigenschaften und Fähigkeiten jene beiden Ehrwürdigen die Namen „Wissenswalt“ und „Lebenswalt“ bekommen hatten.

Da sehen wir bei Lebenswalt, dass er „das Leben“ in einer Weise beherrschte, wie es dem normalen Menschen durchaus nicht eigen ist. Er konnte sich in diejenige weltlose innere



Verfassung begeben, die nur manchen Geheilten möglich war, nämlich den „Beiderseit-Erlösten“: in die Auflösung von Gefühl und Wahrnehmung. Wenn keine Wahrnehmung von Ich und Welt, keine Wahrnehmung von Form, von Formfreiheit besteht, dann ist in dieser totalen Vorstellungsfreiheit Ich und Welt, Form und Formfreiheit aufgehoben. Dieses Erlebnis der Aufhebung von Gefühl und Wahrnehmung dauert höchstens sieben Tage und wird durch vorhergegangenen Entschluss beendet (M 44), denn während der Dauer dieses Zustandes kann man wegen fehlender Wahrnehmung nichts beschließen.

Wir lesen nun, dass der ehrwürdige Lebenswalt, als er wieder einmal in der Auflösung von Gefühl und Wahrnehmung weilte, während sein Leib im Walde saß, dort von den Dorfleuten gesehen und erkannt wurde, da er ja jeden Tag auf dem Almosengang ins Dorf kam. Man hielt ihn für tot und wollte den Körper nach der dortigen Gepflogenheit verbrennen. Darum legten die Dorfbewohner einen Scheiterhaufen an, setzten die vermeintliche Leiche darauf, steckten den Holzstoß in Brand und gingen fort.

Wir erfahren aber, dass der ehrwürdige Lebenswalt am anderen Morgen zu der von ihm vorher festgesetzten Zeit aus seiner Vertiefung hervorkam, dass er die Asche von seinem Gewand abschüttelte und ins Dorf ging um Almosenspeise. Wir lesen, dass der Scheiterhaufen gebrannt hatte, dass das Gewand des Geheilten mit Asche bedeckt war, und wir wissen, dass die Menschen der damaligen Zeit mit Feuer umzugehen wussten, zumal es sich um Hirten und Landleute handelte, die täglich Feuer zu machen und zu hüten hatten, die also wissen, was zu tun ist, damit ein Feuer nicht vorzeitig ausgeht, aber sich auch nicht zu einer Feuersbrunst ausweitet. Darum dürfen wir annehmen, dass das Feuer so gebrannt hat, wie die Landleute es beabsichtigten.

Dem Geheilten jedoch hat es nichts anhaben können. Er hatte noch nicht vor, diese Welt endgültig zu verlassen, und darum kam er allen entgegenwirkenden äußeren Umständen zum Trotz zur festgesetzten Zeit zum Bewusstsein und fand

den Leib und sogar das Gewand völlig unversehrt vor. Weil er das Leben zu walten, zu bewältigen wusste, weil er Macht über Leben und Tod hatte, darum wurde er „Lebenswalt“ genannt.

Dieser Bericht mag verwunderlich oder gar unglaublich wirken; er ist es jedoch nur in einem solchen Maß, wie der Mensch mehr oder weniger bisher ausschließlich nur die sinnlich wahrnehmbaren Dinge und ihre Gesetzmäßigkeiten vernommen, erfahren hat. Einer solchen begrenzten „Vernunft“ widerstrebt es, das hier Berichtete als wahr anzunehmen. Je mehr wir aber in anderen religiösen Bereichen nachforschen, um so mehr erfahren wir vergleichbare Berichte über die Überwindung physikalischer Gesetze oder besser gesagt, über den Einsatz von Mächten und Kräften, welche mit höheren, dem normalen Menschen verborgenen geistigen Gesetzen die niederen Gesetzmäßigkeiten aufheben. Und wer gar den in den Religionen gewiesenen Weg der Läuterung des Herzens von allen weltlichen Antrieben und Neigungen auf sich nimmt, der erfährt auf dem Weg in dem Maß seines Fortschreitens auch erste Ansätze von Durchblicken und Überhöhungen, aus denen ihm mit zunehmender Gewissheit aufgeht, dass er sich auf dem Weg auch zur Überwindung von Materie-Wahrnehmung befindet und dass er sich diesen Fähigkeiten nähert in dem gleichen Maß, als er auf diesem Weg vorwärtsschreitet.

Sehen wir nun, was der geheilte Mahāmoggallāno Māro berichtet über das, was er in einem seiner früheren Leben als Māro Dūsi, als Oheim des jetzigen Māro, gegen den damaligen Erwachten und seine Mönche unternommen hat und was ihm daraufhin widerfuhr.

Māro Dūsi verführt die Hausleute, die Mönche  
zu beschimpfen und schlecht zu behandeln -  
die Mönche erfüllen sich mit Liebe....

*Aber Māro Dūsi, Böser, dachte: „Ich weiß wahrhaftig nicht, woher diese tugendreinen, edelgearteten Mönche*

*kommen und wohin sie gehen; wie wenn ich nun Priester und Hausväter aufzureizen suchte: ‚Geht mir mit euren tugendreinen, edelgearteten Mönchen! Beschimpft sie, beleidigt sie, verjagt sie, verfolgt sie‘ - da wird sich bei solcher Behandlung ihr Sinn schon ändern und Māro Dūsi Eingang finden.“ -*

*Und Māro Dūsi, Böser, fuhr in die Priester und Hausväter hinein: Geht mir mit euren tugendreinen, edelgearteten Mönchen! Beschimpft sie, beleidigt sie, verjagt sie, verfolgt sie - da wird sich bei solcher Behandlung ihr Sinn schon ändern und Māro Dūsi Eingang finden.*

*Und jene Priester und Hausväter, Böser, aufgehetzt von Dūsi, dem Māro, beschimpften und beleidigten die tugendreinen, edelgearteten Mönche, verjagten und verfolgten sie: Da kommen sie ja, die Kahlköpfe, dieses dreiste Gesindel, einer dem anderen auf den Fersen, und behaupten: ‚Wir sind Vertiefte, wir sind Meditierende!‘ und mit hängenden Schultern, hängenden Köpfen und schlaffer Haltung meditieren sie, grübeln, denken sie nach und überlegen. So wie eine Eule, die auf einem Ast auf eine Maus wartet, meditiert, grübelt, nachdenkt und überlegt, oder wie ein Schakal, der am Flussufer auf Fisch wartet, meditiert, grübelt, nachdenkt und überlegt, oder wie eine Katze, die neben einem Türpfosten oder einem Abfallkorb oder einem Abfluss auf eine Maus wartet, meditiert, grübelt, nachdenkt und überlegt, oder wie ein unbeladener Esel, der neben einem Türpfosten oder einem Abfallkorb oder einem Abfluss steht, meditiert, grübelt, nachdenkt und überlegt, so behaupten diese kahlköpfigen Mönche, dieses dreiste Gesindel, einer dem anderen auf den Fersen: ‚Wir sind Vertiefte, wir sind Meditierende!‘, und mit hängenden Schultern, hängenden Köpfen und*

*schlaffer Haltung meditieren sie, grübeln, denken sie nach und überlegen. –*

*Und die Menschen, Böser, die damals starben, die gelangten bei Versagen des Körpers, nach dem Tode, zumeist abwärts, auf schlechte Lebensbahn, in Verderben und Unheil.*

Wir sehen, dass Māro aus der Sorge, dass die Mönche seiner Macht entrinnen könnten, in die Priester und Hausväter hinein- fuhr und sie zu Üblem beeinflusste. Diese Beeinflussung muss nicht in gleicher Weise verstanden werden wie die vorhin er- wählte „Besessenheit“. Von einer solchen unterscheidet sie sich sehr, denn für die Zeit der Besessenheit weiß der eigentli- che Bewohner des Fleischkörpers nicht, was mit dem Körper geschieht, weil er aus ihm hinausgedrängt ist, während er im Fall der Beeinflussung die Gedanken des Beeinflussenden für seine eigenen hält. Geist und Charakter des besessenen oder besetzten Menschen werden nicht verändert und gewandelt wie der Geist und Charakter des beeinflussten Menschen. - So ist also die Beeinflussung und Einflüsterung viel folgenschwe- rer als die Besessenheit und kommt zudem unvergleichlich häufiger vor, tritt aber nach außen kaum in Erscheinung.

Fast jeder Mensch ist von Geistern mancherlei Art umge- ben, von mehr oder weniger guten und schlechten, und die Geister versuchen mehr oder weniger, den betreffenden Men- schen zu beeinflussen. Nicht nur in der christlichen Lehre wird von Schutzengeln, Schutzgeistern oder üblen Geistern gespro- chen, sondern auch der Erwachte erwähnt öfter diese Geister- arten und ihre Einflüsse.

Die Beeinflussung wird von dem beeinflussten Geist in etwa so erfahren, als ob ihm der betreffende Gedanke gerade jetzt einfiel. Der Gedanke fällt ihm auch ein, ist aber von anderer Seite, eben von jenem Geist, eingegeben worden.

Nun aber kann der Beeinflusste zu diesem Gedanken Stel- lung nehmen, wie er ja auch zu anderen in ihm aufkommenden

Gedanken Stellung nimmt. Er kann ihn empört als unwürdig ablehnen und kann denken: „Wie kann ich nur auf solche üblen Gedanken kommen! Nie im Leben will ich so etwas tun!“ Er kann aber auch, je nach dem wie weit die mit dem Gedanken eingeflüsterte Absicht von dem normalen Stand seiner allgemeinen Absichten entfernt ist, den Gedanken annehmen, begrüßen und ihn ausführen.

Die übleren Geister werden, je dümmer und primitiver sie sind, um so unmittelbarer einem Menschen ihre üblen Gedanken einflüstern wollen; der Mensch wird sie auch vernehmen, wird sie meistens für seine eigenen Gedanken halten, aber entschieden abweisen. Die klügeren und listigen unter den üblen Geistern aber werden dem Menschen im Anfang nicht zu viel zumuten, sondern nur ganz wenig über den Rahmen dessen hinausgehen, worauf der betreffende Mensch in seinen übleren Stunden von selbst kommen würde. Dadurch gelingt es ihnen unter Umständen, einen solchen Menschen allmählich zu immer niedrigeren Gedanken, Gesinnungen und gar Handlungen zu veranlassen.

Ebenso gibt es unter den guten Geistern, welche sich im guten Sinne um einen Menschen bemühen, geschicktere und ungeschicktere. Jene Geister müssen in Charakter, Gesinnung, Geschicklichkeit und Ungeschicklichkeit, Intelligenz und Dummheit nicht viel anders gedacht werden als die Charaktere der verschiedenen Menschen. Und vergessen wir nicht, dass Menschen nichts anderes sind als Geister, welche sich für eine kürzere oder längere Zeit im Fleischleib befinden und sich von dieser Tatsache so sehr täuschen lassen, dass sie ihre eigene geistige Beschaffenheit vergessen und übersehen: Blendung.

Wenn es hier nun heißt, dass Māro in die Priester und Hausväter hineinfuhr, so ist das nicht so zu verstehen, als ob Māro, der Dämonenfürst, allein diese Aufgabe erfüllte. Er ist vielmehr immer von seinen Heerscharen umgeben, und er kann sie einsetzen je nach Belieben. So wie von den reineren Geistern und ihren Fürsten berichtet wird, dass sie bei ihren Bemühungen um bestimmte Menschen sich hauptsächlich

derjenigen guten Geister bedienen, welche eine freundschaftliche Beziehung zu dem betreffenden Menschen aus gegenwärtigem oder früherem Zusammenleben her haben, weil diese Beziehung eine Hilfe ist bei dem Willen zur Beeinflussung, so auch setzt Māro in seinem Kampf um die Menschen vorwiegend die mit dem betreffenden Menschen schon irgendwie verbundenen Geister ein, doch bekommen diese besondere Anweisungen von ihm.

Wenn es weiter heißt, dass jene Priester und Hausväter, durch Māro aufgehetzt, die Mönche beschimpften und beleidigten, ja, sogar verjagten und verfolgten, so gilt das von dem Gros derselben, aber durchaus nicht von allen. Viele von ihnen haben die Mönche natürlich nach wie vor verehrt und sie auch mit dem Nötigen an Lebensunterhalt versorgt, aber es war eben ein Generalangriff des Māro und seiner Scharen, und er wurde den Mönchen empfindlich fühlbar.

Auf die Folgen, welche dieser Angriff für die Mönche selbst hatte, kommt der nachfolgende Text zu sprechen; hier aber wird die schreckliche Folge für die Angreifer selbst genannt: *Die Menschen, die damals starben, gelangten zumeist abwärts, auf schlechte Lebensbahn, in Verderben und Unheil.* Das ist die Folge davon, wenn man sich übler Beeinflussung hingibt, sei es durch sichtbare Freunde, sei es durch unsichtbare Geister.

Wer diese Ausführungen versteht, wird nicht annehmen, dass man sich vor den Geistern nicht schützen könne. Denn die üblen Einflüsterungen und Einflüsse der dunklen Geister zeigen sich darin, dass uns üble Gedanken in den Sinn kommen, aufsteigen, bewusst werden, auffallen, und dass sie uns unter Umständen zu üblen Taten auffordern wollen. Wenn sie uns bewusst geworden sind, können wir zu ihnen Stellung nehmen. Es ist ganz gleichgültig, ob uns diese Gedanken von fremden Geistern eingeflüstert wurden oder ob sie aus unserem eigenen Fundus aufgestiegen sind: Die aufgestiegenen Gedanken können wir abweisen, können uns also wehren, oder wir können sie anerkennen.

Wer üble Gedanken zulässt, gleichviel ob sie ihm einge-flüstert wurden oder in ihm selbst aufsteigen, der mehrt seine Neigung zu üblen Gedanken, üblen Gesinnungen und von daher auch üblen Taten. Mit dieser Mehrung des Üblen durch Wiederholung und Pflege pflastert und baut er sich den Weg abwärts in Verderben und Unheil. - Es heißt in unserer Lehrrede, dass die meisten Priester und Hausleute jenem Einfluss erlegen waren, aber eben nicht alle. Diese Ernte, viele Menschen auf den Abweg gebracht zu haben, hat Māro ohne seine besondere Absicht gewonnen. Es ging ihm um die Mönche. Ob er diese aber gewinnen konnte, zeigt der folgende Teil der Lehrrede.

*Aber Kakusandho, Böser, der Erhabene, der Geheilte, vollkommen Erwachte ermahnte die Mönche: Angestiftet, ihr Mönche, sind Priester und Hausväter von Dūsi, dem Māro: Geht mir mit euren tugendreinen, edelgear-teten Mönchen! Beschimpft sie, beleidigt sie, verjagt sie, verfolgt sie', da wird sich bei solcher Behandlung ihr Sinn schon ändern und Māro Dūsi Eingang finden.*

*Geht, ihr Mönche, 1. liebevollen Gemütes weilend, strahlt nach einer Richtung, dann nach einer zweiten, dann nach einer dritten, dann nach einer vierten, ebenso nach oben und nach unten, überallhin in alle Richtungen durchstrahlt die ganze Welt mit liebevol-lem Gemüt, mit weitem, hohem, nichtmessendem, von Feindschaft und Bedrängung freiem... 2. mit erbar-mendem - 3. freudevollem - 4. gleichmütigem Gemüt strahlt nach einer Richtung, dann nach einer zweiten, dann nach einer dritten, dann nach einer vierten, nach oben, unten, in alle Richtungen, überallhin durch-strahlt die ganze Welt mit erbarmendem - freudevol-lem - gleichmütigem Gemüt, mit weitem, hohem, nicht messendem, von Feindschaft und Übelwollen freiem. -*

*Und jene Mönche, Böser, von Kakusandho, dem Erhabenen, dem Geheilten, vollkommen Erwachten derart belehrt, derart unterwiesen, zogen sich ins Innere des Waldes zurück oder unter große Bäume oder in leere Klausen. Liebevollen - erbarmenden -freudevollen - gleichmütigen Gemütes strahlten sie in alle Richtungen.*

Wir sehen, dass der Erwachte, der Meister der Götter und Menschen, den Anschlag Māros durchschaut hat. Er sieht, dass die Priester und Hausleute weitgehend Opfer dieser Einflüsterung sind, und zeigt seinen Mönchen, dass die Priester und Hausleute nur verblendete Werkzeuge sind, dass Māro mit seinen Heerscharen ausgezogen ist, um die Mönche zu verderben, und der Erwachte rät den Mönchen, was sie tun sollen, um sich vor üblen Gedanken zu schützen.

Die natürliche Reaktion des Menschen auf Verachtung und Feindschaft ist wiederum Verachtung und Feindschaft, aber diese natürliche Reaktion hält den Kreislauf der gegenseitigen Befehdung und des gegenseitigen Hassens in Gang. Die natürliche Reaktion ist diejenige des Teufels. Und diese natürliche Reaktion wünscht Māro, denn dann hat er Macht über die Geister, welche gegenwärtig als Mönche des Buddha leben. Darum versucht er, diese Reaktion der Abneigung, des Hasses zu erzeugen durch die Abneigung und den Hass der Priester und Hausväter.

Um diese Reaktion zu vermeiden, rät der Erwachte den Mönchen, sich in Liebe zu üben, in Verstehen, in Erbarmen, in innerer Freudigkeit über die eigenen Fortschritte und in derjenigen unbewegten Gemüthaltung, welche auch die zartesten Formen von Widerstand, Nichtmögen, Widerstreben und Aufbegehren völlig ausschließt, um das Gemüt spiegelklar zu erhalten wie ein See bei Windstille.

Die da vom Erwachten über Gesetz und Struktur der Existenz aufgeklärt sind, diese wissen, dass ein jedes Wesen, ob



Mensch oder Dämon oder Gottheit, so denken und fühlen und wollen muss, wie es denkt und fühlt und will, weil es aus den inneren und äußeren Einflüssen, denen es auf seinem endlosen Kreislauf durch die Daseinsformen ausgesetzt war, so werden musste. Je falscher die Anschauungen eines Wesens über die Wege zu Wohl und Glück, um so übler muss seine Gesinnung, sein Tun und Lassen sein; je richtiger die Anschauung über die Wege zu Wohl und Glück, um so besser und heller muss solcher Wesen Fühlen, Wollen und Denken sein. Wer diese Gesetzmäßigkeit kennt und durchschaut, der kann nicht mehr reagieren wollen auf das Tun und Lassen anderer, vielmehr wird er bemüht sein, dem anderen zu denjenigen Einsichten zu verhelfen, aus welchen er von den üblen Wegen zu den besseren kommt.

Und dafür sind die vom Erhabenen empfohlenen vier unermesslichen Gemüthaltungen die allerbeste Hilfe, die nur denkbar ist. Der Erwachte sagt an anderer Stelle (S 20,5):

*Gleichwie es, ihr Mönche, unmöglich ist, eine scharfgeschliffene Messerschneide mit der bloßen Hand abzuwehren, wegzuschlagen, zurückzustoßen oder auch mit der geballten Faust abzuwehren, wegzuschlagen, zurückzustoßen, ebenso auch ist es, ihr Mönche, selbst einem gewaltigen Feind unmöglich, demjenigen das Gemüt zu verstören, der da liebende Gemütherlösung pflegt und entwickelt, durchführt und ausbildet - soviel er sich auch anstrengen und mühen würde.*

Die Hilfe, die von dieser Geisteshaltung ausgeht, ist also eine doppelte: Zunächst wird derjenige, der sich so bemüht, unverletzbar gegenüber allen geistigen und seelischen Angriffen der Feinde. Es ist eben so, dass mit der wahrhaft verstehenden Gemüthaltung kein Ärger und Groll, keine Feindschaft in einem Herzen aufkommen kann. In dem Maß, wie man einsieht, dass ein jedes Wesen aus seinen inneren und äußeren Antrieben zwangsläufig zu denjenigen Weisen des Denkens, Fühlens und Handelns kommen musste, zu welchen es ge-

kommen ist, aus dieser Einsicht kann keinerlei Form von Feindschaft aufkommen: Vielmehr führt das Wissen von dem zwanghaften Einfluss falscher und rechter Anschauung zum liebenden Verstehen aller Wesen und ihrer Aktionen und führt zum Erbarmen gegenüber allen Wesen, welche sich durch üble Gedanken, Worte und Taten belasten. Das ist die eine Wirkung, die von dieser liebenden Haltung ausgeht.

Die andere Wirkung ist die, dass sie den Angreifer entwaffnet: Kein normaler Mensch, wie immer das ihm innewohnende Maß von Wut, Rachsucht oder Verbitterung sein mag, kann auf die Dauer einem unbeirrbar liebenden Geist widerstehen. Ein solcher Widerstand gelingt nur den äußerst entarteten Geistern, Māro und seinen Scharen.

Wir sehen, dass die Mönche dem Rat ihres Meisters folgen, sie sitzen an abgelegenen Orten, in der Tiefe der Wälder, weitab von der Geschäftigkeit, den Pflichten und Aufgaben und Genüssen der Hausleute, und sie wenden ihren Geist ab von den gehörten Schmähworten, von den erfahrenen Misshandlungen, sie bedenken die Geschobenheit der Wesen durch die Beschaffenheit der Triebe ihres Herzens und deren Abhängigkeit von rechter und falscher Anschauung. Sie sehen, dass alle Wesen Wohl ersehnen und suchen, dass sie Wehe verabscheuen und fliehen wollen, dass sie aber aus Blendung Dinge tun, durch welche sie entgegen ihrem Streben in Elend geraten. Und so öffnen die Mönche ihr Herz dem Erbarmen. Indem die Mönche in dieser Weise den Tag über im Wald sinnen und indem sich ihr Herz mit Erbarmen füllt für jene Wesen, die entgegen ihrem sehrenden Streben die Wege in Dunkelheit, Leiden und Elend einschlagen, da sind sie voller Freude durch die Feststellung, dass sie durch ihre Besinnungen weit entfernt sind von dunklen, aburteilenden Gedanken und verletzten Gefühlen, dass sie auf dem vom Erwachten gewiesenen Weg zum Heil sind. Mit dieser Freude erfüllen sie sich und fühlen sich dabei unangreifbar. Ihr Geist hat jegliche Form des Reagierens verloren und vergessen, ihr Gemüt hat sich weit über

die kleinlichen Einzelerlebnisse erhoben, sie stehen im Gleichmut oberhalb und außerhalb dieses Gewoges.

Wenn sie nun täglich zum Almosengang ins Dorf kommen, da werden die Besseren unter den Hausleuten betroffen sein von der leuchtenden, friedvollen Art jener Mönche, und sie können sie nicht mehr beschimpfen. Die mehr durchschnittlich gearteten Dorfbewohner aber vermögen auf die Dauer ebenfalls nicht mehr ihre volle Kraft der Abneigung und des Hassens und Widerstands gegen die Mönche einzusetzen. Sie zögern, aber sie unterliegen noch den Einflüsterungen, ihr Auge ist noch halb blind für die Reinheit und gemütsmäßige Untreffbarkeit der Mönche. Aber den Hauptan Sturm haben die Mönche bestanden, haben gesiegt unter der Anleitung des Erhabenen.

Nach außen ist hier viel weniger in Erscheinung getreten, als in Wirklichkeit vor sich ging: Eine gewisse Rebellion der Dorfleute gegen die Mönche, eine „Welle der Ablehnung“ konnte nach außen hin beobachtet werden, nicht viel mehr. Aber den Blicken derer, die ihr geistiges Auge freigespült haben durch die Läuterung des Herzens, bot sich der gewaltige, wogende Kampf dunkler Geister und Dämonen mit den reineren Geistern dar. Ein solcher sah die Heere Māros die Dörfer belagern und sah sie in ununterbrochenem Bemühen um die Brahmanen und Hausleute, und er sah, wie viele auf die Dämonen hörten, wie andere sich den Einflüsterungen widersetzen. Und er sah auch die Heere der reineren Geister, denen die Tatsache, dass endlich wieder ein Erwachter auf der Erde erschienen war, seligste Beglückung war, die alles zu tun sich bemühten, die Wege des Erhabenen zu ebnen, seine Lehre zu hören, ihr nachzufolgen und womöglich den Menschen zu helfen, dass auch sie der Lehre nachfolgen möchten.

Von diesem Kampf der Geister und Dämonen ist ebenfalls die religiöse Geschichte in allen Kulturräumen erfüllt. Und wenn Jesus sagt: *„Fürchtet euch nicht vor denen, die den Leib töten und die Seele nicht können töten; fürchtet euch aber vielmehr vor dem, der Leib und Seele verderben kann in die*

*Hölle!" (Matth.10,28), dann meint Jesus den Luzifer, seinen Erzfeind.*

Von ihm und seinen Scharen gehen ununterbrochen viele Einflüsse auf die Menschen aus, welche ihr Herz, ihre Seele allmählich verdunkeln, trüben, übler machen, so dass diese üble Seele nach Ablegung des Fleischleibs auch in dunklen Orten wiederkehren wird: *„Fürchtet euch aber vielmehr vor dem, der Leib und Seele verderben kann in die Hölle!“*

Māro Dūsi verführt die Hausleute, die Mönche  
zu achten und gut zu behandeln –  
die Mönche betrachten die Unschönheit des Körpers,  
die Widerlichkeit der Nahrung, die Freudlosigkeit an der  
ganzen Welt, die Flüchtigkeit/Nicht-Ichheit  
aller Erscheinungen

*Aber Dūsi, der Māro, Böser, besann sich: „Auf diese Weise komm ich nicht weiter und kann nicht erfahren, woher die Mönche, die tugendreinen, edelgearteten, kommen und wohin sie gehen. Wie wenn ich nun Priester und Hausväter antriebe: ‚Seht doch die tugendreinen, edelgearteten Mönche! Haltet sie hoch, schätzt sie gebührend, achtet und ehrt sie!‘ – da wird sich bei solcher Behandlung ihr Sinn gewiss ändern und Māro Dūsi Eingang finden. "*

Wir sehen, dass Māro selbst erkennt, dass er die erste Schlacht verloren hat; aber der Listenreichste aller Betrüger geht nun zum gefährlichsten Angriff über. Es ist ein Angriff, welchem die allermeisten Menschen nicht gewachsen sind.

Zuerst hatte er die Tugendhaften verfolgen lassen. Das hat ihn nicht zum Ziel geführt, sondern hat im Gegenteil die Mönche immer mehr zur weltabgewandten Erhebung des Herzens über allen erbärmlichen Streit geführt. Nun überlegt der Listenreiche: Wenn die Hausleute den Mönchen angenehm be-

gegen, sie anerkennen, achten und ehren, wenn man ihnen beste Nahrung gibt und sie in jeder Weise versorgt, dann mögen sie die Welt allmählich wieder lieben lernen, sich ihr zuwenden, sich wieder in ihr verwurzeln und sich bald auf den Thron des Hochmuts, des Dünkels setzen, auf dem stets diejenigen sitzen, die nicht um ihres Herzens willen, sondern um der Welt willen tugendhaft sind - und dann *wird Māro Dūsi Eingang finden.*

Die Weltgeschichte lehrt, dass Verfolgung und Unterdrückung solcher Menschengruppen, welche irgendeinem Ideal anhängen, diese dann zu einem um so geschlosseneren Zusammenhalt untereinander und zu um so ernsterem eigenen Streben veranlasst. Wenn es dagegen solchen Gruppen in der Welt besonders gut geht, wenn sie Anerkennung, Verehrung, Schätzung und Förderung erfahren, dann sind diese Gruppen am meisten gefährdet, dann sonnen sie sich allmählich in dieser Anerkennung und werden hochmütig. Und das ist der Anfang des Abstiegs.

In der Kenntnis dieser Gesetzmäßigkeiten sagt Gotamo, der Erwachte (M 47):

*Bei vielen strebenden Menschen ist oft darum nichts Unwürdiges zu finden, weil sie noch kein Ansehen, keinen Ruhm gewonnen haben. Ist aber erst einer zu Ansehen gelangt, berühmt geworden, dann stellt sich manches Üble bei ihm ein.*

Mit diesem Gesetz, dessen Wirksamkeit Māro in seinem unmessbar langen Leben bei den Menschen und den Geistern immer wieder beobachten konnte, rechnet er nun bei diesen Mönchen. Und dazu will er sich wieder der Dorfleute bedienen.

*Und Māro Dūsi, Böser, fuhr in die Priester und Hausväter hinein: Seht doch die tugendreinen, edelgearteten*

*Mönche! Haltet sie hoch, schätzt sie gebührend, achtet und ehrt sie! –*

*Und jene Priester und Hausväter, Böser, bewogen von Düsi, dem Märo, hielten die tugendreichen, edelgearteten Mönche hoch, schätzten sie nach Gebühr, achteten und ehrten sie.*

*Und die Menschen, Böser, die damals starben, gelangten bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, zumeist auf gute Lebensbahn, in himmlische Welt.*

Die Priester und Hausleute sollen also jetzt das Gegenteil von dem denken und fühlen, was sie zuvor gedacht und gefühlt haben. Diese plötzliche Umkehr mag manchem unvorstellbar erscheinen; sie geschieht aber bei fast jedem Menschen häufiger und auch bei fast allen Menschengruppen. Es ist überliefert, dass das jüdische Volk in Jerusalem zur Zeit Jesu im Lauf von vier Tagen zuerst „Hosianna dem Sohne Davids!“ und dann „Kreuzige ihn, kreuzige ihn!“ rief. Hier ist die Reihenfolge umgekehrt. Wer sich selbst aufmerksam kontrolliert und beobachtet, der wird merken, wie solche Umwandlungen verhältnismäßig schnell vor sich gehen können.

Natürlich folgen jetzt ebenso wenig alle Brahmanen und Hausleute den positiven Einflüsterungen Märos, wie zuvor alle seinen negativen Einflüsterungen gefolgt waren. So wie zuvor die Allerbesten und Edelsten sich gegen solche ihnen eingegebenen Gedanken empört hatten und bei der guten Verhaltensweise den Mönchen gegenüber geblieben waren - ganz ebenso werden jetzt die schlechtesten Brahmanen und Hausleute diesen positiven Einflüsterungen nicht gefolgt sein, sondern haben an ihrer schlechten Gesinnung und Verhaltensweise festgehalten. Das Gros der Mittelmäßigen aber erlag allmählich den Einflüsterungen und stellte sich um.

Diese Umstellung lag ihnen ja bereits nahe, denn wir sahen, dass die Mönche, weil sie auf den Rat ihres Meisters hin die beste Gesinnung ihres Herzens entwickelt und verstärkt

und sich in der völlig reaktionsfreien Weise verhalten hatten, noch heller und klarer, noch verehrungswürdiger als bisher in den Dörfern erschienen und dass die Dorfleute dadurch die edle und wahrhaft erhabene Art der Mönche erkannten. Die Umstellung auf Verehrung lag also sehr nahe.

Und nun heißt es, dass die meisten der Brahmanen und Hausleute, welche zu dieser Zeit, während der Pflege einer solchen guten Gesinnung, starben, danach auf gute Lebensbahn, in himmlische Welt gelangten. Das heißt also, Māro half den Wesen, in den Himmel zu kommen! Aber dort sind sie für ihn nicht verloren, denn Māro ist nicht nur der Herrscher der Unterwelt, sondern der Herrscher über alle Welten, ihm entgegen also auch die Himmelswesen nicht. Māro zeichnet sich vor fast allen Göttern und Menschen (außer den Geheilten) innerhalb aller Welten dadurch aus, dass er alle diese Welten kennt und dass er die Wesen auf- und absteigen sieht und darum die Bedingungen für alle Daseinsformen kennt. Die meisten Wesen kennen nur den Daseinsbereich, in welchem sie bestehen und leben, sie sind von ihm fasziniert und erfüllt und halten ihn für das Ganze. Māro aber sieht fast alle Daseinsräume fast aller Wesen und sieht fast alle Übergänge von einem zum anderen. Darin ist Māro fast allen Wesen überlegen.

Aber Māro lebt und webt mit den fünf Zusammenhäufungen, lebt und webt aus den fünf Zusammenhäufungen, diese sind sein Stützpunkt, mit ihnen identifiziert er sich. Wohl hält er im Gegensatz zu den beschränkten Wesen weniger an einzelnen Formen, Gestalten, an bestimmter Materie fest, aber an der Formhaftigkeit, der Annahme von Materie (1), hält er fest, auf sie gestützt lebt und webt er. So scheint er der Herr aller Formen, aller Materie zu sein, ist aber Sklave der Formhaftigkeit, hält die Materie für wirklich. Māro hält weniger an einzelnen Gefühlen (2), Wahrnehmungen/Bewusstwerdungen (3) fest, aber er hält fest an der Fühlhaftigkeit, an der Bewussthaftigkeit usw., auf sie gestützt lebt und webt er. Darum ist Māro der Herr aller fühlenden, wahrnehmenden Wesen und

damit der Herr der Welt, aber er ist Sklave und Geschöpf des Gefühls und der Wahrnehmung/des Bewusstseins. Seine Absicht, seine Aktivität im Denken, Reden und Handeln (4), seine Wohlerfahrungssuche (5) ist darauf gerichtet, die Wesen in seinem Machtbereich zu halten.

Auch die Erwachten kennen alle Formen, alle Gefühle, alle Wahrnehmungen/Bewusstwerdungen, die Aktivität im Denken, Reden und Handeln und die programmierte Wohlerfahrungssuche, aber die Erwachten leben nicht gestützt auf die fünf Zusammenhäufungen. Sie haben deren Bedingtheit und ununterbrochene Geschobenheit und Wandelbarkeit durchschaut, den Leidenscharakter der fünf Zusammenhäufungen durchschaut, ihre Totheit durchschaut, und damit sind sie Herr über Māro, Herr über die Welt, untreffbar, unwandelbar, todlos. Darin liegt der Unterschied.

Māro hat in diesem Bericht schon einige Male die verzweifelte Frage aufgeworfen, woher wohl jene edelgearteten Mönche kämen und wohin sie gingen. Woher die Mönche und der Buddha äußerlich kommen, das weiß Māro. Er hat sie schon zu einer Zeit gesehen, als sie noch Hausleute waren und noch nicht daran dachten, in den Orden zu gehen. Er hat sie gesehen zu der Zeit, als der betreffende Erwachte noch kein Erwachter war, als er auf dem Weg war, ein solcher zu werden.

Und Māro kennt auch den äußerlichen Weg, den der Buddha genommen hat. Er sah, wie eine Gottheit aus einem höheren Himmel herabsank und in dem Menschenschoß der Mutter Wurzel fasste, den Menschenleib sich aufbaute und als Knabe geboren wurde. Und er hat jenen Menschen wie alle anderen Wesen lange Zeit hindurch gesehen und beobachtet. So wusste er wohl äußerlich, woher der Buddha kam.

Aber Māro sah schon an jenem zur Erwachung Strebenden solche Zeichen, die er noch nie gesehen hatte, die er nicht zu deuten verstand, die ihn erschreckten. Und diese Zeichen prägten sich in der Zeit, während welcher jener Mensch zum Buddha heranreifte, immer stärker aus, und vom Augenblick der Buddhaschaft an durchdrangen sie sein ganzes Wesen. Es



waren Zeichen, die in einen Raum hineinwiesen, der für ihn leer war. Es waren Merkmale, welche auf etwas hindeuteten, das für ihn unerreichbar, unzugänglich war, ebenso unzugänglich wie für einen Träumer die Dimension der Wachheit. Māro erkannte nicht, aus welchen Quellen jene für ihn unheimlichen Zeichen deutlicher wurden, kurz: Er wusste nicht, woher der Erwachende ein Erwachender wurde, woher seine Erwachung kam, und er wusste erst recht nicht, wohin der Buddha eines Tages, wenn er den Leib ablegte, gehen würde. Er wusste nicht, wohinein ein Erwachender erwacht, er konnte die Dimension der Wachheit nicht finden. Er konnte an dem Erwachten nichts mehr finden, das auch nach seinem Tode noch erkennbar und fassbar wäre. Das war ihm unheimlich.

Und ganz ebenso erging es Māro mit den meisten derjenigen Mönche, die dem Buddha folgten. Bei denjenigen Mönchen, welche die Grundlehre des Erwachten von der ununterbrochenen Wandlung der fünf Zusammenhäufungen, von ihrer seelenlosen Bedingtheit und Geschobenheit begriffen hatten und dieses Wissen auf das, was sich an ihnen selbst tat, anwandten - bei allen diesen Mönchen begannen sich bald ebenfalls die Zeichen zu zeigen, die in die Dimension hineinwiesen, in welcher Māro nichts fand, die für ihn leer war, jenseits aller Erscheinung und Bewegung und Wandlung, was ihm als das Leben galt. So wusste Māro nicht, *woher jene edelgearbeteten Mönche kamen und wohin sie gingen*, und das machte ihn tief besorgt.

Nicht nur die Tatsache, dass ihm da Wesen verloren gingen, erschreckte ihn, sondern er war auch erschüttert darüber, dass es etwas gab, dahin er nicht reichen konnte, und von daher begriff er, dass die Erwachten die einzigen sind, welche ihm wahrhaft überlegen sind, und dass es ihnen gelingt, mehr und mehr andere Wesen zu der gleichen Art umzuformen und sie damit seinem Einfluss zu entziehen. Darum erschrickt stets ein Māro vor einem Erwachten, darum fürchtet er die Erwachten, darum bemüht er sich, ihren Einfluss einzudämmen, ihre Bestrebungen zu durchkreuzen.

Nie können die Māros unmittelbar gegen den Erwachten etwas ausrichten, aber immer gelingt es ihnen mittelbar, indem bald nach dem Erlöschen der Erwachten ihre Lehre verdorben und entstellt wird unter den Menschen und Göttern. Und ohne rechte Lehre und rechte Lebensführung sinken die Wesen wieder abwärts, wird es in den Welten wieder dämmrig und dunkel - bis irgendwann wieder nach unmessbaren und unregelmäßigen Zeiten ein helles, kurzes Aufleuchten auftritt, das nur für diejenigen, welche sich zu einer solchen Zeit in denkbar guter innerer Verfassung befinden, die rechte Anschauung entzünden wird, welche das Heil einleitet.

*Aus Blindheit wurde diese Welt,  
nur selten leuchtet Wahrheit auf,  
dem Vogel gleich, vom Netz befreit,  
steigt kaum ein Wesen auf zum Heil. (Dh 174)*

Und hier berichtet nun der geheilte Mahāmoggallāno von einer undenkbar weit zurückliegenden Zeit, als wieder einmal das Licht der Wahrheit in der Welt leuchtete und als durch dieses Licht der Wahrheit viele derjenigen, welche sich zu jener Zeit in der erforderlichen besten Verfassung des Herzens und des Geistes befanden, diese Wahrheit fassen und durch die Erfassung der Wahrheit der Welt entrinnen und das vollkommene Heil gewinnen konnten.

Der geheilte Mahāmoggallāno aber war zu jener Zeit nicht nur nicht in der erforderlichen Verfassung, um das Heil zu fassen, sondern er war gerade der Todfeind des damaligen Erhabenen, er war sein größter Gegenspieler, und er schildert jenen gewaltigen geistigen, der blinden Welt verborgen gebliebenen Kampf der beiden größten Geister und den für den Unterlegenen schrecklichen Ausgang dieses Kampfes.

Und wem berichtet der geheilte Mahāmoggallāno diesen Kampf? - Es ist wieder die Zeit, in der das Licht der Wahrheit in die dunkle Welt hineinscheint. Es ist wieder ein Erwachter erschienen, und dieses Mal hat Mahāmoggallāno die Wahrheit

fassen können und ist durch diese Wahrheit gewandelt worden bis zur vollen Ablösung von allem, allem Unheilen, von den fünf Zusammenhäufungen. Und wieder erlebt Mahāmoggallāno den Kampf der beiden größten Geister um die Wesen der Welt, den gleichen, in welchem er seinerzeit Māro war, der Gegenspieler des Erhabenen, und in welchem heute sein früherer Neffe als sein Nachfolger auf dem Thron des Todesfürsten gegen den heutigen Buddha zu ebenso frevelhaftem wie vergeblichem Kampf angetreten ist. Der nun zum Heil Gelangte berichtet dem heutigen Māro die größte Tragödie aus der Familienchronik der Māros. - Er berichtet sie aus Erbarmen, zur Warnung, weil sich der gegenwärtige Māro auf ähnlichen gefährlichen Wegen befindet.

Sehen wir nun, wie sich Kakusandho, der Erhabene, zu dem zweiten Angriff Māros verhält.

*Aber Kakusandho, Böser, der Erhabene, der Geheilte, vollkommen Erwachte ermahnte die Mönche: Angestiftet, ihr Mönche, sind Brahmanen und Hausväter von Dūsi, dem Māro: ‚Seht doch die tugendreinen, edelgerteten Mönche! Haltet sie hoch, schätzt sie gebührend, achtet und ehrt sie - da wird sich bei solcher Behandlung ihr Sinn gewiss ändern und Māro Dūsi Eingang finden.‘*

*Gehet, ihr Mönche, betrachtet die Unschönheit des Körpers (asubhānupassī kāye viharatha), nehmt wahr die Widerlichkeit der Nahrung (āhāre patikkūlasaṇṇīno), nehmt wahr die Freudlosigkeit an der ganzen Welt (sabbaloke anabhirata saṇṇīno), nehmt wahr die Flüchtigkeit aller Erscheinungen (sabbasankhāresu aniccānupassīno). -*

*Und jene Mönche, Böser, von Kakusandho, dem Erhabenen, dem Geheilten, vollkommen Erwachten so belehrt, so angeleitet, zogen sich ins Innere des Waldes zurück oder unter große Bäume oder in leere Klausen.*

*Dort weilend, betrachteten sie die Unschönheit des Körpers, nahmen wahr die Widerlichkeit der Nahrung, nahmen wahr die Freudlosigkeit an der ganzen Welt, nahmen wahr die Flüchtigkeit aller Erscheinungen.*

Wir lesen den Rat des Erhabenen Kakusandho an seine Mönche: „Diese Verehrung seitens der Hausleute und Brahmanen, die euch jetzt entgegentritt, ist Māros Werk. Durch sie will Māro euch diese Welt hell und angenehm erscheinen lassen, um euch zu verlocken. Erlieget nicht seiner List, ihr Mönche, betrachtet nicht den augenblicklichen Glanz dieser Welt, sondern betrachtet ihre wahren Eigenschaften.“

Und hier nennt nun Kakusandho, der Erhabene, vier Grundeigenschaften, welche der Welt und allen ihren Erscheinungen innewohnen - die von den meisten verblendeten Wesen nicht auf den ersten Blick erkannt werden. - Die gleichen Eigenschaften werden von allen Erwachten immer wieder hervorgehoben, und die Mönche und Nonnen und alle echten Anhänger werden immer wieder von den Erwachten angewiesen, die wahrhaft üblen Dinge nicht für gut zu halten, auch wenn sie von außen als gut erscheinen, und die wahrhaft leidvollen Dinge nicht für leidlos zu halten, auch wenn sie auf den ersten Blick als leidlos und freudvoll erscheinen.

Das ist überhaupt der Grundeinfluss, der von allen Erwachten ausgeht, dass sie die Wesen, die ihnen Vertrauen entgegenbringen und die eine Sehnsucht nach Sicherheit und Freiheit und nach dem Heil haben, anleiten, bei allen wahrhaft mangelhaften und leidvollen Dingen die verborgenen Mängel, die verborgenen Leidensseiten so zu durchschauen, dass sie jene mangelhaften und leidvollen Dinge nicht mehr ergreifen. Der Mensch ist nach seiner Natur so angelegt, dass er auf vordergründigen Glanz sehr rasch anspricht, sich von ihm gefangen nehmen lässt und dann nicht beobachtet, wie gerade jene glanzvollen Erscheinungen es sind, bei welchen der Glanz allmählich oder bald sich trübt und Übles und Leidiges offenbar wird.

Die vier Anblicksweisen, die der Erhabene Kakusandho hier den Mönchen empfiehlt, sind vier große Übungen, durch die der eifrig sich Übende im Lauf der Zeit zu der Fähigkeit kommt, dass er alle wahrhaft erbärmlichen, leidvollen Dinge unmittelbar als solche erkennt, dass die vordergründige Glanzseite dieser Dinge ihn nicht mehr verblendet. In diesem Anblick löst sich ihm die kranke Neigung des Herzens zu den Dingen, sein Begehren und seine Abneigung auf, und durch die Ablösung von den vergänglichen Dingen tritt bei ihm die Erfahrung zunehmenden Wohls, zunehmender innerer Unverletzbarkeit, zunehmenden inneren Friedens ein, und von daher erfährt er bei sich, wie er auf dem Weg ist, allem Leiden vollkommen zu entrinnen, bis zuletzt die Befreiung von allen wandelbaren Dingen und damit von aller Verletzbarkeit endgültig geworden ist.

Zuerst wird von der Unschönheit des Körpers gesprochen. Die Wahrnehmung der Unschönheit, die zu einer klaren Distanzierung von aller Schein-, „Schönheit“ führt und erst das Tor öffnet zur Wahrnehmung wahrer Schönheit, beschreibt der Erwachte wie folgt (M 10):

*Was ist der Anblick der Unschönheit? Da betrachtet der Mönch diesen Körper da von den Fußsohlen aufwärts und von den Haarspitzen abwärts, wie er, von Haut umhüllt, von vielfältigen unreinen Dingen angefüllt ist: In diesem Körper gibt es Kopfschaare, Körperhaare, Nägel, Zähne, Haut, Fleisch, Sehnen, Knochen, Knochenmark, Nieren, Herz, Leber, Zwerchfell, Milz, Lunge, Dickdarm, Dünndarm, Magen, Kot, Galle, Schleim, Eiter, Blut, Schweiß, Fett, Tränen, Talg, Speichel, Rotz, Gelenkschmiere und Urin.  
- So weilt er bei diesem hautüberzogenen Körper in beharrlichem Anblick der Unschönheit.*

Normalerweise erscheint dem Menschen der menschliche Körper, solange er jung und gesund ist, schön - der Anblick des alten oder kranken Körpers wird verdrängt -, aber auch

den jungen und gesunden Körper sehen wir ja nicht, sondern nur seine äußerste Schale, die Haut. Und diese Oberflächlichkeit, welche alle unsere großen Enttäuschungen verursacht, die wir im Lauf des Lebens mit dem Körper erfahren, gilt es, durch den Anblick der Realität des Körpers aufzuheben. Bei oberflächlicher Betrachtung meint man, wenn man am Menschen allein die umschließende Haut betrachtet, der ganze Körper sei von solcher Art. So ist es aber nicht. Unter der Haut sind die Fettpartien, die Muskelstränge, die Sehnen, die an den Knochen und Muskeln befestigt sind, ferner die Organe, der riesenlange, immer gefüllte Darm, Kot - das alles ist in diesem Hautsack enthalten, ist das, was wir Leib nennen. Viele Aussagen des Erwachten haben zum Inhalt, die Unschönheit des Körperlichen offenbar zu machen, um zu zeigen, dass der Körper ein des Ergreifens unwürdiges Objekt ist, dadurch die Wohlsuche von ihm abzuziehen und ihn das wahre Schöne, die Lauterkeit, Helligkeit und Reinheit des geläuterten Herzens, das der Erwachte mit Gold vergleicht, um so intensiver anstreben zu lassen. Der Erwachte sagt (A III,69):

*Wer mit oberflächlichem Blick die Scheinschönheit des Körperlichen im Auge hat, bei dem entsteht Gier, und schon vorhandene Gier wird größer. Wer aber auf die Erscheinung des Unschönen gründlich achtet, bei dem entsteht keine Gier, und schon vorhandene Gier nimmt ab.*

Und was bedeutet, *die Widerlichkeit der Nahrung wahrnehmen*? Sich des Kreislaufs der Nahrung für diesen grobstofflichen Körper bewusst zu sein. Die aufgenommene Nahrung wird in Körper umgewandelt, Nährstoffe werden zur Unterhaltung des Körpers aufgenommen, das Nichtbenötigte wird als Kot ausgeschieden. Kot ist Nahrung für die Pflanze, was wieder der Ernährung dient: Erde - Pflanze/Frucht - Speise - Leib - Kot - Erde - Pflanze ...Junge, straffe - alte, schlaffe Körper - Leichen - Erde - Pflanzen - Speise... Wie viele Särgen kommen in jedem Jahr in die Erde! Und diese Massen, die als

Körper mit Särgen in die Erde versenkt werden, sind während ihrer Erdenjahre immer nur mit Festem und Flüssigem, das aus Erde hervorging, ernährt und erhalten worden und werden zuletzt doch wieder selbst Erde.

Der Erwachte nennt vier Arten von Nahrungen, Ernährungen, die zeigen, dass die Wesen Hungerleider, Vacua sind, die ohne diese vier Arten von Nahrung nicht bestehen können. Sie müssen körperlich, sinnlich, seelisch und geistig befriedigt werden. Der Körper muss ernährt werden durch grobstoffliche Nahrung (1), die Triebe lechzen nach befriedigender Berührung durch das als außen Erfahrene (2. Nahrung), der Geist hat das Bestreben, die Absicht, das Angenehme zu erlangen (3. Nahrung) und das Gewünschte entsprechend den im Geist vorhandenen Programmen an den Körper oder den Körper an das als außen Erfahrene heranzuführen (programmierte Wohlerfahrungssuche = 4. Nahrung). Die Abhängigkeit der Wesen von dieser vierfachen Nahrung offenbart die ganze Leidhaftigkeit des Daseins.

Spätestens bei dieser Betrachtung verliert der Übende die Freude am Körper und an den Außendingen. Diese Wahrnehmung *keine Freude an der ganzen Welt* ist nicht so zu verstehen, wie wenn manche Menschen denken oder gar sagen: „Ich habe keine Freude mehr an der ganzen Welt“; dies wäre Resignation und Betrübniß darüber, dass man eigentlich die Welt wie bisher gern weiter genießen möchte, es aber nicht mehr kann und dem nichts entgegensetzen hat. Die hier gemeinte Wahrnehmung wird erst möglich in dem Maß, wie ein der Lehre Nachfolgender Erleichterung merkt, weil er mehr und mehr zu innerem Frieden gefunden hat. Ein solcher sieht, dass die Quelle seines Wohls nicht in äußeren Dingen liegt, sondern in der Beschaffenheit seines erhellten, gereinigten Herzens. Er weiß, dass er die Welt nicht mehr braucht. Von daher ist er mit einer sieghaften Zuversicht erfüllt, und zu einer solchen Zeit verblasst die Welt mit ihren tausend Dingen, mit Anerkennung und Nichtanerkennung, mit Lob und Tadel. Wenn aber diese Erfahrung noch neu für ihn ist, immer

wieder einmal doch ein Zug zur Welt aufkommt, dann hilft ihm die folgende Übung, in der er sich *die Wahrnehmung der Unbeständigkeit aller Erscheinungen* gegenwärtig hält. Das Pāliwort „*anicca*“ bedeutet, dass die Erscheinungen nicht einen Augenblick still bestehen, dass vielmehr ununterbrochen Veränderungen und Wandlungen geschehen. Darum ist der Begriff „Sein“ oder „Dasein“ unrealistisch. Statt dieses Wortes heißt es in der Pālisprache *bhava* = Werden. Dieses ununterbrochene Werden, die Kette der Erlebnisse wird in den Lehrreden als „Strömung“, Werdens-Strömung (*bhava-sota*) bezeichnet, wie auch das viel zitierte Wort von *Heraklit* besagt: „*Alles fließt*“.

Auch alle weltlosen Entrückungen und selbst formfreie Selbsterfahrung vergehen wieder, unterliegen der Leidhaftigkeit der Wandelbarkeit. Einzig das Erreichen des Nirvāna bedeutet dauerhaftes Wohl, wandellose, unverletzliche Unverletztheit, der einzige und endgültig leidfreie Zustand.

*Kein Dasein hat Beständigkeit  
und kein Gebilde dauert an;  
anrieselnd häuft es hier sich an,  
und rieselnd rinnt es schon davon. (Thag 121)*

Wer könnte bei solchen Betrachtungen sich von der verheerenden Behandlung der Brahmanen und Hausleute verlocken lassen! Wem möchte, wenn er das Todlose gefunden hat, durch solche vorübergehenden Wandlungen in der Kette der Erscheinungen die Welt wieder hell und angenehm erscheinen! So wird tatsächlich der zweite und größte Anschlag Māros an der Weisheit des Erhabenen Kakusandho und an dem Vertrauen und der Reife seiner Mönche zunichte, und Māro Dūsi, der betrogene Betrüger, windet sich in ohnmächtiger Wut. - Aber Wut und Verzweiflung sind die schlechtesten Ratgeber, und so werden wir sehen, wie Māro sich zum äußersten Frevel hinreißen lässt und wie diese Tat sein „Schicksal“, seine Schaffsal endgültig wendet.



Māro Dūsi Frevel an dem Mönch Wissenswalt  
und sein Sturz in die Hölle

*Und Kakusandho, Böser, der Erhabene, der Geheilte, vollkommen Erwachte nahm eines Morgens Mantel und Schale und ging, gefolgt von dem ehrwürdigen Wissenswalt, nach dem Dorf um Almosenspeise.*

*Und Dūsi, der Māro, fuhr in einen Knaben, ergriff einen Scherben und warf ihn dem ehrwürdigen Wissenswalt an den Kopf, verletzte den Kopf. Und der ehrwürdige Wissenswalt, Böser, folgte nun mit zerschnittenem Kopf und strömendem Blut Kakusandho, dem Erhabenen, dem Geheilten, vollkommen Erwachten, Schritt um Schritt nach. Und Kakusandho, Böser, der Erhabene, der Geheilte, vollkommen Erwachte blickte sich mit dem Blick des Elefanten um: „Wahrlich, kein Maß hat Māro gekannt hier.“*

*Bei jenem Blick, Böser, zerging aber Dūsi, der Māro, auf der Stelle und erschien in einer Erzhöhle wieder, einer Hölle, Böser, die mit dreierlei Namen genannt wird: als Hölle der sechs Sinne, als Hölle des Pfählens, als Hölle der unendlich erscheinenden Pein. Da traten nun, Böser, Höllenwächter zu mir heran und sprachen: So oft, Herr, zwei Lanzen in deinem Herzen aufeinanderstoßen, wisse, dass tausend Jahre deiner Höllenqual um sind. –*

*Und so litt ich denn, Böser, viele Jahre, viele Jahrhunderte, viele Jahrtausende in jener Erzhöhle. Zehn Jahrtausende litt ich allein im Höllenpfehl, das Äußerste der Gefühle, wie man es nennt, empfindend. Und mein Leib war da, Böser, wie etwa der eines Menschen, und mein Kopf wie etwa der eines Fisches<sup>114</sup>.*

---

<sup>114</sup> Die Erzhöhle oder Große Hölle wird in M 130 näher beschrieben

*Hat wohl das Feuer je gedacht:  
„Versengen will den Toren ich“?  
Der Tor, der flacke Feuersglut  
anfassen will, versengt sich selbst.*

*So willst nun, Māro, fassen du,  
willst sehren den Vollendeten,  
wirst aber sengen nur dich selbst;  
ein Tor, der Feuer fassen will.*

*Verderben schürst dir, Māro, an,  
willst fassen den Vollendeten  
und hoffest, Frevler, hoffensfroh,  
dein Frevel werde frommen dir?*

*Des Frevlers Frevel schichten sich  
zu langem Leid, Verworfenener!  
Māro, scheue den Erhab 'nen,  
spiel den Mönchen nicht mehr mit.*

*So hat im Bhesakalā-Hain  
ein Mönch dem Māro einst gewehrt,  
und plötzlich war der finstre Geist  
am selben Ort verschwunden da.*

*Māro Dūsi fuhr in einen Knaben, ergriff einen Scherben und warf ihn dem ehrwürdigen Wissenswalt an den Kopf. - Wie bietet sich das Bild der Umwelt an? Die normalen Menschen unter den Zeugen dieses Ereignisses, die Verblendeten, sehen einen der zuschauenden Knaben einen Scherben ergreifen und ihn einem Mönch an den Kopf werfen. Die Reinen aber unter den Mönchen, die sich das feinstoffli-*

che Auge (*dibbacakkhu*) zugänglich gemacht hatten, die sahen den wahren Vorgang: Māro, der böse Geist benutzte einen menschlichen Körper als Instrument, um ein Stück grober Form auf ein anderes Stück grober Form, einen Scherben an einen Schädel, zu werfen. Aber Māro, der böse Geist, ist den normalen Menschen unsichtbar.

Dem ehrwürdigen Wissenswalt ist nichts geschehen. Was an diesen knöchernen Kopf trifft, was an diesen Leib trifft, das trifft nicht an ihn; und was dadurch an Gefühl und Wahrnehmung aufkommt, das kommt nicht ihm auf. Mit den fünf Zusammenhäufungen identifiziert er sich nicht. Was dort geschieht, das kann den bedingungslosen Frieden seines Herzens nicht stören. Weil eben nichts für ihn geschehen ist, darum geht er still weiter.

Und auch für den Erhabenen Kakusandho ist dem ehrwürdigen Wissenswalt nichts geschehen: Der Geheilte ist unverletzbar, denn der vollendete Friede, der jenseits alles Bedingten besteht, kann von den fünf Zusammenhäufungen, den bedingten, ebenso wenig getroffen werden wie ein Schatten getroffen werden könnte von einer Hand, welche ihn zu greifen sich bemühte.

Aber in der Welt der Erscheinungen, in welcher Māro lebt, an welche Māro glaubt und welche er in allen ihren Möglichkeiten durchwandert hat und kennt - in dieser Welt der Erscheinungen hat Māro den äußersten Frevel begangen.

Der Erhabene Kakusandho hat Māro nicht bestraft, das Urteil des Erhabenen: *Wahrlich, kein Maß hat Māro hier gekannt!* ist nicht die Verdammung Māros durch den Erwachten, und der *Elefantenblick* des Erwachten, der volle, bewusst auf den anderen gerichtete Blick ist nicht der versenkende Strahl, der Māro in die Erzhöhle warf. Ein Erhabener bestraft und belohnt nicht von sich aus, ein Erhabener misst nicht zu, weder Gutes noch Schlechtes. Ein Erhabener stellt nur fest, was ein Täter durch gute oder schlechte Taten selbst bewirkt hat.

So wie die Falle, die den Räuber festhält, ganz unschuldig und willenslos ist und der Räuber selbst die Schuld trägt für seine Gefangenschaft in ihr; so wie ein Gegenstand, der ins Wasser geworfen wird, je nach seinem Gewicht nach unten sinkt oder nach oben steigt, so dass das Wasser das Gewicht des Gegenstandes nur anzeigt: Ganz ebenso wenig verdammen oder belohnen die Geheilten die Wesen, sondern wo sie sich äußern, da zeigen sie den Wesen nur ihren Stand an und helfen ihnen, zu einem besseren Stand zu kommen. Die Geheilten sind so fern von jeder Bestrafung und Belohnung, wie es der Geheilte Mahāmoggallāno oben vom Feuer sagt:

*Hat wohl das Feuer je gedacht:  
„Versengen will den Toren ich?“  
Der Tor, der flacke Feuersglut  
erfassen will, versengt sich selbst.*

Es ist nicht der Erhabene Kakusandho, es ist das Karma, das eigene Wirken, das dem Māro Dūsi nun die gewaltig angesammelten Früchte seines langen, langen üblen Wirkens beschert. Und das Aufbrechen dieses lang angesammelten Karma wurde durch diese Freveltat ausgelöst.

Māro Dūsi war bisher der Fürst der Hölle und zugleich der Herr der Welten. Er war der Herr des gesamten Samsāra. Nun aber hat ihn sein eigenes angesammeltes übles Wirken selbst in die Hölle gestürzt als einen Gequälten. Er ist nicht mehr der Fürst der Höllenwächter, sondern er ist ihr Opfer, ihr Opfer für lange, lange Zeiten.

Māro Dūsi hat lange, lange Zeiten innerhalb des gesamten Samsāra triumphiert und hat mit Trug und List die Wesen gehindert, über den Samsāra hinauszugelangen zur endgültigen Freiheit. Māro Dūsi hat aus den frevelhaften Qualitäten seines Herzens sich selbst höllische Qualen geschaffen und hat alle diese Qualen, die gesamte geschaffene Menge, erleiden müssen und erleiden müssen. Und erst, als alle jene Qualen

abgelitten waren, erschöpft waren, da konnte er der Hölle ent-  
rinnen und konnte ins Menschentum gelangen.

Und wie oft mag er, seit er der Hölle entronnen ist, wieder  
als Mensch gelebt haben und gesucht haben, ehe er als Mog-  
gallāno geboren wurde und ihm ein Erwachter begegnete.  
Dann aber konnte er dessen Lehre von dem Zusammenhang  
des Lebens und Erlebens mit den Qualitäten des Herzens er-  
fassen und konnte sein Herz rein glühen und konnte so zur  
vollkommenen Freiheit durchdringen, in welcher der Friede  
vollkommen und in aller Ewigkeit unverstörbar ist.

Und diesem Geheilten begegnet während der kurzen restli-  
chen Spanne seines Verweilens im Körper, noch als letztes  
Nachwehen aus seinem früheren Tun, ein Māro, der ihn beläs-  
tigen will. Der Geheilte, der über dem Samsāra steht, sieht alle  
Zusammenhänge bis hinein in die familiären Verästelungen  
auch jenes höllischen Bereiches, und so erfährt der heutige  
Māro aus der Geschichte seiner Familie von dem entsetzlichen  
Leidensweg eines seiner Vorfahren, weil dieser einen Geheil-  
ten verletzt hat. Und der ihm dieses berichtet, aus tiefem Er-  
barmen zur Warnung berichtet, das ist ein Geheilte, den er  
verstören wollte.

*Und plötzlich war der finstre Geist  
am selben Ort verschwunden da.*

## KANDARAKO

### 51. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Kandarako: Die Geheilten der Vergangenheit, Zukunft, Gegenwart zeigen der Mönchsgemeinde den Weg. Der Erwachte bestätigt es und sagt: Es gibt unter diesen Mönchen Geheilte, es gibt Kämpfende, beständig in Tugend und rechter Lebensführung, die klug und weise sind. Sie haben das Herz einzig auf die vier Pfeiler der Selbstbeobachtung gerichtet. (S. M 10) – Pesso, der Sohn des Elefantenbändigers sagt: So tun auch wir Hausleute es von Zeit zu Zeit. – Es ist erstaunlich, da die Menschen so schwer zu durchschauen sind, so schlecht und hinterhältig sind – im Gegensatz zum Tier – (s. „Meisterung der Existenz“ S.890), dass der Erwachte weiß, was ihnen gut und nicht gut tut.

Der Erwachte nennt vier Arten von Menschen: 1. Selbstquäler, 2. Nächstenquäler, 3. Selbst- und Nächstenquäler, 4. ohne Selbstqual, ohne Nächstenqual, heil geworden. –

Pesso: Die drei Ersten handeln dem Grundanliegen der Wesen, Wohl zu erfahren, zuwider. Der Vierte erfreut mein Herz. –

Nach dem Fortgang Pessos erklärt der Erwachte die Vier ausführlich:

1. Selbstquäler. S. auch M 57 und M 101.
2. Nächstenquäler: Schlächter (s. M 55), Jäger, Fischer, Räuber, Henker, Kerkermeister (s. „Meisterung der Existenz“ S. 380ff.)
3. Herrscher quält eigenen Körper und befiehlt Tieropfer. (S. D 5 und Sn 284-253, zitiert bei der Besprechung von M 55).
4. Weder Selbst- noch-Nächstenquäler: Der Geheilte, Triebversiegte. Er wurde triebversiegt durch den vom Erwachten gewiesenen Gang zur Vollendung (s. M 27, M 60).

DER BÜRGER VON ATTHAKA  
52. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Der Hausvater Dasamo fragt Ānando: Hat der Erwachte dem sich übenden Mönch gezeigt, wie die Wollensflüsse/Einflüsse aufzuheben sind, die Triebversiegung erreicht wird?

Ānando antwortet: Er erreicht die Triebversiegung oder Nichtwiederkehr

1. durch die vier weltlosen Entrückungen (s.D 9) und durch die Erkenntnis ihrer Unbeständigkeit,
2. oder durch die vier Strahlungen (s. M 7) und durch die Erkenntnis ihrer Unbeständigkeit,
3. oder durch die drei friedvollen Verweilungen (s.D 9) (die Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung ist hier nicht erwähnt) und durch die Erkenntnis ihrer Unbeständigkeit.

Dasamo sagt begeistert: Elf Pforten zur Todlosigkeit – wie wenn einer statt nur einen Zugang zu einem Schatz elf Zugänge fände!

DIE ÜBUNGSSCHRITTE BIS ZUR VOLLENDUNG  
53. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene im Land der Sakker, bei Kapilavatthu, im Park der Feigenbäume. Damals hatten die Sākyer von Kapilavatthu eben erst eine neue Versammlungshalle erbauen lassen, und niemand hatte bisher darin gewohnt, kein Mönch und kein Brahmane noch irgendein menschliches Wesen.*

*Da begaben sich denn die Sakyer von Kapilavatthu dorthin, wo der Erhabene weilte, begrüßten den Erhabenen ehrerbietig und setzten sich seitwärts nieder. Seitwärts sitzend sprachen nun die Sakyer von Kapilavatthu zum Erhabenen:*

*Es ist da, o Herr, von den Sakyern in Kapilavatthu eine neue Versammlungshalle errichtet worden, und niemand hat bisher darin gewohnt, kein Mönch und kein Brahmane noch irgendein menschliches Wesen. Diese möge, o Herr, der Erhabene zuerst benutzen. Vom Erhabenen zuerst benutzt, werden sie dann die Sakyer von Kapilavatthu benutzen. So wird es den Sakyern von Kapilavatthu lange zum Wohl, zum Heil gereichen.<sup>115</sup> – Schweigend gewährte der Erhabene die Bitte.*

*Als nun die Sakyer von Kapilavatthu der Zustimmung des Erhabenen sicher waren, standen sie auf, begrüßten den Erhabenen ehrerbietig, gingen rechts*

---

<sup>115</sup> Kay Zumwinkel schreibt in seiner Anmerkung zu dieser Lehrrede: „Dieser Brauch wird auch heute noch in den Ländern des Theravāda-Buddhismus praktiziert; bei einer Hauseinweihung werden oft Mönche eingeladen, die eine Nacht lang Texte rezitieren, denen eine beschützende, segensbringende Wirkung zugeschrieben wird. Danach wird das Gebäude seiner Bestimmung zugeführt.“



*herum und begaben sich nach der Versammlungshalle. Dort ließen sie den Boden ganz mit Matten bedecken, Sitze vorbereiten, ein Wasserfass aufstellen und eine Öllampe zurechtmachen. Dann kehrten sie wieder zum Erhabenen zurück, verneigten sich ehrerbietig vor dem Erhabenen und standen seitwärts. Seitwärts stehend sprachen nun die Sakyer von Kapilavatthu zum Erhabenen:*

*Ganz mit Matten bedeckt, o Herr, ist der Boden des Hauses, die Sitze sind bereit, ein Wasserfass ist aufgestellt und eine Öllampe zurechtgemacht. Wie es nun, o Herr, dem Erhabenen beliebt mag. –*

*Da hat denn der Erhabene sich gerüstet, hat die äußere Robe und Almosenschale genommen und ist in Begleitung der Mönchsschar zur Versammlungshalle gegangen. Dort angelangt spülte der Erhabene die Füße ab, trat in den Saal ein und setzte sich beim zentralen Pfeiler nieder, wobei er nach Osten blickte. Und auch die begleitenden Mönche spülten die Füße ab, traten in den Saal ein und setzten sich an der westlichen Wand nieder, wobei sie nach Osten blickten, mit dem Erhabenen vor sich. Und auch die Sakyer von Kapilavatthu spülten sich die Füße ab, traten in den Saal ein und setzten sich nahe der östlichen Wand, gegen Westen gewendet nieder, so dass der Erhabene ihnen gegenüber saß.*

*Nachdem nun der Erhabene die Sakyer von Kapilavatthu bis tief in die Nacht in lehrreichem Gespräch angeregt, ermuntert, ermutigt und beglückt hatte, wandte er sich an den ehrwürdigen Ānando:*

*Besinne dich, Ānando, den Sakyern von Kapilavatthu zuliebe auf „die Übungsschritte bis zur Vollen- dung“; der Rücken ist mir ermüdet, den will ich aus- strecken. – Gern, o Herr! –, erwiderte da der ehrwürdi-*

*ge Ānando. Und der Erhabene breitete das Obergewand, vierfach gefaltet, aus und legte sich auf die rechte Seite wie der Löwe hin, einen Fuß bei dem anderen, achtsam, mit klarem Bewusstsein, den Zustand des Aufseins festhaltend – d.h. nicht behaglichem Liegen hingegeben.*

*Und der ehrwürdige Ānando wandte sich nun an Mahānāmo, den Saker:*

*Da ist, Mahānāmo, der Heilsgänger zur sittlichen Art erwachsen, er zügelt die Sinnesdränge, beim Essen hält er Maß, an Wachsamkeit ist er gewöhnt, sieben gute Eigenschaften eignen ihm und die vier weltlosen Entrückungen, hohe Gemütszustände, beseligendes Wohl zu Lebzeiten, kann er leicht und ohne Mühe gewinnen.*

## Die Übungsschritte im Einzelnen

### Die Tugendregeln

*Wie aber ist, Mahānāmo, der Heilsgänger zur sittlichen Art erwachsen? Da ist, Mahānāmo, der Heilsgänger tugendhaft, gezügelt; an die Tugendregeln gebunden, übt er sich im rechten Verhalten. Vor geringstem Fehl auf der Hut, kämpft er beharrlich weiter, Schritt um Schritt. So ist, Mahānāmo, der Heilsgänger zur sittlichen Art erwachsen.*

Der Läuterungsweg, auf welchem man sich langsam, aber von Grund aus über sein bisheriges inneres Sein und damit auch äußeres Tun hinaus entwickelt bis zu dem Zustand der vollkommenen Erwachung, beginnt immer, wie auch hier, mit den sogenannten Tugendregeln. Der vollständige Läuterungsweg besteht aus drei großen Etappen, zwischen welchen zwei ein-

schneidende Transformierungen der gesamten Seinsweise des Übenden liegen. Die erste Etappe ist die Tugend, die Entwicklung einer edleren, sanfteren Begegnungsweise mit allen Lebewesen.

Die Verhaltensweisen des zur tauglichen Begegnung erwachsenen Mönchs, des Asketen, sind viel umfassender als die des in Haus und Familie Lebenden:

*1. Lebewesen zu töten – das hat er aufgegeben. Dem Töten von Lebewesen widerstrebt sein Wesen. Ohne Stock, ohne Schwert, teilnehmend und rücksichtsvoll, hegt er zu allen Wesen Liebe und Mitempfinden.*

*2. Nichtgegebenes zu nehmen – das hat er aufgegeben. Dem Nehmen des Nichtgegebenen widerstrebt sein Wesen. Gegebenes nur nimmt er, Gegebenes wartet er ab, nicht diebisch gesinnt, rein gewordenen Herzens.*

*3. Unkeuschen Wandel – den hat er aufgegeben, in Reinheit lebt er, abgeschieden, von dem weltlichen Geschlechtsverkehr ganz abgewandt.*

*4. Trügerische, verleumderische Aussagen über Worte oder Taten anderer – das hat er aufgegeben. Der Verleumdung widerstrebt sein Wesen. Die Wahrheit spricht er, der Wahrhaftigkeit ist er ergeben, standhaft, vertrauenswürdig, ohne von weltlichen Interessen bewogen, zu verleumden oder zu täuschen.*

*5. Das Hintertragen hat er aufgegeben. Dem Hintertragen widerstrebt sein Wesen. Was er hier gehört hat, das berichtet er nicht dort wieder, um jene zu entzweien; was er dort gehört hat, das berichtet er nicht hier wieder, um diese zu entzweien; vielmehr einigt er Entzweite, festigt Verbundene. Eintracht macht ihn froh, Eintracht freut ihn, Eintracht beglückt ihn, Eintracht fördernde Worte spricht er.*

*6. Verletzende Worte zu reden – das hat er aufgegeben. Dem Aussprechen verletzender Worte widerstrebt sein Wesen. Worte, die frei von Schimpf sind, dem Ohr wohl tun, liebe reich, zum*

*Herzen dringend, höflich, viele erfreuend, viele erhebend – solche Worte spricht er.*

*7. Leeres Geschwätz hat er aufgegeben. Allem leeren Gerede widerstrebt sein Wesen. Zur rechten Zeit spricht er, den Tatsachen gemäß, auf den Sinn bedacht, der Lehre und Ordnung getreu. Seine Rede ist reich an Inhalt, klar abgegrenzt, alles umschließend, ihrem Gegenstand angemessen.*

Die hier genannten Tugendregeln sind ähnlich und doch wieder sehr anders, als wir sie aus anderen Religionen kennen. Wohl ist hier – wie überall – vom Nichttöten, Nichtstehlen usw. die Rede, aber es steht hier kein Befehl mit Strafandrohung, sondern ein Ratschlag, und auch dieser nur in der Form einer sachlichen Beschreibung der Begegnungsweise, die überhaupt erst zum Gehen des Heilswegs tauglich macht. Es geht dabei nicht vordergründig um die Tat, sondern in erster Linie um die Gesinnung, von welcher die Tat nur der Ausdruck ist. Es heißt hier nicht: „Du sollst nicht töten!“ – sondern: *Dem Töten widerstrebt sein Wesen.* Es geht auch nicht nur um den momentanen inneren Willensentschluss, sondern um die beständige richtige Einstellung in Geist und Herz zu den Mitwesen. Es gilt nicht, ein Gesetz zu erfüllen, sondern es gilt, *teilnehmend und rücksichtsvoll zu allen lebenden Wesen Liebe und Mitempfinden zu hegen* und aus dieser Gesinnung heraus sich von allem üblen Handeln zu entfernen.

Da es hier um den Übungsweg des Mönchs geht, um den Weg zur völligen Freiheit im Nibbāna, so wird in der dritten Tugendregel von der völligen Keuschheit gesprochen; wenn aber der Buddha solchen, die in Haus und Familie bleiben und in dieser Welt der Vielfalt die sanfte Begegnung anstreben wollen, die dafür geeigneten Ratschläge gab, da wandelte er die dritte Tugendregel ab, indem er statt völliger Keuschheit die Vermeidung jeglicher Ausschweifung, vor allem den Einbruch in andere Ehen und Verführung Minderjähriger, nannte.

Die drei ersten Tugendregeln betreffen das Tun des Menschen; die vier weiteren betreffen sein Reden.<sup>116</sup>

Wer diese Ratschläge mit Ruhe in sich aufnimmt und öfter bedenkt, der spürt mehr und mehr den lautereren abgeklärten Geist dieser Sphäre; der entdeckt eine neue höhere Welt einer edleren lautereren Gesinnung.

In dem Bemühen, diese Tugendregeln einzuhalten, beobachtet der ernsthafte Nachfolger im Lauf der Jahre und Jahrzehnte bei sich eine Erhöhung und Erhellung seines inneren Wesens. So wie ein Schiff in einer Schleuse von einem niedrigeren Wasserspiegel nach und nach gehoben wird, bis es die gleiche Höhe mit dem oberen Wasserspiegel gewonnen hat, und wie sich ihm damit ein ganz anderer neuer Raum auftut – so auch erfährt der durch die Tugendübung sich erhebende und erhellende Mensch eben dadurch eine sich verändernde und zuletzt unvergleichlich hellere Gemütsverfassung, mit welcher er von allen früher gespürten Widerwärtigkeiten, Hindernissen und Dunkelheiten in gar keiner Weise mehr berührt wird. Sie sind für ihn geradezu „nicht da“.

Schon mit dieser Erfahrung geht ihm eine Ahnung von der Gültigkeit der Grundaussage des Erwachten auf, dass alle Dinge nicht an sich so da sind, wie wir sie zu erleben glauben, sondern dass die Beschaffenheit des eigenen Herzens, das Maß an Gier, Hass, Blendung allein die Qualität unseres Erlebens zwischen Glück und Qual bestimmt.

Ja, noch mehr: Für den nur nach außen gewandten Menschen fast Unfassbares geht aus solcher Entwicklung hervor. Der Erwachte drückt es aus: *Wenn er diese Entwicklung der heilenden Begegnungsweise vollendet hat, dann erwächst bei ihm ein inneres Wohl der Unbedrohtheit.* Er sagt, dass ein solcher Mensch für seine gesamte Zukunft – also die unendliche über Tod und Leben hinausgehende Zukunft – nicht irgendwo und irgendwie noch Gefahr fürchtet. Nach allen Reli-

---

<sup>116</sup> Ausführlicher über die Tugendregeln s. „Meisterung der Existenz“ S.372ff.

gionen und ausweislich der Geschichte führt der sittenlose Lebenswandel, das hemmungslose begehrlische Süchten und das gehässige, niederträchtige Handeln über kurz oder lang unweigerlich zu der harten Begegnung, zu Schmerzen, Leiden und Entsetzen – und führt der sittlich reine Lebenswandel, führen Milde, Hilfsbereitschaft, Nachsicht und Güte zu der sanften Begegnung, zu allem Glück der Lebewesen. Darum darf, wer sich zu jenem sittlich lauterem Lebenswandel durchgerungen hat, ganz sicher sein, dass das ihm jetzt noch begegnende Unliebe und Schmerzliche, das Ernte ist aus seinem früheren untugendhaften Handeln, nach und nach abnehmen, sich mindern und verschwinden wird und dass in zunehmendem Maß das Erwünschte und Ersehnte eintreten wird.

Dafür gebraucht der Erwachte ein sehr deutliches Gleichnis (D 2): So wie ein Kriegerfürst, der seinen Todfeind überwunden und vernichtet hat und selbst voll gerüstet und kampfesfähig dasteht, nun von keiner Seite mehr Angriff und Gefahr zu erwarten hat – so stehe der Mensch in seinem Leben, der sich – ausgerüstet mit der heilenden rechten Anschauung – nun auch nach und nach völlig zu der rechten heilenden Begegnungsweise umgebildet hat: kein dunkler schleichender Gewissensdruck, keine sorgenden Vorstellungen durch innere Mahnungen, vielmehr sieht er einen offenen Weg in immer lichtere Zukunft vor sich, die auch durch keinen Tod beendet wird.

Diese Auflösung der Todesfurcht ist mit eine Frucht allein schon dieser Entwicklung der heilenden Begegnungsweise; denn wenn nicht schon vorher, so gelangt der Mensch spätestens durch die mit der heilenden Begegnungsweise verbundene Einübung und Umwandlung seiner inneren Triebe – jener Triebe, die ihn vorher zu mehr rohem, rauem, rücksichtslosem Vorgehen bewegten – mehr und mehr zu der Einsicht, dass die Triebe im Gegensatz zu seinem sterblichen Körper zeitlos bestehen und überhaupt sein inneres Leben und Wollen sind, während der Körper nur die von diesem Leben und Wollen bewegte Marionette ist. Auf dem Weg der Tugendentwicklung

stellt er sich mehr und mehr auf die Seite dieser seiner Bewegkräfte.

Und wenn er sich überhaupt noch mit etwas identifiziert, dann nicht mit dem Körper, sondern mit den inneren Bewegkräften. Und da er gerade diese als für alles Leiden und alle Dunkelheit verantwortlich sieht, so entwickelt er immer mehr Tatkraft und Beharrlichkeit zu ihrer Reinigung, Erhellung und Auflösung.

#### Weitere zum Tugendbereich gehörende Mönchsregeln

Und nun folgen weitere Regeln für den Mönch, da dieser sich ja im jetzigen Leben aus der ganzen bunten und vielfältigen Welteinbildung herauslösen will. „Mönch“ kommt von „monos“ = allein, einsam. Weil er die Welt überwinden will, darum pflegt er keine Kontakte mehr mit ihr, nur mit den Mitmönchen, die dasselbe Bestreben haben wie er.

*Sämereien und Pflanzungen anzulegen, hat er aufgegeben. Einmal am Tage nimmt er Nahrung zu sich, nachts ist er nüchtern. Das Essen zur Unzeit hat er aufgegeben. Verwendung von Duftstoffen, von Schmuck und besonderen Kleidern und Blumen hat er aufgegeben. Hohe, prächtige Lagerstätten hat er aufgegeben. Gold und Silber anzunehmen, hat er aufgegeben. Rohes Getreide nimmt er nicht an. Rohes Fleisch nimmt er nicht an. Frauen und Mädchen nimmt er nicht an. Diener und Dienerinnen nimmt er nicht an. Ziegen und Schafe nimmt er nicht an. Hühner und Schweine nimmt er nicht an. Elefanten, Rinder und Rosse nimmt er nicht an. Haus und Feld nimmt er nicht an. Botschaften, Sendungen, Aufträge übernimmt er nicht. Kauf und Verkauf hat er aufgegeben. Falsches Maß und Gewicht hat er aufgegeben. Von den krummen Wegen der Unaufrichtigkeit, Unehrllichkeit, Täuschung und des Betrugs ist er ganz abgekommen. Das Zerstören, Töten, Gefangennehmen, Rauben, Plündern, überhaupt Gewaltanwendung*

*widerstrebt ihm.*

*Wenn er diese Entwicklung der heilenden Begegnungsweise vollendet hat, dann erwächst bei ihm ein inneres Wohl der Unbedrohtheit.*

*Sämereien und Pflanzungen anzulegen, hat er aufgegeben...*  
Wer einen Garten oder überhaupt Pflanzen zu pflegen hat, der weiß, wie viel Gedanken, Sorgen und Pläne die Wahl der Pflanzen, die Einteilung der Beete, große Trockenheit, zu viel Regen, Anfall von „Unkraut“ und sogenanntes „Ungeziefer“ erfordert. Das vom Erwachten eingerichtete Mönchsleben, das nicht einer „beschaulichen Ruhe“ dienen soll, sondern dem Kampf um Befreiung, der endgültigen Ausrodung der gesamten Weltbezüge, die in Vergänglichkeit und Tod halten, ist mit Gartenbau nicht vereinbar, zumal das auch in die Versuchung bringt, zwischen „Schädlingen“ und „Nützlingen“, zwischen Lieblingspflanzen und anderem zu unterscheiden, ein gewisses auf Äußeres gestütztes Sicherheitsdenken zu pflegen und sich in örtliche und zeitliche Abhängigkeiten zu begeben. Dagegen wird der Mönch durch den Almosengang den scheinbaren „zufälligen“ Spenden ausgesetzt, die er hinnimmt, wie sie kommen – oder nicht kommen (*an andere gebunden ist mein Lebensunterhalt – A X,101*), wodurch er sich in Genügsamkeit und Zufriedenheit üben kann.

*Einmal am Tag nimmt er Nahrung zu sich, nachts ist er nüchtern. Das Essen zur Unzeit hat er aufgegeben.*

Im Anfang des Ordens, als der Buddha noch nicht bekannt und berühmt war, fanden nur solche Menschen zu ihm, die das Format und den Blick hatten für die Größe dieses Mannes. Solchen Menschen war es selbstverständlich, nur das Notwendige an Nahrung zu sich zu nehmen, um sich leiblich unbeschwert der inneren Arbeit widmen zu können. Erst als der Orden immer größer und berühmter wurde und als die Bevölkerung glücklich war, dass es solche Mönche gab und diese



gern mit der besten Nahrung und Kleidung versorgte, da gingen immer mehr mittelmäßige Menschen in den Orden, und deren Verhalten führte zu immer mehr Ordensregeln. Bei dieser Regel geht es um Überwindung der Neigung, häufig zu essen, und die dadurch bedingte Trägheit und Kampfesunlust, wie in M 16 beschrieben.

*Zerstreuungen, wie Tanz, Gesang, Spiel, Schaustellung zu besuchen, hat er aufgegeben. Verwendung von Duftstoffen, von Schmuck und besonderen Kleidern und Blumen hat er aufgegeben.*

Für den Mönch, der in den Orden gegangen ist, weil er die vollkommene Freiheit von allen Bindungen anstrebt, ist es selbstverständlich, sich keinen ablenkenden Zerstreuungen hinzugeben. Die Mönche sind mit dem gelb-braunen Gewand bekleidet, und die Kleidung ist zu pflegen: zu waschen und nötigenfalls zu flicken, *um sich vor Hitze und Kälte, Wind und Wetter zu schützen; um sich vor Mücken und Wespen und plagenden Kriechtieren zu schützen. (M 2)*

Zu Zeiten des Erwachten galt es als ein Kennzeichen seiner Mönche, dass sie im Gegensatz zu anderen oft Selbstkasteiung betreibenden Asketen einen heiteren Anblick boten (M 89). Es heißt oft (M 66 u.a.): *Er sah...einen Mönch dasitzen... mit rein gewaschenen Händen und Füßen nach eingenommenem Mahl, der Läuterung des Herzens hingegeben.*

Aber alle Mittel, den Körper herauszuputzen, hat der zum Heil Strebende aufgegeben. Ohne den Körper zu vernachlässigen, beschäftigt er sich mit ihm jedoch nicht mehr als nötig.

*Hohe, prächtige Lagerstätten hat er aufgegeben.*

Es geht nicht um besondere Härte des Lagers, sondern darum, dass der Leib der Erde, aus der er ja entstanden ist, näher liegt und der Mönch dadurch mehr des Körpers eingedenk ist und sich nicht behaglich dem Sitzen und Liegen hingibt.

*Gold und Silber anzunehmen, hat er aufgegeben.*

An anderer Stelle (S 42,10) sagt der Buddha:

*Wo das Annehmen von Geld erlaubt ist, da sind die Genüsse der fünf Sinne erlaubt. Wer sich das Annehmen von Geld erlaubt, der ist kein echter Asket, kein echter Nachfolger des Sakyersohns.*

Denn Geld („Gold und Silber“) ist der Inbegriff aller materiellen Dinge. Für „sein gutes Geld“ meint man leicht, Ansprüche stellen zu können, wird leicht wählerisch. Ein Asket, der Geld besitzt, hat nicht „sein Sach“ auf nichts gestellt, lebt nicht von der unmittelbaren Frucht guten Wirkens, sondern hat für „Notfälle“ noch eine weltliche Sicherheit, „kann sich etwas leisten“.

Der Buddha sagt: So wie Sonne und Mond durch Nebel und Staub trüb aussehen, so würden Asketen durch Gold und Silber getrübt, so dass sie nicht könnten leuchten noch scheinen noch strahlen. (A IV,50)

*Rohes Getreide, rohes Fleisch nimmt er nicht an.*

Es müsste sonst Feuer unterhalten werden zum Kochen. Feuer aber führt – abgesehen von dem damit verbundenen Verbrennen ungezählter Insekten und Kleintiere – in den dunklen Abendstunden oft zu dem Eindruck einer täuschenden Geborgenheit und lädt auch ein zu ablenkenden Geselligkeiten. Außerdem soll der Mönch keine Essensvorräte aufbewahren – aus immer demselben Grund: um nicht vom Heilstreben abgelenkt zu werden.

*Frauen und Mädchen nimmt er nicht an. Diener und Dienerinnen nimmt er nicht an. Ziegen und Schafe, Hühner und Schweine, Elefanten, Rinder und Rosse nimmt er nicht an. Haus und Feld übernimmt er nicht.*

Der Erwachte wies die Mönche auf künftige Gefahren für den Orden hin, damit man sie erkennen und bekämpfen könne.

Eine davon wird wie folgt beschrieben:

*Ferner, ihr Mönche, wird es in späteren Zeiten Mönche geben, die in Gesellschaft von Nonnen, Schülerinnen und Novizen wohnen. Da steht zu erwarten, dass sie entweder ohne Begeisterung den Reinheitswandel führen oder sich eines schmutzigen Vergehens schuldig machen oder die Askese aufgeben und zum gemeinen Weltleben zurückkehren. (A V,80)*

Es wäre z.B. auch denkbar, dass Hausleute den Mönchen Personal anbieten, etwa zum Essenholen, zum Kleiderflicken, zum Waschen, zum Fegen der Zelle usw. Auf diese Weise kann ein Mönch allmählich doch wieder ein Hausherr werden, ein Kloster, einen Wirtschaftsbetrieb führen, einer sein, der, wie der Erwachte sagt, *Arbeiten an Grund und Boden vornehmen lässt. (A V,80)*

Auch Nutztiere soll der Mönch aus den gleichen Gründen nicht besitzen: Milchvieh oder gar Schlachtvieh, Reit- und Zugtiere und erst recht kein Grundeigentum als den Inbegriff alles Besitztums.

*Botschaften, Sendungen, Aufträge übernimmt er nicht.*

Hier zeigt sich, welche innere und äußere Bindungslosigkeit (Aufhebung aller Bindung an die Welt) der Erwachte dabei im Auge hat: Wer als Mönch auf seiner stillen Wanderung von Dorf zu Dorf, von Land zu Land Aufträge im Gedächtnis bewahrt, die er da und dort auszuführen hat, der ist mit der Welt verbunden, ist nicht frei für seine weltablösenden Besinnungen.

*Kauf und Verkauf hat er aufgegeben. Falsches Maß und Gewicht hat er aufgegeben. Von den krummen Wegen der Unauf-*

*richtigkeit, Unehrllichkeit, Täuschung und des Betrugs ist er ganz abgekommen.*

Zu der Zeit, als der Buddha den Mönchsorden gründete, bestanden in Indien schon ungezählte größere und kleinere Orden anderer Religionsgemeinschaften. Bei deren Mitgliedern, besonders denen der älteren Orden, war schon sehr viel Abwegiges aufgekommen, das mit Mönchstum wenig zu tun hatte. Um seine Mönche vor diesen schlechten Vorbildern zu sichern, hat der Erwachte diese Regeln gegeben. Und er sagt sehr deutlich zu seinen Mönchen:

*Wer sich als Mönch nicht bemüht, die Herzensbefleckungen aufzuheben, der wandelt nicht den geraden Weg des Asketentums. Wie eine Mordwaffe, zur Schlacht geeignet, zweischneidig, blinkend, geschliffen und mit einer Kutte umhangen, umhüllt: so erscheint mir eines solchen Mönches Pilgerschaft. (M 40)*

Ein solcher täuscht einen Reinheitswandel vor, betrügt die Laienanhänger, die, ihn verehrend, für seinen Lebensunterhalt sorgen.

*Das Zerstören, Töten, Gefangennehmen, Rauben, Plündern, überhaupt Gewaltanwendung widerstrebt ihm.*

Der Mönch soll in keiner Weise mehr teilnehmen an den weltlichen Ordnungsversuchen, da er ja die Weltwahrnehmung als eine Krankheit, als Täuschung durchschaut hat. Er soll bedingungslos jede Gewalt verwerfen, sie auch nicht zu „guten Zwecken“ billigen. Und das bedeutet auch: Wenn andere Gewalt ausüben, soll er nicht eingreifen, sich überhaupt nicht daran beteiligen, auch keine Stellung dazu nehmen.

Als selbstverständlich gilt es, dass der Mönch erst recht nicht seinen Lebensunterhalt auf illegalen Wegen oder durch Gewalt erlangt.

Mit diesen Ausführungen zeigt der Erwachte – und von ihm belehrt, Ānando – die Anfänge der erforderlichen großen Transformierungen, die den ersten Schritt bilden auf dem Weg vom Status des normalen Menschen zur Vollendung.

### Zügelung der Sinnesdränge

*Wie aber hütet, Mahānāmo, der Heilsgänger die Tore der Sinne? Hat der Mönch mit dem Luger eine Form gesehen, mit dem Lauscher einen Ton gehört, mit dem Riecher einen Duft gerochen, mit dem Schmecker einen Geschmack geschmeckt, mit dem Taster eine Tastung getastet, mit dem Geist ein Ding erfahren, so beachtet er weder die Erscheinungen noch die damit verbundenen Gedanken (Assoziationen). Da Begierde und Missmut, üble und unheilsame Gedanken den, der die Sinnesdränge nicht bewacht, gar bald überwältigen, so übt er diese Bewachung, wacht aufmerksam über die Sinnesdränge.*

Die Übung in der Zügelung der Sinnesdränge bildet den Übergang zur Entwicklung der zweiten Transformierungs-Etappe, des *samādhi*, der Herzenseinigung. Das Gegenteil von Herzenseinigung ist die Zwiespältigkeit, die Gespaltenheit des Erlebens in Ich und Umwelt. Wir erleben uns als Ich einer Umwelt gegenüber. Diese Erlebensweise bezeichnet der Erwachte als *avijjā*, d.h. als einen geistigen Eindruck, dem die Wirklichkeit nicht entspricht, der traumhaft, wahnhaft ist. So wie wir im Traum uns als „ich, anderen Lebewesen oder Dingen begegnend“ vorfinden, so geschieht es auch im alltäglichen Erleben. Diese Wahnsituation des gesamten Begegnungslebens gilt es zu überwinden. Dazu bildet die Übung in der Zügelung der Sinnesdränge den ersten Schritt.

Daraus schon sehen wir, dass diese Zügelung der Sinnesdränge nur ein solcher üben kann, der durch die Lehre des

Buddha begriffen hat, dass die Erlebnisweise der Zwiespältigkeit ein Wahn und eine Krankheit ist, die es in der Gesundheit, in der Klarheit nicht gibt. Darum vergleicht sich der Erwachte mit einem Arzt, der dem Kranken zur Genesung, zur Aufhebung des Wahns, verhilft. Nur wer von der Erkenntnis durchdrungen ist, dass seine gegenwärtige Erlebnisweise eine Krankheit ist, kann auf die Dauer die Zügelung der Sinnesdränge so durchführen, dass sie für ihn tatsächlich den Eingang zur Herzenseinigung bildet.

Der vorhin zitierte Text des Erwachten über die Zügelung der Sinnesdränge wird meistens übersetzt: *Hat er mit dem Auge eine Form gesehen, mit dem Ohr einen Ton gehört* usw. – Wir haben schon mehrfach darüber geschrieben, dass die Pälivorte nicht auf die Organe: Auge, Ohr usw. hinweisen, sondern auf die inneren Dränge, auf das Verlangen nach Sehen, Hören usw. Darum vergleicht der Erwachte diese Sinnesdränge (*indriya*) mit Tieren, deren jedes zu dem von ihm geliebten Objekt hinstrebt. Die Sinnesdränge sind die Krankheit, die Wunde, die es zu heilen gilt. Dazu kann ein weltgläubiger Mensch sich in keiner Weise entschließen und kann darum auch die Zügelung der Sinnesdränge nicht durchführen. Eine weitere Voraussetzung, um die Zügelung der Sinnesdränge beharrlich durchführen zu können, besteht darin, wie sich jeder aufmerksame Leser denken kann, dass man *an sich selbst Genüge hat*, dass man in sich eine Sicherheit, Heiterkeit und Wärme empfindet, die einen eigenständig macht. Diese muss zuvor erworben sein, und sie wird erworben durch die in unserer Rede zuvor besprochene Tugendübung, die Übung in der sanften Begegnung, in der liebenden, aufmerksamen Zuwendung zu dem jeweils begegnenden Lebewesen. Die erste der drei großen Übungsetappen, die Läuterung des Begegnungslebens, muss also erst vollständig ausgereift sein, ehe der Übende in die zweite Etappe eintritt.

Zur Erklärung des Textes der Zügelung der Sinnesdränge: *Er beachtet nicht die Erscheinungen* – das bedeutet: Er folgt den vordergründigen Sinneseindrücken weder mit zu-

stimmendem Denken, wenn sie ihm ein Wehgefühl bereiten, noch mit ablehnendem Denken, wenn sie ihm ein Wehgefühl bereiten. *Er beachtet nicht die mit den Erscheinungen (Assoziationen) verbundenen Gedanken* – d.h. er umspinnt nicht die Sinneseindrücke mit – wiederum gefühlsüber-gossenen – Gedankenassoziationen, die an das Wahrgenom-mene angeknüpft werden, wodurch Begierde bei Erlangen und Traurigkeit, Missmut bei Nichterlangen des Gewünschten fortgesetzt wird, wie es ein Mönch ausdrückt (Thag 794/795):

*Wer Formen unbesonnen sieht,  
nur achtend auf den lieben Gegenstand –  
mit aufgerezitem Herzen fühlt  
er da und klammert sich daran.*

*Dem schwellen die Gefühle an,  
vielfältig, durch die Form erzeugt;  
vom Schau'n nach außen, Heftigkeit,  
zerschlagen wird ihm ganz das Herz.  
So ist der Leiden Häufende  
des Brandes Löschung fern, heißt es.*

Für die Zähmung der Sinnesdränge gibt der Erwachte das Gegengleichnis zu den sechs wild hinausdrängenden Tieren, die das Bild für die ungestillten Sinnesdränge sind. Er sagt:

*Es ist, wie wenn ein Gespann wohlgebändigter Rosse ange-schirrt an einen Wagen am Ausgangspunkt mehrerer Straßen steht, und es kommt ein guter Rosselenker, nimmt den Treibstock und die Zügel in die Hand und besteigt den Wagen; der kann mit den Rossen fahren, wohin er will.*

(S 35,198)

Wer mit der Übung der Zügelung der Sinnesdränge erst anfängt, der merkt, dass ihm durchaus noch nicht ein Gespann gebändigter Rosse zur Verfügung steht, vielmehr die sechs

Tiere noch eigenwillig wild sind, und dass er auch noch nicht ein kundiger Rosselenker ist. Er merkt die wilde Jagd seiner Sinnesdränge; er merkt, wie er durch die Augen und Ohren ununterbrochen nach außen lungern und lauschen muss und den Leib mit sich gezogen wird, um hier zu sehen, dort zu hören usw., was die Sinnesdränge begehren. Darum setzt der so Erkennende jetzt seine ganze Stärke für die Zügelung ein, spannt sich an und kämpft.

Als Frucht der vollendeten Tugenderhellung verspricht der Erwachte das Wohl der Unbedrohtheit – und das bedeutet die völlige Freiheit von Furcht und Beklemmung vor etwaigen künftigen Schicksalen. Aber aus der Übung der Zügelung der Sinnesdränge, wenn sie zur Beruhigung der Sinnesdränge geführt hat, verspricht der Erwachte ein *ungetrübtes Wohl*, und das bedeutet die endgültige Überwindung dessen, was nach Aussage des Erwachten und nach unserer eigenen Erfahrung ununterbrochen aufkommt, wenn man die Süchtigkeit weiterhin nach außen rasen lässt, nämlich: Begehren und Missmut, üble, unheilsame Gedanken.

Das Anbränden von Sinnensucht und bei Nichterfüllung von Missmut ist auch von dem in Tugend Entwickelten so lange nicht zu vermeiden, als die sechs Dränge noch wie wilde Tiere nach außen drängen. Ist aber das Nach-außen-Drängen überwunden, so ist auch eine starke Beruhigung dieses ständigen Wechsels zwischen Suchtanwandlungen und Missmut oder Verdrossenheit und damit eine große innere Befriedigung eingetreten.

### Maßhalten beim Essen

*Wie aber hält, Mahānāmo, der Mönch Maß beim Essen? Mit weiser Betrachtung nehme ich Nahrung zu mir, weder zum Genuss noch zur Berauschung, nicht um schön auszusehen, sondern nur, um diesen Körper zu erhalten, ihn zu ernähren, um das Unbehagen (des*



Hungers) zu beenden und um das Reinheitsleben führen zu können, indem ich erwäge: „So werde ich alte Gefühle (des Hungers) beenden, ohne neue Gefühle zu erwecken, und ich werde gesund ohne Tadel sein, ich werde ein leichtes Leben haben.“

Bei dieser Übung geht es um jene ganz nüchterne innere Haltung, in welcher man während des Essens nur daran denkt, dass hier dieser Körper, dieses Werkzeug des Redens und Handelns durch Zufuhr von Nahrung bei Kräften gehalten wird.

Für fast alle Menschen sind die verschiedenen Mahlzeiten des Tages Zeiten des Genießens. Und wenn einmal eine Mahlzeit nicht schmeckt, dann ist entsprechende Enttäuschung. Der Mönch aber, der die sinnliche Welt überwinden will und der durch die hinter ihm liegende Entwicklung ein beständiges geistig-seelisches Wohlbefinden mit endgültiger Abwesenheit aller beklemmenden Gedanken und Empfindungen im Hinblick auf die Zukunft gewonnen hat, der ist auf den zweifelhaften kurzen Genuss, den die Zunge bietet, in keiner Weise mehr angewiesen. Für ihn ist die vom Erwachten vorgeschlagene Haltung kein Verzicht auf Genuss, sondern nur eine Entwöhnung von einer aus seiner bisherigen Daseinswanderung mitgebrachten „üblen Angewohnheit“, die in diesem Leben schon am Säugling beim Genuss der Muttermilch in Erscheinung trat. Jetzt aber, wo er von eigener innerer Sonne und eigenständig lebt, ist es eine lästige Gewöhnung, die er leicht aufgibt durch aufmerksame Innehaltung der vom Erwachten hier empfohlenen Gedanken.

Während die Zunge unwillkürlich schmeckt, lenkt er seine Aufmerksamkeit von der Lust am Geschmacksempfinden ab in dem Gedanken: „Es geht jetzt lediglich darum, dieses Werkzeug so zu ernähren, dass es nicht beim Reinheitswandel stört.“

Der Leser kann es nur dann akzeptieren, wenn er bedenkt, dass dies ein weiterer Schritt des schon in innerem Glück lebenden Mönchs ist, um immer weniger abhängig zu sein, sich seiner bereits durch die vorangegangenen Übungen gewonnenen Selbstständigkeit bewusst zu werden und damit der Freiheit näher zu kommen.

### Die Übung in Wachsamkeit

*Wie aber ist, Mahānāmo, der Heilsgänger an Wachsamkeit gewöhnt? Da reinigt der Heilsgänger am Tag gehend und sitzend das Herz von befleckenden Eigenschaften; reinigt in den ersten Stunden der Nacht gehend und sitzend das Herz von befleckenden Eigenschaften; legt sich in den mittleren Stunden der Nacht auf die rechte Seite wie der Löwe hin, einen Fuß bei dem anderen, achtsam, klarbewusst, nicht behaglichem Liegen hingegeben; reinigt in den letzten Stunden der Nacht, wieder aufgestanden, das Herz von befleckenden Eigenschaften. So ist, Mahānāmo, der Heilsgänger an Wachsamkeit gewöhnt.*

Diese Anleitung weist auf zweierlei hin: einmal darauf, was der Mönch auch bisher schon immer am Tag geübt hat; zum anderen darauf, dass diese Übung jetzt auf eine längere Zeit, unter Einbezug von Nachtstunden, ausgedehnt werden soll. Was ist das für eine Übung?

Um sie richtig zu verstehen, muss man daran denken, dass es sich hier um Menschen handelt, die aus den Erläuterungen des Buddha die vom Erwachten aufgezeigte Freiheitsmöglichkeit empfunden haben, Höhenluft geatmet haben und mit diesem Empfinden gleichzeitig die Abwendung von den bisherigen Gewohnheiten des Denkens, Empfindens und Wollens vollzogen haben, die, je stärker sie sind und sich gegenseitig durchwirkt und verfilzt haben, um so sicherer sich über den

Tod hinaus fortsetzen, insofern zu einem Gefängnis werden, das im Schmutz des sinnlichen Lebens mit An- und Ablegen von Körpern und der Gefahr des Absinkens in größere Dunkelheit verbunden ist.

Bei diesen Voraussetzungen ist zu verstehen, welche Übung ein solcher Mönch fast vom Tag seines Eintretens in den Orden an übt. Der Mönch bringt ja die gesamte Denkgewohnheit seines bisherigen Lebens mit in den Orden. Diese Denkgewohnheit läuft einfach weiter und will ihn bewegen. Andererseits hat er inzwischen einen völlig anderen Maßstab und damit ein völlig anderes Leitbild gewonnen, und so befindet er sich jetzt in einem großen und starken Widerspruch zwischen den aus Gewohnheit aufkommenden häuslichen Gedanken und Maßstäben einerseits und andererseits seinem neuen Leitbild, das er sich aufgerichtet hat und nun zu befestigen beginnt.

Wenn der Erwachte sagt, dass der Mönch sein Herz von befleckenden Eigenschaften reinigt, dann ist damit weit mehr gemeint, als was ein normaler Mensch unter „befleckenden Eigenschaften“ versteht. Es ist ein Auflösen der in M 7 genannten sechzehn Herzensbefleckungen, ein Abschichten von Unrat, von unzähligen vielen gröbsten, groben und feineren Schmutzschichten, die aus Wahn und Missverständnis übereinander gelagert aufgetürmt worden sind und die allmählich abzutragen sind, von den gröbsten bis zu den feinsten. Dem Mönch ist jetzt alles frühere Denken *ein Gefängnis und ein Schmutzwinkel*. Ein Mensch, der im weltlichen Stand lebt, in Familie, Ehe und Beruf, wird einen anderen Maßstab für das haben, was ihm als trüb, ungut und als abzutun gilt, als der Mönch, der die höchste Lehre des Erwachten begriffen, die vollkommene Unabhängigkeit von allen wandelbaren Dingen zu seinem Ziel gemacht hat.

Wir sehen aus dem Wortlaut der Übung, dass die Abwehr aller ungunen, mit dem Heilsziel nicht vereinbaren Gedanken, Gemüthaltungen, Empfindungen und Absichten zu der Grundarbeit, zum „Beruf“ des Mönchs gehört, dass er diese

auch bisher schon tagsüber immer geübt hat und dass es nun lediglich darum geht, diese Übung über die Tageszeit hinaus so lange durchzuführen, wie er kann: morgens weit vor Tagesanbruch beginnend und bis spät in den Abend.

Diese Ausdehnung der Übung ist aber, wie alle vom Er wachten genannten Übungen, wenn sie im richtigen Reifestadium begonnen werden, keine große Zumutung, kostet dann keine starke Überwindung. Es geht hier nicht darum, auf notwendigen Schlaf zu verzichten, wie vielleicht mancher sich vorstellen mag, vielmehr ist ein Mönch durch die bisher durchgeführten Übungen schon zu einer sehr anderen Art erwachsen, als wir sie kennen. Schon durch die hochherzige Gesinnung und Haltung, zu welcher die gesamte Tugendübung ihn entwickelt hat, ist er von allen kleinlichen Gedanken und Kümmernissen befreit. Ein großer Teil der Erlebnisse, die den normalen Menschen zu Entzücken und großer Freude hochreißen oder zu Ärger, Abscheu und Wut hinreißen und somit an seinen Nerven und an seiner Lebenskraft zehren, sind für einen solchen Mönch nicht mehr da. Ein großer Gedankenwust ist entlassen, alles ist lichter und klarer geworden.

Ganz besonders hat die Übung in der Zügelung der Sinnesdränge ihn dazu erzogen, sich von den vielfältigen, ununterbrochen aufdrängenden Sinneseindrücken nicht herumreißen zu lassen zu den damit zusammenhängenden Gedanken, seine Hauptübung fortzusetzen. Erst wenn wir diese inneren Bereinigungen, die der Mönch an sich vollzieht und die ja den Zweck seines Mönchtums ausmachen, mitdenken, dann können wir uns in den Sinn der Übungen und damit auch in die Gesamtentwicklung und Transformierung des inneren Wesens, um die es geht, hineindenken.

### Sieben gute Eigenschaften

*Und welches sind die sieben guten Eigenschaften, die der Heilsgänger besitzt?*

1. *Da besitzt, Mahānāmo, der Heilsgänger Vertrauen, er traut der Wachheit des Vollendeten, nämlich: Das ist der Erhabene, Heilgewordene, vollkommen Erwachte, der im Wissen und Wandel Vollendete, der zum Heil der Wesen gekommene Kenner der Welt. Er ist der unübertreffliche Lenker derer, die erziehbar sind, ist Meister der Götter und Menschen, erwacht, erhaben.*
2. *Und er besitzt Scham. Er schämt sich eines üblen Wandels in Taten, Worten und Gedanken, schämt sich übler, unheilsamer Eigenschaften.*
3. *Und er besitzt Scheu. Er scheut sich vor üblem Wandel in Taten, Worten und Gedanken, scheut sich vor üblen, unheilsamen Eigenschaften.*
4. *Und er hat viel gehört, ist ein Träger des Wissens, hat sich großes Wissen über die Lehre erworben. Und jene Wahrheiten, die für den Anfang hilfreich sind, für den mittleren Teil und für das Ende hilfreich sind, hat er im Ganzen und in den Einzelheiten ganz und gar verstanden, und das vollkommene geläuterte Reinheitsleben, das darin gelehrt wird, hat er verstanden. Diese Dinge kennt er, hat er sich eingepreßt, kennt er auswendig, hat er im Geist erwogen, mit seinem Anblick durchdrungen.*
5. *Er besitzt Tatkraft und Beharrlichkeit, unheilsame Dinge zu überwinden und heilsame Dinge zu entfalten. Er ist standhaft, von gestählter Kraft, nicht nachlässig im Guten.*
6. *Er besitzt höchste Besonnenheit, Selbstbeobachtung, er ist der Wahrheit eingedenk. Was vor langer Zeit getan und gesprochen wurde, dessen entsinnt er sich, dessen erinnert er sich genau.*
7. *Er ist weise, weiß um das Gesetz des Entstehens und Vergehens, besitzt Weisheit, die heilende, durchdringende, die zur völligen Leidensvernichtung führt.*

Die erste gute Eigenschaft: Vertrauen (*saddhā*)

*Da besitzt, Mahānāmo, der Heilsgänger Vertrauen, er traut der Wachheit des Vollendeten, nämlich: Das ist der Erhabene, Heilgewordene, vollkommen Erwachte, der im Wissen und Wandel Vollendete, der zum Heil der Wesen gekommene Kenner der Welt. Er ist der unübertreffliche Lenker derer, die erziehbar sind, ist Meister der Götter und Menschen, erwacht, erhaben.*

Als erste gute Eigenschaft des erfahrenen Heilskundigen wird Vertrauen genannt. Warum? Weil der Erwachte und alle Heilslehrer von Dingen sprechen, die der nicht zu derselben Höhe Erwachsene nicht kennt. Die Heilen sagen, dass wir in einem Elend sind, das wir gar nicht beurteilen können, weil wir nichts Besseres kennen, und dass es um Entwicklungen geht bis zu solchen Graden, für die wir kein Bild, keine Vorstellung und keine Erfahrung haben. Da muss man mit einem gewissen Vertrauen beginnen. Große Heilslehrer vergleichen sich mit einem Säemann. Sie geben ihre Lehre wie der Säemann den Samen auf den Boden. Nur bei einem fruchtbaren Boden geht der Same auf und trägt Frucht; auf schlechten Boden säen die Großen diese Dinge vergeblich. Und warum? Weil ihre Aussagen in der sinnlichen Erfahrung nicht erfahren werden.

Schon dass *Geben seliger ist als Nehmen*, ist innerhalb der sinnlichen Wahrnehmung nicht leicht zu erfahren. In einem Verbund von Freunden, Nachbarn usw. kann man es auf längere Sicht leichter merken: „Dem hab ich geholfen in der Not, und sieh, jetzt hilft er mir auch gern.“ Aber ganz vertrauenslose Menschen denken doch: „Wenn ich gebe, bin ich der Dumme.“ Der grobe Mensch kann kein Vertrauen zu Aussagen über Geben, Tugend, Fortexistenz usw. entwickeln. Dazu gehört bereits eine entsprechende Sensibilität. Aber dieses Vertrauen ist nicht ein blindes Vertrauen, nicht blinder Glaube.

Der Buddha hatte als Kind den ersten Grad weltloser Entrückung ungewollt, unbeabsichtigt und unverhofft erlebt. Er war durch seine innere Reife, durch seine Vorbereitung in früheren Leben da hineingeraten. Der Knabe war noch eine Zeitlang davon angetan, aber er lebte am Hof und hatte das Wohl der Entrückung bald durch die vielen Alltagserlebnisse überdeckt. Je mehr Wochen, Monate, Jahre darüber hingingen, um so weniger erinnerte er sich des Erlebnisses, und später war es völlig vergessen. Mit knapp dreißig Jahren verließ er das Haus, wollte die endgültig heile Situation gewinnen, aber auch jetzt erinnerte er sich nicht mehr an das Jugenderlebnis. Er ist erst den Weg gegangen, der sich ihm durch das Vorbild seiner Zeitgenossen anbot: Er ist bei Asketenlehrern in die Schule gegangen und hat dann in der Meinung, dadurch die Triebe besiegen zu können, das Abtöten des Leibes bis an die Grenze des Todes betrieben. Dabei merkte er: So kann er die Triebe nicht zur Ruhe bringen. Aber er sagte sich: „Es muss einen Weg zur Erwachung geben.“ Und selbst jetzt erinnerte er sich immer noch nicht an die in der Kindheit erfahrene weltlose Entrückung. Und doch war er voll Zuversicht. Diese aus unbekanntem Tiefen aufsteigende Überzeugung und intuitive Sicherheit ist es, die wir im eigentlichen Sinn Vertrauen oder Glauben nennen und oft als Ahnung bezeichnen. Wirkliches Ahnen bedeutet ja, dass mehr oder weniger dicht unter der Oberfläche des klaren Bewusstseins sich etwas befindet, aber es kommt für unsere Sprache noch nicht zu Wort. In einem uns derzeit noch unzugänglichen Bereich flüstert es, raunt es. So sagt *Meister Eckehart*:

*An die Dinge glauben wir, die unseren Sinnen unbekannt sind. Davon hat der Mensch eine Gewissheit in der Kraft der Wahrheit. (Traktat I)*

Ähnlich wird das Vertrauen schon im Neuen Testament definiert:

*Es ist aber der Glaube eine gewisse Zuversicht des, dass man hoffet und ein Nichtzweifeln an dem, was man nicht sieht. (Hebr. 11,1)*

Gemeint ist nicht nur ein einfaches Hoffen, ein Wunschtraum sozusagen, sondern eine *gewisse Zuversicht*, ein Wissen unter der Oberfläche des vordergründigen sinnlichen Bewusstseins. Aber dieses untergründige Wissen ist noch nicht koordiniert mit dem Tageswissen. Irgendwann kann es durchbrechen. Dieses Vertrauen hat den Bodhisattva bewegt, auch nach dem Scheitern seines Mühens durch Abtöten des Leibes der Triebe Herr zu werden, weiter zu suchen, bis ihm bald darauf die Erinnerung kam an sein Erlebnis weltloser Entrückung in der Jugend.

Vertrauen wird hier als die erste Eigenschaft genannt. Wer dieses ahnende Wissen, diese innere Ermutigung: „Das ist es, dabei muss ich bleiben“, nicht hat, der gibt den Kampf auf. Letztlich bestehen alle religiösen Kreise durch dieses Vertrauen, das gespürt wird als eine Art Verwandtschaft, als das Empfinden „hier gehöre ich hin, hier ist es, was ich suche“. Manche von uns denken: „Von den allein in Europa lebenden vielen Millionen Menschen sollte gerade ich an die richtige Lehre gekommen sein?“ Bei einem solchen Vergleich meldet sich der Zweifel. Wenn man aber dann wieder hört oder liest, wie der Erwachte die Existenz beschreibt und sich immer wieder in der Lehre des Erwachten als richtig beschrieben erkennt, dann ist wieder Vertrauen da und nimmt zu. Mit dem Wiederfinden unseres inneren Seins in der Lehre des Erwachten haben wir auch schon den Blick nach innen, *yoniso manasikāra*, gewonnen. Sonst können wir nach der Beschreibung des Erwachten nicht merken: „So sind wirklich die inneren Vorgänge bei mir.“ Wer auf seinem Begehren nach den begehrten Dingen dahinreitet, der merkt nicht sein Begehren; der läuft den einen Dingen nach und wird abgestoßen von den anderen. Er gerät in Zank und Streit, Depression und Übermut. Wer aber sein Begehren merkt, statt darauf zum Objekt zu reiten,



wer sich beobachtet, der merkt: „Diese Lehre sagt, wie es wirklich ist. Hier bin ich zu Hause. Hier erfüllt sich meine höchste Sehnsucht.“

In der Lehrrede „Das Gleichnis von der uneinnehmbaren Festung“ (A VII,63) werden die gleichen guten Eigenschaften aufgezählt wie in unserer Rede. Das Festungsgleichnis mit sieben Ausrüstungen zur Verteidigung der Einwohner und zur Abwehr von Feinden steht für das Herz mit seinen vielfältigen Zu- und Abneigungen, Anziehungen und Abstoßungen in Bezug auf die äußeren sinnlich wahrnehmbaren Erscheinungen. Was an die Sinne herandrängt, das wird mit den Waffen so bekämpft, dass das Herz nicht verwundet, nicht überwältigt wird, sondern Anziehung und Abstoßung abnehmen.

Vertrauen wird in dieser Lehrrede verglichen mit einem Turm, einer Art Burgfried, in dem die Einwohner Zuflucht nehmen. Wenn der Turm des Vertrauens nicht wäre, dann brauchten die Feinde nur in die Festung einzudringen, um die Menschen in der Festung umzubringen. Wenn der Mensch aber den Turm des Vertrauens in seiner Festung aufgerichtet hat, dann ist er noch lange nicht verloren, selbst wenn auch die Feinde einmal Graben und Mauer überwinden und in die Festung eindringen, wenn sie also das Herz erschüttern, wenn der Mensch begehlichen und übelwollenden Anwandlungen folgt: der Turm – das Vertrauen – bietet ihm auch dann noch Zuflucht. Er mag Verluste haben an dem Gut, das er bei der Flucht in den Turm zurückließ, aber das Leben und alles, was er in den Turm mitnahm, bewahrt er sich. So wird er aus Vertrauen doch immer wieder zurückfinden zu seiner richtigen Grundeinsicht. Ist erst einmal ein solches Vertrauen gewachsen, dann kann es den Menschen gar nicht mehr verlassen. An der Lehre hält er endgültig fest, darin ist er unerschütterlich. Selbst wenn er unter dem Angriff der Feinde, der sinnlichen Eindrücke, in seinem Herzen, in seinem Begehren und Hassen gereizt worden ist, die Feinde also schon in die Festung eingedrungen sind, so sind sie doch nicht in den Teil seines Geistes eingedrungen, in seinen Burgfried, in dem die Lehre vom in-

neren Vertrauen her tief verankert ist. Spätestens am anderen Tag findet er wieder zurück, schämt sich, dass er so gelebt hat, und jagt die Feinde wieder aus dem Festungsbereich hinaus.

In unserer Lehrrede ist das Vertrauen bezogen auf den Erwachten – *Er traut der Wachheit des Vollendeten*. Der Erwachte war in Indien als Lehrer wegen seiner inneren Reinheit und gedanklichen Klarheit berühmt und wurde als ein Weiser angesehen, der so wie er redet, auch handelt, dessen Lehre mit seinem Leben übereinstimmt. Er war auch dafür bekannt, dass er noch nie in einem Rededuell besiegt worden war und vor allem, wie es Zeugen berichten (M 27), auch nie als Sieger dastehen wollte, sondern die Gesprächspartner, die ihm oft mit wohl ersonnenen Fangfragen Fallen stellen wollten, nur versöhnte, befriedete und beglückte, so dass sie fast immer zu ihm übertraten.

Für uns Heutige sind die Aussagen des Erwachten das Wichtigste, der Buddha als Verkünder der Lehre, den wir nicht selber kennen gelernt haben, den wir nur durch seine Lehre kennen, steht für uns an zweiter Stelle. Der Erwachte nennt drei Objekte des Vertrauens: Vertrauen zum Erwachten, zur Lehre und zur Gemeinschaft der Heilsgänger.

Auf Grund der Aussagen des Erwachten, bei denen sich in eherner Folgerichtigkeit eine nachvollziehbare Einsicht aus der anderen ergibt, können wir auf den Erwachten als einen geistig klaren, mitempfindenden, reinen, triebfreien Menschen schließen, der sachlich, leidenschaftslos, ohne eigenes Gerissensein und Engagement sprach. Wir vertrauen der Echtheit, der Heilsträchtigkeit seiner Lehre, vertrauen darauf, dass diese zum Heil führt. Aus Vertrauen folgen wir der Wegweisung des Erwachten und merken schon bald, dass wir verheißene Fortschritte bei uns verzeichnen. So wächst unser Vertrauen in die Wegweisung des Erwachten, wir fühlen uns nach oft langem Suchen und Zweifel bei ihr wie auf einem sicheren Weg, der zu erreichbaren Zielen führt. Ohne Vertrauen jedoch steht der Suchende ratlos wie vor einem Scheideweg, ist sich nicht klar, ob der Weg zum gewünschten Ziel geradeaus oder nach links

oder rechts führt oder ob er besser umkehren sollte. Ohne Lenkung und Leitung, die er als zuverlässig zum Ziel führend erkannt hat, ist der Suchende Zweifel, Unsicherheit und Gefahren ausgesetzt.

Und die Gemeinschaft der Heilsgänger, das dritte Objekt des Vertrauens, sind diejenigen Menschen, die durch die Lehre des Erwachten deutlich begriffen haben, wo Unheil und Heil zu finden ist, die dem Suchenden Vorbild sind und bei denen er Rat und Hilfe, Stütze und Wärme erfährt.

Wer diese drei Kleinodien, den Buddha, die Lehre und die Gemeinde der Heilsgänger, zur Richtschnur genommen hat, der kann weltliche Dinge nicht mehr für längere Zeit in den Vordergrund treten lassen. Der Geist konzentriert sich auf die Lehre, auf das, was über die Welt hinausweist, was ihm keiner nehmen kann.

Die zweite gute Eigenschaft: Scham (*hiri*)

*Und er besitzt Scham. Er schämt sich eines üblen Wandels in Taten, Worten und Gedanken, schämt sich übler, unheilsamer Eigenschaften.*

*Zwei Eigenschaften, sagt der Erwachte, beschirmen die Welt: Scham und Scheu.* Der Mensch, der Scham besitzt, sagt sich spätestens im Rückblick auf Taten, Worte oder Gedanken, deren er sich schämt: „Das werde ich nicht mehr tun. Ich weiß doch, dass das falsch ist. Damit mehre ich schlechte Eigenschaften in mir statt guter, und ich will doch besser, will heller, nicht dunkler werden.“ Dadurch schämt er sich später auch schon vor der Tat, wenn in ihm die Neigung aufkommen will, etwas Niedriges zu tun. So wächst die Scham mit zunehmendem Eindringen in die Lehre und wird an immer feinere Eigenschaften und Entwicklungsgrade gebunden. Er empfindet das Üble wie einen tiefen Graben, wie einen Abgrund: „Das sei unter mir, niedrig, so etwas soll es bei mir nicht mehr geben.“ Das Festungsgleichnis (A VII,63) schildert:

Eine Festung hat außerhalb der sie völlig umschließenden Mauer einen tiefen Festungsgraben, der – jedenfalls früher – u.a. die Abfälle und Fäkalien der Festungsbewohner enthielt. Eine Fallbrücke, die man hochziehen kann, führt darüber. So wie man Widerwillen vor den Abfällen und Ausscheidungen in der Tiefe, im Abgrund, unterhalb des eigenen Standortes, empfindet, so schämt sich der Mensch vor dem Üblen, Niedrigen und unterlässt darum üble Taten, Worte und Gedanken. Die Scham des Menschen vor eigenem unwürdigem, dunklem Tun und Sein ist eine starke Waffe des Heilsgängers.

Für denjenigen dagegen, der die höchste Vertiefung, die Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung, erreicht hat, ist „niedrig“ die darunterliegende Vertiefung, die Nichtetwasheit, über die er fast schon hinausgestiegen ist. Was einer als „unter sich“ und „niedrig“ empfindet, hängt ab von seinem Standort. So geleitet die Scham den Strebenden bis zur vollen Erwachung.

Die dritte gute Eigenschaft: Scheu (*ottappa*)

*Und er besitzt Scheu. Er scheut sich vor üblem Wandel in Taten, Worten und Gedanken, scheut sich vor üblen, unheilsamen Eigenschaften.*

Die zweite gute Eigenschaft bedeutet „Scham“ vor sich selber, während Scheu bedeutet: Man denkt an die Folgen, die das Üble hat, man sieht die Gefahren und Nachteile und scheut davor zurück. In M 54 nennt der Erwachte folgende Gedanken eines Anhängers der Lehre:

*Wenn ich zum Mörder (Dieb, Lüstling, Verleumder usw.) würde, dann müsste ich mich selber tadeln, Verständige würden mich tadeln, und nach dem Tod stünde mir eine üble Lebensbahn bevor.*

Der erste hier genannte Gedanke betrifft die Scham sich selbst gegenüber, gegenüber seinem besseren Gewissen, die beiden letzteren Gedanken zeigen die Scheu davor, in dieser Welt wie auch in der jenseitigen Welt Nachteile zu haben. Dadurch wirkt die Scheu auch schon vor der Tat, sie hilft, den Feind schon von weitem zu erkennen und zu bekämpfen.

In dem Festungsgleichnis (A VII,63) wird die Scheu verglichen mit einem Wehrgang, einem hoch gebauten Weg oben auf der Festungsmauer, von welchem aus man weit ins Land hineinsehen und die Feinde und die von ihnen drohenden Gefahren rechtzeitig erkennen kann.

Zu dem, was der Erwachte vom Jenseits und von den Entwicklungen zu überweltlichen Erlebnissen und Erfahrungen sagt, kann der Mensch anfänglich nur Vertrauen haben. Aber je mehr er sich selber beobachtet, seine Triebe, sein Begehren und Hassen erkennt, um so deutlicher merkt er die vom Erwachten genannte Gesetzmäßigkeit des Beharrens der Triebe und ihre Beeinflussbarkeit durch bewertendes Denken. Dadurch werden ihm das Jenseits und höhere Entwicklungen überhaupt erst verständlich, so dass er nun eine lebendigere Vorstellung vom Jenseits und von überweltlichen Erlebnissen gewinnt. Darum setzt sich der Übende allmählich Nahziele, mittlere Ziele, fernere Ziele und das Endziel. Gegenüber dem, was unterhalb des eigenen Status liegt, hat man schon Scham, und allmählich entwickelt man sich dazu zu sehen, wie leidvoll und gefahrbringend der eigene Status und die gegenwärtige Lebensweise ist, in der man blind den alten Gewohnheiten folgt und seinen gesteckten Zielen nicht gerecht wird. So wird durch das Wirken der Scheu auch der Graben der Scham immer tiefer und breiter. Man schämt sich vor sich selbst. Das ist nicht deprimierend und lähmend, sondern es fördert. Man hat dem Minderen ja etwas Besseres entgegenzusetzen, man sieht bessere, verlockende Ziele, würdigere und lohnendere.

Scham ist insofern das edlere Mittel, da sie einen höheren allgemeinen inneren Status anzeigt, als es dem momentanen Verhalten entspricht, aber wenn sie nicht ausreichend zur Ver-

fügung steht, das heißt, wenn die als negativ bewertete Tat noch dem eigenen Durchschnittsstatus entspricht, dann soll man daran denken, welche üblen Folgen man erleiden muss, wenn man den üblen Weg geht, wenn man im Üblen sich vernebelt. Die Scheu vor den Folgen hilft zusätzlich. Der Erwachte sagt zu einem Rossebändiger (A IV,111): So wie man ein Pferd zum Teil mit Milde, zum Teil mit Strenge erziehe, so erziehe er die Menschen mit Milde und mit Strenge. Da fragt ihn der Rossebändiger: Und wie erzieht der Erwachte mit Milde und wie erzieht er mit Strenge? Der Erwachte sagt: Mit Milde erziehe er, indem er den Menschen zeige, welche guten Folgen die guten Taten nach sich ziehen, und mit Strenge erziehe er die Menschen, indem er ihnen zeige, welche schmerzlichen Folgen die üblen, unwürdigen Taten nach sich ziehen. Wer so durch die Belehrung des Erwachten vom Wohl angezogen und vom Leiden abgestoßen ist, der erfährt, was für unbeirrbar edle, helle Haltungen der Wahrnehmung gegenüber es gibt, und wenn er sich damit vergleicht, dann empfindet er Scham und Scheu.

Die vierte gute Eigenschaft: Wahrheitskenntnis (*suta*)

Wahrheitskenntnis wird in unserer Lehrrede ausführlich beschrieben:

*Und er hat viel gehört, ist ein Träger des Wissens, hat sich großes Wissen über die Lehre erworben. Und jene Wahrheiten, die für den Anfang hilfreich sind, für den mittleren Teil und für das Ende hilfreich sind, hat er im Ganzen und in den Einzelheiten ganz und gar verstanden, und das vollkommene geläuterte Reinheitsleben, das darin gelehrt wird, hat er verstanden. Diese Dinge kennt er, hat er sich eingepägt, kennt er auswendig, hat er im Geist erwogen, mit seinem Anblick durchdrungen.*

Wahrheitskenntnis besitzt derjenige, der die von der Lehre vermittelten Einsichten „griffbereit“ in seinem Gedächtnis hat, so dass sie sich von selber melden. Einen solchen Menschen, der „viel gehört“ (*bahusuta*), viel wahre heilsame Einsichten im Gedächtnis hat, vergleicht der Erwachte in dem Festungsgleichnis (A VII,63) mit einem Kämpfer, der *viele Pfeile im Köcher* hat, d.h. der die üblen („feindlichen“) Gedanken und Vorstellungen sofort durch heilsame Einsichten bekämpfen und überwinden kann.

In der 95. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“ wird in mehreren Übungsschritten beschrieben, wie sich der Übende Wahrheitskenntnis aneignet:

1. *Vertrauend kommt er zu dem Lehrer heran.*

Da er ihn in vielen Prüfungen immer wieder als selbstlos, klar und gerade erfahren hat, so hat sich sein Gemüt immer mehr vertrauend ihm zugeneigt.

2. *Herangekommen, erweist er ihm Respekt.*

Damit trifft der Wahrheitssucher eine große Unterscheidung, eine Unterscheidung zwischen allen Menschen seiner Umgebung auf der einen Seite und jenem Geistlichen (oder für uns Heutige der Lektüre der Lehrreden) ganz allein auf der anderen Seite: das Urteil der anderen, auch derer, die er liebt, hat für ihn ein anderes Gewicht als das seines Lehrers.

3. *Nachdem er ihm Respekt erwiesen hat, hört er ihm genau zu.*

4. *So hört er die Lehre mit offenem Ohr.*

Mit den anderen steht er auf gleich und gleich, aber bei jenem Geistlichen ist er der Schüler, und alles, was jener sagt, das ist für ihn von größter Wichtigkeit, da will er kein Wort und keinen Sinn versäumen. Hier ist nicht Gleichgültigkeit, sondern Hingabe und wache Aufmerksamkeit.

5. *Die gehörte Lehre behält er im Gedächtnis.*

Wenn diese fünfte Phase wirklich eingetreten ist, wenn also einer die Hauptlehren so in seinem Gedächtnis verankert hat, dass sie jederzeit alle seine Gedanken begleiten und falsches Denken sogleich korrigieren, dann ist der erste Entwicklungs-

abschnitt, die Ankunft der vom Lehrer vermittelten Lehre im Geist des Schülers, vollendet, denn von nun an kann er sich selbst mit der jederzeit verfügbaren Lehre beschäftigen. Nach dem Gleichnis der Heilslehrer ist jetzt das Samenkorn in die Erde gekommen; jetzt hängt alles Weitere von der Beschaffenheit des Bodens ab. Nur was der Mensch im Gedächtnis hat, das steht ihm wahrhaft jederzeit, wo er auch geht und steht, zur Verfügung. Das steigt im Geist immer wieder auf und beschäftigt sein Denken – und das Denken ist es, wodurch das Herz gebildet wird, wodurch die Triebe des Herzens zunehmen, dunkler werden oder abnehmen, heller werden. Die Erfahrenen, die diesen Zusammenhang kennen, wissen, dass es nichts Wichtigeres gibt als die Pflege der wahren und richtigen Einsichten, die zu Wohl und Heil führen, und die Vermeidung und Abweisung all der vordergründigen falschen und üblen Urteile und Auffassungen und Parolen, deren Befolgung in Elend führt. Sie wissen, dass das nur dann möglich ist, wenn diese wahren Einsichten so gut im Gedächtnis verankert sind, dass sie jederzeit zur Verfügung stehen.

In diesem Sinn sagt der Erwachte (A X,73):

*Häufige Wiederholung der verstandenen Wahrheit  
vergrößert die Verständniskraft.*

*Nichtwiederholung der verstandenen Wahrheit  
verhindert die Verständniskraft.*

Die Verständniskraft entscheidet über unser Tun und Lassen. Wem beispielsweise bei Menschen, die er als unsympathisch empfindet, sofort der Gedanke aufkommt: „Das ist der, der sich immer so und so benimmt, den mag ich nicht“, der mehrt in seinem Herzen Abwehr und Abneigung mit allen seinen Folgen für ihn selbst und für seine Umgebung. Wenn aber bei Menschen, die er als unsympathisch empfindet, sofort der Gedanke kommt: „Sieh, das ist meine Bindung und perspektivische Fesselung, dass der eine Mensch mir sympathisch, der andere mir unsympathisch ist, obwohl wir doch alle, jeder in



seiner Weise, Wohl ersehen, Anerkennung wünschen. – Ich will doch wahrlich sehen, dass ich immer mehr von diesen beschränkten Urteilen freikomme!“ –, dann mindert ein solcher in seinem Herzen Abwehr und Abneigung und mehrt bei sich Verständnis und Wohlwollen und Mitempfinden mit allen daraus hervorgehenden erhellenden Folgen für sich selbst und für seine Umwelt.

6. *Die so bewahrten Lehren prüft er gründlich auf ihren Sinn.*

7. *Dem gründlich Prüfenden erschließen sich die Lehren.*

Der Schüler, der von seinem Lehrer, dem er vertraut, belehrt worden ist, beobachtet nun sein eigenes Erleben, sowohl das innen aufkommende Begehren und Hassen wie auch die ankommende Kette der lebenslänglichen Wahrnehmungen, und prüft, ob es sich mit diesen so verhält, wie er gelernt hat. Und indem der Mensch nun aus Vertrauen der Anleitung seines Lehrers folgend, aus seinem inneren Begehren und Hassen allmählich aber beharrlich alles Rohe und Üble ausscheidet und damit seinen inneren Zustand erhöht und erhellt – da erfährt er dann auch, wie sein Welterlebnis, seine Begegnungen mit seiner Umwelt, mit seinen Nächsten und auch im weiteren Umkreis nach und nach sanfter wird, heller wird, wohltuender wird. Dadurch erfährt und versteht der gründlich beobachtende und forschende Schüler nun selber, dass die wahrgenommenen Welterscheinungen ganz und gar durch die im Innern drängenden Kräfte von Gier und Hass bedingt sind und dass er tatsächlich durch die Arbeit an seinem eigenen Herzen diese gesamte Welterscheinung, sein ganzes Leben, lenken kann und meistern kann – in dem Maß seiner Arbeit am Inneren.

Durch diese Forschung und die daraus hervorgegangenen Erfahrungen über die wirklich wirkenden Daseinszusammenhänge ist er nun vom vertrauenden Schüler zum Erkenner der Wahrheit von der Wirklichkeit erwachsen. Der dahin gelangte Mensch verspürt jetzt eine große Neigung, einen starken Zug in sich, diesen Heilsstand auch praktisch zu erreichen. Darum wird von ihm gesagt, dass er *in den Zug zum Heil, in die Heilsströmung eingetreten ist (sotāpatti)*. Er ist zum „Heils-

gänger“ geworden, der das Anstreben des Heilsstandes nicht mehr lassen kann, bis er diesen Stand endgültig erreicht hat. Ein solcher wird *sutavā ariya sāvako* genannt, der erfahrene Heilsgänger. *Sutavā* ist der *mit dem Gehörten Begabte*. So wie wir von einem, der viel gelesen hat, sagen: „Das ist ein belesener Mensch“, so könnte man von *sutavā* von der Wortbedeutung her sagen: „Das ist ein mit dem Gehörten begabter Mensch“, doch wird das im Indischen tiefer verstanden: Der belesene Mensch könnte in seinem praktischen Leben ganz und gar versagen, falsch handeln; aber unter *sutavā* wird verstanden: 1. er kennt die Lehre richtig und umfassend, 2. er wird von ihr weitgehend gelenkt. Er ist ein Heilsgänger geworden, hat das Heil im Sinn. Er hat sich in seinem Tugendkampf immer wieder die einzelnen Aussagen der Lehren vergewärtigt, hat sich bewährt, indem er ihnen folgte und nicht seinen Neigungen folgte. Er ist durch viele vollzogene Überwindungen ein anderer geworden, ein Kämpfer geworden, über viele seiner alten Neigungen Sieger geworden.

So wie in der Festung viele Waffen aufgestapelt sind, so besitzt der erfahrene Heilskundige Erfahrung in geistigen Dingen, verbindet die Lehre mit dem Leben und hat dabei ihren Wirklichkeitsgehalt kennen gelernt. Dadurch ist er für alle Situationen, für Versuchungen und Krisen im Gedächtnis „gewappnet“ – und zwar mit besonderen Waffen für den „Fernkampf“ (neutrale Zeiten) und besonderen Waffen für den Nahkampf (akute Fälle). So kann er mit Heilsamem auf die Herausforderungen antworten.

Die fünfte gute Eigenschaft: Tatkraft (*virīya*)

*Der Heilsgänger besitzt Tatkraft und Beharrlichkeit, unheilsame Dinge zu überwinden und heilsame Dinge zu entfalten. Er ist standhaft, von gestählter Kraft, nicht nachlässig im Guten.*

In M 95 werden weitere Entwicklungsstufen des Heilsgängers aufgezählt:

8. *Durch das Verständnis der Wahrheit erwächst ein neuer Wille.*

9. *Ist der Wille geboren, so wird er entschlossen.*

Der Wille aller Wesen, der sichtbaren und der unsichtbaren, ist immer auf Wohl aus, auf das Vermeiden von Wehe, Angst und Qual und auf das Erlangen von Wohl, Glück, Sicherheit und Geborgenheit: Wie die Kompassnadel immer nach Norden geneigt ist, wie alles Wasser immer dem Gefälle folgt, so ist der Wille der Wesen immer gebunden an das, was den Wesen aus Erfahrung als wohltuend gilt oder was sie durch Nachdenken oder durch Belehrung für wohltuend halten. Und je mehr Wohltat sie sich von einem Erlebnis versprechen, um so stärker ist der Wille, es herbeizuführen, und um so mehr ist man dafür zu tun bereit, entwickelt man Tatkraft.

Der Schüler hatte von seinem Meister gelernt, und da dieser ihm Vorbild war, so hat er, darauf vertrauend, in dieser Richtung sich zu üben begonnen. Im Lauf dieser Übungen und der dabei gemachten geistigen Erfahrungen sah er immer deutlicher, verstand er immer deutlicher die Gesetze des Lebens, bis er nun endgültig weiß, dass es sich so verhält. Was bisher Hypothese war, vorläufige Annahme, der Persönlichkeit des Meisters vertrauend, das ist nun eigene lebendige Erfahrung geworden. Nun kann er nicht mehr anders, als das immer gesuchte und angestrebte Wohl und Heil mit ganzer Konsequenz auf den endlich und endgültig begriffenen richtigen Wegen anzustreben. So ist sein neuer Wille gewachsen und damit die Entschlossenheit, nun die falsche Vorgehensweise endgültig zu lassen und die richtige einzuschlagen. Das Verständnis des zur Leidensminderung tauglichen Vorgehens setzt also dem Willen neue Maßstäbe, neue Richtungen, neue Ziele. Indem der Heilgänger diese verfolgen will, beginnt er den Widerstand der alten Triebe des Herzens zu spüren. Diese wollen anders, und er erfährt die Kraft ihres anders gerichteten Wollens. Aber wenn der Heilgänger festhält an seinen Einsichten für das heilstaugliche Vorgehen und sich diese immer vor Augen führt, dann fördert er seine Kampfeskraft und seine

Tatkraft, nun trotz der noch anders gerichteten Neigungen und Gewöhnungen des Herzens von Fall zu Fall sich im Sinn seiner Einsichten zu verhalten. Das Kämpfen, Überwinden wird Teil seines Lebenszustandes.

In dem Festungsgleichnis (A VII,63) wird folgendes Gleichnis für die Tatkraft gegeben:

*Gleichwie in der königlichen Grenzfestung sich viele Streitkräfte befinden, als wie Elefantenreiter, Kavallerie, Wagenlenker, Bogenschützen, Fahnenträger, Offiziere, Proviantversorger sowie stolze Königssöhne, verwegene hochgewaltige Helden und auch Schildträger, Söldnerknechte zum Schutz der Einwohner und zur Abwehr der Feinde, so besitzt der erfahrene Heilsgänger die Tatkraft und Beharrlichkeit, die unheilsamen Dinge zu überwinden und die heilsamen Dinge zu entfalten. Er ist standhaft, von gestählter Kraft, nicht nachlässig im Guten. Der mit der Tatkraft und Beharrlichkeit ausgestattete erfahrene Heilsgänger aber überwindet das Unheilsame und entfaltet das Heilsame, überwindet das Tadelhafte, entfaltet das Untadelige und bewahrt sein Herz in Reinheit. Mit dieser fünften Eigenschaft ist er ausgestattet.*

Der Kern der ausdauernden Tatkraft sind die vier Großen Kämpfe, die der Erwachte nennt, und diese kann man in etwa mit den vier im alten Indien üblichen Heeresteilen vergleichen. So wie es bei dem ersten der vier Kämpfe darum geht, gefährliche Gedanken und Vorstellungen vom Herzen fernzuhalten – unaufgestiegenes Übles nicht aufsteigen lassen – der Erwachte empfiehlt hierfür die Zügelung der Sinnesdränge, um sich nicht allen sinnlich reizenden Eindrücken auszusetzen – so hatten bei den indischen Völkern die Elefanten die Aufgabe, die feindlichen Heere zu entmutigen, in die Flucht zu schlagen, so dass sie die Festung gar nicht erst erreichen konnten. Dabei waren die menschlichen Reiter auf dem hohen breiten Rücken der Elefanten geschützt und den feindlichen An-

griffen wenig ausgesetzt. Das Üble, der Feind, kam gar nicht an sie heran.

Als zweiten Kampf empfiehlt der Erwachte, dass man die bereits in einem aufgestiegenen üblen unheilsamen Dinge, die man als solche erkennt, nun bekämpft bis zu ihrer Ausrodung. Es geht dabei nicht um Verdrängung, sondern um sofortige weisheitliche Betrachtung des Übelen und Schädlichen solcher Gedanken und Angehungen, sobald sie auftauchen, bis sie durch solche Betrachtungen aufgelöst sind. Dem kann man unter dem viermächtigen Heerbann die schnellen Reiterscharen vergleichen, die unmittelbar gegen den Feind ansprengen, wo und wann er sich auch zeigt, und im Kampf von Mann zu Mann um den Sieg ringen.

So gelten die beiden ersten rechten Kämpfe, die der Erwachte nennt, der Vermeidung von üblen Gedanken und Vorstellungen und dem Bekämpfen und Ausroden von bereits aufgestiegenen üblen Gedanken und Vorstellungen. Dagegen gelten die beiden weiteren Kämpfe den guten Gedanken und Vorstellungen. Der dritte Kampf dient dem Zweck, die guten Einflüsse zu erzeugen, aufkommen zu lassen und zu mehren, und der vierte Kampf hat die Aufgabe, die vorhandenen guten Gedanken und Vorstellungen zu befestigen, auszubreiten und endgültig festzuhalten. Damit wären die beiden letzten Heeres-teile zu vergleichen. Von den beiden ersten Heeres-teilen sind die Feinde vertrieben und niedergehalten worden. Nun können die eigenen Wagentruppen das bisher von den Belagerern besetzte Gebiet zurückerobern, sich im Land verteilen, sich ausbreiten. Und als Letztes kommt die Masse der eigenen Soldaten, die Infanterie mit Bogenschützen, Fahnen-trägern und Söldnern, den Stäben und der Militärverwaltung, die für den Proviant sorgt; nun bevölkern die eigenen Truppen geradezu das zurückeroberte Land, so dass es kein unsicheres Gelände mehr gibt, sondern eigenes Herrschaftsgebiet. Das Gute des Herzens breitet sich endgültig aus. Vor der Übermacht des Guten müssen auch die letzten Partisanen, das letzte Üble, kapitulieren.

Bei dem Gros der Truppen werden noch vielerlei Krieger aufgezählt: Bogenschützen, Fahnenträger, Offiziere, Proviantversorger sowie stolze Königssöhne, verwegene hochgewaltige Helden und auch Schildträger und Söldnerknechte.

Die Bogenschützen sollen den Feind flink und treffsicher schon von weitem treffen – so auch der Geist alle verstörenden Dinge.

Die Fahnenträger haben, wie schon in alten Geschichten berichtet wird, die Aufgabe, den eigenen Truppen im Getümmel die Orientierung zu ermöglichen, ihnen das Ziel zu zeigen, wohin sie sich immer durchzuschlagen haben und wohin der Vormarsch geht. Zugleich haben sie ihnen Mut zu machen, sie zum Kampf anzuspornen: „Unsere Fahne weht noch, die Feindesfahne ist schon umgesunken.“ So machen dem Übenden bestimmte Leitbilder und Vorbilder Mut, spornen ihn an.

Und so wie die Offiziere aus ihrem Überblick über die ganze Lage die einzelnen Heerestruppen im Kampf gegen die Feinde einsetzen, so müssen auch wir je nach unserer inneren und äußeren Situation bald diesen, bald jenen der vier Kämpfe anwenden, um das Üble in uns zu besiegen.

So wie die Proviantversorger die Truppen mit fester und flüssiger Nahrung versorgen, damit sie weder schwach werden noch ungeordnet plündern, so muss der Kämpfende mit geistiger Nahrung versorgt werden: Er muss sich immer wieder mit den Aussagen der Großen ernähren, um sich nicht im Kleinkrieg zu verzetteln, um immer wieder eine höhere Warte einnehmen zu können, um Überblick und Ziel nicht aus den Augen zu verlieren.

Die stolzen Königssöhne und verwegenen Helden können wir vergleichen mit unseren höchsten inneren Kräften, aus denen uns gelegentlich größere Siege gelingen, die uns erheben und stärken und uns Mut und Standhaftigkeit verleihen.

Schildträger und Söldnerknechte sind bezahlte Soldaten, die nicht aus dem eigenen Wunsch, das Land zu verteidigen, beim Heer sind, sondern dabei an ihren eigenen Verdienst denken. So sind auch beim Vorwärtstreben die Motive unse-

res Handelns manchmal auf vordergründigen Gewinn gerichtet: Ich gebe jetzt etwas Gutes, dann hab ich später in diesem Leben oder im nächsten auch etwas Gutes. So sind die Schildträger und Söldner mit der Art von richtiger Anschauung zu vergleichen, *die* (von Trieben) *beeinflusst, aber hilfreich und zuträglich ist.* (M 117).

Alle Waffen, die es nur gibt, hochsinnigste, kräftigste, weitreichendste und kleinere, mehr vordergründige Argumente, helfen im Kampf und sind an der rechten Stelle tatkräftig einzusetzen, um das Ziel zu erreichen.

Die sechste gute Eigenschaft: Wahrheitsgegenwart (*sati*)

*Er besitzt höchste Besonnenheit, Selbstbeobachtung, er ist der Wahrheit eingedenk. Was vor langer Zeit getan und gesprochen wurde, dessen entsinnt er sich, dessen erinnert er sich genau.*

Wegen des Dienstes, den der Geist des normalen, vom Erwachten nicht belehrten Menschen den sinnlichen Trieben leistet, bezeichnet der Erwachte (S 48,42) und ebenso auch Sāriputto (M 43) den Geist als den *Verwalter und Fürsorger der fünf Sinnesdränge*, also des sinnlichen Begehrens. Aber weil der so beschaffene Geist nur das durch Befriedigung der Begehrenen entstehende Wohlgefühl kennt, darum nie den Heilsstand anstreben wollen kann, und so mit ununterbrochen wechselnden Körpern im Samsāra von Station zu Station umherirren muss, so bedarf es des Einbruchs der Wahrheit über die Unermesslichkeit des Samsāra-Leidens und über die Möglichkeit, zum Heilsstand zu gelangen.

Dieser Einbruch ist nur durch die *Weisheit* möglich, und die dauernd wachsame Anwesenheit der Weisheit – das ist die Wahrheitsgegenwart (*sati*). Darin liegt der Grund, dass der Erwachte in S 48,42 die *sati* wiederum als den Verwalter und Fürsorger eben des Geistes bezeichnet. Das bedeutet also:

Ohne den gewöhnlichen Geist des gewöhnlichen Menschen gäbe es gar keine Befriedigung der sinnlichen Bedürftigkeit – aber ohne die sati bliebe es bei der weiteren Fortsetzung der seit undenkbar langen Zeiten schon bestehenden Jagd nach sinnlicher Befriedigung bei ununterbrochen wechselndem Geborenwerden, Altern und Sterben.

Sati oder sarati heißt „sich erinnern“. Woran man sich erinnert, das hängt vom Textzusammenhang ab. Wenn der Erwachte von sati spricht, dann ist darunter im engeren Sinn zu verstehen, dass man nicht, wie es menschenüblich ist, an diese oder jene interessanten oder schrecklichen Dinge in der Welt denkt, an sympathische oder unsympathische Menschen, angenehme oder unangenehme Dinge und Erlebnisse, sondern dass man sich der Lehre erinnert, dass man das Bild der Existenz vor Augen hat, das die Lehre zeigt. Darum übersetzen wir sati mit „Wahrheitsgegenwart“. Im weiteren Sinn ist mit sati gemeint, dass man seine inneren Vorgänge im Empfinden und Denken beobachtet – darum übersetzen wir sati auch mit Selbstbeobachtung – und diese, wenn erforderlich, so lenkt, wie man sich durch die Lehre angeleitet sieht. Sati bedeutet also erstens, insgesamt die Entwicklung auf das Heil hin im Auge zu haben und zweitens, sich der jeweiligen körperlichen, geistigen und triebhaften Vorgänge und Eigenschaften bewusst zu sein, diese zu beobachten.

Der Erwachte vergleicht die Wahrheitsgegenwart, sati, mit dem verantwortungsvollen Dienst eines Torhüters in einer Festung, der besonnen die Freunde von Feinden zu unterscheiden versteht. Was Freunde und Feinde sind, sagt die Weisheit. Aber dass er diese nun anwendet bei den hereinkommenden Dingen, das ist die Wahrheitsgegenwart, der Einsatz der Weisheit bei den Sinneseindrücken. Daraus zeigt sich, dass die sati kein neutrales Werkzeug nur zur gleichmäßigen Beobachtung oder Erinnerung der Vorgänge ist, dass sie vielmehr im Dienst der Weisheit stehen muss, und das ist die rechte Anschauung. Erst wenn der Heilsgänger die Lehre des Erwachten weitgehend gefasst hat (rechte Anschauung), dann fängt er an



zu begreifen, was für ihn schädlich und was für ihn nützlich ist. Damit hat er Weisheit gewonnen. Und nun geht es darum, dass er dieses Wissen um das Schädliche und das Nützliche im Alltag bei seinem gesamten Erleben und bei seinem Tun und Lassen gegenwärtig hat und anwendet. Das ist die Wahrheitsgegenwart.

Solange Zuneigung und Abneigung noch in fast unbeschränkter Stärke dem Körper innewohnen, so lange wird die Aufmerksamkeit des Geistes fast nur von den blendenden Erscheinungen in Anspruch genommen, welche von den aufspringenden Wohl- und Wehgefühlen in die Wahrnehmung geschwemmt werden. Seine Unternehmungen werden von den verlockenden und den abstoßenden Zielen veranlasst. Darum bedarf es einer weitgehenden Minderung von Gier und Hass in dem menschlichen Herzenshaushalt, bis die sati, die besonnene Wahrheitsgegenwart, immer am Tor der Gegenwart gegenwärtig sein kann. Die sati setzt daher eine weitgehende Entwicklung in den vorangegangenen Übungsschritten voraus.

Die siebente gute Eigenschaft: Weisheit (*paññā*)

*Er ist weise, weiß um das Gesetz des Entstehens und Vergehens, besitzt Weisheit, die heilende, durchdringende, die zur völligen Leidensvernichtung führt.*

Die Weisheit, die hier genannt ist, ist nicht die vollendete Weisheit, die erst auf die weltlosen Entrückungen folgt und aus der die Triebversiegung hervorgeht. Die hier genannte Weisheit hilft dem Heilsgänger überhaupt erst, das Unheilsame zu überwinden und das Heilsame zu entfalten. Es handelt sich also um die Weisheit dessen, der die Lehre im Geist begriffen und verankert hat. Bei allen Erscheinungen weiß er, dass sie nicht bleiben, sondern in gesetzmäßiger Folge auch wieder vergehen. Er ist der Tatsache eingedenk, dass alles, was herankommt, Ernte ist von selbst Geschaffenem. Aber er muss noch kämpfen, um von den Trieben nicht überwältigt zu

werden. Er braucht noch Schutz, er ist noch nicht wie der Geheilte untreffbar geworden. Darum vergleicht der Erwachte in der Rede vom Festungsgleichnis (A VII,63) die Weisheit mit einer Mauer: Er wird von den Dingen noch fasziniert, sie beben noch seine Festung, und er muss kämpfen. Aber wie die Mauer den Feinden das Eindringen in die Festung schwer macht, so sagt ihm seine Weisheit immer wieder, wenn die Erlebnisse anstürmen: „Das sind Formen, das sind Gefühle..., die bedingt entstehen und vergehen, das sind die Elemente des Samsāra.“ In diesem Anblick kann ihn keine konkrete Situation mehr für längere Zeit bewegen, auch wenn sie noch so packend ist. An der hohen geglätteten Ringmauer seiner Weisheit rutschen alle Feinde, alle Angehungen ab. Die hohe unersteigbare Festungsmauer ist eine lückenlose Umfriedung, in die niemand heimlich hereinkommen kann. Der einzige Eingang ist das von der Wahrheitsgegenwart bewachte Tor. Seiner Einsicht folgend, weiß der Weise lückenlos: Was auch geschieht, es sind Vorgänge innerhalb der fünf Zusammenhäufungen, die aus früherem Wahn zusammengehäuft sind, die sind nicht das Heile. Das ist gemeint mit der Weisheit, die das Entstehen und Vergehen aller Erscheinungen sieht und vor allen Dingen immer an das Entstehen und Vergehen aller Erscheinungen denkt, z.B. auch an den unvermeidlichen Tod der liebsten Menschen. Der Mensch, der Weisheit erworben hat, denkt daran, dass er ja gar nicht weiß, woher der ihm liebe Mensch kam und wohin er gehen wird, dass es nur eine vorübergehende Begegnung ist, und darum baut er nicht auf dergleichen. Wer auf Unbeständiges nicht mehr baut, der kann sich leichter trennen, wenn es erforderlich ist. Zu dieser Weisheit gehört aber nicht nur, dass man erst dann an die Vergänglichkeit denkt, wenn sie so aufdringlich offenbar wird, sondern dass man immer wieder still für sich die Wandelbarkeit der fünf Erscheinungen betrachtet und dadurch zu immer tieferer Stille und zu immer größerer Abgeschlossenheit hin wächst. Dadurch entfernt man sich immer mehr von den Dingen der

Welt. Und so wird man reif für die vier weltlosen Entrückungen, die im Anschluss genannt werden.

### Die weltlosen Entrückungen

Nicht allein die Erkenntnis der Unbeständigkeit und damit des Unwertes des als außen Erfahrbaren führt zu einer Ausrodung des Süchtens nach den Sinneserlebnissen. Im Geist können wir allmählich immer mehr erkannt haben, dass in den fünf Zusammenhäufungen kein Halt ist und dass in dem Maß, als man davon frei ist, das Wohl zunimmt, und doch brauchen wir noch durch die Sinne Wohl. Erst wenn wir ein bei uns selbst, in unserer Gemütsverfassung aufgekommenes Wohl merken, werden wir unabhängiger von dem Wohl durch die Sinnendinge.

In der Gefühlskälte, in der wir leben durch Hass und Rohheit, durch Abwesenheit von Mitempfinden und von Ich-Du-Gleichheit, durch das Habenwollen und Seinwollen, haben wir eine schmerzliche Grundbefindlichkeit. Dunkelheit und Kälte ist unser Status. Nur weil wir ihn immer haben, können wir ihn nicht beurteilen, nicht messen, weil wir keine Vergleichsmöglichkeit haben. Wer aber einmal zeitweise bei sich zu hellerer wohlwollender Gesinnung gekommen ist durch das Versammeln guter Gedanken, der merkt, dass seine innere Verfassung für die Dauer eines langen Atemzugs anders geworden ist, dass er sich gehoben hat zu höheren, feineren Möglichkeiten seines Erlebens, die nicht bedingt waren durch äußere Erlebnisse. Von diesem Erleben an hat er eine Vergleichsmöglichkeit. Er weiß nun: Ich kann mich zu einem besseren Status entwickeln, dann brauche ich die Sinnendinge nicht mehr in dem gleichen Maß wie bisher. Es geht nicht darum, bitter auf die Sinneseindrücke zu „verzichten“, sondern die Entwicklung zu betreiben, durch die man immer weniger von den Außen- dingen fasziniert wird.

Diese Entwicklung beginnt dann, wenn im Herzen des Menschen die dunklen Triebe des Hasses und der Gewaltsam-

keit abnehmen. Wenn diese abnehmen, dann gibt es immer weniger von jenen finsternen Gefühlen, die aufsteigen, wenn etwas jenen dunklen Trieben gemäß oder zuwider läuft. Der Grundstatus ist gehoben, die Grundgemütsverfassung ist weniger kalt, weniger dunkel. Ein solcher bedarf zwar noch äußerer Dinge, aber ihm selber ist schon ohne Berührung mit den Dingen wohler. Und wenn ihm von außen Übles begegnet und er noch etwas Gegenwendung gegen den Verursacher empfindet, dann hebt er diesen Augenblick der Verdunkelung auf durch gute hochsinnige Gedanken oder durch hellen Gleichmut. Wenn Hass, Gewaltsamkeit stärker abgenommen haben, wenn harte, raue Begegnungen kaum noch vorkommen und wenn sie einmal aufkommen, schnell wieder abgetan sind, so dass bald ein feiner, heller Gleichmut wieder vorwiegt, dann lebt ein solcher vorwiegend in wohlwollenden Gedanken. Dadurch erwächst ihm ein Grundfrieden, eine innere Helligkeit, ein positives Selbsturteil aus Reuelosigkeit oder das Abnehmen des negativen Selbsturteils. Die innere Helligkeit nimmt manchmal solche Grade an, dass sie stärker die Aufmerksamkeit auf sich zieht. Ihm ist zu solchen Zeiten bei sich selber wohl, er merkt beglückt: Er braucht die Außendinge nicht mehr zu seinem Wohl. Ein feiner Geschmack ist in ihm aufgekommen, der mehr und mehr alle Aufmerksamkeit auf sich zieht. Durch diesen Hinblick auf das innere Wohl wird immer weniger und schließlich nichts mehr durch die Sinne hereingenommen. Zu einer solchen Zeit ist er durch das starke innere Wohl der belastenden Welt der Sinne entrückt.

*Und wie, Mahānāmo, kann der Heilsgänger die vier weltlosen Entrückungen, die hohen Gemütszustände, überweltliches Wohl zu Lebzeiten, leicht und ohne Mühe gewinnen?*

*Da verweilt, Mahānāmo, der Heilsgänger abgeschieden von weltlichem Begehren, abgeschieden von allen heillosen Gedanken und Gesinnungen in stillem*

*Bedenken und Sinnen. Und so tritt die aus innerer Abgeschiedenheit geborene Entzückung und Seligkeit ein, der erste Grad weltloser Entrückungen.*

*Nach Vererbung auch des Bedenkens und Sinnens verweilt er in innerem seligem Schweigen, in des Gemüts Einigung. Und so tritt die von Sinnen und Bedenken befreite, in der Einigung geborene Entzückung und Seligkeit ein, der zweite Grad weltloser Entrückungen.*

*Mit der Beruhigung auch des Entzückens lebt er oberhalb und außerhalb von allem sinnlichen Wohl und Wehe in unverstörtem Gleichmut klar und bewusst und in einem solchen körperlichen Wohlsein, von welchem die Heilskenner sagen: „Dem in erhabenem Gleichmut klar bewusst Verweilenden ist wohl.“ Ein solcher gewinnt den dritten Grad der weltlosen Entrückungen.*

*Nachdem er über alles Wohl und Wehe hinausgewachsen ist, alle frühere geistige Freudigkeit und Traurigkeit völlig gestillt hat und in einer über alles Wohl und Wehe erhabenen bewussten Gleichmutsreine lebt, da erlangt er die vierte weltlose Entrückung und verweilt in ihr.*

*Ist nun, Mahānāmo, der Heilsgänger zur sittlichen Art erwachsen, zügelt er die Sinnesdränge, hält er beim Essen Maß, ist er an Wachsamkeit gewöhnt, eignen ihm sieben gute Eigenschaften und kann er die vier weltlosen Entrückungen, hohe Gemütszustände, überweltliches Wohl zu Lebzeiten, leicht und ohne Mühe gewinnen, so heißt man ihn den Heilsgänger, der die Schritte des Kämpfers gegangen ist, der kurz davor steht, das (Wahn-)Ei zu sprengen, fähig zum Durchbruch, fähig zur Erwachung, fähig, die unvergleichliche Sicherheit zu gewinnen..*

*Gleichwie wenn eine Henne ihre Eier, acht oder zehn oder zwölf Stück, gut bebrütet, gänzlich ausgebrütet hat; wie sollte dann nicht jener Henne der Wunsch kommen: „Ach, möchten doch meine Küchlein mit den Krallen oder dem Schnabel die Eischalen aufbrechen, möchten sie doch heil durchbrechen!“ Und die Küchlein sind fähig geworden, mit den Krallen die Eischalen aufzubrechen und heil durchzubrechen.*

Während des Verweilens in der inneren Beseligung der weltlosen Entrückungen ist gar kein Körper treffbar, da ist auch keine Welt, die den Körper treffen kann. Die graduelle Entlastung, Stillung, Beruhigung besteht in dem graduellen Vergessen der auf dem Menschen zeit seines Körperlebens unbewusst lastenden Angst. Im vollendeten Frieden gibt es kein Berührungsfühl mehr, keinen Reiz mehr, keine Gier mehr und damit keine Problematik, keine Sorge, keine Angst, sondern Frieden. In den weltlosen Entrückungen sind keine Sinneseindrücke, nur seliges Wohl wird genossen. Darum werden die weltlosen Entrückungen als ein Frieden bezeichnet, der zwar nicht schon das vollkommene Heil ist, aber eine Vorwegnahme des Heils. Die weltlosen Entrückungen nennt der Erwachte das Wohl der Erwachung, sie bewirken die endgültige Aufhebung aller Triebe, das Ziel des Reinheitswandels.

### Die drei existentialen Erlebensweisen

Der Erwachte nennt in unserer Lehrrede drei Erlebnisweisen, drei Stadien der Existenz, denen die Dreiteilung des achtgliedrigen Heilswegs entspricht. Diese drei Teile sind das existentiell Gegebene, daraus sind vom Erwachten die acht Glieder des Heilswegs geschaffen zur näheren Wegbeschreibung. Es sind die drei Teile: Tugend (*sīla*), Herzenseinigung (*samādhi*), Weisheit (*paññā*).

Zur Tugend (1.) gehören rechte Rede, rechtes Handeln, rechte Lebensführung. Zur Herzenseinigung (2.) gehören die vier großen Kämpfe, Wahrheitsgegenwart, Herzenseinigung. Wer diese Stufen durchschritten hat, erfährt (3.) Weisheit, selbst erworbene heilende Weisheit, die Endweisheit, die heil macht. Die ersten beiden Stufen des achtgliedrigen Wegs sind die durch Hören/Lesen erworbene Weisheit und rechtes Denken, das Verständnis über das Zerbrechliche und Unzerbrechliche und das Wissen über unheilsame und heilsame Geistesinhalte.

Von diesen drei Erlebnisweisen kennen wir normalerweise nur die erste: die sinnliche Begegnung zwischen Ich und Umwelt, die beschränkte Wahrnehmungsweise; in ihr ist Tugend erforderlich. Die Sehkraft der Augen, die Hörkraft der Ohren, die Riechkraft der Nase reichen in eine gewisse Weite. Die Objekte zum Schmecken und Tasten müssen dicht an den Körper herangebracht werden. In einem begrenzten Rahmen wird ununterbrochen von den Sinnesorganen etwas aufgenommen, erlebt, mit dem sich der Erleber auseinandersetzt. Von den erlebten Dingen und Räumen aus folgern wir auf weitere Räume, und aus dem Ablauf der Begegnungen, der den Eindruck von Zeit erweckt, folgern wir auf Vergangenheit und Zukunft. Raum und Zeit sind in der beschränkten Wahrnehmungsweise enthalten, so wie auch jedes gemalte Bild seinen eigenen Raum entwirft und auch seine eigene Zeit. Wenn man ein Bild ganz versunken betrachtet und dabei die übrige Umgebung mehr und mehr in den Hintergrund tritt, dann identifiziert man sich mit dem im Bild enthaltenen Raum und der darin enthaltenen Zeit. Angenommen, man sieht das Bild eines Autos auf einer Landstraße. Sieht man den Vorder- teil des Autos, dann wird Raum vorgestellt: Das Auto war früher weiter hinten und kommt jetzt nach vorn. Ebenso entwirft der jetzige Standort des Autos Zeit: Das Auto war zuerst dort, also wird es bald da sein. Aber was auch immer das Bild darstellt – es besteht immer nur aus Öl oder Wasser. Ebenso ist es mit der beschränkten Wahrnehmungsweise: Fünf Erfah-

rensweisen: Sehen, Hören, Riechen, Schmecken, Tasten teilen mit, so dass der Erleber überzeugt sagt: „Das habe ich erlebt, also ist es so.“ Aber das Erlebte besteht nur aus Wahrnehmung von Formen, Tönen, Düften, Säften, Tastbarem, von Raum und Zeit, so wie ein Bild nur aus Öl oder Wasser besteht.

Die freie Wahrnehmungsweise der weltlosen Entrückungen, die zweite Erlebensweise, ist frei von der Wahrnehmung eines Ich und einer Umwelt, von Raum und Zeit. Es ist nur seliges Gefühl.

Die dritte Erlebensweise der erfahrenen Weisheit ist die Erweiterung der beschränkten Wahrnehmungsweise, es ist die unbeschränkte, universale Wahrnehmungsweise. Alle Vergangenheit, alle Zukunft, alle Räume und auch alle Dimensionen – die grobstofflichen, feinstofflichen, neutralen, feinere und feinste – alles ist erfahrbar. Für ein Herz, das frei von Gier, Hass, Blendung, von Anziehung, Abstoßung, Faszination geworden ist, gibt es nicht Diesseits und Jenseits. Ein solches Herz zieht meistens das Erleben weltlosen Friedens vor.

Diese drei Wahrnehmungsweisen gibt es, und wir finden Ansätze von ihnen im vorbuddhistischen Indien, im alten China und auch in der christlichen Mystik. *Angelus Silesius* sagt:

*Ein Tor ist viel bemüht.  
Des Weisen ganzes Tun,  
das zehnmal edeler,  
ist Lieben, Schauen, Ruhn.*

„Viel Bemühtsein des Toren“ kennzeichnet die beschränkte Begegnungsweise. „Lieben“ gehört zur Begegnungsweise des Weisen, der zur Freiheit kommen will oder die Freiheit schon gewonnen hat. Er hat Verständnis dafür, dass die Wesen so sind, wie sie sind, dass jeder nach seinen Trieben und dem aufgenommenen Weltbild so vorgehen muss, wie er vorgeht. Aus Verständnis erwächst Nachsicht und allen Wohl wünschen in dem Wissen, was sie auch tun – und sei es das Übelste – sie tun es aus dem gleichen Grund, aus dem ein anderer



die Heiligkeit anstrebt: nämlich weil sie sich davon Wohl versprechen. Jeder tut nur das, wovon er sich Wohl verspricht.

„Ruhens“ ist der Herzensfriede, die zweite Wahrnehmungsweise. „Schauen“, alles durchschauen, erkennen, wäre der Weisheit, der dritten Wahrnehmungsweise, zuzuordnen.

Diese drei Existenzweisen gibt es. Jeder hat schon graduellen Herzensfrieden erlebt, ein graduelles Zur-Ruhe-Kommen des inneren Gejagtwerdens, der inneren Anliegen und andererseits auch Zeit größter Erregung, größter Bedürftigkeit, in denen er von starker Sinnlichkeit gerissen oder von starker Wut, starkem Hass getrieben wird.

### Sprengung des Wahn-Eies

Die freie Wahrnehmungsweise, das Erlebnis der vier weltlosen Entrückungen, deren jede folgende erheblich ich-welt-abgelöster ist als die vorherige, vergleicht der Erwachte mit dem zunehmenden Bebrütetwerden des Eies, das zuvor nur ein befruchtetes Ei war. Das bedeutet: Das Lebende ist schon an das Ei gebunden, ist eingestiegen in den Mutterschoß, in diesem Fall in das Ei. Die immer abgelöster werdenden Entrückungen vergleicht der Erwachte mit dem zunehmenden Reifen des bebrüteten Eies, des Kükenkörpers.

Wie völlig anders das Heil, der Heilsstand, ist und inwiefern keine Mitteilung an ihn heranreichen kann, das deutet der Erwachte mit dem drastischen Gleichnis an: Er bezeichnet alles für Menschen, Tiere und Geister überhaupt Erlebbare und Denkbare, das gesamte diesseitige und jenseitige Universum, als „im Ei des Wahns“ befindlich und vergleicht die Wesen samt ihrem Wissen mit dem Zustand des noch unfertigen Kükens im Ei und sagt von dem Geheilten, er habe die Eischale des Wahns durchbrochen (s. auch A VIII,11): Das Küken, nachdem der Körper ausgereift ist, stößt mit dem Schnabel und den Krallen von innen die Schale durch und dringt hinaus.

Was gilt nach dem Gleichnis des Erwachten für uns, die wir weder die freie noch die universale Wahrnehmungsweise

haben, sondern nur die beschränkte, begrenzte? Für diese hat der Erwachte in unserer Lehrrede kein Gleichnis gegeben. Sein Gleichnis in unserer Lehrrede beginnt erst bei den weltlosen Entrückungen als Gleichnis für das Bebrütetwerden des Eies, bei dem das Küken noch nicht einmal das Wissen um seinen Zustand hat, geschweige von der Umgebung außerhalb des Eies.

In A VIII,11 bezieht der Erwachte dasselbe Gleichnis auf alle im Wahn befangenen Wesen:

*Angenommen ein Vogel habe acht oder zehn oder zwölf Eier gelegt und diese durch beharrliches Erwärmen und Bebrüten zur vollständigen Entwicklung gebracht; wie sollte da nicht jenem Muttervogel der Wunsch kommen: „Ach, möchten doch meine Küchlein mit den Krallen oder dem Schnabel die Eischale aufbrechen, möchten sie doch heil hervorbrechen!“ – Und jene Küchlein sind fähig geworden, mit den Krallen oder dem Schnabel die Eischale aufzubrechen.*

*Ebenso auch habe ich in der wahnhaft dahindämmernden, eiartig eingeschlossenen Menge als Erster in dieser Welt die Eischale des Wahns durchstoßen und bin zu der unvergleichlichen vollkommenen Erwachung auferwacht.*

Hier vergleicht der Erwachte, der Vollendete, sein früheres – und unser heutiges – Leben in der Welt der Begegnung mit dem dumpfen Dämmern des Vogels im ringsum abgeschlossenen Ei, und seinen Durchstoß durch das Weltenei zur vollkommenen unvergleichlichen Erwachung vergleicht der Erwachte mit dem Durchstoß des Vogels durch die rings abschließende Eierschale hindurch zum Heilsstand. Von diesem aus ist Welt und das Ich-bin-in-der-Welt-Sein mit Kommen und Gehen, mit Geborenwerden, Altern und Sterben, mit fortgesetztem Verschwinden und Wiedererscheinen so aufgebrochen und überwunden wie für den ins Freie durchgestoßenen Vogel das dumpfe Brutleben überwunden und das abschließende Ei aufgebrochen ist.

Aber so wie der Vogel im Brutei nie ahnen kann, wie das eigentliche Leben ist, das nach dem Durchstoß auf ihn wartet, ganz ebenso kann der im Weltstand Befangene, im Wahnbereich Befangene nicht ahnen, was der Heilsstand in der Vollendung ist. Dieses Nichtwissen drückten die Zeitgenossen des Erwachten nach seinem Entschwinden in einer schlichten, ergreifenden Geste aus – da wird ein leerer Sitz dargestellt oder eine im Sand hinterlassene Fußspur: „Hier war einer, der ist nicht mehr zu fassen.“

Das Gleichnis vom Ei können wir für uns, die wir weder die freie noch die universale Wahrnehmungsweise haben, so erweitern:

Ebenso wie sich nur in einem befruchteten Ei durch Bebrütung allmählich der Vogel entwickelt und hernach hindurchbrechen kann – und wie diese Befruchtung des Eies nur durch den Akt der sog. „Zeugung“ eintritt – ganz ebenso kann nur aus der geistigen Zeugung jene Entwicklung eintreten, die zu dem wahrhaft heilenden (*ariya*) *samādhi* hinführt, aus welchem allein hernach diejenige Weisheit, derjenige Klarblick hervorgeht, der zur endgültigen Erwachung und damit Erlösung führt. Diese geistige Zeugung wird bezeichnet als Eintritt in die Heilsströmung (*sotāpatti*). Damit ist die Vorstellung, was Heil ist, völlig unangreifbar sicher, unwiderruflich entstanden. Wer diese geistige Zeugung erfahren hat, dessen ganzes Wirken ist immer mehr auf Einebnung zwischen Ich und Umwelt gerichtet. Was das Huhn von nun an auch frisst, es sammelt sich zum Ei, zum *samādhi*. Der Stromeingetretene lebt noch in der Vielfalt, die sinnlichen Eindrücke sind sein Futter. Aber er versteht jetzt deren Herkunft und betrachtet alles immer mehr in dem zur Einigung führenden Sinn. Er hat den Wahn von einer unabhängig von ihm ausgebreiteten Welt aufgegeben und weiß, dass alles, was er erlebt, nur die Wiederkehr seiner Ideen und Taten der fernsten bis allerjüngsten Vergangenheit ist. Er folgt jetzt nicht mehr blindlings den äußeren Eindrücken in die Welt hinaus, sondern misst sie mit dem gewonnenen Maßstab. Bei jedem Eindruck, der Freund-

schaft oder Feindschaft suggerieren will, sagt er: „Sieh, auch so etwas ist einmal geschehen, eine Einbildung von früher, jetzt soll sie besänftigt werden.“

Von da an, nachdem die geistige Zeugung eingetreten ist, ist alle Begegnung auf Beruhigung, Einigung gerichtet. Von da an wächst im befruchteten Ei das Küken heran, das bebrütet wird und dann austritt. Der Weise, der das Wahn-Ei sprengt, überschaut die Gegebenheiten in universaler Wahrnehmungsweise:

*Ebenso nun auch wird der Heilsgänger, sobald er zur Tugend erwachsen ist, die Sinnesdränge zügelt, beim Essen Maß hält, an Wachsamkeit gewohnt ist, ihm sieben gute Eigenschaften eignen und er die vier weltlosen Entrückungen, hohe Gemütszustände, überweltliches Wohl zu Lebzeiten, leicht und ohne Mühe gewinnen kann, der die Schritte des Kämpfers gegangen ist, ein Heilsgänger genannt, der kurz davor steht, das (Wahn-) Ei zu sprengen, fähig zum Durchbruch, fähig zur Erwachung, fähig, die unvergleichliche Sicherheit zu finden.*

*Lebt nun ein solcher Heilsgänger in einer über alles Wohl und Wehe erhabenen Gleichmutsreine (gemeint ist hier der Reifegrad der vierten Entrückung), so erinnert er sich mancher verschiedenen früheren Daseinsformen mit je den karmischen Zusammenhängen und Beziehungen. So ist er zum ersten Mal durchgebrochen wie das junge Huhn aus der Eischale.*

Indem er der Weltwahrnehmung ganz entwöhnt ist, gar keinen Zwangsbezug mehr zur Welterfahrung hat, gar nicht mehr gewöhnt ist, Eindrücke hereinzuholen, gar nicht mehr hinsehen, hinhören...muss, da kann er Jenseitiges, das bisher nicht erfahrbar war, erfahren. Es ist so, wie wenn einer lange Zeit im nächtlichen Dunkel war, nichts sehen konnte und nun die

Morgendämmerung beginnt. Er sieht, was mit den normalen Sinnen nicht erfahrbar ist: die Erinnerung an eigene frühere Daseinsformen. Die Vergangenheit wird in die Gegenwart genommen. So wie wir uns erinnern, dass wir gestern da und dort waren und nun wieder hier sind, so erinnert er sich an die immer neu aufgebauten Werkzeuge, an eine sich immer wieder durch denkerische Bewertung verändernde Psyche, an andere Umgebungen, aber unablässig an den alles verursachenden Drang der Triebe.

*Lebt nun ein solcher Heilsgänger in einer über alles Wohl und Wehe erhabenen Gleichmutsreine, so sieht er mit dem feinstofflichen Auge, dem gereinigten, über menschliche Grenzen hinausreichenden, die Wesen dahinschwinden und wiedererscheinen: gemeine und edle, schöne und unschöne, glückliche und unglückliche. Er erkennt, wie die Wesen je nach dem Wirken wiederkehren. So ist er zum zweiten Mal durchgebroschen wie das junge Huhn aus der Eischale.*

Auch alle Zukunft wird in die Gegenwart genommen. Was wir Zukunft nennen, ist das einst Gewirkte, Dinge, Situationen, die schon da sind (*bhava*), die kommen müssen, nur noch jenseits der Reichweite unserer Sinne sind, die uns noch verborgene Flucht der Erscheinungen, das kommt in die Reichweite der Sinne. Ein solcher sieht die Erscheinungen, ehe sie Gegenwart werden. Wie wenn ein Mann auf einen Turm steigt und die Menschen aus den Häusern heraustreten, die Straße überqueren, in ein anderes Haus hineingehen sieht – so sieht ein so Abgelöster die Wesen aus den zusammenbrechenden Leibern aussteigen und dahin gehen, wohin sie nach ihrer inneren Dunkelheit oder Helligkeit gehören.

Aber auch die Aufmerksamkeit darauf wird entlassen. Wenn sich alles Tausende Male wiederholt, dann hat der so Fortgeschrittene genug von diesem Anblick. Der Wille ist auf

mehr Wohl gerichtet, nicht mehr auf Befriedigung des Hungers, sondern auf Befreiung vom Hunger überhaupt, auf die Triebversiegung, das Nibbāna:

*Lebt nun ein solcher Heilsgänger in einer über alles Wohl und Wehe erhabenen Gleichmutsreihe, so erreicht er die Versiegung aller Wollensflüsse/Einflüsse, macht sich die triebfreie Gemütserlösung, Weisheitserlösung noch bei Lebzeiten offenbar, verwirklicht und erringt sie. So ist er zum dritten Mal durchgebrochen wie das junge Huhn aus der Eischale.*

*Wenn da, Mahānāmo, der Heilsgänger zu sittlicher Art erwachsen ist, so gilt ihm das als Wandel. Wenn da, Mahānāmo, der Heilsgänger die Sinnesdränge zügelt, so gilt ihm das als Wandel. Wenn da, Mahānāmo, der Heilsgänger beim Essen Maß hält, so gilt ihm das als Wandel. Wenn da, Mahānāmo, der Heilsgänger an Wachsamkeit gewöhnt ist, so gilt ihm das als Wandel. Wenn da, Mahānāmo, dem Heilsgänger sieben gute Eigenschaften eignen, so gilt ihm das als Wandel. Wenn da der Heilsgänger, Mahānāmo, die vier weltlosen Entrückungen, hohe Gemütszustände, überweltliches Wohl zu Lebzeiten, leicht und ohne Mühe gewinnen kann, so gilt ihm das als Wandel.*

*Wenn sich da, Mahānāmo, der Heilsgänger mancher verschiedenen früheren Daseinsformen erinnert mit je den karmischen Zusammenhängen und Beziehungen, so gilt ihm das als Wissen. Und wenn da, Mahānāmo, der Heilsgänger die Wesen dahinschwinden und wiedererscheinen sieht, so gilt ihm das als Wissen. Und wenn da der Heilsgänger die Versiegung aller Wollensflüsse/Einflüsse, die triebfreie Gemütserlösung, Weisheitserlösung noch bei Lebzeiten sich of-*

*fenbar macht, verwirklicht und erringt, so gilt ihm das als Wissen.*

*Den heißt man, Mahānāmo, den Heilsgänger, der im Wissen bewährt ist, der im Wandel bewährt ist, der in Wissen und Wandel bewährt ist. – Auch Brahma, der ewige Jüngling, hat den Spruch gesagt:*

*Was Abstammung angeht,  
gilt Adelsfamilie (Kriegerkaste)  
als beste von allen im Volke.  
Der in Wissen und Wandel Bewährte jedoch  
ist Höchster bei Göttern und Menschen.*

*Das aber ist da, Mahānāmo, ein Spruch, den Brahma, der ewige Jüngling, recht gesungen, nicht unrecht gesungen, recht gesprochen, nicht unrecht gesprochen hat, der Sinn hat, nicht ohne Sinn ist, und er wurde vom Erhabenen gutgeheißen. –*

*Und der Erhabene stand auf und wandte sich an den ehrwürdigen Ānando:*

*Gut, gut, Ānando, hast du den Sakyern von Kapilavatthu die Übungsschritte bis zur Vollendung gezeigt.*

–

*So hatte der ehrwürdige Ānando gesprochen, und der Meister hat es gebilligt. Erhoben und beglückt waren jene Sakyen von Kapilavatthu über die Rede des ehrwürdigen Ānando.*

So wie die Schale eines völlig ausgebrüteten Hühnereies, in welchem das Küken ausgereift und lebendig ist, leicht von dem Küken gesprengt und durchbrochen werden kann – so auch kann der Mönch, der den Körper von den Sinnendingen fernhält und der durch die Entrückungen den letzten feinsten Durst ausgetrieben und ausgeglüht hat, nun im höchsten geis-

tigen Sinn alle Beschränkungen aufheben, Raum und Zeit durchbrechen in einem unvergleichlichen Wissen, in einer unvergleichlichen Klarsicht, mit welcher sich die endgültige Ablösung von allem Bedingten, Gebrechlichen, Bedrängenden vollzieht: die Erlösung, die endgültige Erlösung des schmerzlichen, seelenlosen und sinnlosen, durch die Triebe bedingten Brandes – das Nirvāna.

In diesem Zusammenhang zeigt sich die große Bedeutung der weltlosen Entrückungen für die Tilgung der Sinnensucht und damit für die Heilsgewinnung.

Im Ganzen werden in den Lehrreden acht verschiedene Arten von übersinnlichen Erfahrungen erwähnt und näher beschrieben, von welchen die in unserer Rede genannten *drei Weisheitsdurchbrüche* die höchsten und letzten sind. Aus den Lehrreden geht hervor, dass nicht alle acht übersinnlichen Erfahrungen zur Heilsgewinnung erforderlich sind, und es wird auch an vielen Stellen berichtet, dass manche Mönche und Nonnen, die das vollkommene Heil, das Nirvāna, bei Lebzeiten erreicht haben und als Geheilte noch weiterleben, mehr über die einen, andere mehr über die anderen der großen Weisheitsdurchbrüche verfügen. – Ja, es sind nicht einmal alle in unserer Rede genannten *drei Weisheitsdurchbrüche* erforderlich, um das Heil zu gewinnen, es reicht allein der letzte aus: *die durchdringende Erkenntnis der alle Existenz in allen Formen bedingenden Wollensflüsse/Einflüsse samt ihrer Aufhebung*. Das ergibt sich u.a. aus M 112, in der der Erwachte zu den Mönchen sagt: Als ein Heilgewordener sei ein Mönch dann anzuerkennen, wenn er auf Befragen bekennt, dass er durch den Erhabenen oder einen Mönch die Lehre gehört habe, in den Orden eingetreten sei, den Wegabschnitt der Tugend voll erfüllt habe, Entrückungen erlangt und den letzten der Weisheitsdurchbrüche gewonnen habe.

Am häufigsten kommen in den Lehrreden wie auch in unserer M 53 die folgenden drei Weisheitsdurchbrüche, die drei Wahrwissen (*vijjā*) vor:



1. Der kurz vor der Versiegung aller Wollensflüsse/Einflüsse Stehende erinnert sich unübersehbar vieler seiner früheren Leben, so wie ein gewöhnlicher Mensch sich seiner vergangenen Gänge, Besuche und Arbeiten in diesem Leben erinnert.

2. Er sieht ferner die hier sterbenden, abscheidenden anderen Wesen den Körper verlassen und in heller oder dunkler Gestalt ihre weiteren Wege gehen, je nach ihrem Wirken.

Mit der Erlangung dieser beiden Weisheitsdurchbrüche erkennt der Heilsgänger das Karmagesetz in seiner Universalität, den Samsāra in seinem seelenlosen, sinnlosen Bedingungs-zusammenhang.

3. Im Erwachen aus dem Wahntraum, in der Auflösung dieser māyā, in der letzten Abwicklung und im letzten Auslaufen des Karma tut sich ihm der dritte, der entscheidende Weisheitsdurchbruch auf. Er erkennt: Diese Scheinexistenz mit ihren Scheinbegebnissen war nichts als Leiden, bedingt durch endloses Entstehen und Vergehen und Sich-Wandeln von selbst gewirkten Erscheinungen, von Formen, von Gefühlen, von Wahrnehmungen, Aktivitäten und der programmierten Wohlerfahrungssuche, bedingt durch Ergreifen. „*Das ist das Leiden*“, weiß er nun der Wirklichkeit gemäß – „*das ist die Leidensursache*“, weiß er nun der Wirklichkeit gemäß – „*das ist die Leidensauflösung*“, weiß er nun der Wirklichkeit gemäß – „*das ist der zur Leidensauflösung führende Weg*“, weiß er nun der Wirklichkeit gemäß. In diesem dritten Wahrwissen lösen sich die letzten Fäden der Wollensflüsse/Einflüsse. So erreicht er die Erlösung:

*Dem so Erkennenden, so Sehenden wird das Herz erlöst von den Wollensflüssen/Einflüssen durch Sinnlichkeit, erlöst von den Wollensflüssen/Einflüssen durch Seinwollen, erlöst von den Wollensflüssen/Einflüssen durch Wahn. Wenn es erlöst ist, dann ist das Wissen: „Es ist erlöst. Beendet ist die Kette der Geburten, vollendet der Reinheitswandel, getan ist, was zu tun war. Nichts mehr nach diesem hier.“ Das hat er nun verstanden. (M 51 u.a.)*

Von jetzt an trägt er nur den Leib noch ab, solange dessen Lebenskraft besteht. Eines Tages wird auch der Leib zerfallen, doch das ändert für ihn am Zustand der Erlösung nichts.

Das Gleichnis des Vollendeten von dem Durchstoß des bis zur Vollendung bebrüteten Vogels durch die Eischale lässt erkennen, dass das Heil nur für die Vollendeten, die hindurchgestoßen sind, die die Erwachung erfahren haben, erfahrbar ist, nicht aber für diejenigen, die noch jenseits der Erwachung im Weltenei eingeschlossen sind, im Wahnei brüten. So wie der bebrütete Vogel nicht ahnen kann, was jenseits seines Durchstoßes auf ihn wartet, so wie der Traumbefangene nichts weiß von seinem wacheren Leben – so ist kein Weg und keine Möglichkeit, dass wir in unserem Wahnstand den Heilsstand begreifen. Die Vollendeten begreifen ihn, weil sie ihn erfahren, und sie begreifen zugleich, dass keine Möglichkeit besteht, ihren Heilsstand den Wahnbefangenen begreiflich zu machen.

Um aber den im Wahnei befindlichen, im Leiden befangenen Wesen zu helfen, beschreiten die Vollendeten den anderen Weg, indem sie ihm die Bedingtheit und die Bedingungen seiner Existenz Schritt für Schritt vor Augen führen, bis er begreift, dass das letzte Glied dieser sich gegenseitig bedingenden Erscheinungen, die insgesamt sein Leben ausmachen, ja, wieder identisch ist mit dem ersten Glied dieses Bedingungs-zusammenhangs. Wer das begriffen hat – die Determiniertheit der gesamten als „sein Leben“ empfundenen inneren und äußeren Erscheinungen – dem stockt der Atem, der sieht seine Gefangenschaft im Weltenei mit endlos sich umwälzender Wiederholung aller Erscheinungen, der menschlichen, der himmlischen und der dunkelsten:

*Versunken bin ich in Geburt, Altern und Sterben und Wiedergeborenwerden, Altern und Sterben ohne Ende, ohne Ende. In Leiden bin ich versunken, in Leiden verloren. Ach, dass es doch möglich wäre, dieser ganzen Leidensfülle ein Ende zu machen.*

So ersteht aus dem Einbruch und durch den Einbruch der erschreckenden Erkenntnis von der lückenlosen Determiniertheit aller Erscheinungen zugleich auch die Determinante einer erschreckten Abwendung von ihnen: erst in diesem Augenblick wird endgültig der Wille geboren, dieser mühseligen entwicklungslosen Leidensumwälzung ein Ende zu machen.

Den Heilsstand kann der Wahnbefangene nie fassen. Aber je tiefer der Leidenscharakter des Leidensstandes – den der Ahnungslose „Leben“ nennt – erkannt und durchschaut wird, je mehr die Qualen, die Mühsale und die Wandelbarkeiten der drei großen Werdensbereiche des Samsāra durchschaut werden, um so mehr wird begriffen und verstanden, von welchen Qualen und Mühsalen und Wandelbarkeiten der Heilsstand befreit ist, um so mehr wächst Sehnsucht, Wille und Kraft, alles zu tun, um vom Weltenei zur Stätte des Heils zu gelangen.

Ist auch die Stätte des Heils nicht beschreibbar – die Gefangenschaft im Weltenei ist beschreibbar und kann verstehen, wer *wenig Staub auf den Augen hat* und ernsthaft und geduldig in die Lehre des Erhabenen eindringt, der ja dieses Weltenei in allen seinen Bedingungen kennen lehrt.

ERHELLUNG UND BESÄNFTIGUNG DES  
BEGEGNUNGSLEBENS UND SEINE  
ÜBERSTEIGUNG

Potaliyo

54. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

In dem folgenden Bericht geht es um die Übersteigung des durch die Sinnensüchtigkeit bedingten und uns allein bekannten „Begegnungslebens“ bis zu dessen endgültiger Überwindung durch den Eintritt in den seligen *samādhi* oder gar in die Erlösung.

Das „Begegnungsleben“ (*papañca*), wird darum so genannt, weil alle dieser Daseinsebene angehörenden Wesen - die Dämonen der äußersten Unterwelt, die Tiere, die Gespenster oder „Arme Seelen“, die Menschen und auch mehrere Sphären der menschennäheren Himmelswesen - mit einem zusätzlichen Körper mit Sinnesorganen ausgestattet sind. Durch diese Sinnesorgane lugen und lauschen und lungern und lechzen die Wesen nach außen, nach der „Welt“ und suchen durch die Berührung und Begegnung mit den sichtbaren Formen, den hörbaren Tönen, den Düften, dem Schmeckbaren und Tastbaren die ersehnte Befriedigung für ihre innere Sinnensüchtigkeit zu gewinnen.

So spielt sich ein solches Leben in ununterbrochener Berührung und Begegnung mit sinnlich wahrgenommenen Formen, Tönen, Düften, Schmeckbarem und Tastbarem ab, was alles in den Geist eingesammelt wird und womit dieser sich beschäftigt. Daraus folgert der Geist dann wieder, welche Begegnungen in Zukunft angestrebt und welche gemieden werden sollen.

Die meisten Wesen dieser Art haben gar keine Ahnung davon, dass dieses Begegnungsleben die größte und schmerzlichste unter drei großen Daseinsmöglichkeiten ist, können darum die höheren Möglichkeiten auch nicht anstreben wollen, sondern versuchen nur ununterbrochen, möglichst angenehme Begegnungen anzustreben - aber selbst zu diesem Ziel

kennen die meisten Wesen nicht die Mittel und Wege, und darum spielt sich das Leben so wirr und schmerzlich ab, wie es sich heute zeigt.

### Die Begegnung des Erwachten mit Potaliyo

*So hab ich's vernommen: Einst weilte der Erhabene im Lande der Anguttarāper bei Āpana, einem Marktstädtchen.*

*Eines Tages nahm der Erhabene in der Morgenfrühe Obergewand und Schale und ging nach Āpana um Almosenspeise. Als der Erhabene von Haus zu Haus tretend, Almosen erhalten hatte, kehrte er zurück, nahm das Mahl ein und begab sich dann in einen Wald für den Tag. Im Innern des Waldes setzte sich der Erhabene am Fuß eines Baumes nieder, bis gegen Sonnenuntergang da zu verweilen.*

*Und auch Potaliyo, ein Hausvater, kam, in einen weiten Obermantel gehüllt, versehen mit Schirm und Sandalen, auf einem Spaziergang nach dem Wald und gelangte dorthin, wo der Erhabene weilte. Da tauschte er mit dem Erhabenen höfliche, freundliche Begrüßungsworte aus und stellte sich seitwärts hin. Und als Potaliyo da seitwärts stand, sagte der Erhabene zu ihm: Man kann sich da, Hausvater, hinsetzen. Wenn du willst, sitz nieder. –*

*Also angedet, dachte Potaliyo bei sich: „Hausvater hat mich der Asket Gotama genannt.“ Und verstimmt und missmutig schwieg er still.*

*Und zum zweiten Mal sagte der Erhabene: Man kann sich da, Hausvater, hinsetzen. Wenn du willst, sitz nieder.–*

*Und zum zweiten Mal dachte Potaliyo bei sich: „Hausvater hat mich der Asket Gotama genannt!“ Und*

*verstimmt und missmutig schwieg er still.*

*Und zum dritten Mal sagte der Erhabene: Man kann sich da, Hausvater, hinsetzen. Wenn du willst, sitz nieder.–*

*Und zum dritten Mal dachte Potaliyo bei sich: „Hausvater hat mich der Asket Gotama genannt!“ Und verstimmt und missmutig sagte er zum Erhabenen: Das ist nicht richtig, Gotama, das trifft nicht zu, dass du mich als Hausvater bezeichnest. –*

*Aber du hast ja Miene und Haltung und Gebaren, die ein Hausvater an sich hat. –*

Wir sehen hier schon gleich die unterschiedlichen Maßstäbe, die Potaliyo und der Erhabene anwenden. Potaliyo hat seine äußere Kleidung halbwegs der der Asketen angeglichen und hat sich auch, wie sich nachher noch zeigen wird, äußerlich aus dem Verband seiner Familie gelöst. Er meint, damit sei er nun kein Hausvater mehr, sondern ein Asket. Darum ist er verdrossen, dass der Erwachte ihn nicht als Asketen anerkennt.

Der Erwachte sieht natürlich Potaliyos Asketenkleidung, und er weiß auch um seine äußerliche Lösung aus dem Verband der Familie, aber er sieht ihn trotzdem noch als Hausvater an und begründet es damit, dass Potaliyo die Merkmale eines im bürgerlichen Stand lebenden Hausvaters an sich habe. Was bedeutet das?

Im alten Indien wurde und wird auch heute noch das asketische Leben als ein in geistiger Hinsicht völlig anderes Leben angesehen als das Leben in Beruf und Familie. Das Leben in der Familie zielt, wie es in den Reden deutlich zum Ausdruck kommt und wie wir es auch bei uns sehen, auf die tausend Freuden der Sinne und des Gemütes hin, die neben der Erfüllung der sich ergebenden Aufgaben und Pflichten erlangbar sind. Im Übrigen hielt sich der indische Bürger im Rahmen einer gewissen Moral, durch welche das Familienleben harmonisch verlaufen konnte und außerdem genug Tugenden

angesammelt wurden, um nach dem Tod wiederum als Mensch oder gar in einem der menschennahen Himmelsbereiche wiedergeboren zu werden. Diese Vorstellungen und Bestrebungen sind in Indien mit dem häuslichen Leben verbunden.

Etwas völlig anderes ist dagegen das asketische Leben. Die Lösung aus dem Familienverband bedeutet in erster Linie die Lösung aus den Mann-Frau-Beziehungen, der Verzicht auf jede Form von Erotik oder Sexualität. Aber das ist nur die äußerliche Verzichtseite; wichtiger ist die innerliche, die geistliche Strebensseite. - Den Weg der Askese wählte vor und während der Zeit des Buddha derjenige Mensch, den die Erkenntnis von der ununterbrochenen Wiedergeburt, von der Ausweglosigkeit des *Samsāra* erschüttert hatte. Ihn befriedigte es nicht, nach diesem Leben wieder Mensch oder irgendein Himmelswesen zu werden in unendlicher Fortsetzung. Er wusste, dass er mit jeglichen Beziehungen, Bedürftigkeiten und Neigungen zu diesen und jenen Erscheinungen diesen auch immer verbunden blieb, wiedergeboren werden musste, mit den Erscheinungen sich auseinandersetzen musste, der Gefahr des Abgleitens ausgesetzt war; im günstigsten Fall zu einer übermenschlichen Daseinsform kam, die ja wiederum ihr Ende fand, so dass er aus dem ständigen Wechsel der Daseinsformen mit der ständigen Gefahr des Abgleitens in untermenschliche Dunkelheiten nicht hinauskommen konnte. Aus dieser Einsicht ergab sich das Streben nach dem Reinheitswandel (*brahmacariya*), der zur Beendigung dieser wechselnden Schrecknisse führte. Dagegen wurde das häusliche Leben als das niedere, gemeine bezeichnet.

Es gehört also eigentlich zu dem Entschluss, das asketische Leben führen zu wollen und vor allem, es fruchtbar führen zu können, eine tiefe, erschütternde Einsicht in die unheimlichen Gefahren des *Samsāra* und eine aus dieser Einsicht hervorgehende Haltung und Lebensführung, die auch tatsächlich aus den Fesseln des *Samsāra* herausführen kann.

Aber dieses alles war bei Potaliyo zunächst noch nicht zu erkennen. Der Erwachte sagt zu ihm, dass er Miene, Haltung

und Gebaren wie ein Hausvater an sich habe. Ein normaler ernsthafter Asket würde vielleicht bei dem Anblick Potaliyos - eines als Asket verkleideten, in seinem Gebaren aber nichtsdestoweniger bürgerlichen Menschen - gelächelt und es für zwecklos angesehen haben, ihn anzusprechen. Der Erwachte aber sah, dass Potaliyo mehr Ernsthaftigkeit besaß, als es schien, und dass diese durch entsprechende Ansprache geweckt werden konnte. Darum nahm er diese Belehrung vor. Und wir sehen, dass sich schon in dem einleitenden Gespräch Potaliyos Verdruss in Vertrauen umwandelt und dass er die unter Asketen übliche Anrede mit dem Namen ('Gotama') bald aufgibt und den Erwachten als den Meister anerkennend, als „Herr“ (*bhante*) anspricht.

Der Buddha hatte ihm gesagt, dass sein ganzes Verhalten doch eben den Hausvater erkennen lasse. Und daraus ergibt sich nun folgendes Gespräch:

*Gleichwohl habe ich, Gotamo, jede Arbeit aufgegeben, habe alle Beziehungen abgeschnitten. –*

*Wie hast du denn jede Arbeit aufgegeben, alle Beziehungen abgeschnitten? –*

*Was ich da, Gotamo, an Geld und Gut, an Silber und Gold besessen habe, das habe ich alles meinen Kindern zum Erbe gegeben, ohne dreinzureden oder zu kritisieren, mir nur Kost und Gewand ausbedungen. So hab ich jede Arbeit aufgegeben, Gotamo, alle Beziehungen abgeschnitten. –*

*Anders redest du, Hausvater, von Ablösen der Beziehungen, und wieder anders werden in der Wahrheitsführung des Vollendeten Beziehungen abgelöst. –*

*Wie denn, Herr, werden in der Wahrheitsführung des Vollendeten Beziehungen abgelöst? Gut wäre es, Herr, wenn mir der Erhabene aufzeigen würde, wie die Beziehungen in der Wahrheitsführung des Vollendeten abgelöst werden. –*



Potaliyo ist durch die Weise, wie der Erwachte ihn ansprach, besänftigt und zum Aufhorchen gebracht. Er spürt, dass er hier mit jemandem spricht, der sich über alle Erfordernisse völlig klar ist. Darum bittet er nun den Erwachten um Aufklärung darüber, wie man in echter Weise die Beziehungen ablöse. Daraufhin nennt ihm der Erwachte zunächst in Kürze die folgenden acht Übungen.

#### Acht Übungen zum Abtrennen der Beziehungen

*Acht Dinge sind es, Hausvater, die in der Wahrheitsführung des Vollendeten zum Ablösen der Beziehungen führen. Welche acht?*

*Unter dem Leitbild des Nichttötens ist alles Töten von Lebewesen aufzugeben;*

*unter dem Leitbild des Nichtnehmens von Nichtgegebenem ist alles Nehmen von Nichtgegebenem aufzugeben;*

*unter dem Leitbild der Wahrhaftigkeit ist alles Verleumden aufzugeben;*

*unter dem Leitbild der Eintracht ist alles Hintertragen aufzugeben;*

*unter dem Leitbild der Mäßigung der Begierden ist alles begehrlische Süchten aufzugeben;*

*unter dem Leitbild der befriedenden Rede ist alle verletzende Rede aufzugeben;*

*unter dem Leitbild besonnener Gelassenheit ist aller Zorn und alle Erregung aufzugeben;*

*unter dem Leitbild der Brüderlichkeit ist alle Überheblichkeit aufzugeben.*

*Diese acht Dinge sind es, Hausvater, kurz gesagt, noch nicht ausführlich erläutert, die in der Wahrheitsführung des Vollendeten zum Ablösen der Beziehungen*

*führen. –*

*Möchte mir doch, Herr, der Erhabene diese nur kurz angegebenen acht Dinge, die hier in der Wahrheitsführung des Vollendeten die Beziehungen ablösen lassen, ausführlich erklären, von Mitleid bewogen. –*

Der Erwachte schickt hier seiner eigentlichen ausführlicheren Aussage, die noch folgen wird, diese Kurzfassung voran. So tut der Erwachte stets, wenn er seinen Gesprächspartnern etwas mitzuteilen hat, das von ihrem gewohnten Denken und entsprechenden Erwartungen oder Vermutungen mehr oder weniger stark abweicht. Es gilt, den Hörer zunächst von dem gesamten Bereich seiner augenblicklichen Vermutungen abzu ziehen in Richtung auf das ganz andere, das hier gesagt und näher bedacht werden muss. Diese Kurzfassung hat also nie die Aufgabe, die betreffende Sache verständlich zu erklären, sondern immer nur die, das Denken des Hörers, so weit es abwegig war, überhaupt erst hinzudenken in die oft erheblich andersartige Richtung, die zur Lösung des Problems erforderlich ist.

So sehen wir auch hier: Potaliyo hatte nach seiner eigenen Aussage unter dem „Ablösen aller Beziehungen“ nichts anderes im Sinn, als sich äußerlich, das heißt räumlich und sozial, von seiner Familie zu trennen, und spricht mit keinem Wort von einer Veränderung seiner Herzensart in Richtung auf die acht vom Erwachten genannten Erfordernisse oder auch nur einiger von diesen.

Der Erwachte dagegen sagt, obwohl es doch um die „Ablösung der Beziehungen“ geht, nichts von einer äußerlichen Trennung, sondern nennt acht Dinge, die auf den ersten Blick nichts mit irgendeiner Auflösung von Beziehungen zu tun zu haben scheinen, die man vielmehr auch zu Hause im Familienverband lebend, innehalten kann und die zu jener Zeit von vielen indischen Bürgern mehr oder weniger weitgehend - wenn auch sehr selten vollständig - eingehalten wurden.

Auf diese ganz andere Sicht des Problems und seine Lösung muss der Erwachte Potaliyo erst hinlenken, darum zuerst diese Kurzfassung des Erwachten. Potaliyo hört diese acht Punkte, die er ganz und gar nicht erwartet hat. Er stutzt und bittet den Erwachten um nähere Aufklärung. Aber nun ist seine Erwartung schon in die richtige Richtung gebracht, und so ist der Zweck der Kurzfassung erreicht.

Aber inwiefern führen diese acht Verhaltensweisen im Gegensatz zu der äußeren Trennung von der Familie zur wahren „Ablösung der Beziehungen“?

Der Erwachte hat, wie ausnahmslos alle Heilslehrer, das ganze Dasein und Leben des Wesens im Auge, also nicht nur das gegenwärtige, das „diesseitige“, sondern die ganze, die unübersehbare Lebensdauer des Wesens unter den verschiedenen Daseinsformen. Die gegenwärtige Lebensform kann im nächsten Augenblick enden oder morgen oder in einigen Jahren. Ihre Dauer ist ganz ungewiss, aber auf jeden Fall wird sie bald von einer anderen abgelöst. Darum ist die Fürsorge für eine gute Qualität des nächsten Daseins mindestens ebenso wichtig wie die Fürsorge für die gegenwärtige, die auf ihr Ende zuläuft.

Dieser Maßstab ist allen Heilslehrern eigen, und darum ist ihrer aller Wegweisung darauf gerichtet, den Menschen so zu beraten, dass er nicht nur in den gegenwärtigen Lebenstagen, sondern vor allem für die unabsehbare Dauer der Zukunft über Leiden und Unheil so weit wie möglich hinausgelange. Das ist überhaupt der Sinn ihrer Mission.

Und da lehren nun alle Heilslehrer, dass die Qualitäten des Herzens, die inneren Triebkräfte der Wesen zwischen hochherzig und gemein, zwischen licht und dunkel, gut und böse auch die Qualität der Daseinsform des äußeren Lebens bestimmen. Daraus ergibt sich, dass allein durch die Verbesserung dieser Herzensqualitäten das Leben verbessert werden kann, und zwar das gegenwärtige Leben wie erst recht das zukünftige.

Also geht es nicht um die „Ablösung der Beziehungen“ von dem Verband der Familie, sondern von den bisherigen Her-

zensqualitäten. Es sind alle Herzensqualitäten, soweit sie übel sind, nach und nach abzubauen, und dagegen sind die helleren, feineren, edleren Herzensqualitäten, die zu erheblich höheren und lichterem Daseinsformen führen, aufzubauen. Das ist die Lehre, die alle Religionen durchzieht und die der Erwachte in seinen Reden vielseitig begründet und ausführlich erläutert hat.

Der Buddha begründet seine Gewissheit damit, dass er diese Wirkensweisen und ihre Folgen durch die von ihm erworbene universal erweiterte, im Diesseits und Jenseits erfahrene Wahrnehmung selbst erfahren habe und diese die Heilssucher nun kennen lehre (s. M 57).

*Unter dem Leitbild...* - das Pāliwort *nissāya* bedeutet so viel wie „zur Grundlage nehmen, darauf sich stützen“, nicht mehr andere Motive zulassen. Das bedeutet für alle acht Fälle, dass man sich die jeweils vom Erwachten genannte positive Haltung als das bessere, das höhere „Ideal“ vor Augen führt und im Blick festhält und sich daraufhin ausrichtet. Acht solche hohen Vorstellungen nennt hier der Erwachte und gibt sie Potaliyo als geistige Ziele seines Strebens.

Unter dem höheren Leitbild wird also verstanden, dass man sich von der niederen Gewöhnung nach und nach ganz und gar entfernt, dass man sich umerzieht.

In der Rede „Wiedergeburt je nach dem Anstreben“ (M 120) sagt der Erwachte von einem Mönch, der Vertrauen zu ihm und zu seiner Lehre gewonnen hat und daraufhin zu dem Wunsch kommt, nach diesem körperlichen Leben eine höhere, hellere Daseinsform zu erreichen:

*Auf dieses Ziel richtet er sein Herz, darin befestigt er sein Herz, nach diesem Ziel bildet er sein Herz aus. Indem er sich dieses Leitbild ständig vor Augen hält, da führt die Gesamtheit seiner Anstrengungen (sankhāra) zum Wiedererscheinen dort. Das ist der Weg, die Vorgehensweise, die zum dortigen Erscheinen hinführt.*

Diese in beiden Lehrreden genannte Übung wurde im alten Indien und wird auch heute noch „yoga“ genannt im Sinn von „sich anjochen“ und festhalten an dieser Vorstellung, bis man ganz so geworden ist. Im Abendland gilt diese Haltung als praktischer Idealismus. Sie geht von der Überzeugung aus, dass die „Idee“, die ein Mensch in sich ausbildet über eine wahrhaft gute und edle Lebenshaltung und Lebensführung - die zum Leitbild gemachte Idee, nach welcher man sein ganzes Leben ausrichtet, auch allmählich den gesamten Charakter verändert, indem alle Charaktereigenschaften, die dieser Idee widersprechen, im Lauf der Zeit schwächer werden und allmählich ganz verschwinden. In demselben Maße werden solche Charaktereigenschaften, die dieser Idee entsprechen, ausgebildet und verstärkt, so dass zuletzt der gesamte Charakter des Menschen, also die gesamten, sein Tun und Lassen lenkenden Kräfte und Triebe, dieser Idee entsprechen und damit sein gesamtes Tun und Lassen dieser Idee entspricht. Damit entspricht auch das karmische Ergebnis seines gesamten Tuns und Lassens dieser Idee. Was also zuerst nur eine im Geist aufgerichtete und festgehaltene Idee, ein Leitbild als Wegweisung ist, das entwickelt sich allmählich - wenn es Leitbild bleibt, anerkannt bleibt - zu den Triebkräften des Wesens und reift heran zu entsprechenden Ereignissen des erlebten Schicksals im Guten und im Schlechten, im Lichten und im Dunklen, zur erlebten „Welt“. *Vom Geist gehen alle Dinge aus* (Dh 1,2).

Für Potaliyo war der Schritt von seiner Auffassung über das Abschneiden der Beziehungen zu diesem vom Erwachten gegebenen Bild zu groß, und darum bat er den Erwachten um nähere Erklärungen.

*Möchte mir doch, Herr, der Erhabene diese nur kurz angegebenen acht Dinge, die hier in der Wahrheitsführung des Vollendeten die Beziehungen ablösen lassen, ausführlicher erklären, von Mitleid bewogen. –*

*So höre denn, Hausvater, und achte wohl auf meine*

*Rede. – Gewiss, Herr!, – erwiderte da aufmerksam Potaliyo dem Erhabenen. Der Erhabene sprach:*

*Unter dem Leitbild des Nichttötens ist alles Töten von Lebewesen aufzugeben. Das ist gesagt worden. Und warum ist das gesagt worden?*

*Da meditiert, Hausvater, der Heilsgänger, indem er still und aufmerksam bei sich bedenkt: „Solche Verstrickungen, die mich veranlassen könnten, Lebendiges umzubringen, solche Verstrickungen aufzugeben und abzulösen, bin ich nun entschlossen. Denn wenn ich zum Mörder würde, so müsste ich mich selber tadeln, und auch Verständige müssten mich tadeln, und nach dem Aufhören des Körpers, jenseits des Todes stünde mir durch das Umbringen von Lebendigem eine üble schmerzliche Lebensbahn bevor. Das ist ja gerade die Verstrickung und die Heilshemmung: nämlich das Töten.*

*Aber solche schmerzlich und verstörend eindringenden Wollensflüsse/Einflüsse, die durch das Töten von Lebewesen entstehen würden, die können einen Menschen, dessen ganzes Wesen dem Töten widerstrebt, gar nicht mehr ankommen!“ - Das ist der Sinn des Satzes: Unter dem Leitbild des Nichttötens ist alles Töten von Lebewesen aufzugeben.*

Hier und in den folgenden Einzelerklärungen sagt der Erwachte ausdrücklich, dass der Nachfolger, der die bisherigen Beziehungen zum groben Menschentum abschneiden wolle, in Bezug auf diese acht üblen Eigenschaften immer wieder erwägen solle, dass er jene Verstrickungen auflösen wolle, die ihn zu solchen ungunen Taten hinreißen können. Diese Verstrickungen sind hauptsächlich die fünf untenhaltenden Verstrickungen:

1. Glaube an Persönlichkeit,
2. Daseinsbangnis, Daseinsunsicherheit,

3. Bindung an das Begegnungsleben,
4. Sinnenlustwollen,
5. Antipathie bis Hass.

Die Stärke dieser fünf Verstrickungen bedingt alles üble Tun und Lassen der Wesen, und die abnehmende Stärke dieser Verstrickungen bedingt auch die Abnahme der üblen Verhaltensweisen.

Die fünfte Verstrickung, Antipathie bis Hass, bedingt durch den Glauben an Persönlichkeit, ist die unmittelbare Ursache für das Umbringen von Lebendigem. Der normale Mensch sieht und bedenkt in der Hauptsache sich selbst und seine Interessen. Um das Ich dreht es sich bei ihm: „Ich will das so und so haben; mir passt dies nicht, mir behagt jenes nicht, der andere ist mir im Wege.“ Alle anderen werden nur daran gemessen, ob sie diesem Ich störend im Wege sind oder ob sie das fördern, was das Ich will. Das ist egozentrisch. Die anderen sind nur Ausbeutungsobjekte.

Wie anders ist die Gemüthshaltung, die aus dem Wortlaut der ersten Tugendregel spricht:

*Teilnehmend und rücksichtsvoll hegt er zu allen lebenden Wesen Liebe und Mitempfinden.*

Hier ist also bereits die Gesinnung genannt, die die Mord bewirkenden Verstrickungen aufhebt. Es gehört dazu das Bemühen, die eigenen Wünsche wenigstens teilweise zurückzunehmen, selber nicht so empfindlich, so bedürftig zu sein, das Mitwesen mehr zu sehen, heranzuholen, zu berücksichtigen. Dann ist es nur noch ein kleiner Schritt, an lebende Wesen verstehend, mitfühlend zu denken. Wenn immer mehr Verstehen für den anderen von uns ausgeht, dann werden die vielfältigen egoistischen Beziehungen gemindert und damit die Verstrickung, die einen Menschen veranlasst, anderen Wesen das Leben zu nehmen.

*Solche Verstrickungen, die mich veranlassen könnten, Lebendiges umzubringen, solche Verstrickungen aufzugeben und abzulösen, bin ich nun entschlossen. -*

In dieser Ausdrucksweise des Erwachten liegt das Wissen darum, dass unser inneres Wachstum nur sehr allmählich vor sich geht, aber auch das ermutigende Wissen, dass es damit unaufhaltsam vorwärtsgeht. Nachdem wir den Maßstab für das, was übel, was schädlich, unheilsam ist, wie ein Samenkorn in uns aufgenommen haben, ist zwar nach Tagen oder Wochen noch keine Veränderung in unserem Tun und Lassen zu sehen, aber das Samenkorn ist auf fruchtbaren Boden gefallen, wir umkreisen es in unserem Denken: „Es ist besser, so und so zu handeln. Die Antriebe, die jetzt aufkommen, wollen uns zum Üblen bewegen.“ Immer wieder führen wir sie uns deutlich als übel und schädlich für uns selber und für unsere Mitwelt vor Augen (Meditation). Und langsam, ganz allmählich merken wir, wie alle Verstrickungen, die mich zum Übeln veranlassen könnten, langsam schwächer und dünner werden. Diese Selbsterziehung ist eine Lebensaufgabe. Sie hebt uns aber auch in solcher Weise, dass unsere weiteren Leben anders verlaufen. Und auch schon in diesem Leben merken wir den Wachstumsprozess.

In der ausführlichen Erklärung gibt der Erwachte die Beweggründe, aus denen man aufbricht, die Verstrickungen zu lösen.

*Denn wenn ich zu einem werden würde, der Wesen tötet,*

- 1. so müsste ich mich selber tadeln,*
- 2. und auch Verständige würden mich tadeln.*

Das bessere Motiv wird zuerst genannt und erst an zweiter Stelle die Nachteile in der Welt. Wir erkennen darin das in den Lehrreden immer wieder vorkommende Eigenschaftspaar Scham (*hiri*) und Scheu (*ottappa*). Erstere ist die Scham vor sich selber (*so müsste ich mich selber tadeln*), und letztere ist die Scheu, das Zurückschrecken vor den Nachteilen, den Folgen üblen Tuns (*Verständige würden mich tadeln*). Als schlimmste Folge aber nennt der Erwachte die folgende:



*3. Und nach Versagen des Körpers, jenseits des Todes, stünde mir durch das Umbringen von Lebendigem eine üble schmerzliche Lebensbahn bevor.*

Umbringen von Lebendigem - Mensch oder Tier, groß oder klein - ist Entreißen des Körpers, führt in das Dunkle hinein und führt dazu, dass mir der Körper auch entrissen wird. *Wer anderen das Leben im Körper verkürzt, erfährt eine Verkürzung seines eigenen Lebens im Körper (M 135).* - Das ist ein Grundgesetz der Existenz, das der Erwachte uns immer wieder vor Augen führt. Weiter heißt es:

*Aber solche schmerzlich und verstörend eindringenden Wollensflüsse/Einflüsse, die durch das Töten von Lebewesen entstehen würden, die können einen Menschen, dessen ganzes Wesen dem Töten widerstrebt, gar nicht mehr ankommen. -*

Das sind ja die schmerzlich und verstörend eindringenden Einflüsse aus egozentrischem Wollen: nämlich dass ich mich selber tadeln muss, dass die wirklich guten Menschen und Geister sich von mir zurückziehen und dass mir nach diesem Leben übles Schicksal bevorsteht.

*Unter dem Leitbild des Nichtnehmens von Nichtgegebenem ist alles Nehmen von Nichtgegebenem aufzugeben. Das ist gesagt worden. Und warum ist das gesagt worden?*

*Da meditiert, Hausvater, der Heilsgänger, indem er still und aufmerksam bei sich bedenkt: „Solche Verstrickungen, die mich veranlassen könnten, Nichtgegebenes zu nehmen, solche Verstrickungen aufzugeben und abzulösen, bin ich nun entschlossen. Denn wenn ich zum Dieb würde, so müsste ich mich selber tadeln, und auch Verständige müssten mich tadeln, und nach*

*Versagen des Körpers, jenseits des Todes, stünde mir durch das Nehmen von Nichtgegebenem eine üble schmerzliche Lebensbahn bevor. Das ist ja gerade die Verstrickung und die Heilshemmung: nämlich das Nehmen von Nichtgegebenem.*

*Aber solche schmerzlich und verstörend eindringenden Wollensflüsse/Einflüsse, die durch das Nehmen von Nichtgegebenem entstehen würden, die können einen Menschen, dessen ganzes Wesen dem Nehmen von Nichtgegebenem widerstrebt, gar nicht mehr ankommen.“ - Das ist der Sinn des Satzes: Unter dem Leitbild des Nichtnehmens von Nichtgegebenem ist alles Nehmen von Nichtgegebenem aufzugeben.*

*Jene Verstrickungen, die mich veranlassen könnten, Nichtgegebenes zu nehmen, sind mittelbar verursacht durch die erste Verstrickung, Glaube an Persönlichkeit, unmittelbar verursacht durch die vierte Verstrickung (Wille nach Sinnelust), die sich bei Nichthaben des Gewünschten äußert in Egozentrik, Missgunst, Neid, Missachtung des Besitzes des anderen, Mangel an Mitfreude, also auch in der fünften Verstrickung: Antipathie bis Hass, das Gegenteil von Liebe und Mitempfinden.*

Im Wortlaut der Tugendregel heißt es:

*Nichtgegebenes zu nehmen - das hat er aufgegeben. Dem Nehmen des Nichtgegebenen widerstrebt sein Wesen. Gegebenes nur nimmt er, Gegebenes wartet er ab, nicht diebisch gesinnt, rein gewordenen Herzens.*

*Rein gewordenen Herzens* – kennzeichnet die innere Gesinnung: Was einem anderen gehört oder auch nur gehören könnte, das ist unantastbar. Das bedeutet: Achtung vor dem Besitz des anderen und auch Mitfreude mit dem anderen, wenn er Dinge hat, die ich nicht habe. Indem ich Neid, Eigen-

sucht, Egoismus, Antipathie bis Hass als unheilsame Verstrickung erkenne, die mich veranlasst, mir einfach zu nehmen, was mir keiner gegeben hat, da bin ich an der Wurzel. Da wird es mir früher oder später unmöglich, nicht Gegebenes zu nehmen. Damit habe ich alle durch übles Wollen eindringenden Einflüsse, wie Selbsttadel, schlechten Leumund und übles Ergehen nach dem Tode, abgeschnitten.

*Unter dem Leitbild der Wahrhaftigkeit ist alles Verleumden aufzugeben. Das ist gesagt worden. Und warum ist das gesagt worden?*

*Da meditiert, Hausvater, der Heilsgänger, indem er still und aufmerksam bei sich bedenkt: „Solche Verstrickungen, die mich veranlassen könnten, andere zu verleumden, solche Verstrickungen aufzugeben und abzulösen, bin ich nun entschlossen. Denn wenn ich andere verleumden würde, so müsste ich mich selber tadeln, und auch Verständige müssten mich tadeln, und nach Versagen des Körpers, jenseits des Todes, stünde mir durch das Verleumden eine üble schmerzliche Lebensbahn bevor. Das ist ja gerade die Verstrickung und die Heilshemmung: nämlich das Verleumden anderer.*

*Aber solche schmerzlich und verstörend eindringenden Wollensflüsse/Einflüsse, die durch das Verleumden anderer entstehen würden, die können einen Menschen, dessen Wesen dem Verleumden widerstrebt, gar nicht mehr ankommen.“ - Das ist der Sinn des Satzes: Unter dem Leitbild der Wahrhaftigkeit ist alles Verleumden aufzugeben.*

Die Vermeidung trügerischer Rede (*musāvāda*<sup>117</sup>), die auf Schädigung eines Mitwesens abzielt, ist Inhalt der vierten Tugendregel. Sie wird meist zu bloss mit „Lüge“ übersetzt. Bewusst etwas anderes zu sagen, als man weiß, ist Lüge. Das ist die logische Seite der Lüge. Lüge ist Unwahrheit, ist nie Wahrheit. Aber die Lüge hat auch eine moralische Seite, und diese ist gegeben durch die dahinterstehende Gesinnung. Die meisten Lügen geschehen aus der Absicht des Lügners, um irgendein Versäumnis oder eine unrechte Handlung oder eine Schwäche nicht offenbar werden zu lassen, zu verdecken, oder man lügt in dem Bestreben, gut angesehen zu werden, mit prahlerischer Übertreibung. Es gibt auch Lügen aus Taktgefühl, aus Rücksicht auf andere und aus Mitleid, etwa wenn man einem Sterbenden nicht sagt, dass er bald sterben wird, und man weiß, dass er darüber in Panik geraten wird. Aber Lüge mit Betrugsabsicht zum Schaden anderer, das ist die schlimmste Form von Lüge, ist trügerische Rede. Die deutsche Sprache hat das Wortpaar „Lug und Trug“. Lüge bedeutet unwahre Rede, aber die üble Gesinnung, die Betrugsabsicht, um eigener Vorteile willen Mitwesen zu schädigen, macht eine Lüge zum Betrug.

Wir lesen darüber in M 41 und 114, A X,176, A X,200, A III,28:

*Da spricht einer in trügerischer Absicht (musāvādī). Wenn er von seinen Mitmenschen, in der Versammlungshalle (vor Gericht), unter den Leuten, in der Familie, im Beruf, bei Hof*

---

<sup>117</sup> Das Pāliwort *musā* (verraten, täuschen, betrügen) kommt nicht nur im Bereich der Rede vor, sondern wird auch als Synonym für die Blendung durch die Triebe benutzt: *In ununterbrochener rieselnder Veränderung befinden sich die gesamten Sinneserscheinungen, sie sind Schemen (tucchā – leer und ohne Substanz), trügerisch (musā), ein Blendwerk (māyākatam) ist das Ganze, der Toren Unterhaltung. (M 106) – Der Mensch wird betrogen (musā) durch die veränderlichen trügerischen Dinge (musā-dhamma) (Sn 757). – Dies ist die höchste Weisheit, den trügerischen Charakter (musā) der Blendungsdinge zu durchschauen und die Wirklichkeit des Truglosen (amasa-dhamma).*

gefragt wird: „Nun, lieber Mann, was du in dieser Sache weißt, das sage“, da antwortet er, obwohl er nicht weiß: „Ich weiß“ oder obwohl er weiß: „Ich weiß nicht.“ Obwohl er nicht gesehen hat: „Ich habe gesehen“ oder obwohl er gesehen hat: „Ich habe nicht gesehen.“ So macht er aus eigenem Interesse oder wegen eines anderen oder aus irgendeinem weltlichen Grund klarbewusst eine trügerische Aussage.

Es geht also darum, dass einer, nach seiner Wahrnehmung befragt oder als Zeuge vernommen, mit seiner Aussage eine bewusst gewollte Irreführung betreibt, welche zu einer Schädigung, ja, Gefährdung jener dritten Person bis zu deren Verurteilung und gar Hinrichtung führen kann. Darüber wird in den Reden gesagt (A V,78), dass der Richter (im alten Indien war es meistens der König), wenn er von einem solchen Betrug erfährt, dann vor allem den „falschen Zeugen“ selbst verurteilt.

Bei einer Zeugenaussage geht es um Erkennen von Schuld oder Unschuld eines Angeklagten. Die Fragenden hängen an den Lippen des als „Zeuge“ Vernommenen, und dieser weiß, dass seine Aussagen das Schicksal des Angeklagten bestimmen, aber er setzt sich darüber hinweg, denkt nur an seinen Vorteil und redet bewusst zum Schaden des anderen, in betrügerischer Absicht. S. auch das 9.Gebot der Bibel:

*Du sollst nicht falsch Zeugnis reden wider deinen Nächsten.(2.Mose 20, Vers 10)*

Der Erwachte sagt(M 61):

*Wer andere durch trügerische Rede schädigen kann, ist zu allem Üblen fähig – und Kopfstehend, hohl und leer ist das Asketentum derer, die, während sie über einen anderen Menschen bewusst eine trügerische Aussage machen, keine Scheu, keine Hemmung empfinden.*

Ein Mönch befindet sich im Kloster, um den Reinheitswandel zu führen zu dem einzigen Zweck, den vollkommenen Heilsstand zu gewinnen. Wenn nun im schlimmsten Fall ein Mönch

die klösterliche Stille dazu benützen würde, immer wieder darüber nachzudenken, wie er einen anderen vielleicht verhassten Menschen durch eine so und so geartete falsche Aussage ausschalten könne – wenn er also mit solchem Denken die stillen Besinnungsstunden des Tages ausfüllen würde, dann würde er den im Kloster möglichen Läuterungswandel und Reinigungswandel ganz so, wie der Erwachte zu dem Mönch sagt, „auf den Kopf stellen“, also in sein Gegenteil umwandeln, denn durch solche „höllische Meditation“ würde er im Herzen nur immer dunkler, kälter, rachsüchtiger und mörderischer nach dem vom Erwachten erkannten psychologischen Gesetz, das er formuliert hat:

*Was der Mensch häufig bedenkt und sinnt,  
dahin geneigt wird das Herz. (M 19)*

Aus der Qualität des Herzens gehen die Absichten hervor, die einer Rede zugrunde liegen: Rücksichtslosigkeit oder Fürsorge für die Mitwesen. Und um gute oder schlechte Absichten geht es bei der ganzen Wegweisung des Buddha. Wer rücksichtslos die Interessen anderer missachtet, gegen den hat später sein Karma schlechte Absichten: *die Suppe, die man sich einbrockt, muss man auslöffeln.*

*Unter dem Leitbild der Eintracht ist alles Hintertragen aufzugeben. Das ist gesagt worden. Und warum ist das gesagt worden?*

*Da meditiert, Hausvater, der Heilsgänger, indem er still und aufmerksam bei sich bedenkt: „Solche Verstrickungen, die mich veranlassen könnten zu hintertragen, solche Verstrickungen aufzugeben und abzulösen, bin ich nun entschlossen. Denn wenn ich hintertragen würde, so müsste ich mich selber tadeln, und auch Verständige müssten mich tadeln, und nach Versagen des Körpers, jenseits des Todes, stünde mir durch das Hintertragen eine üble, schmerzliche Le-*

*bensbahn bevor. Das ist ja gerade die Verstrickung und die Heilshemmung: nämlich das Hintertragen.*

*Aber solche schmerzlich und verstörend eindringenden Wollensflüsse/Einflüsse, die durch das Hintertragen entstehen würden, die können einen Menschen, dessen Wesen dem Hintertragen widerstrebt, gar nicht mehr ankommen.“ - Das ist der Sinn des Satzes: Unter dem Leitbild der Eintracht ist alles Hintertragen aufzugeben.*

Die betreffende Tugendregel hat den folgenden Wortlaut:

*Was er hier gehört hat, das erzählt er dort nicht wieder, um jene zu entzweien. Und was er dort gehört hat, erzählt er hier nicht wieder, um diese zu entzweien. So einigt er Entzweite, festigt Verbundene. Eintracht macht ihn froh, Eintracht freut ihn, Eintracht beglückt ihn, Eintracht fördernde Worte spricht er.*

Es geht hier nicht mehr um das viel Größere, um Verleumden, um das Verbreiten unwahrer Behauptungen über einen Menschen mit Schädigungsabsicht – hier spricht der Erwachte vielmehr von der Haltung, dass man Spaltung schaffen will, indem man einem anderen wahre Dinge, die aber negativ sind, über einen Dritten sagt und damit dessen Ansehen mindert. Indem ich den anderen heruntermache, hebe ich zugleich mein Ansehen. So sagt *Will Durant: Wenn wir schlecht von anderen sprechen, loben wir uns selbst auf eine unehrliche Weise.* Dieses Sich-über-den-anderen-erhaben-fühlen-Wollen und Mangel an Liebe sind die Ursache, also wieder die fünfte Verstrickung, hervorgehend aus der ersten, die den Menschen veranlasst, schlecht über einen anderen zu reden. Mit dem wirklichen Wunsch, dass unter den Menschen Eintracht herrschen möge, dass alle sich wohlfühlen möchten, dass ich allen gerecht werden möchte - da löse ich die Verstrickungen, die mich geneigt machen zu hintertragen.

Der Erwachte sagt:

*Was da des anderen Fehler sind, die enthüllt der gute Mensch nicht, selbst wenn er gefragt wird, geschweige denn ungefragt. Wird er nun über die Fehler des anderen ausgeforscht und zur Rede gestellt, so berichtet er nur zögernd und unvollkommen, lässt manches aus und übergeht es.*

*Was aber des anderen Vorzüge sind, die enthüllt der gute Mensch selbst ungefragt, geschweige denn gefragt. Ausgeforscht und zur Rede gestellt, beschreibt er ausführlich und vollständig die Vorzüge des anderen, ohne etwas auszulassen oder zu übergehen. Einen solchen hat man als guten Menschen zu betrachten. (A IV,73)*

*Unter dem Leitbild der Mäßigung der Begierden ist alles begehrlische Süchten aufzugeben Das ist gesagt worden. Und warum ist das gesagt worden?*

*Da meditiert, Hausvater, der Heilsgänger, indem er still und aufmerksam bei sich bedenkt: „Solche Verstrickungen, die mich veranlassen könnten, begehrlisch zu süchten, solche Verstrickungen aufzugeben und abzulösen, bin ich nun entschlossen. Denn wenn ich begehrlisch süchten würde, so müsste ich mich selber tadeln, und auch Verständige müssten mich tadeln, und nach Versagen des Körpers, jenseits des Todes, stünde mir durch das begehrlische Süchten eine üble schmerzliche Lebensbahn bevor. Das ist ja gerade die Verstrickung und die Heilshemmung: nämlich das begehrlische Süchten.*

*Aber solche schmerzlich und verstörend eindringenden Wollensflüsse / Einflüsse, die durch das begehrlische Süchten entstehen würden, die können einen Menschen, dessen Wesen dem begehrlischen Süchten widerstrebt, gar nicht mehr ankommen.“- Das ist der Sinn des Satzes: Unter dem Leitbild der Mäßigung der*



*Begierden ist alles begehrlische Süchten aufzugeben.*

Das hier gebrauchte Pāliwort (*giddhiloḥa*) hat eine viel weitere Bedeutung als dasjenige, welches mit sexueller Ausschweifung übersetzt wird und Einbruch in andere Partnerverhältnisse oder Verführung anderer Menschen bedeutet (*kāmesu micchācāra*). Hier geht es ganz allgemein um sinnliche Hemmungslosigkeit auf allen Gebieten, wie Geschmäckigkeit, träge Bequemlichkeit, Sexualität usw.

Der Erwachte sagt:

*Drei Dinge kann man, ihr Mönche, immer wieder pflegen und wird nicht satt. Welche drei? Schlaf kann man, ihr Mönche, immer wieder pflegen und wird nicht satt. Berauschte Getränke und Vernunft und Selbstkontrolle beeinträchtigende Mittel kann man, ihr Mönche, immer wieder pflegen und wird nicht satt. Paarung kann man, ihr Mönche, immer wieder pflegen und wird nicht satt. (A III,106)*

Begehrlisches Süchten macht nächstenblind. Dadurch werden die tragenden Beziehungen der Mitmenschlichkeit, der Fürsorge, der gegenseitigen Hilfeleistung, der Schonung unterbunden und untergraben. Und der Mensch kann, wie der Erwachte es an anderen Stellen berichtet, tierische Art gewinnen, die dann auch zu entsprechender Wiedergeburt führt.

Fast jeder Mensch, der sich selbst und seine Neigungen beobachtet und seine Selbsterziehung im Auge behält, kann sich an die täglich aufkommenden Situationen erinnern, in denen man bei irgendwelchen gröberen Genüssen länger verbleiben oder sich irgendwelchen erforderlichen Arbeiten oder Hilfeleistungen für andere Menschen entziehen möchte. Wer auf sich aufmerksam ist, der spürt auch, dass hier Weichen gestellt werden für die zukünftige Entwicklung. Jedes Sichgehenlassen führt zur Gewöhnung an die vierte Verstrickung: auf sinnlichen Genuss aus sein. Jedes Sichzusammennehmen und Sichbesinnen auf das Erhöhende und Erhellende und auf das die zwischenmenschlichen Verhältnisse Erwärmende führt zur

Verstärkung dieser Bestrebungen.

*Unter dem Leitbild der befriedenden Rede ist alle verletzende Rede aufzugeben. Das ist gesagt worden. Und warum ist das gesagt worden?*

*Da meditiert, Hausvater, der Heilsgänger, indem er still und aufmerksam bei sich bedenkt: „Solche Verstrickungen, die mich veranlassen könnten, verletzend zu reden, solche Verstrickungen aufzugeben und abzulösen, bin ich nun entschlossen. Denn wenn ich verletzend reden würde, so müsste ich mich selber tadeln und auch Verständige müssten mich tadeln, und nach Versagen des Körpers, jenseits des Todes stünde mir durch die verletzende Rede eine üble schmerzliche Lebensbahn bevor. Das ist ja gerade die Verstrickung und die Heilshemmung: nämlich die verletzende Rede.*

*Aber solche schmerzlich und verstörend eindringenden Wollensflüsse/Einflüsse, die durch die verletzende Rede entstehen würden, die können einen Menschen, dessen Wesen der verletzenden Rede widerstrebt, gar nicht mehr ankommen.“ - Das ist der Sinn des Satzes: Unter dem Leitbild der befriedenden Rede ist alle verletzende Rede aufzugeben.*

Niemand mag es - auch ich selber nicht - wenn man ihn ärgerlich und aggressiv behandelt, und er reagiert entsprechend. Darum heißt es:

*Zu keinem rede hart und rau,  
leicht möchte er's erwidern dir;  
gar schmerzlich, ach, ist Zank und Streit,  
zu Tätlichkeiten kommt es bald. (Dh 133)*

Will ich in Ruhe und Frieden mit den Wesen leben, dann sollte ich Schelten und Schimpfen, jegliche verletzende, kränkende Rede meiden und mich stattdessen um Verständnis, Freund-

lichkeit, Wohlwollen und Sachlichkeit bemühen, besonnen mich in den anderen einfühlen, ihn zu verstehen suchen, und so aufkommendem Ärger die Grundlage zu entziehen suchen.

Die fünfte Verstrickung, die zu verletzender Rede führt, ist mangelnde Zuwendung und Einfühlung, Mangel an Liebe und Verständnis für den anderen. Darum ist die liebevolle Rede nur demjenigen möglich, der sich dem anderen innerlich zuwendet in dem Wunsch: Möchte ich ihn doch mit seinen Anliegen verstehen, der ihm entgegenkommt in dem Gedanken an die gemeinsame Sehnsucht aller Wesen nach Wohl.

Der Erwachte schildert in der Lehrrede „Merkmale“ (D 30) die von ihm selbst erfahrenen Folgen der sanften Rede:

*Weil eben, ihr Mönche, der Vollendete in früherer Geburt, im früheren Dasein, in früherem Leben, als er vor Zeiten Mensch gewesen war, harte Worte zu reden aufgegeben hatte, sein ganzes Wesen dem Aussprechen harter Worte widerstrebt hatte, Worte, die frei von Schimpf waren, dem Ohre wohltuend, liebevoll, zum Herzen dringend, höflich, viele erfreuend, viele erhebend - solche Worte gesprochen hatte: weil er solch ein Wirken vollbracht, immer gepflegt, immer vermehrt und vergrößert hatte, war er nach dem Versagen des Körpers, jenseits des Todes, auf gute Lebensbahn, in selige Welt empor gelangt.*

*Rau anzugreifen, wütend anzustoßen gern,  
durch harte Worte viele zu erschrecken  
mit Heftigkeit und Barschheit:  
das vermocht er nicht;  
doch milde sprach er,  
wohlgemessen freundlich.*

*Unter dem Leitbild besonnener Gelassenheit ist aller Zorn und alle Erregung aufzugeben. Das ist gesagt worden. Und warum ist das gesagt worden?*

*Da meditiert, Hausvater, der Heilsgänger, indem er still und aufmerksam bei sich bedenkt: „Solche Ver-*

*strickungen, die mich veranlassen könnten, zornig und erregt zu werden, solche Verstrickungen aufzugeben und abzulösen, bin ich nun entschlossen. Denn wenn ich zornig und erregt würde, so müsste ich mich selber tadeln, und auch Verständige müssten mich tadeln, und nach dem Versagen des Körpers, jenseits des Todes, stünde mir durch den Zorn und die Erregung eine üble schmerzliche Lebensbahn bevor. Das ist ja gerade die Verstrickung und die Heilshemmung: nämlich Zorn und Erregung.*

*Aber solche schmerzlich und verstörend eindringenden Wollensflüsse/Einflüsse, die durch Zorn und Erregung entstehen würden, die können einen Menschen, dessen ganzes Wesen dem Zorn und der Erregung widerstrebt, gar nicht mehr ankommen.“ - Das ist der Sinn des Satzes: Unter dem Leitbild besonnener Gelassenheit ist aller Zorn und alle Erregung aufzugeben.*

Zorn und Erregung können immer nur dann aufkommen, wenn ein Wesen irgendetwas entweder in der äußeren Welt oder bei sich selber in seinem eigenen Herzen und Denken unbedingt so und nicht anders haben möchte, aber erleben muss, wie dieses Vorhaben durchkreuzt wird oder misslingt. Zorn und Erregung sind zwei Weisen des Sich-Aufbäumens gegen Un-erwünschtes.

Ging es bei dem vorherigen Entschluss um nicht verletzen-  
de, sondern freundliche, verstehende Redeweise bei mit-  
menschlichen Begegnungen, so geht es jetzt mehr darum, dass  
man auch dann, wenn man mit unangenehmen Situationen  
konfrontiert wird, zum Hinnehmen bereit ist, sich um innere  
Ruhe und besonnene Gelassenheit bemüht, die innere Aufleh-  
nung, die aufkommen will, zurückhält und auflöst in dem Wis-  
sen: Mit Auflehnung, Zorn, Wut, Empörung, Erregung verbes-  
sern wir die Situation nicht, sondern verschlechtern sie und

werden selbst in unserem Gemüt wild bewegt. Und wogegen lehnen wir uns denn da auf? Gegen das, was von uns selber ausgegangen ist, also gegen unser Wirken von gestern, gegen unsere Herzensbeschaffenheit von gestern, aus der das Wirken kam. Sie wird uns als Erscheinung so lange begegnen, bis wir sie durch geduldiges Hinnehmen aufgelöst haben. Sie ist wie ein Bumerang: Je heftiger wir sie fortstoßen, um so heftiger kommt sie zurück.

Jene Verstrickung, die immer wieder geneigt macht zu Zorn und sich aufbäumender Erregung, ist letztlich der Glaube an Persönlichkeit, die Identifizierung mit dem Wahn-Ich und daraus hervorgehend der Eigenwille, etwas so und nicht anders haben zu wollen. Darum muss, wenn dieser Persönlichkeitswahn einen Riss bekommen hat, alles Vorhaben, aller Eigenwille allmählich zur Ruhe kommen. Und dann verebben auch Zorn und Aufbegehren. (M 23)

Mit diesem Ziel vor Augen bemüht sich der Heilsgänger, sich nicht von den Ereignissen umwerfen zu lassen in dem Wissen, dass Gefühle kommen und gehen und dass er sich zusätzliches Leiden schafft, wenn er zornig und verzweifelt reagiert.

Mit dem Leitbild der besonnenen Bereitschaft, das einst Gewirkte abzutragen und des Zurücktretens von den eigenen Gefühlen lebt der Mensch *weder zu eigener noch zu anderer Bedrängnis* (M 61). Dadurch werden auch die Beziehungen zu den Mitwesen besser.

*Unter dem Leitbild der Brüderlichkeit ist alle Überheblichkeit aufzugeben. Das ist gesagt worden. Und warum ist das gesagt worden?*

*Da meditiert, Hausvater, der Heilsgänger, indem er still und aufmerksam bei sich bedenkt: „Solche Verstrickungen, die mich veranlassen könnten, überheblich zu sein, solche Verstrickungen aufzugeben und abzulösen, bin ich nun entschlossen. Denn wenn ich*

*überheblich wäre, so müsste ich mich selber tadeln, und auch Verständige müssten mich tadeln, und nach dem Versagen des Körpers, jenseits des Todes, stünde mir durch die Überheblichkeit eine üble schmerzliche Lebensbahn bevor. Das ist ja gerade die Verstrickung und die Heilshemmung: nämlich die Überheblichkeit.*

*Aber solche schmerzlich und verstörend eindringenden Wollensflüsse/Einflüsse, die durch die Überheblichkeit entstehen würden, die können einen Menschen, dessen Wesen der Überheblichkeit widerstrebt, gar nicht mehr ankommen.“ - Das ist der Sinn des Satzes: Unter dem Leitbild der Brüderlichkeit ist alle Überheblichkeit aufzugeben.*

Überheblichkeit kann nur dort entstehen, wo man die Wesen nicht als eine einzige Bruderschaft im *Samsāra* sieht und empfindet, sondern „sich“ für wichtiger hält, danach misst und dabei nach „unten“ schaut, auf „Geringeres“. So wird man durch Überheblichkeit am weiteren Streben gehindert. Wer sich für besser und größer hält, der ist damit der „Ich bin“-Täuschung erlegen, und außerdem gewinnt er daraus keinen Anreiz, wahrhaft besser und größer zu werden. Den Anstoß zu einer rechten Selbsterziehung gewinnt man nur dann, wenn man über sich schaut, auf Größeres blickt.

Wer sich in der Selbsterforschung übt, wie alle Religionen empfehlen, der hat längst seine mancherlei Fehler und Mängel erkannt, so dass er keinen Grund spürt, sich als anderen überlegen anzusehen. Er bleibt damit beschäftigt, seine eigenen erkannten Fehler im Lauf der Zeit immer mehr abzulegen. Durch dieses Bestreben wird sein Blick ganz abgelenkt von den Fehlern der anderen - es sei denn, dass er darin nur ein Spiegelbild seiner eigenen Fehler sieht.

Ein so Strebender erkennt die Gleichartigkeit der menschlichen Grundbestrebungen und damit die innere Verbundenheit mit jedem Menschen, mit dem er zu tun hat. In dieser allmäh-

lich immer mehr heranwachsenden brüderlichen Haltung kann die kalte, törichte Überlegenheitshaltung nicht mehr bestehen. Sie kann schließlich auch nicht mehr bestehen gegenüber den Wesen im Tierreich und in untermenschlichen Geisterreichen: *Denn was sie jetzt sind, das war ich einst - viele, viele Male.*

Auch hier ist wieder der Wahn, eine Persönlichkeit, ein „Jemand“ zu sein, die eigentliche Verstrickung und die Wurzel der Überheblichkeit. Sobald der Heilsgänger sich klarmacht, dass da nur ein automatisch ablaufendes Zusammenspiel von fünf Zusammenhäufungen ist, dann kann er keinen Grund sehen, „sich“ besser oder weiter zu dünken als andere. Je ernsthafter er seinen wirklichen Stand und das Heilsziel vor Augen hat, um so ferner ist er der Überheblichkeit, und um so angenehmer auch ist er für die Umwelt. So wird durch Aufhebung dieser Herzensbefleckung auch die Begegnung mit den Mitwesen verbessert.

#### Leitbilder zur völligen Ablösung der Beziehungen

*Das sind, Hausvater, kurz gesagt und ausführlich erläutert, die acht Dinge, die in der Wahrheitsführung des Vollendeten zum Ablösen der Beziehungen führen. Doch werden die Beziehungen in der Wahrheitsführung des Vollendeten auf diese Weise noch nicht ganz und gar abgelöst. –*

*Wie aber werden dann, Herr, die Beziehungen in der Wahrheitsführung des Vollendeten ganz und gar abgelöst? Gut wäre es, wenn mir, Herr, der Erhabene die Wahrheit vollständig zeigen möchte, wie da in der Wahrheitsführung des Vollendeten alle Beziehungen vollkommen abgelöst werden! –*

*So höre denn, Hausvater, und achte wohl auf meine Rede. –*

*Gewiss, Herr! –, erwiderte da aufmerksam Potaliyo dem Erhabenen.*

Hier beginnt nun der Erwachte Potaliyo gegenüber vorsichtig mit Hinweisen auf die Unzulänglichkeit und den großen Täuschungscharakter, den alle sinnliche Befriedigung an sich hat. Diese Wahrheit ist allen klarer beobachtenden und tiefer denkenden Menschen bekannt, und eine Ahnung davon mag, wie gesagt, auch Potaliyo haben. Da aber die meisten Menschen kein anderes Wohl als nur das durch die sinnliche Befriedigung kennen, so können sie ja auch nichts anderes anstreben wollen.

Es gibt nur zwei Möglichkeiten, durch welche man auf jenes ganz andere, höhere Wohl bis zu erhabenen Seligkeiten aufmerksam wird: diese sind Belehrung und Erfahrung oder beides zusammen. Die Erfahrung spricht für sich selbst und überzeugt sofort. Wer solches Wohl kurzfristig oder von Dauer erlebt, der braucht nicht mehr zu glauben, sondern weiß es. Ein solcher gewinnt durch die Erfahrung eines solchen übersinnlichen Wohls Wille und Kraft, um von aller Sinnensüchtigkeit ganz zurückzutreten und vollkommen in diesem erhabenen Wohl zu leben.

Um die andere Möglichkeit, auf dieses Wohl aufmerksam zu machen - die Belehrung - bemühen sich alle Religionen; ebenso hört man darüber manchmal von solchen Menschen, die dieses Wohl erfahren. In all diesen Fällen gehört aber eine Fähigkeit des Glaubens oder des Vertrauens dazu, um solche Berichte als sichere Wahrheit von wirklichen Möglichkeiten hinzunehmen. Aber selbst dann wird der Mensch nicht so leicht auf das Wohl der Sinnenlust verzichten können und wollen, solange er noch nichts Besseres hat.

Über diesen Zusammenhang sagt der Erwachte (M 14):

*Mag auch der Heilsgänger der Wirklichkeit gemäß vollkommen klar erkannt und gesehen haben, dass die Sinnendinge unzulänglich und mit vielem Leiden verbunden sind, mit vieler Widerwärtigkeit und dass das Elend weit überwiegt; wenn er aber außerhalb der Sinnendinge, außerhalb der heillosen Dinge keine geistige Beglückung bis Verzückung (pīti) oder gar*



*darüber Hinausgehendes erfährt, so kreist er eben doch immer wieder um die Sinnendinge herum.*

*Sobald aber der Heilsgänger der Wirklichkeit gemäß vollkommen klar erkennt und sieht, dass die Sinnendinge unzulänglich und mit vielem Leiden verbunden sind, mit vieler Widerwärtigkeit und dass das Elend weit überwiegt und er außerhalb der Sinnendinge, außerhalb der heillosen Dinge geistige Beglückung bis Verzückung oder gar darüber Hinausgehendes erfährt, so kreist er nicht mehr um die Sinnendinge herum.*

*Auch ich hatte schon vor meiner Erwachung als noch nicht Erwachter, sondern um die Erwachung Ringender klar gesehen: „Unzulänglich sind die Sinnendinge, mit vielem Leiden verbunden, mit vieler Widerwärtigkeit, das Elend überwiegt.“ Aber solange ich nicht außerhalb der Sinnendinge, außerhalb der heillosen Dinge keine geistige Beglückung bis Verzückung oder gar darüber Hinausgehendes erfuhr, so lange merkte ich, dass ich doch noch die Sinnendinge umkreiste. - Als ich dann aber später außerhalb der Sinnendinge, außerhalb der heillosen Dinge geistige Beglückung bis Verzückung oder gar darüber Hinausgehendes erfuhr, da merkte ich bei mir, dass ich die Sinnendinge nicht mehr umkreiste.*

Aus diesem Bericht zeigt sich, dass die realistische Erkenntnis von dem tiefen Täuschungscharakter der Sinnenlust/der Sinnendinge (*kāma*) zwar die erste Voraussetzung ist, um davon lassen zu wollen, dass man damit aber noch nicht die erforderliche Kraft hat, um davon auch lassen zu können, dass dazu vielmehr das Erlebnis, die Erfahrung von andersartigem, höherem und größerem Wohl erforderlich ist. In diesem Sinne sagt der Erwachte immer wieder: *Höheres Wohl genießend, kann man von niedrigerem Wohl lassen.*

Daraus ergibt sich, dass man vor dem Ablassen von dem sinnlichen Wohl zuerst zu der Entwicklung einer anderen Art von Wohl kommen muss, und den Weg dazu zeigt der Erwachte ja in seiner gesamten Unterweisung in allen Formen auf und

hat er dem Potaliyo mit den acht Leitbildern aufgezeigt.

Wir sind, wie der Erwachte zeigt, nicht nur von der Sinnlichkeit, von der Sinnensüchtigkeit bewegt und gerissen, sondern zusätzlich noch von hohen Graden des Egoismus, der Rücksichtslosigkeit, Nächstenblindheit (*vyāpāda*) in den vielen Ausdrucksformen, also von dem Mangel an Nächstenliebe und an Tugend. Alle diese Eigenschaften, die der Erwachte als *akusala* – unheilsam bezeichnet, bewirken im Menschen ein dunkles, trübes Grundgefühl, das ihn auf die Dauer begleitet, ganz unabhängig von den durch die Sinne herankommenden Erlebnissen. Er erlebt also geradezu permanent dieses dunkle öde Grundgefühl und außerdem von Fall zu Fall durch die sinnlichen Erlebnisse diese oder jene Sinnenslust oder auch Sinnenschmerz.

Da sagt nun der Erwachte, dass ein Mensch, solange er sich in diesem Zustand befindet, sich nicht von den Sinnenslügen ablösen kann, weil sein übrig bleibender dunkler öder Zustand ihm unerträglich ist. Es geht darum, sich erst von der Tugendlosigkeit zur Tugendhaftigkeit, von Rücksichtslosigkeit und Egoismus zur Liebe zu allen Wesen zu entwickeln. Dadurch entwickelt sich die Grundstimmung zu immer stärkerer Heiligkeit und Wohlbefinden. Es kommt in ihm ein Gestimmtsein auf, das er früher nicht kannte, und dieses wird immer beharrlicher und besser. In dem Maß, wie dieses unmittelbare innere Wohl zunimmt, da wird der Übende auf es aufmerksam, wendet sich diesem freudig zu und wird dadurch von allen äußeren Erlebnissen weit mehr unabhängig. So kommt es, dass die Sinnendinge nicht mehr so umkreist werden wie zuvor, sondern der Übende um so intensiver an der inneren Erhellung arbeitet durch immer mehr liebende Zuwendung zu den begnenden Mitwesen und durch immer mehr wohlwollende Besinnungen in Bezug auf alle Lebewesen.

Potaliyo hat der Erwachte zunächst mit den acht Leitbildern eines höheren helleren Lebens den Weg gewiesen, auf welchem er seine Grundverfassung, seine Grundgestimmtheit so erhöhen kann, dass er dadurch im Lauf der Zeit auch von

den Sinnensüchten freier wird und zuletzt endgültig zurücktreten kann. Da er jetzt aber noch nicht so weit ist, so gibt der Erwachte ihm mit den folgenden sieben Gleichnissen Bilder, durch deren Betrachtung er zu wirklichkeitsgemäßem Verständnis des Elends der Sinnendinge kommen kann.

Die Sinnendinge befriedigen so wenig  
wie abgeschabte Knochen

*Der Erhabene sprach:*

*Gleichwie etwa, Hausvater, ein Hund, von Hunger und Schwäche gepeinigt, sich vor der Bank eines Rindschlächters aufstellte, und es würfe ihm der Schlächter ein Knochenstück zu, kahl, abgeschabt, ohne Fleisch, nur blutbefleckt. Was meinst du wohl, Hausvater, könnte da dieser Hund, indem er das Knochenstück, das kahle, abgeschabte, fleischlose, nur blutbefleckte, rings herum benagte, Hunger und Schwäche vertreiben? – Gewiss nicht, Herr! – Und warum nicht? – Das Knochenstück ist ja leer, abgeschabt, ohne Fleisch, nur blutbefleckt, da müht sich der Hund vergeblich. –*

*Ebenso nun auch, Hausvater, meditiert der Heilsgänger, indem er still und aufmerksam bei sich bedenkt: „Kahlen Knochen gleich sind die Sinnendinge, hat der Erhabene gesagt, voller Leiden, voller Enttäuschung, das Elend überwiegt!“*

*Kahlen Knochen gleich sind die Sinnendinge.* Man stelle sich das Bild vor: Durch das Dorf streunt ein hungriger Hund. Am Stand des Metzgers wirft dieser ihm einen abgeschabten Knochen hin, auf den er sich stürzt. Er riecht an dem Knochen und bekommt den fleischverheißenden Fleischgeruch, den er begehrt: Fleisch – Sättigung. Nun nagt und nagt der Hund vergeblich an dem Knochen, er findet kein Fleisch. Enttäuscht

beriecht er ihn wieder – derselbe vielversprechende Geruch. Er nagt wieder – aber nichts, an dem er sich sättigen könnte.

Genau so sei es mit der Sinnensucht, sagt der Erwachte: Auf Entfernung lockten die Dinge, „dufteten“ und betörten wie dieser Knochen, aber wenn man zugreift, dann sättigten und befriedigten sie im Grund nie.

Bei dieser Betrachtung der Sinnendinge geht es um einen ganz anderen Maßstab, als ihn der normale westliche Mensch anwendet. Wer dieses Gleichnis und die folgenden mit seinem Alltagsblick betrachtet, der kann es nicht verstehen. Er wird nicht anerkennen wollen, dass die gesamten Sinnendinge nicht befriedigten, sondern wie kahle Knochen immer nur enttäuschen. Er wird sich vieler sinnlicher Erlebnisse erinnern, von welchen er den Eindruck hat, sie hätten ihn voll befriedigt. Und wenn wir auch viele sinnliche Erlebnisse erinnern, die uns enttäuscht statt befriedigt haben, sogar solche Erlebnisse, denen wir jahrelang vergeblich nachjagten, so bleibt für den normalen Menschen mit dem alltäglichen Maßstab, der sich nur über dieses eine Leben erstreckt, doch als Gesamturteil, dass er viele sinnliche Freuden erlebt und darauf nicht verzichten möchte – denn es gebe ja nichts anderes, und mit dem Tod – nach 60-80 Jahren – sei sowieso alles aus. Das ist aber in Wirklichkeit sehr anders, und alle Heilslehren zeigen dies und inwiefern es anders ist.

Zum ersten zeigen sie, dass es außerhalb der Sinnendinge ein unvergleichlich höheres, seligeres Wohl gibt, zu welchem man in diesem Leben gelangen kann.

Zum zweiten zeigen sie, dass die Sinnensüchtigkeit eine permanente Qual ist.

Zum dritten zeigen die Heilslehrer, dass das Problem mit dem Tod nicht beendet ist, dass Leben gar nicht sterben kann und dass der Verlust des Körpers nicht auch zum Aufhören des Begehrens führt. – Das bedeutet also, die Jagd nach Befriedigung wird durch keine äußeren Umstände, nicht einmal durch den Tod, auch nicht durch den Untergang der Erde, beendet, sondern erst dann, wenn man das Begehren aufgelöst

hat auf dem Weg, auf welchem es allein aufgelöst werden kann. Es handelt sich hier also nicht um ein Problem, das sich „über kurz oder lang von selber löst“, wie der oberflächliche Mensch glaubt, vielmehr bleibt es so lange, bis es ausdrücklich auf den dazu tauglichen Wegen aufgelöst wird. Die Tatsache, dass wir uns heute so vorfinden mit den verschiedenen Arten unseres Begehrens und mit dem mittelmäßigen Grad der Erfüllung und Nichterfüllung ist eine Folge unseres Verhaltens in früheren Leben.

Viertens zeigen sie, dass jede sinnliche Befriedigung die Sinnenlust nicht beendet, sondern gerade verstärkt, so dass es hernach noch stärkerer Erlebnisse bedarf, um befriedigt zu werden bis zu Ausmaßen, die alle menschlichen Vorstellungen überschreiten – und das ohne Ende, außer wir heben die Sinnenlust auf.

Fünftens zeigen sie, dass alle sinnliche Süchtigkeit nur in dem Maß befriedigt werden kann, als der Süchtige die Wünsche seiner Mitwesen erfüllt und befriedigt, die Mitwesen geschont und gefördert hat. Je weniger er so tat, um so weniger wird er Befriedigung seiner sinnlichen Sucht erlangen, gleichviel wie stark seine Sucht ist. Das ist Karma, und darin steckt der tiefere Sinn der Aufforderung zur Tugend, zur Nächstenliebe in allen Religionen.

Sechstens sagen sie, es sei gerade die zunehmende Sinnen-süchtigkeit, die den Menschen zwangsläufig immer hemmungsloser und rücksichtsloser mache und machen müsse, weil seine starken Begehren auf Befriedigung drängen. Daher schadet er in diesem Leben seiner gesamten Umgebung und daher erfährt er schon in diesem Leben, erst recht aber später immer weniger Befriedigung seiner immer stärker gewordenen Sinnensüchtigkeit. Diese Spannung ist es, die in fast allen Religionen in den Bildern der Hölle und den höllischen Qualen zum Ausdruck kommt.

Siebtens: Den Ausweg aus diesem Teufelskreis: hinein in immer stärkere Sinnensüchtigkeit – zeigen alle Heilslehrer mit

dem Hinweis auf Tugend und Nächstenliebe. Durch deren Pflege wird man

- a) von der hemmungslosen Jagd nach sinnlicher Befriedigung abgelenkt und auf die Nöte, Ängste und Hoffnungen des Nächsten hingelenkt;
- b) durch die vertrauende und erwärmende Zuwendung der Mitmenschen, auf die man Rücksicht genommen, denen man geholfen hat, erfährt man eine Befriedigung des Geistes und des Gemüts;
- c) durch dieselbe Tugend und Nächstenliebe bewirkt man nach karmischem Gesetz, dass die eigenen Begehungen weit mehr erfüllt und befriedigt werden, so dass nun einer abnehmenden Sucht eine zunehmende Erfüllung gegenübersteht;
- d) durch diese Entspannung und weil man auf den Geschmack der geistigen Freudigkeit und der Erhellung des Gemüts gekommen ist, nehmen Neigung und Liebe zur Pflege von Tugend und Fürsorge für die Nächsten zu;
- e) auf diesem Weg fortschreitend gelangt man im Lauf der Zeit zu dem seligen Herzensfrieden in der Entrückung. Dieser Zustand ist es, von dem aus der Mensch auf seine frühere Sinnlichkeit herabblickt, wie wenn er, nach einem Gleichnis des Erwachten, einen unvernünftigen Säugling da liegen sähe, der wie von ungefähr mit der Hand nach seinem eigenen Kot greift und diesen in seinen Mund führt.

Der Hinweis auf die hier genannten Möglichkeiten zieht sich durch alle Reden des Erwachten und ist in schwächeren und stärkeren Andeutungen in allen Religionen enthalten. Nur im Anblick dieser mit der Sinnensüchtigkeit verbundenen Gefahren und der herrlichen Möglichkeiten außerhalb und oberhalb der Sinnensüchtigkeit können diese Gleichnisse des Erwachten richtig verstanden und vor allem richtig gewertet werden. Man muss sich über seine Alltagsbanalität hinaus recken, dann wirken sich diese Bilder als Segen aus.

Die Heilslehrer sagen: Der schlimmste Zustand der Lebewesen ist, starke und viele Begehungen zu haben und sie überhaupt nicht erfüllt bekommen zu können. Das ist ein Leben in größter Not und Qual. So und ähnlich wird das Leben in den untermenschlichen Daseinsformen bis zu den HölLEN beschrieben.

Als zweitschlimmsten nennen sie den Zustand, dass die begehlichen Wesen zwar immer wieder die momentane Befriedigung erleben; aber durch die kurze Befriedigung sind die Sinnensüchte nicht fort, sondern melden sich anderntags wieder, und wieder bedarf es der Befriedigung.

Darum weisen die Heilslehrer darauf hin, dieses Problem werde nicht gelöst durch die Befriedigung der Sinnensucht, aber erst recht nicht durch ihre Nichtbefriedigung, sondern nur durch die völlige Aufhebung der Sinnensucht. Dann erst hat das Wesen Frieden und bedarf nicht mehr der Befriedigung (wie der vom Aussatz Geheilte, M 75).

Erst von diesem Standpunkt aus kann das Gleichnis von den kahlen Knochen richtig verstanden werden: die Schein-Befriedigung der Sinnensucht, die der Mensch teilweise erleben kann, ist nicht mehr, als wenn der Hund gierig den Geruch des Fleisches aufnimmt, aber eben doch kein sättigendes Fleisch bekommt. Es ist keine echte Befriedigung, geschweige Frieden. Nur wenn dieser Anblick gelingt, in dem sich der Mensch bewusst ist, dass es einen inneren hellen Frieden gibt, in welchem die Jagd nach Befriedigung überhaupt nicht mehr nötig ist, da können diese Gleichnisse und ihr Sinn verstanden werden.

Wie Fleischbrocken den Geiern –  
so bringen die Sinnendinge, die Sinnenlust  
den Wesen Rivalität, Kampf und Not

*Gleichwie etwa, Hausvater, wie wenn ein Geier oder ein Adler oder ein Rabe einen Fleischbrocken packte und fort flöge, und es stürzten andere Geier oder Adler*

*oder Raben in Scharen auf ihn und rauften darum, was meinst du wohl, Hausvater, wenn dieser Vogel den Fleischfetzen nicht alsbald fahren ließe, wäre ihm da nicht der Tod oder tödlicher Schmerz gewiss? – Ja, o Herr! –*

*Ebenso nun auch, Hausvater, meditiert der Heilsgänger, indem er still und aufmerksam bei sich bedenkt: „Fleischfetzen gleich sind die Sinnendinge, hat der Erhabene gesagt, voller Leiden, voller Enttäuschung, das Elend überwiegt!“*

Das Bild von den kahlen Knochen bedeutet: Selbst wenn ich die Muße hätte, Sinnendinge zu genießen – sie befriedigen, sättigen nicht. Und das Bild vom Fleischbrocken bedeutet: Es wird immer um das erwünschte Objekt der Sinnensucht gerauft werden. Du hast nicht die Muße, es zu genießen. Wenn der Rabe einen Fleischbrocken gewonnen hat, dann kann er nur das Stück abbeißen, das innerhalb seines Schnabels ist; das andere muss er fallen lassen, sonst wird er verwundet von den anderen.

Das kann man an Meeresküsten erleben: Fischadler oder Möwen stoßen ins Wasser. Einer packt einen Fisch; kaum hat er ihn, da fliegen die anderen Vögel auf ihn zu. Sogleich sieht man das silberne Stück Fisch hinunterfallen. Im Fallen, noch ehe der Rest des Fisches ins Wasser fällt, fangen andere Vögel ihn auf. Wer ihn nun hat und hochsteigt, wird sofort wieder von den anderen verfolgt und kann wieder nur das kleine Stück, das er fassen kann, verschlingen und muss den Rest fallenlassen. – So ist es ja auch hier bei uns.

Im Begehrensbereich gibt es Interessensphären und deren Überschneidung, und darum gibt es Rivalität, Konkurrenz. In einem Bereich der sinnlichen Ausdehnung, in dem man vielfältige Begegnung hat, da geschieht es immer wieder, dass mehrere Wesen denselben Gegenstand begehren. Alle Streitigkeiten in der Familie, unter den Geschwistern, zwischen den



Eltern, zwischen Eltern und Kindern, zwischen Freunden und im Beruf kommen immer nur daher, weil mehrere Menschen Anspruch auf den gleichen Gegenstand oder die gleiche Position erheben oder weil mehrere Menschen eine bestimmte gemeinsame Aufgabe in unterschiedlicher Weise lösen wollen. Im Bereich der Begegnungen herrscht Kampf, beginnend bei den Klein- und Schulkindern: unterliegen – siegen – unterliegen – siegen. Wenn Menschen miteinander sprechen, immer spielt dabei ein leises Unterlegensein und Überlegensein mit. In diesen Kampf in allen Formen sind wir eingefangen aus Gier nach den dürftigen Fleischbrocken.

Und dieser Kampf währt nicht nur dieses Leben, sondern setzt sich unmittelbar nach Ablegen des Körpers im Jenseits fort und setzt sich unmittelbar nach Wiederanlegen eines neuen Körpers im Menschentum oder in irgendeiner anderen Daseinsform wiederum fort: Solange das Wesen bei den äußeren Erscheinungen Befriedigung sucht, solange es noch nicht den Weg gefunden hat, der zum eigenen inneren Wohl führt, zur inneren Erhellung bis zu höchster Seligkeit, so lange setzt sich die Jagd nach der Begierdenbefriedigung mit diesen großen Störungen und Gefahren fort. Weil es sich so verhält, darum machen die Heilslehrer darauf aufmerksam: Es gibt einen Zustand, der darüber hinausführt, und sie zeigen den Weg, der dahin führt.

Wir sehen, jedes der Gleichnisse für die Sinnenlust/Sinnendinge zeigt eine andere Seite des Leidens.

Wie Strohfackeln, gegen den Wind getragen,  
so gefährden die Sinnendinge, die Sinnenlust den Menschen

*Gleichwie etwa, Hausvater, wie wenn ein Mann mit einer brennenden Strohfackel gegen den Wind ginge; was meinst du wohl, Hausvater, wenn dieser Mann die brennende Strohfackel nicht gar eilig von sich fortwürfe, würde sie da seine Hand verbrennen, sei-*

*nen Arm oder andere Glieder des Leibes verbrennen, so dass er den Tod oder tödlichen Schmerz erleiden müsste? – Gewiss, o Herr. –*

*Ebenso nun auch, Hausvater, meditiert der Heilsgänger, indem er still und aufmerksam bei sich bedenkt: „Brennenden Strohfackeln gleich sind die Sinnendinge, hat der Erhabene gesagt, voller Leiden, voller Enttäuschung, das Elend überwiegt!“*

Was soll das bedeuten? Wenn man eine Strohfackel gegen den Wind trägt, dann ist es einen Augenblick befriedigend hell. Hält man sie aber länger, dann geschieht, wie eine Königstochter im Folgenden sagt:

*Entfachte Fackel züngelt rasch empor  
am Arm, der fassen, der nicht lassen will:  
Wie Feuer süchtig lodert Lust,  
verzehrend senkt sie, wirft man sie nicht weg. (Thig 507)*

Das heißt, du kannst und darfst den Süchten nach den Sinnendingen nicht bis zum Ende folgen. Wir leben nur darum noch leidlich als Menschen, weil wir nicht alle unsere Wünsche erfüllt bekommen. – In der Weisheit aller Kulturen wird immer wieder gesagt: Wenn der Mensch sich alle seine Wünsche erfüllen könnte, dann wäre er verloren. Wir können es bei uns selbst beobachten, dass wir die Strohfackel immer wieder fortwerfen, wenn wir merken: Es geht zu weit, wir werden süchtig oder geraten auf den Abweg.

Wer alle seine Wünsche erfüllt haben will, der wird nicht nur physisch immer schwächer, sondern auch geistig und seelisch. Und weil er immer bedürftiger, immer hungrier, immer begehrtlicher wird, so wird er immer rücksichtsloser seine Wünsche erfüllen müssen. So kommt er aus Gier zur Rücksichtslosigkeit, zu Verweigern, Entreißen, Streit, zur Zunahme der üblen Gesinnungen und üblen Taten und damit zum Untergang.

Man meint: Ganz so schlimm scheint es doch mit den Sinnenlüsten nicht zu sein, denn wir leben ja noch. Aber warum? Weil wir einen Beruf haben, der uns fordert, und weil wir Pflichten haben, darum können wir unseren Neigungen nicht voll nachgehen, sind gehemmt durch Erinnerungen an Pflichten, moralische Anwandlungen usw. Und der normale gesunde Mensch hat auch ein Gefühl dafür: die Sinnenlüste sind gleich Strohfackeln. Er weiß, es ist da eine gewisse Vorsicht am Platz.

Wie die Abwehr von Menschen,  
die uns zur glühenden Kohlengrube schleppen  
so hält die Sucht nach Sinnendingen in Todesangst

*Gleichwie etwa, Hausvater, wenn da eine Grube wäre, tiefer als Manneshöhe, voll glühender Kohlen, ohne Flammen, ohne Rauch, und es käme ein Mann herbei, der leben, nicht sterben will, der Wohlsein wünscht und Wehe verabscheut; aber zwei kräftige Männer ergriffen ihn unter den Armen und schleppten ihn zu der glühenden Kohlengrube hin. Was meinst du wohl, Hausvater, würde da nun dieser Mann auf jede nur mögliche Weise den Leib zurückziehen? – Gewiss, o Herr! – Und warum das? – Gar wohl, o Herr, wüsste der Mann: „Falle ich in diese glühenden Kohlen hinein, so muss ich sterben oder tödlichen Schmerz erleiden!“ –*

*Ebenso nun auch, Hausvater, meditiert der Heilsgänger, indem er still und aufmerksam bei sich bedenkt: „Glühenden Kohlen gleich sind die Sinnenlüste, hat der Erhabene gesagt, voller Leiden, voller Enttäuschung, das Elend überwiegt!“*

Dieses Gleichnis zeigt, dass es mit dem Fortwerfen der Strohfackel allein nicht getan ist. Wer diese von Fall zu Fall recht-

zeitig fortwirft, der ist zwar dann nicht bis zum äußersten Extrem vorgegangen, bis zum unmittelbaren Leiden – aber das jetzige Gleichnis will zeigen, dass der Mensch durch die Tatsache seines Begehrens der Sinnendinge in ununterbrochener Lebensgefahr lebt und zuletzt eben doch dem Tod erliegt – so wie der Mann, wie sehr er sich in seiner Todesangst auch gegen die beiden Stärkeren wehrt und wie lange er auch den Sturz in den Tod hinausschiebt, zuletzt doch ganz sicher der Übermacht erliegt.

Wir brauchen nur daran zu denken, wie uns zumute ist, wenn eine ernsthafte Kriegsgefahr droht oder wenn wir erfahren, dass wir von tödlicher Krankheit befallen sind und was alles damit zusammenhängt, um zu erkennen, was hier gemeint ist: Alle Wesen, die auf Sinnendinge aus sind, brauchen ein Werkzeug für das sinnliche Begehren, eben diesen stofflichen Körper, der von den Eltern gezeugt wurde, nach neunmonatiger Ernährung im Mutterleib zur Geburt kam, durch weitere Nahrung erhalten wird, bei zu langem Hunger oder zu langem Durst vernichtet wird und der, auch wenn er ganz ohne Nöte alt geworden ist, dann dennoch sterben muss. Alle Körper sind nur begrenzte Zeit benutzbar, und alle Körper „fahren dann in die Grube“.

Aber gerade mit diesem Körper identifiziert sich der normale Mensch durch seine Begehrlichkeit, und den Tod des Körpers hält er für seine Vernichtung. Insofern lebt er ununterbrochen in Todesangst.

So sagt *Schopenhauer*:

*Das Leben selbst ist ein Meer voller Klippen und Strudel, die der Mensch mit der größten Behutsamkeit und Sorgfalt vermeidet, obwohl er weiß, dass, wenn es ihm auch gelingt, mit aller Anstrengung und Kunst sich durchzuwinden, er eben dadurch mit jedem Schritt dem größten, dem totalen, dem unvermeidlichen und unheilbaren Schiffbruch näher kommt, ja, gerade auf ihn zusteuert, dem Tod.*

*Jeder Atemzug wehrt den beständig eindringenden Tod ab, mit welchem wir auf diese Weise in jeder Sekunde kämpfen... er spielt nur eine Weile mit seiner Beute, bevor er sie verschlingt.*

In dem Maß aber, wie die Süchtigkeit nach den Sinnendingen abnimmt, nimmt auch in dem gleichen Maß die Identifizierung mit dem Körper ab. Damit aber entdeckt man die Selbstständigkeit des Geistig-Seelischen und erfährt: Dieses Geistig-Seelische ist veränderbar, aber es „stirbt“ nie.

Darüber hinaus lehrt der Erwachte, dass die von aller Sinnensucht völlig Befreiten nach Ablegen dieses Körpers in einer geistunmittelbaren Weise weiter bestehen über Zeitaläufe, gegenüber welchen unsere Lebensdauer so ist wie ein handgroßer Stein gegenüber einem Gebirge. – Und weiterhin zeigt der Erwachte gar die Wege, die auch aus dieser Daseinsbegrenzung hinausführen – hin zum völlig Todlosen.

Wie Traumbilder – so täuscht die Sinnensucht  
so täuschen die Sinnendinge

*Gleichwie etwa, Hausvater, wenn ein Mann ein Traumbild sähe, einen schönen Garten, einen freundlichen Hain, eine heitere Landschaft, einen lichten See und, wieder erwacht, nichts mehr erblickte.*

*Ebenso nun auch, Hausvater, meditiert der Heilsgänger, indem er still und aufmerksam bei sich bedenkt: „Traumbildern gleich sind die Sinnensüchte/Sinnendinge, hat der Erhabene gesagt, voller Leiden, voller Enttäuschung, das Elend überwiegt!“*

Traumbilder kommen und gehen, verursacht durch die inneren Wünsche und Vorstellungen. Sie gaukeln eine reale Welt vor; aber wieder erwacht, erfährt der Schläfer: Es war nur ein Traum, eine Täuschung. So auch malen die Begierden den Wesen eine schöne, angenehme Welt, die es anzustreben, zu

erringen lohnt – Hoffnungsfreude und Jugendglück – aber am Ende des Lebens erscheinen all die vielen Erlebnisse im Rückblick wie unrealistische Träume, in denen man etwas besessen zu haben wähnte.

Der Kenner der Rede wird daran erinnert, dass der Erwachte immer wieder die gesamten Sinneserscheinungen, das heißt überhaupt unser Erleben einer Außenwelt, mit allem, was sie bietet in Makrokosmos und in Mikrokosmos, nicht nur als unbeständig, zerrieselnd (*anicca*) bezeichnet, sondern auch als trügerisch (*tuccha*), als täuschend (*musā*), als Einbildung (*mogha-dhamma*), ja, als ein Blendwerk (*māyā kata*). (M 106)

Wer schon öfter bei sich beobachtet hat, dass er ja tatsächlich immer nur von Wahrgenommenem lebt, nie über seine Wahrnehmung hinaus in „die eigentliche“ Welt, in „eine Welt an sich“ treten kann, sondern immer nur vom Erlebnis, von der Wahrnehmung, vom Bewusstsein von Dingen lebt, also immer nur von Geistigem, der kommt von daher immer mehr zu der Einsicht, dass er mit einer wahren und wirklichen Außenwelt nie irgendetwas zu tun hat, sondern immer nur mit Erlebnissen, ganz wie im Traum.

Wie geliehenes Geld – so muss alle Lust an den Sinnendingen zurückgezahlt werden

*Gleichwie etwa, Hausvater, wie wenn ein Mann ein Darlehen aufnähme und von dem Geld sich einen Wagen mit kostbarem Schmuck und Edelmetalle belüde und mit diesem geborgten Schatz versehen und versorgt, über den Marktplatz führe; und die Leute sähen ihn und sprächen: „Reich, wahrlich, ist dieser Mann, so können Reiche den Reichtum genießen!“ Aber wenn ihn dann die Gläubiger träfen, dann zögen sie eben ihr Eigen zurück. Was meinst du wohl, Hausvater, genügte das, um diesen Mann zu verstören? – Allerdings, o*

*Herr! – Und warum das? – Die Gläubiger ziehen ja das Eigen zurück. –*

*Ebenso nun auch, Hausvater, meditiert der Heilsgänger, indem er still und aufmerksam bei sich bedenkt: „Darlehen gleich sind die Sinnendinge, hat der Erhabene gesagt, voller Leiden, voller Enttäuschung, das Elend überwiegt!“*

Wann wird alles Eigen zurückgezogen? Wenn wir krank werden, wenn wir altern, wenn wir sterben, wenn die Augen, durch welche die Formen gesehen werden, die Ohren, durch welche die Töne gehört werden – wenn die Sinnesorgane nicht mehr zur Verfügung stehen, dann entschwindet all das, woraus wir unser Wohl, unser Glück bezogen. So zieht der Eigner sein Eigen zurück. Darum heißt es in allen Religionen, dass das Ganze nur geliehen ist. Wir wissen nicht, wann es genommen wird, aber dass es genommen wird, wissen wir mit Bestimmtheit. So geht es eben allen, die von Geliehenem leben, die nicht zu eigenständigem Wohl gekommen sind, weil sie von dieser Möglichkeit nichts erfahren hatten. Darum klären die Heilslehrer darüber auf.

Wie beim Ernten von Baumfrüchten –  
so schaden sich die Menschen auch ungewollt gegenseitig  
durch die Sucht nach den Sinnendingen

*Gleichwie etwa, Hausvater, wenn sich bei einem Dorf oder bei einer Stadt ein dichter Forst befände, und ein Baum stünde darin, der gereifte Früchte trägt, aber keine der Früchte wäre herabgefallen. Und es käme ein Mann herbei, der Früchte begehrt, nach Früchten Ausschau hält, und er gelangte ins Innere des Forstes und gewahrte den Baum mit den gereiften Früchten; da dächte er: „Dieser Baum ist mit gereiften Früchten behangen, aber keine der Früchte ist zu Boden gefallen,*

*doch ich kann ja Bäume erklettern. Wie wenn ich nun da hinaufkletterte und mich dann satt äße und den Rockschorz voll davon pflückte?“ Und er kletterte hinauf und äße sich satt und pflückte den Rockschorz voll.*

*Aber ein zweiter Mann käme herbei, der Früchte begehrt, Früchte sucht, nach Früchten Ausschau hält, mit einem scharfen Beil versehen; und er gelangte ins Innere des Forstes, und er gewährte den Baum mit gereiften Früchten (ohne den Mann im Baum zu sehen). Da dächte er: „Dieser Baum trägt gereifte Früchte, aber keine der Früchte ist zu Boden gefallen, und Bäume Erklettern, das kann ich nicht, wie, wenn ich nun diesen Baum an der Wurzel fällte, mich dann satt äße und den Rockschorz voll davon pflückte?“ Und er fällte den Baum an der Wurzel.*

*Was meinst du wohl, Hausvater, wenn jener Mann, der zuerst hinaufgestiegen, nicht schleunigst herabkletterte, könnte ihm da durch den Sturz des Baumes die Hand zerschmettert oder der Fuß zerschmettert oder andere Glieder des Leibes zerschmettert werden, so dass er Schmerzen, gar den Tod erlitte? – Allerdings, o Herr. –*

*Ebenso nun auch, Hausvater, meditiert der Heilsgänger, indem er still und aufmerksam bei sich bedenkt: „Baumfrüchten gleich sind die Sinnendinge, hat der Erhabene gesagt, voller Leiden, voller Enttäuschung, das Elend überwiegt!“*

Um dieselben Früchte an demselben Baum bemühen sich zwei Menschen und schaden sich ohne üble Absicht gegenseitig. In diesem Gleichnis wird nicht gesagt, dass der zweite Früchtesucher, der den Baum fällt, weil er nicht klettern kann, den ersten Mann in der mächtigen Krone des Baums sitzen sieht und nun



den Baum fällt, um ihm zu schaden, sondern ohne einander zu sehen, einfach weil jeder auf Baumfrüchte aus ist, wählt jeder das ihm mögliche Mittel, um zur Erfüllung seiner Wünsche zu kommen: der eine kann besser Bäume erklettern, der andere kann besser Bäume fällen.

Wir können heute dem Gleichnis von den Baumfrüchten die vielen Autounfälle hinzufügen, in denen ebenfalls Menschen ganz ohne böse Absicht sich selbst oder andere Menschen zum Krüppel machen oder gar töten. Bei der Suche der Lebewesen, in der äußeren Welt ihr Wohl zu finden, kommt es eben häufig vor, dass die Wesen sich auch ganz ohne Absicht gegenseitig schaden, denn im Bereich der Vielfalt und der Begegnung kreuzen sich häufig die Schienenstränge der menschlichen Absichten.

### Transzendierung

Im Herzensfrieden aber gibt es keine außen liegenden Interessensphären, auf welche eben auch andere Wesen aus sein könnten. Alle im Herzensfrieden lebenden Wesen können daher einander in gar keiner Weise schaden. Jeder lebt in Einheit und Seligkeit ohne irgendein Bestreben nach außen.

Der normale Mensch wird in den Reden des Erwachten als „weltwahrnehmig“ (*lokasaññī*) bezeichnet, aber der im Herzensfrieden Lebende ist „eigenwahrnehmig“ (*sakasaññī*), d.h. er ist nicht von der Welt, von der Berührung der Sinnesdränge abhängig, sondern aus seinem hellen, beruhigten Herzen bezieht er sein Wohl. Ein solcher muss nicht mehr Welt wahrnehmen, aber er kann es noch. Er lebt in einer uns nicht vorstellbaren Ruhe. Der Erwachte sagt, dass der dahin Gelangte gar nicht mehr des häuslichen Lebens fähig ist, denn für ihn ist die pausenlose Auseinandersetzung mit den Sinneseindrücken so anstrengend wie für uns das Stillstellen sinnlicher Wahrnehmung.

Eine weitere Transzendierung deutet der Erwachte in unserer Lehrrede an:

*Indem der Heilsgänger es so der Wirklichkeit gemäß mit vollkommen klarem Blick ansieht, da gibt er den Gleichmut bei Vielfaltserleben, der mit Vielfalt verbunden ist, auf und erzeugt den Gleichmut bei Einheitserleben, der mit Einheit verbunden ist, bei welchem alle Arten des Ergreifens von Welt dingen ohne Überrest schwinden.*

Diese jedem der sieben Gleichnisse stets in gleichem Wortlaut angeschlossene Aussage bezieht sich auf die sogenannten „friedvollen Verweilungen“, in denen keine Ich-Darstellung, keine Umwelt-Darstellung erlebt wird. Da ist gar kein Denken, keiner, der etwas erlebt und über etwas nachdenkt, da ist nur Gleichmutsreine. So heißt es in M 137:

*Es gibt einen Gleichmut bei Vielfalterleben, der mit Vielfalt verbunden ist, und es gibt einen Gleichmut bei Einheitserleben, der mit Einheit verbunden ist. Welches ist der Gleichmut bei Vielfaltserleben, der mit Vielfalt verbunden ist?*

*Es gibt einen Gleichmut bei Formen – Tönen – Düften – Säften – Tastbarem – Gedanken.*

*Und welches ist der Gleichmut bei Einheitserleben, der mit Einheit verbunden ist?*

*Es gibt einen Gleichmut, der mit der Vorstellung „Unendlich ist der Raum“, „Unbegrenzt ist die Erfahrung“, „Da ist nicht irgendetwas“, „Es ist Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung“ verbunden ist. Das ist der Gleichmut bei Einheitserleben, der mit Einheit verbunden ist.*

Die Entwicklung des Mönchs vom natürlichen menschlichen Zustand bis zum Stand des Heils besteht immer aus den drei großen Abschnitten:

*Sīla* = Tugendläuterung durch immer größere Nächstenliebe und eine gewisse Zucht,

*Samādhi* = selige Einheit des Herzens in Unabhängigkeit von der Welt bis zur Erfahrung höchsten Gleichmuts,

*Paññā* = übermenschlicher Klarblick, der die wahren Daseinszusammenhänge sieht, die dem normalen, durch Sinnensüchtigkeit verblendeten Menschen unzugänglich sind.

Daraus geht als viertes die Erlösung hervor.

In diesem Gespräch des Erhabenen mit Potaliyo werden alle drei großen Entwicklungsetappen angesprochen:

Die praktische und beharrliche Anjochung an die im ersten Teil genannten acht Leitbilder bewirkt die Tugendläuterung, bewirkt eine immer höhere und größere Erhellung und Besänftigung des gesamten Lebenswandels innerhalb der Begegnungswelt der Vielfalt, woraus eine Erhellung des dem Menschen eigenen Grundgefühls hervorgeht, das ihn selbständig und von der Sinnensucht unabhängig macht.

Darauf folgt die Betrachtung der sieben Gleichnisse über den schmerzlichen, nur leidvollen, tödlichen Charakter der Sinnensüchtigkeit. – Wenn man durch die Erfahrung inneren Wohls der Sinnendinge nicht mehr bedarf, gelingt immer leichter die Ablösung davon; das ist die Entwicklung des *samādhi*, bei welchem die vier Entrückungen (*jhāna*), die in dieser Rede nicht genannt sind, die entscheidende Hilfe bieten. Dieser *samādhi* wird vollendet, wenn der Übende in jene Einheitswahrnehmung eintritt, die der Erwachte im Anschluss an jedes Gleichnis immer im gleichen Wortlaut empfindet.

Dadurch ist der Übende zu den drei Weisheitsdurchbrüchen fähig, die der Erwachte im Folgenden beschreibt und durch die das gesamte Daseinsproblem - der äonenlange, anfangslose schmerzliche Irrwandel durch die täuschenden blendenden Situationen - gelöst und gemeistert ist.

*Hat da nun, Hausvater, der Heilsgänger diese höchste Gleichmutsreine erreicht, dann erinnert er sich an ungezählte frühere Leben; zuerst an ein Leben, dann an zwei Leben, dann an drei Leben, dann an vier Leben, dann an fünf Leben, dann an zehn Leben, dann an zwanzig Leben, dann an dreißig Leben, dann an vierzig Leben, dann an fünfzig Leben, dann an hun-*

*dert Leben, dann an tausend Leben, dann an hunderttausend Leben.*

*Dann an viele Äonen, in denen sich das Weltall zusammenzog, viele Äonen, in denen sich das Weltall ausdehnte, viele Äonen, in denen sich das Weltall zusammenzog und ausdehnte: „Dort wurde ich so genannt, war von solcher Familie, mit solcher Erscheinung, solcherart war meine Nahrung, so mein Erleben von Glück und Schmerz, so meine Lebensspanne; und nachdem ich von dort verschieden war, erschien ich woanders wieder; dort wurde ich so genannt, war von solcher Familie mit solcher Erscheinung, war meine Nahrung solcherart, so mein Erleben von Glück und Schmerz, so meine Lebensspanne; und nachdem ich von dort verschieden war, erschien ich hier wieder.“ So erinnert er sich mancher verschiedenen früheren Daseinsform mit je den karmischen Zusammenhängen und Beziehungen.*

*Hat nun, Potaliyo, der Heilsgänger diese höchste Gleichmutsreine erreicht, dann sieht er mit dem feinstofflichen Auge, dem gereinigten, über menschliche Grenzen hinausreichenden, die Wesen sterben und wiedererscheinen, gemeine und edle, schöne und ungeschöne, glückliche und unglückliche. Er sieht, wie die Wesen je nach dem Wirken wiederkehren: Diese lieben Wesen, die mit Taten, Worten und im Denken Übles gewirkt haben, die die Heilgewordenen geschmäht haben, die falsche Ansichten hatten und entsprechend gewirkt haben, sind bei Versagen des Körpers nach dem Tod auf den Abweg gelangt, auf schlechte Lebensbahn, zur Tiefe hinab in untere Welt.*

*Jene lieben Wesen, die mit Taten, Worten und im Denken Gutes gewirkt haben, die die Heilgewordenen*

*nicht geschmäht haben, die richtige Ansichten hatten und entsprechend gewirkt haben, sind bei Versagen des Körpers nach dem Tod aufwärts gelangt, auf gute Lebensbahn, in selige Welt.*

*So sieht er mit dem feinstofflichen Auge, dem gereinigten, über menschliche Grenzen hinausreichenden, die Wesen sterben und wiedererscheinen, gemeine und edle, schöne und unschöne, glückliche und unglückliche. Er sieht, wie die Wesen je nach ihrem Wirken wiederkehren.*

*Hat da nun, Potaliyo, der Heilsgänger diese höchste Gleichmutsreine erreicht, dann richtet er das Herz auf die Erkenntnis der Versiegung aller Wollensflüsse/Einflüsse.*

*„Das ist das Leiden“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist die Leidensentwicklung“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist die Leidensbeendigung“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist der zur Leidensbeendigung führende Pfad“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß.*

*„Das sind die Wollensflüsse/Einflüsse“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist der Wollensflüsse/Einflüsse Entwicklung“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist der Wollensflüsse/Einflüsse Beendigung“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist der zur Beendigung der Wollensflüsse/Einflüsse führende Weg“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß.*

*So erkennend, so sehend, wird das Herz erlöst von allen Wollensflüssen/Einflüssen durch Sinnendinge, durch Seinwollen, durch Wahn.*

*Mit der Erlösung gewinnt er das Wissen: „Erlösung ist. Beendet ist die Kette der Geburten, vollendet der Reinheitswandel; getan ist, was zu tun war. Nichts mehr nach diesem hier“, das hat er nun verstanden.*

*In dieser Weise nun, Hausvater, werden in der Wahrheitsführung des Vollendeten ganz und gar alle Beziehungen gelöst.*

*Was meinst du wohl, Hausvater, siehst du, dass ebenso auch bei dir alle Beziehungen gelöst seien? –*

*Was bin ich, Herr, und was ist die Heilswegweisung des Erhabenen, wo ganz und gar alle Beziehungen gelöst werden! Fern bin ich, Herr, davon, dass ich ganz und gar alle Beziehungen der Wahrheitsführung des Vollendeten gemäß gelöst hätte.*

*Wir haben ja früher, Herr, die anderen Büsser und Pilger, die so gewöhnlich sind, für erlesen gehalten, die so gewöhnlich sind, mit erlesener Speise gespeist, die so gewöhnlich sind, mit erlesener Ehre geehrt. Doch haben wir, Herr, die Mönche des Erhabenen, die so erlesen sind, für gewöhnlich gehalten, die so erlesen sind, mit gewöhnlicher Speise gespeist, die so erlesen sind, mit gewöhnlicher Ehre geehrt.*

*Jetzt aber wollen wir, Herr, die anderen Büsser und Pilger als gewöhnlich erkennen und mit gewöhnlicher Speise speisen und mit gewöhnlicher Ehre ehren. Doch wollen wir, Herr, die Mönche des Erhabenen als erlesen erkennen und mit erlesener Speise speisen und mit erlesener Ehre ehren.*

*Erzeugt hat mir, wahrlich, Herr, der Erhabene Asketenliebe zu den Asketen, Asketenvertrauen zu den Asketen, Asketenehrfurcht vor den Asketen. - Wunderbar, Herr, wunderbar. Es ist, Herr, wie wenn man Umgestürztes aufstellte oder Verdecktes enthüllte oder Verirrten den Weg wiese oder Licht in die Finsternis brächte: „Wer Augen hat, wird die Dinge sehen“ – ebenso auch ist vom Erhabenen die Lehre gar vielfach aufgezeigt worden. Und so nehme ich, Herr, beim Erhabenen Zuflucht, bei der Lehre und bei der Mönchs-*

*gemeinde. Als Anhänger möge mich der Erhabene betrachten, von heute an zeitlebens getreu.*

Der Erwachte sagt (D 11), dass es das „Wunder der Belehrung“ gebe. Das ist das Wunder, dass ein Mensch durch eine Belehrung seitens des Erwachten wie in einer geistigen neuen Geburt zu einer vollständigen Umkehrung seines Wollens und Anstrebens kommt und damit im Lauf der Zeit zum Heilsstand.

Hier ist ein solches „Wunder der Belehrung“ geschehen. Vor kaum einer Stunde war Potaliyo als ein vermeintlicher Asket zum Erwachten gekommen, als einer, der da glaubte, dass er zu der höchsten, zu der die Welt überwindenden Lebensbahn aufgebrochen sei dadurch, dass er das Geschäft aufgegeben hatte, ebenso seinen Einfluss als Familienoberhaupt wie auch Geld und Gut und sich nur den Grundbedarf an Nahrung, Kleidung und Wohnung gesichert hatte.

Und nun hatte ihm der Erwachte die Augen geöffnet dafür, was wirklich Asketentum, Ablösen aller Beziehungen bedeutet: Weltüberwindung im Rückblick auf das Elend der Sinnensucht und im Vorblick auf das unsägliche Wohl der Freiheit von der Sinnensucht. Und diese Einsicht machte Potaliyo froh, klarsehend und seines künftigen Vorgehens sicher:

- Froh, indem sie in ihm Liebe, Freude, Ehrfurcht in Gedanken an die Überwinder, die wahren Asketen, weckte - also eine überweltliche emporziehende Freude.

- Klar sehend: eine ferne Ahnung öffnete sich ihm, dass es einen Heilsstand gab, frei von allen Trieben und aller Verletzbarkeit. Diese Ahnung genügte ihm, Klarheit über seinen inneren Status zu gewinnen, dass er noch nicht reif war zur Askese.

Nun war er sich klar über sein künftiges Vorgehen: Nicht etwa begehrte er die Aufnahme in den Orden des Erwachten, vielmehr bekundete er mit seinem Versprechen, künftig den Mönchen des Erwachten Almosen zu spenden, seinen Entschluss, wieder ins Hausleben zurückzukehren und dort seine Liebe zu den Asketen und seine Sehnsucht zur Weltüberwin-

dung, für die er jetzt noch nicht reif war, in der ihm gemäßen Weise zu betätigen, für die er schon reif war: als spendenfreudiger Unterstützer des Ordens in der damit gegebenen liebenden und ehrfürchtigen Begegnung mit „wahren Menschen“, den Heilsgängern oder gar Heilgewordenen unter den Mönchen und in der immer fortschreitenden Belehrung durch diese Wissenden.

Er hat in dieser wirren Welt die sichere Wegweisung gefunden, hat sie verstanden und folgt ihr.



JIVAKO  
55. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Jīvako, der berühmte Arzt zur Zeit des Erwachten, der mit Naturmitteln heilte, war der Leibarzt der Könige Bimbisāro und Ajātasattu von Magadhā und der Mönche. Jedem kranken Mönch widmete sich Jīvako mit aller Hingabe. Es heißt von ihm, dass er ein Heilsgänger war, d.h. mindestens den Strom-eintritt erlangt hatte. Er schenkte dem Orden das ganze Gelände seines Mangohains und baute es zu einem Klostergebiet aus. So wie Anāthapindiko der große Wohltäter des Ordens in der Hauptstadt des Reiches Kosalo war, so war Jīvako der große Wohltäter des Ordens in der Hauptstadt von Magadhā.

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Rājagaham, im Mangohain Jīvakos, des Hofarztes.*

*Da nun begab sich Jīvako, der Hofarzt, zum Erhabenen hin, begrüßte den Erhabenen ehrerbietig und setzte sich zur Seite nieder. Zur Seite sitzend sprach nun Jīvako, der Hofarzt, zum Erhabenen:*

*Gehört hab ich, o Herr: „Sie schlachten Lebewesen für den Mönch Gotamo; der Mönch Gotamo isst wesentlich Fleisch, das für ihn zubereitet wurde, von Tieren, die um seinetwillen getötet wurden.“ Die da solches, o Herr, gesagt haben, haben die wirklich des Erhabenen Worte gebraucht und den Erhabenen nicht zu Unrecht angeführt? Haben sie der Lehre gemäß geredet, so dass sich kein Grund zum Tadel daraus ergibt? –*

*Die da, Jīvako, solches gesagt haben, die haben nicht meine Worte gebraucht und haben mich ohne Grund, zu Unrecht angeführt. Ich sage, Jīvako, dass es drei Fälle gibt, in denen Fleisch nicht gegessen werden sollte: Wenn der Mönch sieht, hört oder vermutet, dass*

*das Lebewesen für ihn geschlachtet worden ist. Ich sage, dass in diesen drei Fällen Fleisch nicht gegessen werden sollte. Ich sage, dass es drei Fälle gibt, in denen Fleisch gegessen werden darf: Wenn der Mönch es nicht sieht, nicht hört und nicht vermutet, dass das Lebewesen für ihn geschlachtet worden ist. Ich sage, dass in diesen drei Fällen Fleisch gegessen werden darf.*

*Da lebt, Jivako, ein Mönch in der Umgebung eines Dorfes oder einer Stadt. Liebevollen Gemüts strahlt er nach einer Richtung, dann nach einer zweiten, dann nach einer dritten, dann nach einer vierten, nach oben, unten, in alle Richtungen, überallhin durchstrahlt er die ganze Welt mit liebevollem Gemüt, mit weitem, hohem, nichtmessendem, von Feindschaft und Bedrängung freiem.*

*Dann kommt ein Hausvater oder der Sohn eines Hausvaters zu ihm und lädt ihn für den nächsten Tag zum Essen ein. Der Mönch nimmt an, wenn er mag. Wenn die Nacht vorüber ist, am Morgen, zieht er sich an, nimmt seine Schale und äußere Robe und begibt sich dorthin, wo jener Hausvater oder Sohn eines Hausvaters wohnt. Dort angekommen nimmt er auf dem dargebotenen Sitz Platz. Und es bedient ihn der Hausvater oder Sohn eines Hausvaters mit ausgewählter Almosenspeise. Da denkt er nicht: „Gut, wahrlich, ist es von diesem Hausvater oder Sohn eines Hausvaters, mich mit ausgewählter Almosenspeise zu bewirten. Ach, wenn mich doch dieser Hausvater oder Sohn eines Hausvaters auch ferner mit eben solcher ausgewählter Almosenspeise bewirten möchte!“ So denkt er nicht. Er nimmt diese Almosenspeise unverlockt, unverblendet, nicht hingerissen, das Elend sehend, der Entrinnung eingedenk ein. Was meinst du wohl, Jīva-*

*ko, hat etwa da der Mönch bei dieser Gelegenheit eigene Beschwer im Sinn oder hat er anderer Beschwer im Sinn oder hat er beider Beschwer im Sinn? – Das nicht, o Herr. –*

*Nimmt also, Jīvako, nicht der Mönch bei dieser Gelegenheit untadelhaft die Nahrung ein? – Allerdings, o Herr. –*

*Reden hab ich gehört, o Herr: „Brahma ist von Liebe erfüllt.“ Der Erhabene ist mein sichtbarer Zeuge dafür, denn der Erhabene ist von Liebe erfüllt. –*

*Jedes Zugeneigtsein, jedes Abgeneigtsein, jede Blendung, auf Grund deren Antipathie bis Hass entstehen könnte, ist vom Erhabenen überwunden worden, an der Wurzel abgeschnitten worden, einem Palmstumpf gleichgemacht worden, beseitigt worden, so dass er sich künftig nicht mehr entwickeln kann. Wenn sich deine Äußerung darauf bezieht, dann stimme ich dir zu. – Das, o Herr, habe ich mit meinen Worten gemeint. –*

*Da lebt, Jīvako, ein Mönch in der Umgebung eines Dorfes oder einer Stadt. Erbarmenden – freudevollen – gleichmütigen Gemütes strahlt er nach einer Richtung, dann nach einer zweiten, dann nach einer dritten, dann nach einer vierten, nach oben, unten, in alle Richtungen, überallhin durchstrahlt er die ganze Welt mit erbarmendem – freudevолlem – gleichmütigem Gemüt, mit weitem, hohem, nichtmessendem, von Feindschaft und Bedrängung freiem.*

*Dann kommt ein Hausvater oder der Sohn eines Hausvaters zu ihm und lädt ihn für den nächsten Tag zum Essen ein. Der Mönch nimmt an, wenn er mag. Wenn die Nacht vorüber ist, am Morgen, zieht er sich an, nimmt seine Schale und äußere Robe und begibt sich dorthin, wo jener Hausvater oder Sohn eines*

*Hausvaters wohnt. Dort angekommen nimmt er auf dem dargebotenen Sitz Platz. Und es bedient ihn der Hausvater oder Sohn eines Hausvaters mit ausgewählter Almosenspeise. Da denkt er nicht: „Gut, wahrlich, ist es von diesem Hausvater oder Sohn eines Hausvaters, mich mit ausgewählter Almosenspeise zu bewirten. Ach, wenn mich doch dieser Hausvater oder Sohn eines Hausvaters auch ferner mit eben solcher ausgewählter Almosenspeise bewirten möchte!“ So denkt er nicht. Er nimmt diese Almosenspeise unverlockt, unverblendet, nicht hungerissen, das Elend sehend, der Entrinnung eingedenk ein. Was meinst du wohl, Jivako, hat etwa da der Mönch bei dieser Gelegenheit eigene Beschwer im Sinn oder hat er anderer Beschwer im Sinn oder hat er beider Beschwer im Sinn? – Das nicht, o Herr. –*

*Nimmt also, Jivako, nicht der Mönch bei dieser Gelegenheit untadelhaft die Nahrung ein? – Allerdings, o Herr. –*

*Reden hab ich gehört, o Herr: „Brahma ist von Erbarmen – Freude – Gleichmut erfüllt.“ Der Erhabene ist mein sichtbarer Zeuge dafür, denn der Erhabene ist von Erbarmen – Freude – Gleichmut erfüllt. –*

*Jedes Zugeneigtsein, jedes Abgeneigtsein, jede Blendung, auf Grund deren Rücksichtslosigkeit (vihasa) – Missmut (arati) – Widerstand (patigha) entstehen könnte, ist vom Erhabenen überwunden worden, an der Wurzel abgeschnitten worden, einem Palmstumpf gleichgemacht worden, beseitigt worden, so dass es sich künftig nicht mehr entwickeln kann. Wenn sich deine Äußerung darauf bezieht, dann stimme ich dir zu. – Das, o Herr, habe ich mit meinen Worten gemeint. –*

*Wer da Lebendiges umbringt, erwirbt sich fünffache schwere karmische Belastung (bahum apuññam). Dadurch dass er befiehlt: „Geht hin und bringt jenes Tier dort herbei“, erwirbt er sich als 1. schwere karmische Belastung. Weil dann das Tier, am Hals gefesselt, herbeigezogen wird, körperlichen Schmerz (an der Kehle) und geistigen Schmerz (Angst und böse Vorahnungen) empfindet, erwirbt er sich zum 2. schwere karmische Belastung. Weil er dann spricht: „Geht hin und tötet dieses Tier“, erwirbt er sich zum 3. schwere karmische Belastung. Weil dann das Tier beim Töten körperlichen und geistigen Schmerz, Qual und Angst, empfindet, erwirbt er sich zum 4. schwere karmische Belastung. Weil er dann dem Erwachten oder den Mönchen des Erwachten unpassende Nahrung gibt, erwirbt er sich zum 5. schwere, karmische Belastung.–*

*Nach diesen Worten sprach Jīvako, der Hofarzt, zum Erhabenen: Wunderbar, o Herr, außerordentlich, o Herr. Die Mönche ernähren sich mit zulässiger Nahrung. Die Mönche ernähren sich mit untadeliger Nahrung. – Vortrefflich, o Herr, vortrefflich, o Herr! Als Anhänger möge mich der Erhabene betrachten, von heute an zeitlebens getreu. –*

### Schwere karmische Belastung

Welcher Art die schwere karmische Belastung ist, die sich Tiermörder erwirken, nennt der Erwachte (M 135):

*Da ist irgendeine Frau oder ein Mann mörderisch, grausam und blutigierig, gewohnt an Totschlag und ohne Mitempfinden mit den Lebewesen. Da lässt solches Wirken, angewöhnt und zu eigen gemacht, nach dem Versagen des Körpers jenseits des Todes abwärts geraten auf üble Bahn, zur Tiefe hinab in*

*höllisches Dasein; oder aber, wenn man nicht dorthin gelangt, sondern wieder Menschentum erreicht, wird man, wenn man neu geboren wird, kurzlebig sein.*

Näheres über die Qualen der Hölle s. M 129/130.

Reanimierte berichten, in ihren Körper wieder zurückgekehrt, von ihren Erlebnissen in der Hölle.

*Der Wagen rauschte jetzt über eine Ebene dahin. Darauf lagen mit einem Strick um den Hals Wesen, säuberlich in kleine Stücke zerteilt. Mātali deutete hinunter und sprach:*

*„Die waren Schafs- und Schweinemetzger oder Fischer und haben Rinder, Büffel, Schafe und andere Tiere erschlagen und im Schlachthaus zerstückelt. Weil sie dort grausam, hart das Schlechte mehrten, darum liegen sie nun selber zerstückelt da.“ (J 541)*

Ein längerer Bericht aus Japan beschreibt die Folgen des Schlachtens oder des Schonens von Tieren:

*In der japanischen Provinz Settsu wohnte vor vielen hundert Jahren in dem Dorf Nadekubo ein wohlhabender Gutsbesitzer. Den verfolgte jahrelang das Unglück in Haus und Hof, in Stall und Feld. Er hatte sonderbare Erscheinungen, so dass er sicher war, ein Dämon verfolge ihn. Er unternahm vielerlei an alten Bräuchen, um den Dämon loszuwerden, nichts half. Da entsann er sich in seiner Not eines Brauchs aus dunkler Vorzeit: Er schlachtete jedes Jahr ein Rind, schnitt ihm die vier Füße ab und legte sie auf dem Opferschrein nieder – sieben Jahre lang. Es war ihm von Anfang an nicht wohl dabei, wenn ihn das Opferrind angstvoll anblickte und dann unter dem Schlachtbeil brüllend zusammenbrach und sein Leben aushauchte. Jedes Jahr wurde es ihm schwerer, und nach dem Opfer im siebenten Jahr nahm er sich vor damit aufzuhören, weil ihm das Töten immer mehr zuwider war.*

*Aber nun wurde er krank. Er ließ die besten Ärzte holen – erfolglos. Er befragte Wahrsager, ließ Beschwörungszere-*

nien durchführen – es wurde nur immer schlimmer – sieben Jahre lang. Er dachte viel nach. Schließlich wurde ihm klar, was er schon die ganze Zeit zuinnerst gewusst hatte: seine körperliche Qual kam von der Qual seines Gewissens, das brannte, weil er Jahr für Jahr ein Rind getötet hatte. Im Geist sah er vor sich die angstvollen Augen der sanften Tiere, hörte ihr Todesbrüllen, sah die letzten Zuckungen ihrer Körper. Er verdrängte diese Erinnerungen nicht, sondern sah ihnen ins Auge, dachte voll Mitempfinden an seine Opfer und nahm sich vor, das, was er ihnen angetan hatte, an anderen Wesen wieder gutzumachen. Er nutzte jeden Feiertag zur Besinnung und schickte Beauftragte in die ganze Umgebung, um für den Tod bestimmte Tiere freizukaufen: vom Frosch, dem die Schenkel als Speise ausgerissen werden sollten, bis zum Opferrind, vom Vogel im Feinschmecker-Gasthaus bis zum ausgedienten Pferd beim Rossschlächter; manchmal kreisten ganze Schwärme freigelassener Vögel über seinem Haus.

Als das siebente Jahr, seit er die Rinderopfer aufgegeben hatte, zu Ende ging, merkte er, dass seine Todesstunde gekommen war. Er nahm Abschied von seiner Frau und seinen Kindern und bat sie – er wusste selbst nicht recht warum – seinen Leichnam erst neun Tage nach dem Tod zu begraben. Dann schloss er die Augen. Das Leben entwich aus dem Körper, den die Familie neun Tage lang aufbahrte, wie er es gewünscht hatte.

Am neunten Tag trat die Witwe an die Bahre, um den Leichnam für die Beisetzung vorzubereiten. Sie betrachtete ihn lange. Es war keine Spur von Verwesung zu merken, die Züge waren unverändert. Tränen traten ihr in die Augen, so dass ihr der geliebte Anblick zu verschwimmen begann, und sie dachte: „Nun ist es, als ob er sich noch einmal bewegte, aber das machen nur meine Tränen.“ Sie wischte sich die Augen, um mit ihrer Arbeit fortzufahren, aber da regte sich der Körper immer noch. Sie hielt ihm einen Spiegel vor den Mund: er beschlug – und nun öffnete der Verstorbene gar die Augen und sah seine Gattin wie von weither an.

*Sie jubelte: Er lebt, er lebt! – Die Kinder stürzten herbei und umringten den Vater: Wie geht es dir, was war mit dir! –*

*Der tat einen tiefen Atemzug, richtete sich, von seiner Frau gestützt, mühsam auf, schaute alle mit einem Blick an und sprach:*

*Ich habe etwas erlebt, das werde ich nie vergessen: Ich war gestorben, etwas zog mich aus dem Körper. Ich war plötzlich umringt von sieben Gestalten; die hatten Körper wie Menschen, aber Köpfe wie Rinder. Sie brummten und schnoben; mit groben Händen verknoteten sie ein festes Seil in meinen langen Haaren. An dem Seil zerrten sie mich davon wie ein Stück Schlachtvieh. Ich hatte entsetzliche Angst. Vor uns tauchte ein dunkles schlossartiges Gebäude auf, und sie zogen mich auf das weit geöffnete finstere Tor zu. Was ist das, wohin bringt ihr mich? –, fragte ich. Die zottigen Wesen mit den Rinderköpfen sahen mich mit großen drohenden Augen an und stießen mich wortlos hinein. Ich stand vor einem ernststen Mann von königlicher Gestalt. Mit einem herrischen Wink ließ er mich auf der einen Seite und die sieben rindsköpfigen Wesen auf der anderen Seite vor ihn hintreten und sprach zu den Sieben: Das ist der Mann, der euch getötet hat. Was habt ihr vorzubringen? – Die Sieben hatten plötzlich – ich weiß nicht woher – Schlachtmesser und Hackbretter in den Händen und brüllten: Gib ihn her, wir wollen ihn zerhacken und fressen, weil er uns geschlachtet hat. – Sie zerrten an dem Seil, mit dem sie mich gebunden hatten. Ich war halb wahnsinnig vor Angst und wusste doch, dass es kein Entrinnen gab. Da hörte ich hinter mir ein vielfaches Stimmengewirr; durch das Tor quollen tausend und abertausend Gestalten herein, banden mich los und sprachen zu der königlichen Erscheinung – es muss wohl der Totenrichter <sup>118</sup> gewesen sein: Gib ihn frei! Er hat sie nur getötet, um einen bösen Geist zu besänftigen, der ihn jahrelang geplagt hat, der ist der eigentlich Schuldige. – Die sieben Rindsköpfigen brüllten ihre Anklagen dagegen.*

---

<sup>118</sup> Über den Totenrichter s. den Kommentar zu M 129/130



*Meine Fürsprecher erwiderten etwas, ich stand dazwischen. Der königliche Richter hörte schweigend zu. So ging Rede und Widerrede hin und her und hin und her, tagelang. Mir dröhnte der Kopf und pochte das Herz zum Zerspringen. Schließlich wurden die sieben Rindsköpfigen ganz wild und verlangten: Jedem von uns hat er die vier Füße abgeschnitten, er steht uns zu, wir wollen ihn zerhacken und auffressen. Gib ihn her, es ist unser Recht! – Die Tausende meiner Fürsprecher aber hielten dem König vor: Es war ihm nicht wohl dabei, als er die Sieben schlachtete. Er tat es nur, um dem Dämon zu opfern; später hat er seinen Fehler eingesehen, und uns allen hat er Gnade und Erbarmen erwiesen. Deswegen verdient auch er Gnade und Erbarmen. Sprich ihn frei! –*

*Da gebot der königliche Richter mit einer Handbewegung Schweigen und sprach: Ich werde morgen das Urteil verkünden. –*

*Wie ich die Zeit bis zum anderen Tag zubrachte, vermag ich nicht zu schildern. Am anderen Tag – es war der neunte – traten wir alle wieder vor den Totenrichter. Es war ganz still. Er sprach: Ich schließe mich der Mehrheit an – und wies auf die Tausende und Abertausende meiner Fürsprecher.*

*Die sieben Rindsköpfigen grunzten und brummten empört: Ein Jammer ist das, dass dieses schreiende Unrecht nicht vergolten wird, das er uns angetan hat. – Sie stampften erregt hinaus. Die Tausende meiner Fürsprecher aber geleiteten mich ehrerbietig aus dem Schloss des Richterkönigs. Vor dem Tor stand eine Sänfte; sie ließen mich darin Platz nehmen und bedeuteten mir, sie würden mich heimbringen. O, ihr Guten, wer seid ihr nur, dass ihr mir so geholfen habt? –, fragte ich. Da antworteten sie: Kannst du dir das nicht denken? Wir sind die vielen, vielen Lebewesen, die du im Lauf von sieben Jahren losgekauft und freigelassen hast. Das haben wir dir nicht vergessen, und wir sind froh, dass wir es dir jetzt entgelten konnten. – Und dann setzten sie die Sänfte ab, es gab einen kleinen Ruck, ich schlug die Augen auf und war wieder in meinem Körper hier bei euch. –*

*Tag für Tag gedachte der vom Totenrichter Wiedergekehrte seiner Erlebnisse. Ganz klar sah er nun das Walten des Gesetzes von Saat und Ernte, und danach richtete er künftig sein Leben ein. Den Feiertag widmete er der Besinnung, und mit großer Freude kaufte er, wo er konnte, gefährdete Lebewesen los und ließ sie frei.*

*Seine Geschichte verbreitete sich im Land. Bald hieß er nur noch „Der Gast des Königs der Unterwelt“. Weil er so vielen, kaum zählbaren Lebewesen Schonung, Freiheit und Sicherheit gewährte, blieb sein Körper von Krankheiten und Verletzungen verschont. Kerngesund bis in seine letzten Erdentage ging er mit über neunzig Jahren still und friedlich hinüber in die andere Welt.*

aus dem Konjaku-Monogatari

*Nicht Lebendiges umbringen –  
die erste Tugendregel des Erwachten*

*Lebewesen zu töten, das hat er aufgegeben. Dem Töten von Lebewesen widerstrebt sein Wesen. Ohne Stock, ohne Schwert, teilnehmend und mitempfindend hegt er zu allen Wesen Liebe und Mitempfinden.*

Eine Verkürzung der Tugendregel ist es, wenn man zwar selber die Untat nicht tut, aber andere sie für sich tun lässt und dies billigt. Wenn man z.B. selber kein Tier töten mag, aber dafür jemanden anstellt oder den, der vom Töten lebt, unterstützt. Die Tugendregel ist also erst dann voll innegehalten, wenn man sie

- 1. selber befolgt,*
- 2. keinen anderen veranlasst, sie zu übertreten*
- 3. das Übertreten durch andere nicht gutheißt*  
*(A IV,261, X,212, S 55,7)*

Der Bereich „Lebewesen“ geht weit über den Bereich der Menschen hinaus; dazu gehören auch über- und untermenschliche Geister (deren feinstofflicher Körper verletzt werden kann) und alle Tiere. Nicht töten heißt daher: alle Wesen schonen, denn Töten ist äußerste Nichtbeachtung aller Anliegen, ist stärkstes Entreißen, Entreißen des Körpers. Darum rät der Erwachte auch von allen Berufen ab, durch die der Mensch sich selber oder andere dazu bringt, Lebewesen zu töten oder zu quälen:

*Folgende fünf Arten des Handels sollte der Nachfolger der Lehre des Erwachten nicht ausüben. Welche fünf? Handel mit Waffen, Handel mit Lebewesen, Handel mit Fleisch, Handel mit Rauschmitteln, Handel mit Giften. (A V,177)*

Wer die Regel, nicht zu töten, in vollem Umfang konsequent einhalten will, mag sich fragen, welcher Art dann unser Lebensunterhalt, unsere Nahrung sein solle. Aber die Zweitrangigkeit dieser Frage erkennen wir dann am besten, wenn wir den Wortlaut der Tugendregel:

*Ohne Stock, ohne Schwert, teilnehmend und rücksichtsvoll hegt er zu allen lebenden Wesen Liebe und Mitempfinden*

in seiner ganzen Bedeutung erfassen. Es geht hier in erster Linie um die Gesinnung des Mitfühlers. Wenn wir diese immer mehr gewinnen, dann ist es uns eine Selbstverständlichkeit, dass wir so wenig wie möglich zum Töten beitragen. Diese Gesinnung des Mitempfindens begegnet uns wohl hier oder da in unserer Umgebung, aber sie gehört nicht zur gewöhnlichen Grundhaltung des Menschen. Der westliche Mensch war in der Regel bis in unsere Zeit hinein in der Auffassung erzogen, er sei von Gott als „Krone der Schöpfung“ erschaffen worden, ihm sei die Welt gegeben, Tiere, Wald und Feld stünden zu seiner Verfügung. Er könne damit schalten und walten, wie er es für gut und richtig halte. So sagte *Martin Luther*:

*Alle Meere und Wasser sind unsere Trinkkeller; alle Wälder und Hölzer sind unsere Jägerei..., denn es ist alles um unser, der Menschen willen, geschaffen. (Tischgespräche)*

Die Aussagen des Erwachten sind sehr anders. Der Erwachte zeigt ( S 15,13) die unendliche Weite des Samsāra mit den Worten:

*Unausdenkbar ist ein Anfang dieser Wandelwelt. Ein Anfang ist nicht zu erkennen bei den wahngestörten, durstverstrickten Wesen, die im Samsāra umhertreiben. Was ihr auch erblicken mögt an Übelgewordenem, Übelgeratenem, als gewiss kann da gelten: „Auch wir haben solches erfahren auf dieser langen Laufbahn.“ Was ihr auch erblicken mögt an Wohlbefinden, Wohlgedeihen, als gewiss kann da gelten: „Auch wir haben solches erfahren auf dieser langen Laufbahn.“*

*Was denkt ihr, Mönche, was ist wohl mehr: das Blut, das auf diesem langen Weg, während ihr immer wieder zu neuer Geburt und neuem Tod eiltet, bei eurer Enthauptung dahinfloss – oder das Wasser der vier großen Meere? –*

*So wie wir, o Herr, die von dem Erhabenen gezeigte Lehre verstehen, haben wir auf diesem langen Weg, während wir immer wieder zu neuer Geburt und neuem Tod eilten, bei unserer Enthauptung wahrlich mehr Blut vergossen, als Wasser in den vier großen Meeren enthalten ist. –*

*Gut, gut, ihr Mönche, ist es, dass ihr die von mir gezeigte Lehre so versteht: Mehr Blut freilich, ihr Mönche, habt ihr auf diesem langen Weg, immer wieder zu neuer Geburt und neuem Tod eilend, bei eurer Enthauptung vergossen, als Wasser in den vier großen Meeren enthalten ist.*

*Lange Zeit hindurch habt ihr, Mönche, als Rinder und Kälber bei eurer Abschachtung wahrlich mehr Blut vergossen, als Wasser in den vier großen Meeren enthalten ist;*

*lange Zeit hindurch habt ihr, Mönche, als Büffel und Büffelfelje – als Böcke und Zicklein – als Hühner, Tauben, Gän-*

*se – bei eurer Abschlachtung wahrlich mehr Blut vergossen, als Wasser in den vier großen Meeren enthalten ist;*

*lange Zeit hindurch habt ihr, Mönche, als Mörder verurteilt – als Räuber ergriffen – als Ehebrecher ertappt – bei eurer Hinrichtung wahrlich mehr Blut vergossen, als Wasser in den vier großen Meeren enthalten ist.*

*Wie aber ist das möglich? – Ohne Anfang, ihr Mönche, ist dieser Samsāra. Ein Anfangspunkt ist nicht zu erkennen bei den wahngestörten, durstverstrickten Wesen, die im Samsāra umhertreiben. – So habt ihr, Mönche, durch lange Zeit Leid erfahren, Qual erfahren, Unglück erfahren und das Leichenfeld vergrößert – lange genug, wahrlich, ihr Mönche, um von jeder Existenz unbefriedigt zu sein, lange genug, um sich von allem Dasein abzuwenden, lange genug, um sich davon zu erlösen.*

Der Hinblick auf den anfanglosen Kreislauf der Wesen zeigt deutlich, dass es keine absoluten Herrscher im Bereich des Lebens gibt. Alle Wesen sind durch ihre Taten das geworden, was sie sind, auch Gott, auch die höchsten Götter. Alle befinden sich innerhalb des Daseinskreislaufs, innerhalb dessen sie steigen und sinken je nach ihrem Wirken.

Es gibt kein Lebewesen – in dem uns zugänglichen Bereich vom winzigsten Käfer bis zum riesigen Elefanten oder in Bereichen darüber hinaus vom niedrigsten Lebewesen bis zum höchsten –, das sich nicht auf dieser anfanglosen Wanderung befindet. Der Durst rast und wandelt sich dauernd, und je nach dem gewandelten Durst wird eine neue Daseinsform ergriffen. Auch diese Form zerfällt wieder – der Durst besteht weiter.

So gibt es nach dem Erwachten keine Lebensform, von der niedrigsten bis zur höchsten, in der ich nicht schon ungezählte Male gelebt hätte. Was mir auch an *Würdigem und Unwürdigem* begegnet – hohe Gottheit, Ratte, Wurm, das erbärmlichste Tier – alles dieses bin auch ich unendlich oft gewesen auf der langen Daseinswanderung, ebenso wie alle diese Wesen schon unendliche Male Mensch gewesen sind. Darum kommt es gar

nicht darauf an, in welcher Gestalt ich mich gerade vorfinde in diesem anfangslosen Kreislauf. Wollte ich die Wesen ausnützen, die jetzt gerade weniger Kraft haben als ich selber, dann wäre ich sehr bald selbst wieder derjenige, den die anderen ausnutzen. – *Tat tvam asi – das bist du*, sieht der tieferdenkende religiöse Mensch bei allem Umgang mit lebenden Wesen, „das bist du, das ist dein Bruder, deine Schwester, dein Kind, deine Eltern, das bist du selber.“

Was ich jetzt aus der unendlich großen Vielfalt der Erscheinungen als „mir zugehörig“ zum Unterschied von „den anderen“ als „mein Ich“ ansehe, das ist nur die augenblickliche Art in der unendlich langen Reihe der bisher erlittenen Daseinsformen; das heißt: wir sind alles schon gewesen in der zurückliegenden anfangslosen Zeit, haben jegliche Daseinsform bereits durchlebt. Ich bin unendliche Male das gewesen, was du jetzt bist. Du bist unendliche Male das gewesen, was ich jetzt bin.

Dasselbe sagt der griechische Philosoph *Empedokles* in seinen gegen das Schlachten der Tiere gerichteten Worten:

*Seinen Sohn, den geliebten, der nur die Gestalt hat gewechselt, schleppt zur Schlachtbank der verblendete Vater. Noch auf dem Weg fleht dieser zum Schlächter; doch taub dem Gewimmer – schlachtet ihn der und rüstet zu Haus die schreckliche Mahlzeit, dabei Gebete noch sprechend. – So ergreift auch den Vater der Sohn, ergreifen die Kinder die Mutter, rauben einander das Leben und schmausen vom Fleisch der Lieben.*

Wohl jeder Mensch empfindet beim Schlachten eines Tieres, dass das Tier nicht sterben will, dass es sich mit allen ihm zur Verfügung stehenden Mitteln dagegen wehrt. Weil das so offensichtlich ist und dem menschlichen Empfinden so viel näher als etwa die dem Menschen nicht oder doch kaum sichtbare Reaktion einer Pflanze, deshalb vermeidet es der auf rechtes Tun bedachte Mensch und besonders der Kenner der Lehre, Tiere zu töten oder töten zu lassen. Wer aber tiefer blickt,

weiß, dass es keinerlei Nahrung gibt, durch welche nicht mittelbar oder unmittelbar verwandtes Leben vernichtet wird. Das können wir zwar durch allgemein schonenden Umgang mit allem Lebendigen mildern, indem wir z.B. pflanzliches Leben nicht mutwillig oder spielerisch oder zum bloßen Luxus zerstören; aber wir können es, solange wir Menschen sind, nicht verhindern, irgendwie zu töten. Wollten wir das ganz vermeiden, so wüssten wir keinen Platz mehr, wohin wir den Fuß setzen könnten.

Aber darum geht es nicht; es geht um die innere Einstellung zum Töten. Die Frage der Läuterung ist in erster Linie eine Frage der Gesinnung, des Gemüts und nicht vorwiegend des äußeren Tuns. Entscheidend ist, ob wir die Absicht haben zu töten oder nicht. Wir wissen wohl, dass wir mit jedem Atemzug oder jedem Schritt in der Natur, in Wald und Feld, töten, aber in unserer gegenwärtigen Existenz als Menschen können wir gar nicht anders. Um aus allem Töten herauszukommen, muss man daher den Samsāra überhaupt überwinden. Es geht also nicht so sehr um die verschiedenen Möglichkeiten unseres äußeren Verhaltens, sondern um die dahinter stehende Gesinnung. Das Wissen, Menschen und Tiere können gar nicht anders als auf Kosten anderer leben, ist für den ernsthaft strebenden Menschen ein innerer Aufruf. Je tiefer und durchdringender er das Unwürdige und Erbärmliche dieser Situation erkennt, um so stärker kommt er zu dem intensiven Bemühen, sich herauszuarbeiten.

Man kann sich vorstellen, wie es in einem Kulturraum aussieht, in dem es den Menschen zur selbstverständlichen Gewöhnung geworden ist, die Bedürfnisse der anderen Wesen, einschließlich der Tiere und Pflanzen, zu beachten, und zwar in liebender Gesinnung, die den anderen als sich gleich erkennt, wie es etwa in D 30 beschrieben ist:

*Nicht mit der Faust, mit Steinwurf nicht und Stockschlag,  
nicht mit dem Schwert, um irgend hinzumorden je,  
verschüchternd nie, bedrückend und bedrohend nicht:*

*verletzen mocht' er keinen, keinen kränken nur.*

Man findet diesen Geist der gegenseitigen Rücksichtnahme, der Kameradschaft heute noch manchmal in einzelnen Familien. Da geht es darum, diesen Kreis der Zugehörigkeit und Rücksichtnahme zu erweitern und auszudehnen auf alle Menschen, ohne irgend jemanden auszuschließen. So wie eine Mutter oder ein Vater natürlicherweise ein starkes Mitempfinden mit ihren Kindern haben, so breitet der Übende den mütterlichen oder väterlichen Geist immer mehr aus, bezieht immer mehr Wesen ein. Eine solche Umerziehung ist keine schwere, anstrengende Sache, sie ist nur eine Frage der Beharrlichkeit und immer wieder erneuter Betrachtung.

Bei liebevoller Einstellung kann die hier im Westen so oft gestellte Frage, ob ein Wesen „Daseinsberechtigung“ habe, unmöglich aufkommen. Verblendete Vorstellungen, wie „Ungeziefer“, „Unkraut“, können in dieser Sicht gar nicht mehr auftauchen. Denn wenn man auch weiß, dass die einen Wesen für den Menschen nützlich, die anderen schädlich sind, so erkennt man doch, wie jedes Wesen Wohl ersehnt wie man selber: *tat tvam asi – das bist du.*

*Prof.Mahinda Palihewadana* schreibt (Daily News, Colombo, v.8.2.2006):

*Die Lehre des Buddha lässt es nicht bei der Belehrung bewenden, nicht zu töten. Der Buddha betont, wie wichtig es ist, dass wir alles Leben schützen und vor Üblem bewahren. Er lehrt liebendes Mitempfinden. Sabbe satta bhavantu sukhitatta: Mögen alle Wesen glücklich werden.*

*Der Buddha legte fest, dass rechte Lebensführung des im Haus Lebenden Verkauf von Fleisch ausschließt. Was bedeutet das? Es bedeutet, dass es in einer ausschließlich buddhistischen Gemeinschaft keinerlei Handel mit Fleisch geben kann. Aber wir werden nicht nur von dem bloßen Wunsch geleitet, eine Regel zu befolgen oder im nächsten Leben Verdienst für*



*uns zu erlangen, wenn wir den Entschluss fassen, nichts mit dem zu tun haben zu wollen, was Tiermörder uns anbieten. Wir fassen den Entschluss in dem klaren Wissen, was tatsächlich in der brutalen Welt geschieht, in der zu leben wir uns gewirkt haben.*

*In dieser Welt gibt es so etwas wie Tierfarmen. Diese sind verborgene Auswüchse moderner Industrie. Sie sind eine fürchterliche Grausamkeit, die sich ergibt aus dem Grundsatz moderner Industrie: größtmöglicher Gewinn bei niedrigsten Kosten. Daher rühren die gewissenlosesten Methoden moderner Tierfarmen: die Techniken „intensiver Einengung“, Verweigerung freier Bewegung und Unterdrückung aller Lebensäußerungen bei derart eingeengten Tieren – einschließlich der Entfernung der Jungen von dem Kontakt mit der Mutter, die Haltung in völliger Dunkelheit während langer Zeit, schmutzige und überfüllte Käfige und Ställe, Überfütterung, Unterfütterung, Beschneiden von Schnäbeln und Schwänzen, äußerst erbarmungslose Transportmethoden und schließlich der brutale Akt unvermeidbarer qualvoller Schlachtung. Die Schlachtung großer Tiere, Rinder, Schweine, Ziegen, Schafe, ist keine schnelle Aktion wie das Totschlagen einer Mücke. Es ist ein verabscheuungswürdiger, sich lang hinziehender Vorgang, der gegen das moralische Gewissen aller fühlenden menschlichen Wesen verstößt. Langsamer Mord, Quälerei, wie sie schlimmer nicht vorstellbar ist.*

*Ich meine nicht, dass wir Mücken totschiagen sollen oder dass das Töten kleinerer Tiere richtig ist. Die Erwähnung des schnellen Totschlags von Mücken soll nur die größere Grausamkeit bei der Schlachtung großer Tiere hervorheben.*

*Fleischiessen ist einer der Hauptgründe für die Umweltzerstörung des Planeten Erde. Wenige Menschen machen sich klar, dass 33% der gesamten Weltgetreideernte (und 70 % der riesigen US-Ernte) aufgebraucht wird, um den Viehbestand der Tierfarmen auf der Welt zu füttern. (Dies schließt nicht ein die schwer erfassbare Zahl von Rindern, Schweinen, Ziegen*

*und anderen Tieren in den bäuerlichen volkswirtschaftlichen Betrieben der Welt.)*

*Es heißt, dass die gesamte menschliche Bevölkerung ausreichend ernährt werden könnte mit nur einem Viertel des Korn- und Soja-Ertrags, der jetzt verbraucht wird, um den Viehbestand zu füttern, der für das Schlachthaus bestimmt ist.*

*Und das bedeutet, dass drei Viertel der riesigen Anbaufläche, die für die Ernährung dieses Viehbestands geopfert wird, umgewandelt werden könnte in Forstwirtschaft. Das allein wird viel von der Umweltverschmutzung rückgängig machen, die dieser Planet gegenwärtig erleidet mit all den Einbußen an Lebensqualität für jede Art von Lebewesen.*

*Das Wissen um diese Tatsache ist ein zwingender Grund für Millionen mitfühlender Wesen aller Glaubensrichtungen, auf Fleischessen zu verzichten und zum Vegetarismus und Veganismus überzugehen.*

Wie stark sich der Erwachte gegen das Töten von Tieren zu Opfer- und zu Nahrungszwecken aussprach, zeigt sich an seinem Bericht über jenen unseligen Tag in ferner Vorzeit, als die Menschen in Indien anfangen, Tiere zu töten. Er zeigt dieses Ereignis als Teil der Geschichte des Verfalls der Brahmanenkaste:

#### Das Brahmanengesetz (Sn 284-315)

Eine große Schar von steinalten Brahmanen kam in Sāvatti zum Kloster Anāthapindikos im Jetahain zum Erwachten mit der besorgten Frage:

*Herr Gotamo, leben heutzutage die Brahmanen nach dem alten Brahmanengesetz? – Nein, Brahmanen, heute nicht mehr. – Es wäre gut, wenn uns der Herr Gotamo das alte Brahmanengesetz sagen würde, wenn es dem Herrn Gotamo nichts ausmacht. – Nun, Brahmanen, so hört gut zu und merkt*

auf, ich will es euch sagen. – Ja, Herr –, stimmten die Brahmanen zu. Der Erhabene sprach:

*Die alten Seher waren einst voll Inbrunst bei der Zügelung.  
Von den fünf Sinnessträngen fern, lebten sie dem eignen Heil.  
Brahmanen eignete kein Vieh,kein Geld,kein weltlicher Besitz:  
Ihr Reichtum war die Spruchweisheit, das höchste Gut,  
verborgner Schatz.*

*Was man als Spende ihnen gab,am Tor als Speise dargereicht:  
als Gabe aus Vertrauen und aus Heilssehnsucht sah'n sie es  
an.*

*Durch Kleidung, so und so gefärbt, durch Lagerstatt und  
Unterkunft –  
blühende Länder brachten so Verehrung den Brahmanen dar.  
Brahmanen war'n unantastbar, von Haft, Bewachung  
freigestellt,*

*und niemand hielt sie jemals fern vom Tore der Familie.  
Durch achtundvierzig Jahre hin als Brahmaschüler lebten sie,  
nach Wissen, Wandel strebend nur, so lebten die Brahmanen  
einst.*

*Brahmanentöchter nahmen sie zur Ehe, kauften keine Frau.  
Aus Hinneigung zur Ehe sich verbinden, das war ihnen lieb.  
Wenn es die rechte Zeit nicht war, die Zeit der Regel, hielt  
sich fern  
von dem Verkehr mit seiner Frau, wer damals ein Brahmane  
war.*

*Geistliches Leben, Tugendart, Geradheit, Milde, Innigkeit,  
Sanftmut und Freisein von Gewalt und die Geduld, das  
priesen sie.*

*Der Beste unter ihnen rang um Brahma mit so großer Kraft,  
dass nicht einmal im Schlaf er sich mehr hingab der  
Geschlechtlichkeit.*

*Nach seinem Vorbild streben dann noch einige Klarsehende.  
Brahmisches Leben, Tugendart, Geduld, das priesen nun  
auch sie.*

*Reis, Lagerstatt und das Gewand und Butter, Öl erbateten sie.*

*Vom redlich so Empfangenen, da brachten sie ihr Opfer dar.  
 Bei einem Opfer solcher Art, da schlug man niemals Rinder  
 tot:  
 Den Eltern und dem Bruder gleich, wie Glieder der Familie  
 sind  
 die Rinder unser bester Freund: Von ihnen kommt die Medi-  
 zin.  
 Sie spenden Nahrung, Leibeskraft und Schönheit, körperliches  
 Wohl. –  
 So sah 'n sie den Zusammenhang, sie schlugen niemals Rinder  
 tot.  
 Voll Anmut, hochgewachsen, schön, in hohem Anseh'n lebten so  
 Brahmanen nach dem alten Brauch und taten kraftvoll ihre  
 Pflicht.  
 Als sie auf Erden wandelten, da war der Menschheit Blütezeit.  
 Dann aber fing der Abstieg an: Allmählich sah 'n sie immer  
 mehr  
 des Königs Glanz und Herrlichkeit, die Frau'n in Putz und  
 Schmuck und Zier  
 und Wagen, edelrossbespannt und feine Decken, reich bestickt,  
 Paläste, an Gemächern reich, nach wohlbemess'nem Plan  
 gebaut,  
 umgeben rings von Weideland, und drin bewohnt von schönen  
 Frau'n.  
 Auf diesen Menschenreichtum sah 'n voll Habsucht die  
 Brahmanen hin.  
 Da dachten sie sich Sprüche aus, schritten zu Fürst Okkāko  
 hin:  
 „Du hast so viel an Geld und Gut. Bring Opfer, groß ist dein  
 Besitz, bring Opfer, riesig ist dein Schatz!“  
 Der König gab der Brahmanen Einfluss nach,  
 schenkt' Pferde, Menschen opfernd her und führte alle Opfer  
 ein.<sup>119</sup>*

---

<sup>119</sup> Das bedeutet nicht Töten von Menschen, sondern Verschenken von Leibeigenen.

*Und nach den Opfern gab er dann an die Brahmanen Geld  
und Gut.  
Doch diese, zu Besitz gelangt – am Horten fanden sie  
Geschmack.  
Besessen von Begehrlichkeit, schwoll Durst in ihnen nur  
noch mehr.  
So dachten sie sich Sprüche aus, besuchten nochmals  
Okkāko:  
„Wie Wasser, Erde und wie Gold, wie Geld und Gut und wie  
das Korn,  
so ist das Rind dem Menschen wert. Zum Leben braucht man  
alles das:  
Bring Opfer! Groß ist dein Besitz! Bring Opfer! Riesig ist  
dein Schatz!“  
Der König, Wagenlenkerherr, gab der Brahmanen Einfluss  
nach:  
Viel hunderttausend Rinder ließ er schlachten bei dem  
Opferfest.  
Die nicht mit Huf und nicht mit Horn jemand etwas zuleid  
getan,  
die Kühe wie die Ziegen sanft, die Milch uns geben eimerweis’,  
die ließ der König an dem Horn hinschleifen unters  
Schlächterbeil.  
Die Götter, Ahnen, Indra selbst, Titanen und Dämonen  
schrie’n  
laut auf: „Welch ein Frevel!“ – als das Beil herabfuhr auf  
die Tiere all.  
Zuvor gab’s drei Gebrechen nur: Begehren, Hunger,  
Greisentum.  
Doch nach dem Morden an dem Tier entstanden  
achtundneunzig neu.  
So kam das Unrecht der Gewalt in lang vergangnen Zeiten  
auf:  
Unschuld’ge Wesen töten sie. So schänden Opferer das Recht.  
Solch niedrig alten Brauch verwirft ein Mensch, wenn er  
vernünftig ist,*

*und wo das Volk so etwas sieht, missbilligt es den Opferer.  
Seit so das Recht im Niedergang, zerfielen Bürger-,  
Dienerstand,  
der Kriegerstand ward uneins auch, der Mann missachtet  
seine Frau.  
Adel und Priester von Geburt und wem der Stamm sonst Halt  
noch gab,  
vergaßen ihre Standespflicht und gaben sich den Lüsten hin.  
(übers. von Fritz Schäfer)*

Die Opfergaben wurden nach dem Opfer zum Essen an die Besucher verteilt. So sind die Menschen im damaligen Indien auf den Geschmack am Fleischessen gekommen.

## UPĀLI

### 56. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Diese Lehrrede führt uns mitten hinein in die geistigen Auseinandersetzungen der verschiedenen Asketenschulen Indiens vor 2500 Jahren. Sie zeigt uns, wie an diesen Auseinandersetzungen auch die Hausleute teilnahmen, die sich als Anhänger und Förderer solcher Schulen bekannten. In dieser Lehrrede geht es um eine der damals verbreitetsten und aktivsten Glaubensrichtungen, die auch heute noch in Indien anzutreffenden Jinas. Wir sehen, wie streithaft und heftig solche Bewegungen oft um ihre Lehre und ihre Anhänger rangen, und sie lässt uns am Beispiel Upālis, eines reichen Brahmanen, miterleben, welch tiefen Eindruck die aus vollkommener Sicherheit geborene völlig streitlose Art machte, in welcher der Asket Gotamo (wie er von Fremden genannt wurde) oder der Buddha, der Erwachte (wie ihn seine Anhänger nennen) in der Sache unüberwindbar, aber in der Form des Vorgehens voll Verständnis für alles Menschliche – Gegner als freudige Anhänger gewann:

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Nālandā, im Mangohain Pāvārikos. Um diese Zeit nun hielt sich der Freie Bruder Nāhaputto bei Nālandā auf, mit einer großen Schar Freier Brüder.*

*Da begab sich nun Dīghatapassī, ein Freier Bruder, nach Nālandā um Almosenspeise, kehrte wieder zurück, nahm das Mahl ein und suchte dann den Mangohain Pāvārikos auf, ging dorthin, wo der Erhabene weilte, tauschte höflichen Gruß und freundliche, denkwürdige Worte mit dem Erhabenen und stellte sich zur Seite hin. Und an Dīghtapassī, den Freien Bruder, der zur Seite stand, wandte sich der Erhabene: „Es sind hier, Tapassī, Sitze bereit, wenn du willst,*

setze dich.“ So angedet nahm Dīghatapassī, der Freie Bruder, einen von den niederen Stühlen zur Hand und setzte sich zur Seite nieder. Und zu Dīghatapassī, dem Freien Bruder, sprach der Erhabene:

Wie viele Arten des Wirkens nennt der Freie Bruder Nāthaputto, um üble Wirkungen zu wirken, um üble Wirkungen in Gang zu setzen? – Der Freie Bruder Nāthaputto pflegt nicht die Bezeichnung „Wirken, Wirken“ zu verwenden; der Freie Bruder Nāthaputto pflegt die Bezeichnung „Streich, Streich“ zu verwenden. –

Wie viele Arten von Streichen beschreibt dann der Freie Bruder Nāthaputto, um üble Wirkungen zu wirken, um üble Wirkungen in Gang zu setzen? – Der Freie Bruder Nāthaputto beschreibt drei Arten von Streichen, um üble Wirkungen zu wirken, um üble Wirkungen in Gang zu setzen, nämlich den Streich in Taten, den Streich in Worten, den Streich in Gedanken. –

Wie denn, Tapassī, sind der Streich in Taten eines, der Streich in Worten ein anderes und der Streich in Gedanken wieder ein anderes? – Eines, Bruder Gotamo, ist der Streich in Taten, ein anderes der Streich in Worten und wieder ein anderes der Streich in Gedanken. –

Von diesen drei Arten von Streichen, Tapassī, die so aufgeteilt und unterschieden werden, welche Art von Streich gibt der Freie Bruder Nāthaputto als übelsten an, um üble Wirkungen zu wirken, um üble Wirkungen in Gang zu setzen: der Streich in Taten, der Streich in Worten oder der Streich in Gedanken? –

Von diesen drei Arten von Streichen gibt der Freie Bruder Nāthaputto den Streich in Taten als übelsten an, um üble Wirkungen zu wirken, um üble Wirkungen in Gang zu setzen, nicht so sehr den Streich in Worten



*und den Streich in Gedanken. –  
Den Streich in Taten sagst du, Tapassī? –  
Ich sage, den Streich in Taten, Bruder Gotamo. –  
Den Streich in Taten sagst du, Tapassī? –  
Ich sage, den Streich in Taten, Bruder Gotamo. –  
Den Streich in Taten sagst du, Tapassī? –  
Ich sage, den Streich in Taten, Bruder Gotamo. –  
So ließ der Erhabene Dīghatapassī, den Freien Bruder,  
diese Frage des Gesprächs dreimal bestimmt beant-  
worten.*

*Du aber, Bruder Gotamo, wie viele Arten von Strei-  
chen nennst du, um üble Wirkungen zu wirken, um  
üble Wirkungen in Gang zu setzen? – Der Vollendete  
pflegt nicht die Bezeichnung „Streiche, Streiche“ zu  
verwenden; der Vollendete pflegt die Bezeichnung  
„Wirken, Wirken“ zu verwenden. –*

*Wie viele Arten von Wirken nennst du, um üble Wir-  
kungen zu wirken, um üble Wirkungen in Gang zu  
setzen? – Ich beschreibe drei Arten von Wirken, um  
üble Wirkungen zu wirken, um üble Wirkungen in  
Gang zu setzen, nämlich das Wirken in Taten, das  
Wirken in Worten und das Wirken in Gedanken. –*

*Wie denn, Bruder Gotamo, sind der Streich in Ta-  
ten eines, der Streich in Worten ein anderes und der  
Streich in Gedanken wieder ein anderes? – Eines, Ta-  
passī, ist der Streich in Taten, ein anderes der Streich  
in Worten und wieder ein anderes der Streich in Ge-  
danken. –*

*Von diesen drei Arten von Wirken, Bruder Gotamo,  
die so aufgeteilt und unterschieden werden, welche Art  
von Wirken nennst du als übelste, um üble Wirkungen  
zu wirken, um üble Wirkungen in Gang zu setzen: das  
Wirken in Taten, das Wirken in Worten oder das Wir-  
ken in Gedanken? –*

*Von diesen drei Arten von Wirken nenne ich das Wirken in Gedanken als übelstes, um üble Wirkungen zu wirken, um üble Wirkungen in Gang zu setzen, nicht so sehr das Wirken in Worten und das Wirken in Taten. –*

*Das Wirken in Gedanken sagst du, Bruder Gotamo?–*

*Ich sage, das Wirken in Gedanken, Tapassī.–*

*Das Wirken in Gedanken sagst du, Bruder Gotamo? –*

*Ich sage, das Wirken in Gedanken, Tapassī. –*

*Das Wirken in Gedanken sagst du, Bruder Gotamo? –*

*Ich sage, das Wirken in Gedanken, Tapassī. –*

*So ließ Dīghatapassī, der Freie Bruder, diese Frage des Gesprächs dreimal bestimmt vom Erhabenen beantworten.*

*Darauf erhob sich der Freie Bruder Dīghatapassī und begab sich zu dem Freien Bruder Nāthaputto.*

Das ist die Weise, wie sich damals Menschen verschiedener Auffassung auseinandersetzten. Bevor sie zu diskutieren begannen, versicherten sie sich zuerst genau der beiderseitigen Thesen. Wenn sie den Eindruck hatten, dass der Gesprächspartner in einer entscheidend wichtigen Frage eine andere Auffassung hatte als sie, so legten sie diese durch die dreifache Wiederholung eindeutig fest. Dann konnten sie auf dieser geklärten Grundlage miteinander diskutieren. Aber in diesem Gespräch kommt es noch nicht zu einer Auseinandersetzung, es werden nur die Fronten geklärt. Die Gemeinsamkeit beider Auffassungen besteht darin, dass sie beide eine Wirkensmöglichkeit des Menschen im Denken, Reden und Handeln anerkennen.

Das Denken wendet der Mensch an, wenn er bei sich selbst etwas erreichen will (irgendetwas besser verstehen oder lernen, eine Eigenschaft sich angewöhnen oder etwas sagen oder handeln usw.). Das Reden wendet er an, wenn er bei anderen Menschen etwas erreichen will (sie zu anderen Ein-

sichten bringen will und dadurch zu anderem Tun und Lassen). Das Handeln durch Bewegen seiner Glieder und Entfaltung seiner Leibeskräfte wendet er an, um bei der Umwelt körperliche Veränderungen herbeizuführen (etwas körperlich schaffen, verändern, zerstören oder an andere Orte bringen). So sind diese drei Weisen der Aktivität nur drei verschiedene, dem jeweiligen Objekt angepasste Bahnen des Wirkens: das stumme, stille Denken gilt dem eigenen „Ich“, das tönende Wort gilt dem „Du“ und die Bewegung des Körperwerkzeugs gilt den körperlichen Erscheinungen der Umwelt. Unter diesen drei Aktionsweisen – so sagt der Erwachte – hat das Denken den größten Wirkungsbereich, indem ja auch jedes gesprochene Wort und jede Tat vorher oder während des Geschehens bedacht wird.

Hinter dieser Dreifältigkeit der Aktivität steht immer dasselbe Streben: das jeweilige Erlebnis zu verändern, die unangenehmen Erlebnisse zu beseitigen, die angenehmen Erlebnisse zu schaffen und zu erhalten. Es geht also immer nur darum, das Verlangte zu erlangen.

In den folgenden Ausführungen verstehen wir unter den Begriffen „Denken, Reden, Handeln“ ebenso wie unter den Begriffen „Gedanken, Worte, Taten“ die drei Formen der menschlichen Aktivität, während der Begriff „Wirken“ als Sammelbegriff für alle drei Arten der Aktivität gilt. Der Mensch kann also „wirken“ durch Denken, durch Reden und durch Handeln.

So wie ein Kriegsgeschütz den Zweck hat, die gefürchteten Feinde, von denen Leiden und Untergang droht, zu vernichten, und die Freunde, von denen das Angenehme und Erfreuliche kommt, zu schützen, so sind Wollen und Wille des Menschen dem Geschütz vergleichbar und ist all sein Wirken (in Gedanken, Worten und Taten) den Geschossen vergleichbar, die das Widerwärtige vernichten oder fernhalten wollen und das Angenehme herankommen und gedeihen lassen wollen. Aber ebenso wie bei falscher Richtung des Geschützes die Geschosse das Gegenteil bewirken können, indem sie die Reihen der

Freunde vernichten, so dass die Feinde um so unbehinderter hereinbrechen können, so auch muss das Wirken des Menschen, wenn es falsch gerichtet ist, wenn es also aus einem unrichtigen Wollen hervorgeht, gerade dazu führen, dass für den Menschen die ersehnten Erlebnisse sich mindern oder ganz ausbleiben, die unerwünschten aber womöglich zunehmen bis zum Entsetzen. So wie ein jedes Geschoss für den Schützen eine Wirkung hat, eine große oder kleine hilfreiche Wirkung oder eine große oder kleine schädliche Wirkung, so auch hat jedes Wirken des Menschen (in Gedanken, Worten oder Taten) Wirkungen für den Täter: die Erlangung des Ersehnten nimmt zu oder nimmt ab, Mangel und Not vergrößern sich oder verringern sich um ein Weniges bis zu den Extremen des Entsetzens und der Glückseligkeit. Diese Entwicklung geht langsam und fast unmerklich oder mit großer Schnelligkeit vorwärts. Darum ist es von entscheidender Bedeutung, dass man sich klar ist über die Folgen, welche das Wirken mit gesetzmäßiger Zwangsläufigkeit nach sich zieht.

Hier geht es nun nicht darum, welches diese Folgen sind, sondern darum, welches Wirken folgenschwerer ist: das Wirken in Gedanken oder in Worten oder in Taten. Beide Lehrer sind sich darin einig, dass die Qualität des menschlichen Wirkens die Qualität des Erlebens bedingt und beeinflusst, aber schon in der Wahl der Begriffe „Streich“ bei Nāthaputto und „Wirken“ beim Erwachten zeigt sich ein klaffender Gegensatz:

Der Freie Bruder Nāthaputto geht von der Auffassung aus: Welt und Ich sind an sich da. Weil die Welt da ist, darum sehe ich sie. Sie steht mir körperlich gegenüber. Deshalb ist mit „bloßen Worten“ oder gar „bloßen Gedanken“ nichts getan. Wenn ich die Welt verändern will, dann muss ich körperlich an ihr arbeiten. Darum gebraucht Nāthaputto für die Wirkensmöglichkeiten des Menschen den von K.E. Neumann mit „Streich“ übersetzten Pālibegriff „danda“= Stock oder Werkzeug. Diese Wortwahl erinnert an unser westliches technisches Denken, das ebenfalls unterstellt, die Welt sei an sich körperlich da, und wir könnten an ihr höchstens körperlich handelnd

etwas verändern und daneben auch an uns etwas verändern. Darum sagt der Freie Bruder: Der körperliche Einsatz sei das Entscheidende, nur mit dem Handeln mittels des Körpers könne man entscheidend etwas verändern, könne Übles und Gutes tun, nicht so sehr mit „bloßen Worten“ und noch weniger mit „bloßen Gedanken“ – eine Auffassung, die auch heute noch die geläufige Denkweise ist.

Der Erwachte aber lehrt: Die Welt, deren Sein wir behaupten, das Ich, dessen Sein wir behaupten – woher behaupten wir es? Weil es *erlebt* wird. Erleben, Wahrnehmen, Bewusstsein ist die „Substanz“ von Welt und Ich. „Welt“ und „Ich“ bestehen aus Bewusstsein, Wahrnehmung. Nur der in der „beschränkten Wahrnehmungsweise“ gefangene Mensch meint aus Verblendung, auf diese „Welt“ mit äußerer Aktivität einwirken zu können. Die Erwachten aber heißen deshalb Erwachte, weil sie aus der beschränkten Wahrnehmungsweise erwacht sind zur universalen Wahrnehmungsweise. Sie erkennen die nach außen gerichtete Aktivität des Menschen als den Fiebertraum eines Kranken, der sich im Kampf mit Feinden wähnt, obwohl er in Wirklichkeit nicht durch wahrgenommene Feinde gefährdet ist, sondern durch das Fieber. Seine Aktivität müsste sich also auf die Beseitigung des Fiebers, die Aufhebung des brennenden Durstes, der Triebe, richten.

All unser Wohl und Wehe – unser ganzes Schicksal – hängt allein von der Berührung der Triebe ab. Welche Art von Gefühlen – Wohl oder Wehe – dabei ausgelöst wird, ob wir Entsetzen oder Glück erleben – das hängt allein von Richtung und Empfindlichkeit der Triebe ab. Eine wirkliche Veränderung „des Schicksals“ ist allein möglich durch Änderung der Triebe – also nur durch geistige Akte, durch Denken.

Jeder Gedanke „Das ist schön, dies ist das Richtige, das ist gut, das ist mir nützlich und förderlich“ ist eine Vermehrung des dementsprechenden Bedürfnisses, des Triebs. Und jeder Gedanke: „Das ist mir schädlich, dies ist das Falsche, das ist schlecht und führt zum Schaden“ ist eine geistige Ausscheidung, ist eine Minderung des negativ bewerteten Triebs. So

wie jeder Windstoß in das Segel zu einer nach Richtung und Kraft genau entsprechenden Beeinflussung der Fahrtrichtung des Schiffes führt, so führt jede bewusst oder unbewusst vollzogene positive oder negative denkerische Bewertung des Menschen in jedem existentiellen Augenblick zu einer nach Richtung und Kraft genau entsprechenden Beeinflussung seiner Triebe und damit zu dem davon ausgehenden Tun und Lassen in Worten und Taten. Und jede feine Regung im Guten und Bösen und die mehr oder weniger unwiderstehlichen Leidenschaften im Groben und Gemeinen und die Zuneigung zum Edlen und Hohen – was alles den Menschen bewegt – es ist zusammengesonnen, zusammengetan worden aus irgendwann vollzogenen positiven oder negativen Bewertungen. Wie der ruhig in seinem Bett dahinziehende Fluss und wie der alle Ufer und Dämme überstürzende Strom doch nichts anderes ist als die Summe der in ihm versammelten Tropfen, so auch ist alles Begehren und Widerstreben, alle Leidenschaft des Menschen im Reinen und Gemeinen, im Göttlichen, Weltlichen und Teuflischen nichts anderes als die Summe der im Leben vollzogenen positiven oder negativen denkerischen Bewertungen entsprechend seiner Anschauung von dem, was ihn zum Heil oder zum Unheil führe.

Der Mensch bewertet in jedem Augenblick, und somit ernährt und wandelt er die Triebe der Psyche (*citta*) in jedem Augenblick. Mit jedem positiv bewertenden Blick, den wir ins Schaufenster werfen, mit dem wir angebotene Dinge begrüßen, wächst leise ein dementsprechendes Begehren und Bedürfen. Und mit jedem weiteren Blick wächst es mehr. Diese psychische Gegebenheit ist eine Grundkenntnis der Wirtschaftswerbung, die sie sich zunutze macht, und die die „Bedarfssteigerung“ anstrebt. Je mehr Filme der einen oder anderen Art, je mehr Geschichten und Bilder und Zeitschriften betrachtet und genossen werden, um so mehr wachsen die dahin gerichteten Triebe: geistige Nahrung. Jeder törichte, oberflächliche und sinnlose Gedanke sammelt Oberflächlichkeit, Törichtes und Sinnlosigkeit im Geist, in der Anschauung

an und mehrt die Neigung zu solchem sinnlosen Denken. Und jeder Gedanke: „Das werde ich mir nicht gefallen lassen“, nährt die Bereitschaft der Abwehr und Aggression und das sich daraus ergebende Reden und Handeln.

Alle nach außen in die Erscheinung tretende Aktivität des Menschen im Reden und Handeln ist nur zwangsläufige, automatische Folge des geistigen, aus geistiger Nahrung gefügten Seins – nämlich der Triebe der Psyche, die durch Denken ständig verändert wird. So wie ein Kriegsgeschütz, wenn es nach Westen gerichtet ist, dann auch zwangsläufig seine Geschosse nach Westen schicken muss, und wenn es nach Osten gerichtet ist, dann auch seine Geschosse nach Osten schicken muss, so ist alles menschliche Tun und Lassen im Planen, Reden und Handeln zwangsläufiger Ausfluss seines aus anschauungsbedingtem positiv oder negativ bewertendem Bedenken dauernd erwachsenen und dauernd sich wandelnden Wesens. Und so wie das Kriegsgeschütz dann die Feinde vernichtet, wenn es dahin gerichtet ist, wo die Feinde sind, sonst aber die eigenen Scharen vernichtet – so auch können Wille und Streben des Menschen, obwohl sie immer auf das eigene Wohl und Heil aus sind, doch nur dann zu Wohl und Heil führen, wenn Anschauung und Triebe, die den Willen bilden, durch richtige Wertung im Lauf der Zeit so gerichtet sind, dass das zu wirklichem Wohl und Heil Führende auch stark genug gewollt wird.

So ist also die Richtung des menschlichen Tuns – ob aufbauend oder zerstörend, heilvoll oder unheilvoll – letztlich abhängig von der Richtung des vom blinden Menschen „Persönlichkeit“ genannten Stranges ständig anderer Triebe, die durch bewertendes Denken beeinflusst werden. Darum ist *Denken* die wichtigste Wirkungsweise.

Dīghatapassī nimmt die Worte des Erwachten zur Kenntnis, sagt nichts und geht zu seinem Lehrer. Wir werden aus dem weiteren Verlauf der Rede sehen, dass Dīghatapassī Nāthaputto recht kritiklos ergeben und daher dem Erwachten nicht wohlgesonnen ist. Warum hat er dem Erwachten nicht wider-

sprochen? Dīghatapassī wusste wohl keine Widerlegung und wagte nicht, sich auf eine Diskussion mit dem Erwachten einzulassen. Als ein guter Schüler hat Dīghatapassī die Lehrsätze seines Meisters Nāthaputto nachgesprochen und berichtet ihm nun die Antwort des Erwachten:

*Zu dieser Zeit saß der Freie Bruder Nāthaputto mit einer sehr großen Schar von Anhängern aus Bālako zusammen, wobei Upāli der herausragendste von ihnen war. Der Freie Bruder Nāthaputto sah den Freien Bruder Dīghatapassī in der Ferne kommen und fragte ihn: Wo kommst du am hellichten Tag her, Tapassī? – Ich komme vom Asketen Gotamo, o Herr. – Hattest du eine Unterhaltung mit dem Mönch Gotamo, Tapassī? – Ich hatte eine Unterhaltung mit dem Mönch Gotamo, o Herr. – Wie war deine Unterhaltung mit ihm, Tapassī? – Da berichtete der Freie Bruder Tapassī dem Freien Bruder Nāthaputto seine ganze Unterhaltung mit dem Erhabenen.*

*Nach diesem Bericht sagte der Freie Bruder Nāthaputto zu ihm: Gut, gut, Tapassī! Der Freie Bruder Tapassī hat dem Mönch Gotamo wie ein wohlunterrichteter Schüler, der die Lehre seines Lehrers richtig versteht, geantwortet. Was zählt der unbedeutende Gedankenstreich schon im Vergleich zum Streich in Taten? Im Gegenteil, der Streich in Taten ist am übelsten, um üble Wirkungen zu wirken, um üble Wirkungen in Gang zu setzen, nicht so sehr das Wirken in Worten und das Wirken in Taten. –*

*Nach diesen Worten sagte der Hausvater Upāli zum Freien Bruder Nāthaputto: Gut, gut war das von Dīghatapassī, o Herr! Der ehrwürdige Tapassī hat dem Mönch Gotamo wie ein wohlunterrichteter Schüler, der die Lehre seines Lehrers richtig versteht, geantwortet.*



*Was zählt der unbedeutende Gedankenstreich schon im Vergleich zum Streich in Taten? Im Gegenteil, der Streich in Taten ist am übelsten, um üble Wirkungen zu wirken, um üble Wirkungen in Gang zu setzen, nicht so sehr das Wirken in Worten und das Wirken in Gedanken. Jetzt, o Herr, werde ich gehen und die Lehre des Mönchs Gotamo auf der Grundlage dieser Feststellung widerlegen. Wenn der Mönch Gotamo vor mir aufrechterhält, was der ehrwürdige Dīghatapassī ihn aufrechterhalten ließ, dann werde ich den Mönch Gotamo in der Debatte vorführen, so wie ein starker Mann einen langhaarigen Widder am Fell packen und vorführen könnte. So wie ein starker Brauereiarbeiter ein großes Brausieb in einen tiefen Wassertank werfen und es am Rand packen und nach Belieben herumschleifen könnte, so werde ich den Mönch Gotamo in der Debatte nach Belieben herumschleifen. So wie ein starker Maischemischer ein Filtertuch an den Ecken packen und auf- und niederschütteln und umstülpen könnte, so werde ich den Mönch Gotamo in der Debatte auf- und niederschütteln und umstülpen. Und so wie ein rüstiger Elefant in einen tiefen Teich springen und sich daran erfreuen könnte, ein Spritzbad zu nehmen, so werde ich mich daran erfreuen, mit dem Asketen Gotamo ein Spritzbad vorzunehmen. Ich werde gehen, o Herr, und die Lehre des Mönchs Gotamo auf der Grundlage dieser Feststellung widerlegen. –*

*Geh, Hausvater, und widerlege die Lehre des Mönchs Gotamo auf der Grundlage dieser Feststellung. Denn entweder sollte ich die Lehre des Mönchs Gotamo widerlegen oder der Freie Bruder Dīghatapassī oder du. –*

*Nach diesen Worten sagte der Freie Bruder Dīghatapassī zum Freien Bruder Nāthaputto: Ehrwürdiger*

*Herr, ich glaube nicht, dass der Hausvater Upāli versuchen sollte, die Lehre des Mönchs Gotamo zu widerlegen. Denn der Mönch Gotamo ist ein Magier und kennt eine Magie, mit der er Schüler anderer Richtungen bekehrt. –*

*Es ist unmöglich, Tapassī, es kann nicht geschehen, dass der Hausvater Upāli in die Schülerschaft unter dem Mönch Gotamo übertritt; aber es ist möglich, es kann geschehen, dass der Mönch Gotamo in die Schülerschaft unter dem Hausvater Upāli übertritt. Geh, Hausvater, und widerlege die Lehre des Mönchs Gotamo auf der Grundlage dieser Feststellung. Denn entweder sollte ich die Lehre des Mönchs Gotamo widerlegen oder der Freie Bruder Dīghatapassī oder du. –*

*Zum zweiten und dritten Mal sagte der Freie Bruder Dīghatapassī zum Freien Bruder Nāthaputto: Ehrwürdiger Herr, ich glaube nicht, dass der Hausvater Upāli versuchen sollte, die Lehre des Mönchs Gotamo zu widerlegen. Denn der Mönch Gotamo ist ein Magier und kennt eine Magie, mit der er Schüler anderer Richtungen bekehrt. –*

*Es ist unmöglich, Tapassī, es kann nicht geschehen, dass der Hausvater Upāli in die Schülerschaft unter dem Mönch Gotamo übertritt; aber es ist möglich, es kann geschehen, dass der Mönch Gotamo in die Schülerschaft unter dem Hausvater Upāli übertritt. Geh, Hausvater, und widerlege die Lehre des Mönchs Gotamo auf der Grundlage dieser Feststellung. Denn entweder sollte ich die Lehre des Mönchs Gotamo widerlegen oder der Freie Bruder Dīghatapassī oder du.*

*Ja, Herr!, entgegnete da Upāli, der Hausvater, dem Freien Bruder Nāthaputto. Dann stand er von seinem Sitz auf, begrüßte den Freien Bruder Nāthaputto ehrerbietig, ging rechts herum und begab sich nach dem*

*Mangohain Pāvārikos, dorthin, wo der Erhabene weilte. Dort angelangt begrüßte er den Erhabenen ehrerbietig und setzte sich zur Seite nieder. Zur Seite sitzend wandte sich nun Upāli, der Hausvater, an den Erhabenen:*

*Ist wohl, o Herr, Dīghatapassī, der Freie Bruder, hier gewesen? – Hier gewesen ist, Hausvater, Dīghatapassī, der Freie Bruder. – Und hast du, o Herr, mit Dīghatapassī, dem Freien Bruder, ein Gespräch geführt? – Ich habe, Hausvater, mit Dīghatapassī, dem Freien Bruder, ein Gespräch geführt. – Und was war das, o Herr, für ein Gespräch, das du mit Dīghatapassī, dem Freien Bruder, geführt hast?*

*Da berichtete nun der Erhabene dem Hausvater Upāli Wort für Wort das ganze Gespräch mit Dīghatapassī, dem Freien Bruder. Darauf erwiderte Upāli, der Hausvater, dem Erhabenen: Gut, gut war das von Dīghatapassī, o Herr! Der ehrwürdige Tapassī hat dem Mönch Gotamo wie ein wohlunterrichteter Schüler, der die Lehre seines Lehrers richtig versteht, geantwortet. Was zählt der unbedeutende Gedankenstreich schon im Vergleich zum Streich in Taten? Im Gegenteil, der Streich in Taten ist am übelsten, um üble Wirkungen zu wirken, um üble Wirkungen in Gang zu setzen, nicht so sehr das Wirken in Worten und das Wirken in Gedanken.*

Wir sehen hier erneut, wie die damaligen Menschen ein Gespräch, das sie geführt haben, Wort für Wort wiedergeben konnten und wie sie sich vor einer Diskussion noch einmal der beiderseitigen Ausgangsbasis vergewissern. Der Erwachte, der die Herzen der anderen erkennt, sieht: Bei diesem Menschen lohnt sich eine Diskussion. Darum sagt er jetzt:

*Wenn du dich, Hausvater, bei der Rede an die Wahrheit halten willst, so mag da unter uns ein Gespräch stattfinden. – An die Wahrheit, o Herr, werde ich mich bei der Rede halten. Möge da unter uns ein Gespräch stattfinden. –*

*Was meinst du, Hausvater? Da könnte ein Freier Bruder von einer Krankheit betroffen sein, an ihr leiden, an ihr ernsthaft erkrankt sein, und er könnte kaltes Wasser verweigern und nur heißes Wasser anwenden.<sup>120</sup> Weil er kein kaltes Wasser bekommt, könnte er sterben. Wo würde nach der Beschreibung des Freien Bruders Nāhaputto seine Wiedergeburt stattfinden? –*

*Es gibt, o Herr, Götter, die heißen „Gedankenverbunden“ (Mano-sattā), da erscheint ein solcher wieder. Und warum ist das so? Weil er ja mit seiner Regel geistig verbunden gestorben ist. –*

*Hausvater, Hausvater, gib Acht auf das, was du antwortest. Was du vorher sagtest, stimmt nicht mit dem überein, was du hinterher sagtest, auch stimmt das, was du hinterher sagtest, nicht mit dem überein, was du vorher sagtest. Und doch hast du behauptet: „Ich bin bereit, mich bei der Rede an die Wahrheit zu halten, möge unter uns ein Gespräch stattfinden.“ –*

*Wenn auch, o Herr, der Erhabene solches sagt, so ist trotzdem der Streich in Taten am übelsten, um üble Wirkungen zu wirken, um üble Wirkungen in Gang zu setzen, nicht so sehr das Wirken in Worten und das Wirken in Gedanken.*

Der Erwachte geht hier ganz auf die Anschauung des Freien Bruders Nāhaputto ein. Nāhaputto hatte das Gebot des Nicht-

---

<sup>120</sup> Den Freien Brüdern ist es verboten, kaltes Wasser zu verwenden, weil es Lebewesen enthalten könnte.

tötens von Wesen bis ins äußerste Extrem übersteigert, wie es eben geschieht, wenn einer das Hauptgewicht auf äußeres Tun legt. So lautete eine der Regeln der Anhänger des Freien Bruders Nāthaputto, dass man kein Brunnenwasser trinken dürfe, um nicht die darin lebenden kleinen Tiere mit zu verschlucken. Der Erwachte gab seinen Mönchen diese Regel nicht. Er weiß, dass wir mit jedem Atemzug Millionen Bakterien aufnehmen und mit jedem Fußtritt unabsichtlich nicht nur Insekten töten, sondern noch unzählige kleinere Wesen, die wir mit dem bloßen Auge nicht erkennen können. Es geht nicht um die äußere Tat des unabsichtlichen Tötens dieser Kleinstlebewesen, die wir nicht verhindern können, sondern um eine liebevolle Gesinnung den Wesen gegenüber. Der Erwachte sagt aber in diesem Zusammenhang nichts gegen diese Regel. Er nennt Upāli nur als Beispiel den Fall, dass ein Anhänger des Freien Bruders Nāthaputto sich an dessen Regel hält, frisches Wasser ablehnt, das ihn am Leben halten könnte, nur gewärmtes Wasser nimmt und an dieser Regeltreue stirbt. Und er fragt Upāli, wohin nach der Lehre Nātaputtos ein solcher nach dem Tod gelange. Und Upāli antwortet: Sein Meister sage, dass ein solcher zu den Göttern namens „Gedankenverbunden“ gelange, weil er an dem guten *Gedanken* festgehalten hat: „Ich will keine Tiere töten.“

Der Erwachte nimmt hier keine Stellung zu dieser These, dass einer, der an gutem Gedanken festhaltend stirbt, in den Himmel komme. Er will Upāli nur zeigen, dass sich die Lehren des Freien Bruders Nāthaputto widersprechen. Denn jeder, der einen bestimmten Gedanken festhält, hat ja keine Tat getan; er hat nur in *Gedanken* gewirkt, und das führt nach der Lehre Nāthaputtos – der doch sagt, nur der „Tatstreich“ habe wesentliche Wirkungen – in den Himmel, hat also eine ganz entscheidende Wirkung. Aber der Erwachte lässt Upāli diese Schlüsse selber in Gedanken ziehen. Er stellt ihm nur die Fragen und mahnt ihn, auf Folgerichtigkeit zu achten und an sein Versprechen zu denken, im Gespräch bei der Wahrheit zu

bleiben. Aber der Erwachte weist Upāli noch weitere Widersprüche in Nāthaputtos Lehre nach:

*Was meinst du wohl, Hausvater: Es sei da ein Freier Bruder, vierfach gezügelt in fester Zucht, der sich jedes kalte Wasser verbietet, und während er kommt und geht, tritt er da viele kleine Wesen zu Tode. Was aber, Hausvater, sagt da der Freie Bruder Nāthaputto, sei die Folge davon? –*

*Was ohne Absicht geschieht, o Herr, sagt der Freie Bruder Nāthaputto, ist nicht zu tadeln. – Wenn es aber, Hausvater, mit Absicht geschieht? – Dann ist es zu tadeln.*

*Unter welche der drei Streiche ordnet der Freie Bruder Nāthaputto die Absicht ein? – Unter Gedankenstreich, o Herr. –*

*Hausvater, Hausvater, gib Acht auf das, was du antwortest. Was du vorher sagtest, stimmt nicht mit dem überein, was du hinterher sagtest, auch stimmt das, was du hinterher sagtest, nicht mit dem überein, was du vorher sagtest. Und doch hast du behauptet: „Ich bin bereit, mich bei der Rede an die Wahrheit zu halten, möge unter uns ein Gespräch stattfinden.“ –*

*Wenn auch, o Herr, der Erhabene solches sagt, so ist trotzdem der Streich in Taten am übelsten, um üble Wirkungen zu wirken, um üble Wirkungen in Gang zu setzen, nicht so sehr das Wirken in Worten und das Wirken in Gedanken.*

Hier sagt der Erwachte wieder nicht, ob die Auffassung des Freien Bruders Nāthaputto falsch oder richtig sei. Er führt nur Upāli zu dem Gedanken: Wenn der Freie Bruder einerseits lehrt: die körperliche Tat ist das Entscheidende, die Gedanken sind weniger wichtig – und wenn er andererseits lehrt: Wer

mit dem Körper tausend Tiere totgetreten hat, aber ohne Absicht, also ohne übles Wirken in Gedanken, dem entstehen keine üblen Folgen, weil er in Gedanken keine üble Absicht hatte – dann ist dies ein weiterer Widerspruch in der Lehre des Freien Bruders Nāthaputto. Dann halte doch auch der Freie Bruder Nāthaputto im Grunde selber den *Gedanken* für wichtiger als die Taten mit dem Körper. Darum sagt der Erwachte auch hier: *Was du vorher sagtest, stimmt nicht mit dem überein, was du hinterher sagtest, auch stimmt das, was du hinterher sagtest, nicht mit dem überein, was du vorher sagtest.* Und er nennt auch die weiteren Beispiele, die den Widerspruch in der Lehre des Freien Bruders Nāthaputto aufdecken, ohne selbst zu diesen Lehren Stellung zu nehmen. Er fragt nur Upāli nach der Ansicht des Freien Bruders Nāthaputto. Und Upāli liefert mit seinen Antworten selbst die Grundlagen der offen zutage tretenden Widersprüche.

Die zwei folgenden Beispiele sind dem heutigen Menschen nicht so ohne Weiteres verständlich: nämlich dass machtbegabte Brahmanen mit einem Gedanken eine große Stadt vernichten oder andere mit Zorngedanken ein riesiges Waldgebiet zerstört haben. – Dem damaligen Inder – auch den Anhängern Nātaputtos – waren solche Beispiele von der Geistesmacht über die „Materie“ so selbstverständlich, dass ihre Anführung eine Steigerung in der Reihe der nachgewiesenen inneren Widersprüche in der Lehre Nātaputtos bedeutete.

*Was meinst du, Hausvater, ist diese Stadt Nālandā erfolgreich und reich, ist sie dicht bevölkert und von Menschen überfüllt? – Ja, Herr, das ist sie. –*

*Was meinst du, Hausvater, angenommen ein Mann käme hierher, der ein Schwert schwingen würde, und sagte Folgendes: „Innerhalb eines Moments, innerhalb eines Augenblicks werde ich alle Lebewesen in dieser Stadt Nālandā in eine einzige Masse von Fleisch, in*

einen Klumpen Fleisch verwandeln.“ Was meinst du, Hausvater, wäre jener Mann in der Lage, das zu tun? –

Zehn, zwanzig, dreißig, vierzig oder sogar fünfzig Männer wären nicht in der Lage, innerhalb eines Moments, innerhalb eines Augenblicks alle Lebewesen in dieser Stadt Nālandā in eine einzige Masse Fleisch, in einen Klumpen Fleisch zu verwandeln, was zählt da dieser einzelne unbedeutende Mann? –

Was meinst du, Hausvater, angenommen ein Mönch oder Brahmane, der übernatürliche Kräfte besitzt und der die Herrschaft über das Gemüt erlangt hat, käme hierher und sagte Folgendes: „Ich werde diese Stadt Nālandā mit einem einzigen Hassgedanken in Asche verwandeln.“ Was meinst du, Hausvater, wäre solch ein Mönch oder Brahmane in der Lage, das zu tun? –

So ein Mönch oder Brahmane, o Herr, der übernatürliche Kräfte besitzt, die Herrschaft über das Gemüt erlangt hat, wäre in der Lage, zehn, zwanzig, dreißig, vierzig oder sogar fünfzig Nālandās mit einem einzigen Hassgedanken in Asche zu verwandeln, was zählt da ein einziges unbedeutendes Nālandā?

Hausvater, Hausvater, gib Acht auf das, was du antwortest. Was du vorher sagtest, stimmt nicht mit dem überein, was du hinterher sagtest, auch stimmt das, was du hinterher sagtest, nicht mit dem überein, was du vorher sagtest. Und doch hast du behauptet: „Ich bin bereit, mich bei der Rede an die Wahrheit zu halten, möge unter uns ein Gespräch stattfinden.“ –

Wenn auch, o Herr, der Erhabene solches sagt, so ist trotzdem der Streich in Taten am übelsten, um üble Wirkungen zu wirken, um üble Wirkungen in Gang zu setzen, nicht so sehr das Wirken in Worten und das Wirken in Gedanken. –



*Was meinst du, Hausvater, hast du davon gehört, auf welche Weise die Dandaka-, Kālinga-, Mejjha- und Mātanga-Wälder zu Wäldern wurden? – Ja, Herr. – Wie wurden sie zu Wäldern nach dem, was du hörtest? – Ich hörte, o Herr, dass sie zu Wäldern wurden durch Hassgedanken von geistmächtigen Sehern.*

*Hausvater, Hausvater, gib Acht auf das, was du antwortest. Was du vorher sagtest, stimmt nicht mit dem überein, was du hinterher sagtest, auch stimmt das, was du hinterher sagtest, nicht mit dem überein, was du vorher sagtest. Und doch hast du behauptet: „Ich bin bereit, mich bei der Rede an die Wahrheit zu halten, möge unter uns ein Gespräch stattfinden.“ –*

*Schon durch das erste Beispiel, o Herr, hat mich der Erhabene zufrieden gestellt und erfreut. Aber ich wollte noch diese verschiedenen Lösungen des Erhabenen für das Problem hören. – Vortrefflich, o Herr, vortrefflich, o Herr! Gleichwie etwa, o Herr, als ob man Umgestürztes aufstellte oder Verdecktes enthüllte oder Verirrten den Weg wiese oder in der Dunkelheit eine Lampe gehalten hätte, damit die Sehenden die Dinge erkennen können – ebenso hat der Erhabene die Lehre von vielen Seiten beleuchtet. Und so nehme ich, o Herr, beim Erhabenen Zuflucht, bei der Lehre und bei der Mönchsgemeinde, als Anhänger möge mich der Erhabene betrachten, von heute an zeitlebens getreu. –*

*Untersuche sorgfältig, Hausvater. Es ist gut, wenn so berühmte Leute wie du sorgfältig untersuchen. –*

*Dadurch hat mich, o Herr, der Erhabene nur noch viel mehr erfreut und zufrieden gestellt, dass der Erhabene so zu mir spricht: „Untersuche sorgfältig, Hausvater. Es ist gut, wenn so berühmte Leute wie du sorgfältig untersuchen.“ Denn die Führer anderer*

*Richtungen würden, nachdem sie mich als Anhänger gewonnen haben, dies in ganz Nālandā an die große Glocke hängen, indem sie verkünden: „Der Hausvater Upāli ist unser Anhänger geworden.“ Aber im Gegensatz dazu sagt mir der Erhabene: „Untersuche sorgfältig, Hausvater. Es ist gut, wenn so berühmte Leute wie du sorgfältig untersuchen.“ So nehme ich zum zweiten Mal Zuflucht zum Erhabenen, zur Lehre und zur Mönchsgemeinde. Als Anhänger möge mich der Erhabene betrachten, von heute an zeitlebens getreu. –*

*Hausvater, deine Familie hat die Freien Brüder lange unterstützt, und du solltest sorgen, dass ihnen Almosen gegeben werden, wenn sie kommen.*

*Dadurch hat mich, o Herr, der Erhabene noch viel mehr erfreut und zufrieden gestellt, dass der Erhabene so zu mir spricht. Ich habe gehört, dass der Mönch Gotamo Folgendes sagen soll: „Nur mir sollten Gaben gegeben werden; anderen sollten keine Gaben gegeben werden. Nur meinen Schülern sollten Gaben gegeben werden; den Schülern anderer sollten keine Gaben gegeben werden. Nur das, was mir gegeben wird, bringt große Ernte, nicht das, was anderen gegeben wird. Nur das, was meinen Schülern gegeben wird, bringt große Ernte, nicht das, was anderen gegeben wird.“ Aber im Gegensatz dazu bestärkt mich der Erhabene darin, Gaben an die Freien Brüder zu geben. Wir werden den richtigen Zeitpunkt dafür wissen, o Herr. So nehme ich zum dritten Mal Zuflucht zum Erhabenen, zur Lehre und zur Mönchsgemeinde. Als Anhänger möge mich der Erhabene betrachten, von heute an zeitlebens getreu. –*

*Da hat denn der Erhabene Upāli, dem Hausvater, eine fortschreitende Unterweisung gegeben:*

*(1) Er sprach mit ihm zuerst über das Geben;*

- (2) sprach danach über den tauglichen Lebenswandel;  
 (3) sprach danach über himmlische Welt;  
 (4) sprach danach über Elend, Grobheit und Schmutz  
 alles sinnlichen Begehrens und über den Segen der  
 vollständigen Begehrensfreiheit.  
 (5) Als der Erhabenen sah, dass Upāli, der Hausvater,  
 im Herzen geöffnet, gelöst, von den Hemmungen  
 befreit, erhoben und abgeklärt war,  
 dann gab er die Darlegung jener Lehre, welche die  
 Erwachten auszeichnet: die Lehre über das Leiden,  
 die Ursache des Leidens, die Auflösung des Lei-  
 dens und den Weg zur Auflösung des Leidens.

Gleichwie ein reines Kleid, von Flecken gesäubert,  
 vollkommen die Färbung annehmen mag, ebenso auch  
 ging da Upāli, dem Hausvater, während er noch da  
 saß, das reizfreie, ungetrübte Auge der Wahrheit auf:

„Was irgend auch entstanden ist,  
 muss alles wieder untergehen.“

Und Upāli, der die Wahrheit gesehen, die Wahrheit  
 gefasst, die Wahrheit erkannt, die Wahrheit ergründet  
 hatte, der Daseinsunsicherheit entronnen, ohne Zwei-  
 fel, in sich selber gewiss, auf keinen anderen gestützt  
 im Orden des Meisters, wandte sich nun an den Erha-  
 benen:

Jetzt, o Herr, müssen wir gehen. Manche Pflicht  
 wartet unser, wir haben viel zu tun. – Wie es dir nun,  
 Hausvater, beliebt mag.

Wir erleben hier wieder als Ergebnis der stufenweisen Belehrung seitens des Erwachten eine völlige Umwandlung im Geist des vom Erwachten belehrten Menschen. Solange der Mensch von seinen Sinnesdrängen getrieben ist, so dass er untugendhaft, gehässig, zornig usw. ist, so lange kann er im Geist nicht die Gebundenheit an die Körperperspektive aufheben, kann

nicht in innerem Frieden und innerer Klarheit und Unverstört-heit so lange nachdenken und beobachten, bis die Einsicht aufgeht, dass alles Körperliche und alles als außen Erfahrene unbeständig, nicht-ich ist. Das ist nur möglich zu einer Zeit, in der der Geist völlig beruhigt, völlig gestillt ist. Der Erwachte sprach deshalb wie mit fast allen Menschen – so auch mit Upāli – nicht gleich über die höchste Wahrheit, sondern er bereitete dessen Gemüt vor: er weckte in ihm zunächst Freude am Geben und an der Tugend. Dann sprach er von dem höheren Wohl, durch das höhere Welten zu erreichen sind. Er zeigte dann des Begehrens, der Sinnenlust ganzes Elend und das selige Wohl, das jenseits dieses Begierdenwohls zu erfahren ist. Dadurch wurden Herz und Gemüt des Hörers still, klar, ohne Eigenwillen.

Als der Erwachte nun merkte, dass das Gemüt Upālis erhoben und hell geworden war, da zeigte er Upāli die vier Heilswahrheiten auf. Er zeigte Upāli, dass alles Dasein, alles Erleben in dem Spiel der fünf Zusammenhäufungen besteht: Formen und Gefühle werden wahrgenommen. Darauf reagiert der Mensch blind aus seinen Trieben. Mit jedem Gedanken arbeitet er in die Psyche hinein, macht sie schlechter oder besser, reizbarer oder weniger reizbar, hart oder sanft antwortend oder besiegend durch brüderliche/schwesterliche Liebe, und damit bewirkt er die Qualität seiner Psyche und die der zukünftigen Welt. Diese tritt heran, Formen und Gefühle werden wahrgenommen als Ernte aus früherer Saat. Und darauf antwortet, reagiert wieder der Mensch entsprechend seiner Anschauung, und dementsprechend ist wieder sein Erleben. Nicht von einer objektiven Welt oder einem höchsten Wesen kommen die Dinge heran und werden wahrgenommen, sondern aus früherem Wirken, vor allem gedanklichem Wirken.

Nun erst ging Upāli die tiefe Bedeutung des Gesetzes auf, dass von allem Wirken das Wirken in Gedanken das wichtigste ist. Nun war in dieser einen Belehrung durch den Erwachten bei stillem Gemüt in Upālis Geist das Wissen eingetragen: Diese fünf Zusammenhäufungen: Form (zu sich gezählte und

als außen erfahrene), Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierte Wohlerfassungssuche – sind Leidensdinge, unbeständig, nicht-ich. Wer dieses Wissen gewonnen hat, dass und warum die fünf Zusammenhäufungen nur Leidensmasse sind, nur ein unendlich sich drehendes Leidensrad, aus Wahn geschaffen, das den Eindruck erweckt: „Ich bin“, der mindert zwangsläufig sein Ergreifen dieser fünf Dinge, um dem Leiden alles Gewordenen zu entrinnen, um Zuflucht in der Sicherheit des Ungewordenen zu finden. Er kann noch Tugend oder Herzeneinigung ergreifen oder er kann noch sehr lässig dahinleben, denn zwar hat er im Geist einmal bis zum Grund die Wahrheit aufgenommen, aber die Gewöhnung ist noch die alte, die Triebe sind noch da. Aber er kann nimmermehr den Gedanken ernstlich zulassen, dass das Heil irgendwo in den fünf Zusammenhäufungen zu finden sei. Er kann nicht mehr irgendeine Aktivität, irgendetwas im Dasein für unvergänglich oder wohlbringend oder für „Ich“ halten (M 115), sondern er hat ein für alle Mal gesehen, dass alles Erscheinen und Unterscheiden unbeständig, leidig und nicht „Ich“ ist. Er weiß, dass alles Entstandene bedingt ist durch Ergreifen, dass die ganze Welt und alles an „Ich“ und „Du“, alles Gewirkte, nicht bleibt, sondern zerfällt. Sich ablösen von dem, was zerfällt, und dadurch zum Unvergänglichen, Heilen hinfinden, das ist der einzige Sinn, den das Leben für den Stromeingetretenen hat: „Im Vergänglichen muss ich untergehen, muss ich leiden. Darum wende ich mich um des eigenen Wohls willen vom Vergänglichen ab.“

Er sieht ringsum nichts, was nicht vom Durst geschaffen wäre, und er sieht nichts, was nicht vergehen müsste. Damit steht er in stillen Stunden der Besinnung immer wieder außerhalb des Gewordenen, im Ungewordenen, außerhalb des Vergänglichen, Zerfallenden, im Unvergänglichen, in der Sicherheit des Todlosen.

Nur ein reines Kleid, das keine Flecken hat, nimmt die Farbe an, die ihm gegeben wird. Ebenso auch kann ein Mensch die Wahrheit bis auf den Grund nur verstehen zu einer

Zeit, in der sein Herz wenigstens zeitweilig still und rein ist, so dass das Verständnis von solcher Tiefe ist, dass es den Menschen nicht mehr loslässt, bis er alles, was er als Leidensquelle erkennt, in sich abgetan hat. Diese vorübergehende Reinheit des Herzens, die der Erwachte bei demjenigen schaffen kann, der gewisse Voraussetzungen dafür mitbringt, ist eine heilsame Verdrängung störender übler innerer Gesinnungen und Neigungen. Zwar wird seit Freud der Begriff der Verdrängung nur negativ bewertet; aber ohne zeitweilige Verdrängung gibt es auch keinen Weg zur Erlösung. Alle Sinnenzügelung, alles Beiseitertun übler Gedanken ist Verdrängung, die freilich allein nie ausreicht, sondern in Zeiten neutraler Besinnung ergänzt werden muss durch bezuglösendes Denken. Bei solch einer Tätigkeit besteht auch nicht die Gefahr psychischer Probleme. Ein unreines Herz, ein wild bewegtes Herz mit mancherlei aufkommenden Wünschen und Sehnsüchten schafft in den Geist hinein die diesen Trieben des Herzens entsprechenden Vorstellungen und verhindert, dass die Wahrheit auf den Grund des Geistes gelangt und unauslöschlich eingeschrieben wird.

Darum ist es erforderlich, dass das Herz schon eine gewisse Lauterkeit gewonnen hat, so dass man das, was sich noch im Herzen an Unsauberkeit vorfindet, zeitweise ganz beiseite tun kann, selbst wenn sie nachher wieder zurückkommt. Wenn dann die Wogen der verschiedenen inneren Triebe und Regungen wieder über dem Anblick der Wirklichkeit zusammenschlagen, dann bleibt doch die Erinnerung an ein befreiendes Wissen übrig, das man gewonnen hat, zu dem man in Zeiten, wenn das Herz wieder bewegt ist, nur nicht durchstoßen kann. Ein bis hierhin Vorgezogener, der sogenannte „Heilsgänger“ (*ariya sāvako*) rafft sich auf, betreibt immer wieder die Befreiung des Herzens, akuterweise durch die heilsame Verdrängung – sie soll nur und kann die stille Zeit, die Gelegenheit schaffen, durch bezuglösende Gedanken das Üble auch auf die Dauer aufzulösen.

Ein solcher Heilsgänger ist Upāli durch die Darlegung des Erwachten geworden. Dies besagen die Worte, dass ihm *das reizfreie, ungetrübte Auge der Wahrheit aufgegangen* sei. Er weiß nun, dass das Erscheinen des „Ich“ aus derselben Quelle kommt wie das Erscheinen der „Umwelt“, dass aus der Quelle eines unsauberen Herzens ein hartes Ich in harter Begegnung mit harter Umwelt erscheint, aus der Quelle eines gesäuberten Herzens ein sanftes Ich in sanfter Begegnung mit lichter Umwelt erscheint – und aus dem vollkommen befreiten Herzen nicht mehr Ich und nicht mehr Umwelt erscheinen, nicht mehr gebildet und gebaut wird und darum auch nicht mehr Altern und Sterben sind, sondern die vollkommene Freiheit gewonnen wird. Weil der Heilsgänger so weiß, darum betreibt er keine Auseinandersetzungen mehr zwischen Ich und Umwelt, sondern er betreibt sie zwischen dem wahnenden Teil und dem nichtwahnenden Teil seines Geistes. Er pflegt nur noch die Auseinandersetzung zwischen Wissen und Wahn. Er sorgt, dass im Geist immer mehr das Wissen gegenwärtig ist, das jeden Wahngedanken, der da aufkommt, als solchen durchschaut, entlarvt und auflöst. Und er weiß, dass auf diesem Weg nicht nur das erscheinende Ich immer wissender, sanfter und heller wird und die erscheinende Welt immer sanfter und heller wird, sondern dass darüber hinaus alles Leiden in geradester und schmerzlosester Weise gemindert und gemindert wird bis zur endgültigen Auflösung.

*Und Upāli, der Hausvater, durch des Erhabenen Rede erfreut und befriedigt, stand von seinem Sitz auf, begrüßte den Erhabenen ehrerbietig, ging rechts herum und begab sich nach Hause. Zu Hause angekommen befahl er dem Pförtner:*

*Von heute an, guter Pförtner, verschließe ich meine Tür vor den Freien Brüdern und Freien Schwestern, und ich öffne meine Tür den Mönchen, Nonnen, Anhängern und Anhängerinnen des Erhabenen. Wenn ein*

*Freier Bruder kommt, dann sage zu ihm: „Warte, Herr, tritt nicht ein. Von heute an ist der Hausvater Upāli Anhänger des Mönchs Gotamo geworden. Er hat seine Tür vor den Freien Brüdern und Freien Schwestern verschlossen, und er hat seine Tür den Mönchen, Nonnen, Anhängern und Anhängerinnen des Erhabenen geöffnet. Wenn du Almosen brauchst, warte hier; man wird sie dir hierher bringen.“ – Ja, Herr, erwiderte der Pförtner.–*

*Es hörte nun Dīghatapassī, der Freie Bruder: „Der Hausvater Upāli ist Anhänger des Mönchs Gotamo geworden.“ Er ging zum Freien Bruder Nāthaputto und sagte zu ihm: Ich habe gehört, dass der Hausvater Upāli Anhänger des Asketen Gotamo geworden ist. –*

*Es ist unmöglich, Tapassī, es kann nicht geschehen, dass der Hausvater Upāli Anhänger des Asketen Gotamo geworden ist. Möglich aber ist es, dass der Asket Gotamo Anhänger des Hausvaters Upāli geworden ist. Und ein zweites und drittes Mal sprachen die Freien Brüder so miteinander.*

*So will ich denn hingehen, o Herr, um zu erfahren, ob Upāli, der Hausvater, Anhänger des Asketen Gotamo geworden ist oder nicht.*

*Und Dīghatapassī, der Freie Bruder, machte sich nun auf den Weg zur Wohnung des Hausvaters Upāli. Es sah aber der Pförtner Dīghatapassī, den Freien Bruder, von fern herankommen, und als er ihn gesehen hatte, sprach er zu ihm:*

*Bleibe, o Herr, wolle nicht eintreten. Upāli, der Hausvater, ist Anhänger des Mönchs Gotamo geworden. Er hat seine Tür vor den Freien Brüdern und Freien Schwestern verschlossen, und er hat seine Tür den Mönchen, Nonnen, Anhängern und Anhängerinnen des Erhabenen geöffnet. Wenn du Almosen*



*brauchst, warte hier; man wird sie dir hierher bringen. –*

*Ich brauche kein Almosen –, sagte er, kehrte um, ging zum Freien Bruder Nāthaputto zurück und sprach zu ihm: Wahr ist es wirklich, o Herr, dass Upāli, der Hausvater, Schüler des Asketen Gotamo geworden ist. Du hast mir, o Herr, nicht zugestimmt, als ich sagte: „Es gefällt mir nicht, o Herr, dass der Hausvater Upāli versuchen sollte, die Lehre des Mönchs Gotamo zu widerlegen. Denn der Mönch Gotamo ist ein Magier und kennt eine Magie, mit der er Schüler anderer Richtungen bekehrt.“ Und nun, o Herr, ist dein Hausvater Upāli von dem Mönch Gotamo mit seiner Magie bekehrt worden. –*

*Es ist unmöglich, Tapassī, es kann nicht geschehen, dass der Hausvater Upāli in die Schülerschaft unter dem Mönch Gotamo übertritt; aber es ist möglich, es kann geschehen, dass der Mönch Gotamo in die Schülerschaft unter dem Hausvater Upāli übertritt.*

Und ein zweites und drittes Mal sprachen die Freien Brüder so miteinander.

*So will ich denn selbst gehen und herausfinden, ob der Hausvater Upāli Anhänger des Mönchs Gotamo geworden ist oder nicht. Und der Freie Bruder Nāthaputto zog nun in Begleitung einer großen Schar Freier Brüder zur Wohnung des Hausvaters Upāli. Und es sah der Pförtner den Freien Bruder Nāthaputto von fern herankommen. Als er ihn gesehen hatte, sprach er zu ihm: Bleibe, o Herr, wolle nicht eintreten. Upāli, der Hausvater, ist Anhänger des Mönchs Gotamo geworden. Er hat seine Tür vor den Freien Brüdern und Freien Schwestern verschlossen, und er hat seine Tür*

den Mönchen, Nonnen, Anhängern und Anhängerinnen des Erhabenen geöffnet. Wenn du Almosen brauchst, warte hier; man wird sie dir hierher bringen.

Guter Pförtner, geh zu Upāli, dem Hausvater, und melde ihm: „Der Freie Bruder Nāthaputto steht mit einer großen Schar Freier Brüder vor dem Tor draußen. Er möchte dich sehen.“ – Ja, Herr, erwiderte da der Pförtner dem Freien Bruder Nāthaputto; und er ging zu Upāli, dem Hausvater, und meldete ihm: „Der Freie Bruder Nāthaputto steht mit einer großen Schar Freier Brüder vor dem Tor draußen. Er möchte dich sehen.“ – So stelle denn in der mittleren Eingangshalle die Sitze auf. –

Ja Herr, erwiderte er, und nachdem er Sitzgelegenheiten in der mittleren Eingangshalle vorbereitet hatte, kehrte er zum Hausvater Upāli zurück und sagte zu ihm: Die Sitzgelegenheiten in der mittleren Eingangshalle sind vorbereitet. Wie es dir beliebt mag.

Da ging der Hausvater Upāli zur mittleren Eingangshalle und nahm den höchsten, besten, obersten, vornehmsten Sitz ein. Dann sagte er zum Pförtner: Jetzt geh zum Freien Bruder Nāthaputto und sage zu ihm: „Der Hausvater Upāli lässt ausrichten: Tritt ein, Herr, wenn du magst.“

Ja, Herr, erwiderte er, und er ging zum Freien Bruder Nāthaputto und sagte zu ihm: „Der Hausvater Upāli lässt ausrichten: Tritt ein, Herr, wenn du magst.“

Da ging der Freie Bruder Nāthaputto mit der großen Versammlung von Freien Brüdern zur mittleren Eingangshalle.

Wenn der Hausvater Upāli den Freien Bruder Nāthaputto früher in der Ferne hatte kommen sehen, ging er ihm gewöhnlich entgegen, staubte den höchsten,

*besten, obersten, vornehmsten Sitz mit einer oberen Robe ab, und nachdem er sie um den Sitz angeordnet hatte, ließ er ihn darauf Platz nehmen. Aber jetzt, nachdem er selbst den höchsten, besten, obersten, vornehmsten Sitz eingenommen hatte, sagte er zum Freien Bruder Nāthaputto: Da sind Sitzgelegenheiten, Herr; nimm Platz, wenn du magst.–*

*Nach diesen Worten sagte der Freie Bruder Nāthaputto: Hausvater, du bist verrückt, du bist ein Schwachsinniger. Du gingst mit den Worten davon: „Herr, ich werde die Lehre des Mönchs Gotamo widerlegen“, und du bist mit einer gewaltigen Niederlage deiner Redekunst heimgekehrt. Gerade so, als ob ein Mann ginge, um jemanden zu kastrieren, und er käme auf beiden Seiten kastriert zurück; gerade so, als ob ein Mann ginge, um jemandem die Augen auszustechen, und er käme mit ausgestochenen Augen zurück; genauso gingst du mit den Worten davon: „Herr, ich werde die Lehre des Mönchs Gotamo widerlegen“, und du bist ausgezogen und mit einer gewaltigen Niederlage deiner Redekunst heimgekehrt. Du bist, Hausvater, vom Mönch Gotamo mit seiner Magie bekehrt worden.–*

*Glückverheißend ist jene Magie, Herr, gut ist jene Magie! Wenn, Herr, meine geliebten Familienmitglieder und Verwandten von dieser Bekehrung erfaßt werden sollten, würde es lange zum Wohlergehen und Glück meiner geliebten Familienmitglieder und Verwandten reichen. Wenn alle Adligen von dieser Bekehrung erfaßt werden sollten, würde es lange zum Wohlergehen und Glück der Adligen reichen. Wenn alle Brahmanen von dieser Bekehrung erfaßt werden sollten, würde es lange zum Wohlergehen und Glück der Brahmanen reichen. Wenn alle Händler von dieser Bekehrung erfaßt werden sollten, würde es lange*

zum Wohlergehen und Glück der Händler reichen. Wenn alle Arbeiter von dieser Bekehrung erfasst werden sollten, würde es lange zum Wohlergehen und Glück der Arbeiter reichen. Wenn die Welt mit ihren Göttern, mit ihren üblen und reinen Geistern, mit ihrer Schar von Büßern und Priestern, Göttern und Menschen von dieser Bekehrung erfasst werden sollten, würde es ihnen lange zum Wohlergehen und Glück reichen.

Und so will ich dir nun, Herr, ein Gleichnis geben. Auch durch Gleichnisse wird da manchem verständigen Mann der Sinn einer Rede klar.

Es war einmal ein Brahmane, der alt, gealtert und von der Last der Jahre gebeugt war, und er hatte ein junges Brahmanenmädchen zur Frau, die schwanger und der Niederkunft nahe war. Da sagte sie zu ihm: „Geh, Brahmane, kaufe einen jungen Affen auf dem Markt und bringe ihn mir als Spielgefährten für mein Kind.“ Er erwiderte: „Warte, liebe Frau, bis du das Kind geboren hast. Wenn du einen Jungen zur Welt bringst, dann will ich zum Markt gehen und ein junges Affenmännchen kaufen und es dir als Spielgefährten für deinen kleinen Jungen bringen; aber wenn du ein Mädchen zur Welt bringst, dann will ich zum Markt gehen und ein junges Affenweibchen kaufen und es dir als Spielgefährtin für dein kleines Mädchen bringen.“ Zum zweiten und dritten Mal stellte sie die gleiche Bitte und erhielt die gleiche Antwort. Weil aber sein Geist ihr in Liebe zugetan war, ging er zum Markt, kaufte ein junges Affenmännchen und sagte zu ihr: „Ich habe dieses junge Affenmännchen auf dem Markt gekauft und dir als Spielgefährten für dein Kind gebracht.“ Da sagte sie zu ihm: Geh, Brahmane, und bringe dieses junge Affenmännchen zu Rattapāni,

*dem Sohn des Färbers, und sage zu ihm: „Guter Rattapāni, ich will dieses junge Affenmännchen salbengelb färben, walken und noch einmal walken und auf beiden Seiten glätten lassen.“ Weil sein Herz ihr in Liebe zugetan war, brachte er das junge Affenmännchen zu Rattapāni, dem Sohn des Färbers, und sagte zu ihm: „Guter Rattapāni, ich will dieses junge Affenmännchen salbengelb färben, walken und noch einmal walken und auf beiden Seiten glätten lassen.“ Rattapāni, der Sohn des Färbers, sagte zu ihm: „Herr, dieses junge Affenmännchen wird zum Färben geeignet sein, aber kein Walken oder Glätten überstehen.“ Ebenso, ehrwürdiger Herr, wird die Lehre der törichten Freien Brüder für Narren geeignet sein, nicht aber für Weise, und sie wird kein Prüfen oder Glätten überstehen.*

*Und jener Brahmane ging ein anderes Mal mit einem neuen Gewand zu Rattapāni, dem Sohn des Färbers, und sagte zu ihm: „Guter Rattapāni, ich will dieses neue Gewand salbengelb färben, walken und noch einmal walken und auf beiden Seiten glätten lassen.“ Rattapāni, der Sohn des Färbers, sagte zu ihm: „Dieses neue Gewand wird zum Färben geeignet sein und Walken und Glätten überstehen.“*

*Ebenso, Herr, ist die Lehre jenes Erhabenen, jenes Geheilten, vollkommen Erwachten für den Weisen geeignet, nicht aber für Narren, und sie wird ein Prüfen und Glätten überstehen.*

Was Upāli mit diesem Gleichnis sagen will, können wir nur vermuten. Der Freie Bruder Nāthaputto behauptet, das Wirken in Taten sei das Wichtigste, aber seine sonstigen Auffassungen beweisen dagegen, dass er in Wirklichkeit das Wirken in Gedanken für das Wichtigste hält. So passt in seiner Lehre das eine nicht zum anderen. Wer handeln will nach des Freien

Bruders Nāthaputto Lehrsatz – es komme nur auf das Wirken in Taten an – der verlegt sich auf diese, aber auf seine Gedanken bräuchte er nicht zu achten. Damit aber widerspräche er wieder anderen Grundsätzen des Freien Bruders. Eine Lehre soll aber der Wahrheit dienen, sie soll nicht einfach „Farbe“ haben, d.h. sie soll sich nicht nur von anderen durch einen „eigenen Standpunkt“ unterscheiden, sondern sie soll sich der Wahrheit völlig fügen, so wie ein Stück weiches, reines, faltenlos geglättetes Tuch sich völlig fügt, wenn man es auf einen Gegenstand legt. Nicht aber kann eine Lehre den Anspruch erheben, Abschrift der Wirklichkeit zu sein, wenn sie in sich widersprüchlich, voll Eigenwillen und Willkür ist – wie es der lebende Affe ist, der sich wohl färben lässt, aber sich in jeder Weise sperren würde, wenn er gewalzt und gebügelt und zusammengefaltet werden sollte. Eine vollkommene Lehre von der Wirklichkeit kann nicht von einem Menschen kommen, der noch Eigenwillen hat; die Lehre eines solchen kann immer nur Affe sein, nie reines Tuch, das nichts tut, als sich den Konturen des Gegenstandes anzuschmiegen, über die man es ausbreitet, so wie die Lehre eines Vollkommen Erwachten die Konturen der Wirklichkeit nachzeichnet, soweit es Worte überhaupt vermögen.

Es scheint, dass Upāli in diesem Gleichnis seinen früheren Lehrer, den Freien Bruder Nāthaputto, mit der törichten jungen Brahmanin vergleicht, die einen lebendigen jungen Affen nicht nur gelb färben lassen, sondern auch wie ein Tuch „aufwalzen, durchwalzen und auf beiden Seiten glätten“, bügeln, lassen will. Denn ebenso wie ein gelb angestrichener Affe nur für Toren natürlich erscheint – so sagt Upāli – nähme die Lehre des Freien Bruders nur für Toren, nicht aber für Weise Farbe an. Und ebenso wie ein Affe auf keinen Fall gewalzt, gepresst und auf beiden Seiten gebügelt werden kann, so ließe sich auch die Lehre der Freien Brüder in keiner Weise praktizieren.

Dagegen vergleicht er die Lehre des Erwachten mit einem Tuch: So wie man dieses für jedermann erkennbar färben und

auf beiden Seiten glätten und plätten kann, so ist die Lehre des Erwachten praktikabel und beweist in der Nachfolge ihre Richtigkeit.

Sich selbst mag Upāli mit dem alten Brahmanen vergleichen, der zwar seiner törichten jungen Frau sehr zugetan ist, wie er seinem früheren Lehrer zugetan war, ihr aber weit überlegen ist, indem er erstens vom vorzeitigen Kauf des Affen abrät und zum anderen auch realistischer weiß, was man mit einem Affen machen kann und was nicht. Den Färber mag er mit dem Erwachten vergleichen, der ihm als Fachmann seine Vermutung über das Mögliche und Unmögliche bestätigt, so dass der Affe verworfen, das Gewand aber angenommen und bearbeitet wird.

Das von Upāli vorgebrachte Gleichnis zeigt uns, wie tief er die Wahrheit schon gefasst hatte. Er sah jetzt: Nāthaputto hatte mit seinen Behauptungen aus unerlöstem, eigenwilligem Gemüt einen Affen hingestellt, der vergewaltigt wird, wenn er wie ein Tuch glatt gewalzt werden soll; die Lehre des Erwachten dagegen stammt von einem wahnlosen Wesen, dessen Gemüt so rein und faltenlos wie jenes saubere, geglättete Gewand geworden ist und das mit dem Auge des Erlösten um sich blickt, von der beschränkten zur universalen Wahrnehmungsweise hingefunden hat. Das scheint das Gleichnis von dem Gewand und dem Affen sagen zu wollen.

Hierauf gibt Nāthaputto keine Antwort, sondern er versucht Upāli jetzt an seinem Geltungsdrang zu packen. Er hält ihm vor, der König und andere Hochgestellte könnten ihm Wankelmut vorwerfen. Darauf antwortet Upāli in einer Weise, die zeigt, wie er von der Wahrheit ergriffen war.

*Hausvater, diese Versammlung und der König kennen dich so: „Der Hausvater Upāli ist ein Schüler des Freien Bruders Nāthaputto.“ Als wessen Schüler sollen wir dich betrachten? –*

*Nach diesen Worten erhob sich der Hausvater Upāli von seinem Sitz, und nachdem er sein oberes Gewand auf einer Schulter zurechtgerückt hatte, streckte er seine zusammengelegten Hände ehrerbietig grüßend in Richtung des Erhabenen aus und sagte zum Freien Bruder Nāthaputto: So höre, Herr, wessen Schüler ich bin:*

*Des Weisen, Unverblendeten,  
der Herzensstarre aufbrach, Sieg gewonnen,  
des Unverstörten, im Gemüte sanft,  
des Tugendreifen, höchster Weisheit Hort,  
ohn' Makel unter allen Wesen –  
dieses Erhab'nen Schüler bin ich jetzt.*

*Des Sel'gen, Fragenendigers,  
des Heiter'n, weltlichem Gewinn entfremdet,  
der hier als Mensch Asketenziel erreicht,  
das letzte Leben nur noch lebt, des Starken,  
des Unvergleichlich – Unbefleckten –  
dieses Erhab'nen Schüler bin ich jetzt.*

*Des ohne Schwanken Kundigen,  
in Zucht Erfahr'nen, besten Menschenlenkers  
zur höchsten und zur schönsten aller Lehren,  
des zweifelfrei Geborg'nen, Strahlenden,  
der Dünken abschnitt, höchster Held –  
dieses Erhab'nen Schüler bin ich jetzt.*

*Des Wegbereiters unerfassbar,  
des Tiefen, der zur Weisheit durchgedrungen,  
des Friedenbringers, Wirklichkeitenthüllers,  
der in der Wahrheit steht, des Selbstbezwingers,  
Haftüberwinders, des Befreiten –*



*dieses Erhab'nen Schüler bin ich jetzt.*

*Des Mächt'gen, einsam Weilenden,  
des aller Fesseln Ledigen, Entbund'nen,  
Liebwerten, rein Geläuterten,  
der Ich-Denken aufgehoben, gierentgangen,  
bezähmt, von Vielfalt abgewandt –  
dieses Erhab'nen Schüler bin ich jetzt.*

*Des lang verheiß'nen Sehers, aufrecht,  
des dreifach Wissenden, von höchster Artung,  
weisheitsgebadet, pfadeskundig,  
beschwichtigt, höchster Wissenschaft Entdecker,  
Wallbrecher götterköniggleich –  
dieses Erhab'nen Schüler bin ich jetzt.*

*Des Edlen, Ausgeglichenen,  
zum Ziel Gelangten, klar Erklärenden,  
still Schauenden, hell Blickenden,  
der nirgends hingeneigt und nirgends abgeneigt,  
des Lauteren von höchster Macht –  
dieses Erhab'nen Schüler bin ich jetzt.*

*Des Rechtschaffenen, Vertieften,  
dem nichts mehr nachfolgt, dessen Herz geläutert,  
haftfrei entwachsen und ohne Furcht,  
des Abgeschied'nen, der zum Gipfel aufstieg –  
dieses Erhab'nen Schüler bin ich jetzt.*

*Des Friedevollen, Weisheitweiten,  
Weisheitgewalt'gen, Gierentgangenen,  
Vollendeten, zum Heil Gelangten,  
mit keinem Wesen zu Vergleichenden,  
in unerschrock'ner Meisterschaft Erfahrenen –*

*dieses Erhab'nen Schüler bin ich jetzt.*

*Des Durstbezwingers, des Erwachten,  
der aus dem Qualm emportaucht unbefleckt,  
der der Gaben Würdigsten, des Hochgewaltigen,  
des Höchsten aller Wesen unermesslich,  
des Großen, der den höchsten Ruhm errang –  
dieses Erhab'nen Schüler bin ich jetzt.*

*Wann hast du dir nur, Hausvater, diese Lobeshymne  
auf den Mönch Gotamo zusammengereimt, Hausva-  
ter? –*

*Angenommen, Herr, es gäbe einen großen Haufen  
von verschiedenartigen Blumen, und ein kluger Blu-  
menbinder oder der Gehilfe eines Blumenbinders sollte  
sie dann zu einer vielfarbigen Girlande binden; ebenso,  
Herr, hat der Erhabene viele lobenswerte Eigenschaf-  
ten, viele hundert lobenswerte Eigenschaften. Wer,  
Herr, würde nicht den preisen, der es verdient, geprie-  
sen zu werden? –*

*Weil der Freie Bruder Nāthaputto diese Ehre, die  
dem Erhabenen erwiesen wurde, nicht ertragen konn-  
te, schoss ihm auf der Stelle warmes Blut aus dem  
Mund.*

DER HUNDELEHRLING  
57. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Die Selbstqual zweier Asketen  
führt in untermenschliche Welten

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene im Land der Koliyer, zu Haliddavasana, einer Burg im Koliyergebiet.*

*Da nun begab sich der Koliyer Punno, der sich der Kuh-Übung verpflichtet hatte, und Seniyo, der Unbekleidete, der sich der Hunde-Übung verpflichtet hatte, dorthin, wo der Erhabene weilte. Dort angelangt, begrüßte der Koliyer Punno mit der Kuh-Übung den Erhabenen ehrerbietig und setzte sich zur Seite nieder; während Seniyo, der Unbekleidete mit der Hunde-Übung, mit dem Erhabenen höflichen Gruß und freundliche denkwürdige Worte wechselte und sich dann wie ein Hund eingerollt zur Seite niederließ.*

*Zur Seite sitzend, sprach nun der Koliyer Punno, der sich der Kuh-Übung verpflichtet hatte, zum Erhabenen:*

*Dieser Unbekleidete, o Herr, Seniyo mit der Hunde-Übung, hat eine schwere Verpflichtung übernommen: Nur auf die Erde geworfene Nahrung nimmt er zu sich. Diese Hunde-Übung hat er lange Zeit hindurch auf sich genommen und ausgeübt. Wohin wird er gelangen, wie wird seine Wiedergeburt sein?–*

*Genug, Punno, lass es sein. Frag mich das nicht. –*

*Und zum zweiten und zum dritten Mal sprach der Koliyer Punno mit der Kuh-Übung zum Erhabenen: Dieser Unbekleidete, o Herr, Seniyo mit der Hunde-Übung, hat eine schwere Verpflichtung übernommen:*

*Nur auf die Erde geworfene Nahrung nimmt er zu sich. Diese Hunde-Übung hat er lange Zeit hindurch auf sich genommen und ausgeübt. Wohin wird er gelangen, wie wird seine Wiedergeburt sein? –*

*Wohlan denn, Punno, du gibst mir nicht nach, wenn ich sage: ‚Genug, Punno, lass es gut sein, frage mich das nicht‘, so will ich dir nun Rede stehen. Da verwirklicht, Punno, einer die Hunde-Übung, kommt ihr ganz und gar nach, verwirklicht die Hunde-Gewohnheit, kommt ihr ganz und gar nach, verwirklicht das Hunde-Herz, kommt ihm ganz und gar nach, verwirklicht das Hunde-Verhalten, kommt ihm ganz und gar nach. Und hat er die Hunde-Übung verwirklicht, ist ihm ganz und gar nachgekommen, hat er die Hunde-Gewohnheit verwirklicht, ist ihr ganz und gar nachgekommen, hat das Hunde-Herz verwirklicht, ist ihm ganz und gar nachgekommen, hat das Hunde-Verhalten verwirklicht, ist ihm ganz und gar nachgekommen, so erscheint er bei Versagen des Körpers nach dem Tod in der Gemeinschaft von Hunden wieder. Wenn er aber die Auffassung hat: „Durch diese Übungen oder Gewohnheiten, durch dieses heiße Mühen, durch dieses heilige Leben werde ich das eine oder andere Himmelswesen werden!“, so ist das eine falsche Anschauung. Und seine falsche Anschauung, sag ich, Punno, lässt ihn in der Hölle oder im Tierreich wiedergeboren werden. Wenn seine Hunde-Übung Erfolg hat, wird sie ihn zur Gemeinschaft mit Hunden führen, und wenn sie misslingt, in höllische Welt. –*

*Nach diesen Worten schrie Seniyo, der Unbekleidete, auf und brach in Tränen aus. Da sagte der Erhabene zum Koliyer Punno mit der Kuh-Übung:*

*Du hast mir ja, Punno, nicht nachgeben wollen: ‚Genug, Punno, lass es gut sein, frage mich das nicht!‘ –*

*Nicht klage ich, o Herr, weil der Erhabene solches über mich ausgesagt hat, sondern weil ich, o Herr, diese Hunde-Übung lange Zeit auf mich genommen und ausgeübt habe! Dieser Koliyer Punno, o Herr, hat die Kuh-Übung lange Zeit hindurch auf sich genommen und ausgeübt. Wohin wird er gelangen, wie wird seine Wiedergeburt sein? –*

*Genug, Seniyo, lass es sein. Frag mich das nicht. –*

*Und zum zweiten und zum dritten Mal sprach Seniyo, der Unbekleidete mit der Hunde-Übung, zum Erhabenen: Dieser Koliyer Punno, o Herr, hat die Kuh-Übung lange Zeit hindurch auf sich genommen und ausgeübt. Wohin wird er gelangen, wie wird seine Wiedergeburt sein? –*

*Wohlan denn, Seniyo, du gibst mir nicht nach, wenn ich sage: ‚Genug, Seniyo, lass es sein, frage mich das nicht‘, so will ich dir nun Rede stehen. Da verwirklicht, Seniyo, einer die Kuh-Übung, kommt ihr ganz und gar nach, verwirklicht die Kuh-Gewohnheit, kommt ihr ganz und gar nach, verwirklicht das Kuh-Herz, kommt ihm ganz und gar nach, verwirklicht das Kuh-Verhalten, kommt ihm ganz und gar nach. Und hat er die Kuh-Übung verwirklicht, ist ihr ganz und gar nachgekommen, hat er die Kuh-Gewohnheit verwirklicht, ist ihr ganz und gar nachgekommen, hat er das Kuh-Herz verwirklicht, ist ihm ganz und gar nachgekommen, hat er das Kuh-Verhalten verwirklicht, ist ihm ganz und gar nachgekommen, so erscheint er bei Versagen des Körpers nach dem Tod in der Gemeinschaft von Kühen wieder. Wenn er aber die Auffassung hat: „Durch diese Übungen oder Gewohnheiten, durch dieses heiße Mühen, durch dieses heilige Leben werde ich das eine oder andere Himmelswesen werden!“, so ist das eine falsche Anschauung. Und*

*seine falsche Anschauung, sag ich, Seniyo, lässt ihn in der Hölle oder im Tierreich wiedergeboren werden. Wenn seine Kuh-Übung Erfolg hat, wird sie ihn zur Gemeinschaft mit Kühen führen, und wenn sie misslingt, in höllische Welt. –*

*Nach diesen Worten schrie der Koliyer Punno auf und brach in Tränen aus. Da sagte der Erhabene zu Seniyo, dem Unbekleideten mit der Hunde-Übung: Du hast mir ja, Seniyo, nicht nachgeben wollen: ‚Genug, Seniyo, lass es sein, frage mich das nicht!‘ –*

*Nicht klage ich, o Herr, weil der Erhabene solches über mich ausgesagt hat, sondern weil ich, o Herr, diese Kuh-Übung lange Zeit auf mich genommen und ausgeübt habe! – So viel trau ich, o Herr, dem Erhabenen zu und glaube, der Erhabene kann die Lehre derart zeigen, dass ich diese Kuh-Übung und Seniyo, der Unbekleidete, die Hunde-Übung aufgeben kann. –*

*So höre denn, Punno, und achte wohl auf meine Rede. – Gewiss, o Herr! –, erwiderte aufmerksam der Koliyer Punno mit der Kuh-Übung dem Erhabenen.*

*Nur durch Wehe lässt sich Wohl gewinnen (M 101) – diese Überzeugung zieht sich als einheitliches Band durch alle Schulen, Sekten und Richtungen der brahmanischen Asketik und auch der christlichen Mystik. Der Gedanke scheint so einfach zu sein: Da es der Körper ist, an dem sinnliches Begehren gespürt und erfüllt wird, so muss man diesem Körper Schmerz zufügen, damit er vom Begehren lässt.*

Als der Erwachte noch kein Erwachter war, hat er sich zuerst auch auf den Wegen der Selbstqual geübt, die er in seinem Heimatland die zum Heil strebenden Menschen gehen sah. Er war ein Stetigsteher, Fersensitzer, versagte sich normales Sitzen und Liegen, lag auf Dornen, nahm äußerst wenig Nahrung zu sich, versuchte, den Atem anzuhalten usw., aber musste einsehen, dass diese Übungen nicht dazu führten, die

Triebe, die Sinnesdränge aus dem Körper zu vertreiben. Später durch die Erinnerung an das Erlebnis einer weltlosen Entrückung fand er den richtigen Weg, nicht den Weg der Sinnensucht und nicht den Weg der Selbstqual, sondern den Mittelweg, der zwischen den beiden Extremen hindurchführt.

Die zwei Asketen dieser Lehrrede haben das Gelübde auf sich genommen, den Vorsatz gefasst, sich zeitlebens wie ein Hund bzw. wie ein Rind zu verhalten, d.h. sich zusammenzukauern und nur vom Boden Nahrung zu sich zu nehmen bzw. Gras zu fressen, nicht zu sprechen und sich Hunde- und Kuh-Denken, Hunde- und Kuh-Gemüt und Hunde- und Kuh-Verhalten in jeder Form anzueignen. Sie tun dies mit größtem Opfer ihrer geistigen und ästhetischen Neigungen und auch des eigenen Stolzes, und gerade deshalb glauben sie, dass daraus himmlische Ernte hervorgehen müsse. Sie bemühen sich in tiefstem – man kann wirklich sagen in tierischem Ernst. Sie stellen sich das Tier immer wieder vor, dem sie nachleben wollen. Sie denken immer wieder an ihr Gelübde (*vata*), ihre Verpflichtung: „Da bin ich wieder meiner menschlichen Art nachgegangen, so macht es doch keine Kuh oder kein Hund, da habe ich mein Gelübde gebrochen, das darf ich nicht.“ Sie haben ein schlechtes Gewissen, wenn sie sich menschlich verhalten. Sie nehmen sich immer wieder in Zucht (*sīla*), das äußere Verhalten, das äußere Tun (*kappa*) der Rinder und Hunde anzunehmen. Bei dem Asketen mit der Hunde-Übung heißt es ja: Nach der Begrüßung legt er sich eingerollt neben den Erwachten, wie es die Hunde tun. Das ist die Übung. Zweitens bemüht sich der Asket um ein Hunde-Herz, d.h. die gesamten Tendenzen, Triebe, der ganze Charakter soll hunde- bzw. kuh-ähnlich sein. Er erlaubt sich nicht mehr, Neigungen zu haben, die nicht hündisch oder kuhmäßig sind, sondern bemüht sich, die Neigungen anzunehmen, die die Kuh oder der Hund hat, Herz und Gemüt dieser Tiere zu erlangen. Er denkt an Hundeart, geistig, seelisch, im Herzen, im Verhalten, in jeder Weise will er dem Tier ähnlich sein. Dann unterscheidet sich nur noch der menschliche Körper vom Tier, und der Kör-

per ist ja nur die äußere Frucht der inneren Art: Er war ja Mensch geworden, weil er menschliche Art hatte, weil er menschliches Herz, menschliches Verhalten hatte, darum hat er einen menschlichen Leib angelegt. Wer sich nun ganz und gar hündische Art aneignet, hündisches Denken, hündische Gesinnung, hündisches Herz, hündisches Verhalten, den trennt in diesem Leben vom Tier nur noch die Gestalt, und die Gestalt, der Körper, zerbricht mit dem Tod. Der Erwachte sagt ja: Nach Versagen des Körpers, jenseits des Todes, erscheint er dort wieder, wohin er geistig und seelisch gehört. Er ist ja hier schon Hund oder Kuh geworden, hat Menschentum in sich ausstrahlt durch solche Bemühungen, und darum kann er kein Mensch mehr werden.

Zwar kann das Wirken dieser beiden Asketen mehr oder weniger moralisch indifferent sein – wenn sie sich nicht gerade um die Gesinnung eines zornig-wütenden Hundes oder Bullen bemühen, die ihren Herrschafts- und Besitzanspruch verteidigen – aber sie geraten durch das Leiden der Selbstqual in eine Gemütsverfassung, in der gerade das Hohe, Helle, Wohlwollende unmöglich ist. Der echt wohlwollende Mensch kann sich nicht derart selber quälen wollen. Er stellt zwar oft die Erfüllung eigener Interessen zurück um anderer Interessen willen, aber das bereitet ihm auch Freude. Ein Wesen, das sich selbst quält, das immer in Qual, in Druck ist, kann nicht gleichzeitig wohlwollend sein. Aus dem gequälten, beklommenen Gemüt geht nicht das ersehnte helle Wesen übermenschlicher Art hervor. Selbst wenn der Selbstquäler nicht bewusst gegen andere übelwollend ist, so kann er aber auch nicht den Weg gehen, bewusst anderen gegenüber gut zu sein. Wenn er das tun wollte, würde er aufhören, ein Selbstquäler zu sein. Wenn er am Selbstquälen festhält, kann er nicht auf die Dauer immer wohlwollender gegen andere werden, sondern wird allmählich finsterer. – Hinzu kommt, dass der Mensch, je länger er auf dem Weg der Selbstqual vorgeschritten ist, irgendwann um so stärker in das andere Extrem der Hemmungslosigkeit verfällt, die schlimmer ist, wenn er bei der Selbstqual



bewusst menschliches Fühlen und Denken, Anteilnahme und Rücksicht gegenüber anderen verdrängt hat und voll verderbter Selbstsucht und Habsucht nur sein eigenes Wohl im Blick hat und entsprechend handelt. – Ein solcher gelangt, wenn er nicht als Hund oder Rind wiedergeboren wird, in die Hölle oder in eine der verschiedenen Möglichkeiten der unteren Welten. Es gibt Gespensterwelten, in denen die Wesen, die ihre menschliche Denkfähigkeit und Rücksicht auf andere haben verkümmern lassen, dumpf und einsam dahinleben ohne viel Schmerzen und Qualen, nur lange Zeiten einsam und dumpf und verlassen, voll Sehnsucht nach besserem Erleben.

Aus welchem Grund hat der Erwachte nicht sofort eine Antwort gegeben, sondern nur zögernd nach dreimaligem Fragen? Er wird nach dreimaligem Zögern mehr Aufmerksamkeit und mehr Ernsthaftigkeit bei den beiden Asketen erreicht haben.

Hinter der Selbstqual an sich steht keine üble Gesinnung, sondern eher eine gute Absicht: der Wunsch, nach dem Tod in höhere Welten zu gelangen. Wir sagen gern, eine gute Absicht führt auch zu Gutem, aber hier zeigt der Erwachte, dass auch die gute Absicht, verknüpft mit höchster Anstrengung, wenn die Anschauung falsch ist, das Denken verkehrt ist, zum Gegenteil des Erwünschten führt. Ein gutmütiger Mensch, der sich bemüht, wie ein Rind oder wie ein Hund zu sein, wird sich auch wie ein gutmütiges Rind oder wie ein gutmütiger Hund benehmen, aber ein böswilliger Mensch, der sowieso knurrig oder zornig ist und nun in der nicht schlechten Absicht, ein höheres jenseitiges Wesen zu werden, sich um Hundart oder Rinderart bemüht, wird deswegen nicht sanft werden, sondern zornige Hunde- oder Bullenart, untermenschliche Charaktereigenschaften noch weiter entwickeln.

Der Anfang des ganzen Unheils ist die falsche Anschauung: Die beiden Asketen meinen, ihre Selbstqual, ihre Suche nach Schmerz sei der Weg, der zu himmlischer Wiedergeburt führe. Das erinnert uns an eine andere Aussage des Erwachten (M 126), an einen sehr realistischen Vergleich. Der Erwachte

sagt: Ob jemand mit Hoffnung oder ohne Hoffnung eine Kuh am Horn melkt, er kann sich noch so sehr anstrengen, es kommt keine Milch heraus. Die Triebfeder für das Melken kann gute Gesinnung sein: Er will vielleicht Milch gewinnen für einen hungrigen Menschen, aber er kennt nicht das Mittel zur Milchgewinnung, und darum kann er keine Milch bekommen. Darum sagt der Erwachte immer wieder: Die prima causa für alles Heil ist rechte Anschauung.

Alles, was wir tun, tun wir entsprechend der Qualität und der Quantität unserer Anschauung, wobei wir unter Qualität verstehen, wie weit die Anschauung richtig oder falsch ist, und unter Quantität, wie weit sie unser Denken beherrscht und führt. Der Anfang eines Wegs besteht nicht in der rechten Gesinnung – wenn auch ohne rechte Gesinnung das Ziel nicht zu erreichen ist –, sondern der Anfang eines Wegs besteht in der rechten Orientierung, in dem Zur-Kennntnis-Nehmen, wie die Dinge sind, in dem Ablesen nur vom Objekt, in dem nüchternen Beobachten ohne Vorurteile, wie sich etwas verhält.

Vollkommen fähig zu dieser nüchternen Beobachtung ist ein Mensch erst dann, wenn er alle Triebe, Gier und Hass, aufgehoben hat, ein Geheilter ist, in keiner Blendung mehr befangen ist. Wenn ein Triebbefangener nicht die Lehre eines Geheilten, des Erwachten, als Krückstock nimmt, sondern von sich aus die Existenz erkennen will, dann packt er es meistens falsch an, kommt nicht zur rechten Durchschauung. Das beste Vorgehen ist, wenn sich der Wahrheitssucher sagt: Ich will zunächst einmal zur Kenntnis nehmen, was ein Geheilter von der Existenz sagt, und dann bei mir beobachten, ob die Dinge so sind, wie er zeigt.

Man kann der Naturwissenschaft das Zeugnis ausstellen, dass sie sehr exakt vorgeht, sauber vom Objekt abliest und nichts gelten lässt, was sie nicht selber überprüft hat. Dies aber tut der Naturwissenschaftler nur an all den Dingen, die durch die sinnliche Wahrnehmung in Erscheinung treten, während der Erwachte den Vorgang der sinnlichen Wahrnehmung und ihre Bedingungen aufzeigt, das Aufkommen der inneren Phä-

nomene, wie Wollen, Neigung, Begehren, Gefühl, Wahrnehmung, Absicht. Das ist ein Forschen an dem Objekt, das uns angeht, unter dem wir leiden.

Wer die Lehre des Erwachten hört und ihm vertraut, der nimmt vom Erwachten an, dass es sich in der Existenz so verhält, wie er sagt. Und indem er den entsprechenden Weg geht, bestätigt sich ihm, dass die zuerst aus Vertrauen übernommene Anschauung tatsächlich der Wirklichkeit entspricht. Dadurch wächst seine Tatkraft, und er kommt zum Ziel. Die beiden Asketen in unserer Lehrrede haben dieses Vertrauen. Sie haben bereits so viel Gutes vom Erwachten gehört, dass sie sich entschlossen haben, den Erwachten aufzusuchen, ihn zu fragen und damit ihr Gelübde, sich wie ein Tier zu verhalten und nicht zu sprechen, bereits gebrochen. Beide Asketen sind entsetzt über die vom Erwachten genannten Folgen ihrer Selbstqual und darüber, dass sie sich der Selbstqual schon so lange hingeeben haben. Die Inder zur Zeit des Erwachten hatten viel deutlicher als wir das Saat/Ernte-Gesetz vor Augen, sie brauchten nur daran erinnert zu werden: Wenn du dich zu einem Tier machst, dann bist – dann wirst du ein Tier – oder Schlimmeres. Dieses Gesetz war ihnen vertraut, sie zweifelten nicht daran. Aber nun steht die Frage vor ihnen: „Was machen wir nun?“ Ihr Vertrauen zu ihrem Gelübde ist gebrochen, aber sie haben es ja, anderen geachteten Asketen folgend, von diesen übernommen und haben außerdem nach der langen Gewöhnung noch nicht die Kraft, davon ganz abzustehen. In dieser Not sagt der Asket Punno:

*So viel trau ich, o Herr, dem Erhabenen zu und glaube, der Erhabene kann die Lehre derart zeigen, dass ich eben diese Kuh-Übung, und Seniyo, der Unbekleidete, die Hunde-Übung aufgeben kann.*

Das Vertrauen kann falsch sein, der Vertrauende kann eine falsche Anschauung für die richtige halten, er kann einen Irrlehrer für den Wahrheitslehrer halten. Aber die beiden Asketen haben ja bereits erfahren, dass das, was der Erwachte bisher

gesagt hat, mit ihrem Wissen um das Saat-Ernte-Gesetz übereinstimmt, und darum haben sie das Vertrauen, dass auch die Aussagen des Erwachten, die Dinge betreffen, die sie bisher noch nicht erfahren haben, richtig sind. Auf dieses Vertrauen der beiden nimmt der Erwachte Bezug, wenn er den zweiten Teil seiner Belehrung einleitet mit der Bemerkung, dass er vier Arten des Wirkens mit ihren Folgen in übersinnlicher Erfahrung selber erfahren hat und aufzeigt.

Der Erhabene sprach:

*Folgende vier Arten des Wirkens habe ich selbst mit übersinnlicher Wahrnehmung erfahren und zeige sie auf. Welche vier?*

- 1. Es gibt dunkles Wirken, das dunkle Wirkung zur Folge hat.*
- 2. Es gibt helles Wirken, das helle Wirkung zur Folge hat.*
- 3. Es gibt dunkel-helles Wirken, das dunkel-helle Wirkung zur Folge hat.*
- 4. Es gibt ein Wirken, das weder dunkel noch hell ist und weder dunkle noch helle Wirkung zur Folge hat, ein Wirken, das zur Beendigung alles Wirkens führt.*

Die ersten drei Arten des Wirkens

*1. Was ist das für ein Wirken, das dunkel ist und dunkle Folgen hat?*

*Da wirkt einer in Taten, Worten und Gedanken immer wieder belastend und beschwerend. Und weil er immer wieder in Taten, Worten und Gedanken belastend und beschwerend wirkt, so gelangt er in lastvoller Welt wieder zum Dasein. Und ist er in lastvoller Welt wieder zum Dasein gelangt, so treffen ihn belastende Berührungen. Von belastenden Berührungen getroffen,*

*fühlt er belastendes Gefühl, einzig schmerzhaft, gleichwie etwa höllische Wesen. Ganz so wie sie geworden sind, ist der Wesen Wiedergeburt. Durch das, was einer wirkt, wird er wiedergeboren. Der Wiedergeborene wird von Berührungen getroffen. Darum sage ich: „Erbe des Wirkens sind die Wesen.“ Das nennt man dunkles Wirken, das dunkle Folgen hat.*

*2. Was ist das aber für ein Wirken, das hell ist und helle Folgen hat?*

*Da wirkt einer in Taten, Worten und Gedanken immer wieder ganz ohne die Wesen zu belasten und zu beschweren. Und da er immer wieder in Taten, Worten und Gedanken ohne zu belasten und zu beschweren wirkt, so gelangt er in lastfreier Welt wieder zum Dasein. Und ist er in lastfreier Welt wieder zum Dasein gelangt, so treffen ihn lastfreie Berührungen. Von lastfreien Berührungen berührt, fühlt er lastfreies Gefühl, einzig beglückend, gleichwie etwa strahlende Götter. Ganz so wie sie geworden sind, ist der Wesen Wiedergeburt. Durch das, was einer wirkt, wird er wiedergeboren. Der Wiedergeborene wird von Berührungen getroffen. Darum sage ich: „Erbe des Wirkens sind die Wesen.“ Das nennt man helles Wirken, das helle Folgen hat.*

*3. Was ist das aber für ein Wirken, das dunkel-hell ist und dunkel-helle Folgen hat?*

*Da wirkt einer in Taten, Worten und Gedanken immer wieder bald belastend und beschwerend, bald ganz ohne die Wesen zu belasten und zu beschweren. Und wirkt er in Gedanken, Worten und Taten bald belastend und beschwerend, bald ganz ohne die Wesen zu belasten und zu beschweren, so gelangt er in einer teils lastvollen, teils lastfreien Welt wieder zum Dasein.*

*Und ist er in einer teils lastvollen, teils lastfreien Welt wieder zum Dasein gelangt, so treffen ihn belastende und lastfreie Berührungen. Von belastenden und lastfreien Berührungen getroffen, fühlt er belastendes und lastfreies Gefühl, beglückend und schmerzhaft gemischt, gleichwie etwa bei Menschen, manchen Göttern und manchen Geistern. Ganz so wie sie geworden sind, ist der Wesen Wiedergeburt. Durch das, was einer wirkt, wird er wiedergeboren. Den Wiedergeborenen treffen Berührungen. Darum sage ich: „Erbe des Wirkens sind die Wesen.“ Das nennt man dunkel-helles Wirken, das dunkel-helle Folgen hat.*

Diese Aussage des Erwachten bedeutet: Die Welt, die wir erleben, ist bereits die Ernte unseres bisherigen Handelns in Gedanken, Worten und Taten. Welt ist nicht eine objektive Gegebenheit an sich, die unabhängig von uns bestünde und die wir nun nach unseren Wünschen ausbauen könnten, sondern sie ist die auf für uns verborgenen Wegen, daher heimlich-unheimlich entstandene Ernte unseres Wirkens.

„Die Ernte unseres Wirkens“ – das bedeutet das Pälwort „Karma“. Karma heißt so viel wie „Wirken, Schaffen, Schöpfen“, und es bedeutet auch zugleich „das Gewirkte, Geschaffene, das Geschöpf“. Karma ist der Ausdruck für den die ganze Existenz durchziehenden geistigen Kausalzusammenhang zwischen dem, was ein Wesen will und tut, und dem, was es wahrnimmt, erlebt. Je nach seinem Willen und Tun wird über kurz oder lang seine Wahrnehmung, sein Erleben. Der Erwachte sagt (M 135):

*Eigentum des Wirkens sind die Wesen, Erben des Wirkens, Kinder des Wirkens sind die Wesen, Knechte des Wirkens sind die Wesen, im Wirken beheimatet sind die Wesen. Das Wirken ist es, das die Wesen unterschiedlich werden lässt zwischen elend und gut lebenden.*

Und das Wirken kann – nach unserer Lehrrede – hell, dunkel und hell-dunkel gemischt sein. Helles Wirken ist lastfreies Wirken in Gedanken, Worten und Taten, dunkles Wirken ist belastendes Wirken. Wir mögen uns fragen, was mit „belastend“ und „lastfrei“ gemeint ist. Die Antwort darauf finden wir in M 88. Dort sagt Anando auf die Frage, was ein belastender Wandel in Taten, Worten und Gedanken sei:

*Ein solcher Wandel in Taten, Worten und Gedanken, aus welchem Leiden hervorgeht. –*

*Und was ist, Herr, ein Wandel in Taten, Worten und Gedanken, aus welchem Leiden hervorgeht? –*

*Ein Wandel in Taten, Worten und Gedanken, der zu eigener Belastung (byābādha) führt, zu anderer Belastung führt und zu beider Belastung führt, wo die heillosen Erscheinungen sich mehren und die heilenden Erscheinungen sich mindern.–*

Der Täter erfährt Belastung, wird bedrängt, seine Umgebung erfährt Belastung, Bedrängnis, beide erfahren Belastung, Bedrängnis. Das heißt, in dem Leben des Menschen nimmt das Verdunkelnde, Bedrängende, Bedrückende zu, das Widerwärtige, Schmerzliche und zu Fürchtende greift immer mehr um sich. Dunkles, belastendes Wirken entspringt der Geisteshaltung des Viel-Bedürfnens und der daraus hervorgehenden verweigernden und entreißenden Gesinnung. Wer da voller Begehren, voller Wünsche ist und rücksichtslos verweigernd und entreißend sein Leben zubringt, der setzt verweigerndes und entreißendes Verhalten in die Welt, das ihm wieder als Last begegnet. – Helles Wirken dagegen ist lastfreies Wirken in Gedanken, Worten und Taten, ist alles Wirken aus gewährender und ertragender Gesinnung. Gewährende Gesinnung heißt: die Bedürfnisse des anderen berücksichtigen, dafür sorgen, dass er zu dem Seinigen kommt, kurz: bei allem Wirken die Bedürfnisse der anderen mit im Sinn haben. – Ertragende Gesinnung zeigt sich in Geduld, Sanftmut und Friedfertigkeit, die dazu führt, dass er im jetzigen und zukünftigen Leben wohl-

wollendere Gesinnung und wohlwollendere Taten seitens der Umwelt an sich erfährt. – Daran sehen wir, dass Ich und Welt keine feststehenden Größen sind. Sie werden in subjektiver Erfahrung erlebt entsprechend der Art und dem Verhalten eines jeden Einzelnen.

Wollen nach Wahrnehmung entwirft  
die Vorstellung von Ich und Welt

Der Erwachte nennt Wollen und Wahrnehmen auch mit den drei Worten: *rāga, dosa, moha* – *Gier, Hass, Blendung*. Gier bedeutet: von manchen Dingen hingerissen sein, mehr oder weniger stark bis zur leidenschaftlichen Besinnungslosigkeit, so dass man aus Begehren, aus Angezogenensein einfach blind etwas tun muss. Dieses Hingerissensein gibt es in allen Stärkegraden, wie es jeder bei sich kennt. Ebenso kennt man das spontane Abgeneigtsein (Hass), bei dem der Verstand gar nicht mitspricht. Es wird etwas erlebt, und das stößt uns ab, erschreckt uns, entsetzt uns, ist uns peinlich. Das spontane Gefühl, die Emotionen sind da, und durch die Emotionen, denen Begehren und Hassen zugrunde liegt, wird der Mensch geblendet (*moha*). Die Welt, die Erlebnisse erscheinen ihm in der seinen Trieben gemäßen Färbung (Blendung). Spontanes Angezogenensein von Erscheinungen (Gier) – Abgestoßensein von anderen Erscheinungen (Hass) blenden und erzeugen die Vorstellung: „Die Welt, in der ich lebe, ist so und so geartet, sie will mir wohl oder übel.“ In Wirklichkeit entwirft die triebbedingte, durch das jeweilige spezifische Wollen bedingte Blendung die Wahrnehmung, den Wahn eines Ich und eines Du.

Das Dasein der Welt und des Ich, so sagt der Erwachte, so unermesslich und massiv es sich auch darstellen mag, beweist sich nur durch Wahrnehmung, in der sowohl Ich als auch Welt erscheint. Der Erwachte sagt:



*Weltwahrnehmend, weltdenkend (loka saññī, loka mānī) nennt man Welt in der Wegweisung der Heilsgänger. Wodurch nimmt man Welt wahr, denkt Welt? Durch Luger (Sehenwollen), Lauscher (Hören-Wollen), Riecher (Riechen-Wollen), Schmecker (Schmecken-Wollen), Taster (Tasten-Wollen), Denker (Denken-Wollen). (S 35,116)*

In A IV,45 sagt der Erwachte nur kurz: *In diesem Körper (mit den innewohnenden Wollensdrängen) mit Wahrnehmung und Geist ist die Welt enthalten* und zeigt in A IX,38, wie das zu verstehen ist:

*Diese fünf Begehrensstränge sind es, welche in der Wegweisung des Vollendeten „Welt“ genannt werden, nämlich: die vom Luger erfahrbaren Formen, die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen, dem Begehren entsprechenden, reizenden, die vom Lauscher erfahrbaren Töne, die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen, dem Begehren entsprechenden, reizenden, die vom Riecher erfahrbaren Düfte, die ersehnten..., die von dem Schmecker erfahrbaren Säfte, die ersehnten..., die vom Körper erfahrbaren Tastungen, die ersehnten... Das sind die fünf Begehrensstränge, welche in der Wegweisung des Vollendeten „Welt“ genannt werden.*

„Die fünf Begehrensstränge“ deuten durchaus nicht auf willenlos zur Verfügung stehende Werkzeuge hin, wie die westliche Auffassung von den Sinnesorganen ist, sondern sind ein inneres drängendes Sich-Ausstrecken nach sinnlicher Wahrnehmung, darum heißt es bei den Formen, Tönen, Düften usw., dass es *die ersehnten, geliebten, entzückenden, die angenehmen, dem Begehren entsprechenden, reizenden* seien. Das drückt in aller Deutlichkeit ein Wollen, ein uns innewohnendes Begehren und Sehnen nach bestimmten Erscheinungen aus.

Allein die Tatsache, dass das eine Erleben als angenehm, das andere als unangenehm erscheint, deutet auf einen inne-

wohnenden subjektiven „Schmecker“ hin, zumal wir immer wieder erfahren, dass ein Gegenstand, der dem einen Menschen sehr lieb und angenehm ist, den anderen abstößt oder ihm gleichgültig ist. Daran sieht man, dass unsere Zu- und Abneigungen gegenüber den unterschiedlichen Objekten nicht durch die Objekte selbst, sondern durch den uns innewohnenden Geschmack und dessen Verhältnis zum Objekt bedingt ist. Ohne diese inneren geradezu geistesmagnetischen Anziehungen würden die davon betroffenen Objekte für uns nicht plötzlich erfreulich aufleuchten, und ohne dieses innere geschmackliche Missfallen gegenüber anderen Objekten würden auch jene uns nicht plötzlich als abstoßend, ekelhaft, empörend vor Augen kommen. Diesen Zusammenhang müssen wir mitsehen, dann verstehen wir, warum der Erwachte sagt, dass dieses innere Begehren in der Wegweisung des Erwachten als die Bedingung der „Welt“ bezeichnet wird, denn nur durch diese unterschiedlichen Bezüge ist das Welterlebnis bedingt. In M 43 wird erklärt, dass die Gesamtheit der Triebe, der Tendenzen, die dort als Gier und Hass bezeichnet werden, die Erscheinungsmacher sind, die Wurzel der Wahrnehmung „Welt“.

Es hat noch kein Mensch eine andere Welt als eine *wahrgenommene* Welt erlebt, und es hat noch kein Mensch ein anderes Ich als das *wahrgenommene* Ich erlebt. Leben ist Erleben, Wahrnehmung ist die Grundlage alles Daseins. Die gesamte Existenz spielt sich nicht in einer festgefügtten Welt ab, sondern im Wahrnehmen, im Erleben. Es ist ein geistiger Prozess von dauerndem Erleben, von einer Kette von Erlebnissen. Immer wieder wird ein so und so geartetes Stück Umwelt und ein so und so geartetes Ich erlebt. Wenn die Triebe vorwiegend auf Verweigern und Entreißen aus sind, dann wird auch die Umwelt wahrgenommen als eine mehr feindselige Welt. Die Wahrnehmung, genannt Existenz, genannt Leben, ist in seiner Qualität bedingt durch die Qualitäten des wahrgenommenen Ich. Wo ein Ich wahrgenommen wird, das wohlgesinnt ist, hilfsbereit, erbarmend und Freude hat am Freudema-

chen, da wird auch wahrgenommen, dass dieses Ich sich mit einer Umwelt in Freundschaft, in einem harmonischen Verhältnis befindet. Wo wahrgenommen wird, dass dieses Ich allmählich egoistischer wird, allmählich genussüchtiger, rücksichtsloser wird, da wird wahrgenommen, dass auch die Umwelt allmählich rücksichtsloser, härter, streithafter, roher wird. Das ganze wahrgenommene Leben, die Begegnungen werden härter, roher, dunkler, schmerzlicher. Werden unsere Herzensqualitäten besser, dann muss auch die Wahrnehmung besser werden. Werden unsere Herzensqualitäten übermenschlich gut, dann muss auch die Wahrnehmung vom Umgang miteinander, von der Gemeinschaft übermenschlich gut werden, hell werden. Die Wesen befinden sich auf dem Weg dahin auf einer Skala der grenzenlosen Möglichkeiten vom hellsten, edelsten, würdigsten Sein bis zum allgeringsten und niedrigsten. Und immer ist die Qualität des Erlebens generell gesehen abhängig von der Qualität des Erlebers. Die Qualität des Wahrnehmens hängt ab von der Qualität der Triebe, der Neigungen des Wahrnehmenden.

Die Triebe samt Fühlen, Wissen und Denken  
überdauern den Tod des Körpers  
und werden vom einst Gewirkten berührt

Diese Triebe, die Tendenzen, die Neigungen sind mit dem Tod des Körpers nicht aufgelöst, sind nicht durch den Körper bedingt, sind nicht vom Körper abhängig, sondern können nur durch Denken, durch positive oder negative Bewertung verändert werden. Ohne entsprechendes Denken können sich die Triebe nicht verändern. Indem wir irgendetwas positiv bewerten – indem wir denken: „Das ist aus dem und dem Grund wertvoll, gut oder schön“, – dann wird die darauf gerichtete Neigung ein wenig stärker, und durch negative Bewertung – indem wir denken: „Das ist aus dem und dem Grund unwichtig, schlecht oder hässlich“ – dann wird die Neigung dahin schwächer. Wenn man etwas weder positiv noch negativ be-

wertet, dann bleibt die Neigung, dann bleibt der Trieb, die Tendenz unverändert bestehen. Das Denken ist nicht die Nahrung für die Triebe wie das Essen für den Körper. Wenn der Körper längere Zeit keine Nahrung bekommt, dann nimmt er immer mehr ab, bis er ganz zugrunde geht. Wenn keine positive oder negative Bewertung eintritt, dann nehmen die Triebe nicht ab. Sie unterliegen dem Gesetz des Beharrens. Weil aber praktisch jeder Mensch alle Dinge immer wieder bewertet, darum verändern sich die Triebe ständig, aber nicht weil die Triebe von sich aus vergänglich sind, sondern weil ununterbrochen bewertendes Denken stattfindet, das die Triebe verändert.

Weil der Tod keine denkerische Bewertung ist, sondern nur eine Veränderung des Körpers, so verändern sich die Triebe durch den Tod nicht. Sie bestehen weiter wie bisher und werden wie bisher berührt von dem als außen Erfahrenen, dem Gewirkten, und antworten mit Wohlgefühl, wenn das Erfahrene ihnen entspricht, und mit Wehgefühl, wenn das Erfahrene ihnen widerspricht. Worunter wir leiden und was uns Wohl verursacht, ist immer nur Gefühl. Wohlgefühl und Wehgefühl machen die Qualität des Erlebens aus, und diese Gefühle entstehen als Resonanz der Triebe auf die Berührung von früher Gewirktem.

Wenn die Wesen aus der Umwelt Maximen annehmen, wie z.B. „Man muss sich in der Welt durchsetzen, man lebt nur einmal, nach mir die Sintflut“, dann beeinflussen diese Bewertungen die Gemütseinstellung, die Triebe, den Charakter, die Psyche in Richtung auf Rücksichtslosigkeit. Wenn der Körper stirbt, dann wird die rücksichtslos gewordene Psyche von dem gewirkten Üblen berührt und dementsprechende Wehgefühle erleben: *Wieder zum Dasein gelangt, treffen ihn belastende Berührungen*, d.h. Berührungen, die seinen Trieben, seinen Wünschen ganz und gar widersprechen, die er als äußerstes Leiden erlebt.

Alle Wesen sind durch ihr Wirken das geworden, was sie sind, auch die höchsten Götter. Und es gibt kein Lebewesen –

in dem uns zugänglichen Bereich vom winzigsten Käfer bis zum riesigen Elefanten oder in jenseitigen Bereichen vom niedrigsten Lebewesen bis zum höchsten –, das sich nicht auf einer endlosen Wanderung befindet. Das Wollen rast und wandelt sich bei entsprechender Bewertung, und je nach dem gewandelten Wollen wird gewirkt und geerntet, wahrgenommen. Es gibt nach den Aussagen des Erwachten keine Lebensform, von der niedrigsten bis zur höchsten, in der nicht jeder Mensch schon ungezählte Male gelebt hat. So unübersehbar vielfältig wie das Wollen und dementsprechende Wirken der Wesen in Taten, Worten und Gedanken ist, so unübersehbar vielfältig sind die Wahrnehmungen.

Schon in der *Menschenwelt* erleben manche Wesen als Ernte ihres früheren Wirkens unvorstellbare körperliche Schmerzen durch Krankheit, Unfall, Folter, Krieg. Und doch ist die Menschenwelt noch der Daseinsbereich, in welchem die Wesen wiedererscheinen, die dunkel/licht gemischt gewirkt haben. Doch für Wesen, bei denen *das dunkle Wirken, das einzig dunkle Folgen hat*, überwiegt, geht die Ernte an körperlicher Qual über unser Fassungsvermögen hinaus. *Hölle* ist der Inbegriff der Wahrnehmung von äußersten Schmerzen.

Menschen, die in ihren Geist überhaupt keine höherweisenden Maßstäbe aufnehmen oder solche wieder völlig verlieren, in blindester Vordergründigkeit dumpf treiben, dem Begehren und Hassen folgen, jeweils dem Lustgewinn folgen, leben schon als Mensch halb tierisch dahin und erscheinen auf Grund dieses Wirkens unter *Tieren* wieder: *Wieder zum Dasein gelangt, treffen ihn belastende Berührungen*, d.h. Berührungen, die seinen Trieben ganz und gar widersprechen, die er als *einzig schmerzvoll* erlebt.

Die meisten Menschen werden mit zunehmendem Alter misstrauisch, verbittert und unleidlich, habgierig und geizig, weil sie nicht mehr so genießen können wie früher und weil sie wegen ihrer Schwäche sich nicht mehr mit Gewalt durchsetzen können. Diese verbitterte Art ist diejenige Stimmung, welche geradewegs auf die Wahrnehmung der *Gespenster-*

welt zuführt, die Durchschnittsstimmung des Durchschnittsmenschen. Deshalb bezeichnet im Pāli ein und dasselbe Wort (*peta*) „Verstorbener“ und „Gespenst“.

Das Wohl der Wahrnehmung übermenschlicher Existenz wird erlangt durch Tugend, durch Berücksichtigung der Wünsche anderer. Doch auch hier gilt, dass es ebenso viele übermenschliche Selbsterfahrungen als Ernte gibt, wie es Arten des Wirkens, der Saat, gibt, also unermesslich viele. Doch sind drei große Gruppen zu unterscheiden: sinnhafte, formhafte und formfreie Selbsterfahrung. Das Ganze spielt sich ab als ein ständig wechselnder Wahrnehmungstraum, in allen Einzelheiten selbst gesponnen, selbst gewirkt als ergreifendes Denken, Reden und Handeln.

Das Wollen, die Triebe, zwingen  
zum gefühlbefriedigenden Ergreifen (*upādāna*)

Der Erwachte sagt nicht nur: *Die fünf Begehrensstränge sind die Welt: die vom Luger erfahrbaren Formen, die vom Lauerer erfahrbaren Töne usw.*, sondern sagt auch:

*Die Gewohnheitsbande, immer heranzutreten, zu ergreifen, sich anzueignen und dabei zu verbleiben, das ist praktisch diese Welt. (S 12,15)*

In jeder wahrgenommenen Situation erscheint das Ich samt dem Begegnenden als eine zweipolige Einheit. Und da das Ich nichts anderes hat und nichts anderes weiß als das Begegnende und darum keine andere Blickrichtung kennt als die auf das Begegnende hin, so bestehen *die Gewohnheitsbande, an das Begegnende heranzutreten.*

„Ergreifen“ erklärt der Erwachte (M 38) als das Sich-Befriedigen bei den Gefühlen. Es bedeutet für den normalen Menschen: In jeder Situation, in der ein Ich in Begegnung mit Begegnendem erlebt wird, wahrgenommen wird, da meldet sich bei jedem durch die Begegnung ausgelöstes Wohlgefühl spontan das Verlangen – „Durst“ – nach Bewahrung dieses Wohlgefühls, d.h. nach Erhaltung oder weiterer Herbeiführung

dieser wohlthuenden Situation, weil man dann „befriedigt“ (*nandi*) ist. Ebenso meldet sich bei jedem durch die Begegnung ausgelösten Wehgefühl spontan das Verlangen – „Durst“ – nach Aufhebung dieses Wehgefühls, d.h. nach Beendigung und zukünftiger Verhinderung dieser leidigen Situation, weil man auch dann erst „befriedigt“ ist.

Indem man also diesen beiden Durstrichtungen folgt, hat man in beiden Fällen seine Gefühle befriedigt. Und diese Befriedigung wird als ein Akt des „Ergreifens“ (*upādāna*) bezeichnet.

In jeder Begegnungssituation werden die Gefühle immer bei dem „Ich“ empfunden, und immer zeigen sie das Verhältnis der Neigungen, der Triebe des Ich zu dem Begegnenden an. Immer sind Wohlgefühl oder Freude das eindeutige Zeichen für ein begehrendes, positives Verhältnis des Ich zu dem Begegnenden, und immer drücken Wehgefühle oder Trauer, Ärger, Zorn ein Missverhältnis der Neigungen des Ich zu dem Begegnenden aus.

Wenn nun das Ich in seinen Gefühlen Befriedigung anstrebt – wie es meistens direkt und fast immer indirekt geschieht – indem es das Wohltuende zu bewahren, dem Schmerzlichen zu entgehen trachtet, so ist es in beiden Fällen seinen inneren Neigungen und Trieben, seinen Zuneigungen (Gier) oder Abneigungen (Hass) gefolgt, hat aus diesen heraus angestrebt, hat sie also bestätigt und damit erhalten und bewahrt. Damit ist natürlich auch das Verhältnis des Ich zu dem Begegneten bestätigt, erhalten und bewahrt geblieben. Aber nicht nur das:

Der Erwachte sagt, damit sei auch die wahrgenommene Situation erhalten geblieben, nicht aufgelöst worden. Die Erwachten sagen, dass sie sehen und beobachten, wie jede anlässlich der Begegnung nicht aufgelöste, sondern nur ein wenig veränderte Situation – also ein erlebtes Ich in seinem Verhältnis zu dem Begegneten – zwar von der nachfolgenden Situation aus dem beschränkten Wahrnehmungsraum hinausgedrängt wird, aber damit nicht in Nichts aufgelöst wird, son-

dem weiter besteht und weiterwandert auf den ihr entsprechenden Wegen. Alle diese Situationen werden über kurz oder lang – wie aus „Zukunft“ kommend – wieder in die Wahrnehmung eintreten, darauf wird wieder reagiert und damit werden sie wieder ergriffen, d.h. nur so oder so behandelt, aber fast nie aufgelöst. Sie werden durch die nächsten Situationen aus der Wahrnehmung verdrängt, aber müssen unweigerlich wiederkehren – und so fort, solange sie nicht aufgelöst werden. Damit bleibt die Kette der wahrgenommenen Begegnungssituationen bestehen und damit auch der Eindruck, die Ein-Bildung eines „Ich“ in ständiger Auseinandersetzung mit „Welt“.

Durch jedes wohlwollende Wirken (gefühlsbefriedigendes Wirken – Ergreifen) wird ein etwas wohlwollenderes Begegnungsverhältnis in die Vergangenheit geschickt – in die Zukunft geschickt, wird das Ich um einen Grad mehr mit wohlwollendem, gewährendem Geist geprägt, wird das mit Wohlwollen behandelte Du um einen Grad zufriedener, entspannter, freudiger. Und dieses jetzt so geschaffene, durch den gegenwärtigen verbessernden, erhellenden Schöpfungsakt so gestaltete Verhältnis eines wohlwollenderen Ich in sanfterer Begegnung mit einem entspannteren, erfreueren und meistens auch wohlwollenderen Du – diese Schöpfung ist nun „da“, ist gewirkte Wirkung. Diese Wirkung entschwindet lediglich der Sichtbarkeit, das heißt der unendlich kleinen Gegenwart des Verblendeten, bleibt aber als wirkende Wirkung bestehen und taucht zu ihrer Zeit wiederum in die unendlich kleine Gegenwart des Verblendeten ein, wird in ihrer zuletzt umgestalteten Qualität erfahren und wird als wohltuendes „Schicksal“ erlebt. Das Ich antwortet darauf, indem es das Wohltuende entweder gierig-raffend an sich zu reißen sucht oder fürsorgend mit dem Nächsten zu teilen sucht. Kommt nun bei diesem Erleben etwas Schmerzliches und Unangenehmes dazwischen, dann versucht man, blind zu fliehen, mit Zorn rücksichtslos abzustößen oder aber standhaft zu ertragen in der Hoffnung auf späteres Wohl.



Unser gesamtes Erleben ist die Folge, die Ernte früheren oder jetzigen gefühlsbefriedigenden ergreifenden Wirkens. Wir haben es nicht mit „Schicksal“ zu tun, sondern mit „Schaffsal“ (Karma). Das durch Ergreifen in die Latenz (*bhava*) Geschickte ist das die Erlebniskette Verlängernde, Sam-sāra Fortsetzende, das aus der Latenz als Erscheinung wieder an den Erleber herantritt.

Wo keine Triebe sind, kann es kein gefühlsbefriedigendes Ergreifen geben. Dort aber, wo Triebe vorhanden sind, können wir trotz der Triebe auf das Ergreifen solcher Dinge verzichten, die wir als leidbringend, als unheilsam erkennen. In solchem Fall wird nichts Übles in die Latenz geschickt, das irgendwann als üble Ernte wieder herantreten könnte.

Aber solange nicht klares Wissen über die Herkunft der Szenen aufkommt und damit der Wahn nicht durchbrochen ist, so lange auch bestehen *die Gewohnheitsbände, immer heranzutreten, zu ergreifen, sich anzueignen, dabei zu verbleiben* und bleiben bestehen. Das ist – so sagt der Erwachte (S 12,15) aus seinem universalen Durchblick über das Ganze – praktisch diese Welt.

Wir betrachten die herantretenden Begegnungswahrnehmungen, als ob wir etwas Neues aus der Welt sähen, als ob wir etwas Neues aus der Welt hörten, röchen, schmeckten, tasteten, bedächten. Aber in Wirklichkeit ist nicht eine Welt gegenüber einem Ich oder ein Ich gegenüber einer Welt, vielmehr besteht eine fest gesponnene Verbindung zwischen dem früheren Wirken des Täters und dem ihn umgebenden Gewirkten. Der Erwachte sagt (M 18):

*Dadurch, dass der Mensch sich (durch Bedenken) etwas gegenüberstellt (papañceti)<sup>121</sup>, erzeugt er die Illusion einer ge-*

---

<sup>121</sup> Durch das Bedenken des Wahrgenommenen macht sich der Geist von dem als Gegenüber, als Umwelt Erlebten, ein immer plastischeres Bild, hämmert es immer deutlicher heraus, stellt es sich immer deutlicher vor. Dadurch wird die Bedürftigkeit, die Anhänglichkeit an diesen Gegenstand verstärkt.

*spaltenen Begegnungswahrnehmung (papañca-saññā-sankhā):  
den Luger, an den erfahrbare Formen als vergangen, zukünftig,  
gegenwärtig herantreten, den Lauscher, an den erfahrbare  
Töne als vergangen, zukünftig, gegenwärtig herantreten.....*

Solange die Gewohnheit beibehalten wird, die als äußere Welt erscheinende Vielfalt der Formen hereinzuholen, zu ergreifen, so lange tauchen immer wieder Formen auf und werden mit dem gegenwärtigen triebbedingten „Geschmack“ abgeschmeckt.

Das absichtliche Wirken zur Befriedigung des Gefühls erzeugt ununterbrochen Wirkungen, die unmittelbar oder irgendwann später an den Menschen herantreten, „empfunden“ werden. Nur das absichtliche Wirken hat Folgen, denn hinter jeder Absicht steckt der Wille, der Wunsch der Wesen: Zuneigung, Abneigung. Ein Wirken aus Zu- und Abneigung ist es, das Folgen hat, ein Wirken, das mit der Absicht geschieht, die Gefühle zu befriedigen, also um etwas Angenehmes zu erlangen oder um etwas Unangenehmes zu vermeiden, zurückzuweisen: Nur solches Wirken ist Ergreifen und kommt in seiner Wirkung auf den Täter zurück, wie der Erwachte sagt (A X,208).

Nicht beabsichtigte Schädigung oder nicht beabsichtigtes Wohltun dagegen, z.B. wenn ich auf dem Weg unbeabsichtigt Käfer und Schnecken zertrete oder wenn mit jedem Einatmen Kleinstlebewesen getötet werden oder wenn ich unabsichtlich die Katze verscheuche, die gerade eine Maus fangen will – das hat für den Täter keine fühlbaren Folgen. Ich habe keine Gefühlsbefriedigung bei diesem unwillentlichen Töten oder Retten und setze mich auch nicht leichtsinnig über die Belange anderer Wesen hinweg.

Man darf also nicht sagen: Welche Erscheinung auch immer ein Mensch wirkt, genau eine solche Erscheinung wird er ernten, sondern man muss sagen: Was auch immer ein Wesen

mit Absicht und zur Befriedigung seines Gefühls wirkt, das bestimmt seine Ernte.

Auch unsere vielen unbeabsichtigten und gleichgültigen Taten haben Folgen, doch bleiben diese uns gleichgültig. So ist ja daher die Welterscheinung voll von Dingen, die uns gleichgültig sind – etwa der Stein am Weg, ein abbrechender Ast, die vielen Menschen, die im Großstadtgewühl an uns vorüberziehen. So zeitigt die äußere Seite jeder Tat unweigerlich entsprechende Bilder. Aber das wird noch nicht Frucht, Ernte einer Tat genannt. Frucht oder Ernte heißt: Für den Täter fühlbare Frucht oder Ernte.

Wenn alles Wirken, auch das unbeabsichtigte, d.h. das nicht auf Gefühlsbefriedigung ausgehende, Wirkungen für den Täter nach sich zöge, dann gäbe es keine Möglichkeit, dem Kreislauf von Wirken – Wirkung – Wirken zu entinnen. Beispielsweise hat der Buddha fünfundvierzig Jahre gelehrt und damit die Kultur Indiens weitgehend verändert, aber er hat dies nicht zu seiner Gefühlsbefriedigung getan, sondern in dem erhabenen Gleichmut eines Vollendeten, und konnte darum erlöschen. Da der Geheilte alle Neigungen, alle Wünsche und Sehnsüchte gestillt hat und darum nichts mehr zur Befriedigung von Gefühl tut, so ist sein Wirken für ihn frei von Folgen. Darum konnte der Erwachte sagen: *Abgelöst von der Daseinsader steht der Leib des Vollendeten da. (D 1) Die Daseinsader* – das ist das Sehnen, Habenwollen und Seinwollen des Menschen bzw. der Wesen, jener Magnetismus von Anziehung und Abstoßung. Dieses Spannungsgefüge haben die Geheilten aufgelöst, darum gibt es für sie nach Ablegen des Leibes keine Erscheinungsweise mehr, und alles, was sie durch ihr Tun als Geheilte etwa noch an der Umwelt geändert haben, das kann sie nach diesem letzten Leben in keiner Weise mehr erreichen.

Der Erwachte sagt, dass die Wesen der Ernte des gefühlsbefriedigenden Wirkens in keiner Weise entinnen können. Darüber heißt es:

*Nicht in der Luft, nicht in der Meerestiefe,  
nicht in dem Herzen fernster Bergeshöhle,  
nicht findet in der Welt man eine Stätte,  
wo man der eigenen Saat entfliehen könnte. (Dh 127)*

und

*Den lang entbehrten teuren Mann,  
der heil aus fernen Landen kommt,  
begrüßet bei der Wiederkehr  
all seiner Lieben traute Schar.  
So, wahrlich, auch empfangen ihn,  
der Gutes tat, im neuen Sein  
die guten Taten insgesamt  
wie Freunde einen lieben Freund. (Dh 219/220)*

Ein jeder erlebt, was immer er auch erleben mag und von was für einer ihn fremd anmutenden Quelle es auch immer an ihn herantritt, immer nur die Rückkehr seines Wirkens nach dem Gesetz:

Wie der Mensch *heute* in seinem Geist denkt und bewertet, danach wird *morgen* sein Herz, sein Charakter (innere Ernte) und damit sein Tun und Lassen in seiner engeren und weiteren Umwelt, und das bewirkt *übermorgen* die äußere Ernte: Kurzlebigkeit oder Langlebigkeit, Krankheit oder Gesundheit, Hässlichkeit oder Schönheit, Armut oder Reichtum, sozial niedrige oder hohe Stellung.

Aber es kommt auch vor, dass ein Mensch gegenwärtig nach seiner Gesinnung und den daraus hervorgehenden Taten schlecht ist, dass es ihm aber dennoch zur gleichen Zeit gut und erfreulich gehen kann. Dann ist nicht sein gegenwärtiges gutes und erfreuliches Ergehen die Folge von seinem gegenwärtigen schlechten Tun und Lassen, sondern ist vielmehr Folge aus einem früheren guten Tun und Lassen, während sein

gegenwärtiges schlechtes Tun und Lassen irgendwann später entsprechende dunkle Folgen haben wird.

*Auch einem Bösen geht es gut,  
solang das Böse nicht gereift;  
ist aber reif die böse Frucht,  
dann geht es schlecht dem schlechten Mann.  
Auch einem Guten geht es schlecht,  
solang sein Gutes nicht gereift;  
ist aber reif die gute Frucht,  
dann geht es gut dem guten Mann. (Dh 119-120)*

In einem ähnlichen Sinn muss auch das christliche Wort aufgefasst werden:

*Gottes Mühlen mahlen langsam,  
mahlen aber trefflich fein,  
was aus Langmut er versäumet,  
holt mit Schärf' er wieder ein.*

Oft tritt die Ernte des Gewirkten gemischt heran. Der Erwachte vergleicht das Üble, das in die Welt gesetzt wird und dem Täter eine üble Ernte bringt, mit dem Erzeugen von Salz und das gewirkte Gute mit klarem, süßem Trinkwasser (A III,98) und sagt: Wenn ein Mensch nur wenig Gutes, aber viel Übles gewirkt hat, dann ist das so, wie wenn er zwar einen Krug gutes Trinkwasser, aber auch eine darin aufgelöste große Menge Salz dazu geschaffen hätte. Dann ist das Wasser nicht genießbar. Ebenso erlebt einer auf Grund seiner vorwiegend üblen und nur wenig guten Taten viel Leiden und Schmerzen. – Wenn aber derselbe Mensch künftig nur noch Gutes wirkt, dann ist das so, als wenn er zu dem bisherigen versalzenen Wasser jetzt süßes Trinkwasser zufügte. Dazu sagt der Erwachte: Dieselbe Menge Salz, die einen Krug Wasser ungenießbar macht, macht nichts aus, wenn sie in einen großen See

mit klarem Trinkwasser geworfen wird. Es kommt auf das Mengenverhältnis des Salzes zum Wasser an.

Ganz ebenso verhält es sich mit dem Wirken in Taten, Worten und – ganz besonders – Gedanken. Man kann nicht in kasuistischer Weise behaupten: „Ein solches Wirken muss immer eine solche Ernte haben“, sondern man muss jedes Wirken und die Gesinnung, aus der es gewirkt wurde, vergleichen mit der Gesamtheit des Wirkens. Das erst bestimmt die Ernte. Daraus ergibt sich: Je mehr wir unser Denken, unsere Herzensbeschaffenheit und unsere Taten verbessern (z.B. auf Grund der rechten Anschauung vom Karma-Gesetz), um so weniger wird das Salz unseres üblen Wirkens fühlbar. Darum sagt der Erwachte (Dh 173):

*Wer einst begangnes übles Werk  
mit bess' rem Wirken ganz durchsetzt,  
dem lichtet sich die Finsternis,  
wie wenn der Mond durch Wolken bricht.*

Man kann also in der durch übles Wirken geschaffenen Finsternis ein Licht aufgehen lassen. Zwar kann man geschehenes Wirken nicht ungeschehen machen, aber man kann Gutes hinterherschicken, bis das Trinkwasser aus gutem Wirken allmählich das Salz aus üblem Wirken so weit überwiegt, dass man das Salz immer weniger schmeckt. Man kann jetzt und hier nachträglich noch seine Ernte nicht nur genießbar, sondern immer süßer machen, indem man immer weiter entsprechende gute Gedanken, Worte und Taten den üblen nachfolgen lässt.

Zwei Grundhaltungen ergeben sich aus dem Karmagesetz: Die eine ist Hinnehmen, was an Unangenehmem herantritt und nicht zu ändern ist, ohne Ansprüche, ohne Aufbegehren – denn es ist die Wiederkehr des irgendwann von mir Ausgegangenen; indem ich dem standhalte, es also ertrage und durchstehe, da wird es abgetragen und gar gelöscht. – Die andere Grundhaltung ist: So gut und so hell wie möglich handeln und darin immer beharrlicher werden.

Mit diesen beiden Haltungen befinde ich mich in ununterbrochenen Austausch meiner Erlebnisqualitäten: Alles aus früherem Wahn geschaffene Dunklere wird durch geduldiges Hinnehmen getilgt, dagegen geschaffen wird durch mein jetziges Tun aus dem vom Erwachten erworbenen Wissen Helle- res, Besseres, Größeres.

Für solch ein stetiges Aufwärtssteigen ist es eine Hilfe, wenn sich der Nachfolger täglich wieder vor Augen führt: Ein Leben, das sich mir gewährt, also in allen Dingen wohltuend ist, ist nur dadurch zu erreichen, dass ich gewähre oder auf jeden Fall gewährende Gesinnung pflege. Und wenn ich in meinen Unzulänglichkeiten ertragen werden möchte, erreiche ich es nur dann, wenn ich andere, so gut es mir möglich ist, ertrage. Und wenn ich erleben möchte, dass mir nicht zu viel abverlangt und verweigert wird und dass Entreißen überhaupt nicht vorkommen soll, dann muss eigenes Verlangen, Verweigern und Entreißen abnehmen.

Wenn ich mir immer wieder vor Augen führe, dass alle einzelnen Szenen meines Lebens, die an mich herantreten, nach ihrem Charakter nur nach diesen fünf Qualitäten – Verlangen, Verweigern, Entreißen, Gewähren, Ertragen – einzu- teilen sind und nur aus meinen vergangenen Gesinnungen und Taten: Verlangen, Verweigern, Entreißen, Gewähren, Ertragen hervorgegangen sind, dann bilde ich einen Beobachter (*sati* – Wahrheitsgegenwart) bei all meinem Tun und Lassen aus, der immer mehr zu ertragender und gewährender Gesinnung rät und hinneigen lässt.

Der normale unbelehrte Mensch handelt im Leben meistens reaktiv: „von...her“: Die an ihn herantretenden angenehmen Begegnungen bemüht er sich festzuhalten, die unangenehmen Begegnungen bemüht er sich zu entfernen. Wer aber das Ge- setz von Saat und Ernte kennt, der handelt „auf...hin“, d.h. nicht reaktiv, denn er weiß, dass alles Angenehme oder Unan- genehme, das an ihn herantritt, nur Ernte aus früherem Wirken ist und dass es jetzt darauf ankommt, wie er denkt und handelt. Denn damit bestimmt er sein zukünftiges Erleben, handelt im

Hinblick auf eine günstige Zukunft. So arbeitet er insgesamt darauf hin, sein Denken, Reden und Handeln mehr und mehr zu erhellen. Alle seine Lebensbegegnungen sind ihm nicht vorwiegend Genuss oder Verdross, sondern eine Aufgabe, durch sein jetziges Verhalten sein Leben zu erhöhen.

Die vierte Art des Wirkens: die Absicht, die drei Wirkensarten mit ihren Folgen aufzugeben

*Was ist das aber für ein Wirken, das weder dunkel noch hell ist und weder dunkle noch helle Folge hat, Wirken, das zur Wirkensversiegung führt?*

*Was das Wirken betrifft, das dunkel ist und dunkle Folge hat – und das Wirken, das hell ist und helle Folge hat – und das dunkel-hell ist und dunkel-helle Folge hat – die Absicht, solches Wirken aufzugeben, das wird ein weder dunkles noch helles Wirken genannt, das weder dunkle noch helle Folge hat, ein Wirken, das zur Wirkensversiegung führt.*

Die Absicht, das Wirken mit seinen Folgen aufzugeben – bedeutet weniger, den Blick darauf zu richten, z.B. das gute Tun aufzugeben, sondern es geht darum, an den Folgen des guten Tuns nicht ergreifend anzuhängen, weil der Übende weiß: Alle Folgen sind vergänglich. Wer himmlische Welt bejaht in dem Gedanken: „Mit solchem Tun werde ich ein Göttlicher, dann wird es mir gut gehen“, der bejaht sein Verlangen nach himmlischem Erleben. Wenn er zugleich Gutes wirkt, erwirbt er sich nach dem Tod himmlisches Erleben. Wer aber dieselben guten Taten tut und dabei nicht an himmlischer Welt hängt, sich nicht himmlische Welt ausmalt: „Ich werde ein Göttlicher, dann wird es mir gut gehen“, sondern wer zugleich denkt: „Auch in himmlischer Welt ist kein dauerhaftes Bleiben, man kann dort Weltzeitalter leben, aber irgendwann geht dieses Erleben zur Neige, dort ist doch wieder Tod und wieder neues



Erstehen, ich bin den Samsāra, die schier endlose Leidenshäufung, satt. Einzig das Nibbāna ist unvergänglich, unzerbrechlich, ist Sicherheit“, der wirkt zwar himmlisch, aber er hat das Wünschen von himmlischen Folgen abgetan. Es ist ein Unterschied, ob einer himmlische Welt anstrebt, weil er meint: „Das ist ewige Seligkeit“ oder ob er sie als weitere Stufe auf der Leiter der Läuterung betrachtet. Keiner von uns wird erwarten, dass er vom Menschentum direkt zur Triebversiegung kommt, sondern wir werden wissen, dass wir in diesem Leben die Triebversiegung noch nicht erreichen, sondern dass wir uns in Richtung auf die Triebversiegung hin weiterentwickeln. Wir werden dafür sorgen, dass wir die rechte Anschauung, die uns zur Freiheit bringt, nicht verlieren und vergessen. Das ist der Hinblick auf *ein Wirken, das zur Wirkensversiegung führt.*

Der Erwachte nennt drei Strukturunterschiede im Erleben:

1. Die Wesen der Sinnensuchtwelt – zehn verschiedene Selbsterfahrisse – beziehen ihr Wohl und Wehe hauptsächlich durch sinnliche Wahrnehmung, indem ein Ich mit Sinnesapparaturen sich vorfindet, das äußere Dinge erlebt, was der Sucht entspricht oder widerspricht. Auf Grund ihres hellen Wirkens erleben die sinnlichen Götter die Erfüllung ihrer Wünsche, haben mehr Wohl und eine längere Lebensdauer als die Menschen.
2. Die nicht mehr Sinnenlust suchenden Wesen der formhaften Selbsterfahris, deren unterste Stufe vom Erwachten als die Erfahris der Brahmagötter bezeichnet wird, sind nicht mehr auf die Begegnung mit den Dingen der Umwelt angewiesen, weil sie ihr Herz frei gemacht haben von der Krankheit des tausendfältigen sinnlichen Verlangens und ihr Wohl aus dem inneren Wohl ihres strahlenden Gemüts beziehen. Wenn sie nicht in der Entrückung sind, haben sie noch Neigung zu Form an sich, aber nicht mehr zu der Vielfalt der Formen der Sinnensuchtwelt.

3. Die formfreie Selbsterfahrnis erreichen Wesen, die nur noch von stillen Wahrnehmungen, Vorstellungen angezogen sind, ohne diese mit dem Denken zu bewerten.

Steht ein Wesen von üblen Neigungen ab und entwickelt sich zu besserer, gewährender Gesinnung, zu Wohlwollen, Mitempfinden, Liebe, wird der Wahrnehmungstraum hell und strahlend, ist aber immer noch veränderlich, unbeständig. Auch die stillsten, weltabgewandten Vorstellungen, die zur Formfreiheit führen, sind noch ein Wirken mit der Folge eines stillen Verweilens in ungestörtem Wohl, aber auch das bleibt nicht ewig.

Von allem gefühlsbefriedigendem Wirken sagt der Erwachte darum (M 37): *Alle Dinge* – d.h. alle fünf Zusammenhäufungen – *sind ungeeignet, sie zu lieben und festzuhalten*, weil sie unbeständig und darum leidvoll sind, keinen festen bleibenden Kern als ewig beständiges Ich haben. Wenn der Mensch erkennt, dass in den Dingen kein bleibendes Wohl zu finden ist, dann kann er diese Dinge nicht mehr anstreben wollen. Dieses Wissen führt zum Zurücktreten, zu einer gewissen Lockerung des Zugriffs, ja, allmählich auch zu einer Zurücknahme des natürlichen blinden Anspruchs auf „die Dinge“, zum Loslassen – aber es ist nur ein sehr allmählicher Prozess, bis die *Gewohnheitsbande, immer heranzutreten, zu ergreifen, sich anzueignen und dabei zu verbleiben* aufgelöst sind, und es kostet eine Zeit der Übung in zunehmender gründlicher Wahrheitsgegenwart, bis die richtige Anschauung und Haltung durchgängig zu werden beginnt:

*Wenn man da aber nicht herantritt, nicht ergreift, nicht sich aneignet, nicht sich dahin richtet und in dem Wissen ‚Hier ist gar kein Ich! Leiden ist alles, was immer entsteht, Leiden ist alles, was immer vergeht‘ – wer da nicht mehr zweifelt, nicht mehr bangt, im Besitz des von allen Meinungen unabhängig machenden Klarwissens – das ist richtiger Anblick. (S 12,15)*

Indem die oberflächliche naive „Ich-bin“-Auffassung als Irrtum aus Wahnbefangenheit durchschaut ist, da beginnt die Möglichkeit, von einer höheren Warte aus das Wahn-Ich in seinem Umgang mit dem Begegnenden zeitweilig zu beobachten, zeitweilig zu kontrollieren, zeitweilig zu beeinflussen, zurückzuhalten.

Aber ungeachtet der entlarvenden Betrachtungen drängt das von den Trieben ausgehende Verlangen auch weiterhin in den Geist, so dass dort je nach der Wucht der Triebe die entlarvende Betrachtung von der Unbeständigkeit, Leidhaftigkeit, Nicht-Ichheit der Dinge gestört oder gar verhindert werden kann. Deshalb geht es zuerst darum, inneres Wohl zu erfahren aus heller innerer Gesinnung, Freude zu haben am Freudemachen; dann treten die Wünsche nach Erfüllung sinnlicher Triebe mehr in den Hintergrund, und sie revoltieren entsprechend weniger bei der Entlarvung der unbeständigen Dinge. Darum empfiehlt der Erwachte die Einhaltung der Tugendregeln, die Erhellung der Gesinnung. Sie gibt eine Grundlage, die uns sättigt, uns erfüllt. Dann sind wir eher bereit, die fünf Zusammenhäufungen entlarvend zu betrachten. Darum muss die Tugend, die erhellte Gesinnung vorangehen.

Weiter empfiehlt der Erwachte dem ja weiterhin von Trieben bewegten Heilsgänger, sich um Zurückhaltung gegenüber allen sinnlichen Erlebnissen zu bemühen (Zügelung der Sinnesdränge), sich nicht mehr wie der normale Mensch naiv und lustsuchend in der Welt umzuschauen, um gemäß den Trieben zu genießen, sondern sich zurückzuhalten, sich um Distanz zu den Eindrücken zu bemühen und sich gegenwärtig zu halten, was er über den Trug der Wahrnehmung bereits eingesehen hat.

Diese Haltung führt zu der vierten Art des Wirkens, die nicht wie die drei ersten darin besteht, auf Wahrnehmungen ergreifend zu reagieren, um Angenehmes zu bewahren oder heranzuholen oder Unangenehmes abzuweisen, sondern in der Absicht, alles Wirken zur Gefühlsbefriedigung zu lassen, in-

nerlich zurückzutreten, wie es von dem fortgeschrittenen Heilsgänger heißt (M 7):

*Das Reagieren entsprechend den Unterlagen hat er aufgegeben, abgetan, abgelöst, überwunden, davon ist er frei.*

Die Unterlagen sind die ersten drei Zusammenhäufungen: Form und Gefühl wird wahrgenommen. Darauf zu reagieren (vierte Zusammenhäufung), hat der Heilsgänger aufgegeben. Er durchschaut „die Welt“ als eine reißende Strömung von Wahrnehmungs-Szenen, als eine Flucht von Wahrscheinungen. Er weiß, dass diese machtvoll andrängende Strömung einzig gespeist ist aus seinem bisherigen Wirken und dass sie verebben und versiegen muss, wenn er nun nicht mehr *herantritt, nicht ergreift, sich nicht aneignet und nicht dabei verbleibt*. Mag der Fluss der Erscheinungen noch ununterbrochen begegnen, so ist der Mensch, soweit ihn sein größeres Wissen leitet, doch kein Begegnender mehr. Er hält sich zurück, stellt keine Ansprüche mehr an die Erscheinung, lässt los. Mag er auch aus der bisherigen Gewohnheit und vom Durst gerissen, bei vielen der Szenen doch wieder herantreten, ergreifen und sich aneignen, so hat er dennoch in der tiefsten, verborgenen Wurzel seiner Willensbildung die Absicht, das Begegnungsleben endgültig aufzuheben. Darum bemüht sich der anfangende Heilsgänger: Obwohl er auf Grund seiner Triebe Angenehmes oder Unangenehmes wahrnimmt, doch der Wahrheit gegenwärtig zu bleiben, nicht unter der Direktion der Gefühle reagierend zu handeln, sondern rechter Anschauung gegenwärtig, Gelassenheit und Gleichmut zu bewahren. Dann hat er nicht ergreifend zur Gefühlsbefriedigung gewirkt mit hellen oder dunklen Folgen, sondern hat in einer Weise gewirkt, die zur Versiegung aller Wirkungen führt.

Das ist der Status des in die Heilsströmung Eingetretenen (*sotāpanno*), des Heilsgängers, der sich nun zwangsläufig immer näher an die Erwachung heranarbeitet. Der fortgeschrittene Heilsgänger, der das Endziel, das Nirvāna, immer im Blick hat, reagiert nicht mehr blind-automatisch im Dienst der Triebe. Dadurch ist es ihm möglich, die Tugenden lückenlos

einzuhalten, in rücksichtsvoller, schonender Weise zu handeln und zu reden. Auch auf karmische Folgen in dieser oder in jener Welt setzt er nicht mehr. Die Absicht, Dunkles zu wirken, das dunkle Folgen hat, hat schon der hochsinnige Mensch aufgegeben. Aber der von dem Buddha über den Ausgang aus dem Samsāra Belehrte hat mit dieser auch alle anderen Wirkensabsichten aufgegeben, weil er auf keinerlei Folgen oder Wirkungen – auf Fortsetzung des Samsāra – mehr aus ist.

Die Absicht, gemischt Dunkles und Helles zu wirken mit dunkel-hellen Folgen, hat schon der hochsinnige Mensch aufgegeben. Aber der von dem Buddha über den Ausgang aus dem Samsāra Belehrte hat mit dieser auch alle anderen Wirkensabsichten aufgegeben, weil er auf keinerlei Folgen oder Wirkungen – auf Fortsetzung des Samsāra – mehr aus ist.

Und warum ist er nicht mehr auf die Fortsetzung des Samsāra aus? Weil sein Geist ganz durchdrungen ist von der Erkenntnis, dass er sich bisher von Luftspiegelungen ernährte und bewegen ließ und in einer Blendung, in einem Wahn lebt. Wenn diese Wahrheit in einen Geist endgültig eingedrungen ist und in diesem Geist fest Wurzeln gefasst hat, dann hat er die Absicht, Dunkles oder Helles oder Dunkel-Helles zu wirken aufgegeben, um den Wahntraum alles Erlebens, dunklen wie lichten Erlebens, zu beenden. So wird von diesem Geist, von dieser Absicht ausgehend, das Herz allmählich von Gier und Hass befreit. Im Maß dieser allmählichen Wandlung wird die Blendung aufgelöst: *Wer gierfrei, weiß „unwirklich ist all dies“, wer hassfrei, wahnfrei, weiß „unwirklich ist all dies“.* (Sn 9-13)

Von einem so weit Gelangten heißt es (M 140), dass ein solcher auch den Gleichmut, mit dem er die Vorstellungen der Formfreiheit erreichen kann, nicht ergreift, weil er die Absicht zu wirken aufgegeben hat, weil er nichts mehr ergreift, unerregbar ist. Damit ist die nur aus dem Begegnen und Reagieren gespeiste Daseinsströmung der Wahnszenen zur Ruhe gekommen, aufgelöst.

Die beiden Asketen nehmen  
die Wegweisung des Erwachten an

Mit dieser Wegweisung hat der Erwachte den beiden Asketen ein einsehbares und praktisch erreichbares Ziel vor Augen gestellt, nämlich dass sie durch helles Wirken zu hellem Erleben und gar durch Nichtmehrergreifen zu bleibendem Wohl gelangen können. Beide drücken ihre Anerkenntnis dieser Wegweisung aus, indem sie zum Ausdruck bringen, dass sie dieser Wegweisung folgen wollen: Der Kuhlehrling will im Haus lebend oder als Pilger Helles wirken, um die Wiedergeburt in himmlisches Dasein zu erreichen, der Hundelehrling bittet um Aufnahme in den Orden des Buddha, um unter Anleitung von Geheilten alles ergreifende Wirken aufgeben zu können, bleibendes Wohl zu erreichen. Am Schluss der Lehrrede heißt es, dass er alle Triebe und damit den Zwang des Reagierens aufgehoben hat, den Leidenskreislauf beendet, das Ziel des Asketentums erreicht hat.

*Nach diesen Worten wandte sich der Koliyer Punno mit der Kuh-Übung an den Erhabenen: Vortrefflich, o Herr, vortrefflich, o Herr! Gleichwie etwa, o Herr, als ob man Umgestürztes aufstellte oder Verdecktes enthüllte oder Verirrten den Weg wies oder ein Licht in die Finsternis hielt: ‚Wer Augen hat, wird die Dinge sehen‘, ebenso auch hat der Erhabene die Lehre gar mannigfach gezeigt. Und so nehme ich, o Herr, beim Erhabenen Zuflucht, bei der Lehre und bei der Gemeinde der Heilsgänger. Als Anhänger möge mich der Erhabene betrachten, von heute an zeitlebens getreu. –*

*Seniyo aber, der Unbekleidete mit der Hunde-Übung, sprach zum Erhabenen:*

*Vortrefflich, o Herr, vortrefflich, o Herr! Gleichwie etwa, o Herr, als ob man Umgestürztes aufstellte oder Verdecktes enthüllte oder Verirrten den Weg wies oder*

*ein Licht in die Finsternis hielte: ‚Wer Augen hat, wird die Dinge sehen‘, ebenso auch hat der Erhabene die Lehre gar mannigfach gezeigt. Und so nehme ich beim Erhabenen Zuflucht, bei der Lehre und bei der Gemeinde der Heilsgänger. Möge mir, o Herr, der Erhabene Aufnahme gewähren, die Ordination erteilen! –*

*Wer da, Seniyo, erst einer anderen Richtung angehörte und in dieser Lehre und Lebensführung in die Hauslosigkeit ziehen will und die Ordination erhalten will, der bleibt vier Monate bei uns; und nach Verlauf von vier Monaten geben ihm die Mönche, wenn er dabei geblieben ist, die Erlaubnis, in die Hauslosigkeit zu ziehen, und die Mönchsordination. Aber ich erkenne individuelle Unterschiede in dieser Angelegenheit an. –*

*Wenn jene, die früher einer anderen Richtung angehörten, in dieser Lehre und Lebensführung in die Hauslosigkeit ziehen wollten und die Ordination erhalten wollten, vier Monate blieben, dann will ich eine Probezeit von vier Jahren haben. Und nach Verlauf von vier Jahren mögen mir die Mönche die Erlaubnis geben, in die Hauslosigkeit zu ziehen und mich als Mönch ordinieren. –*

*Es wurde Seniyo vom Erhabenen aufgenommen, erhielt die Ordination.*

*Nicht lange aber war der ehrwürdige Seniyo in den Orden aufgenommen, da hatte er, einsam, zurückgezogen, unermüdlich, in heißem Ernst gar bald, was edle Söhne gänzlich vom Hause fort in die Hauslosigkeit lockt, jenes höchste Ziel des Asketentums noch bei Lebzeiten sich offenbar gemacht, verwirklicht und errungen. „Versiegt ist die Geburt, vollendet das Asketentum, getan ist, was zu tun ist. ‚Nichts mehr nach diesem hier‘“, verstand er da. Auch einer der Geheilten war nun der ehrwürdige Seniyo geworden.*

ABHAYO, DER KÖNIGSSOHN <sup>122</sup>  
58. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Abhayo soll die Aussagen des Erwachten  
widerlegen

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Rājagaha, im Bambuspark, am Hügel der Eichhörnchen.*

*Da nun begab sich Abhayo, der Königssohn, dorthin, wo der Freie Bruder Nāthaputto weilte, begrüßte den Freien Bruder Nāthaputto ehrerbietig und setzte sich zur Seite nieder.*

Zu der Zeit also, als der Erwachte bei Rājagaha weilte, begab sich Abhayo, der Königssohn, zum *Freien Bruder Nāthaputto*, der anscheinend ebenfalls nicht weit von Rājagaha entfernt weilte. Nāthaputto ist Lehrer und Leiter der „Freien Brüder“, heute „Jainas“, einer der vielen religiösen Richtungen Indiens. Auch Nāthaputto hatte eine Art Orden geschaffen, hatte also Anhänger, die gleich ihm das Hausleben aufgegeben hatten und als Pilger lebten. Und er hatte ebenso Anhänger, die im Haus bei ihrer Familie blieben und ihn unterstützten. Zu den Letzteren zählte zu Beginn der hier berichteten Begebenheit noch dieser Königssohn.

*Zu Abhayo, dem Königssohn, der zur Seite saß, sprach der Freie Bruder Nāthaputto: Gehe, Prinz, widerlege die Lehre des Mönchs Gotamo, und der gute Ruf wird dir vorausseilen: „Die Lehre des Mönchs Gotamo, der so stark und mächtig ist, ist von Prinz Abhayo widerlegt worden.“*

---

<sup>122</sup> Abhayo war ein Sohn des Königs Bimbisāro von Māgadha und der Vater des berühmten Arztes Jīvako zur Zeit des Erwachten



Nāthaputto appelliert klug an den Ehrgeiz des Königssohns, lässt aber zugleich erkennen, welches Ansehen der Buddha (*der so stark und mächtig ist*) selbst bei seinen Feinden hatte, auch wenn sie ihm den Titel „Buddha“ (der Erwachte) nicht zugestanden, sondern ihn den *Asketen Gotamo* nannten.

*Aber wie, Herr, soll ich seine Lehre widerlegen? - Geh, Prinz, zum Mönch Gotamo und sage: „Mag wohl, o Herr, der Vollendete Dinge sagen, die anderen unlieb und unangenehm sind?“ Wenn der Mönch Gotamo, nachdem er so gefragt wurde, antwortet: „Sagen mag der Vollendete Dinge, die den anderen unlieb und unangenehm sind“, dann sage zu ihm: „Was, o Herr, ist dann der Unterschied zwischen dir und einem normalen Menschen? Denn ein normaler Mensch sagt auch Worte, die anderen unlieb und unangenehm sind.“ Wenn der Mönch Gotamo aber, nachdem er so gefragt wurde, antwortet: „Der Vollendete sagt keine Worte, die anderen unlieb und unangenehm sind“, dann sage zu ihm: „Aber hast du denn nicht, o Herr, von Devadatto gesagt: ‚Devadatto wird in einem leidvollen Zustand wiedergeboren werden, geht auf die Hölle zu, wird dort ein Weltzeitalter bleiben, ist unheilbar?‘ Devadatto war zornig und unzufrieden über diese deine Worte.“ Wenn dem Mönch Gotamo von dir diese zweischneidige Frage gestellt wird, wird er weder in der Lage sein, diese herunterzuschlucken, noch wird er in der Lage sein, sie herauszuwürgen. Wenn ein Eisennagel im Hals eines Mannes stecken bleibt, wäre er weder in der Lage, diesen hinunterzuschlucken, noch wäre er in der Lage, ihn herauszuwürgen; ebenso, Prinz, wenn dem Mönch Gotamo von dir diese zweischneidige Frage gestellt wird, wird er weder in der Lage sein, diese hinunter-*

*zuschlucken, noch wird er in der Lage sein, sie herauszuwürgen. –*

Hier haben wir die Fangfrage. Es geht darum, ob der Erwachte Dinge sagen mag, die seinen Hörern unangenehm und unlieb sind. Wenn er ihnen Unangenehmes sagt, dann ist er nach Auffassung Nāthaputtos kein Erwachter, sondern wie jeder andere Mensch, der auch dem anderen Unangenehmes sagt. Wenn der Erwachte aber behaupten würde, er sage nur Dinge, die dem anderen lieb und angenehm seien, dann könne er der falschen Behauptung überführt werden, da er über Devadatto Aussagen gemacht habe, durch die jener unzufrieden und zornig wurde.

Dieser Fangfrage liegt zugrunde, dass das Angenehmberührtsein oder Unangenehmberührtsein des anderen für das Wichtigste gehalten wird. Sie bricht jedoch zusammen, sobald ein neuer Gesichtspunkt vorgebracht wird, der triftiger und gewichtiger ist als das Angenehm- oder Unangenehmberührtsein des Hörers. So primitiv wie diese Frage ist auch der Hauptlehrsatz des Freien Bruders Nāthaputtos: *Nur um Wehe lässt sich Wohl gewinnen*, weshalb sich die Anhänger dieser Lehre durch heftige Bemühungen starke Schmerzen verursachen in der Annahme, dass der so verursachte und erlittene Schmerz den ihnen karmisch „zustehenden“ Schmerz vermindere, so dass sie auf diese Weise bald zum Ende allen Schmerzes und damit zum Heil kämen. (s. M 101)

Devadatto war nach der Überlieferung ein Vetter des Erwachten, der als Mönch des Erwachten Ansehen bei dem Kronprinzen Ajātasattu von Māgadha genoss, viele Bevorzungen erfuhr und von Ehrgeiz besessen, sich immer weiter von dem Erwachten entfernte, immer stärker im Orden gegen den Erwachten vorgeing, Zwietracht unter den Mönchen schürte und in seiner heimlichen und offenen Verfolgung und Bekämpfung des Erwachten auch vor Mordversuchen nicht zurückschreckte.

*Gut, o Herr, erwiderte da gehorsam Abhayo, der Königssohn, dem Freien Bruder Nāthaputto. Und er stand von seinem Sitz auf, begrüßte den Freien Bruder Nāthaputto ehrerbietig, ging rechts herum und begab sich dorthin, wo der Erhabene weilte, begrüßte den Erhabenen ehrerbietig und setzte sich zur Seite nieder. Als nun Abhayo, der Königssohn, zur Seite saß, da sah er nach der Sonne und dachte: „Heute ist es zu spät, um die Lehre des Erhabenen zu widerlegen. Ich werde die Lehre des Erhabenen morgen in meinem Haus widerlegen.“*

Nāthaputto übernimmt also nicht selbst diese Diskussion mit dem Erwachten, sondern überträgt sie jenem jungen Königssohn. Dieser fühlt sich geehrt und geht gleich zu dem Erwachten hin. Dort aber, im Angesicht dieser Persönlichkeit, entschließt er sich noch nicht zu dem Gespräch, sondern verschiebt es auf morgen.

*Und er sprach zum Erhabenen: „Gewähre mir, o Herr, die Bitte, mit drei anderen die morgige Mahlzeit von mir anzunehmen.“ Schweigend gewährte der Erhabene die Bitte.*

Nach der vom Erwachten gegebenen Verhaltensregel gibt ein Mönch, wenn er eine Einladung zum Essen annimmt, seine Zustimmung weder mit Worten noch mit Gesten, sondern nur dadurch, dass er keine Ablehnung ausspricht oder andeutet. Erst recht drückt ein Mönch keinerlei Dank für eine solche Einladung aus. Der Hauptgrund für diese Regel dürfte in der Gefahr der unbesonnenen, gierhaften Zustimmung liegen, welcher der anfangende, noch ungefestigte Mönch erliegen könnte. Alle Formen positiver und aktiver Zustimmung durch Worte, Gesten oder Blicke sind ja Ventile, durch die der Mensch seinen Neigungen in den verschiedensten Weisen

Ausdruck geben und dadurch nebensächliche Dinge in den Vordergrund rücken kann. In diesem Sinn sagt *Kassapo*, einer der größten Mönche des Erwachten (Thag 1053):

*Denn Unrat hat man es mit Recht genannt,  
das Sichbegrüßen, Sichbedanken hin und her;  
ein Splitter reißt sich leicht dir ein:  
der Schlechten Lob verfängt sich leicht in dir.*

Alle diese Regeln, die der Erwachte für die Mönche aufgestellt hatte, hielt auch er selber für sich lückenlos ein. Im Hinblick auf die weitere Entwicklung des Ordens machte er keinerlei Ausnahme für sich.

*Als nun Abhayo, der Königssohn, der Zustimmung des Erhabenen sicher war, stand er von seinem Sitz auf, begrüßte den Erhabenen ehrerbietig, ging rechts herum und entfernte sich.*

*Und der Erhabene begab sich am nächsten Morgen mit seiner Almosenschale und äußerer Robe zum Haus des Prinzen Abhayo. Dort angelangt nahm der Erhabene auf dem angebotenen Sitz Platz. Und Abhayo, der Königssohn, bediente und versorgte eigenhändig den Erhabenen mit ausgewählter fester und flüssiger Speise. Nachdem der Erhabene gegessen und seine Hand von der Schale zurückgezogen hatte, nahm Prinz Abhayo einen niedrigen Sitz ein, setzte sich zur Seite nieder und sprach zum Erhabenen:*

*Würde wohl, o Herr, ein Vollendeter Worte äußern,  
die anderen unangenehm und unlieb sind? –*

*Darauf gibt es keine eindeutige Antwort, Prinz. –*

*Dann, o Herr, haben die Freien Brüder in dieser Angelegenheit verloren. –*

*Warum denn, Königssohn, sagst du: „Dann haben, o Herr, die Freien Brüder in dieser Angelegenheit verloren“? –*

Die heikle Frage ist vorgebracht, und der Erwachte hat sie beantwortet: Unlieb oder lieb, unangenehm oder angenehm - das ist nicht der einzige Gesichtspunkt, nach dem ich rede. Es geht nicht einzig nach lieb oder unlieb, nach angenehm oder unangenehm, sondern auch noch nach anderen Gesichtspunkten.

Kaum hat der Erwachte diese dem Programm des Nāthaputto nicht entsprechende Antwort gegeben, da gesteht der Königssohn auch schon, er habe diese Frage im Auftrag der Freien Brüder vorgebracht, und er erzählt dem Erwachten wortgetreu seine Unterhaltung mit dem Freien Bruder Nāthaputto.

#### Die Redeweise des Erwachten

*Während dieses Gesprächs nun lag ein junges, zartes Kleinkind auf dem Schoß des Prinzen Abhayo. Da sprach der Erhabene zu Abhayo, dem Königssohn: Was meinst du wohl, Königssohn, wenn dieses Kind ein Stöckchen oder einen Kieselstein in den Mund stecken würde, während du oder dein Kindermädchen nicht darauf aufpasst, was würdest du dann mit ihm anfangen? -*

*Ich würde es herausnehmen, o Herr. Wenn ich es nicht sofort herausnehmen könnte, würde ich mit der linken Hand seinen Kopf halten, mit der rechten einen Finger krümmen und es ihm, auch wenn dabei Blut flösse, herausziehen. Und warum? Weil ich Mitempfinden mit dem Kind habe. -*

*Ebenso, Königssohn, Worte, die der Vollendete*

1. als unwahr (*abhūta*)/falsch (*a-taccha= tathā+ya= a-tath-ya = „wie es nicht ist“*), nicht hilfreich (*an-atthasamhita*) erkennt und die anderen unangenehm und unlieb sind - solche Worte sagt der Vollendete nicht. -

Worte, die der Vollendete

2. als wahr/richtig, aber nicht hilfreich erkennt und die auch anderen unangenehm und unlieb sind - solche Worte sagt der Vollendete nicht. -

Worte, die der Vollendete

3. als wahr/richtig und hilfreich erkennt, aber den anderen unangenehm und unlieb sind - für den Gebrauch solcher Worte kennt der Vollendete den richtigen Zeitpunkt. -

Worte, die der Vollendete

4. als unwahr/falsch und nicht hilfreich erkennt, aber den anderen angenehm und lieb sind - solche Worte sagt der Vollendete nicht. -

Worte, die der Vollendete

5. als wahr/richtig, aber nicht hilfreich erkennt, aber den anderen angenehm und lieb sind - solche Worte sagt der Vollendete nicht. -

Worte, die der Vollendete

6. als wahr/richtig und hilfreich erkennt und die anderen angenehm und lieb sind - für den Gebrauch solcher Worte kennt der Vollendete den richtigen Zeitpunkt. Und warum das? Weil der Vollendete Mitempfinden mit den Wesen hat. -

Hier lesen wir die Aussage des Erwachten über seinen Umgang mit dem Gesprächspartner, und zwar zuerst über das Motiv seines Redens und dann über die Redeweise. Das Motiv macht er anschaulich an dem anwesenden Kind. Der Königssohn sagt selbst: Wenn das Kind etwas Gefährliches in den

Mund nehmen würde, dann würde er es ihm rasch wieder wegnehmen, zur Not unter Zufügung von Schmerz. Aus Mitempfinden und Liebe also, um die Gefahr zu beseitigen, würde er dem Kind auch Schmerz antun, wenn es ohne das nicht ginge. Damit aber hat er selbst die Perspektive des Angenehm-Unangenehm gesprengt und den höheren Gesichtspunkt genannt: Mitempfinden schrickt nicht davor zurück, weh zu tun, wenn anders nicht geholfen werden kann.

Mitempfinden ist auch das Motiv des Erwachten. So wie der Königssohn aus Mitempfinden die Gesundheit des Kindes im Auge hat, so hat der Erwachte aus Mitempfinden das Heil der Menschen im Auge. Der Erwachte sagt dem Menschen das, was für ihn hilfreich ist, daneben ist die Frage, ob diese hilfreichen Aussagen im Augenblick womöglich nicht angenehm sind, von zweitrangiger Bedeutung.

Hier muss jedoch gesagt werden, dass sich der Erwachte *nicht* nach der Weise religiöser Fanatiker oder prophetischer Eiferer dem einzelnen Menschen oder Menschenscharen aufdrängte, sondern sich ganz im Gegenteil immer zurückgehalten hatte. Unaufgefordert ist er weder in die Schulen noch auf die Märkte gegangen zum Predigen und erst recht nicht in Wohnungen. Er hielt sich immer in der Nähe der Städte oder Dörfer im Wald auf, und dann kamen die suchenden Menschen zu ihm, fragten ihn und holten sich Antwort auf ihre Frage, und sie erhielten, wenn sie wollten, schrittweise Unterweisung - aber immer nur so weit sie zugewandt waren und gern hören wollten. - Zwei Menschengruppen waren es nur, an die der Erwachte auch von sich aus herantrat und Kritik übte. Die einen waren seine Mönche, die anderen waren die Gründer und Führer der Anhänger anderer Schulen. An seine Mönche trat er heran, weil sie sich ja bereits zu ihm bekannt hatten, ihn als ihren geistigen Führer gewählt hatten, sich nun auf ihn verließen. - An die „andersfährigen“ Pilger trat er heran, um in völlig streitloser, aber nichtsdestoweniger gradliniger Diskussion herauszustellen, was richtig und was falsch sei. Dies tat er, um den aus falscher Lehre hervorgehenden unheilsamen

Einfluss auf die Menschen zu verringern. Das aber waren keine feindlichen Angriffe, sie wurden auch nicht als solche empfunden, sondern waren im damaligen Indien unter den Philosophen und Leitern der Schulen üblich, und auch der Erwachte selbst wurde, besonders zu Anfang seines Auftretens, von solchen Lehrern in gleicher Weise angesprochen.

In der hier vorliegenden Mitteilung des Erwachten über seine Redeweise sind die drei Paare von Kriterien der Rede bedeutsam. Eine Rede kann:

1. wahr/richtig sein oder aber unwahr/falsch,
2. hilfreich/heilsam sein oder nicht hilfreich/unheilsam,
3. für den Hörer angenehm oder unangenehm sein.

Das Wichtigste von den drei Kriterienpaaren ist dem Erwachten, dass seine Aussage hilfreich ist. Der Erwachte ist auf das Wohlbefinden aller Wesen aus, auf die Vermeidung und Überwindung von Angst, Leid und Not bei ihnen und die Gewinnung des Heils. Darum spricht der Erwachte, da er aus Mitempfinden heraus handelt, solche Worte, von denen er weiß, dass sie hilfreich sind. Und hilfreiche Rede kann nur wahre Rede sein. Doch ist die Wahrheit nicht immer angenehm. Und da heißt es, dass der Erwachte die rechte Zeit zur Wahrheitverkündung bedenkt.

Der Erwachte spricht nur Worte,  
die wahr/richtig sind

Der Erwachte spricht, wie es immer wieder in den Lehrreden heißt, *der Wirklichkeit gemäß*. Wahrheit ist eine Mitteilung, eine Aussage, die mit der Wirklichkeit dessen, worüber ausgesagt wird, völlig übereinstimmt. Die Lehre des Erwachten entspricht den realen Gegebenheiten, ist nichts anderes als Mitteilung der wahren Seinsverhalte: Wer die Lehre kennt, der kennt die Existenz, die Wirklichkeit. *Der Wirklichkeit gemäß sehen (M 140)* bedeutet, dass die Dinge so gesehen werden, wie sie wirklich sind, dass der Mensch sie sich nicht theoretisch vor Augen stellt, sondern an und bei sich selbst die Vor-



gänge betrachtet, dass er sich nichts vormacht und sich nicht täuscht.

*Matthias Claudius* sagt: *Die Wahrheit richtet sich nicht nach uns, wir müssen uns nach ihr richten.* Das hat der Erwachte getan. Und darum kann er von seiner ganzen Lehre sagen, was nicht leicht ein zweites Mal vorkommt in der Geschichte der Religionen:

*Ob da Vollendete erstehn oder ob da Vollendete nicht erstehn;  
die Grundgegebenheiten sind diese:  
„Da sind die Erscheinungen - und der Erscheinungen Wandlungen -  
und der Wandlungen Bedingungsgesetz.“  
Dieses aber entdeckt ein Vollendeter und durchschaut es.  
Und wenn er es entdeckt und durchschaut hat,  
dann teilt er es mit und zeigt es auf,  
er macht es erkennbar und spricht:  
„Hier, sehet es selbst.“ (S 12,20)*

Also nur Tatsachen, Seinsverhalte, Wirklichkeit zeigt der Erwachte auf. So wie ein gewissenhafter Forscher bei seinen sichtbaren Objekten mit Sicherheit sagen kann: Wer immer diese Forschungen und Versuche anstellt wie ich, der wird auch immer zu den gleichen Ergebnissen kommen - so kann der Erwachte über die von ihm gelehrtten Wahrheiten der nicht sichtbaren, aber sicher erfahrbaren geistigen Zusammenhänge sagen: „Hier, sehet es selbst.“

Der Erwachte spricht nur Worte,  
die hilfreich/heilsam sind (*atthasamhita*)

Der Erwachte sagt, dass er Worte kenne, von denen er wisse, dass sie wahr/richtig sind und nicht hilfreich sind. Es gibt Wahrheiten, die nicht mitgeteilt werden sollten, weil sie eben nicht hilfreich sind. Eine solche Wahrheit hat der Erwachte ausdrücklich in seine Tugendregeln eingefügt. Er sagt, man

solle vom *Hintertragen* sich fernhalten, *was man hier gehört habe, solle man dort nicht wieder sagen, um jene zu entzweien, was man dort gehört habe, solle man hier nicht wieder sagen, um diese zu entzweien. So einige man Entzweite, festige Verbündete.* Um einer auf gegenseitigem Wohlwollen fußenden Eintracht willen richtet man die gehörten ungoten, die Eintracht gefährdenden Worte, die oft mehr oder weniger unbesonnen oder aus momentanen Empfindungen gesprochen wurden, nicht aus. Das heißt jedoch nicht, dass man falsche Worte äußern solle, sondern nur, dass man die wahren Worte, wenn sie nicht hilfreich sind, vermeiden, also schweigen soll.

In der Lehre des Erwachten bedeutet *attha*, das wir hier mit *hilfreich* übersetzt haben, vor allem das höchste Ziel, das Heil, die unverletzbar Unverletztheit, und *attha samhita* bedeutet: *mit dem Ziel, mit dem Heil verbunden = zielgerichtet, heilsam.*

So heißt es in den Lehrreden oft am Ende einer Lehrdarlegung des Erwachten: *Wenn ihr diese meine Wegweisung befolgt, so wird es euch lange zum Wohl (sukha) und Heil (attha) gereichen.*

Von dem noch nicht Erwachten, dem Bodhisattva, heißt es (D 30), dass er seine Rede ganz dem Ziel, dass der andere Nutzen von seiner Rede haben möge, unterordnete:

*Er pflegte (in früheren Leben) mit Besonnenheit zu unterweisen in einem Handwerk oder in einem Wissen, in einem Wandel oder in einem Geschäft: „dass man mich doch leicht begreife, leicht verstehe, leicht mir nachfolgen kann und sich nicht lange plagen muss“.*

Er leitete an bei handwerklicher Fertigkeit, bei irgendwelchen Künsten und Wissenschaften, bei gutem Wandel, bei vielen Beschäftigungen. So kann ein Mensch Lehrer erleben, die zielgerichtet durch einfühlsame Pädagogik und Didaktik ihm das Lernen leicht machen und ihm Daseinszusammenhänge aufzeigen, die ihn vor leidbringender Lebensführung bewahren. Und er kann Lehrer erleben, die äußerlich ihrer Pflicht nachkommen, aber nicht das Ziel im Auge haben, dass der

andere durch ihre Rede Förderung erfahre, oder die bewusst kompliziert reden, um immer als Überlegener zu erscheinen. Wenn dem Nachfolger eine hilfreiche/heilsame Rede begegnet, so ist ihm das heilsam-erhebend, stärkend und lieb. Wenn dem Nachfolger keine heilsame Rede begegnet, so bemüht er sich, eine solche Situation ohne Ärger und innere Ablehnung hinzunehmen in dem Wissen: „So beschaffen ist ja diese Welt, dass Heilsames nur selten zu hören ist.“

Der Erwachte weiß den rechten Zeitpunkt dafür,  
wann er Worte spricht,  
die anderen lieb und unlieb sind

„Zu rechter Zeit“ kann man etwas zu hören bekommen und „zu unrechter Zeit“. Wenn man etwas zu unrechter Zeit zu hören bekommt, dann mag das Gehörte doch wahr und liebevoll und schonend gesagt sein, mag hilfreich sein. Weil es aber zur unrechten Zeit ankommt, also zu einer Zeit, in der es mir „nicht passt“, in der ich nach meiner inneren oder äußeren Situation ganz andere Bedürfnisse und Interessen habe, kann eine solche Redeweise, obwohl sie positiv ist, nur darum, weil sie mir *jetzt* nicht passt, mich verärgern, reizen, mir widerstreben und kann darum von mir erheblich negativer beurteilt werden, als sie es verdient.

Der Erwachte wendet sich nur an die, die zu ihm kommen und von ihm Wahrheit wissen wollen. Wer diese Dinge nicht hören will, den lässt der Erwachte auch seiner Wege gehen, denn er weiß, dass ein zur unrechten Zeit gesagtes Wort, auch wenn es noch so gut ist, eher Widerspruch und Gereiztheit auslösen kann als Einsicht. Wenn es aber keine Einsicht auslöst, dann war es eben doch nicht hilfreich, denn das Kriterium *hilfreich* bezieht sich ja auf die durch das Wort beim Hörer ausgelöste Wirkung. Der Erwachte in seiner Herzenskunde weiß die Zeit zu ermessen, dem Hörer unangenehme oder angenehme Dinge zu sagen, nämlich dann, wenn der Hörer aufnahmebereit ist.

Der Erwachte spricht auch Worte,  
die anderen unlieb sind

Die Frage, ob diese oder jene Wahrheit hilfreich/heilsam oder nicht hilfreich, also unheilsam sei, darf nicht verwechselt werden mit der Frage, ob sie dem anderen lieb oder unlieb ist. Eine solche Verwechslung ist menschlich und ist verständlich. Sie findet auch sehr häufig statt, aber sie ist nichtsdestoweniger gefährlich. Nicht immer ist dem Menschen das Heilsame lieb und das Unheilsame unlieb. In der Regel ist ihm das Unheilsame lieb und das Heilsame unlieb. Das weiß nicht nur die gute Mutter im Umgang mit ihren Kindern; wir erfahren dies in dem Maß, wie unsere Kenntnis dessen, was wahrhaft heilsam und unheilsam ist, zunimmt und wie wir unsere geistige Urteilskraft stärker und fester machen können und damit von den jeweils auftauchenden Gefühlen unabhängig werden können. - Der Erwachte sagt also immer das, was zu hören hilfreich/heilsam ist, und er sagt es auch dann, wenn es den anderen unangenehm ist, aber nur zum richtigen Zeitpunkt. Ob die Aussagen dem anderen lieb oder unlieb sind, ist von zweitrangiger Bedeutung.

Zum Beispiel lautete die Aussage des Erwachten über Devadatto, die der Freie Bruder erwähnt, als eine, die Devadatto sehr unlieb war (A VIII,7; It 89, CV VII,4):

Devadatto sei von acht üblen Dingen besessen: Er strebe nach Gewinn, scheue Verlust; er strebe nach Ruhm und scheue Schande, er strebe nach Anerkennung und scheue Nichtanerkennung, er sei voll Ehrgeiz und er habe böse Freunde. Wer von diesen Dingen besessen sei, der sei für ein Weltzeitalter der Hölle verfallen.

Man könne aber auch sagen, dass Devadatto von drei Dingen besessen sei: vom Ehrgeiz, schlechter Freundschaft und der Tatsache, dass er, während noch mehr zu tun war, durch die Erlangung niederer Fortschritte auf halbem Weg in seinem Streben stehengeblieben sei.

Die für Devadatto unangenehmen Worte waren wahr, heilsam und zur rechten Zeit: Dass Devadatto in die Hölle kommen würde, war wahr. Dass er es vorher erfuhr, war heilsam für ihn, ja entscheidend für die Umkehr, denn als er die Wiedergeburt in der Hölle vor Augen hatte, da erfuhr Devadatto mit so entsetzlicher Unwiderstehlichkeit, dass der Erwachte die Wahrheit gesagt hatte, so dass er daraufhin noch Zuflucht zum Buddha nahm. Diese Zufluchtnahme war der erste Schritt der Umkehr.

Laut A VI,62 sagte der Erwachte auf Befragen: Solange auch nur eine Haaresspitze Gutes an Devadatto gewesen sei, habe er jene Höllen-Prophezeiung nicht gegeben. Erst nachdem auch der letzte Rest von Gutem geschwunden sei, habe er jenes geäußert.

Hier haben wir also den Maßstab, nach dem der Erwachte seine Worte wählt: Zuerst soll das Gesagte hilfreich, heilsam sein, denn was wollte ein Vollendeter anderes als das Heil der Wesen. Und das Heilsame ist immer auch wahr und richtig, es kann nie unwahr sein. Von zweitrangiger Bedeutung ist, ob die Aussage dem anderen lieb oder unlieb ist. Und immer achtet der Erwachte auf die rechte Zeit, solche Worte zu reden. - Und warum verhält er sich so? Der letzte Satz gibt die Antwort: *Weil der Vollendete mit den Wesen Mitempfinden hat.*

Dem Erwachten sind die Daseinsgesetze  
und Zusammenhänge jederzeit gegenwärtig

*Wenn da, o Herr, gelehrte Fürsten, gelehrte Brahmanen, gelehrte Bürger und gelehrte Asketen eine Frage formuliert haben, zum Erhabenen gehen und diese stellen, hat da wohl, o Herr, der Erhabene schon vorher im Geist gedacht: „Wenn sie zu mir kommen und mich so und so fragen, werde ich so und so antworten“? Oder kommt dem Erhabenen die Antwort im Augenblick in den Sinn? -*

*Da will ich dir, Königssohn, eben hierüber eine Frage stellen. Wie es dir gutdünkt, magst du sie beantworten. Was meinst du wohl, Königssohn, sind dir die Teile eines Wagens genau bekannt? - Gewiss, o Herr, genau sind mir die Teile eines Wagens bekannt.-*

*Was meinst du wohl, Königssohn. Wenn man zu dir käme und dich fragte: „Wie heißt dieser Teil des Wagens?“, hast du schon vorher im Geist gedacht: „Wenn sie zu mir kommen und mich so und so fragen, werde ich so und so antworten“ oder kommt dir die Antwort im Augenblick in den Sinn? - Ich bin ja, o Herr, als Wagenlenker, der sich mit den Teilen eines Wagens auskennt, berühmt. Alle Teile eines Wagens sind mir gut bekannt. Eine Antwort würde mir im Augenblick in den Sinn kommen. -*

*Ebenso, Königssohn, wenn gelehrte Fürsten, gelehrte Brahmanen, gelehrte Bürger und gelehrte Asketen eine Frage formuliert haben, zum Erhabenen gehen und diese stellen, da habe ich nicht schon vorher im Geist gedacht: „Wenn sie zu mir kommen und mich so und so fragen, werde ich so und so antworten“, sondern im Augenblick kommt mir die Antwort in den Sinn. Und warum das? Die Gegebenheiten der Dinge hat ja, Königssohn, der Vollendete von Grund aus erkannt. Dadurch kommt mir die Antwort im Augenblick in den Sinn. -*

*Nach diesen Worten wandte sich Abhayo, der Königssohn, an den Erhabenen: Vortrefflich, o Herr, vortrefflich, o Herr! Gleichwie etwa, o Herr, als ob man Umgestürztes aufstellte oder Verdecktes enthüllte oder Verirrten den Weg wies oder ein Licht in die Finsternis hielte: „Wer Augen hat, wird die Dinge sehen.“ Ebenso hat der Erhabene die Dinge gar vielfach gezeigt. Ich nehme Zuflucht zum Erhabenen, zur Lehre*

*und zur Gemeinschaft der Heilsgänger. Als Anhänger möge mich der Erhabene betrachten, der zu ihm lebenslang Zuflucht genommen hat.*

Später ließ ihn der Tod seines Vaters, der aus Machtgier ermordet worden war, die Unbeständigkeit aller Dinge und die Gefahr der Triebe so deutlich sehen, dass er all sein Vermögen aufgab, Mönch wurde und die Triebversiegung erlangte. Da sprach er folgenden Vers (Thag 26):

*Gehört die wohlgesproch'ne Wahrheit  
des Buddha, des Sonnengleichen,  
durchdrang ich sie, die, ach, so feine,  
wie Haaresspitze mit dem Pfeil.*

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Sāvatti im Siegerwald, im Garten Anāthapindikos.*

*Da nun begab sich Pañcakango, der Baumeister, dorthin, wo der ehrwürdige Udāyī weilte. Dort angelangt begrüßte er den ehrwürdigen Udāyī ehrerbietig und setzte sich zur Seite hin. Zur Seite sitzend, sprach nun Pañcakango, der Zimmermann, zum ehrwürdigen Udāyī:*

*Wie viele Gefühle sind wohl, ehrwürdiger Udāyī, vom Erhabenen genannt?*

*Drei Gefühle, Hausvater, hat der Erhabene genannt: Wohlgefühl, Wehgefühl und Weder-Weh-noch-Wohlgefühl. Das sind, Hausvater, die drei Gefühle, die der Erhabene genannt hat.*

*Nicht drei Gefühle, ehrwürdiger Udāyī, hat der Erhabene genannt, zwei Gefühle hat der Erhabene genannt: das Wohlgefühl und das Wehgefühl. Das Weder-Weh-noch-Wohlgefühl hat der Erhabene beim Gestillten als feines Wohl bezeichnet.*

*Und zum zweiten Mal und zum dritten Mal sprach der ehrwürdige Udāyī zu Pañcakango, dem Zimmermann:*

*Nicht zwei Gefühle, Hausvater, hat der Erhabene genannt, drei Gefühle hat der Erhabene genannt, das Wohlgefühl, das Wehgefühl und das Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl. Das, Hausvater, sind die drei Gefühle, die der Erhabene genannt hat.*

---

<sup>123</sup> wörtlich genauso in S 36,19



*Und zum zweiten Mal und zum dritten Mal sprach Pañcakango, der Zimmermann, zum ehrwürdigen Udāyī: Nicht drei Gefühle, ehrwürdiger Udāyī, hat der Erhabene genannt, zwei Gefühle hat der Erhabene genannt: das Wohlgefühl und das Wehgefühl. Das Weder-Weh-noch-Wohlgefühl hat der Erhabene beim Gestillten als erhabenes Wohl bezeichnet.*

*Und weder vermochte der ehrwürdige Udāyī Pañcakango, den Zimmermann, zu überzeugen noch auch vermochte Pañcakango, der Zimmermann, den ehrwürdigen Udāyī zu überzeugen.*

*Es erfuhr aber der ehrwürdige Ānando das Gespräch, das zwischen dem ehrwürdigen Udāyī und Pañcakango, dem Zimmermann, stattgefunden hatte. Und der ehrwürdige Ānando begab sich dorthin, wo der Erhabene weilte, begrüßte den Erhabenen ehrerbietig und setzte sich zur Seite nieder. Zur Seite sitzend erzählte nun der ehrwürdige Ānando dem Erhabenen das Gespräch des ehrwürdigen Udāyī mit Pañcakango, dem Zimmermann. Nach diesem Bericht sprach der Erhabene zum ehrwürdigen Ānando:*

*Der Zimmermann Pañcakango hat eine wahrheitsgemäße (Wiedergabe meiner) Darlegung gegeben, die der ehrwürdige Udāyī nicht annehmen wollte, und der ehrwürdige Udāyī hat ebenfalls eine wahrheitsgemäße (Wiedergabe meiner) Darlegung gegeben, die Pañcakango, der Zimmermann, nicht annehmen wollte.*

*2 Gefühle habe ich umfassend dargelegt, 3 Gefühle habe ich umfassend dargelegt, 5 Gefühle habe ich umfassend dargelegt, 6 Gefühle habe ich umfassend dargelegt, 18 Gefühle habe ich umfassend dargelegt, 36 Gefühle habe ich umfassend dargelegt, 108 Gefühle habe ich umfassend dargelegt. So ist von mir die Wahrheit umfassend (pariyāyena) aufgezeigt worden.*

*Wenn, obwohl die Wahrheit von mir umfassend aufgezeigt ist, die Menschen in Bezug auf das gut Gesprochene, gut Gesagte einander nicht zustimmen, beistimmen, es billigen, so ist von ihnen zu erwarten, dass sie zanken und streiten, miteinander hadern und scharfe Wortgefechte führen werden.*

*Von mir ist die Wahrheit umfassend aufgezeigt worden. Wenn, da die Wahrheit von mir umfassend aufgezeigt worden ist, die Menschen in Bezug auf das gut Gesprochene, gut Gesagte einander zustimmen, beistimmen, es billigen, so ist von ihnen zu erwarten, dass sie in Eintracht leben werden mit gegenseitigem Verständnis, ohne Streit, dass sie wie Milch und Wasser miteinander verschmelzen, sich gegenseitig mit liebevollen Augen betrachten werden.*

*Fünf Begehrensstränge gibt es:  
die vom Luger (im Auge) erfahrbaren Formen, die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen, dem Begehren entsprechenden, reizenden –  
die vom Lauscher (im Ohr) erfahrbaren Töne, ...  
die vom Riecher (in der Nase) erfahrbaren Düfte, ...  
das vom Schmecker (in der Zunge) erfahrbare Schmeckbare, ...  
das vom Taster (im ganzen Körper) erfahrbare Tastbare, das ersehnte, geliebte, entzückende, angenehme, dem Begehren entsprechende, reizende. – Was nun da, Ānando, durch diese fünf Begehrensstränge bedingt an Wohl und Freude aufsteigt, das wird sinnliches Wohl genannt.*

*Wer nun sagen würde: Dies ist das höchste Wohl, die höchste Freude, die die Wesen empfinden können, so kann ich ihm nicht beistimmen. Und warum nicht? Es gibt ja, Ānando, außer diesem Wohl anderes Wohl, das größer und feiner ist als jenes Wohl. Was ist das*

*aber für ein Wohl, das größer und feiner ist als jenes Wohl?*

*Da verweilt der Mönch, abgeschieden von weltlichem Begehren, abgeschieden von allen heillosen Gedanken und Gesinnungen in stillem Bedenken und Sinnen. – Und so tritt die aus innerer Abgeschiedenheit geborene Entzückung und Seligkeit ein, der erste Grad weltloser Entrückung.*

*Wer nun sagen würde: Dies ist das höchste Wohl, die höchste Freude, die die Wesen empfinden können, so kann ich ihm nicht beistimmen. Und warum nicht? Es gibt ja, Ānando, außer diesem Wohl anderes Wohl, das größer und feiner ist als jenes Wohl.*

*Was ist das aber für ein Wohl, das größer und feiner ist als jenes Wohl? Nach Verebbung auch des Bedenkens und Sinnens verweilt er in innerem seligem Schweigen, in der Einigung des Gemüts. – Und so tritt die vom Denken und Sinnen befreite, in der Einigung geborene Entzückung und Seligkeit ein, der zweite Grad weltloser Entrückung.*

*Wer nun sagen würde: Dies ist das höchste Wohl, die höchste Freude, die die Wesen empfinden können, so kann ich ihm nicht beistimmen. Und warum nicht? Es gibt ja, Ānando, außer diesem Wohl anderes Wohl, das größer und feiner ist als jenes Wohl.*

*Was ist das aber für ein Wohl, das größer und feiner ist als jenes Wohl? Mit der Beruhigung auch des Entzückens lebt er oberhalb und außerhalb von allem sinnlichen Wohl und Wehe in unverstörtem Gleichmut (upekhā) klar und bewusst in einem solchen körperlichen Wohlsein, von welchem die Heilskenner sagen: „Dem in unverstörtem Gleichmut klar bewusst Verweilenden ist wohl.“ – Ein solcher gewinnt den dritten Grad der weltlosen Entrückung.*

*Wer nun sagen würde: Dies ist das höchste Wohl, die höchste Freude, die die Wesen empfinden können, so kann ich ihm nicht beistimmen. Und warum nicht? Es gibt ja, Ānando, außer diesem Wohl anderes Wohl, das größer und feiner ist als jenes Wohl.*

*Was ist das aber für ein Wohl, das größer und feiner ist als jenes Wohl? Nachdem er über alles Wohl und Wehe hinausgewachsen ist, alle frühere geistige Freude und Traurigkeit völlig gestillt hat und in einer über alles Wohl und Wehe erhabenen bewussten Gleichmutsreine (upekhā-sati-pārisuddhi) lebt, da erlangt er die vierte Entrückung.*

*Wer nun sagen würde: Dies ist das höchste Wohl, die höchste Freude, die die Wesen empfinden können, so kann ich ihm nicht beistimmen. Und warum nicht? Es gibt ja, Ānando, außer diesem Wohl anderes Wohl, das größer und feiner ist als jenes Wohl.*

*Was ist das aber für ein Wohl, das größer und feiner ist als jenes Wohl? Nach Überwindung aller Form-Wahrnehmung, Übersteigerung der Gegenstandswahrnehmung, durch Nichtbeachtung der Vielfaltswahrnehmungen gewinnt er unter dem Leitbild „Ohne Ende ist der Raum“ die Vorstellung des unbegrenzten Raumes und verweilt darin.*

*Wer nun sagen würde: Dies ist das höchste Wohl, die höchste Freude, die die Wesen empfinden können, so kann ich ihm nicht beistimmen. Und warum nicht? Es gibt ja, Ānando, außer diesem Wohl anderes Wohl, das größer und feiner ist als jenes Wohl.*

*Was ist das aber für ein Wohl, das größer und feiner ist als jenes Wohl? Nach Überwindung der Vorstellung des unbegrenzten Raumes gewinnt er unter dem Leitbild „Unendlich ist die Erfahrung“ die Vorstellung der unbegrenzten Erfahrung und verweilt darin.*

*Wer nun sagen würde: Dies ist das höchste Wohl, die höchste Freude, die die Wesen empfinden können, so kann ich ihm nicht beistimmen. Und warum nicht? Es gibt ja, Ānando, außer diesem Wohl anderes Wohl, das größer und feiner ist als jenes Wohl.*

*Was ist das aber für ein Wohl, das größer und feiner ist als jenes Wohl? Nach Überwindung der Vorstellung „Unendlich ist die Erfahrung“ gewinnt er unter dem Leitbild „Da ist nicht irgendetwas“ die Vorstellung des Nicht-irgend-Etwas und verweilt darin.*

*Wer nun sagen würde: Dies ist das höchste Wohl, die höchste Freude, die die Wesen empfinden können, so kann ich ihm nicht beistimmen. Und warum nicht? Es gibt ja, Ānando, außer diesem Wohl anderes Wohl, das größer und feiner ist als jenes Wohl.-*

*Was ist das aber für ein Wohl, das größer und feiner ist als jenes Wohl? Nach Überwindung der Nicht-irgend-Etwas-Vorstellung erreicht er die Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung und verweilt darin.*

*Wer nun sagen würde: Dies ist das höchste Wohl, die höchste Freude, die die Wesen empfinden können, so kann ich ihm nicht beistimmen. Und warum nicht? Es gibt ja, Ānando, außer diesem Wohl anderes Wohl, das größer und feiner ist als jenes Wohl.*

*Was ist das aber für ein Wohl, das größer und feiner ist als jenes Wohl? Da erreicht der Mönch nach völliger Überwindung des Zustands von Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung die völlige Auflösung von Wahrnehmung und Gefühl und verweilt in diesem Zustand. Das aber ist ein Wohl, das größer und feiner ist als das vorherige.*

*Es ist möglich, dass andersfährtige Asketen so sprechen könnten: „Der Mönch Gotamo spricht vom Aufhö-*

*ren von Gefühl und Wahrnehmung, und er beschreibt das als Wohl. Was ist dies und wie ist dies möglich?“ Den andersfährigen Asketen, die so sprechen, sollte geantwortet werden: „Nicht, ihr Brüder, kennt und nennt der Erwachte nur das durch Gefühl zustande gekommene (also aus Gefühl bestehende) Wohl; sondern was nur immer an Wohl erlangt wird, das auch bezeichnet der Vollendete als Wohl.“*

*So sprach der Erhabene. Erhoben und beglückt war der ehrwürdige Ānando über das Wort des Erhabenen.*

Anlass dieser Lehrrede ist die Auseinandersetzung des Zimmermanns Pañcakango mit dem Mönch Udāyī. Udāyī sagt, der Erwachte habe von drei Gefühlen gesprochen, und Pañcakango sagt, der Erhabene habe von zwei Gefühlen gesprochen, vom Wohl- und Wehgefühl. Das Weder-Weh-noch-Wohlgefühl, das Pañcakango als drittes nenne, sei das feine Wohl des Triebgestillten.

Der Erwachte, dem Ānando das Gespräch berichtete, nennt sieben Gruppen von Gefühlen, spricht von 2-108 Gefühlen, die er umfassend <sup>124</sup> dargelegt habe. Er stellt nüchtern fest, dass seine Schüler in Streit geraten, wenn sie sich nicht einander seine Aussagen bestätigen. Und das können sie natürlich nur, wenn sie seine gesamten Aussagen, in diesem Fall über das Gefühl, gegenwärtig haben. Pañcakango, der Zimmermann, hätte Udāyī zustimmen sollen: Ja, drei Gefühle hat der Erhabene genannt; oder er hätte fragen sollen, was der ehrwürdige Udāyī unter „Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl“ verstünde; und der Mönch Udāyī hätte nicht stur auf seiner Aussage beharren sollen, sondern das Weder-Weh-noch-Wohl-

---

<sup>124</sup> evam pariyāya desito mayā dhammo so ist die Wahrheit von mir rundherum (pari-i = rund herum gehend = umfassend, vollständig) gezeigt worden. K.E.Neumann übersetzt „je nach dem Standpunkt“.

gefühl erklären sollen und hätte dann das Gespräch auf das Wohl des Gestillten bringen sollen. Wenn die Nachfolger die Darlegung des Erwachten gegenwärtig haben oder sich gegenseitig ergänzen in der Erinnerung oder Erklärung, dann befruchten sie sich gegenseitig – *verschmelzen wie Milch und Wasser* –, sind dankbar für die Erweiterung ihrer Kenntnis und ihres Verständnisses durch die Mitstrebenden, *betrachten einander liebevoll*, statt in starren Fronten die unterschiedlichen Aussagen gegenüberzustellen, wodurch Streit entsteht.

Bevor die Lehrrede weiter erklärt wird, einiges Grundsätzliche über das Gefühl.

### Was ist Gefühl?

Zwischen dem Wollen, den Tendenzen, den Anliegen der Wesen und dem als außen Erfahrenen findet dauernd Berührung statt. Und jede Berührung des Wollens, der Triebe, löst eine Resonanz aus. Diese Resonanz des Wollens, der Triebe, auf das Erlebte von äußerster Lust bis zur tiefsten Qual erfahren wir als Gefühl. Immer nur um jener als Gefühl erfahrenen Resonanz willen suchen wir das Wahrnehmen.

Doch so wie der Klang des Gongs nichts Eigenständiges, aus sich selbst heraus Bestehendes ist, sondern eben nur Antwort des Gongs auf den Schlag durch den Klöppel, so auch ist das Gefühl nichts Eigenständiges, aus sich selbst heraus Bestehendes, sondern eben nur Antwort des Wollens, der Triebe, auf die Erlebnisse. So wie beim Auto mit der Zündung die Kraft in Erscheinung tritt, während der eigentliche Kraftstoff im Hintergrund bleibt, so auch treten die tausendfältigen starken und schwachen, groben und feinen Gefühle in Erscheinung, während die sie verursachenden Triebe im Hintergrund bleiben.

So wie ein grober eiserner Gong auf einen Schlag mit dem Klöppel einen gröberen Ton und ein feiner silberner Gong auf einen Schlag mit dem gleichen Klöppel einen feineren Ton

erzeugt – so auch erzeugen die gröberen und feineren Triebe, wenn die Erlebnisse ihnen entsprechen, gröbere oder feinere Wohlgefühle und erzeugen, wenn die Triebe ihnen nicht entsprechen, gröbere oder feinere Wehgefühle, jeder Trieb nach seiner Art.

Wenn ein Mensch, der nach seinen Trieben besonders geschmackig, auf wohlschmeckende Speisen aus ist, auch solche Speisen zu kosten bekommt, dann stimmt bei ihm das Erleben mit den Trieben überein, dann sind diese Triebe in ihm befriedigt und äußern ihre Befriedigung in der ihnen gemäßen Weise durch Lust und Behagen als Wohlgefühl. – Bekommt er dagegen gerade solche Speisen, die nach Geschmack und Aussehen seinen Trieben widersprechen, so sind diese gleichen Triebe durch das ihnen entgegengesetzte Erlebnis gestört und verstört, und sie äußern ihr Widerstreben durch Unlust und Ekel als Wehgefühl. Nimmt jener Mensch aber eine nicht zu lange Zeit keine Speisen zu sich, so wird jenen Trieben weder entsprochen noch widersprochen, so äußern jene Triebe zu dieser Zeit ein Weder-Weh-noch-Wohlgefühl.

Oder wenn ein anderer Mensch, der nach seinen Trieben auf Freundschaft und Harmonie aus ist, auch Freundschaft und Harmonie erlebt, so antworten seine Triebe mit Fröhlichkeit und Glück als Wohlgefühl. Wenn er dagegen Streit und Feindschaft erleben muss, so antworten die gleichen Triebe auf dieses ihnen widerstrebende Erlebnis mit Kummer oder Traurigkeit oder Gram als Wehgefühl. Wenn dagegen dieser Mensch allein ist und weder Freundschaft noch Feindschaft erlebt, so antworten jene gleichen Triebe, da ihnen weder entsprochen noch nicht entsprochen wird, mit einem Weder-Weh-noch-Wohlgefühl.

Oder wenn ein anderer Mensch, der nach seinen Trieben auf geistliche Musik aus ist, auch geistliche Musik zu hören bekommt, dann antworten seine Triebe darauf mit dem Gefühl von Erhebung und Frieden als Wohlgefühl. – Hört er dagegen eine ausgeprägt sinnliche Musik, so antworten jene gleichen Triebe darauf mit Erschrecken oder Bedrückung als Wehge-



fühl. – Hört er dagegen eine nicht zu lange Zeit keine Musik, so antworten die gleichen Triebe, da ihnen weder entsprochen noch nicht entsprochen wird, mit einem Weder-Weh-noch-Wohlgefühl.

Oder wenn ein Mensch, der nach seinen Trieben auf Aufrichtigkeit und Wahrhaftigkeit aus ist, in einer heiklen Situation, in der er durch trügerische Rede sich äußeren Vorteil erwerben könnte, doch an der Wahrhaftigkeit festgehalten hat, so antworten seine Triebe auf jenes Erlebnis mit Genugtuung und innerer Heiterkeit als Wohlgefühl. – Ist er dagegen der Versuchung erlegen und hat um des äußeren Vorteils willen trügerisch geredet, so antworten die gleichen Triebe auf dieses ihnen entgegengesetzte Erlebnis mit Beschämung oder Reue als Wehgefühl. Hat er aber mangels entsprechender Situation weder seinen Trieben entsprochen noch ihnen zuwider gehandelt, so antwortet der gleiche Trieb darauf mit einem Weder-Weh-noch-Wohlgefühl.

Diese Beispiele können beliebig erweitert werden. Es versteht sich, dass das Wohlgefühl eines Menschen, der seiner triebbedingten Neigung entsprechend sich auf stillen Wegen von der Hetze des Alltags ablöst, ein anderes ist als das Wohlgefühl des Kindes, das sich im Arm der Mutter geborgen fühlt, und dass die Begeisterung eines jungen Entdeckers wieder ein anderes Wohlgefühl ist. Wir kennen die unterschiedlichen groben und feinen Wohlgefühle, wie Lust, Behagen, Entzücken, Begeisterung, Erhebung, Frieden usw. und ebenso die mannigfaltigen groben und feinen Wehgefühle, wie Qual, Schmerz, Angst, Verzweiflung, Verstörtheit, Ekel, Zerrissenheit, Depression, Trauer, Gram, Kummer, Wehmut. Sie alle deuten auf Triebe hin, die genau so grob oder fein sind wie jene von ihnen erzeugten Gefühle. Und alle diese verschiedenartigen Gefühle verlaufen vom höchsten Wohl bis zum äußersten Wehe in einer fast endlosen Skala mit allen Zwischenstufen. Welche weiten Unterschiede liegen z.B. zwischen höchstem Entzücken und äußerstem Entsetzen, zwischen höchster Fröhlichkeit und tiefster Traurigkeit, zwischen höchster Lust

und tiefster Qual, zwischen Bedrückung und Erleichterung, zwischen innerem Frieden und Verstörtheit, zwischen Glückseligkeit und Gram, zwischen Angst und Geborgenheit, Ruhe und Unruhe, Erlösung und Verzweiflung.

Diese wenigen Hinweise erinnern uns an die fast endlose Mannigfaltigkeit unserer Gefühle in Wohl und Wehe, wie sie unserem Leben Stimmung und Klang, Farbe und Duft geben, durch die wir unser Leben als licht oder dunkel, als erwärmend oder erkaltend, als Wohllaut oder Dissonanz erleben und empfinden. Und hinter jedem dieser unendlich vielfältigen groben und feinen, lauten und leisen, wohlten und wehen Gefühle steht still und schweigend im Hintergrund der Trieb als die starke oder schwache Sehnsucht nach einem bestimmten groben oder feinen Erlebnis, nach einer bestimmten seelischen Situation. Und er ist es, der da antwortet, wenn die ersehnte seelische Situation eintritt, mit dem ihm möglichen Wohlklang, und wenn eine ihm entgegengesetzte seelische Situation eintritt, mit dem ihm möglichen Missklang.

So ist das Gefühl „subjektiv bedingt“ und vermag darum keine Auskunft über den wahren Wert der Erlebnisse zu geben. Wir können bekanntlich angenehme Gefühle und Zuneigung bei schlechten Menschen und Dingen haben und können unangenehme Gefühle und Abneigung bei guten Menschen und Dingen haben.

Das Gefühl verleiht den einzelnen Erlebnissen und darum unserem ganzen Leben Stimmung und Klang, wodurch unsere Erlebnisse packend werden, uns ansprechen, uns engagieren. Im Gefühl erst nehmen wir sie als unser Erlebnis, nehmen sie für wahr. Insofern ist das Gefühl Stimmung und Klang unseres Lebens.

Durch die Durchsetzung und Durchdringung des Erlebnisses mit dem angenehmen oder unangenehmen Gefühl hat sich der Trieb spontan für die Annahme des angenehmen Erlebnisses und für die Nichtannahme des unangenehmen Erlebnisses ausgesprochen. Wir beobachten ja auch bei uns, dass wir uns dem angenehm empfundenen Erlebnis spontan zuwenden und

uns von dem unangenehm empfundenen Erlebnis ebenso spontan abwenden. Dieser Triebwille wird ganz unmittelbar gespürt als ein Lechzen, Dürsten, Drängen in der genannten Richtung. Er kommt bei jedem normalen Menschen mit dem Gefühl auf nach dem Wort des Erwachten: *Durch das Gefühl bedingt ist der Durst* und hat bei aller Mannigfaltigkeit im Grund immer folgende drei Äußerungsweisen: Es ist entweder der Durst, das begehrte Erlebnis (Wohlgefühl), wenn es da ist, zu genießen oder, wenn es noch nicht da ist, zu erzeugen, zu schaffen oder drittens das dem Wünschen und Begehren entgegengesetzte, also gehasste oder gefürchtete Erlebnis (Wehgefühl) zu verhindern, zu vernichten, zu zerstören.

Dieser dreifache, durch die Triebe bedingte, im Gefühl ausgelöste, auf Genießen oder Erzeugen des Begehrten oder auf Vernichten des Gehassten und Gefürchteten ausgerichtete durstige Drang ist es, der den Menschen in jedem Augenblick bei jedem Gefühl mit einem neuen Willen herumjagen, herumtreiben will in der gleichen blinden Aktivität wie etwa ein ungesteuertes Auto. Erst das Bedenken der Folgen, das dem Menschen zur Verfügung stehende Maß von Vernunft und Moral, stellt sich diesem blinden Drang entgegen.

Damit sehen wir, welche Zentralstellung das Gefühl in der Gesamtheit dessen, was das Phänomen „Mensch“ überhaupt ausmacht, einnimmt. Aus den Trieben geboren, gibt es einem jeden Erlebnis erst Stimmung und Klang und damit jene Aufdringlichkeit, mit der es als wohl oder wehe fühlbar und dadurch überhaupt erst zu „unserem“ Erlebnis wird, durch die wir es erst wahrnehmen. Und zugleich dreht es „unsere“ Aktivität, also „uns“, unmittelbar auf das wohle Erlebnis zu bzw. von dem wehen Erlebnis fort. Das Gefühl macht „uns“ wach durch das Wahrnehmen des jeweiligen wohlten und wehen Erlebnisses, das Gefühl treibt uns, das Wohl zu erhaschen und das Wehe zu fliehen und zu vernichten. Leben und Existenz ist ohne das Gefühl nicht vorhanden, nicht denkbar, nicht möglich. So intensiv wie das Gefühl ist, so intensiv ist Leben und Existenz. Wie hell und heiter, wie dunkel und schmerzlich das

Gefühl ist, so hell und heiter, so dunkel und schmerzlich ist Leben und Existenz. Die Qualität und die Quantität des Gefühls sind Qualität und Quantität des in der Wahrnehmung erfahrenen Lebens. Die Verheißung „ewiger Seligkeit“ oder die Androhung „ewiger Verdammnis“ in manchen Religionen ist nichts anderes als die Verheißung oder die Androhung von Gefühl in der höchstmöglichen bzw. in der furchtbarsten Qualität und zugleich von endloser Quantität. Darum ist auch die Aufhebung des Gefühls gleich der Aufhebung der in der Wahrnehmung erfahrenen Existenz.

Es ist verständlich, dass das Gefühl bei solcher Eigenschaft unbewusst und bewusst im Vordergrund des menschlichen Interesses steht und dass ihm in allen Kulturkreisen und in allen Religionen entscheidende Bedeutung beigemessen wird. Daher kommt es auch, dass das Gefühl in manchen Religionen als aus der ewigen Seele kommend oder sogar als die ewige Seele selbst, überhaupt als etwas Ewiges aufgefasst wird. – Dagegen kann jedermann, der sich selbst aufmerksam beobachtet, feststellen, was hier bereits beschrieben wurde: Das Gefühl ist nicht eigenständig, das Gefühl besteht nicht aus sich selbst heraus, das Gefühl geht von Fall zu Fall hervor aus der jeweiligen Berührung zwischen Trieben und deren Projektionen als ein jeweils neues Gefühl. So ist es dem Rauch vergleichbar, der weithin sichtbar aus den Schornsteinen der Häuser aufsteigt, weil unten in den Herden Reines und Unreines, Feuchtes und Trockenes verbrannt wird.

Gefühl ist nicht ewiger Kern oder ewiger Bestandteil des Menschen, es ist blind für den wahren Wert oder Unwert des jeweiligen Erlebnisses. Es besteht nicht eigenständig aus sich selbst heraus, sondern ist nur Resonanz der Triebe auf das als außen Erfahrene.

## 7 Gruppen von Gefühlen

Der Erwachte zählt nun in unserer Lehrrede stichwortartig, nach Zahlen geordnet, die Gefühlsgruppen auf, die er je ge-

nannt hat. In S 36,22 sind sie zusammenfassend angegeben, sie kommen als einzelne Gruppen aber auch in anderen Lehrreden vor.

1) 2 Gefühle: körperliche (*kāyika vedanā*)  
und gemüthafte (*cetasika vedanā*)

Bei Berührung der Sinnesdränge (des Lugers, Lauschers, Riechers, Schmeckers, Tasters) durch Formen, Töne, Düfte, Säfte, Tastungen kommen körperliche Wohl- und Wehgefühle zustande (*kāyika vedanā: sukha und dukkha*). Durch Berührung des Geistes (des Denkers – *mano*) entstehen die „gemüthafte“ Gefühle (*cetasika vedanā*): Traurigkeit und Freude (*domanassa und somanassa*). In M 141 werden Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung als Gemütsempfindungen genannt, die durch Berührungen des Geistes, z.B. beim Vorstellen, Erinnern, Nachdenken über diese und jene Aussichten und Absichten entstehen. Es heißt dort in wörtlicher Übersetzung: *was es da an gemüthafte, durch Denkerberührung entstandenem Leiden/Schmerz gibt. Cetasikā vedanā (Gemütsempfindungen)* sind also durch Berührung des *Geistes (mano)* entstandene Gefühle.

Durch Berührung der fünf körperlichen Sinnesdränge (Luger, Lauscher usw.) hingegen werden körperliche Gefühle erfahren.

2) 3 Gefühle: Wohl-, Wehe-,  
Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl

Die Frage nach der möglichen Anzahl der Gefühle kann nur mit dem Hinweis auf die Tendenzen/Triebe beantwortet werden, da diese die Gefühle verursachen. Zunächst muss also gesagt werden, dass es wenigstens so viele Gefühle gibt wie Tendenzen. Jede Tendenz gibt die Möglichkeit zu mehr oder weniger starken Wohl- und Wehgefühlen, d.h. von dem höchsten durch die Tendenz ausgelösten Wohlgefühl ab über alle

Möglichkeiten der Abschwächung dieses Wohls bis zu der Indifferenz des „Weder-Weh-noch-Wohlgefühls“ und darüber hinaus zu immer stärkeren Wehgefühlen.

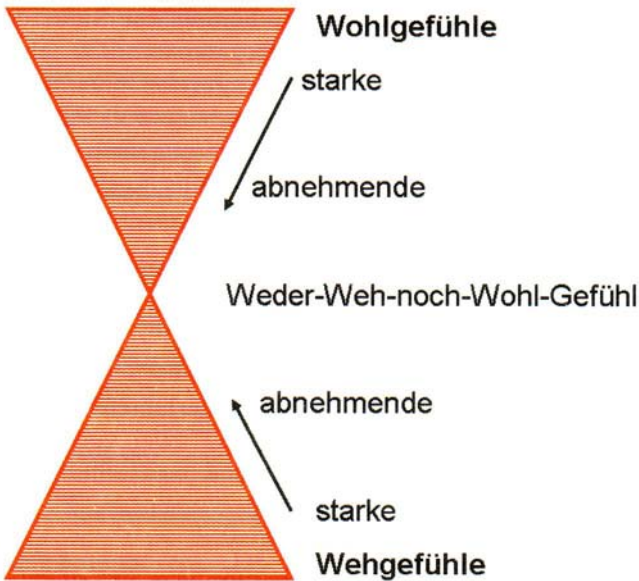
Da eine jede Tendenz ein Auf-etwas-aus-Sein ist, da sie auf eine bestimmte Erfahrung aus ist, so befindet sie sich, solange das von ihr Ersehnte nicht erfahren ist, in einem Mangel, in einer Spannung. Sobald aber die der Tendenz entsprechende Erfahrung eingetreten ist, sind Mangel und Spannung aufgehoben, und dann äußert die gleiche Tendenz Wohlgefühl. Je genauer die jeweils aufkommende Erfahrung einer Tendenz entspricht, um so stärker auch ist das von ihr ausgehende Wohlgefühl; je genauer es der Tendenz widerspricht, um so stärker ist das Wehgefühl. Zwischen diesen extremen Wohl- und Wehgefühlen liegen dann noch die weniger extremen Möglichkeiten bis zu kaum merklichen Wohl- bzw. Wehgefühlen, wenn das gerade Erfahrene einer Tendenz nur sehr wenig entspricht bzw. widerspricht. Diese Gefühle werden dann als „Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl“ bezeichnet. Es versteht sich, dass ein Mensch, der es gern hell und warm hat, in einem halbhellen und halbwarmen Raum sich nicht ganz so wohl fühlt wie in einem sehr hellen und sehr warmen Raum und dass er sich in einem ziemlich dunklen, ziemlich kalten Raum nicht ganz so unbehaglich fühlt wie in einem sehr dunklen und sehr kalten Raum.

Oder ein anderes Beispiel: Ein „von Natur“ (d.h. nach seinen Tendenzen) sehr rachsüchtiger und skrupelloser Mensch empfindet, wenn er hört, dass es seinem Feind schlecht geht, zwar eine Befriedigung, ein Wohlgefühl, aber er würde, wenn es ihm selbst gelungen wäre, jenen Feind zu schädigen, eine noch größere Befriedigung, ein noch stärkeres Wohlgefühl erleben. – Oder ein mitempfindender, hilfsbereiter Mensch empfindet, wenn er irgendeinem anderen in Not befindlichen Menschen teilweise hat helfen können, ein geringeres Wohlgefühl, als wenn er ihn ganz und gar aus der Notlage hätte befreien können. Oder ein ehrlicher, wahrhaftiger Mensch, der in einer schwierigen Situation mit großer Überwindung ein ver-

letzendes Wort unterdrückt hat, empfindet ein Wohlgefühl, aber der Gedanke, dass es ihm sehr schwer gefallen war und dass er beinahe doch zu verletzenden Worten gegriffen hätte, verhindert die Vollkommenheit dieses Wohlgefühls.

So kann also eine jede Tendenz eine ganze Skala von Gefühlen auslösen von dem stärksten ihr möglichen Wohlgefühl über alle Grade der Minderung bis zur Indifferenz zwischen Wohl und Wehe und darüber hinaus bis zu dem stärksten ihr möglichen Wehgefühl.

Wohlgefühl, Wehgefühl, Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl= indifferentes Gefühl bezeichnet der Erwachte als drei Möglichkeiten des Gefühls.



### 3) Fünf Gefühls-Zustände (*indriya* <sup>125</sup>)

*Körperlicher Schmerzzustand*  
*geistiger Schmerzzustand*  
*körperlicher Wohlzustand*  
*geistiger Wohlzustand*  
*Gleichmuts-Zustand.*

#### Körperlicher Schmerzzustand und seine Aufhebung durch die 1. Entrückung

Wir leben von Geburt an und schon unvorstellbar lange vorher nur im Schmerzzustand, im körperlichen wie auch im geistigen. Der körperliche Schmerzzustand ist nicht nur durch sich bemerkbar machende körperliche Schmerzgefühle gegeben, sondern vor allem durch die den Körper durchziehenden sinnlichen Triebe als Spannungen, die den Körper schmerzlich verspannen, und durch den Prasselhagel der Sinneseindrücke. Der normale Mensch würde sich ganz entschieden dagegen wehren, das Erleben als Leidenszustand zu verstehen; er ist körperliches Leiden zeitlebens gewohnt, ohne sinnliches Erleben wäre es ihm langweilig. Erst wenn Sinnensucht durch die Erfahrung von höherem Wohl fortfällt, also durch geistige Entzückung und Beglückung über innere Fortschritte, Tugendwohl, innere Lauterkeit, Helligkeit des Herzens und/oder

---

<sup>125</sup> Näher erklärt in S 48,40

Die Tatsache, dass das Erleben von Welt subjektive Wirklichkeit ist, abhängig von der Beschaffenheit der Triebe/des Wollens, kommt in den Lehrreden dadurch zum Ausdruck, dass viele Begriffe sowohl die Triebe/das Wollen mit seiner Verletzbarkeit wie auch das dadurch bedingte gefühlsübergossene Wahrnehmen bedeuten. Zum Beispiel:

*āsavā*: Wollensflüsse – Einflüsse

*kāma*: Sinnensucht – Objekte der Sinnensüchte:

Formen, Töne, Düfte, Säfte, Tastbares

*āyatana*: Sucht – Vorstellung, Imagination, Wahrnehmung

*indriya*: Sinnesdränge – den Drängen entsprechendes Erleben,

Wahrnehmen: erlebte, erfahrene Zustände



über Wahrheitserkenntnis, hört vorübergehend das normale schmerzvolle Erleben von Welt auf. Der Mensch ist dann „sinnenlos und entrückt“.

Die Entrückungen währen anfänglich nur kurz. Je mehr der Mensch weltabgewandt wird und bleibt, um so leichter gewinnt er die Entrückungen. Die vier Entrückungen gehören zu den vorletzten Graden der Erlösung, wenn es auch eine zeitweilige, „zeitliche“ Erlösung ist. Noch höher stehen die formfreien Zustände, aber auch die sind noch zeitliche Erlösungen. In M 8 bezeichnet der Erwachte die vier Entrückungen als „Seligkeit zu Lebzeiten“ und die formfreien Zustände als „friedvolle Verweilungen“.

In der ersten Entrückung, heißt es (D 9), geht die Sinnen-sucht-Wahrnehmung unter (*kāma-saññā-nirodha*), d.h. durch den Fortfall der Sinnensucht fällt auch die Wahrnehmung von Sinnendingen fort, und dadurch wird großes inneres Wohl erfahren. Durch den nun möglichen Vergleich des üblichen Erlebens in sinnlicher Wahrnehmung mit dessen Fortfall in der Entrückung wird dem Übenden der gewohnte Schmerz bewusst, wird ihm bewusst, dass er eine Zeitlang ohne Schmerzen war. (S 48,40) Nach dem Erlebnis weltlosen Friedens spürt er, wie reibungsvoll und schmerzlich der prasselnde Ansturm der Vielfaltserlebnisse auf ein wollendes Ich mit den gesamten dadurch gegebenen Problemen ist. Er empfindet die Sinneseindrücke im Vergleich zur seligen Entrückung wie Klingenhiebe oder wie das Nagen von Insekten an offenen Wunden (Gleichnisse des Erwachten für Berührung und Erfahrung der Sinnesdränge).

### Geistiger Schmerzzustand und seine Aufhebung durch die 2. Entrückung

Der Erwachte sagt und der Erfahrer weiß, dass genau so wie die Sinneseindrücke auch die Denktätigkeit, das Denken-Müssen, ein Schmerz ist. Der Geist ist – auch wenn wir ganz passiv sein wollen – immer in Bewegung, gleichviel ob wir

sinnliche Eindrücke haben, ob wir uns geistige Vorstellungen machen über unsere Pflichten, unsere Erinnerungen oder unsere Neigungen: Ununterbrochen drängen sich die tausendfältigen Wahrnehmungen von Denkinhalten auf und verschwinden wieder. Im Auftauchen verdrängen sie andere, vor ihnen gewesene Denkinhalte, und im Verschwinden werden sie verdrängt von anderen neu auftauchenden. Und viele dieser in endloser Folge auftauchenden Gedanken bewegen uns, indem sie unser Gemüt erheitern oder betrüben, indem sie uns bekloppen oder erschrocken machen, uns entsetzen oder belustigen oder sonstwie unser Gemüt bewegen. Erst der Erfahrer der 2. Entrückung erfährt den schmerzlosen Zustand der Denkstille, den er noch nie – nicht einmal im Schlaf – erlebt hat.

### Körperlicher Wohlzustand und seine Aufhebung durch die 3. Entrückung

Der zur 3. Entrückung Fähige hat schon viele Male die 1. und 2. Entrückung erfahren. Er lebt vorwiegend im Heilen, in dem klaren Wissen, dass es Höheres als die sinnliche Wahrnehmung gibt. Er ist einer, der die hohen Gedanken, die früher bei ihm Begeisterung und Entzücken auslösten, schon so gewohnt ist, dass er darüber nicht mehr begeistert und entzückt, nicht mehr im Geist davon bewegt ist. Denn seine Herzens- und Gemütsverfassung ist nicht mehr von solcher Beschaffenheit, dass die ablösenden Gedanken ihn nur gelegentlich wie ein Sonnenstrahl berühren. Er ist den Sonnenschein, er ist brahmisches Niveau, die Freiheit von Sinnensucht und damit körperliches Wohl gewöhnt.

Bei der ersten und zweiten Entrückung hat erst der emporreißende Zustand von Begeisterung und Entzücken vermocht, ihn von der Sinnensucht ab und nach innen zu lenken, weil er noch von Sinnensucht durchdrungen war.

Aber jetzt ist er dauerhaft frei von Sinnensucht. Berührungen finden noch statt, aber treffen den von Sinnensucht Freien

nicht mehr, so wie Gift nicht die heile Haut durchdringt. Es gibt keine offenen Wunden mehr, an denen Insekten fressen könnten. Das unbewusste Lechzen, das dauernde Verlangen der Sinnesdränge im Wollenskörper, das den Fleischkörper durchzieht und das wir als Gefühlsschwall von Wohl und Wehe spüren, ist nicht mehr. Diese Entspannung wird als großes körperliches Wohl empfunden. Während der Körper eines von Sinnensucht erfüllten Menschen verkrampft ist, wird er völlig entspannt und locker und als leicht empfunden, wenn die Verspannung durch die Sinnensucht fortfällt. Die Empfindlichkeit durch die Triebe ist nur Schmerz, auch wenn der Wahnsinnsbefangene manche dieser Schmerzen, die sinnlichen Befriedigungen, als Wohl empfindet und bezeichnet, weil er wirkliches Wohl gar nicht kennt.

Der von Sinnensucht Freie verweilt in einem körperlichen Dauerwohl, geistesgegenwärtig in völliger Klarheit – wie ein nicht damit Verbundener, wie ein Abgelöster. Er verweilt gleichmütig in Bezug auf den Körper, keine körperlichen Triebe antworten mehr auf Berührung. Dieses Erreichte im Geist registrierend, empfindet er geistiges Wohl, freut sich darüber.

Wenn diesem Mönch nun in der 3. Entrückung, in der kein Körper und keine Welt erlebt werden, sinnliche Wahrnehmung fortfällt, dann kann auch kein körperliches Wohl mehr empfunden und beobachtet werden, und das ist das noch größere Wohl der Freiheit von Wahrnehmung überhaupt, dessen er sich erst nach Rückkehr in die sinnliche Wahrnehmung bewusst wird, weil er nun merkt, dass auch die Wahrnehmung von Wohl noch Belästigung ist.

#### Geistiger Wohlzustand und seine Aufhebung durch die 4. Entrückung

Der zur vierten Entrückung Fähige befindet sich in geistigem Wohl, in der Freude über das Erreichte. Körperliches Wohl durch die Überwindung sinnlicher Triebe ist er schon so ge-

wöhnt, dass es ihm nicht mehr auffällt. Aber auch die geistige Freude klingt mit der Gewöhnung ab, er nimmt keine Stellung mehr zu den erfahrenen inneren Befindlichkeitszuständen, ist sich eines Gleichmuts, rein von allen Wohl- und Wehgefühlen bewusst. Er hat Gefühl als Belästigung abgetan und hat nun keine Empfindlichkeit mehr, hat jedes bedingte Wohl durch erhabenen Gleichmut überstiegen, wohnt in stillem, erhabenem Frieden, ist wie im Zustand eines Geheilten frei von allen Trieben, allen Regungen. (M 66)

Wenn in der vierten Entrückung die sinnliche Wahrnehmung fortfällt, dann verweilt er in einer dem in Sinnensucht Befangenen unvorstellbaren Ruhe, in der es kein Denken, kein Fühlen und kein Wissen gibt. Von der vierten Entrückung heißt es, dass in ihr auch die vegetativen Körperfunktionen, wie Atem und Herzschlag, aufhören. (A IX,31)

Von der vierten Entrückung zurückgekehrt, ist sich der Mönch wieder des über Wohl und Wehe erhabenen Gleichmuts bewusst, von dem es in M 140 heißt: *So bleibt nur noch der Gleichmut übrig, der völlig geläutert ist, geklärt, geschmeidig, formbar, leuchtend.*

#### Gleichmuts-Zustand und seine Auflösung durch Aufhebung von Gefühl und Wahrnehmung

*Da steigt einem Mönch, der ernsthaft strebend in der Ablösung verweilt, der Gleichmutszustand (upekhindriya) auf. Da weiß er klar: „Aufgestiegen ist mir hier dieser Gleichmutszustand. Dieser ist etwas Erscheinendes, etwas Bedingtes, ist etwas Zusammengesetztes, Verursachtes. Jetzt verstehe ich: Dass dieser Gleichmutszustand etwa keine (vorübergehende) Erscheinung sei, bedingungslos, nicht zusammengesetzt und ohne Verursachung bestünde – das gibt es nicht.“ Ein solcher Mönch versteht nun klar, was der Gleichmutszustand ist, kennt sein Entstehen und Vergehen und versteht, wo der aufgekommene Gleichmutszustand restlos untergeht.*

*Und wo geht dieser bedingt aufgestiegene Gleichmutszustand restlos unter? –*

*Da erreicht ein Mönch nach Überwindung der Vorstellung der Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung die Aufhebung von Gefühl und Wahrnehmung und verweilt in ihr. Dort nun geht der aufgekommene Gleichmutszustand restlos unter.*

*Ein solcher wird Mönch genannt, ein Kenner der Ausrodung des Gleichmutszustands, der das Herz auf das Wahre (das Nibbāna) ausgerichtet hat. (S 48,40)*

Weil der so weit fortgeschrittene Heilsgänger über den erworbenen Gleichmut nicht erfreut ist, ihn nicht begrüßt, sich nicht auf ihn stützt, ist die programmierte Wohlerfahrungssuche nicht daran gebunden. So gewinnt er durch Aufhebung allen Wollens – auch des Wollens, des Begrüßens von Gleichmut – die Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung, in der die Wahrnehmung zeitweise aussetzt, „die Grenzscheide möglicher Wahrnehmung“, wie K.E.Neumann übersetzt. Wenn der unvorstellbare Frieden der Grenzscheide, diese stillste aller Wahrnehmungen, von dem Wunsch, der Tendenz nach Ruhe und Frieden positiv bewertet und damit ergriffen wird – etwa in dem Gedanken: *Das ist die Ruhe, das ist der Frieden* – der Erwachte bezeichnet es als das höchste Ergreifen (M 106) –, so bleibt der Übende mit dieser erhabenen Wahrnehmung lange Zeiten hindurch verbunden. Bei einem darüber nicht Belehrteten kommen dann irgendwann latent gewesene Triebe wieder auf, und das Wesen sinkt abwärts. Aber der zum Heilsgänger erwachsene Mönch des Erwachten weiß: Der Erwachte bezeichnet diese zarteste aller möglichen Wahrnehmungen, die an der Grenze zum Nirvāna liegt, auch noch als „etwas“ (*sakkāya*):

*Aber nicht die Erfahrung von etwas (sakkāya) ist der unvergängliche Friede der Todlosigkeit, sondern dies: die Freiheit von allen Herzenstrieben, die durch Nichtergreifen gewonnen wird. (M 106)*

Daraus zeigt sich die vom Erwachten unterlegte umfassendste Bedeutung dieses Wortes als „etwas“. Der Erwachte versteht unter *sakkāya* (s. auch *M 44* und *M 109*) alle fünf Zusammenhäufungen einzeln und auch zusammen, und er versteht unter *sakkāya-ditthi*, dass man sich mit (*sa*) etwas (*kāya*), d.h. mit der einen oder anderen dieser fünf Zusammenhäufungen oder allen identifiziert. Die letzte feinste Wahrnehmung ist also noch etwas. Wenn der Erleber auch feinsten Wahrnehmungen diese nicht ergreift, sondern sich ihrer Wandelbarkeit und darum Unzulänglichkeit bewusst ist und jegliche in ihm aufsteigende Vorstellung loslässt, jegliches in ihm aufsteigende Wollen entlässt, gewinnt er die vollkommen triebfreie Erlösung, die Auflösung des letzten Wahns, indem er, wie in dieser Lehrrede gezeigt, die höchstmögliche Vertiefung erreicht, die völlige Aufhebung von Gefühl und Wahrnehmung, den Wegfall von allen fünf Zusammenhäufungen, die einen „Erleber von Erlebnissen“ entwerfen. In der totalen Gefühls- und Wahrnehmungs-Freiheit von Form und Nichtform sind alle Vorstellungen aufgehoben. Diese Aufhebung von Gefühl und Wahrnehmung ist nur möglich bei völliger Triebversiegung und ist auch nur manchen Geheilten möglich, nämlich den „Beiderseit-Erlösten“, auch Gemüterlöste genannt, die die formfreien Freiungen erlebt haben. (*M 70*)

Wir können diesen Stand des Geheilten, der noch über die weltlosen Entrückungen und über die äußerste Grenze der Wahrnehmung hinausgeht, nicht verstehen, er ist unfassbar, abgelöst von der Daseinsader (*bhava-netti*) steht der Leib des Vollendeten da (*D 1*) ohne Wollenskörper, ohne Anziehung und Abstoßung.

#### 4) 6 Gefühle

*Das durch Luger-Berührung aufsteigende Gefühl*  
*das durch Lauscher-Berührung aufsteigende Gefühl*  
*das durch Riecher-Berührung aufsteigende Gefühl*  
*das durch Schmecker-Berührung aufsteigende Gefühl*



Traurigkeit eines Hautkranken  
beim Tasten der Haut.  
Gleichgültigkeit gegenüber der Haut.

Freude über gute, heilsame Gedanken: bei Gedanken  
„Ich komme voran.“

Traurigkeit bei bösen, unheilsamen Gedanken:  
„Könnte ich mich doch davon freimachen.“  
Gleichgültigkeit gegenüber Gedanken.

## 6) 36 Gefühle

*6 mit Weltlichem verbundene Freuden*  
*6 mit Befreiung verbundene Freuden*  
*6 mit Weltlichem verbundene Traurigkeiten*  
*6 mit Befreiung verbundene Traurigkeiten*  
*6 mit Weltlichem verbundene Gleichgültigkeiten*  
*6 mit Befreiung verbundener Gleichmut*  
36

Näher erklärt in M 137

## 7) 108 Gefühle

Die vorher genannten 36 Gefühle werden nun der Vergangenheit, Zukunft und Gegenwart zugeordnet, so dass sich insgesamt 108 Gefühle ergeben:  $36 \times 3 = 108$ .

Im folgenden Teil der Lehrrede unterscheidet der Erwachte zur Klärung des Gesprächs zwischen Pañcakango, dem Zimmermann, und dem Mönch Udāyī nur zwischen sinnlichem Wohlgefühl durch die fünf Begehrensstränge einerseits und sich immer mehr steigendem größerem, feinerem Wohl andererseits durch das Erlebnis des Wohls der Entrückungen, der Verweilungen in seliger Ruhe bis zur Aufhebung von Gefühl und Wahrnehmung.



## Vier Unterscheidungen zwischen sinnlichem Wohl und innerem außersinnlichen Wohl

In vielen Lehrreden (z.B. M 13, 25, 54, 75) stellt der Erwachte wie auch in unserer Lehrrede dem Elend der Befriedigung durch Sinnendinge das Wohl des Herzensfriedens durch Ent-rückungen und die friedvollen Verweilungen gegenüber:

1. Das Begierdenwohl, das aus dem Genuss der Formen, Töne, Düfte, Säfte, des Tastbaren und der gedachten Dinge hervor-geht, ist abhängig und macht abhängig von diesen äußeren Dingen und damit von der Welt. Die Sinnendinge aber kom-men und gehen, entstehen und lösen sich auf nicht nach Wunsch, sondern nach ihrem eigenen Gesetz; sie wandeln sich ununterbrochen, und wir können sie nicht festhalten, können nicht über sie verfügen: Sie sind wie Darlehen, die der Besit-zer jederzeit zurückfordern kann.

Der Herzensfriede dagegen lässt von der äußeren Welt völlig unabhängig sein und bleiben. Er hat mit Besitz oder Nichtbesitz von Dingen, mit Genuss oder Nichtgenuss von Dingen nichts zu tun. Der Herzensfriede kommt nicht von den Dingen, sondern vom eigenen Herzen, er ist eine Verfassung des Herzens. Und das Herz hat man stets bei sich, man ist von allem Äußeren völlig unabhängig. Ob die Dinge kommen oder gehen, der Herzensfriede bleibt. Ob die Dinge nicht kommen oder nicht gehen, der Herzensfriede ist unangetastet. So ist man mit dem Herzensfrieden unverletzbar.

2. Zum Begierdenwohl brauchen wir die Augen, die Ohren, die Nase, die Zunge und zum Tasten den Leib im Ganzen. Nur mittels dieses Leibes und seiner Sinnesorgane können die Dinge wahrgenommen, kann die Welt erlebt werden. So macht das Begierdenwohl abhängig vom Leib und schafft eine ver-borgene, ununterbrochene Angst, den Leib zu verlieren. Der Wegfall des Leibes ist für den auf Begierdenwohl Angewiese-nen das Ende seines gesamten Wohls. Darum muss er den Tod als Vernichtung auffassen.

Den Herzensfrieden aber erlebt man nicht mittels der Sinnesorgane, mittels des Leibes, sondern erlebt ihn ganz unmittelbar und völlig unabhängig vom Leib als geistig-seelischen Zustand. Wenn der Herzensfriede tiefer empfunden wird, dann kann er sogar über die sinnliche Wahrnehmung hinausheben und diese schweigen machen. Da wird dann der Leib vergessen und wird die Welt vergessen, da wird das beschränkende Erlebnis eines Ich in einer Umwelt aufgehoben, wird Raum und Zeit aufgehoben, und übrig bleibt als das alleinige, selige Erlebnis der Friede des Herzens. Durch diese Erlebnisse erfährt man bei sich selbst, dass es eine Quelle des Friedens, des Glücks und der Seligkeit gibt, die nichts mit dem Leib zu tun hat und darum auch nichts mit dem Tod zu tun hat. Man erfährt, dass man mit dem Herzensfrieden unverletzbar und unsterblich wird, denn der Herzensfriede wohnt weder in dem vergänglichen Leib noch in der vergänglichen Welt. Und weil man bei sich erfährt, dass der Herzensfriede ganz unabhängig besteht vom Kommen und Gehen des Körpers und ganz unabhängig vom Kommen und Gehen der tausend Dinge, so weiß man nun, dass dieser Herzensfriede von der Vernichtung des Leibes, vom sogenannten Tod gar nicht betroffen und verändert werden kann, sondern über Tod und Leben hinaus, über Diesseits und Jenseits hinaus ununterbrochen anhalten muss, solange der Mensch sich selber nicht wieder neu den vielfältigen Dingen der äußeren Welt zuwendet.

3. Das sinnliche Wohl ist ein süchtiges Wohl, es ist, wie der Rausch eines Rauschsüchtigen, nur Scheinwohl. Die Grundlage ist immer ein mehr oder weniger starkes Mangelgefühl, ein unbefriedigtes Lechzen, ein süchtiges Fiebern und Dürsten nach diesen oder jenen sinnlichen Erlebnissen. Wenn dann diese Erlebnisse eintreten, so entsteht eine nur vorübergehende, nicht anhaltende Befriedigung, eine immer nur teilweise, nie volle Aufhebung der empfundenen Not, des empfundenen Mangels. Ebenso wie ein Mensch mit stark schmerzenden und juckenden Aussatzwunden sich durch Reiben und Kratzen und

Brennen der Wunden nur eine scheinbare Erleichterung, in Wirklichkeit aber andere Arten von Schmerzen zusätzlich verschafft, ebenso auch ist alle sinnliche Befriedigung nur ein Scheinwohl.

Der Herzensfriede dagegen besteht in der Genesung des kranken Herzens von dieser Sinnensüchtigkeit, in der Aufhebung und Auflösung der Sucht. Dadurch wird das Problem der Befriedigung oder Nichtbefriedigung völlig aufgelöst. Ebenso wie der Aussatzkranke, wenn er völlig genesen wäre und sich ununterbrochen im Zustand völliger Gesundheit befinden würde, dann nie wieder seine gesunden Glieder in der früheren Weise kratzen und brennen würde, weil er nun diese Schmerzen als Schmerzen erkennen würde – ebenso auch mag sich der von süchtigem Begehren Befreite nicht mehr den Begierden zuwenden. Er erfährt an sich selbst den Herzensfriede als die vollkommene Befreiung von zwiefältiger, unseliger Not.

4. Um der Begierden willen, die stets nach außen, auf die Menschen und die Welt gerichtet sind, gerät der Mensch immer wieder in Konflikt mit seinen Mitwesem, weil diese oft dieselben Dinge und Menschen begehren (Gleichnis: Fleischfetzen, Baumfrüchte – M 54). Aus dieser Konkurrenz und Rivalität entsteht der Hass. Alle Hassformen sind nur durch die süchtige Begierde bedingt, durch den lechzenden Durst eines kranken Herzens. Und durch den Hass in seinen vielerlei Formen verliert der Mensch sein Menschentum, gerät ins Elend, in die Tierheit, ja, in die Unterwelt.

Der Herzensfriede dagegen besteht ganz unabhängig von den Menschen und Dingen der Welt, und darum kann er nicht zu Konflikten und zum Hass führen. Der Herzensfriede macht sanft, hell, klar, still, gütig. Im Herzensfrieden gibt es keine trüben Gedanken, keine trübe Gesinnung. Der Herzensfriede bewahrt vor allen Begegnungen, Reibungen und Konflikten.

*Gleichwie wenn ein Wild des Waldes in fernen Waldesgründen gesichert geht, gesichert steht, gesichert sitzt, gesichert liegt,*

*und zwar deshalb, weil es sich außer dem Bereich des Jägers hält: ebenso auch verweilt ein Mönch in den Entrückungen und friedvollen Verweilungen. Geblendet hat er Māro, spurlos vertilgt sein Auge, entschwunden ist er dem Bösen. Gesichert geht er, gesichert steht er, gesichert sitzt er, gesichert liegt er, und zwar deshalb, weil er sich außerhalb des Bereichs Māros hält. (M 26)*

### Wohlsteigerung

Die weltlosen Entrückungen sind vom Standpunkt des Sinnen-süchtigen aus höchstes seligstes Wohl, aber vom Nirvāna-Standpunkt aus, der außerhalb aller Erscheinungen und Quali-täten als das höchste Wohl besteht, sind alle erfahrbaren Wohlgefühle nicht frei von Wehe, da sie wieder vergehen. Die Verweilungen in seliger Ruhe (*santā vihārā*) bilden die letzten Qualitäten. Sie sind fast ohne Qualität. Dennoch liegt inner-halb der vier friedvollen Verweilungen eine feine Steigerung, die dadurch bedingt ist, dass sich der Übende von Stufe zu Stufe immer weiter von den Vielfaltsmöglichkeiten entfernt. Je weniger Bedürfnis nach Erscheinen der fünf Zusammenhäu-fungen, um so mehr Wohl wird erfahren, und das geschieht durch fortschreitende Abnahme von Fühlbarkeit überhaupt, bis der höchste Zustand erreicht wird:

*Da erreicht der Mönch nach völliger Überwindung des Zustands von Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung die völlige Auflösung von Wahrnehmung und Gefühl und verweilt in diesem Zustand. Das aber ist ein Wohl, das größer und feiner ist als das vorherige.*

In Indien war bekannt, dass die Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung das Letzte und Feinste ist, das überhaupt

erfahren, erlebt werden kann. Und selbst dies ist ein Zustand, der noch bedingt entsteht.

Wenn aber nun auch jegliche Wahrnehmung aufhört, dann – so wusste man im damaligen Indien – ist damit die letzte Erlebnismöglichkeit verschwunden. Und für die Dauer dieser Zeit wird nichts erfahren, weder Denkbare noch Empfindbare.

Weil der normale Mensch sich einen solchen Zustand nicht als Wohl vorstellen kann, sagt der Erwachte, manche Pilger würden fragen:

*Wenn jede Art von Gefühl und Wahrnehmung, also auch das allerfeinste, aufgehoben ist – wie kann man denn dann sagen, das sei ein Wohl? – Darauf sei zu antworten:*

*Nicht kennt und nennt der Erwachte nur das durch Gefühl zustande gekommene (also aus Gefühl bestehende) Wohl, sondern was nur immer an Wohl erlangt wird, das auch bezeichnet der Vollendete als Wohl.*

Wir müssen wissen, dass das wahre Wohlfühlen nicht dadurch entsteht, dass immer mehr Wohlgefühl aufkommt, sondern vielmehr dadurch, dass die Leidensgefühle auf dem Weg zum Heilsstand immer mehr abnehmen und verschwinden.

Zur Selbsterfahrnis der Sinnensucht durch die fünf Begehrensstränge zählen zehn verschiedene Stufen, zur Selbsterfahrnis der Reinen Form (durch die weltlosen Entrückungen und Strahlungen) vier und ebenso vier Stufen zur formfreien Selbsterfahrnis, dem Verweilen in friedvoller Ruhe. Das sind im Ganzen achtzehn verschiedene Wahrnehmungen.

Wenn der Erwachte nun sagt, dass das Nirvāna der Zustand von vollkommenem Wohl, d.h. vollkommen leidensfrei ist, und wenn wir dagegen den Zustand der Hölle als einen Zustand von 1000 Grad Leiden ansehen, dann gehören zur Selbsterfahrnis als Tier etwa 900 Grad Leiden,

zur Selbsterfahrnis als Gespenst etwa 800 Grad Leiden,  
zur Selbsterfahrnis als Mensch etwa 700 Grad Leiden,  
zu den sechs Selbsterfahrnissen der sinnlichen Götter  
600-100 Grad Leiden.

Danach käme die Selbsterfahrnis der Reinen Form. Davon hätten die untersten, die Brahmagötter, etwa 40 Grad Leiden, die drei höheren 30, 20 und 10 Grad Leiden.

Danach kommen die vier formfreien Selbsterfahrnisse mit etwa 4 Grad, 3, 2 und 1 Grad Leiden.

Der 1 Grad Leiden zählt also zu der höchsten Selbsterfahrnis, der zeitweisen Aufhebung der Wahrnehmung, und das ist nun – vom endgültigen Heilsstand im Nirvāna aus gesehen – die allerletzte Belästigung: eine Selbsterfahrnis, die wir uns wohl kaum vorstellen können.

Bei dieser Beschreibung stellt sich bei dem Leser meistens der sogenannte „horror vacui“ ein, d.h. das Gefühl und die Vorstellung, dass das Nichts doch ein Fehlen, ein Mangel sei. Hierbei muss aber gesehen werden, dass wir ja ein Leben in 700 Grad Leiden gewöhnt sind. Schon vor unserer Geburt, schon in früheren Leben – immer lebte man in dem gewaltigen Andrang von Formen, Tönen, Düften usw. Da unsere Gefühle im Durchschnitt immer 700 Grad schmerzhaft sind, so können wir nur Gefühle von mehr als 700 Grad als schmerzhaft empfinden, müssen dagegen die Gefühle von etwas weniger als 700 Grad als Wohlgefühl empfinden. Wir kennen nur den Unterschied von vielleicht 650-750 Grad zwischen Wohlgefühl und Wehgefühlen. Dass aber Gefühl selber immer nur schmerzhafter Andrang ist, das können wir nicht nachvollziehen. Diejenigen aber, die nur noch 1, 2 oder 3 Grad empfinden, die haben nicht mehr unser Bedürfnis nach Gefühlen. Sie würden unser Dasein mit 700 Grad Leiden als entsetzlich, schmerzlich empfinden, die wir nur darum nicht so benennen, weil wir daran gewöhnt sind und nichts Besseres kennen.

Wohl entsteht dadurch, dass die 700 Grad Schmerzens- und Leidensgefühle auf dem Weg zum Heilsstand immer mehr abnehmen und verschwinden und dadurch Freude, Beglü-

ckung, Stillwerden der Sinnesdränge, Wahrheitsgegenwart, Klarbewusstsein entstehen.

Solange aber sinnliche Wahrnehmung/Bewusstsein ist, so lange wird ein Ich in Auseinandersetzung mit Welt wahrgenommen/bewusst und besteht unbewusst ein leidiger Zustand (*dukkha-vihāra*), bedingt durch die Befleckungen des Herzens. – Wenn aber der leidige Zustand, der durch sinnliches Bedürfnis gegeben ist, immer weiter aufgehoben wird, über das Wohl des Herzensfriedens bis zum vollkommenen Wohl, dann wird Wahrnehmung/Bewusstsein noch als einzige Belästigung empfunden und abgetan.

## DOGMENFREIHEIT

### 60. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit wanderte der Erhabene im Land Kosalo von Ort zu Ort und kam, von vielen Mönchen begleitet, in die Nähe eines kosalischen Brahmanendorfes namens Sālā. Und es hörten die brahmanischen Hausleute von Sālā reden: „Der Asket, wahrlich, Herr Gotamo, der Sakyersohn, der dem Erbe der Sakyer entsagt hat, wandert in unserem Land von Ort zu Ort und ist mit vielen Mönchen in Sālā angekommen. Diesem Herrn Gotamo aber geht allenthalben der wunderbare Ruf voraus:*

*„Er ist der Erhabene, der Heilgewordene, vollkommen Erwachte, der im Wissen und Wandel Vollendete, der zum Heil gekommene Kenner der Welt. Er ist der unübertreffliche Lenker derer, die erziehbar sind, ist Meister der Götter und Menschen, erwacht, erhaben. Er hat diese Welt mit allen ihren Geistern, den weltlichen und den reinen, mit ihren Scharen von Asketen und Priestern, Göttern und Menschen in unbegrenzter Wahrnehmung durchschaut und erfahren, und lehrt sie uns kennen. Er verkündet eine Lehre, die nach Inhalt und Aussageweise schon von Anfang an hilfreich zum Guten führt, in ihren weiteren Teilen immer weiter fördert und mit ihrer letzten Aussage ganz hinführt zum Heilsstand. Er führt den vollständig abgeschlossenen, lautereren Reinheitswandel in der Welt ein.“  
Glücklich, wem es vergönnt ist, einen Heiland von solcher Art zu erleben.“*

*Und die brahmanischen Hausleute von Sālā begaben sich dorthin, wo der Erhabene weilte. Dort angekommen, brachten einige dem Erhabenen ihre Verehrung dar und setzten sich zur Seite nieder; einige be-*



*grüßten den Erhabenen und setzten sich zur Seite nieder; einige streckten die zusammengelegten Hände dem Erhabenen entgegen und setzten sich zur Seite nieder; einige gaben Name und Familie kund und setzten sich zur Seite nieder; einige setzten sich schweigend zur Seite nieder. Zu den brahmanischen Hausleuten von Sālā nun, die da zur Seite saßen, sprach der Erhabene:*

*Habt ihr wohl, Hausväter, einen lieben Meister gefunden, zu dem ihr begründetes Vertrauen hegen könnt? – Nein, o Herr, wir haben keinen lieben Meister, zu dem wir begründetes Vertrauen hegen können. –*

*Habt ihr, Hausväter, keinen lieben Meister gefunden, so mag euch diese dogmenlose Lehre als Wegweisung dienen. Wenn ihr dieser Wegweisung folgt und danach lebt, dann wird euch das lange zum Wohl und Heil gereichen.*

Zu Lebzeiten des Erwachten (5-6 Jahrhunderte vor unserer Zeitrechnung) stand das indische Geistesleben in hoher Blüte. Es gab dort sehr viele philosophische Schulen und religiöse Sekten mit sehr unterschiedlichen Auffassungen. Wir können uns vorstellen, wie die verschiedenen, oft gegensätzlichen Auffassungen der meist von Dorf zu Dorf, von Stadt zu Stadt wandernden Asketen und Priester die Gemüter der damals noch sehr religiös gesinnten Menschen bewegte. Sie konnten sich nicht entscheiden, welche vorgetragene Lehre die richtige ist, welchen Asketen oder Priester sie als ihren Meister anerkennen können, wessen Wegweisung sie folgen wollen. Im alten Indien suchte jeder Mensch, dem es um seine seelische Bildung, um Läuterung ging, die Führung durch einen Meister, einen Lenker, der ihn erziehen, der ihm sagen konnte: „Tue längere Zeit dies, und jetzt ist es an der Zeit, das und das zu tun.“ Da die Bürger von Sālā einen solchen Meister nicht haben, sagt der Erwachte hier: Dann will ich euch jetzt eine

dogmenlose Lehre nennen. Eine dogmenlose oder „fraglose“ Lehre – wie K.E. Neumann übersetzt – ist eine Lehre, bei der es keiner großen intellektuellen Anstrengung bedarf, um sie zu verstehen, die jedem, gleichviel, wie sein Standpunkt ist, sofort einleuchtet: „Ja, so ist es.“

*Was ist das aber, Hausväter, für eine dogmenlose Lehre?*

Zwei Behauptungen: „Es gibt – es gibt nicht“

*Es gibt, Hausväter, manche Asketen und Priester, die sagen und lehren:*

*Geben, Opfern und Spenden hat keinen Sinn;*

*es gibt keine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens; es gibt kein Jenseits; es gibt keine über- und untermenschlichen Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen;*

*es gibt in der Welt keine Asketen und Brahmanen, welche durch Läuterung und hohe geistige Übung diese und die jenseitige Welt in überweltlicher Schau erlebt und erfahren haben und darüber lehren.*

*Nun sagen aber, Hausväter, manche Asketen und Priester gerade das Gegenteil davon und behaupten:*

*Geben, Opfern und Spenden ist sinnvoll;*

*es gibt eine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens; es gibt ebenso wie diese Welt auch eine jenseitige Welt; es gibt über- und untermenschliche Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen;*

*es gibt in der Welt Asketen und Brahmanen, welche durch Läuterung und hohe geistige Übung diese und*

*die jenseitige Welt in überweltlicher Schau erlebt und erfahren haben und darüber lehren.*

*Was meint ihr wohl, Hausväter, sagen da nicht die einen Asketen und Brahmanen gerade das Gegenteil von dem, was die anderen sagen? –*

*Allerdings, o Herr. –*

Jetzt sagt der Erwachte nicht: „Diese Asketen und Priester haben Recht, die anderen haben Unrecht – oder umgekehrt“, denn dann wäre es keine dogmenlose Lehre, es wäre eine Behauptung, ein Dogma dieses Buddha, und andere könnten dann wieder fragen: „Ja, hat der Mann denn Recht, ist es vielleicht umgekehrt als er behauptet“, sondern er sagt: Mit diesen entgegengesetzten Behauptungen kann man nur etwas anfangen, wenn man ihre Wirkung auf das Verhalten und die Gesinnung dessen betrachtet, der diese Auffassungen hat:

Die Folgen der Anschauung:  
„Es gibt keine Saat und Ernte  
guten und üblen Wirkens“

*Da ist nun, Hausväter, von den einen Asketen und Brahmanen zu erwarten, dass sie vom guten Wandel in Taten, Worten und Gedanken abkommen, von diesem dreifachen tauglichen Verhalten abkommen, und einen üblen Wandel in Taten, Worten und Gedanken, dieses dreifache untaugliche Verhalten, annehmen und danach leben werden. Und warum? Nicht sehen diese lieben Asketen und Priester das Elend, die Verschlechterung und Befleckung durch dieses dreifache untaugliche Verhalten. Sie sehen nicht den Vorteil, das Wieleuchtend-Werden (wie Sonne und Mond) durch das taugliche Verhalten, durch das Ablassen vom untauglichen Vorgehen.*

*Wenn es eine jenseitige Welt gibt, dann ist die Anschauung eines solchen: „Es gibt keine jenseitige Welt“ eine falsche Anschauung. Wenn es eine jenseitige Welt gibt, dann ist sein Sinnen: „Es gibt keine jenseitige Welt“ eine falsche Gesinnung. Wenn es eine jenseitige Welt gibt und er sagt: „Es gibt keine jenseitige Welt“, dann ist das falsche Rede. Wenn es eine jenseitige Welt gibt und er behauptet: „Es gibt keine jenseitige Welt“, dann stellt er sich den Geheilten entgegen, die die jenseitige Welt sehen. Wenn es eine jenseitige Welt gibt und er belehrt die anderen: „Es gibt keine jenseitige Welt“, dann ist das eine wahrheitswidrige Lehre. Und wegen dieser wahrheitswidrigen Lehre brüstet er sich noch und schätzt andere gering. So hat er, was früher Gutes bei ihm war, aufgegeben und Übles angenommen, nämlich: falsche Anschauung, falsche Gesinnung, falsche Rede, Sich den Geheilten Entgegenstellen, wahrheitswidrige Belehrung, Sichbrüsten und andere gering schätzen. So entwickeln sich diese verschiedenen üblen, untauglichen Eigenschaften, bedingt durch falsche Anschauung.*

*Da sagt sich, Hausväter, ein erfahrener Mensch: „Wenn es keine jenseitige Welt gibt, so wird dieser liebe Mann nach Versagen des Körpers, jenseits des Todes unbehelligt bleiben. Wenn es aber eine jenseitige Welt gibt, so wird dieser liebe Mann nach Versagen des Körpers, jenseits des Todes auf den Abweg geraten, in unterer Welt, in höllischem Dasein wiedererscheinen.*

*Und selbst wenn die Rede der lieben Asketen und Brahmanen, dass es keine jenseitige Welt gebe, wahr wäre, so würde sich dieser liebe Mann schon zu Lebzeiten den Tadel Erfahrener zuziehen: „Ein untugendhafter Mensch ist das, er hat falsche Anschauung, leugnet bestehende Gesetzmäßigkeiten.“*

*Wenn es aber eine jenseitige Welt gibt, dann hat dieser liebe Mann auf beiden Seiten, im Diesseits und Jenseits, Nachteil: Bei Lebzeiten zieht er sich den Tadel Erfahrener zu und nach Versagen des Körpers, jenseits des Todes wird er auf den Abweg geraten, wird in unterer Welt, in höllischem Dasein wiedererscheinen.*

*Er ist nicht der dogmenfreien Wahrheit gefolgt, sondern vertritt einen einseitigen Standpunkt, und das Taugliche vernachlässigt er.*

Die Hausleute bleiben nicht auf das fruchtlose Grübeln über diese beiden einander widersprechenden Lehren angewiesen, sondern werden ermahnt: „Beobachtet doch, ihr Hausleute, die Folgen dieser Ansichten bei denen, die sie hegen.“ Es ist ähnlich wie das Wort von Jesus: *An ihren Früchten sollt ihr sie erkennen.*

Von denjenigen Asketen und Priestern, die da lehren: *Es gibt keine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens*, ist zu erwarten, dass sie sich nicht um gutes Wirken bemühen, um später auch gutes Erleben zu ernten. Sie sehen nicht den Vorteil des Gebens und der Tugend. Wer sein Leben nicht unter die Forderung der Tugend stellt, entwickelt sich zu einem innerlich dunklen Menschen, macht sich dunklen, unmenschlichen Wesen verwandt, und nach dem Tod gelangt er nach dem Gesetz der Seelenverwandschaft zu dunklen Wesen. Selbst wenn es kein Weiterleben nach dem Tode gibt, so hat er doch durch untugendhaftes, untaugliches Verhalten, durch rücksichtsloses Vorgehen schon in diesem Leben Schwierigkeiten im Umgang mit anderen. Wenn noch vor hundert Jahren ein Mensch, wie man es ausdrückte, gottlos wirkte, dann wusste man: „Der hat keine Hemmungen. Er wird, wenn ihm üble Gedanken kommen, danach handeln, weil er die Auffassung hat: ‚Jetzt lebe ich und danach bin ich tot, das Tun hat keine Folgen.‘ Ein solcher wird immer nur

noch hemmungsloser im Schlechten. Von dem ist es besser, sich fern zu halten.“ So hat ein solcher, unabhängig davon, ob es ein Jenseits gibt, schon zu Lebzeiten Nachteile. Die feineren Menschen meiden ihn und tadeln ihn mit allen Folgen, die sich daraus ergeben. Heute hat man oft den Eindruck, dass gerade die Menschen, die rücksichtslos sagen: „Nach mir die Sintflut, es gibt kein Jenseits“ zeitweilig ein gutes Leben haben. Aber aus zunehmendem Wünschen einerseits und abnehmendem Ertragen und Gewähren andererseits, wozu sie keinen Grund sehen, gehen schon in diesem Leben üble Folgen hervor: Er ist nicht beliebt, nicht geachtet in der Umgebung, sondern nur umkreist und umschmeichelt, solange er reich ist. Das gilt auch heute noch. Er hat keine Freunde, die ihm in der Not helfen, keine guten Familienbeziehungen, erlebt sich als ein Ausgestoßener und erfährt im schlimmsten Fall Festnahme, gerichtliche Verhöre und Bestrafung. Sein Leben ist dunkel, unerfreulich bis äußerst schmerzlich. Allein schon nach den Folgen, die Rücksichtslosigkeit in diesem Leben hat, ist es besser, wenn man glaubt, es gäbe ein Jenseits, und handelt auf eine Ernte hin, als dass man ohne Glauben, ohne Vertrauen zu Höherem, ohne mit einer nachtodlichen Ernte zu rechnen, seinen Trieben hemmungslos folgt.

Aus der falschen Anschauung: „Es gibt kein Jenseits, das Tun hat keine Folgen“ hat ein solcher Mensch vorwiegend Sinn für das vor Augen Liegende, entwickelt begehrlische, übelwollende Gesinnung und redet und handelt entsprechend rücksichtslos. Anschauung, Gesinnung, Rede, Handeln und Lebensführung, die ersten Stufen des achtfältigen Heilsweges, sind bei ihm alle falsch ausgerichtet.

*Er stellt sich den Geheilten entgegen*, heißt es. Der Heilige ist im alten Orient nicht eine so seltene oder gar fragliche Erscheinung wie im Abendland. Zwar ist in beiden Kulturen ein Wesen gemeint, das alle Beschränktheit und Begrenztheit, die uns Menschen bindet und prägt, hinter sich gelassen und völlig heil geworden ist. Heilig heißt heilsein durch Läuterung – bei Schöpfungsgottreligionen durch Einswerden mit der

Gottheit, beim Erwachten durch restlose Auflösung von Gier, Hass, Blendung.

Aber wie unterschiedlich sind in den beiden Kulturkreisen die Auffassungen über die Wege zur Heiligkeit! Im Orient ist heute noch, wie früher auch in der christlichen Mystik, die realistische Auffassung verbreitet, dass sich der Mensch von unten herauf zur Heiligkeit hinläutern kann. Von daher versteht er, wie Heilige werden und reifen und welche lebenslänglich auf Läuterung gerichtete Strebenskraft dazu gehört, und darum gilt der Widerstand gegen Heilige dort als ein Frevel an der eigenen Strebenskraft und an dem eigenen Läuterungswillen, wodurch der Sich-den-Heiligen-Entgegenstellende sich selbst den Weg zum Heil verbaut.

*So entwickeln sich diese verschiedenen üblen, untauglichen Eigenschaften, bedingt durch falsche Anschauung.* – Wer diesen Gedanken mit seiner Lebenserfahrung vergleicht, der sieht, dass es sich so verhält. Alle schmerzlichen und leidigen Dinge entwickeln sich nur aus falscher Anschauung und Auffassung über das, was wirklich Wohl und Heil für uns ist und über die Wege dahin. Zum Wohl und Heil strebt jeder, gleichviel, ob er das weiß oder nicht. Aber der eine meint, dass Wohl und Heil auf Besitz, Genuss oder Macht gegründet wären, der andere vermutet es in der Läuterung des Herzens, der dritte in der geistigen Klarheit, der vierte im Martyrium usw. Und obwohl sie alle Wohl und Heil wünschen, streben sie eben doch so unterschiedlich, weil sie eben so unterschiedliche Meinungen und Anschauungen darüber haben, wie Wohl und Heil zu gewinnen sei. So ist die Weltanschauung – die rechte oder falsche Anschauung, wie der Erwachte es ausdrückt – entscheidend für die gesamte Entwicklung des Menschen im Lauf seines Lebens.

Die Folgen der Anschauung:

„Es gibt eine Saat und Ernte  
guten und üblen Wirkens“

*Diejenigen Asketen und Priester jedoch, Hausväter, die sagen und lehren:*

*„Geben, Opfern und Spenden ist sinnvoll,  
es gibt eine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens,  
es gibt ebenso wie diese Welt auch eine jenseitige Welt;  
es gibt über- und untermenschliche Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen;  
es gibt in der Welt Asketen und Brahmanen, welche durch Läuterung und hohe geistige Übung diese und die jenseitige Welt in überweltlicher Schau erlebt und erfahren haben und darüber berichten“,*

*von diesen ist zu erwarten, dass sie vom üblen Wandel in Taten, Worten und Gedanken, diesem dreifachen untauglichen Verhalten, abkommen und einen guten Wandel in Taten, Worten und Gedanken, dieses dreifache taugliche Verhalten, annehmen und danach leben werden. Und warum? Diese lieben Asketen und Priester sehen das Elend, die Verschlechterung und Befleckung durch das dreifache untaugliche Verhalten. Sie sehen den Vorteil, das Wie-leuchtend-Werden (wie Sonne und Mond) durch das taugliche Verhalten, durch das Ablassen vom untauglichen Vorgehen.*

*Wenn es eine jenseitige Welt gibt, dann ist die Anschauung eines solchen: „Es gibt eine jenseitige Welt“ eine richtige Anschauung. Wenn es eine jenseitige Welt gibt, dann ist sein Sinnen: „Es gibt eine jenseitige Welt“, eine rechte Gesinnung. Wenn es eine jenseitige Welt gibt, und er sagt: „Es gibt eine jenseitige Welt“,*



*dann ist das rechte Rede. Wenn es eine jenseitige Welt gibt und er behauptet: „Es gibt eine jenseitige Welt“, dann stellt er sich nicht den Geheilten entgegen, die die jenseitige Welt sehen. Wenn es eine jenseitige Welt gibt und er belehrt die anderen: „Es gibt eine jenseitige Welt“, dann ist das eine wahrheitsgemäße Lehre. Und wegen dieser wahrheitsgemäßen Lehre brüstet er sich nicht und schätzt andere nicht gering. So hat er, was er früher an üblem Verhalten an sich hatte, aufgegeben und gutes Verhalten angenommen, nämlich rechte Anschauung, rechte Gesinnung, rechte Rede, Sich-nicht-den-Geheilten-Entgegenstellen, wahrheitsgemäße Belehrung, Sich-nicht-Brüsten und nicht andere gering schätzen. So entwickeln sich diese verschiedenen guten tauglichen Eigenschaften, bedingt durch rechte Anschauung.*

*Da sagt sich ein erfahrener Mensch: „Wenn es eine jenseitige Welt gibt, so wird dieser liebe Mann nach Versagen des Körpers, jenseits des Todes auf gute Bahn geraten, in himmlischer Welt wiedererscheinen. Und selbst wenn die Rede der lieben Asketen und Priester, dass es keine jenseitige Welt gebe, wahr wäre, so wird jedoch dieser liebe Mann schon zu Lebzeiten von Erfahrenen gepriesen: „Ein tugendhafter Mensch ist das, er hat rechte Anschauung, leugnet nicht bestehende Gesetzmäßigkeiten.“ Wenn es aber eine jenseitige Welt gibt, dann hat dieser liebe Mann im Diesseits und Jenseits Vorteil: Bei Lebzeiten wird er von Erfahrenen gepriesen und nach Versagen des Körpers, jenseits des Todes, gerät er auf gute Bahn, erscheint in himmlischer Welt wieder.*

*Er ist der dogmenfreien Wahrheit gefolgt, hat beide Seiten im Blick, und das Untaugliche gibt er auf.“*

Wer bei sich beobachtet hat, wie die Triebe entstehen, durch positiv bewertendes Denken stärker werden, durch negativ bewertendes Denken schwächer werden und ohne bewertendes Denken so bleiben wie sie sind – der kommt unweigerlich zu der Erkenntnis, dass die schon in diesem Leben sinnestranzendenten Triebe durch Wandlung des Leibes in keiner Weise beeinflusst werden, sondern bestehen bleiben. Für einen solchen ist ein Weiterleben nach dem Tod nicht nur denkbar, sondern selbstverständlich. Und von daher achtet er auf die Asketen und Priester, die vom Saat-Ernte-Gesetz sprechen und Tugendregeln einzuhalten empfehlen. Die Religionen sind ja hervorgegangen aus der Erfahrung solcher Geister, die die normale menschliche Natur überschritten haben, die die Schleier zwischen Diesseits und Jenseits gelüftet und dadurch von jenseitigen, größeren Weiten und Möglichkeiten des Daseins erfahren haben. Sie gewannen Einblicke in geistige Gesetzmäßigkeiten, die der Erwachte formuliert in dem Satz (D 27):

*Eine Ordnung, ein Gesetz besteht zuhüaupten der Wesen,  
hier schon und in der anderen Welt.*

Es ist das Gesetz, das in der christlichen Religion das Saat-Ernte-Gesetz genannt wird: *Was der Mensch sät, das wird er ernten*. Diese Ordnung, dieses Gesetz von Saat und Ernte (Karma), dem wir unterstehen, ist unausgesprochen oder ausgesprochen in allen Religionen enthalten:

Wie der Mensch *h e u t e* in seinem Geist denkt und bewertet, danach wird *m o r g e n* sein Herz, sein Charakter sein und damit sein Tun und Lassen an seiner engeren und weiteren Umwelt,

und das bewirkt *ü b e r m o r g e n* die karmische Ernte: Gesundheit oder Krankheit und freundschaftliche oder gereizte Reaktion der Umwelt und entsprechende Wiedergeburt in menschlichen, übermenschlichen oder untermenschlichen Daseinsformen. Wenn das Wirken eines Menschen im Lauf eines Lebens langsam dunkler und übler wird, weil sein Herz all-

mählich an Hochsinnigkeit verliert und an Übelwollen und Rücksichtslosigkeit zunimmt, dann führt dieses dunklere Wirken allmählich auch zu dunkleren Wirkungen, zu dunkleren, trüberen, schmerzlicheren Erlebnissen.

Wenn das Wirken eines Menschen im Laufe seines Lebens allmählich besser und heller wird, weil Antipathie bis Hass und Rücksichtslosigkeit in seinem Herzen allmählich abnehmen, dann wird ein solcher Mensch aus solchem helleren Wirken allmählich auch immer hellere Wirkungen erfahren.

Dem Gesetz von Saat und Ernte, der karmischen Ordnung, die der Erwachte so vollständig aufgedeckt hat, entspricht auch ganz der Rat von *Jesus*, wenn er zum Beispiel sagt:

*Alles, was ihr wollt, das euch die Leute tun sollen, das tuet ihnen auch. Das ist das Gesetz und die Propheten. (Matth. 7,12)*

Mit „dem Gesetz“ drückt er aus, dass dieser gesetzliche Zusammenhang der Existenz innewohnt. Man muss sich ihm fügen, sonst gibt es Wirrsal und Leiden. Mit seinem Hinweis auf die Propheten will *Jesus* sagen, dass auch diese in früheren Zeiten in größeren Zeitabständen erschienenen Propheten (s. Altes Testament) immer schon von dem gleichen Gesetz sprachen.

Die „Tugendregeln“ sind für solche, deren Herz noch die Dinge der Welt begehrt und ihnen nachgeht. Der Übende soll den weltlichen Dingen nur nicht schrankenlos folgen, sondern sich Grenzen setzen. Dem inneren Begehren und Hassen, das üble Taten im Reden und Handeln zur Folge hat, soll ein Riegel vorgeschoben werden. Ein wildes Ross, das dahinrast, kann man nicht gleich zum völligen Stillstand bringen, man muss zunächst mit ihm laufen, es dann am Zaum nehmen und allmählich langsamer laufen lassen. So ist die Selbsterziehung zu beginnen.

Am Anfang mag der um Tugend Bemühte mehr Werkfreudigkeit empfinden, also Befriedigung über die wörtliche Einhaltung der Regeln, und mag sich freuen über die Nichtüber-

tretung. Wenn er zum Beispiel in seinem Handeln vom Töten und verletzenden Worten ablässt, dann hat er bei sich selber die berechnete Genugtuung: „Diese beiden Tugendregeln habe ich eingehalten.“ Wenn er aber gleichzeitig in seinem Gemüt noch Ärger merkt, dann weiß er, dass er auch diesen Ärger noch überwinden muss. So erzählt *König Ajātasattu*, ein im Hause lebender Nachfolger zu Zeiten des Erwachten, von sich, dass er, wenn er durch gehörte unzulängliche Äußerungen im Geist verärgert wurde, zwar „unzufrieden“ wurde, *aber unzufriedene Worte vermeidend, eben solche Worte vermeidend, eben solche Worte zurückhaltend, sich ohne Murren von seinem Sitz erhob und fortging.* (D 2)

Hier sind die Regeln zunächst äußerlich innegehalten. Wenn auch Unzufriedenheit oder Ärger aufkommen und den Menschen reizen, so lässt er sich doch nicht mehr zu entsprechenden Worten und Taten hinreißen. Am Anfang freut er sich schon, wenn es ihm wenigstens gelingt, die Regeln äußerlich zu erfüllen, selbst wenn die Gesinnung noch zu wünschen übrig lässt. Es ist dies eben der erste Schritt, aber indem er seine Taten und Worte bezwingt, wird er auch wacher und geistesgegenwärtiger, und allmählich blickt er tiefer und achtet mehr auf die dahinter stehende Gesinnung.

Damit sind wir bei dem tieferen Sinn der Tugendregeln. Wir müssen wissen, dass sie erst dann richtig erfüllt sind, wenn auch dieser tiefere Sinn erfüllt ist. Zwar geht auch bereits aus der rein äußerlichen Innehaltung der Tugendregeln ein Anfang von Gewissensreinheit hervor, das wird jeder Kämpfer bei sich erfahren, aber jeder erfährt auch zugleich, dass er so lange letztlich noch unzufrieden ist, als er in sich noch Regungen des Ärgers, der innerlichen Abwendung und dergleichen beobachtet, selbst wenn er ihnen in seinem Handeln keinen Raum mehr gibt.

Darum hat der Erwachte jeder Tugendregel auch zugleich die Forderung der heilsamen Gesinnung beigegeben. Sie bildet den tieferen Teil jeder der Tugendregeln. Wir können sagen, dass die in der ersten Tugendregel mitgenannte Gesinnungs-

forderung als Grundgesinnung anzustreben ist, weil sie die Erfüllung aller Tugendregeln erleichtert: *Teilnehmend und rücksichtsvoll hegt er zu allen Wesen Liebe und Mitempfinden.*

Die Gewöhnung an den sittlichen Lebenswandel und an liebevolle Gesinnung hat nicht nur gute Folgen in dieser und in späteren Existenzen, sondern bringt ein unmittelbares inneres Wohl, inneres Glück und innere Freudigkeit mit sich. Der Erwachte macht ausdrücklich darauf aufmerksam, dass die Erreichung des Ziels nicht in der Weise vor sich geht, dass wir ununterbrochen in inneren und äußeren Kämpfen bleiben müssen, bis irgendwann mehr oder weniger plötzlich das vollkommene Heil erreicht werde, dass also unser innerer Zustand leidvoll und schmerzhaft und im ständigen Kampf bleiben müsse, sondern er sagt, dass mit jedem inneren Fortschritt auch unsere innere Zwiespältigkeit abnimmt, unsere seelischen Krämpfe und Qualen sich mindern, innere Helligkeit zunimmt, Freudigkeit zunimmt, Glück zunimmt. So heißt es A XI,2:

*Wer tugendhaft ist, ihr Mönche, in Tugend bewährt, der braucht nicht anzustreben: „Möchte ich doch reuelos leben“; gesetzmäßiger Zusammenhang ist es, dass der Sittenreine, in Tugend Bewährte stets reuelos ist.*

*Wer reuelos lebt, ihr Mönche, der braucht nicht anzustreben: „Möchte mir doch innere Freudigkeit aufgehen“; gesetzmäßiger Zusammenhang ist es, dass aus Reuelosigkeit innere Freudigkeit aufgeht.*

Das heißt also, und wir können es selber an uns beobachten, dass jeder Mensch, auch der über die Schlechtigkeit seiner Taten ganz Unwissende, doch ununterbrochen entsprechend dunkles Gefühl hat entsprechend der Grobheit seines Wesens. Es ist dies die im Zitat erwähnte bewusste oder unbewusste Reue, die den normalen Menschen durch sein ganzes Leben begleitet und ihm damit einen dunklen, schmerzlichen Grundton gibt.

Wer aus untugendhaftem oder unzulänglich tugendhaftem Tun ein dunkles Grundgefühl hat, der erlebt alle Dinge, so schön, vorteilhaft oder harmonisch sie auch erscheinen mögen, in Verbindung mit diesem dunklen Grundgefühl doch mehr schmerzlich als erfreuend. Erst wenn uns keine egoistische Abwendung oder feindliche Gegenwendung, also Untugenden, mehr bewegen, merken wir richtig, was Reuelosigkeit, Freiheit von Selbstvorwürfen, Gewissensreinheit ist, weil dann das Grundgefühl heller wird. In diesem Sinn sagt der Volksmund: „*Ein ruhiges Gewissen ist ein sanftes Ruhekissen.*“ Wer erlebt hat, wie aus Tugend, durch Erhellung der Gesinnung auch das Grundgefühl gebessert wird, wie das Grundgefühl der Reue sich bei ihm legt, wie die Gewissensreinheit eintritt, der weiß bald, was mit jenem *inneren vorwurfsfreien Glück* gemeint ist, welches der Erhabene dem sittenreinen Menschen verheißt, den dieses Glück zu weiterem Vordringen beflügelt.

Man kann erst dann auf das Begierdenwohl, das unwürdige, gemeine Wohl, verzichten, sagt der Erwachte an vielen Stellen, wenn man anderes, inneres Wohl erlebt. Aus der Tugendhaftigkeit beginnt ein inneres Wohl aufzublühen, so dass der Mensch seine Aufmerksamkeit, die vorher vorwiegend nach außen gerichtet war, nun mehr auf das innere Sein richtet. Er erkennt die Verdunkelungen, die Schatten, die über dem früheren Leben lagen, im Vergleich zu der jetzigen helleren Gemütsverfassung. Die Umwelt schätzt ihn, weil er den Mitwesen wohltut und ihnen hilft, und er selber kann auf Grund seines inneren Wohls nicht mehr in ausweglose Verzweiflung und Depressionen versinken, und in Zeiten der Not, der sogenannten „Schicksalsschläge“, schützt die Tugend vor dem Abwärtsgleiten, bewahrt den Menschen vor dem Äußersten, hält ihn immer in einer gewissen Zucht und geistigen Wachheit und gewährleistet damit Beständigkeit und Standhaftigkeit als Grundlage allen religiösen Strebens. Der Erwachte sagt in Gleichnissen:

*Gleichwie an einem Wagen nur die Fehlerlosigkeit seiner Bestandteile ein reibungsloses Laufen gewährleistet, ebenso auch garantiert nur die Tugend ein reibungsloses ungestörtes Verhältnis zur Umwelt und damit ein Vorwärtkommen.*  
(S 41,5)

und

*Gleichwie ein Krieger in einem Schlachtwagen nur dann gesichert ist, wenn der Wagen mit einer Verschalung umkleidet ist, die Pfeile und Speere abprallen lässt, ebenso nun auch kann man sich nur durch die Tugend gegen die Schläge des „Schicksals“ sichern und sie wirkungslos abprallen lassen.* (S 45,4)

Die Fülle von guten Folgen im Diesseits und Jenseits durch Tugend und helle Gesinnung erkennt der erfahrene Mensch und ist dankbar für jede Belehrung, die ihn im Guten, im tauglichen Verhalten und in heller Gesinnung bestärkt. Wegen der Aufmerksamkeit auf seine eigenen Untugenden kann er sich nicht brüsten und andere geringschätzen, er sieht bei sich selber zu viel zu Verbesserndes und nutzt die Zeit für die Arbeit an sich selbst. So pflegt er das Taugliche und sorgt damit für gutes Ergehen im Diesseits und Jenseits.

Zwei Behauptungen:

„Folgenschaftendes Wirken gibt es nicht“ und  
„folgenschaftendes Wirken gibt es“

Die folgenden Ausführungen in ihrer starken und bunten Sprache, die die orientalische Fülle und Kraft des Lebens erkennen lässt, betreffen das gleiche Dogma wie das vorhergehende, es ist eine Ausmalung der gleichen Anschauung: „Es gibt nicht – und es gibt – Saat und Ernte guten und üblen Wirkens.“

Doch muss man wissen, dass die alten Inder unter den beiden einander entgegengesetzten Auffassungen in ihrem tiefe-

ren Bewusstsein nur die letztere gelten und von ihr sich leiten ließen (wie unbewusst und unbemerkt auch heute und hier oft noch im Westen). Selbst die Gründer und Anhänger derjenigen Schulen, welche in ihren Diskussionen und Lehrsätzen einen Zusammenhang zwischen dem menschlichen Tun und seinem späteren Erleben leugneten, hegten diese Auffassung lediglich in ihrem Intellekt, in ihrem äußerlichen formulierenden Denken, während sie in ihrem tieferen Bewusstsein eben doch von jenem Zusammenhang durchdrungen waren, so dass sie entgegen ihren Lehren von der Wirkungslosigkeit des Handelns doch zeitweilig als Asketen lebten und sich in Zucht nahmen.

Der Erwachte hat bei sich selbst jene Mehrschichtigkeit des ungeordneten menschlichen Bewusstseins aufgehoben und hat darum einen freien Blick für die psychischen Gegebenheiten seiner Gesprächspartner. In seiner Antwort berücksichtigt er sowohl das intellektuelle, aus Hilflosigkeit kommende Misstrauen der brahmanischen Hausväter gegenüber jenen beiden widersprechenden Sätzen, zugleich aber auch ihre unterbewusste und unbewusste Bejahung des Satzes von den dem Handeln entsprechenden Folgen. Die erstere Rücksicht übt der Erwachte aus, indem er angesichts der beiden widersprechenden Urteile sich jedes eigenen Urteils auf der gleichen Ebene enthält, die andere, indem er nur einfach auf die praktische Lebensführung aufmerksam macht, die sich bei den Vertretern der verschiedenen Auffassungen im Laufe der Zeit einstellt.

So hat sich der Erwachte im Gespräch mit jenen brahmanischen Hausvätern nicht auf der hier unfruchtbaren Ebene der Dialektik für oder gegen den einen oder anderen Lehrsatz geäußert und hat doch die Gültigkeit des zweiten Lehrsatzes ganz sicher und stark herausgestellt:

*Es gibt, Hausleute, manche Asketen und Priester, die sagen und lehren: „Wenn man übel handelt oder andere zum üblen Handeln veranlasst, wenn man verstümmelt oder andere zum Verstümmeln veranlasst, wenn man foltert oder andere zum Foltern veranlasst,*



*wenn man jemandem Kummer zufügt oder andere veranlasst, jemandem Kummer zuzufügen, wenn man jemanden unterdrückt oder andere veranlasst, jemanden zu unterdrücken, wenn man jemanden einschüchtert oder andere veranlasst, jemanden einzuschüchtern, wenn man Lebewesen tötet, nimmt, was nicht gegeben wurde, in Häuser einbricht, Güter plündert, Einbruchdiebstahl begeht, Wegelagerei begeht, die Frau eines anderen verführt, trügerisch redet oder andere so zu tun veranlasst: der Täter bewirkt nichts Übles.*

*Wenn man die Lebewesen auf dieser Erde mit einem klingenbesetzten Rad in eine einzige Masse von Fleisch, in einen Klumpen Fleisch verwandeln würde: es hat keine Folgen, es gibt keine üble Ernte üblen Wirkens.*

*Wenn man am Südufer des Ganges entlangginge und dabei töten und abschlachten, verstümmeln und andere zum Verstümmeln veranlassen, foltern und andere zum Foltern veranlassen würde: es gibt keine Folgen des üblen Wirkens.*

*Wenn man am Nordufer des Ganges entlangginge und dabei Geschenke überreichen und andere zum Überreichen von Geschenken veranlassen, Gaben darbringen und andere zum Darbringen von Gaben veranlassen würde: es hat keine Folgen, es gibt keine gute Ernte guten Wirkens.“*

*Nun sagen aber, Hausleute, manche Asketen und Priester gerade das Gegenteil davon und behaupten:*

*„Wenn man übel handelt oder andere zum üblen Handeln veranlasst, wenn man verstümmelt oder andere zum Verstümmeln veranlasst, wenn man foltert oder andere zum Foltern veranlasst, wenn man jemandem Kummer zufügt oder andere veranlasst, jeman-*

*dem Kummer zuzufügen, wenn man jemanden unterdrückt oder andere veranlasst, jemanden zu unterdrücken, wenn man jemanden einschüchtert oder andere veranlasst, jemanden einzuschüchtern, wenn man Lebewesen tötet, nimmt, was nicht gegeben wurde, in Häuser einbricht, Güter plündert, Einbruchdiebstahl begeht, Wegelagerei begeht, die Frau eines anderen verführt, trügerisch redet – der Täter bewirkt Übles.*

*Wenn man die Lebewesen auf dieser Erde mit einem klingenbesetzten Rad in eine einzige Masse von Fleisch, in einen Klumpen Fleisch verwandeln würde: es hat Folgen. Es gibt eine üble Ernte üblen Wirkens.*

*Wenn man am Südufer des Ganges entlangginge und dabei töten und abschlachten, verstümmeln und andere zum Verstümmeln veranlassen, foltern und andere zum Foltern veranlassen würde: es hat Folgen, es gibt eine üble Ernte üblen Wirkens.*

*Wenn man am Nordufer des Ganges entlangginge und dabei Geschenke überreichen und andere zum Überreichen von Geschenken veranlassen, Gaben darbringen und andere zum Darbringen von Gaben veranlassen würde: es hat Folgen, es gibt eine gute Ernte guten Wirkens. Geben, Selbstbezühmung, Zügelung, Sprechen der Wahrheit hat gute Folgen. Es gibt eine gute Ernte guten Wirkens.“*

*Was meint ihr, Hausleute, sagen da nicht die einen Asketen und Priester gerade das Gegenteil von dem, was die anderen sagen? – Allerdings, o Herr.–*

Die Folgen der Anschauung:

„Folgenschaftendes Wirken gibt es“

*Diejenigen Asketen und Priester jedoch, Hausleute, die sagen und lehren: „Folgenschaftendes Wirken gibt es“ – von diesen ist zu erwarten, dass sie vom üblen Wandel*

*in Taten, Worten und Gedanken, diesem dreifachen untauglichen Verhalten, abkommen und einen guten Wandel in Taten, Worten und Gedanken, dieses dreifache taugliche Verhalten, annehmen und danach leben werden. Und warum? Diese lieben Asketen und Priester sehen das Elend, die Verschlechterung und Befleckung durch das dreifache untaugliche Verhalten. Sie sehen den Vorteil, das Wie-leuchtend-Werden (wie Sonne und Mond) durch das taugliche Verhalten, durch das Ablassen vom untauglichen Vorgehen.*

*Wenn es ein folgenschaffendes Wirken gibt, dann ist die Anschauung eines solchen: „Es gibt ein folgenschaffendes Wirken“, eine richtige Anschauung. Wenn es ein folgenschaffendes Wirken gibt, dann ist sein Sinnen: „Es gibt ein folgenschaffendes Wirken“ eine rechte Gesinnung. Wenn es ein folgenschaffendes Wirken gibt und er sagt: „Es gibt ein folgenschaffendes Wirken“, dann ist das eine rechte Rede, und er stellt sich nicht den Geheilten entgegen, die die Folgen der Taten im Diesseits und Jenseits sehen. Wenn es folgenschaffendes Wirken gibt und er belehrt die anderen: „Es gibt folgenschaffendes Wirken“, dann ist das eine wahrheitsgemäße Lehre. Und wegen dieser wahrheitsgemäßen Lehre brüstet er sich nicht und schätzt andere nicht gering. So hat er, was er früher an üblem Verhalten an sich hatte, aufgegeben und gutes Verhalten angenommen, nämlich rechte Anschauung, rechte Gesinnung, rechte Rede, Sich-nicht-den-Geheilten-Entgegenstellen, wahrheitsgemäße Belehrung, Sich-nicht-Brüsten und nicht andere gering schätzen. So entwickeln sich diese verschiedenen guten tauglichen Eigenschaften, bedingt durch rechte Anschauung.*

*Da sagt sich, Hausväter, ein erfahrener Mensch: „Wenn es ein folgenschaffendes Wirken gibt, so wird dieser liebe Mann nach Versagen des Körpers, jenseits des Todes auf gute Bahn geraten, in himmlischer Welt wiedererscheinen. Und selbst wenn die Rede der lieben Asketen und Priester, dass es kein folgenschaffendes Wirken gebe, wahr wäre, so wird jedoch dieser liebe Mann schon zu Lebzeiten von Erfahrenen gepriesen: „Ein tugendhafter Mensch ist das, er hat rechte Anschauung, bedenkt die Folgen des Wirkens.“ Wenn es ein folgenschaffendes Wirken gibt, dann hat dieser liebe Mann im Diesseits und Jenseits Vorteil: Bei Lebzeiten wird er von Erfahrenen gepriesen, und nach Versagen des Körpers, jenseits des Todes gelangt er auf gute Bahn, erscheint in himmlischer Welt wieder.*

*Wenn man die Lebewesen auf dieser Erde mit einem klingenbesetzten Rad in eine einzige Masse von Fleisch, in einen Klumpen Fleisch verwandeln würde: es hat Folgen. Es gibt eine üble Ernte üblen Wirkens.*

*Wenn man am Südufer des Ganges entlangginge und dabei töten und abschlachten, verstümmeln und andere zum Verstümmeln veranlassen, foltern und andere zum Foltern veranlassen würde: es hat Folgen, es gibt eine üble Ernte üblen Wirkens.*

*Wenn man am Nordufer des Ganges entlangginge und dabei Geschenke überreichen und andere zum Überreichen von Geschenken veranlassen, Gaben darbringen und andere zum Darbringen von Gaben veranlassen würde: es hat Folgen. Es gibt eine gute Ernte guten Wirkens. Geben, Selbstbezügung, Zügelung, Sprechen der Wahrheit hat gute Folgen. Es gibt eine gute Ernte guten Wirkens.“*

*Was meint ihr, Hausväter, sagen da nicht die einen Asketen und Priester gerade das Gegenteil von dem, was die anderen sagen? – Allerdings, o Herr.–*

Die Folgen der Anschauung:  
„Folgenschaftendes Wirken gibt es nicht“

*Da ist nun, Hausväter, von den einen Asketen und Priestern, die da sagen und lehren: „Es gibt kein übles und gutes Wirken und keine üblen und guten Folgen üblen und guten Wirkens“ zu erwarten, dass sie vom üblen Wandel in Taten, Worten und Gedanken, von diesem dreifachen untauglichen Verhalten, nicht abkommen und einen üblen Wandel in Taten, Worten und Gedanken, dieses dreifache untaugliche Verhalten, annehmen und danach leben werden. Und warum? Nicht sehen diese lieben Asketen und Priester das Elend, die Verschlechterung und Befleckung durch dieses dreifache untaugliche Verhalten. Sie sehen nicht den Vorteil, das Wie-leuchtend-Werden (wie Sonne und Mond) durch das taugliche Verhalten, durch das Ablassen vom untauglichen Vorgehen.*

*Und da ist, Hausväter, von den anderen Asketen und Priestern, die da sagen und lehren: „Es gibt übles und gutes Wirken, und es gibt üble und gute Folgen üblen und guten Wirkens“ zu erwarten, dass sie vom üblen Wandel in Taten, Worten und Gedanken, von diesem dreifachen untauglichen Verhalten, abkommen und einen guten Wandel in Taten, Worten und Gedanken, dieses dreifache taugliche Verhalten, annehmen und danach leben werden. Und warum? Es sehen ja diese lieben Asketen und Priester das Elend, die Verschlechterung und Befleckung durch das dreifache untaugliche Verhalten. Und sie sehen den Vorteil, das*

*Wie-leuchtend-Werden (wie Sonne und Mond) durch das taugliche Verhalten, durch das Ablassen von untauglichem Vorgehen.*

*Wenn es ein folgenschaffendes Wirken gibt, dann ist die Anschauung eines solchen, der meint: „Es gibt kein folgenschaffendes Wirken“ eine falsche Anschauung. Wenn es ein folgenschaffendes Wirken gibt, dann ist sein Sinnen: „Es gibt kein folgenschaffendes Wirken“ eine falsche Gesinnung. Wenn es ein folgenschaffendes Wirken gibt und er sagt: „Es gibt kein folgenschaffendes Wirken“, dann ist das falsche Rede. Wenn es ein folgenschaffendes Wirken gibt und er behauptet: „Es gibt kein folgenschaffendes Wirken“, dann stellt er sich den Geheilten entgegen, die das Wirken und seine Folgen sehen. Wenn es ein folgenschaffendes Wirken gibt und er belehrt die anderen: „Es gibt kein folgenschaffendes Wirken“, dann ist das eine wahrheitswidrige Lehre. Und wegen dieser wahrheitswidrigen Lehre brüstet er sich noch und schätzt andere gering. So hat er, was früher Gutes bei ihm war, aufgegeben und Übles angenommen, nämlich falsche Anschauung, falsche Gesinnung, falsche Rede, Sich-den-Geheilten-Entgegenstellen, wahrheitswidrige Belehrung, Sichbrüsten und andere gering schätzen. So entwickeln sich bei ihm diese verschiedenen üblen, untauglichen Eigenschaften, bedingt durch falsche Anschauung.*

*Da sagt sich, Hausväter, ein erfahrener Mensch: „Wenn es kein folgenschaffendes Wirken gibt, so wird dieser liebe Mann nach Versagen des Körpers, jenseits des Todes unbehelligt bleiben. Wenn es aber ein folgenschaffendes Wirken gibt, so wird dieser liebe Mann nach Versagen des Körpers, jenseits des Todes auf den Abweg geraten, in unterer Welt, in höllischem Dasein wiedererscheinen.“*

*Und selbst, wenn die Rede der lieben Asketen und Priester, dass es kein folgenschaffendes Wirken gebe, wahr wäre, so würde sich dieser liebe Mann schon zu Lebzeiten den Tadel Erfahrener zuziehen: „Ein untugendhafter Mensch ist das, er hat falsche Anschauung, bedenkt nicht die Folgen des Wirkens.“*

*Wenn es aber ein folgenschaffendes Wirken gibt, dann hat dieser liebe Mann im Diesseits und Jenseits Nachteil: Bei Lebzeiten zieht er sich den Tadel Erfahrener zu, und nach Versagen des Körpers, jenseits des Todes wird er auf den Abweg geraten, wird in unterer Welt, in höllischem Dasein wiedererscheinen.*

*Er ist nicht der dogmenfreien Wahrheit gefolgt, sondern vertritt einen einseitigen Standpunkt, und das Taugliche vernachlässigt er.“*

Zwei Behauptungen:

„Es gibt keine Ursache

für das menschliche Sosein“ und

„Es gibt eine Ursache für das menschliche Sosein“

Während es bei den vorherigen beiden Lehrsätzen um die Folgen des menschlichen Wirkens ging, ist jetzt von den Ursachen und Bedingungen des menschlichen Soseins, seiner Lauterkeit oder Verderbtheit die Rede:

*Es gibt, Hausväter, manche Asketen und Priester, die sagen und lehren: „Es gibt keine Ursache, keine Bedingung für das Beflecktsein der Wesen. Die Wesen sind ohne Ursache oder Bedingung befleckten Herzens. Es gibt keine Ursache, keine Bedingung für das Geläutertsein der Wesen, die Wesen sind ohne Ursache, ohne Bedingung lauterer Herzens. Es gibt keine Macht, keine Energie, keine mannhafte Stärke, kein Über-sich-*

*Hinauswachsen. Alle Wesen, alles Leben, alle Atmen-  
den, alles Lebendige ist ohnmächtig, machtlos, kraft-  
los. Zwangsläufig kommen sie zustande und entwi-  
ckeln sich zur Reife und empfinden je nach sechs Arten  
von Abstammung Wohl und Wehe.“*

Wenn man manchen heutigen naturwissenschaftlichen Be-  
hauptungen nachgeht, dann kommt man ebenfalls zu diesem  
Ergebnis. Diese Auffassung der alten Inder erinnert an den  
biologischen Evolutionismus, der lehrt, dass Egoismus oder  
Altruismus, Raffsucht oder Hilfsbereitschaft nur genetisch  
festgelegte Ergebnisse der Anpassung im Lauf der Evolution  
seien.

Die psychischen Zusammenhänge selbst sind der sinnli-  
chen Wahrnehmung nicht zugänglich, sie können nur unmit-  
telbar bei der eigenen Psyche, nicht aber bei anderen beobach-  
tet werden. Wenn man nur aus dem sinnlich wahrnehmbaren  
Betragen und Verhalten eines bewegten Körpers auf die geis-  
tig-seelischen Vorgänge zu schließen versucht, so können alle  
Aussagen über psychische Vorgänge und über das Leben nicht  
der Psyche gerecht werden.

Die heutige Biologie (was ja eigentlich „Wissenschaft vom  
Leben“ heißt) hat auch nicht mehr das Ziel, die Psyche erken-  
nen zu wollen. Sie hat die Frage nach einer womöglich körper-  
unabhängigen Psyche längst aufgegeben und tut so, als ob die  
seelischen Erscheinungen nur Nebenerscheinungen des beleb-  
ten Körpers seien. Von daher meint die Biologie: Der Wille sei  
bedingt durch die Triebe des Menschen. Die Triebe seien ver-  
erbt, und gegen Vererbung sei man machtlos. Im folgenden  
Text wird auf sechs Arten von Abstammung Bezug genom-  
men, in welche manche Inder die Menschheit einteilten (je  
nach Hautfarbe). Ihre Auffassung war: Man kann die ererbte  
Psyche nicht selber verändern, kann sich nicht auf ein Ziel hin  
entwickeln.



*Nun sagen aber, Hausväter, manche Asketen und Priester gerade das Gegenteil davon und behaupten: „Es gibt eine Ursache, eine Bedingung für das Beflecktsein der Wesen. Die Wesen sind durch Ursache, durch Bedingungen herzensbefleckt. Es gibt eine Ursache, eine Bedingung für das Geläutertsein der Wesen, die Wesen sind durch Ursachen, durch Bedingungen lauterem Herzens. Es gibt Macht und Energie, mannhaftige Stärke und Über-sich-Hinauswachsen. Kein Wesen, kein Leben, keine Atmenden, keine Lebendigen sind ohnmächtig, machtlos, kraftlos. Nicht kommen die Wesen zwangsläufig zustande, entwickeln sich zur Reife und empfinden je nach sechs Arten von Abstammung Wohl und Wehe.“*

*Was meint ihr wohl, Hausvater, sagen da nicht die einen Asketen und Brahmanen gerade das Gegenteil von dem, was die anderen sagen? – Allerdings, o Herr.–*

Der Erwachte nennt an anderen Stellen deutlich die Ursache, die Bedingung für das Befleckt- und Geläutertsein der Wesen. Er sagt (M 19):

*Was der Mensch viel erwägt und sinnt,  
dahin geneigt wird das Herz.*

Das heißt: Durch Denken entsteht eine bestimmte Neigung, eine Tendenz, ein Trieb, ein Wollen. Es entsteht Geistiges aus Geistigem, entsteht Neigung aus Denken, Triebkraft aus geistigem Urteil. In derselben Lehrrede drückt der Erwachte es auch konkret aus:

*Wenn der Mensch Gedanken des Übelwollens viel erwägt und sinnt, so hat er damit die Gedanken des Wohlwollens g e m i n d e r t, die Gedanken des Übelwollens g e m e h r t, und sein Herz n e i g t zum Erwägen des Übelwollens.*

Es wird zwar in diesen Texten vom „häufigen Bedenken“ gesprochen, weil damit die Neigung erst spürbar wird, aber wenn durch Wiederholung eine größere Wirkung erzielt wird, dann ist ja die größere Wirkung eben nur die Summierung vieler kleinerer Wirkungen durch je einmaliges Geschehen. So heißt es in einer buddhistischen Spruchsammlung:

*Das Üble unterschätze nicht:  
„Davon kommt doch nichts nach für mich“.  
Wie steter Tropfen füllt den Krug,  
so füllt der Tor sein Wesen aus,  
wenn nach und nach er Übles tut,  
wenig zu wenig sammelnd an.*

*Das Gute unterschätze nicht:  
“Davon kommt doch nichts nach für mich“.  
Wie steter Tropfen füllt den Krug,  
so füllt des Weisen Wesen sich,  
wenn nach und nach er Gutes tut,  
wenig zu wenig sammelnd an.“ (Dh 121-122)*

Jeder Gedanke des Menschen beeinflusst seinen Triebhaushalt merklich oder unmerklich. Und da die Triebe das Tun und Lassen des Menschen im Reden, Handeln und in der Lebensführung und damit die Gestaltung der Welt und das Verhältnis zu den Mitmenschen bestimmt und beeinflusst, von wo dann wieder entsprechende Erlebensweisen – angenehme oder unangenehme, schmerzliche oder wohltuende oder neutrale – auf ihn zurückkommen, so zeigt sich in diesem durchgängigen Zug vom Denken bis zum Erleben der gewaltige Einfluss des hier im Westen oft weit unterschätzten Denkens. Die Eingangsverse der buddhistischen Spruchsammlung lauten:

*Vom Geiste gehn die Gebilde aus,  
durch Geist gemacht und geistgeformt.  
Wo man verderbten Geistes spricht*

*und aus verderbtem Geiste wirkt,  
da folgt zwangsläufig Leiden nach  
wie Wagenspur der Zugtierspur.*

*Vom Geiste gehn die Dinge aus,  
durch Geist gemacht und geistgeformt.  
Wo man aus rechtem Geiste spricht  
und aus geklärtem Geiste wirkt,  
da folgt zwangsläufig Wohlsein nach,  
dem untrennbaren Schatten gleich. (Dh 1-2)*

Dass häufig wiederholte Gedanken zu Denkgewohnungen führen, die sich später bei entsprechendem Denken auswirken, das wird leichter vermutet und angenommen, und diesem Umstand wird auch hier und da Rechnung getragen. Dass aber durch Denken Triebkräfte, die einen zwingen, dass man so denken, reden und handeln *muss*, verstärkt und gemindert werden oder nicht vorhandene geschaffen und vorhandene völlig aufgelöst werden können, das ist im modernen Westen nicht bekannt. Wir wissen, wie die Triebkräfte den Menschen zu den unterschiedlichen Taten treiben, wie sehr also der Mensch in seinem Tun und Lassen und damit ja auch in seinem Ergehen von seinen Trieben abhängt. Aber man weiß nicht, woher die Triebe kommen. Darum ergeht es uns so, wie wir heute erleben.

Jeder Gedanke ist ein Geschehnis, ein Ereignis in der geistigen Natur des Menschen und hat dort ganz ebenso seine geistige Wirkung, wie das Manipulieren im sinnlich wahrnehmbaren Bereich auch seine sinnlich wahrnehmbaren Wirkungen hat.

So wie wir mit jedem Schritt, mit dem wir uns von einer Person oder von einem Gegenstand entfernen – oder uns ihm nähern –, ein anderes räumliches Verhältnis schaffen, ganz ebenso schafft jede von uns mit innerer Überzeugung vollzogene gedankliche positive oder negative Bewertung eines anderen Menschen, einer Sache, einer Eigenschaft, einer Haltung

oder Verhaltensweise oder einer Aufgabe auch ganz unmittelbar ein der Bewertung genau entsprechend verändertes inneres *Verhältnis*, also einen etwas positiveren oder negativeren inneren *Bezug*, eine Neigung des Bewertenden zu dem so Bewerteten.

So wie nach einem Schritt eine größere räumliche Nähe oder Ferne besteht als zuvor, so besteht auch nach einem solchen Gedanken eine größere Zuneigung oder Abneigung, Anziehung oder Abstoßung gegenüber dem Bedachten als zuvor. Und so wie der durch die Schritte neu geschaffene räumliche Abstand ohne weitere Schritte auch dann genau so bestehen bleibt, wenn der Mensch an die unternommenen Schritte nicht mehr denkt – ganz ebenso bleibt der durch den positiven oder negativen Gedanken neu geschaffene innere Bezug, der jetzige Grad der Anziehung oder Abstoßung, so lange bestehen, als keine weiteren beziehungshaften Gedanken an dasselbe Objekt geschehen, und zwar auch dann, wenn die Gedanken selbst längst vergessen sind. So sind die Triebe durch Bedenken und Sinnen („das tut mir wohl, das ist für mich förderlich und vorteilhaft“) festgelegte Zuneigungen und Abneigungen: *Vom Geiste gehn die Dinge aus...*

Das Gesetz für die Wandlung der Triebe heißt:

Jede *positive* Bewertung eines Gegenstandes, eines Wunsches, eines Gefühls, eines Gedankens oder einer Tat ist der Impuls zur Bildung oder Verstärkung eines zu dem Anerkannten hinstrebenden Triebs bzw. die Abschwächung oder Auflösung eines von dem Anerkannten fortstrebenden Triebes.

Jede *negative* Bewertung ist der Impuls zur Bildung oder Verstärkung eines von dem negativ Bewerteten fortstrebenden Triebs bzw. die Abschwächung oder Auflösung eines zu dem negativ Bewerteten hinstrebenden Triebes.

Der Grad der Verstärkung bzw. der Verminderung eines Triebs ist bedingt durch die Stärke, in der jene Sache positiv bzw. negativ bewertet wird.

Das ununterbrochene Denken der Lebewesen ist einem ununterbrochenen Rieseln von Sand zu vergleichen, von Sand-

körnchen, die je nach der Qualität des Gedankens auf die unübersehbar vielen Waagschalen der Willensbildung fallen, auf die der Zuwendung oder auf die der Abwendung. Und entsprechend dem jeweiligen Status seines Haushalts muss der Mensch bei den verschiedenartigen Herausforderungen mit seinem Willen antworten. In dieser Tatsache zeigt sich die unüberschätzbare Bedeutung des von den Leitbildern, Ansichten, Ideen und Vorstellungen gesteuerten Denkens.

*Was der Mensch häufig bedenkt und sinnt, dahin geneigt wird das Herz.* Und wie das Herz geneigt ist, so muss er wollen und handeln. Diese Tatsache ist im Westen im Allgemeinen unbekannt, obwohl vereinzelt immer wieder auf sie hingewiesen wurde. So sagt *Marc Aurel*, der hochsinnige römische Kaiser:

*„Nach der Beschaffenheit der Gegenstände,  
welche du dir am häufigsten vorstellst,  
wird sich auch deine Gesinnung bilden,  
denn von der Vorstellung  
nimmt die Seele ihre Farbe an.“*

In dem gleichen Sinn sagt *Ralph Waldo Trine*:

*Es ist ein Gesetz unseres Wesens, dass wir den Dingen ähnlich werden, mit denen wir uns beschäftigen. Sind es wertvolle, edle und erhebende Dinge, so werden wir allmählich wie sie. Sind es bloße greifbare Dinge, so wird unsere Seele, unsere ganze Art, ja, sogar unser Gesicht ähnlich wie sie. Und alle feineren, besseren und größeren Züge verschwinden.*

Die Folgen der Anschauung:

„Es gibt keine Ursache  
für das menschliche Sosein“

*Da ist nun, Hausväter, von den einen Asketen und Priestern zu erwarten, dass sie vom guten Wandel in Taten, Worten und Gedanken abkommen, von diesem*

*dreifachen tauglichen Verhalten, und einen üblen Wandel in Taten, Worten und Gedanken, dieses dreifache untaugliche Verhalten, annehmen und danach leben werden. Und warum? Nicht sehen diese lieben Asketen und Priester das Elend, die Verschlechterung und Befleckung durch dieses dreifache untaugliche Verhalten. Sie sehen nicht den Vorteil, das Wieleuchtend-Werden (wie Sonne und Mond) durch das taugliche Verhalten, durch das Ablassen vom untauglichen Vorgehen.*

*Wenn es eine Ursache, eine Bedingung für das Befleckt- und Lautersein der Wesen gibt, dann ist die Anschauung eines solchen, der meint: „Es gibt keine Ursache, keine Bedingung für das Befleckt- und Lautersein der Wesen“ eine falsche Anschauung. Wenn es eine Ursache, eine Bedingung für das Befleckt- und Lautersein der Wesen gibt, dann ist sein Sinnen: „Es gibt keine Ursache, keine Bedingung für das Befleckt- und Lautersein der Wesen“ eine falsche Gesinnung. Wenn es eine Ursache, eine Bedingung für das Befleckt- und Lautersein der Wesen gibt und er sagt: „Es gibt keine Ursache, keine Bedingung für das Lautersein- und Beflecktsein der Wesen“, dann ist das falsche Rede. Wenn es ein Befleckt- und Lautersein der Wesen gibt und er behauptet: „Es gibt keine Ursache, keine Bedingung für das Befleckt- und Lautersein der Wesen“, dann stellt er sich den Geheilten entgegen, die die Ursachen und Bedingungen für das Befleckt- und Lautersein sehen. Wenn es eine Ursache, eine Bedingung für das Befleckt- und Lautersein der Wesen gibt und er belehrt die anderen: „Es gibt keine Ursache, keine Bedingung für das Befleckt- und Lautersein der Wesen“, dann ist das eine wahrheitswidrige Lehre. Und wegen dieser wahrheitswidrigen Lehre brüstet er sich noch*

*und schätzt andere gering. So hat er, was früher Gutes bei ihm war, aufgegeben und Übles angenommen, nämlich: falsche Anschauung, falsche Gesinnung, falsche Rede, Sich-den-Geheilten-Entgegenstellen, wahrheitswidrige Belehrung, Sichbrüsten und andere gering schätzen. So entwickeln sich diese verschiedenen üblen, untauglichen Eigenschaften, bedingt durch falsche Anschauung.*

Wer meint, dass es keine aufzuhebenden Bedingungen gibt, keine innere Entwicklung, der gibt allen Widerstand gegen die Triebe auf und leugnet, dass der Mensch über sich hinauswachsen könne, und bedingt durch diese falsche Anschauung von der Ohnmacht und Nutzlosigkeit alles Strebens *hat er, was früher Gutes an ihm war, aufgegeben und Übles angenommen* und erfährt in diesem und im nächsten Leben die Ernte aus dieser falschen Anschauung.

*Da sagt sich, Hausväter, ein erfahrener Mensch: „Wenn es keine Ursachen, keine Bedingungen für das Befleckt- und Lautersein der Wesen gibt, so wird dieser liebe Mann nach Versagen des Körpers, jenseits des Todes unbehelligt bleiben. Wenn es aber eine Ursache, eine Bedingung für das Befleckt- und Lautersein der Wesen gibt, so wird dieser liebe Mann nach Versagen des Körpers, jenseits des Todes auf den Abweg geraten, in unterer Welt, in höllischem Dasein wiedererscheinen.*

*Und selbst, wenn die Rede der lieben Asketen und Priester, dass es keine Ursache, keine Bedingung für das Befleckt- und Lautersein der Wesen gebe, wahr wäre, so würde sich dieser liebe Mann schon zu Lebzeiten den Tadel Erfahrener zuziehen: „Ein untugendhafter Mensch ist das, er hat falsche Anschauung, sieht*

*keine Ursache, keine Bedingung für das Befleckt- und Lautersein der Wesen.“*

*Wenn es aber eine Ursache, eine Bedingung für das Befleckt- und Lautersein der Wesen gibt, dann hat dieser liebe Mann im Diesseits und Jenseits Nachteil: Bei Lebzeiten zieht er sich den Tadel Erfahrener zu und nach Versagen des Körpers, jenseits des Todes wird er auf den Abweg geraten, wird in unterer Welt, in höllischem Dasein wiedererscheinen.*

*Er ist nicht der dogmenfreien Wahrheit gefolgt, sondern vertritt einen einseitigen Standpunkt, und das Taugliche vernachlässigt er.“*

Die Folgen der Anschauung:

„Es gibt eine Ursache für das menschliche Sosein“

*Von denjenigen Asketen und Priestern jedoch, Hausväter, die sagen und lehren: „Es gibt eine Ursache, eine Bedingung für das Befleckt- und Lautersein der Wesen“ – ist zu erwarten, dass sie vom üblen Wandel in Taten, Worten und Gedanken, diesem dreifachen untauglichen Verhalten, abkommen und einen guten Wandel in Taten, Worten und Gedanken, dieses dreifache taugliche Verhalten, annehmen und danach leben werden. Und warum? Diese lieben Asketen und Priester sehen das Elend, die Verschlechterung und Befleckung durch das dreifache untaugliche Verhalten. Sie sehen den Vorteil, das Wie-leuchtend-Werden (wie Sonne und Mond) durch das taugliche Verhalten, durch das Ablassen von untauglichem Vorgehen.*

Diese Asketen und Priester wissen um die Möglichkeit, üble Neigungen aufzuheben und gute zu pflegen. Sie wissen, dass man durch rechte Besinnung die Kraft gewinnt, sich von nied-



rigen Gesinnungen und Wünschen zu entfernen. Sie wissen, dass der Mensch nicht ohnmächtig seinen Neigungen ausgeliefert ist. Der Mensch kann mit Kraft und Ausdauer seinen ganzen Motivhaushalt von der Anschauung und den Trieben her immer mehr wandeln. Er kann über sich hinauswachsen, kann nach einiger Zeit ein ganz anderer sein, als er vorher war. Das geht nicht von selber, sondern nur durch stetes Bemühen, durch Einsatz von Energie und Tatkraft, von „Mannesstärke“. *Strebet ohne Unterlass* war das letzte Wort des Erwachten als Mahnung an seine Mönche.

Doch wieder bezieht der Erwachte hier keine Stellung zu der geäußerten Auffassung, sondern sagt nur: „Wenn es so ist... und der Mensch handelt danach, dann hat er sich im Diesseits und Jenseits abgesichert.“

*Wenn es eine Ursache, eine Bedingung für das Befleckt- und Lautersein der Wesen gibt, dann ist die Anschauung eines solchen: „Es gibt eine Ursache, eine Bedingung für das Befleckt- und Lautersein der Wesen“ eine richtige Anschauung. Wenn es eine Ursache, eine Bedingung für das Befleckt- und Lautersein der Wesen gibt, dann ist sein Sinnen: „Es gibt eine Ursache, eine Bedingung für das Befleckt- und Lautersein der Wesen“ eine rechte Gesinnung. Wenn es eine Ursache, eine Bedingung für das Befleckt- und Lautersein der Wesen gibt und er sagt: „Es gibt eine Ursache, eine Bedingung für das Befleckt- und Lautersein der Wesen“, dann ist das rechte Rede. Wenn es eine Ursache, eine Bedingung für das Befleckt- und Lautersein der Wesen gibt und er behauptet: „Es gibt eine Ursache, eine Bedingung für das Befleckt- und Lautersein der Wesen“, dann stellt er sich nicht den Geheilten entgegen, die die Ursachen und Bedingungen für das Befleckt- und Lautersein der Wesen sehen. Wenn es eine Ursache, eine Bedingung für das Befleckt- und Lauter-*

*sein der Wesen gibt und er belehrt die anderen: „Es gibt eine Ursache, eine Bedingung für das Befleckt- und Lautersein der Wesen, dann ist das eine wahrheitsgemäße Lehre. Und wegen dieser wahrheitsgemäßen Lehre brüstet er sich nicht und schätzt andere nicht gering. So hat er, was er früher an üblem Verhalten an sich hatte, aufgegeben und gutes Verhalten angenommen, nämlich: rechte Anschauung, rechte Gesinnung, rechte Rede, Sich-nicht-den-Geheilten-Entgegenstellen, wahrheitgemäße Belehrung, Sich-nicht-Brüsten und nicht andere gering schätzen. So entwickeln sich bei ihm diese verschiedenen guten tauglichen Eigenschaften, bedingt durch rechte Anschauung.*

*Da sagt sich, Hausväter, ein erfahrener Mensch: „Wenn es eine Ursache, eine Bedingung für das Befleckt- und Lautersein der Wesen gibt, so wird dieser liebe Mann nach Versagen des Körpers, jenseits des Todes auf gute Bahn geraten, in himmlischer Welt wiedererscheinen. Und selbst wenn die Rede der lieben Asketen und Priester, dass es keine Ursache, keine Bedingung für das Befleckt- und Lautersein der Wesen gebe, wahr wäre, so wird jedoch dieser liebe Mann schon zu Lebzeiten von Erfahrenen gepriesen: „Ein tugendhafter Mensch ist das, er hat rechte Anschauung und leugnet nicht Ursache und Bedingung für Befleckt- und Lautersein der Wesen.“ Wenn es eine Ursache, eine Bedingung für das Befleckt- und Lautersein der Wesen gibt, dann hat dieser liebe Mann im Diesseits und Jenseits Vorteil: Bei Lebzeiten wird er von Erfahrenen gepriesen und nach Versagen des Körpers, jenseits des Todes gelangt er auf gute Bahn, erscheint in himmlischer Welt wieder.*

*Er ist der dogmenfreien Wahrheit gefolgt, hat beide Seiten im Blick, und das Taugliche pflegt er.“*

Zwei Behauptungen:  
„Es gibt keine formfreien Wesen“  
„Es gibt formfreie Wesen“

*Es gibt, Hausväter, manche Asketen und Priester, die sagen und lehren: „Es gibt keine gänzlich formfreie Selbsterfahrnis.“ Nun sagen aber, Hausväter, manche Asketen und Priester gerade das Gegenteil davon und behaupten: „Es gibt gänzlich formfreie Selbsterfahrnis.“ Was meint ihr wohl, Hausväter, sagen da nicht die einen Asketen und Priester gerade das Gegenteil von dem, was die anderen sagen? –Allerdings, o Herr. –*

Hier werden zwei Lehrsätze einander gegenübergestellt, die in Indien ebenso bekannt wie hier vergessen sind. Es handelt sich um formfreie Selbsterfahrnis, die höchste Reinheit und Stille des Herzens voraussetzt und noch über die formhafte Selbsterfahrnis hinausgeht.

### Die formhafte Selbsterfahrnis

Alle Wesen, die Sinnenlust begehren, suchen ihr Wohl mehr oder weniger bei den sinnlich wahrnehmbaren Objekten, Gestalten, Formen. Wir erleben sowohl eine formhafte Darstellung, die wir „Ich“ nennen, eben den Körper, wie auch eine formhafte Darstellung, die wir „Welt“ und „Dinge“ samt dem „Raum“ nennen. Der Inder wie der frühere christliche Mystiker aber kennt auch „formfreies Erfahren“, in der eine sinnlich wahrnehmbare, also formhafte Darstellung eines „Ich“ wie auch einer „Umwelt“ nicht vorkommen, in denen die Wahrnehmung gänzlich von Formen und ihrer Vielfalt geläutert ist, in denen durch den Fortfall der formhaften Begrenzungen ein reineres Sein besteht.

Die nicht mehr Sinnenlust suchenden Wesen der formhaften Selbsterfahrnis, deren unterste Stufe vom Erwachten als

Brahmagötter bezeichnet wird, sind nicht mehr auf die Begegnung mit den Dingen der Umwelt angewiesen, weil sie ihr Herz völlig frei gemacht haben von der Krankheit des tausendfältigen sinnlichen Verlangens. Dadurch ist ihr Herz im Frieden, und sie leben in herzunmittelbarem Wohl, in hoher, heller Freude, unabhängig von sinnlichen Eindrücken.

„Formhaft“ werden die Götter dieser Bereiche genannt, weil sie noch – wenn sie nicht in Entrückung sind – Formen wahrnehmen und auch eine Gestalt annehmen und zu dieser lichterhaften Form auch noch Neigung (*rūpa-rāga*) im Gegensatz zu sinnlicher Neigung (*kāma-rāga*) haben. Licht ist die feinste Form. Aber sie beziehen ihr hauptsächliches Wohl nicht mehr aus diesen Formen, sondern aus dem inneren Wohl ihrer strahlenden Herzensreinheit, aus dem selbstleuchtenden Gemüt.

Die Brahmawelt war das höchste Ziel der indischen Mystiker aller Zeiten, soweit sie die Lehre des Erwachten nicht kannten.

Den Weg zu Brahma, der ersten Stufe der formhaften Selbsterfahrnis, beschreibt der Erwachte meist wie folgt (D 13):

*Liebevollen Gemütes weilend, strahlt er nach einer Richtung, dann nach einer zweiten, dann nach der dritten, dann nach der vierten, ebenso nach oben und nach unten, überallhin durchstrahlt er die ganze Welt mit liebevollem Gemüt, mit weitem, hohem, nichtmessendem, von Feindschaft und Bedrängung freiem.*

Die weiteren Strahlungen lassen zu den 2.-4. Zuständen formhaften Seins eingehen:

*Weiter sodann: erbarmenden Gemütes – freudevollen – unbewegten Gemütes weilend, strahlt er nach einer Richtung, dann nach der zweiten, dann nach der dritten, dann nach der vierten, ebenso nach oben und nach unten, überallhin durchstrahlt er die ganze Welt mit erbarmendem Gemüt – mit freu-*

*devollem – mit unbewegtem Gemüt, mit weitem, tiefem, nicht messendem, von Feindschaft und Bedrängung freiem. Das ist der Weg, der zu formhafter Selbsterfahrnis eingehen lässt.*

Die zweite Stufe der formhaften Selbsterfahrnis ist die der Leuchtenden:

*Es gibt, ihr Mönche, Wesen, von Wohl durchtränkt und durchdrungen, erfüllt und gesättigt, die hin und wieder einmal tief aufatmend: „O Wonne, o Wonne“ aushauchen. Das sind die Leuchtenden Götter. (D 33)*

Von diesen Göttern wird gesagt, dass sie selbstleuchtend seien. In ihrem Bereich gibt es nicht Sonne noch Mond wie noch in der Brahmawelt, und es gibt keine Weltentwicklung und Weltgeschichte. (D 1,2)

Die dritte Stufe der formhaften Selbsterfahrnis ist die der Strahlenden Götter:

*Es gibt, ihr Brüder, Wesen, von Wohl durchtränkt und erfüllt und gesättigt. Sie erleben beseligt ein gar stilles Wohl. Das sind die Strahlenden Götter. (D 33 III)*

Die Strahlenden sind gebadet und gesättigt in Schönheit. Der Glanz ihrer Strahlen ist das innere Licht, das aus der Helligkeit des eigenen Gemütes ausstrahlt.

Die vierte Stufe der formhaften Selbsterfahrnis ist die der Reichgesegneten (*vehapphalā*) Götter. Man kann ihr stilles Wohl kaum noch beschreiben.

### Die formfreie Selbsterfahrnis

Die formfreie Selbsterfahrnis erreichen Wesen, die dem Herzensfrieden so nahe sind, ihn so oft erfahren haben, dass ihnen jegliche Vielfalt der Formen zuwider ist, weil sie nur das eine ersehnen, das sie erlebt haben: tiefen Herzensfrieden. So stehen sie schon hier im irdischen Leben allem Vielfalterleben,

allem, auch dem reinsten und sinnensuchtfreien Formerleben, mit Gleichmut gegenüber. Im Gegensatz zu den formhaft Erlebenden haben sie keinerlei Interesse mehr, Formen auch nur noch wahrzunehmen. Deshalb wird ein solches Wesen schon hienieden immer wieder die Formen aus der Aufmerksamkeit entlassen und sie ausschließlich auf die Vorstellung der Grenzenlosigkeit des Raumes, dann der Grenzenlosigkeit der Erfahrung, dann der Stille und Leere des „Nicht ist irgendetwas“ richten, um in der Wahrnehmung dieser unsagbar entspannten Einfalt einen Frieden zu erleben, der selbst in den reinsten Bereichen der immer noch vielfältigen Formenwelt nicht zu finden ist. So ist die formfreie Selbsterfahrung noch friedvoller und damit dem absoluten Wohlzustand näher als selbst die formhafte Selbsterfahrung, die für den, der in den formfreien Bereichen verweilt, vergessen ist, als wäre sie nie gewesen.

Alle einzelnen Inhalte des Geistes sind entlassen. Keine Formen oder seelischen Zustände fallen auf. Man kann weder vom befleckten noch vom reinen Herzen sprechen, höchstens vom stillen Herzen, das leer ist von aller Vielfalt. Dieser Auflösung der letzten Neigungen dienen die höchsten Übungen der Leere (M 121 und 122, „Armut“ bei K.E. Neumann), welche die letzten Bezugsreste verblassen lassen. Diese Übungen finden ihre Entsprechung in Existenzformen, in denen ein Wesen sich fast nicht mehr als Wesen erlebt, wo nur die Wahrnehmung „Raumunendlichkeit“, „Unendlich ist die Erfahrung“, „Nichts ist da“ und die Wahrnehmung der „Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung“ besteht.

### Die Überlegung und Vorgehensweise des verständigen Menschen – des Heilsuchers

Diese formhaften und formfreien Wahrnehmungen sind vom normalen Menschen nicht erfahrbar und nachprüfbar. Der Erwachte sagt vom verständigen Menschen, dass er überlegt: „Ich kann nicht dazu Stellung nehmen, ich habe es nicht erfahren, ob es formhafte oder formfreie Wahrnehmung gibt.“ Da-

rum legt er sich nicht fest auf die Meinung: „Es gibt formhafte/formfreie Selbsterfahrnis“ oder „es gibt sie nicht“.

*Da überlegt ein erfahrener Mensch: Wenn da diese Asketen und Priester sagen und lehren: „Es gibt keine gänzlich Formfreien“, so habe ich darüber keine Kenntnis, aber auch, wenn da die anderen lieben Asketen und Priester sagen und lehren: „Es gibt gänzlich Formfreie“, so hab ich das nicht erfahren. Doch wenn ich mich nun, ohne es erkannt, ohne es erfahren zu haben, einzig für eines entschiede: „Dies nur ist Wahrheit, Unsinn anderes“, so stünde mir das nicht zu. Ist es nun wahr, was da die einen lieben Asketen und Priester sagen und lehren: „Es gibt keine gänzlich Formhaften“, so kann es wohl sein, dass ich unbestreitbar bei formhaften Göttern, die geistgebildet sind, wiedererscheine. Ist aber das wahr, was da die anderen lieben Asketen und Priester sagen und lehren: „Es gibt gänzlich Formfreie“, so kann es wohl sein, dass ich unbestreitbar bei formfreien Göttern, die durch Wahrnehmung bestehen, wiedererscheine. Wo es nun Form gibt, da gibt es Wüten und Blutvergießen, Krieg und Zwietracht, Zank und Streit, Lug und Trug. Das alles gibt es bei gänzlich Formfreien nicht.“ Indem er so überlegt, wird er der Formen überdrüssig, wird reizbefreit, löst sich ab.*

Die Wesen, die in den vier formfreien Bereichen wiedergeboren werden, werden auch als *deva* (Götter) bezeichnet. Die Personifikation mit der ganz auf Leerheit und Einheit gerichteten Geistigkeit ist so außerordentlich fein, dass nur ein Buddha oder ein geistmächtiger Geheilte zu durchschauen vermag, dass auch hier noch nicht vollkommener Friede, unzerstörbare Sicherheit ist, dass auch diese stillsten Bereiche durch das

Ergreifen von stillsten Wahrnehmungen angeschmiedet sind am ehernen Rad des Samsāra.

Der erfahrene Mensch überlegt, dass formfrei besser ist als formhaft, denn wo es Form gibt, gibt es ein Aufeinandertreffen von Formen. Weil z.B. der Mensch durch seinen Körper als Form erscheint, weil er mit seinem Ich die Vorstellung von Körperform verbindet, die sich im Raum befindet, darum gibt es für ihn die Begegnung mit dem Gegenüber, darum gibt es das Du und das Er, Sie, Es und die mit der Begegnung verbundenen Möglichkeiten und Probleme. Denn durch Form bedingt ist die Unterscheidung zwischen Schönem und Hässlichem, zwischen Geliebtem und Gehasstem. Durch Form bedingt gibt es das An-sich-Reißen des Geliebten und das Von-sich-Stoßen des Gehassten, und darum sagt der Erwachte: *Wo es Form gibt, da gibt es Wüten und Blutvergießen, Krieg und Zwietracht, Zank und Streit, Lug und Trug: Das aber gibt es ganz und gar nicht in formfreier Welt.* Wo keine Formen sind, da ist Freiheit. Schon dieser Gedanke macht das Gemüt leicht, die sinnlichen Dinge sind dann weniger erstrebenswert, gleichmütiger bleibt er den Dingen gegenüber. Er erkennt ihre wahre Natur, ihren Unwert. So sagt der Erwachte von dem Überwinder zunächst der Sinnensucht und dann der Form-Erfahrung (M 106):

*Unbeständig/rieselnd, ihr Mönche sind die Sinneserscheinungen, schemenhaft sind sie, trügerisch, Einbildungen. Ein Blendwerk ist das Ganze, ihr Mönche, der Toren Beschäftigung. Diesseitige Sinnendinge und jenseitige Sinnendinge, sinnliche Wahrnehmungen dieser Welt, sinnliche Wahrnehmungen jener Welt: beides ist Māros, des Verderbers, Revier, des Verderbers Land, wo er seine Köder auslegt und sich seine Beute holt. Da entwickeln sich immer wieder die üblen, heilloosen Bewegkräfte, wie Habsucht, Übelwollen und Rechthaberei. Diese aber sind Gefahren für den Heilsgänger, der sich nach der Anleitung übt.*



*Darum überlegt der Heilsgänger bei sich: „Wie nun, wenn ich mit weitem, nach Befreiendem strebenden Gemüte verweilte, Welt überwände, den Geist auf höhere Standorte gerichtet hielte. Wenn man mit weitem, nach Befreiendem strebenden Gemüt verweilt, Welt überwindet, den Geist auf höhere Standorte gerichtet hält, dann können diese üblen, heillosen Süchte, wie Habsucht, Übelwollen und Rechthaberei nicht mehr bestehen. Sind sie aber aufgegeben, so wird mir das Herz nicht mehr dem Beschränkten nachgehen, wird in der Welt nicht mehr messen (nach angenehm, unangenehm, wertvoll, wertlos), ist gut ausgebildet.“*

*Da überlegt der Heilsgänger bei sich: „Sinnensucht nach diesseitigen Dingen, Sinnensucht nach jenseitigen Dingen, sinnliche Wahrnehmung dieser Welt, sinnliche Wahrnehmungen jener Welt, diesseitige Formen und jenseitige Formen, diesseitige Form-Wahrnehmungen und jenseitige Form-Wahrnehmungen und die Wahrnehmung der Sinnensuchtfreiheit – alles sind Wahrnehmungen. Wo diese ohne Rest aufhören, das ist die Ruhe, das ist das Erhabene, nämlich die Erlangung der Nichtetwasheit.“*

*Wie er nun so vorgeht, häufig dabei verweilt, da beruhigt sich ihm das Herz bei dieser Strebensrichtung. Ist es beruhigt, so erlangt er die erstrebte Nichtetwasheit oder wird von der Weisheit angezogen. Nach dem Versagen des Körpers, jenseits des Todes, mag es wohl sein, dass die (führende) programmierte Wohlerfahrungssuche ihn die Nichtetwasheit erreichen lässt.*

Die Wahrnehmung der Nichtetwasheit gehört zur formfreien Selbsterfahrung. Er hat erkannt und ganz und gar bei sich verwirklicht: Alles ist Wahrnehmung, es gibt nicht etwas. Der Erwachte hat – lange bevor christliche Mystiker, westliche und östliche Philosophen und neuestens manche Spitzenforscher der Naturwissenschaften zum selben Ergebnis gekommen sind – gezeigt, dass es unmöglich ist, unsere Wahrnehmung auf eine an sich bestehende objektive Welt zurückzuführen, da sie

ein geistiger Vorgang, nämlich Wahrnehmung – und dadurch entstandenes vermeintliches Wissen um vorgestellte, eingebil-dete Dinge – ist. Diese eingebil-deten Dinge bestehen aber auch nicht „an sich“ (etwa in einem „Reich der Ideen“), son-der sind Prozesse, sind Wirken und Gewirktes (*sankhārā*) ohne Bestand. Darum empfiehlt der Erwachte dem Heilsgän-ger, bei jeder Wahrnehmung der Tatsache der Ein-Bildung eingedenk zu sein in dem Wissen, dass Eingebil-detes zu ent-bilden ist, dass es nicht ein zugrundeliegendes Etwas gibt. Die Nichtetwasheit hat ein so Erfahrender zum Stützpunkt ge-nommen. Er durchschaut, ja durchdringt die Wahrnehmung, erlebt sie als Luftspiegelung: „*Dies Ganze gilt nicht wirklich*“. „*Nichts ist da.*“ (*Sn 9*)

Zwei Behauptungen:

„Es gibt *kein* Aufhören des Daseins/Werdeseins“

„Es gibt *ein* Aufhören des Daseins/Werdeseins“

*Es gibt, Hausväter, manche Asketen und Priester, die sagen und lehren: „Es gibt keine gänzliche Auflösung des Daseins/Werdeseins (bhava-nirodho).“ Nun sagen aber, Hausväter, manche Asketen und Priester gerade das Gegenteil davon und behaupten: „Es gibt eine gänzliche Auflösung des Daseins/Werdeseins.“ Was meint ihr wohl, Hausväter, sagen da nicht die einen Asketen und Priester gerade das Gegenteil von dem, was die anderen sagen? – Allerdings, o Herr. –*

Was ist Dasein/Werdesein (bhava) ?

Alles, was der Mensch durch sein Wirken in Gedanken, Wor-ten und Taten ins Dasein gesetzt hat, ist nun da (*bhava*). Da-sein ist der Fundus, die Ansammlung, die der Mensch geschaf-fen hat, und es tritt heran als sein Schaffsal. Alles, was wir

erleben und in absehbarer Zukunft erleben werden, ist auch jetzt schon „da“ (– insofern gilt *bhava* als „Dasein“). Es ist nur noch nicht „hier“ an dem Durchgangstor, das wir „Gegenwart“ nennen (insofern gilt *bhava* als „Werden“). Aber alle Szenen, Situationen und Erlebnisse, die der Daseinsstrom enthält und zu seiner Zeit an die Oberfläche unserer Gegenwart spülen wird, das alles ist irgendwann ergreifend geschaffen worden. Wir erleben immer nur Selbstgeschaffenes, nicht Schicksal, sondern Schaffsal, eigene Schöpfung, je nach der Anschauung, aus welcher das vermeinte Ich zur Zeit der Schöpfung schuf. Darum sagt der Erwachte:

*Erben des Wirkens (karma) sind die Wesen,  
Kinder des Wirkens sind die Wesen. (M 135)*

Drücken wir den karmischen Zusammenhang allgemein aus, so müssen wir sagen: Mit unserem Denken setzen wir etwas zunächst noch Latentes ins Dasein (*bhava*):

erstens ein immer beziehungsvolleres „Ich“ und – mit den von diesem selbst geschaffenen Beziehungs-Ich ausgehenden Gedanken, Worten und Taten –  
zweitens eine „Welt“ von Beziehungen zu als „Objekte“ ge-  
deuteten Wahrnehmungen.

Aus diesem präformierten und sich durch Wirken in Gedanken, Worten und Taten dauernd verändernden Daseinsstrom tritt früher oder später die Wahrnehmung eines so und so beschaffenen Ich in Begegnung mit wahrgenommener Welt heran, und dieses Erleben wird je nach den Beziehungsverhältnissen als Wohl und Wehe empfunden.

So besteht die Grundlage allen Erlebens in jedem Dasein darin, dass selbstgewirkte Szenen in die beschränkte Wahrnehmung eintreten, nach der jeweiligen Verfassung des „Ich“-Teils der Wahrnehmung behandelt, verändert werden und wieder der Gegenwart entschwenden in den uneinsehbaren Schoß des nun „Vergangenheit“ genannten Daseinsstroms, um

mit dessen gewaltigem Rundlauf zu seiner Zeit wiederzukehren, bewusstes Erlebnis zu werden, „Schicksal“ zu werden.

Von daher ist die Auffassung der damaligen Inder verständlich, dass es kein Ende des Daseins gebe. Und auch der Erwachte sagt, dass das Leiden kein Ende nehmen könne, als bis alles frühere Wirken erschöpft sei (M 130), und erklärt das folgeschaffende Wirken noch genauer (A X,208):

*Nicht gelangen da, ihr Mönche, so sage ich, die aus beabsichtigtem Wirken angehäuften Wirkungen zur Auflösung, bevor man diese Wirkungen empfunden hat, sei es in diesem, dem nächsten oder einem späteren Leben. Und nicht kann man, so sage ich, dem Leiden ein Ende machen, bevor nicht die aus beabsichtigtem Wirken aufgeschichteten Wirkungen empfunden sind.*

Das heißt also, alles beabsichtigte, und das ist ja meistens ein der Gefühlsbefriedigung dienendes Wirken wird von dem Täter empfunden – kurz nach der Tat oder später in diesem Leben oder in einem der nächsten Leben. Was ich anderen mit Absicht antue, um sie zu schädigen, um es selber gut zu haben, das alles erlebe ich an „mir“ früher oder später. Was ich anderen antue, um sie zu fördern, glücklich zu machen und dadurch auch glücklich zu werden, das alles erlebe ich an „mir“ – früher oder später. Alles beabsichtigte, gefühlsbefriedigende Wirken hat Folgen für „mich“. Ich erlebe sie als die mir nicht bewusste Rückkehr meines Wirkens in den herantretenden Erlebnissen als von außen kommendes Gewähren oder Verweigern meiner Anliegen.

Nicht beabsichtigte und auch nicht fahrlässige Schädigung oder nicht beabsichtigtes Wohltun dagegen, sagt der Erwachte (M 56) hat keine Folgen. Wenn ich unabsichtlich und auch nicht leichtsinnig mit dem Auto einen Menschen oder ein Tier überfahre, auf dem Sandweg unbeabsichtigt Käfer und Schnecken zertrete, mit jedem Einatmen Kleinstlebewesen zu Tode kommen – so geschieht es, ohne dass ich es beabsichtige,

meist nicht einmal daran denke. Ich habe keine Gefühlsbefriedigung bei diesem Töten und setze mich auch nicht leichtsinnig über die Belange anderer Wesen hinweg.

Das absichtliche Wirken hat Folgen, und hinter jeder Absicht steckt der Wille, der Wunsch der Wesen: Gier und Hass, Anziehung und Abstoßung. Ein Wirken aus Anziehung und Abstoßung ist es, das Folgen hat, oder anders ausgedrückt: ein Wirken, das mit der Absicht geschieht, die Gefühle – Ausdruck der Triebe, Gier und Hass – zu befriedigen, also um etwas Angenehmes zu erlangen oder um etwas Unangenehmes zu vermeiden, zurückzuweisen: nur solches Wirken kommt in seiner Wirkung auf den Täter zurück. So heißt es in A III,101:

*Würde, ihr Mönche, einer behaupten, dass der Mensch für jedwedem Wirken die ihm entsprechende Wirkung erführe, so wäre in diesem Falle, ihr Mönche, ein Läuterungswandel ausgeschlossen, und keinerlei Möglichkeit würde bestehen zur vollkommenen Leidensvernichtung. Sollte aber, ihr Mönche, einer behaupten, dass der Mensch für jedwedem Wirken, das der Gefühlsbefriedigung dient, die ihm entsprechende Ernte erfährt, so kann es, ihr Mönche, einen Läuterungswandel geben und die Möglichkeit zur vollkommenen Leidensvernichtung bestehen.*

Wenn alles Wirken, auch das unbeabsichtigte oder nicht auf Gefühlsbefriedigung ausgehende, Wirkungen nach sich zöge, dann gäbe es keine Möglichkeit, dem Kreislauf von Wirken – Wirkung – Wirken zu enttrinnen. Der Geheilte wirkt ununterbrochen bis zum Ende seines Lebens. Er müsste also unbedingt wiedergeboren werden, um auch die Wirkungen seines nicht gefühlsbedingten Wirkens zu erleben, könnte auf diese Weise nie erlöschen. Aber der Geheilte wirkt eben nicht mehr zur Gefühlsbefriedigung, und darum gibt es ein Entrinnen.

So sagt der Erwachte auch in M 57, dass es dunkles Wirken, lichtetes Wirken und dunkel-lichtes Wirken gibt, welches je entsprechende Folgen hat, dass es aber auch ein Wirken gibt,

das weder dunkel noch licht ist und weder dunkle noch lichte Folge hat. Das Letztere ist ein nicht triebbedingtes Wirken ohne jede Absicht auf Gefühlsbefriedigung. Geschieht es auf Grund der Belehrung eines Erwachten in der Absicht, damit das Wirken auszutilgen, dann führt es zur Wirkensversiegung.

Alle Unternehmungen in Gedanken, Worten und Taten zur Befriedigung des Gefühls werden vom Erwachten als Ergreifen (*upādāna*) bezeichnet: *Die Befriedigung bei den Gefühlen, das ist Ergreifen (upādāna). (M 38)* Und er sagt weiter: Durch Ergreifen bedingt, ist das im Ergreifen zum Ausdruck gekommene Verhältnis des erlebten Ich und der erlebten Welt im Dasein (*bhava*) erhalten geblieben und muss wieder in Erscheinung treten (Geburt).

### Die Überlegung des verständigen Menschen

*Da überlegt nun, Hausväter, ein erfahrener Mensch: „Wenn da die einen lieben Asketen und Priester sagen und lehren: „Es gibt keine gänzliche Auflösung des Werdeseins“, so hab ich davon keine Kenntnis; und wenn da die anderen lieben Asketen und Priester sagen und lehren: „Es gibt eine gänzliche Auflösung des Werdeseins“, so habe ich das nicht erfahren. Doch wenn ich mich nun ohne Kenntnis, ohne es erfahren zu haben, einzig für eines entschiede: „Dies nur ist Wahrheit, Unsinn anderes“, so stünde mir das nicht zu. Ist es nun wahr, was da die einen lieben Asketen und Priester sagen und lehren: „Es gibt keine gänzliche Auflösung des Werdeseins“, so kann es wohl sein, dass ich unbestreitbar bei formhaften Göttern, die geistgebildet sind, wiedererscheine. Ist aber das wahr, was da die anderen lieben Asketen und Priester sagen und lehren: „Es gibt eine gänzliche Auflösung des Werdeseins“, so kann es wohl sein, dass ich noch bei Lebzeiten die Triebversiegung erreiche. Den Asketen und*

*Priestern nun, die da sagen und lehren: „Es gibt keine gänzliche Auflösung des Werdesein“, denen gereicht diese Ansicht zum Reiz, zur Bindung, zur Befriedigung, zum Anklammern, Aneignen. Den Asketen und Priestern aber, die da sagen und lehren: „Es gibt eine gänzliche Auflösung des Werdeseins“, denen gereicht diese Lehre nicht zum Reiz zur Bindung, zur Befriedigung, zum Anklammern, Aneignen. – So überlegend, wird er eben des Werdeseins überdrüssig, wird reizbefreit, löst sich ab.*

Der verständige Mensch sagt sich also: Wie dem auch sei, ich habe es nicht erfahren, ob es ein Ende des ständigen Kreislaufs von Wirken und Wirkungen gibt. Aber ich erfahre ja: Wenn man eine Ansicht, z.B. „Es gibt kein Aufhören des Daseins“ ergreift und festhält, zum Dogma macht, dann wird man nicht die darauf gerichteten Triebe aufheben wollen. Wenn man aber die Auffassung hat: „Es gibt ein Aufhören des Daseins“ und gar „Das Aufhören des Daseins ist höchstes Wohl“, dann wird man die Triebe, die auf das leidvolle Dasein gerichtet sind, aufheben wollen.

Er sieht, dass der Friede, die Sicherheit, nur im Nichtmehr-Ergreifen liegen kann. In dieser Einsicht entlässt er auch sein letztes Wollen, sein letztes Sehnen in dem Gedanken: „Dies ist immer noch etwas.“ Indem er jegliche in ihm aufsteigende Vorstellung loslässt, jegliches in ihm aufsteigende Wollen entlässt, gewinnt er die vollkommen triebfreie Erlösung, die Auflösung des letzten Wahns. Dann ist nicht mehr Gewordenes, und nichts kann mehr vergehen. In dieser Freiheit liegt das vollkommene Heil.

Das ist die letzte und höchste Verhaltensweise, eine höhere gibt es nicht. Das ist die höchste Freiheit und Erlösung der Wesen, eine höhere ist in den Religionen nicht genannt worden und ist auch nicht denkbar.

Die beiden der Betrachtung der höchsten Freiheit vorangegangenen Fragen und Behauptungen: „Gibt es oder gibt es nicht formfreies Erleben?“ und „Gibt es eine Auflösung des Daseins oder nicht?“ betreffen die tiefsten Fragen der Inder, die sie nicht nur auf dialektische Art zu lösen versuchten, sondern auch praktisch, indem sie durch Selbstqual die sinnlichen Triebe im Körper gewaltsam zu beseitigen suchten. Wohl aus diesem Grund nennt der Erwachte jetzt unter anderem die Selbstqual.

### Vier Arten von Menschen

*Vier Arten von Menschen sind in der Welt zu finden. Welche vier? Da ist ein Mensch ein Selbstquäler; der müht sich eifrig, sich selber zu quälen. Ein anderer Mensch aber ist ein Quäler der Mitwesen; er müht sich eifrig, andere zu quälen. Wieder ein anderer Mensch ist ein Selbstquäler und Quäler der Mitwesen; der müht sich eifrig, sich selber und andere zu quälen. Ein anderer Mensch aber ist weder Selbstquäler noch Nächstenquäler, er müht sich weder eifrig, sich selber zu quälen noch andere zu quälen. Ohne Selbstqual, ohne Nächstenqual ist er schon in diesem Leben gestillt, erloschen, heiter geworden, Wohl empfindend, triebfrei im Herzen.*

### Der Selbstquäler

*Was ist das aber, Hausväter, für ein Mensch, der ein Selbstquäler ist, der sich eifrig müht, sich selber zu quälen? Da läuft ein Mensch nackt herum, Sitten und Gebräuche verwerfend, seine Hände ableckend, kommt nicht, wenn er darum gebeten wird, bleibt nicht stehen, wenn er darum gebeten wird; er nimmt kein Essen an, das ihm gebracht oder für ihn zubereitet wurde, auch*



*keine Einladung zum Essen; er nimmt nichts aus einem Topf, einer Schüssel, über eine Türschwelle, einen Stab, einen Mörserstößel gereicht, von zwei zusammen Essenden, einer Schwangeren, einer Stillenden, einer Frau, die bei einem Mann liegt, von einem Ort, wo Essensverteilung angekündigt ist, wo ein Hund wartet, wo die Fliegen summen, er nimmt keinen Fisch oder Fleisch an; trinkt keinen Schnaps, Wein oder fermentiertes Gebräu. Er hält sich an einen Haushalt, einen Bissen; er hält sich an zwei Haushalte, zwei Bissen; er hält sich an drei Haushalte, drei Bissen; er hält sich an vier Haushalte, vier Bissen; er hält sich an fünf Haushalte, fünf Bissen; er hält sich an sechs Haushalte, sechs Bissen; er hält sich an sieben Haushalte, sieben Bissen. Er lebt von einem Löffel voll am Tag, von zwei Löffel voll am Tag, von drei Löffel voll am Tag, von vier Löffel voll am Tag, von fünf Löffel voll am Tag, von sechs Löffel voll am Tag, von sieben Löffel voll am Tag. Er nimmt einmal täglich Essen zu sich, alle zwei Tage, alle drei Tage, alle vier Tage, alle fünf Tage, alle sechs Tage und so weiter bis zu einmal alle zwei Wochen, nimmt Essen nur in festgelegten Abständen zu sich. Er isst Laub oder Hirse oder wilden Reis oder Rindenspäne oder Moos oder Reisspelzen oder Reisabfall oder Sesam-Mehl oder Gras oder Kuhdung. Er lebt von Wurzeln und Früchten des Waldes, er ernährt sich von Fallobst. Er kleidet sich in Hanf, in hanfhaltigen Stoff, in Leichtentücher, in Lumpen vom Müll, in Baumrinde, in Antilopenfell, in Fetzen von Antilopenfell, in Gewirke aus Kusa-Gras, in Gewirke aus Baumrinde, in Gewirke aus Hobelspänen, in Wolle aus Menschenhaar, in Wolle aus Tierhaar, in Eulenflügel. Er reißt sich die Haare und den Bart aus, übt die Praxis des Haare- und Bartausreißen. Er ist ein*

*Stetigsteher, verwirft Sitzgelegenheiten. Er hockt auf dem Boden, gibt sich der Beibehaltung der Hockstellung hin. Er benutzt eine Matte aus Dornen, macht eine Matte aus Dornen zu seinem Bett. Er steht dreimal täglich, auch abends, im Wasser. So verweilt er, um auf vielfältige Weise den Körper zu quälen, um (die Sinnenlust) abzutöten. Das ist ein Selbstquäler, der sich eifrig müht, sich selbst zu quälen.*

Diese Arten der Selbstqual erinnern an das Vorgehen der christlichen Geißelbrüder, Flagellanten, Säulenheiligen und Anachoreten. Auch Seuse hat jahrelang ähnliche Praktiken angewandt, um das sinnliche Begehren aus dem Körper auszutreiben. So wie ein in der Welt lebender Mensch sich damit befasst, für seinen Körper Bequemlichkeit zu schaffen – eine Wohnung, ein weiches Lager –, so befassten sich die Asketen ebenso intensiv mit dem Gegenteil: sich Mittel auszudenken, um dem Körper Leid zuzufügen – nach dem Motto: Je mehr Wehe, je mehr Heil. Die Überzeugung „Nur durch Wehe lässt sich Wohl gewinnen“ zog sich als einheitliches Band durch alle Schulen, Sekten und Richtungen der brahmanischen Asketik. Der Gedanke schien so einfach zu sein: Da es der Körper ist, an dem sinnliches Begehren gespürt und erfüllt wird, so muss man diesem Körper Schmerz zufügen, damit er vom Begehren lässt.

So wird in M 57 berichtet, dass in Indien manche Menschen das Gelübde auf sich nehmen, sich zeitlebens wie ein Hund oder wie ein Rind oder ein anderes Tier zu verhalten, d.h. sich zusammenzukauern und nur vom Boden Nahrung zu sich zu nehmen, nicht zu sprechen und sich auch z.B. Hundedenken, Hundegemüt und Hundeverhalten oder Rinderdenken, Rindergemüt und Rinderverhalten in jeder Form anzueignen. Sie tun dies mit größtem Opfer ihrer geistigen und ästhetischen Neigungen und auch des eigenen Stolzes, und gerade deshalb glauben sie, dass daraus himmlische Ernte hervorgehen müsse.

Der Erwachte aber erklärt diesen Menschen auf Befragen, dass sie, wenn sie darin fortfahren, nach dem Tod auch genau zu dem Zustand ihrer lebenslänglich gepflegten Vorstellung kommen, nämlich Hunde oder Rinder werden. Sie empfinden durch ihre Selbstqual Wehgefühle und bereiten sich aucl künftiges Wehe. Zwar ist ihr Wirken moralisch indifferent, aber sie geraten durch das empfundene Wehe in eine Gemütsverfassung, der gerade das Hohe, Helle, Wohlwollende unmöglich ist. Der echt wohlwollende Mensch kann sich nicht selber quälen wollen. Er stellt zwar oft die Erfüllung eigener Interessen zurück um anderer Interessen willen, aber das ist ihm dann eine Freude. Ein Wesen, das sich selbst quält, das immer in Qual, in Druck ist, kann nicht gleichzeitig wohlwollend sein. Aus dem gequälten, beklommenen Gemüt geht nicht das helle Wesen übermenschlicher Art hervor bis zum Nibbāna. Selbst wenn der Selbstquäler nicht bewusst gegen andere übelwollend ist, so kann er aber auch nicht den Weg gehen, bewusst anderen gegenüber gut zu sein. Wenn er das tun wollte, würde er aufhören, ein Selbstquäler zu sein. Wenn er am Selbstquälen festhält, kann er nicht auf die Dauer immer wohlwollender gegen andere werden, sondern wird allmählich finsterer.

Hinzu kommt, dass der Mensch, je länger er auf dem Weg der Selbstqual vorgeschritten ist, irgendwann um so stärker in das andere Extrem der Hemmungslosigkeit verfällt.

Auch in der christlichen Überlieferung sind Aussagen, die zu der irrigen Auffassung verleiten, dass das Begehren mit Selbstqual aus dem Körper herausgetrieben werden müsse, auf die sich die Selbstquäler im Abendland beziehen. So z.B. Matth.5,29 und 30:

*Ärgert dich aber dein rechtes Auge, so reiß es aus und wirf es von dir. Es ist dir besser, dass eins deiner Glieder verderbe und nicht der ganze Leib in die Hölle geworfen werde. – Ärgert dich aber deine rechte Hand, so haue sie ab und wirf sie von dir. Es ist dir besser, dass eins deiner Glieder verderbe und nicht der ganze Leib in die Hölle geworfen werde.*

Dagegen ist in der gesamten Lehre des Erwachten nicht nur nichts enthalten, das in ähnlicher Weise ausgelegt werden könnte, sondern umgekehrt stoßen wir immer wieder auf die Mahnung, sich ebenso von der Selbstqual wie von der Nächstenqual fern zu halten, und immer wieder wird erklärt, dass der Weg zum Heil ein Weg sei, der ganz genau so die Selbstqual vermeide wie die Lust.

Aber auch der Bodhisattva, der spätere Buddha, beschritt zunächst den Weg der herrschenden Lehre von der Selbstqual, der sich ihm als Pilger überall anbot:

*Auch ich habe noch vor der vollen Erwachung, als unvollkommen Erwachter, Erwachung Suchender gedacht: „Man kann nicht Wohl um Wohl gewinnen, um Wehe lässt sich Wohl gewinnen.“ (M 85)*

### Der Nächstenquäler

*Was ist das aber, Hausväter, für ein Mensch, der ein Nächstenquäler ist, der sich eifrig müht, andere zu quälen? Da ist einer ein Schafschlächter, ein Schweineschlächter, ein Geflügelschlächter, ein Fallensteller, ein Jäger, ein Fischer, ein Räuber, ein Henker, ein Gefängniswärter oder jemand, der einem anderen derart grausamen Beruf nachgeht. Das ist ein Nächstenquäler, der sich eifrig müht, andere zu quälen.*

### Selbstquäler und Nächstenquäler

*Was ist das aber, Hausväter, für ein Mensch, der ein Selbstquäler ist und sich eifrig müht, sich selber zu quälen, und ein Nächstenquäler, der sich eifrig müht, andere zu quälen? Da ist eine Person ein gesalbter adeliger König oder ein wohlhabender Brahmane. Nachdem er einen neuen Opfertempel im Osten der Stadt hat erbauen lassen und sich Kopfhaar und Bart hat*

*abrasieren lassen, betritt er den Opfertempel zusammen mit seiner Hauptkönigin und seinem brahmanischen Hohepriester, wobei er in raues Leder gekleidet ist, seinen Körper mit Butterfett und Öl eingerieben hat und sich den Rücken mit einem Hirschgeweih zerkratzt hat. Dort legt er sich auf den blanken, mit dem Opfergras bedeckten Boden. Der König ernährt sich von der Milch aus der ersten Zitze einer Kuh mit einem Kalb von gleicher Farbe, während die Königin sich von der Milch aus der zweiten Zitze ernährt, und der brahmanische Hohepriester sich von der Milch aus der dritten Zitze ernährt; die Milch aus der vierten Zitze gießen sie ins Feuer, und das Kalb ernährt sich von dem, was übrig bleibt. Er sagt: „So und so viele Bullen sollen als Opfer getötet werden, so und so viele Jung-rinder sollen als Opfer getötet werden, so und so viele Färsen sollen als Opfer getötet werden, so und so viele Ziegen sollen als Opfer getötet werden, so und so viele Schafe sollen als Opfer getötet werden, so und so viele Bäume sollen für die Opferpfähle gefällt werden, so und so viel Gras soll als Opfergras gemäht werden.“ Und dann treffen seine Sklaven, Dienstboten und Diener die Vorbereitungen, weinend, mit angsterfüllten Gesichtern, angetrieben von der Furcht vor Strafe. Das ist ein Selbstquäler und Quäler der Mitwesen, er müht sich eifrig, sich selber und andere zu quälen.*

### Zur Nächstenqual

Wer andere Wesen zwar nicht umbringt, kann aber doch aus Gier und Hass anderen ihr Glück entreißen, ihnen mit Gewalt etwas rauben und sie prügeln, strafen, verletzen, quälen. Unübersehbar sind die Beispiele für jede Art Sadismus: Sklavenhalter, Folterer, Aufseher in Zwangsarbeitslagern und Ker-

kermeister in den Tiergefängnissen. Heute werden aus purer Geldgier, aus hemmungsloser Profitsucht Millionen von Tieren qualvoll eingepfercht und misshandelt. Man kümmert sich nicht darum, sieht nicht hin, aber genießt gern die Produkte der Rohheit. Man liest aus dem finsternen Mittelalter, dass im Burgverlies Feinde bei Wasser und Brot schmachteten, man gruselt sich – aber an die Hühnerbatterien oder Gänse- und Schweinemast und an die qualvollen Tierversuche denkt man nicht.

Der an Luxus gewöhnte König hat sich auf Anraten der Opferpriester, die ihm eine gute Wiedergeburt durch Selbst- und Nächstenqual versprochen, den Rücken zerkratzt und hat sich dann mit rauem Leder bekleidet, das die zugefügten Wunden zusätzlich noch reizt, auf den Fußboden gelegt und nur Milch als Nahrung zu sich genommen. Das war seine körperliche Selbstqual, zu der die seelische Qual hinzukam, die Vorbereitungen zum Opfer und das Opfer selbst mitanzusehen und mitanhören zu müssen – ausgeführt oft von Menschen, die das Töten verabscheuten, aber dazu gezwungen wurden. Der Erwachte berichtet über jenen unglückseligen Tag der Vorzeit, als die Menschen anfangen, Tiere zu töten. Er zeigt dieses Ereignis als Teil der Geschichte des Verfalls der Brahmanenkaste:

#### Die früheren Eigenschaften der Brahmanen (Sn 284-315)

Eine große Schar von steinalten Brahmanen kam in Sāvatti zum Kloster Anāthapindikos im Jetahain zum Erwachten mit der besorgten Frage:

*Herr Gotamo, leben heutzutage die Brahmanen noch nach dem alten Brauch der Brahmanen? – Nein, Brahmanen, heute nicht mehr. – Es wäre gut, wenn uns der Herr Gotamo den alten Brauch der Brahmanen sagen würde, wenn es dem Herrn Gotamo nichts ausmacht. – Nun, Brahmanen, so hört gut zu und merkt auf, ich will es euch sagen. – Ja, Herr-, stimmten die Brahmanen zu. Der Erhabene sprach:*

*Die alten Seher waren einst voll Inbrunst bei der Zügelung.  
Von den fünf Sinnessträngen fern, lebten sie ganz dem eignen  
Heil.*

*Brahmanen eignete kein Vieh, kein Geld, kein weltlicher Be-  
sitz:*

*Ihr Reichtum war die Spruchweisheit, das höchste Gut, ver-  
borgner Schatz.*

*Was man als Spende ihnen gab, am Tor als Speise darge-  
reicht:*

*als Gabe aus Vertrauen und aus Heilssehnsucht sah'n sie es  
an:*

*Kleidung, so und so gefärbt, Lagerstatt und Unterkunft. –*

*Blühende Länder brachten so Verehrung den Brahmanen dar.*

*Brahmanen war'n unantastbar, von Haft, Bewachung freige-  
stellt,*

*und niemand hielt sie jemals fern vom Tore der Familie.*

*Durch achtundvierzig Jahre hin als Brahmaschüler lebten sie,  
nach Wissen, Wandel strebend nur, so lebten die Brahmanen  
einst.*

*Brahmanentöchter nahmen sie zur Ehe, kauften keine Frau.*

*Aus Hinneigung zur Ehe sich verbinden, das war ihnen lieb.*

*Wenn es die rechte Zeit nicht war, die Zeit der Regel, hielt sich  
fern*

*von dem Verkehr mit seiner Frau, wer damals ein Brahmane  
war.*

*Geistliches Leben, Tugendart, Geradheit, Milde, Innigkeit,  
Sanftmut und Freisein von Gewalt und die Geduld, das priesen  
sie.*

*Der Beste unter ihnen rang um Brahma mit so großer Kraft,  
dass nicht einmal im Schlaf er sich mehr hingab der Ge-  
schlechtlichkeit.*

*Nach seinem Vorbild streben dann noch einige Klarsehende.*

*Brahmisches Leben, Tugendart, Geduld, das priesen nun auch  
sie.*

*Reis, Lagerstatt und das Gewand und Butter, Öl erbateten sie.*

*Vom redlich so Empfangenen, da brachten sie ihr Opfer dar.*

*Bei einem Opfer solcher Art da schlug man niemals Rinder tot:  
Den Eltern und dem Bruder gleich, wie Glieder der Familie sind  
die Rinder, unser bester Freund: Von ihnen kommt die Medizin.  
Sie spenden Nahrung, Leibeskraft und Schönheit, körperliches Wohl. –  
So sah'n sie den Zusammenhang, sie schlugen niemals Rinder tot.  
Voll Anmut, hochgewachsen, schön, in hohem Anseh'n lebten so  
Brahmanen nach dem alten Brauch und taten kraftvoll ihre Pflicht.  
Als sie auf Erden wandelten, da war der Menschheit Blütezeit.  
Dann aber fing der Abstieg an: Allmählich sah'n sie immer mehr  
des Königs Glanz und Herrlichkeit, die Frau'n in Putz und Schmuck und Zier  
und Wagen, edelrossbespannt und feine Decken, reich bestickt,  
Paläste, an Gemächern reich, nach wohlbemess'nem Plan gebaut,  
umgeben rings von Weideland, und drin bewohnt von schönen Frau'n.  
Auf diesen Menschenreichtum sah'n voll Habsucht die Brahmanen hin.  
Da dachten sie sich Sprüche aus, schritten zu Fürst Okkāko hin:  
„Du hast so viel an Geld und Gut. Bring Opfer, groß ist dein Besitz, bring Opfer, riesig ist dein Schatz!“  
Der König, Wagenlenker Herr, gab der Brahmanen Einfluss nach,*



*schenkt' Pferde, Menschen opfernd her und führte alle Opfer ein.<sup>126</sup>*

*Und nach den Opfern gab er dann an die Brahmanen Geld und Gut.*

*Doch diese, zu Besitz gelangt – am Horten fanden sie Geschmack.*

*Besessen von Begehrlichkeit, schwoll Durst in ihnen nur noch mehr.*

*So dachten sie sich Sprüche aus, besuchten nochmals Okkāko :  
Wie Wasser, Erde und wie Gold, wie Geld und Gut und wie das Korn,*

*so ist das Rind dem Menschen wert. Zum Leben braucht man alles das:*

*Bring Opfer! Groß ist dein Besitz! Bring Opfer! Riesig ist dein Schatz! –*

*Der König, Wagenlenker Herr, gab der Brahmanen Einfluss nach:*

*Viel hunderttausend Rinder ließ er schlachten bei dem Opferfest.*

*Die nicht mit Huf und nicht mit Horn jemand etwas zuleid getan,*

*die Kühe wie die Ziegen sanft, die Milch uns geben eimerweis',*

*die ließ der König an dem Horn hinschleifen unters Schlächterbeil.*

*Die Götter, Ahnen, Indra selbst, Titanen und Dämonen schrie'n*

*laut auf: 'Welch Frevel!' – als das Beil herabfuhr auf die Rinder all.*

*Zuvor gab's drei Gebrechen nur: Begehren, Hunger, Greisentum.*

*Doch nach dem Morden an dem Tier entstanden achtundneunzig neu.*

---

<sup>126</sup> Das bedeutet nicht Töten von Menschen, sondern Verschenken von Leibeigenen

*So kam das Unrecht der Gewalt in lang vergang'nen Zeiten auf:*

*Unschuld'ge Wesen töten sie. So schänden Opferer den alten Brauch.*

*Solch niedrig übles Tun verwirft ein Mensch, wenn er vernünftig ist,*

*und wo das Volk so etwas sieht, missbilligt es den Opferer.*

*Seit so der alte Brauch im Niedergang, zerfielen Bürger, Dienerstand,*

*der Kriegerstand ward uneins auch, der Mann missachtet seine Frau.*

*Adel und Priester von Geburt und wem der Stamm sonst Halt noch gab,*

*vergaßen ihre Standespflicht und gaben sich den Lüsten hin.*

Die Opfergaben wurden nach dem Opfer zum Essen an die Besucher verteilt. So sind die Menschen durch Priestereigenutz „auf den Geschmack“ am Fleischessen gekommen.

Aufhebung der Triebe durch rechte Anschauung:  
Weder Selbstqual noch Nächstenqual

Und nun nennt der Erwachte die quallose Vorgehensweise, um die Triebe aufzuheben durch denkerische Bewertung, durch rechte Anschauung, Herzensläuterung und die Erfahrung inneren Wohls.

*Was ist das aber, Hausväter, für ein Mensch, der weder Selbstquäler noch Nächstenquäler ist, der sich weder eifrig müht, sich selber noch andere zu quälen, der ohne Selbstqual, ohne Nächstenqual schon in diesem Leben gestillt ist, erloschen, heiter geworden, Wohl empfindend, triebfrei im Herzen?*

*Da erscheint der Vollendete in der Welt, der Heilgewordene, vollkommen Erwachte, der im Wissen und Wandel Vollendete, der zum Heil gekommene Kenner*

*der Welt. Er ist der unübertreffliche Lenker derer, die erziehbar sind, ist Meister der Götter und Menschen, erwacht, erhaben. Diese Welt samt ihren Geistern, den weltlichen und den reinen, samt ihren Scharen von Asketen und Priestern, Göttern und Menschen, hat er selber in unbegrenzter Wahrnehmung erschaut und erfahren, und so lehrt er sie kennen. Er verkündet eine Lehre, die nach Inhalt und Aussageweise schon von Anfang an hilfreich zum Guten führt, in ihren weiteren Teilen immer weiter fördert und mit ihrer letzten Aussage ganz hinführt zum Heilsstand. Er führt den vollständig abgeschlossenen, lautereren Reinheitswandel in der Welt ein.*

*Diese Lehre hört ein Hausvater oder der Sohn eines Hausvaters oder einer, der in anderem Stande neugeboren ward. Nachdem er diese Lehre gehört hat, fasst er Vertrauen zum Vollendeten. Von diesem Vertrauen erfüllt, denkt und überlegt er:*

*„Ein Gefängnis ist die Häuslichkeit, ein Schmutzwinkel, der freie Himmelsraum die Pilgerschaft. Es geht nicht, als häuslich Lebender den Reinheitswandel ganz vollkommen, ganz rein, Punkt für Punkt zu erfüllen. Wie, wenn ich nun mit geschorenem Haar und Bart, mit gelbem Gewande bekleidet, aus dem Hause in die Hauslosigkeit hinauszöge?“ So gibt er denn später einen kleinen Besitz oder einen großen Besitz auf, hat einen kleinen Verwandtenkreis oder einen großen Verwandtenkreis verlassen und ist mit geschorenem Haar und Bart, im gelben Gewand von Hause fort in die Hauslosigkeit gezogen.*

*Er ist nun Pilger geworden und hat die Tugendregeln der Mönche auf sich genommen:*

## Die Tugendregeln des Mönchs

1. *Lebewesen zu töten – das hat er aufgegeben. Das Töten von Lebewesen liegt ihm fern. Ohne Stock, ohne Schwert, teilnehmend und rücksichtsvoll hegt er zu allen Wesen Liebe und Mitempfinden.*
2. *Nichtgegebenes zu nehmen – das hat er aufgegeben. Das Nehmen des Nichtgegebenen liegt ihm fern. Gegebenes nur nimmt er, Gegebenes wartet er ab, nicht diebisch gesinnt, rein gewordenen Wesens.*
3. *Unkeuschen Wandel – das hat er aufgegeben, in Reinheit lebt er, abgeschieden, von dem weltlichen Geschlechtsverkehr ganz abgewandt.*
4. *Trügerische, verleumderische Aussagen über Worte oder Taten anderer hat er verworfen, Verleumdung liegt ihm fern. Die Wahrheit spricht er, der Wahrhaftigkeit ist er ergeben, standhaft, vertrauenswürdig, ohne von weltlichen Interessen bewogen, zu verleumden oder zu täuschen.*
5. *Das Hintertragen hat er aufgegeben. Das Hintertragen liegt ihm fern. Was er hier gehört hat, das berichtet er nicht dort wieder, um jene zu entzweien; was er dort gehört hat, das berichtet er nicht hier wieder, um diese zu entzweien. Vielmehr einigt er Entzweite, festigt Verbundene. Eintracht macht ihn froh, Eintracht freut ihn. Eintracht beglückt ihn, Eintracht fördernde Worte spricht er.*
6. *Verletzende Worte zu reden – das hat er aufgege-*

*ben. Das Aussprechen verletzender Worte liegt ihm fern. Worte, die frei von Schimpf sind, dem Ohre wohlthuend, liebevoll, zum Herzen dringend, höflich, viele erfreuend, viele erhebend – solche Worte spricht er.*

*7. Leeres Geschwätz hat er aufgegeben. Alles leere Gerede liegt ihm fern. Zur rechten Zeit spricht er, den Tatsachen gemäß, auf den Sinn bedacht, der Lehre und Wegweisung getreu. Seine Rede ist reich an Inhalt, klar abgegrenzt, alles umschließend, ihrem Gegenstand angemessen.*

Die hier genannten Tugendregeln sind ähnlich und doch wieder sehr anders, als wir sie aus anderen Religionen kennen. Wohl ist hier – wie überall – vom Nichttöten, Nichtstehlen usw. die Rede, aber es steht hier kein Befehl mit Strafandrohung, sondern ein Ratschlag, und auch dieser nur in der Form einer sachlichen Beschreibung der Begegnungsweise, die überhaupt erst zum Gehen des Heilsweges tauglich macht. Es geht dabei nicht vordergründig um die Tat, sondern in erster Linie um die Gesinnung, von welcher die Tat nur der Ausdruck ist. Es heißt hier nicht: „Du sollst nicht töten!“ – sondern: „Das Töten liegt ihm fern.“ Es geht also nicht nur um den momentanen inneren Willensentschluss, sondern um die beständige richtige Einstellung in Geist und Herz zu den Mitwesen. Es gilt nicht, ein Gesetz zu erfüllen, sondern es gilt, *teilnehmend und rücksichtsvoll zu allen lebenden Wesen Liebe und Mitempfinden zu hegen* und aus dieser Gesinnung heraus sich von allem üblen Handeln zu entfernen.

Da es hier um den Übungsweg des Mönchs geht, den Weg zur völligen Freiheit im Nibbāna, so wird in der dritten Tugendregel von der völligen Keuschheit gesprochen. Wo aber der Buddha solchen, die in Haus und Familie bleiben und in dieser Welt der Vielfalt die sanfte Begegnung anstreben wollen, die dafür geeigneten Ratschläge gab, da wandelte er die

dritte Tugendregel ab, indem er statt völliger Keuschheit die Vermeidung jeglicher Ausschweifung, vor allem den Einbruch in andere Ehen und Verführung Minderjähriger, nannte.

Die drei ersten Tugendregeln betreffen das Tun des Menschen; die vier weiteren betreffen sein Reden.

Wer diese Ratschläge mit Ruhe in sich aufnimmt und öfter bedenkt, der spürt mehr und mehr den lautereren, abgeklärten Geist dieser Sphäre, der entdeckt eine neue, höhere Welt einer edleren, lautereren Gesinnung. In dem Bemühen, diese Tugendregeln einzuhalten, beobachtet der ernsthafte Nachfolger im Lauf der Jahre und Jahrzehnte bei sich eine Erhöhung und Erhellung seines inneren Wesens. So wie ein Schiff in einer Schleuse von einem niedrigeren Wasserspiegel nach und nach gehoben wird, bis es die gleiche Höhe mit dem oberen Wasserspiegel gewonnen hat, und wie sich ihm damit ein ganz anderer neuer Raum auftut – so auch erfährt der durch die Tugendübung sich erhebende und erhellende Mensch eben dadurch eine sich verändernde und zuletzt unvergleichlich hellere Gemütsverfassung, mit welcher er von allen früher gespürten Widerwärtigkeiten, Hindernissen und Dunkelheiten in gar keiner Weise mehr berührt wird. Sie sind für ihn geradezu „nicht da“. Schon mit dieser Erfahrung geht ihm eine Ahnung von der Gültigkeit der Grundaussage des Erwachten auf, dass alle Dinge nicht an sich so da sind, wie wir sie zu erleben glauben, sondern dass die Beschaffenheit des eigenen Herzens, das Maß an Gier, Hass, Blendung, allein die Qualität unseres Erlebens zwischen Glück und Qual bestimmt.

Ja, noch mehr: Für den nur nach außen gewandten Menschen fast Unfassbares geht aus solcher Entwicklung hervor. Der Erwachte drückt es aus: *Wenn er diese Entwicklung der heilenden Begegnungsweise vollendet hat, dann erwächst bei ihm ein inneres Wohl der Unbedrohtheit.* Er sagt, dass ein solcher Mensch für seine gesamte über Tod und Leben hinausgehende Zukunft nicht irgendwo und irgendwie noch Gefahr fürchtet. Nach allen Religionen und ausweislich der Geschichte führt der sittenlose Lebenswandel, das hemmungs-

lose begehrlische Süchten und das gehässige, niederträchtige Handeln über kurz oder lang unweigerlich zu harter Begegnung, zu Schmerzen, Leiden und Entsetzen – und führt der sittlich reine Lebenswandel, führen Milde, Hilfsbereitschaft, Nachsicht und Güte zu sanfter Begegnung, zu allem Glück der Lebewesen. Darum darf, wer sich zu jenem sittlich lauterem Lebenswandel durchgerungen hat, ganz sicher sein, dass das ihm jetzt noch begegnende Unliebe und Schmerzliche, das Ernte ist aus seinem früheren untugendhaften Handeln, nach und nach abnehmen, sich mindern und verschwinden wird und dass in zunehmendem Maß das Erwünschte und Ersehnte eintreten wird.

Dafür gebraucht der Erwachte ein sehr deutliches Gleichnis (D 2): So wie ein Kriegerfürst, der seinen Todfeind überwunden und vernichtet hat und selbst voll gerüstet und kampfesfähig dasteht, nun von keiner Seite mehr Angriff und Gefahr zu erwarten hat – so stehe der Mensch in seinem Leben, der sich – ausgerüstet mit der heilenden rechten Anschauung – nun auch nach und nach völlig zu der rechten heilenden Begegnungsweise umgebildet hat: kein dunkler schleichender Gewissensdruck, keine sorgenden Vorstellungen durch innere Mahnungen, vielmehr sieht er einen offenen Weg in immer lichtere Zukunft vor sich, die auch durch keinen Tod beendet wird.

Diese Auflösung der Todesfurcht ist mit eine Frucht allein schon dieser Entwicklung der heilenden Begegnungsweise; denn wenn nicht schon vorher, so gelangt der Mensch spätestens durch die mit der heilenden Begegnungsweise verbundene Einübung und Umwandlung seiner inneren Triebe – jener Triebe, die ihn vorher zu mehr rohem, rauem, rücksichtslosem Vorgehen bewegten – mehr und mehr zu der Einsicht, dass die Triebe im Gegensatz zu seinem sterblichen Körper zeitlos bestehen und überhaupt sein inneres Leben und Wollen sind, während der Körper nur die von diesem Leben und Wollen bewegte Marionette ist. Auf dem Weg der Tugendentwicklung

stellt er sich mehr und mehr auf die Seite dieser seiner nun geläuterten Bewegkräfte.

Und wenn er sich überhaupt noch mit etwas identifiziert, dann nicht mit dem Körper, sondern mit den inneren Bewegkräften. Und da er gerade diese als für alles Leiden und alle Dunkelheit verantwortlich sieht, so entwickelt er immer mehr Tatkraft und Beharrlichkeit zu ihrer Reinigung, Erhellung und Auflösung.

Aufhebung der Triebe durch rechte Anschauung:  
Weder Selbstqual noch Nächstenqual

Weitere zum Tugendbereich gehörende Mönchsregeln

Und nun folgen weitere Regeln für den Mönch, da dieser sich ja im jetzigen Leben aus der ganzen bunten und vielfältigen Welteinbildung herauslösen will. „Mönch“ kommt von „monos“ = allein, einsam. Weil er die Welt überwinden will, darum pflegt er keine Kontakte mehr mit ihr, nur mit seinen Brüdern, die dasselbe Bestreben haben wie er.

*Sämereien und Pflanzungen anzulegen, hat er aufgegeben. Einmal am Tag nimmt er Nahrung zu sich, nachts ist er nüchtern. Das Essen zur Unzeit hat er aufgegeben. Verwendung von Duftstoffen, von Schmuck und besonderen Kleidern und Blumen hat er aufgegeben. Hohe, prächtige Lagerstätten hat er aufgegeben. Gold und Silber anzunehmen, hat er aufgegeben. Rohes Getreide nimmt er nicht an. Rohes Fleisch nimmt er nicht an. Frauen und Mädchen nimmt er nicht an. Diener und Dienerinnen nimmt er nicht an. Ziegen und Schafe nimmt er nicht an. Hühner und Schweine nimmt er nicht an. Elefanten, Rinder und Rosse nimmt er nicht an. Haus und Feld nimmt er nicht an. Botschaften, Sendungen, Aufträge über-*



*nimmt er nicht. Kauf und Verkauf hat er aufgegeben. Falsches Maß und Gewicht hat er aufgegeben. Von den krummen Wegen der Unaufrichtigkeit, Unehrllichkeit, Täuschung und des Betruges ist er ganz abgekommen. Das Zerstören, Töten, Gefangennehmen, Rauben, Plündern, überhaupt Gewaltanwendung widerstrebt ihm.*

*Wenn er diese Entwicklung der heilenden Begegnungsweise vollendet hat, dann erwächst bei ihm ein inneres Wohl der Unbedrohtheit.*

Wer diesen vom Erwachten für den Mönch erlassenen Regeln im Einzelnen nachgeht, der erkennt, dass hier so gut wie möglich die verschiedenartigsten Fallstricke vermieden werden, mit welchen Māro den blinden Menschen an sich gefesselt hält:

*Sämereien und Pflanzungen anzulegen, hat er aufgegeben...*

Wer einen Garten oder überhaupt Pflanzen zu pflegen hat, der weiß, wie viele Gedanken, Sorgen und Pläne die Wahl der Pflanzen, die Einteilung der Beete, große Trockenheit, zu viel Regen, Anfall von „Unkraut“ und sogenanntes „Ungeziefer“ erfordert. Das vom Erwachten eingerichtete Mönchsleben, das nicht einer „beschaulichen Ruhe“ dienen soll, sondern dem Kampf um Befreiung, der endgültigen Ausrodung der Weltbezüge, die in Vergänglichkeit und Tod halten, ist mit Gartenbau nicht vereinbar, zumal das auch in die Versuchung bringt, zwischen „Schädlingen“ und „Nützlingen“, zwischen Lieblingsspeisen und anderem zu unterscheiden, ein gewisses auf Äußeres gestütztes Sicherheitsdenken zu pflegen und sich in örtliche und zeitliche Abhängigkeiten zu begeben. Dagegen wird der Mönch durch den Almosengang den scheinbaren „zufälligen“ Spenden ausgesetzt, die er hinnehmen muss, wie sie kommen – oder nicht kommen (*an andere gebunden ist*

*mein Lebensunterhalt – A X,101), wodurch er sich in Genügsamkeit und Zufriedenheit üben kann.*

*Einmal am Tag nimmt er Nahrung zu sich, nachts ist er nüchtern. Das Essen zur Unzeit hat er aufgegeben.*

Für den Mönch, der in den Orden gegangen ist, weil er die vollkommene Freiheit von allen Bindungen anstrebt, ist es selbstverständlich, sich keinen ablenkenden Zerstreuungen hinzugeben. Und wohl ebenso selbstverständlich ist es, dass er die

*Verwendung von Duftstoffen, von Schmuck und besonderen Kleidern und Blumen aufgegeben hat.*

Die Mönche sollen mit dem gelben Gewand bekleidet sein, und die Kleidung ist zu pflegen: zu waschen und nötigenfalls zu flicken, *um sich vor Hitze und Kälte, Wind und Wetter zu schützen; um sich vor Mücken und Wespen und plagenden Kriechtieren zu schützen. (M 2)*

Zu Zeiten des Erwachten galt es als ein Kennzeichen seiner Mönche, dass sie im Gegensatz zu anderen oft Selbstkasteiung betreibenden Asketen einen heiteren Anblick boten (M 89). Es heißt oft (M 66 u.a.): *Er sah...einen Mönch dasitzen... mit rein gewaschenen Händen und Füßen nach eingenommenem Mahl, der Läuterung des Herzens hingegeben.*

Aber alle Mittel, den Körper herauszuputzen, hat der zum Heil Strebende aufgegeben. Er beschäftigt sich nicht mehr als unbedingt nötig mit dem Körper.

*Hohe, prächtige Lagerstätten hat er aufgegeben.*

Es geht nicht um besondere Härte des Lagers, sondern darum, dass der Leib der Erde, aus der er ja entstanden ist, näher liegt

und der Mönch dadurch mehr des Körpers eingedenk ist und sich nicht behaglich dem Sitzen und Liegen hingibt.

*Gold und Silber anzunehmen, hat er aufgegeben.*

An anderer Stelle (S 42,10) sagt der Buddha:

*Wo das Annehmen von Geld erlaubt ist, da sind die Genüsse der fünf Sinne erlaubt. Wer sich das Annehmen von Geld erlaubt, der ist kein echter Asket, kein echter Nachfolger des Sakyersohnes.*

Denn Geld („Gold und Silber“) ist der Inbegriff aller materiellen Dinge. Für „sein gutes Geld“ meint man leicht, Ansprüche stellen zu können, wird leicht wählerisch. Ein Asket, der Geld besitzt, hat nicht „sein Sach“ auf nichts gestellt, lebt nicht von der unmittelbaren Frucht guten Wirkens, sondern hat für „Notfälle“ noch eine weltliche Sicherheit, „kann sich etwas leisten“.

Der Buddha sagt: So wie Sonne und Mond durch Nebel und Staub trübe aussehen, so würden Asketen durch Gold und Silber getrübt, so dass sie nicht könnten leuchten noch scheinen noch strahlen. (A IV,50)

*Rohes Getreide, rohes Fleisch nimmt er nicht an.*

Es müsste sonst Feuer unterhalten werden zum Kochen. Feuer aber führt – abgesehen von dem damit verbundenen Verbrennen ungezählter Insekten und Kleintiere – in den dunklen Abendstunden oft zu dem Eindruck einer täuschenden Geborgenheit und lädt auch ein zu ablenkenden Geselligkeiten. Außerdem soll der Mönch keine Essensvorräte aufbewahren – aus immer demselben Grund: um nicht vom Heilsstreben abgelenkt zu werden.

*Frauen und Mädchen nimmt er nicht an.*

*Diener und Dienerinnen nimmt er nicht an.*

*Ziegen und Schafe, Hühner und Schweine, Elefanten,*

*Rinder und Rosse nimmt er nicht an.*

*Haus und Feld übernimmt er nicht.*

Der Erwachte wies die Mönche auf künftige Gefahren für den Orden hin, damit man sie erkennen und bekämpfen könne. Eine davon wird wie folgt beschrieben:

*Ferner, ihr Mönche, wird es in späteren Zeiten Mönche geben, die in Gesellschaft von Nonnen, Schülerinnen und Novizen wohnen. Da steht zu erwarten, dass sie entweder ohne Begeisterung den Reinheitswandel führen oder sich eines schmutzigen Vergehens schuldig machen oder die Askese aufgeben und zum gemeinen Weltleben zurückkehren. (A V,80)*

Es wäre z.B. auch denkbar, dass Hausleute den Mönchen Personal anbieten, etwa zum Essenholen, zum Kleiderflicken, zum Waschen, zum Fegen der Zelle usw. Auf diese Weise kann ein Mönch allmählich doch wieder ein Hausherr werden, ein Kloster, einen Wirtschaftsbetrieb führen, einer sein, der, wie der Erwachte sagt,

*Arbeiten an Grund und Boden vornehmen lässt. (A V,80)*

Auch Nutztiere soll der Mönch aus den gleichen Gründen nicht besitzen: Milchvieh oder gar Schlachtvieh, Reit- und Zugtiere und erst recht kein Grundeigentum als den Inbegriff allen Besitztums.

*Botschaften, Sendungen, Aufträge übernimmt er nicht.*

Hier zeigt sich, welche innere und äußere Bindungslosigkeit (Aufhebung aller Bindung an die Welt) der Erwachte dabei im Auge hat: Wer als Mönch auf seiner stillen Wanderung von Dorf zu Dorf, von Land zu Land Aufträge im Gedächtnis bewahrt, die er da und dort auszuführen hat, der ist mit der Welt verbunden, ist nicht frei für seine weltablösenden Besinnungen.

*Kauf und Verkauf hat er aufgegeben.*

*Falsches Maß und Gewicht hat er aufgegeben.*

*Von den krummen Wegen der Unaufrichtigkeit,*

*Unehrlichkeit, Täuschung und des Betruges*

*ist er ganz abgekommen.*

Zu der Zeit, als der Buddha den Mönchsorden gründete, bestanden in Indien schon ungezählte größere und kleinere Orden anderer Religionsgemeinschaften. Bei deren Mitgliedern, besonders denen der älteren Orden, war schon sehr viel Abwegiges aufgekommen, das mit Mönchtum wenig zu tun hatte. Um seine Mönche vor diesen schlechten Vorbildern zu schützen, hat der Erwachte diese Regeln gegeben. Und er sagt sehr deutlich zu seinen Mönchen (M 40):

Wer sich als Mönch nicht bemüht, die Herzenstrübungen aufzuheben, *der wandelt nicht den geraden Weg des Asketen­tums. Wie eine Mordwaffe, zur Schlacht geeignet, zweischneidig, blinkend, geschliffen und mit einer Kutte umhangen, umhüllt: so erscheint mir eines solchen Mönches Pilgerschaft.*

Er täuscht einen Reinheitswandel vor, betrügt die Hausleute, die, ihn verehrend, für seinen Lebensunterhalt sorgen.

*Das Zerstören, Töten, Gefangennehmen, Rauben, Plündern, überhaupt Gewaltanwendung widerstrebt ihm.*

Der Mönch soll in keiner Weise mehr teilnehmen an den weltlichen Ordnungsversuchen, da er ja die Weltwahrnehmung als eine Krankheit durchschaut hat. Er soll bedingungslos jede Gewalt verwerfen, sie auch nicht zu „guten Zwecken“ billigen. Und das bedeutet auch: Wenn andere Gewalt ausüben, soll er nicht eingreifen, sich überhaupt nicht daran beteiligen, auch keine Stellung dazu nehmen.

Als selbstverständlich gilt es, dass der Mönch erst recht nicht seinen Lebensunterhalt auf illegale Weise erlangt.

Mit diesen Ausführungen zeigt der Erwachte den Hausleuten die Anfänge der erforderlichen großen Transformierungen, die den ersten Schritt bilden auf dem Wege vom Status des normalen Menschen zur Vollendung. Nur so können die Hausleute eine Ahnung bekommen davon, was ein Geheilte ist.

## Weitere Übung für den Mönch: Zufriedenheit

Als weitere Übung des Mönchs nennt der Erwachte die Zufriedenheit:

*Er ist zufrieden mit dem Gewand, das seinen Leib bedeckt, mit der Almosenspeise, die sein Leben fristet. Wohin er auch pilgert, nur mit dem Gewand und der Almosenschale versehen, pilgert er. Gleichwie da etwa ein beschwingter Vogel, wohin er auch fliegt, nur mit der Last seiner Federn fliegt, ebenso auch ist ein Mönch zufrieden mit dem Gewand, das seinen Leib deckt, mit der Almosenspeise, die sein Leben fristet. Wohin er auch wandert, nur damit versehen wandert er.*

Zufriedenheit ist untrennbar gebunden an Genügsamkeit. Darum spricht der Erwachte in seinen Anleitungen zur inneren Übung meistens zuerst von der Genügsamkeit und dann von Zufriedenheit. Es ist verständlich, dass ein Mensch mit vielen Wünschen kaum zufrieden zu stellen ist. Die Wunschhaftigkeit als Eigenschaft verurteilt den Träger zu rastlosem Umherschauen und lässt leicht Missgunst und Neid aufkommen. Sie ist ein uferloses Verlangen: Wovon man auch immer in verlockender Weise hört, darauf richtet man gleich seine Wünsche. Zufriedenheit aber heißt: nach innen gehen, bei sich selber still werden, in sich heiter, die ständig anbrandende Vielfalt ignorieren.

Im Grunde ist es der Übergang vom Habenwollen zum Seinwollen. Der hochsinnige Mensch empfindet bei sich: „Durch das Habenwollen werde ich abhängig von dem Äußeren, werde Sklave der Dinge. Aber mit dem Streben, selbst ein die Mitmenschen verstehender, hilfsbereiter, wohlthuender Mensch zu sein, werde ich unabhängiger, größer und heller.“

Und das ist ein wesentlicher Schritt auf dem Weg der Heil-entwicklung.

Der Erwachte sagt, ein Mönch, der sich in Zufriedenheit übt, sei der wahre Weltbürger, „Bürger der vier Weltgegenden“, er bewahre Treue zur hohen Überlieferung des Asketen- tums. So heißt es in A IV,28:

*Da ist, ihr Brüder, ein Mönch zufrieden mit was immer für Gewand/Almosenspeise/Obdach und preist das Lob der Zu- friedenheit, und um jener Dinge willen beträgt er sich nicht aufdringlich und ungebührlich. Hat er nichts erhalten, wird er nicht verstört; hat er etwas erhalten, wird er es benützen un- verlockt, unverblendet, nicht hungerissen, das Elend sehend, der Entrinnung eingedenk. Und obgleich er mit was immer für Gewand/Almosenspeise/Obdach zufrieden ist, überhebt er sich darum nicht und verachtet keinen anderen.*

*Wer sich nun dabei weise, unermüdlich, klarbewusst, der Wahrheit eingedenk bewährt, der wird, ihr Brüder, ein Mönch geheißten, der treu zur einstigen voranfänglichen heilenden Tradition steht.*

### Zügelung der Sinnesdränge

Als weitere Übung nennt der Erwachte:

*Hat der Mönch mit dem Luger eine Form gesehen, mit dem Lauscher einen Ton gehört, mit dem Riecher einen Duft gerochen, mit dem Schmecker einen Geschmack geschmeckt, mit dem Taster eine Tastung getastet, mit dem Geist ein Ding erfahren, so beachtet er weder die Erscheinungen noch die damit verbundenen Gedanken (Assoziationen). Da Begierde und Missmut, üble und unheilsame Gedanken den, der die Sinnesdränge nicht bewacht, gar bald überwältigen, so übt er diese Bewa- chung, wacht aufmerksam über die Sinnesdränge.*

*Wenn er diese Entwicklung der heilenden Zügelung der Sinnesdränge vollendet hat, dann erwächst bei ihm ein inneres ungetrübtes Wohl.*

Die Übung in der Zügelung der Sinnesdränge bildet den Übergang zur Entwicklung der zweiten Transformierungs-Etappe, des *samādhi*, d.h. der Herzenseinigung. Das Gegenteil von Herzenseinigung ist die Zwiespältigkeit, die Gespaltenheit des Erlebens zwischen Ich und Umwelt. Wir erleben uns als Ich einer Umwelt gegenüber. Diese Erlebensweise bezeichnet der Erwachte als *avijjā*, d.h. als einen geistigen Eindruck, dem die Wirklichkeit nicht entspricht, der traumhaft, wahnhaft ist. So wie wir im Traum uns als „ich, anderen Lebewesen oder Dingen begegnend“ vorfinden, so auch jetzt hier. Diese Wahnsituation des gesamten Begegnungslebens gilt es zu überwinden. Dazu bildet die Übung in der Zügelung der Sinnesdränge den ersten Schritt.

Daraus schon sehen wir, dass diese Zügelung der Sinnesdränge nur ein solcher üben kann, der durch die Lehre des Buddha begriffen hat, dass die Erlebnisweise der Zwiespältigkeit ein Wahn und eine Krankheit ist, die es in der Gesundheit, in der Klarheit nicht gibt. Darum vergleicht der Erwachte sich mit einem Arzt, der dem Kranken zur Genesung, zur Aufhebung des Wahns, verhilft. Nur wer von der Erkenntnis durchdrungen ist, dass seine gegenwärtige Erlebensweise eine Krankheit ist, kann auf die Dauer die Zügelung der Sinnesdränge so durchführen, dass sie für ihn tatsächlich den Eingang zur Herzenseinigung bildet.

Der vorhin zitierte Text des Erwachten über die Zügelung der Sinnesdränge wird meistens übersetzt: *Hat er mit dem Auge eine Form gesehen, mit dem Ohr einen Ton gehört* usw. – Wir haben schon mehrfach darüber geschrieben, dass die Pāliworte nicht auf die Organe: Auge, Ohr usw. hinweisen, sondern auf die inneren Dränge, auf das Verlangen nach Sehen, Hören usw. Darum vergleicht der Erwachte diese Sinnesdränge (*indriya*) mit Tieren, deren jedes zu dem von ihm ge-



liebten Objekt hinstrebt. Die Sinnesdränge sind die Krankheit, die Wunde, die es zu heilen gilt. Dazu kann ein weltgläubiger Mensch sich in keiner Weise entschließen und kann darum auch die Zügelung der Sinnesdränge nicht durchführen. Eine weitere Voraussetzung, um die Zügelung der Sinnesdränge beharrlich durchführen zu können, besteht darin, wie sich jeder aufmerksame Leser denken kann, dass man „an sich selbst Genüge hat“, dass man in sich eine Sicherheit, Heiterkeit und Wärme empfindet, die einen eigenständig macht. Diese muss zuvor erworben sein, und sie wird erworben durch die in unserer Rede zuvor besprochene Tugendübung, die Übung in der sanften Begegnung, in der liebenden, aufmerksamen Zuwendung zu dem jeweils begegnenden Lebewesen. Die erste der drei großen Übungsetappen, die Läuterung des Begegnungslebens, muss also erst vollständig ausgereift sein, ehe der Übende in die zweite Etappe eintritt.

Zur Erklärung des Textes der Zügelung der Sinnesdränge: *Er beachtet nicht die Erscheinungen* – das bedeutet: Er folgt den vordergründigen Sinneseindrücken weder mit zustimmendem Denken, wenn sie ihm ein Wohlgefühl bereiten, noch mit ablehnendem Denken, wenn sie ihm ein Wehgefühl bereiten. *Er beachtet nicht die mit den Erscheinungen (Assoziationen) verbundenen Gedanken* – d.h. er umspinnt nicht die Sinneseindrücke mit – wiederum gefühlsübergossenen – Gedankenassoziationen, die an das Wahrgenommene angeknüpft werden, wodurch Begierde bei Erlangen und Traurigkeit, Misshmut bei Nichterlangen des Gewünschten fortgesetzt wird, wie es ein Mönch ausdrückt:

*Wer Formen unbesonnen sieht,  
nur achtend auf den lieben Gegenstand –  
mit aufgereiztem Herzen fühlt  
er da und klammert sich daran.*

*Dem schwellen die Gefühle an,  
vielfältig, durch die Form erzeugt;*

*vom Schau'n nach außen, Heftigkeit,  
zerschlagen wird ihm ganz das Herz.  
So ist der Leiden Häufende  
des Brandes Löschung fern, heißt es. (Thag 794/795)*

Für die Zähmung der Sinnesdränge gibt der Erwachte das Gegengleichnis zu den sechs wild hinausdrängenden Tieren, die das Bild für die ungestillten Sinnesdränge sind. Er sagt:

*Es ist, wie wenn ein Gespann wohlgebändigter Rosse angeschirrt an einen Wagen am Ausgangspunkt mehrerer Straßen steht, und es kommt ein guter Rosselenker, nimmt den Treibstock und die Zügel in die Hand und besteigt den Wagen; der kann mit den Rossen fahren, wohin er will. (S 35,198)*

Wer mit der Übung der Zügelung der Sinnesdränge erst anfängt, der merkt, dass ihm durchaus noch nicht ein Gespann gebändigter Rosse zur Verfügung steht, vielmehr die sechs Tiere noch eigenwillig wild sind, und dass er auch noch nicht ein kundiger Rosselenker ist. Er merkt die wilde Jagd seiner Sinnesdränge; er merkt, wie er durch die Augen und Ohren ununterbrochen nach außen lungern und lauschen muss und den Leib mit sich zieht, um hier zu sehen, dort zu hören usw., was die Sinnesdränge begehren. Darum setzt der so Erkennende jetzt seine ganze Stärke für die Zügelung ein, spannt sich an und kämpft.

Aus der vollendeten Tugenderhellung verspricht der Erwachte das Wohl der Unbedrohtheit – und das bedeutet die völlige Freiheit von Furcht und Beklemmung vor etwaigen künftigen Schicksalen. Aber aus der Übung der Zügelung der Sinnesdränge, wenn sie zur Beruhigung der Sinnesdränge geführt hat, verspricht der Erwachte ein „ungetrübtes Wohl“, und das bedeutet die endgültige Überwindung dessen, was nach Aussage des Erwachten und nach unserer eigenen Erfahrung ununterbrochen aufkommt, wenn man die Süchtigkeit

weiterhin nach außen rasen lässt, nämlich: Begehren und Missmut, üble, unheilsame Gedanken.

Das Anbränden von Sinnensucht und bei Nichterfüllung von Missmut ist auch von dem in Tugend Entwickelten so lange nicht zu vermeiden, als die sechsfachen Dränge noch wie wilde Tiere nach außen drängen. Ist aber das Nach-außen-Drängen überwunden, so ist auch eine starke Beruhigung dieses ständigen Wechsels zwischen Suchtanwandlungen und Missmut oder Verdrossenheit

und damit eine große innere Befriedigung eingetreten.<sup>127</sup>

### Klarbewusste Handhabung des Körpers

Die Tugendübung ist etwas völlig anderes als die anschließend genannten weiteren Übungen. Die Übung in Tugend ist eine Umgangsweise des Menschen mit seinen Mitmenschen und allen anderen Lebewesen, die er in dem besten Teil seines Herzens unmittelbar bejaht. Auch wer sich keine Gedanken darüber macht, ob der Mensch den Tod überlebt oder nicht, wird dennoch mit den besseren Möglichkeiten seines Empfindens unmittelbar einsehen und anerkennen, dass die sanftere, freundlichere, gütigere und hochsinnige Umgangsweise mit den Lebewesen wohltuend und erhellend ist. Über diese Haltung und die daraus hervorgehenden wohltuenden äußeren zwischenmenschlichen Beziehungen und den Zustand des eigenen inneren Gemütes liegen in der Literatur die schönsten Aussagen vor, die wohl jeder gern nachempfindet und unmittelbar bejaht.

Was aber in den anderen Übungen den Mönchen zu üben empfohlen wird, das setzt eine völlig andere Haltung der Welt gegenüber voraus, und darum zeigt der Erwachte immer wie-

---

<sup>127</sup> Nach der Übung der Sinnenzügelung werden in anderen Lehrreden in diesem Zusammenhang noch die zwei Übungen „*Maßhalten beim Essen*“ und „*Wachsamkeit auf die Herzenstrübungen*“ genannt. Diese beiden Übungen sind in dieser Lehrrede ausgelassen.

der, dass zu diesen Übungen nur derjenige willens ist, der sich die entsprechende Weisheit erworben hat, und dass darüber hinaus nur derjenige auf die Dauer zu diesen Übungen fähig ist, der sich durch die Tugend ein ganz erheblich lichtereres Gemüt, eine innere Heiterkeit und Sicherheit erworben hat, die ihn von den äußeren Begegnungen fast unabhängig macht. Nur ein solcher kann von den tausendfältigen, den meisten Menschen ganz unbewussten Berührungen und Verbindungen mit den ungezählten Dingen der Welt ablassen, ohne dass es ihm ein Verzicht ist, sondern im Gegenteil: Das Zurücktreten von den äußeren Dingen beschert ihm zu der empfundenen inneren Helligkeit noch eine große innere Ruhe.

Durch die Zurückhaltung von den durch sinnliche Wahrnehmung ankommenden Eindrücken („Zügelung der Sinnesdränge“) gewinnt der Mensch die Fähigkeit und allmählich die Gewohnheit, sich nicht mehr mit jeder der begegnenden Erscheinungen so lange zu beschäftigen, bis die nächste begegnende Erscheinung ihm diese Beschäftigung aus der Hand reißt und sich vordrängt. Durch den Fortschritt in dieser Übung erfährt der Übende, dass er bisher ganz außer sich selbst gelebt hatte, in magischem Zwang den auftauchenden Erscheinungen folgen musste, von einer zur anderen gestoßen wurde und darüber seine eigene Entwicklung völlig versäumt hatte, ja, von einer solchen Möglichkeit gar nichts wusste. Nun aber, durch diese Übung, kommt er allmählich zu sich selbst. Ein solcher kann nun auch die Übung im „klaren Bewusstsein beim Handhaben des Körpers“ zu üben beginnen.

*Klarbewusst kommt er und geht er, klarbewusst blickt er hin, blickt er weg, klarbewusst regt und bewegt er sich, klarbewusst trägt er des Ordens Gewand und Almosenschale, klar bewusst isst und trinkt, kaut und schmeckt er, klarbewusst entleert er Kot und Harn, klarbewusst geht und steht und sitzt er, schläft er ein, wacht er auf, spricht er und schweigt er.*

Der normale Mensch tut die hier genannten Dinge, wie Kommen und Gehen, Hinblicken und Wegblicken, Essen, Trinken usw., meistens weder bewusst noch hat er sie sich besonders vorgenommen. In dieser Übung aber geht es darum, dass man sich klar bewusst zum Kommen und Gehen usw. entschließt und von Anfang an diese bewusst gewollten Handlungen auch beobachtet. „Klar bewusst“, d.h. ebenso viel wie: klar gewollt, nur mit Absicht, nicht ohne Absicht. Das bedeutet, dass unser Geist, unsere Aufmerksamkeit sozusagen der ständige Begleiter des Körpers wird, ihn zu jeder mit dem Körper geschehenden Handlung bewusst einsetzt, die betreffende Haltung und Handlung fortlaufend beobachtet und bewusst einstellt zu einer neuen Haltung und Handlung.

Wenn der Leser einmal den Versuch macht, diese Übung einige Zeit bei sich durchzuführen, dann wird er erfahren, dass sein Geist fast dauernd bewegt wird von Zuneigungen und Abneigungen gegenüber diesen oder jenen Dingen in seiner Umgebung, von sorgenden, wünschenden, hoffenden Gedanken, und dass er unterdessen unversehens schon wieder einige Körperbewegungen gemacht hat, ohne sie zu beobachten. Daraus wird er erfahren, welche Wucht hinter den tausend Herzensregungen des normalen Menschen steht, die seinen Körper als einen willenlosen Roboter einsetzen für oder gegen dieses oder das, was sie wünschen oder ablehnen. Das alles ist durch die vorherigen Übungen schon zum allergrößten Teil aufgehoben und gemindert. Der Rest an Neigungen, der bis jetzt noch besteht, kann durch die inzwischen erworbene Disziplin, Weisheitskraft und Sammlung beherrscht werden, so dass die Aufmerksamkeit trotz hier und da noch abwegiger Gedanken doch bei der Handhabung des Körpers bleiben kann.

Aber diese Übung ist kein Selbstzweck, vielmehr zielt sie auf einen Zweck hin, den kein im normalen bürgerlichen Familien- und Berufsleben stehender Mensch – solange er darin bleibt – je erreichen will und kann.

Der normale Mensch sieht „sich“ als eine Einheit mit dem Körper. Mit der Vernichtung des Körpers glaubt er, dass auch

sein „Ich“ zerstört sei. Das kommt daher, weil er mit den Sinnesorganen des Körpers in die Welt blickt und darum den Körper als den Betrachter auffasst, als das Ich auffasst und das Betrachtete, die Welt, für ein vom Ich unabhängig bestehendes Außen hält. Der normale Mensch weiß nicht um das geistige Gesetz, dass alles, was länger betrachtet wird, als vom Betrachter unabhängig bestehend angesehen wird. Die betrachtende Haltung wird auf die Dauer als „Ich“ empfunden. Der betrachtete Gegenstand wird auf die Dauer als nicht zum Ich gehörig, als „Umwelt“ empfunden.

Hier deutet sich der Zweck dieser Übung an. Der Mönch, der durch die Tugendläuterung hell und selbständig geworden ist, durch die weiteren Übungen von dem größten Teil der körperlichen und seelischen Willkür befreit ist, der hat nur noch wenig auf die Welt gerichtete Anliegen; er hat inzwischen den Körper mehr und mehr als ein mechanisches seelenloses Gerät zur sinnlichen Erfahrung der Welt durchschaut, und darum kann er mit wenig auf die Welt gerichteten Wünschen, mit einer großen inzwischen erworbenen Ruhe den Körper aus der naiven Identifikation mit dem Ich allmählich herauslösen und ihn selbst zum Gegenstand der Betrachtung machen und damit zum Gegenüber, zum Stück der Welt machen.

In den Reden werden öfter die acht Freiungen (D 33, 34; M 137 u.a.) genannt. Das sind acht ganz besondere Entwicklungsschritte, von denen schon der erste nicht eher als etwa in der Mitte des gesamten Heilswegs zu tun ist. Der zweite dieser Schritte lautet: *Das „Ich“ als formlos erlebend, sieht er alle Formen als außerhalb.* Alles, was er an Form erlebt, ist für ihn nicht innen, sondern außen, „Umwelt“. Ebenso selbstverständlich wie wir, wenn wir „ich“ sagen, an unseren vom Wollen bewegten Körper denken, ebenso selbstverständlich und ganz natürlich denkt ein solcher, wenn er überhaupt noch „Ich“ denkt, nur noch an das seelische Wollen und Empfinden und in keiner Weise mehr an den Körper. Der Körper ist für ihn in dem Maß, wie er zum betrachteten Objekt geworden ist, ge-

nauso „außen“ wie alles übrige Betrachtete, eben die sonstige „Welt“, die ihn kaum interessiert. Dadurch findet eine Transzendierung der Ich-Vorstellung statt, die aus der Körperlichkeit herausführt.

Er hat durch die dauernde Beobachtung des Leibes und seiner Vorgänge die tot-mechanische, vergängliche, ichlose Art dieses von den Eltern gezeugten, durch Nahrung gebildeten und erhaltenen, nur sehr begrenzte Zeit bestehenden, schwerfälligen und verletzbaren Werkzeugs erfahren. So wird normales Menschentum überwunden und wird auch der Tod, d.h. die Vernichtung des Körpers, ebenfalls weitgehend überwunden. Wer so klarbewusst den Körper beobachtet und insofern immer mit dem Geist lebt, der verhält sich zum Tod wie ein eichenes Bohlentor, gegen das ein Wollknäuel geworfen wird: Man merkt, dass da etwas ankommt, aber es kann in keiner Weise eindringen. Der Ausfall des Körpers ist dem im geistigen Streben Lebenden kein Verlust. Den normalen Menschen dagegen vergleicht der Erwachte mit einem feuchten Lehmhaufen, in den ununterbrochen Steine hineingeschleudert werden. Ein solcher, den schon alle Lebensbegegnungen mit Freud und Leid tief treffen, gerät durch das Sterben geradezu außer sich.

Eine Ahnung davon mag uns aufgehen, wenn wir die nächste Übung verstehen, die der Erwachte nennt, denn diese ist nur dann möglich, wenn diese Transzendierung gelungen ist.

### Aufhebung der fünf Hemmungen

*Nachdem der Heilsgänger in heilender Tugend reif geworden ist, sich die heilende Zügelung der Sinnesdränge ganz erworben hat und mit heilendem klarem Bewusstsein bei der gesamten Handhabung des Körpers ausgerüstet ist, sucht er nun einen abgelegenen Ruheplatz auf, einen Hain, den Fuß eines Baumes,*

*eine Felsengrotte, eine Bergesgruft, einen Friedhof oder einen stillen Wald oder ein Streulager im Freien. Nach dem Mahl, wenn er vom Almosengang zurückgekehrt ist, setzt er sich mit verschränkten Beinen nieder, den Körper gerade aufgerichtet und richtet seine Aufmerksamkeit auf seine geistigen Vorgänge.*

*Er hat Sinnenlustwollen verworfen, begierdelosen Gemütes (ceto) verweilend, reinigt er sein Herz (citta) von sinnlichem Begehren.*

*Er hat Antipathie bis Hass verworfen. Im Gemüt ohne Antipathie bis Hass verweilend, hegt er zu allen Wesen Liebe und Mitempfinden. So reinigt er das Herz von Antipathie bis Hass.*

*Er hat trüges Beharren im Gewohnten verworfen. Frei von Trägheit verweilt er; die beschränkte Weltperspektive durchbrechend, die erhellende Freiheit von Beengung wahrnehmend, klarbewusst reinigt er das Herz von trügem Beharren im Gewohnten.*

*Er hat Erregbarkeit, geistige Unruhe verworfen. Unerregten Gemütes verweilend, beruhigten Gemütes, reinigt er das Herz von Erregbarkeit und geistiger Unruhe.*

*Daseinssorge, Daseinsbangnis hat er abgetan. Frei von Daseinssorge und Daseinsbangnis verweilend, fraglos geworden über die Heilsentwicklung, reinigt er das Herz von Daseinssorge, Daseinsbangnis.*

*Nachdem er diese fünf Hemmungen als schwächende Trübungen des Gemütes vielfach erfahren hat, gelangt er...*

Die fünf als Hemmung bezeichneten Eigenschaften sind Triebe, Verstrickungen des Herzens, die sich aber im Geist, im Denken zeigen. Wenn ein Mensch aus einer dieser trübenden Eigenschaften heraus sinnt und denkt, dann ist er von dieser



Hemmung besetzt, d.h. die betreffende Eigenschaft zeigt sich zwar durchaus nicht immer bei ihm, aber zu einer Zeit, in der sie sich bei ihm zeigt, ist er durch diese Eigenschaft gehemmt, hält sie sein Denken, sein Gemüt besetzt. Dann kann er nicht das Große denken. Aber zu einer Zeit, in der diese Herzenseigenschaft sich in seinem Denken nicht zeigt, indem er durch geistige Beschäftigung mit der Lehre oder aus Fürsorge für die Mitmenschen darüber steht, ist er von dieser ungoten Herzenseigenschaft im Augenblick nicht gehemmt, sie lähmt dann im Augenblick nicht seinen Geist, sein Denken.

Bei den meisten fünf Hemmungen heißt es: „Mit einem so und so gearteten Gemüt (*ceto*) verweilend, reinigt er das Herz (*citta*) von diesen Hemmungen.“ Selbst bei den Hemmungen, bei denen es nicht ausdrücklich heißt „im Gemüt frei von“ ist doch immer das Gemüt (*ceto*) gemeint, d.h. die augenblickliche Gemütsstimmung mit entsprechenden Gedanken. Die Zeiten, in denen der Übende im Gemüt, also vorübergehend, frei ist von der Neigung zu diesen fünf verschiedenen Reizungen durch die Weltlichkeit, obwohl sie latent – im Herzen – noch vorhanden sind, kann und muss er dazu benutzen, sich in seinem Geist deutlich die Schädlichkeit der fünf Hemmungen vor Augen zu führen, das Niedere der Besessenheit von diesen üblen Eigenschaften zu bedenken und zu betrachten. Indem er ihre Schädlichkeit betrachtet, da wird das Herz geneigt zu dem Nichtschädlichen, zu dem Zustand außerhalb der fünf Zusammenhäufungen. Wenn er im Gemüt, in der augenblicklichen Geistesverfassung, von den hemmenden Vorstellungen frei ist, darüber steht, dann kann er sie negativ bewertend betrachten, kann das darüber hinausführende Denken weiter pflegen, über die augenblicklich unter ihm liegende Art der Hemmungen nachdenken. Damit mindert er sie in seinem Herzen, d.h. die Grundneigung, wieder in sie zurückzufallen, wird etwas geringer, und je geringer sie im Herzen ist, um so häufiger steht er in seinem Gemüt über ihnen.

Erst wer in dieser Übungsreihe so weit gediehen ist, dass er das Hinaussteigen über die fünf Hemmungen und das Wieder-

hineinfallen in sie schon oft erlebt hat, dem geht es um diese letzte Reinigung. Das Herz mit Gier, Hass, Blendung ist der Grundherd, aus dem die trübenden Neigungen aufsteigen und das Gemüt umspinnen, es hemmen, ungetrübt zu erkennen. Darum muss er sein Herz davon reinigen, sonst kommen irgendwann wieder die dunkleren Neigungen über ihn, selbst wenn er augenblicklich im Gemüt frei von ihnen ist.

Diese Übung bildet den letzten Teil der Brücke des Übergangs vom Vielfaltserleben (*papañca*) zu der Lebensform der seligen Einheit (*samādhi*). Mit den hier genannten Übungen löst der Übende gar schwere Haken, welche das Herz des Menschen an die Welt binden, nach und nach heraus, oder besser gesagt: Die bunten Bilder, die aus der sinnlichen Gebundenheit das Gemüt des Menschen beherrschen, blasst er immer mehr durchschauend ab und radiert sie aus, so dass er nun in einer sicheren Eigenhelligkeit steht und darum weit weniger abhängig ist von den Sinneseindrücken. Nach dieser Vorbereitung bildet die Aufhebung der fünf Hemmungen die Beseitigung des letzten weltlichen Andrangs.

Die Reden lassen erkennen, dass die gesamte Sinnensuchtwelt, also nicht nur das Menschentum, sondern alle untermenschlichen Bereiche und mehrere übermenschliche himmlische Bereiche durch die feineren bis gröberen Eigenschaften und Herzenstrübungen der Wesen wie von mehr oder weniger dichtem Gewölk durchsetzt sind. Jeder aufmerksame Mensch kann die Situationen seines Lebens, in welchen er sich in streithafter Auseinandersetzung mit seiner Umwelt befand, als wilde Hagelstürme mit Donner und Blitz empfinden und die Zeiten relativen Friedens als Nachlassen der Stürme. Diese Stürme durchrasen die Unterwelten dauernd, kommen im Menschentum immer wieder vor, nehmen in den übermenschlichen Bereichen der Sinnensuchtwelt mehr und mehr ab und kommen an den oberen Grenzen der Sinnensuchtwelt kaum noch vor.

Die Aufhebung der fünf Hemmungen nun ist die Aufhebung dieses letzten Gewölks, der letzten feinen Nebelschwa-

den, die sich trübend vor dem unendlichen blauen Himmel bewegen, der ein Bild für die vollendete Herzenseinigung ist.

Der moderne Mensch erfährt auf dem allgemeinen Bildungsweg nichts von diesen geistigen Übungen und deren Früchten; deshalb mag ihm der hier angedeutete seelische Zustand, der mit dem von allem Dunst und Gewölk befreiten, unendlich blauen Himmel verglichen wird, unvorstellbar sein. Aber für die Mystiker aller Kulturen, welche die große Stufenfolge der Daseinsmöglichkeiten an sich erfahren, beginnt erst hier, nach der vollständigen Reinigung des Lebens von allen Unwettern und Gewölk, die Zuwendung zu immer lichterem Entwicklungsmöglichkeiten. Für jene wissenden Geister ist das Dasein in der Sinnensuchtwelt – der Menschenwelt, der untermenschlichen und übermenschlichen sinnlichen Welt – so wie für uns der Blick auf die in Kloaken sich regenden Kleintiere. Der Erwachte sagt von den gesamten Lebensmöglichkeiten in der Sinnensuchtwelt:

*Zerrieselnd, ihr Mönche, sind die Sinneserscheinungen, trügerisch, Einbildungen, der Toren Beschäftigung. (M 106)* Erst mit diesem Stadium der auf das Ziel zustrebenden Übungen zum Erwerben des reinen Zustandes beginnt das, was der Erwachte überhaupt erst als eigentliche Entwicklung bezeichnet.

Die fünf Hemmungen lernt man im normalen menschlichen Leben gar nicht kennen; aber bei jeglichem Läuterungsstreben – gleichviel unter welchem religiösen Namen – werden sie durch praktische Übung nach und nach entdeckt, und zwar nur darum, weil man dann und wann unter besonders günstigen Umständen über die eine und die andere dieser fünf Hemmungen oder über mehrere – und manchmal vielleicht auch über alle fünf – wie hinausgehoben war und diesen Zustand so klar und frei empfand wie den Anblick des unbewölkten Himmels.

Es sind vorwiegend zwei Übungen, durch welche man sich über das banale Alltagsleben und die übliche Verwurzelung in der Alltagsstimmung zwischen Verdruss, Verteidigungsbereitschaft, Sorge und Hoffnung erhebt und dabei manchmal über

die eine, manchmal über die andere, manchmal über mehrere der Hemmungen hinauskommt: *Weisheit* und *Tugend*.

Die Weisheit besteht in dem aufmerksamen, gesammelten Bedenken der vom Erwachten gelehrten Daseinssicht. Je mehr wir uns in diese Sicht vertiefen, um so mehr kommen wir dabei „von selber“ aus dem Gefängnis unserer bisherigen Seins-sicht heraus. Wenn wir sehen, dass das Leben nicht mit der Geburt beginnt und nicht mit dem Tod endet, sondern aus uneinsehbarer Vergangenheit ununterbrochen in Erlebnis-szenen lief und läuft, wenn wir weiter sehen, dass die Kette der ankommenden Erlebnisse, die wir als unser Schicksal aufgefasst hatten, in Wirklichkeit nur die Wiederkehr unserer gestrigen Taten ist, so dass wir es in der Hand haben, unsere Zukunft zu bilden – mit dieser Sicht sprengen wir zwangsläufig das geistige Gewohnheitsgefängnis, in das wir uns durch den Glauben an die von der sinnlichen Wahrnehmung gelieferte Weltvorspiegelung eingesperrt haben. In einer solchen Sicht sind wenigstens die drei ersten Hemmungen aufgehoben.

Die zweite der beiden Übungen besteht in dem, was so einfach „Tugend“ genannt wird. Diese, richtig verstanden und richtig geübt, hebt den Menschen nach und nach auf einen erheblich höheren, helleren, reineren Lebensstatus. Er kommt von der Grundstimmung des fast allgemein üblichen Missmuts und der Lustlosigkeit durch die liebende Zuwendung zu allen lebenden Wesen, durch die Entwicklung von Rücksicht auf alle ihm beegnenden Wesen, durch Fürsprache für sie zu einer großen Säuberung des Herzens und Gemüts von Egoismus und den vielen kleinen Primitivbedürfnissen, durch die der Mensch den Tieren verwandt ist. Dadurch wird sein Lebensklima insgesamt heller, wärmer, heiterer. Er wächst sozusagen von unten herauf immer mehr aus den Hemmungen heraus. Während er bei seinem Bemühen um den weisheitlichen Anblick, wie er ihm durch die Lehre des Buddha vermittelt worden ist, sich nach oben reckt und vorübergehend über das Gewölk der Hemmungen hinaussteigt, so bewirkt die echte bis zum Grund gehende Tugendübung ein solides, beständiges

Wachstum in immer mehr Höhe und Helligkeit. So fördern Tugend und Weisheit die Aufhebung der fünf Hemmungen: die Weisheit durch vorübergehendes Darüber-sich-Hinausrecken und die Tugend durch allmähliches Hinaufwachsen bis zu dem Stand, in dem Hemmungen nicht mehr sind.

Zu welchen Erfahrungen und Einsichten der bis hierher gelangte Mönch in Bezug auf die fünf Hemmungen gekommen ist, wird näher gezeigt in anderen Reden, in welchen der Erwachte den gleichen Entwicklungsgang ausführlicher beschreibt.

Der normale Mensch kennt die fünf Hemmungen nicht. Selbst wenn er darüber liest, kann er sie nur wenig verstehen und kann ihren zwingenden Einfluss auf das gesamte Lebensklima nicht ahnen. Der Mönch aber, der alle bisher genannten Übungen durchgeführt hat, ist dadurch zu einer ganz anderen Art erwachsen: Durch die Tugendübung ist er weit hinausgewachsen über das normale menschlich-dumpfe Lebensklima, und durch immer wiederholte Pflege des rechten Anblicks der Existenz ist er auch hinausgewachsen über die letzten Trübungen des Anblicks. Er hat durch den ständigen Wechsel seines Aufenthalts oberhalb der Hemmungen und in den Hemmungen diese immer deutlicher kennengelernt. Er kennt aus Erfahrung genau das Wesen der einzelnen Hemmung; und eben dadurch kennt er ihre Gefahren und kennt die große Befreiung, die durch ihre endgültige Überwindung gewonnen wird.

*Die erste Hemmung (abhijjhā oder kāmaccanda)* ist eine Haltung, die Sinnensüchtigkeit (*kāma*) zur Grundlage hat. Diese Sinnensüchtigkeit, d.h. das Bedürfnis zur fünffachen sinnlichen Wahrnehmung, gehört zum natürlichen Status des Menschen: Der edle wie der gemeine Mensch hat sie an sich. Aber während der edlere Mensch diese Sinnensüchtigkeit nicht zu seinem Hauptantrieb macht, sondern nach dem Zugschnitt seines Herzens darauf gerichtet ist, bei der Begegnung mit anderen Lebewesen deren Sehnsucht nach Anerkennung, Geborgenheit und Wohlsein mitzuempfinden und ihnen darum entgegenzukommen, hat der gemeinere Mensch aus der Sin-

nensüchtigkeit heraus eine allgemeine Habsucht, eine ausschließliche Suche nach sinnlicher Lust, d.h. nach Besitz, Genuss und Macht entwickelt. Das ist die Haltung, die in Pāli *abhijjhā* genannt wird.

Der Mönch aber, der sich durch die vom Erwachten genannten Übungen weitgehend geläutert hat, ist völlig frei von dieser Habsüchtigkeit und kann jetzt erst nach völliger Befreiung und großer Entfernung von dieser rasenden Habsucht richtig durchschauen, wohin diese den Menschen treibt. Das drückt der Erwachte in M 39 mit dem folgenden Gleichnis aus:

*Gleichwie wenn ein Mann, der in Schulden geraten war, jetzt eine Tätigkeit beginnen würde, die Gewinn brächte. Der könnte die alten Schulden tilgen, und es bleibt ihm noch so viel übrig, dass er eine Frau versorgen kann. Der denkt nun erleichtert: „Früher hatte ich Schulden, habe dann eine Tätigkeit begonnen, die Gewinn bringt. Die alten Schulden konnte ich tilgen, und es bleibt mir noch so viel übrig, dass ich eine Frau versorgen kann.“ Darüber freute er sich und wäre fröhlich gestimmt.*

Wer der Wegweisung des Erwachten praktisch folgt, der erfährt bei sich in lebendiger, überzeugender Weise, was hier in Form des Gleichnisses gesagt ist: Er erfährt an sich, dass sein früheres gieriges Umherschauen nach den tausend Dingen der Welt ihn ununterbrochen unbefriedigt sein ließ und ihn in ununterbrochener Abhängigkeit von jenen Dingen in Armut und Schulden hielt. Viele der begehrten Dinge konnte er nicht erwerben und solche, die er hatte, waren nicht sicherer Besitz. Tausend Wege gibt es für das sogenannte Schicksal, ihm eines nach dem anderen der geliebten Dinge zu entreißen. Wenn er bei sich selber oder bei seinen Freunden sich umschaute, dann sah er, dass aller äußere Besitz wie ein Darlehen ist, das einem irgendwann wieder gekündigt und genommen wird.

Wer aber den bisher beschriebenen Weg der inneren Selbsterziehung gegangen ist, der hat damit eine andere, eine „ergiebige Erwerbsquelle“ gefunden und ausgenutzt. Er hat einen Besitz gewonnen, den ihm niemand nehmen kann; er hat ein Eigenwohl gewonnen, das er immer bei sich hat und von dem er unmittelbar weiß, dass ihn das auch nach drüben begleitet, wenn er im sogenannten Tod den Körper verlässt.

Und so wie er nun erst – nach zeitweiligem Freisein von der ersten Hemmung, der Habsucht, – ihre bedrückende, been- gende und verdunkelnde Wirkung und dagegen die geradezu erlösende Befreiung davon versteht und an sich erfährt und dadurch heiter und glücklich wird – so auch geht es mit der *zweiten Hemmung*:

*Er hat Antipathie bis Hass verworfen. Im Gemüt ohne Antipathie bis Hass verweilend, hegt er zu allen Wesen Liebe und Mitempfinden. So reinigt er das Herz von Antipathie bis Hass.*

*Es ist, wie wenn ein Mann krank ist, leidend, schwerkrank, die Nahrung bekommt ihm nicht, und er hat keine Kraft im Körper. Der wird eines Tages von dieser Krankheit geheilt. Die Nahrung bekommt ihm, und er kommt im Körper wieder zu Kräften. Der denkt nun: „Früher war ich krank, leidend, schwerkrank, und die Nahrung bekam mir nicht, und ich hatte keine Kraft im Körper. Jetzt bin ich von dieser Krankheit genesen, die Nahrung bekommt mir, und ich habe wieder Kraft im Körper.“ Darüber freute er sich und wäre fröhlich gestimmt.*

So wie dem Magenkranken die Nahrung gar nicht bekommt, er sie immer wieder ausstößt und keine Kraft durch sie gewinnt, so gibt es für den normalen Menschen, der seine Anliegen, die „Hungerleider“, in der Welt „ernähren“ will (erste Hemmung), dauernd Erlebnisse, die ihm gar nicht bekommen, die ihm völlig widerstreben, die ihn ärgerlich, bekümmert, zornig machen und ihn dann reizen, mehr oder weniger rück-

sichtslos diese ihm unlieben Erlebnisse abzuweisen oder sich ihnen zu entziehen. Und dadurch wird er nur noch unglücklicher.

Aber nun, wenn er zeitweilig frei ist von der Gewöhnung, andere abzulehnen, und von der daher kommenden Rücksichtslosigkeit und Nächstenblindheit, da merkt er erst, welcher Krankheit er entronnen ist. Nun werden die Begegnungen viel sanfter, viel „bekömmlicher“. Er fühlt sich seelisch gesundet und darüber so froh, wie nur ein von schwerer Krankheit Genesener sich wohlfühlt, dem nun alle Nahrung bekommt – ein Gleichnis dafür, dass keine Begegnungen ihn mehr abstoßen und ihn darum keine Wahrnehmung dazu bringen kann, ablehnend und rücksichtslos zu sein.

*Die dritte Hemmung:*

*Er hat träges Beharren im Gewohnten verworfen. Frei von Trägheit verweilt er, die beschränkte Weltperspektive durchbrechend, die erhellende Freiheit von Beengung wahrnehmend, klarbewusst reinigt er das Herz von trägem Beharren im Gewohnten.*

*Es ist, wie wenn ein Mann im Gefängnis gebunden ist. Eines Tages wird er von diesen Banden befreit. Der denkt nun: „Früher war ich im Gefängnis gebunden. Jetzt bin ich von diesen Banden befreit.“ Darüber freute er sich, wäre fröhlich gestimmt.*

Dieses Gleichnis lässt deutlich erkennen, was mit der Aufhebung dieser dritten Hemmung im Menschen vor sich geht – aber richtig nachempfinden kann es nur, wer es zeitweilig erfährt.

Der in die Heilsströmung Eingetretene hebt die dritte Hemmung dadurch auf, dass er die gewohnte Auffassung, als ein sterblicher Mensch hier in der Welt zu leben, übersteigt, indem er sich bewusst wird, dass jenes aus den fünf Zusammenhäufungen gesponnene geistige Gewölk eine Täuschung ist, die den beschränkenden Eindruck eines sterblichen Ich in



der Welt hervorruft. Er hat das Zusammenspiel der fünf Zusammenhäufungen, die Ich und Welt vorgaukeln und im ununterbrochenen, sich gegenseitig bedingenden Entstehen und Vergehen unsterblich sind, als täuschenden Wahn erkannt, und er hat ferner durchschaut, dass sein Wissen um diese Tatsache zur Bildung jener Weisheit geführt hat, die von oben her diese fünf Zusammenhäufungen nach und nach lichter, heller, dünner, zarter macht bis zur vollständigen Auflösung. Dabei hat er erfahren, dass auf diesem Weg das Wahnerlebnis seines sterblichen Ich in der Welt immer nebelhafter und nebensächlicher wird. Diese Entwicklung ist zugleich die Aufhebung der dritten Hemmung. Er erfährt bei sich, dass man das Erlebnis des natürlichen Menschen, ein sterbliches Ich in der Welt zu sein, durchbrechen, übersteigen und überwinden kann. Das erfüllt ihn mit jenem gewaltigen, wohltuenden Freiheitsgefühl, das auf der Ebene sinnlicher Wahrnehmung mit der Erleichterung dessen verglichen werden kann, der aus einem dunklen Kerker entlassen wird.

*Die vierte Hemmung:*

*Er hat Erregbarkeit, geistige Unruhe verworfen. Unerregten Gemütes verweilend, beruhigten Gemütes, reinigt er das Herz von Erregbarkeit und geistiger Unruhe.*

*Es ist, wie wenn ein Mann Sklave ist, nicht über sich selbst bestimmen kann, von anderen abhängig, nicht gehen kann, wohin er will. Der wird eines Tages aus der Sklaverei befreit, kann über sich selbst bestimmen, ist unabhängig von anderen, kann als freier Mann gehen, wohin er will. Der denkt nun: „Früher war ich Sklave, konnte nicht über mich selbst bestimmen, war von anderen abhängig, konnte nicht gehen, wohin ich wollte. Jetzt bin ich aus der Sklaverei befreit, kann über mich selbst bestimmen, unabhängig von anderen, kann als freier Mann gehen, wohin ich will.“ Darüber freute er sich, wäre fröhlich gestimmt.*

Je öfter einer durch das dunkle Gewölk der dritten Hemmung, durch die gewohnte banale Daseinssicht hindurchstößt zum Anblick der wahren Freiheit, um so schmerzlicher empfindet er es, dass er immer wieder in das Gewölk hinabsinkt. Nun erst, da er das Bessere erkennt, wird ihm das Geringere, in dem er zu sein gewohnt war und an das er auch noch durch die Bande der Gewöhnung gebunden ist, peinlich. Jedes Mal, wenn ihm die Aufhebung der dritten Hemmung gelingt und er im Anblick der Freiheit von Begrenzung und Untergang verweilt, dann denkt er: „Dies ist das wahre Leben, so soll es immer sein. Die entsetzliche Todesperspektive will ich endgültig verlassen.“ – Aber sein Gemüt ist noch mehr oder weniger besetzt von den vielfältigen vordergründigen Maßstäben und Gewichten, die die jahrzehntelange sinnliche Wahrnehmung einer vordergründigen Todeswelt ihm eingegeben hat. Er reinigt es nur allmählich davon.

Aber nun, da er um die Freiheit und das Todlose weiß, empfindet er die Gebundenheit an die vielfältige Unruhe der weltlichen Gedanken wie eine Sklaverei. Der fast zwangsläufige Gang der geistigen Assoziationen, der an die Ich-bin-Vorstellung gebundenen Gedankenwege mit den daraus kommenden Erregungen vollzieht sich ganz gegen seinen Willen. Er kann ihn wohl einige Zeit hemmen, aber dann setzt sich die gewohnte geistige Vielfalt wieder durch. „Kehricht“ nennt der Erwachte die Geistesinhalte, die aus der normalen sinnlichen Wahrnehmung zusammengefeigt wurden. Weil dort Erregendes erfahren wurde, darum kann der damit erfüllte Geist erregt werden. Als Kehricht erkennt ein solcher seinen Weltgeist. Aber es dauert seine Zeit, bis er sich davon befreit hat.

Der Erwachte wählt für diese Hemmung das Gleichnis eines Sklaven, der nicht die Wege seiner eigenen Interessen gehen darf, sondern im Dienst seines Herrn hin und her laufen, Besorgungen und Arbeiten verrichten muss. So wie ein Sklave nach der Pfeife seines Herrn tanzen muss und in seinen eigenen Angelegenheiten stark behindert wird, so empfindet der Übende erst nach dem befreienden Erlebnis des Heraustretens

aus der beschränkenden Perspektive sein Zurückfallen in die gewohnten sinnlichen Gedankenassoziationen als Versklavung durch die vielfältigen erregenden Gedanken und Vorstellungen, die aus seinem Triebehaushalt aufkommen. Gelingt es ihm aber wieder, aus dem Nest der gewohnten Gedanken hinauszusteigen, dann fühlt er sich als freier Mensch, unbehindert durch seine Triebe. Dann ist er froh wie einer, der aus weltlicher Sklaverei entlassen ist.

*Die fünfte Hemmung:*

*Daseinssorge, Daseinsbangnis hat er abgetan. Frei von Daseinssorge und Daseinsbangnis verweilend, fraglos geworden über die Entwicklung zum Heil, reinigt er das Herz von Daseinssorge, Daseinsbangnis.*

*Es ist, wie wenn ein Mann mit Hab und Gut auf einem gefährlichen Weg durch die Wildnis unter Entbehrungen und Gefahren unterwegs ist. Eines Tages kommt er in die Geborgenheit seines Heimatortes, entgangen der Gefahr. Der denkt nun: „Vorher war ich mit Hab und Gut auf einem gefährlichen Weg durch die Wildnis unter Entbehrungen und Gefahren unterwegs. Nun habe ich diesen schweren Weg hinter mir, ich bin in der Geborgenheit meines Heimatortes, entgangen der Gefahr, habe keinen Verlust an meinem Vermögen erlitten.“ Darüber freute er sich und wäre fröhlich gestimmt.*

Die Aufhebung dieser fünften Hemmung bedarf für einen Nachfolger der Lehre, der die bis hierher genannten verschiedenen Übungen gründlich vollzogen hat und durch diese zu einem ganz anderen Lebensstatus gekommen ist – keiner besonderen Übung mehr. Die Daseinsunsicherheit, Daseinsbangnis, die Sorge über den weiteren Lebensweg auch jenseits des Todes – das alles ist auf dem Weg dieser Übungen immer mehr gewichen. Er hat an sich eine fortschreitende Wandlung erfahren. Schon die der Aufhebung der fünf Hemmungen vorangehenden Übungen – die durch Tugendübung erworbene hochherzige Gesinnung, die durch die Zügelung der Sinnes-

dränge erworbene innere Selbstständigkeit und Unabhängigkeit und die fortschreitende Reinigung des Herzens von allen das Endliche, das Sterbliche betreffenden Gedanken und Vorstellungen haben aus ihm ein Wesen gemacht, das mit dem vorigen Status nicht mehr vergleichbar ist. In diese Entwicklung brachte die mit der letzten Übung genannte Aufhebung der fünf Hemmungen geradezu den letzten Glanz.

Er hat erfahren können, dass er durch die Befreiung von der Sinnensucht wie von Darlehen und Schuldenlast frei geworden und zu großem Reichtum gelangt ist, dass er durch die Befreiung von kleinlicher Empfindlichkeit unverletzbar geworden, durch keinen Schicksalsschlag treffbar geworden ist, dass er durch seine erworbene Fähigkeit sehr bald wieder über alle weltlichen, im Rahmen des endlichen Körperlebens verbleibenden Vorstellungen hinausschreiten, alle Horizonte sprengen und den Gesamtzusammenhang der Existenz sehen kann. Und endlich erlebt er, dass sein Denken nicht mehr dauernd unwillkürlich von unerkannten inneren Wellen gerissen und gelenkt wird, sondern still und sicher seiner Führung folgt.

Wie kann ein solcher noch Daseinsunsicherheit empfinden, von Daseinsbangnis bewegt sein? Er ist allen Gefahren entronnen, er lebt rein aus sich selbst. Was der Wanderer – nach dem Gleichnis für die Daseinsbangnis – an jenem Tag erlebt, an dem er sich in der Nähe seiner Heimat in der Sicherheit sieht, das ist von nun an für endgültig der Zustand dessen, der sich bis hierhin entwickelt hat. Darüber sagt ein Mönch:

*Vorbei ist aller Bangnis Angst.  
Der Meister hat Todlosigkeit gezeigt.  
Wo nimmer Raum für Bangnis ist,  
auf solchen Wegen folgt der Mönch. (Thag 21)*

So ist die fünfte Hemmung als Folge der Aufhebung der anderen vier Hemmungen wie von selber aufgelöst, dahingeschwunden. Sie lebt von den vier vorangehenden Hemmungen und kann nicht leben, wenn die vier aufgehoben sind.

Dadurch aber, dass sich nun die letzten, leisesten Schwaden endlichen Dichtens und Trachtens verzogen haben so wie die letzten Nebel aus dem blauen Himmel, da ist es nur ein unmerklicher Schritt, von hier aus der Welt für kürzere oder längere Zeit vollständig zu entrücken.

### Weltlose Entrückungen

*Nachdem er diese fünf Hemmungen als schwächende Trübungen des Gemütes vielfach erfahren hat, verweilt er abgelöst von sinnlichem Begehren, abgelöst von allen heillosen Gedanken und Gesinnungen in stillem Bedenken und Sinnen. Und so tritt die aus innerer Abgeschiedenheit geborene Entzückung und Seligkeit ein, der erste Grad weltloser Entrückungen.*

*Nach Vererbung auch des Bedenkens und Sinnens verweilt er in innerem seligem Schweigen, in des Gemüts Einigung. Und so tritt die von Sinnen und Bedenken befreite, in der Einigung geborene Entzückung und Seligkeit ein, der zweite Grad weltloser Entrückung.*

*Mit der Beruhigung auch des Entzückens lebt er oberhalb und außerhalb von allem sinnlichen Wohl und Wehe in unverstörtem Gleichmut klar und bewusst und in einem solchen körperlichen Wohlsein, von welchem die Heilskenner sagen: „Dem in erhabenem Gleichmut klar bewusst Verweilenden ist wohl.“ Ein solcher gewinnt den dritten Grad der weltlosen Entrückungen.*

*Nachdem er über alles Wohl und Wehe hinausgewachsen ist, alle frühere geistige Freudigkeit und Traurigkeit völlig gestillt hat und in einer über alles Wohl und Wehe erhabenen Gleichmutsreine lebt, da erlangt er die vierte Entrückung und verweilt in ihr.*

Hier wird mit den Entrückungen die schönste Frucht aus dem mit der bisherigen Übungsreihe beschriebenen geistigen Anstieg des Übenden genannt. Der Zustand, der durch Überwindung der fünf das Gemüt trübenden, den Klarblick verhin-dernden Hemmungen eintritt – ein für den normalen Menschen ungeahnter klarer, erhabener Zustand – erlaubt erst jene verschiedenen Übungen, welche auf geraden Wegen zur voll-kommenen Erlösung, zum Nirvāna, hinführen. Alle vorher genannten Übungen waren ein mehr oder minder schmerzli-ches, mühsames Sichhindurchquälen durch den Dschungel der seelischen Zerrungen, durch das Gewölk der unterschiedlichen Gemütsverfassungen. Aber alle jene Übungen haben dazu geführt, dass nun die fünf Hemmungen aufgelöst werden kön-nen und damit erst die Basis des letzten fruchtbaren Strebens erreicht wird.

Die Entrückungen sind unerlässlich auf dem Weg zum Heil. Der Erwachte vergleicht in anderen Reden (M 57, M 16) den seligen Zustand der Entrückungen, durch welche die Her-zenseinigung immer mehr vertieft und gereinigt wird, mit der Entwicklung eines jungen Vogels im bebrüteten Ei.

Der Embryo im Ei ist noch nicht Vogel, ist erst in der Ent-wicklung zum Vogel begriffen und ist sich seines Vogelseins noch nicht bewusst. Mit der Vollendung des Vollendeten wird erst das spätere Ausschlüpfen des ausgereiften Vogels vergli-chen. Erst wer solcherart „ausgeschlüpft“ ist, der kann den Vollendeten durch und durch erkennen, weil er selbst durch und durch ebenso ist. – Die Entrückungsgrade vergleicht der Erwachte mit dem fortschreitenden Ausbrüten des Eies, wo-nach dann erst die einzelnen Durchbrüche des gereiften Vo-gels durch die Eierschale möglich werden (Gleichnis für die drei Weisheits-durchbrüche).

Die vier fortschreitenden Entrückungsgrade bewirken fort-schreitende Entfernung und Entfremdung von dem Welterleb-nis, in welchem der normale Mensch ganz wohnt und ertrinkt. Wenn jemand einen in der Entrückung befindlichen Menschen dasitzen sehen würde, der mit offenen Augen nichts sieht, mit

offenen Ohren nichts hört, der von sich und der Umgebung nichts weiß, dann könnte ihm dieser wie eine Leiche vorkommen. Aber wenn er in den Gesichtszügen des Entrückten das stille Leuchten einer überweltlichen Seligkeit oder gar einer stillen Erhabenheit erkennt, dann mag ihm eine Ahnung kommen, dass es ein Oberhalb unseres Weltlebens gibt, ein Oberhalb, das wohl erst das „eigentliche Leben“ sei, wo Ängste und Sorgen, Mühsal und Tod keinen Raum haben.

Der Erwachte versteht die gesamte Heilsentwicklung als eine große dreistufige Entwicklung, bei welcher der Übende auf jeder Stufe zu einer völlig anderen Daseinsstruktur gelangt.

Die erste Entwicklungsstufe geschieht innerhalb des uns vertrauten Begegnungslebens durch „Tugend“. Es ist die Entwicklung vom gewöhnlichen Menschen, der sich von seinen Trieben bewegen und veranlassen lässt, ihre Befriedigung anzustreben, zu einem Menschen, der hauptsächlich das Wohl der mit ihm Lebenden, der ihm Begegnenden anstrebt in Mitempfinden, Fürsorge, Schonung, Nachsicht und Großherzigkeit. In dieser Entwicklung kommt er zu einer anderen Gefühlsart: Neben das Befriedigungsgefühl durch die Lust am Genuss des jeweils Begehrten – ein Gefühl, das von Befriedigung zu Befriedigung eine kurze Lust ist, der bald wieder Misshmut und neue Befriedigungssuche folgt – tritt das seelische Wohlgefühl, das durch die Teilnahme am Schicksal des Du aufkommt, dessen Schädigung man unmittelbar auch als eigene Schädigung empfindet und dessen Förderung, Entspannung, Erhellung man auch unmittelbar als eigene Entspannung, Förderung, Erhellung empfindet. Die Entwicklung dieses Gefühls, das aus der Einbeschließung alles Lebendigen zu einem einzigen und ganzen Leben erwächst – das ist die erste der drei großen Entwicklungsstufen auf dem Weg des Menschen zum Heilsstand.

Ist diese Entwicklung bis zu ihrem Ende oder bis beinahe zu ihrem Ende gelangt, dann beginnt die zweite Entwicklungsstufe durch den Übergang vom Begegnungsleben zu der oben

beschriebenen Entrückung vom Welterlebnis, zu dem ganz anderen, in dem nicht Ich und nicht Du erfahren wird, nicht Körper und nicht Welt, nicht Raum und nicht Zeit, in dem nur selige Ruhe ist.

Was diese Abwesenheit von „Schicksal“ mit allen verborgenen und offenen Sorgen bedeutet, ist nicht beschreibbar. Aber der Jubel aller Großen dieser Erde aus den verschiedenen Kulturen, die diese Entrückung erfahren haben, gibt ein Zeugnis, das den Leser und Hörer geneigt macht, anzunehmen, dies erst sei das wahre Leben.

Auch in dieser Lebensform gibt es ein allmähliches Ausreifen eben in jenen vier Entrückungsstufungen. Jede Stufe ist um Grade ruhiger und seliger und ferner der endgültig überwundenen Begegnungsweise.

Aus dem Raum der christlichen Mystik sagt einer, der diese Entrückungen ebenfalls erfahren hat, *Ruisbroeck*:

*Was einst fern war, ist nahe nun geworden,  
tief unter uns liegt alle Zeitlichkeit,  
und hoher Jubel tönt im freien Geiste!*

Fern waren Ruisbroeck einst diese Weltentrückungen, von welchen er als junger Mönch schon gehört hatte, die er lange anstrebte und endlich gewann. Sie sind ihm nahe geworden, er lebte in dieser weltlosen, wandellosen, zeitlosen Seligkeit immer mehr und konnte nun sagen: „*Tief unter mir ist alle Zeitlichkeit*“ – die Zeitlichkeit, welcher wir ausgeliefert sind und an deren Ende wir den Tod fürchten, während jene Mystiker schon zu Lebzeiten des Körpers von ihm ganz und gar entwöhnt sind, ihn vergessen haben; denn wo diese Seligkeit ist, da ist kein Körper; und wo ein Körper als Ich empfunden wird, da ist diese Seligkeit nicht. Das ist das Übersteigen des Sinnenlebens.

Diese weltbefreiten Entrückungen, die der vom Erwachten unbelehrte Mystiker der anderen Kulturen für den Endzustand, für die „selige Ewigkeit“ hält, benutzte der Erwachte, der Buddha, als Schritte und Stufen zur Entwicklung, zur wahren Vollkommenheit.



Nachdem diese Weltentwöhnung sich im vierten Entrückungsgrad zur vollkommenen Gleichmutsreine entwickelt hat, zur Vollendung des *samādhi*, da beginnt nun der Übergang zur dritten und letzten Entwicklungsstufe: Es beginnt nach dem Gleichnis des Erwachten der Durchbruch und Ausschluß des Kükens durch die Eischale zum Leben. So wie das Küken erst nach dem Durchbruch das Empfinden hat zu leben, so auch beginnt nun ein Erleben völlig anderer Art, ein Erleben, das dem normalen westlichen Menschen so fern ist, dass er an eine solche Möglichkeit gar nicht denkt. Dieses Erleben führt zu dem endgültigen Loslassen der letzten Leidensmöglichkeiten, der letzten Endlichkeiten und Wandelbarkeiten und ermöglicht das vollkommene Heil:

### Die drei Weisheitsdurchbrüche

#### *1. Weisheitsdurchbruch:*

*Nachdem sein Herz solcherart geeint, geläutert, gereinigt, fleckenlos, trübungsfrei, sanft, fügsam, frei von Willkür, vollkommen still geworden ist, da richtet er es auf die erinnernde Erkenntnis früherer Daseinsformen:*

*So kann er sich an manche verschiedene frühere Daseinsform erinnern: als wie an ein Leben, dann an zwei Leben, dann an drei Leben, dann an vier Leben, dann an fünf Leben, dann an zehn Leben, dann an zwanzig Leben, dann an dreißig Leben, dann an vierzig Leben, dann an fünfzig Leben, dann an hundert Leben, dann an tausend Leben, dann an hunderttausend Leben.*

*Dann an die Zeiten während mancher Weltenentstehungen, dann an die Zeiten während mancher Weltenvergehungen, dann an die Zeiten während mancher Weltenentstehungen – Weltenvergehungen.*

*„Dort war ich, jenen Namen hatte ich, jener Familie gehörte ich an. Das war mein Stand, das mein Beruf, solches Wohl und Wehe habe ich erfahren. So war mein Lebensende.*

*Dort verschieden, trat ich anderswo wieder ins Dasein: Da war ich nun, diesen Namen hatte ich, dieser Familie gehörte ich an. Dies war mein Stand, dies mein Beruf, solches Wohl und Wehe habe ich erfahren, so war mein Lebensende.*

*Da verschieden, trat ich hier wieder ins Dasein“: So erinnert er sich mancher verschiedenen früheren Daseinsform mit je den karmischen Zusammenhängen und Beziehungen.*

Wer die Weltlosigkeit in der weltbefreiten Entrückung erlebt hat, der hat damit die in der gesamten sinnlichen Wahrnehmung unmögliche und undenkbbare Erfahrung gemacht, dass die Weltlosigkeit nicht als das gefürchtete Nichts, sondern als selige Befreiung und Freiheit von Kommen und Gehen, ja, von aller Endlichkeit und Verletzbarkeit erlebt wird. Von dieser Erfahrung her erkennt er, dass innerhalb der sinnlichen Erfahrung nie Unverletzbarkeit und Unsterblichkeit sein kann, sondern immer nur Wechsel und Wandel des sinnlosen Kreislaufs zwischen der Täuschung von Beständigkeit und Leiden. Groß und frei wird ein in der Erfahrung der weltlosen Entrückungen gebadeter Geist gegenüber der gesamten Welterscheinung; klein und nichtig wird ihm alles Erschienene. Von einem solchen Geist gilt, wie der Erwachte es ausdrückt: *Uneingepflanzt verharrt er, und nichts in der Welt ergreift er mehr. (M 10)*

Durch die vorangehende Reinigung und Abwendung vom Welterlebnis ist sein Herz nun *geeint, geläutert, gereinigt, fleckenlos, sanft, fügsam und ohne Willkür, vollkommen still*. Und mit diesem Herzen, frei von Weltlichkeit, vermag er nun Dinge zu sehen, die seine Weisheit zur Vollendung bringen.

Die Rückerinnerung ist aber keine Vision, kein Sehen überweltlicher Dinge, die etwa anderen Dimensionen angehören, sondern sie hat ganz den Charakter der Erinnerung. Wenn wir uns an irgendeinen Vorgang von gestern oder vorgestern erinnern, dann „sehen“ wir ihn auch wieder im Geist, aber nicht wie ein Bild außerhalb, sondern als das Wiederauftauchen einer früheren Einprägung. Dasselbe geschieht bei der rückerinnernden Erkenntnis früherer Daseinsformen. Indem wir diese Vorgänge im Geist sehen, da wissen wir, dass es wirklich so war – wir „erinnern“ wieder, wie wenn ein Mensch sich plötzlich erinnert, dass er gestern unterwegs einen bestimmten Bekannten getroffen und mit ihm ein besonderes Problem besprochen hatte – und wie er mit der Erinnerung sogleich weiß, dass das ja so war, dass es ihm nur entfallen war – ganz ebenso weiß, wer sich der früheren Daseinsformen erinnert – zunächst das jüngst vergangene Erleben, dann die weiteren – dass dies ja tatsächlich so war, dass er es nur vergessen hatte, vergessen hatte durch den Wust der groben sinnlichen Erlebnisse, der angenehmen und unangenehmen, die ihn seit seiner jüngsten Geburt teils entzückt und teils abgestoßen hatten. Nun aber, von all diesem Gewölk befreit, ist ihm jede Vergangenheit so nahe wie die Gegenwart. Nun sieht er erst, wie lange er schon wanderte, dass er schon immer wanderte, dass kein Anfang zu sehen ist.

Die Übersetzer sagen meistens, dass er sich „vergänger Daseinsformen“ erinnert, und für das normale Verständnis des westlichen Menschen muss man auch so übersetzen. Aber wörtlich spricht der Erwachte von „früheren Wohnungen“. So finden wir in der indischen wie auch in der gesamtorientalischen Lyrik immer wieder den Vergleich mit dem Daseinspilger, der jeden Abend eine andere Herberge findet, einmal eine gute, einmal eine schlechte, – schreckliche und beglückende, herrliche und entzückende Herberge. Man gerät nicht zufällig in die gute oder in die schlechte, sondern je nach dem, wie das Herz, der Charakter, das Wesen auf dieser Wanderung unter den Einflüssen der Erlebnisse und je nach der denkerischen

Verarbeitung der Erlebnisse dunkler oder heller geworden ist, gemeiner oder edler.

Bei der Rückerinnerung an ungezählte Leben geht es um Lebenserfahrungen in vielfältigen Dimensionen. Die Rückerinnerung sprengt alle Grenzen und Horizonte. Unsere sinnliche Wahrnehmung errichtet um uns eine Mauer. Die Mauer hinter uns verbirgt alles, was vor der Geburt war; wir können nicht durch sie hindurchblicken. Die Mauer vor uns bedeutet den Tod, über sie hinaus können wir nicht blicken. Mit der Rückerinnerung aber verschwinden alle Mauern und Barrieren. Der sich Rückerinnernde sieht zunächst mit großer Verwunderung sein voriges Leben und ist nicht nur verwundert darüber, dass er da Dinge sieht, die er vorher nie geahnt hat, sondern auch verwundert darüber, dass er dieses alles, das er jetzt wieder erinnert, vergessen konnte.

Die Geburt seines jüngsten Körpers hatte er so ganz natürlicherweise als seinen Anfang, als sein persönliches Entstehen empfunden. Jetzt aber sieht er, dass er sein vorheriges Dasein nur vergessen hatte und mit dem neuen Körper anfang wie bei einem neuen Anfang.

Aber noch mehr offenbart die rückerinnernde Erkenntnis früherer Daseinsformen und erweitert damit Wissen und Kenntnis des Erfahrenden über alle Maßen: Er sieht sich nicht nur in den menschlichen Lebensformen aller Grade und Arten, sondern er sieht sich ebenso ungezählte Male in unendlich vielfältigen anderen Daseinsformen: in übermenschlichen Formen, angefangen von solchen, die den menschlichen weitgehend ähneln, bis zu solchen von vollständiger Unvergleichbarkeit in Seligkeit, Lebensdauer und Lebensumständen oberhalb des Menschentums – und er sieht sich ebenso in untermenschlichen Daseinsformen, angefangen von solchen, die den menschlichen weitgehend ähneln, bis zu solchen von vollständiger Unvergleichbarkeit an Entsetzen, an Lebensdauer und Lebensumständen. Er sieht sich in Himmeln und Höllen aller Grade, in Entzücken und Entsetzen aller Grade, in Leichtigkeiten und Erschwernissen, in Helligkeiten und Dunkelhei-

ten, in Heiterkeiten und Beklemmungen, in Seligkeiten und Qualen.

Er sieht auch, wie er oft in den jeweiligen Leben versäumte, sich diejenigen Dinge anzueignen, die sein späteres Leben hätten erhöhen, erhellen, erweitern und vergrößern können. Während er seit undenkbaren Zeiten auf der Wanderung ist, alle Leiden schon unendliche Male erlitten hat, alle Hoffnungen schon unendliche Male gehegt hatte und alle Enttäuschungen schon ungezählte Male hat durchmachen müssen – in jedem neuen Leben weiß er nichts davon. Immer wieder fängt er in neuen Leben mit einem neuen Körper an, aber sein Charakter, sein gesamtes inneres Gewolle mit Gier und Hass, mit Neid und Hochmut und Geltungsdrang, mit Mitleid und Sehnsucht nach dem Größeren läuft in jedem neuen Leben so, wie er es in den vorherigen Leben unwissend unter dem Einfluss irgendeiner Weltanschauung nach und nach gebildet hat. Das ist das, was der Erwachte unter Wahnwissen (*avijjā*) versteht.

In der Rückerinnerung erfährt er die ununterbrochene Kette seines Wirkens und die ununterbrochene Kette der an ihn auf Grund dieses Wirkens herantretenden Ereignisse und Begegnungen – da er von ihnen nicht mehr freudig oder leidig bewegt und erschüttert wird – mit völliger Klarheit. Und da seine heilig-nüchterne Aufmerksamkeit keinen Augenblick unterbrochen ist, so erfährt er nun in der Erinnerung auch alle jene tieferen, verborgeneren aktiven und passiven Erlebnisse, die er früher nicht beachtet hatte. Dabei erkennt er mit einer bisher noch nicht erlebten Kontinuität, wie alle seine früheren Gedanken, Worte und Taten entstanden waren als Reaktionen auf die an ihn herangetretenen Erlebnisse, die freudigen und leidigen, in der Begegnung mit Wesen und Dingen. Und er erfährt, dass durch dieses reaktive Denken, Reden und Handeln auch wieder die folgenden Erlebnisse mit den Wesen und Dingen in ihrer freudigen oder leidigen Qualität gebildet wurden, die wiederum das Erleben von Reaktionen der Umwelt hervorriefen – und so fort in endlosem Zusammenhang.

So erkennt, wer sich der vergangenen Leben erinnert: Je mehr das Unwissen über die Bedingungen für helleres und dunkleres, glückliches und schmerzliches Leben zunimmt, um so mehr auch nehmen Gier und Hass zu mit daraus folgendem Elend und Entsetzen. Je mehr aber das Unwissen über die Bedingungen für helleres und dunkleres, glückliches und schmerzliches Leben abnimmt, um so mehr auch nehmen Gier und Hass ab, und um so mehr weicht die mit Gier und Hass gegebene Blendung, und um so mehr nehmen infolge davon auch Elend und Entsetzen ab.

So erfährt er in rückerinnernder Schau die Bestätigung einer der Hauptaussagen des Erwachten, dass Gier, Hass, Blendung die Wurzel des Elends und Leidens sind. Er sieht, dass sein endloser Wandel durch die zahllosen Leben nichts anderes war als ein Pendeln zwischen einer Zunahme von Gier, Hass, Blendung in endlosem Auf und Ab ohne endgültige Auflösung, ohne Ausweg.

Er sieht in rückerinnernder Schau, dass dieses Begehren, Hassen und diese Blendung, die Gesamtheit der die Wesen bewegenden Triebe, der durchgehende Grundzug ist, der, wenn durch den Fortfall des Leibes das eine Leben beendet wird, sich wieder einen neuen Leib schafft, ihn aber – wenn auch äußerlich in neuer Form – doch nach der alten Weise handeln lässt: neue Erfahrungen und Belehrungen werden aufgenommen, ein neuer Geist wird gebildet. Aber die alten Triebkräfte, das alte Begehren, Hassen und die Blendung lenken und bewegen die neue Form in den neuen äußeren Umständen.

Er sieht, dass alle Erlebnisbereiche – auch die erhabenen formfreien – ebenso wie der Bereich des hiesigen menschlichen Lebens, wie geistige Gespinste sind, wie tiefe, selbstvergessene Träume, gesponnen aus den jeweiligen Qualitäten des Begehrens und Hassens. Er sieht, wie er in „vergangenen Zeiten“, befangen in dem jeweiligen Gespinnst durch all sein Denken, Reden und Handeln, bereits spann und knüpfte für die späteren Wahngespinnste, in denen befangen, er wiederum zu

leben währte. Und so sieht er, dass die endlose Existenz ein unendliches Fließen von Träumen, von Wahnträumen, von lichten und dunklen, ist, eine Kette von Schmerzen und Qualen, Freuden und Verzückungen, Ängsten und Hoffnungen im ständigen Wechsel, die aneinandergereiht sind ohne Anfang – ohne Anfang.

Im nachträglichen erinnernden Anschauen aber ist er nicht mehr befangen und gefangen in diesen Gespinsten, denn er steht nun auf dem unbegrenzten Hintergrund und Untergrund, den er durch das Erlebnis der weltlosen Entrückungen kennengelernt hat, abseits aller Grenzen und Formen im Unendlichen. Er sieht, dass jedes vergangene Leben eine Befangenheit in einem der selbstgesponnenen Netze war und ein Unwissen um die endlose Wiederholung dieser endlichen Netze. Das Nichtwissen dieses Tatbestandes war die Bedingung für das unendliche Hinauf und Hinab im Hellerwerden und Dunklerwerden ohne Anfang – ohne Anfang – so erkennt er jetzt.

Er blickt jetzt mit seinem klaren, blendungsfreien Herzen auf diese Lebensträume ganz ebenso wie ein aus dem Schlaf Aufgewachter auf seinen nächtlichen Traum; dabei erkennt er, dass nicht ein Ich träumt, sondern dass das „Ich“ selber geträumt ist; das Ich ist ein Inhalt, ein Produkt der Träume, ist eine Blendung, eine Täuschung aus Gier und Hass und kann deshalb nicht mehr bestehen, wenn Gier und Hass aufgelöst sind. Jeder Lebenstraum war ein unterschiedlicher Grad von Unwissen, Unkenntnis und Verblendung, durch welchen unterschiedlicher Durst entstand, unterschiedliches Geneigtsein, unterschiedliches Begehren und Lechzen nach diesem und jenem. Er sieht, dass dieser durch Gier und Hass und Blendung bedingte, immer wieder sich wandelnde Durst die Motorik und Steuerung ist innerhalb der gesamten Existenz. Der Durst ist das den Tod Überdauernde, „Wiederdasein-Säende“. Wenn ein Leib fortfällt, eine menschliche, eine übermenschliche oder eine untermenschliche Erscheinungsform, dann springt der innewohnende Durst über und ergreift unter den aus dem früheren Sinnen und Erwägen gewebten Traumle-

bensschleiern denjenigen, der seiner gegenwärtigen Beschaffenheit zugänglich ist, der ihm am meisten entspricht. So erscheint, vom Durst ergriffen und aufgebaut, das jener Lebens-ebene entsprechende Werkzeug als Werkzeug des Durstes, aus Begehren und Verlangen geschaffen, um die tausendfältig ersehnten Befriedigungen zu ermöglichen.

So erkennt er, dass Geburt und Tod nur ein Wechsel ist zwischen den Formen (und vorübergehenden Formfreiheiten), wie die Nacht ein Wechsel ist zwischen zwei Tagen in unendlicher Wiederholung von Imaginationen in allen Wandlungsmöglichkeiten.

Durch diese Rückerinnerung ist der Mönch in seiner geistigen Potenz über alle uns vorstellbaren Maße hinausgewachsen. Er blickt anders auf Welt und Dasein als der Mensch. Und dann nennt der Erwachte den

*Zweiten Weisheitsdurchbruch:*

*Nachdem sein Herz solcherart geeint, geläutert, gereinigt, fleckenlos, trübungsfrei, sanft, fügsam, frei von Willkür, vollkommen still geworden ist, da richtet er es auf die Erkenntnis des Verschwindens-Erscheinens der Wesen.*

*So kann er mit dem feinstofflichen Auge, dem gereinigten, über menschliche Grenzen hinausreichenden, die Wesen dahinschwinden und wiedererscheinen sehen, gemeine und edle, schöne und unschöne, glückliche und unglückliche. Er kann erkennen, wie die Wesen je nach dem Wirken wiederkehren: „Diese lieben Wesen sind freilich in Taten dem Schlechten zugetan, in Worten dem Schlechten zugetan, in Gedanken dem Schlechten zugetan. Sie tadeln Heiliges, achten Verkehrtes, tun Verkehrtes; bei der Auflösung des Körpers nach dem Tod gelangen sie auf den Abweg, auf schlechte Fährte, zur Tiefe hinab in untere Welt.*



*Jene lieben Wesen sind aber in Taten dem Guten zugetan, in Worten dem Guten zugetan, in Gedanken dem Guten zugetan, tadeln nicht Heiliges, achten Rechtes, tun Rechtes; bei der Auflösung des Körpers nach dem Tod gelangen sie auf gute Fährte in selige Welt.“*

Wo ein solcher um sich herum Wesen sieht, die hohen und die menschnahen Götter, die Menschen und Tiere der unterschiedlichsten Art und die untermenschlichen Geister, da sieht er auch deren Kommen und Gehen, ihr fortgesetztes Geborenwerden, Altern und Sterben und Wiedergeborenwerden. Er sieht durch die Schale, die uns allein sichtbare, hindurch das eigentliche, das geistige Triebwerk, das, was die Körper bewegt und einsetzt zum Tun und Lassen, zu guten und üblen Taten. Er sieht im sogenannten Tod die Schale zerbrechen, das Triebwerk in einer Form, die seiner Qualität entspricht, heraussteigen und dort wieder Schale anlegen, wo es hingehört nach seinem Wesen. Dieser Anblick ist dem so Gewachsenen so selbstverständlich, wie wenn er – nach einem Gleichnis des Erwachten – mit dem irdischen Auge die Wesen die Häuser verlassen sieht, die Straßen überqueren und in andere Häuser eintreten sieht, und andere Wesen, ohne in Häuser einzutreten, die Straße entlangwandern sieht.

Auch aus dem Bereich der christlichen Erfahrung liegen viele Berichte über das Verschwinden-Erscheinen der Wesen, über die Sicht in die jenseitigen Folgen diesseitigen Wirkens vor.

*Seuse-Suso*, ein christlicher Mystiker (1295-1385), berichtet von sich selbst (er spricht von sich in der dritten Person) unter der Überschrift „*Von mancherlei Gesichtern*“<sup>128</sup> wie folgt:

---

<sup>128</sup> Deutsche Schriften von Heinrich Seuse, Inselverlag 1924, S.21

*In denselben Zeiten hatte er gar oftmals Gesichte von künftigen und verborgenen Dingen. Und es ließ ihn Gott, soweit es denn sein konnte, klar erkennen, wie es im Himmelreich und in der Hölle und im Fegefeuer aussieht. Gewöhnlich erschienen ihm viele Seelen, wenn sie von dieser Welt geschieden waren, und taten ihm kund, wie es ihnen ergangen sei, womit sie ihre Buße verschuldet hätten und wodurch man ihnen helfen könne oder wie ihr Lohn von Gott sei ...*

*Sein eigener Vater, der ganz besonders der Welt Kind gewesen war, erschien ihm bald nach seinem Tode und zeigte in einem jammervollen Bilde sein schreckliches Fegefeuer, auch, wodurch er es allermeist verschuldet hatte, und sagte ihm, wie er ihm helfen solle. Und das tat er. Er zeigte sich ihm danach und sagte ihm, dass er davon befreit worden sei.*

*Seine selige Mutter, durch deren Herz und Liebe Gott Wunder wirkte zu ihren Lebzeiten, erschien ihm auch in einem Gesichte. Sie zeigte ihm den großen Lohn, den sie von Gott empfangen hatte. Desgleichen geschah ihm von unzählig vielen Seelen; hieraus schöpfte er Freude, und es gab ihm oft einen vorbildreichen Halt bei der Lebensweise, die er damals führte.*

Ebenso berichtet ein anderer christlicher Mystiker, *Jan von Ruysbroeck*, über solche Erfahrungen.

In den Lehrreden (D 18 u.a.) wird berichtet, wie der Erwachte über Mönche und Nonnen, über Anhänger und Anhängerinnen nach ihrem Tod aussagt, welchen weiteren Weg sie genommen haben entsprechend ihrer Entwicklungsrichtung und was sie noch erreichen werden.

Der Erwachte gibt solche Auskünfte nur auf Befragen und mit Zurückhaltung, und zwar hauptsächlich dann, wenn viele derjenigen, zu denen er spricht, den Abgeschiedenen kannten. Indem sie vom Erwachten hören, dass der Betreffende mit der ihnen so und so bekannten inneren Wesensart und äußeren Verhaltensweise und Bemühung jetzt nach dem Tod irgendwelche höheren Daseinsformen oder die völlige Versiegung

aller Wollensflüsse/Einflüsse erreicht hat, gewannen sie noch mehr Impulse, dem Betreffenden nachzueifern.

Aus dem immer umfassender werdenden Durchblick durch die Existenz und aus der daraus hervorgehenden Universalität des Geistes erwächst nun die Erlösung wie von selber. Man kann sich vorstellen, mit welchen Empfindungen der so weit Gewachsene sich nun von seiner Vergangenheit für immer löst und wie er diese als einen schweren, schweren Alpdruck abtut, endgültig hinter sich lässt. Das ist es, warum die Vollendeten sich als Ärzte bezeichnen, die von der Daseinskrankheit im Samsāra-Leiden endgültig befreit sind. Es sind die letzten und höchsten Einsichten, die den Mönch zu dem führen, was der Erwachte als den dritten Weisheitsdurchbruch beschreibt:

*Dritter Weisheitsdurchbruch:*

*Nachdem sein Herz solcherart geeint, geläutert, gereinigt, fleckenlos, trübungsfrei, sanft, fügsam, frei von Willkür, vollkommen still geworden ist, da richtet er es auf die Erkenntnis der Versiegung aller Wollensflüsse / aller Einflüsse:*

*„Das ist das Leiden“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist die Leidensursache“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist die Leidensauflösung“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist der zur Leidensauflösung führende Pfad“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das sind die Wollensflüsse / das sind die Einflüsse“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist die Ursache der Wollensflüsse / der Einflüsse“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist die Auflösung der Wollensflüsse / der Einflüsse“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist der zur Auflösung der Wollensflüsse / der Einflüsse führende Pfad“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß.*

*So erkennend, so sehend, wird das Herz erlöst von allen Wollensflüssen / allen Einflüssen durch Sinnes-*

*eindrücke, durch Daseinswahrnehmung, durch letzte Wahneindrücke.*

*Wenn es erlöst ist, dann ist das Wissen: „Es ist erlöst. Beendet ist die Kette der Geburten, vollendet der Reinheitswandel, getan ist, was zu tun war. Jetzt gibt es kein Nachher mehr.“*

Der hier beschriebene dritte Weisheitsdurchbruch allein ist es, durch welchen der Mönch endgültig erlöst ist, ein Geheilter, Genesener ist, der von keinerlei Erlebensmöglichkeiten mehr getroffen, beeinflusst, bewegt und gerissen werden kann, dessen Wesen der Erwachte mit einem Diamanten vergleicht, der bekanntlich nach alter Auffassung unzerstörbar ist. Das ist ein Gleichnis für den Heilsstand. Die Geheilten haben das Samsāra-Gesetz, dem wir unterliegen, aufgehoben, sind davon frei, weil sie sich abgelöst haben von den fünf Zusammenhäufungen.

Das zeigt der Erwachte in einem anderen Gleichnis (D 2): Ein Alpensee mit all seinem Inhalt – Muscheln, Sand, Fische und anderes Getier – gilt für die Existenz, gilt für den Samsāra mit all seinen Stationen, mit den höchsten Geistern, Göttern, Menschen, Tieren, Dämonen, kurz: er gilt für die fünf Zusammenhäufungen. Wir alle sind in diesem Samsāra-See. Aber der Geheilte wird verglichen mit einem Mann, der am Ufer des Sees steht, unerreichbar von dem Wasser. Er häuft keine Zusammenhäufungen mehr zusammen, er ‘hat’ keine fünf Zusammenhäufungen. Über allem stehend, sieht der Geheilte, dass er einem geistigen Wahngespinnst erlegen war, solange er den Wahn nicht durchschaute und sich deshalb den angenehmen Bildern hingeeben hatte und darum von den unangenehmen schmerzlich betroffen wurde. Durch die Hingabe hatte er sich hineingewebt, wurde verletzbar, wurde verletzt. – Jetzt ist er aus diesem Alptraum erwacht und sieht, dass das, was er für lebendiges Leben und Erleben gehalten hatte, von ihm selbst Gesponnenes ist. In diesem Anblick ist er endgültig aus

dem Daseinswehe herausgestiegen, ist in keiner Weise mehr treffbar. Er hat das Todlose erlangt. – Man kann über diesen Zustand, über das Nirvāna, nicht viel sagen. Aber man kann vielleicht durch ein Gleichnis eine Annäherung versuchen:

Ein Mann war lange in einer Fabrikhalle, in der schwere Stanzen und Fallhämmer dröhnen, Fräsmaschinen und Stahlsägen kreischen; dann verlässt er die Halle durch die Tür zum Schreibmaschinensaal. Indem er sie hinter sich schließt, empfindet er trotz der Geräusche der Schreibmaschinen zunächst eine wohltuende Ruhe. Bleibt er aber längere Zeit in dem Schreibmaschinensaal, dann empfindet er diesen Aufenthalt nicht mehr als wohltuende Ruhe, sondern steht ihm gleichgültig gegenüber. Wie sehr geräuschvoll, wie lärmvoll auch der Schreibmaschinensaal noch ist, kann er erst dann wissen und beurteilen, wenn er die lautereren Geräusche des dröhnenden Fabrikraumes vergessen, sich ihrer entwöhnt hat und geringere Geräusche oder gar volle Stille kennt. Wenn er den Schreibmaschinensaal verlässt, die Tür hinter sich schließt, aus dem Haus in einen stillen, sonnigen Garten eintritt, wo er nichts anderes hört als ein fernes leises Glockenläuten, dann wird ihm deutlich bewusst, wie geräuschvoll auch der Schreibmaschinensaal war, und er empfindet diese jetzige Situation als wahrhaft friedvoll und ruhig. Wenn er nun seinen Geist und sein Herz noch ganz befreit von Hetze und Umtrieb, von weltlichem Sorgen und Bekümmern, wenn er in dieser friedvollen Landschaft immer beruhigter und ruhiger wird, dann merkt er in dieser tiefen inneren Stille immer mehr den silbernen Klang der fern läutenden Glocken. Er mag diesen Ton, da er so viel gröbere Geräusche erfahren hat, zunächst als besonders wohltuend empfinden. Aber wenn dann auch noch jener ferne Glockenhall verklungen ist, dann erfährt er erst, was wahre Stille ist; er erfährt, dass auch der feinste und leiseste Ton doch immer ein Ton ist, ein Andrang ist, dass er Berührung schafft, dass durch ihn Innen und Außen, Bewegung und Erregung entsteht. Und er merkt nun, dass erst in der vollkommenen Stille auch vollkommener Friede ist und dass der vollkomme-

ne Friede eine größere Wohltat ist als auch die leiseste Bewegung und Beunruhigung.

Ebenso wie dieser Mann den Übergang von dem dröhnenden Fabrikraum zum Schreibmaschinensaal als wohltuend empfunden hatte, so auch empfindet der Mensch im Vorwärtsschreiten auf dem Läuterungsweg durch zunehmendes Wohlgefühl zunehmende Wohltat. Und ebenso wie der Mann, der aus dem Schreibmaschinensaal in die nur durch das Glockengeläut unterbrochene Stille des sonnigen Gartens eintretend, eine große Wohltat empfand, so auch empfindet der Mensch, der auf dem Läuterungsweg zum Erlebnis der weltlosen Entrückungen und zum Erlebnis der Weisheit durchgestoßen ist, eine Erhöhung und Erhellung seines Gefühls, die unvorstellbar wohltuend ist. – Aber ebenso wie jener Mann die letzte Beruhigung erst erfährt, Frieden erst empfindet, nachdem auch der ferne Glockenton verhallt ist, so auch empfindet der Weise das Erlöschen des Daseinsbrandes als wahren Frieden.

Er merkt, dass Existenz in jeder Form ein Überdecken des ungewordenen und unveränderlichen Nirvāna ist, als ob Wolken sich vor den klaren, unendlichen Himmel schoben oder die Stille durch Geräusche überdeckt würde. Er merkt: Das Nibbāna entsteht nicht, sondern bleibt übrig, wenn alles Bedingte fortfällt. Er ist über alles dürstende Ersehnen und Verlangen hinausgewachsen; sein Durst ist versiegt. Zur Erhaltung des Leibes tut er, was notwendig ist. Wenn Hausleute und andere Mönche seiner bedürfen, dient er mit nie versagendem Rat und Zuspruch. Zu den anderen Zeiten aber verweilt er frei von Aktivität, allein in innerer Gelassenheit und Unangelegenheit, im Ungewordenen, jenseits aller Gewordenheiten und Wandelbarkeit, im Unerregbaren, Unerschütterlichen und Unzerstörbaren.

Er weiß, dass dieses Heile, diese vollkommene Stille, die jetzt noch zeitweilig unterbrochen wird durch die – nur noch unbetroffen registrierten – Bedürfnisse des Leibes und andere von außen herantretende Anforderungen nach dem Wegfall

des Leibes endgültig gewonnen ist und nie mehr verloren gehen kann.

Das ist das Endziel der Läuterung.

Das ist die vollendete Heiligkeit.

Das ist das Heil.

Nun ist dieser Geheilte dem Erwachten in der Erlösung gleich geworden. Nun kennt er den Zustand des Geheiltseins.

*Den heißt man, Hausväter, einen Menschen, der weder Selbstquäler noch Nächstenquäler ist, der sich weder eifrig müht, sich selber noch andere zu quälen, der ohne Selbstqual, ohne Nächstenqual schon in diesem Leben gestillt ist, erloschen, heiter geworden, Wohl empfindend, triebfrei im Herzen.*

*Nach dieser Rede sprachen die brahmanischen Hausleute von Sālā zum Erhabenen: „Vortrefflich, Herr Gotamo, vortrefflich, Herr Gotamo! Gleichwie etwa, Herr Gotamo, als ob man Umgestürztes aufstellte oder Verborgenes enthüllte oder Verirrten den Weg wies oder ein Licht in die Finsternis hielt: „Wer Augen hat, wird die Dinge sehen“, ebenso auch ist von Herrn Gotamo die Lehre gar vielfach gezeigt worden. Und so nehmen wir bei Herrn Gotamo unsere Zuflucht, bei der Lehre und bei der Gemeinde der Heilsgänger: als Anhänger möge uns Herr Gotamo betrachten, von heute an zeitlebens getreu.*

Wir sehen, dass der Erwachte bei dieser Wegweisung bis zum Nibbāna wie in vielen anderen Gesprächen mit Hausleuten keine Rücksicht nahm auf die beschränkten Möglichkeiten der im Haus Lebenden, sich ausschließlich der inneren Läuterung hinzugeben, sondern den im Hause Lebenden den vollständigen Weg bis zum Heilsstand nannte, wie er ihn den Mönchen empfahl.

So mancher der im Haus Lebenden, der, wie in dieser Lehrrede geschildert, Anhänger des Erwachten wurde, mag diese klare Wegweisung im Geist und Herzen bewegt haben und mag später in der Sehnsucht nach Überwindung allen Leidens, das Hausleben aufgegeben haben, um den Weg unabgelenkt von äußeren Pflichten und Verlockungen „Punkt für Punkt erfüllen“ zu können. So mag der einstmalige Hörer dieser Lehrrede des Erwachten ohne Selbstqual, aber in konsequenter Übung und gestützt auf den damaligen Orden, die Hilfe der bereits Triebversiegten und der in gleicher Richtung Strebenden, der Heilsgänger, die Triebversiegung, die Freiheit von allem Leiden erreicht haben.



RÄHULOS ERMAHNUNG  
61. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Vorbemerkung

In dieser Lehrrede belehrt der Erwachte Rāhulo, seinen Sohn, der mit acht Jahren in den Orden aufgenommen wurde. Der Leser dieser Lehrrede merkt, dass der Erwachte mit einem jungen, wenn auch sehr reifen Menschen spricht. Was er sagt, ist sehr einfach und bildhaft, in einer Weise, dass man sich das Gesagte leicht merken und wiederholen kann.

Wir sollten uns nicht an den häufigen Wiederholungen stoßen, die wegen der Einfachheit des Gesagten in dieser Lehrrede besonders auffallen. Wenn wir einmal aufmerksam beobachten, was für Gedanken uns im Lauf eines Tages durch den Kopf gehen, wie oft wir bestimmte Gedanken wiederholen und zusätzlich die Qualität dieser Gedanken beobachten, die wir dauernd wiederholen, dann sehen wir, dass wir diese mindestens so oft wiederholen, wie in den Lehrreden wiederholt wird, dass wir aber häufig seichte, sinnlose, ja sogar schädliche Gedanken immer wiederholen. Da ist es natürlich viel besser, gute Gedanken, wertvolle, hilfreiche Gedanken, die Geist und Charakter fördern, häufiger zu bedenken, zu wiederholen.

Auch wissen wir, dass es immer wieder Zeiten gibt, in denen wir nicht recht wissen, was wir tun können, und in denen wir keine Kraft zum selbstständigen Bedenken haben. Wenn man für solche Zeiten Lehrredentexte hat, die man durch die vielen Wiederholungen leicht auswendig behalten kann, dann ist der Geist auf Heilsameres gerichtet als auf das, was üblicherweise zu einer Zeit aufkommt, in der man sich seinen Gedanken überlässt. Der normale Mensch denkt hauptsächlich an äußere Dinge, an die dauernd wechselnden Formen, Töne, Düfte, Säfte, Tastbarkeiten. In den Lehrreden geht es darum, die Aufmerksamkeit auf innere Vorgänge zu richten, die inne-

ren Motive zu betrachten, unsere Neigungen, unsere Eigenschaften.

Die äußere Welt, die wir erleben mit Freunden und Feinden, mit Krieg und Frieden, mit Reichtum und Armut ist nur Spiegelbild unserer inneren Qualitäten. Wer wollte schon, wenn er im Spiegel ein unrasiertes Gesicht sieht, dann den Spiegel rasieren. Das würde keinem Menschen einfallen. Er weiß: Um zu erreichen, dass im Spiegel ein sauberes Gesicht zu sehen ist, muss er dieses Gesicht rasieren. So selbstverständlich, wie wir das wissen, müssen wir auch wissen, dass die äußere Welt nur Spiegelbild des Inneren ist. Wenn ich das Äußere verändern will, muss ich das Herz, die Triebe, die Neigungen, den Charakter ändern. Wenn ich mich zum Guten ändere, entsteht zwangsläufig eine gute Welt. Die Wurzel der Welt ist das Herz.

Ein anderes Bild: Wer wollte, wenn er einen Baum größer haben wollte, auf eine Leiter steigen und an den Ästen ziehen! Um das Wachstum des Baums anzuregen, sorgt der Gärtner für Nahrung an den Wurzeln. Die Arbeit an den Wurzeln des Erlebens ist die Arbeit am Charakter, an den Trieben. Wenn wir die Aufmerksamkeit auf den Charakter, auf die Triebe richten, dann merken wir, dass die Triebe sich nicht wie alles andere von selbst verändern. Der Kinderleib wird größer, stärker, wenn man ihn ernährt, gelangt auf die Höhe der Kraft und wird dann schwächer ohne unser Zutun. Nicht aber ist es so mit den Trieben. Sie bleiben unendlich bestehen, wenn sie nicht durch denkerische Bewertung, durch Betrachtung, wie es in unserer Lehrrede heißt, verändert werden. Wenn man dieses Gesetz durch das Beobachten und den Umgang mit den Trieben kennen gelernt hat, dann weiß man, dass es gar keinen Tod gibt, solange Triebe treiben; nur der Fleischleib vergeht.

In unserer Lehrrede macht der Erwachte Rāhulo auf ein schlimmes leidbringendes Übel, auf die Nichteinhaltung der vierten Tugendregel, trügerische Rede, aufmerksam und lenkt danach seine Aufmerksamkeit auf durchgängiges tugendhaftes

Verhalten durch Beobachtung seiner Taten, Worte und Gedanken.

Die vierte Tugendregel des Erwachten lautet:

*Trügerische, verleumderische Aussagen über Worte oder Taten anderer hat er verworfen, der Verleumdung widerstrebt sein Wesen. Die Wahrheit spricht er, der Wahrheit ist er ergeben, standhaft, vertrauenswürdig, ohne von weltlichen Interessen bewegt zu verleumden oder zu täuschen.*

Das Pāli-Wort, das wir mit „trügerischer, verleumderischer Rede“ übersetzen, heißt in Pāli *musā-vāda* (*musati* = verraten, täuschen, betrügen), wird aber meistens mit „Lüge“ wiedergegeben. Dass diese Übersetzung zu blass und darum falsch ist, sehen wir an dem sonstigen Gebrauch des Pāliwortes „*musā*“ als Täuschung, Trug durch die Sinnesdränge:

#### Der Trug durch die sinnliche Wahrnehmung

Der Erwachte erläutert, dass durch jede Berührung der fünf im Körper inkarnierten Sinnesdränge der von ihnen erfahrene Gegenstand (Form, Ton usw.) und die Gefühlsantwort der Triebe zusammen als Wahrnehmung in den Geist eingetragen werden. Die Dränge in den Sinnesorganen sind nur dann befriedigt, wenn sie von solchen Dingen berührt werden, auf die sie aus sind, und sind abgestoßen, wenn etwas anderes ankommt als sie wünschen. Befriedigungsbedingte Zuneigung und durch Missfallen bedingte Abneigung, diese Gefühlsurteile der Triebgeschmäcke sind eine Entstellung und Verzerrung der Erfahrungen, die solcherart subjektiv gefärbt, als Wahrnehmung in das Gedächtnis eingetragen werden. Darum bezeichnet der Erwachte die Wahrnehmung des normalen Menschen als Blendung, als Trug (*musā*), als Luftspiegelung, als Fata Morgana.

Trug, Wahn ist unser Eindruck, dass da ein Ich mit Materie, mit festen Gegenständen aller Art umgehe, obwohl wir

doch bei sachlicher Prüfung der lebenslänglichen Kette unserer Erlebnisse erkennen und zugeben müssen, dass ein Erlebnis nach dem anderen durch Wahrnehmung bewusst wird, also durch etwas Geistiges ganz wie im Traum, in dem wir auch in dem Wahn leben, ein Ich stehe einer realen Welt gegenüber. Während wir beim Erwachen - und das heißt ja beim Wechsel einer Bewusstseinslage in eine andere, und zwar in die größere, umfassendere, weil wir uns dort auch unseres vorherigen Traumes erinnern - dennoch zugeben müssen, dass all die Dinge, die wir vorhin glaubten, erlebt und erfahren zu haben und deretwegen wir vorhin Freude oder Ärger oder Sorgen erlebten, in der (jetzigen) Wirklichkeit gar nicht da sind. Wir kennen also zwei Dimensionen von sogenannter Wirklichkeit, deren Unterschied darin besteht, dass wir in der Traumdimension nichts von der Wachdimension wissen, aber in der Wachdimension auch von der Traumdimension wissen. Dadurch erscheint uns die Wachheitsdimension als die realere oder - nach allgemeinem, oberflächlichem Urteil - überhaupt als die reale.

Nun aber berichten alle Hochreligionen - und zwar tausendfältig erfahrungsbegründet - dass es noch eine erheblich wachere Wachheit gibt als die, in der wir tagtäglich außerhalb des Schlafes leben, und dass derjenige, der solche wachere Wachheit erfährt, ganz deutlich merkt, dass diese Dimension unendlich wacher ist als die der gewöhnlichen sinnlichen Wahrnehmung. Diese Entrückungen über die sinnliche Wahrnehmung hinaus werden von den Erfahrern als das Übersteigen aller Einbildungen und das Durchdringen zur Wahrheit und Wirklichkeit aufgefasst und beschrieben. Alle Erleber dieser Transzendierung formulieren übereinstimmend, dass sie nun erst die Blendung, die Täuschung durch die Sinnensucht in vollem Umfang erkennen. Dies erfuhr auch der Erwachte vor seiner Erwachung, und er berichtet, dass die Erfahrung des großen Wohls der Entrückungen alle noch in ihm vorhandene Sinnlichkeit auszulöschen vermochte, wodurch die Täuschung, der Trug (*musā*) durch das sinnliche Begehren schwand.

Ein Weg zu dieser Erfahrung wird in M 106 wie folgt beschrieben:

*In ununterbrochener rieselnder Veränderung befinden sich die gesamten Sinneserscheinungen, sie sind Schemen (tucchā - leer und ohne Substanz), trügerisch (musā), ein Blendwerk (māyākatam) ist das Ganze, der Toren Unterhaltung. Darum bedenkt der von mir belehrte Heilssucher bei sich immer wieder: „Was da die Sinneserscheinungen ‚dieser Welt‘ sind wie auch ‚jener Welt‘ und was die Sinneswahrnehmungen dieser Welt wie auch jener Welt sind, das ist beides Todesgebiet, ist des Todes Revier, wo der Mörder seine Köder auslegt und sich seine Beute holt. In diesem Bereich entwickeln sich die üblen Eigenschaften, wie Habsucht, Feindschaft und Streit, und diese würden den Heilssucher, der hier zu entrinnen sucht, gefährden. Wie wenn ich mit weitem, erhabenem Gemüt verweile, weltüberlegen, mit klarem Geist?*

*Wenn ich so mit weitem, erhabenem Gemüt verweile, so den Geist gerichtet halte, dann können diese üblen, heillosen Eigenschaften, wie Habsucht, Feindschaft und Streit, nicht bestehen. Sind sie aber aufgegeben, so wird mir das Herz nicht mehr dem Beschränkten nachgehen, wird in der Welt nichts mehr messen.“ - So beruhigt sich ihm das Herz.*

Die Beruhigung und Einigung des Herzens - das Schweigen der Sinnensucht - ist es, die den Fortfall der Ich-Umwelt-Spaltung bewirkt, wodurch der selige Friede weltloser Entrückungen erlebt wird. Einem solchen erscheint die ganze Vielfalt der Welt nicht mehr. In der Gleichmutsreine der vierten Entrückung ist alle Blendung, alle Einbildung und Täuschung von Welterscheinung fort, an die glaubend der Geist im Wahn lebt.

Wer sein Herz völlig gereinigt hat von allen Leidenschaften und Einbildungen, ist fähig zur Triebversiegung. Von der Sichtweise des Triebversiegten sagt der Erwachte (M 140):

*Dies ist die höchste Weisheit, den trügerischen Charakter der Blendungsdinge zu durchschauen und die Wirklichkeit des Truglosen, das Nibbāna, zu gewinnen.*

Es mag einer denken, der Geheilte habe nach seinem Tod die Welt verlassen, während er und alle anderen noch in der Welt geblieben sind. In den Lehrreden heißt es aber nicht etwa, dass der Geheilte sagt: „Ich verlasse jetzt diese Welt“, sondern es heißt: „*kein Nachher mehr*“. Es ist kein Erleben mehr, weil alle Triebe nach sinnlichen Eindrücken, nach Wahrnehmung von Form oder nach Wahrnehmung von Formfreiheit aufgehoben sind.

Der normale Mensch wird getäuscht durch das Vakuum der Triebe des Herzens, das Wahrnehmungen ersehnt. Wahrnehmungen sind nur eine Projektion der Triebe, sind selber hohl und leer, ohne Substanz, sind Täuschung, Betrug, so wie die Luftspiegelung (Gleichnis des Erwachten für die Wahrnehmung einer fernen Oase) aus Lichtreflexen in der Luft besteht, leer und kernlos ist, ohne Substanz, obwohl sie den Eindruck von festen Gegenständen macht. Und dieser Betrug verführt den Wahrnehmungssüchtigen durch das ganze „Leben“ hin, der Betrug ist es, der immer wieder Alter, Krankheit, Tod erleben lässt, so wie die Wanderer von der Luftspiegelung, den Lichtreflexen in der Luft, getäuscht werden – zu ihrem Schaden, zu ihrem Verderben.

Darum wird in den ersten Versen des Suttanipāta (Sn 9-13) der Nachfolger angewiesen, bei all seinen Wahrnehmungen zu bedenken:

*Dies Ganze gilt nicht wirklich,  
dies Ganze ist so nicht.*

Und in Sn 757:

*Der Mensch wird betrogen/getäuscht (musā) durch die veränderlichen trügerischen Eigenschaften/Dinge (musā-dhamma).*

Die Wesen aller zehn Stufen der sinnlichen Welt bis zu den höchsten Göttern sind, soweit sie nicht in der Heilsanziehung sind, schwer betrogen, ohne dass es einen Betrüger gibt, indem sie die Ursachen ihrer Leiden da zu sehen glauben, wo diese nicht sind, und dadurch in großer Gefahr leben: *In dunkler Nacht liegt diese Welt, klar sehen hier nur wenige. (Dh 174)*

Nur diejenigen Menschen, die den Stromeintritt gewonnen haben, den endgültigen Eintritt in die Heilsanziehung, so dass sie in absehbarer Zeit endgültig im Heilsstand sind, haben diesen Betrug, in dem der normale Mensch steht, so durchschaut, dass sie nicht mehr auf ihn hereinfliegen.

Die Verletzung der vierten Tugendregel:  
Trügerische Rede zum Schaden  
des anderen (*musā-vāda*)

So wie der Mensch betrogen ist durch seinen Wahn, außerhalb seiner selbst existierende Welt, aus der er Wohl und Wehe bezieht, „draußen“ sei der Feind, der überwunden werden müsse, so wird er darüber hinaus oft zusätzlich betrogen durch bewusst gewollte trügerische Aussagen anderer oder betrügt seinerseits andere. Es gibt also den Betrug durch die Sucht nach Wahrnehmung, wodurch der Leidenskreislauf erhalten bleibt, und es gibt den innerweltlichen Betrug durch trügerische Rede und betrügerisches Handeln.

Die Vermeidung trügerischer Rede, die auf Schädigung von Mitwesen abzielt, ist Inhalt der vierten Tugendregel, meistens zu blass mit „Lüge“ übersetzt. Bewusst etwas anderes zu sagen, als man weiß, ist Lüge. Das ist die logische Seite der Lüge. Lüge ist Unwahrheit, ist nie Wahrheit. Aber die Lüge hat auch eine moralische Seite, und diese ist gegeben durch die dahinter stehende Gesinnung. Die meisten Lügen geschehen aus der Absicht des Lügners, um irgendein Versäumnis oder eine unrechte Handlung oder eine Schwäche nicht offenbar werden zu lassen, zu verdecken, oder man lügt in dem Bestreben, gut angesehen zu werden, mit prahlerischer Übertreibung.

Solche Ausreden oder Übertreibungen schädigen oft weder den Belogenen noch irgendeinen Dritten. Es gibt auch Lügen aus Taktgefühl, aus Rücksicht auf andere und aus Mitleid, etwa wenn man einem Sterbenden nicht sagt, dass er bald sterben wird. Aber Lüge mit Betrugsabsicht zum Schaden anderer, das ist die schlimmste Form von Lüge, ist trügerische Rede. Die deutsche Sprache hat das Wortpaar „Lug und Trug“. Lüge bedeutet unwahre Rede, aber die üble Gesinnung, die Betrugsabsicht, um eigener Vorteile willen Mitwesen zu schädigen, macht eine Lüge zum Betrug. Und diese trügerische Rede zum Schaden anderer – das ist die Verletzung der vierten Tugendregel.

Wir lesen darüber in M 41 und 114, A X,176, A X,200, A III,28:

*Da spricht einer in trügerischer Absicht (musāvādī).*

*Wenn er von seinen Mitmenschen:*

*in der Versammlungshalle (vor Gericht),*

*unter den Leuten,*

*in der Familie,*

*in der Gilde, in der Zunft,*

*bei Hof*

*gefragt wird:*

*„Wohl denn, lieber Mann, was du in dieser Sache weißt, das sage“, da antwortet er, obwohl er nicht weiß: „Ich weiß“ oder obwohl er weiß: „Ich weiß nicht.“ Obwohl er nicht gesehen hat: „Ich habe gesehen“ oder obwohl er gesehen hat: „Ich habe nicht gesehen.“ – So macht er aus eigenem Interesse oder wegen eines anderen oder aus irgendeinem weltlichen Grund klarbewusst eine trügerische Aussage.*

Es geht also darum, dass einer, privat nach seiner Wahrnehmung befragt oder als Zeuge vernommen, mit seiner Aussage eine bewusst gewollte Irreführung betreibt, welche zu einer Schädigung, ja, Gefährdung jener dritten Person bis zu deren Verurteilung und gar Hinrichtung führen kann. Darüber wird



in den Reden gesagt (A V,78), dass der Richter (im alten Indien war es meistens der „König“), wenn er von einem solchen Betrug erfährt, dann vor allem den „falschen Zeugen“ selbst verurteilt, und zwar je nach dem Schaden des Betrugs bis zur Todesstrafe.

Bei einer Zeugenaussage geht es um Erkennen von Schuld oder Unschuld eines Angeklagten. Die Fragenden hängen an den Lippen des als „Zeuge“ Vernommenen, und dieser weiß, dass seine Aussagen das Schicksal des Angeklagten bestimmen, aber er setzt sich darüber hinweg, denkt nur an seinen Vorteil und redet bewusst zum Schaden des anderen, in trügerischer Absicht. - Auch in der Bibel ist unter den „Zehn Geboten Gottes“ nicht einfach von „Lüge“ die Rede, vielmehr heißt das 9.Gebot *Du sollst nicht falsch Zeugnis reden wider deinen Nächsten.* (2.Mose 20, Vers 16)

Trügerische Rede macht  
fruchtbares Mönchtum zunichte (M 61)

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Rājagaham, im Bambuspark, am Hügel der Eichhörnchen. Um diese Zeit aber weilte der ehrwürdige Rāhulo im Mangohag.*

*Als nun der Erhabene gegen Abend die Gedenkensruhe beendet hatte, begab er sich nach dem Mangohag, dorthin, wo der ehrwürdige Rāhulo sich aufhielt. Der ehrwürdige Rāhulo sah den Erhabenen von fern herankommen, bereitete einen Sitz vor und stellte Wasser zum Waschen der Füße bereit. Der Erhabene setzte sich auf dem vorbereiteten Sitz nieder und wusch sich die Füße. Und auch der ehrwürdige Rāhulo setzte sich, nach des Erhabenen Begrüßung, zur Seite nieder.*

*Der Erhabene ließ einen geringen Rest von Wasser in der Schüssel zurück und wandte sich an den ehrwürdigen Rāhulo:*

*Siehst du, Rāhulo, in der Wasserschüssel diesen geringen Wasserrest? - Ja, o Herr. - Ebenso gering ist, Rāhulo, das Asketentum derer, die, während sie über einen anderen bewusst eine trügerische Aussage machen, keine Scheu, keine Hemmung empfinden. -*

*Und der Erhabene goss den geringen Wasserrest aus und sprach zum ehrwürdigen Rāhulo: Siehst du, Rāhulo, dass dieser geringe Wasserrest ausgegossen ist? - Ja, o Herr. -*

*Ebenso ausgegossen ist, Rāhulo, das Asketentum derer, die, während sie über einen anderen Menschen bewusst eine trügerische Aussage machen, keine Scheu, keine Hemmung empfinden. -*

*Und der Erhabene kehrte die Wasserschüssel um und sagte zum ehrwürdigen Rāhulo: Siehst du, Rāhulo, dass diese Wasserschüssel kopfsteht? - Ja, o Herr. -*

*Ebenso kopfstehend ist, Rāhulo, das Asketentum derer, die, während sie über einen anderen Menschen bewusst eine trügerische Aussage machen, keine Scheu, keine Hemmung empfinden. -*

*Und der Erhabene kehrte die Wasserschüssel wieder um und fragte den ehrwürdigen Rāhulo: Siehst du, Rāhulo, dass diese Wasserschüssel hohl und leer ist? - Ja, o Herr. -*

*Ebenso hohl und leer ist, Rāhulo, das Asketentum derer, die, während sie über einen anderen Menschen bewusst eine trügerische Aussage machen, keine Scheu, keine Hemmung empfinden. -*

Wer da versucht, sich in Geist und Herz eines Menschen hineinzuendenken, der vor den Augen und Ohren eines Kreises von versammelten Menschen über einen anderen Menschen befragt, eine trügerische, verleumderische, schädigende bis vernichtende Aussage machen kann und dabei, während er so

spricht, auch nicht irgendwelche Hemmung oder Skrupel empfindet, der muss erschrecken oder mag gar bezweifeln, dass es das gibt. Schon im bürgerlichen Leben gilt eine solche unter Umständen über Ruf, Vermögen, Familienglück oder gar Leben und Tod eines anderen Menschen bestimmende bewusst gewollte trügerische, verleumderische Aussage als ein haarsträubendes Verbrechen, das im Volk ungeteilte Empörung auslöst. Aber ein Mönch befindet sich im Kloster, um den Reinigungswandel zu führen zu dem einzigen Zweck, den vollkommenen Heilsstand zu gewinnen. Wenn nun im schlimmsten Fall ein Mönch die klösterliche Stille dazu benutzen würde, immer wieder darüber nachzudenken, wie er einen anderen vielleicht verhassten Menschen durch eine falsche Aussage ausschalten könne - wenn er also mit solchem Dichten und Trachten und Vorstellen die stillen Besinnungsstunden des Tages ausfüllen würde -, dann würde er den im Kloster möglichen Läuterungswandel und Reinigungswandel ganz so, wie der Erwachte zu dem Mönch sagt, „auf den Kopf stellen“, also in sein Gegenteil umwandeln, denn durch solche „höllische Meditation“ würde er in Herz und Gemüt nur immer dunkler, kälter, rachsüchtiger und mörderischer nach dem vom Erwachten erkannten psychologischen Gesetz, das er so formuliert hat:

*Wie der Mensch häufig bedenkt und sinnt,  
so werden allmählich die Neigungen des Herzens (M 19),*

mit dem Ergebnis: so treibt es ihn dann zu tun. *Vom Geist gehen alle Dinge aus* - ist das vom Erwachten erkannte und genannte Grundgesetz für die Wandlung der Triebe. Der moderne Mensch ist kaum unterwiesen darüber, wie sehr, ja, wie ausschließlich der in dieses Leben mitgebrachte Charakter des Menschen, der verborgene, vielseitige Haushalt seiner Wunsch- und Wollensantriebe für sein Reden und Handeln, für sein Tun und Lassen an seinen Mitmenschen von der Geburt an ununterbrochen leise verändert wird im Guten wie im Schlechten allein durch sein denkerisches Erwägen - dass also

all die Antriebe, Neigungen und Dränge, die den Menschen zu Mord, Trug und Frevel oder aber zu hingebender Hilfsbereitschaft bis zur Selbstaufgabe bewegen, nichts anderes sind - nichts anderes sind - als die Summe der stillen Besinnungen und Erwägungen darüber, was man tun könnte, um aus schmerzlichen Erlebnissen heraus und zu angenehmen, erfreulichen, befriedigenden Erlebnissen hin zu kommen. Darum eben ist das klösterliche Leben von besonders intensivem Einfluss auf die charakterliche Bildung und Wandlung des Übenden - im Guten wie im Schlechten.

*Wer andere durch trügerische Rede  
schädigen kann, ist zu allem Üblen fähig*

Um Rāhulo die Verlorenheit - ja, den Weg in den Untergang - eines „von allen guten Geistern verlassenen“, zu Trug und Verleumdung neigenden Menschen deutlich zu machen, führt der Erwachte ihm nun das Bild eines Kriegselefanten vor Augen, der mitten im Kampf vielfach getroffen und nun durch zusätzliche schmerzlichste Verwundung außer sich geraten ist und wie von Sinnen in seinen Untergang rast - ein Verhalten, das den Indern der damaligen Zeit wohlbekannt war und ihnen ein Grauen verursachte.

*Gleichwie etwa, Rāhulo, wenn da ein königlicher Kriegselefant wäre mit Stoßzähnen so lang wie Wagendeichseln, von ausgewachsener Statur, hochgezüchtet und an Kampf gewöhnt. In der Schlacht würde er seine Aufgabe mit den Vorderfüßen und den Hinterfüßen erfüllen, mit dem Vorderleib und dem Hinterleib, mit dem Kopf und den Ohren, mit den Stoßzähnen und dem Schwanz, und doch würde er den Rüssel schonen. Dann weiß der Elefantenlenker: „Dieser königliche Kriegselefant mit Stoßzähnen so lang wie Wagendeichseln, von ausgewachsener Statur, hochgezüch-*

*tet und an Kampf gewöhnt, erfüllt seine Aufgabe in der Schlacht mit den Vorderfüßen und den Hinterfüßen, mit dem Vorderleib und dem Hinterleib, mit dem Kopf und den Ohren, mit den Stoßzähnen und dem Schwanz, doch schont er den Rüssel.“ (Er ist mit Umsicht beim Kampfeinsatz.) -*

*Aber wenn der königliche Kriegselefant mit Stoßzähnen so lang wie Wagendeichseln, von ausgewachsener Statur, hochgezüchtet und an Kampf gewöhnt, seine Aufgabe in der Schlacht mit den Vorderfüßen und den Hinterfüßen, mit dem Vorderleib und dem Hinterleib, mit dem Kopf und den Ohren, mit den Stoßzähnen und dem Schwanz erfüllt und auch den Rüssel einsetzt, dann weiß der Elefantenlenker: „Dieser königliche Kriegselefant mit Stoßzähnen so lang wie Wagendeichseln, von ausgewachsener Statur, hochgezüchtet und an Kampf gewöhnt, erfüllt seine Aufgabe in der Schlacht mit den Vorderfüßen und den Hinterfüßen, mit dem Vorderleib und dem Hinterleib, mit dem Kopf und den Ohren, mit den Stoßzähnen und dem Schwanz, aber er setzt nun auch den Rüssel ein (er achtet nicht mehr darauf, sein Leben zu schützen). Jetzt gibt es nichts, was dieser königliche Kriegselefant nicht tun würde.“*

*Ebenso, Rāhulo, gibt es für einen Menschen, der keine Scheu, keine Hemmung dabei empfindet, wenn er über einen anderen bewusst eine trügerische Aussage macht, nichts Übles, das er nicht zu tun fähig wäre.*

*Darum, Rāhulo, sollst du dich so üben: „Ich will nicht bewusst eine trügerische Aussage machen, nicht einmal im Scherz.“*

Der Erwachte spricht hier zuerst von der Kampfphase, in welcher der Elefant mit seinen starken Gliedmaßen den Kampf

noch ganz unter Einsatz seiner eigenen Umsicht und nach der Lenkung seines Reiters zum Verderben der Feinde fortsetzt. Bei solchen Kämpfen achtet der erfahrene Reiter trotz seiner eigenen Beteiligung am Kampf stets genau auf das Verhalten seines „Kameraden“, denn er weiß: Solange dieser Elefant in seinem ungehemmten Mut mit der Wucht und Gewalt aller Glieder seines massigen Körpers sein Werk verrichtet, aber seinen Rüssel zurückhält - so lange ist der Elefant noch mit aller Umsicht im Kampfeinsatz. Sobald er aber auch mit seinem Rüssel, dem empfindlichsten Organ seines Körpers, wild um sich schlägt, dann weiß der Reiter, dass der Elefant jetzt vor Schmerz wie wahnsinnig geworden ist. Er ist inzwischen von feindlichen Pfeilen gespickt und womöglich hat nun noch ein Pfeil ins Auge getroffen. Von einem so rasend gewordenen Elefanten sagt der Erwachte in unserer Rede, dass es nun nichts gäbe, was er nicht zu tun fähig wäre - das bedeutet also Chaos. Vom Pferd sagt man, „es ist scheu geworden und rennt in Panik davon“. Diese Panik endet wie der Amoklauf mancher Menschen mit dem Tod.

Die Pāliworte, die wir hier übersetzen mit „*Der Elefant achtet nicht mehr darauf, sein Leben zu schützen*“, heißen *jīvita pariccatta*, wörtlich „er hat sein Leben aufgegeben, zurückgelassen“. K.E. Neumann übersetzt „er hat sein Leben preisgegeben“. Er kann nicht mehr über sein Leben wachen, er ist „von Sinnen“, wahnsinnig geworden, bar aller Vernunft, was sich daran zeigt, dass er seinen Rüssel nicht schont, und es gibt nichts, was der Elefant nun nicht zu tun fähig wäre. Ebenso sagt der Erwachte von einem Menschen, der als Zeuge befragt, klarbewusst und ganz ohne Hemmung und ohne Scheu über einen anderen Menschen eine trügerische, schwer belastende bis vernichtende Aussage machen kann, dass es *nichts Übles gibt, das er nicht zu tun fähig wäre*.

Die Übersetzung „Der Elefant hat sein Leben preisgegeben“ erweckt den positiven Eindruck, als ob der Elefant nun alle seine adressierten Möglichkeiten zu Kampf und Verteidigung einsetzt. Doch wird der Elefant nicht dazu dressiert,

auch seinen Rüssel zum Kämpfen zu benutzen, wie aus folgendem Auszug aus „Brehms Tierleben“, 3.Aufl. Bibliogr. Institut 1891 Bd.3, S.15 u.16 hervorgeht:

*Der Rüssel ist für den Elefanten ein vorzügliches, zu mannigfaltiger Verwendung fähiges Werkzeug, das freilich am seltensten oder überhaupt nicht in der Weise benutzt wird, wie man es oft abgebildet sieht: z.B. beim Angriffe zum Erfassen des Gegners oder beim Heben schwerer Lasten oder zum Umbrechen großer Bäume. Nur ausnahmsweise wird mit ihm ein Schlag ausgeteilt oder nach einem Menschen gegriffen, und zwar auch dann sehr selten, wenn die Bändiger in der Umpfählung zwischen frisch eingefangenen und kampf lustigen Tieren umherschlüpfen. Der Rüssel ist ein sehr empfindlicher Körperteil; deshalb wird er bei allen Zusammenstößen und rauhen oder gefährlichen Verrichtungen sorgfältig in Acht genommen und zu diesem Zweck möglichst eng aufgerollt. Auf Grund vielfacher Beobachtungen versichert Sanderson ausdrücklich, dass der indische Elefant stets nur mit eng aufgerolltem Rüssel (Sperrung im Original) auf einen Gegner losgehe; über den afrikanischen teilt Selous uns brieflich mit: „Ich habe niemals einen Elefanten mit hochgehaltenem Rüssel (Sperrung im Original) angreifen sehen.“ Der Rüssel wird hauptsächlich gebraucht, um Futter zu ergreifen, Wasser aufzunehmen und beides in das Maul zu befördern, sowie zum Wittern und Tasten. Hat sich ein Elefant den Rüssel verletzt, so muss er, wenn er seinen Durst löschen will, in tiefes Wasser waten und in der gewöhnlichen Weise der Tiere trinken, während er mit dem gesunden das Wasser aufsaugt und sich in das Maul bläst. Mit ihm bricht er Astwerk ab, wohl auch schwache Bäumchen, aber gegen stärkere verwendet er den Fuß zum Drücken, und zum Schieben bedient er sich außerdem auch des Kopfteiles unterhalb der Augen, wo der Rüssel ansetzt. Im Rüssel hat auch der Tastsinn seinen bevorzugten Sitz, und zumal der fingerförmige Fortsatz an der Spitze wetteifert an Feinheit der Empfindung mit dem geübten Finger eines Blinden.–*

*S.23 Abs.2 (über den afrikanischen Elefanten): Allerdings kommt es vor, dass gereizte Elefanten sich auf ihre Verderber stürzen. Rasch und entschieden jedes Hindernis verachtend, stürzt sich zuweilen das wütend gewordene Geschöpf auf seine Angreifer, verfolgt diesen jedoch selten weit, sondern begnügt sich, ihn in die Flucht geschla-*

*gen zu haben und Herr des Feldes geblieben zu sein. Ungeachtet solcher Mäßigung vermeidet jedermann soviel wie möglich, es bis zu einem Angriffe seitens des Elefanten kommen zu lassen; denn dieser macht, wenn er wirklich in Zorn gerät... einen unauslöschlichen Eindruck auf den Menschen. Den Rüssel eingerollt, die Ohren etwas gelüpft, den Schweif im Kreise schwingend, stürzt er sich wild brausend auf seinen Feind.*

Dazu bemerkt *Fritz Schäfer*: Es scheint also so zu sein, dass selbst der angegriffene wütende Elefant in Notwehr den Rüssel wegen seiner besonderen Empfindlichkeit im Kampf eingerollt hält, so dass seine Preisgabe ein Zeichen von Wahnsinn wäre, das nur ganz selten vorkommt. Die besondere Empfindlichkeit der Rüsselspitze, deren Verletzung offenbar den Elefanten wegen unerträglicher Schmerzen „unzurechnungsfähig“ machen würde, während er sonst überall gut gepanzert ist, lässt es unwahrscheinlich erscheinen, dass man ihm ausgerechnet die Preisgabe des Körperteils, wo dieser „lebende Panzerwagen“ seine schwächste Stelle hat, adressieren sollte; das schiene mir nach obiger Lektüre, wie wenn man dem Panzerwagenkommandanten adressieren wollte, in der Schlacht den Kopf aus dem Turm des Panzers herauszustecken, und meinen würde, solange er das nicht täte, sei er noch kein richtiger Panzerkommandant, weil er sich schone.

So wie der Elefant durch den grellen Schmerz zugefügter Verletzungen seine Lebenserhaltung, den Schutz seines Rüssels völlig vergisst und, von aller Vernunft verlassen, zu Tode rast, so kann ein Mensch - aus Hass gegen eine angeklagte Person oder aus Angst vor eigenem Nachteil oder „Gesichtsverlust“ - die Sorge für seine Zukunft oder für die Ernte seines Wirkens in der anderen Welt völlig vergessen und sich mit trügerischer verleumderischer Rede, wobei er sich vielleicht noch über die Blindgläubigkeit der anderen belustigt, einen Untergang bereiten, der äußerlich ebenso unmerklich und unscheinbar wie in Wahrheit unermesslich ist: *Was hülfte es dem Menschen, so er die ganze Welt gewönne und nähme doch Schaden an seiner Seele.* Diese christlich formulierte Wahrheit kennt und versteht jeder Kenner des allen Vorgängen zugrundeliegenden Daseinsgesetzes: Die im Lauf eines Lebens ent-



wickelte Qualität des Herzens (*citta*) bestimmt nach dem „Tod“ - d.h. nach dem Ablegen des gegenwärtigen Körpers - die Qualität der Wiedergeburt, ob in untermenschlicher oder übermenschlicher oder wiederum menschlicher Form.

In einer anderen Rede (It 25) wird nicht nur zu einem Mönch, sondern zu jedem Menschen, auch dem im Hause Lebenden, gesagt:

*Wer sich einer bestimmten Übertretung schuldig macht, für den gibt es keine Übeltat, sage ich, die er nicht begehen könnte. Welche Übertretung ist das? Das ist trügerische Rede (musāvāda).*

*Wer gerader Haltung abgekehrt,  
gar trügerische Rede spricht,  
weil er nichts ahnt von anderer Welt,  
wird hemmungslos in üblem Tun. (= Dh 176)*

Aus der Qualität des Herzens gehen die Absichten hervor, die einer Rede zugrunde liegen: Rücksichtslosigkeit oder Fürsorge für die Mitwesen. Und um gute oder schlechte Absichten geht es bei der ganzen Wegweisung des Buddha und so auch bei der Rede. Wer rücksichtslos die Interessen anderer missachtet, gegen den steht später als Ernte seines Wirkens Rücksichtslosigkeit bereit: die Suppe, die man sich einbrockt, muss man auslöffeln.

Wenn man *musāvāda* mit „lügnerischer Rede“ übersetzen würde, träfe für viele Lügen die Aussage des Erwachten, dass die Verletzung der vierten Tugendregel zu jeder Übeltat fähig macht, nicht zu, wie etwa Lügen aus Rücksicht auf andere oder gar aus Mitempfinden und Fürsorge.

Ein Leser von „Wissen und Wandel“ berichtete uns folgenden Fall:

Eine ehemalige Königsbergerin erzählte mir vor kurzem: Im Februar 1945 (in den letzten Monaten des Krieges) sei sie bei etwa 40 Grad Kälte geflohen. An den Bäumen seien immer wieder deutsche Soldaten wegen Fahnenflucht aufgeknapft

worden. Es war ja damals jedem Denkenden klar, dass wir den Krieg nur noch verlieren konnten. Ein junger deutscher Soldat, der große Angst hatte, fragte sie, ob sie ihn mit auf ihren Wagen nehmen und verstecken könnte. Das tat sie. Kurz darauf wurde sie befragt, ob sie einen Soldaten mit dabei hätte. Sie verneinte es und rettete so dem jungen Menschen das Leben.

Die Lüge dieser Frau geschah aus Mitleid, und sie bewies großen Mut, weil sie gewärtig sein musste, dass sie, wenn die Häscher trotz ihres Leugnens selber nachgesehen hätten, dann wahrscheinlich ebenfalls mit dem Tod bestraft worden wäre.

Die moralische Seite, d.h. die Absicht der Schädigung des Nächsten oder der Rücksicht und gar Fürsorge spielt in dem moralischen Kodex des Buddha die Hauptrolle. Der Maßstab, den der Erwachte in seiner erfahrungsbegründeten Lehre anwendet, lässt erkennen, dass jede Redeweise, die aus übler Absicht zum Schaden anderer oder zu eigenem Vorteil geschieht - selbst wenn sie wahr ist -, erheblich folgenschwerer ist als manche Verlegenheitslüge, hinter welcher keinerlei üble Absicht, sondern oft sogar, wie eben beschrieben, Fürsorge steht und die auch weder für den Angesprochenen noch für andere Personen schädlich ist, sondern ihnen sogar das Körperleben retten mag. Dennoch wird der hochsinnige Mensch und der ernsthafte Nachfolger, der das vom Erwachten aufgezeigte Heilsziel begriffen hat und der die innere Kraft und Klarheit erfährt und empfindet, die von der Treue zur Wahrhaftigkeit ausgeht, immer entschiedener versuchen, die Wahrhaftigkeit hochzuhalten - wenn sie nicht die Mitwesen schädigt.

### Die weiteren Tugendregeln

Bei der knappen Nennung der fünf Tugendregeln (u.a. in M 81, 142, D 5, D 26, A V,174. A IV,61, A V,178, 179)

1. Nicht töten,
2. nicht stehlen,
3. nicht in andere Partnerverhältnisse einbrechen oder Minderjährige verführen,

4. nicht trügerisch reden,
5. keine berauscheden, die Vernunft und Selbstkontrolle-  
verhindernden Getränke und Mittel nehmen,

spricht der Erwachte nicht von der dahinter stehenden Absicht, der Gesinnung, aber um so mehr wird sie bei den zehn heilsamen Wirkensweisen genannt (M 9, 41, 114, D 23, A X,176 u.a.), in denen zusätzlich die Tugendregeln im Bereich der Rede noch erweitert aufgeführt sind:

*Lebewesen zu töten - das hat er aufgegeben. Dem Töten von Lebewesen widerstrebt sein Wesen. Ohne Stock, ohne Schwert, teilnehmend und rücksichtsvoll hegt er zu allen Wesen Liebe und Mitempfinden.*

*Nichtgegebenes zu nehmen - das hat er aufgegeben. Dem Nehmen des Nichtgegebenen widerstrebt sein Wesen. Gegebenes nur nimmt er, Gegebenes wartet er ab, nicht diebisch gesinnt, rein gewordenen Wesens.*

*Unkeuschen Wandel - das hat er aufgegeben. In Reinheit lebt er, abgeschieden, von dem weltlichen Geschlechtsverkehr ganz abgewandt.*

(Der Erwachte rät dem im Hause Lebenden zur zeitweisen Enthaltbarkeit. Er legt dem Nachfolger nahe, daran zu denken, dass die Mönche zeitlebens keusch leben, er solle wenigstens alle sieben Tage, am Uposatha-Tag, die Erfahrung der Keuschheit machen.)

*Trügerische, verleumderische Aussagen über Worte oder Taten anderer hat er verworfen, der Verleumdung widerstrebt sein Wesen. Die Wahrheit spricht er, der Wahrheit ist er ergeben, standhaft, vertrauenswürdig, ohne von weltlichen Interessen bewegt, zu verleumden oder zu täuschen.*

*Das Hintertragen hat er aufgegeben. Dem Hintertragen widerstrebt sein Wesen. Was er hier gehört hat, das berichtet er nicht dort wieder, um jene zu entzweien; was er dort gehört hat, das berichtet er nicht hier wieder, um diese zu entzweien; vielmehr einigt er Entzweite, festigt Verbundene. Eintracht*

*macht ihn froh, Eintracht freut ihn, Eintracht beglückt ihn, Eintracht fördernde Worte spricht er.*

*Verletzende Worte zu reden - das hat er aufgegeben. Dem Aussprechen verletzender Worte widerstrebt sein Wesen. Worte, die nicht verletzen, dem Ohr wohl tun, liebevoll, zum Herzen dringen, höflich, viele erfreuen, viele erheben - solche Worte spricht er.*

*Leeres Geschwätz hat er aufgegeben. Allem leeren Gerede widerstrebt sein Wesen. Zur rechten Zeit spricht er, den Tatsachen gemäß, auf den Sinn bedacht, der Lehre und Ordnung getreu. Seine Rede ist reich an Inhalt, klar abgegrenzt, alles umschließend, ihrem Gegenstand angemessen.*

Wir sehen, dass der Erwachte hier bei jeder Tugendregel die sie veranlassende Gesinnung nennt. Er empfiehlt also, nicht nur nicht zu töten,

sondern teilnehmend und rücksichtsvoll zu sein;  
nicht nur nicht Nichtgegebenes zu nehmen,

sondern Gegebenes abzuwarten, rein gewordenen Herzens;  
nicht nur unkeuschen Wandel aufzugeben,  
sondern in Reinheit zu leben;

(das gilt für Mönche immer, für Hausleute an den Upo-satha-Tagen)

nicht nur nicht trügerisch/verleumderisch zu reden,

sondern wahrhaftig, vertrauenswürdig, standhaft zu sein;  
nicht nur nicht zu hintertragen,

sondern an Eintracht Freude zu haben;

nicht nur nicht verletzend zu reden,

sondern wohlthuende, liebevolle, viele erfreuende, erheben-de Rede zu pflegen;

nicht nur nicht zu schwätzen,

sondern zur rechten Zeit zu sprechen, den Tatsachen ge-mäß, auf den Sinn bedacht, der Lehre und Ordnung getreu.

Wer sich um diese rechten Wirkensweisen bemüht, achtet also nicht nur auf sein Reden und Tun, sondern auf

liebevolle Gedanken,  
Bescheidenheit,  
Reinheit,  
Wahrhaftigkeit, Standhaftigkeit, Vertrauenswürdigkeit,  
Freude an Eintracht,  
liebevolle Worte,  
auf Zweck und Sinn bedachte Worte.

Außerdem werden als die letzten drei heilsamen Wirkensweisen genannt:

der Habsucht abgeneigt sein,  
Antipathie bis Hass abgeneigt sein,  
die rechte Anschauung erwerben.

Wegen der hier aufgezählten guten Gesinnungen, die u.a. Wahrhaftigkeit, Standhaftigkeit, Vertrauenswürdigkeit, also das Gegenteil von Unwahrhaftigkeit nennen, um die sich der ernsthafte Nachfolger zusätzlich zu seinem rechten Tun bemüht, ist auch die Ernte sehr anders als bei der bloßen Einhaltung der Tugendregeln im Tatbereich.

Die Übertretung der fünf Tugendregeln bezeichnet der Erwachte als fünf schreckliche Gefahren (A V,176), die zur Unterwelt führen. Daraus ergibt sich, dass die Innehaltung der fünf Tugendregeln den Gang in die Unterwelt versperrt. Es heißt (A V,176): Durch die Einhaltung der fünf Tugendregeln gelangen die Wesen auf gute Laufbahn, in himmlische Welt, und es heißt (D 23), dass sie dadurch sogar zu den Göttern der Dreiunddreißig gelangen können. -

Gleichviel ob einer Buddhist oder Christ ist oder einer anderen Religion angehört oder keiner – jeder, der diese fünf Verhaltensweisen einhält, geht in HELLERES. Hier schon lebt er mit weniger Spannungen, weniger roh, wenn er auch durchaus als Folge früheren Wirkens an rohe Menschen geraten kann. Aber wer die fünf Tugendregeln sein ganzes Leben bis zum Sterben einhält, der gelangt nach dem Tod zu solchen Wesen,

die das Rohe gar nicht mehr an sich haben, die ihm in der Einhaltung der Tugendregeln gleichen.

Auch bei der Übung in den zehn heilsamen Wirkensweisen heißt es, dass die Wesen dadurch auf gute Laufbahn gelangen, aber zusätzlich heißt es (D 23), dass den hohen Göttern, die sich um die zehn heilsamen Wirkensweisen bemüht haben, das Menschentum erscheint wie ein Jauchepfuhl: *Hundert Meilen weit treibt Menschengeruch die Götter hinweg*. Menschengeruch - das sind für die Götter mit heller, mitempfindender Gesinnung die üblen, dunklen Gesinnungen der Menschen, die sie veranlassen, ohne Rücksicht auf die Mitwesen ihre Wünsche zu erfüllen, oft durch Schädigung anderer. Der Gestank der üblen Herzensverfassung ist den Reinen Göttern unangenehm.

Hinzu kommt, dass die zehn heilsamen Wirkensweisen den Menschen, der sich mit Erfolg um sie bemüht, nicht nur aus dem größeren Leiden herausführen in Bereiche hoher, reiner Götter, sondern von dem weiteren Umlauf im gesamten Samsāra befreien können. Denn die zehnte heilsame Wirkensweise, die rechte Anschauung, zeigt gleich einem Wegweiser dem Menschen immer wieder auf, dass aus gutem Denken, guter Gesinnung auch gute Taten und damit helles erfreuliches Erleben hervorgehen und aus üblem Denken, übler Gesinnung üble Taten mit dunklem Erleben.

Durchgehende Selbstkontrolle:  
Taten, Worte und Gedanken  
vorher, während und nachher betrachten

Mit dem Gleichnis von dem wild gewordenen Elefanten, der nicht mehr an den Schutz seines Lebens denkt, hat der Erwachte das äußerste Extrem dessen gezeigt, der die Kontrolle über sich verliert, der aus dem augenblicklich überwältigenden Gefühl der Angst oder Wut oder Rache überhaupt nicht mehr an die Folgen seines Vorgehens, an die Gefährdung seines Lebens denkt. So kann ein Mensch, besessen von einem hab-

gierigen oder Hass-Gedanken, zu allem Üblen fähig sein, den Hinblick auf spätere üble Folgen, auf späteren Nachteil ganz außer Acht lassen. Um diese Situation gar nicht erst eintreten zu lassen, empfiehlt der Erwachte dem jungen Mönch Rāhulo, beabsichtigte, geschehende und geschehene Taten, Worte und Gedanken durchgehend auf ihre Folgen hin zu betrachten, wie es in dieser Intensität, ohne andere Aufgaben und Pflichten, eben nur im Orden, möglich ist, worum sich aber auch jeder Mensch außerhalb des Ordens immer wieder in ruhiger Zeit bemühen kann.

*Was meinst du, Rāhulo, wozu ist ein Spiegel da? - Um sich zu betrachten, o Herr. -*

*Ebenso nun auch, Rāhulo, soll man sich betrachten und betrachten, bevor man Taten begeht, betrachten und betrachten, bevor man Worte spricht, betrachten und betrachten, bevor man Gedanken denkt.*

*,Was immer du, Rāhulo, für eine Tat begehen willst, eben diese Tat sollst du dir betrachten: „Würde diese Tat mich selber beschweren oder andere beschweren oder beide beschweren? Ist es eine unheilsame Tat mit leidhaften Folgen, mit leidhaften Ergebnissen?“ Falls du erkennst, während du sie betrachtest: „Diese Tat würde mich selber beschweren oder andere beschweren oder beide beschweren, es ist eine unheilsame Tat mit leidhaften Folgen, mit leidhaften Ergebnissen“, dann solltest du eine solche Tat sicherlich nicht tun.*

*Aber falls du erkennst, während du sie betrachtest: „Diese Tat führt weder zu eigener Beschwer noch zu anderer Beschwer noch zu beider Beschwer; es ist eine heilsame Tat mit wohltuenden Folgen, mit wohltuenden Ergebnissen“, dann hast du eine solche Tat zu tun.*

*Ebenso, Rāhulo, während du eine Tat ausführst, sollte eben diese Tat von dir so betrachtet werden:*

*„Führt diese Tat, die ich gerade ausführe, zu eigener Beschwer oder zu anderer Beschwer oder zu beider Beschwer? Ist es eine unheilsame Tat mit leidhaften Folgen, mit leidhaften Ergebnissen?“ Falls du erkennst, während du sie betrachtest: „Diese Tat, die ich gerade ausführe, führt zu eigener Beschwer oder zu anderer Beschwer oder zu beider Beschwer, es ist eine unheilsame Tat mit leidhaften Folgen, mit leidvollen Ergebnissen“, dann solltest du diese Tat aufgeben.*

*Aber falls du erkennst, während du sie betrachtest: „Diese Tat, die ich gerade ausführe, führt weder zu eigener Beschwer noch zu anderer Beschwer noch zu beider Beschwer, es ist eine heilsame Tat mit wohltuenden Folgen, mit wohltuenden Ergebnissen“, dann hast du eine solche Tat zu tun.*

*Ebenso, Rāhulo, nachdem du eine Tat ausgeführt hast, sollte eben diese Tat von dir rückblickend betrachtet werden: „Führt diese Tat, die ich getan habe, zu eigener Beschwer oder zu anderer Beschwer oder zu beider Beschwer? Ist es eine unheilsame Tat mit leidhaften Folgen, mit leidhaften Ergebnissen?“ Falls du erkennst, wenn du sie rückblickend betrachtest: „Diese Tat, die ich ausgeführt habe, führt zu eigener Beschwer oder zu anderer Beschwer oder zu beider Beschwer, es war eine unheilsame Tat mit leidhaften Folgen, mit leidhaften Ergebnissen“, dann hast du, Rāhulo, eine derartige Tat dem Meister oder erfahrenen Ordensbrüdern anzugeben, aufzudecken, darzulegen. Und hast du sie angegeben, aufgedeckt, dargelegt, so hast du dich künftighin zurückzuhalten.*

*Wenn du aber, Rāhulo, bei der Betrachtung merkst: „Diese Tat, die ich ausgeführt habe, führt weder zu eigener Beschwer noch zu anderer Beschwer noch zu beider Beschwer, es war eine heilsame Tat mit wohltu-*



enden Folgen, mit wohltuenden Ergebnissen“, dann kannst du beglückt und froh verweilen in dem Wissen, dass du dich Tag und Nacht im Heilsamen übst.

Was immer du, Rāhulo, für ein Wort sprechen willst, eben dieses Wort sollst du dir betrachten:

„Würde dieses Wort, das ich sprechen will, mich selber beschweren oder andere beschweren oder beide beschweren? Ist es ein unheilsames Wort mit leidhaften Folgen, mit leidhaften Ergebnissen?“ Falls du erkennst, während du es betrachtest: „Dieses Wort, das ich sprechen will, würde mich selber beschweren oder andere beschweren oder beide beschweren, es ist ein unheilsames Wort mit leidhaften Folgen, mit leidhaften Ergebnissen“, dann solltest du ein solches Wort sicherlich nicht sprechen.

Falls du aber erkennst, während du es betrachtest: „Dieses Wort, das ich sprechen will, führt weder zu eigener Beschwer noch zu anderer Beschwer noch zu beider Beschwer; es ist ein heilsames Wort mit wohltuenden Folgen, mit wohltuenden Ergebnissen“, dann hast du ein solches Wort zu sprechen.

Ebenso, Rāhulo, während du ein Wort sprichst, sollte eben dieses Wort von dir so betrachtet werden: „Führt dieses Wort, das ich gerade spreche, zu eigener Beschwer oder zu anderer Beschwer oder zu beider Beschwer? Ist es ein unheilsames Wort mit leidhaften Folgen, mit leidhaften Ergebnissen?“ Falls du erkennst, während du es betrachtest: „Dieses Wort, das ich gerade spreche, führt zu eigener Beschwer oder zu anderer Beschwer oder zu beider Beschwer, es ist ein unheilsames Wort mit leidhaften Folgen, mit leidvollen Ergebnissen“, dann solltest du ein solches Wort sicherlich nicht sprechen.

*Aber falls du erkennst, während du es betrachtetest: „Dieses Wort, das ich gerade spreche, führt weder zu eigener Beschwer noch zu anderer Beschwer noch zu beider Beschwer, es ist ein heilsames Wort mit wohltuenden Folgen, mit wohltuenden Ergebnissen“, dann hast du ein solches Wort zu sprechen.*

*Und hast du, Rāhulo ein Wort gesprochen, sollte eben dieses Wort rückblickend von dir so betrachtet werden: „Führt dieses Wort, das ich gerade gesprochen habe, zu eigener Beschwer oder zu anderer Beschwer oder zu beider Beschwer? Ist es ein unheilsames Wort mit leidhaften Folgen, mit leidhaften Ergebnissen?“ Falls du erkennst, während du es betrachtetest: „Dieses Wort, das ich gesprochen habe, führt zu eigener Beschwer oder zu anderer Beschwer oder zu beider Beschwer, es war ein unheilsames Wort mit leidhaften Folgen, mit leidhaften Ergebnissen, dann hast du, Rāhulo, ein derartiges Wort dem Meister oder erfahrenen Ordensbrüdern anzugeben, aufzudecken, darzulegen. Und hast du es angegeben, aufgedeckt, dargelegt, so hast du dich künftighin zurückzuhalten.*

*Aber falls du rückblickend erkennst: „Dieses Wort, das ich gesprochen habe, führt weder zu eigener Beschwer noch zu anderer Beschwer noch zu beider Beschwer, es war ein heilsames Wort mit wohltuenden Folgen, mit wohltuenden Ergebnissen“, dann kannst du beglückt und froh verweilen in dem Wissen, dass du dich Tag und Nacht im Heilsamen übst.*

*Was immer du, Rāhulo, für einen Gedanken hegen willst, eben diesen Gedanken sollst du dir betrachten: „Führt dieser Gedanke, den ich da hegen will, zu eigener Beschwer oder zu anderer Beschwer oder zu beider Beschwer? Ist es ein unheilsamer Gedanke mit leidhaften Folgen, mit leidhaften Ergebnissen?“ Falls du er-*

kennst, während du ihn betrachtetest: „Dieser Gedanke, den ich da hegen will, würde mich selber beschweren oder andere beschweren oder beide beschweren, es ist ein unheilsamer Gedanke mit leidhaften Folgen, mit leidhaften Ergebnissen“, dann solltest du einen solchen Gedanken sicherlich nicht pflegen.

Falls du aber erkennst, während du ihn betrachtetest: „Dieser Gedanke, den ich da hegen will, führt weder zu eigener Beschwer noch zu anderer Beschwer noch zu beider Beschwer; es ist ein heilsamer Gedanke mit wohltuenden Folgen, mit wohltuenden Ergebnissen“, dann hast du einen solchen Gedanken zu pflegen.

Und während du, Rāhulo, einen Gedanken hegst, sollte eben dieser Gedanke von dir so betrachtet werden: „Führt dieser Gedanke, den ich gerade hege, zu eigener Beschwer oder zu anderer Beschwer oder zu beider Beschwer, ist es ein unheilsamer Gedanke mit leidhaften Folgen, mit leidhaften Ergebnissen?“ Falls du erkennst, während du ihn betrachtetest: „Dieser Gedanke, den ich gerade hege, führt zu eigener Beschwer oder zu anderer Beschwer oder zu beider Beschwer, es ist ein unheilsamer Gedanke mit leidhaften Folgen, mit leidvollen Ergebnissen“, dann solltest du einen solchen Gedanken sicherlich nicht pflegen.

Falls du aber erkennst, während du ihn betrachtetest: „Dieser Gedanke, den ich gerade hege, führt weder zu eigener Beschwer noch zu anderer Beschwer noch zu beider Beschwer; es ist ein heilsamer Gedanke mit wohltuenden Folgen, mit wohltuenden Ergebnissen“, dann hast du einen solchen Gedanken zu pflegen.

Und hast du, Rāhulo, einen Gedanken gehegt, so sollte eben dieser Gedanke rückblickend von dir so betrachtet werden: „Führt dieser Gedanke, den ich gehegt habe, zu eigener Beschwer oder zu anderer Be-

*schwer oder zu beider Beschwer? Ist es ein unheil-  
samer Gedanke mit leidhaften Folgen, mit leidhaften  
Ergebnissen?“*

*Falls du erkennst, während du ihn betrachtetest:  
„Dieser Gedanke, den ich gehegt habe, führt zu eigener  
Beschwer oder zu anderer Beschwer oder zu beider  
Beschwer, es ist ein unheilvoller Gedanke mit leidhaf-  
ten Folgen, mit leidvollen Ergebnissen“, dann solltest  
du, Rāhulo, über diesen Gedanken beunruhigt, be-  
schämt, Widerwillen gegen ihn fassen, und nachdem  
du, Rāhulo, über diesen Gedanken beunruhigt, be-  
schämt, Widerwillen gegen ihn gefasst hast, solltest du  
dich künftig zurückhalten.*

*Aber falls du erkennst, während du ihn betrachtetest:  
„Dieser Gedanke, den ich gehegt habe, führt weder zu  
eigener Beschwer noch zu anderer Beschwer noch zu  
beider Beschwer; es ist ein heilsamer Gedanke mit  
wohltuenden Folgen, mit wohltuenden Ergebnissen“,  
dann kannst du beglückt und froh verweilen in dem  
Wissen, dass du dich Tag und Nacht im Heilsamen  
übst.*

*Wer auch immer, Rāhulo, von den Asketen oder den  
Priestern in vergangenen Zeiten seine Taten, Worte  
und Gedanken geläutert hat, sie alle haben sie geläu-  
tert, indem sie sie immer wieder betrachteten. Wer  
auch immer, Rāhulo, von den Asketen oder den Pries-  
tern in der Zukunft seine Taten, Worte und Gedanken  
läutert, sie alle läutern sie, indem sie sie immer wieder  
betrachten. Wer auch immer, Rāhulo, von den Asketen  
oder den Priestern in der Gegenwart seine Taten, Wor-  
te und Gedanken läutern wird, sie alle werden sie läu-  
tern, indem sie sie immer wieder betrachten.*

*Darum, Rāhulo, solltest du dich so üben: „Betrachtend und betrachtend wollen wir unsere Taten läutern, betrachtend und betrachtend wollen wir unsere Worte läutern, betrachtend und betrachtend wollen wir unsere Gedanken läutern.“ So hast du dich, Rāhulo, wohl zu üben. –*

*So sprach der Erhabene. Erhoben und beglückt war der ehrwürdige Rāhulo über das Wort des Erhabenen.*

Alles, was wir tun, tun wir, um Wohl, Erleichterung zu erfahren, um uns Vorteile zu verschaffen. Aber wir schauen nicht weit genug, sehen oft nur die vordergründigen Folgen der Taten. Alles, was man erwirbt auf Kosten anderer, ist langfristig gesehen nie von Vorteil, erweist sich spätestens im nächsten Leben als Nachteil. Wer die Lehre kennt, der weiß: „Wenn ich die Tugendregeln nicht einhalte, übelwollende/hassende und rücksichtslose Gedanken hege, wenn ich andere herabwürdige, nur auf ihre Fehler blicke oder mir angewöhne, bei meinen verschiedenen Absichten und Plänen nicht daran zu denken, ob und inwiefern andere darunter leiden, dann nehmen in mir die Eigenschaften des Hassens und der Rücksichtslosigkeit zu, womit ich mich selber und andere beschwere.“ - Da sich aber die anderen auf die Dauer diese Belastungen nicht gefallen lassen, so reagieren sie wieder entsprechend übel auf mich. Und so führen diese Eigenschaften und so führt entsprechendes Tun zu beider Beschwer. So macht man sein Leben durch zunehmendes Übelwollen und zunehmende Rücksichtslosigkeit immer dunkler, immer streithafter und schafft dadurch allmählich - wenn man nicht rechtzeitig aufhört und sich umwendet - solche Situationen und Szenen, wie sie unter Gespenstern, Tieren oder gar in der Hölle vorkommen.

Wegen der Kälte und Dunkelheit im inneren Existenzgefühl, die von übelwollendem und rücksichtslosem Tun und Reden ausgeht, brauchen die Wesen sinnliche Befriedigung

und sind verletzbar, verstörbar durch Nichtbefriedigung, belasten, beschweren sich auf diese Weise. Mit jeder positiv bewerteten Befriedigung wächst die Sinnensucht, die Bedürftigkeit, das Habenwollen, das reflektierende „Ich“, das sich als empfindender Erleber fühlt. Je mehr die Bedürfnisse zunehmen, das empfundene Ich verletzbarer und treffbarer wird, um so rücksichtsloser wird es in seinem Vorgehen. So wird die Ichheit belastet, und damit wird die Dramatik, die Auseinandersetzung, der Konflikt mit der Umwelt gemehrt: Es wird erlebt eine Umwelt, die sich durch die Bedürftigkeit des Ich gestört, verletzt, behindert, zu kurz gekommen fühlt und entsprechend reagiert, wodurch das Ich wieder belastet wird mit dunklen, ablehnenden Gedanken und hassenden/übelwollenden, rücksichtslosen Gemütsverfassungen und entsprechendem Tun. So wird der Gegensatz zwischen Ich und Umwelt größer, Spannung, Streit und Gefährdung nehmen zu. - Wenn der Mensch dagegen die entgegengesetzten Gemütsverfassungen pflegt, also Verständnis, Teilnahme und Mitempfinden mit den Wesen und Aufmerksamkeit gegenüber den Bedürfnissen der anderen, dann wird das Ich-Erleben leichter und damit der Gegensatz zwischen Ich und Du, Ich und Welt immer mehr eingeebnet.

Wer um die Folgen menschlichen Bedenkens und Sinnens weiß, der fürchtet jeden rücksichtslosen in ihm aufsteigenden Gedanken so, wie Wesen den Biss einer Giftschlange fürchten, denn so wie das Gift das äußere Leben des Körpers gefährdet, so gefährden die üblen Gedanken das hiesige und das spätere Leben, führen zu *eigener Beschwer*, zu *anderer Beschwer*, zu *beider Beschwer*, d.h. führen zu immer mehr Zwietracht, Streit, Blut und Tränen, Not, Verfolgung und in die Unterwelt. Diese Gedanken sind die Stufen nach abwärts, und die Entwöhnung von ihnen und die Angewöhnung entgegengesetzter Gedanken sind die Stufen zu Frieden und Harmonie.

Der Erwachte empfiehlt Rāhulo, vor, bei und nach einer Tat, einem Wort, einem Gedanken zu bedenken, ob diese Tat,

dieses Wort, dieser Gedanke ihn selber oder andere oder beide beschwert. Wenn er merken sollte, dass dies der Fall ist, dann soll er diese Tat, dieses Wort, diesen Gedanken lassen. Das bedeutet, dass man oft mitten in der Tat oder im Satz abbrechen muss, wenn man den Nachteil, die Beschwerde, die Belastung sieht, die diese Tat oder diese Rede mit sich bringen. Andererseits, wenn Rāhulo sieht, dass er heilsame Taten, Worte und Gedanken pflegt, dann empfiehlt ihm der Erwachte, sich dessen bewusst zu sein und sich darüber zu freuen, darüber beglückt zu sein:

*Wenn Treffliches der Mensch getan hat,  
so tue er es immer wieder  
und denke stets daran mit Sehnsucht:  
Denn glücklich machet Tugendfülle. (Dh 118)*

Der Christ ist erzogen worden in dem Grundgedanken, dass er in der Schuld Gottes steht nach dem Wort von *Paulus: Es ist hier kein Unterschied; sie sind allzumal Sünder und mangeln des Ruhmes, den sie bei Gott haben sollten. (Röm.3,23)* Der Christ ist dazu erzogen, auf seine Sünden zu blicken und sich immer in der Schuld Gottes zu wissen. Der Gedanke, sich über Gutes zu freuen, das man bei sich entdeckt, kommt dem Christen wie Hochmut vor, und er hält ihn für Sünde. Der Erwachte aber sagt, dass das Wissen um den wirklichen inneren Zustand und seine rechte Einschätzung die beste Voraussetzung dafür ist, dass man Unheilbares aufzuheben strebt und Heilsames zu erhalten sich bemüht.

Wenn Übles getan oder gesagt wurde, empfiehlt der Erwachte, es anderen, den Lehrern, älteren Ordensbrüdern, zu sagen, zu beichten. Wir erinnern es vielleicht noch aus der Kindheit, wie erleichternd es war, wenn man sich entschlossen hatte, eine üble Tat freiwillig oder auf Nachfrage der Eltern zu gestehen. Es gab u.U. eine Strafe, aber man fühlte sich auch entlastet, eine Schuldenlast war von einem genommen. Hier geht es nicht um Kinder, sondern um Erwachsene, wenn auch

manche Mönche noch sehr jung sind. Es kommt darauf an, dass es dem Mönch wichtiger ist, von einer üblen Tat wieder ganz frei zu werden, als vor den Ordensbrüdern nicht blamiert dazustehen. Wem mehr darum zu tun ist, vor den Ordensbrüdern seine üblen Taten und Worte zu verheimlichen und als besser dazustehen, so sehr, dass er Übles nicht bekennt, der beweist, dass er noch nicht vor dem Üblen so zurückschreckt wie ein gebranntes Kind vor dem Feuer.

Wer sich als Mönch vom Üblen durch ein Bekenntnis befreit, der ist u.U. nicht gut angesehen, aber in der Läuterung ist er vorangekommen. Das Beichten hat nicht nur das Bekennen der Übertretung einer Tugend- oder Ordens-Regel zum Inhalt, sondern gleichermaßen auch das Sich-Hüten vor künftigen Verfehlungen. Das eine ist ohne das andere nicht denkbar, es ist im Geist verknüpft, assoziiert.

Solche, denen übles Verhalten im Gewissen brennt, streben von sich aus an, von ihnen verursachtes Unrecht so gut wie möglich gut zu machen, und sie werden es nicht verheimlichen oder gar vertuschen.

Unheilsame Gedanken, die nicht nach außen getreten sind, sind nicht zu beichten. Bei solchen Gedanken soll man selber beschämt Widerwillen gegen sie empfinden, sich deutlich das Üble des Üblen mit seinen Folgen vor Augen führen. Damit hebt man sich darüber weg, dann ist es, wie wenn keine üblen Gedanken aufgekommen wären. Hilflöse Reue: „Was bin ich nur für ein schlechter Mensch, dass ich das gedacht habe, ich bin verloren“ führt zu keiner Besserung. Man muss das Üble des gehegten Gedankens realistisch betrachten - nur so kommt man davon ab. Es gibt keinen anderen Weg, geistig weiterzukommen, als die gründliche Betrachtung der Gedanken. Sie sind zu vertreiben in dem Bewusstsein ihrer Schädlichkeit, wie es in M 20 heißt:

*Der Mönch soll das Elend derartiger Gedanken gründlich rundum betrachten: „Da sind sie ja, diese unheilsamen Gedanken, die gefährlichen, diese Leiden ausbrütenden Gedan-*



ken.“ *Indem er das Elend derartiger Gedanken betrachtet, schwinden die üblen, unheilsamen Gedanken mit Gier, Hass, Blendung, lösen sich auf.*

*Gleichwie etwa, ihr Mönche, eine Frau oder ein Mann, jung, frisch, gefallsam, denen ein Schlangenaas oder ein Hundaas oder ein Mensचनाas an den Hals gebunden würde, voll Abscheu und Ekel wäre und sich sträuben würde: ebenso nun auch, ihr Mönche, soll ein Mönch, wenn ihm bei seinem Bemühen, die Aufmerksamkeit von der einen Vorstellung weg einer anderen, heilsamen, zuzuwenden, noch unheilsame Gedanken mit Gier, Hass, Blendung aufsteigen, das Elend derartiger Gedanken betrachten: „Da sind sie ja, diese unheilsamen Gedanken, die gefährlichen, diese Leiden ausbrütenden Gedanken.“ Indem er das Elend derartiger Gedanken betrachtet, schwinden die üblen, unheilsamen Gedanken mit Gier, Hass, Blendung, lösen sich auf. Dadurch wird das Herz still und befriedet, wird einig und gesammelt.*

In M 19 schildert der Erwachte, wie er selber, als er noch kein Erwachter war, sich vor Augen führte: Die Gedanken der Sinnelust oder des Hassens oder der Rücksichtslosigkeit führen zu eigener Beschwer, zur Beschwer des anderen und damit zu beider Beschwer, nämlich zur Ich-Umwelt-Spannung in der harten feindlichen Begegnung. Außerdem wird durch solche Gedanken *die Weisheit ausgerodet*, d.h. der stille, klare, vom Gefühl nicht verleitete, wirklichkeitgemäße Anblick der Dinge; ferner bringt diese Abnahme der Weisheit, der Geistesklarheit, Sorgen und *Verstörung* mit sich und damit kommt man *nie zur Triebversiegung*. So führte er sich durch solche Meditationen den eigenen Schaden vor Augen, den Schaden der anderen und damit beider Schaden.

Eigenen Schaden und die Schädigung anderer bringen die Gedanken von Gier, Hass oder Blendung, darum sind sie unheilsam. Das Pāliwort für unheilsam, heillos - *akusala* - bedeutet wörtlich „untauglich“. Diese Gedanken taugen nicht zu

dem, was man will: nicht zum eigenen Besten und nicht zum Besten der Mitwesen, und darum sind sie gefährlich.

Als Folgen der üblen Gedanken in diesem Leben führt sich der Übende vor Augen: „Die anderen werden traurig oder gar zornig sein und zu meinen Feinden werden. Meine Freunde werden mich nicht mehr mögen, mich allein lassen.“ Und in Bezug auf das nächste Leben führt sich der Übende vor Augen: „Durch diese üblen Gedanken der Gier und des Hasses bin ich wie ein Tier, befangen in vordergründiger verblendeter Wohlsuche wie ein Gespenst, wie ein höllisches Wesen. Pflege ich diese Gedanken weiter, werden sie mir zur Gewohnheit, werde ich nach dem Tod zu solchen Wesen hingezogen“:

*Entsprechend ihrer inneren Art vereinigen sich die Wesen, kommen sie zusammen. Solche von niedriger Art vereinigen sich mit solchen von niedriger Art, kommen mit ihnen zusammen. Solche von hoher Art vereinigen sich mit solchen von hoher Art, kommen mit ihnen zusammen.*

*(S 14,14)*

Die Gedanken, die Gesinnungen sind der Schalthebel, das Lenkrad für die Fahrt durch die Existenz. Der Erwachte nennt die Aufmerksamkeit auf die Gedanken, die Gesinnungen und die durch sie verstärkten Triebe die auf die Herkunft gerichtete Aufmerksamkeit: *Vom Geiste gehen die Dinge aus.*

Je öfter man immer wieder seine Taten, Worte und Gedanken prüft, die geschehenen, die beabsichtigten, die geschehenden, um so mehr gewöhnt man sich daran. Allmählich muss man immer weniger geschehenes Übles bedauern, sondern während des Geschehens schon merkt man das Üble und hält es zurück, und bald beobachtet man schon im Voraus, wenn da ein übler Gedanke sich melden will. So wird das Steuerrad immer fester in die Hand genommen, immer unbeirrbarer wird der Kurs zum Guten eingehalten.

DIE LÄNGERE LEHRREDE  
ZUR BELEHRUNG RAHULOS  
62. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Es gibt noch eine Kürzere Lehrrede zur Belehrung Rāhulos (M 147), des leiblichen Sohnes des Bodhisattva, des späteren Buddha. Diese hat die Betrachtung der fünf Zusammenhäufungen als unbeständig, leidvoll, nicht-ich zum Thema. Das Ergebnis dieser Belehrung des Erwachten in M 147 war die Triebversiegung Rāhulos. Doch sind dieser Belehrung andere vorausgegangen, von denen im Kanon enthalten sind:

1. Rāhulos Ermahnung (M 61) mit der Warnung vor trügerischer Rede und der Empfehlung durchgehender Selbstkontrolle bei Taten, Worten und Gedanken.
2. Einige Übungsanweisungen des Tathāgata-Ganges (des Ganges zur Vollendung) für die Mönche: Sinnenzügelung, Maßhalten beim Essen, Klares Bewusstsein, Aufhebung des Ichbin-Dünkens. (Sn 337-342)
3. Die hier zu besprechende Lehrrede M 62.

Form gehört mir nicht

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Sāvathī, im Siegerwald, im Garten Anāthapindikos. Und der Erhabene, zeitig gerüstet, nahm Obergewand und Schale und ging nach Sāvathī um Almosenspeise. Und auch der ehrwürdige Rāhulo nahm, zeitig gerüstet, Obergewand und Schale und folgte dem Erhabenen Schritt um Schritt nach. Und der Erhabene wandte den Blick und sprach den ehrwürdigen Rāhulo an:*

*Was es, Rāhulo, an Form gibt, vergangene, zukünftige, gegenwärtige, zu sich gezählte oder als außen erfahrene, grobe oder feine, niedrige oder hohe, ferne oder nahe, alle Form ist der Wirklichkeit gemäß mit*

*vollkommener Weisheit so anzusehen: „Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst.“ –*

*Nur Form, Erhabener? Nur Form, Vollendeter? – Die Form, Rāhulo, und das Gefühl, Rāhulo, und die Wahrnehmung, Rāhulo, und die Aktivität, Rāhulo, und die programmierte Wohlerfahrungssuche, Rāhulo. –*

*Und der ehrwürdige Rāhulo sagte sich nun: „Wer wird wohl heute, vom Erhabenen selbst mit einer Belehrung belehrt, um Almosen in die Stadt gehen?“ Und er kehrte um, ging zurück und setzte sich am Fuß eines Baumes mit verschränkten Beinen nieder, den Körper gerade aufgerichtet, der Wahrheit gegenwärtig.*

*Es sah aber der ehrwürdige Sāriputto, wie der ehrwürdige Rāhulo dort saß, am Fuß eines Baumes, mit verschränkten Beinen, den Körper gerade aufgerichtet, der Wahrheit gegenwärtig. Und als er ihn gesehen, wandte er sich an ihn:*

*Entwickle die Beobachtung des Atems, Rāhulo. Wenn die Beobachtung des Atems geübt wird, bringt das große Frucht, großen Segen. –*

*Als nun der ehrwürdige Rāhulo gegen Abend die Zurückgezogenheit beendet hatte, begab er sich dorthin, wo der Erhabene weilte. Dort angelangt, begrüßte er den Erhabenen ehrerbietig und setzte sich zur Seite nieder. Zur Seite sitzend, sprach nun der ehrwürdige Rāhulo zum Erhabenen:*

*Wie, o Herr, wird die Beobachtung des Atems entwickelt, wie wird sie geübt, dass sie große Frucht, großen Segen bringt? –*

Auch in dieser Lehrrede empfiehlt der Erwachte, wie in M 147, die Betrachtung der fünf Zusammenhäufungen als unbeständig, leidvoll, nicht ich. Und Rāhulo, dem die Belehr-

rung seines Vaters sehr wichtig war, verzichtete an diesem Tag auf das Essen, um die fünf Zusammenhäufungen intensiv und unabgelenkt betrachten zu können. Er sah vor sich die Unbeständigkeit, Leidhaftigkeit und darum Nicht-Ichheit der zu sich gezählten Form, des Körpers, der als außen erfahrenen Form, der Gefühle, der Wahrnehmungen, der Aktivität, der programmierten Wohlerfassungssuche.

Bei dieser Übung sah ihn Rāhulos Lehrer, Sāriputto, und riet ihm, den Atem zu beobachten, denn das bringe hohen Lohn, hohe Förderung. Als die Zeit der Zurückgezogenheit beendet war, begab er sich zu seinem Vater und fragte ihn, wie die Beobachtung des Atems zu üben sei, damit sie hohen Lohn, hohe Förderung bringe.

Der Erwachte sieht, dass Rāhulo noch nicht für diese Beobachtung reif ist, und nennt, ohne direkt in Widerspruch zu Sāriputto zu treten, zuerst noch vorbereitende Übungen. Seine erste Anweisung an Rāhulo ist:

*Was es auch an Form gibt, gehört mir nicht.* Warum nicht? Die Form, die als „eigener“ Körper erfahren wird, erweckt den Eindruck von etwas Festem, Beständigem, aber bei gründlichem Hinblick erkennt der Übende: Der Körper besteht nicht, er ist in ununterbrochenem Werden. Es kommt Nahrung (Form) herein und fließt ab. Luft (Form) wird eingesogen, strömt einen Augenblick hindurch und wird wieder ausgestoßen. Flüssiges und Festes (Form) wird aufgenommen, strömt unter mancherlei Veränderung hindurch und wird ausgeschieden. Wärme wird durch Umwandlung der Nahrung (Form) erzeugt und nach außen abgegeben. Der Mensch isst ständig Körper (Form), verwandelt ständig Körper (Form) und scheidet ständig Körper (Form) aus. Die vermeintliche „Materie“ rieselt ununterbrochen, ist in ständigem Entstehen und Vergehen.

Was jetzt als „mein“ Körper erscheint, war gestern Nahrung, waren vorgestern Früchte und Pflanzen oder Tierleiber, war davor Erde und war davor verweste Körper oder Kot und war davor noch nicht verweste Körper, noch nicht Kot, war

ein Körper und war davor Nahrung auf dem Teller und war davor Pflanze, Frucht oder Tierleib und war davor Erde - ein ständiger Kreislauf.

Als nächste Übung nennt der Erwachte, zu erkennen, dass der Eindruck der Ganzheit des Leibes eine Täuschung ist und dass, wo wir von Körper sprechen, in Wirklichkeit eine Ansammlung von vielen Einzelheiten ist. „Körper“ als solchen gibt es gar nicht, er ist ein Etikett auf einem Bündel von Einzelheiten. Durch die Aufmerksamkeit auf die vielen Einzelheiten treten diese immer stärker ins Bewusstsein und tritt die Vorstellung eines Körpers und gar „meines Körpers“ immer mehr zurück.

Der Erwachte führt die Betrachtung der einzelnen Körperteile auf fünf Gegebenheiten zurück. Damit wird die „Körper“ genannte Form mit sämtlichen „außen“ erlebten Formen identifiziert.

#### Unverblendetes Sehen der fünf Gegebenheiten (*dhātu*)

Die Gegebenheiten sind durch früheres Wirken so geworden, begegnen den Lebewesen als einst gewirkte und nun gegebene Tatsachen, z.B. die Tatsache der Materie bei sinnensüchtigen Wesen. Alles, was der sinnlichen Wahrnehmung des Menschen als Materie begegnet, das besteht aus einem Gemisch von Festigkeit, Flüssigkeit, Luft und immer einer Temperatur. Und das Ganze wird als in einem Raum befindlich angenommen. Diese Einteilung wird immer bleiben und immer gelten, solange es sinnliche Wahrnehmung und durch sie Menschen und menschliches Erleben gibt. Und immer ist es der zunehmende Wärmegrad, der Festes in Flüssigkeit oder gar Luft verwandelt.

Die fünf Gegebenheiten -meistens werden nur vier Gegebenheiten - ohne den Raum - genannt - sind die Gegebenheit

(*dhātu* <sup>129</sup>) des Festen (*pathavī-dhātu*), die Gegebenheit des Flüssigen (*āpo-dhātu*), die Gegebenheit des Hitzigen (*tejo-dhātu*), die Gegebenheit des Luftigen (*vayo-dhātu*), die Gegebenheit des Raumes (*ākāsa-dhātu*), die der Erwachte zusammenfasst unter dem Begriff *rūpa*, zu übersetzen mit: Form, Gestalt, Bild, Erscheinung, Materie, das Physische: *Die vier großen Gewordenheiten (mahā-bhūta) sind der Grund, die Bedingung für das Offenbarwerden der Häufung Form. (M 109)*

Die fünf Gewordenheiten/Gegebenheiten sind von dem sich inkarnierenden, in den Mutterschoß einsteigenden Wesen als Festigkeit, Flüssigkeit, Hitze, Luft und Raum ergriffen worden in dem Glauben, dass ein Körper mit diesen Gegebenheiten seine Triebe nach Sinnendingen befriedigen könne.

Das Wesen, das einen grobstofflichen Körper aufgebaut hat, gewöhnt sich daran, ihn entsprechend seinen Trieben zu handhaben, und bald empfindet es den Körper als zu sich gehörig, als Ich.

Diesen Bezug zu lösen, ist die Aufgabe dessen, der diesen Zusammenhang durchschaut, ist die Aufgabe, die der Erwachte dem Mönch Rāhulo gibt:

*Was auch immer durch sich selbst als zu sich selbst gezähltes Hartes und Festes ergriffen wurde, wie Kopfschaare, Körperhaare, Nägel, Zähne, Haut, Fleisch, Sehnen, Knochen, Knochenmark, Nieren, Herz, Leber, Zwerchfell, Milz, Lunge, Dickdarm, Dünndarm, Magen, Kot oder was sonst noch durch sich selbst als zu sich gezähltes Hartes und Festes ergriffen wurde - das nennt man, Rāhulo, die zu sich gezählte Gegebenheit Festigkeit. Sowohl die zu sich gezählte Gegebenheit*

---

<sup>129</sup> Das Wort *dhātu*, herkommend von *dahati* = hinstellen, bedeutet „das Hingestellte, nun da Stehende, das Gebildete, Eingebildete, Angewöhnte und dadurch Vorhandene“, also das selbst Geschaffene und dadurch Gegebene, mit welchem wir bei all unserem Planen und Anstreben zu rechnen haben.

*Festigkeit wie auch die als außen (erfahrene) Gegebenheit Festigkeit ist eben die Gegebenheit Festigkeit. Und: „Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst“: So ist das der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit anzusehen. Sieht man das der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit, dann findet man nichts mehr an der Gegebenheit Festigkeit, das Herz ist gierlos in Bezug auf die Gegebenheit Festigkeit.*

*Was ist nun, Rāhulo, die Gegebenheit Flüssigkeit? Die Gegebenheit Flüssigkeit mag zu sich gezählte Flüssigkeit sein oder als außen (erfahrene) Flüssigkeit. Was ist die zu sich gezählte Gegebenheit Flüssigkeit?*

*Was auch immer durch sich selbst als zu sich selbst gezähltes Flüssiges und Wässriges ergriffen wurde, wie Galle, Schleim, Eiter, Blut, Schweiß, Lymphe, Tränen, Talg, Speichel, Rotz, Gelenkschmiere, Urin oder was sonst noch durch sich selbst als zu sich selbst gezähltes Wässriges oder Flüssiges ergriffen wurde - das nennt man, Rāhulo, die zu sich gezählte Gegebenheit Flüssigkeit. Sowohl die zu sich gezählte Gegebenheit Flüssigkeit wie auch die als außen (erfahrene) Gegebenheit Flüssigkeit ist eben die Gegebenheit Flüssigkeit. Und: „Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst“: So ist das der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit anzusehen. Sieht man das der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit, so findet man nichts mehr an der Gegebenheit Flüssigkeit, das Herz ist gierlos in Bezug auf die Gegebenheit Flüssigkeit.*

*Was ist nun, Rāhulo, die Gegebenheit Hitze/Feuer? Die Gegebenheit Hitze/Feuer mag zu sich gezählte*



*Hitze/Feuer sein oder als außen (erfahrene) Hitze/Feuer. Was ist zu sich gezählte Hitze/Feuer?*

*Was auch immer durch sich selbst als zu sich selbst gezähltes Hitziges und Feuriges ergriffen wurde, also das, wodurch (der Körper) verdaut, verbrennt und wodurch das, was gegessen, getrunken, verzehrt, geschmeckt worden ist, einer vollkommenen Umwandlung unterliegt oder was sonst noch durch sich selbst als zu sich gezähltes Hitziges und Feuriges ergriffen wurde - das nennt man, Rāhulo, zu sich gezählte Hitze/Feuer. Sowohl die zu sich gezählte Gegebenheit Hitze/Feuer wie auch die als außen (erfahrene) Gegebenheit Hitze/Feuer ist eben die Gegebenheit Hitze/Feuer. Und: „Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst“: So ist das der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit anzusehen. Sieht man das der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit, dann findet man nichts mehr an der Gegebenheit Hitze/Feuer. Das Herz ist gierlos in Bezug auf die Gegebenheit Hitze/Feuer.*

*Was ist nun, Rāhulo, die Gegebenheit Luft? Die Gegebenheit Luft mag zu sich gezählte Luft sein oder als außen (erfahrene) Luft. Was ist die zu sich gezählte Gegebenheit Luft?*

*Was auch immer durch sich selbst als zu sich selbst gezähltes Luftiges ergriffen wurde, wie aufsteigende Luft, absteigende Luft, Luft im Bauch, Luft in den Därmen, Luft, die jedes Glied durchströmt, Einatmung und Ausatmung oder was sonst noch durch sich selbst als zu sich selbst gezähltes Luftiges ergriffen wurde - das nennt man, Rāhulo, die zu sich gezählte Gegebenheit Luft. Sowohl die zu sich gezählte Gegebenheit Luft wie auch die als außen (erfahrene) Gegebenheit Luft ist eben die Gegebenheit Luft. Und: „Das*

*gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst“: So ist das der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit anzusehen. Sieht man das der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit, dann findet man nichts mehr an der Gegebenheit Luft, das Herz ist gierlos in Bezug auf die Gegebenheit Luft.*

*Was ist nun, Rāhulo, die Gegebenheit Raum? Die Gegebenheit Raum mag zu sich gezählter Raum sein oder als außen (erfahrener) Raum. Was ist zu sich gezählter Raum?*

*Was auch immer durch sich selbst als zu sich selbst gezählter Raum ergriffen wurde, wie die Ohrhöhle, die Nasenhöhle, die Mundöffnung und die Öffnung, durch die man gekaute Speise und geschlürften Trank einnimmt, kaut, schmeckt und herunterschluckt, und die, in der es sich ansammelt, und die, durch die es unten ausgeschieden wird, oder was sonst noch durch sich selbst als zu sich gezählter Raum oder Raumartiges ergriffen wurde - das nennt man, Rāhulo, die zu sich gezählte Gegebenheit Raum. Sowohl die zu sich gezählte Gegebenheit Raum wie auch die als außen (erfahrene) Gegebenheit Raum ist eben die Gegebenheit Raum. Und: „Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst“: So ist das der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit anzusehen. Sieht man das der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit, dann findet man nichts mehr an der Gegebenheit Raum, das Herz ist gierlos in Bezug auf die Gegebenheit Raum.*

Diese Übung kann in der erforderlichen Intensität nicht von dem „weltlichen“ Menschen durchgeführt werden. Wer noch andere Menschen, die er lieb hat, umarmt und gar, indem er sie in seinem Arm hält, von dieser körperlichen Berührung

beglückt ist, der ist durchaus unfähig und auch unwillig zu dieser Übung. Eben darum werden beim Mönch alle körperlichen Kontakte gelassen, darüber darf es keine Illusionen geben. Und hier sei ganz zu schweigen von der Unkeuschheit! - Auch die unfreiwillige Unkeuschheit hilft hier wenig. Wie könnte die totale Überwindung der Form, der zu sich gezählten des Leibes und der als außen erfahrenen Form, auch nur wollen, geschweige vermögen, wer den Körpergenuss bejaht? Zu den Regeln des buddhistischen Mönches gehört es, keinen Menschen anzufassen. Einsam hält der Mönch den Körper. Er liegt auf dem Boden auf einem einfachen Lager des Nachts, der Festigkeit des Bodens und des Körpers bewusst. Er bemüht sich, bei Speisen der Gier und Lust zu wehren; nur um den Leib zu erhalten, nimmt er Nahrung zu sich.

Von hier aus ist das Gleichnis von dem Holzscheit zu verstehen (M 36), mit dem man, wenn das Holz ganz und gar von Wasser durchsättigt ist, auch bei stärkstem Reiben kein Feuer hervorbringen kann: ebenso kann ein Mensch, in dessen Leib noch die Sucht nach Lust ist, nicht im geringsten zur Weisheit, zum Klarblick und damit zur unvergleichlichen Erwachung hindurchdringen - wie erst ein Mensch, der in der Welt lebt.

Wen es hart ankommen mag, was hier von der inneren und äußeren Haltung und Lebensweise des Mönchs gesagt ist, der mag sich vor Augen führen, dass das mönchische Leben auf ein unvergleichlich anderes Ziel gerichtet ist als das bürgerliche Leben, das ein Leben ist, versunken in Welt und Weltlichkeit. In der Welt kann wohl durch Übung in Tugend, Bescheidenheit, Zufriedenheit, Mitempfinden mit den Wesen Erhellung des Herzens gewonnen werden. Und vor allem kann hier der „Stromeintritt“ (*sotāpatti*) genannte Anblick gewonnen werden, jene „heilende rechte Anschauung“, welche den unhemmbar auf den Heilsstand zulaufenden Prozess der totalen und endgültigen Befreiung von aller Verletzbarkeit, ja, überhaupt Treffbarkeit, einleitet. Und ebenso kann hier die Sehnsucht nach der Weltüberwindung erzeugt und verstärkt werden und können von daher manche für die Weltüberwindung taug-

lichen Tugenden und Eigenschaften innerlich vorbereitet werden. - Aber auf die Weltüberwindung ist nur das mönchische Leben zugeschnitten. Der Mönch hat darum der Welt mit allem, was sie zu bieten hat, entsagt. Er ist Mönch geworden, weil er über die Welt hinauswachsen, zur Freiheit kommen will. Und so gibt und gab es in allen Religionen für den Mönch sehr andere Übungsregeln als für den im Haus Lebenden. Der Begriff „Mönch“, der von dem griechischen „monos“ abgeleitet ist, bedeutet ja gerade „allein“.

Die hier genannte Übung ist ein großer und sicherer Schritt auf dem Weg zur Befriedung für den, der zu diesem Schritt reif ist. Indem der Mönch an einsamem Ort sitzend oder auf und ab gehend, den Leib, den er bisher als Ganzheit wählte (allerdings als eine Ganzheit, die nur noch sehr wenig mit ihm selber zu tun hatte), sich in seine Teile auflösen sieht und der, indem er die Teile betrachtet, erkennt, dass „Körper“ als solcher gar nicht da ist, dass es nur ein Name ist auf einem Bündel von Einzelheiten – da tritt allmählich die Vorstellung von solchen vielen Einzelheiten immer stärker in sein Bewusstsein und tritt die Vorstellung eines Körpers und gar „meines Körpers“ immer mehr zurück.

Die gesamte Körperbeobachtung dient dazu, dass immer mehr die *Erfahrung* erfahren wird: *Dies gehört mir nicht, dies bin ich nicht, dies ist nicht mein Selbst*. Es geht darum, anschaulich zu sehen, dass diese Fleischklumpen gar nichts mit dem zu tun haben, was der hochsinnige Mensch sucht als das Unvergängliche, Heile, Unantastbare, als das Unverletzbar, das ewig Todlose. Das nur gilt es zu erkennen, das nur gilt es zu besinnen. Und in dem Maß, wie das gefunden, bemerkt und erkannt wird, in dem Maß ist die Übung fruchtbar, denn diese Erkenntnis und Entdeckung löst wahrlich alles Anhängen am Körper auf.

Die Einzelteile des Leibes, die der Erwachte Rāhulo empfiehlt, auf die fünf Gegebenheiten zu reduzieren, gipfelt in der Vergegenwärtigung, dass zwischen dem zu sich gezählten Festen, Flüssigen, Hitzigen, Luftigen, Raumhaften und dem

als Außen Erfahrenen kein Unterschied besteht, wie es der Erwachte ausdrückt:

*Was es da nun an zum Ich gezählter Festigkeit gibt (Arme, Beine und Schädel) und was es an zum Außen gezählter Festigkeit gibt (ein Baumast, Laternenpfahl, Stein), das ist eben die Gegebenheit Festigkeit. Und: „Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst.“ So ist das der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit anzusehen.*

*Hat man das so der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit gesehen, kann man an der Gegebenheit Festigkeit nichts mehr finden, und das Herz löst sich davon ab.*

*Was es da nun an zum Ich gezählter Flüssigkeit gibt (z.B. Blut, Tränen) und was es an zum Außen gezählter Festigkeit gibt (Meer, Flüsse, Regen), das ist eben die Gegebenheit Flüssigkeit. Und: „Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst.“ So ist das der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit anzusehen.*

*Hat man das so der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit gesehen, kann man an der Gegebenheit Flüssigkeit nichts mehr finden, und das Herz löst sich davon ab.*

*Was es da nun an zum Ich gezählter Hitze (Körpertemperatur) gibt und was es an zum Außen gezählter Hitze (Sonne) gibt, das ist eben die Gegebenheit Hitze. Und: „Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst.“ So ist das der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit anzusehen.*

*Hat man das so der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit gesehen, kann man an der Gege-*

*benheit Hitze nichts mehr finden, und das Herz löst sich davon ab.*

*Was es da nun an zum Ich gezählter Luft gibt (Atem) und was es an zum Außen gezählter Luft gibt (Wind), das ist eben die Gegebenheit Luft. Und: „Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst.“ So ist das der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit anzusehen.*

*Hat man das so der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit gesehen, kann man an der Gegebenheit Luft nichts mehr finden, und das Herz löst sich davon ab.*

*Was es da nun an zum Ich gezählten Raum gibt und was es an zum Außen gezählten Raum gibt, das ist eben die Gegebenheit Raum. Und: „Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst.“ So ist das der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit anzusehen.*

*Hat man das so der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit gesehen, kann man an der Gegebenheit Raum nichts mehr finden, und das Herz löst sich davon ab.*

Wenn die Form in ihren fünf Gegebenheiten nicht mehr als Mein gesehen wird, ist eine klare Nüchternheit und Indifferenz erlangt, bei welcher es keine Zuwendung und keine Abwendung gibt, bei welcher man nichts in der Welt mehr angeht, ergreift. Damit ist die Perspektive eines Gegenüber von Ich und Welt aufgehoben. Mit der Aufhebung der Gegenüberstellung ist die Verletzbarkeit und die Vernichtbarkeit aufgehoben. Ob da Knochen sich wandeln und vergehen: nicht „Ich vergehe“; ob da Blut ausläuft oder draußen Regen herunterriesselt: nicht „Ich vergehe“. So wird Freiheit gewonnen:

*Hat man das so der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit gesehen, kann man an den Gegebenheiten nichts mehr finden, und das Herz löst sich davon ab.*

Der letzte Rest der Vorstellung von einem „mir“ gehörigen Leib ist aufgelöst und ausgerodet.

Der normale Mensch kann die tiefe Aufklärung, die der Mönch mit dieser Einsicht gewinnt, kaum fassen, weil der normale Mensch eben voll *weltlichen Begehrens und weltlicher Sorgen* ist. Er hat zu den unterschiedlichen Formen unterschiedliche Bezüge; weil ihm durch seine Triebe, durch seinen Durst ein Begehren innewohnt nach diesen und jenen Formen, Tönen, Düften, Geschmächen, Tastungen, darum bedeuten ihm die begehrten Formen, Töne, Düfte, Säfte, Geschmäcke und Tastungen viel, während die seinen Begehren entgegen gesetzten Formen, Töne, Düfte, Geschmäcke und Tastungen mehr oder weniger starke Ablehnung, Abscheu, Ekel, Angst usw. in ihm hervorrufen. So kann der normale Mensch eben wegen seines mannigfaltigen Begehrens und seiner Vernebelung in Unheil samem die Welt gar nicht so sehen, wie sie ist: nämlich nur selbst gewirkte Einbildung von Form in unendlicher Variation, bestehend aus Festem, Flüssigem, Hitzigem, Luft und Raum.

Der Mönch aber, der diese Übung nach Hinwegführung weltlichen Begehrens und weltlicher Sorgen durchführt, der die Bezüge zu den unterschiedlichen Formen zurückgenommen, aufgelöst hat, der erkennt in der milliardenfältigen Vielheit als das Zugrundeliegende die Einbildung Form, gebildet aus Festigkeit, Flüssigkeit, Hitze, Luft und Raum, mag dies nun am Körper oder „in der Welt“ erscheinen. In dieser Durchschauung tritt eine tiefe Beruhigung ein, die der Erwachte durch die folgenden Übungen noch mehr befestigt.

Die fünf Gegebenheiten  
als Vorbild für Unerschütterlichkeit

Die so leichte Erschütterlichkeit des Herzens beschreibt der Erwachte (M 36):

*Da entsteht einem unerfahrenen, unbelehrten Menschen ein Wohlgefühl. Vom Wohlgefühl erfreut, wird er wohlbegierig und verfällt der Wohlhingabe und Wohlsucht. Nun vergeht ihm dieses Wohlgefühl, und durch dessen Schwinden entsteht ein Wehgefühl. Von diesem Wehgefühl getroffen, wird er traurig, elend, jammert, schlägt sich weinend an die Brust, gerät in Verzweiflung.*

*Bei diesem Menschen ist nun durch das entstandene Wohlgefühl und das entstandene Wehgefühl das Herz aufgewühlt worden (pariyadāna<sup>130</sup>).*

In M 21 gab der Erwachte einem Mönch die Meditation:

*Nicht soll mein Gemüt verstört werden,  
kein böses Wort meinem Munde entfahren;  
voll Wohlwollen und Mitempfinden will ich bleiben  
mit einem Herzen voll Liebe, ohne innere Abneigung.*

Bei dieser Übung geht es darum, jeden Gedanken, dem anderen etwas heimzahlen oder auch nur anrechnen zu wollen, bewusst zu entlassen, zu vergessen, auch sonst in keiner Weise gereizt zu werden, vielmehr zu verstehen mit Gedanken wie: „Vielleicht meinte er es gar nicht so, wie er es sagte, oder vielleicht fühlte er sich nicht wohl, als er etwas mich unangenehm Berührendes sagte oder tat, oder er war selber in trauriger oder gereizter Verfassung - oder vielleicht sehe ich die Situation gar nicht richtig oder lege selber falsche Maßstäbe an. Mein Ge-

---

<sup>130</sup> pariyadāna = pari-a-dāna, wtl. rundherum annehmen. Das Herz nimmt an, es ist ringsherum empfänglich, empfindlich.



troffensein rührt ja überhaupt nur von meiner Reizbarkeit und Empfindlichkeit her.“

Wenn das Gemüt nicht gereizt, nicht verstört wird, wenn man wohlwollend und mitempfindend bleibt, dann ist man aufgeschlossen, dann ist das Herz sanft. Nur mit einer solchen ruhigen Herzensverfassung kann der Mensch, der sich um triebfreie rechte Anschauung der Dinge bemüht, durchdringen bis zum Grund, denn die Verhärtungen und Trübungen und Wallungen des Gemüts sind es, die uns hindern, die Wahrheit zu sehen, und sie haben ihre Ursache in der Verletzbarkeit.

Ein Beispiel: Wenn einer mich zornig angiftet oder mir herablassend/überheblich meine Fehler vorhält - vielleicht gar in Gegenwart anderer, die dadurch ein falsches Bild von mir bekommen - dann hat diese verletzende Rede die zu sich gezählte Tendenz nach Anerkennung getroffen, starkes Wehgefühl will den Geist veranlassen, ebenso heftig in Worten oder gar in Taten zu reagieren. Wollte ich dem folgen, so würde ich nicht der Wegweisung des Erhabenen folgen, nüchtern den Automatismus bei mir und bei dem anderen zu beobachten, sondern ich wäre wieder einmal ein in diesen Automatismus hinein verstricktes Opfer, ließe mich wie ein Baum im Wind bewegen und umwerfen. Wenn aber der Blick darauf gerichtet ist, dass „ich“ es doch gar nicht bin, der getroffen wird, sondern nur der unabhängig von meinem Willen ablaufende Mechanismus: „Berührung der Triebe - Gefühl - entsprechende Wahrnehmung - entsprechende Reaktion“, dann steht der Beobachter außerhalb, zählt die Vorgänge nicht zu sich und wird darum nicht verstört. Und wenn das Gemüt nicht verstört wird, fällt es uns leicht, *dass kein böses Wort unserem Mund entfährt, dass wir wohlwollend und mitempfindend bleiben, liebevollen Gemüts, ohne innere Abneigung.*

Es gibt verschiedene Entwicklungsstufen:

dass einer, weil sein Gemüt erregt wurde, zwar in Gedanken und Worten übel reagiert, aber nicht mehr in Taten,

dass einer, weil sein Gemüt erregt wurde, nur noch in Gedanken übel reagiert, aber nicht mehr in Worten und Taten,

dass einer, obwohl sein Gemüt erregt wurde, weder in Taten, noch in Worten, noch in Gedanken übel reagiert, sondern es ihm gelingt, zugewandt und wohlwollend zu bleiben,

oder aber, dass einer, was ihn auch trifft, in keiner Weise mehr in seinem Gemüt verändert wird, unerschütterlich bleibt.

Der Unerschütterlichkeit des Herzens dienen die Übungen, die der Erwachte Rāhulo gibt:

*Erzeuge einen Gemütszustand, Rāhulo, der der Erde gleich ist. Wenn du einen Gemütszustand erzeugst, der der Erde gleich ist, dann können aufgestiegene angenehme oder unangenehme Berührungen das Herz nicht überwältigen. Gleichwie man da, Rāhulo, auf die Erde saubere Dinge wirft und schmutzige Dinge wirft, Kot, Urin, Speichel, Eiter und Blut und die Erde deswegen nicht entsetzt oder gedemütigt oder angewidert ist, ebenso nun auch, Rāhulo, erzeuge einen Gemütszustand, der der Erde gleich ist. Wenn du einen Gemütszustand erzeugst, der der Erde gleich ist, dann können aufgestiegene angenehme oder unangenehme Berührungen das Herz nicht überwältigen.*

*Erzeuge einen Gemütszustand, Rāhulo, der dem Wasser gleich ist. Wenn du einen Gemütszustand erzeugst, der dem Wasser gleich ist, dann können aufgestiegene angenehme oder unangenehme Berührungen das Herz nicht überwältigen. Gleichwie man da, Rāhulo, saubere und schmutzige Dinge (voll) Kot, Urin, Speichel, Eiter und Blut im Wasser wäscht und das Wasser deswegen nicht entsetzt oder gedemütigt oder angewidert ist, ebenso nun auch, Rāhulo, erzeuge einen Gemütszustand, der dem Wasser gleich ist. Wenn du einen Gemütszustand erzeugst, der dem Wasser gleich*

*ist, dann können aufgestiegene angenehme oder unangenehme Berührungen das Herz nicht überwältigen.*

*Erzeuge einen Gemütszustand, Rāhulo, der dem Feuer gleich ist. Wenn du einen Gemütszustand erzeugst, der dem Feuer gleich ist, dann können aufgestiegene angenehme oder unangenehme Berührungen das Herz nicht überwältigen. Gleichwie man da, Rāhulo, saubere Dinge und schmutzige Dinge (voll) Kot, Urin, Speichel, Eiter und Blut im Feuer verbrennt und das Feuer deswegen nicht entsetzt oder gedemütigt oder angewidert ist, ebenso nun auch, Rāhulo, erzeuge einen Gemütszustand, der dem Feuer gleich ist. Wenn du einen Gemütszustand erzeugst, der dem Feuer gleich ist, dann können aufgestiegene angenehme oder unangenehme Berührungen das Herz nicht überwältigen.*

*Erzeuge einen Gemütszustand, Rāhulo, der der Luft gleich ist. Wenn du einen Gemütszustand erzeugst, der der Luft gleich ist, dann können aufgestiegene angenehme oder unangenehme Berührungen das Herz nicht überwältigen. Gleichwie da, Rāhulo, die Luft über saubere Dinge und schmutzige Dinge, Kot, Urin, Speichel, Eiter und Blut streicht und die Luft deswegen nicht entsetzt, gedemütigt und angewidert ist, ebenso nun auch, Rāhulo, erzeuge einen Gemütszustand, der der Luft gleich ist. Wenn du einen Gemütszustand erzeugst, der der Luft gleich ist, dann können aufgestiegene angenehme oder unangenehme Berührungen das Herz nicht überwältigen.*

*Erzeuge einen Gemütszustand, Rāhulo, der dem Raum gleich ist. Wenn du einen Gemütszustand erzeugst, der dem Raum gleich ist, dann können aufgestiegene angenehme oder unangenehme Berührungen das Herz nicht überwältigen. Gleichwie da, Rāhulo,*

*der Raum sich nirgendwo auf etwas stützt, ebenso nun auch, Rāhulo, erzeuge einen Gemütszustand, der dem Raum gleich ist. Wenn du einen Gemütszustand erzeugst, der dem Raum gleich ist, dann können aufgestiegene angenehme oder unangenehme Berührungen das Herz nicht überwältigen.*

Hier benutzt der Erwachte dieselben fünf Gegebenheiten zu einer ganz anderen Übung: nämlich sich vor Augen zu führen, dass Erde, Wasser, Feuer, Luft, Raum keinen Eigenwillen haben. Ob man auf die Erde saubere Dinge wirft oder schmutzige, ekelhafte Dinge wirft, die Erde nimmt alles gelassen hin. Ob man im Wasser Schmutziges oder Sauberes wäscht, das Wasser zeigt keinen Widerwillen. Ob man im Feuer Schmutziges oder Sauberes verbrennt, das Feuer ist nicht zu- oder abgeneigt. Ob der Wind über Schmutziges oder Sauberes streicht, es ist ihm gleich. Er stockt nicht vor Schmutzigem. So sträube auch du dich nicht spontan vor dem, was du erlebst. Wenn die Triebe berührt werden, lasse das Gemüt nicht erregt werden, bleibe innerlich still. Zuerst soll der Geist urteilen, ob das Erlebte heilsam oder unheilsam ist. Auch wenn angenehme oder unangenehme Gereiztheit aufkommt: die Gefühle zurückhalten, die Vernunft zu Wort kommen lassen.

Ein christliches Wort heißt: „*Sei unbewegt in Lust und in Leid, wie der Toten Gebein.*“ Im Arabischen gibt es eine ähnliche Anleitung: Da kommt einer zu einem Weisen und fragt ihn, was er tun soll. Da sagt der Weise: „Geh auf den Friedhof zu den Leichen und beschimpfe sie gründlich und dann komme wieder.“ Als er zurückkommt, fragt er ihn: „Was haben die Leichen gesagt?“ - „Sie haben nicht geantwortet, auch kein Gesicht verzogen.“ Da sagt der Weise: „So tue auch.“ Dann schickt er ihn wieder hin und sagt: „Lobe sie, sag ihnen das Schönste und Beste, das du weißt, und komme wieder und berichte mir.“ - „Sie haben sich nicht gerührt.“ - „So tue du auch.“ - In allen Kulturen findet man solche Anleitung.

Zuerst hatte Rāhulo gesehen, dass der Körper, bestehend aus den fünf Gegebenheiten, nicht das Ich ist. Und nun nimmt er eine andere Eigenschaft, nicht ihre Wandelbarkeit und Ichlosigkeit, sondern ihre Unregsamkeit als Betrachtungsobjekt. Wer die Vorstellung von der Nichtbetroffenheit der Erde, des Wassers, des Feuers, der Luft gegenüber dem, was an sie herankommt, bewahrt, gewinnt daraus eine wirksame Hilfe, um sich ein unerschütterliches Gemüt, ein unerschütterliches Herz zu erwerben.

Mit dem Gemütszustand, der dem Raum gleicht, ist der Gipfel der Unerschütterlichkeit erreicht. Der Raum bedarf der Dinge nicht, um zu bestehen, stützt sich nicht auf Dinge. Er stört sich nicht an den Dingen, er ist untreffbar.

Den Eigenwillen aufheben, sich nicht verstören lassen von den Wahrnehmungen, ist eine gewaltige Abschwächung der Triebe. Aber das kann nur einer, der die heilende rechte Anschauung hat, der weiß, dass alle Dinge kommen und gehen, dass da kein Ich und Mein ist. Wer die heilende rechte Anschauung nicht hat, der wird diese Übung nicht machen. Der denkt: „Wegen dieser Sache muss ich mich aufregen.“

Die nächste Übung, die der Erwachte Rāhulo gibt, ist

Der Gemütszustand der Ich-Du-Gleichheit,  
des Schonens, der Freude, des Gleichmuts:  
die unbeschränkte Gemüterlösung  
(*appamāna ceto-vimutti*)

Untreffbarkeit, Unverletzbarkeit des Gemüts, des Herzens ist die Voraussetzung für diese Übungen. Ein Mensch, der auf Grund von Anerkennungsbedürfnis oder Hunger nach Zuneigung verstört, ärgerlich, zornig wird, sich gedemütigt fühlt, traurig, erbost ist, hat so viel mit eigenen Affekten zu tun, dass er Geist und Herz nicht mit der Gesinnung der Ich-Du-Gleichheit, mit Schonen, Freude/Heiterkeit und Gleichmut erfüllen kann.

*Entwickle, Rāhulo, den Gemütszustand der unterschiedslosen, nicht messenden, unbeschränkten Liebe (metta). Wenn du, Rāhulo, den Gemütszustand der unterschiedslosen, nicht messenden, unbeschränkten Liebe entwickelst, wird Abneigung bis Hass (vyāpāda), überwunden.*

*Entwickle, Rāhulo, den Gemütszustand des Schonnens, der Rücksichtnahme, der Fürsorglichkeit (karuna). Wenn du, Rāhulo, den Gemütszustand des Schonnens, der Rücksichtnahme, der Fürsorglichkeit entwickelst, wird Gewalttätigkeit, Grausamkeit (vihimsā) überwunden.*

*Entwickle, Rāhulo, den Gemütszustand der inneren Freude (mudita). Wenn du, Rāhulo, den Gemütszustand der inneren Freude entwickelst, wird Missmut (arati) überwunden.*

*Entwickle, Rāhulo, den Gemütszustand des Gleichmuts. Wenn du, Rāhulo, den Gemütszustand des Gleichmuts entwickelst, wird Abgestoßensein, Widerstand (patigha) überwunden.*

Durch den Gemütszustand  
der unterschiedslosen, nicht messenden,  
unbeschränkten Liebe  
wird Abneigung bis Hass überwunden

Die unerschütterlich Gewordenen haben Mitempfinden mit anderen, aber werden nicht von Sympathie und Antipathie bewegt. Sie haben sich von diesen triebbedingten Neigungen getrennt und befreit und üben sich darin, jene unterschiedslose Liebe zu erwerben, bei welcher Haltung man nicht nach den Qualitäten des anderen fragt, sondern sich der Tatsache bewusst ist, dass jedes Wesen ein nach seinen Fähigkeiten und Vermögen ringendes Wesen ist. Sie sehen die Anliegen, Begehungen, Ersehnungen, die Hoffnungen und Enttäuschungen

der Wesen wie bei sich selbst, sie sehen, wie sie Wohl suchen und Wehe zu vermeiden trachten mit Mitteln und auf Wegen entsprechend ihren Anschauungen und Trieben. Alles was einer tut, tut er nach dem gleichen Gesetz wie ich und wie der schlimmste Verbrecher, wie das Tier, nämlich entsprechend den Trieben und der Anschauung: So wie Triebe und Anschauung sind, danach muss jeder handeln. Wenn man das öfter betrachtet und nicht die unterscheidenden Betrachtungen pflegt: „Da ist ein guter, ein schlechter Mensch, der ist mir sympathisch, der ist mir unsympathisch“, sondern die Betrachtungen, in denen wir alle gleich sind, übt, das führt zur Gemütsverfassung der unterschiedslosen, nicht messenden, unbeschränkten Liebe, dem Empfinden der Ich-Du-Gleichheit. Normalerweise ist der Mensch geneigt, sich als den Wichtigsten und Nächsten anzusehen. Alle anderen empfindet er als ferner. Schon dass man sie „Nächste“ nennt, heißt: Sie sind nicht Ich. Der Nächste ist den meisten sehr fern. Aber es geht nicht nur darum, den Nächsten zu sehen, sondern den Nächsten als mir gleich zu empfinden. Wer die unterscheidenden Anblicke meidet und die Anblicke der Gleichheit pflegt, der kann nicht mehr ärgerlich über jemanden sein. Kommt doch einmal Ärger auf, dann meldet sich die rechte Anschauung, man schämt sich, führt sich die Gleichheit mit dem anderen vor Augen und kommt dadurch in eine helle Gemütsverfassung, in der man sich wundert, dass man sich hat ärgern lassen.

Die Aufhebung der Unterscheidung zwischen Ich und Du wird in Pāli *appamāna* genannt, meist übersetzt mit grenzenlos, keine Grenze zwischen mir und anderen ziehen, keinen Unterschied machen. So wie schon bei den Körpern kein Unterschied in der Materie ist - ebenso wie dieser Körper mit Festem, Flüssigem...ernährt worden ist, ist jener Körper mit Festem, Flüssigem... ernährt worden. Das Feste, Flüssige dieses Körpers oder der Arm, das Feste und Flüssige...bei einem anderen Menschen, das ist Festes, Flüssiges... Es wäre Unsinn, von der Materie her zu unterscheiden: mein Arm, dein Arm -

so ist auch im Geistig-Seelischen kein Unterschied zwischen mir und anderen: Dadurch, dass bei dem einen andere Eindrücke in den Geist gelangt sind durch andere Eltern, Lehrer, Freunde, Bücher als bei einem anderen, haben diese Eindrücke einen anderen Geistesinhalt erzeugt und sind dementsprechend Triebe entstanden und gepflegt worden. Wir sind alle Marionetten, vom Wahn und der dadurch bedingten Triebkraft: Anziehung und Abstoßung - in Gang gehalten. Wenn das durchschaut wird, gibt es keine abschätzende Bewertung der anderen und dadurch nicht Abneigung bis Hass, kein Schaden- und Verletzenwollen. Der Zwang, den Nächsten zweitrangig zu behandeln, uns über manche zu ärgern, sie sympathisch oder unsympathisch zu finden, wird aufgehoben. Dann ist uns jeder so viel wert, wie wir uns selber wert sind. So wird die „Eigenart“, die Egozentrik aufgelöst, der Anschein von Trennung wird aufgehoben. Das unbeschränkte, nicht messende Gemüt wird von allen Dunkelheiten und Abneigungen geklärt, denn Liebe/Ich-Du-Gleichheit und Abneigungen können nicht miteinander bestehen.

Ein Mönch sagte von sich (Thag 647/648):

*Von Liebe weiß ich nur,  
von unbegrenzter, wohl geübt  
und wohlgegründet rund umher,  
wie's uns der Wache vorgewirkt.*

*Bin aller Bruder, aller Freund,  
mit allen Wesen fühl' ich mit  
und mache weit mein liebend Herz  
belastend niemand immerdar.*

Durch den Gemütszustand des Schonens wird  
Schaden-, Verletzenwollen überwunden

Indem dem Übenden die Empfindungen des anderen so nah sind wie die eigenen in unterschiedsloser, unbeschränkter Lie-



be (*metta*), ergibt sich der Wunsch, die Empfindungen des anderen so zu schonen (*karuna*), wie man die eigenen geschont wissen möchte. Insofern ist der Gemütszustand der unterschiedslosen, nicht messenden, unbeschränkten Liebe (*metta*) die Tür zum Schonen (*karuna*). Man kann nicht schonen und wohltun wollen, fürsorgliche Empfindungen hegen, wenn nicht das Empfinden von unterschiedsloser Liebe vorhanden ist. Bei dieser Haltung geht jede Neigung zu gewaltsamem Schädigen, zu Grobheit und Rohheit (*vihimsā*) unter.

Die beiden Eigenschaften: Abneigung bis Hass und die Neigung, andere zu schädigen, gewaltsam gegen sie vorzugehen, bestehen nur durch Sinnensucht bei dem Gedanken: „Ich will das haben. Ich will das für mich. Irgendwann komme ich auch mal dran.“ Darum liegen mir die Wünsche der anderen fern. Ist diese Sinnensucht aufgehoben, dann sind die beiden anderen Eigenschaften, Abneigung bis Hass, Schadenwollen, von selber verschwunden.<sup>131</sup> Aber Sinnensucht kann nicht aufgehoben werden, solange üble Eigenschaften den Menschen beherrschen; man muss erst das Herz erhellen. Sehr oft wünschen wir dem Nächsten keinen Schaden, aber wir sehen ihn nicht mehr so freundlich an, wenn er uns im Weg steht, das zu erreichen, was wir wünschen. Es kann bis zu Mord, Diebstahl, Einbruch in andere Ehen kommen, nur vom Begehren getrieben. Man bedauert es, aber man nimmt es in Kauf, dass der andere leidet in dem Gedanken: „Ich selber gehe vor.“ Das ist eine Bevorzugung, eine Begrenztheit, eine Einbildung, eine perspektivische Bindung. Es sind die Triebe, die ein Ich projizieren, wodurch die anderen als „ferner liefen“ empfunden werden.

---

<sup>131</sup> Auch Neid z.B. auf das Wissen eines anderen und Rechthabenwollen, die auf den ersten Blick nichts mit Sinnendingen zu tun haben, haben Sinnensucht als Grundlage: „Ich will Recht haben vor der Welt, die ich sinnlich wahrnehme(n will)“, oder „ich will Recht haben vor mir, der ich „mich“ sinnlich wahrnehme(n will).“ - Ist hingegen der Wunsch, Welt und Ich sinnlich wahrnehmen zu wollen, geschwunden, dann ist damit die Grundlage für Neid und Rechthabenwollen aufgelöst.

## Durch den Gemütszustand der Freude wird Unlust und Missmut überwunden

Abneigung-Hass (*vyāpāda*) und Schädigen-, Verletzenwollen, Gewaltsamkeit (*vihimsā*) sind die Verhinderer innerer Freude. Solange wir von diesen dunklen Eigenschaften bewegt sind, kann keine innere Freude aufkommen. Wenn wir vom Wetter sagen, es sei heiter, dann meinen wir, dass Wolkenballungen fortgezogen sind oder sich aufgelöst haben. Der Himmel ist klar, es heitert sich auf, die Sonne ist zu sehen. Ebenso: Hat man einen solchen trübungsfreien Gemütszustand bei sich selber einmal erlebt, dann bedauert man, wenn er wieder vergeht. Dann hat man keine Ruhe, bis man ihn wieder erfährt. Von da an weiß man, wie innere Freude zu erwerben ist. Nicht: Ich will jetzt innerlich hell sein, sondern: die dunklen Gemütsverfassungen auflösen, die dunklen Gemütswolken auflösen. Wenn der Übende bemerkt, dass er weit entfernt ist von dunklen Gedanken und verletzten Gefühlen, entsteht Freude in dem Gefühl der Unangreifbarkeit. Die Aufmerksamkeit auf die Sinnendinge tritt zurück, die tausendfältigen Befriedigungen durch sie werden als geringwertig empfunden gegenüber der inneren Freude über die erworbene Helligkeit. Dadurch schwinden Unlust und Missmut (*arati*). Unlust und Missmut entstehen nur, wenn der Übende zu anderer Zeit an sinnlichen Dingen Lust (*rati*) hat oder sich zu lange der Dinge enthalten hat, die er zu genießen gewohnt war. Wenn die Mönche nicht Ziele vor sich sehen, die sie locken und die sie intensiv anstreben, dann empfinden sie Unlust und Missmut. - Ein weiterer Grund für Missmut: Wenn der Bauch voll ist, dann ist die geistige Spannkraft, das religiöse Streben nur schwach. In der christlichen Mystik heißt es: „Kurz nach Mittag geht der Teufel um“, dann kann der Teufel Ernte halten. Aber wenn das Gemüt hell ist, innere Dunkelheit und Kälte aufgehoben sind, dann gibt es keine Unlust, keinen Missmut, die hervorgehen aus sinnlichem Begehren und dem Mangel an

innerer Helligkeit, sondern der Übende ist von Freude erfüllt über die erworbene innere Helligkeit.

Durch inneren Gleichmut  
vergeht alles Abgestoßensein

Wer durch sein Bemühen eine helle Gemütsverfassung immer mehr gewöhnt wird, dazu keiner besonderen Anstrengung mehr bedarf, bei dem wird diese Helligkeit allmählich zu einer gleichbleibenden stillen und durch keine Ereignisse mehr erschütterbaren Gemütsruhe (*upekha*). Diese Gemütsverfassung beschreibt der Erwachte als die vierte und höchste Übung. Durch innere Gemütsruhe/Gleichmut werden alle Formen des Zurückschreckens, des Abgestoßenseins (*patigha*) aufgehoben.

Wenn diese Übungen der Unbeschränktheit immer tiefer gelingen, dann führen sie zu so großem Frieden, dass der Mensch allem Außen entrückt wird, Entrückungen (*jhāna*) gewinnt. Ein solches Herz ist grenzenlos geworden. Und auch wenn der Übende aus der Entrückung wieder auftaucht, interessieren ihn auf Grund des erfahrenen inneren Wohls kaum mehr Unterschiede im Sinnesbereich. Er stellt keine Forderungen mehr an die Wesen, urteilt, misst, vergleicht nicht mehr. Unbeschränkt ist sein Herz geworden. Alle Wesen sind ihm gleicherweise Freund und Bruder.

Die Übungen der Unbeschränktheit oder Strahlungen (= erfüllt sein mit Ich-Du-Gleichheit, Schonen, Freude, Gleichmut) führen in ihrer Vollendung zur Aufhebung der Sinnensucht, und damit erreichen die Heilsgänger den Status der Nichtwiederkehr zur Sinnensuchtwelt. Diese belehrten Heilsgänger heben nach dem Tod des menschlichen Körpers und der Wiedergeburt im brahmischen Bereich dort das letzte Anhaften an Form und Formfreiheit auf, wenn sie dies nicht bereits in diesem Körperleben vollziehen und damit zu Lebzeiten bereits alle Triebe aufheben.

Aber der Erwachte nennt in seiner Belehrung Rāhulos noch zwei weitere Übungen zur restlosen Aufhebung aller evtl. noch aufkommenden Gedanken der Sinnensucht:

Durch die Wahrnehmung der Unschönheit (*asubha*) vergeht das Begehren

Je weniger einer Begehren hat, je weniger er von den Sinnen-  
dingen gereizt wird, um so weniger trifft ihn Unschönheit.  
Einem sinnlich Begehrenden, einem Ästheteten, erscheint leicht  
etwas unschön.

*Entwickle, Rāhulo, die Wahrnehmung der Unschön-  
heit. Wenn du, Rāhulo, die Wahrnehmung der Un-  
schönheit entwickelst, wird Gier überwunden.*

Die Wahrnehmung der Unschönheit, die zu einer klaren Dis-  
tanzierung von aller Schein-, „Schönheit“ führt und erst das Tor  
öffnet zur Wahrnehmung wahrer Schönheit, beschreibt der  
Erwachte wie folgt (A X,60):

*Was ist der Anblick der Unschönheit? Da betrachtet der  
Mönch eben diesen hautüberzogenen Körper, der mit man-  
cherlei Unrat angefüllt ist, von der Fußsohle aufwärts und  
vom Scheitel abwärts: „Dieser Körper ist behaart, hat Nägel,  
Zähne, Haut, Fleisch, Sehnen, Knochen, Knochenmark, Nie-  
ren, Herz, Leber, Zwerchfell, Milz, Lunge, Dickdarm, Dünn-  
darm, Magen, Kot, hat Galle, Schleim, Eiter, Blut, Schweiß,  
Lymphe, Tränen, Talg, Speichel, Rotz, Gelenkschmiere, Urin.“  
So weilt er bei diesem hautüberzogenen Körper in beharrli-  
chem Anblick der Unschönheit.*

Normalerweise erscheint dem Menschen der menschliche  
Körper, solange er jung und gesund ist, schön - der Anblick  
des alten oder kranken Körpers wird verdrängt -, aber auch  
den jungen und gesunden Körper sehen wir ja nicht, sondern

nur seine äußere Schale, die Haut. Und diese Oberflächlichkeit, welche alle unsere großen Enttäuschungen verursacht, die wir im Laufe des Lebens mit dem Körper erfahren, gilt es, durch den Anblick der Realität des Körpers aufzuheben. Bei oberflächlicher Betrachtung meint man, wenn man am Menschen allein die umschließende Haut betrachtet, der ganze Körper sei von solcher Art. So ist es aber nicht. Unter der Haut sind die Fettpartien, die Muskelstränge, die Sehnen, die an den Knochen und Muskeln befestigt sind, ferner die Organe, der riesenlange, immer gefüllte Darm, Kot - das alles ist in diesem Hautsack enthalten, ist das, was wir Leib nennen. Viele Aussagen des Erwachten haben zum Inhalt, die Unschönheit des Körperlichen offenbar zu machen, um zu zeigen, dass der Körper ein des Ergreifens unwürdiges Objekt ist, dadurch die Wohlsuche von ihm abzuziehen und den Mönch das wahre Schöne, die Lauterkeit, Helligkeit und Reinheit des geläuterten Herzens, das der Erwachte mit Gold vergleicht, um so intensiver anstreben zu lassen. Der Erwachte sagt (A III,69):

*Wer mit oberflächlichem Blick die Scheinschönheit des Körperlichen im Auge hat, bei dem entsteht Gier, und schon vorhandene Gier wird größer. Wer aber unverblendet die Erscheinung des Unschönen im Auge hat, bei dem entsteht keine Gier, und schon vorhandene Gier nimmt ab.*

Diese Betrachtung ist fruchtbar in der Gemütsverfassung der inneren Helligkeit, im Zustand inneren Wohls, der Freude. Solch ein Mönch ist in sich selber glücklich, zufrieden, weil er merkt, dass er aus der Finsternis heraus ist und ein ganz anderes Verhältnis zu sich und zu der ganzen Welt gewonnen hat. In seinem inneren Reichtum ist er nicht mehr wie zuvor auf die sinnlichen Dinge angewiesen. Er ist nun nicht nur bereit, sondern auch fähig, nüchtern zu sehen, wie der Körper, der früher sinnliches Begehren weckte, in allen seinen Einzelteilen unschön ist. Die alte Gewohnheit, den Körper als begehrenswert anzusehen, wird dadurch von Grund auf aufgehoben.

Durch die Wahrnehmung der Unbeständigkeit  
(*anicca-saññā*) vergeht die Ich-bin-Empfindung

*Entwickle, Rāhulo, die Wahrnehmung der Unbeständigkeit. Wenn du die Wahrnehmung der Unbeständigkeit entwickelst, wird die Ich-bin-Empfindung (asmi-māno) überwunden.*

Das Pāliwort *anicca* bedeutet, dass die Erscheinungen nicht einen Augenblick still bestehen, dass vielmehr ununterbrochen Veränderungen und Wandlungen geschehen. Darum ist der Begriff „Sein“ oder „Dasein“ unrealistisch. Statt dieses Wortes heißt es in der Pālisprache *bhava* = Werden. Die Sprache ist schon nach dieser Weisheit geformt. Dieses ununterbrochene Werden, die Kette der Erlebnisse, wird in den Lehrreden als „Strömung“, Werdens-Strömung (*bhava-sota*) bezeichnet, wie auch das viel zitierte Wort von Heraklit besagt: „Alles fließt.“ Wer seine „eigenen“ Lebensvorgänge so beobachten kann, dass ihm diese Wahrheit und Wirklichkeit aufgeht, der kann auf diesen erkannten Wechsel und Wandel des sogenannten Lebens nicht mehr bauen. Geist und Wille wenden sich davon ab und wenden sich dem zu, das nicht vergeht.

Der Erwachte zeigt: Wir können 1. den Körper nicht so machen, wie wir gern möchten, gesünder oder stärker oder schöner. Wir können 2. die Gefühle und Empfindungen nicht so gestalten, wie wir möchten. Oft überrollen uns aufsteigende Leidenschaften, die wir nicht wünschen. Ohnmächtig sehen wir ihnen oft zu. Wir können uns 3. die Wahrnehmungen nicht aussuchen: Es kommen über uns Leiden. Der Mensch lebt im Ungewissen, der nächste Moment kann Unsympathisches, Schmerzliches, Schreckliches, Vernichtendes bringen – oder ebenso plötzlich und unverhofft Angenehmes. Wir können tage-, wochen- und monatelang etwas befürchten, das nie eintritt, und ebenso etwas erhoffen, das nie eintritt. Wir werden 4. in unseren Reaktionen auf das Erlebte im Denken, Reden und

Handeln, in unserer Aktivität von einer inneren angewöhnten Motorik, den Trieben, getrieben, etwas zu tun, das uns Wohl verschaffen soll, was wir aber nur wegen der Triebe, wegen unserer Blendung nicht als mühselig empfinden. Aber solange man den Trieben folgt, kommt man nicht zum ersehnten Wohl. Die Befriedigung der Triebe mehrt zum einen den Drang zu weiterer Aktivität und damit die programmierte Wohlerfassungssuche (5. Zusammenhäufung) und ist zum anderen immer eine Mühsal und Strapaze für die Wesen. Aber da sie nichts Besseres kennen, haben sie keine Ahnung, welches Wohl mit dem wahren Frieden erfahren wird.

Auch alle weltlosen Entrückungen und selbst formfreie Selbsterfahrung vergehen wieder, unterliegen der Leidhaftigkeit der Wandelbarkeit. Einzig das Erreichen des Nirvāna bedeutet dauerhaftes Wohl, wandellose, unverletzbare Unverletztheit, der einzige und endgültig leidfreie Zustand.

Von jeder einzelnen der fünf Zusammenhäufungen, die das ganze Dasein ausmachen: - Form, Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierte Wohlerfassungssuche - muss man sagen, dass sie nur in rieselnder Veränderung besteht, und alle Fünf bestehen in einem voneinander abhängigen rasanten, ungleichförmigen, ständig seinen Rhythmus wechselnden Ablauf: Eines bedingt das andere - ein Zusammenspiel, das unabhängig von unserem Wollen abläuft nach eingespielten Automatismen. Je mehr der Mensch ergreifend, hoffend und wünschend darin verwoben ist, um so mehr empfindet er den ständigen Entstehens-Vergehensfluss als eigen und ist leidvoll betroffen über Veränderungen, die den Trieben zuwiderlaufen. Darum empfiehlt der Erwachte die Betrachtung der Unbeständigkeit, um die Ich-bin-Empfindung auszuroden. Wer so die Unbeständigkeit betrachtet, in dem festigt sich die Erkenntnis des Nichtselbst.

Wie durch häufig geübte Betrachtung der Unbeständigkeit die Zuneigungen zu den unbeständigen Dingen sich auflösen, zeigt sich in dem Gleichnis des Erwachten in S 22,102:

*Gleichwie da in der Herbstzeit der Pflüger, mit einem großen Pflug pflügend, alles Wurzelgeflecht durchschneidet, so auch löst die Wahrnehmung der Unbeständigkeit, erzeugt und oft wiederholt, allen Zug zur Sinnensucht, allen Zug zu Formen, löst allen Zug zum Dasein, löst alles Scheinwissen auf, löst allen Ich-bin-Wahn auf.*

Ebenso in A VII,46:

*Wenn der Übende die Leidhaftigkeit der Unbeständigkeit erkennt und bei diesem von der programmierten Wohlerfassungssuche geführten Körper die Vorstellung der Nichtichheit beharrlich übt und dadurch bei allen von außen kommenden Erscheinungen die ichmachenden und meinmachenden Vorstellungen im Geist aufgelöst hat und alle triebhafte Bewegtheit überwunden hat, so bringt das höchste Frucht und höchsten Segen und mündet im Todlosen.*

#### Bindung der inneren Gemütsverfassung an den Atem

Erst nach diesen Übungen, durch die viele bereits das Ziel, die Triebversiegung, erreichen, kommt der Erwachte auf die Übung zurück, die Sāriputto seinem Schüler Rāhulo gegeben hat und um deren Erklärung Rāhulo den Erwachten gebeten hat. Die Vorsicht des Erwachten bei der Belehrung und Lenkung der Menschen führt dazu, alle möglichen Wege, die zum Ziel führen, zu nennen und zu beschreiben, weil der Mensch entsprechend seinen Anlagen für manche der Übungswege blind und unfähig ist, für andere Übungswege aber aufgeschlossener und fähiger.

Diese Übung <sup>132</sup> erscheint wie eine Zusammenfassung der bisherigen Übungen – angeknüpft an die Beobachtung des Atems, wodurch sichergestellt ist, dass der Übende nicht in

---

<sup>132</sup> gleicher Wortlaut in M 118 und A X,60



Entrückung gerät, sondern zielstrebig alle Übungen bis zur Aufhebung der Triebe durchläuft.

*Beobachtung der Ein- und Ausatmung übe, Rāhulo. Wenn du, Rāhulo, Beobachtung der Ein- und Ausatmung erzeugst und entfaltetest, so bringt das große Frucht, großen Segen. Wie aber wird, Rāhulo, Beobachtung der Ein- und Ausatmung erzeugt und entfaltet, damit sie große Frucht, großen Segen bringt?*

*Da begibt sich, Rāhulo, der Mönch ins Innere des Waldes oder unter einen großen Baum oder in eine leere Klause, setzt sich mit verschränkten Beinen nieder, den Körper gerade aufgerichtet und richtet die Beobachtung auf das Gesicht (auf Mund und Nase).*

*Beobachtend atmet er ein; beobachtend atmet er aus. Atmet er tief ein, so weiß er: ‚Ich atme tief ein‘; atmet er tief aus, so weiß er: ‚Ich atme tief aus‘; atmet er kurz ein, so weiß er: ‚Ich atme kurz ein‘; atmet er kurz aus, so weiß er: ‚Ich atme kurz aus‘; ‚Den ganzen Körper empfindend will ich einatmen‘, so übt er sich. ‚Den ganzen Körper empfindend will ich ausatmen‘, so übt er sich. ‚Die körperliche Bewegtheit beruhigend will ich einatmen‘; ‚die körperliche Bewegtheit beruhigend, will ich ausatmen‘; so übt er sich.*

*‚Geistige Beglückung empfindend will ich einatmen‘, so übt er sich. ‚Geistige Beglückung empfindend will ich ausatmen‘, so übt er sich.*

*‚Inneres Wohl empfindend will ich einatmen‘, so übt er sich. ‚Inneres Wohl empfindend will ich ausatmen‘, so übt er sich.*

*‚Die Herzensbewegtheit empfindend will ich einatmen‘, so übt er sich. ‚Die Herzensbewegtheit empfindend will ich ausatmen‘, so übt er sich.*

*„Die Herzensbewegtheit beruhigend will ich einatmen“, so übt er sich. „Die Herzensbewegtheit beruhigend will ich ausatmen“, so übt er sich.*

*„Das Herz empfindend will ich einatmen“, so übt er sich. „Das Herz empfindend will ich ausatmen“, so übt er sich.*

*„Das Herz von Freude erfüllt will ich einatmen“, so übt er sich. „Das Herz von Freude erfüllt will ich ausatmen“, so übt er sich.*

*„Geeinten Herzens will ich einatmen“, so übt er sich. „Geeinten Herzens will ich ausatmen“, so übt er sich.*

*„Befreiten Herzens will ich einatmen“, so übt er sich. „Befreiten Herzens will ich ausatmen“, so übt er sich.*

*„Die Unbeständigkeit wahrnehmend (aniccānupassī) will ich einatmen“, so übt er sich. „Die Unbeständigkeit wahrnehmend will ich ausatmen“, so übt er sich.*

*„Die Reizfreiheit (virāga) wahrnehmend will ich einatmen“, so übt er sich. „Die Reizfreiheit wahrnehmend will ich ausatmen“, so übt er sich.*

*„Die Ausrodung (nirodha) wahrnehmend will ich einatmen“, so übt er sich. „Die Ausrodung wahrnehmend will ich ausatmen“, so übt er sich.*

*„Die Abgelöstheit (patinissagga) wahrnehmend will ich einatmen“, so übt er sich. „Die Abgelöstheit wahrnehmend will ich ausatmen“, so übt er sich.*

*Wenn die Beobachtung der Ein- und Ausatmung so erzeugt und entfaltet wird, bringt sie große Frucht, großen Segen. Ist die Beobachtung der Ein- und Ausatmung so entfaltet und häufig geübt, Rāhulo, so hören auch die letzten Atemzüge bewusst auf, vergehen nicht unbemerkt.*

*So sprach der Erhabene. Erhoben und beglückt war der ehrwürdige Rāhulo über das Wort des Erhabenen.*

Die ersten beiden Stadien der Atemübung bestehen darin, dass der Atem nur einfach beobachtet, die jeweilige Kürze oder Länge registriert wird. Der Übende beobachtet bei dem ersten Übungsschritt den Atem zunächst nur bei den Toren seines Eintretens und Austretens und beim zweiten Übungsschritt die Dauer der Atemzüge.

Indem ein Mensch so seine Aufmerksamkeit nur auf den Atem richtet, den Atem beobachtet, vergisst er die weltlichen Dinge und entdeckt den Leib. Immer deutlicher dringen in sein Bewusstsein die mehr oder weniger gleichmäßigen Atemzüge, der Rhythmus des Einatmens und Ausatmens. Er merkt die Anwesenheit jener „Dampfmaschine“, die da einpumpt und auspumpt. - Es geht bei diesen Übungen nicht darum, den Atem zu beeinflussen, sondern nur das, was geschieht, zu beobachten, und das, was sich zu anderen Zeiten unbewusst und unbemerkt vollzieht, sich klar bewusst zu machen, jeden einzelnen Atemzug mitzuerleben.

Der nächste Schritt der Atembeobachtung wird so beschrieben:

*„Den ganzen Körper empfindend will ich einatmen, den ganzen Körper empfindend will ich ausatmen“ - so übt er sich.*

Der Mönch richtet nun die Aufmerksamkeit nicht mehr nur auf Nase, Mund, Gesicht, sondern auf das Vorhandensein des ganzen Körpers. Es ist ein gelassenes klares Zusehen bei dem, was da vor sich geht. Es kann sein, dass der Übende dabei wie von selbst die Wirkungen des Atems beim Eindringen in den Körper und beim Herausziehen aus dem Körper entdeckt, die Wandlungen beim Lungenbalg merkt, der auseinander geht und zusammenschrumpft in ständigem Wechsel. Er merkt vielleicht auch, wie die Rippen sich heben und sich senken, wie der Brustkorb weiter und enger wird, wie der Bauch voller und leerer wird, wie durch das Weiten der Lunge manche Organe weggedrängt werden, die wiederum andere Organe ver-

drängen, wie also mit jedem Einatmen und Ausatmen im Körper größere und kleinere Verschiebungen vor sich gehen. In demselben Maß, wie sein Bewusstsein von den körperlichen Vorgängen erfüllt wird, tritt die Wahrnehmung von weltlichen Dingen zurück: Er vergisst immer mehr die Umwelt, und sein Geist richtet sich mit zunehmender Gewöhnung auf die Vorgänge beim Körper. Die körperlichen Vorgänge, deren Gegenwart er sich bisher kaum bewusst war, sind nun der einzige Gegenstand seiner Wahrnehmung.

Bei dem vierten Übungsschritt geht es nicht mehr nur um passives Zusehen. Es heißt:

*„Die körperliche Bewegtheit beruhigend, will ich einatmen, die körperliche Bewegtheit beruhigend, will ich ausatmen“, so übt er sich.*

Im Unterschied zu den ersten Atembeobachtungen, die nur das Bemerken von Vorgängen sind, bedeutet diese Übung schon mehr, sie ist schon eine Art Wandlung. Es geht darum, die vegetativen Vorgänge zu besänftigen, körperliche Verspannungen aufzulösen und zu befrieden. Dadurch tritt eine allgemeine Harmonisierung und Beruhigung ein, die Lebenskraft wird gestärkt.

*„Geistige Beglückung empfindend will ich einatmen“, so übt er sich. „Geistige Beglückung empfindend will ich ausatmen“, so übt er sich. „Inneres Wohl empfindend will ich einatmen“, so übt er sich. „Inneres Wohl empfindend will ich ausatmen“, so übt er sich.*

Der Übende hat geistige Beglückung und Entzückung, inneres Wohl schon öfter erfahren. Aber nun geht es darum, diese überweltlichen Gefühle, die dem Übenden jetzt leicht zur Verfügung stehen, aufzurufen und an den Atem zu binden. Während er zuvor, wenn die überweltlichen Gefühle in ihm aufka-

men, ganz und gar in ihnen wohnte, mit ihnen eins war und dadurch, wenn diese aufhörten, ohne sie dastand und Mangel empfand - während er also durch die Hingabe an diese Beglückung und das erfahrene innere Wohl an sie gebunden und von ihnen abhängig war, so beobachtet er nun diese gleichen Erfahrungen ohne Zuneigung oder Abneigung, ganz an die Beobachtung des Atems gebunden. Die überweltlichen Erfahrungen hören dadurch nicht auf, aber die Bindung daran löst sich auf.

*„Die Herzensbewegtheit (citta-sankhāra) empfindend, will ich einatmen‘, so übt er sich. „Die Herzensbewegtheit empfindend, will ich ausatmen‘, so übt er sich. „Die Herzensbewegtheit beruhigend, will ich einatmen‘, so übt er sich. „Die Herzensbewegtheit beruhigend, will ich ausatmen‘, so übt er sich.*

Die Herzensbewegtheit wird erklärt (M 9 und M 44) als Gefühl und Wahrnehmung. Durch die Triebe des Herzens, die als Wollenskörper den Fleischkörper, die zu sich gezählte Form, durchziehen, kommen ununterbrochen Gefühle und Wahrnehmungen auf. Wir wissen, dass wir in jedem Augenblick irgendein kleineres oder größeres Erlebnis haben, irgendeine Begegnung mit „Umwelt“ oder mit uns selber - und die besteht immer darin, dass etwas wahrgenommen wird und dass damit zugleich als Resonanz der Triebe ein angenehmes oder unangenehmes Gefühl gefühlt wird. Selbst wenn sich der Mensch in einen dunklen Raum begeben würde, wo er keinerlei Formen sehen kann, so würde er merken, dass um so mehr Töne, Düfte, Tastungen oder Gedanken und Vorstellungen wahrgenommen werden; und auch, wenn es ihm in diesem dunklen Raum eine Zeitlang gelingen sollte, alle Außengeräusche von sich fernzuhalten und ebenso Düfte, Geschmäcke und Tastungen - wenn er also die „außenweltliche“ Vielfalt so weit wie möglich lindern oder gar vollkommen ausschalten

könnte, so würde er erfahren, dass mit der Minderung der „äußeren“ Dinge eine Mehrung der „inneren“ Erlebnisse, also der Gedanken und Vorstellungen, der Erwartungen, Planungen, Phantasien usw. eintritt, und auch die sind genau wie die „äußeren“ Erlebnisse nichts anderes als Gefühle und Wahrnehmungen. Diese Kette der im Geist aufsteigenden Gefühle, der Herzensbewegtheit, eine ununterbrochene Gefühls-Wahrnehmungs-Wirksamkeit, haben wir hinzunehmen. Wir können ihr ebenso wenig wie der leiblichen Wirksamkeit ausweichen. Es ist die „passive“ Seite des Lebens, die „unser Schicksal“ ausmacht. Gefühl und Wahrnehmung bestehen nicht als etwas Stilles, Währendes, sondern im ununterbrochenen Fluss: ein Gefühl folgt dem anderen, eine Wahrnehmung folgt der anderen. Das ist die Kette der Erlebnisse.

Mit der oben genannten Übung richtet der Übende seine Aufmerksamkeit nicht auf die überweltlichen Gefühle, sondern auf die Tatsache der Bewegtheit von Gefühl und Wahrnehmung an sich. Er spürt die Bewegtheit, die Unruhe, das immer neue Auftauchen, den Wechsel von Gefühl und Wahrnehmung. Und diese Bewegtheit beruhigt er - dabei immer an die Beobachtung des Atems gebunden.

*„Das Herz (citta) empfindend, will ich einatmen“, so übt er sich. „Das Herz empfindend will ich ausatmen“, so übt er sich.*

Das Herz umfasst die Summe aller Triebe, deren jeder eine an sich unbewusste, aber gerichtete Wunschkraft ist. Das Herz ist das tausendfältige blinde und unwissende Verlangen und Ablehnen, das Zugeneigtsein und Abgeneigtsein, das Begehren und Hassen. Alles Gefühl, das mit dem Zugeneigtsein und Abgeneigtsein, mit dem Begehren und Hassen zusammen aufkommt, ist nicht das Herz selbst, jenes stille und tiefe, stumme und blind drängende Gerege von unbewussten Neigungen, sondern ist nur die Sprache des Herzens. Das Gefühl tritt im Gegensatz zu den meist unbewussten Drängen des

Herzens deutlich spürbar in Erscheinung. Das gilt vom Wohl- wie auch vom Wehgefühl, vom hohen, niedrigen, wie auch vom feinen, hohen Gefühl, vom starken und schwachen Gefühl.

Wenn der Erwachte das zerstreute oder gespaltene Herz mit einem Maler vergleicht (S 22,100), der ununterbrochen seine bunten Bilder, „Männer- und Frauengestalten“, malt, die als Ich und Umwelt erlebt werden, und wenn dem Herzen die Eigenschaften Anziehung, Abstoßung, Blendung zugeschrieben werden, und wenn der Erwachte sagt, der Mensch sei *eine Episode des Herzens* (A X,208), dann zeigt sich damit, dass Herz der umfassendste Begriff ist, der alle Anliegen, Triebe, auch die höchsten Anliegen des geeinten Herzens, umschließt.

Solange sich der Mensch von dem Schwall seiner Gefühle bewegen und erschüttern lässt, ja, solange überhaupt laute Gefühle in ihm aufklingen, kann er das stille Geneigtsein des Herzens nicht merken. Darum setzt die Beobachtung des Herzens eine erhebliche Läuterung und Beruhigung des Geistes und der Gefühle bei dem Übenden voraus. Ist diese Beobachtung dem Übenden bereits früher gelungen, so bindet er jetzt die Empfindung des Herzens, der Triebe, an den Atem. Bei dieser Übung füllt sich das Herz mit Freude, und auch dieser Zustand wird mit dem Atem verknüpft:

*„Das Herz von Freude erfüllt, will ich einatmen‘, so übt er sich. „Das Herz von Freude erfüllt, will ich ausatmen‘, so übt er sich.*

Wenn der Übende bei sich Fortschritte merkt, so erlebt er daraus einen großen Aufschwung seines Empfindens. Da der belehrte und so weit gekommene Heilsgänger seine innere Entwicklung bewusst und planmäßig betreibt, so weiß er, dass er sich nun an der Grenze zur weltunabhängigen Einigung des Herzens befindet. Er erfährt die erlösende Befreiung von den fünf Hemmungen: Sinnensucht, Abneigung-Hass, träges Beharren im Gewohnten, geistige Unruhe, Daseinsbangnis. Da-

rüber ist er von Freude erfüllt. Dieser Freude gibt er sich aber nicht hin, sondern registriert sie und bindet sie an die Beobachtung des Atems.

*„Geeinten Herzens (samādaham cittam) will ich einatmen“, so übt er sich. „Geeinten Herzens will ich ausatmen“, so übt er sich.*

*Samādhi*, Zusammengefügtsein, Geeintsein, bedeutet, dass das Herz nicht mehr in die äußere Vielfalt zerspalten ist. Ohne Anstrengung steht es still. Nur das nach außen gerichtete, gespaltene Herz entwirft eine Wahrnehmung, welche das bewegte Begegnungsleben eines Ich mit Körper, Herz und Geist in einer Welt anbietet. Das geeinte Herz bewirkt, dass nicht mit den Sinnesdrängen eine Welt und damit auch nicht der Körper oder sonstige Formen wahrgenommen werden, sondern nur ein stilles, seliges Gefühl ohne Gespaltenheit in Ich und Umwelt (*nāma-rūpa*). *Samādhi* bricht an, wenn alles Wollen endgültig preisgegeben ist, wenn es in innerer Helligkeit und Frieden und Gelassenheit entlassen ist. Wo dieser Friede in seliger Gelassenheit hingenommen wird im Wissen, dass auch er bedingt ist und dass das endgültige Heil jenseits aller Bedingtheiten wohnt, da ist der Heilsgänger fähig, sich dieser Herzenseinigung, dieser beseligenden Empfindung nicht hinzugeben, sondern nüchtern sie registrierend, an den Atem zu binden.

*„Befreiten Herzens will ich einatmen“, so übt er sich. „Befreiten Herzens will ich ausatmen“, so übt er sich.*

Wer seinen Gleichmut über alle Weltlichkeit und Weltlosigkeit ausgebreitet hat, wer bei Erscheinen und Nichterscheinen von Formen, bei Erscheinen und Nichterscheinen von Gefühlen und Wahrnehmungen und Gedanken unbewegt bleibt, der ist nicht mehr treffbar, der ist nicht mehr verstörbar, der ist



nicht mehr verwundbar, der ist wahrhaft sicher, der ist wahrhaft befreit. Und auch von dieser Befreiungs-Empfindung lässt er sich nicht verstören. Er bleibt an die Beobachtung des Atems gebunden.

Die folgende Übung

*„Die Unbeständigkeit wahrnehmend will ich einatmen’, so übt er sich. „Die Unbeständigkeit wahrnehmend, will ich ausatmen’, so übt er sich -*

ist eine zusätzliche Sicherung, die der Erwachte hier nennt. Diese Übung ist ja bereits im fortgeschrittenen Stadium, nach dem Erwerb der unbeschränkten Gemütererlösung, geübt worden und ist immer umfassender, immer unverstörter geworden, hat alle Wurzeln der Ich-bin-Empfindung völlig ausgerodet. Die Unbeständigkeit empfindend, atmet er ein und aus. In diesem Stadium der Freiheit mag es sein, dass er sich mit der Wahrnehmung der Unbeständigkeit ganz und gar erfüllt, sie mit dem Atem aufsaugt, so dass sie sich dem ganzen Körper mitteilt.

*„Die Reizfreiheit (virāga) wahrnehmend, will ich einatmen’, so übt er sich. „Die Reizfreiheit wahrnehmend, will ich ausatmen’, so übt er sich.*

Der Erwachte beschreibt die Wahrnehmung der Reizfreiheit (A X,60) wie folgt:

*Was ist die Wahrnehmung der Reizfreiheit? Da betrachtet der Mönch: „Das ist die Ruhe, das ist das Erhabene: dieses Zur-Ruhe-Kommen aller Aktivitäten, dieses Überwinden der Gewöhnung des Ergreifens, dieses Versiegen des Durstes, diese Reizfreiheit, diese Ausrodung, diese Erlöschung.“*

Er beobachtet das Zur-Ruhe-Kommen aller Bewegtheiten. Er spürt den großen Gewinn an innerem Frieden. Die ganze Welt

reizt ihn nicht mehr. Damit braucht er nicht mehr zu kämpfen. Er ist ein Geheilter geworden. Und auch diesem Wissen gibt er sich nicht hin, sondern bindet es an die Beobachtung des Atems.

*„Die Ausrodung (nirodha) wahrnehmend, will ich einatmen‘, so übt er sich. „Die Ausrodung wahrnehmend, will ich ausatmen‘, so übt er sich.*

*„Die Abgelöstheit (patinissagga) wahrnehmend, will ich einatmen‘, so übt er sich. „Die Abgelöstheit wahrnehmend, will ich ausatmen‘, so übt er sich.*

*Die Ausrodung der Triebe, die Abgelöstheit von den Trieben - merkt er in sich steigender Deutlichkeit. Aber auch dieser Empfindung gibt er sich nicht hin, sondern bleibt an die Beobachtung des Atems gebunden.*

*Wenn die Beobachtung der Ein- und Ausatmung so erzeugt und entfaltet wird, bringt sie große Frucht, großen Segen. Bei so erzeugter und entfalteter Beobachtung der Ein- und Ausatmung, Rāhulo, hören auch die letzten Atemzüge bewusst auf, vergehen nicht unbemerkt.*

Der Geheilte steht über dem Körper, beobachtet den Sterbenvorgang des Körpers und macht auch noch die letzten Atemzüge klarbewusst in dem Wissen: *„Nichts mehr nach diesem hier.“*

DER SOHN DER MĀLUNKYA I  
63. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

An der im Folgenden zitierten Lehrrede zeigt sich, dass die Lehre des Erwachten so zeitlos ist wie die Existenz selber, von welcher sie handelt. Sie nennt die die Existenz ausmachenden Erscheinungen und deren Bedingtheit und zeigt die Möglichkeit zur Überwindung alles Unzulänglichen.

Die Fragen des Mönches Mālunkyāputto an den Erwachten könnten in nur wenig abgewandelter Formulierung auch heute gestellt worden sein. Es sind die typisch philosophischen Fragen nach den sogenannten „letzten Dingen“, nach Anfang und Ende und Zusammenhang des Daseins, Fragen also, welche die Menschen zu allen Zeiten beschäftigt haben und um welche oft gerade die Besten sich lebenslänglich vergeblich bemüht haben. Es ist darum für uns von größter Bedeutung zu erfahren, wie der Erhabene sich zu diesen Fragen stellt.

Die Verirrung des Mönchs

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Sāvattḥī, im Siegerwald, im Garten Anāthapindikos. Da kam nun dem ehrwürdigen Mālunkyāputto, während er einsam zurückgezogen sann, folgender Gedanke in den Sinn:*

*Es gibt da manche Theorien, die der Erhabene nicht mitgeteilt, sondern gemieden oder zurückgewiesen hat, wie „die Welt ist ewig“ oder „die Welt ist zeitlich“ oder „die Welt ist endlich“ oder „die Welt ist unendlich“ oder „Leben und Leib ist ein und dasselbe“ oder „anders ist das Leben und anders der Leib“ oder „ein Vollendeter besteht nach dem Tod“ oder „ein Vollendeter besteht nicht nach dem Tod“ oder „ein Vollendeter besteht und besteht nicht nach dem Tod“ oder „weder besteht noch besteht nicht ein Vollendeter nach dem Tod“.*

*Das hat mir der Erhabene nicht mitgeteilt. Und dass es mir der Erhabene nicht mitgeteilt hat, das gefällt mir nicht und macht mich unruhig. So will ich denn zum Erhabenen gehen und ihn deswegen befragen. Wenn es mir der Erhabene mitteilen kann, so will ich beim Erhabenen weiterhin das Asketenleben führen; wenn es mir aber der Erhabene nicht mitteilen kann, so werde ich die Askese aufgeben und ins Hausleben zurückkehren.*

*Als nun der ehrwürdige Mālunkyāputto gegen Abend die Gedenkensruhe beendet hatte, begab er sich dorthin, wo der Erhabene weilte. Dort angelangt begrüßte er den Erhabenen ehrerbietig und setzte sich zur Seite nieder. Zur Seite sitzend sprach nun der ehrwürdige Mālunkyāputto zum Erhabenen:*

*Während ich da, o Herr, einsam zurückgezogen sann, kam mir folgender Gedanke in den Sinn:*

*„Es gibt da manche Theorien, die der Erhabene nicht mitgeteilt, sondern gemieden oder zurückgewiesen hat, als wie ‚ewig ist die Welt‘ oder ‚zeitlich ist die Welt‘ oder ‚endlich ist die Welt‘ oder ‚unendlich ist die Welt‘ oder ‚Leben und Leib ist ein und dasselbe‘ oder ‚anders ist das Leben und anders der Leib‘ oder ‚ein Vollendeter besteht nach dem Tod‘ oder ‚ein Vollendeter besteht nicht nach dem Tod‘ oder ‚weder besteht noch besteht nicht ein Vollendeter nach dem Tod‘.*

*Das hat mir der Erhabene nicht mitgeteilt. Und dass es mir der Erhabene nicht mitgeteilt hat, das gefällt mir nicht und beunruhigt mich. So will ich denn zum Erhabenen gehen und ihn darum befragen. Wenn es mir der Erhabene mitteilen kann, so will ich beim Erhabenen weiterhin das Asketenleben führen. Wenn*

es mir aber der Erhabene nicht mitteilen kann, so werd' ich die Askese aufgeben und zur Gewohnheit zurückkehren.

Wenn der Erhabene weiß ‚ewig ist die Welt‘, so soll mir der Erhabene mitteilen ‚ewig ist die Welt‘; wenn der Erhabene weiß ‚zeitlich ist die Welt‘, so soll mir der Erhabene mitteilen ‚zeitlich ist die Welt‘; wenn aber der Erhabene nicht weiß, ob die Welt ewig ist oder zeitlich ist, so geziemt es eben einem, der das nicht weiß und nicht sieht, nur ehrlich zu sagen: ‚Ich weiß es nicht, ich seh es nicht.‘

Wenn der Erhabene weiß ‚endlich ist die Welt‘, so soll mir der Erhabene mitteilen ‚endlich ist die Welt‘; wenn der Erhabene weiß ‚unendlich ist die Welt‘, so soll mir der Erhabene mitteilen ‚unendlich ist die Welt‘; wenn aber der Erhabene nicht weiß, ob die Welt endlich ist oder unendlich ist, so geziemt es eben einem, der das nicht weiß und nicht sieht, nur ehrlich zu sagen: ‚Ich weiß es nicht, ich seh es nicht.‘

Wenn der Erhabene weiß ‚Leben und Leib ist ein und dasselbe‘, so soll mir der Erhabene mitteilen ‚Leben und Leib ist ein und dasselbe‘; wenn der Erhabene weiß ‚anders ist das Leben und anders der Leib‘, so soll mir der Erhabene mitteilen ‚anders ist das Leben und anders der Leib‘. Wenn aber der Erhabene nicht weiß, ob Leben und Leib ein und dasselbe oder das Leben anders und anders der Leib ist, so geziemt es eben einem, der das nicht weiß und nicht sieht, nur ehrlich zu sagen: ‚Ich weiß es nicht, ich seh es nicht.‘

Wenn der Erhabene weiß ‚ein Vollendeter besteht nach dem Tod‘, so soll mir der Erhabene mitteilen ‚ein Vollendeter besteht nach dem Tod‘; wenn der Erhabene weiß ‚ein Vollendeter besteht nicht nach dem Tod‘, so soll mir der Erhabene mitteilen ‚ein Vollendeter besteht

*nicht nach dem Tod'. Wenn aber der Erhabene nicht weiß, ob ein Vollendeter nach dem Tod besteht oder nicht besteht, so geziemt es eben einem, der das nicht weiß und nicht sieht, nur ehrlich zu sagen: ‚Ich weiß es nicht, ich seh es nicht‘.*

*Wenn der Erhabene weiß ‚ein Vollendeter besteht und besteht nicht nach dem Tod‘, so soll mir der Erhabene mitteilen ‚ein Vollendeter besteht und besteht nicht nach dem Tod‘; wenn der Erhabene weiß ‚weder besteht noch besteht nicht ein Vollendeter nach dem Tod‘, so soll mir der Erhabene mitteilen ‚weder besteht noch besteht nicht ein Vollendeter nach dem Tod‘. Wenn aber der Erhabene nicht weiß, ob ein Vollendeter nach dem Tod besteht und nicht besteht oder weder besteht noch nicht besteht, so geziemt es eben einem, der das nicht weiß und nicht sieht, nur ehrlich zu sagen; ‚Ich weiß es nicht, ich seh es nicht.‘*

Die Anhänger des Erhabenen, welche vor 2500 Jahren als Mönche in den Orden eintraten, bekundeten mit diesem Entschluss ihr großes Vertrauen zum Erwachten und zu seiner Wegweisung und ihre Bereitschaft zur vollkommenen Nachfolge. Welche Einsichten über die Existenz und das Elend sie zu solchem Schritt veranlassten, geht aus ihren in den Lehrreden oft zitierten Worten hervor (M 20, 30, 67, 68):

*Versunken bin ich in der endlosen Kette von Geborenwerden, Altern und Sterben und Wiedergeborenwerden, Altern und Sterben, in Leiden versunken, in Leiden verloren. O dass es doch einen Ausweg geben möge, um dieser ganzen Leidensmasse zu entrinnen.*

Das endgültige Versiegen dieser Leidensfülle verhieß der Erwachte dem treuen und beharrlichen Nachfolger, und diese Verheißung und ihre einleuchtende Begründung waren es, welche seinerzeit die Besten, die Elite, die „Söhne aus gutem

Haus“ in den Orden und unter die direkte Anleitung durch den Erhabenen zogen.

Auch der Mönch Mālunkyāputto, von dem hier die Rede ist, mag mit dem gleichen Anliegen in den Orden eingetreten sein; er ist aber, wie seine Fragen zeigen, von dem schnurgeraden Grat der Existenzsicht des Erwachten abgeglitten; denn es geht ihm nicht hauptsächlich darum, *dieser ganzen Leidensfülle ein Ende zu machen*, sondern er ist in philosophische Spekulationen geraten und ist damit sogar in seinem Vertrauen zum Erwachten, der Grundlage echter Nachfolge, wankend geworden. Damit ist der ehrwürdige Mālunkyāputto ganz außerordentlich gefährdet, ja, er ist, wie er sagt, unter Umständen bereit, die Übung („Askese“) aufzugeben, aus dem Orden wieder auszutreten.

Der Erwachte teilt (M 25) die gesamten, in den verschiedenen religiösen Kreisen um Läuterung bemühten Priester, Einsiedler, Pilger und Asketen in vier verschiedene Gruppen ein. Zu der ersten zählt er diejenigen, welche sehr bald der Geschmäckigkeit und der üblichen weltlichen Sinnlichkeit verfallen und darum verlorengelien. Zur zweiten Gruppe zählt er diejenigen, die zuerst in das andere Extrem verfallen, sich sogar der Nahrung zu sehr enthalten, dadurch in große Not geraten, in dieser Not ihre Vorsätze durchbrechen und dann auch der Geschmäckigkeit und der üblichen weltlichen Sinnlichkeit verfallen.

Zur dritten Gruppe zählt der Erwachte diejenigen, welche sich zwar von der üblichen weltlichen Sinnlichkeit ganz fernhalten und treu an dieser Haltung festhalten, welche aber, da es ihnen nicht gelingt, die richtigen Wege zu den weltüberwindenden Erlebnissen, den weltlosen Entrückungen (*jhāna*), zu finden, dann Ansichten über die Welt entwickeln, diese Ansichten hegen und pflegen und lieben und eben dadurch auch nicht zur Weltüberwindung kommen können. Sie können nach Aussage des Erhabenen ebenso *dem Machtbereich Māros nicht entkommen* wie die beiden vorherigen Gruppen. Nur die zur vierten Gruppe Gezählten, denen das weltüberwindende Er-

lebnis gelingt, bezeichnet der Erwachte als gerettet.

Die von Mälunkyāputto gestellten Fragen können wohl an jeden suchenden Menschen herantreten. Aber wer die Lehre kennt, weiß, dass solche Fragen bei dem normalen Menschen, der nur die Oberfläche sieht, nie zur Klärung führen, denn die Antworten sind ihm nicht zugänglich. Erst wenn der Mensch sich läutert, wenn er außer üblem Verhalten und übler Gesinnung auch das Begehren nach den Dingen der Welt abschichtet, dann erwachsen ihm als Frucht dieser Läuterung solche Durchblicke, die ihm auf derartige Fragen Antwort geben. Er schaut dann durch die für den sinnlich gebundenen Menschen bestehenden Schranken hindurch und erfährt gültige Antworten. Also kommt man auf dem Weg der Läuterung zur Beantwortung, aber durch ein Spekulieren über mögliche Antworten verstellt man sich selber die Wege zur Erkenntnis. Darum sagt der Erwachte in M 2 von dem gewöhnlichen Menschen:

*Weil er die Oberfläche der Erscheinungen beachtet, erwägt er auch nur oberflächlich. Dadurch dass er so oberflächlich erwägt, kommt er zu dieser oder jener der folgenden sechs Ansichten:*

- 1. Es gibt für mich ein Selbst. Diese Ansicht wird ihm zur festen Überzeugung.*
- 2. Es gibt für mich kein Selbst. Diese Ansicht wird ihm zur festen Überzeugung.*
- 3. Durch das Selbst erlebe ich ein Selbst. Diese Ansicht wird ihm zur festen Überzeugung.*
- 4. Mit dem Selbst erlebe ich ein Nicht-Selbst. Diese Ansicht wird ihm zur festen Überzeugung.*
- 5. Mit dem Nichtselbst erlebe ich ein Selbst. Diese Ansicht wird ihm zur festen Überzeugung.*
- 6. Oder er kommt zu der Ansicht: Dieses mein Selbst als Sprecher und Empfinder erfährt die Ernte guten und üblen Wirkens. Und dieses mein Selbst ist beständig, beharrend, ewig unwandelbar, wird sich ewig gleich bleiben.*

*Das nennt man einen Hohlweg der Ansichten, Dschungel der*



*Ansichten, Gestrüpp der Ansichten, Sich in Ansichten Winden, Zappeln in Ansichten, Sich Verstricken in Ansichten. In Ansichten verstrickt, ihr Mönche, wird der unbelehrte Mensch nicht frei von Geborenwerden, Altern und Sterben, von Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung; er wird nicht frei, sage ich vom Leiden.*

Durch diese Ansichten werden Meinungen festgelegt, das Denken gewöhnt sich, immer so zu denken, und die häufig gepflogenen Erwägungen stellen sich sofort ein, wenn Gedanken aufkommen oder Gespräche stattfinden, die mit ihnen zusammenhängen. Man hält diese Erwägungen fest, wohnt im Garn der Ansichten und kommt gerade dadurch nicht zur Durchschauung. Wer aber den Weg der Läuterung geht, der kommt zu durchdringenden Anblicken, zu Erkenntnissen, zu Erfahrungen, und das ist Weisheit. Von daher sieht er, wie es sich verhält, und braucht dann nicht mehr zu spekulieren.

Aber zu einer besonderen Frage des Mālunkyā mag hier noch ein Hinweis gegeben werden. Es ist die Frage: *Besteht ein Vollendeter nach dem Tod?* - Der Ausdruck „Vollendeter“ gilt nicht nur, wie oft angenommen wird, für den Erhabenen allein, sondern gilt für jeden, der das vollkommene Heil erreicht hat. Es geht also um die Frage, ob einer, wenn er das Heil erreicht hat, wenn er vollendet ist, dann nach dem Tod noch in irgendeiner Weise „bestehe“ oder nicht. Diese ganz verständliche Frage wurde auch in anderen nichtbuddhistischen Kreisen gestellt, denn man will eben wissen, ob die Früchte der Bemühungen um das Heil auch in einem immerwährenden unzerstörbaren Wohl und in ewiger Sicherheit bestehen oder ob dieses Wohl mit dem Fortfall des Leibes doch wieder aufhöre, also nur von begrenzter Dauer sei.

Wie unmöglich es aber ist, diese Frage für das Vorstellungsvermögen des normalen Menschen befriedigend zu lösen, zeigt die Antwort, die der Erwachte einem anderen auf die gleiche Frage in M 72 gibt.

*Tief verborgen ist der Heilsstand (dhammo), schwer zu verste-*

hen, still erhaben, nicht erkennbar auf den Wegen des Denkens, in sich geborgen, nur vom Überwinder erreichbar, erfahrbar. Es ist schwer für dich, ihn zu verstehen ohne Erkenntnis, ohne Geduld, ohne Hingabe, ohne Übung, ohne Anjochung und Anleitung durch einen Lehrer. Ich werde dir einige Fragen stellen, wie es dir gut dünkt, magst du sie beantworten.

Was meinst du, wenn vor dir ein Feuer brennte, wüsstest du: „Hier brennt ein Feuer vor mir“? - Wenn da vor mir ein Feuer brennte, wüsste ich: „Hier brennt ein Feuer vor mir.“

Wenn dich nun jemand fragte: „Dieses Feuer, das da vor dir brennt, wodurch bedingt brennt es?“ So gefragt, würdest du was antworten? – Wenn mich jemand fragte: „Dieses Feuer, das da vor dir brennt, wodurch bedingt brennt es?“, dann würde ich auf solche Frage antworten: „Dieses Feuer, das da vor mir brennt, das brennt durch das Ergreifen von Gras und Zweigen.“

Wenn da dieses Feuer vor dir erlöschte, wüsstest du: „Dieses Feuer vor mir ist erloschen“? - Wenn da vor mir ein Feuer erlöschte, wüsste ich: „Dieses Feuer vor mir ist erloschen.“

Wenn dich nun jemand fragte: „Dieses Feuer, das da vor dir erloschen ist, wohin, in welche Richtung ging es, nach Osten oder nach Westen, nach Norden oder nach Süden?“ - So gefragt, würdest du was antworten? - Das trifft nicht zu, weil ja das Feuer, das durch das Ergreifen (upādāna) von Gras und Holz brannte, dieses nun verzehrt hat und, nicht weiter genährt, eben ohne Nahrung als erloschen bezeichnet wird.

Ebenso ist jede Form, die jemand, der den Vollendeten beschreibt, zur Beschreibung heranziehen könnte, vom Vollendeten aufgegeben, an der Wurzel abgeschnitten, einem Palmstumpf gleichgemacht worden, so dass sie nicht mehr keimen, nicht wiedererscheinen kann. Von jeder Form abgelöst ist der Vollendete, tief, unermesslich, schwer zu ergründen gleichwie der Ozean. „Wiedererscheinen“, das trifft nicht zu. „Nicht wiedererscheinen“ trifft nicht zu, „Sowohl wiedererscheinen als nicht wiedererscheinen“ trifft nicht zu, „Weder wiedererscheinen noch nicht wiedererscheinen“, trifft nicht zu.

*Jedes Gefühl - jede Wahrnehmung - jede Aktivität - jede programmierte Wohlerfahrungssuche, die jemand, der den Vollendeten beschreibt, zur Beschreibung heranziehen könnte, ist vom Vollendeten aufgegeben, an der Wurzel abgeschnitten, einem Palmstumpf gleichgemacht worden, so dass sie nicht mehr keimen, nicht wieder erscheinen können. Von Gefühl - Wahrnehmung - Aktivität - programmierter Wohlerfahrungssuche abgelöst, ist der Vollendete tief, unermesslich, schwer zu ergründen gleichwie der Ozean. „Wiedererscheinen“, das trifft nicht zu. „Nicht wiedererscheinen“ trifft nicht zu. „Sowohl wiedererscheinen als nicht wiedererscheinen“ trifft nicht zu. „Weder wiedererscheinen noch nicht wiedererscheinen“ trifft nicht zu.*

Wir sehen, dass der normale Mensch nur verstehen kann, dass alles, was eines Vollendeten sichtbare Spuren ausmacht, nach dem Tod nicht mehr besteht. Von diesem, das von ihm sichtbar und hörbar ist, sagt der Erwachte (M 47):

*Meine Spuren sind es nur,  
meine Bahnen nur,  
aber ich bin anderer Art.*

Im folgenden Teil sehen wir nun, wie der Erhabene zunächst den in Mālunkyāputtos Frage enthaltenen Vorwurf zurückweist, er habe bisher die Beantwortung dieser Fragen versäumt, und wie er dann anhand eines Gleichnisses verständlich macht, dass die unzeitgemäße Beschäftigung mit dieser Frage den Mönch nicht fördert, sondern gerade daran hindert, das Ziel zu erreichen.

#### Der vergiftete Pfeil

*Wie ist das, Mālunkyāputto, habe ich jemals zu dir gesagt: „Komm, Mālunkyāputto, führe bei mir das Reinheitsleben, und ich werde dir mitteilen „die Welt ist ewig“ oder „die Welt ist nicht ewig“; „die Welt ist*

*endlich“ oder „die Welt ist unendlich“, „Leben und Leid ist ein und dasselbe“ oder „anders ist das Leben und anders ist der Leib“, „ein Vollendeter besteht nach dem Tod“ oder „er besteht nicht nach dem Tod“ oder „er besteht sowohl nach dem Tod als auch nicht“ oder „weder besteht ein Vollendeter nach dem Tod noch besteht er nicht“? - Nein, o Herr. –*

*Oder hast du jemals zu mir gesagt: „Ich werde das Reinheitsleben bei dem Erhabenen führen, und der Erhabene wird mir mitteilen „die Welt ist ewig“ oder „die Welt ist nicht ewig“, „die Welt ist endlich“ oder „die Welt ist unendlich“, „Leben und Leib sind ein und dasselbe“ oder „anders ist das Leben und anders ist der Leib“, „ein Vollendeter besteht nach dem Tod“ oder „besteht nicht“ oder „sowohl besteht ein Vollendeter nach dem Tod als auch nicht“ oder „weder besteht ein Vollendeter nach dem Tod noch besteht er nicht“? - Nein, o Herr. - Nachdem das so ist, törichter Mann, wer bist du und wen lehnst du ab?*

*Wenn irgend jemand sagen sollte: „Ich werde das Reinheitsleben bei dem Erhabenen nicht eher führen, als bis der Erhabene mir mitteilt „die Welt ist ewig“ oder „die Welt ist nicht ewig“, „die Welt ist endlich“ oder „die Welt ist unendlich“; „Leben und Leib ist dasselbe“ oder „anders ist das Leben und anders ist der Leib“, „ein Vollendeter besteht nach dem Tod“ oder „besteht nicht“ oder „besteht und besteht nicht“ oder „weder besteht er noch nicht besteht er“, so würde das dennoch vom Vollendeten nicht mitgeteilt werden, und mittlerweile würde jene Person sterben.*

*Gleichwie etwa, Mālunkyāputto, wenn ein Mann von einem Pfeil getroffen wäre, dessen Spitze mit Gift bestrichen wurde, und seine Freunde und Gefährten, seine Angehörigen und Verwandten brächten einen*

Arzt herbei, um ihn zu behandeln. Der Mann aber würde sagen: „Ich werde nicht zulassen, dass der Arzt diesen Pfeil herauszieht, bis ich weiß, ob der Mann, der mich verwundet hat, ein Adliger oder ein Brahmane oder ein Händler oder ein Arbeiter war.“ Und er würde sagen: „Ich werde nicht zulassen, dass der Arzt diesen Pfeil herauszieht, bis ich den Namen und die Familie des Mannes, der mich verwundet hat, weiß.“ Und er würde sagen: „Ich werde nicht zulassen, dass der Arzt diesen Pfeil herauszieht, bis ich weiß, ob der Mann, der mich verwundet hat, groß, klein oder von mittlerer Größe war.“ Und er würde sagen: „Ich werde nicht zulassen, dass der Arzt diesen Pfeil herauszieht, bis ich weiß, ob der Mann, der mich verwundet hat, von schwarzer, brauner oder gelber Hautfarbe war.“ Und er würde sagen: „Ich werde nicht zulassen, dass der Arzt diesen Pfeil herauszieht, bis ich weiß, ob der Mann, der mich verwundet hat, in diesem oder jenem Dorf, dieser oder jener Kleinstadt oder Großstadt lebt.“ Und er würde sagen: „Ich werde nicht zulassen, dass der Arzt diesen Pfeil herauszieht, bis ich weiß, ob der Bogen, der mich verwundet hat, ein Langbogen oder ein Querbogen war.“ Und er würde sagen: „Ich werde nicht zulassen, dass der Arzt diesen Pfeil herauszieht, bis ich weiß, ob die Bogensehne, die mich verwundet hat, aus Fasern oder Schilf oder Sehne oder Hanf oder Rinde war.“ Und er würde sagen: „Ich werde nicht zulassen, dass der Arzt diesen Pfeil herauszieht, bis ich weiß, ob der Pfeilschaft, der mich verwundet hat, wild gewachsen oder angebaut war.“ Und er würde sagen: „Ich werde nicht zulassen, dass der Arzt diesen Pfeil herauszieht, bis ich weiß, mit welcher Sorte Federn der Pfeilschaft, der mich verwundet hat, ausgestattet war - ob mit den Federn eines Geiers oder einer

*Krähe oder eines Habichts oder eines Pfaus oder eines Storchs.“ Und er würde sagen: „Ich werde nicht zulassen, dass der Arzt diesen Pfeil herauszieht, bis ich weiß, mit was für einer Sehne der Schaft, der mich verwundet hat, zusammengebunden war - ob mit der Sehne eines Ochsen oder eines Büffels oder eines Löwen oder eines Affen.“ Und er würde sagen: „Ich werde nicht zulassen, dass der Arzt diesen Pfeil herauszieht, bis ich weiß, welcher Art die Pfeilspitze war, die mich verwundet hat - ob sie hufförmig oder gebogen oder mit Widerhaken oder kalbszahnartig oder oleanderartig war.“ All dies würde dem Mann dennoch nicht bekannt werden und mittlerweile würde er sterben.*

*Ebenso, Mālunkyāputto, wenn irgendjemand sagen sollte: „Ich werde das Reinheitsleben bei dem Erhabenen nicht eher führen, als bis der Erhabene mir verkündet „die Welt ist ewig“ oder „die Welt ist nicht ewig“; „die Welt ist endlich“ oder „die Welt ist unendlich“; „Leben und Leib ist das selbe“ oder „Leben und Leib sind verschieden“ „der Vollendete besteht nach dem Tod“ oder „er besteht nicht“ oder „ein Vollendeter besteht nach dem Tod als auch nicht“ oder „weder besteht ein Vollendeter nach dem Tod noch besteht er nicht“, so würde das dennoch vom Vollendeten nicht mitgeteilt werden, und mittlerweile würde jener Mann sterben.*

Der Erwachte weist hier also zuerst den ehrwürdigen Mālunkyāputto in seine Schranken zurück, indem er sagt, dass er Mālunkyāputto weder vor noch nach dem Eintritt in den Orden die Beantwortung solcher Fragen versprochen habe und dass auch Mālunkyāputto selbst bei seinem Eintritt in den Orden keine solche Erwartung ausgesprochen habe. -

Danach nimmt der Erwachte zu Mālunkyāputtos Fragen-

komplex selbst Stellung, indem er nicht sagt, dass es keine Antworten auf diese Fragen gebe, er sagt erst recht nicht, dass er diese Antworten nicht kenne, ja, er sagt nicht einmal, dass es nicht möglich sei, diese Fragen zu beantworten. Sondern er sagt nur, dass die Fassungskraft eines normalen Menschen, dessen Geist und Gemüt durch den Übungsweg noch nicht gewandelt und ausgebildet ist, nicht ausreiche, um die Antwort zu verstehen: er würde eben hinwegsterben, ohne der Fragen Beantwortung erfahren zu haben. Damit habe er die innere Läuterung, aus welcher allein alles Wohl und Heil hervorgehe und deretwegen er in den Orden eingetreten sei, versäumt.

Diesen Sachverhalt veranschaulicht der Erwachte an dem berühmten Gleichnis von dem vergifteten Pfeil. Wenn ein Mensch von einem vergifteten Pfeil getroffen ist, dann gibt es keine wichtigere und eiligere Aufgabe als diese, den Pfeil und vor allem das Gift aus der Wunde zu entfernen. Alles andere, was man etwa sonst noch wissen und tun möchte, kommt erst später.

Die Fragen des vom Pfeil getroffenen Mannes sind zwar zu verstehen, aber wir sehen mit einem Blick, was daran richtig und was daran falsch ist. Richtig ist das Prinzip der Ursachenforschung. Weil der Pfeil schmerzlich und giftig und darum lebensgefährlich ist, darum ist der Mann brennend daran interessiert, von dem Pfeil und von dem Gift befreit zu werden. Er sieht seine gefährliche Situation und sagt sich, dass er ihre Ursache kennen müsse, um die Todesgefahr abzuwenden. Dieser Gedanke ist richtig, aber in dem weiteren Schluss beginnt sein Irrtum: Jeder vernünftige Mensch würde in seiner Situation einsehen und sagen, dass der vergiftete Pfeil in seinem Fleisch die Ursache seiner Gefährdung sei und dass Pfeil und Gift schnellstens entfernt werden müssen, wenn die Todesgefahr aufgehoben werden soll. Jener Mann aber greift über diese unmittelbare und abstellbare Ursache hinaus zu einer noch weiter vorgelagerten Ursache, indem er sich sagt: „Dieser Pfeil ist von einem Mann abgeschossen worden, darum muss ich diesen Mann fassen“ usw. Darin liegt sein Fehler. Wenn er bei

diesem Standpunkt beharrt, muss er umkommen.

Dieses Gleichnis enthält eine feine und zugleich tiefere Kritik an dem spekulativen Bemühen vieler philosophischer Systeme.

Der Mensch bemüht sich, die Gesetze des Daseins zu erkennen, weil er das Unzulängliche und Erbärmliche seiner Situation empfindet und überwinden will. Er findet sich im Dasein vor, ohne zu wissen, woher er gekommen ist und wohin es ihn treiben wird. Er sieht, dass er mit seinem eigenen Wesen in Konflikt lebt, indem seine Triebe ihn immer wieder in andere Richtung reißen, als seine Einsichten ihn zu gehen heißen. Er sieht ferner, dass er mit seinen Nächsten im engeren und im weiteren Kreis nicht in einem solchen Frieden leben kann, der ein harmonisches und wohltuendes Leben gewährleistet. So sieht gerade der ernsthafte, nach Zusammenhang und Überblick suchende Mensch, dass er selbst und die Menschheit ebenso sehr gefährdet sind wie der von dem vergifteten Pfeil getroffene Mann. Aus dieser ernsten Einsicht kommt er zu einem philosophischen Fragen, Untersuchen und Spekulieren über den Sinn und das Gesetz des Lebens, über Anfang und Ende, über Zeit und Ewigkeit. Aber dabei unterlaufen den meisten philosophischen Richtungen zwei große Fehler. Der erste Fehler ist eine falsche, auf einen „Anfang“ gerichtete Ursachenforschung, durch welche man die Lösung des Problems unmöglich macht, und der zweite Fehler, durch den ersten bedingt, liegt im Fehlen derjenigen praktischen Anleitungen und Übungen, welche sich aus dem rechten Einblick als zur Überwindung der Unzulänglichkeit und Geworfenheit zu tun erforderlich ergeben würden. Das Gleichnis nennt diese Fehler und warnt vor ihnen.

Mit dem Gleichnis sagt der Erwachte, dass man die für das Leiden entscheidenden Ursachen erstens suchen und erkennen muss und sie dann zweitens abstellen muss. Das erste ist Forschung, das zweite praktische Arbeit. Das allein nützliche Ergebnis der Forschung ist, dass der im Fleisch steckende, vergiftete Pfeil die Schmerzen und die Gefährdung des Lebens



verursacht. Das Handeln muss nun darauf gerichtet sein, die Ursache zu beseitigen, den Pfeil bzw. seine Spitze samt der Giftsalbe aus der Wunde zu entfernen, so dass die Wunde ausheilen kann.

Der Mann im Gleichnis dagegen sucht nicht nach der unmittelbaren und abstellbaren Ursache seiner Lebensgefährdung, sondern er sucht nach der sogenannten „ersten Ursache“, nach dem „Anfang“, nach dem „Täter“. Damit gerät er an Scheinursachen und Scheinprobleme, denn ob dieser oder jener Mann den Pfeil geschossen hat oder ob der Pfeil vom Dach fiel, das bleibt sich gleich: jetzt jedenfalls ist der Pfeil im Körper, der Mann leidet und ist tödlich gefährdet. Nicht geht es um den Schützen, sondern um die Entfernung von Pfeil und Gift aus der Wunde. Darin steckt also nach dem Gleichnis der große Irrtum des Mannes.

Ebenso ist der ehrwürdige Mälunkyāputto an Scheinprobleme geraten, wie sie zu seiner Zeit in philosophischen Kreisen erörtert wurden und wie sie zu allen Zeiten in allen Kulturkreisen erörtert werden. Man schaut zwar zunächst sehr realistisch auf das unmittelbar empfundene Leiden, auf das Ausgeliefertsein des Menschen, dessen Wesen, Herkunft und Hinkunft man nicht kennt, in einer Welt, deren Wesen, Herkunft und Hinkunft man ebenfalls nicht kennt. Aber dann steigt man über die ganz unmittelbar gespürten und nur bei sich selbst liegenden und erforschbaren Ursachen hinweg zu ferner- und fernstliegenden Scheinursachen. Man versucht immer wieder vergeblich die Beantwortung der Frage, ob der Mensch und die Welt ewig seien oder zeitlich usw., und ver säumt über solchen vorgeblichen Forschungen die Abstellung des Leidens und auch gerade der gefürchteten Vergänglichkeit.

In seiner gesamten Lehre wie auch in diesem Gleichnis zeigt der Erwachte, dass die Ursachen für die menschlichen Leiden im Menschen selber liegen und dass auch die Abstellung der Ursachen nicht an fernen und fernsten Objekten, sondern nur an ihm selber vorgenommen werden kann. Indem wir diese Antwort des Erwachten betrachten, erkennen wir die

Hilflosigkeit solchen philosophischen Forschens.

Der Erwachte sagt, dass unser Leiden bedingt ist durch unsere Verbindung mit der *Form*, d.h. den vier Aggregatzuständen: dem Festen, Flüssigen, Hitzigen und Luftigen. Solange wir uns mit Formhaftem, mit z.B. unserem Körper identifizieren, so lange auch müssen wir das Elend der Formen, nämlich ihre Wandelbarkeit, Bedingtheit und Abhängigkeit immer wieder an uns erfahren durch die unendliche Kette von neuen „Geburten, von Altern, Erkrankung und Sterben“ dieses Körpers. Das ist das mit der Form verbundene Leiden.

Weiter sagt der Erwachte, dass das Leiden bedingt ist durch die Verbindung mit dem *Gefühl*. Solange man sich mit den aufkommenden Gefühlen identifiziert, so lange auch wird das Elend der Gefühle, nämlich ihre Wandelbarkeit, Bedingtheit und Abhängigkeit immer wieder erfahren als „Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung“. Das ist das mit den Gefühlen verbundene Leiden.

Weiter sagt der Erwachte, dass das Leiden bedingt ist durch die Verbindung mit *der Wahrnehmung*. Solange man sich mit den in ununterbrochener Folge aufkommenden Wahrnehmungen identifiziert, so lange auch wird das Elend der Wahrnehmung, nämlich seine Wandelbarkeit, Bedingtheit und Abhängigkeit immer wieder erfahren als die lebenslängliche Kette der Erlebnisse, sich „mit Unliebem verbunden und von Liebem getrennt zu sehen.“ Das ist das mit der Wahrnehmung verbundene Leiden.

Ferner sagt der Erwachte, dass das Leiden bedingt ist durch die Verbindung mit der *geistigen Aktivität*, dem Beabsichtigen und Beschließen. Solange man sich mit dieser geistigen Aktivität identifiziert, so lange auch wird das Elend der geistigen Aktivität, nämlich ihre Wandelbarkeit, Bedingtheit und Abhängigkeit immer wieder erfahren, indem man *was man ersehnt, nicht erlangt*. Das ist das mit der geistigen Aktivität verbundene Leiden.

Als fünfte Leidensursache nennt der Erwachte die vom Geist ausgehende *programmierte Wohlerfahrungssuche*. So-

lange man sich mit dieser identifiziert, so lange auch wird das Elend der Wahrnehmung, nämlich ihre Wandelbarkeit, Bedingtheit und Abhängigkeit immer wieder erfahren.

Diese fünf Erscheinungen sind jede für sich und sind alle zusammen in ununterbrochener, mechanisch bedingter, seelenlos geschobener Wandlung begriffen, und darum muss eine Existenz, welche sich darauf gründet, in einem ununterbrochenen Fluss sich wandeln und wandeln nach den diesen Erscheinungen innewohnenden Wandlungsgesetzen. Und so erlebt der Mensch, weil er mit der Form sich identifiziert, immer wieder Geburt, Alter, Krankheit und Sterben, weil er mit dem Gefühl sich identifiziert, immer wieder Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung, weil er mit der Wahrnehmung sich identifiziert, immer wieder, dass er mit Unliebem vereint und von Geliebtem getrennt ist, und weil er sich mit der geistigen Aktivität und der programmierten Wohlerfahrungsuche identifiziert, immer wieder das Nichterlangen des Ersehnten und Angestrebten.

Diese fünf Erscheinungen hat der Mensch aus blindem Unwissen über ihren Leidenscharakter und Elendscharakter immer wieder ergriffen, er hat sich mit ihnen identifiziert, und so erlebt er deren Unbeständigkeit als seine Unbeständigkeit. Daran leidet er. Er erlebt deren Untergang als seinen Untergang. Daran leidet er. Er lebt und webt in diesen fünf Zusammenhäufungen, rafft sie immer wieder neu zusammen und klammert sich an sie, aber diese fünf Zusammenhäufungen wandeln sich und vergehen in erbarmungslosem Zwang immer wieder neu.

Aber diese fünf Erscheinungen selber sind nicht der schmerzende, tödliche Pfeil für den Menschen, sondern nur sein Verlangen, sein Durst (*tanhā*) nach ihnen und seine Gewöhnung an sie. Die Aufgabe, welche sich für den Menschen ergibt, liegt darum nicht in der Vernichtung der fünf Zusammenhäufungen, sondern liegt in seinem Zurücktreten, seiner Entwöhnung von ihnen. Es geht um die Aufhebung des Durstes nach den fünf Zusammenhäufungen.

In dieser Aussage über das heillose Wesen der fünf Zusammenhäufungen und über die Identifikation des Menschen mit ihnen als der Ursache alles Leidens besteht der Kern der Lehre des Erhabenen, und daraus ergeben sich für den Nachfolger zwei Aufgaben, in welchen alles für die Befreiung vom Leiden enthalten ist:

Er muss erstens durch aufmerksame Beobachtung immer gründlicher und tiefer das seelenlose und heillose Wesen dieser fünf Erscheinungen durchschauen und damit seinen großen, tief eingewurzelten Irrtum, der in der Meinung besteht, dass er auf die fünf Zusammenhäufungen angewiesen sei, ausgraben und völlig auflösen.

Daraus ergibt sich als zweites, dass er den Durst nach den fünf Zusammenhäufungen auflösen will und auflösen wird, dass er von seinen Gewöhnungen an sie nach und nach zurücktreten wird bis zur vollkommenen Entwöhnung und Befreiung von ihnen. Das geschieht mit den Mitteln des achtgliedrigen Heilsweges. - Das Unwissen über das wahre Wesen der fünf Zusammenhäufungen, das der Mensch als erstes aufzuheben hat, vergleicht der Erwachte in M 105 mit der tödlichen Giftsalbe. Den Durst, der aus der tiefen Gewöhnung an die fünf Zusammenhäufungen entstanden ist, vergleicht der Erwachte mit dem schmerzenden Pfeil.

Das ist die Antwort des Erhabenen auf die Grundproblematik des Menschen. So wie er im Gleichnis den Giftpfeil im Leib des Menschen und nicht den fernen Schützen als die Todesgefahr nennt und darum die Entfernung des Pfeils und des Gifts aus der Wunde und nicht die Auskunft über den Schützen und die Beschaffenheit des Pfeils und Bogens als das Heilmittel verordnet - ebenso auch sieht er das Anhängen des Menschen, seine Verbindung mit wesentlich elenden Dingen als die Ursache all seiner Schmerzen und seiner tödlichen Gefährdung. Und darum geht es jetzt nicht um diese elenden Dinge selbst, um die Frage nach ihrem ewigen oder zeitlichen Bestand, sondern es geht um die innere Lösung von ihnen.

Aber so wie der vom Pfeil Getroffene über den Pfeil und

den Pfeilsender immer mehr wissen will, ohne den Pfeil aus der Wunde zu ziehen, so auch will der spekulierende Mensch, ohne sich von den Leidensdingen zu lösen, immer mehr über sie wissen, ohne je befriedigt werden zu können. - Das ist der Sinn des Gleichnisses.

Der ehrwürdige Mālunkyāputto war in den Orden gegangen, weil er zuvor, als er noch im Hause lebte, des Erhabenen Lehre über das Leiden und den geraden Weg zur wirklichen Überwindung des Leidens vernommen hatte. Er mochte begriffen haben, dass der Durst nach den fünf Zusammenhäufungen die Ursache und Triebfeder des Leidens und seiner unendlichen Fortsetzung ist und dass allein in der Überwindung und Aufhebung dieses Durstes das Heil liegt. Der ehrwürdige Mālunkyāputto war in den Orden gegangen, weil er erkannt hatte, dass er dort unter der Anleitung des Erhabenen oder gereifter Mönche sowohl in der Durchschauung der fünf Zusammenhäufungen als den Faktoren alles Leidens als auch in der Minderung und Aufhebung des Durstes gefördert und bestärkt werden und so das Ziel erlangen könnte. Aber der ehrwürdige Mālunkyāputto hatte, wie es eben hier und da bei Mönchen vorkam und vorkommt, zeitweilig das Ziel der Askese aus dem Auge verloren, hatte in der Übung nachgelassen, und da waren ihm - vielleicht aus Gesprächen anderer Pilger und Brahmanen - jene Fragen gekommen, hatten sein Denken einige Zeit gefangen genommen und hatten ihn sogar bewegen können, mit einer solchen Forderung an den Erhabenen heranzutreten. Da hat dann der Erhabene ihn mit dem Gleichnis vom Giftpfeil über das wahre Verhältnis seiner Fragestellung zu dem Problem der Leidensauflösung aufgeklärt.

### Spekulation oder Übung

*Wenn die Ansicht besteht „die Welt ist ewig“, Mālunkyāputto, kann ein Reinheitsleben nicht geführt werden; und wenn die Ansicht besteht „die Welt ist nicht ewig“,*

*kann ein Reinheitsleben nicht geführt werden. Ob nun die Ansicht besteht „die Welt ist ewig“ oder die Ansicht „die Welt ist nicht ewig“, es gibt Geborenwerden, es gibt Altern, es gibt Tod, es gibt Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung. Deren völlige Vernichtung noch in diesem Leben zeige ich auf.*

*Wenn die Ansicht besteht „endlich ist die Welt - unendlich ist die Welt - Leben und Leib ist ein und dasselbe - anders ist das Leben und anders der Leib - ein Vollendeter besteht nach dem Tod - ein Vollendeter besteht nicht nach dem Tod - ein Vollendeter besteht und besteht nicht nach dem Tod - weder besteht ein Vollendeter nach dem Tod noch besteht er nicht“ - kann ein Reinheitsleben nicht geführt werden. Ob nun diese Ansichten bestehen, es gibt Altern, es gibt Tod, es gibt Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung. Deren völlige Vernichtung noch in diesem Leben zeige ich auf.*

*Darum, Mālunkyāputto, betrachte das, was von mir nicht mitgeteilt worden ist, als nicht mitgeteilt, und betrachte das, was von mir mitgeteilt wurde, als mitgeteilt. Und was ist von mir nicht mitgeteilt worden? „Die Welt ist ewig“ ist von mir nicht mitgeteilt worden. „Die Welt ist nicht ewig“ ist von mir nicht mitgeteilt worden. „Die Welt ist endlich“ ist von mir nicht mitgeteilt worden. „Die Welt ist unendlich“ ist von mir nicht mitgeteilt worden. „Leben und Leib ist dasselbe“ ist von mir nicht mitgeteilt worden. „Ein Vollendeter besteht nach dem Tode, besteht nicht nach dem Tode, besteht nach dem Tod als auch nicht, weder besteht ein Vollendeter nach dem Tod noch besteht er nicht“, ist von mir nicht mitgeteilt worden.*

*Warum habe ich es, Mālunkyāputto, nicht mitgeteilt? Weil es, Mālunkyāputto nicht zur Erreichung des*

*Ziels erforderlich ist, nicht zu den Grundlagen des Reinigungslebens gehört, weil es nicht zur Lösung der Bindungen führt, nicht zur Begehrensfreiheit, nicht zum Frieden, nicht zur unverblendeten Wirklichkeits-sicht, nicht zur Erwachung, nicht zum Nibbāna führt.*

*Was aber ist von mir mitgeteilt worden? „Das ist das Leiden“, Mālunkyāputto, hab ich mitgeteilt, „das ist die Leidensursache“, hab ich mitgeteilt, „das ist die Leidensauflösung“ hab ich mitgeteilt, „das ist der zur Leidensauflösung führende Weg“ hab ich mitgeteilt.*

*Und warum hab ich das, Mālunkyāputto, mitgeteilt? Weil es zur Erreichung des Ziels erforderlich ist, weil es zu den Grundlagen des Reinigungslebens gehört, weil es zur Lösung der Bindungen führt, zur Begehrensfreiheit, zum Frieden, zur unverblendeten Wirklichkeitssicht, zur Erwachung, zum Nibbāna führt. Darum hab ich es mitgeteilt.*

*Darum, Mālunkyāputto, nimm das, was ich nicht mitgeteilt habe, als nicht mitgeteilt hin, und nimm das, was ich mitgeteilt habe, als mitgeteilt hin.*

*So sprach der Erhabene. Erhoben und beglückt war der ehrwürdige Mālunkyāputto über die Rede des Erhabenen.*

Der Erhabene kommt hier auf die Existenz selbst zu sprechen: Es besteht in unendlicher Folge Geborenwerden, Alter und Tod, es gibt Wehe, Jammer, Leiden, Gram und Verzweiflung. Die Aufhebung dessen lehrt der Erhabene.

Hier steht der Erwachte in seiner ganzen Größe als ein Heilbringer der Menschheit, ein Heiland (*sugato*), weit erhaben über alles blinde, sinnlose und oft verspielte Spekulieren: Gewiss ist euer Leiden, gewiss ist seine bisherige unübersehbare Dauer; und zu dieses Leidens völliger Überwindung noch in diesem Leben will ich euch verhelfen und kann ich euch

verhelfen, wenn ihr die Übungen in der gezeigten Weise durchführt.

Lasse, Mālunkyāputto, diese hilflosen Ansichten fahren; nicht ihretwegen bist du zu mir in den Orden gekommen, sondern weil du aus dem Leiden heraus wolltest und weil du zu mir Vertrauen gefasst hattest, dass ich selbst alle Vergänglichkeit und alles Leiden überwunden habe, dass ich den Ausgang aus diesem Leidenslabyrinth weiß und dass ich dir den Weg zu diesem Ausgang zeigen und auf diesem Weg dir raten und helfen kann: darum bist du, Mālunkyāputto, damals zu mir in den Orden gekommen.

Erinnere dich, Mālunkyāputto, dass du den Ausgang aus dem Leiden nach meiner Belehrung auch schon öfter begriffen und verstanden hattest und dass du die Zuversicht hattest, durch beharrliche Übung den Ausgang und die Freiheit auch wirklich zu erreichen.

Erinnere dich, dass du schon ernsthafter in der Übung standest als heute, dass du Früchte der Übung schon gespürt hattest und dass du zuversichtlicher warst als heute.

Tritt wieder zurück von deiner törichten und heillosen Neugier, welche dich an das Leiden gefesselt halten würde, und halte dich an die Übungen, die ich dir gewiesen habe - dann wirst du diese ungeheure Leidensmasse auch wirklich überwinden.

So und ähnlich sind Anruf und Mahnung, welche hinter den Worten der Lehrrede an Mālunkyāputto stehen.

Und der ehrwürdige Mālunkyāputto hat seinen Meister und Lehrer verstanden und hat sich aufgefangen – *erhoben und beglückt war der ehrwürdige Mālunkyāputto über die Rede des Erhabenen.*



BEFREIUNG VON DEN FÜNF  
UNTENHALTENDEN VERSTRICKUNGEN  
„Der Sohn der Mälunkya II“  
64. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Einleitung

*Die eigentlichen Weisheiten aber und Erlösungsmöglichkeiten sind nicht zur Bildung und auch nicht zur Unterhaltung da; sind vielmehr nur für solche, denen das Wasser bis zum Hals steht. –*

Dieses Wort von *Hermann Hesse* erinnert an die sorgende Frage, mit welcher sich die damaligen Inder an den Erhabenen mit der Bitte um Wegweisung zum Heilsstand wandten. Der Begriff des „Heils“ ist für den modernen westlichen Menschen fast befremdend; da er sein Leben mit dem Körper identifiziert, so glaubt er in der Regel, dass mit der Vernichtung des Körpers auch sein ganzes Dasein beendet sei. Bei dieser Vorstellung von der baldigen Vernichtung kann von „Heil“ keine Rede sein. Im Gegensatz dazu weiß aber der größte Teil der Menschheit - und zwar jene, die auf ihre inneren geistig-seelischen Vorgänge achten - dass der Körper nicht die Grundlage, sondern lediglich ein Werkzeug des Lebens ist, ein Werkzeug für diese Welt. Er weiß, dass nur dieses Werkzeug vernichtet wird, dass das Wesen aber weiterwandert und wieder der jeweiligen Welt entsprechende Werkzeuge anlegt und so ein Ende dieser Wanderung nicht abzusehen ist.

Aus diesem unübersehbaren, mühseligen, sinnlosen Kreislauf (Samsāra) sucht der wissende Mensch endlich herauszukommen. Insofern steht ihm, wie *Hermann Hesse* sagt, „*das Wasser bis zum Hals*“.

Für solche Menschen nur hat der Erwachte gelehrt: „*nicht zur Unterhaltung und nicht zur Bildung*“, sondern nur, um aus dem schmerzlichen und unermesslichen Daseinskreislauf den Ausgang zu finden: *Eines nur lehre ich: das Leiden und des*

*Leidens Auflösung.* (M 22) - Unter diesem Gesichtspunkt sind die gesamten Belehrungen seitens des Buddha gegeben und formuliert. Und diese Tatsache ist es, die viele westliche Leser der Lehrreden zunächst irritiert.

Die gesamte westliche Philosophie hat in erster Linie eine Orientierung über die Welt im Auge; sie will die Welt erklären. Der Philosoph bemüht sich daher, ein Weltbild zu entwerfen und in den Einzelheiten näher zu begründen, wie er es sich denkt. So ist der Leser und Student der abendländischen Philosophie darauf eingestellt, in erster Linie vor den Entwurf eines Weltbildes zu treten und es in seinen Einzelheiten zu verstehen. Da aber jeder Philosoph seinerseits ein Weltbild entworfen hat, so ist der westliche Mensch daran gewöhnt, die verschiedensten Ansichten über die Welt nebeneinander zur Kenntnis zu nehmen.

Das ist alles ganz anders beim Erwachten wie überhaupt in der indischen und asiatischen Wahrheitssuche. Beim Erwachten geht es zwar auch um Orientierung, aber vorwiegend um die praktische Wegweisung. Die Lehrreden des Buddha enthalten nur so viel an Orientierung, wie erforderlich ist, um die vom Erwachten gegebene Wegweisung und die empfohlene Vorgehensweise zu begründen. Das tritt bei manchen Reden stärker, bei manchen weniger in Erscheinung.

Bei der hier zu besprechenden Lehrrede tritt die Orientierung besonders stark hinter der Wegweisung zurück. Zwar wird im ersten Abschnitt der Mönch auf eine unzulängliche Aussageweise hingewiesen und die richtigere begründet, aber dann beginnt der Erwachte sogleich mit der Wegweisung, durch die ein Mensch die an den Samsāra fesselnden Verstrickungen erst erkennen und dann lösen kann.

Der Kenner der Unterweisungen des Buddha weiß, dass alle Reden des Erwachten eine Grundwegweisung durchzieht, die aus zwei Bedingungen besteht, die erfüllt sein müssen, wenn ein Schüler den Ausgang aus dem Samsāra derart begreifen will, dass in ihm der unwiderrufliche Wille zur Entrinnung entsteht: Zuerst muss man durch die Lehren begreifen, dass

wir nicht, wie wir naiverweise den Eindruck haben, als ein Ich in einer Welt leben, dass dieser Eindruck vielmehr durch das Spiel der fünf „Zusammenhäufungen“ (*upādānakkhandhā*) entsteht und besteht.

Als zweite Bedingung nennt der Erwachte *yoniso manasikāra*, das heißt: Man richtet bei allen Erscheinungen seine ganze Aufmerksamkeit auf ihre Herkunft. Dann erkennt man nach den in vielen Lehrreden gegebenen Anleitungen immer deutlicher: Tatsächlich entstehen und vergehen immer nur die fünf Zusammenhäufungen, wie es der Erwachte gezeigt hat, und nur die Nichtkenntnis dieser Tatsache hält dieses Spiel in Gang; die selbsterfahrene Erkenntnis dieser Tatsache führt zunächst zur Erhellung und dann zur Beruhigung des Spiels bis zur vollkommenen Befreiung.

Diese hier besprochenen Bedingungen wurden dem Inder, der seinerzeit in den Orden des Erwachten getreten war, bald klar, und er wusste dann, dass er sich mit ihrer Erfüllung auf dem Weg befand, der allmählich aus der ganzen Leidensmasse herausführt.

Die unbewussten Triebe  
werden durch Erfahrung bewusst

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Sāvattthī, im Siegerwald, im Garten Anāthapindikos. Dort nun wandte sich der Erhabene an die Mönche:*

*Ihr Mönche! –, Ja, o Herr! –, antworteten da jene Mönche dem Erwachten aufmerksam. Der Erwachte sprach:*

*Wisst ihr, Mönche, was ich euch als die fünf untenhaltenden Verstrickungen aufgezeigt habe? –*

*Auf diese Worte sagte der ehrwürdige Mālunkyāputto zum Erhabenen: Ich weiß, Herr, was der Erhabene als die fünf untenhaltenden Verstrickungen gezeigt*

hat. –

*Inwiefern aber weißt du, Mālunkyāputto, was ich als die fünf untenhaltenden Verstrickungen gezeigt habe? –*

*Den Glauben an Persönlichkeit, Herr, weiß ich, hat der Erhabene als untenhaltende Verstrickung gezeigt;*

*die Daseinsbangnis, Herr, weiß ich, hat der Erhabene als untenhaltende Verstrickung gezeigt;*

*die Bindung an das Begegnungsleben, Herr, weiß ich, hat der Erhabene als untenhaltende Verstrickung gezeigt;*

*den Wunsch nach Sinnendingen, Herr, weiß ich, hat der Erhabene als untenhaltende Verstrickung gezeigt;*

*Antipathie bis Hass, Herr, weiß ich, hat der Erhabene als untenhaltende Verstrickung gezeigt. Ich weiß, dass der Erhabene so die fünf untenhaltenden Verstrickungen gezeigt hat. –*

Der Erwachte nennt in seiner gesamten Belehrung immer wieder zehn Verstrickungen (*samyojana*, oft übersetzt mit „Fesseln“), welche den Menschen mit dem gesamten Samsāra, mit dem Umlauf durch den endlosen Szenenwechsel, verstricken. Davon werden fünf Verstrickungen als „untenhaltend“ bezeichnet, weil durch einige von ihnen die größten und schmerzlichsten Erlebnisszenen bedingt sind; - die anderen fünf, durch welche nur noch die zarteren und zartesten Wahrnehmungsszenen erfahren werden, gelten als die „obenhaltenden Verstrickungen“. Darum strebt jeder Kenner der Zusammenhänge zuerst die Aufhebung der fünf untenhaltenden Verstrickungen an.

Der Mönch hat die letzteren fünf zwar so genannt, wie sie in den Reden allgemein genannt werden, aber der Erwachte gibt hier noch eine wichtige Ergänzung.

*Von wem hast du gehört, Mālunkyāputto, dass ich die*

*fünf untenhaltenden Verstrickungen so gezeigt hätte? Könnten da nicht, Mālunkyāputta, die Lehrer anderer Schulen mit dem Gleichnis vom Kindlein widersprechen? Denn ein unvernünftiger Säugling weiß ja noch nichts von Persönlichkeit, woher sollte ihm der Glaube an Persönlichkeit aufsteigen? Aber es haftet ihm der Hang an, an Persönlichkeit zu glauben.*

*Ein unvernünftiger Säugling weiß ja nichts von den Erscheinungen, woher sollte ihm Daseinsbangnis bei den Erscheinungen entstehen? Aber es haftet ihm eben der Hang an zur Daseinsbangnis.*

*Ein unvernünftiger Säugling weiß ja nichts vom Begegnungsleben, woher sollte ihm eine Bindung an das Begegnungsleben aufsteigen? Aber es haftet ihm eben der Hang an, sich an das Begegnungsleben zu binden.*

*Ein unvernünftiger Säugling weiß ja nichts von Sinnendingen, woher sollte ihm bei den Sinnendingen ein Wille danach aufsteigen. Aber es haftet ihm eben der Hang an, Sinnendinge zu wollen.*

*Ein unvernünftiger Säugling weiß ja nichts von Mitwesen, woher sollte ihm gegenüber Mitwesen Rücksichtslosigkeit aufsteigen. Aber es haftet ihm eben der Hang an zur Rücksichtslosigkeit.*

*Könnten da nicht, Mālunkyāputto, die Lehrer anderer Schulen mit diesem Gleichnis vom Kindlein widersprechen?*

Der Mönch hat die fünf untenhaltenden Verstrickungen so genannt, wie sie in den Lehrreden stets genannt werden. Aber der Erwachte zeigt, dass dies eine verkürzte Nennung ist, die nur innerhalb des Mönchskreises ausreicht, wo jeder weiß, worum es geht; der normale unbelehrte Mensch kann sie so noch nicht verstehen, und wer die geistig-seelischen Zusam-

menhänge bei sich selbst kennt, der kann jene Einwendungen machen, die der Erwachte hier nennt. Denn tatsächlich kann das kleine Kind, das noch keinerlei weltliche Erfahrungen hat, keinen Glauben an Persönlichkeit haben, auch nicht im Gefühl der Daseinsbangnis leben. Ebenso geht es mit den übrigen Verstrickungen. So könnten also Vertreter anderer Richtungen entgegenhalten, dass dann das kleine Kind diese fünf Verstrickungen nicht habe.

Darum sagt der Erwachte zunächst, dass der Säugling zuerst nur den unbewussten Hang, die noch verborgene Neigung, die unbewussten Triebe (*anusaya*) an sich habe, die aber erst später dazu führten, so und so über Persönlichkeit, Dasein, Begegnung, Sinnendinge und Mitwesen zu denken. Damit unterscheidet der Erwachte ganz dem Leben entsprechend, dass die Wesen bei ihrer Geburt zwar schon alle ihre Triebe mitbringen, aber im Säuglingsalter noch kein Erfahrungswissen über sich selbst und über die Dinge der „Welt“ im Geist angesammelt haben, darum noch nicht darüber denken können.

Aber von der Geburt an melden sich die unbewussten Tendenzen des Säuglings automatisch, sobald Formen, Töne usw. erfahren werden. Die den Trieben entsprechenden Berührungen lösen Wohlgefühle aus, die den Trieben widersprechenden Berührungen lösen Wehgefühle aus. Diese werden zusammen mit den Formen wahrgenommen („*wohl tut das, weh tut das*“) und in den Geist eingetragen. So bildet sich allmählich in seinem Geist ein Wissen, dass die einen Dinge ihm angenehm, die anderen unangenehm sind, und so erfährt der Mensch erst im Lauf der Zeit seine Zuneigungen zu den einen und Abneigungen gegenüber den anderen Erlebnissen und damit die Wirksamkeit dieser Triebe, und damit baut er seinen Geist allmählich immer mehr auf und aus.

Der Erwachte nennt die dem kleinen Kind noch unbewussten Triebe ebenso *anusaya* = Neigung, wie (z.B. M 148) die bewussten Begehrensneigungen (*rāganusaya*) bei den Wohlgefühlen. Ebenso gilt „Verstrickungen“ (*samyojana*) für alle

Triebe, Tendenzen, gleichviel ob unbewusst oder bewusst. Die Triebe selbst, *anusaya* oder *samyojana*, sind so lange unbewusste Neigungen, Strebungen, bis sie durch entsprechende Erlebnisse erkannt werden können. Dann weiß der Geist, dass man von solchen Tendenzen bewegt und gedrängt wird, dass von daher das Mögen und Nichtmögen, Zu- und Abneigung kommt.

In dieser Rede geht es aber nicht darum, dass dem Menschen im Lauf des Heranwachsens seine unbewussten Triebe immer mehr bewusst werden, sondern darum, dass jene fünf „untenhaltenden Verstrickungen“ als solche in ihrer Gesamtheit und gegenseitigen Verflechtung und in ihrer „untenhaltenden“ Natur ohne die Belehrung durch den Erwachten von keinem Menschen verstanden und durchschaut und - vor allem - aufgehoben werden können: Keine noch so große Lebenserfahrung kann dem Menschen ohne die zusätzliche Belehrung seitens eines Erwachten klarmachen, dass da keine Person ist, wo doch der Eindruck besteht, eine Person zu sein. Die erste der fünf untenhaltenden Verstrickungen, „Glaube an Persönlichkeit“ (*sakkāyaditthi*), kann der Mensch ohne diese Belehrung nicht durchschauen.

Darum erklärt der Erwachte nun auf die Bitte Ānandos die folgende Unterscheidung zwischen dem gewöhnlichen unbelehrten Menschen und dem, der durch seine Belehrung die wirkliche Struktur des Daseins und die Möglichkeit der Befreiung verstanden hat.

#### Die fünf untenhaltenden Verstrickungen beim gewöhnlichen Menschen

*Auf diese Worte sprach der ehrwürdige Ānando zum Erhabenen: Da ist es, o Herr, Zeit, da ist es, Willkommener, Zeit, dass der Erhabene die fünf untenhaltenden Verstrickungen zeige. Des Erhabenen Wort werden die Mönche bewahren. –*

*Wohlan denn, Anando, so höre und achte wohl auf meine Rede. –*

*Ja, Herr –, erwiderte aufmerksam der ehrwürdige Ānando. Der Erhabene sprach:*

*Wer da ein unbelehrter, normaler Mensch ist, der hat keinen Blick für den Heilsstand. Er kennt nicht das Wesen des Heils und ist unerfahren in den Eigenschaften des Heils. Er hat auch keinen Blick für die auf das Wahre ausgerichteten Menschen, kennt nicht die Art der auf das Wahre ausgerichteten Menschen und ist unerfahren in den Eigenschaften der auf das Wahre ausgerichteten Menschen.*

*Der Glaube an Persönlichkeit (sakkāya-ditthi) – die Ansicht, eine selbstständige Person zu sein – hat sein Gemüt völlig besetzt und durchdrungen, und er wüsste auch gar nicht, wie man von dieser Ansicht abkommen sollte; diesem ist der erstarkte, nicht aufgehobene Glaube an Persönlichkeit eine untenhaltende Verstrickung.*

*Die Daseinsbangnis (vicikicchā) – Unsicherheit, Ungeborgenheit – hat sein Gemüt völlig besetzt und durchdrungen, und er wüsste auch gar nicht, wie man von dieser Ansicht abkommen sollte; diesem ist die erstarkte, nicht aufgehobene Daseinsbangnis eine untenhaltende Verstrickung.*

*Die Bindung an das Begegnungsleben (sīlabbataparāmāsa) – das Leben in der Gemeinschaft für das Letzte und Höchste halten, also von samādhi und Nirvāna nichts wissen – hat sein Gemüt völlig besetzt und durchdrungen, und er wüsste auch gar nicht, wie man von dieser Bindung abkommen sollte; diesem ist die erstarkte, nicht aufgehobene Bindung an die Begegnung eine untenhaltende Verstrickung.*

*Der Wille nach Sinnenlust (kāmarāga) – nur von den sinnlich wahrnehmbaren Dingen sich alles Wohl versprechen –*



*hat sein Gemüt völlig besetzt und durchdrungen, und er wüsste auch gar nicht, wie man von diesem Willen nach Sinnenlust abkommen sollte; diesem ist der erstarkte, nicht aufgehobene Wille nach Sinnenlust eine untenhaltende Verstrickung.*

*Antipathie bis Hass (vyāpāda) – das Gegenteil von mettā – hat sein Gemüt völlig besetzt und durchdrungen, und er wüsste auch nicht, wie man von dieser Antipathie, diesem Hass abkommen sollte; diesem ist die erstarkte, nicht aufgehobene Antipathie, dieser Hass eine untenhaltende Verstrickung.*

Die hier gegebene Kennzeichnung der Menschen ist die tiefste, die überhaupt möglich ist.

Zu der Gruppe der *unbelehrten, normalen Menschen* zählen nicht nur alle weltlich, geistlich und religiös nicht gebildeten Menschen, sondern auch alle weltlich, geistlich und religiös gebildeten Menschen, mit Ausnahme nur jener einzigartigen Bildung, die der belehrte Heilsgänger durch den Buddha erfahren hat, wodurch er den Ausgang aus dem Samsāra begriffen hat, so dass er nun darauf zustrebt. Damit ist er zum „Heilsgänger“ (*ariya sāvako*) geworden, von welchem hernach die Rede ist.

Von dem *unbelehrten, normalen Menschen* heißt es außerdem, dass er auch keinen Blick für den auf das Wahre ausgerichteten Menschen habe, nicht die Art des auf das Wahre ausgerichteten Menschen kenne und unerfahren in dessen Eigenschaften sei. - Dieser auf das Wahre ausgerichtete Mensch (*sappurisa*) ist der zu jener „einzigartigen Bildung“ im eben genannten Sinne Gelangte. Nur dieser gilt als der „auf das Wahre ausgerichtete“ Mensch. Warum?

Die Erwachten bezeichnen den Menschen als zur völligen Daseinsbeherrschung und Daseinsüberwindung, zur Erlangung der absoluten Freiheit im Nirvāna potentiell fähig. Der Mensch aber weiß nicht um diese Fähigkeit, wendet sie darum nicht an

und bleibt darum dem Samsāra ausgeliefert. Der Wille nach Sinnenlust (*kāmarāga* - nur von den sinnlich wahrnehmbaren Dingen sich alles Wohl versprechen - ) hat sein Gemüt völlig besetzt und durchdrungen, und *er wüsste auch gar nicht, wie man von diesem Willen nach Sinnenlust abkommen sollte; diesem ist der erstarrte, nicht aufgehobene Wille nach Sinnenlust eine untenhaltende Verstrickung*. Wer vom Erwachten diese Eigenschaft kennenlernt, der kommt dadurch mit gesetzmäßiger Folgerichtigkeit auf den Weg zur vollkommenen Leidensüberwindung. Mit dieser Kenntnis und auf diesem Weg ist er der auf das Wahre ausgerichtete Mensch. Wer nun noch nicht ein solcher ist, der kann auch den auf das Wahre ausgerichteten Menschen nicht erkennen. Wenn er aber vom *unbelehrten, normalen Menschen* zum auf das Wahre ausgerichteten Menschen geworden ist, wenn er diesen Prozess und die daraus hervorgehende Willenswendung durchstanden hat, dann erkennt er auch bei anderen, ob sie bereits die Willenswendung vollzogen haben oder nicht. Das drückt der Erwachte im folgenden Text aus.

Von den *unbelehrten, normalen Menschen* sagt der Erwachte, dass sie kein Wissen von dem wahren Heilsstand, von der Erlösung im Nirvāna haben und es darum auch nicht anstreben können. So lange bleiben sie auch im Samsāra. Entsprechend ihren latenten Neigungen haben sie im Lauf der Zeit in ihrem Geist die Vorstellung und die bewusste Neigung aufgebaut, eine Person zu sein; in Wirklichkeit aber geht nur das Spiel der fünf Zusammenhäufungen vor sich: Ununterbrochen werden Formen (1. Zusammenhäufung) und Gefühle (2. Zusammenhäufung) wahrgenommen (3. Zusammenhäufung), worauf im Geist die Absicht, Aktivität (4. Zusammenhäufung) entsteht, das Angenehme zu erlangen und Unangenehmem auszuweichen. Dadurch spielt sich im Lauf der Zeit das fortgesetzte Angehen der Welterscheinung immer mehr ein als die programmierte Wohlerfahrungsuche des Geistes (5. Zusammenhäufung), die wieder Formen zu erfahren sucht usw.

Das Zusammenspiel dieser fünf Zusammenhäufungen erweckt den Eindruck eines „Ich bin in der Welt“: das ist „Glaube an die Persönlichkeit“ (1. Verstrickung). Durch die Identifikation mit den dauernd veränderlichen fünf Zusammenhäufungen fühlt der Mensch „sich“ selbst veränderlich und gefährdet; denn wenn einer die fünf Zusammenhäufungen als Ich ansieht, dann muss jede Verletzung der fünf Zusammenhäufungen „seine“ Verletzung sein. So entsteht und verfestigt sich die „Daseinsbangnis“ (2. Verstrickung).

Um sich zu schützen, fragt der Mensch nach richtigem und falschem Verhalten, nach gut und böse und wird auch von den Eltern und der Umwelt darin belehrt. Seine Neigungen (*anusaya, samyojana*) und die empfangene Belehrung zwingen ihn zu einem bestimmten Verhalten den Mitwesen gegenüber, wodurch die zwischenmenschlichen Beziehungen gestört, gefährdet, zerrissen, oder aber geordnet, verbessert und harmonischer werden. In jedem Fall jocht sich der Mensch an eine bestimmte Begegnungsweise an, gewöhnt sie sich an, ist daran gebunden (3. Verstrickung).

Und weiter: Je mehr er im Lauf des Lebens mit sinnlichen Dingen in Berührung kam, sie kostete, um so mehr wächst in ihm der bewusste Wille, die angenehmen zu erlangen: Wille nach Sinnengenuss (*kāma-chanda*), auf sinnlichen Genuss aus sein (4. Verstrickung).

Durch die Sinnensucht, durch das Begehren nach bestimmten äußeren Dingen gibt es die Möglichkeit, dass sich die Interessensphären überschneiden, dass man mehr oder weniger stark auf etwas aus ist, was auch der andere haben möchte oder bereits hat, bis zum Mord an Tieren, um sie zu essen, und Mord an Menschen aus Neid, Eifersucht, aus Antipathie bis Hass. Antipathie bis Hass entsteht und besteht immer nur in Zusammenhang mit der Sinnensucht, und somit vergeht sie auch im Zusammenhang mit der Sinnensucht. Darum eben nennt der Erwachte Antipathie bis Hass immer im Anschluss an die Sinnensucht. Die fünfte Verstrickung ist eng an die vierte gebunden.

Betreten des Heilswegs zur Befreiung  
von den untenhaltenden Verstrickungen  
durch Durchschauung der Zusammenhäufungen.  
Das Gleichnis von Rinde, Grünholz, Kernholz

*Doch der erfahrene Heilsgänger hat einen Blick für den Heilsstand. Er kennt das Wesen des Heils und ist erfahren in den Eigenschaften des Heils. Er hat einen Blick für die auf das Wahre ausgerichteten Menschen, kennt die Art der auf das Wahre ausgerichteten Menschen und ist erfahren in den Eigenschaften der auf das Wahre ausgerichteten Menschen.*

*Der Glaube an Persönlichkeit (sakkāya-ditthi - die Ansicht, eine selbstständige Person zu sein - ) hat sein Gemüt nicht besetzt und durchdrungen. Und wenn ihm der Glaube an Persönlichkeit aufkommt, dann kann er seine Auflösung der Wirklichkeit gemäß erkennen. Dem schwindet dann der Hang zum Glauben an Persönlichkeit restlos hinweg.*

*Die Daseinsbagnis (vicikicchā) hat sein Gemüt nicht besetzt und durchdrungen. Und wenn ihm die Empfindung von Daseinsbagnis noch aufkommt, dann kann er ihre Auflösung der Wirklichkeit gemäß erkennen. Dem schwindet dann der Hang zur Daseinsbagnis restlos hinweg.*

*Die Bindung an das Begegnungsleben (sīlabbataparāmāsa - das Leben in der Gemeinschaft für das Letzte und Höchste halten, also von Samādhi und Nirvāna nichts wissen) hat sein Gemüt nicht besetzt und durchdrungen. Und wenn ihm die Bindung an das Begegnungsleben noch aufkommt, dann kann er ihre Auflösung der Wirklichkeit gemäß erkennen. Dem schwindet dann der Hang zur Bindung an die Begegnung restlos hinweg.*

*Der Wille nach Sinnenlust (kāmarāga - nur von den*

sinnlich wahrnehmbaren Dingen sich alles Wohl versprechen) hat sein Gemüt nicht besetzt und durchdrungen. Und wenn ihm der Wille nach Sinnenlust noch aufkommt, dann kann er seine Auflösung der Wirklichkeit gemäß erkennen. Dem schwindet dann der Hang zum Willen nach Sinnenlust restlos hinweg.

*Antipathie bis Hass (vyāpāda - das Gegenteil von met-tā) hat sein Gemüt nicht besetzt und durchdrungen. Und wenn ihm Rücksichtslosigkeit noch aufkommt, dann kann er ihre Auflösung der Wirklichkeit gemäß erkennen. Dem schwindet dann der Hang zu Antipathie bis Hass restlos hinweg.*

Was nun den Weg und die Vorgehensweise zur Überwindung der fünf untenhaltenden Verstrickungen anbelangt, da muss gesagt werden, dass einer die fünf untenhaltenden Verstrickungen unmöglich kennen und sehen und gar überwinden kann, solange er diesen Weg nicht betreten, diese Vorgehensweise nicht begonnen hat.

Es ist, Ānando, wie bei einem großen, kernig dastehenden Baum: Solange man die Rinde nicht weggeschnitten hat, das Grünholz nicht weggeschnitten hat, so lange auch kann man unmöglich das Kernholz ausschneiden. Ebenso nun auch, Ānando, ist es mit dem Weg, mit der Vorgehensweise zur Überwindung der fünf untenhaltenden Verstrickungen: Solange einer diesen Weg nicht betreten, diese Vorgehensweise nicht begonnen hat, so lange ist es unmöglich, dass er die fünf untenhaltenden Verstrickungen kennen und sehen und gar überwinden kann.

Dass aber einer, der den Weg und die Vorgehensweise zur Überwindung der fünf untenhaltenden Verstrickungen begonnen hat, diese fünf untenhaltenden Verstrickungen kennen und sehen und überwinden

*kann, das ist möglich.*

*Es ist, Ānando, wie bei dem großen, kernig dastehenden Baum: So wie man da, wenn man Rinde und Grünholz weggeschnitten hat, dann auch das Kernholz ausschneiden kann - ebenso auch, Ānando, kann einer, sobald er den Weg und die Vorgehensweise zur Überwindung der fünf untenhaltenden Verstrickungen begonnen hat, die fünf untenhaltenden Verstrickungen kennen und sehen und überwinden.*

Hier nennt der Erwachte den entscheidenden Übergang von dem Status des „normalen“ Menschen (*puthujjano* – „Weltgänger“, der im Samsāra bleibt) zum Standpunkt des Heilsgängers (*ariya sāvako*, der aus dem Samsāra herausgelangt).

*Den Weg betreten und die Vorgehensweise beginnen* heißt: mit der Haltung und der Übung begonnen haben, welche zum endgültigen Verständnis der Heilslehre führt – nicht nur der ersten vier Lehren von dem Vorteil des Gebens, von Tugend, himmlischer Welt und übersinnlichem Wohl, die bis dahin längst bekannt sind – sondern der Spitzenlehre des Erwachten, durch deren Kenntnis man für immer aus dem Samsāra hinausgelangen kann, der vier Heilswahrheiten.

Zwei Bedingungen sind es, die zum Erwerb der *heilenden rechten Anschauung* führen, mit der man den Weg betritt: 1. die Stimme des anderen; 2. die Beobachtung der Herkunft der Erscheinungen. Unter „der Stimme des anderen“ wird, wie in der Einleitung gesagt ist, das Wort des Buddha über diese letzten entscheidenden Zusammenhänge verstanden. Und die zweite Bedingung wird durch „das Betreten des Weges“ erfüllt, das heißt: indem man bei sich selber, bei seinen eigenen geistig-seelischen Vorgängen die fünf Zusammenhäufungen und ihr Zusammenspiel beobachtet und dabei ihre seelenlose gegenseitige Abhängigkeit nach und nach erkennt. Nur damit wird die durch die Stimme des anderen in den Geist übernommene Lehre, die theoretische Kenntnis, zur „praktischen

Erfahrung am eigenen Leib“.

Wer vom Erwachten nur gehört hat, dass diesen fünf Zusammenhäufungen nichts Lebendiges, nichts Selbstständiges eignet, dass mit ihnen nie Sicherheit und Heil gewonnen werden kann, und wer dann bei sich beobachtet, dass sein ganzes Erleben und Leben aus nichts anderem besteht als eben aus den fünf Zusammenhäufungen, der glaubt, wenn er auf diese verzichtet, vor dem „Nichts“ zu stehen. Ein solcher kann sich nur schwer entschließen, von diesen fünf Zusammenhäufungen zu lassen. Für ihn ist und bleibt der Heilsstand unterhalb und hinter den fünf Zusammenhäufungen ebenso verborgen wie für einen in der Holzgewinnung völlig unerfahrenen Menschen, der nur die Rinde der Bäume sieht und dem das einzig taugliche Kernholz des Baums verborgen bleibt. Erst wenn jener Laie von der Rinde nimmt und sie auf ihre Tauglichkeit hin prüft, dann kann er erstens ihre Untauglichkeit erkennen, und zum anderen entdeckt er unter der Rinde das Grünholz. Indem er nun auch dieses gründlicher betrachtet und praktisch zu benutzen versucht, erkennt er wiederum erstens auch dessen Unzulänglichkeit und entdeckt dann auch das noch verborgener gewesene, nun aber zu Tage tretende Kernholz.

Die Welt der sinnlichen Vielfalt in der Begegnungsweise, die die größte Erlebensweise ist, könnte mit der Rinde verglichen werden. Und das Erlebnis der Entrückungen, in welchen nur noch Gefühl und Wahrnehmung beteiligt sind, von den fünf brüchigen Zusammenhäufungen also nur noch zwei, könnte mit dem Grünholz verglichen werden. Das Kernholz gilt für die Abwesenheit aller fünf Zusammenhäufungen, für das Todlose.

Man muss bei einem Baum erst die Rinde abschälen, das Grünholz herabschneiden - im Gleichnis heißt es nicht, dass es schon getan sei - dann kann man an das Kernholz gelangen. Wenn der Holzfäller weiß: Rinde und Grünholz sind untauglich, aber darunter sitzt das Kernholz, dann verrichtet er ganz selbstverständlich diese Arbeitsgänge, um an das Kernholz zu gelangen. So auch muss der Wahrheitssucher begriffen haben,

dass man unweigerlich zum Unzerstörbaren, zum Heil, kommt, wenn man alles, was tödlich ist, beiseite tut, sich davon abwendet.

Unser gesamtes Erleben besteht aus der Wahrnehmung von Formen und Gefühlen. Es ist wie im Traum, wo ebenfalls durch Wahrnehmung ein lebendiges Ich in schmerzlicher oder freudiger Begegnung mit der umgebenden Umwelt erscheint, wo aber „nichts dahinter“ ist, denn mit Aufhören jener Wahrnehmung sind auch die aus Wahrnehmung bestehenden Erlebnisinhalte: Ich und Umwelt nicht mehr da. So wie im Traum ist es mit unserem Leben. Darum bezeichnet der Erwachte die Wahrnehmung als Luftspiegelung. Aber solange man das nicht selbst beobachtet und durchschaut, nur die Worte des Erwachten gehört hat, ist man noch kein „erfahrener Heilsgänger“ geworden. Erst wer im Vertrauen auf die Aussage eines Vollendeten und Überwinders nun ebenfalls in die aufmerksame Beobachtung und Erfahrung des Zusammenspiels dieser fünf Zusammenhäufungen bei seinen eigenen inneren Vorgängen eintritt, immer wieder, sobald er Gelegenheit hat, diesen Erscheinungen nachgeht - erst dann beginnt er allmählich deren Brüchigkeit zu erkennen und zu erfahren. Diese Erfahrung kann man niemandem mit Worten vermitteln, auch nicht mit Beispielen und Gleichnissen. Diese Erfahrung muss selbst erfahren werden. Das ist die Erfüllung der zweiten Bedingung zur Erlangung des rechten heilenden Anblicks: von der Untauglichkeit der fünf Zusammenhäufungen überzeugt sein und darum nicht ablassen können, bis das Kernholz, das Todlose, gewonnen ist. So hat man den Weg betreten und ist auf ihm fortgeschritten.

Bei dieser Übung erfährt man bei sich, dass der Glaube an Persönlichkeit (1. Verstrickung), der einem bisher völlig natürlich war, eine ganz törichte geistige Krankheit ist. Mit dem Lesen dieses Urteils hat man es nicht erfahren und kann es auch nicht teilen. Aber durch die vorhin beschriebene beharrliche Beobachtung der fünf Zusammenhäufungen bei sich selber erkennt man nach und nach diese und die weiteren vom Er-



wachten genannten fünf untenhaltenden Verstrickungen und erkennt, inwiefern sie unten halten. Damit kommt man auch nach und nach zu ihrer Aufhebung.

Das Betreten des Wegs - das entscheidende Stadium für jeden Heilsuchenden - wird auch in anderen Lehrreden behandelt.

In M 117 heißt es: *Die wahnlose rechte Anschauung ist auf dem Wege zu finden.* Wie das geschieht, wird bei der ersten Prüfung in M 48 beschrieben: Ein Übender geht allein für sich und erforscht sich:

*Sind in mir jetzt Verstrickungen, die mein Herz derart besetzt haben, dass ich nicht klar und richtig erkennen und sehen kann? Er aber erkennt: es sind jetzt keine Verstrickungen in mir, die mein Herz derart besetzt haben, dass ich nicht klar und richtig erkennen und sehen könnte. Wohl empfänglich ist mein Geist (mano), zur Wahrheit durchzudringen.*

Er hat still und unabgelenkt den Blick auf die gegenseitige Bedingtheit der fünf Zusammenhäufungen gerichtet. Damit treten Ich und Umwelt zurück. Dadurch wird es ruhig. Das ist schon eine Art Einigung (*samādhi*). Zu einer solchen Zeit ist die Wahrnehmung ohne Gefühlsbesetzung, es ist reines, klares Sehen: Weisheit. Er sieht: Wenn Form und Gefühl wahrgenommen werden - mit Wohl oder Wehe - dann läuft der Wille, die Absicht, es so und so haben zu wollen. Wenn man dieser spontan aufgekomenen Absicht nachgeht, dann wird die Wohlerfahrungssuche des Geistes programmiert, dem Angenehmen so und so nachzugehen oder dem Unangenehmen auszuweichen, wodurch schon wieder neue Formen und Gefühle erfahren werden - ein unendlicher Kreislauf. So sind die Wesen in Mutterleib eingetreten und herausgekommen - unendliche Male.

Wenn einer den Anblick des Laufs der fünf alles Leiden schaffenden Zusammenhäufungen so gegenwärtig hat, dass er alles Tote, Geschobene still beobachtend vor sich hat und beobachtend „draußen“ ist, dann sind zu der Zeit die Verstri-

ckungen unwirksam, ihre klarblickhemmenden Wirkungen - die Hemmungen - sind aufgehoben; die Blendung ist durchstoßen.

Indem der Übende beobachtend von dem immer bewegten Ineinandergreifen der fünf Zusammenhäufungen zurückgetreten und dadurch stiller und stiller geworden ist, da sieht er sich vor dem bisher uneingesehenen Untergrund, dem Todlosen.

Ganz ebenso wie alle Geräusche, die starken und die schwachen, immer bedingt sind durch irgendwelche Formwandlungen und Formbewegungen, und wie es kein Geräusch gibt, das ohne Bedingung entsteht, und wie erst durch Einstellung all dieser Bedingungen auch die Geräusche zur Ruhe kommen und wie erst durch das Zur-Ruhe-Kommen der Geräusche die Stille erfahren wird, erlebt wird - die Stille, die keiner Bedingung bedarf - ganz ebenso rührt man dann erst unmittelbar an das Todlose, öffnet erst dann das Tor zum Todlosen einen Spalt, wenn man alles Bedingte und darum Tote, Tödliche und Sterbliche als bedingt, tödlich und sterblich durchschaut hat.

Es ist zwar so, dass aus der fast vollkommenen Durchschauung und Betrachtung der bedingten vergänglichen Dinge irgendwann das Unvergängliche, weil Ungewordene - gleich der Stille unter den Geräuschen - begriffen und in seiner vollkommenen Sicherheit und Todlosigkeit befreiend „gesehen“ wird – aber Freude über den Wahrheitsanblick und wachsende Sicherheit kann schon vorher empfunden werden, ist also nicht davon abhängig. Sie erwächst aus der häufigen und gründlichen Betrachtung des sich gegenseitig bedingenden und seelelosen Zusammenwirkens der fünf Zusammenhäufungen allmählich ganz sicher dadurch, dass einmal durch die häufige Betrachtung der Geist immer mehr geübt und fähig wird, das gegenseitige Zusammenwirken immer deutlicher im Blick zu haben, und zum anderen dadurch, dass jede solche Betrachtung eine tiefe innere Entlarvung und damit Entwertung der fünf Zusammenhäufungen ist und damit die Gesamtheit der den Menschen inwohnenden Triebe und daraus hervorge-

henden Verletzbarkeit etwas gemindert wird. Der Übende kommt also durch eine solche Betrachtung vom Grund her dem Nirvāna näher. Je weniger Triebe ihn bewegen und je stärker und klarer der Geist durchstößt zum durchdringenden Anblick, so dass die Faszination des Bedingten, die Blendung, abnimmt, um so sicherer kommt er der Entdeckung des Todlosen näher.

Den so gewonnenen Anblick kann der Heilsgänger nicht mehr vergessen. Er muss zwangsläufig seine Triebe immer mehr mindern, die Verstrickungen, die er nun gesehen hat, zu überwinden trachten.

Diese Entwicklung zeigt der Erwachte in unserer Lehrrede M 64 an dem Gleichnis von den beiden Schwimmern:

Der Anfangende und der Fortgeschrittene,  
das Gleichnis vom schwachen und starken Schwimmer

*Wenn da, Ānando, der Gangesstrom so randvoll von Wasser wäre, dass Krähen aus ihm trinken können; und es käme ein schwächlicher Mann herbei: „Ich werde diesen Gangesstrom mit dem Arm durchkreuzen und heil an das andere Ufer gelangen“; so könnte er aber doch nicht den Gangesstrom durchkreuzen, weil er schwächlich ist.*

*Ebenso, Ānando, ist ein jeder, dessen Herz sich der Darlegung der Nicht-Ichheit, der Auflösung der Persönlichkeitsauffassung nicht freudig zuwendet (pak-khandati), sich dabei nicht beruhigt (pasīdati), nicht dabei still steht (santitthati) und nicht dabei frei wird (vimuccati) jenem schwächlichen Mann zu vergleichen.*

*Es ist, Ānando, wie wenn der Gangesstrom so randvoll von Wasser wäre, dass Krähen aus ihm trinken können, und es käme ein kräftiger Mann an den Gangesstrom: „Ich werde diesen Gangesstrom mit den Armen durchkreuzen und heil an das andere Ufer gelan-*

*gen“; der könnte den Gangesstrom durchkreuzen, weil er kräftig ist.*

*Ebenso, Ānando, ist ein jeder, dessen Herz sich der Darlegung der Nicht-Ichheit, der Auflösung der Persönlichkeitsauffassung freudig zuwendet, sich dabei beruhigt, dabei still und frei wird, jenem starken Manne zu vergleichen.*

Zuerst spricht der Erwachte also von einem schwachen Mann, der vorhat, den Ganges schwimmend zu überqueren, es aber wegen seiner Schwäche nicht vermag; und hernach von dem starken Mann, der wegen seiner Kräfte den Ganges schwimmend überqueren kann.

Wenn die Einsicht gewonnen ist, dass der sogenannte Lebensprozess zwar den Eindruck eines „ich bin“ erweckt, dass dieser Eindruck aber tatsächlich auf Täuschung beruht und dass alles Leiden, solange diese Täuschung nicht durchschaut wird, auch immer fortgesetzt wird, dann kann ein solcher Geist nicht mehr in der bisherigen naiven Weise dem Ich-bin-Glauben nachgehen. Aber bei vielen Menschen, die zu dieser Einsicht gekommen sind, ist durch ihre Verbundenheit mit den Sinnendingen im Anfang noch keine Neigung, die Konsequenzen aus dieser Einsicht zu ziehen: das Gemüt sperrt sich noch dagegen. Ein solcher Mensch ist der schwache Schwimmer. Solange er in dieser Verfassung ist, kann er noch nicht aus den fünf untenhaltenden Verstrickungen herauskommen. Da er aber im Geist unwiderruflich die Anschauung gewonnen hat, dass der Ich-bin-Glaube ein Wahn ist, so wird er sich allmählich daran gewöhnen. Sein Gemüt wird allmählich zustimmen, und so wird er im Lauf der Zeit der starke Schwimmer. Es handelt sich also nicht um zwei verschiedene Schwimmer, sondern aus dem schwachen wird unwiderruflich nach einiger Zeit der starke Schwimmer. - Hernach wird sich zeigen, wie durch die Zustimmung des Gemüts und das nun immer freudigere und kraftvollere Beschreiten des Weges zuletzt auch das

Herz (*citta*) von all jenen fünf untenhaltenden Verstrickungen ganz befreit wird.

Jeder Heilsgänger vom ersten schwachen Nachgehen der Wahrheit (*anusāri*) an befindet sich endgültig auf dem Heilsweg, und selbst wenn er noch längere Zeit dem schwachen Schwimmer gleicht, weil er noch nicht mit Freudigkeit an die Überwindung und Ablösung der fünf Verstrickungen denkt, so wird er doch im Lauf der Zeit ganz unweigerlich ein starker Schwimmer.

Der Anfangende, der der Wahrheit Nachgehende (*anusāri*) muss oft noch große Tatkraft (*virīya*) gegen seine Triebe und Gewöhnungen einsetzen, um sich auf die Wahrheit zu konzentrieren, weil er noch keine Weisheitskraft (*paññā-bala*) hat, weil sein Geist noch voller falscher Vorstellungen und Denkgewöhnungen ist. Aber der Ansichtvertraute (*ditthi-sampanno*) besitzt diese Weisheitskraft, so dass *er mit ganzem Gemüt hingegen offenen Ohres die Lehre hört* (6. Gewissheit in M 48) und dass *er bei der Darlegung der Lehre und Wegweisung des Vollendeten ein Empfinden für den Sinn, für die Wahrheit und mit der Wahrheit verbundene Freude gewinnt.* (7. Prüfung in M 48) Damit hat er die Frucht des Stromeintritts erreicht. Von ihm wird nicht nur gesagt, dass er ganz sicher nur noch eine endliche Zeit vor sich hat bis zur endgültigen Erlösung, sondern auch, dass er in keiner Weise mehr in irgendeinem untermenschlichen Bereich wiedergeboren werden kann. Durch seine Wandlungen auf dem Weg erwächst seine Tugend zu solcher Art, dass er seinen Weg zum endgültigen Heilsstand nur noch über Menschentum oder göttliches Dasein erreicht. Zumindest dieser Garantiegrad, in absehbarer Zeit das Heil zu erreichen, ist unter dem starken Schwimmer zu verstehen, der einen sicheren Begriff davon bekommen haben muss, dass es ein Todloses, das Nirvāna, das sichere Ufer gibt.

### Auflösung der fünf untenhaltenden Verstrickungen

Im nun folgenden Teil unserer Lehrrede spricht der Erwachte

nicht mehr vom Kennen und Sehen der untenhaltenden Verstrickungen, um das es im zweiten Entwicklungsabschnitt ging, sondern nur noch vom dritten Abschnitt der Entwicklung: von ihrer Auflösung. Dieser Wegabschnitt ist der letzte der drei großen Etappen des achtgliedrigen Heilsweges: der Abschnitt der Einigung des Herzens.

*Welches ist der Weg, welches die Vorgehensweise, die aus den fünf untenhaltenden Verstrickungen herausführt?*

*Da verweilt ein Mönch, weil er (zur Zeit innerlich) von allen Daseinsanhalten (upadhi) abgeschieden ist, weil er unheilsame Eigenschaften abgetan, grobe körperliche Regungen gestillt hat,*

*abgeschieden von allen heillosen Gedanken und unheilsamen Gesinnungen in stillem Bedenken und Sinnen. Und so tritt die aus innerer Abgeschiedenheit geborene Entzückung und Seligkeit ein, der erste Grad weltloser Entrückungen.*

Die vorstehende Aussage des Erwachten haben wir zur besseren Unterscheidung in zwei Absätze aufgeteilt. Der zweite Absatz enthält, wie der Kenner der Reden sieht, den stets gleichartigen Wortlaut zur Beschreibung der Gemütsreife für die erste Entrückung; für diese werden immer und darum auch hier die beiden Eingangsbedingungen genannt:

*Abgeschieden von allen heillosen Gedanken  
abgeschieden von unheilsamen Gesinnungen.*

Diese Voraussetzungen der inneren Abgeschiedenheit für die erste Entrückung erfüllen auch Mystiker anderer Religionen, und so wird in den verschiedenen Kulturen über die Erfahrung der Entrückungen berichtet. *Abgeschieden von allen heillosen Gedanken* heißt, dass der Mensch sich in seinem gesamten Dichten und Trachten von der Umwelt und Außenwelt,

von dem irdischen Leben und von allen Himmeln ganz abgekehrt hat, also in keiner Weise nach außen gewandt ist. Und *Abgeschiedenheit von unheilsamen Gesinnungen* bedeutet, dass in dem Erfahrer kein Urteilen, keine Kritik oder sonstige ablehnende Haltung gegen irgendwelche Lebewesen ist, dass seine Liebe zu allen Wesen zu dieser Zeit fast vollkommen ist. Eine große innere Helligkeit herrscht in seinem Gemüt. Mit diesem inneren Zustand kann er die erste Entrückung erlangen.

Als erste Voraussetzung für die weltlosen Entrückungen aber wird in dem ersteren Absatz gesagt, dass einer zu jener Zeit innerlich *von allen Daseinsanhalten (upadhi)*<sup>133</sup> zurückgetreten sei. Die Daseinsanhalte oder Daseinsgrundlagen sind das gesamte Gewordene, das, was alle Wesen ausmacht, woran sie sich halten, also die durch Ergreifen, Annehmen entstandenen fünf Zusammenhäufungen einschließlich Begehren. Diese Tatsache, dass einer zeitweilig nicht nur von dem sinnlichen Begehren, sondern von allen Daseinsanhalten innerlich abgeschieden weilt, indem er ihr Entstehen/Vergehen betrachtet, kennzeichnet den Heilsgänger. Der Heilsgänger beobachtet immer wieder, wie die fünf Zusammenhäufungen in gegenseitiger Bedingtheit endlos weiterrollen und im Kommen und Gehen diese Kette der Lebensmühsale mit immer wieder neuen Geburten und Toden fortsetzen. Er erkennt den Durst (*tanhā*), sein gewohntes Verlangen

---

133 Der Begriff „upadhi“ wird oft missverstanden als „Unterlagen“ oder „Beifügungen“, was in unserem Sprachgebrauch den Eindruck erweckt, als ob da eine Hauptsache – ein lebendiges Wesen, ein „Selbst“ oder „Ich“ sei, zu welcher dies nur die Unterlage oder Grundlage oder Beifügung sei. Bei dem hier mit „Daseinsanhalte“ oder „Daseinsgrundlagen“ übersetzten Pāliwort „upadhi“ handelt es sich aber nicht um die Unterlagen für eine an sich schon bestehende Hauptsache, sondern es handelt sich um die gesamten Komponenten, die den Eindruck von etwas „Bestehendem“ und „Seiendem“ erzeugen. Die Gesamterscheinung, in welcher ein Subjekt sich als von Objekten umgeben erlebt, wird als „upadhi“ bezeichnet. Subjekt und Objekt samt den Beziehungen zwischen beiden, „alles“ im totalen Sinn, Ergreifen und Ergriffenes, das wird verstanden unter dem Wort „upadhi“.

nach den fünf Zusammenhäufungen, den Daseinsanhalten als übel, als an das Leiden bindend. Der Erwachte sagt (S 12,66):

*Alles Leiden ist bedingt durch Daseinsanhalte (upadhi).*

*Die Daseinsanhalte sind bedingt durch Durst (tanhā).*

*Der Durst ist bedingt durch das, was einem lieb ist (piya).*

Durch diese Betrachtung gewinnt er immer mehr Abstand von den fünf Zusammenhäufungen, den Daseinsanhalten, obwohl er mit ihnen lebt. Und manchmal ist seine Betrachtung dieser fünf Zusammenhäufungen eine so intensive und klare, dass sie ferner rücken und er die Stille von ihnen empfindet. Dann ist er *abgeschieden von den Daseinsanhalten*.

### *Alle körperlichen Regungen (kāyadutthulla) gestillt*

Dem Körper des normalen Menschen wohnt eine unterschiedlich starke Bewegungsdynamik inne. Er ist gewöhnt, immer wieder eine andere Haltung in seiner Umgebung zu haben: bald zu gehen, bald zu stehen oder zu sitzen, und sei es nur, um die Glieder zu regen. Jeder normale Mensch muss sich am Tag viel bewegen. Diesen Bewegungsdrang merkt besonders der wegen einer Krankheit ans Bett Gefesselte. Mit einem Körper aber, der sich innerhalb einer jeden Minute bewegen muss, sind weltlose Entrückungen nicht zu erreichen.

Aber zu den *körperlichen Regungen* gehören auch alle körperlichen Regungen, die durch die Sinnesdränge bedingt sind und die der normale Mensch als solche kaum bemerkt. Bei einem in der Entrückung befindlichen Menschen sind die Sinnesorgane so tauglich wie je zuvor, dringen Lichtstrahlen an das Auge, Schallwellen an das Ohr usw. wie je zuvor. Aber weil die Sinnesdränge schweigen, ganz zur Ruhe gekommen sind, darum findet keine sinnliche Wahrnehmung statt. - Auch insofern sind alle körperlichen Regungen gestillt. Denn die Inanspruchnahme aller sechs Sinnesorgane durch die Sinnesdränge ist eine für uns durch Gewohnheit zwar nicht bemerkte, aber dennoch äußerst starke körperliche Regsamkeit, deren



Gewalt ein jeder erst dann überzeugend erfährt, wenn sie durch den Eintritt in die Entrückungen plötzlich zur Ruhe kommt.

### Die Entrückungen und ihre Übersteigerung

Unsere gesamte sinnliche Wahrnehmung bewirkt das sogenannte „Begegnungsleben“, indem in ihr ein Ich erscheint, das in dauernder Begegnung mit miterschienener Umwelt lebt und auf diese reagiert. Durch die sinnliche Wahrnehmung werden Formen, Töne, Düfte, Schmeckbares und Tastbares erlebt, das teils angenehm, teils unangenehm, teils beglückend, teils schrecklich ist, so dass das, was als ihr „Erleber“ empfunden wird, das erschienene „Ich“, sich dauernd damit auseinandersetzt. Das ist das Begegnungsleben. Dieses sinnliche Begegnungsleben bezeichnet der Erwachte als Blendung und vergleicht es mit der „Fata Morgana“. Das heißt, dass dieses gesamte Erleben eine Scheindimension ist, dass es nicht so ist, wie es scheint. Es ist *schemenhaft, trügerisch, Einbildung, Blendwerk*, sagt der Erwachte. (M 106) Das ist das Urteil des Kenners, des daraus Erwachten, des Buddha, über die Dimension, in welcher wir leben.

Durch die weltlosen Entrückungen erfährt der Übende für die Dauer der Entrückungen den vollständigen Fortfall der gesamten sinnlichen Wahrnehmung, damit der Welterscheinung, und ab zweiter Entrückung auch des gesamten Denkens. Stattdessen wird nur das Gefühl einer Seligkeit in untrennbarer Verbindung mit dem Erlebnis von Frieden und Ruhe erlebt. Es wird weder Ich noch Umwelt erfahren noch die Polarität zwischen beiden. Dadurch kommt ein Gefühl der Unabhängigkeit auf, das der Erwachte als höchste Labsal der Gefühle (M 13) bezeichnet, als Wahrheitswahrnehmung (D 9) und als Erwachungs-seligkeit (M 139).

Diejenigen, denen die Übersteigerung der Begegnungswahrnehmung, die Entrückung aus der gesamten Weltlichkeit, gelungen ist, blicken danach auf ihr bisheriges „Leben“ als auf

eine Krankheit, als die es der Erwachte ja auch bezeichnet (M 75), und sie betreiben nun mit größter Intensität ihre weitere Läuterung zur Befreiung von den letzten Resten von Weltlichkeit und Begegnungsart.

Einem schon so weit Emporgelangten geht es nicht mehr um „gut“ werden und gut sein – das ist weitgehend erfüllt – es geht um das endgültige Zurücktreten von den Wahnszenen. - Und nun sagt der Erwachte, was ein solcher Heilsgänger, wenn er aus einer solchen weltlosen Entrückung wieder „zu sich“ kommt, dann denkt und tut:

*Und was da noch zur Form gehört, zum Gefühl gehört, zur Wahrnehmung gehört, zur Aktivität gehört, zur programmierten Wohlerfahrungssuche gehört – solche Dinge sieht er als unbeständig an; als leidvoll: als Krankheit, als Geschwulst, als Pfeil, als weh und als schmerzhaft; als Fremdes, zur Welt Gehöriges, Leeres: als Nicht-Ich. Von solchen Dingen säubert er das Herz. Und hat er das Herz von solchen Dingen gesäubert, so sammelt er das Herz auf das Todlose (mit dem Gedanken): „Das ist der Friede, das ist das Erhabene, dieses Zur-Ruhe-Kommen aller Aktivität, dieses Zurücktreten von allen Daseinsanhaltenden, dieses Aufhören des lechzenden Dürstens, die Entreizung, Auflösung, Erlösung.“*

*Dahin gekommen, erlangt er die Versiegung der Wollensflüsse/Einflüsse. Erlangt er aber die Versiegung der Wollensflüsse/Einflüsse nicht, so wird er bei seinem Verlangen nach Wahrheit, bei seiner Freude an der Wahrheit die fünf untenhaltenden Verstrickungen vernichten und emporsteigen, um von dort aus zu erlösen, nicht mehr zurückzukehren von jener Welt.*

*Das aber ist, Anando, der Weg, das ist die Vorgehensweise, die zur Auflösung der fünf untenhaltenden*

*Verstrickungen führt.*

*Weiter sodann: nach Verebbung auch des Bedenkens und Sinnens verweilt er in innerem seligem Schweigen, in der Einigung des Gemüts. Und so tritt die von Sinnen und Bedenken befreite, in der Einigung geborene Entzückung und Seligkeit ein, der zweite Grad weltloser Entrückung.*

(Auch von dem Erleber dieses zweiten Grads der Entrückung und ebenso nach Beschreibung des dritten und vierten sagt der Erwachte jedes Mal im genau gleichen Wortlaut, dass der Erfahrer dieser Entrückungen alles *was noch zur Form gehört, zum Gefühl gehört...* usw. in der vorhin beschriebenen Weise betrachtet, und schließt jedes Mal auch ab: *Das aber ist, Ānando, der Weg, das ist die Vorgehensweise, die zur Auflösung der fünf untenhaltenden Verstrickungen führt.*)

*Weiter sodann: Mit der Beruhigung auch des Entzückens lebt er oberhalb und außerhalb von allem sinnlichen Wohl und Wehe in unverstörtem Gleichmut klar und bewusst und in einem solchen körperlichen Wohlsein, von welchem die Heilskenner sagen: „Dem in Gleichmut klar bewusst Verweilenden ist wohl.“*

*Weiter sodann: Nachdem er über Wohl und Wehe hinausgewachsen ist, alle frühere geistige Freudigkeit und Traurigkeit völlig gestillt hat und in einer über alles Wohl und Wehe erhabenen bewussten Gleichmutsreine lebt, da erlangt er die vierte Entrückung und verweilt in ihr.*

Beide Wahrnehmungsweisen: das Begegnungsleben, unsere gewohnte Erlebensweise, wie auch das Entrückungsleben bestehen aus den Zusammenhäufungen und bestehen durch die Zusammenhäufungen. Diese werden aber mit zunehmender Abwendung vom Begegnungsleben immer weniger aufdring-

lich, und in den Entrückungen selber steht das rasende Schwungrad der programmierten Wohlerfahrungssuche still. Dieser Stillstand der Wohlerfahrungssuche kommt, wie schon häufiger erklärt, durch folgenden Umstand zustande: Jeder Mensch, der sich noch nicht bis in die Nähe der Entrückungen entwickelt hat, sieht in jedem Augenblick Formen, hört Töne, riecht Düfte, schmeckt Schmeckbares und tastet Tastbares und denkt darüber nach. Ununterbrochen wird irgendein Detail durch die Sinnesorgane von außen erfahren, und der Geist beschäftigt sich damit. Dies geschieht, weil die programmierte Wohlerfahrungssuche des Geistes nach dem Wortlaut des Erwachten alles Wohltuende zu erlangen und alles Schmerzliche zu vermeiden trachtet und weil sie bisher alles Wohltuende und Schmerzliche nur von außen erlangte.

Wenn aber nun durch die fortschreitende innere Erhellung und Besänftigung des Gemüts bei einem um innere Läuterung bemühten Menschen dessen Grundgefühl, dessen innere Gemütsverfassung immer heller, wohltuender und beglückender wird, dann stellt sich bei gewissen Höhepunkten zu der inneren Freudigkeit noch ein Entzücken des Geistes ein, und dieses geistige Glück, das alles durch die äußeren Sinne erlangbare Wohlgefühl weit übersteigt, zieht nun die Aufmerksamkeit der Wohlerfahrungssuche auf sich selbst. Damit wird sie von dem Hereinholen von Formen, Tönen, Düften usw. abgelenkt und auf das innere Entzücken hingelenkt – eben darum findet zu dieser Zeit keinerlei sinnliche Wahrnehmung statt und bildet dieses Entzücken den einzigen Inhalt des Erlebens.

Nun ergibt sich aber durch die völlige Beruhigung des Körpers, d.h. durch das völlige Stillstehen der sonst rasant geschehenden sinnlichen Wahrnehmung, noch ein zusätzliches den ganzen Körper durchdringendes Wohl, geradezu Seligkeit, die nun auch die geistige Beglückung noch überstrahlt: Das ist der Zustand der Entrückung, in der das Erlebnis von Form – von Ich-Form und Umwelt-Form, die erste der fünf Zusammenhäufungen – fortfällt und nur ein seliges Gefühl (zweite Zusammenhäufung), ein überweltlicher Friede wahrgenom-

men wird (dritte Zusammenhäufung), ohne dass sich daraus während dieses seligen Friedens irgendeine Aktivität (vierte Zusammenhäufung) ergibt. So bleiben von den fünf Zusammenhäufungen nur die zwei übrig, aber, wie gesagt, in einer überhimmlischen Qualität.

Die Hauptbeschäftigung der zu dieser inneren Ruhe gewachsenen Menschen besteht nun darin, dass sie, zurückgekehrt von dem Erlebnis der weltlosen Entrückungen, bei sich selbst Entstehen und Vergehen der fünf Zusammenhäufungen beobachten und verfolgen. Von dieser Beobachtung sagt der Erwachte immer wieder, dass sie zum Nirvāna führt. Es ist ihre liebste und zugleich beglückende Beschäftigung, weil sie an sich erfahren, dass sie als Beobachter dieser geistig-seelischen Vorgänge nicht mehr deren Gefangener sind, sondern dass sie darüber stehen und sie beherrschen. Darum heißt es:

*Je mehr und mehr er bei sich merkt,  
wie die Zusammenhäufungen  
im Wechsel nur entstehn, vergehn,  
wird er erhellt und heilsbeglückt,  
da er das Todlose erfährt. (Dh 374)*

Die Durchschauung von Rinde und Grünholz als untauglich führt auf die Dauer zu deren Entfernung, und deren Entfernung erst lässt das einzig Haltbare offenbar werden: das Kernholz. So auch offenbart sich dem, der in Augenblicken tiefster Ruhe auch am klarsten das seelenlose Auf- und Absteigen der fünf Zusammenhäufungen betrachtet, das Unzusammengesetzte, das Ungewordene, das Todlose, das Nirvāna.

Dieser Klarblick ist eine stille überweltliche Invasion, ist der schweigende Einbruch der weltlosen, todlosen Wirklichkeit und Klarheit. - Dieser Klarblick zeigt nicht einen „Ausweg“ aus dem Weltgefängnis, denn daraus gibt es keinen Ausweg; der Samsāra ist ein geschlossenes Labyrinth ohne Ausgang. Der Klarblick bewirkt etwas anderes: er bewirkt,

dass dieses ganze Gefängnis, dieses aus den fünf Zusammenhäufungen gebildete und eingebildete unermessliche Labyrinth des Daseinskreislaufs auf dem Weg der fortschreitenden Abblässung zuletzt nicht „da“ ist, austradiert ist, nie gewesen ist. Das Todlose, das Unzerstörbare, die einzige Sicherheit in dieser Wildnis wird erfahren – das Kernholz. Der Erwachte sagt:

*Im Anblick des Todlosen tauchen alle Dinge unter. (A X,58)*

Dass im Anblick des Todlosen alle Dinge, alle Erscheinungen, die immer nur vorüberrieselnden, haltlosen, untergetaucht sind, wie nicht vorhanden sind, das hat ein so Übender erfahren. Diese Erfahrung hat ihm diesen weltüberlegenen Klarblick zum einzig lohnenden Ziel, zum Ziel aller Ziele werden lassen.

Diese Erfahrung ist in den Geist gelangt, in den Geist, der früher erfüllt war von ungezählten Programmen der Wohlsuche in der äußeren Welt, der durch die Entdeckung der Entrückungen von all jenen Weltprogrammen entleert wurde und die selige Ruhe der Entrückungen erfuhr. Aus den ungezählten Erfahrungen, die zur Befriedigung der fünf Sinnesdränge erforderlich waren, wurden die wenigen zählbaren, die zum Ruhestand in den Entrückungen führen.

Aber gegenüber dem nun erfahrenen Todlosen wird die Entrückung etwa ähnlich grob empfunden wie früher gegenüber den ersten Entrückungserfahrungen die gesamte sinnliche Wahrnehmung erfahren wurde.

Auf dem Hintergrund dieser Erfahrung können dann auch die in dieser Lehrrede genannten weiteren Vertiefungszustände überstiegen werden, die sogenannten „Formfreiheiten“, die „friedvollen Verweilungen“, die identisch sind mit den vierten bis achten „Freiungen“, die der Erleber auch noch als feinstes Machwerk der Zusammenhäufungen betrachtet und sich davon löst.

*Nach Überwindung aller Formwahrnehmung, Übersteigerung der Gegenstandswahrnehmung, durch Nicht-*

*beachtung der Vielheitswahrnehmung, gewinnt er unter dem Leitbild „unbegrenzt ist der Raum“ die Vorstellung des unbegrenzten Raumes.*

*Nach Überwindung der Vorstellung des unbegrenzten Raumes gewinnt er unter dem Leitbild: „Unbegrenzt ist die Erfahrung“ die Vorstellung der unbegrenzten Erfahrung.*

*Nach Überwindung der Vorstellung der unbegrenzten Erfahrung gewinnt er unter dem Leitbild: „Da ist nicht irgendetwas“ die Vorstellung des Nicht-irgendetwas.*

*Und was da noch zum Gefühl gehört, zur Wahrnehmung, zur Aktivität, zur programmierten Wohlerfahrungssuche gehört, solche Dinge sieht er als unbeständig an, als leidvoll: als Krankheit, als Geschwulst, als Pfeil, als weh und als schmerzhaft; als Fremdes, zur Welt Gehöriges, als Leeres: als Nicht-Ich. Von solchen Dingen säubert er das Herz.*

*Und hat er das Herz von solchen Dingen gesäubert, so sammelt er das Herz auf das Todlose (mit dem Gedanken): „Das ist der Friede, das ist das Erhabene, dieses Zur-Ruhe-Kommen aller Aktivität, dieses Zurücktreten von allen Daseinsanhalten, dieses Aufhören des lechzenden Dürstens, die Entreizung, Auflösung, Erlöschung.“*

*Dahin gekommen, erlangt er die Versiegung der Wollensflüsse/Einflüsse. Erlangt er aber die Versiegung der Wollensflüsse/Einflüsse nicht, so wird er eben bei seinem Verlangen nach Wahrheit, bei seiner Freude an der Wahrheit die fünf untenhaltenden Verstrickungen vernichten und emporsteigen, um von dort aus zu erlöschen, nicht mehr zurückzukehren von jener Welt.*

*Das aber ist, Ānando, der Weg, das ist die Vorge-*

*hensweise, die zur Auflösung der fünf untenhaltenden Verstrickungen führt.*

### Unterschiedliche Heilskräfte

Und nun fragt Ānando noch zum Schluss:

*Da dieses, o Herr, der Weg und die Vorgehensweise zur Überwindung der fünf untenhaltenden Verstrickungen ist, woher kommt es dann, dass manche Mönche gemüterlöst und manche weisheitlerlöst sind? –*

*Das kommt, Ānando, von der Verschiedenheit ihrer (fünf) Heilskräfte her. –*

Unter dem Einfluss der zunächst aus Vertrauen (erste der Heilskräfte) gewonnenen rechten Anschauung betrachtet der Heilsgänger, wie der Mensch durch sein Festhalten an den fünf Zusammenhäufungen an Geburt, Altern und Sterben in allen Daseinsformen gebunden bleibt. Durch diese immer wieder geübten Betrachtungen entwickeln sich die Heilskräfte zunehmend. Zwar bringt ein jeder zum Verständnis dieser Lehre fähige Mensch von diesen Eigenschaften, die die Grundneigungen und das Tun und Lassen des Menschen führend beeinflussen, gewisse Keime mit in dieses Leben, aber zu „Heilskräften“ entwickeln sie sich erst unter dem Einfluss der Lehre.

Von den fünf Heilskräften sind die beiden letzten die Heilskraft des „Herzensfriedens“ (*samādhi*) und die des „Klarblicks“ (*paññā*). Wenn nun bei einem Heilsgänger die Neigung zum Herzensfrieden überwiegt, so strebt ein solcher in der Befreiungsentwicklung immer noch größeren, erhabeneren Frieden an, durchkostet und durchschaut auch diesen und entwickelt sich so zum Gemüterlösten. - Der andere aber, bei welchem die Heilskraft des Klarblicks überwiegt, gewinnt aus der aufmerksamen Beobachtung des Rieselcharakters der fünf Zusammenhäufungen in zunehmendem Maß die Abwendung.



Beide erfahren beim Anblick des Todlosen Frieden und Loslösung von allem Gewordenen. Doch ist dabei die Aufmerksamkeit des einen in erster Linie auf Frieden und Ruhe gerichtet, die des anderen auf die Loslösung von allem Zerstörbaren, allen Wollensflüssen/Einflüssen. So ist der Gemüterlöste in dem Bewusstsein, endlich die endgültige Ruhe, den endgültigen Frieden gefunden zu haben, zur Erlösung gekommen und der Weisheitserlöste in dem Bewusstsein, durch die Durchschauung endlich aus allem Wandelbaren, aus allem Brüchigen und Zerbrechlichen herausgelangt zu sein, zur unvergleichlichen Sicherheit. Beide sind schon in diesem Leben zum Heilsstand gelangt, weil sie auf dem vom Erwachten in dieser Rede gezeigten Weg zuerst die fünf untenhaltenden Verstrickungen und dann auch die fünf obenhaltenden Verstrickungen aufgelöst haben, wodurch dann auch die fünf Heilsleitkräfte vollendet wurden.

## BHADDĀLI

### 65. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Der Mönch Bhaddāli sprach von seinem Unvermögen, die vom Erwachten gegebene Regel, nur einmal am Tag zu essen, zu halten. (Zitiert bei der Besprechung von M 66.) Drei Monate lang ließ er sich nicht vor dem Erwachten sehen. Die Mönche ermahnten ihn, vor der Wanderschaft des Erwachten, ihn aufzusuchen.

Der Erwachte: Reue, Vorwürfe von außen verhindern überweltliches Wohl. Wer die Regeln einhält, erfährt keine Reue, keine Vorwürfe, gewinnt weltlose Entrückungen, drei Weisheitsdurchbrüche.

Bhaddāli fragt: Wann wird ein Mönch bei Regelverstößen oft ermahnt, wann nicht oft? Der Erwachte: Wenn ein Mönch ständig oder nur gelegentlich Regeln übertritt und sich uneinsichtig, zornig zeigt, Ausflüchte macht, wird das Verfahren gegen ihn nicht schnell beigelegt. Wenn ein Mönch ständig oder nur gelegentlich Regeln übertritt, aber einsichtig ist, sich fügt, wird das Verfahren gegen ihn schnell beigelegt. Wenn ein Mönch nur mäßiges Vertrauen hat, nur begrenzte Zuneigung (zur Lehre, zur Gemeinde der Ordensbrüder), dann beschließen seine Mitmönche, ihn nicht oft zu ermahnen, damit er sein Vertrauen nicht verliert.

Wenn der Orden größer und berühmt wird, wenn die Wesen sich verschlechtern, die Lehre untergeht, gibt es mehr Ordensregeln, um die auf Trieben beruhenden schlechten Verhaltensweisen abzuwehren.

So wie ein Hengstfohlen von dem Zureiter zuerst daran gewöhnt wird, ein Zaumzeug zu tragen (1), wodurch der Kopf – und damit der der Richtung des Kopfes folgende ganze Körper – in die gewünschte Richtung gelenkt wird, Geschirr zu tragen (2), Übungen ausführt, wie im Schritt zu gehen (3), im Kreis zu laufen (4), sich aufzubäumen (5), zu galoppieren (6), voranzustürmen (7), die höchste Geschwindigkeit (8), höchste Schnelligkeit (9), höchste Sanftmut (10) erreicht und dadurch

tauglich wird, von einem König geritten zu werden – ebenso wird ein Mönch ein unübertreffliches Verdienstfeld der Welt, wenn er die Übungen des achtgliedrigen Heilswegs durchläuft (beginnend mit rechter Anschauung, die dem Übenden die richtige Richtung weist) und Weisheit (9) und Erlösung (10) gewinnt.

DAS GLEICHNIS VON DER WACHTEL  
66. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Die folgende Unterweisung des Buddha, an einen Mönch gerichtet, gibt ein anschauliches Bild über den Übungsweg bis zum Ziel. Durch die in den Reden enthaltene, in viele Einzelheiten und von verschiedenen Ansätzen ausgehende Beschreibung der erforderlichen Schritte der Selbsterziehung ist die Wegweisung so klar aufgezeichnet, dass wir durch andere abweichende Auffassungen und Meinungen über Weg und Ziel nicht abgelenkt werden können. Auf diesem Übungsweg erfährt der beharrlich vorgehende Mönch an sich selbst der Reihe nach: Erwerb rechter Anschauung - Tugend - Herzenserhellung - Zurücktreten sinnlichen Begehrens - Erlebnis überweltlicher Herzenseinigung - Aufhebung der Blendung - Durchbruch zu transzendenter Erfahrung - Freiheit.

Unsere Rede beginnt mit der Praxis des Mönchsalltags, wie sie einen Mönch bewegt, und der Erwachte benutzt diesen Ansatzpunkt, um seine ganze Wegweisung darzulegen, um vordergründige bis letzte Fesseln aufzugeben.

Die frühere Mönchsregel: Nur zweimal am Tag essen

*So hab ich's vernommen. Einstmals weilte der Erhabene im Lande der Anguttarāper, bei einer Burg der Anguttaraper namens Āpana.*

*Und der Erhabene, zeitig gerüstet, nahm Obergewand und Schale und ging nach Āpana um Almosenspeise. Und als der Erhabene, von Haus zu Haus tretend, Almosen erhalten, kehrte er zurück, nahm das Mahl ein und begab sich dann in ein nahe gelegenes Waldgehölz für den Tag. Im Inneren dieses Waldgehölzes setzte sich der Erhabene am Fuß eines Baumes nieder, bis gegen Sonnenuntergang da zu verweilen.*

*Und auch der ehrwürdige Udāyī ging, zeitig gerüs-*

*tet, mit Obergewand und Schale versehen, nach Āpana um Almosenspeise. Und als er, von Haus zu Haus tretend, Almosen erhalten, kehrte er zurück, nahm das Mahl ein und begab sich dann in dieses Waldgehölz für den Tag. Und er setzte sich im Inneren des Waldgehölzes am Fuß eines Baumes nieder, bis gegen Sonnenuntergang da zu verweilen.*

*Da kam nun dem ehrwürdigen Udāyī, während er einsam zurückgezogen sann, folgender Gedanke in den Sinn: „Viel leidvolle Dinge, wahrlich, hat uns der Erhabene genommen, viel segensreiche Dinge, wahrlich, hat uns der Erhabene gegeben. Viel unheilsame Dinge, wahrlich, hat uns der Erhabene genommen, viel heilsame Dinge, wahrlich, hat uns der Erhabene gegeben!“*

*Als nun der ehrwürdige Udāyī gegen Abend die Gedankenruhe beendet hatte, begab er sich dorthin, wo der Erhabene weilte, begrüßte den Erhabenen ehrerbietig und setzte sich zur Seite nieder. Zur Seite sitzend, sprach nun der ehrwürdige Udāyī zum Erhabenen:*

*Während ich da, o Herr, einsam zurückgezogen sann, kam mir folgender Gedanke in den Sinn: „Viel leidvolle Dinge, wahrlich, hat uns der Erhabene genommen, viel segensreiche Dinge, wahrlich, hat uns der Erhabene gegeben! Viel unheilsame Dinge, wahrlich, hat uns der Erhabene genommen, viel heilsame Dinge, wahrlich, hat uns der Erhabene gegeben!“*

*Denn wir haben früher, o Herr, sowohl am Abend als am Morgen und zu Mittag, außer der Zeit gegessen. Es war einmal, o Herr, ein Anlass, bei dem der Erhabene die Mönche ermahnte: „Wohl, ihr Mönche, jenes Mittagessen außer der Zeit sollt ihr lassen.“ Da waren wir zuerst etwas betrübt, o Herr: „Was uns vertrauende Hausleute mittags, außer der Zeit, an Speise und Trank darreichen, das hat uns der Erhabene zu*

*lassen geheißen, das hat uns der Willkommene aufzugeben geheißen.“*

*Weil wir nun, o Herr, dem Erhabenen Liebe und Achtung entgegenbrachten, dem Wort des Erwachten nicht entgegenhandeln mochten, so ließen wir davon ab, mittags außer der Zeit zu essen. Und so aßen wir denn, o Herr, abends und morgens.*

Im Anfang des Ordens, als der Buddha noch nicht bekannt und berühmt war, da gehörte Mut dazu, einem solchen Asketen ohne Anhang zu folgen. Da fanden nur solche Menschen zu ihm, die das Format und den Blick hatten für die Größe dieses Mannes. Solchen Menschen war es selbstverständlich, nur das Notwendige an Nahrung zu sich zu nehmen, um sich leiblich unbeschwert der inneren Arbeit widmen zu können. Sie waren darauf aus, sich von allen Fesseln zu befreien. Zu jener Zeit brauchte der Erwachte noch keine Verhaltensregeln zu nennen. Der Erwachte bezeichnet (in M 3) denjenigen Mönch als den besseren, den zu lobenden und zu ehrenden, der, obwohl er einmal keine Nahrung bekommen hat, unbeirrt weiterarbeitet. Diese Haltung fördere ihn in seiner „Genügsamkeit, Zufriedenheit, Loslösung, Leichtigkeit, Kampfeskraft“. Den guten Mönchen der Anfangszeit mag dieser Gedanke Ansporn genug gewesen sein.

Erst als der Orden immer größer und berühmter wurde und als die Bevölkerung glücklich war, dass es solche Mönche gab und diese gern mit der besten Nahrung und Kleidung versorgte, da gingen immer mehr mittelmäßige Menschen in den Orden und zuletzt auch Bettler, die in der Welt kaum zu essen bekamen, ja, sogar Verbrecher, die verfolgt wurden, und sie brachten natürlich ihre Lebensgewohnheiten mit. Das erst führte zu immer mehr Ordensregeln. Darüber sagt der Erwachte (M 65):

*Erst dann gibt der Erwachte den Jüngern Regeln über äußeres Verhalten, wenn auf Wollensflüssen/Einflüssen beruhende Er-*

*scheinungen im Orden offenbar werden. Sobald nun diese oder jene auf Wollensflüssen/Einflüssen beruhende Erscheinungen im Orden offenbar werden, dann gibt der Erwachte den Mönchen eine zur Abwendung dieser Erscheinungen geeignete Regel.*

Im vorliegenden Fall geht es um die Neigung, das Wollen, viel zu essen, und die dadurch bedingte Trägheit und Kampfesunlust, wie es in M 16 heißt:

*Da hat ein Mönch so viel gegessen, wie der Magen mag, und gibt sich danach behaglich dem Sitzen, Liegen, Träumen hin. Ein Mönch, der gegessen hat, soviel der Magen mag, und sich danach behaglich dem Sitzen, Liegen, Träumen hingibt, dessen Herz ist nicht geneigt zu heißem Kampf, zum Sichanjochen, zu Ausdauer und Anstrengung.*

Im Anfang brauchte der Erwachte nicht zu sagen, wann am Tag die Mönche auf Almosengang gehen sollten. Jene großen Heilssucher lebten bescheiden, und es gab keine Probleme. Aber als die Schwächeren in den Orden eintraten, da standen diese fast den ganzen Tag in den Dörfern um Almosen. Da musste der Erwachte zunächst die Regel erlassen, dass sie nicht mehr im Lauf des ganzen Tags, sondern nur noch morgens und abends um Almosen stehen sollten. Er sagte, er täte es so und bliebe dabei gesund, also könnten seine Mönche es auch so halten.

Die spätere Mönchsregel: Nur zu einer Tageszeit essen

Später hat der Erwachte sogar zwei Mahlzeiten, am Abend und Morgen, noch als unheilsam bezeichnet und für die Mönche die Regel erlassen, nur einmal am Tage zu essen, wie es in M 66 weiter heißt:

*Es war aber einst ein Anlass, o Herr, wo der Erhabene die Mönche ermahnte: Wohlan, ihr Mönche, jenes Abendessen, außer der Zeit, sollt ihr lassen. – Da wur-*

den wir wieder zuerst etwas betrübt, o Herr: „Was für eine Mahlzeit von den beiden uns als die bessere gilt, die hat uns der Erhabene zu lassen geheißen, die hat uns der Willkommene aufzugeben geheißen.“ Einst hatte, o Herr, ein Mann zu Mittag ein Gericht erhalten, und er sprach: „Hebt es mir auf, abends wollen wir alle gemeinsam speisen.“ – Alles, o Herr, wird für den Abend bereitet, wenig für den Tag.

Weil wir aber, o Herr, dem Erhabenen Liebe und Achtung entgegenbrachten, dem Wort des Erwachten nicht entgegenhandeln mochten, so ließen wir davon ab, abends, außer der Zeit, zu essen.

Einst gingen die Mönche, o Herr, im Dunkel der Dämmerung auf Almosen aus und gerieten in Pfützen, fielen in Tümpel, verstiegen sich im Dickicht, traten auf eine schlafende Kuh, kamen mit Menschen zusammen, mit feiernden oder beschäftigten, oder Frauen luden sie auf ungehörige Weise ein.

Einst ging ich, o Herr, im Dunkel der Dämmerung auf Almosen aus. Da sah mich, o Herr, eine Frau, die im Rinnstein Geschirr wusch, und als sie mich gesehen, rief sie entsetzt aus: „Ha, weh mir, ein Gespenst.“ Ich aber, o Herr, sprach zur Frau: „Kein Gespenst, o Schwester, ein Mönch steht um Almosen.“ - „Du bist wohl ohne Erziehung aufgewachsen, dass du die Menschen zu Tode erschreckst.“<sup>134</sup> Besser wäre es dir, Hungers zu sterben, als im Dienst des Bauches noch in der Nacht um Almosen auszugehen!“

Weil ich, o Herr, mich dessen erinnerte, gedachte ich bei mir: „Viel leidvolle Dinge, wahrlich, hat uns der Erhabene genommen, viel segensreiche Dinge, wahr-

---

134 wörtlich: „Dir sind wohl Vater und Mutter getötet, dass du in der Nacht auf Almosen gehst.“



*lich, hat uns der Erhabene gegeben. Viel unheilsame Dinge, wahrlich, hat uns der Erhabene genommen, viel heilsame Dinge, wahrlich, hat uns der Erhabene gegeben.“*

Der Mönch berichtet, dass er und die anderen zunächst etwas betrübt über diese Regel waren, aber sie besaßen so viel Liebe zum Erwachten, dass sie sich geschämt hätten, die Regel zu übertreten, und so viel Achtung vor der Weisheit des Erwachten, dass sie die Folgen scheuten, wenn sie dieser Regel nicht nachgekommen wären. So halfen ihnen ihre Scham (*hīri*) und Scheu (*ottappa*), der Weisung des Meisters nachzukommen. Und der Mönch Udāyī erinnert sich in diesem Zusammenhang auch an ein ihm unangenehmes Erlebnis, an die Beschimpfung durch eine von ihm in der Dunkelheit erschreckte Frau. Auf Grund dieses Erlebnisses sagt er: *Viel unheilsame Dinge hat uns der Erhabene genommen, viel heilsame Dinge, wahrlich, hat uns der Erhabene gegeben.* Sicher hatte er dabei noch mehr heilsame Dinge im Sinn, die vom Erwachten ausgingen, doch nennt er hier nur dieses eine Erlebnis als Beispiel. Im Lauf der Lehrrede wird jedoch deutlich, dass der Erwachte alle nur möglichen unheilsamen Dinge genommen hat und seinen Nachfolgern unermesslichen Segen gebracht hat.

### Starke und leichte Fesseln

Zunächst stellt der Erwachte diesen Mönchen, die seine Regel aus Liebe zu ihm und Achtung vor seiner Weisheit befolgten, jene gegenüber, die seine Regel missachteten und damit ihrem Heilstreben im Wege standen, sich selber fesselten:

*Dennoch aber, Udāyī, haben da gar manche Toren, von mir ermahnt „Das mögt ihr lassen“, dann also gesprochen: „Was wird es auf solche Kleinigkeit, Winzigkeit*

*ankommen? Allzu kleinlich ist doch dieser Asket“ Und sie ließen nicht davon ab und machten die übungswilligen Mönche auch noch unsicher über mich. Denen wird das, Udāyī eine starke Fessel, eine feste Fessel, eine kräftige Fessel, keine brüchige Fessel, ein schwerer Klotz.*

*Gleichwie etwa, Udāyī, eine Wachtel, mit einem Band aus brüchigem Bast gebunden, eben dadurch in Verderben, in Not oder Tod gerät: Wer nun da, Udāyī, spräche: „Das Band aus brüchigem Bast, womit diese Wachtel gebunden ist und wodurch sie in Verderben, in Not oder Tod gerät, das ist ja für sie kein starkes Band, ist ein schwaches Band, ein brüchiges Band, ein leichtes Band, würde der also, Udāyī, recht reden?“ –*

*Gewiss nicht, o Herr! Das Band aus brüchigem Bast, o Herr, womit diese Wachtel gebunden ist und wodurch sie in Verderben, in Not oder Tod gerät, das ist ja für sie ein starkes Band, ein festes Band, ein kräftiges Band, kein brüchiges Band, ein schwerer Klotz. –*

*Ebenso nun auch, Udāyī, haben da gar manche Toren, von mir ermahnt „Das mögt ihr lassen“, dann gesprochen: „Was wird es auf solche Kleinigkeit, Winzigkeit ankommen? Allzu kleinlich ist doch dieser Asket!“ Und sie ließen nicht davon ab und machten die übungswilligen Mönche auch noch unsicher über mich. Denen wird das, Udāyī, eine starke Fessel, eine feste Fessel, eine kräftige Fessel, keine brüchige Fessel, ein schwerer Klotz.*

Bei diesem Gleichnis von den Fesseln der Wachtel wie auch bei dem folgenden von den Fesseln des Elefanten ist zu erkennen, dass man die Festigkeit einer Fessel oder Bindung immer nur im Verhältnis zu der Kraft des Gefesselten oder Gebunde-

nen sehen muss. Die stärkste Fessel ist für ein überstarkes Wesen eben nur ein Bindfaden, und eine schwache Fessel kann für ein noch schwächeres Wesen tödlich sein. Die Fessel der Wachtel ist schwach, aber da die Wachtel noch schwächer ist, so würde sie dadurch sterben müssen.

Wie sehr ein schwacher Mönch, der die vom Erwachten gegebenen Regeln nicht befolgt, sich selber fesselt, sein Vorwärtkommen behindert, wird in M 65 geschildert. Dort heißt es:

*Ich nehme, ihr Mönche, einmal des Tages Nahrung zu mir. Einmal des Tages Nahrung zu mir nehmend, erfahre ich Gesundheit und Wohlbefinden, Leichtigkeit des Körpers, Stärke und Entlastung. So nehmet auch ihr denn, Mönche, einmal des Tages Nahrung zu euch. Einmal des Tages Nahrung zu euch nehmend, werdet auch ihr Gesundheit und Wohlbefinden, Leichtigkeit des Körpers, Stärke und Entlastung erleben. –*

*Auf diese Worte sprach der ehrwürdige Bhaddāli zum Erhabenen: „Ich, o Herr, vermag es nicht, einmal des Tages Nahrung zu mir zu nehmen. Nur einmal des Tages Nahrung zu mir zu nehmen, macht mich unruhig, mag mich reuen...“*

*So sprach der ehrwürdige Bhaddāli da, wo der Erhabene eine Regel erlassen hatte und die Mönche die Regel annahmen, von seinem Unvermögen. Und der ehrwürdige Bhaddāli ließ sich diese ganzen drei Monate nicht vor dem Erhabenen sehen, weil er die Wegweisung des Erwachten nicht vollkommen erfüllte.*

So schloss sich dieser Mönch selber aus der geistigen Gemeinschaft aus. Um diesen Ausschluss zu beenden, begab er sich kurz vor dem Weiterwandern des Erwachten doch zu den Mitmönchen und zum Erwachten, und dieser führt ihm die äußeren und inneren Folgen seiner Weigerung noch einmal vor Augen. Die äußeren Unannehmlichkeiten, die Bhaddāli erfuhr, waren die, dass alle, Mönche und Nonnen, Anhänger und Anhängerinnen, von ihm wussten: „Bhaddāli befolgt die Regeln nicht lückenlos.“ Wir können uns vorstellen, wie ausgestoßen

dieser Mönch sich gefühlt haben und wie der Gedanke daran seine Übungen gestört haben mag. Diese inneren Folgen schildert der Erwachte mit den Worten:

*Da kommt, Bhaddāli, ein Mönch im Orden des Meisters der Regel nicht vollkommen nach. Und er gedenkt bei sich: „Wie wenn ich nun einen abgelegenen Ruheplatz aufsuchte, auf dass es mir doch möglich wäre, mir höchste überweltliche Wissensklarheit offenbar zu machen!“ Und er sucht einen abgelegenen Ruheplatz auf. Und während er dort abgesondert lebt, rügt ihn der Meister, oder es rügen ihn, wohlüberlegt, verständige Ordensbrüder, oder es rügen ihn Geister und Gottheiten, oder er selbst rügt sich. So vielfältig gerügt, kann er sich die höchste überweltliche Wissensklarheit nicht offenbar machen. Und warum nicht? Weil es eben so ist, wenn einer in der Wegweisung des Erwachten die Regeln nicht vollkommen erfüllt.*

Wir sehen an diesem Beispiel, eine wie große Behinderung und Fessel es ist, im Orden des Erwachten zu sein und im Gegensatz zu allen anderen, zum Teil weit fortgeschrittenen Mönchen, eine Regel nicht zu erfüllen. Ein solcher kann gar nicht den Erwachten als „*Meister der Götter und Menschen*“ empfinden, wenn er sagen kann: *Allzu kleinlich ist doch dieser Asket.* Ihm ist die erhabene Größe des Erwachten noch gar nicht aufgegangen, er zweifelt am Erwachten und ist darum „*der Anstrengung und Mühe abgeneigt.*“ (M 16) Aus Mangel an Vertrauen zum Erwachten ist er nicht fähig, der Erfüllung dieser nur geringen Forderung nachzukommen, so wie ein schwacher Vogel eine mürbe Fessel nicht zu sprengen vermag und daran zugrunde geht.

Und nun nennt der Erwachte Mönche voll Vertrauen, die eifrig des Erhabenen Weisung erfüllen:

*Und wieder haben da, Udāyī, gar manche Söhne aus gutem Haus, von mir ermahnt „Das mögt ihr lassen“, dann so gesprochen: „Was wird es auf solche Kleinigkeit, Winzigkeit ankommen, die zu lassen ist, die uns*

der Erhabene zu lassen heißen, die uns der Willkommene aufzugeben heißen hat!“ Und sie ließen eben davon ab und machten die übungswilligen Mönche nicht unsicher über mich. Und weil sie das gelassen, verweilen sie gestillt, ohne Widerstand, ohne Widerrede, mild geworden im Gemüt.

Denen wird das, Udāyī, keine starke Fessel, eine schwache Fessel, eine brüchige Fessel, eine leichte Fessel. Gleichwie etwa, Udāyī, ein Königselefant, mit Doppelhauern, zum Angriff geeignet, zum Kampf erzogen, der mit starken Riemen und Seilen gefesselt ist, nur gering den Körper bewegend, diese Fesseln zerreißt und zertritt und hingeht, wohin er will.

Wer nun da, Udāyī, so spräche: „Die starken Riemen und Seile, womit dieser Königselefant mit Doppelhauern, zum Angriff geeignet, zum Kampf erzogen, gefesselt ist und die er, nur gering den Körper bewegend, zerreißt und zertritt, um hinzugehen, wohin er will, das sind ja starke Fesseln für ihn, feste Fesseln, keine brüchigen Fesseln, ein schwerer Klotz“, würde der also, Udāyī recht reden? –

Gewiss nicht, o Herr. Die starken Riemen und Seile, o Herr, womit dieser Königselefant mit Doppelhauern, zum Angriff geeignet, zum Kampf erzogen, gefesselt ist und die er, nur gering den Körper bewegend, zerreißt und zertritt, um hinzugehen, wohin er will, das sind ihm wahrlich keine starken Fesseln, sind schwache Fesseln, brüchige Fesseln, leichte Fesseln. –

Ebenso nun auch, Udāyī, haben da gar manche Söhne aus gutem Haus, von mir ermahnt: „Das mögt ihr lassen“, dann gesprochen: „Was wird es auf solche Kleinigkeit, Winzigkeit ankommen, die zu lassen ist, die uns der Erhabene zu lassen heißen, die uns der Willkommene aufzugeben heißen hat.“ Und sie lie-

*ßen eben davon ab und machten die übungswilligen Mönche nicht unsicher über mich. Und weil sie das gelassen, verweilen sie gestillt, ohne Widerstand, ohne Widerrede, mild geworden im Gemüt.*

*Denen wird das, Udāyī, keine starke Fessel, eine schwache Fessel, eine brüchige Fessel, eine leichte Fessel.*

In den beiden folgenden Beispielen nennt der Erwachte die Eigenschaft, die trotz eines gewissen Vertrauens die Heilsentwicklung verhindert oder verzögert, die Blendung durch das Begehren:

*Gleichwie etwa, Udāyī, wenn da ein Mann wäre, arm, unfrei, unselbständig; und er besäße ein einziges Häuschen, verfallen und zerfallen, den Krähen gar sehr zugänglich, durchaus nicht schön, eine einzige Lagerstatt, verfallen und zerfallen, durchaus nicht schön, einen einzigen Scheffel voll Getreidesamen, durchaus nicht schön, ein einziges Weib, durchaus nicht schön. Und er sähe in einem Hain einen Mönch mit rein gewaschenen Händen und Füßen, heiter blickend, nach eingenommenem Mahle, in kühlem Schatten sitzen, hohem Gedenken hingegen. Und es würde ihm so zumute: „Selig ist, wahrlich, Asketenschaft, leidlos ist, wahrlich, Asketenschaft! O wäre ich doch ein solcher, dass ich mit geschorenem Haar und Bart, mit gelbem Gewand bekleidet, aus dem Hause in die Hauslosigkeit hinauszöge!“*

*Und er vermöchte nicht das eine Häuschen, verfallen und zerfallen, den Krähen gar sehr zugänglich, durchaus nicht schön, zu lassen, die eine Lagerstatt, verfallen und zerfallen, durchaus nicht schön, zu lassen, den einen Scheffel voll Getreidesamen, durchaus*

nicht schön, zu lassen, das eine Weib, durchaus nicht schön, zu lassen und mit geschorenem Haar und Bart, mit gelbem Gewand bekleidet, aus dem Haus in die Hauslosigkeit zu ziehen.

Wer da nun, Udāyī, so spräche: „Die Bande, womit dieser Mann gebunden, nicht vermag, das eine Häuschen, verfallen und zerfallen, den Krähen gar sehr zugänglich, durchaus nicht schön, zu lassen, die eine Lagerstatt, verfallen und zerfallen, durchaus nicht schön, zu lassen, den einen Scheffel voll Getreidesamen, durchaus nicht schön, zu lassen, das eine Weib, durchaus nicht schön, zu lassen und mit geschorenem Haar und Bart, mit fahlem Gewand bekleidet, aus dem Hause in die Hauslosigkeit hinauszuziehen, das sind ja für ihn keine starken Bande, sind schwache Bande, brüchige Bande, leichte Bande“, würde der also, Udāyī, recht reden? –

Gewiss nicht, o Herr! Die Bande, o Herr, womit dieser Mann gebunden, nicht vermag, das eine Häuschen, verfallen und zerfallen, den Krähen gar sehr zugänglich, durchaus nicht schön, zu lassen, die eine Lagerstatt, verfallen und zerfallen, durchaus nicht schön, zu lassen, den einen Scheffel voll Getreidesamen, durchaus nicht schön, zu lassen, das eine Weib, durchaus nicht schön, zu lassen und mit geschorenem Haar und Bart, mit gelbem Gewand bekleidet, aus dem Hause in die Hauslosigkeit hinauszuziehen, das sind ja für ihn starke Bande, feste Bande, kräftige Bande, keine brüchigen Bande, ein schwerer Klotz. –

Ebenso nun auch, Udāyī, haben da gar manche Toren, von mir ermahnt: „Das mögt ihr lassen“, dann so gesprochen: „Was wird es auf solche Kleinigkeit, Winzigkeit ankommen? Allzu kleinlich ist doch dieser Asket!“ Und sie ließen nicht davon ab und machten die

*übungswilligen Mönche auch noch unsicher über mich. Denen wird das, Udāyī, eine starke Fessel, eine feste Fessel, eine kräftige Fessel, keine brüchige Fessel, ein schwerer Klotz. –*

Weil sie vom Begehren geblendet sind, aus Gier nach Füllung des Magens können die törichten Mönche die Regel nicht erfüllen, so wie ein Armer an seinem armseligen Besitz hängt und ihn darum nicht lassen kann.

Weil die edlen Mönche nur wenig Blendung haben, darum können sie die Größe des Erwachten erahnen und können aus Liebe und Vertrauen zu ihm ihre Geschmäckigkeit beschränken, so wie ein Reicher aus Vertrauen zur Größe des Erwachten seinen großen Besitz aufgeben kann:

*Gleichwie etwa, Udāyī, wenn da ein Hausvater wäre oder der Sohn eines Hausvaters, reich, mit Geld und Gut mächtig begabt, im Besitz vieler Haufen Goldes, im Besitz vieler Massen Getreides, im Besitz vieler Felder und Wiesen, im Besitz vieler Häuser und Höfe, im Besitz vieler Scharen von Frauen, im Besitz vieler Scharen von Dienern, im Besitz vieler Scharen von Dienerinnen. Und er sähe in einem Hain einen Mönch mit rein gewaschenen Händen und Füßen, heiter blickend, nach eingenommenem Mahle, in kühlem Schatten sitzen, hohem Gedenken hingegeben. Und es würde ihm also zumute: „Selig, wahrlich, ist Asketenschaft, leidlos ist, wahrlich, Asketenschaft! O wäre ich doch ein solcher, dass ich mit geschorenem Haar und Bart, mit gelbem Gewand bekleidet, aus dem Hause in die Hauslosigkeit hinauszöge!“*

*Und er vermöchte die vielen Haufen Goldes zu lassen, die vielen Massen Getreides zu lassen, die vielen Felder und Wiesen zu lassen, die vielen Häuser und*



*Höfe zu lassen, die vielen Scharen von Frauen zu lassen, die vielen Scharen von Dienern zu lassen, die vielen Scharen von Dienerinnen zu lassen und mit geschorenem Haar und Bart, mit gelbem Gewänd bekleidet, aus dem Haus in die Hauslosigkeit hinauszuziehen.*

*Wer nun da, Udāyī, so spräche: „Die Bande, womit dieser Mann gebunden, vermag, viele Haufen Goldes zu lassen, viele Massen Getreides zu lassen, viele Felder und Wiesen zu lassen, viele Häuser und Höfe zu lassen, viele Scharen von Frauen zu lassen, viele Scharen von Dienern zu lassen, viele Scharen von Dienerinnen zu lassen und mit geschorenem Haar und Bart, mit gelbem Gewand bekleidet, aus dem Haus in die Hauslosigkeit hinauszuziehen, das sind ja für ihn starke Bande, feste Bande, kräftige Bande, keine brüchigen Bande, ein schwerer Klotz“, würde der, Udāyī, recht reden? –*

*Gewiss nicht, o Herr! Die Bande, o Herr, womit dieser Mann gebunden, vermag, viele Haufen Goldes zu lassen, viele Massen Getreides zu lassen, viele Felder und Wiesen zu lassen, viele Häuser und Höfe zu lassen, viele Scharen von Frauen zu lassen, viele Scharen von Dienern zu lassen, viele Scharen von Dienerinnen zu lassen und mit geschorenem Haar und Bart, mit gelbem Gewand bekleidet, aus dem Haus in die Hauslosigkeit hinauszuziehen, das sind ja für ihn keine starken Bande, sind schwache Bande, brüchige Bande, leichte Bande. –*

*Ebenso nun auch, Udāyī, haben da gar manche Söhne aus gutem Haus, von mir ermahnt: „Das mögt ihr lassen“, dann so gesprochen: „Was wird es auf solche Kleinigkeit, Winzigkeit ankommen, die zu lassen ist, die uns der Erhabene zu lassen geheißt, die uns*

*der Willkommene aufzugeben geheißen hat!“ Und sie ließen eben davon ab und machten die übungswilligen Mönche nicht unsicher über mich. Und weil sie das gelassen, verweilen sie gestillt, ohne Widerstand, ohne Widerrede, mild geworden im Gemüt.*

*Denen wird das, Udāyī, keine starke Fessel, eine schwache Fessel, eine brüchige Fessel, eine leichte Fessel. –*

Wir sehen auch hier, dass eine Fessel nicht unabhängig von der Kraft dessen, der damit gefesselt ist, gemessen und beurteilt werden darf, denn es geht um das Verhältnis der Festigkeit der Fessel zu der Kraft des Gefesselten. Diese Kraft wird geliefert von dem, was in der Lehre immer wieder „Vertrauen“ genannt wird. Dieses Wort hat in der gesamten östlichen Welt einen tieferen Sinn als bei uns. Es bedeutet eine geistige Nähe, eine Wahlverwandtschaft zu der Lehre, welcher man vertraut.

Alle Heilslehrer sprechen von Dingen, die wir mit unseren Sinnen in unserer Welt nicht erleben. Sie sprechen z.B. von dunkleren und von helleren Daseinszonen, die der Mensch nach dem Verlassen des Körpers je nach der Beschaffenheit seiner seelischen Eigenschaften erreicht. Wer aber als Mensch ausschließlich mit seinem Körper lebt, nur an seinen Körper denkt und seine seelischen, charakterlichen Eigenschaften kaum beachtet, dem ist alles Reden von dunklen und hellen Daseinszonen blass und unverständlich. Nachdem er davon gehört hat, kehrt er sofort wieder zu seinen diesseitigen Interessen zurück. Ein solcher Mensch kann nicht im Hinblick auf spätere jenseitige Daseinszonen Überwindungen vollziehen, um zu den helleren statt zu den dunkleren zu gelangen, sondern lebt nach wie vor in seiner vordergründigen Weise.

Ein anderer dagegen, der immer schon die geistig-seelischen Antriebe seines Tuns und Lassens bei sich beobachtet hat, über die ungoten Antriebe betrübt und über die guten erfreut war und schon von sich aus das Bestreben hatte, die un-

guten zu mindern und die guten zu stärken - einem solchen ist die Botschaft des Heilslehrers von den dunkleren und helleren Zonen nach diesem Leben die längst geahnte und gesuchte Wegweisung, ist eine Bestätigung seiner inneren Sorge und Hoffnung, und darum greift er diese Botschaft mit seiner ganzen Aufmerksamkeit auf, und sie wird ihm zur Richtschnur. Dieser Mensch gleicht dem Elefanten, für den sogar starke Riemen eine kleine brüchige Fessel wären, geschweige das brüchige Bastband, an welchem die Wachtel zugrunde geht.

Das bisherige Gespräch des Erwachten mit dem Mönch Udāyī ist fast nur die Einleitung, denn nun geht der Erwachte zu einem ganz anderen Thema über. Er kennt Udāyīs großes Vertrauen zu ihm und zu seiner Lehre, das sich darin gezeigt hat, dass Udāyī die Regeln der Essensbeschränkung immer gleich eingehalten hatte und dass er in der Abgeschiedenheit in dankbarer Freude an den Erhabenen gedacht hat, der seinen Nachfolgern so viele üble Dinge genommen und gute gegeben hat. - So zeigt der Erwachte im Folgenden nun weitere segensreiche Dinge auf in fortschreitender Stufenfolge bis zum *Nirvāna*.

#### Vier Arten von Menschen

*Vier Arten von Menschen finden sich in der Welt vor.  
Welche vier?*

*1. Da ist einer auf dem Weg, alles irgend Angenommene, Ergriffene (upadhi) zu lassen, alles irgend Angenommene, Ergriffene aufzugeben. Und während er auf dem Weg ist, alles irgend Angenommene, Ergriffene zu lassen und aufzugeben, kommen ihm Gedanken, die eben doch Angenommenes, Ergriffenes betreffen, in den Sinn. Diesen gönnt er Raum, vertreibt sie nicht, zerstört sie nicht, löst sie nicht völlig auf. - Einen solchen Menschen, Udāyī, nenne ich gefesselt, nicht entfes-*

*selt. Und warum das? Weil ich das Maß seiner unterschiedlichen bestimmenden Kräfte (indriya) erkenne.*

*2. Da ist einer auf dem Weg, alles irgend Angenommene, Ergriffene zu lassen, alles irgend Angenommene, Ergriffene aufzugeben. Und während er auf dem Weg ist, alles irgend Angenommene, Ergriffene zu lassen und aufzugeben, kommen ihm Gedanken, die eben doch Angenommenes, Ergriffenes betreffen, in den Sinn. Diesen gönnt er keinen Raum, vertreibt sie, zerstört sie, löst sie völlig auf. - Einen solchen Menschen, Udāyī, nenne ich gefesselt, nicht entfesselt. Und warum das? Weil ich das Maß seiner unterschiedlichen bestimmenden Kräfte erkenne.*

*3. Da ist einer auf dem Weg, alles irgend Angenommene, Ergriffene zu lassen, alles irgend Angenommene, Ergriffene aufzugeben. Und während er auf dem Wege ist, alles irgend Angenommene, Ergriffene zu lassen und aufzugeben, geht ihm hie und da die Wahrheitsgegenwart (sati) verloren und kommt ihm mit Angenommenem, Ergriffenem Verbundenes in den Sinn. Langsam steigen die Gedanken auf, aber gar eilig lässt er sie, vertreibt sie, zerstört sie, löst sie völlig auf. Gleichwie etwa, Udāyī, wenn ein Mann auf eine tagsüber am Feuer glühende eiserne Pfanne zwei oder drei Wassertropfen herabträufeln ließe - langsam, Udāyī, wäre der Fall der Tropfen, aber gar eilig würden sie aufgelöst und verschwunden sein. Ebenso nun auch ist einer auf dem Weg, alles irgend Angenommene, Ergriffene zu lassen, alles irgend Angenommene, Ergriffene aufzugeben. Und während er auf dem Weg ist, alles irgend Angenommene, Ergriffene zu lassen und aufzugeben, geht ihm hie und da die Wahrheitsgegenwart verloren und kommt ihm mit Angenommenem, Ergrif-*

*fenem Verbundenes in den Sinn. Langsam steigen die Gedanken auf, aber gar eilig lässt er sie, vertreibt sie, zerstört sie, löst sie völlig auf.*

*Auch einen solchen Menschen, Udāyī, nenne ich gefesselt, nicht entfesselt. Und warum das? Weil ich das Maß seiner unterschiedlichen bestimmenden Kräfte erkenne.*

*4. Und ferner, Udāyī, da hat ein Mensch gesehen: „Angenommenes, Ergriffenes ist des Leidens Wurzel.“ Durch die Auflösung von allem Angenommenen, Ergriffenen ist er erlöst. Einen solchen Menschen, Udāyī, nenne ich entfesselt, nicht gefesselt. Und warum das? Weil ich das Maß seiner unterschiedlichen bestimmenden Kräfte erkenne.*

*Vier Arten von Menschen in der Welt* - so und ähnlich leitet der Erwachte immer solche Aussagen ein, auf welche er die Aufmerksamkeit des Hörers besonders lenken will. In anderen Fällen wird von zwei, drei, vier, fünf, sechs usw. Arten von Menschen gesprochen. Das soll nie bedeuten, dass es keine anderen Arten als die jeweils genannten gäbe, sondern soll immer nur bewirken, dass der Hörer den Rahmen seiner Aufmerksamkeit auf die genannte Anzahl richtet und alles andere beiseite lässt.

Im vorliegenden Fall handelt es sich um vier immer weiter gereifte „Heilsgänger“ (*ariya sāvaka*). Das ist mit den immer gleichen Worten: *Da ist einer auf dem Wege, alles irgend Angenommene, Ergriffene zu lassen und aufzugeben* ausgedrückt. Schon der erste, der „geringste“, hat bereits die *soṭāpatti* erworben, d.h. ist in die Heilsströmung eingetreten, arbeitet unwiderruflich auf den Heilsstand zu. Er hat aber den Weg noch fast ganz vor sich; der letzte dagegen ist erlöst, hat den Heilsstand gewonnen.

Alle vier Arten haben den wahnhaften Eindruck, dass da

ein selbstständiges Ich sich in der Welt befände, als wahnhaft durchschaut und abgetan. Der erste hat dieses gerade erreicht, hat aber noch alle Gewohnheiten des Weltgängers an sich und kann diese erst allmählich aufgeben. Der zweite hat viele dieser Gewohnheiten schon aufgegeben und hat viele Gegenkräfte entwickelt. Bei dem dritten sind schon fast alle alten Gewohnheiten den Heilskräften gewichen. Und der vierte hat sich endgültig von allem Üblen befreit und ist erlöst.

Auf dem Weg,  
alles irgend Angenommene, Ergriffene (*upadhi*)  
zu lassen und aufzugeben

Das Pälwort *upadhi* wird oft missverstanden als Unterlagen und Beifügungen, was in unserem Sprachgebrauch den Eindruck erweckt, als ob da ein lebendiges Wesen, ein Selbst oder ein Ich, sei, das sich dieser Unterlagen und Grundlagen oder Beifügungen bediene.

Es handelt sich aber nicht um die Unterlagen für ein unabhängig davon bestehendes 'Ich' oder 'Selbst', sondern um die Gesamtheit dessen, was als „Ich-bin-in-der-Welt“ erlebt wird. Das heißt also: Der Eindruck, die Erfahrung von 'Ich' und von 'Welt' samt den gesamten positiven und negativen Beziehungen zwischen Ich und Welt: das ist *upadhi*: Ergreifen und Ergriffenes.

Letztlich umfasst *upadhi* also die gesamten fünf Ergreifenshäufungen: Formen (1) und Gefühle (2), die wahrgenommen werden (3), wodurch stets die Reaktion (4) ausgelöst wird, die sich einspielt als programmierte Wohlerfahrungssuche des Geistes (5). Dieses Fünferspiel ist es, das den Eindruck eines Ich in Auseinandersetzung mit Umwelt erweckt und in welchem das Ergreifen selbst (die vierte und fünfte Zusammenhäufung) mit enthalten ist: das ist *upadhi*.

## Der erste Mensch

Bei dem ersten der vier Menschen zeigt sich, inwiefern er noch in der alten Gewohnheit lebt, denn zum einen kommen ihm noch die alten Gedanken und Vorstellungen, die immer die fünf Zusammenhäufungen betreffen, die mit dem Bild und der Meinung eines „Ich-bin-in-der-Welt“ zusammenhängen und sich mit dieser Welt auseinandersetzen - und zum anderen heißt es von ihm, dass er, wenn ihm solche Vorstellungen und Gedanken kämen, dann sich mit diesen auch beschäftige, statt sie zu vertreiben, zu vertilgen und sie völlig aufzulösen.

Dieser Mensch lebt noch in einem inneren Widerspruch. Er hat zwar deutlich und endgültig begriffen, dass seine gesamten Eindrücke von angenehmen oder unangenehmen Dingen, von Schicksalsschlägen, bevorstehendem Sterben und dergleichen nur Täuschung und Wahn sind und dass er über diesen Wahn ganz hinaussteigen kann - aber seine gesamten Lebensgewohnheiten rollen noch mit fast der alten Wucht in fast der alten Weise. Seine rechte Anschauung wird durch die Gefühlsbesetzung und Aufdringlichkeit der Wahrnehmung immer wieder gestört. Das gewohnte Angehen der Dinge: „Da ist das Angenehme, da das Unangenehme“ reißt ihn fort von dem Wahrheitsanblick.

Dennoch kann die alte Reaktionsweise nicht mehr so geläufig wie früher geschehen, sie ist von einem mahnenden Rausen seiner Erinnerung an seine Durchschauung begleitet oder wenigstens gefolgt, und in stilleren Besinnungszeiten strebt ein solcher an, sich den einmal endgültig erworbenen Anblick wieder zu holen. In diesem Bemühen erkennt er, wie er im Lauf des Tages wieder in alter Weise dahingerollt war. Und so verstärkt er die Einsicht in die Leidhaftigkeit der fünf Zusammenhäufungen.

Diese Erkenntnis ist bei diesem ersten der vier Menschen, wie wenn ein Same, in fruchtbare Erde gelegt, nur eben das erste Würzelchen geschlagen hätte: noch ist „oberhalb der Erde“ (im Verhalten des Menschen) keine Veränderung zu

sehen, aber es ist nur noch eine Zeitfrage, bis es auch in Erscheinung tritt. So ist bei einem solchen Menschen in seinem Tun und Lassen noch fast kein Ergebnis seiner rechten Anschauung zu merken.

Von den ersten drei Menschen sagt der Erwachte, dass sie noch „gefesselt“, nicht „entfesselt“ seien. Und er sagt von allen Vieren, dass er sie darum beurteilen könne, weil er den Haushalt ihrer inneren Kräfte (*indriya*) durchschaue. Um das zu verstehen, werfen wir einen Blick auf diese.

### Bestimmende Kräfte (*indriya*)

Das Pāliwort *indriya*, das Neumann hier mit „Sinnesart“, sonst mit „Fähigkeit“ übersetzt, bedeutet in allen seinen Anwendungen stets eine in ganz bestimmte Richtung drängende geistige - nicht physische - Kraft; es ist ein Drang oder eine „Mächtigkeit“, die auf ganz Bestimmtes aus ist und damit den Willen und die Aktionsweise des Wesens, dem sie eigen ist, bestimmt. Darum kann man sie am besten als „bestimmende Kräfte“<sup>135</sup> bezeichnen.

Es gibt mehrere Gruppen dieser bestimmenden Kräfte oder Mächte; in unserer Rede geht es vorwiegend

1. um die 5 Sinneskräfte (oder Sinnesdränge) mit dem ihnen dienenden Geist (*mano*) als sechstes;
2. um die 5 Heilskräfte.

Die Sinnesdränge sind, wie schon häufig beschrieben

1. Der Lugerdrang, der Drang zum Sehen (*cakkhindriya*),
2. der Lauscherdrang, der Drang zum Hören (*sotindriya*),
3. der Riecherdrang, der Drang zum Riechen (*ghānindriya*),
4. der Schmeckerdrang, der Drang zum Schmecken (*jivhindriya*),
5. der Tasterdrang, der Drang zum Tasten (*kāyindriya*),

---

135 im Pāli-Englisch-Wörterbuch u.a. sehr richtig bezeichnet als "directive force" und gar "determinating principle"



## 6. der Denkerdrang, der Drang zum Denken (*manindriya*).

Diese Dränge vergleicht der Erwachte mit lebenden Tieren, deren jedes mit der ihm eigenen Kraft auf sein Lieblingsziel zustrebt.

Hier tritt ein wesentlicher Unterschied zwischen der üblichen westlichen Anschauung über die Sinnestätigkeit und dagegen dem von dem Buddha beschriebenen wahren Wesen dieser Sinnesdränge in Erscheinung. Im Westen ist man allgemein der Auffassung, dass alles Leben und Erleben körperlich bedingt sei, vom Körper ausgehe, indem die körperlichen Sinnesorgane irgendwie die Fähigkeit hätten, aus den von ihnen aufgenommenen Lichtstrahlen, Schallwellen, Riechstoffen usw. die lebendige Empfindung, das Bewusstsein von den betreffenden Dingen zu erzeugen. Man gibt zu, noch nicht recht zu verstehen, auf welche Weise durch solche körperlichen und mechanischen Vorgänge das ganz andere, Geistige, nämlich Bewusstsein, entsteht, aber man hofft, dieses Rätsel noch lösen zu können. Nach dieser Theorie sind also die Sinneswerkzeuge die Grundlage für die entsprechenden Erlebnisse.

Der Erwachte dagegen lehrt, dass dem Menschen nicht physische Dränge nach dem Sehen von Formen, dem Hören von Tönen usw. innewohnen, dass der Körper mit den Sinneswerkzeugen nur auf Grund dieser Dränge erzeugt und aufgebaut wird. Nicht die Sinneswerkzeuge, sondern diese fünf Sinnesdränge sind die Bedingung für die sinnliche Wahrnehmung. Die Sinnesorgane sind lediglich Werkzeuge (etwa wie Brille, Mikrofon usw.), die von sich aus nichts können und nichts wollen. Sobald aber die Sinnesdränge nicht mehr durch diese Werkzeuge hindurch nach außen drängen - wenn der Mensch zu dem Erlebnis der seligen Entrückungen kommt - dann findet trotz der geöffneten und funktionsfähigen Sinnesorgane keine sinnliche Wahrnehmung statt.

Der sechste Drang, der Geist (*mano*), wird als der „Fürsorger und Fürwalter“ (*patisarana*) der fünf Sinnesdränge bezeichnet. Er wird von ihnen als ihr Lenker und Lotse aufge-

baut, der den gesamten Körper, Beine, Arme und Sinnesorgane, lenkt und einsetzt, damit die fünf Sinnesdränge möglichst immer befriedigt werden. Dieses Lenken und Lotsen zur Wunscherfüllung wird von der Geburt an programmiert; und es funktioniert als die programmierte Wohlerfahrungssuche des Geistes(*mano-viññāna*). Wenn wir zum Beispiel etwas greifen, zum Baden gehen oder unsere Lieblingsspeise bereiten, dann lotst die programmierte Wohlerfahrungssuche des Geistes den Körper im Dienst der betreffenden Sinnesdränge, die immer nur auf sinnliche Befriedigung aus sind.

Von den Sinnesdrängen, der Bedingung zur Entstehung des Körpers, sagt der Erwachte, dass sie im Gegensatz zum Körper „zeitlos“ sind: Der Körper wird geboren, altert und stirbt, d.h. allein durch den Lauf der Zeit kommt der Körper jeweils zu seinem Ende. Die Sinnesdränge werden dagegen durch den Lauf der Zeit in keiner Weise verändert. Lediglich bestimmte geistige Einsichten können die Sinnesdränge verändern: Falsche Einsichten über die Wege vom Elend zum Glück machen sie im Lauf der Zeit stärker, und die rechten Einsichten machen sie im Laufe der Zeit schwächer bis zur Auflösung. - Solange aber die Sinnesdränge nicht aufgelöst sind, werden durch sie nach Vernichtung des jeweiligen Körpers immer wieder neue Körper geboren und damit immer wieder neue Sinnesorgane aufgebaut im Dienste der Sinnesdränge. Diese sind also die Ursache; die Körper mit ihren Organen sind nur die Wirkung.

Aus den erwähnten rechten Einsichten über die wahren Wege vom Elend zu Wohl und zum Heil, die, wie gesagt, die erste Ursache zur Auflösung der Sinnesdränge bilden, geht außerdem die Entwicklung der zweiten Gruppe der Kräfte, gehen die fünf Heilskräfte hervor. Diese Heilskräfte heißen:

1. Vertrauen (*saddhindriya*),
2. Tatkraft (*viriyindriya*),
3. Eingedenksein der vom Erwachten erfahrenen Wahrheit über die Existenz und die Heilsentwicklung (*satindriya*),

4. Herzenseinigung (*samādhindriya*),
5. Klarblick (*paññindriya*).

In dem Maß, wie diese fünf Heilsmächte schrittweise immer mehr zunehmen - in dem gleichen Maß nehmen die fünf Sinnesdränge, die zu immer neuen Körpern führen, also die Fortsetzung des *Samsāra* bewirken, immer mehr ab bis zur vollständigen Auflösung.

Eine Ausnahme unter den fünf Heilskräften macht die erste, das Vertrauen, weil es nicht erst, wie die vier weiteren, durch jene entscheidende zum Eintritt in die Heilsströmung führende Einsicht entsteht, vielmehr die Voraussetzung ist, um sich überhaupt für Heilslehren - die immer auch das jenseitige, nachtodliche Leben mit einbeziehen - zu interessieren. Der Erwachte lehrt, dass ein Wesen, dem Vertrauen, d.h. eine Ahnung von in geistiger Erfahrung erfahrbaren Gesetzen fehlt, in keiner Weise an eine Heilslehre kommen kann, darum die entscheidende Einsicht, die zum Eintritt in die Heilsströmung führt, nicht gewinnen kann und somit auch das Heil nicht erlangen kann, sondern weiterhin im *Samsāra* bleiben muss, bis irgendwann durch entsprechende Umstände Vertrauen als eine Heilssehnsucht erwächst.

Auch in dieser Tatsache zeigt sich, dass *indriya* nicht, wie K.E. Neumann übersetzt, nur „Fähigkeiten“ sind, sondern Führungsmächte, d.h. Lenkkräfte, die das Tun und Lassen und damit das Werden und Sein des Menschen bestimmen. Und da nur die fünf Heilskräfte in dem Maß ihres Entstehens und ihrer fortschreitenden Entwicklung den Menschen dem Heilsstand näher bringen bis zur Vollendung in der Erlösung, darum ist nichts wichtiger als die Ausbildung der fünf Heilskräfte, womit zugleich die fünf im *Samsāra* festhaltenden Sinneskräfte völlig aufgelöst werden.

Aber diese Heilskräfte können in keiner anderen Weise gewonnen werden als nur im Zusammenhang mit der Entwicklung der heilenden rechten Anschauung, durch welche man in die Heilsströmung gelangt. Nur wer durch aufmerksames Stu-

dieren der höchsten Lehre des Erwachten und durch ebenso aufmerksame Beobachtung seiner gesamten geistig-seelischen Vorgänge zu der sicheren Überzeugung gekommen ist,

1. dass die gesamten existentiellen Möglichkeiten von den größten bis zu den feinsten immer nur durch die fünf Zusammenhäufungen gebildet sind, also aus Formen, Gefühlen, Wahrnehmungen, Aktivität und programmierter Wohlerfahrungssuche bestehen
2. dass jede dieser fünf die Existenz komponierenden Erscheinungen nur in Abhängigkeit von den jeweils anderen Vieren besteht, dass eine durch die andere gebildet, geschoben und aufgelöst wird und dass dahinter kein selbstständiger Wille, kein Ich oder Selbst wirkt, dass da vielmehr nur ein seelenloses, mühseliges, schmerzliches Gedränge besteht, das aus sich selber nie zur Erlösung kommen kann -

dem erwächst im Lauf der Monate und Jahre daraus der erste Keim der zweiten, dritten, vierten und fünften Heilskraft. Zuerst entsteht eine Tatkraft, die sich darauf richtet, das bisher gewohnte Zusammenhäufen der fünf die Leidensmasse fortsetzenden Zusammenhäufungen immer mehr zu unterlassen. Daraus erwächst allmählich jene Beruhigung, aus der die dritte der Heilskräfte, das Gegenwärtigbleiben des Wahrheitsblicks, hervorgehen kann usw.

Weil die endgültige Lösung des Daseinsproblems nur auf diese Weise möglich ist, darum ist es von entscheidender Bedeutung, dass der mit der Heilskraft „Vertrauen“ begabte und von ihr auf Wahrheitssuche gelenkte Mensch die Heilslehre kennen und gründlich verstehen lernt, weil dann in seinem inneren Haushalt die Heilskräfte immer mehr an die Stelle der leidenfortsetzenden Sinnesdränge treten.

Weil also der Mensch je nach den geistigen Drängen, welche ihn lenken und führen, im Elend bleiben, in immer tieferes Elend gelangen, aber auch zum Heilsstand gelangen kann, darum sagt ein Mönch:

*Des Menschen innere Dränge sind  
ihm segensreich und fürchterlich.  
Wer da nicht achtgibt, kommt zu Fall,  
doch rettet sich, wer wachsam ist. (Thag 728)*

Im weiteren Verlauf führt er aus, wie die Sinnesdränge, solange sie den Menschen beherrschen, ihn auch im Elend und im Leiden behalten, und weist dann auf die Heilskräfte hin, mit welchen die Sinnesdränge allmählich gemindert und zuletzt völlig aufgelöst werden, indem er sagt:

*Gleichwie der Zimmerer mit dem einen Keil  
kraftvoll den anderen Keil herauszuschlagen weiß,  
so wird der Kenner mit den Heilungskräften  
die Sinneskräfte ganz zu tilgen wissen.*

*Vertrauen, Tatkraft, Wahrheitsgegenwart,  
Einung des Herzens, klarer Weisheitsblick -  
mit diesen fünf die anderen fünf austreibend,  
besiegend so schreitet der Reine vor. (Thag 744, 745)*

Um diese beiden Entwicklungen: um die fortschreitende Zunahme der fünf Heilsmächte bis zu ihrer Vollendung und die fortschreitende Abnahme der fünf Sinnesdränge bis zu ihrer vollständigen Auflösung geht es bei den vom Erwachten hier genannten vier Arten von Menschen. Wenn es von den ersten drei unter den genannten vier Menschen stets in gleicher Weise heißt, dass er *auf dem Weg ist, alles irgend Angenommene, Erfasste zu lassen*, dann bedeutet das, dass er die eben beschriebene heilende rechte Anschauung, die völlige Durchschauung jener fünf Zusammenhäufungen, endgültig vollendet hat und dass er darum auf dem Weg ist, die tief eingebrennte Gewohnheit des fortgesetzten Annehmens und Ergreifens aufzugeben, immer weniger anzunehmen, zu ergreifen, bis er damit zur vollständigen Ruhe gekommen ist.

Aber der erste der vier vom Erwachten genannten Menschen hat diesen Weg erst betreten. Er wird nach wie vor von

den fünf Sinnesdrängen, die im Samsāra halten, bewegt, während der Wahrheitsanblick ihm meistens nicht gegenwärtig ist. Diese Tatsache sieht der Erwachte, sieht, dass die Sinnesdränge noch überwiegen, die Heilskräfte noch unterlegen sind, der Anblick der Wahrheit bei dem Betreffenden aber so geworden ist, dass seine Blendung nur immer abnehmen, nicht mehr zunehmen kann und dass er darum im Laufe der Zeit ganz sicher zur Freiheit kommen wird.

### Der zweite Mensch

Von dem zweiten Menschen heißt es:

*Da ist einer auf dem Weg, alles irgend Angenommene, Ergriffene zu lassen, alles irgend Angenommene, Ergriffene aufzugeben. Und während er auf dem Weg ist, alles irgend Angenommene, Ergriffene zu lassen und aufzugeben, kommen ihm Gedanken, die eben doch Angenommenes, Ergriffenes betreffen, in den Sinn. Diesen gönnt er keinen Raum, vertreibt sie, zerstört sie, löst sie völlig auf. - Einen solchen Menschen, Udāyī, nenne ich gefesselt, nicht entfesselt. Und warum das? Weil ich das Maß seiner unterschiedlichen Kräfte erkenne.*

Wir sehen bei diesem zweiten Menschen die Gleichheit und den Unterschied zu dem ersten Menschen: Beide sind auf dem Wege, von dem Ergriffenen zu lassen, sind geistig verwurzelt im Heilsanblick, können diesen nicht mehr loslassen, werden darum die Blendung immer mehr mindern.

Aber der erste hat diesen Heilsanblick nur in völlig neutralen Zeiten, in denen er in keiner Weise von äußeren Dingen angegangen wird; wenn aber durch die Sinneseindrücke äußere Erscheinungen an ihn herantreten, dann wird er von diesen doch ganz in Anspruch genommen und lässt sein Leben darum kreisen. Der zweite Mensch dagegen folgt diesen weltlichen

Anregungen nicht, wenn sie an ihn herantreten, sondern bemüht sich, sie zu tilgen.

Diese Tatsache zeigt, dass er die zweite der Heilskräfte, die Tatkraft (*virīya*), mehr entwickelt hat, dass er sich nicht mehr den jeweiligen Eindrücken überlässt, sondern diese mit dem durch die Lehre gewonnenen neuen Maßstab misst, als schädlich und leid bringend erkennt und darum die emotionale Beeindruckbarkeit, Beeinflussbarkeit, auszuroden sich bemüht.

Zugleich zeigt sich daran auch bereits die Verstärkung der dritten der drei Heilskräfte, nämlich der Wahrheitsgegenwart (*sati*), und zeigt sich auch, was darunter zu verstehen ist und wie ihre Wirksamkeit ist:

Jeder Nachfolger der Lehre, der seine geistig-seelischen Vorgänge beobachtet und sich bemüht, aus der blinden Geworfenheit herauszukommen und sein Leben bewusster zu führen, hat an sich erfahren, dass auch der energischste Wille, dem Heilsstand näher zu kommen und darum alles Trübende und Dunkle auszuroden, dann nicht helfen kann, wenn er des Wahrheitsanblicks nicht gegenwärtig ist, weil er durch Beschäftigung mit der weltlichen Vielfalt von diesen Eindrücken und Problemen gefangen ist und sich mit ihnen auseinandersetzt. Darum ist diese dritte Heilskraft, Wahrheitsgegenwart, von größter Bedeutung.

Auch der hier beschriebene zweite der vier Arten von Menschen, die auf dem Wege sind, alles Ergriffene zu lassen, steckt also noch in weltlichen Bindungen, was sich darin zeigt, dass ihm immer wieder mit den gesamten Welt dingen, mit Ergriffenem verbundene Vorstellungen und Gedanken kommen, aber er kommt diesen besser bei.

### Der dritte Mensch

*Da ist einer auf dem Weg, alles irgend Angenommene, Ergriffene zu lassen, alles irgend Angenommene, Ergriffene aufzugeben. Und während er auf dem Weg ist, alles irgend Angenommene, Ergriffene zu lassen und*

*aufzugeben, geht ihm hie und da die Wahrheitsgegenwart (sati) verloren und kommt ihm mit Angenommenem, Ergriffenem Verbundenes in den Sinn. Langsam steigen die Gedanken auf, aber gar eilig lässt er sie, vertreibt sie, zerstört sie, löst sie völlig auf. Gleichwie etwa, Udāyī, wenn ein Mann auf eine tagsüber am Feuer glühende eiserne Pfanne zwei oder drei Wassertropfen herabträufeln ließe - langsam, Udāyī, wäre der Fall der Tropfen, aber gar eilig würden sie aufgelöst und verschwunden sein. Ebenso nun auch ist einer auf dem Weg, alles irgend Angenommene, Ergriffene zu lassen, alles irgend Angenommene, Ergriffene aufzugeben. Und während er auf dem Weg ist, alles irgend Angenommene, Ergriffene zu lassen und aufzugeben, geht ihm hie und da die Wahrheitsgegenwart verloren und kommt ihm mit Angenommenem, Ergriffenem Verbundenes in den Sinn. Langsam steigen die Gedanken auf, aber gar eilig lässt er sie, vertreibt sie, zerstört sie, löst sie völlig auf.*

*Auch einen solchen Menschen, Udāyī, nenne ich gefesselt, nicht entfesselt. Und warum das? Weil ich das Maß seiner unterschiedlichen Kräfte erkenne.*

Wenn der Erwachte sagt, dass bei diesem Menschen, der dem Heilsstand schon ganz erheblich näher gekommen ist, nur noch ganz gelegentlich die Wahrheitsgegenwart verloren geht und dann Gedanken und Erinnerungen aufsteigen, die mit dem Ergriffenen, also mit den fünf Zusammenhäufungen, zusammenhängen, dann drückt sich darin eine in zweierlei Hinsicht ganz erheblich fortgeschrittene Entwicklung gegenüber dem zweiten Menschen aus:

Der zweite ist noch voll von weltlichem Anliegen, aber andererseits ist die Wahrheit in seinem Geist schon fest verankert. Wenn von den Trieben des Herzens her in seinem Geist



weltliche Gedanken aufsteigen, dann begegnet diesen Gedanken in demselben Geist die dort eingepflanzte Wahrheit, das heißt Wahrheitsgegenwart (*sati*). Von daher weiß er, dass und warum diese weltlichen Gedanken schädlich, gefährlich, Bindungen, Fesselungen sind, die im *Samsāra* halten. Und darum kann er kraftvoll gegen diese törichten, weltverbundenen Gedanken angehen, kann sie zerstören und auflösen.

Beim dritten Menschen nun sind durch dieses beharrliche Üben die weltlichen Gedanken ganz erheblich weniger geworden. Das Herz ist von den weltlichen Trieben fast befreit. Und da gerade die weltlichen Gedanken, die triebebedingten, es sind, welche mit ihren bunten und faszinierenden Gemälden die Wahrheitsgegenwart verhindern, so kann nun diese Wahrheitsgegenwart fast dauernd gegenwärtig sein.

Damit ist inzwischen diejenige Entwicklung eingetreten, die der Erwachte in der Rede von der „Grenzfestung“ (A VII,63) beschreibt, indem er sagt, dass der weise Torhüter am Tor wacht und nur die Bekannten in die Stadt einlässt und die Unbekannten, die gefährlichen, nicht hereinlässt.

Der Mensch, der bis zu diesem Stadium erwachsen ist, hat nicht mehr viel zu kämpfen. Seine ganze Verfassung ist schon weitgehend überweltlich. Er wird kaum noch von weltlichen Gedanken bewegt; und wird er bewegt, überfallen sie ihn nicht, sondern steigen nur langsam und schwerfällig auf, und er kann sie leicht bemerken und im nächsten Augenblick auflösen. Ein solcher ist der sinnlichen Bedürftigkeit schon weit entwöhnt, er lebt in innerem Wohl. Was die Sinne durch den stofflichen Körper heranbringen, ist nicht mehr seine Welt. Er hat die Bezüge zu den Objekten weitgehend abgeschnitten, er ist ein starker, gewandter Kämpfer geworden. Nur gelegentlich kommt ein schwacher Feind und ist ohnmächtig gegenüber der übermächtigen, sofort bereiten Wahrheitsgegenwart, die Gedanken lösen sich auf wie Tropfen auf glühender Pfanne. Im Anfang ist es umgekehrt: da ist man von Feinden umgeben. Dauernd steigen begehrende, hassende Gedanken auf, man kann sich ihrer kaum erwehren, und man ist mit ihnen so be-

schäftigt, dass die Wahrheit meist vergessen ist und dem unruhigen Geist keine Zuflucht bieten kann. In diesem dritten Stadium aber ist die Wahrheit fast immer gegenwärtig und rodet Blendungsgedanken, sofern sie noch aufkommen, sofort aus. Wahrheitsgegenwart ist die siebente Stufe des achtfältigen Heilsweges, die folgende ist bereits Herzenseinigung.

So sehen wir auch in dieser Lehrrede, dass erst mit dem Zurücktreten des vielfältigen sinnlichen Anliegens Wahrheit immer gegenwärtig sein kann; vorher wird sie überrannt von den tausend Gedanken der Zu- und Abneigungen, den vielfältigen Unterscheidungen zwischen angenehm und unangenehm.

Ein Mönch in diesem Stadium steht zwischen dem Betreten des Wegs zur Nichtwiederkehr und ihrer Vollendung. Die Erlebnisse können ihn nicht mehr blenden und darum nicht mehr bewegen und erschüttern, aber sie kommen noch gelegentlich auf. Darum bezeichnet der Erwachte auch einen solchen noch als gefesselt. Erst das vierte Stadium ist das des Entfesselten:

Der vierte Mensch: geheilt

*Und ferner, Udāyī, da hat ein Mensch gesehen: „Angenommenes, Ergriffenes ist des Leidens Wurzel.“ In der Auflösung alles irgend Angenommenen, Ergriffenen ist er erlöst. Einen solchen Menschen, Udāyī, nenne ich entfesselt, nicht gefesselt. Und warum das? Weil ich das Maß seiner unterschiedlichen Kräfte erkenne.*

Hier beschreibt der Erwachte also den Zustand, die innere Verfassung des von dem ganzen *Samsāra* Geheilten.

Das Wort des Buddha: *Da hat ein Mensch gesehen: „Angenommenes, Ergriffenes ist des Leidens Wurzel“* wird nicht, wie der Leser denken möchte, von dem Stromeingetretenen oder dem Einmalwiederkehrer gesagt, sondern gilt nur für den, der tatsächlich alles je Ergriffene losgelassen hat, von allem Ergreifen und Sich-Befriedigen frei ist. Erst der

weiß nicht nur im Geist, sondern erfährt bei sich durch ein für uns nicht vorstellbares Maß von Leidensfreiheit, inwiefern alles Ergriffene des Leidens Wurzel ist. Wir, mitten im Leiden stehend, können das Wort des Erwachten, dass das Ergriffene des Leidens Wurzel sei, nur zur Kenntnis nehmen. Viele von uns mögen es tief verstehen und ganz anerkennen - aber was hier geschrieben wird, dass er es gesehen hat, an sich erfahren hat, das gilt nur von dem Geheilten.

Der Erwachte sagt, dass er einen solchen Menschen *entfesselt, nicht gefesselt* nennt.

### Entfesselt von Ich und Welt

Solche Worte nimmt der normale westliche Mensch anders auf als der Inder, erst recht der Zeitgenosse des Erwachten. Wir fassen die Entfesselung von der Welt so auf, dass der Geheilte sich von der Welt abgetrennt hat, die Welt hinter sich, sich selbst überlassen hat.

Aber es ist ganz anders. Die gesamten Aussagen des Erwachten lassen erkennen, dass das Erlebnis von Ich und von Welt ein Ganzes ist, untrennbar ist. Es kann nicht ein Ich von der Welt getrennt werden, d.h. die Fesseln, von welchen der Erwachte spricht, sind nicht so, dass sie hier einen Menschen und dort eine Welt zusammenfesseln, sondern die Fesseln sind gerade das Gedankengespinnt, Ideengespinnt, sind jene geistig fließende, von Gefühlen, Leiden und Freuden durchwirkte geistige Dramatik, die wie ein Traum, wie ein Fieberdelirium die Szenen eines „Ich in Auseinandersetzung mit der Welt“ hervorbringt. Diese Dramatik ist ein versponnenes Ganzes: Jede einzelne Fessel zeigt einen anderen Aspekt des Ich und einen anderen Aspekt der Welt. Aber jede Fessel enthält diese Zwiefalt mit einer dazwischen liegenden Spannung, die wehtut oder wohl tut. Ich und Welt sind eins, untrennbar, können nie getrennt werden, können nie getrennt werden, können nur eingeebnet werden, indem das in diesem Wahnbereich erscheinende Ich den Bezug zu dem jeweils als Begegnung er-

scheinenden Weltteil, irgendeinem Du oder irgendeinem Gegenstand, nicht mehr pflegt, sondern zurücknimmt, auflöst. Dann ist dadurch das Ich um diesen Drang freier geworden und die Welt um jenen Gegenstand leerer geworden.

Das heißt also, noch einmal gesagt: nicht ist in Wirklichkeit ein seiendes Ich und eine seiende Welt durch Fesseln miteinander gefesselt, sondern was als Fesseln bezeichnet wird, sind jene Gedanken, wühlende Gedankengespinnste, die die Struktur eines wünschenden, begehrenden Ich im Verhalten zu einem gewünschten begehrteten Objekt zeigen. Nur durch die begehrteten Gedanken bestehen die zwei Pole: das hungernde Ich und das ersehnte Gegenstück. Welterscheinung und Icherscheinung „leben“ nur von Begehren, sind Phantome, aus Begehren erzeugt. Dieses Ich ist ein Wahn-Ich, das, solange es den Wahn (*avijjā*) nicht durchschaut, in dreifacher Weise agiert (im Denken, Reden und Handeln), durch welches Agieren immer mehr Fesseln erwachsen, immer mehr Ichheit befestigt wird, immer mehr Welt entwickelt wird, ein Delirium-Drama mit all seinen Schmerzen und Ängsten fortgesetzt wird: Ergreifen und das Ergriffene (*upadhi*).

Der Mönch, der aus Erkenntnis des Zusammenspiels der fünf Zusammenhäufungen den geistigen Weg der Läuterung beschritten hat, auf ihm fortgeschritten ist und damit ein fortschreitendes Ablassen jenes Wahngespinnstes von weltlichem Dichten und Trachten, von weltlichen Auseinandersetzungen an sich erfahren hat und dadurch die schrittweise Befreiung von allen Leiden und Ängsten an sich erfahren hat - diesem Mönch wird auf diesem Entwicklungsweg endgültig klar: *Ergreifen und Ergriffenes ist des Leidens Wurzel*. Mit dieser endgültigen Einsicht werden die letzten Beziehungs- und Gedankenfäden abgeschnitten und aufgelöst. Und so erfährt er an sich, wie der Erwachte sagt: *Unabhängig ist er, durch Auflösung alles Ergriffenen ist er erlöst*.

## Die vier Arten von Menschen und die Grade der Sicherheit

Die hier genannten vier Arten von Menschen sind vergleichbar mit den vier Stufen der Heilsgänger:

1. dem in die Heilsströmung Eingetretenen (*sotāpanno*),
2. dem noch einmal in die Begehrenswelt Wiederkehrenden (*ekadāgāmi*),
3. dem nicht mehr zur Begehrenswelt Zurückkehrenden (*anāgāmi*),
4. dem, der den Heilsstand endgültig erlangt hat (*arahat*).

Der erste, der eben in die Heilsströmung Eingetretene (*sotāpanno*), ist in seinem inneren Haushalt in einer ganz entscheidenden Weise, aber unscheinbar nach außen, verändert: er hat, wie gesagt, durch seine gründliche Betrachtung und Durchschauung der fünf Zusammenhäufungen in ihrem seelenlosen Zusammenspiel von allen fünf Heilskräften wenigstens ein Samenkorn in seinem inneren Haushalt. Diese treten nach außen noch nicht in Erscheinung. Darum gönnt er üblen, unheilsamen Gedanken noch Raum, vertreibt sie nicht. Ein solcher hat wohl das Vertrauen bewiesen, das allein schon erforderlich ist, um sich mit einer Heilslehre tief und gründlich zu beschäftigen; aber die zweite der Heilskräfte, die Tatkraft, wie erst recht die weiteren, sind bei ihm noch kaum entwickelt. Darum eben bekämpft er die in ihm aufsteigenden unheilsamen Gesinnungen meist noch nicht.

Von dem zweiten Menschen wird gesagt, dass bei ihm die unheilsamen Gesinnungen zwar immer noch auftauchen - und das ist ein Zeichen, dass die fünf Sinnesdränge noch in größerer Kraft in ihm vorhanden sind - aber die dritte der Heilskräfte, die Wahrheitsgegenwart, ist schon so weit vorhanden, dass er auch sogleich merkt, wenn üble Gesinnungen in ihm aufkommen. Und die zweite Heilskraft, die Tatkraft, ist so stark, dass er die üblen Gesinnungen bekämpft und vertreibt.

Bei dem dritten Menschen zeigt sich, dass er fast nichts

mehr von den Sinnesdrängen in sich hat - eben darum ist er Nichtwiederkehrer - und wenn noch ein solcher Gedanke zögernd aufsteigt, dann ist die Überlegenheit der Heilskräfte so vollkommen, dass er sogleich damit fertig wird. Dieser hat keinen weiten Weg mehr zurückzulegen, um den vierten Stand zu erreichen, bei dem die gesamten Sinnesdränge restlos aufgelöst sind und die Heilskräfte allein bestehen. Hier ist wahrlich mit dem einen Keil der andere völlig herausgetrieben worden.

Wir dürfen nicht vergessen, dass es sich hier um ein Belehrgespräch des Erwachten mit einem Mönch handelt, d.h. mit einem Menschen, der das für uns als normal geltende weltliche bürgerliche Leben als für sich so hinderlich und gefährlich beurteilt und das Heilstreben im Mönchsstand unter der Anleitung des Erwachten für so einzig rettend, hilfreich und erlösend hält, dass er das bürgerliche Leben verlassen hat und in den Orden eingetreten ist, sich die Lehre des Erwachten über das wahre Wesen und die Struktur der Existenz zu eigen gemacht hat und darum nichts anderes mehr will, als den direktesten Weg zu gehen, der aus allen Leiden immer mehr herausführt in immer mehr Helligkeit und Freiheit bis zur vollkommenen Erlösung. Ein solcher Gesprächspartner ist es, dem der Erwachte das Bisherige und das Folgende sagt.

Manche von uns haben im Lauf der Jahre, in welchen sie die Aussagen des Erwachten mehr und mehr bedenken und nach seiner Wegweisung vorzugehen sich bemühen, ein ahnendes Wissen gewonnen von dem Zustand des ersten der vorhin genannten vier Arten von Menschen. Manchmal mögen sie glauben und bei anderer Gemütsverfassung wieder bezweifeln, dass sie bereits zu der ersten dieser vier Arten gehören; aber wenn sie bei der praktischen Befolgung der Wegweisung des Erwachten bleiben, werden sie ihren Fortschritt empfinden und allmählich immer sicherer und zuversichtlicher werden. Damit werden sie auch den Menschen der zweiten und dritten Art allmählich besser verstehen. Sie werden einerseits zwar merken, dass ihnen noch ein weiter Weg bevorsteht bis zum

vollkommenen Heilsstand, aber zugleich werden ihnen diese bevorstehenden Heilsetappen immer klarer und natürlicher erscheinen. Sie werden immer sicherer darin, was zu tun und zu lassen ist, um hindurchzukommen.

### Die Entwicklung der Erlebnissituation auf dem Weg vom ersten zum vierten Menschen

Im Folgenden nennt nun der Erwachte wiederum eine aus vielen Etappen bestehende Entwicklung vom normalen Menschen bis zum Heilsstand. Die vorher genannte Entwicklung zeigte den inneren Haushalt von vier Menschen: den Grad ihrer rechten Anschauung und Sinnensucht.

Der erste der vier Menschen hatte zwar die entscheidende Heilslehre des Erwachten bis zum Grund begriffen, war aber in seinem gesamten seelischen Haushalt noch fast dem normalen Menschen gleich, nämlich von den fünf Sinnesdrängen getrieben und bewegt, während die fünf Heilskräfte nur eben erst in ihm geboren und für ihn kaum bemerkbar waren; beim vierten Menschen dagegen waren die fünf Sinnesdränge, die in den unteren Gründen des *Samsāra* mit Schmerzen, Qualen und Leiden, mit Geburt und Tod halten, durch die fünf immer stärker gewordenen Heilskräfte völlig aufgelöst und vernichtet. So traten während der Entwicklung vom ersten zum vierten dieser Menschen die fünf Heilskräfte an die Stelle der fünf Sinnesdränge, und zuletzt haben auch unter ihnen die beiden ersten, Vertrauen und Tatkraft, ihre Aufgabe erfüllt, und die letzten drei - Wahrheitsgegenwart, Herzenseinigung und Klarblick - vollenden das Werk, bis zuletzt die Erlösung als Ergebnis übrig bleibt.

In der folgenden Reihe geht es, wie in allen Belehrungen und Wegweisungen des Erwachten, an sich um die gleiche Entwicklung. Aber hier zeigt der Erwachte nicht die Entwicklung des inneren Haushaltes, sondern die der Erlebnissituationen des diese Entwicklung durchlaufenden Menschen und fängt hier beim normalen Menschen an.

## Niedriges Sinnenwohl

*Eine fünffach verzweigte Sinnensüchtigkeit, Udāyī, gibt es. Welche?*

*Die durch den Luger erfahrbaren Formen, die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen, der Sinnensucht (kāma) entsprechenden, reizenden; die durch den Lauscher erfahrbaren Töne, die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen, der Sinnensucht entsprechenden, reizenden; die durch den Riecher erfahrbaren Düfte, die ersehnten, geliebten, entzückenenden, angenehmen, der Sinnensucht entsprechenden, reizenden; die durch den Schmecker erfahrbaren Säfte, die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen, der Sinnensucht entsprechenden, reizenden; die durch den Körper erfahrbaren Tastungen, die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen, der Sinnensucht entsprechenden, reizenden.*

*Das ist, Udāyī, die fünffach verzweigte Sinnensüchtigkeit.*

*Was da, Udāyī, durch diese fünffach verzweigte Sinnensüchtigkeit bedingt als körperliches und geistiges Wohl aufsteigt, das nennt man Wohl der Sinnensucht, kotiges Wohl, gemeines Menschenwohl, heilloses Wohl. Nicht zu pflegen, nicht zu hegen, nicht zu mehreren ist es. Zu hüten hat man sich vor solchem Wohl, sage ich.*

In den überlieferten Reden finden wir wohl etwa fünfzigmal diese immer gleiche Aussage, dass dem menschlichen Körper eine fünffach verzweigte Sinnensüchtigkeit innewohnt, also eine Süchtigkeit nach sinnlicher Wahrnehmung. Die gesamten Aussagen des Erwachten lassen erkennen, dass diese Sinnensüchtigkeit nicht etwas Sekundäres ist, nicht eine Folge davon,



„dass ich den Körper mit den Sinnesorganen habe“, sondern dass da gar kein Ich und kein an sich bestehender Körper ist, dass vielmehr die Erlebnisstruktur „Körper mit Sinnesorganen“ nur von dieser fünffachen Sinnensüchtigkeit geschaffen, erschaffen wurde und immer wieder wird. Sie ist es, die das zur Berührung Kommende empfindet und beurteilt, in den Geist einträgt und dadurch eine wohlige oder wehe Erscheinung bedingt. Insofern spricht der Erwachte immer wieder von sechs Berührungskörpern, womit sowohl der sinnlich wahrnehmbare Fleischkörper als auch der ihn auch jetzt schon bewohnende feinstoffliche Körper mit dem sie ganz und gar durchtränkenden und durchdringenden, sinnlich nicht wahrnehmbaren Wollenskörper gemeint ist, die Sinnensucht.

Über diese Sinnensüchtigkeit sagt der Erwachte:

*Was da durch diese fünffach verzweigte Sinnensüchtigkeit bedingt als körperliches und geistiges Wohl aufsteigt, das nennt man Wohl der Sinnensucht, kotiges Wohl, gemeines Menschenwohl.*

Wir begegnen hier wieder dem großen, alles nach unserer weltlichen Auffassung „normale“ Leben weit überragenden Maßstab: Von dem gesamten sinnlichen Leben, nicht nur dem der Menschen, sondern auch dem der sinnlichen Götter, nicht nur von den grobsinnlichen Genüssen, sondern auch von den zartesten, erbaulichsten Eindrücken, die Augen und Ohren gewinnen können, sagt der Erwachte, dass dieses sinnliche Wohl nicht zu pflegen und zu hegen, nicht zu mehren sei, sondern dass man sich davor zu hüten habe, da letztlich alles, was auf diesem Wege an Wohl erfahren werde, kotiges Wohl sei. In dieser Kennzeichnung liegt die Verurteilung der gesamten Sinnensuchtwelt, von den untersten Daseinsformen bis zu den höchsten der von sinnlichem Wohl lebenden Geister und Gottheiten. Dieses Urteil müsste schrecklich anmuten, wenn der so Urteilende nicht auf anderes unvergleichlich höheres, erhabenes Wohl hinwies und wenn er nicht allmählich von unserem Standort aus ansteigende, gangbare Wege zeigte, die dazu führten, wie wir im Folgenden sehen werden.

Aber es ist auch möglich, dass mancher Mensch trotz der Aussicht auf die Wegweisung zu diesen höheren und höchsten Daseinsformen doch tief erschrocken oder gar abgestoßen ist von dieser Verurteilung des gesamten sinnlichen Lebens. Ein solcher möge bedenken, dass dies das Urteil des das ganze Dasein durchschauenden größten Weisen ist, der über die Welt ging und der nicht nur den Weg aus den untergründigen und den mittleren Leiden, sondern auch aus den feinen und feinsten Leiden heraus - bis zum vollkommenen Wohl aufzeigt. Es ist in der Lehre des Buddha die einmalige Möglichkeit zur umfassendsten Orientierung gegeben, nämlich alle Erlebensweisen zu überblicken und in den einzelnen Phasen zu verstehen - unabhängig davon, wo man sich auf Grund seines gesamten inneren Triebhaushalts gegenwärtig befindet und wie die gegenwärtigen Sympathien und Antipathien laufen. Die meisten von uns wohnen mit fast allen ihren Fasern in der Welt der Sinnensüchtigkeit, beziehen den größten Teil ihres Wohls aus der Begegnung mit dem sinnlich Schönen und dem sinnlich Wohltuenden, haben aber auch vielfältig das ganz andere Wohl erfahren, das aus verständnisvollem, nachsichtigem, wohlwollendem und liebevollem Umgang mit dem Nächsten, dem jeweils Begegnenden hervorgeht, und haben dabei empfunden, dass dieses feinere Wohl nicht wie das sinnliche Wohl von äußeren Dingen abhängig ist, sondern innen bei ihnen selber aufkeimt, dass sie damit selbstständig sind und sich dieses Wohl unabhängig von allen äußeren Umständen schaffen und erwirken können, indem sie sich in ihrem Gemüt erheben und hinbilden zu der Zuwendung zu dem Du.

Wer seinen Zustand etwa so beurteilt, wie hier gesagt, der unterscheidet bereits zwischen sinnlichem Wohl und innerem geistigen Wohl, dem Wohl des Gemüts. Und er wird auf diesem auch für seine Umgebung wohltuenden Weg der zunehmenden Nächstenliebe, des zunehmenden Mitempfindens mit dem Du und Fürsorge für das Du allmählich immer deutlicher die vielfache Überlegenheit dieses Wohls vor dem Wohl der Sinnensüchtigkeit erfahren. Und von daher wird er sich immer

weiter öffnen für die Hinweise des Erwachten, wie man zu den im Folgenden beschriebenen Erlebensweisen und Erfahrungsweisen kommen kann, deren überhimmlische Seligkeit nicht mehr vergleichbar ist mit allem Wohl, wie der normale Mensch es kennt.

### Sinnensuchtfreies Wohl der weltlosen Entrückungen

*Da verweilt ein Mönch abgeschieden von sinnlichem Begehren, abgeschieden von allen heillosen Gedanken und Gesinnungen in stillem Bedenken und Sinnen. Und so tritt die aus innerer Abgeschiedenheit geborene Entzückung und Seligkeit ein, der erste Grad weltloser Entrückungen.*

*Nach Vererbung auch des Bedenkens und Sinnens verweilt er in innerem seligen Schweigen, in der Einigung des Gemüts. Und so tritt die von Sinnen und Bedenken befreite, in der Einigung geborene Entzückung und Seligkeit ein, der zweite Grad weltloser Entrückung.*

*Mit der Beruhigung auch des Entzückens verweilt er oberhalb und außerhalb von allem sinnlichen Wohl und Wehe in unverstörtem Gleichmut klar und bewusst und in einem solchen körperlichen Wohlsein, von welchem die Heilskenner sagen: „Dem in erhabenem Gleichmut klar bewusst Verweilenden ist wohl.“ Ein solcher gewinnt den dritten Grad der weltlosem Entrückungen.*

*Nachdem er über Wohl und Wehe hinausgewachsen ist, alle frühere geistige Freudigkeit und Traurigkeit völlig gestillt hat und in einer über alles Wohl und Wehe erhabenen bewussten Gleichmutsreine lebt, da erlangt er die vierte Entrückung und verweilt in ihr.*

*Das nennt man Wohl der Entrinnung, Wohl der*

*Abgeschiedenheit, Wohl des Friedens, Wohl der Erwachung. Dieses Wohl ist zu pflegen, ist auszubilden, zu mehren; nicht zu fürchten ist dieses Wohl, sage ich.*

Während zuvor von dem normalen Menschen die Rede war, der von den fünf Sinnensüchten lebt, wird hier ausdrücklich gesagt, dass der Zugang zu diesem Wohl eine geistige Verfassung ist, weit abgelöst von allen weltlich-sinnlichen Dingen und Angelegenheiten und ebenso von allen heillosen Gesinnungen. Nur bei dieser Gesinnung kann eine solche innere Helligkeit und solches Wohl aufbrechen, das Geist und Herz des Menschen so sehr beglückt, dass er daraufhin ganz unwillkürlich alle sinnliche Wahrnehmung einstellt. Seine Aufmerksamkeit ist so sehr auf das innere Wohl gerichtet, dass er nur dieses wahrnimmt und darum sehenden Auges nicht sieht, hörenden Ohres nicht hört, mit keinem der Sinne wahrnimmt, auch nichts davon weiß, dass er irgendwo sitzt: nur Wohl ist der Inhalt seines Lebens.

Aber der Erwachte geht in dieser Rede auf das Ganze. Er weist den Weg bis zum *Nirvāna*, dem allerhöchsten, für unsere Begriffe noch ganz undenkbaren Wohl. Während er im ersten Anlauf diese vier Entrückungen als das alle Sinnlichkeit unvergleichlich überragende Wohl aufzeigt, weist er in den folgenden Ausführungen auf die unterschiedlich leisen und leisesten Unruhen hin, die den ersten drei dieser vier Entrückungen noch innewohnen:

Auch die Fesselung an erhabenes Wohl ist zu lösen

*Da verweilt, Udāyī, ein Mönch abgeschieden von sinnlichem Begehren, abgeschieden von allen heillosen Gedanken und Gesinnungen in stillem Bedenken und Sinnen, Und so tritt die aus innerer Abgeschiedenheit geborene Entzückung und Seligkeit ein, der erste Grad weltloser Entrückungen.*

*Das aber nenne ich, Udāyī, noch der Regung unterworfen. Und was ist da der Regung unterworfen? Was eben dabei an stillem Bedenken und Sinnen noch nicht ausgerodet ist, das gilt als Regung.*

*Nach Verebbung auch des Bedenkens und Sinnens verweilt er in innerem seligen Schweigen, in der Einigung des Gemüts. Und so tritt die von Sinnen und Bedenken befreite, in der Einigung geborene Entzückung und Seligkeit ein, der zweite Grad weltloser Entrückung.*

*Das aber nenne ich, Udāyī, noch der Regung unterworfen. Und was ist da der Regung unterworfen? Was eben dabei an Entzückung noch nicht ausgerodet ist, das gilt als Regung.*

*Mit der Beruhigung auch des Entzückens verweilt er oberhalb und außerhalb von allem sinnlichen Wohl und Wehe in unverstörtem Gleichmut klar und bewusst und in einem solchen körperlichen Wohlsein, von welchem die Heilskenner sagen: „Dem in erhabenem Gleichmut klar bewusst Verweilenden ist wohl.“ Ein solcher gewinnt den dritten Grad der weltlosem Entrückungen.*

*Auch das nenne ich, Udāyī, der Regung unterworfen. Und was ist da der Regung unterworfen? Was eben dabei an Wohl noch nicht ausgerodet ist, das gilt hier als Regung.*

*Nachdem er über Wohl und Wehe hinausgewachsen ist, alle frühere geistige Freudigkeit und Traurigkeit völlig gestillt hat und in einer über alles Wohl und Wehe erhabenen bewussten Gleichmutsreine lebt, da erlangt er die vierte Entrückung und verweilt in ihr.*

*Und das nenne ich, Udāyī, keiner Regung mehr unterworfen.*

Wer die bisher vom Erwachten genannten Entwicklungsreihen und die folgende aufmerksam liest, der bekommt einen deutlicheren Begriff von der tiefen Transformation, welcher der Mensch sich unterzieht, wenn er den Heilsweg praktisch und unbeirrt geht.

Von der Sinnenstüchtigkeit sagt der Erwachte, ihr Wohl sei eine Täuschung, in Wirklichkeit ein großer Schmerz und etwas ganz Grobes und Niedriges, es gebe ein viel höheres.

Darauf nennt der Erwachte stufenweise die vier Entrückungen vom Sinnenleben, preist das durch sie erfahrene Wohl, das auch in allen anderen Kulturen, wo sie erlebt werden, gepriesen und als unvergleichliche Überhöhung des primitiven Sinnenlebens beschrieben wird.

Danach zeigt der Erwachte aber auch, was bei diesen vier Entrückungen an jeder einzelnen von ihnen noch Regung, noch unwillkürlicher Vorgang, noch nicht vollkommener Frieden ist, und empfiehlt darum, von Stufe zu Stufe auch von diesen jeweiligen unwillkürlichen Regungen zurückzutreten bis zur vierten Entrückung, die nichts mehr von dieser Regung an sich hat, für deren Dauer also der Friede vollkommen ist.

Im Folgenden zeigt aber der Erwachte in einem dritten Durchgang, dass es auch über die vierte Entrückung hinaus noch Zustände gibt, die, obwohl ganz ohne leiseste Regung, dennoch unzulänglich sind, da sie durch Bedingungen entstanden sind, darum auch nicht bleiben können, also vergänglich sind, wandelbar sind. Deshalb empfiehlt der Erwachte, über alle diese Zustände hinauszusteigen bis zu dem letzten Stand, der durch nichts mehr bedingt ist und darum auch durch nichts verstört und beendet werden kann - und der gleichzeitig das erhabenste Wohl ist: das *Nirvāna*.

*Da verweilt, Udāyī, ein Mönch abgeschieden von sinnlichem Begehren, abgeschieden von allen heillosen Gedanken und Gesinnungen in stillem Bedenken und Sinnen. Und so tritt die aus innerer Abgeschiedenheit geborene Entzückung und Seligkeit ein, der erste Grad*

weltloser Entrückungen.

Das aber nenne ich, Udāyī, unzulänglich und sage: „Gebt es auf“ und sage: „Übersteigt es“; und was ist hier die Übersteigung?

Nach Verebbung auch des Bedenkens und Sinnens verweilt er in innerem seligen Schweigen, in der Einigung des Gemüts. Und so tritt die von Sinnen und Bedenken befreite, in der Einigung geborene Entzückung und Seligkeit ein, der zweite Grad weltloser Entrückung.

Das aber nenne ich, Udāyī, unzulänglich und sage: „Gebt es auf“ und sage: „Übersteigt es“; und was ist hier die Übersteigung?

Mit der Beruhigung auch des Entzückens verweilt er oberhalb und außerhalb von allem sinnlichen Wohl und Wehe in unverstörtem Gleichmut klar und bewusst und in einem solchen körperlichen Wohlsein, von welchem die Heilskenner sagen: „Dem in erhabenem Gleichmut klar bewusst Verweilenden ist wohl.“ Ein solcher gewinnt den dritten Grad der weltlosem Entrückungen.

Das aber nenne ich, Udāyī, unzulänglich und sage: „Gebt es auf“ und sage: „Übersteigt es“; und was ist hier die Übersteigung?

Nachdem er über Wohl und Wehe hinausgewachsen ist, alle frühere geistige Freudigkeit und Traurigkeit völlig gestillt hat und in einer über alles Wohl und Wehe erhabenen bewussten Gleichmutsreine lebt, da erlangt er die vierte Entrückung und verweilt in ihr.

Auch das nenne ich, Udāyī, unzulänglich und sage: „Gebt es auf“ und sage: „Übersteigt es“; und was ist hier die Übersteigung?

Da gewinnt der Mönch nach völliger Überwindung der Form-Wahrnehmung, Vernichtung der Gegen-

standswahrnehmungen, Verwerfung der Vielheit-Wahrnehmung in dem Gedanken „Unendlich ist der Raum“ die Vorstellung des unendlichen Raumes und verweilt in ihr.

Auch das nenne ich, Udāyī, unzulänglich und sage: „Gebt es auf“ und sage: „Übersteigt es“; und was ist hier die Übersteigung?

Da gewinnt der Mönch nach völliger Überwindung der Vorstellung „Unendlich ist der Raum“ in dem Gedanken „Unendlich ist die Erfahrung (viññāna)“ die Vorstellung der unbegrenzten Erfahrung und verweilt in ihr.

Auch das nenne ich, Udāyī, unzulänglich und sage: „Gebt es auf“ und sage: „Übersteigt es“; und was ist hier die Übersteigung?

Da gewinnt der Mönch nach völliger Überwindung der Vorstellung „Unendlich ist die Erfahrung“ in dem Gedanken „Es gibt nicht irgendetwas (n’atthi kiñci)“ die Vorstellung der Nichtirgendetwasheit und verweilt in ihr.

Auch das nenne ich, Udāyī, unzulänglich und sage: „Gebt es auf“ und sage: „Übersteigt es“; und was ist hier die Übersteigung?

Da gewinnt der Mönch nach völliger Überwindung der Vorstellung der Nichtirgendetwasheit die Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung.

Auch das nenne ich, Udāyī, unzulänglich und sage: „Gebt es auf“ und sage: „Übersteigt es“; und was ist hier die Übersteigung?

Nach völliger Überwindung der Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung erreicht er die Auflösung von Gefühl und Wahrnehmung (saññā-vedayita-nirodha).

Und so sage ich denn, Udāyī, dass auch die Weder-



*Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung zu übersteigen sei.*

*Siehst du etwa, Udāyī, eine Verstrickung, fein oder grob, die zu lassen ich nicht geheißen habe? –*

*Gewiss nicht, o Herr! –*

*So sprach der Erhabene. Erhoben und beglückt war der ehrwürdige Udāyī über die Rede des Erhabenen.*

BEI CĀTUMĀ  
67. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Cātumā in einem Myrobalan-Hain. Zu dieser Zeit nun waren fünfhundert Mönche, angeführt vom ehrwürdigen Sāriputto und dem ehrwürdigen Mahāmoggallāno, nach Cātumā gekommen, um den Erhabenen zu sehen. Während die ankommenden Mönche die anwesenden Mönche begrüßten, Lagerplätze vorbereiteten und ihre Schalen und äußeren Roben wegräumten, waren sie sehr laut und lärmend.*

Der Erwachte weist die Mönche ab und lobt Mahāmoggallāno, der sich ihrer annehmen will

*Da nun wandte sich der Erhabene an den ehrwürdigen Ānando: Wer sind diese lauten, lärmenden Leute? Man möchte meinen, sie seien Fischer, die Fische feilbieten. – Es sind, o Herr, fünfhundert Mönche, angeführt vom ehrwürdigen Sāriputto und dem ehrwürdigen Mahāmoggallāno in Cātumā angekommen, den Erhabenen zu sehen. Und diese ankommenden Mönche, die die anwesenden Mönche begrüßen, Lagerplätze vorbereiten und ihre Schalen und äußeren Roben wegräumen, sind sehr laut und lärmend. –*

*So geh denn, Ānando, und sage den Mönchen in meinem Namen: Der Meister lässt euch Ehrwürdige rufen. – Gut, o Herr –, erwiderte der ehrwürdige Ānando, dem Erhabenen gehorchend, und begab sich dorthin, wo jene Mönche weilten. Dort angelangt sprach er zu ihnen: Der Meister lässt euch Ehrwürdige rufen. –*

*Gut, Bruder, wir kommen! –, erwiderten jene Mönche dem ehrwürdigen Ānando und begaben sich dort-*

hin, wo der Erhabene weilte. Dort angelangt begrüßten sie den Erhabenen ehrerbietig und setzten sich zur Seite nieder. Zu den Mönchen, die da zur Seite saßen, sprach der Erhabene: Was macht ihr nur, Mönche, für einen Lärm? Man möchte meinen, ihr seid Fischer, die Fische feilbieten. –

Wir sind fünfhundert Mönche, angeführt vom ehrwürdigen Sāriputto und dem ehrwürdigen Mahāmoggallāno, die nach Cātumā gekommen sind, um den Erhabenen zu sehen. Und es geschah, während wir Mönche, die zu Besuch gekommen sind, die anwesenden Mönche begrüßten, Lagerplätze vorbereiteten und unsere Schalen und äußeren Roben wegräumten, dass wir laut und lärmend waren. – Geht weiter, Mönche, ich entlasse euch, nicht sollt ihr bei mir sein. –

Ja, o Herr! –, erwiderten jene Mönche, dem Erhabenen gehorchend, standen von ihren Sitzen auf, begrüßten den Erhabenen ehrerbietig, schritten rechts herum, räumten die Sachen an den Lagerplätzen zusammen, und nachdem sie ihre Schalen und äußeren Roben an sich genommen hatten, zogen sie fort.

Um diese Zeit waren die Sakyen von Cātumā in ihrer Versammlungshalle zusammengekommen, irgendeine Angelegenheit zu beraten. Als sie die Mönche in der Ferne kommen sahen, gingen sie zu ihnen hin und fragten: Wo geht ihr hin, Ehrwürdige? – Der Erhabene, ihr Lieben, hat die Mönchsgemeinde entlassen. – So nehmt doch, Ehrwürdige, eine Weile hier Platz. Vielleicht gelingt es uns, den Erhabenen zu versöhnen. – Gern, ihr Lieben! –, erwiderten jene Mönche den Sakyen von Cātumā.

Und die Sakyen von Cātumā begaben sich dorthin, wo der Erhabene weilte. Dort angelangt, begrüßten sie den Erhabenen ehrerbietig und setzten sich zur Seite

nieder. Zur Seite sitzend, sprachen nun die Sakyer von Cātumā zum Erhabenen: Der Erhabene möge sich an der Ordensgemeinde der Mönche erfreuen, der Erhabene möge die Ordensgemeinde willkommen heißen, der Erhabene möge der Ordensgemeinde der Mönche jetzt genauso seine Hilfe gewähren, wie er ihr in der Vergangenheit Hilfe gewährt hat. Es sind, o Herr, hier neue Mönche, die eben erst in die Hauslosigkeit gezogen sind, die erst kürzlich zu dieser Lehre und Wegweisung gekommen sind. Wenn sie keine Gelegenheit erhalten, den Erhabenen zu sehen, könnten sie anderen Sinnes werden, sich anders besinnen. Es ist genau so wie bei jungen Setzlingen, die kein Wasser bekommen: sie verwelken, verändern sich. Es sind hier neue Mönche, die eben erst in die Hauslosigkeit gezogen sind, die erst kürzlich zu dieser Lehre und Wegweisung gekommen sind. Wenn sie keine Gelegenheit erhalten, den Erhabenen zu sehen, könnten sie anderen Sinnes werden, sich anders besinnen. Genau so, o Herr, wenn ein junges Kalb seine Mutter nicht sieht, dann könnte in ihm eine Veränderung, eine Wandlung stattfinden. Ebenso, o Herr, sind hier neue Mönche, die eben erst in die Hauslosigkeit gezogen sind, die erst kürzlich zu dieser Lehre und Wegweisung gekommen sind. Wenn sie keine Gelegenheit erhalten, den Erhabenen zu sehen, könnten sie anderen Sinnes werden, sich anders besinnen. Möge sich der Erhabene an der Ordensgemeinde der Mönche erfreuen, der Erhabene möge die Ordensgemeinde willkommen heißen, der Erhabene möge der Ordensgemeinde jetzt genauso seine Hilfe gewähren, wie er ihr in der Vergangenheit Hilfe gewährt hat. –

Der Brahma Sahampati erkannte in seinem Gemüt den Gedanken im Gemüt des Erhabenen; und so

*schnell wie etwa ein kräftiger Mann den eingezogenen Arm ausstrecken oder den ausgestreckten Arm einziehen mag, verschwand er aus jener Brahmawelt und erschien vor dem Erhabenen. Er rückte seine obere Robe auf einer Schulter zurecht und indem er den Erhabenen ehrerbietig mit zusammengelegten Händen grüßte, sagte er:*

*Der Erhabene möge sich an der Ordensgemeinde der Mönche erfreuen, der Erhabene möge die Ordensgemeinde willkommen heißen, der Erhabene möge der Ordensgemeinde der Mönche jetzt genauso seine Hilfe gewähren, wie er ihr in der Vergangenheit Hilfe gewährt hat. Es sind, o Herr, hier neue Mönche, die eben erst in die Hauslosigkeit gezogen sind, die erst kürzlich zu dieser Lehre und Wegweisung gekommen sind. Wenn sie keine Gelegenheit erhalten, den Erhabenen zu sehen, könnten sie anderen Sinnes werden, sich anders besinnen. Es ist genau so wie bei jungen Setzlingen, die kein Wasser bekommen: sie verwelken, verändern sich. Es sind hier neue Mönche, die eben erst in die Hauslosigkeit gezogen sind, die erst kürzlich zu dieser Lehre und Wegweisung gekommen sind. Wenn sie keine Gelegenheit erhalten, den Erhabenen zu sehen, könnten sie anderen Sinnes werden, sich anders besinnen. Genau so, o Herr, wenn ein junges Kalb seine Mutter nicht sieht, dann könnte in ihm eine Veränderung, eine Wandlung stattfinden. Ebenso, o Herr, sind hier neue Mönche, die eben erst in die Hauslosigkeit gezogen sind, die erst kürzlich zu dieser Lehre und Wegweisung gekommen sind. Wenn sie keine Gelegenheit erhalten, den Erhabenen zu sehen, könnten sie anderen Sinnes werden, sich anders besinnen. Möge sich der Erhabene an der Ordensgemeinde der Mönche erfreuen, der Erhabene möge die Ordensgemeinde*

*willkommen heißen, der Erhabene möge der Ordens-  
gemeinde jetzt genauso seine Hilfe gewähren, wie er  
ihr in der Vergangenheit Hilfe gewährt hat.*

*Und es gelang den Sakyern von Cātumā und dem  
Brahma Sahampati, den Erhabenen zu versöhnen  
durch das Gleichnis vom Setzling und vom Kalb.*

*Und der ehrwürdige Mahāmogallāno wandte sich  
an die Mönche: Steht auf, Brüder, nehmt eure Schalen  
und äußeren Roben. Der Erhabene ist von den Sakyern  
von Cātumā und dem Brahma Sahampati mit Hilfe  
der Gleichnisse von den Setzlingen und dem jungen  
Kalb versöhnt worden. –*

*Ja, Bruder!–, sagten da jene Mönche zu dem ehr-  
würdigen Mahāmogallāno. Und sie standen auf,  
nahmen die äußeren Roben und ihre Schalen und be-  
gaben sich dorthin, wo der Erhabene weilte. Dort ange-  
langt, begrüßten sie den Erhabenen ehrerbietig und  
setzten sich zur Seite nieder. Und zum ehrwürdigen  
Sāriputto, der zur Seite saß, sprach der Erhabene:*

*Was dachtest du, Sāriputto, als ich die Mönchsge-  
meinde entließ? – Ich dachte, o Herr: „Die Mönchsge-  
meinde ist vom Erhabenen entlassen worden. Der Er-  
habene will sich jetzt still innerem Wohl hingeben, und  
auch wir werden uns jetzt still dem inneren Wohl hin-  
geben.“ – Halt, Sāriputto, halt! Solch einen Gedanken  
sollst du nicht wieder hegen. –*

*Und der Erhabene wandte sich an den ehrwürdigen  
Mahāmogallāno: Was dachtest du, Mahāmogallāno,  
als ich die Mönchsgemeinde entließ? – Ich dachte, o  
Herr: „Die Mönchsgemeinde ist vom Erhabenen entlas-  
sen worden. Der Erhabene will sich jetzt still innerem  
Wohl hingeben. Ich aber und der ehrwürdige Sāriputto  
werden uns jetzt der Mönchsgemeinde annehmen.“ –  
Gut, gut, Mahāmogallāno. Sei es nun ich, der sich der*

*Mönchsgemeinde annimmt oder seien es Sāriputto und Mahāmoggallāno.*

Wir wissen, dass der Erwachte von drei Kleinodien spricht: Buddha, Dhamma (die Lehre von der Wahrheit) und Sangha (die Gemeinde/Gemeinschaft der Heilsgänger). Die Anlehnung an die Gemeinde wie überhaupt an alle drei Kleinodien ist für die Nachfolgenden wichtig, unerlässlich zum Erreichen des Heils.

Das beste Bild hierfür gibt der Erwachte in M 34 im Gleichnis vom Rinderhirten mit seiner Herde. Er sagt, dass es in dieser Rinderherde die Stiere gebe, die Väter der Herde, die Führer der Herde, dann die erfahrenen reifen Kühe, dann die Färsen und Starke (die das Kälberstadium überwunden haben, aber noch nicht ausgewachsene Kühe bzw. Stiere sind) und zuletzt die jungen Kälber. Ein Kalb nimmt einen ganz anderen Platz in der Herde ein als die erfahrenen älteren Stiere, indem ein Kalb zunächst durch die gesamte Herde immer nur Anleitung gewinnt, Erfahrung gewinnt, Orientierung erfährt. Aber allmählich wird es selbstständiger, kennt nun manches schon selber, lernt aber manches von den Erfahreneren noch hinzu und wird so allmählich selber erfahrungsträchtig, wird zum erwachsenen Rind, zur Kuh oder zum Stier, zum Vater, Führer der Herde. So auch entwickelt sich das Verhältnis der Mönche innerhalb der Ordensgemeinschaft.

Der Stier bedarf der Herde nicht, ist nicht auf sie angewiesen, wird ohne sie nicht umkommen. Aber die Herde mit allen unerfahrenen jüngeren und schwächeren Tieren und besonders den Kälbern bedarf des Stieres, bedarf seiner Erfahrung, Kenntnis, Vorsicht, seiner Kraft und Stärke, seiner Führung. Was der Stier früher, als auch er ein schwächliches, unerfahrenes Kälbchen war, von der Herde bekommen, angenommen, gelernt hat, das gibt er nun an die immer wieder nachwachsende Herde weiter.

Genau so ist das Verhältnis der Ordensbrüder untereinander. Und der Erwachte tadelt Sāriputto und lobt Mahāmog-

gallāno, der die Mönche belehren wollte, als der Erhabene sie fortwies. Sāriputto und Mahāmoggallāno sind die Mönche, die dem Erwachten an Wissen und Geistesmacht ähnlich waren, sie waren neben dem Erwachten die Stiere, die Führer des Ordens, die Ordensbrüder waren auf ihre Belehrung und Unterstützung angewiesen.

Die Mönche wurden vom Erhabenen nicht aus Unmut oder Zorn abgewiesen, der hätte beschwichtigt werden müssen, wie es im Text heißt – ein Triebversiegter hat keine Triebe mehr, denen widersprochen werden könnte –, sondern aus pädagogischen Gründen. Die Abweisung der Mönche, die eine lange Wanderung hinter sich hatten, durch den Erwachten, dem die neuen Mönche voll Erwartung und Freude entgegengesehen hatten, wird sich den Mönchen unvergesslich eingepägt haben und sie achtsamer in Bezug auf die Regel des Nicht-Plapperns und Nicht-Plauderns gemacht haben, aufmerksamer auf den Zweck ihres Ordenslebens, gegenüber dem weltliche Vorkommnisse, wie Ankommen an einem neuen Ort oder Wiedersehensfreude mit bekannten und befreundeten Ordensbrüdern, an Bedeutung verlieren.

Zorn, Gefräßigkeit, Sinnenlust, sexuelles Begehren  
sind für den Mönch Gefahr und Frevel

Der Erwachte spricht nun den neuen Mönchen gegenüber von den vier Gefahren der Askese, die er mit vier Gefahren vergleicht, denen der Badende im Wasser ausgesetzt ist:

1. Die Gefahr der Wellen – ein Gleichnis für Zorn und Erregung,
2. die Gefahr des Krokodils – ein Gleichnis für Gefräßigkeit,
3. die Gefahr des Strudels – ein Gleichnis für Sinnenlust als Ganzes,
4. Die Gefahr des Alligators – ein Gleichnis für sexuelles Begehren, die Reizung durch das andere Geschlecht.



*Und der Erhabene wandte sich an die Mönche: Vier Gefahren gibt es, mit denen jene, die ins Wasser gehen, rechnen müssen. Was sind die vier Gefahren? Die Gefahr der Wellen, die Gefahr der Krokodile, die Gefahr der Strudel und die Gefahr der Alligatoren. Das sind die vier Gefahren, mit denen jene, die ins Wasser gehen, rechnen müssen.*

*Ebenso gibt es vier Gefahren, mit denen Menschen rechnen müssen, die in dieser Lehre und Heilsführung aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen sind. Welche vier? Die Gefahr der Wellen, die Gefahr der Krokodile, die Gefahr der Strudel und die Gefahr der Alligatoren.*

Diese Gleichnisse dürfen nicht missverstanden werden. Es wird dort nicht von der Tatsache der Wellen, der Krokodile, der Strudel und der Alligatoren gesprochen, sondern von der Gefahr der Wellen, der Krokodile, der Strudel und der Alligatoren. Das ist ein entscheidender Unterschied. Denn jene vier Eigenschaften Zorn, Gefräßigkeit, Sinnenlust und sexuelles Begehren mögen zwar überall vorkommen, im bürgerlichen Leben wie auch in der Askese, sie werden aber nur für den „im Wasser Befindlichen“, für den durch neue Einsichten auf den Läuterungsweg Gelangten zur tödlichen Gefahr.

Der Läuterungskampf ist aus der Einsicht in die Leidhaftigkeit des Lebens begonnen worden. Nach diesen Einsichten sind Ärger und Zorn, Geschmäckigkeit, Sinnenlust und sexuelles Begehren als heilsverhindernd, als übel erkannt und verworfen und ist ein Leben ohne diese Übel beschlossen worden.

Im Lauf des geistigen Prozesses, der bis zu dem Entschluss führte, die neue Lebensform zu beginnen, waren die gewohnten bürgerlichen Maßstäbe der Umwelt, nach denen diese Lebensweisen nicht als übel gelten, als falsch erkannt und verworfen worden. Ein solcher Mensch hat sich von den gewohn-

ten Maßstäben entbunden, aus der Gepflogenheit gelöst und hat sich auf das ganz andere, das Neue, eingelassen. Für ihn sind die gewohnten Lebensweisen gänzlich unvereinbar mit seinen Zielen, sie sind für ihn ein Frevel.

Mit dieser neuen Geisteshaltung steht der Mensch jenen vier Gefahren ganz anders gegenüber als der normale Mensch, dessen Auffassungen und Anschauungen denen seiner Umwelt entsprechen, der sich an die bürgerlichen Maßstäbe für gut und böse hält. Dieselben Taten, die der Geist des normalen bürgerlichen Menschen für üblich hält, so dass er sich „nichts dabei denkt“, die beurteilt der durch die neue Einsicht veränderte Geist als gefährlich, entsetzlich, verwerflich. Dieselben Taten, die der normale Bürger in Übereinstimmung mit seinem Geist, seinem Gewissen tut, die tut der mit den neuen Maßstäben Versehene, wenn er sie nicht lassen kann, im Widerspruch und Gegensatz zu seinen Einsichten im Geist. Dieselben Taten, die der eine beruhigt tut, tut der andere beunruhigt und beklommen. Das ist einer der Gründe, warum die gleiche Lebensweise in dem einen Fall gefährlicher ist als im anderen Fall.

Hinzu kommt noch: Der im bürgerlichen Umfeld Lebende und mit bürgerlichen Maßstäben Messende mag öfter ärgerlich, zornig, erregt sein, mag öfter im Essen wie auch in der Sinnenlust im Allgemeinen und in der Gereiztheit durch das andere Geschlecht die Grenzen vermissen lassen, er wird aber durch die Pflichten seines Alltags in Familie, Beruf und Nachbarschaft immer wieder von einer möglichen ausufernden Hemmungslosigkeit zurückgerufen und abgelenkt. So läuft er tagaus, tagein in bestimmten Gleisen, die ihn in einer mittelmäßigen Ordnung halten. Bei zu großen Abwegigkeiten und Hemmungslosigkeiten wird er durch das kritische Verhalten seiner Freunde und Verwandten wieder zu jener mittelmäßigen Ordnung zurückgerufen.

Da die bürgerliche Umwelt ihm durchaus nicht alles verbietet, so kann er seinen Wünschen weitgehend folgen. Auch hat er im Kreis der Freunde und Verwandten das Gefühl von Vertrautheit, Geborgenheit und Sicherheit. Und da er kein

anderes Urteil kennt, das über das Urteil der Freunde und Nachbarn hinausgeht, so liegt ihm sehr daran, von seiner Umwelt anerkannt zu sein. Darum bemüht er sich, in seinem Tun innerhalb jener Grenzen zu bleiben, in welchen die Freunde ihn gelten lassen. Das ist der scheinbar feste Grund, der Boden der Gewohnheit.

Solche Alltagspflichten in Beruf und Familie, welche den Menschen im Hausleben von allzu ausschweifender Genussucht immer wieder ablenken und zurückrufen, gibt es in der Askese nicht. Was für Pflichten er auch auf dem Läuterungsweg auf sich genommen hat, alle diese Pflichten sind freiwillige, sind nicht vom Druck der Verhältnisse, sondern aus freiem Entschluss gefasst. Und darum gibt es in der Askese die Möglichkeit, alles zu verlieren – aber auch die Möglichkeit, alles zu gewinnen. So ist der Läuterungsgang ein Wagnis mit den beiden Seiten des Wagnisses: Es muss einen negativen Ausgang haben für denjenigen, der nicht genug Sinn für die hohen Gedanken der Freiheit, nicht genug Zug nach dem Großen und Hellen verspürt, der in sich nicht genug Kraft entwickelt, ohne die von ihm aufgegebenen bürgerlichen Halte und Stützen die endgültige Freiheit zu gewinnen. Ein solcher beraubt sich des Halts, der ihn vor dem Absturz bewahrte, ein solcher geht in der Askese unter.

Aber es ist ein Wagnis mit positivem Ausgang für denjenigen, der mit der Ablegung und Überwindung der weltlichen Maßstäbe das Absolute und Heile ins Auge fasst, wessen Kräfte sich beim Anblick des Großen regen, wessen Herz angelehrt wird vom Anblick der Sicherheit, die ihm gemäß ist. Ein solcher wird, wenn er die Gewohnheit verlässt, über alle Mittelmäßigkeit und Unzulänglichkeit hinauswachsen und den Weg zur Freiheit finden.

Ein solcher ist auf dem Wasser mit einem tragfähigen, zur Überfahrt tauglichen Floß ausgerüstet (M 22), für ihn gibt es weder die Gefahr der Woge noch die Gefahr des Krokodils noch die des Strudels oder die der Alligatoren. Die Askese, der bewusst gewählte Gang der Läuterung, ist ja nicht an sich

gefährlich, sondern ist nur dann gefährlich, wenn der Mönch nicht genügend gerüstet ist. Wenn er nicht die Wahrheit gegenwärtig hat, wenn er nicht im Nibbāna das Heil sieht, wenn er nicht voll Freude und Hoffnung das Asketenleben führt, dann gibt es für den Mönch die vier tödlichen Gefahren, in die er geraten und durch die er umkommen kann. Unter „Tod, Umkommen“ wird nicht der leibliche Tod verstanden, sondern die Verstärkung der drei Wurzeln alles Übels: Gier, Hass, Blendung und der damit zusammenhängende Verlust des Unterscheidungsvermögens zwischen heilsam und unheilsam, wodurch ein Mensch nach seinem Tod das Menschentum verlieren und in untermenschliches Dasein gelangen kann. Aber für den um Reinheit und Lauterkeit bemühten Mönch sind diese Gefahren so offensichtlich, dass er sie in der Regel als verderblich und abwärtsführend durchschaut und sie darum meidet.

Erregung, Zorn – verglichen mit  
dem Umgerissenwerden durch Meereswellen/Wogen

*Was, ihr Mönche, ist die Gefahr der Wellen? Da ist, ihr Mönche, ein Sohn aus gutem Haus von Vertrauen bewogen aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen: „Versunken bin ich in Immer-wieder-Geborenwerden und Immer-wieder-Sterben, in Wehe, Jammer und Leiden, in Gram und Verzweiflung, in Leiden versunken, in Leiden verloren! O dass es doch möglich wäre, dieser ganzen Leidensmasse ein Ende zu machen!“ Nachdem er in die Hauslosigkeit gezogen ist, beraten und belehren ihn seine Ordensbrüder: Du sollst dich so hin und her bewegen; du sollst so hinblicken und wegblicken; du sollst so die Glieder beugen und strecken; du sollst so die äußere Robe, die Schale und die Roben tragen. – Da denkt er: „Früher, als wir zu Hause leb-*

*ten, berieten und belehrten wir andere, und jetzt denken diese Mönche, die unsere Söhne oder unsere Enkel sein könnten, sie könnten uns beraten und belehren.“ Und so gibt er die Askese auf und kehrt zum niedrigen Weltleben zurück. Ein solcher, ihr Mönche, sagt man, ist der Gefahr der Wellen erlegen, hat die Askese aufgegeben und ist ins niedrige Weltleben zurückgekehrt. „Die Gefahr der Wellen“, ihr Mönche, das ist eine Bezeichnung für Zorn und Erregung.*

Weil der Mensch an etwas hängt, weil er Anliegen hat, weil er von Geltungsdrang bewegt wird, darum kann bei dem Gefühl des Verletztseins und der Enttäuschung Ärger, Zorn aufkommen. In dem Beispiel, das der Erwachte gibt, ist der neu eingetretene Mönch erregt, ärgerlich über die Anweisungen, die er von seinen Ordensbrüdern erhält: „So sollst du gehen, so vor dich hin schauen, so sollst du die Roben und die Almosenschale tragen.“ Diesen Anweisungen liegen Regeln zugrunde, die der Erwachte erlassen hat. Sie dienen alle dem Zweck, unaufgestiegene Gedanken des Begehrens nicht aufsteigen zu lassen, den Mönch vor ablenkenden Eindrücken und Gefühlen zu bewahren, sind Bestandteil der Bewachung der Sinnesdränge.

In der christlichen wie auch in der buddhistischen Lehre wird von dem Wert der Zügelung der Sinnesdränge gesprochen. Das Pāliwort *samvara* in den Lehrreden des Erwachten bedeutet „schließen“, z.B. eines Tores (D 3). Dieses „Schließen“ wird in übertragenem Sinn als Schließen der Tore der Sinnesdränge gebraucht, als Abwehr gegen die Sinnenlüste und entspricht damit der wörtlichen Bedeutung des im christlichen Bereich „Mystik“ genannten kontemplativen Lebens (Mystik = myein = schließen). Zügelung der Sinnesdränge bedeutet nun aber nicht, wie oft irrtümlich angenommen wird, ein Verschließen der Sinne, wie es etwa die bekannte Plastik mit den drei Affen darstellt: der eine hält sich die Augen zu, der andere hält sich die Ohren zu, der dritte hält sich den

Mund zu. Vielmehr ist der Kern der Zügelung der Sinnesdränge ein rein geistiger Akt. Es ist die Weigerung, mit den Stimmen der Verlockungen und Versuchungen, die durch die Sinnesindrücke entstehen, zu diskutieren, denn, wie der christliche Mystiker St. Bernhard sagt: *Das Auge sieht sich nimmer satt, und das Ohr hört sich nimmer satt.* Und Franz von Sales weist darauf hin, dass das Wesen der Sünde nur in der Zustimmung der Seele zu den triebhaften Vorschlägen der Sinne bestehe. Darum sagt *Angelus Silesius*:

*Wend ab dein Angesicht: Die Welt nur angeblickt,  
hat manches edle Blut bezaubert und berückt. (VI. Buch, 221)*

Nur derjenige kann und mag diese Übung auf sich nehmen und wird nicht ärgerlich über die erhaltenen Anweisungen, der ihren tieferen Sinn erkennt, der ein höheres Ziel anstrebt, um dessentwillen er die Sinnesdränge bewachen will, dem daran gelegen ist, sich vor ablenkenden Eindrücken und Gefühlen zu bewahren, die ihn an der Erreichung des gesetzten Ziels hindern.

Zum Beispiel soll ein solcher Mönch den Körper nicht stark bewegen, soll langsam gehen, um die erkannte Wahrheit im Geist gegenwärtig zu halten. Er soll vor sich hin, auf den Boden schauen, um nicht von Sinnesindrücken abgelenkt zu werden. Auch das Tragen der Robe – Tücher, die so um den Körper geschlungen werden, dass sie größere Armbewegungen und schnelles Gehen behindern – sind für den auf die Welt und seine Freiheit gerichteten Menschen eine Einengung, ebenso das Tragen der Almosenschale. Dass das Herz in der sicheren Burg verharrt – *Seuse* nennt es die *Inburgheit der Sinne (Vita, Kap. 52)* – und sich nicht auf unsicheres Feld nach außen verirrt, dass es sich den Stimmen der Verführer gegenüber taub verhält, das ist sein Schutz, seine Hut, seine Beschirmung. So wie ein Ritter die seinem Schutz anvertraute Prinzessin gegen Räuber und Mordgesellen verteidigt, so verteidigt das Herz sein bestes Wesen gegen die Lockungen der Welt. Das ist das kämpferische Element der Zügelung der

Sinnesdränge. Der Mönch ringt darum, die Unversehrtheit des Herzens zu erhalten. Er weiß, dass er etwas Gutes verliert und verschwendet, wenn er dem Sog der Sinnesdränge folgt: Nur dann kann er die Kraft finden, für dieses Gute etwas zu tun. Er muss erkennen und erfahren, dass die Triebe Kraft rauben, die Bewachung der Sinnesdränge aber Kraft freimacht.

Diese Erfahrung macht aber nur derjenige, der sich von der gesamten sinnlichen Wahrnehmung nichts mehr verspricht, weil er ihre Wandelbarkeit und Bedingtheit durchschaut. Wer nur weiß: „Alle sinnlich wahrnehmbaren Dinge sind elend“ – und er weiß nichts Besseres, der kann sie nicht lassen wollen, da er sich sonst dem noch größeren Elend des Nichts gegenüber sähe. Der Erwachte sagt von sich: *Um höheren Wohles willen konnte ich niedriges Wohl entbehren. (M 14)* Dieses höhere Wohl erfährt erst derjenige, der, den Tugendregeln des Erwachten folgend, sich gewandelt, sein Wesen hell gemacht hat, der, in sich befriedet, das Scheinwohl, das die äußeren Dinge bieten, durchschaut und darum gesättigt ist. Erst aus dieser Helligkeit des Gemüts erwachsen ihm Kraft, Wille und Fähigkeit zur rechten Zügelung der Sinnesdränge. Er merkt: Die Zügelung der Sinnesdränge ist nicht nur eine Ab- oder gar Gegenwendung, ein Nein zu allen Trieben. Die Zügelung der Sinnesdränge ist vielmehr gerade eine kraftvolle Hinwendung zum Heil des Herzens. Nur wer sich auf die Seite seiner edleren Neigungen stellt und darum kämpft, dass diese nicht von den gröberen erdrückt werden, bewacht die Sinnesdränge.

Wenn der Mönch in der Bewachung der Sinnesdränge Fortschritte macht und merkt, dass er mit ihrer Hilfe der Kraftverschwendung einen Riegel vorschiebt, dann kommt er dazu, ganz in der Bewachung der Sinnesdränge aufzugehen. Dann ist er in ihr so sicher, wie die Schildkröte unter ihrer Schale sicher ist vor der Hyäne, wie der Erwachte es in einem Gleichnis beschreibt: Wenn eine Schildkröte Beine, Schwanz und Kopf unter ihrer Schale hervorstreckt, dann kann die draußen lauernde Hyäne sie fressen. Ebenso wird derjenige

von Māro gefressen, der die Sinnesdränge nicht bewacht. (S 35,199).

Christliche Mystiker bezeugen mit anderen Worten die Ruhe und Sicherheit, die die Zügelung der Sinnesdränge zur Folge hat:

*Bewacht man die Sinne, diese Tore der Seele, dann ist man gut geschützt und hat um so mehr Reinheit und Ruhe.*

*(Joh. v.Kreuz, Aufstieg zum Berge Karmel, Ed.1927, S.347)*

*Hütet die Sinne, durch welche der Tod an die Seele herantritt*  
*(Franz von Assisi, nach Celana, Vita I, XVI)*

*Nicht herauslaufen durch die fünf Sinne in die Mannigfaltigkeit der Kreaturen, sondern innig und einig sein.*

*(Ekkehart, Pred. Nr.1)*

Die Sicherheit durch die Bewachung der Sinnesdränge bringt ein starkes Glücksgefühl mit sich. *Durch die Erfüllung der heilenden Zügelung der Sinnesdränge erfährt der Mönch ungetrübtes Glück*, heißt es in den Lehrreden (D 2).

Das also ist der Hintergrund der verschiedenen Mönchsregeln, den der neu in den Orden Eingetretene, der in ihnen unterwiesen wird, oft noch nicht erkennt, sondern nur die Tatsache registriert, dass er in „Kleinigkeiten pedantisch genau“ angeleitet wird, oft von jungen Mönchen, die ihm an Ordensjahren überlegen sind, aber dem Alter nach seine Söhne oder gar Enkel sein könnten. Da wird neben dem Unmut über die die Sinnesdränge einschränkenden Regeln auch sein Geltungsdrang verletzt, er ärgert sich, wird zornig und gibt aus diesem Grund das Asketenleben auf, kehrt ins niedere Weltleben zurück.

*Niederes Weltleben* heißt es im Gegensatz zum Leben im buddhistischen Orden, in dem zur Zeit des Erwachten die Möglichkeit bestand, noch zu Lebzeiten den Heilsstand zu gewinnen. Doch auch der im Haus Lebende kann, den Tugendregeln folgend, das Herz erhellen, himmlische Art gewin-



nen und in der Durchschauung des Leidens einen Sicherheitsgrad gewinnen, der ihn die rechte Anschauung in diesem und in späteren Leben nicht wieder verlieren lässt.

Ungezügelt essen – verglichen mit  
dem Gefressenwerden durch Krokodile

*Was aber, ihr Mönche, ist die Gefahr des Krokodils? Da ist, ihr Mönche, ein Sohn aus gutem Haus von Vertrauen bewogen aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen: „Versunken bin ich in Immer-wieder-Geborenwerden und Immer-wieder-Sterben, in Wehe, Jammer und Leiden, in Gram und Verzweiflung, in Leiden versunken, in Leiden verloren! O dass es doch möglich wäre, dieser ganzen Leidensmasse ein Ende zu machen!“ Nachdem er in die Hauslosigkeit gezogen ist, beraten und belehren ihn seine Ordensbrüder: Dies Essen sollst du verzehren, dies Essen sollst du nicht verzehren. Das darfst du essen, das darfst du nicht essen. Das darfst du schmecken, das darfst du nicht schmecken. Das darfst du trinken, das darfst du nicht trinken. – Du darfst verzehren, was erlaubt ist, du darfst nicht verzehren, was nicht erlaubt ist. Du darfst essen, was erlaubt ist, du darfst nicht essen, was nicht erlaubt ist. Du darfst schmecken, was erlaubt ist, du darfst nicht schmecken, was nicht erlaubt ist. Du darfst trinken, was erlaubt ist, du darfst nicht trinken, was nicht erlaubt ist. – Zur rechten Zeit kannst du das Essen verzehren, nicht außerhalb der Zeit. Zur rechten Zeit kannst du essen, nicht außerhalb der Zeit. Zur rechten Zeit kannst du schmecken, nicht darfst du außerhalb der Zeit schmecken. Zur rechten Zeit darfst du trinken, nicht außerhalb der rechten Zeit. –*

*Da denkt er: „Früher, als wir im Haus lebten, haben wir verzehrt, was wir wollten, und was wir nicht wollten, das haben wir nicht verzehrt, haben gegessen, was wir wollten, und was wir nicht wollten, das haben wir nicht gegessen, haben geschmeckt, was wir wollten, und was wir nicht wollten, das haben wir nicht geschmeckt. Wir haben getrunken, was wir wollten, und was wir nicht wollten, das haben wir nicht getrunken. – Erlaubtes haben wir verzehrt und Nichterlaubtes haben wir verzehrt. Erlaubtes haben wir gegessen und Nichterlaubtes haben wir gegessen. Erlaubtes haben wir geschmeckt und Nichterlaubtes haben wir geschmeckt. Erlaubtes haben wir getrunken und Nichterlaubtes haben wir getrunken. Zur rechten Zeit haben wir Essen verzehrt und außerhalb der rechten Zeit haben wir Essen verzehrt. Zur rechten Zeit haben wir gegessen und außerhalb der rechten Zeit haben wir gegessen. Zur rechten Zeit haben wir geschmeckt und außerhalb der rechten Zeit haben wir geschmeckt. Zur rechten Zeit haben wir getrunken und außerhalb der rechten Zeit haben wir getrunken. Wenn uns jetzt vertrauensvolle Hausleute Nahrung verschiedener Art während des Tages außerhalb der rechten Zeit geben, dann ist es so, wie wenn uns diese Mönche den Mund zuhalten.“ Und so gibt er die Askese auf und kehrt zum niedrigen Weltleben zurück. Ein solcher, ihr Mönche, sagt man, ist der Gefahr der Krokodile erlegen, hat die Askese aufgegeben und ist ins niedrige Weltleben zurückgekehrt. „Die Gefahr der Krokodile“, ihr Mönche, das ist eine Bezeichnung für Gefräßigkeit.*

So wie das Krokodil den schwimmenden Menschen herunterreißt und verschlingt, so führt Geschmäckigkeit und Gefräßigkeit zu einer Vergrößerung des Sinnlichen und zu einer Ab-

nahme der guten menschlichen Kräfte. Der Mönch soll einmal oder zweimal am Tag essen. Bis zum Höchststand der Sonne, bis 12 Uhr soll er essen und nicht mehr danach. Das Maßhalten beim Essen ist Teil der Zügelung der Sinnesdränge:

*In angemessener Weise mögt ihr essen, bei jedem Bissen gründlich darauf bedacht, dass ihr nicht etwa zum Genuss und Vergnügen esst, nicht um schön auszusehen, sondern nur um diesen Körper zu erhalten, zu fristen, um Schaden zu verhüten, um das Läuterungsleben durchführen zu können. Seid bei den Bissen darauf bedacht: „So werde ich das frühere Gefühl (den Hunger) verlieren, ein neues aber nicht aufkommen lassen, werde weiterkommen, untadelhaft bleiben, mich wohl befinden.“*

Hier geht es darum, die Geschmäckigkeit zu überwinden. Während der Schmecker mit der Zunge unwillkürlich schmeckt, lenkt der Mönch seine Aufmerksamkeit von der Lust am Geschmack ab in dem Gedanken: „Es geht jetzt lediglich darum, dass dieses Werkzeug so ernährt wird, dass es nicht beim Reinheitswandel stört, und weiter nichts.“

Wenn aber der Mönch zu beliebigen Zeiten essen wollte, was gläubige Hausleute ihm geben, dann entsteht Trägheit und Kampfesunlust, wie es in M 16 heißt:

*Da hat ein Mönch so viel gegessen, wie der Magen mag, und gibt sich danach behaglich dem Sitzen, Liegen, Träumen hin. Ein Mönch, der gegessen hat, soviel der Magen mag, und sich danach behaglich dem Sitzen, Liegen, Träumen hingibt, dessen Herz ist nicht geneigt zu heißem Kampf, zum Sichanjochen, zu Ausdauer und Anstrengung.*

Für den im Haus Lebenden nennt der Erwachte als das Hauptübungsgebiet die Überwindung von Antipathie bis Hass (*vyāpāda*) und von Rücksichtslosigkeit, Grausamkeit, Brutalität (*vihimsā*), diese verdunkelnden, Leid bringenden Eigenschaf-

ten, die sich im Denken, Reden und Handeln offenbaren und Mitwesenen verletzen. Sie zu überwinden, ist vorrangiger als die Überwindung sinnlicher Triebe (*kāma*), zu denen die Geschmäcklichkeit gehört. Aber der Mönch ist ja darum in die Hauslosigkeit gegangen, um durch Überwindung sinnlicher Triebe und durch Herzenshelligkeit das Wohl des Herzensfriedens zu erreichen und über diese Zwischenstufe bleibendes Wohl durch Versiegen aller Triebe. Um dieses Ziels willen gab der Erwachte die Regel der Essensbeschränkung, die einen Mönch, von seiner Gefräßigkeit getrieben, an das „freie“ Hausleben denken lässt, in dem er essen und trinken konnte, wann und wie viel er wollte. Die Sehnsucht nach gutem und reichlichem Essen, die Gefahr des Krokodils überwältigt ihn, zieht ihn hinab, treibt ihn dazu, ins Hausleben zurückzukehren.

Sinnensucht – verglichen mit  
dem Untergehen durch Wasserstrudel

*Was, ihr Mönche, ist die Gefahr der Strudel? Da ist, ihr Mönche, ein Sohn aus gutem Haus von Vertrauen bewogen aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen: „Versunken bin ich in Immer-wieder-Geborenwerden und Immer-wieder-Sterben, in Wehe, Jammer und Leiden, in Gram und Verzweiflung, in Leiden versunken, in Leiden verloren! O dass es doch möglich wäre, dieser ganzen Leidensmasse ein Ende zu machen!“ Nachdem er mit diesen Gedanken in die Hauslosigkeit gezogen ist, zieht er sich am Morgen an, nimmt seine Schale und die äußere Robe und geht in ein Dorf oder eine Stadt um Almosenspeise, ohne auf den Körper zu achten, ohne auf seine Rede zu achten, ohne Wahrheitsgegenwart, ohne die Sinnesdränge zu bewachen.*

*Er sieht einen Hausvater oder den Sohn eines Hausvaters Sinnendinge besitzen und sie genießen. Da denkt er: „Wir, die wir früher im Haus lebten, waren*

*im Besitz und Genuss der fünf Arten von Sinnendingen. Meine Familie ist reich. Ich kann den Reichtum genießen und zugleich Verdienste (für das nächste Leben) anhäufen.“ So gibt er die Askese auf und kehrt ins niedrige Weltleben zurück. Ein solcher, ihr Mönche, sagt man, ist der Gefahr der Strudel erlegen, hat die Askese aufgegeben und ist ins niedrige Weltleben zurückgekehrt. „Die Gefahr der Strudel“, ihr Mönche, das ist eine Bezeichnung für die fünf Sinnesstränge (das Begehren und die Sinnendinge).*

Für die Gefahr der Sinnenlust, die Hingabe an die Sinnesobjekte im Ganzen, gibt der Erwachte das Gleichnis des Strudels, der den Schwimmenden erfasst und in die Tiefe reißt.

Der Mönch ist in die Hauslosigkeit gegangen, weil er erkannt hat: *Alle Dinge sind ungeeignet, sie zu lieben und festzuhalten (M 37)* wegen ihrer Unbeständigkeit und darum Leidhaftigkeit. Er strebt nach dem Erlebnis eines immer tieferen Herzensfriedens, der unabhängig von allem Äußerem ist. Ein solcher mag etwa überlegen: „Ich habe noch starken Bezug zu vielen Menschen und Dingen, starke Bedürftigkeit, starke Anhänglichkeit; und sobald ich mit diesen Menschen oder Dingen in Berührung komme, bin ich wieder gefühlsgeladen, voller Spannungen. Die Neigungen sind wieder geweckt, und ich nehme Stellung, reagiere. Aber dies ist nicht das Wahre, ich muss starke aufreizende, ablenkende Begegnungen meiden, und wenn sie eingetreten sind, hellwach bleiben, mir vor Augen führen, dass gerade diese Reizungen und Ablenkungen es sind, die mich hindern, das einzig wahre und ersehnte Ziel zu erreichen.“

Ein Mensch, der diesen Anblick pflegt, der den totalen, den todlosen Frieden im Nicht-mehr-Bedingten gewinnen will, der erkennt in vollem Maß die Gefahr, die ihm von der Umstrickung durch sinnliche Eindrücke droht:

*Die vom Luger erfahrbaren Formen, die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen, dem Begehren entsprechenden, reizenden,  
die vom Lauscher erfahrbaren Töne, ...  
die vom Riecher erfahrbaren Düfte, ...  
das vom Schmecker erfahrbare Schmeckbare, ...  
das vom Taster (Körper) erfahrbare Tastbare, das ersehnte, geliebte, entzückende, angenehme, dem Begehren entsprechende, reizende.*

Die Gefangenschaft und Ausgeliefertheit dessen, der sich geblendet dem Genuss der Formen, Töne, Düfte, Säfte und den Tastungen hingibt, schildert der Erwachte in M 26:

*Alle die Asketen oder Brahmanen, die die fünf Arten von Sinnendingen verlockt, geblendet, durstgefesselt genießen, ohne das Elend zu sehen, ohne die Möglichkeit der Befreiung zu kennen, müssen bezeichnet werden als elend gefangen, verloren, der Macht des Bösen ausgeliefert. Gleichwie etwa ein Wild des Waldes, das in einer Schlinge verfangen daliegt, als elend gefangen, als verloren bezeichnet werden muss, der Macht des Jägers ausgeliefert, und wenn der Jäger herankommt, nicht fortlaufen kann, wohin es will, ebenso auch müssen alle die Asketen oder Brahmanen, welche die fünf Arten von Sinnendingen verlockt, geblendet, durstgefesselt genießen, ohne das Elend zu sehen, ohne die Möglichkeit der Befreiung zu kennen, bezeichnet werden als elend gefangen, verloren, der Macht des Bösen ausgeliefert.*

Die Schlinge, das sind die fünf Begehrensstränge, in die verstrickt, der Mensch dem Geborenwerden, Altern und Sterben ausgeliefert ist. Darum rät der Erwachte zur Bewachung der Sinnesdränge mit folgendem Wortlaut:

*Hat da der Mönch mit dem Luger eine Form erblickt, so beachtet er weder die Erscheinungen noch damit verbundene*

*Gedanken (Assoziationen). Da Begierde und Missmut, üble und unheilsame Gedanken den, der die Sinnesdränge nicht bewacht, gar bald überwältigen, so übt er diese Bewachung, wacht aufmerksam über die Sinnesdränge. Hat er mit dem Lauscher einen Ton gehört... (M 2, 78, 141). Durch die Erfüllung dieser heilenden Bewachung der Sinnesdränge empfindet er bei sich ein ungetrübtes Glück. (D 2)*

*Er beachtet weder die Erscheinungen noch damit verbundene Gedanken* bedeutet: Er folgt den vordergründigen Sinneseindrücken weder mit zustimmendem Denken, wenn sie ihm ein Wohlgefühl bereiten, noch mit ablehnendem Denken, wenn sie ihm Wehgefühl bereiten. Und er umspinnt die Erscheinungen nicht mit wiederum gefühlsübergossenen Gedankenassoziationen, die an das Wahrgenommene angeknüpft werden, wodurch Begierde bei Erlangen bzw. Traurigkeit, Missmut bei Nichterlangen des Gewünschten fortgesetzt wird. Indem der Mensch so weitersinnt und weiterspinnt, den sinnlichen Eindrücken folgt, von einem zum anderen schweift, vernestelt er sich mehr und mehr in der Welt; ununterbrochen ist das Gemüt bewegt, aufgewühlt, hier in Zuwendung, dort in Abwendung.

Diese Zuneigungen und Abneigungen finden ihren Niederschlag und haben zwangsläufig im Gefolge Verlangen nach dem Ersehnten, Missmut, Trübsinn, Depression und Sorge wegen der Vergänglichkeit oder Abwesenheit des Gewünschten und daraus hervorgehend, Abwendung und Gegenwendung wegen des Unerwünschten – üble und unheilsame Gedanken und Gefühle. Für den die Sinnesdränge nicht Bewachenden gibt es nur zwei Möglichkeiten: Entweder er gibt sich den Zuwendungen und Abwendungen hin, stärkt sie damit und muss dadurch zwangsläufig öfter das Leid der Nichterfüllung erleben mit all ihren Wehgefühlen, oder er unterdrückt die aufgestiegenen Zuneigungen und Abneigungen, ohne sie allmählich durch klares Durchschauen und Bewerten aufzulösen, und muss dann durch den entstehenden Missmut und Unwillen irgendwann doch wieder dazu kommen, sich der Gier und dem

Hass hinzugeben, weil eben alle Wesen nach Wohl streben und Wehe verabscheuen. Die Triebe drohen immer wieder: „Wenn du uns nicht fütterst, rächen wir uns mit Trübsinn und Trauergefühlen“, so wie es in einem Gedicht aus dem 15. Jahrhundert heißt:

*Das Bild sprach zu den Sinnen:  
lasst mich noch einmal ein!  
Ist's dass ich kumm von hinnen,  
so müsst ihr traurig sein.*

Diesen Trug zu durchschauen und zu erkennen, dass der Traurigkeit gerade nie dadurch zu entgehen ist, dass man den Trieben folgt oder sie nur verdrängt, das ist der entscheidende Schritt, um die Sinnenzügelung ernst zu nehmen, den Wert der Sinnenzügelung zu erkennen.

Wer sieht, dass die besseren Absichten nicht erfüllt, die höheren Ziele nicht erreicht werden können, solange er sich schrankenlos den sinnlichen Eindrücken überlässt, der hält sich in zunehmendem Maß von den ablenkenden und erregenden sinnlichen Eindrücken zurück. Er erkennt, dass es vor allem dann, wenn die wilden Tiere der Sinnesdränge sich auf ihr weltliches Futter stürzen wollen und alle Aufmerksamkeit dahin reißen wollen, darauf ankommt, sich nicht in den Bann dieser Blickweise ziehen zu lassen, sondern das Elend dieser Fesselung zu bedenken und sich zurückzuhalten. Die Aufmerksamkeit richtet sich dann nicht auf das scheinbar so schöne Objekt – es zu beachten, „raten“ nur die Triebe –, sondern auf die innere Verfassung des Herzens, die überwältigt würde von Begierden und Missmut, wenn er sich hingeben würde: *Da Begierde und Missmut, üble und unheilsame Dinge gar bald den überwältigen, der die Sinnesdränge nicht bewacht, so übt er sich in dieser Bewachung.*

Nur wer eine starke Überzeugung davon gewonnen hat, dass jeder Genuss, dem der Genießende geistig zustimmt, den Trieb nur stärker macht und daher an den sterblichen Leib



fesselt, kann den Wert der Zügelung der Sinnesdränge erkennen und sich von dieser Zustimmung zu lösen beginnen. Die Zügelung der Sinnesdränge setzt das Wissen voraus, dass der Mensch ohne sie schutzlos der Ausplünderung überlassen ist. Er sieht sich wehrlos den Angriffen der Triebe ausgeliefert, die hemmungslos den Leib zu ihren Lustobjekten hinziehen. Er merkt, dass er sich schützen muss gegen das den Trieben „schön“ erscheinende Verderbliche. Er darf gar nicht hinsehen, um das unaufgestiegene Unheilsame gar nicht erst aufsteigen zu lassen, und muss wissen, dass mit dem Hinsehen das Blenden der Erscheinung ihn bezwingt. Er erkennt: Ich muss eine Mauer bauen, eine Wehr, muss vom Knecht zum Herrn werden, die Zügel in die Hand bekommen.

Der Erwachte gibt ein Gleichnis für die fortgeschrittene Zügelung der Sinnesdränge: Wenn ein Gespann wohlgebändigter Rosse, angeschirrt an einen Wagen, am Ausgangspunkt mehrerer Straßen steht, und es kommt ein guter Rosselenker, nimmt den Treibstock und die Zügel in die Hand und besteigt den Wagen, so kann er mit den Rossen fahren, wohin er will. (S 35,198).

Wer mit der Übung der Zügelung der Sinnesdränge erst anfängt, der merkt, dass ihm durchaus noch nicht ein Gespann gebändigter Rosse zur Verfügung steht und dass er auch noch nicht ein kundiger Rosselenker ist. Er merkt die wilde Jagd seiner Sinnesdränge, des inneren Begehrens. Er merkt, wie er durch die Augen und Ohren ununterbrochen nach außen lüngert und lauscht und den Leib mit sich zieht, um hier zu sehen, dort zu hören, was die Sinnesdränge begehren. Wer dies bei sich erkennt, versteht zum Beispiel, warum der Erwachte sagt, dass dem, der Zügelung der Sinnesdränge übt, Festversammlungen ein Dorn sind (A X,72). Die aufreizende bunte Vielfalt der Dinge lenkt die Aufmerksamkeit ganz stark auf die Objekte, nach welchen die Triebe begehren – und in solcher Situation hat es der Mönch schwer, sich zu bändigen, zu zähmen, zu zügeln. Das wahrlich ist Selbstqual: Sich in Gefahren zu begeben, in denen man umkommen wird.

Darum setzt der so Erkennende seine ganze Stärke für die Bewachung der Sinnesdränge ein, spannt sich an und kämpft.

In unserer Lehrrede schildert der Erwachte einen Mönch, der auf dem Almosengang im Dorf keine Zügelung der Sinnesdränge übt, die Triebe im Körper nicht bewacht. Die Folge davon ist, dass beim Anblick eines Menschen, der die Sinnen Dinge genießt, sein Begehren geweckt wird, die Erinnerung an früheren Sinnengenuss im Hausleben aufsteigt und er der Gefahr der Sinnensucht, des Strudels, erliegt, der ihn in das Hausleben herabzieht.

Vom anderen Geschlecht gereizt – verglichen  
mit dem Unter-Wasser-Gezogenwerden  
durch Alligatoren

*Was, ihr Mönche, ist die Gefahr der Alligatoren? Da ist, ihr Mönche, ein Sohn aus gutem Haus von Vertrauen bewogen aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen: „Versunken bin ich in Immer-wieder-Geborenwerden und Immer-wieder-Sterben, in Wehe, Jammer und Leiden, in Gram und Verzweiflung, in Leiden versunken, in Leiden verloren! O dass es doch möglich wäre, dieser ganzen Leidensmasse ein Ende zu machen!“ Nachdem er mit diesen Gedanken in die Hauslosigkeit gezogen ist, zieht er sich am Morgen an, nimmt seine Schale und die äußere Robe und geht in ein Dorf oder eine Stadt um Almosenspeise, ohne auf den Körper zu achten, ohne auf seine Rede zu achten, ohne Wahrheitsgegenwart, ohne die Sinnesdränge zu bewachen. Er sieht eine leicht bekleidete, nicht richtig angezogene Frau. Und weil er eine leicht bekleidete, nicht richtig angezogene Frau gesehen hat, wird sein Herz von Gier verdorben. Und weil sein Herz von Gier verdorben ist, gibt er die Askese auf und kehrt ins niedrige Wettleben zurück. Ein solcher, ihr Mönche,*

*sagt man, ist der Gefahr der Alligatoren erlegen, hat die Askese aufgegeben und ist ins niedrige Weltleben zurückgekehrt. „Die Gefahr der Alligatoren“, ihr Mönche, das ist eine Bezeichnung für das weibliche Geschlecht.*

*Das sind, ihr Mönche, die vier Gefahren, mit denen Menschen rechnen müssen, die in dieser Lehre und Heilsführung aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen sind. –*

*So sprach der Erhabene. Erhoben und beglückt waren jene Mönche über das Wort des Erhabenen.*

Alligatoren sind eine Familie der Krokodile, zu der auch Kaimane gehören. Sie können Längen bis zu sechs Meter erreichen. Außer von Fischen ernähren sie sich auch von Säugetieren und Vögeln, die sie unter Wasser ziehen und ertränken. – Das Pāliwort *susukā* heißt eigentlich Schlange. *Susu* bedeutet wörtlich zischen. In vier anderen Reden (It 69, 109, 187, 189) steht statt *susukā* „*sāganha, sa-rakkhassa*“ = Wasserdämonen. In It 109 werden diese mit dem weiblichen Geschlecht verglichen.

Der Erwachte sah deutlich die Gefährdung des Reinheitswandels durch die Geschlechtsanziehung bei Nichtgeheilten. Er warnte eindringlich die Mönche (A V,55):

*Keine andere Gestalt kenne ich, Mönche, die so lusterregend, so reizvoll, so berauschend, so bestrickend, so betörend und so hinderlich wäre, die unvergleichliche Sicherheit zu erlangen, als gerade die Gestalt der Frau. Wegen der Gestalt der Frau, ihr Mönche, sind die Wesen in Entzücken und Begierde entbrannt, betört und gefesselt; und lange klagen sie im Bann der weiblichen Gestalt. Ob, ihr Mönche, die Frau geht oder steht, sitzt oder liegt, lacht, spricht, singt, weint, selbst als Leiche, ihr Mönche, fesselt die Frau des Mannes Herz. Sollte man so, ihr Mönche etwas mit Recht als eine vollständige Falle Māros*

*bezeichnen, so hätte man mit Recht die Frau als vollständige Falle Māros zu bezeichnen:*

*Man plaudere eher mit Dämonen  
und Mördern mit gezücktem Schwert,  
berühre eher gift'ge Schlangen,  
selbst wenn ihr Biss den Tod bewirkt,  
als dass man jemals plaudere  
mit einer Frau so ganz allein...*

Natürlich gilt diese Mahnung auch umgekehrt für die Nonnen: „Man plaudere eher mit Dämonen..., als dass man jemals plaudere mit einem Mann ganz allein...“

Wie sehr die Mönche die Verlockung durch das andere Geschlecht befürchteten, zeigt auch Ānandos Frage kurz vor der Erlöschung des Erwachten:

*Wie sollen wir uns, o Herr, zu den Frauen verhalten? – Nicht ansehen, Ānando. – Und wenn uns eine ansieht, wie sollen wir uns verhalten? – Nicht ansprechen, Ānando. – Und wenn uns eine anspricht, wie sollen wir uns dann verhalten? – Der Wahrheit eingedenk sein.*

Hätte eine Nonne den Erwachten gefragt: „Wie sollen wir uns zu den Männern verhalten?“ –, dann hätte sie eine entsprechende Antwort bekommen.

Der erfahrene Mönch merkt die Wahrheit des Satzes: *Die Sinnesdränge nicht bewachen, gefährdet die Keuschheit. (A X, 73)*. Wenn er sich auf der Straße nach Frauen umsieht, ihren Blick sucht, ihren Duft einzieht, ihre Stimmen gern hört, dann bringt das Verstörung und Aufwühlung mit sich, oft mit dem Ergebnis, dass der Mönch der Verführung *durch die Schlange, durch die Dämonen* erliegt und den Orden verlässt.

Auch in den christlichen Orden wird von sexuellen Versuchungen berichtet. Von dem heiligen Franziskus wird berich-

tet, dass er sich bei Reizung der sexuellen Begierde zur Abkühlung in den Schnee warf.

St. Benedikt warf sich in eine Dornenhecke, um wieder zur Besinnung zu kommen.

Ein großer Fortschritt ist es, wenn selbst bei aufdringlichen äußeren Reizen auch kein tief verborgener Trieb mehr da ist, der geweckt werden könnte. So geschah es dem jungen St. Bernhard, dass in einer Herberge die Wirtstochter ihn verführen wollte. Er aber zog seine Kapuze über die Ohren, drehte sich gegen die Wand und sagte, die andere Hälfte der Holzpritsche könne sie haben. Im Kanon wird ebenfalls berichtet, es sei eine hohe Stufe, sich von solchen Versuchungen als Sieger loszureißen. (A V,75-76)

Den Gefahren Zorn, Gefräßigkeit, Sinnenlust, sexuelles Begehren sind viele Mönche in allen Religionen erlegen. Sie mussten das Mönchtum aufgeben, sind ins Hausleben zurückgekehrt oder wurden aus den jeweiligen Orden verbannt. Darum macht der Erwachte die neu eingetretenen Mönche auf diese Gefahren aufmerksam.

Und dieselben Gefahren lauern auch auf den im Haus Lebenden, der nicht unbeirrbar seinen beruflichen, familiären oder sozialen Verpflichtungen nachkommt und bewusst diesen Gefahren aus dem Weg geht. Es besteht immer die Gefahr, dass Zorn, Gefräßigkeit, Sinnenlust, sexuelles Begehren in Hemmungslosigkeit ausufert. Dadurch wird jegliches innere und äußere Vorwärtkommen verhindert, der Süchtige ist unruhig, träge und schlaff, die zwischenmenschlichen Beziehungen sind gefährdet, die Gesundheit wird ruiniert, und Verlust von Ansehen, Freundschaft und Vermögen – Leiden – sind die Folgen.

Die jungen Anuruddher sagen auf Befragen des Erwachten, dass sie am Reinheitsleben als Mönche Freude empfinden in dem Wunsch, das Leiden zu beenden.

Der Erwachte fragt: Was ist zu tun? Wer abgeschieden von weltlichem Begehren, abgeschieden von unheilsamen Gedanken und Gesinnungen das Wohl geistiger Beglückung bis Entzückung oder noch Besseres nicht erlangt, dessen Herz bleibt empfänglich für die fünf Hemmungen, Unlust, Trägheit. Wer geistige Beglückung bis Entzückung oder noch Besseres erlangt, dessen Herz ist nicht empfänglich für die fünf Hemmungen, Unlust und Trägheit.

Auf Befragen des Erwachten sagen die Anuruddher: Wir wissen: Der Erwachte hat die Wollensflüsse/Einflüsse überwunden, deretwegen er besonnen das eine gepflegt, das andere geduldet hat, ein anderes vertrieben hat (drei von sieben Weisen der Triebüberwindung in M 2).

Warum erklärt der Erwachte, dass der Verstorbene triebversiegt, Nichtwiederkehrer, Einmalwiederkehrer, Stromeingetretener ist? Weil Menschen, die Vertrauen haben, hohe Begeisterung, hohe Freude, das Herz auf die innere Art des Verstorbenen sammeln und dadurch weltunabhängiges Wohl gewinnen. Ein Mönch hört vom Erhabenen: „Der Verstorbene ist triebversiegt“ und er hat jenen Ehrwürdigen selbst gesehen oder es ist ihm berichtet worden: Solche Tugend hatte er, so waren seine Eigenschaften, so seine Weisheit, solche übersinnlichen Erfahrungen hatte er, so erlöst war er. Und indem er an das Vertrauen des Verstorbenen, an seine Tugend, seine Erfahrung, sein Loslassen und seine Weisheit denkt, sammelt er sein Herz darauf. Und so gewinnt ein Mönch weltunabhängiges inneres Wohl (*phāsuvihāra*, s. auch M 128).

Ein Mönch hört reden: Der Erhabene hat berichtet: Der Verstorbene ist nach Vernichtung der fünf untenhaltenden Verstrickungen aufgestiegen, wird dort die Triebversiegung errei-

chen, kehrt nicht mehr in die Sinnensuchtwelt zurück – nach Vernichtung der drei Verstrickungen, fast frei von Gier, Hass, Blendung – wird er nur noch einmal in die Sinnensuchtwelt zurückkehren – nach Vernichtung der drei Verstrickungen ist er in den Strom eingetreten – und er hat jenen Ehrwürdigen selbst gesehen oder es ist ihm berichtet worden: Solche Tugend hatte er, so waren seine Eigenschaften, so seine Weisheit, solche übersinnlichen Erfahrungen hatte er, so erlöst war er. Und indem er an das Vertrauen des Verstorbenen, an seine Tugend, seine Erfahrung, sein Loslassen und seine Weisheit denkt, sammelt er sein Herz darauf. Und so gewinnt ein Mönch weltunabhängiges inneres Wohl.

Eine Nonne hört reden: Die verstorbene Nonne ist triebversiegt....

Ein Anhänger/eine Anhängerin hört reden: Der Erhabene hat berichtet: Der Verstorbene ist nach Vernichtung der fünf untenhaltenden Verstrickungen aufgestiegen, wird dort die Triebversiegung erreichen, kehrt nicht mehr in die Sinnensuchtwelt zurück – und er hat jenen Verstorbenen selbst gesehen oder es ist ihm berichtet worden: Solche Tugend hatte er, so waren seine Eigenschaften, so seine Weisheit, solche übersinnlichen Erfahrungen hatte er, so erlöst war er. Und indem er an das Vertrauen des Verstorbenen, an seine Tugend, seine Erfahrung, sein Loslassen und seine Weisheit denkt, sammelt er sein Herz darauf. Und so gewinnt er weltunabhängiges inneres Wohl. Das bringt ihm Wohl und Heil.

## GULISSĀNI

### 69. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Ein Waldeinsiedler hat, wenn er die Ordensbrüder aufsucht, rücksichtsvoll zu sein (zitiert und besprochen in „Meisterung der Existenz“ S.957-958), nicht zur Unzeit ins Dorf zu gehen, nicht zur Unzeit um Almosen zu stehen, nicht hochmütig und eitel, nicht geschwätzig zu sein. Er sollte leicht zu ermahnen sein und mit guten Freunden verkehren, die Sinnesdränge zügeln, sich im Essen mäßigen, wachsam auf die Herzensbefleckungen sein, die Wahrheit gegenwärtig haben, geeint, nicht zerstreut sein, Weisheit entwickelt haben, an die Lehre und Wegweisung angejocht sein, friedvolle Verweilungen pflegen und übersinnliche Zustände zu erwerben trachten. Warum sonst sollte er ein Waldeinsiedler sein!

Auf Befragen: Die genannten Verhaltensweisen und Übungen sollten von allen Mönchen gepflegt werden, auch von denen, die bei Dörfern und Städten leben.



BEI KITĀGIRI  
70. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Der Erwachte gibt die Regel,  
nur einmal am Tag zu essen

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit wanderte der Erhabene im Land Kāsi von Ort zu Ort, von vielen Mönchen begleitet. Da nun wandte sich der Erhabene an die Mönche:*

*Ich nehme, ihr Mönche, einmal am Tag Nahrung zu mir. Einmal am Tag Nahrung zu mir nehmend, erfahre ich Gesundheit und Wohlbefinden, Leichtigkeit des Körpers, Stärke und Wohlsein. Kommt, ihr Mönche, gebt auf das Essen am Abend, nehmt auch ihr, Mönche, einmal am Tag Nahrung zu euch. Einmal am Tag Nahrung zu euch nehmend, werdet ihr Gesundheit und Wohlbefinden, Leichtigkeit des Körpers, Stärke und Wohlsein erfahren. – Ja, o Herr –, erwiderten da jene Mönche dem Erhabenen.*

*Der Erhabene wanderte im Land Kāsi von Ort zu Ort weiter und kam bei einer kāsischen Stadt namens Kitāgiri an. Bei Kitāgiri weilte nun der Erhabene. Damals hielten sich die Mönche Assaji und Punabbasu mit ihren Mönchen bei Kitāgiri auf.*

*Da nun begaben sich viele Mönche dorthin, wo Assaji und Punabbasu mit ihren Mönchen weilten. Dort angelangt sprachen sie zu ihnen:*

*Der Erhabene und die Mönchsgemeinde, ihr Brüder, nehmen nur einmal des Tages Nahrung zu sich, haben das Essen am Abend aufgegeben. Einmal des Tages Nahrung zu sich nehmend, erfahren sie Gesundheit und Wohlbefinden, Leichtigkeit des Körpers,*

*Stärke und Wohlsein. So nehmt auch ihr, Brüder, nur einmal am Tag Nahrung zu euch. Einmal am Tag Nahrung zu euch nehmend, werdet ihr Gesundheit und Wohlbefinden, Leichtigkeit des Körpers, Stärke und Wohlsein erfahren. –*

*Nach diesen Worten sagten die Mönche Assaji und Punabbasu zu jenen Mönchen: „Wir, Brüder, essen am Abend, am Morgen und tagsüber, außerhalb der richtigen (vom Erwachten festgesetzten) Zeit. So erfahren wir Gesundheit und Wohlbefinden, Leichtigkeit des Körpers, Stärke und Wohlsein. Was werden wir da gegenwärtigen Vorteil aufgeben um eines künftigen Vorteils willen? Wir wollen am Abend, am Morgen und tagsüber essen, außerhalb der richtigen Zeit.“*

*Da die Mönche nicht in der Lage waren, die Mönche Assaji und Punabbasu umzustimmen, begaben sie sich zum Erhabenen zurück, begrüßten den Erhabenen ehrerbietig und setzten sich zur Seite nieder. Zur Seite sitzend berichteten nun jene Mönche dem Erhabenen Wort für Wort den ganzen Vorgang. Und der Erhabene wandte sich an einen der Mönche:*

*Gehe, Mönch, und sage in meinem Namen den Mönchen Assajis und Punabbasus: „Der Meister lässt euch Ehrwürdige rufen.“ –*

*Ja, o Herr!–, erwiderte jener Mönch und begab sich dorthin, wo die Mönche Assaji und Punabbasu weilten. Dort angelangt sprach er zu ihnen: „Der Meister lässt euch Ehrwürdige rufen.“ –*

*Gut, Bruder, wir kommen! –, erwiderten die Mönche Assaji und Punabbasu jenem Mönch und begaben sich dorthin, wo der Erhabene weilte. Dort angelangt, begrüßten sie den Erhabenen ehrerbietig und setzten sich zur Seite nieder. Und zu den Mönchen Assaji und Punabbasu, die da zur Seite saßen, sprach der Erhabene:*

*Ist es wahr, dass ihr – als eine Anzahl Mönche zu euch hinging und zu euch sagte: „Der Erhabene und die Mönchsgemeinde, ihr Brüder, nehmen nur einmal des Tages Nahrung zu sich, haben das Essen am Abend aufgegeben. Einmal am Tag Nahrung zu sich nehmend, erfahren sie Gesundheit und Wohlbefinden, Leichtigkeit des Körpers, Stärke und Wohlsein. So nehmt auch ihr, Brüder, nur einmal am Tag Nahrung zu euch. Einmal am Tag Nahrung zu euch nehmend, werdet ihr Gesundheit und Wohlbefinden, Leichtigkeit des Körpers, Stärke und Wohlsein erfahren“ – darauf zu den Mönchen sagtet: „Wir, Brüder, essen am Abend, am Morgen und tagsüber, außerhalb der richtigen (vom Erwachten festgesetzten) Zeit. So erfahren wir Gesundheit und Wohlbefinden, Leichtigkeit des Körpers, Stärke und Wohlsein. Was werden wir da gegenwärtigen Vorteil aufgeben um eines künftigen Vorteils willen? Wir wollen am Abend, am Morgen und tagsüber essen, außerhalb der richtigen Zeit“ ? – Ja, o Herr.–*

Im Anfang des Ordens, als der Buddha noch nicht bekannt und berühmt war, gehörte Mut dazu, einem solchen Asketen ohne Anhang zu folgen. Da fanden nur solche Menschen zu ihm, die das Format und den Blick hatten für die Größe dieses Mannes. Solchen Menschen war es selbstverständlich, nur das Notwendige an Nahrung zu sich zu nehmen, um sich leiblich unbeschwert der inneren Arbeit widmen zu können. Und die bestand einzig darin, sich von allen Verstrickungen zu befreien. Zu jener Zeit brauchte der Erwachte noch keine Verhaltensregeln zu nennen. Der Erwachte bezeichnet (in M 3) denjenigen Mönch als den besseren, als den zu lobenden und zu ehrenden, der, obwohl er einmal keine Nahrung bekommen hat, unbeirrt weiterarbeitet. Diese Haltung fördere ihn in seiner „Genügsamkeit, Zufriedenheit, Loslösung, Leichtigkeit,

Kampfeskraft". Den Mönchen der Anfangszeit des Ordens mag dieser Gedanke Ansporn genug gewesen sein.

Erst als der Orden immer größer und berühmter wurde und als die Bevölkerung glücklich war, dass es solche Mönche gab und diese gern mit der besten Nahrung und Kleidung versorgte, da gingen immer mehr mittelmäßige Menschen in den Orden und zuletzt auch Bettler, die in der bürgerlichen Welt weniger zu essen bekamen, ja, sogar Verbrecher, die verfolgt wurden, und sie brachten natürlich ihre Lebensgewohnheiten mit: Erst das führte zu immer mehr Ordensregeln. Darüber sagt der Erwachte (M 65):

*Erst dann gibt der Erwachte den Mönchen Regeln über äußeres Verhalten, wenn manche auf ungunstigen Einflüssen beruhende Erscheinungen offenbar werden. Sobald nun diese oder jene auf ungunstigen Einflüssen beruhende Erscheinungen im Orden offenbar werden, dann gibt der Erwachte den Mönchen eine zur Wendung dieser Erscheinungen geeignete Regel.*

Im vorliegenden Fall geht es um die Neigung, viel zu essen und die dadurch bedingte Trägheit und Kampfesunlust, wie es in M 16 heißt:

*Da hat ein Mönche so viel gegessen, wie der Magen mag, und gibt sich danach behaglich dem Sitzen, Liegen, Träumen hin. Ein Mönch, der gegessen hat, soviel der Magen mag, und sich danach behaglich dem Sitzen, Liegen, Träumen hingibt, dessen Herz ist nicht geneigt zu heißem Kampf, zum Sichanjochen, zu Ausdauer und Anstrengung.*

Im Anfang brauchte der Erwachte nicht zu sagen, wann am Tag die Mönche um Almosenspeise gehen sollten. Jene großen Heilssucher lebten bescheiden, und es gab keine Probleme. Aber als die Schwächeren in den Orden eintraten, da standen diese fast den ganzen Tag in den Dörfern um Almosen. Da musste der Erwachte die Regel erlassen, nur einmal am Tag zu essen, musste widerstrebende Mönche wie in unserer Lehrrede

auf ihr eigentliches Ziel, die Überwindung der Triebe, hinweisen. - In M 65 wird von einem Mönch namens Bhaddāli berichtet, der ebenfalls wie die Mönche dieser Rede sich weigerte, diese Regel der Essensbeschränkung anzunehmen, später aber zur Einsicht kam. Anders die in unserer Rede genannten Mönche. Zwar sieht es am Ende der Rede so aus, als ob sie zur Einsicht gekommen seien, aber Hellmuth Hecker schreibt: Der hier genannte Assajji - nicht zu verwechseln mit dem gleichnamigen der ersten fünf Geheilten - führte zusammen mit Punabbasu innerhalb der wilden Gruppe der Sechsermönche die wildeste Abteilung (s. CV I,13, VI,16, SA XIII). Der Erwachte verbannte sie später aus Kītāgiri, aber da traten sie aus Trotz aus dem Orden aus.

Nicht augenblickliches Wohlgefühl  
zum Maßstab nehmen,  
sondern dauerhaftes Wohl anstreben

Wie fast alle Menschen nahmen die Sechser-Mönche ihr Gefühl, die Resonanz der Triebe, zum Maßstab ihres Handelns. Sie empfanden reichliches Essen als angenehm und wollten darum nichts von einer Essensbeschränkung wissen. Der Erwachte aber nennt einen anderen Maßstab als das jeweilige Wohlgefühl, wie es durch Berührung der Triebe entsteht, nämlich den Maßstab, ob etwas heilsam, also hilfreich, Wohl bringend für die Zukunft ist. Nicht alle den Trieben entsprechenden Wohlgefühle sind deswegen auch heilsam, und nicht alle den Trieben nicht entsprechenden Wehgefühle sind deswegen unheilsam. Die Mönche haben das Hausleben ja verlassen, um das Leiden zu überwinden. Darum sind alle Wohl- und Weh- und Weder-Weh-noch-Wohlgefühle, durch deren Pflege hernach Leiden entstehen, unheilsam und sind darum durch heilsame zu ersetzen:

*Wie ist es, Mönche? Wisst ihr etwa, dass ich die Lehre so dargelegt habe: Was auch immer ein Mensch emp-*

findet, sei es Wohl oder Wehe oder weder Wehe noch Wohl, bei dem schwinden die unheilsamen Eigenschaften und mehren sich die heilsamen? – Nein, o Herr. – So wisst ihr denn, Mönche, dass ich die Lehre so dargelegt habe: Wenn einer irgendein Wohlgefühl erfährt, dann mehren sich die unheilsamen Eigenschaften und die heilsamen schwinden – wenn einer irgendein Wohlgefühl erfährt, dann schwinden die unheilsamen Eigenschaften und die heilsamen mehren sich. Wenn einer irgendein Wehgefühl erfährt, dann mehren sich die unheilsamen Eigenschaften und die heilsamen schwinden – wenn einer irgendein Wehgefühl erfährt, dann schwinden die unheilsamen Eigenschaften und die heilsamen Eigenschaften mehren sich. Wenn einer irgendein Weh-oder-Wohl-Gefühl erfährt, dann mehren sich die unheilsamen Eigenschaften und die heilsamen schwinden – wenn einer irgendein Weh-oder-Wohl-Gefühl erfährt, dann mehren sich die heilsamen Eigenschaften und die unheilsamen schwinden. – Ja, o Herr. – Gut, ihr Mönche.

Hätte ich das nicht selbst erkannt, nicht gesehen, nicht gefunden, nicht erfahren, nicht mit Weisheit leibhaftig gespürt (*a-phassitam pannāya*): Wenn einer ein Wohlgefühl empfindet und **die unheilsamen Eigenschaften mehren sich** und die heilsamen Eigenschaften schwinden – wüsste ich das nicht und spräche: „Derartiges Wohlgefühl sollt ihr aufgeben“; wäre das richtig von mir? – Nein, o Herr. –

Weil ich dies, ihr Mönche, selbst erkannt, gesehen, gefunden, erfahren, mit Weisheit leibhaftig gespürt habe: Wenn einer ein Wohlgefühl empfindet und **die unheilsamen Eigenschaften mehren sich** und die heilsamen Eigenschaften schwinden, darum sage ich: „Ein solches Wohlgefühl sollt ihr aufgeben.“

*Hätte ich das nicht selbst erkannt, nicht gesehen, nicht gefunden, nicht erfahren, nicht mit Weisheit leibhaftig gespürt: Wenn einer ein Wehgefühl – ein Weder-Weh-noch-Wohlgefühl – empfindet und **die unheilsamen Eigenschaften mehren sich** und die heilsamen Eigenschaften schwinden - wüsste ich das nicht und spräche: „Derartiges Wehgefühl - Weder-Weh-noch-Wohlgefühl - sollt ihr aufgeben“, wäre das richtig von mir? - Nein, o Herr.–*

*Weil ich dies, ihr Mönche, selbst erkannt, gesehen, gefunden, erfahren, mit Weisheit leibhaftig gespürt habe: Wenn einer ein Wehgefühl – ein Weder-Weh-noch-Wohlgefühl – empfindet **und die unheilsamen Eigenschaften mehren sich** u. die heilsamen Eigenschaften schwinden, darum sage ich: Ein solches Wohlgefühl sollt ihr aufgeben.*

*Hätte ich das nicht selbst erkannt, nicht gesehen, nicht gefunden, nicht erfahren, nicht mit Weisheit leibhaftig gespürt: Wenn einer ein Wohlgefühl –ein Wehgefühl – ein Weder-Weh-noch-Wohlgefühl – empfindet und **die unheilsamen Eigenschaften schwinden** und die heilsamen Eigenschaften mehren sich - wüsste ich das nicht und spräche: „Derartiges Wohlgefühl – Wehgefühl – Weder- Weh- noch- Wohlgefühl – sollt ihr gewinnen und darin verweilen“, wäre das richtig von mir? – Nein, o Herr. –*

*Weil ich dies, ihr Mönche, selbst erkannt, gesehen, gefunden, erfahren, mit Weisheit leibhaftig gespürt habe: Wenn einer ein Wohlgefühl - Wehgefühl - Weder-Weh-noch-Wohlgefühl empfindet und **die unheilsamen Eigenschaften schwinden** und die heilsamen Eigenschaften mehren sich, darum sage ich: „Ein sol-*

*ches Wohlgefühl – Wehgefühl – Weder-Weh-noch-Wohlgefühl sollt ihr gewinnen und darin verweilen.“*

*Hätte ich das nicht selbst erkannt, nicht gesehen, nicht gefunden, nicht erfahren, nicht mit Weisheit leibhaftig gespürt: Wenn einer ein Wohlgefühl - Wehgefühl - ein Weder-Weh-noch-Wohlgefühl - empfindet und **die unheilsamen Eigenschaften schwinden** und die heilsamen Eigenschaften mehren sich - wüsste ich das nicht und spräche: „Derartiges Wohlgefühl - Wehgefühl - Weder- Weh-noch-Wohlgefühl - sollt ihr gewinnen und darin verweilen“, wäre das richtig von mir? – Nein, o Herr. –*

*Weil ich dies, ihr Mönche, selbst erkannt, gesehen, gefunden, erfahren, mit Weisheit leibhaftig gespürt habe: Wenn einer ein Wohlgefühl - Wehgefühl - Weder-Weh-noch-Wohlgefühl - empfindet und **die unheilsamen Eigenschaften schwinden** und die heilsamen Eigenschaften sich mehren, darum sage ich: „Ein solches Wohlgefühl - Wehgefühl - Weder-Weh-noch Wohlgefühl sollt ihr gewinnen u. darin verweilen.“*

Mit dem Hinweis auf seine eigene Erfahrung erklärt der Erwachte ausdrücklich, dass er nicht willkürlich aus Autorität die Mönche anweist, Gefühle aufzugeben oder zu pflegen, sondern dass für ihn nur der Gesichtspunkt maßgeblich ist, ob die unheilsamen - d.h. leidbringenden - Eigenschaften schwinden und die heilsamen - d.h. auf die Dauer Wohl bringenden - Eigenschaften sich mehren.

In M 12 beschreibt der Erwachte ausführlicher, dass er die zu allen Zielen hinführenden Verhaltensweisen kennt:

*Die Hölle - das Tierreich - das Gespensterreich - das Menschentum - die Himmelswesen - das Nibbāna kenne ich und den zur Hölle..führenden Weg, und die zur Hölle .. führende Vorgehensweise, durch deren Pflege man nach Versagen des*



*Körpers, jenseits des Todes, zu Verderben und Unheil – zu höchstem Wohl – gelangt: diesen Weg kenne ich.*

Weiter beschreibt er in M 12, dass er der anderen Wesen Herz kennt, ihre unterschiedlichen Zuneigungen u. Abneigungen, ihre dadurch bedingten Gefühle und Wirkenszwänge und dass er sieht, wie die Wesen je nach ihrem Wirken wiederkehren.

Aus Mitempfinden weist er die Mönche an, das Unheilsame - die Mehrung der Triebe durch die positive Bewertung augenblicklich empfundener Wohlgefühle - zu lassen. Von seiner allumfassenden Kenntnis her empfiehlt der Erwachte, nur das durch weltlose Entrückungen aufkommende Wohlgefühl zu pflegen, weil der Erleber zu dieser Zeit frei ist von der dreifachen Last Gier, Hass und Blendung:

*Da verweilt der Mönch abgeschieden von der Sinnensucht, abgeschieden von allen heillosen Gedanken u. Gesinnungen in stillem Bedenken und Sinnen. Und so tritt die aus innerer Abgeschiedenheit geborene Entzückung und Seligkeit ein, der erste Grad weltloser Entrückung. - Zu einer solchen Zeit sinnt er nicht zu eigener Belastung oder zu anderer Belastung oder zu beider Belastung. Sein Gefühl ist zu dieser Zeit ohne Belastung. Lastfrei zu sein, sage ich, ist höchste Labsal der Gefühle. (M 13)*

*Einem solchen geht die frühere Wahrnehmung aus Sinnensucht-Wahrnehmung von Sinnesobjekten (kāma-saññā) unter (D 9).*

Die Entrückungen sind unerlässlich auf dem Weg zum Heil, da ihrem Wohl gegenüber alles sinnliche Wohl verblasst. Der Erwachte empfiehlt den Mönchen immer wieder, die weltlosen Entrückungen anzustreben, aber nur als Mittel zum Zweck, als Durchgangsstufe, um vom Ergreifen der Sinnendinge frei zu werden, und weiter zu streben bis zum Nibbāna. Denn auch die weltlosen Entrückungen sind noch nicht die Freiheit, sind

noch veränderlich, wandelbar, noch nicht ewig, weswegen der Erwachte in M 66 sagt:

*Die weltlosen Entrückungen habt ihr zu pflegen und zu mehren und sie dann als unzulänglich zu erkennen und zu lassen.*

Geheilte brauchen nicht mehr zu streben,  
wohl aber Noch-nicht-Geheilte

*Nicht sage ich, ihr Mönche, von allen Mönchen, dass sie ernsthaft (a-ppamāda) streben müssen, und nicht sage ich, ihr Mönche, von allen Mönchen, dass sie nicht ernsthaft streben müssen. Jene Mönche, ihr Mönche, die da Geheilte sind, Triebversiegte, Endiger sind, die getan haben, was zu tun war, die die Bürde abgelegt, das wahre Ziel erreicht haben, die Verstrickungen an das Dasein abgeschnitten, höchstes Wissen, Erlösung gewonnen haben, von solchen Mönchen sage ich nicht, ihr Mönche, dass sie ernsthaft streben müssen. Und warum nicht? Durch ernsthaftes Streben haben sie erreicht, was zu tun ist, sie sind zum Leichtsinne, zur Lässigkeit nicht mehr fähig.*

*Jene Mönche, ihr Mönche, die noch Übende sind, den höchsten Frieden noch nicht erreicht haben, ihn zu erreichen sich mühen, solchen Mönchen sage ich: „Ernsthaft sollt ihr streben.“ Und warum? Vielleicht werden diese Ehrwürdigen, an geeigneten Orten verweilend, im Umgang mit hilfreichen Freunden ihre (Heils)kräfte weiter entwickeln und jenes Ziel, um desentwillen Söhne aus gutem Haus aus dem Haus in die Hauslosigkeit ziehen, jenes höchste Ziel des Reinheitswandels noch bei Lebzeiten sich offenbar machen, verwirklichen und erringen. Weil ich diese Frucht des ernsthaften Strebens sehe, sage ich: „Diese Mönche sollen ernsthaft streben.“*

## Geheilte und Strebende

*Sieben Arten von Menschen findet man in der Welt.  
Welche sieben?*

- 1. Den Beiderseitserlösten,*
- 2. den durch Weisheit Erlösten,*
- 3. den in überweltlichem Wohl (der acht friedvollen Freiungen) Erfahrenen (K.E.Neumann übersetzt kāyasakkhi mit Körperzeugen),*
- 4. den in der heilenden rechten Anschauung Gesicherten,*
- 5. den durch seine religiöse vertrauende Art Abgelösten,*
- 6. den aus Einblick Nachfolgenden,*
- 7. den aus Vertrauen Nachfolgenden.*

Der Beiderseitserlöste (*ubhatobhāgavimutto*)

*1. Welcher Mensch ist ein Beiderseitserlöster?*

*Da hat, ihr Mönche, ein Mensch die friedvollen Freiungen (*santā vimokkhā*), die formübersteigenden, formfreien, durch und durch ausgekostet/leibhaftig erfahren, und mit Weisheit hat er die Wollensflüsse/Einflüsse gesehen und aufgelöst. Ein solcher wird ein Beiderseitserlöster genannt.*

*Von diesem Mönch sage ich nicht, dass er ernsthaft streben muss. Und warum nicht? Durch ernsthaftes Streben hat er erreicht, was zu tun ist, er ist zum Leichtsinn/ zur Lässigkeit nicht mehr fähig.*

Der Beiderseitserlöste ist ein Heilgewordener, ist von allen Daseinsverstrickungen erlöst. Weil er wie der Vollkommen Erwachte die acht Freiungen (*vimokkha*) an sich erfahren hat, wird er als Gemüts-erlöster bezeichnet und weil er außerdem

wie der Vollkommen Erwachte alle Weisheitsdurchbrüche erfahren hat:

1. das Wahrnehmen der an den Körper gebundenen geläuterten programmierten Wohlerfassungssuche,
2. Klarbewusstes Aussteigen aus dem Körper,
3. Macht über die Materie,
4. das Hören himmlischer Töne,
5. der anderen Personen Herz Erkennen,
6. Erinnerung an frühere Daseinsformen,
7. das Sehen der Wesen in anderen Daseinsformen entsprechend ihrem Wirken,
8. das Sehen der vier Heilswahrheiten,  
Versiegung der Wollensflüsse/Einflüsse –

darum wird er als Weisheitserlöster bezeichnet – insofern die Bezeichnung Beiderseitserlöster.

Die acht Freiungen (s. auch M 77) sind:

1. Sich selbst als formhaft empfindend, sieht er (als Außenwelt) nur noch Form.
2. Sich selbst ohne Form begreifend, sind ihm alle Formen nur Außenwelt.
3. Von (innerer) Schönheit ist er angezogen.(z.B. von dem selbstleuchtenden Herz der Brahmas oder der Leuchtenden)
4. Die Vorstellung des unbegrenzten Raumes,
5. die Vorstellung der unbegrenzten Erfahrung,
6. die Vorstellung des Nicht-irgend-etwas,
7. die Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung,
8. die Auflösung von Gefühl und Wahrnehmung.

Der Weisheitserlöste (*paññāvimutto*)

*2. Welcher Mensch ist ein durch Weisheit Erlöster?  
Da hat ein Mensch die friedvollen Freiungen, die form-  
übersteigenden, formfreien, nicht leibhaftig erfahren,*

*aber mit Weisheit hat er die Wollensflüsse/Einflüsse gesehen und aufgelöst. Ein solcher wird ein Weisheits-erlöster genannt.*

*Von diesem Mönch sage ich nicht, dass er ernsthaft streben muss. Und warum nicht? Durch ernsthaftes Streben hat er erreicht, was zu tun ist, er ist zum Leichtsinn/ zur Lässigkeit nicht mehr fähig.*

Der häufigste Weisheitserlöste ist derjenige, der von den acht Weisheitsdurchbrüchen allein den letzten erfahren hat: das Sehen der vier Heilswahrheiten, die Auflösung der Wollensflüsse/Einflüsse. - Der mittlere Weisheitserlöste ist derjenige, der die letzten drei Weisheitsdurchbrüche erlebt: Rückerinnerung, Verschwinden/Erscheinen der Wesen sehen, die vier Heilswahrheiten erfahren / die Auflösung der Wollensflüsse/Einflüsse. - Der große Weisheitserlöste ist der Beiderseits-erlöste, der neben den acht Freiungen (*vimokkha*) alle acht Weisheitsdurchbrüche erlebt, die auch als „überweltliche Erkenntnisse/Fähigkeiten“ (*abhiññā*) bezeichnet werden.

Im Folgenden werden die Mönche genannt, denen der Erwachte empfiehlt, ernsthaft zu streben, um die Triebversiegung noch in diesem Leben zu erreichen:

Der in überweltlichem Wohl leibhaftig Erfahrene (*kāyasakki*)

*3. Welcher Mensch ist der in überweltlichem Wohl (der acht friedvollen Freiungen) Erfahrene? Da hat ein Mensch die friedvollen Freiungen, die formübersteigenden, formfreien, leibhaftig erfahren und einige Wollensflüsse/Einflüsse hat er gesehen u. aufgelöst. Ein solcher wird ein in überweltlichem Wohl Erfahrener genannt.*

*Von diesem Mönch sage ich, dass er ernsthaft streben muss. Und warum? Vielleicht wird dieser Ehr-*

*würdige, an geeigneten Orten verweilend im Umgang mit hilfreichen Freunden seine (Heils)kräfte weiter entwickeln und jenes Ziel, um dessentwillen Söhne aus gutem Haus aus dem Haus in die Hauslosigkeit ziehen, jenes höchste Ziel des Reinheitswandels noch bei Lebzeiten sich offenbar machen, verwirklichen und erringen. Weil ich diese Frucht des ernsthaften Strebens sehe, sage ich: „Dieser Mönch soll ernsthaft streben.“*

Die Lehrrede A IX,44 gibt Auskunft über den, der überweltliches Wohl leibhaftig erfahren hat.

*Man spricht, Bruder, von dem in überweltlichem Wohl leibhaftig Erfahrenen. Inwiefern aber, Brüder, wird einer vom Erhabenen als ein in überweltlichem Wohl leibhaftig Erfahrener bezeichnet?*

*Da, Bruder, erreicht einer die erste weltlose Entrückung. Und wie weit auch immer jene Erfahrung (āyatana) reicht, so weit hat er sie leibhaftig gespürt (kāyena phassitvā - wörtlich: er ist leibhaftig berührt worden). Insofern hat der Erhabene einen als in überweltlichem Wohl leibhaftig Erfahrenen bezeichnet entsprechend der jeweiligen Art der Erfahrung.*

*Ferner, Bruder, da erreicht einer die 2.-4. Entrückung - die Unendlichkeit des Raumes - die Unendlichkeit der Erfahrung - die Vorstellung ‚Nichts ist da‘ - die Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung - die Auflösung von Gefühl und Wahrnehmung. Und wie weit auch immer jene Erfahrung reicht, so weit hat er sie leibhaftig gespürt. Insofern hat der Erhabene einen als in überweltlichem Wohl leibhaftig Erfahrenen bezeichnet entsprechend der jeweiligen Art der Erfahrung.*

Jeder, der weltlose Entrückungen oder die friedvollen Verweilungen erfahren hat, ist also bereits ein in überweltlichem

Wohl leibhaftig Erfahrener. Unsere Lehrrede (M 70) erweckt den Eindruck, als ob erst derjenige, der alle acht Freiungen erfahren hat, überweltliches Wohl leibhaftig erfahren hätte, also auch die Auflösung von Gefühl und Wahrnehmung, die achte Freiung, die laut M 113 und S 48,40 die Versiegung aller Einflüsse ist, die Triebversiegung, wodurch das Ziel erreicht und damit alles Streben ein Ende hat. Aber nach damaligem Sprachgebrauch scheint laut A IX,43 jede überweltliche Erfahrung ab der ersten Entrückung als eine im überweltlichen Wohl leibhaftige Erfahrung bezeichnet worden zu sein. Und M 64 schildert, welcher Art das Streben eines Heilsgängers ist, wenn er nach der Erfahrung weltloser Entrückung wieder „zu sich kommt“:

*Und was da noch zur Form gehört, zum Gefühl gehört, zur Wahrnehmung gehört, zur Aktivität gehört, zur programmierten Wohlerfahrungssuche gehört – solche Dinge sieht er als unbeständig an; als leidvoll, als Krankheit, als Geschwulst, als Pfeil, als weh und als schmerzhaft; als Fremdes, zur Welt Gehöriges, Leeres: als Nicht-Ich.- Von solchen Dingen säubert er das Herz.*

*Und hat er das Herz von solchen Dingen gesäubert, so sammelt er das Herz auf das Todlose (mit dem Gedanken): „Das ist der Friede, das ist das Erhabene, dieses Zur-Ruhe-Kommen aller Aktivität, dieses Zurücktreten von allen Daseinsanhalten, dies Aufhören des lechzenden Dürstens, die Entreizung, Auflösung, Erlöschung.“*

Solcherart ist also das Streben dessen, der überweltliches Wohl leibhaftig erfahren hat.

Der in der heilenden rechten Anschauung  
Gesicherte (*ditthipatto*)

*4. Welcher Mensch ist der in der heilenden rechten Anschauung Gesicherte? Da hat ein Mensch die fried-*

*vollen Freiungen, die formübersteigenden, formfreien, nicht leibhaftig erfahren, aber einige Wollensflüsse/Einflüsse hat er gesehen und aufgelöst. Die vom Vollendeten aufgezeigte Wahrheit hat er mit Weisheit verstanden und geprüft.*

*Von diesem Mönch sage ich, dass er ernsthaft streben muss. Und warum? Vielleicht wird dieser Ehrwürdige, an geeigneten Orten verweilend im Umgang mit hilfreichen Freunden seine (Heils)kräfte weiter entwickeln und jenes Ziel, um dessentwillen Söhne aus gutem Haus aus dem Haus in die Hauslosigkeit ziehen, jenes höchste Ziel des Reinheitswandels noch bei Lebzeiten sich offenbar machen, verwirklichen und erringen. Weil ich diese Frucht des ernsthaften Strebens sehe, sage ich: „Dieser Mönch soll ernsthaft streben.“*

Der Anblickgesicherte hat die Frucht des Stromeintritts gewonnen. Er ist endgültig in die Heilsanziehung eingetreten und weiß um sein Gesichtsein.(s. M 48) Er sieht sich im Besitz der rechten Anschauung, sie verlässt ihn nicht mehr. Sie ist seinem Wesen eingepägt und steigt auf ohne sein Zutun. Seine Denkgeneigtheit und sein Denkprogramm ist durch immer erneute Wahrheitsassoziationen so geworden, dass er immer mehr die Warte des Zuschauers einnimmt, des Unbetroffenen, der außerhalb des automatisch ablaufenden Flusses der fünf Zusammenhäufungen steht. Vom Erwachten auf den Weg gewiesen, hat er in diesem Anblick nun selbst gesehen, die Wirklichkeit ist sein Meister geworden, er ist jetzt selbstständig, für immer gesichert im Orden des Vollkommen Erwachten. Ein solcher kann keinen neuen Meister wählen, er hat *die Wirklichkeit gesehen, gefasst, verstanden, ergründet, ist der Ungewissheit entronnen, fraglos geworden, in sich selber gewiss, auf keinen anderen gestützt in der Weisung des Meisters.* (M 56, 74, 91, D 14). Er fühlt sich des Nirvāna so sicher wie



der Kronprinz der Königsherrschaft (A IV,87). Wer diesen Anblick hat, braucht keinen Meister mehr. Er empfindet die Wahrheit des Gehörten leibhaftig bei sich selbst (*dhammaveda*), findet sie durch eigenes inneres Wachstum bestätigt, und diese Gewissheit gibt ihm Freude und Kraft (*dhammūpasamhita pāmujja*). Er kann nicht mehr anders, als das immer gesuchte Wohl und Heil mit ganzer Konsequenz auf den endgültig begriffenen richtigen Wegen anzustreben.

Der Weisheitsanblick führt zur Aufhebung vieler Wollensflüsse/Einflüsse, von denen im Folgenden einige genannt werden:

*Da weiß ein Mönche: „Unmöglich ist es und kann nicht sein, dass ein Anblickgesicherter irgendeine Bewegtheit/Aktivität als ewig angehen kann, ein solcher Fall kommt nicht vor.“ Er weiß: „Unmöglich ist es und kann nicht sein, dass ein Anblickgesicherter irgendeine Bewegtheit/Aktivität als wohltuend angehen kann, ein solcher Fall kommt nicht vor.“ Er weiß: „Unmöglich ist es und kann nicht sein, dass ein Anblickgesicherter irgendetwas als Selbst angehen mag, ein solcher Fall kommt nicht vor.“ (M 115)*

M 28 beschreibt die Fortschritte eines Anblickgesicherten:

*Wenn die Leute einen solchen Mönch tadeln, verurteilen, beleidigen, ärgern, so weiß er: „Aufgestiegen ist mir da dieses Wehgefühl, durch Lauscherberührung bedingt. Dieses Wehgefühl ist bedingt, nicht ohne Bedingung aufgekommen. Wodurch bedingt? Durch Berührung bedingt.“ Und: „Die Berührung ist unbeständig“, sieht er. „Das Gefühl ist unbeständig“, sieht er. „Die Wahrnehmung ist unbeständig“, sieht er. „Die Aktivität ist unbeständig“, sieht er. „Die programmierte Wohlerfahrungssuche ist unbeständig“, sieht er. Indem er so die Gegebenheiten (= die fünf Zusammenhäufungen) zum Objekt macht, da wendet sich sein Herz (der Betrachtung) freudig zu, beruhigt sich, steht dabei still und wird frei.*

In M 115 heißt es weiter:

*Der Anblickgesicherte weiß: „Unmöglich ist es und kann nicht sein, dass ein Anblickgesicherter die Mutter oder den Vater des Lebens berauben kann, ein solcher Fall kommt nicht vor. - Unmöglich ist es und kann nicht sein, dass ein Anblickgesicherter einem Geheilten das Leben nehmen oder in übler Absicht das Blut eines Vollendeten vergießen kann, ein solcher Fall kommt nicht vor. - Unmöglich ist es und kann nicht sein, dass ein Anblickgesicherter eine Spaltung im Orden verursachen könnte oder einen anderen Meister wählen könnte, ein solcher Fall kommt nicht vor.“*

Weitere Auswirkungen des rechten Anblicks in der Übungspraxis sind in M 48 genannt:

*Hat er irgendeine Übertretung begangen, die gesühnt werden muss, so geht er alsbald zum Meister oder zu erfahrenen Ordensbrüdern, bekennt sie, deckt sie auf, legt sie dar. Und hat er sie bekannt, aufgedeckt, dargelegt, so hütet er sich künftig.*

Wem der rechte Anblick ganz zu eigen ist, dem ist es gleichgültig, was die Menschen von ihm denken. Wenn er etwas Ungutes getan hat, dann empfindet er große Scham darüber, dass die Menschen ihn vielleicht für besser halten, als er in Wirklichkeit ist. Er weiß: Mir geht es nicht danach, wie andere Menschen mich beurteilen, sondern mir geht es danach, wie ich bin. Er hat die innere Art gewonnen, dass er nichts mehr vor anderen verbergen kann.

*Er ist aktiv dabei, alle mönchischen Obliegenheiten, seien es hohe oder niedrige, zu erfüllen. Er hat das dringende Verlangen, hohe Tugend, hohe Herzensart, hohe Weisheit zu gewinnen. (M 48)*

Wo nur irgendwie Begegnung ist, da hat der Heilsgänger, gleichviel, ob der im Hause Lebende oder der Mönch, die hohe Tugend, die hohe Begegnungsweise im Auge, die von der Welt nichts mehr will: die sanfte Begegnung. Und wenn er

für sich ist, dann ist er entweder mehr in tieferem Nachdenken und Ergründen (*paññā*) oder in der Erhellung des Herzens (*citta*), im Loslassen aller Erscheinungen.

*Offenen Ohres hört er die Wahrheit, erfasst aufmerksam ihren Sinn und ernährt sein ganzes Gemüt mit ihr. - Er hat ein Empfinden für den Sinn, für die Wahrheit und gewinnt mit der Wahrheit verbundene Freude. (M 48)*

Er kann nicht mehr anders, als das immer gesuchte Wohl und Heil mit ganzer Konsequenz auf den endgültig als richtig begriffenen Wegen anzustreben.

Der durch seine religiös vertrauende Art Abgelöste  
(*saddhāvimutto*)

*5. Welcher Mensch ist der durch seine religiöse, vertrauende Art Abgelöste?*

*Da hat ein Mensch die friedvollen Freiungen, die formübersteigenden, formfreien, nicht leibhaftig erfahren, aber einige Wollensflüsse / Einflüsse hat er gesehen und aufgelöst. Sein Vertrauen zum Erwachten ist fest gegründet, hat Wurzel geschlagen.*

*Von diesem Mönch sage ich, dass er ernsthaft streben muss. Und warum? Vielleicht wird dieser Ehrwürdige, an geeigneten Orten verweilend im Umgang mit hilfreichen Freunden seine (Heils)kräfte weiter entwickeln und jenes Ziel, um dessentwillen Söhne aus gutem Haus aus dem Haus in die Hauslosigkeit ziehen, jenes höchste Ziel des Reinheitswandels noch bei Lebzeiten sich offenbar machen, verwirklichen und erringen. Weil ich diese Frucht des ernsthaften Strebens sehe, sage ich: „Dieser Mönch soll ernsthaft streben.“*

Der Ausdruck „Abgelöster oder Erlöster“ (vimutto) kann irritieren, er hat natürlich noch keine endgültige Ablösung gewonnen, sondern nur einige Wollensflüsse/Einflüsse hat er aufgelöst. Die gängige Übersetzung von *saddhā* mit „Vertrauen“ allein ist nicht vollständig. *Saddhā* zu haben, bedeutet, im Kern „religiöse Art“ zu besitzen, „für das Religiöse abgeschlossen sein“ und steht im Gegensatz zu „weltlich interessiert sein“. Diese „religiöse Art“ veranlasst den Menschen, nach dem Sinn des Lebens zu suchen und nach Woher und Wohin des Menschenlebens zu fragen. Sie ist auf innere psychische Vorgänge gerichtet und entwickelt das Empfinden dafür, dass die Wesensgrundlagen, die eigentlichen Lebensdinge, nicht sinnlich wahrnehmbar sind. Trifft er nun auf eine echte religiöse Aussage, dann zieht sie ihn an, wie ein Magnet Eisenspäne anzieht. Er empfindet eine Art Nachhausekommen, eine echte Ergänzung des bisherigen Stückwissens. Er entnimmt aus jener Lehre das Leitbild seines Lebens und die Richtschnur für sein Tun und Lassen.

Seine Ahnung vom Jenseitigen in Verbindung mit dem vom Erwachten Gehörten führt dazu, dass sich sein Grundvertrauen zu Jenseitigem auf den Kündler des Jenseitigen überträgt. Er setzt jetzt ausschließlich auf die geistige Existenzweise als die eigentliche, ist insofern in seinem Grundvertrauen noch stärker geworden.

Wenn ein religiös angelegter Mensch mit solchem Vertrauen den Weg der Läuterung geht und über die Lehre und den Erwachten vollkommen klar geworden ist (*avecca pasāda*), in die Heilsanziehung eingetreten ist, den Stromeintritt gewonnen hat, dann kann er von sich sagen, dass ihn seine religiöse Art zu dieser vollkommenen inneren Klarheit geführt hat. Er hat vollkommene Gewissheit erlangt darüber, dass die Existenz nur aus den fünf Zusammenhäufungen besteht. Seine religiöse Art ist ein in dieses Leben mitgebrachter Drang, der ihn antreibt, Wollensflüsse/Einflüsse aufzuheben. Seine religiöse Art, sein Ahnen, es gebe mehr als er wisse, führt ihn zum Ziel. Dieses Ahnen hatte der Bodhisattva in sehr hohem Maß. Er

sagte von sich: „*Alāro Kalāmo hat saddhā* (religiöse Art, religiöses Ahnen), *ich aber habe auch saddhā* (religiöse Art).“ Seine religiöse Art, seine Grund-*saddhā*, wurde durch das erworbene Wissen nur weiter verstärkt.

#### Die Nachfolgenden (*anusāri*)

6. *Welcher Mensch ist der durch Einblick Nachfolgende? Da hat ein Mensch die friedvollen Freiungen, die formübersteigenden, formfreien, nicht leibhaftig erfahren und die Wollensflüsse/Einflüsse hat er nicht gesehen und aufgelöst. Aber die vom Vollendeten dargelegten Wahrheiten eröffnen sich ihm allmählich und folgende Eigenschaften wirken in ihm: die Heilskraft Vertrauen, Tatkraft, Wahrheitsgegenwart, Herzenseinigung und Weisheit. Ein solcher wird der durch Einblick Nachfolgender genannt.*

*Von diesem Mönch sage ich, dass er ernsthaft streben muss. Und warum? Vielleicht wird dieser Ehrwürdige an geeigneten Orten verweilend im Umgang mit hilfreichen Freunden seine (Heils)kräfte weiter entwickeln und jenes Ziel, um dessentwillen Söhne aus gutem Haus aus dem Haus in die Hauslosigkeit ziehen, jenes höchste Ziel des Reinheitswandels noch bei Lebzeiten sich offenbar machen, verwirklichen und erringen. Weil ich diese Frucht des ernsthaften Strebens sehe, sage ich: „Dieser Mönch soll ernsthaft streben.“*

7. *Welcher Mensch ist ein aus Vertrauen Nachfolgender (saddhānusāri)?*

*Da hat ein Mensch die friedvollen Freiungen, die formübersteigenden, formfreien, nicht leibhaftig erfahren und die Wollensflüsse/Einflüsse hat er nicht gese-*

*hen und aufgelöst. Aber er hat Vertrauen und Liebe zum Erwachten und folgende Eigenschaften wirken in ihm: die Heilskraft Vertrauen, Tatkraft, Wahrheitsgegenwart, Herzenseinigung und Weisheit. Ein solcher wird ein aus Vertrauen Nachfolgender genannt.*

*Von diesem Mönch sage ich, dass er ernsthaft streben muss. Und warum? Vielleicht wird dieser Ehrwürdige an geeigneten Orten verweilend im Umgang mit hilfreichen Freunden seine (Heils)kräfte weiter entwickeln und jenes Ziel, um dessentwillen Söhne aus gutem Haus aus dem Haus in die Hauslosigkeit ziehen, jenes höchste Ziel des Reinheitswandels noch bei Lebzeiten sich offenbar machen, verwirklichen und erringen. Weil ich diese Frucht des ernsthaften Strebens sehe, sage ich: „Dieser Mönch soll ernsthaft streben.“*

In M 34 „Der Rinderhirt“ werden die zwei Arten des Nachfolgenden verglichen mit dem *zarten Kälbchen, das eben erst geboren und vom Muhen der Mutter gelockt, den Strom des Ganges durchkreuzt*. Der Geist des Nachfolgenden hat zweifelsfrei, endgültig, unwiderruflich eingesehen, dass die Auffassung „ich bin“ und „dort ist die Welt“, aus der er Wohl zu erwarten und anzustreben gewohnt ist, Wahn ist, Täuschung ist. Aber mit dieser Einsicht fühlt er sich einsam, da ihm die Nach-außen-Wendung gewohnt und lieb ist und er noch nicht deutlich genug erfahren und sich klar gemacht hat, dass allein innere Helligkeit und Unabhängigkeit von äußeren Dingen eigenständiges Wohl erzeugen. Es ist sein Gemüt, dem die Einsicht von der Nicht-Ichheit noch befremdend ist, und er sucht sehnsüchtig die Nähe der Gleichstrebenden – im Gleichnis die das Kälbchen lockende Mutterkuh.

Der Stromeintritt wird im Gleichnis vom Rinderhirt mit Färsen und Jungochsen verglichen, die stark genug sind, einen Fluss zu überqueren. Nur von Stromeingetretenen wird gesagt

(M 22, 34, 70), dass sie *manche Wollensflüsse/Einflüsse ganz versiegt und drei Verstrickungen aufgehoben* haben. Das aber wird vom Nachfolgenden nicht gesagt. Er hat sie noch nicht aufgehoben, sondern ist noch damit beschäftigt. Vom Strom-  
eingetretenen wird gesagt, dass er *dem Abweg entronnen, zielbewusst der vollen Erwachung entgegeneilt, höchstens noch sieben Leben braucht, bis er das Nibbāna erreicht*, während vom Nachfolgenden nur gesagt wird, *dass er der vollen Erwachung entgegeneilt*. Allerdings heißt es vom fortgeschrittenen Nachfolgenden (S 55,24), dass er nicht mehr den Abweg geht.

Über den Unterschied zwischen den beiden Arten der Nachfolge gibt S 25,1-10 nähere Auskunft. Es handelt sich dort um Nachfolgende, deren Neigung und Fähigkeit zur Betrachtung der fünf Zusammenhäufungen bereits so groß geworden ist und deren Kampfeskräfte so entwickelt sind, dass sie noch in diesem Leben in die Heilsströmung gelangen.

Von dem vertrauend Nachfolgenden heißt es:

*Wer dieser Wahrheit so vertraut, so von ihr angezogen und ihr zugeneigt ist, von dem wird gesagt, dass er den Stand des aus Vertrauen der Wahrheit Nachgehenden erlangt hat. In die rechte zum Heil führende Entwicklung ist er eingetreten. Die geistige Ebene des Heilsgängers hat er gewonnen, und verlassen hat er den Stand des gewöhnlichen Menschen. Unfähig ist er nun, solche Taten zu wirken, durch welche er nach dem Tod unterhalb des Menschentums gelangen könnte, in Hölle, Tierreich, Gespensterreich. Und unmöglich ist es, dass er dieses jetzige Leben beschließt, ohne endgültig die Frucht des Strom-  
eintritts zu erreichen.*

*Wer nun diese Wahrheiten mit klarem Blick allmählich selbst ergründet, den nennt man einen aus Erkenntnis Nachfolgenden, in die rechte, zum Heil führende Entwicklung ist er eingetreten. Die geistige Ebene des Heilsgängers hat er gewonnen, und verlassen hat er den Stand des gewöhnlichen Menschen. Unfähig ist er nun, solche Taten zu wirken, durch welche er nach dem Tod unterhalb des Menschentums gelan-*

*gen könnte, in Hölle, Tierreich, Gespensterreich; und unmöglich ist es, dass er dieses jetzige Leben beschließt, ohne endgültig die Frucht des Stromeintritts zu erreichen.*

Als erkennend Nachfolgender wird also derjenige bezeichnet, der wenigstens das gleiche Vertrauen wie der aus Vertrauen Nachfolgende zum Erwachten und seiner Lehre hat, der aber darüber hinaus nach seinem Wesenszuschnitt das Bedürfnis hat, die Gültigkeit der Lehren in seinem eigenen Leben selber zu beobachten u. zu entdecken.

Dem vertrauend Nachfolgenden genügen die Aussagen des Erwachten über die existentiellen Tatsachen. Er beobachtet die psychischen Vorgänge bei sich mit dem Gedanken: „Dass dieses alles in rieselnder Veränderung vor sich geht, hat der Erhabene gesagt.“ Dieses bedenkend, wendet sich sein Herz immer mehr vertrauend dem Erhabenen zu, das Wort des Buddha ist ihm Autorität. Aber die bei ihm selbst beobachteten Vorgänge widersprechen den Aussagen des Buddha in keiner Weise. Und indem er sich im Lauf der Zeit an diesen Anblick gewöhnt, da entdeckt er nach und nach immer offener, dass sich alles so verhält, wie der Erwachte lehrt. Diese praktische Bestätigung ist für ihn eine nicht notwendige, aber sehr erfreuliche Ergänzung.

Der aus Erkenntnis Nachfolgende hat ebenfalls starkes Vertrauen zu dem Erwachten und zu dieser Lehre, aber dieses Vertrauen ist für ihn der Anlass zum aufmerksamen Forschen, bis er die Wirklichkeit der vom Erwachten gelehrt Vorgänge bei sich entdeckt.

Wir sehen, dass bei beiden Arten von Nachfolgern beides besteht und vor sich geht: sowohl Vertrauen zum Erwachten wie auch Entdeckung der Vorgänge im eigenen Wesen; aber dennoch bildet bei dem einen das Vertrauen den Schwerpunkt seiner Motivation zum Ziel; bei dem erkennend Nachfolgenden aber bildet das vom Vertrauen veranlasste eigene gründliche Suchen den Schwerpunkt bis zum völlig befriedigenden Erkennen der Vorgänge.



In beiden Nachfolgern wirken neben Vertrauen (1. Kampfeskraft) auch die anderen vier Kampfeskräfte: Tatkraft, Wahrheitsgegenwart, Herzenseinigung, Weisheit. Jeder, der Vertrauen zur religiösen Wahrheit mitgebracht hat und belehrt wurde, entwickelt in Abhängigkeit von diesen zwei Faktoren, Vertrauen und Verständnis, geringere oder größere *Tatkraft*. Tatkraft ist also keine selbstständig drängende Kraft, sondern eine vom Vertrauen und den Einsichten des Geistes ausgelöste Aktivität.

Der Erwachte sagt ausdrücklich, dass *sati*, die *Wahrheitsgegenwart* (3. *Kampfeskraft*), der Hüter und Fürsorger des Geistes sei (S 48,42). D.h. der Geist, der bei fast allen Wesen hauptsächlich erfüllt ist von dem, was die fünf Sinnesdränge in den Geist eingetragen haben, wird durch die Wahrheitsgegenwart der wahren Leidenszusammenhänge und der Möglichkeit des Heils umerzogen, indem das Denken nicht mehr von einem der weltlichen Eindrücke zum anderen läuft, sondern sich immer mehr mit der Betrachtung der Möglichkeiten der gesamten Befreiung beschäftigt. So ist *sati* der Erlöser von den Samsara-Drängen. In der gleichen Lehrrede wird weiter gesagt, dass der Hüter und Fürsorger der Wahrheitsgegenwart (*sati*) die Erlösung sei. Dahin also führt die *sati*, wenn sie in der rechten Weise und nach Erfüllung der Voraussetzungen eingesetzt wird.

*Herzenseinigung (samādhi)- 4. Kampfeskraft* - bedeutet, dass der Mensch nicht zerstreut, zerfahren, zerspalten ist. Ein Mensch, der sich in die Welt hinein ausbreitet, der die äußeren Objekte als „Mein“ und als „Interessengebiet“ festhält, der ist zerstreut, fühlt sich erst mit den begehrten Dingen eins. Dadurch ist er verletzbar und in dauerndem Sichmühen, die begehrten Dinge heranzuholen. Dazu muss er den Körper als Sinnenmaschine dauernd von Berührung zu Berührung hetzen.

Wenn aber die sinnlichen Dinge als unbeständig, uneigen durchschaut werden und so ihren verlockenden oder abstoßenden Charakter mehr und mehr verlieren, so beschäftigen sie den Geist nicht mehr, weil sie kein Begehren und Hassen aus-

lösen. Die Gedanken rasen nicht mehr zu den tausend Punkten in Raum und Zeit; dadurch müssen die Sinne immer weniger umherlungern: die Zerstreutheit, die Gespaltenheit, die Zerrissenheit wird so allmählich aufgehoben. Ein solcher Mensch ist nicht mehr auf das Außen angewiesen. Die Flut der Gedanken und Gefühle rast nicht mehr, der Körper ist gestillt, und das tut wohl.

*Der Körpergestillte lebt im Wohl;*

*dem im Wohl Lebenden einigt sich das Herz. (M 7, M 40, D 33V, S 35,97 u.a.)*

Unter der 5. Heilskraft Weisheit (*paññā*) wird der durch Blendung nicht mehr getäuschte, darum unbeirrte und durchdringende Klarblick verstanden. Die Weisheit tritt von den vordergründigen Vorgängen und Begegnungen zurück und betrachtet und beobachtet mit weitreichendem Blick die gesamten Lebenszusammenhänge, erkennt bis zum Grund, was alles zur Leidensdimension gehört, was in sie hineinführt und in ihr beharren lässt, und wodurch man aus dem Leiden herauskommen kann. Die Weisheit nimmt auch vorübergehende Leiden und Mühsale in Kauf, um endgültig aus dem Leiden herauszukommen und damit zum höchsten Wohl zu gelangen.

Der Erwachte nennt drei Arten von Weisheit (D 33 III):

1. die angeborene (*cinta-maya-paññā*), d.h. die Fähigkeit zu der auf die Herkunft gerichteten Aufmerksamkeit, 2. die gehörte (*suta-maya-paññā*) und 3. die entwickelte (*bhāvanā-maya-paññā*) Weisheit, die von den fünf Sinnesdrängen abgelöste, geläuterte Geisterfahrung, die mit dem „Auge der Weisheit“ „sieht“, und zwar unmittelbar „sieht“.

Wer die Wahrheit über Heil und Unheil gehört, aufgenommen und als seine Weisheit im Geist verankert hat (*suta-maya-paññā*), der kann jetzt unbestechlich und endgültig unterscheiden zwischen allem, was für ihn heilsam und unheilsam ist. Wahrheitsgegenwart (3.Heilskraft) und Weisheit (5.Heilskraft) sind geistige Anblickskräfte, die ebenso wie Herzenseinigung (4.Heilskraft) dann wirksam werden, wenn die Tendenzen nach Sinnlichkeit und Vielfalt zurücktreten.

## Zwölf Wachstumsphasen bis zum Heilsstand

*Nicht sage ich, dass man gleich am Anfang vollkommenes Wissen erlangen kann, sondern allmählich sich ühend, allmählich fortschreitend, Schritt um Schritt den gewiesenen Weg beschreitend, erlangt man vollkommenes Wissen.*

*Wie aber kann man allmählich sich ühend, allmählich fortschreitend, Schritt um Schritt den gewiesenen Weg beschreitend, vollkommenes Wissen erlangen?*

1. *Vertrauend kommt einer zu dem Lehrer heran.*
2. *Herangekommen, bezeugt er ihm seinen Respekt.*
3. *Nachdem er ihm Respekt erwiesen hat, hört er ihm genau zu.*
4. *Mit offenem Ohr hört er die Lehre.*
5. *Hat er offenen Ohres die Lehre gehört, behält er sie im Gedächtnis.*
6. *Die so bewahrten Lehren prüft er gründlich auf ihren Sinn.*
7. *Hat er sie gründlich auf den Sinn geprüft, erschließen sich ihm die Lehren.*
8. *Durch das Verständnis der Wahrheit erwächst ein neuer Wille.*
9. *Ist der neue Wille geboren, wird er entschlossen.*
10. *Mit Entschlossenheit wägt er sein Vorgehen ab.*
11. *Klar geworden über sein Vorgehen, arbeitet er sich vorwärts.*
12. *Indem er gründlich und beharrlich arbeitet, erfährt er leibhaftig die höchste Wahrheit, mit aller durchdringender Klarheit sieht er sie.*

Diese zwölf Stufen sind in M 95 in derselben Reihenfolge genannt und erklärt, weswegen wir auf die dortige Erklärung verweisen.

In unserer Lehrrede wird nach der Nennung der zwölf Übungsschritte noch einmal betont, wie das Fehlen der vorangegangenen Wachstumsphase die Ausbildung der anderen unmöglich macht:

*Fehlt nun aber das Vertrauen, so fehlt das Herankommen, fehlt das Respekt Bezeugen, so fehlt das offene Ohr beim Hören der Lehre, fehlt das im Gedächtnis Behaltene, so fehlt das gründliche Auf-den-Sinn-Prüfen und das Sich-Erschließen der Lehre. Fehlt das Sich-Erschließen der Lehre, so fehlt der (neue) Wille. Fehlt die Entschlossenheit, so fehlt das Abwägen des Vorgehens. Fehlt das gründliche Arbeiten - so seid ihr auf unrechtem Weg, auf falschem Weg. Wie weit entfernt sind diese Toren von dieser Lehre und Wegweisung.*

Das Verhalten des vertrauenden Schülers,  
um die Triebversiegung zu erreichen

Nachdem der Erwachte mit dem Bisherigen aufgezeigt hat, worin die Übungen bestehen, um das Heil zu erreichen, spielt er im Folgenden noch einmal an auf den Protest der Mönche gegen die Regel, nur einmal am Tag zu essen. Er deutet mit seinen Worten an, ihr Verhalten ihm oder den Übungen gegenüber erscheine ihm wie das Verhalten eines Käufers gegenüber einem Krämer: „Wenn wir das Gewünschte in der gewünschten Qualität bekommen, dann werden wir es kaufen.“ Auf die Situation der Mönche angewandt: Wenn wir nach Belieben essen können, dann bleiben wir bei den Übungen im Orden. Aber nicht einmal der Meister eines weltlichen Berufs würde so von seinen Schülern behandelt.

In vier Sätzen kennzeichnet er das richtige Verhalten der Mönche dem Erwachten und den Übungen gegenüber, das den vertrauenden Nachfolger zur Triebversiegung führt. Der erste

Satz wendet sich gegen die Überheblichkeit der Mönche dem Erwachten gegenüber. Durch Überheblichkeit ist ein Mensch gehindert am weiteren Streben. Wer sich für besser und größer hält, gewinnt daraus keinen Anreiz, selber besser und größer zu werden. Diesen Anreiz gewinnt der Nachfolger nur dann, wenn er über sich schaut, wenn er auf Größeres sieht:

*Dem vertrauenden Nachfolger, der im Orden des Meisters mit ernstem Eifer sich übt, geht die Zuversicht auf: „Meister ist der Erhabene, Jünger bin ich. Der Erhabene weiß, ich weiß nicht.“*

Ein solcher denkt bei sich, wenn ihn andere loben: „Das bin ich ja nicht, das ist etwas Vergängliches, das mir nicht gehört. - Mich drängen die Triebe, der Erhabene hingegen hat die Triebversiegung erreicht, ich nicht.“ Das Gegenteil von Überheblichkeit, die Frucht ihrer Überwindung ist die Demut. Sie erwächst daraus, dass sich die Nachfolger vergleichen mit der Vollkommenheit, mit dem Heil. Sie werden dann, solange sie dem Heilszustand noch unterlegen sind, ihn noch nicht erreicht haben, nirgends einen Grund zur Überheblichkeit sehen, sondern zur Demut. Je ernsthafter die Nachfolger die Triebversiegung anstreben, um so mehr wird ihr Gemüt von Überheblichkeit frei. Sie nutzen die vielen vom Erwachten gegebenen Übungshilfen, wie etwa die zwölf Wachstumsphasen, entwickeln Tatkraft, Energie, um das Heil zu erreichen.

*Es gibt, ihr Mönche, eine vierfache Aussage, deren Richtigkeit von einem verständigen Mann sofort wise verstanden wird. Ich werde sie euch nennen, ihr Mönche, ihr werdet sie verstehen. – Wer sind wir und wer sind die Versteher der Wahrheit, o Herr! –*

*Wer da ein Meister ist, der das Weltliche liebt, mit Weltlichem verbunden ist, an Weltlichem hängt, selbst der wird nicht wie ein Krämer und Trödler behandelt: „So möchten wir's haben, dann wollen wir uns einlas-*

*sen. Können wir's nicht so haben, wollen wir uns nicht einlassen“; warum denn, ihr Mönche, sollte der Vollendete, der von Weltlichem ganz abgelöst ist, so behandelt werden?*

*1. Für den vertrauenden Schüler, der sich in der Wegweisung des Meisters übt, ist es der Lehre gemäß zu denken: „Der Erhabene ist der Lehrer, ich bin der Schüler. Der Erhabene weiß, ich weiß nicht.“*

*2. Für den vertrauenden Schüler, der sich in der Wegweisung des Meisters übt, ist die Wegweisung des Erhabenen erfrischend und stärkend.*

*3. Für den vertrauenden Schüler, der sich in der Wegweisung des Meisters übt, ist es der Lehre gemäß zu denken: „Von mir aus soll Haut und Sehnen und Knochen einschrumpfen an meinem Leib, austrocknen Fleisch und Blut. Aber meine Energie soll nicht nachlassen, solange ich noch nicht das erreicht habe, was mit mannhafter Stärke, mannhafter Tatkraft und mannhafter Anstrengung erlangt werden kann.“*

*4. Von einem vertrauenden Schüler, der sich in der Wegweisung des Meisters übt, kann eine von zwei Früchten erwartet werden: Vollkommene Wissensklarheit zu Lebzeiten oder ist ein Rest Ergreifen vorhanden, Nichtwiederkehr. –*

*So sprach der Erwachte. Erhoben und beglückt waren jene Mönche über das Wort des Erhabenen.*

## VACCHAGOTTO I

### 71. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Der Wanderasket Vacchagotto: Gehört habe ich, der Asket Gotamo weiß alles, sieht alles, hat jederzeit unbeschränkte Wirklichkeitssicht. – Der Erwachte: Das ist nicht richtig, drei Wissen habe ich: Rückerinnerung an frühere Leben, ich sehe, wie die Wesen je nach ihrem Wirken wiedergeboren werden und habe die Triebe aufgehoben. – Kann ein im Haus Lebender, ohne das Verstricktsein in das Hausleben aufgegeben zu haben, nach dem Tod dem Leiden ein Ende machen? – Nein. – Kann ein im Haus Lebender nach dem Tod in himmlische Welt gelangen? – Fünfhundert und mehr im Haus Lebende sind nach dem Tod in himmlische Welt gelangt.

Kann ein Asket, ein Selbstquäler, nach dem Tod dem Leiden ein Ende machen? – Nein. –

Gibt es einen Asketen, einen Selbstquäler, der nach dem Tod in himmlische Welt gelangt ist? – Wenn ich an die letzten 91 Äonen zurückdenke, erinnere ich mich an keinen Asketen, der sich selber gequält hat und in himmlische Welt gelangt ist – mit einer Ausnahme, der aber glaubte an hilfreiches Wirken. – Die Selbstquäler hatten die Auffassung *Nur durch Wehe lässt sich Wohl gewinnen*. (S. M 14, M 101).

So hat also diese ganze Schar von Selbstqual-Asketen nicht einmal die Möglichkeit, himmlisches Dasein zu gewinnen!

## VACCHAGOTTO II

### 72. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

#### Die Lehrrede

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Sāvathī, im Siegerwald, im Garten Anāthapindikos.*

*Da nun begab sich Vacchagotto, der Pilger, dorthin, wo der Erhabene weilte, wechselte höflichen Gruß und freundliche, denkwürdige Worte mit dem Erhabenen und setzte sich zur Seite nieder. Zur Seite sitzend sprach nun Vacchagotto, der Pilger, zum Erhabenen:*

*Welche Ansicht über das Wesen der Welt und des Lebens lehrt Herr Gotamo? Hat Herr Gotamo die Ansicht: „Ewig ist die Welt, dies nur ist Wahrheit, Unsinn anderes“? – Nicht hab ich, Vacchagotto, solche Ansicht: „Ewig ist die Welt, dies nur ist Wahrheit, Unsinn anderes.“ –*

*Hat dann Herr Gotamo die Ansicht: „Vergänglich ist die Welt, dies nur ist Wahrheit, Unsinn anderes“? – Nicht hab ich, Vacchagotto, solche Ansicht: „Vergänglich ist die Welt, dies nur ist Wahrheit, Unsinn anderes.“ –*

*Wie ist es, Herr Gotamo, hat Herr Gotamo die Ansicht: „Die Welt ist räumlich begrenzt, dies nur ist Wahrheit, Unsinn anderes“? – Nicht hab ich, Vacchagotto, solche Ansicht: „Die Welt ist räumlich begrenzt, dies nur ist Wahrheit, Unsinn anderes.“ –*

*Wie ist es, Herr Gotamo, hat Herr Gotamo die Ansicht: „Die Welt ist räumlich unendlich, dies nur ist Wahrheit, Unsinn anderes“? – Nicht hab ich, Vacchagotto, solche Ansicht: „Die Welt ist räumlich unendlich, dies nur ist Wahrheit, Unsinn anderes.“ –*



*Wie ist es, Herr Gotamo, hat Herr Gotamo die Ansicht: „Leben und Leib sind ein und dasselbe; dies nur ist Wahrheit, Unsinn anderes“? – Nicht hab ich, Vacchagotto, solche Ansicht: „Leben und Leib sind ein und dasselbe.“ –*

*Wie ist es, Herr Gotamo, hat Herr Gotamo die Ansicht: „Leben und Leib sind verschieden; dies nur ist Wahrheit, Unsinn anderes“? – Nicht hab ich, Vacchagotto, solche Ansicht: „Leben und Leib sind verschieden.“ –*

*Wie ist es, Herr Gotamo, hat Herr Gotamo die Ansicht: „Ein Vollendeter besteht nach dem Tod; dies nur ist Wahrheit, Unsinn anderes“? – Nicht hab ich, Vacchagotto, solche Ansicht: „Ein Vollendeter besteht nach dem Tod.“ –*

*Wie ist es, Herr Gotamo, hat Herr Gotamo die Ansicht: „Ein Vollendeter besteht nicht nach dem Tod; dies nur ist Wahrheit, Unsinn anderes“? – Nicht hab ich, Vacchagotto, solche Ansicht: „Ein Vollendeter besteht nicht nach dem Tod.“ –*

*Wie ist es, Herr Gotamo, hat Herr Gotamo die Ansicht: „Sowohl besteht ein Vollendeter nach dem Tod als auch nicht; dies nur ist Wahrheit, Unsinn anderes“? – Nicht hab ich, Vacchagotto, solche Ansicht: „Ein Vollendeter besteht sowohl nach dem Tod als auch nicht; dies nur ist Wahrheit, Unsinn anderes.“ –*

*Wie ist es, Herr Gotamo, hat Herr Gotamo die Ansicht: „Weder besteht ein Vollendeter nach dem Tod noch besteht er nicht; dies nur ist Wahrheit, Unsinn anderes“? – Nicht hab ich, Vacchagotto solche Ansicht: „Weder besteht ein Vollendeter nach dem Tod noch besteht er nicht; dies nur ist Wahrheit, Unsinn anderes.“ –*

*Wie denn nun, Herr Gotamo, zu keiner dieser vielen Ansichten bekennt sich Herr Gotamo. Was findet Herr Gotamo denn so schlimm daran, dass er keine dieser verschiedenen Ansichten hat? –*

*„Ewig ist die Welt“, Vacchagotto, das ist ein Hohlweg der Ansichten, Dschungel der Ansichten, Gestrüpp der Ansichten, das ist ein Sich in Ansichten Winden, Zappeln in Ansichten, Sich Verstricken in Ansichten, ist voll Leiden, Ärger und Verdruss, voll Unruhe und Leidenschaftsieber. Diese Ansicht führt nicht zur Ablösung, Reizfreiheit, Ausrodung (der Triebe), zum Frieden, zu weisheitlicher Durchschauung, zur Erwachung, zum Nibbāna.*

*„Nicht ewig ist die Welt - endlich ist die Welt - unendlich ist die Welt - Leben und Leib ist dasselbe - Leben und Leib sind verschieden - der Vollendete besteht sowohl nach dem Tod als auch nicht nach dem Tod - der Vollendete besteht weder noch besteht er nicht nach dem Tod“ - das ist ein Hohlweg der Ansichten, Dschungel der Ansichten, Gestrüpp der Ansichten, das ist ein Sich in Ansichten Winden, Zappeln in Ansichten, Sich Verstricken in Ansichten, ist voll Leiden, Ärger und Verdruss, voll Unruhe und Leidenschaftsieber. Diese Ansichten führen nicht zur Ablösung, Reizfreiheit, Ausrodung (der Triebe), zum Frieden, zu weisheitlicher Durchschauung, zur Erwachung, zum Nibbāna. Das ist das Schlimme, das ich sehe, weshalb ich keine dieser verschiedenen Ansichten habe. –*

*Hat denn Herr Gotamo überhaupt irgendeine Ansicht? – Ansichten, Vacchagotto, hat der Vollendete abgetan. Denn der Vollendete hat selbst erfahren:*

*„So ist die Form, so entsteht sie, so löst sie sich auf. So ist das Gefühl, so entsteht es, so löst es sich auf. So ist die Wahrnehmung, so entsteht sie, so löst sie sich*

*auf. So ist die Aktivität (im Denken, Reden und Handeln), so entsteht sie, so löst sie sich auf. So ist die programmierte Wohlerfahrungssuche, so entsteht sie, so löst sie sich auf.“*

*Darum, sag ich, ist der Vollendete durch Versie-  
gung, Entreizung, Aufhebung (der Triebe), durch das  
Aufgeben und Loslassen, durch völlige Freiheit von  
Ergreifen erlöst von allen Ansichten und Meinungen,  
frei von allem Ich und Mein machenden Dünkens-  
Geneigtsein (d.h. der Geneigtheit „ich bin“ zu denken und zu  
empfinden). –*

*Ein Mönch, dessen Herz so befreit ist, wo erscheint  
er nach dem Tod wieder? – „Wiedererscheinen“, Vac-  
chagotto, das trifft nicht zu. –*

*Erscheint er dann nicht wieder? – „Nicht wiederer-  
scheinen“, Vacchagotto, das trifft nicht zu. –*

*Dann, Herr Gotamo, erscheint er sowohl wieder als  
auch nicht? – „Sowohl wiedererscheinen als auch nicht  
wiedererscheinen“, das trifft nicht zu. –*

*Erscheint er dann weder wieder noch erscheint er  
nicht wieder, Herr Gotamo? – „Weder erscheinen noch  
nicht erscheinen“, das trifft nicht zu, Vacchagotto. –*

*Wenn Herrn Gotamo diese Fragen gestellt werden,  
erwidert er: „Wiedererscheinen trifft nicht zu“, „Nicht-  
wiedererscheinen trifft nicht zu“, „Sowohl wiedererschei-  
nen als auch nicht wiedererscheinen trifft nicht zu“,  
„Weder erscheinen noch nicht erscheinen trifft nicht  
zu“. Da versteh ich nun gar nichts mehr, Herr Gotamo,  
bin in Verwirrung geraten, und das, was ich in frühe-  
ren Gesprächen mit Herrn Gotamo an Klarheit und  
Befriedung gewonnen hatte, das ist mir wieder verlo-  
ren gegangen. –*

*Das ist verständlich, Vacchagotto, dass du nun gar  
nichts mehr verstehst und in Verwirrung geraten bist.*

*Tief verborgen ist der Heilsstand (dhammo), schwer zu verstehen, still erhaben, nicht erkennbar auf den Wegen des Denkens, in sich geborgen, nur vom Überwinden erreichbar, erfahrbar. Es ist schwer für dich, ihn zu verstehen ohne (rechte) Erkenntnis, ohne Geduld, ohne Hingabe, ohne Übung, ohne Anjochung und Anleitung durch einen Lehrer.*

*Ich werde dir einige Fragen stellen, wie es dir gutdünkt, magst du sie beantworten.*

*Was meinst du, Vacchagotto, wenn da vor dir ein Feuer brennte, wüsstest du: „Hier brennt ein Feuer vor mir?“ - Wenn da vor mir, Herr Gotamo, ein Feuer brennte, wüsste ich: „Hier brennt ein Feuer vor mir.“ -*

*Wenn dich nun, Vacchagotto, jemand fragte: „Dieses Feuer, das da vor dir brennt, wodurch bedingt brennt es?“ So gefragt, Vacchagotto, würdest du was antworten? - Wenn mich, Herr Gotamo, jemand fragte: „Dieses Feuer, das da vor dir brennt, wodurch bedingt brennt es?“, dann würde ich auf solche Frage antworten: „Dieses Feuer, das da vor mir brennt, das brennt durch das Ergreifen von Gras und Zweigen.“ -*

*Wenn da, Vacchagotto, dieses Feuer vor dir erlöschte, wüsstest du: „Dieses Feuer vor mir ist erloschen?“ - Wenn da vor mir, Herr Gotamo, ein Feuer erlöschte, wüsste ich: „Dieses Feuer vor mir ist erloschen.“ -*

*Wenn dich nun, Vacchagotto, jemand fragte: „Dieses Feuer, das da vor dir erloschen ist, wohin, in welche Richtung ging es, nach Osten oder nach Westen, nach Norden oder nach Süden?“ So gefragt, würdest du was antworten? - Das trifft nicht zu, Herr Gotamo, weil ja das Feuer, das durch das Ergreifen (upādāna) von Gras und Holz brannte, dieses nun verzehrt hat und, nicht weiter genährt, eben ohne Nahrung als erloschen bezeichnet wird. -*

*Ebenso, Vacchagotto, ist jede Form, die jemand, der den Vollendeten beschreibt, zur Beschreibung heranziehen könnte, vom Vollendeten aufgegeben, an der Wurzel abgeschnitten, einem Palmstumpf gleichgemacht worden, so dass sie nicht mehr keimen, nicht wiedererscheinen kann. Von jeder Form abgelöst, Vacchagotto, ist der Vollendete, tief, unermesslich, schwer zu ergründen gleichwie der Ozean. „Wiedererscheinen“, das trifft nicht zu. „Nicht wiedererscheinen“ trifft nicht zu, „Sowohl wiedererscheinen als nicht wiedererscheinen“ trifft nicht zu, „Weder wiedererscheinen noch nicht wiedererscheinen“ trifft nicht zu.*

*Jedes Gefühl, das jemand, der den Vollendeten beschreibt, zur Beschreibung heranziehen könnte, ist vom Vollendeten aufgegeben, an der Wurzel abgeschnitten, einem Palmstumpf gleichgemacht worden, so dass es nicht mehr keimen, nicht wiedererscheinen kann. Von jeglichem Gefühl abgelöst, Vacchagotto, ist der Vollendete, tief, unermesslich, schwer zu ergründen gleichwie der Ozean. „Wiedererscheinen“, das trifft nicht zu. „Nicht wiedererscheinen“ trifft nicht zu. „Sowohl wiedererscheinen als nicht wiedererscheinen“ trifft nicht zu. „Weder wiedererscheinen noch nicht wiedererscheinen“ trifft nicht zu.*

*Jede Wahrnehmung, die jemand, der den Vollendeten beschreibt, zur Beschreibung heranziehen könnte, ist vom Vollendeten aufgegeben, an der Wurzel abgeschnitten, einem Palmstumpf gleichgemacht worden, so dass sie nicht mehr keimen, nicht wiedererscheinen kann. Von jeder Wahrnehmung abgelöst, Vacchagotto, ist der Vollendete, tief, unermesslich, schwer zu ergründen gleichwie der Ozean. „Wiedererscheinen“, das trifft nicht zu. „Nicht wiedererscheinen“ trifft nicht zu. „Sowohl wiedererscheinen als nicht wiedererscheinen“*

*trifft nicht zu. „Weder erscheinen noch nicht erscheinen“ trifft nicht zu.*

*Jede Aktivität, die jemand, der den Vollendeten beschreibt, zur Beschreibung heranziehen könnte, ist vom Vollendeten aufgegeben, an der Wurzel abgeschnitten, einem Palmstumpf gleichgemacht worden, so dass sie nicht mehr keimen, nicht wiedererscheinen kann. Von jeder Aktivität abgelöst, Vacchagotto, ist der Vollendete, tief, unermesslich, schwer zu ergründen gleichwie der Ozean. „Wiedererscheinen“, das trifft nicht zu. „Nicht wiedererscheinen“ trifft nicht zu. „Sowohl wiedererscheinen als nicht wiedererscheinen“ trifft nicht zu. „Weder erscheinen noch nicht erscheinen“ trifft nicht zu.*

*Jede programmierte Wohlerfahrungssuche, die jemand, der den Vollendeten beschreibt, zur Beschreibung des Vollendeten heranziehen könnte, ist vom Vollendeten aufgegeben, an der Wurzel abgeschnitten, einem Palmstumpf gleichgemacht worden, so dass sie nicht mehr keimen, nicht wiedererscheinen kann. Von jeder programmierten Wohlerfahrungssuche abgelöst, Vacchagotto, ist der Vollendete, tief, unermesslich, schwer zu ergründen gleichwie der Ozean. „Wiedererscheinen“, das trifft nicht zu. „Nicht wiedererscheinen“ trifft nicht zu. „Sowohl wiedererscheinen als nicht wiedererscheinen“ trifft nicht zu. „Weder Erscheinen noch nicht erscheinen“ trifft nicht zu. –*

*Nach dieser Rede sprach Vacchagotto, der Pilger, zum Erhabenen:*

*Gleichwie etwa, Herr Gotamo, wenn sich da in der Nähe eines Dorfes oder einer Stadt ein großer Sālabaum befände, und die Vergänglichkeit hätte seine Blätter und Zweige, seine Rinde und sein Grünholz abgetragen, so dass er später, nachdem er von Blättern*

*und Zweigen entblößt, von Rinde und Weichholz entblößt, rein würde, ausschließlich aus Kernholz bestehende - ebenso nun auch ist hier des Herrn Gotamo Darstellung frei von Blättern und Zweigen, frei von Rinde und Weichholz, rein aus Kernholz bestanden. - Vortrefflich, Herr Gotamo, vortrefflich, Herr Gotamo! Gleichwie etwa, Herr Gotamo, als ob man Umgestürztes aufstellte oder Verdecktes enthüllte oder Verirrten den Weg wiese oder ein Licht in die Finsternis hielte: „Wer Augen hat, wird die Dinge sehen“, ebenso auch hat Herr Gotamo die Wahrheit gar vielfach aufgezeigt. Und so nehme ich bei Herrn Gotamo Zuflucht, bei der Lehre und bei der Gemeinde der Heilsgänger. Als Anhänger möge mich Herr Gotamo betrachten, der bei ihm lebenslang Zuflucht genommen hat.*

#### Der Erwachte hat keine Ansichten

Der Pilger Vacchagotto stellt an den Erwachten die üblichen Fragen über das Wesen der Welt. Er beginnt mit der Frage, ob der Erwachte wohl die Ansicht teile, dass die Welt ewig sei und dass jede andere Auffassung Unsinn sei. Der Erwachte antwortet darauf, dass er diese Anschauung nicht hege. Also fragt Vacchagotto weiter, ob der Erwachte der Ansicht sei, dass die Welt vergänglich, also zeitlich begrenzt sei und dass jede andere Auffassung Unsinn sei. Und wieder sagt der Erwachte, solche Ansicht habe er nicht.

Bei diesen Antworten des Erwachten ist zu beachten, dass der Erwachte nicht sagt, die Welt sei ewig oder vergänglich, sondern er sagt nur, dass er solche Ansichten nicht habe. Diese Antwort ist also keine Aussage über die Welt, sondern eine Aussage über die nicht vorhandenen Ansichten des Erwachten.

Dann fragt Vacchagotto nach der Auffassung des Buddha über die räumliche Ausdehnung der Welt, ob sie unendlich oder endlich sei. Wieder bekommt er die gleichen Antworten,

dass der Erwachte solche Anschauungen nicht habe. Der Erwachte macht hier also eine Unterscheidung zwischen dem Gegenstand der Betrachtung und der Ansicht darüber.

Wir als normale Menschen können nur die Ansicht, die Auffassung, die Vorstellung haben, dass die Welt wohl ewig oder zeitlich, d.h. vergänglich, räumlich begrenzt oder unbegrenzt sei, aber wir sind uns klar, dass das unsere Ansicht ist und dass wir damit doch nicht genau wissen, wie die Wirklichkeit ist. Beim Erwachten aber haben wir das Vertrauen, dass er ganz klar weiß, wie es in Wirklichkeit mit der Welt, mit dem Leben und dem Vollendeten ist, d.h. dass seine Ansicht mit der Wirklichkeit übereinstimmt. Aber wenn er hier ausdrücklich sagt, dass er keinerlei Ansichten darüber hege und pflege, so hat er damit noch nichts über die Wirklichkeit der Welt gesagt.

Ebenso hat er keine Ansicht darüber, ob Leben und Leib dasselbe oder verschieden ist. Die Menschen, die davon ausgehen, dass ein Ich in der Welt ist, wollen von dem Ich gern wissen, ob der Leib schon das lebendige Ich ist, denn das hieße ja, wenn der Leib vernichtet ist, ist auch das lebendige Ich, das Leben, vernichtet, oder ob das lebendige Ich etwas anderes sei als der Leib. Die meisten Inder der damaligen Zeit waren der Ansicht, dass der Leib etwas anderes ist als das lebendige Ich, so dass, wenn der Leib stürbe, das Ich aber weiterwandere, also wieder und wieder geboren werde. Jeder Kenner der Lehre wird sofort denken, dass ja auch der Erwachte sage, dass die Wesen unendlich im Samsāra wandern, also immer wiedergeboren werden. Und doch sagt der Erwachte, dass er diese Ansicht nicht hege.

Der Erwachte sagt sogar, solche Ansichten würden in Sackgassen führen, würden die Aufhebung des Leidens verhindern.

Aus dieser Aussage des Buddha wird Vacchagotto nicht klug. Denn jeder indische Religionslehrer und Philosoph fängt ja gerade seine Tätigkeit damit an, dass er eine Ansicht verkündet und sie gegen andere Ansichten verteidigt. Und hier ist



der Asket Gotamo, der doch eine so große Anhängerschaft hat, der bekennt sich zu keiner der bestehenden Ansichten! Vacchagotto fragt darum genauer: *Bekannt denn Herr Gotamo überhaupt irgendeine Ansicht?*

Und nun gibt der Erwachte wieder eine Antwort, die Vacchagotto nicht versteht.

Ein Geheilte braucht keine Ansichten mehr,  
denn er sieht die Wirklichkeit,  
hat sie selbst erfahren, erlebt

Der Erwachte sagt: Ein Geheilte hat keine Ansichten mehr, denn er sieht, unverblendet durch Triebe, das Zusammenwirken der fünf Zusammenhäufungen. Weil er selber sieht, braucht er keine Ansichten und Meinungen. Aber auch das versteht Vacchagotto nicht. Er kommt zu der schon vorher geäußerten Frage zurück, ob ein Vollendete nach dem Tod besteht bzw. ob er wiederscheint, und der Erwachte antwortet wieder in seiner üblichen Geduld: „*Wiederscheinen - nicht wiederscheinen trifft nicht zu.*“ Da ist Vacchagotto mit seiner Weisheit und mit seiner Geduld zu Ende und sagt, dass er nun sein früheres Vertrauen zum Erwachten verloren habe.

Die Beantwortung der Frage, warum der Erwachte keine Ansichten hat, liegt in dem Verständnis der fünf Zusammenhäufungen. Der Erwachte braucht keine Ansichten, weil er klar gesehen hat, was im Grund da vor sich geht, wo der normale wahnbefangene Mensch den Eindruck hat „Ich bin in der Welt“ und wo er wegen dieses Eindrucks nun auch wissen will, welches die Beschaffenheit der Welt ist und ob das Ich nach dem Tod weiterlebt oder nicht. In der Biologie wird Leben definiert als Anpassungsfähigkeit an Naturgegebenheiten, denn das kann man sinnlich beobachten. Aber damit ist noch nichts darüber ausgesagt, was Leben eigentlich ist, nämlich Erleben, Wahrnehmen, Wissen sowie Wollen und Fühlen. Wo wir denken: „Ich lebe in der Welt“, da findet in Wirklichkeit

nur die Wahrnehmung (3. Zusammenhäufung) von Formen (1. Zusammenhäufung) und Gefühlen (2. Zusammenhäufung) statt, aus denen sich der Geist das Bild eines Ich in der Welt aufbaut, auf die dann reagiert wird (4. und 5. Zusammenhäufung). Weil Wahrnehmung von Ich und Welt ist, darum wird ein Sein von Ich und Welt behauptet. Aber Ich und Welt sind in der Wahrnehmung, sind Wahrnehmungsinhalte. Und Gefühl und Wahrnehmung eines Ich und einer Umwelt gehen im Wachen ebenso wie im Traum immer nur aus den Trieben des Herzens hervor, sind Bewegtheiten des Herzens. Die Triebe des Herzens erzeugen den Wahn einer Welterscheinung. Die Wesen meinen, da draußen sei die Welt, die eben so ist, wie sie ist, man sei ihr ausgeliefert, man sei in ihr geboren, man würde in ihr sterben. Dabei kommt dieses Erleben von Welt von innen, von den Trieben des Herzens. Dass sie den Wesen als außen erscheint, ist ein Wahn, ein Traum, eine Einbildung, eine Blendung, eine Luftspiegelung. Wenn das Herz rein wird, frei von den Gewohnheitsbanden des Ergreifens, dann wird keine Welt mehr erlebt. Welt ist weder endlos noch begrenzt, sie ist ein Wahntraum.

Solange man an die Welterscheinung als an eine wirkliche Welt glaubt, breitet man sie weiterhin aus. Die Welt ist weder ewig noch zeitlich. Ihre Dauer steht nicht fest, sondern hängt ab von den Trieben des Herzens. Ein zur Vielfalt geneigtes Herz wird immer Welt entwerfen. So sagt der Erwachte auch in M 63 zu einem zweifelnden Mönch: Wenn du die Ansicht hast: „Die Welt ist räumlich endlich oder unendlich, zeitlich oder ewig“ usw., dann ist kein Reinheitsleben, d.h. die Läuterung des Herzens von den Trieben, möglich. Spekulationen über die Welt und das Leben zu hegen, zu diskutieren ist unheilsam, führt nicht zur Aufhebung des Leidens. Wenn du dir aber des triebbedingten Charakters aller Erscheinungen bewusst bist und durch allmähliche Läuterung die Triebe selbst aufhebst, dann schwinden die vielfältigen Erscheinungen, nach deren Einzelheiten du fragst.

Hinzu kommt noch: Wer sich auf den Weg macht, welcher aus dem Leiden herausführt, der kommt allmählich auch in das Stadium einer unvorstellbaren geistigen Ausweitung durch den Zustand der Herzenseinigung. In M 25 ist die Rede von solchen Asketen, die nicht wie die erste Gruppe von vornherein alle sinnlichen Dinge genießen - auch nicht wie die zweite Gruppe sich zuerst in selbstquälerischer Weise von den Sinnendingen zurückziehen, aber bald wieder der Sinnlichkeit verfallen, vielmehr halten diese Asketen als dritte Gruppe sich in maßvoller Weise von den Sinnendingen fern, aber sie erlangen nicht die weltlosen Entrückungen. Und weil diese Wesen nun aus dem Gefängnis der sinnlichen Gewöhnung, dem Weltgefängnis, nicht herauskommen, aber sinnliche Befriedigungen meiden, so verfallen sie dem Ergreifen von Ansichten (*ditth-upādāna*), befriedigen sich an Ansichten, wie „Ewig ist die Welt, nicht ewig ist die Welt“ usw. Erst die vierte Gruppe von Asketen gewinnt die weltlosen Entrückungen und hat damit das Auslösen von Ich und Welt kennengelernt, und dann sind alle Fragen und Ansichten über Ich und Welt hinfällig.

Der Erwachte spricht von allen Zusammenhäufungen je einzeln. Er sagt von jeder, er habe beobachtend erfahren, was Form bis programmierte Wohlerfahrungssuche ist, wie sie entstehen und sich wieder auflösen. Und er sagt gleich anschließend, dass darum alle Auffassungen, alles Vermeinen und Denken, alle menschlichen Vorstellungen „ich bin“ und „das ist mein“ von ihm abgetan sind.

Der unbelehrte Mensch, der am Körper hängt, identifiziert sich mit dem Körper, zählt ihn zu sich. Für ihn bedeutet der Untergang des Körpers sein Untergang, der Schmerz des Körpers sein Schmerz. „Selbstverständlich gehört der Körper mit den Sinnesorganen mir, ist mein Selbst“, denkt und sagt der unbelehrte Mensch. Über das, was mir gehört, habe ich Verfügungsgewalt. Der Mensch hat aber keine Verfügungsgewalt über den Körper. Der Körper entwickelt sich nach eigenen Gesetzen. Er wird krank oder gesund unabhängig von unserem

Willen. Wir müssen den Körper so nehmen wie er ist und seine Wandlungen so hinnehmen, wie sie vor sich gehen. Der Körper ist tatsächlich nur etwas Geliehenes, das eine Zeitlang in seiner Weise zur Verfügung steht, und das auch nur sehr begrenzt. Er ist nach einem bestimmten Gesetz angetreten, und er läuft seinen Weg nach diesem Gesetz. Wir sind oft ärgerlich oder traurig über diese Eigenwilligkeit, wir sind entsetzt über den Untergang des Körpers, aber wir sind machtlos. Der Körper ist wie ein „Darlehen“: Zu irgendeiner Zeit kommen die Eigner und holen sich ihr Darlehen zurück, und dies können wir nicht verhindern.

Die drei Merkmale aller Erscheinungen: unbeständig, leidvoll, nicht-Ich zeigen sich nicht nur beim Körper, sondern in der ganzen Existenz, in allen fünf Zusammenhäufungen:

Bei der Berührung der zum Ich gezählten Form, des Körpers, mit der Form, die als „außen“ erfahren wird (1. Zusammenhäufung), werden die Triebe im Körper berührt und äußern ihre Anziehung oder Abstoßung mit Gefühl (2. Zusammenhäufung), was als gefühlsbesetzte Wahrnehmung/Bewusstsein (3. Zusammenhäufung) in den Geist eingetragen wird. Diese Eintragungen von Formen und Gefühlen geschehen in rasanter ständig wechselnder Folge, auf die reagiert wird (4. Zusammenhäufung). Zum Beispiel reagiert ein Mensch, der nur ein altes Auto besitzt, auf den Anblick eines neuen Autos mit erfreutem oder neidischem Denken, Reden oder Handeln, was oft als im Geist bereits programmiertes Assoziations- und Verhaltensschema abläuft (5. Zusammenhäufung).

Von jeder einzelnen der fünf Zusammenhäufungen muss man sagen, dass sie in rieselnder Veränderung besteht, und alle Fünf bestehen in einem voneinander abhängigen rasanten, ständig seinen Rhythmus wechselnden Ablauf: eines bedingt das andere - ein Zusammenspiel, das unabhängig von unserem Willen abläuft nach eingegebenen Automatismen. Je mehr wir ergreifend, hoffend und wünschend da hinein verwoben sind, um so mehr empfinden wir den ständigen Entstehens-

Vergehens-Fluss als eigen und sind leidvoll betroffen über Veränderungen, die den Trieben zuwiderlaufen, erkennen nicht die bedingte, unabhängig von unseren Wünschen automatisch ablaufende Geschobenheit - eben die Nicht-Ichheit, Nicht-Meinheit, und das heißt Nichtlenkbarkeit des Ablaufs der fünf Zusammenhäufungen. Wir werden von den einen Dingen angezogen und von den anderen abgestoßen. Diese Anziehung und Abstoßung - Gier und Hass, wie meistens übersetzt wird - ist die Ursache dafür, dass wir auf der Suche nach Befriedigung das Angenehme zu erhalten streben und das Unangenehme abzuweisen streben. Beides ist Befriedigung, und dadurch bleiben wir in ununterbrochenem Umgang mit den fünf Häufungen, häufen sie immer weiter zusammen. Und Anziehung und Abstoßung, die Ursache für das Sichbefriedigen, besteht nicht außerhalb der fünf Zusammenhäufungen, sondern wohnt der ersten Zusammenhäufung, dem Körper des normalen Menschen, inne, durchzieht ihn wie Magnetismus das Eisen. Der Luger, der Trieb im Auge, mag das eine gern sehen, das andere nicht, der Lauscher, der Trieb im Ohr, hört das eine gern, das andere nicht, ebenso lungern die anderen Sinnesdränge nach außen, sind scharf auf bestimmte Berührungen. Anziehung und Abstoßung schaffen den Eindruck von Wollen und Fühlen, erwecken den Eindruck einer Ichperspektive, der angenehme oder unangenehme oder gleichgültige Formen, Töne usw. - eben die Außenformen, die Welt - gegenüberstehen. Diese Täuschung, dieser Wahn - bedingt durch Anziehung und Abstoßung - offenbart sich im Anstreben, Beabsichtigen, eben der geistigen Aktivität (4. Zusammenhäufung) und erweckt den Eindruck eines denkenden und handelnden Ich.

Wenn ein nicht nur auf vordergründiges, bald wieder vergehendes Wohl programmierter, sondern längerfristiges Wohl und Sicherheit suchender Geist von Religionslehrern hört, dass vordergründige Wohlsuche und dadurch bedingte Abhängigkeit in immer größeres Leiden verstrickt und dies bei sich selber erfährt, dann stellt er die gewonnene rechte Anschauung

von dauerhafterem Wohl über sein vordergründiges Dichten und Trachten und steht somit außerhalb, oberhalb der primitiven Wohlsuche, die er beobachtet. Er nimmt wahr, dass das übliche Jagen nach sinnlichem Wohl dem zermürbenden Wechsel von Erlangen und Nichterlangen, Altern und Sterben ausliefert und dass rücksichtsloses Entreißen dessen, was man selber begehrt, Feindschaft erzeugt. Der beobachtende Geist erkennt: Diese immer wieder Feindschaft erzeugenden Triebe fesseln an Vergängliches, an leidvolles Erleben. Diese Einsicht, gewonnen durch Beobachtung der vordergründigen Wohlsuche und ihre negative Bewertung, geschieht nicht außerhalb der fünf Zusammenhäufungen, sondern ist eine Reaktion (4. Zusammenhäufung) auf die Wahrnehmung (3. Zusammenhäufung) „leidvoll ist vordergründige Wohlsuche“. Es ist die Einsicht: Leidvoll und vergeblich ist der Versuch, angenehmes Gefühl (2. Zusammenhäufung) durch Herannehmen, Ergreifen von angenehm zu empfindenden Formen (1. Zusammenhäufung) an die Sinnesorgane (1. Zusammenhäufung) zu erlangen. Dabei werden alle entsprechenden Erfahrungen im Geist gespeichert und untermauern diese Einsicht, so dass sie bei jedem Erlebnis spontan mit aufkommt, d.h. bereits programmiert ist (5. Zusammenhäufung).

Und wenn nun gar die Lehre des Erwachten in den Geist aufgenommen wird, dass es ein Wohl außerhalb alles Bedingten und darum Unbeständigen und Leidvollen gibt durch Lösung von allem Bedingten, dann beobachtet der Übende dieses automatische Zusammenspiel der fünf Zusammenhäufungen als einer, dessen Geist auf das höchste Wohl programmiert ist.

Wer den ständig sich verändernden Automatismus der fünf Zusammenhäufungen bei sich sieht, kann nicht mehr ein Ich annehmen, das Ansichten hätte. Da wird nur die verknüpfende Tätigkeit des Geistes gesehen, die auf Grund der eingetragenen gefühlsbesetzten Wahrnehmungen Gedanken hervorbringt, die der Verblendete als „meine Ansicht“ bezeichnet und absetzt gegen die Ansichten anderer in dem Wahn „Ich

lebe in dieser Welt.“ Diesen Wahn hat der Erwachte aufgehoben: Da ist gar kein Ich, das Ansichten hätte, da ist nur das automatische Zusammenspiel der fünf Zusammenhäufungen.

So lenkt der Erwachte Vacchagotto ab von den verschiedenen Ansichten, die ein Ich in der Welt haben kann, und lenkt ihn hin auf die Betrachtung der fünf Zusammenhäufungen, die den Wahn eines Ich in einer Welt erzeugen.

Der Erwachte ist „durch völlige Freiheit von allem Ergreifen erlöst von allen Ansichten und Meinungen“. „Völlig frei von Ergreifen“ - *anupādāna* - das muss man versuchen sich vorzustellen. Wenn der normale Mensch etwas Angenehmes oder Unangenehmes sieht oder hört, dann fühlt er sich sofort entsprechend berührt, betroffen, getroffen. Dieses Betroffensein des normalen Menschen vergleicht der Erwachte (M 119) mit einem Haufen feuchten Lehm und alle Sinneseindrücke mit Steinkugeln, die in den Lehm geworfen werden und tief in ihn eindringen. Der Geheilte aber, der durch nichts getroffen werden kann, nichts annimmt, ergreift, wird verglichen mit einer Eichenbohle und alle Sinneseindrücke mit Wollknäueln, die an die Eichenbohle geworfen werden, aber in keiner Weise eindringen können.

Wir leben und weben und sind in und mit den fünf Zusammenhäufungen, die den Eindruck erwecken „ich bin in der Welt“. Wenn die fünf Zusammenhäufungen sich verändern, härter, schmerzlicher werden, dann entsteht der Eindruck: „Ich bin in entsetzlichen Nöten“, und wenn sie heller, lichter, wohlthuender werden, dann entsteht der Eindruck: „Ich bin im Himmel.“ Je nachdem wie wir auf die Wahrnehmungen reagieren (die zwei letzten Zusammenhäufungen), werden wieder Formen und Gefühle wahrgenommen. Der Vollendete aber reagiert nicht mehr, weil er nicht mehr getroffen werden kann. Er identifiziert sich nicht mehr mit den fünf Zusammenhäufungen, er ist frei von jeglichem Ergreifen und Annehmen.

## Besteht ein Vollendeter nach dem Tod?

Diese ganz verständliche Frage wurde auch in anderen, nicht-buddhistischen Kreisen gestellt, denn man will eben wissen, ob die Früchte der Bemühungen um Heiligkeit auch in einem immerwährenden unzerstörbaren Wohl und in ewiger Sicherheit bestehen oder ob dieses Wohl mit dem Fortfall des Leibes doch wieder aufhöre, also von begrenzter Dauer sei. Diese Frage ist darum häufiger und auch sehr präzise wie in unserer Lehrrede in der vierfachen Formulierung gestellt, nämlich

1. ob ein Vollendeter nach dem Tod besteht,
2. oder ob er nicht mehr besteht,
3. oder ob er eine Art hat, dass er nach dem Tod sowohl besteht als auch nicht besteht,
4. oder ob es für den Vollendeten nach dem Tod einen Zustand gibt, von dem man sagen muss, dass er weder besteht noch nicht besteht.

Auf alle diese Fragen sagt der Erwachte immer, das treffe nicht zu.

Der Erwachte sah, dass auf dem von ihm zurückgelegten geistigen Entwicklungsweg vom normalen Menschen bis zum endgültig Geheilten und Vollendeten Erfahrungen und Erlebnisse gewonnen wurden, die er vorher gar nicht ahnen konnte und die die allermeisten Menschen, selbst dann, wenn sie ihnen gut erklärt werden, kaum verstehen können, so dass sie gar nicht den Mut haben, in die Übungen einzutreten, die zu den starken inneren Veränderungen führen, deren letztlisches Ergebnis eben die Erwachung, die Erlösung, die Vollendung ist. Darum wollte der Erwachte, der eben wegen dieser unvorstellbaren Veränderung des Wesens als der „Erhabene“ nicht mehr als zur Norm gehörig bezeichnet wird, zunächst nicht lehren. Es bedurfte dazu der Fürbitte und des Zuspruchs eines anderen, denn er wusste, dass die allermeisten Wesen mit den Dingen dieser Erscheinungswelt so verflochten und verbunden sind, dass sie seine Lehre nicht begreifen können.



Wenn man der Raupe sagen würde, dass sie bald ein blütenleichter, im Sonnenlicht lebender Falter sein werde, sie würde es nicht glauben. Fast noch weniger kann der Mensch den Heilszustand außerhalb all dessen, was er jetzt darstellt, fassen, sondern erst dann, wenn er in diese Entwicklung endgültig eingetreten ist. Auf dem Übungsweg entfernt sich der Übende in zunehmendem Maß von der Weltverbundenheit und zuletzt von der Weltgläubigkeit und gewinnt dann ein Verständnis nach dem anderen, das er vorher so wenig ahnen konnte wie die Raupe ihr bald folgendes Schmetterlingsdasein.

Ist das sichere Ufer erreicht, die unzerstörbare Unverletzbarkeit gewonnen, dann wird als allerletztes auch das Programm der Wohlsuche samt der ihm zugrunde liegenden rechten Anschauung entlassen, weil es nichts mehr zu suchen gibt, wenn das Ersehnte, Gesuchte auf ewig gefunden ist. Darum wird die rechte Anschauung mit einem Floß verglichen, tauglich zur Überfahrt, aber überflüssig geworden, wenn das heile Ufer erreicht ist. Damit ist der letzte Ich-Anker aufgegeben, wie es der Erwachte unmissverständlich ausdrückt in wahnloser, perspektivenloser Ausdrucksweise: *Kein ‚Nach‘ diesem mehr*. Ein Vollendeter weiß, dass es für ihn kein Nachher mehr gibt. Nicht denkt er, dass es ihn selber in fernerer Zukunft nicht mehr gebe, weil er ja erloschen sei, sondern er weiß, dass alle Zeitvorstellung und darum also auch Vorher und Nachher törichte Einbildung war und ist, durch Wahn bedingt, und dass mit der endgültigen Erlöschung des Wahns und dem endgültigen Schwinden aller Wollensflüsse und Einflüsse auch Raum und Zeit nicht mehr sind, kein Vorher und kein Nachher ist. Er steht endgültig außerhalb des Getriebes der fünf Zusammenhäufungen.

Der Heilgewordene, der Bündellose, Triebversiegte, der den Durst restlos versiegt hat, trägt zwar die Last der Zusammenhäufungen nicht mehr, aber solange der Leib existiert, ist sie - als abgelegte Last - noch vorhanden. Es gibt noch die fünf Erscheinungen, aber es gibt kein Ergreifen, Aneignen, Zusammenhäufen mehr, und darum erscheinen die Zusammen-

häufungen so fremd wie uns Holz und Blätter, die man im Wald wegrägt. (M 22)

Will man nun herausfinden, woraus denn dieser entlastete Geheilte bestünde, dann merkt man, dass alle Bezeichnungen ausnahmslos aus dem Bereich der fünf Zusammenhäufungen, d.h. aus dem Bereich der Last, herkommen. Mit den Kategorien der Last kann man aber die Entlastung nicht benennen. Die Last endgültig abgelegt zu haben, bedeutet im gleichen Atemzug auch, kein Träger mehr zu sein. Der Geheilte hat alles Gewordene, Gestaltete, Bedingte abgelegt. Heiligkeit ist daher, ob zu Lebzeiten oder nach dem Wegfall des Leibes, gänzlich unerfassbar, wie es der Erwachte ausdrückt mit den Worten:

*Jede Form, jedes Gefühl, jede Wahrnehmung, jede Aktivität, jede programmierte Wohlerfahrungssuche, die jemand, der den Vollendeten beschreibt, zur Beschreibung heranziehen könnte, ist vom Vollendeten aufgegeben, an der Wurzel abgeschnitten, einem Palmstumpf gleichgemacht worden, so dass sie nicht mehr keimen, nicht wiedererscheinen kann. Von jeder Form, jedem Gefühl, jeder Wahrnehmung, jeder Aktivität, jeder programmierten Wohlerfahrungssuche abgelöst ist der Vollendete, tief, unermesslich, schwer zu ergründen gleichwie der Ozean.*

Das Nirvāna, das höchste Wohl, die unverletzliche Unverletztheit ist jenseits aller Definitionen von Begriffen. Alles Denken und Begreifen des Menschen kann sich nur innerhalb der fünf Zusammenhäufungen bewegen, außerhalb der fünf Zusammenhäufungen ist der Bereich des Verstehens überschritten, wie auch aus dem Gespräch zwischen dem Erwachten und einem Brahmanen hervorgeht (Sn 1074-76):

*Der Erwachte:*

*Wie eine Flamme durch den Hauch des Windes  
ausgeht und nicht mehr zu nennen ist,  
so der Gestillte, wenn erlöst vom Wollen,  
am Ziel und nimmermehr benennbar ist.*

*Brahmane:*

*„Er ist zum Ziel gelangt“ - soll das bedeuten,  
es gibt ihn nicht mehr, oder soll es heißen,  
dass er auf ewig heil, o sag, Gestillter,  
denn du hast hier die Wahrheit selbst erfahren.*

*Der Erwachte:*

*Wer da zum Ziel gelangt, den fassen keine Maße:  
Was man auch sagen mag: das gibt es bei ihm nimmer.  
Sind alle Dinge aufgehoben,  
sind aufgehoben alle Worte und Begriffe.*

Eine Flamme, ein Feuer geht aus, wenn der Brennstoff verbraucht ist. Wohin das Feuer gegangen ist, von welcher Beschaffenheit die ausgegangene Flamme ist, kann man nicht sagen - so auch der Zustand des Geheilten. Solange das Feuer durch einen Brennstoff genährt wird, ist es eine sichtbare Erscheinung, die an einen bestimmten Ort gebunden ist. Hört aber der Brennstoff auf, dann ist das Feuer aus Mangel an Nahrung verloschen (*nibbuta*). Es ist nicht mehr sichtbar, und man kann nicht von ihm sagen, es sei in eine der vier Himmelsrichtungen gegangen. Eine Ortsbestimmung ist nun nicht mehr möglich.

Ebenso verhält es sich mit dem Unerlösten und Erlösten. Solange der Mensch sich mit den fünf Zusammenhäufungen identifiziert in dem Empfinden „Das bin ich“, so lange kann er auch durch diese gekennzeichnet werden, und man kann sagen: „So und so beschaffen ist dieser Mensch und eine solche Wiedergeburt wird ihm zuteil werden.“

Hat sich jedoch der Mensch von den fünf Zusammenhäufungen gelöst im Gedanken: „Das bin ich nicht“, dann kann er

nach Aufhebung der fünf Zusammenhäufungen auch nicht mehr durch sie gekennzeichnet werden, und die vier möglichen Aussagen über die Wiedergeburt treffen auf ihn nicht mehr zu. Er ist unbestimmbar geworden. (Vgl. S 35,81)

Vier mögliche Thesen über den Vollendeten nach dem Tod werden verworfen:

*Der Vollendete besteht nach dem Tod;  
er besteht nicht nach dem Tod;  
er besteht und besteht auch nicht nach dem Tod;  
er besteht weder noch besteht er nicht nach dem Tod.*

Dazu sagt der Erwachte jedes Mal:

*Nicht hab ich solche Ansicht (M 72) oder  
Es ist von mir nicht erklärt worden:  
,Dies nur ist wahr, anderes ist falsch'. (D 9) Oder es heißt:  
Es ist vom Erhabenen nicht erklärt worden. (S 44,1)*

Wenn der Buddha diese vier Thesen nicht erklärt hat, so bedeutet das zunächst, dass er diese Ansichten nicht vertritt, dass er solche Lehrsätze nicht verkündet. Das ist aber nicht so zu verstehen, als ließe er diese Thesen dahingestellt und auf sich beruhen und nähme keine Stellung zum Problem des Vollendeten nach dem Tod; sondern es ist so zu deuten, dass er alle vier Ansichten als bloße Meinungen, als Hirngespinnste ablehnt. In diesem Sinne heißt es ferner (A VII,51):

*Infolge Aufhebung der Ansichten steigt dem Heilsgänger keine Unsicherheit auf hinsichtlich der nicht erklärten Punkte: „Der Vollendete besteht nach dem Tod oder besteht nicht oder besteht teils nach dem Tod, teils nicht, oder er besteht weder noch besteht er nicht.“ Das ist eine Hingabe an den Durst, an Wahrnehmungen, an Meinungen, an Vielfalt, an Ergreifen, an Geistesunruhe.*

Auf die Frage des Königs Pasenadi, warum denn der Erhabene diese Ansichten nicht erklärt hat, gibt die Nonne *Khemā* zwei Gleichnisse, wonach es unmöglich ist, den Sand am Ganges zu zählen oder das Wasser des großen Meeres zu messen, weil es tief, unermesslich und schwer zu ergründen ist. Ebenso auch ist der Vollendete tief, unermesslich und schwer zu ergründen, weil er frei ist von der Bestimmung durch die fünf Zusammenhäufungen. Deshalb trifft es nicht zu, dass er nach dem Tod besteht oder nicht besteht usw. (S 44,1)

Auch das folgende Zwiegespräch hat das gleiche Thema:

Auf die Frage des Mahākotthito (A IV,174): *Ist nach dem restlosen Schwinden und dem Ausrodnen der sechs auf Berührung gespannten Süchte irgendetwas vorhanden..., ist nicht irgendetwas vorhanden, ist sowohl irgendetwas vorhanden als auch nicht vorhanden, ist weder irgendetwas vorhanden noch nicht vorhanden?*, antwortete Sāriputto jedes Mal: *Das kann man nicht sagen.* Und er erklärt: *Behauptet man dieses, so hieße es, etwas Unvielfältiges vielfältig machen. So weit wie die sechs auf Berührung gespannten Süchte reichen, so weit reicht die Vielfalt, und wie weit die Vielfalt reicht, so weit reichen die sechs auf Berührung gespannten Süchte. Infolge des restlosen Schwindens und der Ausrodung der sechs auf Berührung gespannten Süchte ist die Vielfalt ausgerodet, ist die Vielfalt zur Ruhe gekommen.*

Die Aufhebung dieser sechs Süchte nach Berührung bedeutet die Aufhebung des Leidens und damit das Ziel der Lehre. (S 35,71)

Der Zustand des Geheilten ist nicht fassbar. Was wir verstehen und erfahren können, ist dies: Je weniger Triebe sind, um so wohler wird uns. Wohl ist dann gegeben, wenn Wollen und Wahrnehmen übereinstimmen. Ist nur wenig Wollen, gibt es kaum Diskrepanz zwischen Wollen und Wahrnehmen und viel Übereinstimmung. Jeder Mangel beruht auf nicht erfülltem Wollen, ist ein Mangel in Bezug auf das, was man will. Ist

Wollen gemindert bis aufgehoben, ist Mangel gemindert bis aufgehoben. Jedes Wollen setzt Mangel, d.h. Leiden voraus. Diesen Mangel, dieses Leiden hat der Buddha aufgehoben. Die Lehre des Erwachten besagt: Nicht geht es darum, dass das Wollen erfüllt wird, denn das Wollen ist ein Moloch, der nur immer mehr will, je mehr er bekommt. Sondern es geht darum, das Wollen selber aufzuheben, dann ist alles Leiden beendet.

Der Erwachte hat alles Leidige als Last gezeigt und hat die endgültige Freiheit von allen Lasten, nach der sich im tiefsten Grund alle Wesen sehnen, als das heile Ziel jenseits alles Nennbaren gezeigt. Und er hat den Weg gezeigt, die Lasten als Lasten zu erkennen und sie Stück um Stück abzulegen, und an dem allmählich wachsenden Gefühl der Entlastung, wie es der Nachfolger leibhaftig erfährt, unmittelbarer als es jede Sprache vermag, zu erfahren, dass er auf dem richtigen Weg der Lastentledigung ist - bis auch die letzte Last für immer abgelegt ist.

Vacchagotto sagt am Schluss der Lehrrede, dass diese Darlegung des Erwachten rein aus festem Kernholz bestehe, ohne Rinde und Grünholz. Damit drückt er aus: Diese Lehrrede geht an den Kern des Seins. Damit kann man an sich arbeiten, so wie man mit festem Kernholz ein Haus bauen kann. Alles Nebensächliche, Störende ist beiseite getan. Der Wahrheitssucher muss begreifen, dass die fünf Zusammenhäufungen ununterbrochen in rieselnder Wanderung gleich dem Wasser des Stroms heran- und davonziehen, dass sie nur Mühsal und Schmerzen sind; dann kann er sich von ihnen lösen:

*Je mehr und mehr er bei sich merkt,  
wie die Zusammenhäufungen  
im Wechsel nur entstehn, vergehn,  
wird er erhellt und heilsbeglückt,  
da er das Todlose erfährt. (Dh 374)*

Dem, der in Augenblicken tiefster Ruhe auch am klarsten das seelenlose Auf- und Absteigen der fünf Zusammenhäufungen

betrachtet, offenbart sich das Unzusammengesetzte, das Ungewordene, das Todlose, das Nirvāna. Dieser Klarblick bewirkt, dass das aus den fünf Zusammenhäufungen gebildete und eingebildete unermessliche Labyrinth des Daseinskreislaufs auf dem Weg der fortschreitenden Verblässung zuletzt nicht mehr „da“ ist, ausradiert ist, wie nie gewesen ist. Das Todlose, das Unzerstörbare, die einzige Sicherheit in dieser Wildnis wird erfahren – das Kernholz. Der Erwachte sagt: *Im Anblick des Todlosen tauchen alle Dinge unter. (A X,58)*

DIE LÄNGERE REDE AN VACCHAGOTTO  
73. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Vacchagotto: Was ist heilsam und was unheilsam? –

Der Erwachte: Gier, Hass, Blendung ist unheilsam, frei von Gier, Hass, Blendung ist heilsam.

Zehn unheilsame Wirkensweisen (s. M 41):

Töten, Nehmen von Nichtgegebenem, unrechter Geschlechtsverkehr, verleumderische Rede, Hintertragen, Geschwätz, weltliches Begehren, Antipathie bis Hass, falsche Anschauungen.

Zehn heilsame Wirkensweisen (s. M 41):

Überwindung des Tötens, des Nehmens von Nichtgegebenem, von unrechtem Geschlechtsverkehr, von verleumderischer Rede, von Hintertragen, von Geschwätz, Begehrlosigkeit, Freisein von Antipathie bis Hass, rechte Anschauungen.

Ein Geheilte ist, wer den Durst überwunden hat.

Auf Frage: Es gibt fünfhundert oder noch mehr Geheilte, Mönche und Nonnen, und Nichtwiederkehrer. Es gibt fünfhundert und mehr im Haus Lebende, Männer und Frauen, die in den Strom eingetreten sind, die Nichtwiederkehrer sind. –

Vacchagotto: Dieser Reinheitswandel ist vollständig, weil Mönche und Nonnen, Anhänger und Anhängerinnen erfolgreich sind im Anstreben des Nibbāna. –

Vacchagotto bittet um Aufnahme in den Orden. – Probezeit von vier Monaten bei Anhängern anderer Orden. (S. M 57) –

Einen halben Monat nach seiner Ordination sagte er zum Erwachten, er habe durch Übung Kenntnis und Wissen gewonnen. Der Erwachte empfiehlt ihm, noch Gemütsruhe und Klarblick zu erwerben (s. S 35,204), um die einzelnen Gegebenheiten zu durchdringen. Damit erlangst du Geistesmacht und die drei Weisheitsdurchbrüche (s. M 77). So geschah es – und der Erwachte wusste es durch seine Herzenskunde, Götter erzählten es ihm und Mönche berichteten es ihm im Auftrag von Vacchagotto.



DIE ENTLARVENDE BETRACHTUNG  
VON FORM UND GEFÜHL

74. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“ Dīghanakho

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Rājagaha, am Geierkulm, zu Eberswühl.*

*Da nun begab sich Dīghanakho, ein Wanderasket, dorthin, wo der Erhabene weilte, wechselte höflichen Gruß und freundliche, denkwürdige Worte mit dem Erhabenen und stellte sich seitwärts hin. Seitwärts stehend, sprach nun Dīghanakho, der Wanderasket, zum Erhabenen:*

*Meine Lehrmeinung und Ansicht ist dies: ‚Nichts erscheint mir gut und richtig, nichts gefällt mir‘. – Und auch diese Ansicht und Lehrmeinung, die du behauptest: ‚Nichts erscheint mir gut und richtig, nichts gefällt mir‘, auch diese erscheint dir nicht gut und richtig, auch diese gefällt dir nicht? – Und wenn mir, Herr, diese Ansicht gut und richtig erschiene und gefallen würde, so macht das keinen Unterschied, keinen Unterschied. –*

*Es gibt viele Menschen in der Welt, Aggivessano <sup>136</sup>, die mit dir sagen: ‚Das macht keinen Unterschied, keinen Unterschied‘, und doch geben sie diese ihre Ansicht nicht auf und ergreifen noch weitere. Wenige Menschen aber gibt es, Aggivessano, die mit dir sagen: ‚Das macht keinen Unterschied, keinen Unterschied‘ und diese ihre Ansicht aufgeben und keine weitere ergreifen.*

*Es gibt, Aggivessano, manche Asketen und Brahmanen, deren Ansicht und Lehrmeinung ist: ‚Alles erscheint mir gut und richtig, alles gefällt mir.‘ Es gibt, Aggivessano, manche Asketen und Brahmanen, deren*

---

<sup>136</sup> Aggivessano ist der Name des Geschlechts, dem Dīghanakho entstammt, so wie der Buddha dem Geschlecht der Gotamiden entstammt und von daher von Dīghanakho mit „Gotamo“ angedredet wird.

*Ansicht und Lehrmeinung ist: ‚Nichts erscheint mir gut und richtig, nichts gefällt mir.‘ Und es gibt, Aggivessano, manche Asketen und Brahmanen, deren Ansicht und Lehrmeinung ist: ‚Einiges erscheint mir gut und richtig, einiges gefällt mir, einiges erscheint mir nicht gut und richtig, einiges gefällt mir nicht.‘ Unter diesen ist die Ansicht jener Asketen und Brahmanen, die da die Lehrmeinung und Ansicht vertreten: ‚Alles erscheint mir gut und richtig, alles gefällt mir‘ verbunden mit Begierdenreiz, verbunden mit Ergreifen. Die Ansicht jener Asketen und Brahmanen, die die Ansicht und Lehrmeinung vertreten: ‚Nichts erscheint mir gut und richtig, nichts gefällt mir‘ ist nicht verbunden mit Begehrensreiz, nicht verbunden mit Angejochtsein, nicht verbunden mit Befriedigung, nicht verbunden mit Zuwendung, nicht verbunden mit Ergreifen. –*

*Auf diese Worte hin wandte sich Dīghanakho, der Wanderasket, an den Erhabenen: Meine Ansicht lobt Herr Gotamo, meine Ansicht heißt Herr Gotamo gut! –*

*Für diejenigen Asketen und Brahmanen nun, Aggivessano, die die Ansicht und Lehrmeinung vertreten: ‚Einiges erscheint mir gut und richtig, einiges erscheint mir nicht gut und richtig, einiges gefällt mir, einiges gefällt mir nicht‘, ist das, was ihnen gut und richtig erscheint, ihnen gefällt, verbunden mit Begehrensreiz, verbunden mit Angejochtsein, verbunden mit Befriedigung, verbunden mit Zuwendung, verbunden mit Ergreifen. Und was ihnen nicht gut und richtig erscheint, nicht gefällt, ist nicht verbunden mit Begehrensreiz, nicht verbunden mit Angejochtsein, nicht verbunden mit Befriedigung, nicht verbunden mit Zuwendung, nicht verbunden mit Ergreifen.*

*Bei den Asketen und Brahmanen, Aggivessano, deren Ansicht und Lehrmeinung ist: ‚Alles erscheint mir gut und richtig, alles gefällt mir‘, wird ein verständiger Mensch überlegen: „Wenn ich mich dieser Ansicht ‚Alles erscheint mir gut und richtig, alles gefällt mir‘*

anschließen würde, sie fest ergreifen würde in dem Gedanken: ‚Dies nur ist Wahrheit, Unsinn anderes‘, dann könnte ich mit den Vertretern der zwei anderen Ansichten in Meinungsverschiedenheiten geraten, die da die Ansicht und Lehrmeinung vertreten: ‚Nichts erscheint mir gut und richtig, nichts gefällt mir‘ und ‚Einiges erscheint mir gut und richtig, einiges gefällt mir, einiges erscheint mir nicht gut und richtig, einiges gefällt mir nicht‘. Mit diesen könnte ich in Meinungsverschiedenheiten geraten. Und wenn es Meinungsverschiedenheiten gibt, gibt es Streitgespräche; wenn es Streitgespräche gibt, gibt es Ärger; wenn es Ärger gibt, gibt es Feindseligkeit/Schadenwollen.“ Weil er Meinungsverschiedenheiten, Streitgespräche, Ärger, Feindseligkeit/Schadenwollen für sich vorausieht, gibt er diese Ansicht auf und ergreift keine weiteren. So werden diese Ansichten aufgegeben und losgelassen.

Bei den Asketen und Brahmanen, Aggivessano, deren Ansicht und Lehrmeinung ist: ‚Nichts erscheint mir gut und richtig, nichts gefällt mir‘, wird ein verständiger Mensch überlegen: „Wenn ich mich dieser Ansicht ‚Nichts erscheint mir gut und richtig‘ anschließen würde, sie fest ergreifen würde in dem Gedanken: ‚Dies nur ist Wahrheit, Unsinn anderes‘, dann könnte ich mit den Vertretern der zwei anderen Ansichten in Meinungsverschiedenheiten geraten.“

Bei den Asketen und Brahmanen, Aggivessano, deren Ansicht und Lehrmeinung ist: ‚Einiges erscheint mir gut und richtig, einiges gefällt mir, einiges erscheint mir nicht gut und richtig, gefällt mir nicht‘, wird ein verständiger Mensch überlegen: „Wenn ich mich dieser Ansicht ‚Einiges erscheint mir gut und richtig, einiges gefällt mir, einiges erscheint mir nicht gut und richtig, einiges gefällt mir nicht‘ anschließen würde, sie fest ergreifen würde in dem Gedanken: ‚Dies nur ist Wahrheit, Unsinn anderes‘, dann könnte ich mit den Vertretern der zwei anderen Ansichten in Mei-

*nungsverschiedenheiten geraten. Und wenn es Meinungsverschiedenheiten gibt, gibt es Streitgespräche; wenn es Streitgespräche gibt, gibt es Ärger; wenn es Ärger gibt, gibt es Feindseligkeit/Schadenwollen.“ Weil er Meinungsverschiedenheiten, Streitgespräche, Ärger, Feindseligkeit/Schadenwollen für sich voraussetzt, gibt er diese Ansicht auf und ergreift keine weiteren. So werden diese Ansichten aufgegeben und losgelassen.*

Pessimismus – Optimismus = subjektive Ansichten

Die hier im ersten Teil der Lehrrede geäußerte Ansicht Dīghanakho „Nichts erscheint mir gut und richtig, nichts gefällt mir“, der der Erwachte die entgegengesetzten Auffassungen gegenüberstellt, die ebenso von Menschen vertreten werden, entspricht der auch im Westen bekannten Haltung des Pessimismus. Über ihn schreibt das Philosophische Wörterbuch<sup>137</sup>, es sei jene Haltung, „die im Gegensatz zum Optimismus die schlechten Seiten der Welt in den Vordergrund der Betrachtung rückt, die Welt für unverbesserlich schlecht hält, das menschliche Dasein für letzten Endes sinnlos.“ Über den Optimismus „Alles erscheint mir gut und richtig, alles gefällt mir“ schreibt das Wörterbuch, es sei „im Gegensatz zum Pessimismus diejenige Lebensanschauung oder Gemütsstimmung, welche die Dinge und Geschehnisse von der besten Seite auffasst, in allem einen guten Ausgang erhofft und an einen immerwährenden Fortschritt glaubt..., dass die Welt, so wie sie ist, die beste aller möglichen ist.“

Der Pessimist sieht nirgendwo etwas Erfreuliches oder einen Sinn. Aber der Erwachte zeigt Dīghanakho, dass ihm aber doch wenigstens seine Lehre „Nichts erscheint mir gut und richtig, nichts gefällt mir“ gefällt, ihm selber Genugtuung bringt: „Ich allein sehe die Welt, wie sie wirklich ist“ oder „Ich habe Menschen von meiner Ansicht überzeugt.“ Der Er-

---

<sup>137</sup> Alfred Kröner Verlag, Stuttgart 1982

wachte sagt, dass der Vertreter dieser Haltung „Nichts gefällt mir“ – wenn er sie in seinem praktischen Leben für sich selber anwendet – sich nicht mit Begehren an die Erlebnisse bindet, da er sie ja negativ bewertet. Dīghanakho glaubt einiges aus der Lehre des Buddha zu kennen, und da meint er, wenn er dem Buddha diese seine Ansicht sagt: „Nichts gefällt mir“, dass das wohl auch die Lehre des Buddha sei, denn der Buddha habe ja dargelegt, dass Dasein Leiden sei. Aber der Erwachte hat nie gesagt oder gelehrt: „Nichts gefällt mir“, denn das ist eine leere, unbegründete, subjektive Behauptung. Er zeigt, dass durch subjektive Behauptungen und Bekenntnisse – um diese handelt es sich ja bei den Ansichten von Pessimismus und Optimismus – nur Streit und Feindschaft entstehen, und Streit und Feindschaft führen vom Heilen fort ins Dunkle, Elende, zu untermenschlichem Erleben. Darum sollte man anderen gegenüber keine unbegründeten subjektiven Meinungen aussprechen.

### Wirklichkeitsgemäße Betrachtung ist nicht Pessimismus und erzeugt keinen Streit

Im weiteren Verlauf der Lehrrede sieht es so aus, als ob der Erwachte unvermittelt das Thema wechsele, indem er über die Unbeständigkeit und Leidhaftigkeit von Körper und Gefühl spricht. Aber seine Absicht ist aufzuzeigen, dass seine Belehrung darin besteht, Tatsachen aufzudecken, die jedem einsehbar und von jedem nachprüfbar sind. Er zeigt, dass Körper und Gefühl wirklich nicht so beschaffen sind, dass sie einem gut erscheinen, gefallen können. Aber er sagt nicht: „Sie erscheinen mir nicht gut, gefallen mir nicht“, sondern: „Sieh doch die wahre Beschaffenheit des Körpers, sieh doch die wahre Natur des Gefühls.“ Der Betrachter kann sich der Wahrheit einer solchen Darstellung nicht entziehen, über sie kann es keine Meinungsverschiedenheiten, keinen Streit geben. Und der Erwachte zeigt, dass derjenige, der Körper und Gefühl der Wirklichkeit gemäß betrachtet, allmählich am Körper und an

den Gefühlen nichts mehr findet und dadurch das Wohl der Ablösung erfährt. Insofern ist es also sinnvoll und lohnend, Körper und Gefühl der Wirklichkeit gemäß zu betrachten.

Wir können von uns aus nicht alles Zerbrechliche als zerbrechlich durchschauen. Das müssen wir uns erst von den Erwachten aufzeigen lassen. Denn uns erscheinen manche Dinge, die zerbrechlich sind, als unzerbrechlich. Die Erwachten nennen alles, was zerbrechlich ist, auch zerbrechlich. Und wir können es, wenn wir gründlich nachprüfen, ebenfalls erkennen.

*Hier aber, Aggivessano, ist nun der Körper, der formhafte, aus den vier Gegebenheiten (Festigkeit, Flüssigkeit, Wärme, Luft) bestehende, vom Vater und Mutter gezeugt, durch feste und flüssige Nahrung angehäuft, der Unbeständigkeit unterworfen, der Abnützung, dem Verschleiß, dem endgültigen Zerbrechen, der Zerstörung verfallen. Er ist zu betrachten als unbeständig, als leidvoll: als Krankheit, als Geschwulst, als Pfeil, als weh und als schmerzhaft; als Fremdes, der Auflösung Unterworfenes, Leeres: als Nicht-Ich.*

*Wer diesen Körper betrachtet als unbeständig, als leidvoll: als Krankheit, als Geschwulst, als Pfeil, als weh und als schmerzhaft; als Fremdes, der Auflösung Unterworfenes, Leeres: als Nicht-Ich – der überwindet beim Körper körperliches Begehren (kāyachando), Liebe zum Körper (kāyasneho), Körperverlangen (kāyanvayatā).*

Den wenigsten Menschen seiner Zeit sprach der Erwachte gleich zu Anfang des Gesprächs von einer so hohen Betrachtung. Meistens begann er seine Unterweisung damit aufzuzeigen, wie lohnend und förderlich

1. das mitempfindende Geben,
2. das Einhalten der Tugendregeln und

3. die Gedanken an himmlische Welt seien, weil man sich mehr um rechte Rede und rechtes Handeln bemüht, wenn man weiß, dass gute Saat gute Ernte nach sich zieht, eben himmlisches Wohl. Durch diese drei Stufen der Darlegung wurde das Gemüt der Zuhörer erhellt und dem Guten zugeneigt. Als viertes zeigte er das Elend sinnlichen Begehrens auf und die Vorteile der Begehrenüberwindung. Er zeigte, dass das Sich-Befriedigenwollen mit sinnlichen Dingen ja bedeutet, dass man sich im Unfrieden fühlt, dass man nach den vielen sinnlichen Dingen – vorzugsweise nach Geschmack und Erotik – hungert und lungert und lechzt. Alle Weisen sagen, dass die Befriedigung durch Erfüllung sinnlichen Begehrens so kurz ist wie für einen Durstigen das Trinken von Salzwasser. Einen Augenblick scheint es den Durst zu löschen, aber auf die Dauer macht es nur noch durstiger. Hingegen frei sein von sinnlichem Begehren bedeutet wirkliche Unabhängigkeit, Frieden. Wenn dieser erreicht ist oder zumindest als erstrebenswert angesehen wird, ist die Voraussetzung für die fünfte Lehre gegeben, wie sie nur Erwachte aufzeigen, nämlich die Heilswahrheit vom Leiden. Sie zeigt auf, was alles Leiden ist, und da nennt der Erwachte das Leiden an den fünf Zusammenhäufungen, von denen die ersten beiden Körper und Gefühl sind.

### Die Betrachtung des Körpers

Begehren heißt, die sichtbaren Formen genießen wollen, die hörbaren Töne, die riechbaren Düfte, die schmeckbaren Säfte und die tastbaren Dinge genießen wollen, und dazu brauchen wir den Körper. Er ist unverzichtbar, um die Begehrensdinge zu genießen. Solange ein Mensch bewusst oder unbewusst von der Erfüllung sinnlicher Begehrenungen lebt, so lange hat er eine große Angst davor, den Körper zu verlieren. Bei jeder Krankheit hat er Angst, auch wenn er sich gar nicht Rechenschaft darüber ablegt, dass er den Körper ja für die Erfüllung seines Begehrens braucht. Er denkt und sagt: „Ich bin krank.“ Krank

aber ist das von Trieben und Geist bewegte Körper-Werkzeug. Der Körper selber weiß nichts von sich, ist allein ein totes Werkzeug. Das, sagt der Erwachte, soll man ganz nüchtern betrachten, um so ein nüchternes Verhältnis zum Körper zu bekommen. Was ist denn dieser Körper? Der Erwachte zählt auf (M 10):

*In diesem Körper gibt es Kopfschaare, Körperhaare, Nägel, Zähne, Haut, Fleisch, Sehnen, Knochen, Knochenmark, Nieren, Herz, Leber, Zwerchfell, Milz, Lunge, Dickdarm, Dünndarm, Magen, Kot, Galle, Schleim, Eiter, Blut, Schweiß, Fett, Tränen, Talg, Speichel, Rotz, Gelenkschmiere und Urin.*

Wenn man sich diese Beschaffenheit des Körpers in stiller Betrachtung vor Augen führt, dann fühlt man sich nicht mehr so stark mit ihm verbunden. Aber dann melden sich wieder Beziehungen zur Welt, dazu braucht man den Körper, und sofort fühlt man sich wieder mit dem Körper eins, identifiziert sich mit ihm. Erst wer von sinnlichem Begehren mehr zurückgetreten ist, weil er das Begehren nach Sinnlichem als Krankheit, als Fessel, als leidbringend durchschaut hat, ist leichter und länger und öfter bereit, diesen Körper in seinen Bestandteilen zu betrachten. Wenn Begehren und Begehrenserfüllung nicht mehr das ganze Leben ausmachen, dann kann man auch immer wieder einmal das Werkzeug des Begehrens entbehren. Wenn man es immer öfter nicht mehr gebraucht hat und bei sich selber in liebendem Gedenken an die Mitwesen glücklich ist, dann merkt man, dass diese nichtsinnlichen Gedanken unmittelbar glücklich machen und dass man durch sie in seinem Wohlbefinden von Körper und Welt nicht mehr abhängig ist. Dann ist die beste Zeit, den Körper der Wirklichkeit gemäß zu betrachten. Der Erwachte sagt in Bezug auf den Körper:

*Hier ist nun der Körper, der formhafte, aus den vier Gegebenheiten bestehende.*

Alles, was wir sehen, den Körper, den wir zu uns zählen, als auch alle anderen Körper und Gegenstände bestehen aus den



vier Gegebenheiten. Es besteht gar kein Unterschied zwischen den verschiedenartigen Formen, den materiellen Dingen. Nur wird der Körper von innen bewegt und die Dinge werden von außen bewegt, indem wir sie anfassen. Der Säugling kann zuerst die Glieder des Körpers nicht so bewegen, wie er will, aber das größere Kind kann schon den Körper nach Wunsch und Willen wie eine Marionette bewegen, so wie eine Tür geöffnet und geschlossen wird. Der Körper ist genauso ein totes Werkzeug wie die Tür. Alles, was man sinnlich wahrnimmt – Tür, Fenster, Möbel, Baum, Erde, Bach – alle Gegenstände bestehen wie der Körper aus Festem, Flüssigkeit, Temperatur und Luft.

Wenn man Wasser oder Kaffee trinkt, sagt man: „Ich trinke Wasser oder Kaffee.“ Später, wenn die Flüssigkeit im Körper ist, sagt man: „Das bin ich.“ Es ist Flüssigkeit, sei sie innen oder außen. Täglich wird der Körper von Festem und Flüssigem entleert, täglich wird Festes und Flüssiges hineingegeben. Wenn die Nahrung noch außerhalb des Körpers ist, gilt sie als fremd, als nicht eigen. Wir sagen: Luft ist im Raum und zählen sie nicht zu uns. Aber wenn wir sie eingeatmet haben, sagen wir „Das bin ich“. Ob die Luft außerhalb oder innerhalb des Körpers ist, die Luft bleibt dieselbe. Doch wir ziehen eine Grenze: Zu dem, was diesseits des Körpers ist, sagen wir „Ich“, was jenseits der Körper-Grenze ist, bezeichnen wir als „Umwelt“. Aber es ist dasselbe. Ein Butterbrot auf dem Tisch wird von der Hand ergriffen. Festes ergreift Festes. Ist das Butterbrot im Magen, wird es Ich genannt.

Durch solche den Unterschied auflösenden Betrachtungen kommt man sich töricht vor, dass man einen Unterschied macht zwischen dem Körper mit Festem, Flüssigem, Temperatur und Luft und den als außen erfahrenen Formen, die ebenfalls aus Festigkeit, Flüssigkeit, Temperatur und Luft bestehen. Und man bekommt ein anderes Verhältnis zum Körper, lebt nicht mehr so selbstverständlich mit und aus ihm, bezieht nicht alles Wohl aus dem Sinnlichen, dem Körperlichen, sondern achtet mehr darauf, ein Gemüt voll Verständnis und

Wohlwollen mit den Mitwesenen zu entwickeln. Aus höheren feineren Gedanken des Wohlwollens wächst ein ganz anderes Gefühl als die Wohl- und Wehgefühle im Körper beim Bemühen um Erfüllung sinnlicher Begehungen.

Um vom Sinnlichen allmählich zum Geistig-Seelischen überzugehen, ist die Betrachtung des Körpers ein radikaler Ansatzpunkt. In der „Versammlung“ gibt es eine Versfolge mit der Überschrift „Zum Sieg“ (Sn 193-206), zum Sieg über das Tote, das Sterbliche, die helfen kann, wenn man sie sich täglich in einer ruhigen Zeit sagt und sie im Sagen oder Denken mit Beobachtung begleitet. Der Sieg wird nicht dadurch erworben, dass man vor dem Tödlichen, das der Mensch an sich hat, die Augen verschließt und sich in den Schein flüchtet, sondern gerade dadurch, dass man das Tote und Tödliche als tot und tödlich erkennt und durchschaut. Daraus entsteht ebenso allmählich wie unwiderstehlich die Abwendung vom Toten bis zur Überwindung des Todes.

Der Erwachte sagt in unserer Rede: *Hier ist dieser Körper, von Vater und Mutter gezeugt*. Ein Jenseitiger ist bei der Paarung der Eltern hinzugetreten, und der Körper wurde durch die Nahrung im Mutterleib aufgebaut. Ist der Säugling aus dem Mutterleib hervorgegangen, nimmt er flüssige und später feste Nahrung auf, wodurch der Körper sich weiter entwickelt bis zur Höhe seiner Kraft und dann wieder dem Untergang entgegengeht: Alter, Krankheit und Tod.

Der Mensch hat eine Unzahl von inneren Beziehungen, Begehungen, Bedürfnissen, mit denen er sich identifiziert: „Ich habe Appetit, ich will das und das.“ Zu vielem sagt er „mein“: „Mein Körper, meine Familie, meine Wohnung, meine Schule, mein Beruf, meine Freunde, mein Auto.“ Darauf will er nicht verzichten und verteidigt es gegebenenfalls. Ferner hat er feste Bindungen an seine Interessengebiete und etwas weniger feste an die übrige Welt. Außerdem haben wir bestimmte Dinge im Auge, die wir gern mögen oder die wir meiden wollen. Der Erwachte sagt, dass die Begierden dem Lianengewirr im Urwald gleichen, *je einzeln wunschhaft ab-*

*gesenkt* (Sn 272) – so hat sich der Mensch mit der Umwelt verflochten. Und dazu braucht er den Körper mit den Sinnesorganen, aus denen die Triebe herauslungern. Der Mensch ist nicht etwas Stilles, Souveränes, in sich Geschlossenes, sondern ein Bündel von millionenfältigen Beziehungen, die er pflegt und immer ein bisschen verändert. Die einen werden stärker, die anderen schwächer, aber am Ende des Lebens ist der Mensch meistens bedürftiger als am Anfang, denn er hat noch mehr Beziehungen zu Dingen entwickelt. Im Tod fällt der Körper fort, aber die Bedürfnisse bleiben. Wenn diese keine Erfüllung finden, ist Leiden, wenn sie Erfüllung finden, ist Wohl – das ist das Erleben zwischen Hölle und Himmel.

Auf die Dauer kann man den Körper nur dann der Wirklichkeit gemäß betrachten, d.h. zum Gegenstand der Betrachtung, also zur Umwelt machen, wenn die Bedürfnisse bereits gemindert sind oder doch zumindest die starken Lianen, die starken Süchte nicht so stark im Vordergrund stehen und mehr innerer Friede empfunden wird, weil das Gemüt heller und freier geworden ist und man sich mit der Umwelt in Harmonie und Eintracht empfindet.

Der Erwachte vergleicht die Beobachtung und Durchschauung des Körperlichen mit dem Messer der Weisheit, mit dem der innere Bezug zum Körper durchschnitten wird, so dass man den Körper nicht mehr als Ich ansehen kann. Er wird als Außen, als nicht begehrte Umwelt durchschaut, wodurch der Betrachter das Empfinden hat, wie wenn er aus einem Gefängnis austritt. Er löst sich von den Fesseln des Körpers, sieht ihn als totes Werkzeug, als unbeständig, zerbrechlich, als krankheitsanfällig und hat bei solcher Durchschauung plötzlich keine Todesangst mehr, weil er sich nicht mehr mit dem Körper identifiziert. *Franz von Assisi* nannte den Körper „Bruder Esel“. Er hatte sich völlig von ihm distanziert und hatte die Einstellung, dass der Körper seinen Wünschen gehorchen müsse wie ein Esel seinem Lenker. Damit hatte er sich aus dem Gefühl des Einsseins mit dem Körper befreit, hatte die Vogelperspektive eingenommen, die er immer wieder

pfliegte, und war bemüht, die Froschperspektive, aus den Trieben des Körpers heraus die Dinge zu betrachten, den Gefängnisblick, immer wieder zu verlassen.

Das ist der Weg zur Erlösung, wenn wir nüchtern die tatsächliche Werkzeughaftigkeit und Zerbrechlichkeit des Körpers sehen, den wir normalerweise aus dem Blickwinkel sinnlicher Begierden betrachten.

### Die Beobachtung des Gefühls

*Diese drei Gefühle gibt es, Aggivessano, Wohlgefühl, Wehgefühl und das Weder-Wohl-noch-Weh-Gefühl. Zu einer Zeit, in der man ein Wohlgefühl empfindet, empfindet man kein Wehgefühl oder Weder-Weh-noch-Wohlgefühl, eben ein Wohlgefühl empfindet man zu dieser Zeit. Zu einer Zeit, in der man ein Wehgefühl empfindet, empfindet man kein Wohlgefühl oder Weder-Wohl-noch-Weh-Gefühl, eben ein Weh-Gefühl empfindet man zu dieser Zeit. Zu einer Zeit, in der man ein Weder-Wohl-noch-Weh-Gefühl empfindet, empfindet man kein Wohl- oder Wehgefühl, eben ein Weder-Wohl-noch-Weh-Gefühl empfindet man zu dieser Zeit.*

*Wohlgefühle aber sind, Aggivessano, unbeständig, durch Ursachen entstanden, bedingt, dem Vergehen, dem Verschwinden, dem Verblassen und Aufhören unterworfen. Und auch Wehgefühle sind, Aggivessano, unbeständig, durch Ursachen entstanden, bedingt, dem Vergehen, dem Verschwinden, dem Verblassen und Aufhören unterworfen. Und auch Weder-Wohl-noch-Weh-Gefühle sind, Aggivessano, unbeständig, durch Ursachen entstanden, bedingt, dem Vergehen, dem Verschwinden, dem Verblassen und Aufhören unterworfen.*

Wir haben ständig Gefühle, immer wieder andere, aber wir beobachten nicht die vielen einzelnen Gefühle, die aufsteigen und wieder von anderen verdrängt werden, sondern meinen, da wäre ein Gefühlskomplex im Ganzen. Aber ständig steigen durch Berührung der Triebe mit den als außen erfahrenen Dingen einzelne neue Gefühle auf, die der Erwachte sehr unterschiedlich aufgefächert, aufzählt als

2 Gefühle:

körperliche und geistige Gefühle (M 141),

5 Gefühlszustände (S 36,22):

körperliches Wehe (*dukkh-indriya*)

geistiges Wehe (*domanass-indriya*)

körperliches Wohl (*sukh-indriya*)

geistiges Wohl (*somanass-indriya*)

Gleichmut (*upekha*),

3 Gefühle:

Wohl-, Wehe-, Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühle –

(u.a. in unserer Rede),

6 Gefühle:

durch Luger-, Lauscher-, Riecher-, Schmecker-,

Taster-, Geist-Berührung entstandenes Gefühl (M 59),

18 Gefühle (6 x 3):

6 Gefühle (durch Luger bis Geist-Berührung)

entstandene Gefühle, die als Wohl-, Wehe- oder Weder-

Weh-noch-Wohl-Gefühle empfunden werden (M 59),

36 Gefühle: 18 Gefühle, die mit Weltlichem und Übersteigen des Weltlichen verbundenen Gefühle (M 59),

108 Gefühle: 36 x 3 = vergangene, gegenwärtige, zukünftige Gefühle (M 59).

Die Skala der Gefühlsmöglichkeiten ist außerordentlich groß, und normalerweise kennt der Mensch nur einen ganz kleinen Ausschnitt aus dieser Skala. Was in allen Religionen als untermenschliche Daseinsformen bis zu äußersten Höllenqualen bezeichnet wird, das sind Gefühle, deren Schmerzlichkeit auch

mit den äußersten menschlichen Qualen doch nicht verglichen werden kann. Und ebenso reicht die Gefühlsskala nach oben hin weit über das hinaus, was der Mensch von seiner begrenzten Erfahrung aus als höchstes Wohlgefühl bezeichnen muss. Die Aussagen des Erwachten lassen erkennen, dass ein jedes Wesen die Qualität der Gefühle immer nur ganz von seinem Standpunkt aus beurteilen kann. Seine ihm gewohnten Gefühle fallen ihm kaum auf, sondern nur die extremeren Gefühle: Die Gefühle, die seine normalen Gefühle nach oben überschreiten, fallen ihm als Wohlgefühl auf, und die Gefühle, die unter die Grenze seiner normalen Gefühle absinken, fallen ihm als Wehgefühl auf. Von daher kommt der Mensch zu der Unterscheidung der vom Erwachten häufig genannten drei Gefühle: Wohlgefühl, Wehgefühl und Weder-Weh-noch-Wohlgefühl. An dieser standpunktbedingten, begrenzten Urteilsmöglichkeit liegt es, dass das, was der eine Mensch als Wohl empfindet, für einen anderen Menschen, der von erheblich feinerer und edlerer Mentalität ist, als Wehgefühl empfunden wird eben darum, weil er sich im Allgemeinen auf einer erheblich höheren und feineren Gefühlsebene befindet als jener andere. So kennt jeder Mensch höhere und niedrigere Gefühle als seine durchschnittlichen und bezeichnet sie darum von seinem Standpunkt aus als Wohl- und Wehgefühle.

Ständig werden durch Berührung der Triebe mit den als außen erfahrenen Dingen neue Gefühle erfahren: Wohl-, Wehe-, Weder-Wehe-noch-Wohl-Gefühle. Die Berührung ist zu vergleichen mit dem Schlag eines Klöppels auf einen Gong. Ein Schlag auf einen Silbergong – Gleichnis für helle Triebe – gibt einen bestimmten hellen Ton – Gleichnis für Gefühl –, ein Schlag auf einen Bronzegong gibt wieder einen anderen Klang. Von der Beschaffenheit der Resonanzböden und des Klöppels ist der jeweilige Klang abhängig. So ist jedes Gefühl erstens vom Resonanzboden, den Trieben, Wünschen, Begehungen, abhängig und zweitens von dem Herantreten des als außen Erfahrenen. Wenn man diese Ursachen für das Gefühl betrachtet, dann nimmt man das Gefühl nicht mehr so wichtig,

weiß, dass es bedingt entstanden ist. Die jeweiligen entstehenden und wieder vergehenden Gefühle werden für den Übenden zum Betrachtungsgegenstand. Ein Beispiel: Man sitzt draußen, es ist kühl. Die Wolken verschwinden, die Sonne kommt zum Vorschein und wärmt wohligh den Körper. Da ist Wohlgefühl aufgekommen durch das Tastbedürfnis. Gedanken an Menschen, die den Trieben nicht angenehm sind, kommen in den Sinn. Schon kommt ein kleiner Verdross – Wehgefühl – auf. Man kann sehen, wie ununterbrochen durch die Berührungen der Triebe Gefühle aufsteigen, eines nach dem anderen. Dann denkt man nicht mehr: „Ich fühle“, sondern spürt die einzelnen Gefühle wie Regentropfen. Wenn die Erde auch einheitlich nass aussieht, so ist sie doch durch einzelne Tropfen so geworden. Man sieht die einzelnen Gefühlchen, die da bedingt durch die Anliegen und die herantretenden Dinge aufkommen und wieder von anderen verdrängt werden.

Der Kenner der Lehre denkt bei Form und Gefühl gleich an die weiteren drei der fünf Zusammenhäufungen, wie sie in anderen Lehrreden, z.B. in M 147 und M 37 genannt sind. Warum sind in dieser Lehrrede nur die ersten beiden Zusammenhäufungen genannt statt aller fünf, und warum konnte – wie es am Ende der Rede heißt – Sāriputto schon nach der Betrachtung von Form und Gefühl die Triebe aufheben und Dīghanakho in die Heilsanziehung gelangen, den Stromeintritt gewinnen, was sonst nur durch die Betrachtung aller fünf Zusammenhäufungen verheißen wird?

Der Erwachte nennt als dritte Zusammenhäufung die Wahrnehmung immer in enger Verbindung mit Gefühl: *Was man fühlt, das nimmt man wahr*. Das ist der passive Teil eines jeden Erlebnisses. Es wird z.B. wahrgenommen: „Dieser schöne Raum mit all denen, die mit mir die Lehre hören, sich in gleicher Richtung bemühen“ (gefühlsbesetzte Wahrnehmung). Darauf setzt die denkerische Aktivität (vierte Zusammenhäufung) ein mit Gedanken wie z.B.: „Ich möchte regelmäßig dabei sein“ oder „Hier ist es zu kalt oder zu laut von draußen her, könnte man das nicht ändern? Ich könnte schon

mal das Fenster hier in meiner Nähe schließen.“ Das ist die denkerische und handelnde Aktivität als Reaktion auf die Wahrnehmung von Formen (Tastungen – Kältegefühl –, Töne von draußen) mit den entsprechenden Gefühlen. Diese Aktivität spielt sich ein, wird Gewöhnung, wird ein Programm (programmierte Wohlerfahrungssuche – fünfte Zusammenhäufung): der Betreffende wird in dem Freundeskreis zum „Fenserschließer“.

In unserer Lehrrede zeigt nun der Erwachte, dass die Betrachtung der ersten beiden der fünf Zusammenhäufungen schon ausreicht. Warum reicht sie aus? Irgendein Gefühl merken, heißt ja schon, dass es wahrgenommen wird. Und auf die Wahrnehmung meldet sich gleich die Aktivität. Normalerweise ist bei jedem Menschen die Aktivität darauf gerichtet, die angenehme Sache, die Wohlgefühl ausgelöst hat, zu erwerben. Bei Wehgefühl ist die Aktivität darauf gerichtet, die unangenehme Sache zu meiden oder wegzutun. Aber wenn wir, wie es der Erwachte lehrt, unabhängig davon, was für eine Form oder was für ein Gefühl wahrgenommen wird, nicht entsprechend aktiv werden, um das Angenehme zu erreichen oder das Unangenehme wegzutun, sondern: die Form betrachten und die jeweils aufsteigenden Gefühle und ihre Bedingtheit betrachten, dann haben wir die Aktivität, die den Trieben folgen will: „Das ist schön, das will ich haben“ oder „Das ist unangenehm, das will ich nicht“ für den Augenblick der Betrachtung aufgehoben und die betrachtende Aktivität gepflegt, das Nicht-Agieren im Sinne der Triebe, des Durstes. Diese betrachtende Aktivität prägt die programmierte Wohlerfahrungssuche (5. Zusammenhäufung), die nun im Auftrag des Geistes immer mehr darauf aus ist, nicht mehr im Sinn der Triebe zu reagieren, sondern Körper und Gefühle zu beobachten. Dem solcherart Betrachtenden wird es allmählich zur Gewöhnung, immer weniger den Trieben unmittelbar zu folgen. Durch die nüchterne entlarvende Betrachtung von Form und Gefühl wird also die triebhafte Reaktion im Denken, Reden



und Handeln gemindert. Das wird als abnehmende Verletzbarkeit erlebt, als subjektive Befreiung.

Mit den ersten beiden Zusammenhäufungen treten also die weiteren drei zwangsläufig mit auf.

### Völlige Triebfreiheit

Den Heilsweg gab der Erwachte als Wegweisung, um die sinnlichen Triebe zunächst durch Erhellung, d.h. durch stärkere Beachtung und Pflege der sozialen und moralischen Triebe, durch Verständnis für andere, durch Teilnahme, mitempfindende Gesinnung zu überwinden und dann das Begehren, das Ergreifen von Entstehendem und Vergehendem überhaupt aufzuheben. Wer die Gefühle, die Sprache der Triebe, als unbeständig, leidvoll durchschaut und sie mit dieser Durchschauung zwangsläufig mindert, hat auch die Triebe als solche gemindert. Wenn keine unwillkürlichen Wohl- oder Wehgefühle aufkommen, wenn Gleichmut nicht mehr durchbrochen wird von Begehren, Wünschen, Neigungen, dann sind die Triebe und damit die Verletzbarkeit als solche aufgehoben. Der Übende ist heil geworden, geheilt von der Krankheit des Begehrens und damit auch von jeder Neigung, sich an Ansichten zu klammern und sich behaupten zu wollen, wie es der Erwachte nun beschreibt:

*In solchem Anblick, Aggivessano, kann der erfahrene Heilsgänger am Wohlgefühl nichts mehr finden, am Wehgefühl und am Weder-Wohl-noch-Weh-Gefühl nichts mehr finden. Weil er nichts mehr am Wohlgefühl, am Wehgefühl, am Weder-Wohl-noch-Weh-Gefühl nichts mehr finden kann, wird er frei von Begehren (virāga). Frei von Begehren, ist er frei. Der Befreite ist erlöst. Der Erlöste hat das Wissen: „Erlösung ist. Versiegt ist die Kette der Wiedergeburten, beendet der*

*Reinheitswandel. Getan ist, was zu tun ist. Nichts mehr nach diesem hier', weiß er nun.*

*Wessen Herz solcherart erlöst ist, Aggivessano, der verbündet sich mit niemandem und streitet mit niemandem. Was in der Welt behauptet wird, lässt ihn unberührt. –*

*Um diese Zeit hatte der ehrwürdige Sāriputto hinter dem Erhabenen gestanden und dem Erhabenen Kühlung gefächelt. Und der ehrwürdige Sāriputto dachte: Der Erwachte sagt: Durch die Durchschauung dieser Dinge sind sie zu überwinden, durch die Durchschauung sind sie loszulassen. Und als der ehrwürdige Sāriputto sich dies vor Augen führte, löste sich ihm das Herz, frei von Ergreifen, von allen Wollensflüssen / allen Einflüssen ab.*

*Dīghanakho, dem Wanderasketen, aber ging das reine, fleckenlose Auge der Wahrheit auf: „Was irgend auch entstanden ist, muss alles wieder untergehen.“ Und Dīghanakho, der Wanderasket, der die Wahrheit gesehen, die Wahrheit gefasst, die Wahrheit erkannt, die Wahrheit ergründet hatte, der Unsicherheit entronnen, allem Zweifel entronnen, in sich selber gewiss, auf keinen anderen gestützt im Orden des Meisters, wandte sich nun an den Erhabenen:*

*Vortrefflich, Herr Gotamo, vortrefflich, Herr Gotamo! Gleichwie etwa, Herr Gotamo, als ob man Umgestürztes aufstellte oder Verdecktes enthüllte oder Verirrten den Weg zeigte oder Licht ins Dunkle hielte: „Wer Augen hat, wird die Dinge sehn“, ebenso auch hat Herr Gotamo die Lehre gar vielfältig klar gemacht. Und so nehme ich bei Herrn Gotamo Zuflucht, bei der Lehre und beim Orden. Als Anhänger möge mich Herr Gotamo betrachten, der zu ihm lebenslang Zuflucht genommen hat.*

Wir sind nicht immer in der Lage, Körper und Gefühl in nüchternen, entlarvenden, distanzierender Weise zu durchschauen. Oft sind wir weit davon entfernt, es überhaupt nur zu wollen, und manchmal, selbst wenn wir wollen, können wir es nicht. Wohl jeder hat schon bei sich erfahren, dass er, wenn er sich heller, reiner fühlt, weniger abhängig von sinnlichen Erlebnissen, dann höhere Zusammenhänge betrachten kann. Wenn wir uns auf den Fersen bleiben, unseren jeweiligen Standort beobachten, dann können wir für jeden Standort die geeignete Übung finden.

Auf jeden Fall können wir immer darauf achten, die Tugendregeln einzuhalten. Wer den Anspruch erhebt, Nachfolger des Erwachten zu sein, und hofft, zum Ziel kommen zu können, der muss unerschütterlich in der Einhaltung der Tugendregeln werden. Dann werden wir, wenn auch der Leib in den Sarg kommt, die Wege ins Hellere gehen.

Ein Schritt weiter ist es, die aufsteigenden Begehungen bei sich zu beobachten, und noch ein Schritt weiter ist es, den Körper und die Gefühle zu beobachten. Unseren jeweiligen inneren Standort können wir ein wenig anheben. Dann brauchen wir nicht die Sorge zu haben: „Komme ich voran?“

DIE LEIDENSHÄUFUNG DURCH DIE  
SINNENSUCHT UND IHRE ÜBERWINDUNG  
MĀGANDIYO

75. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Es gibt keine Religion auf dieser Erde, in welcher nicht die feste Überzeugung vom „ewigen Leben“ oder „unendlichen Leben“ aller Lebewesen ausgesprochen wird und die feste Überzeugung von den sehr unterschiedlichen Qualitäten des Lebens im Diesseits und Jenseits zwischen Wohl und Wehe, zwischen Grauen und Seligkeit.

Darum ist kein Irrtum und keine Täuschung gefährlicher als der Irrtum, dass der Tod das Ende der Existenz überhaupt sei, und darum ist keine Wissenschaft wichtiger als die Wissenschaft von den Wegen zu seligem Leben hier und drüben, zu endgültigem Wohl und Heil. Darum wollen die Religionsstifter dem Menschen Wege weisen, die zu größerem Wohl führen als es dem normalen Menschen bekannt ist und gar bis zum Heil.

Die Religionsstifter oder Heilslehrer begründen ihre Behauptung von der Unendlichkeit des Lebens und ihr Angebot einer solchen Heilsweisung damit, dass sie nicht wie der normale Mensch nur die diesseitigen, sondern auch die jenseitigen Lebensstätten kannten und dass sie darum sähen, welche Verhaltensweisen nach dem Verlassen des Körpers in größere Helligkeit und Wohl führten und welche in größere Dunkelheit und Schmerzen führten. Aus diesem Grund stimmen sie auch, wie schon öfter aufgezeigt wurde, in wesentlichen Grundaussagen überein, und darum kann der Erwachte sagen:

*Wovon andere Weise sagen ‚das ist‘, davon sage auch ich ‚das ist‘. Wovon andere Weise sagen ‚das ist nicht‘, davon sage auch ich ‚das ist nicht‘.*

Im Ganzen muss man, wenn man die gesamte der Menschheit vorliegende religiöse Heilsweisung ins Auge fasst, drei große fortschreitend höhere, erhabeneren Abschnitte möglicher Entwicklung unterscheiden:

Der erste Abschnitt der Wegweisung handelt davon, wie man das dem normalen Menschen allein bekannte „Begegnungsleben“ - die Lebensform, in welcher man hier und drüben durch seine Sinne einer Umwelt mit anderen Lebewesen begegnet - immer heller, wohltuender und beglückender machen kann bis zu den höchsten in diesem „Begegnungsleben“ gegebenen Möglichkeiten. Von dieser Lehre handeln alle Religionen.

Der zweite Abschnitt möglicher Entwicklung besteht in der Übersteigerung des gesamten Begegnungslebens im Diesseits und im Jenseits. Wer durch seine Entwicklung innerhalb des ersten Abschnittes erfahren oder begriffen hat, dass er von der rohen, harten, schmerzlichen und beängstigenden Begegnungsweise zu immer freundlicherer, sanfterer, hellerer und beglückender kommen kann, der kommt damit dem Verständnis für die Grenzen dieser Lebensform näher und begreift, dass die Entwicklung des inneren Wohls, die unabhängig macht von allem äußeren Wohl und damit von Begegnung überhaupt, zu einem ungleich seligeren und weniger verletzbaren Zustand führt.

Von diesem Zustand handeln nur wenige Religionen, und zwar immer nur die mystische Richtung in ihnen: der Hinduismus, das Sufitum im Islam, die die christliche Theologie weit überhöhende Mystik des Mittelalters und natürlich die Lehre des Buddha. Dieser Zustand wurde in der abendländischen Mystik die „unio“ und wird in den östlichen Lehren „*samādhi*“ genannt. Dieser kann nur dann erlangt werden, wenn das im ersten Entwicklungsabschnitt erlangbare Wohl völlig verstanden und erreicht ist.

Während die Wegweisung zur Wohlmehrung innerhalb des ersten Abschnittes in allen Religionen mehr oder weniger erhalten ist, dagegen die Wegweisung zum selbstständigen eigenen inneren Wohl des zweiten Abschnittes nur in der in manchen religiösen Kreisen entwickelten Mystik erfahren und gelehrt wird, wird das Wohl des dritten Abschnittes, das vollkommene Wohl im Heilsstand, nur von den Erwachten, den

Buddhas, gelehrt. - Für diese drei unterschiedlichen Arten von Wohl: der graduellen Unzulänglichkeit der ersten beiden Arten und der Vollkommenheit des Wohls im dritten Abschnitt finden wir in M 64 das Gleichnis von der Rinde des Baumes, dem Grünholz und dem Kernholz des Baumes.

Weil der Buddha die ersten beiden Arten der Wohlgewinnung gründlicher, ausführlicher und systematischer lehrt als alle anderen Religionen und weil nur er die dritte Art von Wohl, die Gewinnung des unzerstörbaren und höchsten Wohls im Heilsstand (*Nirvāna*) lehrt, darum vergleicht er seine gesamte Belehrung mit der Fußspur des Elefanten, die bekanntlich die größte Fußspur aller Tiere der Erde ist: So wie die Fußspuren aller anderen Tiere in der des Elefanten enthalten sind, so auch sind die Wahrheiten aller anderen Religionen in der Lehre des Buddha gründlich und ausführlich enthalten - und so wie die Elefantenspur alle anderen Fußspuren noch überragt, so lehrt der Erwachte über die beiden Lehren der anderen Religionen hinaus die dritte Art der Wohlgewinnung im Heilsstand: *Nirvāna*.

Mit den Aussagen über die Entwicklung des ersten Abschnittes wendet sich der Erwachte an den Menschen, der seinen sinnlichen Begehren nachgeht und deren jeweilige Erfüllung anstrebt. Dessen Hauptproblem ist, wie er erlange, wonach ihn verlangt. Darauf antwortet der Erwachte mit den Lehren des ersten Abschnitts: Aus der gewährenden Gesinnung und Haltung gegenüber den Mitwesen geht hervor, dass der so sich Verhaltende auch immer mehr zum Erlangen dessen kommt, wonach ihn verlangt.

Aber im zweiten Abschnitt zeigt der Erwachte, dass das Verlangen selber, das sinnliche Begehren eine große Not, eine schwere, vielfältige, tiefe, fressende Krankheit ist und dass alles Erlangen nur vorübergehende Scheinbefriedigung ist, aber nie richtigen Frieden bringt. Hier geht es also nicht mehr darum, dass man erlange, was man verlangt; noch weniger geht es darum, dass der Mensch selbstquälerisch nicht erlange, was er verlangt, sondern darum, vom sinnlichen Verlangen

selber immer freier zu werden um höheren und beständigen Wohls willen. Das ist das Thema dieser Lehrrede.

*So hab ich's vernommen. Einstmals weilte der Erhabene im Kurū-Land, bei einer Stadt der Kurūner namens Kammāsadamma, beim Opferherd eines Brahmanen aus dem Bhāradvāja-Geschlecht, wo er nachts auf einer Strohmatte lagerte.*

*In der Morgenfrühe erhob sich der Erhabene, nahm Obergewand und Schale und ging nach Kammāsadamma um Almosenspeise. Als der Erhabene, von Haus zu Haus tretend, Almosenspeise erhalten hatte, kehrte er zurück, nahm das Mahl ein und begab sich in den Wald für den Tag. Dort setzte der Erhabene sich am Fuß eines Baumes nieder bis gegen Sonnenuntergang.*

Bei den Brahmanen gab es sogenannte Feuerpriester. Sie hatten es sich zur Aufgabe gemacht, in ihrer Feuerstelle das Feuer nie ausgehen zu lassen. Damit glaubten sie, den Göttern zu dienen. Solche Feuerstätten boten Wanderern Wärme und Schutz vor Insekten. Dort weilte der Erhabene zur Nacht und den Tag über im Wald.

*Da kam Māgandiyo, ein Pilger, auf seinem Spaziergang an den Opferherd des Bhāradvāja-Brahmanen; und als er dort die zurechtgelegte Strohmatte sah, sprach er zum Bhāradvāja-Brahmanen: Für wen ist denn hier am Opferherd des Herrn Bhāradvāja die Strohmatte zurechtgelegt? Sie sieht aus wie ein Asketensitz. –*

*Es ist, Māgandiyo, der Asket Gotamo, der Sakyprinze, der der Herrschaft über die Saker entsagt hat! Diesem Asketen Gotamo geht allenthalben der*

wunderbare Ruf voraus: „Er ist der Erhabene, Heilgewordene, vollkommen Erwachte, der im Wissen und Wandel Vollendete, der zu unserem Heil gekommene Kenner der Welt. Er ist der unübertreffliche Lenker derer, die erziehbar sind, ist Meister von Göttern und Menschen, erwacht, erhaben.“ Für diesen Herrn Gotamo ist der Sitz hier zurechtgemacht. –

Da haben wir aber nichts Gutes gesehen, Bhāradvājo, wenn wir den Sitz dieses Herrn Gotamo, dieses Grobschlächters, gesehen haben. –

Hüte wohl deine Zunge, Māgandiyo, hüte wohl deine Zunge, Māgandiyo! Zu diesem Herrn Gotamo haben viele klarsehende Adlige, Priester, Bürger und Asketen höchstes Vertrauen, sind von ihm eingeführt und erzogen im Heilsverständnis, in heilsamer Lehre. –

Und wenn uns auch jener Herr Gotamo jetzt zu Gesicht käme, Bhāradvājo, so würden wir es ihm ins Gesicht sagen: Ein Grobschlächter ist der Asket Gotamo, sag ich. Und warum sag ich das? Weil er gegen unsere Lehrsätze vorgeht. –

Wenn es Herrn Māgandiyo genehm ist, will ich das dem Asketen Gotamo mitteilen. –

Ich wollte Herrn Bhāradvājo nicht damit bemühen, aber er kann es ihm ruhig sagen. –

Dieses Gespräch vernahm der Erhabene mit dem feinstofflichen Gehör, dem gereinigten, über menschliche Grenzen hinausreichenden. Als es nun Abend war, kehrte der Erhabene aus der Abgeschiedenheit zum Opferherd zurück und nahm auf der bereitliegenden Strohmatte Platz. Da kam der Bhāradvājer-Brahmane zum Erhabenen heran, begrüßte ihn und setzte sich zu seiner Seite. Darauf wandte sich der Erhabene an ihn:

Hast du wohl, Bhāradvājo, mit dem Pilger Māgandiyo über diese Strohmatte hier eine Unterredung ge-



*habt? –*

*Auf diese Worte erwiderte der Brahmane schauernd ergriffen, dem Erhabenen: Das eben wollten wir jetzt Herrn Gotamo mitteilen. Aber Herr Gotamo hat mich ja nun verstummen machen! –*

Das „feinstoffliche Ohr“ ist die Fähigkeit, auch das zu hören, was außerhalb der Reichweite der körperlichen Ohren gesprochen wird, und zwar nicht nur in unserer „irdischen“ Dimension, sondern auch in ganz anderen Dimensionen; wer das ‚feinstoffliche Ohr‘ gereinigt hat, der hat die Grenzen der sinnlichen Wahrnehmung überstiegen und kann auch in den Bereichen höherer oder untermenschlicher Wesen das hören, worauf er seine Aufmerksamkeit richtet.

Der Erwachte lehrt, durch welche Übung man diese und viele größere Fähigkeiten erlangen kann: Wenn der Mensch von den irdischen Sinnendingen sein Interesse abzieht, wenn er sich von ihnen nicht faszinieren lässt, dann kann er auch darüber hinaus wahrnehmen. Unser Interesse ist unsere Bindung, und die Bindung an das Grobe und die Nähe verhindert die Wahrnehmung des Feinen und des Fernen. Vor allem kann jeder, der das erreicht hat, was im christlichen Mittelalter die „heilige Indifferenz“ genannt wurde - keiner Erscheinung mehr zu- oder abgeneigt sein, in sich völlig aufrecht stehen, unbedürftig aller Dinge - bei entsprechender Übung zu allen Dingen hinreichen.

Māgandiyo schilt den Erwachten einen „Grobschlächter“, weil er gegen die Lehrsätze vorgehe, denen er, Māgandiyo, anhing. Der weitere Verlauf des Gespräches zeigt aber, dass er hierfür keinen konkreten Fall nennt. Der Erwachte geht auch gar nicht auf diesen Vorwurf ein, sondern lenkt das Gespräch gleich positiv auf den Punkt hin, der dem inneren Anliegen des Māgandiyo entspricht, ohne dass dieser sich selbst bisher darüber klar geworden war.

## Die Sinnesdränge in den Sinnesorganen

*Als diese Unterredung des Erhabenen mit dem Brahmanen eben begonnen hatte, da kam der Pilger Māgandiyo zum Opferherd zurück. Er ging zum Erhabenen hin, wechselte höfliche, freundliche Worte mit dem Erhabenen und setzte sich zur Seite nieder. Darauf wandte sich der Erhabene an ihn:*

*Der Luger im Auge, Māgandiyo, erfreut sich an den Formen, ergötzt sich an ihnen, wird durch sie erregt und bewegt, der Lauscher im Ohr erfreut sich der Töne, der Riechdrang in der Nase der Düfte, der Schmeckdrang in der Zunge des Schmeckbaren, der Tastdrang im Körper des Tastbaren, der Denkdrang im Geist erfreut sich der Gedanken. Die Sinnesdränge ergötzen sich an ihnen, werden durch sie erregt und bewegt. Diese Sinnesdränge hat der Erwachte bei sich gebändigt, bewacht, in Obhut genommen, gezügelt, und er lehrt, ihnen Zügel anzulegen. - Hast du etwa daran gedacht, Māgandiyo, als du sprachst: „Ein Grobschlächter ist der Asket Gotama?“-*

*Genau daran hab ich gedacht, Gotamo, als ich sprach: „Ein Grobschlächter ist der Asket Gotamo, sag ich. Und warum sag ich das? Weil er gegen unsere Lehrsätze vorgeht.“*

Die Antwort Māgandiyos lässt erkennen, dass er den Erwachten nur aus einem unbestimmten Ärger angegriffen hat, denn auch jetzt, nachdem der Erwachte ihm gezeigt hat, welchen Weg der inneren Meisterung und Befreiung des Herzens er gegangen ist und zu gehen lehrt, da geht Māgandiyo darauf nicht ein, sondern wiederholt sein Sprüchlein. Und wieder fragt der Erwachte nicht nach den „Lehrsätzen“ des Pilgers, sondern bleibt bei dem von ihm selbst angeschnittenen Thema.

Und wir werden hernach sehen, dass er damit Māgandiyo für sich gewinnt.

Zunächst aber zu der Äußerung des Buddha: Hier im Westen werden Auge, Ohr, Nase usw. als physikalisch und chemisch wirkende Apparate aufgefasst, welche irgendwie die sinnliche Wahrnehmung ermöglichen. Diese Apparate „erfreuen und ergötzen“ sich natürlich in keiner Weise an den Wahrnehmungsobjekten. Aber der Erwachte spricht in Pāli auch nicht von den *Sinneswerkzeugen*, sondern von dem sinnlichen Anliegen des Menschen, von den sinnlichen Tendenzen, Drängen, die sich der körperlichen Sinnesorgane bedienen, um durch sie hindurch die äußeren ihnen entsprechenden Objekte genießen zu können. Die körperlichen Sinnesorgane: Auge, Ohr, Nase usw. allein (ohne Anliegen) heißen in Pāli *akkhi*, *kanna*, *nāsā* usw.; aber in Verbindung mit den sinnlichen Neigungen heißen sie *cakkhu*, *sota* und *ghāna*, und diese Worte hat der Erwachte gebraucht. Nicht das Auge, sondern der „innere Luger“ erfreut sich der Formen und drängt danach; nicht das Ohr, sondern der „innere Lauscher“, der „Riecher“, „Schmecker“, „Taster“.

Das körperliche Auge kann so wenig sehen wie eine Brille. Aber der innere „Luger“ oder „Seher“ lugt durch das physische Auge als durch seine Brille nach der „äußeren Welt der Formen“, nach den „*ersehten, begehrten, geliebten, entzündenden*“. - Ebenso kann das körperliche Ohr so wenig hören wie ein Hörrohr, aber der „innere Lauscher“ lauscht durch die physischen Ohren nach der „äußeren Welt der Töne“; der innere „Riecher“ sucht durch die Nase des Körpers nach der Welt der Gerüche usw.

Diese hinter den Sinnesorganen dem Körper innewohnenden Begehrensstränge und als sechstes den Denkdrang im Geist vergleicht der Erwachte in S 35,206 sehr drastisch mit sechs Tieren,, deren jedes zu einem anderen Ziel hindrängt.

Der dem Menschen innewohnende Erlebnisdrang nach dem Sehen der sichtbaren Formen wird verglichen mit der Schlange, die zum Ameisenhaufen (zum Termitenbau) hindrängt.

Der Drang nach der Welt der Töne wird verglichen mit dem Alligator oder Delphin, der zu den tosenden Wasserwogen hindrängt.

Der Drang nach der Welt der Gerüche wird verglichen mit dem Vogel, der sich in die Lüfte erhebt.

Den Drang nach der Welt der Geschmäcke vergleicht der Erwachte mit dem Hund, der nach dem Dorf strebt, wo es Knochen mit Fleisch und Blut gibt.

Der Drang zum Tasten wird verglichen mit dem Drang einer Hyäne zu den Leichen.

Und der Drang des Geistes nach Orientierung und danach, den Körper zwecks Befriedigung der Sinne umherzuführen und darüber hinausgehendes Wohl zu suchen, wird verglichen mit dem Affen, der zum Wald strebt.

Diese Bilder zeigen eindeutig, dass wir es bei uns nicht nur mit den körperlichen Augen, Ohren, der Nase usw. zu tun haben. Diese Organe sind nur Werkzeuge für jene unheimlichen innewohnenden sinnlichen Süchte, die zusammengenommen einen großen inneren „Hungerleider“ bilden, der ununterbrochen nach dem Welterlebnis lugt und lauscht, lungert und lechzt und deshalb seinen „Hirten“, den Geist – solange er ihm hörig ist - zwingt, dauernd seine gespeicherten Erinnerungen abzufragen, wo und wie etwas zu holen ist, was den Hunger stillt, und es durch die Sinnesorgane hereinzuholen. Der Drang, der Dauermangel ist so stark, dass er immer noch lieber wahllos Beliebigen, zur Not sogar Schmerzenden wahrnehmen will als gar nichts.

Wir haben also nicht nur Sinnesorgane, mit denen wir wahrnehmen *können*, sondern wir *müssen* wahrnehmen. Wahrnehmen ist nicht ein passiver Vorgang („weil Licht ins Auge fällt, darum *kann* wahrgenommen werden“), sondern ist ein zwingendes Bedürfnis zum Sehen, Hören, Riechen, Schmecken, Tasten und zum Denken. Der Leib ist ein Werkzeug zum Wahrnehmen, aber der Wahrnehmungsdrang ist etwas anderes als das Werkzeug. Es ist das große lechzende Verlangen nach diesen sinnlichen Wahrnehmungen, und dieser

Tatsache trägt die Pälisprache Rechnung mit zwei verschiedenen Ausdrücken.

So wie ein rasender D-Zug auf den Schienen in jeder Sekunde mehrere Meter frisst und ununterbrochen Meter um Meter zu Hunderten von Kilometern summiert, so fressen die Sinnesdränge unersättlich Eindrücke um Eindrücke. Es ist ein unübersehbares Spannungsfeld an Bedürftigkeiten nach Formen, Tönen, Düften, Schmeckbarem, Tastbarem und Denkbarem, nach den „*ersehten, geliebten, entzückenden, angenehmen, dem Begehren entsprechenden, reizenden.*“ - Und die Eindrücke folgen auch: In jedem Augenblick kommen durch die fünf Sinne die verschiedensten Eindrücke an, und der Geist verarbeitet sie: die Tendenzen, die zusammen als ein spannungshafter Wollenskörper den sichtbaren Körper durchziehen, werden bei diesem komplexen Vorgang ununterbrochen berührt, wodurch die lebenslängliche Kette der Gefühle, der Wohl- und Wehgefühle, entsteht und besteht.

### Das dreifache Holzscheitgleichnis

In seiner Heilswegweisung erklärt der Erwachte, dass der Stand der Unabhängigkeit und der Todlosigkeit erst erworben werden kann, wenn diese Sinnensüchte aus den Sinnesorganen ganz vertrieben und aufgelöst sind. Dazu zeigt er den Entwicklungsweg.

Die Notwendigkeit der Entwicklung von der Sinnlichkeit, die nach der Außenwelt giert und lechzt, bis zu der vollkommenen Bändigung und Befreiung sah der Erwachte gleich zu Anfang seiner eigenen Askese, bevor er Erwachter war. Er sagt (M 36 und 85): Als ihm auch die tiefsten Lehrer seiner Zeit nicht den Weg zum Ziel hatten zeigen können, da sei ihm, als er ganz auf sich allein gestellt war, ein dreifaches Gleichnis vom Holzscheit aufgeleuchtet: Mit einem Holzscheit kann man Feuer und Wärme hervorbringen, wenn man es reibt. Aber das gelingt nur unter bestimmten Bedingungen. Mit einem Holz, das vollgesogen von Wasser noch im Wasser liegt,

geht es nicht; und mit einem Holz, das zwar aus dem Wasser herausgenommen, aber noch von Wasser vollgesogen ist, geht es auch nicht; aber wenn ein Holz aus dem Wasser herausgenommen und durch und durch getrocknet ist, dann kann man damit Feuer und Wärme erzeugen.

So, sagt der Erwachte, sei es auch mit diesem Leib: Solange er noch voll von durch die fünf Sinnesorgane hinausgierender Sinnensucht sei und der Mensch noch in der Welt dem Genuss der Sinnendinge nachgehe - so lange könne der Mensch unmöglich zur universalen Wahrnehmung und damit zur Erwachung kommen.

Auch wenn der Mensch von der Welt zurückgezogen in der Einsamkeit lebe, aber doch noch Sinnensucht habe, auch dann könne er unmöglich zur universalen Wahrnehmung und damit zur Erwachung kommen.

Wenn aber alle Sinnensucht ganz aus dem Körper herausgebracht und der Leib von der Sinnensucht vollkommen gereinigt und nicht mehr sklavisches Werkzeug der Triebe sei, dann erst könne man universal wahrnehmen und gar zur vollkommenen Erwachung kommen.

Aber das Holzseicht ganz austrocknen – die Sinnensucht aus dem Körper ganz austreiben - das könne man nur durch höheres Wohl (M 14). Darauf weist der Erwachte nun Māgandiyo hin:

#### Höheres Wohl

*Was meinst du wohl, Māgandiyo, da habe einer früher Gefallen gehabt an den durch den Luger erfahrbaren Formen (durch den Lauscher erfahrbaren Tönen usw.), den ersehnten, geliebten, dem Begehren entsprechenden, reizenden; der habe dann aber später der Formen (Töne usw.) fortgesetztes Entstehen und Vergehen, Labsal, Elend und die Entrinnung davon der Wirklichkeit gemäß gesehen und den Durst nach Formen verworfen, das Fieber nach den Formen ausgetrieben,*

*sei frei von Verlangen und verweile innerlich beruhigten, gestillten Herzens: was hättest du gegen einen solchen einzuwenden, Māgandiyo? –*

*Gar nichts, Gotamo. –*

*Ich habe früher, Māgandiyo, im Haus gelebt und konnte die fünffachen Sinnesfreuden genießen: die durch den Luger erfahrbaren Formen, die durch den Lauscher erfahrbaren Töne, durch den Riecher erfahrbaren Düfte, durch den Schmecker erfahrbaren Säfte, die durch den Leib erfahrbaren Tastungen, die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen, dem Begehren entsprechenden, reizenden. Und ich besaß, Māgandiyo, damals als Prinz drei Paläste: einen für den Sommer, einen für den Herbst, einen für den Winter. Und ich brachte, Māgandiyo, die vier herbstlichen Monate im Herbstpalast zu, von unsichtbarer Musik bedient, und stieg nicht vom Söller herab.*

*Später aber hab ich das Entstehen und Vergehen der Sinnenlust, was daran Labsal, Elend und die Ent rinnung davon ist, der Wirklichkeit gemäß gesehen und den Durst nach Sinnenlust verworfen, das Fieber nach Sinnenlust ausgetrieben, war frei von Verlangen, innerlich beruhigten, gestillten Herzens.*

*Und ich sah, wie die anderen Wesen von den Sinnenlüsten gereizt, vom Durst nach Sinnenlust gehetzt, vom Fieber nach Begehrendingen verbrannt, den Sinnenlüsten frönten; und ich konnte sie nicht beneiden, keine Freude daran finden. Und warum nicht? - Weil ich, Māgandiyo, gar fern vom Begehren, fern von unheilsamen Gedanken, ein Glück empfand, das bis an himmlisches Wohl heranreichte: solches Glück genießend, hatte ich keinerlei Verlangen nach Geringem, konnte keine Freude daran finden.*

*Es ist, Māgandiyo, wie wenn da ein Hausvater wäre*

*oder der Sohn eines Hausvaters, reich, mit Geld und Gut mächtig begabt, im Besitz und Genuss der fünf Sinnenfreuden. Der sei in Taten, Worten und Gedanken auf dem rechten Wege gewandelt und sei nach Versagen des Körpers, jenseits des Todes, auf gute Lebensbahn, in himmlische Welt gelangt, zu den Göttern. Und er lebte dort im Wonnigen Wald, von Huldinnen umringt, im Besitz und Genuss der himmlischen fünf Sinnenfreuden. Und er sähe von dort aus auf der Erde einen Hausvater oder den Sohn eines Hausvaters, der die menschlichen fünf Sinnesfreuden besitzt und genießt. Was meinst du wohl, Māgandiyo, könnte da etwa dieser Göttersohn, der im Wonnigen Wald von himmlischen Huldinnen umringt, die himmlischen fünf Sinnesfreuden genießend, nach den menschlichen fünf Sinnesfreuden jenes Hausvaters Verlangen bekommen und zu den menschlichen Sinnesfreuden zurückkehren wollen? –*

*Gewiss nicht, Gotamo. – Und warum nicht? –*

*Gegenüber menschlichen Sinnesfreuden, Gotamo, sind himmlische Sinnesfreuden viel wunderbarer und feiner. –*

Das Wohl, das der Erwachte auf Grund seines völlig gestillten, beruhigten Herzens erfährt, ist noch unvergleichlich größer als das Wohl der hier beschriebenen Götter, die im Sinnengenuss leben. Aber das kann Māgandiyo jetzt noch nicht begreifen. Darum hat ihm der Erwachte erst ein Beispiel gegeben, das er begreifen kann. Es weist aber bereits seine Gedanken in die Richtung über seine jetzige menschliche Erlebensweise hinaus zu relativ höherem Wohl.

Bei diesem ersten Gleichnis, mit dem der Erwachte nur ganz von fern das große Wohl angedeutet hat, das die Geheilten erfahren, konnte noch unser menschlicher Standort der



sinnlichen Begehrensbefriedigung als der normale gelten und das „Entrinnen daraus“, der Zustand der Begehrensfreiheit, als ein hoher, weit übernormaler.

Nun aber, nachdem Māgandiyo durch das erste Gleichnis für einen Augenblick über seine gewohnte menschliche Blickweise hinausgehoben ist, öffnet ihm der Erwachte mit den weiteren Gleichnissen die Augen für die volle Wahrheit über das sinnliche Begehren.

Der vom Aussatz Genesene kann  
die Kranken nicht beneiden

*Denke einmal, Māgandiyo, an einen Aussatzkranken, dessen Glieder mit Geschwüren bedeckt, faulig geworden, von Würmern zerfressen und von den Nägeln wund aufgekratzt sind, wie dieser davon Fetzen herabreißend, den Leib an einer Grube voll glühender Kohlen ausdörren ließe. Nun aber bestellten ihm seine Freunde und Genossen, Verwandte und Vettern einen heilkundigen Arzt. Und dieser heilkundige Arzt gäbe ihm ein Heilmittel; und er gebrauchte dieses Heilmittel und würde vom Aussatz befreit und genesen, fühlte sich wohl, unabhängig, selbstständig, könnte gehen, wohin er wollte. Wenn nun dieser Genesene einen anderen Aussätzigen erblickte, dessen Glieder mit Geschwüren bedeckt, faulig geworden, von Würmern zerfressen, von den Nägeln wund aufgekratzt sind, wie auch jener Fetzen davon herabreißend, den Leib an einer Grube voll glühender Kohlen ausdörren lässt. - Was meinst du wohl, Māgandiyo, würde da etwa dieser Mann jenen Aussätzigen beneiden und die glühende Kohlengrube und den Gebrauch des Heilmittels vermissen? -*

*O nein, Gotamo! -Und warum nicht, Māgandiyo? -*

*Wenn man krank ist, Gotamo, dann braucht man ein Heilmittel, nicht aber, wenn man gesund ist. –*

*Ebenso auch, Māgandiyo, hab ich früher im Hause gelebt und konnte die fünffachen Sinnesfreuden genießen. Später aber hab ich das Entstehen und Vergehen der Sinnenlust, was daran Labsal, Elend und die Entrennung davon ist, der Wirklichkeit gemäß gesehen und den Durst nach Sinnenlust verworfen, das Fieber nach Sinnenlust ausgetrieben, war frei von Verlangen, innerlich beruhigten, gestillten Herzens.*

*Und ich sah, wie die anderen Wesen von den Sinnenlüsten gereizt, vom Durst nach Sinnenlust gehetzt, vom Fieber nach Begehrendingen verbrannt, den Sinnenlüsten frönten; und ich konnte sie nicht beneiden, keine Freude daran finden. Und warum nicht? - Weil ich, Māgandiyo, gar fern vom Begehren, fern von unheilsamen Gedanken, ein Glück empfand, das bis an himmlisches Wohl heranreichte: solches Glück genießend, hatte ich keinerlei Verlangen nach Geringem, konnte keine Freude daran finden. –*

Dieses Gleichnis öffnet dem Einsichtigen die Augen. Er erfährt, was er bisher nicht geahnt haben mochte, dass es freudvoll-selige Zustände, ja, Daseinsformen gibt oberhalb und außerhalb von allem sinnlichen Begehren. Nach diesem geistigen Maßstab sind wir nicht gesund; denn wir sind sinnlich bedürftig, Hungerleider, lechzende Bettler.

Nach dem Maßstab der Erwachten, die alle Leiden aller Grade auf ewig hinter sich und unter sich gelassen haben, herrscht in der Sinnensuchtwelt unmittelbarer, ununterbrochener Schmerz - auch in den Augenblicken der Befriedigung, denn was wir als „Befriedigung“ empfinden, das sehen die Geheilten, Genesenen, Erwachten als Kratzen und Reißen und Versengen von Aussatzwunden an.

Der Erwachte zeigt, dass die gesamte sinnliche Wahrneh-

mung – gleichviel ob von uns die einzelnen Wahrnehmungen als angenehm oder entzückend oder als schmerzlich oder gefährlich empfunden werden - mit zwei großen Arten von Schmerzen verbunden ist.

Zur sinnlichen Wahrnehmung gehören die sechs Arten von Erfahrungen: Mit dem Luger (dem Trieb im Auge, dem Sehenwollen) Form erfahren, mit dem Lauscher (dem Trieb im Ohr, dem Hörenwollen) Töne erfahren usw. Diese sechs Arten von Erfahrungen vergleicht der Erwachte mit Schwerthieben: Da liegt ein zum Tode Verurteilter im Gefängnis, und der König fragt den Wärter zwei- oder dreimal am Tage, ob der Gefangene noch lebt. Sobald der Wärter sagt, dass er noch lebt, verordnet ihm der König weitere Schwerthiebe.

So ist jeder Erfahrungsakt an sich ein großer Schmerz, aber wir leben schon so lange Zeiten in dieser Erlebnisweise, wir sind sie so gewöhnt und kennen so wenig eine andere, dass wir den Schmerz aus Mangel an Vergleichsmöglichkeit nicht als Schmerz registrieren können, eben weil wir ihn immer haben. Daher kommt es, dass ein Mensch, der die sinnliche Wahrnehmung übersteigt und zu dem Erlebnis der Entrückungen kommt, diese dann als eine Seligkeit und als Frieden über alle Maßen empfindet, wie er es sich vorher überhaupt nicht denken konnte. Und je öfter und tiefer er diesen Frieden genießt, um so stärker empfindet er beim Rückfall in die sinnliche Erlebnisweise: „Das ist doch kein Leben.“ - So sagt *Ruisbroeck*: „*Steig über die Sinne, hier lebet das Leben.*“ Sobald bei einem solchen der Sinne Entrückten die Maschinerie der Sinneserfahrungen wieder zu laufen anfängt, empfindet er sie im Vergleich zur Seligkeit der Entrückung wie Schwerthiebe. Das ist die erste Art des Leidens der sinnlichen Wahrnehmung: der Prasselhagel der Erfahrungsakte seitens der Triebe.

Die zweite Art des Leidens, die unmittelbar verbunden ist mit den sechs Arten der Erfahrung ist die sechsfache Berührung, nämlich die Berührung des Wollensköpers, der Triebe, die zugleich mit der sechsfachen Erfahrung stattfindet. Für die Berührung gibt der Erwachte folgendes Bild: Da läuft ein Rind

herum, dessen Haut überall aufgerissen ist. Das so empfindliche rohe Fleisch liegt offen zutage, und die verschiedenen Insektenarten fallen darüber her und saugen sich an dem rohen Fleisch mit Blut voll.

Auch diese Art des Leidens - die sechsfache Berührung - sind wir ganz ebenso gewöhnt wie die sechsfache Erfahrung seitens der Triebe, so dass wir sie nicht als Leiden verzeichnen können. Durch den Dauerschmerz sind wir so abgestumpft und unfähig zu richtigem „Wohlfühlen“, dass wir in unserem Wahn nur die etwas geringeren Berührungsschmerzen gegenüber den gröberen schon als „Wohl“ empfinden und nur die grössten als Weh, und so vermeinen wir, zwischen wohltuenden Erlebnissen und schmerzlichen zu leben. In Wirklichkeit ist jede Berührung ein großer Schmerz.

Diese beiden Dauerschmerzen der Erfahrungsakte und der Berührungen gehören zur Natur der Daseinsformen in sinnlicher Wahrnehmung, und sie bestehen ununterbrochen und unabhängig vom Lauf der Zeiten und vom Ablegen, Altern und Wiederanlegen des Körpers so lange, bis wir uns umstellen. Diese beiden mit dem Begegnungsleben verbundenen Dauerschmerzen sind eine gewaltige Anstrengung der gesamten Körperkräfte und halten auch den Geist in einer dauernden untergründigen Anspannung und Sorge um Funktionieren und Schutz des Körpers und der jeweils benutzten Organe und bewirken Verschleiß und Altern des Körpers. Aber das alles geschieht schon so lange, dass der Mensch es so wenig merkt, wie der Fisch das Wasser merkt, in dem er geboren ist und ununterbrochen lebt. Das Wesen beachtet nur, was ihm der jeweilige Sinneseindruck an Angenehmerem oder Unangenehmerem bringt. Beim angenehmen Sinneseindruck hat es den großen Dauerschmerz plus kurzem Wohlgefühl, und beim unangenehmen Eindruck hat es zum gleichen großen Dauerschmerz noch das kurze Schmerzgefühl. Es registriert in seinem Bewusstsein eben nur die kurz aufkommenden Gefühle, nicht aber den unterbrechungslos erlittenen Dauerschmerz.

Die Sinnesdränge im Körper lauern auf Befriedigung, sie

sind ein permanenter Mangel und Sog, verursachen damit ein dauerndes Mangelgefühl, Minusgefühl, Wehgefühl, Leiden, das jedoch wegen der fast ununterbrochenen Dauer als normaler Seinszustand empfunden wird, wie beim Aussätzigen das permanente Jucken zu seinem gewohnten Erleben geworden ist.

Die Aussätzigen, deren Körper mit den juckenden Wunden bedeckt sind, sehen sich gezwungen, an glühenden Kohlen diese Wunden auszudörren und immer wieder Fetzen davon herabzureißen. Wenn aber der Aussätzige durch einen Arzt von der Krankheit völlig geheilt ist, dann denkt er nicht mehr daran, sich diesen Schmerzen an den glühenden Kohlen auszusetzen, und kann den von Begierden Getriebenen, Abhängigen nicht beneiden. So ist das gesamte sinnliche Leben, die Befriedigung durch sinnliche Wahrnehmung, dem Aufenthalt eines Aussätzigen an einer glühenden Kohlengrube zu vergleichen. Wenn der Mensch sich diese Tatsache vor Augen führt, ihr nachspürt, dann wird er erfahren, dass er dadurch einen festen Willen und starke Kräfte entwickelt, um sich mehr und mehr herauszuarbeiten. Dann wird es ihm ergehen, wie der Erwachte mit dem folgenden Bild zeigt.

Der vom Aussatz Genesene flieht seine früheren „Freuden“

*Denke noch einmal, Māgandiyo, an den Aussätzigen, dessen Glieder mit Geschwüren bedeckt, faulig geworden, von Würmern zerfressen, von den Nägeln wund aufgekratzt sind, wie dieser davon Fetzen herabreißend, den Leib an einer Grube voll glühender Kohlen ausdörren lässt, dann aber durch die Vermittlung seiner Freunde, Verwandten von einem heilkundigen Arzt von diesem Aussatz befreit und ganz genesen wäre, sich wohlfühlte, unabhängig, selbstständig und gehen könnte, wohin er wollte. Nun aber würden zwei kräftige Männer ihn unter den Armen ergreifen und ihn zu*

*der glühenden Kohlengrube hinschleppen. Was meinst du wohl, Māgandiyo, würde da nun dieser Mann nicht auf jede nur mögliche Weise den Leib zurückziehen? – Gewiss, Gotamo! –*

*Und warum das? – Jenes Feuer, Gotamo, ist ja entsetzlich zu ertragen und ist verbrennend und furchtbar verzehrend. –*

*Was meinst du wohl, Māgandiyo, ist etwa jetzt erst das Feuer entsetzlich zu ertragen, ist verbrennend und furchtbar verzehrend, oder war es schon früher entsetzlich zu ertragen, war verbrennend und furchtbar verzehrend? –*

*Jetzt eben, Gotamo, ist das Feuer entsetzlich zu ertragen und ist verbrennend und furchtbar verzehrend, und auch früher war das Feuer entsetzlich zu ertragen, war verbrennend und furchtbar verzehrend. Jener Aussätzige jedoch, Gotamo, dessen Glieder mit Geschwüren bedeckt, faulig geworden, von Würmern zerfressen, von den Nägeln wund aufgekratzt waren, hatte, vom Juckreiz verstört, die falsche Wahrnehmung „das tut wohl“. –*

*Ebenso aber, Māgandiyo, waren auch die Sinnensüchte der Vergangenheit gar entsetzlich zu ertragen, waren verbrennend und furchtbar verzehrend und werden auch die Sinnensüchte der Zukunft entsetzlich zu ertragen sein, sind verbrennend und furchtbar verzehrend und sind auch heute die Sinnensüchte der Gegenwart entsetzlich zu ertragen, sind verbrennend und furchtbar verzehrend. Doch diese Wesen, Māgandiyo, von den Sinnensüchten getrieben, vom Durst nach Sinnendingen gejagt, vom Fieber nach Sinnendingen verbrannt, vom Juckreiz verstört, haben die falsche Wahrnehmung „das tut wohl“.*

Der normale Mensch, gejagt von dem entsetzlichen „Jucken“ und „Brennen“ der Tendenzen, hat keine Vorstellung von wirklichem Wohlgefühl. Er ist getrieben von seinen Schmerzen, ist *vom Juckreiz verstört* und hat eine falsche Wahrnehmung. Er merkt nicht, wie tief er in dauerndem Schmerz ist, weil er noch kein anderes Gefühl erlebt hat. Er kann sich daher überhaupt nicht vorstellen und kann nicht nachempfinden, dass es oberhalb dieses reißenden Kampfes um fortdauernde Befriedigung der Sinnensucht einen seligen Herzensfrieden gibt. Er kann nur unterscheiden zwischen unbefriedigtem und befriedigtem Begehren. Deshalb muss er einen Menschen, der keiner Befriedigung eines Begehrens mehr bedarf, weil er frei von Begehren ist, als einen Unbefriedigten ansehen, der in großem Leiden und Verzicht lebt, während er selber sich seine Wünsche erfülle.

*Der Erwachte zeigt, dass der im Begehren Lebende seine Situation gar nicht richtig erfassen kann: Die Erfahrung der Sinnesdränge sagt ihm „wohl tut das“, obwohl es wehtut. Er wähnt sich gesund, obwohl er von dem Begehrensfieber zu unsinnigen, ihn selbst schädigenden Handlungen getrieben wird. Kein Gesunder geht freiwillig an glühende Kohlen heran. Kein Gesunder kann die Aussätzigen beneiden, und jeder Gesunde würde sich mit aller Kraft wehren, wenn man ihn an die glühenden Kohlen heranziehen würde, denn er kennt ein Wohl ohne Schmerz. Aber das schlimmste Übel des sinnlichen Begehrens nennt der Erwachte im folgenden Gleichnis.*

Befriedigung verstärkt die Süchtigkeit

*Je mehr und mehr nun, Māgandiyo, jener Aussätzige den Leib da in solcher entsetzlichen Weise ausdörren lässt, desto mehr und mehr füllen sich ihm seine offenen Wunden nur immer weiter mit Eiter, Schmutz und Gestank an, und er empfindet sogar ein gewisses Behagen, einen gewissen Genuss, indem er die offenen*

*Wunden abreibt. - Ganz ebenso auch sah ich und sehe ich, Māgandiyo, wie die anderen Wesen von den Sinnensüchten getrieben, vom Durst nach Sinnendingen gehetzt, vom Fieber nach Sinnendingen verbrannt, den Sinnensüchten frönen; und ich sehe, wie bei diesen Wesen, je mehr und mehr sie von den Sinnensüchten getrieben, vom Durst nach Sinnendingen gehetzt, vom Fieber nach Sinnendingen verbrannt, den Sinnensüchten frönen - desto mehr und mehr auch bei ihnen der Durst nach Sinnendingen wächst, sie vom begehrenden Fieber entzündet, ein gewisses Behagen empfinden, einen gewissen Genuss, bedingt durch die fünf Sinnensüchte.*

Die Süchtigkeit dessen, der die Wahrheit nicht kennt, nimmt also immer mehr zu: *Vom Geiste gehen die Dinge aus*, sagt der Erwachte. Jeder Begehrensgedanke, jede Begehrensvorstellung ist ein Sandkörnchen mehr auf der Waagschale der Begehrlichkeit. Unser Leben besteht aus Einzelgedanken und aus einzelnen Vorstellungen, und ein begehrlicher Gedanke nach dem anderen füllt die Waagschale, mehrt das Gewicht, verstärkt die Süchtigkeit.

So wie Salzwasser nie den Durst stillen kann, so kann die Befriedigung der Begehrensdränge nie das Begehren endgültig stillen und kann nie von Begehren befreien. Der Mensch schaukelt sich auf zu immer größerer Leidenschaftlichkeit, zu immer größerer Abhängigkeit. Die Heilslehrer sehen die gesamte Sinnenlust im weitesten Sinn als eine Suchtkrankheit an und die jeweiligen Begehrensobjekte als Rauschmittel. Weil die Befriedigung nur kurz andauert, darum drängt sich den Begehrenden immer wieder der Gedanke auf: „Das allein befriedigt, das muss ich jetzt haben.“ Weil der Mensch bei vielen Sinnendingen im Akt der Berührung eine kurze entspannende Befriedigung der inneren Sucht empfindet, darum bewertet er die Befriedigung so positiv und muss sie immer wieder anstre-



ben. Natürlich gibt es Sinnendinge, die wir zur Lebenserhaltung brauchen, wie Essen, Trinken, Bewegung, Ruhe usw., aber wir müssen nüchtern feststellen, dass es bei uns und unserer Umgebung noch sehr viele Sinnensüchte und Begehrendinge gibt, auf die wir kaum verzichten können. Das merken wir dann, wenn sie länger ausbleiben, als wir gewöhnt sind und uns lieb ist.

Es gibt zwar Menschen, die den Sinnendingen mit Maß nachgehen. Diese Mäßigung bedeutet aber wieder eine Anstrengung und Übung, denn sie möchten noch dem Begehrendrang folgen, jedoch nicht über ein gewisses Maß hinaus. Sie wollen sich vor Maßlosigkeit der Begierden bewahren, bewerten also nicht die Begierden, sondern nur das Übermaß negativ. Die Begierden als solche beurteilen sie positiv, wodurch die betreffende Neigung einen Grad stärker wird. Durch andere Erwägungen: die Gedanken an Mäßigkeit, Pflichterfüllung, Rechtschaffenheit, Ehrlichkeit oder gar religiöse Vorstellungen wird sie zwar wieder schwächer - und so pendelt ein solcher Mensch hin und her, entsprechend den Worten von Elias zu seinem Volk: *Wie lange hinket ihr auf beiden Seiten!*

Wirklich maßvoll ist auf die Dauer nur ein Mensch, der die Begehungen als solche, nicht nur ihr Übermaß, negativ bewertet, aber nicht der, der ihre Befriedigung im Grunde als positiv bewertet; ein solcher gerät immer weiter in Sinnensucht hinein.

Fast jeder kennt Menschen in seiner Umgebung, die den Sinnenlüssen so stark nachgehen, dass sie davon krank werden und ihr Leben verderben. Alles hat nur klein angefangen. Im Augenblick des Genusses wird Wohl empfunden. Das wird positiv bewertet. Wenn aber die kurze Zeit des Genusses vorbei ist, dann meldet sich die Sucht um so stärker. Das ist ein eiskaltes Gesetz. Alle, die in eine Süchtigkeit hineingeraten sind, aus der sie nun fast nicht mehr zurückfinden, sind nur auf dem Wege über die positive Bewertung der Befriedigung der Sinnensüchte hineingeraten.

Von Leonardo da Vinci wird erzählt: Als er das Abendmahl

zu malen begann, suchte er ein Modell für den Christuskopf. Er fand einen jungen Italiener, ließ ihn Modell sitzen und bezahlte ihn. Dann arbeitete er viele Jahre und mit großen Unterbrechungen an dem Abendmahl-Gemälde. Zuletzt, viel später, suchte er als Modell für Judas, den Verräter von Jesus, einen ganz verkommenen Menschen; schließlich fand er einen und nahm ihn mit in sein Atelier. Dort wurde dieser Mann stutzig, dann brach er in Weinen aus und sagte, dass er ihm vor Jahren als Modell für den Christuskopf gegessen habe. Er hatte sich in der Zwischenzeit so zur Hemmungslosigkeit gewandelt.

Je größer beim Menschen die Sucht ist und je längere Zeit sie unbefriedigt bleibt, um so rücksichtsloser muss er aus dem inneren entsetzlichen Mangelgefühl trachten, diese Sucht zu erfüllen. Zu der Zeit kann er weder den Weg zu seiner Befreiung noch die Not der Nächsten auch nur sehen. Der Gegenstand der Befriedigung füllt sein ganzes Blickfeld aus und erscheint ihm blendend, verheißend, verlockend, mit unwiderstehlicher Gewalt.

Jeder Mensch hat irgendwo Grenzen, bis zu denen seine Rücksicht reicht. Wenn er großes Verlangen hat, dann ist die Grenze bei dem einen Menschen eher überschritten, bei dem anderen nicht so bald überschritten. Aber bei immer größerer Not wird sie doch irgendwann überschritten. Es gibt nicht viele Menschen, die lieber selber sterben, als dass sie anderen etwas wegnehmen.

Und noch eine Erschwerung kommt hinzu: In dem Maß, wie das Verlangen nach Erlebnissen zunimmt, in dem Maß nimmt gerade die Fähigkeit, selber das Begehrte zu erwerben, ab, nehmen gedankliche Übersicht, Arbeitskraft, Ausdauer, Disziplin ab. Je mehr er bedarf, um so weniger hat er Kraft, sich die Dinge selber zu beschaffen. Irgendwann kann die Spannung nicht mehr ausgehalten werden, und wir sprechen dann von unsozialer Haltung und Kriminalität. Diese kommt dadurch zustande, dass die Wünsche größer sind, als mit rechtlichen Mitteln Erfüllung erlangt werden kann.

In M 13 wird geschildert, wie durch zunehmendes Begeh-

ren Spannungen, Zwietracht, Streit immer mehr zunehmen; Hass entsteht, Misstrauen, Argwohn, Wut, Zorn und Tätlichkeiten in der Familie, im Beruf, unter Freunden, in der Nachbarschaft, zwischen Volksgruppen, Ideologien, Interessengruppen, Völkern - nur durch Sinnensucht bedingt, von Sinnensucht gereizt. Dadurch kommt der Mensch zu übler Gesinnung, üblen Worten und Taten. Er ist in diesem Leben dann ein Rücksichtsloser, ein Brutaler geworden. Und nach dem Tod kehrt dieser Tendenzenkomplex zu seinesgleichen ein, wo Rücksichtslosigkeit und Brutalität herrschen und wo auf ihn zurückfällt, was er an Verweigern und Entreißen gewirkt hat.

Dieses Urteil des Buddha - aber auch anderer Heilslehrer - über den Suchtcharakter des sinnlichen Begehrens weist ganz entschieden auf den labilen, gefährdeten, unstabilen Zustand des normalen menschlichen Seins hin. In allen Kulturen und zu allen Zeiten lebt der größte Teil der Menschheit mit seinem süchtigen Begehren nach Sinnenlust und strebt einerseits seine Befriedigung an in Ehe, Familienleben und den vielen Vergnügungen - und strebt andererseits die Bewahrung vor der Maßlosigkeit und Hemmungslosigkeit an mit ihren üblen Folgen an Verbrechen und Auflösung des sozialen Gefüges: Zwischen diesen beiden Polen balancierend das Leben fristen, die Zeiten durchlaufen und sie mit „geschichtlichen Akten“ erfüllen - das ist der Lebenslauf der Völker und Kulturen. Und ihr Ende ist fast immer dadurch bedingt, dass das mittlere Maß zwischen den beiden Enden nicht eingehalten wurde, dass die Süchtigkeit ausuferte, so dass solche Kulturen durch ihre eigene Schwächung bald von anderen, auf dem Gebiet der Begehrensucht zunächst noch maßvolleren Völkern überrannt und unterjocht wurden, bis auch die „Siegervölker“ und „Herrenvölker“ im Genuss maßlos wurden und wieder anderen Eroberern weichen mussten - denn mit der Sinnensüchtigkeit ist auf die Dauer, im Lauf der Jahrhunderte, keine Sicherheit vereinbar.

Diese Sicht weist über die normale Lebensnorm der Menschen im bürgerlichen Stand hinaus, und so hat diese Erkenntnis auch in allen Kulturen, wo sie in ihrer ganzen Tiefe ge-

wonnen wurde, dazu geführt, dass solche Menschen, die diesen Zusammenhang bis auf den Grund durchschauten, dazu kamen, sich aus dem bürgerlichen Stand zurückzuziehen, in die Einsamkeit zu ziehen und mit den ihnen möglichen und bekannten Mitteln zu versuchen, sich von dem sinnlichen Begehren ganz zu befreien.

Diese Bestrebung und ihr Gelingen wurde im Abendland im Mittelalter lateinisch die „unio“ genannt und wurde in Indien „samādhi“ genannt. Beides heißt: durch Abwendung von außen zur inneren Einigung und seligen Einheit kommen. - Wir sehen nun, wie der Erwachte, nachdem er die großen Gefahren der Sinnensüchtigkeit für das hiesige und vor allem das spätere Leben aufgezeichnet hat, deutlich herausstellt, wie diese Sinnensüchtigkeit inmitten des bürgerlichen Lebens und erst recht in der Lebensfülle eines Königs unmöglich überwunden werden kann, sondern allein von den „Asketen“, d.h. von solchen Menschen, die abgelöst von der bürgerlichen Lebensnorm, sich der Betrachtung der großen Befreiungsmöglichkeiten und Seligkeiten oberhalb und außerhalb der Sinnen-sucht widmen.

*Was meinst du wohl, Māgandiyo, hast du je gesehen oder gehört, dass ein König oder ein Fürst im Vollbesitz der fünf Sinnenlüste, solange er sich daran befriedigt, solange er den Durst nach Sinnendingen nicht abgetan, das Begehrensfieber nicht ausgetrieben hat, auf die Dauer vom Lechzen befreit wurde, im innersten Herzen beruhigt und gestillt wurde? – Das wohl nicht, Gotamo! –*

*Gut, Māgandiyo, auch ich hab das weder gesehen noch gehört.*

*Aber wer auch immer, Māgandiyo, von den Asketen oder Priestern vom Lechzen frei geworden ist und im innersten Herzen auf die Dauer beruhigt und gestillt wurde, der wurde immer nur deshalb auf die Dauer*

*vom Lechzen befreit, im innersten Herzen beruhigt und gestillt, weil er eben des Begehrens Entstehen und Vergehen, Labsal, Elend und Überwindung der Wirklichkeit gemäß verstanden und daraufhin den Durst nach Sinnendingen abgetan, das begehrende Fieber ausgetrieben hat. –*

Hier nennt der Erwachte ganz nüchtern die Bedingung, die dazu führt, dass einer zu dem Willen und zu der Kraft kommt, sich vom Begehren freizumachen. Es geht zuerst um diese fünffache Erkenntnis: der Begehrensdinge Entstehen zu kennen, ihr Vergehen zu kennen; was das Begehren an Wohltat mit sich bringt, zu kennen; was daran elend ist, zu kennen und wie man dem Begehren entrinnen könne, zu kennen. Nur wer diese fünf Einsichten gewonnen hat, der kommt zu dem Willen und wird auch fähig, sich von dem Begehren nach und nach abzulösen und dauerhaft zu befreien.

In den Beispielen vom König und vom nassen Holzschicht zeigt der Erwachte auch, dass man vom Begehren nicht freikommen kann, solange man mitten im Begehren lebt und den Blick hauptsächlich auf den Genuss richtet - wie es bei vielen damaligen Königen üblich war. Man bedarf vielmehr der stillen Besinnung und der inneren Einkehr, um die Begehrensdinge der Wirklichkeit gemäß zu durchschauen. Man muss sich immer wieder die Zeit nehmen, diese wahren und wirklichen Zusammenhänge, von welchen unser Schicksal zwischen Wohl und Wehe abhängt, näher zu betrachten.

Was ist wahre Gesundheit

*Und der Erhabene ließ bei dieser Gelegenheit folgenden Ausspruch vernehmen:*

*Gesundheit ist das höchste Gut,  
Nirvāna ist das höchste Wohl.*

*Wer achtfach nachfolgt, der gelangt  
zur Freiheit der Todlosigkeit.*

*Auf diese Worte sprach der Pilger Māgandiyo zum Erhabenen:*

*Wunderbar, Gotamo, außerordentlich ist es, Herr Gotamo, wie da Herr Gotamo so richtig gesagt hat:*

*„Gesundheit ist das höchste Gut,  
Nirvāna ist das höchste Wohl.“*

*Auch ich hab es gehört, Herr Gotamo, das Wort der früheren Pilger und ihrer Meister und Altmeister:*

*„Gesundheit ist das höchste Gut,  
Nirvāna ist das höchste Wohl.“*

*Mit ihnen stimmt Herr Gotama überein.–*

*Was du aber da, Māgandiyo, gehört hast als das Wort der früheren Pilger und ihrer Meister und Altmeister: „Gesundheit ist das höchste Gut, Nirvāna ist das höchste Wohl“, was bedeutet da Gesundheit, was bedeutet da Nirvāna? –*

*So gefragt, fuhr sich Māgandiyo, der Pilger, mit der Hand über Augen und Stirn: Das, was da eben Gesundheit ist, Herr Gotamo, das bedeutet Nirvāna; so bin ich jetzt, Herr Gotamo, gesund, fühle mich wohl, nichts fehlt mir. –*

*Da will ich dir, Māgandiyo, ein Gleichnis sagen. Auch durch Gleichnisse wird da manchem verständigen Menschen der Sinn einer Sache klar. - Wenn da, Māgandiyo, ein Blindgeborener wäre: der sähe keine schwarzen und keine weißen Gegenstände, keine blauen und keine gelben, keine roten und keine grünen; er sähe nicht, was gleich und was ungleich ist, sähe keine Sterne und nicht Mond und nicht Sonne. Und er hörte einen Sehenden sagen: „Schön, lieber Mann, sieht ein weißes Gewand aus; etwas Feines ist es, wenn es sau-*

ber und ohne Flecken ist.“ Da ginge der Blinde auf die Suche nach einem solchen Gewand. Und ein anderer Mann betröge ihn mit einem öldrüßgeschwärzten Kleiderfetzen: „Hier, lieber Mann, hast du ein weißes Gewand, fein, ohne Flecken und sauber.“ Und er nähme es und bekleidete sich damit, freute sich und spräche zufrieden: „Gut sieht es aus, das weiße Gewand, fein, ohne Flecken und sauber.“

Was meinst du, Māgandiyo, hätte wohl dieser Blindgeborene wissend und sehend jenen öldrüßgeschwärzten Kleiderfetzen genommen, angelegt und zufrieden gesprochen: „Gut sieht es aus, das weiße Gewand, fein, ohne Flecken und sauber“ oder nur weil er dem Sehenden vertraute? – Nur ohne es zu wissen, Herr Gotamo, nur ohne es zu sehen, hätte der Blindgeborene jenen öldrüßgeschwärzten Kleiderfetzen genommen, angelegt und zufrieden gesprochen: „Gut sieht es aus, das weiße Kleid, gar fein, ohne Flecken und sauber“, nur weil er dem Sehenden vertraute. –

Ebenso nun auch, Māgandiyo, sind jene Asketen und Pilger, die den Spruch sagen, blind und augenlos, wissen nichts von Gesundheit und sehen nichts vom Nirvāna. Der vollständige Spruch, Māgandiyo,

Gesundheit ist das höchste Gut,  
Nirvāna ist das höchste Wohl;  
wer achtfach nachfolgt, der gelangt  
zur Sicherheit des Todlosen,

der ist gesprochen worden von heilserfahrenen, vollkommen Auferwachten der Vorzeit, und der ist allmählich im Volk zum Sprichwort geworden.

Aber dieser Körper hier, Māgandiyo, ist ein sieches Ding, ein gebrechliches Ding, ein schmerzhaftes, übles Ding; und von diesem Körper sagst du: „Das was Ge-

*sundheit ist, Herr Gotamo, das bedeutet Nirvāna.“ Du hast eben nicht, Māgandiyo, das Wahrheitsauge, mit welchem begabt, du selber wüsstest, was Gesundheit ist, und selber sähest, was Nirvāna ist.*

Nachdem der Erwachte Māgandiyo das Elend des Begehrens deutlich vor Augen geführt hat, da gibt er ihm mit jenem Vers der früheren Buddhas und dem Hinweis auf dessen wahre Herkunft und Bedeutung den vielversprechenden Ausblick, dass es Todlosigkeit, Sicherheit und damit höchstes Wohl gibt, und deutet in der Nennung des achtgliedrigen Wegs auch den Weg an, der aus allem Leiden herausführt.

Was ist denn wirkliche Gesundheit? - Wenn alle Erfahrungen gleich Schwerthieben und alle Berührungen gleich an Wunden nagende Insekten sind, dann ist Wahrnehmen durch die Sinne eine große schmerzliche Krankheit, eine Geistes- und Gemütskrankheit und ein Wahn, und dann ist wahre Gesundheit das Freisein von aller Sinnlichkeit, die Überwindung auch des feinsten Anhangens, die Loslösung von allen fünf Zusammenhäufungen, das Erlangen des reinen Herzens, das immer hell ist, eben die Wahnerlöschung.

Das ist das Heilsprogramm aller Erwachten gewesen, die auch schon vor dem Buddha Gotamo gelehrt haben. Einige Worte jenes Spruches hatten sich noch erhalten, aber der Sinn war verloren gegangen. So glaubte auch Māgandiyo, mit Gesundheit sei die körperliche Gesundheit gemeint, und das sei das höchste Wohl.

*Blind, augenlos, sagt der Erwachte, sind die Menschen,* die da glauben, der krankheitsanfällige Körper, der nach seinem Gesetz entsteht und vergeht, den der Mensch nicht so machen kann, wie er will, der mit jeder Nahrungsaufnahme gegen Verhungern und Verdursten und mit jedem Atemzug gegen das Ersticken kämpft und trotzdem zwangsläufig auf den Tod zuläuft, sei gesund. Das ist eine peinliche Anspruchslosigkeit. Mit der Vorstellung von einem gesunden



Körper ist man getäuscht wie der Blinde, der da glaubt, sein ölußgeschwärztes grobes Gewand sei ein feines, sauberes weißes Kleid. So auch dieser Körper. Wer sich auf den Körper stützt, der erfährt das Gegenteil von dem, was er ersehnt. Er liefert sich dem Untergang aus, denn die Körpersinne liefern dem Dürstenden nur „Salzwasser“. Er kann die körperliche Form nicht festhalten und erschrickt bei Veränderung, Krankheit, und er glaubt beim Tod des Körpers, dass er nun stürbe.

Ein Blindgeborener wird nicht leicht geheilt

Māgandiyo hat den Sinn des Gleichnisses vom Blindgeborenen, dem ein ölußgeschwärzter Kleiderfetzen als weiß und rein aufgeschwatzt wird, verstanden und möchte nun zum Verständnis der wahren Gesundheit kommen. Aber der Erwachte zeigt ihm in einem weiteren Gleichnis, dass es nicht so leicht ist, von der geistigen Blindheit zu genesen.

*So viel trau ich Herrn Gotamo zu und glaube, Herr Gotamo kann mir die Wahrheit derart zeigen, dass ich die wirkliche Gesundheit kennen, das Nirvāna sehen mag. –*

*Was meinst du, Māgandiyo, wenn da die Freunde und Verwandten des Blinden ihm einen heilkundigen Arzt bestellten, und dieser heilkundige Arzt gäbe ihm ein Heilmittel, und er gebrauchte dieses Heilmittel, könnte aber die Augen nicht freimachen, könnte die Augen nicht öffnen. Würde sich da nicht jener Arzt ganz vergeblich geplagt und abgemüht haben? – Allerdings, Herr Gotamo. –*

*Ebenso kann es sein, Māgandiyo, dass ich dir wohl die Wahrheit darlege, was da Gesundheit, was da Nirvāna ist, aber du könntest die Gesundheit nicht wahrnehmen, nicht erkennen, die Wahnerlöschung nicht sehen: dann hätte ich ganz vergeblich Mühe und Last.-*

Wir sehen den großen Unterschied zwischen der jetzigen Haltung Māgandiyos gegenüber dem Erwachten und seiner anfänglichen Kritik. Der Erhabene hat ihm eine Ahnung vermittelt davon, dass er das Dasein und seine innere Gesetzmäßigkeit ja gar nicht kennt. Er, der in seinem Gemüt bald fröhlich, bald verdrossen oder bedrückt ist, bald körperliche Schmerzen hat oder von Schmerzen frei ist, kannte bisher nichts anderes als diese Unterschiede. Und da er im Augenblick gerade einmal von Bedrängungen des Gemüts und des Körpers frei war, so glaubte er sich gesund und damit „im Nirvāna“, wie er es verstand. Jetzt aber ahnt er, in welcher Dunkelheit und Krankheit er lebt. Darüber gerät er in Sorge und Angst, und mit dem gewonnenen Vertrauen zum Erwachten wiederholt er wörtlich seine vorige Bitte. Da zeigt ihm der Erwachte mit dem nächsten Gleichnis vom Blindgeborenen, was ihm bevorsteht, wenn er wirklich zum Verständnis der ganzen Wahrheit kommen sollte.

*So viel trau ich Herrn Gotamo zu und glaube, Herr Gotamo kann mir die Wahrheit derart zeigen, dass ich die Gesundheit erkennen, die Wahnerlöschung sehen mag. –*

*Was meinst du, Māgandiyo, wenn jener heilkundige Arzt dem mit dem ölrußbeschmierten Fetzenkleid betrogenen Blinden nun ein Heilmittel gäbe und ihn nach oben und nach unten sich ganz entleeren ließe und die dazu tauglichen Mittel gebrauchte. Und der Blinde unterzöge sich dieser Behandlung, und die Augen lösten sich, gingen ihm auf: und wie er zu sehen begänne, da verginge ihm die Lust und Freude an dem ölrußgeschwärtzten Kleiderfetzen; und er sähe jenen Mann, der ihn damit betrogen hatte, als seinen Feind und Widersacher an und dächte wohl gar daran, ihn umzubringen: „Lange Zeit hindurch, wahrlich, bin ich von jenem Mann betrogen, getäuscht, hintergangen*

*worden mit dem ölrußgeschwärzten Kleiderfetzen: ‚Hier, lieber Mann, hast du ein weißes Kleid. Das ist fein, ohne Flecken und sauber.‘ “*

*Ebenso kann es nun auch sein, Māgandiyō, dass, wenn ich dir die Wahrheit aufzeige, was da Gesundheit, Wahnerlöschung ist, du dann die Gesundheit erkennen, die Wahnerlöschung sehen magst: dann aber würde dir, wie du zu sehen beginnest, die Lust und Freude an den fünf Zusammenhäufungen vergehen, und du würdest denken: „Lange Zeit hindurch bin ich von diesem Herzen betrogen, getäuscht, hintergangen worden, denn ich habe immer wieder Formen ergriffen, Gefühle ergriffen, Wahrnehmungen ergriffen, Aktivität ergriffen, programmierte Wohlerfahrungssuche ergriffen. So entstand mir dauernd aus Ergreifen Werdesein, aus Werdesein Geburt, aus Geburt ging immer wieder Altern und Sterben hervor, Kummer, Jammer, Leiden, Gram und Auflehnung: also kam es zur Fortsetzung der gesamten Leidensanhäufung.“ –*

*Nach diesen Worten des Erhabenen sprach Māgandiyō:*

*So viel trau ich Herrn Gotamo zu und glaube, Herr Gotamo kann mir die Wahrheit derart aufzeigen, dass ich von diesem Sitz hier entblendet aufstehe. –*

Diese Worte Māgandiyos zeigen, dass sein Vertrauen zum Erwachten vollkommen geworden ist und dass ihm eine Ahnung des unermesslichen *Samsāra*- Leidens aufgegangen ist und er es zu fürchten beginnt. Darum möchte er am liebsten auf der Stelle entblendet werden.

Aber um zu dieser von Māgandiyō ersehnten „Entblendung“ zu kommen, bedarf es nicht nur der Belehrung durch den Buddha (der „Stimme des anderen“), sondern ist als zweite unerlässliche Bedingung erforderlich, dass der Schüler wäh-

rend des Hörens von allen anderen inneren Regungen und Neigungen völlig frei unmittelbar nachvollziehen, „erschauen“ kann, was der Erwachte an Daseinswirklichkeit aufzeigt („bis auf den Grund blicken“).

Und da sieht nun der Erwachte, dass Māgandiyo nicht zu den auch damals nur sehr selten gewesenen Menschen gehört, die durch eine kurze Erklärung ganz hindurchdringen würden zum Schauen der Wahrheit; dass er zuvor noch eines allmählichen Prozesses der inneren Läuterung bedarf. Um diesen Prozess in Gang zu bringen und zu fördern, bedarf er des Umgangs mit solchen, die diese tiefen Grundwahrheiten bereits gut kennen und nach ihnen sich umerziehen: eben mit den Mönchen des Ordens.

Vor allem bedarf er der wiederholten Belehrung und Unterweisung durch den Erwachten, wie die Mönche sie immer wieder erhalten und wie er sie, wenn er als Mönch in diesen Orden eintritt, auch erfahren würde. Darum wird der Erwachte, wie wir hernach sehen, Māgandiyo einladen, in seinen Orden einzutreten.

Diese Aufklärung erfuhr vor über 2500 Jahren ein wahrheitsuchender Pilger in indischen Wäldern am Opferherd eines Brahmanen durch den Buddha, den Erhabenen. - Was sagt diese Aufklärung uns Heutigen in dieser modernen Welt?

Wir sehen, dass fast die gesamten heutigen Geistesströmungen - mit nur ganz wenigen Ausnahmen - nichts von diesen Einsichten enthalten. Die moderne Art des „way of life“, die praktizierte Lebensweise, führt gerade mitten in die bedenkenlose Befriedigung und Verstärkung der sinnlichen Süchtigkeit hinein, welche der Erwachte mit dem hilflosen und schmerzlichen Zustand des von rasend juckenden Wunden geplagten Aussatzkranken vergleicht, dessen Krankheit nur stärker wird bis zum Tode. Und dieser heutige Lebensweg ist dadurch bedingt, dass wir nichts Größeres und Erhabeneres mehr kennen als die heutigen Banalitäten, dass wir die Krankhaftigkeit und Tödlichkeit jener fünf Zusammenhäufungen so

wenig kennen und durchschauen, wie der Blindgeborene den ekelhaft verschmierten Lumpen, mit dem er sich beglückt bekleidet, nicht durchschauen konnte und darum für ein schönes schneeweißes Gewand halten muss.

Es ist ein Gesetz, dem alle Wesenheit, alle Tiere, Menschen, Geister und Götter unterliegen: Was ein Lebewesen nicht weiß und nicht ahnt als größere und seligere Lebensmöglichkeit gegenüber seinen bisherigen, das kann es auch in keiner Weise anstreben wollen, und so bleibt es und muss es bleiben gefangen in seinen bisherigen Gewohnheiten und abseits der größeren Möglichkeiten. Weil es so ist, weil ein Wesen erst von den größeren Zielen hören muss oder sie sehen, auf jeden Fall verstehen muss, ehe es dazu kommen kann, sich aus seinem Sumpf zu erheben und das Größere anzustreben - darum erscheinen immer wieder die Größeren, die Heilslehrer, die den höheren Zielen näher gekommen sind oder sie ganz erreicht haben, unter den Menschen und belehren sie darüber, dass sie bis jetzt ihre besten und herrlichsten Möglichkeiten versäumt haben, dass es aber den Weg gibt, dahin zu kommen. In diesem Sinne sagt der Erwachte (M 96):

*Eine heilsfähige, weltüberlegene Eigenschaft,  
die der Mensch besitzt - die lehre ich ihn nützen.*

Das heißt ja, dass der Mensch diese ihm innewohnende heilsfähige Eigenschaft nur mangels Kenntnis nicht benutzt, nicht benutzen kann.

Diese Eigenschaft ist der Geist des Menschen. Bei dem normalen Menschen ist der Geist erfüllt von den alltagsgrauen banalen Erfahrungen seines bisherigen Erlebens. Und wo der Geist nichts anderes kennt, da kann er den Menschen auch nur immer von den einen der ihm bekannten grauen Möglichkeiten zu den anderen führen und wieder hin und wieder her. - Erst wenn der Geist aufnehmen kann - so wie Māgandiyo hier aufgenommen hat - dass es ganz andere, bisher nicht geahnte Daseinsmöglichkeiten gibt, größere, hellere, ja, erhabene - erst dann wird er sich dahin recken und diese zu seinem Ziel neh-

men.

So setzen die Heilslehrer ihren verständigen Hörern und Schülern Determinanten eines neuen Willens: Wer ihre Fingerzeige verstanden, die von ihnen aufgezeigten helleren höheren Seinszustände als lohnender, größer, erhabener begriffen hat, dessen Wille ist gewandelt und gewendet; der kann nicht mehr mit der bisherigen Ausschließlichkeit und Kraft bei seinen alten Zielen und Gewohnheiten bleiben wollen: Mehr oder weniger - je nach seinem inneren Haushalt - muss er nun immer wieder zu diesen größeren Zielen hinblicken, muss sich mit mehr oder weniger empfundener Freude und Sehnsucht zu ihnen hinrecken, und in dem gleichen Maß erkennt und versteht er nun seine bisherigen Maßstäbe und Ziele als unzulänglich, kleinlich, als gering. Das ist die Wendung, die von den Heilslehrern ausgeht bei solchen, die aufgeschlossen sind für ihre Botschaft.

Māgandiyo ist durch diese schrittweise Belehrung seitens des Erwachten zu einem vollkommenen Vertrauen zu diesem Meister gekommen. Und wenn auch der Erwachte ihm nicht bieten kann, dass er, wie er wünscht, *von diesem Sitz entblendet aufsteht*, so ist er, wie der folgende Bericht zeigt, beglückt über die Einladung des Erwachten in den Orden. Und indem er sich dort den heilenden Einflüssen hingibt, gelangt er auch zu dem Ziel aller Ziele, zur Wahnerlöschung.

*Wohlan denn, Māgandiyo, so schließe dich den auf das Wahre ausgerichteten Menschen an; und bist du, Māgandiyo, den auf das Wahre ausgerichteten Menschen angeschlossen, so wirst du, Māgandiyo, die wahre Lehre hören; und wenn du, Māgandiyo, die wahre Lehre hörst, so wirst du, Māgandiyo, dieser Lehre gemäß dich üben und erziehen; und wenn du, Māgandiyo, dich dieser Lehre gemäß übst und erziehst, so wirst du, Māgandiyo, bald selber erkennen, selber sehen: „Das ist das Elende, Gebrechliche, Schmerzhaftes; so wird*

*das Elende, Gebrechliche, Schmerzhaftes ohne Überrest aufgelöst. Durch Aufhören des Ergreifens wird alles Werden beendet, durch Aufhören des Werdens wird Geborenwerden beendet, durch Aufhören der Geburt wird Altern und Sterben beendet, wird Wehe, Jammer, Leiden, Gram und Auflehnung beendet; auf diese Weise kommt es zum Aufhören der gesamten Leidensmasse. –*

*Nach diesen Worten sprach Māgandiyo, der Pilger, zum Erhabenen:*

*Wunderbar, Herr Gotamo, wunderbar, Herr Gotamo. Es ist, wie wenn man Umgestürztes wieder aufstellte oder Verdecktes wieder enthüllte oder Verirrten den rechten Weg wies oder ein Licht in einen dunklen Raum brächte, so dass wer Augen hat, nun die Dinge sehen kann: ebenso auch hat Herr Gotamo die Wahrheit in vieler Hinsicht aufgezeigt. Darum nehme ich bei Herrn Gotamo Zuflucht, bei der Lehre und bei der Gemeinschaft der Heilsgänger. Möge Herr Gotamo mich annehmen, mich in den Orden aufnehmen! –*

*Wer da, Māgandiyo, bisher einer anderen Schule angehörte und nun in diese Wahrheitsführung eintreten, in den Orden aufgenommen werden will, der bleibt zunächst vier Monate bei uns; und wenn er nach Verlauf von vier Monaten noch gleichen Willens ist, so wird er von erfahrenen Mönchen aufgenommen und in das Mönchtum eingeführt, denn ich habe hier manche Veränderlichkeit erfahren. – Wenn da, o Herr, bisherige Anhänger anderer Schulen, wenn sie in diese Wahrheitsführung eintraten, in den Orden aufgenommen werden wollten, zunächst vier Monate mit den Mönchen lebten und wenn sie nach Verlauf von vier Monaten noch gleichen Willens waren, dann von erfahrenen Mönchen aufgenommen und in das Mönchs-*

*tum eingeführt wurden, so will ich vier Jahre bleiben. Und nach Verlauf von vier Jahren sollen mich, wenn ich noch gleichen Willens bin, erfahrene Mönche aufnehmen und in das Mönchstum einführen. –*

*Es wurde Māgandiyo, der Pilger, vom Erhabenen angenommen, wurde in den Orden aufgenommen. - Nicht lange aber war der ehrwürdige Māgandiyo in den Orden aufgenommen, da hatte er, einsam, abge-sondert, unermüdlich, mit großer Ausdauer gar bald jenes höchste Ziel des Asketentums, das Söhne aus gutem Haus vom Hause fort in die Hauslosigkeit lockt, noch bei Lebzeiten sich offenbar gemacht, verwirklicht und errungen. „Versiegt ist die Geburt, vollendet das Asketentum, gewirkt das Werk, nichts mehr nach diesem hier“, verstand er da. So war nun der ehrwürdige Māgandiyo auch einer der Geheilten geworden.*



Ānando nennt Wanderasketen vier Arten von falscher Askese, die dem Reinheitswandel widersprechen. Sie sind auf die Auffassungen verschiedener Lehrer (in D 2 genannt) zurückzuführen. S. auch M 60.

1. Almosen, Spenden, Opfer haben nichts zu bedeuten. Es gibt keine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens, es gibt kein Jenseits, es gibt keine höheren Welten, es gibt keine Asketen und Brahmanen, welche durch Läuterung und hohe geistige Übungen diese und die jenseitige Welt in überweltlicher Schau erlebt und erfahren haben. – Der Mensch besteht aus den vier Gewordenheiten, nach dem Tod ist nichts mehr. – Da sagt sich ein verständiger Mensch: Dann ist es doch überflüssig, Selbstqual-Askese zu betreiben.

2. Wer Gewalt anwendet, Tugendregeln nicht hält, begeht nichts Übles. Durch Schenken, Selbstbeherrschung, Wahrhaftigkeit erwirbt sich der Mensch keinen Verdienst. – Da sagt sich ein verständiger Mensch: Dann ist es doch überflüssig, Selbstqual-Askese zu betreiben.

3. Ohne Ursache, ohne Grund sind die Wesen befleckt oder rein. Tatkraft, Standhaftigkeit, Anstrengung sind nutzlos. Alle Wesen sind machtlos ihrem Schicksal gegenüber. Durch Zufall erfahren sie Glück oder Leid. Da sagt sich ein verständiger Mensch: Dann ist es doch überflüssig, Selbstqual-Askese zu betreiben.

4. Es gibt sieben unerschaffene Substanzen (*kāya*), die sich nicht verändern, nicht beeinflusst werden: Festes, Flüssiges, Feuriges, Luftiges, Glück, Unglück, Leben. Es gibt keinen, der tötet, das Schwert fährt durch den Zwischenraum zwischen den sieben Substanzen... Es gibt 8.400.000 Äonen, welche Toren und Weise immer wieder durchwandern wie ein Schnurknäuel sich abwickelt, bis sie dem Leiden ein Ende machen. Zugemessen sind Glück und Leid. Da sagt sich ein

verständiger Mensch: Dann ist es doch überflüssig, Askese zu betreiben.

Vier Arten von nicht Vertrauen erweckender Asketenschaft gibt es, der ein verständiger Mensch nicht folgt oder wenn er ihr folgt, nicht zum Heil gelangt.

1. Ein Lehrer erklärt, er sei allwissend, aber er geht zu einem Haus, in dem er keine Almosen empfängt, wird von Tieren verletzt, fragt nach Namen und Wegen. Da sagt sich ein verständiger Mensch: Das ist kein Vertrauen erweckender Asket.

2. Ein Lehrer spricht nach, was er von der Überlieferung gehört und behalten hat. Da sagt sich ein verständiger Mensch: Dieser Lehrer mag sich gut oder schlecht erinnern, es kann so oder so sein. Das ist kein Vertrauen erweckender Asket.

3. Ein Lehrer lehrt, was er sich ausgedacht hat. Das kann richtig oder falsch sein. Das ist kein Vertrauen erweckender Asket.

4. Ein Lehrer ist dumm und töricht. Wenn man ihn fragt, antwortet er Sinnloses: „So meine ich es nicht, aber auch nicht so und auch nicht anders.“ Da sagt sich ein verständiger Mensch: Das ist kein Vertrauen erweckender Asket. –

Was aber lehrt der Meister, bei dem ein verständiger Mensch den Reinheitswandel führen mag, so dass er zum Heil gelangt? – Da erscheint der Vollendete in der Welt und lehrt den Gang zur Vollendung. S. M 60, M 27 u.a.

Kann ein Geheilte noch Sinnendinge genießen? – Nein. Ein Geheilte kommt nicht mehr in die Lage zu töten, zu stehlen, geschlechtlich zu verkehren, wissentlich eine Unwahrheit zu sagen und Sinnendinge zu genießen. – Hat ein Geheilte ständig das Wissen, dass die Triebe versiegt sind? – Wenn er darauf achtet, weiß er es, so wie ein Mensch, dem Hände und Füße abgeschnitten sind, dies weiß, wenn er darauf achtet. – Wie viele Geheilte gibt es? – Mehr als fünfhundert. – Die Selbstqual-Asketen geben nur drei Vollender an, und sie loben sich selbst und schmähen andere. – Sandako empfahl seinen Brüdern, in den Orden des Erwachten einzutreten, er selber könne nicht auf Gewinn, Ehre und Ruhm verzichten.

DIE LÄNGERE LEHRREDE AN SAKULUDĀYI  
77. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Der Asket Gotamo wird von seinen Schülern  
verehrt, sie vertrauen ihm

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Rājagaha, im Bambuspark, am Hügel der Eichhörnchen. Um diese Zeit nun hielten sich viele bekannte Wanderasketen im Pfauenpark, dem Park der Wanderasketen, auf wie Anubhāro, Varataro, Sakuludāyi und noch andere bekannte Wanderasketen.*

*Als es Morgen war, zog sich der Erhabene an, nahm seine Schale und äußere Robe und ging um Almosen nach Rājagaha hinein. Da dachte der Erhabene: „Es ist noch zu früh, um in Rājagaha um Almosen umherzugehen. Wie wäre es, wenn ich zum Wanderasketen Sakuludāyi im Pfauenpark, dem Park der Wanderasketen, ginge?“ Und der Erhabene begab sich zum Pfauenpark, dem Park der Wanderasketen.*

*Um diese Zeit aber war Sakuludāyi, der Wanderasket, mit einer großen Versammlung von Wanderasketen zusammen, die laut und lärmend viele sinnlose Gespräche führten, wie z.B. Gespräche über Könige, Räuber, Minister, Heere, Gefahren, Schlachten, Essen, Trinken, Kleidung, Betten, Schmuck, Parfüm, Verwandte, Fahrzeuge, Dörfer, Marktstädte, Großstädte, Länder, Frauen, Helden, Straßen, Brunnen, die Toten, Unbedeutendes, den Ursprung der Welt, den Ursprung des Meeres, ob die Dinge so oder anders sind.*

*Da sah der Wanderasket Sakuludāyi den Erhabenen in der Ferne kommen. Als er ihn sah, mahnte er die Umsitzenden zur Ruhe: Seid nicht so laut, ihr Lie-*

ben, macht keinen Lärm, ihr Lieben. Da kommt der Asket Gotamo heran! Dieser Ehrwürdige mag die Stille und heißt Stille gut. Vielleicht mag ihn der Anblick einer lautlosen Versammlung bewegen, seine Schritte hierher zu lenken. – Da schwiegen die Wanderasketen. Und der Erhabene ging zum Wanderasketen Sakuludāyi. Sakuludāyi sprach zum Erhabenen: Es komme, o Herr, der Erhabene, begrüßt sei, o Herr, der Erhabene! Es ist lange her, dass der Erhabene die Gelegenheit gefunden hat, hierher zu kommen. Der Erhabene nehme Platz, dieser Sitz ist vorbereitet. –

Der Erhabene setzte sich auf dem vorbereiteten Sitz nieder. Sakuludāyi aber nahm einen von den niederen Stühlen zur Hand und setzte sich an die Seite. Und an Sakuludāyi, der zur Seite saß, wandte sich nun der Erhabene mit den Worten: Zu welchem Gespräch, Udāyi, seid ihr jetzt hier zusammengekommen, und wobei habt ihr euch eben unterbrochen? –

Sei es, o Herr, um jenes Gespräch, warum wir hier beisammen sind. Schwerlich, o Herr, wird dem Erhabenen etwas entgehen, wenn es später zur Sprache kommt. – Die vergangenen Tage, o Herr, vor einiger Zeit, haben sich Mönche und Brahmanen verschiedener Richtungen versammelt, sind in der Debattierhalle zusammen gesessen und haben gesagt: „Es ist ein Gewinn für die Leute aus Anga und Magadhā, es ist ein hoher Gewinn für die Leute aus Anga und Magadhā, dass diese Mönche und Brahmanen, Ordensvorsteher, Führer von Gruppen, Lehrer von Gruppen, bekannte und berühmte Gründer verschiedener Richtungen, die von vielen als Heilige angesehen werden, gekommen sind, um die Regenzeit in Rājagaha zu verbringen. Da ist Pūrano Kassapo, ein Ordensvorsteher, der Führer einer Gruppe, der Lehrer einer Gruppe, ein bekannter

*und berühmter Gründer einer Richtung, der von vielen als Heiliger angesehen wird. Er ist gekommen, um die Regenzeit in Rājagaha zu verbringen. Da ist auch Makkhali Gosālo, ein Ordensvorsteher, der Führer einer Gruppe, ein bekannter und berühmter Gründer einer Richtung, der von vielen als Heiliger angesehen wird. Auch er ist gekommen, um die Regenzeit in Rājagaha zu verbringen. Da ist auch Ajito Kesakambalin, ein Ordensvorsteher, der Führer einer Gruppe, der Lehrer einer Gruppe, ein bekannter und berühmter Gründer einer Richtung, der von vielen als Heiliger angesehen wird. Da ist auch Pakudha Kaccāyano – Sañjaya Belatthiputto – der Niganther Nāthaputto – der Mönch Gotamo – jeder ein Ordensvorsteher, der Führer einer Gruppe, der Lehrer einer Gruppe, ein bekannter und berühmter Gründer einer Richtung, der von vielen als Heiliger angesehen wird – sie sind gekommen, um die Regenzeit in Rājagaha zu verbringen. Von diesen ehrenwerten Mönchen und Brahmanen, Ordensvorstehern, Führern von Gruppen, Lehrern von Gruppen, bekannten und berühmten Gründern verschiedener Richtungen, die von vielen als Heilige angesehen werden, wer von diesen wird von seinen Schülern respektiert, gewürdigt und verehrt? Und wen, den sie werthalten, hochschätzen, haben sie ihres Vertrauens gewürdigt?*

*Daraufhin sagten einige: Der Pūrano Kassapo ist ein Ordensvorsteher, der Führer einer Gruppe, der Lehrer einer Gruppe, ein bekannter und berühmter Gründer einer Richtung, der von vielen als Heiliger angesehen wird, und doch wird er von seinen Schülern nicht respektiert, gewürdigt und verehrt, nicht des Vertrauens gewürdigt. Einmal trug Pūrano Kassapo einer vielhundertköpfigen Schar seine Lehre vor. Da rief*

einer der Schüler Pūrano Kassapo: „Meine Herren, stellt Pūrano Kassapo nicht diese Frage. Er weiß darauf keine Antwort. Wir wissen sie. Stellt uns jene Frage. Wir werden sie euch beantworten, meine Herren.“ Und Pūrano Kassapo rang da vergeblich die Hände und rief: „Beruhigt euch, ihr Lieben, seid, ihr Lieben, nicht so laut. Ihr Lieben seid nicht gefragt worden, uns hat man gefragt. Wir wollen es ihnen klar machen.“ Und viele der Schüler verließen ihn, nachdem sie seine Lehre widerlegten. „Du kennst diese Lehre nicht. Auf falschem Weg bist du, ich bin auf rechtem Weg. Ich bin konsequent, du bist inkonsequent. Was zuerst gesagt werden sollte, hast du zuletzt gesagt. Was zuletzt gesagt werden sollte, hast du zuerst gesagt. Deine Lehre ist widerlegt. Du bist nachweislich im Irrtum. Geh und lerne noch einmal neu oder versuche, dich aus deinen Verstrickungen zu befreien, wenn du kannst.“ Auf solche Weise wird Pūrano Kassapo von seinen Schülern nicht geehrt, respektiert, gewürdigt und verehrt, nicht des Vertrauens gewürdigt. Er wird durch die Verachtung, die man seiner Lehre gegenüber zeigt, verächtlich gemacht.

Und einige sagten – dieser Makkhali Gosālo – Ajito Kesakambali – Sañjaya Belatthiputto – Nigantho Nāthaputto ist ein Ordensvorsteher, der Führer einer Gruppe, der Lehrer einer Gruppe, ein bekannter und berühmter Gründer einer Richtung, der von vielen als Heiliger angesehen wird, und doch wird er von seinen Schülern nicht respektiert, gewürdigt und verehrt, nicht des Vertrauens gewürdigt. Einmal trugen Makkhali Gosālo – Ajito Kesakambali – Sañjaya Belatthiputto – Nigantho Nāthaputto – einer vielhundertköpfigen Schar ihre Lehre vor. Da rief einer der Schüler: „Meine Herren, stellt diesem Lehrer nicht diese Frage.

*Er weiß darauf keine Antwort. Wir wissen sie. Stellt uns jene Frage. Wir werden sie euch beantworten, meine Herren.“ – Und die Lehrer rangen da vergeblich die Hände und riefen: „Beruhigt euch, ihr Lieben, seid, ihr Lieben, nicht so laut. Ihr Lieben seid nicht gefragt worden, uns hat man gefragt. Wir wollen es ihnen klar machen.“ Und viele der Schüler verließen sie, nachdem sie ihre Lehre widerlegten. „Du kennst nicht diese Lehre. Auf falschem Weg bist du, ich bin auf rechtem Weg. Ich bin konsequent, du bist inkonsequent. Was zuerst gesagt werden sollte, hast du zuletzt gesagt. Was zuletzt gesagt werden sollte, hast du zuerst gesagt. Deine Lehre ist widerlegt. Du bist nachweislich im Irrtum. Geh und lerne noch einmal neu oder versuche, dich aus deinen Verstrickungen zu befreien, wenn du kannst.“ Auf solche Weise werden diese Lehrer von ihren Schülern nicht geehrt, respektiert, gewürdigt und verehrt, nicht des Vertrauens gewürdigt. Sie werden durch die Verachtung, die man ihrer Lehre gegenüber zeigt, verächtlich gemacht.*

Diese Wanderasketen zogen mit ihren Schülern von Ort zu Ort und wurden als „Geistliche“, die dem Weltleben entsagt hatten, von den im Haus Lebenden ehrfürchtig empfangen. Aber auch ihre Ehrfurcht hinderte die im Haus Lebenden nicht daran zu bemerken, dass viele Schüler, die mit ihrem Meister wanderten, diesen nicht so anerkannten, wie sie dies voraussetzten. Einstmals war ihr jeweiliger Meister auch diesen Schülern als ein Kenner innerer Zusammenhänge erschienen, im Besitz höherer Erfahrungen und Einsichten. Aber im näheren Umgang hatten sie festgestellt, dass er manche Daseinszusammenhänge nicht oder falsch erklärte. Sie glaubten es besser zu wissen, und der Meister versuchte vergeblich, seine Autorität geltend zu machen. Aber sie hatten die Achtung vor ihm verloren, unterbrachen seine Rede, griffen ihn an und stellten

sich selber mit ihrer Meinung in den Vordergrund, wie das überall unter Menschen geschieht, die keine echte Überlegenheit eines Meisters erleben.

Dem Wanderasketen Sakuludāyi war nun aufgefallen, dass im Gegensatz zu diesen Vertretern verschiedener Richtungen die Schüler des Mönchs Gotamo ihren Meister als Meister anerkannten, ihm vertrauten, aufmerksam und gespannt seinen Worten lauschten. Er kannte diesen Asketen Gotamo nicht näher, stellte auf Befragen des Erwachten nur fest, dass er ein echter, bedürfnisloser, abgeschieden weilender Asket sei.

*Und einige sagten: „Dieser Mönch Gotamo ist ein Ordensvorsteher, der Führer einer Gruppe, der Lehrer einer Gruppe, ein bekannter und berühmter Gründer einer Richtung, der von vielen als Heiliger angesehen wird, und er wird von seinen Schülern respektiert, gewürdigt und verehrt, des Vertrauens gewürdigt. Einmal belehrte der Mönch Gotamo eine Versammlung von mehreren hundert Anhängern, und da rüusperte sich ein Schüler von ihm. Daraufhin stieß ihn einer seiner Mitmönche mit dem Knie an, um ihm damit zu sagen: „Sei still, Ehrwürdiger, mach keinen Lärm; der Erhabene, der Lehrer, belehrt uns.“ Wenn der Mönch Gotamo eine Versammlung von mehreren hundert Anhängern belehrt, ist bei jener Gelegenheit kein Husten oder Räuspeln seitens seiner Mönche zu hören. Denn die große Versammlung ist in gespannter Erwartung: „Lasst uns die Lehre hören, die der Erhabene gleich lehren wird.“ So als ob ein Mann an einer Wegkreuzung stünde und reinen Honig aus Waben presste, und eine große Gruppe von Menschen befände sich in gespannter Erwartung, ebenso ist, wenn der Mönch Gotamo eine Versammlung von mehreren hundert Anhängern belehrt, kein Husten oder Räuspeln*



*seitens seiner Schüler zu hören. Denn dann befindet sich jene große Versammlung in gespannter Erwartung: „Lasst uns die Lehre hören, die der Erhabene gleich lehren wird.“ Und sogar jene seiner Schüler, die sich von ihren Mitmönchen getrennt haben und zum niedrigen Weltleben zurückkehrten – sogar sie preisen den Lehrer und die Lehre und die Gemeinschaft der Heilsgänger; tadeln sich selber nur, tadeln nicht andere, indem sie sagen: „Wir waren nicht vom Glück begünstigt, hatten wenig Verdienst, die wir, in eine so wohlverkündete Lehre und Wegweisung eingetreten, nicht imstande waren, zeitlebens das vollkommene Reinheitsleben bis zu unserem Lebensende zu leben.“ Sie wurden Klosterdiener oder Anhänger und halten an den fünf Übungsregeln (sīla) fest. So wird der Asket Gotamo von seinen Schülern respektiert, gewürdigt und verehrt, und sie vertrauen ihm.“ –*

Die Schüler respektieren den Erwachten nicht,  
weil er wenig isst, zufrieden mit den äußeren  
Gegebenheiten ist und abgeschieden von Weltlichem lebt

*Was für Eigenschaften denn, Udāyi, bemerkst du an mir, warum mich die Schüler respektieren, würdigen und verehren und mir vertrauen? –*

*Fünf Eigenschaften, o Herr, bemerke ich an dem Erhabenen, deretwegen ihn seine Schüler respektieren, würdigen und verehren und ihm vertrauen. Welche fünf?*

*Da nimmt der Erhabene nur wenig Nahrung ein und heißt es gut, wenig zu essen. – Weiter, o Herr, ist der Erhabene zufrieden mit jeder Art von Robe und heißt es gut, mit jeder Art von Robe zufrieden zu sein. – Weiter, o Herr, ist der Erhabene zufrieden mit jeder*

*Art von Almosenspeise und heißt es gut, mit jeder Art von Almosenspeise zufrieden zu sein. – Weiter, o Herr, ist der Erhabene zufrieden mit jeder Art von Lagerstätte und heißt es gut, mit jeder Art von Lagerstätte zufrieden zu sein. – Weiter, o Herr, lebt der Erhabene in Abgeschiedenheit und heißt es gut, in Abgeschiedenheit zu leben. – Das sind die fünf Eigenschaften, o Herr, die ich an dem Erhabenen bemerke, deretwegen ihn seine Schüler respektieren, würdigen und verehren und ihm vertrauen. –*

*Angenommen, Udāyi, meine Schüler respektieren, würdigen und verehren mich und vertrauen mir mit dem Gedanken: „Wenig Nahrung nimmt der Asket Gotamo ein und heißt es gut, wenig zu essen.“ Nun gibt es Schüler von mir, die sich von einer Tasse oder einer halben Tasse ernähren, von Essen, das einer Bilva-Frucht oder einer halben Bilva-Frucht entspricht, während ich manchmal den gesamten Inhalt meiner Almosenschale esse oder sogar mehr. Wenn mich also meine Schüler mit dem Gedanken: „Der Asket Gotamo nimmt wenig Nahrung und heißt es gut, wenig zu essen“ respektieren, würdigen und verehren und mir vertrauen, dann würden mich jene Schüler, die sich von einer Tasse oder einer halben Tasse Essen ernähren, von dem Essen, das einer Bilva-Frucht oder einer halben Bilva-Frucht entspricht, nicht wegen dieser Eigenschaft respektieren, würdigen und verehren und mir vertrauen.*

*Angenommen, Udāyi, meine Schüler respektieren, würdigen und verehren mich und vertrauen mir mit dem Gedanken: „Der Mönch Gotamo ist mit jeder Art von Robe zufrieden und heißt es gut, mit jeder Art von Robe zufrieden zu sein.“ Nun gibt es Schüler von mir, die Fetzenroben tragen, die grobe Roben tragen; sie*

sammeln Lumpen von Leichenfeldern, Abfallhaufen oder Läden, machen daraus Flickenroben und tragen sie. Aber ich trage manchmal Roben, die mir von Hausleuten gegeben wurden, Roben, die so fein sind, dass Kürbisfasern im Vergleich dazu grob sind. Wenn mich also meine Schüler mit dem Gedanken: „Der Mönch Gotamo ist mit jeder Art von Robe zufrieden und heißt es gut, mit jeder Art von Robe zufrieden zu sein“, respektieren, würdigen und verehren und mir vertrauen, dann würden mich jene Schüler, die Fetzenroben tragen, die grobe Roben tragen, nicht wegen dieser Eigenschaft respektieren, würdigen und verehren und mir vertrauen.

Angenommen, Udāyi, meine Schüler respektieren, würdigen und verehren mich und vertrauen mir mit dem Gedanken: „Der Mönch Gotamo ist mit jeder Art von Almosenspeise zufrieden und heißt es gut, mit jeder Art von Almosenspeise zufrieden zu sein.“ Nun gibt es Schüler von mir, die ausschließlich Almosenspeise essen, die von Haus zu Haus gehen, ohne eines auszulassen, die sich daran erfreuen, ihr Essen zu sammeln; wenn sie bebautes Gebiet betreten haben, werden sie nicht einmal der Einladung sich niederzusetzen, zustimmen. Aber ich esse manchmal bei Einladungen Gerichte mit ausgesuchtem Reis und vielen Soßen und Curries. Wenn mich also meine Schüler mit dem Gedanken: „Der Mönch Gotamo ist mit jeder Art von Almosenspeise zufrieden und heißt es gut, mit jeder Art von Almosenspeise zufrieden zu sein“, respektieren, würdigen und verehren und mir vertrauen, dann würden mich jene Schüler, die ausschließlich Almosenspeise essen, die von Haus zu Haus gehen, ohne eines auszulassen, die sich daran erfreuen, ihr Essen zu sammeln; wenn sie bebautes Gebiet betreten haben,

*nicht einmal der Einladung sich niederzusetzen, zustimmen, nicht wegen dieser Eigenschaft respektieren, würdigen und verehren und mir vertrauen.*

*Angenommen, Udāyi, meine Schüler respektieren, würdigen und verehren mich und vertrauen mir mit dem Gedanken: „Der Mönch Gotamo ist mit jeder Art von Lagerstatt zufrieden und heißt es gut, mit jeder Art von Lagerstatt zufrieden zu sein.“ Nun gibt es Schüler von mir, die am Fuß von Bäumen und im Freien leben, die acht Monate (im Jahr) kein Dach aufsuchen, während ich manchmal in gegiebelten Herrenhäusern wohne, die innen und außen verputzt, windgeschützt, mit Türschlössern und verschließbaren Fenstern versehen sind. Wenn mich also meine Schüler mit dem Gedanken: „Der Mönch Gotamo ist mit jeder Art von Lagerstatt zufrieden und heißt es gut, mit jeder Art von Lagerstatt zufrieden zu sein“, dann würden mich jene Schüler, die acht Monate (im Jahr) kein Dach aufsuchen, nicht wegen dieser Eigenschaft respektieren, würdigen und verehren und mir vertrauen.*

*Angenommen, Udāyi, meine Schüler respektieren, würdigen und verehren mich und vertrauen mir mit dem Gedanken: „Der Mönch Gotamo lebt in Abgeschiedenheit und heißt es gut, in Abgeschiedenheit zu leben.“ Nun gibt es Schüler von mir, die Waldbewohner sind, entlegene Lagerstätten bewohnen, die zurückgezogen an entlegenen Lagerstätten im Dschungeldickicht leben und einmal im Halbmonat zur Mönchsgemeinschaft zur Rezitation der Patimokkha-Regeln zurückkehren. Aber ich lebe manchmal umgeben von Mönchen und Nonnen, von Anhängern und Anhängerinnen, von Königen und Ministern, von Angehörigen anderer Richtungen und deren Schülern. Wenn mich also meine Schüler mit dem Gedanken:*

*„Der Mönch Gotamo lebt in Abgeschiedenheit und heißt es gut, in Abgeschiedenheit zu leben“ verehren, dann würden mich jene Schüler, die acht Monate (im Jahr) kein Dach aufsuchen, mich nicht wegen dieser Eigenschaft respektieren, würdigen und verehren und mir vertrauen.*

*Somit, Udāyi, geschieht es nicht auf Grund dieser fünf Eigenschaften, dass mich meine Schüler respektieren, würdigen und verehren und mir vertrauen.*

*Es gibt vielmehr fünf andere Eigenschaften, deretwegen mich meine Schüler respektieren, würdigen und verehren und mir vertrauen. Welches sind diese fünf?*

Und nun zählt der Erwachte jene Eigenschaften auf, die einen Geheilten ausmachen, der das, was er lehrt, selber geübt und erfahren hat und seinen Schülern die Wege dazu weist. Schon die erste der aufgezählten Eigenschaften würde genügen, um bei Menschen im näheren Umgang Achtung und Vertrauen zu erwecken, geschweige wenn alle fünf zusammenkommen, die ernsthaften Nachfolgern die Möglichkeit boten, von allem Leiden frei zu werden.

### 1. Der Erwachte wird geschätzt wegen hoher Tugend (adhisīla)

*Meine Schüler schätzen mich wegen hoher Tugend: „Tugendhaft ist der Asket Gotamo, besitzt höchste Vollkommenheit in Tugend.“ Dies ist die erste Eigenschaft, deretwegen mich die Schüler respektieren, würdigen und verehren und mir vertrauen.*

Hohe Tugend besitzt der Erwachte und zu hoher Tugend leitet er seine Mönche an. Wenn ein Mönch die sieben Tugendregeln, wie sie im achthgliedrigen Heilsweg genannt sind, und die zusätzlichen Mönchsregeln, wie sie im Gang zur Vollendung

genannt sind, bemüht ist, einzuhalten und aktiv dabei ist, alle mönchischen Obliegenheiten, seien es hohe oder niedrige, zu erfüllen (M 48), liebevollen Umgang mit den Ordensbrüdern in Taten, Worten und Gedanken *sowohl in ihrer Gegenwart wie in ihrer Abwesenheit* pflegt, dann besitzt er hohe Tugend, hat die hohe Begegnungsweise im Auge, die von der Welt nichts mehr will: die sanfte Begegnung. Er hat sein Herz dahin gebracht, auf die Anliegen der Mitwesen zu achten, schonend und fürsorglich an sie zu denken. Mit dieser Haltung kann er nicht mehr zürnen oder nachtragen, stolz sich überheben oder empfindlich, verbittert sein, kann nicht neidisch oder geizig sein, kann nicht etwas verheimlichen wollen oder anders erscheinen wollen als er ist, kann nicht starrsinnig oder rechthaberisch oder, vom Augenblick hingerissen, berauscht oder leichtsinnig sein – eben weil ihm aufgegangen ist, wie sehr sich alle Wesen nach Wohl sehnen. Er erfüllt Herz und Gemüt mit liebevollen, schonenden Gedanken, und die egoistischen, selbstsüchtigen Gedanken und Empfindungen schwinden.

Diese Erhellung macht ihn auf seine veränderte Stimmung aufmerksam, er beginnt das helle Herz als die Quelle weltunabhängigen Wohls zu entdecken. So kommt er im Lauf der Jahre zur Erfahrung, dass nicht dieser Körper und nicht diese Welt, sondern diese seine entdeckte still-heitere Gemütsstimmung, das helle Grundgefühl, der Träger seiner Existenz ist. Er merkt, dass diese Gemütsgestimmtheit nicht durch den Körper besteht und nicht durch die Sinneseindrücke, sondern immer nur durch die Beschaffenheit des Herzens, durch dessen Eigenschaften, bedingt ist. Ihm erwächst, wie der Erwachte sagt, ein inneres Wohl der Unbedrohtheit und vergleicht (D 2) die innere Verfassung eines solchen mit einem Kriegerfürsten, der seine Feinde besiegt hat, selbst voll gerüstet dasteht und nun von keiner Seite mehr Angriff und Gefahr zu erwarten hat. Er sieht einen offenen Weg in immer lichtere Zukunft vor sich, die auch nicht mehr durch Tod beendet wird.

Der Erwachte, der durch Aufhebung aller Triebe die höchste Vollkommenheit in Tugend erreicht hat, sagt von sich in

seiner Lehrrede vom Löwenruf (D 8):

*Es finden sich manche Asketen und Brahmanen, die von Tugend reden. Sie preisen in mannigfaltiger Weise das Lob der Tugend. Was nun die heilende höchste Tugend betrifft, so vermag ich keinen wahrzunehmen, der mir in hoher Tugend gleichkäme.*

2. Der Erwachte wird geschätzt wegen  
höchster entblendeter Wirklichkeitssicht  
einschließlich übersinnlicher Fähigkeiten

*Ferner schätzen mich meine Schüler wegen höchster entblendeter Wirklichkeitssicht (ñānadassana): Wis send nur sagt der Asket Gotamo „Ich weiß es“, sehend nur sagt der Asket Gotamo „Ich seh es.“ Im Besitz hoher übersinnlicher Fähigkeiten (abhiññā) lehrt der Asket Gotamo, nicht ohne hohe übersinnliche Fähigkeiten. Mit Begründung, erfassbar lehrt der Asket Gotamo, nicht ohne Begründung. Im Besitz übernatürlicher Fähigkeiten lehrt der Asket Gotamo, nicht ohne übernatürliche Fähigkeiten. – Wegen dieser höchsten entblendeten Wirklichkeitssicht schätzen mich meine Schüler. Dies ist die zweite Eigenschaft, deretwegen mich die Schüler respektieren, würdigen und verehren und mir vertrauen.*

Sāriputto sagt vom Erhabenen (D 16 I)

*So klar geworden bin ich am Erhabenen: „Es gibt keinen anderen Asketen oder Brahmanen reicher als der Erhabene an übersinnlichen Kenntnissen und Fähigkeiten.“*

Auf die letzte Stufe des Heilsweges „Herzenseinigung“ folgt als Frucht entblendete Wirklichkeitssicht (ñānadassana), die näher mit acht übersinnlichen Kenntnissen und Fähigkeiten

(*abhiññā*) beschrieben ist: drei Arten von Geistesmacht, jenseitige und diesseitige Töne hören, der anderen Personen Herz erkennen, Erinnerung an frühere Leben, Sterben und Wiedererscheinen der Wesen sehen, Aufhebung der Wollensflüsse/Einflüsse – näher beschrieben am Schluss der Rede.

Einige Beispiele für die Geistesmacht des Erhabenen und seiner Mönche, die sie manchmal zur Belehrung einsetzten: Von dem Mönch Klein-Panthako heißt es, er habe sich vertausendfachen können (Thag 563) und von dem Meister der Magie, Mahāmoggallāno, heißt es, er habe sich vermillionenfachen können (Thag 1183). Von einem früheren Buddha Sikkhi und unserem Buddha heißt es, dass sie sich unsichtbar machten (S 6,14; M 49), um andere aufzurütteln. – Von dem Mönch Klein-Panthako heißt es, dass er den Nonnen immer nur einen einzigen Vers als Lehrvortrag gab. Als sie sich langweilten, erhob er sich wie beiläufig in die Luft, und in der freien Luft sitzend und gehend, wiederholte er den Vers, der die Zuhörer nun nicht mehr langweilte (P 22). Vom Buddha sagen die Texte, er sei mit anderen Geheilten einem Brahma in der Luft sitzend erschienen, um ihn zu belehren (S 6,5), oder er sei nach einer Belehrung durch die Luft davon geeilt (A III,64, D 24). Von den Mönchen Ānando und Dabbo heißt es, dass sie vor dem Sterben des Körpers in die Gegebenheit Feuer eingegangen seien und den Körper so verbrennen ließen.

Häufig heißt es in den Texten, dass jemand, so schnell wie man einen ausgestreckten Arm einziehen oder einen eingezogenen ausstrecken kann, irgendwo in dieser oder jener Welt erschien, gedankenschnell. In dieser Weise überschritt der Buddha einmal den Ganges (D 16 I) und erschien in der Brahmawelt (M 49, D 14, S 6,5). Auch Moggallāno (M 37) erschien so bei den Göttern. Und einmal nahm der Buddha seinen Stiefbruder Nando, der selber noch gar nicht reif für Geistesmacht war, in Gedankenschnelle mit in die Götterwelt (Ud III/2).



### 3. Der Erwachte wird geschätzt wegen hoher Weisheit

*Ferner schätzen mich die Schüler wegen hoher Weisheit (adhipaññā). Voller Weisheit ist der Asket Gotamo, im Besitz höchster Weisheit. Es ist unmöglich, dass er etwa später vorgebrachte Argumente nicht vorhersehen oder eine Gegenrede nicht wahrheitsgemäß widerlegen könnte. Was meinst du, Udāyi, würden meine Schüler, die das kennen und sehen, mich durch Dazwischenreden unterbrechen? – Gewiss nicht, o Herr. – Ich erwarte keine Anleitung von meinen Schülern; stets sind es meine Schüler, die Anleitung von mir erwarten. Dies ist die dritte Eigenschaft, deretwegen mich die Schüler respektieren, würdigen und verehren und mir vertrauen.*

Auf Grund seiner übersinnlichen Fähigkeiten besaß der Erhabene hohe Weisheit. Er konnte der anderen Personen Herz erkennen, ihre Gedanken und Neigungen, wusste im Voraus, was sie denken und sagen würden, und konnte durch seine Kenntnis des Daseins jede Frage beantworten.

### 4. Der Erwachte wird geschätzt wegen des Aufzeigens der vier Heilswahrheiten

*Wenn meine Schüler Leid erfahren, in Leiden versunken sind, von Leiden gequält sind, kommen sie zu mir und fragen mich nach der Heilswahrheit vom Leiden. Diesen erkläre ich die Heilswahrheit vom Leiden und erhebe ihnen das Herz durch die Beantwortung der Frage.*

*Und sie fragen mich nach der heilenden Wahrheit von der Ursache des Leidens – der Leidensaflösung –*

*nach dem Weg zur Leidensauflösung. Ich erkläre ihnen dies und erhebe ihnen das Herz durch die Beantwortung der Fragen. Dies ist die vierte Eigenschaft deretwegen mich die Schüler respektieren, würdigen und verehren und mir vertrauen.*

Durch die auch im Hinduismus verbreitete religiöse Erfahrung, gespeist noch durch ungezählte, zu allen Zeiten bis auf den heutigen Tag immer wieder auftretende sporadische Fälle von teilweiser Rückerinnerung, geht durch fast das gesamte Asien das raunende Wissen von der Fortexistenz als der natürlichen Daseinsweise. Und so kommt es, dass die Menschen seinerzeit zum Erwachten kamen mit der in den Lehrreden oft ausgedrückten Sorge:

*Versunken bin ich in der endlosen Kette von Geborenwerden, Altern und Sterben, in Sorge, Jammer und Leiden, in Gram und Verzweiflung, in Leiden versunken, in Leiden verloren! O dass es doch etwa möglich wäre, dieser ganzen Leidensfülle ein Ende zu machen. (M 29,30 u.a.)*

Um diese drei Dinge, Geborenwerden, Altern und Sterben, zu beseitigen, die mit allen menschlichen Mitteln nicht ausgelöscht werden können und die auch alle Priester und Weisen der vor- und nachbuddhistischen Religionen zu überwinden sich vergeblich bemüht hatten – darum erscheinen Vollendete (A X,76) und zeigen die vier Heilswahrheiten auf.

Die erste Wahrheit – die Heilswahrheit vom Leiden – zeigt, was alles nicht heil, was Leiden ist; die zweite Wahrheit – die Heilswahrheit von der Ursache des Leidens – besagt, dass einzig der Durst nach Erlebnissen dieses Leiden in Gang hält; die dritte Wahrheit – die Heilswahrheit von der Leidensauflösung – kommt aus der Erfahrung des Erwachten, dass durch dieses Durstes Auflösung das Heil gewonnen wird, in welchem als höchstem Wohl alles Leiden beendet ist; die vierte Wahrheit – die Heilswahrheit von der zur Leidensauflösung

führenden Vorgehensweise – zeigt den Weg, wie und in welcher Schrittfolge man zur Aufhebung des Leiden schaffenden Durstes kommt.

Geborenwerden, Altern und Sterben – diese dreigliedrige Struktur eignet jeglicher Existenzform aller Wesen einschließlich der höchsten Geistwesen. Und nur weil die Wesen sich im Lauf des endlosen Kreisens durch die Existenz immer wieder durch das jeweilige Erscheinen so faszinieren lassen, hinreißen und abstoßen lassen, darum wird der Geist auf das Jeweilige gerichtet, und darum lässt er das Vorherige fallen. Und wegen dieses Vergessens des Vorherigen erscheint ihm die Geburt als erster Anfang, obwohl sie nur Fortsetzung in variiert Form ist. Ebenso muss ihm als Ende erscheinen, was nur Weiterfließen ist. Und wegen der Faszination durch die je erscheinenden Dinge sieht ein solcher begrenzter und begrenzender Geist nicht den unterschwellig durchgängigen Strom des hinreißen den Durstes, der diese wechselnde Erscheinungsfolge bewirkt.

Alles fließt – aber die Faszination hält fest, sie verbindet und verkittet, schafft für eine Zeitlang den Eindruck von „Sein“, wo doch immer neues Werden ist. Und sie bewirkt auch die Täuschung, dass mit der Vernichtung des Körpers „Sein“ aufhören würde und ewiges „Nichts“ begägne. Der Erwachte aber sagt, er sehe, dass das Leben kein „Sein“ und der Tod kein Untergang im Nichts ist, sondern beides ein ununterbrochenes Werden im ununterbrochenen Heranfließen und Fortfließen ist. Und dieses Fließen kann aus sich selbst kein Ende finden, weil der unbelehrte Mensch durch seine Faszination, seine Blendung, diese Strömung selbst in Gang hält und fortsetzt.

Weil es sich so verhält, darum erscheinen Vollendete in der Welt, und darum leuchtet zeitweilig in der Welt die vom Vollendeten gegebene Wahrheit vom Leiden und seiner Überwindung.<sup>138</sup>

---

<sup>138</sup> Die vier Heilswahrheiten sind näher erklärt in M 141

5. Die Schüler vertrauen dem Erwachten,  
weil er ihnen die einzelnen Übungen  
zur Leidüberwindung aufzeigt

Im Folgenden beschreibt der Erwachte die einzelnen Übungen zur Leidüberwindung, die er den Mönchen gezeigt hat, damit sie selber zu der entblendeten Wirklichkeitssicht gelangen, wie sie ihm eigen ist. So auf den Weg gewiesen, erfahren die Mönche leibhaftig die Richtigkeit der Aussagen des Erwachten, und ihr Vertrauen zum Erwachten wandelt sich zur Gewissheit: „Ich bin den Weg gegangen, den der Erwachte gewiesen hat, und habe das Ziel, die Triebversiegung, erreicht.“ Aus mnemotechnischen Gründen – die Lehrreden wurden von den Mönchen im Gedächtnis bewahrt – sind die Übungen nach der Anzahl der Übungen ihrer jeweiligen Gruppe in aufsteigenden Zahlen genannt: 4 – 5 – 7 – 8 – 10.

*Aufzeigen der vier Pfeiler der Beobachtung*

*Ferner, Udāyi, habe ich meinen Schülern den Weg zur Entfaltung der vier Pfeiler der Beobachtung gezeigt. Da bleibt der Mönch beim Körper in der fortgesetzten Beobachtung des Körperlichen, unermüdlich, klar bewusst beobachtend, nach Überwindung weltlichen Begehrens und weltlicher Bekümmernis. – Er bleibt bei den Gefühlen in der fortgesetzten Beobachtung der Gefühle, unermüdlich, klar bewusst beobachtend, nach Überwindung weltlichen Begehrens und weltlicher Bekümmernis. – Er bleibt beim Herzen in der fortgesetzten Beobachtung des Herzens, unermüdlich, klar bewusst beobachtend, nach Überwindung weltlichen Begehrens und weltlicher Bekümmernis. – Er bleibt bei den Erscheinungen in der fortgesetzten Beobachtung der Erscheinungen, unermüdlich, klar bewusst beobachtend, nach Überwindung weltlichen Begehrens und*

*weltlicher Bekümmernis.*

*Dadurch haben viele meiner Schüler die höchste, vollkommene, entblendete Wirklichkeitssicht ganz und gar erreicht.*

Diese Einleitung zeigt schon, dass Satipatthāna, die vier Pfeiler der Beobachtung, kein Sinnen und Erwägen, keine Angelegenheit des Intellekts, sondern ein stilles Beobachten der mit dem eigenen Leben verbundenen inneren Vorgänge ist. Es ist auch nicht mehr jenes Ringen und Kämpfen des Tugend üben- den Menschen mit den nach außen gerichteten oder gar üblen Regungen und Neigungen des Herzens in dem Bemühen, sich sauberer, heller, größer und freier zu machen – das ist hier bereits geschehen –, es ist überhaupt keine Angelegenheit der wogenden Bewegung, sondern eben jenes stille Beobachten der mit dem Leben verbundenen inneren Vorgänge.

Die unmittelbare Voraussetzung für die Satipatthāna-Übung bildet die sechste Stufe des achtgliedrigen Heilswegs, rechtes Mühen oder die Vier Großen Kämpfe. Durch sie wird alle auf die Welt gerichtete Aufmerksamkeit fortgedrängt und der Geist in ruhiger Beobachtung befestigt. Erst dann kann Satipatthāna fruchtbar geübt werden.

Näheres über die Satipatthāna-Übung s. die 10. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“.

### *Aufzeigen der vier Großen Kämpfe*

*Ferner, Udāyi, habe ich meinen Schülern den Weg zur Entfaltung der vier großen Kämpfe gezeigt.*

*1. Da weckt der Mönch seinen Willen, dass er unaufgestiegene unheilsame Gedanken nicht aufsteigen lasse, er müht sich darum, er entwickelt Tatkraft, er erzieht das Herz, er kämpft.*

*2. Er weckt seinen Willen, dass er aufgestiegene üble, unheilsame Gedanken vertreibe. Er müht sich darum,*

*er entwickelt Tatkraft, er erzieht das Herz, er kämpft.*

3. *Er weckt seinen Willen, dass er unaufgestiegene gute, heilsame Gedanken aufsteigen lasse. Er müht sich darum, er entwickelt Tatkraft, er erzieht das Herz, er kämpft.*

4. *Er weckt seinen Willen, dass er aufgestiegene heilsame Gedanken sich festigen, nicht lockern, weiter entwickeln, entfalten lasse, er müht sich darum, er entwickelt Tatkraft, er erzieht das Herz, er kämpft.*

*Dadurch haben viele meiner Schüler die höchste, vollkommene, entblendete Wirklichkeitssicht ganz und gar erreicht.*

*Er erzieht das Herz.* – Wer erzieht das Herz? Der Geist, in den durch den Erwachten die rechte Anschauung gekommen ist, die ihm nun zeigt, dass sein Herz üble, unheilsame Triebe enthält. Daher geht der jetzt vom Erwachten belehrte Geist daran, üble Herzenseigenschaften auszuroden und gute zu entwickeln. Der Geist, der die rechte Anschauung aufgenommen hat, erzieht, verändert also das Herz, und nicht erzieht das Herz das Herz, wie Neumanns Übersetzung nicht direkt ausspricht, aber doch nahe legt: *Er macht das Herz kampfbereit.* „Er“ ist der vom Erwachten belehrte Geist, der das Herz erzieht, der den Kampf gegen die Triebe aufnimmt. Das Herz ist nichts anderes als die Summe der bisherigen Gedanken und ändert sich nie von selber, sondern immer nur durch falsch oder richtig bewertendes Denken.

*Er weckt seinen Willen,* heißt es bei der Beschreibung der vier Kämpfe. Der Wille, mit dem alle Entwicklung beginnt, hängt von der Klarheit der Anschauung ab, dass man durch die betreffende Unternehmung zu einem mehr oder weniger großen Vorteil kommt oder zu der Vermeidung großer Leiden und Gefahren, denen man ohne diese Unternehmung ausgesetzt ist. So ist also immer die Aussicht auf Gewinne und Vorteile, also auf mehr Glück und Freude oder die Furcht vor

üblen Folgen die Ursache für den im Geist gefassten Willen, sich so und so zu verhalten bzw. dies oder das zu unternehmen oder gerade zu unterlassen.

Der *erste Kampf* ist der Kampf der Fernhaltung: *Unaufgestiegene unheilsame Gedanken nicht aufsteigen zu lassen.* Dieser Kampf wird kurz genannt *Sinnenzügelung*:

*Hat der Mönch mit dem Luger eine Form erblickt, so beachtet er weder die Erscheinungen noch damit verbundene Gedanken (Assoziationen). Da Begierde und Missmut, üble und unheilsame Gedanken den, der die Sinnesdränge nicht bewacht, gar bald überwältigen, so übt er diese Bewachung, wacht aufmerksam über die Sinnesdränge. Hat er mit dem Lauscher einen Ton gehört... (M 2, 78, 141)*

Der *zweite* der vier großen Kämpfe ist der Kampf zur Überwindung, zur Vertreibung, Auflösung der bereits aufgestiegenen üblen Gedanken. Dieser zweite Kampf wird wie folgt beschrieben:

*Da gönnt der Mönch einem aufgestiegenen Gedanken der Sinnensucht keinen Raum, gibt ihn auf, vertreibt ihn, vertilgt ihn, erstickt ihn im Keim; gönnt einem aufgestiegenen Gedanken von Antipathie bis Hass keinen Raum, gibt ihn auf, vertreibt ihn, vertilgt ihn, erstickt ihn im Keim, gönnt einem aufgestiegenen Gedanken der Rücksichtslosigkeit keinen Raum, gibt ihn auf, vertreibt ihn, vertilgt ihn, erstickt ihn im Keim; gönnt diesen und jenen schlechten, verderblichen Gedanken, die aufsteigen, keinen Raum, gibt sie auf, vertreibt sie, vertilgt sie, erstickt sie im Keim.*

Den *dritten Kampf* beschreibt der Erwachte wie folgt:

*Da entfaltet der Mönch die Erwachungsglieder: Wahrheitsgegenwart, Ergründung der Wahrheit, Tatkraft, geistige Beglückung bis Entzückung, Stillwerden der Sinnesdränge, weltunabhängige Herzenseinigung, Gleichmut, die in der Abgeschiedenheit wurzeln, die in der Reizfreiheit wurzeln, die in der Ausrodung wurzeln und einmünden in reif gewordenes Loslassen.*

Der vierte Kampf besteht darin, das auf der jeweiligen Stufe Erlangte nicht wieder fahren zu lassen, sondern die innere Abgelöstheit und Unabhängigkeit zu bewahren und zu verteidigen gegen alle Lockungen des „Blendens der Erscheinung“: *Da weckt der Mönch seinen Willen, dass er aufgestiegene heilsame Dinge sich festigen, nicht lockern, weiterentwickeln, erschließen, entfalten, erfüllen lasse, er müht sich darum, er entwickelt Kraft, er erzieht das Herz, er kämpft.*

*Aufzeigen der vierfachen Erzeugung  
der Herzenseinigung,  
dem Fundament der Geistesmacht (iddhi-pāda)* <sup>139</sup>

*Ferner, Udāyi, habe ich meinen Schülern die vier Wege zum Fundament (pāda) der Geistesmacht gezeigt.*

*Da entwickelt ein Mönch im beharrlichen Vordringen das Fundament der Geistesmacht durch die mit dem Willen (chanda) (1) erworbene Herzenseinigung (samādhī).*

*Er entwickelt in beharrlichem Vordringen das Fundament der Geistesmacht durch die mit der Tatkraft (virīya) (2) erworbene Herzenseinigung.*

*Er entwickelt in beharrlichem Vordringen das Fundament der Geistesmacht durch die mit der Herzensart (citta) (3) erworbene Herzenseinigung.*

*Er entwickelt in beharrlichem Vordringen das Fundament der Geistesmacht durch die mit der Einfühlung (vimamsā) (4) erworbene Herzenseinigung.*

*Dadurch haben viele meiner Schüler die höchste, vollkommene, entblendete Wirklichkeitssicht ganz und gar erreicht.*

---

<sup>139</sup> Ausführlich beschrieben in dem Kommentar zu M 16



Die Anleitung zum Erwerb des *Fundaments* der Geistesmacht wird oft falsch verstanden als Entwicklung der Geistesmacht. Nicht die Geistesmacht selbst, sondern nur ihre Grundlage oder besser die Voraussetzung der Geistesmacht wird entwickelt. Und diese Voraussetzung besteht in der Herzenseinigung, im *samādhi*. Nur wenn diese andere Daseinsdimension, der *samādhi*, von einem Menschen ganz erworben ist, wenn er diesen Lebensstatus gewonnen hat, wenn ein so gewordener Mensch von dem Begegnungsleben, von der Welt, nichts mehr erwartet, weil er in erhabenem Zustand oberhalb der Begegnungswahrnehmung steht, dann beherrscht er die „Materie“. Die Geistesmacht wird also nicht selber durch Übungen etwa in dieser oder jener „magischen“ Tätigkeit erzeugt, sondern durch die immer weiter fortschreitende Weltabwendung, Weltübersteigerung, Weltüberwindung in immer weiter fortschreitendem inneren Herzensfrieden und Herzenseinigung.

Der belehrte Heilsgänger hat die Sinnensucht, den Durst nach den Dingen der Welt, als große, gefährliche Krankheit begriffen, als die Ursache für das Anlegen von Körpern in immer wiederholtem Geborenwerden, Altern und Sterben. Indem er sich von äußeren Dingen innerlich distanziert, entwickelt er gleichzeitig für die Mitwesen mehr Verständnis und Fürsorge als der normale Mensch, der den Sinnendingen verfallen ist, hauptsächlich diese anstrebt. Im Besitz von innerer Wärme und Helligkeit des Herzens beginnt der Nachfolgende die Übung zur Erlangung der Herzenseinigung.

Der Wille zur Einigung des Herzens, zur Einkehr in jenen Frieden, der höher ist als alle Weltvernunft, kommt bei dem Mönch auf, der begriffen und nachempfunden hat, was der Erwachte über das Welterlebnis sagt, das uns die Sinne anbieten. In M 106 ist eine solche Aussage des Erwachten, wie der Mensch, der diese Wahrheit verstanden hat, daraus zu dem Willen zum *samādhi* kommt:

*Vorüberrieselnd sind die Sinneserscheinungen, sind schemenhaft, trügerisch, Einbildungen; ein Blendwerk ist das Ganze, der Tore Lebensinhalt.*

Darum bedenkt der belehrte Heilsgänger:

*Was da die diesseitigen Sinnendinge sind und auch die jenseitigen Sinnendinge und was die diesseitigen Sinneswahrnehmungen sind und auch die jenseitigen – das ist beides Totenland, ist des Todes Revier, wo der Tod seine Köder auslegt und sich seine Beute holt. Da entwickeln sich im Geist immer wieder die üblen, heillosen Bewegkräfte, wie Verlangen, Entreißen und Streiten. Diese aber sind Gefahren für den vorwärtsdringenden Heilsgänger.*

*Da sagt sich der Heilsgänger: „Wie wenn ich mit weitem, erhabenem Gemüt verweilte, hätte die Welt überwunden, über ihr stehend im Geist! Denn wenn ich mit weitem, erhabenem Gemüt verweile, überwunden die Welt, über ihr stehend im Geist – da können im Geist diese üblen, heillosen Bewegkräfte, wie Verlangen, Entreißen und Streiten, nicht mehr bestehen. Sind sie aber aufgegeben, so ist das Herz nicht mehr kleinlich, misst nicht mehr die weltlichen Erscheinungen, wird erhaben.“*

Diese Aussage zeigt, wie aus der rechten Anschauung der Wille (1) zum samādhi geboren wird, und sie zeigt, wie *aus dem Willen Tatkraft* (2) entsteht. Mit der Anstrengung der besten Kräfte seines Gemüts hält er sich leuchtkräftige Bilder der Wahrheit vor Augen – die Erinnerung an das Elend der Sinnlichkeit, an den Segen des Loslassens und an die eigenen Erfahrungen inneren Friedens. Er jocht sich an das Wissen an: Ich bin im Wahn; Materie, Geborenwerden, Sterben, Ich und Welt sind eingebildet, bestehen aus befestigten Vorstellungen, aus Wahrnehmung, Bewusstsein. Der Eindruck von Materie ist ein Irrtum. Alles Erlebte besteht aus Erleben, Bewusstsein, Traum. So setzt er bewusst die Tatkraft ein, um den wahrheitsgemäßen Anblick zu bewahren, beugt voraussehbaren Störungen vor, vertreibt entgegengesetzte Gedanken, entwickelt und pflegt hilfreiche, förderliche Gedanken.

Wenn der Übende merkt, dass  
sein Herz (3) ganz auf den Herzensfrieden gerichtet ist, dass

ihm nur im Zustand des Herzensfriedens vollkommen wohl ist, dann kommt eine große Befriedung und Ruhe über ihn. Diese Empfindungen bewahrt er, weist alle Gedanken, die stören könnten, ab, lässt auch alle weltlichen Ziele los, die ja mit dem Tod, dem Verlassen der Welt, auch wieder zerbrechen würden, und erzeugt und pflegt *die innere Hinneigung zum Frieden des Herzens* und zur Ruhe. Durch die Erfahrung einer großen Stille und Weltabgewandtheit kommt die fünffache sinnliche Wahrnehmung zur Ruhe, hört auf. Der Mensch gerät in eine mit allen sinnlichen Erlebnissen nicht vergleichbare Seligkeit.

Wenn der Übende nun nach längerem oder kürzerem Verweilen in dieser überweltlichen Seligkeit und Stille sich wieder seines Körpers und der Umwelt bewusst wird, dann geht es um die Eingewöhnung, also darum, dass er sich nun nicht gleich wieder der Umwelt zuwendet, sondern die feinen Nachwehen dieses seligen Zustands so lange wie möglich festhält. So empfiehlt der Erwachte:

*Diesen Körper durchdringt und durchtränkt, erfüllt und sättigt er nun mit der in jener Einigung entstandenen Beglückung und Seligkeit, so dass nicht der kleinste Teil seines Körpers von dieser in der Einigung entstandenen Beglückung und Seligkeit ungesättigt bleibt.*

Dieses Sich-Hingeben an das neu aufgekommene Größere, sich damit ganz durchtränken und die letzten Reste des Größeren damit hinausschwemmen: *das ist Einfühlen (4) im höchsten Sinn*, das ist die seligste und leichteste aller vier „Übungen“. Der zunächst nur gelegentlich erworbene Zustand des weltüberlegenen Friedens soll zur Gewöhnung werden, soll zum Dauerzustand werden, und damit soll der frühere Daseinszustand der rasanten sinnlichen Wahrnehmung, des Erraffens von außen, immer mehr zur Ruhe, zur Entwöhnung kommen, bis nichts mehr davon übrig bleibt. Dann erst, mit dieser so verstandenen vierten Stufe, sind die Übungen zur Entwicklung des Herzensfriedens vollendet.

*Aufzeigen der fünf Heilskräfte (indriya)  
und verstärkten Heilskräfte (bala)*

*Ferner, Udāyi, habe ich meinen Schülern den Weg zur Entfaltung der fünf Heilskräfte und verstärkten Heilskräfte gezeigt. Da entfaltet ein Mönch die Heilskraft Vertrauen, die zum Frieden, zur Erwachung führt. Er entfaltet die Heilskraft Tatkraft, die zum Frieden, zur Erwachung führt. Er entfaltet die Heilskraft Wahrheitsgegenwart, die zum Frieden, zur Erwachung führt. Er entfaltet die Heilskraft Herzenseinigung, die zum Frieden, zur Erwachung führt. Er entfaltet die Heilskraft Weisheit, die zum Frieden, zur Erwachung führt.*

*Da entfaltet ein Mönch die verstärkte Heilskraft Vertrauen – Tatkraft – Wahrheitsgegenwart – Herzenseinigung – Weisheit, die zum Frieden, zur Erwachung führt.*

*Dadurch haben viele meiner Schüler die höchste, vollkommene, entblendete Wirklichkeitssicht ganz und gar erreicht.*

Die Heilskräfte (*indriya*) sind unter dem Einfluss der heilenden rechten Anschauung, also unter dem Einfluss des im Geist vergegenwärtigten Heilsziels entstanden und sind darum ausschließlich auf die Erreichung des Heilsziels gerichtet.

Die Sinnesdränge oder Sinneskräfte (*indriya*) behindern bis verhindern die Wirksamkeit der Heils-*indriya*, der Heilskräfte. Erst wenn einer beginnt, die Sinnesdränge mehr und mehr zurückzunehmen, dann können sich die Heils-*indriya* entwickeln. Die Wahrheitsgegenwart z.B. kann sich nicht entwickeln, solange von den Sinnesdrängen starke Blendung ausgeht, also die angenehm und unangenehm empfundenen Dinge der Welt den Menschen stark faszinieren und irritieren. Beide Gruppen von *indriya* können nie zusammen gedeihen: Die

Heils-indriya, die zum Heilsstand führen, können nur in dem Maß wirksam werden, wie die drängende und machtvolle Wirksamkeit der Sinnesdränge zumindest zeitweise abwesend ist, wie es z.B. in neutralen Zeiten der Fall ist. Dann werden die Heilskräfte Vertrauen (vertraut sein mit der Lehre) und Weisheit (die Leuchtkraft des Wahrheitsanblicks) zu *Zugtieren, die den Wagen zum Heil ziehen (S 45,4)* und damit von den Sinnendingen fortziehen.

Die Aufgabe der Heilskräfte besteht also vorwiegend in der Austreibung und Auflösung der Sinnesdränge. In diesem Sinn heißt es in den „Liedern der Mönche“ (Thag 744 und 745):

*Gleichwie der Zimm'rer mit dem einen Keil  
kraftvoll den andern Keil herauszuschlagen weiß,  
so werde fähig, mit den Heilungskräften  
die Sinnesdränge ganz herauszuschlagen.*

*Vertrauen, Tatkraft, Wahrheitsgegenwart,  
Einheit des Herzens, klarer Weisheitsblick,  
mit diesen Fünf die and'ren Fünf zerschlagend,  
besiegend hier, so schreitet vor der Reine.*

Die gleichen fünf Heilskräfte unter der Bezeichnung *bala* geben den Aspekt der Stärke der Heilskräfte wieder. So wird z.B. in M 117 in Bezug auf die zu erwerbende Weisheit (*paññā*) zuerst nur von *paññā*, dann von *paññ-indriya* und dann von *paññābala* gesprochen.

Die Heilskräfte sind geistige Aktivitäten, Wahrnehmungen, Anblicke, die je nach ihrer Stärke das langsame oder schnelle Vorgehen auf dem Heilsweg bestimmen; sie haben aber nicht den beharrenden Schwung von Tendenzen des Herzens an sich. So bedürfen sie keiner gesonderten Auflösung, wenn der Zweck, zu dem sie ausgebildet wurden, erreicht ist.

Im Folgenden werden die Heilskräfte kurz besprochen:

## 1. Vertrauen (*saddhā*)

Das Pāliwort (*saddhā*) bedeutet mehr als Vertrauen, es bedeutet vertraut sein, sich innerlich mit demjenigen verwandt fühlen, zu dem man sich hingezogen fühlt. Die Lehre des Erwachten erscheint dem Wahrheitssucher, der ihr begegnet, vertraut wie die schon immer gesuchte Wahrheit. Jeder von uns hat schon alle Leiden, alle Freuden der verschiedenen Daseinsformen unendlich viele Male erlebt. Da unterscheidet sich der geistige Mensch von dem sinnlichen nun dadurch, dass er von dieser Wanderung noch leise unterschwellige Erinnerungen mitbringt in dieses Leben und sich darum im vertrauten Klima fühlt, wenn er im jetzigen Leben von der Fortexistenz des Seelischen hört, während der nur von dem vordergründig Sinnlichen lebende Mensch diese feinen Erinnerungen bald mit neuen starken Sinneseindrücken überdeckt hat und darum nur das gegenwärtige Leben gelten lässt. Vertrautsein mit geistigen Gesetzmäßigkeiten ist also eine Gewöhnung, die aus früheren Leben in das jetzige hineinwirkt. Sie kann aber auch erst in diesem Leben entstehen und wachsen bei längerem Umgang mit Lehrern und Freunden, die einsehbar und bewegend von geistigen Gesetzmäßigkeiten sprechen und danach leben.

## 2. Tatkraft (*virīya*)

Wenn ein Mensch ein gewisses Vertrautsein mit geistigen Zusammenhängen empfindet, aber in seiner ganzen Umgebung keine religiöse Belehrung erfährt, dann kann er trotz seines Vertrauens keine Tatkraft aufbringen, es fehlt ihm die Zustimmung des Geistes, die Bestätigung der Richtigkeit seines religiösen Gefühls, seines Vertrauens, durch Erfahrung und Belehrung. Jeder Mensch bringt nur für die Dinge, die dem Geist wichtig erscheinen, Tatkraft auf. *Jesus* vergleicht den großen Einsatz von Tatkraft bei einem Menschen, der das Heil sucht und nun durch Belehrung erfährt, in welcher Richtung es liegt, mit einem Bauern, der in seinem gepachteten Acker einen Schatz findet. (Matth.13,44) Der Schatz ist ein Gleichnis für

das Himmelreich. Der Bauer darf diesen Schatz nicht an sich nehmen, weil der Acker ihm nicht gehört, sondern nur gepachtet ist. Da verkauft er alles, was er hat, und kauft diesen Acker. Nun gehört der Schatz ihm. Das bedeutet, dass der Heilssucher seine ganze Tatkraft für das aufbringt, wovon er glaubt: Nichts anderes lohnt sich so wie dieses. Aber der Einsatz der Tatkraft ist bei den Wesen unterschiedlich. Manche setzen ihre ganze Tatkraft gleich am Anfang ein, aber erlahmen bald. Andere beginnen mit geringer Kraft, so dass man meint, sie seien träge, aber sie sind beharrlich und gehen erst nach erfahrenen inneren Fortschritten intensiver vor. So entwickelt jeder, der Vertrauen zur religiösen Wahrheit mitgebracht hat und belehrt wurde, in Abhängigkeit von diesen zwei Faktoren geringere oder größere Tatkraft. Tatkraft ist also keine selbstständig drängende Kraft, sondern eine vom Vertrauen und den Einsichten des Geistes ausgelöste Aktivität.

### 3. Wahrheitsgegenwart (*sati*)

Das Pāliwort *sati* ist abgeleitet von *sarati* (erinnern), *sati* bedeutet wörtlich: das Eingedenksein, die Erinnerung. *Sati* ist die Erinnerung an Besseres als das spontane Befriedigen der Triebe. Es heißt von dem Heilsschüler, der *sati* hat: *Was da einst gesagt und getan wurde, daran denkt er; daran erinnert er sich (M 53)*. Wessen ist der mit *sati* als Heilskraft ausgestattete Mensch eingedenk? Bei allem Tun und Lassen bleibt der *ariya sāvako*, der Heilsgänger, welcher den täuschungsfreien Anblick der Wahrheit gewonnen hat, eingedenk dieses Anblicks und der zum Heil führenden Gesinnungs- und Verhaltensweisen.

In Gleichnissen (z.B. A VII,63) gilt Wahrheitsgegenwart als der Torwächter, der alles Eindringende (die sinnlichen Eindrücke und die durch sie unmittelbar ausgelösten Bewertungen und Willensabsichten) kontrolliert. Die ersten unmittelbaren Bewertungen gehen von der Erfahrung der Triebe aus: *Wohl tut das, weh tut das*. Da sagt nun der Torwächter, also die Wahrheitsgegenwart: „Halt, wer bist du, der du so urteilst; ich

weiß, dass es falsche Urteile gibt. Darum lass erst sehen, wer du bist.“

Wahrheitsgegenwart braucht jeder, der ein Ziel verfolgt, auch wenn es ein weltliches oder gar ein verbrecherisches ist. Die gewöhnliche sati ist daher inhalts- und zielneutral. Aber sati als Heilskraft kann aus sich allein nicht verstanden werden, sondern bezieht sich auf die Lehre, denn dieser gilt es eingedenk zu sein: eingedenk der Wahrheit des Leidens und des wahren, ewigen Wohls und der vollkommenen Befreiung von allem Leiden.

Weil diese Wahrheitsgegenwart den sinnlosen Schwung der auf Sinnliches gerichteten programmierten Wohlerfassungssuche anhält, die einzelnen Dinge festhält, so dass die Weisheit sie betrachten kann, darum wird von der Wahrheitsgegenwart gesagt, sie beherrsche, kontrolliere alle Dinge (A X,58).

Der Erwachte sagt ausdrücklich, dass sati, die Wahrheitsgegenwart, der Hüter und Fürsorger des Geistes sei (S 48,42). D.h. der Geist, der bei fast allen Wesen hauptsächlich erfüllt ist von dem, was die fünf Sinnesdränge in den Geist eingetragen haben, wird durch die Wahrheitsgegenwart der Leidenszusammenhänge und der Möglichkeit des Heils umerzogen, indem das Denken nicht mehr von einem der weltlichen Eindrücke zum anderen läuft, sondern sich immer mehr mit der Betrachtung der Möglichkeiten der gesamten Befreiung beschäftigt. In der gleichen Lehrrede wird weiter gesagt, dass der Hüter und Fürsorger der Wahrheitsgegenwart (*sati*) die Erlösung (*vimutti*) sei. Dahin also führt die sati, wenn sie in der rechten Weise und nach Erfüllung der Voraussetzungen eingesetzt wird.

#### 4. Herzenseinigung (*samādhi*)

*Samādhi*, Zusammengefügtsein, bedeutet: Nachdem sich der Durchschauende erst von üblem Verhalten, übler Gemütsverfassung und dann überhaupt von weltlicher Vielfalt gelöst hat, ruht er still in sich selber, zerreißt, zerspaltet sich nicht mehr in die äußere Vielfalt, ist nicht mehr auf das Außen angewiesen.



Ohne Anstrengung steht es in einem solchen still. Die Flut der Gedanken und Gefühle rast nicht mehr, der Körper ist gestillt (*kāyapassaddhi*), und das tut wohl (*sukha*).

*Der Körpergestillte lebt im Wohl;*

*dem im Wohl Lebenden einigt sich das Herz.*

*(M 7, M 40, D 33V, S 35,97 u.a.)*

Schon durch das Stillwerden der Sinnesdränge und damit Aufhören der rasenden sinnlichen Erfahrungsakte ist jene Seligkeit der „unio“, der Einigung, eingetreten. Doch bedeutet *samādhi* mehr als diese momentane Erlebnisqualität, er bedeutet den Eintritt in eine völlig andere Daseinsphase, Daseinsweise, die mit der uns allein bekannten Lebensweise der sinnlichen Wahrnehmung nicht verglichen werden kann.

Diese Herzeneinigung, sagt *Sāriputto* in D 33,IV, kann man in vierfacher Weise zu weiterem Fortschritt in Wohlbefinden und Wissen entfalten je nach Geneigtheit und Fähigkeit des Befriedeten.

1. Man kann das unmittelbare Wohl der weltlosen Entrückungen (*jhāna*) erleben.
2. Man kann ein selbstleuchtendes Gemüt erwerben und damit aus dem Gefängnis der sinnlichen Wahrnehmung heraustreten und zur Wissensklarheit erwachsen.
3. Man kann die geistig-seelischen Vorgänge, wie das Entstehen und Vergehen von Gefühlen, Wahrnehmungen und Gedanken, völlig unabgelenkt beobachten mit Wahrheitsgegenwart und Klarbewusstheit.
4. Man kann die fünf Zusammenhäufungen in ihrer Bedingtheit völlig unabgelenkt durchschauen.

#### 5. Weisheit (*paññā*)

Weisheit ist der durch keinerlei Blendung mehr getäuschte, darum unbeirrte und durchdringende Klarblick (Auge der Weisheit – *paññā-cakkhu*). Nur dieser ungeblendete Blick des Gleichmütigen (*upekhā*) sieht die Welt, wie sie ist, sieht die Wahrheit, entdeckt und erkennt sie in der eigenen Existenz.

Der von allen Trieben, von Gier und Hass Befreite wird

durch keine Erscheinungen mehr geblendet und hat darum diese klare blendungsfreie Beobachtungsweise. Doch ist auch der geistig sich übende Mensch zeitweilig, wenn er seine ganze Aufmerksamkeit auf seine geistigen Vorgänge sammelt und sich in Zucht nimmt, zu einem Beobachten und Erkennen von graduell größerer Klarheit fähig. Dadurch wächst die zur Durchschauung taugliche geistige Erfahrung. Die meisten Menschen haben keine Übung darin, doch kann man sie gewinnen.

Der Weisheit geht es um eine gründliche und umfassende Orientierung über die endgültige Aufhebung der gesamten Leidensmöglichkeiten überhaupt. Sie tritt von den vordergründigen Vorgängen und Begegnungen zurück und betrachtet und beobachtet mit weitreichendem Blick die gesamten Lebenszusammenhänge, erkennt bis zum Grund, was alles zur Leidensdimension gehört, was in sie hineinführt und in ihr beharren lässt und wodurch man aus dem Leiden herauskommen kann. Die Weisheit nimmt auch vorübergehende Leiden und Mühsale in Kauf, um endgültig aus dem Leiden herauszukommen und damit zum höchsten Wohl zu gelangen.

#### *Aufzeigen der sieben Erwachungsglieder*

*Ferner, Udāyi, habe ich meinen Schülern den Weg zur Entfaltung der sieben Erwachungsglieder gezeigt. Da entfaltet ein Mönch das Erwachungsglied Wahrheitsgegenwart – Ergründung der Wahrheit – Tatkraft – geistige Beglückung bis Entzückung – Stillwerden der Sinnesdränge – weltunabhängige Herzenseinigung – erhabenen Gleichmut – die in der Abgeschiedenheit wurzeln, die in der Reizfreiheit wurzeln, in der Ausrodung wurzeln und einmünden in reif gewordenes Loslassen.*

*Dadurch haben viele meiner Schüler die höchste, vollkommene, entblendete Wirklichkeitssicht ganz und gar erreicht.*

Die sieben Erwachungsglieder werden in den Lehrreden als die höchsten und letzten Übungen bezeichnet, die ins Nibbāna einmünden. In M 118 zeigt der Erwachte, dass die sieben Erwachungsglieder sich aus der konzentrierten Übung der vier Satipatthāna-Übungen ergeben. Um sie zu verstehen, müssen ihre beiden Aspekte betrachtet und erkannt werden. Der eine ist die siebenfache Steigerung, beginnend mit *sati* und endend mit *upekhā*, dem vollkommenen Gleichmut; der andere ist die bei dieser Übungsreihe geforderte Grundhaltung: *In der Abgeschiedenheit wurzelnd, in der Reizfreiheit wurzelnd, in der Ausrodung wurzelnd und einmündend in völliges Loslassen*. Es wurzeln also alle sieben Haltungen in der Abgeschiedenheit, in der Reizfreiheit und in der Ausrodung.

Durch die Pflege und Ausbildung der Wahrheitsgegenwart/Beobachtung (1.Erwachungsglied) festigt der Übende immer mehr jenen Weisheitsanblick, der alles Vergängliche als vergänglich und uneigen durchschaut und das Heile des Heilen immer mehr erkennt. Durch diese Übung verändert sich sein Daseinsanblick vollkommen. – Während dieser Entwicklung der Loslösung und perspektivischen Umstellungen entdeckt der Übende alle seine erlösenden Erfahrungen in der Lehre wieder – und versteht sie jetzt in einer Unmittelbarkeit, als sei aus Nacht der Tag geworden. Diese Entdeckung der existentiellen Wahrheit in der Lehre auf Grund seiner Erfahrungen bei der Wahrheitsgegenwart/Beobachtung – das ist das zweite Erwachungsglied: Ergründung der Wahrheit. Es erwächst in ihm die Sicherheit, dass er auf dem Felsgrund der Wirklichkeit steht. Daraus geht das dritte Erwachungsglied Tatkraft hervor. Indem er die Befreiung fortschreitend an sich erfährt, da kennt ein solcher nur noch das unbeirrbar und unhemmbare weitere Fortschreiten auf diesem Weg zur Befreiung. Diese Erfahrung löst *pīti*, innere Beglückung bis Entzückung (viertes Erwachungsglied), aus. Die Sinnesdränge sind gestillt (*kāya-passaddhi* – fünftes Erwachungsglied). Daraus geht *samādhi*, Herzenseinigung, hervor (sechstes Erwachungsglied), die Erfahrung von Wohl und Frieden und Freiheit unabhängig von

der Welt. Das siebente Erwachungsglied, Gleichmut (*upekhā*), wird gewonnen, wenn durch Aufhebung von Trieben nicht mehr die leiseste Betroffenheit empfunden wird, geschweige irgendwelche Erregung.

### *Aufzeigen des achtgliedrigen Heilswegs*

*Ferner, Udāyi, habe ich meinen Schülern den Weg zur Entfaltung des achtgliedrigen Heilswegs gezeigt. Da entfaltet ein Mönch rechte Anschauung, rechte Gemütsverfassung/rechtes Denken, rechte Rede, rechtes Handeln, rechte Lebensführung, rechtes Mühen (die vier großen Kämpfe), rechte Wahrheitsgegenwart, rechte Herzenseinigung.*

*Dadurch haben viele meiner Schüler die höchste, vollkommene, entblendete Wirklichkeitssicht ganz und gar erreicht.*

Alle vollkommen Erwachten und alle Einzelerwachten sind nicht durch den achtgliedrigen Heilsweg zum Ziel gekommen. Sie haben die rechte Anschauung erst am Ende des Wegs gefunden (S 12,4-10). Aber zur Belehrung hat jeder vollkommen Erwachte den Heilsweg aus den drei Etappen Tugend, Herzenseinigung und (erfahrene) Weisheit zusammengestellt und ihnen rechte Anschauung (als gehörte Weisheit) und rechte Gemütsverfassung vorangestellt; sie bilden die Voraussetzung zum Verständnis und zur praktischen Nachfolge.

Der erste Entwicklungsabschnitt, Tugend, ist die Läuterung des gesamten Begegnungslebens von der rohen, harten Begegnung bis zur sanften Begegnung.

Der zweite Entwicklungsabschnitt, Herzenseinigung, ist die Einkehr in den Herzensfrieden, eine fortschreitende Vertiefung des Friedens bis zu seiner Vollkommenheit.

Der dritte Entwicklungsabschnitt, Weisheit, ist die als Frucht des Wegs aus der Befriedung von Herz und Geist her-

vorgegangene vollkommene Blendungsfreiheit, durch welche die uns verborgenen Daseinszusammenhänge gesehen werden: Rückerinnernde Erkenntnis früherer Leben, unmittelbares Schauen der Wege aller Wesen durch Diesseits und Jenseits je nach dem Wirken und von Wollensflüssen/Einflüssen unbeeinflusste Weisheit.

Es handelt sich also um drei Entwicklungsabschnitte, deren jeder etwas ganz anderes ist, wie es das Gleichnis vom Ersteigen des Felsens (M 125) zeigt: Tugend ist das Ersteigen des Berges, Herzenseinigung ist ein Ruhen oben auf dem Berg, nicht mehr gehen und noch nicht schauen, nur ruhen. Weisheit ist weder Gehen noch bloßes Ruhen, sondern Schauen.

Diese drei großen Abschnitte sind Entwicklungsetappen, die jeder Übende, der die Lehre begriffen hat, durchläuft und die ihn während der Übung vollständig verwandeln, transformieren und transzendieren. Der Mensch, der durch sie hindurchgeht, geht nicht „als Mensch“ durch sie hindurch, sondern wird auf diesem Weg Übermensch, wird Gottheit, wird Übergottheit und wird zuletzt der über allen Daseinswechsel und Daseinswandel Hinausgetretene, der endgültig Geheilte, Erlöste. So wie eine Raupe nicht die Entwicklung zum Schmetterling macht, sondern schon mit dem Puppenzustand ihr Raupensein aufgegeben hat, transformiert ist, nicht mehr Raupe ist und nach dem Ausschluß aus dem Puppenzustand auch nicht mehr Puppe ist, sondern etwas anderes, etwas Neues ist: Schmetterling – und so wie nach dem Bild des Erwachten das Ei durch das Bebrüten zum Vogelembryo wird, der die Eischale durchbrechend, als Vogel ein neues Dasein beginnt – ganz so auch sind diese drei großen Entwicklungsetappen etwas, das nicht an jemandem geschieht, sondern der Mensch, der sich auf dem Übungsweg befindet, erfährt durch innere Reifung völlige Umbildungen.

Der Erwachte unterscheidet zwischen der Weisheit, die durch Belehrung und Aufhebung der Wahnbande bewirkt wird (erstes Glied des achtgliedrigen Heilswegs), und der Weisheit, die als Ergebnis des gesamten Läuterungswegs aus der Vollen-

dung der Einigung hervorgeht, die die Weisheit des Gewandelten ist, aus der die Erlösung hervorgeht.

So heißt es in M 117: *So wird der achtfach gerüstete Kämpfer zum zehnfach gerüsteten Geheilten.* Der achtgliedrige Heilsweg beginnt also mit der Abnahme der Wahnbande durch gehörte Weisheit, die die vollkommen Erwachten aus ihrer eigenen Erfahrung mitgeteilt haben. Diesen erfahrenen rechten Anblick nimmt der Schüler zu seinem Leitbild, danach geht er praktisch vor in der Übung guter Gedanken (2.Stufe), der Tugend (3.-5.Stufe), der Entwöhnung von weltlicher Vielfalt (6.-8.Stufe) und erwirbt sich am Ende des gesamten achtfältigen Heilswegs Weisheit und Erlösung.

### *Aufzeigen der acht Freiungen / Ablösungen (vimokkha)*

*Ferner, Udāyi, habe ich meinen Schülern den Weg zur Entfaltung der acht Freiungen gezeigt:*

- 1. Sich selbst als formhaft empfindend, sieht er (als Außenwelt) nur noch Form.*
- 2. Sich selbst ohne Form begreifend, sind ihm alle Formen nur Außenwelt.*
- 3. (innere) Schönheit nur hat er im Sinn.*
- 4. Nach Überwindung aller Formwahrnehmung, Übersteigerung der Gegenstandswahrnehmungen, durch Nichtbeachtung der Vielfaltwahrnehmungen gewinnt er unter dem Leitbild „Ohne Ende ist der Raum“ die Vorstellung des unbegrenzten Raumes.*
- 5. Nach Überwindung der Vorstellung des unbegrenzten Raumes gewinnt er unter dem Leitbild: „Unbegrenzt ist die Erfahrung“ die Vorstellung der unbegrenzten Erfahrung.*
- 6. Nach Überwindung der Vorstellung „Unendlich ist die Erfahrung“ gewinnt er unter dem Leitbild „Da ist nicht irgendetwas“ die Vorstellung des Nicht-*

*irgend-etwas.*

7. *Nach völliger Überwindung der Nicht-irgend-etwas-Vorstellung erreicht er die Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung.*

8. *Nach völliger Überwindung der Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung erreicht er die Aufhebung von Wahrnehmung und Gefühl.*

*So haben viele meiner Schüler die höchste, vollkommene, entblendete Wirklichkeitssicht ganz und gar erreicht.*

Wenn der Erwachte den Beiderseitserlösten beschreibt, dann sagt er, dass ersterer auch alle acht Freiungen leibhaftig erfahren habe (D 15, A IV,87). Diese seien etwas, das zu verwirklichen sei. (D 34)

Die Freiungen sind auf Formfreiheit ausgerichtet, dienen der Überwindung der Form, gehen insofern über die Brahmawelten der Reinen Form hinaus, die durch die Übung der Strahlungen erreichbar sind. Die Übung der Freiungen heißt, auf die letzte und achte Freiung, das Nirvāna, zuzustreben.

Die Formfreiheiten wurden zur Zeit des Erwachten auch von anderen Asketen erreicht, z.B. von seinen beiden Lehrern, aber es waren für sie keine Freiungen, weil sie die Aufhebung aller Triebe und damit die Aufhebung von Gefühl und Wahrnehmung – die achte Freiung – nicht kannten.

*Die erste Freiung*

*Sich selbst als formhaft empfindend, sieht er (als Außenwelt) nur noch Form (rūpī rūpāni passati).*

Das heißt, dass der Übende sich selbst als formhaft auffasst, also sich noch mit dem Körper identifiziert, dass er aber außen nur noch Formen sieht. Das bedeutet, dass einer, der diese Stufe erreicht hat, schon von der Sinnlichkeit (*kāma*) vollkommen abgelöst ist. Der Begehrensbezug zu den Dingen ist

fort. Alles ist nur ein Sich-Regen von Formen. Aber den Körper fasst er noch als zu sich gehörig auf, selbst wenn er ihn durch die Körperbetrachtung als tote Werkzeugmaschine erkennt, die gesetzt, gelegt, bewegt wird.

Wir erleben durch unsere sinnliche Wahrnehmung ja nicht nur Formen, sondern Formen und Gefühle als Ausdruck der jeweiligen angesprochenen Tendenzen, d.h. für uns ist ein verwesender Leichnam ekelhaft und eine süße Speise köstlich. Dass wir Formen mit Gefühl übergießen, das geschieht auf Grund sinnlicher Triebe; diese aber hat einer, der die erste Freieung gewonnen hat, überwunden. Darum sieht er außen nur noch ganz nüchtern Formen.

Dieser Status wird dadurch gewonnen, dass sich der Üben-  
de, der aus der Imagination durch Erlebnisse herauskommen will, vor Augen führt, dass alles, was ihm als lebendig bewegt erscheint, lediglich durch seine Blendung besteht, die durch seine Sinnlichkeit bedingt ist.

### *Die zweite Freieung*

*Sich selbst ohne Form begreifend,*

*sind ihm alle Formen nur Außenwelt.*

*(ajjhatam arūpasaññī bahiddhā rūpāni passati)*

Das heißt, jetzt fasst er auch sich nicht mehr als formhaft auf, identifiziert sich nicht mehr mit dem Körper. Er ist – und das ist der Schritt zu der zweiten Freieung – 1. durch seine Unabhängigkeit von der Außenwelt und 2. durch ständige aufmerksame Beobachtung bei sich zu der Erfahrung gelangt, dass die Teile des Körpers ja ganz genauso nur Festes oder Flüssiges oder Hitziges oder Luftiges oder Gemischtes sind wie draußen in der Welt die Steine, das Holz, das Wasser und die Wolken. Er empfindet keinen Unterschied mehr zwischen Körper und Außenwelt. Dies ist nicht intellektuell zu verstehen, sondern muss erfahren werden.



### *Die dritte Freijung*

*Nur vom Leuchten (von Schönheit) ist er angezogen  
(subhan t'eva adhimutto).*

Das Pāliwort *subha* hat die Grundbedeutung: Leuchten, Strahlen, Glänzen. Es handelt sich hier um die Selbsterfahrnis der Reinen Form, das Strahlen des leuchtenden Herzens, z.B. das selbstleuchtende Herz der Brahmas oder der Leuchtenden, neben dem alles andere, jegliche Neigung nach Formvielfalt, verblasst. Deshalb heißt es ausdrücklich, dass der dahin Gewachsene *nur* davon angezogen ist.

Die *vierte bis achte* Freijung ist identisch mit formfreiem Erleben bis zur Aufhebung von Gefühl und Wahrnehmung, bis zum Nirvāna:

*4. Nach Überwindung aller Form-Wahrnehmung, Übersteigerung der Gegenstandswahrnehmungen, durch Nichtbeachtung der Vielfaltwahrnehmungen gewinnt er unter dem Leitbild „Ohne Ende ist der Raum“ die Vorstellung des unendlichen Raumes (ākās-anañc-āyatana).*

Der Mensch hat normalerweise die Vorstellung: Formen befinden sich im Raum. Ist aber die Formwahrnehmung durch das Erlebnis der Leerheit aufgehoben (M 121, 122), so bleibt noch die Raum-Wahrnehmung ohne Grenzen: *Unendlich ist der Raum.*

*5. Nach Überwindung der Vorstellung des unbegrenzten Raumes gewinnt er unter dem Leitbild „Unendlich ist die Erfahrung“ die Vorstellung der unendlichen Erfahrung (viññan-ānañc-āyatana).*

So wird Raum ausgelöscht, und die Erfahrung erkennt sich selber: *Unendlich ist die Erfahrung.*

6. *Nach Überwindung der Vorstellung „Unendlich ist die Erfahrung“ gewinnt er unter dem Leitbild „Da ist nicht irgendetwas“ die Vorstellung des Nicht-irgendetwas.*

Wenn man die Erfahrung so unmittelbar mit dem Auge der Weisheit durchschaut hat, dann läuft sie damit aus. Dieser Übergang vollzieht sich in der Weise, dass man denkt: „Da ist nicht irgendetwas.“ Mit diesem Leitbild, mit dieser Vorstellung hindert man die Erfahrung, noch irgendetwas zu erfahren. Aber auch dieser Gedanke: „Da ist nicht irgendetwas“ ist noch eine Erfahrung.

7. Indem auch das durchschaut wird, wird alles losgelassen, und die Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung wird erfahren:

*Nach Überwindung der Nicht-irgend-etwas-Vorstellung erreicht er die Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung.*

8. *Nach völliger Überwindung der Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung erreicht er die Auflösung von Gefühl und Wahrnehmung (saññā-vedayita-nirodha).*

Wenn keine Wahrnehmung von Ich und Welt, keine Wahrnehmung von Form, von Formfreiheit besteht, dann hat der Übende in dieser totalen Vorstellungsfreiheit (*animitta*) Ich und Welt, Form und Nichtform aufgehoben. Dieses Erlebnis der Aufhebung von Gefühl und Wahrnehmung dauert höchstens sieben Tage und wird durch vorhergegangenen Entschluss beendet (M 44).

*Dadurch haben viele meiner Schüler die höchste, vollkommene, entblendete Wirklichkeitssicht ganz und gar erreicht.*

*Aufzeigen der acht Überwindungsvorstellungen /  
Erlebnisse (abhibhu-āyatana)*

*Ferner, Udāyi, habe ich meinen Schülern den Weg zur Entfaltung der acht Überwindungsvorstellungen gezeigt:*

- 1. Sich selbst als einzig Form empfindend, sieht er außen Formen, begrenzte, schöne und hässliche. Diese überwindet er durch die Wahrnehmung: „Ich weiß, ich sehe.“ Dies ist die 1. Überwindungsvorstellung.*
- 2. Sich selbst als einzig Form empfindend, sieht er außen Formen, unbegrenzte, schöne und hässliche. Diese überwindet er durch die Wahrnehmung: „Ich weiß, ich sehe.“ Dies ist die 2. Überwindungsvorstellung.*
- 3. Sich selbst als einzig formfrei empfindend, sieht er außen Formen, begrenzte, schöne und hässliche. Diese überwindet er durch die Wahrnehmung: „Ich weiß, ich sehe.“ Dies ist die 3. Überwindungsvorstellung.*
- 4. Sich selbst als einzig formfrei empfindend, sieht er außen Formen, unbegrenzte, schöne und hässliche. Diese überwindet er durch die Wahrnehmung: „Ich weiß, ich sehe.“ Dies ist die 4. Überwindungsvorstellung.*
- 5. Sich selbst als einzig formfrei empfindend, sieht er außen Formen, blaue, von blauer Farbe, blau anzusehen, von blauem Leuchten. So wie eine Flachsblüte, die blau ist, von blauer Farbe, mit blauem Leuchten oder wie auf beiden Seiten geglättetes Benarestuch, das blau ist, von blauer Farbe, blau anzusehen, von blauem Leuchten – genau so sieht er, sich selbst als einzig formfrei empfindend, außen*

- Formen, blaue, von blauer Farbe, blau anzusehen, von blauem Leuchten. Diese überwindet er durch die Wahrnehmung: „Ich weiß, ich sehe.“ Dies ist die 5. Überwindungs-Vorstellung.*
6. *Sich selbst als einzig formfrei empfindend, sieht er außen Formen, gelbe, von gelber Farbe, gelb anzusehen, von gelbem Leuchten. So wie eine Kannikā-rablüte, die gelb ist, von gelber Farbe, mit gelbem Leuchten oder wie auf beiden Seiten geglättetes Benarestuch, das gelb ist, von gelber Farbe, gelb anzusehen, von gelbem Leuchten – genau so sieht er, sich selbst als formfrei empfindend, außen Formen, gelbe, von gelber Farbe, gelb anzusehen, von gelbem Leuchten. Diese überwindet er durch die Wahrnehmung: „Ich weiß, ich sehe.“ Dies ist die 6. Überwindungs-Vorstellung.*
7. *Sich selbst als einzig formfrei empfindend, sieht er außen Formen, rote, von roter Farbe, rot anzusehen, von rotem Leuchten. So wie eine Hibiskusblüte, die rot ist, von roter Farbe, mit rotem Leuchten oder wie auf beiden Seiten geglättetes Benarestuch, das rot ist, von roter Farbe, rot anzusehen, von rotem Leuchten – genau so sieht er, sich selbst als formfrei empfindend, außen Formen, rote, von roter Farbe, rot anzusehen, von rotem Leuchten. Diese überwindet er durch die Wahrnehmung: „Ich weiß, ich sehe.“ Dies ist die 7. Überwindungs-Vorstellung.*
8. *Sich selbst als einzig formfrei empfindend, sieht er außen Formen, weiße, von weißer Farbe, weiß anzusehen, von weißem Leuchten. So wie ein Morgenstern, der weiß ist, von weißer Farbe, mit weißem Leuchten oder wie auf beiden Seiten geglättetes Benarestuch, das weiß ist, von weißer Farbe, weiß anzusehen, von weißem Leuchten – genau so sieht er,*

*sich selbst als formfrei empfindend, außen Formen, weiße, von weißer Farbe, weiß anzusehen, von weißem Leuchten. Diese überwindet er durch die Wahrnehmung: „Ich weiß, ich sehe.“ Dies ist die 8. Überwindungsvorstellung.*

*Dadurch haben viele meiner Schüler die höchste, vollkommene, entblendete Wirklichkeitssicht ganz und gar erreicht.*

Die ersten beiden Überwindungsvorstellungen differenzieren die erste Freijung noch näher:

*Sich selbst als einzig formhaft empfindend, sieht er außen Formen, beschränkte bis unermessliche, schöne und hässliche.*

In M 127 und 128 wird von Wesen mit beschränktem und unermesslichem Glanz gesprochen – je nach der Dunkelheit bis Helligkeit ihres Herzens.

Die 3. und 4. Überwindungsvorstellung differenziert die 2.Freijung: *Innen ohne Form-Wahrnehmung sieht er außen Formen von unterschiedlichem Glanz.*

Die 5.-8. Überwindungs-Vorstellung differenziert die 3. Freijung: *Nur vom Leuchten ist er angezogen*, von der Reinheit der Grundfarben blau, gelb, rot und in der 8.Überwindung vom einheitlichen weißen Strahlen, aus dessen Brechungen die Grundfarben hervorgehen.

An die Stelle der Sinnensuchtwelt ist der unmittelbare Anblick des Leuchtens des Herzens getreten, das alle Wahrnehmungen als Projektionen des Herzens erkennen lässt. Das allein ist das Erleben der 3. Freijung bzw. der 5.-8. Überwindungs-Vorstellung im Erlebnis der Reinen Form: ein Lichtspiel des Herzens in reinen Farben, nichts sonst, kein Ich und keine Welt, nicht Umrisse und nicht Gestalten. Die Wahrnehmung der vier Farben ist die letzte Vereinfachung der Form-Wahrnehmung (M 43).

*Aufzeigen der zehn Allheits-Vorstellungen /  
Erlebnisse (kāsina-āyatanāni)*

*Ferner, Udāyi, habe ich meinen Schülern den Weg zur Entfaltung der zehn Allheits-Vorstellungen / Erlebnisse gezeigt:*

- 1. Die Allheit des Festen nimmt er als Einziges wahr, oben, unten, quer hindurch, ungeteilt, unermesslich.*
- 2. Die Allheit des Flüssigen nimmt er als Einziges wahr, oben, unten, quer hindurch, ungeteilt, unermesslich.*
- 3. Die Allheit der Hitze nimmt er wahr, oben, unten, quer hindurch, ungeteilt, unermesslich.*
- 4. Die Allheit der Luft nimmt er wahr, oben, unten, quer hindurch, ungeteilt, unermesslich.*
- 5. Die Allheit des Blauen nimmt er wahr, oben, unten, quer hindurch, ungeteilt, unermesslich.*
- 6. Die Allheit des Gelben nimmt er wahr, oben, unten, quer hindurch, ungeteilt, unermesslich.*
- 7. Die Allheit des Roten nimmt er wahr, oben, unten, quer hindurch, ungeteilt, unermesslich.*
- 8. Die Allheit des Weißen nimmt er wahr, oben, unten, quer hindurch, ungeteilt, unermesslich.*
- 9. Die Allheit des Raums nimmt er wahr, oben, unten, quer hindurch, ungeteilt, unermesslich.*
- 10. Die Allheit der Erfahrung (viññāna) nimmt er wahr, oben unten, quer hindurch, ungeteilt, unermesslich.*

*Dadurch haben viele meiner Schüler die höchste, vollkommene, entblendete Wirklichkeitssicht ganz und gar erreicht.*

Erst nach Überwindung aller sinnlichen Neigungen beginnt

diese Übung in der Herzensverfassung der von Formvielfalt geläuterten Reinen Form, denn nur dort ist es möglich, *oben, unten, quer hindurch, ungeteilt, unermesslich* wahrzunehmen, wie es von allen zehn Allheiten heißt.

Die zehn Allheits-Vorstellungen/Erlebnisse erscheinen wie ein Kommentar zu der kurzgefassten Aussage des Erwachten:

*Nach Überwindung aller Form-Wahrnehmung, Übersteigerung der Gegenstandswahrnehmungen, durch Nichtbeachtung der Vielfaltwahrnehmungen gewinnt er unter dem Leitbild „Ohne Ende ist der Raum“ die Vorstellung des unendlichen Raumes.*

und

*Nach Überwindung der Vorstellung des unendlichen Raumes gewinnt er unter dem Leitbild „Unendlich ist die Erfahrung“ die Vorstellung der unendlichen Erfahrung.*

Die ersten vier Allheitsvorstellungen betreffen die Ablösung von den vier Gewordenheiten Festigkeit, Flüssigkeit, Hitze, Luft, welche die Form ausmachen, wie sie der Erwachte bereits bei der Satipatthāna-Übung als Übungsobjekt für die Distanzierung vom Körper empfiehlt. Das Ergebnis dieser Satipatthāna-Übung, die von einem Mönch – frei von Sinnen-sucht – durchgeführt wird, ist das Empfinden der Labsal der Befreiung und Freiheit vom Körper: *So festigt sich das Herz, beruhigt sich, wird einig und stark (M 137)*. Das gleiche Ergebnis – die Herzenseinigung – wird durch die hier genannten Übungsvorstellungen der vier Gewordenheiten bewirkt.

Die Vorstellungen der zehn Allheiten dienen, wie die Freiungen und Überwindungen, der Entleerung von nach dem Übersteigen der Sinnensucht-Wahrnehmung noch verbliebenen Wahrnehmungen: von der Vorstellung der vier Gewordenheiten der Form, dann von der Wahrnehmung des Reinheitserlebens in dem Leuchten des Reinen Herzens in Gestalt der

Grundfarben. Daraus erwächst das Erleben des durch keine Konturen begrenzten Raumes, und daraus wird der Blick frei für die allumfassende Gegebenheit Erfahrung. Die Erfahrung erfährt sich selber: *Unendlich ist die Erfahrung. – Alles besteht nur durch Erfahrung.* (Sn 1114)

### *Aufzeigen der vier weltlosen Entrückungen*

Nach den vorausgegangenen Übungen, die alle der Aufhebung der Sinnensucht und dem Erwerb der Herzenseinigung dienen und die der Nachfolger durchaus nicht alle durchlaufen muss – der Erwachte nennt hier nur alle möglichen Übungen, aus denen sich jeder Übende die ihn ansprechenden wählen wird –, kommt der Erwachte nun zu einem neuen Übungsabschnitt, nämlich der Beschreibung, was zu tun ist, wenn die Herzenseinigung erreicht ist.

Als Wichtigstes nennt er in allen Lehrreden die zur Erreichung des Nibbāna unerlässlichen weltlosen Entrückungen. Durch sie wird erlebt und erfahren, dass mit dem Fortfall eines erlebten Ich in einer erlebten Welt in der Entrückung nur Vergänglichkeit und Tod, Wehe und Angst vollkommen fortfallen und dass mit dem Fortfall der Erscheinungen und Ereignisse nur die Unstetigkeit mit Andrang und Weggang, nur der Strom der Zeit fortfallen und dass damit eine tiefe, selige Ruhe eintritt.

Und im weiteren Erleben und Erfahren dieser tiefen seligen Ruhe wird erkannt, dass an die Stelle aller groben Gefühle, die aus den fortgesetzten Begegnungen der bisherigen Weltsüchtigkeit mit den Dingen der Welt entstehen, nun ein überweltliches Wohl in unbeirrbarer Beharrlichkeit tritt und alles beherrscht.

*Ferner, Udāyi, habe ich meinen Schülern den Weg zur Entfaltung der vier weltlosen Entrückungen gezeigt: Da verweilt ein Mönch, abgeschieden von weltlichem*



*Begehren, abgeschieden von allen heillosen Gedanken und Gesinnungen in stillem Bedenken und Sinnen. Und so tritt die aus innerer Abgeschiedenheit geborene Entzückung und Seligkeit ein, der erste Grad weltloser Entrückungen.*

*Diesen Körper durchdringt und durchtränkt er nun, erfüllt ihn und sättigt ihn mit der aus der Abgeschiedenheit geborenen Entzückung und Seligkeit, so dass nicht der kleinste Teil seines Körpers von der aus der Abgeschiedenheit geborenen Entzückung und Seligkeit ungesättigt bleibt.*

*Gleichwie etwa ein geschickter Bader oder Badergeselle Seifenpulver in eine Metallschüssel häuft, dieses nach und nach mit Wasser benetzt und knetet, bis die Feuchtigkeit seine Kugel aus Seifenpulver durchnässt, sie durchweicht und innen und außen durchdringt, wobei die Kugel dennoch nicht trieft, ebenso nun auch durchdringt und durchtränkt, erfüllt und sättigt der Mönch diesen Körper da mit aus der Abgeschiedenheit geborenen Entzückung und Seligkeit, so dass nicht der kleinste Teil seines Körpers von der aus der Abgeschiedenheit geborenen Entzückung und Seligkeit ungesättigt bleibt.*

*Weiter sodann, da verweilt ein Mönch nach Verebbung auch des Bedenkens und Sinnens in innerem seligem Schweigen, in des Gemütes Einigung. Und so tritt die von Denken und Sinnen befreite, in der Einigung geborene Entzückung und Seligkeit ein, der zweite Grad weltloser Entrückungen. Diesen Körper durchdringt und durchtränkt er nun, erfüllt ihn und sättigt ihn mit der in der Einigung geborenen Entzückung und Seligkeit, so dass nicht der kleinste Teil seines Körpers von der in der Einigung geborenen Entzückung und Seligkeit ungesättigt bleibt.*

*Gleichwie etwa ein See mit unterirdischer Quelle, der keinen Zufluss aus dem Osten, Westen, Norden oder Süden hat, der nicht gelegentlich von Regenschauern aufgefüllt wird; da würde das Wasser der kühlen Quelle den ganzen See durchtränken, erfüllen und sättigen, so dass nicht der kleinste Teil des Sees von kühlem Wasser ungesättigt wäre; ebenso durchdringt und durchtränkt, erfüllt und sättigt der Mönch diesen Körper mit der in der Einigung geborenen Entzückung und Seligkeit, so dass nicht der kleinste Teil seines Körpers von der in der Einigung geborenen Entzückung und Seligkeit ungesättigt bleibt.*

*Weiter sodann, da verweilt ein Mönch mit der Beruhigung auch des Entzückens in unverstörtem Gleichmut klar und bewusst in einem solchen körperlichen Wohlsein, von welchem die Heilskenner sagen: „Dem in unverstörtem Gleichmut klar bewusst Verweilenden ist wohl.“ Und so tritt die dritte Entrückung ein. Diesen Körper durchdringt und durchtränkt er nun, erfüllt ihn und sättigt ihn mit dem Wohl aus der Beruhigung des Entzückens, so dass nicht der kleinste Teil seines Körpers von dem Wohl aus der Beruhigung des Entzückens ungesättigt bleibt.*

*Gleichwie etwa bei einem Teich mit blauen, roten oder weißen Lotusrosen einige Lotuspflanzen, die im Wasser geboren sind und wachsen, unter Wasser gedeihen, ohne sich über das Wasser zu erheben, während kühles Wasser sie bis zu ihren Trieben und ihren Wurzeln durchdringt und durchtränkt, erfüllt und sättigt, so dass nicht der kleinste Teil dieser Lotuspflanzen vom kühlen Wasser ungesättigt bleibt, genau so durchdringt und durchtränkt, erfüllt und sättigt der Mönch den Körper mit dem Wohl aus der Beruhigung des Entzückens, so dass nicht der kleinste Teil*

*seines Körpers von dem Wohl aus der Beruhigung des Entzückens ungesättigt bleibt.*

*Weiter sodann, da erlangt der Mönch, nachdem er über alles Wohl und Wehe hinausgewachsen ist, alle frühere geistige Freudigkeit und Traurigkeit völlig gestillt hat und in einer über alles Wohl und Wehe erhabenen bewussten Gleichmutsreine lebt, die vierte Entrückung und verweilt in ihr. Er durchdringt und durchtränkt, erfüllt und sättigt diesen Körper mit dem reinen, geläuterten, geklärten Gemüt, so dass nicht der kleinste Teil seines Körpers vom reinen, geläuterten, geklärten Gemüt ungesättigt bleibt.*

*Gleichwie etwa wenn ein Mann dasäße, von Kopf bis Fuß in ein weißes Tuch gehüllt, so dass nicht der kleinste Teil seines Körpers von dem weißen Tuch unbedeckt wäre, ebenso sitzt ein Mönch da und durchdringt und durchtränkt, erfüllt und sättigt diesen Körper mit dem reinen, geläuterten, geklärten Gemüt, so dass nicht der kleinste Teil seines Körpers vom reinen, geläuterten, geklärten Gemüt ungesättigt bleibt.*

*Dadurch haben viele meiner Schüler die höchste, vollkommene, entblendete Wirklichkeitssicht ganz und gar erreicht.*

Nun erst kreist die Wahrnehmung nicht mehr um die Sinnendinge, sondern wendet sich endgültig von den Sinnendingen ab.

Zwar ist das Erlebnis der weltlosen Entrückungen noch keine vollkommene Erwachung, aber es ist eine unvergleichlich größere und hellere Wachheit als das Erlebnis einer Sinnewelt. Der Erwachte nennt es Befreiungsseligkeit, Befriedigungsseligkeit, Erwachungsseligkeit (M 139). Es ist der Durchbruch in eine ganz andere Dimension der Wahrnehmung. Der Erwachte sagt von demjenigen, der alle vier Entrü-

ckungen durchlebt hat, ausdrücklich, dass er sich von der Zwiefalt zwischen Befriedigung und Nichtbefriedigung völlig befreit habe (M 38 am Ende).

So ist der von dem Wohl der Entrückungen durchdrungene und gesättigte Heilsgänger ein völlig anderer Mensch als derjenige, der die Entrückungen noch nicht erlebt hat. Für einen solchen ist der Bereich der gesamten sinnlichen Wahrnehmung, ist diese Welt und jene Welt ein völlig uninteressantes Schattenreich, das ihn in keiner Weise mehr faszinieren kann, das von ihm nur als Belästigung und Leiden empfunden wird.

Ausführlicher über die Entrückungen s. D 9 und M 119.

*Aufzeigen der acht höheren Fähigkeiten  
als Frucht des achtgliedrigen Heilswegs*

1. Der Mönch sieht Körper und  
geläuterte programmierte Wohlerfassungssuche als Zweiheit

*Ferner, Udāyi, habe ich meinen Schülern den Weg zu folgendem Erkennen gezeigt: „Dies ist mein Körper, formhaft, aus den vier großen Gewordenheiten bestehend, von Vater und Mutter gezeugt, aus Speise und Trank aufgehäuft, dem Vergehen, dem Untergang, dem Zerfall, der Auflösung, der Zerstörung unterworfen; das hingegen ist meine programmierte Wohlerfassungssuche, hierauf (noch) gestützt, hieran gebunden.“*

*Gleichwie etwa wenn da ein Juwel wäre, ein Edelstein, schön, kostbar, achtfach fein geschliffen, durchsichtig, rein, mit allen guten Eigenschaften ausgestattet, und ein Faden wäre daran befestigt, ein blauer oder ein gelber, ein roter oder ein weißer, ein brauner Faden; den hätte ein scharfsichtiger Mann um seine Hand geschlungen und betrachtete ihn: „Das ist ein Juwel, ein Edelstein, schön, kostbar, achtfach fein geschliffen, durchsichtig, rein, mit allen guten Eigen-*

*schaften ausgestattet. Und ein Faden ist daran befestigt, ein blauer oder gelber, ein roter oder weißer, ein brauner Faden.“*

*Genau so habe ich meinen Schülern den Weg zu folgendem Erkennen gezeigt: „Dies ist mein Körper, formhaft, aus den vier großen Gewordenheiten bestehend, von Vater und Mutter gezeugt, aus Speise und Trank aufgehäuft, dem Vergehen, dem Untergang, dem Zerfall, der Auflösung, der Zerstörung unterworfen; das hingegen ist meine programmierte Wohlerfahrungssuche, hierauf (noch) gestützt, hieran gebunden.“*

*Dadurch haben viele meiner Schüler die höchste, vollkommene, entblendete Wirklichkeitssicht ganz und gar erreicht.*

In dieser Betrachtung sieht der Mönch, dass die programmierte Wohlerfahrungssuche des Geistes an den Körper ebenso gebunden ist, wie ein Edelstein mit einem Faden an das Handgelenk eines Mannes gebunden ist. Der gewöhnliche Mensch, dessen Fleischleib von der Sinnlichkeit durchsetzt und durchdrungen ist wie ein Holzsplitter vom Wasser, kann die Zweiheit von Körper und programmierter Wohlerfahrungssuche des Geistes, die immer mit dem Seelischen: dem Herzen mit seinen Trieben verbunden ist, nicht erfahrend erkennen, selbst wenn er vom Erwachten über das Wesen der programmierten Wohlerfahrungssuche belehrt ist. Der von der Sinnensucht Befreite dagegen blickt völlig teilnahmslos auf den groben Fleischleib – im Gleichnis der Arm des Mannes –, der von den Eltern gezeugt, durch grobstoffliche Nahrung erhalten wird, zum Untergang sich entwickelt und bald zerstört und zerfallen sein wird. Er hat keine Beziehung mehr zu ihm.

Außer dem toten Körper sieht der so geläuterte Mönch die strahlend gewordene programmierte Wohlerfahrungssuche des Geistes – das klar durchsichtige Juwel – die auf höheres Wohl als das Sinnenwohl aus ist. Die gesamten Aussagen in den

Lehrreden über die programmierte Wohlerfahrungssuche lassen erkennen, dass die programmierte Wohlerfahrungssuche in Verbindung mit den Trieben des Herzens und meistens mit der feinstofflichen und grobstofflichen Form (nāma-rūpa) besteht. Bei dem normalen Menschen besteht die Tätigkeit der programmierten Wohlerfahrungssuche darin, die äußeren Formen an die die Sinnesorgane durchtränkende Sinnensucht heranzubringen, die insgesamt als der Wollenskörper (nāma-kāya) die Körperlichkeit durchzieht. Und wenn der Erwachte sagt, dass bei der sogenannten Zeugung der Eltern die programmierte Wohlerfahrungssuche in den Mutterleib steigt (D 15), dann nennt er die programmierte Wohlerfahrungssuche des Geistes nur, weil sie den Verbund Wollenskörper und Körperlichkeit (nāma-rūpa) im Diesseits wie im Jenseits lenkt. – So geht es zu bei uns Menschen, die wir hauptsächlich von sinnlichem Begehren und dessen Erfüllung leben. Das Begehren nach Sinnendingen vergleicht der Erwachte mit sechs Tieren, die, von einem Mann an einem Strick gehalten, zu unterschiedlichen Zielen hindrängen (S 35,206).

Aber in dem hier beschriebenen Stadium der Entwicklung geht es um die von Sinnensucht geläuterte programmierte Wohlerfahrungssuche eines Mönchs, der die bewusste Gleichmutsreine, den Reifegrad der vierten Entrückung, gewonnen hat. Und diese programmierte Wohlerfahrungssuche wird mit einem leuchtenden Juwel verglichen, einem Kristall oder Edelstein, bei dem keine Fasern nach außen gerichtet sind. *Die programmierte Wohlerfahrungssuche geht den Formerscheinungen und Ding-Erscheinungen nicht nach, sie ist nicht nach außen zerstreut, nicht ausgebreitet (M 138).* In M 140 und 43 wird gesprochen von der von den fünf Sinnesdrängen befreien, abgelösten, gereinigten, geläuterten programmierten Wohlerfahrungssuche. Die frühere automatische Wohlsuche bei Formen, Tönen usw. ist abgetan. Sie ruht jetzt bei dem herzunmittelbaren Wohl. Unter der Vorstellung „Ich“ wird nun nicht mehr der zur Bedienung der Sinnensucht benutzte sichtbare gegenständliche Körper (*olarika kāya*) ein-

begriffen, der Körper der „groben Selbsterfahrnis“, und auch nicht der feinstoffliche Körper (*dibba-kāya*), sondern nur die auf „reine“, d.h. geistgebildete Formen (D 9) gerichtete Vorstellung (*mano-maya-kāya*).

Wenn die gereinigte programmierte Wohlerfahrungssuche beim Tod des Körpers diesen verlässt – das Band am Arm, am Handgelenk, abgetrennt wird – dann wird die programmierte Wohlerfahrungssuche nicht mehr einen Leib aus den vier großen Gewordenheiten aufbauen, sondern nur noch eine unmittelbar geistgebildete (*manomaya*), geistmächtige, da von Sinnesdrängen freie Vorstellung, durch welche die geistunmittelbare, rein vorstellungshafte, von Sinnensucht freie Wahrnehmung der Reinen Form möglich ist.

## *2. Bewusstes Aussteigen aus dem Körper*

*Ferner, Udāyi, habe ich meinen Schülern den Weg gezeigt, durch welchen sie aus diesem Leib einen anderen Leib hervorgehen lassen; formhaft, durch Denken gestaltet (mano-maya-kāya), zu jeder gewünschten Begliederung fähig, mit überweltlichen Fähigkeiten begabt. Gleichwie ein Mann einen Schilfhalm aus seinem Rohr zöge und dächte: „Dies ist der Halm und dies ist das Rohr; der Halm ist eine Sache, das Rohr ist eine andere; aus dem Rohr ist der Halm herausgezogen worden“; oder als ob ein Mann ein Schwert aus seiner Scheide zöge und dächte: „Dies ist das Schwert, dies ist die Scheide; das Schwert ist eine Sache, die Scheide ist eine andere; aus der Scheide ist das Schwert herausgezogen worden“; oder als ob ein Mann eine Schlange aus ihrem Korb zöge und dächte: „Dies ist die Schlange, dies ist der Korb; die Schlange ist eine Sache, der Korb ist eine andere; aus dem Korb ist die Schlange herausgezogen worden.“ Ebenso habe ich meinen Schülern den Weg gezeigt, durch welchen sie*

*aus diesem Leib einen anderen Leib hervorgehen lassen; formhaft, durch Denken gestaltet (mano-maya-kāya), zu jeder gewünschten Begliederung fähig, mit überweltlichen Fähigkeiten begabt.*

*Dadurch haben viele meiner Schüler die höchste, vollkommene, entblendete Wirklichkeitssicht ganz und gar erreicht.*

Hier wird ausdrücklich gesagt, dass die Körpervorstellung durch Denken gestaltet sei – der Erwachte nennt diese Körpervorstellung *mano-maya-kāya* – für normale Menschen unsichtbar. Dieser geistgebildete Leib kann ebenso wie der feinstoffliche Leib bewusst aus dem Fleischleib aussteigen und sich – im Gegensatz zu dem feinstofflichen Leib – über alles von Sinnensuchtwesen erlebte Feste, Flüssige, Hitzige und Luftige hinwegsetzen.

Die Gleichnisse zeigen ein immer leichteres Aussteigen. Anfänglich geht es noch schwerer, wie wenn man ein Schwert aus der Scheide zieht, und dann drängt die Psyche aus dem Körper heraus, so wie die Schlange aus dem Korb heraus will, in den sie eingesperrt ist. Der so weit Fortgeschrittene ist wie von einer Last, wie aus einem Gefängnis befreit, wenn er aus dem Körper aussteigt, es ist eine Art Tod-Überwindung, Freiheit von dem Gebundensein an den vergänglichen Körper.

### *3. Macht über Materie*

*Ferner, Udāyi, habe ich meinen Schülern den Weg gezeigt, durch welchen sie auf mannigfaltige Weise Geistesmacht (iddhi) erfahren; als nur einer etwa vielfach zu werden und vielfach geworden, wieder einer zu sein oder sichtbar und unsichtbar werden, auch durch Mauern, Wälle, Felsen hindurchschweben wie durch die Luft oder auf der Erde auf- und untertauchen wie im Wasser, auch auf dem Wasser wandeln, ohne un-*



*terzusinken wie auf der Erde, oder auch im Lotussitz durch den Raum reisen wie ein Vogel mit seinen Fittichen, auch diesen Mond und diese Sonne, die so mächtigen, so gewaltigen, mit der Hand berühren, etwa gar bis zu den Brahmawelten den Körper in der Gewalt haben.*

*So wie ein geschickter Töpfer oder Töpfergeselle aus gut präpariertem Ton einen Topf jeglicher Form erschaffen und modellieren könnte; oder wie ein geschickter Elfenbeinschnitzer oder sein Geselle aus gut präpariertem Elfenbein jegliches Kunstwerk aus Elfenbein erschaffen und schnitzen könnte; oder wie ein geschickter Goldschmied oder Goldschmiedgeselle aus gut präpariertem Gold jegliches Kunstwerk aus Gold erschaffen und schmieden könnte; ebenso habe ich meinen Schülern den Weg gezeigt, durch welchen sie auf mannigfaltige Weise Geistesmacht erfahren.*

*Dadurch haben viele meiner Schüler die höchste, vollkommene, entblendete Wirklichkeitssicht ganz und gar erreicht.*

Der Übende ist nun dem Physischen nicht mehr untertan. Der Erwachte bezeichnet den normalen Menschen gefangen *in der Ohnmacht des Leibes und der Ohnmacht des Gemüts*. Für uns gilt, weil wir grobsinnlich bedürftig sind, grobsinnlich verwurzelt und verflochten sind, das Gesetz dieses Leibes: Entstehen-Vergehen, Tod, Sterben und Gewicht. Wir können nicht in der Luft stehen. Aber bei wem keine Erwartungshaltung „der Welt gegenüber“ mehr besteht, der kann die durch eben diese geistige Erwartungshaltung eingebildete Festigkeit des Körpers aufheben, kann darum das Erleben hervorbringen, sitzend durch die Luft dahinzufahren, auch mit dem von Gier-und-Hass-Frequenzen befreiten Körper durch die Luft zu fahren, auf dem Wasser zu gehen und durch Mauern und Wälle hindurchzudringen.

Wir dürfen die Aussage, dass geistmächtige Mönche *mit der Hand Sonne und Mond berühren* können, ebenso wenig wörtlich nehmen wie unsere Aussage, dass die Sonne aufgehe und untergehe. Aber dennoch steckt hinter dieser naiv anmutenden Formulierung ebenso viel Wahrheit und Wirklichkeit wie hinter unserer Behauptung vom Aufgang und Untergang der Sonne. So wie unsere Behauptung eine verkürzte „menschliche“ Aussage für die Vorstellung des gewaltigen Vorgangs einer ununterbrochenen Umwälzung der mächtigen Erdkugel um ihre eigene Achse ist, so ist die Aussage des Erwachten von der magiegewaltigen Berührung von Sonne und Mond eine verkürzte, auf den Menschen zugeschnittene Aussage darüber, dass der Mönch „Materie“ völlig überwunden hat. Für ihn gibt es keine Materieschranken mehr, er kann zeitlos dort sein, wo er will. Wir erfahren die Sonne als den Mittelpunkt unseres Sonnensystems, als die Quelle aller Energie, von der für uns Licht, Wärme und Nahrung ausgeht. Diese Wahrnehmung hat der Geistmächtige überwunden, darum verglüht er nicht in der Nähe der Sonne, das Licht blendet ihn nicht. Er ist Herr über das Materieerleben, zu der auch das Erleben „Feuerelement“ gehört.

#### *4. Jenseitige und diesseitige Töne hören*

*Ferner, Udāyi, habe ich meinen Schülern den Weg gezeigt, durch welchen sie mit dem feinstofflichen Gehör (der Fähigkeit, jenseitige Töne zu hören), dem gereinigten, über menschliche Grenzen hinausreichenden, beide Arten der Töne hören, die jenseitigen und die irdischen, die fernen und die nahen. Gleichwie etwa, Udāyi, ein kräftiger Trompeter sich mühelos in den vier Himmelsrichtungen Gehör verschaffen könnte, genau so habe ich meinen Schülern de Weg gezeigt, durch welchen sie mit dem feinstofflichen Gehör, dem gereinigten, über menschliche Grenzen hinausreichen-*

*den, beide Arten der Töne hören, die jenseitigen und die irdischen, die fernen und die nahen.*

*Dadurch haben viele meiner Schüler die höchste, vollkommene, entblendete Wirklichkeitssicht ganz und gar erreicht.*

Bei den übersinnlichen Tönen werden in D 28 solche von Menschen, von Nichtmenschen und himmlischen Wesen genannt. Die Töne von Menschen sind die nahen Töne. Alles was von jenseitigen Wesen bis zu den höchsten Gottheiten vernommen wird, sind ferne Töne.

Oft heißt es in den Texten, dass der Erwachte oder einer seiner Mönche Sinnestranzendentes erlebte und beiläufig hinzufügte *und auch Gottheiten haben es mir mitgeteilt (M 31, 73 u.a.)*.

In D 6 heißt es, dass ein Mönch das feinstoffliche Gehör ausbilden könne und dann erhebende himmlische Musik höre, ohne dass er himmlische Gestalten sehe. In der Regel aber wird es so sein, wie es der Erwachte von sich sagt: Zuerst sah er Abglanz und Umrisse jenseitiger Gestalten, ohne etwas zu hören. Das empfand er als unvollkommen, und daher bemühte er sich, auch die Stimmen der Götter zu hören. (A VIII,64)

Der Nutzen des feinstofflichen Gehörs liegt darin, dass es den Horizont des Wissens sehr erweitert. Über Vergangenes kann man dadurch Mitteilung erhalten, z.B. über eigene frühere Leben und Erfahrungen. Und man könnte Mönche des Erwachten, die nach himmlischer Zeitrechnung erst vor ein paar Tagen von der Erde abgeschieden waren, vernehmen, so dass die Lehre des Buddha damit viel näher rücken würde.

### *5. Der anderen Personen Herz erkennen*

*Ferner, Udāyi, habe ich meinen Schülern den Weg gezeigt, durch welchen sie der anderen Personen Herz im Herzen erkennen: das mit Gier besetzte Herz als mit Gier besetzt, das von Gier freie Herz als von Gier be-*

*freit, das mit Abwehr besetzte Herz als mit Abwehr besetzt, das von Abwehr freie Herz als von Abwehr frei, das mit Blendung besetzte Herz als mit Blendung besetzt, das von Blendung freie Herz als von Blendung befreit, das gesammelte Herz als gesammelt und das zerstreute Herz als zerstreut, das nach einem hohen Ziel gebildete Herz als ein nach einem hohen Ziel gebildetes Herz und das nach einem niederen Ziel gebildete Herz als ein nach einem niederen Ziel gebildetes Herz, das mit höheren Eigenschaften erfüllte Herz als ein mit höheren Eigenschaften erfülltes Herz, das mit niederen Eigenschaften erfüllte Herz als ein mit niederen Eigenschaften erfülltes Herz, das geeinte Herz als geeint, das nicht geeinte Herz als nicht geeint, das erlöste Herz als erlöst, das nicht erlöste Herz als nicht erlöst.*

*So wie ein Mann oder eine Frau, jung, auf Schönheit bedacht, wenn sie ihr Gesicht in einem sauberen, klaren Spiegel oder in einer Schüssel mit klarem Wasser betrachten, wissen würden, wenn da ein Fleck wäre: „Da ist ein Fleck“ oder wissen würden, wenn da kein Fleck ist: „Da ist kein Fleck“, genau so habe ich meinen Schülern den Weg gezeigt, wie sie das Herz anderer Wesen, anderer Personen im Herzen erkennen können.*

*Dadurch haben viele meiner Schüler die höchste, vollkommene, entblendete Wirklichkeitssicht ganz und gar erreicht.*

Auf Grund seiner Herzenskunde erschien der Erwachte öfter Mönchen, die eines seelischen Anstoßes bedurften. Er durchschaute deren Herz, kam herbei und gab ihnen hilfreiche Impulse, sich von *ihren Flecken* zu reinigen. So war es z.B. bei seinem Sohn Rāhulo (M 147), bei seinem Vetter Anuruddho

(A VIII,30) und bei Sono (A VI,55). In allen drei Fällen führte sein durch die Herzensdurchschauung ermöglichtes Eingreifen dazu, dass die Mönche die letzten Verstrickungen ablegen und die Triebe aufheben konnten.

Der Erwachte sagt von sich:

*Dadurch, dass ich die von Erwägen und Sinnen freie Herzens-einigung erreicht habe, erkenne ich im Geist der anderen Gemüt: So wie dieses Verehrten geistige Aktivitäten gerichtet sind, wird er unmittelbar nach dieser Herzensverfassung solche Erwägung erwägen. (A III,60)*

Es wird hervorgehoben (M 12), dass der Erwachte drei Formen besonders intensiver Herzenskunde als Kraft besaß: Erstens konnte er alle die verschiedenen Neigungen der Wesen richtig erkennen. Zweitens konnte er die Sinnesdränge und Heilskräfte der Wesen erkennen. Drittens kannte er Befleckung, Reinheit und Beendigung bei den verschiedenen Formen der Herzenseinigung. – Ferner wird gesagt, dass ein Erwachter stets weiß, ob jemand Nachfolgender, Stromeingetretener, Einmalwiederkehrer, Nichtwiederkehrer, Geheilter ist. (D 28) So sagte er z.B. durch Herzenskunde von Vacchagotto, dass er ein Geheilter geworden sei, der die drei Weisheitsdurchbrüche besitze. (M 73)

Die scheinbar willkürlichen Wanderungen des Buddha durch Indien erscheinen durch die Herzenskunde auch in einem anderen Licht. Es heißt nämlich, dass der Erwachte jeden Morgen in die Welt schaute und dann sein Augenmerk auf die Herzen der Menschen richtete, die für die Wahrheit am empfänglichsten waren. Danach richtete er dann seine Wanderungen aus. Durch seine Herzenskunde wurde die Reiseroute bestimmt.

## 6. Erinnerung an frühere Leben

*Ferner, Udāyi, habe ich meinen Schülern den Weg gezeigt, durch welchen sie sich an manche verschiedene frühere Daseinsformen erinnern: als wie an ein Leben, dann an zwei Leben, dann an drei Leben, dann an vier Leben, dann an fünf Leben, dann an zehn Leben, dann an zwanzig Leben, dann an dreißig Leben, dann an vierzig Leben, dann an fünfzig Leben, dann an hundert Leben, dann an tausend Leben, dann an hunderttausend Leben. – Dann an die Zeiten während mancher Weltenentstehungen, dann an die Zeiten während mancher Weltenvergehungen, dann an die Zeiten während mancher Weltenentstehungen-Weltenvergehungen.*

*„Dort wurde ich so und so genannt, war von solcher Familie, mit solcher Erscheinung, solcherart war meine Nahrung, so mein Erleben von Glück und Schmerz, so meine Lebensspanne; und nachdem ich von dort verschieden war, erschien ich woanders wieder; dort wurde ich so und so genannt, war von solcher Familie, mit solcher Erscheinung, war meine Nahrung solcherart, so mein Erleben von Glück und Schmerz, so meine Lebensspanne; und nachdem ich von dort verschieden war, erschien ich hier wieder.“ So erinnerte ich mich an viele frühere Leben mit je den karmischen Zusammenhängen und Beziehungen.*

*So wie ein Mann von seinem eigenen Dorf in ein anderes gehen könnte, von dort wieder in ein anderes und dann in sein eigenes Dorf zurückkehren könnte. Er könnte denken: „Ich ging von meinem eigenen Dorf zu jenem Dorf, und dort stand ich auf diese oder jene Weise, saß ich, sprach und schwieg ich auf diese oder jene Weise; und von jenem Dorf ging ich zu einem an-*

*deren Dorf, und dort stand ich auf diese oder jene Weise, saß ich, sprach und schwieg ich auf diese oder jene Weise; und von jenem Dorf kehrte ich in mein eigenes Dorf zurück.“ Ebenso habe ich meinen Schülern den Weg gezeigt, durch welchen sie sich an manche verschiedene frühere Daseinsformen erinnern: als wie an ein Leben, dann an zwei Leben, dann an drei Leben, dann an vier Leben, dann an fünf Leben, dann an zehn Leben, dann an zwanzig Leben, dann an dreißig Leben, dann an vierzig Leben, dann an fünfzig Leben, dann an hundert Leben, dann an tausend Leben, dann an hunderttausend Leben. – Dann an die Zeiten während mancher Weltenentstehungen, dann an die Zeiten während mancher Weltenvergehungen, dann an die Zeiten während mancher Weltenentstehungen-Weltenvergehungen mit je den karmischen Zusammenhängen und Beziehungen.*

*Dadurch haben viele meiner Schüler die höchste, vollkommene, entblendete Wirklichkeitssicht ganz und gar erreicht.*

In solchem Rückblick auf zahllose Leben sieht und erfährt sich der zu solcher Rückerinnerung Fähige in den mannigfaltigsten Lebensumständen allein schon im Menschenbereich mit größeren und größten Erschwernissen durch Armut, durch miss-  
trauische und feindliche Menschen, durch Krankheiten und Gebrechen, durch quälende Berufsausübungen; und er sieht sich ebenso in leichteren und helleren Lebensumständen durch Reichtum, durch freundliche und wohlwollende Verwandte durch Kraft und Gesundheit, durch erfreuliche Berufsausübungen; er sieht die Schwankungen, wie er den Anforderungen des Lebens manchmal leichter gewachsen ist, manchmal sie spielend bewältigt, wie sie schwerer werden und wie sie über ihm zusammenschlagen und ihn umwerfen. Er sieht sich unter den mannigfaltigsten Umständen in der Blüte des Lebens

sterben, aus den Kreisen der Geliebten hinweggerissen, er sieht sich im hohen Alter sterben, abgereift, im Kreis der Lieben oder einsam, verlassen in Gelassenheit sterben oder mit Entsetzen oder müde und resigniert. Er sieht sich und die jeweiligen Zeitgenossen in Zeiten religiösen Aufbruchs, kultureller Blüte, religiöser Verflachung, kulturellen Verfalls, in Zeiten der Ordnung und des Chaos, in Friedens- und Kriegzeiten, er sieht die ungezählten Kulturformen und Formwandlungen, gegenüber denen das, was die weltliche Geschichtskunde zu berichten hat, nicht mehr ist als ein Stäubchen gegenüber dem großen Weltgebirge.

Aber noch mehr offenbart die rückerinnernde Erkenntnis früherer Daseinsformen und erweitert damit Wissen und Kenntnis des Erfahrenden über alle Maße. Er sieht sich nicht nur in den menschlichen Lebensformen aller Grade und Arten, sondern er sieht sich ebenso ungezählte Male in unendlich vielfältigen anderen Daseinsformen: in übermenschlichen Formen, angefangen von solchen, die den menschlichen weitgehend ähneln, bis zu solchen von vollständiger Unvergleichbarkeit in Seligkeit, Lebensdauer und Lebensumständen – und er sieht sich ebenso in untermenschlichen Daseinsformen, angefangen von solchen, die den menschlichen weitgehend ähneln, bis zu solchen von vollständiger Unvergleichbarkeit an Entsetzen, an Lebensdauer und Lebensumständen. Er sieht sich in Himmeln und Höllen aller Grade, in Entzücken und Entsetzen aller Grade, in Helligkeiten und Dunkelheiten, in Seligkeiten und Qualen, wie es ein Mönch beschreibt (Thag 258-260):

*Wie oft im Kreislauf der Geburten  
geriet ich da in Höllenwelt  
und auch in das Gespensterreich,  
durchlitt ich Leiden lange Zeit als Tier.*

*Auch Menschentum erreichte ich,  
in Himmelswelten weilte ich,*



*sowohl in Formwelt als auch frei von Form,  
in Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung –  
kreiste ich.*

*Das ganze Dasein, kernlos und bedingt,  
bewegt, vergehend wie der Blitz –  
als so ich sah, dass all dies Sein  
nur selbst geschaffen ist,  
erlangte ich – der Wahrheit gegenwärtig –  
die Herzenseinigung.*

Natürlich liegt es dem im Erlebnis der Rückerinnerung oder auch der weltlosen Entrückung ganz unerfahrenen Menschen nahe, wenn er solche Aussagen in den Lehrreden des Buddha hört oder hier liest, diese entweder als nicht akzeptabel abzutun oder aber – das andere Extrem – sie blind zu glauben. Er mag aber bedenken, dass in den Lehrreden ein Weg der geistigen Übungen und Resultate beschrieben ist, von welchem behauptet wird, dass er von dem jeweiligen Standpunkt eines Menschen bis zu dieser Rückerinnerung und durch sie hindurch bis zur vollen Freiheit hinführe, es hier also die Möglichkeit der Nachprüfung durch Begehen dieses Weges gibt.

Selbst derjenige, der die Rückerinnerung an sich selbst erfährt, mag zum Teil nicht weniger erstaunt sein als mancher, der solches zum ersten Mal liest, denn er erfährt mit jeder Rückerinnerung Dinge, welche er nie, nie sich vorgestellt, gedacht und für möglich gehalten hätte, und zwar nicht nur in Bezug auf Formen und Formlosigkeiten, Daseinsmöglichkeiten, Räume und Zeiten, Entsetzen und Entzücken, sondern auch in Bezug auf ganz andere Erfahrungsgesetze, die Unerfahrenen überhaupt nicht vermittelbar sind. So sagt Sāriputto, der kongeniale Jünger, nach solchen Erfahrungen zu seinem Meister, dem Buddha (D 28):

*Es gibt, o Herr, Wesen, bei denen es nicht möglich ist, mit Zählen oder mit Rechnen die Dauer zu bestimmen; aber in was für einer Selbsterfahrnis man auch einstmals bestanden haben*

*mag, in formhafter oder formfreier Welt, wahrnehmend oder nicht wahrnehmend, mit je den karmischen Zusammenhängen und Beziehungen, daran ist die Erinnerung früherer Daseinsformen möglich.*

Aber so unsagbar vielseitig und nach seinen bisherigen Begriffen eigenartig, seltsam und unausdenkbar die Erfahrungen sind, so kann den Erfahrer der Rückerinnerung doch nicht der leiseste Zweifel an deren Wirklichkeit ankommen, weil es im Wesen der Erinnerung liegt, den Charakter totaler Evidenz zu haben. Wir brauchen uns nur vorzustellen, woher wir „wissen“, was wir gestern oder vor Jahren getan und erlebt haben, ja, dass es überhaupt ein Gestern und eine Vergangenheit und unsere Jugend gibt, um zu wissen, was für uns die Erinnerung bedeutet. Nur die Erinnerung überzeugt uns von unserer eigenen Vergangenheit, soweit wir sie eben erinnern.

In dem Augenblick der Erinnerung an etwas weiß man plötzlich, dass man es nur „vergessen“ hatte. Genauso geht es mit der Rückerinnerung. Das Gedächtnis weitet sich. Man erfährt alle die Bilder der Rückerinnerung als bekannte Begebenheiten, die man „vergessen“ hatte und mit deren Vergessen man auch die Möglichkeit solcher Erlebnisweisen vergessen hatte. Man weiß wieder: „Ja, so war es.“ Es ist verständlich, dass der Geist mit der erinnernden Rückschau auf solche Erlebnisweiten zu beinahe universaler Potenz erwächst, fast zur Allwissenheit.

So sieht man nun auch immer deutlicher den Zusammenhang zwischen seinem Wollen und Wirken in Gedanken, Worten und Taten seiner früheren Leben auf der einen Seite und dem Strom der herantretenden Erlebnisse, Begegnungen mit Mitwesen und Dingen der Umwelt auf der anderen Seite. Der Erfahrer erfährt diese zweiseitige Lebensbahn – die ununterbrochene Kette seines Wirkens und die ununterbrochene Kette der herantretenden Ereignisse und Begegnungen nicht weniger deutlich als seinerzeit; und da er von ihnen nicht mehr freudig oder leidig bewegt und erschüttert wird, erfährt er sie in der

Rückerinnerung in völliger Klarheit. Außerdem ist seine Aufmerksamkeit keinen Augenblick unterbrochen, und so erfährt er nun in der Erinnerung sogar auch alle jene tieferen, verborgeneren Erlebnisse, die er früher nicht beachtet hatte. Dabei erkennt er mit einer bisher noch nicht erlebten Kontinuität, wie alle seine früheren Gedanken, Worte und Taten hervorgingen als Reaktionen auf die an ihn herangetretenen Erlebnisse, die freudigen und leidigen, in der Begegnung mit Menschen und Dingen. Und er erfährt, dass durch dieses reaktive Denken, Reden und Handeln auch wieder die folgenden Begebnisse und Erlebnisse mit den Menschen und Dingen in ihrer freudigen oder leidigen Qualität bestimmt wurden, welche Begegnungen wiederum seine Reaktion hervorriefen, die wiederum das Reagieren der Umwelt hervorrief – und so fort in endlosem Zusammenhang.

Er sieht, wie alle Notzeiten und Leidenszeiten immer solche Zeiten sind, in welchen er hauptsächlich bewegt wurde von starkem, vielfältigem Verlangen und Begehren und dadurch bedingter starker Rücksichtslosigkeit. Er sieht, wie aus solchem rücksichtslosen Verweigern und Entreißen die zwischenmenschlichen Beziehungen und Bindungen bis in die engste Familienbindung hinein sich lösten und verfielen und an ihre Stelle mehr und mehr die Strukturlosigkeit eines Gegeneinander aller gegen alle trat – mit Misstrauen, Zank und Streit, mit Kriegen, Wüten und Blutvergießen bis zum Untergang.

Aber ebenso sieht er, wie die aus übler innerer Art hervorgehende Not bereits die Bedingung enthält für die Wandlung zu guter Art und damit zu Wohlfahrt und Frieden – ebenso wie Friede und Sicherheit, Wohlfahrt und Reichtum bereits den Keim enthalten für die Wandlung zu übler Art und damit wiederum zur Auflösung von Ordnung, Frieden und Sicherheit, zur Entwicklung von Streit und Feindschaft und Blutvergießen. Denn ganz ebenso, wie die Wesen im Erlebnis von Not und Entsetzen zu dem Fragen und Suchen nach einem Ausgang aus dieser Not gezwungen werden – weil eben Not und

Leiden dasjenige ist, was alle Wesen meiden und fliehen – ganz ebenso müssen die Wesen im Erlebnis der Wohlfahrt und des Glücks allmählich immer mehr die Hinwendung zu Wohlfahrt und Glück vergrößern, d.h. zum verstärkten Genießen der Freude kommen – weil eben Freude oder Glück oder Friede dasjenige ist, was alle Wesen lieben und begehren. Aber ganz ebenso, wie das in Verzweiflung und Leiden zwangsläufig aufkommende Fragen nach dem Ausweg irgendwann zu tugendhafter Gesinnung und Tat führt – ebenso führt das in Glück und Freude und Wohlfahrt zwangsläufig aufkommende, auf den Genuss der tausend Annehmlichkeiten gerichtete Dichten und Trachten allmählich aber stetig zu wachsender Genusssucht und zunehmender Bedürftigkeit.

So erkennt derjenige, der sich der vergangenen Leben erinnert: Je mehr die Blendung über die Bedingungen für helleres und dunkleres, glückliches und schmerzliches Leben zunimmt, um so mehr auch nehmen Gier und Hass zu mit daraus folgendem Elend und Entsetzen. Je mehr aber die Blendung durch die Bedingungen für helleres und dunkleres, glückliches und schmerzliches Leben abnimmt, um so mehr auch nehmen Gier und Hass ab und nehmen infolge davon auch Elend und Entsetzen ab.

So erfährt er in rückerinnernder Schau die Bestätigung einer der Hauptaussagen des Erwachten, dass Gier, Hass und Blendung die Wurzeln des Elends und Leidens sind. Er sieht, dass sein endloser Wandel durch die zahllosen Leben nichts anderes war als ein Pendeln zwischen einer Zunahme von Gier, Hass und Blendung und einer Abnahme von Gier, Hass und Blendung in endlosem Auf und Ab, ohne endgültige Auflösung, ohne Ausweg.

Er sieht in rückerinnernder Schau, dass Begehren, Hassen und Blendung, die Gesamtheit der die Wesen bewegenden Triebe, der durchgehende Grundzug ist, der, wenn durch den Fortfall des Leibes das eine Leben beendet wird, sich wieder einen neuen Leib schafft, ihn aber – wenn auch äußerlich in neuer Form – doch nach der alten Weise handeln lässt: Neue

Erfahrungen und Belehrungen werden aufgenommen, ein neuer Geist wird gebildet, aber die alten Triebkräfte, das alte Begehren, Hassen und Blendung lenken und bewegen die neue Form in den neuen äußeren Umständen.

So unterschiedlich auch die Werkzeuge sind, die menschlichen oder tierischen Leiber, die himmlischen oder höllischen Gestalten, die da als „lebendig“ sichtbar in Erscheinung treten – immer doch ist es der begehrende Durst nach Erleben, der als die Triebkraft sie alle zu diesen und jenen Unternehmungen in Gedanken, Worten und Taten bewegt. Und diese Unternehmungen lösen dann wiederum entsprechende Folgen aus. In allen Daseinsebenen steht hinter dem lechzenden Durst Gier, Hass und Blendung. Grob ist das Begehren und stark und übermächtig das Hassen in den unteren Daseinsebenen, mittel in den mittleren, und fein sublimiert erscheint das Hassen in den oberen. Das grobe und starke Begehren bewirkt die Erscheinung grober und roher Formen, wie das feine und schwache Begehren das Erscheinen feiner Formen bewirkt. Das grobe und starke Hassen bedingt in den betreffenden Bereichen das Erscheinen von Streit und Kriegen, von Angst und Schrecken, und das geringere Hassen, das Bemühen um Geduld, Hinnehmen und Nachsicht, Größe und Güte führt in den entsprechenden Bereichen auch zu der Erscheinung von Vertrauen, Frieden, Freundschaft, Wohlfahrt und Harmonie.

So wird durch die Rückerinnerung der beschränkte Blick wahrhaft schrankenlos. Während der *unbelehrte Mensch, der nichts erfahren hat*, nichts anderes weiß als einen Bruchteil der seit seiner letzten Geburt gesammelten Erfahrungen nur dieses gegenwärtigen Menschenlebens, so hat sich dem Geläuterten durch die rückerinnernde Erkenntnis früherer Daseinsformen die beschränkende Kulisse dieses gegenwärtigen Lebens beiseite geschoben, und er sieht die Unendlichkeit der Existenz nach allen Richtungen.

Er erkennt die Zahllosigkeit und Endlosigkeit der Leben auf gleicher Ebene in menschlichen und menschenähnlichen Formen, und er erkennt die Zahllosigkeit und Endlosigkeit der

Ebenen nach oben und unten in übermenschlichen und untermenschlichen Lebensformen; er sieht den Zusammenhang der Taten und Ereignisse und den dadurch bedingten Wechsel und Wandel zwischen den zahllosen und unendlich vielseitigen Daseinsformen.

Er sieht, dass alle diese Erlebnisbereiche, ebenso wie der Bereich des hiesigen menschlichen Lebens, geistige Gespinste sind, gesponnen aus den jeweiligen Qualitäten des Begehrens und Hassens. Er sieht, wie er in vergangenen Zeiten, befangen in dem jeweiligen Gespinst durch all sein Denken, Reden und Handeln, bereits spann und knüpfte an den weiteren Wahngespinsten, in denen befangen er wiederum zu leben währte. Und so sieht er, dass die endlose Existenz eine unendliche Kette von Träumen, von Wahnträumen, von lichten und dunklen, ist, die aneinandergereiht sind ohne Anfang, ohne Anfang.

Im Anschauen aber, in der nachträglichen Erinnerung ist er nicht mehr befangen und gefangen in diesen Gespinsten, denn er steht nun auf dem unbegrenzten Hintergrund und Untergrund, den er durch das Erlebnis der weltlosen Entrückungen kennengelernt hat, und sieht, dass jedes vergangene Leben eine Befangenheit in einem der endlichen Netze war und ein Nichtwissen um die endlose Wiederholung dieser endlichen Netze. Das Nichtwissen dieses Tatbestandes war die Bedingung für das unendliche Hinauf und Hinab, im Hellerwerden und Dunklerwerden ohne Anfang, ohne Anfang – so erkennt er jetzt.

Er sieht, dass nicht er es war, dass nicht er es ist, der diese unendlichen Träume geträumt und Leben durchwandert hat, und er sieht, dass es auch kein anderer war und kein anderer ist, der diese unendlichen Träume geträumt und Leben durchwandelt hat; es war ein jeweils unterschiedlicher Grad von Wahn, durch welchen unterschiedlicher Durst entstand, unterschiedliches Geneigtsein, unterschiedliches Begehren und Lechzen nach diesem und jenem. Er sieht, dass dieser durch unterschiedlichen Wahn bedingte, immer wieder sich wandelnde Durst die Motorik und Steuerung ist innerhalb der ge-

samten Existenz. Der Durst ist das Durchgehende, das den Tod Überdauernde. Wenn ein Leib fortfällt, eine menschliche, eine übermenschliche oder eine untermenschliche Erscheinungsform, dann springt der innewohnende Durst über und ergreift unter den aus dem früheren Sinnen und Erwägen gewebten Lebensschleiern denjenigen, der seiner gegenwärtigen Beschaffenheit zugänglich ist, der ihr am meisten entspricht. So erscheint, vom Durst ergriffen und aufgebaut, das jener Lebensebene entsprechende Werkzeug als Werkzeug des Durstes, aus Begehren und Verlangen geschaffen, um die tausendfältig ersehnten Befriedigungen zu ermöglichen.

So erkennt er die Fadenscheinigkeit des Todes, der dem im Anblick des jeweiligen Lebensschleiers Befangenen als das endgültige Ende erscheinen muss. Er aber sieht, dass der Tod nur ein Wechsel ist zwischen den Formen, wie die Nacht ein Wechsel ist zwischen zwei Tagen.

Und er erkennt zugleich die Fadenscheinigkeit des Lebens, das der verblendete Geist für ein mehr oder weniger freies Leben hält und das in allen seinen einzelnen Phasen doch nichts anderes ist als die unendliche Wiederholung von Imaginationen in allen Wandlungsmöglichkeiten ohne ein anderes Ziel als den jeweiligen Tod, dem sofort eine neue Variante von Erlebnisformen folgt, die wiederum beendet wird durch den Tod und fortgesetzt wird in neuer Form und so fort, endlos, sinnlos. In diesem Sinn spricht ein buddhistischer Mönch, nachdem er den Weg aus Wechsel und Wandel, aus Leiden und Wahn heraus gefunden hat, sein Urteil über den blinden, durch Wahn bedingten Durst (Dh 153 und 154):

*Endlosen Lebens Seinsformen  
hab immer wieder ich durchirrt,  
den suchend, der dies Haus erbaut.  
Leidvoll ist stets erneutes Sein.*

*Erkannt bist, Hauserbauer du,  
nicht mehr wirst du ein Haus erbaun!*

*All deine Balken sind zerstört,  
vernichtet ist das ganze Haus,  
befreiungsselig hat das Herz  
des Wollens Aufhebung erreicht.*

Solche Erinnerung an vergangene Leben ist eine Erweiterung des geistigen Horizonts von so ungeheuren Ausmaßen, dass keine dem Menschen zur Verfügung stehenden Maßstäbe sie erfassen können. Der normale, gebildete Mensch ist durch die einseitige sinnliche Weltsicht weitgehend zu der Auffassung gekommen, als ob der homo sapiens, eben derjenige Mensch, der für Wesentliches Sinn und Aufnahmefähigkeit hat, erst kurze Zeit, vielleicht erst einige Millionen Jahre, existiere und dass er erst in den letzten Jahrtausenden und Jahrhunderten eine gewisse Kultur entwickelt habe. – Die Rückerinnerung nun belehrt ihn eines vollständig anderen. Die Rückerinnerung lässt eine Kette von Ereignissen in Erscheinung treten, welche aus der Gegenwart in immer tiefere Vergangenheit hinabreicht, bis der Betrachter früher oder später die den konkreten bunten Bildern innewohnenden Zusammenhänge und Gesetzmäßigkeiten immer stärker und deutlicher herausliest und herausfiltriert. Er sieht, dass alle die von ihm in den je und je überblickten Leben ausgegangenen Worte und Taten stets den Umständen nach so sein mussten, da seine inneren Bedingungen, seine Anschauungen und seine Tendenzen, sein Geist und sein Herz so waren, wie sie waren. Und er erkennt, dass aus seinen Worten und Taten bei seinen Mitmenschen und in seiner Umwelt diejenigen Wirkungen hervorgehen mussten, die hervorgingen.

Im Lauf immer umfassenderer Rückerinnerung kommt der Erfahrer früher oder später zu dem Stadium, dass er in keinem erinnerten Erlebnis und Ereignis noch etwas Neues erfährt, sondern in allen immer nur praktische Bestätigung der längst erkannten Gesetze und Gesetzmäßigkeiten sieht, so dass die Bilder als solche keinerlei Interesse mehr für ihn haben. Und bald haben sie auch ihre Funktion als Bestätigung der Gesetze



in solchem Maß erfüllt, dass er ihrer nicht mehr bedarf und sich von ihnen abwendet.

Allerdings ist derjenige, der sich nach vollzogener Rück Erinnerung von ihr abwendet, unendlich reifer, größer und weiter, als er zu Beginn dieser Erscheinungen war, wie wohl aus den vorstehenden Ausführungen hervorgeht. Wenn der Erwachte sagt: *In Weisheit ausgediehenes Herz lässt von den Wollensflüssen/Einflüssen vollkommen erlöschen*, so ist damit der vorstehend beschriebene Prozess gemeint: Die gewaltigen Erfahrungen, welche die Rück Erinnerung bietet, sind es, durch welche der Erfahrer zur fast universalen Kenntnis der Existenz erwächst und reift. Und so kommt er mehr und mehr zu dem *in Weisheit ausgediehenen Herzen*.

### *7. Sterben und Wiedererscheinen der Wesen sehen*

*Ferner, Udāyi, habe ich meinen Schülern den Weg gezeigt, durch welchen sie mit dem feinstofflichen Auge, dem gereinigten, über menschliche Grenzen hinausreichenden, die Wesen sterben und wiedererscheinen sehen können, gemeine und edle, schöne und hässliche, glückliche und unglückliche, wie die Wesen je nach ihrem Wirken wiederkehren: „Diese lieben Wesen, die in Taten, Worten und Gedanken dem Schlechten zuge tan waren, die Geheilte geschmäht haben, die falsche Ansichten hatten und entsprechend gewirkt haben, gelangen bei Versagen des Körpers nach dem Tod auf den Abweg, auf schlechte Lebensbahn, zur Tiefe hinab, in untere Welt. Aber jene lieben Wesen, die in Taten, Worten und Gedanken dem Guten zugetan waren, die Geheilte nicht geschmäht haben, die rechte Ansichten hatten und entsprechend gewirkt haben, gelangen bei Versagen des Körpers nach dem Tod auf gute Lebensbahn, in himmlische Welt.“ So sehen sie mit dem feinstofflichen Auge, dem gereinigten, über menschliche*

*Grenzen hinausreichenden, die Wesen sterben und wiedererscheinen, gemeine und edle, schöne und hässliche, glückliche und unglückliche, sehen, wie die Wesen je nach ihrem Wirken wiederkehren.*

*Gleichwie wenn da zwei Häuser wären mit Türen, und ein Mann mit guter Sehkraft stünde zwischen ihnen und sähe, wie die Leute die Häuser betreten und verlassen und an ihm vorbeigehen, ebenso habe ich meinen Schülern den Weg gezeigt, durch welchen sie mit dem feinstofflichen Auge, dem gereinigten, über menschliche Grenzen hinausreichenden, die Wesen sterben und wiedererscheinen sehen können, gemeine und edle, schöne und hässliche, glückliche und unglückliche, wie die Wesen je nach ihrem Wirken wiederkehren.*

*Dadurch haben viele meiner Schüler die höchste, vollkommene, entblendete Wirklichkeitssicht ganz und gar erreicht.*

Bei der Beschreibung dieses Weisheitsdurchbruchs fällt auf, dass hier jedes moralische Urteil entfällt. Es wird immer nur von den „lieben Wesen“ gesprochen: Diese lieben Wesen sind dem Bösen zugeneigt, tun Schreckliches und ernten Entsetzliches, jene lieben Wesen sind dem Guten zugetan, tun Herrliches und ernten Wunderbares. Da wird nichts verurteilt und nichts hochgespielt. Da wird nur der unaufhörliche Wandel gesehen, bei dem die Guten von heute die Bösen von morgen und die Bösen von heute die Guten von morgen sind.

Das Gleichnis des Erwachten veranschaulicht das Sterben-und-Wiedererscheinen-der-Wesen-Sehen: Ein guter Beobachter sieht, wie Leute Häuser betreten und wieder verlassen. In D 2 wird das Gleichnis für das Erkennen des Ergehens der Wesen im Jenseits noch mehr ausgestaltet:

*Gleichwie etwa, wenn mitten auf dem Marktplatz ein Turm steht, und ein scharfsehender Mann stiege hinauf und gewahrte die Leute, wie sie Häuser betreten und wieder verlassen, wie sie auf Straßen und Wegen herankommen und wie sie sich mitten auf dem Markt hingesetzt haben. Der sagte sich nun: „Diese Leute treten in ein Haus ein, diese verlassen es, diese kommen auf Straßen und Wegen heran, diese haben sich mitten auf dem Markt hingesetzt.“*

Der Turm ist die Höhe des Standpunktes des geläuterten Wesens, die einen Aufblick auf das Weiterwandern der Jenseitigen ermöglicht. Der scharfsichtige Mann ist jemand, der auf dem Läuterungsweg das feinstoffliche Auge ausgebildet hat. Der vom Turm Blickende sieht dreierlei Verhaltensweisen der Wesen, die er beobachtet. Erstens sieht er Wesen, die am Markt Häuser betreten und wieder verlassen. Das ist das Erscheinen in einer Existenzform und das Wieder-Verschwinden aus ihr, d.h. Geburt und Tod. Der Mensch fühlt sich in seinem „Lebensraum“ wie in einem Haus, in einer Daseinsstube, die ihn anheimelt. Dass er einmal hineingekommen ist und einmal wieder herausgehen wird, bedenkt er kaum. Der Buddha nennt die programmierte Wohlerfahrungssuche des Geistes *heimsuchend*, und wenn sie ein Haus des Seins gefunden hat, dann gewöhnt sie sich daran und macht es sich zu eigen. So kennt jeder nur sein Haus, seinen Raum mit seiner Umwelt, und er ahnt nichts von seinen früheren und späteren Häusern. Zweitens: Die Fußwege, auf denen die Wesen herankommen, könnten ein Bild für die anderen Daseinsformen sein, in denen es nicht so betonte Ein- und Ausgänge wie in der Sinnensuchtwelt, besonders bei Menschen und Tieren, gibt. Drittens: Das Hinsetzen auf dem Marktplatz könnte verglichen werden mit den Wesen, die zunächst keine neue Daseinsform anstreben, sondern zunächst in der angekommenen feinstofflichen Welt verbleiben.

Die Öffnung des feinstofflichen Auges geschieht dadurch, dass der Mönch, der *an abgelegenen Orten ein einsames Le-*

*ben führt*, durch das Erlebnis der weltlosen Entrückungen eine Wahrnehmung bildlosen, ichlosen, seligen Friedens ohne Ort, ohne Raum, ohne Zeit erfährt und nun weiß, dass dieses Erlebnis wahrer ist als die bisherige Erscheinung von Ich und Umwelt mit Ding und Raum und Zeit. Er weiß jetzt, dass die Wahrnehmung, welche Ich und Welt anbietet, Wahn, Traum, Fantasie, Delirium ist, eine grobe Trugwahrnehmung, und dass er im Erlebnis der weltlosen Entrückungen der Wirklichkeit näher ist als in der normalen Wahrnehmung, welche ein ununterbrochen schwankendes, wankendes Ich in schwankenden und wankenden Beziehungen zu einer schwankenden und wankenden Umwelt anbietet. So wird er von der Sinnelust frei, die sein Auge nur „fleischlich“ sein ließen, nur auf das Nahe gerichtet und nur für das Nahe empfänglich machen, da wird ihm der Blick gereinigt und geläutert, und da beginnt sein feinstoffliches Auge über die menschlichen Grenzen hinauszureichen. Und so sieht er dann ebenso einfach und selbstverständlich die fernen Dinge, wie er vorher nur die nahen Dinge sah; er sieht wie die irdischen so auch die unirdischen Dinge, eben die übermenschlichen und die untermenschlichen.

Das Sehen des Verschwindens-Erscheinens der Wesen bedeutet nicht, eines jeden einzelnen Wesens endlose Kette von Vor-Existenzen zu sehen, sondern vielmehr nur deren um die Gegenwart herum gruppierten Existenzformen, vor allen Dingen, wie ja aus dem Wortlaut hervorgeht, die der jetzigen Lebensform gleich nachfolgende Existenzform.

Damit ist nicht gesagt, dass der bis zu dieser Weisheit durchgedrungene Geist nicht fähig wäre, des anderen Wesens unendlich weit zurückliegende Existenzformen zu sehen. Er ist, wie aus dem Vorhergesagten hervorgeht, selbstverständlich dazu fähig, aber er ist daran in keiner Weise mehr interessiert, hat er doch bereits so viele Daseinsmöglichkeiten und ihre Bedingungen in der rückerinnernden Schau der „eigenen“ Wanderung kennengelernt. Jedes Begegnende, jedes Du wird ihm zum Spiegelbild dessen, was auch das Ich unendliche Male schon war und an sich hatte, und so wird auch das Ich in

allen je und je gewesenen Formen nur zum Spiegelbild dessen, was jedes begehende Du ist und war und an sich hat.

Wie weit diese Erkenntnis geht und in welche höchsten und in welche entsetzlichen Seinsformen sie Einblick gewährt, geht aus den Lehrreden des Erwachten hervor, z.B. M 57, 120, 129, 130, 136.

In weiteren Lehrreden (D 18, M 68 u.a.) wird auch berichtet, wie der Erwachte über Mönche und Nonnen, über Anhänger und Anhängerinnen nach ihrem Tod aussagt, welchen weiteren Weg sie genommen haben entsprechend ihrer Entwicklungsrichtung und was sie noch erreichen werden. Der Erwachte gibt solche Auskünfte nur auf Befragen und mit Zurückhaltung, und zwar hauptsächlich dann, wenn viele derjenigen, zu denen er spricht, den Abgeschiedenen kannten. Indem sie vom Erwachten hören, dass der Betreffende mit der ihnen bekannten inneren Wesensart und äußeren Verhaltensweise und Bemühung jetzt nach dem Tod irgendwelche höheren Daseinsformen oder die völlige Triebversiegung erreicht hat, da gewinnen sie noch mehr Impulse, dem Betreffenden nachzueifern.

Die Erscheinung der Vorhersage von äußeren Ereignissen, wie von Tod und Wiedergeburt, als auch von den inneren Entwicklungen der Menschen zum Guten oder zum Schlechten kann zu dem Rückschluss geneigt machen, dass alle Entwicklungen festliegen müssten und dass der Mensch nichts hinzutun könne. So ist es aber nicht, sondern, wie der Erwachte ausdrücklich sagt, kann der Mensch sehr wohl vieles bewirken durch Üben, Zielsetzen und Bemühen.

Doch geschieht solches Üben, Zielsetzen und Bemühen nicht „von selber“, aus dem Nichts heraus, sondern aus vorhandenen oder geschaffenen Grundlagen und Anstößen und auch nur genau nach dem Maß jener Grundlagen und Anstöße. Und da dem Erwachten auch diese vollkommen bekannt waren, ja, da er selber dem Menschen positive Anstöße und Grundlagen gab, so konnte er alle diese Grundlagen und An-

stöße mit sehen, mit wägen und eben darum auch das daraus hervorgehende Ergebnis sehen.

Der Mensch selbst jedoch, dem alle die betreffenden Voraussetzungen innewohnen, ohne dass er sie sieht und kennt (es sei denn, dass er bis zur Rückerinnerung vorgeschritten wäre), spürt, wie er von den inneren einander widerstrebenden Kräften hin und her geworfen wird. Im Kampf mit sich selbst sieht er sich erst allmählich dahin gelangen, wohin der Erwachte und jeder andere, der zu dem weisen Durchblick des Verschwindens-Erscheinens der Wesen fähig ist, ihn schon seit dem Augenblick gelangen sieht, als er den ersten geistigen Anstoß empfangen hat.

Und in nichts anderem sehen die großen, zu dem universalen Blick gelangten Weisen ihre Aufgabe mehr als darin, denjenigen Menschen, welche dafür empfänglich sind, den geistigen Anstoß, die Keimzelle zur Heilsentwicklung anzureichen.

### *8. Auflösung der Wollensflüsse / Einflüsse*

*Ferner, Udāyi, habe ich meinen Schülern den Weg gezeigt, durch welchen sie durch Versiegung aller Wollensflüsse / Einflüsse die unverletzbare Gemüts-erlösung, Weisheits-erlösung noch bei Lebzeiten klarsichtig erobern können als unverlierbare Verfassung. Gleichwie wenn da in einer Bergsenke am Ufer eines Sees mit klarem, durchsichtigem, ungetrübtem Wasser ein Mann mit guter Sehkraft stünde und darin Muscheln, Geröll und Kiesel sehen könnte und auch Fischschwärme, die umherziehen und sich ausruhen. Er könnte denken: „Da ist dieser See, klar, durchsichtig und nicht aufgewühlt, und da sind diese Muscheln, Geröll und Kiesel und auch diese Fischschwärme, die umherziehen und sich ausruhen.“ Ebenso habe ich meinen Schülern den Weg gezeigt, durch welchen sie durch Versiegung aller Wollensflüsse / Einflüsse die*

*unverletzbarer Gemütslösung, Weisheitslösung noch bei Lebzeiten klarsichtig erobern können als unverlierbare Verfassung.*

*Dadurch haben viele meiner Schüler die höchste, vollkommene, entblendete Wirklichkeitssicht ganz und gar erreicht.*

*Das ist, Udāyi, die fünfte Eigenschaft, warum die Schüler mich respektieren, würdigen und verehren und mir vertrauen.*<sup>140</sup>

*Das sind die fünf Eigenschaften, deretwegen mich meine Schüler respektieren, würdigen und verehren und mir vertrauen.*

*So sprach der Erhabene. Erhoben und beglückt war Sakuludāyi, der Wanderasket, über die Rede des Erhabenen.*

Aus dem immer umfassender werdenden Durchblick durch die Existenz und aus der daraus hervorgehenden Universalität des Geistes erwächst die Erlösung, die Auflösung der Wollensflüsse, die Auflösung von sämtlichen, auch den zartesten Trieben, wie von selber. In diesem Sinn sagt der Erwachte: *In Weisheit ausgediehenes Herz wird von allen Wollensflüssen/Einflüssen frei.* Der achtgliedrige Heilsweg, als dessen letzte Stufe die weltlosen Entrückungen bezeichnet werden, führt zu Weisheit und Erlösung als Ergebnis und Frucht. Das Nibbāna, die Triebversiegung, gehört nicht zu dem Weg, sondern ist das Ziel, die Frucht, das Ergebnis, zu welchem der Weg führt.

Der Erwachte vergleicht (M 53) den Mönch, der auf dem Weg der Läuterung bis zum Erlebnis der vier weltlosen Entrückungen gediehen ist, mit dem Küken in dem voll ausgebrüteten Ei, das jetzt fähig ist zum Durchbruch und Durchstoß. Derjenige also, der durch die Lehre des Erwachte die „rechte

---

<sup>140</sup> Die fünfte Eigenschaft, das Aufzeigen des Wegs zum Heil, reicht von den vier Pfeilern der Beobachtung bis zur Triebversiegung.

Anschaung“ gewonnen hat und am Anfang des Läuterungswegs steht, kann in seiner noch vorhandenen Blindheit, Verstricktheit und Geworfenheit in diesem Gleichnis mit einem befruchteten Ei verglichen werden. Der Weg der Läuterung bis zum Eintreten der vier weltlosen Entrückungen kann verglichen werden mit der embryonalen Entwicklung des Kükens in der dunklen Befangenheit der Eischale, während erst die nach den Entrückungen einsetzenden Erlebnisse der Rückerinnerung, des Sehens des Verschwindens-Erscheinens der Wesen und der Triebversiegung dem Durchbruch des Kükens durch die Eischale in das Leben verglichen werden.

Wer alles Bewegende und Lenkende kennt, alle „Motivationen“ bei sich und anderen, der kennt auch alle daraus hervorgehenden Bewegungen, Wandlungen und deren Folgen. Diese universale Wahrnehmungsweise, die im Anfang, als sie sich auftat, für den damals noch beschränkten Geist eine gewaltige Erweiterung des Geistes wurde, ein übermächtiger Erlebnis- und Erfahrungsschatz – die ist nun, nachdem alle Erlebnisse erfahren sind, nachdem alles Wissbare gewusst ist, ein belästigendes Erscheinungsgewimmel. Er erkennt, dass er Opfer einer Faszination war, bedingt durch den drängenden, lechzenden Durst nach Erlebnissen, und er erfährt an sich, dass des Durstes Aufhebung die Aufhebung der Faszination ist.

Nachdem die universale Wahrnehmungsweise den Weisen zu dieser erlösenden Durchschauung führte, hat sie ihm nichts mehr zu sagen. Der Weise, der ihr so lange anhing, als sein Blick durch sie Erweiterungen erfuhr, wendet sich nun von ihr ab. Er sieht in der gesamten Daseinsrunde, welche ihm die universale Wahrnehmungsweise offenbarte, keine feste Stätte, keinen Halt, kein endgültiges Bleiben. Es ist kein Bleiben in den Stätten der Qualen und des Entsetzens, und es ist kein Bleiben in den Stätten der Seligkeit und des Friedens. Und so sieht er, dass selbst jener Friede, den er bisher als Frieden gekostet und für Frieden erachtet hatte, eine Täuschung ist und ein Scheinfriede, denn er ist unlöslich verbunden mit dem Unfrieden der Vielfalt.



Diese Erfahrung öffnet das Verständnis für die letzten Aussagen des Erwachten. So sagt der Erwachte, dass alles, was irgendwie mit Form, Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität und mit programmierter Wohlerfahrungssuche zu tun habe, wechselvoll, wandelbar sei, kausal bedingt sei und dass in Verbindung mit diesen fünf Faktoren das wahre Heil nicht gefunden werden könne. Der Weise begreift, dass die selige Wahrnehmung der Entrückungen ohne Form und darum ganz ohne Vielfalt, Begegnung und Andrang, ohne Nähe und Ferne und ohne Zeitfluss ist, dass sie aber eben doch Wahrnehmung ist und zu den fünf unbeständigen Faktoren gehört, von welchen sich abzuwenden der Erwachte empfiehlt:

*Was bei dem Erleben der weltlosen Entrückungen noch Gefühl und Wahrnehmung und Aktivität und programmierte Wohlerfahrungssuche ist, das sieht er als unbeständig an, als leidvoll, als Krankheit, als Geschwulst, als Pfeil, als weh und als schmerzhaft; als Fremdes, zur Welt Gehöriges, als Leeres, als Nicht-Ich. Von solchen Dingen säubert er das Herz.*

*Und hat er das Herz von solchen Dingen gesäubert, so sammelt er das Herz auf das Todlose (mit dem Gedanken): „Das ist der Friede, das ist das Erhabene, dieses Zur-Ruhe-Kommen aller Aktivität, dieses Zurücktreten von der Gewohnheit des Ergreifens, dieses Aufhören des lechzenden Dürstens, die Entreizung, Auflösung, Erlöschung.“ (M 64)*

*Dem so Erkennenden, so Sehenden wird das Herz erlöst von den Wollensflüssen/Einflüssen durch Sinnensucht, erlöst von den Wollensflüssen/den Einflüssen durch Seinwollen, erlöst von den Wollensflüssen/den Einflüssen durch Wahn. Wenn es erlöst ist, dann ist das Wissen: „Es ist erlöst. Beendet ist die Kette der Geburten, vollendet der Reinheitswandel, getan ist, was zu tun war.“ „Nichts mehr nach diesem hier.“ Das hat er nun verstanden. (M 51 u.a.)*

Der hier beschriebene Weisheitsdurchbruch allein ist es, durch welchen der Mönch endgültig erlöst wird, ein Geheilter, Gene-

sener wird, der von keinerlei Erfahrungen mehr getroffen, beeinflusst, bewegt werden kann. Von jetzt an trägt er nur den Leib noch ab, solange dessen Lebenskraft besteht. Eines Tages wird auch der Leib zerfallen, doch das ändert für ihn am Zustand der Erlösung, am Frieden des Herzens nichts.

Man kann über diesen Zustand, über das Nibbāna, nicht viel sagen, aber man kann vielleicht durch ein Gleichnis eine Annäherung versuchen.

Ein Mensch, der sich längere Zeit in einer lauten Fabrikhalle aufhielt, in welcher schwere Stenzen und Fallhämmer dröhnen, Fräsmaschinen und Stahlsägen kreischen, verlässt diese durch eine Tür, welche in einen Schreibmaschinensaal führt. Indem er sie hinter sich schließt, empfindet er trotz der Geräusche der Schreibmaschinen zunächst eine wohltuende Ruhe. Bleibt er aber längere Zeit in dem Schreibmaschinensaal, dann empfindet er diesen Aufenthalt nicht mehr als wohltuende Ruhe, sondern steht ihm gleichgültig gegenüber. Wie sehr geräuschvoll, wie lärmvoll auch der Schreibmaschinensaal noch ist, kann er erst dann wissen und beurteilen, wenn er die lautereren Geräusche des dröhnenden Fabrikraums vergessen, sich ihrer entwöhnt hat und geringere Geräusche oder gar volle Stille kennt. Wenn er, den Schreibmaschinensaal verlassend, die Tür hinter sich geschlossen, das Haus verlassen hat und nun in einen stillen, sonnigen Garten eintritt, wo er nichts anderes hört als ein fernes leises Glockenläuten, dann wird ihm deutlich bewusst, dass der Schreibmaschinensaal sehr geräuschvoll und lärmvoll war, und er empfindet nun diese jetzige Situation als wahrhaft friedvoll und ruhig. Wenn nun dieser Mann seinen Geist und sein Herz noch ganz von Hetze und Umtrieb, von weltlichen Sorgen und Bekümmern befreit, wenn er in dieser friedvollen Landschaft immer beruhigter und ruhiger wird, dann merkt er in dieser tiefen inneren Stille immer mehr den Klang der fern läutenden Glocken, und er mag diesen Ton, da er so viel gröbere Geräusche erfahren hat, als besonders wohltuend empfinden. – Aber wenn dann jener ferne Glockenhall verklungen ist, dann erfährt er erst, was wahre

Stille ist; er erfährt, dass auch der feinste und leiseste Ton doch immer ein Ton ist, ein Andrang ist, dass er Berührung schafft, dass durch ihn innen und außen Bewegung und Erregung entsteht. Und er merkt nun, dass erst in der vollkommenen Stille auch vollkommener Friede ist und dass der vollkommene Friede größere Wohltat ist als auch die leiseste Bewegung und Beunruhigung.

Ebenso wie dieser Mann den Übergang von dem dröhnenden Fabrikraum zum Schreibmaschinensaal als wohltuend empfunden hatte, so auch empfindet der Mensch im Vorwärtsschreiten auf dem Läuterungsweg durch zunehmendes Wohlgefühl zunehmende Wohltat. Und ebenso wie der Mann, der, aus dem Schreibmaschinensaal in die nur durch das Glockengeläut unterbrochene Stille des sonnigen Gartens eintretend, eine große Wohltat empfand, so auch empfindet der Mensch, der auf dem Läuterungsweg zum Erlebnis der weltlosen Entrückungen und zum Erlebnis der Weisheit durchgestoßen ist, eine Erhöhung und Erhellung seines Gefühls, die unvorstellbar wohltuend ist. – Aber ebenso wie jener Mann, nachdem auch der ferne Glockenton zum Schweigen gekommen ist, nun die letzte Beruhigung erfährt, nun wirklich Frieden empfindet, so auch empfindet der Weise den endgültigen Fortfall jedes Gefühls als höchste Wohltat, als wahren Frieden.

Der unbelehrte Mensch kennt nur Gefühle, welche so grob und schmerzlich sind, wie die Geräusche im Fabriksaal grob und laut sind. Weil er wahre Wohlgefühle nicht kennt, ist seine Unterscheidung zwischen Wohl- und Wehgefühlen ebenso unzulänglich, wie wenn der Mann in dem Maschinenraum – wirkliche Stille nicht kennend – das Kreischen der Fräsmaschinen als „Stille“ bezeichnen wollte und das Dröhnen der Fallhämmer als „Geräusch“. – Aber auch ein auf dem Heilsweg Erfahrener, der auch feinste Wohlgefühle kennt, kann doch nur innerhalb der Gefühle, also zwischen gefühltem Wehe und Wohl unterscheiden. Aber Gefühl selbst ist schon eine Bewegung, eine Erregung, Berührung, Wandlung und Unruhe und somit Belästigung und Wehe. Der Fortfall des Gefühls

aber bedeutet gleichzeitig den Fortfall der mit dem feinsten Gefühl immer noch verbundenen Bewegung, Erregung, Berührung, Wandlung und Unruhe, Störung und Unzulänglichkeit. Darum ist der Fortfall des Gefühls und des damit unlöslich verbundenen Bewusstseins erst wahres Wohl. In diesem Sinn sagt der Erwachte (M 59):

*Möglich aber wäre es, dass da die Pilger anderer Orden sagten: „Die Auflösung von Gefühl und Wahrnehmung verkündet der Asket Gotamo, und er bezeichnet dies als Wohl. Was ist es damit, wie verhält es sich damit?“ Auf solche Rede wäre den Pilgern anderer Orden solches zu erwidern: „Nicht, ihr Brüder, bezeichnet es der Erhabene in Beziehung auf das wohlige Gefühl als Wohl, sondern, ihr Brüder, wo immer Wohl erlangt<sup>141</sup> wird, das bezeichnet der Vollendete immer als Wohl.“*

Dieses Wohl liegt im Fortfall von Gefühl und Wahrnehmung. Und je näher der Mensch auf seinem Weg der inneren Läuterung und Reife diesem Zustand kommt, je feiner Gefühl und Wahrnehmung werden, um so mehr versteht er jenes Wohl der vollkommenen Stille, um so mehr strebt er es an.

Jener Mann, der den dröhnenden Fabrikraum und den Schreibmaschinenraum verlassen hat und das Zur-Ruhe-Kommen der fern klingenden Glocke erfahren hat, weiß von der nun übrig bleibenden Stille, dass sie nicht entstanden ist und nicht vergehen kann, sondern immer währt, wenn auch fast immer überdeckt durch Geräusche oder Lärm wie durch den fernen Klang von Glocken, durch die Geräusche von Schreibmaschinen, durch Dröhnen und Hämmern und andere Geräusche. Ebenso auch weiß der Weise, nachdem er die Freiheit von Gefühl und Wahrnehmung, das Nibbāna, erlebt hat,

---

<sup>141</sup> K.E.Neumann schreibt hier irrigerweise „empfunden“. Aber in Pāli heißt es weder „vedati“ noch „phusati“, das als „geföhlt“ oder „beröhrt werden“ übersetzt werden könnte, sondern es heißt „upalabhati“, das nur mit „erlangt“ übersetzt werden kann.

dass diese immer vorhanden ist, nicht entstanden, nicht geworden ist, sondern unzerstörbar ist. Er merkt, dass Existenz in jeder Form ein Überdecken des ungewordenen und unveränderlichen Nibbāna ist, so als ob Wolken sich vor den klaren, unendlichen Himmel schoben oder die Stille durch Geräusche überdeckt würde. Er merkt, dass das Nibbāna nicht entsteht, sondern dass es übrigbleibt, wenn alles Bedingte fortfällt. In diesem Sinne sagt der Erwachte (Ud VIII,3):

*Es gibt, ihr Mönche, ein Ungeborenes, ein Ungewordenes, ein Nichtzusammengesetztes, ein Nichtbedingtes. Wenn es, ihr Mönche, dieses Ungeborene, Ungewordene, Nichtzusammengesetzte, Nichtbedingte nicht gäbe, dann gäbe es kein Entrinnen aus dem Geborenen. Weil es aber, ihr Mönche, ein Ungeborenes, Ungewordenes, Nichtzusammengesetztes, Nichtbedingtes gibt, darum gibt es auch ein Entrinnen aus dem Geborenen, Gewordenen, Zusammengesetzten, Bedingten.*

Der Geist, der bis hierhin gelangt ist, hat alles Ersehnen und Verlangen überwunden und ausgerodet. Zur Erhaltung des Leibes tut er, was notwendig ist. Wo Hausleute und andere Mönche seiner bedürfen, dient er mit nie versagendem Rat und Zuspruch. Zu den anderen Zeiten aber verweilt er in jener inneren Gelassenheit und Unangelegenheit, in welcher jegliche Wahrnehmung sich auflöst wie Nebel im Strahl der Sonne. Er verweilt im Ungewordenen jenseits aller Gewordenheiten und Wandelbarkeiten, im Unerregbaren, Unerschütterlichen und Unzerstörbaren, und er weiß, dass dieses Heile, das jetzt noch zeitweilig unterbrochen wird durch von außen herantretende Anforderungen, nach dem Wegfall des Körpers endgültig gewonnen ist und nie mehr verloren gehen kann.

DER SOHN DER SAMANAMUNDIKA  
78. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Sāvathhī, im Siegerwald, im Garten Anāthapindikos.*

*Um diese Zeit hielt sich der Pilger Uggāhamāno, der Sohn der Samanamundikā im Redesaal der ebenholzverschalten Großen Halle in Mallikās Garten auf, in Gesellschaft von etwa dreihundert Pilgern.*

Mallikā, in deren Garten sich die große ebenholzverschaltete Halle befindet, ist die Hauptgemahlin des berühmten Königs Pasenadi von Kosalo. Sie ist eine Anhängerin des Erwachten, und durch sie ist auch ihr Gatte, König Pasenadi, im Lauf der Jahre immer mehr dem Erwachten zugewandt geworden. Aber trotz ihrer Zuwendung zur Lehre des Erwachten lässt sie auch andere Pilger, Asketenlehrer und Priester mit völlig anderer und zum Teil sehr abwegiger Weltanschauung in ihrer großen Halle weilen. Diese Toleranz ist in Asien weit mehr zu finden als in Europa, und ganz besonders in den Kreisen derer, die die Lehre des Erwachten verstanden haben.

*Da ging nun eines Nachmittags Pañcakango, der Baumeister, von Sāvathhī hinaus, den Erhabenen zu besuchen. Doch alsbald dachte er: „Es ist noch nicht Zeit, den Erhabenen zu besuchen, zurückgezogen weilt der Erhabene; und auch die geistig tätigen Mönche zu besuchen ziemt sich nicht, zurückgezogen wirken sie jetzt geistiges Werk. Wie, wenn ich nun den Redesaal aufsuchte, die Große Halle im Garten Mallikās, wo der Pilger Uggāhamāno, der Sohn der Samanamundikā, weilt? Und Pañcakango, der Baumeister, begab sich zum Garten der Mallikā.*

Pañcakango ist ebenfalls ein Anhänger des Erwachten, und zwar einer, der schon gründlichere Kenntnis hat, so dass der Erwachte ihm die folgenden tieferen Aussagen zumutet. Er kennt auch die Gepflogenheiten der Mönche des Erwachten, bis zum Einbruch der abendlichen Dunkelheit zurückgezogen in Meditation zu weilen, d. h. an ihrer Selbsterziehung, Selbstläuterung zu arbeiten, und darum will er zu dieser Zeit nicht stören.

In den Lehrreden begegnet uns öfter die Aussage *Am Abend nach Aufhebung der Gedenkensruhe*, d.h. mit Einbruch der Dämmerung beendigen die Mönche, die es wollen, ihre Besinnung in der Zurückgezogenheit und kommen aus den Wäldern oder anderen abgeschiedenen Plätzen wieder zurück zu den Schlafplätzen. Das ist oft ein Kloster oder eine Halle, jedenfalls eine Stätte, die gegen Raubtiere und gefährliche Insekten während der Nacht sicherer ist als die Orte, an denen die Mönche den Tag über verweilen. Aber nicht nur zum Schlaf, sondern auch zu gemeinsamen Gesprächen über die Lehre, zum Austausch von Erfahrungen über ihre Besinnungen, ihre Schwierigkeiten und Fortschritte usw. kommen die Mönche, die dazu ein Bedürfnis haben, *nach Aufhebung der Gedenkensruhe* zusammen.

*Um diese Zeit aber war der Pilger Uggāhamāno, der Sohn der Samanamundikā, im weiten Kreis der Pilgerschar sitzend, in lebhaftem Gespräch begriffen; und sie machten lauten Lärm, großen Lärm und unterhielten sich über allerhand gewöhnliche Dinge, über Könige, Räuber, Minister, Heere, Gefahren, Schlachten, Essen, Trinken, Kleidung, Betten, Schmuck, Parfüm, Verwandte, Fahrzeuge, Dörfer, Marktstädte, Großstädte, Länder, Frauen, Helden, Straßen, Brunnen, die Toten, Unbedeutendes, den Ursprung der Welt, den Ursprung des Meeres, ob die Dinge so oder anders sind.*

*Da sah der Pilger Uggāhamāno Pañcakango, den Baumeister, von fern herankommen, und als er ihn gesehn, mahnte er die Umsitzenden zur Ruhe: Seid nicht so laut, ihr Lieben, macht keinen Lärm, ihr Lieben: da kommt ein Schüler des Asketen Gotamo heran, Pañcakango, der Baumeister. Er ist einer der Schüler des Asketen Gotamo, die da als Hausleute, weiß gekleidet, in Sāvattihī wohnen. Diese Herren lieben nicht lauten Lärm, Ruhe ist ihnen recht, Ruhe preisen sie; vielleicht mag ihn der Anblick einer lautlosen Versammlung bewegen, seine Schritte hierher zu lenken. – Und so schwiegen denn diese Pilger still.*

Hier wird der Kontrast zwischen dem Verhalten der gewöhnlichen Asketen, Asketenlehrer und Priester auf der einen Seite und dem Erhabenen mit seinen Mönchen auf der anderen Seite herausgestellt. Er deutete sich bereits darin an, dass Pañcakango um diese Zeit den Erhabenen und die Mönche nicht stören wollte, dass er aber zugleich glaubte, den Pilger und seine Anhänger besuchen zu können, dort nicht zu stören.

Dem Kenner der Lehrreden fällt auf, dass das hier über Verhalten und Gespräch der Pilger Gesagte in den Lehrreden in Bezug auf die verschiedensten Pilger genau wörtlich immer wiederkehrt (s. M 76, 77, 79, D 9 u.a.). Daraus könnte ein zu sehr gegensätzliches Bild von der Zucht der Mönche des Erwachten einerseits und der Lässigkeit der anderen Asketen andererseits entstehen, wie es der geschichtlichen Wirklichkeit nicht entspricht. Zwar hat unter den Mönchen und Nonnen des Buddha meistens größte Disziplin und Ernsthaftigkeit geherrscht und sind unter Anleitung des Erwachten ungezählte vollendet Heilige aus dem Orden hervorgegangen, aber es gibt auch Lehrreden, in welchen berichtet wird, dass die Mönche des Erwachten sich so ungezügelt und laut verhalten, dass der Erwachte sie von sich weist, weil er sie in dieser Verfassung als zur Belehrung ungeeignet betrachtet (M 67), und auch



Lehrreden, in welchen über Zank und Streit der buddhistischen Mönche berichtet wird (M 48). Ebenso erfährt der Kenner der vom Erwachten im Lauf der fünfundvierzig Ordensjahre immer weiter entwickelten Sonderregeln zur Vermeidung oder Aufhebung übler Verhaltensweisen, dass im Orden des Erwachten ähnlich wie in allen anderen menschlichen Institutionen auch viel Unzulänglichkeit, Abwegigkeit und sonstiges Üble in Erscheinung getreten ist bis zu Devadatto hin, der lange Jahre gegen den Erwachten in einer viel schlimmeren Weise intrigiert hat als etwa (in der christlichen Geschichte) Judas gegen Christus. Um so größer zeigt sich aber auch der wesentliche Unterschied zwischen jenen beiden kaum vergleichbaren Heilslehrern darin, dass der Erwachte kein Opfer jener Intrigen wurde, vielmehr unbekümmert um alle jene sinnlosen Störungsversuche fünfundvierzig Jahre lang die Wahrheit weiter verbreitete und im hohen Alter von über achtzig Jahren an dem von ihm längst vorher bestimmten Tag, umgeben von einer großen Zahl von verehrenden Mönchen und Anhängern, aus dieser Zeitlichkeit heraustrat.

Aber auch bei den „andersfährtigen Pilgern“, denen, die nicht die Lehre des Erwachten kannten, sondern als Einzelgänger oder Lehrer von Schulen eigenen Gedanken und Bemühungen folgten, wurden die Tage nicht nur mit Gerede über jene oben erwähnten gewöhnlichen Dinge zugebracht. Gerade der Erwachte ist der letzte, der diese Auffassung vertritt, wenn er auch die Grenzen der anderen Lehrer deutlich erkennt. In D 1 und in M 136 und an manchen anderen Stellen spricht der Erwachte von Asketen und Pilgern, die in größter Ernsthaftigkeit in der Abgeschiedenheit durch fruchtbarstes Reinheitsstreben zum Durchbruch durch die sinnliche Wahrnehmung, also zur Überwindung der beschränkten Wahrnehmungsweise gekommen sind und sich große Bereiche der universalen Wahrnehmungsweise erobert haben, indem sie die „rückerinnernde Erkenntnis ihrer früheren Daseinsformen“ erworben haben und noch andere weit übermenschliche Fähigkeiten. Von diesen spricht der Erwachte mit großer Achtung, zeigt

aber zugleich, wie selbst diese, weil ihre Durchblicke noch Lücken aufwiesen, zu Fehldeutungen ihrer echten transzendierenden Erfahrungen kommen und darum eben doch nicht zur vollkommenen Befreiung. Ebenso bezeichnet der Erwachte jene beiden Lehrer, Alāro Kālāmo und Uddako Rāmaputto, zu denen er seinerzeit, vor seiner Erwachung, am Anfang seiner Askese, gegangen war, später als „große Geister“, obwohl er ihre Grenzen sah und sie darum ja verlassen hatte.

So ist also im Orden des Erwachten nicht alles nur vollkommen, und unter den andersfährtigen Pilgern nicht alles nur übel und mangelhaft, wie es nach den stereotypen Rahmenerzählungen in manchen Lehrreden scheinen mag. Diese äußeren Umstände, unter denen es zu der eigentlichen Lehrdarlegung des Erwachten kam, werden nicht vom Erwachten selber berichtet, sondern von den zeitgenössischen und teils auch späteren Mönchen. Die Lehrdarlegungen des Erwachten sind ja jahrhundertlang mündlich überliefert worden, ehe sie schriftlich fixiert wurden. Und wer bei sich selbst schon die Art der geistigen Assoziation beobachtet hat - dass ihm bei irgendeinem Ereignis oder Erlebnis die Erinnerung an ähnlich geartete aufkommt - der kann verstehen, wie solche Rahmen-erzählungen, die ein oder zweimal aus historischen Wirklichkeiten hervorgegangen sind, sehr bald sich multiplizieren und unter ähnlichen Umständen auch im selben Wortlaut angewandt werden.

Hier muss aber zugleich miterwähnt werden, dass dieser Vorgang der geistigen Assoziierung, der in den Lehrreden bei nebensächlichen Dingen und Rahmenberichten häufiger vorkommt, fast nirgends zu beobachten ist, wenn es um die Berichte der eigentlichen Lehraussagen des Erwachten selbst geht. Diese Tatsache wird man mit zunehmender Verwunderung und Achtung um so mehr erkennen, als man in den Wortlaut und den Sinn der vielen Lehrreden eindringt.

*Und Pañcakango, der Baumeister, kam zu dem Pilger heran, wechselte höflichen Gruß und freundliche Rede mit ihm und setzte sich zur Seite nieder. Als der Baumeister zur Seite saß, sprach der Pilger zu ihm:*

*Wenn ein Mensch vier Dinge erworben hat, Baumeister, dann, sag ich, ist er tauglich geworden, heilstauglich geworden, hat höchstes Gut erworben, den Asketenkampf bestanden. Welche vier?*

*Da wirkt er, Baumeister, nichts Schlechtes in Taten, redet kein schlechtes Wort, hegt keine schlechte Gesinnung/Gemütsverfassung, führt keinen schlechten Lebenswandel. Mit diesen vier Dingen, Baumeister, sag ich, ist der Mensch tauglich geworden, heilstauglich geworden, hat höchstes Gut erworben, den Asketenkampf bestanden. –*

*Aber der Baumeister war durch die Worte des Pilgers weder befriedigt noch verstimmt; ohne Befriedigung, ohne Verstimmung stand er von seinem Sitz auf und ging fort mit dem Gedanken: „Beim Erhabenen werde ich den Sinn dieser Worte verstehen.“*

In diesen wenigen Worten ist die ganze Weltanschauung, Seinsicht und Philosophie des Pilgers enthalten samt der daraus resultierenden Ethik. Zuerst nennt der Pilger das Ziel alles religiösen Strebens, das ja nach dem rechten, im Westen verloren gegangenen Verständnis nicht einen Gegensatz zum normalen menschlichen Streben bildet, sondern in verlängerter Linie lediglich eine weitere Erhöhung darstellt. -

Ein jeder Mensch sucht ja mit all seinen Bemühungen, das Angenehmere, Nützlichere, Schönere, Größere, das mehr Wohltuende und länger Vorhaltende zu gewinnen, und sucht vor allem, dem Mangel, dem Leiden zu entgehen. So gesehen hilft z.B. ausreichend Geld zum Wohlbefinden erheblich weiter als zu wenig Geld, und hilft mehr Gesundheit und Frische zum Wohlbefinden erheblich weiter als weniger Gesundheit und Fri-

sche, und hilft mehr Vorbedacht, planmäßiges Vorgehen, äußere und innere Ordnung wiederum erheblich weiter, als wenn von diesen geistigen Fähigkeiten weniger zur Verfügung steht oder eingesetzt wird. -

Schon bei diesen wenigen genannten Dingen zeigt sich eindeutig und zweifelsfrei, dass davon mehr zu haben und einzusetzen, mehr Wohltut, hilfreicher und darum besser ist als weniger, aber die Betrachtung solcher Mittel lässt sich noch weiter fortsetzen, bis man zu dem allerbesten Mittel kommt, das nur irgend zum vollkommenen Wohl führt. Das wurde im christlichen Mittelalter das „*summum bonum*“, das höchste Gut, genannt. Und genau wortwörtlich wird auch hier in Indien fünfhundert Jahre vor Beginn der christlichen Lehre vom „höchsten Gut“ gesprochen. Diese Begriffe zielen in allen Heilslehren auf das „ewige Wohl“ oder „ewige Heil“ hin.

Die Heilslehrer gehen, da sie die geistigen Realitäten kennen, von der Grundtatsache aus, dass der Mensch nicht durch den Körper, sondern auf die *P s y c h e* gestützt lebt und dass der Körper nur ein zusätzliches Werkzeug für die Lebensphase in dieser sinnlich-stofflichen Welt ist. Daraus ergibt sich die den Heilslehrern zur Erfahrung gewordene Einsicht, dass die Qualität der Seele oder des Herzens nach wohlwollend und übelwollend, nach „gut“ und „böse“ auch die Qualität des jeweiligen Lebens schon in dieser Welt, aber noch weit mehr in jeder anderen Welt nach Ablegung des Körpers bestimmt. Darum sind Geld und Gesundheit wichtige und wertvolle Güter, weil ohne beides das Leben in dieser Welt elend ist, denn hier haben wir diesen Körper, der ohne Geld hungern und frieren muss und der mit Krankheit viel Schmerzen, Leiden und Qualen verursacht; aber da der Mensch diese Welt, in der er des Körpers bedarf, nach 60-80 Jahren wieder verlässt und da die Qualität seines weiteren Lebens in der anderen Welt von der Qualität seiner Seele, seines Herzens abhängig ist, so wäre es töricht, wenn einer nicht zugleich jene „Güter“, also Hilfsmittel und Eigenschaften erwirbt, die ihm in dem viel längeren Leben, das mit dem Fortfall des Körpers beginnt,

auch Wohl und Glück und Helligkeit bringen. Eine derartige Existenzauffassung also steht hinter den Worten des Pilgers vom „höchsten Gut“, und darauf gründet seine Ethik, d.h. seine Forderung jener vier Eigenschaften, die nach seiner Auffassung zur Gewinnung des „höchsten Guts“ tauglich seien. Der Kenner der Lehre des Erwachten erkennt in diesen vier Forderungen eine gewisse Ähnlichkeit mit einem Teil der Ethik des Erwachten, die ja bekanntlich in dem achttgliedrigen Heilsweg ausgedrückt ist. Dieser achttgliedrige Heilsweg heißt:

1. Richtige Anschauung (*sammāditthi*)
2. richtige Gesinnung/Gemütsverfassung (*sammāsamkappo*)
3. richtige Rede (*sammāvācā*)
4. richtiges Handeln (*sammākammanto*)
5. richtige Lebensführung (*sammā-ājīva*)
6. richtiges Mühen (*sammāvāyāma*)
7. richtige Selbstbeobachtung (*sammāsati*)
8. richtiger Herzensfrieden (*sammāsamādhi*)

Von diesen acht Gliedern scheinen sich, in etwas anderer Reihenfolge, das 2., 3., 4. und 5. mit den vier Forderungen des Pilgers zu decken. Aber dennoch spürt der Baumeister, dass etwas daran nicht stimmt, und wie wir sehen werden, lässt der Erwachte die vier Forderungen des Pilgers in der vorliegenden Formulierung nicht gelten.

*Und der Baumeister begab sich dorthin, wo der Erhabene war, begrüßte den Erhabenen ehrerbietig und setzte sich zur Seite nieder. Zur Seite sitzend, berichtete nun der Baumeister dem Erhabenen Wort für Wort alles, was der Pilger Uggāhamāno gesagt hatte. Als er geendet hatte, wandte sich der Erhabene zu ihm und sprach:*

*Wäre es so, Baumeister, wie der Pilger Uggāhamāno, der Sohn der Samanamundikā, sagt, dann würde*

*ein kleines Kind, ein unvernünftiger Säugling tauglich geworden, heilstauglich geworden sein, hätte höchstes Gut erworben, den Asketenkampf bestanden, denn ein kleiner Knabe, Baumeister, ein unvernünftiger Säugling, weiß ja nichts von Taten: woher sollte er gar schlechte Taten wirken, es sei denn, dass er um sich schlägt. Und ein kleiner Knabe, Baumeister, ein unvernünftiger Säugling weiß auch nichts von Worten: woher sollte er gar schlechte Worte reden, es sei denn, dass er schreit. Und er weiß auch nichts von Gesinnung: woher sollte er gar schlechte Gesinnung hegen, es sei denn, dass er zornig ist. Und ebenso weiß er nichts von Lebensführung: woher sollte er gar schlechte Lebensführung pflegen: es sei denn, dass er Muttermilch nimmt. Wäre es so, Baumeister, wie der Pilger sagt, dann würde ein kleiner Knabe, ein unvernünftiger Säugling tauglich geworden, heilstauglich geworden sein, hätte höchstes Gut erworben, den Asketenkampf bestanden. Darum sag ich, dass diese vier Dinge den Menschen noch nicht tauglich werden, heilstauglich werden lassen, höchstes Gut erwerben, den Asketenkampf bestehen lassen, sondern nur bis zu jenem kleinen Knaben, dem unvernünftigen Säugling, heranreichen.*

Der Pilger hat seinen vier ethischen Forderungen die höchste Verheißung, die es in der Welt nur gibt, vorangestellt. Um so wichtiger ist es nachzuprüfen, ob eine solche Verheißung berechtigt ist, d.h. ob die Erfüllung der vier Forderungen des Pilgers zur Erlangung „des höchsten Guts“, der Todlosigkeit, des vollkommenen Heils ausreichen. Darum die deutliche Kritik des Erwachten.

Der Pilger sagt nicht, dass man diese vier schlechten Verhaltensweisen, die ja bekanntlich jeder normale Mensch mehr

oder weniger an sich hat, bewusst abgelegt, aus seinem Wesen ausgerodet und überwunden haben müsse, sondern fordert nur eben, dass einer diese vier üblen Dinge „nicht tue“. Und das trifft ja gerade auf den Säugling zu, wie der Erwachte es mit Recht sagt, denn weil dieser noch gar nichts von sich und der Welt weiß, so tut er weder Übles noch Gutes.

Hinter diesem Wort des Erwachten steht ein ganz anderes Urteil über das Wesen des Kleinkindes, des Säuglings, als es im Westen Jahrhunderte lang geherrscht hat. Wir kennen das Jesus zugeschriebene Wort: *Lasset die Kindlein zu mir kommen und wehret ihnen nicht, denn ihrer ist das Reich Gottes..* Und entsprechend der zweitausendjährigen Erziehung des westlichen Menschen in dieser Auffassung war bis zu der Zeit Freuds im gesamten westlichen Denken die Auffassung von der „Unschuld und Reinheit des Kindes“ verbreitet, die überall in der Literatur ihren Niederschlag fand, wie auch noch Goethe von dem Gegensatz spricht zwischen der „Unschuld des lockigen Knaben“ und „dem kahlen schuldigen Scheitel“. Diese Unterscheidung kann aber immer nur in solchen Kulturen aufkommen, in denen vorwiegend das äußere Tun und Lassen der Menschen beachtet wird, dagegen die inneren verborgenen seelischen Antriebe zu allem Tun und Lassen unbekannt oder nicht genug bekannt sind. Der Osten weiß viel besser und allgemeiner, dass der Mensch die Triebe der Psyche, die den entscheidenden Einfluss auf sein Tun und Lassen ausüben, schon bei seiner Geburt mitbringt, dass sie also dem Säugling ebenso innewohnen wie dem Erwachsenen, dass sie sich aber noch nicht offenbaren und äußern können, weil er noch keine Verbindung zur Welt hat. So hat der Säugling, das Kleinkind noch keine guten und keine schlechten Taten getan, ist noch „unbeschrieben“, erscheint darum dem flachen Blick „unschuldig“, doch gilt in Wirklichkeit von ihm, wie Hermann Hesse es von dem in allen Menschen verborgenen Durst ausdrückt:

*Schönheit der Träume, holde Spielerei,  
so hingehaucht, so reinlich abgestimmt,*

*tief unter deiner heitern Fläche glimmt  
Sehnsucht nach Nacht, nach Blut, nach Barbarei.*

Darin liegt der Grund, dass der Erwachte den Äußerungen des Pilgers entgegenhält, dass diese vier Unterlassungen üblen Verhaltens noch kein gutes Zeichen sein müssen - geschweige denn in den Besitz des höchsten Gutes brächten - denn schon jeder Säugling unterließe diese üblen Verhaltensweisen, obwohl er sie sehr bald, wenn er größer wird, nicht mehr unterlassen wird.

*Zehn Dinge, Baumeister, sag ich, lassen den Menschen tauglich, heilstauglich geworden sein, lassen ihn höchstes Gut erworben, den Asketenkampf bestanden haben.*

Der Erwachte stellt also den vier Forderungen des Pilgers zehn Forderungen entgegen, nennt sie hier aber noch nicht, sondern erst am Ende der Lehre. Wer die Lehre kennt und durch ihre praktische Befolgung die realen inneren und äußeren Entwicklungsmöglichkeiten des Menschen an sich erfährt, der weiß, dass der vom Erwachten genannte achtgliedrige Heilsweg, den wir vorhin zitierten, bis an das Tor zum höchsten Gut heranführt und dass dann demjenigen, der sich durch den achtgliedrigen Weg hindurchgekämpft hat, noch zwei weitere Eigenschaften als Früchte zufallen:

9. Rechte Weisheit (*sammāñāna*) und

10. rechte Erlösung (*sammāvimutti*).

Mit diesen „zehn Dingen“ ist der Mensch dann tatsächlich heilstauglich geworden, im Besitz des höchsten Guts und hat den Asketenkampf endgültig bestanden. Darum sagt der Erwachte von einem solchen (M 117): *So wird, ihr Mönche, der achtfach gerüstete Kämpfer zum zehnfach gerüsteten Heilgewordenen.*



Aber an dieser Stelle nennt der Erwachte, wie gesagt, jene zehn Eigenschaften noch nicht, weil ihre Aufzählung hier fast nur rhetorischen Wert hätte, vielmehr wählt er, wie immer in seinen Lehrreden, einen Weg, der seine Hörer an die geistige Substanz, um die es geht, so heranführt, dass sie diese bei sich selbst in ihrem eigenen geistig-seelischen Erleben erfahren, erkennen und dadurch auch einen lebendigen Einblick in ihre üblen oder guten Wirkungen nehmen. Denn erst dieser lebendige Einblick gibt die Kraft, das Schädliche abzutun und das Heilsame sich zu erwerben.

*„So sind u n h e i l s a m e Sitten (akusala sīla)“: das, Baumeister, sag ich, muss man verstehen.*

*„Daher kommen unheilsame Sitten“: das, Baumeister, sag ich, muss man verstehen.*

*„Da gehen unheilsame Sitten restlos unter“: das, Baumeister, sag ich, muss man verstehen.*

*„So vorgehend, erreicht man den Untergang unheilsamer Sitten“: das, Baumeister, sag ich, muss man verstehen.*

*„So sind heilsame Sitten(kusala sīla)“: das, Baumeister, sag ich, muss man verstehen.*

*„Daher kommen heilsame Sitten“: das, Baumeister, sag ich, muss man verstehen.*

*„Da gehen heilsame Sitten restlos unter“: das, Baumeister, sag ich, muss man verstehen.*

*„So vorgehend erreicht man den Untergang heilsamer Sitten“: das, Baumeister, sag ich, muss man verstehen.*

Hier geht es zunächst um die *unheilsamen und die heilsamen Sitten*, das sind die zwei entgegengesetzten Richtungen der äußeren Aktivität des Menschen, während im nächsten Absatz die „unheilsamen und die heilsamen *Gesinnungen*“, also die zwei entgegengesetzten Richtungen der *i n n e r e n* Aktivität genannt werden. Und über jede der zwei äußeren und

inneren Aktivitäts-Richtungen fordert der Erwachte vier Kenntnisse:

1. Was darunter zu verstehen ist,
2. woher diese Aktivität ihren Antrieb bekommt,
3. durch welche Bedingung sie restlos aufgelöst und ausgerodet wird,
4. wie im Leben praktisch vorgegangen werden muss, um diese restlose Auflösung zu bewirken.

Von allen sechzehn Fragen, Problemen und Aufgaben sagt der Erwachte ausdrücklich, dass man ihre rechte Beantwortung und Auflösung „verstehen“ (*veditabba*) müsse. Damit ist nicht nur theoretisches Wissen, sondern eine Kenntnis gemeint, die nur aus einem tieferen Einblick, aus einem Eindringen in diese Gegebenheiten durch praktische Bemühung hervorgeht. Dazu bedarf es natürlich zunächst, dass man von einem Kenner, in diesem Fall vom Erwachten, vernimmt, wie diese sechzehn Fragen zu beantworten sind. Damit hat man aber noch nicht die vom Erwachten geforderte „Kenntnis“. Doch wer mit den Antworten des Erwachten sein eigenes praktisches Leben beobachtet und die Bedingtheiten seiner inneren und äußeren Aktivität entdeckt, der gewinnt das Verständnis, kommt zur Einsicht und allmählich zu jener gründlichen Kenntnis, die auch wirklich heraushilft.

Der Erwachte spricht also von „unheilsamen“ und „heilsamen“ Sitten und Geisteshaltungen. Mit diesen Begriffen deutet er in gerader Linie auf jenes von dem Pilger herausgestellte „höchste Gut“ hin, das ja in der vollkommen heilen Situation besteht. Es gibt also äußere und innere, tätliche und geistige Verhaltensweisen, welche von der heilen Situation fernhalten („unheilsam“) und solche, welche im Lauf der Zeit darauf zuführen („heilsam“). Das ist mit den Begriffen ausgedrückt.

*„So ist unheilsame Gesinnung“: das, Baumeister, sag ich, muss man verstehen.*

*„Daher kommt unheilsame Gesinnung“: das, Baumeister, sag ich, muss man verstehen.*

*„Da geht unheilsame Gesinnung restlos unter“: das, Baumeister, sag ich, muss man verstehen.*

*„Also vorgehend, erreicht man den Untergang unheil-samer Gesinnung“: das, Baumeister, sag ich, muss man verstehen.*

*„So ist heilsame Gesinnung“: das, Baumeister, sag ich, muss man verstehen.*

*„Daher kommt heilsame Gesinnung“: das, Baumeister, sag ich, muss man verstehen.*

*„Da geht heilsame Gesinnung restlos unter“: das, Baumeister, sag ich, muss man verstehen.*

*„Also vorgehend, erreicht man den Untergang heilsamer Gesinnung“: das, Baumeister, sag ich, muss man verstehen.*

Wie schon vorhin erwähnt, wird unter *Gesinnung / Gemütsverfassung* die i n n e r e Aktivität verstanden insofern, als die Gesinnung in fast allen Fällen das Tun und Lassen des Menschen, also seine äußere Aktivität lenkt und bestimmt. So führt die „unheilsame“ Gesinnung in den meisten Fällen auch zu unheilsamen Sitten, d. h. unheilsamem Reden und Handeln und Lebensführung, und ebenso führt die heilsame Gesinnung auf die Dauer auch zu heilsamem äußerem Tun. Darum bildet *die richtige Gesinnung* gleich nach der „richtigen Anschauung“ das zweite Glied des achtgliedrigen Weges und schließen sich „richtiges Reden, Handeln und Lebensführung“ als 3., 4. und 5. Glied an.

Damit zeigt sich, dass die vier Forderungen des Pilgers nicht etwa abwegig sind, sondern lediglich wesentlicher Präzisierungen und Ergänzungen bedürfen, denn auch hier in Bezug auf die unheilsame und die heilsame Gesinnung fordert der Erwachte je vier Grundkenntnisse, die er selbst in den folgenden Ausführungen vermittelt.

Wir finden nicht nur im alten Indien in den unterschiedlichsten Kreisen der Heilssucher viel kernhaft oder äußerlich-wörtlich Gemeinsames, sondern ebenso in allen anderen Kulturen, soweit in ihnen noch in mehr oder weniger lebendiger Weise nach dem Heil gefahndet und auf den Wegen der praktischen Bemühungen Erfahrungen gesammelt werden. Darum sind ähnliche Forderungen auch in der christlichen Mystik und in der mystischen Richtung des Islam, dem Sufitum, zu finden. Wir werden sehen, dass die gesamten folgenden Ausführungen des Erwachten sich mit diesen vier Forderungen des Pilgers befassen und dass sich diese in ihrer vagen Formulierung lediglich als Rudimente, als unzulängliche Reste dessen erweisen, was diese vier Forderungen an sich beinhalten. Der Erwachte zeigt, dass sie einen untrennbaren Teil des achtgliedrigen Wegs bilden, dass sie also gar nicht für sich allein bestehen können.

Schon die vorigen sechzehn Forderungen des Erwachten zeigen, dass die „richtige Anschauung“, das erste Glied des achtgliedrigen Weges, auch die erste Voraussetzung für die Erfüllung der Forderungen des Pilgers bilden, denn ohne jene sechzehn vom Erwachten genannten gründlichen Kenntnisse bleiben die Forderungen des Pilgers leere und kraftlose Formeln, wie wir es überall da beobachten, wo die unmittelbare Erfahrung der geistigen Realitäten verloren gegangen ist. In den weiteren Ausführungen des Erwachten werden wir sehen, dass auch das 6. und 7. Glied des achtgliedrigen Wegs zur Erfüllung der vier Forderungen des Pilgers ebenso erforderlich ist wie das 1. Glied. Ähnlich zeigt der Erwachte es auch in M 117.

*Was sind aber, Baumeister, unheilsame Sitten? Unheilsames Wirken in Taten, unheilsames Wirken in Worten, üble Lebensführung, das heißt man, Baumeister, unheilsame Sitten.*

Hier haben wir eine kurze Benennung dessen, was der Erwachte in allen Lehrreden gleichlautend unter den „Sitten“ als

die äußere Aktivität verstanden wissen will. Wir sagten schon, dass diese drei Aktivitätsformen (Taten, Worte und Lebensführung) im achtgliedrigen Heilsweg des Erwachten das 3., 4. und 5. Glied ausmachen.

Unter dem unheilsamen Wirken in *Taten* wird nach den Lehrreden des Erwachten immer verstanden:

1. Töten (von Menschen oder Tieren) und gewaltsam oder roh mit Menschen und Tieren umgehen,
2. stehlen („Ungegebenes nehmen“),
3. in andere Partnerschaften einbrechen und Minderjährige verführen.

Unter unheilsamem Wirken in *Worten* wird verstanden:

1. Trügerische, verleumderische Rede,
2. zwischentragen zum Zweck der Entzweiung,
3. verletzende Rede,
4. sinnloses Geschwätz.

Was unter *übler Lebensführung* verstanden wird, dafür findet der interessierte Leser in D 31 viele ausführliche Beispiele. Unter anderem ist es Genießen von Rauschmitteln, Handel mit Rauschmitteln, Waffen, Giften usw., sonstige üble Berufe und Umgang mit schlechten Freunden pflegen usw. Diese Arten von Taten, Worten und Lebensführung sind also die unheilsamen Sitten.

*Und woher kommen, Baumeister, diese unheilsamen Sitten? Spricht man von ihrer Herkunft, so hat man zu sagen: aus dem Herzen (citta) kommen sie her. Welcher Art ist das Herz? Das Herz ist gar vielfältig, mannigfaltig, unterschiedlich; das von Zuneigung (rāga), Abneigung (dosa) und Blendung (moha) besetzte Herz: daher kommen die unheilsamen Sitten.*

Mit der vorstehenden Auskunft zeigt der Erwachte, dass die üblen Sitten einen dynamischen Antrieb haben, dass sie also bei der vom Erwachten genannten Herzensverfassung

zwangsläufig aufkommen müssen. Wie ein starker Wasserstrom fast unhemmbar zu Tal stürzt, so muss ein Mensch, dessen Herz von starker Hinneigung zu bestimmten Erlebnissen und Fortneigung von anderen Erlebnissen und Blendung bewegt wird, zwangsläufig zu jenen rücksichtslosen, üblen „Sitten“, Lebensformen, kommen. Es sind also die Triebe oder Tendenzen der Psyche, die das Tun und Lassen des Menschen bewegen. Je stärker diese sind, je stärker ein Mensch diese und jene Erlebnisse begehrt, wie die vielfältigen Sinnesgenüsse, Reichtum, Ansehen, Macht, Einfluss usw., um so rücksichtsloser wird er im Anstreben derselben, um so mehr wird er bei deren Verhinderung bekümmert und wütend, und um so mehr wird er, wenn er in einem anderen Menschen die Ursache der Verhinderung sieht, auf diesen Hass und Feindschaft, Rache und Verfolgung richten. So führen starke üble Triebe zwangsläufig zu unheilsamen Sitten.

*Und wo, Baumeister, gehen diese unheilsamen Sitten restlos unter? Spricht man von ihrem Untergang, so gilt es, Baumeister, dass der Mönch übles Wirken in Taten verlasse und heilsames Wirken in Taten pflege, übles Wirken in Worten verlasse und gutes Wirken in Worten pflege, übles Wirken im Denken verlasse und heilsames Wirken in Gedanken pflege, falsche Lebensführung verlasse und rechte Lebensführung pflege: Da gehen jene unheilsamen Sitten restlos unter.*

Wir sehen mit einem Blick, dass die hier vom Erwachten genannte Umstellung leichter gesagt als getan ist. Aber wer die Zusammenhänge in der Existenz kennt, wer da weiß, dass er nicht auf den Körper gestützt - die 70-80 Jahre der Körperdauer - lebt, sondern auf sein „Herz“, auf seine Psyche (*citta*) gestützt lebt, dass diese von dem Untergang des physischen Werkzeuges nicht berührt wird und dass deren Qualität auch stets die Qualität seines jeweiligen Lebens bestimmt, der sieht

ein, dass diese Umstellung irgendwann ganz sicher getan werden muss, da er im Diesseits und hernach im Jenseits nicht zur Ruhe und nicht aus dem Leiden herauskommen wird, bis diese Umstellung vollendet ist. Darum kann, wie gesagt, der Kenner der existentialen Zusammenhänge nicht ruhen wollen, solange er noch *unheilsame Sitten* an sich beobachtet.

Wenn aber der Erwachte sagt, dass alle unheilsamen Sitten stets aus einem Herzen hervorgehen müssen, das von starker Hin-, Fortneigung und Blendung durchsetzt ist, dann ergibt sich daraus, dass die völlige Überwindung aller unheilsamen Sitten erst dann geschehen sein kann, wenn auch das Herz von Hinneigung, Fortneigung und Blendung mehr und mehr frei geworden ist. Und so sagt es der Erwachte weiter unten, wo es um die Frage der Herkunft der „heilsamen Sitten“ geht. Da nun gesagt wird, dass man zum restlosen Untergang der unheilsamen Sitten dadurch komme, dass man alles schlechte Wirken in Taten, Worten und im Denken wie auch die falsche Lebensführung verlasse und ein gutes Wirken in Taten, Worten und im Denken sowie rechte Lebensführung pflege, so bedeutet dies, dass durch diese achtfache Übung (die vier üblen Dinge zu lassen und die vier guten Dinge zu pflegen) nach und nach das Herz von der Hinneigung, Fortneigung und Blendung befreit wird.

Es handelt sich hierbei also nicht um eine unmittelbare, sondern um eine *m i t t e l b a r e* Herzensläuterung. Zu der unmittelbaren Herzensläuterung – sie ist ein rein geistiger Vorgang – ist der normale ungeübte Mensch, auch wenn er schon zu einem größeren Verständnis der existentialen Zusammenhänge vorgedrungen ist, schwerer fähig; vielmehr bedarf er der mehr äußerlichen Handhaben, mittels deren er sein Herz verändert. So wie der normale Sportsmann die Kraft seiner Muskeln nicht unmittelbar in direkter Weise beeinflussen kann, sondern eben nur durch Training, d.h. durch rasche Läufe und durch Dauerläufe, so auch kann der normale Mensch die Triebe seiner Psyche, zumal diese ja meistens auf konkrete Erlebnisse aus sind, nicht unmittelbar, sondern nur

durch sein verändertes Verhalten bei den konkreten Erlebnissen beeinflussen.

Natürlich ist die Umwandlung der üblen Sitten (3., 4. und 5. Stufe des achtgliedrigen Heilsweges) ohne vorausgehende richtige Anschauung (1. Stufe) nicht denkbar. Das heißt für unseren konkreten Fall: die sichere Kenntnis oder feste Überzeugung des Menschen von dem Elend und dem Leiden, das die unheilsamen Sitten im Diesseits und Jenseits mit sich bringen, und von der großen Erleichterung, Erhöhung und Erhellung, die er durch die Annahme guter Sitten erlangt. Wer diese richtige Anschauung, die erste Voraussetzung für alle Wandlungen, nicht besitzt, der wird die Mühe nicht auf sich nehmen können und wollen, die zu der allmählichen Umerziehung von den unheilsamen Sitten zu den heilsamen Sitten erforderlich sind.

Obwohl zu den „Sitten“ nur die äußere Aktivität gezählt wird, eben Reden, Handeln und Lebensführung, so sehen wir, dass der Erwachte für die Umstellung von den unheilsamen zu den heilsamen Sitten doch auch eine Umstellung des Denkens fordert: *übles Wirken im Denken verlassen und gutes Wirken im Denken pflegen*. Hierin haben wir bereits einen ersten Ansatzpunkt für eine mehr unmittelbare Beeinflussung der Psyche, der Triebe.

Es kann kein Mensch irgendetwas tun oder reden, das nicht vorher oder im selben Moment vom Geist beabsichtigt und gelenkt wird. Zwar geht diese Geistestätigkeit dem Reden und Handeln in den meisten Fällen ganz unmittelbar voraus und ist vielen Menschen kaum bewusst, so dass man diese schwerer beeinflusst. Darum wird die Umstellung dieser Geistestätigkeit vom Erwachten auch erst an dritter Stelle genannt und zuerst die Umstellung des Wirkens in Taten und in Worten. Aber wer immer in dieser Richtung auf sich achtet, dem wird sein planendes Denken und sein geistiges Lenken des Redens und Handelns allmählich immer stärker bewusst, und so kann er schon beim Denken sich korrigieren, so dass es gar nicht erst zu dem üblen Wirken im Reden und Handeln kommt.



*Wie aber geht man vor, Baumeister, um unheilsame Sitten auszuroden?*

*Da weckt, Baumeister, der Mönch seinen Willen, dass er unaufgestiegene üble unheilsame Gedanken nicht aufsteigen lasse, er müht sich darum, er entwickelt Tatkraft, er erzieht das Herz, er kämpft.*

*Er weckt seinen Willen, dass er aufgestiegene üble unheilsame Gedanken vertreibe, er müht sich darum, er entwickelt Tatkraft, er erzieht das Herz, er kämpft.*

*Er weckt seinen Willen, dass er unaufgestiegene gute heilsame Gedanken aufsteigen lasse, er müht sich darum, er entwickelt Tatkraft, er erzieht das Herz, er kämpft.*

*Er weckt seinen Willen, dass er aufgestiegene gute heilsame Gedanken sich festigen, nicht lockern, weiterentwickeln, erschließen, entfalten lasse, er müht sich darum, er entwickelt Tatkraft, er erzieht das Herz, er kämpft.*

*So geht man vor, Baumeister, um unheilsame Sitten auszuroden.*

Wir sagten vorhin, dass die Umerziehung von den unheilsamen Sitten zu den heilsamen leichter gesagt als getan sei, und jeder Mensch, der ernsthaft an seiner Selbsterziehung arbeitet, weiß um die viele Kleinarbeit, um die Beharrlichkeit und die Geduld, die dabei erforderlich sind. Aber zu diesen Bemühungen gibt der Erwachte hier nun eine praktische Anleitung, die nur ein solcher geben kann, der das Problem seinerseits gemeistert hat. Diese Anleitung ist in der vorliegenden Formulierung auf den Zweck zugeschnitten, um den es geht; aber ihr liegt zugrunde eine Gesetzmäßigkeit, die für alle Zwecke und Ziele gültig ist, für alle Zwecke, die man innerhalb der Welt wie auch zur Überwindung der Welt erreichen will, sei es eine handwerkliche oder eine künstlerische Arbeit, ein pädagogisches, ein politisches oder ein wirtschaftliches Ziel oder der

Erwerb einer charakterlichen Eigenschaft. Und wir können beobachten und erkennen, dass ein jeder Mensch, je mehr er in der Anstrengung seiner Ziele - gleichviel welcher - Übung und Erfahrung gewonnen hat, um so mehr auch zu dieser hier vom Erwachten genannten und zugrunde liegenden Gesetzmäßigkeit hinfindet.

Diese Gesetzmäßigkeit ist an sich ganz einfach: Für das Anstreben und Erreichen eines jeden Ziels gibt es Hindernisse und Fördernisse. Und da kommt nun ein jeder Mensch, je mehr er im Anstreben von Zielen Erfahrung sammelt, um so mehr darauf, dass er dafür sorgt, dass

1. noch nicht eingetretene Hindernisse gar nicht erst eintreten (also Vorbeugung),
2. dass eingetretene Hindernisse konsequent aus dem Wege geräumt werden (also Beseitigung),
3. dass erforderliche, aber noch nicht vorhandene Fördernisse zustande kommen, eintreten (also Herbeischaffung oder Erzeugung),
4. dass bereits vorhandene Fördernisse festgehalten, gesichert und erweitert werden (also Bewahrung).

Zwar gibt es für die Erreichung eines jeden Ziels jeweils andere Hindernisse und Fördernisse, aber immer müssen die Hindernisse vermieden oder beseitigt und die Fördernisse geschaffen und erhalten werden, wenn das betreffende Ziel erreicht werden soll. Es ist noch nie ein Ziel erreicht worden, weder ein kleines noch ein großes, ohne diese vier Erfordernisse, gleichviel ob man darauf geachtet hat oder nicht. Aber je mehr man sich über diese Gesetzmäßigkeit klar ist und ihr Rechnung trägt, um so eher wird das Ziel erreicht.

Diese vier unerlässlichen Erfordernisse nennt der Erwachte die „vier großen Kämpfe“; sie bilden zusammen das sechste Glied des achtgliedrigen Heilsweges, das „richtige Mühen“. In M 117 wird nachgewiesen, wie diese vier Kämpfe nicht nur für den Erwerb der heilsamen Sitten, also der „rechten Rede“

(3. Glied des achtgliedrigen Weges), des „rechten Handelns“ (4. Glied) und der „rechten Lebensführung“ (5. Glied), sondern auch zum Erwerb der „rechten Anschauung“ (1. Glied) und der „rechten Gesinnung“ (2. Glied) unerlässlich sind. So wird auch dort die große Bedeutung der vier Kämpfe bestätigt. Zugleich wird in M 117 gezeigt, dass nicht nur diese vier Kämpfe, das sechste Glied, zur Bewältigung eines jeden der fünf ersten Glieder erforderlich ist, sondern ganz ebenso auch das 1. und 7. Glied, also die „rechte Anschauung“ und die „rechte Beobachtung“. Und von diesen beiden Gliedern gilt auch ganz so, wie es eben vom sechsten Glied gesagt war, dass sie für das Erreichen eines jeden Zwecks oder Ziels, gleichviel welcher Art sie sind, unerlässlich sind: Immer muss man zuerst eine „richtige Anschauung“ (1. Glied) darüber haben, wie der Zweck oder das Ziel angestrebt werden muss und erreicht werden kann (wie ein Schrank gebaut, eine Kunst erlernt oder ausgeübt, ein Kind erzogen wird usw. ). Immer muss darauf das „richtige Bemühen“ (6. Glied) einsetzen, um die Hindernisse zu dem gesteckten Ziel zu überwinden und die Fördernisse zu sammeln und einzusetzen, und immer muss man „richtig beobachten“ (prüfen, kontrollieren - 7. Glied), wie weit man vorwärts gekommen ist, was getan und was noch zu tun ist, was korrigiert werden muss usw.

In unserer Lehrrede zeigt sich nun, wie konsequent und intensiv diese vier Kämpfe in den Dienst des hier gesteckten Ziels gestellt werden, damit sie zum restlosen Untergang der unheilsamen Sitten führen. -

*Er weckt seinen Willen* - das bedeutet ja, dass er nicht nur gelegentlich hier oder dort mehr oder weniger zufällig ein wenig darauf achtet, dass er sich nicht in übler, sondern in guter Weise verhalte, sondern dass er ganz bewusst und klar ins Auge fasst und in sich den Willen und die Absicht aufmacht, sich immer mehr zu der richtigen Verhaltensweise umzubilden. Das kann er nur in dem Maß wollen, als er die „rechte Anschauung“ (1. Glied) hat, d.h. als er überzeugt ist davon, dass es für ihn nichts Günstigeres, Besseres, Hilfreiche-

res und Lohnenderes gibt, als sich von den üblen Verhaltensweisen zu den guten umzubilden.

Wir erinnern uns an das Gleichnis des Erwachten in D 13 von dem gekrümmt Gefesselten. Mit dem lebenslänglich so Gefesselten ist die Psyche oder das Herz des normalen Menschen gemeint, das von den Großen und Heilgewordenen als krüppelhaft, als befangen im Vordergründigen, Oberflächlichen und Begrenzten angesehen wird, von Aversionen und Aggressionen gerissen, an Schmutzig-Gemeines gewöhnt, machtlos allen Eindrücken erlegen. Und selbst wenn dieser lebenslänglich so gebunden gewesene Mann nun von diesen Banden befreit wird (und das bedeutet, dass er nun die Verzerrung und Beschmutzung seines Herzens und deren Folgen für sein Erleben und die Möglichkeit einer endgültigen Befreiung und Gesundung voll begriffen hat, also die „rechte Anschauung“, das erste Glied des achtgliedrigen Heilsweges, gewonnen hat, und darum nichts anderes mehr als diese Befreiung will) - dann kann er, weil er zeitlebens so gebunden dalag, doch kaum seine Glieder regen und kann nur ganz allmählich und nur durch immer erneute Anläufe seine Glieder der normalen Haltung und der normalen Beweglichkeit annähern. - Ganz ebenso geht es mit der Befreiung des Herzens von all den üblen Antrieben, welche zu den unheilsamen Sitten führen. Je mehr ein Mensch diese Antriebe („Motivationen“) bei sich selbst beobachtet und erkennt, um so mehr wird ihm auch klar, dass es für lange Zeit dieser vier entschiedenen Kampfesweisen bedarf, um sich von den üblen Sitten und damit von den sie veranlassenden üblen Herzensregungen zu befreien.

*Was sind aber, Baumeister, heilsame Sitten (sīla)? Heilsames Wirken in Taten, heilsames Wirken in Worten, lautere Lebensführung. Das, Baumeister, nenne ich „Sitte“ (sīla), und man heißt es, Baumeister, heilsame Sitte.*

*Und woher, Baumeister, kommen diese heilsamen Sitten? Spricht man von ihrer Herkunft, so hat man zu*

*sagen: Aus dem Herzen (citta) kommen sie her. Welcher Art ist das Herz? Das Herz ist gar vielfältig, mannigfaltig, unterschiedlich; das von Zuneigung, Abneigung und Blendung freie Herz, daher kommen die heilsamen Sitten.*

So wie die üblen Sitten aus einem Herzen hervorgehen, das von starker Hinneigung, Fortneigung und Blendung bewegt ist, so heißt es nun hier, dass die guten Sitten aus einem von diesen drei Übeln freien Herzen hervorgehen. Daraus zeigt sich, dass der Mensch auf dem Weg der Umerziehung von den üblen zu den guten Sitten zugleich auch sein Herz von diesen drei üblen Antrieben befreit, das heißt also - um noch einmal auf das Gleichnis von dem gekrümmt Gefesselten zurückzukommen -, dass jener Mann, nachdem er von den Banden befreit wurde, seine lebenslängliche Gewöhnung an die gekrümmte und verzerrte Körperhaltung durch unermüdliche Anläufe in Richtung auf Recken und Strecken allmählich immer mehr aufhebt, bis keine Reste von der alten Gewohnheit mehr vorhanden sind und er sich aufrichten und frei bewegen kann, so dass nun nichts mehr im Wege steht, um zum anderen Ufer zu gelangen.

*Und wodurch, Baumeister, gehen diese heilsamen Sitten restlos unter? Spricht man von ihrem Untergang, so gilt es, Baumeister, dass der Mönch heilsame Sitten habe (sīlavā), aber nicht bei heilsamen Sitten stehenbleibe<sup>142</sup>, dass er jene Gemütserlösung, Weisheitserlösung der Wirklichkeit gemäß verstehe, wodurch ihm die heilsamen Sitten restlos untergehen.*

*Wie aber geht man vor, Baumeister, um zum Untergang der heilsamen Sitten zu gelangen?*

---

<sup>142</sup> sīlamaya, wörtlich: gemacht aus Tugend, bestehend aus Tugend.  
Übersetzung von Karl Seidenstücker (It 51): nicht stehen bleiben  
(bei den formfreien Bereichen, in der Aufhebung Erlösung finden)

*Da weckt, Baumeister, der Mönch seinen Willen, dass er unaufgestiegene üble unheilsame Gedanken nicht aufsteigen lasse, er müht sich darum, er entwickelt Tatkraft, er erzieht das Herz, er kämpft.*

*Er weckt seinen Willen, dass er aufgestiegene üble unheilsame Gedanken vertreibe, er müht sich darum, er entwickelt Tatkraft, er erzieht das Herz, er kämpft.*

*Er weckt seinen Willen, dass er unaufgestiegene gute heilsame Gedanken aufsteigen lasse, er müht sich darum, er entwickelt Tatkraft, er erzieht das Herz, er kämpft.*

*Er weckt seinen Willen, dass er aufgestiegene gute heilsame Gedanken sich festigen, nicht lockern, weiterentwickeln, erschließen, entfalten lasse, er müht sich darum, er entwickelt Tatkraft, er erzieht das Herz, er kämpft.*

*So geht man vor, Baumeister, um zum Untergang heilsamer Sitten zu gelangen.*

Hier wird gefragt und erklärt, wodurch die heilsamen Sitten untergehen (und ebenso wird weiter unten gefragt und erklärt, wie auch die heilsame Gesinnung untergehe). Natürlich stehen die heilsamen Sitten und Gesinnungen unbestreitbar höher, bewirken also weit mehr Helligkeit und Wohl als die unheilsamen, aber das endgültige und vollkommene Heil hat weder mit äußerer noch innerer Aktivität, weder mit Sitten noch mit Gesinnung etwas zu tun und kann darum nur durch deren Ablegung erreicht werden. Doch lässt sich dieser Zusammenhang besser nach den weiteren Ausführungen der Lehrrede erklären.

*Was ist aber, Baumeister, unheilsame Gesinnung? Sinnensüchtige Gesinnung, die Gesinnung von Antipathie bis Hass, aggressive / rücksichtslose Gesinnung.*

Die Gesinnung oder Gemütsverfassung bildet das zweite Glied des achtgliedrigen Heilswegs, wird also vor den eben besprochenen „Sitten“, welche das 3., 4. und 5. Glied ausmachen, genannt. Die üble Gesinnung zu lassen, gehört auch zu den vier Forderungen des Pilgers, aber in den folgenden Ausführungen zeigt der Erwachte, was alles gewusst, verstanden, erkannt und getan werden muss, wenn diese Forderung des Pilgers nicht eine Redensart bleiben, sondern wirklich erfüllt werden soll.

Was unter „Gesinnung“ zu verstehen ist, lässt sich am besten aus ihrer Herkunft erklären, und darum im nächsten Absatz, in dem der Erwachte die Herkunft nennt. Hier geht es zunächst um eine richtige Kenntnis dieser drei „unheilsamen“ Gesinnungen. Diese - wie auch die entsprechenden drei heilsamen Gesinnungen - sind bedingt durch die Herzensqualitäten, also die Triebe, die Tendenzen, die der Erwachte „Gegebenheiten (*dhātu*)“ nennt. Es handelt sich um sechs verschiedene Gegebenheiten des Herzens, um drei „unheilsame“ und um drei „heilsame“. Von den drei unheilsamen Gegebenheiten bildet die Sinnensucht (*kāma*) die Voraussetzung, ohne welche auch die beiden anderen nicht bestehen können. Diese drei unheilsamen Eigenschaften sind nach Aussage des Erwachten allen Wesen der untersten der drei großen Daseinsbereiche (*bhava*), der Erfahrung der Sinnensuchtwelt, eigen. Zu diesem Daseinsbereich gehören die Menschen wie auch alle untermenschlichen Wesen und noch mehrere Stufen übermenschlicher Wesen. Auf dieser „Stufenleiter“ der untersten Daseinserfahrung befinden sich die Wesen mit der stärksten Aggression und Rücksichtslosigkeit sowie mit den größten Formen der Sinnensucht am meisten „unten“, während der abnehmende Hass, die abnehmende Aggression und Rücksichtslosigkeit (die oft auch verbunden ist mit weniger groben Formen der Sinnensucht), entsprechend weiter nach „oben“ tendieren. Wenn mit Sinnensucht behaftete Wesen fast gar keinen Hass, keine Aggression und Rücksichtslosigkeit an sich haben, dann werden auch erfreuliche, wohlthuende, sanfte Begegnungen

zwischen den Wesen erlebt mit viel wohltuender sinnlicher Wunscherfüllung. Je mehr aber Hass, Aggression und Rücksichtslosigkeit bei den Wesen vorhanden sind, um so weniger kommt es zur Erfüllung sinnlicher Wünsche, um so mehr bestimmen Kälte, Härte, Egoismus bis Brutalität das Lebensklima.

Dem normalen Menschen ist die Sinnensucht so natürlich eigen und selbstverständlich, dass er sie auf den ersten Blick an sich selbst kaum erkennt, noch weniger kann er sich das Freisein von der Sinnensucht vorstellen. - Der Erwachte nennt fünf Arten von Sinnensüchten:

1. die Sucht nach den vom Luger erfahrbaren geliebten Formen,
2. die Sucht nach den vom Lauscher erfahrbaren geliebten Tönen,
3. die Sucht nach den vom Riecher erfahrbaren geliebten Düften,
4. die Sucht nach den vom Schmecker erfahrbaren geliebten Säften,
5. die Sucht nach dem vom Taster erfahrbaren geliebten Tastbaren.

Natürlich kennt jeder Mensch auch solche Formen, Töne, Düfte usw., die er gerade nicht liebt, nicht mag, vielmehr unschön, abstoßend, ekelhaft, widerwärtig, entsetzlich, kurz: negativ findet. Es versteht sich und bedarf wohl kaum der Erwähnung, dass das Begehren der einen Dinge auch das Verabscheuen der dem Begehren widersprechenden bedingt, dass also die negative Einstellung zu bestimmten Formen, Tönen, Düften usw. bedingt ist durch die positive Einstellung zu den anderen Formen, Tönen, Düften usw.

Durch diese fünf Sinnensüchte ist der Mensch auf die Umwelt angewiesen, weil er nur dort die Formen, Töne, Düfte usw. findet. Diese Tatsache ist uns ganz selbstverständlich. Dagegen wird in allen Hochreligionen darauf hingewiesen, dass diese Abhängigkeit des Menschen nur durch eine Leere



und Dunkelheit und Armut und Kälte seines Herzens bedingt ist, dass aber der Mensch eine solche innere Wärme, Heiligkeit, Heiterkeit und Glückseligkeit seines Herzens erwerben kann, durch die er bei sich selber im eigenen Gemüt weit mehr Seligkeit findet als „alle Dinge der Welt“ ihm je bescheren können. Dieser Zustand wird „Herzensfrieden“ (*samādhi*) genannt und ist bedingt durch Herzensreinheit. Ein solcher von der Sinnensucht befreiter Mensch, der den Herzensfrieden gewonnen hat, kann natürlich auch in der Welt leben, aber er ist auf alle Menschen und Dinge nicht angewiesen, ist „autark“ und kann darum um so mehr allen Mitmenschen helfend zur Verfügung stehen.

Hinzu kommt, wie schon gesagt, dass die Sinnensucht auch die Voraussetzung ist für die beiden anderen unheilsamen Eigenschaften: Abneigung/Hass und Rücksichtslosigkeit. Denn wer ganz ohne Sinnensucht ist, weil er in sich selber und bei sich selber Glück und Frieden und Heiligkeit hat, der kann in keiner Weise Abneigung/Hass empfinden oder gar aggressiv und rücksichtslos sein: Nur weil und soweit der Mensch mehr oder weniger starkes Interesse, Verlangen, Ersehnen nach bestimmten, durch die Sinne erfahrbaren Dingen seiner Umwelt hat, darum kommt, wenn er diese Dinge erlangen kann, sinnensüchtige Gesinnung auf, dagegen aber, wenn er sich durch irgendwelche Menschen oder Umstände oder Dinge an der Erlangung der begehrten Dinge gehindert sieht, kommen Hass oder rücksichtslose Gedanken auf.

*Und woher, Baumeister, kommt diese unheilsame Gesinnung? Spricht man von ihrer Herkunft, so hat man zu sagen: Aus der Wahrnehmung (saññā) steigt sie auf. Welcher Art ist die Wahrnehmung? Die Wahrnehmung ist gar vielfältig, mannigfach, unterschiedlich; die Wahrnehmung Sinnensucht, die Wahrnehmung Antipathie/Hass, die Wahrnehmung Rücksichtslosigkeit: daher kommt die unheilsame Gesinnung.*

Die Wahrnehmung enthält sowohl das von den Sinnesdrängen erfahrene „Objekt“ als auch das von den Trieben hinzugegebene Wohl- oder Wehgefühl grober oder feiner Art. Wahrnehmung ist ein rein passiver Akt. Die Gesinnung dagegen ist die erste ganz unmittelbare, spontan aufkommende und dann kürzer oder länger währende Gemütsverfassung, also eng an die Wahrnehmung geknüpfte geistige Reaktion, sozusagen die „innere Aktivität“. Diese hat stets den gleichen Charakter wie die Wahrnehmung: hier sehen, hören usw. wir etwas Angenehmes, dort etwas Unangenehmes (Wahrnehmung), und sofort ist dementsprechend unsere Gemütsverfassung. Die gefühlsmäßige spontane Zuwendung oder Abneigung oder Gleichgültigkeit entsprechend den Trieben, die sich in Gedanken äußern mag, wie: „Das ist schön, das möchte ich haben“ oder „Das ist ein unsympathischer Mensch, den mag ich nicht“ – das ist die jeweilige Gesinnung, Gemütsverfassung, die unmittelbar der Wahrnehmung folgt.

Die Gesinnung, die Gemütsverfassung, ist die innere Aktivität des Menschen, und die Sitten, die äußere Aktivität im Reden, Handeln und Lebensführung, folgt mehr oder weniger mittelbar aus der Gemütsverfassung. Doch kann sich zwischen dieser und der äußeren Aktivität noch manches geistige Bedenken einschalten. Wenn ein Mensch z.B. die Wahrnehmung einer „köstlichen Speise“ hat, also eine sinnensüchtige Wahrnehmung, dann folgt unmittelbar auch die sinnensüchtige Gesinnung: er ist auf diese Speise aus, ist ihr zugewandt (innere Aktivität). Damit setzt sofort sein weiteres Denken darüber ein, ob und wie er sie erlangen kann. Hat er sie im Schaufenster gesehen oder die Bezeichnung der Speise auf einer Speisekarte gelesen, so könnte er sie, wenn ihm die Mittel zur Verfügung stehen, leicht kaufen bzw. bestellen. Und damit begänne die äußere Aktivität. Aber es kann auch sein, dass gerade diese von ihm begehrte Speise seiner Gesundheit nicht bekommt, ja, für ihn höchst schädlich ist und dass ihm das bekannt ist. Dann ist zwar wegen der sinnensüchtigen Wahrnehmung zunächst zwangsläufig die sinnensüchtige Gemütsverfassung; aber m i t

dieser melden sich nun in dem gleichen Geist die dort eingetragenen Einwendungen, das Verbot des Arztes, die Drohung großer Schmerzen oder Leiden oder Operationen oder der Lebensverkürzung usw. Diese oder andere Einsichten überdecken bald die sinnensüchtige Gemütsverfassung mit dunkleren Aussichten und bewirken auf jeden Fall eine andersartige äußere Aktivität als die innere Aktivität, die Gesinnung, zunächst vermuten ließ.

So ist also zwischen der inneren und der äußeren Aktivität, zwischen der Gesinnung/Gemütsverfassung und den Sitten keine unmittelbare, sondern nur eine indirekte Verbindung, weil sich hier noch andere Bedenken einschalten können. Darum können also die Sitten oft von der Gesinnung abweichen; doch kann die unmittelbare Gesinnung nicht von der sie veranlassenden Wahrnehmung abweichen.

Von der äußeren Aktivität, den Sitten, sagt der Erwachte, dass aus einem Herzen mit starker Hinneigung, Fortneigung und Blendung die unheilsamen Sitten hervorgehen und aus einem Herzen ohne diese drei üblen Eigenschaften die heilsamen Sitten hervorgehen. Aus dem Herzen geht aber auch die Wahrnehmung hervor. Denn wie oben gesagt wurde, kann eine Sinnensuchtwahrnehmung oder Wahrnehmung von Antipathie bis Hass oder Aggressions-Wahrnehmung immer nur aus einem Herzen hervorgehen, das solche Triebe enthält.

So bewirkt das Herz mit seinen Trieben je nach dem, was von Fall zu Fall von den Sinnesdrängen erfahren worden ist, eine dementsprechende Wahrnehmung (Sinnensucht-Wahrnehmung, Antipathie-Hass-Wahrnehmung, Aggressions-Wahrnehmung), welche sofort auch eine dementsprechende sinnensüchtige, hassende, Aggressions-Gemütsverfassung (innere Aktivität) auslösen, die auf dem Umweg über weiteres Bedenken zu entsprechendem Reden oder Handeln, also äußerer Aktivität, zu den Sitten in Reden, Handeln und Lebensführung führen.

*Und wo, Baumeister, gehen diese unheilsamen Gesinnungen restlos unter? Spricht man von ihrem Untergang, so gilt es, Baumeister, dass der Mönch, abgeschieden von weltlichem Begehren, abgeschieden von allen heillosen Gedanken und Gesinnungen in stillem Bedenken und Sinnen weile. So tritt die aus innerer Abgeschiedenheit geborene Entzückung und Seligkeit ein, der erste Grad weltloser Entrückungen. Da gehen diese unheilsamen Gemütsverfassungen restlos unter.*

So also beschreibt der Erwachte den Reifezustand, der die erste weltlose Entrückung zur Folge hat, in der unheilsame Gesinnung restlos untergegangen, also abwesend ist. Im Ganzen nennt der Erwachte vier weltlose Entrückungen (*jhānā*), deren jede weitere tiefer und stiller ist als die vorhergehende.

*Abgelöst von den Sinnendingen* - d.h. ein solcher Mensch befindet sich zu jener Zeit in einer solchen inneren Verfassung und geistigen Betrachtung, die mit den sinnlich wahrnehmbaren Dingen, also der „Umwelt“, gar nichts zu tun hat. Er denkt also weder an angenehme Formen noch an Töne, Düfte usw. Und ob auch da, wo er gerade sitzt, das eine oder andere Objekt seine Augen oder Ohren erreicht, so hat er wegen seiner gesammelten geistigen Betrachtung keinerlei Aufmerksamkeit dafür übrig: Sein Erleben, seine Wahrnehmung enthält jetzt keine Sinnendinge, sondern nur die in gesammelter Betrachtung bewegten Gedanken.

*Abgelöst von unheilsamen Regungen:* Damit ist wieder Antipathie bis Hass, Aggression/Rücksichtslosigkeit gemeint, die als Folge der Sinnensucht auftreten. Da man aber in dem Reifezustand, der die erste Entrückung bewirkt, *abgelöst von den Sinnendingen ist*, so ist man darum auch *abgelöst von unheilsamen Regungen*. Und da der Geist zu dieser Zeit weder mit Sinnendingen noch mit unheilsamen Regungen beschäftigt ist, so ist er „hohem Gedenken hingegeben“ - weltvergessen denkt er in stiller klarer Sammlung über diese

oder jene der vom Erwachten mitgeteilten tiefen Wahrheiten nach.

*Die aus der Abgeschiedenheit geborene Entzückung und Seligkeit* wird subjektiv als eine gewaltige Gefühlserhöhung, eben als „selige Beglückung“ empfunden. Von diesem tiefen inneren Frieden sagt der Erwachte, dass er *aus der Abgeschiedenheit geboren* ist, aus der Ablösung von der gesamten Vielfalt der Sinnesdinge, der weltlichen Vielfalt, also aus dem Fortfall der sinnlichen Erfahrung, womit zugleich auch jegliche unheilsame Gesinnung ausgeschlossen ist.

Alle vier weltlosen Entrückungen sind beglückende friedvolle Erlebnisse ohne Sinneserfahrung. Sie sind überweltlich oder weltlos. In diesem seligen Frieden ist auch Zeit und Raum überwunden und darum alle Angst vergessen. Da man diesen Frieden aber auf dem vom Erwachten genau beschriebenen Weg in diesem Leben immer wieder erlangen kann, so bezeichnet der Erwachte ihn ausdrücklich (M 8) als „sichtbares Wohl“. Der Reifegrad, der die erste weltlose Entrückung einleitet, ist noch mit Denken verbunden, die anderen drei sind auch davon frei. - Diese weltlosen Entrückungen sind immer nur ein vorübergehendes Erlebnis, von dem man über kurz oder lang wieder zur sinnlichen Erfahrung und Wahrnehmung zurückkehrt, um den Weg der geistigen Entwicklung bis zur vollen Befreiung zu vollenden.

Die vier Entrückungen, deren erste hier beschrieben ist, bilden zusammen den *rechten Herzensfrieden (samādhi)*, das achte Glied des achtgliedrigen Heilswegs. In der bisherigen Beschreibung war schon zu erkennen, dass an der Erfüllung der vier Forderungen des Pilgers die ersten sieben Glieder des achtgliedrigen Heilswegs in vollem Umfang beteiligt sind. Und hier zeigt sich nun - und weiter unten noch stärker -, dass auch das achte Glied des Heilswegs zur vollen Erfüllung der vier Forderungen unerlässlich ist.

*Wie aber geht man vor, Baumeister, um unheilsame Gesinnungen auszuroden?*

*Da weckt, Baumeister, der Mönch seinen Willen, dass er unaufgestiegene üble unheilsame Gedanken nicht aufsteigen lasse, er müht sich darum, er entwickelt Tatkraft, er erzieht das Herz, er kämpft.*

*Er weckt seinen Willen, dass er aufgestiegene üble unheilsame Gedanken vertreibe, er müht sich darum, er entwickelt Tatkraft, er erzieht das Herz, er kämpft.*

*Er weckt seinen Willen, dass er unaufgestiegene gute heilsame Gedanken aufsteigen lasse, er müht sich darum, er entwickelt Tatkraft, er erzieht das Herz, er kämpft.*

*Er weckt seinen Willen, dass er aufgestiegene gute heilsame Gedanken sich festigen, nicht lockern, weiterentwickeln, erschließen, entfalten lasse, er müht sich darum, er entwickelt Tatkraft, er erzieht das Herz, er kämpft.*

*So geht man vor, Baumeister, um unheilsame Gesinnungen auszuroden.*

Hier werden wieder die vier Kämpfe genannt. In diesem Fall stehen sie im Dienst des Bemühens, die unheilsamen Gesinnungen auszuroden, die sinnensüchtige, die hassende und die aggressive. In der 19. und 20. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“ beschreibt der Erwachte mit aller Gründlichkeit das Bemühen, von diesen drei unheilsamen Gesinnungen abzukommen.

Wir sehen auch, welche wichtige Aufgabe hierbei die „richtige Anschauung“, das 1. Glied des Heilswegs und die richtige Selbstbeobachtung hat. In M 19 wird beschrieben, wie der Übende durch die Selbstbeobachtung bei sich unheilsame Geisteshaltungen bemerkt und wie er sich dann in „richtiger Anschauung“ die großen Schäden vor Augen hält, die aus solcher Gemütsverfassung für ihn und seine Umgebung ent-

springen. Er weiß und erkennt, dass solche Gemütsverfassung für ihn selbst Bedrängnis und Verdunkelung nach sich zieht und für andere (welchen er mit solcher Gemütsverfassung begegnen würde) Bedrängnis und Verdunkelung mit sich bringt.

Die Grundstruktur der „beschränkten Wahrnehmungsweise“ ist immer eine *Z w e i h e i t*, das Erlebnis eines Ich in *B e g e g n u n g* mit Begegnendem. In dem seligen Frieden der vorhin beschriebenen weltlosen Entrückungen ist diese Zweiheit, diese schmerzliche Aufspaltung der Wahrnehmung in Ich und Umwelt aufgehoben, aufgelöst und ist an ihre Stelle die selige, freie Wahrnehmungsweise getreten, die nichts mit Ich und nichts mit Umwelt, nichts mit Raum und Zeit zu tun hat, so dass in ihr alle Probleme gelöst sind. Diese freie Wahrnehmungsweise aber kann man nur dann erreichen, wenn man in der zwiefältigen beschränkten Wahrnehmungsweise zu der Einebnung des Ich-Umwelt-Gegensatzes beiträgt, indem man seinerseits allem Umweltlichen, den lebenden Wesen und den toten Gegenständen immer sanfter, gelassener, friedvoller, heller und freier begegnet. Das aber wird gerade durch die drei unheilsamen Gemütsverfassungen (die innere Aktivität) und durch die daraus hervorgehenden „unheilsamen Sitten“ (die äußere Aktivität) verhindert. So wird die harte Begegnung mit immer dunkleren, schmerzlicheren Erlebnissen gefördert bei immer weiterer Entfernung von der Möglichkeit des seligen Friedens in der freien Wahrnehmungsweise. Wer diese richtige Ansicht hat, für den ist sie eine gewaltige Kraft, die ihm hilft, „unheilsame Gemütsverfassungen“ aufzugeben.

*Was ist aber, Baumeister, heilsame Gesinnung/Gemütsverfassung? Sinnensuchtfreie, liebevolle und rücksichtsvolle Gemütsverfassung, das heißt man, Baumeister, heilsame Gesinnung/Gemütsverfassung.*

Die hier genannten drei heilsamen Gemütsverfassungen sind den drei unheilsamen entgegengesetzt, wie sich besonders aus den Begriffen *liebevolle und rücksichtsvolle Gesinnung*

zeigt. Dagegen sagt der Begriff *sinnensuchtfreie Gesinnung* weniger als das entsprechende Pāli-Wort. Die Sinnensuchtfreiheit ist nur eine Negierung der Süchtigkeit oder Gelüstigkeit, während der Pāli-Begriff (*nekkhamma*) die geistige Haltung eines Menschen bezeichnet, der zu dieser Zeit nicht nur völlig frei von Sinnensucht ist, sondern kraftvolle befreiende und erhellende Gedanken über den Zustand der völligen Freiheit von der Fesselung an das Dunkle, Gemeine, Niedrige hat.

*Und woher, Baumeister, kommt diese heilsame Gemütsverfassung? Spricht man von ihrer Herkunft, so hat man zu sagen: Aus der Wahrnehmung (saññā) kommt sie her. Welcher Art ist die Wahrnehmung? Die Wahrnehmung ist gar vielfältig, mannigfach, unterschiedlich, die Wahrnehmung Sinnensuchtfreiheit, Nächstenliebe und Rücksicht: daher kommt die heilsame Gesinnung.*

Hier zeigt sich wieder die unmittelbare Abhängigkeit der ersten inneren Aktivität, der Gesinnung/Gemütsverfassung, von dem augenblicklichen Erlebnis, der Wahrnehmung. Die sinnensuchtfreie Gemütsverfassung kann also unmöglich einer mit Sinnensucht verbundenen sinnlichen Wahrnehmung unmittelbar folgen; vielmehr folgt einer solchen Wahrnehmung auch eine sinnensüchtige Gemütsverfassung. Diese Tatsache schließt aber nicht aus, dass ein Kenner und Nachfolger der Lehre, nachdem er eine solche sinnensüchtige Gemütsverfassung bei sich beobachtet, sich der leidvollen Folgen erinnert und diese sich vor Augen führt. Damit hat er die sinnensüchtige Wahrnehmung und damit sogleich auch die üblen Gemütsverfassungen vergessen und gewinnt wieder den sinnensuchtfreien Anblick.



*Und wo, Baumeister, geht diese heilsame Gemütsverfassung/Gesinnung restlos unter? Spricht man von ihrem Untergang, so gilt es, Baumeister, dass der Mönch nach Verebbung des Sinnens und Gedenkens in innerem seligen Schweigen des Gemütes Einigung gewinne. So tritt die von Sinnen und Bedenken befreite, in der Einigung geborene Entzückung und Seligkeit ein, der zweite Grad weltloser Entrückung. Da geht die heilsame Gemütsverfassung/Gesinnung restlos unter.*

So wie nach einem Sturm die Meereswogen zunächst noch stark auf- und niederwallen, dann aber allmählich abebben, bis die See völlig still geworden ist und sich glättet wie ein Spiegel, ebenso entsteht nach Verebbung auch der heilsamen Gemütsverfassung/Gesinnung *die innere Stille*, die des Gemüts *Einigung* bewirkt. Während der ersten Entrückung dringt die äußere Welt nicht in den Menschen ein, aber innen ist noch sein Denken. In der vollkommenen Stille der zweiten Schauung aber besteht nichts als der selige Frieden eines hellen in sich geeinigten Gemütes.

Der Erwachte vergleicht die durch nichts Äußeres, durch keine weltlichen Eindrücke und keine Gedanken bedingte *in der Einigung geborene Entzückung und Seligkeit* des so Verweilenden mit einem stillen, klaren See, in den sich keinerlei Zuflüsse ergießen (Gleichnis für die fünf Sinneseindrücke) und in den auch keine Wolken den Regen entladen (Gleichnis für das Denken), der nur von einer eigenen unterirdischen kühlen Quelle gespeist wird, welche den ganzen See durchdringt und durchtränkt mit ihrer Kühle. - Alle Versuche, Seligkeit und Frieden der weltlosen Entrückungen zu beschreiben, müssen unzulänglich bleiben für den, der nur die gewöhnliche Lebens- und Erlebensweise kennt, die beschränkte Wahrnehmungsweise. Die weltlosen Entrückungen aber sind die von allen Beschränkungen befreite, die freie Wahrnehmungsweise.

*Wie aber geht man vor, Baumeister, um zum Untergang heilsamer Gemütsverfassung / Gesinnung zu gelangen?*

*Da weckt, Baumeister, der Mönch seinen Willen, dass er unaufgestiegene üble unheilsame Gedanken nicht aufsteigen lasse, er müht sich darum, er entwickelt Tatkraft, er erzieht das Herz, er kämpft.*

*Er weckt seinen Willen, dass er aufgestiegene üble unheilsame Gedanken vertreibe, er müht sich darum, er entwickelt Tatkraft, er erzieht das Herz, er kämpft.*

*Er weckt seinen Willen, dass er unaufgestiegene gute heilsame Gedanken aufsteigen lasse, er müht sich darum, er entwickelt Tatkraft, er erzieht das Herz, er kämpft.*

*Er weckt seinen Willen, dass er aufgestiegene gute heilsame Gedanken sich festigen, nicht lockern, weiterentwickeln, erschließen, entfalten lasse, er müht sich darum, er entwickelt Tatkraft, er erzieht das Herz, er kämpft.*

*So geht man vor, Baumeister, um zum Untergang heilsamer Gemütsverfassung / Gesinnung zu gelangen.*

Hier geht es wieder um die vier Kämpfe, um das „rechte Mühen“, das sechste Glied des achtgliedrigen Heilswegs. Aber hier dienen die vier Kämpfe der Aufgabe, auch von der „heilsamen Gemütsverfassung“ abzukommen, d.h. den mehr oder weniger starken Zwang der Denkgewohnheit, den Fluss des Sinnens und Denkens zur Ruhe zu bringen.

Wir sehen hier, dass der Begriff „heilsam“ kein feststehender, sondern ein relativer Begriff ist, der so viel bedeutet wie „tauglich, nützlich, hinführend“, so wie bei dem Ersteigen einer Leiter alle oberhalb des Standortes befindlichen Stufen so lange heilsam und hilfreich sind, bis sie erreicht worden sind, dann aber von dem, der ganz nach oben gelangen will, abzutun und zu verlassen sind, denn ihre Wiederbenutzung

würde dann r ü c k w ä r t s führen. Ebenso ist die beschriebene gute Gemütsverfassung so lange „heilsam“, als ein Mensch sich noch in übler Gemütsverfassung befindet. Hat er aber alle üble Gemütsverfassung völlig ausgetauscht gegen gute Gemütsverfassung, dann ist diese, die gute Gemütsverfassung, sein gegenwärtiger Status. Und zur Erlangung des vollkommenen Friedens ist es nun für ihn heilsam, auch den ununterbrochenen wogenden Andrang der guten und hellen Gedanken zur Ruhe zu bringen. Denn m i t Gedanken ist der Frieden nicht vollkommen.

Hier ist nun der Ort, auf die Frage zurückzukommen, wie auch die „h e i l s a m e n Sitten“ restlos untergingen, die der Erwachte beantwortet mit: *Es gilt, dass der Mönch heilsame Sitten habe, nicht aber bei heilsamen Sitten stehenbleibe, und dass er jene Gemütserlösung, Weisheitserlösung der Wirklichkeit gemäß verstehe, wodurch ihm die heilsamen Sitten restlos untergehen.* - Wie ist das zu verstehen?

Die Gemütserlösung und Weisheitserlösung bedeuten, wenn sie vollständig, also unwiderruflich und unerschütterlich (*akuppa*) geworden sind, die endgültige Erreichung des Nibbāna. Wenn der Erwachte nun sagt, dass man diese beiden Erlösungen *der Wirklichkeit gemäß verstehen* müsse, dann scheint es manchem Leser so, als ob die Erreichung des Nibbāna, also des Endziels, dem Untergang auch der heilsamen Sitten vorausgehen müsse. Aber so ist es nicht.

Der Kenner der Lehrreden weiß, dass in der Lehre die zeitliche Erlösung von der zeitlosen unterschieden wird (M 29), und der unbeirrte Nachfolger der Lehre erfährt diesen Unterschied an sich. Nur die zeitlose Erlösung (Weisheitserlösung und Gemütserlösung) bedeuten die endgültige Erreichung des Nibbāna - aber weit, weit vor der Erreichung dieser endgültigen Zustände erfährt der ernsthafte Nachfolger diese Zustände für kurze - anfänglich nur blitzaugenblickliche - Zeit. Weil aber beide Erlösungen Zustände von einer unsagbaren Sicher-

heit und Geborgenheit darstellen, so bleiben sie dem Menschen unvergesslich auch dann, wenn sie praktisch wieder aufgehoben sind. Darum versteht er diese Erlösungen selbst dann schon „aus Erfahrung“, wenn sie noch längst nicht von endgültiger Dauer sind. Und weil er ihren Geschmack gekostet hat, so ist von dieser Erfahrung an sein ganzes Sehnen und Mühen darauf gerichtet, diese „zeitlichen“ Erlösungszustände immer mehr in sich zu erweitern und auszubreiten bis zur Vollkommenheit, so dass sie dann endgültig und unzerstörbar sind. Wenn wir nun die beiden Erlösungen näher betrachten - soweit das möglich ist -, dann verstehen wir, warum durch sie, wie der Erwachte sagt, auch *die guten Sitten untergehen*.

In den Lehrreden lesen wir von der gegenseitigen Bedingtheit der fünf Zusammenhäufungen, deren ununterbrochen wechselndes Auf- und Abtauchen den Eindruck des Lebens erweckt. Wer durch gründliches und vergleichendes Lesen der Lehrreden über das Wesen jeder der fünf Zusammenhäufungen, über die Bedingung ihres Aufkommens und ihres Abtauchens sich unterrichtet hat, der beginnt im Lauf der Zeit, diese Erscheinungen im eigenen Erleben und Leben immer mehr zu beobachten. Im Lauf dieser Beobachtungen kommt er zu der einleuchtenden Entdeckung, dass dieses fünffache Auf- und Abtauchen ein geistmechanischer seelenloser Vorgang, aber kein „Leben“ ist. Z u g l e i c h erfährt er, dass gerade diese unirritierte Beobachtung die Identifikation mit diesen Vorgängen auflöst, dass damit aller Wechsel und Wandel, alles Entstehen und Vergehen nicht dem Leben, sondern nur jenen seelenlosen geistmechanischen Vorgängen zugehören. Das führt zu dem Erlebnis einer totalen und vorher nie gekannten Sicherheit und Geborgenheit. Dieses Erlebnis, so kurz es auch sei, ist die Weisheitserlösung. Es ist so gewaltig, der Eindruck der Todlosigkeit, der Unverletzbarkeit in solcher Haltung so unwiderruflich, dass der Mensch von da an eine völlige Willenswendung erfährt: den endgültigen Willen, diese Haltung in seiner Existenz immer mehr auszubreiten, bis alles

Mitgerissensein und Hingerissensein von den fünf Zusammenhäufungen völlig beendet, das Nibbāna erreicht ist.

Wer diesen befreienden Anblick dann und wann erfährt und ihn sich immer häufiger schaffen kann, der versteht die Weisheitserlösung aus Erfahrung (*yathābhūtam pajānāti*), und mit dieser überweltlichen Erfahrung und dem daraus hervorgegangenen Willen hat der Mensch den ersten Grad der endgültigen Sicherung gewonnen, die *sotāpatti*, den „Stromeintritt“: - ebenso sanft wie unwiderstehlich zieht es einen solchen zur endgültigen Sicherheit hin.

Die *Gemütslösung* ist eine zusätzliche Hilfe. Während es bei der Weisheitserlösung um den klaren durchdringenden Anblick des Fünferspieles geht, in welchem man sich außerhalb der Geworfenheit und unverletzbar sieht, besteht die Gemütslösung in der seligen Erfahrung von Frieden und Ruhe, also in Zuständen ähnlich den vorhin beschriebenen weltlosen Entrückungen. Wer diesen weltlosen Frieden, den der Erwachte *das Wohl zur Erwachung* (M 139) nennt, auch nur ganz gelegentlich kosten kann, für den bedeutet die beschränkte Wahrnehmungsweise mit ihrem ununterbrochenen Andrang von Begegnungen eine bittere Krankheit, von welcher zu genesen er sich im Begriff sieht.

Wer diese Gemütslösung und Weisheitserlösung aus Erfahrung versteht und damit dieses völlig andere Verhältnis zu dem Spiel der fünf Zusammenhäufungen bekommen hat, der weiß, dass man mit unheilsamen Sitten dieses „Spiel“ in übelster, schmerzlichster und qualvollster Weise fortsetzt, dass man es mit heilsamen Sitten in weniger qualvoller, übler und schmerzhafter Weise fortsetzt, aber eben doch fortsetzt, den Andrang der Erscheinungen in Gang hält und nicht zur Ruhe kommt. Mit dieser Einsicht kommt er zu der Verfassung, die in unserer Lehrrede ausgedrückt wird, dass der Mönch *gute Sitten habe, nicht aber dabei stehenbleibe*, denn da ein solcher nur noch zum Loslassen, zur Ruhe und zu immer weiterer Ausbreitung seines Herzensfriedens geneigt ist, so ist ihm

alles Tun und Lassen ein Hindernis zu diesem Frieden und zu dieser Freiheit.

Alles unheilsame Tun und Lassen hat er bei sich ausgerodet, und wenn er in den zwischenmenschlichen Beziehungen zu reden oder zu handeln hat, da gehen von ihm nur noch heilsame Sitten aus, heilsames Reden und heilsames Handeln, das überall zur sanften Begegnung und zur Erhellung führt - aber seine innere Neigung geht auch über diese heilsamen Sitten hinaus zu völliger Ruhe. Ein solcher bleibt nicht bei heilsamen Sitten stehen, sondern wächst immer mehr zur vollkommenen Ruhe und Freiheit hin. - Mit dieser Haltung, die der Befreiung von der dritten Verstrickung entspricht, ist der Stromeintritt vollendet. Für einen solchen ist es nur noch eine Zeitfrage, dass er die durch nichts mehr bedingte Ruhe (Nibbāna), die endgültige Unverletzbarkeit (*āsavānam khaya*) erlangt.

*Was für zehn Dinge aber, Baumeister, sag ich, lassen den Menschen tauglich, heilstauglich geworden sein, höchstes Gut erworben, den Asketenkampf bestanden haben? Da hat, Baumeister, ein Mönch vollendete rechte Anschauung erworben, vollendete rechte Gemütsverfassung erworben, vollendete rechte Rede erworben, vollendetes rechtes Handeln erworben, vollendete rechte Lebensführung erworben, vollendetes rechtes Mühen erworben, vollendete rechte Selbstbeobachtung erworben, vollendeten rechten Herzensfrieden erworben, vollendete rechte Weisheit erworben, vollendete reche Erlösung erworben. Diese zehn Dinge, Baumeister, sag ich, lassen den Menschen tauglich, heilstauglich geworden sein, höchstes Gut erworben, den Asketenkampf bestanden haben.*

*So sprach der Erhabene. – Erhoben und beglückt war Pañcakango, der Baumeister, über die Rede des Erhabenen.*

Hier nennt der Erwachte nun jene „zehn Dinge“, auf welche er am Anfang der Lehrrede nur kurz hinwies. Dieser Abschluss ist die Krönung der gesamten Aussage in dieser Lehrrede. Denn wer diese zehn Eigenschaften in Vollendung gewonnen hat, der ist im endgültigen und unverlierbaren Besitz des Nibbāna. Es ist die reife Frucht, die aus den vorher genannten Einsichten und Übungen langsam aber sicher erwächst.

Die Beantwortung der Fragen, wie die ü b l e n Sitten und Gemütsverfassungen aufzulösen sind, zielt darauf hin, den Menschen in diesem Leben vor schwerem Leiden und nach dem Tod vor dem Absturz in untermenschliche Daseinsformen zu bewahren.

Die Beantwortung der Fragen, was die g u t e n Sitten und Gemütsverfassungen sind und woher sie kommen, zielt darauf hin, dem Nachfolger in diesem Leben zu mehr Wohl und Heiligkeit und nach Ablegung des Körpers zu übermenschlichen lichterem Daseinsformen zu verhelfen.

Aber die Beantwortung der Frage, wie auch die guten Sitten und Gemütsverfassungen restlos untergehen, zielt darauf hin, über alle wechselvollen und wandelbaren Daseinsformen, über die dunklen und lichten, hinauszugelangen und die endgültige Sicherheit des Nibbāna zu gewinnen. Erst mit diesem Schritt, mit dem endgültigen bewussten Loslassen auch der guten Sitten und der guten Gemütsverfassungen wird jene von dem Pilger so leichtfertig ausgesprochene Verheißung erfüllt, dass man *tauglich geworden, heilstauglich geworden sei, höchstes Gut erworben, den Asketenkampf bestanden* habe. Erst durch diese Präzisierung und Überhöhung seitens des Erwachten bekommt die Äußerung des Pilgers „Hand und Fuß“ und gibt demjenigen, der das verheißene Ziel anstreben und gewinnen will, die erforderliche Wegweisung.

## Zusammenfassung:

### Tugend

#### Was sind

unheilsame Sitten? Übles Wirken in Taten, Worten, Lebensführung

heilsame Sitten? Gutes Wirken in Taten, Worten, Lebensführung

#### Woher kommen

unheilsame Sitten? – aus Herz mit Gier, Hass, Blendung

heilsame Sitten? – aus Herz ohne Gier, Hass, Blendung

#### Wie gehen unter

unheilsame Sitten? – übles Wirken in Taten, Worten und Gedanken  
und falsche Lebensführung verlassen und Rechtes tun

heilsame Sitten? – tugendhaft sein, aber nicht dabei stehen bleiben

#### durch welche Übung gehen unter

üble/gute Sitten? – Durch die vier großen Kämpfe

### Gesinnung

#### Was ist

üble Gesinnung? – Sinnensucht, Antipathie bis Hass, Rücksichtslosigkeit.

#### Woher kommt

üble Gesinnung? – aus Wahrnehmung; aus Sinnensucht-, Antipathie  
bis Hass-, Rücksichtslosigkeits-Wahrnehmung

#### Wie geht unter

üble Gesinnung durch erste weltlose Entrückung

gute Gesinnung durch zweite weltlose Entrückung

#### durch welche Übung geht unter

üble / gute Gesinnung? – Durch die vier großen Kämpfe



In dieser Lehrrede bittet Sakuludāyī, ein bekannter Pilger der damaligen Zeit, den Erwachten um ein Gespräch. Er hat eine andere Weltanschauung als der Erwachte, aber er hat schon manche Gespräche mit dem Erwachten geführt (s. M 77, A IV,30 und 185) und ist ihm sehr zugetan. Das gesteht er vor all seinen Anhängern und spricht ihn sogar als Erhabener an, was sonst die andersfährigen Pilger nicht tun. Im Verlauf des Gesprächs fragt er den Erwachten, ob er mit ihm über seinen eigenen Lehrsatz sprechen dürfe. Der Erwachte fragt:

*Was hast du denn, Udāyī, für einen eigenen Lehrsatz?–  
Unser eigener Lehrsatz, o Herr, der lautet:  
„Das ist der höchste Glanz, das ist der höchste Glanz.“*

Das hier mit „Lehrsatz“ übersetzte Pāliwort bezeichnet eine Art Leitbild, an das sich Sakuludāyī hält, wenn er einsam im Wald sitzt, das ihn anmutet, das ihm innere Freude gibt.

*Was du aber da, Udāyī, als eigenen Lehrsatz angibst  
„das ist der höchste Glanz“, was ist das für ein höchster  
Glanz? – Ein Glanz, über den es keinen größeren  
und helleren gibt, das ist der höchste Glanz. – Und  
was ist das, Udāyī, für ein höchster Glanz, über den es  
keinen größeren und helleren gibt? – Jener Glanz, o  
Herr, über den es keinen größeren und helleren gibt,  
das ist der höchste Glanz. –Lange noch kannst du so,  
Udāyī, fortfahren, wenn du sagst: „Jener Glanz, o  
Herr, über den es keinen größeren und helleren gibt,  
das ist der höchste Glanz“ und diesen Glanz doch  
nicht erklärst. Das ist ebenso, wie wenn ein Mann  
spräche: „Ich habe nach ihr, die da die Landesschönste  
ist, Verlangen, habe Sehnsucht nach ihr.“ Und man*

*fragte ihn: „Lieber Mann, die Landesschönste, nach der du verlangst und dich sehnst, kennst du sie, ob sie eine Fürstin ist oder eine Priestertochter oder ein Bürgermädchen oder eine Dienerin“, und er sagte „Nein“. Und man fragte ihn, „Lieber Mann, die Landesschönste, nach der du verlangst, weißt du, wie sie heißt, wo sie herkommt und hingehört, ob sie von großer oder kleiner oder mittlerer Gestalt ist, ob ihre Hautfarbe schwarz, braun oder gelb ist, in welchem Dorf oder welcher Stadt oder Burg sie zu Hause ist“, und er gäbe „Nein“ zur Antwort. Und man fragte ihn: „Lieber Mann, die du nicht kennst und nicht siehst, nach der verlangst du, sehnst dich nach ihr“, und er gäbe „Ja“ zur Antwort, was meinst du wohl, Udāyī, hätte nun nicht bei solcher Bewandnis jener Mann unbegreifliche Antwort gegeben? – Allerdings, o Herr. Bei solcher Bewandnis hätte jener Mann unbegreifliche Antwort gegeben.<sup>143</sup> – Ebenso auch, Udāyī, hast du gesagt: „Jener Glanz, o Herr, über den es keinen größeren und helleren gibt, das ist der höchste Glanz“, und hast diesen Glanz nicht erklärt.*

Wir sehen, der Erwachte zieht den Pilger Sakuludāyī mit dieser eindringlichen Frageweise ab von der nur gemütsmäßigen Anmutung und veranlasst ihn, über den Hintergrund dieser Behauptung nachzudenken. Und durch diese stärkere Herausforderung sagt nun Udāyī etwas, das er sonst wohl lieber für sich behalten hätte:

*Gleichwie etwa, o Herr, ein Juwel, ein Edelstein von reinem Wasser, achteckig, gut gearbeitet, auf lichter Decke liegend, leuchtet und funkelt und strahlt, ebenso glänzend ist die Seele nach dem Tode genesen.*

---

143 Dies Gleichnis findet sich auch in M 80, D 9 und D 13

Hier haben wir den Hintergrund, um den es dem Pilger geht: Er denkt an die Seele, an den Tod und an den Zustand nach dem Tod und hält sich fest an der Glaubensvorstellung: Nach dem Tod ist die Seele genesen und glänzend. Dann habe ich Frieden, dann bin ich genesen in hellem Glanz.

Das Juwel, mit dem er die Seele, die Psyche, vergleicht, gehört zu den „irdischen“ sinnlich wahrnehmbaren Dingen, ist sinnlich erfahrbar, ist feste Materie, mit den Augen zu sehen, mit den Händen zu tasten. Die „himmlische“ Seele aber, die Triebe, Neigungen, Gemütsverfassungen, werden in keiner Weise sinnlich erfahren, sondern nur ganz unmittelbar bei sich selber. Man spürt die innere Gemütsverfassung, spürt aufkommenden Zorn, Abneigung, Ekel. So wie der westliche Mensch die äußere Materie erforscht hat und erforscht, so liegt die Stärke des östlichen Menschen in der inneren Erfahrung, der Erforschung der inneren Vorgänge.

Aber nicht nur im Osten, sondern im Mittelalter auch im Westen hatte das Wort „himmlisch“ eine ganz andere Bedeutung als in der heutigen christlichen Theologie. Das Himmlische wurde als das Verborgene, Feinere, Bewegende dem Irdischen, dem groben Bewegten, der Materie, die an sich tot ist, die von sich aus nichts kann und will, gegenübergestellt.

Der Erwachte bezeichnet diese von körperlicher Nahrung abhängige Welt als *olarika*, als grob, materiell, und die jenseitige Welt, gleich ob darunter Hölle oder Himmel oder sonstige Zwischenreiche verstanden werden, nennt er *dibba*, was meist mit „himmlisch“ übersetzt wird, aber eine weitergehende Bedeutung hat: Damit ist nicht eine moralische Höhe gemeint, sondern das nicht mit den fünf menschlichen groben Sinnen Erfahrbare, nicht an der körperlichen Nahrung, am „Stoffwechsel“ Teilnehmende, das Feinere, Astrale mit den unsichtbaren Kräften, die diesen physischen Körper bewegen.

Um die Gesetze, die dem so verstandenen „Irdischen“ und „Himmlischen“ zugrundeliegen, untersuchen und die Lehre verstehen zu können, müssen wir etwas weiter ausholen:

Die „irdischen“, materiellen, physischen Dinge unterliegen

einem ihnen innewohnenden Gesetz, das jeder als selbstverständlich zur Kenntnis nimmt, ohne weiter darüber nachzudenken: Wenn wir einem anderen Menschen etwas Materielles, etwa Brot oder Geld geben, dann haben wir es dadurch nicht mehr, sondern der andere hat es nun. Das Brot oder das Geld bleibt in seiner Menge bestehen, wir können es nur durch Geben und Nehmen, Kaufen und Verkaufen von hier nach dort schieben. Um so viel wie wir weggeben, haben wir weniger und der andere mehr. Und was wir essen oder trinken, ist jetzt mehr im Körper und fehlt „außen“ - und dann wird es wieder ausgeschieden und fehlt im Körper.

Wir können die materiellen Dinge also verschieben, aber nicht mehren oder mindern: Wenn auch die vier großen Gewordenheiten Festes, Flüssiges, Hitze/Wärme, Luft, die die Materie ausmachen, der Umwandlung, dem „Stoffwechsel“ unterliegen, indem z.B. aus der Erde Stoffe zur Bildung einer Pflanze gezogen werden, die Pflanze im Körper des Menschen umgewandelt wird und als Dung wieder der Erde zugeführt wird, woraus wieder Pflanzen entstehen und so fort - die Materie mehrt und mindert sich nicht, sondern die Menge Materie bleibt sich gleich. Wohl kann unter Freiwerden oder unter Verbrauch von Wärme etwas von Wasser zu Festem und von Festem zu Wasser werden, oder Festes oder Flüssiges kann gasförmig werden, von der Luft aufgesogen werden, wobei wieder Wärme entsteht oder verbraucht wird, aber nicht werden die vier Grundkonsistenzen gemindert oder gemehrt, sondern es verschiebt sich nur etwas innerhalb der vier Gewordenheiten.

Der Mensch, der nur auf die äußere Welt achtet, gewinnt unbewusst den Eindruck, ohne dass er sich Rechenschaft darüber ablegt, dass die ganze Existenz vom Gesetz des Veränderns durch bloßes Verschieben beherrscht wird: Ob wir geben oder nehmen - was als Mehren oder Mindern erscheint, ist im Grund nur ein Verschieben: die Gesamtsumme bleibt sich gleich. Ein anderes Gesetz über „Mehren“ und „Mindern“ lernt er nicht kennen, und das heißt: ein wirkliches Mehren

und Mindern kennt er gar nicht. Er kennt nur Verschieben. Und in dieser Dimension der vier großen Gewordenheiten kann es keinen Ausweg geben. Daher rührt die Resignation vieler, auch wenn sie sich über ihre Gründe nicht im Klaren sind. Trotzdem mehrt bzw. mindert er wirklich, aber in einer anderen Dimension, ohne es zu wissen; er kommt zufällig und ungesteuert dazu, dass er Übles mehrt oder Übles mindert. Darum ist es gut, wenn wir uns auch die Gesetzmäßigkeiten in der anderen, der „himmlischen“, d.h. außersinnlichen Dimension bewusst machen, in der allein ein wirkliches Mehr und Mindern stattfindet.

Zur himmlischen, nichtmateriellen Dimension gehören u.a. Gedanken, Ideen, Vorstellungen, also das „Geistige“. Die Idee, der Gedanke wird unmittelbar erlebt, mit keinem der fünf Sinne erfahren, nimmt auch keinerlei Raum ein. Der normale Mensch kann einem anderen den Gedanken nicht unmittelbar übermitteln, sondern muss ihn beschreiben, ins Sinnliche, in hörbare Laute oder sichtbare Schriftzeichen übertragen, was dann beim Hörer oder Leser auch eine Idee, eine Vorstellung erweckt.

Und was ist nun das *Gesetz* des Geistigen, des Denkens und Vorstellens?

Wenn ich „Irdisches“, Materie - Brot oder Geld - jemandem gebe, dann habe ich es nicht mehr, der andere hat es. Aber wenn ich einem anderen eine Idee, einen Gedanken, ein Wissen mitteile, dann habe ich dies nicht weniger, und trotzdem hat es auch der andere. Durch jede Erklärung, die man einem anderen abgibt, weiß man die betreffende Sache sogar selber noch besser, und der andere weiß sie zusätzlich auch. So ist hier etwas Nichtmaterielles mehr geworden.

Nehmen wir an: Ein Buch mit üblem und ein Buch mit gutem Inhalt, beide lebendig und packend geschrieben in 100.000 Auflage, zünden bei den Lesern, der Inhalt teilt sich mit, beeinflusst die Leser in ihrem Wollen und Sein je nach dem Inhalt. Nicht von der Materie geht dieser Einfluss aus. Mit demselben Papier und denselben Druckbuchstaben kann ein

sehr unterschiedlicher Sinn und damit eine sehr unterschiedliche Wirkung verbreitet werden. Die geistige Mitteilung pflanzt sich fort, ist aber zugleich dort, von wo sie ausgegangen ist, nicht weniger, sondern mehr geworden. Das ist uns ganz selbstverständlich, und doch bedenken wir diese Gesetzmäßigkeit, von der alle Veränderung ausgeht, nicht in ihrer ganzen Bedeutung: Im Geistigen sind wir Schöpfer. Eine Idee, ein Gedanke ist etwas Schöpferisches, durch das wir Geistiges wahrhaft mehren oder mindern zum Besseren oder Schlechteren; in der Materie sind wir nur Umformer, Umgestalter, Verschieber von Vorhandenem.

Außer dem „Geistigen“ gehören zum „Himmlischen“, Nichtmateriellen, die Triebe, Neigungen, die wir in uns spüren, also „seelische“ Kräfte, die zu dem einen hinstreben, vom anderen wegstreben, die oft unwiderstehlich reißen. Man spürt den inneren Zug, wenn man sich einmal gegen diese Strömungen stellt. Diese Triebe sind stark spürbar, aber sie sind nicht sichtbar oder sonst sinnlich erfahrbar; sie sind nicht von der irdischen Welt, haben keinen Ort, nehmen keinen Platz ein, haben kein Gewicht. Ein Körper mit vielen Trieben ist nicht schwerer als ein Körper mit wenig Trieben, und ein Kopf mit vielen Gedanken ist nicht schwerer als ein Kopf mit wenig Gedanken.

Ein Trieb ist eine innere Kraft, der kraftvolle Andrang eines Gefühls: „Das möchte ich, das muss ich, jenes will ich aber nicht.“ Manchmal kann man diesen Drang mit einem Gedanken auflösen, manchmal steht eine so große Wucht dahinter, dass im akuten Augenblick fast kein vernünftiger Gedanke dagegen aufkommt, sondern nur der Drang vorherrscht, sich zu erleichtern, sich mit einer Krafttat zu befriedigen, eine innere Verklemmung oder Zorn auf diese Weise leidenschaftlich zu lösen. Die Triebwucht setzt das ganze Körperwerkzeug in Bewegung nur mit dem einen Ziel, von der unerträglichen Spannung freizukommen.

Und welches ist nun die Gesetzmäßigkeit, die den Trieben innewohnt? Machen wir sie uns an einem physischen Beispiel

klar:

Gegen einen stillstehenden Güterwagen stemmen sich vier Männer. Langsam, ganz unmerklich setzt sich der Güterwagen in Bewegung, bis er allmählich erkennbar rollt. Die Männer haben eine bestimmte Menge Kraft in einer bestimmten Richtung in den Güterwagen „hineingedrückt“, haben dann den Kontakt zu dem Güterwagen aufgegeben, aber die Bewegung ist im Güterwagen. Nichts an der Materie des Güterwagens hat sich verändert, er hat dieselbe Größe, dieselbe Masse, dasselbe Volumen, aber die Kraft ist darin. Man kann die Kraft in der Materie nicht finden, sondern sieht nur die Wirkung dieser Kraft in der Bewegung des Wagens. Wann kommt dieser Wagen wieder ganz zum Stillstand? Wenn genau so viel Kraft, wie in der einen Richtung hineingedrückt ist, von der entgegengesetzten Richtung dagegengewirkt hat: Luftwiderstand, Reibung auf den Schienen usw.

Durch unsere oberflächliche Beobachtung haben wir normalerweise den Eindruck: „Von Natur bleibt alles bald von selber wieder stehen. Man muss immer neue Kraftimpulse geben, wenn etwas sich bewegen soll.“ Dabei bedenken wir aber nicht, dass entsprechende Gegenkräfte, Luftwiderstand, Reibung usw., die innewohnende Kraft wieder aufzehren. Die Kraft, die einmal vorhanden ist, kann nur mit entsprechender Gegenkraft wieder gemindert oder gar aufgehoben werden. Ohne entgegenwirkende Kraft bleibt sie bestehen, wie sie ist. Eine Rakete im unbeeinflussten Raum fliegt ohne jeglichen Widerstand unendlich weiter. Da-ran sehen wir das Gesetz des Beharrens der Kraft. Aber hier in unserer Welt können so viele Hinderungskräfte wirken, die immer wieder die Kraft aufzehren und den Stillstand herbeiführen, dass wir den Eindruck haben: Wenn man keine neue Kraft hineingibt, steht es still. Aber dieser Eindruck vermittelt ein falsches Weltbild. Obwohl wir die Kraft im Güterwagen oder in der Rakete physische Kraft nennen, so unterliegt doch auch diese nicht dem Gesetz der Materie, sondern demselben Gesetz wie das Seelische: der Beharrung.

Betrachten wir dieses Gesetz nun bei den Trieben. Eine gedankliche positive Bewertung: „Es ist gut oder vorteilhaft, wenn man solche innere Art hat oder diesen oder jenen Gegenstand besitzt“ entspricht dem Druck der Männer gegen den Güterwagen oder der Beschleunigung der Rakete durch einen Rückstoß. In den geistigen Haushalt ist jetzt durch einen geistigen Akt eine Zuneigung zu dem positiv Bewerteten hineingekommen, und diese beharrt so lange als seelische Kraft, als nicht andere denkerische Impulse - geistige Akte - sie wieder aufheben. Nur entsprechende Gegenkraft kann sie „zum Halten“ bringen. Auf dieses Gesetz des Beharrrens haben die meisten Menschen nicht Acht. Täglich, stündlich werden Dinge positiv oder negativ bewertet, werden Wünsche gepflegt, genährt und vergrößert und werden Antipathien, Aversionen gepflegt, genährt und vergrößert - die allerwenigsten davon gewollt und gezielt, die meisten ungerichtet, ungeordnet, achtlos, unwissend wegen fehlender Kenntnis über die Macht der Gedanken. Jeder einzelne Gedanke der Antipathie, den man hegt, vergrößert die Antipathie. Wir haben es in der Hand, durch Beobachtung und Lenkung unserer geistigen Bewertungen zu bestimmen, ob Sympathie oder Antipathie oder gar Nächstenliebe unseren Willen bewegen, bewegen zu diesem oder jenem Tun.

Wenn einer einem anderen Geld, Nahrung, Kleidung gibt mit den seelischen Regungen des Ärgers, Missmuts und Geizes, etwa in dem Gedanken: „Der könnte auch selber was verdienen“, dann wirken drei Faktoren mit: Materielles, Geistiges und Seelisches. Das Geld, die Nahrung, die Kleidung ist bei mir weniger, beim anderen mehr, in der Summe ist es gleich geblieben. Der nicht sichtbare Gedanke aber: „Der könnte auch selber etwas verdienen“, der verschiebt nicht nur, sondern verändert etwas: er schafft oder verstärkt bereits vorhandene seelische Neigungen des Missmuts, Ärgers und Geizes, befestigt damit die Neigung, sich zu ärgern, und damit beim Geber die Gewöhnung, mit Ärger zu geben. Ärger, Missmut und Geiz bewirken beim nächsten Mal Zurückhalten, Miss-



trauen, Misshandlung und beeinflussen allmählich auch den Empfänger und die Zeugen in ihrer Haltung zum Geben. Aber diese seelischen Vorkommnisse hat man nicht auf der Rechnung. Vorwiegend achtet man auf das Materielle: „Was ich weggebe, habe ich weniger, was ich heranraffe, habe ich mehr.“ Denken wir an das Sprichwort „Zeit ist Geld.“ In der Zeit kann ich Geld mehren. Was man aber sonst mit der Zeit gewinnen und verlieren kann, das hat man nicht im Auge. Von daher erhält auch das Wort von Jesus seinen tiefen Sinn: *Was hülfte es dem Menschen, wenn er die ganze Welt gewönne und nähme doch Schaden an seiner Seele.* Man kann sich bemühen, immer mehr zu verdienen, um äußerlich alles immer schöner zu gestalten, aber dabei kann die Seele dunkel und trübe werden, und damit fühlt sich der Mensch innerlich immer mehr öde, kalt und leer trotz aller äußeren Pracht.

*Vom Geiste gehn die Dinge aus,* sagt der Erwachte. Der Geist, das sind die Arbeiter, die die Kraft, die Bewegungsrichtung in den Wagen, den seelischen Haushalt der Triebe hineindrücken, und diese Kraft und Bewegungsrichtung bleibt in ihrer Stärke so lange bestehen, als sie nicht durch entgegengesetzte Denkkraft und Vorstellungen von zusammen genau gleicher Kraft - seien es wenige tiefgewichtige oder viele „leichtere“ - aufgehoben wird. Die Triebkräfte bestimmen das Tun und Lassen des Menschen. Der „Wagen“, der Körper, rollt jetzt nach ihrem Diktat, und was im Weg ist, wird - je nach der hineingegebenen Kraft - überfahren.

In allen Religionen heißt es: Je mehr Wünsche und Bedürfnisse ein Wesen durch sein entsprechendes Denken und Vorstellen entwickelt hat, um so mehr ist es gezwungen, andere zu verletzen, rücksichtslos zu sein, um den inneren Hunger zu befriedigen. Obwohl der Mensch herzlichen Kontakt zu den Mitwesen wünscht, isoliert sich der Rücksichtslose durch seinen starken Drang, bestimmte Dinge haben zu wollen, zu erreichen usw., und erntet entsprechende Aversionen und Feindschaft der anderen, erlebt also das Gegenteil dessen, was er im Grund anstrebt - aus Nichtwissen über die Gesetze des Seeli-

schen.

Geist - Triebe - Materie sind drei ganz verschiedene Dinge und stehen doch in einem festen Zusammenhang. Durch geistiges Bewerten werden die Triebe verändert, gemehrt oder gemindert, und durch die Triebe erfährt man ein „Ich“ und eine Welt, die man für materiell hält, die aber - ebenso wie die Selbsterfahrnis - nur im Erleben besteht, nur durch Erleben ausgewiesen werden kann.

Im Geistigen sind wir Schöpfer, wir schaffen die Triebe, die uns treiben, mehren oder mindern sie und bestimmen damit die Qualität unseres Welterlebnisses.

Wer heute sich um milde, sanfte Art bemüht, erlebt in seiner nächsten Umgebung bald die Auswirkungen, und wer aufmerksam ist, kann bei sich eine Zunahme der seelischen Zuneigung zu mildem, sanftem Verhalten feststellen.

Es ist ein Unterschied, ob wir Zeitung lesen und uns anfüllen mit den vordergründigen Daten der Geschehnisse oder ob wir bei uns und anderen auf die Motive, die Ursachen der Taten achten. Der Erwachte sagt: All unser Erleben, das uns eine objektiv bestehende Welt vorgaukelt, kommt her von unserer Aktivität in Gedanken, Worten und Taten. Und all unsere Aktivität in Gedanken, Worten und Taten kommt von den Trieben des Herzens. Und alle Triebe des Herzens, die guten und die schlechten, kommen aus dem positiv bewertenden Denken und Vorstellen, und alles positiv und negativ bewertende Denken und Vorstellen kommt aus der Anschauung, aus der Meinung, was wertvoll oder wertlos sei. Die Anschauung ist der ständige „Schöpfer“ dieser Kette. Unsere Anschauung ist dann recht, wenn wir unseren Geist auf die Grundlagen, auf die Herkunft der Dinge richten, und unsere Anschauung ist falsch und muss immer falscher werden, wenn wir nur die Oberfläche der Erscheinungen, ihren schillernden Inhalt statt ihrer Herkunft beachten. Der oberflächliche Mensch achtet auf die Schicksale und lässt sich von den Situationen bewegen, der tiefer blickende Mensch achtet auf die Herkunft der Schicksale und sieht, dass es „Schaffsiale“ sind, dass er der Schöpfer ist. Das

Nichtwissen ist der Schöpfer alles Elends, und aus dem vom Erwachten vermittelten Wissen um die Zusammenhänge geschieht die Auflösung des Leidens und damit die Gewinnung des Heils. Wenn wir diesen Zusammenhang anschaulich wissen, dann können wir die Triebe beeinflussen. Wir werden sie nicht immer nach Wunsch lenken können, aber durch das richtige Wissen, durch das Vor-Augen-Führen des rechten Maßstabs nimmt die Gegenkraft in uns zu. Damit wird der Triebhaushalt, von dem alles Tun und Lassen ausgeht, gewandelt. Der Güterwagen bekommt eine andere Richtung.

Sakuludāyī, der Pilger, hatte bei sich das Seelische entdeckt und gepflegt, hatte festgestellt, dass ihm wohler wurde bei einer hellen Gemütsverfassung und dachte: „Ach, wenn dieser elende belastende Körper einmal nicht mehr ist, wenn dieses feine Gefühl allein übrig bleibt, dann ist die Seele genesen nach dem Tode.“ Er meint also: „Gleichviel, wie die Seele jetzt ist: nach dem Tode ist sie genesen.“

Aus dem Vorangegangenen wird deutlich geworden sein, dass diese Auffassung des Pilgers nur beschränkt der Wirklichkeit entspricht. Das Gesetz des Seelischen ist das des Beharrens. Wenn ein Wesen mit dunklen Gedanken seinen seelischen Haushalt verdunkelt hat, dann wird sein Neigungsgefüge auch nach dem Tod genauso dunkel sein, wie es gewirkt worden ist; und hat ein Wesen mitfühlend, hell, freudig an die Mitwesen gedacht, sich um Minderung von Übelwollen und Rohheit bemüht, so wird sein Neigungsgefüge hell und leuchtend sein - zu Lebzeiten und nach dem Tod. Wie wir die Seele bilden durch bewertendes Denken, so wird sie auch nach dem Tod sein, wird in aller Nacktheit ihre innere Dunkelheit oder aber Helligkeit offenbaren. Nach dem Tod hat die Psyche alle Attribute dieser materiellen Welt abgelegt. Dann kann weltliches Licht und weltliche Dunkelheit an ihr nicht mehr gesehen werden, dann ist allein ihr seelischer Glanz oder ihre seelische Dunkelheit sichtbar und fühlbar. Durch unsere Gedanken bauen wir Himmel und Hölle, alle Zwischenreiche zwischen dun-

kelstem Dunkel und schmerzlichen Schmerzen, geringeren Schmerzen, Leere, Öde, über Wärme, Helligkeit bis zum größten leuchtenden Strahlen.

Diese Möglichkeiten, den inneren Glanz der Seele noch immer strahlender und leuchtender zu machen, hat der Erwachte bei der folgenden Steigerung des Glanzes zunächst an Beispielen aus dem Irdischen im Auge:

*Was meinst du wohl, Udāyī, ein Juwel, ein Edelstein, der von reinem Wasser, achteckig, wohlbearbeitet ist, auf lichter Decke liegend leuchtet und funkelt und strahlt, oder aber ein Glühwurm, ein Leuchtkäfer in dunkler, finsterner Nacht: wer von den beiden hat größeren und helleren Glanz? – Ein Glühwurm, o Herr, in dunkler, finsterner Nacht, ein Leuchtkäfer, dieser von beiden hat da größeren und helleren Glanz. –*

*Was meinst du wohl, Udāyī, ein Glühwurm in dunkler, finsterner Nacht, ein Leuchtkäfer, oder aber eine Öllampe in dunkler, finsterner Nacht: was von den beiden hat größeren und helleren Glanz? – Eine Öllampe, o Herr, in dunkler, finsterner Nacht, diese von beiden hat da größeren und helleren Glanz. – Was meinst du wohl, Udāyī, eine Öllampe in dunkler, finsterner Nacht oder aber eine mächtige Fackel in dunkler, finsterner Nacht: was von den beiden hat größeren und helleren Glanz? – Eine mächtige Fackel, o Herr, in dunkler, finsterner Nacht, diese von beiden hat da größeren und helleren Glanz. –*

*Was meinst du wohl, Udāyī, eine mächtige Fackel in dunkler, finsterner Nacht oder aber der Morgenstern in dämmernder Frühe, wann die Wolken und Nebel verzogen und verschwunden sind: was von den beiden hat größeren und helleren Glanz? – Der Morgenstern, o Herr, in dämmernder Frühe, wann die Wolken und*

*Nebel verzogen und verschwunden sind, dieser von beiden hat da größeren und helleren Glanz. –*

*Was meinst du wohl, Udāyī, der Morgenstern in dämmernder Frühe, wann die Wolken und Nebel verzogen und verschwunden sind, oder aber am Feiertage im halben Monat, wann die Wolken und Nebel verzogen und verschwunden sind, unbeschränkt um Mitternacht der Mond: was von den beiden hat größeren und helleren Glanz? – Der Mond, o Herr, am Feiertage im halben Monat, wann die Wolken und Nebel verzogen und verschwunden sind, unbeschränkt um Mitternacht, dieser von beiden hat da größeren und helleren Glanz. –*

*Was meinst du wohl, Udayī, der Mond am Feiertag im halben Monat, wann die Wolken und Nebel verzogen und verschwunden sind, unbeschränkt um Mitternacht oder aber im letzten Monat der Regenzeit, im Herbst, wann die Wolken und Nebel verzogen und verschwunden sind, unbeschränkt um Mittag die Sonne: wer von den beiden hat größeren und helleren Glanz? – Die Sonne, o Herr, im letzten Monat der Regenzeit, im Herbst, wann die Wolken und Nebel verzogen und verschwunden sind, unbeschränkt um Mittag, diese von beiden hat da größeren und helleren Glanz. –*

In dieser siebenfachen Steigerung spricht der Erwachte nur von sinnlich wahrnehmbaren Dingen, aber der Pilger versteht, dass das nur Gleichnisse sind, und denkt dabei an seine Seele. Er ahnt jetzt, dass sie noch viel heller werden kann, als er je gedacht hatte. Als letzte Steigerung spricht der Erwachte von hohen Gottheiten:

*Nun gibt es zwar, Udāyī, viel mehr Götter, deren Licht sich mit dem von Sonne und Mond nicht vergleichen*

*lässt, und ich kenne sie; dennoch aber sag ich nicht „Ein Glanz, über den es keinen größeren und helleren gibt“, während du, Udāyī, dagegen von jenem Glanz, der dem Glühwurm, dem Leuchtkäfer nachsteht, unterlegen ist, sagst: „Das ist der höchste Glanz“ und diesen Glanz nicht erklärst. –*

*Abgeschnitten hat der Erhabene das Gespräch, abgeschnitten hat der Willkommene das Gespräch. – Warum denn, Udāyī, sagst du: „Abgeschnitten hat der Erhabene das Gespräch, abgeschnitten hat der Willkommene das Gespräch“? – Unser eigener Lehrsatz, o Herr, der lautet: „Das ist der höchste Glanz, das ist der höchste Glanz“: und da sind wir, o Herr, vom Erhabenen über unseren eigenen Lehrsatz befragt, ausgeforscht, unterrichtet, hohl und leer und eitel befunden worden.–*

Der Pilger hatte bisher für den höchsten Glanz der Seele, der ihn die manchmal aufkommende Gemütsstimmung ahnen ließ, kein anderes Gleichnis als das des Edelsteins auf lichter Decke, also ein zartes Leuchten im Dunkeln. Eine höhere innere Erfahrung hatte er bisher nicht. Die meisten Menschen aber haben nicht einmal diese innere Erfahrung. Wenn sie mit sich allein sind ohne äußere Hilfsmittel, erleben sie Dunkelheit, Kälte in ihrem Gemüt. Darum fliehen sie das Mit-sich-allein-Sein und greifen wieder nach den sinnlichen Reizungen. Sie können mit sich allein gar nichts anfangen. Dieser Pilger dagegen hat schon etwas inneres Wohl erfahren, und der Erwachte zeigt ihm: Der Status des gewöhnlichen Menschen ist dunkel. Hass und Rohheit verdunkeln die Seele. Aber sie lässt sich erhellen. Der normale Mensch ist fast nur bestrebt, durch die Sinne hereinzuholen, den Reiz des Augenblicks zu genießen, von Befriedigung zu Befriedigung zu jagen. Aber es gibt auch die Entwicklung, dass die eigene Selbsterfahnis, bei der man ganz bei seinem Gemüt ist, allmählich aufgehellt wird. Wenn

wir unsere Nächsten nicht mit unseren Interessen messen, wie weit sie uns wohl tun oder wehtun, sondern wenn wir sie ebenso wie uns selber als Wohl-, Frieden-, Heilungsuchende betrachten, dann erzeugen wir in unserem Gemüt mehr und mehr Helligkeit und lichten Glanz. Die Gewöhnung, andere negativ und herabwürdigend zu beurteilen, zieht dagegen ins Dunkle. Wir können nicht im Augenblick des Sterbens rasch das Hellere denken, wenn wir es nicht gewöhnt sind. Aber wir können allmählich lernen, beharrlich einen üblen Gedanken durch einen besseren zu ersetzen, wenn wir spüren, wie er aufkommt und von uns Besitz ergreifen will; und dadurch wird das Üble in uns gemindert. Intensiv hell und wohlwollend an andere denken und schließlich unbeschränkt alle Welt durchstrahlen - das ist die Steigerung der Herzenshelligkeit über das Licht des Diamanten hinaus, vom Licht des Glühwurms, der Öllampe, der Fackel, des Morgensterns, des Mondes und der Sonne bis hin zu den hohen göttlichen Geistwesen, deren Strahlen das der Sonne übertrifft, wie man schon an ihren Namen erkennen kann: Leuchtende, Strahlende, Strahlengewordene Götter, Allmächtige. In diesen höchsten Bereichen wird immer größere Helligkeit erfahren, zugleich immer mehr Wohl, Macht, Freiheit, Größe. Mit dem übermenschlichen Auge sieht der Erwachte, wie auch die Gottheiten sich immer noch weiter verfeinern, erhellen können und entsprechend ihrem inneren Sein dort wieder erscheinen, wo ihr Daseinsbereich ihrem inneren Status, dem neuen Lauterkeitsgrad entspricht.

In D 21 wird berichtet von drei Mönchen des Erwachten, die zeitweise höhere, reinere Gedanken gehegt haben, zu anderen Zeiten sich wieder etwas mehr haben gehen lassen und gestorben sind zu einer Zeit, in der sie gerade nicht in ihrer feinsten seelischen Verfassung waren. Sie sind wieder erschienen in einem verhältnismäßig niedrigen Götterbereich als Diener der Götter der Dreiunddreißig. Als Sohn des Götterkönigs nun ist dort zur selben Zeit einer erschienen, der im Menschenleben eine Frau, eine Laienanhängerin des Erwachten

gewesen war. Dieser Göttersohn spricht nun die drei Diener an: „Ihr wart doch Mönche des Erwachten. Das ist wahrhaftig kein erfreulicher Anblick, dass ihr jetzt nur unsere Diener seid.“ Und es heißt: So angesprochen, erhoben sich diese Diener zu ihren besseren Einsichten, und vor den Augen der Götter entschwanden sie aus jenem Götterbereich und kehrten ein in einen brahmischen Bereich, also einen Bereich von Wesen selbstleuchtenden Gemüts entsprechend dem inneren Status, welchem sie durch ihre Bemühungen als Mönche ihrer seelischen Durchschnittsverfassung nach bereits angehörten, aus der sie in der letzten Zeit ihres Lebens abgesunken waren. Bei den reineren Göttern besteht ja nicht die Hemmung durch Materie. Ihre Selbsterfahrnis, ihre Erscheinung ist geistunmittelbar. Wie die Idee und die Herzensverfassung ist, so ist die Erscheinung.

Aber warum sagt der Erwachte, dass er auch von den höchsten leuchtenden Gottheiten, die ihm bekannt sind, nicht sage: „Das ist der höchste Glanz?“ Eine Erklärung finden wir im Anfang des ersten Buches der Angereichten Sammlung in der folgenden kleinen Lehrrede<sup>144</sup>:

*Leuchtend, ihr Mönche, ist das Herz (im samādhi), aber es wird verunreinigt von hinzukommenden Befleckungen. Doch der unbelehrte Mensch versteht dies nicht der Wirklichkeit gemäß. Darum gibt es für den unkundigen Weltling keine Entwicklung des Herzens. Der erfahrene Heilskundige aber versteht dies der Wirklichkeit gemäß. Darum, sage ich, gibt es für den erfahrenen Heilskundigen eine Entwicklung des Herzens.*

Mit diesem Ausspruch ist gesagt, dass die Entwicklung des Herzens, der Psyche, der Seele, zur Reinheit auch die Entwicklung zu Glanz, Leuchten, Helligkeit ist. In den Lehrreden werden die unterschiedlichsten Befleckungen und Verunreini-

---

144 In der Übersetzung von Nyānaponika (3.Aufl.) A 1,6, in der 2.Aufl. A 1,10



gungen des Herzens in verschiedenen Reihen genannt. Aber sie alle laufen zusammen in den drei Eigenschaften, die dem Herzen aller Wesen, die die Heiligkeit nicht erreicht haben, zugesprochen werden: Gier, Hass, Verblendung. Diese gibt es von den stärksten bis zu den allerschwächsten Graden, und das bedeutet zugleich: von der stärksten bis zur allerschwächsten Verdunkelung. Demgegenüber steht das Herz des Geheilten, das von Gier, Hass, Blendung völlig frei ist und darum alles Leuchten und allen Glanz übersteigt entsprechend der eben zitierten Lehrrede.

Aber dieses „Leuchten“ muss richtig verstanden werden: Alle Begriffe, wie hell, dunkel oder groß, klein usw., setzen einen Maßstab voraus. Es gibt ja kein Leuchten und keine Dunkelheit an sich, sondern Leuchten gibt es immer nur im Verhältnis zu einer dunkleren Umgebung und Dunkelheit nur im Verhältnis zu einer helleren Umgebung. Das Glühwürmchen, die Öllampe und die Fackel leuchten nur in einer Umgebung, die noch weniger hell ist als ihr Licht. Und selbst Sterne und Mond, so hell sie auch manchmal zu leuchten scheinen, verblassen, wenn die noch hellere Sonne aufkommt. Und so strahlen auch die höheren Gottheiten nur im Vergleich zu den geringeren, während sie neben den noch reineren Gottheiten dunkel erscheinen müssen. Und da nach den Aussagen des Erwachten auch die allerhöchsten und allerfeinsten Gottheiten eben noch allergeringste und allerfeinste Grade von „Gier“ (Anziehung) und „Hass“ (Abneigung) und Blendung an sich haben - denn in dem Augenblick, wo ein so hohes geistiges Wesen von den letzten Resten dieser drei Befleckungen frei wird, ist es auch dem gesamten Samsāra entronnen, und dann ist nichts mehr zu messen und zu erkennen - so haben alle Gottheiten, soweit sie als Gottheiten bestehen, eben nicht den „höchsten Glanz“. Der höchste Glanz ist in dieser Welt und in jener Welt nicht zu finden, ist im ganzen Samsāra nicht zu finden, denn alles Gewordene ist graduelle Dunkelheit nach dem Wort des Erwachten: *Eine Verdunkelung ist diese Welt.* (*andhabhuto ayam loko*) (*Dh 174*)

In dem bisher behandelten Teil dieser Lehrrede öffnete der Erwachte dem Pilger das Auge dafür, was wahrhaft der höchste Glanz sei, nach dem sich der Pilger sehnte. In dem nun folgenden Teil zeigt er ihm nun auch noch den Weg, der beschritten werden muss, um höchstes Wohl zu erreichen.

*Sag mir, Udāyī: gibt es ein vollkommenes Wohlsein, gibt es einen deutlich bezeichneten Pfad, um das vollkommene Wohlsein zu erreichen? – Wir haben, o Herr, einen Lehrsatz, der lautet: „Es gibt ein vollkommenes Wohlsein, es gibt einen deutlich bezeichneten Pfad, um das vollkommene Wohlsein zu erreichen. – Und was ist das, Udāyī, für ein deutlich bezeichneter Pfad, um das vollkommene Wohlsein zu erreichen? –*

*Da hat einer, o Herr, das Töten verworfen, vom Töten hält er sich fern, Nichtgegebenes zu nehmen hat er verworfen, vom Nehmen des Nichtgegebenen hält er sich fern, Ausschweifung hat er verworfen, von Ausschweifung hält er sich fern, Verleumden hat er verworfen, von verleumderischer Rede hält er sich fern; oder er hat noch andere Bűßerpflicht auf sich genommen. Das ist, o Herr, der deutlich bezeichnete Pfad, um das vollkommene Wohlsein zu erreichen. –*

*Was meinst du, Udāyī, zu einer Zeit, in der man das Töten verworfen hat, sich vom Töten fernhält, fühlt man sich zu einer solchen Zeit vollkommen wohl oder wohl und weh? – Wohl und weh, o Herr! – Was meinst du, Udāyī, zu einer Zeit, in der man das Nehmen des Nichtgegebenen, Ausschweifung, Verleumdung verworfen hat, sich davon fernhält, fühlt man sich zu einer solchen Zeit vollkommen wohl oder wohl und weh? – Wohl und weh, o Herr! –*

*Was meinst du, Udāyī, zu einer Zeit, in der man noch andere Bűßerpflicht auf sich genommen hat,*

*fühlt man sich zu einer solchen Zeit vollkommen wohl oder wohl und weh? – Wohl und weh, o Herr! –*

*Was meinst du, Udāyī, hat man nun aber den Pfad betreten, der Wohl und Wehe mit sich bringt, kann man da vollkommenes Wohlsein erreichen? –*

*Abgeschnitten hat der Erhabene das Gespräch, abgeschnitten hat der Willkommene das Gespräch. – Warum denn, Udāyī, sagst du: Abgeschnitten hat der Erhabene das Gespräch, abgeschnitten hat der Willkommene das Gespräch? – Unser eigener Lehrsatz, o Herr, der lautet: „Es gibt einen deutlich bezeichneten Pfad, um das vollkommene Wohlsein zu erreichen“, und da sind wir, o Herr, vom Erhabenen über unseren eigenen Lehrsatz befragt, ausgeforscht, unterrichtet, hohl und leer und eitel befunden worden.*

Der Erwachte sagt (M 51 u.a.): Wer die Tugendregeln voll erfüllt hat, der fühlt ein inneres Glück der Vorwurfsfreiheit. Aber dieses Glück ist noch lange kein vollkommenes Wohl. Schon durch die Übung der Sinnenzügelung wird ein noch weit höheres Wohl erfahren, das Wohl der inneren Unverstörttheit. Das hat der Tugendhafte noch nicht. Auch ein Tugendhafter kann von manchen Dingen noch sehr gerissen und gereizt sein, und er muss kämpfen, dass er trotz der vielfältigen Neigungen Verhaltensweisen und Regeln innehält, die er sich einmal gesetzt hat. Außerdem ist er im Umgang mit der Umwelt ununterbrochen Sinneseindrücken, Berührungen, Gefühlen, Wahrnehmungen und seinem Denken ausgesetzt, was er so gewöhnt ist, dass er es normalerweise gar nicht merkt. *Sri Ramana Maharshi* sagt, gewöhnlichen Menschen falle das Anhalten des Denkens unheimlich schwer, dem Weisen dagegen sei das Nichtdenken der natürliche Zustand und das Denken eine Anstrengung. Wir können verstehen, inwiefern Denken eine Anstrengung ist: Durch Denken kommen die verschiedenen Ideen und Vorstellungen auf, die uns reizen und

locken oder die uns abstoßen, Wut aufkommen lassen, Zorn, Ärger, Neid und dergleichen. Das sind mehr oder weniger wilde Gemütsbewegungen, die den Menschen veranlassen zu Plänen, Aversionen, Zuneigungen usw. So ist man ununterbrochen in rasender Bewegung. Nur weil wir uns mit den rasenden Denkvorgängen identifizieren, weil wir vom Säuglingsalter an es gar nicht anders kennen, sind wir uns dieses wilden Anbrandens gar nicht bewusst. Darüber hinaus sagen die geistig Erfahrenen aller Kulturen, welche im Herzensfrieden das Zur-Ruhe-Kommen des Denkens erlebt haben, dass - auch für den kaum noch von Trieben Gerissenen - Denken selber, der rasche Zug der Namen, Bilder, Vorstellungen, Begriffe, eine Last ist. Der Erwachte hilft uns, Abstand zu nehmen von unserem gewohnten Getriebe, es immer wieder von oben her zu beobachten. Nur wenn wir unsere Belastung selber bei uns merken, dann kann der Wille aufkommen, da herauszukommen. Ohne den Hinweis der Größeren können wir nicht unser gewohntes Nest erkennen und durchschauen.

Tugend muss erworben werden, aber mit Tugend allein kommt man nie zum vollkommenen Wohl. Tugend setzt Welt voraus, Weltbegegnung. In der Welt aber ist kein vollkommenes Wohl möglich.

Und nun fragt Udāyī den Erwachten:

*Wie nun, o Herr, gibt es ein vollkommenes Wohlsein, gibt es einen deutlich bezeichneten Weg, um das vollkommene Wohlsein zu erreichen? – Es gibt, Udāyī, ein vollkommenes Wohlsein, es gibt einen deutlich bezeichneten Weg, um das vollkommene Wohlsein zu erreichen. – Und was ist das, o Herr, für ein deutlich bezeichneter Weg, um das vollkommene Wohlsein zu erreichen? –*

*Da verweilt, Udāyī, der Mönch, abgeschieden von weltlichem Begehren, abgeschieden von allen heillosen Gedanken und Gesinnungen in stillem Bedenken und*

*Sinnen. Und so tritt die aus innerer Abgeschlossenheit geborene Entzückung und Seligkeit ein, der erste Grad weltloser Entrückungen.*

*Nach Vererbung auch des Bedenkens und Sinnens verweilt er in innerem seligem Schweigen, in des Gemüts Einigung. Und so tritt die von Sinnen und Bedenken befreite, in der Einigung geborene Entzückung und Seligkeit ein, der zweite Grad weltloser Entrückung.*

*Mit der Beruhigung auch des Entzückens lebt er oberhalb und außerhalb von allem sinnlichen Wohl und Wehe in unverstörtem Gleichmut klar und bewusst und in einem solchen körperlichen Wohlsein, von welchem die Heilskenner sagen: „Dem in erhabenem Gleichmut klar bewusst Verweilenden ist wohl.“ Ein solcher gewinnt den dritten Grad weltloser Entrückung. – Wie kann das, o Herr, der deutlich bezeichnete Weg sein, um das vollkommene Wohlsein zu erreichen? Erreicht hat man ja da schon, o Herr, vollkommene Wohlsein! – Nicht hat man, Udāyī, da schon vollkommene Wohlsein erreicht. Aber der deutlich bezeichnete Weg ist es, um das vollkommene Wohlsein zu erreichen. –*

*Auf diese Worte brachen die Jünger Sakuludāyīs, des Pilgers, in lebhaftes Rufe aus, in lauten Lärm, in großen Lärm: „So haben wir unsere Lehrsätze verloren, so haben wir unsere Lehrsätze wiedergefunden. Darüber hinaus begreifen wir nichts Höheres mehr.“ Und Sakuludāyī, der Pilger, beschwichtigte sie und sprach dann zum Erhabenen:*

*Inwiefern hat man nun, o Herr, vollkommene Wohlsein erreicht? –*

*Nachdem er über alles Wohl und Wehe hinausgewachsen ist, alle frühere geistige Freudigkeit und*

*Traurigkeit völlig gestillt hat und in einer über alles Wohl und Wehe erhabenen bewussten Gleichmutsreine lebt, da erlangt er die vierte Entrückung und verweilt in ihr. - Und bei Gottheiten, die aufgestiegen sind in Bereiche von einzig Wohl, bei diesen Gottheiten verweilt er, spricht mit ihnen, hat gedanklichen Austausch mit ihnen. Mit eigenen Augen erfährt er diese Welt von einzig Wohl. Insofern hat man, Udāyī, vollkommenes Wohlsein erreicht. -*

Der Erwachte sagt von den Erlebnissen und Gefühlen des normalen Menschen, dass dieser nur unterscheidet zwischen den unmittelbar durch seine Erlebnisse aufkommenden Wohlgefühlen („Freuden“) und Wehgefühlen („Leiden“) und den durch Wiederholung und Verarbeitung im geistigen Vorstellen und Bedenken hinzukommenden Wohlgefühlen („Fröhlichkeiten“) und Wehgefühlen („Traurigkeiten“), weshalb er das Wehgefühl zu meiden und das Wohlgefühl zu gewinnen trachte. In der weltlosen Entrückung aber werde ein so hohes und überweltliches Wohl empfunden, dass im Vergleich dazu alle Unterscheidungen zwischen den durch Berührung bedingten Wohlgefühlen und Wehgefühlen hinfällig würden. Wer das Wohl der weltlosen Entrückungen erlebt habe, der erkenne von da an, dass er einer furchtbaren Täuschung erlegen sei, da er weltliche Erlebnisse für Wohl gehalten habe. Nun im Besitz eines vorher nicht geahnten wirklichen Wohls sehe er, dass alles mit dem Sinnlichen verbundene Erleben elend und weh sei. Zu einer solchen Zeit sei er frei von dem Andrang der pausenlosen, begrenzenden Ich-Umwelt-Begegnung und empfinde darum das Gefühl der Unabhängigkeit. *Diese Unabhängigkeit aber ist höchste Labsal der Gefühle.* (M 13) Und sie ist am höchsten in dem vierten Grad weltloser Entrückung, weshalb der Erwachte diesen als höchstes Wohl bezeichnet.

Weiter wird sich der Erfahrer der weltlosen Entrückungen nach seiner Rückkehr in die sinnliche Wahrnehmung bewusst,

dass in diesem Zustand nicht nur keine eigene Leiblichkeit ist, sondern auch keinerlei sonstige Vielfalt, keine Menschen und Tiere und auch keine toten Dinge. Damit gibt es auch keine Nähe und Ferne. Frei ist er von Herankommen und Entfernen, frei von Raum und Zeit. Damit sind auch die unzählbaren, unbewusst und bewusst bedrückenden Probleme verschwunden wie nie gewesen. Es gibt keine Einsamkeit, keine Verlassenheit eines Ich, und es gibt kein belästigendes Andrängen und Aufdrängen. Es gibt kein Sich-Nähern und kein Sich-Entfernen, kein Nachjagen und kein Hinwegfliehen. Es ist eben kein Ich-Käfig, kein kosmisches Gefängnis da. Es ist nichts da, dem man ausgeliefert und an das man gefesselt wäre, und es ist niemand da, der etwa ausgeliefert oder gefesselt wäre.

Auf die Frage Sakuludāyīs, ob die Asketen Gotamos wegen des höchsten Wohls des vierten Grades der Entrückung das Asketenleben führten, nennt der Erwachte jedoch als noch vorzüglichere Dinge, um deretwillen seine Jünger das Asketenleben führten, die drei großen Weisheitsdurchbrüche, nämlich die „rückerinnernde Erkenntnis der früheren Daseinsformen“, ferner den „Anblick des Verschwindens-Erscheinens der Wesen“ je nach der Beschaffenheit ihrer inneren Art und ihrer Gedanken, Worte und Taten und endlich als den letzten und endgültig befreienden Akt die durchdringende Erkenntnis der alle Existenz in allen Formen bedingenden Wollensflüsse/Einflüsse, die nun endgültig und total aufgehoben sind.

Die Rückerinnerung ist keine Vision, also kein Sehen „fremder“ überweltlicher Dinge, die anderen Dimensionen angehören, sondern sie hat ganz den Charakter der Erinnerung. Wenn wir uns an irgendeinen Vorgang von gestern oder vorgestern erinnern, dann „sehen“ wir ihn auch wieder, aber nicht als ein Bild außerhalb, sondern als das Wiederauftauchen einer früheren Einprägung. Dasselbe geschieht bei der rückerinnernden Erkenntnis früherer Daseinsformen. Indem wir diese Vorgänge sehen, da wissen wir, dass das nicht gegenwärtiges Geschehen ist - wie bei den Visionen - sondern eben nur Erin-

nerung, das heißt geistige Wiederholung von bereits Gewesenen.

Der Mensch, der die Rückerinnerung früherer Leben besitzt, gewinnt nun weit über das eine Leben hinaus ihm bisher noch fehlende Erkenntnisse. Er erfährt aller nur möglichen inneren und äußeren Ursachen innere und äußere Wirkungen und ebenso aller Wirkungen innere und äußere Ursachen. Er sieht, dass er keinerlei Überraschung mehr erfährt, und kennt darum kein Bangen zwischen Hoffnung und Enttäuschung. Er wohnt in unerschütterlicher Sicherheit und Unverletzbarkeit.

Die durch die Rückerinnerung gewinnbare Kenntnis und Weisheit und daraus hervorgehende allseitige Offenheit, Freiheit und Gelassenheit ist die Voraussetzung für die Erfahrung des „Verschwindens-Erscheinens“. Das „Verschwinden-Erscheinen der Wesen“-Sehen bedeutet nicht unbedingt, eines jeden einzelnen Wesens endlose Kette von Vor-Existenzen zu sehen, sondern vielmehr zunächst deren um die „Gegenwart“ herum gruppierte Existenzformen, vor allen Dingen die der jetzigen Lebensform gleich nachfolgende Existenzform.

Damit ist nicht gesagt, dass der bis zu dieser Weisheit durchgedrungene Geist nicht fähig wäre, beliebige der unendlich weit zurückliegenden Existenzformen der anderen Wesen zu sehen. Er ist selbstverständlich dazu fähig, und der Erwachte hat diese Fähigkeit auch eingesetzt, um anderen zu helfen, um in früheren Leben liegende Ursachen für heutige Schwierigkeiten beim Vorgehen von Jüngern aufzudecken, aber ansonsten hat ein so weit Gelangter daran kaum ein Interesse, hat er doch bereits alle Daseinsmöglichkeiten und ihre Bedingungen in der rückerinnernden Schau der „eigenen“ Wanderung kennengelernt.

Für diesen Geist sind alle Barrikaden zwischen Diesseits und Jenseits völlig hinweggespült. Er sieht das Ferne wie das Nahe, das „Jenseitige“ wie das „Diesseitige“, das Außersinnliche wie das Sinnliche gleich leicht und gleich unmittelbar. Er erkennt alle Regungen aller Herzen, auf die er seinen Sinn richtet, ebenso offen, wie der normale Mensch nur die sichtba-



re Form erkennt. Und er erkennt jeden Gedanken eines jeden Geistes, auf den er seinen Sinn richtet, ebenso unmittelbar, wie der normale Mensch nur das gesprochene Wort hören kann. Ihm ist nichts verborgen.

Aus dem immer umfassender werdenden Durchblick durch die Existenz und aus der daraus hervorgehenden Universalität des Geistes erwächst nun die Erlösung wie von selber. In diesem Sinn sagt der Erwachte: *In Weisheit ausgediehenes Herz wird von allen Wollensflüssen frei, und zwar von den Wollensflüssen der Sinnensucht, des Seinwollens und des Wahns.* Ein solcher verweilt im Ungewordenen jenseits aller Gewordenheiten und Wandelbarkeiten, im Unerregbaren, Unerschütterlichen und Unzerstörbaren, und er weiß, dass dieses Heile, das jetzt noch zeitweilig unterbrochen wird durch die Bedürfnisse des Leibes und andere von außen herantretende Anforderungen, nach dem Wegfall des Leibes endgültig gewonnen ist und nie mehr verlorengehen kann. Das ist das Endziel der Läuterung. Das ist die vollendete Heiligkeit. Das ist das Heil, das höchste Wohl.

Von diesem großartigen Ausblick auf höchstmögliche Erkenntnisse und vollkommene Erlösung gepackt, wünscht Sakuludāyī nun, in den Orden zu gehen, um dieses Wohl selber zu erreichen.

*Vortrefflich, o Herr, vortrefflich, o Herr! Gleichwie etwa, als ob man Umgestürztes aufstellte oder Verdecktes enthüllte oder Verirrten den Weg wies oder Licht in die Finsternis brächte: „Wer Augen hat, wird die Dinge sehn“: ebenso auch hat der Erhabene die Wahrheit gar vielfach gezeigt. Und so nehme ich beim Erhabenen Zuflucht, bei der Lehre und bei der Gemeinschaft der Heilsgänger. Möge mir, o Herr, der Erhabene Aufnahme gewähren, die Ordensweihe erteilen.*

*Aber seine Jünger wandten sich also an ihn: „Nicht darf Herr Udāyī beim Asketen Gotamo das Asketenle-*

*ben führen, nicht darf Herr Udāyī, längst ein Lehrer, als Schüler in die Lehre gehen! Gleichwie etwa wenn man, längst geschmückt, einen jeden Schmuck ablegte, ebenso würde das Herrn Udāyī anstehen. Nicht darf Herr Udāyī beim Asketen Gotamo das Asketenleben führen, nicht darf Herr Udāyī, längst ein Lehrer, als Schüler in die Lehre gehen.–*

*Und so hielten denn Sakuludāyī, den Pilger, seine Jünger vom Asketenleben beim Erhabenen ab.*

Für uns im Haus Lebende geht es darum, von Zeit zu Zeit das Nest zu betrachten, in dem wir leben, und von oben her von einem höheren Standpunkt aus zu beobachten, wie die Flucht der Erscheinungen andrängt und man darauf reagiert. So gewöhnen wir uns an den höheren Standpunkt, setzen in uns eine Instanz, die höher ist als unser Durchschnitt und die unseren Durchschnitt als geringer bewertet. Das ist der fruchtbare Zwiespalt, ohne ihn gibt es kein Vorwärtskommen. Solange man die unbelehrten Mitmenschen zum Maßstab nimmt, sich danach richtet, was andere tun, so lange ist geistige Entwicklung nicht möglich. Aber wenn wir von den Größeren hören, was sie wissen und erfahren als mehr Wohl und das bei uns entdecken, dann wird die höhere Instanz in uns stärker, deutlicher. Neben ihrem nüchternen Urteil kommt Scham und Scheu auf, eine gefühlsmäßige Abwendung von dem Dunklen - so wachsen Wesen aus der ausgeweglosen Dimension des bloßen Verschiebens in die Dimension hinein, in welcher allein endgültig das Leiden gemindert, das Wohl gemehrt, „das Dunkel zerteilt, das Licht gewonnen“ wird.

## VEKHANASO

### 80. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Vekhanaso erklärt wie in M 79 Sakuludāyi: *Das ist der höchste Glanz*. Der Erwachte antwortet wie in M 79 und fährt fort: (Um zum Glanz innerer Erhellung zu kommen), sind die fünf Sinnensuchtbezüge aufzugeben: die vom Luger erfahrbaren Formen, die ersehnten... Durch die fünf Sinnensucht-Bezüge entsteht Wohl und Freude, das wird als die Spitze allen Wohls bezeichnet. Aber jenseits des Wohls durch Sinnendinge gibt es ein Wohl, das höher ist als das sinnliche. Das verstehen die Geheilten, vollkommen Erwachten, die anderen nicht. Aber *willkommen sei mir ein verständiger Mann... der Führung folgend wird er selber sehen*.

Vekhanasso bekennt sich als Anhänger.

GHATIKĀRO, DER TÖPFER  
81. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Der Buddha Gotamo berichtet von einem früheren Erwachten namens Kassapo, dem der Hausner Ghatikāro sehr ergeben war. Dieser bat dringlich seinen Freund Jotipālo, zusammen mit ihm den Erwachten zu besuchen. Jotipālo wurde Mönch, Ghatikāro blieb im Haus und pflegte seine blinden Eltern. Kassapo berichtete dem König Kiki von Kāsi, dessen Einladung zur Regenzeit er ausschlug, von Ghatikāro, in dessen Nähe er die Regenzeit verbringen wollte. Ghatikāro halte die Tugendregeln, lebe keusch, habe gute Eigenschaften, esse nur einmal am Tag, habe Gold und Silber abgelegt, habe vollkommene Befriedung beim Erwachten, bei der Lehre, bei der Gemeinde der Heilsgänger, besitze Tugenden, die die Geheilten empfehlen, die frei machen, zur Einigung führen, habe keine Zweifel an den vier Heilswahrheiten. Er grabe nicht nach Ton, sondern was bei Erdarbeiten übrig bleibe oder von Maulwürfen/Ratten hochgewühlt werde, das benutze er. Er verschenke Reis, Bohnen, Linsen. Er sei Nichtwiederkehrer. Die blinden Eltern boten Kassapo in der Abwesenheit ihres Sohnes Essen an und Mönche nahmen Stroh von ihrem Dach, weil das Dach des Erwachten undicht war. Zwei Wochen lang empfand Ghatikāro darüber das Wohl geistiger Beglückung bis Entzückung, eine Woche lang seine Eltern. Die ganze Regenzeit über regnete es nicht in das ungedeckte Haus Ghatikāros. – König Kiki schickte, Ghatikāro ehrend, fünfhundert Wagenladungen roten Reis und Soßengrundlagen. Ghatikāro lehnte ab. Er versuchte, soweit es seine Pflichten erlaubten, wie ein Mönch zu leben. Dazu gehörte auch die Übung, mit Wenigem zufrieden zu sein. – Der Erwachte berichtet am Schluss der Lehrrede, dass er damals Jotipālo war. Ghatikāro wurde als Hausner Nichtwiederkehrer, wurde bei den Reinhausigen Göttern wiedergeboren. Jotipālo wurde der spätere Buddha Gotamo, dem sein früherer Freund einen Gruß darbringt. (S 1,50 und 2,24)

**Die Lehrreden aus der  
Mittleren Sammlung**

**82 - 118**

**ausführlich erklärt  
von Paul Debes**

**Band 6**

**Herausgeber  
Buddhistisches Seminar 95463 Bindlach**

## Inhaltsverzeichnis

M 82	Ratthapālo.....	4884
M 83	König Makhādevo .....	4926
M 84	Bei Madhura .....	4927
M 85	Bodhi, der Königssohn .....	4928
M 86	Angulimālo .....	4929
M 87	Was einem lieb ist .....	4950
M 88	Gut und Böse .....	4963
M 89	Denkmale der Lehre .....	4986
M 90	Bei Kannakatthala .....	4999
M 91	Brahmāyu .....	5000
M 92	Selo .....	5067
M 93	Assalāyano .....	5068
M 94	Gothamukho .....	5070
M 95	Sicherer Schutz vor falscher Wegweisung .....	5071
M 96	Die weltüberlegene Fähigkeit des Menschen .....	5186
M 97	Dhanañjāni .....	5228
M 98	Vāsetho .....	5229
M 99	Der Erwachte über Brahma und den Weg zu ihm .....	5230
M 100	Sangāravo .....	5286
M 101	Der Erwachte deckt die Irrtümer der Freien Brüder auf.....	5323
M 102	Die Fünf als Drei .....	5376
M 103	Was denkt ihr von mir ? .....	5421
M 104	Streit und Streitverhinderung.....	5422
M 105	Sunakkhatto .....	5489
M 106	Die Stufen zur Sicherheit.....	5555
M 107	Rechner Moggallāno .....	5590
M 108	Der Aufseher Moggallāno.....	5591
M 109	Vollmond I.....	5593
M 110	Die kürzere Rede in der Vollmond-Nacht .....	5644
M 111	Schritt für Schritt .....	5681
M 112	Erläuterung der sechsfachen Ablösung eines Geheilten.....	5683

M 113	Der Mensch, der auf das Wahre, das Vollkommene, ausgerichtet ist.....	5685
M 114	Was zu pflegen ist und was nicht .....	5730
M 115	Viele Gegebenheiten .....	5732
M 116	Der Schlund der Seher/Einzelerwachten .....	5801
M 117	Die längere vierzigfache Wahrheitsdarlegung .....	5802
M 118	Beobachtung der Ein- und Ausatmung.....	5887

Diese Lehrrede befasst sich sehr radikal mit dem Elend des sinnlichen Begehrens, der Sinnensucht (*kāma*). Unter sinnlichem Begehren wird hier im Westen hauptsächlich Geschmäcklichkeit und Sexualität verstanden, grobe Sinnlichkeit. Aber in der Lehre des Erwachten ist mit Begehren, Sinnensucht, das Hingezogensein zu allen Eindrücken gemeint, die wir durch die Sinne gewinnen: zu sichtbaren Formen, hörbaren Tönen, riechbaren Düften, schmeckbaren Säften, tastbaren Körpern und das Haften an den Gedanken, die sich mit den sinnlichen Eindrücken beschäftigen - das Angezogenensein von allem, was durch die Sinne überhaupt wahrgenommen werden kann.

Ratthapālo hört die Lehre des Erwachten und ist von ihr ergriffen, will in den Orden gehen

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit wanderte der Erhabene im Kurū-Land von Ort zu Ort und kam, von vielen Mönchen begleitet, in die Nähe einer Burg der Kurūner namens Thūlakotthita. Und es hörten die brahmanischen Hausleute in Thūlakotthita reden: Da wandert doch jetzt in unserem Land der berühmte Asket Gotamo, der Saky'erprinz, der auf die Herrschaft über die Saky'er verzichtet hat. Er wandert mit einer großen Mönchsgemeinde von Ort zu Ort und ist in Thūlakotthita angekommen. Diesem ehrwürdigen Gotamo aber geht der wunderbare Ruf voraus: „Er ist der Erhabene, Heilgewordene, vollkommen Erwachte, der im Wissen und Wandel Vollendete, der zum Heil der Wesen gekommene Kenner der Welt. Er ist der unübertreffliche Lenker derer, die erziehbar sind, ist Meister der Götter und Menschen, erwacht, erhaben. Er hat diese Welt mit allen ihren Geistern, den weltlichen und*



den reinen, mit ihren Scharen von Asketen und Priestern, Göttern und Menschen in unbegrenzter Wahrnehmung selber durchschaut und erfahren und lehrt sie uns kennen. Er verkündet eine Lehre, die nach Inhalt und Aussageweise schon von Anfang an hilfreich zum Guten führt und mit ihrer letzten Aussage ganz hinführt zum Heilsstand. Er führt den vollständig abgeschlossenen, lautereren Reinheitswandel in der Welt ein.“ Glückliche, wem es vergönnt ist, einen Heiland von solcher Art zu erleben.

Und die brahmanischen Hausleute von Thūlakotthita begaben sich dorthin, wo der Erhabene weilte. Dort angelangt, verneigten sich einige vor dem Erhabenen ehrerbietig und setzten sich zur Seite nieder, andere wechselten höflichen Gruß und freundliche, denkwürdige Worte mit dem Erhabenen und setzten sich zur Seite nieder, einige wieder grüßten den Erhabenen ehrerbietig mit zusammengelegten Händen und setzten sich seitlich nieder, andere wieder nannten dem Erhabenen Namen und Stand und setzten sich zur Seite nieder, und andere setzten sich still zur Seite nieder. Und die brahmanischen Hausleute von Thūlakotthita, die da zur Seite saßen, wurden vom Erhabenen belehrt, angespornt, erfreut und beglückt.

Damals nun saß ein Sohn aus guter Familie namens Ratthāpalo, der Erbe eines der ersten Familien in Thūlakotthita, in dieser Versammlung. Und Ratthapālo, der Sohn aus guter Familie, dachte bei sich: „So wie ich die vom Erhabenen dargelegte Lehre verstehe, geht es nicht, wenn man im Haus bleibt, den vollkommen geläuterten Reinheitswandel zu führen. Wie wenn ich, mit geschorenem Haar und Bart, mit gelbem Gewand bekleidet, aus dem Haus in die Hauslosigkeit zöge?“

*Und die brahmanischen Hausleute von Thūlakotthita, vom Erhabenen belehrt, angespornt, erfreut und beglückt, standen von ihren Sitzen auf, erfreut und befriedigt durch des Erhabenen Rede, begrüßten den Erhabenen ehrerbietig, gingen rechts herum und entfernten sich. Da nun begab sich Ratthapālo, der Sohn aus guter Familie, bald nachdem die brahmanischen Hausleute von Thūlakotthita gegangen waren, zum Erhabenen hin, begrüßte den Erhabenen ehrerbietig und setzte sich zur Seite nieder. Zur Seite sitzend, sprach nun Ratthapālo, der Sohn aus gutem Haus, zum Erhabenen:*

*So wie ich die vom Erhabenen dargelegte Lehre verstehe, geht es nicht, wenn man im Haus bleibt, den vollkommen geläuterten Reinheitswandel zu führen. Ich wünsche, mit geschorenem Haar und Bart, mit gelbem Gewand bekleidet, aus dem Haus in die Hauslosigkeit zu ziehen. Möge mir, o Herr, der Erhabene Aufnahme gewähren, die Ordensweihe erteilen. - Hast du, Ratthapālo, die Zustimmung deiner Eltern erhalten, aus dem Haus in die Hauslosigkeit zu gehen? - Nicht hab ich, o Herr, die Zustimmung meiner Eltern erhalten, aus dem Haus in die Hauslosigkeit zu gehen. - Nicht nehmen, Ratthapālo, Vollendete ohne Zustimmung der Eltern den Sohn auf. - Dann werde ich, o Herr, dahin wirken, dass mir die Eltern ihre Zustimmung nicht versagen, aus dem Haus in die Hauslosigkeit zu gehen. -*

Die Regel, keinen Minderjährigen ohne Zustimmung der Eltern in den Orden aufzunehmen, hatte der Erwachte erlassen, nachdem ihn dessen Vater anlässlich der Ordination Rāhulos darum gebeten hatte. (So im Mahāvagga, Großes Buch der Ordensregeln, MV I,54) In der Welt ist es so, dass die Kinder

der Verantwortung der Eltern unterstehen, darum darf ein junger Mensch nicht ohne Erlaubnis der Eltern Entscheidendes tun, vor allem nicht aus dem Familienverband austreten. Das ist in der Welt üblich, und danach richtet sich der Erwachte. - Ratthapālo als junger Ordensanwärter musste sich entweder anstrengen, dass er seine Eltern von der Stärke seines Wunsches überzeugte, oder er musste in Geduld abwarten, bis er volljährig sein würde. In dieser Wartezeit könnte er in die Lehre des Erwachten weiter eindringen und innerlich vorankommen - wenn auch nicht so intensiv wie im Mönchsorden zur Zeit des Erwachten in engem Kontakt mit Geheilten. - Ratthapālo wollte darauf hinwirken, dass seine Eltern ihn ziehen lassen würden.

Mancher, der die Welt für wirklich nimmt, mag von diesem Entschluss Ratthapālos betroffen sein, weil damit der junge Mann seine Eltern und seine Frauen verlassen will, mit denen die Eltern ihn vermählt hatten. Wer die Totalität des Leidens und die Sinnlosigkeit der Existenz nicht sieht, kaum ahnt, vielmehr in den normalen Lebensgegebenheiten verwurzelt ist, dem müssen die bürgerlichen Gegebenheiten als gut und richtig, dagegen Ratthapālos Wunsch als Härte seinen Angehörigen gegenüber erscheinen. Wer aber erkennt, dass dieses Leben, in dem wir verwurzelt sind, eine Härte ist und auch in zukünftige Härten hineinführt, eine Fortsetzung des Leidens in aller Endlosigkeit ist, hingegen der Weg aus allen Bindungen heraus das einzig Heilsame ist, der kann Ratthapālos Entschluss nachvollziehen.

Andererseits kann man die Bindungen auch allmählich lösen, im Hausleben bleibend, weit vorankommen, sogar die drei Vorstadien des Nibbāna erreichen: den Stromeintritt, die Einmalwiederkehr und sogar die Nichtwiederkehr, die garantieren, in den nächsten Leben das Nibbāna, die völlige Triebversiegung, zu erreichen. Aber es gibt Naturelle, die so nicht vorgehen können, die das Nibbāna direkt anstreben müssen, um alles Leiden so bald wie möglich zu beenden. Jeder Kenner der Lehre wird sich immer mehr aus Anziehung, Absto-

ßung, Blendung, aus Anhaftungen, aus inneren Bezügen herausarbeiten, die völlige Freiheit von Sinnensucht anstreben wollen, doch seine Vorgehensweise hängt von seinem Naturell und seiner Umgebung ab.

Ein dem Verhalten von Ratthapālo entgegengesetztes Vorgehen ist das des jungen Ghatikāro (M 81), der, von der Lehre gepackt, trotz seines Wunsches nicht in den Orden geht, weil er für seine blinden Eltern sorgen will, die allein ohne seine Fürsorge umkommen würden. Diesem jungen Mann zuliebe blieb der Erwachte eine ganze Regenzeit, vier Monate lang, in seiner Nähe, damit Ghatikāro ihn oft hören konnte. Ghatikāro erlangte die Nichtwiederkehr, d.h. er hatte die Garantie, dass er im nächsten Leben nicht wieder in der Sinnensuchtwelt wiedergeboren wird, weil er sinnliches Begehren ganz aufgehoben hatte.

Ratthapālo erwirkt die Zustimmung der Eltern

*Und Ratthapālo, der Sohn aus gutem Haus, stand von seinem Sitz auf, begrüßte den Erhabenen ehrerbietig, ging rechts herum und begab sich zu seinen Eltern. Dort sprach er zu ihnen:*

*Mutter, Vater! So wie ich die vom Erhabenen dargelegte Lehre verstehe, geht es nicht, wenn man im Haus bleibt, den vollkommen geläuterten Reinheitswandel zu führen. Ich wünsche, mit geschorenem Haar und Bart, mit gelbem Gewand bekleidet, aus dem Haus in die Hauslosigkeit zu ziehen. Gestattet mir, dass ich aus dem Haus in die Hauslosigkeit gehe! –*

*Auf diese Worte sprachen die Eltern zu Ratthapālo, dem Sohn aus gutem Haus: Du bist, Ratthapālo, unser einziges teures, geliebtes Kind, lebst in Glück und Wohlstand, bist in Glück und Wohlstand aufgewachsen. Du weißt, Ratthapālo, nichts vom Leiden. Komm denn, lieber Ratthapālo, iss und trink und vergnüge*

*dich! Du kannst essen und trinken und dich vergnügen, kannst fröhlich genießen und Gutes tun und dich damit zufrieden geben. Wir gestatten dir nicht, aus dem Haus in die Hauslosigkeit zu gehen! Sogar der Tod ließe uns deinen Verlust nicht willig ertragen, wie sollten wir dich erst lebendig aus dem Haus in die Hauslosigkeit ziehen lassen. -*

*Und ein zweites Mal, und ein drittes Mal sprach Ratthapālo, der Sohn aus gutem Haus, zu seinen Eltern:*

*Mutter, Vater! So wie ich die vom Erhabenen dargelegte Lehre verstehe, geht es nicht, wenn man im Haus bleibt, den vollkommen geläuterten Reinheitswandel zu führen. Ich wünsche, mit geschorenem Haar und Bart, mit gelbem Gewand bekleidet, aus dem Haus in die Hauslosigkeit zu ziehen. Gestattet mir, dass ich aus dem Haus in die Hauslosigkeit gehe! -*

*Und ein zweites Mal und ein drittes Mal sprachen die Eltern zu Ratthapālo, dem Sohn aus gutem Haus: Du bist, Ratthapālo, unser einziges teures, geliebtes Kind, lebst in Glück und Wohlstand, bist in Glück und Wohlstand aufgewachsen. Du weißt, Ratthapālo, nichts von Leiden. Komm denn, lieber Ratthapālo, iss und trink und vergnüge dich! Du kannst essen und trinken und dich vergnügen, kannst fröhlich genießen und Gutes tun und dich damit zufrieden geben. Wir gestatten dir nicht, aus dem Haus in die Hauslosigkeit zu gehen! Sogar der Tod ließe uns deinen Verlust nicht willig ertragen, wie sollten wir dich erst lebendig aus dem Haus in die Hauslosigkeit ziehen lassen. -*

*Da dachte Ratthapālo, der Sohn aus gutem Haus: „Meine Eltern wollen mich nicht aus dem Haus in die Hauslosigkeit ziehen lassen“; und er legte sich auf den*

*bloßen Erdboden hin und sagte: Hier will ich den Tod erwarten oder eure Zustimmung. -*

*Und Ratthapālo, der Sohn aus gutem Haus, ließ eine Mahlzeit vorübergehen und die zweite und dritte und vierte Mahlzeit vorübergehen und fünf und sechs und sieben Mahlzeiten vorübergehen. Aber die Eltern sprachen Ratthapālo, dem Sohn aus gutem Haus, zu: Du bist, Ratthapālo unser einziges teures, geliebtes Kind, lebst in Glück und Wohlstand, bist in Glück und Wohlstand aufgewachsen. Du weißt, Ratthapālo, nichts von Leiden. Komm denn, lieber Ratthapālo, iss und trink und vergnüge dich! Du kannst essen und trinken und dich vergnügen, kannst fröhlich genießen und Gutes tun und dich damit zufrieden geben. Wir gestatten dir nicht, aus dem Haus in die Hauslosigkeit zu gehen! Sogar der Tod ließe uns deinen Verlust nicht willig ertragen, wie sollten wir dich erst lebendig aus dem Haus in die Hauslosigkeit ziehen lassen. -*

*So angesprochen, gab Ratthapālo, der Sohn aus gutem Haus, keine Antwort. Und ein zweites und ein drittes Mal sprachen die Eltern Ratthapālo, dem Sohn aus gutem Haus, zu:*

*Du bist, Ratthapālo, unser einziges teures, geliebtes Kind, lebst in Glück und Wohlstand, bist in Glück und Wohlstand aufgewachsen. Du weißt, Ratthapālo, nichts von Leiden. Komm denn, lieber Ratthapālo, iss und trink und vergnüge dich! Du kannst essen und trinken und dich vergnügen, kannst fröhlich genießen und Gutes tun und dich damit zufrieden geben. Wir gestatten dir nicht, aus dem Haus in die Hauslosigkeit zu gehen! Sogar der Tod ließe uns deinen Verlust nicht willig ertragen, wie sollten wir dich erst lebendig aus dem Haus in die Hauslosigkeit ziehen lassen. -*

*Und ein zweites Mal und ein drittes Mal gab Ratthapālo, der Sohn aus gutem Haus, keine Antwort.*

*Da begaben sich nun, auf die Bitten der Eltern, seine Freunde zu ihm und sprachen ihm dreimal zu, und dreimal ließ er sie reden und gab ihnen keine Antwort. Und seine Freunde kehrten wieder zu den Eltern zurück und sprachen zu ihnen:*

*Liebe Eltern, euer Sohn Ratthapālo liegt auf dem bloßen Erdboden. Da will er den Tod erwarten oder eure Zustimmung. Wenn ihr ihm nicht gestattet, aus dem Haus in die Hauslosigkeit zu ziehen, so wird er dort sterben. Wenn ihr ihm aber gestattet, aus dem Haus in die Hauslosigkeit zu ziehen, so werdet ihr ihn doch als Asket sehen. Und wenn euer Sohn Ratthapālo an der Asketenschaft keinen Gefallen findet, wo sollte er sich anders hinwenden? Er wird wieder zu euch zurückkehren. Gebt eurem Sohn Ratthapālo die Zustimmung, aus dem Haus in die Hauslosigkeit zu gehen. -*

*Wir geben, ihr Guten, unserem Sohn Ratthapālo die Zustimmung, aus dem Haus in die Hauslosigkeit zu ziehen, aber er soll seine Eltern als Asket besuchen! -*

*Da gingen die Freunde zu Ratthapālo, dem Sohn aus gutem Haus, zurück und sprachen zu ihm: Deine Eltern gestatten dir, aus dem Haus in die Hauslosigkeit zu gehen. Aber du sollst deine Eltern als Asket besuchen! -*

*Und Ratthapālo, der Sohn aus gutem Haus, stand auf, kam zu Kräften und begab sich dorthin, wo der Erhabene weilte. Dort angelangt, begrüßte er den Erhabenen ehrerbietig und setzte sich zur Seite nieder. Zur Seite sitzend sprach nun Ratthapālo, der Sohn aus gutem Haus, zum Erhabenen: Erhalten habe ich, o Herr, meiner Eltern Zustimmung, aus dem Haus in*

die Hauslosigkeit zu ziehen. Möge der Erhabene mich aufnehmen. - Und Ratthapālo, der Sohn aus gutem Haus, wurde vom Erhabenen aufgenommen, bekam die Ordensweihe.

Und der Erhabene begab sich nun, da er nach Belieben in Thūlakotthita geweilt hatte, nicht lange nach der Aufnahme des ehrwürdigen Ratthapālo, vierzehn Tage nach der Ordensweihe, auf die Wanderung nach Sāvattthī, von Ort zu Ort wandernd, näherte er sich der Stadt.

Zu Sāvattthī weilte nun der Erhabene, im Siegerwald, im Garten Anāthapindikos. Und der ehrwürdige Ratthapālo, einsam, zurückgezogen, unermüdlich, in ernsthaftem, heißem Bemühen verweilend, hatte bald<sup>145</sup> den Zweck, weswegen Söhne aus gutem Haus aus dem Haus in die Hauslosigkeit ziehen, jenes höchste Ziel des Reinheitswandels noch bei Lebzeiten in entblendeter Wirklichkeitssicht (*abhiññā*) bei sich erfahren, verwirklicht und verweilte darin. „Versiegt ist die Kette der Wiedergeburten, vollendet der Reinheitswandel, getan ist, was zu tun ist, nichts mehr nach diesem hier“, verstand er da. Auch einer der Geheilten war nun der ehrwürdige Ratthapālo geworden.

Der von Trieben Geheilte kann sich nicht mehr mit den fünf Zusammenhäufungen identifizieren. Was jenen fünf Zusammenhäufungen geschieht, geschieht nicht ihm. Damit haben die Geheilten das Samsāra-Gesetz, dem wir unterliegen, aufgehoben, sind davon frei, weil sie sich abgelöst haben von

---

<sup>145</sup> Fußnote von Kay Zumwinkel: „In kurzer Zeit (bald)“ bedeutet laut einem Kommentarwerk in Ratthapālos Fall zwölf Jahre intensiver Übung. Diese Aussage wird gestützt durch die Tatsache, dass Ratthapālo bei seinem Elternbesuch nicht erkannt wurde.



jeglichem Begehren. Sie haben keinerlei Drang mehr, irgend-  
etwas zu bewirken, hervorzubringen.

Damit hat sich erwiesen, dass Ratthapālo ein Mensch war,  
der ganz auf die Überwindung des Begehrens aus war und  
auch die innere Disposition dazu besaß. Von daher schätzte er  
den Wert des damaligen Mönchtums so hoch ein, dass er  
bereit war, lieber zu sterben als im Hausleben zu verbleiben.  
Wäre er im Hausleben geblieben, so hätte sein starker Drang  
zum Orden und seine Fähigkeit zur Weltüberwindung ihn  
schwer damit zurecht kommen lassen, den langsamen Weg der  
Geduld zu wählen und seine Eltern allmählich zu überzeugen.

Sein Verhalten war manchem ein Vorbild, der dazu die  
nötige Reife jedoch keineswegs besaß. Ratthapālo war eine  
Ausnahme in der Kraft seiner Durchschauung, in der Unerbitt-  
lichkeit gegen sich selbst und in dem für den Zuhörer fast  
rücksichtslosen Aufdecken des Elends des Begehrens, wie aus  
dem Folgenden hervorgeht. Er erinnerte sich des Verspre-  
chens, das die Eltern ihm abgenommen hatten. Als Geheilte  
konnte er seine Eltern ohne Gefahr besuchen. Er erbat sich  
vom Erhabenen die Erlaubnis, die er als Geheilte selbstver-  
ständlich erhielt. Der Erwachte sah, dass Ratthapālo seine  
Eltern nicht aus Sehnsucht besuchen wollte, sondern aus Mit-  
leid mit ihnen, darum hieß er den Besuch gut. Bei dieser Be-  
gegnung eines Geheilten und dem weltlichen Leben prallten  
die unterschiedlichen Standpunkte hart aufeinander.

### Ratthapālo besucht seine Eltern

*Und der ehrwürdige Ratthapālo begab sich zum Erha-  
benen hin, begrüßte den Erhabenen ehrerbietig, setzte  
sich zur Seite nieder und sagte zu ihm: Ich möchte, o  
Herr, meine Eltern besuchen, wenn es der Erhabene  
mir gestattet. - Der Erhabene richtete seine Aufmerk-  
samkeit auf die Gedanken und das Gemüt des ehr-  
würdigen Ratthapālo und sagte zum ehrwürdigen*

*Ratthapālo, nachdem er erkannt hatte: „Unmöglich kann Ratthapālo, der Sohn aus guter Familie, das Asketentum aufgeben und ins niedere Weltleben zurückkehren“: Wie es dir nun, Ratthapālo, beliebt mag.–*

*Und der ehrwürdige Ratthapālo stand von seinem Sitz auf, begrüßte den Erhabenen ehrerbietig, ging rechts herum, räumte sein Lager zusammen, nahm Obergewand und Schale und begab sich auf die Wanderung nach Thūlakotthita. Von Ort zu Ort wandernd näherte er sich der Stadt.*

*Zu Thūlakotthita weilte nun der ehrwürdige Ratthapālo, in König Koravyos Jagdgelände. Und der ehrwürdige Ratthapālo, zeitig gerüstet, mit Obergewand und Schale versehen, machte sich auf den Almsengang nach Thūlakotthita. Dort stand er von Haus zu Haus still und gelangte vor das Haus seines Vaters. Um diese Zeit nun ließ sich der Vater des ehrwürdigen Ratthapālo in der mittleren Torhalle rasieren. Und es sah der Vater des ehrwürdigen Ratthapālo den ehrwürdigen Ratthapālo von fern herankommen. Als er ihn gesehen, sprach er: Von solchen kahlköpfigen Mönchen wurde unser einziger vielgeliebter Sohn dazu bewogen, in die Hauslosigkeit zu ziehen. -*

*Und so empfing der ehrwürdige Ratthapālo im Haus seines Vaters weder Gabe noch Absage, sondern nur Beschimpfung.*

*Genau in diesem Augenblick wollte die Kindsmagd des ehrwürdigen Ratthapālo vom Abend übrig gebliebenen Reisbrei wegschütten. Da sprach der ehrwürdige Ratthapālo zu ihr: Wenn das, Schwester, weggeschüttet werden soll, so gieß es in meine Schale. -*

*Aber während die Kindsmagd des ehrwürdigen Ratthapālo den vom Abend übrig gebliebenen Reisbrei*

dem ehrwürdigen Ratthapālo in die Schale goss, erkannte sie ihn an seinen Händen und Füßen und an seiner Stimme. Und sie rannte zur Mutter des ehrwürdigen Ratthapālo und rief ihr entgegen: O Herrin, dass du es weißt, der junge Herr Ratthapālo ist da. - Ist das wahr, was du sagst, so sollst du frei sein! -

Und die Mutter des ehrwürdigen Ratthapālo eilte zum Vater des ehrwürdigen Ratthapālo und sprach zu ihm: O Hausvater, dass du es weißt: Ratthapālo, heißt es, unser Sohn, ist hier. -

Inzwischen nahm der ehrwürdige Ratthapālo den vom Abend übrig gebliebenen Reisbrei an einer Mauer rastend ein.

Und der Vater des ehrwürdigen Ratthapālo suchte ihn auf, trat an seine Seite und sprach zu ihm:

Ist es denn möglich, Ratthapālo, dass du vom Abend übrig gebliebenen Reisbrei einnimmst? Willst du denn nicht, Ratthapālo, dein eigenes Haus betreten? - Wie könnten wir ein Haus haben, Hausvater, die wir aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen sind? Hauslos sind wir, Hausvater. Gekommen sind wir, Hausvater, zu deinem Haus und haben da weder Gabe empfangen noch Absage, sondern nur Beschimpfung. -

Komm, Ratthapālo, wir wollen ins Haus gehen. Genug, Hausvater, fertig bin ich für heute mit dem Mahl. - Dann, Ratthapālo, gewähre mir die Bitte, morgen bei mir zu speisen! - Schweigend gewährte der ehrwürdige Ratthapālo die Bitte.

Ratthapālos Ablehnung mag dem Leser hart erscheinen, aber es war notwendig. Solange der Vater ihn immer noch als Sohn ansah, konnte kein heilsames Gespräch stattfinden. Ratthapālo musste dem Vater zeigen, dass alles nicht mehr so war wie früher. Erst wenn sich der Vater damit abfindet, kann er ver-

stehen, was Ratthapālo ihm Heilsames sagen kann. Wenn Ratthapālo seinem Vater helfen will, dann darf er nicht in dessen geistiges Nest hineinsteigen, vielmehr muss er den Vater aus dessen Bindungen herausziehen.

*Als nun der Vater des ehrwürdigen Ratthapālo der Zustimmung sicher war, begab er sich ins Haus zurück. Dort ließ er einen großen Haufen von Goldmünzen und Goldbarren aufschütten und mit Matten bedecken und befahl dann den früheren Frauen des ehrwürdigen Ratthapālo: Kommt, Schwiegertöchter, putzt euch mit Schmuck heraus, so wie euch Ratthapālo am liebsten hatte, so wie er euch liebenswert fand. -*

*Am nächsten Morgen nun ließ der Vater des ehrwürdigen Ratthapālo in seinem Haus feste und flüssige Speise auftragen und sandte einen Boten an den ehrwürdigen Ratthapālo mit der Meldung: „Es ist Zeit, Ratthapālo, das Mahl ist bereit.“ Und der ehrwürdige Ratthapālo rüstete sich beizeiten, nahm Obergewand und Schale und begab sich zu seines Vaters Haus. Dort angekommen, nahm er auf dem dargebotenen Sitz Platz. Da ließ nun der Vater jenen Haufen von Goldmünzen und Goldbarren enthüllen und sprach zum ehrwürdigen Ratthapālo:*

*Lieber Ratthapālo, dies ist dein mütterliches Vermögen; dein väterliches Vermögen ist noch einmal so viel und das Vermögen deiner Vorfahren ist noch einmal so viel. Lieber Ratthapālo, du kannst den Reichtum genießen und für das nächste Leben vorsorgen, Verdienste anhäufen, Gutes tun. Komm, mein Lieber, gib die Askese auf und kehre zum Weltleben zurück, genieße den Reichtum und häufe Verdienste an. -*

*Wenn du, Hausvater, tun wolltest, was ich rate, so würdest du diesen Haufen von Goldmünzen und Gold-*

*barren auf Wagen laden und hinausfahren und mitten auf dem Ganges in den Fluss versenken lassen. Und warum das? Du wirst ja, Hausvater, Wehe, Jammer, Leiden, Gram und Verzweiflung dadurch erfahren. -*

Besser als das Gold in den Ganges zu werfen, wäre es gewesen, es unter Arme zu verteilen, wie es viele getan haben, die aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen sind. Aber der von Ratthapālo geäußerte Rat passt zu seiner radikalen Vorgehensweise mit sich und anderen: Nur schnell sich von dem Leidbringenden, Gefährlichen befreien.

*Da umklammerten die ehemaligen Frauen des ehrwürdigen Ratthapālo seine Füße und sagten zu ihm: Was mögen das nur, edler Gemahl, für Nymphen sein, um deretwillen du das heilige Leben führst? - Wir führen das heilige Leben nicht um irgendwelcher Nymphen willen, Schwestern. - Schwestern hat uns der edle Gemahl, Ratthapālo, genannt!, - schrien sie und fielen bewusstlos zu Boden.*

*Da wandte sich der ehrwürdige Ratthapālo an seinen Vater: Hausvater, wenn es eine Mahlzeit gibt, die gegeben werden soll, dann gib sie, lass uns nicht länger quälen. - Bediene dich, Ratthapālo, bereit ist das Mahl. - Und der Vater des ehrwürdigen Ratthapālo bediente und versorgte eigenhändig den ehrwürdigen Ratthapālo mit erlesener fester und flüssiger Speise.*

*Nachdem nun der ehrwürdige Ratthapālo gespeist und das Mahl beendet hatte, stand er auf und sprach folgende Verse:*

*Sieh, wie der Balg ist aufgericht't,  
der so viel Leiden mit sich bringt,  
der krank ist, voll von Willensdrang,*

*in dem es nichts an Sich'rem gibt.  
Sieh diese farbige Gestalt,  
mit Schmuck und Ohrringen behängt,  
die Knochen, hautbedeckt,  
durch Kleidung hübsch gemacht,*

*die Füße rot mit Lack gefärbt  
und Puder ins Gesicht geschmiert,  
das blendet sicherlich die Tor'n,  
doch keinen, der die Küste sucht.*

*Das Haar achtfach geflochten fein,  
die Augenwimpern schwarz gefärbt,  
das blendet sicherlich die Tor'n,  
doch keinen, der die Küste sucht.*

*Der Leib, der stinkende,  
gar wohlgeschmückt und bunt,  
der blendet sicherlich die Tor'n,  
doch keinen, der die Küste sucht.*

*Der Jäger stellte Fallen auf,  
jedoch das Wild sprang nicht hinein;  
den Köder aßen wir und gehn,  
den Jäger ließen lauern wir. –*

*Als der ehrwürdige Ratthapālo, schon erhoben, diese  
Verse gesagt hatte, ging er fort und begab sich in Kö-  
nig Koravyos Jagdgelände. Dort setzte er sich am Fuß  
eines Baumes nieder, um dort den Tag zu verbringen.*

Es ist anzunehmen, dass Ratthapālo mit diesen Versen zu der Zeit, als er sie sprach, nur Befremden und Entsetzen bei seinen Eltern und Frauen ausgelöst hat. Deutlich mögen sie gespürt

haben, dass er nicht mehr zu ihnen gehörte, dass er all das nicht mehr guthieß, was ihnen wichtig war. Ihr geliebter Sohn und Gatte war ihnen vollkommen fremd, ja abstoßend geworden.

Aber es kann sein, dass sich jene Menschen nach Jahrzehnten, wenn sie die Vergänglichkeit des Körpers und die Todesnähe am eigenen Leib erfuhren, an diese Verse erinnerten, zurückblickend ihre eigene Blendung erkannten und nachvollziehen konnten, wie gut es gewesen wäre, wenn sie schon in jungen Jahren nach der rettenden „Küste“, dem Nibbāna, Ausschau gehalten hätten - wie Rattapālo - und nicht nur dem Begehren gefolgt wären.

## Das Gespräch mit dem König

### Die vier Übel

*König Koravyo hatte den Wildhüter zu sich befohlen: Sorge dafür, guter Wildhüter, dass mein Jagdgelände, der Wildgarten, sauber ist. Wir wollen eine Ausfahrt machen, in die schöne Umgebung hinaus. - Ja, Majestät, entgegnete da gehorsam der Wildhüter dem Herrscher. Und er ließ das Jagdgelände säubern und sah den ehrwürdigen Ratthapālo am Fuß eines Baumes tagsüber sitzen. Und er ging zum König zurück und sprach zu ihm: Sauber, o König, ist das Jagdgelände; doch weilt Ratthapālo darin, der Sohn einer führenden Familie in Thūlakotthita, von dem du immer eine hohe Meinung gehabt hast; er sitzt am Fuß eines Baumes, um dort den Tag zu verbringen. - Dann, guter Wildhüter, soll es mit der Fahrt für heute gut sein. Wir wollen dann lieber den Herrn Ratthapālo aufsuchen. -*

*Mit den Worten: „Schenkt alles Essen her, das da zubereitet worden ist“, ließ König Koravyo eine Anzahl prächtiger Wagen anspannen, bestieg selbst einen sol-*

chen und fuhr mit überaus reichem königlichem Gepränge aus der Stadt hinaus, den ehrwürdigen Ratthapālo zu besuchen. So weit gefahren, als man fahren konnte, stieg er vom Wagen ab und ging dann zu Fuß, während er das Gefolge zurückbleiben hieß, dorthin, wo der ehrwürdige Ratthapālo weilte. Bei ihm angelangt, wechselte er höflichen Gruß und freundliche, denkwürdige Worte und stellte sich zur Seite hin. Zur Seite stehend sprach nun König Koravyo zum ehrwürdigen Ratthapālo: Möge Herr Ratthapālo sich hier auf die Elefantendecke hinsetzen! - Schon gut, großer König, du setze dich hin, ich bleibe auf meinem Platz. -

König Koravyo setzte sich auf einem vorbereiteten Sitz nieder und sagte:

Vier Arten von Übeln gibt es, Ratthapālo, wodurch mancher, davon betroffen, sich Haar und Bart abschert, das gelbe Gewand anlegt und aus dem Haus in die Hauslosigkeit zieht. Welche vier? Das Übel des Alters, das Übel der Krankheit, das Übel des Verlustes von Reichtum und das Übel des Verlustes von Angehörigen.

Was ist das Übel des Alters? Da ist einer, Ratthapālo, alt und greis geworden, gebeugt unter der Last der Jahre, in fortgeschrittenem Alter, im letzten Lebensabschnitt. Der überlegt bei sich: „Ich bin jetzt alt und greis geworden, gebeugt unter der Last der Jahre, in fortgeschrittenem Alter, im letzten Lebensabschnitt. Nicht kann ich mehr neuen Reichtum erwerben oder bereits erworbenen Reichtum vermehren. Wie wenn ich nun, mit geschorenem Haar und Bart, mit gelbem Gewand bekleidet, aus dem Haus in die Hauslosigkeit hinauszöge?“ Und weil er von dem Übel des Alters betroffen ist, schert er sich Haar und Bart ab, legt das



gelbe Gewand an und zieht aus dem Haus in die Hauslosigkeit. Das ist das Übel des Alters. Aber Herr Ratthapālo steht jetzt in frischer Blüte, glänzend, dunkelhaarig, im Genuss glücklicher Jugend, im ersten Mannesalter. Fremd ist Herrn Ratthapālo jenes Übel des Alters. Was hat Herr Ratthapālo erkannt oder gesehen oder gehört und ist aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen?

Und was ist, Ratthapālo, das Übel der Krankheit? Da ist einer, Ratthapālo, siech, leidend, schwerkrank. Der überlegt bei sich: „Ich bin jetzt siech, leidend, schwerkrank. Nicht kann ich mehr neuen Reichtum erwerben oder bereits erworbenen Reichtum vermehren. Wie, wenn ich nun, mit geschorenem Haar und Bart, mit gelbem Gewand bekleidet, aus dem Haus in die Hauslosigkeit hinauszöge?“ Und weil er von dem Übel der Krankheit betroffen ist, schert er sich Haar und Bart ab, legt das gelbe Gewand an und zieht aus dem Haus in die Hauslosigkeit. Das ist das Übel der Krankheit. Aber Herr Ratthapālo ist ja gesund und munter, seine Kräfte sind gleichmäßig gemischt, weder zu kühl noch zu heiß. Fremd ist Herrn Ratthapālo das Übel der Krankheit. Was hat Herr Ratthapālo erkannt oder gesehen oder gehört und ist aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen?

Und was ist, Ratthapālo, das Übel des Besitzverlustes? Da ist einer, Ratthapālo, reich, hat großen Besitz. Nach und nach schwindet sein Reichtum dahin. Der überlegt bei sich: „Ich bin früher reich gewesen, hatte große Besitztümer. Nach und nach ist mein Reichtum dahingeschwunden. Nicht kann ich mehr neuen Reichtum erwerben oder bereits erworbenen Reichtum vermehren. Wie, wenn ich nun, mit geschorenem Haar und Bart, mit gelbem Gewand bekleidet, aus dem

*Haus in die Hauslosigkeit hinauszöge?“ Und weil er von dem Übel des Besitzverlustes betroffen ist, schert er sich Haar und Bart ab, legt das gelbe Gewand an und zieht aus dem Haus in die Hauslosigkeit. Das ist das Übel des Besitzverlustes. Aber Herr Ratthapālo ist hier zu Thūlakotthita Erbe eines der ersten Familien, fremd ist Herrn Ratthapālo jenes Übel des Besitzverlustes. Was hat Herr Ratthapālo erfahren oder gesehen oder gehört und ist aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen?*

*Und was ist das Übel des Verlustes von Angehörigen? Da hat jemand viele Freunde und Gefährten, Verwandte und Angehörige. Nach und nach schwinden jene Angehörigen dahin. Der überlegt bei sich: „Früher hatte ich viele Freunde und Gefährten, Verwandte und Angehörige. Nach und nach sind meine Angehörigen dahingeschwunden. Nicht kann ich mehr neuen Reichtum erwerben oder bereits erworbenen Reichtum vermehren. Wie, wenn ich nun, mit geschorenem Haar und Bart, mit gelbem Gewand bekleidet, aus dem Haus in die Hauslosigkeit hinauszöge?“ Und weil er von dem Übel des Verlustes von Angehörigen betroffen ist, schert er sich Haar und Bart ab, legt das gelbe Gewand an und zieht aus dem Haus in die Hauslosigkeit. Das ist das Übel des Verlustes von Angehörigen. Aber Herr Ratthapālo hat hier zu Thūlakotthita viele Freunde und Gefährten, Verwandte und Angehörige, fremd ist Herrn Ratthapālo jenes Übel des Verlustes von Angehörigen. Was hat Herr Ratthapālo erfahren oder gesehen oder gehört und ist aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen? -*

Bei den vom König aufgezählten vier Übeln zeigt sich die Grundhaltung des Königs: Erst wenn die Welt trüb, leer wird,

kahl wie im Herbst, im anbrechenden Winter, Sinnesfreuden nicht mehr wie früher genossen werden können, in der Welt nichts mehr zu holen ist, das Leiden immer mehr fühlbar wird, dann ist es Zeit, in die Hauslosigkeit zu gehen, um durch Herzensläuterung für ein gutes nächstes Leben zu sorgen. Ratthapālo dagegen sieht nicht nur die Übel, die von der gegenwärtig erlebten Situation ausgehen, sondern sieht mit auf den Grund gehendem Blick in der Gegenwart schon die Zukunft, bezieht die Folgeerscheinungen mit in sein Urteil ein:

#### Vier Tatsachen im Leben

*Es sind, großer König, von ihm, dem Erhabenen, dem Kenner, dem Seher, dem Geheilten, vollkommen Erwachten vier Tatsachen im Dasein aufgezeigt worden, die hab ich erfahren und gesehen und gehört und bin aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen. Welche vier?*

*Aufgerieben wird die Welt, ist ohne Dauer,*

*das ist die erste Tatsache im Dasein, die von ihm, dem Erhabenen, dem Kenner, dem Seher, dem Geheilten, vollkommen Erwachten aufgezeigt wurde. Die hab ich erfahren und gesehen und gehört und bin aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen.*

*Die Welt ist ohne Schutz und ohne Beschützer,*

*das ist die zweite Tatsache im Dasein, die von ihm, dem Erhabenen, dem Kenner, dem Seher, dem Geheilten, vollkommen Erwachten aufgezeigt wurde. Die hab ich erfahren und gesehen und gehört und bin aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen.*

*In der Welt gibt es nicht wirklich eigenen Besitz,  
alles verlassend muss man gehen,*

*das ist die dritte Tatsache im Dasein, die von ihm,  
dem Erhabenen, dem Kenner, dem Seher, dem Geheil-  
ten, vollkommen Erwachten aufgezeigt wurde. Die hab  
ich erfahren und gesehen und gehört und bin aus dem  
Haus in die Hauslosigkeit gezogen.*

*Ständig im Mangel ist die Welt, nicht zu befriedigen,  
ein Sklave des Durstes,*

*das ist die vierte Tatsache im Dasein, die von ihm,  
dem Erhabenen, dem Kenner, dem Seher, dem Geheil-  
ten, vollkommen Erwachten aufgezeigt wurde. Die hab  
ich erfahren und gesehen und gehört und bin aus dem  
Haus in die Hauslosigkeit gezogen. -*

Die erste Tatsache im Leben:  
Aufgerieben wird die Welt, ist ohne Dauer

*„Aufgerieben wird die Welt, ist ohne Dauer“, hat Herr  
Ratthapālo gesagt. Wie aber soll man den Sinn dieser  
Worte verstehen? -*

*Was meinst du wohl, großer König, bist du mit  
zwanzig oder mit fünfundzwanzig Jahren imstande  
gewesen, Elefanten zu bändigen, Rosse zu reiten, Wa-  
gen zu lenken, Bogen zu spannen, Schwerter zu  
schwingen? Bist du stark in den Schenkeln, stark in  
den Armen gewesen, leistungsfähig im Kampf? -*

*Ich bin, Ratthapālo, mit zwanzig oder mit fünfund-  
zwanzig Jahren imstande gewesen, Elefanten zu bän-  
digen, Rosse zu reiten, Wagen zu lenken, Bogen zu  
spannen, Schwerter zu schwingen, bin stark in den*

*Schenkeln, stark in den Armen gewesen, leistungsfähig im Kampf. Manchmal frage ich mich, ob ich damals wohl übernatürliche Kräfte hatte. Ich sehe keinen, der mir an Stärke gleich kam. -*

*Was meinst du, großer König, bist du auch jetzt ebenso stark in den Schenkeln und Armen, leistungsfähig im Kampf? - Nein, Ratthapālo, jetzt bin ich alt und greis geworden, gebeugt unter der Last der Jahre, in fortgeschrittenem Alter, im letzten Lebensabschnitt, im achtzigsten Jahr. Manchmal glaube ich, meinen Fuß hierhin zu setzen, und dabei setze ich ihn woanders hin. -*

*Daran aber, großer König, hat er gedacht, der Erhabene, der Kenner, der Seher, der Geheilte, vollkommen Erwachte, als er gesagt hat: „Aufgerieben wird die Welt, ist ohne Dauer.“ Das hab ich erfahren und gesehen und gehört und bin aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen. -*

*Wunderbar, Ratthapālo, erstaunlich ist es, Ratthapālo, wie er da so richtig gesagt hat, der Erhabene, der Kenner, der Seher, der Geheilte, vollkommen Erwachte: „Aufgerieben wird die Welt, ist ohne Dauer“, denn aufgerieben wird die Welt, ist ohne Dauer. -*

Mitten in der Vergänglichkeit stehend, Vergänglichkeit erlebend als Greis, der sieht, wohin die Jugend führt, der also Jugend und Alter kennt, kann der König zuerst nicht verstehen, dass Ratthapālo als Jugendlicher schon die Vergänglichkeit in seine Erwägungen mit einbezieht. Ratthapālo aber hat gesehen, dass der Mensch, der an der Jugendfreude hängt, wie der Erwachte sagt, vom Gesundheits- und Lebensrausch berauscht, dazu neigt, einen schlechten Lebenswandel zu führen. Der vom Lebensrausch Berauschte gibt sich der Verblendung hin, dass das Leben ewig währt und fällt dann, wenn die Le-

benskraft nachlässt, in um so größeres Entsetzen, weil er gefühlsmäßig mit dem Versagen der Körperkräfte nicht gerechnet hat.

In dem normalen Menschen wohnt vom frühesten Lebensalter an eine große Furcht vor dem Tod, die sein gesamtes Lebensgefühl durchzieht, die ihn bewusst oder unbewusst immer begleitet, bedrückt und bedroht und die ihn um so stärker in stillen Stunden überfällt, je weniger er dieser Angst entgegentritt, sich ihr stellt und sich mit ihr auseinandersetzt, je mehr er im Genuss und Rausch sie zu vergessen sucht. Es ist dies die kreatürliche Angst vor einem Phänomen, das man nicht beherrschen kann, das unaufhaltsam auf jedes Lebewesen zukommt. Wir sagen: „Das Schicksal rückt uns auf den Leib“, und der Erwachte sagt: *So wie wenn aus allen vier Himmelsrichtungen gewaltige Felsen heranrücken, alle Wesen zermalmend, so wälzen sich Alter und Tod heran. (S 3,25)*

Gäbe es nur einen Tod, könnte man sich damit abfinden. Aber man stirbt nicht nur einmal, nicht nur zweimal, nicht nur mehrfach, sondern immer wieder. Immer wieder von neuem lebt und stirbt man, unendliche Tode hat man hinter sich, unendliche Tode vor sich.

Selbstverständlich identifiziert sich der Mensch, der am Körper hängt, mit dem Körper, zählt ihn zu sich. Für ihn bedeutet der Untergang des Körpers seinen Untergang, der Schmerz des Körpers seinen Schmerz. „Selbstverständlich gehört der Körper mit den Sinnesorganen mir, ist mein Selbst“, empfindet der Mensch.

Über das, was mir gehört, habe ich Verfügungsgewalt. Der Mensch hat aber keine Verfügungsgewalt über den Körper. Der Körper entwickelt sich nach seinen Gesetzen. Wir müssen den Körper so nehmen, wie er ist, und seine Wandlungen so hinnehmen, wie sie vor sich gehen. Der Körper ist tatsächlich nur etwas Geliehenes, das eine Zeitlang in seiner Weise zur Verfügung steht, und dies auch nur sehr begrenzt. Er ist nach einem bestimmten Gesetz angetreten, und er läuft seinen Weg nach seinem Gesetz. Wir sind oft ärgerlich oder traurig über

diese nicht vorhandene Möglichkeit der Einflussnahme. Wir sind entsetzt über den Untergang des Körpers, aber wir sind machtlos. Der Körper ist wie ein „Darlehen“: Zu irgendeiner Zeit kommen die Eigner und holen sich ihr Darlehen zurück, und wir können es dann nicht festhalten.

So wie manche gefangenen Tiere sich bald mit der Gefangenschaft abfinden, das freie Leben vergessen und ihre Aufmerksamkeit nur noch darauf richten, wie sie hinter ihren Gittern an reichlich Futter, an Schlaf und an Abwechslung kommen und auf diesem Weg doch unerbittlich an das Messer des Schlächters geraten, so auch wird als Weltling, als unbelehrter Mensch, derjenige bezeichnet, der sich mit der Gefangenschaft dieses leiblichen sinnlichen Lebens von 80-90 Jahren abgefunden hat, der von der todüberwindenden Freiheit nichts gehört hat und nichts versteht. Ihm geht es und ging es von Kind an fast ausschließlich um die Erreichung der begehrten Erlebnisse und um die Vermeidung derjenigen Erlebnisse, die seinem Begehren widersprechen. So besteht seine Lebenserfahrung fast ausschließlich darin, dass er in der Dunkelheit seiner Existenz mehr und mehr Routine erwirbt, die begehrten Erlebnisse an sich zu raffen und sich dem Gefürchteten zunächst zu entziehen. Dabei führen die von ihm für gut befundenen und angewandten Mittel zwar zunächst zur Erreichung seiner Ziele, führen aber auf die Dauer immer weiter von diesen Zielen ab, indem einerseits seine Wünsche und Begehungen in diesem Leben immer mehr zunehmen, stärker werden, während er andererseits mit zunehmendem Alter die begehrten Erlebnisse immer weniger vorfindet oder erreicht, bis er endlich mit leeren Händen und ungestilltem Sehnen dem Tod gegenübersteht.

So hat die Lebenserfahrung eines solchen Menschen ihm zwar von Fall zu Fall zu den einzelnen Befriedigungen verholten, hat ihn aber gerade auf diesem Weg in immer größere existentielle Not, in Untergang und in den Tod geführt. Darum sagt der Erwachte von dem natürlich gealterten Menschen, der

die tieferen, die geistigen Erfahrungen jenseits der sinnlichen Oberfläche dieses Lebens nicht kennt:

*Wer nichts gehört hat, nichts versteht,  
der altert nur nach Ochsenart;  
sein Bauch wächst immer mehr und mehr,  
doch seine Einsicht wachset nicht. (Dh 152)*

In dem gleichen Sinn sagt Jesus zu jenem törichtem Reichen, der da die Ernten in seine Scheunen gesammelt hatte und zu sich selber sprach: *Nun iss, liebe Seele, und sei guten Muts, denn es ist genug gesammelt, - du Narr, diese Nacht wird man deine Seele von dir fordern, und was wird es sein, das du bereitet hast?* - So ist vor dem Maßstab der Großen die gesamte Lebenserfahrung des Weltlings gleich Null, denn sie ist für die höchste Lebensaufgabe, für die Überwindung des Todes, für die Gewinnung des Heils ebenso untauglich wie - nach einem Gleichnis des Erwachten - durch und durch wassergetränktes Holz untauglich ist zum Feuer-Anmachen.

Aber ebenso wie manche gefangenen Tiere sich mit der Gefangenschaft *nicht* abfinden, sondern rastlos nach Mitteln und Wegen suchen, wie sie dem Gefängnis entkommen könnten, so gibt es auch Menschen, welche sich nicht abfinden mit der Gebrechlichkeit des Menschenlebens. Diese „Söhne aus gutem Haus“ - und Ratthapālo gehört zu ihnen - suchen, bis sie in den Religionen die Botschaft des Heils erkennen und die Wegweisung zum Heil verstehen. Und haben sie die Wegweisung verstanden, dann *gehen* sie den Weg der Weltüberwindung. Auf diesem Weg erfahren sie inneres Wohl, bis ihr Herz durch das Erlebnis weltloser Entrückungen *geläutert, gesäubert, frei von Herzensbefleckungen, einig, unversehrbar und fest* wird und dadurch der Tod für sie bedeutungslos wird. Wer nur das Leben mit dem Leib kennt und anderes nicht kennt und nicht versteht, den packt Grauen und Angst, wenn er sich vorstellt, wie der Leib von Würmern oder Ratten gefressen wird. Wer aber vollkommenes Wohl und vollkommene Beru-



higung ganz ohne Leiblichkeit schon erfahren hat oder aus den Lehrreden richtig versteht, ja, wer die Leiblichkeit als Verhinderung des vollkommenen Wohls begriffen hat - was interessiert sich ein solcher für das Schicksal „seines“ sowieso toten Leibgebildes!

Am Ende dieses Wegs steht der Geheilte, der vor nichts mehr Angst hat. Seinen Körper sieht er an wie ein Stück Holz, nicht anders als einen Haufen Reisig im Wald (M 22). Was immer noch den Leib bedrohen mag, es bedroht *ihn* nicht mehr. Ob er auch körpergefährdende oder lebensgefährdende Gefühle erfährt, er empfindet sie als ein Losgelöster (M 140). Der Geheilte kann keine Angst mehr haben vor dem Leiden. Er hat das Leiden besiegt. Er hat eine Sicherheit gewonnen, die niemand nehmen kann. Er steht auf einem sicheren Eiland, das von Wogen nicht überspült werden kann, denn er ist frei von jeglichem Wunsch und Willenstrieb nach Wahrnehmung, welcher Art sie auch sein mag.

Die zweite Tatsache im Leben:

Die Welt ist ohne Schutz und ohne Beschützer

*Versehen ist meine Königsburg mit Kriegselefanten, mit Reiterei, mit Streitwagen, mit Fußtruppen, die uns in der Gefahr schützen werden. „Die Welt ist ohne Schutz und ohne Beschützer“, hat Herr Ratthapālo gesagt. Wie aber soll man den Sinn dieser Worte verstehen? -*

*Was meinst du, großer König, hast du irgendein chronisches Leiden? - Ich habe chronische Blähungen, Herr Ratthapālo. Manchmal stehen meine Freunde und Gefährten, meine Verwandten und Angehörigen um mich herum und denken: „Jetzt liegt König Koravyo im Sterben, jetzt liegt König Koravyo im Sterben!“*

*-*  
*Was meinst du, großer König, kannst du deinen Freunden und Gefährten, deinen Verwandten und An-*

*gehörigen befehlen: „Kommt, meine guten Freunde und Gefährten, meine Verwandten und Angehörigen. Alle Anwesenden sollen diese schmerzhaften Gefühle mit mir teilen, so dass ich weniger Schmerz empfinden möge“? Oder musst du den Schmerz für dich allein empfinden? - Ich kann meinen Freunden und Gefährten, meinen Verwandten und Angehörigen dies nicht befehlen. Ich muss den Schmerz allein empfinden.-*

*Daran aber, großer König, hat er gedacht, der Erhabene, der Kenner, der Seher, der Geheilte, vollkommen Erwachte, als er gesagt hat: „Die Welt ist ohne Schutz und ohne Beschützer.“ Das hab ich erfahren und gesehen und gehört und bin aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen. -*

*Wunderbar, Ratthapālo, erstaunlich ist es, Ratthapālo, wie er da so richtig gesagt hat, der Erhabene, der Kenner, der Seher, der Geheilte, vollkommen Erwachte: „Die Welt ist ohne Schutz und ohne Beschützer“, denn die Welt ist ohne Schutz und Beschützer.*

Der König denkt hier wieder nur an seinen äußerlichen Schutz, an die Soldaten, die ihn in seiner Burg schützen. Ratthapālo aber erinnert ihn an die starken Schmerzen bei seiner chronischen Krankheit. Hilflos ist er seinen Schmerzen ausgeliefert und hilflos stehen seine Verwandten und Freunde um ihn herum und können ihm nicht helfen, ihm nicht seine Schmerzen abnehmen. Heute gibt es Schmerzmittel, die die größten Schmerzen mindern, aber den dadurch entstehenden Nebenwirkungen bleibt der Mensch immer noch ausgeliefert.

Wohl jeder erwachsene Mensch hat schon einmal am Bett eines ihm nahestehenden Menschen gestanden mit dem starken Wunsch, ihm seine Leiden abzunehmen, und hat dabei seine Hilflosigkeit und Ohnmacht voll Verzweiflung gespürt. Keine noch so große Fürsorge, kein Geld, keine Besitztümer können eingesetzt werden, um die Leiden, den körperlichen

Verfall aufzuhalten, der unaufhaltsam auf das Ende des Körpers zuläuft. Wenige Menschen sterben eines plötzlichen Todes, die meisten müssen eine längere Krankheitszeit erdulden, in der sie sich verlassen und dem Unentrinnbaren ausgeliefert fühlen. In solchen Zeiten kann nur die Überzeugung vom Weiterleben der Seele, der Psyche mit Wollen, Fühlen und Denken, nach dem Tod helfen, die dazu anregt, Wohl nicht mehr beim vergänglichen Körper zu suchen, sondern in der Läuterung der Psyche. Das ist ein wirksamer innerer Schutz, der den Leidenden fähig macht, alle äußeren Leiden leichter zu ertragen. Aber Ratthapālo spricht hier von dem absoluten Fehlen äußeren Schutzes und eines Beschützers von außen. Und dem muss der König voll beistimmen.

Die dritte Tatsache im Leben:  
Es gibt nicht wirklich eigenen Besitz.  
Alles verlassend muss man gehen.  
Je nach dem Wirken wandert man weiter.

*In meiner Königsburg gibt es Goldmünzen und Goldbarren im Überfluss, die in Tresoren und Schatzkammern verwahrt werden. „Es gibt nicht wirklich eigenen Besitz, alles verlassend muss man gehen“, hat Herr Ratthapālo gesagt. Wie soll man den Sinn dieser Worte verstehen? -*

*Was meinst du, großer König, wie du hienieden die fünf verschiedenerlei Sinnendinge besitzt und genießt, kannst du diese auch im Jenseits erlangen: „Ebenso will ich dort die fünf verschiedenerlei Sinnendinge besitzen und genießen“, oder aber wird dieser Reichtum auf andere übergehen und wirst du je nach deinem Wirken weiterwandern? - Nicht kann man, weil man hienieden die fünf verschiedenerlei Sinnendinge besitzt und genießt, auch im Jenseits erlangen: „Ebenso will ich dort die fünf verschiedenerlei Sinnendinge*

*besitzen und genießen“, sondern der Reichtum wird auf andere übergehen, und ich werde je nach meinem Wirken weiterwandern. -*

*Daran aber, großer König, hat er gedacht, der Erhabene, der Kenner, der Seher, der Geheilte, vollkommen Erwachte, als er gesagt hat: „In der Welt gibt es nicht wirklich eigenen Besitz, alles verlassend muss man gehen.“ Das hab ich erfahren und gesehen und gehört und bin aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen. -*

*Wunderbar, Ratthapālo, erstaunlich ist es, Ratthapālo, wie er da so richtig gesagt hat, der Erhabene, der Kenner, der Seher, der Geheilte, vollkommen Erwachte: „In der Welt gibt es nicht wirklich eigenen Besitz, alles verlassend muss man gehen.“ Denn in der Welt gibt es nicht wirklich eigenen Besitz, alles verlassend muss man gehen.*

Wenn wir krank werden, wenn wir altern, wenn wir sterben, wenn die Augen, durch welche die Formen gesehen werden, die Ohren, durch welche die Töne gehört werden - wenn die Sinnesorgane nicht mehr zur Verfügung stehen, dann entschwindet damit all das, woraus wir unser Wohl, unser Glück bezogen. Darum heißt es in allen Religionen, dass das Ganze nur geliehen ist. Wir wissen nicht, wann es genommen wird, aber dass es genommen wird, wissen wir mit Bestimmtheit.

*Gryphius, ein mittelalterlicher Dichter, schreibt:*

*Die Herrlichkeit der Erden  
muss Rauch und Aschen werden,  
kein Fels, kein Erz kann stehn.  
Dies, was uns kann ergetzen,  
was wir für ewig schätzen,  
wird als ein leichter Traum vergehn.*

*Dies alles wird zerrinnen,  
was Müh und Fleiß gewinnen  
und saurer Schweiß erwirbt:  
Was Menschen hier besitzen,  
kann für den Tod nichts nützen,  
dies alles stirbt uns, wenn man stirbt.*

*Wir rechnen Jahr auf Jahre,  
indessen wird die Bahre  
uns vor die Tür gebracht;  
drauf müssen wir von hinnen,  
und eh wir uns besinnen,  
der Erde sagen gute Nacht.*

Die Jahre gehen dahin. Immer kürzer wird das Leben. Wegen dieser mit jedem Tag schrumpfenden Lebensspanne, wegen des immer bedrohlicher herannahenden Todes haben die Wesen Angst. Es ist mit der ständig abbröckelnden Lebensfrist so wie mit einer kleinen Insel im Ozean, die von den Wellen nach und nach abgetragen wird und darum von Tag zu Tag für die Bewohner unmerklich-merklich immer weniger Raum bietet.

Wir werden dauernd daran erinnert, dass das Leben ein bloßes Darlehen ist. Wir sehen schon am Anfang und in der Mitte des Lebens, wie alles verwelkt vor unseren Augen. Zuerst vergehen die älteren Generationen, dann wir selber. Aber auch all die einzelnen Dinge um uns herum kommen an die Reihe. Man freut sich an ihnen, und sie werden einem - oft unvermittelt - wieder genommen.

Der unwissende und unbelehrte Mensch sagt: „So ist es eben in der Welt, aber soll ich deswegen auf die Dinge verzichten? Ich will sie genießen, solange ich kann, der Tod nimmt sie mir noch früh genug.“ Der belehrte Mensch aber weiß: Es gibt ja ein nicht geborgtes, ein selbstständiges Wohl, das unendlich seliger ist als die kurze Befriedigung der Sinnesucht, und das kann mir keiner nehmen, und das kennt auch keinen Tod. Es gibt ein Wachstum zu einer solchen Form

des Mitempfindens mit allen Wesen, aus dem eine für den normalen Menschen völlig unbekannte innere Helligkeit, Freudigkeit und Seligkeit hervorgeht, ein Glück, das der Mensch unmittelbar in seinem Herzen trägt. Durch dieses weltunabhängige Glück entwöhnt er sich aller abhängig machenden Süchtigkeit nach äußeren Formen, Tönen, Düften usw. Damit kommt er zu einem selbstständigen Wohl.

*Ich werde je nach meinem Wirken weiterwandern* - davon ist der König überzeugt. Schon lange vor dem Buddha Gotamo war die Karmalehre den Indern bekannt. Karma heißt sowohl Wirken als auch Wirkung. Die Karmalehre besagt, dass all unser Wirken im Denken, Reden und Handeln ein Verursachen ist, das entsprechende Folgen (Wirkungen) hat. Das bedeutet in letzter Konsequenz, dass es kein Erlebnis gibt - kein scheinbar nebensächliches und kein großartiges, kein „inneres“ und auch kein Erleben von „Äußerem“ - das nicht verursacht ist durch das Wirken desjenigen, der jetzt erlebt, und dass es andererseits kein absichtliches und bewusstes Tun gibt, keine kleinste absichtliche Aktivität des Menschen in Gedanken, Worten oder Taten, die nicht Folgen auslöst, die an ihn selber zu irgendeinem Zeitpunkt wieder herantreten. Das ist das Karmagesetz, das der Erwachte formuliert hat:

*Aus allen wohlgetanen Taten und übelgetanen Taten  
reifen dem Täter die Früchte heran. (M 130, 135 u.a.)*

Soweit wir in unserem Tun und Lassen die in der Wahrnehmung erscheinenden anderen Lebewesen, die ebenso wie wir Wohl suchen, Wehe fliehen, mit Rücksichtslosigkeit, Ärger oder Egoismus behandeln, so weit werden Wahrnehmungen auftauchen, in welchen uns Lebewesen mit Rücksichtslosigkeit, Ärger, Egoismus, Antipathie begegnen werden, werden wir also Schmerzliches erleben. Soweit wir aber in unserem Tun und Lassen den anderen Lebewesen, die ebenso wie wir Wohl suchen, Wehe fliehen, mit Verständnis, Rücksicht und Fürsorge begegnen, so weit werden Wahrnehmungen auftau-

chen, in denen uns Rücksicht, Fürsorge und Verständnis begegnen.

Wo gewirkt wird, dahin kommt die Wirkung zurück; wie gewirkt wird: wohlwollend, unachtsam oder übelwollend - so wird auch die davon zurückkommende Wirkung zu empfinden sein: wohltuend oder schmerzlich, freundschaftlich oder feindlich. Alles Erlebte ist Schöpfung, und es ist kein anderer Schöpfer als unser Wirken. Und das Gewirkte bleibt uns im nächsten Leben, alles andere müssen wir lassen. - So sieht es auch der König.

Vierte Tatsache im Leben:  
Ständig im Mangel ist die Welt,  
nicht zu befriedigen, ein Sklave des Durstes.

*„Ständig im Mangel ist die Welt, nicht zu befriedigen, ein Sklave des Durstes“, hat Herr Ratthapālo gesagt. Wie aber soll man den Sinn dieser Worte verstehen? -*

*Was meinst du, großer König, herrschst du über das reiche Land Kurū?- Gewiss, Herr Ratthapālo, so ist es. -*

*Was meinst du, großer König, wenn da ein Mann zu dir käme von den östlichen Grenzen, glaubwürdig, vertrauenswürdig, und er träte zu dir und spräche: „O großer König, dass du es weißt, ich komme von den östlichen Grenzen her! Da hab ich ein mächtiges Reich gesehen, blühend, gedeihend, volkreich, von vielen Menschen bewohnt. Dort gibt es zahlreiche Kriegselefanten, Streitwagen, zahlreiche berittene Krieger und Fußtruppen, viel Elfenbein, reichlich Goldmünzen und Goldbarren, sowohl bearbeitete als auch unbearbeitete, und zahlreiche Frauen. Mit deinen gegenwärtigen Streitkräften kannst du es erobern. Erobere es doch, großer König.“ Was würdest du tun? - Wir würden es erobern und darüber herrschen, Herr Ratthapālo.-*

*Was meinst du, großer König, wenn da ein Mann zu dir käme von den westlichen - nördlichen - südlichen Grenzen, glaubwürdig, vertrauenswürdig, und er träte zu dir und spräche: „O großer König, dass du es weißt, ich komme von den westlichen - nördlichen - südlichen - Grenzen her! Da hab ich ein mächtiges Reich gesehen, blühend, gedeihend, volkreich, von vielen Menschen bewohnt. Dort gibt es zahlreiche Kriegselefanten, Streitwagen, zahlreiche berittene Krieger und Fußtruppen, viel Elfenbein, reichlich Goldmünzen und Goldbarren, sowohl bearbeitete als auch unbearbeitete, und zahlreiche Frauen. Mit deinen gegenwärtigen Streitkräften kannst du es erobern. Erobere es doch, großer König.“ Was würdest du tun? - Wir würden es erobern und darüber herrschen. -*

*Daran aber, großer König, hat er gedacht, der Erhabene, der Kenner, der Seher, der Geheilte, vollkommen Erwachte, als er gesagt hat: „Ständig im Mangel ist die Welt, nicht zu befriedigen, ein Sklave des Durstes.“ Das hab ich erfahren und gesehen und gehört und bin aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen. -*

*Wunderbar, Ratthapālo, erstaunlich ist es, Ratthapālo, wie er da so richtig gesagt hat, der Erhabene, der Kenner, der Seher, der Geheilte, vollkommen Erwachte: „Ständig im Mangel ist die Welt, nicht zu befriedigen, ein Sklave des Durstes.“ Denn ständig im Mangel ist die Welt, nicht zu befriedigen, ein Sklave des Durstes. -*

Die Stärke der Triebe bedingt die Stärke der bei der Berührung bedingten Gefühle. Die starken Wohlgefühle lösen auch einen starken hinstrebenden Durst aus; die starken Wehgefühle dagegen lösen einen stark fortstrebenden Durst aus, während die schwächeren Wohl- und Wehgefühle auch einen entsprechend



schwächeren Durst auslösen, bis hin zur Gleichgültigkeit bei den kaum merklichen Gefühlen.

So sagt der Erwachte zu Ānando (D 15):

*Wenn es kein Gefühl gäbe, in keiner Weise, ganz und gar nicht, könnte da wohl bei völligem Fehlen des Gefühls Durst erfahren werden? - Gewiss nicht, o Herr. - Darum also ist dies eben der Anlass, dies die Herkunft, dies die Entwicklung, dies die Bedingung des Durstes, nämlich Gefühl.*

Und in M 9 sagt der Erwachte:

*Diese sechs Arten von Sinnensuchtdurst gibt es: Durst nach Formen, Durst nach Tönen, Durst nach Gerüchen, Durst nach Geschmäcken, Durst nach Tastgegenständen, Durst nach Gedanken.*

Der Sinnensuchtdurst ist ein bewusstes Verlangen nach dem Begegnenden. Durst ist ein Mangel, ein Habenwollen des Außen, von dem man sein Glück abhängig macht. Auch der zu sich gezählte Körper gehört zu diesem Außen. Der Durst ist unersättlich. Auch wenn ich z.B. genug gegessen habe, also gesättigt bin, kommt der Durst nach Geschmäcken doch bald wieder auf. Ebenso geht es mit allen sinnlichen Bedürfnissen. Der Genuss ist jeweils ganz kurz, und wegen des im Genuss sich schon abzeichnenden Vergehens des Wohlgefühls springt immer sofort weiterer Durst auf - so schnell, dass wir es gar nicht merken, weil wir ihn sofort wieder befriedigen.

In Wirklichkeit leben wir immer im sinnlichen Mangel. Ständig müssen wir etwas tun, um den Mangel zu beseitigen und „das Loch“ zu stopfen. Es ist wie bei einem Boot, das ein Leck hat: dauernd muss Wasser ausgeschöpft werden, damit das Boot nicht untergeht. Erst das Stopfen des Lecks entspricht der Versiegung des Durstes und der hinter ihm stehenden Triebe.

Die sinnlichen Triebe wohnen als latentes Wünschen, als Sehnsucht, Verlangen, als Spannung, als ein Wollensgefüge (*nāma-kāya*) im stofflichen Körper und nehmen bei Berührung von außen Stellung dazu durch Wohl- oder Wehgefühl. Diese festgelegten Bedürftigkeiten sind geschaffen worden durch Denken: *Was der Mensch häufig bedenkt und sinnt, dahin geneigt wird das Herz* (das Triebgefüge) (M 19), d.h. dahin entsteht eine Sehnsucht.

Ein Beispiel: Zwei Freunde sehen in einem Schaufenster ein Gerät. Der eine kennt es und beschreibt dem anderen, wie nützlich es ist, dass man es besitzen sollte. Dadurch bekommt das Gerät für den Zuhörenden einen Pluswert, durch den geistigen Akt einer positiven Bewertung wird der Gegenstand für ihn wertvoll. Im selben Augenblick entsteht in ihm ein Vakuum, ein Minus, ein Verlangen, ein Durst nach dem Gerät: „Dieses Arbeit sparende Gerät, das man haben sollte, habe ich nicht, aber ich brauche es dringend.“ Nach dem Gespräch mit dem Freund kann er nicht wie bisher gleichgültig an dem Schaufenster mit dem ausgestellten Gerät vorbeigehen. Er fühlt einen Sog, einen Durst, ein Bedürfnis nach diesem Gerät. Und dieses schwindet nur dann, wenn eine entgegengesetzte geistige Bewertung stattfindet, ein Urteil über den Unwert dieses Geräts, was allerdings mit der gleichen Überzeugungskraft gefällt worden sein muss wie vorher über den Wert des Geräts geurteilt wurde. - Ein indisches Wort lautet:

*Der Wind sammelt Wolken und zerstreut sie wieder.*

*Das Denken schafft Fesseln und löst sie wieder auf.*

Findet kein negativ bewertendes Denken statt, dann bleibt das Verlangen, der Durst nach dem Gerät, bestehen. Ein Bezug ist geschaffen, das Bild des Geräts ist als Mangel, als Sog im Wollenskörper fixiert. Wenn der Freund nun in einer Werbung darüber liest, dann kommt sofort der Gedanke: „Das ist es, was ich will.“ Das Ich ist bedürftiger geworden, und je bedürftiger es ist, je mehr es vielerlei Dinge bedarf und je stärker es der einzelnen Dinge bedarf, um so abhängiger ist das Ich davon - ob es die Dinge bekommt oder nicht.

Daraus ergibt sich: Alle Begehungen sind nur da, weil irgendwann etwas positiv bewertet worden ist. Ein Wertobjekt wurde geschaffen, und in demselben Maß wird eine Sehnsucht, eine Spannung gefühlt: ein Pluspol ist entstanden und ein ebenso starker Minuspol. Wird nun das Gewünschte erlebt, dann wird die Spannung für einen Augenblick gelöst, entspannt. Der Mensch empfindet „Ah, wie schön“ nur darum, weil vorher durch eine positive Bewertung ein Mangel fixiert wurde und dieser Mangel nun vorübergehend aufgelöst wird. Weil nun der Mensch nicht nur den einen oder anderen Mangel in sich hat, sondern tausendfältigen Mangel, tausendfältigen Hunger, darum wird der einzelne Hunger nur schwach bemerkt. Jedes Wohlgefühl durch sinnliche Eindrücke ist ein Zeichen dafür, dass zu der Zeit, in der dieses Wohlgefühl nicht war, ein Hunger nach dem sinnlichen Eindruck bestand.

Der Durst wird in seinem Drang nach Befriedigung durch ein bestimmtes Erlebnis wie ein mehr oder weniger schweres Gewicht gespürt, und die Erfüllung wird als erlösend empfunden wie das Ablegen eines Gewichts.

Der im Geist spürbar werdende Durst ist viel umfassender, und er bewegt den Menschen in seinem gesamten Tun und Lassen erheblich mehr, als es den meisten Menschen bekannt ist. Es geht ihm nicht nur darum, die „herrlichen“ Erlebnisse zu erlangen und die „entsetzlichen“ zu vermeiden, sondern es geht ihm vielmehr darum, überhaupt die lebenslängliche Kette der sinnlichen Eindrücke zu erfahren. Lieber hat der Mensch völlig gleichgültige Sinneseindrücke als gar keine; dies würde er als den Tod empfinden. Ja, sogar schmerzliche Sinneseindrücke zieht er bis zu einem sehr hohen Grad dem völligen Ausfall von Sinneseindrücken vor.

So wie ein rasender Zug auf den Schienen in jeder Sekunde mehrere Meter frisst und ununterbrochen Meter um Meter zu Hunderten von Kilometern summiert, so fressen die Tendenzen Erlebnis um Erlebnis, und die Erlebnisse folgen auch: In jedem Augenblick nehmen die Sinne die verschiedensten Eindrücke auf; dabei werden die Tendenzen vielfach berührt. So

läuft die Kette der Erlebnisse fast parallel zu der Reihe der Bedürfnisse. Und weil die Erlebnisse ununterbrochen anbränden, darum wird der Durst so wenig bemerkt. Das ist erst recht heute so im Zeitalter des Radios, des Fernsehens, der Illustrierten, der Vergnügungen, der Berufsanspannung und der erheblich vermehrten Lebensprobleme. Und weil wir es nicht merken, darum täuschen wir uns über den Sog des Durstes, von welchem der Erwachte sagt:

*Kein Strom rast wie der Durst dahin. (Dh 251)*

*Wen dieser üble Durst beherrscht,  
der hängt sich fest an diese Welt;  
dem schießen Sorg' und Kummer auf  
wie wuchernd' Gras, das schnell aufsprießt. (Thag 400)*

*Von Durst getrieben sind die Wesen,  
sie rennen rund herum  
gejagten Hasen gleich.  
Sie leiden wieder, immer wieder, lange schon. (Dh 342)*

Der Treiber, der Durst, jagt den Körper hierhin und dorthin in immer neuer Hetze nach immer neuen befriedigenden Wahrnehmungen.

*So sprach der ehrwürdige Ratthapālo. Nach diesen Worten sagte er noch die Verse:*

Noch zur vierten Tatsache:

*Ich sehe reiche Männer auf der Welt,  
die geben voll Verblendung nichts von ihrem Geld.  
Voll Gier sie ihren Reichtum horten, gut versteckt,  
noch mehr genießen mit den Sinnen wollen sie.*

*Und hätt' ein König sich die Erd' ersiegt,  
und herrscht' er weithin, bis zum Meer,  
des Meeres Grenze grämt ihn unentwegt,*

*nach neuen Siegen sehnt er sich.*

*Nicht nur ein König, andre Menschen ebenso  
begegnen ungestillten Durst's dem Tod.  
Durch Durst sind sie nicht frei vom Leib.  
Zufrieden sein mit Sinnendingen in der Welt,  
das gibt es nicht.*

*Zur ersten Tatsache: Aufgerieben wird die Welt  
Die Hinterbliebenen, sie klagen, rauhen sich das Haar  
und rufen: „Liebster, bitte sei nicht tot.“  
Den Körper trägt man weg, in Laken gut verhüllt,  
zum Scheiterhaufen hin, und man verbrennt ihn dort.*

*Zur zweiten Tatsache: Die Welt ist ohne Schutz und Beschützer  
Gekleidet in ein Tuch, lässt er den Reichtum hier.  
Man stochert ihn mit Stangen,  
während er dort brennt.  
Bei seinem Tod kann kein Verwandter oder Freund  
ihm Zuflucht bieten, Hilfe geben oder Schutz.*

*Zur dritten Tatsache: Es gibt nicht wirklich eigenen Besitz.  
Die Wesen ernten, was sie gesät haben  
Und während Erben seinen Reichtum nehmen, muss  
dies Wesen weiterwandern ganz nach seinem Tun.  
Beim Sterben kann gar nichts und niemand  
mit ihm geh'n,  
nicht Kind, noch Frau, noch Reichtum,  
königliches Gut.*

*Langlebigkeit wird nicht erworben durch Besitz,  
auch hat kein Wohlstand hier das Altern je gebannt.  
„Gar kurz ist“, künden Weise, „unser Sein  
und unbeständig, sich verändernd stets.“*

Durch rechte Anschauung, Weisheit, wird Blendung überwunden  
*An Reiche rührt, an Arme rührt Berührung,  
und wie der Tor berührt wird auch der Weise.  
Doch Toren reißt Berührung rasend nieder,  
an Weise rührend, kann sie nicht erregen.*

*Darum ist Weisheit besser als Besitz,  
denn nur durch Weisheit wird das letzte Ziel erreicht.  
Verblendet tun die Wesen Übles,  
Verblendung bindet sie an Sein und Wiedersein.*

Das Elend der Sinnenlust sah ich, darum wurde ich Mönch  
*Man keimt in Schoßen, keimt in and'rer Welt  
und bleibt im Kreislauf immer nur.  
Dem Weisheitsmangel folgt alsbald,  
dass neu man keimt in Schoßen, keimt in and'rer Welt.*

*Wie da den Dieb, auf frischer Tat ertappt,  
das eig'ne Wirken trifft,  
so geht es allen nach dem Tod:  
in and'rer Welt das üble Wirken trifft.*

*Den Geist entzücken Sinnendinge gar betörend süß,  
durch Formen-Hässlichkeit das Herz erregt nur wird -  
ich sah das Elend in der Sinnenlust,  
verließ darum die Häuslichkeit.*

*So wie vom Baume Früchte fallen, fallen auch  
am Ende dieses Körpers beide, Jung und Alt.  
O König, dieses sah ich und ging fort.  
Weit besser ist es, Mönch zu sein.*

*Weit besser ist es, Mönch zu sein - unter der Anleitung  
eines Geheilten. Für die meisten Menschen gibt es nur den  
Bereich des Begehrens, und wenn sie ihn sich fortdenken,*

dann meinen sie, das sei Tod. Wer so denkt, wer sich jenseits des Begehrens, jenseits der sinnlichen Welt nur das Nichts vorstellen kann, der wird sagen: „Dann will ich wenigstens die dreißig bis achtzig Jahre, die ich hier genießen kann, ausnützen und will nicht schon frühzeitig auf alles verzichten, in die Askese gehen.“ Wer aber betrachtet, warum die sinnlichen Freuden, das sinnliche Wohl nur eine andere Form des Schmerzes und Leidens ist, dass der Sinnenbefangene nur wahnbefangen ist und in diesem Irrtum eine andere Form des Schmerzes für ein Wohl hält, dass aber jenseits der gesamten Sinnendinge erst wirkliches Wohl erfahren werden kann, der legt Lasten ab, der erfährt Erleichterung.

In M 54 gibt der Erwachte sieben Gleichnisse für die Sinnensucht. Durch deren Betrachtung kann der Mensch in zunehmendem Maß zu dem wirklichkeitsgemäßen Verständnis des Elends der Sinnendinge kommen.

Doch können die meisten Menschen die Sinnendinge nicht lassen, selbst wenn sie deren Elend sehen. Der Erwachte sagt von sich selber: Als er noch kein Erwachter gewesen sei, hätte er auch schon in vielfacher Weise gesehen, dass und warum die Sinnendinge unbeständig, leidvoll sind und ins Elend führen. Aber solange er noch nicht jenseits des Begehrens inneres Wohl erfahren hätte, hätte er doch immer noch in seinem Denken um die Begehrendinge herumgedacht, selbst wenn er dem Begehren nicht gefolgt wäre. Es ist ein schwerer Kampf, wenn die Speise noch köstlich erscheint, aber man weiß, dass sie vergiftet ist. Solange man das Bessere nicht an sich selbst erfährt, bleibt es schwer, es anzustreben. Der Erwachte empfiehlt, unermüdlich zu kämpfen und sich außerdem die Situation zu erleichtern, indem man einmal Versuchungen aus dem Weg geht, soweit es möglich ist, und zum anderen den Mitwesen Freude macht und daraus selber Freude gewinnt. Dann kommt es zum Erleben inneren Wohls, das so überwältigend ist, dass dagegen das durch die Sinne erfahrene Wohl als ein Nichts erscheint.

Zum Anfang dieses Wegs gehört Vertrauen. Dies besaß Ratthapālo in starkem Maß. Vertrauen bedeutet, im Kern religiöse Art zu besitzen, für das Religiöse aufgeschlossen zu sein. Vom Vertrauen erfüllt, verließen zur Zeit des Erwachten Menschen mit edelsten Bestrebungen das Hausleben, wie es Ratthapālo tat. Und diese Menschen gingen nach Anweisungen des Erwachten die einzelnen Etappen bis zum Ziel. In allen Religionen wird empfohlen, sich in der Kraft und in dem Schwung der Jugend der Läuterung zu widmen. Denn meistens ist mit dem Alter geistige Festlegung und Schwerfälligkeit verbunden. So sagt Salomon: *Widme dich dem Schöpfer in deiner Jugend. (Pred.12,1)*

Und der Erwachte sagt:

*Wer wahrlich schon als junger Mönch  
der Weisung des Erwachten folgt,  
der überstrahlet diese Welt  
gleichwie der wolkenfreie Mond. (Dh 382)*

In den *Liedern der Mönche* sind Ratthapālos Versen in M 82 noch fünf weitere angefügt (Thag 789-793):

*Vertrauensvoll zog ich vom Hause fort,  
der Anweisung des Siegers übergab ich mich.  
Erfolgreich war mein Ordensgang:  
von Wiedersein befreit, nehm' ich nun Nahrung ein.*

*Ich sah: Wie Feuer brennt die Lust,  
wie Messer schneidet Gier nach Gold.  
Durch Leibgeburt entsteht nur Leid,  
in Höllenwelten Höllenangst.*

*Da also ich das Elend sah,  
ergriff ein tiefer Schauder mich.  
Erschüttert ward' ich durch und durch.  
Gestillt, hab ich die Triebfreiheit erreicht.*

*Ich bin dem Meister ganz gefolgt,*



*des Buddha Wegweisung hab ich erfüllt,  
die schwere Last ist abgelegt,  
entfernt ist, was zu Dasein führt.  
Warum ich aus dem Hause fort  
als Hausloser gezogen bin,  
den Zweck davon hab ich erreicht:  
denn alle Fesseln sind gelöst.*

KÖNIG MAKHADEVO  
83. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Der Erwachte berichtet: König Makhadevo von Mithilā und seine Nachkommen lebten in der Frühzeit unseres Äons, als die Menschen tugendhaft waren und unendlich länger lebten, nämlich 4 x 84000 Jahre. (S. D 26) Er war damals der Bodhi-sattva, d.h. unser Buddha in einem früheren Leben, wie es am Schluss der Lehrrede heißt. König Makhadevo, sein Sohn, Enkel und Urenkel waren Kündler des Gesetzes von Saat und Ernte und gewährten allen Lebewesen in ihrem Reich Schutz. Sie hielten die Regeln der Uposatha-Tage ein. (Über die Uposatha-Tage s. „Meisterung der Existenz“ S.797 ff.)

Als sie das erste graue Haar bei sich entdeckten, zogen sie für die letzten 84000 Jahre in die Hauslosigkeit, übten die Strahlungen (s. M 7) und gelangten nach dem Tod in brahmische Welt.

Der letzte tugendhafte König, der Urenkel Makhādevos namens Nimi, wurde von den Göttern der Dreiunddreißig gepriesen und mit dem himmlischen Wagen zu ihnen geholt. Auf der Fahrt erlebte er mit eigenen Augen die Ernte guten und üblen Wirkens der Wesen und berichtete nach seiner Rückkehr den Menschen davon.

Doch diese gute Lebensführung hat nicht zur Ablösung, Entreizung, Ausrodung (der Triebe), zur Erwachung, zur Triebversiegung geführt, sondern nur zur Wiedergeburt bei Brahma. Aber die gute Lebensführung, die jetzt von mir (dem Erwachten) gezeigt wird, führt zur Triebversiegung: nämlich der achtgliedrige Heilsweg. Geht diesen Weg, damit ihr nicht meine letzten Nachkommen seid.

## BEI MADHURĀ

### 84. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

König Avantiputto von Madhurā fragte den Geheilten Mahākaccāno: Die Brahmanen bezeichnen sich als die höchste Kaste, rein, aus dem Mund Brahmas geboren, Erben Brahmas. Der Geheilte: Das ist nur ein Gerede der Welt.

Wenn ein Krieger – ein Brahmane – ein Bürger – ein Diener reich ist, werden die Angehörigen anderer Kasten ihm dienen, ihm gehorchen, ihm schmeicheln. Da sind doch die vier Kasten einander gleich.

Und wenn die Angehörigen der vier Kasten den zehn falschen Wirkensfährtten (s. M 41) folgen, dann werden sie in unterer Welt wiedergeboren; wenn sie den zehn rechten Wirkensfährtten folgen, werden sie in himmlischen Welten wiedergeboren. Da sind doch die vier Kasten einander gleich.

In der gleichen Weise zeigt Kaccāno dem König, dass zwischen den Kasten kein Unterschied besteht insofern, als sie für Verbrechen in gleicher Weise bestraft werden und dass sie, wenn sie als Hauslose einen reinen Lebenswandel führen, in gleicher Weise geehrt werden.

Der König wird darauf Anhänger des Erwachten, der zu der Zeit bereits ins Parinibbāna – der vollständigen Auslöschung der fünf Zusammenhäufungen – eingegangen war.

BODHI, DER KÖNIGSSOHN  
85. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Der Königssohn bat den Erwachten, über den ausgelegten Teppich zur Einweihung seines neu erbauten Palastes zu gehen. Der Erwachte blickte auf Ānando, der hinter ihm stand. Ānando sagte: „Nimm den Teppich fort, der Erwachte hat auf die Nachfolger zurückgeblickt“ (d.h. diese könnten durch so viel Ehrung überheblich werden).

Bodhi sagte: „Um Wehe lässt sich Wohl gewinnen“ (s. M 14, M 101). Der Erwachte antwortete: „So habe auch ich vor der vollen Erwachung gedacht“ und berichtet über die vier Lehrer des Bodhisattva, die Holzscheitgleichnisse, die Selbstqual des Bodhisattva, die weltlosen Entrückungen, drei Weisheitsdurchbrüche, die fünf ersten Schüler. Ähnlich M 26 und 36. S. „Das Leben des Buddha“ von Hellmuth Hecker.

Wie lange braucht man bis zur Triebversiegung? Es kommt darauf an, ob der Mönch fünf Eigenschaften besitzt: Vertrauen, Gesundheit, Ehrlichkeit und Offenheit, Tatkraft, Weisheit. Wenn er sie besitzt, dann könnte er sieben Jahre oder auch nur einen Tag brauchen.

Bodhi: Schon als meine Mutter mit mir schwanger war und später als meine Amme mich trug, haben sie gesagt, dass Bodhi, der Königssohn Zuflucht zum Erwachten, zur Lehre, zur Gemeinschaft des Ordens nehme. Jetzt nehme ich zum dritten Mal beim Erhabenen Zuflucht.

## ANGULIMĀLO

### 86. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Sāvathhī, im Siegerwald, im Garten Anāthapindikos.*

*Um diese Zeit nun hielt sich im Reich König Pasenadis von Kosalo ein Räuber namens Augulimālo auf, ein mörderischer Mensch, grausam und blutgierig, an Mord und Totschlag gewohnt, ohne Mitempfinden mit lebenden Wesen. Dörfer, Marktstädte und Bezirke wurden von ihm verwüstet. Ständig brachte er Menschen um und trug ihre Finger als Halskette.<sup>146</sup>*

Wer war Angulimālo?

Hellmuth Hecker hat aus buddhistischen Quellen (Mahāvagga, Jātakas, Milinda-pañha) den Lebenslauf Angulimālos zusammengestellt, den wir 1970 in „Wissen und Wandel“ veröffentlicht haben. Daraus entnehmen wir das Folgende.

Am Hof König Pasenadis von Kosalo hatte ein gelehrter Brahmane namens Bhaggavo Gaggio das Amt des Hofpriesters inne und war damit einer der höchsten Würdenträger des Reiches. In einer Nacht gebar seine Frau Mantāni einen Sohn. Der Vater stellte sogleich das Horoskop des Knaben und bemerkte dabei zu seinem Missfallen, dass das Kind unter der sogenannten „Räuber-Konstellation“ geboren sei, was bedeutete, dass es eine Neigung zum Räubertum besäße. Als er am nächsten Tag beim König zur Morgenvisite erschien und sich erkundigte, wie dieser geschlafen habe, da erwiderte der Herrscher: Wie sollte ich gut geschlafen haben? Ich wachte nachts auf, weil die Waffen und Rüstungen hell glänzten. Ist das ein böses Vorzeichen? – Der Hofpriester gab zur Antwort, dass ihm

---

<sup>146</sup> Angulimālo heißt Fingerkette

nachts ein Sohn geboren worden sei, der eine Neigung zu Waffen besäße – daher hätten wohl die Waffen gegläntzt. Als sich der König näher erkundigte, erfuhr er von der Neigung zum Räuberhandwerk. Er fragte, ob die Zeichen auf einen Bandenführer oder auf einen Einzelgänger hindeuteten. Der Hofpriester entgegnete, Letzteres sei der Fall. Der König meinte, ob es nicht besser sei, das Kind gar nicht erst aufzuziehen, sondern gleich zu töten, wenn es nur Unheil bringen würde. Der Vater aber beschwichtigte ihn und meinte, einen Einzelgänger könne man schon in Schach halten und am Bösen hindern. Um der bösen Neigung in jenem Kind auch äußerlich entgegenzuwirken, gab sein Vater ihm den Namen Ahimsako, das heißt Gewaltloser, Friedfertiger.

Der Knabe entwickelte sich gut und zeigte zwei besondere Eigenschaften: Er war einerseits überdurchschnittlich stark, und er war andererseits überdurchschnittlich klug und gelehrt. Seine Eltern freuten sich über ihr Kind und dachten, da sich nichts Böses an ihm zeigte, dass die gute Erziehung und der religiöse Einfluss im Haus des Hofpriesters die bösen Neigungen schon im Keim erstickt hätten. Als Ahimsako herangewachsen war, sandten sie ihn zu Studien nach Takkasilā, der berühmtesten Universitätsstadt der damaligen hinduistischen Kultur. Dort studierte Ahimsako nun bei dem ersten Lehrer am Ort. Er war so lerneifrig, dass er bald seine Studiengenossen überflügelte. Er diente seinem Lehrer auch derart respektvoll, dass dieser ihn zu seinem Familienkreis heranzog und die Mahlzeiten bei ihm einnehmen ließ. Dieser Familienanschluss und die offensichtliche Auszeichnung weckte in seinen Mitschülern Neid. Da Ahimsako kein Hehl aus seinen Fähigkeiten und seiner Begünstigung machte, reizte sein Glück die anderen so auf, dass sie das altbekannte Mittel anwandten, ihn bei dem Lehrer anzuschwärzen. Wie es in solchen Fällen zu gehen pflegt, wies der Lehrer die Verleumdungen zuerst von sich, aber als er immer wieder hörte, dass Ahimsako mit seiner Körperkraft und seiner Geistesstärke ihn verdrängen wolle, da ging die giftige Saat allmählich doch auf, und die heimtücki-

schen Ohrenbläser triumphierten, als sie merkten, wie der Lehrer Misstrauen gegenüber Ahimsako fasste. Wo aber das Misstrauen Einlass gefunden hat, da findet es auch Anhaltspunkte, die es ausspinnen kann. Und so hatte sich der Lehrer bald eine Vorstellung davon gemacht, dass Ahimsako nicht zu trauen sei. Er wollte ihn daher einerseits möglichst schnell loswerden, andererseits aber auch für seine vermeintliche Untreue und Hinterhältigkeit strafen. Er überlegte hin und her, wie er dies erreichen könne, ohne den Zorn des Jünglings zu wecken. Schließlich rief er ihn eines Tages zu sich und erklärte ihm, was nicht falsch war, dass er durch seine schnelle Auffassungsgabe das Studium jetzt schon beenden könne, und er bat ihn, ihm das Honorar zu zahlen. Ahimsako fragte, was er ihm an Honorar zu zahlen habe, worin es bestehen solle, denn es war damals üblich, nicht nur Geld zu geben, sondern auch besondere Kostbarkeiten. Der Brahmane erwiderte: Bringe mir tausend Menschenfinger der rechten Hand. – Erwartete er, dass Ahimsako bei dem Versuch, diese Forderung zu erfüllen, alsbald, vielleicht schon beim ersten Mal, gefasst und von der Obrigkeit hart bestraft würde – oder hatte er gar heimlich Ahimsakos Horoskop gestellt, so dass er wusste, was er mit seiner Honorarforderung weckte?

Ahimsako wies diese Forderung weder entrüstet zurück noch suchte er etwa den naheliegenden Ausweg darin, dass er Finger von den überall vorhandenen offenen Leichenfeldern – den damaligen Beisetzungsstätten – holte, sondern die Worte seines Lehrers – der ja von Moral nichts gesagt hatte – trafen bei ihm auf eine früher lang gepflegte Tendenz zur Erbarmungslosigkeit, die in seinem ganzen bisherigen wohlgeordneten Leben noch nicht hochgekommen war. Jetzt aber, da er zum ersten Mal mit dem Element der Gewalttätigkeit, Brutalität und Asozialität in persönlichen Kontakt kam, erwachten diese Triebe. Er erklärte sich bereit, das geforderte Honorar zu bezahlen, nahm ein scharfes Schwert und zog zum wilden Jāliniforst im Reich Kosalo, seinem Heimatstaat.

Was mag das bestimmende Motiv dabei gewesen sein? War es die in Indien ungleich größere Verehrung, ja, Devotion gegenüber dem Lehrer, dem Guru, die ihn in blindem Gehorsam folgen ließ? Dachte er, dass es ungehörig sei, erst die gute Ausbildung und alle Vorzüge im Haus seines Lehrers zu genießen und dann das geforderte Honorar zu verweigern? Oder war es mehr Kraftrausch und Abenteuerlust? Die Überlieferung schweigt hierüber. Es wird jedoch berichtet, dass er in früheren Leben oft ein mächtiger Geist, ein sogenannter Yakkho, gewesen war, der seine übermenschliche Kraft dazu benutzte, gewalttätig gegen die Wesen vorzugehen und sogar zu morden, um Menschenfleisch zu verzehren. Wenn von ihm frühere Leben berichtet werden, dann immer solche, in denen er einerseits stark war und andererseits Mangel an Barmherzigkeit zeigte. Von daher hatte er also in sich jene Triebe gemehrt, die jetzt wieder zum Vorschein kamen und seine guten Eigenschaften ebenso hinwegzuschwemmen schienen wie vorher das Böse nicht vorhanden zu sein schien.

Ahimsako nahm eine hohe Klippe zu seinem Aufenthaltsort, von welcher er schon von fern die Reisenden auf der Straße durch den Jāliniforst herankommen sah. Er stürzte dann mit gezogenem Schwert aus dem Hinterhalt auf sie zu und erschlug sie, wenn es ihm nicht sofort gelang, ihnen die rechte Hand abzuhacken. Die Hände hing er dann an einen großen Baum und ließ die Raubvögel das Fleisch fressen, bis die kahlen Knochen allein übrig waren. Dann sammelte er die Fingerknochen und hängte sie sich um den Hals. Als bald niemand mehr wagte, durch den Jāliniforst zu reisen, da ging Ahimsako in die Dörfer und holte sich dort seine Opfer.

Die Untaten Angulimālos riefen naturgemäß bald Gegenmaßnahmen hervor. Es wurden Polizeistreitkräfte gegen ihn ausgesandt, um seiner habhaft zu werden. Mit zehn Mann, mit zwanzig, mit dreißig, mit vierzig Mann zog man gegen ihn aus, aber vergebens. Er vermehrte nur die Zahl seiner Opfer, und auch die Polizisten begannen ihn zu fürchten. Seinen eigentlichen Namen kannte niemand. Nur seine Mutter ahnte,



wer jener Räuber sei. Sie ging daher eines Tages zu ihrem Mann und teilte ihm ihre Vermutung mit. Dabei bat sie ihn, er möge doch alles versuchen, den Sohn wieder auf die rechte Bahn zu bringen. Aber der Oberhofpriester wollte mit einem solchen Sohn nichts zu tun haben. Es reute ihn sogar, dass er nicht dem Rat des Königs gefolgt war und diesen missratenen Sohn rechtzeitig unschädlich gemacht hatte. Und wenn bekannt werden würde, dass Angulimālo kein anderer war als Ahimsako, der einzige Sohn des Hofpriesters, so würde das seinem Ruf sehr schaden.

Als der König ein ganzes Regiment Soldaten abordnete, um den Räuber zu fangen und unschädlich zu machen, da eilte seine Mutter ohne Begleitung aus Liebe zu ihm in den Wald, um ihn zu warnen und von seinem bösen Tun abzubringen. Vielleicht würde er auf sie hören. Zu jener Zeit hatte er schon 999 Finger gesammelt, und es fehlte ihm nur noch ein einziger. Wenn er jetzt seine Mutter des Wegs kommen sehen würde, dann würde er wohl, um den 1000. Finger zu erhalten, auch sie ermorden. Elternmord aber ist eines der fünf Verbrechen, die unmittelbar und ohne Möglichkeit der Wiedergutmachung in diesem Leben zur Hölle führen. Ohne es zu wissen, stand Angulimālo buchstäblich am Rand der Hölle.

In dieser Situation, es war im zwanzigsten Jahr der Lehrtätigkeit des Erwachten, wurde dieser auf Angulimālo aufmerksam:

#### Der Erwachte bändigt Angulimālo

*Eines Morgens kleidete sich der Erhabene an, nahm seine Schale und äußere Robe und ging um Almosen nach Sāvathī. Als der Erhabene, von Haus zu Haus tretend, Almosen erhalten hatte, kehrte er zurück, nahm das Mahl ein, brachte seine Lagerstätte in Ordnung, nahm seine Schale und äußere Robe und machte*

sich auf der Straße, die zu Angulimālo führte, auf den Weg.

Es sahen aber Hirten und Landleute den Erhabenen den Weg gehen, der zu Angulimālo führte, und sagten zu ihm: Nicht dahin, Asket, wolle gehen! In jener Gegend haust ein Räuber, Angulimālo genannt, grausam und blutgierig, an Mord und Totschlag gewohnt, ohne Mitempfinden mit lebenden Wesen. Dörfer, Marktstädte und Bezirke wurden von ihm verwüstet. Ständig bringt er Menschen um und trägt ihre Finger als Halskette. Es sind Männer in Gruppen von zehn, zwanzig, dreißig und sogar vierzig diese Straße entlanggekommen, und alle sind sie Angulimālo in die Hände gefallen. – So angeredet, schritt der Erhabene weiter.

Und ein zweites Mal und ein drittes Mal sprachen Hirten und Landleute ihn so an, aber schweigend schritt der Erhabene weiter.

Der Räuber Angulimālo sah den Erhabenen von fern herankommen, und als er ihn gesehen, dachte er bei sich: „Es ist wunderbar, es ist erstaunlich! Es sind Männer in Gruppen von zehn, zwanzig, dreißig und sogar vierzig diese Straße entlanggekommen, und sie sind mir alle in die Hände gefallen. Und jetzt kommt dieser Mönch allein daher, ohne Begleitung, wie ein Eroberer kommt er heran. Wie wenn ich nun diesen Asketen umbrächte?“

Und Angulimālo, der Räuber, nahm sein Schwert und Schild auf, hängte sich den Bogen und Köcher um und folgte dem Erhabenen auf den Fersen.

Da ließ der Erhabene eine magische Erscheinung von solcher Art erscheinen, dass Angulimālo, der Räuber, obwohl er lief so schnell er konnte, den Erhabenen, der gelassen dahinschritt, nicht einholen konnte. Da

*dachte der Räuber Angulimālo: „Es ist wunderbar, es ist erstaunlich! Früher konnte ich sogar einen schnellen Elefanten einholen und ergreifen; ich konnte sogar ein schnelles Pferd einholen und ergreifen; ich konnte sogar eine schnelle Kutsche einholen und ergreifen; ich konnte sogar einen schnellen Hirsch einholen und ergreifen; aber jetzt kann ich, obwohl ich laufe so schnell ich kann, diesen Mönch nicht einholen, der gelassen dahingeht!“ Er blieb stehen und rief dem Erhabenen nach: Bleib stehen, Mönch! Bleib stehen, Mönch! –*

*Ich bin stehen geblieben, Angulimālo, bleib auch du stehen. –*

*Da dachte der Räuber Angulimālo: „Diese Mönche, die Söhne der Sākyer, sprechen die Wahrheit, halten sich an die Wahrheit. Aber obwohl dieser Mönch immer noch weitergeht, sagt er: ‚Ich bin stehen geblieben, bleib auch du stehen.‘ Wie wenn ich nun diesen Mönch befrage?“ Und Angulimālo, der Räuber, sprach den Erhabenen in Versform an:*

*Obwohl du gehst, Mönch, sagst du, du seiest stehen geblieben.*

*Ich stehe, doch du sagst, ich sei nicht stehen geblieben.*

*Ich frag dich nun, o Mönch, was das bedeutet:*

*Wieso bist du statt meiner stehn geblieben? –*

*Angulimālo, für immer bin ich stehn geblieben,  
tue keinem Wesen Leiden an.*

*Doch du kennst Rücksicht nicht den Wesen gegenüber.*

*Deshalb bin ich stehen geblieben, du dagegen nicht. –*

Als Angulimālo diese Worte hörte, geschah ein zweites Mal mit ihm eine Verwandlung. Es war ihm, als breche der Strom seiner verborgeneren reineren Herzenstrieb durch die Bresche

des aus den Gewohnheiten der letzten Zeit aufgeworfenen Walls von Härte und triebe ihn zum Erwachten. Seine guten Triebe waren durch den blinden Gehorsam gegenüber dem üblen Lehrer in die Latenz gedrängt, so dass sein Geist eine unterirdische anders gerichtete Kraft enthielt, die nur mangels äußeren Anstoßes nicht zur Auswirkung kam. Indem aber Angulimālo durch die Person des Buddha ein Wesen erlebte, dessen erhabene Größe er aus seinem größeren Gemüt erkennen konnte, da wurden durch die Worte des Buddha seine so lange verdrängten guten Kräfte geweckt, aufgerufen, und diese waren es nun, die als eine machtvolle Strömung die ihm aufokroyierte Gewohnheit des Mordens durchbrachen und ihm die Augen öffneten für die Schändlichkeit solchen Tuns. Er fiel dem Erwachten zu Füßen, bereute seine Untaten und suchte Zuflucht im Orden. Der Erhabene nahm ihn persönlich, was sonst selten geschah, in den Orden auf, d.h. ohne die sonstigen Zeremonien der Ordination einfach durch die Worte: „Komm, o Mönch.“ Diese Szene, bei der Angulimālo im Räuberkostüm, schwer bewaffnet und mit seinen Fingerknochen um den Hals, sich der Macht des Erhabenen beugte, ist in der buddhistischen Kunst oft dargestellt worden. Das Besondere hieran war, dass die Belehrung Angulimālos nicht durch eine weit ausholende Lehrrede erfolgte, sondern einfach durch die persönliche Macht und Überlegenheit eines Buddha. Ebenso wie für Sāriputto ein Vierzeiler genügte, um ihn zum Nachfolger zu machen, so genügte für Angulimālo der obige Vers, während wir aus beiden Versen nicht allzu viel herauslesen können, weil wir die Tiefe der Erschütterung dabei nicht so leicht nachzuvollziehen vermögen. Später fasste Angulimālo selber diese seine Bekehrung in einer Kurzbiographie in Versen wie folgt zusammen:

*Zu guter Letzt ist dieser Mönch, ein hochverehrter Weiser  
in diesen großen Wald gekommen, um meiner Rettung  
willen.*

*Nachdem ich seinen Vers gehört, der mich die Wahrheit lehrt,  
will ich für immer in der Tat das Böse unterlassen.*

*Nach diesen Worten nahm der Räuber seine Waffen,  
in hohem Bogen warf er sie in einen Abgrund.  
Den Füßen des Erhab'nen huldigt' der Verbrecher,  
und auf der Stelle bat er ordiniert zu werden.*

*Da sprach zu ihm der Buddha, voll von großem Mitleid,  
der Lehrer dieser Welt mit allen ihren Göttern:  
„So komm, o Mönch.“  
Und so geschah es, dass der Mörder Mönch wurde.*

Angulimālo, der seinen berüchtigten Namen zur Warnung auch als Mönch beibehielt, wurde nun in die Lehre eingeführt und in der Lebensführung der Mönche erzogen. Nach kurzer Zeit schon begab sich der Erwachte mit der Schar der Mönche, unter denen Angulimālo weilte, auf die Wanderung nach Sāvathī, dessen Heimatstadt, wo man von Angulimālos Wandlung noch nichts wusste.

Der König verehrt den Mönch Anugulimālo

*Der Erhabene machte sich auf den Weg, um nach Sāvathī zurückzuwandern. Von Ort zu Ort wandernd, kam er in Sāvathī an, und dort weilte er im Siegerwald, im Garten Anāthapindikos.*

*Um diese Zeit nun versammelten sich große Menschenmassen an den Toren von König Pasenadis innerem Palast. Sie lärmten und schrien: Majestät, der Räuber Angulimālo hält sich in deinem Reich auf, er ist ein mörderischer Mensch, grausam und blutgierig,*

*an Mord und Totschlag gewohnt, ohne Mitempfinden mit lebenden Wesen. Dörfer, Marktstädte und Bezirke wurden von ihm verwüstet. Ständig bringt er Menschen um und trägt ihre Finger als Halskette. Den soll Majestät unschädlich machen. –*

*Da brach denn König Pasenadi von Kosalo mit fünfhundert Reitern von Sāvathī auf und kam noch am Nachmittag bis zu dem Garten Anāthapindikos. Er fuhr, so weit die Straße für Kutschen befahrbar war, stieg dann vom Wagen ab und ging zu Fuß dorthin, wo der Erhabene weilte, bot ehrerbietigen Gruß dar und setzte sich zur Seite nieder. Und an König Pasenadi von Kosalo, der da zur Seite saß, wandte sich nun der Erhabene:*

*Was ist los, großer König? Greift dich König Seniyo Bimbisāro von Magadha an oder die Licchavier von Vesāli oder andere feindlich gesonnene Könige? –*

*Nicht greift mich, o Herr, König Seniyo Bimbisāro von Magadha an oder die Licchavier von Vesāli oder andere feindlich gesonnene Könige. Aber es hält sich ein Räuber namens Angulimālo in meinem Reich auf, er ist ein mörderischer Mensch, grausam und blutgierig, an Mord und Totschlag gewohnt, ohne Mitempfinden mit lebenden Wesen. Dörfer, Marktstädte und Bezirke wurden von ihm verwüstet. Ständig bringt er Menschen um und trägt ihre Finger als Halskette. Doch bezweifle ich, ob ich in der Lage bin, ihn unschädlich zu machen. –*

*Großer König, angenommen, du würdest Angulimālo sehen mit geschorenem Haar und Bart, mit fahlem Gewand bekleidet, aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen, der sich davon enthielte, Lebewesen zu töten, zu nehmen, was nicht gegeben wurde, der sich verleumderischer Rede enthielte, zufrieden mit einer*

*Mahlzeit, keusch lebend, tugendhaft, von gutem Charakter. Wenn du ihn so sehen würdest, wie würdest du ihn behandeln? –*

*Wir würden ihn, o Herr, ehrerbietig begrüßen, uns vor ihm erheben und ihn zu sitzen einladen, ihn bitten, Kleidung, Speise, Lager und Arznei für den Fall einer Krankheit anzunehmen, würden ihm, wie sich's gebührt, Schutz und Schirm und Obhut angedeihen lassen. Aber, o Herr, er ist ein untugendhafter Mensch von üblem Charakter. Wie könnte er jemals Tugend üben? –*

Die Antwort des Königs ist für unser westliches Verständnis befremdlich. Für uns ist ein Räuber ein Räuber und muss bestraft werden. Die Inder aber sahen mehr den inneren Menschen. Wenn ein Räuber Mönch beim Buddha geworden war, dann war er in die beste Zucht und Wiedergutmachungsschule gekommen, die es nur geben konnte. Dann wurde er für die Zukunft oder gar für immer umerzogen. Heute sprechen wir von Maßnahmen der Sicherung und Besserung für Gewohnheitsverbrecher – aber die beste solcher Maßnahmen war eben die Umerziehung durch den Erwachten. Davon war der König ganz selbstverständlich überzeugt. Das wäre weit besser, als wenn er gegen den Räuber zu Feld zöge und ihm den Kopf abschläge, die Umerziehung aber den Engeln und Geistern des Jenseits überließe. Wenn jemand Asket wurde, dann gebührte ihm nach ungeschriebenem Gesetz der Schutz der Könige, und sei es auch ein Mann, der sich tausendmal gegen den König aufgelehnt und die Ordnung und Autorität des Staates missachtet hatte. Aber der Mahāraja von Kosalo meldete auch seine Zweifel an, ob Angulimālo, den er ja nur als Räuber kannte, sich so schnell ändern könne. In seinen Worten liegt der Zweifel: „Es wäre zu schön, um wahr zu sein. Ja, wenn's nur wäre, aber...“

*Nun aber saß damals der ehrwürdige Angulimālo nicht fern vom Erhabenen. Und der Erhabene streckte den rechten Arm aus und sagte zu König Pasenadi von Kosalo: Großer König, dies ist Angulimālo. –*

*Da war König Pasenadi voll Furcht, erschrocken, seine Haare standen zu Berge. Und der Erhabene sah den König Pasenadi von Kosalo voll Furcht, erschrocken, mit zu Berge stehenden Haaren und sprach zu ihm:*

*Sei unbesorgt, großer König, sei unbesorgt, großer König, du hast von ihm nichts zu befürchten. – Da wich die Furcht des Königs, sein Schrecken und seine Haare legten sich. Er ging hinüber zum ehrwürdigen Angulimālo und sagte: Ehrwürdiger, ist der Herr wirklich Angulimālo? – Ja, großer König. –*

*Ehrwürdiger Herr, aus welcher Familie stammt der Vater, stammt die Mutter des Ehrwürdigen? – Mein Vater ist aus dem Gagga-Geschlecht, großer König; meine Mutter ist eine Mantāni. –*

So erfuhr der König zu seinem Erstaunen, dass jener Mörder ihm ja kein Unbekannter war. Da er den Sohn seines Hofprieesters gut gekannt hatte und sich auch der besonderen Umstände seiner Geburt wieder erinnerte, war er tief bewegt, dass der Erwachte diesen begabten Brahmanensohn von der Neigung zur Gewalttätigkeit abgebracht und zu einem milden Mönch gemacht hatte. Er bot ihm an, dass er mit persönlichem Eifer für seinen Unterhalt sorgen würde. Angulimālo aber war ein Waldeinsiedler geworden, der nur erbettelte Brocken einsam aß und nur aufgelesene Fetzen als Kutte trug, d.h. er hatte drei der vom Erwachten gestatteten strengen Asketenpraktiken gewählt, um sich selber in besonders harte Zucht zu nehmen, um sich das Böse intensiver austreiben zu können. Daher lehnte er das Angebot des Königs ab.



*Der ehrwürdige Gagga Mantāniputto möge beruhigt sein. Ich will dafür Sorge tragen, dass der ehrwürdige Gaggo, der Sohn der Mantāni, mit Kleidung und Speise, Lager und Arznei für den Fall einer Krankheit versehen wird.*

*Zu jener Zeit war der ehrwürdige Angulimālo Waldeinsiedler, Brockenbettler, Fetzenträger, besaß drei Kleidungsstücke. Und der ehrwürdige Angulimālo sprach zu König Pasenadi von Kosalo: Genug, großer König, meine dreifache Robe ist vollständig. –*

*Da ging König Pasenadi von Kosalo wieder zum Erhabenen hin, bot ehrerbietigen Gruß dar und setzte sich zur Seite nieder. Zur Seite sitzend, sprach nun König Pasenadi von Kosalo zum Erhabenen:*

*Wunderbar, o Herr, außerordentlich, o Herr, ist es, wie der Erhabene Ungebändigte bändigt, den Friedlosen Frieden bringt und jene, die die Triebversiegung nicht erlangt haben, zur Triebversiegung führt. Denn ihn, den wir mit Gewalt und Waffen nicht bändigen konnten, hat der Erhabene ohne Gewalt und Waffen gebändigt. – Wohlan, o Herr, jetzt wollen wir aufbrechen. Manche Pflicht wartet unser, manche Obliegenheit. – Wie es dir nun, großer König, beliebt mag. –*

*Und König Pasenadi von Kosalo stand von seinem Sitz auf, begrüßte den Erhabenen ehrerbietig, ging rechts herum und entfernte sich.*

Die Menschen aber rannten, wenn Angulimālo in Sāvathī auf Almosen ging, vor ihm davon oder verschlossen die Türen und fürchteten sich überhaupt vor den Mönchen, weil sie unter jedem fahlen Gewand den einstigen Räuber und Mörder vermuteten. Dies wurde dem Buddha gemeldet. Daraufhin erließ er das Gebot, dass künftig keine Mönchsversammlung einen berüchtigten Räuber oder Mörder ordinieren dürfe. Angu-

limālo war also auch insoweit eine Ausnahme: Bei ihm war die innere Situation derart, dass ein Buddha mit seiner Macht ihn vom blutigen Weg abbringen konnte – aber nach dem Tod des Erwachten würde niemand da sein, der solche Unterscheidungsgabe und Macht mehr besäße, so dass es bei der Aufnahme von Verbrechern Schwierigkeiten für den Orden geben könnte. Es könnte auch der Orden als Asyl für solche Menschen missbraucht werden, die sich dort vor der weltlichen Gerechtigkeit sicher fühlten, aber innerlich kein Läuterungsleben führten. Aus solchen Gründen mag der Erwachte die Regel erlassen haben. (MV I,41)

Allmählich beruhigten sich die Menschen wieder, als sie hörten, dass Angulimālo nur ausnahmsweise als Mönch aufgenommen war und dass künftig keine ähnlichen Fälle mehr zu erwarten waren. Überdies vergaßen sie allmählich auch über neueren Ereignissen die alten. So konnte der Sohn des Hofpriesters dann wie ein gewöhnlicher Mönch in seiner Vaterstadt um Almosen gehen.

Die zweite Bezeugung von Geistesmacht  
durch den Erwachten <sup>147</sup>

*Als der ehrwürdige Angulimālo eines Morgens in Sāvathī von Haus zu Haus ging, sah er eine Frau, die ihr Kind nicht gebären konnte, da es verkehrt herum im Mutterleib lag. Als er dies sah, dachte er: „Wie sehr die Lebewesen leiden! Wie sehr die Wesen leiden!“*

*Nachdem der ehrwürdige Angulimālo, von Haus zu Haus tretend, Almosen erhalten, kehrte er zurück, nahm das Mahl ein und begab sich dann dorthin, wo der Erhabene weilte. Dort angelangt, begrüßte er den Erhabenen ehrerbietig und setzte sich zur Seite nieder.*

---

<sup>147</sup> Die erste Bezeugung von Geistesmacht durch den Erwachten war, dass Angulimālo den gelassen schreitenden Erwachten trotz schnellen Laufens nicht einholen konnte.

*Zur Seite sitzend, sprach nun der ehrwürdige Angulimālo zum Erhabenen:*

*Ich war da, o Herr, um Almosen nach Sāvattthī gegangen. Da sah ich eine Frau, die ihr Kind nicht gebären konnte, da es falsch lag. Als ich dies sah, dachte ich: „Wie sehr die Lebewesen leiden! Wie sehr die Lebewesen leiden!“ –*

*So gehe denn, Angulimālo, zu jener Frau hin und sprich zu ihr: Seitdem ich, Schwester, geboren bin, weiß ich nicht, dass ich mit Absicht ein Wesen umgebracht hätte. So wie dies reine Wahrheit ist, so mögest du gesund sein und möge dein Kind gesund sein! –*

*Würde ich da nicht, o Herr, bewusst die Unwahrheit sagen? Ich habe doch, o Herr, mit Absicht viele Wesen umgebracht! –*

*Dann geh, Angulimālo, nach Sāvattthī hinein und sage zu jener Frau: „Seitdem ich in heilender Geburt geboren bin, weiß ich nicht, dass ich mit Absicht ein Wesen umgebracht hätte. So wie dies reine Wahrheit ist, so mögest du gesund sein und möge dein Kind gesund sein!“*

*Ja, o Herr –, sagte der ehrwürdige Angulimālo, und nachdem er nach Sāvattthī hineingegangen war, sagte er zu jener Frau: Seitdem ich, o Schwester, in heilender Geburt geboren bin, weiß ich nicht, dass ich mit Absicht ein Wesen umgebracht hätte. So wie dies reine Wahrheit ist, so mögest du gesund sein und möge dein Kind gesund sein! – Da wurden die Frau und das Kind gesund.*

„Die heilende Geburt“ ist der endgültige Eintritt in die Heilanziehung, der Stromeintritt, und der Stromeingetretene wird vom Erwachten als *aus dem Mund des Erwachten geborener Sohn des Erwachten* bezeichnet. Der Buddha bestätigte also

Angulimālo mit obigen Worten, dass er jetzt zu dem Kreis der Heilsgänger gehörte, der unhemmbar der Triebversiegung entgegen ginge. Wenn durch die Lehre die völlig umwälzende Daseins- und Heilserkenntnis gewonnen ist, dann steht der Nachfolgende dadurch in einer ähnlichen Situation, im Geistigen vor einem ähnlichen Neuanfang wie der Säugling nach seiner leiblichen Geburt als Säugling vor einem leiblichen und geistigen Neuanfang steht. Angulimālo sprach jenes in Indien als sogenannte Wahrheitsbekräftigung bekannte Bekenntnis – damit wurde der Beistand des Himmels für ein gutes Wirken herbeigerufen –, und jene Frau gesundete mitsamt ihrem Kind. Auf diese mystische Weise schenkte der, der bisher so viele Menschen umgebracht hatte, hier anderen Menschen Leben und Wohlsein im Körper. Wegen dieses Zusammenhangs mag ihn jener Anblick so ergriffen haben, er sah, dass der Samsāra unendlich grausam ist, ein endloses Töten, und aus dem gleichen Grund dürfte der Buddha ihn geheißt haben, jenes Wunder zu vollziehen. Es war eine Ausnahme von der Regel, der Buddha pflegte sonst nicht Tote zu erwecken oder Kranke zu heilen, weil er ja wusste, dass sie weiterleben und wieder sterben würden und weil er größeres Erbarmen hatte, indem er den Wesen die wahre Todlosigkeit zeigte. Aber für Angulimālo war diese Ausnahme aus den oben genannten Gründen psychologisch hilfreich, sie reihte sich an die anderen Ausnahmen, die der Buddha bei ihm machte.

Angulimālo dankte seinem Meister die Hilfe auf die höchste Weise, die es für einen Mönch geben kann, nämlich durch Vollendung der Nachfolge, wie es dann heißt:

*Und der ehrwürdige Angulimālo, einsam, abgeschieden, unermüdet, ernst, in heißem Bemühen, errang das, wonach Söhne aus gutem Haus streben, jenes höchste Ziel des Asketentums, erreichte übersinnliche Weisheit, erkannte: „Versiegt ist die Kette der Geburten, vollendet der Reinheitswandel, nichts mehr nach*

*diesem hier.“ Auch einer der Geheilten war nun der ehrwürdige Angulimālo geworden.*

Geringfügige Ernte zu Lebzeiten  
statt Wiedergeburt in der Hölle

Angulimālo, der jetzt zu den achtzig bedeutendsten Geheilten gezählt wurde (J 537 E), war nun auch beim Volk als ein gänzlich Gewandelter bekannt geworden. Es hatte sich herumgesprochen, dass er keiner Fliege mehr etwas zuleide tun würde und dass sein Name Ahimsako ihm jetzt wahrhaft zustand als einem völlig Gewaltlosen. Während die edlen Inder ihn bewunderten und in ihm ein Beispiel dafür sahen, wie der Mensch wahrlich unmöglich Scheinendes vermag, wenn ein Erwachter den Anstoß gibt, erweckte seine Umwandlung bei den niedrigen Menschen ganz andere Assoziationen. Die Schwachen und kleinlich Denkenden, die den Mörder Angulimālo früher ängstlich gefürchtet hatten, weil sie ihr Leben gefährdet sahen, die schritten jetzt zur Rache, nachdem sie gesehen hatten, dass so etwas jetzt ungefährlich sein würde. Doch keiner dachte daran, ihn zu ermorden. Einen Mönch zu ermorden, galt damals als größter Frevel.

*Als Angulimālo wieder einmal nach Sāvattthī um Almosenspeise gegangen war, warf jemand einen Erdklumpen und traf den ehrwürdigen Angulimālo am Körper, ein anderer warf einen Knüppel und traf ihn am Körper und wieder ein anderer warf eine Scherbe und traf ihn am Körper. Da ging der ehrwürdige Angulimālo zum Erhabenen, wobei Blut aus seinem verletzten Kopf floss, mit zerbrochener Almosenschale und zerrissener äußerer Robe. Der Erhabene sah ihn in der Ferne kommen und sagte zu ihm: Ertrage es Reiner! Ertrage es, Reiner! Die Vergeltung des Wirkens, für das du viele Jahre, viele Jahrhunderte, viele Jahrtau-*

*sende lang in der Hölle gequält worden wärest, erlebst du jetzt zu Lebzeiten. –*

Altes Wirken trat an ihn heran, aber erheblich „verdünnt“. Dieses konnte nicht in ihn eindringen, da er als Geheilte den Körper nicht mehr zu sich zählte. Es war, wie wenn ein Wollknäuel auf eine Eichenbohle träfe. Er spürte wohl den Schmerz am Körper, aber dieser konnte kein seelisches Gefühl erregen. Als Geheilte, als Unverletzbarer, bedurfte er auch keines Trostes mehr. Die Worte des Erwachten dürften daher so zu verstehen sein, dass er nur auf den karmischen Zusammenhang hinweisen wollte, möglicherweise für andere Mönche als Belehrung über das Gesetz von Saat und Ernte.

#### Angulimālo über das Wohl der Erlösung

Kurz vor dem Ablegen seines Körpers fasste Angulimālo in der Einsamkeit, als er das Wohl der Erlösung wieder einmal empfand, seine Lebenserfahrung für die Nachwelt in einer Versolge zusammen, aus welcher uns noch nach Jahrtausenden ein Ahnen von dem anweht, was Erlösung heißt:

*Wer früher Leichtsinn sich ergab,  
dann nie mehr folgt dem Leichtsinn endlich,  
der leuchtet durch die finstre Welt  
gleichwie der Mond durch Wolkennacht.*

*Wer einst begang'ne üble Tat  
durch bess'res Wirken überdeckt,  
der leuchtet durch die finstre Welt  
gleichwie der Mond durch Wolkennacht.*

*Der junge Mönch, dess' Streben  
allein der Lehre Buddhas gilt,  
der leuchtet durch die finstre Welt  
gleichwie der Mond durch Wolkennacht.*

*Von überall her mögen Wesen  
Wahrheit von mir hören.  
Von überall her mögen sie  
der Weisung des Erwachten folgen.*

*Von überall her mögen Wesen  
den Guten gern sich zugesellen,  
damit durch diese  
sie zur Wahrheit hingelangen.*

*Geduld und Friedlichkeit,  
die lobe ich bei Wesen überall.  
Zur rechten Zeit, da mögen sie  
die Lehre hören und ihr folgen.*

*Verletze keiner mich  
noch andere hienieden.  
Den höchsten Frieden findet froh,  
wer schützt was atmet, schützt was lebt.*

*Das Wasser leiten solche, die Kanäle bau'n,  
den Bogen biegt der Pfeilemacher,  
das Holz macht sich der Zimmermann gefügig,  
das Ich der Weise zähmt.*

*Man zähmt wohl mit dem Stock,  
mit Peitsche und mit Folterung,  
doch ohne Stock und Schwert  
hat mich der Herr bezwungen ganz.*

*Den Friedmann nannt' man mich,  
doch schuf ich große Not.  
Jetzt ist mein Name recht,  
denn niemanden bedrohe ich.*

*Einst war gefürchtet' Räuber ich,  
man nannte „Fingerkranz“ ja mich.  
Gerissen von den Fluten (Wahn und Durst)*

*nahm Zuflucht ich beim Herrn.*

*Einst war gefürchtet' Räuber ich,  
mit blut'gen Händen weit bekannt.  
Dann nahm ich Zuflucht; schau  
die Daseinsader <sup>148</sup> ist verdorrt.*

*Viel Böses tat ich einst, das Höllenqual verdient.  
Getroffen wurde ich in diesem Sein  
von dem, was Unheilsames einst ich tat.  
Jetzt esse ich Almosen, frei von Karma-Schuld.*

*Die Toren geben sich dem Leichtsinn  
töricht hin.  
Der Weise wahrt den Ernst  
als köstlichen Gewinn.*

*Dem Leichtsinn frönet nicht  
und trachtet nicht nach Sinnenlust.  
Wer ernst Betrachtung übt,  
erlangt gar hohes Wohl.*

*Ich fand ihn, blieb ihm treu  
dem guten Rat.  
Von allen Dingen, die es gibt,  
hab ich das Beste auserwählt.*

*Ich fand ihn, blieb ihm treu  
dem guten Rat.  
Ein dreifach Wissen habe ich erlangt,  
erfüllte des Erwachten Weisung.*

---

<sup>148</sup> bhavanetti, wörtlich Werdensleitung



Nicht mehr in M 86, aber in Thag 887 ff. heißt es weiter:

*Im dunkeln Wald, in heller Au,  
in Bergesgrüften, tief im Fels,  
da weilt ich oft, da weilt ich gern,  
ergriffen ging das Herz mir auf.*

*Im Glücke ruh ich, steh im Glück,  
im Glücke läuft mein Leben ab,  
die Todesfessel fasst mich nicht –  
welch Mitleid hat der Meisterherr.*

*Brahmanenknabe war ich einst,  
der Eltern echter Spross:  
der Sohn des Geheilten bin ich heut,  
der Wahrheit Erbe, Wahrheit Kind.*

*Vom Dürsten heil, von Ergreifen frei,  
die Sinnesdränge wohl bewacht,  
hab ich das Übel ausgespien  
mit seiner Wurzel, triebversiegt.*

*Gedient hab ich dem Meisterherrn,  
gewirkt hab ich des Wachen Werk.  
Die schwere Last ist abgelegt,  
die Daseinsader ist versiegt.*

Quellen (außer M 86):

MV I,41, Thag 866-891, J 55, 398, 513, 537, J 469E, ApNr.6  
v.145, Mil 151

WAS EINEM LIEB IST  
87. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Sāvatti im Siegerwald, im Garten Anāthapindikos.*

*Um diese Zeit nun war einem Hausvater sein einziges, vielgeliebtes Bublein gestorben. Und weil es tot war, mochte er sich weder um Arbeit noch Essen kümmern. Immer wieder ging er zum Leichenfeld und jammerte: „Mein einziges Kind, wo bist du? Mein einziges Kind, wo bist du?“*

*Da nun begab sich jener Hausvater dorthin, wo der Erhabene weilte, begrüßte den Erhabenen ehrerbietig und setzte sich zur Seite nieder. Und an jenen Hausvater, der da zur Seite saß, wandte sich nun der Erhabene: Nicht hast du, Hausvater, den Gemütszustand des im Herzen Beruhigten. Dein Gemüt ist stark bewegt. -*

*Wie sollte mein Gemüt nicht stark bewegt sein, o Herr: Ist mir doch mein einziges vielgeliebtes Bublein gestorben. Und weil es nun tot ist, mag ich mich weder um Arbeit noch um Essen kümmern. Ich gehe immer wieder zum Leichenfeld und jammere: „Mein einziges Kind, wo bist du? Mein einziges Kind, wo bist du?“ -*

*So ist es, Hausvater, so ist es, Hausvater. Aus dem, was einem lieb ist, entsteht Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und inneres Aufbegehren. Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und inneres Aufbegehren wird aus Liebem geboren. -*

*Wie kann man denn jemals denken, o Herr, dass Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und inneres Aufbegehren aus dem entsteht, was einem lieb ist. Aus dem, was einem lieb ist, entsteht ja Freude und Frohsinn. Freude und Frohsinn wird aus Liebem geboren. -*

*Ungehalten über die Worte des Erhabenen, sie missbilligend, erhob sich der Hausvater von seinem Sitz und ging fort.*

*Zu jener Zeit spielten einige Spieler nicht weit vom Erhabenen mit Würfeln. Da ging der Hausvater zu jenen Spielern und sagte:*

*Ich war da, ihr Herren, zum Asketen Gotamo gegangen, hatte ehrerbietigen Gruß dargeboten und mich zur Seite gesetzt. Und als ich saß, ihr Herren, wandte sich der Asket Gotamo an mich: Nicht hast du, Hausvater, den Gemütszustand des im Herzen Beruhigten. Dein Gemüt ist stark bewegt. -*

*Wie sollte mein Gemüt nicht stark bewegt sein, o Herr: Ist mir doch mein einziges vielgeliebtes Büblein gestorben. Und weil es nun tot ist, mag ich mich weder um Arbeit noch um Essen kümmern. Ich gehe immer wieder zum Leichenfeld und jammere: „Mein einziges Kind, wo bist du? Mein einziges Kind, wo bist du?“ -*

*So ist es, Hausvater, so ist es Hausvater. Aus dem, was einem lieb ist, entsteht Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und inneres Aufbegehren. Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und inneres Aufbegehren wird aus Liebem geboren. -*

*Wie kann man denn jemals denken, o Herr, dass Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und inneres Aufbegehren aus dem entsteht, was einem lieb ist. Aus dem, was einem lieb ist, entsteht ja Freude und Frohsinn. Freude und Frohsinn wird aus Liebem geboren. - So sprach ich, ihr Herren, ungehalten und verstimmt über das Wort des Asketen Gotamo, stand von meinem Sitz auf und ging fort. -*

*So ist es, Hausvater, so ist es, Hausvater. Aus dem, was einem lieb ist, entsteht ja Freude und Frohsinn. Freude und Frohsinn wird aus Liebem geboren. -*

*Da sagte jener Hausvater: So hab ich recht mit den Würfelspielern -, und ging fort.*

Mit „Was einem lieb ist“ ist nicht die Liebe gemeint, mit der man, ohne der anderen selber zu bedürfen, andere liebend versteht und ihnen hilft, sondern die von den eigenen Trieben, von eigenen Anliegen getriebene, bedürftige, anhängende, ergreifende, selbstsüchtige Liebe, die sich an Vergängliches klammert. Wenn man des Vergänglichen bedarf, muss man stets unter dessen Wechsel und Wandel leiden. Darum heißt es in der Beschreibung der ersten Heilswahrheit vom Leiden: *Vom Lieben getrennt sein ist Leiden, mit Unliebem vereint sein ist Leiden.*

Der verstörte Vater sieht ebenso wie die Würfelspieler nur, dass vom Lieben zunächst Freude und Frohsinn kommen, und erkennt nicht, dass diese Wohlgefühle zwangsläufig Leiden zur Folge haben.

Der Erwachte sagt (M 36):

*Da entsteht einem unerfahrenen gewöhnlichen Menschen ein Wohlgefühl. Am Wohlgefühl erfreut, wird er wohlbegierig und verfällt der Wohlhingabe und Wohlsucht. Nun vergeht ihm dieses Wohlgefühl und durch dessen Schwinden entsteht ein Wehgefühl. Von diesem Wehgefühl getroffen wird er traurig, elend, jammert, schlägt sich weinend an die Brust, gerät in Verzweiflung.*

Und der Erwachte beschreibt (M 44), dass bei einem Wohlgefühl seitens der Sinnesdränge im Geist begehrlische Anwendung aufkommt, d.h. dass der Mensch dem betreffenden Objekt noch stärker zugeneigt wird, das Bedürfnis also verstärkt wird: *Dem Wohlgefühl haftet die Begehrensneigung an*, d.h. der Mensch wird *wohlbegierig, verfällt der Wohlhingabe und Wohlsucht* in dem Gedanken: „Das ist das Angenehme, das so wohl tut. Das will ich kosten und genießen.“ Diese von den Trieben gelenkten Gedanken, die Blendung durch Zuneigung

und Abneigung, verstärken das Begehren durch die positive gedankliche Bewertung (Blendung), so dass die Sucht nach den Sinnendingen immer unwiderstehlicher wird.

Schwindet dann das erfahrene Wohlgefühl, dann entsteht Wehgefühl. Der triebhörige und daher geblendete Geist hat sich an das Wohl gewöhnt und vermisst es. Das Herz wird bewegt, aufgewühlt von Trauer und Verzweiflung: „Das Wohltuende habe ich nun nicht mehr!“

Der unbelehrte Mensch weiß nicht, dass jede im Blendungsgeist bejahte Befriedigung seinen Durst vergrößert, dass durch die gedankliche Hingabe an das Wohl neues Leiden geschaffen wird. Der Erwachte sagt: *Der Unbelehrte setzt auf die Dinge, die unbeständigen, wechselvollen, rechnet mit ihnen, bindet sich an sie, weil er sie nicht kennt. (M 1)*

Jedes Annehmen, Ergreifen, Sich-Befriedigen, das der Blendungsgeist bejaht, verstärkt die Gewöhnung an die Befriedigung, die Bedürftigkeit. Darum sagt der Erwachte (M 1): *Befriedigung ist des Leidens Wurzel.* - So sagt der Erwachte auch zu einem Mönch namens Punno (M 145):

*Es gibt durch den Luger erfahrbare Formen, die erwünscht, angenehm, erfreulich und liebenswert sind, die dem Begehren entsprechen, das Begehren reizen. Wenn der Mönch sie begrüßt, sich daran befriedigt, mit ihnen als der Quelle des Wohls rechnet (abhinandati), über sie nachdenkt und spricht (abhivadati), dann entsteht ein seelischer Bezug zu ihnen, eine gemüthafte Zuwendung (ajjhosāya tiṭṭhati). Durch die gemüthafte Zuwendung entsteht Lust (nandi). Ist Lust entstanden, entsteht Leid.*

Einer spendenfreudigen Anhängerin des Erwachten, der Mutter Migāro, war einst ihre Lieblingsenkelin plötzlich gestorben, die ihr beim Austeilen von Gaben stets behilflich gewesen war. Als sie dem Erwachten von ihrem Kummer berichtete, fragte dieser, ob sie sich wohl ebenso viele Söhne und Enkel wünsche, wie es Menschen in der Hauptstadt Sāvatti gebe. Freudig bejahte sie dies. *Wie viele Menschen aber sterben*

*tächlich in Sāvatti? -, fragte der Erwachte. Sie überlegte und sprach: Es sterben, o Herr, täglich in Sāvatti zehn Menschen oder neun Menschen oder fünf oder drei oder zwei, aber mindestens ein Mensch stirbt täglich in Sāvatti. Kein Mangel herrscht an sterbenden Menschen in Sāvatti. - Auf die Frage, ob sie dann wohl je ohne Trauer sein würde, musste sie zugeben, dass sie an keinem einzigen Tag ohne Trauer sein würde. Und der Erhabene sprach: Die da hundert geliebte Wesen haben, die haben hundert Leiden; die da ein geliebtes Wesen haben, die haben ein Leiden, die aber nichts Geliebtes haben, die haben kein Leiden. Nur diese, sag ich, sind ohne Kummer, ohne Leid, ohne Aufbegehren. (Ud VIII,3)*

Das ausgestreckte Verlangen macht die Wesen verwundbar, verletzbar, schafft Leiden.

Die Würfelspieler, mit deren Meinung der leiderfüllte Vater übereinstimmt, sind ein Sinnbild für die törichte - aber eben übliche - Weltsicht, die nur oberflächlich nach Neigungen urteilt.

*Das Gespräch* des Erwachten mit dem trauernden Vater wurde weitererzählt und

*verbreitete sich allmählich bis an den Hof des Königs. Und König Pasenadi von Kosalo wandte sich an seine Gemahlin Mallikā:*

*Höre, Mallikā, dein Asket Gotamo hat gesagt: „Aus dem, was einem lieb ist, entsteht Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und inneres Aufbegehren. Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und inneres Aufbegehren wird aus Liebem geboren.“ -*

*Wenn das, großer König, der Erhabene gesagt hat, dann ist es so. -*

*Immer doch gibt diese Mallikā, was auch da der Asket Gotamo sagen mag, dem Asketen Gotamo recht: „Wenn das der Erhabene gesagt hat, dann ist es so.“ -*

*So wie ein Schüler allem, was sein Lehrer zu ihm sagt, recht gibt, indem er sagt: „So ist es, Lehrer, so ist es“, so gibst auch du, Mallikā, was auch der Asket Gotamo sagt, ihm immer recht mit den Worten: „Wenn das der Erhabene gesagt hat, dann ist es so.“ Verschwinde, Mallikā, fort mit dir! - <sup>149</sup>*

*Da wandte sich Königin Mallikā an den Brahmanen Nālijangho und bat ihn: Komm, Brahmane, geh zum Erhabenen und bringe in meinem Namen mit dem Haupt zu seinen Füßen Huldigung dar und frage, ob er frei von Krankheit und Gebrechen sei und ob er gesund und stark sei und in Wohlbefinden weile, mit den Worten: „Ehrwürdiger Herr, Königin Mallikā bringt Huldigung mit dem Haupt zu Füßen des Erhabenen dar und lässt fragen, ob der Erhabene frei von Krankheit und Gebrechen sei, und ob er gesund und stark sei und in Wohlbefinden weile.“ Dann sage: Hat wohl, o Herr, der Erhabene dieses Wort gesprochen: „Aus dem, was einem lieb ist, entsteht Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und inneres Aufbegehren. Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und inneres Aufbegehren wird aus Liebem geboren“? Wie dir der Erhabene antworten wird, das merke dir gut und sage es mir. Denn die Vollendeten sagen nichts Falsches. -*

*Ja, Herrin -, entgegnete da gehorsam Nālijangho, der Brahmane, Mallikā, der Königin. Und er begab sich dorthin, wo der Erhabene weilte, tauschte höflichen Gruß und freundliche Worte mit dem Erhabenen und setzte sich zur Seite nieder. Zur Seite sitzend*

---

<sup>149</sup> Die Königin Mallikā war Anhängerin des Erwachten, der König zu dieser Zeit offenbar noch nicht. In der Lehrrede S 3,1 wird geschildert, wie auch der König Anhänger des Erwachten wurde.

sprach nun Nālijangho, der Brahmane, zum Erhabenen:

*Ehrwürdiger Herr, Königin Mallikā bringt Huldigung mit dem Haupt zu Füßen des Erhabenen dar und lässt fragen, ob der Erhabene frei von Krankheit und Gebrechen sei, ob er gesund und stark sei und in Wohlbefinden weile.“ Und sie fügte hinzu: Hat wohl, o Herr, der Erhabene diese Worte gesprochen: „Aus dem, was einem lieb ist, entsteht Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und inneres Aufbegehren. Kummer, Jammer, Schmerz Gram und inneres Aufbegehren wird aus Liebem geboren“? -*

*So ist es, Brahmane, so ist es. Aus dem, was einem lieb ist, entsteht Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und inneres Aufbegehren. Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und inneres Aufbegehren wird aus Liebem geboren. Man kann es mit Hilfe folgender Begebenheiten verstehen, Brahmane, warum aus dem, was einem lieb ist, Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und inneres Aufbegehren entsteht:*

*Eines Tags, Brahmane, war hier zu Sāvātthi einer Frau die Mutter gestorben - war der Vater gestorben - war der Bruder, die Schwester gestorben - war der Sohn, war die Tochter gestorben - war der Mann gestorben. Durch deren Tod wurde die Frau verrückt, verlor den Verstand, lief von Straße zu Straße, von Markt zu Markt und schrie: „Habt ihr nicht meinen Mann gesehen, habt ihr nicht meinen Mann gesehen?“ Eines Tages, Brahmane, war hier zu Sāvātthi einem Mann die Mutter gestorben - war der Vater gestorben - war der Bruder, die Schwester gestorben - war der Sohn, war die Tochter gestorben - war die Frau gestorben. Durch deren Tod wurde der Mann verrückt, verlor den Verstand, lief von Straße zu Straße, von Markt zu*



*Markt und schrie: „Habt ihr nicht meine Frau gesehen, habt ihr nicht meine Frau gesehen?“*

*Mit Hilfe dieser Begebenheiten kann man verstehen, Brahmane, warum aus dem, was einem lieb ist, Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und inneres Aufbegehren entsteht.*

*Eines Tages, Brahmane, war eben hier zu Sāvātthi eine Frau zu Verwandten ins Haus gekommen. Und die Verwandten verboten dieser, mit ihrem Gatten zu leben, wollten sie einem anderen vermählen. Sie aber mochte den nicht. Und sie beschwor ihren Mann: Diese Verwandten, o Gemahl, wollen, dass ich von dir geschieden werde, und sie wollen mich einem anderen geben, den ich nicht will. - Da tötete der Mann seine Frau und beging Selbstmord mit dem Gedanken: „Im Jenseits werden wir zusammen sein.“ Mit Hilfe solcher Begebenheiten kann man verstehen, Brahmane, warum aus dem, was einem lieb ist, Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und inneres Aufbegehren entsteht. -*

*Nālijangho, der Brahmane, durch des Erhabenen Rede erhoben und beglückt, stand auf und begab sich zu Mallikā, der Königin, zurück und berichtete Wort für Wort das ganze Gespräch, das der Erhabene mit ihm geführt hatte.*

Die hier vom Erwachten aufgezählten Fälle erinnern an die berühmte Legende von Kīsagotamī, die im nachkanonischen Kommentar zum Dhammapadam und zum Samyutta sowie im Kommentarwerk Apadāna überliefert ist. Sie kam tief verstört zum Erwachten, weil ihr kleiner Sohn gestorben war, und fragte ihn nach einer Medizin für den Toten. Der Erwachte antwortete ihr, sie brauche nur ein wenig Sesamkörner aus einem Haus zu holen, in dem noch niemand gestorben sei. Sie glaubte dem Erhabenen, ging von Haus zu Haus, aber fand kein

Haus, in dem noch niemand gestorben war. Der Toten seien mehr als der Lebendigen, sagten die Leute. Da dämmerte es ihr allmählich am Abend, dass sie ja nicht allein unter der Sterblichkeit leide, sondern dass dies das allgemeine menschliche Geschick sei. Was keine Belehrung durch Worte vermocht hätte: die eigene Erfahrung, die sie von Tür zu Tür gehend gewonnen hatte, konnte es bewirken. Sie verstand nun das Gekettetein an das immer wiederholte Sterbenmüssen aller Wesen, das demjenigen, der an den Gestorbenen hängt, so viel Leid verursacht. Sie trat in den Orden des Erwachten ein und erreichte mit Hilfe des Erwachten die Triebversiegung.

Ebenso ging es der späteren Nonne Patācārā, die kurz hintereinander den Tod von Mann, Kindern, Eltern und Brüdern zu beklagen hatte und ebenso wie Kīsagotamī geistiger Umnachtung verfallen war, von der sie der Erwachte heilte: *Aus dem, was einem lieb ist, entsteht Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und inneres Aufbegehren.*

Man kann von der Vernunft her nichts gegen diese Wahrheit aus höchster Sicht vorbringen, aber die Triebe des Herzens bäumen sich dagegen auf: „Soll man denn leben, ohne jemanden lieb zu haben, ohne an jemandem zu hängen?“ Vergessen wir nicht: Solange wir unsere Wohlsuchefühler nach außen ausstrecken, werden wir immer wieder verwundet werden, betroffen werden - immer wieder, immer wieder.

Der Erwachte sagte zu einer Frau, die fassungslos am Scheiterhaufen ihres Mannes weinte: Was meinst du, wie oft du schon am Scheiterhaufen deines Mannes, deines Kindes gestanden hast. Mit Klagen kannst du die Scheiterhaufen nicht überwinden. Aber ich zeige dir einen Weg zur Überwindung. Wenn du diesen gehst, wirst du dich nie mehr verlassen fühlen, nicht mehr verzweifelt sein. Solange du aber den Weg nicht gehst, wirst du immer wieder verlieren, verlieren, verlieren und über den Verlust klagen.

Wenn der Nachfolger diese Tatsache öfter bedenkt, auch wenn dies dem Herzen, den Trieben, wehtut, dann merkt er, dass er sich daran gewöhnt, darauf zu achten: „Was ist zer-

brechlich, was ist heil?“, und dass er durch diesen Gedanken nicht etwas entbehrt, sondern alles gewinnt. Das echte Liebhaben ist, die Anliegen des anderen sehen, andere verstehen, ihnen wohl tun, sie erfreuen, und dieses Liebhaben wird nie verwundet. Verwundet werden wir nicht an wahrer Liebe, verwundet werden wir nur durch Begehren: In der deutschen Sprache heißt beides liebhaben.

Die Königin Mallikā in unserer Lehrrede ist eine kluge Frau. Sie berichtet dem König nicht wörtlich, was der Erwachte gesagt hat, sondern überträgt die vom Erwachten genannten Beispiele auf die Situation des Königs und überzeugt ihren Mann von der Richtigkeit der Aussage des Erwachten, indem sie ihn fragt, ob er seine beiden Kinder und seine beiden Hauptfrauen und sein Reich liebe. Als er das bejaht, fragt sie ihn, ob er nicht leiden würde, wenn diesen Fünf etwas zustieße. Da muss der König zugeben, dass dies der Fall sei und dass der Buddha recht habe.

*Königin Mallikā ging nun zu König Pasenadi von Kosalo und sprach: Was meinst du, großer König, hast du deine Tochter Vajīrī lieb? Was meinst du, großer König, wenn deine Tochter Vajīrī krank würde oder gar stürbe, würdest du da Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und inneres Aufbegehren empfinden? -*

*Wenn, Mallikā, meine Tochter Vajīrī krank würde oder gar stürbe, könnte es auch um mein Leben geschehen sein. Wie sollte ich da etwa nicht Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und inneres Aufbegehren empfinden.- In Bezug darauf hat der Erhabene, der Kenner, der Seher, der Geheilte, vollkommene Erwachte gesagt: „Aus dem, was einem lieb ist, entsteht Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und inneres Aufbegehren.“*

*Was meinst du, großer König, hast du die Königin Vāsabhā lieb? Was meinst du, großer König, wenn die*

*Königin Vāsabhā krank würde oder gar stürbe, würdest du da Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und inneres Aufbegehren empfinden? -*

*Wenn, Mallikā, meine Königin Vāsabhā krank würde oder gar stürbe, könnte es auch um mein Leben geschehen sein. Wie sollte ich da etwa nicht Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und inneres Aufbegehren empfinden. - In Bezug darauf hat der Erhabene, der Kenner, der Seher, der Geheilte, vollkommen Erwachte gesagt: „Aus dem, was einem lieb ist, entsteht Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und inneres Aufbegehren.“*

*Was meinst du, großer König, hast du deinen Feldherrn Vidūdabho lieb? <sup>150</sup> Was meinst du, großer König, wenn der Feldherr krank würde oder gar stürbe, würdest du da Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und inneres Aufbegehren empfinden? -*

*Wenn, Mallikā, der Feldherr Vidūdabho krank würde oder gar stürbe, könnte es auch um mein Leben geschehen sein. Wie sollte ich da etwa nicht Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und inneres Aufbegehren empfinden. - In Bezug darauf hat der Erhabene, der Kenner, der Seher, der Geheilte, vollkommen Erwachte gesagt: „Aus dem, was einem lieb ist, entsteht Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und inneres Aufbegehren.*

*Was meinst du, großer König, hast du mich lieb? Was meinst du, großer König, wenn ich krank würde oder gar stürbe, würdest du da Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und inneres Aufbegehren empfinden? -*

*Wenn, Mallikā, du krank würdest oder gar stürbest, könnte es auch um mein Leben geschehen sein. Wie sollte ich da etwa nicht Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und inneres Aufbegehren empfinden. - In Bezug*

---

<sup>150</sup> Vidūdabho war der Sohn des Königs, der diesen später stürzte.

*darauf hat der Erhabene, der Kenner, der Seher, der Geheilte, vollkommen Erwachte gesagt: „Aus dem, was einem lieb ist, entsteht Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und inneres Aufbegehren.“*

*Was meinst du, großer König, sind dir die Länder Kāsi und Kosalo <sup>151</sup> lieb? - Gewiss, Mallikā, Kāsi und Kosalo sind mir lieb. Wir verdanken es Kāsi und Kosalo, dass wir Sandelholz aus Kāsi benutzen und Schmuck tragen, Duftstoffe und Salben. -*

*Was meinst du, großer König, wenn deinem Reich Kāsi und Kosalo etwas zustieße, etwas geschähe, würdest du da Kummer, Jammer, Leiden Gram und inneres Aufbegehren empfinden? -*

*Wenn, Mallikā, meinem Reich Kāsi und Kosalo etwas zustieße, etwas geschähe, könnte es auch um mein Leben geschehen sein. Wie sollte ich da etwa nicht Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und inneres Aufbegehren empfinden. - In Bezug darauf hat der Erhabene, der Kenner, der Seher, der Geheilte, vollkommen Erwachte gesagt: „Aus dem, was einem lieb ist, entsteht Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und inneres Aufbegehren.“ -*

*Es ist wunderbar, Mallikā, es ist erstaunlich, wie tief der Erwachte mit seiner Weisheit dringt, wie weise er sieht! Komm, Mallikā, gib mir das Wasser für die Reinigung. <sup>152</sup> -*

*Und König Pasenadi von Kosalo stand auf von seinem Sitz, entblößte eine Schulter, verneigte sich ehrerbietig in Richtung des Erhabenen und ließ dreimal diesen Ruf ertönen:*

---

<sup>151</sup> die Länder, über die König Pasenadi regierte

<sup>152</sup> Er benutzte das Wasser, um sich die Hände und Füße zu waschen und den Mund auszuspülen, bevor er den Buddha grüßte.

*Verehrung dem Erhabenen, dem Geheilten, vollkommen Erwachten.*

*Verehrung dem Erhabenen, dem Geheilten, vollkommen Erwachten.*

*Verehrung dem Erhabenen, dem Geheilten, vollkommen Erwachten.*

Die Lehrrede S 42,11 hat den gleichen Inhalt:

Anziehung, Zuneigung, Liebe ist die Ursache des Leidens.

GUT UND BÖSE  
88. Rede der „Mittleren Sammlung“ „Der  
Überwurf“

Einleitung

Was ist gut und böse? So alt wie die Menschheit ist, so alt ist die Frage, und sie ist, besonders im Westen, immer wieder anders beantwortet worden. Dieser fortgesetzte Wechsel und Wandel der Maßstäbe hat die Menschheit hin- und hergejagt durch Blut und Tränen bis auf den heutigen Tag. Aber obwohl die Menschheit unter dieser Unsicherheit der Bewertung leidet und immer litt, fand sie bisher keinen Ausweg. Darum sind wir skeptisch geworden gegen neue Bewertungen, die den Anspruch auf Gültigkeit erheben. Wer die Entwicklungen und Wandlungen kennt, welche die abendländische Weltanschauung im Lauf der Jahrhunderte durchgemacht hat, der mag an der Lösungsmöglichkeit dieser Frage zweifeln. Ist nicht die Geschichte der westlichen Menschheit zugleich die Geschichte eines dauernden Wechsels und Wandels der Maßstäbe und Begriffe? Wurde nicht immer wieder für gültig erklärt, als endgültig richtig festgelegt, was später doch – sei es nach Jahrzehnten oder Jahrhunderten – wieder umgeworfen und für ungültig erklärt wurde? Auch der Buddha zeigt die blendungsbedingte Unsicherheit der menschlichen Maßstäbe auf.

Bekanntlich wird in allen Religionen und Kulturen zwischen „gut und böse“ unterschieden; da aber in unserer westlichen Kultur die geistigen Zusammenhänge nicht bekannt sind, so ist eine große Unsicherheit über das, was gut und böse sei, entstanden. Darum wird es heute als Anmaßung empfunden, Maßstäbe für gut und böse zu nennen. Eltern und Voreltern, die an überkommenen Maßstäben noch treu festhielten, waren und sind ja auch in Verlegenheit, wenn sie sagen und begründen sollen, was denn genau „gut“ wäre, und warum es richtig sei, gut zu sein. Sie haben diese Maßstäbe meist auch nur von ihren Eltern übernommen, ohne sie zu hinterfragen.

Zu einer Zeit, in der es nicht mehr Mode ist, kritiklos und ohne Begründung etwas hinzunehmen nur, weil es die Älteren gesagt haben, da hat die meistens ohne Begründung aufgestellte Forderung der Älteren, gut zu sein, kein Gewicht mehr. Der moderne Mensch will sich keinen unbegründeten Forderungen beugen. Ihm gilt als gut, dem Augenblick, dem jeweils annehmen, zu folgen oder zur Not, um späteren Gewinnes willen, eine begrenzte Durstzeit für berufliche Ausbildung in Kauf zu nehmen. Aber auch diese letztere Fähigkeit, einige Zeit zu verzichten mit der Hoffnung auf zukünftigen Gewinn, nimmt immer mehr ab. Dem Hier und Jetzt leben gilt heute dem richtungslosen Menschen als „gut“.

Diese große Ratlosigkeit der westlichen Welt über die gültigen Maßstäbe hat ebenso wie die ganz erheblich größere Sicherheit der asiatischen Völker über diese Frage ihre Wurzeln in dem geistigen Einfluss, der von ihren sehr unterschiedlichen Religionen ausging.

Die christliche Lehre, die weit über tausend Jahre mit großer Intensität Geist und Gemüt der Menschen beeinflusste, trat auf als das Diktat eines göttlichen Schöpfers und Richters, welcher bestimmte, was der Mensch tun und was er lassen soll. Der Mensch hatte Gott zu dienen im Gehorsam, und darum galt Unterordnung und Gehorsam als 'gut' und galt der Ungehorsam als Auflehnung gegen Gott und als 'böse'. Und den Guten belohnte Gott und den Bösen bestrafte er. Hier war also der Maßstab für „gut und böse“ nicht von einem sachlichen Zusammenhang her begründet, sondern von einer „oberen Instanz“ errichtet. Die Gültigkeit dieses Maßstabs beruhte lediglich auf der Machtposition jenes göttlichen Richters.

Da nun diese Machtposition in den letzten zweihundert Jahren immer mehr erschüttert und in der Gegenwart geradezu völlig zusammengebrochen ist, so ist damit auch der Maßstab für gut und böse, zumal er keinen anderen Anhalt hatte, ebenfalls hinfällig geworden. Hinzu kommt noch, dass gerade während jener längeren Periode des „Abfalls von Gott“ zugleich der technische Fortschritt mit dem wirtschaftlichen Auf-



schwung einsetzte; und da es dadurch der westlichen Menschheit wenigstens äußerlich fortschreitend „besser“ ging, so wurden auch die immer wieder zu hörenden Ankündigungen von „Gottes Strafgericht“ als „Unkenrufe“ empfunden und abgetan.

Mit der Aushöhlung dieses richterlichen Gottesbegriffs im Lauf der Jahrhunderte verschob sich die Anwendung der Urteile von „gut“ und „böse“ immer mehr von der Ebene des Gehorsams oder Ungehorsams gegenüber den göttlichen Geboten auf die Ebene dessen, was nach menschlichem Maßstab als „moralisch“ und „unmoralisch“ galt, und durch diese Verschiebung entstand der Konflikt zwischen Moral und Vernunft.

Unter „Vernunft“ wird hier im Westen u.a. eine solche Vorgehensweise verstanden, wodurch der Mensch zu seinen jeweiligen Zielen in Richtung auf immer mehr Wohlsein kommt. Und darum gilt als unvernünftig eine Vorgehensweise, durch welche der Mensch, obwohl er doch Wohl wünscht, sich selbst in Elend bringt.

Unter „moralisch“ oder „gut“ dagegen verstehen wir eine Vorgehensweise, wodurch der Mensch seinem Nächsten oder seiner ganzen Umgebung, die ja ebenfalls Wohlsein wünscht, bei der Erlangung des Wohlseins behilflich ist oder wenigstens nicht hinderlich ist. Ebenso wird unter „unmoralisch“ oder „böse“ eine Vorgehensweise verstanden, durch welche der Mensch seinen Nächsten oder seine ganze Umgebung am Wohlsein hindert, ihnen Schaden zufügt, indem sie in Schmerzen, Leiden oder Untergang geraten.

Bei dieser Auffassung von Vernunft und Moral gab es in aller Vergangenheit und gibt es auch heute für den Menschen immer wieder Konfliktsituationen, weil man in vielen Fällen den Eindruck hat, dass die Förderung des Nächsten oder auch nur die Rücksichtnahme auf ihn, also das „Gutsein“, den eigenen Interessen schade und darum „unvernünftig“ und dumm sei.

Dabei hat die von der Naturwissenschaft ungewollt geförderte Weltsicht und Daseinssicht dazu geführt, dass diese Kon-

flikt-Situation zwischen Vernunft und Moral immer mehr zunahm und dass zugleich in diesen Fällen auch immer mehr zugunsten der vermeinten „Vernunft“ entschieden wurde und wird, so dass die moralische Haltung immer mehr abnahm und „Gutheit als Dummheit“ bezeichnet wurde. Diese hier im Westen allmählich immer eindeutiger gewordene Entwicklung ist letztlich bedingt dadurch, dass am Anfang unserer Kultur keine einsehbare Begründung für Vernunft und Moral, für gut und böse zur Verfügung stand, sondern ein göttlicher Befehl, der nicht hinterfragt sein wollte.

Das ist alles völlig anders in den östlichen Religionen, die keinen Schöpfergott und Richter Gott kennen: im alten China, in den verschiedenartigen hinduistischen Richtungen und ganz besonders in der Lehre des Buddha. Diese Lehren sind wohl untereinander, aber in einem wesentlichen Punkt mit der christlichen Lehre nicht vergleichbar. Sie gehen von der nicht zu leugnenden Tatsache aus, dass alle Wesen im Grunde den Stand des größtmöglichen Wohles und seine Unzerstörbarkeit zu erreichen trachten, d.h. den Stand des Heils. Darum haben sie das vorgefundene, uns vorliegende Dasein auf die Möglichkeit der Heilsfindung hin untersucht. Sie sind Lebenswissenschaftler und Daseinswissenschaftler, welche die vorliegenden Erscheinungen, die offenbaren und die tiefer liegenden, aufmerksam auf ihre Wirkenszusammenhänge erforschen und zur Kenntnis nehmen. Der Buddha, der Erwachte, ist es, dem diese Erforschung bis zur Vollendung gelang, der die gesamte Daseinsgesetzlichkeit durchschaute, dadurch zuerst selbst zum Stand des Heils gelangte und der dann diese Gesetzmäßigkeit den heilsuchenden Menschen aufzeigte, wodurch ungezählte Menschen nicht nur über „gut und böse“ Klarheit gewannen, sondern ebenfalls zum vollkommenen Heilsstand gelangten.

Für unsere Frage geht es um dasjenige Daseinsgesetz, das in der ganzen östlichen Welt das „Karmagesetz“ genannt wird. Dieses besagt: Alles vom Menschen ausgehende fürsorgliche Sinnen und Beginnen in Bezug auf seine Nächsten und seine

lebendige Umwelt führt dazu, dass er allmählich in seinem gesamten Erleben auch selbst immer mehr Fürsorge, Wohlwollen und Förderung erfährt; und umgekehrt führt alles vom Menschen ausgehende rücksichtslose und schädigende Sinnen und Beginnen in Bezug auf seine Nächsten und seine lebendige Umwelt dazu, dass er allmählich in seinem gesamten Erleben auch selbst immer mehr Rücksichtslosigkeit und Schädigung erfährt.

Das heißt also, wer unmoralisch vorgeht, also „böse“ ist, der schadet sich selber und ist insofern auch gerade unvernünftig. Wer aber moralisch vorgeht, also „gut“ ist, indem er seine Mitwesen fördert, der fördert sich selber und ist insofern auch vernünftig.

Es ist also nach der geistigen Gesetzmäßigkeit unseres Daseins - im Gegensatz zur modernen Auffassung - unvernünftig, unmoralisch zu sein, und ist vernünftig, moralisch zu sein. Aus diesem Grund wird in den gesamten östlichen Lehren der sogenannte „tugendliche“ Lebenswandel (der darin besteht, dass man die Interessen aller Mitwesen ganz ebenso im Auge hat wie die eigenen Interessen) auch als der „taugliche“ (*kusala*) Wandel bezeichnet, um das Ziel aller Ziele zu erreichen: immer mehr Wohl und Helligkeit und Leichtigkeit zu gewinnen bis zum Heilsstand.

Dieses Gesetz kommt in dem nun folgenden Gespräch eines Königs mit einem der Mönche des Buddha, dem ehrwürdigen Ānando, zur Sprache.

Die Rede:

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Sāvathī im Siegerwald im Garten Anāthapindikos. Da nun ging der ehrwürdige Ānando, mit der äußeren Robe und Almosenschale versehen, auf den Almosengang nach der Stadt. Als er von Haus zu Haus tretend, Almosenspeise erhalten hatte, kehrte er*

zurück, nahm das Mahl ein und machte sich dann auf den Weg nach dem Osthain, zu Mutter Migāros Terrasse, tagsüber da zu bleiben.

Um diese Zeit aber zog, früh am Morgen, König Pasenadi von Kosalo auf seinem Elefanten 'Weißer Lotusfürst' aus Sāvattthī hinaus. Da sah nun der König den ehrwürdigen Ānando von weitem dahinschreiten, und als er ihn gesehn, wandte er sich an seinen Marschall Sirivaddho: Ist das nicht, bester Sirivaddho, der ehrwürdige Ānando?

– Ja, großer König, das ist der ehrwürdige Ānando.  
– Da befahl der König einem seiner Leute: Geh hin, lieber Mann, zum ehrwürdigen Ānando und bring ihm zu Füßen meinen Gruß dar: ‚Der König‘, sage, ‚o Herr, Pasenadi von Kosalo, bringt dem ehrwürdigen Ānando zu Füßen Gruß dar und läßt sagen: Wenn der ehrwürdige Ānando nicht dringend zu tun hat, möge doch, o Herr, der ehrwürdige Ānando auf eine Weile nähertreten, von Mitleid bewogen.‘ – Wohl, Herr –, entgegnete da gehorsam jener Mann dem Herrscher. Und er eilte zum ehrwürdigen Ānando, bot ehrerbietigen Gruß dar und stand zur Seite. Zur Seite stehend, sprach er dann also zum ehrwürdigen Ānando:

Der König, o Herr, Pasenadi von Kosala, bringt dem ehrwürdigen Ānando zu Füßen Gruß dar und läßt sagen: Wenn, o Herr, der ehrwürdige Ānando nicht dringend zu tun hat, möge doch, o Herr, der ehrwürdige Ānando auf eine Weile nähertreten, von Mitleid bewogen. –

Schweigend gewährte der ehrwürdige Ānando die Bitte.

Und König Pasenadi von Kosalo zog nun, soweit man auf einem Elefanten reitend, sich einem Asketen nähern kann, heran; dann stieg er ab und ging zu Fuß

zum ehrwürdigen Ānando, begrüßte ihn ehrerbietig und stellte sich seitwärts. Seitwärts stehend, sprach nun König Pasenadi von Kosalo zum ehrwürdigen Ānando: Wenn, o Herr, der ehrwürdige Ānando nicht dringend zu tun hat, wäre ich dankbar, o Herr, wenn sich der ehrwürdige Ānando dort an das Gestade der Aciravati begeben wollte, von Mitleid bewogen. –

Schweigend gewährte der ehrwürdige Ānando die Bitte, begab sich an das Gestade der Aciravati und nahm unter einem Baum, auf einem tauglichen Sitz, Platz.

Und der König Pasenadi von Kosalo sprach zum ehrwürdigen Ānando: Hier, o Herr, möge sich der ehrwürdige Ānando auf diese Sitzmatte hinsetzen. – Schon gut, großer König, du setze dich hin, ich bleibe auf meinem Platz. – Da setzte sich König Pasenadi von Kosalo nieder, dann sprach er zum ehrwürdigen Ānando:

Sagt mir, Herr Ānando: Würde wohl der Erhabene einen Wandel in Taten führen, der von verständigen Asketen und Priestern getadelt werden könnte? –

Der König spricht hier vom „Wandel in Taten“. Hernach wird er fragen nach dem „Wandel in Worten“ und zuletzt nach dem „Wandel in Gedanken“. Damit ist die gesamte dem Menschen überhaupt mögliche und von ihm ausgehende Aktivität erfasst, die im alten Indien stets so dreifach ausgedrückt wurde. Wir Menschen sind Akteure; bewusst oder unbewusst sind wir immer bei irgendwelchen Aktionen. Diese können bestehen im *geistigen* Vorstellen, Planen und Denken, wodurch der Mensch über seine Umwelt und sich selber und sein Tun nachdenkt; ferner in der *Sprache*, womit die Wesen einander ihre Gedanken, Auffassungen und Absichten bekanntgeben, und endlich in der Aktivität mit dem *Körper*, die z.B. darin besteht, dass man (mit den Beinen) dahin geht, wo man irgendetwas (mit

den Händen) greifen, fortnehmen, hinstellen oder verändern kann. Eine andere als diese dreifache Aktivität gibt es nicht. Diese Aktivität wird geleitet vorwiegend von dem Bestreben, Unangenehmes möglichst zu vermeiden oder zu beseitigen und Angenehmes möglichst zu erreichen und zu bewahren. Hier fragt nun der König der Reihe nach, ob der Buddha auf einem dieser drei Wege etwas Tadelhaftes tun könne.

*Nicht würde, großer König, der Erhabene einen Wandel in Taten führen, der von verständigen Asketen und Priestern getadelt werden könnte. –*

*Aber würde der Erhabene einen Wandel in Worten/einen Wandel in Gedanken führen, der von verständigen Asketen und Priestern getadelt werden könnte? –*

*Nicht würde, großer König, der Erhabene einen Wandel in Worten/einen Wandel in Gedanken führen, der von verständigen Asketen und Priestern getadelt werden könnte. –*

*Wunderbar, o Herr, außerordentlich, o Herr, ist es, dass der Erhabene keinen Wandel in Taten, Worten und Gedanken führen würde, der von verständigen Asketen und Priestern getadelt werden könnte.–*

In alten Kulturen gelten ja „verständige Asketen und Priester“ als diejenigen, deren Hauptaufgabe es ist, die tieferen geistigen Daseinszusammenhänge zu beobachten, von den Weisen zu lernen und das Gelernte und Erfahrene bei sich anzuwenden. Ihre Meinung ist den Menschen Vorbild und Richtschnur dessen, was zu tun und zu lassen ist. Was diese nicht gutheißen, das ist nicht gut; woran sie Anstoß nehmen, was sie auf Befragen als nicht richtig bezeichnen, das ist und gilt als falsch.

Nun war der Erwachte in Indien erschienen. Und viele Asketen und Priester sahen in ihm den ersehnten und lange ver-

heißenen Heilslehrer. Andere aber warfen ihm - auf Grund der damals dort verbreiteten Meinung, dass man nur durch Wehe Wohl gewinnen könne - vor, er verstoße gegen diese Grundsätze indischen Asketentums. Um sich darüber Klarheit zu verschaffen, mag der König zu der Frage an Ānando gekommen sein, ob irgendeiner von den verständigen vertrauenswürdigen Asketen und Priestern den Lebenswandel, die Lebensführung des Erwachten verurteilen könnte, und das kann Ānando eindeutig verneinen. Ānando ist für den König einer jener verständigen Asketen, von welchen er nun näher zu erfahren hofft, nach welchem ihm noch verborgenen Maßstab jene verständigen Asketen und Priester den einen Wandel als „tadelhaft“, den anderen als „nicht tadelhaft“ bezeichnen. Darum beginnt er nun eine besonders gründliche Befragung:

*Was ist das aber, Herr Ānando, für ein Wandel in Taten, Worten und Gedanken, der von verständigen Asketen und Priestern getadelt wird? –*

*Ein Wandel in Taten, Worten und Gedanken, großer König, der unheilsam, untauglich ist. –*

Das Pāliwort für „unheilsam“ heißt „*akusala*“; sein Gegenteil „*kusala*“ bedeutet: zu etwas fähig, geschickt, geeignet sein, eine Sache beherrschen, ihrer kundig sein. „*Kusala*“ ist also ein Mensch, der die richtige Vorgehensweise zum Erreichen des Angestrebten an sich hat.

In den alten Kulturen, die dem Daseinsverständnis noch erheblich näher waren als die moderne Welt, stand bei der Menschheit im Grunde ein Endziel weit über allen anderen vordergründigen Lebenszielen: Wohl mochte man im gegenwärtigen Menschenleben in dieser Welt möglichst wohlhabend, gesund und überhaupt „glücklich“ sein, aber man wusste sowohl im christlichen Mittelalter wie auch im alten Indien, dass Leben gar nicht sterben kann, dass der Tod des Körpers nur den Übergang des Lebenden in die andere Welt bedeutet

und dass darum die Frage nach dem Zustand des weiteren Lebens zwischen Wohl und Wehe von entscheidender Bedeutung ist. Man hörte und hört in allen Heilslehren dieser Erde, dass es jenseits des jetzigen Erdenlebens nicht nur ähnliche Zustände wie auch hier, sondern auch weit glücklichere bis zu höchster Erhabenheit und auch weit schmerzlichere bis zu äußerster Qual gibt. Darum ging die Grundfrage der Menschen dahin, wie man den „Stand des Heils“, d.h. den Zustand von höchstem, einfach vollkommenem Wohl erlangen könne, der darüber hinaus die Eigenschaft habe, dass er immer bleibe, nie mehr zerstört werden könne. Dieser Heilsstand wurde im Christentum bekanntlich ‚ewige Seligkeit‘ genannt oder ‚selige Ewigkeit‘ und im alten Indien auch schon vor der Lehre des Buddha ‚Nirvāna‘.

Diesen Stand des Heils zu erlangen, war im Abendland früher und ist heute noch in Asien in weiten Kreisen das bewusst ins Auge gefasste Hauptziel des menschlichen Strebens, und das dazu erforderliche innere und äußere Tun und Lassen galt und gilt als „tauglich“, *kusala*, als Tugend. Darum bedeutet das Gegenteil „*akusala*“ die falsche Vorgehensweise, durch die das Angestrebte nicht erreicht wird, ein heilloser, ein untauglicher Wandel, der nicht dahin führt, wohin der Mensch will: zum wahren Wohl.

Die gesamten und mannigfaltigen Sorgen und Nöte aller Menschen - der Weisen und Toren, der Hohen und Geringen, der Armen und Reichen, der Jungen und Alten - sie alle sind nur Varianten eines Grundanliegens, das durch die ganze Wesenheit geht: „Wie kommen wir aus dem Dunklen, Leidigen und Unzulänglichen heraus? Wie überwinden wir die Abhängigkeit und das Ausgeliefertsein an dieses Dasein! Wie überwinden wir Unwissenheit und Not! Wie gewinnen wir das Heil?“

In dieser Frage sind alle Fragen der Menschheit enthalten; in dieser Not sind alle Nöte genannt. Darum ist ‚gut‘ (tauglich, heilsam) das, was aus der Not herausführt, und ist ‚schlecht‘ (untauglich, heillos) das, was weiter in die Not hineinführt.



Das ist der Maßstab, den wir allen Religionen entnehmen können.

Wir Menschen leben weder im äußersten Glück noch im äußersten Leiden; wohnen an keinem der beiden fernen Endpunkte dieser großen Skala des Lebensgefühls, sondern schweben schwankend, steigend und fallend, in einem mittleren Abschnitt dieser Skala, meistens weit tiefer im Leiden als im Glück; und die Sehnsucht der Menschheit geht immer dahin, aus dem Leiden heraus und weiter hinaufzukommen in das Glück. Aber sie kennt die Mittel nicht, die hinaufführen. Wie sehr sie sich auch nach dem Glück streckt und es mit beiden Händen zu greifen trachtet - zuletzt hält sie doch immer nur Leid, Not und Qual in Händen. In Unkenntnis über das Taugliche und Untaugliche in dieser Welt lässt sie ihr Tun und Lassen diktieren von Maßstäben und Richtweisern, die in Konflikt, Widerspruch und Spannung belassen oder in noch Schlimmeres führen. Darum immer wieder das Fragen nach Wegweisung.

Zur Zeit des Erwachten war das Wort 'kusala' ebenso wie bei uns das Wort 'Tugend' weithin zur Schablone geworden. Man dachte nicht immer an die dahinterliegende Substanz; auf diese aber will der König gerade hinaus. Und darum fragt er:

*Was ist aber, Herr, ein unheilbarer Wandel? –*

*Ein Wandel in Taten, Worten und Gedanken, großer König, der tadelhaft, vor dem zu warnen ist (savajja), das ist ein unheilbarer Wandel. –*

Diese Antwort Ānandos lässt uns noch keinen näheren Maßstab erkennen. Aber in der damaligen Zeit war „ein zu tadelnder Wandel, vor dem zu warnen“ sei, ein gewichtiges Wort - nicht nur in dem bloß konventionellen Sinne „das tut man nicht“, sondern dahinter standen die Stimmen des inneren Gewissens, verborgene Weisheit, frühere eigene Erlebnisse und Erfahrungen, Ahnungen von später fühlbar werdenden Folgen, die bei bestimmtem Tun Hemmungen auferlegten, wodurch dem Täter und dem Zeugen heiß, beklemmend wur-

de; er empfand innere Warnung: „Das tut man nicht!“ etwa in dem Goetheschen Sinne: „Der gute Mensch in seinem dunklen Drange ist sich des rechten Weges wohl bewusst.“ In dem Maß, wie dies damals tief empfunden wurde, erhob sich auch das Gemüt bei dem Gedanken an das Gegenteil: einen Wandel frei von Beklemmung und innerem Vorwurf, in Heiterkeit und Freudigkeit, da man sich im Innern ganz ohne Beklemmung und Warnung fühlt.

Die Antwort auf die nächste Frage des Königs ist, obwohl noch nicht die letzte, für die meisten Inder besonders der damaligen Zeit völlig befriedigend und darum endgültig, kann aber den modernen Menschen, der vom Karmagesetz nichts weiß, nicht überzeugen, darum ist es gut, dass der König, obwohl überzeugt, anschließend doch weiter fragt, weil er die gebotene Gelegenheit ganz ausschöpfen will.

*Was ist aber, Herr, ein Wandel, vor dem zu warnen ist? –*

*Ein übler Wandel (savyāpajjha) in Taten, Worten und Gedanken, großer König, das ist ein Wandel, vor dem zu warnen ist. –*

Das Pāliwort *savyāpajjha* ist zurückzuführen auf *vyāpāda* und muss wörtlich genau übersetzt werden mit „übler Wandel“ oder „übles Vorgehen“; und dieses hat im alten Indien die ganz eindeutige Bedeutung - die sich auch in den Lehrreden zeigt - als das Gegenteil von „*mettā*“. *Mettā* ist Verständnis, Teilnahme, Mitempfinden mit den Mitwesen, ganz im Sinn des Jesus-Wortes: „*Du sollst deinen Nächsten lieben als dich selbst.*“ Es geht darum, dass man bei jedem begegnenden Lebewesen sogleich weiß und empfindet, dass dort ganz ebenso Bedürfnisse und Wünsche nach Wohlbefinden bestehen wie bei einem selber. Der Buddha gibt als Beispiel das Bild der Mutterliebe. So wie eine Mutter das Schicksal ihres Kindes in allen Einzelheiten mitempfindet als ihr eigenes Schicksal, so

dass sie es ganz unmöglich übersehen kann - so ist Nächstenliebe zu verstehen als der von Fürsorge geleitete Umgang mit jedem Wesen, mit Mensch und Tier, von der gleichen Fürsorge wie für sich selber.

Es ist die Haltung, die der Erwachte (A V 22) als *'sabhāgavuttika'* bezeichnet = 'sich als Teil des Ganzen wissen'. Und das setzt voraus, dass man die Mitwesen mit ihren Bedürfnissen überhaupt bemerkt und beachtet, ernst nimmt, sich ihnen mit Offenheit zuwendet. Der verständige, offene, ehrliche, gerade Mensch empfindet die Gleichheit aller Wesen (*alle Wesen wünschen Wohl*) unmittelbar.

Aber dieses Urteil der Weisen, das Ānando dahingehend formuliert, dass ein „übler“ Wandel, ein Wandel ohne Rücksicht und Fürsorge für die Mitwesen der Wandel sei, vor welchem „zu warnen ist“ - dieses Urteil soll nicht nur bedeuten, dass ein solcher Wandel wegen der Rücksichtslosigkeit „unmoralisch“ sei, sondern bedeutet im alten Indien gleichzeitig und ebenso deutlich, dass er auch „unvernünftig“ sei, weil er wegen seiner üblen Folgen auch den Täter selbst in ganz eben solche üblen Situationen bringen wird, in welche er durch seine Rücksichtslosigkeit jetzt sein Mitwesen bringt.

Wir sind hier bei dem in der Einleitung bereits erwähnten Karmagesetz, dem Gesetz, nach welchem alle vom Menschen ausgehenden Aktionen in seinem Denken, Reden und Handeln ein „Erzeugen“, ein Wirken ist und alles an den Menschen täglich, stündlich und augenblicklich herantretende Erleben, das freudige und das schmerzliche - eben das „Erzeugnis“, die Wirkung seines eigenen vorherigen Wirkens ist. Insofern ist ein „übler Wandel“ nicht nur für die von dem Täter rücksichtslos behandelten Mitwesen übel, sondern ganz folgerecht und ganz sicher für den Täter selbst übel.

Da so der tiefere Sinn des Pāliwortes *vyāpāda* ist, so könnte sich der König nun zufriedengeben, nachdem er erfahren hat, dass ein solcher Wandel bei verständigen Asketen und Priestern getadelt wird, durch den sowohl die von dem Täter rücksichtslos Behandelten als auch der Täter selbst in Not und

Leiden geraten. Solche Antwort müsste befriedigend sein in jenem damaligen Lebensraum, in dem man das Karmagesetz nicht nur kannte, sondern seine Gültigkeit immer wieder erfuhr. - Der König aber, der, wie gesagt, die Gelegenheit zu diesem tief sondierenden Gespräch auch ganz ausschöpfen will, hält sich zunächst nur an die unmittelbare Wortbedeutung von *vyāpāda* im Sinne von „übler Wandel“, so dass Ananda nun die karmische Folge für den Täter ausdrücklich aufzeigt.

*Was ist aber, Herr, ein übler Wandel in Taten, Worten und Gedanken? –*

*Ein solcher Wandel in Taten, Worten und Gedanken, großer König, aus welchem Leiden hervorgeht (dukkha vipāka). –*

*Und was ist, Herr, ein Wandel in Taten, Worten und Gedanken, aus welchem Leiden hervorgeht? –*

*Ein Wandel in Taten, Worten und Gedanken, großer König, der zu eigener Beschwer (byābādha) führt, zu anderer Beschwer führt und zu beider Beschwer führt, wo die heillosen Erscheinungen sich mehren und die heilenden Erscheinungen sich mindern: ein solcher Wandel, großer König, der wird von verständigen Asketen und Priestern getadelt. –*

Diese Antwort Ānandos ist abschließend und wird auch von dem König als abschließend empfunden, wie sich hernach aus seiner Antwort zeigt. Ein solcher Wandel reift zu immer mehr Leiden heran: ich selbst erfahre Belastung, habe es schwer, meine Umgebung erfährt Belastung, hat es schwer, beide erfahren Beschwer. Das heißt, in dem Leben des Menschen nimmt das Verdunkelnde, Bedrängende, Bedrückende zu, das Widerwärtige, Schmerzliche und zu Fürchtende greift immer mehr um sich. Ein solcher unheilvoller Wandel führt zu einer lawinenartigen Leidenshäufung; so entstehen die Erscheinungen von Kriegen und Katastrophen, zuletzt auch über alle

menschlichen Maße hinaus bis in die Unterwelt.

Diese letzte Antwort Ānandos muss schon bei der Betrachtung der ersten Frage des Königs mitgedacht werden, was denn das für ein Wandel wäre, der von verständigen Asketen und Priestern getadelt würde. Ānando antwortet: „ein heilloser, untauglicher Wandel“. - Wofür untauglich? Untauglich, um den Täter dahin zu bringen, wohin er will, nämlich zu mehr Wohl. Darum ist es ein Wandel, der zu fürchten, vor dem zu warnen ist (*savajja*), aus dem Leiden hervorgeht, Bedrängnis, Verdunkelung, schweres Erleben. Die Folgen eines solchen beschwerhaften Wandels sind nicht auf „die anderen“ begrenzt, sie suchen vor allem den Täter selber heim. Deshalb ist es unvernünftig, unmoralisch zu sein, und ist es vernünftig, moralisch zu sein. Alles, was ein Wesen anderen aus Egozentrik, Nächstenblindheit, Rücksichtslosigkeit antut, das tut er sich selber an: er empfindet die von ihm gewirkte Bedrückung, er hat ein Leben voll Kummer, sei es jetzt, sei es nach dem Verlassen des Körpers.

*Er mag erfahren bittres Leid,  
Verlust von Gütern und den Tod,  
es kann ihn treffen Irrsinns Nacht,  
so wie auch schwerer Krankheit Qual.*

*Der König mag ihn vorladen  
und halten fürchterlich Gericht;  
sein Weib, sein Kind mag hinsiechen,  
sein Hab und Gut zugrunde gehen.*

*Verzehren und vernichtigen  
des Feuers Wut ihm Haus und Hof;  
und stirbt er, tritt der Ruh'lose  
ins Dasein in der Unterwelt. (Dh 138-140)*

Im gleichen Sinne heißt es (M 136):

*Wenn ein Mensch übel wandelt, ein Mörder und Dieb, ein Wüstling, Verleumder, Hintertrager, Zänker und Schwätzer ist, voll Gier, Hass, Blendung, so spürt er die Folge hiervon entweder zu Lebzeiten oder bei nächster oder bei späterer Wiedergeburt.*

Deutlicher noch sagt der Erwachte (A III,33-34):

*Drei Entstehungsgründe für übles Wirken gibt es, ihr Mönche, welche drei?*

*Gier ist ein Entstehungsgrund für übles Wirken,*

*Hass ist ein Entstehungsgrund für übles Wirken,*

*Blendung ist ein Entstehungsgrund für übles Wirken.*

*Ein Wirken, ihr Mönche, das aus Gier entsprungen, durch Gier bedingt, durch Gier entstanden ist, dessen Früchte kommen auch wieder dort zur Reife, wo die Selbsterfahrnis sich fortsetzt; so wird die Frucht jenes Wirkens auch wieder verspürt, sei es in diesem, sei es im nächsten oder sei es in einer späteren Lebensform.*

*Ein Wirken, ihr Mönche, das aus Hass/aus Blendung entsprungen, dadurch bedingt, dadurch entstanden ist, dessen Früchte kommen auch wieder dort zur Reife, wo die Selbsterfahrnis sich fortsetzt; so wird die Frucht jenes Wirkens auch wieder verspürt, sei es in diesem, sei es im nächsten oder sei es in einer späteren Lebensform.*

*Es ist, ihr Mönche, wie wenn unversehrte, unverdorbene, durch Wind und Sonnenglut unbeschädigte, kerngesunde Samenkörner gut eingebettet in gutem Feld und auf gut bearbeitetem Boden gesät, bei tüchtigem Regenschauer aufgehen, zum Gedeihen und zur Fülle gelangen.*

*Ebenso auch, ihr Mönche, ist es mit einer Tat, die aus Gier - aus Hass - aus Blendung getan wurde, die daraus entsprungen, daraus bedingt, daraus entstanden ist. Dessen Früchte kommen auch wieder dort zur Reife, wo die Selbsterfahrnis sich fortsetzt; so wird die Frucht jenes Wirkens auch wieder verspürt, sei es in diesem, sei es im nächsten oder sei es in*

*einer späteren Lebensform.*

*Diese drei Entstehungsgründe des Wirkens gibt es, ihr Mönche.*

Der Erwachte lehrt mit allen Aussagen, dass die gesamten Daseinsvorgänge nach dem karmischen Gesetz vor sich gehen insofern, als alles von mir ausgehende Wirken in dem gleichen Gesinnungscharakter auch zu mir zurückkommt: alles von mir ausgehende Wohlwollen für den Nächsten kommt auch zu mir zurück als Wohlwollen des Nächsten mir gegenüber; alles von mir ausgehende Übelwollen gegenüber dem Nächsten dagegen kommt zu mir zurück als Übelwollen des Nächsten mir gegenüber: „*Erben des Wirkens, Kinder des Wirkens sind die Wesen.*“ (M 135)

Da der Mensch also nach dem karmischen Gesetz als Umwelt nur sein früheres Wirken erfährt und von dieser gesamten Umwelt immer nur jene Gesinnungen und Taten erfährt, die von ihm in die Umwelt hinein ausgegangen sind, so kann nur die wohlwollende Gesinnung allen Mitwesen gegenüber und das aus solcher Gesinnung folgende Tun dazu führen, dass er in seinem jetzigen und zukünftigen Leben wohlwollende Gesinnung und wohlwollende Taten seitens der Umwelt an sich erfährt. Daraus ergibt sich, dass es vernünftig ist, d.h. zum eigenen Wohl führt, moralisch zu sein, d.h. anderen mit Wohlwollen zu begegnen: Das ist die Konsequenz, die sich aus dem Karmagesetz ergibt. Diese Konsequenz hat Ānando mit seiner letzten Antwort schon im Grundsatz aufgezeigt.

Nun gibt sich auch der König zufrieden und kommt jetzt auf seinen Ausgangspunkt zurück, den Erwachten:

*Sagt mir, Herr Ānando, hat der Erhabene das Aufgeben aller unheilsamen Eigenschaften empfohlen? –*

*Alle unheilsamen Eigenschaften, großer König, hat der Erhabene aufgegeben, die heilsamen Eigenschaften erworben. –*

*Wunderbar, Herr, außerordentlich, Herr, ist diese Beantwortung, denn was wir, Herr, durch die Frage nicht auszudrücken vermochten, das hat der ehrwürdige Ānando durch der Frage Beantwortung ausgedrückt.*

*Die da, Herr, unreif, ungefestigt, ohne Erkenntnis-kraft, ohne gründliche Prüfung andere loben und andere tadeln, die kann ich nicht ernst nehmen; die aber, Herr, klarsehend, gefestigt, klug, überlegend nach gründlicher Prüfung andere loben und andere tadeln, die kann ich ernst nehmen.*

Ānando weiß: Empfehlen oder loben, preisen, wie der Pāli-ausdruck wörtlich zu übersetzen wäre, ist nicht die Art des Erwachten. Er zeigt die Nachteile unheilsamen Vorgehens und die Vorteile heilsamen Vorgehens auf, und er redet nicht nur davon, sondern hat die heilsamen Eigenschaften bei sich selber in Vollendung verwirklicht. Der Hörer mag sich dann entscheiden. Darum antwortet Ānando hier nicht direkt mit 'ja' oder 'nein', sondern führt in seiner Antwort zurück auf die vom König anfänglich gestellte Frage: Der Erwachte wird nicht nur nicht von verständigen Asketen und Priestern getadelt, sondern er kann nichts Tadelhaftes tun, weil er alle unheilsamen Eigenschaften aufgegeben hat und alle heilsamen Eigenschaften erworben hat. Der König geht darauf ein und fragt nun, was ein heilsamer Wandel sei. Darum auch das Lob des Königs über die „gereiften und klarsehenden Asketen“.

*Und was ist das, Herr Ānando, für ein Wandel in Taten, Worten und Gedanken, der von verständigen Asketen und Priestern nicht getadelt wird? –*

*Ein Wandel in Taten, Worten und Gedanken, der heilsam, tauglich ist, großer König. –*

*Und was ist das, Herr Ānando, für ein Wandel in Taten, Worten und Gedanken, der heilsam, tauglich*



*ist? –*

*Ein Wandel in Taten, Worten und Gedanken, großer König, der untadelhaft ist. –*

*Und was ist, Herr Ānando, ein Wandel in Taten, Worten und Gedanken, der untadelhaft ist? –*

*Ein Wandel in Taten, Worten und Gedanken, großer König, vor dem nicht zu warnen ist. –*

*Und was ist, Herr Ānando, ein Wandel in Taten, Worten und Gedanken, vor dem nicht zu warnen ist? –*

*Ein guter Wandel (avyāpajho) Wandel in Taten, Worten und Gedanken, großer König. –*

*Und was ist, Herr Ānando, ein guter Wandel in Taten, Worten und Gedanken? –*

*Ein Wandel in Taten, Worten und Gedanken, großer König, der weder zu eigener Beschwer führt noch zur Beschwer anderer führt noch zu beider Beschwer führt, wo die heilenden Erscheinungen sich mehren und das Unheilsame sich mindert. Solcherart, großer König, ist der Wandel in Taten, Worten und Gedanken, der von verständigen Asketen und Brahmanen nicht getadelt wird.*

Ein Wandel, der Wohl zur Folge hat, ist einer, der zu eigener Erleichterung und Erhellung führt, zu anderer und zu beider Erleichterung und Erhellung führt, bei dem sich die unheilsamen Dinge mindern, die heilsamen sich mehren. Heilsam ist es, tauglich, tugendlich zu denken, zu reden, zu handeln; heilsam und tauglich, tugendlich ist dasselbe. Gut ist, was taugt, um zum Wohl zu führen, eine Vorgehensweise, die zum eigentlichen Ziel, zum Wohl, führt. Und diese kann nur mit der rechten Begegnungsweise allen Mitwesen gegenüber, mit der Tugend, beginnen. Ein solcher Wandel kann von Verständigen nicht getadelt werden, nur anerkannt werden. Heilsam, tauglich, um zum Wohl zu führen, ist es, den anderen als sich selbst zu erkennen, den anderen als Teil von sich selber zu

sehen, als von mir einst ausgeschickte Ernte, als unschuldigen Lastenträger, der unsere Last, die von uns einmal ausgegangen war, uns zurückbringt, dass wir also in Wahrheit uns selbst begegnen - tat tvam asi: „das bist du“. -

Heilsam ist es darum, das Mitwesen voll Anteilnahme zu verstehen suchen, seine Anliegen aufzunehmen und zu berücksichtigen, eigene Wünsche um des anderen willen aufzugeben, denn: eine solche Haltung bewirkt eine Ernte, die allen wohltut, dem Täter und dem Mitwesen, bewirkt Empfindungen von freudvollen, glücklichen Gefühlen in diesem und im nächsten Leben.

In M 57 heißt es über die Vollendung solchen Wirkens:

*Was ist das aber für ein Wirken, das licht ist und lichte Folge hat? Da wirkt einer in Taten, Worten und Gedanken immer weiter ganz ohne Beschwer. Und wirkt er immer weiter in Taten, Worten und Gedanken ohne Beschwer, so gelangt er in beschwerloser Welt wieder zum Dasein. Und ist er in beschwerloser Welt wieder zum Dasein gelangt, so berühren ihn beschwerlose Berührungen. Und von beschwerlosen Berührungen berührt, fühlt er ein beschwerloses Gefühl, einzig beglückend, gleichwie etwa Strahlende Götter. Genau so, wie sie geworden sind, ist der Wesen Wiedergeburt. Wie einer wirkt, dadurch wird er wiedergeboren. Den Wiedergeborenen berühren Berührungen. Darum sage ich: „Erbe des Wirkens sind die Wesen.“ Das heißt man lichtetes Wirken, das lichte Folgen hat.*

Im Anblick dieser Zusammenhänge wird verständlich der Rat des Erwachten (It 38):

*Erwirket bei euch, ihr Mönche, dass ihr am Nicht-Beschweren der Wesen erhellende Freude gewinnt, dass ihr über das Schonen der Wesen glücklich und froh werdet. Wenn ihr so wirket, ihr Mönche, dass ihr am Nicht-Beschweren der Wesen erhellende Freude gewinnt, dass ihr über das Schonen der Wesen glücklich und froh werdet, so wird euch bei allen solchen Handlungen und Gesinnungen immer wieder der beglückende Gedanke kommen: „Durch dieses Verhalten beschweren wir*

*nicht irgendein Wesen, sei es schwach oder stark.“*

Alle diese Einsichten lassen erkennen, welches Gewicht die feste Gewöhnung an das Einhalten der fünf *siḷa* hat (A VI-II,39):

*Es gibt, ihr Mönche, fünf Gaben, große Gaben, bekannt als die höchsten, bekannt als die ältesten, bekannt als überlieferte, alte, unversehrte, noch nie außer Geltung gewesene Gaben, die nicht untergehen und nie untergehen werden und nie getadelt werden von den Weisen, Reinen und Verständigen. Welche fünf Gaben sind das?*

*Da steht der Heilsgänger ab vom Töten, entfremdet sich ganz vom Töten;*

*er steht ab vom Stehlen, entfremdet sich ganz vom Stehlen;*

*er steht ab von geschlechtlicher Ausschweifung, entfremdet sich ganz von geschlechtlicher Ausschweifung;*

*er steht ab vom Verleumden, entfremdet sich ganz vom Verleumden;*

*er steht ab vom Genuss berauscher Mittel, entfremdet sich ganz vom Genuss berauscher Mittel.*

*Dadurch aber, dass er sich vom Töten, Stehlen, Ausschweifung, Verleumden, von berauscher Mitteln ganz entfremdet, gewährt er unermesslich vielen Wesen Sicherheit vor Schrecken, Feindschaft und Bedrückung.*

*Indem er aber unermesslich vielen Wesen Sicherheit vor Schrecken, Feindschaft und Bedrückung gewährt, wird ihm unermessliche Sicherheit vor Schrecken, Feindschaft und Bedrückung zuteil.*

*Das sind die fünf Gaben.*

Der Mönch Revato, der zur Zeit des Erwachten nach diesen Maßstäben gelebt hat, sagt von sich:

*Bin aller Bruder, aller Freund,  
mit allen Wesen fühl ich mit  
und mache weit mein liebend' Herz,  
vom Nichtbeschweren stets beglückt. (Thag 648)*

Die beiden letzten Zeilen dieses Verses zeigen Ursache und Wirkung: Liebevolle Herzensbeschaffenheit und liebevolles Wirken gegenüber den Wesen ist die Ursache, die zu der Wirkung führt, dass auch der Täter selbst nicht bedrängt, bedrückt, beschwert, belastet wird. Das heißt: ihm selber ist wohl und glücklich zumute, und auch von außen kann nie Schmerzliches und Feindliches an ihn herantreten.

Nach diesem Gespräch schließt die Rede ab mit einer schönen Danksagung des Königs Pasenadi von Kosalo und den damit verbundenen Umständen, die auch ein Licht auf die in weiser Voraussicht vom Erwachten erlassenen Ordensregeln werfen und die Erklärung liefern für den dieser Rede gegebenen Titel „*Der Überwurf*“. Nach diesem Gespräch sagte König Pasenadi von Kosalo:

*Wunderbar, o Herr, außerordentlich ist es, wie da, o Herr, der ehrwürdige Ānando so richtig gesprochen hat. Diese treffliche Rede, o Herr, des ehrwürdigen Ānando hat uns wirklich erfreut und befriedigt. So erfreut und befriedigt, o Herr, hat uns des ehrwürdigen Ānando treffliche Rede, dass wir, o Herr, wenn dem ehrwürdigen Ānando der beste Elefant oder das beste Ross oder das reichste Dorf gestattet wäre, eben den besten Elefanten oder das beste Ross oder das reichste Dorf dem ehrwürdigen Ānando geben würden. Aber, o Herr, wir wissen es ja: das ist dem ehrwürdigen Ānando nicht gestattet. Da ist mir, o Herr, ein Überwurf von Magadhas König Ajātasattu, dem Sohn der Videherin, in eine Truhe verpackt, zugesandt worden, sechzehn Ellen lang, acht Ellen breit: den möge, o Herr, der ehrwürdige Ānando annehmen, von Mitleid bewogen! –*

*Es ist nicht nötig, großer König. Meine dreifache Robe ist vollständig. –*

*Diese Aciravatī, o Herr, liegt dem ehrwürdigen*

*Ānando und uns vor Augen, und wir wissen: wenn es oben im Gebirge stark gewittert hat, dann fließt diese Aciravatī über beide Ufer aus: ebenso nun auch, o Herr, möge sich der ehrwürdige Ānando aus diesem Überwurf ein Dreiwams fertigen, sein bisheriges Dreiwams aber den Ordensbrüdern zuwenden; so wird diese unsere Ehrung gleichsam ein Überfließen sein. Möge, o Herr, der ehrwürdige Ānando den Überwurf annehmen! –*

*Da nahm der ehrwürdige Ānando den Überwurf an. Und nun wandte sich König Pasenadi von Kosala an den ehrwürdigen Ānando:*

*Wohl denn, Herr Ānando, jetzt wollen wir aufbrechen. Manche Pflicht wartet unser, manche Obliegenheit. –*

*Wie es dir, großer König, beliebt. –*

*Und König Pasenadi von Kosala, erfreut und befriedigt durch des ehrwürdigen Ānando Rede, stand von seinem Sitze auf, bot ehrerbietigen Gruß dar, ging rechts herum und entfernte sich.*

*Da begab sich denn der ehrwürdige Ānando, bald nachdem König Pasenadi von Kosalo gegangen war, zum Erhabenen hin, begrüßte den Erhabenen ehrerbietig und setzte sich zur Seite nieder. Zur Seite sitzend berichtete nun der ehrwürdige Ānando das ganze Gespräch mit König Pasenadi von Kosalo Wort für Wort dem Erhabenen; und er reichte den Überwurf dem Erhabenen dar. Und der Erhabene wandte sich an die Mönche: Gefördert ist, ihr Mönche, König Pasenadi von Kosalo, sehr gefördert, ihr Mönche, ist König Pasenadi von Kosalo, der die Gelegenheit hatte, Ānando zu sehen und seine Belehrung zu hören. –*

*So sprach der Erhabene. Erhoben und beglückt waren die Mönche über das Wort des Erhabenen.*

DENKMALE DER LEHRE  
89. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene im Land der Sakyer, bei Metālumpa, einer Stadt der Sakyer. Um diese Zeit nun war König Pase-nadi von Kosalo nach Nagaraka gekommen, irgendein Geschäft zu erledigen.*

*Und König Pasenadi von Kosalo befahl Dīgho, dem Feldherrn: Lasse mir, lieber Feldherr, die prächtigen Wagen bespannen. Wir wollen eine Ausfahrt machen, in die schöne Umgebung hinaus. – Ja, Herr, entgegnete Dīgho, der Feldherr. Und er ließ prächtige Wagen bespannen und dann melden: Bereit stehen, König, die prächtigen Wagen. Wie es dir nun beliebt mag. –*

*Und König Pasenadi von Kosalo bestieg einen prächtigen Wagen und fuhr, gefolgt von manchen anderen, mit überaus reichem königlichen Gepränge aus der Stadt hinaus zu einem Park. So weit gefahren, als man fahren konnte, stieg er vom Wagen ab und begab sich zu Fuß in den Park. Als er dort umherwanderte, sah er mächtige Bäume, erhebend und beruhigend, ruhig, nicht von Stimmenlärm gestört, mit einer Atmosphäre der Abgeschlossenheit, von Menschen abgelegen und günstig für die Zurückgezogenheit. Ihr Anblick erinnerte ihn an den Erhabenen: „Diese mächtigen Bäume sind erhebend und beruhigend, ruhig, nicht von Stimmenlärm gestört, mit einer Atmosphäre der Abgeschlossenheit, von Menschen abgelegen und günstig für die Zurückgezogenheit wie an den Orten, an denen wir einst ihn, den Erhabenen, aufgesucht haben, den Geheilten, vollkommen Erwachten.“ Er teilte Dīgho, dem Feldherrn, seine Gedanken mit und fragte: Wo mag er jetzt weilen, lieber Dīgho, der Erhabene, der Geheilte, vollkommen Erwachte? – Es*

*gibt, großer König, eine Stadt der Saker, Metälumpa genannt. Dort weilt er jetzt, der Erhabene, der Geheilte, vollkommen Erwachte. – Wie weit ist es wohl, lieber Dīgho, von Nagaraka nach Metälumpa?*

*– Nicht weit, großer König, drei Meilen. Man kann noch vor dem Abend dorthin gelangen. – Dann lasse, lieber Dīgho,*

*wieder anspannen. Wir wollen ihn, den Erhabenen, besuchen, den Geheilten, vollkommen Erwachten. – Ja, großer König. – Und er ließ wieder anspannen und dann melden: Bereit stehen, König, deine Wagen, wie es dir nun beliebt mag. –*

*Und König Pasenadi von Kosalo bestieg seinen prächtigen Wagen und fuhr, gefolgt von den anderen, von Nagaraka nach Metälumpa, der Stadt der Saker. Er kam noch vor Abend an und fuhr in Richtung des Parks weiter. So weit gefahren, als man fahren konnte, stieg er vom Wagen ab und begab sich zu Fuß in den Park. Zu dieser Zeit ging eine Anzahl von Mönchen im Freien auf und ab. Da trat König Pasenadi von Kosalo zu den Mönchen heran und sprach zu ihnen: Wo weilt er, der Erhabene, jetzt, der Geheilte, vollkommen Erwachte? Wir möchten ihn besuchen. –*

*Dort ist seine Behausung, großer König, mit der geschlossenen Tür. Nähere dich ihr leise, ohne Hast, betritt die Veranda, räuspere dich und klopfe an. Der Erhabene wird dir die Tür öffnen. –*

*Da gab König Pasenadi von Kosalo Schwert und Krone dem Feldherrn Dīgho. Und Dīgho, der Feldherr, wusste nun: „Allein will der König jetzt bleiben, ich aber muss hier warten.“ Ohne Hast näherte sich König Pasenadi leise der Behausung mit der geschlossenen Tür, betrat die Veranda, räusperte sich und klopfte an. Der Erhabene öffnete die Tür und König Pasenadi*

*betrat die Behausung. Er warf sich mit dem Kopf zu den Füßen des Erhabenen nieder, er bedeckte die Füße des Erhabenen mit Küssen und liebte sie mit den Händen, wobei er seinen Namen nannte: Ich bin König Pasenadi von Kosalo, o Herr. Ich bin König Pasenadi von Kosalo, o Herr. –*

*Aber, großer König, welchen Grund siehst du dafür, diesem Körper solch höchste Ehre zu erweisen und solche Freundschaft zu zeigen? –*

*Es ist mir, Herr, deutlich geworden: „Vollkommen erwacht ist der Erhabene, die Lehre ist vom Erwachten gut dargelegt, die Gemeinschaft der Heilsgänger geht in rechter Weise vor.“ Da hab ich, o Herr, manche Asketen und Brahmanen gesehen, die eine Zeitlang das Asketenleben führten, zehn Jahre oder zwanzig Jahre oder dreißig oder vierzig Jahre. Später dann sah ich sie gut gepflegt und gut gesalbt mit frisiertem Haar und getrimmtem Bart, wie sie die Sinnendinge genossen, versorgt und ausgestattet mit den fünf Objekten sinnlichen Begehrens. Aber hier sehe ich Mönche, die das vollkommene Reinheitsleben führen, solange sie am Leben und am Atmen sind. In der Tat sehe ich nirgendwo sonst ein Reinheitsleben, das so vollkommen und rein wie dieses ist. Da ist mir, o Herr, deutlich geworden: „Vollkommen erwacht ist der Erhabene, die Lehre ist vom Erwachten gut dargelegt, die Gemeinschaft der Heilsgänger geht in rechter Weise vor.“*

*Weiter sodann, o Herr: Es streiten Könige mit Königen, Fürsten mit Fürsten, Brahmanen mit Brahmanen, Bürger mit Bürgern; Mutter streitet mit Kind, Kind mit Mutter, Vater mit Kind, Kind mit Vater, Bruder streitet mit Bruder, Bruder mit Schwester, Schwester mit Bruder, Freund mit Freund. Aber hier sehe ich Mönche, die in Eintracht leben, in gegenseitig-*



gem Verständnis, ohne Streit, mild geworden, sich gegenseitig mit sanften Augen ansehen. Nirgendwo sonst sehe ich eine Versammlung in solcher Eintracht. Da ist mir, o Herr, deutlich geworden: „Vollkommen erwacht ist der Erhabene, die Lehre ist vom Erwachten gut dargelegt, die Gemeinschaft der Heilsgänger geht in rechter Weise vor.“

Weiter sodann, o Herr, bin ich von Park zu Park und von Garten zu Garten gegangen und gewandert. Dort habe ich einige Mönche und Brahmanen gesehen, die mager, elend, unansehnlich, gelbsüchtig sind, mit Adern, die aus den Gliedern hervortreten, so dass die Leute sie kein zweites Mal ansehen wollen. Ich habe gedacht: „Sicher führen diese Ehrwürdigen das Reinheitsleben in Unzufriedenheit oder sie haben irgendeine üble Tat begangen und verbergen sie, so mager und elend sind sie, so unansehnlich, gelbsüchtig, mit Adern, die aus den Gliedern hervortreten, so dass die Leute sie kein zweites Mal ansehen wollten.“ Ich näherte mich ihnen und fragte sie: Warum seid ihr Ehrwürdigen so mager, elend, unansehnlich, gelbsüchtig, mit Adern, die aus den Gliedern hervortreten, so dass die Leute euch kein zweites Mal ansehen wollen? – Ihre Antwort war: Hochziehende, fesselnde Aufgaben fehlen uns <sup>153</sup>, großer König. –

Hier aber sehe ich die Mönche glücklich, voller Freude, von beglücktem Aussehen, frohen Herzens, in innerer Ruhe, befriedet, wachsam, sanften Gemüts. Da ist mir, o Herr, der Gedanke gekommen: „Gewiss haben diese Ehrwürdigen, vom Erhabenen angeleitet, ein

---

<sup>153</sup> wörtlich: „bindungskrank sind wir“

*reiches Ergebnis ihrer Bemühungen erfahren<sup>154</sup>, darum sind sie glücklich, voller Freude, von beglücktem Aussehen, in innerer Verzückung und Seligkeit, voll innerer Ruhe, ohne Ärger, achtsam, sanften Gemütes.“ Da ist mir, o Herr, deutlich geworden: „Vollkommen erwacht ist der Erhabene, die Lehre ist vom Erwachten gut dargelegt, der Orden geht in rechter Weise vor.“*

Nach diesem Urteil eines Königs können wir das Urteil des Erwachten über seinen Orden verstehen, das in M 118 überliefert ist:

*Der Erhabene blickte über die still gewordene, lautlose Schar der Mönche hin und wandte sich an sie: Frei von Gerede ist diese Versammlung, ihr Mönche, dem Gerede entfremdet, ist rein auf das Wesentliche gegründet; das ist die Heilsgängergemeinde des Erhabenen, würdig der Verehrung, der Spende und der Begrüßung, das beste Feld in der Welt für ein Wirken mit guten Folgen. Solcherart ist diese Mönchsschar, wie eine solche schwer zu sehen ist in der Welt.*

*Es gibt unter diesen Mönche solche, die genesen sind, aller Verletzbarkeit entwachsen, zum Heilsstand gekommen sind, die getan haben, was zu tun ist, die die Last abgelegt, das Heil sich errungen haben, die die Daseinsverstrickungen aufgelöst, sich in vollkommenem Wissen befreit haben.*

*Es gibt unter diesen Mönchen solche, die nach Vernichtung der fünf unten haltenden Verstrickungen emporsteigen, um von dort aus zu erlöschen, nicht mehr zurückzukehren von jener Welt.*

*Es gibt unter diesen Mönche solche, die nach Vernichtung der drei Verstrickungen und erheblich erleichtert von Anziehung, Abstoßung und Blendung, nur einmal noch wiederkeh-*

---

<sup>154</sup> In D 12 werden als „reiches Ergebnis“ die Erfahrung weltloser Entrü-ckungen genannt.

*ren zur sinnlichen Welt und dann dem Leiden ein Ende machen werden.*

*Es gibt unter diesen Mönchen solche, die nach Vernichtung der drei Verstrickungen in die Heilsströmung eingetreten sind, dem Abweg entronnen, zielbewusst der vollen Erwachung entgegengehen.*

König Pasenadi fuhr in seiner Lobpreisung fort:

*Weiter sodann, o Herr, ich kann als König, als Herrscher, dessen Kopf gesalbt ist, jene hinrichten lassen, die hingerichtet werden sollen, jenen eine Geldstrafe auferlegen, denen eine Geldstrafe auferlegt werden soll, jene verbannen, die verbannt werden sollen. Und doch, wenn ich im Rat sitze, reden sie dazwischen, unterbrechen mich. Obwohl ich sage: „Meine Herren, redet nicht dazwischen, unterbrecht mich nicht, wenn ich im Rat sitze; wartet das Ende meiner Rede ab“, reden sie dennoch dazwischen, unterbrechen mich. Aber hier sehe ich die Mönche, während der Erhabene einer Versammlung von mehreren hundert Zuhörern die Lehre darlegt, und es ist währenddessen keinerlei Husten oder Räuspern seitens seiner Schüler zu hören. Einmal lehrte der Erhabene vor einer Versammlung von mehreren hundert Anhängern, und ein Mönch räusperte sich. Daraufhin stieß ihn einer seiner Mitmönche mit dem Knie an, um ihm damit zu sagen: „Sei still, Ehrwürdiger, mach keinen Lärm; der Erhabene, der Lehrer lehrt uns die Lehre.“ Ich dachte: „Es ist wunderbar, es ist erstaunlich, wie eine Versammlung ohne Zwang und Gewalt so diszipliniert sein kann!“ In der Tat sehe ich nirgendwo sonst eine so gut disziplinierte Versammlung. Da ist mir, o Herr, klar geworden: „Vollkommen erwacht ist der Erhabe-*

*ne, die Lehre ist vom Erwachten gut dargelegt, die Gemeinschaft der Heilsgänger geht in rechter Weise vor.“*

*Weiter sodann, o Herr, habe ich manche Adligen aus der Kriegerkaste gesehen, die klug sind, sich in den Lehren anderer auskennen und scharfsinnig sind wie haarspaltende Meisterschützen. Sie ziehen umher und zerpflücken sozusagen die Ansichten anderer mit ihrem scharfen Verstand. Wenn sie hören: „Der Mönch Gotamo wird dieses oder jenes Dorf oder diese oder jene Stadt besuchen“, dann formulieren sie eine Frage: „Diese Frage wollen wir dem Asketen Gotamo vorlegen. Gibt er uns auf diese Frage diese Antwort, so werden wir seine Lehre auf diese Weise widerlegen; gibt er uns aber auf diese Frage jene Antwort, so werden wir seine Lehre auf jene Weise widerlegen.“ Sie gehen zum Erhabenen hin, und der Erhabene ermuntert, ermutigt, erregt und erfreut sie in lehrreichem Gespräch. Vom Erhabenen in lehrreichem Gespräch ermuntert, ermutigt, erregt und erfreut, stellen sie dem Erhabenen weder eine Frage, geschweige dass sie seine Lehre widerlegen wollen, werden vielmehr des Erhabenen Anhänger. Da ist mir, o Herr, deutlich geworden: „Vollkommen erwacht ist der Erhabene, die Lehre ist vom Erwachten gut dargelegt, die Gemeinschaft der Heilsgänger geht in rechter Weise vor.“*

*Weiter sodann, o Herr, ich habe manche Brahmanen, Bürger, Asketen gesehen, die klug sind, sich in den Lehren anderer auskennen und scharfsinnig sind wie haarspaltende Meisterschützen. Sie ziehen umher und zerpflücken sozusagen die Ansichten anderer mit ihrem scharfen Verstand. Wenn sie hören: „Der Mönch Gotamo wird dieses oder jenes Dorf oder diese oder jene Stadt besuchen“, dann formulieren sie eine Frage:*

*„Diese Frage wollen wir dem Asketen Gotamo vorlegen. Gibt er uns auf diese Frage diese Antwort, so werden wir seine Lehre auf diese Weise widerlegen; gibt er uns aber auf diese Frage jene Antwort, so werden wir seine Lehre auf jene Weise widerlegen.“ Sie gehen zum Erhabenen hin und der Erhabene ermuntert, ermutigt, erregt und erfreut sie in lehrreichem Gespräch. Vom Erhabenen in lehrreichem Gespräch ermuntert, ermutigt, erregt und erfreut, stellen sie dem Erhabenen weder eine Frage, geschweige, dass sie seine Lehre widerlegen wollen, vielmehr bitten sie den Erhabenen, sie in den Orden aufzunehmen. Im Orden leben sie abgesondert, ernsten Sinnes, eifrig, unermüdlich. Und bald haben sie jenes Ziel, um dessen willen Söhne aus gutem Haus vom Haus fort in die Hauslosigkeit ziehen, das höchste Ziel des Asketentums noch bei Lebzeiten sich offenbar gemacht. Sie sagen: „Um Haaresbreite waren wir verloren, um Haaresbreite gingen wir zugrunde, denn früher behaupteten wir, Asketen zu sein, obwohl wir nicht wirklich Asketen waren. Aber jetzt sind wir Asketen, jetzt sind wir Reingewordene, jetzt sind wir Geheilte.“ Da ist mir, o Herr, deutlich geworden: „Vollkommen erwacht ist der Erhabene, die Lehre ist vom Erwachten gut dargelegt, die Gemeinschaft der Heilsgänger geht in rechter Weise vor.“*

*Weiter sodann, o Herr: Isidatto und Purāno, meine beiden Inspektoren, essen mein Essen und sie benutzen meine Wagen; ich verschaffe ihnen Lebensunterhalt und fördere ihren Ruhm. Und trotzdem sind sie mir gegenüber weniger respektvoll als dem Erhabenen gegenüber. Einmal als ich mit dem Heer ausgezogen war, schlug ich mein Lager mit Isidatto und Purāno, den Inspektoren, in einem kleinen Haus auf, um sie zu erforschen. Sie brachten, o Herr, einen großen Teil der*

Nacht in lehrreichem Gespräch zu; dann legten sie sich nieder, das Haupt dorthin gewandt, wo sie wussten, dass der Erhabene sei, gegen mich die Füße gewandt. Ich dachte: Es ist wunderbar, es ist erstaunlich! Diese beiden Inspektoren, Isidatto und Purāno, essen mein Essen und sie benutzen meine Wagen; ich verschaffe ihnen Lebensunterhalt und fördere ihren Ruhm. Und trotzdem sind sie mir gegenüber weniger respektvoll als dem Erhabenen gegenüber. Da ist mir, o Herr, der Gedanke gekommen: „Gewiss haben diese Ehrwürdigen, vom Erhabenen angeleitet, ein reiches Ergebnis ihrer Bemühungen erfahren.“ Da ist mir o Herr, deutlich geworden: „Vollkommen erwacht ist der Erhabene, die Lehre ist vom Erwachten gut dargelegt, die Gemeinschaft der Heilsgänger geht in rechter Weise vor.“

Weiter sodann, o Herr, der Erhabene ist adelig, aus der Kriegerkaste, und auch ich bin adelig aus der Kriegerkaste. Der Erhabene ist ein Kosaler, und auch ich bin ein Kosaler. Der Erhabene ist achtzig Jahre alt und auch ich bin achtzig Jahre alt. Darum steht es mir zu, dem Erhabenen solch höchste Ehre zu erweisen und solche Freundschaft zu zeigen.

Und jetzt, ehrwürdiger Herr, wollen wir gehen. Manche Pflicht, manche Aufgabe wartet unser. – Wie es dir, großer König belieben mag. –

Und König Pasenadi von Kosalo stand von seinem Sitz auf, begrüßte den Erhabenen ehrerbietig, ging rechts herum und entfernte sich.

Da wandte sich der Erhabene, bald nachdem König Pasenadi von Kosalo gegangen war, an die Mönche:

Dieser König Pasenadi von Kosalo, ihr Mönche, hat wahre Denkmale der Lehre genannt. Dann ist er aufgestanden und fortgegangen. Merkt euch, ihr Mönche die wahren Denkmale der Lehre, lernt die wahren

*Denkmale der Lehre auswendig, behaltet die wahren Denkmale der Lehre im Gedächtnis. Die wahren Denkmale der Lehre sind heilsam. Die wahren Denkmale der Lehre sind die Grundlagen des Reinheitslebens. –*

*So sprach der Erhabene. Erhoben und beglückt waren jene Mönche über die Worte des Erhabenen.*

In dieser Lehrrede misst der König Pasenadi die Mönche des Erwachten an dem bekannten Wort: „An ihren Früchten sollt ihr sie erkennen.“ Im Lauf seines vierzigjährigen Umgangs mit dem Erwachten und den Mönchen sind ihm die überragenden Eigenschaften des Erwachten und der Mönche bewusst geworden, die er in dem Gespräch mit dem Erwachten zusammenfasst, ihnen ein „Denkmal“ setzt und damit seine Liebe und Achtung vor dem Erwachten, der Lehre und der Mönchsgemeinde begründet.

Aber trotz der von ihm aufgezählten Gründe für seine Verehrung des Erwachten, der Lehre und der Mönchsgemeinde, der Gemeinde der Geheilten und der Heilsgänger, war König Pasenadi kein in die Heilsanziehung Gelangter, kein Stromingetretener. Er hatte erst ein gewisses Maß an Vertrauen gewonnen, das nach M 22 zu himmlischem Dasein führt. Das wird auch aus seinem Lebenslauf ersichtlich<sup>155</sup>, dessen letzten Teil wir hier – leicht gekürzt – anführen. Er schildert des Königs Gemütsverfassung in seinem letzten Lebensjahr, seine starke Reue nach einem Mord an einer großen Familie:

Der König hatte einen kühnen und erfolgreichen Heerführer namens Bandhula. Bandhulas Frau gebar sechzehnmal hintereinander Zwillingsöhne. Nachdem diese Söhne herangewachsen waren, besaßen sie alle ein Gefolge von tausend Mann. Wenn sie ihren Vater in den Palast begleiteten, war alles von ihrem Gefolge angefüllt. Eines Tages nun hatten

---

<sup>155</sup> Aus dem Pälikanon zusammengestellt von Hellmuth Hecker in „Wissen und Wandel“ 1969 S.336ff.

Leute wegen falscher Entscheidung der königlichen Richter einen Prozess verloren. Als sie Bandhula kommen sahen, klagten sie ihm ihr Leid. Daraufhin wurde er von heiligem Eifer ergriffen, schritt zur Gerichtshalle und entschied in richtiger Weise. Das Volk lobte ihn sehr, und als der König davon erfuhr, machte er Bandhula zum obersten Richter, der von nun an alles gerecht entschied. Die abgesetzten Richter, die nun keine Bestechungsgelder mehr bekamen, verleumdeten Bandhula beim König: Er strebe nach dem Thron, zusammen mit seinen Söhnen und deren Gefolge plane er einen Umsturz. Die wiederholt mit Geschick vorgetragene Einflüsterung bewirkte allmählich beim König ein Misstrauen. Er war darauf gelenkt worden, nur noch auf die Tatsache zu achten, dass Bandhula so mächtig war, und darüber alle anderen Indizien zu vergessen. Allmählich konnte er jenen Gedanken nicht mehr bezwingen. Es erschien ihm allzu deutlich, dass Bandhula seine Macht dazu benutzen werde, ihn zu stürzen. Sein Anhängen an der Königswürde ließ seine Fantasie in den von den Verleumdern erstrebten Gleisen laufen. Er begann zu erwägen, wie er Bandhula aus der Welt schaffen könnte. So spross aus dem Anklammern das Misstrauen und aus dem Misstrauen die Untugend empor. Er ließ durch gedungene Schergen das Grenzland plündern und schickte dann Bandhula mit seinen Söhnen zur Bekämpfung dorthin. Dabei sandte er noch eine größere Truppe ihm ergebener Soldaten mit, denen er den Auftrag gab, den „Verräter“ Bandhula und seine Söhne zu enthaupten. Diese führten den Mordbefehl auch aus. Als Bandhulas Frau die grausige Nachricht davon in einem Brief erhielt, bediente sie gerade die Mönchsgemeinde. Sie behielt ihre Fassung, steckte den Brief ein und fuhr fort, den Mönchen aufzuwarten. Da zerbrach ein Diener eine kostbare Schüssel. Ein Mönch sagte entschuldigend, dass man sich darüber nicht grämen solle, wenn etwas Zerbrechliches zerbreche. Da zog sie den Brief heraus und sagte, dass sie beim Lesen dieses schrecklichen Briefs die Seelenruhe nicht verloren habe – was



solle sie sich daher über eine Schüssel betrüben? Danach ließ sie ihre sämtlichen Schwiegertöchter rufen und ermahnte sie: Eure in diesem Leben unschuldigen Gatten haben doch nur die Frucht einer früheren Tat empfangen, seid daher nicht betrübt und hegt vor allem auch gegen den König keinerlei Hass. – Aus diesen großherzigen Worten geht die verwandelnde Kraft durch die Karmalehre mit besonderer Deutlichkeit hervor. Nur wo diese Daseinsicht, dass es niemals ein ungerechtes Geschick gibt, fest verankert ist, kann es eine solche Gefasstheit geben. Eine weitere Folge dieser Haltung aber war, dass der König davon erfuhr und dass er von der Unschuld Bandhulas und seiner Söhne überzeugt wurde. Voll tiefer Reue bat er sie und ihre Schwiegertöchter um Verzeihung. Diese wurde ihm gewährt, aber sein Gewissen blieb voller Vorwürfe. Zur Wiedergutmachung suchte er nach guten Taten und übertrug dem Neffen Bandhulas, namens Dīgho-Kārāyano die Heerführerstelle. Dieser aber war nicht so großherzig wie die Frauen, er musste immer daran denken, dass der König seine Verwandten getötet hatte, und sann auf Rache.

Als Pasenadi wegen seiner Gewissensqualen seines Lebens nicht mehr froh wurde, suchte er endlich dort Trost, wo er ihn immer gefunden hatte: beim Erwachten. Lange hatte Pasenadi wegen der Stärke seiner Reue nicht gewagt, an einen Besuch beim Buddha zu denken, aber der Friede einsamer Bäume brachte ihn auf den Gedanken, doch wieder bei ihm seine Zuflucht zu suchen. Er übergab Schwert und Krone, die Zeichen der weltlichen Macht, seinem Heerführer, um dem Buddha nicht als König, sondern als Anhänger gegenüberzutreten. Dann ging er zum Meister und fiel ihm zu Füßen.

Während die erhebende Darlegung Pasenadis stattgefunden hatte, die der Erwachte seinen Mönchen als „Denkmale der Lehre“ zu behalten empfahl, war aber etwas geschehen, was dem Frieden jenes Gesprächs stark entgegengesetzt war. Der Heerführer Dīgho war nämlich mit den Kroninsignien zur Hauptstadt zurückgekehrt und krönte Pasenadis Sohn Vidudabho zum König, der schon lange die Sakyer hasste und bis-

her seinem Vater nur noch nicht in den Weg zu treten gewagt hatte.

Als Pasenadi von dem Gespräch mit dem Erwachten zurückkehrte, fand er sein Heer nicht mehr und erfuhr die Tat seines Heerführers. Da beschloss er, bei König Ajātasattu Zuflucht zu suchen und mit seiner Hilfe den Thron wiederzuerlangen. Er zog also nach Rājagaha, über den Ganges hinüber. Als er dort ankam, war es Abend, die Tore waren geschlossen. Er musste sich in einer Halle vor der Stadt niederlegen. Durch die Aufregung der letzten Ereignisse und die rasche Reise hielt sein Leib die Strapazen aber nicht mehr aus, und er starb im 80. Lebensjahr dort noch in der Nacht.

BEI KANNAKATTHALA  
90. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

König Pasenadi von Kosalo: Gehört habe ich, dass der Asket Gotamo sagt: „Es gibt keinen Mönch oder Brahmanen, der alles weiß, alles sieht, jederzeit unbeschränkte Wirklichkeits-sicht hat.“ – Der Erwachte: Das ist nicht richtig. (s. M 71) Es gibt keinen Asketen oder Brahmanen, der alles gleichzeitig weiß und sieht (sondern immer nur nach und nach). –

Was ist der Unterschied zwischen den vier Kasten? – Wenn fünf Eigenschaften vorhanden sind: Vertrauen zum Erwachten, Gesundheit, Ehrlichkeit und Offenheit, Tatkraft, Weisheit (so auch M 85) und diese von den Menschen eingesetzt werden und sie sich in den vier Großen Kämpfen (6.Glied des achtgliedrigen Heilswegs) üben, so besteht kein Unterschied zwischen den Kasten. Auch in ihrer Erlösung ist kein Unterschied, so wie jedes Holz, wenn es brennt, Helligkeit gibt. –

Gibt es Götter? (S. M 100) Kehren sie wieder? – Nur die belasteten (s. M 88) Götter kehren wieder. Nicht mehr die Nichtwiederkehrer. – Feldherr Vidūabho: Können die Sin-nensuchtgötter die Nichtwiederkehrer verjagen? – Sie können sie nicht einmal sehen, so wie der König die Götter der Drei-unddreißig nicht sehen, geschweige verjagen kann.

Kehrt ein Brahma zu dieser Welt zurück? – Nur die belasteten Brahmas kehren zurück.

BRAHMĀYU  
91. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Der erwartete Heiland erscheint

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit wanderte der Erhabene im Videher Land von Ort zu Ort, von vielen Mönchen begleitet, einer Schar von fünfhundert Mönchen.*

*Um diese Zeit nun lebte Brahmāyu <sup>156</sup>, ein Priester, in Mithilā, alt und greis, hochbetagt, im fortgeschrittenen Alter, im letzten Lebensabschnitt, ein Meister der Drei-Veden samt ihrer Auslegung und Deutung, samt ihrer Laut- und Formenlehre und ihren Sagen zufünft, der Gesänge kundig und ein Erklärer, der die Merkmale eines großen Weltweisen aufwies. Und es hörte Brahmāyu, der Priester, reden:*

*„Da wandert doch jetzt in unserem Land der berühmte Asket Gotamo, der Sakyerprinz, der auf die Herrschaft über die Sakyer verzichtet hat. Er wandert mit einer großen Mönchsgemeinde von Ort zu Ort. Diesem ehrwürdigen Gotamo aber geht der wunderbare Ruf voraus:*

*„Er ist der Erhabene, Heilgewordene, vollkommen Erwachte, der im Wissen und Wandel Vollendete, der zum Heil der Wesen gekommene Kenner der Welt. Er ist der unübertreffliche Lenker derer, die erziehbar sind, ist Meister der Götter und Menschen, erwacht, erhaben. Er hat diese Welt mit allen ihren Geistern, den weltlichen und den reinen, mit ihren Scharen von Asketen und Brahmanen, Göttern und Menschen in unbegrenzter Wahrnehmung selber durchschaut und*

---

<sup>156</sup> wörtlich „Reines Leben“

*erfahren und lehrt sie uns kennen. Er verkündet eine Lehre, die nach Inhalt und Aussageweise schon von Anfang an hilfreich zum Guten führt, in ihren weiteren Teilen immer weiter fördert und mit ihrer letzten Aussage ganz hinführt zum Heilsstand. Er führt den vollständig abgeschlossenen, lautereren Reinheitswandel in der Welt ein. Glückliche, wem es vergönnt ist, einen Heiland von solcher Art zu erleben.'*

*Damals nun hatte Brahmāyu, der Brahmane, einen jungen Brahmanen als Schüler bei sich, Uttaro mit Namen, der ebenso gelehrt wie er selbst war. Und Brahmāyu wandte sich nun an den jungen Uttaro:*

*Komm, lieber Uttaro, geh zum Asketen Gotamo hin und erforsche den Asketen Gotamo, ob er wirklich so ist wie sein Ruf und welcher Art er ist. Durch dich wollen wir ihn, den Herrn Gotamo, kennen lernen. –*

*Auf welche Weise aber, Herr, soll ich ihn, den Herrn Gotamo, erforschen, ob Herr Gotamo wirklich so ist wie sein Ruf und welcher Art der Asket Gotamo ist? –*

*Es sind, lieber Uttaro, in unseren Hymnen zwei- unddreißig Merkmale eines großen Mannes überliefert worden, mit denen ausgestattet ein solcher nur zwei Bahnen betreten kann, keine dritte. Wenn er im Haus bleibt, wird er ein Kaiserkönig, ein gerechter und wahrer König, ein Herrscher über die vier Himmelsrichtungen, überall siegreich, der seinem Reich Sicherheit schafft und die sieben Kostbarkeiten besitzt: das kostbare himmlische Rad, den kostbaren Elefanten, das kostbare Pferd, das kostbare Juwel, die kostbare Frau, den kostbaren Verwalter und den kostbaren Berater als siebentes. Und er wird viele Söhne haben, tapfer, heldenhaft, Zerstörer der feindlichen Heere. Über diese von Meeren begrenzte Erde herrscht er ohne Waffen, mit Gerechtigkeit und Güte. Wenn er aber aus dem*

*Haus in die Hauslosigkeit zieht, wird er ein Geheilter, vollkommen Erwachter, wird der Welt den Schleier hinwegnehmen. - Ich habe dir schon die Hymnen gesagt, und du hast sie behalten. -*

*Ja, Herr!-, entgegnete da Uttaro, der junge Brahmane, Brahmāyu, dem Brahmanen, zustimmend. Und er erhob sich von seinem Sitz, bot ehrerbietigen Gruß dar, ging rechts herum und begab sich auf die Wanderung nach Videhā, auf die Wanderung zum Erhabenen.*

In den uralten Sprüchen der Brahmanen gab es die Aussage, dass dann und wann ein Erwachter erscheint und der Welt den Schleier der Blendung hinwegnimmt. In allen religiösen Kulturen gibt es die Ankündigung von Heilanden, doch ist ein großer Unterschied in der Erwartung in solchen Kulturen, in denen mit einem Schöpfergott gerechnet wird, und solchen, in denen das unpersönliche Karma-Gesetz, das Gesetz von Saat und Ernte, begriffen worden ist. Da wird eine andere Art von Heiland erwartet. Bei den Juden und Moslems gab es die Auffassung, dass Gottes Sohn oder ein Prophet von Gott geschickt würde. An diesen Gott wurde geglaubt und seine Sendboten wurden angebetet, verehrt. Im Christentum wird gelehrt: *Wir wissen, es ist in keinem anderen Heil, denn allein in dem Namen Jesus Christus. (Apg.4,12)* Diese Propheten erließen Gebote und verlangten Gehorsam gegenüber diesen Geboten und gegenüber diesem Gott, der die Welt geschaffen habe und von seinen Geschöpfen ein bestimmtes Verhalten forderte.

Die Erwartung der Inder zur Zeit des Erwachten war nach den damals schon uralten brahmanischen Überlieferungen eine ganz andere. Sie erwarteten nicht einen Gottessohn oder einen Propheten. Sie wussten aus ihrer auf geistige Erfahrung gegründeten Überzeugung von der Gültigkeit des Karmagesetzes, dass es zwar göttliche Wesen von überragender Reinheit und Größe gibt, aber einen allmächtigen Schöpfergott anzu-

nehmen, der in das Wesen eines Menschen eingreifen könnte, auch ohne dass der Mensch sich selber in dieser Richtung bemühte, war den Indern damals ganz unmöglich. Sie wussten, dass alle Wesen, Götter, Geister, Menschen und Ungeister, nach dem gleichen Gesetz entstehen, vergehen und sich verändern; sie wussten, dass alle - auch die reinsten und höchsten Wesenheiten - dem Karma, der Abhängigkeit von eigenem Wirken in Gedanken, Worten und Taten unterworfen sind. Ein indisches Wort sagt:

*Verehrung sei den Göttern? - Ja,  
doch stehn die Götter wie die Menschen  
in Schicksals Macht.*

*Verehrung drum dem Schicksal? - Ja.  
Doch wird es nur durch der Wesen Wirken  
hervorgebracht.*

*Verehrt sei drum am meisten  
die wohlbesonnene gute eig'ne Tat.*

Hier wird also nicht aus dem Karma-Gesetz vorschnell gefolgert, es sei Unsinn, die Götter zu verehren, da nur die eigene Tat entscheidet. Der Inder weiß: Die göttlichen Wesen unterschiedlicher Grade sind durch bessere Taten in ihren hohen Zustand gelangt, sie sind heller, reiner als die Menschen, und darum sind sie verehrungswürdig, den Menschen an Wohl und Glück, an Macht und Schönheit überlegen. Aber das eigene Wirken allein ist die Saat, durch die alle Wesen bestehen: durch gute Taten menschliche und göttliche Wesen, durch üble Taten untermenschliche Wesen, und je nach ihrer Saat wechseln die Wesen immer wieder ihre Sphäre. Der Inder weiß, dass die Wesen je nach der Wandlung ihrer inneren Qualitäten auf- und niedersinken. Die größten Sucher unter ihnen suchten darum schon damals nicht jemanden, der ihnen den Weg in himmlische Welten wiese. Sie wussten ja, dass selbst aus den höchsten Sphären die Wesen immer wieder absinken, immer

wieder hineingerissen werden in den endlosen Strudel des Daseinskreislaufs.

Deshalb erwarteten sie von einem Heiland, dass er ihnen den Ausgang aus dem gesamten Wechsel und Wandel des Auf und Ab in das wirklich Heile, endgültig Unverletzliche zeige. Diese Menschen, die das Karmagesetz an sich beobachteten, wussten: „*Versunken bin ich in der endlosen Kette von Geborenwerden, Altern und Sterben, Wiedergeborenwerden, Altern und Sterben - in Leiden versunken, in Leiden verloren; o dass es doch möglich wäre, dieser ganzen Leidensmasse ein Ende zu machen.*“ (M 29 u.a.) Ihre Sehnsucht ging dahin, aus diesem ganzen Daseinstraum zu erwachen, da dieser immer nur wieder neue Situationen im ständigen Wechsel vorgaukelt – bald helle Bilder aus helleren Gesinnungen und bald dunkle Bilder aus dunkleren Gesinnungen, aber immer doch wieder Bilder, Erscheinungen, Bewusstseinsinhalte ohne Ende.

Der Erwachte sagt von sich, er habe das Gesetz durchschaut, nach welchem dieser in sich geschlossenen Kette des Entstehens und Vergehens ein Ende gemacht werden und der Friede gefunden werden könne. Darum wird er als Meister der Götter und Menschen angesehen, der die Existenz durchschaut hat, der ihr Gesetz kennt. Der Inder weiß um die Gesetzmäßigkeit, dass immer wieder nach langen Zeiten ein Erwachter in der Welt erscheint, deshalb ist er beglückt, wenn er von Anzeichen hört, ein Erwachter sei gekommen. Dann überwindet er alle Hindernisse, um einem solchen wahnlosen Wesen nahe zu kommen und die Wahrheit zu verstehen. Ein Erwachter ist von ganz anderer Art als irgendein Religionsgründer. Er ist kein Gesandter eines Gottes, er verlangt für sich keine Verehrung und keine Anbetung, er erlässt keine Gebote und richtet und straft nicht. Er sagt einfach: Ich habe die Gesetzmäßigkeit erkannt, bin meiner Erkenntnis gefolgt und habe die Ursachen alles Zerbrechlichen aufgehoben, darum kann bei mir nichts Zerbrechliches mehr neu entstehen und vergehen. Die Unwandelbarkeit in unverletzbarem Frieden ist gefunden. Wer danach fragt, dem kann ich, solange dieser Körper besteht,



raten, kann ihm sagen, was helfen kann und was nicht helfen kann.

Was an anderen Religionen wirklich hilfreich ist, das lässt ein Erwachter auch als hilfreich gelten, aber er nennt denen, die danach suchen, noch das, was über die Aussagen der Religionen hinausgeht und zum vollkommenen Durchbruch, zur Erwachung führt. Er zeigt, wie alles Dasein - gleich welcher Sphären - allein durch Gedanken, Gesinnung geworden ist, als Idee fixiert ist. Aus dunkler primitiver Idee wird entsprechend dunkel und primitiv gehandelt - und daraus dunkles Dasein fixiert, dargestellt, geschaffen; und aus hellen Vorstellungen wird entsprechend heller und edler gehandelt - und daraus helles Dasein fixiert, dargestellt, geschaffen. Aber solange Idee, Anschauung, Vorstellung ist - und sei es auch die reinste und innigste und einheitlichste - so lange ist Dasein. Die höchsten Gottheiten, die sich für ewig halten, haben noch die durch ihr Denken geschaffene, also bedingte Vorstellung, die Idee, das Bewusstsein: „Ich lebe in Ewigkeit“, und so sind sie einem so vorgestellten Dasein ausgeliefert. Aber auch sie erleben Wehe - wenn ein Daseins-Erleben endet. Darin also unterscheidet sich der Erwachte von allen anderen Heilslehrern, dass er jegliches Sein, auch das höchste, reinste, göttlichste, als unbeständig durchschaut, als dem Wechsel und Wandel unterworfen, und dass er die Wesen zur völligen Selbstständigkeit und Unabhängigkeit von aller Bedingtheit führt. In den sehr, sehr langen Zeiträumen, in denen kein Erwachter auf Erden lebt, wird dieses Wissen vergessen, und es bleibt nur ein Ahnen von etwas überweltlich Befreiendem. Dieses Ahnen lebte in dem alten Brahmanen Brahmāyu. Deshalb wollte er Gewissheit haben, ob der Ruf, der jenem Asketen voranging, berechtigt war.

Auch ein Kaiserkönig hat  
die Merkmale eines großen Mannes

Wenn im Pälikanon das Wesen bedeutender Menschen beschrieben wird, dann heißt es dabei immer, dass an den Betref-

fenden u.a. die Merkmale eines großen Mannes erkennbar waren. Diese Merkmale waren schon vor dem Buddha in Indien bekannt und gehörten zum Bestand priesterlichen Wissens; auch in der Astrologie tauchten sie schon auf. Als der Erwachte geboren war, da erkannten die zeichenkundigen Brahmanen bereits am Leib des Neugeborenen diese Merkmale und prophezeiten, dass ein solcher nur zwei Wege beschreiten könne, nämlich entweder ein Weltherrscher (Kaiserkönig) werde oder ein Vollkommen Erwachter.

Mit dem Erscheinen eines Kaiserkönigs in der Welt sind untrennbar seine sieben Juwelen oder Schätze verknüpft, die in D 17 näher beschrieben werden: Es sind eine himmlische Kostbarkeit, zwei Kostbarkeiten aus dem Tierreich, eine Kostbarkeit aus dem Bereich der Dinge und drei menschliche Kostbarkeiten:

1. Als ersten himmlischen Schatz besitzt der Kaiserkönig das himmlische Radjuwel, das Steuerrad für die gerechte Weltherrschaft, für die moralische Ordnung der Menschheit. Es eilt ihm voran und lenkt alles zum Besten, steht ihm zu Häupten.
2. Der Kaiser besitzt als zweites Juwel das Elefantenjuwel, den besten weißen Staatselefanten, der ihn hoch über die Menge erhebt und, mächtig und gebündigt, vor allen Feinden Schutz gewährt.
3. Als drittes Juwel und als zweiten Schatz unter den Tieren besitzt der Kaiser das Rosssjuwel, das ihn windschnell hinbringt, wohin er nur will.
4. Unter seinen Reichtümern aus der Dingwelt hat der Kaiser das Edelsteinjuwel, den Diamanten, der nachts taghell leuchtet.
5. Der Kaiser besitzt als erstes unter den drei menschlichen Juwelen das Frauenjuwel als ideale Ergänzung, die schöne, edle und pflichtgetreue Kaiserin, die ihm treue Gefährtin und Ruhepunkt ist, eben die Seele des Palastes.
6. Als zweiten Schatz unter den Menschen hat der Kaiser das Bürgerjuwel, den idealen Schatzmeister, der ihm auf rechtliche

Weise alle Mittel verschafft, die er braucht, ohne dass er Schulden aufnehmen oder gar die Bürger bedrücken muss.

7. Als drittes Juwel unter den Menschen hat der Kaiser das Kanzlerjuwel, den idealen Ratgeber, der ihn zum Besten berät.

Das wichtigste dieser sieben Juwelen ist das erste, das Radjuwel, eine Gabe der Götter, ein sichtbares Symbol des himmlischen Gesetzes, das den Menschen zu Häupten steht. Seine Herkunft können wir uns etwa wie folgt vorstellen:

Ebenso wie berichtet wird, dass Geister der Unterwelt Einfluss nehmen auf die Menschen und dafür sorgen wollen, dass das Dunkle zum Sieg kommt, so blicken auch manche höheren himmlischen Wesen immer wieder voll Anteilnahme auf die Menschenwelt und beobachten den sittlichen Stand der Menschen. Es geht durch fast alle Mythen, dass die Gottheiten sich Sorgen machen, wenn ihre Himmel leerer werden, kein Zustrom stattfindet, weil im Menschentum die Moral abnimmt, und dass sie manches versuchen, um zu erreichen, dass die Menschen wieder zu besserer Moral kommen. Wo Geistwesen von fürsorgender Art und von hoher Moral beobachten, dass in der Welt ein Mensch von der sittlichen Größe eines Kaiserkönigs erscheint, da tragen sie mit ihren himmlischen Mitteln dazu bei, dass er Herrscher wird und bleibt, damit er die Wesen zum Guten beeinflussen und sie dem Einfluss der Unterwelt entziehen könne.

Das himmlische Radjuwel ist also ein sichtbares Zeichen, dass die Himmlischen den Kaiserkönig der Herrschaft für würdig erachten. Eine solche Gloriole stärkt natürlich die Bereitschaft der Menschen, dem Herrscher als ihrem Vorbild zu vertrauen und ihm nachzufolgen. Gelenkt von den Göttern, rollte das Radjuwel durch die verschiedenen Länder. In der damaligen Zeit wussten die Fürsten und die Geistlichen aller Länder: Gegen dieses Radjuwel sind wir machtlos, in seinem Schutz aber sind wir geborgen. Der Kaiser hatte zwar den viermächtigen Heerbann bei sich als Ausdruck seiner Macht und Stärke, aber nirgendwo brauchte er mit Gewalt vorzugehen. Alle Völker ordneten sich gern dieser Macht unter, die-

sem vom Himmel auserwählten Kaiser. Sie konnten ja nichts Besseres tun, um auch selber des Segens des Himmels teilhaftig zu werden, der den Kaiser sichtbar begleitete. So konnte der Kaiser die moralischen Gesetze, die für sein Reich gültig waren, auf dem ganzen indischen Kontinent ausbreiten und befestigen.

Der den hohen Kaiserwandel führende Mensch regiert nicht nach Willkür, nach Lust und Laune nach seinem eigenen Gutdünken, sondern kennt und anerkennt ein höheres Gesetz und unterwirft sich ihm auch selbst. Denn er weiß, dass er wie alle Menschen dem Saat-Ernte-Gesetz unterworfen ist. Daraus ergibt sich als zweites Merkmal eines Menschen, der den heiligen Kaiserwandel führt, dass er den anderen Wesen „Schutz und Schirm“ angedeihen lässt, dass er seine Aufgabe als Landesvater voll und ganz wahrnimmt mit der Absicht, vielen Menschen zu helfen, ihnen Wohl und Sicherheit zu geben.

### Der Ruhmesruf des Erwachten

Diese Bahn des Kaiserkönigs hätte der Erwachte nach den astrologischen Zeichen und nach seinen Körpermerkmalen einschlagen können, aber er wollte allem Leiden für immer entrinnen und wählte den Weg eines Asketen. Er hat das Ziel seiner Asketenschaft erreicht, er hat das getan, nach dem nichts, nichts mehr in aller Welt zu tun übrig bleibt. Er ist von allen Verstrickungen befreit, unverletzbar, unbeeinflussbar, heil, universal geworden. Der Erwachte bezeichnet sich als den „Tathāgato“, als den aus Täuschung, Wahn zum klaren Anblick des Wahren und Wirklichen (*tatha*) Hingelangen (*āgato*), als den Vollendeten. Er hat den Heilsstand, das Nirvāna, erreicht. Darum ist er „der Erhabene“, der alle Wesen Überragende. Er ist ein Geheilte, ist aus Schmerzen und Leiden erwacht, geheilt. „Geheilte“ ist nicht etwas Sakrales, ein „Heiliger“, sondern bezeichnet einen nüchternen Befund. Die Wesen, sagt der Erwachte, sind krank, und der Erwachte ver-

gleichet sich mit einem Arzt, der die Menschen heilt, nachdem er zuerst selbst heil geworden ist in dem Sinn von „nicht verletzt und nicht mehr verletzbar“. Er ist *in Wissen und Wandel vollendet*. Erst nachdem er vollkommenes Wissen erworben hat, vollkommen in der gesamten Lebensführung ist, tritt er als Lehrer auf. Seine Lebensführung stimmt mit seinem Wissen überein, sein Wissen ist wie sein Wandel - eine Übereinstimmung, die der Nichtgeheilte vergeblich anstrebt. Wir wissen von uns, dass unser Wissen über unseren Wandel hinausgeht, dass wir auf Grund von Trieben durchaus nicht immer nach unserem Wissen handeln.

*Er ist Meister der Götter und Menschen:* Alle im Wahn befangenen Wesen sind Dilettanten des Lebens, auch wenn sie Götter sind. Die Götter kennen ihren Bereich, den wir nicht kennen; sie kennen darüber hinaus auch unseren Bereich, den wir kennen. So kennen viele Gottheiten, viele höhere Wesen viel, viel mehr als wir, aber sie kennen sich selbst nicht, sie kennen ihre Herkunft und ihre Hinkunft nicht, darum bleiben sie der Ungewissheit ausgeliefert, es sei denn, sie sind durch einen Erwachten belehrt worden.

Der Ruhmesruf in unserer Lehrrede zeigt: Der Buddha war zur Zeit dieser Lehrrede in Indien bereits berühmt. Das lag nicht nur daran, dass er schon längere Zeit lehrte, sondern lag weit mehr an seiner inneren Größe und gedanklichen Klarheit. Ein mittelmäßiger Lehrer kann Jahrzehnte durch die Lande ziehen und wird immer und überall schnell wieder vergessen. Aber einer, der noch nie in einem Rededuell besiegt worden ist und der vor allem, wie es Zeugen berichteten (M 27), auch nie als Sieger dastehen wollte, sondern die Gesprächspartner, die ihm oft mit wohlersonnenen Fangfragen Fallen stellen wollten, nur versöhnte und befriedete und beglückte, so dass sie fast immer zu ihm übertraten - das ist eine seltene und eine wohl-tuende Erscheinung in der Welt. Das ist eine Sonne am geistigen Himmel.

Aber eine solche Herzensgüte und Klarheit des Denkens mag wohl lebenslängliche Sympathie, Beliebtheit und Freund-

schaft bewirken, doch würde sie dem ernsthaften Heilssucher, der sich in dieser undurchschauten Existenz gefährdet und ausgeliefert sieht, darum nach ihrer Durchschauung und Beherrschung sucht und fragt, nicht ausreichen, wenn dieser Lehrer nicht auch gerade dieses existentielle Grundanliegen erfüllen würde. In dem Buddha begegnet er einem Geist, der seine Hoffnung auf endgültige klärende Wahrheitsfindung über alle Erwartungen und Maße erfüllt.

Darum waren auch bald schon die besten Denker und Wahrheitssucher aus den ersten Häusern seine Anhänger geworden, und viele von ihnen sind als Mönche in seinen Orden eingetreten. Dieser Vorgang hat natürlich auch deren Familien aufgerüttelt, und so ging bald durch die ganze Oberschicht und von daher durch alle Schichten der Bevölkerung in Indien ein Raunen über die geistige Größe dieses Buddha, dessen Mönche vorwiegend zur Elite des Landes gehörten.

Uttaro entdeckt die 32 Körpermerkmale  
eines großen Mannes am Erwachten

*Von Ort zu Ort wandernd kam Uttaro, der junge Brahmane, dorthin, wo der Erhabene weilte. Und er tauschte höflichen Gruß und freundliche, denkwürdige Worte mit dem Erhabenen, setzte sich zur Seite nieder und hielt nach den zweiunddreißig Merkmalen eines großen Mannes am Körper des Erhabenen Ausschau. Er sah die Merkmale eines großen Mannes am Körper des Erhabenen <sup>157</sup> mit zwei Ausnahmen. Er war deshalb im Zweifel und unsicher, er konnte sich nicht klar darüber werden: über das von einer Hautfalte umschlossene männliche Geschlechtsorgan und über die Größe der Zunge.*

---

<sup>157</sup> Den folgenden Text hat K.E. Neumann in seiner Übersetzung ausgelassen

*Da merkte der Erhabene: „Dieser Brahmanenschüler Uttaro sieht die Merkmale eines großen Mannes an mir mit der Ausnahme von zwei.“ Da bewirkte der Erhabene mit übernatürlicher Geisteskraft, dass der Brahmanenschüler Uttaro sah, dass das männliche Geschlechtsorgan des Erhabenen von einer Hautfalte umschlossen war. Dann streckte der Erhabene die Zunge heraus und berührte mehrmals beide Ohröffnungen, und er berührte mehrmals beide Nasenlöcher, und er bedeckte seine Stirn mit seiner Zunge.*

*Da dachte nun Uttaro, der junge Brahmane, bei sich: „Ausgestattet ist der Asket Gotamo mit den zwei- unddreißig Merkmalen eines Großen Mannes. Wie wenn ich nun dem Asketen Gotamo nachfolgte, um sein Verhalten kennen zu lernen?“ Und Uttaro, der junge Brahmane, folgte dem Erhabenen sieben Monate nach wie ein Schatten und verließ ihn nie.*

Die 32 Körpermerkmale, günstige Lebensumstände,  
ihre Ursachen (D 30)

Die zweiunddreißig Körpermerkmale, die ein Vollkommen Erwachter und auch ein Kaiserkönig besitzt, sind eine Auswirkung bestimmter früher geübter Tugenden. Der Erwachte schildert (in D 30) zwanzig hervorragende seelisch-geistige Eigenschaften, aus denen sich eines oder mehrere der zwei- unddreißig Merkmale ergeben. Er berichtet dort von sich selber, wie er in früheren Leben diese zwanzig überragend sozialen Verhaltensweisen geübt und als Ergebnis eine zweifache Ernte erlebt hatte: an seinem Leib und außen in der Welt günstige Lebensumstände. Diese werden im Folgenden genannt.

Wie haben wir uns eine solche Auswirkung seelischer Eigenschaften und Fähigkeiten auf den Körper vorzustellen? Wie kommt es beispielsweise, dass ein Mann wie Mozart von frühester Kindheit an ein hochbegabter Musiker gewesen ist

mit einem besonders dafür geeigneten Ohr? Darauf antwortet die Karmalehre: Wer mehrere Leben lang den anderen ihre Fähigkeiten gegönnt hat und so als grundsätzlich gewährender Mensch lebte, der wird, wenn er sich auf dieser Grundlage außerdem um eine Eigenschaft wie z.B. Musikalität besonders bemüht, bei der Inkarnation in einem nächsten Leben ein Körperwerkzeug mit entsprechenden Fähigkeiten aufbauen. Jeder, der auf seinem Gebiet etwas erreicht hat, sagt von sich, er habe es weniger durch Talent als vielmehr durch Anstrengung, Mühe und Überwindung erreicht. Wer nun diese Anstrengungen bereits in früheren Leben auf sich genommen und zugleich Gewähren in die Welt gesetzt hat, aus dem wieder folgt, dass auch er Gewähren, Erfüllung erlebt, der bringt eine „Prädestination“ mit, die nicht von einem anderen Schöpfer geschaffen worden ist nach Qualität und Quantität, sondern von ihm selbst durch intensives Streben und gewährende Gesinnung im Lauf des Lebens. Von daher erklärt sich die überdurchschnittliche Begabung eines Wunderkinds wie Mozart. Spielend wusste er mit den Instrumenten umzugehen, und sein kindliches Empfinden konnte er in der Musik ausdrücken.

Diese „Prädestination“ gibt es auf allen Gebieten bis zum Höchsten, so auch in der Wahrheitssuche, wie der Erwachte sie in früheren Leben betrieben hat: Wer viele Leben hintereinander immer wieder nach Wahrheit gesucht hat, wer sich von philosophischen Winkelzügen, Spekulationen und Wunschträumen immer mehr befreit und sich nur vorgenommen hat: „Ich will den Felsgrund der Wirklichkeit unter meinen Füßen haben, ich will mich von Schönklingendem oder Hässlichklingendem nicht betören oder abstoßen lassen, ich will wissen, wie es wirklich ist“ - wer daran unbeirrbar festhält, immer weniger der Täuschung verfällt, auch nicht zornig abstoßend reagiert, wenn seine Anschauung auf Widerspruch stößt, sondern still und beharrlich weitersucht - ein solcher wächst geistig und seelisch, und das drückt sich bald auch körperlich aus. Wir erleben ja manchmal sogar, wie ein Mensch in einigen Jahren oder Jahrzehnten in ein- und dem-



selben Körper wohnend, durch Wandlung seiner inneren Art ein ganz anderes Antlitz und andere Gebärden annimmt, obwohl die Grundkonzeption des Körperwerkzeugs bis zum Tod festliegt. Man kann darum ahnen, wie diese körpergestaltenden Kräfte der Triebe erst wirken, wenn sie im Tod den Körper verlassen haben - wie die Energie des Ozeans, wenn der Deich geöffnet wird. Und wer außerdem gemerkt hat, dass Rücksichtslosigkeit anderen gegenüber Hass, Feindschaft und Sorgen schafft, die wiederum unabgelenktes und ungestörtes Forschen verhindern - wer darum schlichter lebt, nicht in die Interessensphären anderer eindringt, sondern nur immer sich selber in Zucht hält und allmählich den inneren Schatz der bisher gefundenen Wahrheiten miteinander verbindet in klarem Beobachten, und mit diesen schon halb abgeklärten Augen die Erscheinungen durchschaut, der wächst von Leben zu Leben zu anderer Art, und das drückt sich auch körperlich aus. Wer so nach langem innerem Wachsen gereift ist, bei dem fixieren sich schließlich im Körper diese zweiunddreißig Zeichen als äußerer Ausdruck seiner inneren vollkommenen Reife, und er erlebt günstige Lebensumstände.

#### 1. Körpermerkmal - günstiger Lebensumstand - Saat

*Er setzt seinen Fuß flach auf, berührt mit den ganzen Sohlen der Füße den Boden.*

Günstiger Lebensumstand als äußere Ernte: *Als Kaiserkönig wie auch als Erwachter ist er unwiderstehlich für jeden menschlichen Feind oder Nebenbuhler.*

Saat: *Weil der Vollendete in früherer Geburt, in früherem Dasein, in früherem Leben, wie er vor Zeiten Mensch geworden war, feste Grundsätze gefasst hatte bei heilsamen Dingen, fest entschlossen beharrt hatte im guten Wandel in Taten, Worten und Gedanken: beim Geben, beim Einhalten von Tugendregeln, beim Einhalten des Uposatha-Tags, bei der Achtung vor*

*Vater und Mutter, Achtung vor Asketen und Priestern, Achtung vor alten Menschen, bei heilsamen Dingen - weil er solch ein Wirken vollbracht, gepflegt, vermehrt und vergrößert hatte, war er bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, auf gute Bahn, in selige Welt emporgelangt. Dort war er den anderen Göttern in zehnfacher Weise überlegen: in Lebenskraft, Schönheit, Glück, Ansehen, Macht, an dem Besitz von himmlischen Formen, Tönen, Düften, Säften, Tastungen.*

*Wieder Mensch geworden, hatte er das körperliche Merkmal, dass er den Fuß flach aufsetzte und mit den ganzen Sohlen seiner Füße den Boden berührte und unbesiegbar war für jeden Feind und Nebenbuhler.*

## 2. Körpermerkmal - günstiger Lebensumstand - Saat

*Auf den Fußsohlen sind Räder mit tausend Speichen, mit Felgen und Naben, und er hatte ein großes Gefolge. Günstiger Lebensumstand als äußere Ernte: Als Kaiserkönig: Groß ist sein Besitz, sein Gefolge. Als Erwachter: Groß ist die Schar seiner Mönche und Nonnen, seiner Nachfolger.*

*Saat: Weil der Vollendete in früherer Geburt, in früherem Dasein, in früherem Leben, wie er vor Zeiten Mensch geworden war, vielem Volk hilfreich beigestanden, Aufruhr, Schrecken und Furcht beschwichtigt hatte, anderen Schutz und Schirm und Obhut gewährt hatte, Gaben gegeben hatte, weil er solch ein Wirken vollbracht, gepflegt, vermehrt und vergrößert hatte, war er bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, auf gute Bahn, in selige Welt emporgelangt.*

*Wieder Mensch geworden, hatte er das körperliche Merkmal: Auf den Fußsohlen Räder mit tausend Spei-*

*chen, mit Felgen und Naben, und er hatte ein großes Gefolge.*

3., 4. und 5. Körpermerkmal - günstiger Lebensumstand - Saat

*Lange Fersen und lange Zehen; der Körper steht brahmagleich aufrecht.*

Günstiger Lebensumstand als äußere Ernte: *Lange Lebensdauer, kann nicht vorzeitig sterben.*

Saat: *Weil der Vollendete in früherer Geburt, in früherem Dasein, in früherem Leben, wie er vor Zeiten Mensch geworden war, Lebendiges umzubringen verworfen hatte, Lebendiges umzubringen ihm fern lag und er ohne Stock, ohne Schwert, verständnisvoll und teilnehmend, zu allen Wesen Liebe und Mitempfinden fühlte, weil er solch ein Wirken vollbracht, gepflegt, vermehrt und vergrößert hatte, war er bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, auf gute Bahn, in selige Welt emporgelangt.*

*Wieder Mensch geworden, hatte er die körperlichen Merkmale: lange Fersen und lange Zehen, aufrecht stehender Körper und hatte eine lange Lebensdauer.*

6. Körpermerkmal - günstiger Lebensumstand - Saat

*Lange Finger.*

Günstiger Lebensumstand als äußere Ernte: *bekam erlesenes Essen.*

Saat: *Weil der Vollendete in früherer Geburt, in früherem Dasein, in früherem Leben, wie er vor Zeiten Mensch geworden war, Spenden gegeben hatte von erlesenen Gerichten an fester und flüssiger Speise und Getränken, weil er solch ein Wirken vollbracht, gepflegt, vermehrt und vergrößert hatte, war er bei Ver-*

*sagen des Körpers, nach dem Tod, auf gute Bahn, in selige Welt emporgelangt.*

*Wieder Mensch geworden, hatte er das körperliche Merkmal lange Finger und bekam erlesenes Essen.*

7. und 8. Körpermerkmal - günstige Lebensumstände – Saat

*Hände und Füße sind sanft und zart, die Bindehaut zwischen Fingern und Zehen ist weit geschweift.*

*Günstiger Lebensumstand als äußere Ernte: Gut verträglich ist die Umgebung.*

Saat: Weil der Vollendete in früherer Geburt, in früherem Dasein, in früheren Leben, wie er vor Zeiten Mensch geworden war, vier Arten des Gebens als Grundlage der Eintracht gepflegt hatte: materielle Gaben geben, liebevolle Worte, Wohltun und Helfen, den anderen als sich selbst ansehen, weil er solch ein Wirken vollbracht, gepflegt, vermehrt und vergrößert hatte, war er bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, auf gute Bahn in selige Welt emporgelangt.

*Wieder Mensch geworden, hatte er das körperliche Merkmal sanfte und zarte Hände und Füße, und seine Umgebung war gut verträglich.*

9. und 10. Körpermerkmal - günstige Lebensumstände - Saat

*Füße muschelförmig gewölbt, die Körperhaare sind nach oben gerichtet.*

*Günstiger Lebensumstand als äußere Ernte: Der erste und höchste, der vorderste, oberste und beste ist er von allen Menschen.*

Saat: Weil der Vollendete in früherer Geburt, in früherem Dasein, in früheren Leben, wie er vor Zeiten Mensch geworden war, auf Nutzen und Wahrheit bedacht gesprochen hatte, als ein Aufklärer für viele, ein Wohl- und Freudenbringer, zu rechtem Geben geneigt,

*weil er solch ein Wirken vollbracht, gepflegt, vermehrt und vergrößert hatte, war er bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, auf gute Bahn, in selige Welt emporge-  
langt.*

*Wieder Mensch geworden, hatte er das körperliche Merkmal, dass die Füße muschelförmig gewölbt, die Körperhaare nach oben gerichtet waren - und er der erste und höchste, der vorderste, oberste und beste aller Menschen war.*

#### 11. Körpermerkmal - Günstiger Lebensumstand - Saat

*Schlanke, kräftige und gelenkige Beine wie eine Antilope, die Haut straff und geschmeidig.*

*Günstiger Lebensumstand als äußere Ernte: Er erlangt alles leicht.*

*Saat: Weil der Vollendete in früherer Geburt, in früherem Dasein, in früheren Leben, wie er vor Zeiten Mensch geworden war, gründlich zu unterweisen pflegte, in einem Handwerk oder in einer Kunst, in der Lebensführung oder in einem Geschäft: „Dass man mich doch leicht begreifen, leicht verstehen, leicht mir nachfolgen kann und sich nicht lange plagen muss“, weil er solch ein Wirken vollbracht, gepflegt, vermehrt und vergrößert hatte, war er bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, auf gute Bahn, in selige Welt emporge-  
langt.*

*Wieder Mensch geworden, hatte er das körperliche Merkmal, dass er Beine wie eine Antilope hatte, gelenkig und gerade, die Haut straff und geschmeidig war und er alles leicht erlangte.*

## 12. Körpermerkmal - günstiger Lebensumstand - Saat

*Die Haut ist zart und geschmeidig, dass kein Staub und Schmutz daran haften bleibt.*

Günstiger Lebensumstand als äußere Ernte: *Groß ist seine Weisheit, es gibt nicht seinesgleichen an Weisheit. Es übertrifft ihn darin keiner.*

Saat: *Weil der Vollendete in früherer Geburt, in früherem Dasein, in früheren Leben, wie er vor Zeiten Mensch geworden war, einen Asketen oder Brahmanen gern aufsuchte und befragte: „Was ist, o Herr, heilsam und was unheilsam, was ist tadelhaft und was untadelhaft, was ist zu pflegen und was ist nicht zu pflegen, was kann mir, indem ich es betreibe, lange zu Unheil und Leid gereichen, und was kann mir, indem ich es betreibe, lange zu Heil und Wohl gereichen?“ Weil er solch ein Wirken vollbracht, gepflegt, vermehrt und vergrößert hatte, war er bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, auf gute Bahn, in selige Welt empor gelangt.*

*Wieder Mensch geworden, hatte er das körperliche Merkmal geschmeidige Haut, an der kein Schmutz haften bleibt, – und große Weisheit, die die Weisheit aller übertrifft.*

## 13. Körpermerkmal - günstiger Lebensumstand - Saat

*Der Körper leuchtet golden, die Haut glänzt wie Gold.*

Günstiger Lebensumstand als äußere Ernte: *Er erhält fein gewebte schmiegsame Decken und Gewänder aus feinem Leinen, aus feiner Wolle, aus feiner Seide, aus feinem Tuch.*

Saat: *Weil der Vollendete in früherer Geburt, in früherem Dasein, in früheren Leben, wie er vor Zeiten Mensch geworden war, ohne Zorn, friedlich blieb, auch*

*wenn ihm viel gesagt wurde, sich nicht erregte, nicht ärgerte, nicht Antipathie oder Hass empfand, nicht darum herum dachte, nicht Zorn oder Hass oder Verdrossenheit an den Tag legte, aber Gaben auszuteilen liebte, fein gewebte schmiegsame Decken und Gewänder aus feinem Leinen, aus feiner Wolle, aus feiner Seide, aus feinem Tuch - weil er solch ein Wirken vollbracht, gepflegt, vermehrt und vergrößert hatte, war er bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, auf gute Bahn, in selige Welt emporgelangt.*

*Wieder Mensch geworden, hatte er das körperliche Merkmal, dass der Körper golden leuchtet, die Haut wie Gold glänzt und dass er fein gewebte, schmiegsame Decken und Gewänder aus feinem Leinen, aus feiner Wolle, aus feiner Seide, aus feinem Tuch erhält.*

#### 14. Körpermerkmal - günstiger Lebensumstand - Saat

*Das männliche Geschlechtsorgan ist von einer Haut umschlossen.*

*Günstiger Lebensumstand als äußere Ernte: Als Kaiser hat er viele Söhne, als Erwachter hat er viele Nachfolger, die seiner Weisung folgen.*

*Saat: Weil der Vollendete in früherer Geburt, in früherem Dasein, in früheren Leben, wie er vor Zeiten Mensch geworden war, lange schon zerstrittene, lange schon entzweite Verwandte und Freunde wieder zusammenzubringen suchte, die Mutter mit dem Sohn, den Sohn mit der Mutter, den Vater mit dem Sohn, den Sohn mit dem Vater, Bruder mit Bruder, Bruder mit Schwester, Schwester mit Bruder auszusöhnen sich mühte, und gelang es ihm Frieden zu stiften, darüber hochofren war - weil er solch ein Wirken vollbracht, gepflegt, vermehrt und vergrößert hatte, war er*

*bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, auf gute Bahn, in selige Welt emporgelangt.*

*Wieder Mensch geworden, hatte er das körperliche Merkmal, dass das männliche Geschlechtsorgan von einer Hautfalte umschlossen war, dass er als Kaiser viele Söhne hatte und als Erwachter viele Nachfolger, die seiner Weisung folgten.*

15., 16., 17. Körpermerkmal - günstige Lebensumstände - Saat

*Hoch und gerade gewachsen, kann er stehend, ohne sich zu beugen, mit beiden Handflächen die Knie berühren und befühlen; hat die Ausbreitung eines Banyan-Baumes.*

*Günstiger Lebensumstand als äußere Ernte: Als Kaiser ist er reich, hat viel Geld und Gut, Gold, Silber, Hausrat, Besitz, wohlgefüllte Scheunen und Schatzkammern. Als Erwachter ist er reich, hat viel Gut. Das aber ist sein Gut: Der Schatz des Vertrauens (der inneren religiösen Art), der Schatz der Tugend, der Schatz der Scham, der Schatz der Scheu, der Schatz der Wahrheitskenntnis, der Schatz des Loslassens, der Schatz der Weisheit.*<sup>158</sup>

*Saat: Weil der Vollendete in früherer Geburt, in früherem Dasein, in früheren Leben, wie er vor Zeiten Mensch geworden war, viele Menschen gleichmäßig beobachtend betrachtet hatte, die Menschen je nach ihrer Besonderheit erkannt hatte: „Dem kommt dies zu, dem kommt das zu“ und hierbei besondere Rücksicht walten ließ, weil er solch ein Wirken vollbracht, gepflegt, vermehrt und vergrößert hatte, war er bei Ver-*

---

<sup>158</sup> Über diese Eigenschaften Näheres in A VII,63



*sagen des Körpers nach dem Tod, auf gute Bahn, in selige Welt emporgelangt.*

*Wieder Mensch geworden, hatte er die körperlichen Merkmale, dass er hoch und gerade gewachsen war, stehend, ohne sich zu beugen, mit beiden Handflächen die Knie berühren und befühlen konnte und als Buddha den Schatz des Vertrauens, der Tugend, der Scham, der Scheu, der Wahrheitskenntnis, des Loslassens, der Weisheit besaß.*

18. und 19. Körpermerkmal - günstige Lebensumstände - Saat

*Er besaß einen Vorderleib wie ein Löwe, breite Brust und gleichgeformte Schultern.*

*Günstiger Lebensumstand als äußere Ernte: Als Kaiser erleidet er keinen Verlust an Geld und Gut, an Grund und Boden, an Mensch und Vieh, das Erlangte schwindet ihm nicht. Als Erwachter erleidet er keinen Verlust weder an Vertrauen (innerer religiöser Art) noch an Tugend, nicht an Wahrheitskenntnis, noch am Loslassen, noch an Weisheit. Das Erreichte schwindet ihm nicht.*

*Saat: Weil der Vollendete in früherer Geburt, in früherem Dasein, in früheren Leben, wie er vor Zeiten Mensch geworden war, vielen Menschen zu helfen versuchte, ihnen Trost und Linderung zu schaffen suchte, ihnen Sicherheit zu bieten suchte mit dem Wunsch: O dass sie doch Vertrauen fassten, an Tugend sich gewöhnten, Wahrheitskenntnis gewinnen, sich im Loslassen üben, an Weisheit zunähmen; Geld und Gut gewinnen, Grund und Boden erwürben, Mensch und Vieh ernährten, Weib und Kind versorgten; Knecht- und Dienergesinde erhielten, Verwandte, Freunde gewinnen - weil er solch ein Wirken vollbracht, gepflegt,*

*vermehrt und vergrößert hatte, war er bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, auf gute Bahn, in selige Welt emporgelangt.*

*Wieder Mensch geworden, hatte er die körperlichen Merkmale, dass er einen Vorderleib wie ein Löwe hatte, breite Brust und gleichgeformte Schultern, und dass er keinen Verlust erleidet an Vertrauen (innerer religiöser Art), an Tugend, an Wahrheitskenntnis, am Loslassen, an Weisheit. Das Erreichte schwindet ihm nicht.*

#### 20. Körpermerkmal – günstiger Lebensumstand – Saat

*Sein Geschmack ist von höchster Schärfe.*

*Günstiger Lebensumstand als äußere Ernte: Er ist gesund, selten krank. Sein Säftefluss, seine Verdauung ist gleichmäßig, weder zu kühl noch zu heiß.*

*Saat: Weil der Vollendete in früherer Geburt, in früherem Dasein, in früheren Leben, wie er vor Zeiten Mensch geworden war, kein Wesen verletzen mochte, weder mit der Hand noch mit einem Stein, weder mit einem Stock noch mit einem Messer - weil er solch ein Wirken vollbracht, gepflegt, vermehrt und vergrößert hatte, war er bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, auf gute Bahn, in selige Welt emporgelangt.*

*Wieder Mensch geworden, hatte er das körperliche Merkmal, dass sein Geschmack von höchster Schärfe war und als äußeres Erleben, dass er gesund, selten krank war, dass sein Säftefluss, seine Verdauung gleichmäßig blieb, weder zu kühl noch zu heiß.*

#### 21. und 22. Körpermerkmal - günstiger Lebensumstand - Saat

*Er besaß tiefschwarze Augen und Augenwimpern wie ein junges Rind.*

Günstiger Lebensumstand als äußere Ernte: *Als Kaiser ist er gern gesehen bei vielen Menschen, lieb und wert ist er Priestern und Hausvätern in Stadt und Land, den zahlreichen Großwürdenträgern, Heerführern, Schatzmeistern, Räten und Hofleuten, den fürstlichen Vasallen und Prinzen. Als Erwachter ist er gern gesehen bei vielen Menschen, lieb und wert ist er Mönchen und Nonnen, Nachfolgern und Nachfolgerinnen, Göttern und Menschen.*

Saat: *Weil der Vollendete in früherer Geburt, in früherem Dasein, in früherem Leben, wie er vor Zeiten Mensch geworden war, nicht zerfahren, sondern gesammelt war, ohne Sympathie und Antipathie, geraden Sinnes, mittheilsam, offen und ehrlich, liebevoll blickend, das Wohl vieler Menschen bedenkend - weil er solch ein Wirken vollbracht, gepflegt, vermehrt und vergrößert hatte, war er bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, auf gute Bahn, in selige Welt emporgeht.*

*Wieder Mensch geworden, hatte er die körperlichen Merkmale, dass seine Augen tiefschwarz waren und er Wimpern besaß wie ein junges Rind und dass er bei vielen Menschen gern gesehen war.*

### 23. Körpermerkmal - günstiger Lebensumstand - Saat

*Er besaß einen Lichtschein, Gloriole um den Kopf<sup>159</sup>.*

Günstiger Lebensumstand als äußere Ernte: *Groß ist die Schar seiner Nachfolger, der Mönche und Nonnen, Anhänger und Anhängerinnen, der Götter und Menschen.*

---

<sup>159</sup> dem Heiligenschein christlicher Heiliger vergleichbar

Saat: *Weil der Vollendete in früherer Geburt, in früherem Dasein, in früherem Leben, wie er vor Zeiten Mensch geworden war, vielen Menschen voranzugehen pflegte bei heilsamen Dingen, vielem Volk der Führer war zu gutem Wandel in Taten, Worten, Gedanken, beim Gabenspenden, beim Einhalten von Tugendregeln, beim Einhalten des Uposatha-Tages, bei der Achtung vor Vater und Mutter, vor Asketen und Priestern, bei der Achtung vor den Älteren und bei vielen anderen - weil er solch ein Wirken vollbracht, gepflegt, vermehrt und vergrößert hatte, war er bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, auf gute Bahn, in selige Welt emporgelangt.*

*Wieder Mensch geworden, hatte er das körperliche Merkmal, dass er einen Lichtschein, eine Gloriole um den Kopf hatte und die Schar seiner Nachfolger groß war.*

24. und 25. Körpermerkmal - günstiger Lebensumstand - Saat

*Das Körperhaar steht einzeln in der Pore: eine Flocke ist zwischen den Brauen gewachsen, weiß und weich wie Baumwolle.*

*Günstiger Lebensumstand als äußere Ernte: Groß ist die Schar derer, die ihn aufsuchen, Mönche und Nonnen, Nachfolger und Nachfolgerinnen, Götter und Menschen.*

Saat: *Weil der Vollendete in früherer Geburt, in früherem Dasein, in früheren Leben, wie er vor Zeiten Mensch geworden war, trügerische, verleumderische Aussagen über Worte oder Taten anderer verworfen hat, sein Wesen der Verleumdung widerstrebt hatte, er die Wahrheit gesprochen hatte, der Wahrheit ergeben war, standhaft, vertrauenswürdig, ohne von weltlichen*

*Interessen bewogen, zu verleumden oder zu täuschen – weil er solch ein Wirken vollbracht, gepflegt, vermehrt und vergrößert hatte, war er bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, auf gute Bahn, in selige Welt emporge-langt.*

*Wieder Mensch geworden, hatte er die körperlichen Merkmale, dass das Körperhaar einzeln in der Pore steht und eine Flocke zwischen den Brauen gewachsen ist, weiß und weich wie Baumwolle, und dass eine große Schar ihn aufsucht, Mönche und Nonnen, Nachfolger und Nachfolgerinnen, Götter und Menschen.*

26., 27. und 28. Körpermerkmal - günstiger Lebensumstand -  
Saat

*Vierzig Zähne, vollständig, keine Lücken, fest und wohlgefügt.*

*Günstiger Lebensumstand als äußere Ernte: Seine Umgebung entzweit sich nicht, ohne Zerwürfnis bleiben sie um ihn geschart, die Mönche und Nonnen, Anhänger und Anhängerinnen, Götter und Menschen.*

*Saat: Weil der Vollendete in früherer Geburt, in früherem Dasein, in früheren Leben, als er vor Zeiten Mensch geworden war, das Hintertragen aufgegeben hatte, sein Wesen dem Hintertragen widerstrebte, weil er, was er hier gehört hatte, nicht dort wieder berichtete, um jene zu entzweien; was er dort gehört hatte, nicht hier wieder berichtete, um diese zu entzweien; weil er Entzweite einigte, Verbundene festigte, weil ihn Eintracht froh machte, Eintracht erfreute, beglückte, weil er Eintracht fördernde Worte sprach - weil er solch ein Wirken vollbracht, gepflegt, vermehrt und vergrößert hatte, war er bei Versagen des Körpers,*

*nach dem Tod, auf gute Bahn, in selige Welt emporgelangt.*

*Wieder Mensch geworden, hatte er als körperliches Merkmal vollständige und ebenmäßige Zähne und als äußere Ernte, dass sich seine Umgebung nicht entzweite.*

29. und 30. Körpermerkmal - günstiger Lebensumstand - Saat

*Lange Zunge und eine klare, weittragende Stimme wie der Ruf des Karavīka-Vogels.*

*Günstiger Lebensumstand als äußere Ernte: Ergreifend ist seine Rede, ergriffen werden von seinen Worten Mönche, Nonnen, Anhänger, Anhängerinnen, Götter und Menschen.*

*Saat: Weil der Vollendete in früherer Geburt, in früherem Dasein, in früherem Leben, als er vor Zeiten Mensch geworden war, verletzende Worte verworfen, von verletzenden Worten sich ferngehalten hatte, Worte wählte, die frei von Schimpf sind, dem Ohre wohlthuend, liebevoll, zum Herzen dringend, höflich, viele erfreuend, vielen angenehm - weil er solch ein Wirken vollbracht, gepflegt, vermehrt und vergrößert hatte, war er bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, auf gute Bahn, in selige Welt emporgelangt.*

*Wieder Mensch geworden, hatte er als körperliches Merkmal eine lange Zunge und eine klare, weittragende Stimme wie der Ruf des Karavīka-Vogels und als äußere Ernte: Ergreifend ist seine Rede, ergriffen werden von seinen Worten Mönche und Nonnen, Anhänger und Anhängerinnen, Götter und Menschen.*

31. Körpermerkmal - günstiger Lebensumstand - Saat

*Er besaß ein Löwenkinn.*

Günstiger Lebensumstand als äußere Ernte: *Nicht kann der Vollendete überwältigt und überfallen werden von inneren oder äußeren Gegnern und Feinden, von Gier, Hass, Blendung, von Asketen oder Brahmanen, von Göttern, von dunklen und reinen Geistern noch von irgendeinem in der Welt.*

Saat: *Weil der Vollendete in früherer Geburt, in früherem Dasein, in früheren Leben, als er vor Zeiten Mensch geworden war, leeres Geschwätz aufgegeben hatte, seinem Wesen alles leere Gerede widerstrebte; weil er zur rechten Zeit gesprochen hatte, den Tatsachen gemäß, auf den Sinn bedacht, der Lehre und Ordnung getreu, weil seine Rede reich an Inhalt war, klar abgegrenzt, alles umschließend, ihrem Gegenstand angemessen - weil er solch ein Wirken vollbracht, gepflegt, vermehrt und vergrößert hatte, war er bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, auf gute Bahn, in selige Welt emporgelangt.*

*Wieder Mensch geworden, hatte er als körperliches Merkmal ein Löwenkinn und als äußere Ernte, dass er nicht überwältigt und überfallen werden kann von inneren oder äußeren Gegnern und Feinden, von Gier, Hass, Blendung, von Asketen oder Brahmanen, von Göttern, von dunklen und reinen Geistern, noch von irgendeinem in der Welt.*

### 32. Körpermerkmal - günstiger Lebensumstand - Saat

*Er besaß ein glänzend weißes Gebiss.*

Günstiger Lebensumstand als äußere Ernte: *Als Kaiser ist er ein gerechter Herrscher, der seinem himmlischen Radjuwel folgt, siegreich, der seinem Land Sicherheit schafft, mit den sieben Kostbarkeiten ausgestattet ist, nämlich dem himmlischen Radjuwel, dem Elefanten-*

*juwel, dem Rossejuwel, dem Edelsteinjuwel, dem Frauenjuwel, dem Bürgerjuwel, dem Ratgeberjuwel, und er hat viele Söhne. Seine Umgebung ist sauber. Als Buddha erreicht er, dass seine Umgebung sauber ist.*

*Saat: Weil der Vollendete in früherer Geburt, in früherem Dasein, in früheren Leben, als er vor Zeiten Mensch geworden war, falschen Lebenserwerb aufgegeben und rechten Lebenserwerb angenommen hat, nicht falsches Maß, Metall und Gewicht benutzt hat, sich des Schwindeln, der Täuschung, des Betrügens und der Hinterlist und der Körperverletzung, des Mordens, des Fesselns, der Wegelagerei, des Plünderns und der Gewalt enthalten hat - weil er solch ein Wirken vollbracht, gepflegt, vermehrt und vergrößert hatte, war er bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, auf gute Bahn, in selige Welt emporgelangt.*

*Wieder Mensch geworden, hatte er als körperliches Merkmal ein glänzend weißes Gebiss und als äußere Ernte, dass seine Umgebung sauber war.*

Dies sind die in D 30 geschilderten Folgen heller Gesinnung und guten Wirkens, wie sie am Körper und in wohlthuenden Lebensumständen offenbar werden. Sie sind auf der folgenden Seite noch einmal im Überblick genannt. - Uttaro berichtet seinem Lehrer die von ihm beobachteten körperlichen Merkmale in etwas anderer Reihenfolge und teilweise anderer Formulierung, als sie in D 30 überliefert sind.



## Überblick (D 30)

<b>Körperliche Merkmale</b>	<b>Äußere Lebensumstände</b>	<b>Saat</b>
	gelangt in himmlische Welt. Wieder als Mensch:	
1. Fuß flach auf dem Boden	für andere unwiderstehlich	feste Grundsätze
2. Räder auf Fußsohlen	großer Besitz	gab Schutz, Gaben
3., 4., 5., lange Fersen, lange Zehen, Körper aufrecht	lange Lebensdauer	hat nicht getötet
6. lange Finger	erlesenes Essen	hat Essen gespendet
7., 8., zarte Hände und Füße, Bindehaut zwischen Finger und Zehen	Umgebung verträgt sich	4 Arten des Gebens gepflegt
9., 10., Füße gewölbt, Körperhaare nach oben	Höchster aller Menschen	Aufklärer, Freudebringer
11. Kräftige, schlanke, gelenkige Beine	erlangt alles leicht	pflegte gründlich zu unterweisen
12. Geschmeidige zarte Haut, kein Staub haftet	übertrifft alle an Weisheit	fragte Asketen: „Was ist heilsam?“
13. Körper leuchtet wie Gold	erhält weiche Decken, Gewänder	friedlich, spendete weiche Decken, Gewänder
14. Geschlechtsorgan von Haut umschlossen	viele Söhne bzw. Nachfolger	versuchte Zerstrittene auszusöhnen
15., 16., 17. Hoch gewachsen, kann stehend mit Händen Knie berühren, hat die Ausbreitung eines gr. Baums	als Kaiser reich, als Erwachter: 5 Eigenschaften	wurde den Menschen gerecht entspr. ihren Eigenschaften und Fähigkeiten
18., 19. Oberkörper wie ein Löwe, breite Brust, gleichgeformte Schultern	als Kaiser: kein Verlust an Gut, als Erwachter: kein Verlust an 5 Eigenschaften	versuchte vielen zu helfen
20. Geschmack von äußerster Schärfe	gesund, selten krank, guter Säftefluss	verletzte andere nicht

<b>Körperliche Merkmale</b>	<b>Äußere Lebensumstände</b>	<b>Saat</b>
21.,22. Augen tief-schwarz, Wimpern wie beim jungen Rind	anderen lieb und wert	gesammelt, ohne Antipathie/Sympathie, mitteil-sam, liebevoll, Wohl anderer bedenkend
23. Lichtschein um den Kopf	groß ist die Schaar seiner Nachfolger	ging anderen bei Heilsamem voran
24.,25. Körperhaare einzeln in Pore, Flocke zwischen Augenbrauen	viele Menschen suchen ihn auf	hat nicht verleumdete, war der Wahrheit ergeben
26.,27.,28. Zähne vollständig, lückenlos, fest	seine Umgebung entzweit sich nicht	hat nicht hintertragen, Eintracht be-glückt ihn
29.,30. lange Zunge, klare weittragende Stimme	ergreifend ist seine Rede, ergriffen werden die Zuhörer	keine verletzenden Worte, liebreiche, angenehme Worte
31. Löwenkinn	kann nicht von inneren, äußeren Fein-den überwältigt werden	pflegte kein leeres Geschwätz, Reden zur rechten Zeit, singgemäß der Wahr-heit gemäß
32. Glänzend weißes Gebiss	Kaiser: 7 Juwelen, saubere Umgebung Erwacher: saubere Umgebung.	rechter Lebenserwerb, verletzte nicht andere körperlich

*Am Ende der sieben Monate kehrte Uttaro, der junge Brahmane, wieder nach Mithilā zurück. Von Ort zu Ort wandernd kam er dorthin, wo Brahmāyu, der Brahmane, weilte. Dort angelangt, bot er ehrerbietigen Gruß dar und setzte sich zur Seite nieder. Und an Uttaro, der da zur Seite saß, wandte sich nun Brahmāyu, der Brahmane:*

*Ist denn, lieber Uttaro, der Asket Gotamo wirklich so wie sein Ruf, und ist der Herr Gotamo von solcher Art? – Der Asket Gotamo ist wirklich so wie sein Ruf ist, und ausgestattet ist Herr Gotamo mit den zwei- unddreißig Merkmalen eines großen Mannes:*

- 1. Herr Gotamo setzt seinen Fuß flach auf - dies ist das Merkmal eines großen Mannes.*
- 2. Auf seinen Fußsohlen sind Räder mit tausend Speichen, mit Felgen und Naben - dies ist das Merkmal eines großen Mannes.*
- 3. Herr Gotamo hat lange Fersen, lange Zehen - dies sind die Merkmale eines großen Mannes.*
- 4. Herr Gotamo hat lange Finger - dies ist das Merkmal eines großen Mannes.*
- 5. Herrn Gotamos Hände und Füße sind weich und zart - dies sind die Merkmale eines großen Mannes.*
- 6. Die Bindehaut zwischen Fingern und Zehen ist breit geschweift wie ein Netz - dies ist das Merkmal eines großen Mannes.*
- 7. Muschelförmig gewölbt sind seine Füße - dies ist das Merkmal eines großen Mannes.*
- 8. Der Herr Gotamo hat Beine wie eine Antilope - dies ist das Merkmal eines großen Mannes.*
- 9. Wenn Herr Gotamo steht, ohne sich nach vorn zu beugen, berühren die Handflächen beider Hände die Knie und können sie reiben - dies ist das Merkmal eines großen Mannes.*

10. Sein männliches Geschlechtsorgan ist von einer Hautfalte umschlossen - dies ist das Merkmal eines großen Mannes.

11. Die Haut des Herrn Gotamo ist von goldener Farbe, sie hat einen goldenen Schimmer - dies ist das Merkmal eines großen Mannes.

12. Herr Gotamo hat eine feine Haut, und weil seine Haut so fein ist, bleiben Staub und Schmutz nicht an seinem Körper hängen - dies ist das Merkmal eines großen Mannes.

13. Seine Körperhaare wachsen einzeln, jedes Haar wächst für sich - dies ist das Merkmal eines großen Mannes.

14. Die Spitzen seiner Körperhaare wenden sich nach oben, die nach oben gewendeten Körperhaare sind blauschwarz, in der Farbe von Kollyrium, gelockt, rechtsdrehend - dies...

15. Herr Gotamo hat die geraden Glieder eines Brahma - dies...

16. Herr Gotamo hat sieben Ausbuchtungen <sup>160</sup> - dies ...

17. Herr Gotamo hat den Oberkörper eines Löwendies ...

18. Herr Gotamo hat gleichgeformte Schultern - dies...

19. Herr Gotamo hat die Ausbreitung eines Banyan-Baumes; seine Armspanne ist seiner Körpergröße gleich, und seine Körpergröße ist seiner Armspanne gleich - dies...

20. Der Nacken des Herrn Gotamo und seine Schultern sind ebenmäßig - dies ...

21. Sein Geschmackssinn ist von höchster Schärfe - dies...

---

<sup>160</sup> die Rückseiten der vier Gliedmaßen, die Schultern und der Rücken

22. *Herr Gotamo hat ein Löwenkinn – dies ...*
23. *Herr Gotamo hat vierzig Zähne – dies...*
24. *Die Zähne des Herrn Gotamo sind ebenmäßig – dies ...*
25. *Die Zähne des Herrn Gotamo haben keine Lücken– dies...*
26. *Die Zähne des Herrn Gotamo sind ganz weiß – dies...*
27. *Herr Gotamo hat eine lange Zunge – dies ...*
28. *Herr Gotamo hat eine klare weittragende Stimme wie der Ruf des Karavika-Vogels – dies...*
29. *Die Augen des Herrn Gotamo sind tiefschwarz – dies...*
30. *Herr Gotamo hat Wimpern wie beim Rind – dies...*
31. *Haare wachsen ihm zwischen den Augenbrauen, weiß und weich wie Baumwolle – dies...*
32. *Sein Kopf hat einen Heiligenschein (wörtlich: Turban) – dies ist das Merkmal eines großen Mannes.*

*Mit diesen zweiunddreißig Merkmalen eines großen Mannes ist Herr Gotamo ausgestattet.*

Der Erwachte - frei von Trieben -  
bewegt den Körper gelassen und ruhig

Obwohl Uttaro schon gleich bei dem Erwachten die zweiunddreißig körperlichen Merkmale gesehen hatte und von daher große innere Freude und Hoffnung fühlte, so folgte er dennoch dem Erwachten, um ihn im ganzen Alltag zu beobachten. Ein chinesisches Wort lautet: „Man kann nicht vierzehn Tage auf den Zehen gehen“, d.h. man kann sich nicht vierzehn Tage lang nur von seinen besten Seiten zeigen, irgendwann fällt der Mensch innerhalb einer solchen Zeit in seine natürliche Art zurück und zeigt dann sein wahres Wesen. Aber Uttaro war mit vierzehn Tagen nicht zufrieden, sondern sieben Monate

lang begleitete er den Erhabenen, dem untrennbaren Schatten gleich. Er wollte sich Gewissheit verschaffen, ob die gewaltige Verheißung zutraf, ein vollkommen erwachtes Wesen sei erschienen. Er musste feststellen, dass das äußere Verhalten des Erwachten nichts mehr gemein hatte mit den ungebändigten Menschengebärden. Uttaro hat ein Wesen beobachtet, das, frei von Trieben, sich gelassen und ruhig bewegt, die Aufmerksamkeit unabgelenkt auf das jeweilige Tun gerichtet, das den Körper vollkommen zweckgerichtet benutzt ohne überflüssige Bewegung, ohne innere Beklemmungen, ohne Gefühlsbewegungen.

Über diese Beobachtungen berichtet er seinem Lehrer Brahmāyu:

*Wenn der Herr Gotamo geht, schreitet er zuerst mit dem rechten Fuß aus. Er streckt den Fuß nicht zu weit vor und setzt ihn nicht zu dicht nieder. Er geht weder zu schnell noch zu langsam. Er geht, ohne mit den Knien aneinander zu schlagen. Er geht, ohne mit den Knöcheln aneinander zu schlagen. Er geht, ohne seine Schenkel anzuheben oder abzusenken oder sie zusammenzubringen oder auseinanderzuhalten. Wenn er geht, schwingt nur der untere Teil seines Körpers, er geht nicht mit körperlicher Anstrengung. Wenn er sich umblickt, wendet er den ganzen Körper. Er blickt nicht senkrecht nach oben; er blickt nicht senkrecht nach unten. Er schaut beim Gehen nicht in der Gegend herum. Er blickt eine Pfluglänge voraus; hat eine (unta-delige) entblendete Wirklichkeitssicht.*

*Wenn er ein Haus betritt, hebt oder senkt er seinen Körper nicht oder beugt ihn vor oder zurück. Er dreht sich weder zu nahe am Sitz um, noch zu weit entfernt. Er stützt sich nicht mit der Hand auf dem Sitz auf. Er lässt sich nicht auf den Sitz fallen.*

*Wenn er in einem Haus Platz genommen hat, so macht er keine unnütze Handbewegung, keine unnütze Fußbewegung. Er sitzt nicht mit übereinander geschlagenen Beinen. Er sitzt nicht mit übereinander geschlagenen Füßen. Er sitzt nicht mit aufgestütztem Kinn. Wenn er in einem Haus Platz genommen hat, ist er ohne Angst, er erschauert und zittert nicht, er ist nicht nervös. Weil er keine Angst hat, nicht erschauert und zittert und nicht nervös ist, stehen ihm die Haare nicht zu Berge, und er ist auf Abgeschiedenheit bedacht.*

*Wenn er das Wasser für die Almosenschale erhält, hebt oder senkt er die Schale nicht und neigt sie nicht vor oder zurück. Er nimmt weder zu wenig noch zu viel Wasser für die Schale. Er wäscht die Schale, ohne plätschernde Geräusche zu machen. Er wäscht die Schale, ohne sie zu drehen. Er stellt die Schale nicht auf den Boden, um sich die Hände zu waschen. Indem er die Schale wäscht, wäscht er die Hände, indem er die Hände wäscht, wäscht er die Schale. Dann gießt er das Wasser weg, nicht zu fern, nicht zu nahe, verspritzt es nicht.*

Wenn in Indien ein Asket stumm vor einem Haus um Essen steht, dann wird ihm immer zuerst Wasser in die Almosenschale gegeben, damit er seine Hände und auch die Schale waschen kann, die vielleicht vom Staub der Landstraße beschmutzt ist. Dann schüttet er das Wasser aus und nimmt in der Schale das Essen entgegen. Er isst es mit der Hand und bekommt danach wiederum Wasser zum Waschen der Hände und der Schale. Alle diese Verrichtungen können unordentlich und zügellos, voller Begier und Ungeduld oder verkrampft und ungeschickt getan werden. Aber Uttaro sieht, wie der Erwachte gelassen seine Glieder regt, keine Handbewegung zu viel

oder zu wenig macht und weder von irgendwelchen Neigungen zu jähren Bewegungen veranlasst noch durch Hemmungen und Verkrampfungen am zweckmäßigen und deshalb vollkommen harmonischen Bewegungsablauf gehindert wird. Darum berichtet Uttaro über die Verhaltensweisen so ausführlich.

*Wenn Herr Gotamo Reis erhält, hebt oder senkt er die Schale nicht und neigt sie nicht vor oder zurück. Er lässt sich den Reiskorn einfüllen, nicht zu wenig, nicht zu viel. Die Brühe aber nimmt Herr Gotamo nur als Brühe hinzu und taucht den Bissen nicht mehr als nötig ein. Zwei- bis dreimal lässt Herr Gotamo den Bissen im Mund herumgehen, bevor er ihn schluckt, so dass kein Reiskorn unzerkaut in den Magen gelangt, so dass kein Reiskorn im Mund zurückbleibt; dann nimmt er den nächsten Bissen auf. Den Geschmack empfindet Herr Gotamo, indem er die Nahrung einnimmt, aber er genießt ihn nicht. Das Essen, das er zu sich nimmt, hat einen achtfachen Zweck: Es ist weder zum Genuss noch zur Berausung noch zum Schmücken noch zur Verschönerung, sondern nur, um diesen Körper am Leben zu erhalten, ihn zu ernähren, um Unbehagen zu beenden und ein heilbringendes Leben führen zu können. Er erwägt: ‚So werde ich alte Gefühle (des Hungers) beenden, ohne neue Gefühle hervorzurufen, und ich werde gesund und ohne Tadel sein, und ich werde mich wohl befinden.‘*

*Wenn er gegessen hat und das Wasser für die Schale erhält, hebt oder senkt er die Schale nicht und neigt sie nicht vor oder zurück. Er nimmt weder zu wenig noch zu viel Wasser für die Schale. Er wäscht die Schale, ohne plätschernde Geräusche zu machen. Er wäscht die Schale, ohne sie zu drehen. Er stellt die*



*Schale nicht auf den Boden, um sich die Hände zu waschen. Indem er die Schale wäscht, wäscht er die Hände, indem er die Hände wäscht, wäscht er die Schale. Dann gießt er das Wasser weg, nicht zu fern, nicht zu nahe, verspritzt es nicht.*

*Wenn er gegessen hat, stellt er die Schale auf den Boden, weder zu weit weg noch zu nahe; und er geht weder sorglos mit der Schale um, noch ist er übermäßig darum besorgt.*

*Wenn er gegessen hat, sitzt er eine Weile schweigend da, aber er versäumt nicht den Zeitpunkt für die Danksagung mit dem Hinweis auf die guten Früchte des Gebens. Er kritisiert die Mahlzeit nicht und erwartet kein weiteres Essen. Er belehrt die Zuhörer, spornt sie an, erfreut und beglückt sie mit einem Gespräch über die Wahrheit. Wenn er dies getan hat, erhebt er sich von seinem Sitz und geht fort. Er geht nicht zu schnell, geht nicht zu langsam und geht nicht, als ob er sich fortschleichen wollte.*

*Seine Robe ist weder zu hoch noch zu tief geschürzt, auch umschließt sie seinen Körper weder zu eng noch zu locker, auch fährt ihm der Wind nicht unter die Robe. Staub und Schmutz besudeln seinen Körper nicht.*

*Wenn er ins Kloster gegangen ist, setzt er sich auf einem vorbereiteten Sitz nieder. Nachdem er sich niedergesetzt hat, wäscht er sich die Füße, jedoch ist er dabei nicht um die Pflege seiner Füße besorgt. Nachdem er die Füße gewaschen hat, setzt er sich mit verschränkten Beinen nieder, den Körper gerade aufgerichtet, der Wahrheit gegenwärtig. Er sinnt weder zu eigener Beschwer noch zu des anderen Beschwer noch zu beider Beschwer. Sich selber zum Wohl, dem ande-*

ren zum Wohl, beiden zum Wohl, der ganzen Welt zum Wohl sinnend, sitzt Herr Gotamo da.

*Er legt den Menschen die Lehre dar. Er schmeichelt seiner Zuhörerschaft nicht und macht ihr auch keine Vorhaltungen. Er unterrichtet sie, spornt sie an, erfreut und beglückt sie. Seine Sprache hat acht Qualitäten: sie ist klar, verständlich, melodios, gut hörbar, durchdringend, wohlklingend, tief und volltönend. Aber während seine Stimme vernehmbar ist, soweit seine Zuhörerschaft reicht, dringt seine Rede doch nicht über die Zuhörerschaft hinaus. Wenn die Menschen von ihm belehrt, angespornt, erfreut und beglückt sind, erheben sie sich von ihren Sitzen und entfernen sich, indem sie sich umwenden, nur ungern Abschied nehmen.*

*Gesehen haben wir, Herr, den Herrn Gotamo gehen, gesehen still stehen, gesehen in das Haus eintreten, gesehen im Haus schweigsam sitzen, gesehen im Haus Nahrung einnehmen, gesehen nach dem Mahl schweigsam sitzen, gesehen nach dem Mahl die Danksagung sagen mit dem Hinweis auf die guten Früchte des Gebens, gesehen zum Kloster schreiten, gesehen im Kloster schweigsam sitzen, gesehen im Kloster die Lehre darlegen. So ist Herr Gotamo und noch mehr als das. –*

*Als Brahmāyu, der Brahmane, diesen Bericht vernommen hatte, erhob er sich von seinem Sitz, entblößte eine Schulter, verneigte sich ehrerbietig nach der Richtung, in der der Erhabene weilte, und ließ dann dreimal den Gruß ertönen:*

*„Verehrung dem Erhabenen,  
dem Geheilten, dem vollkommen Erwachten!  
Verehrung dem Erhabenen,  
dem Geheilten, dem vollkommen Erwachten!“*

*Verehrung dem Erhabenen,  
dem Geheilten, dem vollkommen Erwachten!  
O dass wir doch einmal Gelegenheit hätten, mit Herrn  
Gotamo zusammenzutreffen, dass doch ein Gespräch  
zwischen uns stattfände!“*

#### Begegnung des Erwachten mit Brahmāyu

*Und der Erhabene zog im Videher-Land von Ort zu Ort weiter und kam allmählich nach Mithilā. Zu Mithilā weilte nun der Erhabene, im Mangohain Makhadevos.*

*Und es hörten die brahmanischen Hausleute in Mithilā reden: „Da wandert doch jetzt in unserem Land der berühmte Asket Gotamo, der Sākyerprinz, der auf die Herrschaft über die Sākyer verzichtet hat. Er wandert mit vielen Mönchen, einer Schar von fünfhundert Mönchen von Ort zu Ort und ist in Mithilā angekommen, weilt bei Mithilā, im Mangohain Makhadevos. Diesem ehrwürdigen Gotamo aber geht der wunderbare Ruf voraus:*

*„Er ist der Erhabene, Heilgewordene, vollkommen Erwachte, der im Wissen und Wandel Vollendete, der zum Heil der Wesen gekommene Kenner der Welt. Er ist der unübertreffliche Lenker derer, die erziehbar sind, ist Meister der Götter und Menschen, erwacht, erhaben. Er hat diese Welt mit allen ihren Geistern, den weltlichen und den reinen, mit ihren Scharen von Asketen und Brahmanen, Göttern und Menschen in unbegrenzter Wahrnehmung selber durchschaut und erfahren und lehrt sie uns kennen. Er verkündet eine Lehre, die nach Inhalt und Aussageweise schon von Anfang an hilfreich zum Guten führt, in ihren weiteren Teilen immer weiter fördert und mit ihrer letzten*

*Aussage ganz hinführt zum Heilsstand. Er führt den vollständig abgeschlossenen, lautereren Reinheitswandel in der Welt ein. Glückliche, wem es vergönnt ist, einen Heiland von solcher Art zu erleben.'*

*Und die brahmanischen Hausleute von Mithilā begaben sich nun dorthin, wo der Erhabene weilte. Dort angelangt, verneigten sich einige vor dem Erhabenen ehrerbietig und setzten sich zur Seite nieder, andere wechselten höflichen Gruß und freundliche, denkwürdige Worte mit dem Erhabenen und setzten sich zur Seite nieder, einige wieder falteten die Hände gegen den Erhabenen und setzten sich zur Seite nieder, andere wieder gaben beim Erhabenen Namen und Stand zu erkennen und setzten sich zur Seite nieder, und andere setzten sich still zur Seite nieder.*

*Brahmāyu, der Brahmane, aber hörte reden: „Der Asket Gotamo, der Sakyersohn, der dem Erbe der Sakyen entsagt hat, ist in Mithilā angekommen, weilt bei Mithilā, im Mangohain Makhadevos.“ Und Brahmāyu, der Brahmane, begab sich mit einer großen Schar seiner Schüler zum Mangohain Makhadevos hin. Da nun dachte Brahmāyu: „Es ist nicht angemessen, dass ich, ohne vorher gemeldet zu sein, den Asketen Gotamo besuchen ginge.“ Und Brahmāyu, der Brahmane, wandte sich an einen seiner Schüler:*

*Geh, lieber Schüler, und begib dich zum Asketen Gotamo hin und wünsche in meinem Namen dem Asketen Freiheit von Krankheit und Gebrechen, Gesundheit, Stärke und Wohlbefinden und sage: „Der Brahmane Brahmāyu ist alt und greis, hochbetagt, im fortgeschrittenen Alter, im letzten Lebensabschnitt, ein Meister der Dreiveden samt ihrer Auslegung und Deutung, samt ihrer Laut- und Formenlehre und ihren Sagen zufünftig, der Gesänge kundig und ein Erklärer,*

*der die Merkmale eines großen Weltweisen aufweist. Von allen brahmanischen Hausvätern, die in Mithilā leben, gilt er als der erste von ihnen in Bezug auf Reichtum, Kenntnis der Hymnen und in Bezug auf Alter und Ruhm. Er wünscht, Herrn Gotamo zu sehen.“ –*

*Ja, Herr –, erwiderte der Brahmanenschüler. Er ging zum Erhabenen und überbrachte seine Botschaft. Der Erhabene sagte: Wie es Brahmāyu, dem Brahmanen, belieben mag. –*

*Jener Brahmanenschüler berichtete dem Brahmanen Brahmāyu: Angenommen ist der Herr vom Asketen Gotamo. Wie es Herrn Brahmāyu belieben mag. –*

*Und Brahmāyu, der Brahmane, begab sich zum Erhabenen hin. Und die Leute dort sahen Brahmāyu, den Brahmanen, von fern herankommen, und als sie ihn gesehen hatten, machten sie ihm auf zwei Seiten Platz als einem so angesehenen berühmten Mann. Aber Brahmāyu, der Brahmane, sprach zu ihnen: Schon gut, ihr Lieben, bleibt auf euren Sitzen. Ich werde mich hier nahe beim Asketen Gotamo niederlassen. –*

*Und Brahmāyu, der Brahmane, schritt zum Erhabenen hin, wechselte höflichen Gruß und freundliche denkwürdige Worte mit dem Erhabenen, setzte sich zur Seite nieder und hielt nach den zweiunddreißig Merkmalen eines großen Mannes am Körper des Erhabenen Ausschau.<sup>161</sup>*

*„Die zweiunddreißig Zeichen da,  
bekannt als Merkmale des großen Mannes,*

---

<sup>161</sup> K.E. Neumann hat hier ausgelassen, dass Brahmāyu wie vorher sein Schüler nach den verborgenen Merkmalen fragt. Der Erwachte zeigt sie ihm mit übernatürlicher Macht und sagt die oben genannten Verse:

*sind alle an dem Körper hier.  
Brahmane, zweifle nun nicht mehr.*

*Das zu Durchschauende (abhiññam) hab ich durch-  
schaut,  
das Auszubildende (bhavatabbam) hab ich ausgebil-  
det.  
Das Aufzugebende (pahātabbam) hab ich gegeben auf.  
Deshalb, Brahmane, bin ein Buddha ich.*

*Das was zu äuß'rem Wohle führt  
und was zu inn'rem Wohle führt -  
nutz die Gelegenheit, die ich dir geb,  
und frage, was du wünschen magst.“*

*Da dachte der Brahmane Brahmāyu: „Der Erwachte  
gibt mir die Gelegenheit zu fragen. Worüber soll ich  
ihn befragen, über äußere Ziele oder über innere Zie-  
le?“ Und Brahmāyu, der Brahmane, dachte bei sich:  
„Ich kenne äußere Ziele, andere fragen mich ja danach;  
wie wenn ich nun den Asketen Gotamo nach inneren  
Zielen fragen würde?“ Und Brahmāyu, der Brahmane,  
wandte sich an den Erhabenen mit den Versen:*

*Wie wird ein Wissenskennner man?  
Drei Wissen, was ist das?  
Was heißt „Gesicherter“?  
„Geheilte“, was ist das?  
Vollkommenheit erlangt man wie?  
Ein Denkgestillter, wer ist das?  
Wer wird ein Buddha da genannt? –*

Aus der altvedischen Überlieferung aus ferner Vorzeit spre-  
chen Ahnungen von viel höherer Wahrheit und Weisheit und

einem viel höheren Heil, als es die Brahmanen damals selber kannten. Der Priester stellt mit Absicht gerade diese Fragen, die nur von einem Erwachten beantwortet werden können. Die Priester sind Kenner der drei Veden, das heißt von drei Wissen (Veden = Wissen), die in der alten vedischen Tradition niedergelegt sind. Der Erwachte bedient sich - wie nur am Pāli-Text zu erkennen ist - in seiner Antwort fast der gleichen Worte wie Brahmāyu, aber er erfüllt sie mit einem viel höheren Inhalt: Er nennt darin drei ganz andere „Veden“ (Wissen): die drei letzten Wissen, die zur Triebversiegung führen.

*Und der Erwachte antwortete Brahmāyu, dem Priester, mit den Versen:*

*Wer seine früh'ren Leben kennt,  
die Unterwelt wie Oberwelt,  
Geburtenwandel hat versiegt,  
drei Wissen klar geschaut, da denkgestillt,  
wer da das Herz gereinigt weiß,  
befreit von jeder Gier,  
Geborenwerden-Sterben hat besiegt,  
vollkommen ist im Reinheitswandel,  
übertroffen hat, was es nur gibt,  
den Auferwachten, Buddha, heißt man ihn. –*

Die erste Zeile nennt die Erinnerung nicht nur an ein voriges Leben, sondern an viele Leben in schier unendlicher Reihe. Wenn der Mensch sich um innere Läuterung bemüht und sich nicht mehr von den vielfältigen Erscheinungen faszinieren lässt, dann gewinnt er einen klareren Blick; dann ist Sinnen-transzendentes für ihn nicht mehr „jenseitig“, sondern er empfindet aus dem inneren Abstand, den er gewonnen hat, das rasende Geflimmer der Sinneserlebnisse als einen abseitigen Wust, in den sich die Psyche zeitweilig verirrt hatte, und aus dem er nun herausgetreten ist in eine Stille, aus der Erschei-

nungen zu ihm sprechen, die bislang von der Wirrnis übertönt waren. Da der Mensch die vergangenen Leben ja doch gelebt hat und der normale Mensch sie nur darum vergessen hat, weil er sich von dem gegenwärtigen Vordergründigen faszinieren lässt, darum ist es möglich, wenn man die Faszination aufhebt, wenn man zu vollem innerem Gleichmut hinfindet, sich das Vergangene wieder zu vergegenwärtigen. Zunächst erinnert sich ein solcher Übender immer besser der zurückliegenden Vorkommnisse des gegenwärtigen Lebens. Mag er auch immer älter werden, immer weiter von seiner Jugend wegrücken, so erinnert er sich doch an vergangene Einzelheiten bis zur „Gegenwart“, da im täglichen Leben alles bewusster geschieht, weil er nicht mehr tausendfältig geblendet, irritiert, abgelenkt, verdrossen, gereizt ist durch die vielen Dinge und Ereignisse. Wenn diese Zerrungen, Verschleierungen, Beschmutzungen fort sind, dann bleibt das wirklich Gewesene sichtbar, und schließlich entschleiern sich ihm auch die Erinnerung an seine Leben vor der Geburt in dieses augenblickliche Menschenleben.

Wer so seine eigenen vergangenen Leben kennenlernt (1. Wissen) und damit auch die vergangenen Leben anderer, die übermenschlichen und untermenschlichen Bereiche, wer so selber gesehen hat, wie man in diese Bereiche gelangt, warum die Wesen sich aufwärts und abwärts entwickeln (2. Wissen), der befreit sich von den letzten Verstrickungen, die ihn an dieses Auf und Ab binden. Er weiß sein Herz völlig frei, nirgends mehr hängend, nicht mehr bedürftig, weiß sich befreit von Geburt und Tod, auferwacht aus dem Traum der Erscheinungen. Das ist das dritte und höchste Wissen. Dass der Erwachte diese drei Wissen wiederentdeckt hat in der vollkommenen Erwachung, das hat der hundertzwanzigjährige Brahmāyu nun verstanden, der bisher vergeblich nach „drei Veden“, den drei Wissen, gesucht hatte.

*Nach den Worten des Erhabenen erhob sich der Brahmane Brahmāyu von seinem Sitz, schlug seine obere*



*Robe auf eine Schulter, warf sich mit dem Kopf zu Füßen des Erhabenen nieder, bedeckte des Erhabenen Füße mit Küssen und liebte sie mit den Händen, wobei er seinen Namen nannte: Ich bin der Brahmane Brahmāyu, Herr Gotamo, ich bin der Brahmane Brahmāyu, Herr Gotamo. –*

*Da wurden die Umsitzenden durch den außerordentlichen, wunderbaren Vorgang im Innersten getroffen: Es ist wunderbar, es ist erstaunlich, welche große Geistesmacht und große Kraft der Mönch Gotamo hat, dass der bekannte und berühmte Brahmane Brahmāyu solche Demut zeigt! –*

*Doch der Erhabene wandte sich an Brahmāyu, den Brahmanen: Genug, Brahmane, stehe auf, setze dich wieder hin, wenn dein Herz mir so zugetan ist.*

*Und Brahmāyu, der Brahmane, stand auf und setzte sich wieder hin. –*

#### Die allmählich ansteigende Unterweisung des Erwachten

*Da gab der Erwachte Brahmāyu, dem Brahmanen, eine allmählich fortschreitende Unterweisung. Er sprach zuerst mit ihm vom Geben, von der Tugend, von himmlischer Welt. Er zeigte das Elend der Abhängigkeit von den Sinnendingen auf, die Befleckung durch sie und den großen Gewinn und Segen durch Begehrensfreiheit. Als der Erhabene merkte, dass Brahmāyu, der Brahmane, im Herzen bereit, hell, unbehindert, erhoben, gestillt war, da gab er die Darlegung jener Lehre, die den Erwachten eigen ist: das Leiden, die Entstehung des Leidens, die Auflösung des Leidens, den Weg zur Auflösung des Leidens.*

*Gleichwie ein reines Kleid, von Flecken gesäubert, vollkommen die Färbung annehmen mag, ebenso auch ging da Brahmāyu, dem Brahmanen, während er noch da saß, das fleckenlose, geklärte Auge der Wahrheit auf:*

*Alle Dinge, die entstehen,  
sind auch Dinge, die vergehen.*

*Und Brahmāyu, der Brahmane, der die Wahrheit gesehen, die Wahrheit gefasst, die Wahrheit erkannt, die Wahrheit ergründet hatte, der Daseinsbangnis entronnen, ohne Zweifel war, voll Selbstvertrauen, auf nichts anderes gestützt als auf die Weisung des Meisters, der wandte sich nun an den Erhabenen:*

*Vortrefflich, Herr Gotamo, vortrefflich, Herr Gotamo. Gleichwie etwa wenn einer Umgestürztes aufstellte oder Verdecktes enthüllte oder Verirrten den Weg wies oder Licht in die Finsternis brächte, damit Sehende die Dinge erkennen können - ebenso auch hat Herr Gotamo die Wahrheit auf vielfältige Weise gezeigt. Und so nehme ich bei Herrn Gotamo Zuflucht, bei seiner Lehre und bei der Gemeinde der Heilsgänger. Als Anhänger möge mich Herr Gotamo betrachten, von heute an zeitlebens getreu. Und möge mir Herr Gotamo die Bitte gewähren, morgen mit den Mönchen bei mir zu speisen. -*

*Schweigend gewährte der Erhabene die Bitte. Als nun Brahmāyu, der Brahmane, der Zustimmung des Erhabenen sicher war, stand er von seinem Sitz auf, begrüßte den Erhabenen ehrerbietig, ging rechts herum und entfernte sich.*

*Und Brahmāyu, der Brahmane, ließ am nächsten Morgen gute Gerichte verschiedener Art in seinem Haus zubereiten und sandte einen Boten an den Erha-*

benen mit der Meldung: „Es ist Zeit, Herr Gotamo, das Mahl ist bereit.“

Und der Erhabene rüstete sich, nahm Obergewand und Almosenschale und begab sich zum Haus Brahmāyus, des Brahmanen. Dort angekommen, nahm der Erhabene mit den Mönchen auf den dargebotenen Sitzen Platz. Und Brahmāyu, der Brahmane, bediente und versorgte eigenhändig den Erwachten und seine Mönche eine Woche lang mit ausgewählter fester und flüssiger Speise. Am Ende jener Woche machte sich der Erhabene auf den Weg, um im Land Videha umherzuwandern. - Bald aber, nachdem der Erhabene weiter gezogen war, starb Brahmāyu, der Brahmane.

Da begaben sich viele Mönche zum Erhabenen hin, begrüßten den Erhabenen ehrerbietig und setzten sich zur Seite nieder. Zur Seite sitzend sprachen nun diese Mönche zum Erhabenen:

Brahmāyu, o Herr, der Brahmane, ist gestorben. Wohin ist er gegangen? Wie ist seine Wiedergeburt? –

Weise war, ihr Mönche, der Brahmane Brahmāyu. Er hat den Weg der Lehre betreten, nicht hat er an meiner Belehrung Anstoß genommen. Brahmāyu, der Brahmane, ist nach Vernichtung der fünf untenhaltenden Verstrickungen emporgestiegen, um von dort aus zu erlöschen, nicht mehr zurückzukehren in die Sinnenwelt. –

So sprach der Erhabene. Erhoben und beglückt waren jene Mönche über das Wort des Erhabenen.

Brahmāyu hat während der Belehrung durch den Erwachten die ersten drei Verstrickungen: Glaube an Persönlichkeit, Daseinsbangnis und die Bindung an das Begegnungsleben aufgehoben. Dadurch erfuhr er die Sicherheit der Frucht des Stromeintritts. Das Elend der Sinnensucht (4. Verstrickung) und die

starke Beschmutzung durch Antipathie bis Hass (5. Verstrickung) standen ihm in der kurzen restlichen Lebenszeit so deutlich vor Augen, dass er sie - auf Grund seiner Bemühungen sein ganzes Leben hindurch - ganz und gar aufheben konnte. Mit dieser stark erhellten Psyche hat er - frei von Sinnesucht - Wesensverwandtschaft mit brahmischen - reinen - Göttern gewonnen, wurde auf Grund seiner noch vorhandenen Triebe nach Reiner Form bei ihnen wiedergeboren und konnte dann die letzten Triebe, die letzten Bindungen, lösen.

Diese Lehrrede lässt uns Zeugen eines Vorgangs werden, den der Erwachte, der größte Realist, als das höchste Wunder bezeichnet hat: das Wunder der Unterweisung (D 11). Hier hatte einer der ersten Denker des damaligen Indien, Brahmāyu, wohl ein Jahrhundert lang nach der Wahrheit gestrebt. Er war darüber 120 Jahre alt geworden, ein verehrtes Vorbild für viele Schüler - aber die letzte, befreiende Wahrheit hatte er noch nicht gefunden. Und nun begegnete er einem Wesen, bei dem schon das Äußere, Haltung, Blick und Stimme und die völlig souveräne Art der Antwort auf seine Fragen den Greis verehrend zu Boden sinken ließ. Hätte der Bericht mit diesem Beweis der bezwingenden Größe des Erwachten geendet, so könnte er schon Anlass sein, einem Wesen zu vertrauen, dem selbst die ältesten und erfahrensten Sucher seiner Zeit nach so gründlicher Prüfung in solcher Verehrung ihr Herz öffneten. Aber hier beginnt erst das Eigentliche des Berichts: Der Erwachte legt ihm in einem einzigen Gespräch die Wahrheit über die Wirklichkeit so dar, dass Brahmāyu am Ende der Darlegung über die Woge tiefster Verehrung und Zuneigung weit hinausgewachsen ist: Am Ende der Darlegung des Erwachten wird nicht mehr der Körper Brahmāyus von einem überquellenden Gemüt zu einer starken Geste der Verehrung niedergerissen: Stillen und klaren Gemüts sitzt Brahmāyu neben dem Erwachten und weiß, dass er nun selber sehend geworden ist, *selber die Wahrheit gesehen hat, selber die Wahrheit ergründet hat, der Daseinsbagnis entronnen, ohne Zweifel ist, voll Selbstvertrauen, auf*

*nichts anderes gestützt als auf die Weisung des Erwachten.*

Über den Inhalt der Unterweisung, die dieses „Wunder“ bewirkt und Brahmāyu die höchste Gabe - die Wahrheit - geschenkt hat, nennt der Bericht keine Einzelheiten, nur so viel, dass sie sich in wohlbemessenen Stufen vollzog, wie sie uns immer wieder in den Lehrreden begegnen, welche über die Einführung von noch nicht Eingeführten berichten: Immer gehen der Darlegung *der Lehre, welche nur den Erwachten eigen ist*, vier Stufen voraus: das Gespräch über das Geben, die Tugend, über himmlische Welten, über das Elend der Abhängigkeit von den Sinnendingen, die Befleckung durch sie und den großen Gewinn und Segen durch Begehrensfreiheit.

Und wir beobachten in diesem Bericht wie in vielen anderen sozusagen „von außen“ die Wirkung dieser Stufenfolge: Der Erwachte führte die Menschen durch diese aufsteigenden Belehrungen zu innerer Beruhigung und Erhellung, durch die das Herz vorübergehend von allem Anklammern an Sinnlichem, von Betrübtheit, Bekümmert- und Verdrossensein frei ist. In dieser Herzensverfassung konnte der Geist die eigentliche Aussage des Erwachten, die vier Heilswahrheiten, fassen; erst deren Kenntnis führt zur völligen Befreiung aus dem Daseinskreislauf.

Selbst bei einem so vielerfahrenen Sucher wie Brahmāyu weicht der Erwachte von dieser allmählich ansteigenden Unterweisung nicht ab. Der Erwachte nennt die Lehre, die nur den Erwachten eigen ist, *die tief verborgen, schwer zu verstehen ist, still, erhaben, nicht erkennbar auf den Wegen des Denkens, in sich geborgen, nur vom Überwinder erreichbar, erfahrbar. (M 26)*. Diese Lehre ist dem Strom des Durstes, dem Strom der Gewöhnung, dauernd auf den sechs Erfahrungsbahnen erfahren zu müssen (*viññāna-sota*), entgegengesetzt. Es ist einleuchtend, dass kein Mensch diesen Strom und seine Gesetze erkennen, geschweige denn verstehen kann zu Zeiten, in denen er selber von ihm hingerissen wird. Der Erwachte muss den Menschen, dem er die vier Heilswahrheiten darlegen

will, erst ganz bereit und still im Gemüt machen, er muss seine Psyche zeitweilig aus der Abhängigkeit von den Trieben lösen, die durch die Sinneswerkzeuge des Körpers Erlebnisse einheimsen wollen, und er muss den Geist zeitweilig befreien aus der Gewöhnung, um die Erlebnisse herumzudenken.

Das erreicht der Erwachte auf dem Weg über die vier ersten Lehren, die - genau betrachtet - alles umfassen, was zu allen Zeiten des Menschen Herz wahrhaft erhoben hat.

### Fünf aufsteigende Belehrungen des Erwachten

Die Ursache für Leiden und Heil liegt, wie der Erwachte vielfältig lehrt, immer nur in der falschen oder richtigen Ansicht des Menschen über das, was wirklich wohl oder weh tut, und über die Wege, die aus dem Leidigen heraus zu Wohl und Helligkeit führen bis zum vollkommenen Heil. Darum nennt der Erwachte immer wieder fünf sich steigernde Grade der in der Welt zu hörenden falschen und rechten Ansichten (linke Spalte), und er selbst vermittelt und erläutert seinen Nachfolgern die fünf rechten Ansichten zur praktischen Befolgung (rechte Spalte).

#### 5 GESTEIGERTE GRADE FALSCHER U. R. ANSCHAUUNGEN

In M 41,60,76,110,114,117 und. anderen Reden lesen wir stets im gleichen Wortlaut:

##### erstens:

falsch: Das Spenden von Geld und Gut ist ohne Sinn und Zweck.

recht: **Das Spenden von Geld und Gut hat tiefen Sinn und bringt Gewinn.**

##### zweitens:

falsch: Es gibt aus gutem Wirken

#### 5 AUFSTIEGENDE BELEHRUNGEN DES ERWACHTEN

In M 56 und 91 u.a. heißt es:  
*Und er führte ihn in fortschreitendem Gespräch in die Wahrheit ein:*

*sprach mit ihm zuerst über das Geben;*

keine gute Ernte,  
aus üblem Wirken  
keine üble Ernte  
recht: **Alles rechte Wirken  
bringt gute Ernte,  
alles üble Wirken  
bringt üble Ernte.**

*sprach danach über den  
tauglichen Lebenswandel (sīla);*

drittens:

falsch: Es gibt keine jenseitige Welt;  
Diesseits und Jenseits sind  
leere Worte.

recht: **Es gibt nicht nur diese,  
sondern auch jene Welt.**

*sprach danach über die Wege  
zu himmlischer Welt;*

viertens:

falsch: Es gibt nur Zeugung durch  
die Eltern, keine geistige  
unmittelbare Geburt.

recht: **Es gibt nicht nur Geburt  
durch Eltern, sondern  
auch geistunmittelbare  
Geburt.**

*sprach danach über Elend, Grob-  
heit und Schmutz des sinnlichen  
Begehrens (durch das eben die We-  
sen einen – meistens durch Eltern  
gezeugten – Werkzeugkörper brau-  
chen, s. linke Spalte) und über den  
Segen der vollständigen Begeh-  
rensfreiheit (wodurch geistunmittel-  
bares Sein möglich ist – Brahma-  
welt);*

fünftens:

falsch: Es gibt in der Welt *keine* As-  
keten und Brahmanen, wel-  
che durch Läuterung und ho-  
he geistige Übung diese und  
die jenseitige Welt in über-  
weltlicher Schau erlebt und  
erfahren haben und darüber  
lehren.

recht: **Es gibt in der Welt Asketen  
und Brahmanen, welche  
durch Läuterung und hohe  
geistige Übung diese und  
die jenseitige Welt in über-  
weltlicher Schau erlebt und  
erfahren haben und darüber  
lehren.**

*Wenn der Erwachte sah, dass der  
Hörer im Herzen geöffnet, gelöst,  
von den Hemmungen befreit, erho-  
ben und abgeklärt war, dann gab  
er die Darlegung jener Lehre, wel-  
che die Erwachten auszeichnet: die  
Lehre über das Leiden, die Ursa-  
che des Leidens, die Auflösung des  
Leidens und den Weg zur Auflö-  
sung des Leidens.*

*(Zu dieser Belehrung kann nur ei-  
ner kommen, der das hier (links)  
beschriebene Vertrauen zur Wahr-  
heitfindung hat.)*

## 1. Stufe der Unterweisung: Geben ist heilsam

Der Erwachte beginnt mit der Darlegung des Segens des Gebens. Das ist das Einfachste, was über die Abhängigkeit von Sinnendingen, über das Haben- und Behaltenwollen hinausführt und eines jeden Menschen innere Billigung hauptsächlich dann findet, wenn es ihm selber erwiesen wird: Jeder Mensch, jedes Wesen empfindet es als wohltuend, wenn ein Mitwesen das, was es gerade wünscht, nicht festhält, sondern ihm gibt. Das hat jeder bei sich erfahren, und deshalb kann sich auch jeder gut in die Lage des Mitwesens versetzen, das etwas haben möchte, was er selber besitzt. Wie wohl die Gabe tut, kann jeder nachfühlen. Daher kommt es, dass oft auch solche Menschen, die sonst stark ihren Trieben folgen, recht mitleidig sein können. Es kann ihnen selber wehtun, wenn sie einen anderen leiden sehen: Sie helfen ihm darum gern und freuen sich an seiner Freude. So genießen sie zeitweilig in dieser Mitfreude mit dem Beschenkten - ohne dass ihnen dies klar wäre - ein Wohl, das von den Sinnendingen, vom Körper unabhängig ist. Sie gehen dann zwar wieder ihren Trieben nach. Aber oft sagen sie sich selber in ruhigen Stunden, dass diese Mitfreude am Wohl des anderen schöner gewesen sei, als wenn sie selber etwas bekommen hätten. Geben hat zwei Aspekte: den Aspekt des Mitgebens, indem man die Not des anderen sieht und ihm aus der Not heraushilft - ein erster Schritt zur Befreiung der Psyche aus dem engen „Ich“-Denken und „Fühlen“ – und den Aspekt des Abgebens: Man gibt von dem Seinigen, mindert das Seinige, lockert damit in einer momentanen Erweiterung der Psyche zum „Du“ hin das Hängen am Besitz, die Abhängigkeit von ihm. Zeitweilig kommt der Wunsch zu geben, fast in jedem Menschen auf, der Mensch ist von Natur aus oft geneigt, Bedürftigen zu geben. Diese vorhandene Neigung spricht der Erwachte in dem Gespräch über das Geben an und öffnet damit fast unmerklich die schon einen Spalt offene Tür in der Psyche des Menschen, die auf den Weg hinaus aus der engsten Abhängigkeit der Psyche



von den Sinnendingen führt, hin zu einem von den Sinnendingen unabhängigen Wohl, dem Mitempfinden, das jeder kennt.

Innerhalb des Gebens nennt der Erwachte wiederum einen Stufenweg, der bis zu den höchsten, hellsten Weiten führt: materielle Gaben geben als erste Stufe des Gebens, liebevolle Worte als zweite Stufe, Wohltun und Helfen als dritte Stufe, und den anderen als sich selbst ansehen als die höchste Stufe des Gebens. Damit kann der Erwachte manche Menschen, die er einführt - je nach deren Art und dem Grad ihrer inneren Bereitschaft - schon bei der ersten Stufe der Einführung, der Unterweisung über das Geben, hinaufführen bis zu den Höhen des Jesus-Wortes: *Liebe deinen Nächsten als dich selbst* und bis zu dem *tat tvam asi (das bist du selber)*, das den mit diesem Leitbild bekannten Hindu beim Anblick eines jeden Lebewesens ergreift und durch Auflösung aller Schranken zwischen „Ich“ und „Du“ nach der damals schon uralten Überlieferung des Brahmanen schließlich einmünden lässt ins „Meer der Liebe“, in brahmisches Erleben. Dies macht es verständlich, dass der Erwachte auch bei der Einführung des doch gewiss schon weit geläuterten greisen und groß gearteten Priesters Brahmāyū das Thema Geben nicht ausgelassen hat; denn dabei handelt es sich nicht einfach um ein Gespräch über weltliche Wohltätigkeit, sondern - ausgehend von einer in jedem Menschen zu findenden Bereitschaft - um einen Vorgang von großer psychenverändernder und -erweiternder Kraft, durch den das Herz schon sehr erhoben und weit gemacht wird. Dabei geht es beim Geben noch nicht einmal wie bei der Tugend darum, sich beständig zu bändigen und zu zügeln, sondern einfach darum, den in jedem Menschen aufkommenden Impuls zu fördern: Gib dem anderen, sei lieb zu dem anderen, sprich freundlich mit ihm, behalte auch sein Wohlergehen im Auge, fördere ihn mit Rat und Tat - und behandle ihn so, wie du selber von deinen Mitmenschen behandelt sein möchtest. Geben, besonders die ersten beiden Arten, die für den normalen Menschen hauptsächlich in Frage kommen - materielle Gabe geben und liebevolle Worte - stellt unter den heilsamen

Dingen die geringsten Anforderungen an den Menschen: indem es darum geht, nur gelegentlich Gutes zu tun, eben dann, wenn der Mensch sich gerade durch die Not des anderen aufgerufen fühlt. Aber es hilft schon in einem hohen Maß, das zwischenmenschliche Klima zu verbessern, es schafft eine Welt des Gewährens und Wohlwollens, die auch dem Geber wieder zugute kommt. Der Erwachte sagt, wenn die Menschen den Segen des Gebens kennten, so würden sie nicht essen und nicht trinken, ohne davon abzugeben zu haben.

Und da in jedem Menschen schon etwas an Erfahrung über diese Wirkung vorhanden ist, so beginnt der Erwachte das Gespräch mit der Unterweisung über das Geben, das für den wohlsuchenden Menschen den ersten, einfachsten Zugang zum Verständnis eines Wohls bildet, das - wie die Mitfreude - nicht aus dem Besitz und Genuss sinnlicher Dinge, sondern aus der Psyche selber kommt. Das ist die erste in diesem Teil der Einführung meist noch gar nicht ausgesprochene Entdeckung der Psyche.

## 2. Stufe der Unterweisung: Tugend ist heilsam

So wenig wie beim Geben geht es auch bei der Tugend letztlich nicht allein um zwischenmenschliche Verhaltensregeln, sondern darum, den Zuhörer zeitweise von den psychischen Hindernissen zu befreien, welche dem Verständnis der letzten Wahrheiten entgegenstehen. Auch hier kann der Erwachte anknüpfen an Erfahrungen, die jeder Mensch selber gemacht hat, indem er täglich erlebt: Wo ein „Ich“ ist, da stellt das Ich Ansprüche auf ein „Mein“, auf Besitz. Wo ein „Mein“ angenommen wird, da wird aber zwangsläufig erlebt, dass auch andere Anspruch auf dieses „Mein“ erheben. Wer etwa sagt: „Meine Frau“, der erlebt, dass seine Schwiegermutter von ihr sagt: „Das ist „meine Tochter.“ Jeder kennt die Konflikte, die daraus entstehen. Da hat jedes „Ich“ sein „Mein“, und die Interessensphären überschneiden sich. Hier fängt Tugend an mit der erfahrungsbegründeten Erkenntnis: So wie ich auf

meine Interessen Anspruch erhebe, so will auch jeder andere seine Interessen verfolgen. Darum muss man wach werden für die Bedürfnisse der anderen, muss wissen: So wie ich selbst dieses und jenes brauche, braucht es jeder. Man braucht nicht das andere Extrem anzustreben, überhaupt nichts zu wollen, damit man niemandes Interesse verletze - das wäre fast niemandem möglich. Vielmehr rät der Erwachte, über den gelegentlichen Impuls des Gebens hinaus es zur Dauerhaltung zu machen, die Interessen der Nächsten stets mitzubedenken, mit dem anderen immer mitzufühlen, ausgehend von der Erfahrung: Was ich nicht gern mag, das mag der andere meist auch nicht.

Dies so stark zu erkennen, dass es zur Lebensmaxime wird - das ist schon ein Stück Weisheit. Wie oft wurde und wird die Maxime vertreten, man müsse sich durchboxen, auch in der Natur überlebe nur der Stärkere. In religiösen Zeiten und Kulturen jedoch wird der Blick des Menschen weit mehr auf die Bedürfnisse der Mitwesen gerichtet: gerade darauf, auch die Schwachen zu schützen, nicht nur den Starken zu respektieren, weil er überlegen ist. Dies fordert zunächst manchen Verzicht, aber es ist nur ein vorübergehender Verzicht, der schließlich nur Gewinn bringt in Form von Entgegenkommen, Beliebtheit und Dankbarkeit. In einem Lebenskreis, in dem ein großer Teil der Wesen Rücksicht und Schonung übt, da wird alles Harte vermieden, sanfte Begegnung ist „in der Mode“. Wenn dann doch einmal rücksichtslose Mitmenschen hart begegnen, die anderen aber nicht gleich ebenso hart reagieren, sondern ertragen, hinnehmen, dann wird damit einiges entschärft, einiges wird milder, und der Rücksichtslose stutzt, wenn der andere nicht bitter zurückgibt, sondern still verstehend hinnimmt. Er ist verwundert, und was an Anstand in ihm ist, das wird angesprochen. Es ist oft ganz verblüffend, wie schnell sich solches Verhalten auswirkt und auf die Dauer immer mehr den Täter und die Umwelt verändert. Dadurch wird schon hier in der Menschenwelt eine ganz andere Daseinsform, ein ganz anderes Lebensgefühl geschaffen. Dies einzusehen, dass der oft

gehörte Satz „Gutheit ist Dummheit“ falsch ist und dass Tugendhaft-Sein vernünftig ist, ist ein Teil Weisheit, es ist die rationale Begründung der Ethik. So steht Weisheit am Beginn der Tugend.

Den vollkommen Tugendhaften vergleicht der Erwachte mit einem Rosselenker. Er kann die vor einem Wagen angeschirrten Pferde genau dahin lenken, wohin er will. Das bedeutet: Der Tugendhafte wird im Bereich der Begegnung von seinen Trieben nicht mehr in etwas hineingerissen, was seiner Vernunft widerspricht und ihn in die Interessensphären anderer einbrechen ließe, er verfolgt nicht mehr seine eigenen Ziele, wenn ein anderer dadurch zu kurz käme. Auf dem Weg von der auf der täglichen Erfahrung aufbauenden Einsicht, dass Tugend vernünftig ist, bis zu vollkommener Tugendhaftigkeit erlebt der Mensch in sich und um sich von Anfang an Wandlungen, die ihm weiterhelfen: Die Umwelt wird allmählich freundlicher, die Mitwesen reagieren um etwas besser, als wenn er ihnen hart und rücksichtslos begegnen würde.

Mehr und mehr entdeckt er die Mitwesen, weitet sein Gemüt über das Kleinliche und Enge hinaus, wird immer mehr verstehend, großzügig, breitet Verstehen und Großzügigkeit aus. So wandelt er die Psyche, so erhebt er sich Schritt um Schritt über das Gemeine, Gewöhnliche und wird zum Hochsinnigen. Ein wesentliches Merkmal des Hochsinnigen ist es, dass er das Gesetz der zwischenmenschlichen Beziehungen entdeckt hat, das Mitwesen entdeckt und verstanden hat, dass der andere genauso wie er und wie jedes Lebewesen in der Begegnung Wohl sucht. Nachdem der Hochsinnige das verstanden hat, merkt er, weil er gewissenhaft ist, dass er vielen Wesen wehe tut, teils aus Raschheit oder Unachtsamkeit, teils aus starkem Verlangen in akuten Fällen, teils aus Abneigung usw. Weil er besonnen ist, immer wieder über sich und über die Entwicklung seiner Beziehungen zu seinen Mitmenschen nachdenkt und weil es ihn schmerzt, wenn er anderen weh getan hat, darum achtet er nun auf sich, er zügelt sich. Er beobachtet mehr und mehr, wie es ihm wohl tut, wenn er selber

anerkannt wird. Daran erkennt er, dass es auch dem anderen wohltut, anerkannt zu werden.

Aber er merkt auch, dass seine Art ihn trotz seines Bemühens immer noch veranlasst, den anderen zu verletzen, und weil er nun weiß, dass diese seine Art so nicht bleiben darf, weil sie so nicht taugt für ein friedvolles Zusammenleben der Wesen („Tugend“ kommt von „taugen“), darum nimmt er sich in Erziehung, das heißt, er müht sich, seine Psyche zu ändern. Und wer sich besonnen in Erziehung nimmt, der entdeckt die Psyche, muss sie entdecken, weil er ja nun an ihr arbeitet, und lernt dadurch das Gesetz der Psyche kennen. Er merkt bei seinem Bemühen um eine „taugliche“ Psyche (Tugend), dass die Psyche nichts anderes ist als die Sammlung der inneren Bewertungen. Wer öfter und öfter nicht nur mit Worten, sondern mit innerer Anteilnahme darüber nachgedacht hat, wie wohltuend es ist, anderen Menschen Freude zu machen und ihnen zu helfen, statt sie nur als Ausbeutungsobjekt für die eigenen Interessen zu benutzen, und sich deshalb um eine Zügelung seiner Triebe bemüht, der merkt, dass sich seine Triebe nur im Maß dieser Betrachtungen allmählich ändern. Ob er älter wird, ob er krank wird, ob er das Klima wechselt, ob ihm Glieder amputiert werden müssen - seine Psyche wird davon nicht beeinflusst. Sie wird allein beeinflusst von seinen bewertenden Betrachtungen. Unterlässt er dieses immer wiederholte Betrachten, dann hilft ihm bei seinem Bemühen um Tugend auf die Dauer und im akuten Augenblick kaum eine heftige Willensanstrengung. Nur was er in immer wiederholter Betrachtung in ruhigen Stunden erkennt und bewertet als übel, als unwürdig, als andere betrübend und für ihn selbst beschämend, das wird im Lauf der Zeit in ihm geringer, so dass es ihn allmählich gar nicht mehr zu Üblem hinreißt, und er wird Schritt um Schritt frei aus dem Teufelskreis, der den umfängt, der dieses Gesetz der Bildung der Psyche aus dem denkenden Bewerten nicht erkannt hat.

So hat die Tugend zwar zum Ziel „nur“ die Beschränkung der Triebe, soweit sie zum Einbruch in die Interessensphäre

des Nächsten hinreißen wollen, aber sie hat, recht betrieben, zum Ergebnis die auf eigener Erfahrung bestehende Entdeckung des Gesetzes, dass die Psyche allein durch bewertendes Denken verändert werden kann. Hier wird wieder der unlösliche Zusammenhang zwischen Tugend und Weisheit offenbar, den der Erwachte ausdrückt mit den Worten:

*Von Tugend umspült ist die Weisheit,  
von Weisheit umspült ist die Tugend.*

Beide bedingen sich gegenseitig: Dauernde Minderung der Tugend bis zur Tugendlosigkeit führt zum „Lahmwerden der Weisheit“ (D 31) und schließlich - beim völlig Hemmungslosen, dem „Vertierten“ - zu ihrem gänzlichen Verlust. Mehrung der recht verstandenen Tugend führt zur Mehrung der Weisheit.

Weisheit aus unabgelenktem klarem Beobachten der Wirklichkeit setzt innere Stille voraus. Innere Stille kann der Tugendlose nicht haben, denn wenn ihn gerade keine Vielfaltsercheinungen ablenken, dann kommt aus seinem schlechten Gewissen wegen seiner üblen Taten Unruhe über ihn, *gleichwie die Schatten der Gipfel hoher Gebirge bei Sonnenuntergang über die Ebene kommen, über sie niedersinken, über sie herabziehen* (M 129). Dass aber aus der Tugend Gewissensreinheit und daraus innerer Friede und Klarheit bis zur höchsten Weisheit hervorgehen, das zeigt der Erwachte (z.B. A XI,2).

Deshalb ist es auch gesetzmäßiger Zusammenhang, dass ein Erwachter, der einen Menschen für das Verständnis der letzten Wahrheit bereitmachen will, als zweites die Tugend nennt: Die Tugend ist der Stufenweg, den jeder Mensch, der zu Frieden und Weisheit kommen will, Schritt um Schritt aufsteigen muss, und die Weisheit in ihren verschiedenen Graden ist der Ausblick, der sich bei diesem Aufstieg - weiter und weiter werdend - dem Steigenden bietet bis hin zur universalen Schau, wofür die Vollkommenheit in Tugend die Voraussetzung ist. Zugleich nimmt auf diesem Weg das von den Sinnendungen und vom Körper als dem Werkzeug zu ihrem Er-

fahren unabhängige Wohl - Gewissensruhe, Herzensfriede - zu, die Psyche wird immer unabhängiger vom Körper. Und wem ein Erwachter diesen Stufenweg darlegt, der kann ihn schon während der Darlegung zeitweise ahnend nachvollziehen und erfährt daraus zeitweilig Erhebung, Beruhigung und Klärung.

### 3. Stufe der Unterweisung: das Wohl himmlischer Welten

Durch die Unterweisung über das Geben hat der Hörer Herz und Geist geöffnet für ein von den Sinnen und vom Körper unabhängiges, unmittelbar aus der Psyche kommendes Wohl. Durch die Unterweisung über die Tugend wird das Gesetz entdeckt, nach dem die Psyche geändert werden kann, wenn man sie tauglich, tugendlich machen will für die sanfte Begegnung, das Gesetz nämlich, dass die Psyche nur durch bewertendes Denken geändert werden kann.

Wer dem Erwachten so weit gefolgt ist, der ist für die Darlegung der Himmelswelten ganz anders vorbereitet als der vordergründige Mensch. Der Erwachte sagt: *Der hochsinnige Mensch ist sich klar darüber, dass es Jenseitige gibt*(M 100), d.h. dass es untermenschliche und übermenschliche Wesen gibt. Der Tugendhafte wird zwangsläufig zum Hochsinnigen: Er entdeckt die Mitwesen, lernt mit ihnen mitzuempfinden, strebt deshalb ständig danach, seine Psyche zu ändern. Dazu richtet er seinen Sinn auf rechte Bewertung, und so bildet er seinen Sinn, seine Gesinnung zum hohen Sinn. Der Hochsinnige weiß: Die Bewertungen verändern die Psyche; wenn keine Bewertungen stattfinden, verändert sich die Psyche nicht. Und so wie die Psyche im Lauf des Lebens durch die Bewertungen geändert ist, so ist sie dann, wenn in diesem Leben die Bewertungen aufhören und der Körper wegfällt. Der Tod, das Wegfallen des Körpers, kann an der Psyche nichts ändern, und entsprechend der Psyche ist die nächste Daseinsform übermenschlich, untermenschlich oder nahe dem Menschlichen. Diese Zusammenhänge kann man nur in dem Maß fassen, als

man die eigene Psyche beobachtet. Dafür braucht man die Blickrichtung nach innen statt nach außen, nicht auf die Vielfalt der Sinnendinge, sondern auf die inneren Vorgänge, wie Wollen, Fühlen, Denken. Wem diese Blickrichtung zur Gewöhnung wird, der gewinnt von daher immer tiefer die Einsicht: Solange Psyche ist, so lange ist Leben; und die Psychenqualität bestimmt die Lebensqualität. Ein solcher merkt zugleich, dass es sich lohnt, an sich zu arbeiten, sich heller zu machen.

Wer nur das eine achtzigjährige Leben in seinem gegenwärtigen Körper im Auge hat und meint, mit dessen Wegfall sei alles zu Ende, der wird dafür nicht viel Kraft aufwenden wollen. Wer aber weiß: Was heute nicht getan ist, muss morgen getan werden; und niemand kann meine Psyche ändern und die Qualität meines künftigen Erlebens bestimmen als ich selber durch falsches oder rechtes Bedenken, durch falsch gerichtete oder recht gerichtete Blickrichtung, der hat den Ansatz des Wissens gewonnen, das zur Meisterung des Lebens erforderlich ist. Wer nach innen auf seine charakterliche Entwicklung achtet - und auf das Verhältnis seiner charakterlichen Entwicklung zu seinem Denken - und auf das Verhältnis seines Bedenkens zu dem Umgang, den er mit Menschen und Dingen pflegt, ein solcher merkt von selbst die Psyche, merkt mehr und mehr, was sie beeinflusst und was nicht, und bemüht sich um hellere, innere Art, um eine hellere Psyche - zunächst durch sanfte Begegnung, Rücksicht, Helfenwollen, Freudemachenwollen und Freudehaben am Freudemachen. Wenn der Mensch erst einmal auf diesen Geschmack kommt, Freude gewinnt am Freudemachen, dann ist es ihm ein Bedürfnis, dem anderen wohl zu tun, so wie einer Mutter wohl ist, wenn ihrem Kind wohl ist. So verliert er nichts, sondern gewinnt ein weiteres zusätzliches Wohl, und dieses Wohl - das erkennt der Zuhörer bei der dritten aufsteigenden Unterweisung - ist um so größer, als er jetzt weiß, dass er sich damit zugleich künftige hellere Daseinsformen schafft. So fühlt sich der vom Erwachten Eingeführte innerlich geneigt, so zu sein und zu werden.



Ein solcher wird in seinem Herzen innerlich reicher, sein ganzes Verhalten ist wohlthuender, edler, weil seine Psyche sich zu gewährender Gesinnung gewandelt hat. Wenn diese Psyche nach Beendigung dieses Lebens den Menschenleib ablegt, dann erscheint sie in einer feineren Form unter solchen, die ebenfalls entsprechende innere helle Art gewonnen haben. Solche helleren Erlebensweisen werden in allen Religionen die Himmelswelten genannt. Da gibt es keine zwischenmenschlichen Probleme, keine jahrzehntelange Arbeit, um Geld zum Genießen zu verdienen, sondern leichte, unmittelbare Wunsch-erfüllung und die Wohltat der gegenseitigen hellen, harmonischen Begegnung.

Diese Gesetzmäßigkeiten waren den Indern zur Zeit des Erwachten viel vertrauter als dem heutigen westlichen Menschen. Das Gespräch darüber war für sie daher ebenso wie das Gespräch über das Geben und die Tugend ein Wiedererwecken und Wiederentdecken von längst Gewusstem, welches den Geist und das Gemüt weitete und erhob. Mit der Darlegung dieses über den Tod hinausreichenden, alle Himmel und Höllen umfassenden Gesetzes hatte die Darlegung den Gipfel der meisten Religionen erreicht, die in einem himmlischen Reich voll seliger Wesen von unvorstellbarer Dauer das Höchste gefunden zu haben glauben und - ohne weiterreichende Erfahrung - hier schon von „ewiger Seligkeit im Paradies“ sprechen.

#### 4. Stufe der Unterweisung:

Das Elend der Abhängigkeit von den Sinnendingen,  
die Befleckung durch sie  
und der große Gewinn und Segen durch Begehrensfreiheit

Den alten Indern war der realistische Gedanke vertraut: Auch in den reinsten Himmelswelten gibt es kein endloses Verweilen. Unvorstellbar lang dauert das Dasein jener hohen Wesen, aber es ist durch ihr endliches Wirken bedingt, und wenn der

durch dieses Wirken angesammelte Schatz von guten Wirkungen verbraucht ist, dann sinken sie wieder hinab und kreisen weiter im Daseinskreislauf. Es heißt schon in den vorbuddhistischen alten Texten: Wenn Gottheiten solcher Bereiche, in denen noch eine Vielfalt von Wesen erlebt wird, merken, dass sie sterben, dann kommen die anderen zu ihnen und wünschen ihnen einen guten weiteren Weg. Die göttlichen Wesen sind sich also zum Teil selbst klar darüber, dass sie nach ihrem Abscheiden aus der dortigen Welt wiederum auftauchen in einer anderen Welt, die ihrem inzwischen erworbenen Wesen entspricht. Darum wünschen die anderen Götter der sterbenden Gottheit, dass sie ein gutes Fortkommen haben möge. Aber in den Götterwelten gibt es eine große Gefahr. Sie ist um so größer, je reiner, heller, einheitlicher und länger das Dasein in solchen Bereichen währt: Manche Geistwesen erleben unvorstellbar lange immer nur, dass sie erlangen, was sie wünschen. Sie erleben so lange nur wohltuende Ernte, dass sie gar nicht mehr wissen, dass man nur das ernten kann, was man gesät hat. Da sie wenig oder kaum Veränderung erleben, fehlt ihnen ganz die Anschauung von dem Gesetz der Psyche, von dem Zusammenhang zwischen Saat und Ernte. Sie wissen nicht oder haben vergessen, dass nur eine entsprechende helle Gesinnung die Ursache des jetzt erlebten Wohls ist, und so sind sie ganz auf das Genießen ihrer hohen Wohlgefühle eingestellt und mehren ihr Begehren. Und wenn ihnen ihr bedingtes und daher endliches strahlendes, helles Erleben nach langen, langen Zeiten verblasst, dann erleben sie fassungslosen Schmerz und können - von Begehren, Antipathie und Hass bewegt - wieder in alle Tiefen hinabsinken.

Darum spricht der Erwachte als nächstes mit dem aufnahmebereiten Menschen über die Gefahren des Begehrens. Begehren, Genießen, Befriedigungsuchen im Gefühl ist die Ursache, dass selbst reinere, hellere Wesen wieder absinken, Begehren macht schon hier im Menschentum abhängig von vergänglichen Dingen und führt ins Elend.

Ein Leben mit Begehren ist nur halbzeitlich, wenn überhaupt, Wohl: Zuerst wird Mangel empfunden, darauf folgt je nach der inneren Art und entsprechenden Daseinsform schnelle oder langsame oder gar keine Erfüllung. Das Gerissensein durch den Durst, das Begehren, ist die Quelle aller Leiden. Durch den Durst, das eigene Begehren zu erfüllen, wird man schließlich blind für die Bedürfnisse der anderen, wird rücksichtslos, egoistisch - und erlebt entsprechend Dunkles.

Wer durch die Führung des Erwachten verstanden hat, dass das Begehren ein Gerissensein des Menschen ist, das ihn in einen endlosen Kreislauf von Elend und Not bringt, aus dem auch ein langes Verweilen in himmlischen Welten nicht herausführt, sondern nur den unvermeidlichen Sturz um so entsetzlicher empfinden lässt, und dass das Meer von Begehren die Wesen für unvorstellbar lange Zeiten in Bereiche dauernder Qual hinabsinken lässt - wer das verstanden hat, der versteht zutiefst jenen qualvollen Ausruf vieler geistig erfahrener, suchender Menschen vor dem Erwachten und zu seiner Zeit: *Versunken bin ich in Geborenwerden, Altern und Sterben, in Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung. O dass es doch möglich wäre, dieser ganzen Leidensmasse ein Ende zu machen.* Dem vom Erwachten so weit geführten Zuhörer geht nun erst angesichts der Einsicht in diese totale Abhängigkeit in vollem Maß auf, welcher Segen die völlige innere Unabhängigkeit sein müsste. Wer dem Erwachten auf dieser über die feinsten himmlischen Welten hinausreichenden Stufenleiter auf den höchsten Gipfel hat folgen können, wie ihn Mystiker in allen Zeiten erreicht haben, der hat nun erkannt, wo das Heil zu suchen ist.

So weiß nun auch Brahmāyu: Wer im Haben- und Behaltenwollen beharrt, sich dem Impuls des Gebens in seinen verschiedenen Graden verschließt, der verschließt sich nicht nur einen Quell reiner Freuden, sondern verschließt sich jeden Zugang zum Heil. Sein Herz dem Geben öffnen und so die Schranken zwischen Ich und Du lockern, das lässt fortschreiten auf dem Weg der Tugend, die nicht nur zusätzliche, kör-

perunabhängige Freude bringt, sondern erst das Tor zur Weisheit und zu unvorstellbar hellen Welten öffnet. Der hat jetzt das Gesetz erkannt, nach welchem die Wesen steigen und sinken und steigen und sinken im Daseinswandel. Aber er hat zugleich erkannt, dass innerhalb des Wirkungsbereiches dieses Gesetzes - soweit Begehren reicht - das Heil, die Sicherheit, die Geborgenheit nicht zu finden ist. An diesem Punkt der Einführung durch den Erwachten kann Brahmāyu nicht mehr das letzte Ziel in der - als unerlässlich wohltuend und wegerhellend erkannten - Besserung der Beziehungen zwischen den Wesen suchen, ja auch nicht einmal mehr in höchsten himmlischen Welten, sondern nur noch in dem Segen der Unabhängigkeit. Er hat jetzt nur noch die eine Frage: Wie ist die völlige Unabhängigkeit, die vollkommene Freiheit zu erlangen?

Diese letzte Frage, die sich in Brahmāyu erhebt, richtet sich nicht mehr auf irgendein Erleben, sondern auf den Ausweg aus dem Kreislauf des Erlebenmüssens. Nun, am Ende dieses vierteiligen Stufenwegs, ist Brahmāyu reif für die Darlegung der Lehre, die den Erwachten eigen ist: die der vier Heilswahrheiten.

## 5. Stufe der Unterweisung: Die vier Heilswahrheiten

Die Darlegung der ersten Wahrheit knüpft an das an, was Brahmāyu bei der vierten Vorstufe der Einführung schon gespürt hat: Innerhalb des Daseins ist nicht das Heil, sondern nur Leiden zu finden. Die erste Wahrheit zeigt exakt, was die alleinigen Komponenten des Daseins sind, außer denen es nichts Weiteres gibt, nämlich die „fünf Zusammenhäufungen“: Form, Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierte Wohlerfassungssuche, und es wird gezeigt, warum sie leidvoll sind.

Die zweite Wahrheit nennt den Antrieb des Leidens, nämlich den durch Wahn bedingten Durst, der Leiden immer weiter fortsetzt, und dies durch alle Daseinsformen hindurch. Die dritte Wahrheit lehrt, dass diese Leidensursache aufzuheben ist, so dass Leiden nicht mehr bestehen kann. Die vierte

Wahrheit nennt den achtgliedrigen Weg, wie der Mensch von seinem geistig-seelischen Status aus harmonisch und ohne Krampf unter vernünftigem Einsatz seiner Kräfte, die im Einsatz auch immer mehr wachsen, Schritt für Schritt das in der dritten Wahrheit Erkannte, die Versiegung des Durstes, verwirklicht, bis er das höchste vollkommene Wohl gewinnt, das ungeworden ist und darum auch nicht vergehen kann. Dieses höchste Wohl wird nicht erzeugt, sondern die Bedingungen für alles Wehe werden weggeräumt, so wie der klare Himmel immer vorhanden ist, aber erst sichtbar wird, sobald die Wolken aufgelöst sind. Jedes Geräusch hat seine Entstehungsursache, aber die Stille hat keine Ursache, und diese ursachenlose Stille kann auch nie vergehen, sie ist nur überdeckt durch geschaffene, also verursachte Geräusche. Hebt man deren Ursache auf, dann ist die Stille offenbar. Alle Leidensdinge sind durch Ursachen geschaffen und daher vergänglich. Lässt man sie geduldig vergehen und schafft immer weniger neue, dann wird der Himmel immer klarer, die wüsten Geräusche nehmen ab, und wenn man endlich auch die feinsten Leidensdinge nicht mehr schafft - dann bleibt Leidlosigkeit, Sicherheit, Geborgenheit übrig, dann ist der unverletzbare, ewige Friede, die vollkommene Erlösung gewonnen, die letzte restlose Entspannung.

Erst wer, so vorbereitet, die vier Heilswahrheiten vernimmt, der kann, wie Brahmāyu, zur Aufhebung jeder Unsicherheit gelangen. Seine Triebe sind zwar noch da, seine alten Erfahrungs- und Denkgewohnheiten, sie sind aber für die Zeit der Darlegung durch die seelische und geistige Heilkunst des Erwachten zur Ruhe gebracht worden, so dass er selber für kurze Zeit aus ungetrübter Klarheit die Wahrheit sehen konnte. Er braucht fortan keine weitere Anleitung mehr, braucht keinerlei Stütze mehr durch einen Menschen oder eine andere Lehre, er ist unabhängig von irgendwelcher Belehrung, wenn er auch noch gern den Erwachten und ihm ebenbürtige Mönche aufsucht. Er hat unverlierbar das Endziel im Auge. Das ist die höchste geistige Zeugung. Von da ab beginnt zwangsläufig

bei einem solchen die Entwicklung auf die unverletzbare Unverletztheit, auf das Nibbāna, hin.

Begehren, Abneigung und Wahn schichten sich ihm immer mehr ab. Ein solcher hat, schon lange ehe er das letzte Ziel, die Versiegung des letzten, feinsten Durstes erreicht, die endgültige Sicherheit gewonnen, nie mehr hinabzusinken in untere Welten, den unverletzbaren Frieden gefunden zu haben. Ein solcher ist wie der abgeschossene Pfeil, der, vor dem Rückfall gesichert, unaufhaltsam dem Ziel entgegenfliegt. Wie der Erwachte den Menschen zu diesem Stadium führt, in einem einzigen stufenweise fortschreitendem Gespräch, das ist wahrlich das größte aller Wunder. Und die Kenntnis dieses Stufenwegs und seiner Gesetze hilft auch uns, den Weg besser zu gehen und vor allem zu erkennen, dass auf ihm nur derjenige unter zunehmendem inneren Wohl voranschreiten kann, der verstanden hat, dass man zur Wahrheit nicht allein durch den Verstand kommen kann, sondern dass es gilt, die Psyche zu entdecken und zu läutern, ihre Trübungen und Wallungen zu beseitigen, damit zunehmender Herzensfrieden und Klarblick die Reife zur Erfahrung der Erlösung vorbereiten können.

SELO  
92. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“  
ebenso in Sn 548-573 = Thag 818-841

Der Brahmane Selo: Der Erwachte ist ausgestattet mit zwei-  
unddreißig Körpermerkmalen (wie M 91). Regiere doch als  
Kaiser. – Der Erwachte: Die Wahrheit ist mein Reich. Ein  
Erwachter bin ich. –

Selo mit dreihundert Schülern bat um Aufnahme in den Orden.  
Er erreichte die Triebversiegung.

Assalāyano, ein junger Brahmane, Meister der Dreiveden, sagt zum Erwachten, die Brahmanen behaupten, die Brahmanenkaste sei die höchste, allein rein und von Brahma abstammend. Der Erwachte antwortet:

1. Alle Brahmanen werden doch von Frauen geboren.
2. Bei den Völkern außerhalb Indiens gibt es nur zwei Kasten: Freie und Knechte, und einer kann das andere werden. Da gibt es überhaupt keine Brahmanenkaste als ewig höchste.
3. und 4. Wer auch immer, gleichgültig aus welcher Kaste, schlecht handelt, geht abwärts, und wer gut handelt, geht aufwärts.
5. Ein jeder aus den vier Kasten, nicht nur ein Brahmane, kann, frei von Feindschaft, frei von Bedrängung anderer ein liebevolles Herz ausbilden und zur Brahmawelt gelangen. Nicht nur ein Brahmane kommt zu Brahma.
6. Körperlich wird der Angehörige jeder Kaste rein, wenn er sich im Fluss mit Seife wäscht. Nicht nur ein Brahmane wird rein, wenn er sich im heiligen Ganges wäscht.
7. Wenn Angehörige der oberen Kasten aus bestem Holz und Angehörige der niedersten Kaste aus minderwertigem Holz Feuer machen, so ist das Feuer gleich an Leuchtkraft und kann den gleichen Zwecken dienen.
8. Ist ein Elternteil Brahmane und der andere Krieger, so ist das Kind aus dieser Mischehe beides, Brahmane und Krieger, während bei der Kreuzung von Esel und Pferd etwas Neues, ein Maultier, entsteht.
9. Unter zwei Brahmanenbrüdern würde der, der gelehrt ist, von den Brahmanen höher geschätzt. Wenn der Ungelehrte aber tugendhaft ist, würde Letzterer von ihnen bevorzugt. So kommt es auch den Brahmanen mehr auf die Herzensreinheit als auf Geburt und Gelehrsamkeit an.
10. Als in der Vorzeit brahmanische Seher die falsche Anschauung von der Priesterkaste als der höchsten Kaste erklär-



ten, widerlegte sie schon damals der Seher Asito, indem er darauf hinwies, dass sie nicht wüssten, ob sie vor ihrem jetzigen Leben Brahmanen gewesen seien. Niemand könne sagen, von welcher Kaste er ursprünglich stamme. Assalāyano nahm Zuflucht zum Erwachten.

S. „Meisterung der Existenz“ S. 228ff.

## GHOTAMUKHO

### 94. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Der Brahmane Ghotamukho sprach den Geheilten Udeno an: Es gibt keinen wirklichen Asketen. – Udeno: Es gibt vier Arten von Menschen: 1. Selbstquäler, 2. Nächstenquäler, 3. Selbst- und Nächstenquäler, 4. Weder Selbst- noch Nächstenquäler, die heil geworden sind. – Ghotamukho: Letztere erfreuen mein Herz. (Wie M 51 und M 60) –

Zwei Gruppen von Menschen gibt es: 1. die Sinnendinge begehren, 2. die Sinnendinge nicht begehren. Die Geheilten finden sich in der zweiten Gruppe. – Ghotamukho: Diese sehe ich auch als wirkliche Asketen an. Bitte erkläre die vier Arten von Menschen genauer. Die gleiche Erklärung wie in M 51 und M 60, die mit dem Gang zur Vollendung abschließt.

Ghotamukho wird Anhänger, lässt einen Empfangssaal für die Mönchsgemeinde in Patālīputtam bauen.

## SICHERER SCHUTZ VOR FALSCHER WEGWEISUNG

„Canki“

### 95. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

#### I. Glauben und Vertrauen

Wir bringen hier eine der ganz wenigen Reden des Buddha, in welchen es noch gar nicht direkt um die Heilslehre selbst geht, sondern um die Frage der sichersten Vorgehensweise, damit man bei dem in Indien immer reichen und vielseitigen Angebot an philosophischen und religiösen Aussagen an die richtige, zum Heilsstand führende Wegweisung komme und nicht an falsche: darin liegt der Schwerpunkt dieser Rede.

#### Vertrauen allein genügt nicht

Von besonderer Bedeutung ist hierfür die Frage des Vertrauens. In vielen der überlieferten Reden des Buddha wird z.B. auf die Unverzichtbarkeit des Vertrauens (*saddhā*) hingewiesen, um überhaupt an religiöse Lehren kommen zu können - ganz ähnlich wie im Christentum auf die Unverzichtbarkeit des „Glaubens“ hingewiesen wird; aber hier erklärt der Erwachte, dass man mit blindem Vertrauen und Glauben allein auch an falsche Lehren mit ihren üblen Einflüssen auf Lebensführung und Schicksal geraten kann, und zeigt darum, welcher Ergänzung es bedarf, damit man die Wahrheit finde.

Das Problem des Vertrauens oder Nichtvertrauens beginnt ja immer erst dort, wo die eigene Erfahrung nicht hinreicht, denn was man selber aus Erfahrung weiß, dazu bedarf es keines Vertrauens mehr. So will der Buddha laut den Reden das Vertrauen verstanden wissen (s. A VII,54 und S 48,50).

Da nun alle religiösen Lehren vorwiegend von solchen Dingen handeln, die der normale Mensch in seinem gegenwärtigen Leben meistens nicht erfahren hat und nicht kennt, nämlich vom jenseitigen Leben in jenseitigen Bereichen und von der nach Vernichtung des Körpers dort zu erfahrenden Ernte

aus dem hiesigen Tun und Lassen bis zu den höchsten weltüberlegenen Aussagen des Buddha - so kann der Mensch, dem nicht ein gewisses Vertrauen zu diesen Lehren möglich ist, an diese Religionen gar nicht kommen und darum auch nicht nach ihnen leben wollen.

### Kein freier Entschluss zum Vertrauen

Hier meinen nun viele Menschen, es gehe um eine persönliche innere Entscheidung, ob man solchen Lehren vertrauen bzw. sie glauben wolle oder nicht, doch die Heilslehrer sagen, dass der Mensch die Fähigkeit oder Unfähigkeit zum Glauben oder Vertrauen schon in dieses Leben mitbringe und diese Anlage nicht so schnell ändern könne aus folgenden Gründen:

Nach dem erheblich weiterreichenden Bewusstsein der Heilslehrer hat der Mensch nicht erst mit der Geburt angefangen, da zu sein, vielmehr ist die Geburt nur der Anfang einer neuen Existenzform mittels eines neuen Körpers, während die eigentlichen geistig-seelischen Trieb- und Lenkkräfte des Menschen, also Charakter und Gesinnung, die „Seele“, seit undenklichen Zeiten bestehen und wirksam sind. Zwar befinden auch sie sich ununterbrochen in langsamer Veränderung, doch sie wirken über Tod und Geburt des Körpers hinaus. Insofern hat ein jeder heutige Mensch die Dinge, von welchen die Heilslehren handeln, schon unendliche Male selbst erfahren. Er hat sie nur mehr oder weniger stark vergessen und verdrängt<sup>162</sup>.

---

<sup>162</sup> Auch die christliche Lehre enthält – unabhängig von den Lehren der Theologen -unleugbar und offen erkennbar, den Wiedergeburtsgedanken, wie u.a. Matth 16, Vers 4 zu erkennen ist. Dort fragt Jesus seine Jünger: „Was sagen die Leute, das des Menschen Sohn sei? „ Darauf antworten diese: „Etliche sagen, du seiest Johannes der Täufer; andere, du seiest Elia; andere du seiest Jeremia oder der Propheten einer.“ (Ähnlich lesen wir Markus 6, 14-16 und 8,28; ebenso Lukas 9,18-20) Alle hier genannten Propheten waren aber kurz oder lange vor Jesus gestorben. Ebenso heißt es Psalm 90,3: „Der du die Menschen lassest sterben und sprichst: 'Kommt wieder, Menschenkinder!'"

## Oberflächliche und gründliche Geister

Da sagen nun die Heilslehrer, dass die Menschen in dieser Hinsicht sehr unterschiedlich seien. Der eine sei vordergründig, indem er fast nur die vor Augen liegenden Dinge betrachte und die angenehmen genießt und die unangenehmen verwirft, während andere Menschen öfter darüber nachdenken, warum sie so seien, wie sie sind, welchen tieferen Sinn das Leben habe, worauf das Ganze wohl hinauslaufe.

Von diesen letzteren Menschen sagen die Heilslehrer, dass bei diesen die Erinnerung an die Vergangenheit ihrer bisherigen Daseinswanderung nicht ganz und gar ins Unbewusste zurückgesunken sei, vielmehr eine Ahnung davon geblieben sei, durch welche sie eine vertrauende Zuneigung zu den Heilslehren empfänden, die ja die verborgenen Zusammenhänge aufzeigen. - So ähnlich muss auch das Wort des christlichen Apostels in Hebr. 11/1 aufgefasst werden: *Es ist aber der Glaube eine gewisse Zuversicht des, dass man hofft, und ein Nichtzweifeln an dem, das man nicht sieht.* Auch dieser Glaube hat die tieferen halbbewussten Hintergründe.

### Das Gleichnis vom Sämann

Schon fünfhundert Jahre vor Jesus hat Buddha, der Erwachte, mit dem Gleichnis vom Sämann zum Ausdruck gebracht, dass ein an sich guter Samen, wenn er auf ungeeigneten steinigem Grund gerät, nichts hervorbringen kann – ganz so auch könne eine gute Heilslehre, wenn sie in den Geist eines zum Vertrauen unfähigen Menschen gelange, keine „guten Früchte“ bringen, keine für den Betreffenden selbst günstige Wirkung hervorrufen. Aber ebenso wie ein in fruchtbarem Grund geratener guter Same auch gute Früchte hervorbringt, ganz ebenso müsse ein jeder Mensch, der die innere Art der Glaubensfähigkeit oder Vertrauensfähigkeit habe, durch die von ihm gehörte und verstandene Heilslehre zu seiner bestmöglichen Entwicklung angeregt und gekräftigt werden.

An diesem Gleichnis von der Beschaffenheit des Bodens zeigt sich zugleich, dass man sich zu Vertrauen oder Glauben nicht etwa von heute auf morgen zwingen kann, sondern sich höchstens ganz allmählich die betreffenden Voraussetzungen erwerben kann.

### Das Gleichnis von Armut und Schulden

Die Bedeutung des Vertrauens zu den Wahrheiten über die geistigen Gesetze der Existenz und damit für Lebenswandel und Heilsgewinnung zeigt der Erwachte in einem Gleichnis (A VI,45), in welchem er den Menschen, der sich nur an das vor Augen Liegende hält, der also vertrauenslos ist, mit einem wirtschaftlich armen Menschen vergleicht, der, weil er arm ist, Schulden macht; weil er Schulden gemacht hat, Zinsen verspricht; weil er aber arm bleibt, die Zinsen nicht zahlen kann, verfolgt wird und endlich ins Gefängnis gesetzt wird, bis er alle Schulden bezahlt hat.

In diesem Gleichnis bedeutet die Armut so viel wie die vordergründige, sich nur an das sinnlich Wahrnehmbare haltende Gesinnung des Menschen, der keinen Sinn und keinen Blick für geistige Zusammenhänge hat, das fehlende Interesse an den tieferliegenden Wahrheiten, die Vertrauenslosigkeit.

Das Schuldenmachen bedeutet sein ungutes Wirken in Gedanken, Worten und Taten, weil er nur auf seinen äußeren Vorteil bedacht ist, da er ja an keine späteren jenseitigen Folgen seines Tuns und Lassens glaubt oder nicht daran denkt.

Das Versprechen von Zinsen bedeutet, dass er seinen ungu-ten Lebenswandel verheimlicht, sich nach außen wie ein ordentlicher Bürger gibt, so dass andere ihm vertrauen.

Das Gemahnt- und Verfolgtwerden bedeutet, dass ein solcher Mensch, weil seine in die Welt gesetzten ungu-ten Taten geistig um ihn und in ihm sind, innerlich keine Ruhe, keine Zufriedenheit und vor allem keinen Frieden findet.

Und dass er endlich gefangengesetzt wird, bedeutet, dass er entweder in diesem Leben, sonst auf jeden Fall nach diesem

Leben alles üble Wirken durch rückzahlendes Erleiden vollständig und restlos tilgen muss.

Insofern gilt also auch nach dem Erwachten das Vertrauen als eine ganz unverzichtbare Grundlage des Menschen, um überhaupt an Heilslehren und damit an die Wegweisung zur Heilsgewinnung zu kommen.

Da man aber durch Vertrauen allein nicht nur an richtige, sondern auch an falsche Lehren und Wegweisungen gelangen kann mit allen schmerzlichen bis furchtbaren Folgen, darum erklärt der Erwachte in der folgenden Rede seinen Gesprächspartnern, was der Mensch über das Vertrauen hinaus noch mitbringen oder sich aneignen und anwenden muss, um an die Wahrheit über die Heilsgewinnung zu kommen.

## II. Der Buddha im alten Indien

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit wanderte der Erhabene durch das Land Kosala und kam, von vielen Mönchen begleitet, in die Nähe eines Brahmanendorfes der Kosaler namens Opāsāda.*

*Zu Opāsāda weilte nun der Erhabene, nördlich vom Dorf, im Götterhain und Kronwald.*

### Der Buddha drängt sich nicht auf

Wir sehen hier wie auch in den meisten anderen Berichten, dass der Erwachte nicht in das Dorf hineingeht. Er drängt sich nie als Lehrer auf, sondern weilt in der Nähe eines Ortes im Wald oder in einem privaten Park, der ihm als Aufenthalt angeboten wurde, oder in den früher in Indien üblichen von den Bürgern gebauten Versammlungshallen für Pilger und Mönche, zu denen dann die Bürger kommen mit ihrer Wahrheitsuche.

Darin haben wir ein unauffälliges Zeichen der tiefen Erfahrung des Buddha. Er hat immer nur da gesprochen, wo Men-

schen fragend mit einer Not an ihn herantraten, und hat auch diesen Menschen immer nur so weit Wahrheit gesagt, wie sie es wissen wollten. Das ist einer der Gründe, weshalb er so viele Anhänger gewinnen konnte und sein Leben ganz ohne Verfolgung und Streit verlief und er im hohen Alter von über achtzig Jahren im großen Kreis verehrender Mönche und Bürger seinen Aufenthalt in der Welt in Frieden abschloss.

### Lehnsherren

*Um diese Zeit aber lebte der Priester Canki zu Opāsādam, das, gar heiter anzuschauen, mit Weide-, Wald- und Wasserplätzen, mit Kornkammern, mit königlichem Reichtum begabt, vom König Pasenadi von Kosalo als Königsgabe den Brahmanen zu eigen gegeben war.*

Es war früher nicht nur in Indien, sondern auch in Europa und in Deutschland üblich, dass ein Fürst solchen Männern, die ihm treu dienten oder deren günstigen Einfluss auf Frieden und Wohlfahrt seines Landes er erkannte, einen Landstrich zu eigen oder als „Lehen“ gab, so dass die Bürger dieses Bezirks nicht mehr an den König, sondern an den Beschenkten Zoll und Steuer zu geben hatten. In Deutschland hatten die so Belehnten oft sogar Strafgewalt über die Untertanen bis zur Todesstrafe. Die Brahmanen dieses Dorfes genossen also bei dem König hohes Ansehen. Solche Geschenke oder „Lehen“, die bekanntlich eine Abhängigkeit oder Verbindlichkeit mit sich bringen, hat der Buddha nie angenommen und hat mit seinen Ordenssatzungen auch deren Annahme durch seine Mönche verhindert.

### Das Ansehen des Buddha

*Und es hörten die brahmanischen Hausväter in Opā-*



*sāda reden: „Da wandert doch jetzt in unserem Lande der berühmte Asket Gotamo, der Sākyerprinz, der der Herrschaft über die Sākyer entsagt hat. Er wandert mit einer großen Mönchsgemeinde von Ort zu Ort. Diesem ehrwürdigen Gotamo aber geht allenthalben der wunderbare Ruf voraus:*

*„Er ist der Erhabene, Heilgewordene, vollkommen Erwachte, der im Wissen und Wandel Vollendete, der zum Heil der Wesen gekommene Kenner der Welt. Er ist der unübertreffliche Lenker derer, die erziehbar sind, ist Meister der Götter und Menschen, erwacht, erhaben. Er hat diese Welt mit allen ihren Geistern, den weltlichen und den reinen, mit ihren Scharen von Asketen und Priestern, Göttern und Menschen in unbegrenzter Wahrnehmung selber durchschaut und erfahren und lehrt sie uns kennen. Er verkündet eine Lehre, die nach Inhalt und Aussageweise schon von Anfang an hilfreich zum Guten führt und mit ihrer letzten Aussage ganz hinführt zum Heilsstand. Er führt den vollständig abgeschlossenen, lautereren Reinheitswandel in der Welt ein.“ Glückliche, wem es vergönnt ist, einen Heiland von solcher Art zu erleben.*

### Sieger durch Sanftmut und Größe

Der Buddha war also zu dieser Zeit in Indien schon berühmt. Das liegt nicht nur daran, dass er schon längere Zeit als Buddha lehrte, sondern liegt weit mehr an seiner Größe und Klarheit. Ein mittelmäßiger Lehrer kann Jahrzehnte durch die Lande ziehen und wird immer und überall schnell wieder vergessen. Aber einer, der noch nie in einem Redestreit besiegt worden ist und der vor allem, wie es Zeugen berichten (M 27), auch nie als Sieger dastehen will, sondern die Gesprächspartner, die ihm oft mit wohlersonnenen Fangfragen Fallen stellen wollten, nur versöhnt und befriedet und beglückt, so dass sie

fast immer zu ihm übertreten – das ist eine seltene und eine wohltuende Erscheinung in der Welt. Das ist eine Sonne am geistigen Himmel. Darum waren auch bald schon die besten Denker und Wahrheitssucher aus den ersten Häusern seine Anhänger geworden, und viele von ihnen sind als Mönche in seinen Orden getreten. Dieser Vorgang hat natürlich auch deren Familien aufgerüttelt, und so ging bald durch die ganze Oberschicht und von daher durch alle Schichten der Bevölkerung in Indien ein Raunen über die geistige Größe dieses Buddha, dessen Mönche vorwiegend zur Elite des Landes gehörten.

### Aufbruch der Priester

*Und die brahmanischen Hausväter von Opāsāda, in Scharen zusammengekommen, zogen von ihrem Dorf aus nach Norden hin zum Götterhain am Kronwald.*

*Damals nun hatte Canki, der Priester, oben auf der Zinne seines Hauses Tagesrast genommen. Da sah denn Canki die brahmanischen Hausväter von Opāsāda vom Dorf fort nach Norden ziehen, und als er sie gesehen, wandte er sich an seinen Torwart: Wohin gehen, lieber Torwart, die Bürger? –*

*Es ist der berühmte Asket Gotamo, der Sakyer-Prinz, der der Herrschaft über die Sakyer entsagt hat, hierher gekommen. Er weilt jetzt nördlich vom Dorf, im Götterhain am Kronwald. Diesen Herrn Gotamo gehen sie besuchen.–*

### *Auch Canki will mit*

*So geh doch zu ihnen, lieber Torwart und sage: „Ihr Herren, der Priester Canki lässt sagen, es möchten die Herren etwas warten: auch der Priester Canki will den Asketen Gotamo besuchen.“ –*

*Jawohl, Herr! –, entgegnete da gehorsam der Torwart dem Priester. Und er begab sich zu den brahmanischen Bürgern und sprach zu ihnen: „Ihr Herren, der Priester Canki lässt sagen, es möchten die Herren etwas warten: auch der Priester Canki will den Asketen Gotamo besuchen.“*

*Damals nun waren gegen fünfhundert Priester aus verschiedenen Landen in Opāsāda zusammengekommen, irgendeine Angelegenheit zu verhandeln. Und sie hörten, dass auch der Priester Canki den Asketen Gotamo besuchen wolle.*

*Da begaben sich denn diese Priester zu Canki hin und sprachen zu ihm: Ist es wahr, wie man sagt, dass Herr Canki den Asketen Gotamo besuchen will? –,*

*Gewiss, ihr Herren, auch ich denke den Asketen Gotamo zu besuchen. –*

*Nicht Herr Canki darf den Asketen Gotamo besuchen; nicht ist es seiner würdig, den Asketen Gotamo zu besuchen: dem Asketen Gotamo vielmehr geziemt es, Herrn Canki zu besuchen.*

### Die großen Eigenschaften des Canki

*Denn Herr Canki ist beiderseits wohlgeboren, vom Vater und von der Mutter aus, lauter empfangen, bis zum siebenten Ahnherrn hinauf unbefleckt, untadelhaft von Geburt.*

*Denn Herr Canki ist reich, mit Geld und Gut mächtig begabt.*

*Und Herr Canki ist ein Meister der drei Veden samt ihrer Auslegung und Deutung, samt ihrer Laut- und Formenlehre und ihren Sagen als fünftem, der Gesänge kundig und ein Erklärer, der die Merkmale eines*

*großen Weltweisen aufweist.*

*Und Herr Canki ist schön, fein, liebenswürdig, mit höchster Anmut begabt, rein in Hautfarbe und Sprache, es ist keine geringe Gunst ihn anzublicken.*

*Und Herr Canki ist tugendrein, tugendreif, in Tugend vollendet.*

*Und Herr Canki ist ein guter Redner, erklärt angemessen, seine Rede ist höflich, deutlich, nicht stammelnd, tauglich den Sinn darzulegen.*

*Und Herr Canki ist vieler Meister und Altmeister und lässt eine Schar von dreihundert Schülern die Sprüche bei sich erlernen.*

*Und Herr Canki wird von König Pasenadi von Kosala wertgehalten, hochgeschätzt, geachtet, geehrt und ausgezeichnet.*

*Und Herr Canki wird von Pokkharasāti, dem Priester, wertgehalten, hochgeschätzt, geachtet, geehrt und ausgezeichnet.*

*Und Herr Canki lebt zu Opāsāda, das, gar heiter anzuschauen, mit Weide-, Wald- und Wasserplätzen, mit Kornkammern, mit königlichem Reichtum begabt, von König Pasenadi von Kosalo als Königsgabe den Priestern zu eigen gegeben ist. - Weil aber Herr Canki alle diese Vorzüge hat, so ist es eben insofern nicht angemessen, den Asketen Gotamo zu besuchen: dem Asketen Gotamo vielmehr geziemt es, Herrn Canki zu besuchen.*

### Klassische Maßstäbe für hoch und niedrig

Wir sehen, nach welchen Maßstäben die Brahmanen die Standesunterschiede, die gesellschaftliche Überlegenheit oder Unterlegenheit messen. Es geht bei ihnen nach dieser Aufzählung einmal um die Reinheit der ehelichen Geburt in der stets glei-

chen Kaste durch sieben Generationen, dann um Reichtum und Wohlstand , ferner um theologische Bildung, die nie ohne eine gewisse Selbstzucht, Fleiß und Hingabe im Lernen gewonnen werden kann. - Dann geht es um die Schönheit von Antlitz, Gestalt und Haltung, die in den asiatischen Ländern immer gedeutet wird als Folge von in früheren Leben erworbener sittlicher Größe. Auch der Erwachte sagt, dass aus erworbener innerer Sittenreinheit, aus innerer hochsinniger Art auch äußere Schönheit und Anmut hervorgeht (D 26 Ende).

Dann wird auch die in diesem Leben erworbene Sittenreinheit und charakterliche Größe genannt, ebenso die Fähigkeit, das Gedachte und Empfundene angemessen und für den Hörer verständlich zum Ausdruck zu bringen. Dann wird Canki als großer Lehrer und Altmeister bezeichnet, der dreihundert Schüler in der brahmanischen Theologie unterrichtet. Dann wird sein großes Ansehen bei dem König des Landes hervorgehoben, anschließend sein Ansehen bei einem der größten Priester des Landes, bei Pokkharāsti, und endlich, dass er ja einen großen Besitz in diesem Dorfe habe, in dessen Nähe nun der Asket Gotamo gekommen sei. Aus all diesen Gründen sei es Sache des Asketen Gotamo, zu ihm, dem berühmten und fähigen Priester, zu kommen.

Canki sieht die Überlegenheit des Buddha

Canki erwidert nun den Brahmanen, aus welchen Gründen er doch willens sei, den Erhabenen im Wald zu besuchen. Diese Gründe gleicht er ganz der Reihenfolge der von den Priestern vorgebrachten Gründe an, so dass eine gute Vergleichbarkeit gegeben ist. Dabei zeigt sich der überlegene Maßstab, mit welchem Canki die menschliche Größe misst.

*Auf diese Worte wandte sich der Priester Canki an jene Brahmanen:*

*Wohlan denn, ihr Herren, so hört auch von mir, aus welchem und welchem Grunde es vielmehr uns ge-*

*ziemt, den Herrn Gotamo zu besuchen, und es nicht dem Herrn Gotamo geziemt, uns zu besuchen.*

*Der Asket Gotamo, ihr Herren, ist ja beiderseits wohlgeboren, vom Vater und von der Mutter aus, lauter empfangen, bis zum siebenten Ahnherrn hinauf unbefleckt, untadelhaft von Geburt. Weil aber, ihr Herren, der Asket Gotamo beiderseits wohlgeboren ist, vom Vater und von der Mutter aus, lauter empfangen, bis zum siebenten Ahnherrn hinauf unbefleckt, untadelhaft von Geburt, so geziemt es eben insofern nicht dem Herrn Gotamo uns zu besuchen, sondern uns geziemt es, den Herrn Gotamo zu besuchen.*

Diese selbe „Reinheit der Geburt“ wurde vorhin auch Canki im gleichen Wortlaut nachgesagt. Insofern stehen sich beide gleich. Wie aber andere überlieferte Aussagen erkennen lassen, handelt es sich hier mehr um eine rhetorische Aussage, die schon damals nicht immer ganz ernst genommen wurde, weil die Kenner der Zusammenhänge wussten, dass diese Reinheit der Geburt durch sieben Generationen durchaus nicht sicher festgestellt werden konnte und weil auch bei den Priestern bekannt war - wenn auch nicht gern ausgesprochen wurde - dass auch Männer aus den „untersten“ Kasten, ja, sogar Kastenlose, manchmal große Reinheit, geistige Macht und Heiligkeit gewinnen konnten.

Gold und Lust verlassen ist größer

*Der Asket Gotamo, ihr Herren, hat ja reichlichem Gold und Geschmeide entsagt, so heimlich vergrabenem wie offen aufgestelltem.*

Hier zeigt sich ein entscheidender Unterschied. Von Canki wird gesagt, dass er Geld und Gut in großem Maß besitze. Aber Canki stellt hier heraus, dass der Asket Gotamo, in des-

sen Königspalast weit mehr Reichtum vorhanden ist, diesem allen entsagt hat, es losgelassen hat, weil sein Sinn nach Größerem stand.

*Der Asket Gotamo, ihr Herren, ist ja, noch in frischer Blüte, glänzend dunkelhaarig, im Genuss glücklicher Jugend, im ersten Mannesalter aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen.*

Hier betont Canki, dass der Erwachte Heim und Haus noch in seiner Jugend (vor dem 30. Lebensjahr) verlassen hatte, also zu einer Zeit, in der die meisten normalen Menschen gerade alle sinnlichen Freuden von Reichtum und Schönheit zu genießen geneigt sind. Der Buddha hat nicht darum das häusliche Leben verlassen, weil er etwa gebrechlich, krank und elend in Armut gelebt hätte, sondern er lebte in der Welt unter den allergünstigsten Umständen als Sohn eines reichen Herrscherhauses, gesund, kraftvoll und von größter Schönheit. Von ihm sagt *Heinrich Zimmer*, einer der bedeutendsten Indologen der jüngeren Zeit:

*Der Buddha*

*war als Königssohn geboren,  
das Reich seines Vaters war ihm gewiss;  
ja, ihm war verheißen  
der Traum indischer Könige,  
Oberherr über alle zu sein,  
solle sich an ihm erfüllen.*

*Aber er streifte das alles ab:  
Geschenke und Versprechen des Lebens -  
um bar und bloß die Welt zu überwinden,  
statt sie beherrschend, sich an sie zu binden.  
Was wiegt eine Krone, wenn man den Blick für drüben hat,  
für das zeitlose Kreisen in Wiedergeburt,*

*wenn man den besonderen Geschmack  
des Episodischen am einzelnen Lebenslauf  
auf der Zunge schmeckt.*

Jener Königssohn wusste, dass dem jetzigen Leben ungezählte weitere folgen, wie ihm auch schon ungezählte vorausgegangen sind, und dass dieser Umlauf durch die Daseinsformen im Wechsel von oben und unten, von Licht und Dunkel und Schrecken ganz ohne Entwicklung und Ziel ist, dass es auf diese Weise gar keinen Ausgang aus dem Samsāra gibt. Darum hat er sich aufgemacht, Familie und Heimat zu verlassen, um das Todlose zu suchen, bis er es fand. Darin ist also der Asket Gotamo ihm, Canki, der mit seinen Frauen bürgerlich lebt, weit überlegen.

Hat sich von den Eltern losgerissen

*Der Asket Gotamo, ihr Herren, ist ja gegen den Wunsch seiner weinenden, klagenden Eltern mit geschorenem Haar und Bart, mit fahlem Gewand bekleidet, aus dem Hause in die Hauslosigkeit gezogen.*

Hier wird ein Umstand genannt, der in Indien wie überhaupt in fast ganz Asien den Gang in die Hauslosigkeit ganz erheblich erschwert, ja, fast unmöglich macht, den aber der Buddha seinerzeit auch überwunden hat. Es heißt, dass er *gegen den Wunsch seiner weinenden, klagenden Eltern* Familie und Heimat verließ. - Das Verhältnis zwischen Kindern und Eltern ist in Asien – und war - vor allen Dingen früher - ein ganz erheblich ergeres und festeres als heute hier.

Der Sohn, der die Familie verlassen, das asketische Leben in Keuschheit und Armut führen wollte, um geistig groß und endgültig frei zu werden, der fragte seine Eltern, ob er es dürfe. Je dringender sein Wunsch war, um so dringender bat er, und um so mehr bemühten sich auch die Eltern, ihm nachzugeben trotz ihrer großen Anhänglichkeit und Liebe. Es wird



von vielen Fällen berichtet, in denen die Eltern dem Sohn rechtzeitig ein schönes Mädchen zuführten und ihn verhehelichten, so dass er die Askese fast oder ganz vergaß, aber ebenso von Fällen, in denen der Sohn, wenn die Eltern seinen Gang in die Hauslosigkeit nicht erlauben wollten, sich auf den Boden legte und sagte, dass ihm nichts anderes übrigbleibe, als nicht eher wieder zu essen und aufzustehen, bis die Eltern ihm die Erlaubnis gäben (s.M 82). Dasselbe ist überliefert von einer Königstochter (Thig 460-461).

Hier stellt also Canki fest, dass der Asket Gotamo auch dieses tief zu Herzen gehende Hindernis, die Klagen der Eltern, überwunden hatte, weil sein Drang nach vollkommener Erlösung so sehr stark war. - Er, Canki, dagegen ist „beweibt und bewamst“. Das weiß Canki und spricht es aus.

### Schönheit, Tugend und Lehrgewalt

*Der Asket Gotamo, ihr Herren, ist ja schön, fein, lebenswürdig, mit höchster Anmut begabt, rein in Hautfarbe und Sprache, es ist keine geringe Gunst ihn anzublicken.*

Hier erwähnt Canki die Schönheit, Anmut und Würde des Asketen Gotamo, wie die Priester sie auch Canki zugesprochen haben. Dass es sich so verhielt, geht aus vielen anderen Reden und Berichten hervor, wo immer wieder aus der Versammlung heraus festgestellt wird, dass der Asket Gotamo in dieser Hinsicht an der Spitze steht.

*Der Asket Gotamo, ihr Herren, ist ja tugendrein, tugendreif, in Tugend vollendet.*

*Der Asket Gotamo, ihr Herren, spricht angemessen, erklärt angemessen, seine Rede ist höflich, deutlich, nicht stammelnd, tauglich, den Sinn darzulegen.*

Diese Tugendreinheit und diese Fähigkeit der angemessenen,

höflichen und deutlichen Rede haben die Priester auch Canki zugesprochen.

*Der Asket Gotamo, ihr Herren, ist ja vieler Meister und Altmeister.*

Inwiefern der Erhabene „Altmeister“ oder „Obermeister“ war, wird durch die vielen Reden erwiesen, in welchen triebverriegelte Mönche – die ja zuvor den Buddha zum Meister hatten nun selbst wieder zu Meistern anderer jüngerer Mönche wurden, indem sie nun diese in der Lehre unterwiesen. Ganz besonders zeigt sich dies am Anfang von M 118.

Keuschheit führt zu den Reinen Göttern

*Der Asket Gotamo, ihr Herren, lebt rein von aller Sinnlichkeit in innerem Frieden.*

Mit diesem Urteil zeigt Canki, dass er weit über dem Maßstab der damaligen Priesterschaft steht. Während diese insgesamt nicht nur in Geschlechtsbeziehungen lebt, sondern dies auch gar nicht mehr in Frage stellt, so ist Canki sich doch bewusst, dass man mit solchen Beziehungen – in welchen er selber auch steht – weder zu dem Stand der reinen brahmischen Götter noch erst recht zum Heilsstand gelangen kann. Darum anerkennt er hier die unvergleichliche Überlegenheit des Asketen Gotamo, der den Heilsstand erreicht hat.

Der Buddha gibt auch dem Übeltäter Chance:

*Der Asket Gotamo, ihr Herren, lehrt ja das Karmagesetz so, dass auch alle früher gewirkte üble Tat für den heilsuchenden Menschen kein endgültiges Hindernis ist.*

Zu dieser Lehre des Buddha, der durch den transzendierenden

Blick, durch sein universal gewordenes Bewusstsein alle jenseitigen Folgen aller diesseitigen Taten gesehen und erfahren hat, steht die Lehre vieler damaliger Asketen, die sich ohne innere Erfahrung im Geist eine Karmalehre konstruiert haben, im Widerspruch. Unter diesen Asketen sind manche, die z.B. sagen, dass einer, der gemordet habe, dafür auch unweigerlich zu höllischem Dasein gelange. Dagegen haben der Erwachte und viele andere Weise mit transzendierendem Blick erfahren, dass die Leiden höllischen Daseins vermieden oder ganz erheblich verkürzt werden können, wenn der Täter einer üblen Tat in diesem Leben noch viel gutes Wirken folgen lässt.

*Wer früh 'res dunkles übles Werk  
durch bess 'res Wirken überdeckt,  
dem lichtet sich die Finsternis,  
wie wenn der Mond durch Wolken bricht.  
(Dh 173)*

Der Buddha hat auf den Fürstenthron verzichtet

*Der Asket Gotamo, ihr Herren, ist ja aus hohem Hause  
hinausgezogen, aus regierendem Herrscherhaus. Der  
Asket Gotamo, ihr Herren, ist ja aus reichem Hause  
hinausgezogen, mit Geld und Gut überreich versehe-  
nem.*

Das Pāliwort „*asambhinnā*“ bedeutet „ein nicht zerstörtes, d.h. noch regierendes Herrscherhaus.“ Aus einem solchen ist der Asket Gotamo hinausgegangen. Dagegen berichten die indischen Mythen und Sagen immer wieder, dass der fliehende König eines besiegten und annektierten Landes, wenn er nicht allzu weltlich war, die Tatsache seiner Entthronung zum Anlass nahm, um in der Einsamkeit ein geistliches Leben zu führen. Hier aber stellt Canki heraus, dass der Asket Gotamo seinerzeit als Prinz eines intakten Herrscherhauses und eines

blühenden reichen Landes („mit Geld und Gut überreich versehen“) das Reinheitsleben gewählt habe.

Menschen und Himmelsgeister fragen den Buddha

*Zum Asketen Gotamo, ihr Herren, kommen sie ja über Länder und Reiche her, um Fragen zu stellen. Beim Asketen Gotamo, ihr Herren, haben ja ungezählte Gottheiten zeitlebens Zuflucht genommen.*

Hier deutet Canki ein Ansehen des Erhabenen an, das wir uns heute nicht mehr leicht vorstellen können. Über Länder und Reiche kamen heilsuchende, wahrheitssuchende Menschen zu ihm. So war sein Ruf verbreitet. Es erinnert an die „Weisen aus dem Morgenlande“ des fünfhundert Jahre jüngeren christlichen Berichts. Wie diese dem Stern nach Bethlehem folgten, so jene unentwegten Wahrheitssucher und Heilsucher dem von dem Asketen Gotamo ausgehenden Ruf. Ebenso, sagt Canki, hätten ungezählte Gottheiten, Wesen übermenschlicher jenseitiger Welt, zum Erhabenen Zuflucht genommen. In vielen Reden wird berichtet, dass zahllose Jenseitige dem Erwachten zuhörten, eine Anzahl von ihnen die sotāpatti erlangten und damit die Sicherheit, in absehbarer Zeit den Heilsstand zu gewinnen.

Er genießt den höchsten Ruf aller irdischen und himmlischen Wesen:

*Dem Asketen Gotamo, ihr Herren, geht allenthalben der wunderbare Ruf voraus:*

*„Er ist der Erhabene, Heilgewordene, vollkommen Erwachte, der im Wissen und Wandel Vollendete, der zum Heil der Wesen gekommene Kenner der Welt. Er ist der unübertreffliche Lenker derer, die erziehbar sind, ist Meister der Götter und Menschen, erwacht,*

*erhaben. Er hat diese Welt mit allen ihren Geistern, den weltlichen und den reinen, mit ihren Scharen von Asketen und Priestern, Göttern und Menschen in unbegrenzter Wahrnehmung selber durchschaut und erfahren und lehrt sie uns kennen. Er verkündet eine Lehre, die nach Inhalt- und Aussageweise schon von Anfang an hilfreich zum Guten führt und mit ihrer letzten Aussage ganz hinführt zum Heilsstand. Er führt den vollständig abgeschlossenen, lautereren Reinheitswandel in der Welt ein.“*

Hier wird noch einmal der Ruhmesruf wörtlich zitiert, der dem Erwachten in den indischen Landen vorausging. Die hier genannten Merkmale und Eigenschaften deuten auf eine Erscheinung hin, der nichts gleiches und nichts ähnliches in der Welt zur Seite gestellt werden kann.

Gezeichnet als der Größte

*Der Asket Gotamo, ihr Herren, ist ja mit den zweiunddreißig Merkmalen eines großen Mannes begabt.*

Es sind unauffällige, aber erkennbare Merkmale, deren jedes einzelne die Folge von in früheren Leben erworbenen alles Menschliche überragenden charakterlichen Eigenschaften ist, deren Kraft den mutierenden Einfluss auf die vom Erwachten schon vor 2500 Jahren erkannten physiologischen Erbgesetze ausübt.

Die größten Fürsten und Priester sind seine  
Anhänger

*Beim Asketen Gotamo, ihr Herren, hat ja der König von Magadhā, Seniyo Bimbisāro, mit seinen Frauen und Kindern zeitlebens Zuflucht genommen.*

*Beim Asketen Gotamo, ihr Herren, hat ja König Pasenadi von Kosalo mit seinen Frauen und Kindern zeitlebens Zuflucht genommen.*

*Beim Asketen Gotama, ihr Herren, hat ja der Priester Pokkharasāti mit seinen Frauen und Kindern zeitlebens Zuflucht genommen.*

Hier nennt Canki die zwei größten Fürsten des damaligen Indien und zugleich den höchst angesehenen Priester Pokkharasāti, die alle mit ihrer gesamten Familie den Erwachten und seine Lehre zu ihrem geistlichen Führer erwählt, „bei ihm Zuflucht“ genommen haben. Dabei ist der König Pasenadi der, dem das Sakyergeschlecht, aus welchem der Erwachte stammt, Heeresfolge zu leisten hatte.

Den Gast muss man ehren

*Der Asket Gotamo, ihr Herren, ist ja zu Opāsāda angekommen, weilt bei Opāsāda. Wer aber auch immer von Asketen und Priestern in unser Dorfgebiet kommt, der ist unser Gast. Und einen Gast müssen wir werthalten, hochschätzen, achten und ehren. Auch insofern geziemt es dem Asketen Gotamo nicht, uns zu besuchen, sondern uns eben geziemt es, den Herrn Gotamo zu besuchen.*

Dieser großen Reihe der von Canki aufgezählten, geradezu unvergleichlichen Vorzüge des Erwachten gegenüber seinen eigenen können die anderen Priester ihr Urteil von der Überlegenheit Cankis nicht aufrechterhalten. Aber um den Priestern auch den letzten Verdruss zu nehmen, erwähnt Canki hier das Gastrecht und die Pflicht des Gastgebers, den ankommenden Gast, gleichviel wer es ist, zu ehren und zu achten. Das müsste auch die Letzten versöhnt haben, sofern es mit den anderen Argumenten nicht schon gelungen wäre.

## Canki ahnt die Größe des Buddha

*So viel weiß ich, ihr Herren, vom Rang des Herrn Gotamo; doch ist der Rang des Herrn Gotamo nicht nur so viel; unermesslich ist ja der Rang des Herrn Gotamo. Schon um jeder einzelnen Eigenschaft willen, ihr Herren, geziemt es nicht dem Herrn Gotamo, uns zu besuchen, sondern uns eben geziemt es, den Herrn Gotamo zu besuchen. So wollen wir uns denn alle, ihr Herren, zum Asketen Gotamo hinbegeben.*

Mit diesem Bekenntnis zeigt Canki, dass ihm eine Ahnung von der erhabenen, mit menschlichen Maßen gar nicht messbaren Größe des Erwachten aufgegangen ist. Ein solches Bekenntnis aus dem Mund eines so angesehenen Priesters macht auf alle übrigen einen tiefen Eindruck.

## Gemeinsamer Aufbruch zum Buddha

*Und Canki, der Priester, begleitet von der zahlreichen Priesterschaft, begab sich dorthin, wo der Erhabene weilte. Dort angelangt, tauschte er höflichen Gruß und freundliche, denkwürdige Worte mit dem Erhabenen und setzte sich zur Seite nieder.*

In dieser von Canki bewirkten guten Gesinnung langen die Priester nun beim Erhabenen an, und wir werden Zeuge eines Gesprächs, wie es gerade für die priesterlichen Brahmanen nicht günstiger und hilfreicher sein konnte, weil hier die Gefahren des blinden Vertrauens und Glaubens (dem viele Priester und Laien verfallen sind) und das unverzichtbare Leitmotiv der Heilssuche herausgestellt werden.

### III. Die Priester und die Veden

*Damals nun hatte der Erhabene mit alten, erfahrenen Priestern gerade ein Gespräch zu Ende geführt. In dieser Versammlung befand sich ein junger Priester namens Kāpathiko, im sechzehnten Lebensjahr, eben erst mit geschorenem Scheitel vom Lehrer entlassen, schon ein Meister der drei Veden samt ihrer Auslegung und Deutung, samt ihrer Laut- und Formenlehre und ihren Sagen als fünftem, der Gesänge kundig. Der hatte, während der Erhabene sich mit den alten, erfahrenen Priestern besprach, stets einen anderen Gegenstand vorgebracht.*

#### Der vorlaute junge Priester

Um diesen jungen Priester geht es in unserer Rede. Er ist sozusagen „der Hecht im Karpfenteich“ der allzu blindgläubigen und zum Teil auch oberflächlichen Priester. Er steht trotz seiner Jugend vor dem Antritt seines priesterlichen Amtes. Aber er hat schwere Vorbehalte, weil er nicht die Fähigkeit zu blindem Glauben und blindem Vertrauen hat. Darum war er auch in dem bisherigen Gespräch schon „vorlaut“, weil jene Versammlung ihm über Dinge zu sprechen schien, deren Wirklichkeit und Wahrheit ja doch noch gar nicht erwiesen war. Eben um die Wahrheitsfrage ging es ihm. -

Der Erwachte, der ebenso wie viele seiner Mönche (und wie auch Jesus) Geist und Gesinnung der Menschen unmittelbar erkennen konnte, sieht, dass er gerade diesen jungen Priester als Gesprächspartner benutzen kann, um der gesamten Versammlung der Brahmanen aufzeigen zu können, wie fragwürdig die Fundamente ihres Glaubens sind. Er hebt diesen jungen Skeptiker nun aus der ganzen Versammlung hervor, indem er ihn persönlich anspricht. Das tut der Erwachte mit einer scheinbaren Zurückweisung, indem er die den vielen älteren



Priestern naheliegende Bitte ausspricht, doch nicht so dazwischen zu reden.

*Der Erhabene riet nun Kāpathiko, dem jungen Brahmanen, ab: Möge der werthe Bhāradvājo, während die alten, erfahrenen Priester sich besprechen, keinen anderen Gegenstand vorbringen, das Ende der Unterredung möge der werthe Bhāradvājo abwarten. –*

Der Zurückgewiesene wird Gesprächspartner

*Das hörte Canki, der Priester, und er sprach zum Erhabenen: Möge Herr Gotamo Kāpathiko, dem jungen Brahmanen, nicht abraten: ein edler Spross ist Kāpathiko, der junge Brahmane, viel hat Kāpathiko, der junge Brahmane, gelernt, ist gelehrt, weiß angemessen zu reden, er vermag wohl mit Herrn Gotamo über einen Gegenstand hier ein Gespräch zu führen. –*

Mit seiner scheinbaren Zurückweisung hat der Erwachte also erreicht, dass ihm der junge Kāpathiko direkt als Gesprächspartner angetragen wird.

Canki, der Priester, mochte manche seiner theologischen Kollegen zuvor mit dem uneingeschränkten Lob des Asketen Gotamo etwas strapaziert haben und konnte vielleicht in den Verdacht kommen, gar nicht mehr echt zu den Veden zu stehen, sondern zu der Lehre des Asketen Gotamo. Nun aber erleben diese Priester, dass Canki kein blindgläubiger Anhänger ist, sondern dem Asketen Gotamo widerspricht und dem Buddha gerade diesen jungen Priester, den er etwas zurückgewiesen hatte, als Gesprächspartner vorschlägt.

Spätere Einfügung

*Da wusste nun der Erhabene. Gewiss wird Kāpathiko,*

*der junge Brahmane, die Kenntnis der drei Veden erworben haben, und deshalb räumen ihm die Priester einen solchen Vorrang ein.*

Diese Aussage ist ein Einschub späterer Mönche, denn natürlich kann keiner wissen, was der Erhabene nach dem Einwand des Priesters Canki „dachte“. Vielmehr geht aus den meisten alten Berichten hervor, dass der Erwachte nicht erst durch diese oder jene Aussagen aufgeklärt zu werden braucht, sondern all diese Dinge mit einem Blick sieht und sie einbegreift in seinen immer gleichen Plan, den Menschen durch echte Aufklärung zu helfen. Im nächsten Absatz zeigen auch die Überlieferer, dass der Erwachte Gesinnung und Gedanken derer, mit denen er zu tun hat, unmittelbar erkennt.

#### Die Frage des Skeptikers

*Kāpathiko, der junge Brahmane, sagte sich: „Sobald der Asket Gotamo mich anblickt, werd' ich ihm eine Frage stellen.“ Und der Erhabene, im Geist die Gedanken des jungen Brahmanen erkennend, richtete den Blick auf ihn.*

*Da sprach Kāpathiko zum Erhabenen: Was da, Gotamo, der Priester uralte Spruchlieder anlangt, die auf Treu und Glauben, einem Korb gleich von Hand zu Hand weitergehen und wobei die Priester sich einig sind in dem Urteil: „Dies nur ist Wahrheit, alles andere ist Täuschung“, was hält Herr Gotamo davon? –*

Die gesamte weitere Entwicklung des Gesprächs lässt erkennen, dass dies die Frage ist, die der Erhabene seinen Zuhörern nahelegen wollte, und dazu war in diesem Kreis nur der junge Priester geeignet. Er hatte jahrelang die Sprüche gelernt, hatte im Lernen ihren Inhalt bedacht und im Bedenken Zweifel bekommen über ihre Herkunft und über ihren Wahrheitsgehalt.

Die „uralten Spruchlieder“ sind vorwiegend die „Veden“, die brahmanische Theologie.

### Religiöser Zweifel von unten und von oben

Aber wir dürfen den Zweifel eines brahmanischen Theologen im Indien der damaligen Zeit nicht so auffassen wie etwa die Zweifel von modernen Menschen einschließlich der christlichen Laien oder Theologen an der hiesigen religiösen Überlieferung.

Wir müssen wissen, dass Ablehnung und Zweifel gegenüber den verschiedenen Heilslehren zwei sehr verschiedene, einander entgegengesetzte Quellen haben können. Sie können von „unten“ her, aber auch von „oben“ her angemeldet werden. Von „unten“ her bedeutet eine Kritik aus solcher Vordergründigkeit und Blindheit, die unfähig ist, jenen in der Lehre beschriebenen Vorgängen und Zusammenhängen zwischen Diesseits und Jenseits mit eigener Beobachtung nachzugehen. Sie kann also an die geistig-seelische Substanz, von welcher die Lehren handeln, gar nicht hinlangen, und darum neigt sie dazu, diese überhaupt zu bezweifeln und aus ihrem Denken und Messen auszuschließen. Das ist der Zweifel der Unterliegenden.

### Naturforschung kann das Geistige nicht erkennen

Aus diesem Zweifel hat sich hier im Westen eine leicht einsehbare Oberflächenwissenschaft, eben die Naturwissenschaft, herausgebildet, die sich beschränkt auf Messen und Wiegen und technisches Umstrukturieren der sinnlich wahrnehmbaren Dinge, so dass ihre Ergebnisse leicht überzeugen können. Die Überzeugungskraft dieser Ergebnisse hat die Menschen unmerklich immer mehr abgelenkt von den „im Innern der Natur“, im Geistig-Seelischen, liegenden Kräften und den daraus sich stellenden Problemen. Diese Naturwissenschaft konnte und kann gegen die theologischen Dogmen natürlich nicht aus

einer größeren Kenntnis der fundamentalen psychischen Gesetze protestieren, denn sie kennt diese noch weniger, aber ihr ist es ungewollt gelungen, das früher vorhanden gewesene Wissen um eine eigenen Gesetzen unterliegende Psyche aus dem allgemeinen Bewusstsein zu verdrängen.

Aus diesem Einfluss besteht heute eine der Hauptsäulen der Weltsicht und Seinssicht des westlichen Menschen darin, dass er den belebten menschlichen Körper samt seinen geistig-seelischen Lenk- und Schiebekräften für eine Einheit hält und dass er darum einen unbelebten menschlichen Körper als die Vernichtung und Auslöschung dieser Einheit, eben des ganzen Individuums ansieht. Durch diese von der Geburt an nach und nach immer stärker eingepflanzte Seinssicht und Weltsicht ist dem von der Naturwissenschaft beeinflussten Menschen der Gedanke an den Weiterbestand des Menschen geradezu fremd geworden.

Diesen Einflüssen der naturwissenschaftlichen Dogmen sind in den letzten zweihundert Jahren auch immer mehr westliche Theologen erlegen, weshalb die Lehren von Jesus und der älteren Bücher über die jenseitigen Folgen des diesseitigen Wandels, über Saat und Ernte (*heute noch wirst du mit mir im Paradiese sein - Luk. 23,43* oder: *Der du die Menschen lässt sterben und sprichst: ‚Kommt wieder Menschenkinder‘ -Psalm 90,3*) von ihnen nicht mehr vertreten werden können und in den Predigten immer mehr zurücktreten.

### Ablenkung von innen nach außen

So ist also der hier im Westen aufkommende Zweifel an religiösen Aussagen meistens (durchaus nicht immer) durch eine spezifisch unspirituelle Geistigkeit, eben die Wissenschaft von den äußeren Dingen, bedingt, die mit der vordergründigen Blickweise des westlichen Menschen zusammenhängt. Der westliche Mensch ist in den letzten Jahrhunderten, besonders seit Descartes, gewöhnt worden, fast nur über die mit den Sinnen wahrgenommenen Dinge, also über die äußere Welt, nach-

zudenken, und ist damit fast gänzlich abgelenkt worden von der noch im Mittelalter weitgehend gepflogenen aufmerksamen Beobachtung der eigenen inneren geistig-seelischen Triebkräfte, Empfindungen, Emotionen und Motivationen, welche Beobachtung zu übergreifenden, ja, das Hiesige transzendierenden Erkenntnissen führt.

Aus diesem Grund kann in jüngerer Zeit hier im Westen eine Kritik an den theologischen Dogmen fast nur „von unten“ her und nur ausnahmsweise von oben her erfolgen, denn dazu würde eine solche Kenntnis der fundamentalen psychologischen Gesetze gehören, wie sie in der modernen Welt nicht vorhanden ist.

### Mystik kannte das Geistige

Solche Kenntnis war aber im Mittelalter vorhanden, und zwar in der Mystik - nicht nur eines Meister Eckehart. Diese geistliche Disziplin hat ihren Namen daher, dass sie eben nicht mit den Sinnen die äußere Welt, sondern gerade die jenseits der Sinne ungesehen, aber unheimlich kraftvoll waltenden Trieb- und Lenkkräfte des menschlichen Herzens und der menschlichen Seele erforschte und von daher zur Erfahrung solcher geistig-seelischen Gesetzmäßigkeiten durchstieß, wodurch verschiedene theologische Grunddogmen sich als haltlos erwiesen.

### Ihre „Kritik von oben“ war vergeblich

Von dieser Richtung kam damals eine Streitlose, wohlwollende, leise korrigierende Kritik an jenen der Wirklichkeit widersprechenden Dogmen auf. Das war eine Kritik „von oben her“, die zu einer Besserung der christlichen Lehre hätte führen können und damit vielleicht auch zu ihrer Erhaltung. Da aber die konservativen Kräfte der Kirche mit den in Frage gestellten Lehren fest verbunden waren, so konnte die Kritik von oben nicht durchdringen. Die Stimme wurde erstickt. Eine

Zeitlang triumphierte die kirchliche Institution, bis sich dann um so stärker „die Kritik von unten“ durchsetzte, die Naturforschung, durch welche alle Spiritualität immer mehr verloren ging bis zur heutigen Entleerung.

### Der Inder neigt mehr zum Geistigen

Ganz anders verhält es sich dagegen mit dem Inder im Durchschnitt. Da dieser weit mehr Augenmerk auf seine geistig-seelischen Triebkräfte gerichtet hat, so sammelt er laufend halb-bewusste Erfahrungen darüber, und es wird ihm mehr oder weniger deutlich, dass diese seelischen Triebkräfte nicht durch die körperlichen Vorgänge entstehen, sondern umgekehrt die Bewegter und Lenker des Körpers sind und der Körper ebenso ihr Werkzeug ist wie das Musikinstrument das Werkzeug des Virtuosen.

Natürlich gibt es Ausnahmen in beiden Kulturen. So wie im Westen eine Minderzahl ebenfalls auf die Beobachtung der inneren Triebkräfte eingestellt ist, so finden wir im Osten - besonders heute - auch viele Menschen, die nur noch aus den Sinnen in die Welt blicken und darum die mit den Sinnen nicht wahrnehmbaren geistig-seelischen Erscheinungen ebenso wenig kennen wie der westliche Mensch im Durchschnitt.

Die Frage von Kāpathiko kommt also nicht aus grundsätzlichen Zweifeln über das Dasein der Wesen in Diesseits und Jenseits, sondern betrifft, wie seine spätere Haltung nahelegt, unter grundsätzlicher Anerkennung übergreifenden Daseins eben nur die authentische Herkunft der Sprüche.

### Der junge Priester will die Asketen prüfen

Aber es kann auch noch etwas anderes dahinter stehen. Am Ende des nun beginnenden Gespräches zwischen dem Erwachten und dem jungen Priester bekennt dieser nämlich, wie sehr verächtlich er bis zu diesem Gespräch über die „Asketen“ gedacht habe: „Es ist ein dreistes Gesindel, wo einer dem an-

deren auf den Fersen folgt. Was werden die von Wahrheit wissen!“ Diese Gesinnung hat er ja jetzt noch, vor diesem Gespräch, und so ist es möglich, dass er auch darum die ihn bewegende Frage nach der Wahrheit der brahmanischen Überlieferung stellt, weil er sehen will, was es mit diesem Sakyersohn und seinen Anhängern auf sich hat.

### Der Erwachte greift nie an

In dem nun beginnenden Gespräch tritt die gleiche Vorgehensweise des Erwachten in Erscheinung, die ausnahmslos in allen ähnlichen Gesprächen immer wieder in genau gleicher Weise vorzufinden ist und wodurch stets Streit und Erbitterung vermieden werden, die ja meistens im Gefolge der Gegenüberstellung unterschiedlicher Behauptungen auftreten. Der Erwachte sagt nämlich gar nicht selbst sein Urteil über die priesterliche Tradition, vielmehr stellt er nur Fragen über die Echtheit an den Priester, wodurch dieser selber einsieht und selber ausspricht, dass bei diesem Sachverhalt der blinde Glaube an die Wahrheit der priesterlichen Sprüche unangebracht ist.

Der Buddha hat also weder hier noch in anderen Gesprächen die brahmanische Tradition von vornherein beurteilt, sondern hat stets die brahmanischen Gesprächspartner selber die Ergebnisse und Urteile, die positiven wie auch die negativen, finden und aussprechen lassen.

### Nur eigene Erfahrung gilt als Wissen

*Wie ist das, Bhāradvājo, ist dir unter den Priestern schon einmal einer begegnet, der da gesagt hat: „Ich selber weiß es, ich selber seh' es; dies nur ist Wahrheit, alles andere ist Täuschung“? –*

*Das nicht, o Gotamo. –*

Diese Fragestellung zeigt das für die Menschen der damaligen

Zeit gültige Kennzeichen der „Wahrheit“, also Richtigkeit, einer Lehre, nämlich ob der Lehrer „selber weiß und selber sieht“, dass es so ist, wie er sagt, und nicht anders ist. Es geht immer um die eigene Erfahrung.

Hier geht es um Erfahrung geistig-seelischer Vorgänge, die sinnestranszendent sind, die aber durch geistige Wahrnehmung ganz ebenso erfahren werden, wie die sinnlich wahrnehmbaren Vorgänge der Naturwissenschaft durch die Sinne wahrgenommen werden. In beiden Fällen kann es sich um Erfahrungswissenschaft handeln, und in beiden Fällen können Behauptungen und Dogmen ohne Erfahrung aufgestellt werden.

### Der Buddha kennt den ganzen Samsāra aus eigener Erfahrung

Der Buddha behauptet von sich, dass er alles, was er lehrt über Diesseits und Jenseits, über das Menschentum, die untermenschlichen und die übermenschlichen Daseinsformen und über die Möglichkeit der Befreiung von all diesem – dass er das alles an sich selber erfahren habe, dass darum alle darin Erfahrenen mit ihm übereinstimmen, dass er ein Befreiter geworden sei, darum alle diese Dinge kenne und darum durch keine Frage über diese Dinge je in Verlegenheit und in Widerspruch verwickelt werden könnte und dass, wer seiner Wegweisung und Übungsanleitung folge, damit auch selbst zu dieser Erfahrung käme.

### Die Priester behaupten ohne Erfahrung

Der junge Priester muss zugeben, dass hinter den Behauptungen der Priester über die Gültigkeit und „Wahrheit“ der Sprüche doch eben keine eigene Erfahrung der Priester steht. Dieses Urteil kann er aus Erfahrung aussprechen, denn einmal ist er ja jetzt selbst ein Priester, der diese Sprüche lehrt, und er weiß, dass er ihre Gültigkeit nicht erfahren hat. Zum anderen hat er diese Sprüche von seinem Lehrer gelernt, den er in meh-



renen Jahren im engsten Umgang gründlich kennengelernt hat, und er hat erfahren, dass sein Lehrer die Gültigkeit dieser Sprüche auch nicht aus Erfahrung bestätigen kann. Er „weiß nicht und sieht nicht, dass nur dies Wahrheit ist und alles andere Täuschung“ ist, dennoch lehrt und behauptet er es.

*Wie ist es, Bhāradvājo, gibt es unter den Priestern auch nur einen Meister oder Altmeister bis zum siebenten Großmeisterahnen hinauf, der da gesagt hat: „Ich selber weiß es, ich selber seh es: dies nur ist Wahrheit, anderes ist Täuschung“? – Das nicht, o Gotamo. –*

Diese Frage geht der Überlieferung nach und ist eine Steigerung der vorherigen Frage - und Kāpathiko weiß genau, dass auch sein Meister nicht irgendeinmal berichten konnte, dass sein eigener Meister damals von sich behauptet habe, dass er es selber so wisse und sehe, wie er lehre. - Kāpathiko war ja schon als Schüler skeptisch und hätte sich gerade eine solche Aussage gemerkt. Darum muss er auch hier zugeben, dass in all diesen Generationen keine eigene Erfahrung vorliegt.

Die Lehren entstanden nicht aus Erfahrung

*Wie ist das, Bhāradvājo, die da vormals der Priester Seher waren, die Verfasser der Sprüche, Verkünder der Sprüche, deren uralte Spruchlieder, wie sie gesungen, ausgesprochen, gesammelt wurden, die Priester heute und hier ihnen nachsingen, ihnen nachsagen, das Gesagte weitersagen, das Gelehrte weiterlehren, als da waren Atthako, Vāmako, Vāmadevo, Vessāmitto, Yamataggi, Angiraso, Bhāradvājo, Vāsettho, Kassapo, Bhagu, haben etwa diese gesagt: „Wir selber wissen es, wir selber seh es: Dies nur ist Wahrheit, anderes ist Täuschung“?- – Das wohl nicht, Gotamo. –*

Hier geht der Erwachte die Überlieferung zurück bis zur Ent-

stehung der Sprüche durch jene vorzeitlichen Priester und fragt, ob von ihnen überliefert sei, dass sie ausgesagt hätten, dass sie all das, was sie lehren, aus eigener Erfahrung wüssten, weil sie es sähen; und auch hier muss der junge Priester zugeben, dass in den Sprüchen, in den Überlieferungen nichts dergleichen enthalten ist.

### Der Weise der Vorzeit überführt die Priester

Eine Ergänzung zu dieser Frage und Antwort finden wir in der Mittleren Sammlung in der 93. Rede, in welcher der Erwachte berichtet, dass sich in uralter Vorzeit sieben hohe Priester zu einer wichtigen Beratung in einen Wald zurückgezogen hatten und dort zu der falschen Auffassung gekommen waren, dass die Priester die oberste und erste Kaste seien, die anderen Kasten dagegen niedriger seien. - Diese falsche Idee der Priester habe aber ein in der Einsamkeit lebender Weiser in seinem Geist unmittelbar erfahren. Der habe die Priester durch eine magische Erscheinung auf sich aufmerksam gemacht und ihnen nach der Demonstration seiner magischen Überlegenheit einen schlagenden Beweis dafür geliefert, dass sie überhaupt „nicht wissen und nicht sehen“ konnten, was sie da von der Überlegenheit der Priester behaupteten, ja, dass sie nicht einmal wissen könnten, ob sie selber Brahmanen von Geburt seien.

### Der Mensch kommt aus dem Jenseits

Jener Weise geht dabei von der den damaligen Priestern wie auch heute noch vielen Indern aus Erfahrung bekannten Tatsache aus, dass die Geburt eines Menschen immer nur durch die Vereinigung von drei Wesen - nicht von zwei - zustande kommt, nämlich dadurch, dass ein bereits lebendes Wesen der jenseitigen Welt, der Geisterkreise oder Himmelskreise, dort abscheidet und anlässlich der Paarung zweier Menscheneltern in den Schoß der Mutter eintritt und sich dort nun im Lauf der

Entwicklungszeit eine entsprechende Körperlichkeit als Werkzeug zur sinnlichen Wahrnehmung der grobstofflichen irdischen Dinge anlegt, um mit diesem dann als Mensch aus dem Mutterschoß hervorzugehen.

### Wenn Drei sich vereinen“

Der Buddha lehrt diesen Zusammenhang in drei Folgesätzen, von welchen die ersten beiden erklären, warum trotz Paarung der Eltern keine „Befruchtung“ eintritt und dass es nur durch Hinzutreten des lebendigen Wesens zur Geburt kommt (M 38 und M 93).

*Wenn drei Wesen sich vereinigen, dann kommt es zur Bildung einer Leibesfrucht. Wenn Vater und Mutter zusammenkommen, die Mutter aber nicht ihre periodische Empfängniszeit hat und das jenseitige Wesen (gandhabba) nicht hinzutritt, so kommt es nicht zur Geburt eines Menschen.*

*Wenn Vater und Mutter zusammenkommen und wenn auch die Mutter ihre periodische Empfängniszeit hat, jedoch das jenseitige Wesen nicht hinzutritt, so kommt es ebenfalls nicht zur Geburt eines Menschen.*

*Kommen aber Vater und Mutter zusammen und hat die Mutter ihre periodische Empfängniszeit und tritt auch das jenseitige Wesen hinzu, so kommt es - durch der drei Wesen Vereinigung - zur Geburt eines Menschen.*

### Klarbewußt zur Welt kommen

Der Erwachte sagt, dass die meisten Menschen sich des Übergangs von drüben in den Mutterleib und der Geburt aus diesem nicht bewusst sind, einige aber doch. Er nennt vier Bewusstseinsgrade (D 33):

1. Es gibt Wesen, welche (anlässlich des Zusammenkommens der Eltern) unbewusst in den Mutterschoß einsteigen, unbewusst im Mutterschoß verweilen (und den Körper auf-

- bauen) und unbewusst daraus hervorkehren zur Geburt als Mensch.
2. Es gibt Wesen, welche von drüben her als jenseitiges Wesen zwar noch bewusst in den Mutterschoß einsteigen, aber dort das Bewusstsein verlieren und unbewusst darin verweilen (und den Körper aufbauen) und darum auch unbewusst hervorkehren zur Geburt als Mensch.
  3. Es gibt Wesen, welche (als Jenseitige) bewusst in den Mutterschoß einkehren, auch bewusst darin verweilen (und den Körper aufbauen), aber dann ihr Bewusstsein verlieren und unbewusst (ihrer Vergangenheit) zur Geburt kommen.
  4. Es gibt Wesen, deren Selbstbewusstheit so stark und fest ist, dass sie nicht nur (als Jenseitige) bewusst in den Mutterschoß einsteigen und bewusst darin verweilen (und den Körper aufbauen), sondern auch bewusst zur Geburt kommen und somit ihre Vergangenheit, ihr früheres Leben kontinuierlich im Gedächtnis behalten haben. Diese letzteren Wesen wissen also von der Geburt an um ihre frühere Existenz, aber sie beginnen erst etwa ab zweitem, drittem, viertem Lebensjahr von der ihnen bewussten Vergangenheit zu sprechen, weil sie erst dann fähig werden, ihr inneres Wissen auszudrücken. Solche Fälle kommen in allen Kulturen und zu allen Zeiten vor.

### Trotzdem Kastenmaßung der Priester

Diese Tatsache der geistig-seelischen Fundierung des Menschen, die auch hier im Westen und ebenso in allen anderen Kulturen ununterbrochen erfahren werden kann und erfahren wird und in den letzten Jahrzehnten durch die Reanimierungsmaßnahmen in den Krankenhäusern so bekannt geworden ist, dass sie öffentlich publiziert wird, war auch den damaligen Priestern bekannt und bildete einen der Grundpfeiler ihres Daseinsbildes.

Auf Grund dessen mussten jene Priester dem alten Weisen zugeben, dass sie nicht wissen könnten, welchen Stand sie

vorher innehatten, als sie als jenseitiges Wesen in den Schoß ihrer Mutter gestiegen und mit einem menschlichen Körper aus ihm hervorgegangen seien, dass sie eben von ihrer Vergangenheit nichts mehr wüssten. Sie sind zwar von einer Mutter, deren Körper seinerzeit aus dem Körper einer Priesterin geboren worden war, ihrerseits in diese Menschenwelt hineingeboren worden, aber wer sie eigentlich waren als jene jenseitigen Wesen, davon hatten sie selbst keine Ahnung. Darum war ihre Behauptung leer und sinnlos.

### Der Buddha zieht Bilanz

*Da es nun, Bhāradvājo, unter den Priestern auch nicht einen gibt, der da gesagt hat: „Ich selber weiß es, ich selber sehe es, so ist die Wahrheit, anderes ist Täuschung“, und da es auch unter den Meistern und Altmeistern der Priester bis zum siebenten Großmeister-ahnen hinauf nicht einen gibt, der da gesagt hat: „Ich selber weiß es, ich selber sehe es, so ist die Wahrheit, anderes ist Täuschung“, und da selbst jene, die da vormals der Priester Seher waren, die Verfasser und ersten Verkünder der Sprüche, nicht gesagt haben: „Wir selber wissen es, wir selber sehen es, so ist die Wahrheit, anderes ist Täuschung“, ist es da nicht so, Bhāradvājo, wie bei einer Reihe Blinder, wo einer dem anderen angeschlossen ist, aber der Vorderste nicht sieht, die weiter Folgenden nicht sehen und auch der letzte nicht sieht?<sup>163</sup> Was meinst du wohl, Bhāradvājo, ist da nicht das Vertrauen zu den Priestern ohne Grundlage? –*

---

<sup>163</sup> Dieses Wort von den blinden Blindenleitern gebraucht später auch Jesus für die Pharisäer (Matth. 15, Vers 14): „Lasset sie fahren! Sie sind blinde Blindenleiter. Wenn aber ein Blinder den anderen leitet, so fallen sie beide in die Grube.“

## Peinlich für die Priester

Der junge Priester Kāpathiko war es immer selbst, der da zugegeben und gesagt hatte, dass die heutigen, die früheren und auch die allerersten Priester nicht selber erfahren und gesehen haben, was sie dennoch in ihren Sprüchen behaupten. Und daraufhin erst fragt der Erwachte nun – behauptet nicht, sondern fragt nur, ob da nicht das Vertrauen zu den Priestern ohne Grundlage sei.

Wir müssen hier an die ganze Versammlung denken. Es sind fast nur Priester anwesend, aus dem ganzen Land zusammengekommen. Sie werden mit zunehmender Beklemmung Zeuge, wie der „Asket Gotamo“ nicht aus eigener Initiative, sondern auf Veranlassung eines der Ihrigen ganz schlicht und ganz klar die Sonde ansetzt und mit dieser Sonde, die nach der Erfahrungsgrundlage der in den Sprüchen gemachten Aussagen sucht, immer tiefer zurückgeht bis zur Entstehung dieser Aussagen. Viele jener Priester mögen schon selbst für sich allein zu einer solchen Forschung angesetzt haben. Aber die deutliche Einsicht dieser negativen Wahrheit würde ihnen die Kraft für ihr priesterliches Amt rauben, und in solchen Fällen schweift der Mensch aus seinen inneren geistig-seelischen Gesetzmäßigkeiten gern ab von dem heiklen Thema, vergisst es wieder, lenkt sich ab und glaubt nun, mit alter Kraft weiterwirken zu können. Nun aber hat einer der Ihrigen sich eines „Fremden“, eines Asketen bedient, um die Sonde rücksichtslos bis auf den Grund zu führen. -

## Der Buddha ist einer der Ihrigen

Aber eigentlich ist dieser Asket Gotamo doch kein „Fremder“, wenn er auch kein Brahmane ist und wie von außen her an sie herantritt: In ihren eigenen uralten Sprüchen ist er ja als der Weltheiland, der Buddha, als der Erwachte angekündigt. Und in ihren Sprüchen sind auch die körperlichen Merkmale genannt, an welchen ein solcher Weltheiland, wie er immer wie-

der einmal in dieser Welt auftaucht, allein äußerlich schon erkennbar ist. Und dieser Asket Gotamo weist diese Merkmale auf. Das ist nicht zu leugnen.

Der Buddha ist also der ihnen, den Priestern, in ihren Sprüchen angekündigte Helfer und Retter, um ihnen, den Priestern, aus ihrem Nichtwissen und Wahn herauszuhelfen. Auch Canki, einer ihrer Großen, hatte in seiner Verteidigungsrede auf die Herkunft und auf die körperlichen Merkmale dieses Asketen Gotamo hingewiesen.

Aber wie alle Menschen so sind auch jene brahmanischen Theologen von sehr unterschiedlicher geistig-seelischer Beschaffenheit, und der Schatz der überlieferten Sprüche ist fast unübersehbar. Da halten sich die einen weit mehr an die vordergründigen Regeln über Riten und Symbole, über das Verhalten im Alltag, und im Übrigen leben sie ihr bürgerliches Leben - während andere, wenige, sich bewusst sind und sich bewusst bleiben, dass sie dieses Leben in seiner tieferen Gesetzmäßigkeit wahrlich nicht verstehen und nicht durchschauen, dass sie nicht wahrhaft wissen, woher sie zu der jetzigen Geburt in die Priesterkaste gekommen sind, und dass sie nicht wissen, selber nicht wissen, was aus ihnen weiterhin werden wird, dass sie nicht den Ausgang ins Freie kennen.

### Die besten Priester erkennen das

Bei den ernsteren Geistern war schon immer eine Erwartung des Weltheilands, des „Buddha“, des Erwachten. Wir finden in den Reden Berichte darüber, wie ein Brahmane, als er nur gehört hatte, dass jetzt ein „Erwachter“ in der Welt erschienen sei, dann nichts anderes mehr im Sinn hat, als ihn zu sehen, und nachdem er ihn gesehen und gehört hat, dann sich ihm völlig zu ergeben, bei ihm Zuflucht zu nehmen, sei es als Mönch in seinem Orden (s. Selo M 92) oder sei es als Anhänger, der im Hause bleibt (s. Brahmāyu M 91).

## Seine Lehre vollendet die ihrige

Und ebenso wie der Erwachte selbst für sie kein Fremdling ist, sondern gerade der angekündigte Wegweiser und Führer, ihr geistiges Haupt ist, so ist auch seine Lehre nicht gegen ihre Lehre, gegen ihre Sprüche gerichtet, zumal sie in vielen Punkten mit der ihrigen übereinstimmt.

Der Buddha sagt selbst (s. M 75 u.a.), dass die tieferen in Indien vorgefundenen Lehren noch Reste sind von der durch einen früheren Buddha verkündeten Wahrheit. Darum kann der Buddha ja sagen:

*Wovon andere Weise sagen ‚es ist‘,  
davon sage auch ich: ‚es ist‘.*

*Wovon andere Weise sagen: ‚es ist nicht‘,  
davon sage auch ich: ‚es ist nicht‘.*

Es sind Reste insofern, als vieles der ursprünglich verkündeten Lehre inzwischen verloren ging und anderes missverstanden und durch Abirrungen entstellt wurde.

Der Erwachte lehrt den Ausgang aus dem Samsāra

Nicht nur kann der Buddha ihnen den Sinn ihrer eigenen Sprüche mit letzter Klarheit erläutern und vertiefen, sondern er weist ihnen noch vieles, das darüber hinausgeht, und vor allem macht er ihnen einleuchtend klar, inwiefern es einen Ausgang aus dem Samsāra ins Freie gibt. Er zeigt ihnen, dass der Samsāra aus dem fortgesetzten Zusammenhäufen der fünf Zusammenhäufungen besteht und fortgesetzt wird und dass mit der Durchschauung dieser fünf Zusammenhäufungen und ihres leidigen Wesens ihr weiteres Zusammenhäufen gebremst und eingestellt wird und daraus der Samsāra heller und lichter wird, bis sich diese Erscheinungen verflüchtigen und auflösen wie letzte Nebelschwaden am klaren Himmel.

Darum stellt der Buddha sich nicht grundsätzlich gegen ih-



re Lehren, vielmehr ist seine Lehre Korrektur und vor allem Ergänzung, um die verloren gegangene Krönung und Spitze, den endgültigen Ausgang aus dem Leiden zu zeigen, den Weg zum Heilsstand zu weisen.

Auch hier in diesem Gespräch geht es ja gar nicht um die Frage, ob die Sprüche echt und wahr sind, sondern darum, ob die Überlieferer dieser Sprüche die von ihnen behauptete Echtheit und Wahrheit an sich selbst erfahren und gesehen haben und für sie einstehen können oder ob sie blind vertrauen.

So und ähnlich mögen manche Priester – ernsthafte Wahrheitssucher, denen die Sehnsucht nach der eigenen Errettung, nach dem Ausgang ins Freie das Wichtigste ist – bei diesem Gespräch denken und empfinden. Andere wieder, routinierte Berufstheologen, mögen um ihre Sprüche fürchten und mögen bei diesem Gespräch ängstlich über Niederlage oder Sieg wachen.

### Die Priester geben ihr Nichtwissen zu

Selbst den Letzteren kommt der Erwachte entgegen. Von ihm ist kein aggressives Wort gefallen, kein Urteil ausgesprochen worden: Geleitet von der Frage des jungen Priesters nach dem Wahrheitsgehalt der priesterlichen Sprüche, stellt er nur immer wieder die gleiche Frage, und der junge Priester beantwortet sie, und zwar immer negativ. Und keiner der fünfhundert Priester aus den verschiedenen indischen Provinzen widerspricht hier. Nun erst greift der Erwachte die von dem jungen Priester vorgebrachte Vertrauensfrage auf, indem er – wiederum nicht behauptet, sondern – fragt, ob denn angesichts dieses Tatbestandes das Vertrauen zu den Priestern nicht ohne Grundlagen sei.

Die Tatsache, dass weder die ganze Priesterversammlung noch auch nur ein einzelner gewichtiger maßgebender Priester bei diesem Stand des Dialogs protestiert, lässt ihre Unsicherheit erkennen. Wenn sie von irgendwelchen Anzeichen ge-

wusst hätten, welche darauf hindeuten, dass in der Reihe der Überlieferung doch immer wieder auch eigene Erfahrung jener geistigen Zusammenhänge vorgelegen hatte, dann hätten sie diese spätestens jetzt mit größtem Nachdruck vorgebracht, wie sie es bei anderen Gelegenheiten ja getan haben (s. D 4).

#### Der junge Priester weicht aus

Kāpathiko, der jüngste der Priester, hat diesen mutigen Vorstoß zur Klärung der Vertrauensfrage gemacht und hat damit die jetzige Situation heraufbeschworen, es kann ihm dabei nicht wohl zumute sein, und darum mag er jetzt nicht, wie es folgerichtig wäre, dem Asketen Gotamo zugeben, dass unter diesen Umständen das Vertrauen zu den Priestern ohne Grundlage ist, kann auch nicht das Gegenteil behaupten, und so weicht er aus:

*Nicht geht man ja, o Gotamo, nur aus Vertrauen zu den Priestern, sondern auch um der Überlieferung willen. –*

#### IV. Fünf unsichere Wege zur Wahrheit

*Erst warst du, Bhāradvājo, auf das Vertrauen gekommen; jetzt redest du von der Überlieferung. - Fünf Haltungen gibt es, Bhāradvājo, die ganz offensichtlich zweierlei Ausgang haben können. Welche fünf?*

1. Vertrauen,
2. Gernmögen,
3. Überlieferung,
4. Über die Dinge selbst nachdenken,
5. Aufmerksame Untersuchung.

*Das sind, Bhāradvājo, fünf Haltungen, die ganz offensichtlich zweierlei Ausgang haben. Denn man kann da, Bhāradvājo, einer Sache gar wohl vertrauen, und*

*sie ist dennoch hohl und leer und falsch; und ganz ebenso kann man einer Sache nicht vertrauen, und gerade sie ist echt und wirklich und wahr.*

*Ebenso kann man eine Sache gern mögen  
oder sie als alte Überlieferung pflegen  
oder selbst über sie nachdenken  
oder durch aufmerksame Untersuchung sich erschließen, und sie ist dennoch hohl und leer und falsch; und ganz ebenso kann man gerade die Sache, die echt und wirklich und wahr ist, in dieser Weise anzugehen ver-säumen.*

*Wer aber da, Bhāradvājo, die Frage nach der Wahrheit (sacca) nie aus dem Auge verliert, ein besonnener Mann, dem reichen diese fünf Haltungen nicht aus, um da schon endgültig zu befinden: „Dies nur ist Wahrheit, anderes ist Täuschung.“*

Mit seinem Hinweis auf die Überlieferung hat der junge Priester sich vor den Augen seiner theologischen Kollegen und Meister sehr entlastet, denn die Überlieferung ist den Priestern heilig.

Der Erwachte will helfen, nicht siegen

Der Buddha sagt zunächst ganz schlicht, dass der junge Priester die selbst vorgebrachte Frage nach dem Vertrauen nun verlassen habe und auf die Überlieferung gekommen sei; aber er vermeidet alle Peinlichkeit seiner Feststellung, indem er sofort dazu übergeht, die Mängel nicht nur dieser beiden Haltungen, sondern darüber hinaus noch weiterer drei Haltungen ganz einfach so aufzuzeigen, dass jeder Hörer - und auch hier jeder Leser - sofort unmittelbar einsieht, dass es sich in Bezug auf die fünf Haltungen so verhält. Man kann mit jeder der fünf Haltungen sowohl an richtige Lehren geraten, deren Befolgung einen dann auch zu den gewünschten Zielen führt, man

kann mit den gleichen fünf Haltungen aber auch an falsche Lehren geraten, deren Befolgung einen dann bis in die größte existentielle Not führen kann.

Weil jene fünf Haltungen, wie noch zu zeigen sein wird, wohl hilfreich sein können, aber allein nicht zuverlässig genug sind, um vor falschen Lehren zu bewahren, darum warnt der Erwachte davor, sich auf eine dieser fünf Haltungen allein zu verlassen, und sagt, dass der besonnene Mann bei allem Vertrauen, das er zu irgendeiner Sache gefasst hat (und ebenso wenn er sich ihr auf eine der vier anderen Weisen genähert hat), doch *die Frage nach der Wahrheit nie aus dem Auge verlieren solle.*

Wie behält man die Wahrheit im Auge?

Dieses Wort des Buddha lenkt von der Niederlage der Priester ab und stellt eine positive Forderung in das Blickfeld, eine Forderung, welche die Priester aufmerksam und gespannt macht und die der junge Priester sogleich aufgreift:

*Inwiefern aber, o Gotamo, verliert man die Wahrheit nicht aus dem Auge? Wie kann man die Wahrheit im Auge behalten? Wir fragen Herrn Gotamo, was das zu bedeuten habe „die Wahrheit im Auge behalten“.–*

Die fünf Wege nicht schon  
als Erfahrung der Wahrheit ansehen

*Wenn da, Bhāradvājo, ein Mann Vertrauen (zu einer Sache) hat, dann soll er auch bei sich wissen und sagen: „Ich habe hier Vertrauen“, wenn er aber die Wahrheit nicht aus dem Auge verlieren will, dann wird er sich bei jener Lehre nicht schon voreilig beruhigen in dem Gedanken: „Dies ist die reine Wahrheit, alles andere ist Täuschung.“*

*Das gleiche gilt, Bhāradvājo, von den vier anderen Weisen der Zuwendung.*

*Wenn da ein Mensch etwas gern mag  
oder als alte Überlieferung pflegen mag  
oder selbst über eine Sache nachdenken mag  
oder sie durch aufmerksame Untersuchung sich erschließen mag,  
dann soll er bei sich diese seine Einstellung zu der Sache wissen: Wenn er aber die Wahrheit nicht aus dem Auge verlieren will, dann wird er sich (bei jenem Wissen) nicht schon voreilig beruhigen in dem Gedanken: „Dies ist die reine Wahrheit, alles andere ist Täuschung.“*

#### *Zeitlos gültige Wegweisung des Buddha*

*Insofern, Bhāradvājo, lässt man die Frage nach der Wahrheit (sacca) nicht aus dem Auge - doch ist das noch nicht die Erkenntnis der Wahrheit.-*

Mit dieser Aussage des Buddha und der folgenden gelangen wir an den eigentlichen Kern des ganzen Berichts und zugleich an die gültige Wegweisung zur Wahrheitsfindung für alle Zeiten und für alle Kulturen. Soweit diese Wegweisung in der Menschheit je und je berücksichtigt wurde und wird – sei es aus eigenem inneren „Kompass“ oder belehrt durch einen Buddha – so weit auch wurde und wird Wahrheit gefunden. Wer die Geschichte der Wahrheitssuche kennt, des Westens und des Ostens, und wer die Grundlagen der verschiedenen Religionen kennt und die unterschiedlichen Wege ihrer „Exegese“, ihrer verdunkelnden oder erhellenden Deutung, der sieht, dass alle diese Bemühungen in dem gleichen Maß der Wahrheit näherkommen und damit auch einander näherkommen, als sie nach den hier aufgezeigten Unterscheidungen und den folgenden Aussagen des Buddha vorgegangen sind und vorgehen.

## Im Abendland unbekannt gewesen

Keine der fünf Haltungen kann den Menschen da, wo es um die „letzten Fragen“ geht, vor Irrtum und Wahn bewahren. Die Frage nach der Wahrheit über Wesen und Gesetz der Existenz, nach dem Woher und Wohin des sich hier vorfindenden Menschen, nach der Herkunft alles Heillosen und Unzulänglichen und nach dessen restloser Überwindung im Stand des Heils - diese Frage kann auf keinem der fünf Wege allein gelöst werden. Weil der westliche Mensch aber fast nur auf diesen fünf Wegen vorgeht, darum irrt er im Lauf der Geschichte von der einen Scheinwahrheit zur anderen Scheinwahrheit, darum sind seine Wege durch die Jahrhunderte mit Blut und Tränen getränkt, und darum empfinden die Kenner dieser geistigen Odyssee Beklemmung und Verzweiflung darüber, ob es überhaupt möglich sei, die Wahrheit über das Ganze zu erkennen.

### Die Heilslehrer sind auf dem richtigen Wege

Weil aber die Heilslehrer fast aller Kulturen und Zeiten einen ganz anderen Weg zur Entdeckung der Wahrheit beschritten haben - eben den einzigen Weg, der zu ihrer Entschleierung, Entdeckung und lebendigen Erfahrung führen kann, darum konnten sie - soweit immer sie auf diesem rechten Wege fortschritten, so weit auch Täuschung und Wahn aufheben, Wahrheit entschleiern und aufdecken. Und die diesen Weg der Entschleierung und Entdeckung der Wirklichkeit bis zu Ende gegangen sind, die sind auch aus Blendung und Täuschung und Wahn vollkommen erwacht, haben die ganze Wahrheit rundum erfahren und sind durch diese Wahrheit selbst vollkommen frei und unverletzbar geworden. Diese zeigen und lehren auch den Weg, der zur Befreiung von aller Abhängigkeit führt. - Betrachten wir nun diese fünf Haltungen näher.

## V. Vertrauen ist unsicher Ohne Vertrauen keine Zuwendung zu Heilslehren

Das Vertrauen (*saddhā*), die erstere Haltung, nimmt eine Sonderstellung ein, weil man, wie bereits erläutert, ohne diese Eigenschaft überhaupt nicht an eine „Religion“ oder Heilslehre kommen und nach dieser sein Leben bilden und führen wollen kann. Auch wer da glaubt, dass er seine religiösen Auffassungen und Einsichten einer der vier anderen Haltungen verdanke, hat sich dennoch die Vertrauens- oder Glaubenskraft der vorhin besprochenen Art bewiesen, denn da die Religionen von Dingen berichten, die der „normale“ Mensch, der Sinnesmensch, hier nicht erfährt, nämlich von dem jenseitigen Leben und von den unterschiedlichen Folgen des jeweiligen Lebenswandels, so können nur solche Menschen bei religiösen Lehren aufhorchen, die in ihr gegenwärtiges Leben hinein eine Ahnung mitgebracht und sich bewahrt haben von manchen Eindrücken aus ihrer langen, langen Wanderung vor dem gegenwärtigen Leben. Diese Menschen wenden sich fast zwangsläufig den Religionen zu, von welchen sie in ihrem Lebensraum hören. Insofern bedarf es des „Vertrauens“ - einer unterbewussten übergreifenden Ahnung davon, dass es mehr gibt als das gegenwärtig Sichtbare – um überhaupt an eine Religion zu kommen. - Diese durchschimmernde Erinnerung als „Ahnung“ ist eine der Quellen aller religiösen Gläubigkeit.

### Halbbewusste Ahnung vom Überleben ohne den Körper

Aber die allersicherste Quelle eines unwankbaren, ja, zur Gewissheit werdenden Vertrauens zu den Grundaussagen der Heilslehren geht weit über die ahnende Erinnerung an frühere Erlebnisse hinaus und liegt in ganz bestimmten lebenslänglichen Erfahrungen von geistig-seelischen Tatbeständen. - Vorhin wurde gesagt, dass Zweifel und Kritik an bestimmten religiösen Aussagen „von unten her“ kommen können, also aus

Blindheit für seelische Tatbestände – aber auch „von oben her“ aus aufmerksamer Beobachtung und Registrierung geistig-seelischer Vorgänge. Diese letztere Quelle ist es, die sich zwar gegen manche theologische Dogmen wendet, jedoch im Grund immer zu einer an Gewissheit grenzenden Anerkennung und Bestätigung der religiösen Grundaussagen vom Weiterleben jenseits des gegenwärtigen Körpers führt. Darum ist es von größter Bedeutung, diese Quelle richtig zu verstehen.

### Einseitige sinnliche Beobachtung verhindert Verständnis des Lebens

Wer seinen Blick zeitlebens vorwiegend auf die mit den Sinnen des Körpers wahrnehmbare Welt richtet, der erfährt immer nur die sichtbaren Dinge einschließlich der lebendig bewegten menschlichen Körper. Da man aber mit den Sinnen nie die unsichtbaren inneren geistig-seelischen Kräfte des Menschen, wie Bewusstsein und Empfinden, Denken und Wollen, sehen kann, von welchen der Körper bewegt und eingesetzt wird, so muss er den sichtbar bewegten Körper als sich selbst bewegend und sich selbst veranlassend ansehen. Das bedeutet, dass er alle geistig-seelischen Kräfte, Bewusstsein und Empfinden, Denken und Wollen, als vom lebendigen Körper selbst erzeugt ansieht, wie viele Naturforscher wegen ihrer einseitigen Beobachtung tatsächlich glauben. Wir haben es hier u.a. mit dem Dogma zu tun, dass die Gehirnzellen des Körpers jenes ganz andere, nämlich Bewusstsein, erzeugen. Wenn ein so urteilender Mensch dann später diese Körper unbeweglich und kalt auf dem Totenbett oder im Sarg sieht, dann muss er ja auch den ganzen Menschen für vernichtet halten. In dieser einseitigen Beobachtung, die nur die äußere Seite der Tatbestände des Lebens in den Blick nimmt, liegt der Grund für das Dogma von der Vernichtung des Menschen.



## Sinnliche und geistige Erfahrung

Es gibt aber viele Menschen, die ihren Blick nicht vorwiegend aus den Sinnesorganen des Körpers heraus auf die Welt der tausend sichtbaren Dinge richten, sondern weitgehend auch auf ihre eigenen inneren geistig-seelischen Bewegkräfte, die sogenannten „Motivationen“. Diese Menschen sammeln darum nicht nur wie jene Naturforscher sinnliche Erfahrung der äußeren Dinge in ihr Bewusstsein ein, sondern auch geistige Erfahrung der inneren geistig-seelischen Vorgänge. Ein solches Bewusstsein weiß darum nicht nur um die äußeren bewegten Dinge der Welt, sondern ganz ebenso auch um die inneren geistig-seelischen Bewegkräfte.

Geistige Erfahrung erkennt die lenkende Macht der  
Triebe

Mit dieser nichtsinnslichen, sondern geistigen Erfahrung beobachtet ein solcher Mensch, wie die oft unwiderstehlichen Zuneigungen und Begehungen zu manchen Menschen und Dingen und die Abneigung gegenüber anderen Menschen oder Dingen den Einsatz des Körpers in Gestik, Sprache und Blickweise erzwingen. Er sieht, wie die geistig aufspringenden Leidenschaften, wie Eifersucht, Neid, Stolz, Empfindlichkeit, Geltungsdrang, Streitsucht und Starrsinn und die unterschiedlichen inneren Stimmungen zwischen Furcht, Angst, Zagen, Depression, wie auch von Mut, Begeisterung und Freudigkeit den Körper ununterbrochen lenken und bewegen bis in die feinste Gestik und den ständig sich wandelnden Blick der Augen und die Modulation der Stimme hinein. So erfahren sie, was *Lenau* ausdrückt:

*In meinem Innern ist ein Heer von Kräften,  
unheimlich, eigenmächtig, rastlos, heiß,  
entbrannt zu tief geheimnisvoll'n Geschäften,  
von welchen all mein Geist nichts will noch weiß.*

## Geistige Erfahrung erkennt den Menschen als seelisch-körperliche Zwiefalt

Durch diese lebendige lebenslänglich kontinuierliche Erfahrung der inneren geistig-seelischen Lenk- und Bewegkräfte können sie nicht mehr wie der nur die äußeren Dinge Beobachtende den bewegten Körper für den ganzen Menschen halten, vielmehr haben sie die willenlose Werkzeughaftigkeit des Körpers im Dienst jener kraftvoll drängenden geistig-seelischen Bewegkräfte durchschaut in einer Weise, zu der jeder, der nur auf den Körper blickt, nie kommen kann, nie kommen kann.

Die aber durch lebenslängliche kontinuierliche Beobachtung ihrer „Motivationen“ und „Emotionen“ ganz vertraut geworden sind mit dieser Zweiheit und Zwiefalt des psychophysischen Zusammenspiels, diese kommen im Zug ihrer Forschung ganz zwangsläufig nicht nur zu der Frage, welchem Gesetz wohl jene geistig-seelischen Lenk- und Bewegkräfte unterliegen, sondern kommen fast ungewollt auch schon zu ihrer Beantwortung.

## Geistige Erfahrung erkennt die Zeitlosigkeit des Seelischen

Bei dem Körper sieht man ein Geborenwerden, ein Jungsein, ein Älterwerden, ein Alt- und Gebrechlichwerden bis zur Vernichtung; aber der Beobachter der eigenen inneren seelischen Kräfte erkennt immer deutlicher, dass alle diese, die zusammen eben das ausmachen, was in den verschiedenen Kulturen „Seele“ oder „Herz“ oder „Geist“ oder „Gemüt“ genannt wird, beim jungen Körper nicht jung sind, beim alten Körper nicht alt sind, ja, dass sie gar nicht der Zeit unterliegen. Sie kommen von sich aus zu der gleichen Einsicht, die in mittelalterlicher Innenwendung ein durchgängiges Verständnis vieler Menschen war. So sagt *Meister Eckehart*:

*Die Kräfte, die zur Seele gehören,  
altern nicht;  
die Kräfte, die zum Leibe gehören,  
verschleißen und nehmen ab.*

In den östlichen Ländern ist dies heute noch die durchgängige Einsicht der allermeisten Menschen. Ein indisches Wort drückt diesen Tatbestand aus in dreifachem Vergleich zwischen dem der Zeit unterliegenden Körper und jenen der Zeit nicht unterliegenden geistig-seelischen Kräften:

*Von selber erschlafft der Körper,  
nicht aber das Begehren;  
von selber schwindet die Schönheit,  
nicht aber die üble Gesinnung;  
von selber werden wir Greise,  
nicht aber von selber weise.*

Geistige Erfahrung erkennt die Unabhängigkeit  
des Seelischen vom sterblichen Körper

Diese weit mehr nach innen gewandten, die Wurzelkräfte des Lebens beobachtenden Menschen leben geradezu in zweierlei Welten, nicht nur in der mit den Sinnen wahrnehmbaren Außenwelt der bewegten Dinge und Körper, sondern auch in der inneren Welt der wogenden, unendlich bewegten und wühlenden geistigen Kräfte dunklerer und lichter Art. Ihnen drängt sich mit jeder Erfahrung stärker die Einsicht und Erkenntnis auf, dass diese geistig-seelischen Kräfte, die ihren eigentlichen Charakter und ihr persönliches Wesen ausmachen, nicht mit diesem Körper geboren sind, nicht mit dem Körper ernährt werden und auch nicht mit diesem Körper sterben können. So sagt *Meister Eckehart*:

*Wenn die Seele sich vom Leibe scheidet,  
so ist der Leib tot;  
die Seele aber lebt in sich selbst.*

So wenig dieser Gedanke dem nur nach außen gewandten Menschen kommen kann, so natürlicherweise erzwingt er sich Zugang bei den Menschen, die diese inneren Kräfte durch ständige Beobachtung erkannt und durchschaut und in ihrer Gesetzmäßigkeit verstanden haben. Diese kennen eben beide Welten, und dadurch sind sie den nach außen Gewandten unvergleichlich überlegen. Diese Menschen, die ganz ebenso mit der Beobachtung ihrer zeitlosen Triebe, Tendenzen, Neigungen leben wie mit der Beobachtung der durch die körperlichen Sinne wahrnehmbaren Außenwelt - diese rechnen nicht nur mit der Zeitlichkeit dieses Körpers, sondern auch halb- oder vollbewusst mit der Zeitlosigkeit ihres geistig-seelischen Daseins.

Diese Menschen vertrauen leicht ihren Religionen. Wenn solche Menschen nun durch die in ihrem Kulturraum verbreitete Religion davon hören, dass der Mensch den Tod seines Körpers überlebt und sein Dasein jenseits des Todes je nach seinen guten oder üblen Taten fortsetzt, dann kommen sie ganz spontan zur Anerkennung dieser Religion, gleichviel, was in ihr noch an anderen Einzelheiten gelehrt wird und was unter Umständen abwegig und übel sein kann. Da die Hauptaussage jener Religion mit ihrer eigenen inneren Erfahrung übereinstimmt, so sind sie zunächst zu einer festen, vertrauenden Bindung auch zu allen anderen Aussagen der Religion geneigt.

Darum rät der Buddha zur Vorsicht

Aber selbst solches an Gewissheit grenzendes Vertrauen zu der Lehre von der Todlosigkeit, der Zeitlosigkeit des Lebens, heißt ja doch: noch nicht gesehen, noch nicht erfahren haben. Denn wenn man selbst gesehen und erfahren hat, wenn der Vorhang beseitigt, die Wirklichkeit selbst zutage getreten ist, dann bedarf es keines Vertrauens mehr, dann hat Vertrauen seinen Zweck erfüllt, dann ist man vom Vertrauen „abgelöst“, wie der

Erwachte ausdrücklich sagt (M 70 - „*saddhāvimutti*“). Darum rät der Erwachte den Priestern, dass auch der Vertrauende, da er noch nicht selbst sieht, im Auge behalten solle, dass er durch jene Religion etwas hört, dem er aus seiner inneren Beschaffenheit heraus wohl vertrauend zugeneigt ist, dass er aber ihre Richtigkeit und Gültigkeit noch nicht erkennen kann. Er soll wegen seiner Zuneigung nicht schon blind glauben: *Dies ist die reine Wahrheit; alles andere ist Irrtum*. Und diese Haltung empfiehlt der Erwachte auch gegenüber seiner eigenen Lehre.

### Vertrauen hat schon in weltlichen Dingen zweierlei Ausgang

Schon in weltlichen Angelegenheiten, in Bezug auf unser Vermögen, auf unsere Pläne und Unternehmungen, erweist sich das Vertrauen zu vertrauenswürdigen Menschen als eine ebenso große Erleichterung und Förderung wie das Vertrauen zu unwürdigen Menschen Schaden und Nachteil mit sich bringen kann. Wer in seiner Umgebung einen Menschen hat, der so weitblickend, klarblickend und unirrätlich ist, dass er die Zusammenhänge und Entwicklungen in dieser Welt sieht und erkennt und der zugleich so uneigennützig und wohlwollend ist, dass er die Menschen, die sich an ihn wenden, zu deren eigenem Vorteil und Förderung berät, für den ist ein solches Vertrauen eine große Wohltat und Lebenserleichterung. Wer aber da Großsprechern vertraut, die ebenso wenig sehen und erkennen wie er selber, die aber so tun, als ob sie alles wüssten, oder wer gar Intriganten vertraut, die ihn in Bezug auf seine Pläne oder Anlage seines Geldes in ihrem eigenen Interesse beraten, der kann durch das gleiche Vertrauen zu großen Verlusten und Schädigungen in diesem Leben kommen. Darum rät der Erwachte beim Umgang mit fremden Menschen auch in weltlichen Sachen weder zu Vertrauen noch zu Misstrauen, sondern zu wacher Vorsicht.

## Vertrauen kann bei religiösen Aussagen unermesslich schaden

Aber unendlich größer, ja, geradezu unermesslich sind die Förderungen und die Schädigungen, die ein Mensch mit seinem Vertrauen zu richtigen oder falschen Lehren über die gesamte Existenz, die auch das jenseitige Leben einschließt, an sich erfährt. Alle Gewinne und Verluste an weltlichen Gütern, Besitz und Genuss, Ansehen und Einfluss, die wir etwa durch Vertrauen zu rechten oder zu unwerten Menschen gehabt haben, hören doch spätestens mit dem Verlassen dieser Welt auf. Wer aber falschen Lehren über die Wege zu hellerem jenseitigem Leben vertraut und durch diese Lehren zu Verhaltensweisen veranlasst wird, die im jenseitigen Leben gerade dunkle, schmerzliche und entsetzliche Folgen nach sich ziehen, der ist für unermessliche Zeiten geschädigt und das in einem viel schmerzlicheren Maß als menschliche Schmerzen sein können. Beispiele für solche falschen Lehren und ihre schrecklichen Folgen für die Nachfolger finden wir in M 57, M 136, M 101, D 23 u.a. Darüber auch im nächsten Abschnitt. -

### Darum trotz Vertrauens die Wahrheit im Auge behalten

So führt zwar allein das Vertrauen mit seinem vorhin näher beschriebenen Wurzelgrund dazu, dass man sich den über das diesseitige Leben hinausweisenden Lehren, den Religionen, zuwendet; da aber diese Lehren fast nur in der einen Wahrheit der Lebensfortsetzung jenseits des Körpers übereinstimmen, jedoch in den aus dieser Wahrheit hervorgehenden Konsequenzen voneinander abweichen bis zu größten Widersprüchen, so bedarf es noch mehr als nur des Vertrauens, um nicht in die Irre zu gehen, sondern die richtige Wegweisung zu erkennen. Man muss unbeirrt dahin streben, dass man die Wahrheit von dem wirklichen Heilsstand selber sehe und erfahre. Darum heißt es Dh 97:

*Wer das Vertrauen übersteigt,  
weil er das Unerschaff'ne weiß...  
der wahrlich ist der große Mann.*

## VI. Gernmögen (ruci) ist unsicher

Diese an zweiter Stelle vom Erwachten genannte Haltung ist der bei Menschen und Himmelswesen, bei Geistern und Tieren am meisten verbreitete Grund, aus dem man sich mit irgendetwas abgibt: Was man gern mag, was einen erfreut, dabei möchte man auch bleiben; was man dagegen nicht gern mag, das lehnt man leichter ab, davon möchte man sich fernhalten.

### Das Gerngemochte betreiben...

Gernmögen bedeutet: Gern hören, sehen, bedenken und behandeln wollen, mit bestimmten Gedanken, Sachen, Menschen oder Tieren sich gern abgeben und beschäftigen mögen. Alle sogenannten „Hobbies“, die Liebhabereien in körperlichen, handwerklichen und geistigen Dingen gehören zum Gernmögen. So kommt man, wenn man dieser Grundtendenz folgt, vorwiegend an die verschiedenen weltlichen Beschäftigungen und Probleme: Philosophie, Politik, Wirtschaft, Kunst, Sport und dergleichen, aber auch an Religion.

...kann hilfreich, kann auch schädlich sein

Diese Haltung ist rein subjektiv bedingt und hat nichts damit zu tun, ob die Tätigkeiten, Spiele, Beschäftigungen, die man „gern mag“, die körperliche Gesundheit wie auch die geistige Klarheit fördern oder zerstören, und hat noch weniger damit zu tun, ob die Ideen und Lehren, mit welchen man sich gern beschäftigt, der Wirklichkeit entsprechen, also „Wahrheit“ sind oder nicht.

Ebenso kann man, wenn man aus Vertrauen einer Religion anhängt, manche Aussagen derselben gern mögen, andere dagegen nicht gern mögen und nicht beachten. Dieses alles

geschieht ganz unabhängig davon, ob die Lehren, die man gern mag, Wahrheit oder Trug sind, ob sie einen also fördern oder hemmen oder gar ruinieren.

### Falsche Buß-Haltungen...

So gibt es z.B. in Asien (aber nicht nur dort) viele religiöse Menschen, welche die tief eingepflanzte und gern gepflegte Vorstellung haben, dass man den Himmel und das Heil nur dadurch gewinnen könne, dass man sich während dieses Lebens alle möglichen Erniedrigungen und Leiden zufüge. Aus dieser Einstellung entstehen nicht nur die bekannten, oft sehr schmerzlichen Bußprozessionen (Flagellanten, ähnliche auch in Indien), sondern auch sehr schlimme Lebensformen.

So wird in M 57 berichtet, dass in Indien manche Menschen das Gelübde auf sich nehmen, zeitlebens sich wie ein Hund oder wie ein Rind oder ein anderes Tier zu verhalten, d.h. sich zusammenzukauern und nur vom Boden Nahrung zu sich zu nehmen, nicht zu sprechen und sich auch Hundedenken, Hundegemüt und Hundegehaben in jeder Form anzueignen. Sie tun dies mit größtem Opfer ihrer geistigen und ästhetischen Neigungen und auch des eigenen Stolzes, und gerade deshalb glauben sie, dass daraus himmlische Ernte hervorgehen müsse.

### ...führen in tiefste Dunkelheit

Der Erwachte aber erklärt diesen Menschen zögernd und nur auf ihr Befragen, dass sie, wenn sie darin fortfahren, auch genau zu dem Zustand ihrer lebenslänglich gepflegten Vorstellung kommen, nämlich Hunde oder Rinder werden. Und wer durch geistige Erfahrung die Wandelbarkeit der Psyche und den Einfluss aller psychischen Eigenschaften, d.h. alles Sich-Vorstellens, Sich-Einfühlens, Einübens und Eingewöhnens auf die Bildung des jetzigen und späteren Erlebens kennt, der weiß, dass es so ist, dass alles Erleben durch Geist und Psyche



bedingt ist. So folgen diese Wesen zwar ihrem religiösen Vertrauen und ihrem „Germögen“, geraten aber gerade damit für lange Zeiten in entsetzliche Dunkelheiten und Leiden – weil sie nicht *die Wahrheit im Auge behalten*, allein die Wahrheit zu finden angestrebt haben.

### Blindes Vertrauen führt nie zum Heil

Andere religiöse Menschen haben die Neigung, sich im vollen Vertrauen führen zu lassen: „*So nimm denn meine Hände und führe mich...ich mag allein nicht gehen, nicht einen Schritt.*“ Auch hierzu gehört religiöses Vertrauen und „Germögen“, also die Neigung, sich führen zu lassen. Diese Menschen haben keine Neigung, selbst aufzubrechen und Wahrheit zu suchen, oder sie glauben sich unfähig dazu. Sie wollen einfach Wegweisung und dieser blind folgen. Diese bekommen durch den einen Priester solche, durch andere Priester andere Wegweisung. Diese Wegweisungen können mehr oder weniger in das Hellere führen oder in das Dunklere, aber sie führen nie zum Ausgang in das endgültig Freie. - Das sind nur zwei Beispiele dafür, dass „Germögen“, selbst wenn es mit Vertrauen zu Religionen gepaart ist, nicht ausreicht, um sicher an die Wahrheit über die Wege zum Heil zu kommen.

### VII. Tradition (*anussava*) ist unsicher

Das Pälwort bedeutet wörtlich „nach und nach immer wieder hören“, und das ist ja das, was wir unter „Überlieferung“ verstehen. Was man von Kind an, also von der Zeit her, wo man selber noch nichts weiß, die Älteren sagen hört über das Leben und über die Welt und was und wie man die Älteren handeln und sich verhalten sieht, das nimmt das unwissende Kind als Auskunft auf und macht es nun auch mehr oder weniger zu seiner Anschauung und zu seinem Vorbild.

## Überlieferung durch die Generationen...

Zwar hat jedes Kind seinen besonderen persönlichen Zuschnitt, durch den es für viele Umwelteindrücke uninteressiert und geradezu blind bleibt, während es für andere wieder größte Aufmerksamkeit und Aufnahmebereitschaft mitbringt – und dieser Zuschnitt bewirkt bei jedem Kind eine andersartige Auslese aus dem Umweltangebot, so dass nie alles Vermeinen und Verhalten der Alten auf die Jungen übertragen wird – aber immer doch ist die Lebens- und die Auffassungsweise der Alten der Fundus, aus welchem die Jüngeren nehmen.

... ist blindes Weiterreichen von Irrtum und  
Wahrheit

So gesehen ist alle Tradition oder Überlieferung an sich ein geistiger Mechanismus, indem Ansichten und Verhalten der Alten in die aufnahmebereiten Jungen geradezu hineinfließen, denn da die eben ins Leben Hineingeborenen selbst noch gar nichts von diesem Leben kennen, so wenden sie sich mit Beobachten und mit Fragen an die Menschen, die „schon da sind“. Durch Beobachtung gewinnen sie Erfahrung über das Handeln und Verhalten der Alten, und durch ihr Fragen gewinnen sie Belehrung. Daran zeigt sich, dass die Überlieferung, also das durch Hören und Sehen Übernommene, einen großen Anteil an dem Wissen und Verhalten der neuen Geschlechter hat.

Der frühere Mensch war durch Überlieferung  
fromm

Wie groß dieser Anteil in Bezug auf unser Problem ist, erkennen wir leicht, wenn wir bedenken, dass hier im Abendland in den vergangenen Jahrhunderten der junge Mensch die Alten meistens von Gottes Schöpfung sprechen hörte sowie von Christi Erlösungstat, von ewiger Seligkeit und ewiger Ver-

damnis und von der für die Heilsgewinnung entscheidenden Bedeutung des Glaubens und des tugendhaften Wandels, so dass dies zu einer der prägenden Richtlinien für seine Lebensführung wurde. Diese Vorstellung ging durch den geistigen Mechanismus der Überlieferung von Generation zu Generation, ganz unabhängig von der Frage, ob sie richtig ist, Wahrheit ist oder Irrtum. -

### Der heutige Mensch wird durch Überlieferung hemmungslos

Ganz ebenso aber hört ein heutiger junger Mensch allein darum, weil er nicht früher, sondern in der heutigen Zeit geboren ist, fast nichts von diesen über das hiesige Leben hinausweisenden Dingen, sondern bekommt als Hauptwegweisung vorwiegend die Direktiven, dass man mit möglichst viel Genuss, mit möglichst viel Besitz und mit entsprechend stärkerem Einfluss am besten durch dieses Leben komme bis zum Tod und dass mit dem Tod Schluss sei. Diese Auffassung geht heute durch diesen geistigen Mechanismus der Überlieferung von Generation zu Generation, ganz unabhängig von der Frage, ob sie richtig ist, Wahrheit ist oder Irrtum.

### Überlieferung ist keine Garantie für Wahrheitsfindung

So wie das Kind in früherer Zeit ganz ohne eigenes Bemühen ein Weltbild übermittelt bekam, das die Transzendenz und das Leben über den Tod hinaus als wichtigsten Bestandteil des Lebens miteinbezog – ganz ebenso bekommt das heute geborene Kind ebenfalls ohne Anstrengung von allen Seiten der Verwandten und Freunde ein Weltbild angereicht, das nach keiner Seite über die körperliche Existenz hinausweist.

Bei dieser Betrachtung zeigt sich die tiefe Bedeutung der Feststellung des Buddha, dass man sich auf die Überlieferung allein nicht verlassen dürfe, sondern vielmehr die Wahrheit im

Auge behalten müsse, denn durch Überlieferung könne man an Lehren kommen, die hohl und leer, also falsch sind und darum ins Elend führen.

### VIII. Philosophische Spekulation (*ākāraparivitakka*) ist unsicher

Aus den in D 1 überlieferten Ausführungen geht hervor, dass der Erwachte darunter jene philosophische Haltung versteht, die wir im Westen „Rationalismus“ nennen, die, soweit sie sich selber ernst nimmt, von der Auffassung ausgeht, dass allein das klare nüchterne Denken im rechten Folgern und Schließen fähig sei, die ganze Wahrheit über das Dasein zu finden, das „Welträtsel“ zu lösen. Diese philosophische Richtung hat in den verschiedenen Kulturen immer wieder ihre Hochzeiten, aber praktisch geht sie nie unter, weil es immer Menschen gibt, die sich darin nur auf ihren Geist verlassen.

#### Nachdenken ist für Tagesfragen unerlässlich

Wir wissen, dass wir ohne unseren Geist, ohne unsere Fähigkeit des Denkens, Folgerns und Schließens bei den Aufgaben und Problemen unseres Alltagslebens gar nicht zurechtkommen würden, aber eine ganz andere Frage ist, ob das Mittel des Denkens, die „ratio“, geeignet ist, die letzte Wahrheit, die umfassende Wahrheit über das Ganze des Daseins zu finden.

#### Nachdenken kann das Welträtsel nicht lösen

Wer über die Geschichte der Philosophie unterrichtet ist, der weiß, mit welchem Wanken und Schwanken die rationalistische Wahrheitssuche durch die Menschheit wandert und dass es nicht leicht fällt, unter allen möglichen Behauptungen über die Grundstruktur des Daseins wie über ihre gesetzlichen Zusammenhänge irgendeine zu finden, die vom Rationalismus nicht schon aufgestellt wäre. Die Bilanz über diese Summe

von Widersprüchen ist von dem nüchternen Menschen längst gezogen und zeigt sich heute in der zunehmenden Abkehr von Philosophie überhaupt und dagegen in ebenso bewusster Anwendung der geistigen Fähigkeiten auf die vordergründigen Dinge des Alltags.

Unser Denken geht nur aus  
sinnlicher Wahrnehmung hervor

Der Erwachte hat von Anfang an ein unsichtbares Lächeln für den Versuch, auf spekulativem Weg, also durch Denken, Folgern und Schließen, das Welträtsel zu lösen. Er weiß, dass die Wesen immer nur über dasjenige nachdenken können, was durch ihre bisherigen Erlebnisse in den Geist gelangt ist. Und da der normale Mensch eben nur die sinnliche Wahrnehmung kennt und alle Erlebnisse nur durch sinnliche Wahrnehmung gewinnt, so befindet sich in seinem Geist nichts anderes als die tausend Dinge, die zusammen die „Welt“ ausmachen samt dem Ich als dem Erleber der Welt. Die gesamte denkerische Wahrheitssuche ist darum gebunden an das durch die sinnliche Wahrnehmung entworfene Kommen und Gehen in Raum und Zeit, und darum fragt sie nach Anfang und Ende dieser Welt, nach ihren räumlichen Grenzen, ihren inneren Gesetzen, der Herkunft des Menschen in der Welt und dergleichen mehr.

Diese durchschaut der Buddha  
als Krankheit und Blendung

Die gesamte Lehre des Buddha ist aber durchzogen von der einen vielfältig akzentuierten Aussage, dass die sinnliche Wahrnehmung, durch welche wir eine Welt wahrnehmen und in ihr uns selber wahrnehmen, *eine Blendung, eine Krankheit* sei, bedingt durch seelische Belastungen, durch „Gier und Hass“. Der Erwachte vergleicht die durch diese krankhafte sinnliche Wahrnehmung dem Menschen erscheinende Welt mit einer Luftspiegelung, und das heißt ja, dass dahinter keine

Wirklichkeit steht, dass eben nur die seelische Krankheit „Gier und Hass“ diese Welt mit ihren Freuden und Schrecken und allen Veränderungen erscheinen lässt wie einen Fiebertraum.

Es geht um die Genesung von der Wahrnehmung

Es geht also nicht darum, über diese durch Fieberkrankheit, durch Delirium, dem Geist erscheinende Welt nachzudenken, sie auf die ihr innewohnende Gesetzmäßigkeit hin zu durchforschen, sondern darum, von der Krankheit zu genesen, Gier und Hass aufzuheben, gesund zu werden, den Stand des Heils zu gewinnen, wodurch die gesamte gespiegelte Dramatik zur Ruhe kommt. In diesem Sinn zeigt der Erwachte mit dem Gleichnis des von einem Giftpfeil Getroffenen, dass die Welterscheinung der Wahrheitsfindung und Heilsfindung gerade im Weg ist (M 63). Darum ist die gesamte Wegweisung des Buddha auf das Ziel der Genesung von der krankhaften Weltwahrnehmung gerichtet. Diese achtgliedrige Wegweisung teilt sich auf in die drei großen Entwicklungsetappen:

Genesung durch sanfte Begegnung,  
Herzensfrieden und Weisheit

Die Besänftigung aller Begegnungen des Ich mit dieser Welt, die zu allmählicher Minderung von Gier und Hass des Herzens führt und damit zu zunehmender Beruhigung und Erhellung der Weltwahrnehmung: Das ist Tugend (*sīla*).

Durch Erlangen der Herzens-Einigung (*samādhi*) als weltbefreiten inneren Frieden werden Gier und Hass fast restlos aufgehoben. Dadurch wird die Wahnwelt fast vollständig verflüchtigt, und das Erlebnis wandelloser Seligkeit, tritt mehr und mehr in den Vordergrund.

Klarwissen (*paññā*) als transzendierende Erweiterung des Bewusstseins, dem sich nun die durch die sinnliche Wahrnehmung verdeckt und überdeckt gewesenen existentiellen Zusammenhänge offenbaren, die Wahrheit offenbart, was zur

endgültigen Erlösung führt.

Was bedeuten angesichts dieser weltlöschenden Entwicklung zu Genesung und Erwachung aus dem Welttraum die Denkgespinnste der weltgläubigen Weltfortsetzer?

IX. Selbst wissenschaftliches Forschen ist unsicher

Wenn wir die vom Buddha an fünfter und letzter Stelle genannte Vorgehensweise - *sich durch gründliche Untersuchung eine Sache zu erschließen (ditthinijjhānakhanti)* - mit der vorher genannten vergleichen, dann erkennen wir sogleich ihre Überlegenheit. Wem es nämlich wirklich gelingt, irgendein Objekt nur gründlich zu untersuchen, der setzt nicht, wie der Rationalist, auf sein bisheriges Wissen und Vermeinen, er will nicht dem Objekt diktieren, was es zu sein habe, sondern will umgekehrt durch aufmerksames Beobachten und Untersuchen sich nur vom Objekt selber belehren lassen, zeigen lassen, was es in seiner Wirklichkeit ist. Das liegt in den Worten: *sich eine Sache durch gründliche Untersuchung erschließen*, denn dann öffnet sich die Sache selber und erschließt sich dem aufmerksamen Blick.

Erfahrung ist der sicherste Weg

Wir sind hier bei der Erfahrungswissenschaft, und es ist offensichtlich, dass dieser Weg unter allen fünf der einzige ist, der bei rechter Anwendung zur Wahrheit über das auf diese Weise Untersuchte führen muss. Darum hat auch der Buddha, der Erwachte, seinerzeit vor seiner Erwachung diesen Weg der eigenen schrittweisen Erfahrung beschritten und ist auf ihm zur vollständigen Durchschauung der Existenz und ihrer Gesetzmäßigkeiten gekommen, ist über alle Verletzbarkeit hinaus zum endgültigen Heilsstand gelangt, hat das Ziel aller Ziele, die Daseinsmeisterung, erreicht. Darum fragte er auch, wie wir sahen, den jungen Priester immer wieder, ob die früheren Verkünder der Veden-Weisheiten von sich bekannt hätten, dass sie

die Gültigkeit jener Aussagen an sich selber erfahren hätten.

Die hier genannte Untersuchungsweise ist bekanntlich auch die Methode der Naturwissenschaft oder besser gesagt, die Methode, die sich die Naturwissenschaft seinerzeit für ihren Forschungsweg selbst verordnet hatte. Und zwar hatte man sich zu dieser Methode entschlossen, weil man abgeschreckt war von der spekulativen Willkür, die sich in Theologie und Philosophie immer mehr breitgemacht hatte.

### Dennoch Fehlermöglichkeiten

Aber der Buddha sagt, dass auch diese Vorgehensweise ebenso wie die vier anderen „zweierlei Ausgang“ haben können. Und tatsächlich gibt es auch hier wenigstens zwei Fehlerquellen, deren schädliche Auswirkungen um so schwerer sind, je gewichtiger die auf diesem Weg untersuchten Dinge oder Probleme für Wohlergehen und Heilsfindung der Wesenheit sind. Beide Fehler hat der Buddha aus dem mitgebrachten Grundzug seines Wesens vermieden und dadurch zum Buddha werden können, aber die Naturwissenschaft ist beiden Fehlerquellen erlegen.

### Wenn Erfahrung falsch gedeutet wird

Die erste Fehlerquelle besteht darin, dass man diese gründliche Beobachtung und Untersuchung einer Sache praktisch fast nie durchhalten kann, ohne die Erkenntnislücken doch wieder mit spekulierenden Folgerungen schließen zu wollen und damit der Gefahr der rationalen Irrwege zu verfallen. In der Naturwissenschaft kennt man diese Gefahr unter dem Begriffspaar „Erfahrung und Deutung“, und man versucht, ihr zu entgehen, indem man sich bei der Deutung einer Erfahrung des unsicheren hypothetischen Charakters dieser Deutung bewusst ist und darum in weiteren praktischen Versuchen und Versuchsreihen sich auch seine Deutungen bestätigen und unter Umständen korrigieren lässt. Aber dennoch lauert hier das Unheil.



## Die Natur wurde verdorben

Der aufmerksame Beobachter kennt die Einsichten und Fortschritte, die der Mensch dieser Vorgehensweise verdankt. Aber er sieht auch, dass das darein gesetzte totale Vertrauen sich verhängnisvoll auswirkte, da dieser Weg inzwischen zur Gefährdung und drohenden Vernichtung des gesamten physischen Lebens auf dieser Erde geführt hat. Die westliche Menschheit ist auf den von der Naturwissenschaft beschrittenen Wegen über Tausende glänzende Einzelerkenntnisse und immer weiterreichende Einzelerfolge in eine gespenstische, makabre Landschaft geraten. Die Gesamtheit der Natur, der seit Jahrmillionen wildwüchsige Garten der Erde, der jedem Menschen Gelegenheit bot, sich ein Stück davon beackernd zu pflegen, und der durch viele Jahrtausende solcher Beackerung unbeschadet weiterblühte - dieser Garten ist durch knapp einhundertjährige, immer konsequentere Erforschung und Behandlung nach naturwissenschaftlichen Methoden schon sehr weit fortgeschritten auf dem Wege, sich in eine tote Aschenschutthalde zu verwandeln.

Aus dieser katastrophalen Entwicklung zeigt sich, dass die anfänglich positiven Ergebnisse, die das Beschreiten dieses Weges zunächst bewirkte, falsch gedeutet wurden als endgültig positiv.

### Ungewollt aus Nichtwissen und Tradition

Diese Feststellung, die ja nicht neu ist und nicht von mir kommt, soll und kann keine Anklage sein, denn niemand hat dieses Ergebnis gewollt – und es trifft ja uns alle ohne Ausnahme. Und die jüngere Generation der Naturforscher ist ja bereits weitgehend ein Opfer der „Tradition“ im vorhin beschriebenen Sinn. Wer durch den Buddha belehrt, den geistigen Mechanismus des Denkens und Fürwahrhaltens kennen und durchschauen gelernt hat, der „zufällig“ heute in Aufbau und „zufällig“ morgen in Untergang führt, wer auch die Wege

begriffen hat, die vor solchen Unheilsmechanismen bewahren, der sieht, dass diese blinden Aktionsgänge zum Grundwesen des Menschen gehören, dass sie entgegen allen romantischen Träumen eben doch die großen Linien der Menschheitsentwicklung bestimmen und dass sie ohne die Belehrung seitens eines Erwachten gar nicht getilgt werden können. Darum ist Klage nicht angebracht, und darum spricht auch der Erwachte nie von „Sünde“ oder „Frevel“ und nie von „Strafe“ und „Verdammnis“, sondern von dem „Nichtwissen“ über das Gesetz des Daseins und von den Folgen des Nichtwissens. Und darum hat er es unternommen, die Menschen, die nach dem Gesetz des Daseins leben wollen, zu belehren und anzuleiten.

Der Buddha nennt zwei Fehlermöglichkeiten

Der zweite Fehler der Naturforschung ist genau der, vor welchem wir vorhin den Erwachten die Priester warnen hörten:

*Denn man kann sich eine Sache durch gründliche Untersuchung erschließen, und sie ist hohl und leer und falsch; und man kann gerade die geeignete Sache, die echt und wirklich und wahr ist, sich nicht durch gründliche Untersuchung erschließen (das heißt sie übersehen und übergehen).*

Dieser zweite Fehler hat, wie der Buddha zeigt, zwei Seiten: die Forschung am untauglichen Objekt und das Nichterforschen gerade des geeigneten Objektes.

Das rechte Forschungsobjekt versäumt

In den Fehler, das für ihre Fragestellung einzig taugliche Untersuchungsobjekt zu verfehlen, verfiel die Naturforschung in dem Augenblick, als sie glaubte und sich daran machte, mit ihren Forschungsmitteln auch Aufschluss über die letzten Fra-

gen des Daseins überhaupt, über das Wesen von „Leben“ und „Existenz“ zu gewinnen. Ihre Arbeitsmethode besteht, wie gesagt, in der gründlichen Erforschung der durch die sinnliche Wahrnehmung und erweiternde Instrumente zur Erfahrung kommenden Erscheinungen. Das Insgesamt des auf diesem Weg Erfahrbaren ist ja das, was wir im Westen heute noch die „Materie“ nennen. Es ist das Grundforschungsobjekt der Naturwissenschaft, von der Physik an als Basiswissenschaft über Anatomie, Biophysik, Biochemie bis zu Biologie und Physiologie.

### Materie ist untauglich für Lebensforschung

Auf diesem Weg ist aber nur unser Körper mit seinen Organen und den Zellen („Materie“) erkennbar, nicht jedoch unsere unmittelbaren geistigen Lebenserscheinungen, wie Fühlen und Gestimmtsein (Emotionen) und der daraus aufsteigende innere Willensdrang, der auf dieses oder jenes gerichtet ist (Motivationen), weiter das durch diesen Willensdrang veranlasste Aufsteigen geistiger Vorstellungen und Bilder samt den geistigen Erwägungen über die Wege, wie man an das Angenehme kommen, von dem Unangenehmen fortkommen könne. Alle diese geistig-seelischen Vorgänge sind es ja erst, durch welche der Einsatz des Körpers erfolgt, um die begehrten Gegenstände heranzubringen, damit die gewünschten angenehmen Sinesindrücke zum Erlebnis kommen könnten usw.

### Psyche wurde nicht erforscht

Wir sind damit bei den „psychophysischen“ Zusammenhängen, die hier im Westen bekanntlich nicht durchschaut sind und die auf den bisherigen Wegen der Naturforschung auch nie durchschaut werden können, weil ja die psychischen Erscheinungen - alles innere Gestimmtsein, Fühlen, Wollen, Begehren, Bedenken, Planen bis einschließlich jener geistigen Impulse, die den Körper in Bewegung setzen - der sinnlichen

Wahrnehmung überhaupt nicht zugänglich sind, sondern nur unmittelbar mit dem Geist und auch immer nur bei der eigenen Psyche, nicht aber bei anderen beobachtet werden können.

### Darum im Westen keine Lebenswissenschaft

Da unter „Wissenschaftlichkeit“ die gründliche Untersuchung des betreffenden Objektes an ihm selbst verstanden wird, da man aber alle geistig-seelischen Vorgänge doch nicht bei ihnen selber untersucht, sondern nur aus dem sinnlich wahrnehmbaren Betragen und Verhalten eines bewegten Körpers auf die geistig-seelischen Vorgänge zu schließen versucht, so können alle Aussagen über das psycho-physische Problem und über das Leben, die aus dieser einseitigen Forschungsweise hervorgehen, auch keinen Anspruch auf Wissenschaftlichkeit erheben.

### Falsche Behauptungen verbreitet

Viele der umsichtigen und verantwortungsbewussten Forscher sind sich dieser Tatsache auch bewusst, aber diese seit Jahrzehnten in zunehmendem Maß gepflogene Einseitigkeit der Erforschung des „Lebens“ hat dennoch bewirkt, dass das Nichtuntersuchte, eben die Psyche, auch als - fast - nicht vorhanden bzw. als Ausfluss der Materie aufgefasst wird und so ins allgemeine Bewusstsein übergegangen ist. Hier ist nicht der Ort, auf die katastrophalen Folgen dieser unwissenschaftlichen Begriffsverwirrung einzugehen.

### Für die Kenner ist die Psyche das Leben

Es sei hier einfach ausgesprochen, dass alle gründlichen Kenner der Psyche, an ihrer Spitze die Heilslehrer oder Religionsstifter, das Geistig-Seelische nicht nur als die Grundlage des Lebens, sondern als das Leben selber erkennen, für das die willenlos handhabbaren Körper - das einzige Forschungsobjekt des Biologen - nur ein auswechselbares Werkzeug zu be-

stimmten Zwecken sind, und sie lehren, dass die mittels der Sinnesorgane des Körpers erreichbare Erlebnis-Dimension für die im Seelischen und auf dem Seelischen gründenden Wesen ebenso eine Schattendimension ist (siehe die Höhlen- und Schattengleichnisse des Buddha und Platons) wie etwa für den Kinobesucher der Film gegenüber seinem eigentlichen Leben. Hierbei darf aber nicht übersehen werden, dass diese Seelenkundigen aus der Kenntnis *beider Dimensionen: des Seelischen und des Körperlichen* zu ihrem Urteil kommen, während der einseitige Naturforscher von der Psyche keine Ahnung hat (wer die Psyche zu verstehen beginnt, der kommt von diesem Forschungsobjekt nicht mehr los, bis er sich alles erschlossen hat).

### Das falsche Objekt erforscht

Während ich hier angedeutet habe, inwiefern die Naturforschung die zur Erforschung des Lebens allein geeignete Sache, die „echt und wirklich und wahr“ ist, zu untersuchen versäumt hat, geht es nun um den Bericht darüber, wohin die gründliche Untersuchung des für das Forschungsziel untauglichen Objektes, das „hohl und leer und falsch ist“, geführt hat.

Die Wissenschaft hat die sogenannte „Materie“ in ihren vielfältigen Erscheinungsformen tatsächlich durch gründliche Untersuchung zu erschließen versucht, und sie hat sich dieses Untersuchungsobjekt durch den gründlichen Hinblick auch immer mehr erschlossen. Und was ist das Ergebnis?

Ich will hier nur zwei der am meisten umwälzenden Einsichten der Physiker aus den jüngsten Jahrzehnten herausstellen, um aufzuzeigen, dass diese geradezu auf die Wahrheit zulaufen, die der Erwachte vor 2500 Jahren formuliert hat.

### Materie schien vorwiegend leerer Raum

Die erste der umstürzenden Entdeckungen bestand darin, dass die unserer sinnlichen Wahrnehmung so dicht und fest er-

scheinende Materie sich in ihrer inneren atomaren Struktur dem gründlichen Hinblick als völlig anders offenbarte: Die damaligen Forscher haben dem wissbegierigen Laien am Beispiel der Sonnensysteme des Himmelsraumes zu erklären versucht, wie es sich mit der Materie verhält: So wie wir im Himmelsraum in unermesslichen räumlichen Abständen nach allen Seiten hin immer wieder einmal, einem Körnchen vergleichbar, einen Planeten, Fixstern oder Trabanten seine Bahn ziehen sehen, ganz so auch bestünde jedes Atom unserer Materie – Erdboden, Häuser, belebte Körper, Muskeln, Augapfel - vorwiegend, ja fast ausschließlich aus substanzlosem „Zwischenraum“, zu welchem jene innerhalb jedes Atoms kreisenden, fast unendlich kleinen Materie-Teilchen im ähnlichen Verhältnis stünden wie im leeren Himmelsraum die Sterne.

### Menschenkörper = Stecknadelkopf

Man verstehe diese inzwischen noch erheblich erweiterte Feststellung richtig: Alle Materie besteht aus Atomen, aber jedes Atom besteht zu weit über 99%, ja fast zu 100% aus „Nichts“, aus „Zwischenraum“, ähnlich wie der gestirnte Himmel. Der Materieanteil der ungezählten, einen menschlichen Körper ausmachenden Atome hat zusammengenommen etwa die Größe eines Stecknadelkopfes - alles andere ist „Zwischenraum“, während unsere Sinne einen stofflich zusammenhängenden und gegenständlichen Körper zu sehen und zu tasten glauben.

### Sinnliche Wahrnehmung täuscht unheimlich

Das heißt also schon nach jener inzwischen weit vertieften Einsicht, dass unsere sinnliche Wahrnehmung uns ganz unheimlich täuscht, dass das, was unsere Augen, Ohren usw. uns melden und was wir daraufhin in unserem Geist zusammensetzen zu einem Weltbild, ein eigentlich wahnsinniger Irrtum ist, den unsere Sinne aber nie erkennen können und dem auch jene Naturforscher, die aus ihrer gründlichen Untersu-

chung zu der beschriebenen Erkenntnis gekommen waren, dennoch in jedem Augenblick verfallen, indem sie mit ihrer Umwelt doch wieder ebenso umgehen wie der Laie - eben weil unsere Sinne es uns so melden und weil jeder Geist, der nur aus den Sinneseindrücken aufgebaut ist, so auch auffassen muss, wie die Sinne melden.

### Materie „gibt es nicht“

Nicht lange danach drang die gleiche gründliche Untersuchung der Physiker zu Erkenntnissen vor, die alles bisherige Vermeinen über die „Materie“ vollständig aufhoben; aber diese neuen Einsichten widerstreben jeglicher menschlichen Vorstellung. Was nach der ersten Phase der Betrachtung noch als Materie-Teilchen übrig blieb, erweist sich als ein „Wechselbalg“, der je nach der Untersuchungsweise als „Teilchen“, aber auch als wellenartiger Kraftstrom sich darstellt, so dass gar nicht mehr von „Materie“ gesprochen werden kann. Ferner erweist sich der relativ unermesslich große Zwischenraum als nicht etwa leerer Raum, sondern als wellengeladenes Kraftfeld.

### Welterlebnis ist geistige Welterschöpfung

Vor allem aber erweisen sich diese Erscheinungen nicht mehr als unabhängig vom Untersucher, „objektiv“ bestehend. Die äußersten und weitestgehenden Vorstöße der verschiedenen Forscherteams mussten zu der Einsicht hinführen, dass das einzig Erkennbare nur Spannungen sind gleich elektrischen Strömen - nichts sonst. So ist also der Eindruck und die Vorstellung eines körperlichen Ich, welches in einer körperlichen materiellen Welt sich mit diesem und jenem beschäftigt, lediglich ein Gedanken- und Ideenprodukt, ohne dass der „Denker“ zu finden ist. Auf Grund dieser Befunde musste die von Descartes gepredigte objektive „Welt an sich“, die vom menschlichen Subjekt erlebt werde, wieder fallengelassen und aufgegeben werden.

## Ideen statt Materie

In diesem Sinne sagte schon vor einigen Jahrzehnten der englische Forscher *James Jeans*:

*Heute ist man sich ziemlich einig darüber, und auf der physikalischen Seite der Wissenschaft fast ganz einig, dass der Wissensstrom auf eine nichtmechanische Wirklichkeit zufließt; das Weltall sieht allmählich mehr wie ein großer Gedanke als wie eine große Maschine aus. - Der Geist erscheint im Reich der Materie nicht mehr als ein zufälliger Eindringling; wir beginnen zu ahnen, dass wir ihn eher als den Schöpfer und Beherrscher des Reichs der Materie begrüßen sollten.*

Ganz ebenso sagte *Werner Heisenberg*:

*Die kleinsten Einheiten der Materie sind tatsächlich nicht physikalische Objekte im gewohnten Sinne des Wortes (Bemerkung von uns: Sind also nicht „Materie“), sie sind Formen, Strukturen oder - im Sinne Platons – Ideen.<sup>164</sup>*

Noch deutlicher sagt *Capra*:

*Bis jetzt hat unsere Auswertung der durch die moderne Physik gegebenen Weltanschauung wiederholt gezeigt, dass die Idee von Grundbausteinen der Materie nicht mehr haltbar ist... So wurden Atome, Atomkerne, die Strukturen der Atomkerne der Reihe nach für „Elementarteilchen“ gehalten. Keines von ihnen erfüllte jedoch diese Erwartung. Jedes Mal stellte sich heraus, dass diese Teilchen selber zusammengesetzte Strukturen waren, und die Physiker hofften, dass die nächste Generation von Komponenten sich endlich als die letzten Komponenten der Materie erweisen würden. - Andererseits machten die Theorien der Atom- und subatomaren Physik die Existenz von Elementarteilchen immer unwahrscheinlicher. Sie deckten*

---

164 “Schritte über Grenzen“, S.236, Piper 1971



*eine grundlegende wechselseitige Verbundenheit der Materie auf und zeigten, dass Bewegungsenergie in Masse umgewandelt werden kann, und erklärten, dass Teilchen eher Prozesse als Gegenstände seien.*

*Alle diese Entwicklungen deuten stark darauf hin, dass das einfache mechanistische Bild von Grundbausteinen aufgegeben werden muss, und doch zögern viele Physiker damit noch. Die uralte Tradition, komplexe Strukturen durch Zerlegen in einfachere Bestandteile zu erklären, ist so tief im westlichen Denken eingewurzelt, dass die Suche nach diesen Grundkomponenten immer noch weitergeht.<sup>165</sup>*  
Und geradezu abschließend bemerkt Heisenberg:

*Die Physiker haben nun eingesehen, dass alle ihre Theorien von Naturphänomenen einschließlich der „Gesetze“, die sie beschreiben, Schöpfungen des menschlichen Geistes sind, eher Eigenschaften unserer begrifflichen Landkarte der Realität als der Realität selbst.<sup>166</sup>*

Nicht Materie - nur „Geist“ ist zu finden

Es sind also zwei verschiedene Einsichten als Ergebnis der gründlichen Erforschung zusammengekommen: Nicht nur die, dass das, was sich unseren fünf Sinnen als Materie in ihren unterschiedlichen Formen darstellt, weder so noch auch ähnlich überhaupt existiert, sondern auch die, dass nach einer derartigen Auflösung, Eliminierung des eigenen stofflichen Körpers samt der materiellen Umwelt – nur noch „Geist“, „Idee“ übrig bleibt, wodurch ununterbrochen fortgesetzt „Eindruck“ und „Erlebnis“ eines die tausend Dinge der Umwelt sinnlich wahrnehmenden körperlichen Ich entsteht und besteht in fortgesetzter Wandlung.

---

165 „The Tao of Physics“ 2.Aufl. 1977, Fontana/Collins S.301

166 a.a.O. S.303

## Ganz wie im Traum

Im Traum wird ein die Umwelt erlebendes körperliches Ich so lebendig erfahren, dass durch den Traum Freude, Beglückung, Trauer, Qual und Entsetzen in dem geträumten Ich über die geträumten umweltlichen Begegnungen aufkommt und nur erst nach dem Erwachen festgestellt werden kann, dass weder diese erlebte Umwelt noch jenes erlebte körperliche Ich „wirklich“, d.h. materiell da waren, dass es diese Zweiheit des sich Begegnenden „in Wirklichkeit“ gar nicht gab, sondern dass es lediglich ein geistiges Produzieren von Bildern gab.

Ganz ebenso erkennen heute jene Forscher, wie aus den Zitaten (auch den folgenden) hervorgeht, dass das, was von unserem Erleben nach Abzug der nach wissenschaftlicher Erkenntnis nicht vorhandenen materiellen Welt samt dem eingebildeten Körper noch übrig bleibt, eben lediglich die substanzlosen „Form“-Ideen und „Struktur“-Ideen sind, welche sich nichtsdestoweniger – wie im Traum – dem geblendeten Blick eben als die materiellen vielfältigen Formen der vom körperlichen Ich erlebten Umwelt darstellen.

## Erschrockene Forscher

Obwohl die Forscher durch die vorangegangenen Erkenntnisse von der fast totalen Reduzierung der „Materie“ bereits weitestgehend vorbereitet waren, so war für sie die neue Erkenntnis von der substanzlosen, umweltlosen, ichlosen Ideen-Erscheinungs-Einheit, die unleugbar übrig blieb, umwerfend. *Heisenberg* berichtet darüber:

*Ich erinnere mich an viele Diskussionen mit Bohr, die bis spät in die Nacht dauerten und fast in Verzweiflung endeten. Und wenn ich am Ende solcher Diskussionen noch allein einen kurzen Spaziergang im benachbarten Park unternahm, wiederholte ich mir immer und immer wieder die Frage, ob die Natur wirklich so absurd sein könne, wie sie uns in diesen*

*Atomexperimenten erschien.*<sup>167</sup>

und schrieb an anderer Stelle:

*Diese heftige Reaktion auf die jüngste Entwicklung der modernen Physik kann man nur verstehen, wenn man erkennt, dass hier die Fundamente der Physik und vielleicht der Naturwissenschaft in Bewegung geraten waren und dass diese Bewegung ein Gefühl hervorgerufen hat, als würde der Boden, auf dem die Naturwissenschaft steht, uns unter den Füßen weggezogen.*<sup>168</sup>

Ebenso schrieb *Einstein*:

*Alle meine Versuche, die theoretischen Grundlagen der Physik dieser neuen Art von Wissen anzupassen, haben völlig versagt. Es war, als ob mir der Boden unter den Füßen weggezogen würde mit keinem festen Fundament irgendwo in Sicht, auf dem man hätte bauen können.*<sup>169</sup>

So hat sich „die Materie“, das Forschungsobjekt der Naturwissenschaft, für das Verständnis des Lebens und der letzten Daseinsfragen als „hohl und leer und falsch“ erwiesen.

## Der Buddha lehrt die Herkunft der Welt

Der Buddha lehrte vor über 2500 Jahren:

*Zerrieselnd, ihr Mönche, sind die Sinneserscheinungen, sind schemenhaft, trügerisch, Einbildung; ein Blendwerk ist das Ganze, ihr Mönche, der Toren Unterhaltung. (M 106)*

---

167 zitiert bei Fritjof Capra „Der kosmische Reigen“, Barth-Verlag 1981, S 48

168 a.a.O. S.51

169 a.a.O. S.51

Und der Buddha, der Erwachte, der alles Geistig-Seelische und sein Zusammenwirken - die Psyche - ebenso kennt wie das, was uns als Materie erscheint, ergänzt die einseitige Erkenntnis der Physiker über das Nichtsein der Materie, welche Erkenntnis ihnen den Boden unter den Füßen weggezogen hat, und ergänzt seine Aussage von dem Blendwerk der Erscheinungen mit Hinweisen auf die Herkunft dieser Welterscheinung aus Geist und Herz, aus der Psyche:

Vom Geist gehen die Gebilde aus

*Vom Geist gehen die Gebilde aus,  
sind geistigen Stoffes, geistgeformt.  
Wo man verderbten Geistes spricht  
und aus verderbtem Geiste wirkt,  
da folgt zwangsläufig Leiden nach  
wie Wagenspur der Zugtierspur.*

*Vom Geist gehen die Gebilde aus,  
sind geistigen Stoffes, geistgeformt.  
Wo man geklärten Geistes spricht  
und aus geklärtem Geiste wirkt,  
da folgt zwangsläufig Wohlsein nach,  
dem untrennbaren Schatten gleich. (Dh 1 und 2)*

Je nach Qualität der Psyche ist Welterlebnis

*Vorstellungen, Ideen machen die Welt, geistgeformt ist die Welt* - diese Gedanken sind den morgenländischen Menschen vertraut und waren in Altertum und Mittelalter auch im Abendland bekannt. Der morgenländische Mensch lebt bereits weitgehend in dem Bewusstsein, dass die Welterscheinungen geistiger Art, Einbildung, Māyā, Täuschung, selbst gemacht sind, und er wusste auch weitgehend – und der Buddha bestätigte es ihm –, dass Welterscheinungen geschaffen werden von den Trieben des Herzens, der Psyche, die aus dem Geist je nach

seiner Verderbtheit oder Klarheit hervorgehen, und dass jede Psyche diejenige Welt erlebt, die ihren Qualitäten zwischen licht und dunkel entspricht. Aber gerade die Psyche hat die Naturwissenschaft nicht erforscht.

Das Welterlebnis ist der Schatten der Seele. So licht oder so dunkel das Herz ist, so auch ist das Welterlebnis. Darum wird die Welt verbessert nicht an der Welt, sondern am eigenen Herzen, und darum sagt auch *Laotse*, der größte Sohn Chinas, etwa um die gleiche Zeit wie der Buddha:

*Die Welt erobern wollen durch Handeln,  
ich habe erlebt, dass das misslingt.*

*Die Welt ist ein geistig Ding,  
das man nicht behandeln darf.*

*Wer handelt, verdirbt sie,  
wer festhält, verliert sie.*

Wissenschaftliche Forschung  
hat „zweierlei Ausgang“

So hat also, wie der Buddha lehrt und wie die Geschichte der Naturwissenschaft hat erfahren müssen, auch die wissenschaftliche Vorgehensweise, *sich durch gründliche Untersuchung eine Sache zu erschließen*, zweierlei Ausgang: es kommt darauf an, ob man das rechte oder das falsche Forschungsobjekt gründlich untersucht.

## X. Drei Schritte zur Wahrheit

Nun zurück zu dem Gespräch. Hier folgt noch einmal die letzte Aussage:

*Inwiefern aber, Gotamo, behält man die Wahrheit im Auge? – Wenn da, Bhāradvājo, ein Mann Vertrauen zu einer Sache hat oder sie gern mag oder sie als alte Überlieferung pflegt*

*oder selbst über sie nachdenkt  
oder sie durch aufmerksame Untersuchung sich erschließt, dann soll er bei sich wissen: „Ich beschäftige mich mit dieser Lehre aus einem jener fünf verschiedenen Gründe“- wenn er aber die Wahrheit nicht aus dem Blick verlieren will, dann wird er sich bei seinem Wissen nicht schon voreilig beruhigen in dem Gedanken: „Dies ist die reine Wahrheit, alles andere ist Täuschung.“*

*Insofern, Bhāradvājo, lässt man die Frage nach der Wahrheit (sacca) nicht aus dem Blick - doch ist das noch nicht die Erkenntnis der Wahrheit. -*

*Insofern, Gotamo, lässt man die Frage nach der Wahrheit nicht aus dem Blick. So kann man die Wahrheit im Blick behalten, und so verstehen wir nun, was das zu bedeuten hat: „die Wahrheit im Blick behalten.“-*

*Inwiefern aber, Gotamo, kommt man zur Erkenntnis der Wahrheit? Wie kann man die Wahrheit erkennen? Wir fragen Herrn Gotamo, was das zu bedeuten habe: die Erkenntnis der Wahrheit gewinnen. -*

Wahrheit ist „war-heit“

In den alten Kultursprachen hat „Wahrheit“ immer eine zweifache Bedeutung, eine weltliche und eine überweltliche. Die weltliche Bedeutung hat den gleichen Sinn wie bei uns, nämlich dass das Mitgeteilte weder Lüge noch Irrtum ist, sondern dass es sich in Wirklichkeit so verhält, wie berichtet wird. In diesem Sinn lesen wir in den alten deutschen Schriften, dass damals „Wahrheit“ oft noch ohne das erste 'h' geschrieben wurde, also warheit. Das bedeutet so viel wie „ich berichte hier etwas, das auch wirklich so „war“. Ich berichte nicht eine „gedachtheit“, sondern eine „warheit“. So heißt es etwa in der christlichen Mystik:

*Und baue uf nit dazu do möge zergan  
wilt du uf blosser warheit bestan.*

### Wahrheit ist Heilswahrheit

In diesem Ausspruch zeigt sich auch schon die höhere, die überweltliche Bedeutung von Wahrheit, wie sie bereits in der alten Pilatus-Frage lag: „Was ist Wahrheit?“ Hier ist die letzte und höchste Wahrheit gemeint, die Wahrheit über Wesen und Gesetz von Leben und Existenz und über die Möglichkeit, aus dieser ganzen Fragwürdigkeit und Undurchschaubarkeit dieser Existenz heraus und zum einzig Haltbaren, zum Heil, zu kommen. Das obige Wort aus der Mystik sagt deutlich: „Wenn du zur warheit, zum Haltbaren, zum ewigen Heil willst, dann darfst du auf nichts Vergängliches bauen, denn das zerrieselt wie Sand.“ Hier ist also warheit gleich Heil.

### Der Priester sucht das Heil

Um die Wahrheit vom Heil geht es auch in dem Gespräch der Priester mit dem Erwachten. Die Sprüche der Veden handeln von der Welt und von der Gewinnung des Heilsstands. Darum wollte der junge Priester wissen, ob diese Aussprüche „war“-heit sind, d.h. aus Erfahrung des Heilsstandes kommen, so dass man sich auf sie verlassen kann. Nachdem er durch das Gespräch einsehen muss, dass die Sprüche nicht aus Heilserfahrung entstanden sind, da muss seine Besorgnis, die Wahrheit finden zu können, zunehmen. Und da der Erwachte so sicher von der Wahrheit spricht, da wendet sich auch seine Zuversicht dem Erwachten zu: Hier kann er vielleicht Wahrheit gewinnen, Wahrheit von der Wirklichkeit, von den wirklichen Wegen zum wirklichen Heil. Darum seine dringende Frage.

Zu der so verstandenen Wahrheit hat der Erwachte bisher zwei Verhältnisse genannt, er wird gleich noch das dritte Verhältnis nennen und wird auch die beiden letzteren so gründlich

beschreiben wie das erstere.

### Erster Schritt: Nie die Wahrheit aus dem Blick verlieren

1. Das erste Verhältnis ist: Die Suche nach der Wahrheit im Blick behalten (*saccānurakkhanā*). Das gilt immer nur für den Sucher, der die Wahrheit noch nicht kennt, noch in der Wahrheitsferne lebt und das auch von sich weiß. Der Mensch, der in diesem endlosen Daseinsumlauf zwischen immer nur erneuter Geburt und erneutem Sterben in den verschiedenen Daseinsebenen dahiniert und sein augenblickliches Leben empfindet wie eine vom Sturmwind auf irgendein Feld gewehrte Ameise - dieser Mensch bedenkt, dass er nicht weiß, wo er ist, woher er kommt und wohin es geht, dass er in Unverlässlichkeit dahinglebt und wie in dunkler Nacht allen Fährnissen und Abgründen ausgeliefert ist, und dass er darum die Wahrheit über dieses Dasein erlangen will und erlangen muss. Wo diesem Menschen nun eine Lehre begegnet, die ihm einleuchtet oder sonstwie sympathisch ist, da soll er aber bedenken, dass darin noch keine Sicherheit liegt, dass sie die Wahrheit sei, dass aber nur die Wahrheit freimacht. Das ist „die Suche nach der Wahrheit im Blick behalten“.

### Zweiter Schritt: Wahrheit finden und erkennen

2. Die Wahrheit erkennen, begreifen, verstehen (*saccānubodhi*). Das bedeutet, dass man diese letzte höchste Wahrheit erlangt und verstanden hat, dass man sie gefunden, begriffen und nun fest in seinen Geist eingeschrieben hat, sie also gründlich kennt.

Das bedeutet aber nicht nur, dass man die Lehre seines Meisters über das Dasein gut gelernt hat, auswendig kennt und sich daraus Bild und Vorstellung machen kann über die Existenz – das wäre noch keine wissenschaftliche Forschung, sondern erst die vertrauende Schülerhaltung – es bedeutet viel-



mehr, dass er die Lehre des Meisters darüber, wie es sich mit der Existenz verhalte und wie man praktisch zur Durchschauung der Existenz kommen könne, so verstanden habe, dass er nun gemäß dieser Lehre fähig ist, seine eigene Existenz, in welcher er sich ununterbrochen vorfindet, aufmerksam zu erforschen, zu untersuchen und zu beobachten, bis er auch tatsächlich zur vollständigen Durchschauung der Existenz und ihrer Gesetzmäßigkeit kommt. Von da an ist er nicht mehr nur „vertrauender“ Schüler, ist vielmehr von dem Vertrauen unabhängig geworden (*saddhāvimutta-* M 70), denn er sieht jetzt selber und versteht dadurch auch selber den Übungsweg, der ihn vom Geworfenen im normalen menschlichen Stand bis zum Heilsstand gelangen lässt, d.h er hat den Status gewonnen, der „*sotāpatti*“ genannt wird, er ist in die „Heilsströmung“ gelangt, er empfindet den Zug zum Heilsstand, weil ihm eine Ahnung aufgegangen ist von der Geborgenheit und Seligkeit jenseits des Samsāra. Das ist „die Wahrheit erkannt und begriffen haben“ (*saccānubodhi*).

### Dritter Schritt: Nach Erkenntnis der Wahrheit den Heilsstand erobern

3. Die Wahrheit verwirklicht haben (*saccānupatta*) bedeutet, dass er diesen geistigen Weg der inneren Umbildung (*bhāvana* = Transformierung) vom normalen menschlichen Status bis zum endgültigen Heilsstand gegangen ist, hinter sich gebracht hat, das Ziel aller Ziele erreicht hat, dass er das Daseinsproblem gelöst hat, dass nichts mehr zu tun übrig bleibt.

Das sind die drei Verhältnisse zur Wahrheit. Das erste Verhältnis, nämlich wie man bei allem Tun die Wahrheitssuche im Blick behält und sich durch die fünf beschriebenen Wege von der Suche nach der einzig hilfreichen Wahrheit vom Ganzen nicht abhalten lässt, hatte der Erwachte dem jungen Priester zu dessen voller Zufriedenheit erklärt, hatte dann aber den Hinweis angeschlossen, dass damit die Wahrheit noch nicht gefunden sei.

## Der Erwachte bedrängt nicht

So können wir den Erwachten fast immer in den Gesprächen mit den Bürgern vorgehen sehen: Er beantwortet zunächst nur die gestellte Frage, ohne ungefragt mehr anzubieten. Ist aber damit das Problem des Fragers noch nicht ganz gelöst, dann schließt er seiner Beantwortung nur einen kurzen Hinweis auf das nächste Problem an, indem er hier z.B. sagt, dass damit aber die Wahrheit noch nicht gefunden, erkannt sei. Er überlässt es nun stets dem Hörer, diesen Hinweis aufzugreifen, und wird ohne Nachfrage nichts Weiteres darüber sagen. Es sind manche Gespräche überliefert, in denen der Zuhörer sich mit der ersten Erklärung zufrieden gibt und den Hinweis auf das anschließende Problem nicht aufgreift; aber in den meisten Fällen wird es aufgegriffen, und so hat auch hier der junge Priester gefragt, inwiefern man nun die Wahrheit finden und erkennen könne.

## Die Wahrheit ist nicht erklärbar

Damit aber beginnt ein ganz anderes Problem, denn die Wahrheit vom Heilsstand ist keine einfache innerweltliche Wahrheit, sondern ist weltlos. Sie kann mit den normalen Mitteln des Erklärens und Denkens allein nicht begriffen werden, vielmehr geht es um eine Wandlung der inneren Aufmerksamkeit. Die Vermittlung der Wahrheit ist, wie *Heinrich Zimmer* mit Recht sagt, keine Sache der Information, sondern der Transformation: der Mensch muss sich wandeln, um die Wahrheit verstehen zu können, und er muss sich im Herzen wandeln, um den Heilsstand zu erlangen. Als der Erwachte selbst den Heilsstand gewonnen hatte, da sagte er darüber:

Nur durch geistige Wandlung erfahrbar

*Entdeckt hab ich diese Wahrheit,  
tief verborgen,*

*schwer zu verstehen,  
still, erhaben,  
nicht erkennbar  
auf den Wegen des Denkens,  
in sich geborgen,  
nur vom Überwinder  
erreichbar, erfahrbar. (M 26)*

Ganz in dem gleichen Sinn sagt *Laotse*:  
*Der Sinn, den man ersinnen kann,  
ist nicht der ewige Sinn,  
der Name, den man nennen kann,  
ist nicht der ewige Name.*

Schleier der Blendung muss beseitigt werden...

Die mancherlei bisherigen Hinweise haben erkennen lassen, wie die Vollendeten unser Leben und Erleben innerhalb der Welt beurteilen: diese Welt, die wir erleben, die unser ganzes Fühlen und Denken ausfüllt, ist nichts als Trugbild, ist ein Gemälde auf einem bewegten Schleier. Und dieser Schleier hängt vor der Wirklichkeit und verdeckt sie. Darum können wir die Wahrheit nie dadurch erfahren, dass wir die Einzelheiten des Weltgemäldes untersuchen, vielmehr geht es darum, eine Blickweise zu erwerben, für welche das bewegte Schleierbild durchscheinend wird, transparent wird, so dass es wie nicht da ist, denn dann erst kann die verborgene Wahrheit gesehen werden. Das geschieht in den drei vom Erwachten immer wieder genannten großen Entwicklungsphasen und Umbildungsphasen:

...durch Tugend, Herzensfrieden und Klarblick

*Sīla*, das ist rechte taugliche Begegnungsweise gegenüber allem Begegnenden, die zurücktreten lässt von der Weltfaszination.

*Samādhi*, das ist Herzensfrieden in einem seligen Frieden aus vollendeter Weltablösung.

*Paññā*, das ist der Klarblick des Überwinders, der den trügerischen Schleier durchdrungen hat und selber die Wahrheit sieht.

Wir sehen, dass es nicht um eine Mitteilung von „Wahrheit“ geht, sondern um eine Unterweisung und Anweisung zu Übungen, die den Menschen verändern und sein Verhältnis zur Welt verändern. Der Mensch, der so oder ähnlich bleibt wie er ist, der wird auch weiterhin so und ähnlich wie bisher erleben zwischen Weinen und Lachen, zwischen weiterem Sterben und neuem Geborenwerden. Darum kommt es auf die Umerziehung an und auf die Anleitung zu dieser Umerziehung.

## XI. Den vertrauenswürdigen Lehrer suchen

Der junge Priester fragt, inwiefern man zur Erkenntnis der Wahrheit kommen könne. - Was soll der Erwachte daraufhin sagen, da es ja um Hinführung zu einer ganz anderen geistigen Haltung und Einstellung geht und da ein gewöhnlicher Mensch diese Hinführung gar nicht vermitteln kann, sondern nur ein Vollendeter oder einer, der durch den Vollendeten bereits tief unterwiesen ist und zu dieser geistigen Haltung hingefunden hat?

Der Wahrheitskenner  
ist kein normaler Mensch mehr

Der Erwachte zeigt dem Priester die Qualitäten auf, die ein Mensch haben muss, der die Wahrheit kennt und darum zur Wahrheit hinführen kann. Der Erwachte selbst hat diese Qualitäten in Vollendung, aber er, der die Herzen seiner Gesprächspartner kennt, weiß, warum er sich bei diesem jungen Priester noch nicht als den Bringer der Wahrheit anbietet - was er in manchen anderen Fällen tut - sondern nennt ganz neutral die erforderlichen Qualitäten – und es ist für uns westliche Men-

schen von besonderer Wichtigkeit, diese Qualitäten zu verstehen und ihren Einfluss auf die Wahrheitsfindung und daraus auch die Unmöglichkeit zu erkennen, ohne die hier genannten Qualitäten die Wahrheit finden zu können.

Er hat weltliche Verflechtungen gemindert

Kein gewöhnlicher Weltmensch kann zu der Wahrheitsfindung hinführen, sondern nur einer, der sich aus den äußerlichen Weltverflechtungen weit herausgelöst hat und sich auch innerlich mit Herz und Gemüt befreit hat von der Faszination durch die Welt und von all den verdunkelnden und verwirrenden Zügen, die die Weltfaszination auf uns ausübt, also ein „Geistlicher“ im ursprünglichen Sinne des Wortes. Hier ist nun die Antwort, die der Erwachte dem jungen Priester gibt auf die Frage, wie man zur Erkenntnis der Wahrheit kommen könne:

Gier, Hass und Blendung muss gemindert sein

*Wenn da, Bhāradvājo, ein Mönch in der Nähe eines Dorfes oder einer Stadt weilt, dann gehe ein wahrheitssuchender Bürger zu ihm hin und erforsche ihn zunächst auf dreifache Weise: über Gier und Hass und Blendung:*

Mit Gier, Hass, Blendung  
wird der Lehrer zum Verführer

*„Hat dieser Ehrwürdige etwa solche Eigenschaften der Gier an sich, dass er, im Herzen von ihnen beherrscht, wenn er nichts weiß, dennoch behauptet, er wisse es, und wenn er nichts sieht, dennoch behauptet, er sehe es, oder dass er andere derart unterweisen mag, dass sie dadurch für lange Zeit in Unheil und Leiden geraten können?“*

*Indem er ihn so erforscht, mag er erkennen: „Nicht*

*hat dieser Ehrwürdige solche Eigenschaften der Gier an sich, dass er, im Herzen von ihnen beherrscht, wenn er nichts weiß, dennoch behauptet, er wisse es, und wenn er nichts sieht, dennoch behauptet, er sehe es, oder dass er andere derart unterweisen mag, dass sie dadurch für lange Zeit in Unheil und Leiden geraten können. Denn diesem Ehrwürdigen eignet solches Betragen und solche Rede, wie es Gierlose an sich haben. Und die Wahrheit, welche der Ehrwürdige aufzeigt, diese Wahrheit ist nur schwer zu sehen, schwer zu erfahren in ihrer erhabenen Ruhe, dieser tiefgründigen, nicht auf den Wegen des Denkens verstehbaren, nur vom Überwinder erfahrbaren. Nicht kann diese Wahrheit von Begehrlichen dargelegt werden.“*

Auf Gier, Hass und Blendung hin soll er den als Lehrer und Wegweiser in Aussicht genommenen Geistlichen prüfen. Hier war bisher nur von „Gier“ die Rede, aber es folgt hernach der fast gleiche Wortlaut für die Prüfung in Hass und in Blendung.

Gier, Hass, Blendung ist die Wurzel alles Übels

Gier, Hass, Blendung bezeichnet der Erwachte immer wieder als die verborgenen Wurzeln aller offensichtlichen Leiden, der erkannten und der nicht erkannten. Gier und Hass bilden die Grundkrankheit der normalen Psyche, des Herzens (*citta*), und durch sie ist die Weltwahrnehmung, die Materie-Wahrnehmung bedingt, von welcher im Abschnitt über die Naturwissenschaft aufgezeigt wurde, dass dieser heutige Wissenschaftszweig zu der Erkenntnis gelangt ist: die Wahrnehmung unserer Welt ist eine große Blendung und Täuschung, wie schon der Erwachte unsere Weltwahrnehmung als „Luftspiegelung“ bezeichnet hat.

## Die ganze Wahrheit über Gier, Hass, Blendung macht frei

Über diese verborgenen Wurzeln, Gier, Hass und Blendung, die mit dem Tod des Körpers nicht sterben, die darum unser ganzes Dasein mit all seinen Szenen und den endlosen Körperwechseln ausmachen, ist schon viel geschrieben und gesprochen worden. Man kann die Wahrheit über diese drei Wurzeln alles Übels sehr einfach und sehr knapp ausdrücken, und man kann mit dieser Wahrheit, recht verstanden, von Tag zu Tag größer werden, freier werden, heller werden bis zum Heilsstand.

Was wir als die sichtbare äußere Welt erleben mit uns selbst darin – dieses Erleben, Welt-Wahrnehmen – das bezeichnet der Erwachte als Blendung. Das ist das Sichtbare. - Und was wir deutlich in uns verspüren als fühlbare, aber unsichtbare Zuneigungen und Abneigungen gegenüber den tausend sichtbaren Erscheinungen dieser äußeren Blendungswelt, das bezeichnet der Erwachte als Gier und Hass. Das ist das Unsichtbare.

### Gier und Hass ist die Wurzel der Blendung

Jeder Mensch, der auf sich achtet, erfährt bei sich alle Grade der Zuneigung, des „Begehrens“, gegenüber den einen und des Nichtmögens, Ablehnens und „Hassens“ gegenüber den anderen Erscheinungen, den Menschen und Dingen dieser Welt. Gier und Hass gibt es von leisen Zuneigungen und Abneigungen, Sympathie und Antipathie bis zu leidenschaftlichem Begehren und Hassen von hinreißender, die Besinnung raubender Wucht.

Und weiter: Alle sichtbaren Welterscheinungen sind nicht an sich selbst schön oder hässlich, beglückend oder entsetzlich, vielmehr sind es Gier und Hass, die innewohnenden unsichtbaren, aber spürbaren Anziehungen und Abstoßungen, Zuneigungen und Abneigungen, welche die leuchtenden und die abschreckenden Farben auf die Welterscheinungen werfen.

Darum wird es Blendung genannt. Gier und Hass, unsichtbare Strebungen im Innern lassen die sichtbare Welt im Äußeren schön und schrecklich erscheinen: So bewirken Gier und Hass die Blendung. Und was in Wirklichkeit Blendung ist, das nennen wir Geblendete „die Welt“.

### Unerkannte Blendung ernährt Gier und Hass

Und diese Blendung wiederum bewirkt Gier und Hass. Der blinde Glaube an diese nur durch Gier und Hass aufblinkende Welt, die der Erwachte mit einer Luftspiegelung vergleicht, dieser Weltwahn (*avijjā*) ernährt und bestärkt weiterhin jene geist-magnetischen Anziehungen und Abstoßungen Gier und Hass. So erhalten sich diese beiden Pole, solange man sie nicht sieht, in gegenseitiger Abhängigkeit: Die unsichtbaren geist-magnetischen Anziehungen und Abstoßungen als der Ichpol bewirken die ununterbrochen in allen Spielarten aufblenden- den Vielfalterscheinungen von Entzückendem und Schrecklichem als den Weltpol: Gier und Hass malen ununterbrochen an der Welt, und diese lockende, schreckende Welterscheinung ernährt und reizt ununterbrochen wiederum die inneren Anziehungen und Abstoßungen, Gier und Hass. Dieses Trugspiel ernährt den wahnhaften Glauben an die Welt (*avijjā*) über ungezählte Geburten und Tode von Körpern hinweg – solange dieser geschlossene Zirkel der Leidensfortsetzung nicht erkannt wird.

### Durchschaute Blendung ist Anfang der Heilsentwicklung...

Erst wo dieser Zusammenhang durchschaut wird, wo die Welterscheinung als eine durch Gier und Hass bedingte Aufblendung erkannt wird, da kommt Wahrwissen (*vijjā*) auf, da wird der Weltwahn aufgehoben, da kann die blendende Welterscheinung nicht mehr die innewohnenden Anziehungen und Abstoßungen, Gier und Hass, weiterhin ernähren. Warum?



Diese Einsicht (Weisheit, Klarblick) erwächst im Geist des Menschen als eine neue Instanz und sagt dem Geist, der die blendenden Welterscheinungen wahrnimmt: „Dies alles ist Täuschung, aus früherem Wahn erzeugt. Das hat dich lange genug genarrt, tritt nun zurück von dieser Blendung auf dem Weg der drei großen Etappen, die der Erwachte gelehrt hat“:

...durch Tugend, Herzensfrieden und Klarblick

Durch die Übung in der *Tugendlichkeit* wird das Gemüt heller und klarer werden und wird die Weltfaszination ablassen; dann wird durch die Übung im *Herzensfrieden* diese Weltblendung ganz ausgelöscht. Und in dem dann aufkommenden *Klarblick* nach Ablösung des trügerischen Schleiers wird die Wahrheit selbst gesehen.

Wegen des üblen Einflusses von Gier, Hass, Blendung auf unser Vermeinen und Fürwahrhalten sagt der Erwachte den Priestern, dass Gier, Hass, Blendung, je stärker sie sind, um so mehr untauglich machen zum Verständnis und zur Mitteilung der letzten Wahrheit; und wir verstehen, warum der Erwachte den Priestern rät, bei allen Wahrheitslehrern auf Gier, Hass, Blendung zu achten.

### Den Lehrer sorgfältig prüfen

Zwar kann der normale Mensch nicht wirklich erkennen, ob der Betreffende, den man als Lehrer ins Auge gefasst hat, noch Gier, Hass, Blendung hat - denn das kann nur einer erkennen, der selber von allen drei Übeln ganz und gar frei ist – vielmehr soll man, wie es heißt, prüfen, ob der Betreffende diese drei Unheileigenschaften in einem solchen Maß und mit solchen Auswirkungen im Herzen hat, dass er, von ihnen beherrscht, sein Nichtwissen dessen, was er nicht weiß, und sein Nichtsehen dessen, was er nicht sieht, nicht zugeben mag und dass er gar die blind vertrauenden Schüler zu solchen geistigen Übungen unterweisen mag, die sich für lange Zeit verderblich aus-

wirken, wie es heute so sehr häufig geschieht. - Hier folgen nun die beiden weiteren Prüfungen:

*Hat er ihn nun, so erforschend, frei und rein von Eigenschaften der Gier befunden, so forscht er ihn weiter aus über Eigenschaften des Hasses und der Blendung: „Hat dieser Ehrwürdige etwa solche Eigenschaften des Hasses, der Blendung an sich, dass er, im Herzen von ihnen beherrscht, wenn er nichts weiß, dennoch behauptet, er wisse es, und wenn er nichts sieht, dennoch behauptet, er sehe es, oder dass er andere derart unterweisen mag, dass sie dadurch für lange Zeit in Unheil und Leiden geraten können?“*

*Indem er ihn so erforscht, mag er erkennen: „Nicht hat dieser Ehrwürdige solche Eigenschaften des Hasses, der Blendung an sich, dass er, im Herzen von ihnen beherrscht, wenn er nichts weiß, dennoch behauptet, er wisse es, und wenn er nichts sieht, dennoch behauptet, er sehe es, oder dass er andere derart unterweisen mag, dass sie dadurch für lange Zeit in Unheil und Leiden geraten können. Denn diesem Ehrwürdigen eignet solches Betragen und solche Rede, wie es Hasslose und Unverblendete an sich haben. Und die Wahrheit, welche der Ehrwürdige aufzeigt, diese Wahrheit ist tief verborgen, schwer zu verstehen, still, erhaben, auf dem Wege des Denkens nicht erkennbar, in sich geborgen, nur vom Überwinder, erfahrbar: nicht kann diese Wahrheit von Hassbewegten und Verblendeten dargelegt werden.“*

Nur dann entsteht Vertrauen

*Hat er nun, so forschend, jenen Mönch frei befunden von Gier, Hass und Blendung, so zieht bei ihm Vertrauen ein.*

Wer überhaupt, besorgt für sein eigenes Heil, nach der Wahrheit über das Dasein sucht, der hat, wie schon beschrieben wurde, jenes Vertrauen, das zu den Religionen hinführt. Und wenn es hier heißt, dass bei diesem Wahrheitssucher nach dem positiven Ergebnis der Prüfung *Vertrauen einzieht*, dann bedeutet das, dass er sich aus Vertrauen zum Transzendenten nun diesem Lehrer zuwendet als dem sehr wahrscheinlichen Bringer der letzten Wahrheit.

Aber die Wahrheit ist noch nicht verstanden

Dennoch mag das Ergebnis dieser Prüfung manchen verwundern, denn der Prüfende bekennt ja, dass er diese Lehre nicht verstanden hat, ja, dass er sie mit Denken auch nie wird verstehen können, weil sie nur dem „Überwinder“, also einem veränderten, einem transformierten Menschen zugänglich ist.

Der Mensch muss sich umwandeln...

Was wir hier mit „Überwinder“ übersetzen müssen, das ist das Pälwort *pandita*. Der so bezeichnete Mensch ist in den Reden des Buddha ausgewiesen als ein vollkommen Veränderter, Transformierter. So wie die gefräßige Raupe auf dem Wege eines langen schweigenden Puppenzustandes transformiert wird zu dem ganz anderen, vorher nicht geahnten Seinszustand eines zarten schwebenden Falters, so auch wird der Mensch, der sich auf den geistlichen Weg begibt und den geistlichen Weg ganz durchhält, vollkommen verändert (*bhāvanā*), wird durch den schweigenden, die Weltblendung vollkommen auflösenden Zustand des *samādhi* hindurchgehend und hindurchreifend zum *pandita*, zum Weltüberwinder, der unverletzbar oberhalb und außerhalb der Welt steht, für den das Weltleben mit Geborenwerden, Altern und Sterben und Wiedergeborenwerden zu einer Schattendimension geworden ist. So zeigt der Erwachte es in vielen Bildern und Gleichnissen.

...zu einem neuen Seinszustand

Das alles wusste der wahrheitssuchende Inder zu Zeiten des Buddha mehr oder weniger und weiß es noch heute, und darum zieht bei dem Prüfenden, wenn er einen Geistlichen findet, der so weit von Gier, Hass und Blendung frei ist, Vertrauen ein zu diesem Menschen. Indien war, soweit seine Geschichte zurückreicht, immer ein Land der Wahrheitssucher und Heilssucher und auch der Wahrheitsfinder und Heilsfinder. Über diese Eigenschaft der Inder schreibt ein Kenner (*Sutakar S. Dikshit*):

*Indien ist in vieler Beziehung ein merkwürdiges Land; vielleicht aber überrascht am meisten die schier unendliche Folge von Menschen, die sich auf eine innere Reise des Abenteurers und der Entdeckung begeben, die freiwillig und entschlossen alle weltlich günstigen Umstände und Aussichten aufgeben, seien sie materieller, sozialer oder intellektueller Natur, um einen neuen Seinszustand zu erreichen, den sie zunächst nur vom Hörensagen kennen und auf Treu und Glauben hinnehmen.*

*Eine große Hilfe bedeutet für solche „Abenteurer“ eine Tradition, die von Generation zu Generation überliefert ist und versichert, dass das „Außen“ antwortet, wenn das „Innen“ ruft oder, um es einheitlicher auszudrücken: das Innere und das Äußere sind zwei Seiten derselben Tatsache. Und jede Veränderung der einen Seite bewirkt unweigerlich die gleiche Veränderung der anderen.<sup>170</sup>“*

### „Pfadfinder des Heils“ in Indien

Im gleichen Sinn berichtet *Medard Boss* in seinem Werk „In-

---

170 Darum lehrt der Erwachte die Veränderung des „Innen“ durch Tugend (1), Herzensfrieden (2) und Klarblick (3), weil damit auch das „Außen“, die trügerische Welterscheinung aufgehehlt wird wie Nebel in der Sonne.

dienfahrt eines Psychiaters“:

*Keiner der bedeutenden Gelehrten und großen Weisen Indiens, denen zu begegnen mir vergönnt war, hatte je versäumt, mit besonderem Nachdruck darauf hinzuweisen, dass die maßgeblichen indischen Philosophien von ihren frühen Anfängen bis auf den heutigen Tag im Grunde immer nur um dieselben zwei Probleme kreisen. Sie bedächten erstens das unendliche Leid, das die Menschen zu erdulden hätten (in dem Samsāra der endlosen Wiedergeburten) und zum anderen den ebenso unbestreitbaren Tatbestand der machtvollen menschlichen Sehnsucht nach Leidüberwindung und nach Glücklichkeit sein.*

*Die strenge Ausrichtung ihres Denkens auf diese zwei wichtigsten Gegebenheiten unseres Daseins hat die indischen Philosophen recht eigentlich zu Pfadfindern des Heils gemacht.*

Und wiederum lässt auch *Carl du Prel* einen Brahmanen sagen:

*Der Heilige, der höchstorganisierte Mensch, ist auch die seltenste Erscheinung. So ist es bei uns in Indien vor Jahrtausenden gewesen, so ist es heute und bleibt es für alle Zukunft, denn eben weil wir wissen, auf welchem Wege vom Menschen die höchste Stufe erreicht werden kann, darum schwankt unsere Kultur nicht beständig zwischen den Gegensätzen der europäischen haltlos hin und her.*

### Heilige in der Einsamkeit

Zu dieser indischen Tradition gehört das Wissen, dass man Wahrheit und Heil nicht leicht im gewöhnlichen bürgerlichen Leben finden kann, weil die weltlichen Verflechtungen den Blick getrübt halten. Darum fand man immer und findet heute noch in Indien Einsiedler, Mönche und Pilger, die der Wahrheit nachgehen. Zu solchen, die in der Nähe der Dörfer oder

Städte irgendwo im Wald oder in einer einzelnen Hütte sich aufhalten, gingen früher und gehen auch heute noch die Bürger gelegentlich hin zu einem geistlichen Gespräch. Und im Lauf solcher Besuche, vieler Besuche und Gespräche kann ein aufmerksamer Mensch, dem es um die Wahrheit geht, tiefere und sicherere Eindrücke über die Qualitäten des Einsamen gewinnen als ohne solche Prüfung.

Auch wir müssen und können prüfen

Diese Prüfung gilt auch heute noch, obwohl wir weit weniger persönliche Belehrung erfahren, sondern auf die schriftliche Überlieferung angewiesen sind. - Als ich z.B. auf meiner Suche nach Wahrheit nach manchen Bemühungen zum ersten Mal Lehrreden des Buddha in der Übersetzung von K.E. Neumann las, da wurde ich mit dem Lesen der ersten Rede sogleich zu einem vertrauenden Anhänger des Erwachten. (K.E. Neumann hat trotz mancher von keinem Übersetzer vermeidbaren Ungenauigkeiten dennoch die tiefe Stille, die helle Klarheit und die fließende Folgerichtigkeit der Gedankenführung treu bewahrt, wie ich es heute aus Vergleichen mit dem Original erkennen kann). Obwohl ich damals den Inhalt der Reden nicht verstanden hatte, wurde ich fraglos vertrauender Anhänger, denn ich merkte, dass hier einer sprach, der ganz ohne Eigenwillen war, der nur wissend Wahrheit gab.

Je mehr Vertrauen, um so mehr Kampfeskraft

Dieses Vertrauen vom ersten Augenblick an hat mir geholfen, auch selbst alles eigene und eigenwillige Spekulieren und Vermeinen zurückzulassen und mich in den tiefen Sinn der Reden hineinzufinden, bis ich im Lauf von Jahrzehnten in ihnen die Schilderung meiner inneren geistig-seelischen Lebensvorgänge selbst erkannte. Erst nach eigener Beobachtung und Erfahrung meiner inneren geistig-seelischen Vorgänge und ihrer Gesetzmäßigkeiten konnte ich die Wegweisung in den

Reden verstehen, wie man diese gesamten Vorgänge beeinflussen und allmählich lenken kann bis zu dem Heilsstand, der alle Gebrechen und alle Willkür hinter sich gelassen hat. -

Der Mensch, „der nicht sich meint“

*Martin Buber*, einer der wenigen Kenner der unermesslichen Tiefe der menschlichen Seele sagt:

*Der Mensch, der nicht sich meint,  
dem gibt man alle Schlüssel.*

Man kann sagen, dass Gier, Hass, Blendung es sind, welche den Menschen drängen, „sich“ und seine Interessen zu meinen, ja, sie sind diese „Interessen“. Aber in den ursprünglichen Reden des Buddha – nicht in den späteren Abirrungen - haben wir noch einen Geist, der von Gier, Hass, Blendung frei ist. Dieser Lehrer meint nicht sich selbst. Eine Ahnung davon verspürt man bereits beim Lesen der Worte. Aber man erfährt es um so tiefer, je mehr man der Wegweisung folgt.

## XII. Zwölf Wachstumsphasen bis zum Heilsstand

Der prüfende Wahrheitssucher ist noch kein „Überwinder“, er kennt nicht den Heilsstand, aber er hat in seinen Gesprächen mit dem Geistlichen erkannt, dass dieser ihm hoch überlegen ist in einer sicheren inneren Klarheit und Geradheit, und zugleich erfährt er, dass das, was der Geistliche mitteilt, für ihn noch dunkel und schwer zugänglich ist. Es ist ihm, wie wenn er vor den Eingang einer großen dunklen Felsenhöhle geführt würde, in welche es sich nun vorzutasten gilt.

Ahnung, aber kein Wissen

In seinem tiefsten Innern spürt er, dass der Geistliche von Wirklichkeiten spricht, von solchen, die auch sein eigenes

Herz bewegen, eben von den vielfältigen Trieben, von Gier und Hass, und von der dadurch bedingten Aufblendung der weltlichen Erscheinungen und der dadurch bedingten Gefühle und Emotionen. Er selbst, der Prüfende, wird von diesen Gefühlen und Emotionen bewegt und gelenkt in seinem ganzen Tun und Lassen; er hat sie nicht gebändigt, hat sie nur selten beobachtet, betrachtet. Jener aber, der Geistliche, spricht in ruhiger Klarheit von diesen bewegenden Kräften und stellt sie dar als den Maler der Welt.

### Vertrauen aus Gespür

Im Anhören dieser ruhigen, klaren Rede verspürt er, dass er hier an die Wurzeln der Welterscheinung geführt wird, dass die Welt ihm zu Schemen werden kann, zu beherrschbaren und tilgbaren Schemen, wenn es ihm gelingt, sich aus den Gewohnheitsbanden herauszuwinden, sich weiter hinzurecken zu jenen Tatsachen und Wirksamkeiten, von welchen der Einsame spricht, die aber seinem eigenen Anblick noch verborgen sind.

### Die zwölf Phasen

Von daher wird verständlich, dass der Wahrheitssucher, bei welchem Vertrauen zu dem Lehrer eingezogen ist, nun als ein aufmerksamer Schüler in allmählicher zwölfstufiger Annäherung hingelangt bis zur vollen Erkenntnis der Wahrheit:

1. *Vertrauend kommt er zu dem Lehrer heran.*
2. *Herangekommen, bezeugt er ihm seinen Respekt.*
3. *Nachdem er ihm Respekt erwiesen hat, hört er ihm genau zu.*
4. *Mit offenem Ohr hört er die Lehre.*
5. *Die gehörte Lehre behält er im Gedächtnis.*
6. *Die so bewahrten Lehren prüft er gründlich auf ihren Sinn.*
7. *Dem gründlich Prüfenden erschließen sich die*



*Lehren.*

8. *Durch das Verständnis d. Wahrheit erwächst ein neuer Wille.*
9. *Ist der Wille geboren, so wird er entschlossen.*
10. *Mit Entschlossenheit wägt er sein Vorgehen ab.*
11. *Klar geworden über sein Vorgehen, arbeitet er sich vorwärts.*
12. *Indem er nun gründlich und beharrlich arbeitet, erfährt er leibhaftig die höchste Wahrheit, mit alles durchdringender Klarheit sieht er sie.*

*Insofern, Bhāradvājo, gelangt man zur Erkenntnis der Wahrheit, insofern versteht man die Wahrheit. Das ist es, was ich als die Wahrheitserkenntnis (saccānubodhi) bezeichne - doch ist das noch nicht die Eroberung und Verwirklichung der Wahrheit. (saccānupatti).*

Mit dem letzten Wort weist der Erwachte bereits kurz auf das dritte Verhältnis zur Wahrheit, auf die praktische Eroberung des Heilsstands hin; und wir werden hernach sehen, dass der Priester auch danach fragt und dann endgültig zufriedengestellt wird.

Der Nachfolger erfährt sie an sich

Die Hörer und Leser dieser zwölf Entwicklungsphasen nehmen diese natürlich sehr unterschiedlich auf. Die durch frühere Bemühungen bereits zum Verständnis der Wahrheit Gelangten wissen, dass sie alle diese Phasen durchgemacht haben und auch immer wieder durchmachen, dass diese Phasen im Lauf der Zeit immer tiefer werden, indem sie immer stärker den Geist ausfüllen. Und manche wissen, dass zur vollen Erreichung des Heilsstandes nichts Weiteres mehr nötig ist, als diese zwölf Phasen nur immer wieder und immer tiefer zu durchleben und zu durchwirken, bis sie vom Geist (mano) ausgehend, auch das Herz (*citta*) immer stärker ausfüllen, d.h.

bis durch sie alle anderen Inhalte von Geist und Herz, die den Jahrmarkt der Welt schaffen und den Heilszustand verhindern, ganz und gar entlassen und abgetan sind. Das zeigt sich im weiteren Verlauf.

Ohne diese geht man fehl

Wir müssen wissen, dass der Erwachte diese Phasen der echten gewachsenen Annäherung an die Wahrheit, bis man sie endgültig in den Geist aufgenommen hat, ausdrücklich als ganz unverzichtbar bezeichnet, um zum Ziel zu kommen. Darüber ist in M 70 zu lesen, wo der Erwachte einer Gruppe von zum Teil schon älteren Mönchen, die dennoch auf falschen Wegen sind, deutlich und mit Nachdruck sagt, dass dies daher käme, weil sie eben diesen echten zwölfgliedrigen Anschluss und Eingang in seine Wegweisung bisher noch gar nicht gewonnen hätten. Und er schließt seine Mahnung ab mit den Worten:

*In der Irre gewandelt seid ihr, falsch gewandelt, ihr Mönche, fern steht ihr ja, von eigenen Einbildungen bewegt, abseits dieser Wahrheitsführung.*

Das ist ein ernstes Wort. Nicht geht es darum, die zwölf Glieder oder Phasen zu zählen, aber es geht um den lückenlos fließend wachsenden Übergang von der normalen Art eines von den blinden Kräften aus Gier, Hass, Blendung herumgetriebenen, aber vom Vertrauen bewegten Menschen bis zu dem am Ende beschriebenen ganz anderen Zustand dessen, der endgültig auf den Weg zum Heilsstand übergetreten ist.

„Vom Vertrauen bewegt“

„Vom Vertrauen bewegt“, das heißt ja, dass ein Mensch sich seines Unwissens und seiner Blindheit in Bezug auf Leben und Existenz bewusst ist und von einem Ahnen und einem Raunen

bewegt wird, zu suchen, wo ihm die Augen aufgetan würden, damit er seine Existenz verstehe und aus seiner blinden Geworfenheit herauskäme. Ein solcher nur sucht nach Wahrheit, und ein solcher nur nimmt all die Übungen und Wege auf sich, die erforderlich sind, um zunächst die Wahrheit zu finden, dann sie zu verstehen und dann mit ihr und durch sie den Heilsstand sich zu erringen.

Wer sich selber kennt...

Ein solcher hat bei sich selbst schon gemerkt, dass er getrieben durch dieses Leben irrt. Er hat die Triebkräfte bisher noch nicht „Gier, Hass, Blendung“ genannt, aber kaum hört er diese drei Begriffe, da erkennt er in diesen seine innere Situation. Und weil er bei sich beobachtet, wie diese unheimlich treibenden Mächte ihn auch hinreißen mögen zu unrichtigen Äußerungen und Handlungen und zur Befriedigung seiner Wünsche nach Geltung, Anerkennung und Einfluss, darum weiß er, dass man davon frei sein muss, wenn man recht wandeln und wahr sprechen will.

...der kann auch andere erkennen

Darum versteht er, dass er einen Geistlichen, den er als Lehrer und Wegweiser zum Heilsstand in Aussicht nehmen möchte, erst daraufhin zu prüfen habe. Und wenn er nun einen solchen Menschen gefunden hat, der mit keinem Tun und Lassen "sich selber meint", der seine Probleme völlig gelöst hat und als Werkzeug der Wahrheit, als Mund der Wahrheit für den Suchenden das Tor zur Wahrheit ist, dann wendet sich seine Wahrheitssehnsucht mit zunehmender Hoffnung an diesen Menschen.

Die Worte des Lehrers gelten mehr

*1. Vertrauend kommt er zu dem Lehrer heran.* - Da er

ihn in vielen Prüfungen immer wieder als selbstlos, klar und gerade erfahren hat, so hat sich sein Gemüt immer mehr vertrauend ihm zugeneigt. Er hat seine volle Achtung erworben:

2. *Herangekommen, bezeugt er ihm seinen Respekt.* Damit setzt eine große Unterscheidung in dem Wahrheits-sucher ein, eine Unterscheidung zwischen allen Menschen seiner Umgebung auf der einen Seite und jenem hoch geschätzten Geistlichen ganz allein auf der anderen Seite: Das Urteil der anderen, auch derer, die er liebt, hat für ihn ein anderes Gewicht als das seines Lehrers. Der Lehrer wird zum Vorbild und Berater.
3. *Nachdem er ihm Respekt erwiesen hat, hört er ihm genau zu.*
4. *So hört er die Lehre mit offenem Ohr. -*

Mit den anderen steht er auf gleich und gleich, aber bei jenem Geistlichen ist er der Schüler, und alles, was jener sagt, das ist für ihn von größter Wichtigkeit, da will er kein Wort und keinen Sinn versäumen. Hier ist nicht Gleichgültigkeit, sondern Hingabe und wache Aufmerksamkeit.

Aber noch ist kein Wissen

Dennoch lebt er bis jetzt nur vom Vertrauen, noch nicht von Erfahrung. Zwar hat er großes Vertrauen zu diesem Lehrer, weil er immer tiefer erfährt, dass dieser „nicht sich selber meint“ und von den gleichen Dingen immer in gleicher Weise spricht - aber er, der Schüler, durchschaut diese Dinge noch nicht, und darum erkennt er diese Aussagen noch nicht als Wahrheit von der Wirklichkeit. Die Wahrheit behält er im Auge, um die Wahrheit geht es ihm, und er hat große Hoffnung, dass dieser Lehrer ihm helfen kann, bis er selber die Wahrheit entdeckt, erkennt und findet.

Das Samenkorn kommt in die „Erde“

5. *Die gehörte Lehre behält er im Gedächtnis.* - Wenn diese fünfte Phase wirklich eingetreten ist, wenn also einer die Hauptlehren so in seinem Gedächtnis bei sich hat, dass sie jederzeit bei allen seinen Gedanken mitsprechen und sein etwa falsches Denken sogleich korrigieren, dann ist der erste Entwicklungsabschnitt, die Ankunft der vom Lehrer vermittelten Lehre im Geist des Schülers, vollendet, denn von nun an kann er sich selbst mit der bei sich habenden Lehre beschäftigen. Nach dem Gleichnis der Heilslehrer ist jetzt das Samenkorn in die Erde gekommen; jetzt hängt alles Weitere von der Beschaffenheit des Bodens ab.

Aber es muss auch in den Boden gelangen – und das ist etwas, das im Westen fast unbekannt geworden ist. Nur was der Mensch im Gedächtnis hat, das steht ihm wahrhaft jederzeit, wo er auch geht und steht, zur Verfügung. Das steigt im Geist immer wieder auf und beschäftigt sein Denken - und das Denken ist es, wodurch das Herz gebildet wird, wodurch die Triebe des Herzens zunehmen, dunkler werden oder abnehmen, heller werden.

### Ohne Gedächtniskraft kein Fortschritt

Der Orientale - und auch der abendländische Mensch des Altertums - war sich bewusst, dass die am meisten bedachten Dinge auch stärksten Einfluss auf Herz und Charakter und damit auf das Tun und Lassen und so endlich auf das Schicksal haben. Die diesen Zusammenhang kennen, die wissen, dass es nichts Wichtigeres gibt als die Pflege der wahren und richtigen Einsichten, die zu Wohl und Heil führen, und die Vermeidung und Abweisung all der vordergründigen falschen und üblen Urteile und Auffassungen und Parolen, deren Befolgung in Elend führt. Sie wissen, dass das nur dann möglich ist, wenn diese wahren Einsichten so gut im Gedächtnis verankert sind, dass sie jederzeit zur Verfügung stehen.

Durch häufige Wiederholung auswendig lernen

In diesem Sinn sagt der Erwachte (A X,73):

*Häufige Wiederholung der verstandenen Wahrheit  
vergrößert die Verständniskraft.*

*Nicht-Wiederholung der verstandenen Wahrheit  
verhindert die Verständniskraft.*

Die Verständniskraft entscheidet über unser Tun und Lassen. Wem beispielsweise bei ihm unsympathischen Menschen sofort der Gedanke aufkommt: „Das ist der, der sich immer so und so benimmt, den mag ich nicht“, der mehrt in seinem Herzen Abwehr und Abneigung mit allen seinen Folgen bei ihm selbst und in seiner Umgebung. Wem aber bei ihm unsympathischen Menschen sofort der Gedanke kommt: „Sieh, das ist meine Bindung und perspektivische Fesselung, dass der eine Mensch mir sympathisch, der andere mir unsympathisch ist, obwohl wir doch alle, jeder in seiner Weise, Wohl ersehen, Anerkennung wünschen. - Ich will doch wahrlich sehen, dass ich immer mehr von diesen beschränkten Urteilen freikomme!“ - Ein solcher mindert in seinem Herzen Abwehr und Abneigung und mehrt bei sich Verständnis und Wohlwollen und Mitempfinden mit allen daraus hervorgehenden erhellen- den Folgen bei sich selbst und in seiner Umwelt.

Aber in der letzteren Weise kann nur ein solcher denken, der die von der Lehre vermittelten Einsichten griffbereit in seinem Gedächtnis hat, so dass sie wie von selber sich melden. Einen solchen Menschen, der „viel gehört“ (*bahusuta*), viel wahre heilsame Einsichten im Gedächtnis hat, vergleicht der Erwachte in dem Festungsgleichnis (A VII,63) mit einem Kämpfer, der „viele Pfeile im Köcher“ hat, d.h. der die üblen („feindlichen“) Gedanken und Vorstellungen sofort durch echte Einsichten bekämpfen und umbringen kann.

## Keine offenen Türen und Fenster

Aber diese fünfte Phase, die Lehre im Gedächtnis bewahren, um sie immer und überall bei sich zu haben und bedenken zu können - diese unerlässliche Voraussetzung gerade fällt dem westlichen Menschen nicht leicht. Je mehr der abendländische Mensch im Lauf der jüngeren Jahrhunderte sich aus der Wahrheitsnähe, zu welcher die Mystik hingefunden hatte, immer konsequenter der Erscheinungswelt zuwandte, um so mehr ließ man sich von ihr blenden, ließ sich von den einen Erscheinungen anziehen, von den anderen abstoßen in Gier und Hass. Darum gleicht das Gedächtnis des heutigen Menschen einem Haus mit offenen Türen und Fenstern, durch das die vielfältigsten Eindrücke, Vorstellungen und Gedanken hereinwehen und wieder hinauswehen.

## Heilssehnsucht gibt Kraft zum Lernen

Je mehr wir zu dieser Art neigen, um so schwerer fällt es uns, die gehörten Lehren im Gedächtnis zu bewahren. Aber je mehr wir zu den Vertrauenden gehören, die sich bewusst sind, dass sie die Wahrheit wissen müssen und dass sie die Wahrheit über die „Welt“ genannte Gesamtheit der Erscheinungen nie durch diese Erscheinungen selbst erfahren können, um so öfter halten wir die Türen und Fenster des Gedächtnisses für die Wahrheit geöffnet und für die weltlichen Dinge geschlossen, und um so häufiger neigen wir zum Bewahren der gehörten Lehren und zu ihrem Betrachten. Es ist eine Sache der Übung, und diese Übung wird durch Vertrauen erleichtert.

Wissenschaftliche Forschung am tauglichen Objekt

*6. Die so bewahrten Lehren prüft er gründlich auf ihren Sinn.*

*7. Dem gründlich Prüfenden erschließen sich die Lehren.*

Mit dieser sechsten und siebenten Phase sind wir ganz bei der wissenschaftlichen Vorgehensweise, welche der Erwachte unter den fünf Vorgehensweisen mit zweierlei Ausgang als die fünfte beschrieb. Dort wurden die Folgen der gründlichen Untersuchung am untauglichen Objekt aufgezeigt, aber hier geht es um die gründlich forschende Untersuchung am tauglichen Objekt, das „echt und wirklich und wahr“ ist: die Beobachtung der eigenen geistig-seelischen Vorgänge, der Psyche.

### Der Buddha lehrt, dass Gier und Hass des inneren Herzens das Welterlebnis schaffen

Der Buddha lehrt, dass Gier und Hass, die von jedem aufmerksamen gründlichen Forscher im eigenen Innern erkennbaren geistigen Anziehungen und Abstoßungen, es sind, welche alle Begegnungen und Entwicklungen in dieser Welterscheinung, alles Aufbauen und alles Niederreißen im Kleinen und im Großen bewirken, und dass diese Welt geistiges Erlebnis ist mit Wohl und Wehe.

So wie alle durch einen Film erfahrenen, erlebten Landschaften, Menschen und Gegenstände, so lebendig sie auch wirken mögen, in „Wirklichkeit“ eben Licht und Schatten sind – so wie jedes Traumerlebnis mit Wohl und Wehe, so natürlich es erscheint, die Menschen, die Landschaften, eben doch nicht aus „wirklichen Gegenständen“, sondern aus Traumwahrnehmung, aus Traumbewusstsein besteht, so ist auch in unserem Wachzustand alles Erleben durch geistige Vorstellung, die wir „Wahrnehmung“ und „Bewusstsein“ nennen, geliefert, ist aus Bewusstsein bestehend.

Der Erwachte bezeichnet diese Erscheinungen als Luftspiegelungen und bezeichnet unser „Für-wahr-Nehmen“ dieser Erscheinungen als unsere Blendung, und er lehrt, dass die Qualität unserer erfreulichen oder schmerzlichen Erlebnisse innerhalb unserer lebenslänglichen Wahrnehmung, die Erfahrung von Geborgenheit oder Katastrophen und Angst, nicht durch eine unabhängig von uns bestehende Welt entstehen,



sondern allein von dem im Herzen wohnenden Maß von Begehren und Hassen.

### Der Schüler erfährt in seinem Leben die Richtigkeit dieser Lehre

Der Schüler, der in dieser Weise von seinem Lehrer, dem er vertraut, belehrt worden ist, hat nun die Möglichkeit, sein eigenes Erleben, sowohl das innen aufkommende Begehren und Hassen wie auch die ankommende Kette der lebenslänglichen Wahrnehmungen, zu beobachten und nachzuprüfen, ob es sich mit diesen so verhält, wie er gelernt hat. Und indem der Mensch nun aus Vertrauen der Anleitung seines Lehrers folgend, aus seinem inneren Begehren und Hassen allmählich aber beharrlich alles Rohe und Üble ausscheidet und damit seinen inneren Zustand erhöht und erhellt - da erfährt er dann auch, wie sein Welterlebnis, seine Begegnungen mit seiner Umwelt, mit seinen Nächsten und auch im weiteren Umkreis nach und nach sanfter wird, heller wird, wohltuender wird. Dadurch erfährt und versteht der gründlich beobachtende und forschende Schüler nun selber, dass die wahrgenommenen Welterscheinungen ganz und gar durch die im Innern drängenden Kräfte von Gier und Hass bedingt sind und dass er tatsächlich durch die Arbeit an seinem eigenen Herzen diese gesamte Welterscheinung, sein ganzes Leben, lenken kann und meistern kann in dem Maß seiner inneren Arbeit.

### Der vertrauende Schüler wird zum erkennenden Heilsgänger

Um diese Übungen und um die daraus hervorgehenden Erfahrungen geht es, wenn als sechste Phase gesagt wird, dass der Schüler bei den im Gedächtnis bewahrten Lehren den Sinn ergründet, und als siebente Phase, dass dem gründlich Prüfenden sich die Lehren erschließen. Das ist die gründlich forschende, also wissenschaftliche Arbeit am tauglichen Objekt,

das „wahr und echt und wirklich“ ist.

Durch diese Forschung und die daraus hervorgegangenen Erfahrungen über die wirklich wirksam wirkenden Daseinszusammenhänge ist er nun vom vertrauenden Schüler, der *die Suche nach der Wahrheit im Auge behielt (saccānurakkhanā)*, zum Erkennen der Wahrheit von der Wirklichkeit erwachsen (*saccānubodhi*). Der dahingelante Mensch verspürt jetzt eine große Neigung, einen starken Zug in sich, diesen Heilsstand auch praktisch zu erreichen, darum wird von ihm gesagt, dass er „in den Zug zum Heil“, in die „Heilsströmung“, eingetreten ist (*sotāpatti*). Er ist jetzt zum „Heilsgänger“ geworden, der das Anstreben des Heilsstandes nicht mehr lassen kann, bis er diesen Stand endgültig erreicht hat. Das zeigt sich in dem Wortlaut für die fünf Endphasen.

8. *Durch das Verständnis der Wahrheit erwächst ein neuer Wille.*
9. *Ist der Wille geboren, so wird er entschlossen.*
10. *Mit Entschlossenheit wägt er sein Vorgehen ab.*
11. *Klar geworden über sein Vorgehen, arbeitet er sich vorwärts.*
12. *Indem er nun gründlich und beharrlich arbeitet, da kommt er zur eigenen Erfahrung dieser weltüberlegenen Wahrheit, und mit alledurchdringender Klarheit sieht er sie.*

Von nun an ist Zug und Drang zum Heilsstand

Diese Willenswendung und die weiteren Phasen bis zur letzten sind die natürliche, geradezu zwangsläufige Folge davon, dass man das Gesetz der Existenz und das heißt die zur Leidensfortsetzung und die zur Leidensauflösung, zur Heilsgewinnung führende Vorgehensweise richtig begriffen hat. Aber der praktische Durchgang des Heilssuchers und Heilsgängers durch diese fünf letzten Phasen, die seine vollständige Transformation und Umschmelzung mit sich bringen, erfordert seine Zeit.

Weil aus dem in der siebenten Phase erworbenen Verständnis der Wahrheit der innere Wille und allmählich auch die innere Kraft, ja, der innere Drang bis Zwang zur praktischen endgültigen Erreichung des Heils ganz natürlich geboren wird, darum nennt der Erwachte noch diese achte bis zwölfte Phase, sagt aber ausdrücklich, dass diese ihre Nennung noch nicht der praktische Vollzug, die praktische Eroberung und Verwirklichung der Wahrheit (*saccānupatti*) sei. Denn dazu müssen diese weiteren fünf Stufen, die hier ja nur in Worten genannt sind, in der Praxis geübt und verwirklicht werden. Darum ist auch zur vollständigen Eroberung und Verwirklichung des Heilsstandes nichts Weiteres erforderlich als die praktische Verwirklichung der hier genannten fünf letzten Phasen, wie wir hernach sehen werden.

Alle Wesen suchen Wohl...

8. *Durch das Verständnis der Wahrheit erwächst ein neuer Wille.*

Wir müssen wissen, dass der Wille aller Wesen, der sichtbaren und der unsichtbaren, immer auf Wohl aus ist, auf das Vermeiden von Wehe, Angst und Qual und auf das Erlangen von Wohl, Glück, Sicherheit und Geborgenheit: Wie die Kompassnadel immer nach Norden geneigt ist, wie alles Wasser immer dem Gefälle folgt, so ist der Wille der Wesen immer gebunden an das, was die Wesen durch Erfahrung als wohltuend kennen oder was sie durch Nachdenken oder durch Belehrung für wohltuend halten. Und je mehr Wohltat sie sich von einem Erlebnis versprechen, um so stärker ist der Wille, es herbeizuführen, und um so mehr ist man dafür zu tun bereit. Ganz ebenso verhält es sich mit dem Willen zur Vermeidung von Schmerzen und Gefahren.

...auf den erfahrenen und gelernten Wegen

Sobald man nun durch neue Erfahrungen oder neue Belehrung

solche Gefahren und Schmerzen kennenlernt, die man vorher noch nicht kannte, dann entsteht sogleich auch der wachsame Wille zu ihrer Vermeidung, und für je größer diese neuen Gefahren und Schmerzen gehalten werden, um so stärker und wachsamer ist der Wille zu ihrer Vermeidung. Und sobald man neue Arten von Wohl und Glück und Geborgenheit kennenlernt, von welchen man vorher nichts wusste, da richtet sich auch sogleich der Wille auf diese hin, und je mehr Wohltat diese Erlebnisse versprechen, um so stärker und beharrlicher ist der Wille auf diese gerichtet.

So müssen wir die eben formulierte achte Phase verstehen: *Durch das Verständnis der Wahrheit erwächst ein neuer Wille.* Der Schüler hat seinen Lehrer erfahren als einen Menschen, der nicht von Leidenschaften gerissen und nicht von Irrtum und Blindheit herumgetrieben wird, der sein Schicksal gemeistert hat, in Sicherheit lebt. Der Schüler hat von diesem Meister gehört, dass die Ursachen zu Wohl und Wehe im Leben nicht so liegen, wie der blinde Mensch glaubt, dass vielmehr die innewohnenden wühlenden Leidenschaften die Erzeuger des Welterlebnisses sind und dass jede einzelne Leidenschaft auch der Welterscheinung die Akzente gibt und das Kolorit und den „Geschmack“ gibt und dass darum die schrittweise Bändigung dieser Triebe der sichere Weg zu sicherem Wohl sei, dass er, der Meister, es so erfahren habe. -

Der neue Wille ist geistige Zeugung aus Erfahrung

So hatte der Schüler von seinem Meister gelernt, und da dieser ihm Vorbild war, so hat er, darauf vertrauend, in dieser Richtung sich zu üben begonnen, und im Lauf dieser Übungen und der dabei gemachten geistigen Erfahrungen sah er immer deutlicher, verstand er immer deutlicher die Gesetze des Lebens, bis er nun endgültig weiß, dass es sich so verhält. Was bisher Hypothese war, vorläufige Annahme, vertrauend auf die Persönlichkeit des Meisters, das ist nun eigene lebendige Erfahrung geworden. Nun kann er nicht mehr anders, als das immer

gesuchte und angestrebte Wohl und Heil mit ganzer Konsequenz auf den endlich und endgültig begriffenen richtigen Wegen anzustreben. So ist sein neuer Wille gewachsen.

Entschlossenheit ist Verstärkung des Willens

9. *Ist der Wille geboren, so wird er entschlossen.* -

Diese gesamte zwölfgliedrige Entwicklung ist, wie schon vorher gesagt wurde, kein einmaliger Vorgang. Es bedurfte schon vieler, vieler Prüfungen, bis sich ihm die Lehren erschlossen (7). Immer wieder sah er deutlich, dass es sich mit dem Dasein so verhält, wie er gelernt hatte. Aber immer wieder setzte sich seine Gewohnheit, seine alten Ansichten, durch, und ehe er sich versah, war er in den eingespielten falschen Vorstellungen und Handlungen, und immer wieder kam erneut Skepsis auf, ob es denn auch wirklich so wäre, und wieder wurde erneut geprüft, und neue schlagende Beweise zeigten ihm, dass die Spielregel der Existenz so ist, wie er gelernt hat. So kam immer wieder der Gedanke, der Wille auf: „Dann muss ich ja wirklich in Zukunft so und so vorgehen.“ Aber dieser Wille war lange Zeit nur keimhaft, bis er durch immer wieder erneute Erfahrungen stärker wurde.

Die Kraft des Sauerteigs setzt sich durch

Es geht mit dieser von den wahren Kennern der Existenz vermittelten richtigen Anschauung über das Gesetz der Existenz ähnlich wie mit dem Sauerteig. Wenn man von diesem nur eine Handvoll nimmt und zu einer großen Menge von z.B. Brotteig gibt, so überwiegt im Anfang der Brotteig um ein Vielfaches; aber im Lauf der Zeit wird dieser Teig immer mehr von Sauerteig durchzogen, durchsäuert, bis zuletzt vom Brotteig nichts mehr übrig bleibt – er ist umgewandelt worden.

Ganz ebenso ist auch unser Geist angefüllt und fast überfüllt von den weltläufigen falschen Anschauungen über die

Wege zu Wohl und zur Vermeidung von Wehe. Mit diesen Anschauungen sind wir zuerst immer voll Hoffnung, aber wir laufen immer in die Enttäuschung hinein, und so verläuft das Leben. Wenn nun einer die von den Weisen vermittelte rechte Anschauung über die wahren Wege zu Wohl und Heil zunächst vertrauend in sich aufnimmt und allmählich die Erfahrung macht, dass er mit dieser Anschauung, wenn er nach ihr sein Leben führt, tatsächlich zu immer mehr Wohl gelangt, dann wird er von ihrer Gültigkeit und Richtigkeit überzeugt und wird ebenso von der Ungültigkeit seiner bisherigen weltläufigen Anschauung über die Wege zu Wohl und Glück überzeugt. Aber ob er nun auch eine andere Überzeugung gewonnen hat, so hat die weltliche Anschauung doch seinen ganzen Geist erfüllt und fast überfüllt, während die neue rechte Anschauung zunächst auf einem ganz schmalen Weg in seinen Geist gelangt ist. Das ist wie wenn eine Handvoll Sauerteig zu einer großen Menge Brotteig gegeben wird. Noch bleibt der Brotteig unverändert, aber der Sauerteig fängt an zu wirken, indem er den Teig durchsäuert. Und nach einiger Zeit ist die gesamte Teigmasse vollständig in durchsäueren Teig umgewandelt worden. So durchwirkt die rechte Anschauung allmählich – indem sie bewegt wird – immer mehr Inhalte der weltlichen Anschauung und korrigiert sie, wandelt sie um, bis von dieser nichts mehr übrig bleibt. Anfangs ist dem Geist die falsche Anschauung ununterbrochen gegenwärtig, und die rechte Anschauung muss er sich oft wie von weither holen. Aber wann immer er sich die rechte Anschauung wieder heranholt und mit ihr seine falschen Anschauungen vergleicht, da können die falschen Anschauungen diese Prüfung nicht mehr bestehen, fallen fort, werden aufgelöst, und die rechte Anschauung wird reicher. Das ist im Lauf der Zeit wie die Durchsäuerung des ganzen Brotteigs mittels des Sauerteigs.

So wächst mit der Überzeugungskraft der Erfahrungen auch immer mehr der Wille und wächst mit dem Willen auch immer mehr die Entschlossenheit, nun die falsche Vorgehensweise immer häufiger zu lassen und die richtige einzuschla-

gen. Er schlug sie schon immer wieder ein, aber er vergaß sie auch immer wieder. Dieses alles wird erst allmählich immer fester und stärker.

Über die Strategie sich klar werden

*10. Mit Entschlossenheit wägt er sein Vorgehen ab.*

Bei diesem Abwägen geht es wenigstens um zwei Gesichtspunkte. Der eine besteht in der Wegweisung des Erwachten in den drei großen Etappen des achtgliedrigen Heilswegs, der andere Gesichtspunkt ist gegeben von den persönlichen, familiären und sonstigen äußeren und inneren Verhältnissen des Schülers.

Es gilt einerseits, diesen achtgliedrigen Heilsweg so gut und konsequent zu gehen, wie es die inneren und äußeren Verhältnisse des Schülers erlauben, und es gilt andererseits, die inneren und äußeren Verhältnisse des Schülers allmählich immer mehr entsprechend dem achtgliedrigen Heilsweg umzuformen.

Je realistischer nun der entschlossene Schüler sein Vorgehen erwägt, um so weniger braucht er es im Laufe der Zeit zu korrigieren, aber jeder erfahrene Nachfolger weiß, dass er doch immer wieder zu Korrekturen zugunsten einer Annäherung an den achtgliedrigen Heilsweg gekommen ist und dass es seine Zeit dauert, bis man ganz in ihn eingeschwenkt ist. Die Entschlossenheit bleibt, wenn die Überzeugung von der Richtigkeit der Lehre durch Erfahrung begründet ist. Aber das praktische Vorgehen ist das Ergebnis eines „Parallelogramms der Kräfte“: einerseits des gesetzten Willens und des vorgenommenen Weges und andererseits der sich in den Weg stellenden inneren und äußeren Hindernisse.

Dann folgt die praktische Übung...

*11. Klargeworden über sein Vorgehen, arbeitet er sich vorwärts.*

*12. Indem er nun gründlich und beharrlich arbeitet,*

*da kommt er zur eigenen Erfahrung dieser weltüberlegenen Wahrheit, und mit alles durchdringender Klarheit erfährt er sie.*

Von dem ersten sicheren Einblick in die Wirklichkeit, wie es in der siebenten Phase beschrieben ist (dem Prüfenden *erschließen sich die Lehren*), wodurch das Verständnis der Wahrheit endgültig bei ihm Wurzel gefasst hat, bis zu dieser 12. Phase, ist lediglich eine graduelle Vertiefung, Verbreitung und Erweiterung des unauslöschlich gewordenen Wahrheitsanblicks. Die erfahrenen Nachfolger und Heilsgänger kennen diese Entwicklung.

So wie zwischen Zeugung und Geburt eines Menschen eine fortschreitende Entwicklung innerhalb eines gewissen Zeitraums liegt, wobei jene „Zeugung“ den neuen Menschen noch nicht offenbarte und dennoch den entscheidenden Anstoß lieferte, während sich der neue Mensch erst durch die Geburt offenbart, diese aber eine zwangsläufige Folge der Zeugung ist, so auch geht es mit der hier beschriebenen geistigen Zeugung, aus welcher die fortschreitende Weiterentwicklung bis zu dem in der zwölften Phase beschriebenen Stand hervorgeht. Darum sagt der Erwachte, dass dem Aufgehen der endgültig richtigen Anschauung über die Wege zu Wohl und Heil dann auch der praktische Gewinn von Wohl und Heil, also die endgültige Erlösung, mit derselben Sicherheit folgen, wie der Morgendämmerung der helle Tag folgt.

...bis zur Erreichung des Heilsstandes

Wenn diese zwölfte Phase praktisch verwirklicht ist, wenn also aus gründlicher und beharrlicher Arbeit diese weltüberlegene Wahrheit, eben der Heilsstand, zur eigenen Erfahrung wird und aus dieser Erfahrung vollkommen erkannt und verstanden wird, dann ist damit auch das dritte Verhältnis zur Wahrheit erworben, dann hat man die Wahrheit verwirklicht, den Heils-



stand erreicht, dann ist man in dieser Welt und jenseits dieser Welt untrennbar in erhabener Freiheit (*saccānupatti*). -

Da aber hier die letzteren fünf Phasen nur genannt worden sind als die natürlichen Folgen von dem als siebente Phase beschriebenen endgültigen Verständnis der Wahrheit (*saccānubodhi* - das zweite Verhältnis zur Wahrheit), so sagt der Erwachte in unserer Rede auf der Grundlage der siebenten Phase:

*Insofern, Bhāradvājo, gelangt man zur Erkenntnis der Wahrheit, insofern versteht man die Wahrheit. Das ist es, was ich als die Wahrheitserkenntnis (saccānubodhi) bezeichne – doch ist das noch nicht die Eroberung und Verwirklichung der Wahrheit (saccānupatti).–*

Darauf sagt nun der junge Priester:

*Insofern, Gotamo, kommt man zur Erkenntnis der Wahrheit, so kann man die Wahrheit erkennen, und so verstehen wir Herrn Gotamo, was das zu bedeuten hat, die Wahrheit zu erkennen. - Wie aber, Gotamo, kommt man zur Verwirklichung der Wahrheit? Wie kann man die Wahrheit verwirklichen? Wir fragen Herrn Gotamo, was das zu bedeuten habe: „die Wahrheit verwirklichen“.*

*Eben diese Dinge, Bhāradvājo, pflegen und entwickeln und ausbilden, das ist das Verwirklichen der Wahrheit. Insofern gibt es, Bhāradvājo, die Verwirklichung der Wahrheit (saccānupatti).*

Die zwölf Phasen führen zum Heil

Wir sehen aus der Antwort des Erwachten, dass über die zwölf Phasen hinaus nichts Weiteres zu tun und zu entwickeln ist, dass es vielmehr darum geht, sich immer mehr und immer ausschließlicher innerhalb der zwölf Phasen zu bewegen, zu

verhalten und zu entwickeln und immer mehr alle früheren Denkweisen, Auffassungsweisen und Verhaltensweisen aufzugeben, loszulassen und eingehen zu lassen, bis man ganz umgeschmolzen ist zu der Art, die den neuen Einsichten in allen Dingen entspricht.

### Der Priester will es genau wissen

Diese gesamte Auskunft des Erwachten darüber, wie man zunächst die Suche nach der Wahrheit unter allen Lebensumständen im Auge behält und sich darin nicht irritieren lässt und wie man zweitens zum Verständnis der Wahrheit über die Wege zu Unheil und Heil gelangen kann und endlich als drittes, wie man durch Beschreiten dieser Wege den Heilsstand für sich selbst gewinnen und verwirklichen und in seinem unverlierbaren Besitz verweilen kann – die Beantwortung dieser Fragen haben den jungen Priester so bewegt, dass ihm jetzt nichts anderes mehr wichtiger ist, als das Heilsziel zu erreichen. Dazu aber sind ihm, dem Skeptiker, die bisherigen Aussagen noch nicht ausreichend.

Der Erwachte hatte ihm gesagt, dass derjenige, der zum Verständnis der Wahrheit gekommen ist (*saccānubodhi* - 7. Phase), allein dadurch zum Heilsstand gelangen könne, dass er alle zwölf Phasen immer wieder nachvollziehe und darin immer tiefer und gewohnter werde - aber Kāpathiko, der junge Priester, will in der Praxis nicht fehlgehen, und darum reicht ihm die Auskunft des Erwachten, dass die fortschreitende Übung in jenen zwölf Phasen zur Vollendung des Heilsstandes führe, nicht aus. Er will es im Einzelnen und im Besonderen wissen, und so führt seine folgende Frage dazu, dass der Erwachte in seinen Antworten alle zwölf Phasen einzeln rückwärts durchgeht:

Jede vorherige Phase ist die unverzichtbare  
Voraussetzung für die folgende

*Insofern, Gotamo, wird die Wahrheit verwirklicht (der Heilsstand gewonnen), insofern kann man das Wahre erreichen. Aber was ist besonders zu üben, um das Wahre zu erlangen? –*

*Um das Wahre zu erlangen, Bhāradvājo, ist das beharrliche Arbeiten (11.Phase) zu üben. Wer sich da nicht durchringt, der kann das Wahre nicht erlangen. Aber weil er beharrlich beim Arbeiten bleibt, so erlangt er das Wahre. –*

*Und was ist erforderlich, Gotamo, um bei dem beharrlichen Arbeiten zu bleiben? Um bei dem beharrlichen Arbeiten zu bleiben, ist das Abwägen (10.Phase) immer wieder zu üben. –*

*Und was ist erforderlich, um das gründliche Abwägen zu üben? – Um das gründliche Abwägen zu üben, ist Entschlossenheit (9.Phase) erforderlich. –*

*Und was ist erforderlich, um Entschlossenheit zu erwerben? – Zur Entschlossenheit ist die Entstehung des neuen Willens (8.Phase) erforderlich. –*

*Und was ist erforderlich, damit der neue Wille entstehe? – Zur Entstehung des neuen Willens ist erforderlich, dass sich die Lehren dem Blick erschließen. (7.Phase) –*

*Und was ist erforderlich, damit sich die Lehren dem Blick erschließen? – Dazu ist erforderlich, dass man die Lehren gründlich prüft und in ihren Sinn eindringt. (6. Phase) –*

*Und was ist erforderlich, damit man die Lehren gründlich prüft und in ihren Sinn eindringt? – Dazu ist erforderlich, dass man die Lehren im Gedächtnis behält. (5.Phase) –*

*Und was ist erforderlich, damit man die Lehren im Gedächtnis behält? – Dazu ist erforderlich, dass man die Wahrheiten des Lehrers mit offenem Ohr vernimmt. (4.Phase) –*

*Und was ist erforderlich, damit man die Wahrheiten des Lehrers mit offenem Ohr vernimmt? – Dazu ist erforderlich, dass man mit ganzer Aufmerksamkeit auf das Hören der Lehren gerichtet ist. (3.Phase) –*

*Und was ist erforderlich, damit man mit ganzer Aufmerksamkeit auf das Hören der Lehren gerichtet ist? – Dazu ist erforderlich, dass man dem Lehrer Respekt erwiesen hat. (2.Phase) -*

*Und was ist erforderlich, damit man dem Lehrer Respekt erweist? – Dazu ist erforderlich, dass man sich dem Lehrer vertrauend nähert. Wenn man dem Lehrer nicht vertrauend nahegekommen ist, so kann man ihm nicht Respekt erweisen. Ist man aber vertrauend an ihn herangekommen, so erweist man ihm Respekt. –*

Diese einzelnen Fragen und Antworten nach der vorangegangenen generellen Antwort des Buddha mag mancher Leser als überflüssig auffassen - und es ist wahrscheinlich, dass mancher andere Inder der damaligen Zeit diese einzelnen Fragen nicht gestellt hätte. Welche Bedeutung aber die Antworten des Buddha für den jungen Priester haben, das zeigt sich aus seinem Schlusswort, mit welchem die ganze Rede abschließt.

Der Priester ist befriedigt und bekehrt

*Wie man die Wahrheit im Auge behalte, haben wir Herrn Gotamo gefragt, und wie man die Wahrheit im Auge behält, hat Herr Gotamo erklärt; es hat uns zugesagt und eingeleuchtet, und wir sind es zufrieden.*

*Was der Wahrheit Erkenntnis sei, haben wir Herrn*

*Gotamo gefragt: was der Wahrheit Erkenntnis ist, hat Herr Gotama erklärt; und es hat uns zugesagt und eingeleuchtet, und wir sind es zufrieden.*

*Was der Wahrheit Verwirklichung sei, haben wir Herrn Gotamo gefragt: was der Wahrheit Verwirklichung ist, hat Herr Gotamo erklärt; es hat uns zugesagt und eingeleuchtet, und wir sind es zufrieden.*

*Was zur Verwirklichung der Wahrheit erforderlich sei, haben wir Herrn Gotamo gefragt: was zur Verwirklichung der Wahrheit erforderlich ist, hat Herr Gotamo erklärt; es hat uns zugesagt und eingeleuchtet, und wir sind es zufrieden.*

*Was wir eben auch Herrn Gotamo gefragt haben, das hat auch Herr Gotamo erklärt; es hat uns zugesagt und eingeleuchtet, und wir sind es zufrieden. -*

*Wir haben ja früher, Gotamo, gedacht: „Was sind das doch für kahlköpfige Asketen da, ein dreistes Gesindel, einer dem anderen auf den Fersen; was werden die von Wahrheit wissen.“ Erzeugt hat mir, wahrlich, Herr Gotamo Asketenliebe zu den Asketen, Asketenfreude an den Asketen, Asketenehrfurcht vor den Asketen. - Vortrefflich, Gotamo, vortrefflich, Gotamo! Gleichwie etwa, Gotamo, als ob man Umgekehrtes wieder aufstellte oder Verdecktes enthüllte oder Verirrten den Weg wiese oder Licht in die Finsternis brächte, dass, wer Augen hat, die Dinge sehen kann, ebenso auch ist von Herrn Gotamo die Wahrheit vielseitig gezeigt worden. Und so nehme ich bei Herrn Gotamo Zuflucht, bei der Lehre und bei der Jüngerschaft: als Anhänger möge mich Herr Gotamo betrachten, von heute an zeitlebens getreu.*

DIE WELTÜBERLEGENE FÄHIGKEIT DES  
MENSCHEN

96. Rede der „Mittleren Sammlung“ „Esukāri“

Die folgende Auseinandersetzung über die von den Brahmanen festgelegte Kasteneinteilung nimmt der Buddha zum Anlass, um die dem Menschen potentiell eigene Möglichkeit der Todüberwindung und Weltüberwindung herauszustellen und auf den Weg hinzuweisen, auf welchem der Mensch zu diesem erhabenen Ziel gelangt. -

Wie immer in solchen Fällen greift der Buddha nicht von sich aus das Kastenthema auf; vielmehr treten solche Brahmanen, die von seiner Lehre gehört haben und deren Abweichung von der ihrigen bemerken, an ihn heran und stellen ihre Auffassungen gegen die des Buddha. Dabei gehen manche Brahmanen zuerst anklagend und behauptend vor, während andere von vornherein die Überlegenheit des Buddha anerkennen und ihn bescheiden fragen.

Wichtiger als die Frage, wer in einem solchen Gespräch Recht behalten hat, sind die Klärungen und die tieferen Einsichten, welche der Buddha in einem solchen Gespräch den Brahmanen - und damit uns Lesern - nahebringt.

In der nachfolgenden Rede beginnt der Brahmane das Gespräch mit Hinweis auf eine von den Brahmanen anmaßend eingeführte Gesellschaftsordnung für die vier Kasten, welche damals bestanden. Darauf geht der Buddha auch zunächst ein, führt den Brahmanen aber zu immer tieferen Einsichten darüber, dass allen Festlegungen zum Trotz letztlich doch die inneren Qualitäten des Menschen, die Einsichten des Geistes und die Beschaffenheit des Herzens alle Entwicklungen in die hellen und die dunklen Daseinsstationen bewirken.

Die Brahmanen schreiben den  
gesellschaftlichen Umgang vor

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Er-*

*habene bei Sāvattthī im Siegerwald, im Kloster Anāthapindikos.*

*Da nun begab sich Esukāri, der Brahmane, dorthin wo der Erhabene weilte, begrüßte den Erhabenen höflich, wechselte freundliche Worte mit dem Erhabenen und setzte sich zur Seite nieder. Zur Seite sitzend, sprach nun Esukāri, der Brahmane, zum Erhabenen:*

*Die Brahmanen, Herr Gotamo, haben folgende vierlei Umgangsverhältnisse festgelegt: Sie geben das Umgangsverhältnis des Brahmanen, das Umgangsverhältnis des Kriegers, das Umgangsverhältnis des Bürgers und das Umgangsverhältnis des Dieners an.*

*Da geben die Brahmanen für den Brahmanen folgendes Umgangsverhältnis an: Der Brahmane soll dem Brahmanen dienen; der Krieger soll dem Brahmanen dienen, der Bürger soll dem Brahmanen dienen, und der Diener soll dem Brahmanen dienen.<sup>171</sup> So geben, Herr Gotamo, die Brahmanen das Umgangsverhältnis der Brahmanen an.*

*Und so geben, Herr Gotamo, die Brahmanen das Umgangsverhältnis für den Krieger an: Der Krieger soll dem Krieger dienen, der Bürger soll dem Krieger dienen, der Diener soll dem Krieger dienen. So geben, Herr Gotamo, die Brahmanen das Umgangsverhältnis der Krieger an.*

*Und so geben, Herr Gotamo, die Brahmanen das*

---

171 Das Pāliwort „paricarati“, das hier mit „dienen“ wiedergegeben ist, bedeutet nicht „Umgang unter gleichen“, sondern „einen anderen umkreisen, sich nach ihm richten“. Von daher wird dieses Wort auch in der engeren Bedeutung von „verehren“ und „dienen“ benutzt. Da wollen nun die Priester, dass immer nur die Angehörigen der niederen Kaste denen der höheren Kaste dienen bzw. nur die Angehörigen der gleichen Kaste einander folgen, aber nie, dass ein Angehöriger aus der höheren Kaste dem einer niederen Kaste dient. Dagegen nennt der Erwachte später die einzig hilfreiche Umgangsordnung.

*Umgangsverhältnis für den Bürger an: Der Bürger soll dem Bürger dienen, der Diener soll dem Bürger dienen. So geben, Herr Gotamo, die Brahmanen das Umgangsverhältnis der Bürger an.*

*Und so geben, Herr Gotamo, die Brahmanen das Umgangsverhältnis für den Diener an: Der Diener soll dem Diener dienen. Wer sonst wird auch einem Diener dienen mögen?*

*Diese viererlei Umgangsverhältnisse, Herr Gotamo, haben die Brahmanen festgelegt. - Was hält nun Herr Gotamo davon? -*

Hier geht es um die vier „Kasten“, welche schon lange, lange Zeit vor dem Erscheinen des Buddha von den Brahmanen Indiens proklamiert und als eine unaufbrechbare erbliche Gegebenheit der Menschen behauptet wurden, wonach kein Mensch im Lauf seines Lebens diejenige Kaste, in welche er hineingeboren war, verlassen und einen anderen, höheren oder niederen sozialen Stand erwerben konnte. Bei dieser Einteilung haben sich die Priester, die Brahmanen, selbst zur obersten, ersten Kaste ernannt, die Krieger zur zweiten, die Bürger zur dritten und das Dienstpersonal zur vierten Kaste. Im weiteren Teil dieser Rede, aber noch deutlicher in anderen Gesprächen (zum Beispiel in M 98), zeigt sich, dass sie die lebenslängliche Zugehörigkeit zur gleichen Kaste als ebenso unveränderbar und erblich ansehen, wie etwa ein als Hund geborenes Tier in diesem Leben seine Hundart nicht sprengen, kein anderes Tier werden kann.

Doch stellt sich innerhalb eines jeden sozialen Verbands in allen Völkern und auch in Tierrudeln im Lauf der Zeit zwanglos heraus, welche Wesen bei ihrem Tun und Lassen und Anstreben nur so vor sich hinleben, mehr oder weniger rücksichtslos dem Angenehmen nachjagen und alles Unangenehme meiden oder beseitigen - und welche dagegen mehr das Wohl des Ganzen im Auge haben. Aus diesen unterschiedlichen



Charaktereigenschaften mit entsprechend unterschiedlichem Verhalten im Gesamtverband ergibt sich bei Menschen ebenso wie in Tierrudeln von selbst eine gewisse soziale Schichtung zwischen solchen, die immer einen Überblick über das Ganze bewahren, und den anderen, die nur ihren eigenen Interessen nachgehen. Diese natürliche Schichtung bringt es von selbst mit sich, dass Nachkommen, die nach Format und Charakter von ihren Vorfahren abweichen, dann im Lauf der Zeit in die Kreise gelangen, welchen sie innerlich zugehören. Diese soziale Umschichtung haben die Brahmanen durch ihr in anmaßender Weise aufgestelltes Dogma von der Unsprengbarkeit der „Kasten“ unterbunden.

In einer anderen Rede (D 27) berichtet der Buddha, wie sich seinerzeit im alten Indien aus natürlichen Gegebenheiten diese Volksschichten - aber eben nicht die zementierten Kasten - herausgebildet hatten:

In den in unermesslichen Zeitläufen sich vollziehenden Abwärts- und Aufwärtsentwicklungen der Wesen begannen bei der jüngsten Abwärtsentwicklung die ursprünglich nur in geistiger, selbstleuchtender Verfassung bestehenden Wesen durch ihre Zuwendung zu grobstofflichen sinnlichen Erscheinungen auch ihrerseits grobstofflich zu werden. Diese bildeten zunächst eine nur ungegliederte Gemeinschaft, in welcher niemand als „höher“ oder „niedriger“ galt.

Im Lauf weiterer Vergrößerung kam es dann öfter vor, dass diejenigen, welche ihre Felder abgeerntet hatten, an die Felder ihrer Nachbarn gingen, um sich davon zu ernähren. Durch diese unsoziale Haltung bedingt, kam bei den Wesen die Erkenntnis auf, dass sie eines Wächters bedürften, eines Herrn der Felder, eines Feldherrn. Dafür wählten sie alle zusammen aus ihrem Kreis zunächst einen, allmählich mehrere der angesehensten Personen von besonderer Gewissenhaftigkeit, Gerechtigkeit, von besonderem Mut usw., um dadurch jene unsozialen Wesen unter ihnen von weiterem Diebstahl zurückzuhalten.

So ergab sich allein aus der natürlichen Unterschiedlichkeit

der Wesen und der daraus hervorgehenden Ungerechtigkeit der Zwang zu einer Wächterschicht, die dann allmählich auch zu Ordnern wurden. Hieran zeigt sich, dass allein der unterschiedliche Charakter der Wesen eine gewisse Ordnung bedingt und dass die erste Wahl der Wächter und Ordner aus dem Willen aller geschah, aus Einsicht in die Notwendigkeit. So entstand zuerst die Schicht der Wächter, Ordner und Lenker im Interesse der Erhaltung des Ganzen, der Stand der Krieger, Feldherren, Fürsten.

Im weiteren Verlauf der Zeit kam vielen Wesen mehr und mehr zum Bewusstsein, wie unvergleichlich herrlicher damals ihr Dasein war, als sie noch selbstleuchtend in geistiger Art und ohne äußere Angehungen, allein von innerem Glück ernährt, bestanden, wie traurig und peinlich der Verlust jenes Zustandes sei und dass es notwendig sei, sich zu diesem zurückzubilden. Solche Wesen, die wir heute die „religiösen“ nennen würden, zogen sich in die Wälder zurück, trennten sich äußerlich und innerlich von ihren groben Bedürfnissen, führten ein Leben der charakterlichen Läuterung. Und so gewannen viele von ihnen wieder den selbstleuchtenden Zustand und entschwanden damit der Menschheit. Die anderen sich in den Wäldern um Läuterung bemühen Menschen, die den ursprünglich verlorenen Zustand nicht ganz zurückgewinnen konnten, waren immerhin weit mehr der Herzensreinheit und den geistig höheren Zuständen zugeneigt als die in der Menge verbliebenen. Sie fingen nun an, die Menge zu belehren über die erlittenen geistigen Verluste und über die innere Haltung der Läuterung, durch die man das Verlorene wiedergewinnen könne. - So entstanden daraus die Religionslehrer, die, weil sie zur Reinheit („Brahma“) strebten, Brahmanen genannt wurden. Das war die Entstehung des zweiten, des geistlichen Standes. Seine Entstehung war ebenfalls eine ganz natürliche und wurde von allen erfreut begrüßt. Dabei gab es aber noch kein „höher“ oder „niedriger“.

Dieser Schichtenbildung der Menschheit liegt die Tatsache zugrunde, dass sich in jeder Menschengruppe sehr bald he-

rausstellt: Es gibt eben trägere Menschen, die nur vordergründigem Genuss nachgehen und, wenn sie nichts haben, zum Diebstahl neigen - und andere Menschen, die weitblickend sind, planmäßig vorgehen, arbeitsam sind, ihren Besitz einteilen und sich fest in den Grenzen ihres eigenen Besitzes halten und nichts entwenden. Allein diese beiden Arten von Menschen machen schon einen Schutz vor den unsozialeren erforderlich.

So ergeben sich in allen menschlichen Gesellschaften - ganz ebenso auch in Tierrudeln - aus den Unterschieden natürliche Schichtungen, die ursprünglich der Aufrechterhaltung der Ordnung und der inneren Gesundheit des betreffenden Verbands dienen. Dann aber entstehen immer wieder Übergriffe seitens der Lenker und Ordner. Und diese werden immer wieder, wenn sie zu weit gehen, zu der Empörung der „unteren Schichten“ führen bis zu Revolutionen.

In unserer Rede nun zeigt der Brahmane Esukāri, dass die Brahmanen inzwischen längst von ihrer damaligen vorwiegend auf Läuterung gerichteten Haltung abgekommen waren und ihren Status als angesehene Priester in dieser Welt befestigen und unangreifbar machen wollten, indem sie einmal sich als die erste Kaste proklamierten und zum anderen sogar den Umgang der Kasten untereinander in der hier von Esukāri aufgezeigten Weise mit Vorrang der Brahmanen festlegten.

Zwar hatten die Priester der damaligen Zeit keine physischen Machtmittel, um diese Ordnung aufrechtzuerhalten, aber da sie dies als eine von göttlicher Seite geschaffene Ordnung bezeichneten und das Volk wegen mancher Opfer und Riten von ihnen abhängig war, so bekamen ihre Aussagen, Vorschläge und Anordnungen großes Gewicht. Sehen wir nun, was der Erwachte dazu sagt:

*Sind denn nun, Brahmane, alle Beteiligten damit einverstanden, dass diese vier Umgangsverhältnisse bestehen sollen? –*

*Das wohl nicht, Herr Gotamo! –*

*Dann ist das ja ebenso, Brahmane, wie wenn man einem Mann, der arm, unfrei und unselbstständig wäre, gegen seinen Willen einen Bissen aufdrängen wollte: „Hier hast du, lieber Mann, ein Stück Fleisch zu essen, das musst du aber bezahlen!“ -; ganz ebenso legen da die Priester die vier Umgangsverhältnisse fest, ohne sich mit den Beteiligten darüber zu verständigen. -*

Wir sehen hier deutlich den Unterschied zwischen der natürlichen Schichtenbildung innerhalb eines Volkes auf Grund des unterschiedlichen Zuschnitts der Personen einerseits und der anmaßenden einseitigen Festlegung durch die „obere Schicht“.

Die Äußerungen des Buddha über die Kasten sind gelegentlich von modernen, politisch eingestellten Wissenschaftlern missverstanden worden, so dass man den Buddha als einen Sozialreformer in Anspruch nehmen wollte. Wie aber schon die folgenden Worte und auch die gesamte Lehre des Erwachten eindeutig zeigen, hat der Buddha immer nur den gesamten *Samsāra*, das Kreisen der Wesen durch die unendliche Kette der verschiedenen übermenschlichen und untermenschlichen Daseinsformen, im Auge und die endgültige Befreiung aus dieser schmerzlichen Daseinswanderung. So lenkt der Buddha auch jetzt von der ständischen Unterscheidung der Brahmanen ab und auf die Unterscheidung nach den inneren menschlichen Werten hin, weil es von diesen abhängt, ob der Mensch sich hier und drüben in größere Helligkeit und Freiheit oder in größere Dunkelheit und Qualen entwickelt.

Umgang mit guten Menschen veredelt

*Ich sage nicht, Brahmane, dass man jedem dienen solle; ich sag auch nicht, Brahmane, dass man keinem dienen solle.*

*Wenn einer, Brahmane, der einem anderen dient,*

*dadurch schlechter würde, nicht besser, so soll er dem nicht dienen. Doch wenn da einer, Brahmane, der einem anderen dient, dadurch besser würde, nicht schlechter, so soll er dem dienen, sag ich.*

*Wenn man da, Brahmane, einen Krieger fragte: „Wenn du einem dienst, und du würdest dadurch schlechter, nicht besser, oder wenn du einem dienst, und du würdest dadurch besser, nicht schlechter: welchem würdest du da dienen?“, so würde doch wohl, Brahmane, der Krieger, wenn er rechte Antwort geben will, antworten: „Wenn ich einem folge, und ich würde dadurch schlechter, nicht besser, so würde ich einem solchen nicht dienen. Wenn ich aber einem folge, und ich würde dadurch besser, nicht schlechter, so würde ich einem solchen dienen.“*

*Wenn man da, Brahmane, einen Brahmanen fragte, einen Bürger, einen Diener fragte: „Wenn du einem dienst, und du würdest dadurch schlechter, nicht besser, oder wenn du einem dienst, und du würdest dadurch besser, nicht schlechter: welchem würdest du da folgen?“, so würde doch wohl, Brahmane, auch der Brahmane, der Bürger, der Diener, wenn er rechte Antwort geben will, antworten:*

*„Wenn ich einem diene, und ich würde dadurch schlechter, nicht besser, so würde ich einem solchen nicht dienen. Wenn ich aber einem diene, und ich würde dadurch besser, nicht schlechter, so würde ich einem solchen dienen.“ –*

Wir sehen, dass die Einwendungen des Erwachten gegen die ständischen Festlegungen der Brahmanen keinen weltlichen Protest, keine Sozialreform darstellen, sondern unmittelbar übergehen von der Diesseitigkeit der Stände und Kasten auf das gesamte Leben, das die jenseitige Fortsetzung des jetzigen

Menschenlebens miteinbegreift. Es geht um die Verbesserung der „Seele“, des *citta*, des Charakters, von welchen der Erwachte immer wieder erläutert, dass sie Geborenwerden, Altern und Sterben des Körpers überdauern und dass ihre Güte und Schlechtigkeit die Qualität des jeweiligen Lebens bestimmt. Darum soll man die Freunde, mit welchen man umgeht, nicht nach dem gesellschaftlichen Stand wählen, sondern nach ihrer Tugend und Weisheit, weil nur davon das ganze Dasein erhellt und erhöht wird.

Alle Kenner der menschlichen Psyche warnen vor dem Umgang mit schlechten Menschen und raten dem Menschen, sich guten Umgang zu suchen. So sagt der Erwachte (A III,26):

*Der Mensch wird schlechter im Verkehr mit Schlechten, den Gleichen zugesellt, verliert er nicht. Dem Besseren nachstrebend, wächst er bald: Drum folge er dem Allerbesten nach.*

Und an anderer Stelle sagt er (Itivuttaka 76):

*Wen man zu seinem Freunde nimmt  
und wen man sich als Umgang wählt,  
dem wird man eben gleich;  
denn so wirkt das Zusammensein sich aus.*

*Der eine nimmt vom andern an,  
berührt, rührt er am anderen.  
Der Giftpfeil streift von seinem Gift  
an dem giftfreien Köcher ab.  
Aus Sorge vor Vergiftung sei  
der Kenner nie des Schlechten Freund.*

*Wenn einen faulen Fisch ein Mann  
in duftend Kusagras einhüllt,  
haucht auch das Gras den üblen Stank.  
So ist 's, wenn man den Toren folgt.*

*Wenn aber Sandelholz ein Mann in  
Blätter einhüllt, duften auch*

*die Blätter nach dem Wohlgeruch.*

*Darum: Wer selbst gesehen hat,  
wie so der Blätter Duft entsteht,  
umgebe sich mit Schlechten nicht.  
Mit Guten geh' der Kenner um.  
Zum Abweg leiten Schlechte hin,  
die Guten auf den guten Weg.*

Dieselbe Wahrheit liegt auch in dem bekannten deutschen Sprichwort: *Sage mir, mit wem du umgehst, so will ich dir sagen, wer du bist.* Ebenso sagt *Angelus Silesius*:

*Zu wem du dich gesellst, des Wesen saufst du ein;  
bei Gotte wirst du Gott, beim Teufel Teufel sein.  
(Cherubinischer Wandersmann“ V 76)*

Selbst wenn der Mensch durch manche Äußerung oder Verhaltensweise seiner Umgebung zuerst etwas befremdet sein sollte und zu deren Aburteilung neigt, weil sie zu seinem gegenwärtigen Wertmaßstab oder Weltbild zu sehr im Widerspruch steht, so wird er doch auf die Dauer unsicher, ob seine Maßstäbe richtig seien oder aber jene, die den Handlungen der Menschen seiner Umgebung zugrunde liegen. So kommt es, dass der Umgang mit schlechten Menschen langsamer oder rascher die innere Moral und Lebensführung verdirbt, so dass man mangels besserer Vorbilder einem Zug nach abwärts ausgeliefert ist. *Demokrit* sagt:

*Ununterbrochenes Zusammensein mit schlechten Menschen  
lässt schlechte Lebensgewohnheiten entstehen.*

Darum ist es so wichtig, sich bewusst mit solchen Menschen zu umgeben, die gute Ziele fest im Auge behalten, um sich ihrem Zug auszusetzen.

## Heute beeinflussen die Massenmedien am meisten

Bei diesen Ratschlägen für den rechten Umgang muss aber bedacht werden, dass der heutige Mensch erheblich weniger durch den direkten als durch den indirekten Umgang mit anderen Menschen beeinflusst wird, nämlich durch Fernsehen, Radio, Tageszeitungen, illustrierte Zeitschriften, Kino usw. Diesen Einflüssen ist heute jeder Mensch weit mehr ausgesetzt als es scheint, selbst dann, wenn er diese sogenannten „Medien“ wenig in Anspruch nimmt, denn seine nächsten Mitmenschen in Familie und Arbeitsstätte sind fast alle in stärkstem Maße aus diesen Quellen beeinflusst worden.

Da muss man nun wissen und sich darüber klar sein, dass in der heutigen modernen Welt von einer Lebensentwicklung, die über den Bestand des Körpers hinausgeht, und von Wohl und Wehe, Dunkelheit und Helligkeit im jenseitigen Leben fast nicht mehr gesprochen wird. Ebenso werden erst recht keine Ratschläge gegeben für ein hiesiges Verhalten, aus welchem drüben Glück und Helligkeit hervorgeht. Heute sind fast alle Mitteilungen auf den gegenwärtigen Genuss, auf Konsum und auf Lust aus und mehr und mehr darauf, sich persönlich mit seinen Wünschen und Bedürfnissen möglichst durchzusetzen. Wer sich diesem Einfluss gedankenlos aussetzt, der wird von Fall zu Fall unauffällig in unheilsamer Weise beeinflusst. Von der heutigen geistigen Entwicklung der Menschen und dem Mitgehen mit ihr gilt unbestreitbar das harte aus dem Mittelalter überkommene Wort: „Mitgegangen, mitgefangen, mitgehangen.“

Darüber hat der Erwachte schon damals keinen Zweifel gelassen. Daneben braucht wohl nichts mehr gesagt zu werden über jene gewissen Tageszeitungen und Bücher, die es darauf angelegt haben, die dunklen Instinkte des Menschen zu reizen, indem sie von kriminellen und sexuellen Mitteilungen strotzen. Der Nachfolger kann sie nicht lesen; wer sie mit Genuss liest, kann nicht Nachfolger sein.



## Die fünf Heilshilfen entwickeln

Und nun nennt der Erwachte mit den bekannten zehn heilenden Wirkensweisen und durch Kennzeichnung der zum Umgang tauglichen Menschen unmissverständlich die rechte, ins Hellere führende Lebensführung.

*Ich sage nicht, Brahmane, dass hohe Geburt, große Schönheit und großer Reichtum besser machen. Auch einer von hoher Geburt, großer Schönheit und mit großem Reichtum kann Lebendiges umbringen, Ungegebenes nehmen, unrechten Geschlechtsverkehr pflegen (mit den Partnern von anderen oder mit Jugendlichen, die unter der Obhut von Erwachsenen stehen), kann verleumden, hintertragen, verletzend reden und schwätzen, kann habgierig, von Antipathie bis Hass bewegt sein und falsche Anschauung haben. - Darum sage ich nicht, dass hohe Geburt, große Schönheit und großer Reichtum besser machen.*

*Ich sage auch nicht, dass hohe Geburt, große Schönheit und großer Reichtum schlechter machen, denn auch einer von hoher Geburt, großer Schönheit und mit großem Reichtum kann dem Töten abgeneigt sein, dem Diebstahl abgeneigt sein, dem unrechten Geschlechtsverkehr abgeneigt sein, kann abgeneigt sein zu verleumden, zu hintertragen, verletzend zu reden und zu schwätzen, kann der Habgier, der Antipathie bis Hass abgeneigt sein und kann rechte Anschauung haben.*

*Ich sage also nicht, Brahmane, dass man jedem*

*dienen solle und sage auch nicht, dass man niemandem dienen solle, sondern sage: Wenn einem Menschen, der einem anderen dient, dadurch Vertrauen zu den heilsamen Dingen wächst, Tugend wächst, Wahrheitserkenntnis wächst, Loslassen wächst, Klarblick wächst, dann soll er diesem dienen. –*

Der Erwachte nennt hier zunächst jene bekannten zehn üblen und dann guten Wirkensfährtten (s. M 41): vom Töten bis zur falschen Anschauung und dem Gegenteil. Auf diese gehen wir hernach näher ein, weil sie dort in einem wichtigeren Zusammenhang noch einmal genannt werden. Dann aber nennt der Erwachte anstelle der von den Brahmanen genannten äußeren Umgangsregeln einen sehr anderen Maßstab: man möge für seinen Umgang solche Menschen (und Lektüre) aussuchen, durch welche man auf die Dauer gefördert wird in Vertrauen, Tugend, Wahrheitserkenntnis, Loslassen und Klarblick (s. M 120). Diese fünf Eigenschaften bilden die Brücke zum Übergang von der üblichen naiven Einstellung des weltgläubigen Menschen zu der tiefen Kenntnis der wahren Beschaffenheit der Existenz und einer schon dementsprechend gewordenen Herzensverfassung:

#### 1. Vertrauen wächst

durch den Umgang mit Menschen, welchen das innere Vorwärtkommen und die Erhellung von Herz und Gemüt die wichtigste Angelegenheit ihres Lebens ist; denn dadurch wird man auch selbst stärker auf die geistig-seelischen Eigenschaften aufmerksam und gewinnt damit Vertrauen zu den Aussagen der Religionen. Vertrauen bildet den unverzichtbaren Übergang in die geistige Dimension. Ebenso wie alle anderen Religionslehrer zeigt der Erwachte: Die wahren, unser Schicksal bestimmenden Kräfte des Lebens sind nicht in der sichtbaren äußeren Welt zu finden, sondern liegen in den unsichtbaren, aber spürbaren Trieben des Herzens, die den sichtbaren

menschlichen Körper wie eine Marionette handhaben. Alles was der Mensch tut oder lässt, alles was er anstrebt und verwirft, hängt letztlich von diesen unsichtbaren Kräften, den Trieben, ab. Um diese und ihre Wandlung geht es in allen Religionen, und darum muss der Mensch auf diese aufmerksam werden und muss seine Aufmerksamkeit von den äußeren Dingen, die nur von den inneren Kräften bewegt werden, abziehen. Dann wächst Vertrauen. Das zeigt sich darin, dass ein Mensch aufhört und anhört und seine Aufmerksamkeit zuwendet, wenn derjenige, mit dem er umgeht, von tieferen Lebenszusammenhängen spricht. Je mehr er davon hört und je mehr er sich gewöhnt, seine inneren Triebkräfte zu beobachten, um so mehr wächst sein Vertrauen, um so mehr auch hat er das Gefühl: sein Bekannter hat das Rechte gefunden, geht den richtigen Weg.

## 2. Tugend wächst.

In dem Maße wie sich die Tugend eines Heilsgängers in äußerlich sichtbaren Taten und hörbaren Worten zeigt, muss sie seiner Umgebung besonders auffallen und sie dementsprechend beeinflussen. Besonders demjenigen ist sie ein Vorbild, der durch sein Vertrauen, seine Hinneigung zum Religiösen, Orientierung gewonnen hat über die Wege ins Hellere und Dunklere und von daher die Bedeutung der Tugend verstanden hat. Durch die Übung in Tugend wird er nach und nach ein anderer Mensch. Und je ernster er sie nimmt, um so mehr verändert er sich. Auf dem Weg dieser Selbsterziehung kommt er zu inneren geistigen Erfahrungen, die keiner einem anderen durch Belehrung vermitteln kann. Diese führen ihn zu Wahrheitserkenntnis:

## 3. Wahrheitserkenntnis wächst.

Durch den Umgang mit dem Heilsgänger hat er immer tiefer die geistigen Lebenszusammenhänge verstanden und sie mit seinen Erfahrungen verglichen. Seine jetzige durch die Praxis gereifte Kenntnis ist nicht mehr zu vergleichen mit der theoretischen.

tischen Einsicht, die er aus Vertrauen im Anfang seiner religiösen Praxis aufgenommen hat. Nun gründet er weit weniger als früher sein Dasein in dieser sichtbaren Welt, die er längst als zerbrechliche Kulissen erkannt hat, und gründet immer mehr im Geistigen.

#### 4. Loslassen wächst.

Je mehr der mit einem Heilsgänger Umgehende geistig auf ihn zuwächst, um so mehr versteht er ihn und seine Handlungsweisen. Früher war er wohl manchmal befremdet - vor allem von der stillen Haltung des Heilsgängers; nun merkt er bei sich selber in dem Maß, wie das Anklammern an Besitz und Sinnengenuss abnimmt, dass er jetzt leichter loslassen kann, entweder um anderen damit Kummer zu ersparen oder Freude zu bereiten, oder aber um sein Leben von unnötiger Vielfalt zu befreien. Er sieht sich dabei, die tief eingebrannte Gewohnheit des fortgesetzten Ergreifens aufzugeben.

#### 5. Weisheit wächst.

Er macht nun die Erfahrung, dass sich durch die Nachfolge entsprechend dem Vorbild des Heilsgängers sein gesamtes inneres und äußeres Leben immer mehr erhellt, beruhigt, erhöht und dass er auf dem Weg ist, alle Treffbarkeit zu übersteigen. Diese beglückende und sicher machende Erfahrung führt dazu, dass der Nachfolger immer beharrlicher und intensiver den wirklichkeitsgemäßen Anblick pflegt. Damit nimmt die Blendung immer mehr ab und die Verstrickungen, die an das Dasein gefesselt halten, werden nach und nach dünner. Das ist das höchste Ergebnis des Umgangs mit einem Heilsgänger, dass man wird wie er, seinen Zustand erreicht oder gar darüber hinausgelangt. Es ist ein Gewinn ohne Gleichen, in der Nähe eines solchen Heilsgängers zu sein, unabhängig davon, wie seine äußere Situation sein mag, zu welcher Kaste er gehören mag.

Aber auch schon mit einem Wesen, das eine oder einige dieser fünf Eigenschaften an sich hat und darin ein Vorbild ist, lohnt sich der Umgang.

Diese Auffassung mag dem Brahmanen einleuchten, aber er äußert sich nicht dazu, sondern bemüht sich, alle Behauptungen seiner Kaste vorzubringen, um das Urteil des Erwachsenen darüber zu hören:

### Die Brahmanen proklamieren feste Kastenmerkmale

*Nach diesen Worten wandte sich Esukāri, der Brahmane, an den Erhabenen:*

*Die Brahmanen zeigen vier Arten von Kennzeichen auf: das Kennzeichen des Brahmanen, das Kennzeichen des Kriegers, das Kennzeichen des Bürgers und das Kennzeichen des Dieners.*

*Da bezeichnen denn, Herr Gotamo, die Brahmanen Almosen als Besitz des Brahmanen und sagen: Ein Brahmane, der seinen Besitz, das Almosen, verachtet, frevelt wie der Hüter, der das anvertraute Gut angreift.*

*Da bezeichnen denn, Herr Gotamo, die Brahmanen Pfeil und Bogen als Besitz des Kriegers und sagen: Ein Krieger, der seinen Besitz, Pfeil und Bogen, verachtet, frevelt wie der Hüter, der das anvertraute Gut angreift.*

*Da bezeichnen denn, Herr Gotamo, die Brahmanen Ackerbau und Viehzucht als Besitz des Bürgers und sagen: Ein Bürger, der seinen Besitz, Ackerbau und Viehzucht, verachtet, frevelt wie der Hüter, der das anvertraute Gut angreift.*

*Da bezeichnen denn, Herr Gotamo, die Brahmanen Sichel und Tragstange als Besitz des Dieners und sagen: Ein Diener, der seinen Besitz, Sichel und Tragstange, verachtet, frevelt wie der Hüter, der das anvertraute Gut angreift.*

*Das zeigen die Brahmanen als den Besitz des Brahmanen, des Kriegers, des Bürgers und des Die-*

*ners auf. Was hält Herr Gotamo davon? –*

Hier zeigt sich die Anmaßung der damaligen Brahmanen. Sie schreiben jedem der vier Stände ihren Besitz vor, so, als ob die Menschen damit geboren worden wären und nicht übergreifen dürften in den Besitz anderer Kasten. Mit dem von ihnen erdachten Bild von dem „Hüter des anvertrauten Guts“, der sich an ihm nicht vergehen darf, befestigen sie den gegenwärtigen Stand in einem fast „sakralen“ Akt als lebenslänglich unauflösbar. Damit ist ihnen bis heute der Versuch gelungen, die natürliche Veränderung der ständischen Entwicklung, die sich dauernd innerhalb eines Volkes vollzieht, zu zementieren: das ist der Akt, mit welchem sie die Stände zu Kasten gemacht haben.

Dabei waren und sind unter jenen vier Ständen gerade die Brahmanen die Vertreter des religiösen Geistes, die „Geistlichen“, die Priester. Sie hätten als solche die Aufgabe gehabt, sich um das „Seelenheil“, das ewige Heil der Mitmenschen in diesem *Samsāra* zu kümmern. Schon in dem zuvor geführten Gespräch mit dem Buddha über die Frage des Umgangs zeigt sich ihre Verweltlichung. Anstatt den Blick ihrer Mitmenschen auf den ganzen *Samsāra* und auf die Möglichkeiten der großen Daseinserhöhungen und letztlich der Übersteigerung des Daseins zu lenken, trachten sie danach, in diesem kurzen Menschenleben den höchsten sozialen Stand zu bilden, nach dem sich alle zu richten haben.

Der Erwachte fragt Esukāri zunächst wieder ebenso wie zuvor, ob denn alle Beteiligten mit dieser Fesselung an die Kaste einverstanden seien. Dann aber weist er seinerseits auf eine jedem Menschen innewohnende geistige Potenz hin, die den Menschen, wenn er sie recht zu nutzen weiß, zu einer Entwicklung über alle Kasten hinaus, über alle menschlichen und übermenschlichen Schranken hinaus bis zur Vollkommenheit, zum Heilsstand, gelangen lässt:

*Sind denn nun, Brahmane, alle Beteiligten damit ein-*

*verstanden, dass diese vier Besitztümer den vier Ständen zugeschrieben werden? –*

*Das wohl nicht, Herr Gotamo. –*

*Dann ist das, Brahmane, ja ebenso, wie wenn man einem Mann, der arm, unfrei und unselbständig wäre, gegen seinen Willen einen Bissen aufdrängen wollte: „Hier hast du, lieber Mann, ein Stück Fleisch zu essen. Das musst du aber bezahlen!“ - Ganz ebenso legen da die Brahmanen die vier Besitztümer der vier Kasten fest, ohne sich mit den Beteiligten darüber zu verständigen.*

Jeder Mensch ist heilsfähig

*Ich aber, Brahmane, weise eine heilsmächtige, eine weltüberlegene Fähigkeit auf, die zum Wesen eines jeden Menschen gehört. Wenn da einer von Vater und Mutter her von dieser oder jener Abstammung ist, dann wird er danach eben auch benannt:*

*in einer Kriegerfamilie geboren, wird er eben „Krieger“ genannt;*

*in einer Brahmanenfamilie geboren, wird er eben „Brahmane“ genannt;*

*in einer Bürgerfamilie geboren, wird er eben „Bürger“ genannt;*

*in einer Dienerfamilie geboren, wird er eben „Diener“ genannt.*

*Ganz ebenso wie, Brahmane, ein Feuer danach benannt wird, was es verbrennt: ... Holzfeuer, ... Reisigfeuer, ... Strohfeuer, ... Dungfeuer. Ich aber, Brahmane, weise eine heilsmächtige, weltüberlegene Fähigkeit auf, die zum Wesen eines jeden Menschen gehört.*

*Wenn ein Krieger, ein Brahmane, ein Bürger, ein Diener aus dem Hause in die Hauslosigkeit gegangen ist*

*und zu der von dem Vollendeten aufgezeigten Wegweisung gekommen ist und dadurch dem Töten ganz abgeneigt geworden ist, dem Nehmen von Nichtgegebenem ganz abgeneigt geworden ist, dem unkeuschen Wandel ganz abgeneigt geworden ist, der Verleumdung ganz abgeneigt geworden ist, dem Hintertragen ganz abgeneigt geworden ist, verletzender Rede ganz abgeneigt geworden ist, geschwätziger Rede ganz abgeneigt geworden ist, der Habsucht ganz abgeneigt geworden ist, Antipathie bis Hass ganz abgeneigt geworden ist und die rechte Anschauung erworben hat - dann ist ein solcher damit ein Eroberer des einzig wahren, des einzig heilsamen Standes geworden. –*

Das ist eine Verheißung, die über alle menschlich-ständischen, über alle weltlichen und geistlichen Abstufungen, über Diesseits und Jenseits hinausweist und auf den vollkommenen Heilsstand hinweist, auf den Stand, den der Buddha, der Vollendete, für sich selbst erlangt hat und zu welchem durch seine Hilfe im Lauf der Zeit ungezählte Menschen gelangt sind. Mit diesem Wort nennt der Erwachte zum ersten Mal ein Merkmal, das über die äußerliche Kennzeichnung des (mit dem Feuer verglichenen) Menschen nach seiner (mit dem Brennmaterial verglichenen) körperlichen Abstammung hinausgeht und das Wesen des Menschen, eine Grundgegebenheit des Menschen betrifft:

eine heilmächtige (*ariya*),

eine weltüberlegene Fähigkeit (*lokuttara dhamma*)

sei dem Menschen eigen (*purisassa sandhana*),

gehöre zu seinem Wesen;

diese lehre der Erwachte den Menschen kennen (*paññāpemi*)  
und damit nutzen.

Durch diese Kenntnis werde der Mensch, wenn er die weiter genannten zehn Schritte der Selbsterziehung erfülle, nicht nur die Schranken seines Standes oder seiner Kaste, sondern



alle Beschränkungen und Grenzen des Menschentums mit Geburt, Altern und Sterben und seiner Befangenheit in Gier, Hass und Blendung völlig sprengen und übersteigen und werde der Eroberer werden des wahren, des einzig heilsamen Stands.

Soweit Religionsgeschichte überliefert ist, so weit ist dies die größte Verheißung, die je von einem Heilslehrer ausgesprochen wurde. Und diese Verheißung hat sich im Lauf der Zeit ungezählte Male an seinen Schülern und Jüngern, welche diese zehn Schritte bis zum Ende gegangen sind, auch bis zur Vollendung erfüllt.

Diese programmatische Aussage des Erwachten besteht aus drei Elementen:

1. Der Mensch müsse nicht der Welt ausgeliefert sein, denn er habe weltüberlegene, heilsmächtige Fähigkeiten, die der Erwachte ihm aufzeige und ihn nutzen lehre.
2. Die vollkommene Nutzung geschehe dadurch, dass er die Lehre des Erwachten höre und verstehe und daraufhin sich unter der Anleitung des Vollendeten jenen zehn Umbildungen seines Wesens unterziehe.
3. Dann habe ihn seine heilsmächtige, weltüberlegene Fähigkeit zur Überwindung der Welt und zum Heilsstand gebracht, er sei der Eroberer des einzigen, wahren, das heißt heilstauglichen Stands.

Diesen drei Punkten gehen wir nun nach. Der erste deutet auf das Bild vom Menschen hin, das der Erwachte mit allen seinen Unterweisungen vermittelt und das von allen entworfenen Menschenbildern abweicht.

Natürlich lehrten auch die damaligen brahmanischen Dreivedenpriester, dass der Mensch mit dem Tod nicht vernichtet ist, sondern je nach seinem Wirken in anderer Daseinsform wieder erscheint. Aber wie wenig sie es im Auge haben und wie sie fast ausschließlich an das Hiesige denken, das zeigt sich an dem Bestreben, die gegenwärtigen menschlichen Standesunterschiede festzunageln. Sie schieben dem Menschen je

nach seiner Geburt sein Standesattribut zu und wollen ihn darauf zeitlebens verpflichten.

Diese Beschränkung ist es, welche der Buddha sprengt. Er weiß, dass alle Menschen, unabhängig von ihrem gegenwärtigen Stand, die Möglichkeit in sich tragen, durch seine Unterweisungen weit über das Menschentum hinaus zur Vollendung zu gelangen, und so stellt er dieses Bild vom Menschen dem engen Gefängnisbild der Brahmanen entgegen. Aber unendlich erbärmlicher als die brahmanische Festlegung des Menschen auf die vier Kasten ist das heutige von der Naturwissenschaft entwickelte Bild vom Menschen: Da ist der Mensch mit dem Körper entstanden und ist nach 70-90 Jahren mit dem Körper vernichtet wie nie gewesen. Wie kam es dazu?

Die Naturforscher hatten im Hochmittelalter begonnen, sich den sichtbaren Dingen der „Natur“ bewusster zuzuwenden und mehr auf den Grund zu gehen. Die damaligen Forscher waren zwar zum größten Teil noch religiöse und gläubige Menschen. Auch für sie war der Mensch nicht nur irdisch, vielmehr waren noch Oberwelt und Unterwelt offen für den Menschen, je nach seinem Verhalten. Das gegenwärtige Leben des Menschen war die Bewährungsfrist. Je nach der rechten oder falschen Nutzung öffnete sich nach seinem Tod für ihn himmlische Seligkeit oder die Qual der Hölle. Das war das damalige Menschenbild. Die Angst vor der Unterwelt und die Sehnsucht nach dem Himmel lenkte und beeinflusste das Tun und Lassen der meisten damaligen Menschen im Offenen und im Geheimen.

Aber die Naturforscher untersuchten nicht jene „Quinta essentia“, die Seele, die Psyche des Menschen, die sein Wesen ausmacht und die mit dem Tod des Körpers nichts zu tun hat, sondern sie untersuchten den sichtbaren Körper und die sichtbare äußere Welt. Die Erforschung der Objekte der Natur nahm ihre Aufmerksamkeit gefangen, und die Kunde vom „ewigen Leben“ und von „Saat und Ernte“ lief allmählich nur noch nebenher, während ihr Geist immer mehr ausgefüllt wurde von den Entdeckungen der Zusammenhänge in der Natur.

Diese Entdeckungen wurden „dem Volk“ bekannt gemacht, wurden von ihm mit Verwunderung und Bewunderung zur Kenntnis genommen. Und so wurde auch das Denken des Volks immer mehr auf die äußeren Dinge gelenkt. Dadurch wurden die inneren geistig-seelischen Vorgänge, die oft bedrängenden und manchmal beglückenden und lichten Stimmungen des Gemüts und die Stimme des Gewissens, immer weniger beachtet. Die gesamte Blickrichtung des Menschen ging nach außen. Erkenntnis gab es nur noch in Bezug auf die äußeren Dinge:

Das Sichtbare des Menschen ist der Körper, und deutlich sichtbar ist dessen Tod, die Kälte und Reglosigkeit und spätere Verwesung des Toten. Wo aber das Seelische bleibt, das den Körper bewegt hatte, das wusste man nicht, davon sah man nichts. Und da man das Seelische immer weniger bedachte, so glaubte man allmählich, im belebten Körper den ganzen Menschen zu sehen und im nicht mehr belebten Körper auch die Vernichtung des ganzen Menschen. So wurde das alte, das Seelische und dessen Unsterblichkeit umspannende Menschenbild vernichtet, und eine seelenlose Gestalt, durch die Paarung der Eltern gezeugt und mit dem Tod vernichtet, blieb übrig.

Diese Entwicklung lag nicht in der Absicht der Naturforscher, war aber ihre Wirkung. Sinnlos und ziellos wurde das Menschenleben. Konsum und Genuss, Sexualität und kindische Spiele wurden sein Inhalt. Und alles Streben konnte nur die Spanne der 70-90 Jahre ausfüllen. Danach war nichts mehr. - Dieses Menschenbild ist übrig geblieben, weil die ursprüngliche christliche Überlieferung wohl die Behauptung vom ewigen Leben enthielt, aber im Unterschied zur Lehre des Buddha keine Kunde von den Lebensgesetzen und -Bedingungen, welche diese Behauptung einsehbar gemacht hätte.

Aber so erbärmlich wie die nur das Äußere untersuchende Naturwissenschaft den Menschen darstellt, so ist ja auch das Bild, das unsere Sinne vom Menschen gewinnen. Wir sehen den Säugling aus dem Mutterleib hervorgehen und hilflos da-

liegen, ganz ohne Wissen und Kenntnis, so dass er ohne Betreuung durch erfahrene Menschen dem Tod ausgeliefert wäre. Durch die Pflege wird der Körper größer, in dem Geist sammelt sich Orientierung über die Umwelt. Das Verhalten wird geschickter, und bald wird irgendein Beruf erlernt, um die für den Lebensunterhalt samt Frau und Kindern erforderlichen Mittel zur Verfügung zu haben. Mit drei, vier Jahrzehnten ist der Körper auf der Höhe seiner Kraft. Dann beginnt schon langsam der Verfall, und wenn nicht tödliche Krankheiten ihn vorher vernichten, so geht er spätestens nach neun Jahrzehnten unter und wird beerdigt.

Nach der Beerdigung des Körpers scheint dieser Mensch für seine Umgebung endgültig vernichtet. Und weil der heutige Mensch fast nichts von dem wahren Wesen des Menschen erfährt, nichts mehr von der Tatsache, dass dieser für uns sichtbare Körper auch zu Lebzeiten schon ein totes, seiner selbst unbewusstes Werkzeug ist aus Knochen und Fleisch, das willenlos bewegt wird von dem Geistigen und Seelischen, das ihm unsichtbar innewohnt und das im Sterben ihn verlässt und anderweitig ähnlich weiterwest wie bisher - so kommt es, dass der durchschnittliche, auf seine inneren geistig-seelischen Vorgänge nicht achtende Mensch sich auch nur für körperlich hält, darum auch nur mit der körperlichen Lebensspanne rechnet und mit seinem unausweichlichen Untergang durch den Tod.

Von diesem Menschenbild sagen viele religiöse Schriften: Es ist Trug, ein Selbstbetrug des Menschen über sich, und der Mensch, der diesem Selbstbetrug verfallen bleibt, versäumt gerade dadurch, dasjenige zu tun, das ihn weit über das Menschentum hinausheben und zu großen und höchsten Lebensformen und Seligkeiten bringen kann. Darum ist dieser Betrug für ihn so gefährlich.

Diese Wahrheit, dass das Wesen, das heute Mensch ist, selber unsterblich ist, auch wenn es die Gestalt wechselt, geht durch alle Religionen. Sie lautet: Der Mensch ist nicht der Welt unterlegen; keine Katastrophe, kein „Weltuntergang“

kann sein Wesen vernichten; nur seine momentane Gestalt wird vernichtet; er selber aber hat die Möglichkeit, je nach seinen Einsichten und nach seinem Verhalten von Stufe zu Stufe aufzusteigen zu immer höheren, erhabeneren Daseinsformen - bis zur vollständigen Überwindung der Welt.

Auch Jesus beschreibt in seinen „Seligpreisungen“ und in den vielen Gleichnissen vom „Himmelreich“, zu welchen großen und lichten Lebensformen der Mensch durch entsprechendes Verhalten gelangen kann. Noch am Kreuz, unmittelbar vor seinem körperlichen Tod, sagt er zu dem mit ihm gekreuzigten Schacher, der in seiner Äußerung eine gute, Jesus zugewandte Gesinnung offenbarte: „Heute noch wirst du mit mir im Paradies sein.“

So und ähnlich erfahren wir es in allen Religionen. Die indischen Lehrer sagen dem Menschen in deutlicher und bildreicher Sprache, dass er unvergleichlich mehr ist, als er äußerlich zu sein scheint und darum oft auch zu sein glaubt. „Du bist Gott“, sagen die Lehrer; „wenn du dies so fest glaubst, dass du es weißt und dass du dieses Wissen festhältst und danach denkst und handelst, dann wirst du erleben, dass du nach Wegfall des Körpers ein Göttlicher unter Göttern bist. Du darfst nicht allein auf deinen erbärmlichen Körper blicken, der Alter, Krankheit und Tod unterworfen ist. Denke an deinen Geist, an dein Gemüt, an deine Begeisterung, wenn du von höheren Dingen hörst, und erkenne daran, dass du das Höhere, das Größere bist.“

Von diesem hochreißenden Glauben gibt die Parabel von dem Tiger, der nur eine Ziege zu sein glaubte, und die im indischen Volk weit mehr bekannt ist und bewegt wird als die Gleichnisse und Seligpreisungen Jesu unter den Christen, ein deutliches Bild. Wir erzählen sie im folgenden *Ramakrishna* nach:

#### Tiger statt Ziege (Ramakrishna)

Eine Tigermutter, hochträchtig, völlig ausgehungert, schleicht sich an eine Ziegenherde heran, rafft ihre letzten Kräfte zusammen und stürzt sich mit einem gewaltigen Sprung auf sie.

Dieser Ansprung treibt ihr die Frucht aus dem Leib, und die Tigerin stirbt bald an Entkräftung.

Das Neugeborene scheint verloren, aber die davongesprungenen Ziegen, die nach dem Schrecken allmählich auf ihre Weide zurückkehren, nehmen sich des Jungen an und ziehen es mit ihrer Milch auf. Es wird unter den Zicklein groß und lernt ihre Sprünge, lernt Gras und Kräuter fressen und lernt auch meckern wie sie. - Und es weiß nichts von seiner Tigeratur!

Als es schon größer geworden ist, bricht ein starker Tiger in die Herde ein; sie stiebt in panischer Angst auseinander. Nur der junge Tiger weiß nichts von Angst und bleibt verdutzt stehen. Der große Tiger wundert sich über den Kleinen, wie er blöde dasteht, verlegen einen Grashalm rupft und wie eine Ziege meckert. Er traut seinen Augen nicht, packt das sonderbare Wesen und schüttelt es, weil er sich überzeugen will, ob es das wirklich gibt oder ob er selbst träume. Aber das Ding bleibt ein junger Tiger, der dennoch wie eine Ziege schreit und Gras frisst.

Da schleppt der Tiger das zappelnde Ding an einen Teich, stellt es neben sich an den Rand und lässt es in den Wasserspiegel blicken. „Schau dein Bild im Wasser an - bist du nicht ganz so wie ich selber? Was bildest du dir ein, eine Ziege zu sein, meckerst und frisst. Gras?!“ - Aber der junge Tiger vermag dem alten nicht in seiner Sprache zu antworten. Er starrt nur immer auf das doppelte Spiegelbild im Wasser und meckert zaghaft.

Da schleppt ihn der Tiger zu seiner Beute und bietet ihm ein blutiges Stück davon an: „Nimm das und iss!“ Aber der junge Tiger verweigert es und meckert ängstlich. Da zwingt der alte Tiger es ihm zwischen die Zähne und wacht, dass er es kaut und verschlingt. - Mit kläglichem Meckern würgt er den ersten Bissen der ungewohnten Kost hinunter, doch dann findet er Geschmack am Blut und frisst den Rest mit einer Lust, die seinen Leib wie ein Wunder durchbebt. Er leckt sich die Lefzen, erhebt sich und gähnt mächtig wie einer, der aus tie-

fem Schlaf erwacht. Er streckt sich, sein Schweif peitscht den Boden, und aus seiner Kehle bricht zum ersten Mal das Brüllen des Tigers.

„Weißt du jetzt, dass du bist wie ich!“ sagt der Lehrer zu ihm, „komm mit mir in den Dschungel, du sollst lernen, der Tiger zu werden, der du schon immer warst.“

Das ist die Parabel von dem Tiger, der eine Ziege zu sein glaubt, als Gleichnis für den Menschen, der da glaubt, ein Mensch bleiben zu müssen und der Vernichtung preisgegeben zu sein.

Solche und ähnliche Bilder kehren in den Lehren der indischen Gurus immer wieder; und immer wieder auch wird der Mensch auf den Unterschied zwischen seinem sterblichen Körper und seiner weiterlebenden Seele hingewiesen:

*Von selber erschläft der Körper,  
nicht aber das Begehren.  
Von selber schwindet die Schönheit,  
nicht aber die üble Gesinnung.  
Von selber werden wir Greise,  
nicht aber von selber weise.*

Diese Hinweise sollen den Menschen mahnen und ihn ermutigen: Schätze dich nicht nach der Erbärmlichkeit des äußerlichen sterblichen Körpers ein, sondern erkenne deinen Geist und deine Seele. Sieh und erinnere dich, dass immer nur dein Geist und dein Herz es ist, das diesen willenlosen Körper benutzt. Erwinnere dich, dass du bisweilen auch hochherzige, ja, fast göttliche Gedanken und Anmutungen in deinem Gemüt hegst und dass du geistige Freude empfindest, wenn du aus solchem Geist denkst und handelst. Das ist dein besseres Ich, ja, das bist du überhaupt. Darum bleibe diesem treu und wende dich ab von dem dumpfen niederen Tier in dir. Wenn du dich deinen höchsten geistigen Möglichkeiten widmest, dann werden sie dir immer realer, werden stärker, und du erfährst noch in diesem Leben, dass du dies bist:

*Mensch, was du liebst,  
in das wirst du verwandelt werden;  
Gott wirst du, liebst du Gott;  
und Erde, liebst du Erde.“ (endlos, sinnlos)  
Angelus Silesius (Cherubinischer Wandersmann  
V,200)*

In diesem Geist ist der Grundappell aller Heilslehren zu allen Zeiten und in allen Kulturen gewesen:

„Mensch, was an dir sichtbar ist, dein Körper, das ist Erde und wird wieder Erde. Aber was ihn bewegt, deine Seele, das ist dein Leben, und das stirbt nicht. Doch es verändert sich, und aus dem schlechter werdenden Wollen geht dunkles und elendes Leben hervor. Nur aus dem helleren Wollen geht helleres Leben hervor.“

Im gleichen Sinne sagt *Carl du Prel*, ein Naturforscher, der durch geistige Erfahrung zu tieferen Einsichten kam, die seine Umstellung mit sich brachten:

*Der Mensch, der nicht hoch genug von sich denkt, der sich nicht eingegliedert sieht in eine übersinnliche Ordnung der Dinge, in welche mit dem Geiste einzudringen eine unserer irdischen Aufgaben ist, der wird trotz aller Bildung sich vor dem moralischen Niedergang nicht bewahren können.*

Und sehr realistisch drückt es *Therese von Avila*, die Karmeliternonne (1515-1582), aus:

*Wir sind so elend und so sehr zu den Dingen dieser Welt geneigt, dass einer nicht alles Irdische wird verachten und sich vollkommen davon losschälen kann, wenn er nicht erkennt, dass er ein Unterpfund vom Himmlischen besitzt.*

Hunderte solcher Mahnungen und Anrufe finden wir in der Literatur aller Zeiten. Aber der Mensch hat *zwei Seelen in seiner Brust*, und es kommt darauf an, welche die stärkere ist,



welche der Mensch zur stärkeren werden lässt. Der Buddha wie auch Jesus drücken in dem Gleichnis vom Sämann aus, dass es von der Beschaffenheit des „Bodens“ - der Seele - abhängt, ob der „Same“ ihrer Lehre aufgehe. Wir spüren alle den Zug in uns, der uns ausschließlich fesseln will an das sichtbare Körperliche, das bewegt wird - aber oft auch ist das Raunen der anderen Seele unseres Wesens zu spüren, das uns mahnt, dass wir „zu etwas Besserem geboren“ sind.

Der Erwachte sagt nicht, dass der Mensch Gott gleich sei, wie das hinduistische Bild vom Tiger nahelegen will, noch dass er dem Tier gleich sei, sondern er sagt: Das Wesen, das jetzt Mensch ist, war in allen anderen Lebensformen schon ungezählte Male gewesen und kann alles wieder werden auf seiner endlosen heimatlosen Odyssee, auf seiner Wanderung durch die unendlichen Erlebensmöglichkeiten. Darum befindet es sich in einem unsicheren, ja, gefährlichen Zustand, denn das Menschentum ist nur einer der Zustände auf der großen Daseinsleiter aller Daseinsmöglichkeiten: es ist weder der Zustand am untersten Ende der Daseinsmöglichkeiten in den Dunkelheiten und Qualen der Unterwelt, noch einer der göttlichen und übergöttlichen Zustände der obersten Daseinsbereiche - ganz zu schweigen von der endgültigen Geborgenheit und Sicherheit durch das Übersteigen auch der letzten Stufen. Das Menschentum liegt zwischen diesen beiden Enden, weit mehr unten als oben, und die menschlichen Wesen sind, wie auch alle anderen Wesen dieser Stufungen, seit unendlichen Zeiten in ununterbrochener allmählicher Wandlung und Wanderung, und zwar je nach den Einflüssen, die sie in ihrem Geist aufnehmen, je nach den Zielen, die sie anzustreben für schön oder lohnend halten, einmal mehr nach oben und einmal mehr nach unten.

### Fünf Wandlungsformen der Wesen

Wenn ein Wesen wegen seiner in den jüngsten Daseinsformen erworbenen geistig-seelischen Eigenschaften - jenes gewissen

Maßes von Gier, Hass, Blendung - dieses Mal als „Mensch“ auftaucht, so ist es damit nur in eine von fünf sehr verschiedenen Darstellungsweisen der Wesen eingetreten. Außerdem aber sind da noch vier andere Darstellungsformen, und je nach der Wandlung des geistigen Wesens, je nach der Verdunklung oder Erhellung und nach Zu- und Abnahme von Gier, Hass, Blendung, wird es nach Ablegen des Menschenkörpers eine entsprechende andere Form annehmen, sei es wieder in der gleichen Darstellungsweise oder in einer der vier anderen Darstellungsweisen. Darüber sagt der Erwachte (M 12):

*Fünf Lebensbahnen gibt es, ihr Mönche, Welche fünf? Die Unterwelt, den tierischen Schoß, das Gespensterreich, das Menschentum und die Götter.*

*Die Unterwelt (niraya) kenne ich, ihr Mönche, und den zur Unterwelt führenden Weg und den zur Unterwelt führenden Lebenswandel, nach welchem wandelnd, man nach Versagen des Körpers, jenseits des Todes, zu Verderben und Unheil gelangt - diesen Weg kenne ich.*

*Und den tierischen Schoß (tiracchāna-yoni) kenne ich und den zu tierischem Schoß führenden Weg und den zu tierischem Schoß führenden Lebenswandel, nach welchem wandelnd, man nach dem Versagen des Körpers, jenseits des Todes, in tierischen Schoß eingeht - diesen Weg kenne ich.*

*Und den Bereich der Gespenster (pitti visaya), der unglücklichen Geister, kenne ich und den in den Bereich der Gespenster, der unglücklichen Geister, führenden Lebenswandel, nach welchem wandelnd, man nach dem Versagen des Körpers jenseits des Todes in den Bereich der Gespenster, der unglücklichen Geister, gelangt - diesen Weg kenne ich.*

*Und das Menschentum (manussa) kenne ich und*

*den zum Menschentum führenden Weg und den zum Menschentum führenden Lebenswandel, nach welchem wandelnd, man nach dem Versagen des Körpers jenseits des Todes zum Menschentum gelangt - diesen Weg kenne ich.*

*Und die Götter (deva) kenne ich, ihr Freunde, und den zu den Göttern führenden Weg und den zu den Göttern führenden Lebenswandel, nach welchem wandelnd, man nach dem Versagen des Körpers jenseits des Todes an Orte himmlischer Freude gelangt - auch diesen Weg kenne ich.*

Das ist das unermessliche *Samsāra*-Labyrinth. In seinen dunklen Gängen irren die Wesen blind umher. „Unwissen, Wahnwissen“ nennt der Erwachte den Geist, die Auffassungen und Anschauungen der Wesen von dem, was ihnen gut täte und was für sie schrecklich wäre. Von diesem wirren Ungeist geleitet, können sie das Labyrinth nicht verlassen, sondern irren in den Gängen herum zwischen diesen fünf Darstellungsformen mit ihren unterschiedlichen Leiden, ohne dass sie von sich aus das Wahnwissen aufheben und dadurch den Ausgang aus diesem *Samsāra*-Leiden finden könnten. Dazu kann nur ein Erwachter verhelfen. Insofern *lehrt er die Menschen ihre heilmächtigen, weltüberlegene Fähigkeit zu erkennen und zu nutzen.*

In dieser Aufteilung der fünf Wesensarten nimmt das Menschentum zwar die Stelle unmittelbar unterhalb der Götter ein - aber dennoch gehören alle in der sinnlichen Wahrnehmung ihr Wohl suchenden Wesen zu der größten unter drei sehr verschiedenartigen Existenzstrukturen - und das sind alle fünf Darstellungsweisen mit Ausnahme nur jener göttlichen Geister, die in innerer Glückseligkeit von der sinnlichen Wahrnehmung unabhängig geworden sind.

Der Erwachte, dem das für uns dunkle Daseinslabyrinth vollkommen hell vor Augen liegt als ein großes Terrassengebäude, sagt darüber (s. D 9):

## Drei Existenzstrukturen

*Diese drei Arten von Selbsterfahrnis (attapatilābhā) gibt es:  
die grobe Selbsterfahrnis (olarika),  
die geisthafte Selbsterfahrnis (mano-māyā),  
die gestaltlose Selbsterfahrnis (arūpi).*

*Was ist nun die grobe Selbsterfahrnis? - Sie ist gestalthaft, besteht aus den vier großen Gebilden (Festes, Flüssiges, Hitze, Luft); wird durch körperliche Nahrung unterhalten: das ist die grobe Selbsterfahrnis.*

*Was ist nun die geisthafte Selbsterfahrnis ? Sie ist formhaft, geistgebildet, frei von Sinnesdrängen (abhindriya), fähig zur geistmächtigen Körpergestaltung: das ist die geisthafte Selbsterfahrnis.*

*Was ist nun die formfreie Selbsterfahrnis ? Formfrei, aus reiner Wahrnehmung beschaffen, das ist die formfreie Selbsterfahrnis.*

Da gehören also zu der untersten, der groben Art der Selbsterfahrnis, alle untermenschlichen Wesen, die Menschen und noch einige Gruppen solcher übermenschlichen ("göttlichen") Geister, die wie die Menschen hauptsächlich von sinnlicher Wahrnehmung leben.

Dagegen sind die Wesen der geisthaften Selbsterfahrnis völlig anders. Sie erscheinen zwar gestalthaft, aber diese Gestalt ist nicht tastbar (fest, flüssig usw.), sondern besteht als Idee. Die Vorstellung des Wesens von seiner Ichheit bewirkt seine Darstellung. Gegenüber den Wesen der groben Selbsterfahrnis, die auf äußere Sinneseindrücke angewiesen sind und ebenso Nahrung von außen bekommen müssen, leben die Wesen der geisthaften Selbsterfahrnis in seliger innerer Einheit, ganz ohne äußere Nahrung.

Die formfreie Selbsterfahrnis, die höchste Form der bedingten Möglichkeiten, besteht in einer für uns schwer vorstellbaren stillen Erhabenheit, unantastbar und auch für nicht leicht vorstellbare Zeiten.

Das sind die drei sehr verschiedenen Strukturen, welchen alle nur je vorhandene Wesen angehören.

So ist der Mensch zu jeder Daseinsform fähig, zu der schrecklichsten wie auch zu der glücklichsten. Aber er hat darüber hinaus eine heilsmächtige, eine weltüberlegene Fähigkeit, das heißt er kann mit dieser nicht nur in erhabenste Welten gelangen, sondern auch über alle, auch die höchsten Möglichkeiten des Daseinswandels hinaus zum endgültigen Heilsstand, zu endgültiger Sicherheit. Aber solange er seine Weltüberlegenheit nicht kennt, so lange kann er sie nicht einsetzen, und darum ist er gefährdet. Seine bisherigen Wanderungen sind und waren ohne Anfang durch die Daseinsarten hinauf und hinab nach immer dem gleichen Gesetz:

1. Je nach der im Geiste gehegten *Anschauung* über die inneren und äußeren Möglichkeiten und Unmöglichkeiten, zu mehr Wohl zu kommen, werden
2. wegen des von dieser Anschauung gelenkten Vorstellens und Anstrebens auf die Dauer die Qualitäten des *Charakters* und des Herzens, der "Seele", licht oder dunkel.
3. Nach den Qualitäten des Charakters und des Herzens wird der *Lebenswandel* im guten und üblen Tun und Lassen sein.
4. Und nach dem Lebenswandel im Tun und Lassen wird das *nächste Leben* sein: menschlich, untermenschlich oder übermenschlich in den verschiedenen Stufen.

So hängt immer alle Entwicklung des Wesens letztlich von der in seinen Geist, in sein Bewusstsein aufgenommenen Anschauung darüber ab, welche Möglichkeiten er habe, was er erreichen könne und auf welchen Wegen er es erreichen könne.

Aber zurück zu dem Erwachten und zu seiner Unterweisung. Über die vorhin erwähnten drei Arten der Selbsterfahrnis heißt es in D 9 weiterhin:

*Um die grobe Selbsterfahrnis ganz aufzuheben, zeige ich die Lehre auf, so dass ihr in dem Maß des Übens alle beflecken-*

*den Eigenschaften verlieren werdet, dass alle lauterer Eigenschaften zunehmen und sich verstärken, dass der reine Klarblick sich ausbreitet und vollkommen wird und ihr den klaren Anblick der Wirklichkeit in universaler Wahrnehmung erfahren, endgültig gewinnen und besitzen werdet.*

*Nun mag euch, wenn ihr das hört, zumute sein: „Mögen da auch in dem Maß des Übens alle befleckenden Eigenschaften schwinden, alle lauterer Eigenschaften zunehmen und sich verstärken; mag auch der reine Klarblick vollkommen werden, so dass wir den klaren Anblick der Wirklichkeit in universaler Wahrnehmung erfahren, so bleibt doch unser Lebensgefühl so leidvoll wie bisher.“*

*Doch ist das nicht so zu sehen, denn während alle befleckenden Eigenschaften schwinden, alle lauterer Eigenschaften zunehmen und sich verstärken, während der reine Klarblick vollkommen wird und ihr noch zu Lebzeiten im klaren Anblick der Wirklichkeit verweilt, da nimmt auch im Herzen Freude und Helligkeit zu, da tritt geistige Beglückung ein, die Sinnesdränge sind gestillt, und eine nie gekannte Gegenwärtigkeit des Geistes, Klarbewusstsein und Wohl werden euer Zustand.*

Dies ist eine der Verheißungen des Buddha, eine Verheißung, die sich an Ungezählten seiner Nachfolger erfüllt hat. Der Erwachte sagt: Mit dem Überschreiten und Übersteigen der groben Art der Selbsterfahrnis erwirbt sich der Nachfolger den Stand der geisthaften Selbsterfahrnis. Wer auch diese nach der Anleitung des Erwachten aufgegeben und überschritten hat, der gelangt zu formfreier Selbsterfahrnis. In unserer weltlichen, aus unserem groben Erleben hervorgegangenen Sprache gibt es keine Begriffe für die Seligkeit und die Erhabenheit dieser Seinsweisen - aber auch sie sind noch nicht das Höchste, die endgültige Sicherheit und Geborgenheit. Darum lehrt der Erwachte, auch diese beiden Strukturen zu überwinden:

*Um auch die geisthafte Selbsterfahrnis aufzuheben ... um auch die formfreie Selbsterfahrnis aufzuheben, zeige ich die*

*Lehre auf, so dass ihr in dem Maß des Übens alle befleckenden Eigenschaften verlieren werdet, dass alle lautereren Eigenschaften zunehmen und sich verstärken, dass der reine Klarblick sich ausbreitet und vollkommen wird und ihr den klaren Anblick der Wirklichkeit in universaler Wahrnehmung erfahren, endgültig gewinnen und besitzen werdet.*

*Nun mag euch, wenn ihr das hört, zumute sein: „Mögen da auch in dem Maß des Übens alle befleckenden Eigenschaften schwinden, alle lautereren Eigenschaften zunehmen und sich verstärken; mag auch der reine Klarblick vollkommen werden, so dass wir den klaren Anblick der Wahrheit und Wirklichkeit in universaler Wahrnehmung erfahren, so bleibt doch unser Lebensgefühl so leidvoll wie bisher.“*

*Doch ist das nicht so zu sehen, denn während alle befleckenden Eigenschaften schwinden, alle lautereren Eigenschaften zunehmen und sich verstärken, während der reine Klarblick vollkommen wird und ihr noch zu Lebzeiten im klaren Anblick der Wirklichkeit verweilt, da nimmt auch im Herzen Freude und Helligkeit zu, da tritt geistige Beglückung ein, die Sinnesdränge sind gestillt, und eine nie gekannte Gegenwärtigkeit des Geistes, Klarbewusstsein und Wohl werden euer Zustand.*

Das sind die drei großen Daseinsterrassen, die drei sehr unterschiedlichen Existenzstrukturen von der größten zur feinsten, und innerhalb jeder der drei sind noch viele, viele Stufungen. Alle drei kommen je nach den Einsichten und den daraus hervorgehenden Bestrebungen der Wesen zustande und bestehen unterschiedlich lang. Und sie gehen, so wie sie geworden waren, auch irgendwann wieder verloren, und die Wesen gelangen dann je nach ihren derzeitigen Einsichten und Bestrebungen zu entsprechend anderer Darstellung, sei es in einem feineren oder größeren Grad innerhalb der gleichen der drei Strukturen oder in einer der beiden anderen Strukturen.

Nirgends ist des Bleibens. Was geworden ist, das hat eine der Werdenskraft entsprechende Dauer und dann sein Ende. Und wieder erfolgt ein Wandel. Die Wandlungen haben kein

Ende. Darum sind wir, sagt der Erwachte, in allen Daseinsbereichen schon ungezählte Male gewesen und können aus diesem großen Daseinslabyrinth nicht hinausgelangen, bis wir *die heilsmächtige, weltüberlegene Fähigkeit, die uns innewohnt, die zu unserem Wesen gehört*, durch die Belehrung des Erwachten richtig erkennen und richtig anwenden. Nur dann ist ein Ende des Wanderns, ein Ende des Glühens und Brennens, nur dann wird *Nirvāna* erlangt, die endgültige Erlösung, der vollkommene Friede. Darüber sagt der Erwachte (M 12):

*Und den Heilsstand (nibbāna) kenne ich und den zum Heilsstand führenden Weg und die zum Heilsstand führende Vorgehensweise, durch deren Pflege man nach Aufhebung aller Wollensflüsse und aller Einflüsse die von Wollensflüssen/Einflüssen freie Erlösung des Gemüts, Erlösung in Weisheit noch bei Lebzeiten sich offenbar machen, verwirklichen und erringen kann. Auch dieses kenne ich.*

### Die zehn heilenden Wirkensweisen

Dieses echte Kennzeichen des Menschen, diese heilsmächtige, weltüberlegene Fähigkeit des Menschen ist es, die der Erhabene dem Brahmanen Esukāri entgegenhält, der von den vier brahmanischerseits angedichteten Kennzeichen spricht, die den Menschen für die Dauer dieses Lebens in seiner Kaste festhalten sollen. Und im zweiten Teil seiner großen Antwort an Esukāri nennt er die Bedingungen, die praktischen Übungen, durch welche der von ihm Belehrt und Aufgeklärte noch in diesem Leben, gleichviel in welchem der vier Stände er geboren ist, über alle Stände, Menschen und Götter hinauswachsen kann zum Heilsstand. Diese Aussage folgt hier noch einmal:

*Mag da auch einer von sich wissen, dass er von Vater und Mutter aus von dieser oder jener Abstammung ist und danach eben auch genannt wird - in einer Krieger-*



*familie geboren, eben „Krieger“ genannt wird -  
 in einer Brahmanenfamilie geboren, eben „Brahmane“  
 genannt wird -  
 in einer Bürgerfamilie geboren, eben „Bürger“ genannt  
 wird -  
 in einer Dienerfamilie geboren, eben „Diener“ genannt  
 wird -  
 wenn er aber nun aus dem Hause in die Hauslosigkeit  
 gegangen und zu der von dem Vollendeten aufgezeig-  
 ten Wegweisung gekommen ist  
 und dadurch dem Töten ganz abgeneigt geworden ist,  
 dem Nehmen von Nichtgegebenem ganz abgeneigt ge-  
 worden ist,  
 dem unkeuschen Wandel ganz abgeneigt geworden ist,  
 der Verleumdung ganz abgeneigt geworden ist,  
 dem Hintertragen ganz abgeneigt geworden ist,  
 verletzender Rede ganz abgeneigt geworden ist,  
 geschwätziger Rede ganz abgeneigt geworden ist,  
 der Habsucht ganz abgeneigt geworden ist,  
 der Antipathie bis Hass ganz abgeneigt geworden ist  
 und die rechte Anschauung erworben hat -  
 dann ist ein solcher damit ein Eroberer des wahren,  
 des einzig heilsamen Standes geworden.*

Die hier genannten *zehn heilenden Wirkensweisen* fassen kurz zusammen, was zu tun ist, um vom menschlichen Standpunkt aus sich - unter Umständen sogar noch in diesem gleichen Menschenleben - bis zum Heilsstand zu entwickeln, wie es früher vielen Menschen gelang.

Gewöhnlich werden in den Reden die „fünf *sīla*“ genannt und deren Einhaltung empfohlen. Die Gewöhnung an diese fünf Verhaltensweisen (*sīla*) bis zu ihrer Beherrschung ist eine große Hilfe für die weitere Entwicklung des Nachfolgers. Schon in diesem Leben gewinnt er innere Festigkeit und ist

vor dem Abgleiten unterhalb des Menschentums bewahrt und kann im weiteren Leben seine gute Entwicklung fortsetzen.

Aber die hier aufgezählten zehn heilenden Wirkensweisen bewirken unvergleichlich mehr, und sie öffnen bei rechtem Verständnis auch den Ausgang aus dem ganzen *Samsāra*.

Die große Überlegenheit dieser zehn heilenden Wirkensweisen gegenüber den „fünf Verhaltensweisen“ (*sīla*) liegt vorwiegend in den drei geistigen Übungen, die als letztes genannt sind. Während die Übung im Handeln und Reden als *Tugend* (*sīla*) bezeichnet wird, so gelten die geistigen Übungen als *Weisheit* (*paññā*). Da macht der Erwachte nun immer wieder darauf aufmerksam, dass die Weisheit, die rechte Anschauung mit all ihren Folgen, das tugendliche Verhalten befruchtet und fördert und dass andererseits die Einübung des tugendlichen Verhaltens mit der dabei erforderlichen Disziplin und den daraus hervorgehenden inneren Erfahrungen wiederum die Weisheit fördert. So wie eine Hand die andere wäscht, wie erst durch diese Wechselwirkung die Hände wirklich sauber werden, so spornt die rechte Anschauung und die rechte Gesinnung zu rechtem Verhalten im Reden und Handeln an, und aus der Überwindung aller groben und rohen Art im Reden und Handeln geht eine innere Zucht und Feinheit hervor, welche erst die Vertiefung der Weisheit ermöglicht bis zu den höchsten und letzten Erkenntnissen.

In dieser gegenseitigen Wechselwirkung, welche zur intensiven Minderung der drei Grundübel Gier, Hass, Blendung führt, liegt der heilende Charakter dieser zehn heilenden Wirkensweisen. Darum kann der Erwachte an ihre vollständige Ausübung die oben ausgesprochene Verheißung knüpfen. Der Erwachte zeigt immer wieder: Gier, Hass und Blendung bewegen den Menschen vom Grund her zu allem üblen Tun (gleichviel welche sonstigen charakterlichen Stärken oder Schwächen an einem Menschen noch auffallen), und die Wesen handeln um so übler, je stärker diese drei Grundeigenschaften in ihnen sind. Dementsprechend sind sie um so tugendhafter und gewinnen um so hellere Lebensform, je gerin-

ger diese drei Grundantriebe sind. Darum geht es letztlich um die Minderung und Auflösung von Gier, Hass und Blendung.

Wer sich nun um Einhaltung der fünf *sīla* oder der sieben Verhaltensweisen bemüht, ohne diese geistigen Zusammenhänge recht zu kennen, das heißt ohne genug zu durchschauen, inwiefern gerade Gier, Hass, Blendung die Grundübel der Wesen sind, die immer wieder zu üblem Tun anregen und lenken und mit denen man nie zum Heilsstand gelangen kann, der hat darum einen schweren und langen Kampf.

Wer sich dagegen in den genannten drei geistigen Eigenschaften ganz ebenso wie in den *sīla* übt, der geht damit jenen drei üblen Antrieben: Gier, Hass, Blendung selbst an die Wurzeln, mindert sie fortschreitend, so dass ihm damit das tugendliche Verhalten immer weniger schwer fällt, allmählich zur Gewöhnung wird; und zuletzt, ohne Gier, Hass und Blendung, gibt es keinerlei inneren Antrieb mehr zu untugendhaftem Tun.

An der Spitze der drei geistigen Übungen steht die „rechte Anschauung“, das heißt, man gewinnt durch das gründliche Studium der Lehre des Erwachten zunächst die deutliche Einsicht und hernach auch die Erfahrung, dass und inwiefern Gier, Hass, Blendung tatsächlich die geistig-seelischen Schiebekräfte sind, welche den Menschen ununterbrochen zu üblem Tun und Lassen, ja zu jeglicher weltlichen Aktivität drängen. Man sieht, dass diese drei geistigen Schiebekräfte entstanden sind durch früheres Unwissen, durch die Unkenntnis über die geistig-seelischen Zusammenhänge des Lebens, welche jetzt erst der „rechten Anschauung“ über diese Zusammenhänge gewichen ist. Der Erwachte vergleicht die Menschen mit falscher Anschauung mit einer Karawane, die in der Wüste auf eine Fata Morgana zugeht, auf ein Trugbild, das letztlich in den Tod führt und nicht zum Wohl. So führen Gier, Hass, Blendung in immer mehr Elend.

Mit dem Aufgang dieser rechten Anschauung ist dem Menschen „der Star gestochen“: Jetzt erst kann er richtig sehen; nun erst kann er erkennen, inwiefern fast sein ganzes Sinnen und Beginnen von „Gier“ und „Hass“, das heißt von Zunei-

gungen für die einen Erscheinungen und von Abneigungen gegen die anderen Erscheinungen gelenkt wird.

Vieles, was er früher für neutrale oder gar liebende Haltung gehalten hatte, das durchschaut er jetzt erst als an Gier und Hass gebunden und davon gelenkt, und er gewinnt jetzt erst den rechten Blick für wahre Neutralität und für die wahre, nichtmessende, allumfassende Liebe.

Durch diese Einsicht kommt es, dass er die zwei weiteren genannten geistigen Neigungen *Habsucht und Antipathie bis Hass* bei sich bemerkt und damit als Quelle seines ganzen Elends erkennt. Von nun an trachtet er sie zu mindern und kämpft darum, dass er in Zukunft den Anwendungen von Habsucht und Antipathie bis Hass nicht mehr folgt, sondern sie als seine Feinde, die ihn selbst in Not führen, betrachtet und durchschaut - und das ist der gerade Weg, sie immer mehr zu mindern bis zu ihrer völligen Auflösung.

Da aber diese drei geistigen Haltungen - falsche Anschauung, Habsucht und Antipathie bis Hass - die Ursache sind für alle inneren Antriebe zu üblem Tun und Lassen, also für Untugend, so kommt jeder Mensch, der sich in dieser Weise in den zehn heilenden Wirkensweisen übt, von allem üblen Verhalten im Denken, Reden und Handeln immer mehr ab. Darin liegt der von der Eintübung der zehn heilenden Wirkensweisen ausgehende Segen und darum die große Verheißung des Erwachten.

### Stände und Kasten: kein Heilshindernis

Esukāri kann die Größe dieser Verheißung nicht sogleich ermessen. Aber er wird mit der großen Gedächtniskraft der damaligen Menschen diese Aussagen im Geist bewahren, wird sie selbst öfter bewegen und bedenken und wird sie mit anderen Brahmanen besprechen. - Jetzt aber ist er immer noch von Gedanken und Vorstellungen über die Unterschiede der Menschen der vier Kasten erfüllt, und der Erwachte hilft ihm, durch weitere Bilder die grundsätzliche Gleichheit und die

grundsätzlich gleichen Möglichkeiten der Menschen auf den verschiedenen inneren und äußeren Gebieten tiefer zu verstehen:

*Was meinst du wohl, Brahmane, kann da nur ein Brahmane hierzulande ein von aller Feindschaft und Rücksichtslosigkeit freies liebendes Herz entwickeln und nicht der Krieger und nicht der Bürger und nicht der Diener? –*

*Das nicht, Herr Gotamo, denn auch der Krieger und der Bürger und der Diener: ein jeder aus den vier Kasten kann hierzulande ein von aller Feindschaft und Rücksichtslosigkeit freies, liebendes Herz entwickeln. –*

*Ganz ebenso auch, Brahmane, kann, wer da aus einem Kriegergeschlecht oder Brahmanengeschlecht oder Bürger- oder Dienergeschlecht aus dem Haus in die Hauslosigkeit gegangen ist und zu der von dem Vollendeten aufgezeigten Wegweisung gekommen ist und darum dem Töten, dem Stehlen, dem unkeuschen Wandel, der Verleumdung, dem Hintertragen, verletzender Rede und geschwätziger Rede ganz abgeneigt geworden ist, von Habsucht und Antipathie bis Hass ganz frei geworden ist und die rechte Anschauung erworben hat - ebenso kann ein solcher damit ein Eroberer des wahren, des einzig heilsamen Stands werden.*

*Was meinst du wohl, Brahmane, darf nur ein Brahmane mit Schwamm und Seife versehen, zum Fluss baden gehen, um Staub und Schmutz abzuwaschen, nicht aber ein Krieger, ein Bürger oder ein Diener? –*

*Das nicht, Herr Gotamo, denn auch ein Krieger, ein Bürger und ein Diener darf Schwamm und Seife nehmen und nach dem Fluss baden gehen, um Staub und Schmutz abzuwaschen.–*

*Ebenso auch, Brahmane, kann, wer da aus einem Kriegergeschlechte oder Brahmanengeschlecht oder Bürgergeschlecht oder Dienergeschlecht vom Haus fort in die Hauslosigkeit gegangen ist und zu der von dem Vollendeten aufgezeigten Wegweisung gekommen ist und darum dem Töten, dem Stehlen, dem unkeuschen Wandel, dem Verleumden, dem Hintertragen, verletzender Rede und geschwätziger Rede ganz abgeneigt geworden ist, von Habsucht und Antipathie bis Hass ganz frei geworden ist und die rechte Anschauung erworben hat - ebenso kann ein solcher damit ein Eroberer des wahren, des einzig heilsamen Stands werden.*

*Was meinst du wohl, Brahmane, es ließe da der König, der Herrscher, dessen Scheitel gesalbt ist, eine Schar von hundert Männern verschiedenen Standes zu sich bescheiden: „Kommt, ihr Lieben, die ihr da von Kriegern, Brahmanen, Fürsten abstammt, und nehmt ein Reibholz vom Sandel- oder vom Kronbaum, von der Föhre oder vom Ingwerbaum und macht damit Feuer, bringt Licht hervor.*

*Und kommt auch, ihr Lieben, die ihr da von Treibern, Jägern, Korbflechtern, Radmachern, Gärtnern abstammt, und nehmt ein Reibholz von einem Hundetrog oder von einem Schweinetrog oder von einem Waschtrog oder einem Rizinusbaum und macht damit Feuer, bringt Licht hervor!“ - Was meinst du wohl, Brahmane, wird da wohl das eine Feuer Flamme und Glanz und Leuchtkraft haben, so dass man es als Feuer verwenden kann, aber das andere Feuer nicht Flamme und Glanz und Leuchtkraft haben, so dass man es nicht als Feuer verwenden kann? -*

*Das nicht, Herr Gotamo. Wem es da immer - gleich welcher Abstammung - gelingt, mit einem Reibholz, gleichviel aus welchem Holz, Feuer zu machen, Licht*

*hervorzubringen: Immer hat dieses Feuer Flamme und Glanz und Leuchtkraft, und man kann dieses Feuer als Feuer verwenden. Denn ein jedes Feuer, Herr Gotamo, hat Flamme und Glanz und Leuchtkraft, und man kann ein jedes Feuer als Feuer verwenden. –*

*Ebenso auch nun, Brahmane, kann, wer da aus einem Kriegergeschlecht oder Brahmanengeschlecht oder Bürgergeschlecht oder Dienergeschlecht aus dem Haus fort in die Hauslosigkeit gegangen ist und zu der von dem Vollendeten aufgezeigten Wegweisung gekommen ist und darum dem Töten, dem Stehlen, dem unkeuschen Wandel, der Verleumdung, dem Hintertragen, verletzender Rede und geschwätziger Rede ganz abgeneigt geworden ist, von Habsucht und Antipathie bis Hass ganz frei geworden ist und die rechte Anschauung erworben hat - ebenso kann ein solcher damit ein Eroberer des wahren, des einzig heilsamen Stands werden. – Nach diesen Worten sprach Esukāri, der Brahmane, zum Erhabenen: Wunderbar, Herr Gotamo! Als Anhänger möge mich Herr Gotamo betrachten, von heute an zeitlebens getreu. –*

## DHĀNANJĀNI

### 97. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Ein Mönch erzählt dem ehrwürdigen Sāriputto, dass Dhānañjāni, ein angesehener, einflussreicher Brahmane, Minister des Königs von Magadhā, nachdem seine erste Religiösem gegenüber aufgeschlossene Frau gestorben war, unter dem Einfluss seiner zweiten Frau, die ungläubig und daher moralisch ungefestigt war, dazu übergegangen war, um des Gewinns willen beim König die Brahmanen anzuschwärzen und bei den Brahmanen den König.

Sāriputto wanderte nach Rājagaha und bat Dhānañjāni, der ihm Milch anbot, ihn unter einem Baum aufzusuchen. Er fragte ihn, ob er ernsthaft strebe. Dhānañjāni antwortete: Wie könnte ich das, da ich für meine Familie, für meine Dienerschaft sorgen muss, mich um meine Freunde, Kollegen und Verwandten kümmern, Gäste bewirten muss, Ahnen und Göttern opfern, dem König dienen und auch meinen eigenen Körper pflegen und ernähren muss. – Was meinst du, Dhānañjāni, sagt Sāriputto, jemand habe sich wegen all dieser Pflichten falsch und wider besseres Wissen verhalten und käme in die Hölle, würde er erreichen, frei zu kommen, wenn er sagte, ich habe um meiner Pflichten willen falsch gelebt, oder würden seine Verwandten und Freunde seine Freilassung bewirken können? – Nein. (Ähnlich M 130) – Was ist besser, um der Pflichten willen falsch zu leben oder um der Pflichten willen recht und in innerem Frieden zu leben? – Das Letztere. – Es gibt andere Arten von Arbeiten, ertragreiche, der Lehre gemäße, die es ermöglichen, seinen Pflichten nachzukommen und dabei Übles zu vermeiden und verdienstvoll zu wirken. – Später wurde Dh. sterbenskrank und ließ Sāriputto rufen. Dieser zeigte ihm den Weg zu Brahma: die vier Strahlungen (s.M 7). – Der Erwachte fragte Sāriputto, warum er ihn nur bis zur hinfalligen Brahmawelt geführt habe. S. antwortete, dass die Brahmanen der Brahmawelt zugeneigt sind. – Der Erwachte sagte, dass Dh. in der Brahmawelt wiedergeboren sei.



## VĀSETTHO

### 98. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“ ebenso in Sn 594-656

Zwei junge Brahmanen, Vāsettho und Bhāradvājo, unterhielten sich darüber, was einen Brahmanen kennzeichnet. Bhāradvājo meinte, wenn einer bis zur siebenten Ahnengeneration von einwandfreier Abstammung ist. Vāsettho meinte, wenn einer tugendhaft sei und offen, wachen Geistes ist. Der Erwachte, den sie befragten, sagte: Die Art der Pflanzen und Tiere wird durch die Geburt bestimmt. Es gibt kein moralisches Wirken, sondern von Geburt an festliegende Abläufe. Die Menschen sind alle der Gattung Mensch zugehörig, aber sie haben unterschiedliche Namen je nach ihrem Wirken: Bauer, Handwerker, Händler, Diener, Räuber, Krieger, Priester König. Brahmane, Reiner, ist man nicht durch Geburt, sondern wer alle Verstrickungen abgeschnitten hat, nicht mehr erzittert, erwacht ist, wer geduldig, ohne Zorn, an Sinnendingen nicht hängt, das Leiden versiegt hat, das Verschwinden/Erscheinen der Wesen sieht je nach ihrem Wirken, kein Heim wünschend, niemandem feindlich gesinnt, frei von Gier, Hass, Blendung, die Wahrheit aufzeigt, nichts von dieser und jener Welt erhofft, die Sucht nach Befriedigung aufgehoben hat, dem Wahn entronnen, erloschen ist, Durst nach Sinnendingen versiegt hat, von Lust und Unlust abgewandt ist, triebversiegt ist – der ist ein Brahmane, ein Reiner. Geburt macht nicht den Brahmanen, sondern das Wirken. Durch Wirken besteht die Welt. Durch heißes Bemühen, Keuschheit, Übung, Selbstbeherrschung, drei Weisheitsbrüche, wird man ein Reiner. Die beiden jungen Brahmanen wurden Anhänger. Nach einem zweiten Gespräch (D 13) traten sie in den Orden ein.

DER ERWACHTE ÜBER BRAHMA  
UND DEN WEG ZU IHM

99. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Sāvathhī, im Siegerwald, im Garten Anāthapindikos. Um diese Zeit nun hielt sich Subho, ein junger Brahmane, der Sohn Todeyyos, zu Sāvathhī auf, in der Wohnung eines gewissen Hausvaters, irgendeines Geschäftes halber.*

*Wie sich nun Subho, der junge Brahmane, der Sohn Todeyyos, bei jenem Hausvater dort befand, sprach er zu ihm:*

*Ich habe, Hausvater, reden hören, viel besucht werde Sāvathhī von Geheilten. Was für einen Asketen oder Priester sollen wir da heute aufsuchen? –*

*Es weilt da, o Herr, der Erhabene zu Sāvathhī, im Siegerwald, im Garten Anāthapindikos: Ihn, o Herr, den Erhabenen, solltest du aufsuchen. –*

*Da begab sich denn Subho, der junge Brahmane, der Sohn Todeyyos, auf den Rat jenes Hausvaters zum Erhabenen. Dort angelangt wechselte er höflichen Gruß und freundliche, denkwürdige Worte mit dem Erhabenen und setzte sich zur Seite nieder. Zur Seite sitzend, sprach nun Subho, der junge Brahmane, der Sohn Todeyyos, ~um Erhabenen:*

Das Haus verlassen oder im Hausleben bleiben?

*Die Brahmanen, Herr Gotamo, sagen: „Wer im Haus bleibt, kann das Wahre erreichen, Heilsames erwirken. Wer in die Hauslosigkeit gezogen ist, erreicht nicht das Wahre, erwirkt nicht Heilsames.“ Was hält nun Herr Gotamo davon? –*

*Darauf gibt es viele Antworten, Brahmane, nicht nur eine. Ob einer im Haus bleibt oder ob einer vom Haus fortzieht, wenn er den falschen Weg geht, lobe ich es nicht. Denn wer im Haus bleibt und wer vom Haus fortzieht: wenn er den falschen Weg geht, so kann er, weil er den falschen Weg geht, nicht das Wahre erreichen, Heilsames nicht erwirken. Ob einer im Haus bleibt oder ob einer vom Haus fortzieht, wenn er den rechten Weg geht, lobe ich es. Denn wer im Haus bleibt, Brahmane, und wer vom Haus fortzieht, wenn er den rechten Weg geht, so kann er, weil er den rechten Weg geht, das Wahre erreichen, Heilsames erwirken. -*

*Die Brahmanen, Herr Gotamo, sagen: „Die Tätigkeit des Hauslebens erfordert großen Einsatz, viel Planung, große Anstrengung und bringt viel ein. Die Tätigkeit des Hauslosen erfordert wenig Einsatz, wenig Planung, wenig Anstrengung und bringt wenig ein.“ Was hält nun Herr Gotamo davon? -*

*Auch darauf, Brahmane, gibt es viele Antworten, nicht nur eine. Es gibt, Brahmane, eine Tätigkeit, die großen Einsatz erfordert, viel Planung und große Anstrengung, und wenn sie misslingt, wenig einbringt. Es gibt, Brahmane, eine Tätigkeit, die großen Einsatz erfordert, viel Planung und große Anstrengung, und wenn sie gelingt, viel einbringt. Es gibt, Brahmane, eine Tätigkeit, die wenig Einsatz erfordert, wenig Planung und wenig Anstrengung, und wenn sie misslingt, wenig einbringt. Es gibt, Brahmane, eine Tätigkeit, die wenig Einsatz erfordert, wenig Planung und wenig Anstrengung, und wenn sie gelingt, viel einbringt.*

*Was ist das aber, Brahmane, für eine Tätigkeit, die großen Einsatz erfordert, viel Planung und große Anstrengung, und wenn sie misslingt, wenig einbringt?*

*Der Ackerbau ist, Brahmane, eine Tätigkeit, die viel Einsatz erfordert, viel Planung und große Anstrengung, und wenn sie misslingt, wenig einbringt.*

*Und was ist es, Brahmane, für eine Tätigkeit, die großen Einsatz erfordert, viel Planung und große Anstrengung, und wenn sie gelingt, viel einbringt? Wiederum ist der Ackerbau eine Tätigkeit, die großen Einsatz erfordert, viel Planung und große Anstrengung, und wenn sie gelingt, viel einbringt.*

*Und was ist es, Brahmane, für eine Tätigkeit, die wenig Einsatz erfordert, wenig Planung und wenig Anstrengung, und wenn sie misslingt, wenig einbringt? Der Handel ist eine Tätigkeit, die wenig Einsatz erfordert, wenig Planung und wenig Anstrengung, und wenn sie misslingt, wenig einbringt.*

*Und was ist das, Brahmane, für eine Tätigkeit, die wenig Einsatz erfordert, wenig Planung und wenig Anstrengung, und wenn sie gelingt, viel einbringt? Wiederum ist der Handel eine Tätigkeit, die wenig Einsatz erfordert, wenig Planung und wenig Anstrengung, und wenn sie gelingt, viel einbringt.*

*Gleichwie nun, Brahmane, der Ackerbau eine Tätigkeit ist, die großen Einsatz erfordert, viel Planung und viel Anstrengung und wenn sie misslingt, wenig einbringt: ebenso auch ist das Hausleben, Brahmane, eine Tätigkeit, die großen Einsatz erfordert, viel Planung und viel Anstrengung, und wenn sie misslingt, wenig einbringt.*

*Gleichwie nun, Brahmane, wiederum der Ackerbau eine Tätigkeit ist, die großen Einsatz erfordert, viel Planung und viel Anstrengung, und wenn sie gelingt, viel einbringt: ebenso auch ist das Hausleben, Brahmane, eine Tätigkeit, die großen Einsatz erfordert, viel*

*Planung und viel Anstrengung, und wenn sie gelingt, viel einbringt.*

*Gleichwie nun, Brahmane, der Handel eine Tätigkeit ist, die wenig Einsatz erfordert, wenig Planung und wenig Anstrengung, und wenn sie misslingt, wenig einbringt: ebenso auch ist das Pilgerleben, Brahmane, eine Tätigkeit, die wenig Einsatz erfordert, wenig Planung und wenig Anstrengung, und wenn sie misslingt, wenig einbringt.*

*Gleichwie nun, Brahmane, wiederum der Handel eine Tätigkeit ist, die wenig Einsatz erfordert, wenig Planung und wenig Anstrengung, und wenn sie gelingt, viel einbringt: ebenso auch ist das Pilgerleben, Brahmane, eine Tätigkeit, die wenig Einsatz erfordert, wenig Planung und wenig Anstrengung, und wenn sie gelingt, viel einbringt.*

Subho, der junge Brahmane, sucht den Erwachten auf und nennt ihm verschiedene Ansichten der Brahmanen. Er hat offensichtlich selber noch keinen Standpunkt eingenommen, er möchte von einem Geheilten hören, was er zu den Ansichten der Brahmanen zu sagen hat.

Der Erwachte betont in seiner Antwort auf die Frage, ob es besser sei, im Haus zu bleiben oder das Haus zu verlassen, dass es darauf ankommt, dass einer den rechten Weg geht. Der Kenner der Lehre z.B. kann im Haus lebend den rechten Anblick pflegen, sich die Unbeständigkeit, Leidhaftigkeit, Nicht-Ichheit der fünf Zusammenhäufungen gegenwärtig halten und sich um Verständnis, Teilnahme und Mitempfinden gegenüber anderen bemühen. Auf diesem Weg schafft er die inneren Voraussetzungen, um „das Wahre“, den Heilsstand, die Freiheit von allen Trieben, in einem der nächsten Leben in der Hauslosigkeit zu erreichen. So hat er sein Hausleben äußerst fruchtbar, heilsam angewandt, ist den rechten Weg gegangen.

Die Brahmanen verstehen unter „dem Wahren“ das Erreichen des Brahma-Zustandes im nächsten Leben. Um dieses Ziel zu erreichen, ist eine derartige geistige Stille und Herzenseinigung erforderlich, wie man sie im normalen Leben in Familie und Beruf kaum gewinnen kann. Auch in der ersten Prägung der christlichen Lehre und in anderen Hochreligionen haben wir die gleiche Unterscheidung zwischen ungeteilter Hingabe in der Hauslosigkeit und dem Verbleib im Hausleben. In seinem Gespräch mit einem reichen Jüngling zeigt Jesus zuerst die eine und hernach die andere Weise der Nachfolge. Er sagt zu dem reichen Jüngling, der ihn fragt, was er tun müsse, um selig zu werden, er solle die bekannten Gebote halten, nicht töten, nicht stehlen usw. Und erst als der Jüngling sagt, dass er diese Gebote von Jugend an gehalten habe, da nennt Jesus die Bedingungen der ganzen Nachfolge, indem er sagt: *Willst du vollkommen sein, so verkaufe, was du hast, gib das Geld den Armen und folge mir nach. (Matth. 19,21)* Wer die Aufzeichnungen der um Reinigung und Läuterung beflissenen christlichen Mönche und Nonnen kennt, der spürt die rücksichtslosen Forderungen, die das Gewissen an den Einsamen stellt, der in Abgeschiedenheit allein verweilt.

Die Brahmanen waren überzeugt, dass derjenige Mensch, der im Guten zunimmt und im Bösen abnimmt, den sittlichen Regeln gemäß lebt, nach seinem Tod in himmlischen Welten wiederkehren werde. Aber das reichte denjenigen nicht aus, die sich nach der Gemeinschaft mit Brahma sehnten, denn sie hatten die Überzeugung, dass sie seit unvorstellbar langer Zeit im ständigen Geburtenwechsel durch die verschiedenen Daseinsformen wanderten, dass sie schon ungezählte Male Mensch gewesen seien, ungezählte Male in sinnlichen Himmelsbereichen, aber auch ungezählte Male in untermenschlichen schmerzlichen und entsetzlichen Reichen, und dass sie auch in aller Zukunft hinaufsteigen und hinabsinken würden, dass sie in lichten und entsetzlichen Daseinsformen kreisen würden je nach ihren inneren Qualitäten, je nach dem, wie sie im Lauf der Leben schlechter werden oder besser werden, wie

sie an Gier und Hass zunehmen oder abnehmen. Für sie stand es fest, dass in keinem dieser Reiche Sicherheit und Heil sei. In all diesen Reichen wirkt das Karmagesetz: „Wie du wirkst, so wirst du werden. Wiedergeboren wirst du durch neues Wirken neues Werden schaffen in aller Endlosigkeit.“ - Nicht genügte ihnen Reichtum und Schönheit der menschlichen noch der göttlichen Bereiche, weil sie durchdrungen waren von dem Wissen um die Vergänglichkeit, um den dauernden Wechsel in all diesen Reichen.

Bei Brahma aber war nach Auffassung der meisten damaligen Brahmanen endlich Sicherheit. Brahma hatte - so glaubten sie - das Gesetz des Karma überwunden, Brahma war der „ewige Jüngling“, der ewig Jüngling bleibt.

Aber über den Weg zu Brahma waren sich die Brahmanen uneins. Wie aus unserer Lehrrede hervorgeht, glaubten einige Brahmanen, man könne auch im Hausleben verbleibend nach dem Tod „das Wahre“ erreichen, in brahmische Welt gelangen.

In D 19 berichtet der Buddha über die Begegnung eines Brahmanen mit Brahma „vor langer, langer Zeit“. In jener fernen Vergangenheit war bei den Brahmanen das Wissen um die Wege zu Brahma noch nicht so sehr verschüttet wie zur Zeit des Buddha. Ein alter, weiser Hofpriester war durch seinen sauberen, geraden Lebenswandel und durch seine Weisheit bei Hof und bei dem Volk in den Ruf gekommen, dass er Verbindungen mit Brahma habe, Zwiesprache mit ihm pflege. Dieses Urteil, das mit seiner Wirklichkeit nicht übereinstimmte, bedrückte ihn ebenso, wie er Sehnsucht gewann, Brahma zu erleben. Er erinnerte sich an die Worte seiner Lehrer und Vorfahren, dass man wenigstens eine Regenzeit lang (das sind etwa vier Monate) völlig einsam und abgesondert in allerbarmender und allliebender geistiger Sammlung und Strahlung verweilen müsse, um Brahma zu sehen. Darauf ließ er sich in einem stillen Wald eine kleine Hütte errichten und verordnete, dass ihm täglich einmal von einem Diener etwas Nahrung gebracht werde. Er selber zog sich zurück zu der

Übung, alles weltliche Dichten und Trachten aus seinem Herzen zu vertreiben und nichts als liebevolles und erbarmendes Denken an alle Wesen zu üben.

Lediglich darum, weil er sich schon in seinem ganzen Leben hinsichtlich der weltlichen Dinge zurückgehalten hatte und gleichzeitig sich um Liebe, Mitempfinden und Schonen gegenüber den Mitwesen bemüht hatte, gelang ihm in diesen vier Monaten ein immer länger anhaltendes und immer intensiveres geistiges Verweilen in All-Liebe und All-Erbarmen. Er vergaß darüber die Unterscheidung zwischen sich und den anderen und war fast nichts anderes als das liebende Strahlen und das erbarmende Strahlen selbst. - Diese wesentliche Veränderung seines Gemüts, seiner Seele, seines Herzens war die Voraussetzung, dass Brahma, der eben solchen Geistes ist, ihm erscheinen konnte. Er erschien als der stille, hell strahlende Jüngling und fragte nach seinem Wunsch. Auf die Frage des Priesters nach dem Weg, der ihn nach seinem Tod für immer in die brahmische Welt, in die Gemeinschaft mit Brahma führen könne, antwortete Brahma:

*Wer ohne Eigensucht auf Erden, Priester,  
in sich geeint, Erbarmen übt im Herzen,  
nicht rohe Düfte liebt und nicht mehr Paarung pflegt,  
so muss man stehn und so sich üben eifrig,  
um einzugehn unsterblich in die Brahmawelt.*

Der Priester Govindo versichert sich der Aussage des Brahma und seines richtigen Verständnisses, indem er erklärt, wie er sie auffasse: *Ohne Eigensucht* - darunter verstehe er, dass der Mensch alles, was im weltlichen Sinne sein Eigen wäre, also Weib und Kind, Haus und Hof verlasse, sich völlig freimache vom weltlichen Stand und in die Hauslosigkeit ziehe. - *In sich geeint* - darunter verstehe er, dass man, nachdem man die Welt verlassen habe, einen abgelegenen stillen Platz aufsuche und sich dorthin für die innere geistige Arbeit zurückziehe. *Erbarmen übt im Herzen* - darunter verstehe er jene Übung, die er



jetzt während der Regenzeit schon so intensiv geübt habe. - Aber was *rohe Düfte* seien, das verstehe er nicht. Darauf antwortet ihm Brahma mit dem Vers:

*Dem Zorne frönen, Raub begehnen, Betrug, Verrat,  
habsüchtig geizen, eitel sein und neidverzehrt, gelüftig,  
von Wünschen hin und her bewegt und andern Unrecht tun,  
an Gier und Hass, an Rausch und Wirrsinn da gewohnt:  
bei solcher Sitte ziehn sie ein den rohen Duft,  
in Höllen sinkend, abgekehrt der Brahmawelt.*

Govindo, der erfahrene, weise Brahmane, erkennt nach kurzem Überlegen, dass er diese rohen Düfte nicht völlig austreiben könne, solange er in der Welt und im Haus bliebe, und er entschließt sich daher endgültig, vom Haus fort in die Hauslosigkeit zu ziehen. Der Buddha berichtet weiter von ihm, dass Govindo in der Einsamkeit in heißem, ernstem Mühen jene innere Läuterung erzielt habe, wie sie dem brahmischen Sein gemäß sei, und dass er darum nach seinem Tod zur Gemeinschaft mit Brahma gelangt sei. Abgeschiedenheit also, innere und äußere Abgeschiedenheit von aller Weltlichkeit, ist nach der übereinstimmenden Aussage der Kenner die unerlässliche Voraussetzung für dieses hohe Ziel.

Entgegen dieser Sicht, dass der Mensch sich zu brahmischer Art wandeln müsse, glaubten die Brahmanen zur Zeit des Buddha, Brahma durch Gebete heranzurufen zu können: „*Den Himmlischen rufen wir!*“ Je mehr das religiöse Leben nach innen gewandt und auf sich selbst gerichtet ist, um so mehr sieht der Mensch im Kampf mit den Mächten in seiner eigenen Brust, in der Reinigung und Läuterung seiner Gedanken, Worte und Taten, in der Reinigung seines Herzens die Voraussetzung für „das Wahre“. In dem Maß aber, wie das religiöse Leben sich nach außen entfaltet und die Menschen sich der Welt und ihren tausend Dingen zuwenden - und sei es auch, um sie zu verbessern -, in dem gleichen Maß versucht man, späteres Wohl zu erreichen, ohne im Leben auf die ge-

lieben Dinge der geliebten Welt verzichten zu müssen. Und man verspricht sich dann von Gebeten, von Beschwörungsformeln und Verehrungsformeln, von Riten, Opfern und Bekenntnissen jene eherne Unzerbrechlichkeit, die ja doch nur dann gewonnen werden kann, wenn das Herz sich ablöst von dem Zerbrechlichen, Veränderlichen, Unzulänglichen. - Wer immer der Welt der tausend Dinge zugewandt ist und zugewandt bleiben will und zugleich auf das Heil nach dem Tod reflektiert, der kann nicht anders als zu solchen Mitteln greifen. Der Wunsch, *beiden Herren zugleich zu dienen*, führt in allen Religionen, wo immer er auftaucht, zu jenen Entartungsformen. Es gibt keine Religion, die sich auf die Dauer und bei allen ihren Anhängern davon hat freihalten können.

Aber so wie man im Haus lebend den Weisungen des Erwachten folgend die Heilsgewissheit erreichen kann, so kann man auch im Haus lebend das Herz von Egozentrik reinigen und sich um Mitempfinden und Teilnahme für alle Wesen bemühen und so die Voraussetzungen schaffen, um in einem späteren Leben in der Weltabgeschiedenheit alle Verstrickungen der Sinnensucht zu lösen und sich zu brahmischer Lauterkeit und Helligkeit entwickeln. Ein solcher geht, wie der Erwachte in unserer Lehrrede sagt, den rechten Weg, ein solches Hausleben ist gut angewandt.

Bei den Brahmanen zur Zeit des Erwachten herrschte die Auffassung, dass das Hausleben mehr Arbeit mache als das Leben als Hausloser und dass mehr Arbeit auch mehr einbringe. Von außen betrachtet, liegt diese Ansicht nahe: Der vielgeschäftige Berufstätige läuft herum, plant, organisiert, der Hauslose sitzt oder geht langsam, in seine Meditation versunken, ohne den Zwang, außen etwas planen zu müssen. Essen und Kleidung wird ihm gespendet.

Aber das Wissen darum, dass der Hauslose ein Ziel verfolgt, den Weisungen seiner Lehrer und Vorbilder ernsthaft zu folgen sich bemüht und sich dabei oft sehr anstrengt, ist inzwischen in den Jahrhunderten verloren gegangen. Der Erwachte nennt Übungen in fortschreitender Stufenfolge, um weltlose

Entrückungen oder Strahlungen - die Gemüthhaltung, die brahmisches Gemüt auszeichnet - zu gewinnen und mahnt seine Mönche:

*Mit Heldenmut und ernstem Sinn,  
mit Selbstbezühmung und Verzicht  
schqfft, Standhafte, ein Eiland euch,  
das jeder Flut gewachsen ist. (Dh 25)*

*Wacht auf, erhebt euch, setzt euch hin:  
wie könnte Träumen helfen euch,  
flieht doch der Schlaf den siechen Mann,  
der von dem Pfeil getroffen ward.*

*Wacht auf, erhebt euch, setzt euch hin:  
strebt tapfer echten Frieden an,  
dass euch der Fürst der Schemen nicht  
als blinde Beute ködern kann. (Sn 331-332)*

*Nicht wer zehnhunderttausend Mann  
am Schlachtfeld überwältigt hat:  
Wer einzig nur sich selbst besiegt,  
der, wahrlich, ist der stärkste Held. (Dh 103)*

Sich selber, die Triebe des Herzens, zu besiegen - das ist die einzige Aufgabe dessen, der in die Hauslosigkeit gezogen ist - eine Tätigkeit, die für manchen zu manchen Zeiten anstrengend ist und - wenn sie gelingt, viel Wohl einbringt - weit mehr als jede weltliche Tätigkeit, weil Läuterung und Erhellung des Herzens nach dem Tod nicht verloren geht, sondern uns im nächsten Leben als Ernte zur Verfügung steht, während jede weltliche Tätigkeit - zur Zeit des Erwachten war Handel weniger anstrengend als Ackerbau - im besten Fall weltlichen Gewinn einbringt, der aber spätestens mit dem Tod verloren ist.

Doch spricht der Erwachte diese Unterscheidung hier nicht aus, sondern sagt, dass gut gelingendes Hausleben und gut gelingendes Pilgerleben viel einbringt, wie er es auch in seiner Empfehlung ausdrückt:

*Wie man aus reichem Blumenkorb  
sich viele Kränze winden kann,  
so winde sich der Sterbliche  
viel Heilsames ins Leben ein. (Dh 53)*

Das Leben ist eine Gelegenheit für *den Sterblichen*, viel Heilsames zu wirken - sowohl als Hausner wie als Hausloser. Mit dem Tod steigt „der Sterbliche“ aus dem Körper aus: Ein helles Herz mit gutem Wirken findet Zugang zu hellen Wesen, ein dunkles Herz mit üblem Wirken findet Zugang zu dunklen Wesen. Das Herz lebt länger als der Körper, und entsprechend der Qualität des Herzens ist die Lebensqualität. Aus diesem Wissen geht Tugend und Herzenserhellung hervor. Ein Leben, das unter dem Leitbild von Tugend und Mitempfinden mit anderen Wesen steht, bringt insofern viel Gewinn für die nächsten Leben - unabhängig davon, ob einer im Haus lebt oder das Hausleben verlassen hat.

Die Brahmanen sind  
einer Reihe Blinder vergleichbar

*Die Brahmanen, Herr Gotamo, geben fünf Verhaltensweisen an, um Verdienstvolles zu wirken, um Heilsames zu erreichen. –*

*Wenn es dir nichts ausmacht, Brahmane, teile dieser Versammlung die fünf Verhaltensweisen mit, die die Brahmanen angeben, um Verdienstvolles zu wirken, um Heilsames zu erreichen. –*

*Es macht mir nichts aus, wenn so Ehrwürdige versammelt sind. – Wohlan denn, Brahmane, so rede. –*

*Sich an die Wahrheit halten, Herr Gotamo, geben die Brahmanen als erste Verhaltensweise an, um Verdienstvolles zu wirken, um Heilsames zu erreichen.*

*Geistige Anstrengung geben die Brahmanen als zweite Verhaltensweise an, um Verdienstvolles zu wirken, um Heilsames zu erreichen.*

*Sexuelle Enthaltsamkeit geben die Brahmanen als dritte Verhaltensweise an, um Verdienstvolles zu wirken, um Heilsames zu erreichen.*

*Dem Studium (der Veden) sich hingeben, geben die Brahmanen als vierte Verhaltensweise an, um Verdienstvolles zu wirken, um Heilsames zu erreichen.*

*Loslassen geben die Brahmanen als fünfte Verhaltensweise an, um Verdienstvolles zu wirken, um Heilsames zu erreichen.*

*Die Brahmanen, Herr Gotamo, geben diese fünf Eigenschaften an, um Verdienstvolles zu wirken, um Heilsames zu erreichen. Was hält nun Herr Gotamo davon? –*

*Was meinst du, Brahmane, gibt es unter den Brahmanen auch nur einen einzigen, der da gesagt hat: „Nachdem ich durch den Erwerb dieser fünf Verhaltensweisen höheres Wissen darüber gewonnen habe, welches die Wirkung dieser fünf Verhaltensweisen ist, gebe ich diese Verhaltensweisen bekannt“? – Das nicht, Herr, Gotamo. –*

*Was meinst du, Brahmane, gibt es unter den Brahmanen auch nur einen einzigen Lehrer oder auch nur einen einzigen Lehrer eines Lehrers, zurück bis zur siebenten Generation von Lehrern, der gesagt hat: „Nachdem ich durch den Erwerb dieser fünf Verhaltensweisen höheres Wissen darüber gewonnen habe, welches die Wirkung dieser fünf Verhaltensweisen ist,*

*gebe ich diese Verhaltensweisen bekannt“? - Das nicht, Herr Gotamo. -*

*Was meinst du, Brahmane, die alten brahmanischen Seher, die Erschaffer der Hymnen, die Komponisten der Hymnen, deren alte Hymnen, die früher gesungen, vorgetragen und gesammelt wurden, die Brahmanen heutzutage immer noch singen und nachsprechen, wobei sie nachsprechen, was gesagt wurde, und rezitieren, was rezitiert wurde - das heißt Atthaka, Vāmaka, Vāmadeva, Vessāmitta, Yamataggi, Angirasa, Bhāradvāja, Vāsettha, Kassapa und Bhagu - sagten etwa diese alten brahmanischen Seher: „Nachdem ich durch den Erwerb dieser fünf Verhaltensweisen höheres Wissen darüber gewonnen habe, welches die Wirkung dieser fünf Verhaltensweisen ist, gebe ich diese Verhaltensweisen bekannt“? - Das nicht, Herr Gotamo. -*

*So gibt es unter den Brahmanen nicht einen einzigen Brahmanen, der sagt: „Nachdem ich durch den Erwerb dieser fünf Verhaltensweisen höheres Wissen darüber gewonnen habe, welches die Wirkung dieser fünf Verhaltensweisen ist, gebe ich diese Verhaltensweisen bekannt.“ Und unter den Brahmanen gibt es keinen einzigen Lehrer oder Lehrer eines Lehrers, zurück bis zur siebenten Generation von Lehrern, der sagt: „Nachdem ich durch den Erwerb dieser fünf Verhaltensweisen höheres Wissen darüber gewonnen habe, welches die Wirkung dieser fünf Verhaltensweisen ist, gebe ich die fünf Verhaltensweisen bekannt.“ Und die alten brahmanischen Seher, die Erschaffer der Hymnen, die Komponisten der Hymnen, deren alte Hymnen, die früher gesungen, vorgetragen und gesammelt wurden, die Brahmanen heutzutage immer noch singen und nachsprechen, wobei sie nachsprechen, was*

*gesagt wurde, und rezitieren, was rezitiert wurde - das heißt Atthaka, Vāmaka, Vāmadeva, Vessāmitta, Yamataggi, Angirasa, Bhāradvāja, Vāsettha, Kassapa und Bhagu - nicht einmal diese alten brahmanischen Seher sagten: „Nachdem ich durch den Erwerb dieser fünf Verhaltensweisen höheres Wissen darüber gewonnen habe, welches die Wirkung dieser fünf Verhaltensweisen ist, gebe ich diese fünf Verhaltensweisen bekannt.“*

*Angenommen, es gäbe eine Reihe blinder Männer, jeder in Berührung mit dem nächsten: der erste sieht nichts, der mittlere sieht nichts, und der letzte sieht nichts. Ebenso, Brahmane, gleichen die Brahmanen, was ihre Behauptung angeht, einer Reihe blinder Männer: der erste sieht nichts, der mittlere sieht nichts, und der letzte sieht nichts. -*

*Nach diesen Worten war der Brahmane Subho ärgerlich und ungehalten über das Gleichnis von der Reihe blinder Männer, und er schmähte den Erhabenen, sprach herabsetzende Worte und schimpfte: „Der Mönch Gotamo wird verdorben sein.“*

Um seine Meinung zu diesen fünf Verhaltensweisen befragt, antwortet der Erwachte also, dass keiner der Brahmanen diese fünf Verhaltensweisen befolgt und dadurch höheres Wissen erlangt habe, zu dem er den Weg weist.

Der Erwachte sagt von sich (M 12 u.a.), dass er höheres Wissen gewonnen habe, dass er die zu allen Zielen hinführenden Übungen kenne, die Vorgehensweise, die zur Hölle - zum Tierreich - Gespensterreich - Menschentum - zu den Himmelswesen - zum Nibbāna - führt. Er selber erinnert sich an viele frühere Daseinsformen mit allen Einzelheiten, und er sieht mit dem feinstofflichen Blick, dem gereinigten, die menschlichen Grenzen übersteigenden, die Wesen dahinschwinden und wiedererscheinen, sieht, dass sie je nach dem Wirken wiederkehren.

Keiner der Vedenpriester sagt von sich, dass er den Weg zu Brahma gegangen sei, dass er dadurch höheres Wissen erlangt habe, Brahma erlebt habe und darum den Weg zu Brahma kenne. Der Erwachte geht die ganze Priesterhierarchie durch. Er fragt nach den Meistern und Altmeistern der jetzigen Brahmanen, ja, nach ihren Großmeisterahnen bis zur siebenten Generation, weil die Brahmanen von sich behaupten, dass sie bis zum siebenten Ahnherrn hinauf als Erben Brahmas lauter empfangen, aus dem Munde geboren wurden und bereits dadurch echte Brahmanen seien. Endlich fragt der Erwachte nach der Spitze jener Pyramide, nach den Sehern der Vorzeit, welche als Verfasser der Veden, des „Wissens“, genannt werden. Der Erwachte fragt, ob irgendeiner in dieser großen Priesterpyramide bis zur höchsten Spitze hinauf etwa gesagt habe: *Aus höherem Wissen gebe ich die Wirkung dieser fünf Verhaltensweisen bekannt.*

Der Erwachte fragt also nach der Erfahrung, denn nur die Erfahrung gilt für ihn als sicherer Beweis. Und wie wir sehen, macht auch Subho keine Einwendungen. Er sagt nicht etwa zu dem Erwachten: „Wohl haben die alten Weisen und gelehrten Priester Brahma nicht in jener gewöhnlichen Weise erfahren, wie eben menschliche Erfahrung ist - wie wollte man denn auch Gott mit unseren menschlichen Sinnen erfahren können - aber ihre philosophische Spekulation hat sie den Weg zu Brahma erkennen lassen“, oder: „Im logischen Bedenken und Folgern sind sie zu diesen Einsichten gekommen“, oder: „In der Intuition hat das Göttliche zu ihnen gesprochen und hat sich offenbart“, oder: „Wo wolltet wir hinkommen, wenn wir kein Vertrauen und keinen Glauben mehr hätten zu dem überlieferten Wort, zu der geistlichen Tradition“, - so oder ähnlich antwortete Subho dem Erwachten nicht, denn hier im Mutterland der Religion und des Denkens gilt nur die Erfahrung als wirklichkeitsträchtig, als echter Beweisgrund. Wohl schleicht sich auch hier wie überall unter Menschen immer wieder blinder Glaube, blindes Vertrauen, Tradition, Spekulation, Sophisterei und Dialektik ein; aber sobald einmal wieder geradeaus



nach dem Wirklichkeitsgehalt gefragt wird, dann gilt eben nur die Erfahrung.

Wie anders im Christentum! - Als der „ungläubige Thomas“ den Berichten der anderen Jünger über die Auferstehung Jesu nicht glaubt, solange er es nicht selbst erfährt (*nicht eher, als bis ich meine Finger in die Nagelwunden seiner Hände legen kann*) - da sagt Jesus, als er ihm bald nachher erscheint: *Selig sind, die nicht sehen und doch glauben. (Joh.20,29)* Jesus ist so sehr von der Richtigkeit seiner Mission und seiner Führung überzeugt, dass er die Menschen beschwören möchte, alle Problematik auf sich beruhen zu lassen und ihm gläubig zum Heil zu folgen. - Der Buddha dagegen, ohne von der Richtigkeit seiner Mission und seiner Führung weniger überzeugt zu sein, warnt vor blindem Glauben und blindem Vertrauen, vor dem Übernehmen irgendwelcher Ansichten durch Hörensagen, durch Tradition usw. (A III,66) Und warum? Weil er die Gefahr des Missbrauchs kennt, weil auch falsche und gefährliche Auffassungen und Richtlinien, die den Gläubigen in den Untergang führen, durch blindes Vertrauen und blinden Glauben übernommen werden können, wie die Geschichte immer wieder zeigt.

Aber die Erfahrung braucht nicht nur auf das durch die Sinneswerkzeuge Wahrnehmbare, auf die jener Thomas sich beruft, begrenzt zu sein. Nicht nur die Welt der äußeren materiellen Dinge, sondern auch alles das, was im Denken, Fühlen und Wollen, in den Tendenzen, in der Wahrnehmung vor sich geht, macht zusammen das Gebiet der Erfahrung aus.

In D 13 sagt der Erwachte ähnlich wie in unserer Lehrrede:

*Dass diese dreivedenkundigen Brahmanen zur Vereinigung mit etwas, was sie gar nicht kennen und sehen, den Weg zeigen könnten mit dem Anspruch: „Das ist der gerade Weg, der unmittelbar herausführt, zur Wiedergeburt bei Brahma“, das ist unmöglich. Das ist eine Reihe von Blinden, die sich einer an den anderen klammern... Dieser dreivedenkundigen Brah-*

*manen Rede erweist sich als nicht ernst zu nehmen, als hohle Worte, als leer, erweist sich als inhaltlos.*

Das ist das Unerhörte: Die Brahmanen, die nichts sehen und nichts wissen über den Weg zu Brahma, behaupten, dass sie den Weg wüssten. Aber keiner in der ganzen Priesterreihe weiß, wie Brahma ist, keiner sieht irgendeine Spur von Brahma. Darum vergleicht der Buddha jene endlose Priesterreihe mit einer Reihe von Blinden, in der kein Vorderer, kein Mittlerer und kein Letzter sieht und in der sie doch alle einer dem anderen nachfolgen.

Fünfhundert Jahre später sagte Jesus: *Kann denn auch ein Blinder einem Blinden den Weg weisen? Müssen sie nicht alle beide in die Grube fallen? (Matth. 15,14)*

Der Erwachte schließt in D 13 an die Unkenntnis der Brahmanen über Brahma und den Weg zu ihm ein Gleichnis an:

*Das ist so, wie wenn ein Mann an einer Straßenkreuzung eine Leiter zusammenbaut, um einen Turm zu besteigen. Den würde man fragen: „Lieber Mann, weißt du denn, ob der Turm, für dessen Besteigung du die Leiter baust, im Osten oder im Westen oder im Süden oder im Norden steht und ob er niedrig oder hoch ist?“ Auf diese Frage würde er mit „Nein“ antworten. Da würde man ihn fragen: „Lieber Mann, willst du denn eine Leiter bauen, um einen Turm zu besteigen, den du gar nicht kennst und gar nicht siehst?“ Auf diese Frage würde er mit „Ja“ antworten.*

Mit dem Gleichnis von der Leiter wird die Frage nach Brahma noch deutlicher. So wie der Mann, der eine Leiter zum Besteigen eines Turms baut, nicht weiß, wo dieser Turm ist und wie seine Höhe ist, so auch nennen die Priester Gebete, Riten und Verhaltensweisen für den Weg zu Brahma, ohne zu wissen, wo Brahma ist. Die Leiter ist vielleicht viel zu klein, oder der

Turm steht im Wasser, und es bedarf ganz anderer Mittel, um zu ihm hin und auf seine Zinne zu gelangen.

Der Brahmane Subho, dem von Kind an die Hochachtung vor der Tradition eingeprägt worden war, war entsetzt und empört darüber, dass der Erwachte die hochachtbaren Meister und Altmeister seiner Tradition mit einer Reihe Blinder verglich. Aber der Erwachte wusste, wie in der Vorzeit die Brahmanenkaste nach der „Götterdämmerung“ (D 27) entstand:

*Einige Wesen haben sich rein gehalten von üblen, unheilsamen Eigenschaften. „Von üblen, unheilsamen Eigenschaften halten sie sich rein“, sagte man, so ist als erstes das Wort „Reiner, Reiner (brahmana)“ entstanden.*

*Sie haben nun tief im Wald sich Hütten aus Laub errichtet und führten dort ein Leben der Besinnung, pflegten weltlose Entrückungen. Am Abend sind sie zum Abendmahl zu den Dörfern, Märkten und Städten hinabgestiegen, die Reste der Mahlzeit einzusammeln. Hatten sie Nahrung erhalten, so kehrten sie gleich wieder in den Wald zurück und pflegten weltlose Entrückungen.*

*Das haben nun die Leute bemerkt und alsbald gesagt: „Da sind ja Wesen, die tief im Wald leben, sich Hütten aus Laub errichtet haben und weltlose Entrückungen pflegen.“ „Der Welt entrückt“, sagte man, so ist das Wort „Entrückter, Entrückter“ als zweites entstanden.*

*Nun aber gab es manche unter diesen Wesen, die dort im Wald in den Hütten aus Laub eine weltlose Entrückung zu gewinnen nicht imstande waren. Die haben sich in der Nähe eines Dorfes oder in der Nähe einer Burg angesiedelt und sich mit dem Verfassen von Schriften beschäftigt. Als die Leute dies sahen, haben sie gesagt: „Diese Wesen sind nicht imstande, im Wald, in den Hütten aus Laub weltlose Entrückungen zu gewinnen. Da sind sie denn in die Nähe eines Dorfes oder in die Nähe einer Burg herabgezogen und mit dem Verfassen von Schriften beschäftigt. Sie sind nicht weltlos entrückt.“ „Nicht Entrückte, Nicht Entrückte“, sagte man. So ist das Wort*

„Nicht Entrückter, Nicht Entrückter“ als drittes entstanden.  
Als minderwertig gegolten hat ja zur damaligen Zeit, was heute als höchstwertig gilt.

Die Reinen, die sich von den damals zutage getretenen Untugenden rein gehalten hatten, haben den langen Weg der Abwärtsentwicklung der einst brahmischen Wesen in sich rückwärts vollzogen, sind zur Herzenseinheit (*samādhi*) zurückgekehrt, sind wieder Brahmas in Menschengestalt geworden und werden im nächsten Leben bei den selbstleuchtenden, inneres Wohl genießenden Brahmas wiedergeboren, dem Sog zur Abwärtsentwicklung entronnen - aber, wie der Erwachte sagt: Auch diese Brahmaexistenz geht wieder zu Ende. Doch damals, als noch kein Erwachter erschienen war, war es das bestmögliche Gegenmittel, um der Abwärtsentwicklung für lange, lange Zeiten zu entrinnen.

Die Wesen, die die weltlose Entrückung nicht gewinnen konnten, befassten sich mit dem Verfassen von Schriften, mit der geistigen Klärung und Auseinandersetzung, um sich bewusst zu machen, wie wichtig es ist, sich umzuerziehen, sich aus dem, was sie sich aufgeschrieben hatten, selber zu ernähren.

Also nur Heilsames, der inneren Läuterung Dienliches war das Thema dieser beiden Arten des Kreises der Reinen, der Vorläufer der späteren Brahmanenkaste.

### Die fünf von den Brahmanen empfohlenen Verhaltensweisen

Der Erwachte nennt Eigenschaften, die sich aus der Pflege der heilenden rechten Anschauung entwickeln und die sich teilweise mit den von den Brahmanen genannten Verhaltensweisen decken:

Vertrauen (*saddhā*), Tugend (*sīla*), Wahrheitskenntnis (*suta*),  
Loslassen (*caga*), Klarblick (*vipassana*).

Diejenigen, die den Wunsch haben, nach dem Tod unter hochgestellten Menschen oder den menschnahen Göttern wiedergeboren zu werden, bilden hauptsächlich Vertrauen und Tugend aus. Je mehr Wahrheitskenntnis, Loslassen und Klarblick zunehmen, um so mehr werden die Wünsche des Strebenden für seine künftige Wiedergeburt davon bestimmt, d.h. er greift dann auch zu immer höheren Zielen.

Für die Brahmanen zur Zeit des Buddha, die teilweise ein Leben im Haus, in Reichtum und Wohlstand führten, teilweise Pilger oder Priester waren, war es wichtig, sich 1. an die Wahrheit zu halten, d.h. nicht nur nicht zu lügen, sondern auch das als richtig Erkannte zu bewahren und ihm nachzugehen. 2. lebten manche Brahmanen sexuell enthaltsam. Heute hat sich in der westlichen Welt eine immer gröbere Lebensform entwickelt, bei welcher es um Bequemlichkeit, Lust, Genuss und Nervenkitzel geht und der Gedanke an den Tod beiseite geschoben wird. Das Denken der alten Inder war auch auf das spätere jenseitige Leben gerichtet, und es bestand nicht nur eine große Furcht vor dem Abfall in die untere Welt, sondern auch eine große Sehnsucht nach höheren, reineren, lichterem Lebensformen. Unter den Menschen dieser Art waren viele, die fast nichts mit erotischen Anwendungen zu tun hatten oder, wenn solche aufkamen, sie leicht abweisen konnten mit höheren Vorstellungen und Gedanken. In fast allen Religionen wird das Zurücktreten von der Sexualität empfohlen, weil man erst dann von dem großen Ballast befreit sei, der den Eintritt in höhere Sphären verhindere.

Das Pälwort für Keuschheit ist *brahma-cariya*. Brahma - das Strebensziel der Inder - ist die über allen sinnlichen Gottheiten thronende reine Gottheit oberhalb aller Geschlechtlichkeit. *Cariya* bedeutet Wandel, d.h. die gesamte Verhaltensweise im Denken, Reden und Handeln. *Brahmacariya* ist also der zu Brahma führende Wandel, zu dem die Übung der vollkommenen Keuschheit gehört.

Durch die 3. Verhaltensweise, geistige Anstrengung, wird der Triebhaushalt in bewusst angestrebter Läuterung verbessert, Gewohntes aufgegeben.

Zur 4. Verhaltensweise: Das Leben der brahmanischen Priester bestand vorwiegend in dem Auswendiglernen der ungezählten Sprüche der Veden sowie im Erlernen der Ritualformen bei Opfern und Feiern. In solchem Leben, im Umgang mit ihren Meistern und Altmeistern, übernahmen sie mehr oder weniger unbewusst die optimistische Auffassung, dass sie sich auf dem Weg zu Brahma befänden. Aber wir lernen in den Lehrreden auch manchen reifen und weisen Brahmanen kennen, der sich die tiefere Auffassung von dem Weg zu Brahma bewahrt hat.

Der Buddha fand die Priesterschaft seiner Zeit in einem ähnlichen Zwiespalt zwischen Mystik und Scholastik, zwischen geistiger Erfahrung aus innerer Schau und intellektuellem Ergrübeln, wie sich auch die Priesterschaft des christlichen Mittelalters befand. Dieser Zwiespalt bewegte auch den jungen Subho, den Brahmanen, wenn er sagte, dass die einen Brahmanen das Hausleben, die anderen die Pilgerschaft für heilsamer hielten.

Die 5. Verhaltensweise, das Loslassen, die Subho auf Befragen des Erwachten später in der Lehrrede als die höchste Verhaltensweise bezeichnet, beinhaltet einmal Freisein von Geiz, Freude haben am Geben, am Loslassen des Besitzes und im tiefsten Sinne, dass die gesamten auf die Welterscheinungen gerichteten Triebe des Herzens immer schwächer werden, der Übende sie loslässt, wozu auch das Aufgeben des Hauslebens gehört.

### Blendung durch Sinnensucht

In seinem Ärger über den Angriff des Erwachten auf die Tradition, die Überlieferung, die ihm heilig ist, nennt der junge Subho einen anderen berühmten Brahmanen, der - wahrscheinlich in Anspielung auf den Buddha - behauptet, Men-

schen könnten keine übermenschlichen Erfahrungen machen, den Heilsstand nicht gewinnen:

*Der Brahmane Pokkharasāti, der Opanaññer von Subhagavana hat gesagt: „Manche Mönche und Brahmanen behaupten, übermenschliche Erfahrungen, den Heilsstand mit ungeblendetem wirklichkeitsgemäßigem Sehen und Wissen erreicht zu haben. Aber was sie sagen, erweist sich als lächerlich; es erweist sich als bloßes Gerede, leer und hohl. Denn wie könnte ein Mensch übermenschliche Erfahrungen, den Heilsstand mit ungeblendetem wirklichkeitsgemäßigem Sehen und Wissen verstehen oder erkennen oder verwirklichen? Das ist unmöglich.“*

Darauf fragt der Erwachte, ob der Brahmane Pokkharasāti das Herz aller Menschen erkennen könne, und führt aus, dass der Brahmane Pokkharasāti einem Blinden gleiche, der die Existenz dessen leugne, was die Sehenden sähen, dass er insofern ohne Zusammenhang, unweise, ohne Überlegung, nicht zum Heil führend geredet hätte. Durch Sinnensucht geblendet, sagt der Erwachte, sei der Brahmane Pokkharasāti:

*Was meinst du, Brahmane, kann der Brahmane Pokkharasāti, der Opanaññer von Subhagavana, das Herz aller Asketen und Brahmanen im Herzen durchschauen und erkennen? -*

*Nicht einmal bei seiner Magd Punnika kann der Brahmane Pokkharasāti das Herz im Herzen durchschauen und erkennen. Wie könnte er gar das Herz aller Asketen und Brahmanen im Herzen durchschauen und erkennen? -*

*Gleichwie etwa, Brahmane, wenn da ein Blindgeborener wäre. Der sähe keine schwarzen und keine wei-*

*ßen Gegenstände, keine blauen und keine gelben, keine roten und keine grünen, er sähe nicht, was eben und was uneben ist, sähe keine Sterne und nicht Mond und nicht Sonne. Und er spräche: „Es gibt nichts Schwarzes und Weißes, es gibt keinen, der Schwarzes und Weißes sieht; es gibt nichts Blaues und Gelbes, es gibt keinen, der Blaues und Gelbes sieht; es gibt nichts Rotes und Grünes, es gibt keinen, der Rotes und Grünes sieht; es gibt nichts Ebenes und nichts Unebenes, es gibt keinen, der Ebenes und Unebenes sieht; es gibt keine Sterne, es gibt keinen, der Sterne sieht; es gibt weder Mond noch Sonne, es gibt keinen, der Mond und Sonne sieht. Ich kenne diese nicht, ich sehe diese nicht, deshalb gibt es sie nicht.“ Würde der wohl, Brahmane, wenn er so redete, Richtiges sagen? -*

*Gewiss nicht, Herr Gotamo. Es gibt Schwarzes und Weißes, und man sieht es; es gibt Blaues und Gelbes, und man sieht es; es gibt Rotes und Grünes, und man sieht es; es gibt Ebenes und Unebenes, und man sieht es; es gibt Sterne und Mond und Sonne, und man sieht sie. „Ich kenne diese nicht, ich sehe diese nicht, deshalb gibt es sie nicht“: Wenn er so redete, würde er gewiss nicht Richtiges sagen. -*

*Ebenso auch, Brahmane, ist der Brahmane Pokkharasāti blind und augenlos. Dass er übermenschliche Erfahrungen, den Heilsstand mit ungeblendetem wirklichkeitsgemäßigem Sehen und Wissen verstehen oder erkennen oder verwirklichen würde, ist unmöglich.*

*Was meinst du wohl, Brahmane, von jenen reichen kosalischen Brahmanen, wie Canki der Brahmane, Tārukkho der Brahmane, Pokkharasāti der Brahmane, Jānussoni der Brahmane oder dein Vater Todeyyo, welche gelten bei ihnen als besser, die da mit Zusam-*



*menhang reden oder ohne Zusammenhang? - Mit Zusammenhang, Gotamo. -*

*Welche gelten bei ihnen als besser, die weise reden oder unweise? - Die weise reden. -*

*Welche gelten bei ihnen als besser, die mit Überlegung reden oder ohne Überlegung reden? - Die mit Überlegung reden. -*

*Welche gelten bei ihnen als besser, die zum Heil führend reden oder die nicht zum Heil führend reden? - Die zum Heil führend reden. -*

*Was meinst du wohl, Brahmane, wenn es so ist, hat der Brahmane Pokkharasāti mit Zusammenhang geredet oder ohne Zusammenhang? - Ohne Zusammenhang, Herr Gotamo. -*

*Hat er weise oder unweise geredet? - Unweise, Herr Gotamo. -*

*Hat er mit Überlegung oder ohne Überlegung geredet? - Ohne Überlegung, Herr Gotamo. -*

*Zum Heil führend oder nicht zum Heil führend? - Nicht zum Heil führend, Herr Gotamo.-*

Es ist ein Gesetz, dem alle Wesenheit, alle Tiere, Menschen, Geister und Götter unterliegen: Was ein Lebewesen nicht weiß und nicht ahnt als größere und seligere Lebensmöglichkeit gegenüber seinen bisherigen, das kann es auch in keiner Weise anstreben wollen, und so bleibt es und muss es gefangen bleiben in seinen bisherigen Gewohnheiten und abseits der größeren Möglichkeiten. Weil es so ist, weil ein Wesen erst von den größeren Zielen hören oder sie sehen muss, auf jeden Fall verstehen muss, ehe es dazu kommen kann, sich aus seinem Sumpf zu erheben und das Größere anzustreben - darum erscheinen immer wieder die Größeren, die Heilslehrer, die den höheren Zielen näher gekommen sind oder sie ganz erreicht haben, unter den Menschen und belehren sie darüber, dass es freudvoll-selige Zustände, ja, Daseinsformen gibt oberhalb

und außerhalb von allem sinnlichen Begehren, die unvergleichlich wohltuender, seliger sind als alles sinnlich erfahrbare Wohl, dass sie bis jetzt ihre besten und herrlichsten Möglichkeiten versäumt haben, dass es aber den Weg gibt, dazu zu kommen. In diesem Sinn sagt der Erwachte (M 96):

*Eine heilsfähige, weltüberlegene Eigenschaft, die der Mensch besitzt, die lehre ich ihn nützen.*

Diese Eigenschaft ist der Geist, der die Wahrheit enthält. Bei dem normalen Menschen ist der Geist, das Gedächtnis erfüllt von den alltagsgrauen banalen Erfahrungen seines bisherigen Erlebens. Und wenn der Geist nichts anderes kennt, dann kann er den Menschen auch nur immer von den einen der ihm bekannten grauen Möglichkeiten zu den anderen führen, und wieder hin und wieder her. Der Geist des normalen Menschen, der nur Sinnesdaten aufgenommen hat, ist gehemmt und gehindert im Verständnis:

*Fünf Hemmungen gibt es, Brahmane. Welche fünf? Weltliches Begehren, Antipathie bis Hass, Beharren im Gewohnten, geistige Unruhe, Daseinsbängnis. Das sind, Brahmane, die fünf Hemmungen. Durch diese fünf Hemmungen ist der Brahmane Pokkharasāti gebunden, betört, gefesselt, ist in sie verwickelt. Dass er übermenschliche Erfahrungen, den Heilsstand mit ungeblendetem, wirklichkeitsgemäßem Sehen und Wissen verstehen oder erkennen oder verwirklichen könnte, ist unmöglich.*

*Fünf Sinnensuchtstränge gibt es, Brahmane. Welche fünf? Die durch den Luger erfahrbaren Formen, die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen, dem Begehren entsprechenden, reizenden; die durch den Lauscher erfahrbaren Töne, die ersehnten....die durch den Riecher erfahrbaren Düfte, die ersehnten....die durch den Schmecker erfahrbaren Säf-*

*te, die ersehnten...die durch den Taster erfahrbaren Tastungen, die ersehnten...*

*Das sind, Brahmane, die fünf Sinnensuchtstränge. Durch diese fünf Sinnensuchtstränge, Brahmane, ist der Brahmane Pokkharasāti gebunden, betört, gefesselt. Ohne das Elend zu sehen, ohne an Entrinnung zu denken, gibt er sich ihnen ganz hin. Dass er etwa übermenschliche Erfahrungen, den Heilsstand mit ungeblendetem, wirklichkeitsgemäßem Sehen und Wissen verstehen oder erkennen oder verwirklichen könnte, ist unmöglich.*

Diese Aussage erinnert an eine andere Aussage des Erwachten (M 125):

*Wie sollte es möglich sein, dass das, was durch Zurücktreten von der Welt der Sinne, durch Loslassen, durch Ablösung fassbar und durch Befreiung zu verwirklichen ist, dass das etwa auch von Jayaseno, dem Königsohn, der mitten im sinnlichen Begehren lebt, der Begehrensdinge genießt, von begehrliehen Gedanken verzehrt wird, im Begehrensfieber aufgerieben wird, von der Suche nach den Sinnendingen ganz erfüllt ist, erkannt werden könnte, gesehen werden könnte, erfasst werden könnte, verwirklicht werden könnte - das ist nicht möglich.*

Wer nichts kennt als die Erfahrungsweise des normalen Menschen, der kann die Beschreibungen von Freiheit außerhalb der Welt, von Unverletzbarkeit, von Seligkeit usw. nicht verstehen. Menschen, die bis über die Ohren in der Weltlichkeit und Sinnlichkeit aufgehen und untergehen, welche darum für nichts anderes Sinn haben, vergleicht der Erwachte mit Lotosrosen, die ganz und gar im Wasser leben, bei denen Stängel, Blätter und Blüten unter dem Wasser sich entwickeln und entfalten.

Andere Menschen dagegen ragen mit ihrem Geist etwas über die Sinnlichkeit hinaus, wie bei manchen Lotosrosen der Stängel noch im Wasser ist und nur Blätter und Blüten über das Wasser hinausragen. Wir haben in den Lehrreden viele Beispiele für diese Tatsache. Die innere Reife entscheidet über das Verständnis. In M 146 unterrichtet ein Geheilter fünfhundert Nonnen. Er erklärt ihnen Schritt für Schritt die fünf Zusammenhäufungen und fragt immer wieder: „Versteht ihr das?“ - Sie antworten immer wieder: „Ja, wir verstehen es.“ - „Und wieso versteht ihr es?“ - „Wir haben es schon in der Vergangenheit immer wieder so betrachtet, immer wieder so gesehen.“

Sie haben den wirklichkeitsgemäßen weisen Anblick der Dinge immer wieder gepflegt, wodurch sie zu einem feinen Zurücktreten gekommen sind, durch das sie über den Dingen stehen und nicht mehr von den Eindrücken umhergeworfen werden, nicht mehr erschüttert werden durch die einzelnen Sinneseindrücke, sondern bei dem klaren entlarvenden Blick der Wahrheit bleiben. Mit dieser Haltung sind sie endgültig in die Entwicklung eingetreten, die erst endet, wenn das Heil gewonnen ist, sie haben den Stromeintritt gewonnen.

In M 147 spricht der Erwachte mit Rāhulo über fast wörtlich dasselbe Thema wie in M 146. Und dieser erlangt durch den fast gleichen Vortrag die Versiegung aller Wollensflüsse. Es heißt dort, diesem Vortrag hätten noch viele Tausende anderer Wesen zugehört, himmlische Geister, die dadurch in den Strom eingetreten seien. Dieselbe Darlegung hat diesen, die weniger reif waren, geholfen zum Verständnis, dass die fünf Zusammenhäufungen nur Leidensmasse sind und dass man erst gesichert ist, wenn das Haften an ihnen ausgerodet ist. Wer das gründlich verstanden hat und dann anfängt, danach zu leben, immer mehr zurückzutreten, loszulassen, in Bezug auf diese Dinge nicht mehr Ansprüche zu stellen, innerlich sich frei zu machen, der prägt das in sein Wollen ein, und dessen Grundcharakterzug wird das Loslassen. Damit wächst er zu

innerer Selbstständigkeit immer mehr heran. Er gewinnt geistige Erfahrung und damit innere Unabhängigkeit.

Weltliche und überweltliche  
Beglückung bis Entzückung (*pīti*)

*Was meinst du wohl, Brahmane, welches von zwei Feuern würde wohl eine bessere Flamme, besseren Glanz und bessere Leuchtkraft haben - ein Feuer, das durch Brennstoff, wie z.B. Heu und Holz genährt, brennen würde, oder ein Feuer, das ohne Brennstoff<sup>172</sup> brennen würde? -*

*Wenn es möglich wäre, Herr Gotamo, dass ein Feuer ohne Brennstoff, wie z.B. Heu und Holz, brennen könnte, würde jenes Feuer eine bessere Flamme, besseren Glanz und bessere Leuchtkraft haben. -*

*Unmöglich ist es, Brahmane, es kann nicht sein, dass ein Feuer brennen könnte, ohne durch Brennstoff, z.B. von Heu und Holz unterhalten zu sein, es sei denn durch Geistesmacht.*

*So wie ein Feuer durch Brennstoff brennt, so auch, sage ich, ist die Beglückung bis Entzückung, die durch die fünf Sinnesstränge bedingt ist.*

*Aber so wie ein Feuer, das ohne Brennstoff brennt, so, sage ich, ist die Beglückung bis Entzückung außerhalb von Weltlichem, außerhalb von unheilsamen Eigenschaften.*

*Was ist das aber, Brahmane, für eine Beglückung bis Entzückung außerhalb von Weltlichem, außerhalb von unheilsamen Eigenschaften? Da verweilt ein Mönch abgeschieden von weltlichem Begehren, abgeschieden von heillosen Gedanken und Gesinnungen in*

---

<sup>172</sup> K. E. Neumanns Übersetzung „Feuer durch regengetränktes Heu genährt“ entspricht nicht dem Pālitext.

*stillem Bedenken und Sinnen. Und so tritt die aus innerer Abgeschlossenheit geborene Entzückung und Seligkeit ein, der erste Grad weltloser Entrückungen.*

*Dies, Brahmane, ist eine Beglückung bis Entzückung außerhalb von Weltlichem, außerhalb von unheilsamen Eigenschaften.*

*Weiter sodann: Nach Vererbung auch des Bedenkens und Sinnens verweilt er in innerem seligem Schweigen, in des Gemütes Einigung. Und so tritt die von Sinnen und Bedenken befreite, in der Einigung geborene Entzückung und Seligkeit ein, der zweite Grad weltloser Entrückungen.*

*Dies, Brahmane, ist eine Beglückung bis Entzückung außerhalb von Weltlichem, außerhalb von unheilsamen Eigenschaften.*

Das Feuer, das mit Brennstoff unterhalten wird, vergleicht der Erwachte mit Beglückung bis Entzückung, die mit Weltlichem verbunden ist (*sāmisa pīti*), und das Feuer ohne Brennstoff vergleicht der Erwachte mit Beglückung bis Entzückung außerhalb von Weltlichem, außerhalb von unheilsamen Eigenschaften. So wie ohne Brennmaterial nur durch ein „Wunder“, durch Geistesmacht, Feuer erzeugt werden kann, so bedürfen die Entrückungen der Geistesmacht. Diese Geistesmacht besteht in der Überwindung der fünf Hemmungen, worüber der Übende *sich freut und fröhlich gestimmt ist* (M 39). Wer sich die immer wieder erfahrenen inneren Erhellungen und Erhöhungen vor Augen führt, sich damit ernährt, der kommt zu großer innerer Freude, weil er merkt, wie er von vielen Wirtnissen des Daseins befreit und weniger verletzbar geworden ist.

So selten aber, wie es vorkommt, dass ein Geistesmächtiger durch Geistesmacht Feuer entfacht, so relativ selten ist in der Welt auch die überweltliche Beglückung bis Entzückung gegenüber der weltlichen.

## 1. Die mit Weltlichem verbundene Beglückung bis Entzückung

Die mit Weltlichem verbundene Beglückung bis Entzückung entsteht noch in der Ebene der Begegnung mit Sinnlichem durch eine Erhebung des Gemüts. Der wohlsuchende Geist erlebt, dass es nicht nur das Sinnesobjekt ist, das den jeweiligen Trieb befriedigt, sondern dass ein Zug des Herzens zum Höheren und Edleren dabei beteiligt ist. Einige Beispiele aus den Lehrreden für weltliche Beglückung bis Entzückung:

1. Als der Seher Asito den eben geborenen Prinzen Sid-dhattho, das Buddhakind, im Glanz seiner Körpermerkmale und seiner strahlenden Schönheit erblickte, da war er durch diesen Sinneseindruck tief in Freude versunken und erlangte Beglückung bis Entzückung (Sn 687), *erhobenen Herzens, freudigen Geistes nahm er das Kind auf.* (Sn 689) Und als er den Sakyern prophezeite, dass der Knabe ein Erwachter werden würde, da erlangten auch die Saker tiefe Beglückung bis Entzückung (Sn 695). Ohne den Anblick des überirdischen Glanzes des Kindes hätte Asito keine Beglückung gefühlt, seine Beglückung war insofern mit den Sinnen verbunden. Und die Saker waren stolz und beglückt, dass aus ihrem Volk der Buddha hervorgehen werde.

2. Als die Eltern Ghatikāros dem Buddha Kassapo Almo-sen und das Stroh ihres Vordaches gespendet hatten, fühlten sie eine ganze Woche lang darüber Beglückung bis Entzückung: *Das Wohl der Beglückung verschwand eine Woche lang nicht.* (M 82)

3. Wie Beglückung bis Entzückung beim Geben aufsteigt, wird vom Bodhisattva aus früheren Leben berichtet: Einmal plante er als Brahmane eine große Almosenverteilung für einen Buddha und seine Mönche. Als er auf den dafür errichteten Pavillon schaute, erhob sich in seinem Körper eine Beglückung bis Entzückung, die ununterbrochen in ihm aufstieg (Nidānakatha p.33). - In einem anderen Leben erinnerte er sich daran, wie er durch früheres Spenden großes Verdienst, großes

Wohl erworben hatte: Bei dieser Erinnerung wurde sein ganzer Körper von Beglückung bis Entzückung erfüllt, und er sang ein begeistertes Lied, das im ganzen Land als pīti-Lied bekannt wurde. (J 415)

4. Im vorletzten Erdenleben war unser Buddha als Vessantara Minister eines Königs. Als er für diesen eine günstige Unternehmung, die aber schwierig war und einen aufopferungsvollen Dienst erforderte, ausarbeitete und bedachte, erhob sich ihm im Körper darüber eine große Beglückung bis Entzückung. (J 546)

5. Einmal pries der Erwachte gegenüber Ānando die übertragenden Eigenschaften Sāriputtos. Dabei hörten Gottheiten dem Gespräch zu. Als es zu Ende war, waren die Götter tief befriedigt, hoch erfreut und von verzücktem Frohsinn erfüllt (*attamana, pāmudita, pīti-somanassa-jāta*), und sie strahlten in vielfältigem Glanz (S 2,29).

6. Als die Götter der Dreiunddreißig bedachten, wie Mönche, die beim Erhabenen das Ordensleben geführt hatten, nach dem Tod in ihre Götterwelt gelangten und dort wegen ihrer Tugendfülle die anderen Götter überstrahlten, da wurden auch sie tief befriedigt, hoch erfreut, und von Beglückung bis Entzückung erfüllt, riefen sie: *Die Schar der Götter, o seht nur, nimmt zu, ab nimmt die dunkle Schar* (D 19).

7. Eine Frau wurde, als ihr Sohn sich mit Sāriputto unterhielt, tief befriedigt, hoch erfreut und von Beglückung bis Entzückung erfüllt im Gedanken: *Mein Sohn spricht mit dem Heerführer der Lehre*. (Ud II,8)

8. Wenn ein Mönch im Umgang mit seinen Ordensbrüdern merkt, dass er sie nicht zornig anfährt, beleidigt und grob behandelt, dass er auf Ermahnungen nicht heftig reagiert usw., sondern voll Verständnis auf sie eingeht, *so hat ein solcher Mönch eben diese Freude und diese Beglückung über die Gemüts-erhellung, sei es am Tag oder in der Nacht, zu pflegen* (M 15). Sein Verhalten bei der Begegnung mit den Mitmönchen zeigt ihm sein Freisein von Herzenstrübungen, seine wesentlich hellere Gemütsverfassung. Über diesen großen inneren



Fortschritt auf dem Weg entsteht bei ihm Beglückung bis Entzückung. Diese soll er pflegen, diese Freude nicht unterdrücken, mag sie am Tag oder in der Nacht aufkommen, sagt der Erwachte. Er pflegt sie, indem er sich freudig vor Augen führt, welches Wohl ihm bei solcher inneren Art bevorsteht und einen wie großen Schritt er dem Heil näher gerückt ist.

9. Der Buddha ermahnte seinen Sohn Rāhulo wie folgt:  
Wenn er nach einer Tat oder nach einem Wort merke, dass es niemand beschwert, sondern nur Wohl bringt, dann solle er eben diese Beglückung bis Entzückung über dieses heilsame Wirken Tag und Nacht pflegen. (M 61)

In diesen Einzelfällen zeigt sich, dass mit Weltlichem verbundene Beglückung bis Entzückung von der Gemütshaltung des freudigen Gebens, der Tugend und des Wissens um jenseitige Ernte genährt wurde. Wenn der Erwachte einen Menschen in die Lehre einführte, dann sprach er zuerst mit ihm von dem Segen des Gebens, dann von der Tugend und dann von seliger Welt. Ein edles, auf Mitempfinden und Hochziehendes ausgerichtetes Herz lässt tugendhaft handeln und empfindet Beglückung bis Entzückung bei der Erfüllung dieser Tugend oder bei dem Erleben von Tugend, Helligkeit und seelischer Größe bei anderen.

Das vierte Thema des Erwachten, wenn er die Menschen in die Lehre einführte, war das Aufzeigen des Elends des Begehrens und des Vorteils der Weltüberwindung, die Herzenseinigung. Das aber ist der Inhalt der zweiten Art von Beglückung bis Entzückung, der überweltlichen Beglückung bis Entzückung.

## 2. Die mit Überweltlichem verbundene Beglückung bis Entzückung

Den Eingang und Übergang zur ersten Entrückung schildert der Erwachte wie folgt (D 2):

*Während er so die Hemmungen in sich aufgehoben erkennt, wird er erfreut. Erfreut wird er verzückt. Im Geist verzückt, wird der Körper gestillt. Körpergestillt fühlt er sich wohl. Sich wohl fühlend wird das Herz geeint. So gewinnt er die erste und zweite Entrückung.*

Weil der Geist ausschließlich auf die Freude und Beglückung gerichtet ist, so vergisst er darüber die sinnliche Wahrnehmung. Bisher lugte er immer aufmerksam von innen durch die Sinne nach außen, nahm also die sinnliche Welt auf. Diese selbe Aufmerksamkeit weilt jetzt bei dem inneren Glück, weil es so beglückend ist. Dadurch aber stellt die Aufmerksamkeit ihr Lugen durch die Sinne ein, und so beginnt die Entrückung von der sinnlichen Wahrnehmung der Außenwelt, das Aufhören der sinnlichen Wahrnehmung zugunsten eines reinen inneren Glücks. So ist geistige Beglückung der erste Schritt des Übergangs zur Herzenseinigung (*samādhi*).

Von der Entrückung zurückgekehrt, weiß der Erleber der weltlosen Entrückung nun um ein ganz anderes „Sein“, wie es der Erwachte in D 9 schildert:

*Dem geht die frühere Wahrnehmung aus Sinnensuchtwahrnehmung von Sinnesobjekten (kāma-saññā) unter, und eine aus Abgeschiedenheit geborene Entzückung und Seligkeit, eine feine Wahrheitswahrnehmung (sukhuma sacca saññā) geht zu dieser Zeit auf. Aus Abgeschiedenheit geborene Entzückung und Seligkeit, eine feine Wahrheit nimmt er zu dieser Zeit wahr. So kann durch Übung die eine Wahrnehmung aufgehen, durch Übung die andere Wahrnehmung untergehen.*

Die Entrückung, solange sie währt, ist nur eine stille Wahrnehmung. Diese Wahrnehmung ist durch kein Berührungsegefühl entstanden, sondern ist bedingt durch die Verfassung des Herzens, z.B. bei der ersten Entrückung, wenn der Mönch fern von der Sinnensucht und fern von unheilsamen Eigenschaften in innerer Helligkeit ist.

Der Erwachte sagt: Wer von dem Erlebnis der Entrückung „zurückkehrt“, d.h. durch Wiedereinsetzen sinnlicher Wahrnehmung sich wieder des Körpers und der Umgebung, also einer Situation innerhalb der „Welt“ bewusst ist, der weiß dann in seinem Gedächtnis zwei vorher ungeahnte, zwei weltlöschende und Freiheit eröffnende Erfahrungen. Er weiß, dass in der Entrückung vom Ich- und Welt-Erlebnis, in dieser dinglosen, raumlosen und zeitlosen Freiheit eine Seligkeit ohnegleichen erfahren wurde, in welcher er nur zu gern immer und ewig weilen möchte - denn nun erst nach solch einem Erlebnis weltlosen Friedens spürt und ermisst er, wie reibungsvoll und schmerzlich der prasselnde Ansturm der Vielfaltserlebnisse eines Ich in ständiger Begegnung mit Umwelt und den gesamten dadurch gegebenen Problemen ist.

Aber darüber hinaus erfährt er noch eine ganz andere Wahrheit. Der Erwachte bezeichnet das gesamte sinnliche Erleben als „Blendung“ und vergleicht es mit dem Hinstarren auf Luftspiegelungen in der Wüste, auf Fata Morgana-Szenen, und darum bezeichnet er die aus der lebenslänglichen Kette dieser Sinneserlebnisse aufgebaute Weltvorstellung und Lebensvorstellung als „Wahn“, und er erklärt immer wieder, dass alle aus diesem Wahn (*avijjā*) hervorgehenden Bestrebungen und Aktionen der „sich“ erlebenden Wesen nur zu fortgesetzten wahnhaften Weitergestaltungen von Welterlebnissen führen mit immer anderen wechselnden sogenannten „Lebensläufen, Lebensbahnen“ mit immer wieder neuer Geburt und neuem Altern und Sterben.

Die Entrückungen aber, in denen ja von dem weiteren Ausspinnen des Wahns zurückgetreten wird, in welchen zeitlose Seligkeit herrscht - diese bezeichnet der Erwachte als „Wahrheitswahrnehmung“ (*sacca-saññā* - D 9). Er weiß, dass das Erlebnis der weltlosen Entrückung wahrer ist als die sinnliche Wahrnehmung von Ich und Umwelt mit Raum und Zeit, die eine grobe Trug-Wahrnehmung ist. Und der Erwachte bezeichnet die Entrückungen als „Wohl der Befreiung“ (*nekhamma-sukha*) und als „Wohl der Erwachung“ (*sambodhi*)

*sukha* - M 139), und er empfiehlt, dieses Wohl der Erwachung immer stärker anzustreben, immer mehr darin zu wohnen und durch sie hindurch zu noch weiteren heileren Zuständen zu erwachen. - Das ist eine totale Umkehrung der naiven Auffassung von Wirklichkeit, des „naiven (d.h. nur dem diesseitigen Erleben verhafteten) Realismus“. Unser Erleben hat den Wirklichkeitscharakter von Träumen, die ja mit ihren gesamten Inhalten für die Dauer ihres Bestandes auch wirksame Wirklichkeit sind, Schmerzen und Freuden bringen - die aber übersteigbar, transzendierbar sind.

Der Erwachte bezeichnet die Entrückungen als Wohl der Erwachung, weil in diesem Zustand die gesamten Wahn-Szenen und ihre Wahndramatik, die der weltgläubige Mensch für unentrinnbare Realität hält, der er sich ausgeliefert glaubt, unterbrochen sind und aufgehört haben. Sie haben so aufgehört, wie wenn ein Fieberkranker, der von Delirienbildern bald gequält und bald verzückt wird und der ohne Wissen um seine Krankheit von einer erlebten Szene in die andere stürzt, nun durch die vom Arzt gegebene richtige Medizin zunächst zu dem Zustand des erquickenden traumlosen Schlafs kommt, der ihn von der Fieberbilderwelt mit allen ihren Wahnängsten befreit. So auch ist das Erlebnis der Entrückung - der Entrückung von der Fata Morgana-Szenerie und von der Ausrichtung des menschlichen Willens auf die dort gespiegelten Bilder - ein gewaltiger Schritt in Richtung auf die endgültige Erwachung und Erlösung, der mit der geistigen Beglückung bis Entzückung beginnt.

Die den ersten beiden weltlosen Entrückungen entsprechenden Selbsterfahrungen nach dem Ablegen des Fleischkörpers sind die ersten beiden Stufen der Welt der Reinen Form, der Brahmas und der Leuchtenden. Es heißt, dass die dortigen Götter sich von Beglückung bis Entzückung ernähren (D 1, D 24, D 27, Dh 100), und zwar die Leuchtenden ausschließlich. Sie leben beständig im Glück, und es heißt von ihnen, dass sie nur ab und zu den Ausruf „*oh Wohl, oh Wohl (sukha)*“ äußern (A V, 170). Weltzeitalter lang in dieser Beglückung bis Entzü-

ckung zu leben, das ist die höchstmögliche Form dieser überweltlichen Beglückung bis Entzückung.

### Loslassen und Mitgefühl

*Von welcher der fünf Verhaltensweisen, die die Brahmanen angeben, um Verdienstvolles zu wirken, um Heilsames zu erreichen, sagen sie, dass sie die wirkungsvollste ist, um Verdienstvolles zu wirken, um Heilsames zu erreichen? -*

*Von den fünf Verhaltensweisen, die die Brahmanen angeben, um Verdienstvolles zu wirken, um Heilsames zu erreichen, sagen sie, dass Loslassen die wirkungsvollste Verhaltensweise ist, um Verdienstvolles zu wirken, um Heilsames zu erreichen. -*

Der Loslassende hat die Not des Daseins entdeckt, er hat die Wunschbesessenheit aller Lebewesen auch bei sich entdeckt. Er hat seine Wunschbesessenheit weitgehend gemindert, aber um so mehr hat er sie bei sich und bei allen anderen Wesen erkannt und durchschaut. Und immer mehr ist ihm jetzt, wo ihm Lebewesen begegnen, deren Wunschbesessenheit vor Augen, deren Wunschhaftigkeit, deren Sehnen nach Wohl und deren Angst vor Wehe. Er ist nicht mehr einer, der hauptsächlich bei den Wesen fragt: „Was habe ich von denen“, sondern er ist einer geworden, der auf Verständnis, Rücksicht, Wohltun, Förderung aus ist. So heißt es von einem solchen in den Lehrreden (S 55,6, 32, 47, 39, 42):

*Ein Heilsgänger lebt im Haus mit einem Gemüt frei vom Makel des Geizes, der Kleinlichkeit, der Engherzigkeit, geneigt zum Loslassen, mit offenen Händen, am Loslassen erfreut, offen für Bitten, glücklich, wenn er Gaben austeilen kann.*

Ihm ist aufgegangen, dass dieser ganze Samsāra nur ein endlos sich wälzender Leidenstraum ist, in dem nichts Bestand hat. Er

hat gemerkt, dass er mit seiner Zuneigung zu dem einen und mit seinem Anstoßnehmen, Verurteilen und Abneigen beim anderen immer nur mit dem umwälzenden Samsāra sich mitumwälzt, im Ozean der Leiden treibt. Und er hat gemerkt, dass da nichts anderes hilft als das leise, sichere Zurücktreten, dass man kein Mitgerissener mehr ist, sondern ein Zuschauer werde - aber kein „kalter Zuschauer“, sondern ein verstehender, allen Wesen Wohl wünschender und ihnen in der bestmöglichen Weise helfender Zuschauer. Darum nennt der Erwachte im Folgenden Mitempfinden als weitere zusätzliche wichtige Eigenschaft zu den von Subho genannten Verhaltensweisen.

Letztlich bedeutet das Loslassen das Aufhören der Wahngemälde, die wie ein Schleier vor der Wirklichkeit hängen. Dies wird in M 140 das höchste heilende Loslassen genannt: das Loslassen von allen fünf Zusammenhäufungen. - Dieses Loslassen, wie auch die anderen Verhaltensweisen, sind vollkommen nur durchführbar in der Abgeschlossenheit der Hauslosigkeit, wie es Subho zugibt:

*Was meinst du wohl, Brahmane, es habe da irgendein Priester eine große Opferfeier vorbereitet, und es kämen zwei andere Brahmanen heran: „Wir wollen dem Opferfest dieses Priesters beiwohnen.“ Und der eine der beide dächte bei sich: „Ach, dass ich doch den besten Sitzplatz, das beste Wasser, die beste Almosenspeise bekommen möge, dass kein anderer Brahmane den besten Sitzplatz, das beste Wasser, die beste Almosenspeise bekommen möge!“ Und es ist möglich, dass ein anderer Brahmane, nicht jener Brahmane den besten Sitzplatz, das beste Wasser, die beste Almosenspeise bekommt. Darüber würde er ärgerlich und unzufrieden.*

*Was geben nun wohl, Brahmane, die Priester als karmische Ernte dafür an? -*

*Nicht geben ja, o Gotamo, die Priester Geschenke, indem sie denken: „Sollen die anderen deswegen ärgerlich und unzufrieden werden“, sondern sie geben Geschenke aus Mitgefühl. -*

*Wenn das so ist, Brahmane, dann ist dies der sechste Grund, Verdienstvolles zu wirken, um Heilsames zu erreichen, nämlich Mitgefühl. -*

*Ja, so ist es, Gotamo, dies ist der sechste Grund, Verdienstvolles zu wirken, um Heilsames zu erreichen, nämlich Mitgefühl. -*

*Jene fünf Verhaltensweisen, Brahmane, die die Priester angeben, um Verdienstvolles zu wirken, um Heilsames zu erreichen - wo siehst du diese fünf Verhaltensweisen oft, bei im Haus Lebenden oder bei jenen, die in die Hauslosigkeit gegangen sind? -*

*Jene fünf Verhaltensweisen, die die Priester angeben, um Verdienstvolles zu wirken, um Heilsames zu erreichen, sehe ich oft bei jenen, die in die Hauslosigkeit gegangen sind, selten bei im Haus Lebenden. Denn der im Haus Lebende hat viele Interessen, viele Pflichten, viel zu verwalten, viel zu unternehmen. Er hält sich nicht immer an die Wahrheit, lebt nicht immer sexuell enthaltsam, ist nicht in ständiger Läuterung, beschäftigt sich nicht ständig mit dem Studium und übt sich nicht ständig im Loslassen. Aber ein Hausloser ist am Außen wenig interessiert, hat wenig Pflichten, wenig zu verwalten, wenig zu unternehmen. Er hält sich an die Wahrheit, lebt sexuell enthaltsam, ist in ständiger Läuterung, beschäftigt sich ständig mit dem Studium und übt sich ständig im Loslassen. Darum sehe ich die fünf Verhaltensweisen, die die Priester angeben, um Verdienstvolles zu wirken, um Heilsames zu erreichen, oft bei jenen, die in die Hauslosigkeit gegangen sind, selten bei im Haus Lebenden. -*

Die fünf Verhaltensweisen sind Voraussetzung  
zur Läuterung des Herzens

*Die fünf Verhaltensweisen, die die Brahmanen angeben, um Verdienstvolles zu wirken, um Heilsames zu erreichen, nenne ich Voraussetzung<sup>173</sup> für die Läuterung des Herzens, für die Entwicklung eines Herzens ohne Feindseligkeit und Antipathie/Hass. Da redet ein Mönch die Wahrheit. In dem Wissen „Ich rede die Wahrheit“ gewinnt er ein Empfinden für den dadurch gewonnenen Gewinn, ein Empfinden für die Wahrheit und mit der Wahrheit verbundene Freude. Diese mit Heilsamem verbundene Freude nenne ich Voraussetzung zur Läuterung des Herzens, für die Entwicklung eines Herzens ohne Feindseligkeit und Antipathie/Hass.*

*Da hält sich ein Mönch an die Wahrheit, strengt sich geistig an, lebt sexuell enthaltsam, gibt sich dem Studium der Veden hin, lässt los. In dem Wissen „Ich halte mich an die Wahrheit“ - „ich strenge mich geistig an“ - „ich lebe sexuell enthaltsam“ - „ich gebe mich dem Studium der Veden hin“ - „ich lasse los“ - gewinnt er ein Empfinden für den dadurch gewonnenen Gewinn, ein Empfinden für die Wahrheit und mit der Wahrheit verbundene Freude. Diese mit Heilsamem verbundene Freude nenne ich die Voraussetzung für die Läuterung des Herzens, für die Entwicklung eines Herzens ohne Feindseligkeit und Antipathie/Hass.*

---

<sup>173</sup> Das Pälwort *parikkhāra*, von K. E. Neumann mit „Bedingung“ übersetzt, bedeutet Voraussetzung, Ausrüstung, Erfordernis. So werden in M 117 die ersten Stufen des achthgliedrigen Heilswegs als Hilfsmittel (*sa-upanisa*), als Voraussetzung (*parikkhāra*) für die Erlangung von *samādhī*, die Herzenseinigung, bezeichnet, und in M 44 werden die vier Großen Kämpfe (6.Stufe des achthgliedrigen Wegs) als Voraussetzung (*parikkhāra*) für die *Satipatthāna*-Übung (7.Stufe des achthgliedrigen Heilswegs) bezeichnet.



Die Brahmanen sind der Auffassung, dass die Innehaltung der fünf Verhaltensweisen nach dem Tod zu brahmischer Welt führe. Der Erwachte aber zeigt in seiner Lehre (D 13 u.a.), dass der Mensch, der zu Brahma wolle, sich aus seiner Unlauterkeit zur Lauterkeit Brahmas hinarbeiten müsse. Das Herz der Brahmagötter ist rein und frei von Sinnensucht, Antipathie-Hass - aber das Herz der Menschen ist nicht rein.

Die Brahmanen - und mit ihnen alle unbelehrten Menschen - obwohl sie in viel früherem Dasein selbst einmal Brahmas waren, haben längst vergessen und wissen nicht mehr, wie brahmische Art ist: dass Brahma in reiner, geistunmittelbarer Form besteht, dass er mit den groben Sinnen des Riechens, Schmeckens und Tastens überhaupt nichts zu tun hat, dass er im seligen Eigenwohl wohnt: das alles wissen sie gar nicht mehr - was sich daran zeigt, dass sie meinen, mit Rufen und Beschwörungen Brahma herbeirufen zu können. Die Brahmanen sind ganz ebenso wie die Fürsten, die Handwerker und Bauern und Diener in die Sinnensucht verstrickt, und jeder sinnliche Genuss bestärkt sie darin, weiterhin solche sinnlichen Befriedigungen erleben zu wollen, wodurch ihre Verfestelung an das Sinnliche immer stärker wird.

Der Mensch wird mit dem sinnlichen Begehren geboren. Von dem ersten Genuss der Muttermilch über die Freude an Formen und Farben und den Genuss der Geschlechtsbeziehungen bis zu den Gaumengenüssen noch im hohen Alter jagt der Mensch den sinnlichen Begehren nach. Die meisten Menschen kennen kaum ein anderes Wohl als die Befriedigung der Sinnensüchte und müssen auf Grund ihrer Erfahrungen die Sinnenlust als das einzige oder hauptsächliche Wohl im Leben ansehen und darum anstreben. Sie können, solange sie nicht das Elend der sinnlichen Bindung kennen und durchschauen und die unvorstellbar erleichterte und erhöhte Lebensform der von der Sinnensucht Befreiten nicht ahnen, auch gar nicht von der Sinnenlust abkommen wollen. Die Voraussetzung für die allmähliche Entwöhnung von den vielfältigen sinnlichen Befriedigungen kann nur darin bestehen, dass man ihr Elend auch

für alle Zukunft, auch nach dem Tod, erkennt und durchschaut und eine Ahnung von dem höheren Stand bekommt, der in der Befreiung davon liegt.

So sagt der Erwachte (D 13):

*Die fünf Hemmungen werden in der Wegweisung des Vollen-  
deten als Behinderungen bezeichnet, als Hemmungen, als Be-  
deckungen, als Einhüllungen bezeichnet. Die dreivedenkundi-  
gen Brahmanen, welche die Eigenschaften, die den Brahma-  
nen ausmachen, aufgegeben haben und dementsprechend le-  
ben, die solche Eigenschaften angenommen haben, die zum  
Nichtbrahmanen machen und daraus leben, durch die fünf  
Hemmungen behindert, bedeckt, eingehüllt - dass sie nach  
Versagen des Körpers jenseits des Todes bei Brahma wieder-  
geboren werden könnten, das ist unmöglich.*

Der Erwachte sagt weiter (D 13), dass die Brahmanen in fünf Eigenschaften unvereinbar mit Brahma sind:

*Ist Brahma von außen abhängig oder in sich ruhend, von au-  
ßen unabhängig? - In sich ruhend, von außen unabhängig.*

*Im Herzen feindlich oder frei von Feindschaft? - Frei von  
Feindschaft.*

*Harten Herzens oder liebevoll? - Liebevoll.*

*Ist Brahma befleckt oder rein? - Rein.*

*Ist Brahma in der Gewalt des Herzens oder Herrscher über  
sich selbst? - Herrscher über sich selbst.*

*Die Brahmanen aber, sind sie von außen abhängig oder in  
sich ruhend? - Von außen abhängig.*

*Im Herzen feindlich oder frei von Feindschaft? - Im Herzen  
feindlich.*

*Harten Herzens oder liebevoll? -Harten Herzens.*

*Befleckt oder rein? - Befleckt.*

*Sind die Brahmanen in der Gewalt des Herzens oder Herr-  
scher über sich selbst? - In der Gewalt des Herzens.*

*Kann es dann zwischen den dreivedenkundigen Brahmanen und Brahma ein Zusammengehen, eine Übereinstimmung geben? - Gewiss nicht. -*

*Dass die von außen abhängigen, im Herzen feindlichen, hartherzigen, unreinen Brahmanen, die in der Gewalt des Herzens sind, nach Versagen des Körpers, jenseits des Todes, zur Gemeinschaft mit Brahma, der von außen unabhängig, frei von Feindschaft, liebevoll, rein, Herrscher über sich selbst ist, gelangen könnten, das ist unmöglich.*

Wenn wir Heutigen von jemandem sagen, er sei von außen abhängig, feindlich usw., dann entwerfen wir damit das Bild von einem Menschen, der sich vorwiegend oder fast ausschließlich so zeigt. Die Brahmanen der damaligen Zeit messen anders: Wenn einer nur ein einziges Mal feindlich ist und auch nur ein einziges Mal einen hartherzigen Gedanken haben kann, dann ist seine Herzensart dementsprechend, er ist eben darum noch kein reiner Geist. Brahma kann so nicht sein, er kann nur liebevollen Gemüts, erbarmenden Gemüts, freudvollen Gemüts und gleichmütigen Gemüts weilen. Nach seiner seelischen Struktur kann Brahma niemals auch nur für einen Augenblick feindlich, hartherzig sein.

Diese Unreinheiten sind ein Kennzeichen des Menschen, der in Vielheit und Begegnung lebt, sie verursachen die grundsätzliche Trennung von Brahma.

Die von den Brahmanenpriestern genannten Verhaltensweisen: Sich an die Wahrheit halten - geistige Anstrengung - sexuelle Enthaltbarkeit - Studium der Aussagen der Weisen - Loslassen des Weltlichen - sind aber schon ein Anfang, eine Voraussetzung, mit der jede Herzensläuterung beginnt. Wenn der Übende bei sich feststellt, dass er die fünf verdienstvollen Verhaltensweisen befolgt, dann merkt er, dass er innerlich freier, weniger verletzbar, selbstständiger und gelassener geworden ist. So spürt er deutlich die Vorteile dieser Verhaltensweisen. Er ist sich sicher darin, auf dem richtigen Weg zu sein, und erlebt daraus einen großen Aufschwung seines Emp-

findens, eine große Freude. Soweit der Fortschritt auf der Tugend beruht, wird ihm damit sein praktisches Fortschreiten erfahrbar. Soweit es das Aufkommen einer tieferen Einsicht ist, merkt er, wie er dem Verständnis der Wahrheit näher kommt. Diese Freude ist der Ausgangspunkt der Entwicklung zur geistigen Beglückung, die von Sinnlichkeit und erst recht von Feindseligkeit, Antipathie bis Hass befreit.

An diesem Punkt des Gesprächs wird Subhos Sehnsucht nach brahmischer Art wach. Das Herz der Brahmagötter ist rein und frei von Sinnensucht und Antipathie-Hass - aber das Herz der sinnlichen Götter und erst recht das der Menschen ist nicht rein, und ohne dass es zuvor gereinigt wird, kann aus menschlicher Art nicht brahmische Art werden. Das ist Subho jetzt klar geworden. Aber er geht vorsichtig vor. Er äußert, dass er hätte sagen hören, dass der Asket Gotamo den Weg zu Brahma kenne. Solches Ansehen genießt der Buddha selbst bei denjenigen, die ihn nicht als Buddha, sondern nur als Asketen Gotamo bezeichnen.

*Nach diesen Worten wandte sich Subho, der junge Brahmane, der Sohn Todeyyos, an den Erhabenen:*

*Reden hab ich hören, Herr Gotamo: „Der Asket Gotamo kennt den Weg, der zu Brahma führt.“ -*

*Was meinst du wohl, Brahmane, Nalakāra, das Dorf nahebei, liegt es unweit von hier? - Gewiss, Herr Gotamo, ist Nalakāra das Dorf nahebei, es liegt unweit von hier. -*

*Was meinst du wohl, Brahmane, es sei da ein Mann, in Nalakāra aufgewachsen, und man fragte ihn, wie weit der Weg nach Nalakāra sei. Würde da etwa, Brahmane, dieser Mann, in Nalakāra aufgewachsen, um den Weg nach Nalakāra gefragt, zögern oder zaudern? - Gewiss nicht, Herr Gotamo. - Und warum nicht? - Der Mann ist ja in Nalakāra aufgewachsen, er kennt alle Wege nach Nalakāra genau. -*

*Doch könnte, Brahmane, dieser Mann, in Nalakāra aufgewachsen, um den Weg nach Nalakāra befragt, zögern oder zaudern. Nicht aber kann der Vollendete, um die Brahmawelt oder den Weg, der zur Brahmawelt führt, befragt, zögern oder zaudern. Den Brahma kenne ich, Brahmane, und die Brahmawelt und den Weg, der zur Brahmawelt führt und auf welche Weise man in brahmische Welt gelangt, auch das kenne ich.*

Der Erwachte geht nur auf die Frage über seine Kenntnis vom Weg zu Brahma ein. Er beginnt nicht etwa gleich mit der Schilderung des Wegs, und doch geht seine Antwort weit über alles Erwartete hinaus: Den Brahma kenne der Erwachte, die brahmische Welt kenne er, den in brahmische Welt geleitenden Pfad kenne er, und er wisse, auf welche Weise Brahma in brahmische Welt gelangt sei. Dies ist ein Wort, das aus dem Mund eines blinden Toren frevelhaft, aus dem Mund eines Weisen kühn wäre, das aber aus dem Mund eines Vollendeten, eines Erwachten von dem jungen Brahmanen als angemessen empfunden wird.

Brahmische Art: die vier Strahlungen

*Reden hab ich hören, Herr Gotamo: „Der Asket Gotamo zeigt den Weg, der zu Brahma führt.“ O dass mir doch Herr Gotamo den Weg zeigte, der zu Brahma führt! -*

*Wohlan denn, Brahmane, so höre und achte wohl auf meine Rede. - Ja, Herr! -, erwiderte da aufmerksam Subho, der junge Brahmane, der Sohn Todeyyos, dem Erhabenen. Der Erhabene sprach:*

*Was ist das für ein Weg, der zu Brahma führt? Da strahlt ein Mönch liebevollen Gemütes weiland nach einer Richtung, dann nach einer zweiten, dann nach der dritten, dann nach der vierten, ebenso nach oben*

*und nach unten, überallhin durchstrahlt er die ganze Welt mit liebevollem Gemüt, mit weitem, hohem, nicht messendem, von Feindschaft und Bedrängung freiem. In so entfalteter Gemütserlösung kann messendes/unterscheidendes/beschränktes Wirken nicht mehr übrig bleiben, nicht mehr bestehen. So wie ein kräftiger Trompeter mühelos nach allen vier Himmelsrichtungen trompeten kann, ebenso kann, wenn die liebevolle Gemütserlösung so entfaltet wird, alles messende/unterscheidende/beschränkte Wirken keinen Bestand mehr haben, kann nicht mehr fort dauern. Das ist, Brahmane, der Weg, der zu Brahma führt.*

*Weiter sodann, Brahmane, erbarmenden Gemüts - freudevollen Gemüts - unbewegten Gemüts weilend, strahlt er nach einer Richtung, dann nach der zweiten, dann nach der dritten, dann nach der vierten, ebenso nach oben und nach unten, überallhin durchstrahlt er die ganze Welt mit erbarmendem Gemüt - mit freudevollem Gemüt - mit unbewegtem Gemüt, mit weitem, hohem, nicht messendem, von Feindschaft und Bedrängung freiem. In so entfalteter Gemütserlösung kann messendes/unterscheidendes/beschränktes Wirken nicht mehr übrig bleiben, nicht mehr bestehen. So wie ein kräftiger Trompeter mühelos nach allen vier Himmelsrichtungen trompeten kann, ebenso kann, wenn die erbarmende - freudevolle - unbewegte Gemütserlösung so entfaltet wird, alles messende/unterscheiden-de/beschränkte Wirken keinen Bestand mehr haben, kann nicht mehr fort dauern. Das ist, Brahmane, der Weg, der zu Brahma führt.*

In unserer Lehrrede nennt der Erwachte nur die vier Strahlungen als direkte Übung eines fortgeschrittenen Mönchs, um zu Brahma zu gelangen. In D 13 nennt er, über den Weg zu

Brahma befragt, zunächst den Übungsweg der Mönche: Tugend, Sinnenzügelung (Maßhalten beim Essen), Wachsamkeit auf die Herzensbefleckungen, klar bewusste Handhabung des Körpers, Zufriedenheit, Aufhebung der fünf Hemmungen. Mit den ersten fünf Übungen ist die Hauptarbeit zur Vernichtung in erster Linie des weltlichen Begehrens geleistet. Nach der Entwöhnung von der Sinnensucht und vom Körper gilt es, in der Nachläuterung das innere Wünschen, das feinste Dürsten und Fiebern, völlig auszutreiben und auszuglücken. Und das geschieht im direkten Angehen der fünf Hemmungen: 1. Weltliches Begehren, 2. Antipathie/Hass, 3. träges Beharren im Gewohnten, 4. geistige Unruhe, 5. Daseinsbangnis. Es heißt da:

*Er hat weltliches Begehren verworfen.  
Im Gemüt frei von weltlichem Begehren verweilend,  
läutert er sein Herz von weltlichem Begehren.*

Dieser Satz enthält ebenso wie die für die vier anderen Hemmungen geltenden Sätze drei wesentliche Merkmale: Nach seiner Grundeinstellung, nach seiner Grundgesinnung bewertet er weltliches Begehren negativ, er hat es im Geist verworfen. Das zweite Merkmal heißt, dass er im Augenblick begierdelosen Gemüts verweilt. Und im dritten Teil heißt es, dass er sein Herz von weltlichem Begehren läutert. Mit Gemüt (*ceto*) ist die jeweils augenblickliche Geistesverfassung gemeint und mit Herz (*citta*) die tausendfältigen Tendenzen des Menschen. Ebenso verhält es sich mit den anderen vier Hemmungen.

Das heißt also: Der Mönch, der lange Zeit und mit dem erforderlichen Erfolg durch die ersten sechs Grundübungen schon sehr weit die fünf Hemmungen gemindert hat, der von ihnen sehr *erleichtert, fast schon geläutert ist*, der sucht nun einen abgelegenen Platz auf, setzt sich dort mit gekreuzten Beinen nieder, ist sich zu dieser Zeit keiner weltlichen Begierde bewusst (*verweilt begierdelosen Gemüts*). Sein gegenwärtiges Dichten und Trachten ist weitab von allen alltäglichen

weltlichen Dingen, allein auf die Befreiung gerichtet. Er weiß aber, dass dieser gegenwärtige feine und stille Zustand irgendwann wieder aufhören wird durch das Hervortreten dieser oder jener weltlichen Neigungen, von welchen noch Reste in seinem Herzen sind. Aber da er weiß und an sich erfahren hat, dass die Triebe des Herzens nichts anderes sind als die Summe der bisherigen auf die begehrten Dinge gerichteten bejahenden und anhänglichen Gedanken, und da er andererseits erfahren hat, dass aus der weisen Durchschauung der gesamten Welterscheinungen als Phantasiegespinste und als Luftspiegelung auch das weltliche Begehren in seinem Herzen abnahm und abnahm, so ist er nun um so energischer und intensiver um die Durchschauung des Trugs als Trug bemüht und reckt sich immer wieder hin zu der Erfahrung der überweltlichen Freiheit dessen, der diese vielen kleinen Anhänglichkeiten entlassen hat. Er pflegt diejenigen Gedanken und Meditationen, die - in die Tiefe seines Herzens eindringend - dort das restliche Begehren immer mehr mindern und immer mehr sein Herz läutern.

Die Zeiten, in denen der Übende im Gemüt also vorübergehend frei ist von den Hemmungen, obwohl die Herzensverstrickungen latent noch vorhanden sind, benutzt er dazu, sich in seinem Geist deutlich die Schädlichkeit der fünf Hemmungen vor Augen zu führen, das Niedere der Besessenheit von diesen üblen Geistesverfassungen zu bedenken und zu betrachten. Wenn er im Gemüt, in der augenblicklichen Gemütsverfassung, von den hemmenden Vorstellungen frei ist, darüber steht, dann kann er sie negativ bewertend betrachten, kann das darüber hinausführende Denken weiter pflegen, über die augenblicklich unter ihm liegende Art der Hemmungen nachdenken. Damit mindert er sie in seinem Herzen, so dass die Grundneigung, wieder in sie zurückzufallen, etwas geringer wird. Von Betrachtung zu Betrachtung wird sie im Herzen geringer; und je geringer sie im Herzen ist, um so häufiger steht er in seinem Gemüt über ihnen.



Das ist die bewusst betriebene Übung zur Aufhebung und Überwindung der fünf Hemmungen. Sie ist eine unvergleichlich stillere Übung als alle vorherigen, sie ist erst möglich, wenn durch die vorherigen Übungen *die größeren Regungen beschwichtigt* wurden.

In D 13 wird der Beschreibung der vier Strahlungen folgender Übergang vorangestellt:

*Wer diese fünf Hemmungen in sich aufgehoben erkennt, dem entsteht innere Freude. Dem innerlich Freudigen entsteht überweltliches Entzücken. Dem von überweltlichem Entzücken Erfüllten wird der Körper still. Bei gestilltem Körper wird er von Wohl durchdrungen. Wer von Wohl durchdrungen ist, dem eint sich das Herz. Der durchstrahlt mit liebevollem Gemüt eine Richtung....*

Wir sehen, dass die vier brahmischen Weilungen, die Strahlungen, eine solche Läuterung und Reife erfordern, wie sie auch zum Eintritt in die Entrückungen erforderlich sind: Es müssen die fünf Hemmungen aufgehoben sein. Dadurch ist der Mensch in seinem Gemüt über alles weltliche Dichten und Trachten ganz hinausgelangt, Herz und Geist sind in einer übernormalen Verfassung der Reinheit und Helligkeit. Dadurch tritt geistige Beglückung bis Entzücken ein - ein Zustand von geistigem konzentriertem Glück, das mit allem durch weltliche Dinge hervorgerufenen Glück in keiner Weise verglichen werden kann. Deshalb wird nun die gesamte Aufmerksamkeit des Menschen so sehr auf dieses Glück gerichtet, dass daneben dem Geist keine Aufmerksamkeit übrig bleibt, sich wie gewohnt durch die Sinne hindurch der Welt der Formen, Töne usw. zuzuwenden: die gesamte sinnliche Wahrnehmung, die den Tag über ununterbrochen vom Geist aus durch die Sinnesorgane nach außen stattfindet, kommt zur Ruhe. Das bedeutet für den Körper, an dem bisher ununterbrochen das Hereinholen durch die fünf Sinnesorgane geschah, eine bisher ungekannte Ruhe, wodurch er ebenso in den Hin-

tergrund des Bewusstseins tritt, wie durch das Schweigen der sinnlichen Wahrnehmung auch die Welt in den Hintergrund tritt.

Diesen Zustand der Beruhigung der fünffachen Sinnestätigkeit, in welchem das tiefste, am stärksten gesammelte Denken möglich ist, weil es keinerlei Ablenkung gibt, bezeichnet der Erwachte als *samādhi*, Einigung, in der meistens die erste weltlose Entrückung eintritt:

*Er verweilt abgeschieden von weltlichem Begehren, abgeschieden von allen heillosen Gedanken und Gesinnungen in stillem Bedenken und Sinnen, und so tritt die aus innerer Abgeschiedenheit geborene Entzückung und Seligkeit ein, die erste weltlose Entrückung.*

Es wird nicht ausgeführt, was in diesem Zustand der Abgeschiedenheit gedacht wird. Die hier besprochene Lehre aber gibt ein Beispiel dafür, welcher Art das stille Bedenken und Sinnen in diesem überweltlichen Zustand sein kann:

*Er durchstrahlt mit liebevollem Gemüt eine Richtung*<sup>174</sup>.

Die zwei vorangegangenen Übungen: die Überwindung der fünffachen Sinnensüchtigkeit und die Aufhebung der fünf Hemmungen führten zu einer vollständigen Entleerung des Geistes von allem weltlichen Dichten und Trachten. Jetzt aber geht es darum, den nun zu völlig ungestörtem Denken befähigten Geist einzusetzen, um in tiefem Frieden allen Wesen nur Wohl und Erleichterung zu wünschen in einer nicht messenden All-Liebe, d.h. sich nicht beeinflussen zu lassen durch Sympathie und Antipathie oder durch Wissen um Fehler oder Übeltaten anderer, sondern nur die Erfüllung der allen Wesen gemeinsamen Sehnsucht nach Erleichterung, Erhellung und nach Wohl zu wünschen.

Solcherart ist die Spitze der Liebe-Strahlung: Weit umfasst der Übende alle Wesen, nicht misst, beurteilt er die Wesen,

---

<sup>174</sup> K. E. Neumann übersetzt *pharati* mit „durchstrahlen“; wörtlich bedeutet es: „anfüllen, durchdringen, sich dahin ausdehnen, darin eindringen“.

trifft keine Unterscheidungen, hegt keine Abneigung, keine Feindschaft, geht nicht nach Sympathie oder Antipathie. Zu- und Abneigungen zu der seelischen Art der einzelnen Wesen sind aufgelöst im Lieben aller. Er fühlt kein Zurückschrecken, Nichtmögen, keine Trennung mehr, ist völlig hell, unbelastet, ohne eigenes Anliegen, offen für alle Wesen, eins mit ihnen. Wie ein Trompeter nach allen Seiten mühelos blasen kann, so wirken die Strahlungen: die Luft trägt mühelos den Ton - der Gedanke durchdringt mühelos alle Richtungen.

Es ist ein gleichmäßiges Überallhin-Gerichtesein, und das heißt ein strahlendes Zentrum und das durchstrahlte All wie bei der nach allen Seiten gleichmäßig strahlenden Sonne. Im weiteren Verlauf der Übung wird auch das strahlende Zentrum selbst und die Peripherie und damit das All vergessen. Es besteht nicht mehr ein Strahlender und das Durchstrahlte, sondern es besteht nur noch das strahlende, allliebende Gemüt. So wird die Eigen-Art, die Egozentrik aufgelöst und damit die Identität mit Brahma erreicht.

Dagegen muss derjenige, der diese Übung nicht auf der hier geschilderten hohen Warte beginnt, sondern noch als gewöhnlicher Mensch, eben darum auch, wie aus anderen Lehrreden hervorgeht, viel konkreter und schwerfälliger vorgehen, indem er erst an einen ihm lieben oder unlieben Menschen denkt, von da aus an weitere Menschen denkt - natürlich immer wieder unterbrochen von den fünf Hemmungen und so nur allmählich ühend und im Üben des liebevollen Gemüts allmählich auch die fünf Hemmungen überwindend. Wo diese aber bereits überwunden sind, da kann so intensiv gestrahlt werden, wie der kräftige Trompeter mühelos nach allen Seiten trompeten kann.

Der Grundfehler, der durch die recht verstandene Liebes-Übung aufgehoben wird, ist folgender:

Es gibt für den normalen Menschen in der ganzen Existenz nur einen „Ort“, an welchem gefühlt wird, nur eine einzige unmittelbar wirksame Fühlbarkeit, und dieser Ort wird von dem wahnbefangenen Menschen „Ich“ genannt. An diesem

durch Gefühl konstituierten Ich-Ort herrscht zwar zugleich die Auffassung, dass die anderen ähnlich gestalteten Wesen „auch“ Gefühl hätten, aber das ist immer nur geistige Erkenntnis, doch gefühlt wird das Fühlen des anderen nicht, darum eben wird das Gefühl des anderen nie so ernst genommen wie das „eigene“ Gefühl.

So hat man eben das Gefühl zum Maßstab genommen, nach welchem man „ich“ und „andere“ trennt. „Ich“ ist der Ort, wo gefühlt wird, und „andere“ ist der Ort, wo auf Grund des Anscheins zwar Gefühl im Geist vorgestellt wird, aber eben nicht gefühlt wird. Ohne das Gefühl könnte dieser Maßstab, der zwischen „ich“ und „anderen“ trennt, gar nicht bestehen. Und da man ja das erlebte Gefühl, das sogenannte eigene, ganz ausschließlich und stark respektiert und berücksichtigt und das nicht gefühlte, sondern nur in Gedanken vorgestellte Gefühl, also das der anderen, immer nur erst in zweiter Linie berücksichtigt (wenn überhaupt), so hat man dort, wo im Grund genau dasselbe vorliegt, nämlich Gefühl, eine Trennung vollzogen. Man hat das gefühlte Gefühl zum Zentrum erhoben und das vermutete oder erkannte oder vorgestellte in den Umkreis gestellt, auf welchen man wenig oder gar nicht achtet. Somit hat man ein Weltbild nach dem Gefühl aufgebaut, das Gefühl - die Sprache der Triebe, also die Triebe - zum Maßstab gemacht, zum Diktator gemacht.

Diesen gefährlichsten weltmachenden Fehler, der durch die Identifizierung mit dem Gefühl dazu führt, dass man „sich selbst“ als eine Einheit bezeichnet, die den unermesslich vielen anderen gegenüberstehe als eine Einheit in der Vielheit - hilft der Erwachte durch die Übung in der Liebe-Strahlung aufheben.

Durch die recht verstandenen Strahlungen wird nicht mehr der „Ort“ des gefühlten Gefühls hervorgehoben und als Zentrum angesehen, sondern die Tatsache des aufmerksam erkannten Gefühls, und diese erkannte Tatsache des Gefühls, die Tatsache der gleichen Bedingtheit des Gefühls und der allgemeinen Sehnsucht nach Wohlgefühl lernt der sich mit Liebe

Erfüllende im Anfang bei allen anderen Menschen ganz ebenso zu sehen wie bei sich selbst. Diese immer deutlichere Einsicht führt dazu, dass die törichte Unterscheidung von „anderen“ und „ich“ (und das heißt ja: von einem gefühlten Gefühl und von einem im Geist angenommenen Gefühl) aufhört und dass nur noch die Tatsache des Gefühls und des Fühlens und seine Bedingtheit und die Not des Wehgefühls gesehen wird.

Darum führen die Strahlungen zur Ausradierung des Eigenwillens, zur Überwindung von irgendeiner geistigen Absonderung von anderen fühlenden und wollenden Wesen.

Mit der Einübung der Umbildung des Gemüts und damit des Herzens zu der unterschiedslosen Zuwendung zu allen Wesen und Einswerdung mit allen Wesen gewinnen wir auch ein zunehmendes Verständnis für die Reihenfolge dieser vier Gemütshaltungen.

In dem gleichen Maß, in dem die nichtmessende Liebe zunimmt, nimmt auch das als zweites genannte Mitempfinden mit den Wesen zu. Aus der größeren Nähe, die durch die Nächstenliebe gewonnen wird, ist größere Aufmerksamkeit auf den Nächsten erwacht. Man kann nicht mehr „versehentlich“ ihn übergehen, man sieht in seinem Blick oder in seiner Haltung, dass ihn Sorgen bewegen. Man merkt bei jedem Menschen, mit dem man gerade zu tun hat, was er wünscht oder erwartet, wie ihm zumute ist, so dass es jene durch Oberflächlichkeit und Unachtsamkeit entstehenden Missverständnisse und Kränkungen nicht mehr gibt, und stattdessen alle Beziehungen, Treffen, Gespräche und gemeinsamen Unternehmungen viel herzlicher, wohltuend und erleichternd verlaufen. Damit hört im gesamten zwischenmenschlichen Verkehr Streit und Hader auf, und dadurch eben gibt es auch nicht mehr jene inneren verdunkelnden Selbstvorwürfe über die harte Umgangsweise und die Versuche trügerischer Rechtfertigungen, sondern es erwächst umgekehrt in zunehmendem Maß und vom Grund her ein Gefühl der inneren Freude und Sicherheit, weil der Übende spürt, dass der Umgang mit allen Wesen durch die erworbene Herzensart keine Gefahr mehr zu

Streit und Hader in sich birgt, sondern umgekehrt fast immer eine Gelegenheit zu herzlicher, erwärmender Fürsorge bietet.

Mit schonendem, erbarmendem Mitempfinden (*karunā* - zweite Strahlung) strahlt er unterschiedslos, grenzenlos in alle Richtungen, alle Lebewesen einbegreifend. Damit wird er im Lauf der Übung vollends abgezogen von sich selbst und seinen eigenen Anliegen; und indem diese im Lauf der Übung immer mehr in die Vergessenheit sinken, da erfährt er eine zunehmende Erleichterung und Befreiung und Entlastung. In der Hinwendung zu den Lebewesen erfährt er, dass seine frühere Sorge für sich selbst zugleich seine Verletzbarkeit war und dass das Wissen um jene Verletzbarkeit auch immer wieder seine Sorge ernährte. Von all diesem fühlt er sich immer mehr frei. Aus dieser Erfahrung sagt der christliche Mystiker *Ruisbroeck*:

*Die dem Erbarmen sich ergeben,  
sind reich von allen, die da leben;  
ihr Haupt, kühn können sie es tragen,  
nach niemand brauchen sie zu fragen.*

Damit aber ist geradezu die gesamte zwischenmenschliche Problematik vom Grund her gelöst, denn auf dem Weg dieses Wachstums - dieser Befriedung und Entspannung aller Beziehungen zwischen den Wesen durch die fürsorgend wohlwollende Haltung - wächst jene innere Helligkeit, die der Erwachte an dritter Stelle nennt: *muditā*. Diese helle Freude ist der Lohn für die Eroberung der beiden ersten Stadien, für die ausgereifte Nächstenliebe und die daraus hervorgehende mitempfindende Haltung gegenüber jedem Du.

Mit der durch die völlige Abwesenheit von Abwendung und Gegenwendung entstehenden großen Beglückung, Helligkeit und Freude erfüllt sich der Übende und durchdringt den Raum mit ihr (dritte Strahlung). Sie ist die völlige Überwindung von Neid, Unlust, Missmut, innerer Dunkelheit und Kälte; hell strahlen solche Wesen in die Welt, sehen gar kein Dunkel.

Aus dieser hellen Freudigkeit erwächst in dem Maß, wie der Übende sich auf dem sicheren Weg aus Wechsel und Wandel heraus erkennt, immer mehr gleichbleibende Ruhe und Sicherheit, die in die vierte Strahlung, den stillen, durch nichts erschütterbaren Gleichmut übergeht. Mit dieser erhabenen Unverletzbarkeit und Unregbarkeit des Gemüts ist der Mensch geradezu grenzenlos geworden. Da ist kein Unterschied zwischen Ich und anderen, zwischen Körper und Welt, zwischen Sein und Nichtsein.

Der Erwachte sagt (A IV,125), dass die vier immer höher weisenden „Strahlungen“, Gemütsverfassungen, den vier Stufen unter den Wesen der Reinen Form entsprechen, so dass ein Mensch, der nach der Anleitung des Erwachten seine menschliche Lebenszeit mit der Einübung dieser vier Strahlungen benutzt - bis zur Beendigung des Menschenlebens in der ersten Strahlung schon weiter eingeübt und eingewöhnt sein mag als in der zweiten und gar in der dritten und vierten. Entsprechend der Stärke der Einübung wird er nach dem Versagen des Körpers jenseits des Todes in solche Daseinsform gelangen, die den bis dahin gewonnenen Qualitäten seines Wesens entspricht. Selbst wenn bis dahin die den Menschen innewohnende Sinnensucht noch nicht ganz aufgelöst ist und er darum nur in eine der übermenschlichen Formen der Sinnensuchtwelt gelangt, so hat er aber durch die mehr oder weniger starke Einübung dieser strahlenden Gemütsverfassungen einen entsprechend starken Zug zu der Welt der Reinen Formen und wird darum, wohin er auch zunächst gelangt, dort entsprechend seinen erkannten Zielen weiter üben und dann zur Brahmawelt oder darüber hinaus gelangen.

Subho bekennt sich als Anhänger

*Nach dieser Rede sprach Subho, der junge Brahmane, der Sohn Todeyyos, zum Erhabenen: „Vortrefflich, Herr Gotamo, vortrefflich, Herr Gotamo! Gleichwie etwa, Herr Gotamo, als ob einer Umgestürztes aufstell-*

*te oder Verdecktes enthüllte oder Verirrten den Weg wies oder Licht in die Finsternis brächte: „Wer Augen hat, wird die Dinge sehen“, ebenso auch ist von Herrn Gotamo die Wahrheit gar vielfältig dargelegt worden. Und so nehme ich bei Herrn Gotamo Zuflucht, bei der Lehre und bei der Gemeinde der Heilsgänger. Als Anhänger möge mich Herr Gotamo betrachten, von heute an zeitlebens getreu. - Wohlan denn, Herr Gotamo, jetzt wollen wir aufbrechen, manche Pflicht wartet unser, manche Obliegenheit. -*

*Wie es dir nun, Brahmane, beliebt mag. -*

*Und Subho, der junge Brahmane, der Sohn Todeyyos, durch des Erhabenen Rede erhoben und beglückt, stand auf von seinem Sitz, grüßte den Erhabenen ehrerbietig, ging rechts herum und entfernte sich.*

*Um diese Zeit aber fuhr Jānussoni, der Brahmane, am hellichten Tag aus Sāvattthī heraus, in einer Kutsche ganz in weiß, gezogen von weißen Stuten. Er sah Subho, den jungen Brahmanen, den Sohn Todeyyos, von fern kommen und fragte ihn: Wo kommt denn der verehrte Bhāradvājo her, in der Sonne des Nachmittags? - Von dort, Herr, vom Asketen Gotamo komme ich. -*

*Was meint wohl Herr Bhāradvājo, hat der Asket große Geisteskraft? Man hält ihn für weise. -*

*Wer bin ich, Herr, dass ich über die große Geisteskraft des Asketen Gotamo urteilen könnte? Der müsste ihm wohl gleichen, der die große Geisteskraft des Asketen Gotamo kannte! - Gewaltig, fürwahr, preist Herr Bhāradvājo das Lob des Asketen Gotamo! - Wer bin ich, Herr, dass ich den Asketen Gotamo preisen könnte? Von Gepriesenen gepriesen wird Herr Gotamo, der Höchste der Götter und Menschen. Und was da, Herr, die Brahmanen als fünf Verhaltensweisen angeben,*



*um Verdienstvolles zu wirken, um Heilsames zu erreichen, nur Voraussetzungen für die Herzensläuterung sind sie, hat Herr Gotamo gesagt, für die Entwicklung eines Herzens ohne Feindseligkeit, Antipathie bis Hass. –*

*Nach diesen Worten stieg der Brahmane Jānussoni aus seinem Wagen, der ganz in weiß war und von weißen Stuten gezogen wurde, entblößte eine Schulter, verneigte sich ehrerbietig in die Richtung, in der der Erhabene weilte, und rief aus: Es ist ein Gewinn für König Pasenadi von Kosalo, es ist ein großer Gewinn für König Pasenadi von Kosalo, dass sich der Vollendete, der Geheilte, vollkommen Erwachte in seinem Reich aufhält. –*

SANGĀRAVO  
100. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Eine Brahmanin bezeugt  
dem Erwachten Verehrung

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit wanderte der Erhabene im Land Kosalo von Ort zu Ort, von vielen Mönchen begleitet.*

*Um diese Zeit nun lebte Dhanañjāni, die Frau eines Brahmanen, zu Paccalakappam, die beim Erwachten, bei der Lehre, bei der Gemeinde der Heilsgänger zur endgültigen Klarheit und dadurch zu Befriedung gekommen war. Einmal stolperte sie und (als sie ihr Gleichgewicht wiedererlangte) äußerte sie dreimal:*

*„Verehrung dem Erhabenen, dem Geheilten, vollkommenen Erwachten, Verehrung dem Erhabenen, dem Geheilten, vollkommenen Erwachten, Verehrung dem Erhabenen, dem Geheilten, vollkommenen Erwachten.“*

*Damals aber war Sangāravo, ein junger Brahmane, nach Paccalakappam gezogen, ein Meister der Dreiveden samt ihrer Auslegung und Deutung, samt ihrer Laut- und Formenlehre und ihren Sagen zufünftig, der Gesänge kundig und ein Erklärer, der die Merkmale eines großen Weltweisen aufwies.*

*Sangāravo, der junge Brahmane, hatte gehört, wie Dhanañjāni, die Frau eines Brahmanen, so gesprochen hatte, und er sagte: Diese Brahmanin Dhanañjāni ist ja ganz aus der Art geschlagen, ist verachtungswürdig, dass sie jenen kahlköpfigen Asketen preist, während Brahmanen, Kenner der Dreiveden, in ihrer Nähe sind. –*

*Nicht kennst du ja doch, guter Freund, des Erhabenen Sittlichkeit und Weisheit. Wenn du, guter Freund,*

*des Erhabenen Sittlichkeit und Weisheit kenntest, so würdest du, guter Freund, nicht daran denken, Ihn, den Erhabenen, zu schmähen und zu schelten. – Wohl denn, liebe Frau. Wenn einmal der Asket Gotamo nach Paccalakappam kommt, so lass es mir sagen! – Gern, lieber Freund! –, erwiderte da Dhanañjāni, die Frau eines Brahmanen, Sangāravo, dem jungen Brahmanen.*

*Und der Erhabene wanderte im Land Kosalo von Ort zu Ort weiter und gelangte allmählich nach Paccalakappa. Zu Paccalakappa weilte nun der Erhabene, im Mangohain der Todeyyer-Brahmanen.*

*Da hörte nun Dhanañjāni, die Frau des Brahmanen, reden: „Der Erhabene ist in Paccalakappa angekommen, weilt bei Paccalakappa im Mangohain der Todeyyer-Brahmanen.“*

*Und Dhanañjāni, die Frau des Brahmanen, begab sich zu Sangāravo, dem jungen Brahmanen, hin und meldete ihm:*

*Er ist hier, guter Freund. Wie es dir nun, guter Freund, beliebt mag. – Schön, liebe Frau! –, sagte da freundlich Sangāravo, der junge Brahmane, zu Dhanañjāni, der Frau des Brahmanen.*

Der junge Brahmane Sangāravo, einer von den stolzen Priestern der Brahmanenkaste der damaligen Zeit scheint noch keine Ahnung von einem Buddha und seiner Lehre zu haben; für ihn sind der Buddha und seine Mönche „die kahlköpfigen Asketen“, die ihnen, den privilegierten Priestern, die Gläubigen entziehen, indem sie sich Aussagen über die Welt und das Leben anmaßen.

Dieser junge Brahmane erlebt da etwas, das seinen Priesterstolz aufs tiefste verletzt: Die Frau eines Brahmanen drückt mit erhobener Stimme ihre Dankbarkeit und Verehrung für

den Buddha aus. Auf seinen Tadel hin spricht die Frau des Brahmanen diesem jungen Brahmanen in aller Freundlichkeit von den Qualitäten des Buddha. Damit gelingt es ihr, ihn zum Aufhören zu bringen: Er möchte den Buddha sprechen. Diese Möglichkeit ergibt sich nach einiger Zeit.

Wir können vermuten, dass sich der junge Brahmane inzwischen über den Buddha erkundigt haben mag, denn aus der folgenden Frage, die er dem Buddha stellt, klingt nicht mehr seine verächtliche Einstellung über den kahlköpfigen Asketen. Er fragt den Buddha ganz sachlich nach seinem Anspruch, höchste Vollkommenheit erlangt zu haben.

Drei Arten von Menschen, die den Anspruch  
erheben, höchstes Wissen,  
höchste Vollkommenheit erreicht zu haben

*Er begab sich dorthin, wo der Erhabene weilte, wechselte höflichen Gruß und freundliche, denkwürdige Worte mit dem Erhabenen und setzte sich zur Seite nieder. Zur Seite sitzend, sprach nun Sangāro, der junge Brahmane, zum Erhabenen:*

*Es gibt, Gotamo, einige Asketen und Brahmanen, die den Anspruch erheben, in diesem Leben höchstes Wissen, höchste Vollkommenheit in dieser Welt erlangt zu haben, den vollkommenen Reinheitswandel zu führen. Zu welchen von diesen Asketen und Brahmanen, die den Anspruch erheben, in diesem Leben höchstes Wissen, höchste Vollkommenheit in dieser Welt erlangt zu haben, den vollkommenen Reinheitswandel zu führen, gehört da Herr Gotamo? –*

*Ich sage, Bharadvājo, dass es Unterschiede gibt zwischen den Asketen und Brahmanen, die den Anspruch erheben, in diesem Leben höchstes Wissen, höchste Vollkommenheit in dieser Welt erlangt zu haben, den vollkommenen Reinheitswandel zu führen.*

*Es gibt einige Asketen und Brahmanen, die auf Grund mündlicher Überlieferung den Anspruch erheben, in diesem Leben höchstes Wissen, höchste Vollkommenheit in dieser Welt erlangt zu haben, den vollkommenen Reinheitswandel zu führen, wie etwa die Dreiveden-Priester.*

*Es gibt einige Asketen und Brahmanen, die aus bloßem Vertrauen (zu ihrer Denkkraft) den Anspruch erheben, in diesem Leben höchstes Wissen, höchste Vollkommenheit in dieser Welt erlangt zu haben, den vollkommenen Reinheitswandel zu führen, wie etwa die Denker und Forscher.*

*Und es gibt Asketen und Brahmanen, die die Wahrheit nicht gehört, sondern aus sich heraus die Wahrheit erkannt haben und von daher den Anspruch erheben, in diesem Leben höchstes Wissen, höchste Vollkommenheit in dieser Welt erlangt zu haben, den vollkommenen Reinheitswandel zu führen. Zu denen gehöre ich.*

*So kann man nur von dem geistigen Hintergrund her urteilen. Inwiefern ich zu den Asketen und Brahmanen gehöre, die die Wahrheit nicht gehört, sondern aus sich heraus die Wahrheit erkannt haben und von daher den Anspruch erheben, in diesem Leben höchstes Wissen, höchste Vollkommenheit in dieser Welt erlangt zu haben, den vollkommenen Reinheitswandel zu führen, das will ich dir erklären.*

Hier nennt der Erwachte drei Möglichkeiten, wie der Anspruch, höchstes Wissen, höchste Vollkommenheit erworben zu haben, zustande kommen kann.

Als erstes nennt er die Dreivedenpriester, zu denen Sangāraṇo gehört. Dabei erinnern wir uns an das Urteil des Erwachten über die Dreivedenpriester (D 13):

Keiner der Vedenpriester, die Brahma als höchsten Gott und höchsten Zustand ansehen, sagt von sich, dass er den Weg zu Brahma, dem höchsten Gott der Inder, gegangen sei, dass er dadurch höheres Wissen erlangt habe, Brahma erlebt habe und darum den Weg zu Brahma kenne:

*Dass diese dreivedenkundigen Brahmanen zur Vereinigung mit etwas, was sie gar nicht kennen und sehen, den Weg zeigen könnten mit dem Anspruch: „Das ist der gerade Weg, der unmittelbar herausführt, zur Wiedergeburt bei Brahma“, das ist unmöglich. Das ist eine Reihe von Blinden, die sich einer an den anderen klammern, wo kein Vorderer, kein Mittlerer und kein Letzter sieht, aber doch einer dem anderen nachfolgt... Dieser dreivedenkundigen Brahmanen Rede erweist sich als nicht ernst zu nehmen, als hohle Worte, als leer, erweist sich als inhaltslos.*

Der zweite vom Erwachten genannte Behaupter, höchstes Wissen erlangt zu haben, ist der Denker, der Philosoph. Der Philosoph steckt ganz ebenso wie jeder andere nicht philosophierende Mensch in dem Nest der menschlichen Gewohnheiten, in der Höhle der menschlichen Bedürfnisse und Anliegen und Wünsche, und er „ergrübelt sich“ auf den unwegsamen Wegen des Denkens, Folgerns und Schließens eine Vorstellung davon, wie es sich wohl mit der Welt, den Menschen und mit der Existenz verhalte. Da er aber aus der Höhle der gesamten menschlichen Fesselungen nicht herausgestiegen, den Fesseln nicht entwachsen ist, so erkennt er ebenso wenig von den Seinsgrundlagen wie der Hühnerembryo von der Welt, die er erst nach dem Durchbruch durch das Ei erfährt. Die philosophischen Lehren sind immer nur selbst erdachte Vorstellungen, und darum hat auch jeder Philosoph seinem Charakter entsprechend eine andersartige Vorstellung entworfen. Das aber ist völlig anders beim Erwachten.

Den dritten Anspruch, höchstes Wissen erlangt zu haben, macht der Erwachte für sich geltend. Der Erwachte hat zuerst

alle Gewöhnungen und Verstrickungen abgestreift, ist aus der Höhle der Begrenztheiten und Bedingtheiten völlig herausgestiegen und zur Erwachung gekommen, so wie das Lebewesen nach vollendeter Entwicklung aus dem Mutterleib oder aus dem Vogelei hervorkommt und dann selber sieht. Die Erwachten sehen, dass nur eine Anleitung und Wegweisung für die Entwicklung zur eigenen Erwachung, Erfahrung und Befreiung helfen kann. Darum ist der Erwachte kein theoretischer Lehrer, sondern ist ein geistiger Vater und Erzieher, ein Arzt und Führer der wahnkranken Menschen und Geister, die ihm vertrauen und sich führen lassen wollen. So sagten von ihm seine Zeitgenossen, die ihn erfahren hatten (D 25):

*Erwacht ist der Erhabene, der Erwachung dient seine Lehre.  
Gebändigt ist der Erhabene, der Bändigung dient seine Lehre.  
Zur inneren Ruhe gelangt ist der Erhabene, der Beruhigung dient seine Lehre.  
Entronnen ist der Erhabene, zur Entrinnung dient seine Lehre.  
Die Gluten gelöscht hat der Erhabene, zur Löschung der Gluten dient seine Lehre.*

### Wie der Bodhisattva ein Buddha wurde

Um zu erklären, wie der Erwachte aus sich heraus höchste Vollkommenheit erworben hat, beschreibt der Erwachte dem Dreivedenpriester sein fast siebenjähriges Bemühen, die heile unverletzliche Situation zu erreichen, wie er nach dem „wahren Gut“ suchte, nach dem „unvergleichlichen höchsten Friedenspfad“ forschte, wie es in M 26, 36 und 85 beschrieben ist<sup>175</sup>, das ihn zu den drei Wissen führte: 1. zur Rückerinnerung frü-

---

<sup>175</sup> K.E. Neumann hat – wie auch wir jetzt in unserer Wiedergabe – diesen Werdegang vom Bodhisattva zum Erwachten, zum Buddha, in seiner Übersetzung von M 100 ausgelassen. Wir fassen im Folgenden nur kurz die wichtigsten Erfahrungen und Erkenntnisse dieses Werdegangs zusammen. Ausführlich ist er beschrieben in dem Buch „Das Leben des Buddha“ von Hellmuth Hecker, hrsgg.v. „Buddhistischen Seminar“.

herer Leben, 2. zu dem überweltlichen Blick, wie die Wesen je nach ihrem Wirken wiedergeboren werden und 3. zu dem Wissen, dass er durch Aufhebung aller Triebe das Immer-Wiedergeboren-Werden endgültig überwunden hat.

Nach dem „wahren Gut“ suchten im christlichen Mittelalter auch die christlichen Mystiker. Sie bezeichneten es als das „*summum bonum*“, das höchste Gut, eben das Ziel aller Ziele. In ähnlichen oder abweichenden Formulierungen finden wir diese Suche in allen Kulturräumen und zu allen Zeiten. Sie ist demjenigen Menschen eigen, der zu größerem Überblick und tieferem Durchblick fähig ist und der darum sehr bald die Grundmängel im Dasein erkennt und zu überwinden trachtet.

Der Erwachte war als Fürstenson in den besten und hellsten Verhältnissen geboren worden, wie sie in der Menschenwelt nur geboten werden können. Und es gehören wahrhaft fürstliche Qualitäten im geistigen Sinn dazu, um durch den Glanz, die Pracht und die Macht der fürstlichen Lebensverhältnisse im damaligen Indien hindurch die zugrunde liegende Machtlosigkeit, Abhängigkeit und Geworfenheit des zwischen Geburt und Tod unentrinnbar eingespannten menschlichen Lebens zu durchschauen. Und es gehören jene im geistigen Sinn fürstlichen Qualitäten dazu, um nach der Durchschauung des Elends dieses Lebens nicht zu resignieren, sondern aufzubrechen, um zu suchen und nicht zu ruhen bis zur Befreiung von den zwingenden Fesseln der Wandelbarkeit, Geworfenheit und Leidhaftigkeit.

Der Erwachte berichtet, dass ihm gleich am Anfang seines Suchens nach dem Heil das dreifache Holzschneitgleichnis in den Sinn gekommen sei. Er sagt: So wie nasses Holz nicht geeignet ist, um das ganz andere, nämlich Feuer und Licht hervorbringen zu können, so auch kann man in Verbindung mit einem Leib, dem sinnliches Begehren in grober und feiner Art innewohnt, in keiner Weise zu jenem universalen Wissen und zu jener durchdringenden Klarsicht kommen.

Ebenso wie darum das Holz zunächst aus dem Wasser herausgenommen und aufs Trockene gelegt werden muss und



danach dort allmählich ganz und gar austrocknen muss – ganz ebenso auch muss der Mensch zuerst von allen begehrliehen Beziehungen zu Menschen und Dingen zurücktreten und muss dann durch die Erfahrung inneren Wohls die Sinnensucht völlig austreiben und ausglühen.

Dem damaligen Bodhisattva war der praktische Weg zur Aufhebung der Triebe anfangs noch unklar. Er versuchte mit Gewalt die Triebe zu unterdrücken, mit Gewalt den Körper zu beruhigen durch Stillstellung der Atmung, durch Nahrungsentzug. Als dies misslang und er nur an den Rand des Todes kam und in seinem Intellekt ratlos geworden war über weitere Wege zu der erforderlichen vollkommenen inneren Befreiung – ratlos nur über den Weg, aber gewiss geblieben über die Erreichbarkeit des Ziels – da, im Zurücktreten von allen damaligen Maßstäben und Richtlinien für die Askese kam ihm die Erinnerung an das Erlebnis einer friedvollen, seligen, weltbefreiten Entrückung in seiner Kindheit, die frei von Begehren war. Das Wohl weltloser Entrückungen zu gewinnen, strebte er nun an und erreichte es bald und leicht durch die helle Beschaffenheit seines Herzens. Das war das Eingangstor zur Überwindung der sinnlichen Triebe: *Um höheren Wohles willen konnt' ich niedriges Wohl entbehren (M 14)*. Er berichtet:

*Nachdem das Herz durch die weltlosen Entrückungen geeint, geläutert, gereinigt, fleckenlos, trübungsfrei, sanft, fügsam, frei von Willkür, vollkommen still geworden war, richtete ich es auf die erinnernde Erkenntnis früherer Daseinsformen...auf das Erscheinen und Verschwinden der Wesen...auf die Aufhebung aller Wollensflüsse/Einflüsse.*

In M 26 fasst der Buddha das entscheidende Wissen, das er gewonnen hatte, zusammen in den Worten:

*Und ich, der ich, selber Geburt, Alter, Krankheit, Tod, Schmerz und Schmutz unterworfen, die davon freie, unvergleichliche Sicherheit, das Nirvāna, suchte, fand die geburtslose, alterslose, krankheitslose, todlose, schmerzlose, fleckenlose, unvergleichliche Sicherheit, das Nirvāna. Die klare Ge-*

wissheit ging mir nun auf: „Für ewig bin erlöst ich, das ist das letzte Leben, und nicht mehr gibt es Wiedersein.“

Nach dieser Schilderung des Erwachten über seinen Weg zur Erwachung sagte der Brahmane:

*Großen Gewinn hat der Kampf dem Herrn Gotamo gebracht, der Kampf des nach dem Wahren Strebenden, wie es sich für den Geheilten, vollkommen Erwachten geziemt.*

„Gibt es Götter?“

*Aber sagt mir doch, Herr: Gibt es Götter? – Ich habe Grund zu sagen, ich habe gesehen, dass es Götter gibt.*

–

*Warum sagt Ihr, Herr Gotamo, auf meine Frage, ob es Götter gibt: „Ich habe Grund zu sagen, ich habe gesehen, dass es Götter gibt“? Dann ist es also eine leere Behauptung, eine Täuschung, wenn gesagt wird: „Es gibt keine Götter!“? –*

*Ob auf die Frage, ob es Götter gibt, geantwortet wird: „Es gibt Götter“ oder „Ich habe Grund zu sagen, ich habe gesehen, dass es Götter gibt“ – der erfahrene Mensch kommt zu dem gleichen Schluss, nämlich, dass es Götter gibt. –*

*Aber warum gab Herr Gotamo nicht gleich die Antwort: „Es gibt Götter“? – Die Hochsinnigen in der Welt, Bharadvājo, sind sich einig darin, dass es Götter gibt. –*

*Nach diesen Worten sprach Sangāravo, der Brahmane, zum Erhabenen: Vortrefflich, Herr Gotamo, vortrefflich, Herr Gotamo. Als Anhänger möge mich Herr Gotamo betrachten, von heute an zeitlebens getreu.*

*Die Hochsinnigen sind sich einig darin,  
dass es Götter gibt*

Sein ganzes Leben hindurch begleiteten den Erwachten himmlische Wesen. Er hat sie gesehen und mit ihnen gesprochen. Er sah in seinem sogenannten zweiten Weisheitsdurchbruch, wie Menschen heller Art zu himmlischen Welten aufsteigen, und manche haben sich nach dem Verlassen des menschlichen Körpers bei ihm als himmlische Wesen, die ganze Umgebung erleuchtend, gezeigt, über ihr jetziges Sein berichtet und Fragen gestellt, die er ihnen beantwortete.

In der Schilderung seines Wegs zur Erwachung erwähnt er öfter himmlische Wesen, weshalb es naheliegt, dass Sangāraṇa nach ihnen fragt. Vor seiner Erwachung beschützten ihn himmlische Wesen. Bei seiner Schmerzensaskese z.B. wollten sie ihn vor dem Verhungern bewahren. Nach der Erwachung bat ihn der Brahma Sahampati zu lehren. Bei seiner Erlöschung waren Tausende von Himmelswesen zugegen, sie griffen noch bei der Beisetzung des Leichnams ein, und es wird berichtet (S 1,20), dass ein Geistwesen, das wegen einer Lehrfrage von dem befragten Mönch an den Erwachten verwiesen worden war, den Mönch bat, selber mit dem Erwachten zu sprechen, da er von so viel mächtigen Gottheiten umgeben zu sein pflege, dass es für ein einzelnes Geistwesen schwer sei, ihn anzusprechen. Es heißt, dass viele Tausende von himmlischen Wesen beim Erhabenen Zuflucht nahmen (D 4) und dass bei einer einzigen Lehrdarlegung Tausende von ihnen den Stromeintritt erlangten (M 147). Darum eben wird der Erwachter der *Meister der Götter und Menschen* genannt.

Die Frage „Gibt es Götter“ ist für den Menschen eine existentielle Frage. Das Pāliwort *deva*, das mit „Götter“ übersetzt wird, bedeutet „Jenseitige“. Es heißt also mit anderen Worten: „Gibt es Jenseitige?“, gleichviel ob sie qualitativ besser sind als wir Menschen oder schlechter sind als wir Menschen. Wenn es Jenseitige gibt, dann müssen auch wir Menschen Jenseitiges an uns haben; dann aber können wir nicht sterben,

wenn auch der Körper abgelegt wird. So ist es also eine existentielle Frage im ureigensten Interesse der Menschen.

Der Erwachte unterscheidet zwischen dem Menschen, *der nur für das sinnlich Wahrnehmbare, für das Vordergründige, das vor Augen Liegende Sinn hat*, und dem besonnenen Menschen, der auch Sinn für höhere Dinge hat, der fragt: „Ich bin da. Warum? Zu welchem Zweck? Was ist der Sinn? Es heißt: Die Eltern haben mich gezeugt. Warum haben sie gerade mich gezeugt? Warum habe ich gerade diese körperliche, geistige, charakterliche Beschaffenheit?“ Diese Fragen zu stellen, kann ein besonnener, auf Zusammenhänge achtender und sein Wollen, Fühlen und Denken beobachtender Mensch nicht lassen. Die geistige Erfahrung ist der Mutterboden aller tieferen Einsichten über die Zusammenhänge des Lebens.

Der vordergründig denkende, unwissende Mensch hat nur einen sehr geringen Überblick und strebt darum nur die vielen kleinen Einzelziele für das Heute und das Morgen an. Die Tatsache, dass er sich in diesem Leben als Mensch vorfindet, ruft ihn nicht auf, danach zu forschen, aus welchen inneren oder äußeren Bedingungen diese Situation entstanden sei, aus welchen Gründen und Einflüssen er sich körperlich, seelisch und geistig in denjenigen Qualitäten und Beschaffenheiten vorfinde, in denen er sich vorfindet, und warum er gerade in dieser Zeit und in solcher Familie und unter solchen Lebensumständen lebe und nicht in anderen: Wie ein Küken, das, kaum aus dem Ei gekrochen, sofort nach Futter sucht und nichts weiter im Sinn hat, als Futter zu suchen und zu finden, so sucht der oberflächliche Mensch nur seine vordergründigen, von seinen blinden Wünschen gesetzten Ziele zu erreichen.

Wenn der hochsinnige Mensch oft schon in seiner Jugend beobachtet und erkennt, dass viele Menschen Krankheiten erleiden und unter den Lasten des Alters stöhnen, und wenn er bei allen Menschen die Unerbittlichkeit des Sterbens erkennt, dann erweckt das bei ihm einen Ekel und einen Abscheu vor solcher Unvollkommenheit, Geworfenheit, Abhängigkeit und Erbärmlichkeit. Das lässt ihn nicht ruhen, nach der Überwin-

dung der Krankheit, des Alterns und des Sterbens wie überhaupt nach der Überwindung der Wandelbarkeit und Abhängigkeit zu suchen, bis er sie findet.

Der normale Mensch dagegen gewöhnt sich sehr bald an die Geworfenheit und Bedingtheit. Er ahnt nichts Höheres, sondern sucht nur hier und da zwischen den ehernen Gesetzmäßigkeiten seine kleinen Vorteile zu erhaschen. Auch ihn entsetzen Krankheit, Alter und vor allem der Tod, wann immer er daran denkt, aber sein Geist kann sich nicht zum Protest gegen das Unwürdige erheben, weil ihm keine Ahnungen jener absoluten Freiheit und keine Überwindungskräfte zur Verfügung stehen.

Und die Tatsache, dass der Mensch in sich selbst und bei sich selbst eine Unzahl von Trieben erkennt, die ihn hinreißen zu begehrlischer Sucht nach Dingen und Erlebnissen, die von dem klareren Geist als erbärmlich und unwürdig beurteilt werden – und dass er sich von weiteren Trieben bewegt sieht, die ihn hinreißen zu einem rücksichtslosen, gehässigen und übelwollenden Vorgehen gegen die Mitwesen, obwohl sein Geist ihm sagt, dass die Mitwesen ebenso in Elend und Abhängigkeit geworfen sind und Freiheit ersehnen wie er – diese Tatsachen bewegen den hochsinnigen Menschen, von diesen Trieben inneren Abstand zu nehmen, sie zu beobachten, ihre Gesetzmäßigkeit zu erkennen und ihre Auflösung anzustreben – während der normale Mensch die jeweilige Befriedigung der jeweils aufkommenden Triebe anstrebt, sich der Befriedigung hingibt, gleichgültig, welche weiteren Folgen solche Befriedigung der Triebe nach sich zieht.

Der hochsinnige Mensch ist sich sicher, wie der Erwachte sagt, dass es Jenseitige gibt, weil er außer den gewöhnlichen Gesetzen der sinnlich wahrnehmbaren Welt auch geistige Gesetze mit aufnimmt und so damit die Bedingungen für einen harmonischen zwischenmenschlichen Umgang erkennt. Weil der hochsinnige Mensch sein Wollen, Fühlen und Denken beachtet, registriert, sucht er auch bei anderen ihr Wollen, Fühlen und Denken zu ergründen und möglichst zu berück-

sichtigen. Indem er so die inneren Vorgänge in den Blick nimmt, wird es ihm zur Gewissheit, dass der Körper nicht der Erleber ist. Er spürt: Der Erleber dessen, was das Werkzeug an Formen, Tönen usw. heranbringt, ist das Seelische, das Wollen, das Mögen und Nichtmögen. Dieses Wollen ist nicht jung mit jungem Körper, ist nicht alt mit altem Körper, das Wollen verändert sich nur durch bezugschaffendes und bezuglösendes Denken. Mit jeder positiven Bewertung, mit jedem Gedanken: „Das ist für mich etwas Gutes, Hilfreiches“ ist ein außen nicht sichtbarer Bezug geschaffen, ein unsichtbarer Faden der Neigung, ein schwacher bis starker Hunger nach der positiv bewerteten Sache, ein Minus, das erst aufgehoben ist, wenn das Gewünschte erlangt ist.

Der Erwachte sagt: So wie sich im Wald Lianen ausstrecken, wie der Feigenbaum Luftwurzeln ausstreckt, so strecken die Wesen ihre durch positive Bewertung entstandenen Neigungen aus, um das empfundene Minus, den Mangel, durch Befriedigung aufzuheben. Das ist die Psyche, die Seele des normalen Menschen, das Wollende, Dürstende, das nach den tausend Objekten der Welt ausgestreckt ist. Wenn der Mensch die ungute Seite von ungunen Dingen oder Eigenschaften oder Verhaltensweisen offen betrachtet, dann löst sich der Bezug dazu. Aber es bleiben immer noch genug Bezüge, Neigungen, Wünsche, die sich nach dem Begehrten ausstrecken. Wenn wir z.B. verdrossen sind und etwas Verdrossenes denken, dann haben wir unsere sowieso schon vorhandene Neigung zur Verdrossenheit durch den verdrossenen Gedanken noch etwas verstärkt, die Neigung zur Verdrossenheit wird größer. Wenn wir uns der Verdrossenheit schämen und uns sogar um Verständnis bemühen für den, dessen Handlungen uns verdrossen gemacht hat, dann haben wir die Psyche in dieser Richtung ein klein wenig verändert. Es kommt ja so sehr darauf an, was wir bedenken: die Tageszeitung, Fernsehen, Geschwätz oder Hochsinniges, Mitempfindendes, geistige Zusammenhänge. Denn nach dem Ablegen des Körpers werden die Wesen je

nach ihrer Herzensbeschaffenheit von Wesen gleicher Art angezogen.

### Das Gleichnis von den drei Arten von Lotosblüten

Der Erwachte vergleicht die Menschen mit drei verschiedenen Lotosarten (M 26). Er sagt, dass alle Lotospflanzen, die im Wasser geboren werden, ihre Wurzeln und Stiele im Wasser haben und darum auch aus dem Wasser ihre Nahrung aufnehmen. Ganz ebenso kommen alle Menschen mit den Sinnesorganen ihres Körpers hier in dieser Welt zur Geburt, nehmen mit den fünf Sinnen ununterbrochen die vielfältigsten Formen, Farben, Töne, Düfte, Geschmäcke und Tastbares auf und empfinden allerlei Gefühle. Von der Geburt an wird das noch praktisch unbeschriebene Blatt des Geistes mit all diesen Eindrücken angefüllt, so dass das Kind zunächst nichts anderes im Geist hat als das Wissen von den wohltuenden und den unangenehmen Sinneseindrücken und das Wissen, wie man zu den wohltuenden möglichst gelangen kann und wie man die unangenehmen möglichst vermeiden kann. Sein Geist enthält nichts anderes als die Kenntnis der durch die Sinne aufgenommenen Daten. Dieses Leben und Erleben aus der sinnlichen Erfahrung vergleicht der Erwachte mit dem ersten Entwicklungsabschnitt aller Lotosblumen.

Dann sagt der Erwachte: Neben solchen Lotosblumen, die die Wasseroberfläche nie erreichen, sondern ihr Haupt, ihre Blütenkrone nur unter dem Wasserspiegel entfalten, gibt es solche, deren Blütenkrone den Wasserspiegel erreicht, so dass sie nicht immer vom Wasser überspült, sondern bisweilen vom Wasser frei sind. Und drittens gibt es solche Lotosblumen, deren Blütenkrone sehr bald über den Wasserspiegel hinauswächst, sich in die freie Luft reckt und immer vom Wasser ganz unbenetzt bleibt. – Diese unterschiedlich hohe Blütenkrone der Lotospflanzen ist ein Gleichnis für den Geist der Menschen: So wie es Lotosblüten gibt, die immer im Wasser und unter Wasser bleiben, so gibt es Menschen, die sich in den

sinnlichen Banalitäten etablieren, d.h. geistig sich ihr ganzes Leben lang mit nichts anderem als den einzelnen Sinneseindrücken beschäftigen. Den angenehmen jagen sie mit allen ihnen möglichen Mitteln nach, und die unangenehmen trachten sie mit allen ihnen möglichen Mitteln zu vermeiden. Die Grundrichtung ihrer Aufmerksamkeit ist bedingt durch die Faszination, welche die sinnlichen Erlebnisse auf sie ausüben.

Die sinnliche Erfahrung kann man leicht beschreiben: Durch die Augen sehen wir vor uns Farben und Konturen. Wenn wir den Kopf, an dem die meisten Sinnesorgane sich befinden, zur Seite wenden, so erfassen die Augen auch dort Farben und Konturen. Mit den Ohren werden Töne verschiedenster Art gehört und mit der Nase die vielfältigsten Düfte gerochen. Mit Ohren und Nase werden Töne und Düfte aus allen Richtungen rings um den Körper herum erfasst, während die Augen nur einen bestimmten Ausschnitt erfassen können.

Alles was von diesen drei Körpersinnen durch die ihnen innewohnenden Triebe erfahren wird, das hat immer und ausnahmslos zur Grundlage die vier Gegebenheiten (Festes, Flüssiges, Temperatur und Luftiges/Gasiges), die im Westen als „Substanzen“ missdeutet und „Materie“<sup>176</sup> genannt wurden: Alle Düfte entstehen immer durch Zersetzung oder Vermischung von irgendetwas Festem, Flüssigem oder Luftigem/Gasförmigem, was durch die innewohnenden Triebe erfahren wird. Die von der Luft als Töne herangetragenen Schallwellen können auch nur durch Festes oder Flüssiges oder auch durch Wind von den den Ohren innewohnenden Trieben erfahren werden. Und ebenso wird alles Sichtbare, das wir kennen, auf eine jener vier Gegebenheiten zurückgeführt.

---

<sup>176</sup> Dieser seinerzeit von der Naturwissenschaft eingeführte Begriff ist inzwischen von derselben Disziplin aufgehoben worden, weil erkannt wurde, dass Materie nicht „Substanz“, sondern Erscheinungsform von Energie ist. Wir benutzen dennoch hin und wieder den alten Begriff „Materie“, der westlichen Menschen verständlich ist und womit jeder das Erlebnis der Gegenständlichkeit verbindet.



Ganz ebenso wie mit diesen drei den Sinnen innewohnenden Trieben werden auch mit den zwei letzten, mit Schmecken und Tasten, nur Festes, Flüssiges und Temperatur erfahren. Wind als Luftelement – wegen seiner chemischen Bestandteile heutzutage auch Gas genannt – wird selten geschmeckt, aber getastet. Mit den Trieben der ersten drei Sinne kann Materie schon auf größerem oder kleinerem Abstand erfahren werden, da man ferne Landschaften sehen, ferne Geräusche hören und die Düfte von fernen Orten riechen kann. Dagegen können die Triebe der zwei letzten Sinne in der schmeckenden Zunge und dem tastenden Körper nur das sie unmittelbar Berührende erfahren.

So erfahren wir mit den den fünf Sinneswerkzeugen innewohnenden Drängen immer nur Äußeres: Festes, Flüssiges, Temperatur und Luftartiges. Wir müssen uns das vor Augen führen: diese Sinnesdränge können gar nichts anderes erfahren, sie sind für alles Seelische und Geistige blind. Auch von den Menschen und den Tieren können wir mit ihnen immer nur das Äußere erfahren, können auch bei unseren Nächsten und Liebsten nie ihre geistig-seelischen Regungen unmittelbar erleben.

Wer durch die sinnliche Erfahrung nur das Körperliche kennt, der erfährt deshalb auch immer nur Zeitlichkeit und darum Endlichkeit, Vielfalt, Untergang. Und da er die ganz andere Gesetzlichkeit der geistig-seelischen Bewegkräfte und Lenkkräfte, die sich des Körpers bedienen, nicht kennt, so verfällt er der Vorstellung, beim Anblick eines bewegten Körpers den vollständigen lebendigen Menschen zu sehen. Und darum muss er beim Anblick des von der Bewegung verlassenen Körpers – bei einer Leiche – glauben, auch die Vernichtung des ganzen Menschen, die Vernichtung seiner Existenz zu sehen.

Aber so wie manche Lotospflanzen ihre Blütenhäupter bis zum Wasserspiegel recken und darum nicht immer vom Wasser überspült sind, sondern manchmal auch frei vom Wasser sind, so heben fast alle Menschen ihren Geist doch dann und

wann – und sei es noch so selten – über die vordergründig erfahrenen Dinge hinaus und fragen nach den größeren Zusammenhängen, nach ihrem Woher und Wohin. Sie richten ihre Aufmerksamkeit auf die inneren geistig-seelischen Regungen, Anmutungen, Empfindungen und Motivationen und kommen dadurch auch vorübergehend zu inneren Erfahrungen, einige sogar zu weiterreichenden Einsichten. Da sie aber immer wieder von sinnlichen Eindrücken fasziniert und überspült werden, so entwickeln sie nur eine gewisse Ahnung von dem Beharren der geistig-seelischen Triebe und des Lebens über den Körper hinaus, so dass sie manchmal glauben und manchmal zweifeln.

Und ebenso wie es Lotosblumen gibt, die zwar, wie alle, im Wasser entstanden und aus dem Wasser hervorgegangen sind, aber doch rasch über den Wasserspiegel hinauswachsen und dann ihr Haupt immer oberhalb des Wassers ganz unmittelbar in Luft und Sonne halten, ebenso gibt es Wesen, die recken sich schon in jungen Jahren über die vordergründigen Erlebnisse hinaus, richten ihre Aufmerksamkeit immer mehr auf die Herkunft der Erscheinungen, und von daher erkennen sie die inneren geistigen Gegebenheiten, Wirksamkeiten und Zusammenhänge ebenso deutlich wie die anderen Menschen die sinnlich erfahrbaren erkennen. Das sind die Menschen, die der Erwachte als „hochsinnig“ bezeichnet. Sie brauchen nicht mehr zu fragen, ob der Tod Ende oder nur Umzug und Übergang der Wesen ist. Sie wissen um ihre Triebe, um ihre geistige Person und deren Unbeeinflussbarkeit durch Fortfall des Körpers. Sie haben das Geistige (im Gleichnis Luft und Himmelsraum) und seine Gesetze bei sich selber erfahren, während die anderen nur ihr sinnliches Erleben (Wasser) kennen. Der Unterwasserlotos sagt: „Es gibt nur das, was ich durch die Sinne erlebe: Wasser.“ Mit der sinnlichen Wahrnehmung erleben wir nur sinnliche Erscheinungen, die uns irritieren, uns eingehüllt halten in Wahn. Aber mit der Beobachtung der geistigen Gesetze (Überwasserlotos) sind wir bei unserem wahren

Leben, erkennen die geistigen Gesetze, können uns danach richten und geistig gesunden.

Religion wird oft übersetzt mit „Rückverbindung“. Der wahre Sinn des lateinischen Begriffs *religio* ist nicht mehr klar, aber tatsächlich handelt es sich um eine Rückverbindung mit den geistigen Gesetzen, nach denen wir bestehen, wirken, weiterwandern. Diese „Rückverbindung“ wird in den verschiedenen Mythologien unterschiedlich interpretiert als Rückverbindung mit Gott, mit den Himmlischen, mit der Ewigkeit usw. Es geht im Grunde darum, dass wir zu den realen Gesetzen und Bedingungen hinfinden, die unser geistiges, seelisches und physisches Leben gestalten mit allen seinen entsetzlichen bis beglückenden Qualitäten.

Von diesen geistigen Gesetzen lehrt der Erwachte nicht wie die meisten Religionen nur andeutungsweise diese oder jene – oft noch in mehr oder weniger mythologischer Verhüllung, sondern er zeigt sie insgesamt einsehbar auf und gibt damit die Möglichkeit zu einer systematischen Entwicklung auf das Heil zu.

Aber diese geistigen Gesetze kann auch der Leser der Reden des Erwachten nur in dem Maß erkennen, als es ihm gelingt, von der Faszination durch das sinnliche Angebot mehr und mehr zurückzutreten, so wie der Kinobesucher von der Faszination durch den Film zurücktritt, wenn das Licht angeht.

Aber wer nicht eine Ahnung davon in dieses Leben mitbringt, wem nicht eine Erinnerung an frühere Wahrheitsnähe hindurchschimmert, der entwickelt hierfür keinen Sinn nach dem Wort *Laotse*s: *Der gemeine Mensch lacht über das himmlische (geistige) Gesetz.*

Der Erwachte bezeichnet als die dritte Art von Menschen, die dem Überwasserlotos gleicht, diejenigen hochsinnigen Menschen, die mit tiefer Sorge nach der Befreiung gesucht, aber noch keinen Ausweg aus dem Labyrinth gefunden haben. Ihnen kann er am besten und am leichtesten den Weg weisen, denn sie haben geistige Erfahrung gewonnen, sind sich klar

darüber, dass es eine unabhängig vom Körper bestehende Psyche gibt und dass sie die Qualität des Lebens bestimmt.

Ein so auf Höheres gerichteter Mensch fragt die Weisen, wie die Psyche dauerhaft zu verändern ist, um alles Leidige aufheben zu können. Der Erwachte und andere Weise zeigen: Da du die Erscheinungen mit deinem Mögen und Nichtmögen abschmeckst und auf sie reagierend wieder handelst und wirkst, so wirkst du wieder ein Ich mit solchem Mögen und Nichtmögen und wirkst wieder Erscheinungen nach Art deines Wirkens. So setzt sich Welterscheinung fort, das Drama der Auseinandersetzung des Ich mit den tausend Erscheinungen, mit den angenehmen und unangenehmen, den beängstigenden, entsetzlichen und mit den beglückenden. Durch hartes, dunkles Wirken werden dir harte, dunkle Erscheinungen hart entgegnetreten. Aus sanftem Begegnen mit lichtem Wirken werden dir lichte Erscheinungen sanft begegnen. Mit jedem Gedanken wird Psychequalität gemacht, mit jeder Psychequalität wird Welterscheinung gemacht.

Der Hochsinnige, vom Erwachten belehrt, weiß aus eigener Beobachtung: Aus guter Gemütsverfassung erwächst ein gutes helles Ich und eine gute helle Welt, die nicht mehr die menschliche ist.

Wir wissen, dass es Radio-, Fernsehwellen gibt, die sinnlich nicht wahrgenommen werden können, sie sind jenseits unserer Sinne. Ebenso sind die feinstofflichen Körper der himmlischen Wesen für unsere Augen nicht sichtbar. Der Erwachte bezeichnet die Menschenwelt als *olarika*, d.h. so viel wie „grob“ oder „derb“ oder „hart“. Die Welt der Geister aber, der über- und untermenschlichen, der sogenannten Astralwesen, bezeichnet der Erwachte als *dibba*, d.h. feinstofflich im Sinne von weniger Festigkeit und Flüssigkeit, „luftiger“, weniger sichtbar. Aus dem, was der Erwachte über die Erscheinungen aus der feinstofflichen Welt berichtet, können wir erkennen, woher die Wahrnehmung und das durch Wahrnehmung Erlebte kommen, wodurch es bedingt ist.

## In der feinstofflichen Welt folgt der Gemütsverfassung unmittelbar äußeres Erleben

In den Reden finden wir öfter Berichte über Rivalitätskämpfe zwischen einer bestimmten, menschnahen Götterwelt, den Göttern der Dreiunddreißig, und einer Art von Gegengöttern, von rebellischen Titanen, den Asura. Nach dem Bericht in S 35,207 ist es in einem dieser Kämpfe dem Götterkönig *Sakko* mit seinen dreiunddreißig Göttern wieder einmal gelungen, *Vepacitti*, den Asura-Fürsten, gefangen zu nehmen. Es heißt, man hat ihn an allen vier Gliedern und zufünft am Nacken gefesselt und in einem Raum im Schloss des Götterkönigs gefangen gesetzt.

Hier hat der Asura-Fürst über sein Schicksal nachgedacht, und da berichtet nun der Erwachte: Wenn der Asurafürst bei sich nachdenkend, zu der Erkenntnis kam: „Die Götter waren eigentlich im Recht, und ich war im Unrecht“ – wenn er also in seinem Gemüt ganz ohne Feindschaft und mit rechter Einsicht war – dann erfuhr er sich ebenso plötzlich wie ganz selbstverständlich nicht mehr gefesselt, sondern als Freund unter den Göttern und mit ihnen die fünf himmlischen Sinnen-genüsse teilend, d.h. im engen Zusammenhang mit der Wandlung in seinem Gemüt wandelte sich auch seine Wahrnehmung, sein sinnliches Erleben. Wenn er dann aber wieder – ganz so, wie wir ja auch die schwankenden Urteile im menschlichen Herzen kennen – in aufkommendem Stolz, Hochmut und Zorn zu der Auffassung kam: „Ich bin im Recht, und der Angriff war berechtigt, diese Götter sind im Unrecht“ – dann fand er sich im gleichen Augenblick wiederum fünffach gefesselt einsam in dem abgesonderten Raum vor.

Hier sehen wir, dass die Wahrnehmung, d.h. die durch Wahrnehmung erstellten Erlebnisse und Situationen, sich im engen Zusammenhang mit der Gemütsverfassung wandeln: Bei geglättetem, zornfreiem Gemüt (wenn er sein Unrecht einsah), erlebte er auch geglättete erfreuliche Wahrnehmung. Bei finsterner und wogender Gemütsverfassung, bedingt durch

bestimmte Herzensbefleckungen, wie Stolz, Rebellion, Wut, erfuhr er öde, schmerzliche Wahrnehmung.

Von diesen Erscheinungen, deren viele in den Reden berichtet werden, sagt der Erwachte, dass in der feinstofflichen Welt *sukhuma bandhana* herrschten, d.h. feinere Bindungen und Zusammenhänge, die direkter und unmittelbarer wirken: Wie dort die Gemütsverfassung ist, so wird dort sogleich die Wahrnehmung und die durch Wahrnehmung angebotene Situation oder Szene. Dort tritt also der karmische Zusammenhang, der Zusammenhang zwischen Saat und Ernte, zwischen der inneren Verfassung des Täters und seinem äußeren Erleben stets unmittelbar in Erscheinung. – In unserer Menschenwelt dagegen, welche der Erwachte als „grob“ bezeichnet, wirkt sich *nur die innere Seite* des karmischen Zusammenhangs, die Gemütsverfassung, unmittelbar aus, während die äußeren Wirkungen, die sinnlich wahrnehmbar sind, erst später eintreten.

Ein Beispiel für die unmittelbar eintretenden *inneren gemüthaften Auswirkungen* wäre Folgendes: Ein Mensch wird über eine erlittene Blamage oder ein vermeintes Unrecht zunächst in seinem Gemüt finster grollend, dann aber erinnert er sich, dass alles Wohl und Wehe, das ihn trifft, letztlich doch irgendwann von ihm ausgegangen ist. Durch diese Einsicht gibt er seinen Groll auf und nimmt sich vor, durch rücksichtsvolleres, verständnisvolleres Vorgehen für spätere bessere Ernte zu sorgen. Mit dieser Besinnung verflüchtigt sich sofort auch seine Gemütsverdunkelung, und er verweilt wieder in einer helleren, freudigeren und positiveren inneren Verfassung. *So tritt die innere Wirkung immer unmittelbar ein.*

Und wenn ein solcher nun durch eine solche geistige Besinnung und daraufhin erfolgte Erhellung und Entspannung seines Gemüts auch nach außen hin schonender und wohlwollender handelt, so wird er auch dort – im Lauf der Zeit – immer weniger Betrübliches erfahren und immer mehr angesehen und beliebt werden. So tritt diese letztere, die äußerliche Wirkung, unseres Tuns und Lassens in unserer Menschenwelt erst

allmählich, zeitlich nachziehend ein, in der feinstofflichen Welt aber fast ebenso unmittelbar wie die innere Wirkung.

In D 21 wird berichtet: Eine Anhängerin des Erwachten, die im bürgerlichen Stand geblieben, nicht Nonne geworden war, hatte jahrelang die Belehrungen des Erwachten gehört und sich in Tugend und Weisheit geübt. Als sie nach Jahren starb, erschien sie wegen ihrer tugendlichen Läuterung bei den eben erwähnten Göttern der Dreiunddreißig, und zwar als Sohn des Götterkönigs Sakko, weil sie sich während ihres Erdenlebens um männliche Art mit Erfolg bemühte hatte. Dieser Göttersohn nun entdeckte unter den niedrigeren Göttern, die für die Götter der Dreiunddreißig Aufgaben erledigten, drei Götter, die er während seines Erdenlebens als Mönche bei dem Erwachten gesehen hatte. Daraufhin äußerte er diesen drei Göttern gegenüber seine Verwunderung und auch Betrüb- nis, dass sie, die doch als Mönche ohne all die Hemmungen des häuslichen Lebens immer bei dem Erhabenen weilen durf- ten, nur eine so geringe Ernte erworben hätten. Der Bericht über diesen Vorgang schildert weiter, dass diese drei Götter durch solche Anrede sehr beschämt in sich gingen und bei sich bedachten, dass sie ja wahrhaftig durch den Erhabenen Grö ße- res und Erhabeneres gehört und verstanden hätten als das, was sie nun bedachten und erlebten.

Daraufhin führten sie sich die höheren Gedanken und die größeren Befreiungsmöglichkeiten vor Augen, die sie beim Erhabenen nicht nur gehört, sondern auch oft bedacht und mit innerer Freude im Gemüt bewegt und bewahrt hatten. Indem sich durch diese Gedanken ihr Gemüt erhob, größer wurde, lichter wurde, da verflüchtigten sich vor den Augen aller Göt- ter ihre (feinstofflichen) Körper, und diese drückten die Ver- mutung aus, dass sie nun wohl in brahmischer Welt erschienen seien, die den Göttern der Dreiunddreißig nicht zugänglich war.

Diese Berichte sind Bilder, Illustrationen der Tatsache, dass die Herzensverfassung der Wesen zwischen licht und dunkel, zwischen kleinlich-erbärmlich und groß-erhaben auch

das Erleben, d.h. Gefühl und Wahrnehmung der Wesen bewirkt. Die jeweils erlebte Welt, himmlische, menschliche oder gespenstische, ist jeweils Spiegelbild der lichten oder dunklen Kräfte des Gemüts und Herzens, der Triebe. Insofern hat die Welt magischen Charakter, ist imaginiert, ist Erleben von Welt. Hinter dem Erleben steht nicht die Welt, wie wir sie gemäß dem Erleben vermuten, hinter dem Erleben steht die Beschaffenheit unseres Herzens, unsere Triebe, unsere Neigungen, unser Wollen. Solange die Triebe des Herzens so bleiben, wie sie sind, so gemischt zwischen licht und dunkel, zwischen Spannungen, Zerrungen und gelegentlichen graduellen Entspannungen, so lange auch wird ein entsprechendes Leben und Erleben mit zwischenmenschlichen Spannungen, Zerrungen, Streit und gelegentlichen Entspannungen und manchem Helleren erfahren, wahrgenommen. Die Welt-Wahrnehmung ist Wirklichkeit, aber sie ist bedingte Wirklichkeit; denn sie wird nicht weichen, solange die Herzensverfassung nicht weicht. Wird aber die Herzensverfassung lichter oder dunkler, dann wird auch – ja muss – die Qualität des wahrgenommenen Lebens, der wahrgenommenen Welt lichter oder dunkler werden.

Die Triebe sind die wahren Erzeuger aller Erlebnisse. Alles Wohl und Wehe, Freunde und Feinde, alles Licht und Dunkel meiner Welt ist Schöpfung der Triebe. Darum vergleicht der Erwachte das gesamte Welterlebnis, die sinnliche Wahrnehmung, mit einer Luftspiegelung, der Fata Morgana der Wüste, und die Triebe des Herzens mit einem Maler, der aus Neigung und Phantasie beständig seine Bilder, die erlebten Szenen, ausmalt, diese für Wirklichkeit nimmt, wenn sie erlebt werden, darum wiederum entzückt und erschreckt wird und entsprechend weiter an ihnen malt. Über dieser zeitlosen Arbeit altern und sterben Körper um Körper und entstehen wieder neue.



Unermesslich wie der Ozean  
sind die Triebe im Körper (S 35,187)

In einem weiteren Gleichnis zeigt der Erwachte die Unermesslichkeit der die Sinneseindrücke bewirkenden Triebe:

*„Unermesslich“, so sagt der unbelehrte Mensch vom Ozean. Doch in der Wegweisung des Erwachten gilt das nicht vom Ozean. Eine große Wassermenge, eine große Wasserflut ist der Ozean.*

*Aber das Auge (mit dem innewohnenden Luger-Drang) ist des Menschen unermesslicher Ozean. Von diesem geht die Kraft (vego) aus, Formen zu schaffen (maya). Wer diese form-schaffende Kraft besiegt, der wird ein Überquerer des uner-messlichen Aug-Ozeans (mit dem innewohnenden Lugerdrang) genannt, mit seinen Wogen, den Strudeln, Krokodilen und Untieren. Er ist der Reine, (den Gefahren) entronnen, hat das andere Ufer erreicht und steht auf sicherem Grund.*

*Das Ohr (mit dem innewohnenden Lauscherdrang) ist des Menschen unermesslicher Ozean. Von diesem geht die Kraft aus, Töne zu schaffen...*

*Die Nase (mit dem innewohnenden Riecherdrang) ist des Menschen unermesslicher Ozean. Von diesem geht die Kraft aus, Düfte zu schaffen...*

*Die Zunge (mit dem innewohnenden Schmeckerdrang) ist des Menschen unermesslicher Ozean. Von diesem geht die Kraft aus, Säfte zu schaffen. ...*

*Der Körper (mit dem innewohnenden Tasterdrang) ist des Menschen unermesslicher Ozean. Von diesem geht die Kraft aus, Tastbares zu schaffen. ...*

*Der Geist (mit dem innewohnenden Denkerdrang) ist des Menschen unermesslicher Ozean. Von diesem geht die Kraft aus, Gedanken zu schaffen. ...*

*Wer diese Töne, Düfte, Geschmäcke, Tastungen, Gedanken schaffenden Kräfte besiegt hat, der wird ein Überquerer des*

*Ozeans der Triebe im Ohr, in der Nase, Zunge, im Körper, im Geist genannt, mit seinen Wogen, den Strudeln, Krokodilen und Untieren. Er ist der Reine, (den Gefahren) entronnen, hat das andere Ufer erreicht und steht auf sicherem Grund.*

Wer schon einmal allein an der Küste des Ozeans gestanden hat und vor sich und nach den Seiten hin bis an den äußersten Horizont nichts anderes als Wasser sah, immer nur Wasser sah und dabei wusste, dass auch jenseits des Horizonts die Wasserwüste sich schier unendlich weit erstreckt, der mag, wenn er von seinen vordergründigen Alltagsgedanken hatte zurücktreten können, einen starken Eindruck von der Unermesslichkeit der Wasserwüste gewonnen haben. Und wem es gelingt, sich dem Eindruck dieser Größe hinzugeben und dabei zu verweilen, der spürt eine Erhebung seines Gemüts, eine Erweiterung über alles Kleinliche und Vordergründige hinaus, das ihn mehr oder weniger weit entfernt von den Alltagsdingen und das ihn abhebt von der Ebene der Sorgen und Beklemmungen, die die Alltäglichkeiten zu anderen Zeiten für ihn mit sich bringen. – So wirkt das Erlebnis der Größe des Ozeans auf ein empfängliches Gemüt.

Diese Wirkung benutzt der Erwachte, um den Menschen auf die Unermesslichkeit der den Samsāra, die Daseinswanderung der Wesen durch alle Räume und alle Zeiten, bewirkenden sinnlichen Triebe aufmerksam zu machen – und ihn so empfänglich zu machen für den vom Erwachten gezeigten Ausweg.

Durch den Luger werden Formen erfahren, durch den Lau-scher Töne usw. Diese fünf Erfahrungen werden im Geist gesammelt, kombiniert und denkerisch verwertet. Wer nun diese sechste Möglichkeit hauptsächlich dazu benutzt, sich der fünf Arten von Sinneseindrücken wieder zu erinnern, der angenehmen oder schrecklichen Formen, Töne, Düfte usw., und sich darüber neu mit Begehren oder mit Abgestoßensein zu beschäftigen – der bleibt in dem Samsāra-Gefängnis. Der gelangt gerade durch diese Haltung nicht hinaus. Für die in den

Sinneswerkzeugen als spannungsvoller Wollenskörper wohnende und wirkende sinnliche Bedürftigkeit ist der Fleischkörper mit seinen Sinnesorganen nur das Werkzeug für einen unermesslichen, fast unstillbaren, sinnlich ungreifbaren Hunger, der die Wesen zum Ergreifen der Formen, Töne usw. zwingt. Vom Säuglingsalter an geschehen alle Gedanken und Handlungen im sklavischen Dienst dieses Hungers. Die durch die Triebe in den Sinneswerkzeugen erfahrenen Dinge: Formen, Töne, Düfte, Geschmäcke, Tastungen werden erlebt und bedacht, bekommen Bedeutung je nach dem Grad von Wohl oder Wehe, die die Triebe beim Berühren mit dem als Außen Erfahrenen ausgelöst haben.

Die gesamte sinnliche Triebhaftigkeit unterliegt nicht dem Gesetz des Alterns wie der Körper, der von der Geburt an nur immer älter wird, bis er zusammenbricht, der nur innerhalb der Zeit besteht, der eine bestimmte Höchstspanne von etwa hundert Jahren fast nie überlebt – sondern diese Triebhaftigkeit unterliegt dem Gesetz des Beharrens. Die Triebe werden aus sich selbst nicht älter und nicht schwächer, sie sind das Produkt von bezugschaffenden Gedanken, und sie werden dadurch erhalten, dass der Mensch den den Trieben angenehmen Formen, Tönen, Düften usw. bejahend nachgeht und die unangenehmen zu vermeiden, zu fliehen und fortzustoßen trachtet. Mit dieser Haltung anerkennt und bejaht der Mensch grundsätzlich die Formen, Töne, Düfte usw., also die sinnliche Wahrnehmung, bleibt in der sinnlichen Bedürftigkeit. Und wenn der Körper aus Altersschwäche oder aus Krankheit zugrunde gegangen ist, so bleibt die sinnliche Bedürftigkeit im Wollenskörper mit dem Geist übrig, verlässt den zerstörten Körper und wird von demjenigen Daseinsbereich angezogen, der der Qualität seiner Triebe entspricht, ist dort wiederum mit einem Werkzeug der sinnlichen Wahrnehmung verbunden, das wiederum dem Prozess der Alterung unterliegt, jagt während der Dauer des Besitzes des neuen Werkzeugs wiederum den Formen, Tönen, Düften usw. nach, wird wiederum im Gemüt begehrlieh bewegt von den den Trieben angenehmen Formen,

in Abwehr, Zorn und Flucht bewegt von den den Trieben unangenehmen Formen, Tönen usw. – Das sind die Wogen des Ozeans – bis auch dieser Körper verschlissen ist und wieder ein neuer angelegt wird.

Wegen der Unsichtbarkeit der den Fleischleib bewohnenden „Person“ (Wollenkörper mit allen seelischen Erscheinungen und feinstofflicher Leib) sieht der unbelehrte Mensch nur den Werdegang der bewegten materiellen Schale des Menschen, sieht aber nicht die unsichtbare geistige Energie. Und durch diese einseitige, vordergründige Betrachtung kommt er zu der wahnhaften Ansicht, dass die Geburt der Anfang und der Tod das Ende der Person sei. Der Erwachte zeigt, dass der sogenannte „Tod“ des Menschen lediglich der Zusammenbruch der Schale, des Fleischleibs, ist, während die Psyche völlig unberührt von dem Zusammenbruch des Leibes ebenso weiterlebt wie ein Mensch, nachdem er sein Fahrzeug verlassen hat. Die Psyche steigt als vollständige Person im Tod aus und bei der Empfängnis in den Mutterleib ein, so dass von Zeugung oder Sterben eines Menschen nicht die Rede sein kann, nur von Sterben und Aufbau eines grobstofflichen Körpers.

Der normale unbelehrte Mensch handelt im Leben meistens „von...her“, d.h. reaktiv: Die an ihn herantretenden angenehmen Begegnungen bemüht er sich festzuhalten, die unangenehmen Begegnungen bemüht er sich fern zu halten. Der Hochsinnige aber, der das Karmagesetz kennt, der handelt „auf...hin“, d.h. nicht reaktiv, denn er weiß, dass alles Angenehme oder Unangenehme, das an ihn herantritt, nur Ernte aus früherem Handeln ist und dass es jetzt darauf ankommt, wie er handelt. Denn damit bestimmt er sein zukünftiges Erleben. Darum handelt er im Hinblick auf eine günstige Zukunft. Er weiß, dass sein Wollen, Fühlen, Wissen und Denken ganz unberührt von dem Zusammenbruch des Fleischleibs weiter besteht, und zwar in der Qualität, wie er sie geschaffen hat. Er weiß: Hat er dunkle Eigenschaften durch negative Bewertung gemindert und helle Eigenschaften durch positives Denken

gemehrt, dann wird er nach Ablegen des Körpers von Wesen mit heller und edler Art angezogen, eben von himmlischen Wesen, wie es der Erwachte zusammenfassend ausdrückt (A III,115):

*Wegen rechten Handelns, guter Herzenseigenschaften und rechter Anschauungen gelangen da die Wesen bei Versagen des Körpers nach dem Tod auf eine gute Lebensbahn, in himmlische Welt.*

In M 90 stellt König Pasenadi von Kosalo dem Erwachten die gleiche Frage wie in unserer Lehrrede: *Wie ist es, o Herr, gibt es Götter?* – Darauf antwortete der Erwachte: *Warum fragst du denn, ob es Götter gibt?* – *Der König antwortete: Ich meine, ob Götter zu dieser Welt zurückkehren oder ob sie nicht wieder zurückkehren.* Im weiteren Verlauf der Rede fragte er dasselbe von Brahma, dem höchsten Gott der Inder. Der Erwachte antwortete:

*Götter, die sich belastet, beschwert haben (savyāpajjha), kehren wieder in diese Welt zurück. Götter, die sich nicht belastet und beschwert haben, kehren nicht wieder zurück.*

Ähnlich sagt Ānando (M 88) auf die Frage: *Was ist eine Lebensführung, vor der zu warnen ist?* – : *Eine belastende, beschwerende Lebensführung, aus welcher Leiden hervorgeht (dukkha vipāka).*

Das Pāliwort *savyāpajjha* ist zurückzuführen auf *vyāpāda*, Antipathie bis Hass, und ist das Gegenteil von *mettā*. *Mettā* bedeutet unterschiedslose Zuwendung zu allen Wesen, die es ermöglicht, dass man bei jedem begegnenden Lebewesen sogleich weiß und empfindet, dass dort ganz ebenso Bedürfnisse und Wünsche nach Wohlsein bestehen wie bei einem selber. Der Buddha gibt als Beispiel das Bild der Mutterliebe. So wie eine Mutter das Schicksal ihres Kindes in allen Einzelheiten mitempfindet als ihr eigenes Schicksal, so dass sie es ganz unmöglich übersehen kann – so ist Zuwendung/Liebe zu

allen Wesen zu verstehen als der von Fürsorge geleitete Umgang mit jedem Wesen, mit Mensch und Tier, von der gleichen Fürsorge wie für sich selber.

Es ist die Haltung, die der Erwachte (A V,22) als *sabhāga-vuttika* bezeichnet, *sich als Teil des Ganzen wissen*. Und das setzt voraus, dass man die Mitwesen mit ihren Bedürfnissen überhaupt bemerkt und beachtet, ernst nimmt, sich ihnen mit Offenheit zuwendet. Der verständige, offene, hochsinnige Mensch empfindet diese Bruderschaft aller Wesen unmittelbar. Er achtet auf die inneren Antriebe bei sich und bei anderen in dem Wissen, dass wir alle jetzt schon in erster Linie „Geister“ sind, hineingebannt und hineingeschmiedet in den Sinneswerkzeugträger „Fleischleib“ durch unser eigenes früheres Wirken. Und wenn dieses Werkzeug zerbricht, dann wird der Komplex von Anziehungen und Abstoßungen, der den Fleischleib bisher handhabte, zu der ihm genau gemäßen Gestalt finden.

Im Charakter eines Menschen können im Lauf eines Lebens schlechte Eigenschaften allmählich abnehmen und gute Eigenschaften zunehmen und umgekehrt. So ist ein alter Mensch, je nach dem, was er im Lauf des Lebens vorwiegend positiv und negativ bewertet hat, schlechter oder besser als in der Jugend. Auf diese Weise ist „Selbsterziehung“ oder wie die Religionen es nennen, „Läuterung“ möglich und damit die Ausrichtung der gesamten Tendenzen auf eine Wesensgleichheit mit Engeln und Gottheiten und die Angleichung an höchste und reinste Bereiche. Wir kennen die Ausdrucksweise: „Jener ist ein Engel oder Teufel in Menschengestalt“, womit wir ausdrücken, dass der Betreffende eigentlich gar nicht in unseren Bereich passt, sondern in einen höheren oder niedrigeren, denn sein Wesen gleicht einem Engel oder Teufel. Nach Ablegung dieses Leibes wird er dorthin gezogen werden, wo er nach „Geist und Gemüt“ schon ist.

Sterben heißt sich selber beerben, die Erbschaft seines eigenen Wirkens antreten, sofern sie nicht schon innerhalb des gleichen Lebens sichtbar geworden ist. Darum sagt der Er-

wachte: *Erben ihres Wirkens sind die Wesen*. Daraus ergibt sich, dass es vernünftig ist, d.h. zum eigenen Wohl führt, moralisch zu sein, anderen mit Wohlwollen zu begegnen. Das ist die Konsequenz, die sich aus dem Karmagesetz ergibt und die der Hochsinnige für sich als verbindlich anerkennt und aus der ihm das Wissen erwächst, dass es Jenseitige, dass es Götter gibt, Wesen von heller innerer Art, zu denen er sich hinentwickeln kann.

In den folgenden Versen finden wir beispielhaft die Fragen eines hochsinnigen Menschen, der nicht im Sinnlichen aufgeht, gleich der Lotosblüte, die von Wasser überspült ist, sondern der nach der Ursache des Leidens fragt, und dem der Erwachte Gier, Hass, Blendung als Ursache des Leidens aufzeigt.

Die Fragen des hochsinnigen Ajīto,  
eines „Überwasserlotos“ (Sn 1032-1037)

*Wodurch verbirgt sich diese Welt,  
wodurch erscheint sie nicht im Blick,  
womit, sag, ist sie überdeckt,  
was macht sie nur so fürchterlich? –*

Mit dieser Frage nach der Welt ist nicht unsere Welt, unsere Weltvorstellung, gemeint. Die sinnlich wahrnehmbare Welt liegt offen vor uns. Wir sehen unsere Häuser, unsere Straßen, wissen um die Erde, sehen die Sterne. Diese Welt hat der nach Geistigem strebende Mensch gar nicht im Sinn. Hier ist die andere Welt, die jenseitige Welt gemeint. Der geistige Mensch, der nicht im vordergründigen Alltag gefangen ist, weiß, dass die Wesen weiterleben, ihr Karma abtragen, aber auch neues schaffen. Er denkt an die, die hier weggestorben sind. Er denkt an das Leiden, das immer wieder empfunden wird, wenn Gewohntes, Geliebtes gelassen werden muss: *Es gibt keinen dauerhaften Besitz, alles verlassend muss man gehen.* (M 82) Er weiß: Ich habe ja auch früher, vor dieser

Geburt als Mensch, in schier endloser Folge gelebt. Und jedes Mal hab ich den fürchterlichen Trennungsschmerz erlitten. Das ist Wirklichkeit, die ich erlebt habe. Warum weiß ich all die früheren Erlebnisse nicht mehr? Wodurch verbirgt sich alles?

*Verborgen ist die Welt durch Wahn,  
Habsucht und Leichtsinn hemmt den Blick.  
Vom Lechzen ist sie überdeckt,  
das Leiden macht sie fürchterlich. –*

Weil wir von der vordergründigen sinnlichen Wahrnehmung geblendet sind, weil diese uns in die Augen sticht, unsere Aufmerksamkeit auf sich zieht, weil wir Bestimmtes begehren, haben wollen und leichtsinnig die Folgen ignorieren, darum sehen wir das früher Erfahrene nicht.

Wer schon einmal nachts mit dem Auto über eine Landstraße fuhr, der mag manchmal beobachtet haben, wie ein Hase in den Lichtkegel seines Scheinwerfers geriet und dadurch sehr gefährdet war, besonders dann, wenn er seinen Blick auf die Scheinwerfer gerichtet hat. Blickt der Hase in das Licht des Scheinwerfers, dann kann er nur den erhellten Teil der Straße sehen, und zwar in Form des Kegels, den das Licht beschreibt. Dieser Kegel verjüngt sich auf den Scheinwerfer zu, und dieser Scheinwerfer befindet sich – über den Rädern. Für den Hasen, wenn er nicht sehr gewitzigt und erfahren ist, gilt nur der Lichtausschnitt als begehbbare Wirklichkeit. Er ist geblendet durch den grellen, auf ihn fallenden Lichtschein. Alles außerhalb des Lichtkegels Liegende ist für den Hasen zu einer dunklen, schwarzen Wand geworden. Auf Grund der blendenden Hervorhebung eines Ausschnitts wähnt er nun, dieser kleine Ausschnitt sei allein begehbar, und die schwarze Wand sei undurchdringlich.

Der Lichtkegel gilt in unserem Leben für das Aufleuchten der den Trieben unverzichtbaren Sinneseindrücke im Geist: die Blendung. Durch dieses bevorzugte Wahrnehmen jener



Sinneseindrücke sind für ihn alle anderen Wirklichkeiten, die in ihm und um ihn herum sind, transzendent, er kann sie nicht wahrnehmen, hat sie von Geburt an nicht wahrgenommen, kann sie darum nicht ahnen und nicht mit ihnen rechnen, sondern er rechnet nur mit dem vom Gefühl ausgeblendeten Teil. Das ist Wahn. Und so wie ein unerfahrener Hase nur mit dem Sichtbaren rechnet und deshalb auf die blendenden Scheinwerfer und die tötenden Räder zuläuft, so – sagt der Erwachte – läuft der Mensch, der nur mit der durch Gier und Hass, Anziehung und Abstoßung bevorzugten sinnlichen Wahrnehmung rechnet und daraus sein Weltbild erbaut, immer wieder auf Tod und Untergang zu, und dazu auch innerhalb jedes Lebens von Enttäuschung zu Enttäuschung, von Leiden zu Leiden.

Gier und Hass verbergen die jenseitige Welt. Nicht in der Welt sind die verbergenden Dinge, *in diesem von Gier und Hass besetzten Körper ist die Welt, ihre Fortsetzung, Auflösung und ist der Weg zur Auflösung der Welt (A IV,45)*. Weil wir nach bestimmten Dingen lechzen, darum sehen wir die von den Trieben gemalten Schleier, sehen nicht durch die Schleier hindurch die Wirklichkeit. Dies zeigt u.a. eine indische Geschichte deutlich:

Ein Gärtner liebt Rosen, züchtet Rosen. Eine Nachtigall zerrupft mit Vorliebe die Rosenblüten. Der ärgerliche Gärtner legt ein Fangnetz aus und streut Körnerfutter hinein. Die Nachtigall verfängt sich im Netz. Der Gärtner will ihr den Hals umdrehen. Da sagt die Nachtigall: Wenn du mich leben lässt, dann sag ich dir, wo in deinem Garten ein großer Schatz verborgen ist. Der Gärtner gräbt an der angegebenen Stelle und holt einen großen Krug voll Gold heraus. Da fragt der Gärtner die Nachtigall: Wie kann es sein, dass du diesen gewaltigen Schatz unter der Erde sehen kannst, aber das Netz auf der Erde, das für dich gefährlich ist, nicht sehen kannst? Da antwortet die Nachtigall: Im Netz war das Futter, das mich anzog. Ich lechzte nach dem Futter, darum sah ich das Futter und hatte keine Aufmerksamkeit für das todbringende Netz – *vom Lechzen ist die Welt überdeckt* –, aber beim Anblick des

Goldes war ich nicht von etwas Verlockendem abgelenkt, darum sah ich es, wenn auch ohne Interesse.

Ein Beispiel aus unserem Alltag: Ein Mann überquert die Straße. Er ist wütend über eine ihm zugefügte Beleidigung. Auf der Straße rast ein Auto heran, hupt laut, alle Leute hören es, der Mann hört es nicht. *Vom Lechzen ist die Welt überdeckt.* Er geht seinen Wutgedanken nach und steht bald neben seiner Leiche. Solange blendende Wahrnehmungen unsere Aufmerksamkeit gefangen nehmen, kann sich die Aufmerksamkeit nicht auf das Stillere richten. Erst wenn nichts reizt, die Triebe zur Ruhe kommen, kann alles gesehen werden. Aber wie können die Triebe und damit der Fluss der Erlebnisse zur Ruhe kommen? Das ist die nächste Frage des Ajīto:

*Es strömt und fließt nur überall,  
wie wird das Fließen recht beherrscht?  
Was hält das Fließen endlich an,  
sag mir, wie es zur Ruhe kommt. –*

Der Erwachte:

*Wo immer Strömung in der Welt,  
wer sie recht sieht, beherrscht sie schon.  
Was ganz sie anhält, sag ich dir:  
die Weisheit bringt sie ganz zur Ruh. –*

Im Westen wird „die Welt“ als etwas statisch Existierendes gesehen: Da ist die Welt, aus der bin ich hervorgegangen, und der bin ich ausgeliefert, bald bleiben von mir nur ein paar Krümen Erde übrig. Die Welt aber bleibt. Wer der geistigen Erfahrung nachgeht, der merkt nur Ströme, kein statisches Ich und keine statische Welt. Der Erwachte spricht (M 18) von der Illusion der gespaltenen Begegnungswahrnehmung (*papañca-saññā-sankha*): Ein Erlebnis folgt dem anderen. Der triebbe-setzte Geist spaltet es in Ich und Welt. In Wirklichkeit bestehen nur zwei Ströme: 1. die fließende Kette der triebbe-dingten Erlebnisse und 2. der Strom der Reaktionen der Wesen auf die

Illusion der Vielfaltserlebnisse, die fortgesetzten Aktivitäten der Wesen im Denken, Reden und Handeln. Es wird etwas erlebt, darauf wird reagiert: Herausforderung – Antwort. Der vordergründige Mensch will die Erlebnisse am Außen verbessern, auf Herausforderungen antworten. Der auf geistige Erfahrung gerichtete Mensch merkt die Strömung der Triebe, die nach Erlebnissen lechzen. Auch wenn der Mensch in völlige Stille und Einsamkeit geht, in einen dunklen stillen Keller ohne Erlebnismöglichkeiten – die Gedanken wandern trotzdem. Versucht ein Übender sie anzuhalten, zurückzuhalten, sich zu disziplinieren, dann merkt er das innere Lechzen nach den Dingen. Es ist, wie wenn ein Strom sich vor der Schleuse sammelt. Er durchbricht bald mit seiner Kraft die Schleuse. Die Gedanken sind um so unbeherrschbarer, je länger man sie eine Zeitlang anzuhalten versucht hat. Wer eine Zeitlang in der Einsamkeit war und noch unreif dazu war, ohne die Erfahrung inneren Wohls, der erlebt sich bald wieder als ein nach Sinneindrücken Lechzender. Das sind die für den Ungeläuterten nicht anzuhaltenden Ströme der Triebe nach Erlebnissen und die dadurch bedingten Aktivitäten.

Woher kommen die Erlebnisse? Aus der Vergangenheit, dem früher Gewirkten, den früheren Aktivitäten. Der Blinde baut sich aus den selbst gewirkten Erlebnissen seine Welt. Wenn die Wesen die Erde verlassen haben, haben sie aus der Summe ihrer dortigen Erlebnisse und mit zusätzlicher Spekulation in ihrer neuen Situation schnell wieder ein Bild von der Welt gewonnen: „Es ist alles ganz anders, es ist so.“ Die Wesen bauen sich mit Gedanken, Worten und Taten gern ein Nest, in dem sie sich geborgen fühlen. Bald werden sie wieder etwas anderes wahrnehmen, weil sie durch verändertes Wirken wieder etwas anderes erleben. Alle Aussagen sind nur relativ, subjektiv wahr, sie sind beschränkt und ständig im Fluss.

Der Erwachte vergleicht (S 48,43) den normalen Menschen, der von den fünf Hemmungen besetzt ist – die ersten zwei sind Begehren nach Sinnendungen und Antipathie-Hass – mit einem Strom, dessen Deiche zu beiden Seiten weggebro-

chen sind. Ein Strom in ebener Landschaft kann nur durch Deiche eingegrenzt zum Meer hinfließen. Sind die Deiche weggebrochen, zerfließt der Strom in der Ebene, er erreicht das Meer nicht. Das Meer ist ein Gleichnis für die Triebversiegung, den ersehnten Frieden für immer. Aber solange die programmierte Wohlerfahrungssuche des Geistes durch die Sinne erleben will, wie ein Affe hierhin und dorthin springt, Angenehmes zu erhaschen, zu ergreifen sucht – gleich dem Strom, der in der Landschaft zerfließt –, nicht durch Zügelung der Sinnesdränge und Ausrichtung auf inneres Wohl als die beidseitigen Deiche zurückgehalten wird, so lange wird der Leidenschaft, der Sucht, dem Affekt gefolgt.

Der Erwachte sagt: Das Beobachten der Strömung, das Merken des Leidens mit Hilfe der Wahrheitsgegenwart, ist das erste Hemmen des Stroms. Das Beobachten des Leidens ist der Ansatzpunkt zur Auflösung des Leidens, es zwingt den Menschen zur Weisheit.

Wenn Wasser durch ein Wasserrohr fließt, das waagrecht liegt, dann besteht ein so geringes Gefälle, dass schon ein kleines Hindernis, etwa ein Stein im Rohr, den Wasserfluss hemmen kann. Wenn das Rohr aber fast senkrecht steht, dann werden Schlammengen im Rohr hinweggespült. Ebenso: Wenn das Ausgeliefertsein an die Ströme deutlich als Leiden gesehen wird, dann gibt es auf die Dauer keine Hindernisse. Die programmierte Wohlerfahrungssuche des Geistes ist zielstrebig auf die Überwindung des Leidens gerichtet.

Wir alle würden, wenn wir Ajītos anfängliche Fragen gestellt hätten, mit den Antworten des Erwachten beglückt nach Hause gehen. Aber Ajīto fragt weiter: Was fange ich mit der Wahrheitsgegenwart und Weisheit an, wenn sie ihren Zweck erfüllt, wenn sie ausgedient haben, wenn sie mich zu Sicherheit und Wohl geführt haben?

*Die Wahrheitsgegenwart und Weisheit  
und Geistiges und Sinnliches,  
die Frage, Großer, löse mir,*

*wo kommt dies alles ganz zur Ruh? –*

*Da du mir solche Frage stellst, Ajīto,  
sage ich die Antwort dir:  
Wo Geistiges und Sinnliches (nāma-rūpa)  
ganz ohne Rest zur Ruhe kommt,  
wo Erfahrungssuche (viññāna) nicht mehr sucht,  
da kommt dies alles ganz zur Ruh. –*

Wenn es im Herzen immer heller geworden ist, wenn inneres Wohl erfahren wird, dann tritt die Wohlerfahrungssuche des Geistes von den Sinnen zurück, erfährt zunächst Wahrheiten, die beglücken, (Reifezustand der ersten Entrückung), denkt freudig über die Wahrheiten nach, beobachtet geistige Vorgänge. Wenn die Wahrheit gegenwärtig und der Geist nicht mehr tätig ist, ruht er bei innerem Glück in der Entrückung. Wenn er aus der Entrückung zurückkommt, merkt er das noch Vergängliche, durchschaut es, löst sich davon ab. Die Entrückung wird stiller, die Weisheit sieht das Diesseits wie das Jenseits, das Gestrige und das Morgige. Dann schaut sie nicht mehr hin, weil sie alles weiß und nichts mehr zu wissen braucht – die Triebversiegung ist erreicht.

Uns helfen vor allem die ersten Verse zum rechten Anblick des Daseins:

*Wodurch verbirgt sich diese Welt,  
wodurch erscheint sie nicht im Blick,  
womit, sag, ist sie überdeckt,  
was macht sie nur so fürchterlich?*

*Verborgen ist die Welt durch Wahn,  
Habsucht und Leichtsinn hemmt den Blick.  
Vom Lechzen ist sie überdeckt,  
das Leiden macht sie fürchterlich.*

*Heinrich Zimmer sagt darüber:*

*Wer die inneren Dränge aus sich strahlt und dabei nicht gewahr wird, dass sie alles Kolorit, alles Gewicht der Wirklichkeit der Welt, mit der sie auf uns wirkt, ein von uns selbst Gewirktes sind <sup>177</sup> wie das Netz, das die Spinne aus sich spinnt und nun sitzt sie darin als in ihrer Welt – wer das nicht weiß, der ist ganz Samsāra, befangen in sich selbst, in seinem dämonischen Innen als einem Außen, das ihn anstrahlt, schreckt und fasziniert – der lebt in seiner eigenen Māyā. <sup>178</sup>*

Weil einer Eitelkeit hat, darum existieren andere Menschen als Spiegel seines Verhaltens. Weil er an Dingen hängt, darum sind andere Wesen Gegenstand seiner Ausbeutung, seines Neides, sind Rivalen und Gefahr, denn sie könnten nehmen, woran er hängt. Jede Beziehung, die sie zu ihm haben können, entspringt einer spontanen Affekteinstellung in ihm selbst. Durch sie erst erhalten die anderen ihr Kolorit in Zuneigung und Abneigung, ein eigenes Gewicht und Dasein, das auf ihn wirkt – solange Wahn besteht.

---

<sup>177</sup> Die inneren Dränge sind Gier und Hass (Anziehung, Abstoßung), davon ist der Geist besetzt. Dadurch erscheint Blendung, eine bunte Welt. Alle Wirklichkeit, die wir erleben (Blendung) ist von Gier und Hass gewirkt.

<sup>178</sup> Māyā = Täuschung, Trug, Blendwerk

DER ERWACHTE DECKT DIE IRRTÜMER  
DER FREIEN BRÜDER AUF

101. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“  
„Vor der Götterlache“

Zwei Irrtümer der Freien Brüder

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene im Lande der Sakker bei der Götterlache, wie eine Burg im Gebiet der Sakker heißt. Dort nun wandte sich der Erhabene an die Mönche: Ihr Mönche! – Erhabener –, antworteten da die Mönche dem Erhabenen aufmerksam. Der Erhabene sprach:*

*Es gibt da, ihr Mönche, manche Asketen und Priester, die sagen und lehren: „Was immer auch ein Mensch empfindet, sei es Wohl oder Wehe oder Weder Wehe noch Wohl, all das empfindet er auf Grund seines Wirkens in einem früheren Leben (Karma). Darum findet durch das Abbüßen des einst Gewirkten (Karma) dessen Tilgung statt. Und indem er neues Wirken und damit daraus hervorgehende Wirkungen (Karma) vermeidet, kommen auch zukünftig keine neuen Wirkungen (Karma) mehr heran. Kommen auch zukünftig keine neuen Wirkungen mehr heran, so ist das das Ende der Karmawirkungen. Mit dem Ende der Karmawirkungen ist das Leiden beendet. Mit der Beendigung des Leidens ist alle Fühlbarkeit beendet. Mit der Beendigung des Gefühls aber wird alles Leiden endgültig beendet sein.“ So, ihr Mönche, behaupten die Freien Brüder. Auf diese Behauptung, ihr Mönche, trat ich zu den Freien Brüdern heran und sprach:*

*Habt ihr wirklich, liebe Freie Brüder, diese Ansicht, diese Lehre? – Diese Frage beantworteten die Freien Brüder mit Ja. –*

Dass der Mensch alle Erscheinungen, die er erlebt, selber gewirkt hat und wirkt – diese Tatsache wird in der indischen Philosophie und in der Lehre des Buddha „Karma“ genannt. Karma ist ein Begriff, der die Gesetzmäßigkeit der Existenz überhaupt ausdrückt: Dasein mit allem, was es bedeutet und enthält – und das ist unendlich mehr als der von der Naturwissenschaft betrachtete „Kosmos“ –, ist nichts anderes als Karma: Wirken und Wirkung zugleich. Das Wort „Dasein“ im Sinn von einem bestehenden Sein gibt es in der Sprache des Buddha nicht. Das oft mit „Dasein“ wiedergegebene Pälwort *bhava* müssen wir mit „Werden“ übersetzen, und das heißt: Ununterbrochen fließen Wirkungen früheren Wirkens heran als die erfreulichen oder schmerzlichen Erscheinungen, die gesehen, gehört, gerochen, geschmeckt, getastet und bedacht werden. Auf diese ununterbrochen herantretenden Wirkungen früheren Wirkens reagieren die Wesen wiederum ununterbrochen mit weiterem Wirken, das wiederum Wirkungen bewirkt. Unser Leben besteht aus nichts anderem als aus dem ununterbrochenen Hinnehmen von Begegnungen mit Menschen und Dingen, mit Überraschungen und Enttäuschungen, die als Wirkungen unseres früheren Wirkens herantreten – und aus einem ununterbrochenen Reagieren darauf, also Wirken mit weiteren Gedanken, Worten und Taten.

Der Gründer des Ordens der Freien Brüder, Nāthaputto, erkannte das Karmagesetz an, aber er erlag dabei zwei Irrtümern:

1. Der Mensch hat nicht nur die Erscheinungen, sondern auch die bei ihrem Erscheinen empfundenen Wehgefühle früher gewirkt, und deshalb stehen sie ihm auf jeden Fall zu. Wenn er sie durch jetziges Abbüßen und Selbstqual schneller abträgt, so arbeitet er sein ihm zustehendes Karma bald ab, und nur so lässt sich Wohl gewinnen.



2. Wenn der Mensch ab sofort alles Wirken aufgibt, dann entstehen keine neuen Wirkungen mehr und alles Leid ist aufgehoben.

Wer die existentialen Zusammenhänge nicht kennt, der kann auf diese Logik hereinfallen. Und so ist auch heute noch diese Lehre der Jainas, der Freien Brüder, deren Gründer ein Zeitgenosse des Buddha war, in Indien viel mehr verbreitet als die Lehre des Buddha.

Zum ersten Irrtum:

*Nur durch Wehe lässt sich Wohl gewinnen*

Diese Überzeugung zog sich als einheitliches Band durch alle Schulen, Sekten und Richtungen der brahmanischen Asketik. Der Gedanke schien so einfach zu sein: Da es der Körper ist, an dem sinnliches Begehren gespürt und erfüllt wird, so muss man diesem Körper Schmerz zufügen, damit er vom Begehren lässt.

So wird in M 57 berichtet, dass in Indien manche Menschen das Gelübde auf sich nehmen, zeitlebens sich wie ein Hund oder wie ein Rind oder ein anderes Tier zu verhalten, d.h. sich zusammenzukauern und nur vom Boden Nahrung zu sich zu nehmen, nicht zu sprechen und sich auch z.B. Hundedenken, Hundegemüt und Hundegehaben in jeder Form anzueignen. Sie tun dies mit größtem Opfer ihrer geistigen und ästhetischen Neigungen und auch des eigenen Stolzes, und gerade deshalb glauben sie, dass daraus himmlische Ernte hervorgehen müsse.

Der Erwachte aber erklärt diesen Menschen auf Befragen, dass sie, wenn sie darin fortfahren, auch genau zu dem Zustand ihrer lebenslänglich gepflegten Vorstellung kommen, nämlich Hunde oder Rinder werden.

Die Angehörigen des Ordens der Freien Brüder, der Jainas, wirken mit ihrer Selbstqual ununterbrochen. Sie strengen sich an, um sich zu quälen, empfinden durch ihre Selbstqual Wehgefühle und bereiten sich auch künftiges Wehe. Zwar ist ihr

Wirken moralisch indifferent, aber sie geraten durch das empfundene Wehe in eine Gemütsverfassung, der gerade das Hohe, Helle, Wohlwollende unmöglich ist. Der echt wohlwollende Mensch kann sich nicht selber quälen wollen. Er stellt zwar oft die Erfüllung eigener Interessen zurück um anderer Interessen willen, aber das ist ihm dann eine Freude. Ein Wesen, das sich selbst quält, das immer in Qual, in Druck ist, kann nicht gleichzeitig wohlwollend sein. Aus dem gequälten, beklommenen Gemüt geht nicht das helle Wesen übermenschlicher Art hervor bis zum Nibbāna. Selbst wenn der Selbstquäler nicht bewusst gegen andere übelwollend ist, so kann er aber auch nicht den Weg gehen, bewusst anderen gegenüber gut zu sein. Wenn er das tun wollte, würde er aufhören, ein Selbstquäler zu sein. Wenn er am Selbstquälen festhält, kann er nicht auf die Dauer immer wohlwollender gegen andere werden, sondern allmählich finsterer.

Hinzu kommt, dass der Mensch, je länger er auf dem Weg der Selbstqual vorgeschritten ist, irgendwann um so stärker in das andere Extrem der Hemmungslosigkeit verfällt.

Auch in der christlichen Überlieferung sind Aussagen, die zu der irrigen Auffassung verleiten, dass das Begehren mit Selbstqual aus dem Körper herausgetrieben werden müsse, und auf die sich die Selbstquäler im Abendland beziehen. So z.B. Matth. 5,29 und 30:

*Ärgert dich aber dein rechtes Auge, so reiße es aus und wirf es von dir. Es ist dir besser, dass eins deiner Glieder verderbe und nicht der ganze Leib in die Hölle geworfen werde. – Ärgert dich aber deine rechte Hand, so hau sie ab und wirf sie von dir. Es ist dir besser, dass eins deiner Glieder verderbe und nicht der ganze Leib in die Hölle geworfen werde.*

Dagegen ist in der gesamten Lehre des Erwachten nicht nur nichts enthalten, das in ähnlicher Weise ausgelegt werden könnte, sondern umgekehrt stoßen wir immer wieder auf die Mahnung, sich ebenso von der Selbstqual wie von der Nächs-

tenqual fern zu halten, und immer wieder wird erklärt, dass der Weg zum Heil ein Weg sei, der ganz genauso die Selbstqual vermeide wie die Lust.

Aber auch der Bodhisattva, der spätere Buddha, beschritt zunächst den Weg der herrschenden Lehre von der Selbstqual, der sich ihm als Pilger überall anbot:

*Auch ich habe noch vor der vollen Erwachung, als unvollkommen Erwachter, Erwachung Suchender gedacht: „Man kann nicht Wohl um Wohl gewinnen, um Wehe lässt sich Wohl gewinnen.“ (M 85)*

Einige Beispiele seiner Selbstqual seien hier angeführt:

*Und ich raufte mir Haupt- und Barthaar aus, die Regel der Haar- und Bartausraufer befolgend, war ein Stetigsteher, verwarf Sitz und Lager; war ein Fersensitzer, übte die Zucht der Fersensitzer; war ein Dornenseitiger und legte mich zur Seite auf ein Dornenlager; stieg abendlich zum dritten Mal herab ins Büßerbad. So übte ich mich gar vielfach in des Körpers inbrünstiger Schmerzensaskese. (M 12)*

Diese Arten der Selbstqual erinnern an das Vorgehen der christlichen Geißelbrüder, Flagellanten, Säulenheiligen und Anachoreten. Auch *Seuse* hat jahrelang ähnliche Praktiken angewandt, um das sinnliche Begehren aus dem Körper auszutreiben. So wie ein in der Welt lebender Mensch sich damit befasst, für seinen Körper Bequemlichkeit zu schaffen – eine Wohnung, ein weiches Lager –, so befassten sich die Asketen ebenso intensiv mit dem Gegenteil: sich Mittel auszudenken, um dem Körper Leid zuzufügen – nach dem Grundmotto: Je mehr Wehe, je mehr Heil.

Auch durch äußerst geringe Nahrungsaufnahme versuchte der Bodhisattva die sinnlichen Triebe auszuhungern:

*Da kam mir der Gedanke: „Wie, wenn ich nun sehr wenig Nahrung zu mir nähme, immer nur eine hohle Hand voll, mag*

*es nun Bohnenbrühe sein, mag es Wickenbrühe sein, mag es Brühe von kleinen oder großen Erbsen sein!“ Und ich nahm nur sehr wenig Nahrung zu mir, immer nur eine hohle Hand voll. Und als ich nur ganz wenig Nahrung zu mir nahm, da wurde der Körper außerordentlich mager: wie dürres, welches Rohr wurden da die Arme und Beine durch diese äußerst geringe Nahrungsaufnahme. Wie ein Kamelhuf wurde das Gesäß; das Rückgrat wie eine Kugelmühle; die Rippen wie Dachsparren eines alten Hauses; wie Wassersterne tief unten in einem Brunnen, so erschienen die Augen tief versunken in den Augenhöhlen: wie ein aufgeschnittener Kürbis in heißer Sonne, so schrumpfte die Kopfhaut zusammen. Wenn ich den Bauch anfühlen wollte, berührte ich das Rückgrat, und wenn ich das Rückgrat anfühlen wollte, berührte ich die Bauchhaut. So nahe war mir die Bauchdecke ans Rückgrat gekommen durch diese äußerst geringe Nahrungsaufnahme; wollte ich Kot und Harn entleeren, fiel ich vornüber hin durch diese äußerst geringe Nahrungsaufnahme. Wenn ich mit der Hand die Glieder rieb, fielen die wurzelfaulen Haare ab.*

*Da sahen mich Menschen und sagten: „Blau ist der Asket Gotamo.“ Andere Menschen sagten: „Nicht blau ist der Asket Gotamo, braun ist der Asket Gotamo.“ Und andere Menschen sagten: „Nicht blau und nicht braun ist der Asket Gotamo, gelbhäutig ist der Asket Gotamo.“ So sehr war die helle, reine Hautfarbe angegriffen worden durch diese äußerst geringe Nahrungsaufnahme.*

Als der Bodhisattva aus der Ohnmacht erwachte, die ihn aus Schwäche des Leibes überfallen hatte, da kam ihm der Gedanke:

*Dies ist die äußerste Selbstqual, die jemals Asketen und Priester auf sich genommen haben oder künftig auf sich nehmen werden oder jetzt auf sich nehmen, und doch erreiche ich mit dieser Selbstqual nicht die Wissensklarheit vom Heil, die alles menschliche Wissen übersteigt. Sollte es nicht doch einen anderen Weg zur Erwachung geben?*

## Entdeckung des rechten Wegs

In dem Augenblick, als er alles aktive Streben einstellte und am Ende der bisherigen Möglichkeiten angelangt war, in dieser Situation des Loslassens, in der er ganz still war, da erinnerte sich sein Geist des stillsten und wohlthuendsten Erlebnisses, das er bisher gehabt hatte, seines Jugenderlebnisses der weltlosen Entrückung:

*Da erinnerte ich mich, dass ich einst, als mein Vater während der Feldarbeiten beschäftigt war, im kühlen Schatten eines Rosenapfelbaums saß und dort fern von Begierden, fern von unheilsamen Dingen, in stillem Bedenken und Sinnen in weltabgelöster Entrückung verweilte. Der Erinnerung an diese Erfahrung folgend, erkannte ich: „Das mag wohl der Weg zur Erwachung sein!“ Da kam mir, der Erinnerung nachfolgend, der Gedanke: „Dies ist der Weg zur Erwachung. Sollte ich etwa jenes Wohl fürchten, jenes Wohl jenseits der Sinnendinge, jenseits der unheilsamen Dinge? Nein, ich fürchte jenes Wohl jenseits der Sinnendinge, jenseits der unheilsamen Erscheinungen nicht. Aber nicht kann jenes Wohl mit einem so entkräfteten Körper erreicht werden; wie, wenn ich nun feste Nahrung zu mir nähme: gekochten Reis.“ Und ich nahm feste Nahrung zu mir: gekochten Reis. (M 36)*

Nachdem er also mehrere Jahre lang auf ähnlichen untauglichen Wegen wie seine asketischen Zeitgenossen vergebliche Anstrengungen gemacht hatte, durch Selbstqual von der Sinnsucht frei zu werden, da fiel ihm das Erlebnis eines seligen Entrücktseins von der Weltwahrnehmung ein, das ihn als Kind überkommen, ihn über alle Weltlichkeit hinausgehoben und tief beseligt hatte. Sofort sah er die Möglichkeit, dass dies der Weg sein könnte, und als er seine Aufmerksamkeit nun der Erinnerung an seine leibhaftige Erfahrung in der Kindheit zuwandte, da wurde ihm zur Gewissheit, dass dies der richtige Weg sei, um alles Begehren zu überwinden.

Nachdem der Bodhisattva den Körper gekräftigt hatte, pflegte er hohe Vorstellungen. Ohne Feindschaft, liebevoll, erbarmend dachte er an die Wesen, befreite sich von ablenkenden Gedanken in voller Gewissheit, dass er auf dem Weg war, der aus allem Leiden herausführt. So wurde er im Gemüt hell und zuversichtlich. Darüber erfreut, erreichte er eine solche Verzückung (*piti*) im Geist, dass sie die geistige Aufmerksamkeit auf sich lenkte und damit von den Sinnendingen abzog, so dass die Augen nicht mehr nach außen blickten, die Ohren nicht nach außen horchten usw.

Von diesem Vorgang heißt es (M 118 u.a.): *Wenn der Geist verzückt ist, wird der Körper gestillt.* Keine Sinnesdrängungen mehr nach Berührung. Das Herz ist geeint, die Zwiefalt der sinnlichen Wahrnehmung, in der immer ein Ich einer Umwelt begegnet, ist aufgehoben. So erreichte er die Entrückungen. In der Entrückung aber hören alle fünf Sinnestätigkeiten auf. Da ist kein Ankommen von Welteindrücken und kein Weggehen von Welteindrücken, nur ein Weilen in friedvoller Seligkeit. Die fünffache schmerzliche Wunde des Körpers: die in den Augen wohnende Sucht nach Sehen, die in den Ohren wohnende Sucht nach Hören, die in der Nase wohnende Sucht nach Düften, die in der Zunge wohnende Sucht nach Säften und die im Körper wohnende Sucht nach körperlichem Tasten ist gestillt.

Über diesen körperlichen Zustand, der über alle menschliche Vorstellung von irdischem Wohl und himmlischem Wohl ungeahnt hinausgeht, empfindet er in seinem Geist ein stilles Wohl. – Das ist auch außerhalb der Entrückung das Lebensgefühl des von der Sinnensucht endgültig Befreiten, des „brahmischen“ Wesens.

Weil dieses höhere Wohl das niedere Sinnenwohl entbehren lässt, deshalb preist der Erwachte in vielen Lehreden die zu den weltlosen Entrückungen führende Gemütsverfassung der Helligkeit und Lauterkeit.

## Zum zweiten Irrtum

*Wenn der Mensch alles Wirken aufgibt, dann entstehen keine neuen Wirkungen mehr. Mit dem Ende der Karmawirkungen ist das Leiden beendet. Mit der Beendigung des Leidens ist alle Fühlbarkeit beendet. Mit der Beendigung des Gefühls aber wird alles Leiden endgültig beendet sein.*

Die Freien Brüder meinen, dass sie, wenn sie Schmerzgefühle abtrügen, dann in der Zukunft keinen Schmerz mehr empfinden. Aber die Gefühle schafft der Mensch nicht unmittelbar. Sie sind Endresultat von zwei Faktoren: von den gewirkten Erscheinungen, die als Wahrnehmungen herantreten, und von dem inneren Wollen. Was wir als Wohl- und Wehgefühl erleben, hängt also ab von Wollen und Wahrnehmen, und zwar davon, ob die Wahrnehmungen mit dem Wollen übereinstimmen oder nicht übereinstimmen. Bei Übereinstimmung entsteht Wohlgefühl, bei Nichtübereinstimmung Wehgefühl. Erst wenn alles Wollen aufgehoben ist, dann löst keine Wahrnehmung, welcher Art auch immer, Wohl- oder Wehgefühle mehr aus. Und wenn nur ganz helles Wollen ist, dann gibt es auch keine Wahrnehmung mehr, die Wehgefühl auslösen könnte. Wenn Wind (Wahrnehmungen) gegen ein Brett (Wollen) weht, wird es umfallen, aber durch ein Netz (aufgehobenes Wollen) geht der Wind hindurch. Wenn das Wollen aufgehoben ist, gibt es beim Herantreten von Wahrnehmungen keinen Resonanzboden mehr und darum keine Gefühle. Das erst ist Gefühls- und damit Leidensversiegung.

Der Erwachte sagt (M 57): Ein Wirken im Denken, Reden und Handeln kann Wirkungen schaffend sein, also Karma anhäufen, und es kann nicht Wirkungen schaffend sein, nämlich dann, wenn es ohne Wollen, ohne Ergreifen geschieht. Im gleichen Sinn heißt es (M 136):

*Wenn ein Mensch übel wandelt, ein Mörder und Dieb, ein Wüstling, Verleumder, Hinterträger, Zänker und Schwätzer*

*ist, voll Habsucht, Antipathie bis Hass, falscher Anschauung, so spürt er die Ernte hiervon entweder zu Lebzeiten oder bei nächster oder bei späterer Wiedergeburt.*

*Deutlicher noch sagt der Erwachte (A III,33-34):*

*Drei Entstehungsgründe für übles Wirken gibt es, ihr Mönche, welche drei?*

*Gier ist ein Entstehungsgrund für übles Wirken,*

*Hass ist ein Entstehungsgrund für übles Wirken,*

*Blendung ist ein Entstehungsgrund für übles Wirken.*

*Ein Wirken, ihr Mönche, das aus Gier, Hass und Blendung entsprungen, durch Gier, Hass und Blendung bedingt entstanden ist, dessen Früchte kommen auch dort wieder zur Reife, wo die Selbsterfahrnis sich fortsetzt; so wird die Frucht jenes Wirkens auch wieder verspürt, sei es in dieser, sei es in der nächsten oder sei es in einer späteren Lebensform.*

*Es ist, ihr Mönche, wie wenn unversehrte, unverdorbene, durch Wind und Sonnenglut unbeschädigte, kerngesunde Samenkörner gut eingebettet in gutem Feld und auf gut bearbeitetem Boden gesät, bei tüchtigem Regenschauer aufgehen, zum Gedeihen und zur Fülle gelangen.*

Da der Mensch nach dem karmischen Gesetz als Umwelt nur sein früheres Wirken erfährt und von dieser gesamten Umwelt immer nur jene Gesinnungen und Taten erfährt, die von ihm in die Umwelt hinein ausgegangen sind, so kann nur die wohlwollende Gesinnung allen Mitwesen gegenüber und das aus solcher Gesinnung folgende Tun dazu führen, dass er in seinem jetzigen und zukünftigen Leben wohlwollende Gesinnung und wohlwollende Taten seitens der Umwelt an sich erfährt. Daraus ergibt sich, dass es vernünftig ist, d.h. zum eigenen Wohl führt, moralisch zu sein, d.h. anderen mit Wohlwollen zu begegnen: Das ist die Konsequenz, die sich aus dem Karmagesetz ergibt, wie es der Erwachte in M 57 umfassend schildert:



*Was ist das für ein Wirken, das dunkel ist und dunkle Folgen hat?*

*Da wirkt einer in Taten, Worten und Gedanken immer wieder belastend und beschwerend. Und weil er immer wieder in Taten, Worten und Gedanken belastend und beschwerend wirkt, so gelangt er in lastvoller Welt wieder zum Dasein. Und ist er in lastvoller Welt wieder zum Dasein gelangt, so treffen ihn belastende Berührungen. Von belastenden Berührungen getroffen, fühlt er belastendes Gefühl, einzig schmerzhaft, gleichwie etwa höllische Wesen. Ganz so wie sie geworden sind, ist der Wesen Wiedergeburt. Durch das, was einer wirkt, wird er wiedergeboren. Der Wiedergeborene wird von Berührungen getroffen. Darum sage ich: „Erbe des Wirkens sind die Wesen.“ Das nennt man dunkles Wirken, das dunkle Folgen hat.*

*Was ist das aber für ein Wirken, das hell ist und helle Folgen hat?*

*Da wirkt einer in Taten, Worten und Gedanken immer wieder ganz ohne die Wesen zu belasten und zu beschweren. Und da er immer wieder in Taten, Worten und Gedanken ohne zu belasten und zu beschweren wirkt, so gelangt er in lastfreier Welt wieder zum Dasein. Und ist er in lastfreier Welt wieder zum Dasein gelangt, so treffen ihn lastfreie Berührungen. Von lastfreien Berührungen berührt, fühlt er lastfreies Gefühl, einzig beglückend, gleichwie etwa strahlende Götter. Ganz so wie sie geworden sind, ist der Wesen Wiedergeburt. Durch das, was einer wirkt, wird er wiedergeboren. Der Wiedergeborene wird von Berührungen getroffen. Darum sage ich: „Erbe des Wirkens sind die Wesen.“ Das nennt man helles Wirken, das helle Folgen hat.*

*Was ist das aber für ein Wirken, das dunkel-hell ist und dunkel-helle Folgen hat?*

*Da wirkt einer in Taten, Worten und Gedanken immer wieder bald belastend und beschwerend, bald ganz ohne die Wesen zu belasten und zu beschweren. Und wirkt er in Gedanken, Wor-*

*ten und Taten bald belastend und beschwerend, bald ganz ohne die Wesen zu belasten und zu beschweren, so gelangt er in einer teils lastvollen, teils lastfreien Welt wieder zum Dasein. Und ist er in einer teils lastvollen, teils lastfreien Welt wieder zum Dasein gelangt, so treffen ihn belastende und lastfreie Berührungen. Von belastenden und lastfreien Berührungen getroffen, fühlt er belastendes und lastfreies Gefühl, beglückend und schmerzhaft gemischt, gleichwie etwa bei Menschen, manchen Göttern und manchen Geistern. Ganz so wie sie geworden sind, ist der Wesen Wiedergeburt. Durch das, was einer wirkt, wird er wiedergeboren. Den Wiedergeborenen treffen Berührungen. Darum sage ich: „Erbe des Wirkens sind die Wesen.“ Das nennt man dunkel-helles Wirken, das dunkel-helle Folgen hat.*

### Keine Ernte schaffendes Wirken

*Was ist das aber für ein Wirken, das weder dunkel noch hell ist und weder dunkle noch helle Ernte hat, ein Wirken, das zur Wirkensversiegung führt?*

*Die Absicht, jegliche Neigung zu irgendwelchem Wirken aufzulösen, weder zu dunklem Wirken, das dunkle Ernte hat, – noch zu hellem, das helle Ernte hat, – noch zu dunkel-hellem, das dunkel-helle Ernte hat, – das wird ein weder dunkles noch helles Wirken genannt, das weder dunkle noch helle Ernte hat, ein Wirken, das zur Wirkensversiegung führt.*

Das ist ein nicht triebebedingtes Wirken, ohne jede Absicht auf Gefühlsbefriedigung. Geschieht es auf Grund der Belehrung eines Erwachten in der Absicht, damit das Wirken auszu-tilgen, dann führt es zur Versiegung alles Wirkens aus Ergreifen.

Alle Unternehmungen in Gedanken, Worten und Taten zur Befriedigung des Gefühls werden vom Erwachten als Ergreifen (*upādāna*) bezeichnet: *Die Befriedigung bei den Gefühlen,*

*das ist Ergreifen (upādāna). (M 38)* Und er sagt weiter: Durch Ergreifen bedingt, bleibt das im Ergreifen zum Ausdruck gekommene Verhältnis des erlebten Ich zu der erlebten Welt im Dasein erhalten und muss wieder in Erscheinung treten.

Hier wird also bestätigt, dass nur zur Befriedigung des Gefühls, also absichtlich, geschehenes Wirken für den Täter wieder in Erscheinung tritt. Aber die gesamten Gedanken, Worte oder Taten des Heilgewordenen, des Erlösten, und auch viele Gedanken, Worte und Taten von solchen, die schon weit fortgeschritten sind, geschehen in gar keiner Weise zur Befriedigung von Gefühl. Das ist ein Wirken ohne Ergreifen, das keinerlei Folgen für den Täter nach sich zieht, das nicht wieder „für ihn“ in Erscheinung tritt.

Wenn alles Wirken, auch das unbeabsichtigte oder nicht auf Gefühlsbefriedigung ausgehende, Wirkungen nach sich zöge, dann gäbe es keine Möglichkeit, dem Kreislauf von Wirken – Wirkung – Wirken zu entinnen. Der Geheilte wirkt ununterbrochen bis zum Ende seines Lebens. Er müsste also unbedingt wiedergeboren werden, um auch die Wirkungen seines nicht zur Befriedigung des Gefühls geschehenen Wirkens zu erleben, könnte auf diese Weise nie erlöschen. Aber der Geheilte wirkt eben nicht mehr zur Gefühlsbefriedigung. Er hat noch in die Welt hinein gestaltet, hat nach seiner Erwachung viel gewirkt (Lehrreden), aber er hat es nicht mit Sucht, Wollen, Ergreifen, Neigung getan. Er sagt: Ob ein Hörer nach seiner Belehrung den Wunsch äußert, in den Orden zu gehen und ob er im Orden dann triebversiegt wird – der Erwachte ist darüber nicht erfreut. Und wenn einer, nachdem er die Lehre gehört hat, nun schimpft und die Lehre als Unsinn bezeichnet, der Erwachte ist darüber nicht betrübt. Er kennt ja die Zusammenhänge und weiß, wenn er Menschen sieht, wie sie denken müssen. In ihren geistigen Kausalzusammenhang gibt er Belehrung, aber ohne Anliegen, ohne Gefühlsbefriedigung. *Losgelöst von der Schöpfungsader ist der Leib des Vollendeten. (D 1)* Die Natur des Geheilten ist, dass er nicht mehr ergreifen kann. Darum geht der Erwachte im Gegensatz zu anderen

Religionsgründern auch nicht in die Orte und drängt seine Lehre nicht auf, sondern er bleibt meist in der Nähe eines Ortes im Wald. Die Einwohner wissen dann: Der Vollendete ist da. Wer Anliegen hat, sucht den Erhabenen auf und bittet ihn um Rat. Was seitens des Erwachten auch immer an Taten, Worten und Gedanken geschieht, es hat keinerlei Folgen für den Erwachten. Er schafft keine Wirkungen, die nach diesem Leben an ihn wieder heranträten.

Das Allermeiste unseres Denkens, Redens und Handelns geschieht mit Ergreifen. Das Wirken des Übenden besteht hauptsächlich darin, dass er aufkommende üble Neigungen zurückhält und an ihre Stelle bessere setzt. Wir sind auf dem Weg, dunklere Neigungen aufzuheben und hellere zu schaffen und uns im Ganzen etwas zurückzunehmen. Aber vorwiegend sind wir bei der qualitativen Verbesserung und zum Teil schon bei der quantitativen Minderung. Aber der Vollendete hat alles Qualitative auf den höchsten Stand und quantitativ zum Nullpunkt gebracht. Darum hat das Denken, Reden und Handeln keine Wirkungen mehr für ihn. – Ein Denken, Reden und Handeln ohne Wirkungen für den Täter kennen die Freien Brüder überhaupt nicht.

Der Erwachte war an die Freien Brüder herangetreten und hatte gefragt: „Ist dies eure Anschauung?“ Er geht nicht nach dem Hörensagen. Wenn jemand zu ihm sagt: „Die Mönche, o Herr, reden so und so“, dann fragt er die Betreffenden immer selber: „Ist es wahr, wie ich hörte, dass ihr so und so sagt?“ So werden Streit und Missverständnisse vermieden, denn es wird ja manches falsch überbracht. Wenn der andere dann sagt: „Ich habe so gedacht, ich habe so getan“, dann kann dazu Stellung genommen werden, dann hat der Betreffende sich selbst dazu bekannt.

## Die Freien Brüder wissen nicht...

Und jetzt stellt der Erwachte eine Anzahl Fragen an die Freien Brüder, die offenbar machen, dass ihre These keine feste Grundlage hat, dass sie eine bloße Meinung darstellt:

*So wisst ihr wohl, liebe Freie Brüder, „wir sind schon ehemals gewesen, nicht sind wir nicht gewesen?“ – Wir wissen's nicht. Bruder. –*

*Oder wisst ihr, liebe Freie Brüder: „Wir haben früher Übles getan, oder wir haben nichts Übles getan?“ – Das wissen wir auch nicht, Bruder. – Oder wisset ihr, liebe Freie Brüder, „diese oder jene üble Tat haben wir begangen?“ – Auch das wissen wir nicht, Bruder. – Habt ihr denn bei euch erfahren, liebe Freie Brüder, dass ein Teil des Leidens überstanden ist und nun ein anderer Teil zu überstehen ist, so dass ihr nun bei euch wisst: „Ist ein Teil Leiden überstanden, wird auch alles Leiden überstanden werden?“ – Auch das wissen wir nicht, Bruder. – Wisst ihr denn, liebe Freie Brüder, wie man noch bei Lebzeiten die heillosen Eigenschaften abtun und die heilenden Eigenschaften erringen kann? – Auch das wissen wir nicht, Bruder. –*

*So gesteht ihr, liebe Freie Brüder, ihr wisst nicht: „Wir sind schon früher gewesen.“ Ihr wisst nicht: „Wir haben schon früher Übles getan.“ Ihr wisst nicht: „Diese und jene üble Tat haben wir begangen.“ Ihr wisst nicht: „Ein Teil des Leidens ist überstanden, ein anderer ist noch zu überstehen. Ist aber ein Teil Leiden überstanden, wird alles Leiden überstanden sein.“ Ihr wisst nicht, wie man noch bei Lebzeiten die heillosen Eigenschaften abtun und die heilenden Eigenschaften erringen kann.*

*Ist es so, kann es den ehrwürdigen Freien Brüdern nicht geziemen zu erklären: „Was immer auch ein Mensch empfindet, sei es Wohl oder Wehe oder weder Wehe noch Wohl, all das ist vorher gewirkt: So findet durch das Abbüßen des einst Gewirkten (Karma) dessen Tilgung statt. Und indem er neues Wirken und damit daraus hervorgehende Wirkungen (Karma) vermeidet, kommen auch zukünftig keine neuen Wirkungen mehr heran, so ist das das Ende der Karmawirkungen. Mit dem Ende der Karmawirkungen ist das Leiden beendet. Mit der Beendigung des Leidens ist alle Fühlbarkeit beendet. Mit der Beendigung des Gefühls aber wird alles Leiden endgültig beendet sein.“*

*Wenn ihr, liebe Freie Brüder, wüsstet: „Wir sind schon früher gewesen, nicht sind wir nicht gewesen“; wenn ihr wüsstet: „Wir haben schon früher Übles getan, oder wir haben nichts Übles getan“; und wenn ihr wüsstet: „Diese und jene üble Tat haben wir begangen“ und wüsstet: „Ein Teil des Leidens ist schon überstanden, ein anderer Teil ist noch zu überstehen, ist aber ein Teil des Leidens überstanden, so wird alles Leiden überstanden werden“; und wenn ihr wüsstet, wie man noch bei Lebzeiten die heillosen Eigenschaften abtun und die heilenden Eigenschaften erringen kann, dann könnte es den ehrwürdigen Freien Brüdern geziemen zu erklären: „Was immer auch ein Mensch empfindet, sei es Wohl oder Wehe oder weder Wehe noch Wohl, all das ist vorhergewirkt...“*

Und nun gibt der Erwachte ein Gleichnis:

*Gleichwie etwa, liebe Freie Brüder, wenn ein Mann von einem Pfeil getroffen wäre, dessen Spitze mit Gift bestrichen war. Da empfände er durch die Schärfe des*

*Pfeils schmerzliche, brennende, stechende Gefühle. Und seine Freunde bestellten ihm einen heilkundigen Arzt, und dieser schnitt mit einem Messer die Wunde auf: Da empfände er durch das Aufschneiden der Mündung der Wunde mit dem Messer schmerzliche, brennende, stechende Gefühle. Und der heilkundige Arzt suchte bei ihm mit einer Sonde nach der Spitze. Da empfände er durch das Suchen nach der Spitze mit der Sonde schmerzliche, brennende, stechende Gefühle. Und der heilkundige Arzt zöge nun die Spitze heraus. Da empfände er durch das Herausziehen der Spitze schmerzliche, brennende, stechende Gefühle, und der heilkundige Arzt senkte ihm Gegengift und einen glühenden Stahl in die Wunde. Da empfände er durch das Gegengift und den glühenden Stahl in der Wunde schmerzliche, brennende, stechende Gefühle. Und nach einiger Zeit wüchse die Wunde zu und vernarbte, und er wäre genesen, fühlte sich wohl, unabhängig, selbstständig, könnte gehen, wohin er wollte.*

Hier werden die vielen Schmerzen des vom Pfeil Getroffenen, der vom Arzt behandelt wird, aufgezählt. Aber erst durch die schmerzlichen Manipulationen des Arztes konnte die Wunde heilen.

*Da gedächte dieser Mann: „Ich war früher von einem Pfeil getroffen worden, dessen Spitze mit Gift bestrichen war. Da empfand ich durch die Schärfe des Pfeils schmerzliche, brennende, stechende Gefühle. Und meine Freunde bestellten einen heilkundigen Arzt. Dieser schnitt mit einem Messer die Mündung der Wunde auf. Da empfand ich durch das Aufschneiden der Mündung der Wunde mit dem Messer schmerzliche, brennende, stechende Gefühle. Der Arzt suchte mit einer*

*Sonde bei mir nach der Spitze. Da empfand ich durch das Suchen der Spitze mit der Sonde schmerzliche, brennende, stechende Gefühle. Der Arzt zog die Spitze heraus. Da empfand ich durch das Herausziehen der Spitze schmerzliche, brennende, stechende Gefühle. Der Arzt senkte Gegengift und einen glühenden Stahl in die Wunde. Da empfand ich durch das Gegengift und den glühenden Stahl in der Wunde schmerzliche, brennende, stechende Gefühle. Jetzt aber ist die Wunde zugewachsen und vernarbt, und ich bin genesen, fühle mich wohl, unabhängig, selbstständig, kann gehen, wohin ich will.*

*Ebenso nun auch, liebe Freie Brüder, wenn ihr wüsstet: „Wir haben schon früher Übles getan oder wir haben nichts Übles getan“, und wenn ihr wüsstet: „Diese und jene üble Tat haben wir begangen“, und wenn ihr wüsstet, dass ein Teil des Leidens überstanden ist, ein anderer Teil noch zu überstehen ist, und wenn ein Teil überstanden ist, so wird alles Leiden überstanden werden; und wenn ihr wüsstet, wie man noch bei Lebzeiten die heillosen Eigenschaften abtun und die heilsamen Eigenschaften erringen kann, – wäre es so, so könnte es den ehrwürdigen Freien Brüdern geziemen zu erklären: „Was immer auch ein Mensch empfindet, sei es Wohl oder Wehe oder Weder Wehe noch Wohl, all das ist vorhergewirkt.“*

Der Erwachte zeigt mit diesem Beispiel noch einmal ganz deutlich: Wenn die Freien Brüder nicht wissen: „Ja, ich habe in früheren Leben Übles getan, von daher erfahre ich jetzt Leiden. Jetzt hab ich einen Teil des Leidens durch meine Selbstqual abgetragen, der andere Teil wird auch noch abgetragen, und so und so sind die heilsamen Eigenschaften zu



erringen“, dann steht ihr Grundsatz in der Luft, entbehrt jeder Grundlage.

Fünf Verhaltensweisen,  
die zweierlei Ausgang haben

Auf diesen Vorwurf antworteten die Freien Brüder:

*Der Freie Bruder Nāthaputto, Lieber, weiß alles, versteht alles, bekennt unbeschränkte Wissensklarheit: „Ob ich gehe oder stehe, schlafe oder wache, jederzeit habe ich die gesamte Wissensklarheit gegenwärtig.“ Und er sagt: „Ihr habt da, Freie Brüder, früher Übles getan. Das büßt ihr durch diese bittere Schmerzensaskese ab. Denn weil ihr jetzt, in dieser Zeit, Taten, Worte und Gedanken bezwingt, lasst ihr Übles ferner nicht mehr aufkommen. So findet durch das Abbüßen des einst Gewirkten (Karma) dessen Tilgung statt. Und indem ihr neues Wirken (Karma) und daraus hervorgehende Wirkungen vermeidet, kommen auch zukünftig keine neuen Wirkungen mehr heran. Kommen auch zukünftig keine neuen Wirkungen mehr heran, so ist das das Ende der Karmawirkung. Mit dem Ende der Karmawirkungen ist das Leiden beendet. Mit der Beendigung des Leidens ist alle Fühlbarkeit beendet. Mit der Beendigung des Gefühls aber wird alles Leid überstanden sein.“ Das aber leuchtet uns ein, und wir billigen es und geben uns damit zufrieden. –*

Die Freien Brüder Nāthaputtos geben also zu, dass sie aus Vertrauen zu dem Gründer der Freien Brüder, Nāthaputto, so gesprochen hätten.

Auf diese Worte sagte der Erwachte zu den Freien Brüdern:

*Fünf Haltungen gibt es, die zweierlei*

*Ausgang haben können. Welche fünf?*

- 1. Vertrauen,*
- 2. Gernmögen,*
- 3. Überlieferung,*
- 4. Über die Dinge nachdenken,*
- 5. Sich eine Anschauung durch wiederholte Betrachtung einsehbar, verständlich machen.*

*Das sind fünf Haltungen, die zweierlei Ausgang haben können. Was haben nun die ehrwürdigen Freien Brüder bisher für Vertrauen zum Meister gehabt, was haben sie in der Vergangenheit gern gemocht, welcher Überlieferung sind sie gefolgt, wie haben sie nachgedacht, welche Anschauung haben sie sich durch wiederholte Betrachtung einsehbar, verständlich gemacht? –*

*Auf diese Frage, ihr Mönche, konnte ich von den Freien Brüdern keinerlei Antwort erhalten.*

Keine der fünf Haltungen kann den Menschen da, wo es um die „letzten Fragen“ geht, vor Irrtum und Wahn bewahren. Die Frage nach der Wahrheit über Wesen und Gesetz der Existenz, nach dem Woher und Wohin des sich hier vorfindenden Menschen, nach der Herkunft alles Heillosen und Unzulänglichen und nach dessen restloser Überwindung im Stand des Heils – diese Frage kann auf keinem der fünf Wege allein gelöst werden. Weil der westliche Mensch aber fast nur auf diesen fünf Wegen vorgeht, darum irrt er im Lauf der Geschichte von der einen Scheinwahrheit zur anderen Scheinwahrheit, darum sind seine Wege durch die Jahrhunderte mit Blut und Tränen getränkt, und darum empfinden die Kenner dieser geistigen Odyssee Beklemmung und Verzweiflung darüber, ob es überhaupt möglich sei, die Wahrheit über das Ganze zu erkennen.

## 1. Vertrauen ist unsicher

Wenn Menschen, die Ahnungen von einem Weiterleben nach dem Tod oder gar Erfahrungen in dieser Richtung haben, durch die in ihrem Kulturraum verbreitete Religion davon hören, dass der Mensch den Tod seines Körpers überlebt und sein Dasein jenseits des Todes je nach seinen guten oder üblen Taten fortsetzt, dann kommen sie ganz spontan zur Anerkennung dieser Religion, gleichviel, was in ihr noch an anderen Einzelheiten gelehrt wird und was unter Umständen abwegig und übel sein kann. Da die Hauptaussage jener Religionen mit ihrer eigenen inneren Erfahrung übereinstimmt, so sind sie zunächst zu einer festen, vertrauenden Bindung an diese Hauptaussage und auch zu allen anderen Aussagen der Religion geneigt.

Aber selbst solches an Gewissheit grenzendes Vertrauen zu der Lehre vom Weiterleben nach dem Tod heißt ja doch: noch nicht gesehen, noch nicht erfahren haben. Denn wenn man selbst gesehen und erfahren hat, wenn der Vorhang beseitigt, die Wirklichkeit selbst zutage getreten ist, dann bedarf es keines Vertrauens mehr, dann hat Vertrauen seinen Zweck erfüllt. Darum rät der Erwachte, dass auch der Vertrauende, da er noch nicht selbst sieht, im Auge behalten solle, dass er durch die Darlegungen des Ordensgründers der Freien Brüder etwas hört, dem er aus seiner inneren Beschaffenheit heraus wohl vertrauend zugeneigt ist, dass er aber ihre Richtigkeit und Gültigkeit noch nicht erkennen kann. Er soll wegen seiner Zuneigung nicht schon blind glauben: *Dies ist die reine Wahrheit; alles andere ist Irrtum*. Und diese Haltung empfiehlt der Erwachte auch gegenüber seiner eigenen Lehre.

## 2. Gernmögen ist unsicher

Diese an zweiter Stelle vom Er wachten genannte Haltung ist der bei Menschen und Himmelswesen, bei Geistern und Tieren am meisten verbreitete Grund, aus dem man sich mit irgend-

etwas abgibt: Was man gern mag, was einen erfreut, dabei möchte man auch bleiben; was man dagegen nicht gern mag, das lehnt man leichter ab, davon möchte man sich fern halten. Diese Haltung ist rein subjektiv bedingt und hat nichts damit zu tun, ob die Ideen und Lehren, mit welchen man sich gern beschäftigt, der Wirklichkeit entsprechen, also „Wahrheit“ sind oder nicht.

Manche religiöse Menschen haben die Neigung, sich im vollen Vertrauen führen zu lassen: *So nimm denn meine Hände und führe mich...Ich mag allein nicht gehen, nicht einen Schritt.* Auch hierzu gehört religiöses Vertrauen und „Gernmögen“, also die Neigung, sich führen zu lassen. Diese Menschen haben keine Neigung, selbst aufzubrechen und Wahrheit zu suchen, oder sie glauben sich unfähig dazu. Sie wollen einfach Wegweisung und dieser blind folgen. Diese bekommen durch den einen Priester solche, durch den anderen Priester andere Wegweisung. Diese Wegweisungen können mehr oder weniger in das Hellere führen oder in das Dunklere, aber sie führen nie zum Ausgang in das endgültig Freie. – So reicht „Gernmögen“, selbst wenn es mit Vertrauen zu Religionen gepaart ist, nicht aus, um sicher an die Wahrheit über die Wege zum Heil zu kommen.

### 3. Überlieferung ist unsicher

Das Pāliwort bedeutet wörtlich „nach und nach immer wieder hören“, und das ist ja das, was wir unter „Überlieferung“ verstehen. Was man von Kind an, also von der Zeit her, wo man selber noch nichts weiß, die Älteren sagen hört über das Leben und über die Welt und was und wie man die Älteren handeln und sich verhalten sieht, das nimmt das unwissende Kind als Auskunft auf und macht es nun auch mehr oder weniger zu seiner Anschauung und zu seinem Vorbild.

Zwar hat jedes Kind seinen besonderen persönlichen Zuschnitt, durch den es für viele Umweltseindrücke uninteressiert und geradezu blind bleibt, während es für andere wieder

größte Aufmerksamkeit und Aufnahmebereitschaft mitbringt – und dieser Zuschnitt bewirkt bei jedem Kind eine andersartige Auslese aus dem Umweltsangebot, so dass nie alles Vermeinen und Verhalten der Alten auf die Jungen übertragen wird – aber immer doch ist die Lebens- und Auffassungsweise der Alten der Fundus, aus welchem die Jüngeren das nehmen, was sie nehmen.

So gesehen ist alle Tradition oder Überlieferung an sich ein geistiger Mechanismus, indem Ansichten und Verhalten der Alten in die noch leeren Jungen geradezu hineinfließen, denn da die eben ins Leben Hineingeborenen selbst noch gar nichts vom Leben kennen, so wenden sie sich mit Beobachten und mit Fragen an die Menschen, die „schon länger da sind“.

So wie in früherer Zeit das Kind ganz ohne eigenes Bemühen ein Weltbild übermittelt bekam, das die Transzendenz und das Leben über den Tod hinaus als wichtigsten Bestandteil des Lebens miteinbezog – ganz ebenso bekommt das heute geborene Kind ebenfalls ohne Anstrengung von allen Seiten der Verwandten und Freunde meist ein Weltbild angereicht, das nach keiner Seite über die körperliche Existenz hinausweist.

Bei dieser Betrachtung zeigt sich die tiefe Bedeutung der Feststellung des Buddha, dass man sich auf die Überlieferung allein nicht verlassen dürfe, denn durch die Überlieferung könne man an Lehren kommen, die falsch sind und darum ins Elend führen.

#### 4. Über die Dinge nachdenken ist unsicher

Wir wissen, dass wir ohne unseren Geist, ohne unsere Fähigkeit des Denkens, Folgerns und Schließens bei den Aufgaben und Problemen unseres Alltagslebens gar nicht zurechtkommen würden, aber eine ganz andere Frage ist, ob das Mittel des Denkens, die „ratio“, geeignet ist, die letzte Wahrheit, die umfassende Wahrheit über das Ganze des Daseins zu finden. Der Erwachte zeigt, dass die Wesen immer nur über dasjenige nachdenken können, was durch ihre bisherigen Erlebnisse in

den Geist hineingelangt ist. Und da der normale Mensch eben fast nur die sinnliche Wahrnehmung kennt und fast alle Erlebnisse nur durch sinnliche Wahrnehmung gewinnt, so befindet sich in seinem Geist nichts anderes als die tausend Dinge, die zusammen die „Welt“ ausmachen samt dem Ich als dem Erleber der Welt. Darum ist auch die gesamte denkerische Wahrheitssuche gebunden an das durch die sinnliche Wahrnehmung entworfene Kommen und Gehen in Raum und Zeit, und darum fragt sie nach Anfang und Ende dieser Welt, nach ihren räumlichen Grenzen, ihren inneren Gesetzen, der Herkunft des Menschen in der Welt und dergleichen mehr.

Die gesamte Lehre des Buddha ist aber durchzogen von der einen vielfältig akzentuierten Aussage, dass die sinnliche Wahrnehmung, durch welche wir eine Welt wahrnehmen und in ihr uns selber wahrnehmen, *eine Blendung, eine Krankheit ist*, bedingt durch seelische Belastungen, durch „Gier und Hass“. Der Erwachte vergleicht die durch diese krankhafte sinnliche Wahrnehmung dem Menschen erscheinende Welt mit einer Luftspiegelung, und das heißt ja, dass dahinter keine Wirklichkeit steht, dass eben nur die seelische Krankheit „Gier und Hass“ diese Welt mit ihren Freuden und Schrecken und allen Veränderungen erscheinen lässt wie einen Fiebertraum.

Es geht also nicht darum, über diese durch Blendung dem Geist erscheinende Welt nachzudenken, sie auf die ihr innewohnende Gesetzmäßigkeit hin zu durchforschen, sondern darum, von der Krankheit zu genesen, Gier und Hass aufzuheben, gesund zu werden, den Stand des Heils zu gewinnen, wodurch die gesamte gespiegelte Dramatik zur Ruhe kommt. Darum ist die gesamte Wegweisung des Buddha auf das Ziel der Genesung von der krankhaften Weltwahrnehmung gerichtet.

##### 5. Sich eine Anschauung durch wiederholte Betrachtung einsehbar, verständlich machen – ist unsicher

Wenn man sich immer wieder mit einer Anschauung beschäftigt, um sie herumdenkt, dann dringt man in sie ein, versteht

sie immer besser und gewinnt sie lieb, macht sie sich ganz zu eigen. Alles Begegnende wird an ihrem Maßstab gemessen. Aber die Anschauung kann falsch sein, und durch intensive Beschäftigung mit einer falschen Anschauung kann man mehr in die Irre gehen, auf den Abweg geraten, als wenn man sie nur oberflächlich zur Kenntnis genommen hätte.<sup>179</sup>

So sagt der Erwachte (M 95):

*Man kann sich eine Sache durch gründliche Untersuchung erschließen (– sie immer wieder umdenken und sich einsehbar machen –), und sie ist hohl und leer und falsch; und man kann gerade die geeignete Sache, die echt und wirklich und wahr ist, sich nicht durch gründliche Untersuchung erschließen (das heißt sie übersehen und übergehen).*

Dieser Fehler hat, wie der Buddha zeigt, zwei Seiten: die Forschung am untauglichen Objekt und das Nichterforschen gerade des geeigneten Objektes.

In den Fehler, das für ihre Fragestellung einzig taugliche Untersuchungsobjekt zu verfehlen, verfiel die Naturforschung in dem Augenblick, als sie glaubte und sich daran machte, mit ihren Forschungsmitteln der sinnlichen Wahrnehmung – verstärkt durch Geräte und erweitert durch Schlussfolgerungen – Aufschluss über die letzten Fragen des Daseins überhaupt, über das Wesen von „Leben“ und „Existenz“ zu gewinnen.

Auf diesem Weg ist aber nur der Körper mit seinen Organen und den Zellen („Materie“) erkennbar, nicht jedoch die unmittelbaren geistigen Lebenserscheinungen, wie Fühlen und

---

<sup>179</sup> Der Erwachte benutzt dasselbe Pāliwort mit positivem Ausgang bei der Erarbeitung der rechten Anschauung (M 22, 70, 95):

*Wenn die Nachfolger den Sinn der Dinge (oder der rechten Lehren) mit (gehörter oder selbst erworbener) Weisheit untersuchen (paññāya upaparikhanti), dann wird ihnen der Sinn verständlich und einsehbar (nijjhānam khamanti, wörtlich: die Dinge dulden das Schauen, eröffnen sich ihm – K.E.Neumann übersetzt: „die Lehren gewähren ihnen Einsicht.) Ihnen gereichen die recht angefassten Lehren lange zum Wohl und Heil.*

Gestimmtsein (Emotionen) und der daraus aufsteigende innere Willensdrang, der auf dieses oder jenes gerichtet ist (Motivationen), weiter das durch diesen Willensdrang veranlasste Aufsteigen geistiger Vorstellungen und Bilder samt den geistigen Erwägungen über die Wege, wie man an das Angenehme kommen, von dem Unangenehmen fortkommen könne. Alle diese geistig-seelischen Vorgänge sind es ja erst, durch welche der Einsatz des Körpers erfolgt, um die begehrten Gegenstände heranzubringen, damit die gewünschten angenehmen Sinneindrücke zum Erlebnis kommen können.

Wir sind damit bei den psychophysischen Zusammenhängen, die hier im Westen bekanntlich nicht durchschaut sind und die auf den bisherigen Wegen der Naturforschung auch nie durchschaut werden können, weil ja die psychischen Erscheinungen – alles innere Gestimmtsein, Fühlen, Wollen, Begehren, Bedenken, Planen bis einschließlich jener geistigen Impulse, die den Körper in Bewegung setzen – der sinnlichen Wahrnehmung überhaupt nicht zugänglich sind, sondern nur unmittelbar mit dem Geist und auch immer nur bei der eigenen Psyche, nicht aber bei anderen beobachtet werden können.

Viele der umsichtigen und verantwortungsbewussten Forscher sind sich dieser Tatsache auch bewusst, aber diese seit Jahrzehnten in zunehmendem Maß gepflogene Einseitigkeit der Erforschung des „Lebens“ hat dennoch bewirkt, dass das Nichtuntersuchte, eben die Psyche, auch als – fast – nicht vorhanden bzw. als Ausfluss der Materie aufgefasst wird und so ins allgemeine Bewusstsein übergegangen ist.

So hat das gründliche Untersuchen und wiederholte Betrachten des falschen Objekts und der dadurch gewonnenen falschen Anschauung zu unrichtigen Ergebnissen geführt und die Menschen falsche Wege zur Wohlgewinnung einschlagen lassen. Das ist die fünfte der fünf Verhaltensweisen, die zweierlei Ausgang haben.



Eifrige Anstrengung, die Gefühle durch Selbstqual zu verändern, ist schmerzlich und fruchtlos

*Und ferner, ihr Mönche, sprach ich zu den Freien Brüdern: Was meint ihr wohl, liebe Freie Brüder, zu einer Zeit, in der ihr euch heftig anstrengt, heftig abmüht, kommen euch zu einer solchen Zeit heftige, schmerzliche, brennende, stechende Gefühle an? Und wieder zu einer Zeit, in der ihr euch nicht heftig anstrengt, nicht heftig abmüht, kommen euch zu einer solchen Zeit keine heftigen, schmerzlichen, brennenden, stechenden Gefühle an? –*

Die Freien Brüder bestätigen dies:

*Zu einer Zeit, Bruder Gotamo, in der wir uns heftig anstrengen, heftig abmühen, zu einer solchen Zeit kommen uns heftige, schmerzliche, brennende, stechende Gefühle an. Und wieder zu einer Zeit, in der wir uns nicht heftig anstrengen, nicht heftig abmühen, zu einer solchen Zeit kommen uns keine heftigen, schmerzlichen, brennenden, stechenden Gefühle an. –*

Die Freien Brüder geben also zu, dass die Wehgefühle zunehmen, wenn sie sich bei ihrer Selbstqual anstrengen, und abnehmen, wenn sie sich nicht anstrengen. Also sind das nicht früher gewirkte Gefühle, sondern jetzt durch ihre Anstrengung hervorgerufene Gefühle. Es ist, wie wenn einer sich mit Absicht mit dem Hammer auf die Finger schläge, weil er sich Schmerzen zufügen will. Den Schmerz hat er sich jetzt verschafft, es ist nicht ein ihm zustehender Schmerz von früher.

*Es ist wirklich so, liebe Freie Brüder: Zu einer Zeit, in der ihr euch heftig anstrengt, heftig abmüht, zu einer solchen Zeit kommen euch heftige, schmerzliche, bren-*

nende, stechende Gefühle an. Und wieder zu einer Zeit, in der ihr euch nicht heftig anstrengt, nicht heftig abmüht, zu einer solchen Zeit kommen euch keine heftigen, schmerzlichen, brennenden, stechenden Gefühle an. Wenn es so ist, dann ist es nicht richtig, von den ehrwürdigen Freien Brüdern zu behaupten: „Was immer auch ein Mensch empfindet, sei es Wohl oder Wehe oder Weder Wehe noch Wohl, all das empfindet er auf Grund seines Wirkens in einem früheren Leben (Karma). Darum findet durch das Abbüßen des einst Gewirkten (Karma) dessen Tilgung statt. Und indem er neues Wirken und damit daraus hervorgehende Wirkungen (Karma) vermeidet, kommen auch zukünftig keine neuen Wirkungen (Karma) mehr heran. Kommen auch zukünftig keine neuen Wirkungen mehr heran, so ist das das Ende der Karmawirkungen. Mit dem Ende der Karmawirkungen ist das Leiden beendet. Mit der Beendigung des Leidens ist alle Fühlbarkeit beendet. Mit der Beendigung des Gefühls aber wird alles Leiden endgültig beendet sein.“

Wenn da, liebe Freie Brüder, zu einer Zeit, wo ihr euch heftig anstrengt, heftig abmüht, zu einer solchen Zeit die heftigen, schmerzlichen, brennenden, stechenden Gefühle eben abnähmen und wieder zu einer Zeit, in der ihr euch nicht heftig anstrengt, nicht heftig abmüht, zu einer solchen Zeit die heftigen, schmerzlichen, brennenden, stechenden Gefühle eben nicht abnähmen, wäre es so, dann wäre es richtig von den ehrwürdigen Freien Brüdern zu behaupten: „Was immer auch ein Mensch empfindet...“

Während einer Zeit, in der ihr euch heftig anstrengt, heftig abmüht, euch heftige, schmerzliche, brennende, stechende Gefühle ankommen, und während einer Zeit, in der ihr euch nicht heftig anstrengt,

*nicht heftig abmüht, euch keine heftigen, schmerzlichen, brennenden, stechenden Gefühle ankommen, beharrt ihr wahnbefangen, ohne Kenntnis, verblendet bei der Meinung: „Was immer auch ein Mensch empfindet, sei es Wohl oder Wehe oder Weder Wehe noch Wohl, all das empfindet er auf Grund seines Wirkens in einem früheren Leben (Karma). Darum findet durch das Abbüßen des einst Gewirkten (Karma) dessen Tilgung statt. Und indem er neues Wirken und damit daraus hervorgehende Wirkungen (Karma) vermeidet, kommen auch zukünftig keine neuen Wirkungen (Karma) mehr heran. Kommen auch zukünftig keine neuen Wirkungen mehr heran, so ist das das Ende der Karmawirkungen. Mit dem Ende der Karmawirkungen ist das Leiden beendet. Mit der Beendigung des Leidens ist alle Fühlbarkeit beendet. Mit der Beendigung des Gefühls aber wird alles Leiden endgültig beendet sein.“*

*Auch auf diese Worte, ihr Mönche, konnte ich von den Freien Brüdern keine Antwort erhalten.*

Und noch weitere Beispiele gibt jetzt der Erwachte, die zeigen, dass man die Gefühle nicht durch eifrige Anstrengung ins Gegenteil verkehren kann:

*Was meint ihr wohl, liebe Freie Brüder, dass dasjenige Wirken, das als diesseitig empfunden wird, durch eifrige Anstrengung als jenseitig empfunden werden könnte, ist das zu erreichen? – Das nicht, o Bruder. –*

*Und dass dasjenige Wirken, das als jenseitig empfunden wird, durch eifrige Anstrengung als diesseitig empfunden werden könnte, ist das zu erreichen? – Das nicht, Bruder. –*

*Was meint ihr wohl, liebe Freie Brüder, dass dasjenige Wirken, das als Wohl empfunden wird, durch eifrige Anstrengung als Wehe empfunden werden könnte, ist das zu erreichen? – Das nicht, Bruder. –*

*Und dass dasjenige Wirken, das als Wehe empfunden wird, durch eifrige Anstrengung als Wohl empfunden werden könnte, ist das zu erreichen? – Das nicht, o Bruder. –*

*Was meint ihr wohl, liebe Freie Brüder, dass dasjenige Wirken, das als unausgereift <sup>180</sup> empfunden wird, durch eifrige Anstrengung als ausgereift empfunden werden könnte, ist das zu erreichen? – Das nicht, Bruder. –*

*Und dass dasjenige Wirken, das als sehr schmerzlich empfunden wird, durch eifrige Anstrengung als weniger schmerzlich empfunden werden könnte, ist das zu erreichen? – Das nicht, Bruder. –*

*Und dass dasjenige Wirken, das als wenig schmerzlich empfunden wird, durch eifrige Anstrengung als sehr schmerzlich empfunden werden könnte, ist das zu erreichen? – Das nicht, Bruder. –*

*Was meint ihr wohl, liebe Freie Brüder, dass dasjenige Wirken, das empfunden wird, durch eifrige Anstrengung nicht empfunden werden könnte, ist das zu erreichen? – Das nicht, Bruder. –*

*Und dass dasjenige Wirken, das nicht empfunden wird, durch eifrige Anstrengung empfunden werden könnte, ist das zu erreichen? – Das nicht, Bruder. –*

*Es ist wirklich so, liebe Freie Brüder, es ist nicht zu erreichen, dass ein Wirken, das als diesseitig empfunden wird, durch eifrige Anstrengung als jenseitig empfunden werden könnte, oder dass ein Wirken, das als*

---

<sup>180</sup> karmisch noch nicht zur Reife gekommen

*jenseitig empfunden wird, durch eifrige Anstrengung als diesseitig empfunden werden könnte, oder dass ein Wirken, das als Wohl empfunden wird, durch eifrige Anstrengungen als Wehe empfunden werden könnte; oder dass ein Wirken, das als Wehe empfunden wird, durch eifrige Anstrengung als Wohl empfunden werden könnte; oder dass ein Wirken, das als reifgeworden empfunden wird, durch eifrige Anstrengung als nicht reifgeworden empfunden werden könnte; oder dass ein Wirken, das als nicht herangereift empfunden wird, durch eifrige Anstrengung als herangereift empfunden werden könnte; dass da ein Wirken, das als sehr schmerzlich empfunden wird, durch eifrige Anstrengung als wenig schmerzlich empfunden werden könnte; und dass da ein Wirken, das als wenig schmerzlich empfunden wird, durch eifrige Anstrengung als sehr schmerzlich empfunden werden könnte; dass da ein Wirken, das empfunden wird, durch eifrige Anstrengung nicht empfunden werden könnte; und dass da ein Wirken, das nicht empfunden wird, durch eifrige Anstrengung empfunden werden könnte – das ist nicht zu erreichen.*

*So ist der ehrwürdigen Freien Brüder Anstrengung fruchtlos, fruchtlos die Mühe. –*

Die früher gewirkten Taten, Worte und Gedanken haben ihre Folgen, zum Teil diesseitige, zum Teil jenseitige Folgen, zum Teil starkes Wehe, starkes Wohl, geringes Wehe, geringes Wohl usw. Diese Folgen stehen fest – solange nicht anders gewirkt und das Mischungsverhältnis des Wirkens nicht geändert wird –, sind vorhanden, wie es die Freien Brüder selber sagen. Und sie geben auf Befragen des Erwachten auch zu, dass man durch eifrige Anstrengung bei der Selbstqual nicht erreichen kann, dass ein Wirken, welches die und die Folgen

hat, durch starke Anstrengung nun nicht mehr diese Folgen habe, sondern andere, entgegengesetzte.

Darauf sagt der Erwachte: Da ihr die Folgen eures früheren Wirkens nicht verändern könnt, Wehgefühle nicht in Wohlgefühle verwandeln könnt, so ist die Qual, die ihr euch jetzt bereitet, noch eine zusätzliche, und damit ist eure Anstrengung und Mühe schmerzlich, und fruchtlos dazu.

### Fünf Denkmöglichkeiten über die Verursacher alles Erlebens

*Solche Anschauung, ihr Mönche, haben die Freien Brüder. Bei solcher Anschauung der Freien Brüder erweisen sich zehn Annahmen <sup>181</sup> als falsch.*

*Wenn, ihr Mönche, die Wesen auf Grund früheren Wirkens Wohl und Wehe erfahren, dann haben die Freien Brüder früher übel gewirkt, da sie jetzt so schmerzliche, brennende, stechende Gefühle erfahren.*

*Wenn, ihr Mönche, die Wesen, durch einen Schöpfergott geschaffen, Wohl und Wehe erfahren, dann sind die Freien Brüder von einem bösen Schöpfer geschaffen, da sie jetzt so schmerzliche, brennende, stechende Gefühle erfahren.*

*Wenn, ihr Mönche, die Wesen durch Fügung des Zufalls Wohl und Wehe erfahren, dann hat die Freien Brüder ein schlimmer Zufall getroffen, da sie jetzt so schmerzliche, brennende, stechende Gefühle erfahren.*

*Wenn, ihr Mönche, die Wesen durch ihre Abstammung Wohl und Wehe erfahren, dann sind die Freien Brüder von übler Abstammung, da sie jetzt so schmerzliche, brennende, stechende Gefühle erfahren.*

---

<sup>181</sup> fünf Annahmen für die Bedingung von Wohl,  
fünf Annahmen für die Bedingung von Wehe

*Wenn, ihr Mönche, die Wesen durch ihre Anstrengung hier im Leben Wohl und Wehe erfahren, dann ist die Anstrengung der Freien Brüder hier im Leben falsch gewesen, da sie jetzt so schmerzliche, brennende, stechende Gefühle erfahren. –*

Der Erwachte nennt hier nicht seine Auffassung, nach welchem Gesetz Wohl und Wehe erfahren wird, er nennt nur alle Denkmöglichkeiten: Wohl und Wehe kann erfahren werden auf Grund eigenen Wirkens, durch einen Schöpfergott, durch Zufall, durch Abstammung oder auf Grund von Anstrengungen. Bei jeder der fünf Denkmöglichkeiten bleibt bestehen die Tatsache, dass die Freien Brüder großen Schmerz erfahren. Welche Weltanschauung sie auch haben mögen – in allen zehn Fällen, die überhaupt theoretisch vorstellbar sind – sind die Freien Brüder auf falschem Weg, denn sie erleiden nur Schmerz:

*Ob nun, ihr Mönche, die Wesen auf Grund früheren Wirkens Wohl und Wehe erfahren oder nicht: die Freien Brüder sind zu tadeln.*

*Ob nun, ihr Mönche, die Wesen, durch einen Schöpfergott geschaffen, Wohl und Wehe erfahren oder nicht: die Freien Brüder sind zu tadeln.*

*Ob nun, ihr Mönche, die Wesen durch Fügung des Zufalls Wohl und Wehe erfahren oder nicht: die Freien Brüder sind zu tadeln.*

*Ob nun, ihr Mönche, die Wesen durch ihre Abstammung Wohl und Wehe erfahren oder nicht: die Freien Brüder sind zu tadeln.*

*Ob nun, ihr Mönche, die Wesen durch ihre Anstrengung hier im Leben Wohl und Wehe erfahren oder nicht: die Freien Brüder sind zu tadeln.*

*So ist die Anschauung der Freien Brüder. Nach allen zehn Auffassungen, die nur denkbar sind, gehen*

*die Freien Brüder falsch vor und sind darum zu tadeln. So aber ist, ihr Mönche, die Anstrengung fruchtlos, fruchtlos die Mühe. –*

Die beiden Extreme: Selbstqual und Hingabe  
an den Genuss sind zu meiden

*Wie aber ist die Anstrengung fruchtbar, fruchtbar die Mühe? Da belastet sich ein Mönch, der sich unbelastet fühlt, nicht selbst mit Leiden, und ein rechtes Wohl verleugnet er nicht, aber er neigt sich diesem Wohl auch nicht zu.*

Die Freien Brüder haben sich zusätzlich Leiden zugefügt, mit Selbstqual belastet, haben Leiden gesucht, haben Wohlgefühl verleugnet und haben sich dadurch u.a. unfähig gemacht zu nüchterner klarer Beobachtung ihrer Situation und dazu, ihre Kraft zur Gewinnung von Tugend und Herzenserhellung einzusetzen. Damit haben sie sich unfähig gemacht, dem endgültigen Heil zuzustreben. Die beiden Extreme, Selbstqual und Hingabe an den Genuss, lehrt der Erwachte zu meiden. Er rät hier, ein wahrhaftes Wohl nicht zu verleugnen, aber sich ihm auch nicht ergreifend hinzugeben durch Herumdenken und Auskosten. Wenn der Übende z.B. im Augenblick Sonnenschein, Ausgeruhtheit, Freisein von Hunger und Durst, Gesundheit und Leistungsfähigkeit als Wohl empfindet, dann mag er dies als Gelegenheit zum Streben nach Höherem registrieren und wahrnehmen in dem Gedanken: „Der Körper ist ungestört von schmerzlichen Einflüssen, ihm ist wohl. Diese Zeit will ich nützen, um Gutes zu denken, den Charakter zu wandeln.“ Dann hat er ein wahrhaftes Wohlbefinden nicht verleugnet, aber er hat nicht den untauglichen Versuch gemacht, dieses Wohl durch „Auskosten“ und „Ausspinnen“ mit dauernden Gedanken daran zu befestigen. Er lässt die Wahrnehmung von Wohl vorbeiziehen und bleibt bei diesem Wohl-



befinden unverstört. Wer sich angenehmen Berührungen hingibt, ihnen nachläuft, wird verstört, d.h. er wohnt in der verhänglichen Sache, ist daran gebunden, und wenn das Angenehme vergeht, steht er voll Begehren da und empfindet Wehgefühle. Und wenn er durch Selbstqual Wohlwahrnehmungen zerstören will, wird er erst recht verstört. Wenn er sie aber weiterziehen lässt, dann bleibt er unverstört.

### *Das Leiden gegenwärtig halten*

Wir können nicht verhindern, dass wegen der uns innewohnenden Neigungen bei den verschiedenen Anlässen triebgelenkte, begehrlische oder übelwollende Blendungs-Gedanken in uns aufkommen. Aber wir können in neutralen Zeiten öfter die Schädlichkeit, die Leidensträchtigkeit triebgelenkter, verblendeter Gedanken bedenken und an die jeweiligen Situationen anknüpfen, in denen die Triebe üblicherweise gereizt werden, damit uns im Augenblick der Gefährdung und des Zwiespalts die Leidhaftigkeit der Blendungs-Gedanken leuchtkräftig vor Augen steht. In solchen Situationen wäre ein bloßer Willensentschluss machtlos; nur etwas, wovon wir deutlich erkannt haben, dass es in Leiden, in Elend führt, können wir nicht positiv bedenken und auch nicht tun wollen. Hat aber ein Mensch nur Sinn für das vor Augen Liegende und denkt nicht an die weiteren Folgen, an sein späteres Ergehen, so wird er kurzsichtig und falsch handeln und Entsprechendes erleben.

Die Überwindung der Blendungs-Gedanken durch Gegenwartighalten des Leidens schildert der Erwachte in unserer Lehrrede an einem Beispiel. Da überlegt der Übende:

*„Wenn ich mir die Leidensursache vor Augen halte, dann ist durch diese Vorstellung die Sucht abwesend; und wenn ich gar bezüglich dieser Leidensursache zu völligem Gleichmut gekommen, diesen gewonnenen Gleichmut pflege, so wird die Sucht endgültig über-*

wunden.“ So übt er nun die Vorstellung jener Leidensursache, wodurch die Sucht zuerst während des Müdens abwesend ist, bis er durch völlige Suchtfreiheit zum vollen Gleichmut gekommen ist, den er nun pflegt.

Gleichwie etwa, ihr Mönche, wenn ein Mann in eine Frau verliebt wäre, sein Herz in Liebe an sie gebunden wäre, heftig nach ihr verlangte, sie heftig ersehnte. Der sähe diese Frau, wie sie mit einem anderen Mann zusammensteht, mit ihm scherzt und lacht. Was meint ihr wohl, Mönche, würde da etwa in dem Mann, der jene Frau mit einem anderen Mann stehen und reden und scherzen und lachen gesehen hätte, Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung aufsteigen? – Gewiss, o Herr. – Und warum das? – Der Mann, o Herr, ist ja in jene Frau verliebt, sein Herz ist in Liebe an sie gebunden, er verlangt sie heftig, ersehnt sie heftig. Hat er nun die Frau mit einem anderen Mann zusammen stehen und mit ihm reden und scherzen und lachen sehen, so steigt ihm deswegen Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung auf. –

Aber der Mann, ihr Mönche, gedächte bei sich: „Ich bin in jene Frau verliebt, mein Herz ist in Liebe an sie gebunden, ich verlange sie heftig, ersehne sie heftig. Und weil ich jene Frau mit einem anderen Manne stehen und reden und scherzen und lachen gesehen habe, darum steigt mir Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung auf. Sollte ich nicht das Verlangen, die Liebe zu jener Frau aufgeben?“ Und es gelänge ihm, das Verlangen, die Liebe zu jener Frau aufzugeben. Nach einiger Zeit sähe er die Frau mit einem anderen Mann stehen und reden und scherzen und lachen. Was meint ihr wohl, Mönche, würde da etwa dem Mann, der jene Frau mit einem anderen Mann stehen und reden und scherzen und lachen gesehen

*hätte, Wehe, Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung aufsteigen? – Gewiss nicht, o Herr. – Und warum nicht? – Der Mann, o Herr, ist ja in jene Frau nicht mehr verliebt. Hat er nun die Frau mit einem anderen Mann stehen und reden und scherzen und lachen sehen, so steigt ihm darüber nicht mehr Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung auf. –*

*Ebenso nun auch, ihr Mönche, da belastet sich ein Mönch, der sich unbelastet fühlt, nicht selbst mit Leiden, und ein rechtes Wohl verleugnet er nicht, aber er neigt sich diesem Wohl auch nicht zu. Er überlegt: „Wenn ich mir die Leidensursache vor Augen halte, dann ist durch diese Vorstellung die Sucht abwesend; und wenn ich gar bezüglich dieser Leidensursache zu völligem Gleichmut gekommen, diesen gewonnenen Gleichmut pflege, so wird die Sucht endgültig überwunden.“ So übt er nun die Vorstellung jener Leidensursache, wodurch die Sucht zuerst während des Mühens abwesend ist, bis er durch völlige Suchtfreiheit zum vollen Gleichmut gekommen ist, den er nun pflegt.*

*So ist, ihr Mönche, die Anstrengung fruchtbar, fruchtbar die Mühe.*

*Weiter sodann, ihr Mönche, überlegt der Mönch: „Lebe ich nach meinem Behagen, so mehren sich bei mir die unheilsamen Eigenschaften und mindern sich die heilsamen. Halte ich mir aber das Leiden gegenwärtig, so mindern sich bei mir die unheilsamen Eigenschaften und mehren sich die heilsamen. Wie, wenn ich mir nun das Leiden gegenwärtig hielte?“ Und indem er sich das Leiden gegenwärtig hält, mindern sich bei ihm die unheilsamen Eigenschaften und mehren sich die heilsamen. Und späterhin hält er sich das Leiden nicht mehr gegenwärtig. Und warum nicht? Warum da, ihr Mönche, der Mönch sich das Leiden*

*gegenwärtig gehalten hatte, diesen Zweck hat er erreicht, darum hält er sich späterhin das Leiden nicht mehr gegenwärtig.*

*Gleichwie etwa, ihr Mönche, ein Pfeilschmied die Pfeilspitze zwischen zwei Flammen anglühen und durchglühen lässt und gerade macht zum Gebrauch. Nachdem nun, ihr Mönche, der Pfeilschmied die Pfeilspitze zwischen zwei Flammen hat anglühen und durchglühen lassen und gerade gemacht hat zum Gebrauch, so tut er es später nicht mehr. Und warum nicht? Weshalb da, ihr Mönche, der Pfeilschmied die Pfeilspitze zwischen zwei Flammen hatte anglühen und durchglühen lassen und gerade gemacht hat zum Gebrauch, diesen Zweck hat er erreicht. Darum tut er es später nicht mehr.*

„Die Leidensursache“ sind die Triebe des Herzens, die Sinnesdränge im Körper, die, wie in dem Beispiel des Erwachten beschrieben, leidige Gefühle auslösen, wenn die geliebte Frau einem anderen Mann zugetan ist. Der Übende zieht in dieser Lehrrede seine Aufmerksamkeit von den Sinnesobjekten „Frau/anderer Mann“ ab und achtet darauf, was bei ihm an Gefühlen und Neigungen aufsteigt. Er ist sich der Sinnesdränge bewusst und erkennt, dass sie es sind, die das Leiden verursachen, nicht die Wahrnehmung der „untreuen Frau“ oder „des Verführers“, denn als er die Triebe, die Neigung zu dieser Frau als Leidensursache durchschaut und aufgehoben hatte, kamen, bei der gleichen Wahrnehmung, keine Wehgefühle mehr auf. Die Sinnesdränge, die Triebe des Herzens, sind die Leidensursache, die es zu durchschauen gilt. Der Erwachte vergleicht sie mit kahlen Knochen, an denen ein Hund nagt und doch nicht satt wird (M 54); genauso sei es mit den sinnlichen Trieben: auf Entfernung lockten die Dinge, „dufteten“ und betörten wie dieser Knochen, aber wenn man zugreift, dann sättigten und befriedigten sie im Grunde nie.

Der normale weltliche Mensch wird kaum anerkennen wollen, dass die gesamten Sinnendinge nicht befriedigten, dass sie wie kahle Knochen immer nur enttäuschten; er wird sich vieler sinnlicher Erlebnisse erinnern, von welchen er den Eindruck hat, dass sie ihn voll befriedigt hätten. Und wenn wir uns auch vieler sinnlicher Erlebnisse erinnern, die uns enttäuscht statt befriedigt haben, ja, anderer Erlebnisse, denen wir jahrelang vergeblich nachjagten, so bleibt für den normalen Menschen mit dem alltäglichen Maßstab, der sich nur über dieses eine Leben erstreckt, doch als Gesamturteil, dass er viele sinnliche Freuden erlebt und darauf nicht verzichten möchte – denn es gäbe ja nichts anderes, und mit dem Tode – nach sechzig bis achtzig Jahren – sei sowieso alles aus. Es ist aber in Wirklichkeit sehr anders, und alle Heilslehren zeigen, dass es anders ist und inwiefern es anders ist.

Zum ersten zeigen sie, dass es außerhalb der Befriedigung der Sinnesdränge unvergleichlich höheres, seliges Wohl gibt, zu welchem man jetzt in diesem Leben gelangen kann.

Zum zweiten zeigen sie, dass die Sinnesdränge eine permanente Qual sind wie das unendliche Jucken der Wunden des Aussätzigen und dass ihre Befriedigung in Wirklichkeit ein zusätzlicher Schmerz ist gleich dem Brennen der juckenden Wunden der Aussätzigen am Feuer, der nur wegen der Über-tönung des entsetzlichen Juckens kurzfristig als Wohltat empfunden wird.

Zum dritten zeigen die Heilslehrer, dass das Problem mit dem Tod nicht beendet ist, dass Leben/Erleben gar nicht sterben kann und dass der Verlust des Fleischkörpers (wodurch wir das Wesen hier auf Erden nicht mehr sehen können) nicht auch zum Aufhören der Sinnesdränge und des feinstofflichen Körpers führt (die man auch beim lebenden Menschen nie sehen kann). Darüber sagt ein *indisches Wort*:

*Von selber erschlafft der Körper,  
nicht aber das Begehren.  
Von selber schwindet die Schönheit,*

*nicht aber die üble Gesinnung.  
Von selber werden wir Greise,  
nicht aber von selber weise.*

Das bedeutet, dass die Jagd nach Befriedigung durch keine äußeren Umstände, nicht einmal durch den Tod, auch nicht durch den Untergang der Erde beendet wird, sondern erst dann, wenn die Triebe aufgelöst sind auf dem Weg, auf dem sie allein aufgelöst werden können. Es handelt sich nicht um ein Problem, das sich „über kurz oder lang von selber löst“, wie der oberflächliche Mensch glaubt, vielmehr bleibt es so lange, bis es ausdrücklich auf den dazu tauglichen Wegen aufgelöst wird. Die Tatsache, dass wir uns heute so vorfinden mit den verschiedenen Arten von Sinnesdrängen und mit dem mittelmäßigen Grad ihrer Erfüllung und Nichterfüllung, ist eine Folge unseres Verhaltens in früheren Leben.

Viertens zeigen die Heilslehrer, dass jede Befriedigung der Sinnesdränge die Sinnenlust nicht ändert, sondern ohne entsprechende Gegengedanken gerade verstärkt, so dass es hernach noch stärkerer Erlebnisse bedarf, um befriedigt zu werden bis zu Ausmaßen, die alle menschlichen Vorstellungen überschreiten – und das ohne Ende –, bis wir die Sinnesdränge aufheben.

Fünftens zeigen sie, dass alle sinnliche Süchtigkeit nur in dem Maße befriedigt werden kann, als der Süchtige die Wünsche seiner Mitwesen erfüllt und befriedigt, die Mitwesen geschont und gefördert hat. Je weniger er so tat, um so weniger wird er Befriedigung seiner sinnlichen Sucht erlangen, gleichviel wie stark seine Sucht ist. Das ist Karma, das Gesetz von Saat und Ernte, und darin steckt der tiefere Sinn der Forderung nach Tugend, nach Nächstenliebe in allen Religionen.

Sechstens sagen sie, dass gerade die zunehmende Sinnen-süchtigkeit den Menschen zwangsläufig immer hemmungsloser und rücksichtsloser mache und machen müsse, weil seine starken Triebe auf Befriedigung drängen. Daher schadet er in diesem Leben seiner gesamten Umgebung, und daher erfährt

er schon in diesem Leben, erst recht aber später, immer weniger Befriedigung seiner immer stärker gewordenen Triebe. Diese Spannung ist es, die in fast allen Religionen in den Bildern der Hölle und den höllischen Qualen zum Ausdruck kommt. Das sind aber nicht nur Symbole für menschliche Schmerzen, sondern Namen für unermesslich über alles Menschenempfinden hinausgehende Schmerzengründe auf unvorstellbare – nur eben nicht ewige – Dauer.

Siebtens: Den Ausweg aus diesem Teufelskreis der immer stärkeren sinnlichen Triebe zeigen alle Heilslehrer mit dem Hinweis auf Tugend und Nächstenliebe. Durch deren Pflege wird man

a) von der hemmungslosen Jagd nach sinnlicher Befriedigung abgelenkt und auf die Nöte, Ängste und Hoffnungen des Nächsten hingelenkt.

b) Durch die vertrauende und erwärmende Zuwendung der Mitwesen, auf die man Rücksicht genommen, denen man geholfen hat, erfährt man eine Befriedigung des Geistes und des Gemüts.

c) Durch dieselbe Tugend und Nächstenliebe bewirkt man nach karmischem Gesetz, dass die eigenen Triebe weit mehr erfüllt und befriedigt werden, so dass nun abnehmende Triebe zunehmender Erfüllung gegenüberstehen.

d) Durch diese Entspannung und weil man auf den Geschmack der geistigen Freudigkeit und Erhellung des Gemütes gekommen ist, nehmen Neigung und Liebe zur Pflege von Tugend und Fürsorge für den Nächsten zu. Daneben beginnen die sinnlichen Triebobjekte noch mehr zu verblassen.

e) Auf diesem Wege fortschreitend, gelangt man im Lauf der Zeit zu dem seligen Herzensfrieden in der Entrückung. Dieser Zustand ist es, von dem aus der Mensch auf seine früheren sinnlichen Triebe herabblickt, wie wenn er – nach einem Gleichnis des Erwachten für Saat und Ernte – einen unvernünftigen Säugling daliegen sähe, der wie von ungefähr mit der Hand nach seinem eigenen Kot greift und diesen in seinen Mund führt. –

Der Hinweis auf die hier genannten Möglichkeiten zieht sich durch alle Reden des Erwachten und ist in schwächeren und stärkeren Andeutungen in allen Religionen enthalten. Nur im Anblick dieser mit der Sinnensüchtigkeit verbundenen Gefahren und der herrlichen Möglichkeiten außerhalb und oberhalb der sinnlichen Triebe können diese negativ bewertet werden.

Die Heilslehrer sagen: Der schlimmste Zustand der Lebewesen ist, starke und viele sinnliche Triebe zu haben und sie überhaupt nicht erfüllt bekommen können. Das ist ein Leben in größter Not und Qual. So wird das Leben in den untermenschlichen Daseinsformen bis zu den Höllen beschrieben.

Als zweitschlimmsten nennen sie den Zustand, dass die begehrliehen Wesen zwar immer wieder die momentane Befriedigung erleben; aber durch die kurze Befriedigung sind die sinnlichen Triebe nicht fort, sondern melden sich anderntags wieder, und wieder bedarf es der Befriedigung.

Darum weisen die Heilslehrer darauf hin, dass dieses Problem nicht durch die Befriedigung der Triebe gelöst wird, erst recht nicht durch ihre Nichtbefriedigung, sondern nur durch ihre völlige Aufhebung. Dann erst hat das Wesen Frieden und bedarf nicht mehr der Befriedigung.

Ein anderes Gleichnis des Erwachten für die Triebe lautet: Wie Darlehen, wie geliehenes Geld, so muss alle Sinnenlust zurückgezahlt werden. Wenn wir krank werden, wenn wir altern, wenn wir sterben, wenn die Augen, durch welche die Formen gesehen werden, die Ohren, durch welche die Töne gehört werden – wenn die Sinnesorgane nicht mehr zur Verfügung stehen, dann entschwindet mit einem Mal all das, woraus wir unser Wohl und unser Glück bezogen. Dann zieht der Eigener sein Eigen zurück. Darum heißt es in allen Religionen, dass das Ganze nur geliehen ist. Wir wissen nicht, wann der Körper genommen wird, aber dass er genommen wird, wissen wir mit Bestimmtheit.

Wir werden dauernd daran erinnert, dass das Leben ein bloßes Darlehen ist. Wir sehen schon am Anfang und in der



Mitte des Lebens, wie alles verwelkt vor unseren Augen. Zuerst vergehen die älteren Generationen, dann wir selber, aber auch all die einzelnen Dinge um uns herum kommen an die Reihe. Man freut sich an ihnen, aber sie werden einem wieder genommen.

Der unwissende und unbelehrte Mensch sagt: „So ist es eben in der Welt, aber soll ich deswegen auf die Dinge verzichten? Ich will sie genießen, solange ich kann, der Tod nimmt sie mir noch früh genug.“ Der belehrte Mensch aber weiß: „Es gibt ja ein nicht geborgtes, ein selbstständiges Wohl, das viel wohltuender ist als die kurze Befriedigung der sinnlichen Triebe. Das kann mir keiner nehmen, das kennt keinen Tod.“

*Lebe ich nach meinem Behagen, sagt der Erwachte, lebe ich lässig dahin, dann mehren sich die unheilvollen Dinge.* Wenn der Mensch den Verlockungen der Sinnensucht folgt, dann erntet er Leiden. Der Erwachte sagt (M 105), dass jede Lust wie das Genießen einer Speise ist, die verlockend aussieht, wunderbar duftet und köstlich schmeckt, aber vergiftet ist. Das Gift ist mit in der Speise. Jeder Genuss bringt unweigerlich das entsprechende Leiden mit sich. Wer die Speise als Speise genießt, der hat ergriffen, hat sein Bedürfnis nach solchen Dingen gemehrt. In dem Maß, wie der Mensch sein Bedürfnis nach der Speise gemehrt hat, ist er weniger geneigt zum Streben, zum Gegenwärtighalten der rechten Anschauung; in dem Maß ist er lässig, neigt auch sonst zum Begehren; und wenn ihm einer begegnet, der ihm nicht passt, neigt er zum Sichgehenlassen, zum Ärger, zu Wut und Zorn. Es geht um die Grundhaltung: leichtsinnig, lässig, sich gehenlassen, in den Tag hineinleben – oder aber die leidigen Folgen der Sinnensucht bedenken.

Indem der Übende die leidigen Folgen der leidigen Dinge durchschaut, wird er nicht etwa traurig und bedrückt, sondern umgekehrt: er wird immer freier, immer fröhlicher, immer heiterer, denn er sieht, dass er diesen ganzen Leidensbereich endlich kennt und verlässt, aus dem Sumpf heraussteigt. Das

macht frei und froh. Die Menschen, die sich das Leiden nicht gegenwärtig halten, gehen dadurch in die leidigen Existenzen und Leben hinein. Die Menschen, die die leidigen Folgen der leidigen Dinge bedenken, kommen dadurch aus dem Leiden heraus. Das ist die Anstrengung, die fruchtbar ist, die nicht endlos ist wie die Mühen des Samsāra. Denn wenn das Ergreifen aufgehoben ist, ist das Betrachten des leidigen Charakters der Dinge nicht mehr nötig, so wie nach dem Gleichnis des Erwachten Pfeilspitzen, wenn sie gerade sind, nicht mehr im Feuer gerade gebogen werden müssen:

*Später hält er sich das Leiden nicht mehr gegenwärtig. So ist die Anstrengung fruchtbar, fruchtbar die Mühe.*

#### Akute und chronische Wirkung der Betrachtung

Sieht ein Mensch durch die Belehrung des Erwachten deutlich das Leiden der sinnlichen Triebe und empfindet er durch die Tugend, die Übung in der sanften Begegnung, in der liebenden, aufmerksamen Zuwendung zu dem jeweils begegnenden Mitwesen eine Sicherheit und Wärme, die ihm bleibenderes Wohl bringt als alles vergängliche, trügerische sinnliche Wohl, dann hat er die Voraussetzung, um sich davon abzuwenden in der durchschauenden Betrachtung, die eine akute und eine chronische Wirkung hat: In dem Augenblick, in dem das Bild von den gefährlichen und leidigen Folgen der sinnlichen Triebe überzeugend vor Augen steht, führt sie zu einem den Trieben entgegen gerichteten Willen: *Wenn ich mir die Leidensursache vor Augen halte, dann ist durch diese Vorstellung die Sucht abwesend.* In diesem Augenblick übertönt die starke Einsicht in die leidigen Folgen manchmal völlig den triebhaften Wunsch, man vergisst ihn und handelt dem Trieb entgegengesetzt; dann mag es einem scheinen, als sei dieser Trieb völlig überwunden, worüber man vielleicht sehr erfreut und erleichtert ist. – Am anderen Tag aber erlebt derselbe Mensch oft, dass er in derselben äußeren Situation

sich wieder ganz im Sinn der für überwunden gehaltenen Triebe entschieden hat. Dann mag es ihm scheinen, als sei dieser Trieb gar nicht verändert, und er mag darüber sehr betrübt und beklommen sein. Ein solcher hat die Wirkung der negativen Bewertung der sinnlichen Triebe zuerst überschätzt, da er meinte, jene Triebe seien ganz vernichtet, und er hat die Wirkung nachher unterschätzt, da er dann meinte, die Triebe bestünden noch in der alten Kraft; beides stimmt nicht.

Wenn sich auf einer Waagschale ein Gewicht befindet und man wirft ein halb so schweres Gewicht auf die andere Waagschale, dann neigt sich die Schale mit dem leichteren Gewicht für kurze Zeit nach unten, und es sieht so aus, als ob diese Schale schwerer, die andere leichter wäre. Hernach aber senkt sich und bleibt gesenkt die Schale mit dem wirklich schweren Gewicht, und man merkt der Waage dann die Anwesenheit des leichteren Gewichts nicht an. – Wenn man in einem See an einer Stelle eine große Menge Milch ausgießt, dann sieht der See dort zunächst so aus, als bestünde er nur aus Milch. Am anderen Tag aber sieht er aus, als wäre überhaupt keine Milch in ihm. So gewinnt man bei der Waage wie auch bei dem See immer einen falschen Eindruck von den wahren Wirkungen: Zuerst überschätzt man sie, und hernach unterschätzt man sie; genauso verhält es sich mit den sinnlichen Trieben.

Wenn wir bedenken, dass wir bei unserer Geburt schon ein mehr oder weniger starkes vielseitiges Gewoge von sinnlichen Neigungen mitbringen und dass dieses im Lauf des Lebens dauernd durch positive Bewertungen gemehrt, durch negative Bewertungen gemindert wird, so ist zu verstehen, dass die Kraft der Sinnensucht in der Regel durch eine negative Bewertung nicht sogleich aufgehoben, sondern lediglich etwas gemindert wurde. So ist durch eine solche anschauungsbedingte negative Bewertung zwar der momentane Wille – ein akuter Vorgang – völlig umgekehrt worden (und von daher kommt die Überschätzung der Wirkung), ist aber die mehr oder weniger durchgängige geistige Neigung des Triebs nur etwas geschwächt, aber noch nicht aufgelöst worden. Diese relativ

geringe, aber tatsächliche Abschwächung des Triebhs übersieht man, daher unterschätzt man die Wirkung der negativen Bewertung.

Aber so wie das Wasser des Sees etwas milchiger geworden ist – und zwar genau entsprechend den Mengen von Wasser und Milch –, so auch wird jeder Trieb durch jede negative Bewertung doch etwas schwächer – und zwar genau entsprechend den Kräften von Trieb und negativer Bewertung. Und so muss die aus der Anschauung der leidigen Folgen hervorgehende fortgesetzte negative Bewertung auf die Dauer unbedingt zur Aufhebung der Sinnensucht führen (*und wenn ich gar, bezüglich dieser Leidensursache zum völligen Gleichmut gekommen, diesen gewonnenen Gleichmut pflege, so wird die Sucht endgültig überwunden* = die chronische Wirkung der rechten Anschauung).

### Der vollständige Übungsweg

Und nun beschreibt der Erwachte den vollständigen Läuterungsweg bis zur Erwachung, den sogenannten Tathāgata-Gang<sup>182</sup>, beginnend mit dem Vertrauen eines Menschen zu Lehre und Unterweisung des Erwachten, das ihn veranlasst, sich von allen äußeren Bindungen frei zu machen, um im Orden unter Anleitung des Buddha oder erfahrener Mönche sich auch frei zu machen von allen inneren Bindungen.

Wir haben diesen Übungsweg, der in den Lehrreden häufig vorkommt (z.B. M 27), schon oft beschrieben und nennen hier nur kurz die einzelnen Übungs-Etappen:

1. Die Einhaltung von Tugend-Regeln, die Entwicklung einer sanften Begegnungsweise mit allen Lebewesen.

---

<sup>182</sup> K.E.Neumann lässt hier die ersten sieben Stufen des Tathāgata-Ganges aus, einschließlich der Beschreibung der fünf Hemmungen und setzt erst wieder ein mit der Beschreibung der weltlosen Entrückungen, die das beseigende Ergebnis der vorherigen Übungen sind und durch die dem Erfahrer deutlich wird, wie fruchtbar die Anstrengung und Mühe sein kann, wenn der Übende den richtigen Weg beschreitet.

2. Zufriedenheit mit Gewand, Almosenspeise, Obdach und im Falle einer Krankheit mit Arzneimitteln.
3. Zügelung der Sinnesdränge. Der Übende folgt den Sinnesindrücken weder mit zustimmendem Denken, wenn sie ihm ein Wohlgefühl bereiten, noch mit ablehnendem Denken, wenn sie ihm ein Wehgefühl bereiten.
4. Maßhalten beim Essen: Der innerlich hell gewordene Mönch ist auf den kurzen Genuss, den die Zunge bietet, nicht mehr angewiesen. Er lenkt seine Aufmerksamkeit von der Lust am Geschmacksempfinden ab in dem Gedanken: „Es geht jetzt lediglich darum, dieses Werkzeug so zu ernähren, dass es nicht beim Reinheitswandel stört.“
5. Die Übung in Wachsamkeit: *Bei Tage und in den ersten und letzten Stunden der Nacht das Gemüt von trübenden Vorstellungen reinigen*, d.h. die Verlängerung der Zeit der Abwehr aller un guten, mit dem Heilsziel nicht zu vereinbarenden Gedanken, Gemüthaltungen, Empfindungen und Absichten.
6. Klarbewusste Handhabung des Körpers, d.h. klar gewollt, nur mit Absicht, nicht ohne Absicht. Der Geist wird ständiger Begleiter des Körpers.
7. Aufhebung der fünf Hemmungen: Weltliches Begehren, Antipathie bis Hass, Beharren im Gewohnten, Erregbarkeit/geistige Unruhe, Daseinsbangnis.

*Nachdem er diese fünf Hemmungen als schwächende Trübungen des Herzens vielfach erfahren und überwunden hat,*

#### Die weltlosen Entrückungen

*verweilt er abgeschieden von weltlichem Begehren, abgeschieden von allen heillosen Gedanken und Gesinnungen in stillem Bedenken und Sinnen. Und so tritt die aus innerer Abgeschiedenheit geborene Entzückung und Seligkeit ein, der erste Grad weltloser Ent-*

*rückung. So ist die Anstrengung fruchtbar, fruchtbar die Mühe.*

Das Freiwerden von der lebenslänglich gewohnten schmerzlichen Tätigkeit der Sinnesdränge löst dieses alles durchdringende Wohl aus.

*Nach Verebbung auch des Bedenkens und Sinnens verweilt er in innerem seligem Schweigen, in des Gemüts Einigung. Und so tritt die von Sinnen und Denken befreite, in der Einigung geborene Entzückung und Seligkeit ein, der zweite Grad weltloser Entrückung. So ist die Anstrengung fruchtbar, fruchtbar die Mühe.*

*Das Gemüt, das Herz wird geeint* – der normale Mensch lebt immer in Zweiheit, in Zwiefalt, im Begegnungsleben, da durch die sinnliche Wahrnehmung immer einem Ich eine Umwelt begegnet, Umwelt als Mensch, als Gegenstände, als Aufgaben, Pflichten mit Planen und Sorgen. Er kennt gar nichts anderes als diese ununterbrochene Begegnung vom ersten morgendlichen Erwachen bis zum nächtlichen Einschlafen und oft auch noch in Träumen. In der Entrückung aber hören alle fünf Sinnesstätigkeiten auf. Da ist kein Ankommen von Welteindrücken und kein Weggehen von Welteindrücken, nur ein Weilen in friedvoller Seligkeit.

*Mit der Beruhigung auch des Entzückens lebt er oberhalb und außerhalb von allem sinnlichen Wohl und Wehe in unverstörtem Gleichmut klar und bewusst und in einem solchen körperlichen Wohlsein, von welchem die Heilskenner sagen: „Dem in erhabenem Gleichmut klar bewusst Verweilenden ist wohl.“ So gewinnt er den dritten Grad der weltlosen Entrückung.*

*Und so ist die Anstrengung fruchtbar, fruchtbar die Mühe.*

Der Wortlaut *Mit der Beruhigung des Entzückens* lässt erkennen, dass der Reifegrad für diese dritte weltbefreite Entrückung bedingt ist durch das Aufhören der sinnlichen Bedürftigkeit. Solange diese noch bestand und das Herz auf die sinnliche Wahrnehmung aus war zum Zweck der sinnlichen Befriedigung – da war der Unterschied der beginnenden weltlosen Entrückung zu dem Sinnen-Wohl so gewaltig, dass er als aufschießender Jubel empfunden wurde. Nur dieses übergroße „Entzücken“ (*piti*), das aus höheren und reineren Betrachtungen im Geist und Gemüt aufbrach, konnte die geistige Aufmerksamkeit so stark auf sich nach innen ziehen, dass darüber die altgewohnte sinnliche Suche nach außen zur Ruhe kam und damit erst die unvergleichliche Seligkeit oberhalb der Sinnlichkeit erfahren werden konnte.

Der von der Sinnensucht Befreite lebt körperlich endgültig im erhabenen Gleichmut und in Leichtigkeit. Über diesen körperlichen Zustand, der über alle menschliche Vorstellung von irdischem Wohl und himmlischem Wohl ungeahnt hinausgeht, empfindet er in seinem Geist ein stilles Wohl. – Das ist das Lebensgefühl des von der Sinnensucht endgültig Befreiten und darum zur dritten Entrückung Fähigen, das ihn auch außerhalb der Entrückung begleitet – *so ist die Anstrengung fruchtbar gewesen, fruchtbar die Mühe.*

So wie der Neureiche sich freut in Erinnerung an die kürzlich erst überwundene Armut, aber der an Reichtum Gewöhnte seines Zustandes sicher und darum ruhig ist – so und noch mehr erhöhen sich Wohl und Sicherheit des von der Sinnensucht endgültig Befreiten im Lauf der Gewöhnung. Das erst ermöglicht die höchste Entrückung:

*Nachdem er über alles Wohl und Wehe hinausgewachsen war, alle frühere geistige Freudigkeit und Trau-*

*rigkeit völlig gestillt hat und in einer über alles Wohl und Wehe erhabenen Gleichmutsreine lebt, da erlangt er die vierte Entrückung und verweilt in ihr. Und so ist die Anstrengung fruchtbar, fruchtbar die Mühe.*

Hier am oberen Ende der gesamten Läuterungsentwicklung aus der Sinnensuchterfahrnis heraus herrscht jene Gleichmutsreine, die alle Seligkeit der ersten Aufstiegsstufe hinter sich und unter sich gelassen hat.

### Die Weisheitsdurchbrüche

*Nachdem das Herz solcherart geeint, geläutert, gereinigt, fleckenlos, sanft, fügsam und ohne Willkür vollkommen still geworden war, richtet er das Herz auf die erinnernde Erkenntnis früherer Daseinsformen. So kann er sich an manche verschiedene frühere Leben erinnern, als wie an ein Leben, dann an zwei Leben usw. mit je den karmischen Zusammenhängen und Beziehungen. Und so ist die Anstrengung fruchtbar, fruchtbar die Mühe.*

*Nachdem das Herz solcherart geeint, geläutert, gereinigt, fleckenlos, sanft, fügsam und ohne Willkür vollkommen still geworden war, richtet er das Herz auf die Erkenntnis des Verschwindens-Erscheinens der Wesen. Er sieht mit dem feinstofflichen Auge, dem gereinigten, über menschliche Grenzen hinausreichenden, die Wesen dahinschwinden und wiedererscheinen, gemeine und edle, schöne und unschöne, glückliche und unglückliche. Er kann erkennen, wie die Wesen nach dem Wirken wiederkehren: „Diese lieben Wesen sind in Taten dem Schlechten zugetan, in Worten dem Schlechten zugetan, in Gedanken dem Schlechten zugetan, tadeln das Rechte, achten Verkehrtes, tun Ver-*



kehrtes; nach dem Versagen des Leibes jenseits des Todes gelangen sie auf den Abweg, auf schlechte Fährte, zur Tiefe hinab in untere Welt.

Jene lieben Wesen sind aber in Taten dem Guten zugetan, in Worten dem Guten zugetan, in Gedanken dem Guten zugetan, tadeln nicht das Rechte, achten das Rechte. Nach dem Versagen des Leibes jenseits des Todes gelangen sie auf gute Fährte, in selige Welt“ – so kann er mit dem feinstofflichen Auge, dem gereinigten, über menschliche Grenzen hinausreichenden, die Wesen dahinschwinden und wiedererscheinen sehen.

Und so ist die Anstrengung fruchtbar, fruchtbar die Mühe.

Nachdem sein Herz solcherart geeint, geläutert, gereinigt, fleckenlos, trübungsfrei, sanft, fügsam und ohne Willkür, vollkommen still geworden war, da richtete er es auf die Erkenntnis der Versiegung aller Wollensflüsse/Einflüsse.

„Das ist das Leiden“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist die Leidensentwicklung“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist die Leidensbeendigung“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist der zur Leidensbeendigung führende Pfad“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß.

„Das sind die Wollensflüsse/Einflüsse“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist der Wollensflüsse/Einflüsse Entwicklung“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist der Wollensflüsse/Einflüsse Beendigung“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist der zur Beendigung der Wollensflüsse/Einflüsse führende Pfad“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß.

So erkennend, so sehend, wird das Herz erlöst von allen Wollensflüssen/Einflüssen durch Sinnendinge, durch Seinwollen, durch Wahn.

*Mit der Erlösung gewinnt er das Wissen: „Erlösung ist. Beendet ist die Kette der Geburten, vollendet der Reinheitswandel; getan ist, was zu tun war. Nichts mehr nach diesem hier“, das hat er nun verstanden. So aber ist, ihr Mönche, die Anstrengung fruchtbar, fruchtbar die Mühe.*

Der Vollendete erfährt das Wohl  
unverletzbarer Unverletztheit

*Bei solcher Aussage des Vollendeten ist der Vollendete nach allen zehn denkbaren Auffassungen zu preisen:*

*Wenn, ihr Mönche, die Wesen auf Grund früheren Wirkens Wohl und Wehe erfahren, dann hätte der Vollendete früher gut gewirkt, dass er jetzt Wohlgefühle erfährt, die von allen Wollensflüssen / Einflüssen frei sind.*

*Wenn, ihr Mönche, die Wesen, durch einen Schöpfergott geschaffen, Wohl und Wehe erfahren würden, dann wäre der Vollendete von einem guten Schöpfer geschaffen, dass er jetzt Wohlgefühle erfährt, die von allen Wollensflüssen / Einflüssen frei sind.*

*Wenn, ihr Mönche, die Wesen durch Fügung des Zufalls Wohl und Wehe erfahren würden, dann hätte den Vollendeten ein glücklicher Zufall getroffen, dass er jetzt Wohlgefühle erfährt, die von allen Wollensflüssen / Einflüssen frei sind.*

*Wenn, ihr Mönche, die Wesen durch ihre Abstammung Wohl und Wehe erfahren würden, dann wäre der Vollendete von guter Abstammung, dass er jetzt Wohlgefühle erfährt, die von allen Wollensflüssen / Einflüssen frei sind.*

*Wenn, ihr Mönche, die Wesen durch ihre Anstrengung hier im Leben Wohl und Wehe erfahren, dann, ihr Mönche, ist die Anstrengung des Vollendeten hier im Leben erfolgreich, da er jetzt Wohlgefühle erfährt, die von allen Wollensflüssen / Einflüssen frei sind.*

*Ob nun, ihr Mönche, die Wesen auf Grund früheren Wirkens Wohl und Wehe erfahren oder nicht: der Vollendete ist zu preisen.*

*Ob nun, ihr Mönche, die Wesen, durch einen Schöpfergott geschaffen, Wohl und Wehe erfahren oder nicht: der Vollendete ist zu preisen.*

*Ob nun, ihr Mönche, die Wesen durch Fügung des Zufalls Wohl und Wehe erfahren oder nicht: der Vollendete ist zu preisen.*

*Ob nun, ihr Mönche, die Wesen durch ihre Abstammung Wohl und Wehe erfahren oder nicht: der Vollendete ist zu preisen.*

*Ob nun, ihr Mönche, die Wesen durch ihre Anstrengung hier im Leben Wohl und Wehe erfahren oder nicht: der Vollendete ist zu preisen.*

*Bei solcher Aussage des Vollendeten ist der Vollendete nach allen zehn denkbaren Auffassungen zu preisen.*

*So sprach der Erhabene. Erhoben und beglückt waren jene Mönche über das Wort des Erhabenen.*

DIE FÜNF ALS DREI  
102. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Gier und Hass, Anziehung/Abstoßung  
entwerfen die Blendung „Ich-Welt“

Die gesamte Lehre des Buddha ist durchzogen von der einen vielfältig akzentuierten Aussage, dass die sinnliche Wahrnehmung, durch welche wir eine Welt wahrnehmen und in ihr uns selbst wahrnehmen, *eine Blendung, eine Krankheit* ist, bedingt durch die seelischen Belastungen „Gier und Hass“. Der Erwachte vergleicht die durch die krankhafte sinnliche Wahrnehmung dem Menschen erscheinende Welt mit einer Luftspiegelung, und das heißt ja, dass dahinter keine Wirklichkeit steht, sondern nur die seelische Krankheit „Gier und Hass“, die diese Welt mit ihren Freuden und Schrecken und allen Veränderungen erscheinen lässt (Blendung) wie einen Fiebertraum.

Es geht also nicht darum, über diese durch Fieberkrankheit, durch Delirium dem Geist erscheinende Welt nachzudenken, sie auf die ihr innewohnende Gesetzmäßigkeit hin zu durchforschen – was meistens ja doch nach Prinzipien und bevorzugten Meinungen geschieht –, sondern darum, von der seelischen Krankheit zu genesen, also Gier und Hass aufzuheben, gesund zu werden, den Stand des Heils zu gewinnen; denn dadurch kommt die gesamte gespielte Dramatik zur Ruhe. Darum ist die gesamte Wegweisung des Buddha auf dieses Ziel der Befreiung von der krankhaften Wahrnehmung gerichtet.

Drei Quellen für religiöse Aussagen (D 1)

In unserer Lehrrede werden die verschiedenen Meinungen und Erfahrungen der damaligen Inder über die Existenz, über Ich und Welt, aufgezählt. Aber weil jeder Mensch immer nur so denken und spekulieren kann, wie es ihm seine subjektiven

geistigen und psychischen Fähigkeiten ermöglichen, so sind alle Philosophien geprägt von der Mentalität ihrer Erzeuger, d.h. die Mentalität des Philosophen bestimmt die Art seiner Philosophie. Schon darum bleiben sie immer nur Meinungen und können nicht als Mitteilungen über das wahre Sein angesehen werden. Darum führt alles Untersuchen, Sich-Aneignen und Vergleichen von Ansichten nicht zur Wahrheitsfindung.

In einer der größten und umfassendsten Lehrede der „Längeren Sammlung“ (D 1) nennt der Erwachte die Bedingungen für das Zustandekommen aller je in der Welt aufkommenden Religionen und Weltanschauungen. Dort unterscheidet der Erwachte drei verschiedene Quellen für die gesamten religiösen Aussagen in der Welt und sagt ausdrücklich, dass es keine weiteren gebe.

Die vordergründigste Quelle ist die des philosophischen Spekulierens, Grübelns und Erwägens, an welcher keinerlei über die normale sinnliche Erfahrung hinausgehende geistige Erfahrung Anteil hat. Diese Quelle gilt als grobes, blindes Vermeinen.

Als zweite Quelle der unterschiedlichen Weltanschauungen und Religionen nennt der Erwachte alle Grade teilweiser geistiger Erfahrung.

Als dritte Quelle nennt der Erwachte dann die vollkommene Erwachung, den vollkommenen, lückenlosen Durchblick durch die gesamte Existenz, wie ihn der vollkommen Erwachte gewonnen hat, also die Allwissenheit. Alle vollkommen Erwachten sind in ihrer Weisheit vollkommen gleich, und darum stimmen ihre Lehren überein und führen darum auch den Nachfolger zur vollkommenen Erwachung.

Diese Dreiteilung lässt erkennen, worum es geht: Die entscheidende Auskunft über Wesen, Struktur der Existenz und über den Zusammenhang der inneren und äußeren Entwicklungen kann nur derjenige anderen mitteilen, der die gesamte Existenz in allen ihren Bereichen und Schichten durchschaut und damit ihre Struktur und ihr Gesetz erkannt hat. Nur ein solcher sieht aller Wirkungen Ursachen und braucht darum

nicht Vermutungen bzw. Ansichten über die Ursachen zu hegen. Das Wissen eines solchen ist das Abbild der Existenz selbst. Und da er all ihre Bedingungen kennt, so kennt er auch das Bedingungslose und kennt auch die Möglichkeit, vom Bedingten zum Bedingungslosen, zur Freiheit, zu kommen. Diese vollkommene Durchschauung der Existenz in ihrer Totalität, das ist die vollkommene Erwachung.

Die aber die Existenz über die sinnliche Wahrnehmung hinaus nur teilweise durchschauend, die erfahren mancher Wirkungen Ursachen, und anderer Wirkungen Ursachen erfahren sie nicht; darum müssen sie über die nicht erfahrenen Ursachen Vermutungen anstellen, Ansichten, Meinungen bilden. Diese jedoch können richtig und können falsch sein. Und der Erwachte zeigt in D 1, wie von solchen, die im Besitz teilweiser geistiger Erfahrungen sind, solche Weltanschauungen und Religionen entwickelt und gelehrt werden, in denen Teilwahrheiten mit falschen Vermutungen verbunden sind zu irrigen Lehren; die aber können nicht zum Heil führen.

Daneben sind die philosophischen Spekulationen, denen keinerlei geistige Erfahrung zugrunde liegt, bedeutungslos, denn sie tragen den Stempel der Ratlosigkeit ihrer Gründer in sich, sie sind außerdem voller Widersprüche, in die es sich nicht lohnt, Einblick zu nehmen.

Viele Wahrheit und inneren Frieden suchenden Menschen Indiens zur Zeit des Erwachten wie auch vor dem Erwachten und nach ihm waren ernsthaft, mit Eifer, Hingabe und Erfolg bemüht, *samādhi*, Herzenseinigung, zu erwerben, einen Zustand, in dem das Erleben von Ich und Welt zurücktritt und der Geist transzendente Wahrheiten erfährt. An diese erfahrenen Wahrheiten klammerten sich die Erfahrer überweltlicher Zustände, die Mystiker, hielten sie fest als selbst erlebte Wahrheiten und zogen aus den erfahrenen Teilwahrheiten oft irrige Schlüsse.

In M 136 z.B. beschreibt der Erwachte Mystiker, die in der Herzenseinigung den Zustand eines aus dem Menschentum

abgeschiedenen Wesens erkannten, aber daraus falsche Schlussfolgerungen zogen:

*1. Da hat ein Mönch oder ein brahmisch Lebender durch heißes Mühen, große Anstrengung, durch Hingabe, durch Ernsthaftigkeit, durch Aufmerksamkeit eine solche Einigung des Gemüts errungen, dass er geeinten Herzens mit dem feinstofflichen Auge, dem gereinigten, über menschliche Grenzen hinausreichenden, ein Wesen sieht, das als Mensch Lebewesen getötet hat, Nichtgegebenes genommen hat, unrechten Geschlechtsverkehr gepflegt hat, verleumderisch geredet hat, hintertragen hat, verletzende Worte gesprochen hat, geschwätzt hat, voll Habgier, Abneigung bis Hass war und falsche Anschauung gehegt hat, wie es bei Versagen des Körpers nach dem Tod abwärts geraten ist, auf schlechte Bahn, zur Unterwelt. Der sagt sich nun: „Es gibt in der Tat übles Wirken und es gibt eine Ernte üblen Wirkens: Hab ich doch jenes Wesen, das da so übel gewandelt ist, gesehen, wie es bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, abwärts geraten ist, auf schlechte Bahn, zur Unterwelt.“ Der sagt sich nun: „Wer da in der Tat so übel gewandelt ist, ein jeder solcher gelangt bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, da hinab. Die das erkennen, erkennen recht, die anderes zu erkennen glauben, haben falsche Erkenntnis.“ So bleibt er fest bei dem, was er selbst erkannt, selbst gesehen, selbst entdeckt hat, hält es ergreifend fest und beharrt: „Dies nur ist Wahrheit, Unsinn anderes.“*

*2. Da hat ein Mönch durch Einigung des Herzens einen untugendhaften Menschen mit falscher Gesinnung, falschen Ansichten im Jenseits zu Himmelswelten gelangen sehen. Der sagt sich nun: „Es gibt in der Tat kein übles Wirken, nicht gibt es eine Ernte des üblen Wirkens. Hab ich doch jenen Menschen gesehen, der da so übel gewandelt ist, wie er bei Versagen des Körpers nach dem Tod, aufwärts gelangt ist, auf gute Bahn, in himmlische Welt.“ Der sagt sich nun: „Wer da übel gewandelt ist, ein jeder solcher gelangt bei Versagen des Kör-*

*pers, nach dem Tod, in himmlische Welt. Die das erkennen, erkennen recht, die anderes zu erkennen glauben, haben falsche Erkenntnis.“ So bleibt er fest bei dem, was er selbst erkannt, selbst gesehen, selbst entdeckt hat, hält es ergreifend fest und beharrt: „Dies nur ist Wahrheit, Unsinn anderes.“*

Die Seher folgerten aus ihrem übersinnlichen Erlebnis: „Ein jeder gelangt dorthin.“ Aber sie haben nur einen einzelnen Fall gesehen. Das „Jeder“ haben sie nicht erlebt, sie haben nur einen Fall gesehen, und das ist viel zu wenig, um daraus den Schluss ziehen zu können: *Es gibt eine Ernte üblen und guten Wirkens* oder aber *Es gibt keine Ernte üblen und guten Wirkens*.

Der Erwachte sagt von sich, dass er sich bis zum 91. Weltzeitalter rückerinnert. Aber das bedeutet nur, dass er bei der Rückerinnerung bis zum 91. Weltzeitalter aufgehört hat. Er hätte sich leicht weiter rückerinnern können. Es ist für einen, der auch von den letzten Resten von Faszination für irgendein Erlebnis befreit ist, überhaupt gar keine Schwierigkeit, sich weiter und immer noch weiter zurückzuerinnern. Es geht nur darum, ob er will oder nicht will. Bis zum 91. Weltzeitalter hat der Erwachte das Karmagesetz nicht nur so weitgehend bestätigt gefunden, dass er daraus eine Wahrscheinlichkeitsrechnung hätte aufstellen können, sondern er hat es in totaler Weise, also völlig lückenlos und d.h. hundertprozentig bestätigt gefunden.

Die brahmischen Seher hingegen haben nur einen Ausschnitt karmischer Auswirkungen gesehen. Der Erwachte und viele triebversiegte Mönche aber überblicken unendlich viele Leben von sich und anderen und wissen von daher um die Ernte guten und üblen Wirkens, nur tritt die Ernte nicht immer sofort im anschließenden Leben in Erscheinung. Also nicht darum, weil ein Mensch übel gehandelt hat, erscheint er in himmlischer Welt, und nicht darum, weil er gut gehandelt hat, erscheint er in der Hölle, sondern es gibt die Möglichkeit – der Erwachte stellt die Erfahrung des Sehers nicht in Frage –, dass



ein Mensch, nachdem er übel gehandelt hat, im Himmel wiedererscheint und nachdem er gut gehandelt hat, in der Hölle wiedererscheint.

So haben wir in M 136 Beispiele für falsche Schlussfolgerungen von Sehern, die *durch heißes Mühen, große Anstrengung, durch Hingabe, durch Ernsthaftigkeit, durch Aufmerksamkeit eine Herzenseinigung erlangten*, durch die sie Jenseitiges sahen.

Die 1. Lehrrede der „Längeren Sammlung“ „Das Brahmannetz“ enthält folgende vollständige Übersicht über mögliche durch Herzenseinigung gewonnene Teileinsichten und sonstige philosophische Ansichten, in denen die Brahmanen wie in einem Netz gefangen sind:

1. Da erinnert sich ein in der Einsamkeit Lebender an seine früheren Existenzformen bis zurück zu 40 Weltzeitaltern und gewinnt daraus die Ansicht: *Ewig ist Selbst und Welt, sie bestehen in ununterbrochener Wandlung.*

2. Da erinnert sich ein in der Einsamkeit Lebender an eine frühere himmlische Existenz (bis zu den Leuchtenden) und an Wesen, die ihm damals an innerer Helligkeit, Weisheit und Lebensdauer überlegen waren, und hält diese für ewig.

3. Aus Teilerfahrungen kommt er zu der Ansicht, die Welt sei endlich, unendlich, kreisförmig usw.

4. Gelangen die in Einsamkeit lebenden Asketen, die sich von den Sinnendingen zurückhalten, weil sie das Elend der Sinnensucht sehen, und die um Herzenseinigung bemüht sind, aber diese nicht gewinnen, zu Ansichten, wie in Punkt 1 und 3 beschrieben.

Da sie in der beschränkten Wahrnehmungsweise lebend, immer nur Gegenwart, Vergangenheit und Zukunft erleben, immer nur Ich und Umwelt erleben, so bleiben sie im Subjekt-Objekt-Denken befangen. Und auch wenn sie sich den niederen Sinnendingen nicht widmen, *so kreisen sie eben doch immer noch um die Sinnendinge herum*, indem sie zu mannigfachen Ansichten über Ich und Welt kommen. Da sie die nur in weltlosen Entrückungen erfahrbare Überwindung von Vergan-

genheit, Gegenwart und Zukunft nicht kennen, so sinnen sie weiterhin über Vergangenheit und über Zukunft nach. So bleiben sie in der Vergänglichkeit, können nur Vergänglichkeit denken, können Todlosigkeit nicht fassen und darum auch nicht erreichen, *bleiben dem Machtbereich des Todes ausgeliefert (M 25)*.

Diese umfassende Zusammenfassung von Ansichten, die aus übersinnlicher Erfahrung oder aus Grübeleien entstanden sind, nennt der Erwachte in der I. Lehrrede der „Längeren Sammlung“, und er sagt zu jeder der Ansichten:

*Da erkennt der Vollendete: Wenn solche Ansichten so angenommen, so festgehalten werden, so führen sie zu einem entsprechenden Erleben nach dem Tod. Dies weiß der Vollendete und weiß noch darüber Hinausgehendes. Aber an dieses Wissen klammert er sich nicht, hält es nicht fest. Weil er es nicht festhält, erfährt er inneren Frieden. Er betrachtet der Gefühle Entstehen und Vergehen, Labsal, Elend und Ablösung von ihnen. Indem er dies der Wirklichkeit gemäß sieht, ist er durch Aufhebung des Ergreifens erlöst, ein Vollendeter.*

In unserer Lehrrede (M 102) geht der Erwachte nicht näher darauf ein, ob die Asketen aus übersinnlicher Erfahrung oder aus Grübeleien über die Zukunft: „Was haben wir nach dem Tod zu erwarten“ zu ihren Ansichten kommen, sondern nennt nur vier mögliche Ansichten über die Zukunft, eine Ansicht über die Qualität des hiesigen Lebens und im Folgenden viele Ansichten über die Vergangenheit.

### Ansichten über die Zukunft

Die ersten drei Ansichten über die Zukunft werden in unserer Lehrrede auch als eine Ansicht zusammengefasst, nämlich: Nach dem Tod ist das Selbst ewig, frei von allen Unvollkommenheiten, ungeachtet dessen, ob das Selbst nach dem Tod

wahrnimmt oder nicht oder teils wahrnimmt, teils nicht wahrnimmt.

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Sāvatt̥hi, im Siegerwald, im Garten Anāthapindikos. Dort nun wandte sich der Erhabene an die Mönche: Ihr Mönche! –, Erhabener! –, antworteten da jene Mönche dem Erhabenen aufmerksam. Der Erhabene sprach:*

*Es gibt, ihr Mönche, einige Asketen und Brahmanen, die sich mit der Zukunft befassen, Ansichten über die Zukunft vertreten, verschiedene Lehrsätze behaupten, die die Zukunft betreffen:*

*1. Wahrnehmend ist das Selbst, heil nach dem Tod – so erklären einige;*

*2. nicht wahrnehmend ist das Selbst, heil nach dem Tod – so erklären einige;*

*3. weder wahrnehmend noch nicht wahrnehmend ist das Selbst, heil nach dem Tod – so erklären einige.*

*4. Oder aber sie lehren, dass das Selbst nach dem Tod beendet, zerstört, vernichtet sei.*

*5. Oder aber sie behaupten Wohlbefinden zu Lebzeiten*

*(a. durch Genuss der Sinnendinge, b. durch die vier weltlosen Entrückungen – D 1).*

*So lehren sie 1. ein heiles Selbst nach dem Tod*

*oder sie lehren 2. des Wesens Ende, Zerstörung, Vernichtung*

*oder behaupten 3. Wohlbefinden zu Lebzeiten.*

*So gelten jene Fünf als Drei und diese Drei gelten als Fünf. Das ist die Redeweise von den Fünf als Drei.*

Das heißt: Die ersten drei von den fünf Ansichten: *Das Selbst ist heil nach dem Tod (wahrnehmend, nicht wahrnehmend, weder wahrnehmend noch nicht wahr-*

*nehmend*) wurden zur Zeit des Erwachten oft als eine zusammengefasst, und dann wurden die beiden anderen Ansichten aufgezählt:

*Das Selbst ist nach dem Tod vernichtet und Wohlbefinden zu Lebzeiten.*

Diese verschiedene Nummerierung der damaligen Ansichten führte zu dem befremdlichen Titel der Lehrrede „Die Fünf als Drei“. Wahrscheinlich wurde bei den damaligen Diskussionen der Inder die erste der drei Ansichten manchmal nur kurz erwähnt als eine Ansicht und manchmal ausführlicher in drei Ansichten aufgegliedert: nämlich *heil nach dem Tod: 1. wahrnehmend, 2. nicht wahrnehmend, 3. weder wahrnehmend noch nicht wahrnehmend*. So wurde die eine Ansicht zu drei Ansichten.

## 1. Nach dem Tod ist das Selbst heil

Mittelpunkt der indischen Religiosität war und ist das Kreisen um das Selbst. Die indischen Mystiker sagen bis auf den heutigen Tag, das Selbst, der tiefste Wesenskern, sei so tief verborgen, dass man sich sehr läutern muss, um nicht nur an ein Selbst zu glauben und es zum Gegenstand seiner Weltanschauung zu machen, sondern es auch im Erleben zu finden, buchstäblich „zu sich selbst zu finden“. Wem das bei den Indern gelingt, der gilt als heilig. Die Inder – z.B. auch Shri Ramana Maharshi – haben seit jeher gesucht und scharf unterschieden zwischen dem Ego, dem Ich, der individuellen Persönlichkeit, und dem ewigen Selbst. Sie stellen sich das Selbst als überindividuell vor – z.B. als „Weltgeist“, „Brahman“ oder „Atman“, „Natur“, „Kosmos“, ähnlich wie die christlichen Mystiker von „Gott“ in der Seele oder vom „Gottesgrund“ sprachen. Sie stellen sich ein ewiges Selbst (atman) vor, das, im Kern gleichbleibend, Körper an- und ablegt und so von einem Körper zum anderen wandert. Von dieser Auffassung gehen auch die im Westen bekannten Richtungen, wie Theo-

sophie und Anthroposophie, Yoga und Transzendente Meditation aus. – Der Erwachte hingegen zeigt, wie wir in der Beobachtung der fünf Zusammenhäufungen erkennen können, dass es wohl seelische, psychische Erscheinungen gibt, dass sich diese aber ununterbrochen wandeln und dass es darum ein ewiges Selbst nicht gibt. Ebenso lehrt der Erwachte und können wir selber erkennen, dass es wohl weltliche Erscheinungen gibt, dass diese sich aber ununterbrochen wandeln und somit eine ewige Welt nicht besteht.

In D 28 nennt der Erwachte die Ansichten der Lehrer eines ewigen Selbst:

*Da hat ein Mönch oder ein brahmisch Lebender durch heißes Mühen, große Anstrengung, durch Hingabe, durch Ernsthaftigkeit, durch Aufmerksamkeit eine solche Einigung des Gemüts errungen, dass er geeinten Herzens mit dem feinstofflichen Auge, dem gereinigten, über menschliche Grenzen hinausreichenden, sich an manche frühere Daseinsform erinnert und sich sagt: „Lange vergangene Zeiten kenne ich. Die Welt hat sich eingezogen, ist einfaltig geworden und hat sich auch wieder ausgebreitet.“*

Wir sehen, dass es sich hier um einen Menschen handelt, der durch weit fortgeschrittene innere Läuterung die Fähigkeit erworben hat, sich vieler vergangener Daseinsformen zu erinnern, dass er also weitgehend über die gegenwärtige sinnliche Wahrnehmung, die uns zwischen Geburt und Tod unseres gegenwärtigen Leibes gefangen hält, hinausgeschritten ist und in dieser Verfassung nun sieht und sich erinnert, wie er im vorigen Leben und in dem Leben davor und so weiter über Hunderttausende von Leben geboren wurde, Freud und Leid erlitten hat, wie er starb und wie er danach weiterwanderte in die nächste Daseinsform und so fort. Solches Übersteigen der sinnlichen Wahrnehmung ist geistige Erfahrung. Der sagt sich nun:

*Und damit kenne ich auch, was künftig noch kommen wird: Die Welt wird sich einziehen, einfaltig werden oder ausbreiten. Ewig ist das Selbst und ewig ist die Welt, ohne Entwicklung, starr wie ein Pfeiler beharren sie; die Wesen aber rieseln dahin, fließen um und um, fallen und steigen; es ist ewige Wiederkehr des Gleichen.*

Wir sehen hier den Unterschied zwischen dem, was er selbst eindeutig gesehen und erfahren hat, und der Deutung, welche er seiner Erfahrung gibt. Er hat nicht etwa ein ewiges Selbst gesehen, sondern hat vielmehr, als er sich seiner vorigen Leben erinnerte, gemerkt, dass es sein voriges Leben war, und ebenso, dass es sein vorvoriges Leben war und so fort. Diese Tatsache hat er überzeugend erfahren, aber nicht hat er ein ewiges Selbst gesehen, weder in seiner jetzigen Existenz noch in irgendeiner seiner vorherigen. Er vermutet nur, dass diesem wandelbaren Strom ein ewiges Selbst zugrunde liege, und diese Ansicht hat er sich zu eigen gemacht.

Dabei gibt es in seiner jetzigen Existenz in ihm und an ihm nichts, das auch in irgendeiner seiner früheren Existenzen ganz genau ebenso gewesen wäre. Das Einzige an seiner jetzigen Existenz, das all seine früheren Existenzen umfasst, ist sein Gedächtnis. Dasselbe Gedächtnis, das sich des gegenwärtigen Lebens erinnert, das zeigt auch die früheren Leben auf. Darum ist das Gedächtnis die einzige Erscheinung in seiner gegenwärtigen Existenz, die auch die früheren Existenzen erinnernd mit umfasst.

Aber dieses Gedächtnis war noch ein Leben zuvor etwas geringer, weil es damals noch nicht das jetzige Leben enthielt. Ebenso war das Gedächtnis aller weiteren Leben vorher stets entsprechend geringer. So entwickelt und verändert sich also auch das Gedächtnis ununterbrochen, und so kann sein jetziges Gedächtnis auch noch nicht seine zukünftigen Leben enthalten.

Daran sehen wir, dass selbst das Gedächtnis, die einzige Instanz, welche um die gesamten Daseinsformen weiß, sich ununterbrochen verändert.

*Und woher weiß ich das (nämlich dass das Selbst und die Welt ewig sind)? Ich hatte ja in heißem und stetem Kampf, in ernster Übung, in unermüdlichem Eifer, durch Aufmerksamkeit eine Einheit des Gemüts erreicht, in der ich mich an manche verschiedene frühere Daseinsform, mich an viele hunderttausend Leben erinnert habe. Daher weiß ich jetzt, dass Seele und Welt ewig sind, starr, gibelständig, grundfest gegründet; und die Wesen wandern um und wandeln sich um, verschwinden und erscheinen wieder: es ist eben immer dasselbe.*

Wir sehen die große Überzeugungskraft, welche solcher Rückerinnerung innewohnt. Weil ein so Erfahrener sich nicht etwa Fantasien macht über seine früheren Leben, sondern weil er sich ihrer wirklich völlig klar erinnert, darum hat er mit Recht die feste Überzeugung, dass dies seine früheren Leben seien. Und weil er von der Realität dieser früheren Leben mit Recht vollkommen überzeugt ist, darum wird nun der Irrtum, der aus der Deutung erwachsen ist und den er unbemerkt in sein Weltbild mit aufnimmt, der Irrtum über ein ewiges Selbst, ebenfalls zu seiner festen Überzeugung, und wir können uns vorstellen, wie ein solcher Lehrer auf seine Anhänger wirken muss, der von sich selber weiß und von dem auch die Anhänger überzeugt sind, dass er seine früheren Existenzen wahrhaftig sieht. So geht aus teilweiser geistiger Erfahrung ein Gemisch aus Irrtum und Wahrheit hervor, welches oft darum so gefährlich ist, weil es mit großer Überzeugungskraft vorgetragen wird. Diese Asketen und brahmisch Lebenden haben das Wissen des normalen Menschen in einer unvorstellbar weitreichenden Weise überschritten, aber sie haben trotzdem den Fehler der normalen Menschen beibehalten, indem sie die unendliche Kette der Erscheinungsfolgen mit stets sich wandelnden Erscheinungen für den Vorgang an einer ewigen Sub-

stanz ansahen, obwohl sie diese ewige Substanz nirgends finden konnten.

Ein weiteres Beispiel gibt der Erwachte (D 1) dafür, wie sich Erfahrung und Deutung mischen können und daraus eine Lehre entsteht:

*Es gibt, ihr Mönche, einige Asketen und brahmisch Lebende, die teils Ewigkeit, teils Zeitlichkeit behaupten, die das Selbst und die Welt als teils ewig, teils zeitlich auslegen. Diese ehrwürdigen Priester und Asketen nun, worauf gründen sie sich, worauf stützen sie sich und behaupten teils Ewigkeit, teils Zeitlichkeit, legen Selbst und Welt als teils ewig, teils zeitlich aus?*

*Es gibt ein Zusammentreffen von Bedingungen, durch welche sich wieder einmal am Ende einer langen Periode diese Welt einzieht (einfaltiger wird). Mit dem Einfaltigwerden der Welt werden die meisten Wesen zu Leuchtenden. Sie bestehen geistig und ernähren sich von geistiger Beglückung bis Entzückung und ziehen selbstleuchtend ihre Bahn im Himmelsraum, bestehen in herrlichem Glanz und überdauern lange, lange Zeiten.*

*Es gibt ein Zusammentreffen von Bedingungen, durch welche sich am Ende einer langen Periode diese Welt auseinanderbreitet (vielfältiger wird). Wenn die Welt sich auseinanderbreitet, kommt ein leerer Brahmahimmel zum Vorschein. Durch Schwinden von Lebenskraft und Verdienst sinkt eines der Wesen, aus dem Bereich der Leuchtenden entschwunden, in den leeren Brahmahimmel hinab. Auch das ist noch geistig, ernährt sich von geistiger Beglückung bis Entzückung und zieht selbstleuchtend seine Bahn im Himmelsraum, besteht in herrlichem Glanz und überdauert lange, lange Zeiten.*

Was hier als Einfaltigwerden und Auseinanderbreiten einer Welt beschrieben wird, ist dasselbe, was weiter oben bei der Rückerinnerung als Weltenentstehung und Weltenvergehung



bezeichnet wurde. Es handelt sich um unvorstellbar lange Zeitläufe.

*Nach einsam dort lange verlebter Frist erhebt sich Unbehagen und Unruhe in ihm: „O dass doch andere Wesen noch hier erschienen!“ Und andere der Wesen noch, durch Schwinden von Lebenskraft und Verdienst aus dem Bereich der Leuchtenden entschwunden, sinken in den leeren Brahmahimmel herab, gesellen sich jenen Wesen zu. Auch diese sind noch geistig, ernähren sich von geistiger Beglückung bis Entzückung, ziehen selbstleuchtend ihre Bahn im Himmelsraum, bestehen in herrlichem Glanz und überdauern lange, lange Zeiten.*

*Da ist jenem Wesen, das zuerst herabgesunken war, so zumute geworden: „Ich bin Brahma, der Große Brahma, der Übermächtige, der Allsehende, der Selbstgewaltige, der Herr, der Schöpfer, der Erschaffer, der Höchste, der Erzeuger, der Erhalter, der Vater von allem, was da war und sein wird: Von mir sind diese Wesen erschaffen. Und woher weiß ich das? Ich habe ja vordem gewünscht: „O dass doch andere Wesen noch hier erschienen“: das war mein geistiges Begehren, und diese Wesen sind hier erschienen. Die Wesen aber, die da später herabgesunken sind, auch diese vermeinen dann: „Das ist der liebe Brahma, der große Brahma, der Übermächtige, der Unüberwältigte, der Allsehende, der Selbstgewaltige, der Herr, der Schöpfer, der Erschaffer, der Höchste, der Erzeuger, der Erhalter, der Vater von allem, was da war und sein wird. Von ihm, dem Großen Brahma, sind wir erschaffen. Und woher wissen wir das? Ihn haben wir ja hier zuerst gesehen, wir aber sind erst später hinzugekommen.*

Wir sehen auch hier bei jenem ersten Gott ein Gemisch von Erfahrung und Deutung: Er erfuhr bei sich, dass ihm der Wunsch aufkam, auch noch andere Wesen um sich zu sehen, und dass einige Zeit später auch noch andere Wesen zu ihm stießen. Diese Erfahrung deutete er dahingehend, dass er jene anderen Wesen geschaffen habe, dass also die Welt seine

Schöpfung sei, und auch die anderen Wesen, die später zu ihm stießen, deuteten ihre Erfahrung dahingehend, dass der erste Gott, den sie in jenem Himmel schon vorfanden, als sie dort erschienen, ein ewiger Gott und ihr Schöpfer sei, dass sie also die von ihm geschaffenen Engel seien.

*Nun hat das Wesen, das zuerst herabgesunken ist, eine längere Lebensdauer, größere Schönheit, größere Macht, während die Wesen, die später nachgekommen sind, geringere Lebensdauer, geringere Schönheit, geringere Macht haben. Es mag aber wohl geschehen, dass eines der Wesen diesem Reich entschwindet und hienieden Dasein erlangt. Hienieden zu Dasein gelangt, wird ihm das Haus zuwider, als Pilger zieht er in die Hauslosigkeit. Aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen, hat er als Pilger in heißem und stetem Kampf, in ernster Übung, in unermüdlichem Eifer, mit gründlicher Aufmerksamkeit eine Einheit des Gemüts erreicht, in der er sich geeinten Herzens seiner früheren Daseinsform erinnert, darüber hinaus sich aber nicht erinnert.*

Hier macht der Erwachte auf einen wichtigen Zusammenhang aufmerksam: Ein solches Wesen, welches aus einem so hohen, reinen Bereich (Brahma-Selbsterfahrnis – die über der gesamten Erfahrungswelt der Sinnensucht, auch über der Selbsterfahrung der sinnlichen Götter, liegt) nach seinem dortigen Absterben auf der Erde als Mensch geboren wird – ein solches Wesen hat zu der groben sinnlichen Menschenwelt wenig innere Beziehung und Neigung. Darum sagt der Erwachte, dass einem solchen Menschen das Hausleben zuwider wird und er den Weg des religiösen Strebens in der Einsamkeit wählt und auf dem Weg einer solchen geistigen Übung und Läuterung des Herzens dann wieder zur Erinnerung eines früheren Lebens kommen kann. Weil er sich aber nur an das eine frühere Leben erinnert, wie es ausdrücklich heißt, und nicht darüber hinaus, darum kann bei ihm aus dieser seiner teilweisen Erwachung der folgende Irrtum entstehen.

*Der sagt sich nun: „Er, der liebe Brahma, ist der Große Brahma, der Übermächtige, der Unüberwältigte, der Allsehende, der Selbstgewaltige, der Herr, der Schöpfer, der Erschaffer, der Höchste, der Erzeuger, der Erhalter, der Vater von allem, was da war und sein wird, von dem wir erschaffen sind. Er ist unvergänglich, beständig, ewig gleich wird er immer so bleiben, während wir, die wir von ihm, dem lieben Brahma, erschaffen wurden, vergänglich sind, unbeständig, kurzlebig, sterben müssen, hier wieder erschienen sind.“*

*Das ist, ihr Mönche, ein Standort, auf den sich da manche Asketen und brahmisch Lebende gründen und stützen und teils Ewigkeit, teils Zeitlichkeit behaupten, das Selbst und die Welt als teils ewig, teils zeitlich auslegen.*

Ein begrenzter Durchbruch durch die sinnliche Wahrnehmung hat diesen Menschen zu einer gewaltigen Erweiterung seines normalen menschlichen Wissens geführt, aber eben nicht zum vollständigen und vollkommenen Wissen. Und auf Grund dieses Teilwissens kam diese irrige Lehre zustande.

*Da erkennt denn, ihr Mönche, der Vollendete: „Solche Ansichten, so angenommen, so beharrlich erworben, lassen dorthin und dorthin gelangen, lassen eine solche Zukunft erwarten.“*

Der Erwachte sieht, dass alle irrigen Lehren, die nicht aus vollkommener Erwachung zustande gekommen sind, nicht zum endgültigen Frieden gelangen lassen, sondern im Samsāra, im Kreislauf der Lebewesen, gefangen halten. Und er sieht, wie die geringere, mit mehr Irrtum verbundene Ansicht auch an geringere, weniger hohe Stätte fesselt als die bessere, mit weniger Irrtum verbundene Ansicht.

Es bedarf keiner Frage, dass solche weitgehend geläuterten Wesen, nachdem sie aus diesem Leben abscheiden, in hohen und herrlichen Daseinsformen wiedererscheinen werden, dass

sie also zunächst eine wohlthuende Zukunft zu erwarten haben, Glück und Seligkeit. Aber auch jene Daseinsform hat begonnen, ist geworden, bedingt entstanden und kann darum nicht von unendlicher Dauer sein, sondern wird sich früher oder später dem Ende zuneigen, und die Wesen werden dann wiederum weiterwandern, und zwar stets entsprechend ihren Gesinnungen und Taten weiterwandern – solange sie nicht loslassen von jenen Irrlehren.

Alle Ansichten und Meinungen sind Bilder von der Existenz, von Ich und Welt. Sind diese Bilder falsch, so ist das Ergreifen von ihnen eine Fessel des Geistes und des Herzens, denn dadurch wird der Sinn auf die Welt, auf die Existenz, auf das Außen gerichtet. Dadurch ist kein Loslassen möglich, keine Wahrheitfindung.

### *Das Selbst als wahrnehmend nach dem Tod*

*Diejenigen Asketen und Brahmanen nun, ihr Mönche, die das Selbst als wahrnehmend und heil nach dem Tod lehren, die lehren es entweder als formhaft oder als formfrei oder als sowohl formhaft als auch formfrei oder als weder formhaft noch formfrei; sie lehren es entweder als Einheit wahrnehmend oder als Vielheit wahrnehmend, als begrenzt wahrnehmend oder als unermesslich wahrnehmend.*

*Einige von diesen lösen sich los von der Erfahrung als All (viññāna-kasīnā) und behaupten unermessliche Unverstörung (aneñja) (als das Selbst).*

*Der Vollendete aber, ihr Mönche, erkennt: Alle diejenigen verehrten Asketen und Brahmanen, die das Selbst als wahrnehmend und heil nach dem Tod lehren, die lehren es entweder als formhaft oder als formfrei oder als sowohl formhaft als auch formfrei oder als weder*

*formhaft noch formfrei; sie lehren es entweder als Einheit wahrnehmend oder als Vielheit wahrnehmend, als begrenzt wahrnehmend oder als unermesslich wahrnehmend. Ober aber gegenüber diesen geläuterten, allerhöchsten, besten unvergleichlichen Wahrnehmungsarten, formhaften oder formfreien, Einheits- oder Vielheits-Wahrnehmungen behaupten einige im „Nicht ist da irgendetwas“ die Vorstellung der Nichtetwasheit als unermessliche Unverstörung (als Selbst).*

*Doch das ist durch Aktivität Entstandenes, ist grob; es gibt aber die Aufhebung von Aktivität. Indem er gesehen hat: „Es gibt sie!“, die Entrinnung davon selbst gesehen und erfahren hat, ist der Vollendete (von aller Aktivität) frei.*

Der religiöse Mensch, der die Gefahr der Sinnensucht und dadurch bedingt das Abgleiten in dunkle Art und dunkles Erleben fürchtet und darum seinen Willen auf Hochherzigkeit, Liebe und Schonen der Mitwesen richtet, anderen nicht wehtun mag, der erfüllt Herz und Gemüt mit liebevollen, schonenden Gedanken, und dadurch schwinden die egoistischen, selbstsüchtigen Gedanken und Empfindungen. Ein solcher Mensch ist bei sich selbst glücklich und darum unabhängig von den vergänglichen Scheinfreuden, die durch die Befriedigung des sinnlichen Begehrens eintreten. Sein Rückzug von der Welt ist ihm nicht Verzicht, sondern Erfüllung. Bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, gelangt ein solcher in himmlische Daseinsformen, zur Erfahrung der Reinen Form oder Formfreiheit. Von dort wieder abgeschieden, wieder ins Menschentum gelangt, aber wieder als brahmisch Lebender erinnert er sich dieser Daseinsformen.

So heißt es in D 28:

*Da gibt es Himmelswesen, deren Lebensdauer nicht berechnet werden kann. Aber in welcher Selbsterfahrnis auch immer*

*jemand früher eingewohnt war – formhaft oder formfrei, mit Wahrnehmung oder ohne Wahrnehmung oder weder mit Wahrnehmung noch ohne Wahrnehmung, an diese früheren Daseinsformen erinnert er sich mit allen Besonderheiten, mit allen Einzelheiten.*

### Formhafte Selbsterfahrnis

Weil die Wesen dieser Selbsterfahrnis nicht mehr wie die Wesen der sinnlichen Selbsterfahrnis zwischen angenehmer und unangenehmer Form unterscheiden, sondern alles Unterscheiden nach Sympathie und Antipathie und damit alles Lungern und Lügen nach Vielfalt aufgehoben haben und nur noch einen Zug zur Form selber verspüren, darum wird deren Selbsterfahrnis „formhaft“ oder „Reine Form“ genant. Die Sinnen-suchtwelt ist auch Formenwelt. Aber wir erleben die Formen kaum als Formen, wir erleben sie als Dinge und gleich besetzt mit positivem oder negativem Interesse, mit Verlangen und Abscheu, darum sind es für uns Dinge, zu denen Bezüge bestehen. In der Formwelt (*rūpa-loka*), der Selbsterfahrnis der Reinen Form, welche die Wesen erfahren, die Sinnensucht überwunden haben, ist eine Form wie die andere, keine Zuneigung, keine Abneigung zu unterschiedlichen Formen, nur noch Neigung zu Form an sich.

### Formfreiheit durch die Vorstellung „Ohne Ende ist der Raum“

Diese Vorstellung wird in den Lehrreden (D 9 u.a.) wie folgt beschrieben:

*Da gewinnt der Mönch nach völliger Überwindung der Formwahrnehmung, Vernichtung der Gegenstandswahrnehmung, Verwerfung der Vielheitwahrnehmung in dem Gedanken „Unendlich ist der Raum“ die Vorstellung des unendlichen Raumes und verweilt in ihr.*

Die Vorstellung „Raum“ ist ein Korrelat zur Form. Solange Vielheit der Formen wahrgenommen wird, gibt es Zwischenräume, Begrenzungen. Sind Formen entlassen, gibt es keine Raumbegrenzungen mehr, entsteht die Vorstellung von der Unendlichkeit des Raumes. Der Gedanke „Raum ist ohne Grenzen“ führt zur Aufhebung der Vorstellung „Raum“.

Formfreiheit durch die Vorstellung  
„Ohne Ende ist die Erfahrung“

*Der Mönch (oder ein anderer brahmisch Lebender) gewinnt nach völliger Überwindung der Vorstellung „Unendlich ist der Raum“ in dem Gedanken „Unendlich ist die Erfahrung (viññāna)“ die Vorstellung von unbegrenzter Erfahrung und verweilt in ihr.*

Nach Überwindung der Raum-Vorstellung steigt der Gedanke auf: „Form/Gegenstände, Raum sind lediglich Gedanken, Vorstellungen, Erfahrungen. Immer wird irgendetwas erfahren – *Ohne Ende ist Erfahrung.*

Wenn Erfahrung nicht mehr ergriffen wird in dem Gedanken „*Ohne Ende ist die Erfahrung*“, wird die Erfahrung negiert, entsteht die Vorstellung „*Nichts ist da*“. Auch das ist noch eine Vorstellung, eine Erfahrung.

Formfreiheit durch die Vorstellung  
„Es gibt nicht irgendetwas“

*Der Mönch (oder ein anderer brahmisch Lebender) gewinnt nach völliger Überwindung der Vorstellung „Unendlich ist Erfahrung“ in dem Gedanken „Es gibt nicht irgendetwas“ die Vorstellung der Nichtirgend-etwasheit und verweilt in ihr.*

Das Selbst als nicht wahrnehmend nach dem Tod

*Diejenigen Asketen und Brahmanen nun, ihr Mönche, die das Selbst als nichtwahrnehmend und heil nach*

*dem Tod lehren, die lehren es entweder als formhaft oder als formfrei oder als sowohl formhaft als auch formfrei oder als weder formhaft noch formfrei.*

*Diejenigen Asketen und Brahmanen nun, ihr Mönche, die das Selbst als nicht-wahrnehmend nach dem Tod lehren, kritisieren andere Asketen und Brahmanen, die das Selbst als wahrnehmend und heil nach dem Tod beschreiben: „Wahrnehmung ist etwas Krankes, Wahrnehmung ist etwas Sieches, Wahrnehmung ist etwas Wundes. Das ist das Erhabene, das ist das Hohe, nämlich die Nichtwahrnehmung.“*

*Der Vollendete aber, ihr Mönche, erkennt: Wenn von diesen Asketen und brahmisch Lebenden, die das Selbst als nicht-wahrnehmend und heil nach dem Tod lehren, einer behaupten wollte: „Ich werde außerhalb der Form, außerhalb des Gefühls, außerhalb der Wahrnehmung, außerhalb der Aktivität, außerhalb der programmierten Wohlerfahrungssuche ein Kommen und Gehen zeigen, ein Schwinden und Wiederauftauchen, ein Wachsen, eine Entwicklung, ein Entfalten“, so ist das nicht möglich. Das ist durch Aktivität Entstandenes, ist grob; es gibt aber die Aufhebung von Aktivität. Indem er gesehen hat: „Es gibt sie!“, die Enttinnung davon selbst gesehen und erfahren hat, ist der Vollendete (von aller Aktivität / Bewegtheit) frei.*

Es wird in D 33 eine Daseinsform genannt von (vorübergehender) Wahrnehmungslosigkeit, aber nie wird dort ein Selbst wahrgenommen, weil ja keine Wahrnehmung besteht, keine Erfahrung, kein Denken. Der Erwachte sagt zu dieser Ansicht über die Zukunft nach dem Tod ganz ausdrücklich: Außerhalb der fünf Zusammenhäufungen ist keine Wahrnehmung von etwas möglich, außerhalb der Wahrnehmung (3. Zusammenhäufung) kann kein Selbst erlebt werden, kann nicht darüber



nachgedacht werden (4. und 5. Zusammenhäufung). Diese Ansicht, das Selbst als nicht wahrnehmend anzunehmen, ist in sich widersprüchlich.

Das Selbst als weder wahrnehmend  
noch nicht wahrnehmend

Formfreiheit durch  
Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung

*Alle diejenigen Asketen und Brahmanen nun, ihr Mönche, die das Selbst als weder wahrnehmend noch nicht wahrnehmend und heil nach dem Tod lehren, die lehren es entweder als formhaft oder formfrei oder als sowohl formhaft als auch formfrei oder als weder formhaft noch formfrei. Diejenigen Asketen und Brahmanen nun, ihr Mönche, die das Selbst als weder wahrnehmend noch nicht wahrnehmend und heil nach dem Tod lehren, kritisieren andere Asketen und Brahmanen, die das Selbst als wahrnehmend und heil nach dem Tod beschreiben: „Wahrnehmung ist etwas Krankes, Wahrnehmung ist etwas Sieches, Wahrnehmung ist etwas Wundes“ und kritisieren andere Asketen und Brahmanen, die das Selbst als nichtwahrnehmend nach dem Tod beschreiben: „Nicht-Wahrnehmung ist Unsinn. Das ist das Erhabene, das ist das Hohe, nämlich die Weder-Wahrnehmung-noch-Nichtwahrnehmung.“*

*Der Vollendete aber, ihr Mönche, erkennt: Alle diejenigen lieben Asketen und Brahmanen, die das Selbst als weder wahrnehmend noch nichtwahrnehmend und heil nach dem Tod lehren, die lehren es entweder als formhaft oder als formfrei oder als sowohl formhaft als auch formfrei oder als weder formhaft noch formfrei.*

*Wenn Asketen und Brahmanen aber behaupten, durch Sehen, Hören, Riechen, Schmecken, Tasten, Denken erfahrbare Aktivität sei die Erlangung dieser Vorstellung, „Weder-Wahrnehmung-noch-Nichtwahrnehmung“ zu erreichen, so muss dies als eine Vereitelung der Erreichung dieser Vorstellung bezeichnet werden. Nicht ist diese Vorstellung mit Aktivität zu erreichen. Mit einem Rest Aktivität (mit Loslassen) ist diese Vorstellung zu erreichen.* <sup>183</sup>

*Das ist durch Aktivität Entstandenes, ist grob; es gibt aber die Aufhebung von Aktivität. Indem er gesehen hat: „Es gibt sie!“, die Entrinnung davon selbst gesehen und erfahren hat, ist der Vollendete (von aller Aktivität) frei.*

Der Erwachte sagt von diesem Zustand, den K.E. Neumann als „Grenzscheide möglicher Wahrnehmung“ bezeichnet:

*Wo auch die Wahrnehmung der Nichtetwasheit untergeht, das ist die Ruhe, das ist das Erhabene. So erlangt er die Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung. (M 106)*

Das heißt, er nimmt wahr und auch nicht wahr im Wechsel. Der Erwachte bezeichnet diesen Zustand, wenn er ergriffen wird, als das höchste Ergreifen und die Spitze der Wahrnehmung. Wenn diese Spitze der Wahrnehmung als Selbst empfunden wird, dann kann ein solcherart Reingewordener und Abgelöster keinen Schritt weiter tun, er müsste denn die Vorstellung „Selbst“ aufgeben. Das Ergreifen der unbeschreiblichen Ruhe dieses Zustands (*Dieses Selbst verweilt in unantastbarer Ruhe*) verhindert jede weitere Ablösung.

Die Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung ist nicht durch Aktivität zu erreichen, wie der Erwachte in unserer

---

<sup>183</sup> K.E. Neumann übersetzt hier missverständlich: „Es erscheint nun jenes Ziel nicht sowohl durch Eingehen in Unterscheidung erreichbar, als vielmehr durch Eingehen in Überunterscheidung.“

Lehrrede sagt, sondern nur durch Loslassen der Wahrnehmung. Dieses Loslassen ist als letzter Rest von Aktivität doch wieder eine Aktivität, die von dem, der nicht vom Erwachten belehrt worden ist, als von einem Selbst ausgehend aufgefasst wird.

Ein so weit Geläuterter kann also bis zur Grenzscheide möglicher Wahrnehmung gelangen, ohne durch die Belehrung eines Erwachten in die Heilsanziehung gelangt zu sein. Aber wenn er nicht spätestens dann die fünf Zusammenhäufungen als nicht das Selbst durchschaut, sinkt er auf die Dauer wieder ab, die verdrängten sinnlichen Triebe kommen wieder an die Oberfläche, und er bleibt dem Kreislauf des Wandels ausgeliefert, bleibt im Samsāra. Nur Einzelerwachte und vollkommen Erwachte können den Ich- oder Selbst-Gedanken ohne Belehrung aufheben.

## 2. Nach dem Tod vernichtet

*Die Asketen und Brahmanen nun, ihr Mönche, die des lebenden Wesens Ende, Zerstörung, Vernichtung lehren, kritisieren diejenigen, die das Selbst als wahrnehmend und heil nach dem Tod lehren oder als nichtwahrnehmend und heil nach dem Tod lehren und als weder wahrnehmend noch nichtwahrnehmend und heil nach dem Tod lehren. Und warum das? Auch diese verehrten Asketen und Brahmanen ergreifen ein Drüben nach dem Tod: „So werden wir nach dem Tod sein.“ Gleichwie einem Händler der Gedanke kommt: „Hieraus wird mir das zuteil werden; mit diesem werde ich das erwerben“, ebenso erscheinen jene verehrten Asketen und Brahmanen dem Händler vergleichbar, wenn sie sagen: „So werden wir nach dem Tod sein! So werden wir nach dem Tod sein!“ Der Vollendete aber, ihr Mönche, erkennt hierbei: „Alle die verehrten Asketen und Brahmanen, die des lebenden Wesens Ende,*

*Zerstörung, Vernichtung lehren, die laufen aus Furcht vor der eigenen Persönlichkeit (sakkāya), aus Ekel vor der eigenen Persönlichkeit immer nur um die eigene Persönlichkeit herum, kreisen um sie herum.“*

*Gleichwie ein Kettenhund, an einen festen Pfosten oder Pfeiler gebunden, immer nur um diesen Pfosten oder Pfeiler herumläuft, herumkreist, ebenso laufen diese verehrten Asketen und Brahmanen aus Furcht vor der eigenen Persönlichkeit, aus Ekel vor der eigenen Persönlichkeit immer nur um die eigene Persönlichkeit herum, kreisen um sie herum. Das ist durch Aktivität Entstandenes, ist grob; es gibt aber die Aufhebung von Aktivität. Indem er gesehen hat: „Es gibt sie!“, die Entrinnung davon selbst erlebt und erfahren hat, ist der Vollendete (von aller Aktivität) frei.*

Von denjenigen, die da glauben, dass die Wesen nach dem Tod vernichtet seien, sagt der Erwachte, dass sie aus Angst und Abscheu vor dem gegenwärtigen Dasein und Selbst den Körper-Tod als Ende des Leidens ansehen. Die Anhänger der verschiedenen Ansichten kritisieren sich gegenseitig, doch alle sind mit dem Gegenwärtigen unzufrieden und suchen Wohl nach dem Tod, hoffen auf ein besseres nächstes Leben oder zumindest auf Aufhebung des hiesigen Leidens. Immer denken sie dabei an ein „Ich“, ein „Wir“: „Wir wollen es nach dem Tod besser haben.“ Der Erwachte sagt: Sie wollen wie ein Händler die unbefriedigende Gegenwart für eine bessere Zukunft eintauschen und kreisen dabei doch um ihr Ich wie ein Kettenhund um seinen Pfahl.

Das Gleichnis vom Kettenhund ist in S 22,99 näher ausgeführt:

*Unausdenkbar, ihr Mönche, ist der Anfang dieses Daseinskreislaufs. Nicht ist ein Beginn zu erkennen der durch den Wahn gehemmt, durch Durst verstrickten Wesen, der wandernden, im Samsāra kreisenden.*

*Gleichwie ein Hund, der mit einer Kette dicht an einem starken Pfosten oder Pfeiler festgebunden ist, ständig um eben diesen Pfosten oder Pfeiler herumläuft und herumkreist, so betrachtet der unbelehrte Mensch den Körper, die Gefühle, die Wahrnehmungen, die Aktivität, die programmierte Wohlerfassungssuche als das Selbst, und so läuft und kreist er ständig um Körper, Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität und programmierte Wohlerfassungssuche herum. Weil er aber ständig um diese herumläuft und herumkreist, wird er nicht von ihnen erlöst, wird nicht erlöst von Geborenwerden, Altern und Sterben, von Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung, wird nicht erlöst vom Leiden, sage ich.*

Beide Richtungen: „Wir werden heil nach dem Tod sein, wir werden vernichtet sein“ haben bestimmte Erwartungen an das nächste Leben, ersehnen bestimmte Wahrnehmungen: „Wir wollen unangenehmes Erleben in diesem Leben gegen besseres Erleben im nächsten Leben eintauschen“, und sei es die Vernichtung des Ich – so wie ein Händler Ware gegen Geld gibt oder Geld gegen Ware eintauscht. Beide Richtungen leben und weben in den fünf Zusammenhäufungen, in dem Glauben an Persönlichkeit („wir werden es im nächsten Leben besser haben“), und so werden sie nicht erlöst vom Leiden. Die Asketen und Brahmanen, die *des lebenden Wesens Ende, Zerstörung, Vernichtung* lehren, verabscheuen die Persönlichkeit, wollen dem Ich entfliehen, aber durch ihre denkerische Aktivität und programmierte Wohlerfassungssuche entwerfen sie immer wieder ein Ich: „In der Zukunft werde ich so und so sein“, und sei es der Gedanke: „Ich werde nicht mehr sein.“

Der Erwachte aber hat die Aufhebung aller Aktivität, aller programmierten Wohlerfassungssuche angestrebt, an sich erfahren und ist damit von allen fünf Zusammenhäufungen, vom Ichglauben, frei geworden.

*Alle diejenigen Asketen und Brahmanen, die sich mit der Zukunft befassen, Ansichten über die Zukunft vertreten, verschiedene Lehrsätze behaupten, die die Zu-*

*kunft betreffen, alle diese bekennen sich zu diesen fünf Vorstellungen (āyatana) oder zu einer von ihnen.*

### Spekulationen über die Vergangenheit

*Es gibt, ihr Mönche, einige Asketen und Brahmanen, die sich mit der Vergangenheit befassen, Ansichten über die Vergangenheit vertreten, verschiedene Lehrensätze behaupten, die die Vergangenheit betreffen:*

*Einige behaupten: „Das Selbst und die Welt sind ewig. Nur dies ist wahr, alles andere ist falsch.“*

*Einige behaupten: „Das Selbst und die Welt sind nicht ewig. Nur dies ist wahr, alles andere ist falsch.“*

*Einige behaupten: „Das Selbst und die Welt sind sowohl ewig als auch nicht ewig. Nur dies ist wahr, alles andere ist falsch.“*

*Einige behaupten: „Das Selbst und die Welt sind endlich. Nur dies ist wahr, alles andere ist falsch.“*

*Einige behaupten: „Das Selbst und die Welt sind unendlich. Nur dies ist wahr, alles andere ist falsch.“*

*Einige behaupten: „Das Selbst und die Welt sind sowohl endlich als auch unendlich. Nur dies ist wahr, alles andere ist falsch.“*

*Einige behaupten: „Das Selbst und die Welt sind weder endlich noch unendlich. Nur dies ist wahr, alles andere ist falsch.“*

*Einige behaupten: „Das Selbst und die Welt wird als Einheit wahrgenommen. Nur dies ist wahr, alles andere ist falsch.“*

*Einige behaupten: „Das Selbst und die Welt wird als Vielfalt wahrgenommen. Nur dies ist wahr, alles andere ist falsch.“*

*Einige behaupten: „Das Selbst und die Welt wird begrenzt wahrgenommen. nur dies ist wahr, alles andere ist falsch.“*

*Einige behaupten: „Das Selbst und die Welt wird unbegrenzt wahrgenommen. Nur dies ist wahr, alles andere ist falsch.“*

*Einige behaupten: „Das Selbst und die Welt sind ausschließlich angenehm. Nur dies ist wahr, alles andere ist falsch.“*

*Einige behaupten: „Das Selbst und die Welt sind ausschließlich leidvoll. Nur dies ist wahr, alles andere ist falsch.“*

*Einige behaupten: „Das Selbst und die Welt sind sowohl angenehm als auch leidvoll. Nur dies ist wahr, alles andere ist falsch.“*

*Einige behaupten: „Das Selbst und die Welt sind weder angenehm noch leidvoll. Nur dies ist wahr, alles andere ist falsch.“*

*Alle diese Asketen und brahmisch Lebenden, die dieses annehmen und sagen, behaupten es nur auf Grund von Vertrauen, von Zuneigung, von Überlieferung, von sorgfältiger Prüfung, durch gründlichen Einblick in Ansichten. Dass diese aus sich selbst heraus zu einem entblendeten Klarblick (ñāna) kommen könnten, das ist nicht möglich. Wenn aber dieser entblendete Klarblick fehlt, so ist, was auch immer diese verehrten Asketen und Brahmanen an Teilwahrheiten erwerben, als Ergreifen zu bezeichnen. Das ist durch Aktivität Entstandenes, ist grob; es gibt aber die Aufhebung von Aktivität. Indem er gesehen hat: „Es gibt sie!“, die Entrennung davon selbst gesehen und erfahren hat, ist der Vollendete (von aller Aktivität) frei.*

Die Behauptung des gegenwärtigen Seins der Existenz ist nicht zu bestreiten, gleichviel *wie* das gegenwärtige Geschehen aufgefasst und gedeutet werden mag. Aber die Auffassung, dass das jetzt Vorhandene in bestimmter Qualität schon immer bestanden habe – wie vorwiegend die Inder annehmen – oder dass es aus einem Nichts hervorgegangen sei – wie der westliche Mensch annimmt (ein Urknall aus dem Nichts) – kann nur als Dogma bezeichnet werden. Mit Dogmen aber lässt sich Wahrheit von der Wirklichkeit nicht finden. Immerhin ist das erstere Dogma einleuchtender und liegt näher als das Dogma von einem Ursprung und Anfang. Ist es nicht angesichts der Tatsache, dass etwas ist und dass aus dem Seienden immer wieder ein anderes hervorgeht, viel näher liegend, die Dauer dieser Wandlungen anzunehmen, als einen Ursprung dieser Wandlungen aus einem vorherigen Nichts, also einen plötzlichen Anfang? Ein solcher Anfang, ein solcher Übergang aus dem Nichts zum Etwas erfordert eine gewaltige und entscheidende Umwälzung, während der Vorbestand des jetzt offensichtlich Bestehenden keiner besonderen Bedingung bedarf. So gesehen ist also die Frage nach dem ersten Anfang weit weniger sinnvoll als die Auffassung von der Anfangslosigkeit des zu beobachtenden existentiellen Prozesses.

Wenn wir fragen, woher die Frage nach dem Anfang des Seins überhaupt kommt, dann erkennen wir, dass es uns sozusagen „im Blut liegt“, bei allem, was wir sehen, nach seiner Herkunft, seiner Ursache, seinen Bedingungen, also nach seinem Anfang zu fragen: Weil man den Tag anfangen und zu Ende kommen sieht, die Nacht anfangen und zu Ende kommen sieht, das Samenkorn als Anfang der Pflanze und das Ei als Anfang des Huhns; weil der Weg an der Haustür anfängt und beim Nachbarn endet, weil der Mensch mit der Geburt anfängt und mit dem Tod endet, so drängt sich dem Menschen zwischen den dauernden Wandlungen immer wieder Eindruck von Anfang und Ende auf. Diese Gewöhnung, bei jedem uns vor Augen tretenden Ding nach den Bedingungen des Entstehens, also nach seinem Anfang zu fragen, hat uns nach dem Gesetz



der geistigen Gewöhnung veranlasst, dieselbe Frage, die wir bisher innerhalb der Existenz an jedes einzelne Ding richteten, nun auch an die Existenz, an das Sein selbst, zu richten. Eine gründliche Beobachtung aber im Bereich der uns vorliegenden sinnlichen Erfahrung bringt zwei Tatsachen zutage, welche der Frage nach einem Anfang und erst recht der Behauptung eines Anfangs den Boden entziehen.

Die erste Tatsache ist die, dass alles, was im Bereich der sinnlichen Erfahrung als Anfang erscheint, sich bei näherem Hinblick immer nur als Umformung, als Periode oder Intervall erweist, nie aber als wirklicher Anfang, als Ur-Sache. So geht der Tag aus der Nacht hervor und diese aus dem vorigen Tag. So sind Samenkorn und Ei und Befruchtung nur scheinbare Anfänge, sie sind Fortsetzung in gewandelter Form. So haben die Wege, die wir gehen, nur scheinbar einen Anfang, denn jeder Anfang eines Wegs ist zugleich das Ende eines anderen. So sehen wir, dass dieselbe Existenz, nach deren Anfang wir jetzt fragen, ein unerschöpflicher Brunnen dauernder Wandlungen ist, die sich täuschend als Anfänge und Enden geben. Ja, genauer gesehen müssen wir zugeben, dass jene „Existenz an sich“, jener Brunnen selbst, nirgends zu finden ist, sondern eben nur die dauernden Wandlungen der Dinge, indem aus dem einen das andere hervorgeht und aus dem anderen wieder ein nächstes. So müssen wir also feststellen, dass selbst im Bereich der sinnlichen Erfahrung alles das, was als räumlicher Anfang (Wege, Gestirne usw.), als zeitlicher Anfang (Tag, Nacht, Winter, Sommer, Jugend, Alter) oder als dinglicher Anfang (Tisch, Pflug, Samenkorn, Ei, Menschenleib) erscheint, doch immer nur Fortsetzung, Umformung ist von Vorhergegangenen. Es ist der *Schein* des Anfangs, der uns täuscht.

Die zweite Tatsache ist die, dass wir im ganzen Bereich der sinnlichen Wahrnehmung nicht eine einzige Erscheinung feststellen können, die nachweislich *ohne* die dem Ergebnis genau entsprechende Bedingung oder Causa zustande gekommen wäre. Die vereinzelt Fälle, bei denen die Bedingtheiten noch

nicht festgestellt wurden, sind immer nur solche Fälle, wo die menschliche Erkenntnis und Erfahrung noch nicht hinreichte, während es keinen Fall gibt, wo die Erfahrung erkennen lässt, dass irgendwo eine Erscheinung tatsächlich ganz ohne Bedingungen, „eigenmächtig“ zustande käme (ganz abgesehen davon, dass in solchen Bereichen zwangsläufig das Chaos herrschen müsste).

Da wir nun mit der Frage nach einem Anfang der Existenz überhaupt ja doch jenen absoluten Anfang, die Entstehung eines Etwas aus einem Nichts meinen, so müssen wir uns darüber klar sein, dass wir damit eine Ausnahme von jener Regel fordern, die wir bisher selbst als ausnahmslos gültig gefunden haben. Wir fordern eine *prima causa*, eine erste verursachende Wirkung, die ihrerseits aus dem Nichts, also ohne Ursache hervorgegangen sei.

Die gründliche Erforschung der durch die sinnliche Erfahrung entworfenen Welt führt zu der Erkenntnis, dass keine der erfahrenen Erscheinungen einen wirklichen Anfang darstellt, sondern nur eine Umformung aus einer anderen Erscheinung, so dass wir also auch in der sinnlichen Welt nirgends einen wirklichen Anfang erfahren. Ferner führt die gründliche Erforschung der Bedingungen jedes Erscheinens zu der Erkenntnis, dass alle Erscheinungen aus genau entsprechenden Bedingungen zustandekommen, dass aber die Behauptung von dem Anfang des Seins, eine erste Erscheinung aus dem Nichts, also ohne Bedingungen erfordern würde. Damit beweist die uns allen zugängliche sinnliche Erfahrung nicht nur, dass nirgends ein wirklicher Anfang vorliegt, sondern sie beweist zugleich, dass es auch gar keinen ersten Anfang geben kann, dass vielmehr der vor sich gehende Prozess der Wandlungen zugleich auch der Prozess von Zeit und Raum und Erleben ist.

Während man zu diesem Schluss allein schon aus der Erforschung der in sinnlicher Wahrnehmung entworfenen Welt kommen kann, hebt die Erfahrung der weltlosen Entrückungen die Frage nach einem Anfang oder nach einer wie immer beschaffenen Vergangenheit gänzlich auf. Bei den Entrückungen

fällt die sinnliche Wahrnehmung fort und dadurch die Erfahrung von Dinglichkeit, Räumlichkeit und Zeitlichkeit. Durch diese Erfahrung hat sich der Mensch eine Plattform errungen, die außerhalb des raum-zeitlichen Kosmos ist, und er hat zugleich die Bedingtheit der Erscheinung, sowohl des raum-zeitlichen Kosmos mit seiner Wandelbarkeit wie auch der raum-zeitlosen Entrückung kennengelernt: Diese Bedingtheit liegt in der Beschaffenheit des Herzens, in dem Vorhandensein von Gier und Hass oder deren Überwindung.

Wer durch Überwindung weltlichen Begehrens das Erlebnis der weltlosen Entrückungen gewonnen hat, für den hat die Erscheinung des raum-zeitlichen Kosmos mit seiner Wandelbarkeit nicht mehr Wirklichkeitswert, wie etwa eine Landschaft mit einem auf der Landstraße herankommenden Menschen – wenn dieses Ganze als ein gemaltes Ölbild besteht. So wenig, wie man nach der Jugend dieses Menschen, nach der Herkunft dieses Ölbildmenschen fragt – da man doch weiß, dass er aus der Farbtube hervorgegangen ist – ebenso wenig fragt der Erfahrer der weltlosen Entrückungen als Überwinder der sinnlichen Wahrnehmung nach der Herkunft der aus sinnlicher Wahrnehmung entworfenen einzelnen Erscheinungen. In diesem Sinn sagt der Erwachte, dass dem Menschen durch das Erlebnis der Entrückung *eine feine Wahrheitswahrnehmung* aufgehe. Und in dem gleichen Sinn jubelt *Ruisbroeck*: „*Ich habe die selige Ewigkeit 'funden.*“

Und wer über die Entrückungen hinaus zur Rückerinnerung an immer mehr frühere Daseinsformen kommt bis zu einer unendlichen Reihe von Leben und Formen, der erkennt, je weiter er in seiner Rückerinnerung vorschreitet, um so deutlicher, dass er jede der unendlichen vielen Wandlungsmöglichkeiten unendlich oft durchlaufen hat, dass immer und immer jede einzelne Lebensphase und Lebenserscheinung durch eine vorangegangene Erscheinung bedingt und verursacht wurde, dass hier also tatsächlich lückenlose gegenseitige Bedingtheit waltet, und dass hier bei dieser entwicklungslosen Entwicklung kein Anfang zu erkennen ist.

Hat aber jemand den Läuterungsweg vollendet, den Wahn versiegt, den vergleicht der Erwachte mit einem Menschen, der am Ufer eines klaren Alpensees steht, bei dem man bis tief auf den Grund hinabsehen und am Grund den Kies und den Sand erkennen, die stillstehenden und dahinziehenden Fische erkennen kann. Ein solcher durchleuchtet die letzten Geheimnisse der Existenz, ein solcher erst hat damit vollkommene Antwort auf die Frage nach der Vergangenheit gefunden.

Ein Mensch aber, der geblendet von Gier und Hass, Zuneigung, Abneigung ist, kann mit dieser Blendung auch mit größter Hingabe, Gründlichkeit und Aufmerksamkeit nicht die Wahrheit sehen, er ist nicht „objektiv“, wie wir sagen, sieht alles aus dem Blickwinkel seiner Neigungen und Wünsche. Da jeder selbstkritische Mensch diese Aussage des Erwachten nachvollziehen kann, so steht er auf dem Boden der Wirklichkeit, wenn er sich klarmacht: „Ich werde von Gier, d.h. Zuneigung zu bestimmten Dingen, und von Hass, d.h. Ablehnung, Abwendung, Widerstreben gegenüber anderen Dingen, Aussagen und Menschen bewegt, und dadurch bin ich geblendet, kann die Wahrheit nicht sehen. Dieselben Dinge, die ich zu der einen Zeit so beurteile, sehe ich zu einer anderen Zeit in einer anderen inneren Situation, mit anderen Zu- und Abneigungen, wieder in anderer Weise.“ Nachdem der Mensch in Bezug auf sich selbst dies als Realität bemerkt hat, kommt er zu der selbst vollzogenen Erkenntnis: „Diese drei Antriebe, Gier, Hass, Blendung, die mir innewohnen, machen mich unfähig, sowohl die Wahrheit zu sehen oder zu finden als auch zum Stand des Heils zu gelangen und damit aus allem Elend herauszukommen.“ Aus diesen Einsichten ergibt sich ganz von selber der Schluss: „Ich muss die Übungswege beschreiten, die mich von Gier, Hass, Blendung befreien.“ Mit dieser Einsicht befindet er sich bereits auf der ersten Stufe des achtgliedrigen Heilswegs, den der Erwachte als unerlässlich zur Heilsfindung gelehrt hat, nämlich auf der Stufe der rechten Anschauung. Wer diese gewonnen hat, der bemüht sich ebenso selbstverständlich, wie alles Wasser bergab fließt, nun auch die weite-

ren Glieder des achtfältigen Heilswegs zu erwerben, und damit kommt er zur entblendeten Sicht, zum Heilsstand.

### Die 3. falsche Anschauung:

„Ich verweile im Wohl weltloser Entrückungen“

Die Mystiker aller Religionen haben von jeher das Elend des sinnlichen Begehrens bei sich erkannt, dass es sich durch Erfüllung der Anliegen nur vergrößert – s. das Gleichnis des Erwachten von den Aussätzigen, die durch Ausbrennen ihrer Wunden diese nur vergrößern (M 75) – und haben darum die Suche nach angenehmen Sinnendingen aufgegeben, sich von der Welt zurückgezogen auf der Suche nach innerem, weltunabhängigem Wohl, das sie als dauerhafter und unantastbarer erlebten.

*Da hat, ihr Mönche, irgendein Asket oder brahmisch Lebender das Spekulieren über die Vergangenheit aufgegeben; er hat das Spekulieren über die Zukunft aufgegeben, von allen Verstrickungen der Sinnensucht sich abgelöst und verweilt in abgeschiedener Entzückung und Verzückung, die aus innerer Abgeschiedenheit entstanden ist (Reifezustand der 1. Entrückung). Und er denkt: „Das ist das Erhabene, das Höchste, dieser Zustand der Entzückung und Verzückung in innerer Abgeschiedenheit, in dem ich verweile.“ Diese Entzückung bis Verzückung in innerer Abgeschiedenheit schwindet ihm, und durch das Schwinden der Entzückung und Verzückung in innerer Abgeschiedenheit entsteht Traurigkeit. Durch Aufhebung der Traurigkeit entsteht innere Entzückung und Verzückung in Abgeschiedenheit. Gleichwie, ihr Mönche, einen, den der Schatten verlässt, die Sonne trifft und einen, den die Sonne verlässt, der Schatten trifft, ebenso, ihr Mönche, entsteht mit dem Schwinden von Entzückung*

*bis Verzückung geistige Traurigkeit und entsteht mit dem Schwinden der Traurigkeit Entzückung bis Verzückung.*

*Der Vollendete aber, ihr Mönche, erkennt dies und weiß: Das ist durch Aktivität Entstandenes, ist grob; es gibt aber die Aufhebung von Aktivität. Indem er gesehen hat: „Es gibt sie!“, die Entrinnung davon selbst gesehen und erfahren hat, ist der Vollendete (von aller Aktivität) frei.*

*Da hat, ihr Mönche, irgendein Asket oder brahmisch Lebender das Spekulieren über die Vergangenheit aufgeben; er hat das Spekulieren über die Zukunft aufgegeben, von allen Verstrickungen der Sinnensucht sich abgelöst, hat Entzückung und Verzückung, die aus innerer Abgeschiedenheit entstanden ist, überwunden und verweilt in überweltlichem Wohl (nirāmiṣa sukha) (Reifezustand der 2.-3. weltlosen Entrückung). Und er denkt: „Das ist das Erhabene, das ist das Höchste, nämlich dieser Zustand überweltlichen Wohls, in dem ich verweile.“ Dieses überweltliche Wohl vergeht ihm, und wenn das überweltliche Wohl schwindet, entsteht Entzückung bis Verzückung. Durch Aufhebung der Entzückung bis Verzückung entsteht überweltliches Wohl. Gleichwie, ihr Mönche, einen, den der Schatten verlässt, die Sonne trifft und einen, den die Sonne verlässt, der Schatten trifft, ebenso, ihr Mönche, entsteht mit dem Schwinden überweltlichen Wohls Entzückung bis Verzückung und entsteht mit dem Schwinden von Entzückung bis Verzückung überweltliches Wohl.*

*Der Vollendete aber erkennt dies und weiß: Das ist durch Aktivität Entstandenes, ist grob; es gibt aber die Aufhebung von Aktivität. Indem er gesehen hat: „Es*

*gibt sie!“*, die Entrinnung davon selbst gesehen und erfahren hat, ist der Vollendete (von aller Aktivität) frei.

*Da hat, ihr Mönche, irgendein Asket oder brahmisch Lebender das Spekulieren über die Vergangenheit aufgegeben; er hat das Spekulieren über die Zukunft aufgegeben, von allen Verstrickungen der Sinnensucht sich abgelöst, hat Entzückung und Verzückung, die aus innerer Abgeschiedenheit entstanden ist, überwunden, hat überweltliches Wohl überwunden und verweilt in dem Wohl von Leid- und Freudlosigkeit (dem Reifezustand der 4. weltlosen Entrückung): „Das ist das Erhabene, das ist das Höchste, dieser Zustand von Leid- und Freudlosigkeit, in dem ich verweile.“ Diese Leid- und Freudlosigkeit vergeht ihm, und wenn die Leid- und Freudlosigkeit schwindet, entsteht überweltliches Wohl. Durch Aufhebung des überweltlichen Wohls entsteht Leid- und Freudlosigkeit. Gleichwie, ihr Mönche, einen, den der Schatten verlässt, die Sonne trifft und einen, den die Sonne verlässt, der Schatten trifft, ebenso, ihr Mönche, entsteht mit dem Schwinden des überweltlichen Wohls Leid- und Freudlosigkeit und entsteht mit dem Schwinden von Leid- und Freudlosigkeit überweltliches Wohl.*

*Dies erkennt der Vollendete, und er weiß: Das ist durch Aktivität Entstandenes, ist grob; es gibt aber die Aufhebung von Aktivität. Indem er gesehen hat: „Es gibt sie!“*, die Entrinnung davon selbst gesehen und erfahren hat, ist der Vollendete (von aller Aktivität) frei.

*Verweilen im Wohl zu Lebzeiten (ditthadhamma-sukha-vihāra)* nennt der Erwachte die weltlosen Entrückungen (M 8). Mit den Entrückungen beginnt das Erleben von *feiner Wahrheitswahrnehmung (sukhuma sacca-saññā)*, weil sie eine zarte, noch schwache Andeutung der höchsten Wahrheit sind, indem

in ihnen der größte Wahn einer „Welt an sich“ aufgelöst ist, da die sinnliche Wahrnehmung schwindet (*kāma-sañña nirujj-hati – A IX,31 = D 33 IX*).

So sagt *Nyānatiloka* (Fußnote 93 zu A X,72):

*In der Vertiefung ist alle Fünfsinnentätigkeit zeitweise aufgehoben. Ist durch ein Geräusch Hörtätigkeit wieder eingetreten, so gilt die Vertiefung als abgebrochen.*

Ebenso sagt *Meister Ekkehard* über die Entrückungen:

*Was die Seele an Kräften über die, welche sie den fünf Sinnen leiht, hinaus hat, die widmet sie alle dem inneren Menschen. Und wenn dieser ein hohes, edles Objekt hat, so zieht sie auch all die Kräfte, die sie den Sinnen geliehen hat, an sich. Und der Mensch heißt dann sinnlos und entrückt. (Traktat 9: Von der Abgeschiedenheit)*

Auch ein Mystiker, der Unbeständigkeit, Leiden und Nicht-Ich als die drei Merkmale der Existenz noch nicht durchschaut hat, kann alle Entrückungen erleben – aber er kann, wie der Erwachte sagt (M 113), trotzdem noch hochmütig und überheblich auf diejenigen herabblicken, die die weltlosen Entrückungen nicht gewinnen, kann also nach Rückkehr aus den weltlosen Entrückungen selbstverständlich den Ichglauben pflegen, wenn es auch ein wesentlich verfeinertes Ich ist, das zu Zeiten von innerem Wohl erfüllt ist.

Der Reifezustand der 1. Entrückung entsteht durch Bedenken und Sinnen, durch Gedanken über die Lehre, wodurch *Entzücken und Seligkeit in Abgeschiedenheit* eintritt.

Der Reifezustand der 2. Entrückung entsteht dadurch, dass das Bedenken und Sinnen über die Lehre schweigt und Entzücken und Seligkeit durch Einigung des Herzens – durch Aufhebung des Gegensatzes Ich-Welt – erfahren wird.

Der Reifezustand der 3. Entrückung entsteht dadurch, dass die Entzückung über das Fortsein der Ich-Umwelt-Spaltung, über die ganz andere Wahrnehmung inneren Wohls, schweigt, weil der Erleber jetzt bereits inneres Wohl gewohnt ist und statt des Entzückens das stillere Wohl inneren Gleichmuts erfährt.



Der Reifezustand der 4. Entrückung entsteht dadurch, dass alle körperliche Bewegtheit, Atem und Herzschlag, und alles gemütsmäßige Wohl und Wehe endet. An dessen Stelle tritt der Gleichmut der Untreffbarkeit und Unabhängigkeit von allen Gefühlsschwankungen.

In unserer Lehre schildert der Erwachte, dass der von den Verstrickungen der Sinnensucht befreite Erleber jeweils nach seinem Erlebnis der einzelnen Entrückungen denkt: „Das ist das Erhabene, das ist das Höchste, in dem ich verweile.“ Abgesehen davon, dass der jeweils erlebte Zustand immer noch überhöht werden kann, er also nicht der höchste ist – der Erwachte spricht von dem Wechsel als von dem Wechsel von Sonne und Schatten – das jeweils höhere Erleben kommt ihm wie die Sonne vor, das vorher als Höchstes Empfundene erscheint ihm dagegen wie Schatten – hat der Erleber immer die Vorstellung: „Ich erlebe dies.“ Er haftet an den fünf Zusammenhäufungen, ergreift sie, zählt Gefühl und Wahrnehmung zu sich, und ebenso setzt er Aktivität und programmierte Wohlerfahrungssuche ein, um die weltlosen Entrückungen wieder zu erfahren: „Ich werde jetzt wieder abgeschieden in Höchstem verweilen.“ Er kreist also auch vor und nach höchstem Erleben immer noch um den Persönlichkeitsglauben herum wie der Kettenhund um den Pfahl, an dem er angebunden ist.

Ich-bin-Empfindung auch noch bei der  
Wahrnehmung von einheitlicher Form, Formfreiheit  
und zeitweiser Aufhebung von Wahrnehmung

*Da hat, ihr Mönche, irgendein Asket oder Brahmane das Spekulieren über die Vergangenheit aufgegeben; er hat das Spekulieren über die Zukunft aufgegeben, hat von allen Verstrickungen der Sinnensucht sich abgelöst, hat die Entzückung bis Verzückung in Abgeschiedenheit überwunden, hat überweltliches Wohl über-*

wunden, hat das Wohl von Leid- und Freudlosigkeit überwunden und merkt: „Im Frieden bin ich (santa), triebversiegt (nibbuto) bin ich, ohne Ergreifen bin ich.“

Aber es erkennt der Vollendete: Dieser verehrte Asket oder Brahmane hat das Spekulieren über die Vergangenheit aufgegeben; er hat das Spekulieren über die Zukunft aufgegeben, von allen Verstrickungen der Sinnensucht sich abgelöst, hat die Entzückung bis Verzückung in Abgeschiedenheit überwunden, hat überweltliches Wohl überwunden, hat das Wohl von Leid- und Freudlosigkeit überwunden und merkt: „Im Frieden bin ich, triebversiegt bin ich, ohne Ergreifen bin ich.“ Doch hat dieser verehrte Asket oder brahmisch Lebender von dem Weg gesprochen, der zum höchsten Wohl (nibbāna) hinleitet. Da ist dieser verehrte Asket oder brahmisch Lebende der Erforschung der Zukunft doch ergreifend angehangen, der Erforschung der Vergangenheit doch ergreifend angehangen, der Verstrickung durch Sinnensucht doch ergreifend angehangen, der Entzückung bis Verzückung in Abgeschiedenheit doch ergreifend angehangen, dem überweltlichen Wohl, der Leidlosigkeit und Freudlosigkeit doch ergreifend angehangen. Dass nun dieser Verehrte merkt: „Gestillt bin ich, triebversiegt bin ich, ohne Ergreifen bin ich“, das muss bei diesem verehrten Asketen oder Brahmanen als Ergreifen bezeichnet werden.

Aber das ist durch Aktivität Entstandenes, ist grob; es gibt aber die Aufhebung von Aktivität. Indem er gesehen hat: „Es gibt sie!“, die Entrinnung davon selbst gesehen und erfahren hat, ist der Vollendete (von aller Aktivität) frei.

Der Erwachte sagt von den durch die Wahrnehmung erfahrenen tausendfältigen Situationen, sie seien *Einbildungen* (mo-

*gha-dhammā*), durch die Triebe geschaffene Einbildungen eines so und so geschaffenen Ich, das da einer so und so beschaffenen Welt gegenüberstehe. Aber das heißt nicht – wie man leicht annehmen möchte – dass sie „bloß“ Einbildungen und darum nicht Wirklichkeit seien, sondern dass sie wirklich und wahrhaftig in die Psyche hineingebildet wurden, geschaffen von den Qualitäten der Triebe, und dass dieses Eingebildete nicht weichen wird und nicht weichen kann, solange die Qualitäten der Triebe so bleiben – und seien es auch nach Aufhebung der Triebe der Sinnensucht die Triebe nach Reiner Form oder Formfreiheit.

So heißt es in M 121 von einem weit fortgeschrittenen Mönch, der alles kleinliche Unterscheiden nach Sympathie und Antipathie und damit alles Lungern und Lügen nach Vielfalt aufgehoben hat und nur noch einen Zug zur Reinen Form selber, ein Gefühl der Größe und Erhabenheit bei den letzten, gewaltigsten, sichtbaren, einheitlichen Formen verspürt und von diesem angezogen wird:

*Da hat der Mönch die Wahrnehmung „Mensch“ entlassen, die Wahrnehmung „Wald“ entlassen. Die Wahrnehmung „Erde“ nimmt er als einziges in die Aufmerksamkeit. Bei der Wahrnehmung „Erde“ erhebt sich ihm das Herz, beruhigt sich, festigt sich, löst sich ab. Er erkennt: „Spaltungen, die aus der Wahrnehmung ‚Mensch‘ entstünden, die gibt es da nicht; Spaltungen, die aus der Wahrnehmung ‚Wald‘ entstünden, die gibt es da nicht; und nur eine Spaltung ist geblieben, nämlich die Wahrnehmung ‚Erde‘ als einziges.“*

*Eine Spaltung nur ist geblieben:* Hier steht nur noch die Ich-bin-Empfindung der Wahrnehmung „Erde“, „Erdball“, gegenüber. Einem solchen sind selbst die Weite des Meeres und die Majestät der höchsten Gipfel – geschweige das Gewimmel der Menschen und Tiere – ausgetilgte, überwundene Trübungen des Gefühls der Weite und Erhabenheit, das er allein noch bei der Vorstellung der Erde empfindet.

Auch diese Spaltung ist aufgehoben bei einem Mönch, der auch noch die Triebe zu Form-Erleben aufhebt und Formfreiheit erlebt.

Doch wenn der Wunsch nach Formfreiheit akut ist, ist noch ein Ich-bin-Empfinden. Wer auf Grund dieses Zugs zur Formfreiheit nun Formfreiheit erlebt, der nimmt Entleerung (*suññatā*) wahr (M 121) – ohne Ich-Empfindung, ohne Wahrnehmungsinhalt: eine Pause im Samsāra, aus der es irgendwann ein Auftauchen gibt, weil die Triebe nach Formfreiheit noch ein Dürsten nach Wahrnehmung sind. Wo Triebe sind – und seien es die feinsten – da gibt es Ich-bin-Empfindung (8. Verstrickung), Erregung (9. Verstrickung – z.B. *Wann doch nur werde ich den Zustand gewinnen, den die Geheilten besitzen* –) und Wahn (10. Verstrickung).

In der Nähe des Heilsziels, der Aufhebung aller Triebe, gibt es so feine, stille Gemütsverfassungen, dass ein optimistischer Erleber diese als Endziel ansehen kann: *Gestillt bin ich, triebversiegt bin ich.*

Wenn ein so weit Gelangter zum Beispiel durch das Erlebnis weltloser Entrückungen längere Zeit danach noch tiefen inneren Frieden erfährt, ohne dass sich weltliche Regungen wieder melden, so mag er meinen, es seien alle Triebe für immer aufgehoben. In solch einem Fall würde der Erwachte sagen: Der Ehrwürdige hat einen viel höheren Zustand erlebt als bisher, eine beseligende Gemütsverfassung, eine Transzendierung, aber es ist noch nicht die Aufhebung aller Triebe, es ist noch nicht unverletzbarer Friede. Es gibt noch mehr zu tun:

Aufhebung aller Neigungen,  
Erlösung durch Nichtergreifen

*So hat, ihr Mönche, der Vollendete den Weg zu höchstem Wohl erschlossen, nämlich der sechs Süchte nach Berührung Entstehen und Vergehen, Labsal, Elend*

*und Entrinnung der Wirklichkeit gemäß zu verstehen und die Erlösung durch Nichtergreifen.*

*So sprach der Erhabene. Erhoben und beglückt waren die Mönche über die Rede des Erhabenen.*

Es geht darum, der sechs auf Berührung gespannten Süchte (*phassāyatana*) Aufsteigen, Verschwinden und was an ihnen Labsal, Elend und Entrinnung ist, der Wirklichkeit gemäß zu verstehen, weil man sich dann ganz sicher von ihnen ablöst. Die sechs Dränge mit ihren Anziehungen und Abstoßungen durchziehen den grobstofflichen Körper, die zu sich gezählte Form. Bei der Berührung der zum Ich gezählten Form mit Form, die als „außen“ gedeutet wird (1. Zusammenhäufung), werden die Süchte, die Dränge, die Triebe berührt und äußern ihre Anziehung oder Abstoßung mit Gefühl (2. Zusammenhäufung), was als gefühlsbesetzte Wahrnehmung (3. Zusammenhäufung) in den Geist eingetragen wird. Durch diese Wahrnehmung steigt als zum „Ich“ gehörend empfundene Aktivität auf (4. Zusammenhäufung), nimmt Stellung zu dem Wahrgenommenen, indem frühere Erfahrungen des Geistes mit dem neu Eingetragenen in Beziehung gesetzt und beurteilt werden, und es entsteht eine neue Gewöhnung, ein neues Programm bzw. das alte wird verstärkt: die programmierte Wohlerfahrungssuche (*viññāna* – 5. Zusammenhäufung) ist ernährt, auf neuen Wegen oder auf verstärkten alten Wegen nach Wohlerfahrung zu suchen. Entsprechend diesem Programm lenkt die programmierte Wohlerfahrungssuche den Körper, um zu Wohl zu kommen, und der Geist denkt bei diesem automatisch ablaufenden Zusammenspiel der fünf Zusammenhäufungen: „Ich fühle, ich halte dies für besser als das, ich entscheide mich darum nach reiflicher Überlegung für dieses Bessere, und ich werde in Zukunft so und so vorgehen, und ich bin gewohnt, so und so zu denken, zu reden und zu handeln“, obwohl da nur diese fünf ineinander greifenden Prozesse ablaufen, diese fünf Zusammenhäufungen, deren blitzschnell inein-

ander greifendes Zusammenspiel den Eindruck „Ich bin in der Welt“ erweckt.

Wo Neigungen sind – und seien es die feinsten – da gibt es Ich-bin-Empfindung und damit Erregung (bei Nichterfüllung des Gewünschten) und Wahn (8., 9. und 10. Verstrickung). Dieses wissend, betrachtet der vom Erwachten Belehrt: „Ich“, „irgendwo“, „irgendwer“, „irgendetwas“, das mit „mir“ in Beziehung steht, gibt es nicht – es sind im Geist entstandene Einbildungen. Von allem, was erfahren, gedacht, empfunden wird, gibt nur die Wahrnehmung Zeugnis, und Wahrnehmung entsteht durch Wollen, durch die Vielfalt der Neigungen.

Es gibt kein verletzbares Ich, dessen Wünsche befriedigt und das verteidigt werden müsste, es ist nur eingebildeter Traum, Wahn, dass es ein solches gebe. Solcherart nimmt der Übende die vom Erwachten empfohlene Übung der Nichtetwasheit zum Stützpunkt, indem er sich deutlich vor Augen führt: „Durch Wollen entsteht Wahrnehmung“, aber weder gibt es Form noch Ich. Ist Wollen aufgehoben, wird auch Wahrnehmung aufgehoben. Da ist nichts sonst und bleibt auch nichts übrig.

Aber auch die Vorstellung der Nichtetwasheit ist noch eine Wahrnehmung, eine Vorstellung. Auch diese zu lassen, übt sich der Heilsgänger. Er meidet das Angezogenwerden von jeglicher Wahrnehmung, und sei sie noch so fein. Von denjenigen Mönchen, die in ihrer Läuterung so weit gediehen sind, dass sie öfter die letzte, feinste Erlebensmöglichkeit erreichen, die Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung, heben manche zeitweilig durch Aufhebung alles Wollens alles Wahrnehmen auf, so dass nichts mehr erfahren wird. Von da wieder zurückkommend zu der letzten Stufe und dann zurückkommend zu dem Bewusstsein ihres Körpers, haben sie jetzt die Möglichkeit zu einem realistischen Vergleich, und dadurch merken sie, dass auch die feinste Wahrnehmung eine Belästigung ist gegenüber deren Wegfall. Es ist der Wegfall von allen fünf Zusammenhäufungen, die einen Erleber von Erlebnissen entwerfen, es ist Todlosigkeit, unverletzbare Unverletztheit

gewesen. Es ist, wie wenn der Übende aus einem Traum, einer Einbildung erwacht. Im Erwachen muss er über den Traum lächeln.

Auch die Weder-Wahrnehmung-noch-NichtWahrnehmung, die Spitze der Wahrnehmung – der Wechsel von Wahrnehmung und Nichtwahrnehmung –, die feinste und stillste und blasseste Wahrnehmung, die nach Aufhebung fast aller Triebe noch besteht, soll der Übende, der unzerstörbaren Frieden anstrebt, auch noch abweisen mit dem Gedanken: *esa sakkāya* – dies ist noch etwas, mit dem sich der Erfahrer identifiziert, worauf er sich stützt, eben Wahrnehmung. Das Ergreifen auch nur einer einzelnen Zusammenhäufung nährt den Glauben an Persönlichkeit (*sakkāya*), fesselt an den Samsāra.

Wenn diese stillste aller Wahrnehmungen, ein unvorstellbarer Friede, von dem Wunsch, der Tendenz nach Ruhe und Frieden positiv bewertet und damit ergriffen wird – etwa in dem Gedanken: „Das ist die Ruhe, das ist der Frieden“ – der Erwachte bezeichnet es als das höchste Ergreifen –, so bleibt der Übende mit dieser erhabenen Wahrnehmung lange Zeiten hindurch verbunden. Irgendwann aber kommen latent gewesene Triebe nach sinnlicher Wahrnehmung wieder auf, und das Wesen sinkt, dem Genuss sich hingebend, abwärts. Die dabei erfahrenen Schmerzen lassen das Wesen wieder Ausschau halten nach einer Wegweisung zu schmerzfreiem Erleben, und es kann wieder in langer Läuterungsarbeit die Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung gewinnen. Wenn es diese eine Zusammenhäufung, die Wahrnehmung, freudig begrüßt und festhält, kann es wieder in alle Leiden hineingeraten. Darum sagt der Erwachte von der Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung (M 106):

*Was aber die Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung ist, das ist noch etwas (sakkāya). Gegenüber allem Etwas ist das Unsterbliche dieser Friede des Herzens, der durch Nichtergreifen gewonnen wird.*

Das heißt: Wenn der Erleber auch feinsten Wahrnehmungen diese nicht ergreift, sondern statt des Ergreifens des automatisch ablaufenden Vorgangs bewusst ist, dann tritt Auflösung von Gefühl und Wahrnehmung ein. Daraus zurückkommend, weiß der Erfahrer: Das ist unzerstörbarer Friede, das ist Todlosigkeit, das ist höchstes Wohl. So sagt der Erwachte (M 59):

*Da erreicht der Mönch nach völliger Überwindung der Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung die vollkommene Auflösung von Gefühl und Wahrnehmung und verweilt in diesem Zustand. Das aber ist ein Wohl, das größer und feiner ist als das vorherige.*

Wenn der Heilsgänger die Aufhebung von Gefühl und Wahrnehmung erreicht hat, dann sind alle Triebe endgültig aufgehoben. Damit hat er *die Fluten durchkreuzt*: die Fluten, die Flucht der Erscheinungen, das Leiden. *Keine Umgebung betrifft den Befriedeten. – Abgelöst von der Daseinsader (bhavanetti) steht der Leib des Vollendeten da* – ohne Wollenskörper, ohne Zuneigungen und Abneigungen. Diese verborgenen Wurzeln aller Erscheinungen sind abgeschnitten, so wie wenn die Krone einer Palme abgeschnitten ist und die Palme daher nicht mehr wachsen kann, sondern eingeht. Der Baum gilt für jede Form des Daseins, in der es Ernährung (*āhāra*) gibt: Aufnahme von Luft, Sonnenenergie und Wasser, Umwandlung in Baumkörper mit Blättern und Zweigen. Ist aber die Krone eines Palmenbaums abgeschnitten, dann gibt es keinen Austausch mehr, keine Ernährung, keinen Säftefluss mehr, keine Triebe nach „äußerem“ oder „innerem“ Erleben – und darum keine Aktivität.



WAS DENKT IHR VON MIR ?  
103. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Was denkt ihr von mir, Mönche, warum ich lehre? – Der Erwachte lehrt aus Mitgefühl. – Ich lehre die vier Pfeiler der Selbstbeobachtung, die vier Großen Kämpfe, die vierfache Erzeugung der Grundlagen der Geistesmacht, die fünf Heilskräfte, die fünf verstärkten Heilskräfte, die sieben Erwachungsglieder, den achtgliedrigen Heilsweg. (Ausführlich in M 77) Darin solltet ihr euch in Eintracht üben, in gegenseitiger Wertschätzung, ohne Streit.

1. Es kann sein, dass zwei Mönche unterschiedlicher Meinung sind über Sinn und Ausdrucksweise einer Aussage.

a. Mindestens eine oder gar beide Aussagen sind nach Sinn und Wort falsch,

b. sie stimmen nur im Wort überein, nicht im Sinn,

c. sie stimmen im Wort nicht überein, aber im Sinn,

d. sie stimmen in Sinn und Wort überein.

In allen vier Fällen ist ein vertrauenswürdiger Mönch aufzusuchen, der feststellt, was falsch und richtig ist und vorträgt, was Lehre und Ordensregeln sind.

2. Wenn ein Mönch einen Regelverstoß oder eine Regelüberschreitung begeht, dann sollte man ihn beobachten, ob man ihn vom Üblen abbringen und im Guten bestärken kann, gleichgültig ob man dadurch Unannehmlichkeiten hat oder er daran Anstoß nimmt, ob er zornig, rachsüchtig, schwer von Begriff ist und schwer loslässt. – Nur wenn man nicht die Fähigkeit hat, ihm zu helfen, dann soll man Gleichmut bewahren.

3. Während ihr euch in Eintracht übt, können festgefahrene Gedanken in euch kreisen, Empfindlichkeit bei Anschauungen, Verdross, Verbitterung, Unzufriedenheit. Das prüfe der vertrauenswürdige Asket und weise es ab: Ohne davon zu lassen, kann man nicht die Triebversiegung erlangen. – Hat der Schlichter Erfolg, soll er sich nicht überheben, sondern daran denken, dass es die Lehre war, die ihn und die anderen behandelt hat.

STREIT UND STREITVERHINDERUNG  
104. Lehrrede der „Mittleren Sammlung  
„Vor Sāmagāmo“

In dieser Lehrrede wird berichtet, dass der Gründer und Leiter der indischen Sekte „die Freien Brüder Nāthaputtos“ gestorben ist und dass danach die Freien Brüder in Zank und Streit miteinander geraten sind. Das erfährt Ānando, der Mönch, der den Erwachten betreut. Er ist besorgt, er denkt an die Zeit nach dem Tod des Erwachten und ob dann vielleicht unter den Mönchen auch Streit und Hader entstehen könnte. Er geht zum Erwachten und erzählt ihm von dem Streit der Freien Brüder untereinander. Der Erwachte nennt Wegweisungen, die er den Nachfolgern gegeben hat und fragt Ānando, ob er der Auffassung sei, dass auch nur zwei Mönche darüber unterschiedlicher Auffassung seien. Da antwortet Ānando, über diese Wegweisungen gebe es keine Meinungsverschiedenheiten. Da antwortet der Erwachte, das sei das Entscheidende, möchten auch Meinungsverschiedenheiten nach seinem Tod aufkommen über die Art der Askese oder gar über die Ordensregeln, das sei nicht so wichtig.

Wenn wir Heutigen uns jedoch fragen, wie es sich mit unserer Kenntnis über die vom Erwachten genannten Wegweisungen verhält und die Literatur über diese Fragen kennen, nicht nur die deutsche, sondern auch die indische, dann sehen wir, dass heute sehr viel Meinungsverschiedenheiten über diese Wegweisungen bestehen. Zugleich sehen wir, dass diese Wegweisungen ursprünglich vom Erwachten viel intensiver ausgesprochen sein müssen, als die überlieferten Lehrreden uns heute erscheinen lassen. Es geht aus den Lehrreden, z.B. M 118, hervor, dass die Mönche, wenn sie in den Orden eingetreten waren, in Seminaren monatelang gründlich eingeführt wurden. Es heißt, dass der eine zehn neu angekommene Mönche unterrichtete, andere unterrichteten zwanzig, dreißig bis zu vierzig, und diese neuen Mönche, von den älteren eingeführt

und unterwiesen, stellten kontinuierliche Fortschritte bei sich fest.

Nachdem der Erwachte Ānando beruhigt hatte, der daraufhin aufatmend dachte, dass die Mönche sich in den wichtigen Übungen ja einig sind, nennt der Erwachte die Wurzeln von Streit und Hader, nämlich die inneren, bei uns selber liegenden Ursachen, die Herzensbefleckungen und das Haben-, Festhaltenwollen, und nennt als zweites äußere Anstöße für Streit. Wir wissen, zum Streit bedarf es eines Anstoßes. Aber wer in sich keine Wurzel zum Streiten hat, gar nicht die Gesinnung, die Neigung dazu hat, bei dem kann auch kein Anstoß Streit bewirken.

Für den Fall, dass auf Grund von Herzensbefleckungen und Festhaltenwollen Streit entsteht, nennt der Erwachte sieben Möglichkeiten der Streitschlichtung und zum Abschluss sechs Verhaltensweisen des Zusammenlebens in Liebe und gegenseitiger Schätzung, die Streitlosigkeit garantieren. Das ist der Gang der Lehrrede, die nun im Einzelnen zitiert und besprochen wird.

### Der Streit der Freien Brüder Nāthaputtos

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene im Land der Sakker, bei Sāmagāma. Um diese Zeit nun war der Freie Bruder Nāthaputto gerade bei Pāvā gestorben. Nach dessen Tod zerfiel die Gemeinschaft der Freien Brüder, sie spalteten sich in zwei Gruppen. Zank und Streit brach unter ihnen aus, sie haderten miteinander und scharfe Wortgefechte fanden statt, bei denen sie sich gegenseitig mit Worten, die Dolchen glichen, verletzten. „Nicht du kennst diese Lehre und Wegweisung, ich kenne diese Lehre und Zucht. Wie könntest du auch diese Lehre und diese Zucht verstehen? Du bist auf dem falschen Weg. Ich bin auf dem richtigen Weg. Ich bin konsequent, du bist*

*inkonsequent. Was zuerst gesagt werden sollte, hast du zuletzt gesagt. Was zuletzt gesagt werden sollte, hast du zuerst gesagt. Von dem, was du dir so sorgfältig ausgedacht hattest, ist das Innerste nach außen gekehrt worden. Deine Behauptung ist widerlegt. Du bist nachweislich im Irrtum. Geh und lerne noch mal neu oder versuche, dich aus deinen Verstrickungen zu befreien, wenn du kannst!“ – Wie ein Mörder schien sich fast jeder von den Freien Brüdern, den Nachfolgern Nāhaputtos, zu gebärden.*

*Die aber da dem Freien Bruder Nāhaputto als Anhänger zugetan waren, im Haus lebend, weiß gekleidet, die waren abgestoßen von den Freien Brüdern, den Nachfolgern Nāhaputtos, bestürzt über sie und von ihnen enttäuscht, wie das eintritt bei einer schlecht erklärten Lehre und Zucht, welche keine Befreiung bringt, nicht zum Frieden führt, die kein vollkommen Erwachter kundgetan hat, und welche jetzt, da seine Kuppel zerbrochen war, keine Zuflucht mehr bot.*

*Da nun begab sich der Novize Cundo, der die Regenzeit bei Pāvā verbracht hatte, nach Sāmagāma zum ehrwürdigen Ānando. Dort angelangt begrüßte er den ehrwürdigen Ānando höflich und setzte sich zur Seite nieder. Zur Seite sitzend, erzählte er ihm, was vorgefallen war.*

*Danach sagte der ehrwürdige Ānando zum Novizen Cundo: Bruder Cundo, dies ist eine Nachricht, die dem Erhabenen mitgeteilt werden sollte. Komm, lass uns den Erhabenen aufsuchen und es ihm erzählen. – Gern, o Herr! –, sagte da der Novize Cundo, dem ehrwürdigen Ānando zustimmend.*

*Und der ehrwürdige Ānando begab sich nun mit dem Novizen Cundo zum Erhabenen hin. Dort angelangt, begrüßten sie den Erhabenen ehrerbietig und*

setzten sich zur Seite nieder. Zur Seite sitzend, sprach nun der ehrwürdige Anando zum Erhabenen:

Dieser Novize Cundo hat erzählt: Der Freie Bruder Nāthaputto ist zu Pāvā vor kurzem gestorben. Nach dessen Tod zerfiel die Gemeinschaft der Freien Brüder, sie spalteten sich in zwei Gruppen. Zank und Streit brach unter ihnen aus, sie haderten miteinander und scharfe Wortgefechte fanden statt, bei denen sie sich gegenseitig mit Worten, die Dolchen glichen, verletzten: „Nicht du kennst diese Lehre und Zucht, ich kenne diese Lehre und Zucht. Wie könntest du auch diese Lehre und diese Zucht verstehen? Du bist auf dem falschen Weg. Ich bin auf dem richtigen Weg. Ich bin konsequent, du bist inkonsequent. Was zuerst gesagt werden sollte, hast du zuletzt gesagt. Was zuletzt gesagt werden sollte, hast du zuerst gesagt. Von dem, was du dir so sorgfältig ausgedacht hattest, ist das Innerste nach außen gekehrt worden. Deine Behauptung ist widerlegt. Du bist nachweislich im Irrtum. Geh und lerne noch mal neu oder versuche, dich aus deinen Verstrickungen zu befreien, wenn du kannst!“ Wie ein Mörder schien sich fast jeder von den Freien Brüdern, den Nachfolgern Nāthaputtos, zu gebärden.

Die aber da dem Freien Bruder Nāthaputto als Anhänger zugetan sind, im Haus lebend, weiß gekleidet, die sind angewidert von den Freien Brüdern, den Nachfolgern Nāthaputtos, bestürzt über sie und von ihnen enttäuscht, wie das eintritt bei einer schlecht erklärten Lehre und Zucht, welche keine Befreiung bringt, nicht zum Frieden führt, die kein vollkommen Erwachter kundgetan hat, und welche jetzt, da ihre Kuppel zerbrochen war, keine Zuflucht mehr bot.

Da ist mir, o Herr, der Gedanke gekommen: „O dass nicht etwa nach des Erhabenen Fortgang unter den

*Mönchen im Orden Streit entstehe. Denn so ein Streit würde gar vielen zum Unheil und Unglück gereichen, gar vielen zum Verderben, zum Unheil und Leiden für Götter und Menschen.“ –*

Die Anschauungen und Wegweisungen  
des Erwachten, über die zur Zeit des Erwachten  
keinerlei Meinungsverschiedenheiten bestanden

*Was meinst du, Ānando, die Übungen, die ich euch gelehrt habe, nachdem ich sie unmittelbar erfahren habe – nämlich die vier Pfeiler der Beobachtung, die vier Großen Kämpfe, die vier Wege zur Geistesmacht, die fünf Heilskräfte, die fünf verstärkten Heilskräfte, die sieben Erwachungsglieder, den achtgliedrigen Heilsweg – kennst du auch nur zwei Mönche, die unterschiedliche Behauptungen darüber aufstellen? –*

*Nein, o Herr. Aber es gibt Mönche, die dem Erhabenen gegenüber ehrerbietig sind, die aber, wenn er gegangen ist, Streit im Orden über eine zu strenge Askese und über die Ordensregeln anstiften könnten. So ein Streit würde gar vielen zum Unheil und Unglück gereichen, gar vielen zum Verderben, zum Unheil und Leiden für Götter und Menschen. –*

*Ein Streit über eine zu strenge Askese und über die Ordensregeln wäre nur eine Geringfügigkeit, Ānando. Aber wenn ein Streit im Orden über den Heilsweg und die Vorgehensweise, um zum Heil zu kommen, ausbrechen sollte, so würde dieser Streit gar vielen zum Unheil und Unglück gereichen, gar vielen zum Verderben, zum Unheil und Leiden für Götter und Menschen. –*

Da in der Lehrrede die Reihenfolge der Übungen nach den aufsteigenden Zahlen genannt ist (4-8), wird der achtgliedrige

Weg zuletzt genannt und als erstes Übungen der Vertiefung, die 6. und 7. Stufe des achtgliedrigen Wegs. Diese Reihenfolge mag den Eindruck erwecken, als ob die ersten zwei Abschnitte des achtgliedrigen Wegs, der Abschnitt der Weisheit und der Tugend (1.-5. Glied), mit dem jeder Nachfolger beginnt, der im Haus Lebende wie der Mönch, nicht so wichtig sind, doch bilden sie ja erst die für die damaligen Menschen selbstverständliche Voraussetzung für den Abschnitt der Vertiefung.

Die vier Pfeiler der Selbstbeobachtung (Satipatthāna)  
(beschrieben in M 10, D 22 u.a.)

*Der gerade Weg zur Läuterung der Wesen, zur Übersteigung von Sorge und Jammer, zur Beendigung von Schmerz und Bekümmernis, zur Erlangung des Heilsstandes, zur Erfahrung des Nirvāna, das sind die vier Pfeiler der Selbstbeobachtung. Welche vier?*

*Da bleibt der Mönch beim Körper in der fortgesetzten Beobachtung des Körperlichen, unabgelenkt, klar bewusst beobachtend, nachdem alles weltliche Begehren und alle weltliche Bekümmernis überwunden ist. – Er bleibt bei den Gefühlen in der fortgesetzten Beobachtung der Gefühle, unabgelenkt, klar bewusst beobachtend, nachdem alles weltliche Begehren und alle weltliche Bekümmernis überwunden ist. – Er bleibt beim Herzen in der fortgesetzten Beobachtung des Herzens, unabgelenkt, klar bewusst beobachtend, nachdem alles weltliche Begehren und alle weltliche Bekümmernis überwunden ist. – Er bleibt bei den Erscheinungen in der fortgesetzten Beobachtung der Erscheinungen, unabgelenkt, klar bewusst beobachtend, nachdem alles weltliche Begehren und alle weltliche Bekümmernis überwunden ist.*

Zuerst wird der Körper mit Ein- und Ausatmung beobachtet. Der Mönch, der jeden Tag z.B. stundenlang den Atem beobachtet, den pumpenden Blasebalg merkt, dem ist der Körper

Beobachtungsobjekt, er wird als Objekt erlebt („*der Körper ist da*“), er ist für den Beobachter nicht mehr Subjekt. Durch immer stärkere Entdeckung des Körpers – durch Gegenwärtighalten der Körperhaltungen und -bewegungen, durch Vergegenwärtigung der einzelnen Körperteile, durch Vergegenwärtigung des Körperversfalls – wird das Ich vom Leib getrennt. Der Leib zählt nicht mehr zum Ich. Dadurch wird der Übende um alles das weniger verwundbar, um das der Leib verwundbar ist.

Als zweites beobachtet der Mönch das Auf- und Absteigen der Gefühle. Da der Beobachter das Beobachtete auf die Dauer als „das andere“ auffassen muss, so geschieht damit die radikale Löschung der Identifizierung mit dem Gefühl. Er beobachtet, wie die Gefühle aufsteigen, verschwinden und nicht mehr wieder aufsteigen. Durch die Beobachtung kommt der Gefühlsschwall zur Ruhe.

Ist Beruhigung der Gefühle erreicht, dann wird das Herz, die Gesamtheit der Triebe, Tendenzen (*citta*) beobachtet. Es wird nicht gedacht, sondern nur beobachtet, was vor sich geht. Der normale Mensch kann die Triebe gar nicht beobachten, sie sind ihm unmittelbar nicht zugänglich. Bei sich selber kann er nur merken, wie die Triebe sich in Gefühlen äußern. Der Übende kann die Triebe selbst erst dann unmittelbar erfahren, wenn er durch die Körperbeobachtung und die Gefühlsbeobachtung in Bezug auf die Gefühle ganz still geworden ist. Dann besteht die Möglichkeit, die fast aufgelösten Triebe selber und ihre restliche Abschichtung zu beobachten. Der Beobachter empfindet die Regungen des Herzens, der Triebe, als etwas außer ihm Befindliches. Es ist nur ein schlichtes Beobachten derselben.

Als viertes sind noch die allerletzten Erscheinungen, die am Geläuterten vor sich gehen, zu beobachten. Die Erscheinungen werden beobachtet, aber nicht mehr als eigen empfunden, sondern als ein Leid erzeugendes Zusammenspiel der fünf Zusammenhäufungen, bedingt durch Durst. Die Beobachtung der Erscheinungen mündet ein in die Beobachtung der vier



Heilswahrheiten. Diese letzte Beobachtung macht endgültig frei von dem endlosen Wahntraum, löst letztes Ergreifen auf.

### Die vier Großen Kämpfe,

das 6. Glied des achtgliedrigen Heilswegs, bildet nach M 44 „das Rüstzeug“, d.h. die Ausrüstung, die unmittelbare Voraussetzung für Satipatthāna, das 7. Glied des achtgliedrigen Wegs. Die vier Großen Kämpfe sind vier bestimmte Kampfesweisen:

1. Die Vermeidung aller üblen Gedanken durch Beobachtung und Zurückhaltung der Sinnesdränge,
2. die Bekämpfung aufgestiegener übler Gedanken,
3. Erzeugung unaufgestiegener heilsamer Gedanken und Gesinnungen,
4. bei eingetretener, aufgestiegener, also anwesender heller Verfassung und innerer Gestilltheit, bei aufgestiegenem Heilsamem, durch Zurücktreten der Gedanken von weltlichen Einzelheiten das Heilsame, die Helligkeit, Beruhigung und Abgelöstheit des Herzens empfinden und pflegen.

Durch diese Übungen wird alle auf die Welt gerichtete Aufmerksamkeit fortgedrängt und der Geist in seiner Fähigkeit zur ruhigen Beobachtung befestigt.

### Die vier Wege zur Geistesmacht (M 16 u.a.)

1. *Aus dem Willen zur Herzenseinigung (samādhi), gerüstet mit beharrlichem Streben erzeugt der Mönch das Fundament der Geistesmacht: die Herzenseinigung.*
2. *Durch die mit Tatkraft zu erlangende Herzenseinigung, gerüstet mit beharrlichem Streben, erzeugt er das Fundament der Geistesmacht: die Herzenseinigung.*
3. *Durch die mit Herzensneigung zu erlangende Herzenseinigung, gerüstet mit beharrlichem Streben, erzeugt er das Fundament der Geistesmacht: die Herzenseinigung.*

4. *Durch die mit prüfender Einfühlung (vimamsā) zu erlangende Herzenseinigung, gerüstet mit beharrlichem Streben, erzeugt er das Fundament der Geistesmacht: die Herzenseinigung.*

Das Fundament der Geistesmacht ist die Herzenseinigung, welche die Erfahrung weltloser Entrückungen ermöglicht, durch deren Wohl die Faszination durch die Sinnendinge aufhört.

In dem gleichen Maß, wie die Faszination durch die sinnlichen Dinge aufhört, wie gegenüber dem unverstörbaren inneren Frieden und Gleichmut alle Ereignisse und Begegnungen dieser Welt zu blassen Schatten werden – in dem gleichen Maß beginnt, wer will, Macht zu erlangen über das, was der normale Mensch als Materie, Form, Gestalt (*rūpa*) erlebt (M 77 u.a.):

1. *Der Mönch sieht den Körper und daran gebunden, die leuchtend gewordene programmierte Wohlerfassungssuche, die auf höheres Wohl als das Sinnenwohl aus ist.*

2. *Der Mönch lässt klarbewusst einen anderen Körper aus diesem hervorgehen. Dieser ist formhaft, durch Denken gestaltet, zu jeder gewünschten Begliederung fähig, frei von Sinnesdrang.*

3. *Er kann auf mannigfaltige Art Geistesmacht erfahren, als nur einer etwa vielfach zu werden und vielfach geworden wieder einer zu sein oder sichtbar und unsichtbar werden, auch durch Mauern, Wälle, Felsen hindurch schweben wie durch die Luft oder auf der Erde auf- und untertauchen wie im Wasser, auch auf dem Wasser wandeln, ohne unterzusinken wie auf der Erde, oder auch durch die Luft sitzend dahinfahren wie der Vogel mit seinen Fittichen, auch etwa diesen Mond und diese Sonne, die so mächtigen, so gewaltigen, mit der Hand berühren, etwa gar bis zu den Brahmawelten den Körper in der Gewalt haben.*

4. *Er kann jenseitige Töne hören.*

5. *Er kann der anderen Personen Herz im Herzen erkennen.*

6. *Er erinnert sich früherer Leben.*

7. *Er sieht die hier sterbenden, abscheidenden Wesen den Körper verlassen und je nach ihrem Wirken in heller oder dunkler Gestalt und mit hellem oder dunklem Erleben ihre weiteren Wege gehen.*

8. *Er kennt der Wirklichkeit gemäß die vier Heilswahrheiten.*

Die fünf Heilskräfte (*indriya*) und  
die fünf verstärkten Heilskräfte (*bala*)

sind unter dem Einfluss der heilenden rechten Anschauung, also unter dem Einfluss des vergegenwärtigten Heilsziels entstanden. Sie sind ausschließlich auf die Erreichung des Heilsziels gerichtet. Es sind:

1. Vertrauen/Vertrautsein
2. Tatkraft, Kampfeskraft
3. Wahrheitsgegenwart
4. Herzenseinigung
5. Weisheit.

Die Sinnesdränge behindern bis verhindern die Wirksamkeit der Heilskräfte. Erst wenn einer beginnt, die Sinnesdränge mehr und mehr zurückzunehmen, dann können sich die Heilskräfte entwickeln. Die Wahrheitsgegenwart z.B. kann sich nicht entwickeln, solange von den Sinnesdrängen starke Blendung ausgeht, also die angenehm und unangenehm empfundenen Dinge der Welt den Menschen stark faszinieren und irritieren. Die Heilskräfte, die zum Heilsstand führen, können nur in dem Maß wirksam werden, wie die drängende und machtvolle Wirksamkeit der Sinnesdränge zumindest zeitweise abwesend ist, wie es z.B. in neutralen Zeiten der Fall ist. Dann werden die Heilskräfte Vertrauen/Vertrautsein mit der Lehre und Weisheit (die Leuchtkraft des Wahrheitsanblicks) „zu Zugtieren“, die „den Wagen zum Heil ziehen“ (S 45,4), von den Sinnendingen fortziehen.

Die Heilskräfte helfen also vorwiegend bei der Austreibung und Auflösung der Sinnesdränge. Sie sind geistige Aktivitäten,

Wahrnehmungen, Anblicke, die je nach ihrer Stärke das langsame oder schnelle Vorgehen auf dem Heilsweg bestimmen.

### Die sieben Erwachungsglieder

Die sieben Erwachungsglieder: Wahrheitsgegenwart, Ergründung der Wahrheit, Tatkraft, geistige Beglückung bis Entzückung, Stillwerden der Sinnesdränge, Herzenseinigung und Gleichmut werden in den Lehrreden als die höchsten und letzten Übungen bezeichnet, die ins Nibbāna einmünden. In M 118 zeigt der Erwachte, dass die sieben Erwachungsglieder sich aus der konzentrierten Übung der vier Satipatthāna-Übungen ergeben, und diese Tatsache findet auch ihre Bestätigung darin, dass das erste der sieben Erwachungsglieder sati, Wahrheitsgegenwart/Gewärtigsein der Vorgänge, ist. Es heißt, dass diese sieben Haltungen stets in der Abgeschiedenheit, in der Reizfreiheit, in der Ausrodung der Triebe wurzeln.

### Der achtgliedrige Heilsweg

Der Vollkommen Erwachte hat den achtgliedrigen Heilsweg aus den drei Etappen Tugend, Herzenseinigung und (erfahrene) Weisheit zusammengestellt und ihnen rechte Anschauung als (gehörte und bedachte) Weisheit und rechte Gesinnung (als aus der Weisheit hervorgehende Umbildung des Denkens) vorangestellt.

Der erste Entwicklungsabschnitt, Tugend, ist die Läuterung des gesamten Begegnungslebens von der rohen, harten Begegnung bis zur sanften Begegnung.

Der zweite Entwicklungsabschnitt, Herzenseinigung, ist die Einkehr in den Herzensfrieden, eine fortschreitende Vertiefung des Friedens.

Der dritte Entwicklungsabschnitt, Weisheit, ist die als Frucht dieses achtgliedrigen Heilswegs aus der Befriedung von Herz und Geist hervorgegangene vollkommene Blendungsfreiheit, durch welche die uns verborgenen Daseinszu-

sammenhänge gesehen werden: Rückerinnernde Erkenntnis früherer Leben, unmittelbares Schauen der Wege aller Wesen durch Diesseits und Jenseits je nach dem Wirken, vom Wollen unbeeinflusste Weisheit.

Es handelt sich also um drei Entwicklungsabschnitte, deren jeder etwas ganz anderes ist, wie es das Gleichnis vom Ersteigen des Felsens (M 125) zeigt: Tugend ist das Ersteigen des Berges, Herzenseinigung ist ein Ruhen oben auf dem Berg, nicht mehr gehen und noch nicht schauen, nur ruhen. Weisheit ist weder Gehen noch bloßes Ruhen, sondern Schauen.

Diese drei großen Abschnitte sind Entwicklungsetappen, die jeder Übende, der die Lehre begriffen hat, durchläuft, die ihn während der Übung vollständig verwandeln, transformieren. Der Mensch, der durch sie hindurchgeht, geht nicht „als Mensch“ durch sie hindurch, sondern wird auf diesem Weg Gottheit und wird zuletzt der über allen Daseinswechsel und Daseinswandel Hinausgetretene, der endgültig Geheilte, Erlöste.

Der Erwachte unterscheidet zwischen der Weisheit, die durch Belehrung und Aufhebung der Wahnbande bewirkt wird (1.Glied des achtgliedrigen Heilsweges) und der Weisheit, die als Ergebnis des gesamten Läuterungswegs aus der Einigung hervorgeht, die die Weisheit des Gewandelten ist, aus der die Erlösung hervorgeht. So heißt es (M 117): *So wird der achtfach gerüstete Kämpfer zum zehnfach gerüsteten Geheilten.* Der achtgliedrige Heilsweg beginnt also mit dem Fortfall der Wahnbande durch gehörte Weisheit. Diesen erfahrenen rechten Anblick nimmt der Schüler zu seinem Leitbild, danach geht er praktisch vor in der Übung guter Gedanken (2. Stufe), der Tugend (3.-5. Stufe), der Entwöhnung von weltlicher Vielfalt (6.-8. Stufe) und erwirbt sich am Ende des gesamten achtgliedrigen Heilswegs Weisheit und Erlösung.

gehörte und bedachte Weisheit	1. heilende r. Anschauung
von den Wahnbanden befreit	2. heilende rechte Gesinnung
	3. heilende rechte Rede
Abschnitt der Tugend	4. heilendes rechtes Handeln
	5. heilende r. Lebensführung
	6. heilendes rechtes Mühen
Abschnitt d. Herzenseinigung	7. heil. r. Wahrheitsgegenwart
	8. heilende rechte Einigung
Abschnitt der Weisheit	9. heilender rechter Klarblick
Erlösung des in Weisheit	10. heilende rechte Erlösung
Vollendeten	

Über diese Übungen, denen die rechte Anschauung über das Dasein (1. Stufe des achtgliedrigen Heilswegs) vorausgeht, waren sich die Mönche zur Zeit des Erwachten einig. Darüber konnte es nicht zum Streit kommen. Weil darüber Klarheit, Eintracht bestand, betrieben die Mönche diese Übungen unabgelenkt von Zweifeln, und damit beseitigten sie die Wurzeln von Streit und Hader, erreichten das Heil. Darum ist die Eintracht über diese Übungen das Wichtigste.

In unserer Lehrrede M 104 werden jetzt genannt:

### Sechs Wurzeln des Streits: die Herzensbefleckungen

*Es gibt, Ānando, diese sechs Wurzeln des Streits. Welche sechs? Da ist, Ānando, ein Mönch zornig und feindselig. (1) Ein Mönch, der zornig und feindselig ist, hat vor dem Meister keine Achtung, verweilt ohne Zuwendung ihm gegenüber, hat vor der Lehre – vor der Gemeinde der Heilsgänger keine Achtung, verweilt ohne Zuwendung gegenüber der Lehre – gegenüber der Gemeinde der Heilsgänger, und er kommt den Übungen nicht ganz und gar nach. Ein Mönch, der vor dem*

*Meister – vor der Lehre – vor der Gemeinde der Heilsgänger keine Achtung hat, ohne Zuwendung gegenüber dem Meister – gegenüber der Lehre – gegenüber der Gemeinde der Heilsgänger verweilt und den Übungen nicht ganz und gar nachkommt, verursacht Streit. Ein solcher Streit würde gar vielen zum Unheil und Unglück gereichen, gar vielen zum Verderben, zum Unheil und Leiden für Götter und Menschen.*

*Wenn ihr nun, Ānando, eine solche Wurzel des Streits in euch selbst oder außerhalb seht, dann solltet ihr euch anstrengen, eben diese üble Wurzel des Streits auszujäten. Und wenn ihr keine derartige Wurzel des Streits seht, weder in euch selbst oder außerhalb, so mögt ihr, Ānando, darauf bedacht sein, die Wurzel dieses Streits auch in Zukunft nicht entstehen zu lassen. So wird die Wurzel des üblen Streits ausgejätet, und so entsteht sie auch in Zukunft nicht.*

*Weiter sodann, Ānando, ein Mönch, der stolz und empfindlich ist (2) – neidisch und geizig (3) – heimlich und heuchlerisch (4) ist – usw.<sup>184</sup>, üble Wünsche und falsche Anschauungen hat (5) – sich an weltliche Dinge klammert, hartnäckig an ihnen festhält, sie nur schwer loslässt (6) – hat vor dem Meister keine Achtung, hat vor der Lehre und vor der Gemeinde der Heilsgänger keine Achtung. Ein Mönch, der vor dem Meister – vor der Lehre und vor der Gemeinde der Heilsgänger keine Achtung hat, ohne Zuwendung gegenüber dem Meister – gegenüber der Lehre – gegenüber der Gemeinde der Heilsgänger verweilt und den*

---

<sup>184</sup> In dieser Lehre sind von den in M 7 angeführten sechzehn Herzensbefleckungen nur acht genannt. Der Vermerk „usw.“ steht dafür, dass auch die in dieser Rede nicht genannten weiteren Herzensbefleckungen die Ursache für Streit sein können, so dass der Mönch sich nicht mit ungeteiltem Einsatz der Lehnachfolge hingeben kann.

*Übungen nicht ganz und gar nachkommt, verursacht Streit. Ein solcher Streit würde gar vielen zum Unheil und Unglück gereichen, gar vielen zum Verderben, zum Unheil und Leiden für Götter und Menschen.*

*Wenn ihr nun, Ānando, eine solche Wurzel des Streits in euch selbst oder außerhalb seht, dann solltet ihr euch anstrengen, eben diese üble Wurzel des Streits auszujäten. Und wenn ihr keine derartige Wurzel des Streits seht, weder in euch selbst noch außerhalb, so mögt ihr, Ānando, darauf bedacht sein, die Wurzel dieses Streits auch in Zukunft nicht entstehen zu lassen. So wird die Wurzel des üblen Streits ausgejätet, und so entsteht sie auch in Zukunft nicht.*

Weil der Mensch an etwas hängt, weil er von sinnlichem Begehren bewegt, Anliegen hat, die er verfolgt, darum kann, wenn er das Gewünschte nicht erlangt, Zorn und Feindseligkeit, Stolz und Empfindlichkeit, Neid und Geiz, Heuchelei und Heimlichkeit usw. aufkommen. Aber diese eingefahrenen Gesinnungen, triebbedingtes automatisches Reagieren, müssen nicht zwangsläufig eintreten, wenn Anliegen durchkreuzt werden. Wenn ein Mensch Dinge erlebt, die ihm unlieb und unangenehm sind, Vorwürfe, Störungen, Zumutungen, sogenannte Unverschämtheiten, dann kann er es geduldig hinnehmen. Als Christ mag er dabei denken: *Der Herr hat's gegeben, der Herr hat's genommen...*, und als Buddhist mag er dabei bedenken, dass das, was wir erleben, von uns selber geschaffen wurde, dass wir uns alles Unangenehme selbst zuzuschreiben haben. So kann bei manchen Menschen, wenn Ärger aufkommen will, sofort im Geist auch die Mahnung zur Geduld mit aufsteigen und höchstens eine leise Traurigkeit sich ausbreiten darüber, dass man jetzt mit solchen Folgen zu tun hat.

Und wer sich in neutralen Zeiten auf die Basis von Gelassenheit, Milde und Gleichmut stellt, der sieht von da aus blitzartig, wie Zorn eine Befleckung des Herzens ist. Den Zorn von



der Warte der Zornlosigkeit betrachten, von der höheren Warte der Gelassenheit, der Milde, der Freundschaft und des Wohlwollens, souverän betrachten als etwas Übles, Unwürdiges, bewirkt eine Minderung von Zorn.

In M 7 heißt es: Ein Mönch, der die Herzensbefleckungen ausgerodet hat, der ist befriedet und klar geworden über den Erwachten, die Lehre, die Gemeinde der Heilsgänger. Wir sind keine Zeitgenossen des Erwachten. Für uns ist die Achtung und Zuwendung zum Erwachten nicht primär möglich. Zuerst werden wir Liebe zur Lehre gewinnen, indem wir erkennen, wie hilfreich die Lehre ist. Von da an werden wir an den Erwachten denken, dem wir die Lehre verdanken. Je mehr wir den Wert der Lehre erleben und erfahren, um so mehr haben wir von daher die Kraft zur Überwindung der Triebe, der sinnlichen wie der sozialen Triebe, der Herzensbefleckungen. Aber erst, wer sich von ihnen geläutert hat, der kann sagen: Ich bin nicht nur *ein Herr-, Herr-Rufer*, wie *Jesus* sagt, sondern einer, dessen Achtung und Zuwendung zur Lehre und zum Erwachten erprobt ist, der ganz anders geworden ist dadurch, dass er die Herzensbefleckungen aufgehoben hat, indem er sie als üble Eigenschaften erkannt, ihre üblen Folgen gesehen hat, und nun in dem Wissen „Der Erwachte hat recht, die Lehre ist der Wirklichkeit gemäß, die Heilsgänger gehen durch die Belehrung des Erwachten richtig vor“ vollkommen klar und befriedet in der Nachfolge ist.

Es kann einer die Lehre des Erwachten schon so gut begriffen haben, dass er ein Verständnis bekommen hat für die endgültige Ausrichtung des Menschen auf die Heilsentwicklung, für den „Eintritt in die Heilsströmung“ – und von daher kommt er zu einer grundsätzlichen Anerkennung und Verehrung der Gemeinschaft der Heilsgänger. – Ein solcher kann sich aber dennoch über diesen oder jenen der Mitmönche, mit welchen er zusammenlebt, engeren Umgang hat, öfter ärgern und sich gekränkt fühlen, ohne dass dadurch seine Verehrung der Gemeinschaft der Heilsgänger auch nur angetastet wird.

Aber dieses Sich-Ärgern kann natürlich nur ein Übergang sein und hört dann bald auf. Wenn es aber auf die Dauer nicht aufgehoben wird und gar zunimmt, dann ist dies ein Zeichen, dass er jene entscheidenden Einsichten, mit welchen der Eintritt in die Heilsströmung zusammenhängt, eben doch nicht gewonnen hatte, sich vielmehr darüber getäuscht hatte. Denn entweder nimmt man in diesen Einsichten zu – und dann nimmt alles Sich-Ärgern über Menschen und über Ereignisse unweigerlich allmählich ab – oder aber, wenn Ärger, Zorn und Empörung überhaupt nicht abnehmen, dann schwinden auch die Anfänge jener heilsentscheidenden Einsichten, sofern man sie hatte, wieder dahin – denn auf die Dauer schließen diese beiden Haltungen sich gegenseitig aus.

Solange der Mensch von Trieben bewegt ist, so lange wird er auch betroffen und traurig, wenn andere die Erfüllung dieser Triebe zunichte machen. Diese Trauer oder dieser Verdruss ist bei dem einen nur kurz, bei dem anderen nistet sich z.B. der Gedanke, beleidigt worden zu sein, ein, befestigt sich, verhärtet sich. Er kann den empfundenen Stachel nicht loswerden, kann also nicht mehr klar, heiter, unverstört denken. Auch wenn er sich anstrengt, an etwas anderes zu denken, so ist dieser Gedanke störend im Hintergrund, immer bereit, einen anderen Gedanken beiseite zu drängen. Er kann sich nicht unabgelenkt mit ganzem Gemüt dem Läuterungskampf widmen.

Es ist keine Frage, dass man zu einer solchen Zeit, in der man sich von Ärger und Zorn über diese oder jene Vorgänge bewegen lässt, eben dadurch nicht in der Arbeit der inneren Säuberung steht.

Ein anderer mag im ersten Augenblick ähnlich ärgerlich und unzufrieden sein, aber er schüttelt diese Befleckungen bald ab, vergisst sie über dem Angebot der Lehre. Er hat die große Leidensmasse dieses Samsāra in allen seinen Stadien begriffen, und weil er ihr unbedingt entrinnen will – dies ist ja sein hauptsächliches Ziel –, darum werden ihm alle weltlichen Dunkelheiten nebensächlicher, und er schüttelt sie ab.

Wer aber nur schwer von ärgerlichen, grollenden Gedanken abkommt, der kann die vom Erwachten geschilderte Samsāra-Situation noch nicht recht begriffen haben, d.h. kann noch nicht vollkommenes Vertrauen zu dieser Lehre und damit zum Erwachten gewonnen haben, sonst würde sich sein dringender Wunsch nach Entrinnung aus diesem Leiden, nach Geborgenheit und Sicherheit, dem endgültigen Heilsstand, durchsetzen und ihn von nörgelnden Gedanken an diesen oder jenen Menschen, die ihm schwerfallen, allmählich abbringen.

Dasselbe gilt für die weiteren Herzensbefleckungen. Der Stolze, Empfindliche mag nicht „klein begeben“, mag nicht ein Fehlverhalten zugeben, leugnet, verteidigt sich, beschuldigt gar die anderen, ist somit verstrickt in der Sorge um sein Ich. Die Aufmerksamkeit eines solchen ist nicht ungeteilt bei der Lehre, bei der Übung. Die Beachtung und Sorge für das eigene Ich ist ihm wichtiger, und darum kann die Achtung und Zuwendung zum Meister, zur Lehre, zur Gemeinde der Heilsgänger und zu den Übungen nicht hundertprozentig sein. Damit steht er im Widerspruch zu den anderen Strebenden, die sich aus der Haltung des Miteinander heraus genötigt sehen, ihn zu ermahnen. Und so kommt es zum Streit mit dem Stolzen, Empfindlichen und evtl. noch solchen, die ihn verteidigen.

Der Neidische kann die anderen nicht sachlich nach ihren Qualitäten und Leistungen beurteilen, sondern legt ihnen oft versteckt und offen Steine in den Weg, spricht oft schlecht über sie zu anderen, verleumdet sie, weil er ihnen das, was ihnen zukommt, nicht gönnt, weil er von Neidgefühlen geplagt ist. Wenn er sich nicht intensiv bemüht, diesen Neid bei sich selbst zu überwinden, sondern dem Neidgefühl Raum gibt, dann steht die Weisung des Erwachten für ihn nicht an erster Stelle, und das bedeutet, dass er keine Achtung und Zuwendung zum Meister, zur Lehre, zur Gemeinde der Heilsgänger, zur Übung hat. Das Zusammenleben mit dem Neider ist für die Brüder nicht anregend, erfreuend und harmonisch, sondern

belastend und bedrückend und führt zum Streit, wenn er, z.B. angesprochen auf Verleumdungen, diese nicht zugibt.

Der Geizige verbirgt z.B. Gabenspenden vor den Ordensbrüdern, um sie selber zu genießen. Damit handelt er entgegen den Ordensregeln, entgegen den Ordenspflichten, d.h. beachtet die Weisung des Erhabenen nicht und zeigt damit, dass er keine Achtung vor dem Meister, der Lehre, der Gemeinde der Heilsgänger hat, sich nicht übt. Ein solches Verhalten verursacht Streit.

Heimlichkeit und Heuchelei sind Eigenschaften, die der Erwachte als das Vorwärtskommen auf dem Heilsweg stark behindernd bezeichnet. Im Kanon heißt es von einem heuchlerischen und heimlichen Menschen:

*Da führt einer in Taten, in Worten, in Gedanken einen schlechten Wandel, und um dies zu verheimlichen, nährt er üble Wünsche. „Möchte man mich doch nicht erkennen“, denkt er. Und er wählt die Worte so, dass man ihn nicht erkenne. Und damit man ihn nicht erkenne, zeigt er Eifer im Tun. Was da solcherart Heimlichkeit ist, Heuchelei, Betrug, Täuschung, Ablenkung, Verschweigen, Hehlen, Verhehlen, Geheimhaltung, Verheimlichung, Unoffenheit, Unehrllichkeit, Verstecktheit, übles Vorgehen: das nennt man Heuchelei und Heimlichkeit. (Puggala Paññati)*

Unter den Erfordernissen des Kämpfers nennt der Erwachte Offenheit und Ehrlichkeit:

*Willkommen sei mir ein verständiger Mensch,  
ein ehrlicher, offener, gerader Mensch. (M 80)*

Dem Heimlichen und Heuchlerischen ist die Erfüllung seiner egoistischen Wünsche wichtiger als die völlige Hingabe an die Läuterung, darum heißt es auch von ihm, dass er keine Achtung, keine Zuwendung zum Meister, zur Lehre, zur Gemeinde der Heilsgänger und zur Übung habe. Aber im engen Zusam-

menleben mit den Ordensbrüdern kann Heuchelei und Heimlichkeit, das bloße Vorgeben von guten Taten und Worten, nicht verborgen bleiben. Ermahnungen, Tadel sind die Folge, gegen die sich der Heuchler auflehnt, so dass es zum Streit kommt.

Die 5. Wurzel des Streits:  
Üble Wünsche, falsche Anschauungen haben,

ist als ein Oberbegriff für alle Herzensbefleckungen anzusehen. Üble Wünsche sind eigensüchtige oder gegen andere gerichtete Wünsche. Wenn üble Wünsche gepflegt werden, so ist das ein Zeichen falscher Anschauung, der Auffassung, dass da die Wünsche eines Ich bevorzugt vor den Wünschen anderer erfüllt werden müssten (1. Herzensbefleckung), dass andere weniger wert seien als man selber.

Diese Wünsche aus den Herzensbefleckungen und aus falscher Anschauung machen auf die Dauer nicht nur den Aufenthalt im Mönchsorden, sondern überhaupt die rechte Nachfolge unmöglich. Solange diese Grundverhinderungen des Heilskampfes noch nicht aufgegeben sind, ist der üble Wunsch Hegende untauglich für die rechte Nachfolge, denn die Herzensbefleckungen gleichen einer Mauer, die so hoch gebaut ist, dass man den Anblick des Heilsstands nicht gewinnen und darum keine Sehnsucht, keinen Zug zu ihm verspüren kann.

Das Maß an Gier, Hass, Blendung der Menschen ist sehr unterschiedlich, und im Lauf durch die unterschiedlichen Daseinsformen nimmt es einmal zu, und ein anderes Mal ab. So sagt der Erwachte, dass zu der Zeit, in der ein Buddha in der Welt erscheint und die Lehre anbietet, manche Wesen weniger Gier, Hass, Blendung haben, andere aber mehr.

Da besteht nun die eine der beiden Eigenschaften, von denen mindestens eine zum entscheidenden Verständnis nötig ist, darin, dass ein Wesen zur Zeit seiner Begegnung mit der Lehre gerade von wenig Gier und Hass besetzt ist, also tu-

gendhaft, von hellerer, edlerer Art ist und darum auch in den meisten Fällen weniger Blendung hat, die Belehrung leichter versteht und wegen seiner edleren helleren Herzensart auch eine große Liebe und Zuneigung zu dieser Lehre empfindet. Selbst wenn dieser Mensch im Anfang noch nicht die Bedingtheit aller Erscheinungen durchschaut, so gewinnt er doch eine Liebe und ein dadurch bedingtes starkes Vertrauen zu dieser Lehre, Achtung und Zuwendung, die ihn die Läuterung als vordringliche Aufgabe erkennen lässt.

Die andere der beiden Eigenschaften, von denen mindestens eine zum entscheidenden Verständnis nötig ist, ist die Weisheit. Sie besteht darin, dass ein Mensch, unabhängig von dem Grad von Gier, Hass, Blendung seines Herzens eine starke Fähigkeit zu tief vordringendem klarem Beobachten der Zusammenhänge hat. Zu der Zeit, da er die Bedingtheit der Erscheinungen erforscht, kann er Gier, Hass, Blendung vorübergehend und weitestgehend verdrängen und darum unvergleichlich klarer sehen als zu anderen Zeiten. Aber er hat unter Umständen erheblich mehr an Gier, Hass, Blendung abzubauen als der erstere. Doch seine Achtung und Zuwendung zur Lehre ist nicht mehr zu erschüttern, und darum empfindet er jede Ermahnung und Belehrung als Hilfe auf dem Weg, und nicht als streitverursachende Beleidigung.

Sind aber gar durch die rechte Anschauung die Herzensbefleckungen aufgehoben, dann ist die Wurzel des Streits beseitigt. Wo keine Herzensbefleckungen sind, kann es auch bei äußeren Anlässen keinen Streit geben. Selbst wenn der eine sagt: „So ist die Lehre“ und der Reinere weiß: „Nein, so ist die Lehre“, kann von ihm aus kein Streit entstehen. Er ist still in dem Wissen: „Der andere kann es noch nicht sehen.“ Nur durch den Zornigen, Rechthaberischen und von anderen Herzensbefleckungen Bewegten kann Streit entstehen.

Die Herzensbefleckungen wurzeln ihrerseits in dem vielfältigen Begehren nach Sinnendingen, im Habenwollen, Festhaltenwollen, das der Erwachte als sechste Streitursache nennt:

Die sechste Wurzel des Streits:  
Sich an vordergründige Dinge klammern,  
hartnäckig an ihnen festhalten, nur schwer loslassen

Ein Beispiel im Ordensleben für das hartnäckig an vordergründigen Dingen Festhalten, nicht loslassen können ist beschrieben in M 65 und 66: Einige Mönche weigerten sich, die Regel, nur einmal am Tag zu essen, zu befolgen. Sie benahmen sich trotz dem Erwachten und anderen Mönchen gegenüber. Ebenso ist der im Folgenden genannte Streit der Mönche von Kosambi ein typisches Beispiel von Sichklammern an vordergründige Dinge: an eine Regel und am eigenen Gekränktheitsein.

Der normale Mensch geht alle Lebewesen und Dinge in der Welt an mit dem Gedanken: „Was habe ich von ihnen, was ist mir angenehm, was ist mir unangenehm.“ Der Heilsgänger dagegen hat die Wunschbesessenheit aller Lebewesen auch bei sich entdeckt, erkannt und durchschaut und sie damit gemindert. Immer mehr ist ihm, wenn ihm Lebewesen begegnen, deren Wunschbesessenheit vor Augen, deren Wunschhaftigkeit, deren Sehnen nach Wohl und deren Angst vor Wehe. Er ist nicht mehr einer, der hauptsächlich bei den Wesen fragt: „Was habe ich von ihnen“, sondern ist einer geworden, der auf Verständnis, Rücksicht, Wohltun, Förderung aus ist. So heißt es von ihm in den Lehrreden (S 55,6, 32, 37, 39, 42):

*Ein Heilsgänger lebt im Haus mit einem Gemüt frei vom Makel des Geizes, der Kleinlichkeit, der Engherzigkeit, geneigt zum Loslassen, mit offenen Händen, am Loslassen erfreut, offen für Bitten, glücklich, wenn er Gaben austeilen kann.*

Ihm ist nämlich immer mehr aufgegangen, dass dieser ganze Samsāra nur ein endlos sich wälzender Leidenstraum ist, in dem nichts Bestand hat. Er hat gemerkt, dass er mit seiner Zuneigung zu dem einen und mit seinem Anstoßnehmen, Verurteilen und Abneigen beim anderen immer nur mit dem um-

wälzenden Samsāra sich mitumwälzt, im Ozean der Leiden treibt. Und er hat gemerkt, dass da nichts anderes hilft als das leise, sichere Zurücktreten, dass man kein Mitgerissener mehr sei, sondern ein Zuschauer werde. Durch diese Situation ist beim Heilsgänger die praktische Haltung des Loslassens bestimmt.

Der unwissende Mensch in seinem Wahn empfindet sein geträumtes Dasein als den Aufenthalt auf festem Land. Aber der zur Erfahrung gekommene Mensch versteht sein gegenwärtiges Dasein und die ihm noch bevorstehenden „Leben“ in allen anderen Daseinsformen als das Schwimmen im Ozean, in dem er immer nur schwimmen, immer nur sich über Wasser halten muss, um nicht unterzusinken. Er erkennt das Nirvāna als das fern am Horizont des Ozeans auftauchende feste Land, als die Küste, als die Sicherheit. Nun lässt er von allem Weltlichen gern los. Nicht mehr sucht er in seinem Ozean nach Angenehmem, denn alle fünf Zusammenhäufungen sind ihm als Elend offenbar geworden, und er strebt konsequent geradeaus zur Sicherheit, zur Freiheit. Letztlich bedeutet Loslassen das Auflösen der Wahngemälde, die wie ein Schleier vor der Wirklichkeit hängen. Das wird in M 140 das höchste heilende Loslassen genannt: das Loslassen von allen Unterlagen, den fünf Zusammenhäufungen. Einem solchen liegt jeder Streit völlig fern.

Der Erwachte sagt in unserer Lehrrede, Ānando zustimmend:

*Streit würde gar vielen zum Unheil und Unglück gereichen, gar vielen zum Verderben, zum Unheil und Leiden für Götter und Menschen.*

Die Mönche würden statt heilsame Gedanken zu pflegen, erbittert dunklen Gedanken nachgehen, überlegen, mit welchen Argumenten sie die Ansichten der Gegenseite entkräften könnten. Es würden Herzensbefleckungen in ihnen geweckt, die es ihnen schwermachen, den Mönchsübungen nachzugehen. Sie



würden damit jüngeren Mitmönchen und Nonnen ein schlechtes Vorbild sein, die sich außerdem zur Parteinahme gedrängt fühlen würden. Der Streit würde auch von den im Haus Lebenden bemerkt, die die Mönche verehren und nun unsicher in ihrer Verehrung den Mönchen gegenüber geworden, vielleicht gar an der Möglichkeit zur Verwirklichung der Lehre zweifeln, wenn nicht einmal die Mönche Streitlos miteinander leben könnten. Ebenso würden die Schutzgeister der Mönche und Nonnen und die Götter der Sinnensuchtwelt, die der Lehre ergeben sind, über den Streit der verehrungswürdigen Mönche in Aufregung und Unruhe geraten, vielleicht gar durch Parteinahme in ihren guten Bestrebungen wankend werden. Ein solcher Streit kann sogar zur Ordenspaltung führen, wie es durch den Streit der Mönche von Kosambi zu werden drohte. Dieser Streit ist im Vinaya, im Korb der Ordensregeln (Mahāvagga X,1) überliefert, und wir fügen diesen Bericht, der von *Hellmuth Hecker* aus dieser Quelle zusammengetragen wurde, hier ein, weil er ein Beispiel dafür gibt, wie aus geringfügigem Anlass, geringfügiger Regelverletzung, dem Festhaltenwollen zugrunde liegt, ein viele Menschen bewegender und verunsichernder Streit entstand. In ihm kommen alle vier Streitfälle vor, die in unserer Lehrrede als Streitfälle genannt werden:

#### Vier Streitfälle

*Vier Streitfälle gibt es, die eine Beilegung von Streitigkeiten erforderlich machen können: bei Meinungsverschiedenheiten, bei Tadel, bei Verstößen gegen die Ordensregel, bei Pflichten. Das sind vier Fälle, die eine Beilegung von Streitigkeiten erforderlich machen können.*

Alle vier Streitfälle gab es bei dem Streit der Mönche von Kosambi.

## Der Streit der Mönche von Kosambi

In der Hauptstadt des Königsreichs Vamsa, in Kosambi, lebten u.a. im Kloster zwei Mönche, ein Predigermönch (P) und ein Liebhaber der Ordenszucht (O), des Vinaya, der 227 Regeln für Mönche, die der Erwachte aus gegebener Veranlassung irgendwann als Erlaubnis oder als Verbot gegeben hatte. Eines Tages ließ P im Waschraum aus Nachlässigkeit das schmutzige Waschwasser stehen. Als O dies später sah, hielt er ihm vor, dies sei eine Verfehlung. P schüttelte erstaunt den Kopf, O aber beharrte dabei. P erklärte sich bereit, die nötige Buße zu tun, denn O kenne den Vinaya sicher besser als er. Da erwiderte O, wenn er es ohne Absicht getan habe, sei es keine Verfehlung. Da freute sich P, denn er hatte nie die Absicht gehabt, eine Regel zu übertreten, und er hielt die Sache für erledigt. O aber erzählte seinen Anhängern in der Stadt, P merke es nicht, wenn er eine Verfehlung begehe. Als nun die Anhänger des O die Anhänger des P trafen, sagten sie: *Habt ihr schon gehört, euer Lehrer merkt nicht, wenn er eine Verfehlung begeht.* Diese gingen zu P und teilten ihm die Fama mit. Er erwiderte: *Erst sagt O, es sei keine Verfehlung, jetzt behauptet er das Gegenteil: Er ist ein Lügner.* Da gingen jene zu den Anhängern von O und sagten, ihr Lehrer sei ein Lügner. Durch das Hintertragen wurde das Beleidigen geschürt, und der Streit wuchs. Bei sich bietender Gelegenheit erklärte O, die Tat des P sei eine solche, die die zweitschwerste Strafe, die zeitweise Suspension von allen Mönchsrechten, verdiene. Da die Mönche O als einen Spezialisten des Vinaya kannten, verhängten sie diese Strafe. Da aber P viele Freunde und Anhänger hatte, die durch ihn viel Heilsames gewonnen hatten, machten sich diese den Standpunkt von P zu eigen, dass die Verhängung jener Strafe nichtig sei. Eine Abordnung begab sich zu den Anhängern von O und erklärte, sie könnten den Akt aus den und den Gründen nicht als rechtmäßig anerkennen. Die Angesprochenen wiederholten ihre Argumente und warnten die Gegner, für einen Suspendierten einzutreten, sei

gleichfalls ein Vergehen. So verhärteten sich die Fronten. Die Streitigkeit griff nun auch auf die Hausleute über, auf die Nonnen, auf die Schutzgeister, auf die Götter der ganzen Sinnenwelt; und darüber hinaus drang die Kunde von der ersten drohenden Ordensspaltung, die sich hier anbahnte.

Nachdem sich der Streit derart zugespitzt und die Parteilung derartige Ausmaße angenommen hatte, begab sich ein verständig gesonnener Mönch zum Erwachten hin, der wohl nicht zufällig gerade in Kosambi eingetroffen war, und berichtete die Angelegenheit. Da der Buddha die große Gefahr erkannte, dass aus einem nichtigen Anlass ein großer Schaden für alle entstehen könnte, so begab er sich zu den Mönchen, die für O Partei ergriffen hatten. Er sagte, es sei nicht gut, die Rechthaberei über die Eintracht zu stellen. Sobald eine Ordensspaltung drohe, müsse man auch einmal auf Suspensionen verzichten und Gnade vor Recht ergehen lassen. Dann ging er zur Gegenpartei und sagte: Auch wenn man sich unschuldig fühle, sei es besser, trotzdem Abbitte zu tun, wenn dadurch eine Ordensspaltung vermieden würde. Besser einmal selber unschuldig zu leiden, als ungeahntes Leiden über viele bringen.

Die Parteien aber gaben nicht nach und hielten getrennte Ordensversammlungen ab, so wie es später Devadatto tat. Da begab sich ein Anhänger von O zum Buddha und fragte, ob die Ordensakte seiner Partei legal seien. Dieser erklärte beide Versammlungen für legal, um den beiderseitigen Vorwürfen der Illegalität die Spitze abzubrechen.

Die Versöhnungsbemühungen des Buddha schienen zunächst vergebens. Die Diskussionen nahmen überhand, es kam zu Beleidigungen und sogar zu Handgreiflichkeiten und Schlägereien unter den Mönchen, während die Hausleute sich an die Tugendregeln, die *sīlas*, hielten. Der Buddha bestrafte die gewalttätigen Mönche und befahl, dass beide Parteien im Esssaal des Klosters in bunter Reihe sitzen sollten. Aber auch das fruchtete nichts. Man versuchte zwar, sachlich den Streitfall zu lösen, aber die entstandenen Debatten machten es eher

schlimmer. Die gegenseitigen Spitzen, Anzüglichkeiten und Vorwürfe wurden immer schlimmer, immer geschliffener und grundsätzlicher. Zum vierten Mal ging ein guter Mönch zum Meister. Hier setzt der Bericht in M 128 ein:

Von Mitleid bewogen, ging der Buddha zu den Streitenden und sprach: *Es ist genug, ihr Mönche, lasst Intrigen, Zank, Angriffe und Zwist.* Doch einer der Mönche sprach: *Möge, o Herr, der Erhabene, der Wahrheit Gebieter fortgehen, selbstgenugsam mag der Erhabene seliger Gegenwart genießen, wir werden uns schon selber durch diese Intrigen, Zänkereien, Angriffe und Zwistigkeiten hindurchfinden.* Ein zweites Mal sprach der Buddha, es sei genug der Zwietracht. Ein zweites Mal wiederholte der Mönch die Aufforderung, er möge fortgehen. Nun aber tat der Buddha nicht das, was der Mönch wahrscheinlich erwartete, dass er nämlich die übliche dritte Ermahnung aussprach, sondern er erzählte den Mönchen eine Geschichte aus der Vergangenheit von der Versöhnlichkeit zweier Könige, die auf Blutrache verzichteten. Und er schloss die Erzählung mit den Worten, wenn schon schwertragende strafgewohnte Könige so verzeihend sein könnten, wie erst müssten sie es sein, die in der Lehre nach Triebfreiheit strebten (J 371 und 428). Dann erst wiederholte er zum dritten Mal die Aufforderung, den Streit zu beenden. Doch zum dritten Mal erhielt er die abweisende Antwort, er möge sich um den Streit nicht kümmern. Da dachte der Erhabene: *Besessenen gleichen diese Verblendeten, man kann sie nicht belehren.* So ging er fort. Am nächsten Morgen verabschiedete er sich von der Mönchsgemeinde mit folgenden Versen:

*Wo jeder lärmend ein sich mengt,  
als Tor Vernunft erlangt man nie;  
den Brüderbund, zerbrecht ihr ihn,  
hört keiner auf den andern mehr.*

*Vergessen ward ein weiser Spruch  
des Kenners, der erfahren sprach:*

*die Zunge zügeln, das ist not  
und lenken sie: man lernt es nicht.*

*Gescholten hat man mich, verletzt,  
hat mich besiegt, hat mich verlacht:  
wer solchen Sinn im Herzen hegt,  
von Feindschaft lässt er nimmer ab.*

*Gescholten hat man mich, verletzt,  
hat mich besiegt, hat mich verlacht:  
wer solchen Sinn zu bannen weiß,  
von Feindschaft lässt er eilig ab.*

*Es wird ja Feindschaft nimmermehr  
durch Feindschaft wieder ausgesöhnt:  
Nichtfeindschaft gibt Versöhnung an,  
das ist Gesetz von altersher.*

*Die Menschen sehn es selten ein,  
dass Dulden uns geduldig macht:  
doch wer es einsieht, wer es weiß,  
gibt alles Eifern willig auf.*

*Der Henker, Scherge, Mörder, Dieb,  
wer Rinder, Rosse, Schätze rafft,  
Landstreichersippe, Räubervolk,  
zusammen halten solche schon:  
warum nur solltet ihr es nicht?*

*Hat man den abgeklärten Freund gefunden,  
der mitgeht, mutig mitbestrebt in Tugend,  
entgangen aller dräuenden Bedrängnis,  
mit ihm zufrieden wandern mag der weise Mann.*

*Muss man den abgeklärten Freund vermissen,  
der mitgeht, mutig mitbestrebt in Tugend,  
als König, der sein Reich verloren,  
alleinig wandern mag man wie der Elefant.*

*Allein ist bess're Wanderschaft,*

*mit Toren schließt man keinen Bund;  
alleinig wandre man und meide böse Tat,  
geworden selbstgenugsam wie der Elefant.  
(M 128 = MV X,3 = J 428)*

Mit diesen Versen legte der Buddha sein eindeutiges Urteil über die Streitenden von Kosambi dar und ging allein auf die Wanderschaft, denn *allein ist bess're Wanderschaft*.

Es vergingen die vier Monate der Regenzeit. Inzwischen hatten die Hausleute von Kosambi, die lange dem Treiben der streitenden Mönche zugesehen hatten und davon angesteckt worden waren, sich als erste wieder gefangen. Sie hatten eher als die Mönche erkannt, in welchem gewaltigen Gegensatz zur Lehre deren Verhalten stand. Daher beschlossen sie, den Mönchen die Anerkennung als Mönche zu verweigern, d.h. sie gaben ihnen kein Almosen mehr und grüßten sie nicht mehr. Es bedurfte dieses Boykotts als des größten Mittels, um die Mönche daran zu erinnern, wie sehr sie vom Leib her von der Speise der Hausleute abhängig seien. Erst als sie hungern mussten, kamen sie zur Besinnung. Was der Erwachte mit seinen eindringlichen Worten nicht vermocht hatte, das vermochte der Hunger. Sie wollten den Erwachten um Verzeihung bitten. Dieser weilte aber zu der Zeit noch im Parileyyawald. Ānando ging zu ihm und berichtete. Darauf kehrte der Erwachte mit ihm nach Sāvatti in das Zentrum des Ordens zurück. Als die Kosambi-Mönche dorthin aufbrechen wollten, verweigerte König Pasenadi ihnen die Einreise: Solche Art Mönche wollte er in seinem Land nicht haben. Es bedurfte erst des Eingreifens des Buddha, der ihm erklärte, dass die Mönche als Demütige zu ihm kommen wollten. Als sie in Sāvatti eintrafen, sperrte aber der große Spender des Ordens, Anāthapindikō, ihnen den Zugang zum Kloster und ließ durch seine Leute ihren Zutritt verhindern. Auch ihn musste der Erwachte erst versöhnen. Nachdem die Mönche diese beiden Folgen ihres Verhaltens erlebt hatten, kam als dritte Folge, dass man sie abgesondert einquartierte wie Aussätzige, vor

deren Ansteckung man sich zu hüten hatte. Alle zeigten auf sie: *Da sind sie ja, die sogenannten Mönche, die den Orden spalten wollten und die den Meister fortschickten.* So wurden sie überall gedemütigt.

Sāriputto ging zum Erwachten und fragte, wie er sich ihnen gegenüber verhalten solle, und ebenso stellten verschiedene große Mönche dieselbe Frage. Der Erwachte erwiderte, ein Sprecher der Lehre sei daran zu erkennen, dass er sich ganz nach der Lehre und den Ordensregeln richte. Ebenso fragte die Gründerin des Nonnenordens. Ihr sagte er: Die Nonnen möchten die Lehre von beiden Seiten der Streitenden hören und sollten dann selber prüfen, wessen Darlegung und Verhalten lehrgemäß sei. Zuletzt kamen Anāthapindiko und Visakhā, die Mutter Migāros, um sich Rat zu holen. Ihnen riet der Buddha, Almosen an beide Seiten zu geben, dann aber die Lehre von denen zu hören, die lehrgemäßer seien.

Die Mönche wurden so untergebracht, dass beide Parteien voneinander getrennt waren. Als Sāriputto bemerkte, dass nicht genug getrennte Zellen vorhanden waren, sagte der Buddha, dann solle man welche errichten. Wie aber solle man mit Spenden verfahren? Die solle man zu gleichen Teilen an sie verteilen.

Der Mönch P, von dem ja aller Streit letztlich ausgegangen war, kam jetzt zur Überzeugung, dass er doch ein Vergehen gegen die Ordensregeln begangen hatte, als er das Waschwasser stehen ließ in der Erwartung, ein anderer werde es für ihn wegschütten. Er ging daher zu den anderen und gab seine Schuld öffentlich zu und bat sie, ihn wieder in seine Mönchsrechte einzusetzen, die sie ihm aberkannt hatte. Alle gingen dann zum Buddha und fragten, ob eine Rehabilitierung möglich sei. Der Meister unterstrich, dass in der Tat eine Verfehlung vorgelegen habe und dass die Suspension legal gewesen sei. Nachdem P aber seinen Fehler eingesehen habe, könne sie jetzt aufgehoben werden. Das geschah auch. Dann holten sie die Gegenpartei und baten den Erwachten, durch gemeinsamen Beschluss die ganze Sache zu beenden. Dieser gab fol-

gende Weisung: Sie müssten jetzt alle zusammenkommen, einschließlich auch sämtlicher Kranker, es dürfe nicht ein einziger fehlen.

Dann wurde Upāli als Meister des Vinaya zum Berichterstatter gewählt. Er schlug, nachdem er sachlich den ganzen Fall erläutert hatte, die feierliche Beendigung vor. Wer noch irgendeinen Widerspruch habe, solle sich jetzt melden. Da niemand sich meldete, war der Frieden wiederhergestellt, und es wurde eine gemeinsame Uposatha-Feier aller abgehalten.

Upāli hatte sich dabei noch erkundigt, ob eine Übereinstimmung und Schlichtung, die ohne Klärung der Streitwurzel zustande gekommen sei, gültig wäre. Der Erwachte verneinte: Das gäbe einen Frieden nur dem Buchstaben nach. Sowohl der äußere Anlass wie die innere Veranlassung müssten aufgehoben werden, um die Wurzel des Streits endgültig abzuschneiden. Würde nur der äußere Anlass behoben, aber bliebe die Streitgesinnung, dann würde alsbald ein neuer Anlass zu neuem Streit gefunden werden. Würde aber nur allgemein an Streitlosigkeit appelliert, ohne den konkreten Fall zu klären, dann könnte es immer Rechthaber geben, die den Fall wieder aufrollen würden, da er nicht beendet sei.

Am Ende fasste Upāli die Lage dahingehend zusammen, dass das Wichtigste für die Lösung eines Streits eine Person sei, die über jeden Vorwurf erhaben klug die Situation durchschaue und leidenschaftslos beide Parteien ganz und gar verstehen könne – das aber ist eben ein Buddha und ein Geheilte. Je mehr Menschen sich um Triebfreiheit bemühen, desto wirklicher kann Streit geschlichtet werden. (MV X,1-6)

Der Streit von Kosambi war und blieb ein mahndendes Beispiel dafür, dass überall da, wo keine innere Freude über ein Vorwärtskommen besteht, aus nichtigstem Anlass Streit entstehen und die Wesen immer blinder machen kann – auch wenn sie glauben, mit dem Verstand schon viel Wahrheit begriffen zu haben.

Der Streit von Kosambi ist eine Kombination aller vier Streitansätze: Verletzung der Regel, das Waschwasser auszu-



schütten – Vernachlässigung der Pflicht – führt zu Tadel und zu entzweiender Meinungsverschiedenheit über den Regelverstoß, ein Streit, der die Gemüter aller damaligen Nachfolger erregte.

Der Erwachte empfiehlt den Mönchen, die Wurzel des Streits bei sich selbst und bei anderen auszujäten, d.h. sich selber vor Vergehen, vor Regelverstößen, zu hüten und auch die Mitmönche, die ja den gleichen Weg gehen, auf sie aufmerksam zu machen. Allen Regelverstößen liegen die Triebe, die Herzensbefleckungen, zugrunde, und jeder, der sich selber ertappt oder durch andere dabei ertappt wird, die Regeln zu verletzen, wird dadurch bei sich selbst auf die Herzensbefleckungen, die zugrunde liegenden Wurzeln alles unrechten Tuns, hingewiesen und damit auf die Notwendigkeit, die eigene Gesinnung zu verbessern, wodurch Streit gar nicht mehr eintreten kann.

Wenn es aber doch zu Streit kommt, nennt der Erwachte sieben Möglichkeiten zur Schlichtung, von denen zwei auch bei dem Streitfall der Mönche von Kosambi zur Anwendung kamen, nämlich Auflösung der Streitigkeiten durch Zusammenkommen und durch Annahme des Geständnisses.

### Sieben mögliche Schlichtungsarten von Streitigkeiten

*Sieben Möglichkeiten, Streitigkeiten beizulegen, gibt es, sieben Mittel, um entstandene Streitigkeiten zu beruhigen und aufzulösen:*

- 1. Auflösung durch Zusammenkommen,*
- 2. Auflösung durch Mehrheitsmeinung,*
- 3. Auflösung durch Erinnern,*
- 4. Auflösung auf Grund wiederhergestellter (geistiger) Gesundheit (bei früherer Geistesverwirrung),*
- 5. Auflösung durch Annahme des Geständnisses,*
- 6. Auflösung durch Zutagetreten eines schlechten*

*Charakters,*  
7. *Gras über eine Sache wachsen lassen.*

1. *Auflösung von Streitigkeiten durch Zusammenkommen*

*Was ist die Auflösung von Streitigkeiten durch Zusammenkommen? Wenn die Mönche streiten: „Das ist die Lehre, das ist nicht die Lehre, das ist die Ordensregel, das ist nicht die Ordensregel“, dann haben alle Mönche in Eintracht zusammenzukommen und einträchtig zusammengekommen, die Richtschnur der Lehre herauszustellen. Und ist die Richtschnur der Lehre herausgestellt, darüber übereinzukommen. Auf diese Weise können Streitigkeiten geschlichtet werden. Das ist die Auflösung von Streitigkeiten durch Zusammenkommen. So kommt es zur Auflösung von Streitigkeiten durch Zusammenkommen.*

Manche mögen die Vorstellung haben, dass die Mönche, von denen wir in den Lehrreden lesen, als Einsiedler abgeschlossen für sich lebten, dass der Orden also nur eine lockere Vereinigung von Einsiedlern sei. Aber der Mönch, der aus dem Haus in die Hauslosigkeit geht, tritt nicht aus der weltlichen Gemeinschaft in die Gemeinschaftslosigkeit, sondern er tritt aus einer weltlichen Gemeinschaft in eine Asketengemeinschaft, in eine Gemeinschaft derer, die über dieses Leben hinaus das Heil erstreben. Der Erwachte gebot auch den Geheilten, zu den für sie selbst nicht mehr nötigen Treffen der Mönche zu kommen, allein schon wegen ihres Vorbilds. Wenn Geheilte bei Treffen anwesend sind, wirkt das auf die noch Strebenden als ein stark emporziehendes Element. Der Geheilte kann Fragen beantworten und im Ganzen Streitlos und klärend wirken, und er gibt, auch ohne dass er überhaupt ein Wort zu sagen braucht, allein durch seine völlig abgeklärte, unerschütterliche erlöste Haltung neue Strebensimpulse, verhindert allein schon

durch seine Gegenwart das Zutagetreten von Herzensbefeckungen.

In D 16 sagt der Erwachte:

*Solange die Mönche einträchtig zusammenkommen, einträchtig auseinandergehen, einträchtig die Angelegenheiten des Ordens erledigen werden, ist eben ein Wachsen der Mönche zu erwarten und kein Schwinden.*

Wann kann man nur einträchtig bleiben? Wenn man die Bedürfnisse des Gesprächspartners sehen lernt, wenn man ihn nach den Gründen seiner von der eigenen Anschauung abweichenden Meinung fragt und seine Meinung dann verstehen lernt und mitberücksichtigt. Das ist das Zurückstehen von der Neigung, nur die eigene Meinung durchzusetzen, der Verzicht auf Eigenwillen. Dazu gehört auch: Ich muss vor mir selber begründen können, dass ein Verhalten, eine Vorgehensweise richtig ist, dann kann ich es auch vor anderen begründen, die rechte Anschauung überzeugend nennen.

In einer Gemeinschaft, in der zur Zeit des Erwachten viele Mönche erfahrungs- und kenntnisreich waren, hatte die Wahrheit genug Gewicht, da konnte die Richtschnur der Lehre gemeinsam gezogen werden, da konnte aufgezeigt werden, was heilsam und unheilsam war, und diese Richtschnur erkannten alle Mönche an. Dadurch wurden die Streithaften an die rechte Vorgehensweise und an das Ziel erinnert, sie sahen die Vorbilder, wurden beschwichtigt und lernten: „Man kann auch ganz ohne Streit zu einer Klärung kommen.“

## 2. Auflösung von Streitigkeiten durch Mehrheitsmeinung

*Und was ist die Auflösung von Streitigkeiten durch Mehrheitsmeinung? Wenn nun diese Mönche die Streitigkeiten an diesem Ort nicht schlichten können, so sollten sie sich zu einem Ort begeben, an dem es eine größere Anzahl von Mönchen gibt. Dort sollten sie alle in Eintracht zusammenkommen, und sind sie zusam-*

*mengekommen, die Richtschnur der Lehre herausstellen. Und ist die Richtschnur der Lehre herausgestellt, darüber übereinkommen. Auf diese Weise können Streitigkeiten geschlichtet werden. Das ist die Auflösung von Streitigkeiten durch Mehrheitsmeinung. So kommt es zur Auflösung der Streitigkeiten durch Mehrheitsmeinung.*

Wenn die Mönche die Streitigkeiten am Streitort nicht schlichten können, dann sollen sie einen Ort aufsuchen, an dem mehr Mönche sind, am Streit unbeteiligte Mönche, die sachlich und neutral der Angelegenheit gegenüberstehen und darum eher fähig sind, die Richtschnur der Lehre zu ziehen. Nachdem das Richtige und Heilsame herausgestellt ist, soll die Meinung der Mehrheit dieser erweiterten Versammlung gelten. Der Streit wird dadurch nicht einstimmig beigelegt, sondern auf Grund von Mehrheitsbeschluss. Zur Zeit des Erwachten unter seiner Leitung und auch noch Jahre nach seinem Tod waren unter Mitwirkung von Geheilten die weiseren Mönche in der Mehrzahl, und so konnte sich auch die Minderheit nach Abklingen der Emotionen innerlich diesem Beschluss fügen.

### 3. Auflösung von Streitigkeiten durch Erinnern

*Und was ist die Auflösung von Streitigkeiten durch Erinnern? Da tadelt ein Mönch einen anderen Mönch wegen dieses oder jenes schwerwiegenden Vergehens, das Ordensausschluss zur Folge hat oder an Ordensausschluss grenzt: Erinnert sich der Ehrwürdige, ein so schwerwiegendes Vergehen begangen zu haben, das Ordensausschluss zur Folge hat oder an Ordensausschluss grenzt? –*

*Und er sagt: Brüder, ich erinnere mich daran <sup>185</sup>, dieses schwerwiegende Vergehen begangen zu haben, das Ordensausschluss zur Folge hat oder an Ordensausschluss grenzt. –*

*Bei diesem Mönch ist das Mittel der Erinnerung anzuwenden. Das ist die Auflösung von Streitigkeiten durch Erinnern. So kommt es zur Auflösung der Streitigkeiten durch Erinnern.*

Der Erwachte hat die Regel erlassen, dass jeder Mönch die in seinem Reden und Handeln begangenen Übertretungen der bestehenden Verhaltensregeln bekennen soll. Die Mönche werden gefragt, ob bei ihnen innerhalb der Zeit von vierzehn Tagen seit dem letzten Treffen Untugenden oder Regelverletzungen vorgekommen seien, die sie noch keinem vertrauenswürdigen Ordensbruder bekannt hätten. Bei dieser Gelegenheit haben die Mönche vor der Ordensversammlung ein solches Vergehen zu beichten. Wenn ein Mönch dies nicht tut, sein Vergehen verheimlicht und später von den Ordensbrüdern wegen des vielleicht länger zurückliegenden schwerwiegenden Vergehens getadelt wird, auf Grund dessen es unter den Mönchen vielleicht zum Streit gekommen ist, so wird er von den Ordensbrüdern erinnert. Er gibt das Vergehen, das Ordensausschluss zur Folge hat oder an Ordensausschluss grenzt, also nicht von sich aus, aus freien Stücken, zu, sondern mehr oder weniger zögernd auf Bedrängen des Tadlers.

Ordensausschluss-Vergehen sind Totschlag, Diebstahl, Unkeuschheit und Sich-fälschlich-übernatürlicher-Fähigkeiten-Rühmen. Zu zeitweiligem Ordensausschluss führen unanständige Reden gegenüber Frauen, Heiratsvermittlung und

---

<sup>185</sup> Im Pälitext steht „ich erinnere mich nicht daran“, doch ist dies als einer der seltenen Druckfehler anzusehen. Es kann sich auch um Auslassung einer Textzeile handeln, in der es heißen könnte, dass andere Brüder als Zeugen dem Angeklagten Einzelheiten und Begleitumstände wieder ins Gedächtnis rufen.

Berührung von Frauen, böswillige Verleumdung und Aufbauschung eines geringfügigen Vergehens, Spaltung der Gemeinde, schlechtes Benehmen, das bei den im Haus Lebenden Anstoß erregt und trotz Ermahnung nicht aufgegeben wird.

Herzensbefleckungen wie Stolz, Heimlichkeit, Leichtsinn mögen die Wurzel des Nicht-Zugebens von Regelverstößen sein.

#### 4. Auflösung von Streitigkeiten auf Grund wiederhergestellter geistiger Gesundheit (bei früherer Geistesverwirrung)

*Da tadelt ein Mönch einen anderen Mönch wegen dieses oder jenes schwerwiegenden Vergehens, das Ordensausschluss zur Folge hat oder an Ordensausschluss grenzt: **Erinnert sich der Ehrwürdige, ein so schwerwiegendes Vergehen begangen zu haben, das Ordensausschluss zur Folge hat oder an Ordensausschluss grenzt?** – Und er sagt: **Ich erinnere mich nicht.** – **Ungeachtet der Leugnung hakt er weiter nach: Sieh doch, Ehrwürdiger, besinne dich nur genau, ob du dich nicht doch Erinnerst, dieses schwere Vergehen begangen zu haben, das Ordensausschluss zur Folge hat oder an Ordensausschluss grenzt.** – Er antwortet: **Brüder, ich war geistesverwirrt, hatte den Verstand verloren. Als Unzurechnungsfähiger sagte und tat ich viele Dinge, die sich für einen Mönch nicht gehören. Ich erinnere mich nicht daran, ich war geistesverwirrt, als ich das tat.** – Das ist die Auflösung von Streitigkeiten auf Grund wiederhergestellter geistiger Gesundheit. So kommt es zur Auflösung der Streitigkeiten durch wiederhergestellte geistige Gesundheit.*

Der Mönch sagt hier also, dass er zu der Zeit, als er sich über die Ordensbrüder oder anderes so geärgert hatte, so außer sich war, so abseits seiner normalen Geistesverfassung, dass er sich

an derzeitige schwerwiegende Regelverstöße nicht mehr erinnern. Er mag in seinem damaligen Rasen getadelt worden sein, die Tadler abgewiesen haben – aber an all das erinnert er sich nicht mehr. Dadurch dass er zugibt, zur Zeit seines Vergehens nicht bei Verstand gewesen zu sein, macht er deutlich, dass er das ihm Vorgeworfene als schlimm empfindet, als das Verhalten eines nicht Zurechnungsfähigen. Das ist keine schöne Erklärung, dass er so vor Zorn außer sich war, so außer Kontrolle war. Aber durch diese Erklärung wird sein Verhalten den Betroffenen verständlich, die Atmosphäre wird entspannt. Die Sache kommt aus der Welt, wenn auch in einer nicht sehr befriedigenden Weise, und jeder kann wieder den eigenen Dingen nachgehen.

#### 5. Auflösung von Streitigkeiten durch Annahme eines Geständnisses

*Da erinnert sich ein Mönch, getadelt oder ungetadelt, eines Vergehens, er deckt es auf, legt es dar. Er sollte zu einem älteren Mönch gehen, und nachdem er seine Robe auf einer Schulter zurechtgerückt hat, sollte er ihm zu Füßen Verehrung bezeugen und auf den Fersen sitzend, sollte er seine respektvoll zusammengelegten Hände heben und sagen: Ehrwürdiger, ich habe dieses oder jenes Vergehen begangen, ich bekenne dieses. – Und jener sagt: Siehst du dein Fehlverhalten? – Ja, ich sehe es. – Wirst du dich künftig hüten? – Ich werde mich hüten. – So wird das Geständnis angenommen. Das ist die Auflösung von Streitigkeiten durch Annahme eines Geständnisses. So kommt es zur Auflösung von Streitigkeiten durch Annahme eines Geständnisses.*

In der Schilderung des Streits der Mönche von Kosambi kam der Mönch P sehr spät zwar, aber doch noch rechtzeitig zu der

Überzeugung, dass er doch ein Vergehen begangen habe, als er das Waschwasser stehen ließ, zumal als er sah, was für schlimme Folgen diese seine Regelübertretung für seine Mitbrüder hatte. Er gab seine Schuld öffentlich zu, und durch dieses Geständnis konnte der Streit leicht beigelegt werden.

Vor einer großen Zuhörerschaft zuzugeben: „Ich habe mich falsch verhalten“, kann für den Betreffenden sehr unangenehm sein. Aber derjenige, der weiß, dass da kein zu achtendes, wertvolles Ich zu schützen und zu verteidigen ist, dass da nur durch Berührung von Trieben Gefühle ausgelöst werden, die als Wahrnehmung in den Geist eingetragen werden, der dann seinerseits im Dienst der Triebe oder von rechter Anschauung geleitet, reagieren und Wohl anstreben muss, dass da also lediglich ein Zusammenspiel der fünf Zusammenhäufungen stattfindet, der ist bei allen äußeren Vorkommnissen dieses Spiels eingedenk, achtet vorwiegend auf die inneren Vorgänge, distanziert sich von aufkommender Empfindlichkeit.

Dadurch dass der sein Vergehen Bekennende einem älteren Mönch gegenüber auch in der Haltung Demut bezeugt, wird dieser nicht zum Oberen oder Herrn. An anderer Stelle im Kanon heißt es: „Die Lehre nimmt uns vor, nicht der Bruder nimmt uns vor.“ Auch für den die Beichte Entgegennehmenden ist es wichtig, dass er nicht der Herzensbefleckung Stolz und Überheblichkeit Raum gibt. Der das Geständnis Entgegennehmende, der sich in dieser Funktion empfindet als im Dienst des Ordens stehend, wird sich sagen: „Ich will es dem Bekennenden nicht zusätzlich schwer machen, nur die vorgeschriebenen Sätze sagen und dann schnell fortgehen.“

## 6. Auflösung von Streitigkeiten durch Enthüllung eines üblen Charakters

*Da tadelt ein Mönch einen anderen Mönch für dieses oder jenes schwerwiegende Vergehen, das Ordensausschluss zur Folge hat oder an Ordensausschluss grenzt: Erinnert sich der Ehrwürdige, ein so schwer-*



wiegendes Vergehen begangen zu haben, das Ordensausschluss zur Folge hat oder an Ordensausschluss grenzt? – Und er sagt: Bruder, ich erinnere mich nicht daran, dieses oder jenes schwerwiegende Vergehen, das Ordensausschluss zur Folge hat oder an Ordensausschluss grenzt, begangen zu haben. – Ungeachtet der Leugnung hakt er weiter nach: Sieh doch, Ehrwürdiger, besinne dich nur genau, ob du dich nicht doch Erinnerst, dieses schwerwiegende Vergehen, das Ordensausschluss zur Folge hat oder an Ordensausschluss grenzt, begangen zu haben. – Er aber sagt: Ich erinnere mich nicht, Bruder, dieses schwerwiegende Vergehen, das Ordensausschluss zur Folge hat oder an Ordensausschluss grenzt, begangen zu haben. Aber ich erinnere mich, dieses oder jenes geringfügige Vergehen begangen zu haben. – Ungeachtet der Leugnung hakt er weiter nach: Sieh doch, Ehrwürdiger, besinne dich nur genau, ob du dich nicht doch Erinnerst, dieses schwerwiegende Vergehen, das Ordensausschluss zur Folge hat oder an Ordensausschluss grenzt, begangen zu haben. – Darauf sagt er: Bruder, ungefragt habe ich zugegeben, dieses geringfügige Vergehen begangen zu haben, warum sollte ich nicht zugeben, dieses schwerwiegende Vergehen begangen zu haben, das Ordensausschluss zur Folge hat oder an Ordensausschluss grenzt, wenn ich danach gefragt werde? – Der andere sagt: Bruder, wenn du nicht gefragt worden wärest, hättest du nicht zugegeben, dieses geringfügige Vergehen begangen zu haben; also warum solltest du zugeben, dieses schwerwiegende Vergehen, das Ordensausschluss zur Folge hat oder an Ordensausschluss grenzt, begangen zu haben, wenn man dich danach fragte? Sieh doch, Ehrwürdiger, besinne dich nur genau, ob du dich nicht doch erin-

*nerst, dieses schwerwiegende Vergehen, das Ordensausschluss zur Folge hat oder an Ordensausschluss grenzt, begangen zu haben. – Er sagt: Bruder, ich erinnere mich daran, dieses schwerwiegende Vergehen, das Ordensausschluss zur Folge hat oder an Ordensausschluss grenzt, begangen zu haben. Aus Spaß und übereilt habe ich gesagt: „Ich erinnere mich nicht daran, dieses oder jenes schwerwiegende Vergehen, das Ordensausschluss zur Folge hat oder an Ordensausschluss grenzt, begangen zu haben.“ – Das ist die Auflösung von Streitigkeiten durch Enthüllung eines üblen Charakters. So kommt es zur Auflösung von Streitigkeiten durch die Enthüllung eines üblen Charakters.*

Ein Ordensbruder wird von seinen Ordensbrüdern wegen eines schwerwiegenden Vergehens angeklagt, das Ordensausschluss zur Folge hat oder an Ordensausschluss grenzt. Er leugnet dieses. Weiter bedrängt, sucht er sich herauszureden, nennt ein geringfügiges Vergehen, das er begangen hat. Schließlich sagt er, er habe aus Spaß und übereilt gesagt, dass er sich nicht an das schwerwiegende Vergehen erinnere. Es ist insofern eine Schlichtung, als das Vergehen jetzt endlich auch zugegeben ist. Er hat es nach außen hin nicht mit Ernsthaftigkeit eingestanden, sondern in die Enge getrieben, hat er die Ausrede gewählt: „Übereilt und aus Scherz habe ich es nicht zugegeben.“ Aber da er es endlich zugegeben hat, ist der Streit beendet. Er mag für sich allein ja in sich gehen und sich hüten, dass solches Vergehen nicht wieder vorkommt. Mit seinen Ausreden aber hat er gezeigt, dass er üblen Neigungen Raum gibt, von den Trieben, den Herzensbefleckungen Stolz, Empfindlichkeit, Heimlichkeit, Heuchelei, Leichtsinn beherrscht wird, sich ihrer aber offensichtlich nicht bewusst ist, sondern von ihnen getrieben, nach wenig überzeugenden Ausflüchten sucht. Damit hat er seine üble Herzensverfassung offenbart,

und die Ordensbrüder wissen nun, woran sie sind, und werden in ähnlichen Fällen nicht Partei für ihn ergreifen.

### 7. Auflösung von Streitigkeiten durch Gras-darüber-wachsen-Lassen

*Wenn Mönche in Zank und Streit verfallen und in Streitgespräche verwickelt sind, haben sie Dinge gesagt und getan, die sich für einen Mönch nicht gehören. Jene Mönche sollten alle in Eintracht zusammenkommen.*

*Nachdem sie zusammengekommen sind, sollte sich ein erfahrener Mönch unter jenen Mönchen, die die eine Seite vertreten, von seinem Sitz erheben und nachdem er die Robe auf einer Schulter zurechtgerückt hat, sollte er seine respektvoll zusammengelegten Hände heben und um eine Verfügung des Ordens ersuchen mit den Worten: Hören möge mich der Orden: Als wir in Zank und Streit verfielen und in Streitgespräche verwickelt waren, sagten und taten wir Dinge, die sich für einen Mönch nicht gehören. Wenn es dem Orden angemessen erscheint, dann werde ich inmitten des Ordens zum Wohl dieser Ehrwürdigen und zu meinem eigenen Wohl das Vergehen bekennen unter Anwendung der Methode des Gras darüber wachsen Lassens. Ausgenommen sind schwere und mit dem Haus verbundene Vergehen. –*

*Dann sollte sich ein erfahrener Mönch unter jenen Mönchen, die die Gegenseite vertreten, von seinem Sitz erheben, und nachdem er seine Robe auf einer Schulter zurechtgerückt hat, sollte er seine respektvoll zusammengelegten Hände heben und um eine Verfügung des Ordens ersuchen mit den Worten: Der ehrwürdige Orden höre mich an. Als wir in Streit und Zank verfielen*

*und in Streitgespräche verwickelt waren, sagten und taten wir Dinge, die sich für einen Mönch nicht gehören. Wenn es dem Orden angemessen erscheint, dann werde ich inmitten des Ordens zum Wohl dieser Ehrwürdigen und zu meinem eigenen Wohl das Vergehen bekennen unter Anwendung der Methode des Gras darüber wachsen Lassens. Ausgenommen sind schwere und mit dem Haus verbundene Vergehen. –*

*Das ist die Auflösung von Streitigkeiten durch Gras darüber wachsen Lassen. So kommt es nur Auflösung von Streitigkeiten durch Gras-darüber-wachsen-Lassen.*

Hier geben erfahrene Mönche beider streitenden Parteien vor der Ordensversammlung zu, dass sie, von Emotionen bewegt, übel geredet und gehandelt haben und dieses einsehen. Sie bitten, eingedenk menschlicher Schwächen, darüber Gras wachsen zu lassen, d.h. an das Geschehene nicht mehr zu denken, um so den Frieden wiederherzustellen.

Kay Zumwinkel schreibt in der Fußnote zu seiner Übersetzung der 104. Lehrrede:

*Im Interesse der schnellen Wiederherstellung der Eintracht im Orden werden kleinere Verstöße, die sich im Verlauf des Streits ergeben haben, nicht weiter verfolgt. Ausnahmen sind schwere Verstöße und Fehlverhalten gegenüber der Laienanhängerschaft. Die Methode heißt „mit Gras bedecken“, laut Erklärung des Kommentars zur Mittleren Sammlung ähnelt sie dem Bedecken von Exkrementen mit Gras, um den Gestank zu beseitigen.*

Als Letztes nennt der Erwachte sechs Eigenschaften, die Streitlosigkeit garantieren. Der Erwachte sagt: Wenn diese sechs Eigenschaften bei Mönchen oder Nonnen oder bei Mitgliedern sonstiger Gemeinschaften von Nachfolgern vorhan-

den sind, dann besteht eine brüderlich/schwesterliche Eintracht, dann kann es nicht zu Streit kommen. Und als besondere weitere Folge macht die sechste Eigenschaft allmählich aus einem Anfänger den Nachfolger, der die Lehre, die *auf dem Weg zu finden ist*, zu verstehen beginnt und auf diesem Weg immer tiefer versteht – bis er gesichert ist.

Sechs Verhaltensweisen führen  
zu freundschaftlicher Gesinnung,  
zu Streitlosigkeit und Eintracht

*Da verkehrt ein Mönch in Taten (1), in Worten (2) und Gedanken (3) liebevoll mit seinen Ordensbrüdern, sowohl in ihrer Gegenwart wie in ihrer Abwesenheit.*

*Weiter sodann, ihr Mönche, wenn der Mönch Gaben empfängt, Ordensspenden, so teilt er sie nicht nach Belieben, sondern betrachtet sie als Gemeingut der tugendhaften Ordensbrüder (4).*

*Weiter sodann, ihr Mönche, da hält ein Mönch gemeinsam mit den Ordensbrüdern, sowohl in ihrer Gegenwart wie in ihrer Abwesenheit, die Tugenden ein, die da frei machen, zur Einigung führen und darum von den Erfahrenen gepriesen werden. Er hält sie lückenlos, unverfälscht, unverbogen, ungebrochen ein, ohne an ihnen zu hängen. (5)*

*Weiter sodann, ihr Mönche, besitzt und bewahrt sich der Mönch gemeinsam mit den Ordensbrüdern, sowohl in ihrer Anwesenheit wie in ihrer Abwesenheit, jenes zur Aufhebung allen Leidens hinführende Heilverständnis, das den danach Vorgehenden zur vollständigen Leidensversiegung bringt (6).*

*Das sind die sechs Verhaltensweisen des brüderlichen Zusammenlebens in Liebe und gegenseitiger Schätzung, die zu freundschaftlicher Gesinnung, zu Streitlosigkeit und Eintracht führen.*

*Wenn ihr diese sechs Verhaltensweisen des brüderlichen Zusammenlebens in Liebe und gegenseitiger Schätzung, die zu freundschaftlicher Gesinnung, zu Streitlosigkeit und Eintracht führen, treulich bewahrt, Anando, wisst ihr dann von einer Redeweise, ob grob oder fein, die ihr nicht zu ertragen vermöchtet? – Gewiss nicht. – Darum also mögt ihr diese sechs Verhaltensweisen treulich bewahren. Das wird euch lange zum Wohl, zum Heil gereichen. –*

*So sprach der Erwachte. Erhoben und beglückt war der ehrwürdige Anando über die Worte des Erhabenen.*

Die erste bis dritte zur Eintracht führende Verhaltensweise:  
Liebevoll in Taten, Worten und Gedanken

*Da verkehrt ein Mönch in Taten (1), in Worten (2) und Gedanken (3) liebevoll mit seinen Ordensbrüdern, sowohl in ihrer Gegenwart wie in ihrer Abwesenheit.*

Wenn in dem oben erwähnten Streit die Mönche O und P diese Quintessenz aller Ordensregeln im Sinn gehabt hätten: Verständnis für alle Wesen, Rücksichtnahme, das Empfinden der Ich-Du-Gleichheit, dann wäre es zu keinem Streit gekommen. P hätte sein Waschwasser ausgeschüttet in dem klaren Bewusstsein, dass ebenso wie er auch seine Mitbrüder gern eine saubere Schüssel zum Waschen vorfinden möchten. Sollte er das Ausschütten – in Gedanken mit anderem beschäftigt – vergessen haben, so hätte er bei Erinnerung durch O diese seine Nachlässigkeit gleich als Rücksichtslosigkeit, als Nichtbeachtung der Anliegen anderer erkannt und sich entschuldigt, statt sich zu freuen, dass er keine Regel übertreten habe. Besonders Streit fördernd ist das Verhalten des regelverliebten O, des Kenners der einzelnen vom Erwachten genannten Verhaltensregeln, der stillschweigend das Wasser hätte wegschütten können ohne auf bestimmte Regeln zu pochen (liebevolle Tat).

Von den drei Mönchen (Anuruddho, Nandiyo, Kimbilo) in M 31 und 128, denen die gegenseitige Rücksicht und Förderung ein Bedürfnis war, heißt es in jenen Lehrreden:

*Wer da zuerst von uns vom Almosengang aus dem Dorf zurückkehrt, der bereitet die Plätze und setzt Trinkwasser, Waschwasser und den Spülnapf vor. Wer zuletzt vom Almosengang aus dem Dorf zurückkehrt, und es ist noch Speise übrig, und er verlangt danach, so nimmt er davon; wenn nicht, so wirft er sie fort auf grasfreien Grund oder in fließendes Wasser. Dann ordnet er die Sitze, räumt Trinkwasser, Waschwasser und Spülnapf fort und fegt den Speiseplatz rein. Wer bemerkt, dass man den Trinknapf oder den Waschkrug oder den Mistkübel nicht mehr braucht, der stellt ihn gesäubert auf. Wenn er es allein nicht kann, so winkt er einen zweiten herbei, und wir kommen zu helfen, ohne dass wir aus solchem Grund das Schweigen brächen. Und jeden fünften Tag sitzen wir die ganze Nacht hindurch in Gesprächen über die Lehre beisammen. So verweilen wir ernsten Sinnes, eifrig, unermüdetlich.*

Hier wird gar nicht die Frage aufgeworfen, ob derjenige, der Wasser gebraucht hat, verpflichtet ist, dieses wegzuschütten, sondern wer sieht, es wird nicht mehr gebraucht, der schüttet es fort.

Ebenso heißt es von Sāriputto, dem Geheilten, dass er nicht gleich in der Frühe mit anderen Mönchen zum Almosengang aufbrach, sondern wenn alle gegangen waren, das ganze Klostergelände inspizierte, dort wo es notwendig war, ausfegte, Abfälle forträumte und schlechtgemachte Schlafstellen, Stühle oder Geschirr in Ordnung brachte.

Im häuslichen Alltag braucht man nur wenig abzuwandeln, um in derselben Weise vorzugehen, und man wird bei liebevoller Gesinnung Mittel und Wege finden, „die Schuldigen“ in Aufräum-Aktionen, die die eigenen Kräfte übersteigen, einzu beziehen.

Besonders Streit fördernd ist auch das weitere Verhalten des regelverliebten O, der in Abwesenheit von P den Ordensleuten gegenüber Negatives über P berichtete und damit eine der obersten aller Regeln (liebvolle Worte auch über den Abwesenden) außer Acht ließ.

Das Urteilen über Abwesende sieht meistens sehr objektiv und nüchtern aus. Es verfestigt sich bei dem Urteiler die Gewissheit, dass er objektiv und nüchtern über die Menschen urteile. Er mag gar nicht die Absicht gehabt haben, zu hinterfragen, zu entzweien, und doch ist dieses Erzählen seiner Meinung über P's Verhalten eine der tragenden Wurzeln des Streits. Ein Mensch, der als oberste Regel liebevolles Tun und Reden im Sinn hat, handelt gerade umgekehrt: Er nennt nicht die Fehler anderer, geschweige ohne dass er gefragt wird, sondern deren Vorzüge. Man muss manchmal in bestimmten Situationen die Fehler des anderen deutlich aufdecken und kann doch dabei Verständnis für den Kritisierten erwecken. Aber in diesem Fall bestand keine Notwendigkeit, auch den im Haus Lebenden von dem falschen Verhalten eines Mönchs zu erzählen, die ihrerseits dieses Urteil weitertrugen, so dass es dem Predigermönch wieder zu Ohren kam, der aus dem Empfinden, ungerecht behandelt worden zu sein, nun seinerseits sehr emotional reagierte mit der Beschimpfung, O sei ein Lügner, worauf dieser mit dem Hinweis antwortete, dieses Verhalten bewirke die (zeitweise) Aufhebung seiner Mönchsrechte. Der Streit fing unscheinbar an und nahm große Ausmaße an, indem die Mönchsbrüder und die im Haus Lebenden und sogar die Jenseitigen Partei ergriffen, statt ihrerseits zu versuchen, zwischen den Streitenden zu vermitteln. – Wie anders dagegen wird die Haltung des Bodhisattva im früheren Leben beschrieben:

*Lange schon zerfallene, längst auseinander gekommene Verwandte, Freunde, Genossen und Sippen war er bemüht, wieder zusammenzubringen: er führte die Mutter wieder mit dem Sohn zusammen und den Sohn mit der Mutter, Vater mit Sohn*



*und Sohn mit Vater, Bruder mit Bruder, Bruder mit Schwester, Schwester mit Bruder – und hatte er so Eintracht gestiftet, dann war er darüber hocheifrig. (D 30 X)*

Einige Mönche mögen eine Versöhnung versucht haben, und unter diesen war einer, der den Buddha, das höchste Wesen, aufsuchte und um Schlichtung bat.

Das liebevolle Verständnis für die Mitwesen fällt dem einen Menschen leichter, dem anderen schwerer. Manche Menschen sind in ihrem Gemüt so beschaffen, dass sie, wo immer sie mit einem lebendigen Wesen zu tun haben, mit ihm empfinden, sein unbewusstes Verlangen nach Wohl natürlicherweise mitfühlen und dass sie ebenso natürlich sich den Mitmenschen mit schonender Rücksicht, liebender Freundlichkeit und Helligkeit zuwenden. Wer das vermag, der hat schon viel in dieses Leben mitgebracht oder in diesem Leben sich erworben. Wer das nicht vermag, der kann es sich erwerben, indem er sich darum bemüht.

Der normale Mensch lebt in der Weise der Reaktion, d.h. wenn ihm die anderen angenehm begegnen, dann begegnet er ihnen auch angenehmer; und die ihm unangenehm begegnen, denen begegnet er auch unangenehmer. Viele Menschen halten diese Verhaltensweise für richtig, sie wenden den Maßstab der Sympathie und Antipathie bewusst an: denjenigen Menschen, die ihnen sympathisch sind, begegnen sie mit größtmöglicher Liebenswürdigkeit und Offenheit; den anderen Menschen dagegen, die ihnen nicht sympathisch sind, verschließen sie sich, behandeln sie abfällig, rücksichtslos – und meinen, so sei es richtig.

So sieht der normale Mensch in erster Linie sich: Hier bin ich, hier sind meine Bedürfnisse, das alles brauche ich – dort draußen sind die anderen. Es ist unser Naturell, die anderen in zweiter Linie zu sehen, nicht nur zeitlich, sondern auch ihre Bedürfnisse zweitrangig zu bewerten. Wir nehmen – gefangen in eigenen Wünschen – ja fast gar nicht teil an den Bedürfnissen der Nächsten und sehen sie darum nicht. Das liegt daran,

dass wir uns lange, lange daran gewöhnt haben, in erster Linie auf uns selber zu sehen, auf unsere eigenen Wünsche und Bedürfnisse.

Wer die Lehren der Weisen und insbesondere die Lehre des Erwachten vernommen hat, der begreift, dass diese Haltung gerade falsch ist, dass sie den Täter wie auch die Beteiligten in Kälte, Zwietracht, Misstrauen, Hochmut, Zorn, Streit und Krieg führt. Er begreift, dass es darum geht, das Ich zurücktreten zu lassen, selber in dieser Welt nicht voller Ansprüche sein zu wollen, das „Ich“ nicht auf einen Thron zu stellen: „Hier bin ich, der Anerkennung verlangt und sonstigen Zoll“, sondern umgekehrt: „Ich will keinem Wesen im Weg sein, ich will an nichts festhalten, nichts verteidigen, ich will nur aus Enge und Bedrängnis heraus in das Gute, Weite, Freie hineinwachsen.“

Es sind ja Mönche, die der Erwachte hier anspricht, Mönche, die als Hausleute die Lehre des Erwachten gehört haben, begriffen haben, dass sie im Elend der Sinnensucht gefangen sind und dass man zum Heilen kommen kann. Sie haben ihr Hausleben aufgegeben, sind in den Orden gegangen und wollen nun den Weg gehen, der dazu führt, die Sinnensucht, durch die der Mensch an Vergängliches gebunden ist, Antipathie bis Hass und Blendung aufzuheben – und nun streiten sie.

Der vom Erwachten Belehrte weiß: Alles, was von außen an mich herankommt, ist Ernte aus meinem früheren Tun. Die Welt, die mir begegnet, die Erscheinungen, die mir begegnen, habe ich – ebenso wie das jetzige „Ich“ – durch früheres Wirken geschaffen. Der Feind, der mir begegnet, der Kritiker, der mich jetzt kritisiert und mich zurechtweist, er ist Produkt aus meinem früheren Tun. Sollte ich jetzt wieder kritisieren, wieder zanken und streiten, ablehnen, dann schaffe ich mir neue Feinde, die mir in der Zukunft wieder begegnen. Nur durch Hinnehmen dessen, was an mich herantritt, durch Sanftmut, durch Liebe kann ich tilgen, was an mich aus früherer Ernte herantritt.

Alles, was wir positiv bewertend denken, reden oder handeln, schafft eine verstärkte Neigung, in Zukunft auch so zu tun. Wenn Ärger in uns aufkommt und wir lassen ihn zu, dann gewöhnen wir uns daran, dass bei leichten Begegnungen schon Ärger in uns aufkommt. Wenn aber Ärger in uns aufkommt und wir bekämpfen ihn, indem wir uns vor Augen führen, dass diese unliebe, aber ja doch vergängliche Erscheinung selber eingebrockt wurde, und damit den Ärger überwinden, dann fallen uns auch beim nächsten Ärger die weisen Einsichten wieder ein, so dass der Ärger schon leichter überwunden wird. Wer sich aber über den Ärger hinaus auch noch ärgerliche Worte erlaubt, der schafft die Gewohnheit, in Zukunft leichter so ärgerlich zu sein, dass ihm ein böses Wort entfährt. Das alles wissen die Mönche, darin sind sie belehrt worden. Nun verhalten sie sich entgegen der Belehrung. Sie sind ihrem Ärger gefolgt, haben die Gewöhnung des Ärgers verstärkt, und in den anderen, die sie mit Ärger angesprochen haben, haben sie den Verdruss gesteigert. Unbefriedigtsein, Ärger und Verdruss sind Hindernisse im Vorwärtskommen. Zu der Zeit fällt die Askese schwer, Unlust kommt auf, und es gibt auch manche, die die Askese aufgeben und ins Hausleben zurückkehren. Darum sagt der Erwachte: *Das wird euch lange zum Unheil und Leiden gereichen.*

Der Erwachte ist kein Richter. Er sagt nicht: „Ich verordne euch, dass ihr lange Unheil und Leiden haben werdet“, sondern der Erwachte kennt die Zusammenhänge in der Existenz. Er sieht: Aus untugendhaftem Verhalten entstehen üble Folgen. Er zeigt: Es gibt nur einen Feind, das ist die Feindschaft im eigenen Herzen. Durch die Feindschaft im eigenen Herzen sind wir fern vom Heilen. Die Feinde, die wir draußen zu sehen glauben, sind wir selber. Statt nun hier zu säubern, wollen wir andere säubern. Was uns von außen erscheint, ist das Spiegelbild unseres inneren Wesens. Wenn wir am anderen operieren wollen, der uns nicht passt, dann wird er weiter unser Feind bleiben, und wir werden weiter an ihm zu kritisieren haben. Wenn wir aber den anderen Weg gehen, uns selber zu

ändern, dann ändert auf die Dauer der andere sich auch. Wir ändern unsere Umgebung dadurch, dass wir uns ändern. Denn die Umgebung ist unser Spiegelbild.

Der Erwachte sagt (M 21): Wenn ihr sanft und lieb seid, weil euch sanfte Redeweisen begegnen, so ist das nichts Besonderes. Aber aus dem Wissen um den Zusammenhang des Daseins auch bei scheltenden, zürnenden, „ungerechten“ Vorwürfen anderer lieb, sanft zu bleiben, das ist Arbeit an sich selber, Läuterung. Ähnlich sagt *Christus: So ihr die liebet, die euch lieben, tut ihr nichts Sonderliches. Ich aber sage euch: Liebet eure Feinde, segnet, die euch fluchen. (Matth. 5,46 u. 5,44)*

Alle Wesen, vom blinden, sich krümmenden Wurm bis zur strahlenden Gottheit, so unterschiedlich sie auch erscheinen mögen, sind nur Spielarten, nur Variationen derselben Gesetzmäßigkeit, desselben Spiels der fünf Zusammenhäufungen. Immer werden Form und Gefühl wahrgenommen, und die Geistesinhalte bieten an, wie man das Angenehme erreichen, das Unangenehme vermeiden könne. Die innewohnende Wucht der Triebe und die aufgenommenen Einsichten bestimmen das Denken, Reden und Handeln, das zumeist in eingefahrenen Programmen abläuft. Da ist gar kein Du, gar kein Ich. Die fünf Zusammenhäufungen spielen mit dem, was im Geist und in den Tendenzen ist. Wer Ich, Du sagt, macht einen seelenlosen Prozess zu seinem Wesen. Mit solch einem Anblick der fünf Zusammenhäufungen steht der Betrachter oberhalb der Ich-Du-Zweiheit, sieht überall das gleiche Gesetz.

Soweit wir uns ein wenig bevorzugen, soweit wir um eigenen Wohls willen einen anderen stoßen, verletzen, so weit haben wir den anderen, seine Hoffnungen und Wünsche, noch nicht entdeckt.

Es sind hauptsächlich drei trennende Unterscheidungen, die der Übende aufgeben muss, und drei rechte Anblicke, die er sich allmählich aneignen muss, um der gemütererlösenden Meta-Haltung, die der Erwachte den Streitenden empfiehlt, immer

näher zu kommen und sie zu zunehmender Klarheit, Tiefe und Weite entwickeln zu können.

Wer da die lebenden Wesen – Menschen, Tiere oder sonstige Wesen – irgendwie unterscheidet mit dem Maßstab seiner Eigensucht: „Dieser ist mir unangenehm, jener angenehm, dieser ist mir hinderlich, jener nützlich, dieser hat mich getadelt, jener anerkannt, dieser mag mich, doch jener nicht“ – wer immer so mit dem Maßstab der Eigensucht unterscheidet, der kann zu einer solchen Zeit die Metta-Haltung nicht einnehmen.

Wenn wir urteilen: „Der ist mir sympathisch“ – wem ist er sympathisch? Dem Triebkomplex, den Neigungen. Was denen sympathisch ist, muss ein dazu passender Komplex von Neigungen sein. Diese Neigungen hat sich der Geist zum Maßstab gemacht und bejaht die Neigungen, die dazu passen. So fesseln sich die Wesen in diese Art hinein, legen sich fest im Endlichen, im Beschränkten, im Begrenzten. Indem der Übende darüber tritt und alle Neigungen und ihre Gewordenheit sieht, da arbeitet er sich aus dem Endlichen heraus. Das Gemüt ist ja begrenzt, wenn dort ein Ärger aufkommt gegenüber jemandem, dort ein Entzücken, eine Sympathie. Das sind die Grenzen des Gemüts. Wächst der Übende aber allmählich zum unbegrenzten, von Antipathie und Sympathie nicht gelenkten Gemüt, dann fördert der Übende jedermann in bestmöglicher Weise. Dann dient er seinen Mitmenschen *mit von Liebe erfüllter Tat, mit von Liebe erfülltem Wort und mit von Liebe erfülltem Denken, so offen als verborgen*. Das ist die größte und zugleich schmerzloseste Operation, die es gibt. Es ist eine Anstrengung, sich aus der Gewohnheit des Bewertens nach angenehm und unangenehm herauszunehmen, aber es ist nicht schmerzhaft. Und zudem gewöhnt sich der Übende von Mal zu Mal weiter um.

Die zweite trennende Unterscheidung: Wer da andere Wesen unterscheidet mit dem Maßstab der Moral: „Dieser ist unehrlich, jener ehrlich, dieser ist ungerecht, jener gerecht,

dieser ist schlecht, jener gut“ – auch der kann zu einer solchen Zeit die Metta-Haltung nicht haben.

Die dritte trennende Unterscheidung: Wer da die Wesen unterscheidet nach weltlicher Unterscheidung: „Dieser ist klug oder dumm, ist gebildet oder ungebildet, ist von hohem Stand oder niederem Stand, er ist wohlhabend oder arm, tüchtig oder ungeschickt“ und was es sonst noch an weltlichen Unterscheidungen gibt – auch der ist zu einer solchen Zeit fern von der Metta-Haltung.

Es ist nicht so, dass der Mensch sich blind machen soll für die Erkenntnis des Mitwesens, dass er nicht sehen soll, was gut und böse ist und wer gut und böse ist, sondern dass er das Mitwesen nach diesen unterscheidenden Gesichtspunkten nicht bewerten soll, denn nie kann aus solcher Unterscheidung wahre Liebe hervorgehen.

Dagegen bringt die Pflege der folgenden drei rechten Anblicke den Übenden geradezu unmittelbar zu jener gemüterlösenden Metta-Haltung hin:

1. „Das ist auch einer, der Wohl und Glück sucht, Geborgenheit und Frieden sucht, ganz ebenso wie auch ich Wohl und Glück suche, Geborgenheit und Frieden suche.“ Wenn einer uns z.B. zornig anschreit, dann tut er das, weil er unglücklich ist, weil er etwas anderes erlebt, als er möchte. Was äußerlich als Zorn aussieht – es ist ein Weinen.

2. „Das ist auch einer, dessen Fühlen und Wollen, Denken und Handeln, dessen fünf Zusammenhäufungen ganz ebenso wie bei mir bedingt ablaufen“ – das ist der zweite Anblick, der alle trennenden Unterscheidungen aufhebt und das Gleichartige aller Lebewesen herausstellt.

3. „Das ist auch einer, der ganz ebenso wie ich im Lauf des anfangslosen unendlichen Samsāra durch alle Daseinsformen und Daseinsbereiche, durch Menschentum, übermenschliche und untermenschliche Zustände in unendlichem Kreisen hindurchgegangen ist“ – das ist der dritte Anblick, der alle trennenden Unterscheidungen aufhebt und das Gleichartige aller Lebewesen herausstellt und zur brüderlichen/schwesterlichen

Liebe führt. Brüderlich/schwesterlich heißt: gleich und gleich. Wir sind von einer Mutter – alle leben wir von den fünf Zusammenhäufungen – sind aus demselben Nest, dem Samsāra. Die fünf Zusammenhäufungen, vom Wahn gelenkt, lassen helle und dunkle Wesen erscheinen. In allen das Gleiche sehen, das nimmt alle Widerstände in der Welt fort.

Die vierte zur Eintracht führende Verhaltensweise:  
Spenden als Gemeingut betrachten

Über die vierte Verhaltensweise *des brüderlichen Zusammenlebens in Liebe und gegenseitiger Schätzung* heißt es:

*Wenn der Mönch Gaben empfängt, Ordensspenden, so teilt er sie nicht nach Belieben, sondern betrachtet sie als Gemeingut der tugendhaften Ordensbrüder.*

Das ist die praktische Anwendung des Bestrebens, nicht nach eigenen Wünschen, nicht nach Sympathie und Antipathie zu verfahren, sondern die auf dem Almosengang erhaltenen Gaben allen Mitmönchen zur Verfügung zu stellen.

Wenn mehrere Ordensbrüder aus dem Kloster auf den Almosengang gehen, so kommen einige mit wenig Speise in der Almosenschale zurück, andere mit reichlich Speise, je nach den Verhältnissen und Gegebenheiten bei den Spendern. Schon auf dem Almosengang wissen die Mönche: „Der Inhalt der Schale gehört mir nicht, ich bin nur der Essensträger des Ordens.“ So wird gierigen und heimlichen/trennenden Gedanken: „Das brauchen die anderen nicht zu sehen“ und damit möglichem Streit mit solchen, die es doch gesehen haben, vorgebeugt. Die Mönche wissen ja: „Wir sind im Orden, um uns von allem Eigenwillen, von Antipathie und Sympathie freizumachen.“ Jede Begegnung ist eine Aufforderung, diesem Ziel näher zu kommen. Das Essen, um das im weltlichen Leben so viele Tendenzen und Gedanken kreisen, soll dem Mönch lediglich dazu dienen, *diesen Leib gesund und leis-*

tungsfähig zu halten, um ein Heilsleben führen zu können. Es ist eine der Übungen, um Offenheit und Fürsorge gegenüber allen Mitbrüdern über alles selbstsüchtige Verhalten oder sym-/antipathie-bedingtes Verteilen zu stellen. In dem Sinn heißt es im Milindapañhā (S.373):

*Was ich an Speise auch erlang',  
das teil' ich mit den Brüdern gern,  
bevor ich selber greife zu.*

Auch bemüht sich der Übende, nach wahrer Bedürftigkeit auszuteilen. Es wäre eine Anmaßung, eine Ablehnung, eine Verurteilung, wenn er sagen würde: „Der ist ein Vielfraß, der bekommt nie genug, dem gebe ich nur wenig.“ Wenn einer sehr begehrt ist, dann hat er mehr Bedürfnis als einer, der weniger begehrt. Dann geht der Übende richtig vor, wenn er ihm mehr gibt. Wenn der Betreffende das öfter erlebt, dann ist das eine bessere Hilfe, ihn zum Maßhalten beim Essen zu bringen, als wenn man ihn darben ließe.

Die fünfte zur Eintracht führende Verhaltensweise:  
Einhalten der Tugendregeln

*Weiter sodann, ihr Mönche, da hält ein Mönch gemeinsam mit den Ordensbrüdern, sowohl in ihrer Anwesenheit wie in ihrer Abwesenheit, die Tugenden ein, die da freimachen, zur Einigung führen und darum von den Erfahrenen gepriesen werden. Er hält sie lückenlos, unverfälscht, unverbogen, ungebrochen ein, ohne an ihnen zu hängen.*

Der Läuterungsweg besteht aus drei großen Etappen: Tugend (*sīla*), Herzenseinigung (*samādhi*), Weisheit (*paññā*), zwischen welchen zwei einschneidende Transformierungen der gesamten Seinsweise des Übenden liegen. Die erste Etappe ist



die Tugend, die Entwicklung einer helleren, sanfteren Begegnungsweise mit allen Lebewesen. Die Verhaltensweisen des zur Tugend, zur tauglichen Begegnung erwachsenen Mönchs, des Asketen, sind viel umfassender als die des in Haus und Familie Lebenden (M 27, M 38 u.a.):

*1. Lebewesen zu töten – das hat er aufgegeben. Dem Töten von Lebewesen widerstrebt sein Wesen. Ohne Stock, ohne Schwert, teilnehmend und rücksichtsvoll hegt er zu allen Wesen Liebe und Mitempfinden.*

*2. Nichtgegebenes zu nehmen – das hat er aufgegeben. Dem Nehmen des Nichtgegebenen widerstrebt sein Wesen. Gegebenes nur nimmt er, Gegebenes wartet er ab, nicht diebisch gesinnt, rein gewordenen Herzens.*

*3. Unkeuschen Wandel – das hat er aufgegeben. In Reinheit lebt er, abgeschieden, von dem weltlichen Geschlechtsverkehr ganz abgewandt.*

*4. Trügerische, verleumderische Aussagen über Worte oder Taten anderer hat er verworfen, der Verleumdung widerstrebt sein Wesen. Die Wahrheit spricht er, der Wahrhaftigkeit ist er ergeben, standhaft, vertrauenswürdig, ohne von weltlichen Interessen bewogen, zu verleumden oder zu täuschen.*

*5. Das Hintertragen hat er aufgegeben. Dem Hintertragen widerstrebt sein Wesen. Was er hier gehört hat, das berichtet er nicht dort wieder, um jene zu entzweien; was er dort gehört hat, das berichtet er nicht hier wieder, um diese zu entzweien; vielmehr einigt er Entzweite, festigt Verbundene. Eintracht macht ihn froh, Eintracht freut ihn, Eintracht beglückt ihn, Eintracht fördernde Worte spricht er.*

*6. Verletzende Worte zu reden – das hat er aufgegeben. Dem Aussprechen verletzender Worte widerstrebt sein Wesen. Worte, die frei von Schimpf sind, dem Ohre wohltuend, liebevoll, zum Herzen dringend, höflich, viele erfreuend, viele erhebend – solche Worte spricht er.*

*7. Leeres Geschwätz hat er aufgegeben. Allem leeren Gerede widerstrebt sein Wesen. Zur rechten Zeit spricht er, den Tatsa-*

*chen gemäß, auf den Sinn bedacht, der Lehre und Ordnung getreu. Seine Rede ist reich an Inhalt, klar abgegrenzt, alles umschließend, ihrem Gegenstand angemessen.*

Es geht bei diesen Tugendregeln nicht nur um den momentanen inneren Willensentschluss, sondern um die beständige richtige Einstellung in Geist und Herz zu den Mitwesen. Es gilt nicht, ein Gesetz zu erfüllen, sondern es gilt, *teilnehmend und rücksichtsvoll zu allen lebenden Wesen Liebe und Mitempfinden zu hegen* und aus dieser Gesinnung heraus sich von allem üblen Handeln zu entfernen.

Da es hier um den Übungsweg des Mönchs geht, den Weg zur völligen Freiheit im Nibbāna, so wird in der dritten Tugendregel von der völligen Keuschheit gesprochen.

Die drei ersten Tugendregeln betreffen das Tun des Menschen; die vier weiteren betreffen sein Reden.

Wer diese Ratschläge mit Ruhe in sich aufnimmt und öfter bedenkt, der entdeckt eine neue höhere Welt einer edleren, lauterer Gesinnung. In dem Bemühen, diese Tugendregeln einzuhalten, beobachtet der ernsthafte Nachfolger im Lauf der Jahre und Jahrzehnte bei sich eine Erhöhung und Erhellung seines inneren Wesens, durch die er von allen früher gespürten Widerwärtigkeiten, Hindernissen und Dunkelheiten nicht mehr berührt wird. Sie sind für ihn geradezu „nicht da“. Schon mit dieser Erfahrung geht ihm eine Ahnung von der Gültigkeit der Grundaussage des Erwachten auf, dass alle Dinge nicht an sich so da sind, wie wir sie zu erleben glauben, sondern dass die Beschaffenheit des eigenen Herzens, das Maß an Gier, Hass, Blendung, allein die Qualität unseres Erlebens zwischen Glück und Qual bestimmt.

Ja, noch mehr: Für den nur nach außen gewandten Menschen fast Unfassbares geht aus solcher Entwicklung hervor. Der Erwachte drückt es aus: *Wenn er diese Entwicklung der heilenden Begegnungsweise vollendet hat, dann erwächst bei ihm ein inneres Wohl der Vorwurfsfreiheit.* Er sagt, dass ein solcher Mensch für seine gesamte Zukunft – also die unendli-

che über Tod und Leben hinausgehende Zukunft – nicht irgendwo und irgendwie noch Gefahr fürchtet. Nach allen Religionen und ausweislich der Geschichte führt der sittenlose Lebenswandel, das hemmungslose begehrlische Süchten und das gehässige, niederträchtige Handeln über kurz oder lang unweigerlich zu der harten Begegnung, zu Schmerzen, Leiden und Entsetzen – und führt der sittlich reine Lebenswandel, führen Milde, Hilfsbereitschaft, Nachsicht und Güte zu der sanften Begegnung, zu allem Glück der Lebewesen. Darum darf, wer sich zu jenem sittlich lauterem Lebenswandel durchgerungen hat, ganz sicher sein, dass das ihm jetzt noch begegnende Unliebe und Schmerzliche, das Ernte ist aus seinem früheren untugendhaften Handeln, nach und nach abnehmen, sich mindern und verschwinden wird und dass in zunehmendem Maß das Erwünschte und Ersehnte eintreten wird.

Dafür gebraucht der Erwachte ein sehr deutliches Gleichnis (D 2): So wie ein Kriegerfürst, der seinen Todfeind überwunden und vernichtet hat und selbst voll gerüstet und kampffähig dasteht, nun von keiner Seite mehr Angriff und Gefahr zu erwarten hat – so stehe der Mensch in seinem Leben, der sich – ausgerüstet mit der heilenden rechten Anschauung – nun auch nach und nach völlig zu der rechten heilenden Begegnungsweise umgebildet hat: kein dunkler, schleichender Gewissensdruck, keine sorgenden Vorstellungen durch innere Mahnungen, vielmehr sieht er einen offenen Weg in immer lichtere Zukunft vor sich, die auch durch keinen Tod beendet wird.

Diese Schwächung der Todesfurcht ist eine der Früchte allein schon dieser Entwicklung der heilenden Begegnungsweise; denn wenn nicht schon vorher, so gelangt der Mensch spätestens durch die mit der heilenden Begegnungsweise verbundene Einübung und Umwandlung seiner inneren Triebe – jener Triebe, die ihn vorher zu mehr rohem, rauem, rücksichtslosem Vorgehen bewegten – mehr und mehr zu der Einsicht, dass die Triebe im Gegensatz zu seinem sterblichen Körper zeitlos bestehen und überhaupt sein inneres Leben und Wollen

sind, während der Körper nur die von diesem Leben und Wollen bewegte Marionette ist. Auf dem Weg der Tugendentwicklung stellt er sich mehr und mehr auf die Seite dieser seiner Bewegkräfte.

Und wenn er sich überhaupt noch mit etwas identifiziert, dann nicht mit dem Körper, sondern mit den inneren Bewegkräften. Und da er gerade diese als für alles Leiden und alle Dunkelheit verantwortlich sieht, so entwickelt er immer mehr Tatkraft und Beharrlichkeit zu ihrer Reinigung, Erhellung und Auflösung.

Der Erwachte nennt noch weitere zum Tugendbereich gehörende Mönchsregeln:

*Sämereien und Pflanzungen anzulegen, hat er aufgegeben. Einmal am Tag nimmt er Nahrung zu sich, nachts ist er nüchtern. Das Essen zur Unzeit hat er aufgegeben. Verwendung von Duftstoffen, von Schmuck und besonderen Kleidern und Blumen hat er aufgegeben. Hohe prächtige Lagerstätten hat er aufgegeben. Gold und Silber anzunehmen, hat er aufgegeben. Rohes Getreide nimmt er nicht an. Rohes Fleisch nimmt er nicht an. Frauen und Mädchen nimmt er nicht an. Diener und Dienerinnen nimmt er nicht an. Ziegen und Schafe nimmt er nicht an. Hühner und Schweine nimmt er nicht an. Elefanten, Rinder und Rosse nimmt er nicht an. Haus und Feld nimmt er nicht an. Botschaften, Sendungen, Aufträge übernimmt er nicht. Kauf und Verkauf hat er aufgegeben. Falsches Maß und Gewicht hat er aufgegeben. Von den krummen Wegen der Unaufrichtigkeit, Unehrlichkeit, Täuschung, des Betrugs ist er ganz abgekommen. Das Zerstören, Töten, Gefangennehmen, Rauben, Plündern, überhaupt Gewaltanwendung widerstrebt ihm.*

*Wenn er diese Entwicklung der heilenden Begegnungsweise vollendet hat, dann erwächst bei ihm ein inneres Wohl der Vorwurfsfreiheit.*

Zu der Zeit, als der Buddha den Mönchsorden gründete, bestanden in Indien schon ungezählte größere und kleinere Orden anderer Religionsgemeinschaften. Bei deren Mitgliedern, besonders denen der älteren Orden, war schon sehr viel Abwegiges aufgekommen, das mit Mönchtum wenig zu tun hatte. Um seine Mönche vor diesen schlechten Vorbildern zu sichern, hat der Erwachte diese Regeln gegeben.

Die sechste zur Eintracht führende Verhaltensweise:  
Das zum Heilsstand hinführende Heilsverständnis

*Weiter sodann, Ānando, besitzt und bewahrt sich der Mönch gemeinsam mit den Ordensbrüdern, sowohl in ihrer Anwesenheit wie in ihrer Abwesenheit, jenes zur Aufhebung allen Leidens hinführende Heilsverständnis, das den danach Vorgehenden zur vollständigen Leidensversiegung bringt. Auch das ist eines der sechs Verhaltensweisen des brüderlichen Zusammenlebens in Liebe und gegenseitiger Schätzung, die zu freundschaftlicher Gesinnung, zu Streitlosigkeit und Eintracht führen.*

*Das sind die sechs Verhaltensweisen des brüderlichen Zusammenlebens in Liebe und gegenseitiger Schätzung, die zu freundschaftlicher Gesinnung, zu Streitlosigkeit und Eintracht führen.*

In M 48 spricht der Erwachte über diese sechste zum Heilsstand hinführende Heilsverständnis noch ausführlicher:

*Und von diesen sechs Verhaltensweisen des brüderlichen Zusammenlebens ist eines das Höchste, das Wichtigste, das Beste, nämlich das zur Aufhebung allen Leidens führende Heilsverständnis, weil nur dieses (den danach Vorgehenden) zur vollständigen Leidensbefreiung bringt.*

*Gleichwie bei einem Turm eines das Höchste, das Wichtigste, das Beste ist, nämlich die Zinne, so auch ist von diesen sechs Verhaltensweisen eines das Höchste, eines das Wichtigste, eines das Beste, nämlich das zur Aufhebung allen Leidens führende Heilsverständnis, weil nur dieses (den danach Vorgehenden) zur vollständigen Leidensbefreiung bringt.*

Ein Turm wurde bei den alten befestigten Städten und Burgen nur um der Zinne willen gebaut, um von ihrer Höhe aus nahende Feinde schon von weitem sehen zu können und bei Kämpfen um die Mauern Überblick zu bewahren. Der ganze Unterbau des Turms hat keinen Eigenzweck, sondern dient nur dazu, die Zinne so hoch wie möglich zu setzen. Der Mensch, der Überblick wünscht über seinen Standpunkt und darüber, wohin die verschiedenen Wege führen, ersteigt den Turm und hat von seiner Höhe, der Zinne, aus, die Möglichkeit zur Orientierung. Ebenso sucht der Nachfolger unter dem Einfluss der Unterweisung des Erhabenen nach bleibendem Wohl und gewinnt, oft für einen Augenblick, über alles Vordergründige, sinnlich Wahrnehmbare hinaus die unbeschreibliche Erfahrung von dem Aufhören und Stillstehen alles Werdens und Vergehens und damit einen Blick für das Ungewordene, das ewig Sichere, das Nirvāna. Dieses wird genannt *amatam*, das Todlose. Es gibt dem Erleber die Gewissheit, dass das unbeschreibliche Wohl erfahrener Unverletzbarkeit wirklich erreichbar ist. Dem Geist prägt sich dieses Erlebnis so sehr ein, dass ein unauflösbarer Zug entsteht, dieses Wohl für immer zu gewinnen. Das ist die endgültige Anziehung zum Heilsstand: der Stromeintritt.

So wie die Zinne die Möglichkeit zur Orientierung über die Vorgänge im weiten Umkreis bietet, so verändern sich in dem nun von hoher Warte Herabschauenden die einstigen Maßstäbe, seine Bewertung der Dinge. Er erkennt, dass die meisten Dinge, die ihm früher wertvoll waren, nicht wertvoll, sondern wertlos und sogar schädlich sind. Dieses Heilsverständnis kann man nur von der Höhe des Turms aus gewinnen, wenn

man sich im beharrlichen Fortschreiten in den fünf vorgenannten anderen Eigenschaften einen soliden Turm gebaut hat.

Das Gleichnis vom Turm mit seiner Zinne, von der aus die Landschaft von oben her überblickt werden kann, erinnert an ein anderes Gleichnis des Erwachten, an den vierten Schwimmer im Gleichnis von den sieben Schwimmenden (A VII,15). In dem Gleichnis von den Schwimmenden wird geschildert, dass die Wesen sich im Wasser befinden. Wasser ist nicht das Element, in dem sich der Mensch dauernd aufhalten kann, der Mensch lebt auf dem Land. Auf dem Land kann er atmen und ruhen, ohne gefährdet zu sein; im Wasser muss er absinken und ertrinken, wenn er sich nicht ununterbrochen bemüht.

Der nach Sicherheit Suchende, der immer wieder nach der heilenden Situation Ausschau hält, erkennt im Bedenken der vom Erwachten aufgezeigten Daseinskomponenten einen kurzen Augenblick lang den Zustand der Freiheit von den fünf Zusammenhäufungen. Das Erleben, das Tun und Lassen aller Wesen von der äußersten Unterwelt über die Tierwelt, die Menschenwelt, die Götter bis hinauf zu den erhabensten Stadien ist immer nur aus den fünf Zusammenhäufungen „komponiert“. Der normale Mensch achtet nicht darauf und erkennt es nicht, weil er von seiner beschränkten Perspektive aus den verschiedenen Erscheinungen auch einen verschiedenen Wert beimisst und sich damit an viele Erscheinungen mit Zuneigung gebunden hat und gegen andere Abneigung entwickelt hat. Da gilt es nun zu merken, dass Gefühl und Wahrnehmung nur dadurch aufkommen, dass Triebe in den Sinnesorganen berührt worden sind. Triebe, angewöhnte Zu- und Abneigungen, die sich durch Wohl- oder Wehgefühle kundtun, sind die Bedingungen für Ich- und Welterleben (*Was man – ich – fühlt, nimmt man – ich – wahr.*). Wären die Triebe nicht angewöhnt worden, gäbe es weder die Wahrnehmung eines Ich noch einer Welt. Der Erwachte nennt den Körper das „Werkzeug des Durstes“: der Durst, die Triebe, wollen sehen, wollen hören, wollen riechen, wollen schmecken, wollen tasten und als sechstes: wollen über die Dinge nachdenken. Für diese sechs-

fache Bedürftigkeit ist der Körper nur ein Werkzeug, und alles andere, was sonst noch am Körper und im Körper ist: die Glieder, die Nerven, der Blutkreislauf, der Stoffwechsel, der Magen, die Atmung usw. dienen nur dazu, die triebbesetzten sechs Instrumente funktionsfähig zu halten und die ganze Apparatur dahin zu bringen, wo die Triebe sehen, hören usw. wollen. So ist der Körper nur Ausdruck und Werkzeug des triebhaften Verlangens nach Sehen, Hören, Riechen, Schmecken, Tasten und Denken.

Wäre dieses Verlangen in den Sinnesorganen des Körpers, in der zum Ich gezählten Form (1. Zusammenhäufung) nicht, so gäbe es keine als angenehm oder unangenehm empfundene (2. Zusammenhäufung) Wahrnehmung (3. Zusammenhäufung) von als zum Außen gezählten Formen (1. Zusammenhäufung), worauf mit Gedanken, Worten oder Taten reagiert wird (4. Zusammenhäufung), was sich bei häufiger Wiederholung programmiert als programmierte Wohlerfassungssuche (5. Zusammenhäufung). Durch diese im Dienst der Triebe programmierte Suche des Geistes nach Wohltuendem (5. Zusammenhäufung) werden wieder Formen (1. Zusammenhäufung) und Gefühle (2. Zusammenhäufung) wahrgenommen (3. Zusammenhäufung), worauf wieder reagiert wird (4. Zusammenhäufung) und so fort. So konkret dem unbelehrten Menschen das Leben in seinem Auf und Ab erscheinen mag – es laufen in Wirklichkeit immer nur die fünf Zusammenhäufungen im Kreis, angetrieben durch angewöhnte Neigungen.

Wenn diese Betrachtung häufig und in großer Ruhe geschieht, dann wird der bedingt ablaufende Mechanismus offenbar, und es wird gesehen, dass es ein „ich-selber“ nicht gibt. Wer das sieht, der wird nicht etwa beklommen, sondern befreit. Wir sagen, wenn ein Irrtum, eine Illusion wegfällt: „Ich bin enttäuscht worden.“ Mit dem Begriff „enttäuscht“ sagt man, dass man zwar seiner Neigung zuwider von einer Täuschung befreit ist, aber nun auf dem Boden der Realität steht. Erst der realistische Anblick der Dinge erweist sich als sicher und alles andere als nicht sicher. Durch dieses Sicher-



heitsgefühl entsteht Wohl. Man sieht sich im Meer schwimmen, aber man sieht zugleich die Küste. Bei diesem vierten Schwimmer oder dem Menschen auf der Zinne des Turms, der begriffen hat, dass alles Leiden durch das Ergreifen der fünf Zusammenhäufungen bedingt ist, beginnt der Prozess, sich allmählich immer mehr zu distanzieren, sich nicht mehr von den Sinneseindrücken zu nähren. Er erkennt das Wesen der Dinge, sieht ihren ständigen Fluss, sieht, dass sie nicht „sind“, und er merkt, dass er durch dieses Wissen nichts verliert, sondern alles gewinnt, nämlich den Weg zu Selbstständigkeit, Unbedürftigkeit, Unabhängigkeit, Unverletzbarkeit, vollkommener Freiheit. Wer an den Dingen hängt, ist dem Schicksal dieser Dinge ausgeliefert, er muss mit der Vernichtung der Dinge auch vernichtet sein. Wer an nichts Vernichtbarem mehr hängt, kann nicht vernichtet werden. Mögen die Dinge vergehen, ihm geht nichts verloren.

Auf diesem Weg, auf dem er sich immer weniger von den äußeren Dingen sättigen lässt, geistig sich von nichts Vergänglichem befriedigen lässt, erlebt er, dass er nicht etwa immer hungriger wird, sondern dass das Gegenteil eintritt: Von einem aufsteigenden inneren Frieden erfüllt, bedarf er nicht mehr der tausendfältigen Befriedigungen. Und so geht aus dieser Durchschauung von selbst immer mehr die Abwendung vom Unbeständigen hervor. Wer da weiß: „Dort ist das Heil“, der wendet seinen Willen dahin, denn jeder Mensch sucht mit jedem Willensakt die heilere Situation, und er wendet sich ab von dem Unheilen, dem Unbeständigen, dem Zerbrechlichen in der Erkenntnis: *Alle Dinge sind ungeeignet, sie zu lieben und festzuhalten (M 37)*.

Er sieht die Vergänglichkeit und Ichlosigkeit aller auf diesen Körper gestützten Erlebnisse und Aktionen, und so verliert er den Glauben an Persönlichkeit, an ein Ich, das sich als Subjekt und sein Gegenüber als Objekt ansieht (Aufhebung der ersten Verstrickung). Damit erlebt er ein starkes Gefühl der Unverletzbarkeit und Sicherheit. Die zweite Verstrickung, jene

existentielle Unsicherheit, die das Leben durchzieht, ist geschwunden, die Gefahr des Absinkens ist gebannt.

Ebenso unmöglich ist es, dass ein Mensch, der das Ich-bin-Denken aufgehoben hat, das (sittliche) Begegnungsleben als das höchste ansehen kann. Er sieht, dass die Triebe die Wahrnehmung einer Welt, einer Begegnung zwischen Ich und Welt entwerfen. Diese leidenschaffenden Triebe halten das Rad der fünf Zusammenhäufungen in Gang. Er sieht: In geradezu unendlich vielen aneinander gereihten Leben, anfangslos und darum nicht zählbar in dieser Endlosigkeit, sind die fünf Zusammenhäufungen, die ein Wesen zu sich zählt, ununterbrochen in rieselnder Veränderung von Leben zu Leben immer etwas anders gewesen. Aufhören kann die Verlängerung des einer endlosen Perlenkette vergleichbaren Umlaufs eines Wesens nur dann, wenn es in die Heilsanziehung gelangt. Das ist, wie wenn es mit dem jetzigen Leben eine Perle bekommen hat, deren Loch scharfe Kanten hat, so dass der hindurch laufende Lebensfaden allmählich durchgescheuert wird und nicht mehr unendlich, sondern nur noch endlich hält.

Der Heilsgänger, der die Tatsache der unendlich aneinander gereihten Leben begreift, die wie Perlen auf einer Schnur aufgereiht sind, kommt zu der wunderbaren Erkenntnis, dass „wir“ alle völlig gleich sind. Welche Perlenkette wir jetzt auch betrachten, ob da ein Fürst, Kaiser, Bettler oder Verbrecher vor uns steht, seine Perlenkette ist ganz so wie unsere, nur eben in anderer Reihenfolge. Jeder war schon alles – außer ein in die Heilsanziehung Gelangter. Mit dieser Blickweise kann der Heilsgänger nicht mehr bei einer Begegnung mit einem Menschen den Gedanken aufrechterhalten: „O, der ist weiter als ich“ oder „Der ist weniger weit“ oder gar eine verächtliche Empfindung pflegen. Er sieht: „Wir sind alle gleich.“ Zwar mag in den letzten Millionen Jahren der eine vorwiegend in niederen menschlichen Bereichen gelebt haben und oft Tier gewesen sein, und der andere mag in derselben Zeit gerade mehr in höheren Reichen gewesen sein, aber es gibt keine Bereiche, in welchen nicht jedes Wesen schon schier unendli-

che Male war. Es gibt keine Zahl für die Anzahl unserer Leben. Es gibt nur schier unendlichen Samsāra, innerhalb dessen „ich“ schon jede Daseinsform unendliche Male war und auch andere die unendlich vielseitigen Daseinsformen schon schier unendliche Male waren. Wir haben alle dasselbe Schicksal. Bei diesem Anblick kann es sich der Stromeingetretene nicht erlauben, den jeweils begegnenden Menschen nur so zu sehen, wie er ihm im Augenblick begegnet, sondern er weiß: „Heute ist er so, wie er jetzt scheint, und heute bin ich so, wie ich jetzt scheine. Er war irgendwann genau so wie ich jetzt bin, und ich war irgendwann genau so, wie er mir jetzt zu sein scheint. Letztlich sind wir alle identisch, nur in anderer Reihenfolge.“ – Dieser Anblick ist einer der Anstöße, aus diesem Teufelskreis des schier ausweglosen Samsāra herauszustreben, und er bildet die Grundlage einer ganz selbstverständlichen Tugend, die einem anderen nicht etwas antun kann, von dem der Handelnde auch nicht möchte, dass es ihm angetan würde.

So ist ein solcherart Durchschauender selbstverständlich tugendhaft, aber *er steht oberhalb der Tugend*, wie *Meister Eckehart* sagt. Er weiß: Auch die Neigung anderen wohlzutun erhält die Wahrnehmung eines Wollenden und Wahrnehmenden, die Wahrnehmung von Ich und Welt – endlos.

Unvorstellbar aber ist, dass ein Mensch, der das Heilsverständnis gegenwärtig hat, streiten kann. Wer gesehen hat, dass das sogenannte „konkrete Leben“ letztlich und ausschließlich auf die fünf Zusammenhäufungen zurückzuführen ist und auf deren Zusammenspiel, nach dem sie ständig zusammengehäuft werden, und dass kein Unterschied zwischen „seiner Perlenkette“ und der eines anderen besteht, der kann dem anderen nicht lange böse sein, kann sich nicht mehr in langes Zanken und Streiten einlassen. Es kann zwar noch über ihn kommen, dass er wegen noch vorhandener Verletzbarkeit kurzfristig streitet, aber seine rechte Anschauung kann das nicht dulden; nach kurzer Zeit bremst sie, und sei es, dass der Streitende fluchtartig die Streitszene verlässt, weil er spürt, dass der Streit ein Verschütten des Zugangs zur Wahrheit ist.

Wir wollen alle aus dem Leiden heraus. Wir kommen nur darum nicht aus dem Leiden heraus, weil wir manche Leidensdinge nicht als Leidensdinge kennen. Was einer als Leidensdinge kennt, das meidet er mit all seinen Mitteln, aber was er nicht als Leidensdinge kennt, das kann er nicht meiden. Der Buddha nennt uns alles, was Leiden ist, in den fünf Zusammenhäufungen. Wir können bei allen Wesen in allen Welten sehen: Sie setzen noch auf das eine oder andere der fünf Ergreifens-Haufen, erhoffen etwas von ihnen. Darum erfahren sie die Wandelbarkeit jener Dinge als Leiden. Diese Durchschauung, dass und warum die fünf Zusammenhäufungen nicht Heil sein können, das ist der Anblick, der den Denker herausführt. Kein Wesen geht bewusst und gewollt in Leiden; nur weil er nicht weiß, dass etwas zum Leiden führt, geht er dahin. Aber den Anblick des Leidens der fünf Zusammenhäufungen kann der Übende nicht pflegen, wenn er zornig und wütend ist, Feinde wahrnimmt und in seinem Geist hauptsächlich von den Gedanken bewegt wird: „Wie kann ich dem ausweichen, wie kann ich dem die Wahrheit sagen, wie kann ich dies schützen.“ Darum ist zuerst die brüderliche Liebe und die Übung in sittlicher Zucht genannt, durch die wir uns bei allen Lebewesen in dem Anblick der Gleichheit üben, wodurch auch jedem Streit die Grundlage entzogen wird.

Der Erwachte zeigt an der Kette der Bedingtheiten, dass Wahn, Falschwissen, die Bedingung ist, aus der Leiden hervorgehen muss, und er zeigt im ersten Glied des achtfältigen Heilswegs, dass rechte Anschauung die Bedingung ist, aus der das Heil hervorgehen muss. Das bedeutet: Wer das Rechte nicht weiß, der *kann* nicht unter Umständen im Leiden bleiben, sondern der *muss* im Leiden bleiben. Und wer rechte Anschauung nach Qualität und Quantität gewonnen hat, der *kann* nicht, weil er sie jetzt erworben hat, aus dem Leiden heraus, er *muss* heraus, er kann nicht darin bleiben. So ist Wahn, Falschwissen, der unheilsame Zwang in alles Leiden hinein, und so ist rechte Anschauung der heilsame Zwang zur Befreiung. In der folgenden Lehrrede zeigt der Erwachte in der ihm eigenen Weise, unausgesprochen und doch ganz deutlich darin liegend, diese Tatsache, dass die rechte Anschauung aus dem Leiden herauszwingt. Wer um rechte Anschauung wirbt, wer rechte Anschauung in sich mehrt und vollendet, der wird gesichert herauskommen.

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Vesālī im Großen Wald in der Halle der Einsiedelei.*

*Um diese Zeit war von manchen Mönchen vor dem Erhabenen die Gewissheit verkündet worden: „Beendet ist für mich die Kette der Wiedergeburten, vollendet der Reinheitswandel; getan ist, was zu tun war, jetzt gibt es kein Nachher mehr, das weiß ich.“*

Es war auf Anraten des Erwachten zur Gepflogenheit der Mönche geworden, dem Erwachten oder den jeweiligen heilgewordenen Mönchslehrern kundzutun, wenn sie der Auffassung waren, dass sie das Heilsziel, die Triebfreiheit, die Been-

digung der Kette der Wiedergeburten, das Ende des Leidens, das Nirvāna, erreicht hätten.

Was ist das Nirvāna, das Heilsziel,  
die völlige Triebfreiheit ?

Andere Religionen mit Ausnahme der Lehre des Erwachten verbinden mit der Vorstellung des ewigen Heils bestenfalls einen Zustand, in welchem jegliche Form, also jede räumliche Beschränktheit aufgehoben ist, der aber dennoch durch Gefühl und Wahrnehmung bedingt ist. So bedeutet der Begriff „ewige Seligkeit“ die ewig währende Wahrnehmung eines seligen Gefühls.

Der Erwachte sagt ebenfalls, dass durch die Überwindung jeglichen Ergreifens von Formen bald auch Formen aufgelöst werden, d.h. das Erlebnis von Formen aufhört und dass dadurch eine große Befreiung gewonnen, eine große Seligkeit erlebt wird, die den Tod überdauert. Diese Wahrnehmungsweise ist ganz ohne Form und darum ganz ohne Vielfalt und darum ganz ohne Begegnung und Andrang, ohne Nähe und Ferne und ohne Zeitfluss, aber es ist eben doch Wahrnehmung. Auch die seligsten Wahrnehmungen lehrt der Erwachte aufzuheben und zu überwinden in dem Gedanken (M 64):

*Und was da noch zur Form gehört, zum Gefühl gehört, zur Wahrnehmung gehört, zur Aktivität gehört, zur programmierten Wohlerfahrungssuche gehört – solche Dinge sieht er als unbeständig an; als leidvoll, nämlich als Krankheit, als Geschwür, als Pfeil, als übel, als Beschwerde; als Fremdes, Zwispältiges, Leeres, als Nichtich; von solchen Dingen säubert er das Herz.*

*Und hat er das Herz von solchen Dingen gesäubert, so sammelt er das Herz auf das Todlose (mit dem Gedanken): Das ist der Friede, das ist das Erhabene, dieses Zur-Ruhe-Kommen aller Aktivität, dieses Zurücktreten von der Gewohn-*

*heit des Ergreifens, dieses Aufhören des Lechzens und Dürstens, die Entreizung, Auflösung, Erlöschung.*

Der Durst nach diesen oder jenen weltlichen oder überweltlichen Dingen ist die Bedingung und Ursache für das Eintreten und Aufkommen von Wahrnehmung. – Ebenso umgekehrt: Wenn man aufkommende Wahrnehmungen, formhafte oder formfreie, negativ bewertet und gar in Gleichmut verharret, weder begehrtlich zugewandt ist noch in Abwehr abgewandt ist, dann wird solche Wahrnehmung geringer; und wenn der Gleichmut ihr gegenüber anhält, so löst sie sich früher oder später ganz auf. Und so erlebt der Weise, der sich gegenüber allen, auch den höchsten Wahrnehmungen gegenüber, in unverrückbarem Gleichmut verhält, irgendwann zum ersten Mal ein Erlebnis, das er in keiner Ahnung oder Andeutung bisher kannte: er erfährt den Ausfall von Gefühl und Wahrnehmung; die Form war schon zuvor überwunden, und so ist an dieser wahrnehmungsfreien Weise nichts irgendwie Bedingtes beteiligt, nichts irgendwie Vergängliches, Schmerzliches, Leidvolles beteiligt, nichts Unzulängliches. Die Ausdrucksweise „die wahrnehmungsfreie Weise erfahren“ ist unvollkommen, die wahrnehmungsfreie Weise ist die einzige Weise, die gerade nicht erfahren wird, denn sie besteht darin, dass nicht mehr Erfahren, Erleben ist. Wahrnehmung ist jener krankhafte Andrang, jene Faszination, die Unrast und Wandlungen bewirkt und damit den Frieden verhindert. Gefühl selbst ist beim unerlösten Menschen schon eine durch Berührung der Triebe bedingte Bewegung, Erregung, Wandlung und Unruhe, ist somit eine Belästigung und ein Wehe. Und darum bedeutet der Fortfall des Gefühls zugleich den Fortfall der auch mit dem feinsten Gefühl verbundenen Bewegung, Erregung, Wandlung und Unruhe, den Fortfall der letzten Störung, der letzten Unzulänglichkeit. Der Fortfall des Gefühls und der damit unlöslich verbundenen Wahrnehmung erst ist wahres Wohl. Weil der normale Mensch sich einen solchen Zustand nicht als Wohl vorstellen kann, so sagt der Erwachte (M 59):

Manche Pilger würden fragen: Wenn jede Art von Gefühl und Wahrnehmung, also auch die allerfeinste, aufgehoben ist – wie kann man denn dann sagen, dass das ein Wohl sei? Darauf sollte man antworten:

*Nicht bezeichnet es der Erhabene in Bezug auf das Wohlgefühl als Wohl, sondern wo immer Wohl erlangt wird, das bezeichnet der Vollendete als Wohl.*

Dieses Wohl liegt in dem Fortfall von Gefühl und Wahrnehmung, es liegt in der wahrnehmungsfreien Weise, und je näher der Mönch auf seinem Weg der inneren Läuterung und Reife diesem Stand kommt, je feiner Gefühl und Wahrnehmungen werden, um so mehr versteht er jenes Wohl der vollkommenen Stille, um so mehr strebt er es an. Er weiß ja nun, dass diese wahrnehmungsfreie Weise wahrhaft leidlos und unzusammengesetzt ist. Er sieht keine Bedingungen, durch welche die wahrnehmungsfreie Weise bedingt ist; er sieht, dass die wahrnehmungsfreie Weise nicht geworden ist, nicht zusammengesetzt ist und nicht entsteht und vergeht, sondern in der Aufhebung alles Gewordenen, Zusammengesetzten und damit von allem besteht, das entsteht und vergeht, und dass sie darum allein die Überwindung alles Leidens, aller Vergänglichkeit, alles Entstehens, Vergehens ist, die Sicherheit, das Unverletz-bare, das Heil ist.

Ähnliches erfährt und erkennt schon derjenige, der die vierte Entrückung gewonnen hat. Sein Herz ist zu einer völligen inneren Klarheit und Reinheit von allen nur irgend denkbaren Vorstellungen in „Irdischem“ und auch „Himmlischem“ gewachsen, und insofern ist er befreit von Vergänglichem, Gebrechlichem und Wandelbarem und kann darum von Wandlungen in dieser Welt oder in jener Welt nicht mehr getroffen und betroffen werden.

Ein solches „in Entrückung ausgebadetes“ Gemüt, das kein Haften mehr kennt an Ich und Welt, an Raum und Zeit, das



kein Innen und Außen mehr kennt, das ist fähig zur Erwachung.

Diese ist nur dem völlig indifferenten Herzen möglich, d.h. demjenigen Menschen, der bei allen Erlebnissen immer vollkommen gleichen Gemütes, gleichmütig bleibt, weil ihm alles, was nur „erlebt“ werden und das heißt ja gefühlt und wahrgenommen werden kann, völlig gleichgültig ist bzw. gleich ungültig. Er weiß, dass dies alles Gefühl und Wahrnehmung ist, bedingt durch früheres, aus beschränkter Sicht und falschem Urteil hervorgegangenes Wirken. Diese *Illusion der Begegnungswahrnehmungen* (M 18) findet keinen Anhalt mehr, wird nicht mehr aufgegriffen und festgehalten, sondern sie begegnet einem „sich selbst“ völlig gleichbleibenden Gemüt, das nichts ergreift und von nichts ergriffen wird. Wenn ein solcher dann auch dem erhabenen Zustand seines erworbenen Gleichmuts gegenüber ebenfalls ganz ohne Annehmen und ohne Abweisen gegenübersteht – dann öffnet sich für einen solchen der Ausgang ins Freie, die endgültige Erlösung:

*Nachdem sein Herz solcherart geeint, geläutert, gereinigt, fleckenlos, trübungsfrei, sanft, fügsam und ohne Willkür; vollkommen still geworden war; da richtet er es auf die Erkenntnis der Versiegung aller Wollensflüsse/Einflüsse.*

*„Das ist das Leiden“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist die Leidensursache“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist die Leidensbeendigung“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist der zur Leidensbeendigung führende Pfad“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß.*

*„Das sind die Wollensflüsse/Einflüsse“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist der Wollensflüsse/Einflüsse Ursache“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist der Wollensflüsse/Einflüsse Beendigung“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. „Das ist der zur Beendigung der Wollensflüsse/Einflüsse führende Pfad“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß.*

*So erkennend, so sehend, wird das Herz erlöst von allen*

*Wollensflüssen/Einflüssen durch Sinnendinge, durch Seinwollen, durch Wahn.*

*Mit der Erlösung gewinnt er das Wissen: „Erlösung ist. Beendet ist die Kette der Geburten, vollendet der Reinheitswandel; getan ist, was zu tun war. Nichts mehr nach diesem hier“, das hat er nun verstanden.*

Wer da sät, wird ernten. Durch die Ernten entsteht die Vorstellung von Zeit, ein Nacheinander der gewirkten Erlebnisse. Der Geheilte aber sät nicht mehr, indem er nicht mehr mit Gefühlsbefriedigung denkt, redet und handelt. Darum gibt es für ihn keine Geburt mehr, kein „Nachher“ mehr, keine Zeit. Er hat alles Ersehnen und Verlangen abgetan und ausgerodet und lässt das Gesäte ablaufen. Zur Erhaltung des Leibes tut er, was zur Erhaltung des Leibes notwendig ist. Wo Hausleute und andere Mönche seiner bedürfen, da dient er mit nie versagendem Rat und Zuspruch. Zu den anderen Zeiten aber verweilt er in jener inneren Gelassenheit und Unangelegenheit, durch welche jegliche Wahrnehmung sich auflöst wie Nebel im Strahl der Sonne. Er verweilt im Ungewordenen jenseits aller Gewordenheiten und Wandelbarkeit im Unerregbaren, Uner-schütterlichen und Unzerstörbaren, und er weiß, dass dieses Heile, an das jetzt noch zeitweilig – wie ein Wollknäuel gegen die Eichenbohle – aus einstigem Wirken Bedürfnisse des Leibes und diese oder jene Angehungen rühren, nach dem Wegfall des Leibes für endgültig gewonnen ist und nie mehr verloren gehen kann.

Wenn eines Tages die dem Körper innewohnende und mit-gegebene Vegetativkraft aufgezehrt ist, dann wird nicht mehr wie in den langen, langen Zeitläufen zuvor eine kalte, dunkle, vielfaltsüchtige Ichvorstellung den toten Körper verlassen und die Odyssee der Schmerzen und des Wahns fortsetzen. Dann wird der unangetastete und unantastbare Frieden, der durch nichts bedingt ist, übrig bleiben.

## Mögliche Täuschungen über das Heil

*Es hörte nun Sunakkhatto, der junge Licchavier, dieses reden, begab sich dorthin, wo der Erhabene weilte, begrüßte den Erhabenen ehrerbietig und setzte sich zur Seite nieder. Zur Seite sitzend, sprach nun Sunakkhatto zum Erhabenen:*

*Reden hab ich hören, o Herr: Gar mancher Mönch hat vor dem Erhabenen die Gewissheit kundgetan: „Beendet ist für mich die Kette der Wiedergeburten, vollendet der Reinheitswandel, getan ist, was zu tun war, jetzt gibt es kein Nachher mehr, das weiß ich nun.“ –*

*Die Mönche, o Herr, die da solches reden, haben diese wohl nur eben ihre Erfahrung kundgetan, oder gibt es unter ihnen auch einige, die es irrtümlich in falscher Bewertung ihrer Erfahrungen erklärt haben?*

*– Unter den Mönchen, Sunakkhatto, die solches vor mir verkündet haben, sind manche, die nur eben ihre Erfahrung kundgetan haben, sind aber auch manche Mönche, die es irrtümlich in falscher Bewertung ihrer Erfahrung kundgetan haben. Wenn da, Sunakkhatto, Mönche nur eben ihr Wissen kundgetan haben, so geschah das mit Recht; bei jenen aber, die es irrtümlich in falscher Bewertung ihrer Erfahrungen erklärt haben, denkt der Vollendete: „Die Wahrheit werde ich ihnen aufzeigen.“ Während nun der Erwachte ihnen die Wahrheit aufzeigt, da kommen einige von ihnen in Blendung befangen heran und stellen dem Erwachten Fragen. In jenen Fällen denkt der Vollendete: „Die Wahrheit werde ich ihnen nicht aufzeigen“ –*

*nämlich dann, wenn er feststellt, dass die Menschen für die Wahrheit nicht offen sind.*

Kein um Läuterung bemühter Mönch belügt den Erwachten oder einen anderen Lehrer wissentlich, aber die Möglichkeit der Selbsttäuschung, des Irrtums besteht. Wir wissen ja von uns selber, dass wir in dem Maß unseres Eindringens in die Lehre immer wieder leicht in Irrtümer geraten. Hatten wir etwas tiefer verstanden, hatten wir eine Sehnsucht nach Reinheit gespürt, dann meinten wir, das tiefe Verständnis stünde nun immer zur Verfügung und die Reinheit wäre schon erreicht. Hinzu kommt, dass es in der Nähe des Heilziels, der Aufhebung aller Triebe, so feine, stille Gemütsverfassungen gibt, dass ein optimistischer Nachfolger diese zumindest zeitweilig schon als Endziel ansehen kann. Wenn ein Mönch zum Beispiel durch das Erlebnis weltloser Entrückungen längere Zeit danach noch tiefen inneren Frieden erfährt, ohne dass sich weltliche Regungen wieder melden, so mag er meinen, dass Anziehung und Abstoßung für immer aufgehoben seien. In solch einem Fall würde der Erwachte vielleicht gesagt haben: „Der Ehrwürdige hat einen viel höheren Zustand erlebt als bisher, eine beseligende Gemütsverfassung, eine Transzendierung, eine Übersteigerung sinnlicher Wahrnehmung, aber es ist noch nicht die Aufhebung aller Triebe, es ist noch nicht vollkommen unverletzbarer Friede.“ Oder ein Mönch kann den letzten höchsten und stillsten Zustand der Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung, der noch im Gewordenen festhält, nicht als solchen erkennen und glaubt, er hätte alle Triebe aufgehoben. Da würde ihm der Erwachte antworten: Die positive Bewertung dieses Zustandes sei das höchste Ergreifen, d.h. das Ergreifen der letzten Bindung an Gewordenes, sei aber noch nicht das Nirvāna.

Diese Berichtigung mochte damals manchen optimistischen Mönch enttäuscht haben, und die Mönche stellten, wie es heißt, ihrerseits Fragen, die ihnen ihre Enttäuschung, ihre Blendung eingab, wie etwa: Wie beschaffen ist denn das Heil, was ist denn noch mehr zu tun? anstatt sich der bisher gegebenen Belehrungen und Wegweisungen zu erinnern. In diesem Zustand der Blendung waren sie für eine Belehrung nicht emp-

fänglich, weswegen es heißt: *Der Erwachte zeigte ihnen nicht die Wahrheit auf.*

Auf diese Worte hin bat Sunakkhatto den Erwachten, ihm zu sagen, welcher Art die Darlegung ist, die er solchen Mönchen gab:

*Jetzt aber ist die Zeit, Erhabener, jetzt ist die Zeit, dass der Erhabene die Wahrheit aufzeigt, des Erhabenen Wort werden die Mönche bewahren. –*

*Wohlan denn, Sunakkhatto, so höre und achte auf meine Rede. –*

*Gewiß, o Herr –, erwiderte da aufmerksam Sunakkhatto, der junge Licchavier, dem Erhabenen.*

Ergreifen des weltlichen Köders:  
Fünf Begehrensstränge

*Der Erhabene sprach:*

*Fünf Begehrensstränge, Sunakkhatto, gibt es. Welche fünf?*

*Die durch den Luger erfahrbaren Formen,  
die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen,  
dem Begehren entsprechenden, reizenden;  
die durch den Lauscher erfahrbaren Töne,...  
die durch den Riecher erfahrbaren Düfte,...  
die durch den Schmecker erfahrbaren Geschmäcke,...  
die durch den Taster erfahrbaren Dinge,...  
die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen,  
dem Begehren entsprechenden, reizenden.*

*Das sind, Sunakkhatto, die fünf Begehrensstränge.*

*Es findet sich der Fall, dass da irgendein Mensch vom Köder „Welt“ angezogen ist. Einem Menschen, Sunakkhatto, der vom Köder „Welt“ angezogen ist, ist ein Gespräch hierüber angenehm; und was sich hie-*

*rauf bezieht, das überlegt und erwägt er, verkehrt mit dem Mann, ist gern in seiner Gesellschaft. Und wird etwa ein Gespräch über Begehrensfreiheit geführt, so horcht er nicht auf, leiht kein Gehör, wendet sein Herz der Kunde nicht zu, verkehrt nicht mit dem Mann, ist nicht erfreut und aufgeschlossen in seiner Gesellschaft.*

*Gleichwie etwa, Sunakkhatto, wenn da ein Mann von seinem Dorf seit langem abwesend wäre, und er träfe nun einen anderen Mann, der vor kurzem dort gewesen war, und er fragte ihn nun nach dem Zustand, nach Wohlfahrt und Gedeihen jenes Dorfes, und der Mann rühmte ihm den Zustand, die Wohlfahrt und das Gedeihen jenes Dorfes. Was meinst du, Sunakkhatto, würde da wohl jener Mann aufhorchen, Gehör leihen, sein Herz der Kunde zuwenden, erfreut und aufgeschlossen in seiner Gesellschaft sein? – Gewiss, o Herr. –*

*Ebenso nun auch, Sunakkhatto, findet sich der Fall, dass da irgendein Mensch vom Köder „Welt“ angezogen ist. Einem Menschen, der vom Köder „Welt“ angezogen ist, ist ein Gespräch hierüber angenehm; und was sich hierauf bezieht, das überlegt und erwägt er, verkehrt mit dem Manne, ist gern in seiner Gesellschaft. Und wird etwa ein Gespräch über Begehrensfreiheit geführt, so horcht er nicht auf, leiht kein Gehör, wendet sein Herz der Kunde nicht zu, verkehrt nicht mit dem Mann, ist nicht erfreut und aufgeschlossen in seiner Gesellschaft. Es ist deutlich zu erkennen: Dieser Mensch ist vom Köder „Welt“ angezogen.*

Mit „Köder Welt“ werden also alle Dinge bezeichnet, auf die die fünf Begehren des unbelehrten Menschen gerichtet sind. „Köder Welt“, die allgemein menschlichen Begehrensobjekte, bezeichnen den Bereich des Sterblichen, des dauernden

Auf- und Untergehens und darum des Schmerzes über Enttäuschungen. Wer vom Köder ‚Welt‘ angezogen ist, den interessiert es nicht, wenn von überweltlichen Dingen die Rede ist. Wenn aber einer sagt: „Haben Sie auch gelesen, dass gestern in der Zeitung stand...?“, dann ist der von dem Köder ‚Welt‘ Angezogene in seinem Element und spricht gern darüber. Es muss nicht so sein, dass ein Mönch, der glaubt, er hätte die Triebversiegung erreicht, ununterbrochen von weltlichen Interessen bewegt wird, aber wenn überhaupt noch Reste von Interesse an weltlichen Dingen vorhanden sind, wenn er bei etwas sinnlich Reizendem aufhorcht, dann muss er von sich wissen, dass er noch von weltlichem Köder angezogen ist, noch nicht die Triebfreiheit erreicht hat.

Der Erwachte nennt in unserer Lehrrede als Beispiel dafür, wie einer vom ‚Köder ‚Welt‘ angezogen ist, die enge Beziehung, die ein in der Fremde Weilender zu seinem Heimatort hat und die ihm deutlich bewusst wird, wenn er einem Menschen zuhört, der vor kurzem diesen seinen Heimatort verlassen hat und über ihn berichtet. Die Bindung an ihren Heimatort ist bei den meisten Menschen darum so stark ausgeprägt, weil sie einst als empfängliche Jugendliche mit sinnlichem Begehren voll Hoffnung und Erwartung an die ihnen sympathischen Menschen und verlockenden Dinge herangingen und die Erlebnisse mit ganzem Herzen einsogen, ergriffen. Sie haben sich in die ihnen liebe und vertraute Umgebung eingebunden, haben sich an sie gefesselt. In der Fremde nun sucht ein solcher Mensch nach Eindrücken, die denen in der Heimat gleichen; findet er sie nicht, so lauscht er um so begieriger den Berichten über „zu Hause“. Erinnerungen, Begehren werden wach. Das kann dazu führen, dass mancher, der in der Fremde nur ihm Unangenehmes, Unvertrautes erlebt, sich durch den Bericht über die Heimat entgegen allen rationalen Erwägungen „nach Haus“ zurückkehrt. So stark ist das Begehren „nach den ersehnten, geliebten“, vertrauten Lebewesen und Sinnendingen.

Dieses Gleichnis zeigt: Wer die ihn befriedigenden Erlebnisse nicht hat, ist in einem großen Vakuum, ist ein Hungerleider voll Sehnsucht und Leiden. Begehren ist die Wurzel allen Leidens. Der Hungerleider muss immer den Hunger zu stillen suchen, und sein Begehren kann so stark anwachsen, so hemmungslos werden, dass er die Schranken der menschlichen Gepflogenheiten durchbricht, wodurch er sich nicht nur diesseitiges, sondern auch jenseitiges Wehe bereitet, denn je größer bei dem Menschen das Begehren wird, um so rücksichtsloser strebt er die Erfüllung an, da allein der Befriedigung verheißende Gegenstand sein Denken ausfüllt.

Hinter den sogenannten fünf Sinnen steckt viel mehr als der westliche Biologe sieht. Der Erwachte nennt sie nicht umsonst die fünf Begehrensstränge. An anderer Stelle sagt der Erwachte (A IV,45): *Hier in diesem (von den Sinnesdrängen besetzten) Körper mit Wahrnehmung und Geist, da ist die Welt.* Die Bezeichnung „Begehrensstränge, Sinnesdränge“ deutet durchaus nicht auf willenlos zur Verfügung stehende Werkzeuge hin, wie die westliche Auffassung von den Sinnesorganen ist, sondern auf ein inneres geistiges Sich-Ausstrecken nach sinnlicher Wahrnehmung. Darum heißt es bei den Formen, Tönen, Düften usw., dass es die *ersehten, geliebten, entzückenden* seien, *die angenehmen, dem Begehren entsprechenden, reizenden.* Das drückt ja in aller Deutlichkeit ein uns innewohnendes Begehren und Sehnen nach bestimmten Erscheinungen aus.

Wir brauchen ja auch nur unsere persönlichen Wünsche etwas näher zu betrachten und uns in unserer Familie und Umgebung umzusehen, dann merken wir sofort das uns Angenehme, zu dem wir hinstreben, und das Unangenehme, das wir nicht mögen oder gar ablehnen, und auch Schreckliches, vor dem wir oft geradezu zurückfahren.

Allein die Tatsache, dass das eine angenehm, das andere unangenehm erscheint, deutet ja auf einen innewohnenden subjektiven „Schmecker“ hin, zumal wir immer wieder erfahren, dass ein Gegenstand, der dem einen Menschen sehr lieb



und angenehm ist, den anderen abstößt oder ihm gleichgültig ist. Daran sieht man, dass unsere Zu- und Abneigungen gegenüber den unterschiedlichen Objekten nicht durch die Objekte selbst, sondern durch den uns innewohnenden Geschmack und dessen Verhältnis zum Objekt bedingt ist. Ohne diese innere geradezu geistmagnetische Anziehung würden die davon betroffenen Objekte für uns nicht plötzlich erfreulich aufleuchten. Und ohne dieses innerliche geschmackliche Missfallen gegenüber anderen Objekten würden auch jene uns nicht plötzlich als abstoßend, ekelhaft, empörend erscheinen. Die hinter den Sinnesorganen dem Körper innewohnenden Sinnesdränge vergleicht der Erwachte sehr drastisch mit sechs Tieren,, deren jedes zu einem anderen Ziel hindrängt.

Die Organe sind nur Werkzeuge für jene unheimlichen innewohnenden sinnlichen Süchte, die zusammengenommen einen großen inneren Hungerleider bilden, der ununterbrochen nach dem Welterlebnis lugt und lauscht und lungert und lechzt und der sich von innen her durch die Sinnesorgane holt, was er holen kann.

Zwar kann man die Pāliworte für die den Sinnesorganen innewohnenden Dränge bei den überlieferten Reden nicht immer mit Luger, Lauscher, Riecher usw. übersetzen, denn sie werden oft auch allein für die Möglichkeit der sinnlichen Wahrnehmung und unabhängig von dem sinnlichen Drang benutzt, ähnlich wie wir „Herz“ sagen nicht nur, wenn wir charakterliche und moralische Eigenschaften meinen, wie etwa „ein gutherziger Mensch“, sondern mit demselben Wort auch das körperliche Organ bezeichnen. Diese manchmal gleiche Bezeichnung für den sinnlichen Drang wie für das Organ konnte sich der Inder der damaligen Zeit erlauben, weil ihm zutiefst bewusst war, dass diese Sinnesorgane ihre Herkunft nur vom Begehren haben. Diese Tatsache ist allen geistigen Menschen bekannt – also denen, die auf ihre inneren geistigen Vorgänge achten: die Willensbildung, die Affekte und Motivationen, weil sie sich dafür verantwortlich fühlen. Da aber der moderne Mensch fast nur nach außen lebt, so ist das bei ihm

anders. Wenn er die deutschen Wörter „Auge, Ohr, Nase“ usw. gebraucht, dann denkt er durchaus nicht an die innewohnenden Dränge. Darum ist es gut, wenn wir öfter darüber meditieren, dass das Sehenvollen, der innere drängende Luger, zum Auge geführt hat und das Hörenvollen, der drängende Lauscher, zum Ohr geführt hat usw., dass wir nicht nur sinnlich wahrnehmen können, sondern müssen, dass wir abhängig, bedürftig und begehrlieh sind.

Die Lehren sind durchsetzt von Bildern über das Wesen des Begehrens. Ein weiteres Gleichnis haben wir in M 75:

Der Erwachte vergleicht dort die fünffache sinnliche Bedürftigkeit mit einem Aussatzkranken, dessen ganzer Körper ununterbrochen juckt; nur durch Kratzen empfindet er eine vorübergehende Befriedigung. Wenn uns ein Objekt gefällt, so ist die Berührung der Bedürftigkeit angenehm, befriedigend, aber der Erwachte sagt: Durch Befriedigung, die im Geist positiv bewertet wird, wird der Hunger immer größer; und je größer der innere Hunger ist, um so rücksichtsloser holt ein Mensch heran. Wenn aber der Aussatzkranke gesund ist, dann braucht er gar nicht mehr zu kratzen, dann fühlt er sich ohne Kratzen dauernd tausendmal wohler, als wenn er hier und da eine flüchtige Befriedigung zusammenkratzt.

Der Erwachte vergleicht den Geheilten, wenn er von Formen, Tönen usw. berührt wird, mit einer Eichenbohle, gegen die ein Fadenknäuel geworfen wird. Das Fadenknäuel kann nicht in die Eichenbohle eindringen, kann sie nicht verwunden. Den gewöhnlichen Menschen mit seinen tausend Bedürfnissen dagegen vergleicht der Erwachte mit einem feuchten Lehmhaufen, in den Steine hineingeworfen werden. Sie dringen ein, verwunden ihn. So sind wir verletzbar durch unsere Bedürftigkeit, Empfindlichkeit.

Der Erwachte vergleicht das dem jeweiligen Durst, dem jeweiligen Begehren Folgen mit dem Gang in den Sumpf. Jeder Begehrensgedanke, jede Begehrensvorstellung ist ein Sandkörnchen mehr auf der Waagschale der Begehrliehkeit. Unser Leben besteht aus einzelnen Gedanken und aus einzel-

nen Vorstellungen, und ein begehrlcher Gedanke nach dem anderen, eine begehrlche Vorstellung nach der anderen füllt die Waagschale, mehrt das Gewicht, verstärkt die Süchtigkeit.

So wie Salzwasser nie den Durst stillen kann, so kann die Befriedigung der Begehrensdränge nie das Begehren endgültig stillen, sondern macht den Trinkenden nur noch durstiger. Der Mensch schaukelt sich auf zu immer größerer Leidenschaftlichkeit, zu immer größerer Abhängigkeit. Die Heilslehrer sehen die gesamte Sinnenlust im weitesten Sinne als eine Suchtkrankheit an und die jeweiligen Begehrensobjekte als Rauschmittel. Je größer bei dem Menschen die Sucht ist und je längere Zeit sie unbefriedigt bleibt, um so rücksichtsloser muss er aus dem entsetzlichen Mangelgefühl heraus danach trachten, diese Sucht zu erfüllen. Zu der Zeit kann er weder den Weg zu seiner Befreiung noch die Not der Nächsten auch nur sehen. Der Gegenstand der Befriedigung füllt sein ganzes Blickfeld aus und erscheint ihm blendend, verheißend, verlockend mit unwiderstehlicher Gewalt. Irgendwann kann die Spannung nicht mehr ausgehalten werden, und wir sprechen dann innerlich von Süchtigkeit, äußerlich von asozialer Haltung und Kriminalität. Er ist in diesem Leben ein Rücksichtsloser, ein Brutaler geworden, und nach dem Tode kehrt dieser Tendenzenkomplex zu seinesgleichen ein, wo hemmungslose Sucht mit Rücksichtslosigkeit und Brutalität herrschen und wo auf ihn zurückfällt, was er an Verweigern und Entreißen gewirkt hat. Das ist „der Gang in den Sumpf“.

### Von der Freiheit von weltlichem Begehren angezogen

Der Erwachte fährt fort:

*Es findet sich aber auch der Fall, dass da irgendein Mensch von Freiheit von weltlichem Begehren angezogen ist. Einem Menschen, Sunakkhatto, der von Freiheit von weltlichem Begehren angezogen ist, ist ein*

*Gespräch hierüber angenehm; und was sich hierauf bezieht, das überlegt und erwägt er, verkehrt mit dem Manne, ist gern in seiner Gesellschaft. Und wird etwa ein Gespräch über „weltlichen Köder“ geführt, so horcht er nicht auf, leiht kein Gehör, wendet sein Herz der Kunde nicht zu, verkehrt nicht mit dem Mann, ist nicht erfreut und aufgeschlossen in seiner Gesellschaft.*

*Gleichwie etwa, Sunakkhatto, ein welches Blatt, vom Stängel abgefallen, nicht mehr ergrünen kann, ebenso nun auch ist von einem Menschen, der von Freiheit von weltlichem Begehren angezogen ist, die Verstricktheit in den weltlichen Köder abgefallen. Es ist deutlich zu merken: Dieser Mensch ist losgelöst von der Verstricktheit in weltlichen Köder.*

Es ist ein Gesetz, dem alle Wesenheit, alle Tiere, Menschen, Geister und Götter unterliegen: wenn ein Lebewesen nicht größere und seligere Lebensmöglichkeiten kennt oder ahnt als seine bisherigen, so kann er sie in keiner Weise anstreben wollen. Und so bleibt das Wesen gefangen und muss gefangen bleiben in seinen bisherigen Gewohnheiten und abseits der größeren Möglichkeiten. Weil ein Wesen erst von den größeren Zielen hören und sie verstehen muss, ehe es dazu kommen kann, sich aus seinem Sumpf zu erheben und das Größere anzustreben – darum erscheinen immer wieder die Größeren, die Heilslehrer, die den höheren Zielen näher gekommen sind oder sie ganz erreicht haben, unter den Menschen und belehren sie darüber, dass sie bis jetzt ihre besten und herrlichsten Möglichkeiten versäumt haben, dass es aber den Weg gibt, zu hellerem und höherem Erleben zu kommen. In diesem Sinne sagt der Erwachte (M 96):

*Eine heilsmächtige, weltüberlegene Fähigkeit, die der Mensch besitzt, die lehre ich ihn nützen.*

Das heißt ja, dass der Mensch diese ihm innewohnende, heilsmächtige Eigenschaft nur mangels Kenntnis nicht benutzt, nicht benutzen kann. Diese Fähigkeit ist die Möglichkeit, durch Belehrung und Erfahrung die Existenz in ihren gesamten Möglichkeiten kennen und so durchschauen zu lernen, dass man dadurch zu ihrer vollständigen Beherrschung kommen kann und zuletzt zur endgültigen Freiheit. Wo der Geist diese Möglichkeiten nicht kennenlernt, da kann er den Menschen auch nur immer von den einen der ihm bekannten grauen Möglichkeiten zu den anderen führen und wieder hin und her. – Erst wenn der Geist aufnehmen kann, dass es bisher ungeahnte größere, hellere Daseinsmöglichkeiten gibt – erst dann kann er diese anstreben.

Die Religionsgründer und ihre Nachfolger raten den Menschen nicht nur zu tugendlichem Verhalten in der Welt, um zu besserem Erleben zu gelangen, sondern auch um über die Welt und über sich selbst hinaus zu wachsen, weil in der Welt die Freiheit nicht ist.

So sagt *Jesus* zu dem reichen Jüngling, nachdem er ihm die Tugendregeln empfohlen hat (Matth.19,21): *Willst du vollkommen sein, so gehe hin, verkaufe was du hast und gib es den Armen. So wirst du einen Schatz im Himmel haben; komm und folge mir nach.*

Hier wird also ausdrücklich die Vollkommenheit, das wahre Heil erst in Verbindung mit der Weltüberwindung verheißen. Noch deutlicher sagt er (Lukas 12,33-34): *Verkaufet was ihr habt und gebet Almosen, machet euch Beutel, die nicht veralten, einen Schatz, der nimmer abnimmt im Himmel, da kein Dieb zukommt und den keine Motten fressen.*

Das Heil also ist nicht in der Welt zu finden. Hier in der Welt befindet sich alles in ständigem Kommen und Gehen; und wer sein Herz an die hiesigen vergänglichen Dinge hängt, der kann nicht das Heil jenseits der Welt und über der Welt gewinnen.

In diesem Sinne sagt *Angelus Silesius*:

*Freund, meide was dir lieb,  
fleuch was dein Sinn begehrt,  
du wirst sonst nimmermehr  
gesättigt und genährt:*

*Viel wären zum Genuss  
der ew'gen Wollust kommen,  
wenn sie mit zeitlicher  
sich hier nicht übernommen.  
(Cherubim. Wandersmann V,374)*

Hier ist der Unterschied zwischen der „zeitlichen Wollust“ und der „ewigen Wollust“ gezeigt: In der Welt der sinnlichen Wahrnehmung, in der wir mit unserem Begehren leben, sind wir durch unser tausendfältiges Verlangen auf die tausendfältigen Befriedigungen angewiesen. Aber da das begehrende Verlangen auch durch alle Befriedigungen immer nur vorübergehend gestillt wird, so muss den Menschen immer wieder neu dürsten, und er muss immer wieder neu aufbrechen, um zu erlangen, wonach ihn verlangt.

Wer aufmerksam durch sein Leben geht, der weiß, wie es sich mit seinen Wünschen verhält, der versteht die Begierden- gleichnisse, die der Erwachte dem Hausvater *Potaliyo* gibt (M 54).

Die Übung der Überwindung der Sinnensucht nimmt einer nur dann auf sich, wenn er „der Wirklichkeit gemäß“ erkennt, dass das Leben des normalen Menschen ebenso mühselig und schmerzlich wie sinnlos ist: immer wieder Körper anlegen, genießen, Enttäuschung, Tränen, Resignation, Sterben, Wiedergeburt als genussbedürftiges Wesen, das keine oder nur wenig gute Taten angesammelt hat und darum drüben darbt, dem Verlorenen nachtrauert, dann wieder irgendwo Anziehung verspürt, in einen Mutterschoß einsteigt, wieder geboren wird mit neuen Hoffnungen usw. – sinnlos. So lange schon folgt ein Körperwechsel dem anderen, kein Anfang ist zu sehen, keine kontinuierliche Aufwärtsentwicklung; einmal neh-

men die Wesen bei der Erfüllung ihrer Wünsche Rücksicht auf die anderen, dann wieder nicht; entsprechend sind die Daseinsformen: einmal heller, einmal dunkler. Der gewöhnliche Mensch kann aus diesem Geborenwerden, Altern und Sterben, aus Kummer und Schmerz nicht heraus, so wie die Fliege sinnlos an der Fensterscheibe nach einem Ausgang sucht, aber die offene Tür nicht bemerkt. Der Buddha zeigt die offene Tür, aber der unbelehrte Mensch sieht sie ebenso wenig, wie die Fliege an der Scheibe sie sieht, weil er immer wieder auf die herankommenden Wahrnehmungen schaut, so wie die Fliege nur dem hellen Fenster zugewandt ist.

Der Erwachte sagt: Dies ganze Erleben ist nicht so wie es scheint: die Wahrnehmung kommt nicht von außen, von einer objektiven Welt, sondern ist bedingt durch die Herzensverfassung der Wesen: das Bedürfnis zu sehen, zu hören, zu riechen, zu schmecken, zu tasten, geblendet zu denken, lässt die Wahrnehmung von Festigkeit, Flüssigkeit, Wärme und Luft aufkommen. Der normale Mensch meint, Wahrnehmung von Festem komme von Festem, der Erwachte zeigt: Wahrnehmung von Festem ist die Folge eines Herzens voller Tast- und Schmeckbedürfnis. Die ganze Welt mit Ich und Du, Freunden und Feinden ist erfunden von einem bedürftigen Herzen, ja, das Universum der gesamten Welt diesseits und jenseits ist Entwurf des Herzens, ist ununterbrochen fließend, eine schmerzliche, vergängliche Bewegtheit. Dies sehend, negiert der vom Erwachten Belehrte alles Erscheinen vom Grund her, obwohl er zunächst auch noch in der Gewöhnung verwurzelt ist, aber er schämt sich seiner Verwurzelung und kann darum nicht anders, als sie immer wieder negativ zu beurteilen und damit zu mindern. So lockert sich sein Verhältnis zur gesamten Weltlichkeit. Allein schon von der Pflege der rechten Anschauung her gewinnt er inneren Abstand, weil er weiß: *Alle Dinge sind ungeeignet, sie zu lieben und festzuhalten. (M 37)* Darum verlieren für ihn die durch den sterblichen Körper erlebbaren irdischen Dinge, die „Darlehen“, ihren Glanz, und manchmal, wenn er durch geeignete innere und äußere Um-

stände sehr still und klar geworden ist, dann kommen sie ihm wie kindliches Spielzeug vor.

Der auf Geistiges ausgerichtete Mensch hat in seinem Gemüt den irdischen Dingen den Rücken gewandt und hat seinen Willen auf die Erhellung des Herzens, auf Hochherzigkeit, Liebe und Schonen gerichtet.

Er bemüht sich, die Bedürfnisse der Mitwesen ebenso mitzubedenken und nachzuempfinden wie die eigenen, ja, den Unterschied zwischen sich und anderen immer wieder gedanklich aufzuheben in dem Wissen: Alles was mir begegnet, ist Ernte meines Tuns, ist meine unbewältigte Vergangenheit, ist die Gespaltenheit meines Herzens in Ich und Welt.

Indem der Nachfolgende sich übt, mit den anderen mitzuempfinden (*mettā*), fühlt er sich zu Nachsicht und Schonen (*karunā*) gedrängt, will dem anderen wohltun, nicht wehtun. Es kann kein wirkliches Mitempfinden geben ohne den Wunsch zu schonen.

Einer, der sein Herz dahin gebracht hat, dass er, wo immer er an Lebewesen denkt, auf ihre Anliegen achtet, schonend und fürsorglich an sie denkt und bei Begegnungen mit ihnen so umgeht, dem erscheint alles eigene weltliche Anliegen blass und unbedeutend. Er erfüllt Herz und Gemüt mit liebevollen, schonenden Gedanken – und die egoistischen, selbstsüchtigen Gedanken und Empfindungen schwinden.

So wie beim Goldwaschen durch das Herauslesen der Fremdkörper allmählich der Goldgehalt immer mehr zum Vorschein kommt, der Goldsand immer mehr glänzt, so auch verändert, erhöht und erhellt sich bei dem Menschen das Herz und damit das innere Grundgefühl, die innere Stimmung, die Gemütsverfassung. Er beginnt, das helle Herz als die Quelle weltunabhängigen Wohls zu entdecken. Im Lauf der Jahre hat er immer deutlicher erfahren, dass nicht dieser Körper und nicht diese Welt, sondern diese seine entdeckte still-heitere Gemütsstimmung, das Grundgefühl, der Träger seiner Existenz ist. Er merkt, dass diese Gemütsstimmung gar nicht durch den Körper besteht und nicht durch die Sinneseindrücke, son-



dem immer nur durch die Beschaffenheit des Herzens, seine Eigenschaften, bedingt ist.

Diese Entwicklung wird in der Läuterungspraxis der verschiedenen Kulturen die Entwicklung zur Abgeschiedenheit genannt, womit weniger die äußere Einsamkeit als die Abgeschiedenheit von dem sinnlichen Begehren gemeint ist, und sie gilt als der Umbruch und die Umstellung des Menschen von außen nach innen, von der Welterscheinung zum Beobachten innerer Vorgänge.

Ein solcher Mensch ist bei sich selbst glücklich und darum unabhängig von den vergänglichen Scheinfreuden, die durch die Befriedigung der Sinnensucht eintreten. Sein Rückzug von dem Außen ist ihm nicht Verzicht, sondern Beseligung, er lebt in voller Hingabe an den inneren Herzensfrieden, der durch die Erhellung möglich wurde. Sein Denken ist damit beschäftigt, die aus früherem Wahn gesponnenen Welterscheinungen immer mehr als solche zu durchschauen und dadurch unterscheiden zu lernen, welche Wege in das Leiden hineinführen und welche aus dem Leiden herausführen. Darüber wird er in seinem Geist zunehmend klar und heiter und in seinem Herzen hell und still, und es mag sein, dass er zu dieser Zeit öfter die erste weltlose Entrückung (*jhāna*) gewinnt, in welcher nur noch Denken und Sinnen über Wahrheitszusammenhänge stattfinden. Der Erwachte sagt (M 99), dass durch kein sinnliches Erlebnis eine solche Beseligung und Glückseligkeit möglich sei. Diese Glückseligkeit wird so durchdringend und alles ausfüllend, dass dadurch das normale Körpergefühl beschwichtigt wird, mehr und mehr zurücktritt, immer weniger bemerkt wird bis zum völligen Vergessen. Mit dem völligen Vergessen des Leibes setzt ein stilles, alles beherrschendes, machtvolles Wohl ein, und in der sammelnden Gewalt dieses seligen Wohls gewinnt das Herz vollkommenen Frieden. In diesem Frieden sind alle Wünsche vergessen, als seien sie nie gewesen, ist alles Ich vergessen, als sei es nie gewesen und ist alle Weltlichkeit vergessen, als sei sie nie gewesen. Es ist der

erste Grad der Erfahrung eines aus aller Weltlichkeit entrückten überweltlichen Wohles.

Durch die Entrückungen wird der Mensch der Weltwahrnehmung so entwöhnt, wie es sich der normale Mensch gar nicht vorstellen kann. Wir kennen außer den sinnlichen Wahrnehmungen nur den Zustand, unter die sinnliche Wahrnehmung zu fallen durch Schlaf oder Ohnmacht; und wenn wir von dort wieder zurückkommen, dann sind wir die alten und freuen uns, wieder „da zu sein“. Wer aber die Herzensläuterung bis zu der Reinheit entwickelt hat, die zu der Entrückung erforderlich ist, der lebt mit oder ohne sinnliche Wahrnehmung in einem so hellen Gemütszustand, der unvergleichlich ist mit den durch sinnliche Wahrnehmungen erfahrenen Befriedigungen. Darum wird von den Entrückungen gesagt, dass man hier über die Sinne hinaus gestiegen ist. Und dadurch tritt eine große Veränderung in dem Wesen des Menschen ein.

Der normale Mensch wird in den Reden des Erwachten als „weltwahrnehmig“ bezeichnet, aber der Entrückungsgewohnte ist „eigenwahrnehmig“, er lebt im Wohl seines hellen, beruhigten Herzens. Ein solcher muss nicht mehr wahrnehmen, aber er kann noch wahrnehmen. Er lebt in einer inneren Ruhe, die wir uns nicht vorstellen können.

Der Erfahrene merkt: Es gibt einen Frieden, der viel wohlthuender und länger während ist als jede sinnliche Befriedigung, und durch diese leibhaftige Erfahrung wird die Verstricktheit in weltlichen Köder ganz und gar aufgehoben. Der Erwachte vergleicht in unserer Lehrrede diesen Vorgang mit einem Blatt, das welk ist, vom Baum abgefallen ist und nicht mehr ergrünen kann. Ein Blatt, das vom Baum abgefallen ist, kann nur immer trockener werden. Ein Blatt hat Millionen Poren, und eine Pore nach der anderen wird durch die negative Bewertung allmählich welk, bis das ganze Blatt so welk ist, dass es von der Bindung an den Baum frei wird und herabschwebt. So auch hat der Mensch vielfältige, millionenfältige Süchte, Neigungen nach sinnlichem Erleben, die je nach der Intensität der Bewertung einzeln gemindert werden oder über-

stiegen werden durch höheres Wohl. Manche Blätter sind beim Abfallen noch grün, aber nachdem einmal ein Blatt vom Baum abgefallen ist, bekommt es keinen Säftestrom mehr mit. Der Übende folgt noch manchmal dem Durst nach Formen, aber er mindert ihn durch rechte Bewertung ständig. Somit findet kein Zufluss mehr statt, keine das Begehren positiv bewertenden Gedanken, sondern genährt werden die Gedanken über das Elend des Begehrens und die erfahrene Freiheit von aller Sinnsüchtigkeit.

### Von der Vorstellung der Nichtetwasheit angezogen

*Es findet sich, Sunakkhatto, der Fall, dass da irgendein Mensch von der Vorstellung der Nichtetwasheit angezogen ist. Einem Menschen, Sunakkhatto, der von der Vorstellung der Nichtetwasheit angezogen ist, ist ein Gespräch hierüber angenehm; und was sich hierauf bezieht, das überlegt und erwägt er, verkehrt mit dem Mann, ist gern in seiner Gesellschaft. Und wird etwa ein Gespräch über Begehrensfreiheit geführt, so horcht er nicht auf, leiht kein Gehör, wendet sein Herz der Kunde nicht zu, verkehrt nicht mit dem Mann und ist auch nicht erfreut und aufgeschlossen in seiner Gesellschaft.*

*Gleichwie etwa, Sunakkhatto, ein Steinblock in zwei Teile zerbrochen, sich nicht mehr zusammenfügen lässt, ebenso nun auch ist bei einem Menschen, angezogen von der Vorstellung der Nichtetwasheit, die Verstricktheit in Begehrensfreiheit aufgelöst. Es ist deutlich zu erkennen: Dieser Mensch ist losgelöst von der Verstricktheit in Begehrensfreiheit und ist angezogen von der Vorstellung der Nichtirgendetwasheit.*

*Angezogen von der Nichtetwasheit, angezogen vom Nichts heißt: Angezogen vom Frieden. Jedes Erlebnis ist Müh-*

sal, aber weil der Mensch ein Hungerleider nach Erlebnissen ist, merkt er die Mühsal nicht. Die erste Übung bestand darin, trotz der Wahrnehmung der Dinge nicht der Sinnenlust zu folgen durch die Durchschauung des Elends der Sinnendinge. Jetzt sagt sich der Übende: An sich gibt es nichts, weder Ich noch Welt. Es ist lediglich Wahrnehmung, es ist lediglich der Eindruck von Gesehenem, Gehörtem usw., der die Täuschung von etwas wirklich Bestehendem erweckt. Mit dieser Durchschauung interessieren ihn keine Gespräche über die Sinnendinge mehr, er hat auch das Angezogenensein von Begehrensfreiheit abgetan, wie wenn ein Fels gespalten wäre, die Spaltung ist endgültig. Nie mehr kann ein solcher Heilsgänger irgendwelchen Erlebnissen, nicht einmal dem Erlebnis der Freiheit von Sinnensucht Beachtung schenken, noch erst recht kann er nicht der Verlockung verfallen, denn all dieses ist noch die Vorstellung von „etwas“, ist kein Frieden.

Betrachten wir das hier kurz Zusammengefasste noch nach dem Wortlaut anderer Lehrreden. Da heißt es z.B. in M 106:

*Da überlegt der Heilsgänger bei sich: „Sinnensucht nach diesseitigen Dingen, Sinnensucht nach jenseitigen Dingen, sinnliche Wahrnehmungen dieser Welt, sinnliche Wahrnehmungen jener Welt, diesseitige Formen und jenseitige Formen, diesseitige Form-Wahrnehmungen und jenseitige Form-Wahrnehmungen und die Wahrnehmung der Sinnensuchtfreiheit – alles sind Wahrnehmungen; wo diese ohne Rest aufhören, das ist die Ruhe, das ist das Erhabene, nämlich die Erlangung der Nicht-etwasheit. Wie er nun so vorgeht, häufig dabei verweilt, da beruhigt sich ihm das Herz bei dieser Strebensrichtung. Ist es beruhigt, so erlangt er die erstrebte Nicht-irgendetwasheit oder er wird von der Weisheit angezogen. Nach dem Versagen des Körpers jenseits des Todes mag es wohl sein, dass die führende programmierte Wohlerfahrungs-suche ihn die Nichtirgendetwasheit erreichen lässt. Dies, ihr*

*Mönche, wird als der erste hilfreiche Weg zur Erlangung der Nichtirgendetwasheit bezeichnet.*

An sich ist nichts, alles ist nur Wahrnehmung, auch das erhabene Erlebnis der Sinnensuchtfreiheit ist nur Wahrnehmung. Wer sich selbst gründlich beobachtet und über den Vorgang seines Erlebens nachdenkt, der erkennt, dass sich sein gesamtes Erleben immer nur in der Wahrnehmung, im geistigen Erscheinen und Empfinden, vollzieht. – Aber auch trotz dieser Erkenntnis fällt es dem Menschen schwer, zu dieser Erkenntnis immer wieder neu hindurchzudringen, weil wir die falsche Anschauung eines Ich und einer Dinglichkeit zu sehr gewöhnt sind.

Wir haben die Vorstellung, als ob wir unsere Sinneserlebnisse von einer an sich vorhandenen Außenwelt ablösen, als ob unsere sinnliche Wahrnehmung ein Hereinholen von Formen, Tönen, Düften, Schmeck- und Tastbarem aus einer unabhängig von „uns“ bestehenden Außenwelt wäre. Dabei ist das, was der Mensch und jedes Lebewesen für „Wissen von sich selbst“ und „von der Welt“ hält, in Wirklichkeit nichts anderes als seine Deutung der Wahrnehmung „Ich“ und der Wahrnehmung „Welt“. Von keiner Erscheinung „weiß“ der Mensch anders als nur durch die Wahrnehmung.

Wenn er ganz unbefangen und unvoreingenommen und nüchtern nach der Herkunft seines Wissens von „sich“ und „der Welt“ fragen würde, so müsste er zwangsläufig auf die Wahrnehmung als die Herkunftsstätte, ja überhaupt als die Dimension alles Erscheinenden kommen. In jedem Augenblick erfährt er Wahrnehmung um Wahrnehmung und nichts anderes. Über die Wahrnehmung hinaus kann gar nichts erfahren werden. Aber der gewöhnliche Mensch, auch der Naturwissenschaftler, hat das Medium aller Erfahrung, die Dimension aller Existenz, den „Urstoff“ von „Ich“ und „Welt“, alles Geistigen und alles Körperlichen – „Wahrnehmung“ – wegen ihrer zu großen Nähe übersehen.

So sagt *Hans Peter Dürr*, der Nachfolger *Heisenbergs* am Max Planck Institut für Physik in München, im Vorwort des von ihm herausgegebenen Sammelbandes „Physik und Transzendenz“ (Scherz-Verlag 1987 Seite 12):

*Eine Erklärung der Quantenphänomene kam zu der überraschenden Schlussfolgerung, dass es eine objektivierbare Welt, also eine gegenständliche Realität, wie wir sie bei unserer objektiven Betrachtung als selbstverständlich voraussetzen, gar nicht 'wirklich' gibt, sondern dass diese nur eine Konstruktion unseres Denkens ist, eine zweckmäßige Ansicht der Wirklichkeit, die uns hilft, die Tatsachen unserer unmittelbaren äußeren Erfahrung grob zu ordnen.*

Der Erwachte hat – lange bevor christliche Mystiker, westliche und östliche Philosophen und neuestens manche Spitzenforscher der Naturwissenschaften zum selben Ergebnis gekommen sind – gezeigt, dass es unmöglich ist, unsere Wahrnehmung auf eine an sich bestehende objektive Welt zurückzuführen, da sie ein geistiger Vorgang, nämlich Wahrnehmung – und dadurch entstandenes vermeintliches Wissen um vorgestellte, ein-gebildete Dinge ist. Diese ein-gebildeten Dinge bestehen aber auch nicht „an sich“ (etwa in einem ‘Reich der Ideen’), sondern sind Prozesse (*sankhāra*) ohne Bestand. So wie in einem Traum ein so und so denkendes und fühlendes Ich und eine so und so beschaffene Welt Inhalt des Traumes sind, der im Traum miterlebte Träumer aber Wirklichkeit zu erleben glaubt, die er beim Erwachen als Traumgespinste erkennt, genau so – sagt der Erwachte – erkennt der aus dem Wahntraum seiner unendlichen „Leben“ Erwachende seine Erlebnisse von Ich und Welt als aus Blendung gesponnenen Wahn, als Wahrnehmung. Oder ganz ebenso wie etwa ein Ölgemälde eine Landschaft darstellen kann mit Bäumen, von welchen wir wissen, dass sie aus Holz sind, mit einem See, von welchem wir wissen, dass er aus Wasser besteht, und mit einem Felsen, von welchem wir wissen, dass er aus Stein be-

steht – aber nichtsdestoweniger alles gebildet ist aus dem Medium Ölfarbe auf Leinwand, so ist letztlich alles, was wir wissen, gleichviel ob wir von Felsen, Wasser, Bäumen und Himmelswolken, von Ich und Welt, von Entrückung oder von Nirvāna wissen, doch immer nur aus Wissen, aus Wahrnehmung bestanden. Darum ist es falsch, bei der Wahrnehmung dieser Erscheinungen davon auszugehen, dass sie „wirkliche“ Landschaft mit Bäumen, Seen und Felsen, Ich und Welt seien. „Wirklich“ ist die Tatsache der Wahrnehmung, die nach psychischen Gesetzen durch Wirken entsteht und vergeht und die nicht einfach von heute auf morgen durch einmalige intellektuelle Korrektur („jetzt wissen wir es“) verändert werden kann, sondern nur in geduldiger allmählicher Übung.

Und wodurch ist der Wahn, das Wahnwissen, die Wahrnehmung, bedingt, wenn sie nicht von einer objektiven Welt der Dinge herkommt? Die Antwort lautet: Durch Eingebildetes, Angewöhntes und dadurch Gegebenes (*dhātu*) ist Wahrnehmung, Wahn bedingt. Der Erwachte nennt zwei Quellen für die Wahrnehmung:

1. Die Gesamtheit des von uns in der Vergangenheit Gewirkten, das Schaffsal, das an den Menschen scheinbar von außen (als Außengebiet) wieder herantritt;

2. das Gefühl, das durch die Berührung der jetzigen Triebe mit dem Außengebiet entsteht.

Laut S 14,13 werden diese zwei Bedingungen der Wahrnehmung zu einem Oberbegriff, *dhātu*, zusammengefasst:

*Von den dhātu kommt die Wahrnehmung (saññā).*

*Von der Wahrnehmung die Anschauung (ditthi).*

*Von der Anschauung das denkerische Angehen des Wahrgenommenen (vitakka).*

Das Wort „*dhātu*“ kommt von dem Verb *dahati* und bedeutet wörtlich „das Hingestellte“, die objektiven und subjektiven Gegebenheiten (lateinisch *datum* = Gegebenheit, die Daten), das heißt also die Dinge, die wir im Leben vorfinden und mit

denen wir zu rechnen haben bei all unseren Unternehmungen, z.B. die Tatsache unserer Sinne und deren begrenzte Reichweite; die Tatsache, dass uns wohlwollende und übelwollende Menschen begegnen und dass wir diesen und jenen Charakter, diese und jene Fähigkeiten haben.

Im Westen herrscht durchgängig die naive Auffassung, dass wir auf diese Gegebenheiten keinen Einfluss hätten, da wir sie ja bei unserer Geburt schon so vorfanden. Der Erwachte aber lehrt, dass alles, was wir in diesem Leben vorfinden, sowohl unser eigener Körper, unser Charakter, unsere geistigen Fähigkeiten wie auch die Familie, in die wir hineingeboren sind, deren wirtschaftliche, soziale Situation und der Kulturstand des Landes – dass diese gesamten Wahrnehmungsinhalte durch früheres Tun und Lassen gebildet, ein-gebildet wurden, dass wir also immer nur von der Ernte unseres eigenen Wirkens in Gedanken, Worten und Taten leben, ebenso wie wir mit unserem heutigen Wirken schon an unserer zukünftigen Wahrnehmung bauen. Unter allen Lebewesen, Dingen und Gefühlen, die je empfunden, wahrgenommen, erlebt und erfahren werden, gibt es nicht etwas, das nicht eingebildet worden ist, und zwar dort vor irgendwelcher Zeit eingebildet worden ist, wo es jetzt erlebt, erfahren, empfunden wird. Insofern sind diese Einbildungen und Angewöhnungen selbst hingestellte Gegebenheiten, selbst eingebilddete angewöhnte Daten, und zwar Eigenschaften, Vorstellungen, Erlebnisse, Wahrnehmungen.

Der vom Erwachten ausgesprochene Satz: *Durch die dhātu bedingt sind die Wahrnehmungen* bedeutet also nicht etwa, dass irgendwelche „objektiven Gegebenheiten“ oder „Umweltbedingungen“ oder „gesellschaftliche Verhältnisse“ die Wahrnehmung bestimmen, sondern Einbildungen, Imaginationen, Angewöhnungen sind Gegebenheiten, die unsere Wahrnehmung bedingen.

Danach gibt es nichts, das an sich „da“ wäre, es gibt nur die aus Wahn (*avijjā*) erworbenen Eigenschaften und die einst durch bezugschaffendes Reagieren angewöhnten, aus der La-



tenz (*bhava*) herantretenden Bezüge, die als Umwelt erscheinen. Diese beiden eingebildeten, einander begegnenden Phänomene, die uns als „Ich“ und als „Umwelt“ erscheinen, bedingen die Wahrnehmung, die ein den Trieben des erlebten Empfänders entsprechendes „Ich“ in einer dem Wirken dieses eingebildeten „Empfänders“ entsprechenden „Umwelt“ liefert.

Darum vergleicht der Erwachte die Wahrnehmungen mit Luftspiegelungen, die etwas spiegeln, was nur in anderer Weise und an anderer Stelle, nämlich als Triebe des Herzens und als „subjektiv“ empfundene Erscheinungen gebildet wurden. *Kant* sagt bekanntlich:

*Wir leben von Erscheinungen und halten sie für die Dinge an sich.*

Was *Kant* „Ding als Erscheinung“ nennt, das nennt *Schopenhauer*, der die Lehre des Buddha kannte, „die Welt als Vorstellung“. Und was *Kant* als „das Ding an sich“ bezeichnet, davon sagt *Schopenhauer*, das sei „der Wille im Menschen“, der „die Welt als Vorstellung“ schafft. Deutlicher sagt der Erwachte: Dein sogenanntes Wesen mit allen Bezügen und Bezugspunkten ist die Ursache deiner Wahrnehmung.

Ich und Umwelt haben die gleiche Quelle. Darum wird in Indien die ganze Existenz immer gern mit der Spinne verglichen (vgl. Dh 347). So wie die Spinne aus ihrem Leib, aus sich selber das Netz spinnt, in dem sie lebt als in ihrer Welt, so laufen wir mit unserer Ich- und Weltvision. Jeder ist mit seinem ganzen Erfahrungs- und Reaktionsbereich ein Kosmos, ein geschlossener Kosmos, in dem der „Mensch“ mit seinen Gedanken, Worten und Taten ununterbrochen an seinem Charakter und eigenen Wesen und damit auch an der „Umwelt“ gestaltet. Beides wird ununterbrochen unmerklich verändert, letztlich entsprechend den Ansichten der Wesen. Insofern sind die eingebildeten Gegebenheiten, die wir im Leben vorfinden, alle im Wahn durch Wirken in Taten, Worten und Gedanken geschaffen, werden im Wahn erlebt und gedeutet, und im Wahn wird auch wieder darauf reagiert und werden die Gegebenheiten allmählich verändert.

Der vom Erwachten Belehrte weiß – und erst recht hat es ein solcher Heilsgänger erlebt, der die Sinnensucht überwunden hat –, dass er nur einen geistigen Eindruck, nämlich Wahrnehmung von Festigkeit hat und dass die Wahrnehmung „Materie“ aus der entsprechenden Einbildung (*dhātu*) hervorgeht, eine Einbildung, Angewöhnung, die auch wieder entbildet werden kann. Er ist ja brahmischer und noch höherer Art geworden und hat sich von Sinnensucht und damit von Festigkeit, Flüssigkeit, Temperatur und Luft fast oder gar vollständig entwöhnt. Wenn das Herz nicht materiebedürftig ist, wird „Materie“ nicht erlebt. Nicht eine äußere „Welt“, sondern unser Herz mit all seinen üblen und guten Qualitäten und Bezügen ist die Quelle der erlebten Welterscheinung und ihrer Wandlungen. Darum werden Anziehung, Abstoßung, Blendung überhaupt als das „Etwas“ (*kiñcana*) bezeichnet, als der Erscheinungsmacher (*nimitta karana*), als der „Schöpfer“ (M 43). Die von ihm entworfene Wahrnehmung liefert einen Empfindung suchenden Empfänger und Empfindbares, die Umwelt: einen geschlossenen Kosmos. Der erlebte Empfänger erlebt den Drang zu empfinden, fühlt Anziehung – Abstoßung und Blendung, Luftspiegelung, Täuschung. Spiegelung des Herzens nennt der Erwachte das Empfundene, das Erlebte.

Darum empfiehlt der Erwachte dem Heilsgänger, bei jeder Wahrnehmung der Tatsache der Ein-Bildung eingedenk zu sein in dem Wissen, dass Eingebildetes zu entbilden ist, dass es nicht ein zugrunde liegendes Etwas gibt. Ein so Erfahrender hat die Nichtetwasheit zum Stützpunkt genommen. *Wahrnehmung blickt er durch (Sn 779)*. Er durchschaut, ja durchdringt die Wahrnehmung, erlebt sie als Luftspiegelung: *Dies Ganze gilt nicht wirklich. Nichts ist da.*“ (Sn 9)

Die zwei weiteren Betrachtungen, die dazu führen, die Nichtetwasheit zu erleben (M 106) betreffen die Auflösung der Ichempfindung.

*Leer ist dies von Ich oder von Ichähnlichem und Nicht bin ich irgendwo von irgendwem, irgendetwas von diesem. Nicht gehört mir irgendwo bei irgendetwas etwas, das gibt es nicht.*

Der vom Erwachten belehrte Heilsgänger weiß: Mit Gefühl und Wahrnehmung entsteht der Eindruck einer fühlenden Person, die etwas erlebt. Durch die vielen gefühlsbesetzten Eintragungen in den Geist ist die gemütsmäßige Empfindung eines gleichbleibenden Zentrums, eines Ortes, an dem die Erlebnisse ankommen, entstanden: die Ich-bin-Empfindung des Geistes (*asmi-māno*). Das von den Trieben kommende Gefühl ist es also, das dem Geist die Subjektivität „Ich fühle“ suggeriert. So stark wie die drängenden Triebe sind und das von ihnen ausgehende Wohl- oder Wehgefühl, so stark sammelt sich „Ich-bin-Gefühl“ im Geist. Weil der Geist als scheinbar immer gleicher Ankunftsort der Empfindung und des Objektes den vielen wechselnden Orten der als außen empfundenen Vorgänge gegenübersteht, darum entsteht in ihm als der Sammelstelle der Gefühle die „Ich-bin“-Empfindung. Hier wird empfunden, was da abläuft. Nicht gefühlte Gefühle anderer werden auch nicht als „Ich-bin“-Ort gefühlt. Man kann einen anderen schreien hören oder lachen sehen, aber seine Gefühle werden nicht als „die eigenen“ empfunden.

Weil die sehr verschiedenen Berührungssüchte in den Sinnesorganen ihre Empfindungen und Wahrnehmungen an den Geist weitergeben und der Geist die Fähigkeit des Verbindens und Ordners der Eindrücke hat, vergisst er, dass er vorwiegend Meldestelle für die fünf sehr verschiedenen Interessen, Geschmacksfelder ist: Er identifiziert sich mit den jeweils ankommenden Meldungen so, als ob sie von einem Zentrum, einer als Ganzheit und Einheit aufgefassten Person kämen, obwohl diese die Summe der sechs Berührungssüchte ist. Indem vom Luger ein Wohlgefühl gemeldet wird – eben weil die auf Sehen gerichteten Triebe in diesem Augenblick angenehm berührt wurden – dann sagt der Geist: „Ich sehe diese schöne Sache.“ Und so geht es mit allen fünf Sinnesdrängen. Der Heilsgänger, der dem bei sich selbst aufmerksam, in Ruhe nachgegangen ist, weiß, dass der Ichglaube, der Anschein eines Ich, eine ausgespinnene fixe Idee ist, Wahn ist.

Um die Aufhebung der Ich-bin-Empfindung: „Leer ist dies vom Ich oder Ichähnlichem“ geht es dem Heilsgänger, der die Nichtetwasheit zum Stützpunkt nimmt. Da er die Freiheit von Sinnensucht erreicht hat und d.h. brahmische Weite gewonnen hat, kann er sich nicht mehr gefühlsmäßig mit dem Körper und dessen Sinnen identifizieren, aber er mag noch Neigung zu Reiner Form oder zu Formfreiheit haben und sich mit diesen Neigungen identifizieren. Wo Neigungen sind – und seien es die feinsten – da gibt es Ich-bin-Empfindung und damit Erregung (bei Nichterfüllung des Gewünschten) und Wahn (8., 9. und 10. Verstrickung). Dieses wissend, betrachtet der Übende: „Ich“, „irgendwo“, „irgendwer“, „irgendetwas“, das mit „mir“ in Beziehung steht, gibt es nicht – es sind im Geist entstandene Einbildungen. Von allem, was erfahren, gedacht, empfunden wird, gibt nur die Wahrnehmung Zeugnis, und Wahrnehmung entsteht durch Wollen, durch die Vielfalt der Neigungen.

Da ist gar kein Empfinder, der getroffen werden könnte, da sind nur Neigungen, durch Denken geschaffene Vakua, die gilt es aufzuheben. Es gibt kein verletzbares Ich, dessen Wünsche befriedigt und das verteidigt werden müsste, es ist nur Einbildung, Traum, Wahn, dass es ein solches gebe. Solcherart nimmt der Übende die Nichtetwasheit zum Stützpunkt, indem er sich deutlich vor Augen führt: „Durch Wollen entsteht Wahrnehmung“, aber weder gibt es Form noch Ich. Ist Wollen aufgehoben, wird auch Wahrnehmung aufgehoben. Da ist nichts sonst und bleibt auch nichts übrig. Diese Vorstellungen führen den so weit Gereiften zum Anstreben der „Grenzscheide möglicher Wahrnehmung“, der Weder-Wahrnehmung noch-nicht-Wahrnehmung:

Von der Weder-Wahrnehmung-noch-  
Nicht-Wahrnehmung angezogen

*Es findet sich, Sunakkhatto, der Fall, dass da irgend-  
ein Mann von der Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-  
Wahrnehmung angezogen ist. Einem Mann, Sunak-*

*khatto, der von der Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung angezogen ist, ist ein Gespräch hierüber angenehm. Was sich hierauf bezieht, das überlegt und erwägt er, verkehrt mit dem Mann, ist gern in seiner Gesellschaft. Und wird etwa ein Gespräch über die Vorstellung der Nichtetwasheit geführt, so horcht er nicht auf, leiht kein Gehör, wendet sein Herz der Kunde nicht zu, ist nicht erfreut und aufgeschlossen in der Gesellschaft dieses Mannes.*

*Gleichwie etwa, Sunakkhatto, ein Mann, von einem köstlichen Gericht gesättigt, dieses nun zurückweisen würde, was meinst du, Sunakkhatto, hätte dieser Mann weiterhin Verlangen nach diesem Gericht? –*

*Gewiss nicht, o Herr. – Warum nicht? –*

*Jenes Gericht würde ihm nun widerstehen. –*

*Ebenso nun auch, Sunakkhatto, findet sich der Fall, dass da irgendein Mann von der Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung angezogen ist. Einem Mann, der von der Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung angezogen ist, ist ein Gespräch hierüber angenehm. Und was sich hierauf bezieht, das überlegt und erwägt er, verkehrt mit dem Mann, ist gern in seiner Gesellschaft. Und wird etwa ein Gespräch über die Vorstellung der Nichtetwasheit geführt, so horcht er nicht auf, leiht kein Gehör, wendet sein Herz der Kunde nicht zu, verkehrt nicht mit dem Mann, ist nicht erfreut und aufgeschlossen in der Gesellschaft dieses Mannes. Es ist deutlich zu erkennen: Dieser Mann ist von der Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung angezogen.*

Auch die Vorstellung: „Es gibt nicht irgend etwas“ ist noch eine Wahrnehmung, eine Vorstellung. Auch diese zu lassen, übt sich der Heilsgänger. Er meidet das Angezogenwerden von

jeglicher Wahrnehmung und sei sie noch so fein. Von denjenigen Mönchen, die in ihrer Läuterung so weit gediehen sind, dass sie öfter die letzte, feinste Erlebnismöglichkeit erreichen, die Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung, die Grenzscheide möglicher Wahrnehmung, heben manche zeitweilig durch Aufhebung alles Wollens alles Wahrnehmen auf, so dass nichts mehr erfahren wird. Von da wieder zurückkommend zu der letzten Stufe und dann zurückkommend zu dem Bewusstsein ihres Körpers, haben sie jetzt die Möglichkeit zu einem realistischen Vergleich, und dadurch merken sie, dass auch die feinste Wahrnehmung eine Belästigung ist gegenüber auch deren Wegfall. Es ist der Wegfall von allen fünf Zusammenhäufungen, die einen Erleber von Erlebnissen entwerfen, es ist Todlosigkeit, unverletzbare Unverletztheit gewesen. Es ist, wie wenn der Übende aus einem Traum, einer Einbildung erwacht. Im Erwachen muss er über den Traum lächeln oder sich schämen. Wer diese – wie *Karl Eugen Neumann* übersetzt – „Grenzscheide möglicher Wahrnehmung“ erfährt, das zeitweise Schwinden der Wahrnehmung, dessen Verhältnis zur Wahrnehmung ist locker geworden, und er hat die Hoffnung, bald zum endgültigen Frieden zu kommen, zur bleibenden Aufhebung der Wahrnehmung. Er empfindet Wahrnehmung als Belästigung, hat genug von der Wahrnehmung, so wie ein Gesättigter die Essenschüssel beiseiteschiebt, nicht mehr essen mag, so mag ein bis hierhin Vorge-drungener nicht mehr erleben.

Von vollkommener Triebversiegung angezogen

*Es findet sich der Fall, Sunakkhatto, dass da irgend ein Mann von vollkommener Triebversiegung angezogen ist. Einem Mann, Sunakkhatto, der von vollkommener Triebversiegung angezogen ist, ist ein Gespräch hierüber angenehm, und was sich hierauf bezieht, das überlegt und erwägt er, verkehrt mit dem Manne, ist*

*gern in seiner Gesellschaft. Und wird etwa ein Gespräch über Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung geführt, so horcht er nicht auf, leiht kein Gehör, wendet sein Herz der Kunde nicht zu, verkehrt nicht mit dem Mann, ist nicht erfreut und aufgeschlossen in seiner Gesellschaft.*

*Gleichwie etwa eine Palme, der man die Krone abgeschnitten hat, nicht wieder emporwachsen kann, ebenso nun auch, Sunakkhatto, ist bei einem Menschen, der von vollkommener Triebversiegung angezogen ist, die Verstricktheit Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung aufgelöst. Es ist deutlich zu merken: Dieser Mann ist losgelöst von der Verstricktheit der Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung und von vollkommener Triebversiegung angezogen.*

Sogar die Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung, die Spitze der Wahrnehmung, die feinste und stillste und blasseste Wahrnehmung, die nach Aufhebung fast aller Triebe noch besteht, soll der Übende, der unzerstörbaren Frieden anstrebt, auch noch abweisen mit dem Gedanken: „*esa sakkāya*“ – dies ist noch etwas, mit dem sich der Erfahrer identifiziert, worauf er sich stützt, eben Wahrnehmung. Das Ergreifen auch nur einer einzelnen Zusammenhäufung nährt den Glauben an Persönlichkeit, fesselt an den Samsāra.

Wenn aber der unvorstellbare Frieden, diese stillste aller Wahrnehmungen, von dem Wunsch, der Tendenz nach Ruhe und Frieden positiv bewertet und damit ergriffen wird – etwa in dem Gedanken: „Das ist die Ruhe, das ist der Frieden“ – der Erwachte bezeichnet es als das höchste Ergreifen – so bleibt der Übende mit dieser erhabenen Wahrnehmung lange Zeiten hindurch verbunden. Irgendwann aber kommen latent gewesene Triebe nach sinnlicher Wahrnehmung wieder auf, und das Wesen sinkt, dem Genuss sich hingebend, abwärts. Die dabei

erfahrenen furchtbaren Schmerzen lassen das Wesen wieder Ausschau halten nach einer Wegweisung zu schmerzfreiem Erleben, und es kann wieder in langer Läuterungsarbeit die Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung gewinnen. Wenn es diese eine Zusammenhäufung freudig begrüßt und festhält, kann es wieder in alle Leiden hineingeraten. Darum sagt der Erwachte von der Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung (M 106):

*Was aber die Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung ist, das ist noch etwas (sakkāya). Gegenüber allem Etwas ist das Unsterbliche dieser Friede des Herzens, der durch Nichtergreifen gewonnen wird.*

Das heißt: Wenn der Erleber auch feinsten Wahrnehmungen diese nicht ergreift, sondern des automatisch ablaufenden Vorgangs bewusst ist, dann tritt Auflösung von Gefühl und Wahrnehmung ein. Daraus zurückkommend, weiß der Erfahrer: Das ist ein unzerstörbarer Friede, das ist Todlosigkeit, das höchste Wohl. So sagt der Erwachte (M 59):

*Da erreicht der Mönch nach völliger Überwindung der Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung die vollkommene Auflösung von Gefühl und Wahrnehmung und verweilt in diesem Zustand. Das aber ist ein Wohl, das größer und feiner ist als das vorherige.*

Wenn Gefühl und Wahrnehmung aufhören, dann weiß der belehrte Inder, dass nun die letzte Erlebensmöglichkeit verschwunden ist und für die Dauer dieser Zeit nichts erfahren wird, weder Form noch Formlosigkeit, weder Denkbare noch Empfindbares.

Damit hat er *die Fluten durchkreuzt*: die Fluten, die Flucht der Erscheinungen, das Leiden. *Keine Umgebung betrifft den Befriedeten*. Die Umgebung ist es ja, die uns ununterbrochen begegnet durch die Sinne, und diese Begegnung trifft uns, den



Geheilten aber trifft alles nicht. Wie wenn da eine Felswand in heller sonniger Landschaft ist, über welche die Schatten von Wolken dahinziehen, so weiß ein solcher wohl, was da vor sich geht, aber es kann nicht eindringen, nicht treffen.

Wir können diesen Stand des Geheilten, der noch über die weltlosen Entrückungen und über die Vorstellung der Nichttugendetwasheit hinausgeht, nicht verstehen, er ist unfassbar. *Abgelöst von der Daseinsader (bhava-netti) steht der Leib des Vollendeten da* – ohne Empfindungssuchtkörper, ohne Anziehung und Abstoßung. Diese verborgenen Wurzeln aller Erscheinungen sind abgeschnitten, so wie die Krone einer Palme abgeschnitten ist und nun nicht mehr wachsen kann, sondern eingeht. Der Baum gilt für die immer weitere Fortsetzung von Dasein, Samsāra, für jede Form des Daseins, in der es Ernährung (*āhāra*) gibt: Aufnahme von Luft, Sonnenenergie und Wasser, Umwandlung in Baumkörper mit Blättern und Zweigen. Ist aber die Krone eines Palmenbaums abgeschnitten, dann gibt es keinen Austausch mehr, keine Ernährung, keinen Säftefluss mehr, keine Triebe nach „äußerem“ oder „innerem“ Erleben.

Um von Sinnensucht und Formen abzukommen, bedurfte es zur Abwehr der anbrandenden Vielfalt des Anstrebens der Sinnensuchtfreiheit, das mit dem allmählichen Welken des Blattes verglichen wird. Danach wurde die Vorstellung der Begehrensfreiheit entlassen in dem Gedanken: „Da ist gar nicht etwas.“ Später sah der Übende: „Die Vorstellung ‚es gibt nicht irgend etwas‘ ist auch noch eine Wahrnehmung; Wahrnehmung ist Leiden, das aufgehoben werden muss.“ So entlässt er alle Wahrnehmung, die Speise, die ein Gesättigter beiseite schiebt, und im Erfahren des großen Friedens der Wahrnehmungsstille lösen sich die letzten feinsten Triebe auf.

Das sind die einzelnen Etappen, die jede für sich ein so viel höheres Wohl darstellen als die verlassene, dass der Übende, der nicht scharf beobachtet und nicht die ganze Wegweisung des Erwachten vor Augen hat, schon meinen kann, dass er mit dem erfahrenen Frieden der ersten Etappen die Triebversie-

gung erreicht hat. Darum führt der Erwachte denjenigen, deren Triebe noch nicht ganz versiegt sind, diese schrittweise Ablösung noch einmal vor Augen.

Und nun zeigt der Erwachte, nachdem er die Möglichkeit des Irrtums, diese verschiedenen Ablösungen für die Triebversiegung zu halten, gezeigt hat, die Wurzeln des Irrtums: Durst und Wahn.

### Der Pfeil Durst und das Gift Wahn in engem Zusammenhang

Die restlose Aufhebung des Wahns ist die Grundvoraussetzung, die gegeben sein muss, damit der Heilsgänger unaufhaltsam zum endgültigen Heil, zum unzerstörbaren inneren Frieden gelangt. Alle Höherentwicklung des Menschen, etwa zu den sinnlichen Gottheiten, zu den brahmischen Kreisen und selbst zu den im ersten Teil genannten formfreien Erfahrungen, wenn sie nicht darauf angelegt ist, durch die Erfahrungsweise nur hindurchzuschreiten, um Nirvāna zu erreichen, ist keine Heilsentwicklung, denn so bleibt man im Samsāra, im Leiden. Unter der wahren Heilsentwicklung wird nur diejenige Entwicklung verstanden, die auf vollständige Durchschauung der fünf Zusammenhäufungen gerichtet ist mit der Absicht, sich von ihnen zu befreien. Nur bei dieser Zielsetzung kann man sich aus dem gesamten Samsāra, d.h. aus allen drei großen Daseinsstadien mit ihren zahllosen Graden an Leiden herausarbeiten und wird das Nirvāna gewonnen.

Dies zeigt der Erwachte sehr anschaulich anhand von Gleichnissen in der folgenden Beschreibung von zwei Menschen, von denen der erste die Bande des Wahns nicht restlos aufgehoben hat und doch meint, er sei vom Nirvāna angezogen, am Ziel angekommen, der zweite sie jedoch restlos aufgehoben hat.

*Es findet sich der Fall, Sunakkhatto, dass da irgend-  
ein Mönch (der von den Banden des Wahns nicht restlos*

Befreite) denkt: „Durst hat der Asket gesagt, ist der Pfeil, Wahn ist gefährliches Gift. Sinnensucht und Antipathie bis Hass verletzen. Diesen Pfeil Durst habe ich entfernt, weggebracht das gefährliche Gift; von der vollkommenen Triebversiegung bin ich angezogen.“ So glaubt er sich am Ziel angekommen. Und was einem von vollkommener Triebversiegung Angezogenen nicht bekommt, das erlaubte er sich. Er erlaubte sich, mit dem Luger zu sehen, was ihm nicht bekommt; mit dem Lauscher zu hören, was ihm nicht bekommt; erlaubte sich, mit dem Riecher zu riechen – mit dem Schmecker zu schmecken – mit dem Körper zu tasten, was ihm nicht bekommt; erlaubte sich, mit dem Geist zu denken, was ihm nicht bekommt. Und weil er es sich erlaubt, so kann sein Herz von Gier verdorben werden, und er kann mit von Gier verdorbenem Herzen sterben oder tödlichen Schmerz erleiden.

Gleichwie etwa, Sunakkhatto, wenn ein Mann von einem Pfeil getroffen wäre, dessen Spitze mit Gift bestrichen wurde. Und seine Freunde und Verwandten bestellten ihm einen heilkundigen Arzt. Und der heilkundige Arzt schnitte ihm mit einem Messer die Mündung der Wunde auf. Dann suchte er mit einer Sonde nach der Spitze; und nachdem er diese gefunden, zöge er sie heraus, brächte das gefährliche Gift fort, nicht ohne Überrest, wohl wissend, es sei noch ein Rest geblieben. Und er spräche: „Lieber Mann, herausgezogen ist dir der Pfeil, weggebracht das gefährliche Gift, aber nicht ohne Überrest, darum kann dir noch Gefahr drohen. Nur was dir bekommt an Nahrung, darfst du genießen, auf dass nicht durch den Genuss von Nahrung, die dir nicht bekommt, die Wunde eitrig werde. Von Zeit zu Zeit magst du die Wunde waschen, von Zeit zu Zeit die Mündung der Wunde salben, auf dass

*nicht, so du es versäumst, die Mündung der Wunde mit Blut und Eiter sich anfülle. Wolle nicht bei Wind und Sonnenglut ausgehen, auf dass dir dabei nicht Staub und Hitze die Mündung der Wunde entzünden. Gib wohl acht, lieber Mann, auf die Wunde, behandle sie recht.“*

*Er aber gedächte: „Herausgezogen ist mir der Pfeil, weggebracht das gefährliche Gift, nicht ohne Überrest, aber da kann mir keine Gefahr mehr drohen.“ Und was ihm eben nicht bekommt an Nahrung, genösse er. Durch den Genuss von Nahrung, die ihm nicht bekommt, würde die Wunde eitrig; nicht wüsche er von Zeit zu Zeit die Wunde; nicht salbte er von Zeit zu Zeit ihre Mündung, so dass sie sich mit Blut und Eiter anfüllte. Bei Wind und Sonnenglut ginge er aus, so dass ihm dabei Staub und Hitze die Mündung der Wunde entzündeten. Er gäbe nicht Acht auf die Wunde, behandelte sie nicht recht. Und weil er eben solches getan, was ihm nicht bekommt, mit dem unsauberen, nicht weggebrachten Überrest des gefährlichen Giftes, würde die Wunde doppelt sich weiterentwickeln, und mit ihrer Weiterentwicklung würde er sterben oder tödlichen Schmerz erleiden.*

*„Tod“ aber heißt es, Sunakkhatto, im Orden des Geheilten, wenn einer die Übung aufgibt und zur Gewohnheit zurückkehrt. „Tödlicher Schmerz“ aber heißt es, wenn einer mit beflecktem Herzen sich vergeht.*

*Ein anderer Mönch (der von den Banden des Wahns restlos Befreite) denkt: „Durst hat der Asket gesagt, ist der Pfeil, Wahn gefährliches Gift, Sinnensucht und Antipathie bis Hass verletzen. Diesen Pfeil Durst hab ich entfernt, weggebracht das gefährliche Gift (Wahn). Von der vollkommenen Triebversiegung bin ich angezogen. Von vollkommener Triebversiegung angezogen,*

*erlaubte er sich nicht, was einem von vollkommener  
Triebversiegung Angezogenen nicht bekommt; erlaubte  
sich nicht, mit dem Luger zu sehen, was ihm nicht  
bekommt; erlaubte sich nicht, mit dem Lauscher zu  
hören, was ihm nicht bekommt; erlaubte sich nicht,  
mit dem Riecher zu riechen – mit dem Schmecker zu  
schmecken – mit dem Körper zu tasten – mit dem Geist  
zu denken, was ihm nicht bekommt. Und weil er es  
sich nicht erlaubt, kann sein Herz nicht von Gier ver-  
dorben werden, und er kann nicht mit von Gier ver-  
dorbenem Herzen sterben oder tödlichen Schmerz er-  
leiden.*

*Gleichwie etwa, Sunakkhatto, wenn ein Mann von  
einem Pfeil getroffen wäre, dessen Spitze mit Gift be-  
strichen wurde. Und seine Freunde und Verwandten  
bestellten ihm einen heilkundigen Arzt. Und der heil-  
kundige Arzt schnitte ihm mit einem Messer die Mündung  
der Wunde auf. Dann suchte er mit einer Sonde  
nach der Spitze. Und nachdem er diese gefunden, zöge  
er sie heraus, brächte das gefährliche Gift fort ohne  
Überrest, wohl wissend, es sei kein Rest mehr geblie-  
ben. Und er spräche also: „Lieber Mann, herausgezo-  
gen ist dir der Pfeil, weggebracht das gefährliche Gift  
ohne Überrest, und da kann dir keine Gefahr mehr  
drohen. Doch magst du was dir bekommt an Nahrung  
genießen, auf dass nicht durch den Genuss von Nah-  
rung, die dir nicht bekommt, die Wunde eitrig werde.  
Von Zeit zu Zeit magst du die Wunde waschen; von  
Zeit zu Zeit die Mündung der Wunde salben, auf dass  
nicht, so du es versäumst, die Mündung der Wunde  
mit Blut und Eiter sich anfülle; wolle nicht bei Wind  
und Sonnenglut ausgehen, auf dass dir dabei nicht  
Staub und Hitze die Mündung der Wunde entzünden.*

*Gib wohl acht, lieber Mann, auf die Wunde, behandle sie recht.*

*Und er dächte: „Herausgezogen ist mir der Pfeil, weggebracht das gefährliche Gift ohne Überrest, aber es kann mir noch Gefahr drohen.“ Und was ihm bekommt an Nahrung, genösse er. Und weil er Nahrung genösse, die ihm bekommt, würde die Wunde nicht eitrig. Von Zeit zu Zeit wüsche er die Wunde; von Zeit zu Zeit salbte er ihre Mündung, so dass sie sich nicht mit Blut und Eiter anfüllte. Bei Wind und Sonnenglut ginge er nicht aus, so dass ihm Staub und Hitze die Wunde nicht entzündeten. Er gäbe Acht auf die Wunde, behandelte sie recht. Und weil er solches getan, was ihm bekommt, ohne unsauberen Überrest des gefährlichen Giftes, würde die Wunde doppelt schnell heilen, wüchse zu und vernarbte, so dass er weder dem Tod entgegenginge noch tödlichem Schmerz.*

*Ein Gleichnis habe ich da gegeben, Sunakkhatto, um den Sinn zu erklären. Das aber ist nun der Sinn:*

*Die Wunde, das ist, Sunakkhatto, ein Gleichnis für die sechs auf Berührung gespannten Süchte. Das gefährliche Gift ist ein Gleichnis für den Wahn. Der Pfeil ist ein Gleichnis für den Durst. Die Sonde ist ein Gleichnis für die Selbstbeobachtung. Das Messer ist ein Gleichnis für die heilende Weisheit. Der heilkundige Arzt ist ein Gleichnis für den Vollendeten, Geheilten, vollkommen Erwachten.*

Auf die Frage eines Mönches an Sāriputto, wie es immer wieder zu neuem Werden, neuen Wiedergeburten komme, antwortet Sāriputto (M 43):

*Weil die Wesen vom Wahn gehindert, vom Durst verstrickt, immer wieder auf Befriedigung aus sind, darum reißt es sie zu immer neuem Werden hin.*

An anderer Stelle wird der Durst als hinreißender Strom bezeichnet: ein Anliegen nach dem anderen taucht auf, ein Bild nach dem anderen reißt uns hin, etwas zu ergreifen oder abzuwehren. Wir fassen Befriedigung hauptsächlich als Ergreifen des Angenehmen auf, aber wir werden auch von Unangenehmem betroffen, von Schmerzlichem, Entsetzlichem. Da besteht unsere Befriedigung darin, dass wir das Unangenehme abstoßen oder zu fliehen versuchen. Immer ist die durstgelenkte Aktivität der Wesen darauf gerichtet, zum möglichen Wohl hin, vom Weh fort zu kommen. Diese durstgelenkte Aktivität vergleicht der Erwachte damit, dass sich ein Mann gegen zwei stärkere Männer wehrt, die ihn in eine glühende Kohlengrube reißen wollen. Es gelingt ihm, einige Zeit Abstand zu halten, aber immer wieder fällt er doch hinein und leidet entsetzlich, sei es die Angst vor Verlassensein, Alter, Krankheit und Tod oder seien es höllische Leiden. Auch das Angenehme haben zu wollen, gehört zu dem Bild von dem Sich-Wehren vor dem Absturz in die Kohlengrube, denn es bedeutet ja, dass sich das Wesen in einem ihm unangenehmen Zustand befindet, es wird getrieben von dem Drang, dem Durst nach angenehmem Erleben. Dieser Drang oder Durst ist die Ursache fast aller vom Menschen ausgehenden Bewegung und Dynamik.

Bei aller Kraft des Durstes besteht er aber doch nicht aus sich heraus, er ist nicht die selbstständige Macht, als die er erscheint, sondern er steht und fällt mit der Kraft der Triebe und der von ihnen entworfenen gefühlsbesetzten Wahrnehmung, die der Erwachte als Blendung (*moha*) bezeichnet. Die Triebe wählen das zu Beachtende nicht aus nach Vernunft, Moral oder Notwendigkeit, sondern die Stärke der Triebe, das Anliegen bestimmt bei der Berührung mit den Außendingen völlig blind die Stärke des Gefühls; zum Beispiel erleben Menschen auf Grund ihrer unterschiedlichen Triebe dieselbe Umgebung oft völlig verschieden bis gegensätzlich; sie erleben sie durch ihre Triebe verblendet. Hinzu kommt, dass die gefühlsbesetzten Wahrnehmungen, die den Geist füllen, in diesem die wahnhaftige Vorstellung erzeugen: „Der Empfinden-

de bin ich, das Empfundene ist die Welt“ und „Dies gefällt mir, jenes missfällt mir.“ Nur auf Grund dieser Wahnvorstellung von Ich und Welt kann Durst aufkommen: gespürte Zuneigung zu diesem oder Abneigung gegen jene Objekte.

Der normale unbelehrte Mensch ist durch seinen wahnhaften Glauben an ein Ich und an eine Welt und durch seinen schmerzlich drängenden sechsfältigen Durst dem Samsāra verfallen: eine von den Trieben kommende traumhafte Wahrnehmung nimmt er für äußeres wirkliches Geschehen („Welt“), das von ihm erlebt würde („Ich“), der Giftpfeil steckt in ihm. So folgt er der Fata Morgana und strebt die von ihr angebotenen, den Trieben verlockend erscheinenden Objekte an, sucht zu vermeiden, was an dieser Fata Morgana als Schreckliches erscheint, und kann doch letztlich dem, was seinem Geist als das Schrecklichste erscheint, nicht entgehen – dem, was er als die Vernichtung des Ich empfindet oder für Vernichtung im Geist hält – dem körperlichen Tod.

So ist der triebbedingte Wahn „Ich in einer Umwelt“ die noch vor dem Durst liegende Ursache für die Fortsetzung des Leidens.

Das Tier merkt kaum seinen Durst, weil es jedem Durst folgt, es läuft vor Unangenehmem fort oder genießt, was es bekommen kann. Aber sobald der Mensch unter dem Einfluss eines mit der Erziehung als Kind beginnenden sittlichen Weltbildes steht, also moralische, sittliche Maximen annimmt, den Wahn verfeinert – der Erwachte spricht von grobem, mittlerem und feinem Wahn – da ist sein Wahn graduell aufgehoben. Er sieht, was sich mehr lohnt als die sinnliche Befriedigung, aber seine Gewöhnung, sein sinnlicher Durststrom will anders laufen. In diesem Zwiespalt zeigt sich der Druck, das Brennen und Stechen des Durstes, der nicht weiterströmen kann wie er will.

Der von den Banden des Wahns  
nicht restlos Befreite

Dieser in der Lehrrede zuerst genannte Mensch mag – ausgelöst durch eine tiefe Belehrung des Erwachten – inneren Frie-



den erfahren haben als Folge seiner Bemühungen. Auf Grund des erfahrenen Wohls trat der Durst nach Sinnendingen zurück, war wie verschwunden, so dass er glaubt, der Pfeil Durst sei ganz herausgezogen. Darum *erlaubt er sich zu sehen, zu hören usw., was ihm nicht bekommt*. Er zügelt die Sinnesdränge nicht, reizt sie durch sein unvorsichtiges Verhalten und wird darum wieder von den Trieben überwältigt. Er hat die akute Beeindruckung durch die Belehrung überschätzt, hat sich über seinen inneren Haushalt getäuscht, weil eben noch ein Rest Wahn, ein Rest Gift vorhanden war, wie es in der Lehrrede heißt.

Im Gleichnis ist der Pfeil Durst ohne spürbaren Rest herausgezogen. Im Leben, in der Läuterungspraxis, gibt es die Tatsache, dass der Durst akut nicht spürbar ist, weil Einsichten oder überweltliche Erlebnisse so übermächtig sind, dass sie sein Aufkommen nicht erlauben, trotzdem sind die Triebe nicht aufgehoben, aber sie melden ihr latentes Verlangen als Durst erst wieder, wenn die akute Beeindruckung durch Höheres vergangen ist.

Wir sehen: Der noch vorhandene Wahn ist die Ursache dafür, dass der nur verdrängt gewesene Durst wieder in Erscheinung tritt. Nicht ist, wie das Gleichnis den Eindruck erwecken mag, Gift/Wahn durch den Pfeil/Durst bedingt, sondern der Pfeil/Durst ist durch Gift/Wahn bedingt. Solange Wahnwissen ist, dass ein Ich einer objektiven Welt ausgeliefert ist, dass es in der Welt Schönes und Angenehmes und Unschönes und Unangenehmes gibt und dass man das Schöne und Angenehme möglichst erlangen und das Unschöne und Unangenehme möglichst von sich abhalten, es fortzun sollte, so lange ist Durst auf Welt. Und je mehr dem Durst gefolgt wird, um so mehr befestigt sich der Wahn: „Ich erlebe dieses oder jenes Angenehme oder Unangenehme.“

Betrachten wir die fundamentale Bedeutung des Wahns näher:

## Wahn als Bande, Hemmung und Verstrickung

Der Wahn tritt in den Reden häufig in drei Verbindungen auf:

1. als *avijjā-bandhana*, die Bande des Wahns
2. als *avijjā-nīvarana*, die Hemmung des Wahns
3. als *avijjā-samyojana*, die Verstrickung des Wahns.

Da nicht nur der Wahn, sondern überhaupt alle Eigenschaften, welche den normalen Menschen innerlich vom Heilsstand trennen, in dieser dreifachen Weise, also als Bande, Hemmung und Verstrickung im Menschen bestehen, auch der in unserer Rede genannte Durst, so ist es von ganz allgemeiner Bedeutung, diese drei Weisen richtig zu kennen. Drei geistige „Orte“ gehören zu den Banden, Hemmungen und Verstrickungen, nämlich:

1. im Geist (*mano*) müssen die Bande (*bandhana*) aufgelöst werden;
2. im Gemüt (*ceto*) müssen die Hemmungen (*nīvarana*) aufgelöst werden;
3. im Herzen (*citta*) müssen die Verstrickungen (*samyojana*) aufgelöst werden.

Hierzu ein Beispiel aus den überlieferten Reden. Dort ist dutzend Mal in genau gleichem Wortlaut der Entwicklungsgang des Mönches bis zum Heilsstand beschrieben. Darin findet sich eine Übung, in welcher die dreifache Wirksamkeit der Eigenschaften, nämlich als Bande, als Hemmung und als Verstrickung, gut zum Ausdruck kommt. Wo es um die Ausrodung der fünf letzten Hindernisse für den Eintritt in die Entrückungen geht, da finden wir bei den ersten dieser fünf Hindernisse die dreifache Formulierung wie folgt:

1. Er hat sinnliches Begehren verworfen;
2. begierdelosen Gemütes (*ceto*) verweilend,
3. reinigt er sein Herz (*citta*) von sinnlichem Begehren. (M 39)

Hier bedeutet die erste Aussage, dass ein solcher Mönch in seinem Geist (*mano*) endgültig durchschaut und begriffen hat, dass das sinnliche Begehren für ihn gefährlich und entsetzlich ist (s. das Gleichnis von den Aussatzwunden – M 75), dass es ihn in dem untersten der drei Daseinsbereiche zurückhält und seine Entwicklung zum ersehnten Heilsstand, um den es ihm ja geht, verhindert. Diese Einsicht hat dazu geführt, dass er das sinnliche Begehren in seinem Geist endgültig verwirft, sich davon abwendet.

Wir müssen verstehen, was das bedeutet: es ist die endgültige Abwendung des Willens vom sinnlichen Begehren. – Mit dem sinnlichen Begehren wird der Mensch geboren. Von dem ersten Genuss der Muttermilch über die Freude an Formen und Farben und den Genuss der Geschlechtsbeziehungen bis zu den Gaumengenüssen noch im hohen Alter jagt der Mensch den sinnlichen Begehrensobjekten nach. Die meisten Menschen kennen kaum ein anderes Wohl als die Befriedigung der sinnlichen Begehrenen. Ein solcher Mensch muss ja auf Grund seiner Erfahrungen die Befriedigung seines sinnlichen Begehrens als das einzige oder hauptsächliche Wohl im Leben ansehen und darum auch mit seinem Willen immer anstreben. Das heißt aber: Ein Mensch, der die Schmerzen des sinnlichen Begehrens (Aussatzwunden), ihren Jammer und ihre Erbärmlichkeit (im untersten der drei Daseinsbereiche) nicht kennt und vor allem die Seligkeit und Sicherheit oberhalb des Begehrens und die Möglichkeit dahin zu gelangen nicht kennt, der muss ja so lange die Sinnesdinge wollen und kann gar nicht von ihnen ablassen wollen. – Diese Bindung des im Geist (*mano*) entstehenden Willens an diese oder jene Begehrensobjekte – das ist es, was der Erwachte Bande (*bandhana*) nennt.

Was man nicht kennt und nicht vermutet, ja nicht einmal ahnt, das kann man auch in keiner Weise wollen. In dieser gesetzmäßigen Wahrheit steckt die erste Determinante des Willens bei allen Wesen überhaupt.

Sobald ein Mensch aber in vertrauenswürdiger und einleuchtender Weise von irgendetwas viel Besserem hört als es das ist, was er bisher begriff und wusste, dann muss sich auch sein Wille ganz zwangsläufig von seinen bisherigen Zielen abwenden und den für besser gehaltenen Zielen zuwenden. Diese Tatsache ist eine weitere Determinante des Willens.

Und diese letztere Determinante des Willens benutzt der Erhabene, indem er dem wahrheitsuchenden Menschen die Wahrheit in einer überzeugenden Weise vermittelt und indem er das Heil auch wahrlich als Heil erkennen lässt. Damit aber wird im Geist der Wille von allem bisher Gewollten abgebunden, werden die Bande gelöst, denn der Wille wendet sich nun dem neu Erkannten, Größeren zu. Wer sich so in seinem Geist von etwas bisher immer Gewolltem und Gepflegtem endgültig abgewandt hat, von einem solchen wird gesagt, dass er „die Bande abgetan“ hat, von den Banden befreit ist.

In diesem Sinn lädt der Erwachte ein:

*Willkommen sei mir ein verständiger Mensch, offen, ehrlich, von gerader Natur. Ich unterweise ihn in den Übungen, ich zeige die Wahrheit ihm auf; wenn er nach der Unterweisung sich einübt, dann wird er nach nicht langer Zeit selber erfahren, selber sehen, dass er von Banden befreit ist, nämlich von den Banden des Wahns (avijjā-bandhana).*

*Gleichwie ein kleiner Knabe, der, solange er die Gefahren nicht kennt, noch bewacht und oft angebunden wird, aber später, von den Bindungen befreit, bei sich merkt: „Frei bin ich jetzt und kann gehen, wohin ich will“; ebenso auch wird der verständige Mensch, wenn er nach der Unterweisung sich einübt, nach gar nicht langer Zeit bei sich selber erfahren und bei sich selber sehen, dass er von Banden befreit ist, nämlich von den Banden des Wahns. (M 80)*

Das ist das Versprechen des Erwachten: Unter den genannten Voraussetzungen werde man die Befreiung von den Banden des Wahns bei sich selbst erfahren und erspüren können. Das

Gleichnis von dem Knaben zeigt, inwiefern man diese Wandlungen bei sich erfährt. So wie das Kind, nachdem es die gefährlichen Situationen und Gegenstände im Haus und draußen als solche erkannt und meiden gelernt hat, von da an nicht mehr immer wieder zurückgehalten wird, sondern sich frei bewegen kann, so auch hat der von den Banden des Wahns Befreite endgültig ein solches Wissen über die Gefahren aller Daseinsstationen gewonnen, dass er nun allen Gefahren – nicht nur des jetzigen menschlichen Lebens, sondern des ganzen Samsāra in allen drei großen Bereichen – endgültig zu entinnen weiß. – Er ist noch lange nicht entronnen, hat erst in seinem Geist die Einsicht gewonnen, aber er arbeitet jetzt unirritierbar auf die Auflösung aller Verstrickungen des Herzens hin. Generell mindert er durch die Kraft seiner Einsicht in die Unzulänglichkeit aller Zusammenhäufungen alle Triebe.

Übergehen wir noch den zweiten Satz (*Er verweilt begierdelosen Gemüts – ceto*) und prüfen zunächst die Aussage des dritten Satzes:

*Er läutert sein Herz (citta) von sinnlichem Begehren.*

Beim Herzen handelt es sich nicht um die Bande, sondern um die Verstrickung (*samyojana*).

Auch wenn er das sinnliche Begehren im Geist bereits endgültig verworfen hat, so hat er es doch noch nötig, sein Herz davon zu läutern, er ist also im Herzen davon noch nicht frei. Damit sind wir bei dem schon häufig besprochenen Unterschied bis Widerspruch zwischen den Einsichten des Geistes und den Triebkräften des Herzens. Diesen Unterschied kennt jeder Mensch, der sich über sein Wollen und Vollbringen Rechenschaft ablegt. Diesen Widerspruch drückt *Paulus* aus in den Worten: *Das Gute, das ich tun will (Geist), das tue ich nicht* (aus den inneren Verstrickungen des Herzens), *aber das Böse, das ich nicht tun will (Geist), das tue ich* (aus den inneren Verstrickungen des Herzens).

Es kann einer irgendeine Eigenschaft oder Verhaltensweise in seinem Geist völlig klar als schädlich erkannt haben und sie darum endgültig verwerfen, kann aber in seinem Triebhaushalt

mit den vielfältigen Neigungen, Bedürfnissen, Gewohnheiten dennoch in das im Geist Verworfenene verstrickt, daran gefesselt sein. Dann hat er die Bande der betreffenden Anschauung gelöst, aber noch nicht die Verstrickungen des Herzens, die alten, lange gepflegten Gewöhnungen; aber immer mögen und können wir unser Herz nur von solchen Dingen befreien, die wir zuvor im Geist als für uns selbst schädlich durchschaut haben. In diesem Sinn sagt der Volksmund: „Einsicht ist der erste Schritt zur Besserung.“

Mit der vorhin beschriebenen Wendung des Willens im Geist ist eine geistige Zeugung eingetreten; und so wie die körperliche Zeugung noch nicht die Geburt ist, so ist auch die geistige Zeugung noch nicht die Geburt. Und ebenso wie nach der körperlichen Zeugung alles auf die Geburt hinarbeitet, ebenso beginnt auch nach der geistigen Zeugung, nach der im Geist vollzogenen Abwendung des Willens („Ablösung der Bande“) von den bisherigen Zielen, der Prozess der Umbildung des Menschen, indem er nun aus seinem Herzen (*citta*) alle Neigungen, Verstrickungen (*samyojana*) und Gefühle, die noch auf die alten gewohnten Ziele aus sind, nach und nach ausrodet bis zur Vollendung. Das ist die Auflösung der Verstrickungen des Herzens. Erst mit deren Vollendung ist der Prozess abgeschlossen.

Daraus zeigt sich entsprechend unserem dreigliedrigen Satz (M 39), dass man immer zuerst die geistigen Bande an irgendeine Haltung oder Sache abgelöst haben muss, um dann allmählich auch die Verstrickungen des Herzens nach und nach abzulösen bis zur Vollständigkeit. Diese Ablösung der Verstrickungen des Herzens von den im Geist verworfenen Eigenschaften oder Verhaltensweisen, die in den Reden als „Läuterung“ bezeichnet wird, geschieht in der Weise, dass man sich so deutlich und klar wie möglich vor Augen führt, inwiefern diese Eigenschaften den gesetzten Zielen, dem angestrebten endgültigen Wohl im Weg sind. Mit jeder solchen geistigen Betrachtung im klaren überzeugten Hinblick auf die Verhinderung seines eigenen Wohls durch solche Eigenschaft wird die

Kraft dieser Eigenschaft im Herzen von Fall zu Fall etwas geringer, die Verstrickung (*samyojana*) etwas dünner nach dem Wort des Erwachten (M 19): *Wie der Mönch häufig betrachtet, beurteilt und bewertet, so wird sein Herz geneigt.*

Nun kann der zweite Satz betrachtet werden:

*Er verweilt begierdelosen Gemütes (ceto).*

Ein Mensch, der bei klarer Überlegung in seinem Geist das sinnliche Begehren endgültig verworfen hat, aber im Triebhaushalt seines Herzens von sinnlichem Begehren noch nicht befreit und gereinigt ist, die „Verstrickungen“ noch nicht aufgehoben hat, der kann in seinem Gemüt unterschiedliche Stimmungen haben: Wenn ihn von dem sinnlichen Begehren des Herzens her begehrlische Anwandlungen ankommen, so kann, ehe er sich versieht, dann auch sein Denken von dem sinnlichen Begehren des Herzens durchtränkt sein, so dass er sich für einige Zeit bei lustvollen oder verlangenden Empfindungen befindet. Solches begehrende Denken, das ja von entsprechendem Gefühl, Verlangen begleitet ist, bedeutet, dass er nun begehrlischen Gemütes ist, begehrlischen Gemütes denkt, dass ihn „die Hemmung des Begehrens“ beherrscht.

Derselbe Mensch kann aber zu anderer Zeit ganz frei von solchen sinnlichen Anwandlungen bei irgendwelchen förderlichen und heilsamen Gedanken und Besinnungen weilen. Zu dieser Zeit wird von ihm gesagt, dass er „begierdelosen Gemütes“ oder mit einem „von Sinnensucht freiem Gemüte“ verweilt. Das bedeutet, dass er „die Hemmung des Begehrens“ (für diese Zeit) aufgehoben hat.

Daraus zeigt sich, dass das Gemüt (*ceto*) so lange schwanken kann in einem Zwischenzustand zwischen den Einsichten des Geistes und den Trieben und Verstrickungen des Herzens, als im Herzen noch Triebe nach solchen Dingen sind, Verstrickungen an sie (*samyojana*), die im Geist bereits endgültig verworfen wurden. Je stärker die Verstrickungen des Herzens noch sind, um so stärker sind auch die Hemmungen, die den Anblick gemäß den Einsichten des Geistes hemmen, um so häufiger ist auch das Gemüt von solchen Gedanken und Emp-

findungen beschwert. Darum werden die Hemmungen auch als „Befleckungen/Trübungen des Gemütes“ und als „Erschwerung des weisen Anblicks“ bezeichnet. Je geringer aber die Verstrickungen des Herzens werden, um so seltener können sie sich beim Nachdenken noch durchsetzen, denn sobald ein solcher Denker die unguete Gefühlsanwandlung bei sich spürt, da geht er energisch gegen sie vor, denn er hat sich inzwischen genug Argumente und andere Waffen geschaffen, um sie auszuroden.

Es kann also Hemmungen nur dann geben, wenn zwischen Geist und Herz ein Unterschied und Widerspruch besteht: Wenn ein Mensch gemüthafte Anwandlungen nach etwas spürt, das er nach seiner Einsicht (im Geist) nicht mehr will, dann fühlt er sich gehemmt, seiner Einsicht zu folgen, und er muss sich anstrengen, wenn er die Hemmung überwinden will. Das ist das Wesen der Hemmung. Damit zeigt sich, dass alle Hemmungen von den Verstrickungen des Herzens kommen und dass es keine Hemmungen mehr geben kann, wenn die betreffenden Verstrickungen des Herzens völlig aufgehoben sind. Dagegen kann kein Mensch, der (vergleichsweise) begehrlche Triebe hat, diese als Hemmung empfinden, wenn er sie auch im Geist anerkennt. Ebenso kann einer keine Hemmung mehr durch von ihm im Geist verworfene Dinge empfinden, wenn bei ihm dafür keine Triebe, Verstrickungen mehr im Herzen sind.

In D 13 gibt der Erwachte ein drastisches Bild zunächst für die Bande im Geist und anschließend für die Hemmungen im Gemüt. Dort vergleicht er den Menschen, der ein höheres Wohl als die Befriedigung des sinnlichen Begehrens gar nicht kennt und darum ja auch nicht wollen kann, mit einem Mann, der am Ufer eines Stroms liegt. Das jenseitige Land ist das Land der Sicherheit, des Glücks und des Friedens; aber der Mann liegt an allen Gliedern fest gebunden bewegungslos am hiesigen Ufer. Darum kann er, solange er so gebunden bleibt, nie hinübergelangen.



Ganz ebenso wie dieser Mann durch die körperlichen Bande nicht zum besseren Ufer kann, ganz ebenso auch bleibt jeder Mensch, solange er in seinem Geist nichts Besseres als das Wohl der Befriedigung des Begehrens kennt, in seinem Willen festgebunden an das Begehren; das heißt, er kann nichts anderes anstreben wollen als das Wohl der Befriedigung. Die körperlichen Bande in dem Gleichnis gelten also in Wirklichkeit für die geistigen Bande des Menschen, der, weil er die Möglichkeiten des wahren Wohls und des Heils nicht kennt, auch gar nicht dahin wollen kann; beide bleiben am hiesigen Ufer. Das ist das Bild für die Bande des Geistes.

Das Bild für die Hemmungen des Gemüts ist ein anderes: Da ist ein Mann am hiesigen Ufer, er ist nicht gebunden, kann sich frei bewegen; er weiß, dass es jenseits des Stromes unvergleichlich besser ist als hier; aber er weiß auch, dass es des anstrengenden Schwimmens bedarf, um hinüberzugelangen. Dazu aber rafft er sich im Augenblick nicht auf, sondern legt sich, in seinen Mantel eingehüllt, am hiesigen Ufer nieder. Dieser Mann könnte hinüber, ist nicht gebunden, aber er ist gehemmt durch seine Gewöhnung an das Leben am hiesigen Ufer. Im Augenblick führt er sich nicht die großen Vorzüge des Lebens am anderen Ufer vor Augen, sondern die Anstrengung des Schwimmens; im Augenblick ist er träge.

Das ist der Unterschied zwischen den Banden des Geistes und den Hemmungen des Gemüts. Die Bande bedeuten, dass der Mensch gar nichts Besseres weiß und darum auch nichts Besseres wollen kann. Die Hemmungen bedeuten, dass er zwar Besseres weiß und es darum auch will, aber zu dieser Zeit ohne die erforderliche Energie und die geistige Klarheit ist, um das zu tun, was er im Geist schon als zu tun notwendig erkannt hat, um zum Besseren zu gelangen. – Diese Hemmung des Gemüts kommt von den Verstrickungen des Herzens. Er ist noch zu sehr vernestelt in seiner alten Gewöhnung; zeitweise beherrscht sie ihn, und nur zeitweise überwindet er sie.

Dieser dreifachen Bindung – durch die Bande des Geistes, die Hemmungen des Gemütes und die Verstrickungen des

Herzens – unterliegen alle Eigenschaften, die den Menschen von dem Heilsstand trennen. Alle diese heilsfremden Eigenschaften muss man zuerst im Geist als heilsverhindernd und leidvoll durchschauen, d.h. die Bande davon lösen (*Vom Geist gehen alle Dinge aus*, sagt der Erwachte), und muss von da an alle gemüthhaften Anwandlungen, die auf die im Geist verworfene Sache doch noch aus sind, als Hemmungen für seine Heilsgewinnung durchschauen, niederkämpfen. Auf diese Weise werden die Verstrickungen des Herzens immer schwächer, bis man von diesen zuletzt völlig befreit ist. Dann erst ist der Kampf endgültig gewonnen und beendet.

*Avijjā*, der Wahn, besteht darin, dass die aus Wahrnehmung bestehende Welterscheinung samt dem darin miterscheinenden „Ich“ nicht als Wahrnehmung durchschaut und erkannt wird – so wie auch der Träumende seine Traum-Erscheinungen nicht als Träume erkennt – sondern für letzte Wirklichkeit hält. Mit diesem Wahn ist keine Beherrschung der Erscheinung des Daseins, ist keine Freiheit und Erlösung erreichbar.

Alle vom Wahn nicht belehrten Menschen leben in dem wahnhaften Anblick und Wissen: „Jenes ist die Welt, dieses bin ich.“ So sind sie mit den Banden des Wahns gebunden.

Der in unserer Lehrrede (M 105) genannte erste Mensch nun hat, wie es heißt, den Wahn teilweise aufgehoben, d.h. er mag einen inneren Frieden erlebt haben, dessen Wohl so groß ist, dass er eine Zeitlang keinerlei Neigung zu sinnlichen Dingen verspürt. Erleber und Welt sind zurückgetreten, aber, wie es heißt, der Rest Wahn macht sich wieder bemerkbar, indem die Triebe als empfundenes Ich wieder ihr Verlangen im Durst nach Sinnendingen, nach der Welt äußern. Diesen Vorgang registriert der erste Mensch nicht, sondern im überwältigenden Bewusstsein des erlebten inneren Friedens lässt er sich im Dienst der Triebe wieder zum ungezügelter Sinnengenuss hinreißen. (*Da kann mir keine Gefahr mehr drohen*), so dass die Sinnesdränge verstärkt werden, die Wunde sich vergrößert. Damit werden auch die Verstrickungen des Wahns wieder verstärkt. Er hat im Gegensatz zu dem nun folgenden

zweiten Menschen keine Garantie, den Heilsstand in absehbarer Zeit zu erreichen; er hat nicht das Wohl der Freiheit von allen fünf Zusammenhäufungen gesehen, aber er mag nahe daran gewesen sein.

### Der von den Banden des Wahns Befreite

Der in unserer Lehrrede als zweiter genannte Mensch hat das Erleben endgültig als Wahn begriffen, er hat die Wahnbande aufgehoben, er kann dem Wahn nicht mehr endgültig verfallen, sondern ringt und kämpft sich aus ihm allmählich heraus. Immer wieder führt er sich die Wahrheit vor Augen, dass in Wirklichkeit Wahrnehmung ist, wo er den Eindruck hat, ein lebendiges Ich in einer materiellen dreidimensionalen Welt zu sein. In diesem Sinn rät der Erwachte:

*Als Luftgebild' sieh diese Welt,  
als Wogenschaum sieh diese Welt,  
wenn so du blickst, dann trifft dich nicht  
der Todesfürst, der Herr der Welt.“ (Dh 170)*

Wenn er bei dieser Übung ist, dann kann ihn die Erscheinung nicht faszinieren. Zu dieser Zeit hat er die „Hemmung des Wahns aufgehoben, befindet er sich nicht in der Hemmung des Wahns.“ Im Lauf der Zeit gelingt es ihm immer häufiger und immer leichter, sich von der Hemmung des Wahns zu befreien und die Wirklichkeit so zu begreifen, wie sie ist.

Denn der von den Banden des Wahns Befreite, der von der Heilsströmung Angezogene weiß, dass er sich meist noch im Wahn befindet; er fürchtet den Wahn und kämpft um die Befreiung von der Verstrickung des Wahns. Immer wieder gelingt es ihm durch die aufmerksame Betrachtung des Spiels der fünf Zusammenhäufungen, die Hemmung durch die Verstrickung des Wahns vorübergehend abzuschütteln und klar zu sehen. Er hat die heilende rechte Anschauung (erstes Glied des achtfältigen Heilsweges) gewonnen, indem er das, was er zu-

vor mit der Naivität des Wahns für sein menschliches Leben und Erleben in der Welt zwischen Geburt und Tod gehalten hatte, inzwischen durchschaut hat als das schmerzliche, über unendliche Geburten und Tode hinaus sich fortsetzende Spiel der fünf Erscheinungen, die er aus früherem Wahn immer wieder zusammenhäuft.

Aus dieser Durchschauung des Wahns und der Entdeckung der Wahrheit von der Wirklichkeit ergeben sich vollständige Umwertungen aller bisherigen Bewertungen, ergeben sich vollkommen andere Anstrengungen und Ziele. Seit dieser Durchschauung ist er nicht mehr zu der bisherigen naiven Lebensauffassung fähig, und darum korrigiert er sie, wo sie aufkommt, mit dem Messer der Weisheit.

Der Erwachte bezeichnet denjenigen Menschen, der durch das sichere und endgültige Verständnis des schier endlosen Daseinsleidens und danach durch das Verständnis des einzig möglichen und sicheren Auswegs aus diesem Leiden sich nun unwiderruflich auf dem Ausweg befindet und in allerhöchstens sieben nacheinander folgenden Leben den endgültigen Heilsstand gewinnt, als Stromeingetretenen, als in der Anziehung des Heils Befindlichen. Viele Schüler des Buddha, des Erwachten, die diesen Status gewonnen hatten, gelangten dadurch in dem gleichen Leben zu endgültigem Heilsstand. Andere seiner Schüler und Hörer brauchten dafür eine längere Zeit, aber bis höchstens sieben Leben ab dem endgültigen Eintritt in die Heilsanziehung. In diesem Stadium sieht der Heilsgänger alle Daseinsgegebenheiten nicht mehr mit der Blendung des gewöhnlichen Menschen, sondern hat sie endgültig durchschaut als völlig sinnlos, mühselig, schmerzlich, ja schrecklich. Er sieht, dass der noch nicht in die Heilsanziehung Gelangte sich in schier endloser Daseinswanderung befindet, auf welcher er bei jedem Leben eine bis einige Stufen tiefer oder höher (je nach seinem Wirken) gelangt und unter den Wirrsalen dieser ja mehr oder weniger „schicksalsträchtigen“ und dadurch oft auch wieder faszinierenden Szenen wie-

der abgelenkt werden kann von der gefassten Absicht oder Neigung, aus dem Daseinskreislauf frei zu werden.

Der Heilsgänger hat durchaus noch nicht allen Durst aufgehoben, aber er kann ihn nicht mehr positiv bewerten, die Bande des Durstes sind ihm abgenommen; seine Wunden, die Triebe in den Sinnesorganen, brennen und stechen noch, aber wenn in seinem Geist der Durst aufsteigt: „Das möchte ich haben“ oder „Das will ich abweisen“, dann kann ein Strom- eingetretener diesen Durst nicht anerkennen, selbst wenn er ihm folgen muss in dem Gedanken: Im Augenblick tut es wohl. Auf die Dauer aber hat er den fünf Zusammenhäufungen gekündigt, er kann den Durst auf die fünf Zusammenhäufungen nicht mehr in Muße und Ruhe mehrend bedenken, aber die Wunde – Anziehung und Abstoßung im Herzen – muss erst noch heilen. Weil Zuneigung und Abneigung ist, darum müssen bei den Berührungen noch entsprechende Wohl- und Wehgefühle aufkommen, und darum muss aus den Trieben sofort wieder ein Wille im Geist aufspringen, das Wollen, da und dort die Erfüllung des Begehrten zu erreichen zu suchen. Aber in dem Augenblick, in dem dem Geist der Willensreiz bewusst wird: „Das da wäre jetzt schön, das möchte ich“, da sagt derselbe Geist, in dem die Wahrheit enthalten ist: „Das tut nur im Augenblick wohl, aber es hält im Elend fest.“ Damit ist der Durst im Ganzen endgültig verneint. Der Kenner der Wahrheit wird mit Selbstbeobachtung – im Gleichnis unserer Lehrrede die Sonde – den Willensreiz bei angenehmen Dingen und den Widerwillen bei unangenehmen Dingen beiseite tun in dem Wissen: Von den Sinnen ist nichts zu erwarten. Von diesem Wissen im Geist werden die Triebe nach und nach aufgelöst.

Der Erwachte sagt zu dem Heilsgänger: *Dir kann keine Gefahr mehr drohen.* Die Bande des Wahns und Durstes sind abgenommen, doch solltest du auf die Triebe, die Wunde achtgeben. Der anfangende Heilsgänger aber, der das Heil begriffen hat, empfindet stark die Gefährdung durch die Triebe, ist sich des Zwiespalts bewusst: Durch sein weisheitliches

Wissen sieht er den Leidensbereich, aber durch die Triebe empfindet er das Angenehm-und-unangenehm-Berührtwerden als die hemmende Ich-bin-Empfindung. Das weisheitliche Sehen wird von dem Heilsgänger als die allein gültige Instanz gesehen, die Stimme der Triebe dagegen als Verführer, als Fortsetzung des Wahns. Darum ist der Kampf an sich schon entschieden, doch subjektiv empfindet er immer wieder den Kampf zwischen seinen Einsichten und den hemmenden Leidenschaften.

Der Erwachte sagt: *Nur was dir bekommt an Nahrung sollst du genießen, damit die Wunde nicht eitrig werde.* Der Erwachte nennt vier Arten von Nahrung:

1. körperbildende, stoffliche Nahrung, grob oder fein;
2. Berührung;
3. geistige Absicht;
4. programmierte Wohlerfassungssuche.

Die drei letzteren sind die wichtigsten.

Berührung der Triebe ist Nahrung für die Gefühle. Lässt sich der Mensch wahllos von den Trieben berühren, hält die Sinnesdränge nicht zurück, so wird er von den Gefühlen geschüttelt.

In geistiger Absicht kann man sich zu Heilsamem oder Unheilsamem entschließen. Wenn ein Mensch z.B. Bücher liest über die Schönheit von diesen oder jenen Formen oder Geschmücken, dann nimmt er eine geistige Nahrung auf, die ihn sinnlich bedürftiger macht, wodurch seine Wunde gereizt wird, wieder mit Eiter angefüllt wird.

Wer dagegen die von Begehren freie Situation bedenkt, sich von der unverletzbaren Unverletztheit angezogen fühlt, wer sich mit dieser Nahrung speist, dessen Wunde bleibt von innen sauber. Aber auch von außen her soll die Wunde, sollen die Triebe in den Sinnesorganen behandelt werden: *Von Zeit zu Zeit magst du die Wunde waschen; von Zeit zu Zeit die Mündung der Wunde salben.* Waschen ist etwas, das der Wunde wehtut, während Salben kühlt, wohltut. Mit Waschen ist gemeint: das Elend der Sinnendinge gründlich be-

denken, sich vor Augen führen, wie durch Begehren Leiden zunimmt. Der Erwachte spricht von der Wahrnehmung der Unschönheit (*asubha-saññā*) und der Unbeständigkeit (*anicca-saññā*), z.B. die Vorstellung, wie dieser Leib, der von außen oft noch verlocken kann, von innen aussieht und stinkt, anfällig ist für viele Krankheiten und Verwundung, Alter, Krankheit, Tod, der Unbeständigkeit ausgesetzt. Sind begehrende Gedanken stark, dann fällt der wirklichkeitsgemäße Anblick, der Anblick der Vergänglichkeit und Unschönheit des Leibes schwer. Da gilt es, dass der Heilsgänger die Hemmung der Sinnensucht überwindet, kämpft, die Anstrengung auf sich nimmt. Die Sinnensucht verführt zu dem Gedanken: „Sieh mal, wie nett!“ Dann kommt es darauf an, selber das Messer der Weisheit anzusetzen: „Wem gefällt das? Dem Begehren nach Formen. Wie sieht diese Form in zwanzig, in fünfzig Jahren aus? Sich daran momentan erfreuen, ohne Erinnerung an das Elend und das Entrinnen, hieße, später den Schmerz des Entbehrens erleben zu müssen.“ Durch diesen Anblick wird das Elend der Sinnlichkeit offenbar und das Begehren nach diesem Unbeständigen gemindert; und je geringer das Begehren ist, um so leichter fällt am nächsten Tag dieselbe Betrachtung. Das Waschen der Wunde bedeutet also, sich das Zerbrechliche, Empfindliche, Schmerzliche und Ekelhafte des Zerbrechlichen, Empfindlichen, Schmerzlichen und Ekelhaften vor Augen zu führen, das Elend der elenden Dinge, und zwar nicht erst, wenn es durch deren Zerbrechen eintritt, sondern schon während noch ihre Wahrnehmung als wohltuend empfunden wird.

Das Salben der Wunde ist etwas Wohltuendes, das hilft, die Wunde zu schließen. Je weiter der Übende in der entlarvenden Betrachtung fortschreitet, Begehren und Wahn mindert, um so mehr gelingt ihm die Einigung des Herzens, gegenüber welcher alles sinnliche Wohl verblasst, sinnliches Wohl zurücktritt. So werden die Wunden gesalbt und sind allmählich keine Wunden mehr, das Begehren nach Sinnendingen ist aufgehoben.

*Wolle nicht bei Wind und Sonnenglut ausgehen, damit dir nicht Staub und Hitze die Mündung der Wunde entzünden.* – Damit ist gemeint die Übung der Zügelung der Sinnesdränge, die ihrerseits dazu beiträgt, dass das Begehren nicht vergrößert wird. Zügelung der Sinnesdränge bedeutet: beim Sehen von Formen, beim Hören von Tönen usw. nicht gleich Neigungen, Absichten aufkommen zu lassen.

Die Übung in der Zügelung der Sinnesdränge, die im häuslichen Leben in dieser umfassenden Weise nicht durchgeführt werden kann, bildet den Übergang zur Entwicklung der Herzenseinigung. Das Gegenteil von Herzenseinigung ist die Zwiespältigkeit, die Gespaltenheit des Erlebens zwischen Ich und Umwelt. Wir erleben uns als Ich einer Umwelt gegenüber. Diese Erlebensweise bezeichnet der Erwachte als *avijjā*, d.h. als einen geistigen Eindruck, dem die Wirklichkeit nicht entspricht, der traumhaft, wahnhaft ist. So wie wir im Traum uns als „Ich, anderen Lebewesen oder Dingen begegnend“ vorfinden, so auch jetzt hier. Diese Wahnsituation des gesamten Begegnungslebens gilt es zu überwinden. Dazu bildet die Übung in der Zügelung der Sinnesdränge den ersten Schritt.

Daraus schon sehen wir, dass diese Zügelung der Sinnesdränge nur ein solcher üben kann, der durch die Lehre des Buddha begriffen hat, dass die Illusion der Begegnungswahrnehmung (*papañca saññā sankha*) ein Wahn und eine Krankheit ist, die es in der Gesundheit, in der Wirklichkeit nicht gibt. Darum vergleicht der Erwachte sich mit einem Arzt, der dem Kranken zur Genesung, zur Aufhebung des Wahns verhilft. Nur wer von der Erkenntnis durchdrungen ist, dass seine gegenwärtige Erlebensweise eine Krankheit ist, kann auf die Dauer die Zügelung der Sinnesdränge so durchführen, dass sie für ihn tatsächlich den Eingang zur Herzenseinigung bildet.

Die Sinnesdränge sind die Krankheit, die Wunde, die es zu heilen gilt. Dazu kann ein weltgläubiger Mensch sich in keiner Weise entschließen und kann darum auch die Zügelung der Sinnesdränge nicht durchführen. Der Heilsgänger aber sagt sich: „Da kann mir noch Gefahr drohen, ich habe noch starke



Sinnesdränge. Dass ich im Augenblick diese Sachen für gut halte, ist Täuschung, Blendung, Wahn.“ Darum ist er bemüht, dem Drang des Durstes nicht nachzugeben, da dies die Triebe, die Wunde vergrößern würde.

Wie sich jeder aufmerksame Leser denken kann, besteht eine weitere Voraussetzung, um die Zügelung der Sinnesdränge beharrlich durchführen zu können, darin, dass der Übende „an sich selbst Genüge hat“, dass er in sich eine Sicherheit, Heiterkeit und Wärme empfindet, die eigenständig macht. Diese muss zuvor erworben sein, und sie wird erworben durch die Übung in der sanften Begegnung, in der liebenden aufmerksamen Zuwendung zu den jeweils begegnenden Lebewesen. Die erste der drei großen Übungsetappen, die Läuterung des Begegnungslebens, muss also erst vollständig ausgereift sein, ehe der Übende in die zweite Etappe eintritt.

Aus der vollendeten Tugenderhellung verspricht der Erwachte das Wohl der Unbedrohtheit – und das bedeutet die völlige Freiheit von Furcht und Verklemmung vor etwaigen künftigen Schicksalen; aber aus der Übung der Zügelung der Sinnesdränge, wenn sie zur Beruhigung der Sinnesdränge geführt hat, verspricht der Erwachte ein „ungetrübtes Wohl“, und das bedeutet die endgültige Überwindung dessen, was nach Aussage des Erwachten und nach unserer eigenen Erfahrung ununterbrochen aufkommt, wenn man die Süchtigkeit weiterhin nach außen rasen lässt, nämlich: *Begehren und Missmut, üble, unheilsame Gedanken*.

Wenn sich der Übende von den äußeren Dingen immer weniger sättigen lässt, geistig sich von nichts Vergänglichem befriedigen lässt, erlebt er, dass er nicht etwa immer hungriger wird, sondern das Gegenteil: Es tritt eine starke Beruhigung des ständigen Wechsels zwischen Suchtanwandlungen und Missmut oder Verdrossenheit ein und dadurch das Wohl eines inneren Friedens, der nicht der tausendfältigen Befriedigungen bedarf. Aus dieser Erfahrung geht von selbst immer mehr die Abwendung vom Unbeständigen hervor. Wer da weiß: „Dort ist das Heil“, der wendet seinen Willen da hin, denn jeder

Mensch sucht mit jedem Willensakt die heilere Situation, und er wendet sich ab von dem Unheilen, dem Unbeständigen, dem Zerbrechlichen in der Erkenntnis: „Das lohnt nicht der Liebe, lohnt nicht der Freude, lohnt nicht der Neigung.“

Am Schluss der Lehrrede stellt der Erwachte noch einmal den Zustand des Heilsgängers, der noch von Trieben bewegt wird, dem des von allen Trieben Befreiten gegenüber und zeigt anhand von zwei Gleichnissen beider Verhältnis von Geist und Herz zu den Sinnendingen:

### Wohlschmeckendes Giftgetränk und Giftschlange

*Dass nun, Sunakkhatto, ein Mönch, wenn er die sechs Sinnensüchte nach Berührung zurückhält, die Gewohnheit des Ergreifens als des Leidens Wurzel gesehen hat, sich mit Ergreifen des Körpers bedienen könnte oder das Herz erregen lassen könnte, das ist unmöglich.*

*Gleichwie etwa, wenn da ein Trinkbecher wäre mit schönem, duftendem, wohlschmeckendem Inhalt, aber mit Gift versetzt, und es käme ein Mann herbei, der leben, nicht sterben will, der Wohlsein wünscht und Wehe verabscheut; was meinst du, Sunakkhatto, würde da wohl der Mann den Trinkbecher leeren, von dem er wüsste: „Habe ich das getrunken, so muss ich sterben oder tödlichen Schmerz erleiden“? – Gewiss nicht, o Herr. – Ebenso nun, Sunakkhatto, ist es unmöglich, dass ein Mönch, wenn er die sechs Sinnensüchte nach Berührung zurückhält, die Gewohnheit des Ergreifens als des Leidens Wurzel gesehen hat, sich mit Ergreifen des Körpers bedienen könnte oder das Herz erregen lassen könnte.*

*Gleichwie etwa, Sunakkhatto, wenn da eine Giftschlange wäre, giftig fauchend, und es käme ein Mann*

*herbei, der leben, nicht sterben will, der Wohlsein wünscht und Wehe verabscheut; was meinst du, Sunakkhatto, würde da wohl der Mann nach der Giftschlange, der giftig fauchenden, Hand oder Daumen ausstrecken, wenn er wüsste: „Hat mich diese gebissen, so muß ich sterben oder tödlichen Schmerz erleiden“? – Gewiß nicht, o Herr. –*

*Ebenso nun auch, Sunakkhatto, ist es unmöglich, dass ein Mönch, der die sechs Sinnensüchte nach Berührung zurückhält, die Gewohnheit des Ergreifens als des Leidens Wurzel gesehen hat, der, frei von der Gewohnheit des Ergreifens, durch Schwinden der Gewohnheit des Ergreifens erlöst ist, sich mit Ergreifen des Körpers bedienen könnte oder das Herz erregen lassen könnte. –*

*So sprach der Erhabene. Erhoben und beglückt war Sunakkhatto, der junge Licchavier, über das Wort des Erhabenen.*

Dem Heilsgänger sind die Bande des Wahns abgenommen. Er kann bei nüchterner Überlegung nicht mehr dem trügerischen Anschein, dem Wahneindruck verfallen, den die sinnliche Wahrnehmung auch ihm immer noch aufdrängen will, dem Eindruck, dass da ein empfindendes Ich sei, dem die erlebte Welt gegenüberstehe. Er sieht, dass die gefühlsbesetzten Blendungsdaten im Geist diesen Wahn erzeugen, und er sieht, dass alles Dürsten der Wesen, sowohl das drängende Verlangen nach den einen wie das besorgte Fliehen und Vermeiden der anderen Eindrücke eine Krankheit des mit Trieben besetzten Herzens und die Ursache allen Leidens ist, das sich so lange fortsetzt, als die Krankheit nicht geheilt ist.

Von jetzt an denkt er bei jedem bewusst gewordenen sehnenen Verlangen nach den einen und spontaner Abwendung von den anderen äußeren Erscheinungen immer mehr daran, dass die Befriedigung des Durstes Leiden bringt, ihn im leid-

vollen Samsāra festhält. So sind ihm auch die Bande des Durstes (im Geist) genommen worden. Er kann nicht mehr irgendeine der fünf Zusammenhäufungen endgültig als Wohl versprechend ansehen. Aber die von dem Giftpfeil aufgerissene Wunde besteht noch und schmerzt öfter. Das bedeutet – dass sein Herz von der Verstrickung des Wahns und des Durstes noch nicht frei ist und dass darum die Sinneserfahrungen fast noch die gleichen Wohl- und Wehgefühle auslösen wie zuvor und zur Befriedigung drängen. Einen solchen Menschen vergleicht der Erwachte mit einem Menschen, der da eine Schüssel mit verlockend aussehender, lieblich duftender Speise sieht, die auch köstlichen Geschmack verspricht, aber von ihr weiß, dass sie vergiftet ist. Den Sinnesdrängen (das ist die Wunde) ist die Speise verlockend, und das reißt ihn noch öfter hin, sie zu genießen, aber in seinem Geist ist die Warnung, diese als tödlich durchschaute Speise nicht zu genießen: So ist der noch zwitterhafte, noch widerspruchsvolle Zustand des Heilsgängers, der den Weg der Heilsentwicklung endgültig betreten hat. Dieser Zustand währt so lange, als die Pfeilwunde noch nicht geheilt, das sinnliche Begehren aus dem Körper noch nicht ausgetrieben ist. In seinem Geist aber hat er bereits Wahn und Durst erkannt als die Ursache all seiner Leiden und Irrfahrten, in seinem Geist kann er den Ich- und Weltwahn immer wieder überwinden, und die durstige Forderung nach sinnlicher Befriedigung kann er im Geist durchschauen als die Wirkung der nach Entfernung des Pfeils noch verbliebenen Wunden, auf deren möglichst baldige und gründliche Heilung jetzt alles ankommt.

Ein solcher Mensch geht aufmerksam und vorsichtig durch dieses sinnliche Leben. Der Trank sieht köstlich aus und riecht köstlich, ist einladend, verführerisch, aber der Heilsgänger weiß: „Er ist giftig.“ Das ist die höhere Weisheitsinstanz, die demjenigen, der in die Heilsanziehung eingetreten ist, endgültig eingepflanzt ist. Er wird von Fall zu Fall doch noch manchmal trinken und das Leiden des Gifts am eigenen Leib spüren. Es gibt keinen Geheilten, der nicht vor der Heilung

vielmals gestrauchelt und gefallen ist, aber er steht immer wieder auf, überwindet die Hemmung der Sinnensucht. Auf längere Zeit gesehen merkt er, dass das Ergreifen durch die Sinnesdränge nachgelassen hat. Immer wieder hält er sich vor Augen, dass die von dem Giftpfeil aufgerissene tiefe Wunde die Ursache ist für seine noch vorhandene Reizbarkeit durch die sinnlichen Erscheinungen.

Von dem Geheilten, der von allen Trieben frei ist, sagt der Erwachte im obigen Gleichnis, dass ihm die sinnliche Welt nicht mehr als eine zwar vergiftete, aber dennoch köstlich lockende Speise erscheine, sondern wie eine giftige Schlange, die nicht nur wegen des Giftes, sondern auch wegen ihres Aussehens keinen Gedanken an Befriedigung aufkommen lässt. Dem Geheilten, der in endgültiger Sicherheit, im vollendeten Wohl wohnt, das durch nichts gestört werden kann, sieht nichts mehr verlockend aus. Niedrigste und höchste Götterformen durchschaut er gleicherweise als aus Wahn gebräut, dem Wechsel und Wandel unterworfen – als Giftschlange, die aber seinem absoluten Frieden nichts mehr anhaben kann.

Der Erwachte hat in dieser Lehrrede die Staffeln gezeigt, die der Mönch in der Askese bis zum letzten Ziel durchläuft, so dass jeder aufmerksame Mönch bei sich erkennen kann und erkennen soll, was er bereits geschafft hat und was noch zu tun übrig bleibt. Für uns bleibt zu tun übrig, diese Zusammenhänge aufzunehmen und unseren Stand abzumessen in dem Wissen, endgültiges Wohl ist nur zu erreichen, wenn Leben, Welt, „das brennend Leid“, überwunden ist.

Wenn wir die Wurzel rechter Anschauung in uns hineinsenken, wächst sie an, und rechte Anschauung breitet sich in unserem Denken aus und befruchtet unser Reden und Handeln. Aus rechter Anschauung geht alles Heil hervor. Aus dem Falschwissen geht alles Leiden hervor. Jeder Vollzug rechter Anschauung, jedes rechte Bedenken, dass die Tendenzen zu erhellen und letztlich aufzuheben sind, ist ein Schlag gegen sie, ein Stoß, der sie und den Durst verringert, so gewaltig uns der Durst auch ziehen mag. Der Besitz der rechten Anschau-

ung erweist sich im Vorwärtskommen. Will einer wissen, ob er rechte Anschauung hat, so kann er es nicht daran messen, ob er über die Lehre sprechen kann. Er kann es nur daran messen, ob er fortschreitet in seiner Läuterung. Das ist der Maßstab für rechte Anschauung.

DIE STUFEN ZUR SICHERHEIT  
106. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“  
„Zur Unverstörung“

Tugend, Liebe und Schonen,  
die erste Stufe zur Sicherheit

Wir fragen nach Sicherheit nur darum, weil wir Unsicherheit empfinden. Die Unsicherheit, die wir empfinden, ist vielfältig, und jeder von uns empfindet bald in diesem, bald in jenem Bereich Unsicherheit, bald im Beruf, bald in der Ernährung, im Krieg und bei Kriegsgefahr durch die Gefährdung des Körpers, im seelischen Bereich in der Freundschaft, in der Ehe, in der Verwandtschaft, durch Tod anderer oder dadurch, dass zwischenmenschliche Spannungen aufkommen. Und man empfindet Unsicherheit, weil man sieht: „Es bleibt nichts, es wandelt sich ununterbrochen.“ Darum stellt sich der religiöse Mensch die Frage: Was muss ich tun, dass ich nach dem Tod selig werde? Wie habe ich auch im Jenseits – so fragt der, der an ein Jenseits glaubt – Sicherheit? Wie kann ich aus der tiefsten gegenwärtigen Unsicherheit Schritt für Schritt Sicherheit erreichen? Und was ist Sicherheit? In einem christlichen Lied heißen einige Zeilen:

*Wir sind ein Volk, vom Strom der Zeit  
gespült ans Erdeneiland,  
voll Unfall und voll Herzeleid.*

So muss man ja das Menschentum empfinden, gleichviel, welche Bereiche des menschlichen Lebens man betrachtet: Überall Unsicherheit, Elend, Leiden. Wie kommt man da heraus?

Wir wissen aus unseren Untersuchungen, dass das Erlebnis von Unsicherheit, von Vergänglichkeit, von Leidigem daher kommt, weil wir es so gewirkt haben. Wenn wir Übles gewirkt haben, dann tritt Unbeständigkeit, Wechsel, Entsetzen, Dun-

kelheit an uns heran, wenn die Ernte der Saat reif ist. Daraus ergibt sich auch sofort die Antwort auf die Frage, wie wir zur Sicherheit kommen. Die Unsicherheit in dem Grad, wie sie der Einzelne erlebt, ist bedingt durch den Grad der Dunkelheit, Niedrigkeit und Unzuverlässigkeit in uns selbst, und die äußere Sicherheit wird gewonnen durch die Aufhebung der inneren Dunkelheit, der inneren Unzuverlässigkeit. Der Weg zur Sicherheit heißt also einfach: Läuterung. Der Erwachte empfing die Mönche, die in seinen Orden eintraten, mit den Worten:

*Willkommen, du Mönch, sei tugendhaft. In reiner Zucht richtig gezügelt, bleibe lauter im Handeln und in der Lebensführung. Vor geringstem Fehl auf der Hut kämpfe beharrlich weiter, Schritt um Schritt.*

Mit „tugendhaft sein“ ist gemeint, den Mitwesenen kein Leid zuzufügen, dem Begehren und Hassens Hemmungen auferlegen. Eine gewisse, relative Sicherheit gewinnt der Tugendhafte, der nicht tötet, nicht stiehlt, in den Geschlechtsbeziehungen nicht ausschweifend lebt – als Mönch ganz keusch lebt –, der nicht trügerisch redet, sich vor verletzender, hintertragender Rede hütet (und als Mönch sich auch von Plappern und Plaudern zurückhält) und einen Umgang und Beruf meidet, der andere schädigt. Bei der Erfüllung dieser Tugendregeln verheißt der Erwachte das Glück der Vorwurfsfreiheit. Und er sagt weiter: Wer die Tugendregeln einhält, kann auf Grund seiner Lauterkeit nicht irgendwoher noch Gefahr erspähen, d.h. er kann nicht mehr in äußerstes Leiden und äußerste Gefahren, in äußerste Unsicherheit (Hölle) hineingeraten. Das ist die erste Stufe zur Sicherheit: dem Ozean des Begehrens und Hassens, den Trieben, Grenzen setzen.

Wir wissen, dass dieser Weg vom hemmungslosen Sich-Gehen-Lassen bis zur völligen Einhaltung der Tugendregeln kein plötzlicher neuer Abschnitt ist, sondern dass er nach und nach erkannt und besritten wird. Der Anfangende wird sich in erster Linie darin üben und sich anstrengen, die genannten



Untugenden auszuroden, aber sein Denken, seine Neigungen laufen noch in der gewohnten Richtung. Aber wenn er immer wieder, besonders in neutralen Zeiten, die Befreiungen bedenkt, die aus der Überwindung der Untugend hervorgehen, so wird dadurch nach und nach seine Liebe zu einer tugendhaften Lebensführung stärker, und er braucht sich nicht mehr so sehr anzustrengen, um nicht untugendhaft zu handeln.

Insofern sind es nicht wirklich Stufen zur Sicherheit, die wir beschreiten, obwohl es äußerlich so scheint. Denn nicht ist es so, dass der Übende erst in der einen Etappe ist und dann plötzlich in der nächsten, sondern der langsam und stetig Vorwärtsgelende gleitet in die folgenden Etappen hinein, in die er sich dann auch erst wieder hineingewöhnen muss.

Die erste Stufe aus einem Dasein tiefster Unsicherheit durch Hemmungslosigkeit der Triebe ist, wie beschrieben, die Einhaltung der Tugendregeln. Das ist noch keine wesentliche strukturelle Charakterwandlung. Eine solche tritt erst ein, wenn als zweite Stufe gute Gesinnung gepflegt wird, wenn der Übende Liebe, Rücksichtnahme und Schonen in sich entwickelt und aus dieser Gesinnung heraus nun handelt. Dadurch werden die Triebe der Abneigung, des Hasses und der Rücksichtslosigkeit aus Nächstenblindheit von selber geringer. Es ist so, wie wenn in einem Garten zuerst das Unkraut nur immer gejätet wurde und doch wieder nachwuchs, dann aber neu gesäte, vom Gärtner gewünschte Pflanzen das Unkraut verdrängen. Der Erwachte gibt das Gleichnis (M 21), dass ein Förster einen Rizinuswald hegt, indem er die krumm gewachsenen Stämme rodet und die geraden Stämme pflegt. Dadurch, sagt der Erwachte, würde der Wald bald zum Gedeihen kommen. So ist es auch bei jemandem, der üble Neigungen dadurch mindert, dass er die guten in sich mehrt.

Was aus der Erfüllung der Tugendregeln an Sicherheit hervorgeht, ist unvergleichlich gegenüber dem Erleben von Sicherheit bei demjenigen, der an Liebe, Schonen und Rücksichtnahme zunimmt. Wer in Liebe, Schonen und Rücksichtnahme zunimmt, dem wird die Erfüllung der eigenen Wünsche

unwichtig, sein Ich tritt zurück in dem Bestreben, die Wünsche anderer zu erfüllen. Dadurch ist ihm unvergleichlich wohler als einem Bedürftigen. Der Unbedürftige erfährt weit mehr Sicherheit als der Bedürftige.

Aber der Übende muss zusätzlich noch eine besondere Einsicht gewinnen, um der größten Unsicherheit im Dasein, der des ständigen Entstehens und Vergehens, begegnen zu können, und das ist die Einsicht in das Elend des Begehrens nach den Dingen, die gesehen, gehört, gerochen, geschmeckt und getastet werden. Mit dieser Einsicht beginnt unsere Lehrrede.

## I. Drei hilfreiche Wege zur Freiheit von Sinnensucht

Der erste hilfreiche Weg zur Freiheit von Sinnensucht:  
Betrachtung der Unbeständigkeit, des Blendwerks

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene im Kuru-Lande, bei einer Stadt der Kuruner namens Kammasadamma. Dort nun wandte sich der Erhabene an die Mönche. Ihr Mönche! – Ja, o Herr!–, antworteten da jene Mönche dem Erhabenen aufmerksam. Der Erhabene sprach:*

*Unbeständig/rieselnd, ihr Mönche, sind die Sinneserscheinungen, schemenhaft sind sie, trügerisch, Einbildungen. Ein Blendwerk ist das Ganze, ihr Mönche, der Toren Beschäftigung. Diesseitige Sinnendinge und jenseitige Sinnendinge, sinnliche Wahrnehmungen dieser Welt, sinnliche Wahrnehmungen jener Welt: beides ist Māros, des Verderbers, Revier, des Verderbers Land, wo er seine Köder auslegt und sich seine Beute holt. Da entwickeln sich immer wieder die üblen, heillosen Bewegkräfte, wie Habsucht, Antipathie bis*

*Hass und Rechthaberei. Diese aber sind Gefahren für den Heilsgänger, der sich nach der Anleitung übt.*

*Darum überlegt der Heilsgänger bei sich: „Wie nun, wenn ich mit weitem, nach Befreiendem strebenden Gemüt verweilte, Welt überwände, den Geist auf höhere Standorte gerichtet hielte? Wenn man mit weitem, nach Befreiendem strebenden Gemüt verweilt, Welt überwindet, den Geist auf höhere Standorte gerichtet hält, dann können diese üblen, heillosen Süchte, wie Habsucht, Antipathie bis Hass und Rechthaberei nicht mehr bestehen. Sind sie aber aufgegeben, so wird mir das Herz nicht mehr dem Beschränkten nachgehen, wird in der Welt nicht mehr messen (nach angenehm, unangenehm, wertvoll, wertlos), ist gut ausgebildet.“*

*Wie er nun so vorgeht, häufig dabei verweilt, da beruhigt sich ihm das Herz bei dieser Strebensrichtung (āyatana<sup>186</sup>). Ist es beruhigt, so erlangt er die erstrebte (āyatana) Freiheit von Sinnensucht<sup>187</sup> oder wird von der Weisheit angezogen. Nach dem Versagen des Körpers, jenseits des Todes, mag es wohl sein, dass die führende programmierte Wohlerfahrungssuche ihn die Freiheit von Sinnensucht erreichen lässt. Dies, ihr Mönche, wird als der erste hilfreiche Weg zur Erlangung (āyatana) der Freiheit von Sinnensucht bezeichnet.*

---

<sup>186</sup> āyatana (Verb āyamati) bedeutet zum einen ein Ziel haben, darauf aus sein, genau so wie „Tendenz“ – abgeleitet von tendere – „spannen“, „sich hinstrecken auf etwas“, „hinzielen“, „hinspannen“ bedeutet. Zum anderen bedeutet es das, wohin eine Spannung zielt: das Erstrebte, Angestrebte. Singgemäß umfasst „āyatana“ also Wollen und Wahrnehmen.

<sup>187</sup> An-eja ist eine Negierung von eja=Regung, Wunsch. Aneja heißt also: Nicht mehr irgendetwas in der Welt anstreben wollen, sich nicht von Einflüssen, vom Begegnungsleben bewegen zu lassen, sondern ohne Wünsche und Regungen zu verweilen = frei von Sinnensucht.

In M 105 stellt der Erwachte dem „Angezogensein vom weltlichen Köder“ „die Sinnensucht-Freiheit“ (*aneñja* oder *aneja*) gegenüber:

Wer sich auf dem Heilsweg befindet, führt sich öfter vor Augen, dass sich alle sinnlich wahrnehmbaren Welten, das Menschenreich und alle untermenschlichen und übermenschlichen Formen, immer im Bereich des Todes bewegen. In allen diesen Welten ist Geborenwerden, Altern und Sterben, ist Kommen und Gehen. Alle diese Welten, die menschliche und selbst viele übermenschlichen Seinsweisen können verglichen werden mit eingezäuntem Weideland oder Ställen, in denen Māro, der Tod, sich das Vieh, seine Opfer, hält, in denen er sie zusammenreibt und eines nach dem anderen herausholt. So sagt der Erwachte (M 26):

*Alle die Asketen oder Brahmanen, die die fünf Arten von Sinnendingen verlockt, geblendet, durstgefesselt genießen, ohne das Elend zu sehen, ohne die Möglichkeit der Befreiung zu kennen, müssen bezeichnet werden als elend gefangen, verloren, der Macht des Bösen ausgeliefert.*

Wenn wir krank werden, wenn wir altern, wenn wir sterben, wenn die Sinnesorgane nicht mehr zur Verfügung stehen, dann entschwindet auf einmal all das, woraus wir bisher unser Wohl, unser „Glück“ bezogen. Darum heißt es in allen Religionen, dass der Körper nur geliehen ist. Wir wissen nicht, wann er genommen wird, aber dass er genommen wird, wissen wir mit Bestimmtheit. Alle Lehren gründlicher Forscher lehren: „Besitz gibt keinen Halt.“ Auch die nicht betont religiöse Stoa sagt: „Stell dich nicht auf die Sinnendinge als auf die Grundlage deines Lebens, du weißt, wie sie zerbrechen.“ Wir sehen, wie alles verwelkt vor unseren Augen. Zuerst vergehen die älteren Generationen, dann wir selber, aber auch all die einzelnen Dinge um uns herum, jeder einzelne Genuss, jede Pflanze, jeder Gegenstand, jede Form, jeder Ton, jeder Geruch, jeder

Geschmack, jede Tasting, jeder Gedanke – alles vergeht ununterbrochen. Māro, der Tod, trifft uns überall, wo wir haften.

Mit der Sinnensucht ist untrennbar verbunden  
Habsucht, Antipathie bis Hass, Rechthaberei

Fast alle nach sinnlichen Dingen strebenden Menschen sind schon während ihres auf dieses Ziel gerichteten Mühens unzufrieden. Sie merken, dass sie nie ganz das erreichen, was sie wollen. Sie stecken schon während ihres Mühens ihre Ziele immer höher, da es im sinnlichen Bereich kein Ende des Wünschens gibt. Wir kennen das Wort: „Je mehr er hat, je mehr er will“, und ebenso sagt der Erwachte (M 82):

*Und hätt' ein König sich ersiegt die Erde  
und herrscht' er weithin bis zum Meere herrlich:  
des Meeres Grenze grämt' ihn ungesättigt,  
nach neuen Siegen sehnt' er sich hinüber.*

Die Pflege der Sinnenlust führt zum zunehmenden Bedürfnis. Das zunehmende Bedürfnis führt zu zunehmender Rücksichtslosigkeit, Unzufriedenheit und Rechthaberei, zur Zunahme der üblen Gesinnungen und übler Taten und übler Worte und damit immer wieder zum Untergang.

Es gibt kaum einen Menschen unter uns, dem nicht im Lauf eines jeden Tages unzählige kleine Schatten durch das Gemüt huschen, verbunden mit Gedanken, die irgendwie gegen andere gerichtet sind. Es muss dabei nicht immer gleich zu Auseinandersetzungen kommen, nicht einmal zu besonders üblen Gedanken, es mag nur die Ahnung eines ablehnenden Gedankens aufkommen: „Ja, der!“ Wenn wir solchen feinen Ablehnungen nachgehen, dann merken wir, dass sie weitgehend durch Sinnensucht, durch Anliegen der Sinnesdränge bedingt sind. Und wir wissen ja, dass es in vielen Fällen nicht nur bei jenen „feinen Ablehnungen“ bleibt, sondern dass diese oft recht stark, ja, manchmal unwiderstehlich werden, dass sie das Gemüt verdunkeln, dass daraus auch Worte der Ablehnung,

Rechthaberei, Streit und gar üble Taten hervorgehen bis zu den Morden aus Gier und aus Hass, von denen die Zeitungen täglich berichten. Aber wenn wir auch vom Äußersten absehen: Jeder weiß um solche feineren oder gröberen Spannungen zwischen sich und seinen Nächsten, auch seinen Liebsten.

Ein von der Sinnensucht bewegter Mensch mag sich eine Zeitlang durch ethische Sentenzen vor Habsucht, Antipathie bis Hass und Rechthaberei bewahren, auf die Dauer aber folgen sie zwangsläufig jeder Sinnensucht, wenn nicht offen, dann verborgen. Es gibt Hassformen, die man sich selbst nicht eingesteht, die sich so versteckt und getarnt äußern, dass man sie nicht einmal bei sich bemerkt. Wer unserer Sinnensucht im Weg ist, sei es unmittelbar oder sei es mittelbar, den mögen wir nicht, den lehnen wir ab bis zum Hass. Sinnensucht ist die Wurzel allen Übels.

Aber alles Elend der Sinnensucht, das innerhalb des Lebens gefühlt wird, ist gegenüber dem Elend der Sinnensucht, das in der Fortsetzung der Existenz nach diesem Leben erfahren wird, so viel wie ein Sandkorn gegenüber dem Meeresstrand, wie ein Tropfen gegenüber dem Ozean.

Wenn wir bedenken, dass wir mit jedem Wirken an unserem zukünftigen Wesen und an der zukünftig zum Erlebnis kommenden Welt bauen, dass wir mit jedem guten Wirken in Gedanken, Worten und Taten das zukünftige „Ich“ verbessern und die zukünftig erlebte „Welt“ verbessern und dass wir mit jedem ungunen Wirken in Gedanken, Worten und Taten das zukünftige „Ich“ verschlechtern und die zukünftig erlebte „Welt“ verschlechtern, übler machen, dann verstehen wir, dass aus einer Kette übler Gesinnungen und übler Taten ein immer schlechteres Ich, ein immer mehr zu üblen Taten geneigtes Ich und eine immer schlechtere Welt, eine die Wünsche des Ich nicht befriedigende Welt zum Erlebnis kommt und ebenso sicher zur Gegenwart wird, wie auch jetzt ein Ich und eine Welt erlebt werden.

## Der höhere Standort

Der Heilsgänger, der die Gefahr der Sinnensucht und dadurch bedingt das Abgleiten in dunkle Art und dunkles Erleben fürchtet, überlegt bei sich (laut unserer Lehrrede):

*Wie nun, wenn ich mit weitem, nach Befreiendem strebenden Gemüt verweilte, die Welt überwände, den Geist auf höhere Standorte gerichtet hielte?*

Der strebende Heilsgänger hat die Existenz als Leidensumlauf so tief begriffen und ist davon so erschreckt, dass er mit allen seinen Kräften *die unvergleichliche Sicherheit zu erringen trachtet*. Er hat verstanden und bei sich selber erfahren, dass *alle Dinge ungeeignet sind, sie zu lieben und festzuhalten*, weil sie bald wieder vergehen und darum Schmerzen bringen, und vor allem, weil alles Erlebte nur der Entwurf des eigenen Herzens und Wirkens ist: Ein-gebildetes, Imaginiertes, Angewöhntes, und weil es darum keine real, objektiv gegenüberstehende Welt gibt, die es zu erwerben, zu erobern gälte, sondern nur Bilder des eigenen Herzens. Darum geht es ihm jetzt um die Erhellung des Herzens.

Er richtet seinen Willen auf Hochherzigkeit, Liebe und Schonen. Er bemüht sich, die Bedürfnisse der Mitwesen ebenso mitzubedenken und nachzuempfinden wie die eigenen, ja, den Unterschied zwischen sich und anderen immer wieder gedanklich aufzuheben in dem Wissen: Alles, was mir begegnet, ist Ernte meines Tuns, ist meine unbewältigte Vergangenheit, ist die Gespaltenheit meines Herzens in Ich und Welt.

Indem der Heilsgänger sich übt, mit den anderen mitzuempfinden (*mettā*), fühlt er sich zu Nachsicht und Schonen und Erbarmen (*karunā*) gedrängt, will dem anderen wohl tun, nicht wehtun.

Einer, der sein Herz dahin gebracht hat, dass er, wann immer er an Lebewesen denkt, auf ihre Anliegen achtet, schonend und fürsorglich an sie denkt und bei Begegnungen mit

ihnen so umgeht, dem erscheint alles eigene weltliche Anliegen blass und unbedeutend. Er erfüllt Herz und Gemüt mit liebevollen, schonenden, nicht messenden Gedanken - und die egoistischen, selbstsüchtigen Gedanken und Empfindungen - Habsucht, Übelwollen und Rechthaberei - schwinden.

So wie beim Goldwaschen durch das Herauslesen der Fremdkörper allmählich der Goldgehalt immer mehr zum Vorschein kommt, der Goldsand immer mehr glänzt, so auch verändert, erhöht und erhellt sich bei dem Menschen das Herz und damit das innere Grundgefühl, die innere Stimmung, die Gemütsverfassung. Er beginnt, das helle Herz als die Quelle weltunabhängigen Wohls zu entdecken. Im Lauf der Jahre hat er immer deutlicher erfahren, dass nicht dieser Körper und nicht diese Welt, sondern diese seine entdeckte still-heitere Gemütsstimmung, das helle Grundgefühl, der Träger seiner Existenz ist. Er merkt, dass diese Gemütsstimmung gar nicht durch den Körper besteht und nicht durch die Sinneseindrücke, sondern immer nur durch die Beschaffenheit des Herzens, durch seine Eigenschaften, bedingt ist.

Ein solcher Mensch ist bei sich selbst glücklich und darum unabhängig von den vergänglichen Scheinfreuden, die durch die Befriedigung der Sinnensucht eintreten. Sein Rückzug von der Welt ist ihm nicht Verzicht, sondern Erfüllung. Sein Denken ist damit beschäftigt, die aus früherem Wahn gesponnenen Welterscheinungen immer mehr als solche zu durchschauen und dadurch unterscheiden zu lernen, welche Wege in das Leiden hineinführen und welche aus dem Leiden herausführen. So ist er „von der Weisheit angezogen“. Darüber wird er in seinem Geist zunehmend klar und heiter und in seinem Herzen hell und still, und es mag sein, dass er zu dieser Zeit die erste weltlose Entrückung (*jhāna*) gewinnt, die durch Denken und Sinnen über Wahrheitszusammenhänge eintritt. Die dadurch empfundene Glückseligkeit wird so durchdringend und alles ausfüllend, dass dadurch das normale Körpergefühl beschwichtigt wird, mehr und mehr zurücktritt, immer weniger bemerkt wird bis zum völligen Vergessen. Mit



dem völligen Vergessen des Leibes und seiner Sinnesdränge setzt ein stilles, alles beherrschendes, machtvolles Wohl ein, und in der sammelnden Gewalt dieses seligen Wohls gewinnt das Herz vollkommenen Frieden. In diesem Frieden sind alle Wünsche vergessen, als seien sie nie gewesen, ist alles Ich vergessen, als sei es nie gewesen, und ist alle Weltlichkeit vergessen, als sei sie nie gewesen. Es ist der erste Grad der Erfahrung eines aus aller Weltlichkeit entrückten überweltlichen Wohles.

Wenn der Übende so weit gediehen ist, dann kann es sein, dass nach dem Tode des Körpers die führende programmierte Wohlerfahrungssuche des Geistes (*viññāna*) das Psycho-Physische (*nāma-rūpa*), das sich aus dem Bereich der Sinnensucht-Welt herausentwickelt hat, in den Bereich der Freiheit von Sinnensucht, der Reinen Form, lenkt, so dass es in der Brahma-Welt wiedergeboren wird, in der die Wesen sich nichtmessender Liebe hingeben mit einem grenzenlosen, durch keinerlei Urteil beschränkten, leuchtenden Gemüt oder in befreienden Gedanken sinnend und gedenkend verweilen und so die erste Entrückung gewinnen.

Der zweite hilfreiche Weg zur Freiheit von Sinnensucht:  
Betrachtung der vier großen Gewordenheiten (*mahābhūta*)

*Weiter sodann, ihr Mönche, überlegt der Heilsgänger: „Sinnensucht nach diesseitigen Dingen, Sinnensucht nach jenseitigen Dingen, sinnliche Wahrnehmungen in dieser Welt, sinnliche Wahrnehmungen in jener Welt: Was irgend formhaft/gegenständlich ist, die vier großen Gewordenheiten und was durch die vier großen Gewordenheiten besteht: Es ist nur Form.“*

*Wie er nun so vorgeht, häufig dabei verweilt, da beruhigt sich ihm das Herz bei dieser Strebensrichtung. Ist es beruhigt, so erlangt er die erstrebte Freiheit von Sinnensucht, oder er wird von der Weisheit ange-*

*zogen. Nach dem Versagen des Körpers jenseits des Todes mag es wohl sein, dass die führende programmierte Wohlerfahrungssuche ihn die Freiheit von Sinnensucht erreichen lässt. Dies, ihr Mönche, wird als der zweite hilfreiche Weg zur Freiheit von Sinnensucht bezeichnet.*

Als eine aus allem Leiden herausführende Haltung wird der Klarblick oder die Weisheit genannt, die hier auf die Durchschauung der zu sich gezählten Form, der vier großen Gewordenheiten, angewandt werden, wie sie der Erwachte oft (u.a. in M 10, 62, 140) empfiehlt.

Der Erwachte schließt dieser Übung in einer anderen Rede (M 119) folgendes Gleichnis an:

*Gleichwie etwa ein geschickter Metzger oder Metzgergeselle eine Kuh schlachtet, auf den Markt bringt, Stück für Stück zerlegt und sich dann hinsetzen mag: Ebenso nun auch schaut sich der Mönch diesen Körper, wie er geht und steht, als Gewordenheiten an: „Dieser Körper besteht aus den Gewordenheiten Festigkeit, Flüssigkeit, Wärme, Luft.“*

Was will dieses Gleichnis besagen? - Der Metzger, der da auf dem Markt sitzt, verkauft keine Kuh, sondern Fleischstücke, unterschiedlich benannte Fleischstücke, je nach dem, ob sie vom Hals kommen oder von der Brust, von den Rippen oder von den Schenkeln. Und diese Fleischstücke wandern ihre Wege, das eine Stück hierhin, das andere Stück dorthin. Der Metzger, der am Markt sitzt und verkauft, hat nichts mehr mit einer Kuh zu tun. Die Kuh ist vergessen, die Kuh ist nicht mehr da; Fleischstücke sind da und gehen ihre Wege, bis nichts mehr da ist.

So auch der übende Mönch. Wenn irgendwann und irgendwie, so wird bei dieser Übung die Vorstellung von einem angehörigen Leib aufgelöst und ausgerodet. Der aufmerksame

Leser mag erkennen und spüren, welche Befremdung und dann Entfremdung diesem Körper gegenüber, der naiverweise als „Ich bin“ aufgefasst wird, eintreten und sich entwickeln kann und sich bei dem ernsthaft übenden Mönch auch praktisch entwickelt - bis zur endgültigen Überwindung. Dagegen wird der Leser, der im Familienverband und Beruf lebt, selbst wenn er diese Übungen gelegentlich durchgeführt und jene Entfremdung gespürt hat, doch immer wieder zu der altgewohnten Identifikation zurückkehren. Aber das Verständnis für den radikalen Wert dieser Übung ist ihm aufgegangen.

Der Übende hat erstens durch seine Unabhängigkeit von der Außenwelt und zweitens durch ständige aufmerksame Beobachtung bei sich erfahren, dass die Teile des Körpers ja ganz genau so nur Festes oder Flüssiges oder Wärme oder Luftiges oder Gemischtes sind wie draußen in der Welt die Steine, das Holz, das Wasser und die Wolken. Er empfindet keinen Unterschied mehr zwischen Körper und Außenwelt. Dies ist nicht intellektuell zu verstehen, sondern zu erfahren.

Die fünffache sinnliche Wahrnehmung kommt ja nur dadurch zustande, dass durch die Sinnesdränge in den Sinnesorganen, welche letztere nichts anderes als durch die vier Gewordenheiten bedingte Formen sind -, äußere Formen erfahren werden, die ebenfalls durch die Gewordenheiten bestehen. Ohne Form überhaupt würden die tausend Erlebnisse gar nicht zustande kommen. Der äußere Teil dessen, was der normale Mensch als Leben bezeichnet, ist nichts anderes als jener millionenfältig wiederholte Vorgang eines immer wieder neuen Zusammentreffens von Formen in tausendfältigen Variationen von Festigkeit, Flüssigkeit, Wärme und Luft.

Der normale Mensch kann die tiefe Aufklärung, die der Mönch mit dieser Einsicht gewinnt, kaum fassen, weil der normale Mensch eben *voll weltlichen Begehrens und Bekümmerns* ist. Er hat zu den unterschiedlichen Formen unterschiedliche Bezüge, weil ihm durch seine Triebe unterschiedliches Begehren innewohnt nach diesen und jenen Formen. Darum bedeuten ihm die begehrten Formen viel, während die

seinen Begehungen entgegengesetzten Formen mehr oder weniger starke Ablehnung, Abscheu, Ekel, Entsetzen, Angst usw. hervorrufen. So kann der normale Mensch eben geblendet durch sein mannigfaltiges Begehren und Bekümmern die „Welt“ gar nicht so sehen, wie sie ist: nämlich ein-gebildete Form in unendlicher Variation, aber immer nur aus Festigkeit, Flüssigkeit, Wärme, Luft bestehend. Der belehrte Mensch aber, der diese Übung durchführt in neutraler Zeit, erkennt in der milliardenfältigen Vielheit als das Zugrundeliegende die Wahrnehmung von leeren, toten Formen, bedingt durch Festes, Flüssiges, Wärme und Luft, mag dies nun als Körper oder als Außending erscheinen. Aus dieser Einsicht ergibt sich eine innere Abwendung des Herzens von Form, von Welt, von Vielfalt, von dem Außen. In dieser Durchschauung tritt eine tiefe und endgültige Beruhigung des Herzens ein.

Von dem Mönch, der diese Betrachtung häufig pflegt, sagt der Erwachte:

*Während er so ernsten Sinnes, eifrig, unermüdlich verweilt, schwinden ihm die hausgewohnten Erinnerungen dahin; und weil sie dahingeschwunden sind, ist das Herz in sich still, beruhigt, geeint und friedvoll. (M 119)*

Hier ist kein eigenwilliges Denken mehr, sondern der Geist ist gebunden an den ihm gesetzten Gegenstand der Betrachtung, und er nimmt nichts auf als das, was das ungeblendete, sachliche Hinschauen auf den Betrachtungsgegenstand erkennen lässt. Und hat das Denken beim Anschauen die Nichtigkeit und Nicht-Ichheit dieses Leibes erkannt und durchschaut und ist für die Zeit dieser Betrachtung der letzte Rest des Haftens und inneren Geneigtseins aufgehoben, dann ist jene heilige Nüchternheit und Neutralität und Indifferenz dem Leib gegenüber gewonnen. Und ist die Labsal der Befreiung und Freiheit vom Leib empfunden und erspürt, *so ist das Herz in sich still, beruhigt, geeint und friedvoll.*

So wird „Leib“ vergessen, wird „Welt“ vergessen, wird „Ich“ vergessen, so kommt die Betrachtung zur Ruhe, und es kann die weltlose Entrückung eintreten, jener überweltliche Friede, den der Erwachte „himmlisches Wohl“ und „selige Gegenwart“ nennt. Oder er mag - von der Weisheit angezogen - diese Übung fortsetzen und fortsetzen und so die Freiheit von Sinnensucht erreichen. Und nach dem Tod wird er in der Brahmawelt, der Selbsterfahrnis der Reinen Form, wiedergeboren. Weil die Wesen jener Welt nicht mehr wie die Wesen der Sinnensuchtwelt zwischen angenehmer und unangenehmer Form unterscheiden, sondern alles Unterscheiden nach Sympathie und Antipathie und damit alles Lungern und Lügen nach Vielfalt aufgehoben haben und nur noch einen Zug zur Form selber verspüren, darum wird ihre Selbsterfahrung Reine Form genannt.

Der dritte hilfreiche Weg zur Freiheit von Sinnensucht:  
Formwahrnehmungen sind unbeständig

*Weiter sodann, ihr Mönche, überlegt der Heilsgänger: „Sinnensucht nach diesseitigen Dingen, Sinnensucht nach jenseitigen Dingen, sinnliche Wahrnehmungen in dieser Welt, sinnliche Wahrnehmungen in jener Welt, diesseitige Formen und jenseitige Formen, diesseitige Formwahrnehmungen und jenseitige Formwahrnehmungen: beides ist unbeständig.*

*Was unbeständig ist, gibt keinen Grund zur Freude, es lohnt sich nicht, darum herumzudenken, es lohnt sich nicht, sich darauf zu stützen.“*

*Wie er nun so vorgeht, häufig dabei verweilt, da beruhigt sich ihm das Herz bei dieser Strebensrichtung. Ist es beruhigt, so erlangt er die erstrebte Freiheit von Sinnensucht oder wird von der Weisheit angezogen. Nach dem Versagen des Körpers, jenseits des Todes, mag es wohl sein, dass die führende program-*

*mierte Wohlerfahrungssuche ihn die Freiheit von Sinnensucht erreichen lässt. Dies, ihr Mönche, wird als der dritte hilfreiche Weg zur Erlangung der Freiheit von Sinnensucht bezeichnet.*

Der Heilsgänger weiß: Es gibt keine Körperart, keine Form, die er in der endlosen Folge der Weltzeitalter im Samsāra nicht schon einmal gehabt hätte: von brahmischen Formen bis hinab zu höllischen Formen über die Körper aller Geister, Gespenster, Tiere, primitiver Gottheiten und höherer Gottheiten, alle Arten von Menschenkörpern, von den wohlgebauten, kraftvollsten bis zu den elendsten Missbildungen. Ununterbrochen sind aus Wahn Körper angelegt und abgelegt worden. Und auch in diesem ihm derzeit bewussten Leben betrachtet der Übende „seine“ vergangenen Formen des Säuglings, des Kleinkindes, des jungen Menschen, die gegenwärtige Form des Erwachsenen und die zukünftige Form des Greises - jede von ihnen eine andere und keine auch nur einen Augenblick gleich - Rieseln.

Wer dieses immer wieder sieht, der kann keine Form, auch nicht die reinste und strahlendste Selbsterfahrnis in der Brahmawelt, mehr als schön empfinden, sie begrüßen, mit Sehnsucht an sie denken und sich auf sie stützen. Er hat ja ungezählte Male die weltlosen Entrückungen erfahren, in welchen keinerlei Form vorkommt, Form aufgehoben, Form als vergänglich erlebt wurde. Diese Erfahrung pflanzt er sich ein, und damit kommt er zur negativen Bewertung aller Formen, wodurch er noch größere Freiheit und Unabhängigkeit empfindet als bisher. So sagt der Erwachte (M 137):

*Was ist nun die mit der Überwindung von Sinnlichkeit verbundene Freude?*

*Wer eben da bei den Formen Vergänglichkeit gemerkt hat, Veränderung, Unrat, Untergang: „Formen von einst wie von heute, alle Formen sind vergänglich, leidig, wandelbar“, al-*

*so dies der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit betrachtet, der ist freudig bewegt.*

Nach dem Tod wird ein solcher in der Welt der Reinen Form wiedergeboren ohne Haften an einzelnen Formen.

## II. Drei hilfreiche Wege zur Erlangung der Nichtetwasheit (*akincaññāyatana*)

Der erste hilfreiche Weg zur Erlangung der Nichtetwasheit:  
*„Das Aufhören aller Wahrnehmungen, die Nichtetwasheit,  
das ist die Ruhe, das ist das Erhabene“*

*Da überlegt der Heilsgänger bei sich: Sinnensucht nach diesseitigen Dingen, Sinnensucht nach jenseitigen Dingen, sinnliche Wahrnehmungen dieser Welt, sinnliche Wahrnehmungen jener Welt, diesseitige Formen und jenseitige Formen, diesseitige Form-Wahrnehmungen und jenseitige Form-Wahrnehmungen und die Wahrnehmung der Sinnensuchtfreiheit - alles sind Wahrnehmungen. Wo diese ohne Rest aufhören, das ist die Ruhe, das ist das Erhabene, nämlich die Erlangung der Nichtetwasheit.*

Man kann, um zur endgültigen Sicherheit zu gelangen, von einer Leiter sprechen, bei der man die Sprossen, die man noch nicht erstiegen hat, erst ergreift, dann sich eine Zeitlang ihrer bedient, indem man sie zum Stützpunkt nimmt, um sie zuletzt doch unter sich zu lassen. Die einzelnen Sprossen sind Mittel zum Zweck, um aufwärts zu steigen. und so hier: Der Übende hat zuerst die Sinnensucht-Freiheit ergriffen, angestrebt und hat mit drei gründlichen Betrachtungen und Übungen das Begehren nach Sinnendingen abgetan. Nun braucht er die Sinnensuchtfreiheit nicht mehr zu ersehnen, aber er musste sie erst ergreifen, um die Sinnensucht aufgeben zu können. Es ist

so, wie der Erwachte in einem wunderbaren Beispiel sagt (M 20): Ein Schreiner, der einen groben Keil herausholen will, treibt einen feinen Keil daneben hinein, bis der grobe Keil schließlich so beweglich geworden ist, dass er herausgenommen werden kann.

*Wie er nun so vorgeht, häufig dabei verweilt, da beruhigt sich ihm das Herz bei dieser Strebensrichtung. Ist es beruhigt, so erlangt er die erstrebte Nichtetwasheit oder wird von der Weisheit angezogen. Nach dem Versagen des Körpers, jenseits des Todes, mag es wohl sein, dass die führende programmierte Wohlerfahrungssuche ihn die Nichtetwasheit erreichen lässt. Dies, ihr Mönche, wird als der erste hilfreiche Weg zur Erlangung der Nichtetwasheit bezeichnet.*

Alles ist Wahrnehmung, es gibt nicht etwas: Der Erwachte hat - lange bevor christliche Mystiker, westliche und östliche Philosophen und neuestens manche Spitzenforscher der Naturwissenschaften zum selben Ergebnis gekommen sind - gezeigt, dass es unmöglich ist, unsere Wahrnehmung auf eine an sich bestehende objektive Welt zurückzuführen, da sie ein geistiger Vorgang, nämlich Wahrnehmung - und dadurch entstandenes vermeintliches Wissen um vorgestellte, eingebildete Dinge ist. Diese eingebildeten Dinge bestehen aber auch nicht „an sich“ (etwa in einem „Reich der Ideen“), sondern sind Prozesse (*sankhāra*) ohne Bestand. Deshalb wäre es nach abendländischem Sprachgebrauch ebenso ungenau, die Lehre der Erwachenden als „Idealismus“ zu bezeichnen wie als „Materialismus“. So wie in einem Traum ein so und so denkendes und fühlendes Ich und eine so und so beschaffene Welt Inhalt des Traums sind, der im Traum miterlebte Träumer aber Wirklichkeit zu erleben glaubt, die er beim Erwachen als Traumgespinste erkennt, genau so - sagt der Erwachte, erkennt der aus dem Wahntraum seiner schier unendlichen Kette von „Leben“



Erwachende seine Erlebnisse von Ich und Welt als aus Blendung gesponnenen Wahn, als Wahrnehmung. Oder ganz ebenso wie etwa ein Ölgemälde eine Landschaft darstellen kann mit Bäumen, von welchen wir wissen, dass sie aus Holz sind, mit einem See, von welchem wir wissen, dass er aus Wasser besteht, und mit einem Felsen, von welchem wir wissen, dass er aus Stein besteht - aber nichtsdestoweniger alles gebildet ist aus dem Medium Ölfarbe auf Leinwand, so ist letztlich alles, was wir wissen, gleichviel ob wir von Felsen, Wasser, Bäumen und Himmelswolken, von Ich und Welt, von Entrückung oder von Nirvāna wissen, doch immer nur aus Wissen, aus Wahrnehmung bestanden. Darum ist es falsch, bei der Wahrnehmung dieser Erscheinungen davon auszugehen, dass sie „wirkliche“ Landschaft mit Bäumen, Seen und Felsen, Ich und Welt seien. „Wirklich“ ist die Tatsache der Wahrnehmung, die nach psychischen Gesetzen durch Wirken entsteht und vergeht und die nicht einfach von heute auf morgen durch einmalige intellektuelle Korrektur („jetzt wissen wir es“) verändert werden kann, sondern nur in geduldiger allmählicher Übung.

Und wodurch ist der Wahn, die Wahrnehmung, bedingt, wenn sie nicht von einer objektiven Welt der Dinge herkommt? Die Antwort lautet: Durch Eingebildetes, Angewöhntes und dadurch Gegebenes (*dhātu*) ist Wahrnehmung, Wahn bedingt. Der Erwachte nennt zwei Quellen für die Wahrnehmung:

1. Die Gesamtheit des von uns in der Vergangenheit Gewirkten, das Schaffsal, das an den Menschen scheinbar von außen (als Außengebiet) wieder herantritt;
2. das Gefühl, das durch die Berührung der jetzigen Triebe mit dem Außengebiet entsteht.

Laut S 14,13 werden diese zwei Bedingungen der Wahrnehmung zu einem Oberbegriff, *dhātu*, zusammengefasst:

*Von den dhātu kommt die Wahrnehmung (saññā). Von der Wahrnehmung die Anschauung (ditthi). Von der Anschauung das denkerische Angehen des Wahrgenommenen (vitakka).*

Das Wort „*dhātu*“ kommt von dem Verb *dahati* und bedeutet wörtlich „das Hingestellte“, die objektiven und subjektiven Gegebenheiten (lateinisch *datum* = Gegebenheit, die Daten), das heißt also die Dinge, die wir im Leben = Erleben vorfinden und mit denen wir zu rechnen haben bei all unseren Unternehmungen, z.B. die Tatsache unserer Sinne und deren begrenzte Reichweite; die Tatsache, dass uns wohlwollende und übelwollende Menschen begegnen und dass wir diesen und jenen Charakter, diese und jene Fähigkeiten haben.

Im Westen herrscht durchgängig die naive Auffassung, dass wir auf diese Gegebenheiten keinen Einfluss hätten, da wir sie ja bei unserer Geburt schon so vorfanden. Der Erwachte aber lehrt, dass alles, was wir in diesem Leben vorfinden, sowohl unser eigener Körper, unser Charakter, unsere geistigen Fähigkeiten wie auch die Familie, in die wir hineingeboren sind, deren wirtschaftliche, soziale Situation und der Kulturstand des Landes - dass diese gesamten Wahrnehmungsinhalte durch früheres Tun und Lassen gebildet, ein-gebildet wurden, dass wir also immer nur von der Ernte unseres eigenen Wirkens in Gedanken, Worten und Taten leben, ebenso wie wir mit unserem heutigen Wirken schon an unserer zukünftigen Wahrnehmung bauen. Unter allen Lebewesen, Dingen und Gefühlen, die je empfunden, wahrgenommen, erlebt und erfahren werden, gibt es nicht etwas, das nicht eingebildet worden ist, und zwar als „dort“ vor irgendwelcher Zeit eingebildet worden ist, als „wo“ es jetzt erlebt, erfahren, empfunden wird. Insofern sind diese Einbildungen und Angewöhnungen selbst hingestellte Gegebenheiten, selbst eingebilddete angewöhnte Daten, und zwar Eigenschaften, Vorstellungen, Erlebnisse, Wahrnehmungen. Und auch ihre räumliche und zeitliche Einordnung ist ein Teil der Wahrnehmung, kein „Raum an sich“, keine „Zeit an sich“.

Der vom Erwachten ausgesprochene Satz: „*Durch die dhātu bedingt sind die Wahrnehmungen*“ bedeutet also nicht etwa, dass irgendwelche „objektiven Gegebenheiten“ oder „Umweltbedingungen“ oder „gesellschaftlichen Verhältnisse“ die Wahrnehmung bestimmen, sondern Einbildungen, Imaginationen, Angewöhnungen sind Gegebenheiten, die unsere Wahrnehmung bedingen.

Der Erwachte unterscheidet 40 eingebildete Gegebenheiten (*dhātu*) und eine nicht eingebildete Gegebenheit (M 115):

18 eingebildete Gegebenheiten:

*Luger, Form, Luger-Erfahrung,  
Lauscher, Ton, Lauscher-Erfahrung,  
Riecher, Duft, Riecher-Erfahrung,  
Schmecker, Saft, Schmecker-Erfahrung,  
Taster, Tasting, Taster-Erfahrung,  
Denker, Dinge, Denker-Erfahrung.*

6 eingebildete Gegebenheiten:

*Festigkeit, Flüssigkeit, Wärme, Luft, Raum, Erfahrung.*

6 eingebildete Gegebenheiten:

*Körperliches Wohl und Wehe, geistiges Wohl und Wehe,  
Gleichmut, Wahn.*

6 eingebildete Gegebenheiten:

*Sinnensucht, Antipathie bis Hass, Schädigung aus Rücksichtslosigkeit, Sinnensucht-Freiheit, Wohlwollen, Schonung/Fürsorge.*

3 eingebildete Gegebenheiten:

*Die Gegebenheit der Sinnlichkeit, der Reinen Form,  
der Formfreiheit.*

Eine eingebildete, eine nicht eingebildete Gegebenheit:

*Zusammengesetztes und Nichtzusammengesetztes.*

Diese Gegebenheiten soll der Heilsgänger kennen, ihrer kundig sein, sie bei sich erspüren. Sie umfassen also sowohl die angewöhnte Sinnensüchtigkeit, die Erfahrung der Sinnesdränge mit dem durch sie ausgelösten Gefühl, die angewöhnte Herzensart, wie sie sich in der Gesinnung gegenüber den Mitwesen zeigt, als auch die angewöhnten überweltlichen Neigungen wie aber auch das, was als Außengebiet, als irdische und jenseitige Welten aller Arten aus der Latenz, aus der Fülle des Gewirkten, Erworbenen, Angewöhnten herantritt als Formen, Töne, Düfte, Säfte, Tastbares, meist als ein Gemisch von Festem, Flüssigem, Wärme, Luftigem, und auch die durch Übung erreichte Sinnensuchtfreiheit.

Die zwei zuletzt genannten Gegebenheiten: *Zusammengesetztes und Nichtzusammengesetztes* umspannen in letztkategorialer Aussage 1. alles Zusammengesetzte, Eingebildete, Bedingte und darum Vergängliche – d.h. den gesamten Samsāra mit seinem Wechsel und Wandel – und 2. das Nichtzusammengesetzte, Nichtbedingte, Todlose, um das sich der Heilsgänger bemüht und das nur durch Entwöhnung von allem Zusammengesetzten, den eingebildeten Gegebenheiten, erreicht wird: den Heilsstand.

Der Erwachte sagt also (S 14,13), dass entsprechend den eingebildeten Gegebenheiten, entsprechend den Einbildungen die Wahrnehmung ist. Danach gibt es nichts, das an sich „da“ wäre, es gibt nur die aus Wahn (*avijjā*) erworbenen Eigenschaften und die einst durch bezugschaffendes Reagieren angewöhnten, aus der Latenz (*bhava*) herantretenden Bezüge, die als Umwelt erscheinen. Diese beiden eingebildeten, einander begegnenden Phänomene, die uns als „Ich“ und als „Umwelt“ erscheinen, bedingen die Wahrnehmung, die ein den Trieben des erlebten Empfinders entsprechendes „Ich“ in einer dem Wirken dieses eingebildeten „Empfinders“ entsprechenden „Umwelt“ liefert, d.h. vom Geist so gedeutet wird.

Darum vergleicht der Erwachte die Wahrnehmungen mit Luftspiegelungen, die etwas spiegeln, was in anderer Weise

und an anderer Stelle, nämlich als Triebe des Herzens und als „subjektiv“ empfundene Erscheinungen gebildet wurden.

Ich und Umwelt haben die gleiche Quelle. Darum wird in Indien die ganze Existenz immer gern mit der Spinne verglichen (vgl. Dh 347). So wie die Spinne aus ihrem Leib, also aus sich selber das Netz spinnt, in dem sie lebt als in ihrer Welt, so spinnen wir unsere Ich- und Weltvision. Jeder ist mit seinem ganzen Erfahrungs- und Reaktionsbereich ein Kosmos, ein geschlossener Kosmos, in dem der „Mensch“ mit seinen Gedanken, Worten und Taten ununterbrochen an seinem Charakter und eigenen Wesen und damit auch an der „Welt“ gestaltet. Beides wird ununterbrochen unmerklich verändert entsprechend den Ansichten der Wesen. Insofern sind die eingegebenen Gegebenheiten, die wir im Leben vorfinden, alle im Wahn durch Wirken in Taten, Worten und Gedanken geschaffen, werden im Wahn erlebt und gedeutet, und im Wahn wird auch wieder darauf reagiert und werden die Gegebenheiten allmählich verändert.

Der vom Erwachten Belehrte weiß - und erst recht hat es ein solcher Heilsgänger erlebt, der die Sinnensucht überwunden hat - dass er nur einen geistigen Eindruck, nämlich Wahrnehmung von Festigkeit, Flüssigkeit... hat und dass die Wahrnehmung „Materie“ aus der entsprechenden eingegebenen Gegebenheit (*dhātu*) hervorgeht, eine Einbildung, Angewöhnung, die auch wieder entbildet werden kann. Er ist ja brahmischer und noch höherer Art geworden und hat sich von Sinnensucht und damit von Festigkeit, Flüssigkeit, Wärme und Luft fast oder gar vollständig entwöhnt. Wenn das Herz nicht materiebedürftig ist, wird „Materie“ nicht erlebt. Nicht eine äußere „Welt“, sondern unser Herz mit all seinen üblen und guten Qualitäten und Bezügen ist die Quelle der erlebten Welterscheinung und ihrer Wandlungen. Darum werden Anziehung, Abstoßung, Blendung überhaupt als das „Etwas“ (*kiñcana*) bezeichnet, als der Erscheinungsmacher (*nimitta karana*), als der „Schöpfer“ (M 43). Die von ihm entworfene Wahrnehmung liefert einen Empfindung suchenden Empfinder

und Empfindbares, die Welt: einen geschlossenen Kosmos. Der erlebte Empfinder erlebt den Drang zu empfinden, fühlt Anziehung - Abstoßung. Und Blendung, Luftspiegelung, Täuschung, Spiegelung des Herzens nennt der Erwachte das Empfundene, das Erlebte.

Darum empfiehlt der Erwachte dem Heilsgänger, bei jeder Wahrnehmung der Tatsache der Ein-Bildung eingedenk zu sein in dem Wissen, dass Eingebildetes zu entbilden ist, dass es nicht ein zugrundeliegendes Etwas gibt. Die Nichtetwasheit hat ein so Erfahrender zum Stützpunkt genommen: *Wahrnehmung blickt er durch (Sn 779)*. Er durchschaut, ja durchdringt die Wahrnehmung, erlebt sie als Luftspiegelung: *Dies Ganze gilt nicht wirklich. Nichts ist da. (Sn 9)*

Die zwei weiteren Betrachtungen in M 106, die dazu führen, die Nichtetwasheit zu erleben, betreffen die Auflösung der Ichempfindung.

Der 2. und 3. hilfreiche Weg zur Erlangung  
der Nichtetwasheit:

*Leer ist dies von Ich, mir oder etwas.*

*Nicht gehört mir etwas noch gehöre ich irgendwem.*

*Weiter sodann, ihr Mönche, ist der Heilsgänger an einen abgelegenen Ort gegangen oder unter einen Baum und überlegt bei sich: „Leer ist dies von Ich, mir oder etwas.“*

*Weiter sodann, ihr Mönche, überlegt der Heilsgänger: „Nicht bin ich irgendwo von irgendwem, irgend etwas von diesem. Nicht gehört mir etwas irgendwo bei irgendetwas, das gibt es nicht.“*

*Wie er nun so vorgeht, häufig dabei verweilt, da beruhigt sich ihm das Herz bei dieser Strebensrichtung. Ist es beruhigt, so erlangt er die erstrebte Nicht-*

*etwasheit, oder er wird von der Weisheit angezogen.<sup>188</sup> Nach dem Versagen des Körpers jenseits des Todes mag es wohl sein, dass die führende programmierte Wohlerfahrungssuche ihn die erstrebte Nichtetwasheit erreichen lässt. Dies, ihr Mönche, wird als der zweite und dritte hilfreiche Weg zur Erlangung der Nichtetwasheit bezeichnet.*

*Leer ist dies von Ich oder mir oder etwas:* Der vom Erwachten belehrte Heilsgänger weiß: Mit Gefühl und Wahrnehmung entsteht der Eindruck einer fühlenden Person, die etwas erlebt. Durch die vielen gefühlsbesetzten Eintragungen in den Geist ist die gemütsmäßige Empfindung eines gleichbleibenden Zentrums, eines Ortes, an dem die Erlebnisse ankommen, entstanden: die Ich-bin-Empfindung des Geistes (*asmi-māno*). Das von den Trieben kommende Gefühl ist es also, das dem Geist die Subjektivität „Ich fühle“ suggeriert. So stark wie die drängenden Triebe sind und das von ihnen ausgehende Wohl- oder Wehgefühl, so stark sammelt sich „Ich-bin-Gefühl“ im Geist. Weil der Geist als scheinbar immer gleicher Ankunftsort der Empfindung und des Objekts den vielen wechselnden Orten der als außen empfundenen Vorgänge gegenübersteht, darum entsteht in ihm als der Sammelstelle der Gefühle die „Ich-bin“-Empfindung. Hier wird empfunden, was da abläuft. Nicht gefühlte Gefühle anderer werden auch nicht als „Ich-bin“-Ort gefühlt. Man kann einen anderen schreien hören oder lachen sehen, aber seine Gefühle werden nicht als „die eigenen“ empfunden.

Weil die sehr verschiedenen Berührungssüchte in den Sinnesorganen ihre Gefühle und Wahrnehmungen an den Geist weitergeben und der Geist die Fähigkeit des Verbindens und

---

<sup>188</sup> „*Von der Weisheit angezogen*“ bedeutet hier: Das stark gegenwärtige Wissen um die Wahnhaftheit alles Erlebten führt ihn zum Nichtergreifen aller fünf Anhäufungen und bringt ihn damit der Versiegung aller Triebe noch in diesem Leben immer näher.

Ordnen der Eindrücke hat, vergisst er, dass er vorwiegend Meldestelle für die fünf sehr verschiedenen Interessen, Geschmacksfelder ist: Er identifiziert sich mit den jeweils ankommenden Meldungen so, als ob sie von einem Zentrum, einer als Ganzheit und Einheit aufgefassten Person kämen, obwohl diese die Summe der sechs Berührungssüchte ist. Indem vom Luger ein Wohlgefühl gemeldet wird - eben weil die auf Sehen gerichteten Triebe in diesem Augenblick angenehm berührt wurden -, sagt der Geist: „Ich sehe diese schöne Sache.“ Und so geht es mit allen fünf Sinnesdrängen. Der Heilsgänger, der dem bei sich selbst aufmerksam, in Ruhe nachgegangen ist, weiß, dass der Ichglaube, der Anschein eines Ich, eine ausgespinnene fixe Idee ist.

Der Begehrliche kommt eher zur Ich-bin-Empfindung (*asmi-māno*) und dann zur Ich-bin-Behauptung (*sakkāyaditthi*), weil stärkere Triebe stärkere Gefühle ausstoßen. Der Erwachte sagt: *Die Triebe sind die Ich- und Meinmacher*. Wenn z.B. der Trieb nach Anerkennung stark ist, so werden bei seiner Berührung durch Lob und Tadel starke Gefühle wach. Dabei denkt der Betroffene nicht: „Durch Berührung der Triebe nach Anerkennung ist da ein Weh- oder Wohlgefühl entstanden“, sondern er fühlt und nimmt wahr: „Ich bin so elend traurig, zu Tode betrübt, weil keiner mich mag, die Welt ist ein Jammerthal.“ Oder „Ich bin so froh, ich könnte die ganze Welt umarmen. Man mag mich.“

Es ist der Wahn, dass da ein Erleber sei, der von Erlebnissen getroffen würde, die Wahrnehmung eines Ich, das erlebt, wo in Wirklichkeit nur Formen (1. Zusammenhäufung) zusammen mit bei der Berührung der Triebe ausgelöstem Gefühl (2. Zusammenhäufung) als Wahrnehmung (3. Zusammenhäufung) in den Geist eingetragen sind. Durch diese Eintragung von Blendungsdaten steigt als zum „Ich“ gehörend empfundene Aktivität auf (4. Zusammenhäufung), nimmt Stellung zu dem Wahrgenommenen, indem frühere Erfahrungen des Geistes mit den neu eingetragenen in Beziehung gesetzt und beurteilt werden, und es entsteht eine neue Gewöhnung, ein



neues Programm bzw. das alte wird verändert: die programmierte Wohlerfahrungssuche (*viññāna* - 5. Zusammenhäufung) ist ernährt, auf neuen Wegen oder auf verstärkten alten Wegen nach Wohlerfahrung zu suchen. Entsprechend diesem Programm lenkt die programmierte Wohlerfahrungssuche wieder den Körper (1. Zusammenhäufung) zu den als Wohl empfundenen (2. + 3. Zusammenhäufung) Formen (1. Zusammenhäufung), und der Geist denkt bei diesem automatisch ablaufenden Zusammenspiel (4. Zusammenhäufung): „Ich fühle, ich halte dies für besser als das, ich entscheide mich darum nach reiflicher Überlegung für dies Bessere, und ich werde in Zukunft so und so vorgehen.“ „Und er gewöhnt sich daran, so und so zu denken, zu reden und zu handeln“ (5. Zusammenhäufung). Dieses ineinandergreifende Zusammenspiel der fünf Zusammenhäufungen erweckt den Eindruck: „Ich, der ich so fühle und denke und entscheide, ich bin in der Welt“.

Ein von seinen Mitmönchen über seine Erfahrung von Nicht-Ichheit befragter Mönch namens *Khemako* (S 22,89) spricht von zwei verschiedenen Anschauungen: der triebhörigen, die ihn empfinden lässt „Ich bin“, und dem gleich daran anschließenden Urteil der Weisheit: „Das bin ich ja gar nicht.“ Die erstere Auffassung kommt ihm wegen der noch vorhandenen achten Verstrickung „Ich-bin-Empfindung“, durch die jeder Nichtgeheilte gefesselt ist, durch das spontane Getroffensein: „Mir ist dies oder das.“ Je stärker aber ein Mensch in sich den rechten Anblick verankert hat, um so weniger kann er in seinem gedanklichen Sprachbereich die Reaktion zulassen: „Mir ist das geschehen.“ Sofort ist er bei solchem Gedanken wach: „Wovon lässt du dich da wieder täuschen! Lass dich nicht von der Erscheinung hinreißen, sieh genauer hin!“ Der Mönch sagt also mit anderen Worten: „Dieses gewohnte Ich-bin-Empfinden kommt mich noch an bei jedem Erlebnis, aber diesem Empfinden glaube ich nicht mehr. Den „Glauben an Persönlichkeit“ (*sakkāyaditthi*) - die Anschauung, dahinter stehe ein Selbst - habe ich nicht mehr, denn sobald mich das

Empfinden ankommt „das bin ich“, durchschaut es der Geist als Wahn.“

Um die Aufhebung der Ich-bin-Empfindung, *leer ist dies von Ich, mir oder etwas*, geht es dem Heilsgänger, der die Nichtetwasheit zum Stützpunkt nimmt. Da er die Freiheit von Sinnensucht erreicht hat und d.h. brahmische Weite gewonnen hat, kann er sich nicht mehr gefühlsmäßig mit dem Körper und dessen Sinnen identifizieren, aber er mag noch Neigung zu Reiner Form oder zu Formfreiheit haben und sich mit diesen Neigungen identifizieren. Wo Neigungen sind - und seien es die feinsten - da gibt es Ich-bin-Empfindung und damit Erregung bei Nichterfüllung des Gewollten und Wahn (8., 9. und 10. Verstrickung).

Dieses wissend, betrachtet der Übende: „Ich“, „irgendwo“, „irgendwer“, „irgendetwas“, das mit „mir“ in Beziehung steht, gibt es nicht - es sind im Geist entstandene Einbildungen. Von allem, was erfahren, gedacht, empfunden wird, gibt nur die Wahrnehmung Zeugnis, und Wahrnehmung entsteht durch Wollen, durch die Vielfalt der Neigungen.

Da ist gar kein Empfinder, der getroffen werden könnte, da sind nur Neigungen, durch Denken geschaffene Vakua, die gilt es aufzuheben. Es gibt kein verletzbares Ich, dessen Wünsche befriedigt und das verteidigt werden müsste, es ist nur Einbildung, Traum, Wahn, dass es ein solches gebe. Solcherart nimmt der Übende die Nichtetwasheit zum Stützpunkt, indem er sich deutlich vor Augen führt: „Durch Wollen entsteht Wahrnehmung“, aber weder gibt es an sich bestehende Form noch Ich. Ist Wollen aufgehoben, wird auch Wahrnehmung aufgehoben. Da ist nichts sonst und bleibt auch nichts übrig. Diese Vorstellungen führen den so weit Gereifen zum Anstreben der Aufhebung der Wahrnehmung.

III. Der hilfreiche Weg zur Erlangung der  
Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung:  
*Wo auch die Wahrnehmung der Nichtetwasheit untergeht –  
das ist die Ruhe, das ist das Erhabene*

*Da überlegt der Heilsgänger bei sich: Sinnensucht nach diesseitigen Dingen und Sinnensucht nach jenseitigen Dingen, sinnliche Wahrnehmungen dieser Welt, sinnliche Wahrnehmungen jener Welt, diesseitige Formen und jenseitige Formen, diesseitige Form-Wahrnehmungen und jenseitige Form-Wahrnehmungen, die Wahrnehmung der Sinnensuchtfreiheit, die Wahrnehmung der Nichtetwasheit - alles sind Wahrnehmungen. Wo diese Wahrnehmungen ohne Rest verschwinden, das ist die Ruhe, das ist das Erhabene, nämlich die Erlangung der Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung.*

*Wie er nun so vorgeht, häufig dabei verweilt, da beruhigt sich ihm das Herz bei dieser Strebensrichtung. Ist es beruhigt, so erlangt er die erstrebte Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung, oder er wird von der Weisheit angezogen. Nach dem Versagen des Körpers, jenseits des Todes, mag es wohl sein, dass die führende programmierte Wohlerfahrungssuche ihn die Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung erreichen lässt. Dies, ihr Mönche, wird als der hilfreiche Weg zur Erlangung der Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung bezeichnet.*

*Nach diesen Worten wandte sich der ehrwürdige Ānando an den Erhabenen:*

*Da geht, o Herr, ein Mönch so vor: „Nicht sei und nicht mir sei, nicht werde und nicht mir werde, was immer es gibt, was je geworden ist, ich gebe es auf.“ So ge-*

*winnt er Gleichmut. Würde dieser Mönch zur vollkommenen Erlöschung kommen oder nicht? –*

*Der eine Mönch würde, der andere würde nicht zur vollkommenen Erlöschung kommen. –*

*Was ist, o Herr, der Grund, was ist die Ursache, dass der eine erlöschen würde, der andere nicht? –*

*Da, Ānando, geht ein Mönch so vor: „Nicht sei und nicht mir sei, nicht werde und nicht mir werde, was immer es gibt, was je geworden ist, ich gebe es auf.“ So gewinnt er Gleichmut. Über diesen Gleichmut ist er erfreut, begrüßt ihn, stützt sich auf ihn. Weil er über diesen Gleichmut erfreut ist, ihn begrüßt, sich auf ihn stützt, ist die programmierte Wohlerfahrungssuche daran gebunden. Das ist Ergreifen. Mit Ergreifen, Ānando, wird der Mönch nicht erlöschen. –*

*Was aber, o Herr, ergreift dann der Mönch ergreifend? – Die Erlangung der Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung, Ānando. –*

*Das höchste Ergreifen, sagt man, o Herr, sei es, das ein Mönch dann ergreifend ergreift. –*

*Das höchste Ergreifen ist es, Ānando, das dann ein Mönch ergreifend ergreift. Das höchste Ergreifen, Ānando, ist das Anstreben der Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung.*

*Da, Ānando, geht ein Mönch so vor: „Nicht sei und nicht mir sei, nicht werde und nicht mir werde, was immer es gibt, was je geworden ist, ich gebe es auf.“ So gewinnt er Gleichmut. Über diesen Gleichmut ist er nicht erfreut, begrüßt ihn nicht, stützt sich nicht auf ihn. Weil er über diesen Gleichmut nicht erfreut ist, ihn nicht begrüßt, sich nicht auf ihn stützt, ist die programmierte Wohlerfahrungssuche nicht daran gebunden. So findet kein Ergreifen statt. Ohne Ergreifen, Ānando, wird der Mönch erlöschen. –*

*Wunderbar, außerordentlich, o Herr, ist es, wie der Erhabene von einem Stützpunkt zum anderen übergehend, das Überqueren der Fluten (der Wollensflüsse/ Einflüsse) aufgezeigt hat. Welcher Art aber ist die völlige Freiheit, das Heil? –*

Auch die Vorstellung: „Es gibt nicht irgendetwas“ ist noch eine Wahrnehmung, eine Vorstellung. Auch diese zu lassen, übt sich der Heilsgänger. Er meidet das Angezogenwerden von jeglicher Wahrnehmung und sei sie noch so fein. Von denjenigen Mönchen, die in ihrer Läuterung so weit gediehen sind, dass sie öfter die letzte, feinste Erlebensmöglichkeit erreichen, die Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung, die Grenzscheide möglicher Wahrnehmung, heben manche zeitweilig durch Aufhebung allen Wollens - auch des Wollens, Begrüßens dieses Gleichmuts - alles Wahrnehmen kurzfristig auf, so dass nichts mehr erfahren wird, Wahrnehmung und Gefühl aufgelöst sind. Von da wieder zurückkommend zu der letzten Stufe und dann zurückkommend zu der Wahrnehmung ihres Körpers, haben sie jetzt die Möglichkeit zu einem realistischen Vergleich, und dadurch merken sie, dass auch die feinste Wahrnehmung eine Belästigung ist gegenüber auch deren Wegfall. Es ist der Wegfall von allen fünf Zusammenhäufungen, die einen Erleber von Erlebnissen entwerfen, es ist für kurze Zeit Todlosigkeit, unverletzbare Unverletztheit gewesen. Es ist, wie wenn der Übende aus einem Traum, einer Einbildung erwacht. Im Erwachen muss er über den Traum lächeln oder sich schämen. Wer diese - wie K. E. Neumann übersetzt - „Grenzscheide möglicher Wahrnehmung“ erfährt, das zeitweise Schwinden der Wahrnehmung, dessen Verhältnis zur Wahrnehmung ist locker geworden, und er hat die Hoffnung, kann mit Gewissheit erwarten, zum endgültigen Frieden, zur endgültigen Sicherheit zu kommen, zur Aufhebung der Wahrnehmung auf ewig. Er empfindet Wahrnehmung als Belästigung, hat genug von der Wahrnehmung. So

wie ein Gesättigter die Essenschüssel beiseite schiebt, nicht mehr essen mag, so mag ein bis hierhin Vorgeprägter nicht mehr erleben. (M 105)

Wenn aber der unvorstellbare Frieden der Grenzscheide, diese stillste aller Wahrnehmungen, von dem Wunsch, der Tendenz nach Ruhe und Frieden positiv bewertet und damit ergriffen wird - etwa in dem Gedanken: „Das ist die Ruhe, das ist der Frieden“ - der Erwachte bezeichnet es als das höchste Ergreifen - so bleibt der Übende mit dieser erhabenen Wahrnehmung lange Zeiten hindurch verbunden. Irgendwann aber kommen latent gewesene Triebe nach Form oder nach sinnlicher Wahrnehmung wieder auf, und das Wesen sinkt, dem Genuss sich hingebend, abwärts. Die dabei erfahrenen furchtbaren Schmerzen lassen das Wesen wieder Ausschau halten nach einer Wegweisung zu schmerzfreiem Erleben, und es kann wieder in langer Läuterungsarbeit die Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung gewinnen. Aber wenn es diese eine Zusammenhäufung freudig begrüßt und festhält, kann es wieder in alle Leiden geraten.

#### IV. Die völlige Freiheit, das Heil

*Da überlegt der Heilsgänger bei sich: Sinnensucht nach diesseitigen Dingen, Sinnensucht nach jenseitigen Dingen, sinnliche Wahrnehmungen in dieser Welt, sinnliche Wahrnehmungen in jener Welt, diesseitige Formen und jenseitige Formen, diesseitige Form-Wahrnehmungen und jenseitige Form-Wahrnehmungen, die Wahrnehmung der Sinnensuchtfreiheit, die Wahrnehmung der Nichtetwasheit und die Wahrnehmung der Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung - dies ist noch Erfahrung von etwas (sakāya). Aber nicht die Erfahrung von etwas ist der unvergängliche Friede der Todlosigkeit, sondern dies: die Freiheit von allen Herzenstrieben, die durch Nichtergreifen gewonnen wird.*

Wir sehen, dass der Erwachte die zarteste aller möglichen Wahrnehmungen, die an der Grenze zum Nirvāna liegt, auch noch als „*sakkāya*“ bezeichnet. Daraus zeigt sich die vom Erwachten unterlegte umfassendste Bedeutung dieses Wortes als „etwas“. Der Erwachte versteht unter *sakkāya* (s. auch *M 44* und *M 109*) alle fünf Zusammenhäufungen einzeln und auch zusammen, und er versteht unter *sakkāya-ditthi*, dass man sich mit (*sa*) etwas (*kāya*), d.h. mit der einen oder anderen dieser fünf Zusammenhäufungen oder allen identifiziert. Die letzte feinste Wahrnehmung ist noch etwas. Wenn der Erleber auch feinsten Wahrnehmungen diese nicht ergreift, sondern sich ihrer Wandelbarkeit und darum Unzulänglichkeit bewusst ist, dann hat er *die Fluten durchkreuzt*: die Fluten, die Flucht der Erscheinungen, das Leiden. *Keine Umgebung betrifft den Befriedeten*. Die Begegnung trifft uns, den Geheilten aber trifft alles nicht. Wie wenn da eine Felswand in heller, sonniger Landschaft ist, über welche die Schatten von Wolken dahinziehen, so weiß ein solcher wohl, was da vor sich geht, aber es kann nicht eindringen, nicht treffen.

In anderen Reden wird das Pāliwort *an-upalitta* für das Nichtbetroffenwerden von den Wahrnehmungen auch benutzt für die wunderbare Eigenschaft der Lotosblüte und vieler anderer Pflanzen, Blätter und Blüten, dass alles auftreffende Wasser sie in keiner Weise nässen kann. Es perlt einfach ab und hinterlässt keine Spur. Die Lotosblüte kann in Wasser getaucht sein, doch hebt man sie heraus, so sieht man sie völlig trocken. Das ist ganz das, was in Pāli *anāsavā*, Unbeeinflussbarkeit heißt, Untreffbarkeit des Heilgewordenen von jeder Wahrnehmung durch Aufhebung alles Wollens.

Wir können diesen Stand des Geheilten, der noch über die weltlosen Entrückungen und über die Erlangung der Nichtetwasheit, ja, über die äußerste Grenze der Wahrnehmung hinausgeht, nicht verstehen, er ist unfassbar. *Abgelöst von der Daseinsader (bhava-netti) steht der Leib des Vollendeten da (D 1)* – ohne Wollenskörper (*nāma-kāya vimutta*), ohne Anziehung und Abstoßung. Diese verborgenen Wurzeln aller

Erscheinungen sind abgeschnitten, so wie die Krone einer Palme abgeschnitten ist und nun nicht mehr wachsen kann, sondern eingeht. Der Baum gilt für die immer weitere Fortsetzung von Dasein, Samsāra, für jede Form des Daseins, in der es Ernährung (*āhāra*) gibt: Aufnahme von Luft, Sonnenenergie und Wasser, Umwandlung in Baumkörper mit Blättern und Zweigen. Ist aber die Krone eines Palmenbaumes abgeschnitten, dann gibt es keinen Austausch mehr, keine Ernährung, keinen Säftefluss mehr, keine Triebe nach „äußerem“ oder „innerem“ Erleben.

Die Wurzeln der Welt liegen in der Dunkelheit des menschlich sinnenden Herzens. Die Reinigung des Herzens von dieser Gesinnung bedeutet auch die Überwindung und Auflösung dieser „Welt“.

Alle in dieser Lehrede vom Erwachten beschriebenen Selbsterfahrungen sind Gewordenheiten entsprechend der geistigen Verfassung des Übenden. Der Erwachte sieht mit seinem überweltlichen Blick, dass die Wesen durch lautere Art zu dem Erlebnis lauterer Welten kommen und durch dunkle Art zu dem Erlebnis dunkler Welten. Er sieht, dass die Wesen hinaufsteigen und wieder hinabsinken, dass nirgends eine feste Stätte ist, dass Dämonen sich läutern zu Menschen und Göttern, dass Götter und Menschen hinauf- und hinabsteigen und dass kein Bleiben und keine Sicherheit ist innerhalb des Wahns „Das bin ich, das ist die Welt“. Er sieht, dass, solange Wesensart ist, so lange auch Wahrnehmung sein wird mit ihrem Wandel und ihrer Unbeständigkeit. Er sieht, dass der Friede, die Sicherheit nur im Nicht-mehr-Ergreifen liegen kann. In dieser Einsicht entlässt er auch sein letztes Wollen, sein letztes Sehnen in dem Gedanken: *Dies ist immer noch etwas*. Indem er jegliche in ihm aufsteigende Vorstellung loslässt, jegliches in ihm aufsteigende Wollen entlässt, gewinnt er die vollkommen triebfreie Erlösung, die Auflösung des letzten Wahns. Dann ist nicht mehr Gewordenes, und nichts kann mehr vergehen. In dieser Freiheit liegt das vollkommene Heil.



Das ist die letzte und höchste Verhaltensweise, eine höhere gibt es nicht. Das ist die höchste Freiheit und Erlösung der Wesen, eine höhere ist in den Religionen nicht genannt worden und ist auch nicht denkbar.

Die Stufen zur Sicherheit sind ein Prozess abnehmenden Wollens bis zum Gar-nicht-mehr-Wollen. Und der Weg dahin beginnt damit, dass sich der Übende Schranken auferlegt, dass er unheilsamen Trieben heilsame entgegenstellt und mit diesen als dem feineren Keil grobe und mittlere Keile entfernt und hernach auch den feinsten Keil herausfallen lässt und keinen neuen Keil mehr hineinlässt.

Der Erwachte fasst nun seine Unterweisung am Schluss noch einmal zusammen:

*So, Anando, ist von mir der hilfreiche Weg zur Freiheit von Sinnensucht gezeigt worden, der hilfreiche Weg zur Nichtetwasheit, der hilfreiche Weg zur Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung. Gezeigt ist von mir - von einem Stützpunkt zum nächsten übergehend - das Überqueren der Fluten (der Wollensflüsse / Einflüsse), das Heil, die Erlösung.*

*Was ein Meister aus Liebe und Mitempfinden seinen Schülern geben kann, Anando, das habt ihr von mir empfangen. Da sind Bäume, Anando, dort leere Klausen, bemüht euch um weltlose Entrückung, seid nicht lässig, damit ihr später nicht Reue empfindet. Dies ist meine Wegweisung für euch.*

RECHNER MOGGALLĀNO  
107. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Moggallāno: Bei diesem Palast Mutter Migāros gibt es einen allmählichen Anstieg, so auch beim Lernen, Rechnen, bei den Bogenschützen. Gibt es auch in der Lehre und Wegweisung des Erwachten einen allmählichen Aufstieg? – Ja, im Gang zur Vollendung (s.M 27 und M 60). –

Können alle zur Triebversiegung gelangen? – Einige, einige nicht. Gleichnis: Manche folgen dem richtig gezeigten Weg zu einem Ort, manche nicht. Wegweiser ist der Vollendete. –

Die Belehrung des Herrn Gotamo ist die beste von allen. –  
Rechner Moggallāno wird Anhänger.

DER AUFSEHER MOGGALLĀNO  
108. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Ein Aufseher Moggallāno, ein Brahmane, fragte Ānando nach dem Ableben des Erwachten, wer nun der Leiter der Mönchsgemeinde sei. Ānando antwortete: Die Lehre leitet und beschützt uns. – Dem hinzukommenden Minister Vassakāro und dem Aufseher Moggallāno erläuterte er ausführlicher: Alle vierzehn Tage kommen wir zusammen zum Vortrag der Mönchsregeln (*pāṭimokkha*). Hat ein Mönch eine Regel übertreten, so sagt er dies, und wir verfahren mit ihm gemäß der Lehre. Vassakāro: Gibt es einen Mönch, den ihr jetzt hochschätzt und verehrt? – Es sind zehn Vertrauen erweckende Eigenschaften vom Erwachten genannt worden, bei wem diese sich finden, den ehren, respektieren, würdigen und verehren wir:

1. Er ist tugendhaft, erfüllt die Ordenspflichten, er kämpft, vor geringstem Fehl auf der Hut.
2. Er hat viel gehört und erfahren, bewahrt die Lehre im Gedächtnis.
3. Er ist zufrieden.
4. Er gewinnt die weltlosen Entrückungen.
5. Er hat Geistesmacht.
6. Er kann jenseitige Töne hören.
7. Er kann der anderen Personen Herz erkennen.
8. Er hat Rückerinnerung.
9. Er sieht, wie die Wesen je nach ihrem Wirken in der nächsten Daseinsform wiedergeboren werden.
10. Er ist frei von Wollensflüssen/Einflüssen.

Aufseher Vassakāro: Der Erwachte pries die meditativen Betrachtungen. –

Ānando: Nicht hat der Erwachte alle meditativen Betrachtungen gepriesen, solche Betrachtungen nicht, wenn das Herz von den fünf Hemmungen besetzt ist (und er sich z.B. auf einen Gier- oder Zorngedanken sammelt – schwarze Magie).

Vassakāro ging zufrieden fort.

Aufseher Moggallāno: Ihr habt meine Frage noch nicht beantwortet.

Ānando: Doch. Es gibt keinen Mönch, der alle Eigenschaften des Erwachten besitzt. Denn er ist des unentdeckten Wegs Entdecker. Auf diesem Weg folgen wir jetzt nach.

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Sāvatti, im Osthain, auf Mutter Migāros Terrasse.*

*Um diese Zeit nun hatte der Erhabene – es war ein Feiertag (Uposatha), im halben Monat, in der voll aufgegangenen Mondnacht – inmitten der Mönchsgemeinde unter freiem Himmel Platz genommen.*

In einer Nacht findet diese Zusammenkunft statt. Wir lesen auch in anderen Lehrreden, dass die Mönche sehr oft die Abende bis in die Nacht hinein in Gesprächen über die Lehre, über das Leben, über das Reinigungs- und Befreiungsstreben verbringen, in einem heilsamen Gespräch, das sie bestärkt und fördert. Der Erwachte hat die Mönche viel in der Nacht unterrichtet. Dann ist alles still, die Mönche können ungestört unterwiesen werden. Die Belehrung dauerte meistens bis Mitternacht. Da die Mönche sowieso viel ruhiger lebten, ihren Gedanken, ihren Gefühlen nicht freien Lauf ließen, darum wurde der Körper nicht so erschöpft, brauchte nicht so viel Schlaf.

*Da stand einer der Mönche auf, rückte die obere Robe auf einer Schulter zurecht, verneigte sich ehrerbietig vor dem Erhabenen und sprach: Ich würde den Erhabenen gern etwas fragen, wenn der Erhabene mir der Frage Beantwortung gewähren will. – Wohlan denn, Mönch, setze dich auf deinen Platz und frage nach Belieben. –*

*Und jener Mönch setzte sich auf seinen Platz und sprach zum Erhabenen:*

*Sind das, o Herr, die fünf Zusammenhäufungen (wörtlich Ergreifens-Häufungen, im Folgenden auch so übersetzt): die Form-Zusammenhäufung, die Gefühls-Zu-*

sammenhäufung, die Wahrnehmungs-Zusammenhäufung, die Aktivitäts-Zusammenhäufung, die Zusammenhäufung programmierte Wohlerfahrungssuche? –

Das sind, Mönch, die fünf Zusammenhäufungen. –

Gut, o Herr, sagte da jener Mönch erfreut und befriedigt durch des Erhabenen Antwort und stellte nun eine weitere Frage:

*Die fünf Ergreifens-Häufungen wurzeln in der Gier*

*Diese fünf Ergreifens-Häufungen, o Herr, wo wurzeln die? –*

*Diese fünf Ergreifens-Häufungen wurzeln in der Gier (chanda). –*

*Sind nun, o Herr, Ergreifen und die fünf Ergreifens-Häufungen ein und dasselbe oder sind Ergreifen und die fünf Ergreifens-Häufungen voneinander verschieden? –*

*Nicht sind, Mönch, das Ergreifen und die fünf Ergreifens-Häufungen ein und dasselbe. Aber es gibt außerhalb der fünf Ergreifens-Häufungen kein Ergreifen. Wenn der Wunsch nach Gierbefriedigung (chandarāga) bei den fünf Ergreifens-Häufungen aufsteigt, das ist Ergreifen. –*

*Gibt es o Herr, bei den fünf Ergreifens-Häufungen unterschiedliche Wünsche nach Gierbefriedigung? –*

*Kann sein, Mönch –, sagte der Erhabene. Da hat einer, Mönch, den Wunsch: „So sei die zukünftige Form, so sei das zukünftige Gefühl, so sei die zukünftige Wahrnehmung, so sei die zukünftige Aktivität, so sei die zukünftige programmierte Wohlerfahrungssuche.“ So gibt es bei den fünf Ergreifens-Häufungen (upādāna-kkhandha) unterschiedliche Wünsche nach Gierbefriedigung. –*

Alles, was erscheint, samt dem Erscheinen selber, sind die fünf Ergreifens-Häufungen. Erscheinen ist Wahrnehmen. Es ist die Wahrnehmung (3) von Form (1) und Gefühl (2), auf die reagiert wird (4). Durch das Reagieren wird der Mensch geneigt, auch weiterhin so zu reagieren (programmierte Wohlerfahrungssuche –5). In diesen fünf Komponenten ist alles enthalten, was in Erscheinung tritt. Diese fünf Ergreifens-Häufungen wurzeln in etwas, das nicht in Erscheinung tritt, sondern im Verborgenen bleibt: den Trieben. Solange diese sind, so lange wird Form und Gefühl wahrgenommen, wird reagiert und programmiert.

Wenn keine Triebe, keine Gier, keine Sehnsucht nach bestimmten Formen, bestimmten Gefühlen, bestimmten Wahrnehmungen, bestimmten Aktivitäten, nach bestimmter programmierter Wohlerfahrungssuche wäre, dann würde es diese fünf Ergreifens-Häufungen nicht geben. Die Gier, die Triebe wohnen als sechs auf Berührung gespannte Süchte in der zu sich gezählten Form, wohnen dem Körper inne:

1. Die Sucht des Lugers im Auge,
2. die Sucht des Lauschers im Ohr,
3. die Sucht des Riechers in der Nase,
4. die Sucht des Schmeckers in der Zunge,
5. die Sucht des Tasters im ganzen Körper,
6. die Sucht des Denkers im Gehirn.

#### Die Gier bewirkt den Ablauf der fünf Ergreifens-Häufungen

Durch die dem Körper, der zu sich gezählten Form (1. Ergreifens-Häufung), innewohnende Gier, durch die Süchte, die Triebe nach Berührung, kommt die bei der Berührung als außen erfahrene Form (1. Ergreifens-Häufung) – und das bedeutet alles Sichtbare, Hörbare, Riechbare, Schmeckbare, Tastbare – zur Erfahrung der Süchte, der Triebe. Die berührten Triebe antworten mit Gefühl (2. Ergreifens-Häufung): mit Wohlgefühl, wenn das von ihnen Erfahrene ihnen entspricht,

und mit Wehgefühl, wenn es ihnen nicht entspricht. Das so von den Trieben Erfahrene wird mit Gefühl übergossen in den Geist, in das Gedächtnis, eingetragen, und damit hat der Mensch die Wahrnehmung (3. Ergreifens-Häufung), das Wissen um die jeweilige Form. Denn das durch die Triebe dem Geist als Form-Wahrnehmung usw. Gemeldete wird sofort im Geist einander zugeordnet, wird bewegt im Assoziieren und Kombinieren der einzelnen Sinneserfahrungen: *Durch den Geist und die Dinge entsteht die Geist-Erfahrung*. Der Geist weiß jetzt z.B. „Ich sehe diesen schönen Tisch.“ Nur durch die Gier, die Triebe, bekommen die Erscheinungen bei der Berührung der Triebe den Zusatz von Wohl- und Wehgefühl, erscheinen dadurch erst in der Wahrnehmung als schön bis entzückend oder unschön, schrecklich, ekelhaft.

Hinzu kommt, dass der Geist in diese Eintragung noch hinein deutet: „Ich habe diese angenehme oder unangenehme Form gesehen“, er also ein Ich als Wahrnehmer annimmt statt gewärtig zu sein: „Der Geist hat das Ding/die Vorstellung erfahren.“

Form und Gefühl wird wahrgenommen – das ist die passive Seite der Existenz. Darauf folgt die Reaktion: Auf Grund einer angenehmen Wahrnehmung werden nun die im Gedächtnis vorhandenen Daten zur Lösung der Frage bewegt, wie das Angenehme zu erhalten oder zu erlangen sei: Der Geist wird aktiv (4. Ergreifens-Häufung) im Denken, Reden und Handeln.

Nehmen wir an, ein Mensch sieht in einem Schaufenster eine ihm sehr köstlich erscheinende Delikatesse. Er hat die Wahrnehmung von etwas sehr Angenehmem, Vielversprechendem. Begehren steigt in ihm auf, Verlangen, Fiebern und entsprechend stark der Wille, das Angenehme zu bekommen. Er überlegt, ob er genug Geld dabei hat, geht in den Laden und kauft das Gewünschte. Er ist seiner triebhörigen Anschauung: „Das Gute da will ich haben“ gefolgt. - Er kann aber auch die Anschauung haben: „Lohnt es sich denn, dafür Geld auszugeben? Besser, ich spare das Geld für das und das Wichti-



gere. Die Delikatesse ist im Nu verspeist, u.U. belastet sie die Verdauung, ist also ungesund; ich habe nur einen kurzen Genuss, der auch noch die Gesundheit beeinträchtigt.“ Ein solcher stellt den augenblicklichen Genuss um späteren Wohles willen zurück. - Ein Mensch kann auch überlegen: „Wenn ich jetzt diesem Verlangen folge, diese Sache positiv bewerte, dann habe ich damit die Gier, den Trieb, die Tendenz verstärkt, bin ein noch mehr Dürstender, Hungernder, Abhängiger geworden. Ich verlasse dieses Körperleben als ein noch Bedürftigerer, der wegen seiner Bedürftigkeit verletzbar und aggressiv ist, und bin damit weit entfernt von dem Wohl der Bedürfnisfreiheit.“

Der Geist des Menschen kann also zu der Zeit, in der sich ein schwächerer oder stärkerer Wunsch des Herzens meldet, erkennen, ob die Erfüllung dieses drängenden Wunsches vernünftig oder unvernünftig ist (d.h. auch zum eigenen Nutzen oder letztlich doch zum eigenen Schaden führt) - und der Geist kann auch erkennen, ob die Erfüllung dieses Wunsches moralisch oder unmoralisch ist, d.h. zum Nutzen oder zum Schaden anderer Lebewesen führt. Mit jeder Aktivität wollen wir Wohl erreichen. Aber wenn wir nicht wissen, was wirklich Wohl ist, befriedigen wir uns mit Scherben. Bald haben wir uns daran geschnitten, und es war wieder nicht das, was man wollte.

Die Aktivität geschieht beim erwachsenen Menschen zu meist in festgelegten Programmen (programmierte Wohlerfassungssuche – 5. Ergreifens-Häufung), um Wohl zu suchen und Wehe zu vermeiden, nämlich entsprechend den im Geist bis dahin eingetragenen Daten. Sobald der Geist in den ersten Lebensjahren die Vorstellung aufgebaut hat, dass der Körper die unerlässliche Voraussetzung des Lebens sei, da übernimmt die programmierte Wohlerfassungssuche die Fürsorge für den ganzen Körper. Wenn der Körper gefährdet erscheint z.B. durch ein Geräusch über ihm, dann lenkt die programmierte Wohlerfassungssuche den Körper in Deckung, Flucht oder Angriff, ohne dass der Mensch bewusst überlegt. Der Fluss der programmierten Wohlerfassungssuche ist eine automatisch

ablaufende, erfahrungsbegründete Handhabung des Körpers und Geistes und besteht in untrennbarer Abhängigkeit von den Trieben, den Süchten, der Gier.

Wir sehen, wie berechtigt die Aussage des Erwachten ist: *Die fünf Ergreifens-Häufungen wurzeln in der Gier (chandamūlaka)*, und das heißt in den Trieben, in der Süchtigkeit. Durch unsere triebgelenkte Aktivität häufen wir immer wieder das Erleben von Formen und Gefühlen an und gewöhnen uns diese Aktivität an, so dass wir auch wieder Aktivität und programmierte Wohlerfahrungssuche anhäufen. Jeder hat „seinen Drall“, reagiert in der für ihn spezifischen Weise.

*Es gibt kein Ergreifen außerhalb der  
fünf Ergreifens-Häufungen*

„Ergreifen gibt es nur im Rahmen der fünf Ergreifens-Häufungen“, antwortet der Erwachte auf die Frage des Mönches.

Ergreifen geschieht überall da, wo man durch Wirken in Gedanken, Worten und Taten (4. Ergreifens-Häufung) dem aufgekommenen Drang nach Genießen oder aber Abweisen usw. ganz und gar folgt, das jeweils aufgekommene Gefühl also befriedigt. Der Erwachte sagt: *Bei den Gefühlen sich befriedigen, das ist Ergreifen. (M 38)*

Der Erwachte nennt vier Arten von Ergreifen:

1. Sich bei Sinnenobjekten befriedigen (*kām-upādāna*)
2. Sich befriedigen bei weltanschaulichen Vorstellungen (*ditth-upādāna*)
3. Sich befriedigen durch angewöhnte und durchgehaltene gute Verhaltensweisen (*sīlabatt-upādāna*)
4. Sich befriedigen bei der Ich-Behauptung (*attavād-upādāna*).

Zu 1. Sich bei den Sinnesobjekten befriedigen ist die Neigung, durch Sehen, Hören, Riechen, Schmecken, Tasten Be-

friedigung und Lust zu erleben wie überhaupt unterhalten zu sein in den verschiedenen Graden von grober Sinnlichkeit bis zu den feinsten ästhetischen Anliegen. Weil die Befriedigung nur kurz andauert, darum drängt sich dem Begehrenden immer wieder der Gedanke auf: „Das allein befriedigt, das muss ich jetzt haben.“ Weil der Mensch bei vielen Sinnendingen im Akt der Berührung eine kurze entspannende Befriedigung der inneren Sucht empfindet, darum bewertet er die Befriedigung durch Genuss der Dinge positiv und muss sie wieder anstreben.

Zu 2. Wer sich an Anschauungen im Ganzen oder im Detail befriedigt, den bindet diese Befriedigung an das Erleben. Seine Beschäftigung mit der Betrachtung der Daseinserscheinungen beschert ihm auch weiterhin immer solche Erscheinungen, die er dann auch weiterhin gliedernd und einordnend betrachtet und dabei Befriedigung empfindet, sie zu sich zählt, aneignet, wieder neu erlebt usw. – Der Nachfolger der Lehre wird die durch gründliches Lesen und Bedenken erworbene rechte Anschauung hochhalten und als Orientierungsmittel benutzen, und das mit Recht, denn sie hilft ihm, zuerst alle die Dinge, die er als übel zu erkennen und zu durchschauen gelernt hat, abzutun und bessere Eigenschaften und Verhaltensweisen sich anzugewöhnen. Aber er weiß, dass auch die rechte heilende Anschauung eine Vorstellung ist und dass der vollkommene Heilsstand außerhalb aller Vorstellungen liegt. In diesem Sinn vergleicht der Erwachte die rechte Anschauung mit einem Floß, das sich ein Mensch baut, der auf der Flucht einen Strom überqueren muss. (M 22) Wenn er mit dem Floß heil über den Strom und an das rettende Eiland gekommen ist, dann geht er dort an Land und lässt das Floß am Ufer zurück, er lässt es nun los. So soll die heilende rechte Anschauung uns als Mittel zum Zweck sicher zum Ziel führen, aber sie ist kein Selbstzweck.

Zu 3. Sich befriedigen bei angewöhnten guten Verhaltensweisen. Wem seine angestrebten oder erworbenen Sitten das Höchste sind, der mag sich bei seinen erworbenen guten Sitten

befriedigen; er bleibt aber damit an das Rad der Wiedergeburten gekettet. Zunächst mag er in hellere Stationen gelangen, aber zu irgendwelchen Zeiten überschwemmt das Begehren die besten Absichten und Vorsätze, und er taucht wieder in den dunkleren Zonen des Samsāra unter. Darum eben bezeichnet der Erwachte die Befriedigung bei den guten Sitten als ein Hindernis zur Erlösung.

Zu 4. Die Selbstbehauptung gründet auf dem Glauben, eine selbstständige Person zu sein. Sie ist ein Agieren aus der Ich-Perspektive mit dem Wunsch nach Beachtung und Geltung des eigenen Ich, nach Selbstverwirklichung und Anerkennung durch sich und andere. Es ist die Gewohnheit, den Ort der Empfindung als „ich bin“ aufzufassen, die Neigung zur Selbstbehauptung, die Neigung, das Selbst, das Ich vor sich selber und anderen herauszustellen und zu schützen.

### *Der Wunsch nach Gierbefriedigung ist Ergreifen*

Der Erwachte antwortet dem Mönch: *Wenn der Wunsch nach Gierbefriedigung (chandarāga) bei den fünf Ergreifens-Häufungen aufsteigt, dann ist das Ergreifen.*

Der durch die Gier, das Wollen, die Triebe bewusst gewordene Drang im Geist – der Erwachte nennt es meistens „Durst“ (*tanhā*) – erzeugt den Wunsch nach Gierbefriedigung, und das ist die ergreifende Aktivität im Denken, Reden und Handeln. Was die Triebe irgendwann als angenehm erfahren haben (Wohlgefühl), das wollen sie gern wieder erleben. Je stärker das Wohlgefühl war, um so stärker ist der Wunsch, der im Geist gespürte Drang nach Wiederholung des Erlebnisses. Insofern ist der Wunsch nach Gefühlsbefriedigung ganz und gar abhängig von den vorher erlebten Gefühlen. Wenn wir den triebbedingten Gefühlen folgen, indem wir das Angenehme mit entsprechendem Denken, Reden und Handeln annehmen,

das Unangenehme abweisen - dann haben wir damit unser Gefühl befriedigt. Insofern haben wir die Begegnung oder die Sache nicht neutralisiert, sondern mit Gefühl an uns gebunden. Damit ist die betreffende Situation nicht aufgelöst, sondern wird uns in Zukunft wiederum begegnen. Wo immer man einem Wehgefühl ausweicht oder ein Wohlgefühl zu erlangen sucht, hat man die Neigungen und Triebe des Herzens, seine Empfindlichkeiten und damit seinen Wesenszuschnitt, bestätigt, hat nach seiner Sympathie oder Antipathie gehandelt und darum die Verbindung zu jener Situation erhalten oder gar verstärkt. Damit ist das im Durst zum Ausdruck gekommene Verhältnis des erlebten Ich zu der betreffenden erlebten Begegnung im Dasein erhalten geblieben.

Der Erwachte sagt (M 18):

*Dadurch, dass der Mensch sich etwas (durch bedenkendes Ergreifen) gegenüberstellt, erzeugt er die Illusion einer gespaltenen Begegnungswahrnehmung (papañca-saññā-sankha): den Luger, an den erfahrbare Formen als vergangen, zukünftig, gegenwärtig herantreten, ....*

Durch das ergreifende Bedenken des Wahrgenommenen macht sich der Geist von dem als Gegenüber, von dem als Umwelt Erlebten ein immer plastischeres Bild, hämmert es immer deutlicher heraus, stellt es sich deutlicher vor. Dadurch wird auch die Gier, die Bedürftigkeit, die Anhänglichkeit an diesen Gegenstand verstärkt: *Was der Mensch häufig bedenkt und sinnt, dahin geneigt wird das Herz.* Zugleich ist durch die positive Betrachtung jenes „Objekts“, durch das Gegenüberstellen, Vorstellen, Ausbreiten dessen Wert im Geist gestiegen, es ist jetzt noch begehrt, sein Pluswert ist größer. Auf diese Weise schafft der diese Zusammenhänge nicht überblickende Mensch ahnungslos immer größere Spannungsverhältnisse.

Der Erwachte sagt: Alles, was wir erleben, ist irgendwann durch Ergreifen im Denken, Reden und Handeln geschaffen

worden. Wir erleben/nehmen wahr immer nur Selbstgeschaffenes, nicht Schicksal, sondern Schaffsal, eigene Schöpfung, je nach der Anschauung, aus welcher das vermeinte Ich zur Zeit der Schöpfung schuf. Alle einst ergriffenen Situationen werden über kurz oder lang wie aus „Zukunft“ kommend, wieder in die Wahrnehmung (3. Ergreifens-Anhäufung) eintreten. Darauf wird wieder reagiert (4. und 5. Ergreifens-Häufung), und damit werden sie wieder ergriffen, angeeignet, d.h. nur so oder so behandelt, aber fast nie aufgelöst. Durch die nächsten Situationen werden sie aus der Wahrnehmung verdrängt, aber müssen unweigerlich wiederkehren, solange sie nicht aufgelöst worden sind. Damit bleibt die Kette der wahrgenommenen Begegnungssituationen bestehen und damit auch der Eindruck, die Einbildung eines „Ich“ in ständiger Auseinandersetzung mit „Welt“.

Durch jede wohlwollende Tat (gefühlsbefriedigendes Wirken - Ergreifen = 4. und 5. Ergreifens-Häufung) wird ein etwas wohlwillenderes Begegnungsverhältnis in die Vergangenheit geschickt - in die Zukunft geschickt, wird der Täter um einen Grad mehr mit wohlwollendem, gewährendem Geist geprägt, wird das mit Wohlwollen behandelte Du um einen Grad zufriedener, entspannter, freudiger. Und dieses jetzt so geschaffene, durch den gegenwärtigen verbessernden, erhellenden Schöpfungsakt so gestaltete Verhältnis eines wohlwillenderen Ich in sanfterer Begegnung mit einem entspannteren, erfreuteren und meistens auch wohlwillenderen Du - diese Schöpfung ist nun „da“, ist gewirkte Wirkung. Diese Wirkung entschwindet lediglich der Sichtbarkeit, das heißt der unendlich kleinen Gegenwart des Verblendeten, bleibt aber als wirkende Wirkung bestehen und taucht zu ihrer Zeit wiederum in die unendlich kleine Gegenwart des Verblendeten ein, wird in ihrer zuletzt umgestalteten Qualität erfahren und wird als wohltuendes oder schmerzliches „Schicksal“ (3. Ergreifens-Häufung) erlitten.

Das heißt also, ergreifendes Wirken im Denken, Reden und Handeln, die 4. Ergreifens-Häufung, die meistens in festgeleg-

ten Programmen abläuft (5. Ergreifens-Häufung), ist die Bedingung für erneute Berührung der Triebe mit dem als außen Geschaffenen. Insofern sind die fünf Ergreifens-Häufungen im Kreiszusammenhang zu sehen.

*Nicht ist Ergreifen und sind die fünf  
Ergreifens-Häufungen das Gleiche. Aber es  
gibt außerhalb der fünf Ergreifens-Häufungen  
kein Ergreifen.*

Ergreifen, 4. und 5. Ergreifens-Häufung, ist als Reaktion auf das Wahrgenommene eine neu schaffende bzw. das Alte bestärkende Aktivität. Ergreifen, d.h. aktives Wirken im Denken, Reden und Handeln hält die drei als passiv erlebten Ergreifens-Häufungen: Form, Gefühl, Wahrnehmung, in Gang, aber sie sind ebenso eine gewirkte Häufung wie die drei anderen. Alles ergreifende Wirken im Denken, Reden und Handeln bewegt sich immer nur innerhalb der fünf Ergreifens-Häufungen. *Außerhalb der fünf Ergreifens-Häufungen gibt es kein Ergreifen*, antwortet der Erwachte dem Mönch. Denn außer Formen, Gefühlen, Wahrnehmungen, Aktivität und programmierter Wohlerfahrungssuche gibt es nichts anderes, das ergriffen werden könnte.

*Es gibt unterschiedliche Wünsche nach  
Gierbefriedigung*

Alle unsere Wünsche beziehen sich auf die fünf Häufungen, die fünf Daseinskomponenten, und diese Wünsche sind, wie der Erwachte dem fragenden Mönch bestätigt, unterschiedlich. Der eine möchte in diesem oder in einem nächsten Leben einen so und so gestalteten Körper haben (1. Ergreifens-Häufung - zu sich gezählte Form), etwa einen gut durchtrainierten grobstofflichen Körper oder ein anderer einen leuchtenden feinstofflichen Körper. Der eine möchte bestimmte als außen

erfahrene Formen erleben, etwa eine Burg auf einem Berggipfel, der andere ein schlichtes Eigenheim mit Garten oder noch ein anderer wünscht brahmische Form zu erleben ohne sinnliche Vielfalt. Der eine möchte bestimmte körperlich-sinnhafte Wohlgefühle (2. Ergreifens-Häufung) erleben, der andere mehr gemüthafte Gefühle, ein anderer überweltliche Gefühle. Der eine möchte sinnlich aufreizende Wahrnehmungen (3. Ergreifens-Häufung), etwa Interessantes im Fernsehen, der andere möchte lieber die Wahrnehmung eines stillen Spaziergangs in ruhiger Natur. Der eine möchte sich aktiv im Denken betätigen (Forschung, Problemlösungen) (4. Ergreifens-Häufung), der andere legt mehr Gewicht auf Reden oder mehr auf Handeln. Der eine wünscht und arbeitet darauf hin, seine Finger so zu programmieren, dass ein Musikinstrument perfekt beherrscht wird (5. Ergreifens-Häufung), der andere wünscht, das Zehn-Finger-System auf dem Computer zu beherrschen. Andere bemühen sich um Einprogrammierung einer selbstsicheren Haltung im Berufsleben, und Nachfolger der Lehre arbeiten darauf hin, sich auf das Heil zu programmieren und alle dem widersprechenden Programme aufzulösen.

Die fünf Häufungen sind durch Ergreifen  
entstandene Häufungen

*Inwiefern aber, o Herr, werden die Häufungen (khandha) als Häufung bezeichnet? –*

*Was es, Mönch, auch an Form gibt, vergangene, zukünftige, gegenwärtige, zu sich gezählte oder als außen erfahrene, grobe oder feine, niedrige oder hohe, ferne oder nahe, das ist Form-Häufung. Was es, Mönch, auch an Gefühl gibt, vergangenes, zukünftiges, gegenwärtiges, zu sich gezähltes oder als außen erfahrenes, grobes oder feines, niedriges oder hohes, fernes oder nahes, das ist Gefühls-Häufung. Was es auch an Wahrnehmung gibt, vergangene, zukünftige, gegen-*



*wärtige, zu sich gezählte oder als außen erfahrene, grobe oder feine, niedrige oder hohe, ferne oder nahe, das ist Wahrnehmungs-Häufung. Was es auch an Aktivität gibt, vergangene, zukünftige, gegenwärtige, zu sich gezählte oder als außen erfahrene, grobe oder feine, niedrige oder hohe, ferne oder nahe, das ist Aktivitäts-Häufung. Was es auch an programmierter Wohlerfahrungssuche gibt, vergangene, zukünftige, gegenwärtige, zu sich gezählte oder als außen erfahrene, grobe oder feine, niedrige oder hohe, ferne oder nahe, das ist Häufung der programmierten Wohlerfahrungssuche. - Insofern werden die Häufungen als Häufung bezeichnet. -*

Warum bezeichnet der Erwachte die fünf Ergreifens-Häufungen je einzeln als Häufung? Warum zählt er nicht Form, Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierte Wohlerfahrungssuche auf, wie wir es oft der Einfachheit halber sagen, sondern nennt jede einzelne Daseinskomponente immer zusammen mit dem Begriff „Häufung“?

Der Erwachte sagt (M 149): Wer den Sinnendingen nachgeht, sich von ihnen verlocken lässt, dem Durst folgt, dem häufen sich die fünf Ergreifens-Haufen immer mehr auf, und er erfährt Leiden. Wer den Sinnendingen nicht nachgeht, sich nicht von ihnen verlocken lässt, dem Durst nicht folgt, dem schichten sich die Ergreifens-Haufen immer mehr ab, und er erfährt Wohl.

Wenn wir unbegrenzt weiter ergreifen, uns Dinge aneignen, zu uns zählen, schöpfen wir unbegrenzt weiter, und dann wird auch unbegrenzt Weiteres erscheinen. Aber wenn wir nicht weiter ergreifend schöpfen, dann schichten sich die Ergreifens-Haufen ab. Die Haufen bestehen nur durch Ergreifen, Aneignen, sind zusammengehäuft durch Ergreifen. Wenn aber z.B. das Elend des Begehrens deutlich vor Augen steht, wer-

den Begehrenden nicht mehr ergriffen. Auf diese Weise werden die Haufen weniger und sind bald nicht mehr da.

Jede Daseinskomponente besteht nicht für sich als fest umrissenes Ganzes, sondern wird durch Ergreifen ständig neu gefügt zu einer Summe von Einzelheiten. Der von Atmung bewegte Körper wird ständig angehäuft und erhalten durch Nahrung und Stoffwechsel.

Wie der Körper, die zu sich gezählte Form, ist auch die als außen erfahrene Form durch vielfältiges Ergreifen in den Daseinsstrom hineingegeben worden. Formen, Töne, Düfte, Säfte, Tastbares sind durch positive Bewertung immer wieder durch ergreifendes Wirken angehäuft worden. Sie bestehen nicht unabhängig für sich, sondern sind *die Illusion einer gespaltenen Begegnungswahrnehmung (M 18)*.

Gefühl ist Resonanz der Triebe, ist die Sprache der Triebe, die von außen Erfahrenem berührt werden. Wohlgefühl kommt auf, wenn etwas den Trieben entspricht, Wehgefühl kommt auf, wenn etwas den Trieben widerspricht, und Weder-Weh-noch-Wohlgefühl kommt auf, wenn den Trieben durch das als außen Erfahrene weder entsprochen noch widersprochen wurde. Gefühl ist also bedingt entstanden durch die Triebe, wird zu einer ständig wechselnden Gefühlsanhäufung, je nach Berührung der Triebe mit dem Außen.

Der Erwachte nennt die dritte Zusammenhäufung Wahrnehmung immer in enger Verbindung mit Gefühl: *Was man fühlt, das nimmt man wahr*. Wahrnehmung ist die Eintragung von Form und Gefühl in den Geist. Die Wahrnehmung, das Wissen im Geist ist ein doppeltes: Das Wissen um eine Form und ob sie angenehm oder unangenehm ist. Der Geist erfährt jetzt das gefühlsbesetzte Objekt, das er in der Regel für die Ursache des Gefühls hält. Die Wahrnehmung des normalen Menschen ist nie neutral, sondern enthält stets die durch Berührung der Triebe bedingte Gefühlsresonanz. So ist also auch die Wahrnehmung etwas bedingt Entstandenes, abhängig von der Berührung der Triebe und in ständigem Fluss. Der Erwachte bezeichnet Gefühl und Wahrnehmung als die Bewegt-

heit des Herzens. Obwohl Erleben ein ununterbrochenes Selbsterzeugen ist, Erzeugen durch die Triebe, haben wir dennoch die fixe Idee, die Wahnvorstellung, als ob wir unsere Erlebnisse von einer an sich vorhandenen Außenwelt ablösen, als ob die sinnliche Wahrnehmung ein Hereinholen von Formen, Tönen, Düften, Schmeck- und Tastbarem aus einer unabhängig von uns bestehenden Außenwelt wäre. Diesen Wahnsinn, diese fixe Idee nennt der Erwachte *avijjā*, Wahn. Der Buddha vergleicht die Wahrnehmung mit einer Luftspiegelung, einer Fata Morgana. So wie die Luftspiegelung, so täuscht die Wahrnehmung eine reale, unabhängig vom Erleben bestehende, in sich fest gegründete Welt vor. In Wirklichkeit ist sie eine mehrfache Täuschung: Zum einen durch die jetzige Gefühlszugabe, zum anderen durch das Herankommen der Ernte aus früherem Wirken. Der Mensch erlebt nicht die ankommende Ernte so wie sie gewirkt worden ist, sondern erst, nachdem die Triebe ihr verzerrendes Urteil gesprochen haben. Die Stärke des Gefühls und damit der Wahrnehmung hängt ab von der Stärke der Triebe und nur zum geringsten Teil von dem, was als Ernte von einst Gewirktem herankommt. Was man stark fühlt, das nimmt man stark wahr. Was man aber schwach fühlt, das nimmt man auch nur schwach wahr.

Die Luftspiegelung, die eine ferne Oase vorgaukelt, besteht aus Lichtreflexen in der Luft, ist leer und kernlos, ohne Substanz, obwohl sie den Eindruck von festen Gegenständen macht. Und so besteht auch die Wahrnehmung nur als Projektion unseres Herzens und unseres Wirkens, ist gewirkt, angehäuft durch Ergreifen.

Auch Aktivität im Denken, Reden und Handeln besteht nur als Reaktion auf die Wahrnehmung. Der Erwachte sagt: *Was wahrgenommen, bewusst wird, darüber wird im Geist nachgedacht. (M 18)* und *Man geht mit dem Denken die erfreulich bestehende Form/Ton usw. an, die unerfreulich oder gleichgültig bestehende Form/Ton usw. (M 140)* Der Geist, das Gedächtnis, ist das Notizbuch der gefühlsbesetzten Wahrnehmungen. Er ist nicht etwas von vornherein Gegebenes, Auto-

nomes, das die Menschen führt, sondern ist ein Notizbuch der Erfahrungen. Kein Mensch kann etwas denken, das nicht im Geist eingetragen wurde. Und wie es hereingekommen ist - mit starkem oder schwachem Gefühl - so intensiv oder schwach muss es bedacht werden.

Der sich nicht beobachtende Mensch folgt automatisch der gefühlsbesetzten Wahrnehmung. Erlebt er: „Das ist angenehm“, dann reagiert er mit freundlichen Worten, entgegenkommendem Handeln und Verhalten. Erlebt er: „Das ist unangenehm“, dann reagiert er mit unfreundlichen Worten, abweisendem Handeln und Verhalten. So ist auch die Aktivität der Wesen keine für sich bestehende Daseinskomponente, sondern abhängig von den anderen Faktoren, ist etwas bedingt Entstandenes, immer wieder neu Angehäuftes, Geschaffenes, Gewirktes.

Die Aktivität im Denken, Reden und Handeln, um zu triebbefriedigendem Wohl zu gelangen (4. Ergreifens-Häufung), geschieht beim erwachsenen Menschen in geschaffenen und dadurch vorhandenen Programmen (5. Ergreifens-Häufung), um Wohl zu erfahren und Wehe zu vermeiden – entsprechend den eingeschriebenen Daten.

Diese programmierte Wohlerfahrungssuche wird entsprechend den neu dazukommenden Erfahrungen des Geistes ständig umprogrammiert, ständig neu eingestellt auf Grund der jeweils sich meldenden Triebe und der Datensammlung des Geistes. So ist auch die programmierte Wohlerfahrungssuche keine für sich bestehende Daseinskomponente, sondern eine Anhäufung von ständig sich ändernden Programmen.

Der Erwachte nennt in seiner Antwort an den Mönch Wünsche nach bestimmten Formen, Gefühlen, Wahrnehmungen, Aktivität und nach Programmen, Wünsche nach Befriedigung, die weiteres Anhäufen, Zusammenhäufen zur Folge haben. Jeder Wunsch, der in uns aufkommt, betrifft die fünf Ergreifens-Häufungen, dass wir diese und jene Form wünschen, dass wir das und das empfinden und wahrnehmen möchten. Man sagt nicht so genau in Bezug auf eine Ergreifens-Häufung:

„Diese Form, dieses Gefühl, diese Wahrnehmung möchte ich haben oder so und so möchte ich sein.“ (4. und 5. Ergreifens-Häufung) Die meisten Wünsche betreffen immer mehrere der fünf Ergreifens-Häufungen. Aber um die einzelnen Ergreifens-Häufungen zu verdeutlichen, bringen wir im Folgenden Beispiele auch nur für einzelne Ergreifens-Häufungen.

*Vergangene* Formhäufung: Z.B. für den Erwachsenen die Erinnerung an einen kindlichen und jugendlichen geschmeidigen Körper, die Erinnerung an die Körper junger Eltern und der Wunsch: „Ach, wäre ich doch noch einmal jung!“ *Zukünftige* Formhäufung: die Hoffnung des jungen Menschen auf zukünftige gute Körper-Form und die Hoffnung auf zukünftige angenehme äußere Formen, etwa ein schönes Haus in schöner Umgebung, eine Ferienwohnung am Meer.

*Gegenwärtige* Formhäufung: Die Wahrnehmung des Körpers in der augenblicklich erlebten Verfassung, die ich z.B. lieber anders hätte, die Wahrnehmung einer Fülle von herantretenden einst gewirkten Form-Wahrnehmungen, die in der Gegenwart ergriffen werden, aber deren Qualität ich lieber anders hätte.

*Zu sich gezählte* Formhäufung ist der Körper („das ist mein Körper“), er wird aber auch als außen erfahren bezeichnet, wenn der Betrachtende ihn als Betrachtungsobjekt sich gegenüberstellt. Als außen erfahrene Form sind alle außen erfahrenen Formen, Töne, Düfte, Säfte, Dinge, die durch Tasten erfahren werden, *die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen, dem Begehren entsprechenden, reizenden.*

*Grobe und feine* Formhäufung ist keine moralische Kategorie, sondern betrifft nur groß/klein, stark/schwach, deutlich/zart. Beispiele aus den Lehrreden: Der Fleischleib wird als grob bezeichnet (*olarika kāya*), der feinstoffliche Leib als fein (*sukhuma*). Es gibt körperbildende Nahrung, grob (Reis) oder fein (z.B. Soße) (M 38). Ein Kaiser hat Kleider aus feinstem Leinen, Wolle, Seide (D 17). Der Buddha hatte auf Grund seiner in früheren Leben angewöhnten Eigenschaft, viel zu fragen, in seinem letzten Menschenleben einen Körper mit

feiner Haut, so fein, dass kein Staub und Schmutz an ihr haften (D 30 VIII). Und es mag sich einer wünschen: „Ach, möchte ich im nächsten Leben einen feinstofflichen Körper haben mit himmlischer Lebenskraft, himmlischer Schönheit, himmlischem Glück, mit himmlischer Macht.“

*Niedrige und hohe* Formhäufung bezeichnen eine Wertkategorie: geringwertig/hochwertig, z.B. wertvolle Speise.

*Ferne oder nahe* Formhäufung kann verstanden werden vom Standpunkt des sich mit dem Körper identifizierenden Betrachters aus gesehen: Dabei wäre der Himmel für den Menschen eine ferne Formwahrnehmung, der zu sich gezählte Körper eine nahe Form-Wahrnehmung.

*Vergangene, zukünftige, gegenwärtige Gefühls-Häufung* bedeutet die Erinnerung an vergangenes Gefühl, die Hoffnung auf zukünftiges Gefühl und die gegenwärtig wahrgenommenen Gefühle. Z.B. „Ach, möchte ich mir doch angewöhnen, die Dinge gelassener hinzunehmen.“

*Zu sich gezählte Gefühle* sind die Wohl-, Wehe- oder Weh-Weh-noch-Wohl-Gefühle, mit denen sich der Mensch identifiziert: „Ich bin so traurig, ich bin so glücklich.“ Als *außen erfahrene* Gefühle sind diejenigen Gefühle zu bezeichnen, die der Beobachter beobachtend als Betrachtungsobjekt sich gegenüberstellt, die er als unbeständig, leidvoll, als substanzlos, kernlos erkennt und darum als nicht-ich beurteilt.

*Grobe oder feine* Gefühle sind z.B. stark aufdringliche Gefühle, weil das Erfahrene den Trieben stark entspricht oder widerspricht, und schwache Gefühle, weil das Erfahrene den Trieben nur schwach entspricht oder widerspricht. Ein Wunsch in Bezug auf schwächere Gefühle wäre z.B. „Ach, möchte ich doch nicht so von Gefühlen hin und her gerissen werden.“

*Niedrige* Gefühle sind z.B. körperlich-sinnenhafte Gefühle, die durch Berührung der Sinnesdränge von als außen Erfahrenem entstehen im Gegensatz zu *höheren Gemütsgefühlen* wie

Liebe und Erbarmen oder das Wohl der Abgeschlossenheit und der Entrückungen.

Bei Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität und programmierter Wohlerfahrungssuche von *fern und nah* zu sprechen, erscheint nicht einsehbar, da es sich hier nicht um zeitliche Nähe oder Ferne („*vergangen, zukünftig, gegenwärtig*“ - 1. Beispiel), sondern nur um räumliche Nähe oder Ferne handeln kann. Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität und programmierte Wohlerfahrungssuche werden vom normalen Menschen „bei sich“ erfahren, sind insofern immer „räumlich nahe“. Die Gefühle, Wahrnehmungen, Aktivität und programmierte Wohlerfahrungssuche anderer kann man nicht direkt erfahren, nur auf sie schließen. Der Versuch einer Deutung *naher und ferner* Gefühle wäre: Gefühle, die „mich“ stark angehen, „mir“ „nahe gehen“, weil ich mich von ihnen betroffen fühle, oder Gefühle, die durch Betrachtung und Distanzierung *ferner* gerückt sind. Doch würde das eigentlich zur Gruppe der *zu sich gezählten oder außen* erfahrenen Gefühle gehören.

*Vergangene, zukünftige, gegenwärtige Wahrnehmungshäufung* bedeutet die Erinnerung an vergangene Wahrnehmungen, die Hoffnung auf zukünftige Wahrnehmungen und die gegenwärtigen Wahrnehmungen, die wir oft gern angenehmer hätten.

*Zu sich gezählte* Wahrnehmungen sind die mit Gefühl übergossenen Erlebnisse, mit denen man sich identifiziert. Z.B.: „Ich bin ein Glückspilz, alles läuft gut“, „ich bin mit Liebem vereint, von Unliebem getrennt“ oder „Ich bin ein Pechvogel, alles geht schief“, „Ich bin mit Unliebem vereint, von Liebem getrennt.“ - Als *außen erfahrene Wahrnehmungen* sind diejenigen Wahrnehmungen zu bezeichnen, die man beobachtend als unbeständig, als Blendwerk, als Täuschung, als Luftspiegelung, durch die Triebe entworfen, durchschaut und sie darum als außen empfindet.

*Grobe* Wahrnehmungen sind z.B. stark aufdringliche Wahrnehmungen, die mit starkem Gefühl besetzt, stark wahr-

genommen werden, den Geist stark bewegen. *Feine* Wahrnehmungen sind z.B. schwache Wahrnehmungen, die mit schwachem Gefühl besetzt, den Geist nur wenig bewegen, nur geringe Aufmerksamkeit wecken.

*Niedrige* Wahrnehmungen sind z.B. körperlich-sinnenhafte Wahrnehmungen, die durch Berührung der Sinnesdränge mit dem als außen Erfahrenen aufkommen (z.B. „diese Speise schmeckt gut oder schlecht“) im Gegensatz zu *hohen und höchsten Wahrnehmungen*, wie etwa die Wahrnehmung von Freiheit von Sinnensucht, und die Wahrnehmung von Formfreiheit oder gar „*Wann doch nur werde ich jene Erlösungen erreichen, die die Geheilten schon besitzen.*“ (M 44)

Unter *fernen oder nahen* Wahrnehmungen könnte verstanden werden: Wahrnehmungen, bewusste Erlebnisse, die mich stark angehen, mir „nahe“ gehen, weil sie mit starkem Gefühl besetzt sind, oder Wahrnehmungen, die durch Beobachtung ferner gerückt sind.

*Vergangene, zukünftige, gegenwärtige Aktivitätshäufung* bedeutet die Erinnerung an vergangene Aktivität im Denken, Reden und Handeln, die Hoffnung auf zukünftige Aktivität und die gegenwärtige Aktivität, z.B. „Dies ist eine nützliche Sache, die werde ich mir besorgen.“

*Zu sich gezählte* Aktivität ist engagiertes Denken, Reden und Handeln als Reaktion auf gefühlsbesetzte Wahrnehmung, mit der die Wesen Wohl zu erreichen und Wehe zu fliehen suchen. Der normale Mensch identifiziert sich mit seinem Denken, Reden und Handeln. Z.B. „Diese schöne Sache habe ich mir besorgt. Jetzt gehört sie mir.“ „Ich habe dies besser gemacht als der andere.“ „Ich werde ihm beweisen, dass ich Recht habe.“

Als *außen erfahrene* Aktivität ist diejenige Aktivität zu bezeichnen, die man beobachtend als automatischen Ablauf, als nicht von einem souveränen „Ich“ gesteuert erkennt. Der Mensch, der gefühlsbesetzte Gedanken beobachtet, kann den automatischen Ablauf unterbrechen, den Gedanken eine ande-



re Richtung geben. Er identifiziert sich nicht mit den Gedanken, Worten und Taten, sondern beobachtet sie mit rechter, vom Erwachten übernommener Anschauung auf Abstand.

*Grobe* Aktivität ist z.B. starke Reaktion im Denken, Reden und Handeln auf gefühlsbesetzte Wahrnehmungen. *Feine* Aktivität ist z.B. geringe Reaktion im Denken, Reden und Handeln auf blasse Wahrnehmungen, die mit wenig Gefühl besetzt sind.

*Niedrige* Aktivität wäre z.B. ein immer wieder aufkommender Jähzorn. Der um *hohe* Aktivität Bemühte wünscht sich, dass er sich diesen Jähzorn abgewöhne: „Wie ist es doch schön, wenn ich sanft und milde bin.“

Unter *ferner* oder *naher* Aktivität könnte verstanden werden: Aktivität, die mit starkem Gefühl besetzt ist und mir darum „nahe geht“, oder Aktivität, die durch Beobachtung *ferner* gerückt ist, von der sich der Beobachter distanziert.

*Vergangene, zukünftige, gegenwärtige programmierte Wohlerfahrungssuche:*

Der Erwachte sagt (M 138): *Die programmierte Wohlerfahrungssuche (viññāna) geht den Formen nach, knüpft bei der angenehmen Form an, bindet sich daran.* Bei den meisten Menschen geht die programmierte Wohlerfahrungssuche fast unbehindert nur der Wunscherfüllung nach, was bei allgemeiner positiver Bewertung zugleich zur Verstärkung der Wünsche führt.

*Vergangene* programmierte Wohlerfahrungssuche bedeutet die Erinnerung daran, in der Vergangenheit Wünschen nachgegangen zu sein nach damaligen eingefahrenen, angewöhnten Programmen.

*Zukünftige* programmierte Wohlerfahrungssuche bedeutet die Hoffnung darauf, in der Zukunft Wünschen nachgehen zu können nach festgelegten Programmen, ohne lange überlegen zu müssen.

*Gegenwärtige* programmierte Wohlerfahrungssuche bedeutet, in der Gegenwart Wünschen nachzugehen nach eingefahrenen vorhandenen Programmen.

*Zu sich gezählte* programmierte Wohlerfahrungssuche ist die Identifizierung mit dem Geist, der auf Wohlerfahrungssuche programmiert ist. - Als *außen erfahrene* programmierte Wohlerfahrungssuche wird sie von demjenigen erfahren, der sie als automatischen Ablauf beobachtet, als nicht von einem souveränen Ich gesteuert. Der Mensch kann der programmierten Wohlerfahrungssuche, die als zum Leiden führend erkannt wird, eine andere Richtung geben.

*Grobe* programmierte Wohlerfahrungssuche ist z.B. ein starkes Gerichtetsein des Geistes auf etwas, das starkes Wohl verspricht, *feine* programmierte Wohlerfahrungssuche ist z.B. ein schwaches Gerichtetsein des Geistes auf etwas, das nur geringes Wohl verspricht.

*Niedrige* programmierte Wohlerfahrungssuche ist z.B. alles Gerichtetsein des Geistes auf körperlich-sinnenhafte Wunsch-erfüllung im Gegensatz zu *hoher* programmierter Wohlerfahrungssuche, z.B. geläuterte programmierte Wohlerfahrungssuche (M 140), die frei ist von Sinnensucht und auf die Erkenntnis des Entstehens und Vergehens von Gefühlen gerichtet wird, und „die programmierte Wohlerfahrungssuche, die den Reifezuständen folgt, die weltlose Entrückungen einleiten, darin verstrickt ist.“ (M 138)

Unter *naher* programmierter Wohlerfahrungssuche könnte verstanden werden eine programmierte Wohlerfahrungssuche, mit der sich der Mensch identifiziert, unter *ferner* programmierter Wohlerfahrungssuche könnte verstanden werden eine programmierte Wohlerfahrungssuche, die durch Beobachtung ferner gerückt ist.

Durch vier große Gewordenheiten  
erscheint Form-Häufung

*Was ist nun, o Herr, der Grund, was ist die Bedingung  
für das Offenbarwerden der Häufung Form? – Die vier*

*großen Gewordenheiten* (Festigkeit, Flüssigkeit, Hitze, Luft), *Mönch*, sind der Grund, die Bedingung für das Offenbarwerden der Häufung Form. –

Vorher war die Frage, worin die fünf Ergreifens-Häufungen wurzeln, welches die Ursache für die fünf Ergreifens-Häufungen ist: nämlich die Gier, das Begehren. Nun wird gefragt: Wodurch offenbart sich Form? Woran erkennt man, dass Form ist? Wenn etwas fest, flüssig ist, Wärme und Luft hat, dann muss man von *rūpa*, Form, Erscheinung, Gestalt, Materie, Physischem sprechen.

Alles, was in den Zuständen Festigkeit, Flüssigkeit, Hitze und Luft erlebt wird, gleichviel in welcher Gestalt oder Form es auftritt, also alles Sichtbare, Hörbare, Riechbare, Schmeck- und Tastbare, das heißt „*rūpa*“. Und zwar sowohl der Teil der Formen, die wir zum „Ich“ zu zählen gewohnt sind, also der (von dem Wollenskörper durchzogene) Körper als „zu sich gezählte“, als „Innenform“ (*ajjhatta*), und alle Form, die wir als nicht zum „Ich“ gehörig zu zählen gewöhnt sind, wie die sog. materielle Welt (Außenform - *bahiddha*). Alles das ist „Form“, „Materie“. Und alle Form, sowohl der lebendig erscheinende Körper wie alles durch die Sinne erfahrbare Außen, besteht aus den vier großen Gewordenheiten bzw. aus einem Gemisch daraus. – Form, Materie, Physisches erkennt man also an Festigkeit, Flüssigkeit, Hitze und Luft.

Das Pāliwort für die vier großen Gewordenheiten - *mahā bhūta* - setzt sich zusammen aus *mahā*=groß und *bhūta*= geworden, erzeugt. *Bhūta* ist Partizip von *bhavati* und hängt zusammen mit *bhāveti*, erzeugen, kultivieren, entwickeln. *Bhūta* ist das Geschaffene, Erzeugte, ist unsere Schöpfung. Der Erwachte zeigt mit seiner gesamten Lehre: Da ist nicht eine „Welt da draußen“, eine „objektive Welt“, deren Festigkeit, Flüssigkeit, Hitze und Luft ein souveränes Individuum, ein „Ich“ betrachtet und deren Töne es hört, die die Ursache für sein Erleben seien. Vielmehr kommt nur der Eindruck auf,

als ob mit „eigenen Augen“ die Formen „der Welt“ wahrgenommen würden, mit „eigenen Ohren“ die Töne „der Welt“. In Wirklichkeit ist es aber ganz so wie im Traum: Es besteht zwar der Eindruck, ein Ich sehe äußere Formen, höre äußere Töne, aber hinter diesem gesamten geistigen Eindruck steht nicht eine vom erlebten „Erleber“ unabhängige Welt, aus welcher die Eindrücke kämen, sondern das, was der Erwachte im Bedingungs-zusammenhang *bhava* nennt, was allgemein mit „Werden“ oder „Dasein“ übersetzt wird: die Gesamtheit des von uns Gewirkten, das Schaffsal. Nur dieses ist die Quelle unserer jeweiligen Erlebnisse. Wir betrachten die herantretenden Begegnungswahrnehmungen, als ob wir etwas Neues aus der Welt sähen, als ob wir etwas Neues aus der Welt hörten, röchen, schmeckten, tasteten, bedächten. Aber der Erwachte sagt von diesem Vorgang: „Maler Herz malt.“ In Wirklichkeit ist nicht eine Welt gegenüber einem Ich oder ein Ich gegenüber einer Welt, vielmehr besteht eine fest gesponnene Verbindung zwischen dem Wirken des Täters und dem ihn umgebenden Gewirkten, wobei dieses Gewirkte als Illusion von Begegnungswahrnehmungen an ihn wieder herantritt.

Es gibt Welten mit sanfter Begegnung zwischen den Lebewesen (Brahmawelten) ohne harte Begegnung, dort wird keine feste Form erlebt. In der Sinnensuchtwelt werden alle vier großen Gewordenheiten erlebt. Wir erleben, dass uns manche Dinge, z.B. Autounfall, hart begegnen, und wir erleben, dass uns Menschen mit Gedanken, Worten, Taten und Gesichtszügen freundlich oder hart begegnen. Wenn die seelisch harte Begegnung immer mehr aufgegeben wird, dann erscheint im nächsten Leben auch nicht mehr Festigkeit in der Wahrnehmung. Durch den radikalen Abbau jeder harten Begegnung wird auch die als außen erlebte Härte abgebaut. So gibt es Daseinsformen, in denen das Harte gar nicht mehr erscheint. Die Wesen erleben sich als brahmisch rein von Sinnensucht und Abneigung bis Hass, in Liebe, Erbarmen, Freude, Gleichmut strahlend. Anders als die Wesen der Sinnensuchtwelt, die auf äußere Sinneseindrücke angewiesen sind und

Nahrung von außen bekommen müssen, leben die Leuchtenden vorwiegend von dem Wohl ihrer Eigenhelligkeit. Sie haben sich früher durch die Entwicklung von Verständnis und Mitempfinden mit allen Wesen, auch mit den erbärmlichsten und abstoßendsten, zu innerer Hochherzigkeit und Güte entwickelt und haben von daher ein so beglückendes Grundgefühl, wie es sinnensüchtige Menschen durch keinerlei äußere Eindrücke gewinnen können.

In seiner ganzen Lehre zeigt der Erwachte, dass „Welt“ aus Wahrnehmung, aus Erleben besteht, ein Traumgespinnst ist, hinter dem keine „objektive Materie“, keine „Substanz“ steht, sondern Wahn-Wahrnehmung. Und er zeigt weiter, dass die Gesetze, die dieses Geschehen beherrschen, keine „Naturgesetze“ sind, sondern psychische Gesetzmäßigkeiten der Wahntraumentwicklung. Wenn ich Vielfalt denke, erscheint Vielfalt. Wenn ich Vielfalt mit Egoismus, Verweigern und Entreißen gedacht habe, erscheint Vielfalt mit Egoismus, Verweigern und Entreißen. Wenn ich Vielfalt mit Altruismus gedacht habe, erscheint Vielfalt mit altruistischen Wesen.

Solange ich Vielfalt annehme, glaube, wird immer weiter Vielfalt geschaffen. Wenn wir hören: Vielfaltsglaube erwächst nur aus dem Ergreifen einzelner Erscheinungen, dann beginnen wir, gröbere Bezüge zu den Erscheinungen zu mindern, und merken, dass die ganze Erscheinung entsprechend heller wird. Es ist, wie wenn man eine lichte Farbe ins Ölgemälde gibt – das ganze Bild wird heller. Maler Herz malt eine hellere Vielfalt.

Fünf Hauptbezüge des Herzens malen die Ich- und Welterrscheinung:

1. Nächstenblindheit, Rücksichtslosigkeit, Verweigern, Schadenwollen, feindliche Gegenwendung, Entreißen,
2. Antipathie bis Hass,
3. Begehren nach Sinnendingen,
4. Begehren nach Form,
5. Begehren nach Formfreiheit.

Wer die Tugendregeln hält, im Ganzen mehr auf die Bedürfnisse anderer achtet, dringt nicht in die Interessensphäre anderer ein. Er erlebt nach dem Tod himmlische Welt, z.B. das Wohl der Götter der Dreiunddreißig (D 23). Wird das Herz direkt von Herzensbefleckungen geläutert, dann hat der Üben- de Wesensverwandtschaft zu den Still Zufriedenen (*Tusita*) Göttern erworben mit wenig Bedürfnissen an Welt und Vielfalt (D 23). Ihnen erscheint der Menschen-Bereich mit übler Gesinnung und Rücksichtslosigkeit, mit entreißendem und verweigerndem Reden und Handeln so grob und stinkend, wie wenn Menschen in eine Jauchegrube gefallen wären.

Wenn die Anschauung gewonnen wird, dass die Haltung unterschiedsloser Liebe zu allen Wesen der Weg zum Heil ist und unterschiedslose Liebe entwickelt wird, dann tritt das Begehren nach Sinnendingen zurück und der Üben- de erlebt sich und andere als Brahmawesen. Die Festigkeit, das Harte, ist aus der Form herausgenommen. Wird Egoismus, Trennung zwischen Ich und Du noch weiter gemindert, dann wird auch nicht mehr ein Gegenüber von Wasser wahrgenommen: Die Leuchtenden kreisen im Raum, erleben von den vier großen Gewordenheiten nur noch zwei: Licht (ihr Leuchten) und Luft. - Nicht die Welt liefert Erleben, nicht eine da seiende Welt wird erlebt, sondern weil das Herz Bedürfnis nach Vielfalt oder Einfalt hat, darum wird Vielfalt oder Einfalt erlebt.

Wenn es Form an sich gäbe, dann müssten wir die Form- welt verlassen, um in die Nichtformwelt zu kommen. Aber wir verlassen keine Formwelt, sondern der belehrte Nachfolger radiert die Erscheinung Form aus, malt nicht mehr Form, löst den Bezug zu Form und erfährt dadurch Formfreiheit.

Durch Berührung erscheinen Gefühl,  
Wahrnehmung, Aktivität

*Was ist der Grund, o Herr, was ist die Bedingung für  
das Offenbarwerden der Häufung Gefühl - Wahrneh-  
mung - Aktivität? –*

*Berührung, Mönch, ist der Grund, die Bedingung für das Offenbarwerden der Häufung Gefühl, der Häufung Wahrnehmung. - Berührung ist der Grund, Berührung ist die Bedingung für das Offenbarwerden der Häufung Aktivität. -*

Berührung der Triebe im Körper mit dem als außen Erfahrenen (1. Ergreifens-Häufung) löst die weiteren Ergreifens-Häufungen aus.

Die Triebe, Tendenzen im Körper drängen nach Berührung durch die fünf äußeren Erfahrungsmöglichkeiten, und der Trieb zum Denken drängt nach Verarbeitung der aufgenommenen Sinnesdinge. Diese nach Berührung und damit Erfahrung drängenden Triebe und das von ihnen Erfahrene nennt der Erwachte immer zusammen als sechs Paare und nie als zwölf einzelne Faktoren:

Der Luger und die Formen,  
der Lauscher und die Töne usw.

Mit „Erfahrung“ ist hier noch nicht die Erfahrung des Geistes, „unsere“ Erfahrung gemeint, sondern nur eine Teilerfahrung, die Erfahrung des Lugers, Lauschers usw. von Formen, Tönen usw.: Wenn eine äußere Form an das körperliche Auge herankommt, dann wird die im Auge wohnende Sucht nach bestimmten Formen ernährt/berührt.

In M 18, 38 u.a. fasst der Erwachte den Erfahrungsvorgang kurz zusammen:

*Durch den Luger und die Formen entsteht die Luger-Erfahrung. Durch den Lauscher und die Töne entsteht die Lauscher-Erfahrung usw.*

und fährt dann fort:

*Der Drei Zusammensein (= Luger, Formen, Luger-Erfahrung) ist Berührung.*

Das heißt, gleichzeitig mit der Erfahrung des Triebs im Auge hat die Berührung des Triebs stattgefunden.

Nachdem der Erwachte geschildert hat, wie eine Erfahrung/Berührung seitens eines Triebs zustande kommt, fährt er fort (M 18):

*Durch Berührung bedingt ist Gefühl.*

Das heißt, die dem Auge innewohnende Sucht nach Sichtbarem hat eine bestimmte Form, die dem Ohr innewohnende Sucht nach Hörbarem hat einen bestimmten Ton oder eine Folge von Tönen erfahren. Nicht etwa ein „Ich“, sondern die Triebe, der Luger, Lauscher usw., haben erfahren, sind berührt/ernährt worden und haben die Berührung als angenehm oder unangenehm erfahren, empfunden (*wohl tut das, wehe tut das, erfährt er* (der Trieb) - M 43).

Die Bedürftigkeit, die Sinnlichkeitsneigung, wohnt im Körper wie das Öl im Docht einer Öllampe und bewirkt bei der Berührung Gefühl, wie das Öl beim brennenden Docht Licht erzeugt (M 146). Der Erwachte gibt folgende Gleichnisse: Wenn man einen öldurchtränkten Docht anzündet, dann flammt er auf (M 146), wenn man eine brennende Fackel auf trockenen Grasgrund wirft, dann loht er auf (S 14,12). Ölgetränkter Docht und trockener Grasgrund sind Gleichnisse für die Leichtentzündbarkeit, das Vakuum der Sinnesdränge, der Triebe. Nur durch den Wollens- oder Empfindungssuchtkörper (*nāma-kāya*), die Triebe, wird Herangetretenes als Berührung/Ernährung erfahren und unterschieden als dem Wollen, dem Bedürfnis, dem Hunger entsprechend oder nicht entsprechend. Der unbewusste Hungerleider also ist der Erfahrende, Empfindende, darum vergleicht der Erwachte ihn mit einer offenen Wunde und vergleicht die Berührung mit dem Nagen von Insekten an der offenen Wunde. Wenn die vom Luger erfahrene Form dem Anliegen entspricht, so entsteht ein Wohlgefühl, wenn die Form dem Anliegen widerspricht, so entsteht Wehgefühl. Im Gefühl erfahren wir die Resonanz des Wollens, der Triebe, auf das Erlebte von äußerster Lust bis zur tiefsten Qual. Immer nur um jener Resonanz willen suchen



wir, d.h. sucht der Geist, das Wahrnehmen. Wenn dem Trieb entsprochen wird, gibt es ein Wohlgefühl, wenn dem Trieb widersprochen wird, gibt es ein dementsprechend starkes Wehgefühl. Die Stärke der Triebe bedingt die Stärke der Gefühle. Die Qualität der Triebe bedingt auch die Qualität der Gefühle.

*Was man fühlt, nimmt man wahr.*

Der Luger als der Formensüchtige (der Lauscher als der nach Tönen Süchtige usw.) hat etwas Äußeres erfahren und hat sein subjektives Urteil dazu gegeben. Diese zwei verschiedenen Dinge, das als Außenform Erfahrene und das Gefühl als Urteil der Triebe, werden in den Geist eingetragen. Jetzt ist im Geist ein doppeltes Wissen (Wahrnehmung): Das Wissen um eine Form und darum, dass sie „angenehm“ (oder „unangenehm“) ist. Mit dem Gefühl erst kommt die jeweilige Erfahrung der Triebe zur Wahrnehmung, zum Bewusstsein, und der Geist erfährt jetzt das gefühlsbesetzte Objekt, das er in der Regel für die Ursache des Gefühls hält.

In der Wahrnehmung tritt die Blendung (*moha*) zutage: Die Wahrnehmung einem „Ich“ (*was man fühlt, nimmt man wahr*), stehe „eine Welt“ gegenüber. Die Wahrnehmung des normalen Menschen ist nie neutral, sondern enthält stets die durch Berührung der Triebe bedingte Gefühlsresonanz. Die Triebe blenden je nach ihrem Geschmack ein Wohlgefühl oder Wehgefühl auf, wodurch ein täuschender Eindruck entsteht (*moha*). Nur durch die Bedürfnisse – also die Triebe – des Wahrnehmenden bekommen die Erscheinungen bei der Berührung mit dem Wollenskörper den Zusatz von Wohl- oder Wehgefühl, erscheinen dadurch erst in der Wahrnehmung als schön bis entzückend oder unschön bis schrecklich. Das ist die Blendung.

Die Triebe sind ein Gespanntsein auf Erlebnis. Sie sind ja dadurch entstanden, dass man etwas positiv bedacht hat: „O ja, das ist gut, das ist wichtig, das will ich haben.“ Nach einem

solchen Gedanken ist es in dem Triebhaushalt anders. Es ist ein geistiger Faden zu der Sache hin gezogen oder verstärkt worden. Der Sache gegenüber ist man nicht mehr neutral. Man hat sie positiv bewertet. So entsteht nach und nach ein dick gewordener Faden, also ein Band oder gar Strick, den wir ausstrecken zu Objekten, die positiv oder negativ bewertet worden sind. Je häufiger ein Objekt positiv bewertet wird, um so stärker wird der Faden. Das erste positive Bedenken eines Objekts nennt der Erwachte *gantha*, Anknüpfen. Wenn etwas öfter bedacht wird, dann nennt der Erwachte es *bandhana*, Band: jetzt ist eine Verbindung, ein Band da. Das kann noch verhältnismäßig leicht gerissen werden. Wer aber im Lauf der Zeit immer mehr an die Sache denkt, immer mehr sie pflegt, der jocht sich immer mehr an, und so entsteht eine immer stärkere Verstrickung (*samyojana*). Der Erwachte sagt: *Lianenwerk im Walde gleich, je einzeln wunschhaft abgesenkt*, so sind die Wunschesfäden (Sn 272). Man denkt positiv an eine Sache und fesselt sich damit immer mehr. Die Triebe kennzeichnet der Erwachte mit den beiden Richtungen Gier und Hass, Zugeneigtsein und Abgeneigtsein. Wird ein starker Trieb berührt, wird etwas erlebt, was einem starken Trieb entspricht, dann tritt eine innere Entspannung ein, was als Wohlgefühl empfunden wird. Wird etwas diesem starken Trieb Entgegengesetztes erlebt, dann wird die Spannung noch größer. Das wird empfunden als Ablehnung in den verschiedenen Formen: Schmerz, Hass. Insofern ist durch Berührung Gefühl bedingt.

Ein Fotoapparat dagegen ist auf nichts gespannt. Die Bilder kommen auf die Platte, ohne dass der Apparat es weiß. Er ist durch das Bild („Erlebnis“) nicht entspannt und nicht gegen gespannt. Bei uns aber sind Anliegen. Bei uns ist ein Erlebenwollen, darum wird alles, was herankommt, von diesem Erlebenwollen daraufhin abgeschmeckt, ob es dem Gewünschten entspricht. Starkes Gefühl erzeugt starke Wahrnehmung, erzeugt ein starkes Wachwerden auf die Sache hin, die das Gefühl ausgelöst hat. Z.B. während eines Gesprächs entsteht ein

Geräusch, die Augen gehen dahin, der Trieb wird berührt. Starkes Wohlgefühl zwingt die Aufmerksamkeit auf das Wahrgenommene, und man ist nur mehr halb bei dem Gespräch, muss es unterbrechen, sagt: „Augenblick mal bitte, da ist...“

Hinzu kommt, dass der Geist in die Wahrnehmung noch hineindeutet: „Ich habe diese angenehme oder unangenehme Form gesehen“ und damit ein „Ich“ als Wahrnehmer annimmt, statt gewärtig zu sein: „Der Geist hat das Ding/die Vorstellung erfahren.“

### Aktivität, veranlasst durch Berührung der Triebe

Durch die Berührung der Psyche, der verborgenen Wurzel, der Anliegen, schmecken diese das Berührende ab und urteilen „angenehm, unangenehm, gleichgültig“. Die darauf folgende erste Aktivität entspricht immer der gefühlsbesetzten Wahrnehmung: Auf eine angenehme Wahrnehmung folgt als erste Aktivität in Gedanken immer Zuwendung, und bei einer unangenehmen Wahrnehmung ist die erste denkerische Aktivität Abwendung. Der primitive Mensch und wohl die meisten Tiere bleiben dabei. Der Erwachte sagt:

*Was man wahrnimmt, das bedenkt man, damit beschäftigt man sich im Geist. (M 18) Man geht mit dem Denken die erfreulich bestehende Form/den Ton usw. an, die unerfreulich oder gleichgültig bestehende Form/den Ton usw. an. (M 137, 140)*

Der Besonnene jedoch überlegt auf diese erste Zuwendung hin nüchtern: „Ja sicher, das gefällt mir, aber es hat doch Nachteile.“ Indem er diese sieht, ist nicht mehr die verlockende Wahrnehmung. Wer aber die Zusammenhänge nicht kennt, schaut wieder zu dem Verlockenden und macht es sich damit schwerer, der Vernunft zu folgen. Dann ist wieder die verlockende Wahrnehmung im Geist. In der Aktivität haben wir die Möglichkeit der Besonnenheit, der nüchternen Überlegung, ob die erste Zuwendung heilsam oder unheilsam ist. In den Religionen wird gemahnt, nicht immer dem ersten Impuls

zu folgen. Manchmal merkt man schon beim ersten Impuls: Dieser Gedanke, diese Absicht ist gut. Dann bremst man nicht ab, sondern folgt mit dem Schwung des Herzens. Aber die Kritik sollte immer vorangehen. Besser ist, man wirkt in einer Übergangszeit für andere etwas künstlich, evtl. gar „gehemmt“, etwas trockener, als dass man immer dem Impuls folgt. Denn meistens haben wir Impulse, die weniger heilsam sind, die ganz den Trieben entsprechen, die ja blind für Vernunft und Moral sind.

In M 57, S 12,25, A IV,171 u.a. wird gesprochen von Aktivität in Gedanken, in Worten und in Taten. Das bedeutet also, dass der Mensch in Gedanken, in Worten und in Taten agiert, reagiert, anstrebt, aktiv ist, etwas bewirkt. Mit Gedanken verändern wir den Geist, unsere Einsichten und damit auch das Anstreben. Mit der Sprache treten wir in Kontakt mit anderen Menschen und tauschen uns aus, und mit Handeln, d.h. mit dem Einsatz des Körpers, führen wir in der Umwelt Veränderungen herbei. Das sind die drei Kanäle unserer Aktivität, unserer Reaktion auf Wahrnehmungen. Durch die Art der Aktivität, durch ihre Lenkung zum Guten oder Üblen gestaltet der Mensch das diesseitige Leben und das jenseitige Leben. (S. auch „Die sechs Folgen des Wirkens“ in „Meisterung der Existenz“ S.277ff.)

Durch das Psycho-Physische (*nāma-rūpa*) erscheint  
die programmierte  
Wohlerfahrungssuche (*viññāna[-sota]*)

Es geht immer wieder um den gleichen Zusammenhang: Der Körper der Lebewesen (*rūpa-kāya*) ist durchsetzt und bewegt von einem Verlangen (*nāma-kāya*) nach angenehmem Welterlebnis. Die Sucht nach Angenehmem ist es, die den Wahrnehmungsvorgang ermöglicht. Ohne Wollen (bei den grobstofflichen Wesen in den Sinnsorganen inkarniert) gäbe es kein Wahrnehmen. Auf der Basis des Körperlichen (*rūpa-kāya*) entstehen bei der Berührung der im Körper inkarnierten, nach

Entsprechung lechzenden Triebe (*nāma-kāya*) Gefühle, die als Wahrnehmungen in den Geist eingetragen werden. Bei Erfahrungen, die den Trieben entsprechen oder widersprechen, wird die programmierte Wohlerfahrungssuche, die im Dienst der Triebe im Geist ausgebildete, automatisch ablaufende, erfahrungsbegründete Handhabung des Körpers zum Handeln und Reden und des Geistes zum Denken, in Tätigkeit gesetzt, indem der Körper mit den Sinnesdrängen möglichst an die gewünschten Objekte geführt wird oder die gewünschten Objekte an die Sinnesdränge oder der Körper von den unangenehmen Formen möglichst zurückgehalten wird.

Diese auf Grund von Erfahrungen automatisch ablaufende, auf Wohlerfahrung programmierte Lenkung der Sinnesorgane zur Aufnahme von Außenformen, ein ununterbrochenes Herumfahren zu immer neuen Erfahrungen erhält ihren Schwung von den Trieben. Sie bestimmen die Programmiertheit und die Kraft der einzelnen Impulse. Was die Triebe ganz stark bewegt, das drängt in die Aufmerksamkeit. Bei allem, was wir tun, sind wir bewusst oder unbewusst auf Wohl aus. In Situationen, die uns schon bekannt sind, kennen wir das Wohl und gehen gewohnheitsmäßig mit oder ohne besonderes Bedenken darauf zu, suchen von Fall zu Fall das Angenehmere zu erfahren und das sich anbietende Unangenehmere zu vermeiden.

Dieses Daraufzugehen oder Vermeiden, das Heranbringen oder Zurückhalten des Körpers oder des Geistes besteht aus einer Kette, einer „Strömung“ (*sota*) von - vom Säuglingsalter an - erfahrungsbegründeten und -gelenkten Handhabungen des Körpers zum Handeln und Reden und des Geistes zum Denken. In diesem Sinn gebraucht der Erwachte den Ausdruck „*saviññānaka-kāya*“ = „der von der programmierten Wohlerfahrungssuche gehandhabte Körper“. Die programmierte Wohlerfahrungssuche ist die Programmiertheit eines Aktionskonzepts, das aus den bisherigen ins Gedächtnis eingetragenen Wohl- und Wehgefühlen bei den Begegnungen mit den Dingen der Welt programmiert wurde und das ununterbrochen von jeder neuen Erfahrung jeweils ergänzt oder gelöscht wird

und eine automatische Lenkung von Körper und Geist gemäß dem bisherigen Erfahrungsstand gewährleistet.

Die nach der Gewöhnung ablaufende programmierte Lenkung von Körper und Geist, die oft schwer zu bremsende Macht der Gewohnheit, kann eine erforderliche Abweichung oft erschweren. Ein Beispiel dafür: Ein indischer Geschäftsmann hatte gehört, dass die Gedanken am Lebensende von besonderer Wichtigkeit für den Übergang in ein gutes Jenseits sind. Er gab seinen vier Söhnen Namen von Gottheiten und dachte, wenn er sie beim Sterben zu sich rief, dann wären seine Gedanken bei den Göttern, und so hätte er eine gute Wiedergeburt. Als er nun im Sterben lag und alle vier Söhne auf seinen Ruf kamen, da dachte er besorgt: „Ach, nun ist ja niemand im Laden!“ Damit zeigt sich die Wirkung der Programmiertheit. Seine Gedanken waren nicht, wie vorgenommen, bei den Göttern, sondern bei seiner im Lauf seines Lebens immer wieder programmierten Erfahrung: „Aus Schutz vor Diebstahl muss immer einer im Laden sein.“

Der Erwachte sagt (S 22,54): So wie der normale Samen nur in der Erde zum Keimen und zur Entfaltung kommt, so auch kann die programmierte Wohlerfahrungssuche, die fünfte Ergreifens-Häufung, nur aus den vier vorangegangenen Ergreifens-Häufungen hervorgehen. Aber so wie der Same in der Erde nur bei Zugabe von Wasser zum Keimen und zur Entfaltung kommen kann, so auch entwickelt sich die programmierte Wohlerfahrungssuche nur dann aus den vier Ergreifens-Häufungen, wenn bei dem Wahrnehmungs-Vorgang Sucht nach Befriedigung beteiligt ist, also die Triebe beteiligt sind.

Die ersten vier Ergreifens-Häufungen sind nichts anderes als das Psycho-Physische: Der Körper, die zu sich gezählte Form, das Physische, ist die erste Ergreifens-Häufung, die von Trieben, dem Psychischen, besetzt ist. Wenn außen erfahrene Form die Triebe berührt, entstehen die Auswirkungen des Psychischen, die zweite, dritte und vierte Ergreifens-Häufung: Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität. Unter Aktivität wird laut den Lehrreden (S 22,56) verstanden, dass man es auf etwas

abgesehen hat, etwas beabsichtigt (*cetanā*), nämlich das Es-Abgesehen-Haben auf bestimmte Formen, Töne, Düfte, Geschmäcke, Tastbares oder auch auf Denkinhalte. Aus diesem geistigen Beabsichtigen entsteht im Geist die programmierte Wohlerfahrungssuche (5. Ergreifens-Häufung), die Handhabung des Körpers und Geistes, um wieder Formen an die Triebe in den Sinnesorganen und Gedanken und Erinnerungen an die Triebe im Geist heranzuführen zum Zweck erneuter Wohlerfahrung: Der Leidensprozess wird fortgesetzt.

### Der Glaube an Persönlichkeit

*Wie aber, o Herr, besteht der Glaube an Persönlichkeit? – Da ist einer, Mönch, ein unbelehrter, gewöhnlicher Mensch. Er hat keinen Blick für den Heilsstand, er kennt nicht das Wesen des Heils und ist unerfahren in den Eigenschaften des Heils. Er hat keinen Blick für die auf das Wahre ausgerichteten Menschen, kennt nicht die Art der auf das Wahre ausgerichteten Menschen und ist unerfahren in den Eigenschaften der auf das Wahre ausgerichteten Menschen. Er betrachtet Form als das Selbst (*rūpam attato*) oder das Selbst als Form besitzend (*attānam rūpavantam*) oder Form als im Selbst enthalten (*attāni rūpam*) oder das Selbst als in Form enthalten (*rūpasmim attānam*). Er betrachtet Gefühl als das Selbst oder das Selbst als Gefühl besitzend oder Gefühl als im Selbst enthalten oder das Selbst als in Gefühl enthalten. Er betrachtet Wahrnehmung als das Selbst oder das Selbst als Wahrnehmung besitzend oder Wahrnehmung als im Selbst enthalten oder das Selbst als in Wahrnehmung enthalten. Er betrachtet Aktivität als das Selbst oder das Selbst als Aktivität besitzend oder Aktivität als im Selbst enthalten oder das Selbst als in Aktivität enthalten. Er*

*betrachtet programmierte Wohlerfahrungssuche als das Selbst oder das Selbst als programmierte Wohlerfahrungssuche besitzend oder programmierte Wohlerfahrungssuche als im Selbst enthalten oder das Selbst als in programmierter Wohlerfahrungssuche enthalten. So besteht, Mönch, der Glaube an Persönlichkeit. –*

Der unbelehrte gewöhnliche Mensch ist einer, der die Lehre des Buddha, und d.h. die Wahrheit von der Wirklichkeit, „nicht gehört“ und vor allem „nicht verstanden“ hat; und zwar geht es hier weniger um die Lehre des Buddha über Karma, Fortexistenz und höhere, hellere Daseinsformen, so wichtig diese Lehren auch sind, sondern um die vier Heilswahrheiten und damit die „an-atta“-Lehre. Der unbelehrte gewöhnliche Mensch hat die endlose Fortsetzung der Leidensmasse durch das weitere Zusammenhäufen der fünf Ergreifens-Häufungen nicht durchschaut und hat nichts anderes im Sinn als seine Familie, seinen Beruf, seine Liebhabereien und Vergnügungen und im Alter die Rente bis zum Tod - und selbst, wenn er mit jenseitigen Möglichkeiten von Freuden und Leiden rechnet und sich möglichst so verhält, dass er auch dort auf Freuden hoffen darf, so hat er keine Ahnung von der Ausweglosigkeit der Wanderung und den Wandlungen der fünf Ergreifens-Häufungen.

Er kennt den Heilsstand nicht, sagt der Erwachte, und er kennt nicht die Art, die Eigenschaften der rechten Menschen, das heißt, er erkennt nicht solche Menschen, die die Wahrheit von der Nicht-Ichheit der fünf Ergreifens-Häufungen so begriffen haben, dass sie unwiderruflich in die Entwicklung eingetreten sind, die ganz sicher zur baldigen Beendigung des Samsāra führt.

Wer die Lehre des Erwachten nicht gehört und verstanden hat, der identifiziert sich mit den fünf Ergreifens-Häufungen. Wer sich mit dem Körper identifiziert, der sagt sich: „Jetzt bin ich jung und stark, jetzt werde ich älter, jetzt bin ich schwach,



jetzt werde ich untergehen.“ Das Schicksal des Leibes ist sein Schicksal. Wer sich mit den Gefühlen identifiziert, ist mal himmelhoch jauchzend, dann wieder zu Tode betrübt: „Ich bin so traurig, ich bin so glücklich.“ Das jeweilige Gefühl empfindet er als sein Gefühl. Seine Gefühle sind sein Schicksal. Angenehme, unangenehme Wahrnehmungen sieht er als seine Wahrnehmungen, sein Schicksal an: „Wie geht es mir gut, wie geht es mir schlecht.“ Erfüllen sich seine Wünsche nicht und kommt er trotz aller Aktivität im Denken, Reden und Handeln nicht zu dem Ersehnten, so denkt er: „Alles, was ich unternehme, schlägt fehl.“ Er identifiziert sich mit seiner Aktivität und ist betrübt, wenn seine Aktivität keinen Erfolg hat.

Der Erwachte sagt (M 148):

*Das ist der Weg zur Entstehung des Glaubens an Persönlichkeit: „Das Auge (mit dem innewohnenden Luger)“, sagt man, „das gehört mir, das bin ich, das ist mein Selbst. Die Formen, Luger-Berührung, Luger-Erfahrung, Gefühl, Durst: das gehört mir, das bin ich, das ist mein Selbst.“*

(Ebenso sagt er, dass die anderen Sinnesorgane (mit den innewohnenden Sinnesdrängen) und das durch die Sinnesdränge bedingte Gefühl usw. das Ich, das Selbst ist.)

Die Triebe erzeugen im Geist die Ich-bin-Anschauung (*sakkāya-ditthi*)<sup>189</sup>, und die Ich-bin-Anschauung ist die Ursache dafür, dass ein Mensch nicht wollen kann, die Gesamtheit der Triebe aufzuheben. Da er sich eins mit den Trieben fühlt, hätte er bei dem Gedanken, die Triebe aufzuheben, das Empfinden, sich selbst aufzuheben, also sich selbst zu vernichten.

Solange die Triebe bestehen mit Anziehung, Abstoßung, Blendung, so lange sind sie das perpetuum mobile passionis, das unaufhörliche Leidenskontinuum, und der Glaube an Persönlichkeit, die Identifikation mit den Trieben, ist die Ursache dafür, dass die Aufhebung dieses perpetuum mobile nicht betrieben wird. Die Triebe sind der Bauplan und das Kernele-

---

<sup>189</sup> und weil die „Ich-bin“-Anschauung den Erleber von der erlebten „Welt“ abgrenzt, zugleich auch die Weltgläubigkeit.

ment des nächsten Körpers: Je nach bestehender Anziehung zu himmlischen, menschlichen, tierischen, gespensterhaften Eigenschaften und Dingen wird ein Dasein in solcher Welt erlebt.

Den sich gegenseitig bedingenden Leidenskreislauf der fünf Ergreifens-Häufungen nicht zu sehen, sondern zu meinen, ein Ich stehe einer Welt gegenüber, das ist Wahn. Und da wir schon ungezählte frühere Leben in diesen Wahnbanden lebten, so ist der wahnhaftige Anblick der Welt schon längst zu unserer Natur geworden. Wir haben uns mit unserem ganzen Herzen und Wesen in diese Wahnbefangenheit eines Ich in einer Welt hineinverstrickt. Durch die Triebe und Verstrickungen des Herzens kommt es, dass wir das Empfinden haben, die aus Wahrnehmung bestehenden, einst entlassenen Begegnungsercheinungen bestünden aus an sich und unabhängig von uns vorhandenen vier großen Gewordenheiten: Festem, Flüssigem, Wärme und Luft. In Wirklichkeit ist all unser Erleben, unsere gesamte sinnliche Wahrnehmung eines Ich und einer Umwelt nur die Übersetzung dessen, was in unserem Herzen an Tendenzen, Emotionen, Motivationen wühlt. So wie jeder nächtliche Traum keine andere Ursache hat als die schwankenden, dauernd sich verändernden Vorstellungen des Gemüts und des Geistes aus den Trieben des Herzens, ganz so geht es mit dem lebenslänglichen Traum unserer Tageserlebnisse, und dieser lebenslängliche Traum währt so lange und in solcher Qualität, wie die Triebe des Herzens sind. Der gesamte Triebkomplex verlässt im Sterben den Körper, wirkt aber weiterhin, produziert weiterhin Traumleben, indem das Lebewesen, das große Angst vor dem Sterben hatte, das den Tod als seine Vernichtung auffasste, gleich nach dem Übergang verwundert ist und sich in der neuen Umgebung orientiert. Den aus den Trieben aufdampfenden Traum mit seinen wechselnden Bildern halten wir für eine unabhängig von uns bestehende äußere Welt, obwohl all unser Erleben doch Erleben, Wahrnehmen ist, ein geistiger Vorgang, entstanden durch Berührung der Triebe.

Dem unbelehrten Menschen stellt der Erwachte in unserer Rede den belehrten Menschen gegenüber, der das Heil kennt:

*Und wie besteht, o Herr, der Glaube an Persönlichkeit nicht? –*

*Der erfahrene Heilsgänger, Mönch, behält den Heilsstand im Blick. Er kennt das Wesen des Heils und ist erfahren in den Eigenschaften des Heils. Er hat einen Blick für die auf das Wahre ausgerichteten Menschen, kennt die Art der auf das Wahre ausgerichteten Menschen und ist erfahren in den Eigenschaften der auf das Wahre ausgerichteten Menschen. Er betrachtet Form nicht als das Selbst oder das Selbst als Form besitzend oder Form als im Selbst enthalten oder das Selbst als in Form enthalten. Er betrachtet Gefühl nicht als das Selbst oder das Selbst als Gefühl besitzend oder Gefühl als im Selbst enthalten oder das Selbst als im Gefühl enthalten. Er betrachtet Wahrnehmung nicht als das Selbst oder das Selbst als Wahrnehmung besitzend oder Wahrnehmung als im Selbst enthalten oder das Selbst als in der Wahrnehmung enthalten. Er betrachtet Aktivität nicht als das Selbst oder das Selbst als Aktivität besitzend oder Aktivität als im Selbst enthalten oder das Selbst als in Aktivität enthalten. Er betrachtet programmierte Wohlerfahrungssuche nicht als das Selbst oder das Selbst als programmierte Wohlerfahrungssuche besitzend oder programmierte Wohlerfahrungssuche als im Selbst enthalten oder das Selbst als in der programmierten Wohlerfahrungssuche enthalten. So, Mönch, besteht der Glaube an Persönlichkeit nicht. –*

Der vom Erwachten Belehrte, der sich nicht mit den fünf Ergreifens-Häufungen identifiziert, weiß, dass die fünf Ergrei-

fens-Häufungen nach ihrem Gesetz ablaufen müssen. Er ist sich der Entwicklungskurve des Körpers bewusst, die auf den Tod zuläuft. Er identifiziert sich bei ruhiger Überlegung nicht mit dem Körper, wenn ihm auch Schmerzen immer wieder die Ich-bin-Empfindung aufdrängen. Er beobachtet das Entstehen und Vergehen der Gefühle als Resonanz auf die Triebe und identifiziert sich bei ruhiger Überlegung nicht mit ihnen. Dann ist er abseits der Gefühle, ein unbeteiligter Zuschauer. Er beobachtet die Wahrnehmungen und sein Reagieren auf sie und identifiziert sich bei ruhiger Überlegung nicht mit ihnen.

Immer wieder verweist der Erwachte auf die Tatsache der Unbeständigkeit, die die Vorstellung einer absoluten, beständigen Wesenheit, eines Ichkerns, den man als unveränderlich erkennen könnte, aufhebt. Er sagt (M 148):

*Wenn einer behaupten wollte: „Das Auge (mit dem innewohnenden Luger), das Ohr (mit dem innewohnenden Lauscher) usw. ist das Ich“, so geht das nicht, denn beim Auge (mit dem innewohnenden Luger) zeigt sich Entstehen und Vergehen; wobei sich aber Entstehen und Vergehen zeigt, da ergibt sich für einen solchen: „Mein Ich entsteht und vergeht.“ Darum geht es nicht an zu behaupten: „Das Auge (mit dem innewohnenden Luger) ist das Ich.“ Also ist das Auge (mit dem innewohnenden Luger) nicht das Ich.*

Ebenso sind die anderen Sinnesorgane (mit den innewohnenden Sinnesdrängen) und die jeweiligen Formen, die jeweilige Berührung, Erfahrung, Gefühl, Durst nicht das Selbst, weil sie entstehen und vergehen).

*Das aber ist der Weg zur Aufhebung des Glaubens an Persönlichkeit: „Das Auge (mit dem innewohnenden Luger)“, sagt man, „das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst. Die Formen, Luger-Berührung, Luger-Erfahrung, Gefühl, Durst: das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst“ usw.*

Der Erwachte meint nicht: „Du sollst das Ich lassen.“ Er sagt: „Diese vergänglichen Faktoren können nicht das Ich sein. Die fünf Ergreifens-Häufungen sind vergänglich. Was vergänglich ist, kann man davon sagen: „Das bin ich“? Darauf antwortet die Vernunft: „Nein.“ Der belehrte Heilsgänger führt sich vor Augen, dass in Wirklichkeit Gefühl und Wahrnehmung ist, wo er den Eindruck hat, ein lebendiges Ich in einer materiellen dreidimensionalen Welt zu sein. In diesem Sinne rät der Erwachte:

*Als Luftgebild' sieh diese Welt,  
als Wogenschaum sieh diese Welt.  
Wenn so du blickst, dann trifft dich nicht  
der Todesfürst (Māro, das Gesetz der Unbeständigkeit),  
der Herr der Welt. (Dh 170)*

Der Heilsgänger führt sich bei den Verlockungen durch die Sinnendinge und bei dem Drang, aufzubrausen, nachzutragen, sich zu rächen, sich rücksichtslos durchzusetzen, immer wieder vor Augen: „Dieser Reiz nach Befriedigung der inneren Dränge hält im Leiden, im Bereich des Todes.“ Darum kann sich der Heilsgänger an nichts mehr, was irgendwie erscheint, endgültig befriedigen wollen; aber die Triebe sind noch fast alle da, und so erscheint so vieles noch verlockend. Darum verscheucht er diese ködernden, an den Samsāra fesselnden, gefühlten und in den Gedanken aufsteigenden Reize immer wieder. Es ist ein sehr allmählicher Prozess, bis die Gewohnheitsbande, immer heranzutreten, zu ergreifen, sich anzueignen und dabei zu verbleiben, aufgelöst sind, und es kostet eine Zeit der Übung in zunehmender, gründlicher Wahrheitsgegenwart (*sati*), bis die richtige Anschauung und Haltung durchgängig zu werden beginnt:

*Wenn man da aber nicht herantritt, nicht ergreift, nicht sich aneignet, nicht sich dahin richtet und in dem Wissen „Hier ist gar kein Ich! Leiden ist alles, was immer entsteht, Leiden ist*

*alles, was immer vergeht“ – nicht mehr zweifelt, nicht mehr bangt, im Besitz des von allen Meinungen unabhängig machenden Klarwissens – das ist richtiger Anblick (sammāditthi) (S 12,15).*

Das Pāliwort für Glaube an Persönlichkeit ist *sakkāyaditthi*. Das Wort *kāya* in *sa-k-kāya* ist der Ausdruck für alles „etwas“, das erlebt wird oder zum Erleben beiträgt: einzelne oder alle fünf Zusammenhäufungen; und *sa-k-kāya-ditthi* ist die Anschauung, dass einer sich mit (*sa*) etwas (*kāya*) identifiziert, es als Ich und mein, als „eigen“ ansieht – insofern die Übersetzung „Glaube an Persönlichkeit“.

Auch die Grenzscheide möglicher Wahrnehmung, die Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung, die der weit fortgeschrittene Mönch gewinnt, sogar diese Spitze der Wahrnehmung, die feinste und stillste, blasseste, schwächste Wahrnehmung, die nach Aufhebung fast aller Triebe noch besteht, soll der Übende, der unzerstörbaren Frieden anstrebt, auch noch abweisen mit dem Gedanken: „*esa sakkāya*“, dies ist noch etwas, mit dem sich der Erfahrer identifiziert, worauf er sich stützt, eben Wahrnehmung. Das Ergreifen auch nur einer einzelnen Zusammenhäufung ist Ergreifen und nährt so den Glauben an Persönlichkeit, fesselt an den Leidenskreislauf.

### Labsal und Elend bei den fünf Ergreifens-Häufungen

*Was ist, o Herr, bei der Form Labsal, was Elend und was Überwindung? Was ist bei Gefühl - Wahrnehmung - Aktivität - programmierter Wohlerfahrungssuche Labsal, was Elend und was Überwindung? –*

*Was da, Mönch, durch Form bedingt an körperlichem Wohl (sukha) und geistiger Freude (somanassa) entsteht, das ist Labsal bei der Form. Was unbeständig, leidvoll, wandelbar an der Form ist, das ist das*

*Elend bei der Form. Was bei der Form Hinwegführung des Wunsches nach Befriedigung (chandarāgavinaya), Überwindung des Wunsches nach Befriedigung ist (chandarāgapahāna), das ist die Überwindung bei der Form.*

*Was da, Mönch, durch Gefühl bedingt an körperlichem Wohl und geistiger Freude entsteht, das ist Labsal beim Gefühl. Was unbeständig, leidvoll, wandelbar am Gefühl ist, das ist Elend beim Gefühl. Was beim Gefühl Hinwegführung des Wunsches nach Befriedigung, Überwindung des Wunsches nach Befriedigung ist, das ist die Überwindung beim Gefühl.*

*Was da, Mönch, durch Wahrnehmung bedingt an körperlichem Wohl und geistiger Freude entsteht, das ist Labsal bei der Wahrnehmung. Was unbeständig, leidvoll, wandelbar an der Wahrnehmung ist, das ist Elend bei der Wahrnehmung. Was bei der Wahrnehmung Hinwegführung des Wunsches nach Befriedigung, Überwindung des Wunsches nach Befriedigung ist, das ist die Überwindung bei der Wahrnehmung.*

*Was da durch Aktivität bedingt an körperlichem Wohl und geistiger Freude entsteht, das ist Labsal bei der Aktivität. Was unbeständig, leidvoll, wandelbar an der Aktivität ist, das ist Elend bei der Aktivität. Was bei der Aktivität Hinwegführung des Wunsches nach Befriedigung, Überwindung des Wunsches nach Befriedigung ist, das ist die Überwindung bei der Aktivität.*

*Was da durch programmierte Wohlerfahrungssuche bedingt an körperlichem Wohl und geistiger Freude entsteht, das ist Labsal bei der programmierten Wohlerfahrungssuche. Was unbeständig, leidvoll, wandelbar an der programmierten Wohlerfahrungssuche ist, das ist Elend bei der programmierten Wohlerfah-*

*rungssuche. Was bei der programmierten Wohlerfahrungssuche Hinwegführung des Wunsches nach Befriedigung, Überwindung des Wunsches nach Befriedigung ist, das ist die Überwindung bei der programmierten Wohlerfahrungssuche. –*

Wenn die den Trieben entsprechende, also gewünschte Form erlangt wird, dann wird von Labsal gesprochen, wie es in M 13 heißt:

*Fünf Begehrensstränge gibt es. Die durch den Luger erfahrbaren Formen, die ersehnten, geliebten... Was da Wohl und Erwünschtes diesen fünf Begehrenssträngen gemäß geht, ist Labsal des Begehrens.*

*Was aber ist Elend des Begehrens?*

*...Von Begehren getrieben, von Begehren gereizt, von Begehren bewogen, eben nur aus eitel Begehren wirken sie in Taten, Worten und Gedanken Unrecht. Dadurch gelangen sie bei Versagen des Körpers, jenseits des Todes abwärts, auf schlechte Bahn, in Verderben und Unheil. Das aber ist Elend des Begehrens (bei der Form, beim Gefühl, bei der Wahrnehmung, bei der Aktivität), ist verborgene Leidenshäufung, durch Begehren entstanden, durch Begehren gefügt, durch Begehren erhalten, durch Begehren schlechthin bedingt.*

### Überwindung des Wunsches nach Befriedigung bei den fünf Ergreifens-Häufungen

*Was bei der Form - dem Gefühl - der Wahrnehmung - der Aktivität - der programmierten Wohlerfahrungssuche - Hinwegführung des Wunsches nach Befriedigung (chandarāga-vinaya), Überwindung des Wunsches nach Befriedigung ist (chandarāgapahāna), das ist die Überwindung bei der Form - dem Gefühl - der Wahrnehmung - der Aktivität - der programmierten Wohlerfahrungssuche.*



Wer nur die schöne Vorderseite einer Sache betrachtet und bedenkt und darum dem Begehren folgt und nicht beachtet, dass dieselbe Sache auch eine elende Kehrseite an sich hat, der er zwangsläufig verfallen muss, wenn er sich der Sache widmet, ist töricht. Der Erwachte sagt: Es gibt keinen Menschen, der, wenn er leben und gesund sein will, eine köstliche Speise essen wird, wenn er weiß, dass diese Speise vergiftet ist. Da kann sie noch so köstlich duften und verlockend aussehen und er kann größten Hunger haben - wenn er weiß: „Hab ich das gegessen, dann muss ich sterben“, dann wird er sie nicht essen. So, sagt der Erwachte, ist es mit dem Begehren nach allen Sinnesobjekten. Wegen des Begehrens bieten sich die Sinnesobjekte von der verlockenden Seite an, sie haben aber auch die andere, leidvolle Seite, die dazu gehört und der sich der vernünftige Mensch nicht verschließt. Durch Genießen wird Erreifen gemehrt, und der Mensch hängt danach um so mehr an den Dingen und wird leidvoll betroffen, wenn die Dinge sich wandeln und vergehen, ist dem Leiden ausgeliefert.

Der strebende Heilsgänger hat die Existenz als Leidenshäufung so tief begriffen und ist davon so erschreckt, dass er mit allen seinen Kräften *die unvergleichliche Sicherheit zu erringen trachtet*. Er hat verstanden und bei sich selber erfahren, dass alles Erlebte nicht tauglich ist, sich dabei niederzulassen und einzugewöhnen, weil es irgendwann wieder vergeht und dem, der daran hängt, darum Schmerzen bringt, und vor allem, weil alles Erlebte nur der Entwurf des Herzens und Wirkens ist: Eingebildetes, Imaginiertes, Angewöhntes, und es darum keine reale gegenüberstehende Welt gibt, die es zu erwerben, zu erobern gälte, sondern nur Bilder des Herzens. Das, was ihm die Wahrnehmung als scheinbar von außen herantretend vorgaukelt, erscheint ihm von den Trieben her noch verlockend, und darum steht der Kämpfer, der von den Trieben noch nicht befreit ist, in einem inneren Widerspruch. Im Geist weiß er, wie es sich mit den Dingen verhält, die er wahrnimmt. Aber jede Wahrnehmung ist mit dem von den Trieben kommenden Gefühl besetzt, und so reizt ihn noch erlebtes Verlo-

ckendes und stößt ihn unangenehmes Erleben ab. Das ist der Widerspruch zwischen Geist und Herz, in welchem jeder strebende Mensch mehr oder weniger lange steht, bis er sein Herz nach seinen höchsten Einsichten umgebildet, die weltbegehrenden Triebe endgültig aufgelöst hat.

Darum ist die Haltung des Heilsgängers bei sinnlichen Eindrücken: Vorsicht, nicht hineinvernesteln, die rechte Anschauung festhalten, darüber stehen, das Erlebte unbefangen mit Abstand betrachten (*abhi-jānāti*).

Mit dem Sehen der Unbeständigkeit, Bedingtheit  
ist der Ich-Irrtum ausgerodet

*Was aber wird gewusst, was wird gesehen, damit bei diesem von der programmierten Wohlerfassungssuche gelenkten Körper bei allen äußeren Eindrücken keine ich- und meinmachenden Triebe (ahamkāra-mamamkāra-mānānusayā) aufkommen können? –*

*Was es auch, Mönch, für eine Form sei, vergangene, zukünftige, gegenwärtige, zu sich gezählte oder als außen erfahrene, grobe oder feine, niedrige oder hohe, ferne oder nahe, alle Form wird der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit so gesehen: „Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst.“*

*Was es auch, Mönch, für ein Gefühl sei, vergangenes, zukünftiges, gegenwärtiges, zu sich gezähltes oder als außen erfahrenes, grobes oder feines, niedriges oder hohes, fernes oder nahes, alles Gefühl wird der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit so gesehen: „Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst.“*

*Was es auch, Mönch, für eine Wahrnehmung sei, vergangene, zukünftige, gegenwärtige, zu sich gezählte oder als außen erfahrene, grobe oder feine, niedrige*

*oder hohe, ferne oder nahe, alle Wahrnehmung wird der Wirklichkeit gemäß, mit vollkommener Weisheit so gesehen: „Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst.“*

*Was es auch, Mönch, für eine Aktivität sei, vergangene, zukünftige, gegenwärtige, zu sich gezählte oder als außen erfahrene, grobe oder feine, niedrige oder hohe, ferne oder nahe, alle Aktivität wird der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit so gesehen: „Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst.“*

*Was es auch, Mönch, für eine programmierte Wohlerfahrungssuche sei, vergangene, zukünftige, gegenwärtige, zu sich gezählte oder als außen erfahrene, grobe oder feine, niedrige oder hohe, ferne oder nahe, alle programmierte Wohlerfahrungssuche wird der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit so gesehen: „Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst.“*

*Das wird gewusst, das wird gesehen, damit bei diesem von der programmierten Wohlerfahrungssuche gelenkten Körper bei allen äußeren Eindrücken keine ich- und meinmachenden Triebe aufkommen können. –*

Wer die fünf Ergreifens-Häufungen so beobachtet und durchschaut, der weiß: Wenn ich mich auf die fünf Ergreifens-Häufungen stütze, dann liefere ich mich dem Untergang aus, denn ich kann sie nicht festhalten. Darum bemüht er sich, die Unbeständigkeit und Leidhaftigkeit der fünf Ergreifens-Häufungen zu betrachten. Wenn der Anblick - nicht in theoretischem Erwägen, sondern in gründlicher Beobachtung - gut gelingt, dann besteht während der Zeit eines solchen Betrachtens nicht mehr die Vorstellung von „eigenem Körper, eigenem Gefühl, eigener Wahrnehmung, eigener Aktivität, eigener

programmierter Wohlerfassungssuche“. Der Beobachter tritt zurück von den als haltlos, als unzulänglich erkannten, in ständigem Entstehen/Vergehen begriffenen rieselnden Häufungen. Er distanziert sich innerlich von ihnen und empfindet ein gewisses Befremden darüber, dass er sich so lange Zeiten mit diesen seinem Einfluss so völlig unzugänglichen, nach ihrem Gesetz sich wandelnden fünf Häufungen identifiziert hat.

In M 137 heißt es: *Wer die Unbeständigkeit sieht, wird freudig bewegt.* Er merkt: Ich bin auf dem richtigen Weg, auf festem Boden. Unabhängigkeit und Unverletzbarkeit wächst. Dadurch wird er freudig bewegt.

Bei häufiger geistiger Loslösung von den fünf Häufungen wird dieses freudige Gefühl selbstverständlicher und wird zu innerem Gleichmut, der gelassen dem Rieseln der fünf Häufungen zusieht mit dem erleichterten Gefühl: „Nicht ich bin es, der entsteht und vergeht.“

Es geht um den Akt der Aufhebung der Identifizierung mit den fünf Ergreifens-Haufen. Und die Vorstellung der Vergänglichkeit genügt für diese Aufhebung. Sie trennt das, was als Ich aufgefasst wird, von dem Objekt, dessen Vergänglichkeit man sieht. Zu der Zeit, in der man die Vergänglichkeit sieht, ist kein Ergreifen, kein Ich-Glaube.

„Wie kann ein Ich  
die Ernte eines Nicht-Ich erfahren?“

*Da stieg nun einem der Mönche folgender Gedanke auf: „So wäre denn die Form ohne Selbst, Gefühl - Wahrnehmung - Aktivität - programmierte Wohlerfassungssuche ohne Selbst, und ohne Selbst getane Taten - wie könnten sie das Selbst wieder treffen / von einem Selbst wieder empfunden werden? –*

*Und der Erhabene, den Gedanken jenes Mönches im Geist erkennend, wandte sich an die Mönche:*

*Es ist möglich, ihr Mönche, dass da ein törichter, unwissender Mann, im Wahn befangen, vom Durst beherrscht, die Anleitung des Lehrers überflügeln zu können meint: „So wäre denn Form - Gefühl - Wahrnehmung - Aktivität - programmierte Wohlerfahrungssuche ohne Selbst, und ohne Selbst getane Taten - wie könnten sie das Selbst wieder treffen?“ Unterwiesen seid ihr, Mönche, von mir bei solchen und ähnlichen Fragen. Was meint ihr wohl, Mönche, ist die Form unbeständig oder beständig? - Unbeständig o Herr. - Was aber unbeständig, ist das weh oder wohl? - Weh, o Herr. - Was aber unbeständig, wehe, wandelbar ist, kann man etwa davon behaupten: „Das gehört mir, das bin ich, das ist mein Selbst“? - Gewiss nicht, o Herr. -*

*Was meint ihr wohl, Mönche, ist das Gefühl - die Wahrnehmung - die Aktivität - die programmierte Wohlerfahrungssuche beständig oder unbeständig? - Unbeständig, o Herr. - Was aber unbeständig, ist das weh oder wohl? - Weh, o Herr. - Was aber unbeständig, wehe, wandelbar ist, kann man etwa davon behaupten: „Das gehört mir, das bin ich, das ist mein Selbst“? - Gewiss nicht, o Herr. -*

*Darum, ihr Mönche, was es auch für eine Form, ein Gefühl, eine Wahrnehmung, eine Aktivität, eine programmierte Wohlerfahrungssuche sei, vergangene, zukünftige, gegenwärtige, zu sich gezählte oder als außen erfahrene, grobe oder feine, niedrige oder hohe, ferne oder nahe, alles ist der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit so anzusehen: „Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst.“ So sehend, findet der belehrte Heilsgänger nichts mehr an Form - Gefühl - Wahrnehmung - Aktivität - programmierter Wohlerfahrungssuche. Weil er nichts mehr da-*

*ran findet, giert er nicht mehr. Weil er nicht mehr giert, ist er erlöst. Im Erlösten ist das Wissen um die Erlösung: „Versiegt ist die Kette der Wiedergeburten, beendet der Läuterungsweg. Getan ist, was zu tun ist. ‚Nichts mehr nach diesem hier‘, weiß er nun. –*

*So sprach der Erhabene. Erhoben und beglückt waren jene Mönche über das Wort des Erhabenen. Während aber diese Darlegung stattgefunden hatte, hatte sich das Herz von etwa sechzig Mönchen ohne Ergreifen von allen Wollensflüssen / Einflüssen abgelöst.*

Die Brahmanen haben ja die Auffassung: „Mein gleichbleibendes Selbst genießt den Lohn guter und böser Taten.“ Der Erwachte hat die fünf Ergreifens-Häufungen dargelegt und gezeigt: Sie sind nicht das Ich. Der Mönch hat verstanden: Alles Wirken geschieht durch ein Nicht-Ich. Er meint aber, da wäre ein zugrunde liegendes Selbst oder Ich, das die Ernte von einem Nicht-Ich erfährt, und das wäre doch nicht möglich. Wie kann es den Empfänger einer Ernte geben, wenn es keinen Säer gibt? Wie kann eine Ernte entstehen, wenn da gar kein Täter ist, der etwas gesät hat? Wenn lediglich ein Prozess stattfindet, ist doch kein Ernter.

Der Erwachte zeigt, dass in den fünf Ergreifens-Häufungen kein Täter ist. Die fünf Ergreifens-Häufungen imaginieren ein Ich, lassen ein Ich erscheinen, das aber nicht da ist. Es ist nicht ein konstanter Täter, der mit sich selbst identisch ist, eine Persönlichkeit, die als immer die gleiche wirkt und die Ernte davon erfährt, sondern die fünf Ergreifens-Häufungen, die den Anschein einer Persönlichkeit erwecken, sind in jedem Augenblick etwas anders.

In einem buddhistischen Kommentarwerk fragt ein König einen Mönch: Wenn die fünf Ergreifens-Häufungen sich dauernd wandeln, dann bin ich doch im nächsten Leben gar nicht ich selber? - Da antwortet der Mönch: Was meinst du, wenn hier am Anfang des Dorfes mit einem Reibeisen ein Feuer

erzeugt wird und ein Haus brennt nieder. Dieses Haus zündet das nächste Haus an, dieses das nächste, und das letzte Haus brennt am Ende des Dorfes ab. Ist es dann immer noch das gleiche Feuer? - Eigentlich nicht. - Ist es denn ein anderes Feuer? - Eigentlich auch nicht. Es ist eins aus dem anderen entstanden. - So ist es auch mit den fünf Ergreifens-Häufungen, die sich fortsetzen. Die Qualität, in der sie sich fortsetzen, ist bedingt durch die Qualität der Anschauung. Hat z.B. ein Mensch die rechte Anschauung, dass Existenz aus den fünf Ergreifens-Häufungen besteht, dann ist diese Anschauung die Ursache dafür, dass das Feuer der Gier mit der Zeit erlischt. Wenn rechte Anschauung über Fortexistenz und Karma besteht, wird das Feuer heller, hellere Wahrnehmungen werden erlebt. Wenn keine rechte Anschauung erworben wurde, dann wird das Feuer dunkler, rauchiger.

Der Erwachte geht in unserer Lehrrede nicht auf die Frage ein, ob es ein Selbst unterhalb der fünf Ergreifens-Häufungen gäbe. Er sagt: Ihr seid unterwiesen darin, dass die fünf Ergreifens-Häufungen unbeständig, leidvoll, nicht-ich sind, und zeigt, dass die Erlösung durch Betrachtung und Loslösung von den fünf Ergreifens-Häufungen gewonnen werden könne - und darauf sollte es den Erlösung anstrebenden Mönchen ja vor allem ankommen.

Nach Aussage dieser Lehrrede hat eine große Anzahl der zuhörenden Mönche, die diese Übung sicher nicht zum ersten Mal gehört und geübt haben, die Durchschauung der fünf Ergreifens-Häufungen vollzogen und sich von ihnen abgelöst, sind Geheilte, vom Daseinskreislauf Befreite geworden.

DIE KÜRZERE REDE IN DER VOLLMOND-NACHT  
110. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Der auf das Wahre ausgerichtete Mensch,  
der Heilsgänger, erkennt andere

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Sāvattḥi, im Östlichen Park des Palastes von Mutter Migāro.*

*Um diese Zeit nun hatte der Erhabene – am Upo-satha-Tag in der Vollmondnacht – inmitten der Mönchsgemeinde unter freiem Himmel Platz genommen. Und der Erhabene blickte über die lautlose, stille Schar der Mönche und wandte sich an sie:*

*Kann wohl, ihr Mönche, ein nicht auf das Wahre ausgerichteter Mensch (asappuriso) einen nicht auf das Wahre ausgerichteten Menschen erkennen: „Das ist ein nicht auf das Wahre ausgerichteter Mensch“? – Nein, o Herr. – Recht so, ihr Mönche. Unmöglich ist es, ihr Mönche, es kann nicht sein, dass ein nicht auf das Wahre ausgerichteter Mensch einen nicht auf das Wahre ausgerichteten Menschen erkennen kann: „Das ist ein nicht auf das Wahre ausgerichteter Mensch.“ – Kann aber, ihr Mönche, ein nicht auf das Wahre ausgerichteter Mensch einen auf das Wahre ausgerichteten Menschen erkennen: „Das ist ein auf das Wahre ausge-richteter Mensch“? – Nein, o Herr. – Recht so, ihr Mönche. Auch das ist, ihr Mönche, unmöglich, es kann nicht sein, dass ein nicht auf das Wahre ausgerichteter Mensch einen auf das Wahre ausgerichteten Menschen erkenne: „Das ist ein auf das Wahre ausgerichteteter Mensch.“*



Im folgenden zweiten Teil dieser Lehrrede fragt der Erwachte, ob denn ein auf das Wahre ausgerichteter Mensch einen nicht auf das Wahre ausgerichteten Mensch als solchen erkennen könne und einen auf das Wahre ausgerichteten Menschen als einen solchen. Das bejahen die Mönche, und der Erwachte gibt ihnen Recht.

Die hinter dieser Äußerung stehende Erfahrung ist Gemeingut aller religiösen, an ihrer inneren Erhellung und Erhöhung arbeitenden Menschen und zieht sich darum auch durch die ganze Lehre des Erwachten. Es ist die Erfahrung, dass jeder Mensch, der sich von seinem früheren Status in Moral, Triebhaushalt und Seinsverständnis zu einem höheren, ihm vorher fremd gewesenen, entwickelt hat, nun neben seinem früheren geringeren Status auch diesen höheren gut kennt und darum beide vergleichen und voneinander unterscheiden kann. Dadurch merkt er nun auch bei anderen Menschen an deren Reden und Handeln wie überhaupt an ihrer Haltung dem Leben gegenüber, welchem inneren Stand sie angehören. Zuvor aber, als er den höheren Status noch nicht erworben hatte, konnte er nicht wissen, welche Einsichten und Verhaltensweisen sich daraus ergeben. Darum kennt der nicht auf das Wahre Ausgerichtete die Eigenschaften des auf das Wahre Ausgerichteten nicht, aber der auf das Wahre Ausgerichtete kennt sie. – Und diese Eigenschaften zeigt der Erwachte in dieser Rede auf.

Was sind aber ein nicht auf das Wahre ausgerichteter Mensch (*asappuriso*) und ein auf das Wahre ausgerichteter Mensch (*sapuriso*)? In S 25 wird eingehend beschrieben, dass unter *sappuriso* nicht irgendein „guter“ oder „edler“ Mensch zu verstehen ist, sondern *sappuriso* bedeutet dasselbe wie der *ariya sāvako*, der die entscheidende Wahrheit vom *anattā*, von der Nicht-Ichheit der fünf Zusammenhäufungen so begriffen hat, dass er nun endgültig und unwiderruflich in die Entwicklung eingetreten ist, die ganz sicher zur baldigen Beendigung des Leidenskreislaufs führt.

So ist der *asappuriso* also ganz dasselbe wie der *assutavo puthujjano*, der unerfahrene unbelehrte Mensch, und der *sappuriso* ist der *ariyo sāvako*, der erfahrene Heilsgänger.

*Ariyo sāvako* und *sappurio* zeigen lediglich zwei verschiedene Aspekte desselben Standes an. Mit *ariya sāvako* wird das Verhältnis des Menschen zum Erhabenen und zu seiner Lehre als endgültig zugehöriger „Heilsgänger“ bezeichnet; *sappurio* aber drückt mehr die geistige Potenz eines solchen Menschen aus und besagt, dass der Betreffende die höchste Möglichkeit des Menschen zu erfüllen im Begriff ist. In Verbindung mit der erhöhenden Vorsilbe *sa-* wird darunter ein Mensch verstanden, der im Besitz der unermesslichen potentiellen Möglichkeit des Menschen ist, nämlich sich selbst zu diesem erhabenen daseinsüberlegenen Heilsstand zu entwickeln (wie der Erwachte als der größte *sappuriso*), oder aber durch Belehrung diesen Heilsstand so zu begreifen, dass er zu dem weltüberwindenden, alle Endlichkeit und Messbarkeit übersteigenden Status hinfindet. Insofern bedeutet *sappuriso* etwa so viel wie der eigentliche, der rechte, der wahre, der auf das Wahre ausgerichtete Mensch, denn erst ein solcher lebt nicht mehr vergänglich. Dabei braucht er zu der Zeit, in der er in diesen Status gerade eingetreten ist, durchaus noch nicht den Eindruck eines „edlen“ oder auch nur „guten“ Menschen nach üblichem Maßstab zu machen.

Unter den vier Bedingungen, die aus dem gewöhnlichen Menschen einen „erfahrenen Heilsgänger“ machen und damit einen *sappuriso*, nennt der Erwachte als erste Bedingung, dass man sich einem *sappuriso* anschließe. Denn nur von solchen erfährt man die Heilslehre, d.h. die vier Heilswahrheiten.

Lässt sich aber ein *sappuriso* nicht finden, dann wird er, wie in allen Heilslehren empfohlen wird, lieber allein bleiben, als sich gewollt dem Einfluss derer auszusetzen, die über das Weltliche hinaus keine Anliegen haben. – Unter uns Heutigen sind die *sappuriso* sowieso dünn gesät. Und demgemäß besteht fast keine Aussicht, solche zu finden. Aber wir haben die weitgehend wortgetreu überlieferten Reden des größten *sap-*

*puriso*, der über die Erde ging. Wer sich diese Reden erschließt, der hat den besten Umgang, der heute möglich ist. Er hat den Umgang, der ausreicht, um sich zum *sappuriso* zu entwickeln, um jene inneren Erfahrungen zu machen, auf die der Erwachte immer wieder hinweist.

So wie ein junger Mensch durch die Erfahrung seiner Pubertät zu einer neuen, vorher nicht gekannten Lebensdimension kommt und damit das Leben, das Menschentum, ganz erheblich anders sieht als während seiner Kindheit und wie er nun auch von dem Sinn der Gespräche anderer Erwachsener erheblich mehr versteht als während seiner Kindheit, so dass ihm jetzt Sinnbereiche und Erfahrungsbereiche erschlossen sind, die vorher für ihn „nicht da“ waren – so und noch viel mehr hat der Mensch auf dem Weg seiner Entwicklung vom „unbelehrten gewöhnlichen Menschen“ zum „erfahrenen Heilsschüler“ und damit zum *sappuriso* eine radikal veränderte Einstellung nicht nur dem Menschentum, sondern dem gesamten Dasein gegenüber gewonnen; es ist eine solche Umstellung, wie er sie vorher nicht ahnen konnte und von der er merkt, dass er sie solchen, die sie nicht haben, gar nicht mitteilen kann.

Denn in dieser Entwicklung ist sein Blick geöffnet worden für die unauslotbare Tiefe des Leidens in der unermesslichen Daseinswanderung durch das blinde Festhalten an den fünf Zusammenhäufungen, und daraus ist in seinem Geist eine vorher nie geahnte Befremdung eingetreten gegenüber diesem „Dasein“, gegenüber diesem trügerischen, dabei so faszinierenden Luftspiegelungsgeschehen. Diese Befremdung und diese erste einschneidende Distanzierung hat bereits zu einem anderen Verhältnis gegenüber dem inneren und äußeren Leben geführt. Früher hatten ihn viele durch die Lehre vermittelte Einsichten und Aussichten, wie die Kenntnis der karmischen Zusammenhänge, die Wege zu höheren Daseinsformen, zu großer innerer Freude und Strebenskraft veranlasst, aber das Nirvāna war ihm daneben doch ein leerer trockener Begriff geblieben, so wie schon zu Buddhas Zeiten viele Bürger sag-

ten: *Ein Sturz in den Abgrund dünkt uns das Nirvāna.* – Doch das hat sich bei ihm jetzt gewendet: Durch die Erfahrung des haltlos kreisenden Rieselns aller Erscheinungen erkennt er den Aufenthalt in diesem „Leben“ genannten Samsāralabyrinth als ein aussichtsloses Schwimmen in einer unübersehbaren Wasserwüste voller Gefahren, in der er sich immer nur mit größter Not an der Oberfläche halten kann. Dagegen versteht und empfindet er jetzt das Nirvāna immer deutlicher so, wie wenn er in diesem Ozean schwimmend, nun in der Ferne Land sähe, festen Boden sähe, also etwas, was dem Menschen gemäß ist, wo er sicheren Grund fühlt, eben den Heilsstand. So hat eine „Umwertung aller Werte“ stattgefunden.

Wer die endlose Fortbildung der Leidensmasse durch das weitere Zusammenhäufen der fünf Zusammenhäufungen nicht durchschaut, der hat nichts anderes im Sinn als hier in der Welt seine Familie, seinen Beruf, seine Freuden und im Alter die Rente bis zum Tod – und selbst wenn er mit jenseitigen Möglichkeiten von Freuden und Leiden rechnet und sich möglichst so verhält, dass er auf Freuden hoffen darf, so hat er keine Ahnung von der Ausweglosigkeit der Wanderung mit den fünf Zusammenhäufungen. Von ihm gilt (s.M 1 u.a.):

*Der unbelehrte unerfahrene Mensch  
hat keinen Blick für den Heilsstand,  
er kennt gar nicht das Wesen des Heils  
und ist unerfahren in den Eigenschaften des Heils.*

*Er hat keinen Blick für den auf das Wahre ausgerichteten  
Menschen, kennt nicht die Art des auf das Wahre ausgerichte-  
ten Menschen und ist unerfahren in den Eigenschaften des auf  
das Wahre ausgerichteten Menschen.*

Wer aber das Nirvāna als die sichere Küste des Samsāra-Ozeans begriffen, ja, empfunden hat, der hat *einen Blick für die Eigenschaften des Heils* erworben. So wie der Schwimmende die Küste, so behält dieser den Heilsstand immer mehr im Blick. Er erfüllt in seiner Familie und in seinem Beruf, was

gewünscht und erwartet wird, er lässt jedem das Seinige zukommen, aber er blickt über diesen Kreis hinaus auf größere Kreise, weitere Kreise und auf die Aufhebung des Kreisens:

*Doch der erfahrene Heilsgänger  
hat den Heilsstand im Blick,  
er kennt das Wesen des Heils  
und ist erfahren in den Eigenschaften des Heils.*

Ein solcher erkennt auch diejenigen, die ihm gleich sind:

*Er hat einen Blick für die auf das Wahre ausgerichteten Menschen, kennt die Art der auf das Wahre ausgerichteten Menschen und ist erfahren in den Eigenschaften der auf das Wahre ausgerichteten Menschen.*

In unserer Lehrrede (M 110) nennt der Erwachte im ersten Teil die Eigenschaften, an denen man einen nicht auf das Wahre ausgerichteten Menschen erkennt und im zweiten Teil die Eigenschaften, an denen man einen auf das Wahre ausgerichteten Menschen erkennt:

Die Eigenschaften des nicht  
auf das Wahre ausgerichteten Menschen

*Ein nicht auf das Wahre ausgerichteter Mensch, ihr Mönche, hat ungute Eigenschaften, hat Zuneigung zu Menschen, die nicht auf das Wahre ausgerichtet sind, denkt nach der Art von Menschen, die nicht auf das Wahre ausgerichtet sind, erwägt nach der Art von Menschen, die nicht auf das Wahre ausgerichtet sind, spricht in der Art von Menschen, die nicht auf das Wahre ausgerichtet sind, handelt nach der Art von Menschen, die nicht auf das Wahre ausgerichtet sind, hat die Ansichten von Menschen, die nicht auf das Wahre ausgerichtet sind, gibt Gaben nach der Art von Menschen, die nicht auf das Wahre ausgerichtet sind.*

*Welches aber sind die ungunen Eigenschaften eines nicht auf das Wahre ausgerichteten Menschen? Da hat ein nicht auf das Wahre ausgerichteter Mensch kein Vertrauen, keine Scham, keine Scheu (bei Unheilsamem), keine Wahrheitskenntnis, keine Tatkraft, keine Wahrheitsgegenwart, keine Weisheit. Das sind die ungunen Eigenschaften eines nicht auf das Wahre ausgerichteten Menschen.*

### Kein Vertrauen

Vertrauen zu haben, bedeutet, religiöse Art zu besitzen, für das Religiöse aufgeschlossen sein und steht im Gegensatz zu „weltlich interessiert sein“. Diese religiöse Art veranlasst den Menschen, nach dem Sinn des Lebens zu suchen und nach Woher und Wohin des Menschenlebens zu fragen. Sie ist auf innere psychische Vorgänge gerichtet und entwickelt das Empfinden dafür, dass die Wesensgrundlagen, die eigentlichen Lebensdinge, nicht sinnlich wahrnehmbar sind.

Für wen die Beschreibungen der Religionen über die herrliche, mittelmäßige oder grausige Ernte im Jenseits, welche durch entsprechende Verhaltensweisen in vorangegangenen, einschließlich diesem gegenwärtigen Leben gewirkt wurde, nur interessante Mitteilungen sind, die er sich zwar anhört, aber über seinen Alltagsbeschäftigungen doch sehr bald wieder vergisst und sich nicht nach ihnen richtet, der beweist damit, dass er keine oder nur geringe religiöse Art hat.

### Keine Scham und Scheu

Zwei Eigenschaften, sagt der Erwachte, beschirmen die Welt: Scham und Scheu. Der religiöse Mensch, der höheren Maßstäben folgt, *schämt sich übler Taten, Worte, Gedanken, schämt sich übler, unheilsamer Eigenschaften (M 53)*. Der Mensch, der sich keine höheren Maßstäbe setzt, hat keine Scham, kein

schlechtes Gewissen bei Üblem bzw. er unterdrückt es, über-  
tönt es mit vordergründigen Maximen wie „Jeder ist sich selbst  
der Nächste“, „Nach mir die Sintflut“, „Was geht mich der  
andere an“ u.ä.

Er hat keine Scheu vor Üblem, denkt nicht an die Folgen  
des Üblem, hat keinen Blick für die Gefahren und Nachteile für  
sich selber und andere, scheut nicht davor zurück. Er hat nur  
das diesseitige Erleben im Blick, und geblendet von Gier und  
Hass geht er vordergründigen Interessen nach, bemerkt kaum,  
dass die edleren und weiseren Menschen in seiner Umgebung  
ihn tadeln oder sich von ihm zurückziehen und dass er eine  
üble Lebensbahn auch für die folgenden Leben eingeschlagen  
hat.

### Keine Wahrheitskenntnis

Er hat keine Wahrheitskenntnis, weil ihn nur die vordergrün-  
digen Bereiche des Lebens interessieren. Er ist einzig auf die  
Erfahrung sinnlichen Wohls gerichtet und lehnt alles darüber  
Hinausgehende, wenn es überhaupt in seine Wahrnehmung  
tritt, von vornherein als nicht beweisbare Phantasterei, Hirnge-  
spinnste, Kindermärchen ab.

### Keine Tatkraft bei Heilsamem

Der Wille aller Wesen, der sichtbaren und der unsichtbaren, ist  
immer auf Wohl aus, auf das Vermeiden von Wehe, Angst und  
Qual, und auf das Erlangen von Wohl, Glück, Sicherheit und  
Geborgenheit: Wie die Kompassnadel immer nach Norden  
geneigt ist, wie alles Wasser immer dem Gefälle folgt, so ist  
der Wille der Wesen immer gebunden an das, was den Wesen  
aus Erfahrung als wohltuend gilt oder was sie durch Nachden-  
ken oder durch Belehrung für wohltuend halten. Und je mehr  
Wohltat sie sich von einem Erlebnis versprechen, um so stär-  
ker ist der Wille, es herbeizuführen, und um so mehr sind sie  
dafür zu tun bereit, entwickeln also Tatkraft.

Wenn Wohltat nur im vordergründig-sinnlichen Bereich gekannt, erwartet und darum gesucht wird, besteht keine Tatkraft, den Charakter zu verbessern, zu erhellen, üble Eigenschaften zu bekämpfen.

### Keine Wahrheitsgegenwart

Wegen des Dienstes, den der Geist des normalen, vom Erwachten nicht belehrten Menschen den sinnlichen Trieben leistet, bezeichnet der Erwachte (S 48,42) und ebenso auch Sāriputto (M 43) den Geist als den *Verwalter und Fürsorger der fünf Sinnesdränge*, also des sinnlichen Begehrens. Der so beschaffene Geist kennt nur das durch Befriedigung des Begehrens entstehende Wohlgefühl. Der Geist hat keine tieferen Wahrheiten aufgenommen, darum kann er sie auch nicht gegenwärtig haben. Die Aufmerksamkeit des Geistes ist von den blendenden Erscheinungen in Anspruch genommen, welche von den aufspringenden Wohl- und Wehgefühlen in die Wahrnehmung geschwemmt werden. Darum bleibt er bei der seit undenklichen Zeiten schon bestehenden Jagd nach sinnlicher Befriedigung bei ununterbrochen wechselndem Geborenwerden, Altern und Sterben.

### Keine Weisheit

*Der unbelehrte, unerfahrene Mensch hat keinen Blick für den Heilsstand. Er kennt nicht die auf das Wahre ausgerichteten Menschen, kennt nicht die Art der auf das Wahre ausgerichteten Menschen.*

Mit dieser Art kann er keine Weisheit gewinnen, und aus dieser Art ergeben sich die weiteren Verhaltensweisen, an denen man einen nicht auf das Wahre ausgerichteten Menschen erkennen kann.



Freundschaft und Umgang mit Menschen,  
die nicht auf das Wahre ausgerichtet sind

*Wie aber hat ein nicht auf das Wahre ausgerichteter Mensch Zuneigung zu Asketen und Brahmanen, die nicht auf das Wahre ausgerichtet sind? Da hat, ihr Mönche, ein nicht auf das Wahre ausgerichteter Mensch jene Asketen und Brahmanen, die kein Vertrauen haben, keine Scham, keine Scheu (bei Unheil-samem), keine Wahrheitskenntnis, keine Tatkraft, keine Wahrheitsgegenwart, keine Weisheit haben, zu Freunden, pflegt mit ihnen Umgang.*

Der Erwachte sagt, dass er nichts sieht, das so verantwortlich für das Entstehen unheilsamer Eigenschaften in einem Menschen ist wie schlechte Freunde und nichts so hilfreich für das Entstehen heilsamer Eigenschaften ist wie Freundschaft mit Guten (A I,19). Ferner sagt er, dass er keinen äußeren Umstand sieht, der so viel Schaden verursacht wie der Umgang mit schlechten Freunden und keinen äußeren Umstand, der zu so viel Gewinn führt wie Freundschaft mit Guten (A I,17 u.18).

Unsere Anschauungen sind von der beständigen Einwirkung der allgemeinen Umgebung abhängig, und zu den mächtigsten dieser Einflüsse zählen die Menschen, in deren Gesellschaft wir uns befinden, jene Menschen, die wir als Lehrer, Ratgeber und Freunde ansehen. Solche Menschen sprechen unsere verborgenen Neigungen an, die sich unter ihrem Einfluss entweder entfalten oder schwinden.

Wenn wir uns eng an jene anschließen, die sich sinnlichem Vergnügen, Macht, Reichtum und Ruhm hingeben, sollten wir nicht denken, dass wir gegen solche Verlockungen immun bleiben: Mit der Zeit wird unser eigener Geist, unser eigenes Herz den gleichen Zielen zuneigen. Wenn wir uns eng mit jenen verbinden, die sich zwar nicht moralischer Rücksichtslo-

sigkeit ergeben haben, aber ihr Leben behaglich an weltliche Alltäglichkeiten angepasst haben, werden auch wir fest in den Gleisen des Alltäglichen stecken bleiben. Der nicht auf das Wahre ausgerichtete Mensch wählt zu seinen Freunden und Gefährten jene, die ohne Vertrauen sind, deren Verhalten gekennzeichnet ist durch die Abwesenheit von Scham und Scheu vor Schlechtem, die keine spirituellen Lehren kennen, die auch nicht danach suchen, die ohne Wahrheitsgegenwart und ohne Weisheit sind. Wenn man solche schlechten Freunde als Umgang wählt, hat das zur Folge, dass man eigenen Schaden plant, zum Schaden anderer und zu beider Schaden handelt und Kummer und Elend erlebt.

Der nicht auf das Wahre ausgerichtete Mensch  
denkt – erwägt – zu eigener Beschwer, zu anderer Beschwer

*Wie aber denkt – erwägt – ein nicht auf das Wahre ausgerichteter Mensch nach der Art von Menschen, die nicht auf das Wahre ausgerichtet sind? Da denkt – erwägt –, ihr Mönche, ein nicht auf das Wahre ausgerichteter Mensch zu eigener Beschwer, zu anderer Beschwer, zu beider Beschwer. So denkt – erwägt – ein nicht auf das Wahre ausgerichteter Mensch nach der Art von Menschen, die nicht auf das Wahre ausgerichtet sind.*

Alles, was wir tun, tun wir, um Wohl, Erleichterung zu erfahren. Aber der unbelehrte Mensch, der nicht auf das Wahre ausgerichtet ist, sieht nur die vordergründigen Folgen der Taten. Alles, was der Mensch erwirbt auf Kosten anderer, ist langfristig gesehen nie von Vorteil, erweist sich spätestens im nächsten Leben als Nachteil. Wer andere beschwert, indem er die Tugendregeln nicht einhält, Gedanken der Antipathie und rücksichtslose Gedanken hegt, wodurch andere zu kurz kommen, wer andere herabwürdigt, nur auf ihre Fehler blickt oder

sich angewöhnt, bei seinen verschiedenen Absichten und Plänen nicht daran zu denken, ob und inwiefern andere darunter leiden, bei dem nehmen die Eigenschaften der Rücksichtslosigkeit zu, womit er sich selber und andere beschwert.

Da sich aber die anderen auf die Dauer solche Belastungen nicht gefallen lassen, so reagieren sie ihrerseits wieder entsprechend übel auf den Täter. So wird das Leben durch zunehmendes Übelwollen und zunehmende Rücksichtslosigkeit immer beschwerhafter, immer dunkler, immer streithafter. Der rücksichtslos Vorgehende schafft dadurch solche Situationen und Szenen, wie sie unter Gespenstern, Tieren oder gar in der Hölle vorkommen.

Der nicht auf das Wahre ausgerichtete Mensch  
spricht verleumderisch, hinterträgt, redet verletzend,  
pflegt leeres Geschwätz

*Wie aber spricht, ihr Mönche, ein nicht auf das Wahre ausgerichteter Mensch nach der Art von Menschen, die nicht auf das Wahre ausgerichtet sind? Da spricht ein nicht auf das Wahre ausgerichteter Mensch verleumderisch, hinterträgt, redet verletzend, pflegt leeres Geschwätz. So spricht ein nicht auf das Wahre ausgerichteter Mensch nach der Art von Menschen, die nicht auf das Wahre ausgerichtet sind.*

Die Übertretung der Tugendregeln bezeichnet der Erwachte als fünf schreckliche Gefahren (A V,176), die zur Unterwelt führen. Im It 25 heißt es:

*Wer sich einer bestimmten Übertretung schuldig macht, für den gibt es keine Übeltat, sag ich, die er nicht begehen könnte. Welche Übertretung ist das? Das ist trügerische Rede (mu-sāvāda).*

*Wer gerader Haltung abgekehrt,  
gar trügerische Rede spricht,*

*weil er nichts ahnt von anderer Welt,  
wird hemmungslos in üblem Tun. (= Dh 176)*

Das Hintertragen, das Erzählen von zwar Richtigem, aber Nachteiligem über einen Abwesenden schafft Spannungen, Zwietracht unter den Menschen.

Aus Ärger, Zorn, Verbitterung oder Verzweiflung, aus Frustration, aus Blindheit für die Folgen gebraucht ein Mensch, wenn er sich in seinen Erwartungen enttäuscht sieht, wenn sein Verlangen nicht erfüllt wird, verletzende Worte, die den Gesprächspartner verletzen und zur Gegenwehr veranlassen.

Leeres Geschwätz weist auf Flachheit, Nebensächlichkeit und insofern sinnlose Zerstreung hin. Es stiehlt dem Sprecher und Zuhörer Zeit und Energie für Wesentliches.

Der nicht auf das Wahre ausgerichtete Mensch  
bringt Lebendiges um, nimmt Nichtgegebenes,  
führt unrechten geschlechtlichen Verkehr

*Wie aber handelt, ihr Mönche, ein nicht auf das Wahre ausgerichteter Mensch nach der Art von Menschen, die nicht auf das Wahre ausgerichtet sind? Da bringt ein nicht auf das Wahre ausgerichteter Mensch Lebendiges um, nimmt Nichtgegebenes, führt unrechten geschlechtlichen Verkehr. So handelt ein nicht auf das Wahre ausgerichteter Mensch nach der Art von Menschen, die nicht auf das Wahre ausgerichtet sind.*

Wer nur mit dem kleinen Kreis der sinnlich wahrnehmbaren Existenz rechnet, der bewirkt mit kämpferischer Haltung und dem Mord von Menschen und Tieren eine solche Herzensbeschaffenheit, durch welche er nach dem Tod in ähnlich rohen Kreisen wiedergeboren wird.

Der Erwachte wurde einmal von einem Berufssoldaten gefragt, ob die Ansicht der Helden der Vorzeit richtig sei, wonach ein Berufssoldat, der kämpfend auf dem Schlachtfeld den Heldentod sterbe, nach dem Tod im Himmel der Siegreichen Götter wiedergeboren werde. Der Erwachte antwortete:

*Wer als Soldat in der Schlacht wagemutig kämpft, dessen Gemüt ist niedrig, auf dem falschen Weg, falsch gerichtet, wenn er denkt: „Jene Wesen gehören totgeschlagen, gefangen, vernichtet, ausgelöscht, sie haben keine Existenzberechtigung.“ Diesen Kämpfenden strecken die anderen nieder. Der erscheint bei Versagen des Körpers, jenseits des Todes, in der „Streithölle“ wieder. (S 42,3)*

Dasselbe gilt für den Mord an Tieren.

In M 55 beschreibt der Erwachte, wie die Tiere Angst, Entsetzen, Schmerzen empfinden durch das Töten und die Umstände, die damit zusammenhängen, und nennt die karmische Belastung, die der das Töten Veranlassende auf sich nimmt:

*Wer da Lebendiges umbringt, erwirbt sich schwere karmische Belastung (bahum apuññam). Dadurch dass er befiehlt: „Geht hin und bringt jenes Tier dort herbei“, erwirbt er sich als 1. schwere karmische Belastung. Weil dann das Tier, am Hals gefesselt, herbeigezogen wird, körperlichen Schmerz (an der Kehle) und geistigen Schmerz (Angst und böse Vorahnungen) empfindet, erwirbt er zum 2. schwere karmische Belastung. Weil er dann spricht: „Geht hin und tötet dieses Tier“, erwirbt er zum 3. schwere karmische Belastung. Weil dann das Tier beim Töten körperlichen und geistigen Schmerz, Qual und Angst empfindet, erwirbt er zum 4. schwere karmische Belastung.*

Zum unrechtmäßigen Nehmen gibt es viele Gelegenheiten mit der Entschuldigung: „Was wird es schon auf diese oder

jene Kleinigkeit ankommen“ oder „wer wird das schon vermessen“ oder „wer wird das schon merken, was ich da nehme und behalte.“ Ein solcher wird in seinem sittlichen Empfinden immer roher, verstößt immer mehr gegen die von der Vernunft und der Einsicht errichteten Gesetze und wird schließlich zum gewohnheitsmäßigen Dieb oder Betrüger. An den unrechtmäßigen Besitz knüpft sich die Angst vor Entdeckung und der dann zu erwartenden Peinlichkeit oder Verachtung oder Strafe. Und es knüpfen sich daran das schlechte Gewissen und das immer wieder zu unterdrückende Bewusstsein um die eigene Erbärmlichkeit. Es knüpfen sich daran Unruhe und Unbehagen, Misstrauen und Menschenscheu, aber auch Rücksichtslosigkeit und Falschheit. Und die schlimmste Folge einer solchen Entwicklung hören wir vom Erwachten: *Und nach dem Versagen des Körpers, jenseits des Todes...*

Wo in einer Kultur der Glaube aufkommt, dass das Dasein mit dem Tod zu Ende sei, dort muss zwangsläufig das menschliche Streben immer stärker auf die irdischen, d.h. sinnlichen Genüsse gerichtet werden und damit auch auf den Geschlechtsverkehr. Als Idol taucht das Bild des Lebemannes, des Casanova, des Playboy auf. Bei diesem heute weit verbreiteten Idol tritt die körperliche Seite beherrschend in den Vordergrund. Wo in solchem Zusammenhang noch von Liebe gesprochen wird, ist es meist leeres Gerede. Für die rücksichtslose sexuelle Genussgier wird das andere Geschlecht zum bloßen Objekt, das auswechselbar ist.

An vielen Stellen wird in den buddhistischen Texten auf das Übel des Ehebruchs und des Einbruchs in andere Partnerschaften hingewiesen, und es werden dem Nachfolger die schwerwiegenden Folgen genannt, die sich aus einem Einbruch in fremde Beziehungen ergeben:

*Vier Folgen fällt anheim der Zügellose,  
der hinter Frauen anderer her ist:  
friedlosem Leben, unerquicktem Schläfe,  
dem Tadel und zuletzt dem Abweg. (Dh 309)*

*Wer seines Nächsten Frau verführt,  
der gräbt hier in der Welt sich selbst  
durch solches Tun die Wurzeln aus. (Dh 246/7)*

Verkehr, der nur aus körperlicher Lust erfolgt, ohne Verantwortung und Liebe (*gehn tierhaft, schamlos allen Frauen nach – D 31*) ist tierisch und führt deshalb in untermenschliche Bereiche und schon in diesem Leben zu Chaos und Feindschaft. Schon die geringste Auswirkung des unrechten Geschlechtsverkehrs für später, sagt der Erwachte, ist Verwicklung in Streit und Feindschaft (A VIII,40) – wenngleich sich diese üblen Folgen im gegenwärtigen Leben manchmal noch nicht zeigen.

Die falschen Ansichten des  
nicht auf das Wahre ausgerichteten Menschen

*Welches aber sind die Ansichten eines nicht auf das Wahre ausgerichteten Menschen nach Art der Menschen, die nicht auf das Wahre ausgerichtet sind? Da hat ein nicht auf das Wahre ausgerichteter Mensch die Ansicht:*

- 1. Geben, Spenden, Opfern ist sinnlos, bringt keinen Gewinn.*
- 2. Es gibt keine Ernte guten und üblen Wirkens.*
- 3. Es gibt kein Jenseits.*
- 4. Es gibt keine über- und untermenschlichen Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen.*
- 5. Es gibt in der Welt keine Asketen und Brahmanen, welche durch Läuterung und hohe geistige Übung diese und die jenseitige Welt in überweltlicher Schau erlebt und erfahren haben und darüber berichten.*

*So hat ein nicht auf das Wahre ausgerichteter Mensch die Ansichten von Menschen, die nicht auf das Wahre ausgerichtet sind.*

Der Mensch glaubt sich orientiert mit der Anschauung, die er hat. Wenn die Anschauung falsch ist, dann richtet er sich nach einem falschen Wegweiser. Dann läuft auch alles aus der Anschauung Hervorgehende entsprechend falsch.

Im Allgemeinen besteht hier im Westen die Auffassung von einem geraden Verlauf der Zeit: Von der Zukunft laufen die Ereignisse auf die Gegenwart zu. Die Ereignisse passieren das Tor der Gegenwart. Man wird durch die Ereignisse, die auf einen zukommen, herausgefordert, man antwortet in Gedanken, Worten und Taten darauf, und das Erlebte und Getane fällt in die Vergangenheit. Dann kommt schon wieder ein anderes Erlebnis aus einer uneinsehbaren Zukunft heran: plötzlich stirbt z.B. der liebste Angehörige oder Krieg bricht aus, oder man erfährt selber tödliche Krankheit. Man weiß nicht, woher die Erlebnisse kommen, man ist tief getroffen, erschüttert, spricht von der Unausweichlichkeit vor Schicksal oder Zufall. Die Zukunft ist dem normalen, nach außen gewandten Menschen uneinsehbar, weil er nicht danach fragt, wohin seine jetzigen Taten gehen. Eine Ahnung, ein Gespür hat derjenige, dessen Gewissen sich meldet. Wenn einer etwas für seinen moralischen Maßstab Tief-Dunkles, Ungutes getan hat, dann hat er, wenn er gewissenhaft ist, ein Gefühl, wie wenn ein dunkler Schatten über ihn gekommen wäre: „Sollte dieses Ungute, das ich getan habe, keine Folgen haben?“ In den Lehrreden des Buddha heißt es, dass die Menschen, die übel gehandelt haben, *bang erbeben: O was nur wird aus uns nach diesen Tagen!* Das ist der Schatten des Schicksals, den der Mensch irgendwie ahnt. Er kann sich wieder Ablenkung schaffen und es vergessen wollen, aber der Schatten ist da, er merkt es. Unsere Taten gehen wie ein Ruf in den Wald, und vom Wald kommt das Echo zurück. In den Religionen wird die Zeitenfolge nicht als Zukunft, Gegenwart, Vergangenheit be-



zeichnet, sondern die Reihenfolge heißt: Vergangenheit, Zukunft, Gegenwart. Unser Handeln, unser Tun und Lassen im Denken, Reden, Handeln ist die einzige Schöpfung, die möglich ist. Mein Denken, liebevoll oder kritisch abwertend, mein Reden, freundliche oder abweisende Worte, kommen morgen wieder an mich heran, mein Handeln, egoistisch und entreißend oder schonend, rücksichtsvoll, tritt morgen wieder an mich heran, evtl. auch erst, wenn die Eigenschaften, die mich dazu motiviert haben, sich schon geändert haben.

Ein indisches Wort heißt:

*Alle, welche hienieden unglücklich sind, sind es deshalb, weil sie in einer früheren Existenz nur ihr eigenes Glück auf Kosten der Mitwesen gesucht haben.*

*Alle, welche hienieden glücklich sind, sind es deshalb, weil sie früher das Glück der Mitwesen gesucht haben.*

Auf diese Tatsache weisen die Religionslehrer hin; sie haben es ja selber erfahren. Der Erwachte sagt von sich, er kenne allen früheren, zukünftigen und gegenwärtigen Wirkens gesetzmäßige Gründe und Folgen. Der unreligiöse/vertrauenslose Mensch bezweifelt eine solche Aussage oder kümmert sich nicht darum, weil er von den vordergründigen anziehenden oder abstoßenden Dingen geblendet ist.

Der nicht auf das Wahre gerichtete Mensch  
gibt nicht mit persönlicher Anteilnahme, nicht eigenhändig,  
gibt Abfall und nicht mit dem Wissen um die guten Folgen

*Wie aber gibt ein Mensch, der nicht auf das Wahre ausgerichtet ist, Gaben in der Art von Menschen, die nicht auf das Wahre ausgerichtet sind? Da gibt ein Mensch, der nicht auf das Wahre ausgerichtet ist, nicht mit Überlegung, nicht mit liebevoller Zuwendung und persönlicher Anteilnahme; er überreicht die Gabe nicht eigenhändig, gibt das, was sonst weggeworfen würde, gibt nicht in dem Wissen um die guten Fol-*

*gen hilfreichen Wirkens. So gibt ein Mensch, der nicht auf das Wahre ausgerichtet ist, Gaben nach der Art von Menschen, die nicht auf das Wahre ausgerichtet sind.*

Ein Beispiel für nicht rechtes Geben in den Lehrreden haben wir in dem Kriegerfürsten Payāsi (D 23), der einen Brahmanen zur Verteilung von Spenden angestellt hatte. Dieser sagte sehr offen, aber gleichzeitig liebevoll zu ihm:

*Es wird bei der Spende des Herrn Payāsi als Speise verteilt: Brocken und Krumen und dazu abgestandener Reisbrei; das möchte der Herr auch nicht mit dem Fuß berühren, geschweige verzehren. Auch abgetragene Gewänder, lumpig und ausgefranst, werden verteilt. Die möchte Herr Payāsi nicht mit dem Fuß berühren, geschweige anziehen. Der Herr aber ist mir lieb und teuer, wie könnte ich zulassen, dass ein mir Lieber und Teurer an Unangenehmes gebunden sein wird!*

D.h. der Lohn für diese dürftigen Gaben, die du nicht mal mit dem Fuß berühren magst, wird im Jenseits darin bestehen, dass auch du etwas dir Unangenehmes – Abfall – essen musst und dich mit dir Unangenehmem – mit Lumpen – bekleiden musst.

*Ein solcherart nicht auf das Wahre ausgerichteter Mensch, der ungute Eigenschaften hat, Zuneigung zu Menschen hat, die nicht auf das Wahre ausgerichtet sind, der in der Art von Menschen denkt – erwägt – spricht – handelt – der die Ansichten hat von Menschen, die nicht auf das Wahre ausgerichtet sind – der Gaben nach der Art von Menschen gibt, die nicht auf das Wahre ausgerichtet sind – wird bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, abwärts, auf schlechte Lebensbahn geraten. Was aber ist die Lebensbahn von*

*Menschen, die nicht auf das Wahre ausgerichtet sind?  
Hölle oder Tierheit.*

Der zweite Teil der Lehrrede, in dem der Erwachte all die Eigenschaften nennt, an denen man einen auf das Wahre ausgerichteten Menschen erkennt, folgt nun im Ganzen und wird anschließend im Einzelnen besprochen.

*Kann wohl, ihr Mönche, ein auf das Wahre ausgerichteter Mensch einen auf das Wahre ausgerichteten Menschen erkennen: „Das ist ein auf das Wahre ausgerichteter Mensch“? – Ja, o Herr. – Recht so, ihr Mönche, es ist möglich, es kann sein, ihr Mönche, dass ein auf das Wahre ausgerichteter Mensch einen auf das Wahre ausgerichteten Menschen erkennen kann: „Das ist ein auf das Wahre ausgerichteter Mensch.“ –*

*Kann aber, ihr Mönche, ein auf das Wahre ausgerichteteter Mensch einen nicht auf das Wahre ausgerichteten Menschen erkennen: „Das ist ein nicht auf das Wahre ausgerichteteter Mensch“? – Ja, o Herr. – Recht so, ihr Mönche. Es ist möglich, es kann sein, dass ein auf das Wahre ausgerichteteter Mensch einen nicht auf das Wahre ausgerichteten Menschen erkennen kann: „Das ist ein nicht auf das Wahre ausgerichteteter Mensch.“*

*Ein auf das Wahre ausgerichteteter Mensch, ihr Mönche, hat gute Eigenschaften, hat Zuneigung zu Menschen, die auf das Wahre ausgerichtet sind, denkt nach der Art von Menschen, die auf das Wahre ausgerichtet sind, erwägt nach der Art der Menschen, die auf das Wahre ausgerichtet sind, spricht in der Art von Menschen, die auf das Wahre ausgerichtet sind, handelt in der Art von Menschen, die auf das Wahre ausgerichtet sind, hat die Ansichten von Menschen, die*

*auf das Wahre ausgerichtet sind, gibt Gaben in der Weise von Menschen, die auf das Wahre ausgerichtet sind.*

*Welches aber sind die guten Eigenschaften eines auf das Wahre ausgerichteten Menschen? Da hat ein auf das Wahre ausgerichteter Mensch Vertrauen, Scham, Scheu (bei Unheilsamem), Wahrheitskenntnis, Tatkraft, Wahrheitsgegenwart, Weisheit. Das sind die guten Eigenschaften eines auf das Wahre ausgerichteten Menschen.*

*Wie aber hat ein auf das Wahre ausgerichteter Mensch Zuneigung zu Asketen und Brahmanen, die auf das Wahre ausgerichtet sind? Da hat, ihr Mönche, ein auf das Wahre ausgerichteter Mensch jene Asketen und Brahmanen, die Vertrauen haben, Scham und Scheu (bei Unheilsamem), Wahrheitskenntnis, Tatkraft, Wahrheitsgegenwart, Weisheit, zu Freunden, pflegt mit ihnen Umgang.*

*Wie aber denkt ein auf das Wahre ausgerichteter Mensch nach der Art von Menschen, die auf das Wahre ausgerichtet sind? Da denkt, ihr Mönche, ein auf das Wahre ausgerichteter Mensch weder zu eigener Beschwer, noch zu anderer Beschwer, noch zu beider Beschwer. So denkt ein auf das Wahre ausgerichteter Mensch nach der Art von Menschen, die auf das Wahre ausgerichtet sind.*

*Wie aber erwägt ein auf das Wahre ausgerichteter Mensch nach der Art von Menschen, die auf das Wahre ausgerichtet sind? Da erwägt ein auf das Wahre ausgerichteter Mensch weder zu eigener Beschwer, noch zu anderer Beschwer, noch zu beider Beschwer. So erwägt ein auf das Wahre ausgerichteter Mensch nach der Art von Menschen, die auf das Wahre ausgerichtet sind.*

*Wie aber spricht, ihr Mönche, ein auf das Wahre ausgerichteter Mensch nach der Art von Menschen, die auf das Wahre ausgerichtet sind? Da hält ein auf das Wahre ausgerichteter Mensch sich vom Verleumden, vom Hintertragen, von verletzender Rede, von leerem Geschwätz zurück. So spricht ein auf das Wahre ausgerichteter Mensch nach der Art von Menschen, die auf das Wahre ausgerichtet sind.*

*Wie aber handelt, ihr Mönche, ein auf das Wahre ausgerichteter Mensch nach der Art von Menschen, die auf das Wahre ausgerichtet sind? Da hält sich ein auf das Wahre ausgerichteter Mensch zurück, Lebendiges umzubringen, Nichtgegebenes zu nehmen, unrechten geschlechtlichen Verkehr zu pflegen. So handelt ein auf das Wahre ausgerichteter Mensch nach der Art von Menschen, die auf das Wahre ausgerichtet sind.*

*Wie aber hat ein auf das Wahre ausgerichteter Mensch die Ansichten von Menschen, die auf das Wahre ausgerichtet sind? Da hat ein auf das Wahre ausgerichteter Mensch die Ansicht:*

- 1. Geben, Spenden, Opfern ist sinnvoll, bringt Gewinn.*
- 2. Es gibt eine Ernte guten und üblen Wirkens.*
- 3. Es gibt ein Jenseits.*
- 4. Es gibt über- und untermenschliche Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen.*
- 5. Es gibt in der Welt Asketen und Brahmanen, welche durch Läuterung und hohe geistige Übung diese und die jenseitige Welt in überweltlicher Schau erlebt und erfahren haben und darüber lehren.*

*So hat ein auf das Wahre ausgerichteter Mensch die Ansichten von Menschen, die auf das Wahre ausgerichtet sind.*

*Wie aber gibt ein Mensch, der auf das Wahre ausgerichtet ist, Gaben in der Art von Menschen, die auf das Wahre ausgerichtet sind? Da gibt ein Mensch, der auf das Wahre ausgerichtet ist, mit Überlegung, mit liebevoller Zuwendung und persönlicher Anteilnahme; er überreicht die Gabe eigenhändig, gibt nicht das, was sonst weggeworfen würde, gibt in dem Wissen um die guten Folgen hilfreichen Wirkens. So gibt ein Mensch, der auf das Wahre ausgerichtet ist, Gaben in der Art von Menschen, die auf das Wahre ausgerichtet sind.*

*Ein solcherart auf das Wahre ausgerichteter Mensch, – der gute Eigenschaften hat, Zuneigung zu Menschen hat, die auf das Wahre ausgerichtet sind, der in der Art von Menschen denkt – erwägt – spricht – handelt – der die Ansichten hat von Menschen, die auf das Wahre ausgerichtet sind – der Gaben nach der Art von Menschen gibt, die auf das Wahre ausgerichtet sind – wird bei Versagen des Körpers nach dem Tod aufwärts, auf gute Lebensbahn geraten. Was aber ist die Lebensbahn von Menschen, die auf das Wahre ausgerichtet sind? Göttermacht oder Menschenmacht.*

*So sprach der Erhabene. Erhoben und beglückt waren jene Mönche über die Rede des Erhabenen.*

## Die Eigenschaften des auf das Wahre ausgerichteten Menschen

### Vertrauen

Für wen die jenseitige Dimension ahnbar, verstehbar, ja, fühlhaft zugänglich ist, weil er eine ahnende Erinnerung an einen viel größeren Bereich der Existenz hat, aus welchem er in das gegenwärtige Menschenleben trat und in den er von hier aus wieder eintreten wird, der ist mit den sinnlich wahrgenomme-

nen Eindrücken dieser Welt nicht zufrieden. Er sucht nach tieferer Aufklärung über das Woher und Wohin des Daseins und der Erlebnisse. Trifft er auf eine echte religiöse Aussage, dann zieht sie ihn an, wie ein Magnet Eisenspäne anzieht. Er empfindet eine Art Nachhausekommen, eine echte Ergänzung des bisherigen Stückwissens. Er entnimmt aus jener Lehre das Leitbild seines Lebens und die Richtschnur für sein Tun und Lassen. Vielem, worüber der Erwachte spricht – über Fortexistenz, himmlische Welten, Entrückungszustände, Nirvāna – kann der religiöse Mensch nur vertrauen, denn er kennt es noch nicht aus eigener Erfahrung.

Seine Ahnung vom Jenseitigen in Verbindung mit dem vom Erwachten Gehörten führt dazu, dass sich sein Grundvertrauen zu Jenseitigem auf den Kündler des Jenseitigen überträgt. Er setzt jetzt ausschließlich auf die geistige Existenzweise als die eigentliche, ist in seinem Grundvertrauen noch stärker geworden.

Wenn ein Nachfolgender mit solchem Vertrauen den Weg der Läuterung geht und über die Lehre und den Erwachten vollkommen klar geworden ist (*avecca pasāda*), in die Heilsanziehung eingetreten ist, den Stromeintritt gewonnen hat, dann kann er von sich sagen, dass ihn seine religiöse Art zu dieser vollkommenen inneren Klarheit geführt hat. Er ist ein *saddhāvimutto* geworden. *Saddhāvimutto* heißt „durch seine religiöse, vertrauende Art hat er sich abgelöst“ vom Weltlichen und ist dadurch zum wissenden Verständnis, zur Gewissheit (*avecca pasāda*) über die Auflösbarkeit des Leidens gekommen. Er hat vollkommene Gewissheit erlangt darüber, dass die Existenz aus den fünf Zusammenhäufungen besteht. Er kennt das Leiden, seine Ursache und Überwindung und den Weg zur Überwindung. Seine religiöse Art ist ein in dieses Leben mitgebrachter Drang, der zur Gewissheit über die Lehre und den Erwachten geführt hat. Dieser Drang wird nun immer stärker, treibt den Nachfolger heraus aus allem Elend des Suchens und Irrens und treibt ihn an, immer noch mehr Unerreichtes zu erreichen, Triebe aufzuheben, bis er, am Ziel ange-

langt, die Gewissheit der Erlösung, die Auflösung allen Leidens erfährt.

Seine religiöse Art, sein Ahnen, dass es mehr gebe, als er wisse, hat ihn zur Gewissheit geführt. Dieses Ahnen hatte der Bodhisattva in verstärktem Maß. Er sagte von sich: *Alāro Kalāmo hat saddhā (religiöse Art, religiöses Ahnen), ich aber habe auch religiöse Art.* Wegen dieser religiösen Art konnte er nicht nachlassen in seiner Suche nach dem Unvergänglichen, bis er es gefunden hatte.

### Scham und Scheu

Der auf das Wahre ausgerichtete, vom Erwachten belehrte Mensch hat ein Ziel vor Augen und schämt sich, wenn er Dinge tut, die diesem Ziel widersprechen. Er schämt sich vor eigenem unwürdigem, dunklem Tun. Diese Scham geleitet den Strebenden bis zur vollen Erwachung.

Er denkt an die Nachteile und Gefahren, die das Üble hat und scheut davor zurück. In M 54 nennt der Erwachte folgende Gedanken eines Nachfolgers der Lehre:

*Wenn ich zum Mörder (Dieb, Lüstling, Verleumder usw.) würde, dann müsste ich mich selber tadeln, Verständige würden mich tadeln, und nach dem Tod stünde mir eine üble Lebensbahn bevor.*

Der erste hier genannte Gedanke betrifft die Scham sich selbst gegenüber, gegenüber seinem besseren Gewissen, die beiden letzteren Gedanken zeigen die Scheu davor, in dieser Welt wie auch in der jenseitigen Welt Nachteile zu haben. Dadurch wirkt die Scheu schon vor der Tat, sie hilft, den Feind schon von weitem zu erkennen und zu bekämpfen.

### Wahrheitskenntnis (*suta*)

wird in M 53 ausführlich beschrieben:

*Er hat viel gehört, ist ein Träger des Wissens, hat sich großes Wissen über die Lehre erworben. Und jene Wahrheiten, die für*



*den Anfang hilfreich sind, für den mittleren Teil und für das Ende hilfreich sind, hat er im Ganzen und in den Einzelheiten ganz und gar verstanden, und das vollkommene geläuterte Reinheitsleben, das gelehrt wird, hat er verstanden. Diese Dinge kennt er, hat er sich eingeprägt, kennt er auswendig, hat er im Geist erwogen, mit seinem Anblick durchdrungen.*

Wahrheitskenntnis besitzt derjenige, der die von der Lehre vermittelten Einsichten „griffbereit“ in seinem Gedächtnis hat, so dass sie sich von selber melden.

In M 95 wird in mehreren Übungsschritten beschrieben, wie sich der Übende Wahrheitskenntnis aneignet:

- 1. Vertrauend kommt er zu dem Lehrer heran.*
- 2. Herangekommen, bezeugt er ihm seinen Respekt.*
- 3. Nachdem er ihm Respekt erwiesen hat, hört er ihm genau zu.*
- 4. Mit offenem Ohr hört er die Lehre.*
- 5. Die gehörte Lehre behält er im Gedächtnis.*
- 6. Die so bewahrten Lehren prüft er gründlich auf ihren Sinn.*
- 7. Dem gründlich Prüfenden erschließen sich die Lehren.*

### Tatkraft

Die weiteren Übungsschritte zeigen die Entwicklung von Tatkraft. Das Verständnis des zur Leidensminderung tauglichen Vorgehens setzt dem Willen neue Maßstäbe, neue Richtungen, neue Ziele. Indem der Heilsgänger diese verfolgt, beginnt er den Widerstand seiner Triebe zu spüren. Diese wollen anders, und er erfährt die Kraft ihres anders gerichteten Wollens. Aber wenn der Heilsgänger festhält an seinen Einsichten für das heilstaugliche Vorgehen und sich diese immer vor Augen führt, dann fördert er seine Kampfeskraft, seine Tatkraft, nun trotz der noch anders gerichteten Neigungen und Gewöhnungen des Herzens von Fall zu Fall sich im Sinne seiner Einsich-

ten zu verhalten. Das Kämpfen, Überwinden wird Teil seines Lebenszustands:

8. *Durch das Verständnis der Wahrheit erwächst ein neuer Wille.*
9. *Ist der Wille geboren, so wird er entschlossen.*
10. *Mit Entschlossenheit wägt er sein Vorgehen ab.*
11. *Klar geworden über sein Vorgehen, arbeitet er sich vorwärts.*
12. *Indem er nun gründlich und beharrlich arbeitet, erfährt er leibhaftig die höchste Wahrheit, mit alles durchdringender Klarheit sieht er sie.*

#### Wahrheitsgegenwart (*sati*)

*Er besitzt höchste Besonnenheit, Selbstbeobachtung, er ist der Wahrheit eingedenk. Was vor langer Zeit getan und gesprochen wurde, dessen entsinnt er sich, dessen erinnert er sich genau.*

Sati oder sarati heißt „sich erinnern“. Wenn der Erwachte von sati spricht, dann ist darunter im engeren Sinn zu verstehen, dass man nicht, wie es menschenüblich ist, an diese oder jene interessanten oder schrecklichen Dinge in der Welt denkt, an sympathische oder unsympathische Menschen, angenehme oder unangenehme Dinge und Erlebnisse, sondern dass man sich der Lehre erinnert, dass man das Bild der Existenz vor Augen hat, das die Lehre zeigt. Im weiteren Sinn ist mit sati gemeint, dass man seine inneren Vorgänge im Empfinden und Denken beobachtet und diese, wenn erforderlich, so lenkt, wie man sich durch die Lehre angeleitet sieht, ferner dass sich der Übende des Körpers als tot-mechanisches, dem Verfall unterworfenen Werkzeug bewusst ist, das aus Festem, Flüssigem, Temperatur und Luft besteht wie die als Außen Erfahrene Materie. Sati bedeutet also erstens, insgesamt die Entwicklung auf das Heil hin im Auge haben und zweitens, sich der jeweiligen

körperlichen, geistigen und triebhaften Vorgänge und Eigenschaften bewusst zu sein, diese zu beobachten.

### Weisheit

In M 53 heißt es:

*Er ist weise, weiß um das Gesetz des Entstehens und Vergehens, besitzt Weisheit, die heilende, durchdringende, die zur völligen Leidensvernichtung führt.*

Die Weisheit, die hier genannt ist, ist nicht die vollendete Weisheit, die auf die weltlosen Entrückungen folgt und aus der die Triebversiegung hervorgeht. Die hier genannte Weisheit hilft dem Heilskundigen überhaupt erst, das Unheilsame zu überwinden und das Heilsame zu entfalten. Es handelt sich also um die Weisheit dessen, der die Lehre im Geist begriffen und verankert hat. Bei allen Erscheinungen weiß er, dass sie nicht bleiben, sondern in gesetzmäßiger Folge auch wieder vergehen. Er ist der Tatsache eingedenk, dass alles, was herankommt, Ernte ist von selbst Geschaffenem. Aber er muss noch kämpfen, um von den Trieben nicht überwältigt zu werden. Er braucht noch Schutz, er ist noch nicht wie der Geheilte untreffbar geworden. Darum vergleicht der Erwachte in der Rede vom Festungsgelehnis (A VII,63) die Weisheit mit einer Mauer: Er wird von den Dingen noch fasziniert, sie berennen noch seine Festung, und er muss kämpfen. Aber wie die Mauer den Feinden das Eindringen in die Festung schwermacht, so sagt ihm seine Weisheit immer wieder, wenn die Erlebnisse anstürmen: „Das sind Formen, das sind Gefühle, die bedingt entstehen und vergehen, das sind die Elemente des Samsāra.“ In diesem Anblick kann ihn keine konkrete Situation mehr für längere Zeit bewegen, auch wenn sie noch so packend ist. An der hohen geglätteten Ringmauer seiner Weisheit rutschen alle Feinde, alle Angehungen ab. Die hohe unersteigbare Festungsmauer ist eine lückenlose Umfriedung, in die niemand heimlich hereinkommen kann. Der einzige Eingang ist das von der Wahrheitsgegenwart bewachte Tor. Seiner Einsicht fol-

gend, weiß der Weise lückenlos: Was auch geschieht, es sind Vorgänge innerhalb der fünf Zusammenhäufungen, die aus früherem Wahn zusammengehäuft sind, sie alle sind nicht das Heile. Das ist gemeint mit der Weisheit, die das Entstehen und Vergehen aller Erscheinungen sieht und vor allen Dingen immer an das Entstehen und Vergehen aller Erscheinungen denkt.

Freundschaft und Umgang mit Menschen,  
die auf das Wahre ausgerichtet sind

Freundschaft mit Menschen, die auf das Wahre ausgerichtet sind, bedeutet in der Lehre des Erwachten erheblich mehr als Sich-Verbinden mit Menschen, die man zugänglich findet und die die eigenen Interessen teilen. Sie bedeutet, weise Gefährten auszusuchen, die Führung und Belehrung geben können. Die Aufgabe des heilsuchenden Freundes besteht nicht nur darin, für Gesellschaft beim Begehen des Weges zu sorgen. Der wahre weise und mitempfindende Freund ist einer, der, voll Verständnis und Herzenssympathie, bereit ist, Kritik zu üben und zu ermahnen, auf die eigenen Fehler aufmerksam zu machen, zuzureden und zu ermutigen, und der erkennt, dass das höchste Ziel solcher Freundschaft Wachstum in der Lehre ist. Der Erwachte drückt die richtige Reaktion eines Schülers auf solch einen Freund in einem Dhammapadam-Vers aus (Dh 76):

*Wenn findet einen Menschen man,  
der eigne Fehler uns anzeigt  
und mitempfindend tadelt uns,*

*dann sollte man da folgen stets  
dem weisen, klugen Ratgeber,  
wie zum verborgnen Schatz uns führt  
ein Führer, der uns zeigt das Wohl.*

Im Streben nach Verwirklichung der Lehre ist es für den Nach-

folger wichtig, jene als unsere Führer und Gefährten zu wählen, die wenigstens teilweise die guten Eigenschaften verkörpern, die wir durch die Übung in der Lehre zu verinnerlichen suchen. Der auf das Wahre ausgerichtete Mensch wählt als Freunde und Gefährten jene, die Vertrauen haben, die Scham und Scheu vor Schlechtem zeigen, die die Lehre kennen, tatkräftig in der Ausbildung von Geist und Herz sind, an Selbstbeobachtung gewöhnt und voll Weisheit. Dadurch dass der gute Mensch Zuflucht zu solchen guten Freunden nimmt, sie als Lehrer und Führer ansieht, betrachtet er ihre Eigenschaften als seine eigenen Ideale und nimmt sie in seinen Geist auf. Indem er sich so zur Erlösung hin entwickelt, wird er seinerseits ein Leuchtturm für andere. So einer ist fähig, jenen, die noch im Dunklen wandern, ein inspirierendes, nachahmenswertes Vorbild zu bieten. Er ist ihnen ein weiser Freund, an den man sich um Rat wenden kann.

Der auf das Wahre ausgerichtete Mensch  
denkt – erwägt nicht zu eigener Beschwer,  
nicht zu anderer Beschwer, nicht zu beider Beschwer

Wer um die Folgen menschlichen Bedenkens und Sinnens weiß, der fürchtet jeden rücksichtslosen in ihm aufsteigenden Gedanken so, wie Wesen den Biss einer Giftschlange fürchten, denn so wie Gift das äußere Leben des Körpers gefährdet, so gefährden üble Gedanken das hiesige und das spätere Leben, führen zu immer mehr Zwietracht, Streit, Blut und Tränen, Not, Verfolgung – und in die Unterwelt. Diese Gedanken sind die Stufen nach abwärts, und die Entwöhnung von ihnen und die Angewöhnung entgegengesetzter Gedanken sind die Stufen zu Frieden und Harmonie.

Der Erwachte empfahl seinem Sohn Rāhulo (M 61), vor, bei und nach einer Tat, einem Wort, einem Gedanken zu bedenken, ob diese Tat, dieses Wort, dieser Gedanke ihn selber oder andere oder beide beschwert. Wenn er merken sollte, dass dies der Fall sei, dann solle er diese Tat, dieses Wort, diese

Gedanken lassen. Das bedeutet, dass man oft mitten in der Tat oder im Satz abbrechen muss, wenn man den Nachteil, die Beschwerne, die Belastung sieht, die diese Tat oder diese Rede mit sich bringen. Andererseits, wenn Rāhulo sehe, dass er heilsame Taten, Worte und Gedanken pflegt, dann empfiehlt ihm der Erwachte, sich dessen bewusst zu sein und sich darüber zu freuen, darüber beglückt zu sein. So heißt es auch:

*Wenn Treffliches der Mensch getan hat,  
so tue er es immer wieder  
und denke stets daran mit Sehnsucht;  
denn glücklich machet Tugendfülle. (Dh 118)*

Der auf das Wahre ausgerichtete Mensch hält sich zurück  
von verleumderischen Aussagen, von Hintertragen,  
von verletzenden Worten, von leerem Geschwätz

Die Absicht der Schädigung der Mitwesen oder der Rücksicht und gar Fürsorge spielt in dem moralischen Kodex des Buddha die Hauptrolle:

*Trügerische, verleumderische Aussagen über Worte oder Taten anderer hat er aufgegeben, der Verleumdung widerstrebt sein Wesen. Die Wahrheit spricht er, der Wahrheit ist er ergeben, standhaft, vertrauenswürdig, ohne von weltlichen Interessen bewegt, zu verleumden oder zu täuschen.*

*Das Hintertragen hat er aufgegeben, dem Hintertragen widerstrebt sein Wesen. Was er hier gehört hat, das berichtet er nicht dort wieder, um jene zu entzweien; was er dort gehört hat, das berichtet er nicht hier wieder, um diese zu entzweien; vielmehr einigt er Entzweite, festigt Verbundene, Eintracht macht ihn froh, Eintracht freut ihn, Eintracht beglückt ihn, Eintracht fördernde Worte spricht er.*

*Verletzende Worte zu reden – das hat er aufgegeben, dem Aussprechen verletzender Worte widerstrebt sein Wesen. Worte, die frei von Schimpf sind, dem Ohr wohltuend, liebevoll, zum Herzen dringend, höflich, viele erfreuend, viele erhebend*

– solche Worte spricht er.

*Leeres Geschwätz hat er aufgegeben, allem leeren Gerede widerstrebt sein Wesen. Zur rechten Zeit spricht er, den Tatsachen gemäß, auf den Sinn bedacht, der Lehre und Wegweisung getreu. Seine Rede ist reich an Inhalt, klar abgegrenzt, alles umschließend, ihrem Gegenstand angemessen.*

Der Sprechende, der sich unter die Tugendsatzung des Erwachten stellt, soll stets der fünf Merkmale der heilsamen Rede eingedenk sein (D 33 V):

*Zur rechten Zeit will ich reden, nicht unzeitig.*

*Der Wirklichkeit gemäß will ich reden, nicht falsch.*

*Höflich will ich reden, nicht verletzend.*

*Zielgerichtet/heilsam will ich reden, nicht zum Schaden.*

*Im Geist der Liebe will ich reden ohne heimlichen Groll.*

Der auf das Wahre ausgerichtete Mensch  
bringt nicht Lebendiges um, nimmt nicht Nichtgegebenes,  
bricht nicht in Partnerschaftsbeziehungen anderer ein

*Lebewesen zu töten – das hat er aufgegeben; dem Töten von Lebewesen widerstrebt sein Wesen. Ohne Stock, ohne Schwert, teilnehmend und rücksichtsvoll hegt er zu allen Wesen Liebe und Mitempfinden.*

*Nichtgegebenes zu nehmen – das hat er aufgegeben; dem Nehmen von Nichtgegebenem widerstrebt sein Wesen. Gegebenes nur nimmt er, Gegebenes wartet er ab, nicht diebisch gesinnt, rein gewordenen Wesens.*

*Einbruch in andere Partnerschaften und Verführung Minderjähriger – das hat er aufgegeben. Dem Einbruch in andere Partnerschaften und Verführung Minderjähriger widerstrebt sein Wesen.*

Die rechten Anschauungen des  
auf das Wahre ausgerichteten Menschen

Rechte Anschauung besagt: Die Wesen in der Sinnensuchtwelt leben nur von den äußeren Dingen, die sie nicht bei sich selber

haben. Sie beziehen ihr Wohl durch gesehene Formen, gehörte Töne, gerochene Düfte, geschmeckte Säfte, getastete Körper. Sie sind also abhängig vom Außen. Diejenigen, die vom Außen abhängig sind, müssen am Außen in gewährender Weise handeln, dann gewährt sich das Außen auch ihnen gegenüber. In den höheren Sinnensuchtbereichen kommt das Außen dem Ich entgegen, weil das Ich einst dem Außen entgegengekommen ist. Die untermenschlichen Wesen haben nur Verweigern und Entreißen ins Außen geschickt, und das Außen tritt darum auch wieder verweigernd und entreißend an sie heran.

Denen, die um Wegweisung bitten, erklärt der Erwachte fünf rechte Anschauungen, die zum Wohl führen:

1. *Das Spenden von Hab und Gut hat tiefen Sinn und bringt Gewinn.*
2. *Alles rechte Tun bringt gute Ernte. Alles üble Tun bringt üble Ernte.*
3. *Es gibt nicht nur das Diesseits, sondern auch ein Jenseits.*
4. *Es gibt nicht nur Zeugung durch Eltern, sondern auch geistunmittelbares Erscheinen in jenseitigen Welten.*
5. *Es gibt in der Welt Asketen und Brahmanen, welche durch Läuterung und hohe geistige Übung diese und die jenseitige Welt in überweltlicher Schau erlebt und erfahren haben und darüber lehren.*

Nach dieser Belehrung gab der Erwachte denjenigen Menschen, die aufnahmebereit waren, die Darlegung der *vier Heilswahrheiten*, wie sie den Erwachten eigen ist: Die fünf Zusammenhäufungen sind Leiden (erste Heilswahrheit), die Triebe sind die Ursache des Leidens (zweite Heilswahrheit), durch Aufhebung der Triebe wird alles Leiden aufgehoben (dritte Heilswahrheit), der Weg zur Aufhebung des Leidens (vierte Heilswahrheit) beginnt mit heilender rechter Anschauung und rechter Gesinnung, rechtem Denken.

Wenn die fünf Zusammenhäufungen durchschaut werden, dann hat der Stromeingetretene für einen Augenblick die heilende Anschauung, die der Geheilte immer hat. Bald melden



sich die Triebe wieder, aber etwas gemindert: Die Leidensmasse ist gesehen, die Pflege des perspektivenlosen Denkens ist gestärkt, immer länger kann der Übende im durchschauenden Anblick bleiben.

Der auf das Wahre ausgerichtete Mensch  
gibt mit persönlicher Anteilnahme, gibt eigenhändig,  
gibt keinen Abfall, gibt in dem Wissen um die guten Folgen

Der Erwachte sagt (teils in dieser Rede, teils in M 142, A V, 147, 148), die Gabe eines auf das Wahre ausgerichteten Menschen sei in achtfacher Weise ausgezeichnet:

1. Er gibt Reines, das heißt nur Dinge, die er selber ehrlich erworben hat.
2. Er gibt Auserwähltes, keinen Abfall.
3. Er gibt zur rechten Zeit: dann, wenn es nötig ist, nicht blindlings, sondern mit Bedacht, einfühlsam, die Bedürfnisse des anderen erspürend, die Gefühle der anderen achtend, sich nach ihnen richtend.
4. Er gibt nichts entgegen den Tugendregeln: keine Narkotika, keinen Alkohol, keine Waffen und Gifte. So gibt er, ohne anderen zu schaden.
5. Er gibt mit Überlegung, mit liebevoller Zuwendung und persönlicher Anteilnahme; er beauftragt, wenn möglich, keinen Dritten damit, sondern überreicht die Gabe eigenhändig.
6. Er gibt gleichmäßig und regelmäßig. Er gibt freudig aus eigenem Antrieb, nicht erst auf Ermahnungen oder gar groben Anstoß hin. Er gibt nicht ohne Achtung vor dem Empfänger.
7. Dabei füllt sich ihm das Herz mit Zuversicht eingedenk hilfreicher Taten Frucht, in dem Wissen um die guten Folgen hilfreichen Wirkens.
8. Nach dem Geben aber lässt er im Herzen keine Reue zu, sondern ist zufrieden und freudig gestimmt.

Das tiefste und hilfreichste Motiv zum Geben für den, der das Wahre kennt, ist neben dem Mitempfinden das Loslassen, wie es in den Lehrreden heißt, z.B. S 55,69:

*Das Hausleben lebt er mit einem Gemüt, das frei ist von den Befleckungen durch Engherzigkeit, Kleinlichkeit, Geiz. Loslassen empfindet er als befreiend, ist entgegenkommend mit offenen Händen, gewinnt Freude am Zurücktreten, ist offen für Bitten und glücklich, wenn er teilen kann.*

In A VII,49 schildert der Erwachte die Haltung, die durch Geben im Herzen Loslassen ausbildet. Dort wird gefragt:

*Kann es sein, dass die gleiche Gabe, von dem einen gegeben, keine große Frucht, keinen großen Segen bringt, aber von einem anderen gegeben, große Frucht, großen Segen bringt? – Das kann sein.*

*1. Da gibt der eine die Gabe, weil er etwas davon erwartet, verstrickten Herzens, um sich etwas für später aufzusparen, in dem Gedanken: „Das werde ich jenseits des Todes genießen.“ Der gibt dann als Spende einem Asketen oder Brahmanen Speise und Trank, Kleidung, Fuhrwerk, Blumen oder Körperpflegemittel, Lagerstatt, Unterkunft oder Beleuchtung. Wenn einer eine Gabe aus dieser Erwartung, verstrickten Herzens gibt, erscheint er nach Versagen des Körpers, jenseits des Todes, bei den Himmelswesen der Vier Großen Königen (bei den Naturgeistern) wieder. Sobald er aber dieses Wirken verbraucht hat, diese Macht, diese Hoheit, diese Herrlichkeit, kehrt er wieder, gelangt wieder in diese Welt.*

*2. Wieder einer gibt die Gabe nicht aus dieser Erwartung, nicht verstrickten Herzens, sondern in der Überlegung: „Geben ist etwas Gutes“ oder...weil er denkt: „Die Gaben und Leistungen, die früher von meinen Eltern und Voreltern erbracht worden sind, will ich nicht aufgeben, um nicht dem alten Brauch untreu zu werden“ oder...weil er denkt: „Ich koche, jene kochen nicht. Da will ich es als einer, der kocht, nicht versäumen, denen etwas zu geben, die nicht kochen“ (gemeint sind die hauslosen Pilger und Mönche). Oder er*

spendet in dem Gedanken: „So segensreich sind die großen Opfer jener Seher der Vorzeit, so segensreich soll das Austeilen meiner Spenden sein.“ Oder er spendet in dem Gedanken: „Wenn ich Gaben spende, dann wird mir das Herz gestillt, innere Erhebung und geistiges Glück steigen auf.“ Diese erscheinen, weil sie diese Gabe gegeben haben, nach dem Versagen des Körpers jenseits des Todes bei den Himmelswesen der Vier Großen Könige wieder. Sobald aber dieses Wirken verbraucht ist, diese Macht, diese Hoheit, diese Herrlichkeit, kehren sie wieder, gelangen wieder in diese Welt.

3. Oder aber einer spendet die Gabe aus keinem dieser Gründe, sondern um das Herz (zur Aufhebung der Triebe) geeignet/fähig zu machen (*citt-ālam-kāra*), um das Herz mit dem erforderlichen Werkzeug auszurüsten (*citta-parikhāratta*). Der gibt dann als Spende einem Asketen oder brahmisch Lebenden Speise und Trank, Kleidung, Fuhrwerk, Blumen oder Körperpflegemittel, Lagerstatt, Unterkunft oder Beleuchtung. Wenn einer die Gabe nicht aus Erwartung, verstrickten Herzens gibt, nicht um sich etwas für später zu sparen in dem Gedanken: „Das werde ich jenseits des Todes genießen“; auch nicht, weil er denkt: „Geben ist etwas Gutes“ oder „Dem alten Brauch will ich nicht untreu werden“ oder „Ich koche, jene kochen nicht: da will ich denen etwas geben, die nicht kochen“, auch nicht, weil er denkt: „So segensreich wie bei den großen Opfern jener Seher der Vorzeit soll das Austeilen meiner Spenden sein“ oder „Wenn ich Gaben spende, dann wird mir das Herz gestillt, innere Erhebung und geistiges Glück steigen auf“ – sondern wenn einer Gaben nur spendet, um das Herz (zur Aufhebung der Triebe) geeignet/fähig zu machen, um das Herz mit dem erforderlichen Werkzeug auszurüsten, der erscheint, weil er auf solche Weise Gabe gespendet hat, nach dem Versagen des Körpers jenseits des Todes in der Gemeinschaft brahmischer Himmelswesen wieder. Wenn er aber dieses Wirken verbraucht hat, diese Macht, diese Hoheit, diese Herrlichkeit, dann kehrt er nicht mehr zu dieser (Sinnensucht-)Welt zurück, er ist ein Nichtwiederkehrer. Das ist der Grund, das ist die

*Bedingung dafür, dass eine Gabe der gleichen Art, von dem einen gegeben, keine große Frucht, keinen großen Segen bringt, aber von einem anderen gegeben, große Frucht, großen Segen.*

Der erste Geber wird von vordergründigen Motiven geleitet: „Nach dem Tod soll es mir gut gehen.“ Der zweite Geber spendet u.a. in dem Gedanken, dass er durch die Freude des Gebens inneres Wohl erfahren wird. Beide gelangen mit dieser Erwartungshaltung nach dem Tod zu den Göttern der Vier Großen Könige und sinken später wieder in die Menschenwelt ab.

Der dritte Geber, vom Erwachten belehrt, ein Heilsgänger, hofft nicht auf Verbesserung der äußeren Situation, hofft nicht auf gute Gefühle, sondern in dem Wissen, dass allein die Verbesserung der Qualitäten des Herzens dem endgültigen Heil näher bringt, geht es ihm um die Ausbildung von Mitempfinden und Loslassen von Sinnlichem. Er erscheint in der Brahmawelt wieder, und da er im Besitz heilender rechter Anschauung ist und Sinnensucht überwunden hat, ist er ein Nichtwiederkehrer. Er kehrt nach Aufzehrung der guten Ernte nicht wie die anderen in die Sinnensuchtwelt zurück, sondern nutzt die Zeit in der Selbsterfahrnis der Reinen Form, die restlichen Triebe aufzuheben, also von dort aus zu erlöschen.

Das sind die Anschauungen, Eigenschaften, Verhaltensweisen, an denen man einen auf das Wahre ausgerichteten Menschen erkennt.

SCHRITT FÜR SCHRITT  
111. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Der Erwachte: Sāriputto ist weise, besitzt große Weisheit, helle Weisheit, flinke Weisheit, scharfsinnige, durchdringende Weisheit. Einen halben Monat lang hat Sāriputto die Erscheinungen Schritt für Schritt mit Klarblick gesehen.

Er erreichte die erste Entrückung und die Erscheinungen bei der ersten Entrückung: Bedenken, Sinnen, geistige Beglückung bis Entzückung, Wohl, Herzenseinigung, Berührung, Gefühl, Wahrnehmung, Absicht, Herz, Wille, Entscheidung, Tatkraft, Beobachtung, Gleichmut, Aufmerksamkeit hat er Schritt für Schritt erfahren, diese Erscheinungen steigen bewusst auf, halten bewusst an, verschwinden bewusst. Und er weiß: So gibt es diese Erscheinungen, nachdem sie vorher nicht vorhanden waren; danach verschwinden sie wieder. Und er ist diesen nicht zugeneigt und nicht abgeneigt, unabhängig, ungebunden, frei, losgelöst, unbeschränkten Gemüts. Er weiß: „Es gibt noch eine höhere Ablösung.“ und indem er diese erreicht, merkt er: „Die gibt es.“

Ebenso hat er die zweite Entrückung erreicht und die Erscheinungen bei der zweiten Entrückung Schritt für Schritt mit Klarblick gesehen: Inneres seliges Schweigen, geistige Beglückung bis Entzückung, Wohl, Herzenseinigung, Berührung, Gefühl, Wahrnehmung, Absicht, Herz, Wille, Entscheidung, Tatkraft, Beobachtung, Gleichmut, Aufmerksamkeit Schritt für Schritt erfahren.....

Ebenso hat er die dritte Entrückung erreicht und die Erscheinungen bei der dritten Entrückung Schritt für Schritt mit Klarblick gesehen: Gleichmut, Wohl, Beobachtung, Klarbewusstsein, Herzenseinigung, Berührung, Gefühl....

Ebenso hat er die vierte Entrückung erreicht und die Erscheinungen bei der vierten Entrückung Schritt für Schritt klarbewusst gesehen: Gleichmut, ohne Leid-, ohne Freudgefühl, Gefühlsstille ohne Anteilnahme des Gemüts, Beobachtung, Reinheit und Einigung des Herzens, Berührung, Gefühl...

Ebenso hat er die friedvollen Verweilungen – die Vorstellung: „Unbegrenzt ist der Raum, unbegrenzt ist die Erfahrung, nichts ist da“ – erreicht, und die jeweiligen Erscheinungen sind ihm ununterbrochen gegenwärtig: Herzenseinigung, Berührung, Gefühl... Gesehen steigen sie auf und verschwinden, und dies weiß er.

Er hat die Vorstellung der Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung erreicht, sieht sie bewusst entstehen und vergehen, sieht, wie Erscheinungen vergangen, ausgerodet sind. Diesen Erscheinungen hängt das Gemüt nicht an, ist nicht an sie gebunden, ist abgelöst. Er weiß: Es gibt noch eine höhere Ablösung.

Er hat die Aufhebung von Wahrnehmung und Gefühl erreicht. Mit Weisheit sieht er die Aufhebung der Wollensflüsse/Einflüsse, sieht, wie Erscheinungen vergangen, ausgerodet sind. Diesen Erscheinungen hängt das Gemüt nicht an, ist nicht an sie gebunden, abgelöst. Er weiß: Es gibt keine höhere Ablösung.

Wenn man zu Recht von irgendjemandem sagen wollte: „Er ist der Sohn des Erhabenen, von echter Abstammung, aus dem Mund geboren, von der Lehre gezeugt, von der Lehre gebildet, Erbe der Lehre, nicht Erbe des Materiellen“, so ist Sāriputto derjenige, von dem man zu Recht dies sagen sollte. Das unübertreffliche Rad der Wahrheit, das vom Erwachten in Gang gesetzt worden ist, wird in rechter Weise von Sāriputto in Gang gehalten.

ERLÄUTERUNG DER SECHSFACHEN  
ABLÖSUNG EINES GEHEILTEN  
112. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Da verkündet ein Mönch die Gewissheit: *Die Triebversiegung ist erreicht.* – Das ist weder zu billigen noch abzuweisen, sondern es ist zu fragen:

1. Es gibt vier Weisen sich auszudrücken: Das Gesehene zu berichten, wie es gesehen wird, das Gehörte zu berichten, wie es gehört wird, die Gedanken zu berichten, wie sie gedacht wurden; das Erfahrene zu berichten, wie es erfahren wurde.

Was kennt und sieht der Ehrwürdige bei diesen vier Weisen und hat das Herz von Wollensflüssen/Einflüssen befreit? –

Bei Gesehenem bin ich nicht zugeneigt und nicht abgeneigt, unabhängig, ungebunden, frei, losgelöst, mit unbeschränktem Herzen. Bei Gehörtem – bei Gedachtem – bei Erfahrenem bin ich nicht zugeneigt und nicht abgeneigt, unabhängig, ungebunden, frei, losgelöst, mit unbeschränktem Herzen. –

Mit dem Ausruf „Gut!“ mag man Freude und Entzücken über die Worte jenes Mönchs äußern und weiter fragen:

2. Es gibt die fünf Zusammenhäufungen. Was kennt und sieht der Ehrwürdige bei diesen und hat das Herz von Wollensflüssen/Einflüssen befreit? –

Die fünf Zusammenhäufungen habe ich als ohnmächtig, unerfreulich, unerquicklich erkannt und Vorlieben und Neigungen aller Art ausgerodet. Durch Versiegung, Entreizung, Ausrodung, Loslassen, Aufgeben ist das Herz erlöst, weiß ich.–

Mit dem Ausruf „Gut!“ mag man Freude und Entzücken über die Worte jenes Mönchs äußern und weiter fragen:

3. Es gibt sechs Gegebenheiten. Was kennt und sieht der ehrwürdige bei diesen und hat das Herz von den Wollensflüssen/Einflüssen befreit? –

Die sechs Gegebenheiten (Festes, Flüssiges, Feuriges, Luft, Raum, Erfahrung) habe ich als uneigen erfahren und als nicht ich und Vorlieben und Neigungen aller Art ausgerodet. Durch

Versiegung, Entreizung, Ausrodung, Loslassen, Aufgeben ist das Herz erlöst, weiß ich. –

Mit dem Ausruf „Gut!“ mag man Freude und Entzücken über die Worte jenes Mönchs äußern und weiter fragen:

4. Es gibt sechs Sinnesdränge und sechs als Außen erfahrene Vorstellungen (durch den Luger erfahrbare Formen, durch den Lauscher erfahrbare Töne, durch den Riecher erfahrbare Düfte, durch den Schmecker erfahrbare Säfte, durch den Taster erfahrbare Tastungen, durch den Denker erfahrbare Gedanken). Was kennt und sieht der Ehrwürdige bei diesen und hat das Herz von Wollensflüssen/Einflüssen befreit? –

Beim Luger, bei der Form, bei der Luger-Erfahrung, bei den durch den Luger erfahrbaren Erscheinungen...– dabei sind Wunsch und Gier, Befriedigung und Durst und Vorlieben und Neigungen aller Art ausgerodet. Durch Versiegung, Entreizung, Ausrodung, Loslassen, Aufgeben ist das Herz erlöst, weiß ich. –

Mit dem Ausruf „Gut!“ mag man Freude und Entzücken über die Worte jenes Mönchs äußern und weiter fragen:

5. Was kennt und sieht der Ehrwürdige bei allen äußeren Eindrücken auf diesen mit Erfahrung besetzten Körper und hat die ich- und mein-machenden Triebe ganz und gar entwurzelt? –

Früher war ich unwissend, dann habe ich aus Vertrauen zum Erwachten den Gang zur Vollendung beschritten: Habe mich geübt in Tugend, Zügelung der Sinnesdränge, Maßhalten beim Essen, Wachsamkeit auf die Herzensbefleckungen, Klarbewusstsein, Zufriedenheit, Aufhebung der fünf Hemmungen und erreichte weltlose Entrückungen, Erkenntnis der vier Heilswahrheiten, Befreiung von den Wollensflüssen / Einflüssen. Erreichte Wissen um die Befreiung von den Wollensflüssen/Einflüssen. (Bescheiden nennt er nur das letzte Wissen.) –

Mit dem Ausruf „Gut!“ mag man Freude und Entzücken über die Worte jenes Mönchs äußern. Danach sollte man zu ihm sagen: „Es ist ein Gewinn für uns, dass wir so einen Gefährten im Reinheitswandel sehen wie den Ehrwürdigen.“



DER MENSCH, DER AUF DAS WAHRE,  
DAS VOLLKOMMENE, AUSGERICHTET IST  
113. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Welcher Art ist der Mensch,  
der auf das Wahre, das Vollkommene,  
ausgerichtet ist?

In unserer Lehrrede werden der „wahre Mensch“, der auf das Wahre, das Vollkommene, ausgerichtet ist (*sappurisa*) – das ist der Kenner der Lehre des Erwachten – und der Mensch, der nicht auf das Wahre, das Vollkommene ausgerichtet ist – der Nichtkenner der Lehre des Erwachten, der unbelehrte Mensch (*a-sappurisa*) – einander gegenübergestellt. K.E. Neumann übersetzt *sappurisa* mit „guter Mensch“, aber hier geht es nicht um die moralische Unterscheidung gut-schlecht, sondern um den belehrten und den unbelehrten Menschen. Der unbelehrte Mensch ist einer, der die Lehre des Buddha, und das heißt die Wahrheit von der Wirklichkeit, „nicht gehört“ und vor allem „nicht verstanden“ hat; und zwar handelt es sich hier nicht um die Lehre des Buddha über Karma, Fortexistenz und höhere, hellere Daseinsformen, so wichtig diese Lehren auch sind, sondern es geht nur um die vier Heilswahrheiten:

*Der unbelehrte Mensch hat keinen Blick für den Heilsstand. Er kennt nicht das Wesen des Heils und ist unerfahren in den Eigenschaften des Heils. Er hat keinen Blick für den wahren Menschen, kennt nicht die Art des wahren Menschen und ist unerfahren in den Eigenschaften des wahren Menschen. (M 1)*

Der unbelehrte Mensch hat die endlose Fortbildung der Leidensmasse durch das ständige Zusammenhäufen der fünf Zusammenhäufungen nicht durchschaut und damit das Wissen, dass Wahn die Ich-Umwelt-Spaltung entwirft, noch nicht erworben. Und selbst wenn er mit jenseitigen Möglichkeiten von Freuden und Leiden rechnet und sich möglichst so verhält,

dass er auch dort auf Freuden hoffen darf, so hat er doch die Ausweglosigkeit der Wandlungen der fünf Zusammenhäufungen nicht im Blick.

*Er kennt den Heilsstand nicht, sagt der Erwachte, und er kennt nicht die Art, die Eigenschaften des wahren Menschen,* das heißt, er erkennt nicht solche Menschen, die die Wahrheit von der Nichtlichkeit der fünf Zusammenhäufungen so begriffen haben, dass sie unwiderruflich in die Entwicklung eingetreten sind, die ganz sicher zur baldigen Beendigung des Saṃsāra führt. Wer selber diesen Status noch nicht gewonnen hat und ihn darum nicht kennt, der kann auch die Art, die Eigenschaften solcher Menschen, die ihn gewonnen haben, nicht erkennen. Erst wer solche Eigenschaften besitzt, erkennt sie auch bei anderen. Der Erwachte sagt (M 110), dass der wahre Mensch sowohl seinesgleichen wie auch den unbelehrten Menschen erkennt, aber der unbelehrte Mensch erkennt weder seinesgleichen noch den wahren Menschen.

Der wahre Mensch, der Heilsgänger, hat das über alles Erhabene, das Wahre, gehört und endgültig begriffen. Er ist nach S 25 ausgewiesen als ein Mensch, der wenigstens endgültig den Stand des Nachfolgenden (*anusāri*) erworben hat, jenen Stand, der ihn oft noch im gleichen Leben zum Eintritt in die Heilsströmung bringt. Er hat bei vorübergehend ganz reinem, unbeeinflusstem Herzen gesehen, dass alle perspektivischen Standpunkte nur durch die Triebe bedingt sind. Wenn die Triebe berührt werden, Gefühl aufkommt, dann wird in der Wahrnehmung ein wollendes Ich erlebt, das auf das Erlebte reagieren muss. Der Erwachte spricht von den ich- und meinmachenden Trieben. Der Heilgewordene hat sie überwunden, der wahre Mensch weiß um sie und wehrt sie ab. Er hat das Heilsziel so begriffen, dass er weiß: „Nur durch die Aufhebung aller Triebe ist Sicherheit für immer, und dann gibt es keinen Wandel mehr.“ Und diese Aufhebung wird eingeleitet durch Pflege der rechten Anschauung, des rechten Bedenkens und der Tugend.

Der Erwachte nennt drei Arten der Leidhaftigkeit im Samsāra, im Lauf des Immer-wieder-Geborenwerdens-und-Sterbens der Wesen:

1. Die Leidhaftigkeit des unmittelbaren „leibhaftigen“ Schmerzes (*dukkhā dukkhatā*) durch den grobstofflichen Körper bei Geburt, Alter, Krankheit, Sterben und auch durch das Herumschleppen der Körperlast, durch Essen und Entleerung, aber auch durch die körperbedingte sinnliche Wahrnehmung, den Prasselhagel von Sinneseindrücken, den der Erwachte mit Schwertereschlägen, Klingenhieben und mit nagenden Insekten an offenen Wunden vergleicht.

2. Die Leidhaftigkeit der Bewegtheit (*sankhāra-dukkhatā*), des Sinnens und Erwägens, des Redens und Handelns, der Anstrengung und Mühsal, um die gewünschten Dinge und Ziele zu erreichen. Mit mancher Anstrengung holen wir uns noch zusätzlichen Schmerz, indem wir das Gewünschte nicht erreichen oder feststellen müssen, dass das Gewünschte nicht das erwartete Wohl bringt, dass wir uns getäuscht haben.

Der Erwachte vergleicht (M 12) den Kreislauf der Wesen durch die Wiedergeburten und Tode (samsāra) mit einem Marsch durch die trockene Wüste. Vom Sonnenbrand gequält, vom Durst gepeinigt, wandert der unbelehrte Wohlsuchende durch die Wüste und gerät entweder in eine glühende Kohlengrube (Gleichnis für die Wiedergeburt in der Hölle) oder in eine Jauchegrube (Gleichnis für die Wiedergeburt als Tier) oder unter einen dünnen Baum mit wenig Schatten (Gleichnis für die Wiedergeburt in der Gespensterwelt) oder gerät zu einem Baum, der reichen Schatten bietet, aber nicht den Durst löscht (Gleichnis für die Wiedergeburt als Mensch), oder er kommt in ein kühles Landhaus (Gleichnis für die Wiedergeburt in himmlischen Welten) – aber selbst dort wird der brennende Durst nicht gelöscht.

3. Die Leidhaftigkeit der dauernden Wandlung (*viparināma dukkhatā*), der Vergänglichkeit, der Trennung von Liebem, die gefühlt und wahrgenommen wird. Selbst wenn sich die Wesen mit Erfolg bemühen, Höheres zu erleben – sie fallen wieder

zurück in dunkles Erleben, wenn sie nicht das Wahre, das Unvergängliche, das vollkommene Wohl so verstanden haben, dass sie dieses anstreben.

Die Triebversiegung, das Nibbāna dagegen, wird verglichen mit einem See voll kühlem Wasser, von dem der durstige Wanderer trinkt und in dem er den Körper erfrischt. Danach geht der Durstgestillte in den kühlen Schatten des Waldes und lässt sich dort nieder. – Die Mühsal des Existenzkampfes, das Immer-etwas-unternehmen-Müssen, um Leiden zu entgehen, ist beendet. Das ist das Ziel, das der wahre Mensch, der Heilsgänger, anstrebt.

In der folgenden Lehrrede wird der durch die rechte Anschauung bereits gewandelte Charakter des auf das Wahre gerichteten Menschen dem des unbelehrten Menschen gegenübergestellt, und zwar am Beispiel der Überheblichkeit oder Nichtüberheblichkeit anderen gegenüber.

Ein möglicher Anlass zur Überhebung:

„Ich bin aus einer vornehmen – angesehenen – wohlhabenden Familie, die anderen Mönche nicht.“

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Sāvatti, im Siegerwald, im Garten Anāthapindikos. Dort nun wandte sich der Erhabene an die Mönche: Ihr Mönche – Erhabener! –, antworteten da jene Mönche dem Erhabenen aufmerksam. Der Erhabene sprach:*

*Die Art eines Menschen, der auf das Wahre, das Vollkommene, ausgerichtet ist, will ich euch zeigen, ihr Mönche, und die Art eines nicht auf das Wahre, das Vollkommene ausgerichteten Menschen. Das höret und achtet wohl auf meine Rede. – Ja, o Herr, – antworteten da jene Mönche dem Erhabenen aufmerksam. Der Erhabene sprach:*

*Was ist nun, ihr Mönche, die Art eines nicht auf das Wahre ausgerichteten Menschen? Da ist, ihr Mönche, ein nicht auf das Wahre ausgerichteter Mensch aus einer guten Familie aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen. Der denkt bei sich: „Ich bin aus einer guten Familie aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen; diese anderen Mönche aber sind es nicht.“ Wegen seiner guten Abstammung überhebt er sich und schätzt andere als geringer ein. Das ist die Art eines nicht auf das Wahre ausgerichteten Menschen.*

*Ein auf das Wahre ausgerichteter Mensch aber denkt bei sich: „Nicht kann man durch gute Abstammung die Eigenschaft der Gier (lobhadhamma) zum Schwinden bringen, kann man die Eigenschaft der Abgeneigtheit bis Hass (dosadhamma) zum Schwinden bringen, kann man die Eigenschaft der Blendung (mohadhamma) zum Schwinden bringen. Wenn auch einer nicht aus gutem Haus in die Hauslosigkeit gezogen ist, aber der Lehre gemäß lebt, richtig vorgeht, der Lehre nachfolgt, so sollte er deswegen geachtet werden, so sollte er deswegen gepriesen werden.“ Indem er so dem richtigen Vorgehen den Vorzug vor der guten Herkunft gibt, überhebt er sich nicht und schätzt andere nicht als geringer ein. Das ist die Art eines auf das Wahre ausgerichteten Menschen.*

*Weiter sodann, ihr Mönche, da ist ein nicht auf das Wahre ausgerichteter Mensch aus einer angesehenen Familie – aus einer wohlhabenden Familie – aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen. Der denkt bei sich: „Ich bin aus einer angesehenen Familie – aus einer wohlhabenden Familie – aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen; diese anderen Mönche aber sind es nicht.“ Wegen seiner Abstammung von einer angesehenen – wohlhabenden – Familie überhebt er sich und*

*schätzt andere als geringer ein. Das ist die Art eines nicht auf das Wahre ausgerichteten Menschen.*

*Ein auf das Wahre ausgerichteter Mensch aber denkt bei sich: „Nicht kann man durch die Herkunft aus einer angesehenen – wohlhabenden – Familie die Eigenschaft der Gier zum Schwinden bringen, kann man die Eigenschaft der Abgeneigtheit bis Hass zum Schwinden bringen, kann man die Eigenschaft der Blendung zum Schwinden bringen. Wenn auch einer nicht aus einer angesehenen – wohlhabenden – Familie aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen ist, aber der Lehre gemäß lebt, richtig vorgeht, der Lehre nachfolgt, so sollte er deswegen geachtet werden, so sollte er deswegen gepriesen werden.“ Indem er so dem richtigen Vorgehen den Vorzug vor der familiären Herkunft gibt, überhebt er sich nicht und schätzt andere nicht als geringer ein. Das ist die Art eines auf das Wahre ausgerichteten Menschen.*

Der auf das Wahre ausgerichtete Mensch hat die höchste Aussage des Erwachten verstanden, dass Dasein aus den fünf Zusammenhäufungen besteht. Was es an Daseinsbereichen gibt: Hölle, Tierreich, Gespenster, Menschen, Gottheiten – sie alle bestehen nur aus der Wahrnehmung von Formen und Gefühlen. Vom menschlichen Standpunkt aus geurteilt, werden in den unteren Daseinsbereichen starke Wehgefühle, in den oberen Bereichen größte Wohlgefühle erfahren. Aber die Heilgewordenen lehren, dass schon die Tatsache, dass Formen und Gefühle wahrgenommen werden, Leiden ist. Der Erwachte wird bezeichnet als der Bändiger der Menschen, die sich bändigen lassen. Der auf das Wahre ausgerichtete Mensch ist einer, der sich bändigen lässt, sich belehren lässt, zuhört, ein-sieht und nach den Einsichten vorgeht.

Der „Gebändigte“, der auf das Wahre ausgerichtete Mensch kommt bei allem, was es auch sei: ob da ein Geliebter

stirbt oder ob eine Freundschaft oder ein Kameradschaftsverhältnis zerbricht oder ob Krieg ausbricht und Gefahren bevorstehen – immer schneller auf den Gedanken zurück: „Was da kommt, sind immer nur die fünf Zusammenhäufungen, immer werden Formen und Gefühle wahrgenommen; reagiere ich darauf, so schaffe ich damit eine entsprechende Gewöhnung und werde immer weiter so darauf reagieren müssen ohne Ende; denn es gibt kein endgültiges Vernichtetsein, nur ein Weiterrollen der fünf Zusammenhäufungen. Ich pflege bei allen Begegnungen immer den Anblick: Das ist Vergängliches, Unbeständiges. Ich habe zwar noch manche Bedürfnisse, aber ich entwöhne mich allmählich davon.“

Wer von sich aus immer wieder zu dem Anblick der fünf Zusammenhäufungen hinfinden kann und damit von den vordergründigen Erscheinungen immer wieder zurücktreten kann, der ist auf dem Weg, der endgültig aus dem Kreislauf des Immer-wieder-Geborenwerdens-und-Sterbens herausführt.

Der nicht auf das Wahre ausgerichtete Mensch dagegen folgt in seinen Gedanken der vordergründigen sinnlichen Wahrnehmung: „Ich bin aus angesehenem, wohlhabendem Haus, habe darum viel bessere Voraussetzungen als andere.“ Das, was äußerlich die Sinne anbieten, was er äußerlich erlebt als Ergebnis früheren Wirkens, das nimmt er als Basis, als Richtschnur. Aber warum ist auch der nicht auf das Wahre ausgerichtete Mensch in den Orden gegangen? Um dem Leidenskreislauf endgültig zu enttrinnen. Er hat vom Erwachten gehört, dass Anziehung, Abstoßung, Blendung die Wesen ununterbrochen im Leidenskreislauf festhalten. Je mehr Anziehung, Abstoßung, Blendung zunehmen, um so schmerzlichere Gefühle mit dunklen Formen werden wahrgenommen. Aber der nicht auf das Wahre ausgerichtete Mensch hat sich nicht darin geübt, die fünf Zusammenhäufungen in seiner Existenz zu entdecken, hat die Belehrung des Erwachten nicht auf sein Leben angewandt. Das „von ihm“ Wahrgenommene nimmt der nicht auf das Wahre ausgerichtete Mensch für

Wahrheit, für Wirklichkeit und spinnt darum weiter: „Ich bin ein solcher Vornehmer, dieser da ist kein solcher Vornehmer.“ *So überhebt er sich und schätzt andere als geringer ein.*<sup>190</sup>

Der auf das Wahre ausgerichtete Mensch nimmt die Wahrnehmung nicht als feste Gegebenheit, als Realität, sondern ist sich bewusst: Ununterbrochen rieselt heran, was früher geschaffen wurde. Die jetzt erlebte, mit Gefühl übergossene Blendungswahrnehmung entwirft eine Unterscheidung zwischen Ich und Umwelt. Nehme ich diese als wirklich, so führt das zur Verstärkung des Ich-bin-Eindrucks, zur Verstärkung des Welteindrucks. Je mehr ich an Umwelt denke als Umwelt und an mich als Ich, um so mehr arbeite ich diese Zwieheit heraus. Der Erwachte sagt (S 12,15):

*Wer da aber nicht herantritt, nicht ergreift, nicht sich aneignet, nicht sich dahin richtet und in dem Wissen „hier ist gar kein Ich! Leiden ist alles, was immer entsteht, Leiden ist alles, was immer vergeht“, nicht mehr zweifelt, nicht mehr bangt, im Besitz des von allen Meinungen unabhängig machenden Klarwissens – das ist richtiger Anblick.*

Wer sich häufig vor Augen führt: Wahrnehmung ist Blendung, zustande gekommen durch die Triebspannung Anziehung/Abstoßung, der schaltet bei dem Gedanken an seine familiäre Herkunft sofort um auf die wirkliche Ursache alles Erlebten: Anziehung, Abstoßung, die zwei Seiten der Triebe, und erkennt diese als die Ursache allen Leidens, die es durch rechtes Bewerten aufzuheben gilt: *Nicht doch wegen der guten Herkunft kann man Anziehung, Abstoßung ver-*

---

<sup>190</sup> Für die Pälieworte *ukkamseti param vambhati*, die wir wiedergegeben haben mit „er überhebt sich und schätzt die anderen gering“ hat K.E.Neumann starke Begriffe gewählt: „Er brüstet sich und verachtet die anderen.“ Aber schon ein kurzer unausgesprochener Gedanke „darin bin ich besser als der“ ist mit diesen Pälieworten gemeint.



*lieren.* Er erhebt sich mit rechter Bewertung immer wieder über vordergründige Wahrnehmungen, hält sich zurück bei sinnlichen Wahrnehmungen.

Wer sich dagegen über andere erhebt, andere geringer einschätzt als sich selber, der hält an der Ichheit fest, an der Duheit fest, hält die Zwieheit, die Begegnungsweise fest. Je stärker er das Ich hervorhebt, das Du geringschätzt, um so spannungsvoller werden die Begegnungsszenen, um so leidiger werden die Gefühle und die Begegnungsformen, die er wirkt. Der nicht auf das Wahre ausgerichtete Mensch lebt von der Wahrnehmung, von dem Glanz, der seine Ichheit umgibt, von der Bestätigung der Triebe; der auf das Wahre ausgerichtete Mensch hat durch die Belehrung des Erwachten gegenwärtig: Die Triebe sind das Übel. Ihm geht es um die Aufhebung der Triebe, um die Aufhebung von Anziehung, Abstoßung, dann schwindet auch die Blendung, der Ich-/Umwelt-Wahn.

Der Weg dahin ist die Einebnung der Wahrnehmung von Ich und Du in dem Gedanken: „Hier erscheint, blendet aus früherem Wirken ein Ich gegenüber einem Du auf.“ Die rechte Anschauung weiß, dass das vermeinte Ich und das vermeinte Du ein Wahn ist, der immer wieder Schmerz erzeugt, einem Sumpf vergleichbar, der ständig von Steinen getroffen wird.

Es liegt in der Natur des Menschen, an einen anderen Menschen herabwürdigend zu denken, das Negative schnell zu sehen, weil er sich selber überlegen, wohler fühlt, wenn er beim anderen Negatives sieht. Da geht es darum, dies bewusst zu merken und bewusst umzuschalten, die Wesen heraufwürdigend zu bedenken. Wenn der Übende die Gewöhnung entwickelt, im erhellenden Sinn an andere zu denken – „das ist auch ein Wohlsucher wie ich auch, wir haben das gleiche Anliegen, nämlich Wohl zu erleben“ – dann gelingt es ihm auch bei sich selber, zu einem helleren Lebensgefühl zu kommen. Je mehr der auf das Wahre ausgerichtete Mensch merkt, dass er durch die Triebe so empfinden muss, wie er empfindet, durch seine Denkgewöhnungen auch so denken, reden und handeln muss, um so mehr entdeckt er diese Bedingtheit auch

bei anderen. Mit dieser Erkenntnis wird alle dem Menschen eigene Kritikneigung und aller Hochmut und Dünkel hinweggespült. Doch das ist nur möglich, wenn alle weltlichen Ziele, welche den Menschen reißen und zerren, welche seine Ungeduld und seine Härte entfachen, für Staub erachtet worden sind, weil das Heil begriffen und zeitweilig bereits erfahren wurde.

Überheblichkeit kann nur dort entstehen, wo man nach „unten“ schaut, auf „Geringeres“. Man wird dann leicht auch selbst dort, wo Größeres ist, Geringeres zu sehen glauben. In solchen Fällen ist ein Mensch durch Überheblichkeit gehindert am weiteren Streben. Wer sich für besser und größer hält, gewinnt daraus keinen Anreiz, wahrhaft besser und größer zu werden, als er bis jetzt wirklich ist; diesen Anreiz gewinnt man nur dann, wenn man über sich schaut, wenn man auf Größeres sieht. Je weiter man fortschreitet, um so mehr schwinden Stolz und Überheblichkeit. So heißt es (M 70):

*Dem Mönch mit Heilsvertrauen, der im Orden des Meisters mit Eifer sich übt, geht die Zuversicht auf: „Meister ist der Erhabene, Jünger bin ich. Der Erhabene weiß, ich weiß nicht.“*

Was andere auch an ihm loben mögen – er denkt bei sich: „Das bin ich ja nicht, das ist etwas Vergängliches, das mir nicht gehört.“

Das Gegenteil von Überheblichkeit, die Frucht ihrer Überwindung ist die Demut. Und der Erwachte zeigt, dass die wahre Demut am besten daraus erwächst, dass der auf das Wahre ausgerichtete Mensch das Zusammenspiel der fünf Zusammenhäufungen vergleicht mit der Vollkommenheit, mit dem Heilsstand. Er wird dann, solange er den Heilsstand noch nicht erreicht hat, sondern noch abhängig, nicht unabhängig ist, nirgends einen Grund zur Überheblichkeit sehen, sondern Gründe zur Demut. Er vergleicht sich dann nicht mehr mit anderen Menschen, sondern vergleicht sich mit dem Ziel, das

er darum anstrebt, weil er es als das Ende von allem Leiden, allem Elend und allem Mühen erkennt, mit der vollkommen heilen Situation, dem Heilsstand.

Wer sich mit diesem Wertmaßstab nach der Wegweisung des Erwachten einübt, und zwar zuerst in der Verbesserung, Erhellung der Triebe durch Rücksicht und Schonen den Mitwesen gegenüber – wodurch er mit den anderen auf gleich und gleich steht ohne trennende Emotionen, so dass das Verhältnis harmonisch, eine Einheit wird, dem das Du nicht weniger wert ist als das Ich – dem werden die Vielfaltsbilder geringer, immer sanftere Begegnung findet statt, und irgendwann ist die innere Freudigkeit, das innere Wohl so groß, dass Einzelheiten, Formen, Töne usw., nicht mehr wahrgenommen werden.

Die auf diesem Weg sich befinden, *die gehen richtig vor, folgen der Lehre nach und sind darum zu achten, zu preisen* – völlig unabhängig davon, von welcher Herkunft sie sind.

In dieser Lehrrede werden noch viele weitere Wahrnehmungen genannt, auf die einer stolz sein kann und sich darum besser als andere dünken kann.

Ein weiterer möglicher Anlass zur Überhebung:  
„Ich bin bekannt und berühmt, andere nicht“

*Weiter sodann, ihr Mönche, ist ein nicht auf das Wahre ausgerichteter Mensch bekannt und berühmt. Der denkt bei sich: „Ich bin bekannt und berühmt; diese anderen Mönche aber sind es nicht.“ Weil er bekannt und berühmt ist, überhebt er sich und schätzt andere als geringer ein. Das ist die Art eines nicht auf das Wahre ausgerichteten Menschen.*

*Ein auf das Wahre ausgerichteter Mensch aber denkt bei sich: „Nicht kann man durch Bekanntheit und Berühmtheit die Eigenschaft der Gier zum Schwinden bringen, kann man die Eigenschaft der*

*Abgeneigtheit bis Hass zum Schwinden bringen, kann man die Eigenschaft der Blendung zum Schwinden bringen. Wenn auch einer nicht bekannt und berühmt ist und aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen ist, aber der Lehre gemäß lebt, richtig vorgeht, der Lehre nachfolgt, so sollte er deswegen geachtet werden, so sollte er deswegen gepriesen werden.“ Indem er so dem richtigen Vorgehen den Vorzug vor der eigenen Bekanntheit und Berühmtheit gibt, überhebt er sich nicht und schätzt andere nicht als geringer ein. Das ist die Art des auf das Wahre ausgerichteten Menschen.*

Hier geht es nicht um die Herkunft, sondern um herausragende eigene Leistung im Hausleben, durch die er bekannt und berühmt wurde. Vielleicht war er längere Zeit als im Haus lebender Anhänger der Lehre ein großer Geber, bekannt und berühmt wegen seiner Freigebigkeit, oder er übte einen herausragenden Beruf aus. Aber jetzt ist er in den Orden gegangen, um die Triebversiegung direkt anzustreben, und ein vom Erwachter belehrter, auf das Wahre ausgerichteter Mensch führt sich vor Augen: Der Lehre lehrgemäß nachfolgen bringt weit mehr Wohl als die Wahrnehmung von doch sehr wandelbarer Berühmtheit. Darum setzt er sich nicht überheblich von seinen Mitmönchen ab, sondern fühlt sich mit ihnen eins darin, dass es zunächst um die Erhellung der Triebe geht und dann um ihre Aufhebung. Nur diese Aufgabe ist wichtig und zählt, alles andere sind rieselnde Wahrnehmungsbilder.

Ein weiterer möglicher Anlass zur Überhebung:

„Ich bekomme Kleidung, Nahrung, Lagerstatt  
und Arznei im Fall einer Krankheit“

*Weiter sodann, ihr Mönche, werden einem nicht auf das Wahre ausgerichteten Menschen Kleidung, Nahrung, Lagerstatt, Arznei im Fall einer Krankheit gespendet. Der denkt bei sich: „Mir werden Kleidung,*

*Nahrung, Lagerstatt, Arznei im Fall einer Krankheit gespendet, den anderen Mönchen aber nicht.“ Weil er Kleidung, Nahrung, Lagerstatt, Arznei im Fall einer Krankheit bekommt, überhebt er sich und schätzt andere als geringer ein. Das ist die Art eines Menschen, der nicht auf das Wahre ausgerichtet ist.*

*Ein auf das Wahre ausgerichteter Mensch aber denkt bei sich: „Nicht kann man durch Erhalt von Kleidung, Nahrung, Lagerstatt, Arznei im Fall einer Krankheit die Eigenschaft der Gier zum Schwinden bringen, kann man die Eigenschaft der Abgeneigtheit bis Hass zum Schwinden bringen, kann man die Eigenschaft der Blendung zum Schwinden bringen. Wenn einer auch keine Kleidung, Nahrung, Lagerstatt, Arznei im Fall einer Krankheit bekommt und aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen ist, aber der Lehre gemäß lebt, richtig vorgeht, der Lehre nachfolgt, so sollte er deswegen geachtet werden, so sollte er deswegen gepriesen werden.“ Indem er so dem richtigen Vorgehen den Vorzug vor dem Erhalt von Nahrung, Kleidung, Lagerstatt, Arznei im Fall einer Krankheit gibt, überhebt er sich nicht und schätzt andere nicht als geringer ein. Das ist die Art eines auf das Wahre ausgerichteten Menschen.*

Dieser Grund, sich besser zu dünken als andere, wird in vielen Lehrreden erwähnt. So heißt es in D 25: Ein Übender nimmt eine harte Übung auf sich. Durch diese Übung gelangt er, weil die im Haus Lebenden ihn bewundern, zu Almosen, Ehre und Ruhm. Wegen dieser Erlangung von Almosen, Ehre und Ruhm überhebt er sich und schätzt andere als geringer ein – das ist eine Herzensbefleckung des Übenden.

Dagegen die Haltung des auf das Wahre ausgerichteten Menschen, wie sie in M 29, M 30 beschrieben wird:

*Da ist einer von Vertrauen bewogen aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen: „Versunken bin ich in Geborenwerden, Altern und Sterben, in Wehe, Jammer und Leiden, in Gram und Verzweiflung, in Leiden versunken, in Leiden verloren! O dass es doch möglich wäre, dieser ganzen Leidensfülle ein Ende zu machen.“ Mit solcher Gesinnung hat er der Welt entsagt und erlangt Almosen, Ehre und Ruhm. Diese Erlangung von Almosen, Ehre und Ruhm erfreut ihn nicht, seine Gedanken sind nicht davon erfüllt. Er überhebt sich nicht deswegen, schätzt andere nicht als geringer ein. Jene Eigenschaften, die höher und feiner sind als die Erlangung von Almosen, Ehre und Ruhm, jene Eigenschaften und Errungenschaften strebt er an und kämpft.*

Ebenso A IV,28:

Hat der Mönch ein Gewand – Almosenspeise – Lagerstatt – erhalten, so benutzt er diese unverblendet, unverlockt, das Elend sehend und der Entrinnung eingedenk. In jeder Weise zufrieden, überhebt er sich nicht und schätzt andere nicht als geringer ein.

Ein weiterer möglicher Anlass zur Überhebung:  
„Ich weiß viel, die anderen Mönche  
wissen nicht viel.“

*Weiter sodann, ihr Mönche, weiß ein nicht auf das Wahre ausgerichteter Mensch viel. Der denkt bei sich: „Ich weiß viel, die anderen Mönche aber wissen nicht viel.“ Weil er viel weiß, überhebt er sich und schätzt andere als geringer ein. Das ist die Art eines nicht auf das Wahre ausgerichteten Menschen.*

*Ein auf das Wahre ausgerichteter Mensch aber denkt bei sich: „Nicht kann man durch Vielwissen die Eigenschaft der Gier zum Schwinden bringen, kann man die Eigenschaft der Abgeneigtheit bis Hass zum Schwinden bringen, kann man die Eigenschaft der*

*Blendung zum Schwinden bringen. Wenn einer auch nicht viel weiß und aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen ist, aber der Lehre gemäß lebt, richtig vorgeht, der Lehre nachfolgt, so sollte er deswegen geachtet werden, so sollte er deswegen gepriesen werden.“ In dem er so dem richtigen Vorgehen den Vorzug vor dem Vielwissen gibt, überhebt er sich nicht und schätzt andere nicht als geringer ein. Das ist die Art eines auf das Wahre ausgerichteten Menschen.*

Von dem erfahrenen Heilsgänger heißt es, er sei *sutavā*, er habe die höchste Lehre des Erwachten, die entscheidende Lehre über die Nicht-Ichheit, die *anatta*-Lehre, gehört und verstanden. Der, der viel gehört hat und weiß (*bahu-suta*), mag viele Lehrreden gehört und gar auch auswendig behalten, aber doch das Entscheidende nicht begriffen haben. So heißt es im „Wahrheitspfad“ 259:

*Auch wer nur wenig hat gehört,  
die Wahrheit aber bei sich selbst ergründet hat,  
der ist der Lehre Kenner ganz,  
gar nimmer lässt er ab von ihr.*

Manche wollen sehr viel wissen, haben ins Einzelne gehende Fragen, doch diese betreffen oft nicht die entscheidende, die höchste Heilswahrheit.

Andererseits empfiehlt der Erwachte, seine Aussagen zu hören, zu bedenken, also Wissen einzusammeln, um in den jeweiligen Situationen immer besser zu wissen, was richtig und falsch ist. Er vergleicht das erworbene Wissen mit Waffen für den Kampf (A VII,63): Mit den gehörten, im Wortlaut eingepägten Lehrreden bekämpft der Übende die verschiedenen Angehungen. Er rüstet sich innerlich mit guten Gedanken, bereitet sich vor, damit er nicht in seinen besten Bestrebungen unterliegt. Aber nicht benutzt er das erworbene Wissen zur Ichverstärkung: „Ich weiß mehr als andere“, sondern er weiß,

dass das Ziel die Befreiung von den Trieben ist. Er hält sich gegenwärtig: Was auch geschieht, es sind Vorgänge innerhalb der fünf Zusammenhäufungen. Er hält sich die Wandelbarkeit der fünf Zusammenhäufungen vor Augen und entfernt sich dadurch immer mehr von den Dingen der Welt. Damit ist es ihm unmöglich, sich zu überheben und andere als geringer einzuschätzen. Er ist ja dabei, den Unterschied zwischen Ich und Du einzuebnen.

Ein weiterer möglicher Anlass zur Überhebung:  
„Ich bin Behälter der Ordensregeln“

*Weiter sodann, ihr Mönche, da ist ein nicht auf das Wahre ausgerichteter Mensch ein Behälter der Ordensregeln. Der denkt bei sich: „Ich bin ein Behälter der Ordensregeln, die anderen Mönche aber nicht.“ Weil er ein Behälter der Ordensregeln ist, überhebt er sich und schätzt andere als geringer ein. Das ist die Art eines nicht auf das Wahre ausgerichteten Menschen.*

*Ein auf das Wahre ausgerichteter Mensch aber denkt bei sich: „Nicht kann man dadurch, dass man die Ordensregeln behält, die Eigenschaft der Gier zum Schwinden bringen, kann man die Eigenschaft der Abgeneigtheit bis Hass zum Schwinden bringen, kann man die Eigenschaft der Blendung zum Schwinden bringen. Wenn einer auch nicht Behälter der Ordensregeln ist und aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen ist, aber der Lehre gemäß lebt, richtig vorgeht, der Lehre nachfolgt, so sollte er deswegen geachtet werden, so sollte er deswegen gepriesen werden.“ In dem er so dem richtigen Vorgehen den Vorzug vor dem Behalten der Ordensregeln gibt, überhebt er sich nicht und schätzt andere nicht als geringer ein. Das ist die Art des auf das Wahre ausgerichteten Menschen.*



Der Erwachte hat im Anschluss an manches falsche und zu üblen Folgen führende Verhalten der Mönche viele Regeln erlassen, um die Übenden von außen her vor ihren Trieben zu schützen, ein friedliches Miteinander der Mönche untereinander sowie im Umgang der Mönche mit den im Haus Lebenden ein beiderseits gutes Verhältnis zu gewährleisten. Der Sakyer Upāli, ein einstiger Barbier, war ein Experte der Ordensregeln, so dass der Buddha erklärte, er stehe an der Spitze der Behälter der Ordensregeln (A I,19). Er stellte dem Erwachte viele Fragen zu den Ordensregeln, behielt die Antworten im Gedächtnis und gab sein Wissen an viele Schüler weiter. Aber er dünkte sich nicht besser als andere, sondern stellte sein Wissen in den Dienst des Ordens. Auch er erreichte die Triebversiehung.

Ein weiterer möglicher Anlass zur Überhebung:  
„Ich bin ein Erklärer der Lehre,  
die anderen Mönche nicht“

*Weiter sodann, ihr Mönche, da ist ein nicht auf das Wahre ausgerichteter Mensch ein Erklärer der Lehre. Der denkt bei sich: „Ich bin ein Erklärer der Lehre, die anderen Mönche nicht.“ Weil er ein Erklärer der Lehre ist, überhebt er sich und schätzt andere als geringer ein. Das ist die Art eines nicht auf das Wahre ausgerichteten Menschen.*

*Ein auf das Wahre ausgerichteter Mensch aber denkt bei sich: „Nicht kann man dadurch, dass man ein Erklärer der Lehre ist, die Eigenschaft der Gier zum Schwinden bringen, kann man die Eigenschaft der Abgeneigtheit bis Hass zum Schwinden bringen, kann man die Eigenschaft der Blendung zum Schwinden bringen. Wenn einer auch kein Erklärer der Lehre ist und aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen ist, aber der Lehre gemäß lebt, richtig vorgeht, der Lehre*

*nachfolgt, so sollte er deswegen geachtet werden, so sollte er deswegen gepriesen werden.“ Indem er so dem richtigen Vorgehen den Vorzug vor dem Erklären der Lehre gibt, überhebt er sich nicht und schätzt andere nicht als geringer ein. Das ist die Art eines auf das Wahre ausgerichteten Menschen.*

Der Erwachte sagt (M 103): *Wenn die anderen einen Mönch fragen würden: „Hat wohl der Ehrwürdige jene Mönche vom Unrechten abgebracht und im Rechten bestärkt“, so würde ein Mönch recht antworten, wenn er sagen würde: „Ich war da zum Erhabenen gegangen, und der Erhabene hat mir die Lehre dargelegt. Da ich nun die Lehre vernommen habe, habe ich sie den Mönchen vorgetragen. Auf diese Lehre haben die Mönche gehört und sind vom Unrechten abgekommen, im Rechten bestärkt worden.“ Wenn der Mönch so antwortet, überhebt er sich nicht und schätzt andere nicht als geringer ein. Er redet der Lehre gemäß.*

Ein solcher Mönch ist sich bewusst:

*Der Erhabene ist der Heilgewordene, vollkommen Erwachte. Diese Welt mit allen ihren Geistern, den weltlichen und den reinen, mit ihren Scharen von Asketen und Priestern, Göttern und Menschen hat er in unbegrenzter Wahrnehmung selber durchschaut und erfahren und lehrt sie uns kennen. Er verkündet eine Lehre, die nach Inhalt und Aussageweise schon von Anfang an hilfreich zum Guten führt und mit ihrer letzten Aussage ganz hinführt zum Heilsstand. Er hat den vollständig abgeschlossenen, lautereren Reinheitswandel in der Welt einge-  
führt.*

Ein Mönch, der diesem Ruhmesruf, der dem Erwachten seinerzeit voranging, wohin er auch nur wanderte, vertraut, der muss sich selber gegenüber der Erhabenheit und dem Wissen des Erwachten klein vorkommen, kann sich nicht überheben,

wenn er der Lehre des Erwachten und seines Vorbildes eingedenk ist, und kann nur im Auge haben, die Triebe, Anziehung und Abstoßung und Blendung mehr und mehr zu mindern.

Ein weiterer möglicher Anlass zur Überhebung:  
„Ich bin ein Waldeinsiedler,  
die anderen Mönche nicht“

*Weiter sodann, ihr Mönche, da ist ein nicht auf das Wahre ausgerichteter Mensch ein Waldeinsiedler. Der denkt bei sich: „Ich bin ein Waldeinsiedler, die anderen Mönche nicht.“ Weil er ein Waldeinsiedler ist, überhebt er sich und schätzt andere als geringer ein. Das ist die Art eines nicht auf das Wahre ausgerichteten Menschen.*

*Ein auf das Wahre ausgerichteter Mensch aber denkt bei sich: „Nicht kann man dadurch, dass man ein Waldeinsiedler ist, die Eigenschaft der Gier zum Schwinden bringen, kann man die Eigenschaft der Abgeneigtheit bis Hass zum Schwinden bringen, kann man die Eigenschaft der Blendung zum Schwinden bringen. Wenn einer auch kein Waldeinsiedler ist und aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen ist, aber der Lehre gemäß lebt, richtig vorgeht, der Lehre nachfolgt, so sollte er deswegen geachtet werden, so sollte er deswegen gepriesen werden.“ Indem er so dem richtigen Vorgehen den Vorzug vor dem Waldeinsiedlertum gibt, überhebt er sich nicht und schätzt andere nicht als geringer ein. Das ist die Art eines auf das Wahre ausgerichteten Menschen.*

Statt im Kloster mit den anderen Mönchen zusammen zu leben, mag ein Mönch es vorziehen, ganz allein zu leben. Nun kommt es sehr darauf an, ob er deswegen allein lebt, weil er

dabei denken kann: „Wie fein, ich bin ein Waldeinsiedler, ich habe die Einsamkeit gewählt, ich bin fortgeschrittener als die anderen“, oder ob er deswegen in der Einsamkeit lebt, weil er weiß: „Da komme ich besser vorwärts.“ Wer merkt, dass er allein besser vorwärts kommt, der kann auf das Alleinsein nicht stolz sein, weil er seine Unzulänglichkeiten ständig vor Augen hat. Er ist bemüht, Anziehung, Abstoßung, Blendung aufzugeben, und mit diesem Ziel vor Augen kann er sich nicht besser dünken als andere. Der Erwachte berichtet (M 4) von sich vor seiner Erwachung, wie er die Waldeinsamkeit aufgesucht und sich geübt habe:

*Ich schlug mein Lager an bekannten berüchtigten Nächten, am 14., 15. und am 8. des Halbmondes, bei Grabstätten, im Park, im Wald und unter Bäumen auf, weilte an Stätten des Grauens und Entsetzens. Und während ich mich dort aufhielt, kam gelegentlich Wild in meine Nähe oder ein Pfau knickte einen Ast oder der Wind raschelte in den Blättern...Während ich auf und ab ging, kam Furcht und Schrecken über mich; weder blieb ich stehen, noch setzte ich mich, noch legte ich mich hin, bis ich jene Furcht und jenen Schrecken überwunden hatte. Während ich stand, kam Furcht und Schrecken über mich; weder ging ich auf und ab, noch setzte ich mich, noch legte ich mich hin, bis ich jene Furcht und jenen Schrecken überwunden hatte. Während ich saß, kam Furcht und Schrecken über mich; weder ging ich auf und ab, noch stand ich auf, noch legte ich mich hin, bis ich jene Furcht und jenen Schrecken überwunden hatte. Während ich lag, kam Furcht und Schrecken über mich; weder ging ich auf und ab, noch stand ich auf, noch setzte ich mich, bis ich jene Furcht und jenen Schrecken überwunden hatte.*

In dieser Einsamkeit führte sich der Bodhisattva seine Lauterkeit in Taten, Worten und Gedanken vor Augen, seine gute Lebensführung, das Freisein von den fünf Hemmungen, von Selbstlob und Kritik an anderen, von Angst und Schrecken,

sein Freisein vom Trachten nach Gewinn, Ehre und Ruhm, das Vorhandensein der Kampfeskräfte vor Augen – und bei jeder Betrachtung heißt es: *Mein Wohlgefallen am Waldleben nahm zu*. Er erreichte in der Waldeinsamkeit die vier weltlosen Entrückungen, die drei Wissen und die Triebversiegung.

Die Mönche, die diese Lauterkeit des Bodhisattva nicht besitzen und noch keine weltlosen Entrückungen erreichen können, warnte der Erwachte vor der Waldeinsamkeit (A X,99):

*Schwer ist es, im Wald in waldeinsamen abgelegenen Behausungen zu wohnen, schwer ist Abgeschiedenheit zu ertragen und sich dabei wohl zu fühlen. Wenn der Mönch in der Einsamkeit keine Herzenseinigung erlangt, so ergreifen gleichsam die Wälder von seinem Geist Besitz. Wer da glaubt, dass er ohne Herzenseinigung im Wald in waldeinsamen abgelegenen Behausungen leben könne, der hat zu erwarten, dass er entweder geisteskrank wird oder zurückschrecken wird.*

Und er gab dazu ein Gleichnis: In einem tiefen Teich kann ein großer Elefant ein Spritzbad nehmen, trinken, heraussteigen und gehen, wohin er will. Er kann eben wegen seiner Größe in der Tiefe Fuß fassen. Ein Hase oder eine Katze aber, die es dem Ilf nachtun wollen und in den Teich hineinspringen, werden entweder elend versinken oder wieder herausspringen und davon abgeschreckt sein. Sie können wegen ihrer Kleinheit eben in der Tiefe keinen Fuß fassen. So auch geht es dem unreifen Mönch in der Einsamkeit: Entweder er wird geisteskrank, oder er wird derart von der Askese abgeschreckt, dass er sie von nun an flieht. Während der große Elefant gehen kann, wohin er will, kann das kleinere Tier es nicht. Er wird nicht wieder zurückkehren und einen erneuten Versuch machen, sondern ist verstört.

In M 69 wird ein Mönch beschrieben, der allein im Wald lebte und meditieren wollte, ohne dass er bereits die erforderliche Reife dazu hatte. Wenn er sich dann in Zeitabständen

wieder einmal zur Gemeinschaft der Mönche begab und einige Tage bei ihnen weilte, dann war an seinem Betragen zu erkennen, dass er den richtigen Ansatz zur heilsamen Entwicklung eben doch noch nicht gefunden hatte. Dieses Verhalten nahm Sāriputto zum Anlass, um sowohl diesen Mönch wie auch seine Brüder auf die allererste Voraussetzung hinzuweisen, indem er sagte: *Einer, der als Waldeinsiedler den Orden besuchen komme und dann mit seinen Brüdern achtungslos und ohne Zuwendung umgehe, bewirke doch damit, dass man von ihm sage: Was taugt es wohl diesem ehrwürdigen Waldeinsiedler, dass er allein im Wald für sich lebt, wenn er sich seinen Ordensbrüdern gegenüber nicht richtig zu verhalten weiß?*

Sāriputto sagte weiter: Wenn ein solcher Waldeinsiedler bei seinen Brüdern im Orden weilt, müsse er u.a. doch auch wissen, wie man Platz zu nehmen habe:

*Die alten Mönche werde ich nicht bedrängen, wenn ich mich setze, die jungen Mönche nicht von ihren Plätzen gehen heißen. Wenn er sich aber nicht so verhalte, dann sage man von ihm: Was taugt es wohl diesem ehrwürdigen Waldeinsiedler, dass er allein im Wald für sich lebt, wenn er nicht einmal ein aufmerksames gutes Betragen entwickelt?*

Man kann sich die Szene deutlich vorstellen: Die Mönche versammeln sich, weil der Erhabene sie belehren will, und dieser Waldeinsiedler, der die genaue Sitzgepflogenheit der Mönche nicht so kennt, weil er meistens abwesend ist, beobachtet jetzt nicht, wie er am wenigsten auffällig und ohne die Brüder zu stören, auch einen Sitzplatz bekommen könne; er hat nicht seine Aufmerksamkeit auf die Absichten und Anliegen der anderen gerichtet, sondern will – vielleicht im Bewusstsein seines Wertes – sich einen Platz verschaffen. Er ist nicht unbedingt roh oder tugendlos, indem er sich den besten Platz wählt, aber er hat eben nicht das Ganze im Auge, fügt sich nicht schlicht und unauffällig ein, sondern stört und bedrängt mit seiner Platzsuche die Mönche. Es kann sogar dazu

kommen, dass etwa ein jüngerer Mönch aufstehen muss. Wo er auftaucht, gibt es Wirbel, weil er nicht sieht, nicht darauf achtet, was in der jeweiligen Situation die ihm begegnenden Menschen gerade anstreben. Ein solcher lebt und agiert aus seiner Ichheit, ego-zentrisch, hat die Anliegen und Wünsche der Mitmönche noch nicht in sein Handeln einbezogen.

Die Haltung des aufmerksam guten Betragens ist geradezu als das Nadelöhr anzusehen, durch welches die gesamte heilsame Entwicklung eingefädelt wird. Und dieses Nadelöhr wird getroffen und wird recht passiert dadurch, dass der rechte Mensch seinen Mitmönchen achtungsvoll, mit Zuwendung und Anteilnahme begegnet – und das schließt Überheblichkeit und andere geringschätzen aus.

Ein weiterer möglicher Anlass zur Überhebung:  
„Ich bin mit schmutzigen Lumpen bekleidet,  
die anderen Mönche nicht“

*Weiter sodann, ihr Mönche, da bekleidet sich ein nicht auf das Wahre ausgerichteter Mönch mit schmutzigen Lumpen. Der denkt bei sich: „Ich bin mit schmutzigen Lumpen bekleidet, die anderen Mönche nicht.“ Weil er mit schmutzigen Lumpen bekleidet ist, überhebt er sich und schätzt andere als geringer ein. Das ist die Art eines nicht auf das Wahre ausgerichteten Menschen.*

*Ein auf das Wahre ausgerichteter Mensch aber denkt bei sich: „Nicht kann man dadurch, dass man mit schmutzigen Lumpen bekleidet ist, die Eigenschaft der Gier zum Schwinden bringen, kann man die Eigenschaft der Abgeneigtheit bis Hass zum Schwinden bringen, kann man die Eigenschaft der Blendung zum Schwinden bringen. Wenn einer auch nicht mit schmutzigen Lumpen bekleidet ist und aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen ist, aber der Lehre gemäß*

*lebt, richtig vorgeht, der Lehre nachfolgt, so sollte er deswegen geachtet werden, so sollte er deswegen gepriesen werden.“ Indem er so dem richtigen Vorgehen den Vorzug vor dem Bekleidetsein mit schmutzigen Lumpen gibt, überhebt er sich nicht und schätzt andere nicht als geringer ein. Das ist die Art eines auf das Wahre ausgerichteten Menschen.*

In der Regel bekommen die Mönche von den im Haus Lebenden ihre Roben, die sie dann selber waschen und ausbessern. Aber es gab zur Zeit des Erwachten – ebenso früher und später – Asketen, die sich Bußübungen hingaben: *Diese trugen einen Rock, geflickt aus den im Leichenhof und auf der Straße gefundenen Fetzen, hüllten sich in Lumpen (D 8)*, etwa mit dem Ziel, ihre ästhetischen Triebe nach schöner Form auf diese Weise zu überwinden. Es ist aber auch möglich, dass ein Fetzenträger anderen Menschen zeigen wollte: „Seht, so fortgeschritten bin ich. Ich habe keine Triebe nach Schönheit mehr, will nicht wegen der Kleidung geachtet werden“ oder „Ich bin der Ärmste der Armen. Ich bin bedürfnisloser als die gut gekleideten Mönche.“

Dazu sagt der Erwachte (D 8): *Hat ein solcher nicht Tugend, Herzenserhellung, Weisheit entwickelt, sich darin bewährt, so ist er fern von Asketenschaft, fern vom Reinheitswandel.* Nicht die Bekleidung zeigt den Läuterungsgrad an, sondern Tugend, Herzenserhellung und Weisheit.

Ein weiterer möglicher Anlass zur Überhebung:  
„Ich bin ein Almosensammler,  
die anderen Mönche nicht“

*Weiter sodann, ihr Mönche, da ist ein nicht auf das Wahre ausgerichteter Mensch ein Almosensammler. Der denkt bei sich: „Ich bin ein Almosensammler, die anderen Mönche nicht.“ Weil er ein Almosensammler*



*ist, überhebt er sich und schätzt andere als geringer ein. Das ist die Art eines nicht auf das Wahre ausgerichteten Menschen.*

*Ein auf das Wahre ausgerichteter Mensch aber denkt bei sich: „Nicht kann man dadurch, dass man Almosensammler ist, die Eigenschaft der Gier zum Schwinden bringen, kann man die Eigenschaft der Abgeneigtheit bis Hass zum Schwinden bringen, kann man die Eigenschaft der Blendung zum Schwinden bringen. Wenn einer auch kein Almosensammler ist und aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen ist, aber der Lehre gemäß lebt, richtig vorgeht, der Lehre nachfolgt, so sollte er deswegen geachtet werden, so sollte er deswegen gepriesen werden.“ Indem er so dem richtigen Vorgehen den Vorzug vor dem Almosensammeln gibt, überhebt er sich nicht und schätzt andere nicht als geringer ein. Das ist die Art eines auf das Wahre ausgerichteten Menschen.*

Ein Almosensammler lässt sich nicht von Hausleuten einladen, bei ihnen zu essen, sondern geht von Haus zu Haus und isst, was in seine Almosenschale getan wurde. Auch das kann ein Anlass zur Überhebung sein: „Ich lasse mich nicht von Hausleuten mit ausgewählt guter Nahrung bedienen wie die anderen Mönche.“ – Eine Speisung der Mönche bei den Hausleuten wird in den Lehrreden wie folgt beschrieben (z.B. am Schluss von M 35):

*Saccako Niganthaputto ließ ausgewählte feste und flüssige Speise in seiner Behausung auftragen und sandte einen Boten an den Erhabenen mit der Meldung: „Es ist Zeit, o Gotamo, das Mahl ist bereit.“ Und der Erhabene nahm die äußere Robe und Almosenschale und begab sich mit fünfhundert Mönchen zur Wohnung des Saccako Niganthaputto. Dort angekommen nahm der Erhabene mit den Mönchen auf den darge-*

*botenen Sitzen Platz. Und Saccako Niganthaputto bediente und versorgte eigenhändig den Erwachten und seine Mönche mit ausgewählter fester und flüssiger Speise.*

Nicht der Verzicht auf angebotene gute Nahrung führt zur Triebversiegung, sondern Tugend, Herzenserhellung und Weisheit. Wer sich darin übt, erfährt inneres Wohl. Von dem inneren Wohl sagt der Erwachte: *Um höheren Wohles willen konnte ich niedriges Wohl entbehren.*

Ein weiterer möglicher Anlass zur Überhebung:  
„Ich lebe unter einem Baum, die anderen nicht“

*Weiter sodann, ihr Mönche, da lebt ein nicht auf das Wahre ausgerichteter Mensch unter einem Baum. Der denkt bei sich: „Ich lebe unter einem Baum, die anderen Mönche nicht.“ Weil er unter einem Baum lebt, überhebt er sich und schätzt andere als geringer ein. Das ist die Art eines nicht auf das Wahre ausgerichteten Menschen.*

*Ein auf das Wahre ausgerichteter Mensch aber denkt bei sich: „Nicht kann man dadurch, dass man unter einem Baum lebt, die Eigenschaft der Gier zum Schwinden bringen, kann man die Eigenschaft der Abgeneigtheit bis Hass zum Schwinden bringen, kann man die Eigenschaft der Blendung zum Schwinden bringen. Wenn einer auch nicht unter einem Baum lebt und aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen ist, aber der Lehre gemäß lebt, richtig vorgeht, der Lehre nachfolgt, so sollte er deswegen geachtet werden, so sollte er deswegen gepriesen werden.“ Indem er so dem richtigen Vorgehen den Vorzug vor dem Unter-einem-Baum-Leben gibt, überhebt er sich nicht und schätzt andere nicht als geringer ein. Das ist die Art eines auf das Wahre ausgerichteten Menschen.*

Wer unter einem Baum lebt, vor der Sonne und vor den schlimmsten Unwettern notdürftig geschützt, von dort auf den Almosengang zum Dorf geht und wieder zu seinem Baum zurückkehrt, der leistet großen Verzicht auf Schutz und Bequemlichkeit einer Hütte, eines Klosters und auf die Gemeinschaft mit den Ordensbrüdern. Wenn ein Mönch auf solche Verzichte stolz ist und überheblich auf andere herabschaut, so ist sein Herz von dieser Herzensbefleckung verdunkelt. Ein Mönch hingegen, der im Kloster lebt, die negativen Folgen der Herzensbefleckung Überheblichkeit bei sich beobachtet und sich von ihr abwendet, hat mehr geleistet in der Erhellung des Herzens, in der Überwindung der Triebe als dieser Selbstquäler. Er sollte deswegen geachtet und gepriesen werden als einer, der der Lehre nachfolgt.

Ein weiterer möglicher Anlass zur Überhebung:  
„Ich lebe auf einer Leichenstätte,  
die anderen Mönche nicht“

*Weiter sodann, ihr Mönche, da lebt ein nicht auf das Wahre ausgerichteter Mensch auf einer Leichenstätte. Der denkt bei sich: „Ich lebe auf einer Leichenstätte, die anderen Mönche nicht.“ Weil er auf einer Leichenstätte lebt, überhebt er sich und schätzt andere als geringer ein. Das ist die Art eines nicht auf das Wahre ausgerichteten Menschen.*

*Ein auf das Wahre ausgerichteter Mensch aber denkt bei sich: „Nicht kann man dadurch, dass man auf einer Leichenstätte lebt, die Eigenschaft der Gier zum Schwinden bringen, kann man die Eigenschaft der Abgeneigtheit bis Hass zum Schwinden bringen, kann man die Eigenschaft der Blendung zum Schwinden bringen. Wenn einer auch nicht auf einer Leichenstätte lebt und aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen ist, aber der Lehre gemäß lebt, richtig vorgeht,*

*der Lehre nachfolgt, so sollte er deswegen geachtet werden, so sollte er deswegen gepriesen werden.“ In dem er so dem richtigen Vorgehen den Vorzug vor dem Leben auf einer Leichenstätte gibt, überhebt er sich nicht und schätzt andere nicht als geringer ein. Das ist die Art eines auf das Wahre ausgerichteten Menschen.*

Die tiefe Religiosität des Inders, d.h. sein gründlicher Blick für das Bewegende des Menschen, das immer geistig-seelisch ist, und das nur Bewegte, das immer nur das körperliche Werkzeug ist, führte dazu, dass er eine Leiche nicht als einen gestorbenen Menschen auffasste, sondern als dessen Rückstände. Der Mensch selber, das Wollende, Wissende, Empfindende und Bewegende (*jīva* – der Leber – oder *citta* – das Herz oder *nāma* – die Triebe mit Fühlen, Wahrnehmen, Denken – und dem *viññāna* – der programmierten Wohlerfassungssuche – in der feinstofflichen Form) hatte – so wussten sie klar – den grobstofflichen Körper verlassen, der mit seiner Verwesung noch deutlicher zeigt, dass er nur das benutzte Werkzeug war. Darum legte man die Leichen abseits des Dorfes an einem dafür bestimmten Platz einfach aus, und die Tiere des Waldes (Hyänen, Schakale und Raubvögel) ernährten sich davon. Zu dieser Zeit konnten die Mönche, die sich gründlicher über die Bestandteile des Körpers belehren lassen wollten, auf solchen Leichenfeldern ihre Studien machen. Sie nahmen dann den Verwesungsgeruch nicht nur in Kauf, sondern sie ließen sich auch von ihm „belehren“, was dieses menschliche Werkzeug ist, und dass der Mensch dieses Werkzeug nur wegen seines fünffältigen sinnlichen Begehrens braucht, aber durch Befreiung vom Begehren von einem solchen Werkzeug frei wird.

So zogen die Mönche, die den Anblick der Leichen suchten, den Schluss auf sich selbst: „Auch dieser Körper wird so sein, kann dem nicht entgehen.“ Es ging ihnen darum, anschaulich zu sehen, dass dieser Körper, in welchem Zustand

auch immer, gar nichts mit dem zu tun hat, was der hochsinnige Mensch als das Unvergängliche, Heile, Unantastbare, als das Unverletzbar, das Todlose sucht. Aber nur das gilt es zu erkennen, das nur gilt es zu besinnen. Und in dem Maß, wie das gefunden, bemerkt und erkannt wird, in dem Maß ist die Übung fruchtbar, denn diese Erkenntnis und Entdeckung löst wahrlich alles Anhängen am Körper auf.

Mit dieser Motivation und diesem Ergebnis der Übung erscheint es unmöglich, dass ein Mönch stolz darauf sein könnte, auf einer Leichenstätte zu leben, und auf andere, die nicht dort leben, herabsehen könnte. Das könnten nur solche, die um des Ansehens willen auf Leichenstätten leben, die von normalen Menschen gemieden werden, oder solche, für die der Aufenthalt auf einer Leichenstätte zur Selbstqual gehört. Auch diejenigen, denen der Anblick der Leichen zur Gewohnheit geworden ist, die auf dem Leichenfeld leben, ohne *den Schluss auf sich selbst zu ziehen*, könnten sich über andere überheben: „Wir leben dort, wo andere nicht leben mögen. Wir sind abgelöst vom Sinnlichen, weit fortgeschritten.“ Nur diejenigen, die durch die Erfahrungen auf der Leichenstätte den Körper nicht als das Ich ansehen und auch die Nicht-Ichheit der anderen Zusammenhäufungen bedacht haben, sind gefeit gegen die Herzensbefleckung Überheblichkeit.

Ein weiterer möglicher Anlass zur Überhebung:  
„Ich lebe auf offener Ebene, unter freiem Himmel,  
die anderen Mönche nicht“

*Weiter sodann, ihr Mönche, da lebt ein nicht auf das Wahre ausgerichteter Mensch auf offener Ebene, unter freiem Himmel. Der denkt bei sich: „Ich lebe auf offener Ebene, unter freiem Himmel, die anderen Mönche nicht.“ Weil er auf offener Ebene unter freiem Himmel lebt, überhebt er sich und schätzt andere als geringer ein. Das ist die Art eines nicht auf das Wahre ausgerichteten Menschen.*

*Ein auf das Wahre ausgerichteter Mensch aber denkt bei sich: „Nicht kann man dadurch, dass man auf offener Ebene unter freiem Himmel lebt, die Eigenschaft der Gier zum Schwinden bringen, kann man die Eigenschaft der Abgeneigtheit bis Hass zum Schwinden bringen, kann man die Eigenschaft der Blendung zum Schwinden bringen. Wenn einer auch nicht auf offener Ebene unter freiem Himmel lebt und aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen ist, aber der Lehre gemäß lebt, richtig vorgeht, der Lehre nachfolgt, so sollte er deswegen geachtet werden, so sollte er deswegen gepriesen werden.“ Indem er so dem richtigen Vorgehen den Vorzug vor dem Leben unter freiem Himmel gibt, überhebt er sich nicht und schätzt andere nicht als geringer ein. Das ist die Art eines auf das Wahre ausgerichteten Menschen.*

Ein solcher sucht nicht einmal den Schutz eines Baumes auf. Die Sonne brennt auf ihn herab, den Unwettern liefert er sich schutzlos aus. Diese Selbstqual hat überhaupt keinen Sinn, denn die Triebe werden dadurch nicht geringer, höchstens seine Ertragensfähigkeit widriger Witterungen nimmt zu. Und wenn er dann gar noch sich dieser Lebensweise rühmt und andere geringschätzt, weil sie ein Obdach aufsuchen, so macht er in seiner inneren Entwicklung einen Rückschritt.

Ein weiterer möglicher Anlass zur Überhebung:

„Ich ruhe mich nur sitzend aus,  
die anderen Mönche nicht“

*Weiter sodann, ihr Mönche, da ruht sich ein nicht auf das Wahre ausgerichteter Mönch nur sitzend aus. Der denkt bei sich: „Ich ruhe mich nur sitzend aus, die anderen Mönche nicht.“ Weil er sich nur sitzend ausruht, überhebt er sich und schätzt andere als geringer ein.*

*Das ist die Art eines nicht auf das Wahre ausgerichteten Menschen.*

*Ein auf das Wahre ausgerichteter Mensch aber denkt bei sich: „Nicht kann man dadurch, dass man sich nur sitzend ausruht, die Eigenschaft der Gier zum Schwinden bringen, kann man die Eigenschaft der Abgeneigtheit bis Hass zum Schwinden bringen, kann man die Eigenschaft der Blendung zum Schwinden bringen. Wenn einer sich auch nicht nur sitzend ausruht und aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen ist, aber der Lehre gemäß lebt, richtig vorgeht, der Lehre nachfolgt, so sollte er deswegen geachtet werden, so sollte er deswegen gepriesen werden.“ Indem er so dem richtigen Vorgehen den Vorzug vor dem Sich-nur-sitzend-Ausruhen gibt, überhebt er sich nicht und schätzt andere nicht als geringer ein. Das ist die Art eines auf das Wahre ausgerichteten Menschen.*

Solche Selbstqual, den Körper nicht niederzulegen, haben manche Asketen für einige Zeit, manche für ihr Leben lang auf sich genommen. Der Erwachte nennt dies eine Lebensführung, die gegenwärtiges Wehe und zukünftiges Wehe bringt (M 45). Wegen der Qualen, die dem Körper zugefügt werden, erleben die Asketen körperliche Wehgefühle. Durch das empfundene Wehe geraten sie in eine Gemütsverfassung, in der gerade das Hohe, Helle, Wohlwollende unmöglich ist. Der echt wohlwollende Mensch kann sich nicht selber quälen wollen. Er stellt zwar oft die Erfüllung eigener Interessen zurück um anderer Interessen willen, aber das ist ihm dann eine Freude. Ein Wesen, das sich selbst quält, das immer in Qual, in Druck ist, kann nicht gleichzeitig wohlwollend sein. Aus dem gequälten, beklommenen Gemüt geht nicht das helle Wesen übermenschlicher Art hervor bis hin zum Nibbāna. Selbst wenn der Selbstquäler nicht bewusst gegen andere übelwollend ist, so kann er aber auch nicht den Weg gehen, bewusst anderen ge-

genüber gut zu sein. Wenn er das tun wollte, würde er aufhören, ein Selbstquäler zu sein. Wenn er an der Selbstqual festhält, kann er nicht auf die Dauer immer wohlwollender gegen andere werden, sondern er wird allmählich finsterer.

Hinzu kommt, dass der Mensch, je länger er auf dem Weg der Selbstqual vorgeschritten ist, irgendwann um so stärker in das andere Extrem der Hemmungslosigkeit verfällt. Der Erwachte mahnt immer wieder, sich ebenso von der Selbstqual wie von der Nächstenqual fern zu halten, und immer wieder erklärt er, dass der Weg zum Heil ein Weg sei, der die Selbstqual ganz genau so vermeide wie die Lust.

Wenn einer sich nun auch noch seiner Selbstqual rühmt, etwa: „Ich lege mich nicht nieder, die anderen Mönche legen den Körper bequem zurecht“, dann verdunkelt er sein Herz noch zusätzlich, und statt des erwarteten Wohls erfährt er nach dem Tod Wehe: *Was einer wirkt, lässt ihn wiedersein! Wiedergeworden empfangen ihn Empfindungen.* (M 57)

Ein weiterer möglicher Anlass zur Überhebung:  
„Mir ist jeder Ort recht, den anderen  
Mönchen ist nicht jeder Ort recht“

*Weiter sodann, ihr Mönche, da ist einem nicht auf das Wahre ausgerichteten Menschen jeder Ort recht. Der denkt bei sich: „Mir ist jeder Ort recht, den anderen Mönchen ist nicht jeder Ort recht.“ Weil ihm jeder Ort recht ist, überhebt er sich und schätzt andere als geringer ein. Das ist die Art eines auf das Wahre ausgerichteten Menschen.*

*Ein auf das Wahre ausgerichteter Mensch aber denkt bei sich: „Nicht kann man dadurch, dass einem jeder Ort recht ist, die Eigenschaft der Gier zum Schwinden bringen, kann man die Eigenschaft der Abgeneigtheit bis Hass zum Schwinden bringen, kann man die Eigenschaft der Blendung zum Schwinden*



*bringen. Wenn einem auch nicht jeder Ort recht ist und er aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen ist, aber er der Lehre gemäß lebt, richtig vorgeht, der Lehre nachfolgt, so sollte er deswegen geachtet werden, so sollte er deswegen gepriesen werden.“ Indem er so dem richtigen Vorgehen den Vorzug vor der Zufriedenheit mit jedem Ort gibt, überhebt er sich nicht und schätzt andere nicht als geringer ein. Das ist die Art eines auf das Wahre ausgerichteten Menschen.*

Diesen lobenswerten Grundsatz, die Zufriedenheit mit den äußeren Gegebenheiten, hat der Erwachte in seine Mönchs-Übungen des Ganges zur Vollendung aufgenommen. Die Reihenfolge der Übungen ist: Tugend, Sinnenzügelung, Maßhalten beim Essen, Wachsamkeit auf die Herzensbefleckungen, Klarbewusstsein bei den Körperhaltungen, Zufriedenheit, Aufhebung der fünf Hemmungen, weltlose Entrückungen.

Zufriedenheit ist untrennbar gebunden an Genügsamkeit. Darum spricht der Erwachte in seinen Anleitungen zur inneren Übung meistens zuerst von der Genügsamkeit und dann von Zufriedenheit. Es ist verständlich, dass ein Mensch mit vielen Wünschen kaum zufrieden zu stellen ist. Die Wunschhaftigkeit als Eigenschaft verurteilt den Träger zu rastlosem Umherschauen. Sie ist ein uferloses Verlangen: Wovon man auch immer in verlockender Weise hört, darauf richtet man gleich seine Wünsche. Zufriedenheit aber heißt: nach innen gehen, bei sich selber still werden, in sich heiter.

Im Grunde ist dies der Übergang vom Habenwollen zum Seinwollen. Der hochsinnige Mensch empfindet bei sich: „Durch das Habenwollen werde ich abhängig von dem Äußeren, werde Sklave der Dinge. Aber mit dem Streben, das Seinwollen, den Charakter zu verbessern, selbst ein die Mitmenschen verstehender, hilfsbereiter, wohlthuender Mensch zu sein, werde ich unabhängiger, größer und heller.“ Und das ist ein wesentlicher Schritt auf dem Weg der Heilsentwicklung.

Der Erwachte sagt, ein Mönch, der sich in Zufriedenheit übt, sei der wahre Weltbürger, *Bürger der vier Weltgegenden*, er bewahre Treue zur hohen Überlieferung des Asketentums. So heißt es in A IV,28:

*Da ist ein Mönch zufrieden mit was immer für Gewand/Almosenspeise/Obdach und preist das Lob der Zufriedenheit, und um jener Dinge willen beträgt er sich nicht aufdringlich und ungebührlich. Hat er nichts erhalten, wird er nicht verstört; hat er etwas erhalten, wird er es benützen unverlockt, unverblendet, nicht hingerissen, das Elend sehend, der Entrinnung eingedenk. Und obgleich er mit was immer für Gewand/Almosenspeise/Obdach zufrieden ist, überhebt er sich darum nicht und verachtet keinen anderen.*

Wer sich dagegen überhebt, weil er mit jedem Ort zufrieden ist und andere als geringer schätzt, wenn sie unzufrieden sind, der hat die Übung „Wachsamkeit auf die Herzenstrübungen“ noch nicht vollendet. Er achtet auf die sinnliche Wahrnehmung: „Die anderen sind so und so“, statt zu bedenken: „Nicht doch dadurch, dass mir jeder Ort recht ist, kann ich Anziehung, Abstoßung, Blendung verlieren, sondern nur durch negative Bewertung der Triebe“:

*Wenn ich mir die Leidensursache vor Augen halte, dann ist durch die Vorstellung die Sucht abwesend; und wenn ich gar bezüglich dieser Leidensursache zu völligem Gleichmut gekommen, diesen gewonnenen Gleichmut pflege, so wird die Sucht endgültig überwunden. (M 101)*

Ein weiterer möglicher Anlass zur Überhebung:  
„Ich nehme nur einmal am Tag Nahrung zu mir,  
die anderen Mönche essen zweimal am Tag“

*Weiter sodann, ihr Mönche, da nimmt ein nicht auf das Wahre ausgerichteter Mensch nur einmal am Tag*

*Nahrung zu sich. Der denkt bei sich: „Ich nehme nur einmal am Tag Nahrung zu mir, die anderen Mönche nicht.“ Weil er nur einmal am Tag Nahrung zu sich nimmt, überhebt er sich und schätzt andere als geringer ein. Das ist die Art eines nicht auf das Wahre ausgerichteten Menschen.*

*Ein auf das Wahre ausgerichteter Mensch aber denkt bei sich: „Nicht kann man dadurch, dass man nur einmal am Tag Nahrung zu sich nimmt, die Eigenschaft der Gier zum Schwinden bringen, kann man die Eigenschaft der Abgeneigtheit bis Hass zum Schwinden bringen, kann man die Eigenschaft der Blendung zum Schwinden bringen. Wenn einer auch nicht nur einmal am Tag Nahrung zu sich nimmt und aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen ist, aber der Lehre gemäß lebt, richtig vorgeht, der Lehre nachfolgt, so sollte er deswegen geachtet werden, so sollte er deswegen gepriesen werden.“ Indem er so dem richtigen Vorgehen den Vorzug vor dem nur einmal am Tag Essen gibt, überhebt er sich nicht und schätzt andere nicht als geringer ein. Das ist die Art eines auf das Wahre ausgerichteten Menschen.*

In M 66 wird berichtet unter dem Gesichtspunkt: *Viel unheilvolle Dinge hat uns der Erhabene genommen, viel heilsame Dinge hat uns der Erhabene gegeben*“, dass die Mönche in der Anfangszeit des Ordens dreimal am Tag aßen, später zweimal und zuletzt nur einmal am Tag.

Der Erwachte empfahl den Mönchen und gab die Regel (M 65):

*Ich nehme, ihr Mönche, einmal am Tag Nahrung zu mir. Einmal am Tag Nahrung zu mir nehmend, bin ich frei von Krankheit und Unbehagen, erfahre Gesundheit, Stärke und Leichtigkeit. So nehmt auch ihr denn, Mönche, einmal am Tag Nah-*

*rung zu euch. Einmal am Tag Nahrung zu euch nehmend, werdet auch ihr frei sein von Krankheit und Unbehagen, werdet Gesundheit, Stärke und Leichtigkeit erfahren.*

In der Übergangszeit von dreimal über zweimal zu einmal am Tag essen, mag es vorgekommen sein, dass ein Mönch nur einmal am Tag auf Almosengang ging, während die anderen Mönche noch zweimal am Tag aßen. Da mag manch Einmal-esser gedacht haben: „Ich halte Maß beim Essen, die sinnlichen Triebe sind bei mir geringer als bei anderen“, oder: „Ich habe die Triebe besser unter Kontrolle. Ich bin fortgeschrittener als die anderen.“ Dieser Hinblick auf die anderen lenkt ihn von dem Bemerken der eigenen Herzensbefleckung Überheblichkeit und damit von der Herzensläuterung ab. Wem dieser Blick auf das Außen nicht bewusst wird und wer sein Augenmerk nicht bewusst ausschließlich auf die Überwindung der eigenen Triebe gerichtet hält, der kann im Orden nicht *zum Gedeihen, zur Entfaltung* kommen. Der auf das Wahre ausgerichtete Mensch, der der Lehre Nachfolgende, schaut nicht nach außen, sondern nur nach innen, merkt die Triebe bei sich, die die blendende Außenwahrnehmung entwerfen, und arbeitet an ihnen, an der Leidensursache.

Weitere Anlässe zur Überhebung:  
„Ich habe die Zustände der Entrückungen erreicht, die anderen Mönche nicht“

*Weiter sodann, ihr Mönche, da verweilt ein nicht auf das Wahre ausgerichteter Mensch abgeschieden von weltlichem Begehren, abgeschieden von allen heillosen Gedanken und Gesinnungen in stillem Bedenken und Sinnen. Und so tritt die aus innerer Abgeschiedenheit geborene Entzückung und Seligkeit ein, der erste Grad weltloser Entrückungen.*

*Der denkt bei sich: „Ich habe den Zustand der ersten Entrückung erreicht, die anderen Mönche haben*

*den Zustand der ersten Entrückung nicht erreicht.“ Weil er den Zustand der ersten Entrückung erreicht hat, überhebt er sich und schätzt andere als geringer ein. Das ist die Art eines nicht auf das Wahre ausgerichteten Menschen.*

*Ein auf das Wahre ausgerichteter Mensch aber denkt bei sich: „Auch den Zustand der ersten Entrückung bezeichnet der Erwachte als Nicht-Dies (atamayatā<sup>191</sup>).*

*Was auch immer Menschen meinen, gänzlich anders ist dies (ta).<sup>192</sup>*

*Indem er so in dem Gedanken „das ist nicht das Wahre“ die erste Entrückung beurteilt, überhebt er sich nicht und schätzt andere nicht als geringer ein. Das ist die Art eines auf das Wahre ausgerichteten Menschen.*

*Weiter sodann, ihr Mönche, nach Verebbung auch des Bedenkens und Sinnens verweilt ein nicht auf das Wahre ausgerichteter Mensch in innerem seligem Schweigen, in des Gemütes Einigung. Und so erreicht er die von Sinnen und Bedenken befreite, in der Einigung geborene Entzückung und Seligkeit, den zweiten Grad weltloser Entrückung.*

*Weiter sodann, ihr Mönche, mit der Beruhigung auch des Entzückens lebt der nicht auf das Wahre ausgerichtete Mensch oberhalb und außerhalb von allem sinnlichen Wohl und Wehe in unverstörtem Gleichmut klar und bewusst in einem solchen körperlichen Wohlsein, von welchem die Heilskenner sagen: „Dem in erhabenem Gleichmut klar bewusst Verwei-*

---

<sup>191</sup> atamayatā wörtlich „nicht dies (ta)“, nämlich: Dies ist nicht das Wahre, die Freiheit von allem Etwas, die Triebversiegung, das Ziel, die Leidfreiheit, das Nibbāna.

<sup>192</sup> Freier übersetzt: „Gänzlich anders ist das Wahre.“

lenden ist wohl.“ Und so erreicht er den dritten Zustand weltloser Entrückungen.

Weiter sodann, ihr Mönche, nachdem der nicht auf das Wahre ausgerichtete Mensch über alles Wohl und Wehe hinausgewachsen ist, alle frühere geistige Freudigkeit und Traurigkeit völlig gestillt hat und in einer über alles Wohl und Wehe erhabenen bewussten Gleichmutsreine lebt, erreicht er den Grad der vierten Entrückung.

Der denkt bei sich: „Ich habe den Grad der 2. – 3. – 4. Entrückung erreicht, die anderen Mönche haben den Grad der 2. – 3. – 4. Entrückung nicht erreicht.“ Weil er den Grad der 2. – 3. – 4. Entrückung erreicht hat, überhebt er sich und schätzt andere als geringer ein. Das ist die Art eines nicht auf das Wahre ausgerichteten Menschen.

Ein auf das Wahre ausgerichteter Mensch aber denkt bei sich: „Auch den Zustand der 2.– 3. – 4. Entrückung bezeichnet der Erwachte als nicht das Wahre (atamayatā).

Was auch immer Menschen meinen,  
gänzlich anders ist das Wahre.

Indem er so in dem Gedanken „dies ist nicht das Wahre“ die 2. – 3. – 4. Entrückung beurteilt, überhebt er sich nicht und schätzt andere nicht als geringer ein. Das ist die Art eines auf das Wahre ausgerichteten Menschen.

Ein Mönch, der weltlose Entrückungen erreicht, ist zu der Zeit reinen Herzens, ohne Verlangen nach Sinnendingen. Der vom Erwachten Unbelehrte hält diese Herzenseinigung für das Höchste, das zu erreichen ist. Die christlichen Mystiker, die Erfahrer der unio mystica, bezeichnen diesen Zustand als die höchste Vereinigung mit Gott. Und wie sie diesem Erlebnis nachgehen, daran anknüpfen, sich an es binden, indem sie

dieses Erlebnis bedenken, umdenken, sich dabei befriedigen, es zu sich zählen, es immer wieder neu anzustreben suchen – das zeigt die Literatur der christlichen Mystiker. Ähnlich sagt der Erwachte (M 138): *Die programmierte Wohlerfahrungssuche folgt dem inneren Wohl der erfahrenen Entrückungen, das Herz stützt sich auf das innere Wohl.* Von den Entrückungen zurückgekehrt, weiß der Erleber der weltlosen Entrückungen um ein ganz anderes „Sein“, wie es der Erwachte z.B. von der ersten Entrückung in D 9 schildert:

*Dem geht die frühere Wahrnehmung – Sinnensucht-Wahrnehmung von Sinnesobjekten (kāma-saññā) – unter, und eine aus Abgeschiedenheit geborene Entzückung und Seligkeit, eine feine Wahrheitswahrnehmung (sukhuma sacca-saññā) geht zu dieser Zeit auf. Aus Abgeschiedenheit geborene Entzückung und Seligkeit, eine feine Wahrheit nimmt er zu dieser Zeit wahr. So kann durch Übung die eine Wahrnehmung aufgehen und durch Übung die andere Wahrnehmung untergehen.*

Die Entrückung, solange sie währt, ist nur eine einzige stille Wahrnehmung – *sukhuma sacca-saññā*. Diese Wahrnehmung ist durch kein Berührungsgefühl entstanden, sondern ist bedingt durch die Verfassung des Herzens, z.B. bei der ersten Entrückung, wenn der Mönch fern von der Sinnensucht in innerer Helligkeit ist, fern von unheilsamen Dingen. Bei Wiedereintritt von sinnlicher Wahrnehmung geht die programmierte Wohlerfahrungssuche diesem zuvor erlebten Wohl nach, knüpft daran an, bindet sich daran. Und diese Bindung empfiehlt der Erwachte, wenn er z.B. dem Erfahrer weltloser Entrückungen, wenn er aus diesen zur sinnlichen Wahrnehmung zurückkommt, rät (M 38, M 119 u.a.), den Körper mit der Beglückung und Seligkeit, mit der Beruhigung des Entzückens und mit Gleichmut zu durchdringen. Indem dieses überwältigende Wohl, das die Entrückungen einleitet, in den Körper einzieht, verdrängt und vertilgt es aus ihm Reste verborgener Neigungen nach sinnlichem Wohl. Darum empfiehlt

der Erwachte: Erst die weltlosen Entrückungen anstreben, sie auskosten, den Körper ganz und gar damit durchtränken.

Aber sogar der Erwerb der Entrückungen bietet dem, der nicht das Wahre, das Todlose, anstrebt, die Möglichkeit, sich über andere zu erheben, wie es der Erwachte auch in M 30 schildert:

*Da erwirkt sich der Mönch das innere Wohl der Herzenseinigung. Durch dieses Wohl der Herzenseinigung wird er erfreut und sein Denken kreist darum. Er überhebt sich wegen dieses inneren Wohls der Herzenseinigung und schätzt die anderen als geringer ein: „Ich bin geeinten Herzens, gesammelt, die anderen Mönche aber sind nicht geeinten Herzens, sind zerstreut.“ Jene anderen Zustände aber, die höher und herrlicher sind als das Wohl der Herzenseinigung, die ersehnt und erkämpft er nicht. Er hängt an dem Erreichten, ist lässig.*

Ein auf das Wahre ausgerichteter Mensch weiß durch die Belehrung des Erwachten: Die weltlosen Entrückungen sind anzustreben, aber nur als Mittel zum Zweck, als Durchgangsstufe, um vom Ergreifen der Sinnendinge frei zu werden und weiter zu streben bis zum Nibbāna. Die weltlosen Entrückungen sind das Tor zur Freiheit, es ist ein seliges Muss, um durch das Tor nach oben hinauszugehen, aber die weltlosen Entrückungen sind noch nicht die Freiheit, sind noch veränderlich, wandelbar, noch nicht ewig. Sie sind ein Urlaub von Māro, dem Gesetz der Wandelbarkeit, aber er, Māro, kommt wieder. Die weltlosen Entrückungen sind eine Sprosse auf meiner Leiter zum Nibbāna. Ich habe sie zu ergreifen, um sie dann zu lassen, wie es auch in M 66 heißt:

*Die weltlosen Entrückungen habt ihr zu pflegen und zu mehren und sie dann als unzulänglich zu erkennen und zu lassen.*

In M 8 spricht der Erwachte von den weltlosen Entrückungen und sagt:

*Es mag ein Mönch, der diese überweltlichen Zustände erlebt, denken: „Ich wirke Abtrennung.“ Doch das wird im Orden des*



*Geheilten nicht Abtrennung genannt; sichtbares Wohl wird das im Orden des Geheilten genannt.*

Die weltlosen Entrückungen sind keine Aufhebung der Triebe, sondern ein Erlebnis von Herzenseinigung. Ob eine *Abtrennung* daraus hervorgeht, kommt darauf an, wie sich der Üben-*de* danach verhält, wenn er wieder um Ich und Welt weiß. Wer dann stolz auf das Erlebnis ist, macht einen Rückschritt, befestigt die Triebe, statt sich von ihnen zu lösen, zu trennen.

Beide Wahrnehmungsweisen: das Vielfaltsleben, unsere gewohnte Erlebensweise, wie auch das Entrückungsleben bestehen aus den Zusammenhäufungen und bestehen durch die Zusammenhäufungen. Diese werden aber mit zunehmender Abwendung vom Begegnungsleben immer weniger aufdringlich, und in den Entrückungen selber steht das rasende Schwungrad der programmierten Wohlerfassungssuche still. Das Erlebnis von Form – von Ich-Form und Umwelt-Form, die erste der fünf Zusammenhäufungen – fällt fort, und nur ein seliges Gefühl (2.Zusammenhäufung), ein überweltlicher Friede wird wahrgenommen (3.Zusammenhäufung), ohne dass sich daraus während dieses seligen Friedens irgendeine Aktivität (4. und 5. Zusammenhäufung) ergibt.

Die Hauptbeschäftigung der zu dem Wohl der Entrückungen Fähigen und vom Erwachten belehrten Mönche besteht darin, dass sie, zurückgekehrt von dem Erlebnis der weltlosen Entrückungen, bei sich selbst Entstehen und Vergehen der fünf Zusammenhäufungen beobachten und verfolgen. Sie blicken auf ihr bisheriges „Leben“ als auf eine Krankheit, als die es der Erwachte ja auch bezeichnet (M 75), und sie betreiben nun mit größter Intensität ihre weitere Läuterung zur Befreiung von den letzten Resten des Ergreifens auch stillster Wahrnehmungen, das endgültige Zurücktreten von den Wahnszenen. – In M 64 sagt der Erwachte, was ein Heilsgänger, also ein vom Erwachten Belehrter, wenn er aus einer weltlosen Entrückung wieder „zu sich“ kommt, dann denkt und tut:

*Und was da noch zur Form gehört, zum Gefühl gehört, zur*

*Wahrnehmung gehört, zur Aktivität gehört, zur programmierten Wohlerfassungssuche gehört – solche Dinge sieht er als unbeständig an, als leidvoll, als Krankheit, als Geschwulst, als Pfeil, als weh und als schmerzhaft, als Fremdes, zur Welt Gehöriges, Leeres – als Nicht-Ich. Von solchen Dingen säubert er das Herz.*

*Und hat er das Herz von solchen Dingen gesäubert, so sammelt er das Herz auf das Todlose (mit dem Gedanken): Das ist der Friede, das ist das Erhabene, dieses Zur-Ruhe-Kommen aller Aktivität, dieses Zurücktreten von allem Ergreifen und Ergriffenen, dieses Aufhören des lechzenden Dürstens, die Entreizung, Auflösung, Erlöschung.*

Das ist das Wahre, das der Heilsgänger anstrebt, und den Blick darauf gerichtet, kann er sich nicht überheben. Er sieht ein zu erstrebendes Ziel vor sich, sieht, dass er es noch nicht erreicht hat, fühlt sich nicht erhaben, sondern demütig: „*Wann doch nur werde ich jene Zustände erreichen und in ihnen verweilen, die die Geheilten schon erreicht haben?*“ (M 137)

Nach den weltlosen Entrückungen werden noch weitere Zustände des Friedens, der inneren Stille genannt, und bei jeder dieser Erfahrungen besteht die Gefahr, dass sich der nicht auf das Wahre ausgerichtete Mönch über andere erhebt:

Weitere Anlässe zur Überhebung:

„Ich habe friedvolle Verweilungen bis zur Erfahrung der Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung erreicht, die anderen Mönche nicht“

*Weiter sodann, ihr Mönche, da gewinnt ein nicht auf das Wahre ausgerichteter Mensch nach völliger Überwindung der Form-Wahrnehmung, Vernichtung der Gegenstandswahrnehmung, Verwerfung der Vielheit-wahrnehmung in dem Gedanken „Unendlich ist der Raum“ die Vorstellung des unendlichen Raumes. Der*

denkt bei sich: „Ich habe die Vorstellung des unendlichen Raumes erreicht, die anderen Mönche nicht.“ Weil er die Vorstellung des unendlichen Raumes erreicht hat, überhebt er sich und schätzt andere als geringer ein. Das ist die Art eines nicht auf das Wahre ausgerichteten Menschen.

Ein auf das Wahre ausgerichteter Mensch aber denkt bei sich: „Auch die Vorstellung des unendlichen Raumes bezeichnet der Erwachte als nicht das Wahre (atammayatā).

Was auch immer Menschen meinen, gänzlich anders ist das Wahre.

Indem er so in dem Gedanken „das ist nicht das Wahre“ die Vorstellung des unendlichen Raumes beurteilt, überhebt er sich nicht und schätzt andere nicht als geringer ein. Das ist die Art eines auf das Wahre ausgerichteten Menschen.

Weiter sodann, ihr Mönche, erreicht ein nicht auf das Wahre ausgerichteter Mensch nach völliger Überwindung der Vorstellung „Unendlich ist der Raum“ in dem Gedanken „Unendlich ist die Erfahrung (viññāna)“ die Vorstellung der unendlichen Erfahrung.

Weiter sodann, ihr Mönche, erreicht ein nicht auf das Wahre ausgerichteter Mönch nach völliger Überwindung der Vorstellung „Unendlich ist die Erfahrung“ in dem Gedanken „Es gibt nicht irgendetwas“ die Vorstellung der Nichtirgendetwasheit.

Weiter sodann, ihr Mönche, erreicht ein nicht auf das Wahre ausgerichteter Mensch nach Überwindung der Vorstellung der Nichtirgendetwasheit den Zustand der Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung.

Der denkt bei sich: „Ich habe die Vorstellung des unendlichen Raumes – der unendlichen Erfahrung – der Nichtetwasheit – den Zustand der Weder-Wahr-

*nehmung-noch-nicht-Wahrnehmung – erreicht, die anderen Mönche nicht.“ Weil er diese Vorstellungen und Zustände erreicht hat, überhebt er sich und schätzt andere als geringer ein. Das ist die Art eines nicht auf das Wahre ausgerichteten Menschen.*

*Ein auf das Wahre ausgerichtete Mensch aber denkt bei sich: „Auch die Vorstellungen des unendlichen Raumes – der unendlichen Erfahrung – der Nichtetwasheit – den Zustand der Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung – bezeichnet der Erwachte als nicht das Wahre.*

*Was auch immer Menschen meinen, gänzlich anders ist das Wahre.*

*Indem er so in dem Gedanken „Das ist nicht das Wahre“ diese Vorstellungen und Zustände beurteilt, überhebt er sich nicht und schätzt andere nicht als geringer ein. Das ist die Art eines auf das Wahre ausgerichteten Menschen.*

*Weiter sodann, ihr Mönche, nach völliger Überwindung der Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung erreicht der auf das Wahre ausgerichtete Mensch die Auflösung von Gefühl und Wahrnehmung (saññā-vedayita-nirodha), und die Wollensflüsse/Einflüsse des weise Sehenden sind verschwunden. Dies ist ein Mensch, ihr Mönche, der nichts mehr vermeint, der nicht von irgendwoher irgendetwas imaginierend wirkt.*

*So sprach der Erhabene. Erhoben und beglückt waren jene Mönche über das Wort des Erhabenen.*

Der Gedanke „Raum ist ohne Grenzen“ führt zur Aufhebung der Vorstellung Raum. Die Vorstellungen „Ohne Ende ist die Erfahrung“ und „Es gibt nicht irgendetwas“ führen den so weit Gereiften zum Anstreben der Aufhebung der Wahrnehmung:

*Wo auch die Wahrnehmung der Nichtigkeit untergeht, das ist die Ruhe, das ist das Erhabene. So erlangt er die Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung. (M 106)* D.h. er nimmt wahr und auch nicht wahr im Wechsel. Der Erwachte bezeichnet diesen Zustand, wenn er ergriffen wird, als das höchste Ergreifen und die Spitze der Wahrnehmung.

Auch das unvorstellbare Wohl der Erfahrung dieser Spitze der Wahrnehmung kann noch dazu verführen, sich über andere zu erheben.

Dem an der Spitze der Wahrnehmung Stehenden empfiehlt der Erwachte, alle Absicht auf Wahrnehmung, auf Erfahrung aufzugeben im Hinblick auf noch größeres Wohl, das Wohl der Unverletzbarkeit durch Triebfreiheit. Und der auf das Wahre ausgerichtete Mensch wendet sich darum von jeder Erfahrung ab wie ein Mensch, der sich an einer Speise gesättigt hat, sich dann von dieser abwendet, und erreicht damit die Versiegung aller Triebe. Ist dieses unzerstörbare Wohl erreicht, dann ist der Leidenskreislauf beendet. Das ist das Wahre, über das hinaus es nichts Höheres gibt. Dann ist u.a. auch die Möglichkeit, sich jemals über andere zu erheben und andere als geringer anzusehen, endgültig aufgehoben.

WAS ZU PFLEGEN IST UND WAS NICHT  
114. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

1. Es gibt zweierlei Verhalten in Taten, Worten und Gedanken, von denen das eine zu pflegen und das andere nicht zu pflegen ist.
2. Es gibt zwei Arten von Herzensausbildungen (*cittuppāda*), von denen die eine zu pflegen und die andere nicht zu pflegen ist.
3. Es gibt zwei Arten von Wahrnehmungen, von denen die eine zu pflegen und die andere nicht zu pflegen ist.
4. Es gibt zwei Arten von Anschauungen, von denen die eine zu pflegen und die andere nicht zu pflegen ist.
5. Es gibt zwei Arten von Selbstentwicklung (*attabhāvapattilābha*), von denen die eine zu pflegen und die andere nicht zu pflegen ist.

Sāriputto: Was der Erhabene in Kürze gesagt hat, scheint mir dies zu bedeuten:

Zu 1: Ein Verhalten in Taten, wobei sich die unheilsamen Erscheinungen mehren und die heilsamen mindern, das ist nicht zu pflegen, wie Töten, Nichtgegebenes zu nehmen, unrechter Geschlechtsverkehr. – Ein Verhalten in Taten, wobei sich die unheilsamen Erscheinungen mindern und die heilsamen mehren, das ist zu pflegen. Da hat einer das Töten verworfen, ist teilnehmend und rücksichtsvoll, voll Liebe und Mitempfinden zu allem, was da lebt. Weiter wie in M 41: Die Nichteinhaltung der sieben Tugendregeln (drei in Taten, und vier in Worten) ist unheilsam, die Einhaltung der Tugendregeln ist heilsam. Unheilsam in Gedanken: Habgier (begehrt Besitz des anderen), Antipathie bis Hass, schlechte Gesinnung (mögen diese Wesen getötet werden) ist unheilsam. Gegenteilige Gedanken sind heilsam.

Zu 2: Herzensausbildung in Habgier, Antipathie bis Hass, Schädigung aus Rücksichtslosigkeit ist unheilsam, das Gegenteil ist heilsam.

Zu 3: Unheilsam: Da ist einer habgierig und verweilt mit der Wahrnehmung Habgier, Antipathie bis Hass, Schädigung aus Rücksichtslosigkeit. Gegenteilige Wahrnehmung ist heilsam.

Zu 4: Unheilsame Anschauungen: Almosengeben, Verzicht-leisten, Spenden ist nutzlos (s.auch M 41, 117). Es gibt keine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens. Es gibt keine andere Welt, es gibt keine Wesen ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper. Es gibt in der Welt keine Asketen und Brahmanen, welche durch Läuterung und hohe geistige Übung diese und die jenseitige Welt in überweltlicher Schau erlebt und erfahren haben und darüber lehren.

Gegenteilige Anschauungen sind heilsam.

Zu 5: Unheilsame Selbstentwicklung: Dem in beschwerhafter (s. M 19 und M 61) Selbstentwicklung Rollenden, sich immer weiter abwärts Entwickelnden mehren sich die unheilsamen Erscheinungen und die heilsamen Erscheinungen schwinden. Heilsame Selbstentwicklung: Dem in nichtbeschwerhafter Selbstentwicklung Rollenden, sich immer weiter aufwärts Entwickelnden mehren sich die heilsamen Erscheinungen und die unheilsamen Erscheinungen mindern sich.

Der Erwachte: Gut hast du erläutert, was ich in Kürze gesagt habe, und er wiederholt das von Sāriputto Gesagte.

Zweite Darlegung des Erwachten und Erklärung durch Sāriputto:

Formen, Töne, Düfte, Säfte, Tastungen, Gedanken – Kleidung – Almosenspeise – die Wohnstätte – das Dorf – eine Burg – eine Stadt – ein Land – eine Person – wobei sich die unheilsamen Erscheinungen mehren, ist nicht zu pflegen/zu benutzen/ Umgang zu pflegen. – Anders dagegen, wenn sich die heilsamen Erscheinungen mehren.

Der Erwachte: Wenn die vier Kasten, die Welt mit ihren guten und üblen Geistern, Mönchen und Brahmanen den Sinn meiner Rede so gut verstünden wie Sāriputto, so gereichte es ihnen lange zu Wohlergehen und Glück.

VIELE GEgebenHEITEN  
115. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Nur für den Toren gibt es Gefahren,  
Unglücke, Katastrophen

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene in Sāvatt̥hi, im Siegerwalde, im Garten Anāthapindikos. Da nun sprach der Erwachte die Mönche an: Ihr Mönche! – Ja, o Herr! –, erwiderten jene Mönche dem Erhabenen aufmerksam. Der Erhabene sprach:*

*Alle Gefahren, ihr Mönche, die es irgend gibt, entstehen nur dem Toren, nie dem Weisen. Und auch alle Unglücke und Katastrophen, die es gibt, entstehen nur dem Toren, nie dem Weisen.*

*Gleichwie, ihr Mönche, ein Feuer, das in einer Hütte aus Binsen oder Gras beginnt, sogar ein Haus mit einem Giebeldach niederbrennt, mit innen und außen verputzten Wänden, das abgeschlossen ist, mit Riegeln gesichert, mit geschlossenen Fenstern; ganz ebenso entstehen alle Gefahren, die es irgend gibt, alle Unglücke und Katastrophen nur dem Toren, nie dem Weisen.*

*So ist denn, ihr Mönche, nur der Tor von Gefahren bedroht, nicht aber der Weise. Und nur den Toren können Unglücke und Katastrophen treffen, nie aber den Weisen.*

Hier wird der Tor vom Weisen unterschieden. Nur für den Toren gibt es Gefahren, Unglücke, Katastrophen. Was versteht der Erwachte unter Toren und Weisen? Der Mensch ist geistig so beschaffen, dass er das will, was angenehm ist, was wohlthuend ist; aber viele Erlebnisse haben es an sich, dass sie im ersten Augenblick eine gewisse Annehmlichkeit mit sich brin-



gen, aber längerfristig Unannehmlichkeiten zur Folge haben. Der Tor sieht diese längerfristigen Unannehmlichkeiten nicht und will sie nicht sehen, nur die augenblicklichen Annehmlichkeiten. Der Weise aber sieht genauso deutlich wie die Annehmlichkeiten auch die unlöslich daran geknüpften Unannehmlichkeiten, ja, die Leidigkeit, und kann, wenn er sie oft genug betrachtet hat, der vordergründigen Wunscherfüllung nicht folgen. Der Tor wird von seinen Neigungen, seinen Sehnsüchten zu den Objekten hingerissen: „Oh, ist das schön, das muss ich haben“ und „Das ist ein gemeiner Kerl, dem werde ich es geben.“ Der Weise merkt: „Jetzt ist Gier nach einer Sache, ist Abneigung gegen oder gar Hass auf Menschen!“

Auch einer, der durch die Lehre des Erwachten in der Erkenntnis der Wirklichkeit vorgeschritten ist, aber noch nicht in der Wandlung seiner Triebe sehr fortgeschritten ist, ist noch treffbar von Katastrophen. Er hat zwar ein festes, sicheres Haus gebaut, die rechte Anschauung meldet sich bei allen ihn berührenden Erlebnissen, aber die noch nicht geminderten Triebe machen ihn verletzbar – sein bereits stabiler gebautes Haus fängt trotzdem Feuer. Aber er merkt es und hat Wasser – rechte Anschauung – zum Löschen bereit:

*Ein Tor, der seine Torheit merkt,  
wahrhaftig weise nennt man ihn. (Dh 63)*

Der Weise hat schon so manchen Kampf bestanden – mit sich selber –, hat aufkommende Neigungen zur Untugend überwunden. Er ist nicht überheblich, weil er vorwiegend auf seine eigene innere Reinheit achtet und weil er erfahren hat, wie die Triebe ihn und andere ziehen und zerren, aber er weiß sich auf rechtem Weg. Er freut sich, wenn er von Üblem frei ist, und seine Aufmerksamkeit ist darauf gerichtet, diesen kostbaren Zustand inneren Glücks zu halten, zu bewahren, der unabhängig macht von den äußeren Ereignissen. Und er erlebt im Mitempfinden mit den Wesen eine durchgehende Helligkeit und Freudigkeit seines Gemüts, ein fast ununterbrochen ungetrüb-

tes, heiteres Grundgefühl. Alles von „außen“ an ihn Herantretende erlebt er auf der Grundlage dieses hellen, freudigen Gefühls, darum kann er durch kein trübes Erlebnis mehr stärker verletzt werden. Für den Toren, dessen Grundgefühl weniger oder gar nicht wohltuend ist, sind die äußeren Sinneseindrücke, die Erlebnisse im Umgang mit den Mitmenschen und den Dingen der Welt, der einzige Lebensinhalt und darum das Fundament seines Daseins, und ohne diese Dinge ist für ihn Tod – Vernichtung – Nichts.

Der Weise aber, der durch Erhellung seines Gemüts, durch Befreiung seines Herzens von dunklen Flecken den Ausgang eines helleren, wohltuenden, ja, heiteren Grundgefühls bei sich beobachtet hat, der erfährt, dass er die äußeren Dinge, die er sowieso nicht nach Wunsch bekommen kann und schon gar nicht lange behalten kann, gar nicht braucht, da er in sich glücklich ist. Das Haus eines solchen Weisen kann nicht mehr in Brand geraten. Alle Gefahren entstehen nur dem Toren, sagt der Erwachte. Ihm, dem unbelehrten Menschen, der nur dieses eine Körperleben für wirklich hält, erscheinen die großen politischen Sorgen, Krieg, Umweltsorgen, Krankheitsepidemien, als Katastrophen. Er spricht von der Überlebensfrage, aber in Wirklichkeit handelt es sich nicht um das Überleben, denn dem Tod sind alle verfallen, sondern lediglich um längeres Leben mit dem Körper.

Natürlich ist das Leben auf der Erde schöner ohne körperliche Bedrohungen, aber für den Weisen gibt es andere Gefahren, Unglücke und Katastrophen, die viel folgenschwerer sind als die körperliche Bedrohung, und diese sind nicht als äußerlich sichtbare Gefahren, Unglücke, Katastrophen kenntlich. Es ist die äußerlich unsichtbare positive Bewertung des Schlechten, die Minderung des Guten, die die Wesen zum Schlechten geneigt macht und sie damit Untermenschliches erleben lässt, und dies für eine viel längere Zeitdauer als das Menschenleben währt. Wenn man etwas als Katastrophe bezeichnen wollte, dann sind das üble Gedanken, die über kurz oder lang in üble

Taten umgesetzt werden und damit dem Täter unermesslich viel Leid bringen.

Auch im Westen spricht man – noch – von Leib und Seele. Die Seele, das ist Wollen, Fühlen und Denken, trennt sich im Tod vom Körper und ist nach wie vor da. Der Körper wird älter, die Seele aber altert nicht. Wem dies so gilt, für den ist der Tod kein Unglück, keine Katastrophe, sondern lediglich ein Umzug. Der Tor hält den Tod für das Ende seines Lebens, und das ist für ihn in Todesnähe eine Katastrophe. Sein ganzes Empfinden, Fühlen und Denken wird davon ergriffen, so wie eine Hütte, die mit Stroh oder Schilfrohr gedeckt ist, durch Feuer rasch in Brand gerät und lichterloh brennt. Sogar ein stabileres Haus mit Giebeldach und verputzten Mauern wird von dem Feuer ergriffen. Das heißt, selbst ein Mensch mit weniger sinnlichen Trieben, der sich aber an das Leben mit dem Körper gewöhnt hat, ein Weiterleben nach dem Tod für möglich hält, aber nicht intensiv die inneren Gegebenheiten beobachtet und sie zu lenken versucht, wird von Katastrophen, die das Körperleben bedrohen, bewegt. Nicht aber der Weise, der die seelischen Gegebenheiten im Blick behält, dem sie das Wichtigste sind, der seine Freude aus ihnen bezieht und den darum alles Äußere, das dem Toren als Gefahr, Unglück, Katastrophe erscheint, nicht treffen kann, wie es der Erwachte ausdrückt (D 26):

*Auf dem nährenden Grund wandelt, ihr Mönche, im eigenen schöpferischen Gebiet. Wenn ihr auf dem nährenden Grund wandelt, ihr Mönche, im eigenen schöpferischen Gebiet, dann werdet ihr aller Verletzbarkeit und Treffbarkeit endgültig entwachsen.*

Dieser nährnde Grund sind die inneren Vorgänge, sind die Triebe, Tendenzen, Neigungen, Süchte in ihren vielfältigen Auswirkungen zusammen mit dem die Triebe beeinflussenden Denken. Damit soll der Mönch vertraut sein, auf die inneren Vorgänge achten, sie in rechter Weise lenken. Dann ist er ein Weiser, wie es in M 115 heißt:

*Darum strebt an, ihr Mönche: „Weise wollen wir werden, gründliche Forscher wollen wir werden.“ –*

*Auf diese Worte sprach der ehrwürdige Ānando zum Erhabenen: Was aber, o Herr, ist erforderlich, dass man einen Mönch als Weisen und als gründlichen Forscher bezeichnen kann? –*

*Wenn da, Ānando, ein Mönch*

- 1. mit den Gegebenheiten (dhātu) vertraut ist,*
  - 2. mit den Süchten und mit den entsprechenden Vorstellungen / Imaginationen (āyatana) vertraut ist,*
  - 3. mit der bedingten Entstehung (paticca-samuppāda) vertraut ist,*
  - 4. wenn er mit Möglichem und Unmöglichem (thān-ātthāna) vertraut ist,*
- dann kann man, Ānando, einen Mönch als Weisen und als gründlichen Forscher bezeichnen. –*

#### Die Gegebenheiten (*dhātu*)

Das Wort *dhātu*, herkommend von *dahati* = hinstellen, bedeutet „das Hingestellte, nun da Stehende, das Gebildete, Eingebildete, Angewöhnte und dadurch Vorhandene“, also das Gegebene, mit welchem wir bei all unserem Planen und Anstreben zu rechnen haben. Der Erwachte nennt in unserer Lehrrede einundvierzig Gegebenheiten, die wir einteilen können in

1. die Triebe und Eigenschaften der Wesen: Sinnensucht, Antipathie bis Hass, Rücksichtslosigkeit aus Nächstenblindheit und ihre positiven Gegenteile,
2. die Gesamtheit des vom Menschen als Außen Gewirkten, das Schaffsal, das an den Menschen wieder herantritt,
3. die Gefühle, die durch Berührung der Triebe mit dem als außen Erfahrenen entstehen.

Sowohl die Eigenschaften des Erlebers wie auch das Erlebte und seine Qualität zählen also zu den *dhātu*. So gesehen gibt

es nichts, das an sich da ist, sondern nur die angeschafften, erworbenen Eigenschaften und die geschaffenen Umweltphantome<sup>193</sup> sind da; und sie liefern eine den Trieben des Empfinders entsprechende Wahrnehmung von einem Ich in einer dem Wirken dieses Empfinders entsprechenden Umwelt: „Hier bin ich in dieser Welt.“ Durch die Gegebenheiten, heißt es (S 14,13), entsteht die Wahrnehmung:

*Von den Gegebenheiten kommt die Wahrnehmung (saññā),  
von der Wahrnehmung die Anschauung (ditthi),  
von der Anschauung das denkerische Angehen (vitakka) des  
Wahrgenommenen.*

Wir nehmen eine objektive, außerhalb von uns befindliche Welt an, aus welcher wir dies oder das aufgelesen, erfahren haben. Der Erwachte aber sagt: Je nach dem Angewöhnten, je nach dem, was du dahin gesetzt oder je nach dem, als wen oder was du dich dahin gesetzt hast, ist die Wahrnehmung, nicht einer objektiven Welt zufolge.

Der Erwachte sagt von der Wahrnehmung, dass sie einer Fata Morgana gleiche, einer Luftspiegelung. Das heißt, was da erlebt wird, das ist nicht einfach eine Idee oder eine Illusion, sondern es ist die Spiegelung einer seelischen Gegebenheit, also Spiegelung von etwas, das wirklich da ist. Aber erstens ist das seelisch Gegebene nicht dort, wo es erscheint, dort erleben wir nur das „Gespiegelte“. Und zweitens ist das seelisch Gegebene auch nicht so, wie es da scheint, als objektive Umwelt, sondern die Erlebnisse sind eine Projektion der Triebe und des Denkens. Darum kann man diese Wahrnehmung nicht an ihr selber verändern, indem man den wahrgenommenen unangenehmen Menschen oder Gegenstand verlässt oder beiseite schiebt. Solch ein Tun ist ebenso hilflos wie sinnlos, wie wenn man einen Schatten beiseite schieben wollte, anstatt dass man

---

<sup>193</sup> In M 1 wird gezeigt, wie die Angewöhnungen und Gegebenheiten vom unbelehrten Menschen hingestellt, angeschafft werden oder ab neuer Geburt wieder neu festgehalten werden, und bei der Beschreibung des Kämpfers (M 1) wird gezeigt, wie man sie abschaffen, auflösen kann.

den schattenwerfenden Gegenstand beiseite schiebt oder die Lichtquelle. Vielmehr muss man die Ursache dieser Wahrnehmung, die Gegebenheiten, verändern.

Die einundvierzig Gegebenheiten befinden sich alle als im Geist und im Herzen fixierte Wünsche und Vorstellungen in dem Körper des Wahrnehmenden, wie der Erwachte es zu Rohitasso (A IV,45) sagt. Dort entstehen alle Wahrnehmungen, und dort können sie auch nur verändert werden. Der Erwachte sagt (D 9): Durch bestimmte Übungen erreicht man die Auflösung der einen Wahrnehmung und das Entstehen einer anderen Wahrnehmung, und er nennt dann die Übungen, durch die ein Mönch vom Begegnungsleben, der Vielfalt-Wahrnehmung (*loka-saññī*), zur Herzenseinigung (*saka-saññī* = *eigenwahrnehmig*) und zur Wahrnehmungs-Freiheit (*asaññī*) kommt.

Für die Menschen, zumal heute, gilt wohl überwiegend die naive Auffassung, dass wir auf die Gegebenheiten keinen Einfluss hätten, da wir sie ja bei unserer Geburt schon so vorfinden. Der Erwachte aber lehrt, dass alles, was wir in diesem Leben vorfinden, sowohl unser eigener Körper, unser Charakter, unsere geistigen Fähigkeiten wie auch die Familie, in die wir hineingeboren sind, deren wirtschaftliche, soziale Situation und der Kulturstand des Landes samt Frieden oder Krieg – dass diese gesamten Wahrnehmungsinhalte durch früheres Tun und Lassen gebildet, eingebildet wurden, dass wir also immer nur von der Ernte unseres eigenen Wirkens in Gedanken, Worten und Taten leben, ebenso wie wir mit unserem heutigen Wirken schon an unserer zukünftigen Wahrnehmung bauen.

Die einundvierzig Gegebenheiten umfassen also sowohl die seelischen Gegebenheiten: die angewöhnte Herzensart, wie sie sich in der Gesinnung gegenüber den Mitwesen zeigt, die angewöhnten sinnlichen und übersinnlichen Neigungen mit dem durch sie ausgelösten Gefühl – wie aber auch das, was als irdische und jenseitige Welten aller Arten aus der Latenz, aus der Fülle des Geschaffenen, Erworbenen, Angewöhnten heran-

tritt als Formen, Töne, Düfte, Säfte, Tastbares, meist als ein Gemisch von Festem, Flüssigem, Wärme, Luftigem – und auch die durch Übung erreichte Sinnensuchtfreiheit sowie Liebe und Mitempfinden mit den Wesen.

Das Erfahrene umspannt in letztkategorialer Aussage 1. alles Zusammengesetzte, Bedingte und darum Unbeständige – d.h. den gesamten Samsāra mit seinem Wechsel und Wandel – und 2. das Nichtzusammengesetzte, Nichtbedingte, Todlose, um das sich der Heilsgänger bemüht und das nur durch Entwöhnung von allem Zusammengesetzten, den eingebildeten Gegebenheiten, erreicht wird.

Der Erwachte sagt also (S 14,13), dass entsprechend den eingebildeten Gegebenheiten, entsprechend den Einbildungen die Wahrnehmung ist. Darüber hinaus gibt es nichts, das an sich da wäre, es gibt nur die aus Wahn erworbenen Eigenschaften und die einst durch bezugschaffendes Reagieren angewöhnten, aus der Latenz (*bhava*) jeweils herantretenden Bezugspunkte, die als Umwelt erscheinen. Diese beiden eingebildeten, einander begegnenden Phänomene, die uns als wollendes Ich mit Gefühlsreaktion und als Umwelt erscheinen, bedingen die Wahrnehmung, die ein den Trieben des Empfinders entsprechendes Ich in einer dem Wirken dieses Empfinders entsprechenden Umwelt liefert.

Der Erwachte sagt also: Dein sogenanntes Wesen mit allen Bezügen und Bezugspunkten und den dadurch ausgelösten Gefühlen ist die Ursache deiner Wahrnehmung. So wie die Spinne aus ihrem Leib, aus sich selber das Netz spinnt, in dem sie dann als in ihrer Welt lebt, so leben wir in unserer Welt. Jeder ist mit seinem ganzen Erfahrungsbereich ein geschlossener Kosmos, in dem der Mensch mit seinen Gedanken, Worten und Taten ununterbrochen an seinem Charakter und damit auch an der „Umwelt“ gestaltet. Beides wird ununterbrochen unmerklich verändert, wie es der Erwachte auch in einem anderen Gleichnis ausdrückt: Maler Herz (S 22,100) malt, betrachtet das Bild, ist erschrocken, ändert, wird entzückt, malt noch etwas dazu. So sagt auch *Heraklit*:

*Das Leben der vielen ist das von Schlafwandlern oder Träumern, die eifrig an einem Gespinst, einem Stoff bauen, der ihnen unter den Händen zergeht.*

Die einundvierzig Gegebenheiten sind das selbst gesponnene, in ständiger Wandlung sich befindliche Gespinst, das es zu erkennen gilt, mit dem der Weise vertraut ist, dessen Bedingtheit durch die Triebe und das sie beeinflussende Denken er deutlich erkennt und das er erst zu erhellen und dann aufzulösen trachtet.

Für uns geht es zunächst darum, diese einundvierzig Gegebenheiten kennenzulernen, sie durch immer wiederholte Betrachtung bei uns zu entdecken und mit ihnen vertraut zu werden.

Mit 18 Gegebenheiten vertraut

Ānando fragt:

*Was aber, o Herr, ist erforderlich, dass man einen Mönch als mit den Gegebenheiten vertraut bezeichnen kann? –*

*18 Gegebenheiten gibt es:*

*Die Gegebenheit*

<i>des Lugers</i>	<i>der Form</i>	<i>der Luger-Erfahrung</i>
<i>des Lauschers</i>	<i>des Tons</i>	<i>der Lauscher-Erfahrung</i>
<i>des Riechers</i>	<i>des Geruchs</i>	<i>der Riecher-Erfahrung</i>
<i>des Schmeckers</i>	<i>d. Geschmacks</i>	<i>d. Schmecker-Erfahrung.</i>
<i>des Tasters</i>	<i>des Tastbaren</i>	<i>der Taster-Erfahrung</i>
<i>des Denkers</i>	<i>der Gedanken</i>	<i>der Denker-Erfahrung.</i>

*Das sind 18 Gegebenheiten. Wenn ein Mönch diese kennt und sieht, dann kann man ihn als mit den Gegebenheiten vertraut bezeichnen. –*



Die einzelne (noch unbewusste) Teilerfahrung  
(*viññāna-bhāga*)

Die Körper der Lebewesen sind durchzogen von den im Laufe des Lebens (einschließlich der früheren Leben) angewöhnten Zuneigungen zu den einen Erscheinungen und Abneigungen gegenüber den anderen Erscheinungen. Der Erwachte sagt (S 35,70), dass ein Mensch bei einem Sinneseindruck, wenn er darauf achtete, unmittelbar bei sich selbst merken könne, ob er eine fesselnde Neigung zu den Sinnesobjekten habe oder nicht, ob er angezogen oder abgestoßen sei.

Diese Neigungen, diese Spannungen, die etwas völlig anderes sind als der „stoffliche Körper“, durchdringen die Körper der Wesen ebenso, wie nach Gleichnissen des Erwachten ein im Wasser liegendes Holzstück ganz und gar von Wasser durchtränkt ist (M 36 und 85) oder wie ein Lampendocht vom Öl (M 146) durchtränkt ist. Insofern sind die Sinnesorgane selber und das ihnen innewohnende Lungern und Lechzen zweierlei und werden darum im Pāli auch unterschiedlich benannt. Wenn von den Sinnesorganen in ihrer Tätigkeit die Rede ist, dann werden nicht nur diese, sondern auch die den Sinnen und dem Körper innewohnenden Dränge mitgenannt, die die sinnliche Wahrnehmung erst ermöglichen, und mit den Ausdrücken *cakkhu*, *sotam*, *ghānam* usw. bezeichnet. Wenn wir diese Begriffe sinn- und wortgetreu wiedergeben wollen, dann müssen wir sagen: Nicht die Augen, sondern der Luger, der triebhafte Drang zum Sehen, erfährt Formen, nicht die Ohren, sondern der Lauscher, der triebhafte Drang zum Hören, erfährt Töne. „Luger, Lauscher“ usw. sollen das unmittelbar gespürte Wollen ausdrücken, das sich als Zu- oder Abneigung, Anziehung oder Abstoßung (*rāga* und *dosa*) kundtut und sich der Werkzeuge des Körpers bedient. Der normale Mensch wird durch das fünffältige Lungern durch die Welt der Formen, Töne, Düfte, des Schmeck- und Tastbaren gejagt, womit sich dann der Geist als sechstes beschäftigt. Das Wollen, die Erlebenssucht wohnt also bereits dem Körper inne. Darum ist

es nicht so, dass der Mensch mit den Sinnen wahrnehmen *kann*, sondern dass er wahrnehmen *muss*. Es drängt ihn dazu: er lechzt danach.

So besteht also die Grundlage des Menschen nicht in seinem „stofflichen“ Körper, sondern in seinem Erlebenshunger, Erlebensdurst, in seinem Lechzen und Lungern nach den erfahrbaren Dingen. Die Tatsache, dass der Mensch nicht nur empfindungsloser Körper ist, sondern mit vielfältigen Anliegen nach den entsprechenden Berührungen lungert und lechzt, vergleicht der Erwachte (M 75) mit einem Menschen, dessen Blut so vergiftet ist, dass er am ganzen Körper Wunden hat, die unheimlich jucken und ihn zum dauernden Kratzen zwingen.

Da jede Tendenz ein Gespanntsein nach einer bestimmten Berührung ist, so ist die Summe der Tendenzen, die einen Menschen bewegen, eine Summe von unmessbar vielfältigen Spannungen, Ersehnungen, Verlangensarten. Da aber dieses vielfältige Gespanntsein lebenslänglich ohne große Veränderung im Menschen besteht, so ist er sich dessen nicht bewusst. Dennoch wird die Spannung *gefühlt*, denn es besteht ja nicht ein Zustand der Entspannung, der Ruhe und inneren Heiterkeit und des Friedens; es ist also weder ein positiver, wohltuender Zustand noch eine neutrale Verfassung ohne Wohl und Wehe, sondern es ist eine große Summe von Mangelgefühlen, von mehr oder weniger stark gefühlten, aber nicht erkannten Ersehnungen. Diese Gesamtheit des von allen vorhandenen Trieben ununterbrochen ausgehenden und darum eben nicht mehr bewussten Gespanntseins, Hungerns, Verlangens und Ersehnen – das ist die lebenslängliche Grundbefindlichkeit des Menschen.

In M 28 werden drei Bedingungen für das Zustandekommen einer Teilerfahrung genannt. Es heißt dort im ersten Beispiel:

*1. Ist das Auge (mit dem innewohnenden Luger) funktionsfähig und treten von außen keine Formen in den Gesichtskreis, so*

*findet auch keine entsprechende Ernährung (samannāhāra) statt, und es kommt nicht zur Bildung der entsprechenden Teilerfahrung.*

Hier ist eine äußere Bedingung nicht erfüllt: Es treten keine Formen an den Luger (Töne an den Lauscher usw. – d.h. an die Triebe in den Sinnesorganen) heran. Es ist dunkel bzw. völlig still.

Mit „Erfahrung“ ist hier noch nicht die Erfahrung des Geistes, „unsere“ Erfahrung, gemeint, sondern nur eine Teilerfahrung, die Erfahrung des Lugers, Lauschers usw.: Wenn eine äußere Form an das körperliche Auge kommt, dann wird die im Auge wohnende Sucht nach Sehen ernährt/berührt und erfährt: „*Wohl tut das*“ oder „*wehe tut das*“.

*2. Ist das Auge (mit dem innewohnenden Luger) funktionsfähig und treten auch von außen Formen in den Gesichtskreis, aber es findet keine Ernährung statt, so kommt es auch nicht zur Bildung der entsprechenden Teilerfahrung.*

*Die Ernährung des Lugers mit Formen (des Lauschers mit Tönen usw.), wodurch er diese „erfährt“ (viññāna), ist die „Berührung“ des Verlangens im Luger, wodurch er seine Empfindung, sein Gefühl, das durch die (zur Berührung gekommene) Form ausgelöst wurde, dem Geist meldet. – Und diese Ernährung/Berührung hat dann nicht stattgefunden, wenn zu der Zeit gerade andere Sinnesdränge stark beschäftigt, also ernährt werden. Der Geist hat solche Dinge, die sich in seiner Nähe zutragen, „übersehen“ oder „überhört“, weil sein Geist mit etwas anderem beschäftigt war. Dann wird mangels Interesse der Luger nicht „ernährt“, berührt, und es kommt nicht zur entsprechenden Teilerfahrung. Man sagt: „Ich war abgelenkt“ und bringt damit zum Ausdruck, dass der Geist auf das Objekt „hingelenkt“ sein muss, wenn das Verlangen des einzelnen Sinnesorgans „ernährt“ werden soll.*

Hier sei auch auf die Fähigkeit der in der Läuterung weit Fortgeschrittenen, der „Reinen“, hingewiesen: Ihre geistige

Vertiefung, ihr Herzensfrieden (*samādhī*) ist oft so stark, dass der innere Wille zur Welterfahrung zeitweilig völlig zur Ruhe kommt, so dass keinerlei Ernährung der Sinnesdränge stattfindet und sie mit offenen Augen nicht sehen, mit offenen Ohren nicht hören usw., weil sie ohne Bewusstsein von „Ich“ und „Welt“ in einem überweltlichen, seligen Frieden verweilen.

Dem normalen Menschen aber, der auf die Sinneseindrücke aus ist, fehlt es nicht an der geistigen Hinwendung, die die Ernährung, die Berührung der Triebe erzwingt, es sei denn, seine Aufmerksamkeit richtet sich nicht auf das gerade den Sinnen Begegnende.

Die sinnliche Wahrnehmung findet also nicht, wie man den Eindruck hat, passiv statt, sondern ist bedingt durch das Interesse für das gerade als Umwelt oder Ich Erscheinende. Sobald die Aufmerksamkeit gezielt auf bestimmte Formen, Töne oder Denkobjekte oder auf einen anderen Sinneseindruck gerichtet ist, da werden die anderen Sinne um so weniger benutzt. Was also erfahren wird, das wird vorwiegend bestimmt von dem „Interesse“ der Tendenzen, der Sinnensucht, und der dadurch bedingten Aufmerksamkeit. Vorwiegend, denn selbst bei ziemlich starker Konzentration auf einen Vorgang können sich auch äußere Vorgänge den Sinnen aufdrängen, z.B. wenn plötzlich ein lautes Geräusch ertönt und die Aufmerksamkeit ablenkt. Aber vorzugsweise wird das erfahren, worauf die Aufmerksamkeit gerichtet ist:

*3. Ist der Luger funktionsfähig und treten auch von außen Formen in den Gesichtskreis, und es findet eine Ernährung statt, so kommt es zur Bildung der entsprechenden Teilerfahrung.*

In unserer Lehrrede fasst der Erwachte den Erfahrungsvorgang kurz zusammen:

*Durch den Luger und die Formen entsteht die Luger-Erfahrung (durch den Lauscher und die Töne entsteht die Lauscher-Erfahrung usw.) –*

und fährt an anderer Stelle (M 18) dann fort:

*Der drei Zusammensein ist Berührung.*

Das heißt, gleichzeitig mit der Erfahrung hat die Berührung stattgefunden, während es in M 28 heißt:

*Mit der Ernährung hat die Erfahrung stattgefunden.*

Wir sehen an diesen beiden in der Reihenfolge unterschiedlichen Aussagen, die denselben Vorgang schildern, wie die Erfahrung der Triebe in den Sinnesorganen identisch ist mit der Berührung der Triebe: Ernährung/Berührung ist Erfahrung, und Erfahrung ist Berührung/Ernährung. Es sind nur jeweils drei unterschiedliche Aspekte ein und derselben Sache:

Für den Trieb im Auge, Ohr usw. ist das Zusammenkommen mit Formen, Tönen usw.

1. eine Berührung – kennzeichnet den Aspekt des Zusammenkommens,
  2. eine Ernährung – kennzeichnet den Aspekt der Erfüllung des Mangels, des Sogs seitens des Triebs,
  3. eine Erfahrung – kennzeichnet den Aspekt der Erfahrung von Formen, Tönen usw. seitens des Triebs.
- 3 x 6 Gegebenheiten = 18 sind also die Ursache unseres Ich- und Welterlebens. Dessen ist der Weise eingedenk.

Die sechs Gegebenheiten: Festigkeit, Flüssigkeit,  
Wärme, Luft, Raum, Erfahrung

*Gibt es aber, o Herr, noch eine andere Möglichkeit, auf Grund derer man einen Mönch als mit den Gegebenheiten vertraut bezeichnen kann? –*

*Gewiss, Anando.*

*Sechs Gegebenheiten gibt es:*

*Die Gegebenheit der Festigkeit, der Flüssigkeit, der Wärme, der Luft, des Raums, der Erfahrung. Das sind sechs Gegebenheiten. Wenn ein Mönch diese kennt und*

*sieht, dann kann man ihn als mit den Gegebenheiten vertraut bezeichnen. –*

Wenn der westliche Mensch von diesen sechs Gegebenheiten liest und auf die besondere Bedeutung der letzten, der Erfahrung, nicht achtet, dann mag er durch die Erinnerung an die vier klassischen Elemente Erde, Wasser, Feuer, Luft eine Art „buddhistischer Physik“ vermuten oder auch, weil diese ersten Gegebenheiten ja auch den Körper des Menschen ausmachen, eine buddhistische „Biologie“.

Wenn der Erwachte das Physische, die Materie, Form, Gestalt (*rūpa*), definiert, dann nennt er immer die vier Grundgegebenheiten: Festigkeit, Flüssigkeit, Wärme und Luft. Alles, was aus diesen Zuständen bestehend erlebt wird, gleichviel in welcher Gestalt oder Form es auftritt: alles Sichtbare, Hörbare, Riechbare, Schmeck- und Tastbare, das heißt „*rūpa*“. Und zwar sowohl der Teil der Form, den wir zum „Ich“ zu zählen gewohnt sind, also der (von dem Wollenskörper durchzogene) Körper als „zu sich gezählte“ Form, als auch alle Form, die wir als nicht zum Ich gehörig zu zählen gewohnt sind, wie die sogenannte materielle Welt. Alles das ist „Form“, „Materie“. Und alle Form, sowohl der lebendig erscheinende Körper als auch alles durch die Sinnesdränge erfahrbare Außen besteht aus den vier Grundgegebenheiten: Festigkeit, Flüssigkeit, Wärme und Luft bzw. aus einem Gemisch daraus.

Mit dem Auge, dem Drang zum Sehen, dem Luger, sehen wir nicht, ob etwas fest oder flüssig ist. Wir sehen nur Farbunterschiede, Konturen. Erst dadurch, dass wir das Gesehene auch getastet haben, verbindet der Geist die Teilerfahrung des Lugers und Tasters und weiß dann, dass das Gesehene fest oder flüssig oder warm/kalt ist. Die fünf Sinnesdränge (Luger, Lauscher, Riecher, Schmecker, Taster) geben ihre Teilerfahrungen in den Geist, der sie zu Bildern zusammenfügt und benennt. Diese Bilder, Vorstellungen nennt der Erwachte *Fata Morgana*. Der Mensch sieht Konturen, die der Geist vom Tasten her zu kennen glaubt: Z.B. eine Landschaft mit Bäumen,

Brunnen, Teichen, und so glaubt er zu wissen: „Das ist eine Oase, dahin komme ich gleich.“ Mit den Augen sehen wir nichts Festes, Flüssiges, Temperatur und Luftiges, es ist der Geist, der die bereits im Geist vorhandenen Eindrücke assoziiert und benennt.

Der Mensch, dessen Herz mit sinnlicher Anziehung, Abstoßung besetzt ist, erlebt sich selbst und seine Umgebung immer und überall mit diesen vier Gegebenheiten zusammen, die er zusammenfassend „Materie“ nennt. Er hat außerdem die Vorstellung, dass die stofflichen Dinge im Raum liegen, Raum benötigen, die der Erwachte als fünfte Gegebenheit bezeichnet. Hauptsächlich tritt dem Menschen der Raum als „Zwischen-Raum“ zwischen sinnlich wahrgenommenen Dingen ins Bewusstsein. Dadurch erst sprechen wir von nah und fern, von „Wohnraum“ und „Weltraum“ (Kosmos). Außerdem zeigen sich die vier ersten Gegebenheiten, die meistens nicht isoliert und rein, sondern in einem Gemisch wahrgenommen werden, stets in räumlicher Ausdehnung. – Aber immer besteht Raum in Abhängigkeit von Materie. Die Vorstellung „Materie“ ist es, die die Vorstellung „Raum“ schafft. „Raum“ ist der unzer trennlliche Begleitbegriff für den Begriff „körperlicher Gegenstand“.

Ein Herz, das von den Trieben, sehen, hören, riechen, schmecken, tasten, denken zu wollen, durchzogen ist, erfährt diese fünf Gegebenheiten. Das „Erfahren“ ist die sechste, die wichtigste Komponente von den sechs Gegebenheiten: Festigkeit, Flüssigkeit, Temperatur, Luft, Raum, Erfahrung. Ohne die Erfahrungen seitens der Triebe, die in den Geist als Wahrnehmung eingetragen werden, gibt es die ersten fünf Gegebenheiten nicht. „Raum“ ist wie „Gegenstand“ Wahrnehmungsinhalt, erdacht, erdacht, erdacht, erdacht, erdacht, erdacht, eben Fata Morgana. Wo Form-, Ton-, Duft-, Geschmacks-, Tast-Wahrnehmungen sind, da wird auf Gegenstände geschlossen, auf Substanzen, und auf Raum.

So wird die Gewohnheit geschaffen, an Substanzen zu denken, über Gegenstände nachzudenken, sich der Gegenstände zu

erfreuen, so wird die Auffassung von Raum, der die Gegenstände enthält, geboren, erdacht und wird immer mehr eingebaut und immer mehr befestigt. So entsteht die Wahnvorstellung von Form und Raum. Ohne Erfahrung der Triebe gibt es nichts. Wenn Erfahrung *Wohl tut das, weh tut das, weder weh noch wohl tut das* nicht mehr ist, dann gibt es die Gegebenheiten nicht mehr und auch keine Suche nach ihnen (programmierte Wohlerfassungssuche), das Gespinst hat sich aufgelöst:

In Sn 1114 sagt der Erwachte:

*In der Erfahrung (viññāna) (von Formen, Tönen, Düften, Säften, Tastobjekten, Gedanken – seitens der Triebe im Körper) liegt das All – oder wörtlich: Alles gründet sich auf viññāna.*

Die Triebe im Körper (der Luger, Lauscher bis Taster) erfahren die fünf Gegebenheiten jeweils als Teil-Erfahrung (*viññāna-bhāga*) und melden sie dem Geist, wodurch wir Materie und Raum wahrnehmen, von ihnen wissen. Nur durch Erfahrung seitens der Triebe nehmen wir die fünf Gegebenheiten wahr, behaupten ihr Vorhandensein. Ohne die Triebe gibt es weder Körper noch Welt. Die Triebe sind die Körper- und Welterzeuger, die Erzeuger aller Formen und des Raums.

Und die Beschaffenheit der Gegebenheiten – mag sie am Körper oder außen erlebt werden – ist Ergebnis des bisherigen Wirkens in diesem und in früheren Leben. Alles, was begegnet, ist immer nur so, wie es ist, weil von dem jetzigen Erleber irgendwann früher entsprechend gedacht, geredet und gehandelt wurde. Im Lauf der ungezählten Leben ist jeder Gedanke, jede kleinste und größere Handlung eingewebt worden in die tausendfältige Buntheit des geistigen Teppichs, des Herzens, dessen Triebe zur Erfahrung, Wahrnehmung (Blendung) der fünf Gegebenheiten zwingen.

Das sind sechs Gegebenheiten, die der Belehrtete kennengelernt hat, der Weise beobachtet und sich vertraut gemacht hat.



Sechs Gegebenheiten:  
Wohl, Wehe, Freude, Trauer, Gleichmut, Wahn

*Gibt es aber, o Herr, noch eine andere Möglichkeit, auf Grund derer man einen Mönch als mit den Gegebenheiten vertraut bezeichnen kann? –*

*Gewiss, Ānando.*

*Sechs Gegebenheiten gibt es:*

*Die Gegebenheit des Wohls, des Wehes, der Freude, der Trauer, des Gleichmuts, des Wahns. Das sind sechs Gegebenheiten. Wenn ein Mönch diese kennt und sieht, dann kann man ihn als mit den Gegebenheiten vertraut bezeichnen. –*

Wohl, Wehe, Freude, Trauer

Die unterschiedlichen und vielfältigen Triebe, die den Wollenskörper, Empfindungssuchtkörper, Spannungskörper (*nāma-kāya*) bilden, messen alles, was zur Berührung kommt, mit ihrem subjektiven Maßstab und bewerten es als angenehm, unangenehm, was sich als Wohl- oder Wehgefühl oder Weder-Weh-noch-Wohlgefühl, also Gleichgültigkeit, kundtut. Mit diesem Gefühl besetzt, werden die Dinge dem Geist gemeldet. Doch so wie der Klang eines Gongs nichts Eigenständiges, aus sich selbst heraus Bestehendes ist, sondern eben nur Antwort des Gongs auf den Schlag durch den Klöppel, so auch ist das Gefühl nichts Eigenständiges, aus sich selbst heraus Bestehendes, sondern eben nur Antwort des Wollens, der Triebe, auf die Erlebnisse. So wie beim Auto die Zündung als Kraft in Erscheinung tritt, während der eigentliche Kraftstoff im Hintergrund bleibt, so auch treten die tausendfältigen starken und schwachen, groben und feinen Gefühle in Erscheinung, während die sie verursachenden Triebe im Hintergrund bleiben.

So wie ein grober eiserner Gong auf einen Schlag mit dem Klöppel einen gröberen Ton und ein feiner silberner Gong auf

einen Schlag mit dem gleichen Klöppel einen feineren Ton erzeugt – so auch erzeugen die gröberen und feineren Triebe, wenn die Erlebnisse ihnen entsprechen, gröbere oder feinere Wohlgefühle und erzeugen, wenn die Triebe ihnen nicht entsprechen, gröbere oder feinere Wehgefühle, jeder nach seiner Art.

Ein Beispiel für grobe sinnliche Triebe, die körperliche Gefühle erzeugen: Wenn ein Mensch, der nach seinen Trieben besonders geschmackig, auf wohlschmeckende Speisen aus ist, auch solche Speisen zu kosten bekommt, dann stimmt bei ihm das Erleben mit den Trieben überein, dann sind diese Triebe in ihm befriedigt und äußern ihre Befriedigung in der ihnen gemäßen Weise durch Lust und Behagen als Wohlgefühl. – Bekommt er dagegen gerade solche Speisen, die nach Geschmack und Aussehen den Tendenzen widersprechen, so sind diese gleichen Triebe durch das ihnen entgegengesetzte Erlebnis gestört und verstört, und sie äußern ihr Widerstreben durch Unlust und Ekel als Wehgefühl. Nimmt jener Mensch aber eine nicht zu lange Zeit keine Speisen zu sich, so wird jenen Trieben weder entsprochen noch widersprochen, so äußern jene Triebe zu dieser Zeit ein Weder-Weh-noch-Wohlgefühl.

Oder wenn ein anderer Mensch, der nach seinen Trieben auf Freundschaft und Harmonie aus ist, auch Freundschaft und Harmonie erlebt, so antworten seine Triebe mit Fröhlichkeit, Freude und Glück als Wohlgefühl. Wenn er dagegen Streit und Feindschaft erleben muss, so antworten die gleichen Triebe auf dieses ihnen widerstrebende Erlebnis mit Kummer oder Traurigkeit oder Gram als Wehgefühl. Wenn dagegen dieser Mensch allein ist und weder Freundschaft noch Feindschaft erlebt, so antworten jene gleichen Triebe, da ihnen weder entsprochen noch nicht entsprochen wird, mit einem Weder-Weh-noch-Wohlgefühl.

Oder wenn ein anderer Mensch, der nach seinen Trieben auf geistliche Musik aus ist, auch geistliche Musik zu hören bekommt, dann antworten seine Triebe darauf mit dem Gefühl

von Erhebung und Frieden als Wohlgefühl. – Hört er dagegen eine ausgeprägt sinnliche Musik, so antworten jene Triebe darauf mit dem Gefühl von Erschrecken oder Bedrückung als Wehgefühl. – Hört er dagegen eine nicht zu lange Zeit keine Musik, so antworten die gleichen Triebe, da ihnen weder entsprochen noch nicht entsprochen wird, mit einem Weder-Weh-noch-Wohlgefühl.

Oder wenn ein Mensch, der nach seinen Trieben auf Aufrichtigkeit und Wahrhaftigkeit aus ist, in einer heiklen Situation, in der er durch trügerische Rede sich äußeren Vorteil erwerben könnte, doch an der Wahrhaftigkeit festgehalten hat, so antworten seine Triebe auf jenes Erlebnis mit dem Gefühl von Genugtuung und innerer Heiterkeit als Wohlgefühl. – Ist er dagegen der Versuchung erlegen und hat um des äußeren Vorteils willen trügerisch geredet, so antworten dieselben Triebe auf dieses ihnen entgegengesetzte Erlebnis mit dem Gefühl der Beschämung oder Reue als Wehgefühl. Hat er aber mangels entsprechender Situation weder seinem Trieb entsprochen noch ihm zuwider gehandelt, so antwortet derselbe Trieb darauf mit einem Weder-Weh-noch-Wohlgefühl.

Diese Beispiele können beliebig erweitert werden. Es versteht sich, dass das Wohlgefühl eines Menschen, der seiner triebbedingten Neigung entsprechend sich auf stillen Wegen von der Hetze des Alltags ablöst, ein anderes ist als das Wohlgefühl des Kindes, das sich im Arm der Mutter geborgen fühlt, und dass die Begeisterung eines jungen Entdeckers wieder ein anderes Wohlgefühl ist. Wir kennen die unterschiedlichen groben und feinen Wohlgefühle, wie Lust, Behagen, Entzücken, Begeisterung, Erhebung, Frieden usw., und ebenso die mannigfaltigen groben und feinen Wehgefühle, wie Qual, Schmerz, Angst, Verzweiflung, Verstörtheit, Ekel, Zerrissenheit, Depression, Trauer, Gram, Kummer, Wehmut. Sie alle deuten auf Triebe hin, die genau so grob oder fein sind wie jene von ihnen erzeugten Gefühle. Und alle diese verschiedenartigen Gefühle verlaufen vom höchsten Wohl bis zum äußersten Wehe in einer fast endlosen Skala mit allen Zwischenstu-

fen. Welche lebensweiten Unterschiede liegen z.B. zwischen höchstem Entzücken bis zum äußersten Entsetzen, zwischen höchster Fröhlichkeit bis zu tiefster Traurigkeit, zwischen höchster Lust bis zu tiefster Qual, zwischen Bedrückung und Erleichterung, zwischen Versenkung und Verstörtheit, zwischen Glückseligkeit und Gram, zwischen Angst und Geborgenheit, Ruhe und Unruhe, Erlösung und Verzweiflung.

Diese wenigen Hinweise erinnern uns an die fast endlose Mannigfaltigkeit unserer Gefühle in Wohl und Wehe, die die Kette unserer täglichen und lebenslänglichen Erlebnisse bilden, die unserem Leben Stimmung und Klang, Farbe und Duft geben, durch die wir unser Leben als licht oder dunkel, als erwärmend oder erkaltend, als Wohllaut oder Dissonanz erleben und empfinden. Und hinter jedem dieser unendlich vielfältigen groben und feinen, lauten und leisen, wohlten und wehen Gefühle steht still und schweigend im Hintergrund der Trieb als die starke oder schwache Sehnsucht nach einem bestimmten groben oder feinen Erlebnis, nach einer bestimmten seelischen Situation. Und er ist es, der da antwortet, wenn die ersehnte seelische Situation eintritt, mit dem ihm möglichen Wohlklang und wenn eine ihm entgegengesetzte seelische Situation eintritt, mit dem ihm möglichen Missklang.

### Gleichmut

Von dem unbelehrten Menschen sagt der Erwachte (M 38):

*Erblickt er mit dem Luger eine Form, so wird er von angenehmen Formen angezogen und von unangenehmen abgestoßen. So verfällt er der Befriedigung und Nichtbefriedigung, und was für ein Gefühl er auch fühlt, ein freudiges oder leidiges, dieses Gefühl hegt er und pflegt er und klammert sich daran.*

Ganz anders ist dagegen das Verhalten desjenigen, der die unbeständigen, leidigen Dinge als unbeständig und leidig durch-

schaut hat und der nach dem Heil im Unverletzbaren, in der vollkommenen Freiheit trachtet. Auch er wird, solange er noch nach seinen Trieben weltliche Bedürfnisse hat, von Wohl- und Wehgefühlen getroffen, aber da er weiß, dass alle weltlichen Dinge, welche bei ihm die angenehmen oder unangenehmen Gefühle auslösen, unbeständig, leidvoll sind, so gibt er sich jenen Gefühlen nicht hin, sondern hält sein Gemüt fest und still, dass es gleich bleibe in Freud und Leid. Das ist der Gleichmut. In diesem Sinne sagt der Erhabene (M 148):

*Von Wohlgefühl getroffen, befriedigt sich der Übende nicht dabei, bewertet es nicht positiv, klammert sich nicht daran. Die Giergeneigtheit treibt ihn nicht.*

*Von Wehgefühl getroffen, wird der Übende nicht bekümmert, nicht beklommen, jammert, stöhnt nicht, gerät nicht in Verwirrung. Die Abwehrgeneigtheit treibt ihn nicht.*

*Vom Weder-Weh-noch-Wohlgefühl getroffen, erkennt der Übende der Wirklichkeit gemäß Entstehen und Vergehen, Lab-sal und Elend dieser Gefühle und die Befreiung von ihnen. Die Wahngeneigtheit treibt ihn nicht.*

Das ist der wahre Gleichmut, dass man da gleichen Gemüts bleibt bei Wohl und bei Wehe.

Ein so sich Übender sucht nichts mehr in der Welt der Sinnendinge, und von all dem, was ihm dort noch begegnet, lässt er sein Gemüt nicht mehr bewegen. Er betrachtet all die ihm begegnenden Dinge mit klarem, nüchternem Blick und durchschaut ihre Unzulänglichkeit. Darum wendet er sich den Dingen nicht zu. So bleibt er bei allen Begegnungen, bei allen Berührungen gleichen Gemüts. Das ist der Gleichmut, der zur völligen Freiheit führt.

Wahn (*avijjā*)

Durch jede Berührung der fünf im Körper inkarnierten Sinnesdränge wird der von ihnen erfahrene Gegenstand (Form,

Ton usw.) und die Gefühlsantwort der Triebe zusammen in den Geist eingetragen. Die Dränge in den Sinnesorganen und im ganzen Körper erfahren Befriedigung, wenn sie von den gewünschten zum Außen gezählten Formen berührt werden, und erfahren Abstoßung, wenn das Gegenteil dessen ankommt, was sie ersehen. Diese Gefühlsurteile der Triebgeschmäcke – Wohlgefühl bei den den Trieben angenehmen Erscheinungen, Wehgefühl bei den den Trieben unangenehmen Erscheinungen – sind eine Entstellung und Verzerrung der Erfahrungen, die solcherart subjektiv gefärbt, als Wahrnehmung in das Gedächtnis eingetragen werden. Der Geist kennt gar nichts anderes als die subjektiv gefärbten, gefühlsbesetzten Eintragungen. Triebe, Neigungen bestimmen also, gleichviel ob sie gut oder schlecht, schädlich oder nützlich sind, was der Mensch erlebt und was nicht. Diese Wahrnehmung, von welcher wir leben, durch welche wir an Ich und Welt und Dasein glauben, Ich und Welt und Dasein wähen, vergleicht der Erwachte mit einer täuschenden Fata Morgana, mit einer Luftspiegelung, mit etwas, das gar nicht so vorhanden ist, wie es scheint. Das ist Blendung, Wahn. Das muss man in seiner ganzen Tiefe verstehen.

Der Erwachte sagt (M 1):

*Der unbelehrte Mensch hat die Wahrnehmung von Form – von Festem, Flüssigem, Temperatur und Luft – von der gesamten sinnlichen, mit den Körpersinnen wahrnehmbaren diesseitigen Welt, Lebendigem und Totem, wie wenn sie von wirklicher, materieller Welt käme. Und obwohl er die Wahrnehmung (von z.B. „Festem“) hat, denkt er aber nicht an die Wahrnehmung „Festes“ usw., sondern denkt nur an Festes, denkt über Festes nach, denkt von Festem ausgehend an Weiteres usw.*

Er übersieht die Tatsache, dass dieses Feste, das er zu kennen meint, aus Wahrnehmung besteht. Aller Dinge Wurzelart – die Dimension der Existenz – ist Wahrnehmung.

Der unbelehrte Mensch denkt fälschlicherweise, er lese die Sinneserlebnisse von einer an sich vorhandenen Außenwelt ab, die sinnliche Wahrnehmung sei ein Hereinholen von Formen, Tönen, Düften, Schmeck- und Tastbarem aus einer unabhängig von ihm bestehenden Außenwelt. Dabei ist das, was der Mensch und jedes Lebewesen für „Wissen“ von „sich selbst“ und „von der Welt“ hält, in Wirklichkeit nichts anderes als seine Deutung der Wahrnehmung „Ich“ und der Wahrnehmung „Welt“. Von keiner Erscheinung „weiß“ der Mensch anders als nur durch die Wahrnehmung. Und diese Wahrnehmung ist, weil sie eine Eintragung von gefühlsbesetzten Erfahrungen der Triebe in den Geist ist, Blendung, Täuschung, Wahn.

Durch die Erfahrung der Süchte, der Triebe, befinden sich gefühlsbesetzte Wahrnehmungen im Geist, und der unbelehrte Mensch hat sich so eine Sammlung von Objekten und Begriffen aufgebaut, selbst konstruiert, nimmt ein Ich an, das eine Welt erlebt, hat die Wahrnehmung als Substanz des Daseins vergessen, aber den Inhalt der Wahrnehmung für „an sich bestehend“ genommen. Diese täuschende Vorstellung, diese falsche Anschauung des unbelehrten Menschen, die den Inhalt der Wahrnehmung als Realität nimmt, nennt der Erwachte Wahn, Falschwissen, Unrealität-Wissen, d.h. das Betreffende ist in der Wirklichkeit so „nicht zu finden“, ist abseits der Wirklichkeit. Und da der wahnhaftige Geist, der nichts anderes als triebbestimmte Eindrücke eingesammelt hat, nie die Aufhebung des Begehrens anstreben kann, so ist durch den unbelehrten wahnbefangenen Geist die Fortsetzung des Samsāra mit immer wieder Geborenwerden, Altern und Sterben und d.h. mit vorwiegend Wehgefühlen vorprogrammiert.

*Avijjā* wird meistens viel zu harmlos mit „Unwissen“ oder „Nichtwissen“ übersetzt. Das legt den Gedanken nahe, dass man durch Information – etwa durch Lesen der Lehrreden – zum Wissen, zum Verständnis der Wirklichkeit und damit zur Befreiung vom Leiden käme. Aber *avijjā* ist nicht durch die bloße Aufnahme von Wissen aufhebbar. Auch lt. M 125 ist

Wahn kein Wissensmangel, sondern ein Berg, ein großer wahnhafter Wissenskomplex. Der Erwachte vergleicht *avijjā* ferner mit Gift, das durch einen vergifteten Pfeil in den Körper des Opfers eingedrungen ist (M 105), wodurch es sterben kann, wenn das Gift nicht schnell aus dem Körper entfernt wird. Wenn der Erwachte sagt: *In diesem Körper mit Wahrnehmung und Geist, da ist die Welt*, so heißt das: In diesem Körper wirken die Triebe wie gefährliches Gift, die dem Geist Falsch- und das heißt „Gift-Wahrnehmungen“ liefern. Diese triebgefärbten Wahrnehmungen sind bei dem normalen Menschen so stark, dass kein Interesse und damit keine Möglichkeit zur Aufnahme von triebfreiem Wissen besteht.

Ein Mensch dagegen, der trotz vieler sinnlicher Triebe auch den Wunsch hat, über Gesetz und Struktur der Existenz Aufschluss zu bekommen, nutzt die Zeiten, in denen die triebgefärbten Wahn-Wahrnehmungen nicht so stark im Vordergrund stehen, so dass er rechte Anschauungen aufnehmen kann. Dies zeigt der Erwachte (S 14,13):

*Von großem Umfang ist die Wahngegebenheit. – Durch niedere Gegebenheit bedingt ist auch niedere Wahrnehmung, niedere Anschauung, niederes Denken, niedere Absichten, niedere Wünsche, niedere Entschlüsse, niederer Charakter, niedere Rede. Niederes berichtet er, zeigt er, erklärt er, breitet er aus, enthüllt er, über Niederes verbreitet er sich in allen Einzelheiten, Niederes offenbart er, und er wird in niedriger Welt wiedergeboren. – Durch mittlere Gegebenheit bedingt ist auch mittlere Wahrnehmung, mittlere Anschauung, mittleres Denken, mittlere Absichten... – Durch feine Gegebenheit bedingt ist auch feine Wahrnehmung, feine Anschauung, feines Denken, feine Absichten...*

Ganz umfassend, unermesslich unterschiedlich ist die Gegebenheit Wahn. Es gibt niederen, d.h. groben, mittleren und feinen Wahn. Der Übende hat in seinem vordringenden Denken immer wieder Augenblicke, in denen er von wenig Trie-



ben beeinflusst ist. In Zeiten starker Angehungen hat er seine Einsichten nicht immer in voller Klarheit und in vollem Umfang gegenwärtig, aber die Erinnerung an diese Einsichten hält er im Geist fest.

Wahn, zusammen mit dem Durst, dem bewusst gewordenen Drang im Geist, ist die den Leidenskreislauf erhaltende Gegebenheit. In der Kette der bedingten Entstehung heißt es: *Durch Wahn bedingt sind die Bewegtheiten*. Die drei Bewegtheiten nennt er in der Reihenfolge der drei Selbsterfahrungen (Sinnensucht, Reine Form, Formfreiheit):

*Körperliche Bewegtheit*: Ein- und Ausatmung und alle anderen vegetativen Bewegtheiten,

*denkerische Bewegtheit*: Bedenken und Sinnen,

*Herzensbewegtheit*: Gefühl und Wahrnehmung.

Alle drei zusammen werden in der groben Selbsterfahrung erfahren.

Denkerische Bewegtheit und Herzensbewegtheit werden in der geistgebildeten formhaften Selbsterfahrung erfahren.

Nur Herzensbewegtheit wird in der formfreien Selbsterfahrung erfahren.

Aber nicht nur bestimmt die Qualität des Wahns die jeweilige Erlebensweise: grobstofflich, der Reinen Form zugehörig, formfrei. Je nach dem augenblicklichen Grad von Wahn oder Weisheit, mit welchem ich jetzt meine Wahrnehmung beurteile, wird auch das Ich etwas mehr gefesselt oder entfesselt und wird im selben Maß die Umwelt für mich etwas wichtiger oder weniger wichtig. Grober Wahn gestaltet Ich und Umwelt gröber, feiner Wahn gestaltet Ich und Umwelt feiner. Der blinde Materialist denkt: „Was ich gebe, das habe ich weniger.“ Der Kenner der Gegebenheiten denkt: „Habe ich gegeben, dann habe ich Geben in die Wahrnehmung gesetzt, und die helfende liebevolle Gesinnung lässt gewährenderen Wahngestalten erleben als blinde Egozentrik.“

Zusammenfassend ist also festzuhalten: Der Wahn, die Annahme eines Ich in einer Welt, ist bedingt durch die Gefühlsblendung, die durch die Urteile der Triebe hervorgerufen wird. Der Mensch kann diesem Wahn blind folgen, aber er hat auch die Möglichkeit, sich der blendenden Gefühle auf Grund der innewohnenden Triebe bewusst zu werden, sie als Täuschung zu durchschauen und ihnen losgelöst mit Gleichmut zu begegnen.

Sechs Gegebenheiten:

1. Sinnensucht, 2. Antipathie bis Hass,
3. Schädigung, Belästigung aus Rücksichtslosigkeit –
4. Sinnensucht-Freiheit, 5. Liebe, Wohlwollen,
6. Erbarmen, Schonen, Fürsorge, Hilfsbereitschaft

*Gibt es aber, o Herr, noch eine andere Möglichkeit, auf Grund derer man einen Mönch als mit den Gegebenheiten (dhātu) vertraut bezeichnen kann? –*

*Gewiss, Ānando.*

*Sechs Gegebenheiten gibt es: Sinnensucht, Antipathie bis Hass, Schädigung/Belästigung aus Rücksichtslosigkeit, Sinnensucht-Freiheit, Liebe, Erbarmen. – Wenn ein Mönch diese kennt und sieht, dann kann man ihn als mit den Gegebenheiten vertraut bezeichnen. –*

Auf sechs Kanälen, den Augen, Ohren, der Nase, der Zunge, dem Körper und dem Geist, kommen die Formen, Töne, Düfte, Säfte, Körper und Dinge an den Wollenskörper, an den Spannungsleib, das innere Spannungsgefüge, als „Berührung“ heran, und je nach der inneren Gegebenheit Sinnensucht (Antipathie bis Hass, Rücksichtslosigkeit), der Herzensart des Menschen, erscheinen ihm dann die Außendinge in der Wahrnehmung. Zum Beispiel meldet die Sinnensucht „eine schöne Blume“, Antipathie bis Hass „ein schrecklicher Mensch“, die

Rücksichtslosigkeit „ein Kind oder Tier, das man durch Schläge zum Gehorsam zwingen muss“. Nicht neutral, sondern zusammen mit diesen Bewertungen durch die Gegebenheit, die Herzensart, werden uns die Dinge bewusst. Sie gehen durch den Filter unserer jeweiligen Herzensbeschaffenheit.

Von daher wird verständlich, warum wir in einer Phase größerer Gereiztheit die wahrgenommenen Dinge feindlicher und in einer düsteren Stimmung dunkler und bedrückender erleben. Ein insgesamt versöhnlich gestimmter Mensch sieht in den begegnenden Menschen mehr die guten Eigenschaften, die schlechten fallen ihm nicht auf bzw. er beschönigt, entschuldigt, versteht sie und erlebt darum gar keine „schlechten“ Eigenschaften. Bei einem feindselig gesonnenen Menschen dagegen gehen die Begegnungen durch den Filter dieser Gegebenheit, und die ganze Welt erscheint ihm entsprechend böse und feindselig.

Aber die einmal angestoßenen inneren Vorgänge enden nicht bei der Wahrnehmung. Entsprechend den subjektiven Wahrnehmungen denkt der Mensch über die erlebten Dinge nach, sein Wollen richtet sich auf das begehrte, gehasste oder als widerspenstig empfundene Gegenüber. Diese gedankliche Beschäftigung mit dem ersehnten oder verabscheuten Gegenüber kann so weit gehen, dass er innerlich vor Begehren, Feindschaft und Rohheit fiebert und nun nach Wegen sucht, sein Begehren zu erfüllen, seiner Feindschaft Ausdruck zu geben, seine Rohheit zu betätigen.

Diese inneren Herzensströme können so stark sein, dass sie alle Dämme der Rücksicht und Schranken der Scham überspringen und der Mensch seiner aufgestauten Aggression oder seinem Begehren folgen muss. Weil er es zugelassen hat, dass begehrliche, gehässige und rohe, rücksichtslose Gedanken sein Denken immer mehr ausgefüllt haben, darum muss er Dinge sagen, die er später bereut, darum muss er rücksichtslos handeln, um sich „Luft zu machen“, wodurch er immer weiter Feindschaft und Hass sät und sich selber in Schwierigkeiten

bringt: Er wandelt dreifach auf falschen Wegen: in Taten, Worten, in Gedanken.

Unter Sinnensucht, sinnlichem Begehren wird nicht nur die allerstärkste sinnliche Leidenschaft verstanden, die uns hemmungslos macht, sondern auch feinere Grade eines Geneigtheits, und entsprechend gibt es das Abgestoßensein in allen Graden. Wenn wir dieser Gegebenheit in uns Raum gegeben haben, die begehrten Dinge uns immer wieder vorgestellt und ausgemalt haben, dann beherrscht das sinnliche Begehren uns, nicht beherrschen wir es. Wenn die Gefühle der Sinnensucht, der Antipathie bis Hass oder der Rohheit/Rücksichtslosigkeit sturmgepeitscht wogen, dann ist der Mensch gezwungen, dem nachzugeben, und dann gibt es „Scherben“, untugendhafte Handlungen, Einbrechen in die Interessenssphären der Mitwesen, und sei es auch nur kalte Abweisung eines anderen, der einem etwas Unliebes sagt.

Auch der feinfühligste Mensch geht, wenn er stark etwas begehrt oder abgestoßen ist, nicht so auf seine Mitmenschen ein, kommt ihnen nicht so entgegen wie derselbe Mensch zu einer anderen Zeit. Jeder Mensch ist, wenn er etwas begehrt oder hasst, einige Grade roher, rücksichtsloser, und sei es auch nur, dass er hernach denkt: „Ja, da hab ich meine Sache vorgebracht, die ich unbedingt vorbringen wollte, aber der andere kam mir mit einem Gesicht entgegen – das fällt mir jetzt ein – als wollte er mir etwas sagen. Während ich sprach, trat das zurück, als ob er gedacht hätte: ‚Das geht jetzt nicht.‘ Das hab ich ganz übersehen.“ Das ist eine Art von Rücksichtslosigkeit. Es gibt sie in allen Graden. Alles was an Rücksichtslosem von uns ausgeht, das kommt nur auf in dem Maß, wie wir gerissen sind. Die sogenannte Höflichkeit verbietet jemandem, dass er sich wenigstens trotz Abneigung oder Gerissensein nicht in dem Sinn äußert und dass er sich vornimmt und sich angewöhnt, auch dem anderen Raum zu lassen, sich zu äußern, selbst wenn er selber mehr oder weniger stark bewegt ist. Das nennen wir Disziplin. Sie ist nur da nötig, wo Gerissenheit, Sturm ist.

Den ganzen Vorgang des inneren Entflammtwerdens, die Auswirkungen der inneren Gegebenheiten des Begehrens, des Hasses und der Rücksichtslosigkeit mit ihrem Sturm von Gefühlen und Gedanken bis hin zu üblen Taten vergleicht der Erwachte mit einem Brand auf trockenem Grasplatz, auf den eine brennende Fackel geworfen wird (S 14,12):

Mit dem trockenen Grasplatz ist der Wollenkörper gemeint, die Gegebenheit des Menschen, sein Begehren, Hassen und seine Rohheit in den mannigfaltigsten Formen. Es ist der Spannungsleib, der den Fleischleib durchzieht. Diesen Spannungsleib hat der Geheilte nicht mehr. Bei ihm gibt es darum kein trockenes Gras und darum auch das gefährliche Auf-flammen nicht mehr mit all den üblen Folgen. Aber bei uns, den normalen Menschen, ist diese gefährliche Entzündbarkeit vorhanden, und darum trifft das Gleichnis auf uns zu.

Die brennende Fackel, die auf den Grasplatz geworfen wird, ist ein Gleichnis für die sechsfache Erfahrung der Sinnesdränge. In dem Augenblick, in dem mittels des Lugers eine Form gesehen, mittels des Lauschers ein Ton gehört, mittels des Riechers ein Duft gerochen, mittels des Schmeckers ein Saft geschmeckt, mittels des Tasters ein Gegenstand getastet, mittels des Geistes ein Ding erkannt wird, wird der Empfindungssuchtkörper, die Gegebenheit des inneren Begehrens, des Hassens oder der Rohheit, berührt, die in dem Gleichnis mit dem trockenen Grasgrund verglichen wird – und das entflamnte Feuer lodert auf. Der lodernde Grasbrand, die Brandstiftung, das entflamnte Feuer, das ist die auf die Berührung der Triebe seitens der Formen entstehende lodernde Wahrnehmung mit Sinnensucht, Antipathie bis Hass und Rohheit. Man hat den Eindruck: „Das ist etwas Herrliches“ oder „Das ist etwas Schlimmes.“ Entsprechend diesem Eindruck denkt der Mensch, fasst die Absicht, fiebert, sucht, das Begehrte an sich zu reißen oder das Üble wegzutun – das Feuer breitet sich immer mehr aus.

Darum heißt es nun, dass der Mensch schnell mit Händen und Füßen den Brand löschen solle. So sagt der Erwachte,

wenn einer bei einer aufgestiegenen begehrliehen oder hassenden oder rohen, rücksichtslosen Wahrnehmung nicht schnell weitere Gedanken und Absichten austilgt, dann kommt er zu einem Tun und Lassen, zu einem karmischen Säen, aus dem Leiden für ihn und seine Umgebung hervorgeht.

Der gewöhnliche Mensch freut sich des Brandes, wenn er dem in ihm angestauten Ärger und seiner Abneigung freien Lauf lassen kann und zum Beispiel einem anderen einmal richtig „die Meinung“ gesagt hat. Aber der belehrte Mensch weiß, dass der Brand das Schädliche ist. Der Brand geht weiter und kommt wieder über ihn.

Nun geht es aber nicht nur darum, den einmal entstandenen Brand sich nicht ausbreiten zu lassen, die Affekte zurückzuhalten, etwa in dem Gedanken: „*Da sind sie ja, die Verderben, Leiden bringenden Erwägungen*“, sondern außerdem darum, die Wucht des Begehrens, des Hasses, der Rohheit und Rücksichtslosigkeit zu mindern.

Wenn wegen starker innerer Empfindlichkeit die Wahrnehmung stark hinreißt, dann folgt zwangsläufig auch die Absicht, das Fiebern und Suchen nach Befriedigung in gleicher Stärke, und wenn der Mensch auch oft im letzten Moment noch die Vernunft einschaltet, so kann er doch oft üble Taten nicht lassen, da es zu sehr drängt. Aber wenn der Mensch sich nur mäßig gedrängt fühlt, kann er sich schneller zurückhalten und in ruhigen Zeiten betrachten, wie er durch blindes Reagieren über sich und andere Leiden bringt – durch solche Gedanken wird der Akt des Bremsens positiv bewertet.

Unser Geist kann schnell einsehen, was richtig ist, so wie wir beim Auto, beim stillstehenden und beim rasenden, das Steuerrad mit einem Schlag herumdrehen können. Aber unsere Triebe sind so stark im Schwung wie das rasende Auto, das kippen würde, wenn man das Steuerrad zu schnell herumdrehen würde. Der Geist kann im Augenblick um 180 Grad gewendet werden in seiner Einsicht. Er kann mit einem Mal und stark und leuchtkräftig einsehen: „Das ist ja ganz falsch, was ich mache, damit schaffe ich mir ja selber Leiden. Ich muss

mich ganz anders verhalten.“ Aber seine Triebe lassen nicht zu, dass er sich so verhält, wie sein Geist es eingesehen hat. Die Triebe können nur langsam verändert werden, nur indem man immer wieder den wahren Wert einer Sache betrachtet und überlegt, welche Richtung die bessere ist. Durch dieses positive Bedenken des Besseren wird eine Verbindung, ein Bezug, eine Liebe zum Besseren geschaffen. Und wenn wir etwas für besser als das andere halten, dann kommt ein Wille zum Besseren auf und eine Abwendung von dem, was wir für schlechter halten.

Wer aber von den äußeren, durch die Sinnesdränge erfahrbaren Dingen seiner Umgebung lebt, sein Erleben nur aus Fremdem bezieht, der kennt sich selbst auch nur als den Erleber von Umgebung, immer von Umgebung, an sich selbst hat er nichts Befriedigendes. Wenn er nur diese Erlebensweisen kennt und nichts von geistiger Erfahrung gehört oder gar selbst erfahren hat, die eine innere eigenständige Helligkeit und Wärme erleben lässt, so kann er dafür keinen Sinn entwickeln, denn die innere Dunkelheit fordert äußeren Anreiz. Und da der äußere Anreiz immer nur etwas Kurzes und Vorübergehendes ist, so fällt er immer wieder in seine innere Dunkelheit zurück und muss immer wieder außen neue Beute suchen. Bei sich selber findet er kein Wohl, geschweige Glück. Er strebt mit allen Fibern und Intentionen nur nach außen, nur weg von sich in die Fremde. Damit ist er vom Außen abhängig und damit vom Körper, durch den ja das Außen nur erlebt werden kann, und damit ist er der Angst vor dem Tod ausgeliefert.

Dort, wo grobe und starke Sinnlichkeit herrscht, tritt meistens auch Antipathie bis Hass und Schädigung der Mitwesen durch Rücksichtslosigkeit in Erscheinung, die dritte üble Gemütsverfassung – z.B. mit Fäusten, Stöcken und Steinen gegen die Wesen vorzugehen, sie körperlich zu verletzen, ihnen Schmerzen und Qualen zuzufügen. Sie ist das Gegenteil von Schonen (6. Gegebenheit). Sie führt zu psychischen Verletzungen des anderen durch Schädigen, Herabwürdigen, Ironie,

Versagen der Anerkennung usw., wodurch man ein Mitwesen in Not bringt.

Fast alle Menschen ahnen und spüren zwar, dass Antipathie bis Hass und Rücksichtslosigkeit den Menschen in seinem Gemüt kalt und dunkel und geradezu frierend machen, aber die meisten Menschen erkennen es nicht deutlich genug. Die Triebe der Abneigung, des Hasses und der Rücksichtslosigkeit, Rohheit, haben diese Kälte und Härte an sich, und darum wird das innere Lebensklima der von diesen Trieben bewegten Menschen dadurch bestimmt. Um für kurze Zeit die Dunkelheit ihres inneren Gefängnisses zu vergessen, bedürfen solche Menschen der gröberen sinnlichen Befriedigungen ebenso sehr wie jemand, der in dunkler, unterirdischer Höhle lebt, wenigstens dann und wann das kurze Licht eines aufflammenden Streichholzes braucht, um sich etwas wohler zu fühlen.

Wer aber die innere Art erworben hat, dass er wenig oder kaum noch von Anwandlungen der Abneigung/des Hasses bewegt wird, dass er dem Mitwesen verständnisvoll begegnet und ihm herzliches Wohlwollen (5. Gegebenheit) entgegenbringt, der ist in seinem Gemüt unvergleichlich heller, wärmer und heiterer geworden. Ein solcher ist wie aus dunkler Höhle in offene Landschaft, in helles Sonnenlicht gelangt, das alles Streichholzlicht überstrahlt. Dieser hat in sich selbst volles Genügen und Wohl und bisweilen einen feinen inneren Frieden, ist aus sich selber reich und hell.

Darum rät der Erwachte allen denen, die ihn um Wegweisung nach größerem Wohl fragen, Abneigung bis Hass aufzugeben und sich dem empfindenden Du gegenüber aufzuschließen, ohne zu messen und ohne der Antipathie zu folgen – so aufzuschließen, wie man es ja auch von den Mitwesen für sich selber wünscht. Das ist die Entwicklung zur mettā, der nichtmessenden Liebe zu allen Wesen (5. Gegebenheit). – Und der Erwachte rät, dass man Sorge, von der rohen, raschen, rücksichtslosen, unfühlsamen, schonungslosen Art (3. Gegebenheit) abzukommen und sich zu sanfter, schonender Art hinzubilden, zu Erbarmen (6. Gegebenheit).



Antipathie bis Hass entgegengesetzt ist also die zweite gute Gemütsverfassung, die recht verstandene Liebe, also nicht etwa die „Sympathie“, die nur solchen zugewandt ist, die man mag, sondern eine Liebe, die keinen Unterschied macht, die in jedem Wesen das „Du“ erkennt, das ebenso Wohl ersehnt und glücklich sein möchte wie ich. Zwischen diesen beiden Endpunkten, dem oberen, der Liebe, und dem unteren, Antipathie bis Hass, hat jeder von uns entsprechend der Gegebenheit seines Herzens irgendwo seinen Platz. Kein normaler Mensch hat nur äußersten Hass gegen alle Wesen, aber es verfügt auch kein normaler Mensch über die höchste, alles umfassende, nicht messende Liebe, vielmehr haben wir alle Anteil an beidem, an dunkel und licht.

Wenn man überall schonen will und mit größter Aufmerksamkeit nirgends wehtun will, dann muss man ununterbrochen auf die Empfindungen der anderen, mit denen man gerade zu tun hat, achten, muss sozusagen in ihrer Haut stecken, mit ihnen empfinden. Dabei kann man nicht mehr gut nur von seinem eigenen Herzensbedürfnis ausgehen, wie einem selber zumute ist, sondern man muss sich an die Stelle des anderen versetzen, muss die Herzensregungen des anderen, mit dem man zu tun hat, begleiten, muss darauf achten, wie ihm zumute ist und dass ihm wohl zumute bleibt. Je mehr ein Mensch jedoch von dieser Welt der sinnlich wahrnehmbaren Erscheinungen, der Lebewesen und der toten Dinge, Glück und Freude für sich erwartet, um so weniger ist er fähig zum Mitempfinden, zur Liebe. Aber je mehr einer diese nach außen gerichteten Neigungen wenigstens vorübergehend beiseite tun kann, um so mehr hat er einen Blick für die Bedürfnisse des anderen, empfindet mit ihm und verhält sich dann im Sinn des Schönen.

Die irdischen Dinge, den ganzen Luxus der Wohlstandsgesellschaft, hat man nur, solange der Körper besteht, aber Liebe und Schonen oder auch das Gegenteil: Nächstenblindheit, Egozentrik, Rohheit und Härte verliert man nicht mit dem Körper, das begleitet uns. Diese Eigenschaften kann einem

niemand nehmen und auch niemand geben, man eignet sie sich selber an und kann sie auch nur selber wieder auflösen.

Man empfindet es unmittelbar, dass man sich in der Haltung des Mitempfindens sofort heller, freier und größer fühlt als in egozentrischer Verengung; und erst recht ist einem wohl bei schonender Einstellung, wenn man dem anderen wohl tun und nicht wehtun will. Das tut unmittelbar mehr wohl, aber das ist schwer zu verstehen für solche, die nicht begriffen haben, dass die Welt nicht ein Wert an sich ist, sondern dass das Herz den Grundwert ausmacht, dass das Welterlebnis nur Spiegelbild des Herzens ist. Wer das begriffen hat, für den wird die Welt zweitrangig. Er weiß, dass alles Erleben aus seinem Herzen kommt, und darum ist er bestrebt, sein Herz zu verbessern. Das aber ist nur durch gute Gedanken, durch eine gute Gemütsverfassung zu erreichen.

Die Meinung, die Welt bestehe an sich und sei deshalb ein Wert an sich, kann oft eine starke Hemmung bei der Ausbildung von Liebe und Schonen bewirken, denn wer die Welt im Grund bejaht und nur an das eine jetzige Körperleben glaubt, der kann nur den jetzigen Wohlgegninn und Lustgegninn positiv bewerten. Und das verhindert gerade die Entwicklung von Liebe und Erbarmen/Schonen/Fürsorge.

Wer aber aus der Lehre des Erwachten wirklich weiß und in eigener geistiger Erfahrung die Erkenntnis vollzogen hat: „Durch die Befriedigungssuche bei den sinnlichen Dingen nimmt das Begehren, die Bedürftigkeit nur weiter zu, aber alle sinnlichen Dinge fallen spätestens mit dem Wegfall des Körpers fort, das Begehren hingegen bleibt“ – der versteht, warum der Erwachte die sinnlichen Dinge mit Darlehen vergleicht und warum in allen Religionen gesagt wird, dass man diese zurückgeben muss.

Indem der Mensch häufig in neutralen Zeiten das Schädliche des Begehrens, des Hasses oder der Rohheit bedenkt, mehrt er seine Neigung, diesen Regungen nicht zu folgen. So bekommt er allmählich das Herz in die Gewalt. Wer mit seinem Geist der inneren Gegebenheit folgt, der ist in der Gewalt

seines Herzens, seiner Triebe. Wer aber seine Einsichten zum Maßstab nimmt, der sieht: „Meine Triebe wollen anders als meine Vernunft. Aber so gut es geht, folge ich den besseren Einsichten. So bekomme ich das Herz erzogen.“ Jeder weiß, wo er empfindlich ist, wo er begehrt und abgestoßen ist. Das ist der trockene Grasgrund, auf den dann die Erfahrung als zündende Fackel fällt.

Wir erleben nie die Fackel der Erfahrung seitens der Triebe allein, sondern haben wegen der uns innewohnenden Anziehung und Abstoßung sofort mit dem Flammenmeer zu tun. Da müssen erst die Triebe aufgehoben, der Wollkörper aufgelöst werden, damit kein Flammen entstehen kann, oder wir müssen es sofort austreten, damit es uns und viele andere Lebewesen nicht in Verderben bringt.

Die hier genannten sechs Gegebenheiten (*dhātu*) des Herzens sind das ständige Übungsfeld des Weisen, mit dem er bei jeder Begegnung mit Lebewesen und Dingen und in der Einsamkeit konfrontiert wird. Wenn er mit etwas vertraut ist, dann mit den hier genannten sechs Herzensgegebenheiten.

Drei Gegebenheiten – die Selbsterfahrung:  
Sinnlichkeit, Reine Form, Formfreiheit

*Gibt es aber, o Herr, noch eine andere Möglichkeit, auf Grund derer man einen Mönch als mit den Gegebenheiten (*dhātu*) vertraut bezeichnen kann? –*

*Gewiss, Anando.*

*Drei Gegebenheiten gibt es:*

*Die Gegebenheit der Sinnlichkeit, der Reinen Form, der Formfreiheit.*

*Das sind drei Gegebenheiten. Wenn ein Mönch diese kennt und sieht, dann kann man ihn als mit den Gegebenheiten vertraut bezeichnen. –*

Welche von diesen drei Gegebenheiten gilt für uns? Wir leben vorwiegend in der *Sinnlichkeit* und d.h. in den vorher genannten achtzehn Gegebenheiten und damit auch in der zweiten Gruppe der sechs Gegebenheiten, in der Begegnung mit Festem, Flüssigem, der Wärme, der Luft, samt Raum, den fünf Gegebenheiten, die zu erfahren (6.Gegebenheit) wir anstreben, und damit auch in sinnlichen Wohl- und Wehgefühlen.

Aber so wie es viele verschiedene Triebe gibt, so gibt es viele Wirklichkeiten, d.h. Gewirktheiten. Wenn zum Beispiel ein Wesen immer mehr von Eigenhelligkeit erfüllt ist, von erhabenen Gedanken und Gemüthshelligkeit, wie sie etwa zu den weltlosen Entrückungen führen, dann sind zur Zeit der Entrückungen gestalthafte, formhafte Erscheinungen – Menschen – Tiere – Welt – nicht mehr da. Dieses Wesen ist transzendiert in eine andere Wahrnehmung.

Die Wesen der formhaften Selbsterfahrnis haben die Selbsterfahrnis der Sinnensucht-Wesen überwunden, indem der Übende das Herz von trüben Gesinnungen geläutert, Herz und Gemüt mit liebevollen, schonenden Gedanken erfüllt hat. Dadurch sind egoistische, selbstsüchtige Gedanken und Empfindungen geschwunden. So wie beim Goldwaschen (A III,102-103) durch das Herauslesen der Fremdkörper allmählich der Goldgehalt immer mehr zum Vorschein kommt, der Goldsand immer mehr glänzt, so auch verändert, erhöht und erhellt sich bei dem Übenden das Herz und damit das innere Grundgefühl, die innere Stimmung, die Gemütsverfassung. Der Übende beginnt, das hell gewordene Herz als die Quelle weltunabhängigen Wohls zu entdecken. Im Lauf der Jahre erfährt er immer deutlicher, dass nicht dieser Körper und nicht diese Welt, sondern diese seine entdeckte still-heitere Gemütsstimmung das Grundgefühl, der Träger seiner Existenz ist. Er merkt, dass die Gemütsstimmung nicht durch den Körper besteht und nicht durch die Sinneseindrücke, sondern immer nur durch die Beschaffenheit des Herzens, seiner Eigenschaften, bedingt ist.

Diese Entwicklung wird in der Läuterungspraxis der verschiedenen Kulturen die Entwicklung zur Abgeschiedenheit genannt, und sie gilt als der Umbruch und die Umstellung des Menschen von außen nach innen, von der Welterscheinung zum eigenen Herzen. Es entsteht ein Wohl aus Herzensreinheit. Ein solcher Mensch ist bei sich selbst glücklich und darum ganz unabhängig von den Scheinfreuden, die durch die Befriedigung der Sinnensucht eintreten. Sein vollständiger Rückzug von dem Außen ist ihm nicht Verzicht, sondern Beseeligung, er lebt in voller Hingabe an den inneren Herzensfrieden. Und es mag sein, dass er zu dieser Zeit öfter die erste weltlose Entrückung gewinnt, in welcher nur noch Bedenken und Sinnen über Wahrheitszusammenhänge stattfindet, und je nach Verfassung auch die weiteren Entrückungen. Durch die Entrückungen wird der Mensch der Weltwahrnehmung so entwöhnt, wie es sich der normale Mensch gar nicht vorstellen kann.

Der normale Mensch wird in den Reden des Erwachten als „weltwahrnehmig“ (*lokasaññī*) bezeichnet, aber der Entrückungsgewohnte ist „eigenwahrnehmig“ (*sakasaññī*), d.h. er lebt nicht vom Beitrag der Welt durch Berührung seiner Sinnesdränge, sondern aus dem eigenen erhellten Wesen nimmt er Wohl wahr. Er lebt im Wohl seines hellen, beruhigten Herzens. Ein solcher muss nicht mehr wahrnehmen, aber er kann noch. Er lebt in einer Ruhe, die wir uns nicht vorstellen können. Der Erwachte sagt, dass der dahin Gelangte gar nicht mehr des häuslichen Lebens fähig ist, denn für ihn ist die pausenlose Auseinandersetzung mit den Sinneseindrücken fast so anstrengend wie für uns das Stillstellen sinnlicher Wahrnehmung. Und wenn wir Berichte haben, sei es aus der christlichen Mystik oder von den Mönchen des Buddha oder von anderen Mystikern, dann zeigen uns die ebenso tief verwunderten wie hochbeglückten Äußerungen der Anfänger in dieser Lebensart, dass dieser Zustand über alle Maßen selig ist.

Diese erworbene hohe Herzensgesinnung ist die Ursache, dass nach dem Tod nicht mehr ein grobstofflicher Körper er-

fahren wird. Die führende programmierte Wohlerfassungssuche (*viññāna*) lenkt das Psycho-Physische (*nāma-rūpa*) zur Selbsterfahrung der Reinen Form, als deren unterste Stufe die Erfahris der Brahmagötter bezeichnet wird, in der die Wesen sich nichtmessender Liebe hingeben mit einem grenzenlosen, durch keinerlei Urteil beschränkten, leuchtenden Gemüt oder in befreienden Gedanken sinnend und gedenkend verweilen und so die erste weltlose Entrückung gewinnen. Dadurch ist ihr Herz im Frieden, und sie leben in herzunmittelbarem Wohl, in hoher, heller Freude, unabhängig von sinnlichen Eindrücken. Diese Götter haben noch Neigung zu Form. Wenn sie nicht in Entrückung sind oder von Liebe erfüllt strahlen, erleben sie Form, nicht unterschieden in angenehme und unangenehme Form, also nicht besetzt durch Sympathie und Antipathie, darum „Reine Form“, und erleben sich als formhaft, nehmen nach Belieben durch Gedankenkraft eine formhaft-sichtbare Gestalt an, erscheinen nur durch selbsterzeugte Gestaltidee.

Die formfreie Selbsterfahrnis erreichen Wesen, die dem Herzensfrieden so nahe sind, ihn so oft erfahren haben, dass ihnen jegliche Form zuwider ist. Sie stehen schon im irdischen Leben allem Vielfalterleben mit Gleichmut gegenüber, und nach dem Ablegen des grobstofflichen Körpers erfahren sie sich als formfrei, einzelnen stillen Wahrnehmungen, dem sogenannten „Friedvollen Verweilen“, hingegeben:

*Da überlegt der Heilsgänger: „Form-Wahrnehmungen, die Wahrnehmung der Sinnensucht-Freiheit, alles sind Wahrnehmungen. Das Aufhören aller Wahrnehmungen, die Nichtetwasheit, das ist die Ruhe, das ist das Erhabene“ und „Leer ist dies von Ich, Mir oder Etwas, nicht gehört mir etwas noch gehöre ich irgendwem.“ (M 106)*

Der Übende hat die Freiheit von Sinnensucht erreicht, hat brahmische Weite gewonnen, aber er mag noch Neigung zu Reiner Form haben und sich mit dieser Neigung identifizieren. Wo Neigung ist, da gibt es Ich-bin-Empfindung und damit Erregung bei Nichterfüllung des Gewollten und Wahn. Dieses

wissend, trachtet der Heilsgänger nach Überwindung der Neigung und des Ich-bin-Empfindens. Er sieht: „Ich“, „irgendwo“, „irgendwer“, „irgendetwas“, das mit „mir“ in Beziehung steht, gibt es nicht – es sind im Geist entstandene Einbildungen. Von allem, was erfahren, gedacht, empfunden wird, gibt nur die Wahrnehmung Zeugnis, und Wahrnehmung entsteht durch Wollen, durch Neigungen. Da ist gar kein Empfinder, der getroffen werden könnte, da sind nur Neigungen, durch Denken geschaffene Bezüge, die gilt es aufzuheben. Es gibt kein verletzbares Ich, dessen Wünsche befriedigt und das verteidigt werden müsste, es ist nur Einbildung, Traum, Wahn, dass es ein solches gebe. Solcherart nimmt der Übende die Nichtigkeit zum Standpunkt, indem er sich deutlich vor Augen führt: „Durch Wollen entsteht Wahrnehmung“, aber weder gibt es an sich bestehende Form noch Ich. Ist Wollen aufgehoben, wird auch Wahrnehmung aufgehoben. Da ist nichts sonst und bleibt auch nichts übrig. Diese Vorstellungen führen den so weit Gereiften zum Anstreben der zeitweiligen Aufhebung der Wahrnehmung („Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung“).

Zwei Gegebenheiten:  
Das Unzusammengesetzte  
und das Zusammengesetzte

*Gibt es aber, o Herr, noch eine andere Möglichkeit, auf Grund derer man einen Mönch als mit den Gegebenheiten vertraut bezeichnen kann? –*

*Gewiss, Anando. – Zwei Gegebenheiten gibt es: Das Zusammengesetzte und das Unzusammengesetzte. Das sind zwei Gegebenheiten. Wenn ein Mönch diese kennt und sieht, dann kann man ihn als mit den Gegebenheiten vertraut bezeichnen. –*

Der Wunsch nach Freiheit von Wahrnehmung ist noch ein Ergreifen, das höchste Ergreifen, das im Samsāra möglich ist und an den unbeständigen, leidvollen Kreislauf der Existenz

gefesselt hält. Auch diesen letzten Reiz erkennt der Heilsgänger als solchen, hebt ihn auf und erreicht endgültigen Frieden, Nibbāna. Im Frieden kommt kein Reiz nach Befriedigung mehr auf. Das ist der Heilsstand. Der Heilsstand ist das Unzusammengesetzte, Unbedingte, das höchste Wohl. Nirvāna ist kein Ziel, das man durch Wollen erreicht, sondern gerade durch Loslassen. Nirvāna ist das, was übrig bleibt, wenn man alles Wollen, alles Mögen und Nichtmögen endgültig abgetan hat. Das Nirvāna wird vom Erwachten beschrieben als

*„dieser ganzen Masse von Finsternis restlose Auflösung“,  
„vollkommener Friede in Sicherheit“,  
„Freiheit, Unantastbarkeit, Unverletzbarkeit,  
oberhalb des Tod-Geburt-Tod-Wechsels“,  
„das Unsterbliche, das Bleibende, das Ungewordene.“*

Nirvāna heißt: nicht mehr wehen, nicht mehr rasen, nicht mehr brennen, sondern unverletzbarer Friede, das Unzusammengesetzte, Nichtbedingte. Das Nirvāna wird in der letzten Gruppe der Gegebenheiten dem Zusammengesetzten, Bedingten, Unbeständigen, dem schier endlosen Samsāra, dem Wandellauf der Wesen im ununterbrochenen Entstehen und Vergehen, gegenübergestellt. Es besteht keine Beeinflussung des Samsāra durch das Nirvāna, und auch besteht keine Beeinflussung des Nirvāna durch den Samsāra. Darum braucht der Zustand des Nirvāna für alle Ewigkeit nur ein einziges Mal erlangt zu werden. Das Ungewordene ist stiller Friede, der übrig bleibt, wenn der Unfriede, die Triebe, das Süchten, das vom Erleben des Gewünschten abhängig macht, abgetan ist.

*Für Abhängiges gibt es Erschütterung, für Unabhängiges gibt es keine Erschütterung. Ohne Erschütterung ist Stille. Wo Stille ist, da ist kein Zu- und kein Abgeneigtsein, ist kein Kommen und Gehen. Wo kein Kommen und Gehen ist, ist kein Vergehen und Entstehen, ist weder diese Welt noch jene noch etwas dazwischen. Eben dies ist das Ende des Leidens. (Ud VIII,4)*



Diese zwei letzten Gegebenheiten – Samsāra und Nirvāna – sind die größten Gegensätze, die umfassendsten Kategorien. Dem an die Spitze des Gleichmuts gegenüber allen Erscheinungen gelangten Weisen geht es nur noch darum, den Samsāra, den endlosen Kreislauf des Leidens, endgültig zu beenden. Dann ist er allen Gefahren, Unglücken und Katastrophen für immer entronnen.

Aber mit der Darstellung der umfassenden 41 Gegebenheiten lässt es der Erwachte nicht genug sein. Er weiß, dass die Menschen von unterschiedlichen Darlegungen und Übungen angesprochen werden und gibt darum noch weitere Betrachtungen, Meditationen. Wenn sich der Übende mit diesen vertraut macht, so ist er ein Anblickgesicherter und erreicht ebenfalls wie bei der Betrachtung der 41 Gegebenheiten das Ziel des Anblickgesicherten: die Triebversiegung.

Mit den zu sich gezählten Süchten (*ajjhattika-āyatana*)  
und den entsprechenden als außen  
erfahrenen Vorstellungen (*bahiddha āyatana*) vertraut

*Was aber, o Herr, ist erforderlich, dass man einen Mönch als mit den zu sich gezählten Süchten und den entsprechenden als außen erfahrenen Vorstellungen vertraut bezeichnen kann? –*

*Sechs Süchte gibt es und sechs entsprechende Vorstellungen:*

*Die Sucht des Lugers nach Berührung durch Formen,  
die Sucht des Lauschers nach Berührung durch Töne,  
die Sucht des Riechers nach Berührung durch Düfte,  
die Sucht des Schmeckers nach Berührung durch Säfte,  
die Sucht des Tasters nach Berührung durch Tastbares,*

*die Sucht des Denkers nach Berührung durch Denkbobjekte. –*

Dem Begriff *āyatana* liegt die Wurzel *yam* zugrunde, die bedeutet „sich ausstrecken, ein Ziel haben, darauf aus sein“, genauso wie das Wort „Tendenz“ – abgeleitet von lat. *tendere* – „spannen“, „sich hinstrecken auf etwas“, „hinzielen“, „hinspannen“ bedeutet. Die Triebe, Tendenzen strecken sich aus, drängen nach Berührung.

Es gibt einen Ausgangs- und einen Zielpunkt der Triebe: Der Ausgangspunkt ist das (gelegentlich fühlbare) Vakuum, die zu sich gezählte Spannung (*ajjhattika salāyatana*). Der Zielpunkt ist das als außen Wahrgenommene, die Vorstellung, die Einbildung (*bahiddha āyatana*), z.B. auch die Vorstellung eines weit Fortgeschrittenen: „*Ohne Ende ist der Raum*“ (*ākās-ānañc-āyatana*) – oder uns näher liegend:

Luger, Lauscher, Riecher, Schmecker, Taster, Denker sind zu sich gezählte Süchte (*ajjhattika salāyatana*) und Formen, Töne, Düfte, Säfte, Tastbares, Gedanken sind als außen wahrgenommene Zielpunkte der Triebe, Vorstellungen, Einbildungen (*bahiddha āyatana*).

In der Kette des Bedingungsringes bezeichnet der Erwachte die Tatsache, dass der Wollenskörper sechsfältig ist, mit dem Begriff *salāyatana* = 6 Süchte. Diese nach Berührung und damit Erfahrung drängenden Triebe und das von ihnen Erfahrene nennt der Erwachte immer zusammen als 6 Paare und nie als 12 einzelne Faktoren:

Der Luger und die Formen,  
der Lauscher und die Töne usw.

Wir haben fast ununterbrochen den Eindruck, als ob „wir“ mittels der Sinnesorgane unseres Körpers „eine Außenwelt“ erlebten durch Sehen, Hören usw., dass also „die Welt“, die „wir“ wahrnehmen, „um uns herum“ sei. Der Erwachte lehrt jedoch (A IV,45):

*In diesem Körper (einschließlich des Empfindungssuchtkörpers, des Wollenskörpers) mit Wahrnehmung und Geist, da ist die Welt enthalten und der Welt Fortsetzung, der Welt Beendigung und die zur Weltbeendigung führende Vorgehensweise.*

Das heißt, die im Körper inkarnierten Sinnensüchte, das Herz mit der Gesamtheit seiner Triebe, entwirft im Geist die Wahrnehmung/das Bewusstsein einer Welt, die nicht „da draußen“ ist, unabhängig vom Erleber, sondern von den Trieben nach außen projiziert ist.

Die dem Körper innewohnenden Sinnensüchte bestimmen die sinnliche Wahrnehmung. Wenn diese Sucht nach Weltwahrnehmung eine Zeitlang ruht, weil im Herzen Größeres, Seligeres erfahren wird, dann ist auch nicht Wahrnehmung von Welt.

Diese Tatsache wird am Ende von M 28 bis ins Kleinste erklärt. Da sagt der weise Mönch *Sāriputto*: Wenn keine „Ernährung“ (Berührung) der Triebe stattfindet, dann kommt es nicht zur sinnlichen Erfahrung äußerer Formen. – Das heißt ja, dass ohne Triebe Formen nicht erlebt werden. Erst durch das Begehren nach Berührung kann sinnliche Erfahrung stattfinden. So geht also Wahrnehmen nicht aus dem Einfall von Lichtstrahlen in das Auge, Schallwellen ans Ohr usw. hervor, sondern aus dem inneren begehrenden Willen nach solchen Dingen oder – bei dem vom Begehren Befreiten – aus einem bewussten Richten der geistigen Aufmerksamkeit nach außen.

Und in M 43 wird erklärt, dass die Gesamtheit der Triebe, der Zuneigungen und Abneigungen (Gier und Hass), „*die Erscheinungsmacher*“ sind, und die Erscheinungen sind ja zusammen „*die Welt*“. Ja, dort heißt es, dass sie überhaupt „*das Etwas*“ sind, und alles Etwas zusammengenommen ist ja die Welt. So sind die Süchte nach Berührung der unmittelbare Weltmacher, sind die Wurzel der Welt, der Form, des *rūpa*. Der kleinliche Empfinder empfindet kleinliche Form, erbärmliche Welt mit viel Not. Der über alles Kleinliche hinausgestiegene, hochherzige Empfinder empfindet helle, selige Form, selige Welt.

Der Erwachte vergleicht die Triebe in den Sinnesorganen mit einem unermesslichen Ozean (S 35,187):

*„Unermesslich“, sagt, ihr Mönche, der unbelehrte Mensch vom Ozean, doch gilt das nicht im Orden des Geheilten vom Ozean. Eine große Wassermenge, ihr Mönche, eine große Wasserflut ist der Ozean. – Aber der Luger im Auge des Menschen (der Lauscher – der Riecher – der Schmecker – der Taster – der Denker) ist der unermessliche Ozean. Durch deren Kraft werden Formen erzeugt (Töne, Düfte, Säfte, Tastungen, Gedanken).<sup>194</sup> Wer diese Formen, Töne... schaffende Kraft besiegt, der wird ein Überquerer des Luger-Ozeans... genannt mit seinen Wogen, den Strudeln, Krokodilen und Haien. Er ist der Reine, er hat das andere Ufer erreicht und steht auf sicherem Grund.*

Wenn hier die sechs Sinnesdränge mit der Unermesslichkeit des Ozeans verglichen, ja, noch weit darüber gestellt werden, dann ist damit die triebhafte Bedürftigkeit des Menschen nach angenehmen Formen, Tönen, Düften usw. gemeint, die zugleich eine große Empfindlichkeit ist gegenüber den ihr unangenehmen Formen, Tönen, Düften usw. Für diese im Körper als spannungsvoller Wollenskörper wohnende und wirkende sinnliche Bedürftigkeit ist der Fleischkörper mit seinen Sinnesorganen nur das Werkzeug zum Zweck der Befriedigung. Darum wird der Körper bezeichnet als ein „Machwerk des Durstes“ (M 28). Diese gesamte sinnliche Triebhaftigkeit unterliegt nicht dem Gesetz des Alterns wie der Körper, der von der Geburt an nur immer älter wird, bis er zusammenbricht, der nur innerhalb der Zeit besteht, der heutzutage eine bestimmte Höchstspanne von etwa hundert Jahren selten überlebt – sondern unterliegt dem Gesetz des Beharrens. Die Triebe werden aus sich selbst nicht älter und nicht schwächer, sie

---

<sup>194</sup> tassa rūpamaya vego, wtl. von ihm (dem Luger...) ist die formerzeugende Kraft

sind das Produkt von bezugschaffenden Gedanken, und sie werden gerade dadurch erhalten, dass der Mensch den angenehmen Formen, Tönen, Düften usw. bejahend nachgeht und die unangenehmen zu vermeiden, zu fliehen und fortzustoßen trachtet. Mit dieser Haltung anerkennt und bejaht der Mensch grundsätzlich die Formen, Töne, Düfte usw., also die sinnliche Wahrnehmung, bleibt in der sinnlichen Bedürftigkeit. Und wenn der Körper aus Altersschwäche oder wegen Krankheit zugrunde gegangen ist, so bleibt die sinnliche Bedürftigkeit im Wollenskörper, Empfindungssuchtkörper (*nāma-kāya*) mit allem Fühlen und Denken übrig, verlässt den zerstörten Körper und gelangt in denjenigen Erlebensbereich, der seinen Qualitäten entspricht, ist dort wiederum mit einem Werkzeug der sinnlichen Wahrnehmung verbunden, das wiederum dem Prozess der Alterung unterliegt, jagt während der Dauer des Besitzes des neuen Werkzeuges wiederum den Formen, Tönen, Düften usw. nach, wird wiederum im Gemüt begehrlieh bewegt von den angenehmen Formen, in Abwehr, Zorn und Flucht bewegt von den unangenehmen Formen, Tönen usw. – Das sind die Wogen des Ozeans, die ununterbrochen branden, über alle Tode und Geburten hinaus, es sei denn, die Wesen erkennen und beenden den Leidenslauf durch Überwindung aller Triebe. Ein solcher wird „*der Reine*“ genannt, „*der das andere Ufer erreicht hat und auf sicherem Grund steht*“.

In der 1. Lehrrede der „Längeren Sammlung“ „Das Priesternetz“ werden vom Erwachten die vielen verschiedenen Ansichten der damaligen Asketen und Brahmanen über das Selbst, die Seele, und die Welt, über Vergangenheit und Zukunft aufgezählt, und am Ende der Darlegung dieser verschiedenen Ansichten sagt der Erwachte:

*Haben da, ihr Mönche, jene Asketen und Brahmanen Ewigkeit behauptet, Seele und Welt als ewig ausgelegt...haben da jene Asketen und Brahmanen dies und das und dergleichen mehr behauptet, mancherlei Glaubenslehren vorgebracht..., so haben sie doch alle, auf die sechs Süchte nach Berührung mit*

*den entsprechenden Vorstellungen gestützt und gegründet, gefühlt und wahrgenommen (patisamvedeti). Sobald aber ein Mönch Labsal, Elend und Überwindung der sechs Süchte nach Berührung mit den entsprechenden Vorstellungen der Wirklichkeit gemäß versteht, kennt er Höheres, das über alle Ansichten weit hinausgeht.*

Man stelle sich den Unterschied vor zwischen dem unbelehrten Menschen und dem in der Beobachtung der sechs Süchte erfahrenen und gewandelten Menschen. Der unbelehrte Mensch wird zwischen Lust („Labsal der Sinnensüchte“) und Schmerz („Elend der Sinnensüchte“) hin und her gerissen, *und was für ein Gefühl er auch fühlt, ein wohles oder wehes oder weder wehes noch wohles, dahin neigt er sich, darum kreist sein Denken, daran klammert er sich (M 38).* Ein solcher ist wegen der sechs Süchte an das Gefühl gefesselt. Die Schwankungen des Gefühls bedeuten *seine* Schwankungen. Ein solcher ist geworfen, ist abhängig und muss in dauernder Angst vor dem Kommenden sein. Wer dagegen durch Beobachtung der auf- und absteigenden Gefühle auf Grund der Berührung der Sinnensüchte alles Gefühl von seiner Ich-Vorstellung gänzlich abgelöst hat – ein solcher identifiziert sich nicht mehr mit den auf- und absteigenden Wohl- und Wehgefühlen, neigt sich ihnen nicht zu, umkreist sie nicht mit seinem Denken und klammert sich nicht an sie. Dadurch werden die Gefühle schwächer, immer stiller und gar ganz aufgelöst. In dem Maß, wie die durch Berührung bedingten Gefühle nachlassen, meldet sich der innere Herzensfriede, *das Zur-Ruhe-Kommen aller Aktivität, das Zurücktreten von allem Gewordenen, das Aufhören des lechzenden Dürstens. (M 64)*

Mit der Kette der Bedingten Entstehung vertraut

*Und was ist erforderlich, o Herr, dass man einen Mönch als mit der Bedingten Entstehung vertraut bezeichnen kann? –*

*Da hat, Anando, ein Mönch diese Kenntnis: „Wenn jenes ist, wird dieses, durch die Entstehung von jenem entsteht dieses; wenn jenes nicht ist, wird dieses nicht, durch die Auflösung von jenem wird dieses aufgelöst. Nämlich:*

*Durch Wahn bedingt sind die Bewegtheiten,  
durch die Bewegtheiten bedingt ist  
die programmierte Wohlerfahrungssuche,  
durch die programmierte Wohlerfahrungssuche be-  
dingt ist das Psycho-Physische,  
durch das Psycho-Physische bedingt sind die sechs  
Sinnensüchte mit den entsprechenden Vorstellungen,  
durch die sechs Sinnensüchte mit den entsprechenden  
Vorstellungen bedingt ist die Berührung,  
durch die Berührung bedingt ist das Gefühl,  
durch das Gefühl bedingt ist der Durst,  
durch den Durst bedingt ist das Ergreifen,  
durch das Ergreifen bedingt ist das Werdesein,  
durch das Werdesein bedingt ist Geborenwerden,  
durch Geborenwerden bedingt ist Altern und Sterben,  
gehen Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und Ver-  
zweiflung hervor. So kommt es zum  
Entstehen der gesamten Leidenshäufung.*

*Durch die restlose Auflösung und Aufhebung des  
Wahns kommt es zur Ausrodung der Bewegtheiten,  
durch die Ausrodung der Bewegtheiten kommt es zur  
Ausrodung der programmierten Wohlerfahrungssuche,  
durch die Ausrodung der programmierten Wohlerfah-  
rungssuche kommt es zur Ausrodung des Psycho-  
Physischen,  
durch die Ausrodung des Psycho-Physischen kommt es  
zur Ausrodung der sechs Sinnensüchte mit den ent-  
sprechenden Vorstellungen,*

*durch die Ausrodung der sechs Sinnensüchte mit den  
entsprechenden Vorstellungen  
kommt es zur Ausrodung der Berührung,  
durch die Ausrodung der Berührung kommt es zur  
Ausrodung des Gefühls,  
durch die Ausrodung des Gefühls kommt es zur Aus-  
rodung des Durstes,  
durch die Ausrodung des Durstes kommt es zur Aus-  
rodung des Ergreifens,  
durch die Ausrodung des Ergreifens kommt es zur  
Ausrodung des Werdeseins,  
durch die Ausrodung des Werdeseins kommt es zur  
Ausrodung des Geborenwerdens,  
durch die Ausrodung des Geborenwerdens kommt es  
zur Ausrodung von Altern und Sterben, von Kummer,  
Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung.  
So kommt es zur Ausrodung der gesamten Leidenshäu-  
fung.  
Insofern kann man, Ānando, einen Mönch als mit der  
Bedingten Entstehung vertraut bezeichnen. –*

Wir haben die Kette der Bedingten Entstehung, den sogenann-  
ten Bedingungsring, in M 9 ausführlich besprochen, so dass  
wir hier auf eine nochmalige Wiederholung verzichten kön-  
nen.

Mit Möglichem und Unmöglichem vertraut

Der Anblickgesicherte kann nichts  
als ewig, wohltuend und als Selbst angehen

*Und was ist, o Herr, erforderlich, dass man einen  
Mönch als mit Möglichem und Unmöglichem vertraut  
bezeichnen kann? –*



*Da weiß, Ānando, ein Mönch: „Unmöglich ist es und kann nicht sein, dass ein Anblickgesicherter irgendeine Bewegtheit/Aktivität als ewig angehen kann; ein solcher Fall kommt nicht vor.“ Er weiß: „Möglich aber ist es, dass ein unbelehrter Mensch irgendeine Bewegtheit/Aktivität als ewig angehen kann; ein solcher Fall kommt vor“ – Er weiß: „Unmöglich ist es und kann nicht sein, dass ein Anblickgesicherter irgendeine Bewegtheit/Aktivität als wohltuend angehen kann, ein solcher Fall kommt nicht vor.“ Er weiß: „Möglich aber ist es, dass ein unbelehrter Mensch irgendeine Bewegtheit/Aktivität als wohltuend angehen mag, ein solcher Fall kommt vor.“ Er weiß: „Unmöglich ist es und kann nicht sein, dass ein Anblickgesicherter irgendetwas als Selbst angehen mag, ein solcher Fall kommt nicht vor.“ Er weiß: „Möglich aber ist es, dass ein unbelehrter Mensch etwas als Selbst angehen mag, ein solcher Fall kommt vor.“ –*

Der Erwachte nennt drei Bewegtheiten, die zwar in ununterbrochener Veränderung vor sich gehen, deren Unbeständigkeit aber der Unbelehrte gewohnterweise nicht sieht und nicht sehen will, weil er von den jeweils herantretenden Eindrücken fasziniert ist: „Ich, der ich das und das Angenehme will und das und das Unangenehme nicht will, werde in dieser Sache jetzt so und so vorgehen.“ Bei ruhiger Überlegung würde er erkennen, dass nichts von Dauer ist, aber diese ruhigen Überlegungen stellt er eben nicht an. Er denkt, redet und handelt, wie wenn es ewig so weitergehen würde, als ob der Körper nicht vom Tod bedroht wäre, als ob Gefühle und Wahrnehmungen sich gleich blieben und als ob er ständig in gleicher Weise reagieren würde. Dieses Verhalten beschreibt der Erwachte in M 149:

*Wer den Luger, die Form, Luger-Berührung, Gefühl (und die weiteren drei Zusammenhäufungen) nicht der Wirklichkeit gemäß versteht, wird davon (positiv oder negativ) gereizt (sarajjati). Weil er davon gereizt ist, darin verstrickt ist (samyutta), sich blenden lässt (samulha), Befriedigung sucht (assāḍānupassi = nur auf das Befriedigende sieht, d.h. verblendet die Wahrnehmung positiv oder negativ bewertet und so den Durst verstärkt), häufen sich ihm die fünf Zusammenhäufungen weiterhin auf, und der Durst und die Sucht nach Befriedigung wächst weiter. Dem wachsen körperliche Spannungen, gemüthafte Spannungen weiter, körperliche Qualen, gemüthafte Qualen, körperliches und gemüthafes Fiebern, körperlicher und geistiger Schmerz nehmen zu.*

Der Anblickgesicherte ist ein Stromeingetretener, der mit der Lehre des Erwachten vertraut ist, der sie sich zu eigen gemacht hat. Er kann die drei Bewegtheiten, die körperliche Bewegtheit, z.B. des Ein- und Ausatmens, die Herzensbewegtheit von Gefühl und Wahrnehmung und die geistige Bewegtheit, das Denken und Sinnen – das sind insgesamt die fünf Zusammenhäufungen in ihrer Bewegtheit – nicht als ewig, beständig angehen. Das heißt, er hat den Unbestand vor Augen, und er pflegt klar bewusst diesen Anblick. Er weiß, dass der Körper sich durch Ein- und Ausatmung, Stoffwechsel, durch Gemütseinflüsse, durch altersbedingten Verschleiß in ständiger Wandlung befindet, dass der Körper nur eine begrenzte Zeit zur Verfügung steht, dass er auf den Tod zuläuft. – Er weiß, dass bei den Berührungen der Triebe im Körper mit den als außen erfahrenen Formen ständig eine Folge von Gefühlen aufkommt, die zusammen mit der Form als gefühlsbesetzte Erfahrungen in den Geist eingetragen werden, wodurch der Geist sie wahrnimmt, also um sie weiß. Gefühle und Wahrnehmungen kommen ununterbrochen auf, wir sind keinen Augenblick ohne Gefühle und Wahrnehmungen, weil die Sinnesdränge: Luger, Lauscher usw. ununterbrochen ernährt werden wollen. – Der vom Erwachten Belehrte beobachtet, dass

auf die gefühlsbesetzten Wahrnehmungen ununterbrochen reagiert wird, zunächst im Denken: „Diese schöne Sache möchte ich haben“, „diesem unangenehmen Menschen gehe ich künftig aus dem Weg“ und dann im Reden und Handeln, indem die Gedanken in die Tat umgesetzt werden.

Und der normale Mensch jagt dem Wohltuenden nach. Seine ganze Aktivität ist darauf gerichtet, mit den Sinnen Wohl zu erfahren. Der Anblickgesicherte weiß: Das sinnliche Wohl ist kein gesundes, sondern ist ein süchtiges Wohl, es ist, wie der Rausch eines Rauschsüchtigen, nur Scheinwohl. Die Grundlage ist immer ein Mangelgefühl, ein unbefriedigtes Lechzen, ein süchtiges Fiebern und Dürsten nach diesen oder jenen sinnlichen Erlebnissen. Wenn dann diese Erlebnisse eintreten, entsteht eine nur vorübergehende, nicht anhaltende Befriedigung, eine nur teilweise, nie volle Aufhebung der empfundenen Not, des empfundenen Mangels.

Der Erwachte gibt das Gleichnis vom Aussatzkranken (M 75), dessen Geschwüre so unerträglich jucken, dass er sie am Feuer ausdörft und Fleischfetzen herabreißt. Dadurch kommt Schmutz in die Wunde und Eiter bildet sich, wodurch die Wunde vergrößert wird und noch mehr juckt. – Wenn der Aussatzkranke aber geheilt ist, dann hat er kein Verlangen mehr, ans Feuer zu gehen, denn die Nähe des Feuers versengt, ist körpergefährdend. Auf Befragen, warum er nun nicht mehr ans Feuer gehe, antwortet er: „Ich war sinnesverwirrt, dass ich vorher so dicht ans Feuer heranging.“ Der Aussatzkranke hat sich durch das Jucken der Wunden nur eine scheinbare Erleichterung, in Wirklichkeit aber andere Arten von Schmerzen zusätzlich verschafft. So sieht der Anblickgesicherte alle sinnliche Befriedigung nur als Scheinwohl. Er kann die im Geist positiv bewertete Befriedigung der juckenden Triebwunden bei ruhiger Überlegung nicht mehr als wirkliches Wohl ansehen, sondern nur als Vergrößerung der Triebwunde, als Verstärkung des Mangels und damit des Leidens.

Es hat noch kein Mensch, der die Lehre nicht kennt, bei einem „bei sich“ empfundenen Wohlgefühl z.B. gedacht: „Da

kommt auf Grund bestimmter Geschmackstriebe ein Wohlgefühl auf, das z.B. zu der Wahrnehmung führt: diese schönen Kirschen. Sondern bei entsprechenden Trieben denkt er: „Mmh, diese schönen Kirschen möchte ich gern.“ Oder kein unbelehrter Mensch denkt: „Da ist die Wahrnehmung von Wehgefühl“, sondern er denkt z.B.: „Mir tut mein Bein weh“ oder „Den mag ich nicht.“

Es ist allgemein üblich, das Ich oder das Selbst als den Initiator, den Unternehmer anzusehen, der über die ihm angehörigen Dinge verfügen und sie lenken kann in dem Sinn von „das gehört mir“. Der vom Erwachten Belehrte und gar der Anblickgesicherte aber weiß: Wenn das Unbeständige nach seinen von unserem Willen unabhängigen Gesetzen entsteht und vergeht und wir diesen Ablauf weder anhalten noch sonst irgendwie umlenken können, dann kann man es doch nicht als zum Ich gehörend zählen, denn unter Eigentum versteht man ja, dass man damit machen kann, was man will. Man weiß auch, dass der Mensch Leidhaftes nicht haben mag, nicht will und nicht wünscht. Wenn aber doch Leidhaftes über ihn kommt und er es nicht vermeiden kann, dann erkennt er ja eben daran, dass diese Dinge nicht ihm gehören, nicht seiner Herrschaft unterliegen, sondern dass er von diesen wandelbaren Dingen abhängig ist.

Der Anblickvertraute hat nachvollzogen: Über das, was mir gehört, habe ich Verfügungsgewalt. Von jeder Bewegtheit aber muss man sagen, dass sie unabhängig von meinen Wünschen in ständiger Veränderung besteht, ich also keine Verfügungsgewalt über sie habe.

Der Erwachte sagt (M 35):

*Da betrachtet ein Nachfolger von mir – ein Anblickgesicherter –, was es auch an Formen – an Gefühlen – an Wahrnehmungen – an Aktivitäten – an programmierter Wohlerfahrungssuche gibt: vergangene, zukünftige, gegenwärtige, eigene oder fremde, grobe oder feine, gemeine oder edle, ferne oder nahe: alle Formen – Gefühle – Wahrnehmungen – Aktivitäten – jede programmierte Wohlerfahrungssuche betrachtet*

*er der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit so:  
„Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein  
Selbst.“*

Solcherart analysiert der kämpfende Mönch, der Anblickgesicherte, das vermeintliche Ich und erkennt es als die fünf Zusammenhäufungen.

Unmöglich ist es, dass ein Anblickgesicherter  
Mutter oder Vater töten kann

In M 115 heißt es weiter:

*Der Anblickgesicherte weiß: „Unmöglich ist es und  
kann nicht sein, dass ein Anblickgesicherter die Mutter  
oder den Vater des Lebens berauben kann, ein solcher  
Fall kommt nicht vor.“ Er weiß: „Möglich aber ist es,  
dass ein unbelehrter Mensch die Mutter oder den Vater  
des Lebens berauben kann, ein solcher Fall kommt  
vor.“*

Eltermord wird auch vom allgemeinen Rechtsempfinden als besonders gemeine und üble Tat angesehen. Denn den Eltern verdanken wir unser Leben im Körper, unser Aufwachsen und unsere Entwicklung. Der Erwachte sagt (A II,34):

*Zweien kann man das Gute kaum vergelten. Welchen zwei-  
en? Vater und Mutter. Sollte man auf einer Schulter seine  
Mutter tragen, auf einer Schulter seinen Vater, dabei hundert  
Jahre alt werden, hundert Jahre am Leben bleiben, ihnen mit  
Salben, Baden, Massieren Erleichterung verschaffen – noch  
nicht genug hätte man für seine Eltern getan, das Gute noch  
nicht vergolten. Warum aber? Viel tun die Eltern für ihre Kin-  
der, sind ihre Beschützer und Ernährer, erklären ihnen diese  
Welt. Wer da aber die Eltern von weltlichem Sinn zu religiö-  
sem Sinn (saddhā), von Untugend zur Tugend, vom Verwei-  
gern zum Verzichten, von Torheit zur Weisheit bringt, sie da-*

*rin stärkt und festigt – der hat genug getan für seine Eltern, ihnen das Gute vergolten, ja, mehr als vergolten.*

Wir verdanken den Eltern die Bildung von Leib, Geist und Seele. Die Mutter hat uns ja nicht nur ernährt, uns gehen und sprechen gelehrt und uns vor tausend äußeren Gefahren bewahrt, sondern wir verdanken den Eltern auch die Charakterbildung, da sie mit Verboten, Lob und Strafe und Mahnung das wilde Triebbündel einigermaßen bändigten. Sehr plastisch führt uns dies A.v. Knigge vor Augen:

*„Es ist in unseren Tagen leider nichts Seltenes, Kinder zu sehen, die ihre Eltern vernachlässigen oder unedel behandeln. Die Jünglinge finden ihre Väter nicht weise, nicht unterhaltend, nicht aufgeklärt genug. Das Mädchen hat Langeweile bei der alten Mutter. Es vergisst, wie manche langweilige Stunde diese bei seiner Wiege, bei Wartung desselben in gefährlichen Krankheiten oder bei den kleinen schmutzigen Arbeiten zugebracht, dass sie sich in den schönsten Jahren ihres Lebens so manches Vergnügen versagt hat, um für die Erhaltung und Pflege des kleinen Geschöpfes zu sorgen, das vielleicht ohne diese Sorgfalt nicht mehr da sein würde. – Die Kinder vergessen, wie viele schöne Stunden sie ihren Eltern durch ihr betäubendes Geschrei verdorben, wie viel schlaflose Nächte sie dem sorgsamem Vater gemacht haben, der alle Kräfte aufbot, um Unterhalt für die Seinigen zu erringen.“*

Wenn man sich daran erinnert, dann kann man besser verstehen, warum der Buddha sagt:

*Die Anbetungswürdigen – das ist eine Bezeichnung für die Eltern. Viel tun sie für ihre Kinder. Sie sind ihre Beschützer und Ernährer, erklären ihnen diese Welt. (A III,31)*

Das Pāliwort für „dankbar“ heißt *kata-ñ-ñu* und bedeutet „Gutes anerkennen“. Der Dankbare bleibt des Guten eingedenk, er ist stets bereit, sich bei sich bietender Gelegenheit erkenntlich

zu zeigen. Je leuchtender dieses Bild von der guten Tat des anderen in der Erinnerung steht, desto leichter ist er geneigt, nun seinerseits dem anderen wohlzutun. Je blasser aber das Gedächtnis die einstige gute Tat eingezeichnet hat, desto vergesslicher wird er sein. Dankbarkeit ist eine Tugend des Sich-Erinnerns an die je empfangenen guten Taten, die der Anblickvertraute pflegt. Darum ist es für ihn unmöglich, seine Eltern zu töten.

Unmöglich ist es, dass ein Anblickgesicherter  
einen Geheilten tötet oder  
das Blut eines Vollkommen Erwachten vergießt

*Er weiß: „Unmöglich ist es und kann nicht sein, dass ein Anblickgesicherter einem Geheilten das Leben nehmen oder in übler Absicht das Blut eines Vollendeten vergießen kann, ein solcher Fall kommt nicht vor.“  
Er weiß: „Möglich aber ist es, dass ein unbelehrter Mensch einem Geheilten das Leben nehmen oder in übler Absicht das Blut eines Vollendeten vergießen kann, ein solcher Fall kommt vor.“*

Einen Vollkommen Erwachten kann keiner töten, wohl aber geheilte Mönche. Zur Zeit des Erwachten wurden Moggallāno und Kaludāyi als Geheilte ermordet, beide Male aus Eifersucht von im Haus Lebenden.

Warum kann ein Anblickgesicherter nicht mit Absicht den Erwachten körperlich verletzen? Die höchste Dankbarkeit gebührt dem Erwachten als dem größten Lehrer. Welche klärende, wegweisende und erhebende Wirkung in der Geschichte durch die Jahrtausende hin der Buddha auf die Wesen ausübte, lässt sich nur erahnen. Dunkel wäre die Welt ohne ihn, im Wahn versunken, ausweglos in Leiden verloren. Aus dieser Dankbarkeit sagten die Zeitgenossen des Erwachten (M 66):

*Viele unselige Dinge, viele unheilsame Dinge, wahrlich, hat uns der Erhabene genommen, viele selige, viele heilsame Dinge hat uns, wahrlich, der Erhabene gegeben.*

Der Erhabene sagt, es sei nicht leicht, drei Wohltätern das Gute zu vergelten, nämlich dem, durch den veranlasst man Zuflucht zum Erwachten nahm, zweitens dem, der einem den Stromeintritt ermöglichte, und drittens dem, der einen zum Heilsstand führte (A III,24). Das sind die höchstmöglichen guten Taten, die es auf der Welt gibt. Dieses erkennend, kann der Anblickgesicherte unmöglich den Erwachten verletzen oder einen Geheilten umbringen.

Unmöglich ist es, dass ein Anblickgesicherter den Orden spalten oder einen anderen Meister wählen könnte.

*Der Anblickgesicherte weiß: „Unmöglich ist es und kann nicht sein, dass ein Anblickgesicherter eine Spaltung im Orden verursachen könnte oder einen anderen Meister wählen könnte, ein solcher Fall kommt nicht vor.“ Er weiß: „Möglich aber ist es, dass ein unbelehrter Mensch eine Spaltung im Orden verursachen könnte oder einen anderen Meister wählen könnte, ein solcher Fall kommt vor.“*

Ordensspaltung ist Hochverrat: Man missachtet die Lehre, um die eigene Meinung an die Spitze zu setzen, sozusagen als Konkurrenz gegen die Legitimität der bisherigen Macht. Das Paradebeispiel im Kanon ist Devadatto mit seinen Helfern, Mönchen, Nonnen und im Hause Lebenden. Weil der Buddha ihm nicht die Ordensleitung übertragen wollte, spaltete der ehrgeizige Devadatto eine Sekte ab mit dem Vorwand, strengere Regeln dadurch einzuführen. Bei vielen Spaltungen der Religionen geht es oft mehr um persönlichen Ehrgeiz, um Rechthaberei und Machtgier als um irgendwelche Theorien.



Zur Zeit des Erwachten waren die Mönche vorwiegend Heilgewordene oder Heilsgänger der drei Sicherheitsgrade (1. in die Heilsströmung Eingetretene, 2. Einmalwiederkehrer, 3. Nichtwiederkehrer). Wir können heute die einigende Aktivität und den inneren Frieden, der von einer solchen Versammlung endgültig Heilsgerichteter ausging, nur noch ahnen. In M 89 vermittelt uns ein König der damaligen Zeit, Pasenadi von Kosalo, ein Bild der Mönche des Erwachten. Er vergleicht sie mit den Asketen anderer Richtungen, die er ebenfalls öfter sieht, und sagt:

*Hier aber sehe ich, o Herr, die Mönche durch und durch freudig, ganz und gar erhoben, voll Hingabe, mit starken Heilsbestrebungen, ohne Widerstand, ohne Widerrede, mild gewordenen Gemütes. Da ist mir, o Herr, der Gedanke gekommen: „Gewiss erleben diese Ehrwürdigen durch die Wegweisung des Erwachten oft große überweltliche Erfahrungen. Darum sind diese Ehrwürdigen so freudig, glücklich, zufrieden, befriedet, mit starken Heilsbestrebungen, ohne Widerstand, ohne Widerrede, mild gewordenen Gemüts.“ Zu einer Zeit, in der der Erhabene einer vielhundertköpfigen Schar die Lehre darlegt, hört man bei des Erhabenen Mönchen nicht einmal das Geräusch des Niesens oder Sichräusperns. Eines Tages, Herr, ließ einer von des Erhabenen Mönchen ein Räuspern hören. Da streifte einer der Ordensbrüder ihn mit dem Knie, um anzudeuten: ‚Möge der Ehrwürdige sich leise verhalten, der Meister, der Erhabene legt uns die Lehre dar.‘*

*Nicht hab ich, o Herr, noch anderswo als hier eine so wohl geleitete Versammlung kennengelernt. Da ist mir denn, o Herr, beim Erhabenen diese Ahnung der Wahrheit aufgegangen: „Vollkommen erwacht ist der Erhabene, wohl kundgetan ist vom Erhabenen die Lehre, gut geht die Gemeinschaft der Mönche beim Erhabenen vor.“*

Nach diesem Urteil eines Königs können wir das Urteil des Erwachten über seinen Orden verstehen, das in M 118 überliefert ist:

*Der Erhabene blickte über die still gewordene, lautlose Schar der Mönche hin und wandte sich an sie: „Frei von Gerede ist diese Versammlung, ihr Mönche, dem Gerede entfremdet, ist rein auf das Wesentliche gegründet: das ist die Heilsgängergemeinde des Erhabenen, würdig der Verehrung, der Spende und der Begrüßung, das beste Feld in der Welt für ein Wirken mit guten Folgen.“*

Wie muss ein Mensch beschaffen sein, der als Angehöriger eines solchen Ordens nicht froh und erhoben wird durch das Zusammensein mit solchen Vorbildern, sondern den Orden zu spalten plant! Ein Anblickgesicherter ist dazu nicht fähig.

Ebenso kann ein Anblickgesicherter keinen anderen Meister wählen.

Laut M 48 erforscht sich der Heilsgänger:

*„Kann diese Anschauung, die ich jetzt besitze, auch außerhalb, bei anderen Asketen und Brahmanen ganz ebenso gewonnen werden?“ Und er erkennt: „Diese Anschauung, die ich jetzt gewonnen habe, kann nicht außerhalb, bei anderen Asketen und Brahmanen ganz ebenso gewonnen werden.“*

Er sieht sich im Besitz der rechten Anschauung, sie verlässt ihn nicht mehr. Seine Denkgeneigtheit und sein Denkprogramm ist durch immer erneute Wahrheitsassoziationen so geworden, dass er immer mehr außerhalb des automatisch ablaufenden Flusses der fünf Zusammenhäufungen steht. Vom Meister auf den Weg gewiesen, hat er in diesem Anblick nun selbst gesehen, die Wirklichkeit ist sein Meister geworden, er ist jetzt selbstständig, für immer gesichert im Orden des Erwachten. Ein solcher kann keinen neuen Meister erwählen, er

hat die Wirklichkeit gesehen, gefasst, verstanden, ergründet, der Ungewissheit entronnen, fraglos geworden, in sich selber gewiss, auf keinen anderen gestützt in der Weisung des Meisters. (M 56, 74, 91, D 14). Er fühlt sich des Nirvāna so „sicher wie der Kronprinz der Königsherrschaft“ (A IV,87). Wer diesen Anblick hat, braucht keinen Meister mehr, er verwirklicht das Wort des Erwachten (M 8):

*Was da die verschiedenartigen Ansichten betrifft, die es in der Welt gibt und denen stets die Annahme eines Ich/ eines Selbst (atta) und einer Welt zugrunde liegt – diese sind so zu betrachten: „Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst.“*

Wer durch Lehre und Anleitung des Erwachten die fünf Zusammenhäufungen als unzulänglich erfahren hat, merkt bald, wie alle philosophischen Ansichten unzulänglich sind, da sie im Bereich der wandelbaren fünf Zusammenhäufungen befangen bleiben. Auch viele religiöse Lehren halten zumindest eine Wahrnehmung für absolut, für ewig und unwandelbar, z.B. „Das ist der höchste Glanz“ (der Vertiefungszustand eines göttlichen Wesens), wie es ein Pilger zur Zeit des Erwachten ausdrückte. (M 79) Um des höchsten Glanzes teilhaftig zu werden, lassen die Anhänger einer Religion vieles los, aber nicht das Hangen an dieser, ihnen als das Höchste erscheinenden Wahrnehmung von irgendwie gearteter strahlender Form, und dadurch können sie dem Kreislauf der Zusammenhäufungen, dem Leiden, nicht entinnen.

Dass die Lehre des Erwachten richtig ist, sieht der Anblickgesicherte immer wieder dann, wenn er den weltüberlegenen unbeeinflussten Anblick wieder pflegt, wenn er wieder „oberhalb der Existenz stehend“ das Spiel der die Existenz ausmachenden fünf Zusammenhäufungen beobachtet. Er erkennt dabei, dass alle, aber auch restlos alle Situationen seines Lebens immer nur durch diese fünf Zusammenhäufungen bedingt waren und bedingt sein werden und dass er nun die Mög-

lichkeit hat, diese fünf Zusammenhäufungen immer mehr zu verfeinern und alles, was an ihnen tot Geschobenes ist, im Lauf der Zeit ganz und gar aufzuheben und aufzulösen und dass er auf diesem Wege ganz sicher immer freier werden wird bis zur vollkommenen Erlösung. Das steht ihm jedes Mal beim Anblick der heilenden rechten Anschauung deutlich vor Augen. – Wie könnte er da eine andere Lehre wählen?

Und wer zur Zeit des Erwachten als Mönch im Orden lebte, also die Person des Buddha vor sich hatte und dann doch einen anderen Meister wählte, der muss wirklich von sehr unstemem Gemüt gewesen sein. Die überlieferten Reden lassen erkennen, wie der Buddha in seiner Erscheinung wirkte. Er war der vollkommene Ausdruck von erhabener Klarheit, Reinheit und Sanftmut. Jeder, der für diese Herzensart auch nur etwas Sinn und Neigung hatte, musste sich zu diesem Wesen, zu diesem sinnfälligen Abbild der Vollkommenheit hingezogen fühlen.

Und so wie der Erhabene aussah, so sprach er auch, so war der Klang seiner Stimme, und erst recht war so der Sinn seiner Worte. Das konnte selbst einen mittelmäßig gearteten Menschen nur anziehen, beglücken und erfreuen. Er musste sich bei ihm wohl und beruhigt fühlen. Wie kann da ein Mönch, der einen so Erhabenen täglich vor Augen hat, einen anderen Meister wählen? Einem Anblickgesicherten ist es nicht möglich.

Unmöglich ist es, dass in einem Weltzeitalter  
zwei Erwachte oder zwei Kaiserkönige erscheinen

*Der Anblickgesicherte weiß: „Unmöglich ist es und kann nicht sein, dass zwei Geheilte, vollkommen Erwachte, gleichzeitig in einem Weltsystem erscheinen könnten, ein solcher Fall kommt nicht vor.“ Er weiß: „Möglich aber ist es, dass ein Geheilter, vollkommen Erwachter in einem Weltsystem erscheinen könnte, ein solcher Fall kommt vor.“*

*Er weiß: „Unmöglich ist es und kann nicht sein, dass zwei Kaiserkönige gleichzeitig in einem Weltsystem erscheinen könnten, ein solcher Fall kommt nicht vor.“ Er weiß: „Möglich aber ist es, dass ein Kaiserkönig in einem Weltsystem erscheinen könnte, ein solcher Fall kommt vor.“*

Es kann immer nur ein Vollkommen Erwachter zur Zeit in einem Weltsystem erscheinen, nicht können mehrere gleichzeitig erscheinen. Nach altindischer Überlieferung treten ein vollkommen Erwachter, ein Buddha, und ein Weltkaiser ihren Weg mit den gleichen Eigenschaften überragender Größe an.

Unmöglich ist es, dass eine Frau  
ein vollkommen Erwachter oder ein Kaiserkönig ist

*Der Anblickgesicherte weiß: „Unmöglich ist es und kann nicht sein, dass eine Frau ein geheilter, vollkommen Erwachter oder ein Kaiserkönig sein könnte, ein solcher Fall kommt nicht vor.“ Er weiß: „Möglich aber ist es, dass ein Mann ein geheilter, vollkommen Erwachter oder ein Kaiserkönig sein könnte, ein solcher Fall kommt vor.“*

*Der Anblickgesicherte weiß: „Unmöglich ist es und kann nicht sein, dass eine Frau die Herrschaft über himmlische und höllische Geister erlangen könnte, ein solcher Fall kommt nicht vor.“ Er weiß: „Möglich aber ist es, dass ein Mann die Herrschaft über himmlische und höllische Geister erlangen könnte, ein solcher Fall kommt vor.“*

Der Anblickgesicherte weiß, dass die allerhöchste und erhabenste Gestalt, die es im ganzen Samsāra und damit auch in der Menschheit gibt, die Gestalt des aus sich selbst zur vollkommenen Erwachung Gelangten, des Buddha, des Erhabenen, ist, der mit seiner Lehre ungezählte Menschen, Männer

und Frauen, aus den Sümpfen und Leiden des Samsāra herausziehen kann – dass diese Gestalt immer nur von einem Mann gestellt werden kann, nicht von einer Frau.

Und er weiß, dass die allerschlimmste Gestalt, die es im ganzen Dasein gibt, die Gestalt Māros, nämlich die persönliche Darstellung der vielseitigsten Verstrickungen in den Samsāra und der raffiniertesten Heuchelei, Verführung und Schmeichelei, um die Menschen bei ihrem Persönlichkeitsglauben zu halten – dass diese Māro-Gestalt ebenfalls nur immer von einem Mann gestellt werden kann, nie von einer Frau.

Das heißt also: Der Mann hat mehr „Pionier-Natur“: Im Frevel wie im Guten geht er mehr voran; aber diese Tatsache hat keinen Einfluss darauf, dass sowohl Mann als auch Frau einen Erwachten, wenn er erscheint, erkennen, seine Lehre verstehen und befolgen und dadurch aus allem Leiden herausgelangen können.

Unmöglich ist es, dass schlechtes Wirken gute Folgen hat

*Er weiß: „Unmöglich ist es und kann nicht sein, dass ein schlechter Wandel in Taten, Worten oder Gedanken eine ersehnte, erwünschte, erfreuliche Ernte hervorbringen könnte, ein solcher Fall kommt nicht vor.“ Er weiß: „Möglich aber ist es, dass aus schlechtem Wandel in Taten, Worten oder Gedanken eine unersehnte, unerwünschte, unerfreuliche Ernte hervorgehen könnte, ein solcher Fall kommt vor.“*

*Er weiß: „Unmöglich ist es und kann nicht sein, dass ein guter Wandel in Taten, Worten oder Gedanken eine nicht ersehnte, unerwünschte, unerfreuliche Ernte hervorbringen könnte, ein solcher Fall kommt nicht vor.“ Er weiß: „Möglich aber ist es, dass aus gutem Wandel in Taten, Worten oder Gedanken eine er-*

*sehnte, erwünschte, erfreuliche Ernte hervorgehen könnte, ein solcher Fall kommt vor.“*

*Er weiß: „Unmöglich ist es und kann nicht sein, dass, wer schlechten Wandel in Taten, Worten oder Gedanken geführt hat, deswegen, aus diesem Grund bei Versagen des Körpers, jenseits des Todes, auf gute Lebensbahn, in himmlische Welt geraten mag, ein solcher Fall kommt nicht vor.“ Er weiß: „Möglich aber ist es, dass, wer schlechten Wandel in Taten, Worten oder Gedanken geführt hat, deswegen, aus diesem Grund bei Versagen des Körpers, jenseits des Todes, auf den Abweg, auf schlechte Lebensbahn geraten mag, in Umstände, die von Entbehrungen geprägt sind; an einem Ort der Verderbnis, sogar in der Hölle wiedererscheinen könnte, ein solcher Fall kommt vor.“*

*Er weiß: „Unmöglich ist es und kann nicht sein, dass, wer guten Wandel in Taten, Worten oder Gedanken gepflegt hat, deswegen aus diesem Grund bei Versagen des Körpers, jenseits des Todes, auf den Abweg, auf schlechte Lebensbahn geraten mag, in Umstände, die von Entbehrungen geprägt sind; an einem Ort der Verderbnis, sogar in der Hölle wiedererscheinen könnte, ein solcher Fall kommt nicht vor.“ Er weiß: „Möglich aber ist es, dass, wer guten Wandel in Taten, Worten oder Gedanken pflegt, deswegen, aus diesem Grund bei Versagen des Körpers, jenseits des Todes auf gute Lebensbahn, in himmlische Welt geraten mag, ein solcher Fall kommt vor.“*

*Insofern kann man, Anando, einen Mönch als mit Möglichem und Unmöglichem vertraut bezeichnen. Der Erwachte sagt (D 27):*

*Eine Ordnung, ein Gesetz besteht zuhüaupten der Wesen, hier schon und in der anderen Welt.*

Diese Ordnung, dieses Gesetz ist das Karma-Gesetz, das in der christlichen Religion genannt wird: „*Was der Mensch sät, das wird er ernten.*“ (Gal.6,7) Karma heißt so viel wie „Wirken, Schaffen, Schöpfen“, und es bedeutet auch zugleich „das Gewirkte, Geschaffene, das Geschöpf“. Das mit Absicht geschehene Wirken ist also die Saat, und das Gewirkte, das Geschaffene ist die Ernte, die von der Saat abhängt. So ist Karma der Ausdruck für den die ganze Existenz durchziehenden geistigen Kausalzusammenhang zwischen dem, was ein Wesen will und tut, und dem, was es wahrnimmt, erlebt. Je nach seinem Willen und Tun wird über kurz oder lang seine Wahrnehmung, sein Erleben.

Wie der Mensch *heute* in seinem Geist denkt und bewertet, danach wird *morgen* sein Herz, sein Charakter (innere Ernte) und damit sein Tun und Lassen in seiner engeren und weiteren Umwelt, und das bewirkt *übermorgen* die äußere Ernte: Kurzlebigkeit oder Langlebigkeit, Krankheit oder Gesundheit, Hässlichkeit oder Schönheit, Armut oder Reichtum, sozial niedrige oder hohe Stellung.

*Eigentum des Wirkens sind die Wesen, Erben des Wirkens, aus dem Schoß des Wirkens hervorgegangen, an das Wirken gebunden, haben das Wirken als Zuflucht. (M 135)*

Das heißt, die Welt, die wir erleben, ist bereits die Ernte unseres bisherigen Wirkens in Gedanken, Worten und Taten. Sie ist nicht eine objektive Gegebenheit an sich, die unabhängig von uns bestünde und die wir nun nach unseren Wünschen ausbauen könnten, sondern sie ist die auf für uns verborgenen Wegen, daher heimlich-unheimlich entstandene Ernte unseres Wirkens.

Der Erwachte sagt, dass wir der karmischen Ernte in keiner Weise entrinnen können. Darüber heißt es:

*Nicht in der Luft, nicht in der Meerestiefe,*



*nicht in dem Herzen fernster Bergeshöhle,  
nicht findet in der Welt man eine Stätte,  
wo man der eigenen Saat entfliehen könnte. (Dh 127)*

und

*Den lang entbehrten teuren Mann,  
der heil aus fernen Landen kommt,  
begrüßet bei der Wiederkehr  
all seiner Lieben traute Schar.  
So, wahrlich, auch empfangen ihn,  
der Gutes tat, im neuen Sein  
die guten Taten insgesamt  
wie Freunde einen lieben Freund. (Dh 219 und 220)*

Letztlich, sagen die Heilslehrer, ist das ganze Leben vergleichbar dem körperlichen Ausatmen und Einatmen, ist Tun und Handeln und ein Zurückkommen der Ernte an den Täter. Ein jeder erlebt, was immer er auch erleben mag und von was für einer ihn fremd anmutenden Quelle es auch immer an ihn herantritt, immer nur die Rückkehr seines Wirkens.

Aber es kommt auch vor, dass ein Mensch gegenwärtig nach seiner Gesinnung und den daraus hervorgehenden Taten schlecht sein kann, dass es ihm aber dennoch zur gleichen Zeit gut und erfreulich gehen kann. Dann ist nicht sein gegenwärtiges gutes und erfreuliches Ergehen die Folge von seinem gegenwärtigen schlechten Tun und Lassen, sondern ist vielmehr Folge aus einem früheren guten Tun und Lassen, während sein gegenwärtiges schlechtes Tun und Lassen irgendwann auch entsprechende dunkle Folge haben wird. Dass dies harte Wirklichkeit ist, zeigen die sechs unerbittlichen Folgen allen Wirkens (s. „Meisterung der Existenz“) und u.a. die Verse des „Wahrheitspfads“ (Dh 119, 120):

*Auch einem Bösen geht es gut,  
solang das Böse nicht gereift;  
ist aber reif die böse Frucht,  
dann geht es schlecht dem schlechten Mann.*

*Auch einem Guten geht es schlecht,  
solang sein Gutes nicht gereift;  
ist aber reif die gute Frucht,  
dann geht es gut dem guten Mann.*

In einem ähnlichen Sinn muss auch das christliche Wort aufgefasst werden:

*Gottes Mühlen mahlen langsam,  
mahlen aber trefflich fein,  
was aus Langmut er versäumet,  
holt mit Schärf' er wieder ein.*

Die Ernte des üblen Wirkens kann also verzögert eintreten, nicht in diesem Leben, nicht im nächsten Leben, aber in einem der dann folgenden Leben. Nicht darf man, wenn auf übles Tun gute Ernte folgt, daraus schließen, dass in einem der dann folgenden Leben wegen des üblen Tuns Gutes erlebt wird, sondern man kann nur sagen, dass dem guten Erleben früheres gutes Wirken zugrunde liegt und dass das üble Wirken später als üble Ernte spürbar werden wird.

Der Erwachte nennt drei Wahrwissen, die aus transzendenten Erfahrung hervorgehen, d.h. durch Übersteigerung aller weltlichen vielfältigen Sinneswahrnehmungen zu einer seligen Einigung des Herzens in einem überirdischen Wohl ohne Fragen und Ängste. Durch das häufige Erleben dieses als überweltlich empfundenen Zustands wird ein Mensch über alle seine weltlichen Interessen und Maßstäbe vollkommen hinausgehoben – und erst durch diese Befreiung von der weltlichen Gewohnheit wird er fähig, die wahren Vorgänge, die ihm zuvor durch seine kleinlichen dunklen Interessen, Emotionen und Motivationen gar nicht zugänglich waren, zu erkennen. Der Erwachte war auf dem Weg zu seiner Erwachung zuerst zu diesen Stufen der Herzenseinigung gereift, hatte sie durchlebt mit dem Ergebnis einer völligen Befreiung von weltlicher

Anhänglichkeit und kam dann zu den drei Weisheitsdurchbrüchen:

Als erstes erinnerte er sich an die Umstände vor seiner Geburt zum jetzigen Menschen: Er sah sein vorheriges Leben von der Geburt bis zum Tod mit allem, was er tat und wie er es tat, und mit allem, was er erlebte. Daraufhin sah er seine Geburt zu dem vorletzten Erleben und sah, dass viele seiner Taten in jenem vorletzten Leben die Ursache waren für seine Erlebnisse in dem darauf folgenden, also vorherigen, Leben. In dieser Weise sah er in immer tiefere, immer weitere Vergangenheit zurück – und dies dann nicht nur in seine eigene, sondern auch in die anderer (zweiter Weisheitsdurchbruch) – und sah dabei immer deutlicher das Gesetz von Ursache und Wirkung, bis er ganz deutlich erkannte, dass alle Erlebnisse der Wesen, die kleinsten unscheinbarsten und die größten, entscheidenden, immer nur die genaue Folge von vorausgegangenen Aktivitäten in Gedanken, Worten und Taten sind, dass es gar keine andere Ursache für alle Erlebnisse der Wesen gibt als ihre irgendwann vorher hervorgebrachten Taten im Denken, Reden und Handeln.

Er erkannte: Diese Scheinexistenz mit ihren Scheinbegebnissen war nichts als Leiden, bedingt durch endloses Entstehen und Vergehen und Sich-Wandeln von selbst gewirkten Erscheinungen, von Formen, Gefühlen, von Wahrnehmungen, Aktivitäten und programmierter Wohlerfahrungssuche, bedingt durch Ergreifen. In diesem letzten Wissen lösten sich die letzten Fäden der Wollensflüsse/Einflüsse. Dieser dritte Weisheitsdurchbruch allein ist es, durch welchen ein Mensch ein Geheilter wird.

Wenn wir die vier vom Erwachten genannten Gruppen

1. die Gegebenheiten,
2. die sechs Süchte mit den entsprechenden Vorstellungen,
3. die Kette der Bedingten Entstehung,
4. das Mögliche und Unmögliche

im Ganzen betrachten, mit denen ein Forscher, ein Weiser vertraut ist, dann stellen wir fest, dass sie sich untereinander gleichen.

In den ersten drei Gruppen kommen die Triebe vor und das durch die Triebe Entworfenen, in der vierten vorwiegend das Verhalten des Anblickgesicherten gegenüber den Trieben. Die Ausgangspunkte oder Ansätze dieser vier Gruppen sind verschieden. Jeder Übende wählt sie nach seinem Charakterzuschnitt, nicht muss der Forscher mit allen Gruppen vertraut sein. Schon wenn er eine Gruppe gründlich bedenkt und bei sich beobachtet, sich um Besserung und Aufhebung der Triebe bemüht in den drei Übungsetappen Tugend – Herzenseinigung – Weisheit, dann kann er das Ziel erreichen, als Weiser, als unangreifbar Unverletzbarer von äußeren Gefahren und Katastrophen nicht mehr bewegt zu werden.

*Nach dieser Rede wandte sich der ehrwürdige Ānando an den Erhabenen: Erstaunlich, o Herr, außerordentlich, o Herr! Welchen Namen, o Herr, soll diese Darlegung führen? – Du magst diese Darlegung bewahren unter dem Namen „Viele Gegebenheiten“, oder bewahre sie als „die Vierfache Reihe“ oder als „den Spiegel der Lehre“ oder als „die Trommel des Todlosen“ oder als „der höchste Sieg im Kampf“. –*

*So sprach der Erhabene. Erhoben und beglückt war der ehrwürdige Ānando über das Wort des Erhabenen.*

DER SCHLUND DER SEHER/ EINZELERWACHTEN  
116. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Die Stadt Rājagaha war umgeben von fünf Bergen. Auf einem hielten sich fünfhundert Einzelerwachte (Pacceka-Buddhas) auf. Man sah die Einzelerwachten zum Berg hinschreiten und nicht wiederkehren: „Der Berg hat die Seher verschlungen“, sagten die Leute.

Nennung der Namen der Einzelerwachten.

Einzelerwachte gelangen aus sich selbst heraus zur Erwachung, aber sie lehren nicht.

In den Lehrreden werden Einzelerwachte selten erwähnt (M 142, A II,45, A X,16). Ihnen gebührt nach dem Tod ein Kuppelmal zur erinnernden Verehrung. (D 16 V).

DIE GROSSE VIERZIGFACHE WAHRHEITSDARLEGUNG  
117. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Fünf Wohlgeschmäcke

Der Erwachte zeigt in unserer Lehrrede, wie *samādhī*, der Wohlgeschmack des Herzensfriedens, zu gewinnen ist, welche Voraussetzungen dazu erforderlich sind.

In den Lehrreden des Erwachten werden im Ganzen immer wieder fünf Arten des Wohlgeschmacks genannt:

1. Der Wohlgeschmack der Lust
2. Der Wohlgeschmack der Wahrheitfindung
3. Der Wohlgeschmack der Tugend
4. Der Wohlgeschmack des Herzensfriedens
5. Der Wohlgeschmack der Erlösung.

Für den normalen Menschen verbindet sich mit dem Begriff „Wohlgeschmack“ als erstes ganz unmittelbar die Vorstellung des Geschmacks köstlicher Speisen, also das beim Kosten von Speisen aufkommende Wohlgefühl, aber wir „schmecken“ nicht nur mit der Zunge, sondern auch mit den anderen Sinnen. So nennen wir die Zusammenstellung von manchen Formen und Farben und auch von Tönen „geschmackvoll“, seien es die Gewänder am Körper, die Möbel und Bilder in einem Raum, die Räume in einem Hause, die Anlagen von Gärten und Parks, oder seien es musikalische Darbietungen; ja, der Kenner des sinnlichen Lebens weiß, dass man auf allen fünf Sinnesgebieten, also bei den sichtbaren Formen, den hörbaren Tönen, den riechbaren Düften, den schmeckbaren Säften und den tastbaren Tastobjekten, Wohlgeschmack genießen kann.

Über diese fünf Arten sinnlichen Wohlgeschmacks heißt es in den Lehrreden immer wieder:

*Fünf Sinnenlüste gibt es: die durch den Luger erfahrbaren Formen, die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen, dem Begehren entsprechenden, reizenden; die durch den Lauscher erfahrbaren Töne, die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen, dem Begehren entsprechenden, reizenden; die durch den Riecher erfahrbaren Düfte..., die durch den Schmecker erfahrbaren Geschmäcke..., die durch den Taster erfahrbaren Tastungen, die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen, dem Begehren entsprechenden, reizenden.*

Jeder normale Mensch kennt den Geschmack der Lust durch die fünf Sinnenlüste vom Kindesalter an. Er entsteht durch die Befriedigung oder die Erfüllung eines dem Menschen innewohnenden Verlangens nach bestimmten Formen, bestimmten Tönen, bestimmten Düften, Geschmächen oder Tastungen. Wenn dieses Verlangen erfüllt wird, indem der Mensch erlebt und erlangt, was er verlangend begehrt und ersehnt, spürt er Befriedigung durch das Gefühl der Lust. Das ist der Wohlgeschmack der Lust.

Der Wohlgeschmack der Wahrheitfindung ist ganz anderer Art als der Wohlgeschmack der Lust. Jeder Wohlgeschmack mit Ausnahme des letzten, des Wohlgeschmacks der Erlösung, entsteht durch vorübergehende Befriedigung eines Verlangens oder Bedürfnisses; während aber der Wohlgeschmack der Lust durch vorübergehende Befriedigung eines sinnlichen Verlangens entsteht, entsteht der Wohlgeschmack der Wahrheitfindung durch die Befriedigung eines geistigen Bedürfnisses nach Wahrheit und Klarheit über das Leben und das Dasein. Der hochsinnige Mensch, der nicht ausgefüllt ist von der vordergründigen Befriedigung der sinnlichen Tendenzen, erkennt, dass er diesem Dasein blind ausgeliefert bleibt, solange er Struktur und Gesetz des Daseins, die inneren Zusammenhänge, nicht gründlich kennt. Er erkennt, dass diese Unkenntnis, dieses Unwis-

sen letztlich die Ursache seines gesamten Leidens bildet. Getrieben von dieser Erkenntnis, brach auch der junge Prinz Siddhattho auf, die Wahrheit zu suchen und zu finden und so zum Buddha zu werden. Und diese Einsicht bewegt noch heute viele derjenigen, die zur Lehre des Buddha gelangen.

Den Wohlgeschmack der Wahrheitfindung kennt jeder Nachfolger der Lehre, der beim Lesen der Lehrreden oder im Gespräch mit Gleichgesinnten oder in stiller unbeirrter Beobachtung der inneren geistigen Vorgänge zu tieferen Einsichten und Erkenntnissen über die Zusammenhänge im Entstehen und Vergehen der inneren und äußeren Erscheinungen kommt und der bei sich bemerkt, wie er durch diese Erkenntnisse zu einem immer umfassenderen Verständnis der dem gesamten Dasein zugrunde liegenden Struktur und Gesetzmäßigkeit kommt, wie er an Orientierung gewinnt und von daher immer deutlicher die Auswege sieht, die aus der Fesselung, Gebundenheit und Geworfenheit zur Befreiung führen. Der Erwachte spricht immer wieder von diesem Wohlgeschmack der Wahrheit, ja von der „Wahrheitwonne“, die mit dem tieferen Verständnis der existentialen Zusammenhänge unmittelbar verbunden ist und den Menschen durchdringt. In Sn 181 wird der Erwachte gefragt:

*Was gilt doch hier als höchstes Gut dem Menschen,  
wie mag ein rechter Wandel Glück bereiten?  
Was darf als feinster Wohlgeschmack uns dünken,  
und was für Leben lebt man hier am besten? –*

Darauf antwortet er (Sn 182):

*Vertrauen gilt als höchstes Gut dem Menschen,  
der rechte Wandel kann da Glück bereiten;  
der feinste Wohlgeschmack – es ist die Wahrheit,  
ein weises Leben lebt man hier am besten.*

Ebenso lesen wir in den anderen Spruchsammlungen und auch in den Lehrreden immer wieder von der tiefen Befriedigung, die aus der zunehmenden rechten Anschauung hervor-



geht, ja, der Erwachte bezeichnet es ausdrücklich als ein Kriterium des „Stromeintritts“ (*sotāpatti*), wenn der Heilsgänger bei der Darlegung der Lehre und Wegweisung des Vollendeten ein Empfinden für den Sinn, für die Wahrheit und mit der Wahrheit verbundene Freude gewinnt. (M 48; s. auch M 33 u. 96)

Der Wohlgeschmack der Tugend ist ebenso wie die Wohlgeschmäcke der Lust und der Wahrheitsfindung durch Befriedigung eines innewohnenden Verlangens bedingt. Dieses Verlangen nach tugendhaftem Lebenswandel, nach sittlicher Zucht, nach einer sauberen, edleren, würdigeren Lebensführung kann tendenzenbedingt sein oder kann einsehensbedingt sein und kann auch aus beiden Quellen gespeist werden.

Wer aus dem Grundzug seines Herzens oder aus neu gewonnenen tieferen Einsichten für sich selber den Wunsch und das Verlangen hat: „Ich will gerecht sein, wahrhaftig sein, ich will gut sein, ich will den anderen Menschen Freude machen, will den Ängstlichen beruhigen, den Armen und Kranken helfen, will den Traurigen trösten, will in den Menschen und Tieren Brüder und Schwestern sehen“ - wer so oder ähnlich denkt und empfindet, in seinen Worten und Taten sich immer mehr danach richtet, der empfindet allein von daher ein helleres und höheres inneres Gefühl als derjenige, der beim Verfolgen seiner sinnlichen Interessen doch schnell rücksichtslos entscheidet und sich nicht bemüht, die Mitwesen in ihrem Sosein zu erkennen und ihnen beizustehen.

Dieser aus Sittlichkeit hervorgehende Wohlgeschmack ist den meisten Menschen wenigstens aus gelegentlichen Erfahrungen bekannt, während der Wohlgeschmack der Lust jedem Menschen vorwiegend bekannt ist. Einen Aspekt dieses aus rechtem, tugendlichem, d.h. tauglichem Verhalten hervorgehenden Wohlgeschmacks nennt das Sprichwort: „Ein gutes Gewissen ist ein sanftes Ruhekissen.“ Damit ist nicht nur ein ungestörter Schlaf ohne Beklemmung und Angst ge-

meint, sondern überhaupt eine innere Beruhigung und Sicherheit im gesamten Lebenslauf, ja, ein bestimmter Grad von Geborgenheit, der den Menschen bewusst oder unbewusst durch das Leben begleitet. Der Erwachte hat Normen des sittlichen Verhaltens im Reden und Handeln gesetzt, die „*sila*“ oder „Tugendregeln“, und der Erwachte verspricht den Nachfolgern, dass sie, wenn sie dieser heilenden Tugendsetzung treu bleiben, von dem Wohl der Vorwurfsfreiheit durchdrungen werden. (A X,2) Zwar ist mit dieser Verheißung der Wohlgeschmack aus vollkommener Tugend gemeint, aber wenn auch nicht viele Menschen diesen Wohlgeschmack aus vollkommener Tugend kennen, so erlebt doch jeder Mensch gelegentlich den Wohlgeschmack der Tugend, jenes Gefühl der inneren Vorwurfsfreiheit, der inneren Anerkennung, der Leichtigkeit und Helligkeit, in dem auch zugleich eine unbewusste Sicherheit enthalten ist, eine Sicherheit, die von allen Ängsten befreit.

Der Wohlgeschmack des Herzensfriedens, um dessen Erlangung es in unserer Lehrrede geht, ist wiederum ein ganz anderer und erheblich höher als der Wohlgeschmack der Vorwurfsfreiheit durch Tugend. Mit dem Wohlgeschmack der Lust ist er ganz unvergleichbar.

Zwar gewährt auch die Einhaltung der Tugendregeln schon einen gewissen Frieden im Herzen, indem man sowohl nach außen mit den Mitwesen keine Feindschaft hat wie auch nach innen im Herzen keinen Zwiespalt empfindet und nicht von Scham und Reue gequält und gepeinigt wird. Damit erlebt der Mensch schon eine gewisse innere Sicherheit und Geborgenheit, und das ist ein Zustand, den manche Menschen bereits mit „Herzensfrieden“ bezeichnen mögen. - Der wahre Herzensfriede jedoch ist weit mehr.

Der wahre Herzensfriede ist ein Wohl, das aus vollständiger Unabhängigkeit entspringt. - Der normale Mensch, sowohl der tugendlose wie auch der tugendhafte, ist vorwiegend dem Geschmack der Lust zugewandt, er bedarf der mannigfaltigen sichtbaren Formen, der hörbaren Töne, der

Düfte, der Säfte und Tastobjekte. Kurz, er bedarf der sinnlichen Dinge, er ist von ihnen abhängig, er bezieht aus ihnen Wohl und Wehe, er sorgt sich, wie er sie erlangen könne; er hofft, dass er sie erlange, und betreibt dies mit all seinen Kräften, und immer fürchtet er, sie nicht zu erlangen. Diesem inneren und äußeren Getriebensein und Geworfensein zwischen Hoffnung und Enttäuschung, diesem ununterbrochenen Ausschauhalten und Anstreben ist jeder Mensch ausgeliefert, soweit er auf den Geschmack der Lust aus ist, sowohl der Tugendhafte wie auch der Tugendlose. Dieses nach außen gerichtete Dichten und Trachten zwischen Hoffnung und Enttäuschung aber ist nicht der Herzensfriede. - Der Herzensfriede beruht gerade auf der Unabhängigkeit von aller sinnlichen Vielfalt, auf der Unabhängigkeit von allen äußeren Dingen.

Das Pāli-Wort „*samādhī*“, das wir hier mit „Herzensfriede“ übersetzen, bedeutet so viel wie „innen stille stehen“. Dieser Begriff wird noch besser verstanden auf der Grundlage der mit der christlich-mystischen Auffassung voll übereinstimmenden allgemein indisch-religiösen Auffassung (nicht nur des Erwachten), dass das Leben innerhalb der sinnlichen Wahrnehmung ein ununterbrochenes vielfältiges Herumgerissen- und Gezerrtwerden ist. Darum vergleicht der Erwachte den normalen, der vielfältigen sinnlichen Wahrnehmung bedürftenden, nach ihr dürstend verlangenden Menschen mit einem Mann, der an sechs Stricken sechs verschiedene Tiere mit sich führt (entsprechend den fünf Sinnesdrängen und dem Denkdrang), deren jedes in eine andere Richtung hinzerzt, so dass der Mann keine Ruhe findet. Das ist die vielfältige Zerrissenheit, Zerfahrenheit und Zerstreuung des gewöhnlichen Menschen. Dagegen wird unter „*samādhī*“ die Gestilltheit der Sinnesdränge verstanden, wie es heißt (Dh 94):

*Wess' Sinnesdränge still geworden sind  
wie Wagenlenkers wohlgezähmte Rosse...*

Noch deutlicher kommt der gleiche Zusammenhang in dem Pālibegriff *citt'ekaggatā* (Geeintsein des Herzens) zum Aus-

druck: Das Herz hat an sich selbst genug, ist ganz bei sich, eins mit sich. Und das bedeutet eben das Schweigen der Sucht nach den tausendfältigen äußeren Dingen. So sagt auch der christliche Mystiker *Ruisbroeck*:

*Kennst du die Wahrheit und kannst innen bleiben, trübt Furcht dich nicht noch lockt dich fremde Liebe <sup>195</sup>, so bist du frei, bist ledig allen Kummers...*

Unabhängig geworden ist ein solcher von dem gesamten Welterleben mit den Sinnen, er ruht in sich, lebt im vollständigen Herzensfrieden, bedarf der sinnlichen Wahrnehmung nicht zu seinem Wohlbefinden, sondern bedient sich ihrer nur zur Aufrechterhaltung und Pflege des Körpers und beim Umgang mit anderen. Diese erworbene Unbedürftigkeit bewirkt, dass er die gesamten weltlichen Erscheinungen nicht mehr mit der früheren Blendung sehen kann, sondern nüchtern, neutral, ja geradezu „entlarvt“ sieht und darum *nichts mehr an ihnen finden kann (nibbindati)*.

Das Wohl des Nach-innen-Lebens, des seligen Herzensfriedens, kann so stark werden, dass die sinnliche Wahrnehmung ganz fortfällt (*kāmasaññā nirujjhati*) - der Mensch ist dann „sinnenlos und entrückt“, wie *Ekkehart* es ausdrückt, gewinnt den Zustand der Entrückungen (*jhāna*). Wenn dem Erleber nach dieser seligen Erfahrung die in Ich und Umwelt gespaltene Wahrnehmung wieder aufkommt, dann kommt ihn ein überwältigendes beglücktes Staunen an darüber, dass es solches einiges Wohl gibt. Nach einem solchen Erlebnis sagte *Seuse*:

*Ist das nicht Himmelreich,  
so weiß ich nicht, was Himmelreich ist.*

Der christliche Mystiker *Ruisbroeck* erreichte diesen Zustand, aus dem er beglückt ausrufen konnte:

---

<sup>195</sup> „Fremde Liebe“ = die Liebe nach den äußeren Dingen

*Tief unter mir liegt alle Zeitlichkeit, und hoher Jubel tönt im freien Geiste.*

Und er ruft aus:

*Ich habe die selige Ewigkeit funden!*

*Ich hab sie gefunden im innersten Grunde.*

*Des freut sich mein Geist, und es jubelt die Seele:*

*Besiegt ist die Erde, verschwunden die Zeit.*

Der höchste aller Wohlgeschmäcke ist aber der Wohlgeschmack der endgültigen Erlösung, er ist unübertrefflich. Da er von einem normalen Menschen nicht erfahren und erlebt wird, so lässt er sich auch kaum beschreiben. Schon der Wohlgeschmack des Herzensfriedens ist sehr selten in der Welt zu finden, jedenfalls wird er den Menschen sehr selten bewusst. Aber der Wohlgeschmack der Erlösung ist noch unvergleichlich viel seltener.

Der Kenner der Lehre weiß, dass mit diesem Wohlgeschmack der Erlösung das Nibbāna gemeint ist. Manche der von allen Trieben befreiten Mönche erreichen diesen zeitweilig schon bei Lebzeiten durch die zeitweilige Auflösung von Gefühl und Wahrnehmung. Der Erwachte beschreibt diese Aufhebung von Gefühl und Wahrnehmung als den Zustand des allerhöchsten, des unübertrefflichen Wohls. (M 14, 25, 59) Aber jeder Geheilte erfährt die Aufhebung von Anziehung, Abstoßung und Blendung als Wohl der Erlösung (S 38,1 und 45,7):

*Alles Liebesglück auf Erden,  
aller Götter Himmelswonnen  
sind kein Bruchteil von dem Wohle dessen,  
der dem Durst entronnen. (Ud II,2)*

Doch gibt es auch einen *Vorgeschmack* der Erlösung, der den Menschen eher zugänglich ist. Diesen Vorgeschmack kennt der in die Heilsanziehung Geratene, der in den Strom eingetretene, derjenige Nachfolger der Lehre, welcher bis zum

Grund begriffen hat, dass und warum die fünf Zusammenhäufungen, die fünf Faktoren der Existenz, nämlich: Form, Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität und programmierte Wohlerfahrungssuche, zwar dauernd bewegte und darum „lebendig“ erscheinende Erscheinungen sind, die aber doch nur automatisch bewegt und geschoben und darum tot sind, sich gegenseitig bedingen, in dauerndem Wechsel und Wandel befindlich sind. Er weiß, dass an ihnen und in ihnen nichts Lebendiges und Beständiges ist. Wer diese Wahrheit begriffen hat und in der eigenen Existenz dem Entstehen und Vergehen der Formen, der Gefühle, der Wahrnehmungen, Aktivitäten und der programmierten Wohlerfahrungssuche nachspürt, nachgeht und beobachtet, der distanziert sich damit immer mehr von diesem seelenlosen Prozess eines Scheinlebens. Und in dem Maß, wie er sich von diesen Dingen innerlich entfernt und ablöst, empfindet er den Vorgeschmack der Erlösung von aller Wandelbarkeit, Treffbarkeit und Verletzbarkeit und damit einen Vorgeschmack der Todlosigkeit. Dieser Vorgeschmack bestärkt den Heilsgänger immer mehr darin, von jenen fünf Zusammenhäufungen abzulassen, dort nicht mehr zusammenzuraffen, sondern zurückzutreten, damit seine Tendenzen schwächer und geringer werden, bis er im Lauf der Zeit zur völligen Auflösung aller Triebe kommt und damit zum Nibbāna, zum vollkommenen Wohlgeschmack der Erlösung.

Das sind die fünf Wohlgeschmäcke in der Existenz, außer ihnen gibt es keine anderen. Alles was subjektiv an Wohl empfunden werden kann und was objektiv an Wohl vorhanden ist, ist in diesen Wohlgeschmäcken enthalten.

Aber zu jedem dieser fünf Wohlgeschmäcke gehört auch ein den fünf Gruppen entsprechender Wehegeschmack, denn ebenso wie durch die Befriedigung sinnlicher Bedürfnisse der Wohlgeschmack der Lust entsteht, so entsteht durch die Nichtbefriedigung sinnlicher Bedürfnisse oder auch durch solche Erlebnisse, welche den sinnlichen Bedürfnissen entgegengesetzt sind, ein Wehegeschmack, entstehen genau

entsprechende sinnliche Wehgefühle von vielerlei Arten bis zu den entsetzlichsten Formen.

Und ebenso wie es durch Befriedigung der geistigen Bedürfnisse des wahrheitsuchenden Menschen den Wohlgeschmack der Wahrheitsfindung gibt, so gibt es für denselben Menschen, solange er sich auf vergeblicher Wahrheitsuche befindet, auch einen entsprechenden Wehegeschmack, den geistigen Schmerz aus der Erkenntnis des Unwissens und der durch das Unwissen bedingten Abhängigkeit und Geworfenheit.

Genauso wie es den Wohlgeschmack der Tugend gibt durch die Befriedigung moralischer Bedürfnisse, so gibt es auch das Wehe der Nichtbefriedigung moralischer Bedürfnisse: die Reue, die Selbstvorwürfe, die Gewissensqualen, gleichviel, ob diese mehr bewusst oder unbewusst sind.

Ebenso wie es den Wohlgeschmack des Herzensfriedens gibt, der Einigung des Herzens aus der Befriedigung des fast jedem Menschen innewohnenden verborgenen und überweltlichen Verlangens nach Überwindung weltlicher Unzulänglichkeit, Unwürdigkeit, Abhängigkeit, Zerstreutheit und Vielfalt, nach einer tiefen außerweltlichen Geborgenheit, ganz ebenso gibt es, den Menschen mehr oder weniger bewusst oder unbewusst, das schmerzliche Gefühl des sinnlosen Umherirrens durch diese Welt der tausend Dinge, der Fesselung an Irrtum, Wandelbarkeit und Flachheit, der sinnlosen Hetze durch die Tage des sogenannten Lebens bis zum sogenannten Tod.

Und ganz ebenso auch wie es den feinsten und höchsten Wohlgeschmack der Erlösung gibt, wohnen alle Nichterlösten, die aber von der Erlösungsmöglichkeit wissen, ununterbrochen in einem feinen und hohen Wehgefühl, das durch die Nichterlösung, durch das ununterbrochene Anbränden und Zurückfluten von Formen, Gefühlen, Wahrnehmungen, Aktivitäten und programmierter Wohlerfahrungssuche bedingt ist. Das sind die fünf Arten von Wohlgefühlen und die fünf Arten von Wehgefühlen, die es in der Existenz gibt.

Natürlich kann der Mensch die jeweils höheren Wohlgeschmäcke durch entsprechende Übungen und Pflege gewinnen, und die Lehre des Erwachten hat gar kein anderes Ziel, als den Menschen durch die verschiedenen Wohlgeschmäcke hindurch bis zum höchsten Wohlgeschmack der Erlösung zu führen mit all den Folgen, welche diese immer höheren Wohlgeschmäcke in existentieller Hinsicht nach sich ziehen bis zu dem ununterbrochenen Wohlgeschmack der Erlösung, der, da er durch nichts Vergängliches und Bedingendes mehr bedingt ist, dann auch ohne Ende, also ewig besteht.

Aber ebenso wie in der Menschenwelt Wohl und Wehe der Sinnenlust überwiegen und die üblen Geschmäcke der Untugend des Herzens, des Unfriedens, des Wahns und der Nichterlösung, dagegen die Wohlgeschmäcke der Wahrheitfindung, des Herzensfriedens und der Erlösung seltener oder kaum vorhanden sind, so gibt es andere Daseinsformen, in denen die im Menschenreich selteneren Empfindungen stärker vorkommen, dagegen die im Menschenreich stärker vorhandenen Empfindungen seltener vorkommen.

Doch bei einigen Wesen innerhalb der Sinnensuchtwelt gibt es mehr oder weniger stark die Sehnsucht nach Herzensfrieden, nach jener Einigung und Einheit des Gemütes, in welcher alle Zerstreung in Vielfalt, alles Umhersuchen, Umherirren vergessen ist in einer großen friedvollen, stillen und seligen Sicherheit und Geborgenheit. Wir finden diese Art des Herzensfriedens, diese Einigung des Herzens innerhalb der Sinnensuchtwelt sowohl in der Menschenwelt wie auch in den Daseinsformen oberhalb der Menschenwelt immer nur sporadisch, immer nur gelegentlich, denn der Herzensfriede gedeiht gerade nur unter Ausschluss der Sinnensucht. Die Sinnensucht ist die Sucht nach Vielfalt; der Herzensfriede dagegen ist die vollkommene Abwesenheit aller Vielfalt und aller Sucht nach Vielfalt, die Abwesenheit aller Zerstretheit und Zerrissenheit. Es ist die Einheit, die Ruhe, der Friede. Wo innerhalb der Sinnensuchtwelt gelegentlich der Herzensfriede erblüht, da ist er gerade nicht aus den



Hauptelementen der Sinnensuchtwelt heraus erwachsen, sondern aus irgendwelchen Ausnahmen, aus besonderen Umständen und Bedingungen. In den Bereich der Sinnensuchtwelt gelangen ja vorwiegend gerade diejenigen Wesen, welche Sinnenlust suchen; und da die Sinnenlust den Herzensfrieden ausschließt, so ist die Sinnensuchtwelt nicht die eigentliche Wohnstätte des Herzensfriedens, vielmehr erscheint dieser dort nur gelegentlich und durch besondere Umstände bedingt.

Zu diesen besonderen Umständen zählt die Lehre des Erwachten. Der Erwachte, der Buddha, war bei seiner Geburt noch nicht erwacht. Er war neben mancherlei hohen und höchsten Begabungen und Neigungen doch auch auf Sinnenlust eingestellt und darum in der Sinnensuchtwelt als Mensch erschienen, er erlebte weltliches Wohl, erlebte Reichtum, Gesundheit und weltliche Freude, wurde verheiratet, zeugte ein Kind und kannte die Sinnenlust auf allen fünf Sinnesgebieten. Er kannte also auch den Wohlgeschmack der Lust.

Aber jener damals noch nicht Erwachte brachte eine starke Wahrheitssehnsucht mit in sein Menschenleben, und diese Sehnsucht nach Wahrheit von der Wirklichkeit zwang ihn immer wieder, zu suchen und zu forschen, was der Sinn dieses Lebens sei, woher die Menschen in dieses Menschenleben gekommen seien und wohin ihre Wege nach dem Tod führten. Der damals noch nicht Erwachte konnte sich mit dem Wohlgeschmack der Lust allein nicht zufrieden geben. Er erfuhr, dass alle Lust sich wandelt, vergänglich ist, nicht dauert, zu Leiden werden kann, dass auf Jugend und Schönheit Alter, Krankheit und Tod folgt und dass mit Altern, Krankheit und Sterben auch das Erlebnis der Lust geringer oder unmöglich wird. Darum wollte er wissen, wie man diesem Wechsel und Wandel entkommt, wie man diesen unwürdigen Zustand überwindet, wie man das Leiden endgültig aufheben könne. So trieb ihn, der wegen seines Bedürfnisses nach Sinnenlust in der Menschenwelt erschienen war, die

mitgebrachte Wahrheitssehnsucht zur Überwindung der Sinnensucht und zu all jenen Forschungswegen, die ihn letztlich zur Buddhaschaft, zum vollkommen klaren Wissen führten. So kam das Angebot der Wahrheit von der Wirklichkeit in die Menschenwelt, in den Bereich der Sinnensucht.

Obwohl der richtig verstandene Wohlgeschmack des Herzensfriedens und der Wohlgeschmack der Lust sich gegenseitig ausschließen, wie vorhin gesagt wurde, und obwohl darum die gesamte Sinnensuchtwelt nicht die eigentliche Heimstätte für den Wohlgeschmack des Herzensfriedens ist, so kommt dieser Wohlgeschmack innerhalb der Sinnensuchtwelt doch eben vor, und zwar bei solchen Wesen, welche sich zeitweilig von der gesamten Sinnensucht abgewandt haben, weil sie ihr Elend erkannt haben. Der Erwachte, der Buddha, ist ein Beispiel dafür.

Er berichtet von sich (M 85), dass er als kleiner Knabe in der stillen Natur unversehens in jenen seligen Zustand der ersten weltlosen Entrückung (*jhāna*) fiel. Der Knabe weilte damals in seliger Vergessenheit seiner selbst und der Welt, in einem beglückenden seligen Wohlgefühl, das gerade nicht durch irgendwelche sinnlichen Erlebnisse, sondern durch den Fortfall der gesamten sinnlichen Wahrnehmung und der durch sinnliche Wahrnehmung entworfenen Vielfalt eintritt.

Dass der damals noch nicht Erwachte als Kind dergleichen erleben konnte, lässt erkennen, dass er eine starke Neigung zu dem Jenseits der Sinnensucht mitgebracht hatte. Aber in den ersten 29 Lebensjahren war ihm der Geschmack der Lust so vielseitig verlockend und vorwiegend angeboten worden, dass er jenes einmalige beseligende Erlebnis jenseits der Sinnensucht zunächst vergaß. Auch später, als er endgültig der Sinnensucht entsagte, um das Heil zu suchen, erinnerte er sich doch nicht gleich wieder an jenes Erlebnis, sondern ging erst manche Umwege in der Selbstqual. Erst nach all jenen vergeblichen Versuchen fiel ihm dieses beseligende Kindheitserlebnis wieder ein, zu welchem er nun konsequent den Weg einschlug und es in seinen höchsten Formen bei sich

verwirklichte, erlebte, sein Gemüt darin badete und völlig befreite von den letzten Resten der Sinnensucht. Von daher kam er zum Geschmack der Erlösung und vervollkommnete auch diesen immer mehr, bis er eben als vollkommen Erlöster und vollkommen Erwachter ausgereift war und als solcher der Welt die Wahrheit vom Leiden und von seiner Überwindung in vollkommener Erlösung anbieten konnte.

Durch den Erwachten ist also die auch schon vor seiner Zeit nie ganz untergegangene Wegweisung zu dem Geschmack des Herzensfriedens, zu dem Geschmack der Einigung des Herzens, unter den Menschen bekannt geworden und verbreitet worden, und dieser Wegweisung sind viele Menschen gefolgt. Von diesen hat ein großer Teil diesen Geschmack an sich selbst erfahren, und so ist der sonst nur sehr, sehr selten in der Sinnensuchtwelt vorkommende Geschmack des Herzensfriedens hier - besonders zur Zeit des Erwachten - erheblich bekannter und häufiger fühlbar geworden.

Der Geschmack des Herzensfriedens ist so unvergleichlich viel höher, seliger und reiner als der Wohlgeschmack der Lust, dass ein jedes Wesen, sobald es den Wohlgeschmack des Herzensfriedens nur einige Male schon überzeugend erlebt hat, von da an so sehr auf ihn aufmerksam geworden ist und so sehr ihn liebt und begehrt und anstrebt, dass es nur noch wenig Wert legt auf den Wohlgeschmack der Lust. Ein solches Wesen mindert die auf Sinnenlust gerichteten Triebe oder löst sie völlig auf und vergrößert und verstärkt dagegen die Sehnsucht nach dem Herzensfrieden. Ein solches Wesen aber, das nicht mehr überwiegend auf Sinnenlust aus ist, sondern überwiegend auf Herzensfrieden, erscheint in der Regel nach dem Fortfall des gegenwärtigen Leibes nicht mehr in der Sinnensuchtwelt, sondern erscheint je nach seiner Reife in dem einen oder anderen der beiden oberen die Sinnensuchtwelt übersteigenden Daseinsbereiche, der Welt der Reinen Form oder der Nichtformwelt, in welchen ebenfalls mehrere Daseinsbereiche sind, in denen aber keinerlei Sinnlichkeit erlebt wird, weder sinnliches Wohl noch sinnliches Wehe, sondern eben nur die

möglichen unterschiedlichen Grade des Herzensfriedens, deren unterste Grade etwa eine jubelnde, überweltliche Seligkeit sind und deren höchste Grade in einem stillen, tiefen, unberührbaren Frieden liegen.

Der Geschmack des Herzensfriedens ist dem der Sinnenlust so gewaltig überlegen, dass neben ihm alle Sinnenlust schal und leer, ja schmerzhaft empfunden wird. Der Geschmack des Herzensfriedens ist ein unendlich überlegenes Wohl, und es wird auch subjektiv als unendlich überlegen empfunden. Darum ist für den, der diesen Geschmack nicht nur selten, sondern immer und immer wieder nach längerer Umgewöhnung seines Geschmacks gekostet hat, keinerlei Zug und Neigung mehr nach Sinnenlust vorhanden.

Wer aber vernommen und begriffen hat, dass dieser beseligende Wohlgeschmack des Herzensfriedens weder der höchste Wohlgeschmack ist noch eine dauernde, eine ewige Sicherheit bietet, sondern etwas durch Bedingungen Entstandenes, und mit der Wandlung der Bedingungen auch wiederum sich Wandelndes ist und dass es darüber hinaus noch den Wohlgeschmack der Erlösung gibt, der höher und reiner ist als der Wohlgeschmack des Herzensfriedens, weil er in keiner Weise vergehen kann, der gewinnt den Wohlgeschmack der Wahrheitfindung und damit die Wegweisung zu dem höchsten überhaupt möglichen Wohlgeschmack, dem Wohlgeschmack der Erlösung. Indem er diesen Weg geht, da erwirkt er sich mehr und mehr den Wohlgeschmack der Erlösung; und indem er den Wohlgeschmack der Erlösung mehr und mehr erwirbt, da spürt er mehr und mehr sich selbst als einen Erlösten, der hier in dieser Daseinsform schon vollkommen frei und unabhängig ist von allen Erscheinungen, von Formen, Gefühlen, Wahrnehmungen usw., und der dann, wenn die gegenwärtige Daseinsform beendet ist, in keiner Weise mehr von Formen, Gefühlen, Wahrnehmungen belästigt ist, der für immer den vollkommenen Frieden gewonnen hat.

Die allermeisten Menschen kennen den Geschmack des Herzensfriedens nicht - ganz zu schweigen von dem Ge-

schmack der Erlösung - fast alle Menschen sind natürlicherweise auf den Wohlgeschmack der Lust aus - diesen Geschmack mit all seinen entsetzlichen Schattenseiten haben sie von Kindesalter an erfahren, ihr Wohl ist vorwiegend ein sinnliches Wohl, ihr Wehe ist vorwiegend ein sinnliches Wehe. Und wer unter ihnen nun im Lauf der Zeit durch die Lehre des Erwachten oder durch andere Lehren oder durch die Triebe bedingte Lebenswege bei sich selbst auch bemerkt hat, dass die Sinnensucht ihn in alle Hemmungslosigkeit hineinzureißen droht, der hat nun eine gewaltige Abschreckung vor der Sinnensucht und ihren Gefahren in seinem Geist.

Aber er hat doch zugleich in seinem Herzen noch die Verlockung der Sinnensucht. Er weiß aus tausendfältiger Erfahrung, wie angenehm die Sinnenlust schmeckt, sei es durch sichtbare Formen oder durch Töne, Düfte, Geschmäcke oder Tastungen. Er hat auf diesen fünf Wegen immer wieder Wohl erfahren, und diese Erfahrung ist unmittelbar evident. Sobald sich bei ihm sinnliches Bedürfnis meldet, stehen die tausend angenehmen Erfahrungen verlockend vor seinen Augen und führen ihn fast mit Zwang die Wege, die zu ihrer Wiederholung führen. So reißt die Sinnensucht den Menschen immer wieder mit sich fort.

Der Mensch hat zwar ebenso oft oder noch viel öfter den Schmerz der Sinnensucht erfahren, die Nichtbefriedigung, den unerfüllten Hunger, den unerfüllten Durst und Drang nach diesen oder jenen Erlebnissen, er hat sich oft schon bei der Nichterfüllung dringender Wünsche in Sehnsucht oder in Neid oder in Zorn verzehrt; aber sobald er wieder von einer sinnlichen Sucht erfaßt wird, da erscheint die Verheißung der Erfüllung hinreißend vor seinen Augen, während er an die häufige Nichterfüllung und die damit verbundene Not und Trübsal fast nicht denkt oder sie im Augenblick ganz vergisst.

Und die allergrößte Gefahr der Sinnenlust, die darin liegt, dass er in immer mehr Bedürftigkeit und durch die Bedürf-

tigkeit in immer mehr Rücksichtslosigkeit, in immer mehr Übelwollen und Übeltat hineingerät mit ihren entsetzlichen Folgen in zukünftigen Daseinsformen - diese schlimmste Folge hat er meist in diesem Leben noch nicht an sich erfahren. Durch die Kenntnis der Religionen hat er sie lediglich in seinen Geist aufgenommen. Dort ist sie erst noch matt eingeschrieben, während die Bilder der erfahrenen Erfüllung und der durch die Erfüllung erlebten Sinnenlust leuchtend vor seinem Auge stehen.

Diesen Konflikt zwischen den höheren Einsichten und den niederen Erfahrungen kennt jeder strebende Mensch, und auch der Erwachte kannte ihn, denn er hatte ihn vor seiner Erwachung an sich selber erfahren:

*Auch ich, Mahānāmo, hatte schon vor der vollen Erwachung der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit erkannt: „Unbefriedigend sind die Sinnensüchte, voller Leiden, voller Qualen, das Elend überwiegt.“ Aber solange ich außerhalb der sinnlichen Befriedigung, außerhalb der unheilsamen Dinge keine geistige Beglückung oder Höheres fand, konnte ich nicht von mir sagen, dass ich von den Sinnensüchten losgekommen wäre („ ich tanzte immer noch um sie herum“ - wie K. E. Neumann übersetzt).(M 14)*

Dieses Wort des Erwachten enthält den entscheidenden Hinweis für uns, um von der Sinnensucht loszukommen. Der Bodhisattva, der auf die Erwachung Zugehende, hatte an sich erfahren, dass die Einsicht von der gewaltigen Gefahr der Sinnensucht ihn wohl zurückhielt, ihr hemmungslos zu folgen, aber dass die Einsicht allein es nicht vermochte, ihn endgültig von der Sinnensucht zu befreien, so dass er damit doch in der Gefahr blieb, der Sinnensucht immer wieder neu zu erliegen.

In dieser Situation befindet sich der Mensch wie ein Schwimmer in der Nähe eines Strudels; er ist ihm noch nicht endgültig verfallen, aber er spürt seinen Sog, und er muss all

seine Kraft anwenden, um von ihm nicht verschlungen zu werden.

Ganz anders ist dagegen die Situation desjenigen, der neben dem Wohlgeschmack der Lust auch schon ein höheres Wohl, geistige Beglückung oder noch Höheres, erlebt und erfahren hat, dieses also schon kennt. Für ihn besteht nicht der Sog des Strudels, sondern er wohnt wie am Ufer eines stillen, klaren Sees, in dem er baden kann, wie und wann er will, ohne durch irgendeinen Sog gefährdet zu sein. So ist die Situation dessen, der den Herzensfrieden kennt oder sogar den Geschmack der Erlösung. *Um höheren Wohles willen konnte ich gemeines Wohl entbehren*, sagt der Erwachte aus seiner eigenen Erfahrung. (M 75) Dieser Gedanke ist unmittelbar einleuchtend. Solange das Höhere und Schöneres noch fern von uns ist, halten wir uns an das Niedere, das wir fest in den Händen haben. „Der Spatz in der Hand gilt uns mehr als die Taube auf dem Dach.“

Aus dieser Erkenntnis ergibt sich die Wegweisung für das, was zu tun ist, um der entsetzlichen Gefahr der Sinnensucht zwar langsam und allmählich, aber doch endlich und endgültig entkommen zu können: Es geht nicht nur, nicht ausschließlich darum, die entsetzlichen Folgen der Sinnensucht zu betrachten, wobei diese Betrachtung immer wieder durchkreuzt wird von der Erfahrung „schmeckt aber gut“, sondern es gilt, den Blick vorwärts zu lenken auf höhere Freuden, auf höhere Befriedigung, auf edleres Wohl, dem keine Gefahren mehr anhaften. Es gilt, dieses Wohl kennen und lieben zu lernen, anzustreben bis man es erreicht.

Es ist wichtig, dass wir den entscheidenden Unterschied zwischen den beiden Haltungen, welche über die Sinnensucht hinausführen, verstehen und begreifen, weil diese Kenntnis uns große Hilfe bietet in unserem Kampf. Es ist ein Unterschied, ob man gebannt, fasziniert auf die von unserem Herzen so begehrten Sinnendinge schaut und dabei zugleich in seinem Geist sagt: „Diesen Dingen sich hinzugeben, ist aber sehr gefährlich, darum will ich es nicht“, oder ob man auf

höhere und köstliche Freuden schaut, von denen man oben drein weiß, dass sie in keiner Weise gefährlich und schädlich, sondern nur förderlich und nützlich sind. Es ist der Unterschied, ob man sich von den begehrten Sinnendingen durch Bedenken der entsetzlichen Folgen stark abschrecken lässt, ohne zunächst irgendetwas Besseres zu sehen, oder ob man sich erfreulichere, bessere, schönere Ziele vor Augen führt, welche nur gute Folgen mit sich bringen, und sich darum von diesen Zielen verlocken lässt; es ist der Unterschied wie zwischen Peitsche und Zuckerbrot als Erziehungsmittel oder entsprechend dem Gespräch des Erwachten mit Kesi, dem Rossebändiger, wie zwischen „Milde“ oder „Strenge“.

Die meisten Menschen brauchen beides. Die „Milde“, die Verlockung und Verheißung des Guten, ist eine ganz gewaltige Ergänzung und Hilfe, denn erst durch sie gewinnt der Mensch ein positives Ziel vor seinen Augen; erst durch die Aussicht auf wirkliches Wohl wird das Vermeiden des so brennend Begehrten, aber als gefährlich Durchschauten, möglich, wie der Erwachte aus eigener Erfahrung vor dem Erwachen sagt (M 14). Darum mahnte der Erwachte die Mönche immer wieder, den Herzensfrieden anzustreben, und zeigte ihnen den Weg zu dessen Erreichung, so auch in unserer Lehrrede (M 117):

Die sieben Stufen des achtgliedrigen Heilswegs  
als Voraussetzung für  
die heilende rechte Herzenseinigung

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene mit den Mönchen bei Sāvatti im Siegerwald, im Garten Anāthapindikos. Dort wandte sich der Erhabene an die Mönche: Ihr Mönche! – Ja, o Herr –, antworteten da jene Mönche dem Erhabenen aufmerksam. Der Erhabene sprach:*



*Heilende rechte Herzenseinigung will ich euch weisen, ihr Mönche, mit ihren Erfordernissen und ihren Früchten. Das höret und achtet wohl auf meine Rede.–*

*Ja, o Herr–, antworteten da jene Mönche dem Erhabenen aufmerksam.*

*Der Erhabene sprach: Was ist, ihr Mönche, die heilende rechte Herzenseinigung mit ihren Erfordernissen und ihren Früchten? Es ist:*

- 1. Rechte Anschauung*
- 2. Rechte Gesinnung*
- 3. Rechte Rede*
- 4. Rechtes Handeln*
- 5. Rechte Lebensführung*
- 6. Rechtes Mühen (die vier Kämpfe)*
- 7. Rechte Wahrheitsgegenwart.*

*Die Einigung des Herzens, die aus diesen sieben Gliedern als achttes hervorgeht, die nennt man, ihr Mönche, heilende rechte Herzenseinigung mit ihren Erfordernissen und Früchten.*

Wir haben diesen achtfältigen Weg schon öfter beschrieben, doch werden in dieser Rede die einzelnen Glieder differenzierter behandelt als anderswo.

#### Rechte Anschauung

*Da geht denn, ihr Mönche, rechte Anschauung voran. Wie aber geht, ihr Mönche, rechte Anschauung voran? Falsche Anschauung erkennt man als falsche Anschauung; rechte Anschauung erkennt man als rechte Anschauung: Das ist rechte Anschauung.*

*Was ist nun, ihr Mönche, falsche Anschauung?*

- 1) *Schenken, Almosengeben, Spenden ist kein heilsames Tun.*
- 2) *Es gibt keine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens.*
- 3) *Nicht gibt es außer dieser Welt auch eine jenseitige Welt.*
- 4) *Es gibt keine über- und untermenschlichen Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen.*
- 5) *Nicht gibt es in der Welt Asketen und Brahmanen, welche durch Läuterung und hohe geistige Übung diese und die jenseitige Welt in überweltlicher Schau erlebt und erfahren haben und darüber lehren: Das ist, ihr Mönche, falsche Anschauung.*

*Was ist nun, ihr Mönche, rechte Anschauung? Es gibt zwei verschiedene rechte Anschauungen, nämlich eine rechte Anschauung mit Wollensflüssen/Einflüssen (s'āsavā), die eine gute Ernte schafft, aber Ergriffenes wiedererscheinen lässt<sup>196</sup>, und es gibt, ihr Mönche, eine rechte Anschauung, die von Wollensflüssen/Einflüssen frei (an-āsavā), weltüberwindend ist, die nur auf dem Heilsweg gewonnen wird.*

*Wie ist nun, ihr Mönche, die rechte Anschauung mit Wollensflüssen/Einflüssen, die gute Ernte schafft, aber Ergriffenes wiedererscheinen lässt?*

1. *Schenken, Almosengeben, Spenden ist ein heilsames Tun.*
2. *Es gibt eine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens.*

---

<sup>196</sup> also eine rechte Anschauung, die noch an den fünf Zusammenhäufungen festhält und darum den Samsāra fortsetzt

3. *Es gibt nicht nur das Diesseits, sondern auch ein Jenseits.*
  4. *Es gibt über- und untermenschliche Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen.*
  5. *Es gibt in der Welt Asketen und Brahmanen, welche durch Läuterung und hohe geistige Übung diese und die jenseitige Welt in überweltlicher Schau erlebt und erfahren haben und darüber lehren.*
- Das ist, ihr Mönche, eine rechte Anschauung mit Wollensflüssen/Einflüssen, die gute Ernte schafft, aber Ergriffenes wiedererscheinen lässt.*

#### Die rechte Anschauung mit Wollensflüssen/Einflüssen

Die Eigenschaften eines Wesens, die sein gesamtes Tun und Lassen und damit seine Lebensbahn und sein Lebensgefühl bestimmen, entstehen letztlich einzig und allein aus der Anschauung des betreffenden Wesens, aus seiner Vorstellung davon, was für ihn gut und förderlich wäre oder schlecht, schädlich und schmerzlich. Ist diese Anschauung, die geistige Vorstellung eines Wesens von dem, was für es gut oder übel wäre, falsch, so wird das Wesen, weil es seiner Anschauung folgen muss, in Leiden und Elend geraten. Ist diese Anschauung aber richtig, d.h. entspricht seine Auffassung von den ins Hellere, Schönere, Größere führenden Verhaltensweisen auch der Wirklichkeit, dann gelangt es auch zu hellerem Dasein. Weil es sich so verhält, darum vergleicht der Erwachte die rechte Anschauung mit dem Samen einer süßen Frucht, die falsche Anschauung aber mit dem Samen einer bitteren Frucht. Kommt der Same der bitteren Frucht in die Erde und zum Gedeihen, so macht er alles, was er an Nährstoffen der Erde und an Feuchtigkeit an sich zieht, zu bitterer Frucht, während der andere Same, wenn er in die

Erde kommt, an derselben Stelle alles, was er an sich zieht, zu süßer Frucht macht (A I,28) Von so entscheidender Bedeutung ist für den Menschen die bewusste oder halbbewusste Ansicht über das, was ihn zu Wohl oder Wehe führt: sie ist der Lenker seines Denkens, Redens und Handelns und damit der Erlebnisse.

Der Erwachte nennt in unserer Lehrrede fünf Anschauungen, die den sinnlich bedürftigen, triebgelenkten, von Wollensflüssen gelenkten Menschen, dem sie eigen sind, innerhalb der Sinnensucht zu Wohl führen.

1. Schenken, Almosengeben, Spenden ist heilsames Tun.
2. Es gibt eine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens.

Das Geben ist der erste Schritt auf dem Weg der Leidensüberwindung. Warum? - Der im Wahn befangene Mensch sieht sein „Ich“ als das Ganze, als „sein Leben“, als „sein Dasein“ an, und darum unternimmt er zur Sicherung, zur Erhaltung und zum Wohl dieses „Ich“, dieses Ganzen, alles, was nach seiner Auffassung dafür dienlich ist. Das Ich ist ihm wie eine Festung, die dauernd gefährdet und darum verteidigt und gesichert und versorgt werden muss. Und damit zieht er an sich heran und ergreift, was ihm nur irgend dazu geeignet und erforderlich erscheint. Darum ist er auf Nehmen, auf Vermehren eingestellt und nicht auf Geben. Diese Einstellung ergibt sich zwangsläufig aus der üblichen Auffassung vom „Ich“.

Alle Weisen der Welt jedoch sagen übereinstimmend, dass gerade dieses An-sich-Reißen, Erraffen und Für-sich-haben-Wollen, das der Sicherung dienen soll, der Quell aller Unsicherheit und alles Leidens ist. Der in dieser Weise um Sicherung bemühte Mensch achtet nicht der Mitwesen, er hat den Blick hauptsächlich auf sich selbst, auf die eigene Interessensphäre gerichtet und verfolgt nur die vor Augen liegenden Objekte seines Begehrens, ohne zu erkennen, dass ihr Erlangen weitgehend vom Gewähren der Mitwesen abhängt.

Ein Mensch jedoch, der sein Ich nicht als eine Festung ansieht, die er vor anderen verteidigen und schützen muss, der den anderen zu sich hereinlässt, der ihn aufnimmt, ihm gewährt, was er ersehnt, in dem Maß seines Vermögens, der erfährt durch das Wohlwollen der Mitwesen eine Sicherung, die unvergleichlich größer ist als die Sicherung durch tote Objekte.

Und nicht nur den Gewinn an Freundschaft und Vertrauen in diesem Leben bringt die Zuwendung zum Nächsten mit sich: Unvergleichlich größer noch ist der Gewinn, den der Mensch durch die Gewöhnung an das Geben, an das Loslassen erfährt, indem er damit seine eigene Bedürftigkeit mindert und seine innere Art zur Großherzigkeit wandelt. Das ist ein Gewinn, der über dieses gegenwärtige Leben weit hinausreicht.

Wenn man sich mehr und mehr vor Augen führt, wenn man tiefer erkennt und erfährt, dass Loslassen immer nur ein Loslassen von Lasten, von Leiden, von Zerbrechlichkeiten ist und dass das Heile, das Unzerbrechliche vollkommen erst dann gewonnen ist, wenn man auch vom letzten Zerbrechlichen noch gelassen hat, dann gewinnt man das Loslassen lieb, dann fällt es immer leichter.

Die geistige Haltung ist wichtig: am Loslassen Freude haben, Freude haben an der Zufriedenheit, am Nichtbedürfen - das ist der Blick auf sich selber. Den Mitwesen geben, ihnen Freude machen, ihnen zu einer besseren Situation zu verhelfen - das ist der Blick auf den anderen. Beides zusammen ergänzt sich und hilft, die hellere Gesinnung und rechte Verhaltensweise zu gewinnen.

Der Erwachte berichtet von einem seiner früheren Leben, in dem er Überfluss hatte an Gold und Edelmetalle, dass er sich dem Genuss dieser Reichtümer nie hingegeben habe, sondern einfach gelebt und am Loslassen Freude gehabt habe. Er habe dann erlebt, was in der Welt als ein Wunder gilt, was in Wirklichkeit jedoch nur gesetzmäßige Folge solchen Verhaltens ist: dass er um so reicher wurde, je mehr er gab.

Die Fürsten, die Priester, die reichen Bürger: alle kamen und wollten ihm als dem König und Herrscher freiwillig Steuern bringen. Er aber antwortete ihnen, dass sie ihr Geld und Gut behalten sollten und von ihm noch dazu mitnehmen sollten, so viel sie wollten, denn er habe volle Schatzkammern.

Wenn einer am Geben und Loslassen Freude hat, dann bekommen auch die anderen - vor allem die nächste Umgebung - auf die Dauer Freude an solchem Tun. Diese Haltung breitet sich mehr und mehr aus, und die Folge davon ist, dass sich am Ende einer solchen Entwicklung Menschen gegenüber stehen, die gern geben, jedoch wenig bedürfen, so dass alle in Fülle leben. Wo aber jedes Wesen viel bedarf, wo jeder haben und keiner geben will, da entsteht auch bei größten Mengen Mangel und Not.

Versuchen wir, uns einen Menschen vorzustellen, der durch das Leben geht, ohne jemals einen Bittenden abzuweisen, der jederzeit offen ist, der jederzeit gibt: Ob ihm ein Tier begegnet oder ein Mensch, ob ihm der Mensch sehr lieb ist oder weniger lieb, ob er ihm bekannt oder fremd, sympathisch oder unsympathisch ist, ob es sich um äußere oder innere Dinge handelt, ganz ohne Unterschied - der einfach ein Mensch sein will, der nicht abweist, sondern in liebender Zuwendung hilft und gibt. Wie viel heller wird es durch solche Haltung allein schon in diesem Leben! Und wenn sie durch beständige Pflege, durch beharrliches Üben zu einer inneren Art geworden ist, um die man dann nicht mehr zu kämpfen braucht, dann ist das schon übermenschliche Art, ist göttlicher Duft und göttlicher Geschmack. Ein solcher Mensch muss aus dem Bereich der Feindschaft und Rivalität zwangsläufig herauskommen.

*Sei wahrhaft, diene nicht dem Zorn,  
gebeten gib und sei es wenig auch.*

*Durch diese drei Gewohnheiten  
erhebst du zu den Göttern dich. (Dh 224)*

Vier Gründe sind es, die den Menschen zum Geben veranlassen:

1. Durch Geben erfährt man Freude in diesem gegenwärtigen Leben.
2. Durch Geben wandelt man seine innere Art.
3. Die rechte Anschauung vom Wesen der Sinnensucht zwingt zum Loslassen der Sinnendinge, zum Geben.
4. Die Wandlung der inneren Art durch Geben führt zu übermenschlichen Daseinsformen.

Zu 1: Jeder Mensch möchte Glück und Freude erleben. Wer nichts anderes sucht als die aus der Befriedigung sinnlicher Bedürfnisse sich ergebenden Freuden, kommt zwangsläufig zu Gier und Rücksichtslosigkeit gegenüber den Mitwesen und erlebt von daher entsprechende Reaktionen. Er erlebt also letztlich keine Freuden, sondern Leiden. - Aber der Mensch freut sich im Allgemeinen auch über feinere und höhere Dinge als über die Sinnenlust. Zwar werden Freundschaft und Kameradschaft, echte Schicksalsgemeinschaft, wie sie in Notzeiten manchmal erfahren wird, wohl auch durch die Sinne erlebt - und doch geht es hier weit mehr um die begleitende geistige Freude am Verzicht auf Sinnenlust und an der Förderung des Nächsten.

Zu 2: Durch das Geben wandelt sich unsere innere Art. Wir wissen, dass aus der Freude am Nehmen auch die Sucht zu nehmen wächst, dass wir in unserem ganzen Wesen immer mehr zum Nehmen geneigt werden, dass dadurch auch die Umwelt mehr und mehr zum Nehmen kommt und die Menschen untereinander zu Rivalen und Konkurrenten werden, miteinander streiten, sich hassen, dass daraus Mord und Krieg entsteht. - Ganz anders verläuft dagegen die Entwicklung, wenn die Menschen ihre Freude suchen in Freundschaft, Liebe und Mitfreude, in der Freude über die Freude des Nächsten. Um dieser Freude willen nimmt man nicht, sondern gibt. Wenn jeder nehmen will, entsteht Mangel, Not, Neid und Hass; wenn jeder geben will, entsteht Fülle, Freude, Vertrauen und Frieden. Auch insofern ist es klüger, das

Geben und Helfen zu pflegen, statt die Bedürfnisse zu mehrer.

Zu 3: Der dritte Grund ist bereits oben beschrieben: es ist die Erkenntnis von der Grenzenlosigkeit der Sinnensucht, von ihrem lawinenartigen Anschwellen. Die rechte Erkenntnis dieses gefährlichen Wesens der Sinnensucht reißt den Menschen von der Sinnensucht zurück, „verleidet ihm den Gang in den Sumpf“, wie der Erwachte (M 19) sagt. Sie lässt ihn Freude empfinden beim Loslassen in der Gewissheit, dass er nur Gefährliches, Fesselndes und Leidbringendes lässt.

Zu 4: Wir erfahren in unserem jetzigen Leben schon, wie durch wohl bedachtes, aus freiem Entschluss und ohne Reue geübtes Geben sich der Umgang mit den Mitmenschen harmonisch und freundlich gestaltet. Ein Mensch, der Harmonie erfährt und klar bewusst auch sein gutes Verhalten als die Ursache für diese guten zwischenmenschlichen Beziehungen erkennt, fühlt sich glücklich und sicher. Ein solcher kann ohne Beklemmung seine vorhandenen Kräfte frei entfalten, „ihm fließt alles wie von selber zu“. Auch in seiner Art „sich zu geben“, ist er ungehemmt, frei und sicher und darum harmonisch und gelöst in seinen Bewegungen. Er erfährt Achtung und Anerkennung von seiner Umgebung; sie vertraut ihm und fühlt sich im Umgang mit ihm geborgen und gesichert. Von daher hat er Macht über sie, die er aber nicht ausnützt, sondern zum Besten der ihm Vertrauenden gebraucht und einsetzt.

Der christliche Mystiker *Ruisbroeck* beschreibt die guten Auswirkungen des Gebens auf den Geber selbst wie der Erwachte:

*Dem hilfsbereiten Menschen und seinem Mitleiden wird die geistige und leibliche Not aller Menschen sichtbar. Er dient, er schenkt, er leiht, er gibt Trost jeglichem nach Bedürfnis und so viel er es vermag mit weislicher Überlegung.*

*Durch solche Hilfsbereitschaft übt man die Werke der Barmherzigkeit: der Reiche mittels Unterstützungen und mit seinem Vermögen; der Arme mit seinem guten Willen und*



*dem ehrlichen Wunsche, mehr zu helfen, wenn er nur könnte. So wird die Tugend der Hilfsbereitschaft erfüllt.*

*Durch die aus tiefstem Herzen entstandene Hilfsbereitschaft werden alle anderen Tugenden gesteigert und all die anderen Kräfte der Seele verschönt, denn der hilfsbereite Mensch ist allezeit freudigen Geistes und unbesorgten Herzens und überfließend von der Begierde, mit tugendhaftem Beistand sich an alle Menschen hinzugeben.*

*Denn wer hilfsbereit ist und nicht an irdischen Dingen hängt, der ist, wie niedrig er immer gestellt sei, gottähnlich; sintemalen sein ganzes Innere und sein Gefühl ein Ausgießen und Geben ist. Damit vertreibt er die vierte Todsünde: Geiz und Gier.*

3. Es gibt nicht nur das Diesseits, sondern auch ein Jenseits. Es gibt durch unmittelbares Erscheinen geborene Wesen.

In der Menschenwelt gibt es Geburt durch Hinzutreten eines Jenseitigen bei dem körperlichen Zusammenkommen von Vater und Mutter, Entwicklung im Mutterleib und allmähliches Heranwachsen zu körperlicher, charakterlicher und geistiger Reife, unterstützt und gefördert durch die Eltern.

Zum Erscheinen in der jenseitigen Welt - und die meisten Wesen erscheinen nach dem Tode zunächst dort - bedürfen die Wesen keiner Paarung, keines nur langsam wachsenden grobstofflichen Körpers, keiner Fürsorge seitens der Eltern. Sie sind dort sogleich als voll entwickelte Wesen mit ihrem ganzen Wollen, Fühlen und Denken wie in der Menschenwelt und mit einem feinstofflichen Körper von geringer Dichte.

Im Pälikanon ist ein Bericht enthalten von dem Gespräch eines solchen jenseitigen übermenschlichen Wesens (das wir Geistwesen oder Gottheit oder Engel nennen mögen) mit dem Erwachten. Dieser Bericht (S 2,23) zeigt anschaulich, welche segensreichen Folgen das Geben auch für das nächste Leben hat:

*Zu einer Zeit weilte der Erhabene in Sāvatti im Siegerwald im Garten Anāthapindikos. Da nun zu vorgerückter Nachtzeit begab sich eine Gottheit von schöner Gestalt, den ganzen Siegerwald erhellend, zum Erhabenen. Dort angelangt, begrüßte sie den Erhabenen ehrfurchtsvoll und stellte sich seitwärts. Seitwärts stehend, sprach jene Gottheit zum Erhabenen folgende Verse:*

*An Nahrung-Nehmen freuen sich die Götter  
wie die Menschen auch.*

*Doch welches Wesen kann da wohl  
durch Nahrung-Geben sich erfreuen?*

*Der Erhabene:*

*Die geben, von Vertrau'n erfüllt,  
friedvoll, beruhigten Gemüts,  
den'n gibt ihr' Gabe das Geleit  
in dieser wie in jener Welt.*

*So tue man denn ab den Geiz,  
man gebe, meisternd schmutz'gen Sinn,  
denn gute Werke sind ein Schutz  
dem Menschen in der andren Welt.*

*Erstaunlich, o Herr! Wunderbar ist es, wie wohlgesprochen,  
o Herr, das vom Erhabenen ist. Vor Zeiten einmal, o Herr,  
war ich ein König namens Seri, ein Geber, ein Gabenherr,  
ein Lobpreiser des Gebens. Von mir wurde an den vier Toren  
Gabe verteilt an Asketen und Brahmanen, an Arme, an Pilger  
und Bettler aller Art.*

*Da nun kamen meine Frauen zu mir und sprachen: Vom  
König wird Gabe gegeben, von uns wird keine Gabe gege-  
ben. Heilsam wäre es, wenn wir mit Hilfe des Königs Gabe  
geben, Verdienste erwerben würden. –*

*Da dachte ich: Ich bin ein Geber, ein Gabenherr, ein  
Lobpreiser des Gebens; was sollte ich wohl denen sagen, die  
da sprechen: „Wir wollen Gabe geben!“? Und ich gab das*

*erste Tor für meine Frauen; dort wurde die Gabe des Frauenhauses gegeben und nicht meine eigene Gabe.*

*Da nun kamen die Adligen meines Gefolges zu mir und sprachen: Vom König wird Gabe gegeben, vom Frauenhaus wird Gabe gegeben, von uns wird keine Gabe gegeben. Heilsam wäre es, wenn wir mit Hilfe des Königs Gabe geben, Verdienste erwerben könnten. –*

*Und ich gab das zweite Tor für die Adligen meines Gefolges. Dort wurde die Gabe der Adligen meines Gefolges gegeben und nicht meine eigene Gabe.*

*Dann kamen Vertreter des Heerbanns zu mir und danach die brahmanischen Hausväter, und ich gab das dritte Tor für die Vertreter des Heerbanns und das vierte für die brahmanischen Hausväter. Dort wurde also nun die Gabe der Vertreter des Heerbanns und der brahmanischen Hausväter gegeben und nicht meine eigene Gabe.*

*Da nun kamen die Leute zu mir und sprachen: „Jetzt wird ja vom König keine Gabe gegeben.“*

*Auf diese Worte sprach ich zu diesen Leuten:*

*„So lasst denn von dem, was in den Außenprovinzen an Abgaben eingeht, die Hälfte dem Palast zugehen, und die andere Hälfte gebt an Ort und Stelle als Gabe an Asketen und Brahmanen, an Arme, an Pilger und Bettler aller Art.“*

*So kam ich lange Zeit zu keinem Ende des verdienstvollen, heilsamen Wirkens. So groß wie das heilsame Wirken ist, so groß ist die Ernte daraus, das heißt, so lange kann ich in den Himmelswelten bleiben.*

*Erstaunlich, o Herr, wunderbar ist es, wie wohlgesprochen das vom Erhabenen ist:*

*Die geben, von Vertrau'n erfüllt,  
friedvoll, beruhigten Gemüts,  
den'n gibt ihr' Gabe das Geleit  
in dieser wie in jener Welt.*

*So tue man denn ab den Geiz,  
man gebe, meisternd schmutz'gen Sinn,*

*denn gute Werke sind ein Schutz  
dem Menschen in der andren Welt.*

Wir sehen aus diesem Bericht des „gestorbenen“ Königs, der nun als feinstoffliches Wesen in feinstofflicher Welt sich erinnert an das als Mensch geübte Geben, dass er deutlich die guten Folgen dieses Gebens sieht und dass er darum festhält am Geben. Wie sehr er auch in seinem ganzen Wesen Freude hat am Geben, zeigt seine spontane Zustimmung zu den Worten des Erwachten. Er ist ja einer, der da voll *Vertrauen* gegeben hat, *friedvoll beruhigten Gemütes* in dem Wissen, dass er Gutes tat, wie es auch der Dhammapada-Vers 118 ausdrückt:

*Wenn Treffliches der Mensch getan hat,  
so tue er es immer wieder  
und denke stets daran mit Sehnsucht:  
denn glücklich macht die Tugendfülle.*

Ein solcherart im Geben Gefestigter erfährt eine innere Beruhigung und immer wieder neues Glück und kann in dieser guten Gemütsverfassung viel leichter als ein anderer von sinnlichen Freuden lassen.

Das Geben dieses Königs ist schon fast der Anfang zu allliebendem Strahlen. Ohne einen Unterschied zu machen, gewährt er allen Bittenden und Bedürftigen, was sie brauchen, ja, er verschenkt selbst die Möglichkeiten zum Gabengeben: die vier Tore seiner Stadt.

Viele indische Erzählungen berichten von solchem selbstlosen Geben im Hinblick auf die Mitwesen. In allen buddhistischen Aussagen fällt immer wieder auf, wie selbstverständlich dem damaligen Menschen der Gedanke der Wiedergeburt war, wie sie ebenso sicher mit der neuen Daseinsform rechneten, wie wir gewiss sind, dass dem heutigen Tag ein morgiger folgen wird. In diesem Bewusstsein des unendlichen Daseinskreislaufs der Wesen konnten sie gar nicht den

augenblicklichen Besitz als etwas Beständiges, als etwas eigenes ansehen, auch nicht als eine verlässliche Quelle des Glücks. In dem Wissen, dass nur ihre innere Art und ihre Taten weiterbestehen, sahen sie in der Wandlung dieser inneren Art und in guten Taten ihren größten Schatz:

*Den lang entbehrten teuren Mann,  
der heil aus fernen Landen kommt,  
begrüßet bei der Wiederkehr  
all seiner Lieben traute Schar.*

*So wahrlich auch empfangen ihn,  
der Gutes tat, im neuen Sein  
die guten Taten insgesamt  
wie Freunde einen lieben Freund. “(Dh 219/20)*

*Wer einen Schatz gerettet hat  
aus einem brennenden Gemach,  
hat nur von diesem Schatze Nutzen  
und nicht von dem, der drinnen brennt.*

*Gerade so wird diese Welt  
verzehrt vom Alter und vom Tod.  
Durch Geben kann man Schätze retten,  
das Geben bester Retter ist. (A III,53)*

Ebenso gibt es dunkle feinstoffliche Wesen, die sich durch unmittelbares Erscheinen im Jenseits vorfinden in dunkler, trüber bis qualvoller Umgebung und die Ernte ihres egoistischen, die Mitwesen schädigenden Wirkens erfahren.

4. Es gibt in der Welt Asketen und Brahmanen, die diese und die jenseitige Welt in überweltlicher Schau erlebt und erfahren haben und darüber lehren.

Der Erwachte schildert immer wieder in seinen Lehrreden Asketen, die von seiner Aufzeigung der Wahrheit nichts

wussten oder keinen Zugang zu ihr hatten und die auf der Suche nach höheren Erfahrungen in der Abgeschiedenheit Herzenseinigung und überweltliche Erlebnisse gewannen, aber oft falsche Schlüsse daraus zogen. Sie berichteten von ihren Erfahrungen und wurden von ihren Anhängern, die aufgeschlossen für außersinnliche Erfahrungen waren, entsprechend geachtet. Einige Beispiele:

*Da hat ein Mönch oder ein brahmisch Lebender durch heißes Mühen, große Anstrengung, durch Hingabe, durch Ernsthaftigkeit, durch Aufmerksamkeit eine solche Einigung des Gemüts errungen, dass er geeinten Herzens mit dem feinstofflichen Auge, dem gereinigten, über menschliche Grenzen hinausreichenden, sich an manche frühere Daseinsform erinnert und sich sagt: „Lange vergangene Zeiten kenne ich. Die Welt hat sich zusammengeballt und auch wieder ausgebreitet...“*

Es handelt sich hier um einen Menschen, der durch weit fortgeschrittene innere Läuterung die Fähigkeit erworben hat, sich vieler vergangener Daseinsformen zu erinnern, der also über die gegenwärtige sinnliche Wahrnehmung hinausgeschritten ist und in dieser Verfassung nun sieht und sich erinnert, wie er im vorigen Leben und in dem Leben davor und so weiter über viele Leben hinweg Freud und Leid erlitten hat. Er erinnert sich, wie er starb und wie er danach weiterwanderte in die nächste Daseinsform und so fort. Der sagt sich nun:

*Und damit kenne ich auch, was künftig noch kommen wird: die Welt wird sich entweder zusammenballen oder ausbreiten. Ewig ist das Selbst und ewig ist die Welt. Die Wesen aber rieseln dahin, fließen um und um, fallen und steigen; es ist ewige Wiederkehr des Gleichen. (D 28)*

Er hat kein ewiges Selbst gesehen, er vermutet nur, dass diesem wandelbaren Strom ein ewiges Selbst zugrunde liege, und diese Ansicht hat er sich zu eigen gemacht, von Wollens-

flüssen/Einflüssen beeinflusst, und diese Anschauung gibt er nun weiter an seine Anhänger.

Ein anderes Beispiel aus M 136:

*Da hat ein Asket oder Brahmane durch heißes Mühen, große Anstrengung, durch Hingabe, durch Ernsthaftigkeit, durch höchste Aufmerksamkeit eine solche Einigung des Gemüts errungen, dass er geeinten Herzens mit dem feinstofflichen Auge, dem gereinigten, über menschliche Grenzen hinausreichenden, einen Menschen sieht, der da Lebewesen getötet hat, Nichtgegebenes genommen hat, unrechten Geschlechtsverkehr gepflegt hat, verleumderisch geredet hat, hintertragen hat, verletzende Worte gesprochen hat, geschwätzt hat, voll Habgier, Abneigung bis Hass war und falsche Anschauung gehegt hat, wie er bei Versagen des Körpers nach dem Tod aufwärts gelangt ist, auf gute Bahn, in himmlische Welt. Der sagt sich nun: „Es gibt in der Tat kein übles Wirken, nicht gibt es eine Ernte des üblen Wirkens. Wer da in der Tat übel gewandelt ist, ein jeder solcher gelangt bei Versagen des Körpers nach dem Tod in himmlische Welt.“*

Er hat nur einen Fall gesehen und sagt trotzdem: *Ein jeder, der übel gewandelt ist, gelangt nach dem Tod in übermenschliche Welt.* Diese Schlussfolgerung ist falsch, denn die Ernte des Wirkens wirkt sich nicht immer im darauf folgenden Leben aus, wie der Erwachte in M 136 ausführt. Da der Seher nicht von Wollensflüssen/Einflüssen frei ist, kommt er zu falschen Anschauungen, die ihn und seine ihn wegen seiner Erfahrungen verehrenden, von Wollensflüssen/Einflüssen beeinflussten Schüler auf einen falschen Weg bringen.

Ferner berichtet der Erwachte (D 1) 500 vor Chr., dass ein Wesen, aus dem Brahma-Bereich entschwunden, als Mensch wiedergeboren wird, in die Hauslosigkeit geht und sich geeinten Herzens seiner früheren Daseinsform als Sohn Brah-

mas, des Schöpfergottes, erinnert, sich darüber hinaus aber nicht erinnert. Der sagt sich nun:

*Er, der liebe Brahma, ist der große Brahma, der Übermächtige, der Unüberwältigte, der Allsehende, der Selbstgewaltige, der Herr, der Schöpfer, der Erschaffer, der Höchste, der Erzeuger, der Erhalter, der Vater von allem, was da war und sein wird, von dem wir erschaffen sind. Er ist unvergänglich, beständig, ewig gleich wird er immer so bleiben, während wir, die wir von ihm, dem lieben Brahma, erschaffen wurden, vergänglich sind, unbeständig, kurzlebig, sterben müssen, hier wieder erschienen sind.*

Durch eine solche – zu kurz zurückreichende Rückerinnerung, die nicht die Vergänglichkeit auch von Brahma und Brahmawelten überblickt, ist die Schöpfergottlehre entstanden.

Von den hier genannten vier Anschauungen – *Geben ist heilsam – es gibt eine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens – es gibt nicht nur das Diesseits, sondern auch ein Jenseits – es gibt durch unmittelbares Erscheinen geborene Wesen – es gibt Asketen, die Überweltliches erleben* – sagt der Erwachte, dass sie *von Wollensflüssen / Einflüssen, die gute Ernte schaffen, aber Ergriffenes wiedererscheinen lassen, beeinflusst* sind, von Neigungen, von Trieben, von gefühlsgefärbten Wahrnehmungen beeinflusst sind und sich darum vom Samsāra nicht lösen können. Was ist unter diesen Wollensflüssen/Einflüssen (*āsavā*) zu verstehen?

Wollensflüsse /Einflüsse (*āsavā*)

*Āsavā* bedeutet wörtlich „drängendes Fließen“. Diesen Begriff gebraucht der Erwachte für das drängende Wollen in allen Lebewesen einerseits (Fließen/Drängen nach außen) und für die den Lebewesen wiederum andrängenden Wahr-



nehmungen (Einflüsse). Aus diesen beiden Flüssen (*āsavā*) besteht das, was wir unser „Leben“ nennen: Wollen und Wahrnehmen.

Je nach der Stärke der Triebe, des Wollens, sind die Gefühle und Wahrnehmungen. Diese drängen sich auf, dringen ein, fließen ein, beeinflussen. Weil es das Wollen, den Spannungskörper, das Spannungsfeld der Tendenzen, gibt, darum sind die herankommenden Wahrnehmungen Einflüsse.

Der normale unbelehrte Mensch ist ununterbrochen verletzbar durch seine Empfindlichkeit, die daher kommt, dass er dieses und jenes mag und anderes nicht mag. Und diese Empfindlichkeit wird oft noch zusätzlich als Sensibilität positiv bewertet. Das Mögen und Nichtmögen wird nicht von der Vernunft bestimmt, sondern von den Trieben, den inneren Neigungen, Geschmacksrichtungen, die sich der Mensch angewöhnt hat und die er als sein „Ich“ auffasst: „Ich möchte dies und jenes nicht. Ich habe Geschmack für bestimmte Formen und Farben, für bestimmte Töne, Düfte, Geschmäcke, Tastungen, Denkinhalte, aber erst recht habe ich Geschmack, d.h. Sympathie oder Antipathie in Bezug auf diese und jene Menschen.“ Diese Geschmäcke, die der Mensch als „Ich“ empfindet, machen seine Verletzbarkeit aus. Er bedarf dieser und jener Dinge, die just so und so sein müssen; wenn sie anders sind, behagen sie „ihm“ nicht, tun weh. Wegen dieser Empfindlichkeit sind alle Berührungen - das, was mit den Sinnesdrängen erlebt oder geistig vorgestellt und bedacht wird - für den normalen Menschen Berührungen, die „ihn“ treffen, die Empfindlichkeit, Bedürftigkeit treffen, beeinflussen, ihr entsprechen oder widersprechen und darum Wohl- oder Wehgefühl auslösen und Denken, Reden, Handeln erzwingen. So ermöglichen die Triebe als Wollensflüsse erst die Einflüsse.

Der unbelehrte Mensch sieht „sich“ („sein“ Wollen, Fühlen und Denken) „in der Welt“ der Formen, Töne, Düfte, Säfte, Tastungen. Wenn wir die Welt als einen Kreis auffassen, so bildet das, was als Ich empfunden wird, den Mittel-

punkt. Um den Mittelpunkt „Ich“ herum, innerhalb jenes Kreises, der die „Welt“ ausmacht, ist noch eine unregelmäßige kleinere Fläche zu denken, welche das Mein und die Interessensphäre des Menschen bedeutet. Dazu zählt der Mensch z.B. seine liebsten Mitmenschen, seine Verwandten, seine Besitztümer, sein Hab und Gut, seinen Lebens-, Berufs- und Familienbereich. Von all diesen sagt er zwar nicht wie etwa von seinem Ich: „Das bin i c h“, sondern sagt von ihnen mit mehr oder weniger Betonung: „Das gehört m i r.“ Wenn irgendwo in der großen äußeren Welt etwas „verletzt“ wird, so interessiert das den Menschen mehr oder weniger, aber besorgt oder geängstigt wird er nur so weit, als dadurch etwa er selber oder sein Eigentum oder seine Interessensphäre gefährdet, geschädigt oder verkürzt werden könnte: in dem Fall wird er aufmerksam, wird besorgt, greift ein, wehrt ab. Und je mehr diese Schädigung das Ich und das Mein betrifft, um so rascher und besorgter ist er auf dem Plan zu verteidigen. Die meisten Menschen fassen in erster Linie ihren Leib mit den Sinnesorganen als ihr Ich auf und sind darum für seine Erhaltung in allererster Linie besorgt. Natürlich interessiert sich der Mensch auch für die Beschaffenheit seines Charakters, seiner Gesinnung, der Triebe und auch des Geistes, des Intellekts, für dessen Fassungsvermögen und die geistigen Inhalte. Es gibt auch Menschen, die sich dafür mehr interessieren als für ihren Leib.

Auf jeden Fall zeigt sich aber eine abgestufte Auffassung des Ich und ein abgestuftes Interesse für das Ich. Von denjenigen Elementen, die als Kern des Ich aufgefasst werden, bis zu denen, die zum „Besitz“ oder zur Interessensphäre gezählt werden, nimmt das Interesse graduell ab, beginnend mit den am stärksten geliebten Dingen bis zu den fernerliegenden.

Dieses graduell abgestufte Interesse gibt zugleich ein Bild von der graduell abgestuften Beeinflussbarkeit und damit Verletzbarkeit des Menschen. Je mehr Elemente der Mensch als unmittelbar zum Ich gehörig auffasst, um so stärker auch ist er unmittelbar verletzbar und hält sich gar für vernichtbar.

Je mehr Elemente der Mensch als zu seinem Besitz und zu seiner Interessensphäre gehörig auffasst, um so mehr auch ist er mittelbar verletzbar, beeinflussbar und irritierbar. - Je geringer die Interessensphäre des Menschen ist und je weniger Elemente er zu seinem Ich zählt, um so weniger auch kann der Mensch durch die unvermeidlichen Wandlungen der vielfältigen Erscheinungen beeinflusst, betroffen und verletzt werden. Weil der Zusammenhang eben so ist, darum verheißßen die Großen der Menschheit dem Menschen immer wieder um so mehr Freiheit von Einflüssen, d.h. Unverletzbarkeit, Heil und Seligkeit, je weniger er an dem hängt, was er als Ich oder „seinem Eigen“ zugehörig auffasst oder empfindet, je weniger Wollensflüsse er hat.

Solange sich der Mensch mit dem Körper identifiziert und deshalb aus den Augen dieses Leibes in die Welt lugt, aus den Ohren dieses Leibes in die Welt lauscht, kurz, mittels „seines“ Leibes zur Wahrnehmung der Umwelt kommt, so lange muss der Mensch das Wahrgenommene als die fremde Welt, als das „Außen“ auffassen, und zugleich muss er das unbewusste Mittel der Wahrnehmung, nämlich diesen Leib mit seinen Augen und Ohren als den Wahrnehmer, als das Ich, als das „Innen“ auffassen. Von daher kommt es, dass der normale Mensch sowohl den Leib, der das unentbehrliche Werkzeug der sinnlichen Wahrnehmung ist, als „Ich“ auffasst, als auch die „Herz“ oder „Charakter“ genannte Ansammlung der Triebe, welche auf alle Wahrnehmung mit unterschiedlichen Gefühlen reagieren, als auch endlich den Geist als den Speicher, in dem die Wahrnehmung verzeichnet und nach den Erfahrungsprogrammen ausgewertet wird. Er sieht „sich“ „in der Welt“ und ist durch das, was er als sein „Ich“ und „Mein“ auffasst, verletzbar, beeinflussbar.

Diese Treffbarkeit und Beeinflussbarkeit durch die Triebe, die Wollensflüsse, die als Ich empfunden werden, wird durch die genannten heilsamen, aber im Samsāra festhalten den Anschauungen zwar verbessert, aber nicht aufgehoben. Der Gebende empfindet sich als ein gebendes Ich Bedürf-

fenden gegenüber (1). Der die Tugenden Einhaltende empfindet die Verpflichtung, dass „er“ in keiner Weise die Mitwesen schädigen dürfe (2). Der Belehrte denkt bei gutem Wirken an die Möglichkeit guter Ernte im Diesseits und im Jenseits, die sein Ich erfahren wird (3 und 4). Der überweltliche Erlebende Erfahrende festigt die Wollensflüsse nach Seinwollen („Ich will so sein“), nach Wahn („Ich habe dies erlebt, also verhält es sich so“), und der die überweltlichen Erfahrungen der Asketen Bewundernde hängt an außersinnlichen Wahrnehmungen, bedenkt nicht auch ihre Unbeständigkeit.

Die Anschauung, die von Wollensflüssen/Einflüssen  
frei, unbeeinflusst ist

Der verstehende und klarblickende Heilsgänger dagegen, der durch die Lehre des Erwachten aufgeklärt ist, hat sich durch seine auf den Grund gehenden Betrachtungen zeitweilig abgelöst von Wollensflüssen, von der Identifikation mit dem Körper, den Gefühlen und Wahrnehmungen. Er ist durch die dadurch erfahrene zeitweilige Unbeeinflussbarkeit, Unverletzbarkeit im Besitz der von Wollensflüssen freien rechten Anschauung, wie der Erwachte sagt (S 12,15):

*Wenn man da aber nicht herantritt, nicht sich aneignet, nicht ergreift und „hier ist gar kein Ich, Leiden ist alles, was immer entsteht, Leiden ist alles, was immer vergeht“ - in diesem Wissen nicht mehr zweifelt, nicht mehr bangt im Besitz des von allen Meinungen unabhängig machenden Klarwissens - das ist, Mönch, richtige, heilende Anschauung, frei von Wollensflüssen/Einflüssen.*

Die höchste Lehre des Erwachten lautet (M 56, 91 u.a.):  
*Wenn der Erwachte sah, dass der Hörer (durch die vier ersten Lehren) im Herzen geöffnet, gelöst, von den Hemmungen*

*befreit, erhoben, klaren Gemüts war, dann erst gab er die Darlegung jener Lehre, welche die Erwachten auszeichnet: die Heilswahrheit vom Leiden, die Heilswahrheit von der Leidensursache, die Heilswahrheit von der Leidensauflösung, die Heilswahrheit von dem zur Leidensauflösung führenden Weg.*

Die erste Wahrheit - die Heilswahrheit vom Leiden - zeigt, was alles nicht Heil, was Leiden ist, zeigt die Vergänglichkeit und darum Leidhaftigkeit von Formen - der zu sich gezählten, dem Körper samt den ihm innewohnenden Trieben, und der als außen erfahrenen -, von Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität und der programmierten Wohlerfassungssuche. - Die zweite Heilswahrheit von der Leidensursache besagt, dass einzig der Durst nach Erlebnissen dieses Leiden bedingt und in Gang hält. - Die dritte Heilswahrheit von der Leidensauflösung kommt aus der Erfahrung des Erwachten, dass durch dieses Durstes Auflösung das Heil gewonnen wird, in welchem als höchstem Wohl alles Leiden beendet ist. - Die vierte Heilswahrheit von der zur Leidensauflösung führenden Vorgehensweise zeigt den Weg, wie und in welcher Schrittfolge man zur Aufhebung des leidenschaffenden Durstes kommt, nämlich auf dem achtgliedrigen Heilsweg, der in die rechte Herzenseinigung mündet, die das Thema unserer Lehrrede bildet.

Zum endgültigen Freiwerden von allen Trieben, allen Wollensflüssen leitet diese Hauptlehre des Erwachten hin, zum Heil. „Objektiv“ zeigt sie das Leiden, aber auch das leidfreie und darum wahre, von keinen Bedingungen abhängige Wohl, das unzerstörbare, das allein sich anzustreben lohnt, weil alles andere wieder vergeht.

Indem der Betrachtende auch nur augenblicksweise unbeeinflusst von Trieben, von Wollensflüssen, d.h. nicht geblendet durch Anziehung und Abstoßung, die gesetzmäßige Bedingtheit, Vergänglichkeit, Leidhaftigkeit der Erscheinungen erkennt, sie so klar und überzeugt sieht, dass er da *nicht mehr herantritt, nicht mehr ergreift* - da ist er für den Augenblick frei von jeder Ich-Identifikation. Der Glaube an ein Ich, der

Glaube an Persönlichkeit (erste Verstrickung) ist geschwunden.

Damit erfährt er, dass es die Möglichkeit gibt, von aller Gefährdung und aller Angst, die nur von der Annahme eines Ich, von der Empfindung eines Ich ausgehen kann, endgültig frei zu werden. Von dem zu dieser Entwicklung gelangten Menschen gibt der Erwachte das Bild des aus einer gefährlichen Gegend in die Nähe des heimatlichen Dorfes gelangten Menschen, der sich bald in der sicheren Heimat weiß (Aufhebung von Daseinsbann, zweite Verstrickung).

Die erste Verstrickung, die Identifizierung mit einem Ich, wird dort, wo die triebbedingte Blendung begriffen wird, durch wiederholte Betrachtung der Herkunft dieser Ich-Empfindung bewusst und gewollt nach und nach aufgebrochen, gemindert und abgelöst. Aber die Aufhebung der zweiten Verstrickung, der Daseinsbann, braucht nicht bewusst betrieben zu werden, sondern tritt als Frucht der fortschreitenden Minderung und Aufhebung der ersteren ein, ja, sie ist das sichtbare und spürbare Zeichen für die fortschreitende Auflösung des Glaubens an ein Ich, an eine Persönlichkeit.

Da der Verstehende, der im Besitz der von Wollensflüssen/Einflüssen unbeeinflussten rechten Anschauung ist, alle erlebten Szenen als selbstgewirkte Traumbilder seines Herzens weiß, darum ergreift er sie nicht mehr durch irgendeine Bewertung: beachtet sie überhaupt nicht in dem Wissen, dass es nicht zu beachtende Erscheinungen sind, die nur die Wollensflüsse/Einflüsse verstärken. Er erwartet sein wahres Wohl nicht mehr von den Erscheinungen, sondern nur von ihrem Aufhören.

Mit dieser Nichtbeachtung der Erscheinungen - weil er sie als Blendung und Wahn durchschaut - hebt er die positive geistige Bewertung seiner Bindung an die Begegnungsszenen auf (3. Verstrickung), allerdings noch nicht seine gefühlsmäßige Bindung an sie. Noch besteht ja die Wucht der Triebe, der Wollensflüsse, die ihn zu diesen und jenen Begegnungen hin-

ziehen; aber immer wieder übt er sich im von den Trieben unbeeinflussten Anblick, wie der Erwachte sagt:

*Wer den Luger - die Formen - die Luger-Erfahrung - die Luger-Berührung - was durch Lugerberührung bedingt an Gefühlen aufsteigt: Wohl, Wehe, weder Weh noch Wohl - der Wirklichkeit gemäß versteht und klar erkennt, der wird beim Luger - den Formen - der Luger-Erfahrung - der Luger-Berührung - bei dem, was durch Lugerberührung bedingt an Gefühlen aufsteigt: Wohl, Wehe, weder Wehe noch Wohl - nicht wohlbegierig. Weil er nicht wohlbegierig ist, nicht durch Anziehung und Abstoßung gefesselt, verblendet ist, das Elend sich vor Augen hält, mindern sich die fünf Zusammenhäufungen, und der Durst, der Weiterwerden schaffende, befriedigungssüchtige, bald hier, bald dort Befriedigung suchende, der schwindet dahin. Dem schwinden körperliche und seelische Spannungen, körperliche und seelische Qualen und Schmerzen, und körperliches und seelisches Wohl erfährt er an sich. (M 149)*

(Ebenso durchschaut er die anderen Sinnesdränge und was durch sie bedingt ist.)

Dadurch wird die Verletzbarkeit schon geringer. Die Gefühle werden stiller, und der Aktionsdrang im Denken, Reden und Handeln wird stiller. Er weiß: „Ich“ bin nicht „der Welt“ ausgeliefert, nur die Triebe lassen „Welt“ und „Ich“ erscheinen. Durch Änderung der Triebe ändert sich die Welt. Was sich als Ich-Empfinden aufdrängt, als „Ich“ gedeutet wird, das ist der „Schöpfer“, der im Wahn befangen, diesen Wahn geschaffen hat. Ich kann zunächst durch innere Erhellung immer mehr Elend herausnehmen und kann dann durch Auflösung der Triebe alles „entschöpfen“, Raum und Zeit auflösen, unverletzbar Unverletztheit gewinnen.

Es heißt (M 115), dass der Heilsgänger keine der fünf Zusammenhäufungen mehr in der Hoffnung angeht, dass sie echtes Wohl enthalten, d.h. er wird nicht mehr bei ruhiger Überle-

gung lüstern an angenehme Dinge denken oder Zorn oder Abgestoßensein in Bezug auf unangenehme Dinge nähren und weiterpflegen. Er hat sich in seinem Geist von der Welt abgelöst, rechnet nicht mehr mit ihr als der Quelle allen Wohls; endgültig ist das welke Blatt vom Baum abgefallen, kann nicht mehr ergrünen - so lautet ein anderes Gleichnis des Erwachten (M 105): „Er kann nicht mehr im Geist langfristig vom weltlichen Köder angezogen werden.“

Das ist die Anschauung, die zum Heil führt, von Neigungen jeder Art unbeeinflusst ist, weltüberwindend ist, die nur auf dem Heilsweg gewonnen wird: die Anschauung des in der Heilsanziehung Befindlichen, des in den Strom Eingetretenen, der, wie der Erwachte sagt, in spätestens sieben Leben den Heilsstand gewonnen haben wird, weil er den rechten Anblick nie mehr verlieren kann. So sagt der Erwachte (S 25,1-10):

*Wer die Unbeständigkeit und Ichlosigkeit aller fünf Zusammenhäufungen durchschaut, der gewinnt die höchste Heilsicherheit. Überwunden hat er den Zustand des normalen Menschen; er kann nicht mehr Abwärtsführendes wirken, und er kann nicht sterben, ohne die Frucht des Stromeintritts zu gewinnen.*

Er hat zwar noch Hin- und Abwendung in Bezug auf Wesen und Dinge, wird durch die Begegnung mit ihnen noch getroffen - aber die „Welt“ genannte Blendung wird von ihm bei klarer Besinnung nicht mehr „Welt“ genannt, sondern wird als Blendung erkannt. Er weiß: Mit der Abnahme von Anziehung und Abstoßung lichtet sich die Welterscheinung mehr und mehr, wird dünner und blasser.

Der vom Erwachten Belehrte steht dem Welterlebnis nicht mehr naiv gegenüber, sondern betrachtet die Erscheinungen auf Abstand (*abhijānāti*), läßt sich nicht mehr so leicht beeinflussen, gewöhnt sich die Durchschauung der Vorgänge an. Damit erwirbt er ein völlig anderes Verhältnis zur Welt. Obwohl die Einzelwahrnehmungen ihn wegen ihrer Gefühlsbe-



setzung noch immer mehr oder weniger blenden, übt er sich in dem Abstand-haltenden, durchschauenden Anblick. Er ist fähig zum unabgelenkten, kontinuierlichen, lückenlosen, unmittelbaren Betrachten des Entstehens und Vergehens der sich gegenseitig bedingenden fünf Zusammenhäufungen, zum unabgelenkten Betrachten des Körpers, der Gefühle, der Wahrnehmungen – des Wollens und Wahrnehmens.

Der so Beobachtende und im Beobachten die Vorgänge Erkennende und Durchschauende erkennt in der Lehre genau die Beschreibung der an sich selbst erkannten Vorgänge wieder und in den beobachteten Vorgängen die Lehre, denn da er den in den Lehrreden beschriebenen Bereich selbst erfahrend durchschreitet, so ist ihm die Lehre lebendig gewordene Anleitung zur Meisterung eines Vorgangskomplexes, den er ständig erlebt. Er hat das zweite Erwachungsglied „Wahrheitsdurchdringung“ gewonnen, Weisheit stärker ausgebildet, wie es in unserer Lehrrede heißt:

*Was aber ist, ihr Mönche, die rechte Anschauung, die, ohne Wollensflüsse/Einflüsse (an-āsavā) weltüberwindend ist, die nur auf dem Heilsweg gewonnen wird? Es ist die Weisheit, Weisheitsmacht, Weisheitsstärke, die bei einem Menschen erwächst, dessen Geist den Heilsstand erfahren hat, dem sich das Herz freudig anschließt, der auf dem Heilsweg ist und das Erwachungsglied „Ergründung der Wahrheit“ gewonnen hat. - Das ist die rechte Anschauung, die, ohne Wollensflüsse/Einflüsse (an-āsavā) weltüberwindend ist, die nur auf dem Heilsweg gewonnen wird.*

Diese Weisheitskraft wird in M 48 näher beschrieben:

*Das ist die Stärke des in der heilenden rechten Anschauung Befestigten, dass er bei der Darlegung der Lehre und Wegweisung des Vollendeten offenen Ohres die Wahrheit hört, indem*

*er aufmerksam ihren Sinn erfasst und sein ganzes Gemüt mit ihr ernährt. Und er erkennt: „Jene Stärke, die der in der heilenden rechten Anschauung Befestigte erworben hat, die habe auch ich mir erworben.“*

Die hier vom Nachfolger bei sich festgestellte Weisheitskraft äußert sich darin, dass er, wenn er von wahren Daseinszusammenhängen liest oder hört, diese Wahrheit ganz leicht aufnehmen und verstehen kann, dass er „offenen Ohres die Wahrheit hört, aufmerksam ihren Sinn erfasst und sein ganzes Gemüt mit ihr ernährt“, also liebend gern die Wahrheit hört, sie unmittelbar versteht und auf sich selber anwendet. Der Einsicht des Geistes hat sich das Herz freudig angeschlossen, es will aus dem Leiden heraus. Er ist von der auf das Heil hinzielenden Geistesrichtung durchsetzt, sie ist zum „Gefälle“ seines Wesens geworden. Der Erwachte vergleicht die Weisheitskraft (*paññā-bala*) mit einem Strom, der schon wegen seines Gefälles ganz von selber immer auf sein Ziel hindrängt.

Der Anfänger muss noch große Tatkraft (*virīya*) gegen seine Triebe und Gewöhnungen einsetzen, um sich auf die Wahrheit zu konzentrieren. - Und das muss er gerade darum, weil sein Geist noch voller falscher Vorstellungen und Denkgewöhnungen ist, aber im Laufe der fortschreitenden Übung neigt er immer mehr zum Anblick der Wahrheit, so dass es zum Umlenken von der Triebrichtung zur Heilsrichtung keiner besonderen Anstrengung mehr bedarf. Er ist mit dem Wahrheitsanblick so verwachsen, dass er von triebbeeinflussten Anblicken abgestoßen wird.

Sobald von wirklichkeitsgemäßigem Anblick und innerem Fortschritt die Rede ist, ist er daher mit ganzem Gemüt dabei, sein Herz und seine Ohren sind geistig offen, die Lehre und Wegweisung des Erwachten ist inzwischen seine Lieblingsnahrung geworden. Er weiß, dass er in der Lehre einen großen Schatz besitzt, den er immer mehr ans Licht zieht. Der Außenstehende meint, er brauche die Lehre nur ein paar Mal zu hören, um sie zu begreifen. Wer aber in die Heilsanziehung ein-

getreten ist, ist Dauerhörer des Erwachten. Alles was dieser sagt, ist für ihn von größter Wichtigkeit, da will er kein Wort und keinen Sinn versäumen, er ist ganz Hingabe und wache Aufmerksamkeit. Die Darlegungen der Wahrheit sind ihm „Speise für Herz und Gemüt“ (M 5), und er kann die verstandene Wahrheit gar nicht oft genug wiederholen; je mehr er sie aufnimmt, um so mehr wird sie ihm zu einem „süßen Bissen“ (M 18). In anderen Reden heißt es, dass sich ein solcher durch die Darlegung der Lehre oft wie *gebadet im inneren Bade* (M 7) empfindet, gereinigt und bestärkt im Verlangen nach Herzensreinheit, nach Aufhebung aller Wollensflüsse/Einflüsse.

Weiter ist es die Stärke des in der heilenden rechten Anschauung Befestigten, dass er bei der Darlegung der Lehre und Wegweisung des Vollendeten ein Empfinden für den Sinn, für die Wahrheit und mit der Wahrheit verbundene Freude gewinnt.

Wessen Weisheitskraft bereits so stark ist, dass er die Lehre mit aller Aufmerksamkeit liebend gern aufnimmt, der kommt zum Verständnis des Sinnes. Er hat die Wahrheit „offenen Ohres“ mit Hingabe aufgenommen, hat *den Sinn ergründet* (*attha-veda* - M 48 und 95). So empfindet er die Wahrheit des Gehörten leibhaftig bei sich selbst (*dhammaveda*), findet sie durch eigenes inneres Wachstum bestätigt, und diese Gewissheit gibt ihm große Freude (*dhamm'upasamhita pāmujja*). Er kann nun nicht mehr anders, als das immer gesuchte Wohl und Heil mit ganzer Konsequenz auf den endgültig begriffenen richtigen Wegen anzustreben. Er sieht die fünf Zusammenhäufungen in ihrer Totheit und Seelenlosigkeit, und von diesem Anblick fühlt er sich nicht befremdet, sondern im Gegenteil tief beruhigt, erfreut, geradezu vom Alpdruck befreit. Er erlebt zeitweise schon jene Unverletzbarkeit, die dem Nibbāna vollkommen eignet.

Der solcherart in die Heilsanziehung Geratene hat qualitativ nur noch wenig Leiden vor sich, und auch quantitativ ist das Leiden sehr beschränkt: er kann nur noch höchstens siebenmal wiedergeboren werden, nicht aber noch ein achttes

Dasein erleben (Sn 230), spätestens aus der siebenten Daseinsform wird er dann endgültig in das Ungewordene, Todlose, das Nirvāna, eingehen. So stark ist sein Anblick der Wirklichkeit, den er in höchstens sieben Leben immer mehr befestigt hatte.

Rechte Anschauung - rechtes Mühen -  
rechte Wahrheitsgegenwart/Selbstbeobachtung  
werden zum Erwerb aller Stufen des Achtpfads eingesetzt

In der Praxis geht es für einen solcherart Erkennenden immer wieder um das Gegenwärtighalten der rechten Anschauung. Er müht sich darum, falsche Anschauung auszuroden, wie es im Fortgang unserer Lehrrede heißt:

*Da ist er bemüht, falsche Anschauung aufzugeben, rechte Anschauung zu gewinnen. Das ist rechtes Mühen.*

*Mit beharrlicher Wahrheitsgegenwart/Selbstbeobachtung rodet er falsche Anschauung aus, gewinnt rechte Anschauung. Das ist rechte Wahrheitsgegenwart/Selbstbeobachtung.*

*So werden diese drei Dinge zum Erwerb der rechten Anschauung entwickelt und eingesetzt, nämlich: rechte Anschauung, rechtes Mühen, rechte Wahrheitsgegenwart/Selbstbeobachtung.*

Rechtes Mühen oder die Vier Kämpfe werden wie folgt beschrieben (z.B. in M 78, 141 u.a.):

*Da weckt der Mönch seinen Willen, dass er unaufgestiegene üble Dinge nicht aufsteigen lasse, er müht sich darum, er entwickelt Tatkraft, er erzieht das Herz, er kämpft.*

*Er weckt seinen Willen, dass er aufgestiegene üble, unheilsame Dinge vertreibe, er müht sich darum, er entwickelt Tatkraft, er erzieht das Herz, er kämpft.*

*Er weckt seinen Willen, dass er unaufgestiegene heilsame Dinge aufsteigen lasse - aufgestiegene heilsame Dinge sich festigen, nicht lockern, weiter entwickeln, entfalten lasse. Er müht sich darum, entwickelt Tatkraft, er erzieht das Herz, er kämpft.*

*Er weckt seinen Willen* - das bedeutet ja, dass er nicht einmal hier oder dort mehr oder weniger „bei Gelegenheit“ ein wenig darauf achtet, dass er nicht in übler, sondern in guter Weise denkt oder sich verhält, sondern dass er ganz bewusst und klar ins Auge fasst und in sich den Willen und die Absicht aufmacht, sich immer mehr zu der richtigen Denk- und Verhaltensweise umzubilden. Das kann er nur in dem Maß wollen, als er die „rechte Anschauung“ (1. Glied) hat, d.h. als er überzeugt ist davon, dass es für ihn nichts Günstigeres, Besseres, Hilfreicheres und Lohnenderes gibt, als sich vom Falschen zum Richtigen umzubilden.

Der Wille, mit dem alle Entwicklung beginnt, hängt also ab von der Klarheit der rechten Anschauung. Erst wenn in den Geist z.B. die Anschauung eingekehrt ist, dass mit dem Tod die Existenz nicht beendet ist und dass auch mit himmlischem Dasein das Leiden nur vorübergehend etwas verringert ist, aber sich so lange fortsetzt, wie die fünf Zusammenhäufungen weiterhin zusammengehäuft werden - erst nach dem Einbruch dieses Wissens in den Geist wird zwangsläufig der Wille gezeugt, diese fünf Zusammenhäufungen nicht weiter zusammenzuhäufen, um damit den endlosen Leiden zu entgehen.

Aber immer wieder setzen sich auch seine alten Ansichten, Neigungen und Gewohnheiten durch, und ehe er sich versieht, ist er in eingespielten falschen Vorstellungen und Handlungen; und immer wieder kommt erneut Skepsis auf, ob es denn auch wirklich so ist; und immer wieder wird er-

neut geprüft, und neue schlagende Beweise zeigen ihm, dass die Gesetzmäßigkeit der Existenz so ist, wie er in neutralen Zeiten gesehen hat. Die häufig gepflegten und darum gewohnten falschen Anschauungen sind ihm gegenwärtig, aber die rechte Anschauung muss er sich oft wie von weither holen, das bedeutet Mühe und Anstrengung. Überwindungen und Krafteinsatz sind nötig in dem Maß, wie das Herz noch nicht so geneigt ist. Indem der Übende eine Erwägung zur anderen fügt, wird die Richtung des Willens eindeutiger, und immer öfter gelingt es ihm, sich der bisherigen Auffassung und der Wucht der falschen Anschauung zu widersetzen.

Die rechte Selbstbeobachtung dabei erkennt z.B.: „Der Leidensanblick ist jetzt nicht genug gegenwärtig, da ist Korrektur nötig. Jetzt ist die Korrektur vollzogen oder muss noch weiter fortgesetzt werden.“ So wechseln Kampf und Kontrolle bei dem Erhalt der rechten Anschauung miteinander ab, wie es der Erwachte im Gleichnis vom Goldläutern (A III,102-103) beschreibt:

*So wie der Goldschmied das auf dem Feuer zusammengesmolzene Gold dann und wann auf dem Feuer aufsieden lässt (rechtes Mühen), dann und wann es ruhig in Augenschein nimmt, um Unzulänglichkeiten zu sehen (rechte Selbstbeobachtung, rechte Wahrheitsgegenwart), so sollte der Übende je nach seiner Verfassung rechtes Mühen und rechte Selbstbeobachtung/Wahrheitsgegenwart einsetzen, um das Leiden und den heilenden Anblick gegenwärtig zu halten.*

Rechte Gemütsverfassung  
mit Wollensflüssen/Einflüssen als solche erkennen

*Da geht denn, ihr Mönche, rechte Anschauung voran. Wie aber geht rechte Anschauung voran? Falsche Gemütsverfassung erkennt er als falsche Gemütsverfassung; rechte Gemütsverfassung erkennt er als rech-*

*te Gemütsverfassung: das gilt einem als rechte Anschauung. Was ist nun falsche Gemütsverfassung? Sinnenlust, Antipathie bis Hass, Rücksichtslosigkeit aus Nächstenblindheit: das ist, ihr Mönche, falsche Gemütsverfassung.*

*Was ist nun, ihr Mönche, rechte Gemütsverfassung? Rechte Gemütsverfassung sage ich da, Mönche, ist zweifacher Art. Es gibt, ihr Mönche, eine rechte Gemütsverfassung mit Wollensflüssen/Einflüssen (s'āsavā), die eine gute Ernte schafft, aber Ergriffenes wiedererscheinen lässt, und es gibt, ihr Mönche, eine rechte Gemütsverfassung, die, ohne Wollensflüsse/Einflüsse (an-āsavā) weltüberwindend ist, die nur auf dem Heilsweg gewonnen wird.*

*Was ist das nun, ihr Mönche, für eine rechte Gemütsverfassung mit Wollensflüssen/Einflüssen, die eine gute Ernte schafft, aber Ergriffenes wiedererscheinen lässt? Das ist Überwindung der Sinnenlust-Gemütsverfassung, Überwindung der Gemütsverfassung Antipathie bis Hass, Überwindung der Gemütsverfassung Rücksichtslosigkeit: das ist, ihr Mönche, eine rechte Gemütsverfassung mit Wollensflüssen/Einflüssen, die gute Ernte schafft, aber Ergriffenes wiedererscheinen lässt.*

Der Mensch erlebt sich als ein Wesen, das bei jedem Erlebnis, bei jeder Begegnung in irgendeiner Weise denkt und sinnt. Dieses Denken und Sinnen ist die innere Aktivität des Menschen auf seine Wahrnehmungen, und seine äußere Aktivität: Reden, Handeln und Lebensführung, folgt daraus. Doch können sich zwischen das unmittelbar auf eine Wahrnehmung folgende Denken noch manche anderen Gedanken einschalten. Wenn ein Mensch z.B. die Wahrnehmung einer „köstlichen Speise“ hat, also eine mit Wohlgefühl besetzte Wahrnehmung,

auf welche Gedanken der Sinnensucht folgen, dann setzt sofort sein weiteres Denken ein darüber, ob und wie er sie erlangen kann. Hat er sie im Schaufenster gesehen oder die Bezeichnung der Speise auf einer Speisekarte gelesen, so könnte er sie, wenn ihm die Mittel zur Verfügung stehen, leicht kaufen bzw. bestellen. Und damit begänne die äußere Aktivität. Aber es kann auch sein, dass gerade diese von ihm begehrte Speise seiner Gesundheit nicht bekommt, ja, für ihn höchst schädlich ist und dass ihm das bekannt ist. Dann meldet sich zwar wegen der sinnensüchtigen Wahrnehmung ein sinnensüchtiges Denken, aber mit diesem Gedanken melden sich in dem gleichen Geist die dort eingetragenen Einwendungen, das Verbot des Arztes, die Drohung großer Schmerzen oder Leiden oder Operationen oder der Lebensverkürzung usw. Diese oder andere Einsichten überdecken bald die Gedanken der Sinnensucht mit dunkleren Aussichten und bewirken eine andersartige äußere Aktivität, ein anderes Tun und Lassen, als die ersten Gedanken zunächst vermuten ließen.

Der Erwachte nennt sechs Arten von Gedanken, Gesinnungen, Gemütsverfassungen, und zwar je drei falsche und drei rechte:

1. Sinnensüchtigkeit
2. Antipathie bis Hass
3. Rücksichtslosigkeit
4. Sinnensuchtfreiheit
5. Liebe, Wohlwollen
6. Erbarmen, Schonung, Fürsorge, Hilfsbereitschaft.

Die drei falschen Gesinnungen kommen ausschließlich in dem untersten der drei Daseinsbereiche, der Sinnensuchtwelt, vor. Schon in dem mittleren Daseinsbereich der „formhaften Selbsterfahrung“ gibt es überhaupt keine Sinnensucht, ganz zu schweigen von Antipathie bis Hass und Rücksichtslosigkeit.

Unter der ersten falschen Gesinnung: Sinnensüchtigkeit wird verstanden, an Dinge der sinnlich wahrgenommenen Welt begehrlisch zu denken. Das sinnliche Begehren ist das



Verlangen nach Befriedigung der sechs Sinnesdränge. Die geliebten Formen, Töne usw., deren es für jeden Menschen ungezählte gibt, sind diejenigen, deren er mehr oder weniger dringend bedarf, um zufrieden, befriedigt und darum froh und guter Stimmung zu sein, und die er vermisst, wenn sie längere Zeit ausbleiben; er ist durch Bedürfnis an sie gebunden, ist erst mit ihnen beruhigt und ist ohne sie in Mangel, in Spannung, im Dürsten, Suchen und Lechzen.

Der moderne Mensch lebt heute in der Regel ganz ohne einen eigenen inneren Stützpunkt seiner Existenz, d.h. ohne ein in sich selbst erfahrenes inneres Wohl, er lebt fast ausschließlich von den äußeren, durch die Sinnesdränge wahrnehmbaren Dinge seiner Umgebung und bezieht sein Erleben fast nur aus Fremdem. Darum kennt er sich selbst auch nur als den Erleber von Umgebung, immer von Umgebung, an sich selbst hat er nichts Befriedigendes.

Der Erwachte sagt denen, die zu Höherem streben, ausdrücklich, dass man auf die Dauer nicht verzichten und entbehren kann, wenn man nicht zuvor Besseres gewonnen hat. Er berichtet aus seinem eigenen früheren Vorgehen, dass er sich so lange vergeblich bemüht habe, von der sinnlichen Bedürftigkeit abzukommen, solange er nicht ein anderes, ein höheres Wohl erworben hatte (M 75), geistige Beglückung (*piti*) oder ein noch stilleres Wohl (M 14). Alles ist vollkommen anders bei dem, der in sich selbst ein eigenes Licht, eine eigene Wärme, ein eigenes Leuchten entzündet hat, der in sich Helligkeit und Glück erfährt, das ihm niemand von außen nehmen kann, und das wird gewonnen durch Tugend, Liebe und Erbarmen.

Dort wo grobe und starke Sinnlichkeit herrscht, tritt meistens auch stärkere Antipathie bis Hass und stärkere Rücksichtslosigkeit in Erscheinung. Und alle Wesen, die von Antipathie bis Hass und Rücksichtslosigkeit bewegt sind, können so lange von der Sinnlichkeit ganz unmöglich abkommen, sondern sind gerade besonders stark auf sie angewiesen.

Fast alle Menschen ahnen und spüren zwar, dass Antipathie bis Hass und Rücksichtslosigkeit den Menschen in seinem Gemüt kalt und dunkel und geradezu frierend machen, aber die meisten Menschen wissen es nicht deutlich genug. Die Triebe des Hasses und der Rücksichtslosigkeit haben diese Kälte und Härte an sich, und darum wird das innere Lebensklima der von diesen Trieben bewegten Menschen dadurch bestimmt. Um für kurze Zeit die Dunkelheit ihres inneren Gefängnisses zu vergessen, bedürfen solche Menschen der gröberen sinnlichen Befriedigungen ebenso sehr wie jemand, der in dunkler, unterirdischer Höhle lebt, wenigstens dann und wann das kurze Licht eines aufflammenden Streichholzes braucht, um sich etwas wohler zu fühlen.

Wer aber die innere Art erworben hat, dass er wenig oder kaum noch von Anwandlungen von Antipathie bis Hass bewegt wird, dass er sich den Mitwesen gegenüber mit Verständnis aufschließt und ihm herzliches Wohlwollen (zweite gute Gesinnung) entgegenbringt, der ist in seinem Gemüt unvergleichlich heller, wärmer und heiterer geworden. Ein solcher ist wie aus dunkler Höhle in offene Landschaft, in helles Sonnenlicht gelangt, das alles Streichholzlicht überstrahlt. Dieser hat in sich selbst volles Genügen und Wohl und bisweilen einen feinen inneren Frieden, ist aus sich selber reich und hell.

Darum rät der Erwachte allen denen, die ihn um Wegweisung nach größerem Wohl fragen, Ablehnung und Hass aufzugeben und sich mitempfindend dem Du gegenüber aufzuschließen, ohne zu messen und ohne der Antipathie zu folgen - so aufzuschließen, wie man es ja auch von den Mitwesen für sich selber wünscht. Das ist die Entwicklung zur *mettā*“, der nichtmessenden Liebe zu allen Wesen. - Und der Erwachte rät, dass man Sorge, von der rohen, rücksichtslosen, nicht mitfühlenden, schonungslosen Art abzukommen (der dritten falschen Gesinnung) und sich zu sanfter, schonender Weise hinzubilden, zum Erbarmen (der dritten guten Gesinnung).

Der zweiten üblen Gesinnung, Antipathie bis Hass, entgegengesetzt ist also die zweite gute Gesinnung, die recht verstandene Liebe, also nicht etwa die „Sympathie“, die nur solchen zugewandt ist, die man mag, sondern eine Liebe, die keinen Unterschied macht, die in jedem Wesen das „Du“ erkennt, das ebenso Wohl ersehnt und glücklich sein möchte wie ich. Der Erwachte wählt als Beispiel die Mutterliebe. Eine rechte Mutterliebe ist unzerstörbar und richtet sich nicht nach den Eigenschaften des Kindes: wenn der Sohn oder die Tochter gut, lieb oder im Leben erfolgreich ist, dann ist ihre Liebe noch mit Freude verbunden; wenn Sohn oder Tochter dagegen schlecht oder ihr gegenüber hart ist oder in der Welt Schiffbruch erleidet, so bleibt ihre Liebe doch dieselbe, nur ist sie dann mit Trauer und Schmerzen verbunden. Die Mutter wird immer trachten, dem Sohn oder der Tochter zu helfen, und wird alles Wehe, das ihr angetan wird, immer wieder vergessen.

Diese Mutterliebe misst also nicht die Eigenschaften des Kindes, lehnt nicht das „schlechte“ Kind ab und liebt nur das gute, vielmehr liebt sie, ohne zu messen; und diese Liebe, ohne den anderen zu messen (*appamāna*) ist es, die der Erwachte empfiehlt. Zwar hat die Mutter diese Liebe nur ihren eigenen Kindern gegenüber - und darin liegt ihre Beschränktheit - aber der Erwachte empfiehlt, diesen engen mütterlichen Rahmen zu sprengen und diese nichtmessende Liebe auf alle Wesen auszudehnen, auch über den Bereich der Menschen hinaus.

Diese höchste Liebe ist der äußerste Gegenpol zu Antipathie bis Hass, und zwischen diesen beiden Endpunkten, dem oberen, der die Liebe ist, und dem unteren, der Antipathie bis Hass ist, hat jeder von uns entsprechend der Art seines Herzens irgendwo seinen Platz, höher oder niedriger. Kein normaler Mensch hat nur äußersten Hass gegen alle Wesen, aber es verfügt auch kein normaler Mensch über die höchste, alles umfassende, nicht messende Liebe, doch haben wir alle Anteil an beidem, an dunkel und licht. Und da wir manchmal etwas

mehr Verständnis und Liebe aufbringen und manchmal mehr zu Ablehnung und Hass neigen, so schwanken wir auf dieser großen Skala der inneren Gesinnungen.

Auch die dritte üble Gesinnung: Schädigung, Belästigung aus Rücksichtslosigkeit erklärt der Erwachte näher: Wer mit Fäusten, Stöcken und Steinen gegen die Wesen vorgeht, sie körperlich verletzt, ihnen Schmerzen, Qualen zufügt, der hat das Gegenteil von Schonen an sich. Dasselbe gilt auch für psychische Verletzungen des anderen durch verletzende Rede, Herabwürdigen, Ironie, Versagen der Anerkennung usw., wodurch man ein Mitwesen in irgendwelche Not bringt. Die Gesinnung der Liebe ist die einzige Tür zum Schonen, zur Fürsorge, zur Hilfsbereitschaft; soweit liebende Gedanken da sind, so weit auch nur ist schonende Gesinnung. Es kann gar keine Liebe geben ohne Schonen und kein Schonen ohne Liebe. Wenn man überall schonen will und mit größter Aufmerksamkeit nirgends wehtun will, dann muss man ununterbrochen auf die Empfindungen der anderen, mit denen man gerade zu tun hat, achten, muss sozusagen in ihrer Haut stecken, mit ihnen empfinden. Man kann dann nicht mehr gut von seinem eigenen Herzensbedürfnis ausgehen, wie einem selbst zumute ist, sondern man muss sich an die Stelle des anderen versetzen, muss die Herzensregungen des anderen, mit dem man zu tun hat, begleiten, muss darauf achten, wie ihm zumute ist und dass ihm wohl zumute bleibt. Dieses Mitempfinden verdrängt die vielfältigen eigenen Interessen und Sonderwünsche, die oft sehr vordergründig sind und fast immer mit der Neigung zu irdischen Dingen zusammenhängen. Man muss wirklich sagen: Je mehr ein Mensch von dieser Welt der sinnlich wahrnehmbaren Erscheinungen, der Lebewesen und der toten Dinge, Glück und Freude für sich erwartet, um so weniger ist er fähig zum Mitempfinden. Und je mehr einer diese nach außen gerichteten Neigungen wenigstens vorübergehend beiseite tun kann, um so mehr hat er Blick für die Bedürfnisse des anderen, empfindet mit ihm und verhält sich dann im Sinne des Schonens. Die irdischen Dinge, den ganzen Luxus der Wohlstands-

gesellschaft, hat man nur, solange der Körper besteht, aber Mitempfinden und Schonen oder auch das Gegenteil: Nächstenblindheit, Egozentrik, Rohheit und Härte verliert man nicht mit dem Körper; das begleitet uns. Diese Eigenschaften kann einem niemand nehmen und auch niemand geben, man eignet sie sich selber an und kann sie auch nur selber wieder auflösen.

Man empfindet es unmittelbar, dass man sich in der Haltung des Mitempfindens sofort heller, freier und größer fühlt als in egozentrischer Verengung; und erst recht ist einem wohl bei schonender Einstellung, wenn man dem anderen wohl tun und nicht wehtun will. Das tut unmittelbar mehr wohl, aber das ist schwer zu verstehen für die vielen Menschen, die nicht wissen, dass die Welt nicht ein Wert an sich ist, sondern dass das Herz den Grundwert ausmacht, dass das Welterlebnis nur Spiegelbild des Herzens ist. Wer das begriffen hat, der wendet sich nur an sein Herz, für den wird die Welt zweitrangig. Er weiß, dass alles Erleben aus seinem Herzen kommt, und darum ist er bestrebt, sein Herz zu verbessern, das nur durch gute Gedanken, durch eine gute Gesinnung, zu verbessern ist.

Die Meinung, die Welt bestehe an sich und sei deshalb ein Wert an sich, bewirkt eine starke Hemmung bei der Ausbildung von Liebe und Schonen, denn wer die Welt im Grunde bejaht und nur an das eine jetzige Körperleben glaubt, der kann nur den jetzigen Wohlgegnung und Lustgegnung positiv bewerten. Und das verhindert gerade die Entwicklung von Liebe und Erbarmen/Schonen/Fürsorge.

Die Überwindung von Sinnensucht-Gedanken, Übelwollen-Gedanken und Gedanken der Rücksichtslosigkeit wird als von Wollensflüssen/Einflüssen beeinflusst bezeichnet. Denn sie führt zwar zu einer erheblichen Verbesserung und Verfeinerung der Wahrnehmung, zur Überwindung der Sinnensuchtwelt, aber da noch Neigungen zu Reiner Form und Nichtform bestehen, zum Wiedererscheinen dort. Doch auch aus diesen hohen Daseinsformen gibt es ein Wiederabsinken, wenn üble Gesinnungen wieder auftauchen. Die Überwin-

dung übler Gesinnungen ist auf längere Zeiten gesehen nicht endgültig möglich, wenn nicht zugleich die Triebe, die Wollensflüsse nach j e d e r Wahrnehmung, auch der feinsten, aufgehoben werden.

Die von Wollensflüssen/Einflüssen freie  
rechte Gemütsverfassung als solche erkennen

*Was ist aber, ihr Mönche, eine rechte Gemütsverfassung, die zum Heil führt, die von Wollensflüssen/Einflüssen frei, weltüberwindend ist, die nur auf dem Heilsweg gewonnen wird? Was da, ihr Mönche, bei einem heilsgerichteten Herzen, einem von Wollensflüssen/Einflüssen freien Herzen, das sich auf dem Heilsweg befindet und die Glieder des Heilsweges ausbildet, Denken (takko), Bedenken (vitakko), Besinnung (sankappo), einprägendes Bedenken (appanā), konzentriertes Unterscheiden (vyappanā), im Gemüt Befestigen (cetaso abhiniropanā), geistigsprachliches Bewegen des Erkannten (vaca-sankhāra) ist: das ist, ihr Mönche, die rechte Gemütsverfassung, die zum Heil führt, die von Wollensflüssen/Einflüssen unbeeinflusst, weltüberwindend ist, die nur auf dem Heilsweg zu finden ist.*

*Da ist man bemüht, falsche Gemütsverfassung aufzugeben, rechte Gemütsverfassung zu gewinnen. Das ist rechtes Mühen.*

*Mit Wahrheitsgegenwart rodet man falsche Gemütsverfassung aus, gewinnt rechte Gemütsverfassung. Das ist rechte Gemütsverfassung.*

*So werden diese drei Dinge zum Erwerb der rechten Gemütsverfassung entwickelt und eingesetzt, nämlich rechte Anschauung, rechtes Bemühen, rechte Wahrheitsgegenwart.*

Rechte Gesinnung (rechte Gemütsverfassung), sagt *Paul Rabbow*<sup>197</sup>, ist rechtes Denken, rechtes Meditieren, ist eine Weise sittlich (religiös) gerichteten Erwägens, Betrachtens, Sinnens und damit Einflussnahme auf die Gemütsempfindungen des Geistes. Meditieren ist, wie christliche Meister es ausdrücken, ein „Verdauen“ der überdachten Inhalte, ein „Wiederkauen“, „Zerkauen“, „Draufbeißen“, „ins Mark ein-senken“, „zu einem Stück von sich machen“.

Die heilende von Wollensflüssen/Einflüssen freie rechte Gemütsverfassung ist diejenige (von Trieben) unbeeinflusste Geistestätigkeit des Heilsgängers, die die als heilend, als (von Trieben) unbeeinflusst erkannten Maßstäbe im Geist bewegt, ist Befestigung und Vertiefung des Erkannten, ist Anknüpfung des Erkannten an aufsteigende Gemüts-empfindungen und deren Umlenkung. Auch der Heilsgänger strebt die drei rechten Gemütsverfassungen an, aber ohne sie festzuhalten. Je mehr ein Mensch die Gefährlichkeit und Leidhaftigkeit des Ausgeliefertseins an das endlose, ausweglose Spiel der fünf Zusammenhäufungen mit immer erneuten Geburten und Toden und allem dazwischenliegenden Leid vor Augen hat und die heile Situation abseits der fünf Zusammenhäufungen als heile Situation erkennt, um so größer wird die Spannung gefühlt, und um so mehr ist Kraft da, die heile Situation anzustreben. Aber solange der Mensch meint, sein Leben sei einigermaßen erträglich und solange er das Nirvāna als das Nichts dessen auffasst, wovon er derzeit lebt: Formen, Gefühle, Wahrnehmungen, Aktivität, Gewöhnungen, so lange muss er das Nirvāna als Abgrund auffassen und kann es nicht anstreben wollen. Wer sich dagegen als im Ozean des Leidens schwimmend auffasst, von den vielerlei Gefahren der Sinnensucht, des Hassens und anderer abwärtsführender Gedanken und Eigenschaften bedroht und den Leiden des Immerwieder-Geborenwerdens oft in dunklen Existenzformen, des Alterns und Sterbens ausgeliefert, der sehnt sich nicht nach

---

<sup>197</sup> „Methodik der Seelenführung in der Antike“, München 1954, S.24

Verbesserung und Erhellung des Erlebens, das im Samsāra festhält, sondern nach endgültiger Sicherheit.

Wenn ein Mensch von dieser Situation aus, in der er sich als sehr gefährdet empfindet, die Sicherheit, die heile Situation in der Freiheit von den fünf Zusammenhäufungen erkennt, dann ist er in die Heilsanziehung geraten, ist in den Strom eingetreten, der zum Nirvāna führt, d.h. er kann es nicht mehr lassen, diese Sicherheit, „diesen festen Boden unter den Füßen“, das einzig Rettende anzustreben: es ist Willenskraft, ja Willenszwang entstanden, und das bedeutet, er kann das Abtun des als gefährlich Durchschauten gar nicht mehr lassen; der heilende Anblick ist derart, dass er zum Nirvāna hin-zwingt: Denn als er diesen Anblick hatte oder ihm nahe war, da hatte er gemerkt, wie frei ihm wurde im Verstehen des Spiels der fünf Zusammenhäufungen, wie untreffbar er im Augenblick des von Wollensflüssen/Einflüssen unbeeinflussten Anblicks war, als er das Heile spürte, und dass es gilt, diesen Anblick, der nur gerade wie ein Blitzaugenblick aufgeleuchtet war, nun zu befestigen. Er hatte gemerkt, dass es keinen wichtigeren und hilfreicheren Anblick gibt als diesen und dass alles andere Wahn und Leiden ist in endloser Fortsetzung. Damit ist er bemüht, alle Herzensbefleckungen, Verstrickungen und Hemmungen abzutun, die ihn von diesem klaren Anblick trennen, wie es von einem weit fortgeschrittenen Heilsgänger heißt (M 48):

*Da geht, ihr Mönche, der Mönch in den Wald oder an einen Baum oder in eine leere Klause und erforscht sich: „Sind in mir jetzt Neigungen, die mein Herz derart besetzt haben, dass ich nicht klar und richtig erkennen und sehen kann?“*

*Wenn ein Mönch, ihr Mönche, der Sinnenlust zugeneigt ist, so ist sein Herz eben besetzt.*

*Wenn ein Mönch, ihr Mönche, Antipathie bis Hass zugeneigt ist, so ist sein Herz eben besetzt.*

*Wenn ein Mönch, ihr Mönche, zum Sichtreibenlassen im Gewohnten geneigt ist, so ist sein Herz eben besetzt.*



*Wenn ein Mönch, ihr Mönche, zur Unruhe und Aufgeregtheit geneigt ist, so ist sein Herz eben besetzt.*

*Wenn ein Mönch der Daseinsbangnis zugeneigt ist, so ist sein Herz eben besetzt.*

*Wenn ein Mönch dieser Welt nachhängt, so ist sein Herz eben besetzt.*

*Wenn ein Mönch jener Welt nachhängt, so ist sein Herz eben besetzt.*

*Wenn ein Mönch Zank und Streit liebt, scharfe Wortgefechte führt, sich nicht versöhnen kann und den Versuch einer Verständigung abweist, so ist sein Herz eben besetzt.*

*Er aber erkennt: „Es sind keine Neigungen in mir, die mein Herz derart besetzt hätten, dass ich nicht klar und richtig denken und sehen könnte. Wohl empfänglich ist mein Geist, zur Wahrheit durchzudringen.“*

Wenn dieser Anblick in den Geist eingebrannt ist, dann fordert der Anblick immer wieder, wiederholt zu werden, und setzt sich im Geist fest, assoziiert sich bei allen Irrtümern und rodet so nach und nach den ganzen Wahngeist (*avijjā*) aus und mehrt im gleichen Maß Wahrheit. Er ist sozusagen das scharfe Lösungsmittel, das die gesamten heillosen Geistinhalte auflöst, die der Erwachte mit Kehricht vergleicht.

Bei der Beschreibung der heilenden, von Wollensflüssen/Einflüssen unbeeinflussten rechten Gemütsverfassung nennt der Erwachte in unserer Lehrrede sechs Weisen unbeeinflussten Denkens oder Meditierens.

Jeder Mensch benutzt diese aus eigener Erfahrung mehr oder weniger triebgelenkt zur Selbsterziehung und zum Erwerb von Wissen. Der sich Läuternde benutzt sie, um von unheilsamen Gesinnungen, von unheilsamen Gedanken mit ihren üblen Folgen abzukommen und heilsame zu erwerben, und sei es, um von falschen Anschauungen abzukommen und sich die Kenntnis der Lehre des Erwachten anzueignen. Aber der Heilsgänger setzt sie auf Grund seiner starken Sehnsucht nach dem Heil bewusst und gezielt ein unter Zurückstellung

aller Triebe, um alle den heilenden Anblick verhindernden triebgelenkten Gedanken/Gemütsverfassungen restlos aufzuheben.

Die sechs Weisen des von Wollensflüssen/Einflüssen freien Denkens sind:

1. (Aufmerksames) Nachdenken (*takka*) über die vom Erwachten aufgezeigten Wahrheiten, die daraus hervorgehenden Ratschläge für rechte Verhaltensweisen und im Zusammenhang damit über die eigenen Erfahrungen.

2. (Abwägendes) Bedenken (*vitakka*). Hierunter wird ein Abwägen verstanden, ein Vergleichen zwischen mehreren Dingen oder Möglichkeiten, wie auf einer Waage Gewichte verglichen werden. So bedenkt der Heilsgänger, welches Verhalten, welche Gemütsverfassungen und welche geistigen Übungen ihn dem Heil näher bringen und welche Verhaltensweisen, welche Gesinnungen und welche geistigen Übungen dazu untauglich sind. Das Bedenken soll also durch Abwägen der ihm bekannten Möglichkeiten zur Klärung, zur Entscheidung führen.

3. Besinnung, GemütsEinstellung (*sankappa*) geschieht, wenn nichts zu klären, nichts abzuwägen, nichts zu entscheiden ist, wenn also die Sache durch gründliches Bedenken bereits geklärt wurde oder aber eine ungeklärte Sache für klar angesehen wird. Bei der Besinnung geht es nicht mehr um ein Abwägen und Entscheiden zwischen mehreren Möglichkeiten, sondern irgendein Denkobjekt bewegt den Geist mehr oder weniger ununterbrochen. So sinnt der Mensch begehrten Vorstellungen nach oder sinnt verärgert oder verdrossen über irgendwelche für ihn schmerzliche Begebnisse nach. So betrachten alte Menschen sinnend die aufsteigenden Erinnerungen aus ihrer Jugendzeit. Der Heilsgänger sinnt, nachdem er durch Bedenken bei sich geklärt hat, welches Verhalten, welche Gemütsverfassung und welche geistigen Übungen für ihn gut seien,

nun über das Schöne und Gute und Heilsame dieser Verhaltensweisen, Gemütsverfassungen und geistigen Übungen nach.

4. Einprägendes Bedenken (*appanā*): die rechte Anschauung wird befestigt (programmiert) in stillem Bedenken. Es geht darum, sich wieder und wieder die richtige Anschauung klar und deutlich vor Augen zu führen und zu summieren, zu multiplizieren und zu potenzieren. Diese wiederholte Betrachtung besteht darin, dass man irgendein Ding, eine Aufgabe, ein Ziel, eine Bemühung für sich als positiv ansieht, d.h. dass man es für sich als schön oder erfreulich oder nützlich oder vernünftig, erstrebenswert, wertvoll, richtig, gut, moralisch oder heilsam erkennt oder dass man das betreffende Ding, die Aufgabe, das Ziel, die Bemühung als negativ ansieht, d.h. für un schön oder unerfreulich oder schädlich oder unvernünftig, nicht erstrebenswert, wertlos, falsch, schlecht, unmoralisch oder unheilsam hält. Das in diesem Betrachten vor sich gehende Aufleuchten und Einleuchten der positiven oder negativen Seiten legt die Zu- und Abneigungen der Wesen fest: *Was da ein Mensch häufig bedenkt und sinnt, dahin geneigt sind Gemüt und Herz (M 19)*.

5. Konzentriertes Unterscheiden (*vyappanā*) zwischen Falschem und Richtigem, Heilsamem und Unheilsamem. Wenn der Mensch irgendeinen Gegenstand, einen Umstand, eine Verhaltensweise immer wieder als für sich selbst vorteilhaft und förderlich betrachtet, also positiv bewertet, dann ist das nach einem Gleichnis des Erwachten (S 12,53) so, wie wenn man auf einer Öllampe weiteres Öl nachgießt; so wie die Lampe dann noch heller und stärker brennt, so nimmt auch das Begehren und Verlangen nach dem so betrachteten Gegenstand, der Drang nach solchem Verhalten durch solche Betrachtung zu.

Wenn man dagegen die gleichen Dinge als für sich selbst schädlich, hinderlich und nachteilig durchschaut, erkennt, betrachtet, also negativ bewertet, dann ist das so, wie wenn

man auf jener Lampe kein Öl mehr nachgießt, so dass sie allmählich schwächer brennt und zuletzt erlischt. Ganz so bewirkt die negative Bewertung der Dinge oder Verhaltensweisen die Minderung des begehrenden Drängens bis zur vollständigen Auflösung.

In dem gleichen Sinn sagt der Erwachte (A I,2):

*Nichts führt so sehr dazu, dass die heilsamen Dinge sich mehren und die unheilsamen Dinge sich mindern wie gründliche Betrachtung der Dinge.*

*Nichts führt so sehr dazu, dass die unheilsamen Dinge sich mehren und die heilsamen Dinge sich mindern wie oberflächliche Betrachtung der Dinge.*

Gründlich, nämlich triebfrei ist die Betrachtung, wenn wir bei den verlockenden Dingen daran denken, dass der Eindruck der Verlockung nur durch die inneren Leidenschaften zustande kommt, dass diese Dinge und ihre Pflege in Wirklichkeit übel und elend sind, weil sie uns in Leiden und Kümmernisse bringen und nach dem Tod in noch größere Dunkelheit. - Wenn wir so denken, dann ist in unserem Geist das Bewusstsein des lockenden Charakters zurückgetreten, abgeblasst und das Bewusstsein von den gefährlichen Folgen, von ihrem Leidenscharakter deutlicher geworden.

Zugleich ist jene verborgene im Herzen liegende und manchmal in ganzer Wucht sich meldende Leidenschaft um einen kleinen Grad schwächer geworden, der Grad der Abschwächung ist fast nicht zu merken, ist nur ein „Sandkörnchen“, aber die Häufigkeit solcher Betrachtungen - und das ist ja Meditieren - macht diese Leidenschaft immer schwächer, immer geringer, und damit verliert sie immer mehr den zwingenden, drängenden Charakter, und der Mensch wird in sich selbst ruhiger, klarer, besonnener, heller, und der rechte heilende Anblick wird nicht mehr behindert.

6. Im Gemüt Befestigen (*cetaso abhiniropānā*): das Einpflanzen und Wachsen der rechten Anschauung im Gemüt, das Anwachsenlassen, das im Gemüt Befestigen.

Wenn der Mensch von der Richtigkeit und Gültigkeit einer Einsicht überzeugt worden ist, sie anerkennt, annimmt, im Geist befestigt, so hat auch das Gemüt dazu Stellung genommen und mit seinem geistigen Gestimmtsein ausgedrückt, ob es ihm zusagt, ob er gern daran denkt.

Wenn ein Mensch trotz der intellektuellen Erkenntnis, dass z.B. in der Minderung von Sinnensucht viel mehr Sicherheit und Heil liegt, doch eine innere Zurückhaltung empfindet oder gar Beklommenheit, wenn er nicht gern daran denkt - etwa darum, weil er zur Erreichung des Ziels viel Vertrautes, Gewohntes aufgeben oder manches Anstrengende unternehmen muss - dann hat sich das Gemüt dem neuen Ziel trotz geistiger Einsicht noch nicht zugewendet, von seinen bisherigen Gepflogenheiten nicht richtig abgewendet. Darum bemüht sich der Übende darum, von der Wahrheitsgegenwart/Selbstbeobachtung überwacht, sich immer wieder z.B. die Schädlichkeit und Leidhaftigkeit des Hassens und der Rücksichtslosigkeit aus Nächstenblindheit, ihre üblen Folgen vor Augen zu führen und die guten Folgen der Freiheit von Hass und Rücksichtslosigkeit (rechte Anschauung/rechte Gemütsverfassung/rechtes Mühen), bis die Zuwendung des Gemütes dazu eingetreten ist und damit zugleich die Abwendung von Hass und Rücksichtslosigkeit.

Jetzt erst kann der große Abstand zwischen der alten Gewöhnung, die ja noch immer besteht, und dem neuen Ziel, das man nun endgültig bejaht und anstrebt, dem man aber noch fern ist, allmählich verringert bis aufgehoben werden, denn nun kämpft man diesen Kampf nicht nur mit dem Verstand, sondern mit der vollen Unterstützung des Gemütes.

7. Geistiges Bewegen des Erkannten (*vacī-sankhāra*): Was solcherart in Geist und Gemüt eingepägt ist, das ist nun als fester Begriff in den Sprachschatz des Übenden eingegangen,

steht von jetzt ab als endgültige Einprägung zur Verfügung und meldet sich von selber bei entsprechenden Anlässen als kurz formulierte Wahrheitseinsichten, z.B.

*Sinnensüchtigkeit, Hass, Rücksichtslosigkeit führen 1. zur eigenen Beschwer; 2. zu anderer Beschwer; 3. zu beider Beschwer; 4. roden die Weisheit aus; 5. bringen Verstörung mit sich; 6. führen nicht zum Heil. Oder: Alle Dinge sind ungeeignet, sie zu lieben und festzuhalten Oder: Kahlen Knochen gleich sind die Sinnensüchte; ebenso die anderen einprägsamen Gleichnisse für das Begehren, die helfen, die gewonnenen Einsichten gegen akute Angehungen einzusetzen.*

Drittes und viertes Glied des achtfältigen Heilsweges:  
Rechte Rede und rechtes Handeln

*Da geht denn, ihr Mönche, rechte Anschauung voran. Wie aber geht, ihr Mönche, rechte Anschauung voran? Falsche Rede erkennt man als falsche Rede; rechte Rede erkennt man als rechte Rede: das gilt einem als rechte Anschauung.*

*Was ist nun, ihr Mönche, falsche Rede? Trügerische Rede, Hintertragen, verletzende Rede, Geschwätz: das ist, ihr Mönche, falsche Rede.*

*Was ist nun, ihr Mönche, rechte Rede? Rechte Rede, sag ich, ihr Mönche, ist zweifacher Art. Es gibt, ihr Mönche, eine rechte Rede mit Wollensflüssen / Einflüssen, die eine gute Ernte schafft, aber Ergriffenes wiedererscheinen lässt. Und es gibt, ihr Mönche, eine rechte Rede, die zum Heil führt und darum weltüberwindend ist, die nur auf dem Heilsweg gewonnen wird, von Wollensflüssen / Einflüssen frei ist.*

*Was ist das nun, ihr Mönche, für eine rechte Rede mit Wollensflüssen / Einflüssen, die gute Ernte schafft, aber Ergriffenes wiedererscheinen lässt? Trügerische Rede vermeiden, Hintertragen vermeiden,*

*verletzende Rede vermeiden, Geschwätz vermeiden: das ist rechte Rede mit Wollensflüssen/Einflüssen, die gute Ernte schafft, aber Ergriffenes wiedererscheinen lässt.*

*Was aber ist es, ihr Mönche, für eine rechte Rede, die zum Heilsstand führt, von Wollensflüssen/Einflüssen frei ist, weltüberwindend ist, die nur auf dem Heilsweg gewonnen wird? Was da, ihr Mönche, bei einem heilsgerichteten Herzen, bei einem von Wollensflüssen/Einflüssen freien Herzen, das sich auf dem Heilsweg befindet und die Glieder des Heilsweges ausbildet, den vier Arten übler Rede gegenüber Abneigung entwickeln, Widerwillen erzeugen, Widerstreben, Sich-Abwenden ist: das ist rechte Rede, die zum Heil führt, die von Wollensflüssen/Einflüssen frei, weltüberwindend ist, die nur auf dem Heilsweg gewonnen wird.*

*Da ist man bemüht, falsche Rede aufzugeben und rechte Rede zu gewinnen. Das ist rechtes Mühen. Mit beharrlicher Wahrheitsgegenwart/Selbstbeobachtung rodet man falsche Rede aus, gewinnt rechte Rede. Das ist rechte Rede. So werden diese drei Dinge zum Erwerb rechter Rede entwickelt und eingesetzt, nämlich: rechte Anschauung, rechtes Bemühen, rechte Wahrheitsgegenwart/Selbstbeobachtung.*

*Da geht denn, ihr Mönche, rechte Anschauung voran. Wie aber geht rechte Anschauung voran? Falsches Handeln erkennt man als falsches Handeln; rechtes Handeln erkennt man als rechtes Handeln: das gilt einem als rechte Anschauung.*

*Was ist nun, ihr Mönche, falsches Handeln? Lebendiges umbringen, Nichtgegebenes nehmen, unrechter Geschlechtsverkehr: das ist falsches Handeln.*

*Was ist nun rechtes Handeln? Rechtes Handeln, sag ich, ihr Mönche, ist zweifacher Art. Es gibt, ihr Mönche, ein rechtes Handeln mit Wollensflüssen/Einflüssen, das gute Ernte schafft, aber Ergriffenes wiedererscheinen lässt. Und es gibt, ihr Mönche, ein rechtes Handeln, das zum Heil führt, von Wollensflüssen/Einflüssen frei, weltüberwindend ist, das nur auf dem Heilsweg gewonnen wird. Was ist das nun, ihr Mönche, für ein rechtes Handeln mit Wollensflüssen/Einflüssen, das gute Ernte schafft, aber Ergriffenes wiedererscheinen lässt? Lebendiges umzubringen vermeiden, Nichtgegebenes zu nehmen vermeiden; unrechten Geschlechtsverkehr vermeiden: das ist rechtes Handeln mit Wollensflüssen/Einflüssen, das gute Ernte schafft, aber Ergriffenes wiedererscheinen lässt.*

*Was aber ist es, ihr Mönche, für ein rechtes Handeln, das zum Heilsstand führt, von Wollensflüssen/Einflüssen frei, weltüberwindend ist, das nur auf dem Heilsweg gewonnen wird? Was da, ihr Mönche, bei einem heilsgerichteten Herzen, bei einem von Wollensflüssen/Einflüssen freien Herzen, das sich auf dem Heilsweg befindet und die Glieder des Heilswegs ausbildet, den drei Arten üblen Handelns gegenüber Abneigung entwickeln, Widerwillen erzeugen, Widerstreben, Sich-Abwenden ist: das ist das rechte Handeln, das zum Heil führt, von Wollensflüssen/Einflüssen frei, weltüberwindend ist, das nur auf dem Heilsweg gewonnen wird.*

*Da ist man bemüht, falsches Handeln aufzugeben, rechtes Handeln zu gewinnen. Das ist rechtes Mühen. Mit beharrlicher Wahrheitsgegenwart/Selbstbeobachtung rodet man falsches Handeln aus, gewinnt rechtes Handeln. Das ist rechtes Handeln. So werden*



*diese drei Dinge zum Erwerb rechten Handelns entwickelt und eingesetzt, nämlich: rechte Anschauung, rechtes Mühen, rechte Wahrheitsgegenwart/rechte Selbstbeobachtung.*

Rechte Rede und rechtes Handeln  
mit Wollensflüssen/Einflüssen

Je stärker die Triebe des Herzens sind, je stärker ein Mensch diese und jene Erlebnisse begehrt: die vielfältigen Sinnesgenüsse, Reichtum, Ansehen, Macht, Einfluss usw., um so rücksichtsloser wird er in deren Anstreben, um so mehr wird er bei deren Verhinderung bekümmert und wütend, und um so mehr wird er, wenn er in einem anderen Menschen die Ursache der Verhinderung sieht, auf diesen Hass und Feindschaft, Rache und Verfolgung richten. So führen starke üble Triebe zwangsläufig zu Untugend.

In M 78 heißt es ähnlich wie in unserer Rede:

*Und wo gehen die Untugenden restlos unter? Spricht man von ihrem Untergang, so gilt es, dass der Mönch schlechten Wandel in Taten verlasse und guten Wandel in Taten entwickle, schlechten Wandel in Worten verlasse und guten Wandel in Worten entwickle, schlechten Wandel in Gedanken verlasse und guten Wandel in Gedanken entwickle. Da gehen die Untugenden restlos unter.*

Bei der Tugendübung handelt es sich n i c h t um eine unmittelbare, sondern um eine mittelbare Herzensläuterung. Zu der unmittelbaren Herzensläuterung, die ein rein geistiger Vorgang ist, ist der normale ungeübte Mensch, auch wenn er schon zu einem größeren Verständnis der existentialen Zusammenhänge vorgedrungen ist, schwerer fähig; vielmehr bedarf er der mehr äußerlichen Verhaltensweisen, mittels deren er auch sein Herz beeinflusst.

Natürlich ist die Umwandlung des üblen Verhaltens (3., 4. und 5. Glied des achtgliedrigen Heilsweges) ohne vorausgehende Rechte Anschauung (1. Glied) nicht denkbar, das heißt für unseren Fall: nicht ohne die sichere Kenntnis oder feste Überzeugung des Menschen von dem Elend und dem Leiden, das Untugenden im Diesseit und Jenseits mit sich bringen, und von der großen Erleichterung, Erhöhung und Erhellung, die er durch die Annahme von Tugenden erlangt. Wer diese rechte Anschauung, die erste Voraussetzung für alle Wandlungen, nicht besitzt, der wird die Mühe nicht auf sich nehmen können und wollen, die zu der allmählichen Umerziehung von den Untugenden zu den Tugenden erforderlich ist. Denn der normale Mensch sieht und bedenkt in der Hauptsache sich selbst und seine Interessen, um das Ich dreht es sich bei ihm: „Ich will das so und so haben; mir passt dies nicht, mir behagt jenes nicht; der andere ist mir im Wege.“ Egozentrisch werden alle anderen nur daran gemessen, ob sie diesem Ich störend im Weg sind oder ob sie das fördern, was das Ich will. Die anderen sind nur Ausbeutungsobjekte.

Wie anders ist die Gemütshaltung, die aus dem Wortlaut der ersten Tugendregel spricht: *Teilnehmend und rücksichtsvoll hegt er zu allen Lebewesen Liebe und Mitempfinden.*

Hier ist die Gesinnung genannt als Beweggrund, warum ein Mensch tugendhaft ist. Er bemüht sich, die eigenen Wünsche wenigstens teilweise zurückzunehmen, selber nicht so empfindlich, so bedürftig zu sein, den Nächsten mehr zu sehen, einzubegreifen, zu berücksichtigen. Dann ist es nur noch ein kleiner Schritt, an lebende Wesen liebevoll, verstehend, mitfühlend zu denken. Wenn immer mehr Verstehen für den anderen von uns ausgeht, dann werden die vielfältigen egoistischen Beziehungen gemindert, die einen Menschen veranlassen, anderen Wesen zu schaden oder sie zu verletzen.

Aber auch noch andere Gründe für tugendhaftes Handeln gibt es, z.B. die Erziehung im Elternhaus kann einen von Natur nicht unbedingt rücksichtsvollen Menschen dazu brin-

gen, die Interessen anderer mehr zu berücksichtigen, unter Umständen mit dem mehr vordergründigen Gedanken: „Das tut man nicht.“

Ein Mensch, der belehrt und aufgeschlossen ist für das Saat-Ernte-Gesetz, vermeidet die Verletzung der Tugendregeln, weil er schlechte Ernte in diesem und im nächsten Leben fürchtet entsprechend den Warnungen der Heilslehrer. Der Erwachte sagt (M 57):

*Da wirkt einer in Taten, Worten und Gedanken immer weiter belastend und bedrängend; und weil er immer weiter in Taten, Worten und Gedanken bedrängend wirkt, so gelangt er in drangvoller Welt wieder zum Dasein; und ist er in drangvoller Welt wieder zum Dasein gelangt, so berühren ihn drangvolle Berührungen. Von drangvollen Berührungen berührt, fühlt er ein drangvolles Gefühl, einzig schmerzhaft, gleichwie etwa höllische Wesen; genau so wie sie geworden sind, ist der Wesen Wiedergeburt; durch das, was einer wirkt, wird er wiedergeboren; der Wiedergeborene wird von Berührungen berührt. Darum sage ich: Erbe des Wirkens sind die Wesen. Das nennt man dunkles Wirken, das dunkle Folge hat.*

Und in der Rede „Wiedergeburt je nach dem Anstreben“ (M 120) sagt der Erwachte von einem Mönch, der Vertrauen zu ihm und zu seiner Lehre gewonnen hat und daraufhin zu dem Wunsch kommt, nach diesem körperlichen Leben eine höhere, hellere, erhabene Daseinsform zu erreichen:

*Auf dieses Ziel richtet er sein Herz, darin befestigt er sein Herz, nach diesem Ziel bildet er sein Herz aus. Indem er sich dieses Leitbild ständig vor Augen hält, da führt die Gesamtheit seiner Anstreben (sankhāra) zum Wiedererscheinen dort. Das ist der Weg, die Vorgehensweise, die zum dortigen Erscheinen hinführt.*

Die Anschauung, die ein Mensch in sich ausbildet über eine wahrhaft gute und edle Lebenshaltung und Lebensführung - die zum Leitbild gemachte Anschauung, nach welcher man sein ganzes Leben ausrichtet, verändert allmählich auch den gesamten Charakter, indem alle Charaktereigenschaften, die dieser Anschauung widersprechen, im Lauf der Zeit schwächer werden und allmählich ganz verschwinden. In demselben Maß werden solche Charaktereigenschaften, die dieser Anschauung entsprechen, ausgebildet und verstärkt, so dass zuletzt der gesamte Charakter des Menschen, also die gesamten sein Tun und Lassen lenkenden Kräfte und Triebe dieser Anschauung entsprechen und damit sein gesamtes Tun und Lassen dieser Anschauung entspricht. Damit entspricht auch das karmische Ergebnis seines gesamten Tuns und Lassens der Anschauung. Was also zuerst nur eine im Geist aufgerichtete und festgehaltene Anschauung, ein Leitbild als Wegweisung ist, das entwickelt sich allmählich - wenn es Leitbild bleibt, anerkannt bleibt - zu den Triebkräften des Wesens, bestimmt sein Tun und Lassen und reift heran zu entsprechenden Ereignissen, zur erlebten „Welt“.

### Rechte Rede und rechtes Handeln frei von Wollensflüssen/Einflüssen

Dem Heilsgänger geht es bei der Übung in heilender Tugend nicht um Weltverbesserung, nicht um Harmonie oder eine gute Wiedergeburt - das sind gute Nebenfolgen -, sondern darum, dass die heilenden Tugenden zur Einigung des Herzens führen, aus der das erlösende Klarwissen erwachsen kann.

Die vier Arten übler Rede und die drei Arten üblen Handelns aber sind das Gegenteil von Herzensfrieden. Wer aus der Sucht nach Befriedigung z.B. noch zu stehlen wagt, der kann keinen inneren und äußeren Frieden erleben; er ist immer in der Furcht, gefasst zu werden. Jeder Bruch der Tugendregeln kommt ja dadurch zustande, dass der Mensch

etwas stark will, wodurch er in die Interessensphäre der anderen einbricht. Wer z.B. um weltlicher Lust willen stiehlt, der befestigt sich ja in der Welt, er ist wie ein junger Baum, der noch immer neue Wurzeln in die Erde setzt. Für den Heilsgänger aber ist die Welt nicht das Feld, auf dem er Wohl sucht. Er weiß: Was auf der Welt gesucht wird und noch so wohltut, ist Ich- und Weltfortsetzung und damit Leidfortsetzung. Er hat erkannt: „Dass da ein Ich etwas will, überhaupt etwas zu wollen, das ist die Leidensursache, die immer wieder Geborenwerden, Altern, Sterben zur Folge hat.“ Darum will er Ich und Welt überwinden, will nicht ein wollendes Ich sein, das von der Welt etwas will. Er hat das Zustandekommen der Ich-bin-Anschauung im Geist, wie es der Erwachte schildert, nachvollzogen und damit auch die fünf Zusammenhäufungen in ihrem automatischen Ablauf als unbeständig, wandelbar betrachtet. Auf diese Weise hat er die Anschauung aufgehoben, dass da eine feste Stätte wäre, von der als Mittelpunkt her, der als Ich empfunden wird, die Welt ersehnt und erlebt wird. Damit wird die Gesamtheit der den Menschen inwohnenden Triebe und die dadurch bedingte Verletzbarkeit etwas gemindert. Je weniger Triebe ihn bewegen und je stärker und klarer der Geist durchstößt zum durchdringenden Anblick, so dass die Faszination des Bedingten, die Blendung abnimmt, um so mehr entsteht eine Neigung zu diesem Anblick, die von Erfahrung zu Erfahrung immer stärker wird. Ein solcher ist auf dem Heilsweg vorangeschritten, hat die heilende rechte Anschauung und rechte Gesinnung, hat heilende Gedanken in sein Gemüt eingepflanzt, hat eine Sehnsucht zum Frieden, zum Heil. Mit dieser weltüberwindenden Haltung will er auf keinen Fall durch Verletzung von Tugendregeln Unfrieden, Konflikte in der Welt schaffen, Streit mit der Familie, den Freunden, den Nachbarn und auch noch durch Gewissensvorwürfe seinen inneren Frieden gefährden. Er muss Frieden mit der Welt haben, ein reines Gewissen anderen gegenüber, um inneren Frieden entwickeln zu können. Darum vermeidet er nicht nur

den Bruch der Tugendregeln, sondern er hat eine starke Abneigung, ja Widerwillen dagegen, sie zu missachten, andere zu verletzen in Worten oder Taten. Er lebt im Wohlwollen und Wohltun der Mitwelt gegenüber; mit dem Wunsch, anderen zu helfen, sie zu erfreuen, schafft er eine liebevolle, harmonische Atmosphäre, in der es seinem ganzen Wesen widerstrebt, in die Interessensphäre der Mitwesen einzudringen, ihnen auch nur in Worten weh zu tun. Er will dem Samsāra-Gefängnis ganz entinnen, auf dem Heilsweg nicht behindert werden.

Der Erwachte sagt (M 78): *Es gilt, dass der Mönch Tugend habe, aber nicht an der Tugend festhalte*, d.h. wenn der Heilsgänger in den zwischenmenschlichen Beziehungen zu reden und zu handeln hat, dann geht von ihm vorwiegend heilsames Reden und heilsames Handeln aus, das zur sanften Begegnung und zur Erhellung führt, aber seine innere Neigung geht über die Tugend hinaus zu völliger Ruhe. Ein solcher wächst immer mehr zu vollkommenem Frieden, zur Freiheit hin. Für einen solchen ist es nur noch eine Zeitfrage, bis er den durch nichts mehr bedingten Frieden (*Nibbāna*), die endgültige Versiegung aller Wollensflüsse/Einflüsse (*āsavānam kha-ya*) erlangt.

Rechte Lebensführung mit Wollensflüssen/Einflüssen  
Fünftes Glied des achtgliedrigen Heilsweges

*Da geht denn, ihr Mönche, rechte Anschauung voran. Wie aber geht, ihr Mönche, rechte Anschauung voran? Falsche Lebensführung erkennt man als falsche Lebensführung; rechte Lebensführung erkennt man als rechte Lebensführung. Das gilt einem als rechte Anschauung.*

*Was ist nun falsche Lebensführung? Betrug, Beschwatzen, Anspielungen machen, andere anschwär-*

zen, immer mehr haben wollen: das ist falsche Lebensführung.

*Was ist nun, ihr Mönche, rechte Lebensführung? Rechte Lebensführung, sag ich, Mönche, ist zweifacher Art: Es gibt, ihr Mönche, eine rechte Lebensführung mit Wollensflüssen/Einflüssen, die gute Ernte schafft, aber Ergriffenes wiedererscheinen lässt. Und es gibt, ihr Mönche, eine rechte Lebensführung, die zum Heil führt, von Wollensflüssen/Einflüssen frei, weltüberwindend ist, die nur auf dem Heilsweg gewonnen wird.*

*Was ist das nun, ihr Mönche, für eine rechte Lebensführung mit Wollensflüssen/Einflüssen, die gute Ernte schafft, aber Ergriffenes wiedererscheinen lässt? Betrug, Beschwatzen vermeiden, Anspielungen vermeiden; es vermeiden, andere anzuschwärzen; es vermeiden, immer mehr haben zu wollen: das ist rechte Lebensführung mit Wollensflüssen/Einflüssen, die gute Ernte schafft, aber Ergriffenes wiedererscheinen lässt.*

Als rechte Lebensführung mit Wollensflüssen/Einflüssen wird also in unserer Lehrrede dem Mönch das Vermeiden von fünf Formen des betrügerischen und habgierigen Beschaffens genannt<sup>198</sup>:

---

<sup>198</sup> In anderen Lehrreden gibt der Erwachte den Mönchen eine ausführliche Anleitung für die rechte Lebensführung des Mönches, die beginnt mit: „Sämereien und Pflanzungen anzulegen hat er verworfen“ und fortfährt mit der Mahnung, nur einmal am Tag zu essen, an Zerstreungen nicht teilzunehmen, keine verschönenden Mittel zu nehmen, keinen Schmuck zu tragen, weiche Betten zu meiden, kein Geld, keine Diener, keine Zug- oder sonstigen Nutztiere, keinen Besitz anzunehmen, keine Aufträge anzunehmen, keinen Verkauf zu tätigen, sich von allem Ausüben von Gewalt fernzuhalten, außer der Gabe der Lehre keine Gegenleistung zu geben.

1. Betrug, Täuschung, etwas vormachen (*kuhāna*)

Nach Mahāniddeśa (abgekürzt MNd - Kommentarwerk zum Suttanipāṭa) tut der Mönch so, als sei er bedürfnislos, weist Gaben zunächst ab, macht Anspielungen auf sein Wissen über den Fortschritt anderer Mönche, gibt sich berechnend als gesammelten Sinnes; gnädig nimmt er dann von den Hausleuten etwas an aus Mitleid mit ihnen. So betrügt und hintergeht er sie.

2. Beschwatzen (*lapana*)

Nach MNd: Angabe, glänzen wollen, sich einschmeicheln auch durch Unwahrheit.

3. Anspielungen machen (*nemittikatā*)

Nach MNd Anspielungen machen, Andeutungen, drumherumreden; mit der Rede Anspielungen, Zeichen machen, Vorstellungen erwecken, indem der Mönch geschickt und raffiniert um etwas herumredet mit dem Zweck, etwas zu bekommen. Gemeint sein könnte aber auch, dass der Mönch als Astrologe und Zeichendeuter tätig ist aus Prahlerei oder in Erwartung von Gegenleistung.

4. Andere anschwärzen (*nippesikatā*)

Nach MNd schlecht machen von anderen Hausleuten, sie wegen Nichtgebens tadeln und kritisieren, damit derjenige, von dem der Mönch eine Gabe erwartet, ihm aus Furcht vor schlechtem Ruf etwas gibt.

5. Immer mehr haben wollen (*labhena lābham nijjimsanatā*)

Durch Erlangen weiter etwas zu erlangen wünschen.

Karl Eugen Neumann übersetzt: „Vorteil um Vorteil erwuchern“.

Es ist die unersättliche Habgier: „Je mehr er hat, je mehr er will, nie schweigen seine Wünsche still“ - das Gegenteil der mönchischen Tugend der genügsamen Zufriedenheit.

Ein Mönch mag diese fünf Arten falscher Lebensführung aus den bereits bei rechter Rede und rechtem Handeln genannten Gründen meiden und dadurch nicht daran behindert sein, zu höheren Welten aufzusteigen. Aber den Heilsweg bis zur



endgültigen Erlösung geht nur derjenige, der die von Wollensflüssen/Einflüssen freie rechte Lebensführung gewonnen hat.

Von Wollensflüssen/Einflüssen freie rechte Lebensführung

*Was aber ist eine rechte Lebensführung, die zum Heilsstand führt, von Wollensflüssen / Einflüssen frei, weltüberwindend ist, die nur auf dem Heilsweg gewonnen wird?*

*Was da, ihr Mönche, bei einem heilsgerichteten Herzen, bei einem von Wollensflüssen / Einflüssen freien Herzen, das sich auf dem Heilsweg befindet und die Glieder des Heilsweges ausbildet, Abneigung Entwickeln ist, Widerwillen Erzeugen, Widerstreben, Sich-Abwenden gegenüber Betrug, gegenüber Beschwatzen, gegenüber Anspielungen, gegenüber Anschwärzen von anderen, gegenüber Habgier: das ist die rechte Lebensführung, die zum Heil führt, die von Wollensflüssen / Einflüssen frei, weltüberwindend ist, die nur auf dem Heilsweg gewonnen wird.*

Aus seiner Sehnsucht nach dem Heil ist es dem Übenden unmöglich, ungehemmt weltlichen Wünschen nachzugeben und gar ihre Erfüllung mit List und Betrug zu betreiben. Sollte ihm ein Gedanke dieser Art aufsteigen, so wendet er sich voll Widerwillen von ihm ab, er ist zufrieden mit dem, was ihm gegeben wird, und widmet sein ganzes Streben der Läuterung. Der Erwachte bzw. Sāriputto schildert die innere Haltung eines solcherart sich Übenden an anderen Stellen (D 33,IV = A IV,28) mit den Worten:

*Da ist, ihr Brüder, ein Mönch zufrieden mit Gewand/Almosenspeise/Obdach und preist das Lob der Zufriedenheit; und um jener Dinge willen beträgt er sich nicht auf-*

*dringlich und ungebührlich. Hat er nichts erhalten, wird er nicht verstört; hat er etwas erhalten, wird er es benützen unverlockt, unverblendet, nicht hingerissen, das Elend sehend, der Entrinnung eingedenk. Und obgleich er mit was immer für Gewand/Almosenspeise/Obdach zufrieden ist, überhebt er sich darum nicht und verachtet keinen anderen.*

*Wer sich nun dabei weise, unermüdlich, klar bewusst, der Wahrheit eingedenk bewährt, der wird, ihr Brüder, ein Mönch geheißen, der treu zur alten, besten Heilstradition steht.*

Der Erwachte gibt ein Gleichnis für die Leichtigkeit, die im Gang der Nachfolge aus dieser Zufriedenheit erwächst (M 51):

*Er ist zufrieden mit dem Gewand, das seinen Leib deckt, mit der Almosenspeise, die sein Leben fristet; wohin er auch pilgert, nur damit versehen pilgert er. Gleichwie da etwa ein beschwingerter Vogel, wohin er auch fliegt, nur mit der Last seiner Federn fliegt, ebenso auch ist der Mönch mit dem Gewand zufrieden, das seinen Leib deckt; mit der Almosenspeise zufrieden, die sein Leben fristet.*

Die Zufriedenheit ist Ergebnis, ist Frucht der Bedürfnislosigkeit, die der Mönch innerlich als wunderbare Leichtigkeit und Erleichterung auf dem Wege schätzen lernt. Wer wenig von der Welt wünscht, weil er sein Wohl aus innerer Helligkeit bezieht, der hat keine Impulse, sich mehr als unbedingt nötig mit dem Außen zu beschäftigen. Die Zufriedenheit mit den Dingen wird so *auf dem Heilsweg gewonnen*.

Die große vierzigfache Wahrheitsdarlegung

Zum Abschluss zeigt der Erwachte noch einmal zusammenfassend den großen Segen, der aus rechter Anschauung her-

vorgeht, und das große Leid, das falsche Anschauung nach sich zieht:

*Da geht denn, ihr Mönche, rechte Anschauung voran. Wie aber geht, ihr Mönche, rechte Anschauung voran?*

*Wer rechte Anschauung erworben hat, der wird*

*1. der Reihe nach erwerben: Rechte Gemütsverfassung, rechte Rede, rechtes Handeln, rechte Lebensführung, rechtes Mühen, rechte Wahrheitsgegenwart/Selbstbeobachtung, rechte Herzenseinigung, rechtes Wissen und rechte Erlösung (10).*

*So wird der Kämpfer durch den Erwerb des achtgliedrigen Heilsweges zu dem mit allen zehn Gliedern ausgerüsteten Geheilten.*

*Da geht denn, ihr Mönche, rechte Anschauung voran. Wie aber geht, ihr Mönche, rechte Anschauung voran? Wer rechte Anschauung hat,*

*2. der hat (dadurch) falsche Anschauung, falsche Gemütsverfassung, falsche Rede, falsches Handeln, falsche Lebensführung, falsches Mühen, falsche Wahrheitsgegenwart/Selbstbeobachtung, falsche Herzenseinigung, falsches Wissen und falsche Erlösung überwunden. (10)*

*3. Der hat (dadurch) auch alle üblen unheilsamen Erscheinungen, die aus falscher Anschauung, falscher Gemütsverfassung, falscher Rede, falschem Handeln, falscher Lebensführung, falschem Mühen, falscher Wahrheitsgegenwart/Selbstbeobachtung, falscher Herzenseinigung, falschem Wissen und falscher Erlösung hervorgehen, überwunden. (10)*

*4. Und aus rechter Anschauung, rechter Gemütsverfassung, rechter Rede, rechtem Handeln, rechter Lebensführung, rechtem Mühen, rechter Wahrheitsgegenwart/Selbstbeobachtung, rechter Herzenseinigung, rechtem Wissen und rechter Erlösung entwi-*

*ckeln sich alle heilsamen Eigenschaften zu vollkommener Reife. (10)*

*So sind das zwanzig Abschnitte über das Heilsame (1 und 4) und zwanzig Abschnitte über das Unheilsame (2 und 3). Damit ist eine große vierzigfache Wahrheitsdarlegung gegeben worden. Sie widerlegen kann kein Asket und kein Priester, kein Gott, kein böser Geist und kein reiner Geist noch irgendwer in der Welt.*

Zu 1: Von der rechten Anschauung vom Heil - und diese hier ist gemeint - sagt der Erwachte: *So wie der Morgendämmerung und der Morgenröte zwangsläufig der Aufgang der Sonne folgt und damit der helle Tag, so auch folgt der heilenden rechten Anschauung ganz sicher und zwangsläufig die vollkommene Überwindung des Leidens, die Befreiung von Vergänglichkeit, von Tod: das Heil, das Nirvāna, das höchste Wohl. (A X,121)* Das bedeutet, dass die heilende rechte Anschauung denjenigen, der sie besitzt, Schritt für Schritt durch die weiteren Stufen des achtgliedrigen Weges hindurchführt, ihn immer weiterzwingt, immer weiter mit sich zieht, bis er durch alle Entwicklungen und Wandlungen hindurch das Heil gewonnen hat.

*Zu 2: Wer rechte Anschauung besitzt, der hat dadurch falsche Anschauung....falsche Erlösung überwunden.*

Ein drastisches Beispiel für falsche Anschauung bis falsches Handeln entnehmen wir der 60. Rede der „Mittleren Sammlung“ „Dogmenfreiheit“, wo es heißt:

*Es gibt, Hausleute, manche Asketen und Priester, die sagen und lehren: „Wenn man übel handelt oder andere zum üblen Handeln veranlasst, wenn man verstümmelt oder andere zum Verstümmeln veranlasst, wenn man foltert oder andere zum Foltern veranlasst, wenn man jemandem Kummer zufügt oder andere veranlasst, jemandem Kummer zuzufügen, wenn man*

*jemanden unterdrückt oder andere veranlasst, jemanden zu unterdrücken, wenn man jemanden einschüchtert oder andere veranlasst, jemanden einzuschüchtern, wenn man Lebewesen tötet, nimmt, was nicht gegeben wurde, in Häuser einbricht, Güter plündert, Einbruchdiebstahl begeht, Wegelagerei begeht, die Frau eines anderen verführt, trügerisch redet: der Täter bewirkt nichts Übles.*

*Wenn man die Lebewesen auf dieser Erde mit einem klingenbesetzten Rad in eine einzige Masse von Fleisch, in einen Klumpen Fleisch verwandeln würde; es hat keine Folgen, es gibt keine üble Ernte üblen Wirkens.*

*Wenn man am Südufer des Ganges entlang ginge und dabei töten und abschlachten, verstümmeln und andere zum Verstümmeln veranlassen, foltern und andere zum Foltern veranlassen würde: es gibt keine Folgen des üblen Wirkens.*

*Wenn man am Nordufer des Ganges entlang ginge und dabei Geschenke überreichen und andere zum Überreichen von Geschenken veranlassen, Gaben darbringen und andere zum Darbringen von Gaben veranlassen würde: es hat keine Folgen, es gibt keine gute Ernte guten Wirkens.*

*Durch Milde, Sanftmut, Selbstverzicht, Wahrhaftigkeit erwirbt man kein Verdienst, hat keine gute Ernte.“*

*Da ist nun, Hausväter, von solchen Asketen und Priestern zu erwarten, dass sie den guten Wandel in Taten, Worten und Gedanken aufgeben und den schlechten Wandel in Taten, Worten und Gedanken annehmen werden.*

*Denn obwohl es ein Folgen schaffendes Handeln gibt, hat ein solcher die Anschauung: „Es gibt keine Ernte des Wirkens.“ Das ist seine falsche Anschauung. Denn obwohl es ein Folgen schaffendes Handeln gibt, denkt er: „Es gibt kein Folgen schaffendes Handeln.“ Das ist seine falsche Gemütsverfassung. Denn obwohl es ein Folgen schaffendes Handeln gibt, redet er: „Es gibt kein Folgen schaffendes Handeln.“ Das ist seine falsche Rede. Denn obwohl es ein Folgen schaffendes Handeln gibt, behauptet er: „Es gibt kein Folgen schaffendes Handeln“; und den Geheilten, die vom Folgen*

*schaffenden Handeln sprechen, denen stellt er sich entgegen. Obwohl es ein Folgen schaffendes Handeln gibt, belehrt er die anderen: „Es gibt kein Folgen schaffendes Handeln.“ Das ist seine unrichtige Belehrung. Und um dieser unrichtigen Belehrung willen brüstet er sich noch und verachtet die anderen. So hat er, was da früher etwa Gutes an ihm war, verworfen und Schlechtes angenommen: das ist falsche Anschauung, falsche Gemütsverfassung, falsche Rede, falsches Handeln.*

Wenn wir das Beispiel für falsche Anschauung bis falsches Handeln noch um das sechste und siebente Glied des achtfältigen falschen Weges erweitern wollen, dann können wir sagen: der Inhaber der falschen Anschauung müht sich seiner falschen Anschauung entsprechend, alle noch vorhandenen Reste rechter Anschauung von dem Wissen um das Karma-gesetz, mit dem die meisten indischen Kinder aufwachsen, in sich auszuroden, sein Denken, Reden und Handeln nach der irrig für richtig gehaltenen Anschauung auszurichten. Dabei setzt er die Selbstbeobachtung ein, ob er auch sein Ziel erreicht. Bei falscher Anschauung sind Mühen und Selbstbeobachtung darum falsch, weil sie auf ein leidbringendes Objekt gerichtet sind.

Falsche Herzenseinigung (8. Glied) und falsche Erlösung (10. Glied) sind falsche Deutungen von vorübergehend erlebtem inneren Frieden. Nach M 105 z.B. haben manche Mönche vor dem Erwachten irrtümlich in falscher Bewertung ihrer Erfahrung die Gewissheit (falsches Wissen - 9. Glied) kundgetan:

*Beendet ist für mich die Kette der Wiedergeburten, vollendet der Reinheitswandel, getan ist was zu tun war. Jetzt gibt es kein Nachher mehr. Das hab ich verstanden.*

Dazu sagt der Erwachte einem Fragenden (M 105):

*Unter den Mönchen, die solches vor mir verkündet haben, sind manche, die nur eben ihre Erfahrung kundgetan haben, sind aber auch manche Mönche, die es irrtümlich in falscher Bewertung ihrer Erfahrung kundgetan haben.*

*Wenn da Mönche nur eben ihr Wissen kundgetan haben, so geschah das mit Recht; bei jenen aber, die es irrtümlich in falscher Bewertung ihrer Erfahrungen erklärt haben, denkt der Vollendete: „Die Wahrheit werde ich ihnen aufzeigen.“ Während nun der Erwachte ihnen die Wahrheit aufzeigt, da kommen einige von ihnen in Blendung befangen heran und stellen dem Erwachten Fragen. In jenen Fällen denkt der Vollendete: „Die Wahrheit werde ich ihnen nicht aufzeigen“ – nämlich dann, wenn er feststellt, dass die Menschen für die Wahrheit nicht offen sind.*

Der Orientale - und auch der abendländische Mensch des Altertums - war sich bewusst, dass die am meisten bedachten Dinge auch stärksten Einfluss auf Herz und Charakter und damit auf das Tun und Lassen und so endlich auf das Schicksal haben; die diesen Zusammenhang kennen, die wissen, dass es nichts Wichtigeres gibt als die Pflege der wahren und richtigen Einsichten, die zu Wohl und Heil führen, und die Vermeidung und Abweisung all der vordergründigen falschen und üblen Urteile und Auffassungen und Parolen, deren Befolgung ins Elend führt.

Einen Menschen, der viel wahre heilsame Einsichten im Gedächtnis hat, vergleicht der Erwachte (A VII,63) mit einem Kämpfer, der „viele Pfeile im Köcher“ hat, d.h. der die üblen („feindlichen“) Gedanken und Vorstellungen sofort durch rechte Einsichten bekämpft und vernichten kann und darum auch entsprechend redet und handelt, sich müht und sich beobachtet. Er ist belehrt über Transzendierungserlebnisse auf dem Heilsweg und kann vorübergehendes vergängliches Wohl nicht überschätzen.

*Zu 3: Wer rechte Anschauung hat, der hat auch alle üblen Erscheinungen, die aus falscher Anschauung ...falscher Erlösung hervorgehen, überwunden.*

Welches sind die üblen Erscheinungen, die aus falscher Anschauung ... falscher Erlösung hervorgehen? Das größte Leid, das aus falscher Anschauung hervorgeht, haben wir bereits aus M 60 zitiert: Wenn einer die Auffassung hat, dass Töten, Quälen, Stehlen usw. keine Folgen für ihn hätte, dann redet und handelt er auch aus dieser Anschauung heraus. Dadurch zieht er sich zu *Lebzeiten den Tadel Verständiger zu*, hat sich aus der Gemeinschaft Rechtdenkender entfernt und gelangt nach dem Tod auf den Abweg, erfährt die Qualen von Hölle und Gespensterreich, hat sich für lange Zeit den Aufstieg verbaut. Wer dagegen rechte Anschauung pflegt, hat die üblen Erscheinungen mit ihren Begleiterscheinungen besiegt.

*Zu 4: Und aus rechter Anschauung bis Erlösung entwickeln sich alle heilsamen Erscheinungen zu vollkommener Reife.* Wer die rechte Anschauung gewonnen hat, z.B. dass der Mensch erntet, was er sät - *von diesen ist zu erwarten*, so sagt der Erwachte (M 60), *dass sie vom üblen Wandel in Taten, Worten und Gedanken, von diesem dreifachen untauglichen Verhalten, abkommen und einen guten Wandel in Taten, Worten und Gedanken, dieses dreifache taugliche Verhalten, annehmen und danach leben werden. Und warum? Es sehen ja diese lieben Asketen und Priester das Elend, die Verschlechterung und Befleckung durch das dreifache untaugliche Verhalten. Und sie sehen den Vorteil, das Wie-leuchtend-Werden (wie Sonne und Mond) durch das taugliche Verhalten, durch das Ablassen von untauglichem Vorgehen.*

Von dem, der durch rechte Anschauung, durch von Wollensflüssen/Einflüssen freie rechte Anschauung in die Heilsanziehung gelangt ist, heißt es, dass die heilsamen Erscheinungen



derart sind, dass er nicht mehr in den untermenschlichen Bereichen - Hölle, Tierheit, Gespensterreich - wiedergeboren werden kann. Er hat also qualitativ nur noch wenig Leiden vor sich, und auch quantitativ ist das Leiden sehr beschränkt. Er kann nämlich nur noch höchstens siebenmal wiedergeboren werden, nicht aber noch ein achttes Dasein erleben (Sn 230); spätestens aus der siebenten Daseinsform wird er dann endgültig das Ungewordene, Todlose, das Nirvāna erreichen; so stark ist sein Anblick der Wirklichkeit.

In immer neuen Variationen beschreibt der Erwachte das unsagbare Glück, das beseligte Aufatmen, das der Stromeingetretene durch seine rechte Anschauung und daraus hervorgehende innere Befriedung gewonnen hat. Die Sicherheit und das Wohl, das zunimmt und schließlich zum unverletzbaren Wohl führt, sind unvorstellbar, alles Verdienst der Welt geht unweigerlich wieder verloren, aber *was der Stromeingetretene gewinnt, führt zu immer noch Besserem ohne Rückfall und Verlust. (S 55,41)* Das sind *die heilsamen Erscheinungen, die bei demjenigen, der rechte Anschauung gewonnen hat, sich zu vollkommener Reife entwickeln.*

Diese von der rechten Anschauung ausgehende planmäßig durchgeführte vierzigfache Reinigung mit dem Ergebnis des heilenden Herzensfriedens und die damit verbundene Minderung bis Aufhebung des Leidens kann kein Mensch oder Gott oder Geist verhindern oder zunichte machen. Kein Wesen der Welt kann Stichhaltiges dagegen vorbringen, sie ist ein gesetzmäßiges Ergebnis der rechten Anschauung:

*Wer auch von den Asketen und Priestern dieser großen vierzigfachen Wahrheitsdarlegung glaubt entgentreten zu sollen, der würde sich schon zu Lebzeiten in zehnfacher Weise auf einem in die Irre führenden Weg befinden. Man müsste ihm sagen: „Wenn der Ehrwürdige rechte Anschauung tadelt, dann sind es*

*Asketen und Brahmanen mit falscher Anschauung, denen er Achtung und Verehrung darbringt. Tadelt er rechte Gemütsverfassung, rechte Rede, rechtes Handeln, rechte Lebensführung, rechtes Mühen, rechte Wahrheitsgegenwart/Selbstbeobachtung, rechte Herzeneinigung, rechtes Wissen und rechte Erlösung, dann sind es falsch Gesinnte, falsch Redende, falsch Handelnde, falscher Lebensführung Ergebene, falsch Bemühte, falscher Wahrheitsgegenwart/Beobachtung Ergebene, falscher Einigung Ergebene, falsch wissende, falsch erlöste Asketen und Priester, denen er Achtung und Verehrung darbringt.“*

*Wer auch immer unter den Asketen und Priestern dieser großen vierzigfachen Wahrheitsdarlegung glaubt entgetreten zu sollen, der würde sich schon zu Lebzeiten in dieser zehnfachen Weise auf einem in die Irre führenden Weg befinden. Nicht einmal jene Pilger, die sich keiner Schulung unterworfen haben, die nur Redner der Regenzeit sind, die den Zusammenhang von Ursache und Wirkung, von Saat und Ernte nicht beachten, die nichts gelten lassen, nicht einmal diese wagen es, dieser großen vierzigfachen Wahrheitsdarlegung entgegenzutreten. Und warum nicht? Um nicht Unwillen, Befremden und Ärger bei den anderen zu erregen. –*

*So sprach der Erhabene. Erhoben und beglückt waren jene Mönche über das Wort des Erhabenen.*

BEOBACHTUNG DER EIN- UND AUSATMUNG  
118. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

(Gleicher Wortlaut in A X,60 und M 62.  
Näher erklärt in A X,60, letzte Übung)

Der Erhabene sah an einem Vollmondtag über die versammelte Mönchsgemeinde und sagte: Diese Mönchsgemeinde ist höchstes Verdienstfeld der Welt. Unter diesen Mönchen sind Geheilte, Nichtwiederkehrer, Einmalwiederkehrer, Stromeingetretene; solche, die sich angejocht haben an die vier Pfeiler der Selbstbeobachtung, an die vier Kämpfe, an die vier Grundlagen der Geistesmacht, an die fünf Heilskräfte und fünf verstärkten Heilskräfte, an die sieben Erweckungen, an den achtgliedrigen Heilsweg, an die vier Strahlungen, an die Ausbildung der Wahrnehmung der Unschönheit, der Unbeständigkeit, an die Beobachtung der Ein- und Ausatmung.

Die Beobachtung des Atems ist von großer Frucht und großem Nutzen (vorbereitende Übungen dazu s. die in M 62 und A X,60 gegebenen Betrachtungen), sie lässt die vier Pfeiler der Beobachtung zustande kommen, die vier Pfeiler der Beobachtung lassen die sieben Erwachungsglieder zustande kommen, die sieben Erwachungsglieder lassen Wissen und Erlösung zustande kommen.

Aufmerksam beobachtend atmet er ein und aus, weiß, wenn er tief oder kurz ein- und ausatmet. (S. M 10 und M 119)

Beobachtung des Körpers: Den ganzen Körper empfindend – die körperliche Bewegtheit beruhigend, will ich ein- und ausatmen.

Beobachtung des Gefühls: Beglückung empfindend – Wohl empfindend – die Herzensbewegtheit (das Auf- und Absteigen von Gefühl und Wahrnehmung) empfindend – beruhigend –, will ich ein- und ausatmen.

Beobachtung des Herzens: Das Herz empfindend – das Herz von Freude erfüllt – das Herz einigend – das Herz befreiend, will ich ein- und ausatmen.

Die Beobachtung der Erscheinungen: Die Unbeständigkeit beobachtend – die Reizfreiheit beobachtend – die Ausrodung beobachtend – die Abgelöstheit beobachtend, will ich ein- und ausatmen.

So kommen die sieben Erwachungsglieder zustande: Beobachtung/Wahrheitsgegenwart, Ergründung der Wahrheit, Tatkraft, geistige Beglückung bis Entzückung, Stillwerden der Sinnesdränge, Herzenseinigung, Gleichmut, die in der Abgeschiedenheit wurzeln, in der Triebfreiheit wurzeln, in der Ausrodung wurzeln und einmünden in reif gewordenes Loslassen. So kommen Weisheit und Erlösung zustande.

**Die Lehrreden aus der  
Mittleren Sammlung**

**119 – 152**

**ausführlich erklärt  
von Paul Debes**

**Band 7**

**Herausgeber  
Buddhistisches Seminar 95463 Bindlach**

5889

## Inhaltsverzeichnis

M 119	Auf den Körper gerichtete Beobachtung .....	5892
M 120	Wiedergeburt je nach dem Anstreben .....	5977
M 121	Die kürzere Rede über Leerheit .....	6033
M 122	Die längere Rede über Leerheit .....	6061
M 123	Wunderbare, erstaunliche Eigenschaften .....	6090
M 124	Bakkulo .....	6091
M 125	Die Stadien der Zähmung .....	6092
M 126	Bhūmijo .....	6155
M 127	Anuruddho .....	6172
M 128	Die Lehrrede von den Befleckungen .....	6174
M 129	Der Tor und der Weise .....	6206
M 130	Die Götterboten .....	6206
M 131	Einzig von innerem Wohl beglückt .....	6277
M 132	Einzig von innerem Wohl beglückt – Ānando .....	6278
M 133	Einzig von innerem Wohl beglückt – Mahākaccāno .....	6279
M 134	Einzig von innerem Wohl beglückt – Lomasakangiyo .....	6281
M 135	Karma-Erläuterungen .....	6282
M 136	Die längere Darlegung von den Folgen des Wirkens .....	6340
M 137	Die Darlegung der sechs Süchte .....	6380
M 138	Kurze Darlegung .....	6449
M 139	Die Darlegung über Frieden schaffendes Wirken .....	6519
M 140	Die Darlegung der sechs Gegebenheiten .....	6556
M 141	Erklärung der vier Heilswahrheiten .....	6604
M 142	Ausführungen über das Spenden .....	6687
M 143	Das Gespräch mit Anāthapindiko .....	6691
M 144	Channo .....	6736
M 145	Punnos Unterweisung .....	6748
M 146	Unbeständig - leidvoll - nicht ich .....	6750
M 147	Die drei Daseinsmerkmale .....	6797
M 148	Sechs Sechsheiten .....	6847

M 149	Der großartige Gewinn durch Durchschauung der Sechsheit.....	6902
M 150	Die Rede an die Nagaravinder.....	6924
M 151	Die Reinigung der Almosenspeise .....	6938
M 152	Macht über die Sinnesdränge .....	6939

AUF DEN KÖRPER GERICHTETE BEOBACHTUNG  
119. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Auf den Körper gerichtete Beobachtung ist die erste Übung von vier Satipatthāna-Übungen (K.E. Neumann übersetzt „Vier Pfeiler der Einsicht“); sie machen die 7. Stufe des achtgliedrigen Heilswegs aus, und an sie knüpft der Erwachte hohe Verheißungen. Der Erwachte sagt, dass der Übende sein Gemüt an diese vier Pfeiler der Selbstbeobachtung anbindet und nicht locker lässt, so wie etwa ein Elefant an einen Pfahl angebunden ist und nicht von ihm fortkommt (M 125). Damit ist gemeint, dass der Mönch, der Satipatthāna übt, keinen anderen Gedanken hat als lediglich die Beobachtung der betreffenden Objekte. Er ist in der Lage, ununterbrochen auf dem Standort (*thāna*) der Beobachtung (*sati*) zu stehen, die Beobachtung, Satipatthāna, konzentriert durchzuhalten. Der Erwachte sagt, dass ebenso wie der Elefant, wenn er nur lang genug an den Pfahl angebunden ist und währenddessen auch sonst von dem Elefantenzüchter richtig behandelt wird, eben dadurch *seine waldgewohnten Erinnerungen und Sehnsüchte, seine waldgewohnte Angst, Unlust und Leidenschaft verliert* – ganz ebenso auch verliert der Mönch, wenn er lange genug seinem Gemüt nichts anderes anbietet und sich mit nichts anderem beschäftigt als mit jenen vier Dingen der Beobachtung, sein *hausgewohntes Verhalten, die hausgewohnten Erinnerungen und Sehnsüchte, hausgewohnte Angst, Unlust und Leidenschaft* und verwirklicht die Versiegung aller Wollensflüsse und Einflüsse.

Die Voraussetzungen für die Satipatthāna-Übungen

Die Mönche zur Zeit des Erwachten, die unter der Anleitung des Erwachten standen und zu deren Zeiten die weltlosen Entwürfungen eine nicht nur bekannte, sondern eine von fast allen in der Läuterung fortgeschrittenen Mönchen erlebte Erfahrung war, wussten es entweder aus Belehrung, aus eigener Erfah-



rung oder aus der Erfahrung ihrer fortgeschrittenen Mitbrüder: Die Satipatthāna-Übungen, so wie der Erwachte sie beschrieben hat, werden dann durchgeführt, wenn man sie durchführen kann, weil man *sati* in ausreichendem Maße erworben hat. *Sati*, das ist das von allem Außen, von aller Weltlichkeit völlig abgezogene Beobachten, das Eingedenksein der Vorgänge am Körper, bei den Gefühlen, beim Herzen und bei den Erscheinungen. Und dazu ist man fähig, wenn man

1. die heilende rechte Anschauung über den Samsāra und die Wandelbarkeit und Wesenlosigkeit aller Erscheinungen erworben hat;
2. durch Übung in Tugend und in brüderlich-schwesterlicher Gesinnung im Gemüt hell geworden ist;
3. immer gesammelter, selbstständiger und von der Welt unabhängiger geworden ist.

Kurz gesagt: Die 7. Stufe des achtgliedrigen Heilswegs, Satipatthāna, setzt die anderen sechs Stufen des Heilsweges voraus.

1. Stufe des Heilswegs:  
die heilende rechte Anschauung –  
die Durchschauung der fünf Zusammenhäufungen

Die erste Stufe, die heilende rechte Anschauung, ist die Erkenntnis der vier Heilswahrheiten, und die erste Heilswahrheit hat zum Inhalt die Durchschauung der fünf Zusammenhäufungen mit ihren Merkmalen „unbeständig, leidvoll, nicht-ich“. Der Erwachte sagt in der Erläuterung der ersten Heilswahrheit:

*Geborenwerden, Altern, Sterben sind Leiden.* (Leiden an der ersten Zusammenhäufung, der Form, also sowohl am Körper wie an der als außen erfahrenen Form).

*Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung sind Leiden* (Leiden an der zweiten Zusammenhäufung, am Gefühl).

Mit Unliebem vereint, von Liebem getrennt sein ist Leiden (Leiden an der dritten Zusammenhäufung, der Wahrnehmung).

*Was man wünscht, ersehnt, begehrt, nicht erlangen, ist Leiden* (Leiden an der vierten und fünften Zusammenhäufung, den Aktivitäten im Denken, Reden und Handeln und an der programmierten Wohlerfassungssuche).

*Kurz gesagt: die fünf Zusammenhäufungen sind Leiden.* (D 22)

Bei jeder einzelnen der fünf Zusammenhäufungen ist zu sehen, dass sie in rieselnder Veränderung besteht, und alle Fünf bestehen in einem voneinander abhängigen rasanten, ständig seinen Rhythmus wechselnden Ablauf: eins bedingt das andere – ein Zusammenspiel, das unabhängig von unserem Willen abläuft nach angewöhnten Automatismen:

Bei der Berührung der zum Ich gezählten Form, des Körpers, mit Form, die als „außen“ erfahren wird (1.Zusammenhäufung), werden die Triebe im Körper berührt und äußern ihre Anziehung oder Abstoßung mit Gefühl (2.Zusammenhäufung), was als gefühlsbesetzte Wahrnehmung (3.Zusammenhäufung) in den Geist eingetragen wird. Diese Eintragungen von Formen und Gefühlen geschehen in ständig wechselnder Folge, auf die reagiert wird (4.Zusammenhäufung); zum Beispiel reagiert ein Mensch, der ein altes Auto besitzt, auf den Anblick eines neuen Autos mit erfreutem oder neidischem Denken, Reden oder Handeln, was oft als bereits im Geist programmiertes Assoziations- und Verhaltensschema abläuft (5.Zusammenhäufung).

Je mehr der Mensch ergreifend da hinein verwoben ist, um so mehr empfindet er den ständigen Entstehens-Vergehens-Fluss als zu sich gehörig und ist leidvoll betroffen über Veränderungen, die den Trieben zuwiderlaufen, erkennt nicht die bedingte, unabhängig von seinen Wünschen automatisch ablaufende Geschobenheit – eben die Nicht-Ichheit, Nicht-Meinheit des Ablaufs der fünf Zusammenhäufungen.

Unter dem Einfluss der Unterweisung des Erwachten ist es dem Nachfolger möglich, im Anblick der Unbeständigkeit, Leidhaftigkeit, Nicht-Ichheit der fünf Zusammenhäufungen diese für kurze Zeit loszulassen und dadurch einen kurzen

Einblick in den Zustand der Freiheit von ihnen zu gewinnen, in den Zustand der Todlosigkeit. Wenn durch die vorübergehende Abwesenheit aller Bedürftigkeit Wohl durch den Anblick der Unabhängigkeit erlebt wird, dann wird dieses in den Geist so eingepreßt, dass ein unauflösbarer Zug entsteht, dieses Wohl für immer zu gewinnen. Damit ist die vom Geist gelenkte programmierte Wohlerfahrungssuche auf den Heilsstand gerichtet. Der Nachfolger ist eingetreten (*patto*) in diesen anziehenden mitreißenden Strom (*sota*) und hat so die *sotā-patti* erreicht, ist ein *sotāpanno*, ein in die Heilsanziehung Gelangter, ein Stromeingetretener, d.h. dass je nach der Intensität seines Einsatzes nach spätestens sieben Leben der Stand des Heils, das Nirvāna, endgültig erlangt ist.

Diese Wirkung der Belehrung durch einen vollkommen Erwachten und durch den eigenen unbefangenen Blick auf die fünf Zusammenhäufungen ist in den Lehrreden oft beschrieben (M 56, 74 u.a.):

*Wie ein reines Kleid, von Flecken gesäubert, vollkommen die Färbung annehmen mag, ebenso ging da X..., während er noch dasaß, das reizfreie, ungetrübte Auge der Wahrheit auf: „Was irgend auch entstanden ist, muss alles wieder untergehen.“*

*Und X..., der die Wahrheit gesehen, die Wahrheit gefasst, die Wahrheit erkannt, die Wahrheit ergründet hatte, der Daseinsunsicherheit entronnen, ohne Zweifel, in sich selber gewiss, auf keinen anderen gestützt im Orden des Meisters....*

Mit diesen Worten ist ausgedrückt, dass Zuhörer des Erwachten, die durchaus nicht frei von sinnlichem Begehren waren, durch seine die besten Herzenskräfte weckenden Darlegungen für kurze Zeit das Begehren beiseite drängen konnten und kurzfristig von der Hemmung durch Wahn und von Herzensbefleckungen frei werden konnten, rein wie ein fleckenloses Kleid, und daher im Anblick des Entstehens und Vergehens der Erscheinungen den Ich-Gedanken aufgeben konnten.

Der Stromeingetretene weiß nun: „Das Ergreifen der fünf Zusammenhäufungen, auch höchster seligster Wahrnehmungen, bietet keinen Halt. Solange Ergreifen ist, ist Unbeständigkeit, Unsicherheit.“ Der Pfeil der Erkenntnis, von dem er weiß: „Das war der höchste Anblick, den ich je hatte“, hat ihm in aller Deutlichkeit alles Zerbrechliche, Vergängliche als zerbrechlich, vergänglich vor Augen geführt, so dass er bei klarer Überlegung nichts mehr als beständig ansehen kann. Er hat dies Wissen so stark wie einen Stachel bei sich, so dass er bei allem Ergreifen weiß: „Ergreifen ist nicht richtig, da es ins Leiden führt.“ So geht von diesem Anblick eine dauernde negative Bewertung aller unbeständigen Dinge aus.

2. Stufe des achtgliedrigen Heilswegs:  
Erhellung der Gesinnung und 3.-5. Stufe des  
achtgliedrigen Heilswegs: die Tugenden  
führen zur Vertiefung

Mit der geistigen Entwertung der fünf Zusammenhäufungen ist aber noch nicht die gefühlsmäßige, gemütsmäßige Bindung an sie, an den Körper und die durch ihn möglichen Sinneserfahrungen, der Drang nach Gefühlsbefriedigung aufgelöst. Dieser Mensch hat zwar deutlich und endgültig begriffen, dass seine gesamten Eindrücke von angenehmen oder unangenehmen Dingen, von Schicksalsschlägen, bevorstehendem Sterben und dergleichen nur ein Erzeugnis der Triebe sind, die im Geist die Täuschung eines der Welt ausgelieferten Ich hervorgerufen und dass er über diesen Wahn ganz hinaussteigen kann – aber seine gesamten Lebensgewohnheiten rollen noch mit fast der alten Wucht in fast der alten Weise. Seine rechte Anschauung wird durch die Gefühlsbesetzung und damit Aufdringlichkeit der Wahrnehmung immer wieder gestört. Das gewohnte Angehen der Dinge: „Da ist das Angenehme, da das Unangenehme“ reißt ihn fort von dem Wahrheitsanblick.

Dennoch kann die alte Reaktionsweise nicht mehr so geläufig wie früher geschehen. Sie ist von einem kaum hörbaren

mahnenden Raunen seiner Erinnerung an seine Durchschauung begleitet, oder sie meldet sich im Nachhinein, und in stilleren Besinnungszeiten strebt ein solcher an, sich den einmal endgültig erworbenen Anblick wieder zu holen. In diesem Bemühen erkennt er, wie er im Lauf des Tages wieder in alter Weise dahingerollt war, und so verstärkt er die Einsicht in die Leidhaftigkeit der fünf Zusammenhäufungen.

Diese Erkenntnis ist, wie wenn ein Same in fruchtbare Erde gelegt, nur eben das erste Würzelchen geschlagen hätte: noch ist „oberhalb der Erde“ (im Verhalten des Menschen) kaum eine Veränderung zu sehen. Aber der Kenner der Lehre weiß durch die Kenntnis der vierten Heilswahrheit (1. Stufe des Heilswegs), dass er beim Abschichten des Übels schrittweise vorgehen muss und in welcher Reihenfolge die Triebe abzuschichten sind. In diesem Zusammenhang sei an das schöne Wort von *Wilhelm Raabe* erinnert: *Sieh nach den Sternen und hab Acht auf die Gassen*: „*Sieh nach den Sternen*“ hätte hier die Bedeutung: „Behalte das Heil, die unverletzliche Sicherheit, im Auge“ und „*hab Acht auf die Gassen*“ bedeutet danach: „Du bist noch nicht bei den Sternen, im Heil, du steckst noch in deinen Trieben. Diese sind Schritt für Schritt abzuschichten.“

Von seinem Herzen her befindet sich der Sinnendinge Begehrende in einer finsternen Höhle, und da sind alle Begegnungserlebnisse, wodurch Begehungen befriedigt werden, zu vergleichen mit einem kurzen Streichholzlicht, das für einen Augenblick Helligkeit schafft. Ohne die tausend sinnlichen Befriedigungen fühlt sich der Begehrende wie in der dunklen, kalten Höhle. In seiner gesamten Belehrung zeigt der Erwachte, dass der Mensch, je dumpfer, dunkler und bitterer sein eigener Zustand ist, um so mehr draußen jagt, um durch die tausend Begegnungen Ablenkung zu erleben – und möglichst erfreuliche. Da empfehlen nun der Buddha und ebenso Jesus die Übung in der Nächstenliebe, in der Sanftmut (2. Stufe des Heilswegs) und in der Tugend (3.-5. Stufe des Heilswegs). Diese Übungen, wenn sie über Jahre und Jahre unbeirrt durch-

geführt werden, sind zu vergleichen mit dem Mann, der sich in der Höhle vorwärts tastet und sich einem Schacht nähert, der nach oben führt in die helle Natur. Je näher er dem Schacht kommt, um so mehr gelangt er aus seiner tiefen Dunkelheit in eine allmähliche Dämmerung, bis er unter die Schachttöffnung gelangt, wo das helle Licht von oben hereinbricht. Das ist die Erhellung des Herzens und Gemüts. So wie solch ein Mensch kein Streichholzlicht mehr braucht, so braucht einer, dessen Herz hell geworden ist, nicht mehr die sinnlichen Sensationen. Er hat nun einen inneren hellen, warmen Klang entdeckt, er erspürt, was an diesem Klima wohltuend und gut und was noch übel, kalt und dunkel ist. In diesem Sinn sagt z.B. *Meister Eckehart*:

*Wer Geduld hat und den Weg in rechter Weise beschreitet,  
der findet in der Tugend und in der Herzensläuterung  
genug an Honig und Süße, um mit dieser Wegzehrung  
Traurigkeit und Trägheit zu überwinden.*

und *Schopenhauer*:

*Moralische Trefflichkeit beglückt unmittelbar,  
indem sie tiefen Frieden des Innern  
und beruhigte Stimmung gibt.*

Durch diese Entwicklung seines inneren Lebens beginnt der Nachfolger zu erfahren, dass alle durch die Sinne erfahrbaren äußeren Erlebnisse und Ereignisse, die früher seinen ganzen Lebensinhalt ausmachten, jetzt nicht mehr das Ganze sind, sondern nur den unruhigen, unzuverlässigen Teil seines Erlebens bilden, während die entdeckte innere Herzenshelligkeit und die Tugend innere Ruhe geben. Diese Entwicklung wird in der Läuterungspraxis der verschiedenen Kulturen die *Entwicklung zur Abgeschlossenheit* genannt, und sie gilt als der Umbruch und die Umstellung des Menschen von außen nach innen, von der Welt-Erscheinung zum inneren Erleben. Ein

solcher arbeitet um so gesammelter und wachsamer an der weiteren Reinigung, wie mit der 6. Stufe des achtstufigen Weges beschrieben:

Die 6. Stufe des achtgliedrigen Heilswegs,  
die vier Großen Kämpfe,  
sind die unmittelbare Voraussetzung  
für die Satipatthāna-Übung

Das sechste Glied des achtgliedrigen Heilswegs, die vier Großen Kämpfe, bildet nach M 44 „das Rüstzeug“, d.h. die Ausrüstung, die unmittelbare Voraussetzung für Satipatthāna, das 7.Glied des achtgliedrigen Weges. Die vier Großen Kämpfe sind vier bestimmte Kampfesweisen:

1. Die Vermeidung sinnlicher Gedanken durch Zurückhaltung der Sinnesdränge (Sinnenzügelung),
2. Bekämpfung aufgestiegener übler Gedanken<sup>199</sup>,
3. Erzeugung unaufgestiegener heilsamer Gedanken und Gesinnungen,
4. bei eingetretener, aufgestiegener, also anwesender heller Verfassung und innerer Gestilltheit durch Zurücktreten von Sinnensucht, Antipathie bis Hass und Rücksichtslosigkeit Helligkeit, Beruhigung und Abgelöstheit des Herzens empfinden und pflegen.

Durch das Üben dieser vier Kämpfe wird alle auf die Welt gerichtete Aufmerksamkeit entlassen und der Geist ausgerichtet auf das Freisein von weltlichem Begehren, auf Ich-Du-Gleichheit, auf Teilnahme und Mitempfinden. Mit dieser Entwicklung erst kann Satipatthāna fruchtbar geübt werden: *nach Hinwegführung weltlichen Begehrens und Bekümmerns*, wie es in der Einleitung zur Satipatthāna-Übung heißt.

---

<sup>199</sup> Antipathie- bis Hass-Gedanken, Gedanken der Rücksichtslosigkeit, des Verletzenwollens, der Gewaltsamkeit

*Nach Hinwegführung weltlichen Begehrens  
und Bekümmerns ist Satipatthāna zu üben*

Der Erwachte leitet die Beobachtung des Körpers ein mit den Worten (M 10):

*Da bleibt, ihr Mönche, der Mönch beim Körper in der fortgesetzten Beobachtung des Körperlichen, unermüdlich, klar bewusst beobachtend, nach Hinwegführung weltlichen Begehrens und weltlichen Bekümmerns.*

Bei einem hellen Herzen ist weltliches Begehren zurückgetreten, in den Hintergrund getreten. Aus erhelltem, beruhigtem Gemüt wird Wohl bezogen. Ein solcher wird in seiner Absicht, unabgelenkt zu beobachten, nicht von weltlichem Begehren und weltlichen Sorgen behindert, gehemmt, wie es jedem normalen, in weltliche Wünsche und Sehnsüchte verstrickten Menschen geht, dem, wenn er ruhig beobachten will, Gedanken an Begehrensdinge und weltliche Angelegenheiten, die ihm Sorge machen, durch den Kopf wirbeln und ihn daran hindern, seine Beobachtung durchzuführen.

Der Erwachte nennt zehn Verstrickungen, in die der normale Mensch verstrickt ist. Aber diese zehn Verstrickungen, von denen weltliches Begehren die vierte ist <sup>200</sup>, sind keine stählerne Fesseln, sondern sind elastisch und dehnbar. Die von ihnen ausgehenden Hemmungen können für einige Zeit aufgehoben werden, wie wenn man trotz der Hemmung durch Gummiseile, mit welchen man gebunden wäre, sich doch zur Tür hinausbewegte, die Hemmung also überwände. Wird Wohl vorwiegend aus Herzenshelligkeit bezogen und ist weltliches Begehren (4. Verstrickung) mit den Gedanken an mögliche Erfüllung zurückgetreten, dann erfährt der Übende unbehinderten, ungehemmten Durchblick. Die Hemmung durch

---

<sup>200</sup> Die ersten drei Verstrickungen, Glaube an ein Ich, Daseinsbangnis und die Tugend überschätzen, sind aufgehoben durch die Durchschauung der fünf Zusammenhäufungen als unbeständig, leidvoll, nicht-ich.



weltliches Begehren und Sorgen ist hinweggeführt (*vineyya* – wörtlich fortgeführt habend – *loke abhijjha-domanassam*), so dass der Übende, wie es bei jeder Satipatthāna-Übung heißt, *an nichts gebunden verweilt und nichts in der Welt ergreift*.

Um die Hinwegführung der Hemmung „weltliches Begehren“, um das Zurückgetretensein des Begehrens, womit zwangsläufig auch alles Sorgen, alle Bekümmernis, entfällt, geht es bei der Inangriffnahme der Satipatthāna-Übung. Wenn die Satipatthāna-Übung gelingt, also der Körper, die Gefühle, das Herz, die sonstigen Erscheinungen als Objekte beobachtet werden und durch diese Entfremdung der Ich-Bezug, die Ich-Empfindung herausgenommen worden ist, dann sind die Verstrickungen und damit weltliches Begehren und Sorgen vom Grund her abgeschwächt bis aufgehoben, wie es am Ende von M 118 heißt: *und wie Begehren und Bekümmern überwunden ist (pahāna), hat er mit Weisheit gesehen, und gut beobachtet er es*.

Die Satipatthāna-Übung ist also zu beginnen, wenn die Hemmung weltliches Begehren nicht besteht, und das Ergebnis der Satipatthāna-Übung ist die Abschwächung bis Aufhebung der Verstrickung weltliches Begehren.<sup>201</sup>

---

<sup>201</sup> Insofern sind beide grammatischen Möglichkeiten der Übersetzung von *vineyya loke abhijjha-domanassam* vom Sinn her zutreffend:

*vineyya* = Gerundium: (die Hemmung weltliches Begehren) hinweggeführt habend, „nach Verwindung weltlichen Begehrens und Bekümmerns“, wie K.E.Neumann übersetzt, und

*vineyya* = Gerundivum: um (die Verstrickung) weltliches Begehren zu überwinden, „zur Verwindung“, wie Dahlke, Nyānaponika und Bodhi übersetzen.

## Die Einleitung der Lehrrede

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Sāvattḥī, im Siegerwald, im Garten Anāthapindikos. Als nun manche der Mönche nach dem Mahl, vom Almosengang zurückgekehrt, in der Versammlungshalle sich eingefunden hatten, kam unter ihnen die Rede auf: „Erstaunlich, ihr Brüder, außerordentlich ist es, ihr Brüder, wie sehr da von dem Erhabenen, dem Kenner, dem Seher, dem Geheilten, vollkommen Erwachten auf den Körper gerichtete Beobachtung, wenn sie entfaltet und geübt wird, als hochlohnend, hochförderlich gepriesen wurde.“*

*Bald aber, nachdem dieses Gespräch der Mönche untereinander begonnen hatte, kam der Erhabene gegen Abend, nach Aufhebung der Gedenkensruhe, zur Versammlungshalle und nahm, dort angelangt, auf dem angebotenen Sitz Platz. Da wandte sich denn der Erhabene an die Mönche:*

*Zu welchem Gespräch, ihr Mönche, seid ihr jetzt hier zusammengekommen, und wobei habt ihr euch eben unterbrochen? –*

*Als wir uns da, o Herr, nach dem Mahl, vom Almosengang zurückgekehrt, in der Versammlungshalle eingefunden hatten, kam unter uns die Rede auf: „Erstaunlich, ihr Brüder, außerordentlich ist es, ihr Brüder, wie sehr da von dem Erhabenen, dem Kenner, dem Seher, dem Geheilten, vollkommen Erwachten auf den Körper gerichtete Beobachtung, wenn sie entfaltet und geübt wird, als hochlohnend, hochförderlich gepriesen wurde.“ Das war, o Herr, das Gespräch unter uns, das wir unterbrachen, als der Erhabene ankam. –*

Diese Lehrrede scheint der Erwachte in der Anfangszeit des Ordens gesprochen zu haben, weil es heißt, dass die Mönche sich abends nach dem Almosengang versammeln. Später hat der Erwachte die Regel erlassen, dass die Mönche nur einmal am Tag, vormittags, auf Almosengang gehen sollen.

Die Mönche sprechen also darüber, was sie am Tag vom Erwachten gehört haben. Wir kennen es ja auch von uns, dass hinterher noch über das, was ein Redner gesagt und was die Hörer dabei bewegt hat, diskutiert wird. Diese Mönche nun sprechen über die hohen Ergebnisse der Satipathāna-Übung, und der hinzugekommene Erwachte erklärt die erste Übung, die Körper-Beobachtung, nun im Einzelnen.

### Beobachtung und Beruhigung des Atems

*Wie aber wird, ihr Mönche, auf den Körper gerichtete Beobachtung erzeugt und entfaltet, damit sie hohen Lohn, hohe Förderung bringt?*

*Da begibt sich, ihr Mönche, der Mönch ins Innere des Waldes oder unter einen großen Baum oder in eine leere Klausur, setzt sich mit verschränkten Beinen nieder, den Körper gerade aufgerichtet und richtet die Beobachtung auf Mund und Nase.<sup>202</sup>*

*Beobachtend atmet er ein; beobachtend atmet er aus. Atmet er tief ein, so weiß er: „Ich atme tief ein“; atmet er tief aus, so weiß er: „Ich atme tief aus“; atmet er kurz ein, so weiß er: „Ich atme kurz ein“; atmet er kurz aus, so weiß er: „Ich atme kurz aus“, „Den ganzen Körper empfindend, will ich einatmen“, so übt er sich. „Den ganzen Körper empfindend, will ich ausatmen“, so übt er sich. „Die körperliche Bewegtheit beruhigend, will ich einatmen“, „Die körperliche Bewegtheit beruhigend, will ich ausatmen“, so übt er sich.*

---

<sup>202</sup> *parimukha*, wörtlich „um die (Körper-)Öffnungen (Mund,Nase) herum“

*Während er so ernsthaft bemüht ist, eifrig, unermüdlich verweilt, schwinden ihm die hausgewohnten Erinnerungen, und weil sie geschwunden sind, ist das Herz in sich still, beruhigt, geeint und friedvoll. So übt, ihr Mönche, der Mönch auf den Körper gerichtete Beobachtung.*

Der Mönch begibt sich an einen stillen, abgelegenen Ort, an dem weder seine Augen noch seine Ohren, noch seine Nase abgelenkt werden. Er setzt sich mit verschränkten Beinen nieder, den Körper gerade aufgerichtet und richtet die Aufmerksamkeit auf den Luftstrom, der in die Nase ein- und austritt, bzw. aus dem Mund wieder austritt.

Warum soll er die Beine verschränken und den Körper gerade aufrichten? Der Erwachte empfiehlt den Sitz mit verschränkten Beinen und gerade aufgerichtetem Körper nur an ganz wenigen Stellen in den Lehrreden und immer nur dann, wenn es sich um die höheren Übungen handelt, die in der Nähe des *samādhi* liegen, insbesondere der weltlosen Entrückungen, des seligen Vergessens von Welt und Ich. Wenn man aber seinen Leib vergisst, dann könnte er umfallen und Schaden nehmen. Darum muss er vorher so stabil gegründet werden, dass er nicht umfällt. So wird durch die verschränkten Beine eine breite Grundlage geschaffen wie bei einer Pyramide und durch die gerade Aufrichtung des Körpers jene Senkrechte, die ohne einen äußeren Anstoß nicht umfallen kann. So erleichtert diese Sitzweise die stille Beobachtung und auch den Eintritt in die weltlose Entrückung, aber sie ist keine unerlässliche Voraussetzung dafür, da erwiesen ist, dass beides auch in anderer Sitzweise möglich ist.

Nun werden drei verschiedene Übungen beschrieben, deren jede eine Stufe für sich ist und ihre Bedeutung hat. Zuerst wird der Atem beobachtet, wobei man nur feststellt, ob dies ein tiefer Atemzug oder ein flacher Atemzug ist.

Indem der Mönch so seine Aufmerksamkeit nur auf den Atem richtet, den Atem beobachtet und dabei die weltlichen Dinge mehr und mehr vergisst, da entdeckt er für sich den Leib in ganz anderer als der bisherigen Weise. Immer deutlicher dringen in sein Bewusstsein die mehr oder weniger gleichmäßigen Atemzüge, der Rhythmus des Einatmens und Ausatmens. Er merkt immer deutlicher die Anwesenheit jener Dampfmaschine, die da einpumpt und auspumpt.

Nachdem der Mönch diese Beobachtung durchgeführt hat und dadurch schon fähiger im Beobachten geworden ist und den Leib schon mehr entdeckt hat, da achtet er auf die Wirkungen des Ein- und Ausatmens. Immer mehr merkt er die Wandlungen beim Lungenbalg, der auseinandergeht und zusammenschrumpft – in ständigem Wechsel. Er merkt, wie die Rippen sich heben und sich senken, wie der Brustkorb weiter und enger wird, wie der Bauch voller und leerer wird, wie durch Weiten der Lunge manche Organe verdrängt werden, die wiederum andere Organe verdrängen, wie also mit jedem Einatmen und Ausatmen im Körper viele größere und kleinere Verschiebungen vor sich gehen. Der Körper tritt für ihn immer mehr in den Vordergrund, er entdeckt die Leiblichkeit mit ihrem Rhythmus des Atems und den anderen Rhythmen des Herzschlags usw. Dieser Fleischleib tritt mehr und mehr aus dem dunklen Hintergrund in sein Bewusstsein und füllt sein Wissen aus: *„Der Körper ist da“, diese Beobachtung ist ihm nun ständig gegenwärtig.*

Die dritte Übung im Unterschied zu den beiden ersten Übungen, die nur die Beobachtung von Atem-Vorgängen sind, bedeutet schon mehr, ist schon eine Art Wandlung, denn man greift in die körperlichen Vorgänge ein, man gewinnt die Fähigkeit, den Atem zu lenken und von daher die vegetativen Vorgänge zu schlichten und zu beruhigen.

Worauf der Mensch seinen Blick lenkt oder was er hört oder woran er denkt, das ist ihm Objekt. Das unterscheidet er von sich selbst als dem Subjekt. Auch wenn er die Ausdrücke „Subjekt“ und „Objekt“ nicht denkt, so besteht immer der

Gegensatz zwischen dem Beobachtenden und dem Beobachteten und damit der Gegensatz zwischen dem, was als Ich und dem, was als Umwelt aufgefasst wird. Da nun der normale Mensch in der Regel seinen Körper nicht beobachtet, sondern vielmehr von den Regungen seines Herzens und seinen Gefühlen, von Zuneigung und Abneigung gelenkt, den Körper einsetzt, um durch Sprechen und Handeln an den äußeren Dingen oder an den Menschen dieses oder jenes zu erreichen, so fasst er in der Regel den Körper als sein Ich, als Subjekt, auf und fasst die äußeren, ihm begegnenden Dinge und Wesen als Objekt auf. Damit aber ist sein so aufgefasstes Ich verletzbar. Der normale Mensch fürchtet Verletzung oder gar Vernichtung des Körpers. Durch die Beobachtung des Körpers kommt der Mensch zu einer nur schwer vorstellbaren Freiheit und Unverletzbarkeit. So wie ein Mensch, der nach Hause gekommen, seinen Mantel auszieht und abends zum Schlafengehen seine Kleider auszieht, so sieht der Übende allein schon durch die beharrliche Beobachtung des Körpers diesen Körper allmählich als etwas Zusätzliches, nicht zu ihm Gehöriges an, als etwas, das für manche Dinge nützlich ist, andererseits eine große Beschwerde mit sich bringt, von der er sich durch die Beobachtung wie befreit sieht.

### Die hausgewohnten Erinnerungen schwinden

Aus der zunehmenden Beruhigung des Geistes bei der Beobachtung körperlicher Vorgänge folgt das Vergessen der Welt.

Man stelle sich den Mönch vor, der in heller Gesinnung gefestigt und gesichert ist, der die Sinnesdränge ununterbrochen behütet hält, der also durch die sinnlichen Eindrücke sich nicht mehr erregen und zu assoziativen Gedanken veranlassen lässt, der sich von keiner Speise mehr reizen lässt, sondern nur zur Erhaltung des Leibes Nahrung aufnimmt, der in unablässigem, aufmerksamem Kampf sein Gemüt von befleckenden Eigenschaften geläutert und gesäubert hat, so dass im Geist keine üblen Gesinnungen und Gedanken aufsteigen und er

nichts anderes herankommen lässt als die Wahrnehmung des Körpers. Äußerlich abgeschieden weilend, innerlich in tiefer Stille, beobachtet er, wie Luft einströmt und Luft ausströmt, beobachtet er, wenn wenig Luft ein- und ausgeatmet wird oder viel Luft ein- und ausgeatmet wird, und beobachtet die Bewegungen im Leib, die von den Atmungsvorgängen ausgelöst werden. Was etwa noch zwischendurch an Gedanken aufsteigt und das Gemüt bewegen will, das weist der in dieser Zucht schon Geübte und Bewährte mit leichtem Wink von sich und bleibt bei der stillen Beobachtung nur jener Vorgänge am Leib, die „von selber“ vor sich gehen. Mit dieser beharrlichen ununterbrochenen Beobachtung der Vorgänge am eigenen Körper über Tage, über Wochen und Monate treten die weltlichen Dinge im Gedächtnis immer mehr zurück. Indem er an all diese Dinge nicht mehr denkt, entschwindet für ihn mit dem Bewusstsein der Welt auch das Bewusstsein von Vergangenheit überhaupt. Und da er keinerlei Anliegen hat, so rückt ihm auch jegliche Zukunft immer ferner.

Natürlich erhebt sich ein solcher Mönch dann und wann, z.B. um auf den Almosengang zum Dorf zu gehen. Er nimmt die erhaltene Nahrung gesammelt zu sich, aber diese Handlung ist kein Grund für ihn, sich wieder von der Welt beeindrucken und bewegen zu lassen. Ausdrücklich heißt es von dem Sati-patthāna-Übenden (M 10): *An nichts gebunden verharrt er, und nichts in der Welt ergreift er.* Es ist ein Unterschied, ob der Mönch einmal am Tag einen solchen Gang zu machen hat oder ob der Hausvater oder die Hausmutter den ganzen Tag den mannigfaltigsten Angehungen ausgeliefert ist, mehr oder weniger in Begehren und Abneigungen hineinverflochten ist und dann vielleicht einmal am Tag zehn Minuten oder eine halbe Stunde sich zurückziehen kann zu dem zwangvollen Versuch der Atembetrachtung. – Und ein noch größerer Unterschied besteht zwischen einem, der an den Eindrücken der Vielfalt festhält, sich mit ihnen weiterhin im Geist beschäftigt, so dass sie das ganze Gemüt durcheinanderwirren wie aufgewirbelter Staub, und einem fortgeschrittenen Mönch, bei dem jedes

sinnliche Erlebnis aus vollkommenem Mangel an Interesse unmittelbar nach der Begegnung hinabsinkt in das Vergessen.

### Beobachtung der vier Körper-Haltungen

*Weiter sodann, ihr Mönche, der Mönch weiß, wenn er geht: „Ich gehe“; wenn er steht: „Ich stehe“, weiß, wenn er sitzt: „Ich sitze“, weiß, wenn er liegt: „Ich liege“. Er weiß, wenn sich der Körper in dieser oder in jener Stellung befindet, dass es diese oder jene Stellung ist.*

*Während er so ernsthaft bemüht ist, eifrig, unermüdlich verweilt, schwinden ihm die hausgewohnten Erinnerungen, und weil sie geschwunden sind, ist das Herz in sich still, beruhigt, geeint und friedvoll. So übt, ihr Mönche, der Mönch auf den Körper gerichtete Beobachtung.*

Während die Atembeobachtung nur im Sitzen vollzogen und dabei der atmende Körper entdeckt wurde, geht es bei dieser Übung darum, den so entdeckten Leib in allen seinen Stellungen und Bewegungsformen unter Beobachtung zu halten. Der normale Mensch weiß meistens nicht, ob er geht oder steht, sondern er denkt an Zweck und Ziel seines Gehens. Er geht, um etwas Ersehntes zu erlangen oder um etwas Übles abzuwehren. Diese Gedanken und Gefühle beschäftigen seinen Geist, und darum ist er sich nicht bewusst, dass er geht oder steht.

Der übende Mönch dagegen, der von weltlichem Begehren und weltlichen Sorgen frei ist, befindet sich in ständiger Beobachtung des Leibes in allen Bewegungen und Stellungen. Durch diese kontinuierliche Beobachtung wird der Körper immer häufiger und natürlicher als ein Ding in der Welt, also als ein Objekt, ein Gegenüber gesehen, so wie alles Beobachtete als „Gegenstand“, d.h. als etwas dem Beobachter Gegen-



überstehendes angesehen und empfunden wird. So wird durch die beharrliche Beobachtung des Körpers in seinen Tätigkeiten das Ich unmerklich, aber auf die Dauer endgültig um den Körper reduziert, da dieser durch die Beobachtung der Umwelt zugeordnet ist. Dem so sich Übenden erscheint es, als ob er einen neuen ständigen Begleiter bekommen habe. Wo immer er sich befindet, da auch sieht er diesen Leib wie einen Begleiter, wie ein Du, während er ihm bisher fast gar nicht bewusst war oder sich mit ihm nur als mit seinem Ich beschäftigte.

Mit dieser Übung nimmt auch die Entweltung immer weiter zu. Der normale Mensch, weil er aus den Augen in die Welt schaut, aus den Ohren in die Welt hineinhört und darum den Leib zum Ich zählt, sagt, wenn er oben Formen sieht und Töne hört: „Ich bin unten“, oder wenn das Auge von oben herab Formen sieht, das Ohr von oben herab Töne hört: „Ich bin oben“. Wo immer sein Leib innerhalb der durch die sinnliche Wahrnehmung erlebten dreidimensionalen Weltlichkeit ist, da glaubt er selbst zu sein. Das wird durch die Körper-Beobachtung allmählich, aber gründlich anders. – Wer nicht vom Leib aus in die Welt schaut, sondern den Leib wie die Welt sieht, der ist nicht mehr „hier“ oder „dort“, wo der Leib ist, der hat keinen Punkt mehr in der Welt, keinen Mittelpunkt mehr im Raum, der hat keine Perspektive, keine Nähe und keine Ferne mehr, der kommt zur Unräumlichkeit, zur Raumüberwindung, der gewinnt ein tiefes Verständnis für die Nirgendheit, der hebt Begrenzungen auf, Beschränktheiten auf, der wird universaler.

Wer die Übung so durchführt, wie sie vom Erwachten gemeint ist, der wird merken, dass das Erlebnis der Nicht-Ichheit dieses Leibes ihn so tief beeindruckt, dass er beim Gehen fast nicht sagen mag: „Ich gehe“ und beim Stehen: „Ich stehe“ usw., sondern dass er weit mehr geneigt ist zu sagen: „Da geht dieses Gestell, dieses Werkzeug, dieser Leib.“ Aber diese befreiende Wandlung der Ichperspektive erfährt nicht derjenige an sich, der eine kurze Zeit „Satipatthāna“ übt und dann wieder mehrere Stunden aus diesem Leib heraus in die Welt

schaut und horcht und riecht und schmeckt und tastet. Wir müssen dieses wissen und verstehen: Wie wir vorwiegend und hauptsächlich den Leib ansehen, einen dementsprechenden Standort nehmen wir ein. Wenn wir hauptsächlich aus dem Leib heraus in die Welt hineinleben, wenn uns also hauptsächlich um die durch den Leib empfindbaren Sinnesdinge zu tun ist, dann zählt der Leib zum Ich-Erlebnis, dann bleibt man treffbar, sterblich und in Ängsten, wie es eben bei dem gewöhnlichen Menschen ist. Wer sich aber endgültig von den Dingen der sinnlichen Wahrnehmung, von dem „weltlichen Köder“ abgewandt hat und nun im Begriff ist, sich auch von dem immer klarer als Elend durchschauenden Leib abzuwenden – bei einem solchen tritt infolge dieser anhaltenden Übung allmählich eine Umschichtung der Perspektive ein, wie sie in mehreren Etappen vom Erwachten beschrieben wird als die sogenannten Überwindungen (*abhibh'āyatana*). Die erste Überwindung, den ersten Befreiungsgrad beschreibt der Erwachte (M 77):

*Sich selbst als formhaft empfindend, sieht er (als Außenwelt) nur noch Form.*

Der normale Mensch ist sich nicht bewusst, dass gerade die sichtbaren Körper selbst nichts wissen, nichts wollen und auch nichts können, sondern von den inneren Trieben der Wesen gehandhabt und bewegt werden nach den inneren Neigungen und Absichten. Der Satipatthāna-Übende aber weiß, dass das Wollende und Bewegende völlig unsichtbar ist und dass alles, was irgendwie als bewegt sinnlich wahrnehmbar ist, nur von den Trieben Bewegtes und Geschobenes ist. Er weiß, dass er die eigentlichen Lebewesen gar nicht sieht, sondern nur das von ihnen Bewegte: *Packst unter Menschen nur die Puppen an.* (Thig 394)

Durch die vollzogene Beobachtung des Körpers kommt der Satipatthāna Übende zur zweiten Befreiungsstufe, die von dem Erwachten formuliert wird (M 77):

*Sich selbst als ohne Form begreifend,  
sind ihm alle Formen nur Außenwelt.*

Das heißt, er hat in Bezug auf das Ich keine Formvorstellung mehr. Die Körperform ist zum beobachteten Objekt geworden, zur Außenform – selbst wenn er sich noch mit Gefühl und Wahrnehmungen identifizieren sollte.

### Klarbewusster Einsatz des Körpers

Die nächste Übung innerhalb der Körper-Beobachtung beschreibt der Erwachte wie folgt:

*Weiter sodann, ihr Mönche, der Mönch ist klarbewusst beim Kommen und Gehen; klarbewusst beim Hinblicken und Wegblicken; klarbewusst beim Strecken und Beugen des Körpers; klarbewusst beim Tragen des Gewandes und der Almosenschale des Ordens; klarbewusst beim Essen und Trinken, Kauen und Schmecken; klarbewusst beim Entleeren von Kot und Urin; klarbewusst beim Gehen, Stehen und Sitzen, beim Einschlafen und Aufwachen, beim Reden und Schweigen.*

*Während er so ernsthaft bemüht ist, eifrig, unermüdetlich verweilt, schwinden ihm die hausgewohnten Erinnerungen, und weil sie geschwunden sind, ist das Herz in sich still, beruhigt, geeint und friedvoll. So übt, ihr Mönche, der Mönch auf den Körper gerichtete Beobachtung.*

Die hier genannte Übung ist bei aller scheinbaren Ähnlichkeit mit der vorher genannten wohl von ihr zu unterscheiden. Der normale Mensch tut die hier genannten Dinge wie: Kommen und Gehen, Hinblicken und Wegblicken, Essen, Trinken usw. meistens weder bewusst, noch hat er sie sich besonders vorge-

nommen. Darum bestand der erste Schritt der Selbstbeobachtung darin, dass man diese Vorgänge, die vorher unbewusst vor sich gingen, nun bewusst vor sich gehen lässt, wie in der vorigen Übung beschrieben. Jetzt aber geht es darum, dass man sich, eingedenk der Beschaffenheit des Körperinstruments, klar bewusst zum Gehen, Kommen usw. entschließt und von Anfang an diese bewusst gewollten Handlungen auch in der Beobachtung hält. „*Klarbewusst*“, d.h. ebenso viel wie: klar gewollt, nur mit Absicht, nicht ohne Absicht regt er die Glieder. Während durch die vorigen Übungen seine körperlichen Haltungen immer mehr bewusst wurden, aber oft noch ungewollt, unwillkürlich begannen, so gibt es durch diese Übung, wenn sie vollendet ist, nicht nur keine unbewussten, sondern auch keine ungewollten, keine unwillkürlichen körperlichen Einsätze mehr, sondern alle Handlungen sind klar bewusst und klar gewollt. Somit ist bei dieser Übung die Qualität der Beobachtung und Kontrolle erheblich besser als bei der vorherigen Übung.

Aber auch die Quantität der Beobachtung und Kontrolle ist bei dieser Übung erheblich höher und größer als bei der vorherigen, denn während vorher nur die vier Körperhaltungen und die dazwischen liegenden Möglichkeiten zu beobachten waren, geht es jetzt um Alles und Jedes, was ein von der rechten Anschauung durchdrungener, auf dem Weg der Läuterung bereits so weit vorgeschrittener Mönch überhaupt noch mit dem Leib macht: Hinblicken, wegblicken, kauen, schmecken, entleeren, einschlafen und aufwachen, reden und schweigen. Hier ist eine lückenlose, ununterbrochene Beobachtung. Hier folgt der Geist kontinuierlich den gesamten Handlungen und Äußerungen dieses Leibes; hier ist wahrhaft der Geist an den Leib gebunden wie der Elefant an den Pfahl. Und darum wird diese Übung auch bei fast allen Heilswegweisungen stellvertretend für die gesamten Körperbetrachtungen genannt. (M 27, 38, 39, 51, 60, 76, 94, 107, 125)

Daraus ergibt sich noch ein anderer Reifegrad für den Mönch, ein Reifegrad, der für die Erreichung weiterer Ziele

sehr wichtig ist. Hat der Mönch durch die Atembetrachtung zuerst den Körper entdeckt und als ein motorisches Gerät erkannt und hat er sich diesen Leib durch die zweite Übung zum ständigen Begleiter gemacht, so bewirkt diese dritte Übung einmal, dass er ihn in seiner gesamten Werkzeughaftigkeit ununterbrochen sieht, beobachtet und kennenlernt; und zum anderen, dass er, ohne die rhythmische Motorik der leiblichen Vorgänge mit allen körperlichen Nebenerscheinungen auch nur im geringsten zu hemmen, sein Gefühl und Verlangen völlig davon ablöst, so dass die gesamten körperlichen Nebempfindungen, wie Juckreiz und ähnliches, an den verschiedensten Stellen nicht mehr seine Empfindungen sind und er darum keinerlei Neigung mehr zu Reaktionen, wie Kratzen, Reiben, Drücken oder Veränderung der körperlichen Haltung, empfindet.

Wenn wir noch in einer Zeit oder einem Kulturraum lebten, in dem es echtes Mönchtum gibt, wenn uns also noch Menschen begegnen würden, die auf dem Weg zur Befreiung von allem Vergänglichem und Unzulänglichem schon gewisse Fortschritte gemacht haben, dann wäre uns diese Erscheinung weniger fremd, dann würden wir an lebendigen Beispielen sehen, wie ein Mensch sich benimmt, bei dem *die gröberen körperlichen Regungen gänzlich beschwichtigt* sind. Wie diese Befreiung von den unwillkürlichen, abhängig machenden leiblichen Regungen sich beim Erwachten und den gereiften Mönchen auswirkt, darüber geben die Lehrreden Auskunft (z.B. M 91).

Man achte einmal bei einem normalen Menschen etwa eine halbe Stunde lang auf alle seine Regungen und Bewegungen, die er unbewusst vollzieht, und man denke sich daneben die Haltung eines Geheilten, dann bekommt man einen Eindruck von dem Wesen der groben körperlichen Regungen. Der normale Mensch verhält sich nicht eine Minute lang körperlich völlig still, selbst wenn er sitzt nicht, selbst wenn er liegt nicht; irgendwie fährt die Hand zum Hals, zur Nase, zur Stirn, an das Ohr; irgendwie legt er die Arme wieder anders, hebt die eine Schulter, hebt die andere Schulter. Nach einigen Minuten

nimmt er eine andere Sitzstellung ein, beugt sich weiter nach vorn oder, nachdem er nach vorn gebeugt war, richtet er sich auf. Dann kratzt er sich am Knie, dann reibt er mit dem einen Fuß den anderen; dann stellt er die Beine übereinander, dann wieder nebeneinander, und so fort.

Indem der Mensch sich dazu erzieht, immer zu wissen, *wenn sich der Körper in dieser oder jener Stellung befindet*, dann merkt er diese Absicht, sobald er sich hier kratzen oder dort reiben will, sobald er die Arme verändern oder die Füße verstellen will. Dann merkt er zugleich die Unwillkürlichkeit solcher Vorgänge, merkt sein Gerissensein und Gefesseltsein an diese Körperlichkeit und kommt gerade durch das Bewusstwerden dieses Zustands davon ab, befreit sich davon. So gehen aus dieser Übung zwei verschiedene Wirkungen hervor: einmal geschehen die gröberen körperlichen Regungen immer bewusster, und zugleich werden sie immer sparsamer, bis sie ganz zur Ruhe kommen.

Im Text der Satipatthāna-Lehrrede (M 10) heißt es:

*So wacht er bei dem zu sich gezählten Körper über den Körper und wacht bei dem als außen erlebten Körper über den Körper, wacht bei dem zu sich gezählten und bei dem als außen erlebten Körper über den Körper.*

Was der Mensch nur immer beobachtet, gleichviel, was es ist, das ist ihm Objekt und nicht Subjekt, das ist für ihn „außen“ und nicht das Ich. Wer sich mit dieser Tatsache noch nicht beschäftigt hat, der mag der Auffassung sein, dass Subjekt und Objekt feststehende Begriffe seien, der Mensch also Subjekt und die Dinge der Welt also Objekte. Diese Auffassung ist ganz verständlich und kann bei den normalen Lebensgewohnheiten schwer aufgegeben und überwunden werden.

Wer aber nun praktisch darangeht, bestimmte Teile dessen, was er gewohnheitsgemäß zu seinem Ich, zu seinem „Innen“ zählt, was ihm also „Subjekt“ ist, beharrlich zu beobachten, der erfährt allmählich, was er vorher nie gedacht hätte: das

Beobachtete, obwohl als ein fester Bestandteil seines Ich erlebt, erscheint als ein „Gegenüber“, als „Objekt“, und durch die Beobachtung wird das bisher zum Subjekt, zum Ich Gezählte um dieses Stück kleiner.

Während der nicht belehrte Mensch glaubt, ohne Körper nicht leben zu können, da durch Vernichtung des Leibes auch sein Ich vernichtet sei, so hat der beharrliche Beobachter des Körpers durch Wochen und Monate erfahren, dass er nicht mit dem Körper identisch ist, da „er“ ja diesen Leib dauernd beobachtet.

Diese nicht leicht zu beschreibende, aber von jedem gründlich Übenden ganz offen erfahrbare „Operation“, durch welche alles Begrenzte und Verwundbare aus der Ich-bin-Auffassung und dem Ich-bin-Gefühl gänzlich herausgenommen und damit eine unbeschreibliche Unverletzbarkeit erworben wird – ist gemeint mit den Worten, dass er durch die Beobachtung des Körpers, der vorher zu sich gezählt wurde, hernach den Körper als außen erlebt. Er richtet seine Aufmerksamkeit zwar immer auf den Körper, aber dieser, da er jetzt dauernd in den Blick genommen, in seiner Art und Wirkungsweise gesehen wird, ist eben dadurch Umwelt geworden, nicht mehr Ich.

### Betrachtung der Nicht-Schönheit der Körperteile

*Weiter sodann, ihr Mönche, der Mönch betrachtet diesen Körper da von den Fußsohlen aufwärts und von den Haarspitzen abwärts, wie er, von Haut umhüllt, von vielfältigen unreinen Dingen angefüllt ist: In diesem Körper gibt es Kopfhaare, Körperhaare, Nägel, Zähne, Haut, Fleisch, Sehnen, Knochen, Knochenmark, Nieren, Herz, Leber, Zwerchfell, Milz, Lunge, Dickdarm, Dünndarm, Magen, Kot, Galle, Schleim, Eiter, Blut, Schweiß, Fett, Tränen, Talg, Speichel, Rotz, Gelenkschmiere und Urin.*

*Gleichwie etwa, ihr Mönche, wenn da ein Sack an beiden Enden zugebunden, mit verschiedenem Korn gefüllt wäre, als wie etwa mit Bergreis, rotem Reis, Bohnen, Erbsen, Hirse und weißem Reis, und ein Mann mit guten Augen bände ihn auf und betrachtete den Inhalt: „Das ist Bergreis, roter Reis, Bohnen, Erbsen, Hirse und weißer Reis.“ Ebenso nun auch, ihr Mönche, betrachtet der Mönch diesen Körper da von den Fußsohlen aufwärts und von den Haarspitzen abwärts, wie er, von Haut umhüllt, von vielfältigen unreinen Dingen angefüllt ist.*

*Während er so ernsthaft bemüht ist, eifrig, unermüdlich verweilt, schwinden ihm die hausgewohnten Erinnerungen, und weil sie geschwunden sind, ist das Herz in sich still, beruhigt, geeint und friedvoll. So übt, ihr Mönche, der Mönch auf den Körper gerichtete Beobachtung.*

Nachdem der Leib in seiner Werkzeughaftigkeit vollkommen durchschaut und gehandhabt wird und der Übende sich von der Versklavung an den Leib völlig befreit hat, geht es in der vierten Übung darum, dieses Leibgebilde auch in seiner Zusammengesetztheit zu sehen oder – besser gesagt – es gilt jetzt zu erkennen, dass der Eindruck der Ganzheit des Leibes eine Täuschung ist und dass, wo wir vom Körper sprechen, in Wirklichkeit eine Ansammlung von vielen Einzelheiten ist.

Diese Übung kann das von ihr erwartete Ziel und den Zweck nur dann erfüllen, wenn man die Körperteile und die gesamten inneren Organe und ihre Anordnung kennt, d.h. wenn man beim Denken an die Organe sich eine rechte Vorstellung von ihrer Form und ihrer Lage machen kann und darum diese Vorstellungen auch auf das Innere des eigenen Körpers unmittelbar beziehen kann, so dass man weiß und bedenkt, was der durch Haut bekleidete Körper in Wirklichkeit ist.



Die verschiedenen Teile sind in bestimmter Reihenfolge genannt. Zunächst ist die gesamte Behaarung und „Bewaffnung“ genannt: Kopfhaare, Körperhaare, Nägel und Zähne. Eine gute Hilfe, um sich alle diese Teile in der Reihenfolge zu merken, ist die Vorstellung eines Leibes, von dem man die hier genannten Dinge in der genannten Reihenfolge nacheinander abnimmt. Nachdem alle Haare (auch Augenbrauen und Augenwimpern), Nägel und Zähne entfernt sind, ist noch ein blanker, von der Haut umschlossener Leib zu sehen. Wird nun auch davon die Haut entfernt, so ist das geäderte Fleischgestell zu sehen. Wird nun auch davon das Fleisch samt den Muskeln entfernt, so ist nur noch das Knochengerippe samt dem Inhalt des Brustkorbes und der Bauchhöhle da. Indem davon jetzt auch noch die Knochen samt den sie zusammenhaltenden Sehnen entfernt werden, bleibt nur noch ein haltloser Haufen von Organen und Flüssigkeiten übrig. Nachdem wir dann zuerst die Organe und hernach die Flüssigkeiten einzeln betrachten und beiseite tun, ist nichts mehr übrig.

Der unwissende Mensch identifiziert das Leben mit dem Leib. Er hat enge Beziehungen zu den Leibern derer, die er liebt, ja, er identifiziert diese seine Lieben mit ihren Leibern. Wer eine solche Einstellung zu seinen liebsten Nächsten und ihren Leibern hat, bei dem muss die eben geschilderte Vorstellung der Teile eines Leibes und erst recht die hernach folgende Leichenbetrachtung Widerstand, Widerwillen oder gar Grauen auslösen, denn da er das Leben mit dem Leib identifiziert, so muss mit der betrachteten Auflösung des Leibes für ihn auch das Leben aufgelöst und vernichtet erscheinen.

Wir erinnern uns des Ausspruchs eines Arztes, dass er so und so viele Operationen in seinem Leben durchgeführt habe, aber noch nie eine „Seele“ gesehen habe. Diese Äußerung sollte vielleicht lakonisch oder ironisch klingen, dahinter aber verbirgt sich jene Fassungslosigkeit, Beklemmung und Angst, die derjenige empfinden muss, der einerseits sein Leben mit dem Leib identifiziert und zum anderen die Leblosgkeit die-

ses Leibes so sehr kennt und durchschaut wie eben ein Anatom.

Von hier aus begreift man auch, wie sehr der normale Mensch erschüttert sein muss, wenn er an die Unfallstätte seines Liebsten gerufen, einen zerrissenen, deformierten Fleisch- und Bluthaufen als seinen Liebsten erkennen soll. Alles das, was solche Situationen entsetzlich, erschreckend und grauenvoll macht, ist – vom höchsten Standpunkt aus gemessen – aus Torheit erwachsen, nicht aus Weisheit, ist aus der Identifikation des Lebens mit einem Werkzeug erwachsen und nicht aus nüchterner Durchschauung des wirklichen Charakters dieses Leibes.

Und ebenso wie das Gefühl des Grauens ist auch das Gefühl des Ekels das Zeichen einer gleichen Bindung. Wer im Bereich der Form überhaupt Schönheit erwartet, der ist eben damit dem Ekel ausgeliefert, denn es gibt keine Schönheit des Leibes, die nicht vergeht und im Vergehen verfällt, auseinander fällt, vermodert. Das heißt also, es gibt keine Schönheit im Bereich des Leibes, die nicht zur Unschönheit werden muss. Wer Schönheit im Bereich des Leibes sucht, der ist größten Enttäuschungen ausgesetzt. Die Kehrseite aller formhaft schönen Dinge muss immer genauso übel erscheinen wie die Vorderseite angenehm erscheint. Damit sind alle die Menschen, welche Schönheit im Bereich des Leibes suchen, dem traurigen Schicksal der dauernden Enttäuschung ausgesetzt, sie müssen immer auch Enttäuschung und Ekel in Kauf nehmen.

Das ist die Gefangenschaft derjenigen Menschen, die nicht den Dingen auf den Grund gehen. Wer jedoch durch die Wegweisung des Erwachten das Menschenleben nicht mehr für das Ganze nimmt, sondern eine Perspektive gewonnen hat, von welcher aus er über das Körperleben hinaus die ganze Existenz sieht und das Heil erkennt, der ist auch nicht darauf angewiesen, das Schöne und Große, nach dem er sich mit Recht sehnt, im Menschenleben zu suchen, wo es unvermischt nicht zu finden ist.

Die Religionen selbst lassen den Menschen nicht im Unklaren darüber, dass alles Formhafte sich dauernd wandelt gleich rieselndem Sand und dass es keine schöne Vorderseite gibt, der nicht eine genau entsprechende unschöne Rückseite folgt. Der Mensch, der sich an die Vorderseite klammert, ist damit auch an die Rückseite gefesselt und kann sich ihr nicht entziehen. Wer aber die Vorderseite zu lassen vermag, ist damit von der Rückseite befreit, und alsbald erlebt er, dass selbst die Vorderseite nur eine scheinbare Schönheit war, dass er in Wirklichkeit erst durch die Ablösung vom gesamten Formhaften zu wahrer Schönheit durchgedrungen ist. In diesem Sinn sagt der Erwachte (M 22):

*Darum also, ihr Mönche, was euch nicht angehört, das gebet auf. Dessen Aufgeben wird euch lange zum Wohl, zum Heil gereichen.*

*Was aber, ihr Mönche, gehört euch nicht an? Der Körper, ihr Mönche, gehört euch nicht an, ihn gebet auf; dessen Aufgabe wird euch lange zum Wohl, zum Heil gereichen...*

*Was meint ihr wohl, Mönche, wenn ein Mann das, was an Gräsern, Zweigen und Blättern in diesem Wald daliegt, wegtrüge oder verbrennte oder sonst nach Belieben damit schaltete, würdet ihr da etwa denken: „Uns trägt der Mann weg oder verbrennt er oder schaltet sonst nach Belieben“?*

*Darum also, Mönche, was es auch an Körperlichem gibt, vergangenes, zukünftiges, gegenwärtiges, eigenes oder fremdes, grobes oder feines, gemeines oder edles, fernes oder nahes: alles Körperliche ist der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit so anzusehen: „Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst.“*

*„Den Körper gebet auf...“* Das bedeutet natürlich nicht – wie hier zu erwähnen fast nicht nötig sein wird – dass man den Leib zum Erkalten und zum Verwesen bringen soll, sondern hier ist einzig die innere Befreiung aus der Durchschauung

angeraten, denn damit wird das Schicksal des Körpers nicht mehr das Schicksal des Menschen.

Der Erwachte spricht immer wieder vom „*Messer der Weisheit*“, und auch in anderen Religionen wird darauf hingewiesen, dass der Mensch in seiner Blindheit von Illusionen erfüllt ist, die ihn von Enttäuschung zu Enttäuschung werfen und in Krisen und Katastrophen hineinziehen. Er ist es gewöhnt, sich mit dem Leib zu identifizieren, und durch diese Identifikation wird das Schicksal dieses toten und auf den Untergang und Verfall zugehenden Leibes auch zu seinem Schicksal. Wer aber die Leiblichkeit und ihre Gesetzmäßigkeit durchschaut, das Tote und Mechanische und die Auflösung des Leibes erkennt, der vollzieht jenen Weisheitsschnitt, mit dem er sein Anhängen von diesem toten und tödlichen Leib ablöst. Er befreit sich damit vom Tod und von der Sterblichkeit des Körpers. Dieser Prozess führt zu Freiheit und Unverletzbarkeit.

Für den zu diesem Schritt Gereiften ist die hier genannte Übung ein großer und sicherer Schritt auf dem Weg zur Befriedung. Indem der Mönch an einsamem Ort sitzend oder auf und ab gehend, den Leib, den er bisher noch als Ganzheit wählte (allerdings als eine Ganzheit, die nur noch sehr wenig mit ihm selber zu tun hatte), sich in seine Teile auflösen sieht und der, indem er die Teile betrachtet, erkennt, dass „Körper“ als solcher gar nicht da ist, dass es nur ein Name ist, ein Etikett auf einem Bündel von Einzelheiten – da tritt allmählich die Vorstellung von solchen vielen Einzelheiten immer stärker in sein Bewusstsein und tritt die Vorstellung eines Körpers und gar „meines Körpers“ immer mehr zurück.

Die gesamte Körperbeobachtung dient dazu, dass immer mehr erfahren wird: „Dies gehört mir nicht, dies bin ich nicht, dies ist nicht mein Selbst.“ Es geht darum, anschaulich zu sehen, dass diese Fleischstücke gar nichts mit dem zu tun haben, was der hochsinnige Mensch sucht als das Unvergängliche, Heile, Unantastbare, als das Unverletzbare, das Todlose. Das nur gilt es zu erkennen. Und in dem Maß, wie das gefun-

den, bemerkt und erkannt wird, in dem Maß ist die Übung fruchtbar, denn diese Erkenntnis und Entdeckung löst wahrlich alles Ergreifen des Körperlichen auf.

Wer einen tiefen Eindruck von einer solchen Körperbetrachtung gewonnen hat und diese im Rahmen seiner Möglichkeiten weiter pflegen will, der kann sich durch ein Anatomiebuch solche Anblicke verschaffen, wie sie der Inder der damaligen Zeit in der Natur vorfand. Die tiefe Religiosität des Inders, d.h. sein gründlicher wissenschaftlicher Blick für das Bewegende des Menschen, das immer geistig-seelisch ist, und das nur Bewegte, das das körperliche Werkzeug immer nur ist, führte immer schon dazu, dass er eine Leiche nicht als einen gestorbenen Menschen auffasste, sondern als dessen Rückstände. Der Mensch selber, das Wollende, Wissende, Empfindende und Bewegende, die Seele (*jīva* oder *citta* oder *nāma* mit dem *viññāna*), hatte – so wussten sie klar – den Körper verlassen, der dann mit seiner Verwesung noch deutlicher zeigte, dass er nur das benutzte Werkzeug war. Darum legte man die Leichen abseits des Dorfes an einem dafür bestimmten Platz einfach aus, und die Tiere des Waldes (Hyänen, Schakale und Raubvögel) ernährten sich davon. Zu dieser Zeit konnten die Mönche, die sich gründlicher über die Inhalte des Körpers belehren lassen wollten, auf solchen Leichenfeldern ihre Studien machen. Sie nahmen dann den Verwesungsgeruch nicht nur in Kauf, sondern sie ließen sich auch von ihm belehren, was dieses menschliche Werkzeug ist, und dass er dieses Werkzeug nur wegen seines gehabten fünffältigen sinnlichen Begehrens brauchte und dass er durch seine Befreiung vom Begehren nun auch von einem solchen Werkzeug frei wird.

Uns Heutigen stehen solche Leichen nicht mehr zur Verfügung. Wer aber hier dennoch so gut, wie es im häuslichen Leben möglich ist, einen möglichst realistischen Eindruck von dem menschlichen Körper gewinnen will, der kann anatomische Bücher heranziehen.

Betrachtung des Körpers  
aus den vier Gegebenheiten bestehend

*Weiter sodann, ihr Mönche, der Mönch schaut sich diesen Körper da, wie er geht und steht, nach seinen Gegebenheiten an: Dieser Körper besteht aus Festigkeit, Flüssigkeit, Wärme und Luft.*

*Gleichwie etwa, ihr Mönche, ein geschickter Metzger oder Metzgergeselle eine Kuh schlachtet, auf den Markt bringt, Stück für Stück zerlegt und sich dann hinsetzen mag: Ebenso nun auch, ihr Mönche, schaut der Mönch diesen Körper (an welchem Ort, in welcher Stellung er sich auch immer befindet) nach seinen vier Gegebenheiten an: Dieser Körper ist von Festigkeit, von Flüssigkeit, von Wärme, von Luft.*

*Während er so ernsthaft bemüht ist, eifrig, unermüdetlich verweilt, schwinden ihm die hausgewohnten Erinnerungen, und weil sie geschwunden sind, ist das Herz in sich still, beruhigt, geeint und friedvoll. So übt, ihr Mönche, der Mönch auf den Körper gerichtete Beobachtung.*

Diese Übung vollendet, was die vorher genannte Übung begonnen hat: die völlige Analyse des Leibes. Zugleich identifiziert sie die „Leib“ genannte Form mit sämtlichen „außen“ erlebten Formen.

Der Erwachte nennt hier die vier Zustände <sup>203</sup>, die es bei aller sogenannten „Materie“ immer nur geben kann: alles, was der sinnlichen Wahrnehmung des Menschen begegnet, das befindet sich innerhalb der vier Zustände, besteht aus irgendeinem Gemisch von Festigkeit, Flüssigkeit, Luft und Hitze. Der zunehmende Wärmegrad verwandelt die meisten „festen“ Zustände in flüssige oder gar luftige. Diese Einteilung in die

---

<sup>203</sup> *dhāu*, die Gegebenheiten, das Geschaffene

vier Gegebenheiten wird immer bleiben und immer gelten, solange es sinnliche Wahrnehmung und durch sie Menschen und menschliches Erleben gibt.

Die Übung der Beobachtung der vier physischen Gegebenheiten und auch das nachfolgende Gleichnis wird besser verstanden, wenn wir die hier folgende gründlichere Darlegung dieser Übung durch den Erwachten gelesen haben (M 140):

*Was ist nun die Gegebenheit Festigkeit? Die Gegebenheit Festigkeit mag zu sich gezählte Festigkeit sein oder als außen (erfahrene) Festigkeit. Was ist die zu sich gezählte Gegebenheit Festigkeit?*

*Das durch sich selbst als zu sich gezählte, als Hartes und Festes Ergriffene, wie Kopfschaare, Körperhaare, Nägel, Zähne, Haut, Fleisch, Sehnen, Knochen, Knochenmark, Nieren, Herz, Leber, Zwerchfell, Milz, Lunge, Dickdarm, Dünndarm, Magen, Kot oder was sonst noch durch sich selbst als zu sich gezähltes Hartes und Festes ergriffen wurde – das nennt man die zu sich gezählte Gegebenheit Festigkeit. Sowohl die zu sich gezählte Gegebenheit Festigkeit wie auch die als außen (erfahrene) Gegebenheit Festigkeit ist eben die Gegebenheit Festigkeit. Und: „Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst“: so ist das der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit anzusehen. Sieht man das der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit, dann findet man nichts mehr an der Gegebenheit Festigkeit, das Herz ist gierlos in Bezug auf die Gegebenheit Festigkeit.*

*Was ist nun die Gegebenheit Flüssigkeit? Die Gegebenheit Flüssigkeit mag zu sich gezählte Flüssigkeit sein oder als außen (erfahrene) Flüssigkeit. Was ist die zu sich gezählte Gegebenheit Flüssigkeit?*

*Das durch sich selbst als zu sich selbst gezählte, als Flüssiges und Wässriges Ergriffene, wie Galle, Schleim, Eiter, Blut, Schweiß, Fett, Tränen, Talg, Speichel, Rotz, Gelenkschmiere, Urin oder was sonst noch durch sich selbst als zu sich gezähltes, als Wässriges oder Flüssiges ergriffen wurde – das nennt man die zu sich gezählte Gegebenheit Flüssigkeit. Sowohl die*

zu sich gezählte Gegebenheit Flüssigkeit wie auch die als außen (erfahrene) Gegebenheit Flüssigkeit ist eben die Gegebenheit Flüssigkeit. Und: „Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst“: so ist das der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit anzusehen. Sieht man das der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit, dann findet man nichts mehr an der Gegebenheit Flüssigkeit, das Herz ist gierlos in Bezug auf die Gegebenheit Flüssigkeit.

Was ist nun die Gegebenheit Wärme/Hitze? Die Gegebenheit Wärme/Hitze mag zu sich gezählte Hitze sein oder als außen (erfahrene) Hitze. Was ist die zu sich gezählte Gegebenheit Hitze?

Das durch sich selbst als zu sich gezählte, als Wärme/Hitze Ergriffene, also das, wodurch (der Körper) erwärmt wird, verdaut, verbrennt und wodurch das, was gegessen, getrunken, verzehrt, geschmeckt worden ist, einer vollkommenen Umwandlung unterliegt oder was sonst noch durch sich selbst als zu sich gezählte Wärme/Hitze ergriffen wurde. Das nennt man die zu sich gezählte Gegebenheit Wärme/Hitze. Sowohl die zu sich gezählte Gegebenheit Wärme/Hitze wie auch die als außen (erfahrene) Gegebenheit Wärme/Hitze ist eben die Gegebenheit Wärme/Hitze. Und: „Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst“: so ist das der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit anzusehen. Sieht man das der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit, findet man nichts mehr an der Gegebenheit Wärme/Hitze, das Herz ist gierlos in Bezug auf die Gegebenheit Wärme/Hitze.

Was ist nun die Gegebenheit Luft? Die Gegebenheit Luft mag zu sich gezählte Luft sein oder als außen (erfahrene) Luft. Was ist die zu sich gezählte Gegebenheit Luft?

Das durch sich selbst als zu sich gezählte, als Luft Ergriffene, wie aufsteigende Luft, absteigende Luft, Luft im Bauch, Luft in den Därmen, Luft, die jedes Glied durchströmt, Einatmung und Ausatmung oder was sonst noch durch sich selbst als zu sich gezählte Luft ergriffen wurde. Das nennt man die zu sich gezählte Gegebenheit Luft. Sowohl die zu sich gezählte



*Gegebenheit Luft wie auch die als außen (erfahrene) Gegebenheit Luft ist eben die Gegebenheit Luft. Und: „Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst“: so ist das der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit anzusehen. Sieht man das der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit, findet man nichts mehr an der Gegebenheit Luft, das Herz ist gierlos in Bezug auf die Gegebenheit Luft.*

Der hierin Geübte sieht nicht mehr „hier mein Leib“ und „dort die Welt“, sondern überall nur diese vier Gegebenheiten.

Wo der Mönch beim Gehen an eine Baumwurzel gerät oder einen Ast sieht, da eben mag er des Ellbogens, der Kniescheibe oder des Schienbeins gedenken oder den Schädelknochen betasten und dabei merken, dass dort wie hier Festes ist, die Baumwurzel wie der Schädel, der Ast wie der Ellbogen.

Wie der Ast kürzlich entstanden war, so ist auch der Ellbogen kürzlich entstanden; und wie der Ast bald wieder dahingehen wird, so wird auch der Ellbogen bald wieder dahingehen; und wie der Ast jeden Tag wieder etwas verändert ist, so ist der Ellbogen jeden Tag etwas verändert und ebenso die anderen Knochen des Leibes und die Organe – es ist kein Unterschied.

Und wie der Ast verrottend zu Ackererde und auf dem Weg der Wandlung über die Nahrungskette etwas anderes Festes werden kann, etwa ein Ellbogen, so auch kann der Ellbogen auf dem Weg der Wandlung etwas anderes werden, etwa ein Ast. Ja, es sind gar keine nennenswerten Wandlungen, es ist immer nur die Gegebenheit Festigkeit. Und die Gegebenheiten wandeln sich auch ineinander um.

Wenn der Mönch an einem Bach steht oder wenn er im Regen sitzt, dann gedenkt er des Blutes und der anderen Flüssigkeiten des Leibes und sieht, wie diese Flüssigkeiten gleicher Art sind: sie fließen nach einer Notwendigkeit, sie sind entstanden und wandeln sich wieder, sind gleich leblos, gleich willenlos. Es ist kein Unterschied zwischen dem rieselnden

Regen außen und dem rieselnden Blut innen, es fließt außen und innen, es ist kein Außen oder Innen – es fließt.

Der einfältige Mensch sagt von seinem Leib „Ich“, aber das Brot, das auf dem Tisch liegt, zählt er nicht zum „Ich“. Hat er aber das Brot gegessen, ist es im Leib, so nennt er das Brot „Ich“, die Getreidefelder nennt er nicht „Ich“, aber das zum Leib gewandelte Getreide nennt er „Ich“, und der Leib wandelt sich dauernd wieder. Was heute Leib ist, ist vor einigen Jahren nicht der Leib gewesen und wird in einigen Jahren nicht mehr der Leib sein. Er aber bleibt bei dem Etikett „Ich“, und das ist die Täuschung; und durch die Täuschungen sind die Enttäuschungen bedingt und der Schmerz beim Vergehen.

Wenn der Mönch die stille Abgeschlossenheit dieses Leibes wahrt, wenn die groben körperlichen Bedürfnisse vergessen sind, wenn dieses Gebilde ihm nur noch Mittel ist zu dem Zweck der weiteren Ablösung und Befreiung und wenn ein solcher Mönch nun immer wieder die Gleichheit der festen Dinge dieses Leibes und der festen Dinge außerhalb des Leibes sieht, die Gleichheit der flüssigen Dinge dieses Leibes und die Gleichheit der flüssigen Dinge außerhalb dieses Leibes, die Gleichheit der Luft und der Wärme dieses Leibes und die Gleichheit der Luft und Wärme außerhalb des Leibes vergleicht und betrachtet, dann erkennt er in durchdringender Unmittelbarkeit: *Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst.*

In diesem Anblick wird eine klare Nüchternheit und Indifferenz erlangt, bei welcher es keine Zuwendung und keine Abwendung gibt, bei welcher man nichts in der Welt mehr angeht, ergreift. Damit ist die Perspektive eines Gegenüber von Ich und Welt und damit jede Beschränkung aufgehoben. Mit der Aufhebung der Beschränkung ist die Grenze aufgehoben. Mit der Aufhebung der Grenze ist die Verletzbarkeit und die Vernichtbarkeit aufgehoben. Ob da Knochen sich wandeln und vergehen: nicht „ich vergehe“; ob da Blut ausläuft oder draußen Regen herunterrieselt: nicht „ich vergehe“. So wird Freiheit gewonnen.

Der Erwachte schließt der Beobachtung der vier Gegebenheiten das Gleichnis an:

*Gleichwie etwa, ihr Mönche, ein geschickter Metzger oder Metzgergeselle eine Kuh schlachtet, auf den Markt bringt, Stück für Stück zerlegt und sich dann hinsetzen mag: Ebenso nun auch, ihr Mönche, schaut sich der Mönch diesen Körper da, wie er geht und steht, als Gegebenheit an. Dieser Körper ist von Festigkeit, Flüssigkeit, von Wärme / Hitze, von Luftart.*

Was will dieses Gleichnis besagen? – Der Metzger hatte zuerst eine Kuh vor sich, hernach hat er keine Kuh mehr vor sich. Der Metzger, der da auf dem Markt sitzt, der verkauft keine Kuh, sondern Fleischstücke, unterschiedlich benannte Fleischstücke, je nachdem, ob sie vom Hals kommen oder von der Brust, von den Rippen oder von den Schenkeln kommen. Und diese Fleischstücke wandern ihre Wege: das eine Stück hierhin, das andere Stück dorthin. Der Metzger, der am Markt sitzt und verkauft, hat nichts mehr mit einer Kuh zu tun. Die Kuh ist vergessen, die Kuh ist nicht da. Fleischstücke sind da und gehen ihre Wege, bis sie sich ganz umgewandelt haben.

So auch der übende Mönch; wenn irgendwann und irgendwie, so wird bei dieser Übung der letzte Rest der Vorstellung von einem „mir“ gehörenden Leib aufgelöst und ausgerodet. Man muss diese Betrachtung der Gegebenheiten in einer ruhigen Stunde tiefer Gelassenheit einmal versucht und geübt haben, um schon die Ahnung einer wunderbaren Stille in Ablösung und Befremdung, die daraus hervorgeht, zu erahnen. Es ist nicht einmal eine Verschmelzung des Leibes mit dem Kosmos, es ist ein stilles, heiteres, feines Feststellen der je und je gewesenen Ungeschiedenheit zwischen Leib und Natur. Es ist das Empfinden, dass nur ein Irrtum berichtigt wurde. Es ist nachträgliches Beglückt- und Beruhigtsein darüber, dass man nun endlich die Dinge sieht, wie sie wirklich sind und immer waren.

Der normale Mensch kann die tiefe Aufklärung, die der Mönch mit dieser Einsicht gewinnt, kaum fassen, weil der normale Mensch eben voll *weltlichen Begehrens und weltlicher Bekümmernis* ist. Er hat zu den unterschiedlichen Formen unterschiedliche Bezüge; weil ihm durch seine Tendenzen, durch seinen Durst ein Begehren innewohnt nach diesen und jenen Formen, Tönen, Düften, Geschmächen, Tastungen usw., darum bedeuten ihm die begehrten Formen, Töne, Düfte, Säfte, Geschmäcke und Tastungen viel, während die seinen Begehren entgegen gesetzten Formen, Töne, Düfte, Geschmäcke und Tastungen mehr oder weniger starke Ablehnung, Abscheu, Ekel, Angst usw. in ihm hervorrufen. So kann der normale Mensch eben wegen seines mannigfaltigen Begehrens und seiner Vernestelung in Unheilsamem die Welt gar nicht so sehen, wie sie ist: nämlich nur Wahrnehmung von toter Form in unendlicher Variation.

Der Mönch aber, der diese Übung *nach Hinwegführung weltlichen Begehrens und weltlicher Bekümmernis* durchführt, der also alle die Bezüge zu den unterschiedlichen Formen zurückgenommen bis aufgelöst hat, der von den tausendfältigen Süchten befreit ist, der erkennt in der milliardenfältigen Vielheit als das Zugrundeliegende die Wahrnehmung von leerer, toter Form, bedingt durch Festigkeit, Flüssigkeit, Wärme und Luft als Gegebenheiten, als Gewirktes, Hingestelltes, mag dies nun am Körper oder in der „Welt“ erscheinen. In dieser Durchschauung tritt eine tiefe und endgültige Beruhigung ein.

Von dem so Übenden und Sehenden sagt der Erwachte in unserer Lehrrede:

*Während er so ernsten Sinnes, aufmerksam, beharrlich verweilt, schwinden ihm die hausgewohnten Erinnerungen und Sehnsüchte dahin; und weil sie dahingeschwunden sind, ist das Herz still, beruhigt, in sich geeint und friedvoll.*

Die Beruhigung und Einigung des Herzens leitet den Übergang aus der vorletzten Stufe des Heilswegs in die letzte Stufe ein, den Eintritt in den Frieden, der auch das Erlebnis der weltlosen Entrückungen mit sich bringen kann. Es geht für den Menschen, der die heile Situation anstrebt, um die Fähigkeit zur Denkstille, zur Freiheit vom Denken. Wir wissen, dass das Denken zunächst notwendig ist, da mittels des Denkens die Mittel und Wege gesucht und gefunden werden müssen, um aus der existentiellen Fesselung zur Befreiung und Freiheit zu kommen. Ist diese aber gefunden, dann hat das Denken seine Aufgabe erfüllt, dann geht es um die Beruhigung des Denkens, um das Nicht-mehr-denken-Müssen, um das Abebben des Denkens, um das Stillen des Denkens.

Auf diesem Entwicklungsweg ist Satipatthāna, die Beobachtung mit Wahrheitsgegenwart, die vorletzte Stufe. Hier ist kein aktives, willkürliches Denken mehr, sondern der Geist bleibt in stiller Beobachtung und Betrachtung der von den Sinnen gelieferten Objekte, und er nimmt nichts auf als das, was diese erkennen lassen. Und hat das Denken, indem es sich an den Körper angebunden hatte, die Nichtigkeit und Nicht-Ichheit dieses Leibes erkannt und durchschaut und ist während dieser Betrachtung der letzte Rest des Haftens und inneren Geneigtseins aufgehoben, so ist jene „heilige Nüchternheit“ und Neutralität und Indifferenz dem Leib gegenüber gewonnen und ist die Labsal der Befreiung und Freiheit vom Leib empfunden und gespürt: *so ist das Herz in sich still, beruhigt, geeint und friedvoll.*

So wird der Leib vergessen, wird Welt vergessen, wird Ich vergessen; so kommt die Beobachtung zur Ruhe, und es kann weltlose Entrückung eintreten, jener überweltliche Friede, den der Erwachte himmlisches Wohl nennt und „Seligkeit der Erwachung“ nennt. In diesem seligen Frieden mag der Mönch längere Zeit verweilen und in dem Erlebnis der Zeitlosigkeit sein Herz und seinen Sinn baden und laben und mag dann, wieder zur sinnlichen Wahrnehmung zurückgekehrt, seine Übung fortsetzen.

## Die Leichenbetrachtung

*Weiter sodann, ihr Mönche, als hätte der Mönch eine Leiche auf einem Leichenfeld liegen sehen, einen Tag nach dem Tod oder zwei oder drei Tage nach dem Tod: aufgedunsen, blau angelaufen, aus der Flüssigkeit heraussickert, da zieht er den Schluss auf sich selbst: „Und auch dieser Körper ist so beschaffen, wird das werden, kann dem nicht entgehen.“*

*Weiter sodann, ihr Mönche, als hätte der Mönch eine Leiche auf einem Leichenfeld liegen sehen, von Krähen oder Raben oder Geiern zerfressen, von Hunden oder Schakalen zerfleischt oder von vielerlei Würmern zernagt, da zieht er den Schluss auf sich selbst: „Und auch dieser Körper ist so beschaffen, wird das werden, kann dem nicht entgehen.“*

*Weiter sodann, ihr Mönche, als hätte der Mönch eine Leiche auf einem Leichenfeld liegen sehen, ein Knochengerippe, an dem noch Fleisch und Blut klebt, von Sehnen zusammengehalten;  
ein fleischloses Knochengerippe, blutbefleckt, von Sehnen zusammengehalten;  
ein Knochengerippe ohne Fleisch, ohne Blut, von Sehnen zusammengehalten; Knochen ohne Sehnen, in alle Richtungen verstreut: hier ein Handknochen, da ein Fußknochen, da ein Schienbein, da ein Oberschenkelknochen, da ein Hüftknochen, da ein Rückenwirbel, da ein Schädel; als hätte er das gesehen, zieht er den Schluss auf sich selbst: „Und auch dieser Körper ist so beschaffen, wird das werden, kann dem nicht entgehen.“*

*Weiter sodann, ihr Mönche, als hätte der Mönch eine Leiche auf einem Leichenfeld liegen sehen: die weißgebleichten Knochen, muschelfarben;*

*aufgehäuften Knochen nach Verlauf eines Jahres;  
Knochen verwest, in Staub zerfallen;  
als hätte er das gesehen, zieht er den Schluss auf sich  
selbst: „Und auch dieser Körper ist so beschaffen, wird  
das werden, kann dem nicht entgehen.“*

*Während er so ernsthaft bemüht ist, eifrig, uner-  
müdlich verweilt, schwinden ihm die hausgewohnten  
Erinnerungen, und weil sie geschwunden sind, ist das  
Herz in sich still, beruhigt, geeint und friedvoll. So  
übt, ihr Mönche, der Mönch auf den Körper gerichtete  
Beobachtung.*

Bei diesem Text mag sich mancher Leser strapaziert fühlen und mehr oder weniger erschreckt sein. Das liegt daran, dass der westliche Mensch sich in der Regel mit seinem Körper identifiziert, dass er also beim Gedanken an eine Leiche auch zugleich die Vernichtung des betreffenden Wesens mitdenkt. Im alten Indien ist das völlig anders gewesen. Dort wusste man, dass die Seele, im alten Indien *jīva* genannt, das eigentlich Lebendige ist und dass sie sich des Körpers bedient, um durch die Sinnesorgane zu sehen, zu hören usw. Dort gab es auch nicht die Äußerung, dass ein gestorbener Mensch beerdigt würde, sondern immer wusste man, dass das eigentliche Leben des Menschen, eben der Erleber, im Sterbeakt aussteigt und weiterlebt und sich irgendwo wieder verkörpert: entweder in einem irdischen Leib oder in himmlischem Leib oder aber auch in einer unteren Welt. Man sah also eine Leiche immer nur als ein abgelegtes Werkzeug an. Indem nun nach den hier zitierten Aussagen des Erwachten der Mönch diese Leichenbeobachtung vollzieht, dabei an seinen eigenen Körper denkend, da empfindet er nicht nur keinerlei Hemmung der Abstoßung, sondern eher eine große Befreiung. Er kommt immer mehr dazu, diesen jetzt benutzten Körper als sein Werkzeug, als sein Fahrzeug, als ein zusätzliches Mittel anzusehen und sogar auch zu empfinden, ohne das er in vieler Hinsicht leichter

leben kann als mit ihm. Er weiß auch schon durch die uralten vorbuddhistischen Religionen, dass das Menschentum eine der unteren und gröberen Daseinsformen ist und dass er durch die Entwöhnung von der groben Körperlichkeit und die weit vorher schon vollzogene Entwöhnung von allen groben und unsittlichen Lebensformen und Gesinnungen – nach dem Tod in höhere, hellere und leichtere Daseinsformen gelangt.

Hinter der sogenannten Pietät, die wir den „Toten“ gegenüber empfinden, steht in Wirklichkeit ein grobsinnlicher Materialismus. Weil wir die Wesen mit ihren Leibern identifizieren, gehen wir mit den Leichen um, als seien sie noch die Wesen. – Weil der Inder aber die Toten nicht mit den Leichen, sondern gerade mit demjenigen, das aus den Leichen ausgezogen ist, mit dem Seelischen, identifiziert, darum behandelt er die Leichen als Abfälle; soweit er aber das Seelische für verehrungswürdig hielt, verehrt er es. Das aber tut er nicht auf Friedhöfen bzw. Leichenstätten, sondern im Geist, in der Andacht, im alleinsamen stillen Bedenken.

Bei vielen Christen gibt es hier Widersprüche. Manche Theologen gehen von Aussagen in der Bibel aus, nach welchen die Gestorbenen bis zum Jüngsten Tag in Gräbern verweilen und dann, „wenn die Posaunen tönen“, geweckt werden. Für sie liegt der ganze Mensch mit Leib und Seele im Grab. Andererseits wird in der Bibel gesprochen von jenem Verbrecher zur Rechten von Christus am Kreuz, zu welchem Jesus sagt: *Heute noch wirst du mit mir im Paradiese sein.* (Luk. 23,43) Und Paulus bekennt von sich, dass er bis in den dritten Himmel hineingeschaut habe, was ja auch auf unterschiedliche Stadien, unterschiedliche Grade von himmlischem Wohl und himmlischem Entzücken hindeutet. Auch die in der Bibel genannte „Menge der himmlischen Heerscharen“, die Erzengel, die Seraphime und Cherubime zeigen ebenfalls eine Hierarchie. Und ebenso haben wir in der Bibel Berichte von gefallenen Engeln. So zeigt also auch die christliche Überlieferung sehr ähnlich wie die buddhistische eine graduelle Steigerung von Wohl und Wehe, von lichtem und dunklem Erleben



nach dem Tod genau entsprechend den Unterschieden im Wirken der Menschen.

Bei der hier in Frage stehenden Übung geht es um die Betrachtung einer Leiche. Es ist also zu bedenken, dass nicht ein Mensch auf diese Art zergeht und vergeht, sondern immer nur ein Leib.

Wer an die Satipatthāna-Übungen herantritt, nachdem er die vorangegangenen Übungen bereits gründlich und beharrlich durchgeführt hat, der hat längst sein Anhängen von dieser Körperlichkeit abgelöst und identifiziert sich nicht im geringsten mehr mit dem Leib. Er hat die Gesetze dieser Körperlichkeit durchschaut und lässt sich auch nicht mehr von der zusammenhängenden Gestalt blenden. Er sieht diese einzelnen festen und flüssigen Gebilde, die in ihrer Zusammenfügung und Zusammenbindung den Eindruck „Körper“ erwecken, eben nur als Zustände von Festigkeit, Flüssigkeit, von Wärme und von Luft. Allen scheinbaren Unterschied zwischen Körper und Außenmaterie, zwischen Leibesform und anderer Form hat er längst als Täuschung und Schein durchschaut, denn er hat die vier Gegebenheiten, die den Eindruck von Form erwecken, begriffen und verweilt im beharrlichen Anblick dieser Tatsache.

Wenn der Mönch so monatelang oder gar jahrelang bei der Vorstellung von den Gegebenheiten verweilt, sich jeden abweichenden Gedanken versagt und nur diese Vorstellung gegenwärtig hält, so dass alle dazu in Widerspruch stehenden weltlichen Vorstellungen überwunden, entfremdet und vergessen werden, dann ist der Mönch zu innerer Loslösung und Befreiung hindurchgedrungen. Und wenn nun ein solcher Mönch in der Vorstellung der vergehenden Leiche verweilt und wenn er in rechter Weise und zur rechten Zeit immer wieder an den zu sich gezählten Körper denkt, dann bewirkt diese Übung letzte Befreiungen.

In der Atembetrachtung und in der Beobachtung der vier Körperhaltungen ist der Leib von dem Beobachter zuerst entdeckt und in seiner Tätigkeit als Werkzeug erkannt worden.

Damit trat der Leib anstelle der äußeren Dinge immer mehr in das Bewusstsein. In der dritten Übung wurde der Leib tiefer beobachtet und klar bewusst gehandhabt. Er verlor alle Unwillkürlichkeit, Eigenwilligkeit und Regung, wurde still. In der vierten Übung wurde durchschaut, dass dieser Leib nur den Anschein einer Ganzheit erweckt, während in Wirklichkeit eine Vielzahl von Einzelheiten sind. Indem diese mehr und mehr gesehen werden, wurde die Vorstellung eines ganzheitlichen Leibes vollständig aufgelöst. In der fünften Übung wurde nur noch ein Gemisch von vier Gegebenheiten gesehen. Damit ist der geistige Umzug und Auszug aus dem Leib vervollkommenet.

Die sechste Übung, die Leichenbetrachtung, nun führt zur Vervollkommnung der Befreiung vom Leib auf dem einzigen darüber hinaus noch möglichen Weg. Während bisher immer nur der mit Lebenskraft und Wärme verbundene, vom Willen benutzte Leib betrachtet wurde, wird jetzt der von Wärme und Lebenskraft und Willen verlassene Leib betrachtet: die Leiche. Das ist der realistischste Aspekt, den man bei der Betrachtung des Leibes nur haben kann, denn es gibt keinen Leib, der nicht letztlich so endet, wie es hier geschildert wird. Darum wäre die Körperbetrachtung tatsächlich nur unvollkommen, wenn nicht auch die Betrachtung dessen, was dieser Leib doch sehr bald sein wird, mit einbegriffen würde.

Zuerst wird die Leiche gesehen, wie sie kurz nach dem Tod ist, wenn sie von den im Innern sich bildenden Gasen her immer aufgedunsener, die Haut immer gespannter wird und sich zunächst fleckig, allmählich immer durchgängiger dunkel verfärbt. Die Spannung der Haut führt dazu, dass die Lippen sich verziehen und die Zähne zu sehen sind. Die Augen, wenn sie offen sind, werden noch glasiger. Der Bauch schwillt an, und es ist der Anfang des Verwesungsgeruchs zu spüren.

Wenn die Leichenbetrachtung hilfreich und fruchtbar werden soll, dann ist es wichtig, bei den einzelnen Stadien länger zu verweilen. Es ist gut, wenn der Übende (nachdem er über die gesamten erforderlichen Vorstufen in der Reihe der ande-

ren Übungen bis zu dieser Übung vorgedrungen ist), wochenlang oder monatelang an einer Betrachtung festhält, wenn es für ihn in seinen Übungsstunden keinen anderen Anblick gibt als diesen, so dass er sich an ihn gewöhnt und ihn jederzeit schnell wieder heranziehen kann. Immer muss er sich dabei gegenwärtig halten, dass auch dieser Leib, der noch von dem vegetativen Kraftstrom durchpulst, von Lebenskraft und Wärme und vom Willen bewegt wird, binnen kurzem so sein wird wie das Bild, das ihm vor Augen steht, dass auch der „eigene Leib“ dieser Entwicklung nicht entgehen kann, sich jetzt schon darauf zubewegt und dass es nichts bedeutet, wenn er gegenwärtig noch anders aussieht. – Sollte ein Mensch, der in der richtigen Reihenfolge und Gründlichkeit bis zu dieser Übungsstufe vorgedrungen ist, wirklich noch etwas an der eigenen Körperlichkeit haften, dann muss das Anhaften bei dieser Übung gänzlich vergehen. Dann ist dieser Leib für ihn ein verwesender Leib, und dessen Betrachtung ist der Akt der geistigen Ablösung von ihm.

Man werfe einen Blick auf den Unterschied zwischen dem normalen Menschen und einem bis zu dieser Übung fortgeschrittenen. Der normale Mensch hält sich an den lebendigen Leib, sucht ihn möglichst schön zu sehen und schön zu machen und vermeidet jede Erinnerung an „widerwärtige“ Eindrücke. Der bis zu dieser Übung Fortgeschrittene, selbst wenn er noch einen jugendlichen Körper hat, weiß und bedenkt dessen Wandelbarkeit und ganz sicheres Älterwerden und Zur-Verwesung-Kommen und lässt sich von dem gegenwärtigen Anblick nicht fesseln.

Der normale Mensch ist an seinen Leib gebunden, weshalb das Schicksal seines Leibes auch sein Schicksal ist. Und das heißt nicht mehr und nicht weniger, als dass der normale Mensch selbst an den Tod und an die Verwesung gebunden ist. Für ihn ist der Tod des Leibes sein Tod und ist die Verwesung des Leibes seine eigene Verwesung. Er macht zwar geflissentlich vor Tod und Verwesung die Augen zu, aber er

kann nicht umhin, öfter in seinem Leben sich ganz deutlich daran zu erinnern. Darüber hinaus ist er mehr oder weniger unbewusst von ununterbrochener Todesangst bewegt und gehetzt. Bei den mannigfaltigsten Gelegenheiten zieht er rasche Vergleiche mit der Zeit, die hinter ihm liegt und die vielleicht noch vor ihm liegt. Und immer wieder trifft ihn der Gedanke, dass er selbst sterben müsse, wie ein Nadelstich, wie ein bohrender Schmerz. Und nicht kann er vergessen, dass er unhemmbar auf sein Ende zugeht, auf sein Ende zugeht.

Der Mönch dagegen, der sein Anhängen von dieser Leiblichkeit abgelöst hat, von den sogenannten „Freuden“ sich entwöhnt hat, erlebt nicht nur ein Wohl und ein Glück, die unvergleichlich größer sind als alles das, was an Reizungen erlebt werden kann, sondern er hat auch sein Schicksal endgültig von dem Schicksal des Leibes getrennt und gelöst. Der Tod des Leibes ist nicht seine Verwesung, er ist jetzt schon frei und heiter, er ist jetzt schon unsterblich. Das ist der Unterschied. Wer diesen Unterschied begreift, der weiß von daher, wer von den beiden der Weisere ist.

Memento mori – gedenke des Todes – ist ein Wort, das durch alle Kulturen geht und immer von den Großen beherzigt wurde. Es ist aber ein erbärmliches Zeichen für den sogenannten Kulturstand, wenn ganz allgemein die Vorstellung verbreitet ist, dass das Denken an den Tod den Menschen traurig, lebensunlustig, pessimistisch und passiv mache. Diese Wirkung tritt nur dort ein, wo man sein Leben mit dem Körper identifiziert, d.h. wo man nicht weiß und auch kaum ahnt, dass der sogenannte Tod nur ein Übergang ist aus diesem auch zu Lebzeiten schon nur als Werkzeug benutzten Körper in irgendeine der anderen Werkzeugformen, wie sie den Wesen je nach ihren Graden an Grobheit oder Feinheit und Läuterung eignen. Wo aber bei dem Gedanken an den Tod die Loslösung vollzogen ist oder vollzogen wird, da ist die Wirkung gerade umgekehrt. Da gibt diese Vorstellung dem Menschen den Halt, der ihn unverletzbar macht. Nur diejenigen, die einen Blick für die tieferen Zusammenhänge haben, beherzigen die-

ses Wort, während die Leichtsinnigen sich mit Grausen von dem Weg abwenden, der sie aus dem wahren Grausen herausführen würde.

Hat nun der Mönch den Leib in diesem ersten Verwesungszustand wochenlang und monatelang betrachtet, ist er diesen Anblick und den Bezug dieses Anblicks auf den eigenen Leib gewöhnt, lebt und webt er also ganz in der Vorstellung, dass dieser Leib, der jetzt hier steht, dort geht, sitzt oder liegt, nur sein augenblickliches Werkzeug ist, aber nicht er selbst – dann mag er beginnen, das nächste Stadium der Verwesung, das in den Lehrreden beschrieben ist, allmählich an die Stelle der bisherigen Vorstellung zu setzen, so dass ihm bald dieser weiter fortgeschrittene Zustand dauernd gegenwärtig ist.

Indem der Mönch diese Übung übt, macht er eine Erfahrung, durch die er noch ganz besonders ihren großen Wert erkennt. Er sieht nämlich, dass er vorher, als er bei der Übung der ersten Vorstellung war, weit öfter noch das täuschende Bild eines von den vegetativen Kräften, von Lebenskraft, Wärme und Willen bewegten Körpers vor Augen hatte als jetzt bei der zweiten Übung.

Bei der ersten Übung standen ihm eben jene beiden Vorstellungen zur Verfügung: die alte Vorstellung von dem sogenannten „lebendigen“ Körper und jene bewusst aufgenommene Vorstellung des Leibes im ersten Verwesungszustand. Nun aber, nachdem er sich einen weiteren Verwesungszustand vor Augen führt, tritt dieser immer beherrschender und deutlicher in den Vordergrund seines Denkens. Zu einer Zeit aber, in der diese Vorstellung ihm nicht gegenwärtig ist, da ist ihm nicht wie früher die Vorstellung des sogenannten „lebendigen“ Körpers gegenwärtig, sondern die Vorstellung des ersten Verwesungszustandes, die er so intensiv geübt hatte. So wird sein Bewusstsein jetzt weit mehr als früher von der Hinfälligkeit des Leibes erfüllt und weit weniger als früher von der Vortäuschung einer lebendigen Leiblichkeit.

Indem der Mönch nun nach weiteren Wochen und Monaten die Vorstellung der noch weiter fortgeschrittenen Verwesungsgrade aufnimmt und diese an die Stelle der bisherigen Vorstellung stellt und auch darin längere Zeit verharret, bis ihm jede dieser Vorstellungen zur Gewöhnung geworden ist und ihre Wirkungen an ihm vollzieht und vollzogen hat – und danach mit den noch weiter fortgeschrittenen Verwesungsgraden beginnt und so fort, da wird sein Bewusstsein, soweit es sich mit der Leiblichkeit befasst, immer ausschließlicher von der Tatsache der Vergänglichkeit und Auflösung der Leiblichkeit erfüllt, und immer weniger ist Raum für die täuschenden und leidbringenden Bilder der leeren Versprechungen.

So stößt der Mönch allmählich bis zur letzten Übung vor, indem er von diesem Leib nichts mehr sieht als einige gebleichte, verrottete Knochen, die zum Teil schon zu Staub geworden sind, so dass er, wann immer und wo immer er des eigenen Leibes gedenkt, ihn als etwas auf diese Entwicklung, auf diesen Zustand Hinauslaufendes erkennt und sieht: *Und auch dieser Körper ist so beschaffen, wird das werden, kann dem nicht entgehen.*

Während der Mönch durch die vier ersten Übungen der Körperbetrachtungen diesen Leib entdeckt, beobachtet, als Werkzeug erkannt und durchschaut hatte und dann völlig analysierte, bis er ihn überhaupt nicht mehr als seinen Körper, ja, nicht mehr als Leib, sondern als eine Ansammlung von Organen erlebte und erfuhr, kam er in der fünften Übung zur Durchschauung der Identität von zu sich Gezähltem und zur Außenform Gezähltem, von Leib und Kosmos, da er alle Form bestehen sah aus den vier Gegebenheiten: Festigkeit, Flüssigkeit, Wärme, Luft. – So wurde er schon auf zwei verschiedenen Wegen herausgeführt aus der geistigen Fesselung an den Körper. – Mit der Leichenbetrachtung nun erlebt er noch einen dritten Ausgang aus der Leiblichkeit und damit aus der Identifikation mit ihr, indem er die vollständige Auflösung des Leibes in seiner Verwesung geistig nachvollzieht. Er hat den

Körper immer weniger werden sehen, und am Ende dieses Wegs ist nichts Körperliches mehr da.

Dieses Erlebnis, das in langer beharrlicher Übung allmählich bis zu dieser Reife gedieh, bringt es mit sich, dass der Übende im Lauf der Übung sich auch immer mehr von „seinem eigenen“ Körper entfremdete, entwöhnte und entfernte, bis er in der Vollendung der Leichenbetrachtung auch eine tatsächliche Befreiung erreicht, wie sie dem normalen Menschen unvorstellbar ist. Wenn es nicht schon durch die gründliche Übung der vorher beschriebenen Übungen gelang, so erfüllt sich auf jeden Fall hier das Wort: *Und uneingepflanzt verharret er, und nichts in der Welt ergreift er.*

Durchdringung des Körpers mit Beglückung  
und Gleichmut, die die weltlosen Entrückungen  
einleiten

*Weiter sodann, ihr Mönche, da verweilt der Mönch, abgeschieden von weltlichem Begehren, abgeschieden von allen heillosen Gedanken und Gesinnungen in stillem Bedenken und Sinnen.*

*Und so tritt die aus innerer Abgeschiedenheit geborene Entzückung und Seligkeit ein, der erste Grad weltloser Entrückung. Diesen Körper durchdringt und durchtränkt er nun, erfüllt ihn und sättigt ihn mit der aus der Abgeschiedenheit geborenen Entzückung und Seligkeit, so dass nicht der kleinste Teil seines Körpers von der aus der Abgeschiedenheit geborenen Entzückung und Seligkeit ungesättigt bleibt.*

*Gleichwie etwa, ihr Mönche, ein geschickter Bader oder Badergeselle Seifenpulver in eine Metallschüssel häuft, dieses nach und nach mit Wasser benetzt und knetet, bis die Feuchtigkeit seine Kugel aus Seifenpulver durchnässt, sie durchweicht und innen und außen durchdringt, wobei die Kugel dennoch nicht trieft,*

*ebenso nun auch, ihr Mönche, durchdringt und durchtränkt, erfüllt und sättigt der Mönch diesen Körper da mit aus der Abgeschiedenheit geborenen Entzückung und Seligkeit, so dass nicht der kleinste Teil seines Körpers von der aus der Abgeschiedenheit geborenen Entzückung und Seligkeit ungesättigt bleibt.*

*Während er so ernsthaft bemüht ist, eifrig, unermüdlich verweilt, schwinden ihm die hausgewohnten Erinnerungen, und weil sie geschwunden sind, ist das Herz in sich still, beruhigt, geeint und friedvoll. So übt, ihr Mönche, der Mönch auf den Körper gerichtete Beobachtung.*

*Weiter sodann, ihr Mönche, da verweilt der Mönch nach Verebbung auch des Bedenkens und Sinnens in innerem seligem Schweigen, in des Gemütes Einigung.*

*Und so tritt die von Denken und Sinnen befreite, in der Einigung geborene Entzückung und Seligkeit ein, der zweite Grad weltloser Entrückung.*

*Diesen Körper durchdringt und durchtränkt er nun, erfüllt ihn und sättigt ihn mit der in der Einigung geborenen Entzückung und Seligkeit, so dass nicht der kleinste Teil seines Körpers von der in der Einigung geborenen Entzückung und Seligkeit ungesättigt bleibt.*

*Gleichwie etwa, ihr Mönche, ein See mit unterirdischer Quelle, der keinen Zufluss aus dem Osten, Westen, Norden oder Süden hat, der nicht gelegentlich von Regenschauern aufgefüllt wird; da würde das Wasser der kühlen Quelle den ganzen See durchtränken, erfüllen und sättigen, so dass nicht der kleinste Teil des Sees von kühlem Wasser ungesättigt wäre; ebenso auch durchdringt und durchtränkt, erfüllt und sättigt der Mönch diesen Körper mit der in der Einigung geborenen Entzückung und Seligkeit, so dass nicht der*



*kleinste Teil seines Körpers von der in der Einigung geborenen Entzückung und Seligkeit ungesättigt bleibt.*

*Während er so ernsthaft bemüht ist, eifrig, unermüdlich verweilt, schwinden ihm die hausgewohnten Erinnerungen, und weil sie geschwunden sind, ist das Herz in sich still, beruhigt, geeint und friedvoll. So übt, ihr Mönche, der Mönch auf den Körper gerichtete Beobachtung.*

*Weiter sodann, ihr Mönche, da verweilt ein Mönch mit der Beruhigung auch des Entzückens in unverstörtem Gleichmut klar und bewusst in einem solchen körperlichen Wohlsein, von welchem die Heilskenner sagen: „Dem in unverstörtem Gleichmut klar bewusst Verweilenden ist wohl.“ Und so tritt die dritte Entrückung ein.*

*Diesen Körper durchdringt und durchtränkt er nun, erfüllt ihn und sättigt ihn mit dem Wohl aus der Beruhigung des Entzückens, so dass nicht der kleinste Teil seines Körpers von dem Wohl aus der Beruhigung des Entzückens ungesättigt bleibt.*

*Gleichwie etwa, ihr Mönche, bei einem Teich mit blauen, roten oder weißen Lotusrosen einige Lotuspflanzen, die im Wasser geboren sind und wachsen, unter Wasser gedeihen, ohne sich über das Wasser zu erheben, während kühles Wasser sie bis zu ihren Trieben und ihren Wurzeln durchdringt und durchtränkt, erfüllt und sättigt, so dass nicht der kleinste Teil dieser Lotuspflanzen vom kühlen Wasser ungesättigt bleibt, genau so durchdringt und durchtränkt, erfüllt und sättigt der Mönch den Körper mit dem Wohl aus der Beruhigung des Entzückens, so dass nicht der kleinste Teil seines Körpers von dem Wohl aus der Beruhigung des Entzückens ungesättigt bleibt.*

*Während er so ernsthaft bemüht ist, eifrig, unermüdlich verweilt, schwinden ihm die hausgewohnten Erinnerungen, und weil sie geschwunden sind, ist das Herz in sich still, beruhigt, geeint und friedvoll. So übt, ihr Mönche, der Mönch auf den Körper gerichtete Beobachtung.*

*Weiter sodann, ihr Mönche, da erlangt der Mönch, nachdem er über alles Wohl und Wehe hinausgewachsen ist, alle frühere geistige Freudigkeit und Traurigkeit völlig gestillt hat und in einer über alles Wohl und Wehe erhabenen bewussten Gleichmutsreine lebt, die vierte Entrückung und verweilt in ihr.*

*Er sitzt da und durchdringt und durchtränkt, erfüllt und sättigt diesen Körper mit dem reinen, geläuterten, geklärten Gemüt, so dass es keinen Körperteil gibt, der nicht vom reinen geläuterten, geklärten Gemüt durchdrungen ist. Gleichwie etwa, ihr Mönche, wenn ein Mann dasäße, von Kopf bis Fuß in ein weißes Tuch gehüllt, so dass es keinen Körperteil gäbe, der nicht von dem weißen Tuch bedeckt wäre; ebenso sitzt ein Mönch da und durchdringt und durchtränkt, erfüllt und sättigt diesen Körper mit dem reinen geläuterten, geklärten Gemüt, so dass es keinen Körperteil gibt, der nicht vom reinen, geläuterten, geklärten Gemüt durchdrungen ist.*

*Während er so ernsthaft bemüht ist, eifrig, unermüdlich verweilt, schwinden ihm die hausgewohnten Erinnerungen, und weil sie geschwunden sind, ist das Herz in sich still, beruhigt, geeint und friedvoll. So übt, ihr Mönche, der Mönch auf den Körper gerichtete Beobachtung.*

Warum gibt der Erwachte hier in unserer Lehrrede (M 119) diese ausdrücklich als noch zu den auf den Körper gerichteten

Beobachtung gehörig bezeichneten Übungen, die die weltlosen Entrückungen betreffen, während M 10, in welcher alle vier Pfeiler der Selbstbeobachtung beschrieben werden, den ersten Pfeiler der Selbstbeobachtung mit der Leichenbetrachtung abschließt? Eine Erklärung dafür gibt uns das Gleichnis von den Holzscheiten (M 36), das dem Erwachten vor der Erwachung die Richtung seines Bemühens angab:

### Die drei Holzseitgleichnisse (M 36)

#### Erstes Gleichnis

*Gleichwie wenn ein im Wasser liegendes Holzseit durch und durch voll Wasser gesogen ist und es überdies noch ins Wasser geworfen würde, da träte ein Mann herzu mit einem Reibholz versehen: „Ich will Feuer erwecken, Licht hervorbringen.“ Was meinst du, könnte wohl dieser Mann das durch und durch voll Wasser gesogene und überdies noch ins Wasser geworfene Holzseit reibend, Feuer erwecken, Licht hervorbringen? – Gewiss nicht, Herr Gotamo. – Und warum nicht? – Jenes Holzseit, Herr Gotamo, ist ja durch und durch voll Wasser gesogen und überdies noch ins Wasser geworfen. Alle Plage und Mühe des Mannes wäre vergeblich. –*

*Ebenso nun auch steht es mit jenen Asketen und Priestern, die den Körper nicht von den Sinnendingen fernhalten und bei den Sinnendingen die innere Zustimmung, den Trieb, die Neigung, die Blendung, den Durst, das fieberhafte Verlangen nach Sinnenfreuden nicht überwunden haben. Wenn jene lieben Asketen und Priester stechende, brennende Wehgefühle erfahren (auf Grund ihrer Selbstqual), dann sind sie nicht fähig zum Wissen, zum klaren Sehen, zur höchsten Erwachung. Und auch wenn jene lieben Asketen und Priester keine stechenden, brennenden Wehgefühle erfahren, so sind sie selbst dann unfähig zum Wissen, zum klaren Sehen, zur höchsten Erwachung.*

Wenn ein Holzsplitter durch und durch voll Wasser gesogen ist und überdies noch im Wasser liegt, dann kann man mit diesem Holzstück durch Reiben (die damalige Art des Feuermachens) nie Feuer hervorbringen; ebenso auch kann ein Mensch, der den Körper nicht von den Sinnendingen fernhält, dessen Körper von sinnlich begehrenden Trieben durchtränkt ist und der im süchtigen Aufsaugen der begehrten Sinnendinge und im Blendungsdenken darüber lebt, nie Wissensklarheit und Erwachung erfahren.

### Zweites Gleichnis

*Gleichwie wenn ein durch und durch voll Wasser gesogenes Holzsplitter fern vom Wasser an Land geworfen würde; da träte ein Mann hinzu mit einem Reibholz versehen: „Ich will damit Feuer machen, Licht hervorbringen.“ Was meinst du, könnte wohl dieser Mann das durch und durch voll Wasser gesogene Holzsplitter reibend, Feuer machen, Licht hervorbringen? – Gewiss nicht, Herr Gotamo. – Und warum nicht? – Jenes Holzsplitter ist ja durch und durch voll Wasser gesogen; und wenn es auch außerhalb des Wassers am Land liegt, alle Plage und Mühe des Mannes wäre vergeblich.–*

*Ebenso nun auch steht es mit jenen Asketen und Priestern, die den Körper zwar von den Sinnendingen fernhalten, aber bei den Sinnendingen die innere Zustimmung, den Trieb, die Neigung, die Blendung, den Durst, das fieberhafte Verlangen nach Sinnenfreuden nicht überwunden haben. Wenn diese lieben Asketen und Priester stechende, brennende Wehgefühle erfahren (z.B. bei Selbstqual), so sind sie unfähig zum Wissen, zum klaren Sehen, zur höchsten Erwachung. Und auch wenn jene lieben Asketen und Priester keine stechenden, brennenden Wehgefühle erfahren, so sind sie selbst dann unfähig zum Wissen, zum klaren Sehen, zur höchsten Erwachung.*

Wenn ein Holzstück zwar nicht mehr im Wasser liegt, aber doch noch durch und durch voll Wasser gesogen ist, dann

kann man auch mit diesem durch Reiben kein Feuer hervorbringen. Ebenso auch kann ein Mensch, solange sein Körper noch von sinnlichem Begehren durchtränkt ist, selbst wenn er sich äußerlich von Sinnenobjekten fernhält, doch nicht zur übersinnlichen Wahrnehmung und Schau und erst recht nicht zur unvergleichlichen Erwachung durchdringen.

### Drittes Gleichnis

*Gleichwie wenn ein trockenes, ausgedörrtes Holzsplit fern vom Wasser auf trockenem Boden läge, da träte ein Mann hinzu mit einem Reibholz versehen: „Ich will Feuer erwecken, Licht hervorbringen.“ Könnte wohl dieser Mann das trockene und auf trockenem Boden liegende Holzsplit reibend, Feuer erwecken, Licht hervorbringen? – Gewiss. Jenes Holzsplit ist ja trocken und liegt fern vom Wasser auf trockenem Land. –*

*Ebenso nun auch steht es mit jenen Asketen und Brahmanen, die den Körper von den Sinnendingen fernhalten und bei den Sinnendingen auch die innere Zustimmung, den Trieb, die Neigung, die Blendung, den Durst, das fieberhafte Verlangen nach Sinnenfreuden bei sich überwunden haben. Wenn jene lieben Asketen und Priester da stechende, brennende Wehgefühle erfahren, so bleiben sie doch fähig zum Wissen, zum klaren Sehen, zur höchsten Erwachung. Und auch wenn jene lieben Asketen und Brahmanen keine stechenden, brennenden Wehgefühle erfahren, so sind sie auch dann fähig zum Wissen, zum klaren Sehen, zur höchsten Erwachung.*

So wie man mit einem Holzstück, das nicht nur außerhalb des Wassers auf dem Trockenen liegt, sondern auch ganz und gar ausgetrocknet ist, durch Reiben Feuer hervorbringen kann, ebenso auch kann ein Mensch, der den Körper nicht nur von den Sinnenobjekten fernhält, sondern diesen Körper auch von allen sinnlich begehrenden Trieben ganz befreit hat, zur Erwachung gelangen.

Der Körper des Menschen ist durchzogen von den im Lauf des Lebens (einschließlich der früheren Leben) angewöhnten Zu- neigungen zu den einen Erscheinungen und Abneigungen ge- genüber den anderen Erscheinungen. Diese Neigungen durch- dringen die Körper der Wesen ebenso, wie ein im Wasser lie- gendes Holzstück ganz und gar von Wasser durchtränkt ist. In dem Sinn wird ja immer wieder der Körper als ein „Werkzeug des Durstes“ beschrieben, als das vom Durst, von den Trieben Aufgebauete bezeichnet und aufgefasst.

Hier liegt der tiefere Sinn des Begriffes „Inkarnation“ gleich „Einfleischung“. Die Gesamtheit der Triebe hat nicht irgendwo einen festen Ort im Körper, vielmehr ist jeder Trieb in dem ihm entsprechenden Körper inkarniert. Die gesamten Triebe samt dem von ihnen benutzten Geist sind es, welche als der „Jenseitige“ (M 38 und 93) beim Akt der Zeugung hinzu- treten und den Leib aufbauen, in ihm wohnen, ihn durchdrin- gen und durchtränken und ihn beim ungezügelt Menschen auch handhaben. Darum sind die fünf Sinnesorgane nicht etwa nur neutrale Organe, sondern sie sind gleich hungrigen Mäu- lern voll Verlangen, voll Gier nach entsprechenden Erlebnis- sen. Wie die aufgesperrten Schnäbel der jungen Vögel ein tiefgefühltes Verlangen, eine unersättliche Gier nach Fraß zeigen, wie durch Spalten und Löcher im Meeresboden gewal- tige wassersaugende, wasserfressende Strudel entstehen, so sind die Sinnesdränge des Menschen den wasserfressenden Strudeln vergleichbar, weil sie mit einer unerhört verlangenden Gier sich nach außen richten, nach Erlebnissen lechzen, nach Befriedigung verlangen. Durch diese inkarnierten, den ganzen Leib durchsetzenden Sinnesdränge verlangt der Mensch nach den Sinnendingen. Luger, Lauscher, Riecher, Schmecker und Taster lungern nach Befriedigung.

#### Den Körper mit innerem Wohl durchtränken

Der zweite geistig-seelische Status, der im Holzschreit- Gleichnis beschrieben wird, ist erheblich weiter fortgeschrit- ten, denn hier lebt der Mensch von den Sinnendingen zurück-

gezogen, aber er hat die Triebe noch nicht völlig ausgeglüht. In diesem Zustand befindet sich der Mönch, der den ersten Pfeiler der Selbstbeobachtung übt. Von ihm sagt der Erwachte in unserer Lehrrede, dass er durch das Bewusstsein, auf dem geraden Weg zu sein, der aus allem Leiden herausführt, durch die vorangegangenen Übungen in innerer und äußerer Abgeschiedenheit große Beglückung/Entzückung (*pīti*) erlebt, die alle geistige Aufmerksamkeit auf sich lenkt und damit von den Sinnen abzieht, so dass der Mensch nicht mehr durch die Augen nach außen blickt, durch die Ohren nach außen horcht, sondern über alle sinnliche Wahrnehmung hinaustritt, ihr entrückt ist, weil er der inneren Seligkeit ganz hingegeben ist. Entrückung bedeutet, dass durch das Aufbrechen eines inneren Glücksgefühls die fünffache sinnliche Wahrnehmung für eine Zeitlang stillsteht, so dass der Übende damit der gesamten Weltwahrnehmung völlig entrückt ist.

Von diesem Vorgang heißt es: *Wenn der Geist beglückt/entzückt ist, wird der Körper gestillt.* Die rasante programmierte Wohlerfahrungssuche, das ununterbrochene programmierte Suchen des Geistes nach Wohl, kommt zur Ruhe. Die programmierte Wohlerfahrungssuche steht still. Die Berührungen des Wollenskörpers mit den Formen, Tönen usw., die die Erfahrungen auslösen, finden nicht statt. Da ist kein Ankommen von Welteindrücken und kein Weggehen von Welteindrücken. Da ist nur ein stilles friedvolles Denken des Geistes über hohe, erhellende, befriedende Wahrheiten.

Wenn der Erfahrer der ersten weltlosen Entrückung aus dieser zur sinnlichen Wahrnehmung zurückkommt, dann empfiehlt der Erwachte, den Körper mit der aus der Abgeschiedenheit geborenen Beglückung zu durchdringen. Diese Beglückung, die die erste Entrückung ermöglicht, ist unvergleichlich seliger und höher als jedes durch sinnliche Wahrnehmung erlebbare Wohl. Und indem dieses überwältigende selige Wohl in den Körper einzieht, verdrängt und vertilgt es aus ihm auch die letzten Reste der verborgenen unbewussten Neigun-

gen nach sinnlichem Wohl. So wie der Schaumball des Baders eine vollkommene Durchdringung des Seifenpulvers mit Wasser ist, so empfiehlt der Erwachte, den Körper mit seliger Beglückung völlig zu durchdringen.

Nach dem Erlebnis der zweiten Entrückung durchdringt und durchtränkt er den Körper mit in der Einigung geborener Beglückung und Seligkeit. Der Erwachte gibt für den Reifezustand der zweiten Entrückung das Gleichnis: Da ist ein spiegelklarer See mit kühlem, labendem Wasser; der hat keinerlei Zuflüsse von außen (die Sinneseindrücke schweigen), und es kommt auch kein Regen von oben (jede Geistestätigkeit schweigt vollkommen), sondern er wird nur gespeist von einer unterirdischen, kühlen, reinen Quelle. Das bedeutet: Der Grundzustand, die reine Herzensverfassung macht einen solchen Menschen aus sich selbst zu diesem seligen Frieden fähig, ganz ohne sinnliche und auch geistige Anregungen und Berührungen. Mit diesem inneren Frieden durchdringt und durchtränkt er den Körper.

Damit ist er zu einem völlig anderen Lebenszustand gekommen. Er fühlt durch das Freisein von Spannungen im Triebkörper (*nāma-kāya*) das Wohl des Gleichmuts. Die Triebe sind ja Spannungen, Unerfülltheiten. Sind diese aufgehoben, wird Wohl erlebt: *Ein Wohl erlebt er im Körper, von welchem die Heilskenner sagen: „Dem in erhabenem Gleichmut klarbewusst Verweilenden ist wohl.“* Dadurch erfährt er den dritten Grad der Entrückung. Nach dem Wiedereintritt sinnlicher Wahrnehmung durchdringt er den Körper ganz und gar mit dem Wohl aus der Beruhigung des Entzückens, und zwar so vollkommen wie Lospflanzen, die ganz vom Wasser bedeckt sind und auch unter Wasser ihre Blüten entfalten, vollkommen von Wasser durchtränkt sind. So wird jedes sinnliche Verlangen aus dem Körper herausgeschwemmt und dafür wird er angefüllt und erfüllt und gesättigt mit dem Wohl der Beruhigung.

Bei dem Reifezustand, der die vierte Entrückung einleitet, geht alles vorher empfundene Wohl über das Abgetanhaben



von Wohl und Wehe unter, und eine über alles Wohl und Wehe erhabene Gleichmutsreihe geht auf. Nach der Rückkehr in die sinnliche Wahrnehmung durchdringt der Mönch den Körper mit dieser Gleichmutsreihe so vollkommen wie ein Mann, der von Kopf bis Fuß in ein weißes Tuch gehüllt ist, ganz und gar von diesem bedeckt ist. Weiß ist die Farbe der Reinheit, ein Symbol dafür, dass der Mönch frei von jedem Zu- und Abgeneigtsein ist.

### Die Unerlässlichkeit der Entrückungen, das Tor zum Nibbāna

Die weltlosen Entrückungen sind das entscheidende Erlebnis des Übens. Der von dem Wohl der Entrückungen durchdrungene und gesättigte Mensch ist ein völlig anderer Mensch als der von dem Wohl der Entrückungen nicht durchdrungene und gesättigte. Für einen solchen ist der Bereich der gesamten sinnlichen Wahrnehmung, ist diese Welt und jene Welt ein völlig uninteressantes Schattenreich, das ihn in keiner Weise mehr faszinieren kann, das von ihm nur als leise Belästigung empfunden wird. Der Erwachte bezeichnet die weltlosen Entrückungen als Tor zum Nibbāna (M 52) und als Wohl der Erweckung (M 66, 33, 139). Erst das Erlebnis der weltlosen Entrückungen löst das bis dahin nicht lösbare Problem, um das es überhaupt geht, wie die Welt überwunden werden kann, wie man das Erleben von Welt verlieren kann. Die weltlosen Entrückungen reißen aus der Welt heraus – zum Ende der Welt, ohne das kein Nibbāna möglich ist. Das ist nicht durch „Wandern zum Ende der Welt“ möglich (s. Rohitasso, A IV,45), sondern nur durch Vergessen der Welt. Dazu genügt schon, wie M 25 zeigt, die erste weltlose Entrückung allein. Nach dieser wird schon dasselbe gesagt wie nach den weiteren Entrückungen: *Geblandet und spurlos vertilgt hat er das Auge des Todes*. Der vom Erwachten belehrte Heilsgänger, der die weltlosen Entrückungen gewinnt und sich ihnen nicht ergreifend hingibt, sondern auch ihre Unbeständigkeit erkennt, ist fähig,

durch das große erfahrene innere Wohl die Triebe ganz aufzulösen. Von ihm wird gesagt (M 53):

*...und kann er die vier weltlosen Entrückungen, hohe Gemütszustände, überweltliches Wohl zu Lebzeiten, leicht und ohne Mühe gewinnen, so heißt man ihn, Mönch, den Heilsgänger, der die Schritte des Kämpfers gegangen ist, der kurz davor steht, das (Wahn-)Ei zu sprengen, fähig zum Durchbruch, fähig zur Erwachung, fähig, die unvergleichliche Sicherheit zu finden.*

*Gleichwie etwa, wenn eine Henne ihre Eier, acht oder zehn oder zwölf Stück, wohlbebrütet, gänzlich ausgebrütet hat; wie sollte dann nicht jener Henne der Wunsch kommen: „Ach, möchten doch meine Küchlein mit den Krallen oder dem Schnabel die Eischalen aufbrechen, möchten sie doch heil durchbrechen!“ Und die Küchlein sind fähig geworden, mit den Krallen die Eischale aufzubrechen und heil durchzubrechen.*

Wer die Übungsschritte bis zur Erreichung der weltlosen Entrückungen vollzogen hat, der ist fähig zum Durchbruch zur höchsten Weisheit, zum höchsten Wohl, zur vollkommenen Erwachung, zum Heil. Wie völlig anders das Heil, der Heilsstand ist und inwiefern keine Mitteilung an ihn heranreichen kann, das deutet der Erwachte mit dem drastischen Gleichnis an: Er bezeichnet alles für Menschen, Tiere und Geister überhaupt Erlebbare und Denkbare, das gesamte diesseitige und jenseitige Universum, als „im Ei des Wahns“ befindlich und vergleicht die Wesen samt ihrem Wissen mit dem Zustand des noch unfertigen Kükens im Ei und sagt von dem Geheilten, er habe die Eischale des Wahns durchbrochen. (S. auch A VIII,11)

Der Erwachte sagt von sich (M 14), dass er auch schon vor seiner Erwachung bald begriffen habe, dass die Sinnendinge nur Elend und Leid mit sich brächten, und dennoch habe er damals bei sich beobachten müssen, dass er trotzdem noch für

Sinnendinge zugänglich war (K.E.Neumann übersetzt: „um die Sinnendinge herumtanzte“). Als er dann aber später das überweltliche Wohl der weltlosen Entrückungen erlangt habe, da habe er bei sich bemerkt, wie er nicht mehr für die Sinnendinge zugänglich war. So hat der geschichtliche Weg des Asketen Gotamo, auf dem er zum Buddha wurde, den Beweis erbracht, dass das Erlebnis der weltlosen Entrückung für ihn die unerlässliche Voraussetzung der Triebversiegung war.

Dass das Erlebnis der Entrückungen für die Erreichung des Nibbāna unerlässlich ist, zeigt auch das Gleichnis des Erwachten vom ölußgeschwärtzten Schinderhemd (M 75): Ein blindgeborener Mensch, der, weil er keine Farben sieht, auch keine Unterscheidung treffen kann zwischen schönen und hässlichen Gegenständen, hört von einem anderen Mann die Redeweise, es gäbe nichts Schöneres als ein feines weißes sauberes Gewand ohne Flecken. Der Blindgeborene wird begierig, ein solches zu besitzen, und der Mann betrügt ihn mit einem ölußgeschwärtzten Schinderhemd mit den Worten: *Hier hast du, lieber Mann, ein feines sauberes Gewand, weiß und ohne Flecken*. Der Blindgeborene bekleidet sich damit, freut sich darüber und spricht überall davon, wie schön es sei, ein weißes sauberes Gewand ohne Flecken zu tragen.

Nach einiger Zeit gelingt es einem Arzt, den Blindgeborenen sehend zu machen. Nun erkennt dieser, dass er mit ekelhaftem Schmutz bedeckt ist. Zugleich kann er jetzt erst erkennen, was dagegen ein feines sauberes Gewand, weiß und ohne Flecken ist. Nun ekelt der sehend Gewordene sich vor seiner bisherigen Bekleidung, und womöglich trachtet er danach, sich an dem Betrüger, wenn er ihn erreichen kann, zu rächen.

Ebenso auch ist der Mensch, der auf dem Weg der Läuterung durch das Erlebnis der weltlosen Entrückungen zu der Erfahrung einer ganz anderen Existenzweise und Seinsweise gekommen ist, gleichsam sehend geworden. Ihm ist eine feine Wahrheit-Wahrnehmung (*sukhuma sacca saññā*) aufgegangen. Er hat erfahren, dass diese Wahrnehmung, dieses Erlebnis wahrer ist als die bisherige Erscheinung von Ich und Umwelt

mit Ding und Raum und Zeit. Er weiß jetzt, dass die Wahrnehmung, welche Ich und Welt anbietet, Wahn, Traum, Phantasie, Delirium ist, ein Spuk, eine grobe Trug-Wahrnehmung, und dass er im Erlebnis der weltlosen Entrückungen der Wirklichkeit näher ist als in der normalen Wahrnehmung, welche ein ununterbrochen schwankendes, wankendes Ich in schwankenden und wankenden Beziehungen zu einer schwankenden und wankenden Umwelt anbietet. Weil die weltlosen Entrückungen neben dem seligen Frieden noch diese gewaltige Überzeugungskraft haben hinsichtlich der Schattenhaftigkeit aller Erscheinung, darum bezeichnet der Erwachte sie als *sambodhi-sukha*, als ein zur Erwachung führendes Wohl. Durch das Erlebnis der Entrückungen erst begreift er, wie elend, gebunden, gefesselt und in Schmutz und Leiden befangen, er sich bisher befand.

Damit tritt er seiner gesamten bisherigen Lebensform befremdet gegenüber, so wie der plötzlich sehend Gewordene nun mit größter Befremdung den ekelregenden schmierigen Schmutz seines Gewandes sieht. Was ihm je in dem Bereich der sinnlichen Wahrnehmung als schön oder unschön galt, das erkennt er nun gegenüber dem neuen erlebten wahren Wohl und Heil als eitel, elend und schmerzlich. So wie der sehend Gewordene jetzt die Ölrüßflecken und Blutflecken auf seinem Schinderhemd ekelhaft findet, so erkennt der Erfahrer der weltlosen Entrückungen jetzt auch alles sinnliche Wohl als Wehe.

Das zeigt der Erwachte ebenfalls in M 75 an dem Gleichnis von dem Aussätzigen, der, wenn seine Aussatzwunden allzu unerträglich jucken, dann diese Wunden an glühenden Kohlen ausdörren, ausbrennen und durchrösten lässt und der diese Art des brennenden Schmerzes gegenüber dem entsetzlichen Jucken als ein Wohl empfindet. Der Erwachte fügt hinzu, dass jener Aussätzige, wenn er gesunden würde, dann um keinen Preis mehr seine Glieder so nahe an die glühenden Kohlen bringen möchte, weil er deutlich empfinde, dass es ein Schmerz sei und kein Wohl. Solange er aber wegen seiner

Aussatzkrankheit durch das unerträgliche Jucken sinnesverwirrt war, da hielt er den Schmerz des Brennens für eine Wohltat.

Mit diesen beiden Gleichnissen zeigt der Erwachte die geistige Umorientierung des durch die weltlosen Entrückungen zum höheren Leben Erwachsenen und seinen Umzug aus dem niederen Leben in das höhere Leben. So wie der sehend Gewordene sich endgültig trennt von dem öldrüßgeschwärtzten Schinderhemd – so wie der vom Aussatz Geheilte sich endgültig trennt von den glühenden Kohlen mit ihrem schmerzlichen Brennen – so auch wird der Erfahrer der weltlosen Entrückungen um keinen Preis mehr die sinnliche Wahrnehmung und ihre Erscheinungen ergreifen, vielmehr löst er sich davon ab und richtet seinen Sinn und seine Aufmerksamkeit immer mehr auf jene in der Entrückung erlebte Freiheit von aller Unbeständigkeit und allem Leiden.

Dass die unter dem Einfluss der weltlosen Entrückung sich ausbreitende feine Wahrheitswahrnehmung eine unerlässliche Voraussetzung für Verständnis und Erreichung des Nibbāna ist, das zeigt der Erwachte in dem Gleichnis von den vier Wildrudeln (M 25).

Dort schildert der Erwachte, wie ein Wildrudel im Wald sorglos das von dem Wildsteller ausgestreute Futter nimmt, dadurch immer in der Gewalt des Wildstellers bleibt und ganz nach dessen Wunsch gefangen und geschlachtet wird. – Mit diesem ersten Wildrudel vergleicht der Erwachte diejenigen Asketen und Mönche, die sich trotz ihres Standes in der Nähe der Dörfer oder Städte oder gar in den Dörfern und Städten selbst aufhalten und den sinnlichen Wünschen nachgehen. Sie bleiben darum dem Tod verfallen.

Ein zweites Wildrudel will aus den Erfahrungen des ersten lernen, will grundsätzlich das Futter des Wildstellers meiden, zieht sich darum weit in den Wald zurück und lebt in tiefer Abgeschiedenheit von den natürlichen Früchten des Waldes. Es kommen aber Jahreszeiten, da keine Früchte vorhanden sind. Die Tiere werden elend mager und hungrig, erin-

nern sich des Futters, können der Erinnerung nicht widerstehen und gehen wieder in den Bereich des Wildstellers, fressen das Futter, werden genießerisch, berauscht und darum ebenfalls Opfer des Wildstellers. – Mit diesem zweiten Wildrudel vergleicht der Erwachte diejenigen Mönche, Asketen und Einsiedler, die in das andere Extrem verfallend, keine Menschen und Menschenkost sehen wollen, nur von dem, was der Wald an Wildfrüchten bietet, leben wollen, damit den Fährnissen der Jahreszeit ausgeliefert sind, darum in den Zeiten des Mangels hungrig und schwach werden, dann eben doch in die Dörfer zurückkehren, um so mehr genießen, berauscht werden und damit ebenfalls in der Gewalt des Todes bleiben.

Ein drittes Wildrudel will daraus lernen, indem es zwar immer das Futter des Wildstellers nimmt, sich aber im übrigen weitab von dem Futter im Innern des Waldes aufhält. Der Wildsteller merkt, dass das Futter weniger wird, sieht aber kein Wild, sucht gründlicher, findet das Wild weiter abseits und zieht seine Umzäunung nun bis zu dem Aufenthaltsplatz dieses Wildrudels, so dass es ihm auch verfallen ist. – Mit diesem dritten Wildrudel vergleicht der Erwachte solche Einsiedler, Asketen und Mönche, die zwar täglich um Almosenspeise zum Dorf gehen, sich aber den Tag über nicht nur äußerlich von den Stätten der Menschen und Speisen zurückhalten, sondern im Ganzen dem sinnlichen Begehren nicht nachgehen. Sie verhalten sich bis hierhin also durchaus richtig. Da sie aber nichts unternehmen, um zu jenem ganz anderen weltlosen Erlebnis der weltlosen Entrückung zu kommen, so wird ihre Vernunft nicht erhöht und überhöht. Da sie in der beschränkten, primitiven Weise lebend, immer nur Gegenwart, Vergangenheit und Zukunft erleben, immer nur Ich und Umwelt erleben, so bleiben sie im Subjekt-Objekt-Denken befangen. Und so kommen sie auf die Dauer zwangsläufig zu der Entwicklung der mannigfachen Ansichten über Ich und Welt und Seele. Da sie die nur in der Entrückung erfahrbare Überwindung von Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft nicht kennen, so sinnen sie weiterhin über Vergangenheit und über

Zukunft nach. So bleiben sie in der Vergänglichkeit, können nur über Vergängliches denken. Sie geraten also nicht sofort ins Garn der Sinnlichkeit, ins Garn der Lust, aber dafür ins Garn der Ansichten. Und der Erwachte sagt von ihnen, dass auch sie nicht freikommen können, dass sie in der Gewalt des Todes bleiben.

Danach spricht der Erwachte von dem vierten Wildrudel, das aus den Erfahrungen der anderen drei Rudel gelernt hat und sich darum entschließt, zwar ebenso wie das dritte Rudel von dem Futter des Wildstellers zu nehmen, was zur Erhaltung des Lebens nötig ist, ohne sich davon verlocken zu lassen und ohne genussüchtig zu werden, sich aber im Gegensatz zum dritten Rudel an einen Ort zu begeben, wohin der Wildsteller überhaupt nicht gelangen kann. – Der Wildsteller sieht nun, wie das Futter weniger wird, sucht nach dem Rudel, kann es aber, wie sehr er auch sucht, nirgends finden und entschließt sich schließlich, dieses vierte Rudel gar nicht zu beachten.

Mit diesem vierten Rudel vergleicht der Erwachte diejenigen Mönche, Asketen und Einsiedler, welche das Erlebnis der weltlosen Entrückung, den Wegfall von Ich und Umwelt, von Raum und Zeit erleben können. Von diesen Mönchen, Asketen und Einsiedlern sagt der Erwachte:

*Gebundet haben sie Māro, haben ihn überwunden, sind für das Auge Māros unsichtbar geworden.*

Und er verheißt ausschließlich diesen vierten Mönchen, Asketen und Einsiedlern, wenn sie auf dem Weg fortschreiten, ganz sicher die Erreichung des Nirvāna, während er von allen drei anderen Asketengruppen, welche die weltlosen Entrückungen nicht erreichen, sagt, dass sie, wenn sie auf ihrem Weg fortschreiten, dem Tod verfallen bleiben, das Leiden nicht überwinden können. – Auch damit zeigt der Erwachte, dass das Erlebnis der weltlosen Entrückungen eine unerlässliche Voraussetzung ist für die Erreichung des Nibbāna. Es liefert das erforderliche Sprungbrett, um die täuschende beschränkte

Wahrnehmung zu überwinden und dadurch dem Nibbāna selbst näher zu kommen.

Die weltlosen Entrückungen gewinnt man, indem man immer wieder über die Vergänglichkeit, Wandelbarkeit und Veränderlichkeit und darum Totheit alles im Bereich der fünf Zusammenhäufungen Erscheinenden nachdenkt oder indem man durch Übung der Pfeiler der Beobachtung diese Veränderlichkeit und Totheit des Erschienenen ganz unmittelbar an sich erfährt. Dadurch wird die Aufmerksamkeit vom Außen abgezogen, das Außen entwertet und auf das Erlebnis des inneren Wohls der Unabhängigkeit gelenkt. So drückt die vom Erwachten vermittelte rechte Anschauung wie auch die Übung von Satipatthāna den Menschen gleichsam aus der niederen Sinnlichkeit heraus, während das Erlebnis inneren Wohls, das Erlebnis weltloser Entrückungen ihn immer machtvoller und stärker in jene von Sinnlichkeit freie Wahrnehmung hinzieht.

Satipatthāna, der Zubringer  
zu den weltlosen Entrückungen,  
aber auch weltlose Entrückungen ohne Satipatthāna

Da nun das Erlebnis der weltlosen Entrückungen für die Erreichung des Nibbāna unerlässlich ist und da die Satipatthāna-Übungen auch zu den weltlosen Entrückungen hinführen, so liegt die Frage nahe, warum die Mönche weit mehr zur Erwirkung der weltlosen Entrückungen gemahnt werden als zur Satipatthāna-Übung. Das geschieht darum, weil die Satipatthāna-Übungen weder den einzigen Weg zu den weltlosen Entrückungen noch zum Nibbāna bilden, weil es vielmehr viele Zugänge zu den weltlosen Entrückungen und zum Nibbāna gibt.

Wir wissen ja, dass der Erwachte weit vor seiner Erwachung und auch ohne Kenntnis der Satipatthāna-Übungen als Knabe von sechs Jahren bereits eine weltlose Entrückung erfahren hatte und dass in allen Kulturräumen in der Vergangenheit und Gegenwart Menschen weltlose Entrückungen erlebten



und erleben, ohne eine Ahnung von Satipatthāna-Übungen zu haben. Man kann also sagen, dass die Menschen eine größere oder kleinere Neigung zur Herzenseinigung (*samādhi-indriya*) haben und ebenso zur Durchführung der Satipatthāna-Übungen (*sati-indriya*). Darum sagt der Erwachte nirgends, dass man erst *sati* und dann *samādhi* üben solle, aber sagt auch nirgends, dass man erst *samādhi* und dann *sati* üben solle. Ein jeder kann nach den ihm innewohnenden Fähigkeiten und Kräften auf dem ihm leichter möglichen Weg ein Stück vorwärtsgehen und dadurch auch für den anderen Weg fähiger werden.

*Aber man vergesse nicht:* Es geht nicht darum, jeden Weg zu gehen, sondern es geht darum, zum Ziel zu kommen. Zu diesem wahren Zweck sind die Wege nur das Mittel. Wenn man auf dem einen Weg wegen größerer Hindernisse nicht weiterkommen kann, dann setze man den Fuß auf den anderen Weg und gehe von dort aus wieder ein Stück weiter. Und wo sich dort Hindernisse zeigen, da trete man wieder auf einen anderen Weg. Es führen viele Wege zur völligen Befreiung von aller Unzulänglichkeit. Aber die Wahl der Wege liegt nicht in unserer Willkür, sondern wir können nur dann vorwärts kommen, wenn wir mit großer Aufmerksamkeit die sorgfältigen Anweisungen und Ratschläge des Erwachten studieren und uns in unserer Praxis nach ihnen richten.

Es ist auch möglich, dass jemand, der auf dem Satipatthāna-Weg vorgeschritten ist und die weltlosen Entrückungen öfter nach Wunsch bekommen kann, dennoch den Satipatthāna-Weg beibehalten möchte und weiterhin verfolgt. Wie man sich in dieser Situation entscheidet, ist bei demjenigen, der durch gründliche Kenntnis der Lehre alle möglichen Wege kennt, eine Frage des Naturells. Solche, die die Neigung haben zum eisernen unentwegten konzentrierten Beobachten und den daraus hervorgehenden durchdringenden Erkenntnissen und Ablösungen, werden auf der Leiter der Satipatthāna-Übung gern bis zum Nibbāna hinaufsteigen. Sie werden vielleicht, wenn sie auf dieser Leiter eine neue Plattform erlangt haben,

eine Weile auf dieser Plattform sich ergehen, werden das mit der jeweiligen Vertiefung zusammenhängende Erlebnis seliger oder friedvoller Stille für kurze Zeit kosten, werden sich dann aber wieder zur Leiter zurückbegeben und dort weiter hinaufsteigen.

Und sie tun gut daran, denn Satipatthāna ist, wie der Erwachte sagt, der geradeste und sicherste Weg. Wie eine Dampfwalze, langsam zwar, aber dafür unentwegt und unhemmbar vorwärtskommt und alles unter sich ebnet, so ist Satipatthāna eine der machtvollsten Übungen, die den Üben- den auf dem Boden der genannten Voraussetzungen aus allen Ungleichheiten und aus allen Unterscheidungen und aus allen Gebundenheiten und Perspektiven schrittweise mit unwiderstehlicher Kraft herauslöst.

Aber wie eine Dampfwalze nicht von selber so unentwegt vorwärtsrollen kann, sondern des Kraftstoffs bedarf, so bedarf der Mensch zur Satipatthāna-Übung der inneren Kraft, des inneren Antriebs, des inneren Willens, der inneren Ausdauer. Diese entspringt zunächst aus den Einsichten über das Elend der Sinnendinge und den Ermunterungen, die er aus den Lehrreden des Erwachten und den Verheißungen des Erwachten gewinnt. Aber die daher kommenden Kräfte halten bei den meisten Menschen nicht sehr lange vor, und so besteht die Gefahr, dass man von der Übung bald wieder abkommt, wenn man nicht inzwischen zu Erfahrungen von Beruhigungen, Ablösungen und weltlosen Entrückungen kommt. Erst diese letzteren Erfahrungen sind ihm ein noch größerer Ansporn als die Worte des Erwachten, denn nun verweilt er *auf sich selber gestützt, auf keinen anderen gestützt im Orden des Meisters*.

Hingegen ist der Weg der weltlosen Entrückungen nicht mit einer Dampfwalze zu vergleichen, sondern mit einem Höhenflug, bei dem der Mensch nicht am Boden selbst alle Unebenheiten ausgleicht, alle Unterscheidungen aufhebt, sondern bei dem er sich so unendlich weit von allen kleinen Dingen des Weges entfernt, dass sie für ihn als Bagatellen alle Bedeutung verloren haben.

Zwar sinkt er nach jedem Höhenflug wieder zurück auf die Erde und ist damit der Auseinandersetzung in der Welt nicht enthoben; aber er hat durch das Erlebnis der weltlosen Entrückungen eine Perspektive erfahren, aus der er nicht nur die Kleinheit und Bedeutungslosigkeit der aus der Nähe so groß sich zeigenden Dinge und Unterschiede durchschaut hat, sondern er weiß nun auch, dass diese primitive Perspektive nur durch krankhaftes Ergreifen bedingt ist, dass er aber auf dem Weg ist, die unten haltenden Verstrickungen ganz abzutun. Er erkennt, dass der Blick aus der Nähe ein täuschender Blick ist aus krankhafter geistiger Bindung, denn er hat erfahren, dass der Blick aus der großen und klaren Höhe durch größere Wachheit und Helligkeit bedingt ist. Er strebt nun immer mehr an, die letzten Reste der Krankheit, des Ergreifens, aufzuheben.

Aber es ist eben so, dass der eine Mensch weniger sinnliche Triebe hat als der andere, dass also die Quantität des Ergreifens unterschiedlich ist. Und zum anderen ist auch die Art, die Qualität des Ergreifens unterschiedlich. So kann z.B. ein noch stark ergreifender Mensch, dessen Weg also noch lang ist, doch schon sporadisch die weltlosen Entrückungen erleben, so dass er auf dem Weg immer wieder beglückende Erhebung, Seligkeit und Freude erfährt. Dagegen kann es sein, dass ein anderer Mensch mit verhältnismäßig weniger Trieben, der darum einen kürzeren Weg zurückzulegen hat, doch nicht so bald zum Erlebnis der weltlosen Entrückung kommt und darum auf seinem Weg zunächst noch weniger befreiende Erlebnisse hat.

Aber fast jeder Mensch ist schon vor dem Abschluss der gesamten Satipatthāna-Übungen zum Erlebnis der weltlosen Entrückungen fähig, ja, die meisten Menschen können weit eher zum sporadischen Erlebnis der Entrückung kommen als zur Fähigkeit der systematischen Pflege von Satipatthāna. Das zu wissen, ist sehr wichtig. Das zeigt sich auch daran, dass erst dem Reifezustand, der die dritte und vierte Entrückung einleitet, die *sati*-Fähigkeit innewohnt. Daraus folgt, dass der

Mensch erst dann die dritte und vierte Entrückung erleben kann, wenn er bereits über viel *sati* als Heilskraft verfügt, und dass er also die erste und zweite Entrückung schon ohne bzw. vor Erwerb der *sati*-Heilskraft gewinnen kann.

Dieselbe *sati*, durch deren Übung man zwangsläufig immer reifer zur weltlosen Entrückung wird, kann aber auch den Eingang in die weltlose Entrückung verhindern. Nur in der Haltung eines vollkommenen Lassens, eines völligen inneren Friedens, kann man durch das Tor zu den weltlosen Entrückungen eingehen. Solange aber *Satipatthāna* ein Wirken ist, ein aktives Tun, ein starkes Bemühen, so lange kann zur Zeit der *Satipatthāna*-Übung nicht weltlose Entrückung eintreten, vielmehr muss man sich bewusst entschließen, nun *Satipatthāna* einzustellen und auf *samādhi* umzustellen, d.h. man muss nun „lassen“ können. Auch das muss geübt werden und kommt nicht von selber.

Wer aber durch *sati* zu den weltlosen Entrückungen kommt, der gewinnt auch bald die weltlosen Entrückungen des *sati*-Fähigen, d.h. über die erste und zweite weltlose Entrückung hinaus die dritte und vierte. Die *sati*-Fähigkeit gibt der dritten und vierten Entrückung den erheblich stilleren, tieferen Charakter gegenüber der ersten und zweiten Entrückung.

Wenn es nach jeder *Satipatthāna*-Übung heißt: *Die hausgewohnten Erinnerungen schwinden dahin, und weil sie geschwunden sind, ist das Herz in sich still, beruhigt, geeint und friedvoll*, so bedeutet diese Beruhigung, Einigung des Herzens eine Eingangsmöglichkeit zu den weltlosen Entrückungen, die ihrerseits vom Grund her das Ergreifen von Form auflösen. Daraus ergibt sich, dass *Satipatthāna* weitgehend als Zubringer zu den weltlosen Entrückungen aufgefasst werden muss. Sobald aber die weltlosen Entrückungen erreicht werden, ist der Weg über die weltlosen Entrückungen der erheblich leichtere, hellere und wohltuendere. Darum braucht der erste Pfeiler der Selbstbeobachtung nur so lange geübt zu werden, bis der Mensch auf diesem Weg zum Erlebnis der weltlosen Entrü-

ckungen kommt. Darum ist in den allermeisten Heilswegweisungen der Lehrreden, in der vom Erwachten ausschließlich den Mönchen auferlegten Übungsreihe, von den gesamten Körper-Satipatthāna-Übungen immer nur die eine, Klarbewusstsein genannte Übung, empfohlen und werden daran gleich anschließend immer die weltlosen Entrückungen genannt und nach den weltlosen Entrückungen die Weisheitsdurchbrüche, die ins Nibbāna einmünden. Dass dies der generell genannte Übungsweg ist, zeigt wiederum, dass die allermeisten Menschen erheblich leichter zu den weltlosen Entrückungen kommen können, als es scheint und angenommen wird.

Ebenso schildert der Erwachte in M 140, dass der Mönch mit nur einer einzigen der körperlichen Beobachtungs-Übungen – mit der Betrachtung der vier Gegebenheiten – so weit kommt, dass er dann gleich an die Übung des zweiten Pfeilers der Beobachtung gehen kann (Beobachtung des Gefühls) und nach dieser Übung auf einem anderen Weg das Nibbāna gewinnen kann.

Es ist wohl möglich, dass manche Menschen, das Elend der Sinnendinge durchschauend, unbeirrbar das Nibbāna ins Auge fassend und sich nach den Wegweisungen des Erwachten richtend, mit nur einem Bruchteil der von dem Erwachten geschilderten Übungen das Nibbāna erreichen; aber es ist nicht möglich, dass ein Mensch, der alle die vom Erwachten als zum Nibbāna hinführenden Übungen geübt und sich angeeignet hat, dann das Nibbāna etwa nicht gewänne. So ist die Wegweisung des Erwachten für das Heilsziel Nibbāna die vollkommenste und vollständigste, die in der gesamten Weltliteratur vorzufinden ist.

Todüberwindung durch Beobachtung des Körpers

*Wer auch immer, ihr Mönche, Beobachtung des Körpers entfaltet und gepflegt hat, einbegriffen hat er alle*

*heilsamen Dinge (Eigenschaften, Fähigkeiten – dhamma), die zum Wahrwissen (zu den Weisheitsdurchbrüchen – vijjā, Gegenteil von avijjā) führen. Gleichwie etwa, ihr Mönche, ein jeder, der das große Meer im Geist erfasst hat, einbegriffen die Flüsse hat, die nur irgend ins Meer sich ergießen, ebenso auch hat ein jeder, der Beobachtung des Körpers entfaltet und gepflegt hat, einbegriffen alle heilsamen Dinge, die zum Wahrwissen führen.*

*Wer auch immer, ihr Mönche, Beobachtung des Körpers nicht entfaltet und gepflegt hat, in den kann der Tod hineingleiten, in den kann der Tod hinabschleichen. Gleichwie etwa, ihr Mönche, wenn ein Mann eine schwere Steinkugel auf einen feuchten Lehmhaufen werfe, was meint ihr wohl, Mönche, würde da nicht diese schwere Steinkugel in den feuchten Lehmhaufen hineingleiten? – Gewiss, o Herr! – Ebenso nun auch, ihr Mönche, hat irgendeiner da nicht Beobachtung des Körpers entfaltet und gepflegt, in den kann der Tod hineingleiten, in den kann der Tod hinabschleichen.*

*Gleichwie etwa, ihr Mönche, wenn da ein trockenes, ausgedörrtes Holzsplit wäre, und es käme ein Mann herbei mit einem Reibholz versehn und dächte: „Ich werde ein Feuer entfachen, ich werde Wärme erzeugen.“ Was meint ihr, Mönche, könnte der Mann mit dem Reibholz das trockene, ausgedörrte Holzsplit reibend, Feuer entfachen und Wärme erzeugen? – Gewiss, o Herr. – Ebenso nun auch, ihr Mönche, hat irgendeiner da nicht Beobachtung des Körpers entfaltet und gepflegt, in den kann der Tod hineingleiten, in den kann der Tod hinabschleichen.*

*Gleichwie etwa, ihr Mönche, da wäre ein Wassereimer, ungefüllt, ohne Inhalt auf einem Gestell bereitge-*

*stellt, und es käme ein Mann herbei mit einem Vorrat Wasser. Was meint ihr, Mönche, könnte nicht dieser Mann das Wasser da hineinschütten? – Gewiss, o Herr! – Ebenso nun auch, ihr Mönche, hat irgendeiner da nicht Beobachtung des Körpers entfaltet und gepflegt, in den kann der Tod hineingleiten, in den kann der Tod hinabschleichen.*

*Wer auch immer, ihr Mönche, Beobachtung des Körpers entfaltet und gepflegt hat, in den kann der Tod nicht hineingleiten, in den kann der Tod nicht hinabschleichen. Gleichwie etwa, ihr Mönche, wenn ein Mann ein leichtes Wollknäuel gegen eine ganz aus festem Kernholz bestehende Tür schleuderte. Was meint ihr, Mönche, könnte da etwa dieses leichte Wollknäuel in die ganz aus festem Kernholz bestehende Tür eindringen? – Gewiss nicht, o Herr! –*

*Ebenso nun auch, ihr Mönche, hat irgendeiner da Beobachtung des Körpers entfaltet und gepflegt, in den kann der Tod nicht hineingleiten, in den kann der Tod nicht hinabschleichen.*

*Gleichwie etwa, ihr Mönche, wenn da ein feuchtes, lehmiges Holzscheit wäre, und es käme ein Mann herbei, mit einem Reibholz versehen, und dächte: „Ich werde ein Feuer entfachen, ich werde Wärme erzeugen.“ Was meint ihr, Mönche, könnte der Mann mit dem Reibholz das feuchte, lehmige Holzscheit reibend Feuer entfachen und Wärme erzeugen? – Gewiss nicht, o Herr. – Ebenso nun auch, ihr Mönche, hat irgendeiner da Beobachtung des Körpers entfaltet und gepflegt, in den kann der Tod nicht hineingleiten, in den kann der Tod nicht hinabschleichen.*

*Gleichwie etwa, ihr Mönche, da wäre ein Wassereimer voll von Wasser, bis zum Rande gefüllt, von Krähen trinkbar, auf einem Gestell bereitgestellt, und es*

*käme ein Mann herbei mit einem Vorrat an Wasser. Was meint ihr wohl, Mönche, könnte wohl dieser Mann das Wasser da hineinschütten? – Gewiss nicht, o Herr! – Ebenso nun auch, ihr Mönche, hat da irgend-einer Beobachtung des Körpers entfaltet und gepflegt, in den kann der Tod nicht hineingleiten, in den kann der Tod nicht hinabschleichen.*

Der normale Mensch verhält sich im Gedanken an den Tod in seinen Gefühlen so aufnahmebereit treffbar, entzündbar-verletzlich, wie ein Stein in den Lehmhaufen eindringen kann oder wie ein trockenes Holz, das leicht in Brand gesetzt werden kann, oder wie ein leerer Eimer, der Wasser aufnehmen kann. Wer aber den ersten Pfeiler der Körper-Beobachtung übt und vollendet hat, der kann von Gedanken an den Tod in keiner Weise mehr getroffen, in seinen Gefühlen aufgewühlt oder verletzt werden, wie ein Wollknäuel nicht in eine feste Tür eindringen kann oder feuchtes lehmiges Holz nicht in Brand gesetzt werden kann oder in einen randvoll gefüllten Eimer kein Wasser gegossen werden kann.

Diese Beispiele sollen verdeutlichen, dass sich bei dem die Körper-Beobachtung Übenden während des Übens und durch die Übung im Lauf der Zeit der eigene Standpunkt gewandelt hat, die Perspektive sich verändert hat, dass er sich innerlich vom Körper abgelöst hat und sich mit dem Leib nicht mehr identifiziert, dass er sich nicht mehr mit dem Leib identisch fühlt, auch wenn er sich weiterhin des Leibes bedient. Damit hat er den Status des Wahnbefangenen, aus Wahn gefesselten Menschen überwunden, für den die Verwundung des Leibes die eigene Verwundung ist und die Vernichtung des Leibes die eigene Vernichtung, denn wer den Leib für den Träger des Ich hält, der muss die Vernichtung des Leibes ebenso wie die Vernichtung des Ich fürchten. Die Auffassung des gewöhnlichen Menschen ist sein Irrtum, durch Wahn bedingt, und der Wahn ist durch sein Anhängen am Leib bedingt. Wer aber als Mönch



die Satipatthāna-Übungen gründlich besonnen durchführt, der hat diesen Wahn und dieses Anhängen am Leib aufgehoben, denn er hat eben durch die dauernde Beobachtung des Leibes und seiner Vorgänge die tot-mechanische, vergängliche, ichlose Art dieses von den Eltern gezeugten, durch Nahrung gebildeten und erhaltenen, nur sehr begrenzte Zeit bestehenden, schwerfälligen und verletzbaren Werkzeugs erfahren. Das Sterben des Körpers ist für ihn nicht mehr „sein“ Sterben. Das Schicksal des Leibes ist nicht mehr „sein“ Schicksal. In dieser Tatsache liegt die Wahrheit von der Todüberwindung und der todbefreienden Wirkung der beharrlich durchgeführten Satipatthāna-Übung.

Der die Körper-Beobachtung Übende ist fähig  
zu überweltlichen Erfahrungen

Der Mönch, der die Körper-Beobachtung geübt hat, vom Ergreifen des Körpers sich befreit hat, erfährt jeden Zustand, auf den er seine Aufmerksamkeit richtet:

*Wer auch immer, ihr Mönche, auf den Körper gerichtete Beobachtung entfaltet und gepflegt hat, auf was für einen durch höhere Erfahrung erwirkbaren Zustand er sein Herz nur irgend hinlenkt, der erfährt leibhaftig jeden Zustand, auf den er seine Aufmerksamkeit (sati) richtet. Gleichwie etwa, ihr Mönche, da wäre ein Wassereimer voll Wasser bis zum Rande gefüllt, von Krähen trinkbar, auf einem Gestell bereitgestellt, und ein Mann neigte diesen Eimer nach einer Seite, würde da Wasser auslaufen? – Gewiss, o Herr! – Ebenso wer auch immer, ihr Mönche, auf den Körper gerichtete Beobachtung entfaltet und gepflegt hat und dann das Herz auf die Ausbildung von Fähigkeiten richtet, die durch überweltliches Wissen verwirklicht werden kön-*

nen, der erfährt leibhaftig jeden Zustand, auf den er seine Aufmerksamkeit (sati) nur richtet.

Gleichwie etwa, ihr Mönche, wenn in flacher Landschaft ein Teich läge, von einem Damm umgeben, voll von Wasser, bis zum Rande gefüllt, von Krähen trinkbar. Wann immer ein starker Mann die Eindeichung losträte, würde da Wasser herauslaufen? – Gewiss, o Herr. – Ebenso, ihr Mönche, wer auch immer auf den Körper gerichtete Beobachtung entfaltet und gepflegt hat und dann das Herz auf die Ausbildung von Fähigkeiten richtet, die durch überweltliches Wissen verwirklicht werden können, der erfährt leibhaftig jeden Zustand, auf den er seine Aufmerksamkeit (sati) nur richtet.

Gleichwie etwa, ihr Mönche, wenn da auf ebenem Boden, an der Wegkreuzung vierer Straßen ein treffliches Wagengespann in Bereitschaft stünde, mit dem zugehörigen Treibstock versehen, und diesen Wagen bestiege ein Meister der Fahrkunst, ein gewandter Rosselenker, nähme die Zügel in die linke Hand, den Treibstock in die rechte und führe nach Wunsch und Willen hin und her. Ebenso wer auch immer, ihr Mönche, auf den Körper gerichtete Beobachtung entfaltet und gepflegt hat und dann das Herz auf die Ausbildung von Fähigkeiten richtet, die durch überweltliches Wissen verwirklicht werden können, der erfährt leibhaftig jeden Zustand, auf den er seine Aufmerksamkeit (sati) nur richtet.

So frei und voller innerer Gemüts- und Weisheitskräfte ist derjenige, der den ersten Pfeiler der Selbstbeobachtung mit dem Erfolg der Ablösung vom Körper geübt hat, dass er die Formfreiheiten, alle höheren Wissen, Weisheitsdurchbrüche erfahren kann, wenn er den Wunsch dazu hat. So wie bei ei-

nem vollen Wassereimer, der geneigt wird, oder wie bei einem eingedeichten Teich voll Wasser, dessen Dämme zerstört werden, dann Wasser fließt, so fließt – entsprechend dem Geneigtsein – die Fülle der Kräfte über auf das, was zu erfahren gewünscht wird. Oder wie ein guter Rosselenker, dem ein gutes Gespann zur Verfügung steht, überall hinfahren kann, so kann einer, der den ersten Pfeiler der Selbstbeobachtung geübt hat, sich darin vervollkommen hat, durch die gewonnene Ablösung und die gewonnenen Kampfeskräfte überall hinfahren, alles Gewünschte leibhaftig erleben. Im Folgenden werden die überweltlichen Möglichkeiten und Weisheitsdurchbrüche, zu denen ein solcher fähig ist, aufgezählt.

Zehn hochlohnende Früchte  
der auf den Körper gerichteten Beobachtung

*Wenn die Beobachtung des Körpers entfaltet und gepflegt, oft wiederholt, als Fahrzeug verwendet, zur Grundlage gemacht, verankert, gefestigt und immer wieder gut geübt worden ist, können diese zehn hochlohnenden Früchte erwartet werden. Welche zehn?*

1. Sieger über Unlust und Lust

*Man wird ein Sieger über Unlust und Lust, nicht lässt man sich von Unlust überwältigen, aufgestiegene Unlust überwindet man, man verweilt, indem man Unlust überwindet, wann immer sie erscheint.*

Dem normalen Menschen geht es im Leben ähnlich wie einem Menschen im Kino: Er selbst sitzt im Dunkeln und hat sich völlig vergessen, und alles, was er erlebt, das ist nicht er selbst, das leuchtet da auf der Leinwand der sinnlichen Wahrnehmung. Er aber besteht nur als sehnsüchtiges Aufsaugen der Bilder des Außen, er ist ein Vakuum, ein Hungerleider, ist abhängig von dem, was draußen angeboten wird. Wenn eine

spannende Episode seines filmartigen Außenlebens zu Ende oder abgebrochen ist, weil das Betreffende sich ihm entzogen hat, dann findet er sich wieder in der Dunkelheit und Ödigkeit seiner selbst ohne Ablenkung. Das ist der Wechsel zwischen Unlust und Lust (*arati* und *rati*).

Wir leben fast nur in diesem Wechsel, indem wir entweder durch die äußeren Sinneseindrücke Spannung, Sensation, Lust und Anreiz erleben oder bei uns selbst Langeweile und innere Öde im grauen Halbdunkel unseres Gemüts.

*Rati* – das ist Faszination, Engagement und Spannung durch das, was die Sinne von außen hereinbringen; man ist durch das Erlebte entweder freudig-begehrlich angezogen oder ist gereizt, verärgert und abgestoßen. In beiden Fällen erfährt man durch das Außen Anreiz und Spannung.

Und *arati* herrscht, wenn einem Menschen Anreiz, Sensation und Spannung durch die äußeren Dinge fehlen und er sich dadurch nur der Öde und Leere seines eigenen Gemüts gegenüber sieht. Die Unlust begegnet dem normalen Menschen am meisten, wenn er mit sich allein ist. Sie verlockt ihn, sich immer wieder Ablenkungen zu verschaffen in der Sensation, so dass er nie zur Ruhe, nie zur Heimat kommt, ja sogar die Ruhe gar nicht mehr als Heimat ersehnt, sondern sie fürchtet und flieht. Sie lockt den Menschen von Reiz zu Reiz, sie peitscht ihn durch die ganze Welt. Und in dieser Hetze verschleißt der Mensch den Körper mit seinen Organen, mit dem man sich sinnliche Eindrücke verschafft, bis zur Vernichtung und legt immer wieder einen neuen Körper an und verschleißt ihn in ständigem Wechsel von Geborenwerden, Altern und Sterben. Und immer wieder hofft er, von der Unlust gejagt, in der Lust, in der Befriedigung, das Heile zu finden, und so kommt er nie zur Ruhe. Das ist der Daseinskreislauf, das Pendeln zwischen Unlust und Lust, wie das Laufen in einer Tretmühle. Es dreht sich nur im Kreis, endlos, ausweglos. Die Lust ist der ausweglose Ausweg der Toren. Die Unlust ist es, die zu diesem scheinbaren Ausweg verführt.

Der normale Mensch findet bei sich selber kein Wohl. Ja, er weiß und ahnt kaum, dass dergleichen überhaupt möglich ist. Er strebt mit allen Fibern und Intentionen nur nach außen, nur von sich weg in die Fremde. Damit ist er vom Außen abhängig und damit vom Körper, durch den ja das Außen nur erlebt werden kann, und damit ist er sterblich.

Das alles ist vollkommen anders bei dem, der in sich selbst ein eigenes Licht, eine eigene Wärme, ein eigenes Leuchten entzündet hat, der in sich Helligkeit und Glück erfährt, das ihm niemand von außen nehmen kann. Und das wird schon gewonnen durch Tugend und Mitempfinden. Aber für denjenigen, der weltlose Entrückungen erreicht, sind Lust und Unlust wie weggeblasen. Das Lungern und Lugen nach interessanten Dingen durch die Sinnesorgane ist überwunden. Die sinnlichen Triebe und damit das Pendeln zwischen Lust und Unlust sind besiegt. Statt der von sinnlichen Trieben gesuchten Befriedigung ist der Mensch jetzt anhaltend im Frieden, wodurch ihm ununterbrochen hell und wohl ist.

## 2. Sieger über Furcht und Angst

*Man wird ein Sieger über Furcht und Angst, nicht lässt man sich von Furcht und Angst überwältigen, aufgestiegene Furcht und Angst überwindet man, man verweilt, indem man Furcht und Angst überwindet, wann immer sie erscheint.*

Der Mensch weiß, dass sein Leib treffbar ist, verletzbar, zerstörbar ist. Er denkt daran nicht immer bewusst, aber wie stark wir unterbewusst mit angstvoller, sorgender Wachsamkeit auf die Erhaltung unseres Leibes achten, das erkennen wir an den unbewussten Spontan-Reaktionen bei plötzlichen, unvorhergesehenen Geräuschen und Berührungen. In dieser angstvollen Spannung lebt der normale Mensch den ganzen Tag, zwar meistens unbewusst, aber eben doch mit innerer Wachsamkeit,

Mühe und Angst; sie gehören unlösbar zum sinnhaften Leben.

Durch die Beobachtung des Körpers und das Erlebnis der weltlosen Entrückung ist diese ständig angespannte innere Bereitschaft zur Verteidigung des Körpers vollständig fort. Der Erleber ist mit seinem gesamten Ichdenken aus dem Leib ausgezogen, identifiziert sich nicht mit ihm, betrachtet ihn als Werkzeug. Da er das Erlebnis der weltlosen Entrückung zur Basis seines Seins macht und das Sein in der sinnlichen Wahrnehmung für sich als nebensächlich ansieht, ist ihm der Leib unwichtig, und damit ist er auch außerhalb der Entrückungen befreit von der verborgenen und offenbaren Todesangst. Und sollte sie doch noch einmal über ihn kommen, langsam und zögernd, so löst er sie im rechten Anblick *eilig auf, vertreibt sie, vertilgt sie, erstickt sie im Keim. Gleichwie etwa, wenn ein Mann auf eine tagsüber am Feuer glühende eiserne Pfanne zwei oder drei Wassertropfen herabträufeln ließe – langsam wäre der Fall der Tropfen, aber gar eilig würden sie aufgelöst und verschwunden sein* – ebenso löst er die Angst im rechten Anblick *eilig auf, vertreibt sie, vertilgt sie, erstickt sie im Keim. (nach M 66)*

Ebenso ist der Mönch seit langem befreit von allen Ängsten des normalen Menschen, der Angst um Geld und Besitz, der Angst, von anderen nicht anerkannt, geachtet und geliebt zu werden. Er lebt, wie es heißt, *auf keinen anderen gestützt im Orden des Meisters*. Sein Ziel ist die Triebversiegung, die Erreichung vollkommenen Heils, er erwartet nichts mehr von außen.

### 3. Ertragen körperlicher Schmerzgefühle und unlieber Redeweisen

*Man erträgt Kälte und Hitze, Hunger und Durst, Sonne und Wind, Bremsen, Moskitos und plagende Kriechtiere, böswillige Redeweisen und aufgekommene körperliche Gefühle, die schmerzhaft, scharf, hart, pei-*

*nigend, unangenehm, unerfreulich und lebensbedrohlich sind.*

Durch die in der Beobachtung vollzogene Distanzierung vom Körper werden die unangenehmen Berührungen des Körpers als nicht dem Ich geschehend betrachtet und verlieren so ihre Bedeutung. So gut wie möglich wird der Übende durch Vorsorge störenden Einflüssen ausweichen. Aber wenn die Gegebenheiten dies nicht erlauben, wenn mit friedlichen Mitteln getan ist, was zur Abwehr getan werden konnte, dann hat der den Körper nicht zum Ich zählende Mönch die Kraft zur Geduld, zum Hinnehmen und Ertragen. Er ist ja geistig und seelisch aus dem Körper ausgezogen.

Wenn die Leute einen solcherart Fortgeschrittenen schlagen, dann schildert Sāriputto (M 28) das Verhalten eines solchen wie folgt:

*Wenn die Leute, Brüder, einem solchen Mönch unerwünscht, lieblos, unangenehm begegnen, ihn mit Fäusten schlagen, mit Erdklumpen bewerfen, mit Stöcken prügeln, mit Messern treffen, so weiß er: „So beschaffen ist ja dieser Körper, dass man ihn mit Fäusten schlagen, mit Erdklumpen bewerfen, mit Stöcken prügeln, mit Messern treffen kann. Gestählt wird meine Kraft sein, ungebrochen, aufgerichtet die Beobachtung, unverblendet, das Herz gesammelt, einig geworden. Wollen sie, nun so sollen sie diesen Körper mit Fäusten schlagen, mit Erdklumpen bewerfen, mit Stöcken prügeln, mit Messern treffen.“*

Durch die Ablösung vom Körper ist der Mönch fähig auch zur Geduld bei verletzenden Reden. Denn der Blick ist darauf gerichtet, dass da kein Ich ist, das getroffen werden könnte. Der Beobachter steht außerhalb, zählt die Vorgänge nicht zu sich und wird darum nicht verstört, sondern ist unerschütterlich in innerem Wohl. Das Erleben ist nur noch ein schlichtes Merken (Wollknäuel, das gegen eine Bohlentür geworfen wird), löst keine Resonanz aus, der Resonanzboden fehlt.

Der Gemütszustand eines so weit Fortgeschrittenen ist unwandelbar, bleibt sich gleich wie ein Netz, durch das aller Wind hindurchgeht. Der unverblendete Anblick der Dinge ist ihm gegenwärtig, und alle den Körper belästigenden Empfindungen, die durch den Körper bedingt noch entstehen können, zählt er nicht zu sich.

#### 4. Erreichen der vier weltlosen Entrückungen

*Die vier weltlosen Entrückungen, die höheren Gemütszustände, die schon in diesem Leben beseligen, die kann man ohne Mühe und Schwierigkeiten gewinnen.*

Dass Satipatthāna der Zubringer zu den weltlosen Entrückungen ist, und zwar insbesondere zur dritten und vierten Entrückung, wurde schon zuvor erläutert.

#### Die sechs Weisheitsdurchbrüche – 5. bis 10. Frucht

Dadurch, dass die Faszination durch die sinnlichen Dinge aufgehört hat und alle Ereignisse und Begegnungen dieser Welt gegenüber dem unverstörbaren inneren Frieden zu schwachen Schatten werden – in dem gleichen Maße beginnt, wer will, Macht (*iddhi*) zu erlangen über *rūpa*, d.h. über das, was der normale Mensch als Materie, Form, Gestalt erlebt:

*5. Auf mannigfaltige Weise kann man Geistesmacht erfahren: Als nur einer etwa vielfach zu werden und vielfach geworden wieder einer zu sein, oder sichtbar und unsichtbar zu werden, auch durch Mauern, Wälle, Felsen hindurch zu schweben wie durch die Luft; oder auf der Erde auf- und unterzutauchen wie im Wasser, auch auf dem Wasser zu wandeln ohne unterzusinken wie auf der Erde; oder auch durch die Luft sitzend dahinzufahren wie der Vogel mit seinen Fittichen; auch etwa diesen Mond und diese Sonne, die so mäch-*



*tigen, so gewaltigen, mit der Hand zu berühren, etwa gar bis zu den Brahmawelten den Körper in der Gewalt haben.*

Dies ist eine verkürzte, auf das Verständnis des Menschen zugeschnittene Aussage darüber, dass der Mönch „Materie“ völlig überwunden hat. Für ihn gibt es keine Materieschranken mehr, er kann blitzaugenblicklich dort sein, wo er will. Wir erfahren die Sonne als den Mittelpunkt unseres Sonnensystems, als die Quelle aller Energie, von der für uns Licht, Wärme und damit auch mittelbar Nahrung ausgeht. Diese Wahrnehmung hat der Geistmächtige überwunden, darum verglüht er nicht in der Nähe der Sonne, das Licht blendet ihn nicht. Er ist Herr über das Materie-Erleben, zu der auch das Erleben „Hitzeelement“ gehört.

*6. Man kann mit dem feinstofflichen Gehör (der Fähigkeit, jenseitige Töne zu hören), dem gereinigten, über menschliche Grenzen hinausreichenden, beide Arten der Töne hören, die himmlischen und die irdischen, die fernen und die nahen.*

Oft heißt es in den Texten, dass ein Geistmächtiger zur Zeit des Erwachten etwas Jenseitiges erlebte und dass er beiläufig hinzufügte, *und auch Gottheiten haben es mir mitgeteilt (M 31, 73 u.a.)*. Der Erwachte sagt von sich als Bodhisattva: Zuerst habe er Abglanz und Umrisse jenseitiger Gestalten gesehen, ohne etwas zu hören. Das habe er als unvollkommen empfunden, und daher habe er sich bemüht, durch noch mehr Sammlung auch die Stimmen der Götter zu hören (A VIII,64).

*7. Man kann der anderen Personen Herz im Herzen erkennen: das mit Anziehung besetzte Herz als mit Anziehung besetzt, das von Anziehung freie Herz als von Anziehung frei, das mit Abstoßung besetzte Herz*

*als mit Abstoßung besetzt, das von Abstoßung freie Herz als von Abstoßung frei, das mit Blendung besetzte Herz als mit Blendung besetzt, das von Blendung freie Herz als von Blendung frei, das gesammelte Herz als gesammelt und das zerstreute Herz als zerstreut, das nach einem hohen Ziel gebildete Herz als ein nach einem hohen Ziel gebildetes Herz und das nach einem niederen Ziel gebildete Herz als ein nach einem niederen Ziel gebildetes Herz, das mit höheren Eigenschaften erfüllte Herz als ein mit höheren Eigenschaften erfülltes Herz, das mit niederen Eigenschaften erfüllte Herz als ein mit niederen Eigenschaften erfülltes Herz, das geeinte Herz als geeint, das nicht geeinte Herz als nicht geeint, das erlöste Herz als erlöst, das nicht erlöste Herz als nicht erlöst.*

Aus solchem Vermögen heraus erschien der Buddha öfter den Mönchen, die eines Anstoßes bedurften, was er auf Grund seiner Herzenskunde erkannte. So war es z.B. bei seinem Sohn Rāhulo (M 147), bei seinem Vetter Anuruddho (A VIII,30), bei Sono (A VI,55) und vielen anderen. Sein durch die Herzenskunde ermöglichtes gezieltes Eingreifen führte dazu, dass die Mönche schneller und leichter die letzten Verstrickungen ablegten und den Heilsstand erreichten.

Am häufigsten kommen in den Lehrreden die folgenden drei Weisheitsdurchbrüche, die drei Wissen (*te vijjā*) vor:

8. *An manche verschiedene frühere Daseinsform erinnert er sich, als wie an ein Leben, dann an zwei Leben, dann an drei Leben, dann an vier – 5 – 10 – 20 – 30 – 40 – 50 – 100 Leben, 1000 Leben, hunderttausend Leben, dann an die Zeiten während mancher Weltenentstehungen, dann an die Zeiten während mancher Weltenvergehungen, dann an die Zeiten während mancher Weltenentstehungen - Weltenvergehungen: „Dort war*

*ich, jenen Namen hatte ich, jener Familie gehörte ich an, das war mein Stand, das mein Beruf, solches Wohl und Wehe habe ich erfahren, so war mein Lebensende. Dort verschieden trat ich anderswo wieder ins Dasein: Da war ich nun, diesen Namen hatte ich, dieser Familie gehörte ich an, dies war mein Stand, dies mein Beruf, solches Wohl und Wehe habe ich erfahren, so war mein Lebensende; da verschieden trat ich hier wieder ins Dasein.“ So erinnert er sich mancher verschiedenen früheren Daseinsform, mit je den karmischen Zusammenhängen und Beziehungen.*

Der kurz vor Versiegung aller Wollensflüsse/Einflüsse Stehende erinnert sich unübersehbar vieler seiner früheren Leben, wenn er den Blick darauf richtet, so wie ein gewöhnlicher Mensch sich seiner vergangenen Gänge, Besuche und Arbeiten in diesem Leben erinnert.

*9. Mit dem feinstofflichen Auge, dem gereinigten, über menschliche Grenzen hinausreichenden, kann er die Wesen dahinschwinden und wiedererscheinen sehen, gemeine und edle, schöne und unschöne, glückliche und unglückliche, man kann erkennen, wie die Wesen je nach dem Wirken wiederkehren: „Diese lieben Wesen sind in Taten dem Schlechten zugetan, in Worten dem Schlechten zugetan, in Gedanken dem Schlechten zugetan, tadeln das Rechte, achten Verkehrtes, tun Verkehrtes; nach dem Versagen des Körpers jenseits des Todes gelangen sie auf den Abweg, auf schlechte Lebensbahn, zur Tiefe hinab, in untere Welt.*

*Jene lieben Wesen aber sind in Taten – Worten – Gedanken dem Guten zugetan, tadeln nicht das Rechte, achten das Rechte. Nach dem Versagen des Körpers jenseits des Todes gelangen sie auf gute Lebensbahn,*

*in selige Welt“ – so kann er mit dem feinstofflichen Auge, dem gereinigten, über menschliche Grenzen hinausreichenden, die Wesen dahinschwinden und wiedererscheinen sehen.*

Mit diesen beiden Weisheitsdurchbrüchen erkennt der, der sie erlangt, das Karmagesetz in seiner Universalität, den Samsāra in seinem seelenlosen, sinnlosen Bedingungs-zusammenhang. Er sieht das Leiden, seine Ursache, die Aufhebung und den Weg zur Aufhebung. In diesem dritten Wissen lösen sich die letzten Fäden der Wollensflüsse/Einflüsse. Er erreicht die zehnte Stufe der Heilsentwicklung, die Erlösung:

*10. Durch Versiegung der Wollensflüsse/Einflüsse kann er die wahnfreie Gemütserlösung und Weisheits-erlösung noch bei Lebzeiten sich durch höhere Weisheit offenbar machen, verwirklichen und abgelöst darin verweilen.*

*Wenn die Beobachtung des Körpers entfaltet und gepflegt, oft wiederholt, zur Gewohnheit geworden, zur Grundlage gemacht, verankert, gefestigt und immer wieder gut geübt worden ist, können diese zehn hochlohnenden Früchte erwartet werden.*

*So sprach der Erhabene. Erhoben und beglückt waren jene Mönche über das Wort des Erhabenen.*

WIEDERGEURT JE NACH DEM ANSTREBEN  
120. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Unendliche Dauer des Lebens

In der wohl am meisten verbreiteten Übersetzung der Mittleren Sammlung der Lehrreden des Buddha von K.E.Neumann ist diese Rede überschrieben mit „Unterschiedliche Wiedergeburt“. Und tatsächlich werden hier auch viele unterschiedliche Ziele für die nächste Wiedergeburt genannt. Wörtlich bedeutet aber der Pālititel „*sankhāruppatti*“ so viel wie „Wiedergeburt (*uppatti*)je nach Anstreben (*sankhāra*)“. Es geht hier um ein zielbewusstes Streben solcher Menschen, die das Karmagesetz kennen und nun planmäßig für ihr nächstes Leben bestimmte Ziele ansteuern. Darum bestehen die Unternehmungen und Aktivitäten (*sankhāra*) solcher Menschen in einem bewussten und gewollten Einüben derjenigen Eigenschaften, die sie für erforderlich halten, um nach dem unentrinnbaren Tod des Körpers zu der gewünschten Daseinsform zu gelangen.

Den westlichen Menschen mag die Vorstellung, dass man sich eine bestimmte Wiedergeburt vornehmen und einüben könne, zunächst befremden. Darüber, ob es nach dem Tod weitergeht oder gar *wie* es konkret weitergeht, hat er meist entweder nur gehört, das sei in Gottes Hand, der über Gnade oder Verdammnis entscheide; darüber etwas wissen zu wollen, sei fast ein Frevel, mindestens aber müßige Spekulation. Oder er hat aus allerlei vermischten Aussagen religiöser und esoterischer Kreise blasse, vage Vorstellungen von etwas Nebelhaftem, das sich hinter Namen wie „das Numinose“ oder „Mythen und Symbole“ verbirgt. Diese im Westen anerzogene Denkgewöhnung ist so stark, dass selbst Buddhisten, die vom Karmagesetz überzeugt sind, jedes konkrete, gar planende Sich-Befassen mit dem Gedanken, dass unbeeinflusst vom Tod des grobstofflichen Körpers das Leben (=Erleben) genauso „konkret“ weitergeht wie während der Gefangenschaft im derzeitigen Körper, fast entrüstet von sich weisen. So plant der

westliche Mensch zwar seine Ausbildung und seinen Beruf, sein Wohnen, seine Freizeit und Erwerb und Verwaltung seiner vergänglichen Habe ganz konkret, obwohl auch die Zukunft zu seinen „Lebzeiten“ für ihn genauso uneinsehbar ist wie die Zukunft nach dem Tod.

Einen Menschen, der vor einem unvermeidlichen Umzug in eine fremde Stadt steht, würde man mit Recht unvernünftig nennen, wenn er sich vorher in gar keiner Weise so konkret wie möglich auf das Leben dort, die Arbeits- und Wohnmöglichkeiten usw. einstellen würde, sondern die Wohnungssuche auf gut Glück der Zeit nach seiner Ankunft überließe. Aber auf den Umzug, der der gewisseste ist: auf den Umzug in die nächste Daseinsform ist er überhaupt nicht konkret vorbereitet. So haben selbst religiöse Menschen – Buddhisten nicht ausgenommen – zwar vom „hiesigen“ Leben eine deutliche, plastische Vorstellung und Empfindung, vom unweigerlich folgenden nächsten Leben jedoch kaum ein vages, nebelhaftes intellektuelles Bild, und deshalb wird, wenn sie an „das Leben“ denken, wider besseres Wissen ihre Aufmerksamkeit weit, weit überwiegend eben doch nur auf das eine jetzt erlebte Leben als Mensch hingezogen. Manche Buddhisten begründen diese Abwehr gegen konkrete Vorstellungen über das nächste Leben mit der Erwägung: „Ich will doch gar nicht unter Menschen oder in einer Himmelswelt wiedererscheinen; ich will doch zur Erlösung vom Daseinskreislauf, ins Nirvāna.“

In Indien und in großen Teilen Asiens wird ebenso selbstverständlich mit der unendlichen Dauer des Lebens gerechnet, wie die meisten westlichen Menschen heutzutage bewusst oder unbewusst nur mit dem kurzen Leben für die Dauer dieses Körpers rechnen. Darum herrscht nur im Westen die Sorge vor, dieses eine kurze Menschenleben so lange wie möglich auszu dehnen. Im Osten dagegen hat weit größeres Gewicht die Sorge, aus diesem unendlichen Daseinskreislauf der Wiedergeburten endgültig herauszugelangen zum Heil – was immer der einzelne darunter verstehen mag. Aber der östliche Mensch weiß: Das endgültige Übersteigen und Überwinden dieser

schmerzlichen Daseinswanderung ist keine „Sache von heute auf morgen“. Deshalb strebt er für das nächste Leben zunächst die bestmöglichen konkreten Erleichterungen und Förderungen an, während der westliche Mensch konkrete Erleichterungen für sein Fortkommen allein für das gegenwärtige Leben anstrebt.

Der Grund für die unterschiedliche Auffassung über die Dauer des Lebens ist: Der heutige westliche Mensch geht (im Gegensatz zu früheren Jahrhunderten) fast nur von der sinnlichen Wahrnehmung aus. Mit den Sinnesorganen seines Körpers sieht, hört, riecht, schmeckt und tastet er immer nur die tausend Dinge dieser Welt. Darum muss er denken, sein Körper sei „das Leben“. Früher dagegen wusste der westliche Mensch wie heute noch der östliche: Das Leben ist durch das Geistig-Seelische des Menschen bedingt, und der Körper dient nur als das gegenwärtige Werkzeug.

Das sog. Sterben ist nichts anderes als das Aussteigen des geistig-seelischen „Wesens“ aus dem Fleischleib. In dem Augenblick, in dem es ausgestiegen ist, hat bereits seine neue Daseinsform begonnen – ebenso „konkret“ wie die bisherige. Und nun steigt oder sinkt es dorthin, wohin es nach seinem „spezifischen Gewicht“ gehört, das heißt nach der Qualität und Beschaffenheit, welche es sich im Lauf des Leibeslebens erworben hat. Was wir „Sterben“ nennen, ist der Umzug aus einem Teil der Existenz in einen anderen, in einen helleren oder in einen dunkleren Teil. Diesen jeweiligen Teil nennen wir „die Welt“ und sagen dazu: „Das gibt es“, und zu allem anderen: „Das gibt es nicht.“ Der Erwachte aber sagt: „*Eine Episode des Herzens ist dieser Sterbliche.*“ (A X,208)  
Einst klagte König Mahānāmo von Magadhā, der den Erwachten oft aufsuchte und seinen Lehren lauschte, dem Erwachten (S 55,21):

*Wenn ich, o Herr, den Erhabenen oder verehrte Mönche gehört habe und danach am Abend wieder die Stadt betrete, dann begegnen mir Elefanten, Pferde, Wagen und Menschen,*

*ein wilder Wirbel. Und meine Gedanken, o Herr, die zuvor auf den Erhabenen, auf die Lehre, auf die Gemeinde der Heilsgänger gerichtet waren, sind dann bald wieder zerfahren. Und da fürchte ich nun: Wenn ich in solchem Augenblick stürbe, wie wäre mein Ergehen, was würde mir im nächsten Leben begegnen? –*

Darauf antwortete der Erwachte:

*Fürchte dich nicht, Mahānāmo, fürchte dich nicht, Mahānāmo, du wirst keinen üblen Tod haben. Wenn das Herz, Mahānāmo, lange Zeit geübt ist in Vertrauen, in Tugend, in Wahrheitskenntnis, im Loslassen, im Klarblick, dann mag dieser Leib, der, von Vater und Mutter gezeugt, aus fester und flüssiger Nahrung zusammengehäuft und der Vergänglichkeit, Aufreibung, dem Zerfall unterworfen ist, von Würmern, Raben, Krähen, Schakalen oder Hunden gefressen werden: das Herz aber, lange geübt in Vertrauen, in Tugend, in Wahrheitskenntnis, im Loslassen, im Klarblick – das strebt empor und gewinnt Höheres.*

*Gleichwie etwa, Mahānāmo, wenn ein Mann einen Krug mit Butter oder Öl in einen tiefen See wüfde und der Krug auf dem Boden des Sees in Scherben zerbräche, die Butter aber oder das Öl sogleich nach oben steigen, zur Oberfläche gelangen würde - ebenso auch mag da dieser Leib, der von Vater und Mutter gezeugt, aus fester und flüssiger Nahrung zusammengehäuft ist, der Vergänglichkeit, Aufreibung, dem Zerfall unterworfen ist, von Würmern, Raben, Krähen, Schakalen oder Hunden gefressen werden: das Herz aber, lange geübt in Vertrauen, in Tugend, in Wahrheitskenntnis, im Loslassen, im Klarblick – das strebt empor und gewinnt Höheres.*

*Bei dir, Mahānāmo, ist das Herz lange geübt in Vertrauen, in Tugend, in Wahrheitskenntnis, im Loslassen, im Klarblick. Fürchte dich nicht, Mahānāmo, fürchte dich nicht, Mahānāmo, du wirst keinen üblen Tod haben. –*

Ein schwerer Stein dagegen sinkt von einem zerschellenden



Schiff in die Tiefe. So sagt der Erwachte auch von den Menschen, die zwar jetzt, solange sie noch in diesem Leib leben, mit Geld und Gut gesegnet sind: wenn sie sich aber innerlich schlechter, lasthafter gemacht haben ("Stein"), so werden sie beim Zerfall des Körpers ("Schiff") nach unten sinken in leidvolle Bereiche. Das hat der Asiate, besonders der Inder, von Kind an vor Augen; es bestimmt sein Lebensgefühl. Deshalb hat er bei seinem ganzen Leben und Streben seine nächste Daseinsform ebenso konkret und ernsthaft im Auge, wie der westliche Mensch - nur - seine konkreten Ziele für das jetzige Menschenleben im Auge hat. Von diesem bewussten, konkreten Anstreben der nächsten Daseinsform handelt die nun folgende Rede des Erwachten „Wiedergeburt je nach dem Anstreben“. Sie behandelt alle Daseinsformen, beginnend mit einer günstigen Wiedergeburt als Mensch.

#### Wiedergeburt als Mensch anstreben

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Sāvattthī, im Siegerwald, im Garten Anāthapindikos. Dort sprach der Erhabene die Mönche an: Ihr Mönche! – Herr!–, antworteten jene Mönche dem Erhabenen aufmerksam. Der Erhabene sprach: Die Wiedergeburt je nach dem Anstreben werde ich euch zeigen, ihr Mönche. Das hört und achtet wohl auf meine Rede. –*

*Ja, o Herr –, sagten da jene Mönche aufmerksam. Der Erhabene sprach :*

*Da hat, ihr Mönche, ein Mönch Vertrauen (saddhā) erworben, Tugend (sīla) erworben, Wahrheitskenntnis (suta) erworben, Loslassen (cāga) erworben und Klarblick (paññā) erworben.*

*Der gedenkt bei sich: „O dass ich doch nach dem Versagen des Körpers jenseits des Todes zur Gemeinschaft mit mächtigen Fürsten wiederkehrte.“ Auf die-*

*ses Ziel richtet er sein Herz, darin befestigt er sein Herz, nach diesem Ziel bildet er sein Herz aus. Indem er sich dieses Leitbild ständig vor Augen hält, da führt die Gesamtheit seiner Anstrengungen (sankhāra) zum Wiedererscheinen dort. Das ist der Weg, ihr Mönche, das die Vorgehensweise, die zum dortigen Erscheinen hinführt.*

*Weiter sodann, ihr Mönche: da hat ein Mönch Vertrauen erworben, Tugend erworben, Wahrheitskenntnis erworben, Loslassen erworben und Klarblick erworben. Der gedenkt bei sich: „O dass ich doch nach dem Versagen des Körpers jenseits des Todes zur Gemeinschaft mit mächtigen Priestern wiederkehrte.“ Auf dieses Ziel richtet er sein Herz, darin befestigt er sein Herz, nach diesem Ziel bildet er sein Herz aus. Indem er sich dieses Leitbild ständig vor Augen hält, da führt die Gesamtheit seiner Anstrengungen zum Wiedererscheinen dort. Das ist der Weg, ihr Mönche, das die Vorgehensweise, die zum Erscheinen dort hinführt. –*

Im gleichen Wortlaut folgt noch der Wunsch nach Wiedergeburt in einer einflussreichen Bürgerfamilie:

*Indem er sich dieses Leitbild ständig vor Augen hält, da führt die Gesamtheit seiner Anstrengungen zum Wiedererscheinen dort. Das ist der Weg, ihr Mönche, das die Vorgehensweise, die zum Erscheinen dort hinführt.*

Bevor wir der Rede weiter folgen, gibt uns ein Blick auf ihre Struktur eine größere Übersicht, die das Verständnis erleichtert.

In der vorstehenden Aussage des Buddha haben wir zweimal den genau gleichen Wortlaut mit dem einen Unterschied,

dass im ersten Fall die Kriegerkaste als Ziel genannt wird, im zweiten Fall die Priesterkaste. Und wir können jetzt schon sagen, dass die ganze Rede aus nichts anderem besteht als noch etwa dreißigmal den wörtlich gleichen Perioden mit immer nur dem einen Unterschied, dass stets ein anderes, ein höheres Ziel genannt wird. Ein Blick auf die Perioden zeigt, dass sie aus drei Teilen bestehen.

Zuerst wird immer die fünffache *Grundvoraussetzung* für alles Anstreben und Erlangen der besseren Daseinsformen nach diesem Leben genannt, und diese Grundvoraussetzung besteht immer aus den gleichen fünf Eigenschaften.

Dann wird als zweites stets das *angestrebte Ziel* genannt, und hier bestehen die Unterschiede darin, dass fortschreitend von Fall zu Fall immer das nächsthöhere Ziel genannt wird bis zuletzt das Nirvāna.

Und endlich folgen die *Sondervoraussetzungen*, die zwar auch im gleichen Wortlaut genannt werden, aber von Ziel zu Ziel unterschiedlich sind, wie wir noch sehen werden.

Der Buddha brauchte diese Voraussetzungen wie auch die Ziele den Menschen seiner Zeit nur zu nennen, und so wussten diese gleich, worum es sich handelte. Das ist für uns Heutige sehr anders. Darum müssen wir diese näher betrachten. Und da die gesamten Voraussetzungen stets auf die Ziele hinzielen und darum von den Zielen bestimmt werden, so müssen wir zunächst die unterschiedlichen Ziele näher betrachten, weil uns dann erst verständlich werden kann, warum die hier genannten Voraussetzungen dazu erforderlich sind. Betrachten wir also zunächst nur die immer höheren Ziele.

Der Erwachte nannte zuerst die Vorgehensweisen zum Erreichen von drei verschiedenen Zielen für die Wiedergeburt unter Menschen. Sie betrafen damals drei der vier Kasten des damaligen Indien: Die Kriegerkaste war wegen der ihr angehörenden Fürsten und des Adels weltlich am meisten angesehen. Die Priesterkaste mochte dem religiösen Menschen mehr zusagen, und in der Kaste der Bürger zu leben, werden viele Menschen angestrebt haben, die sich weder den Gefahren der

Krieger noch den religiösen Pflichten der Priester aussetzen mochten, sondern ihren Neigungen in einem häuslichen Leben nachgehen wollten. Die vierte Kaste, die der Diener, fehlt in der Aufzählung; denn in dieser Kaste wiedergeboren zu werden, wünschten sich die meisten Menschen nicht.

Wir können uns vorstellen, wie das Leitbild, im nächsten Leben ein Fürst oder Priester oder wohlhabender Bürger zu werden, einen Menschen in seinem Verhalten bestimmen kann. Sehnt er sich z.B. nach einer Wiedergeburt als Fürst, so mag er oft in seinem Leben denken: „Das ist eines Fürsten unwürdig.“ Empfindet er sich etwa als feige oder unwahrhaftig oder lässt er sich gehen bei niederen Dingen - dann schämt er sich, stellt sich die bestimmte und sichere Haltung eines Fürsten vor und beeinflusst sich durch dieses Leitbild.

Wer sich sehnt, ein „Geistlicher“ im echten Sinne zu werden, der stellt sich dessen religiöse, über den Dingen stehende, unerschütterliche, sanfte Haltung vor, nimmt sie als Leitbild, bezieht daraus seine Maßstäbe für sein Verhalten. - Oder einer, der ein vermögender Bürger werden möchte, führt sich die redlichen, anständigen Maßstäbe und den Stand eines guten Bürgers in der Gemeinschaft vor Augen, wenn er sich abgleiten fühlt in das Milieu des Rauschhaften und Gesetzlosen.

### Wiedergeburt oberhalb des Menschentums anstreben

Je mehr freilich ein Mensch die Leiden des Menschentums erfahren hat, um so mehr sehnt er sich – wenn schon, dann nicht mehr unter Menschen wiedergeboren zu werden, sondern in helleren Bereichen oberhalb des Menschentums, in „himmlicher Welt“. Die übliche Übersetzung „Götter“ für deren Bewohner („deva“) mag viele westliche Menschen zuerst befremden: Da in den Schöpfergottreligionen das Wort „Gott“ das Höchste bezeichnet, klingt in westlichen Ohren das Wort „Götter“ wie eine primitive Vervielfältigung des Höchsten. Im Osten dagegen geht einerseits die Vorstellung von dem, was

das Höchste ist, weit über alles westliche Begreifen hinaus, andererseits bezeichnet dort „deva“ nicht das Höchste, sondern einfach jedes übermenschliche Wesen.

So reich wie die Möglichkeiten sind, das Herz zu erhellen und das Bewusstsein zu erweitern, genau so reich und weit ist die im Folgenden geschilderte Skala übermenschlicher Daseinsweisen, geistiger Welten, Himmel, Götterbereiche – wie immer man diese Weisen der Selbsterfahrnis nennen will. Das hat nichts mit „primitiver Vielgötterei“ zu tun: Wenn das Karmagesetz gilt – und das erfährt an sich selber, wer auf sein Inneres achtet – dann muss es „jenseits“ genau so viele konkrete Existenzweisen „geben“, wie es „diesseits“ konkrete Wirkensweisen „gibt“. Freilich sind diese „Götterwelten“ ebenso wenig „objektive Welten“ wie die uns gewohnte Menschenwelt: auch sie sind „Einbildung“, wie alles Erleben von „Ich“ oder von „Welt“ tiefste Einbildung, fixierte Idee ist.

Weil die jenseitigen Bereiche von der gleichen relativen Wirklichkeit und von der gleichen Konkretheit sind wie die Menschenwelt, darum zeigt der Erwachte nun viele Möglichkeiten übermenschlicher Existenz auf, die ein Mensch mit entsprechendem inneren Haushalt als Etappenziel anstreben kann. Der Erwachte beginnt die Darlegung mit den menschen-nächsten Himmelswelten, die noch zur Sinnensuchtwelt gehören, zu denen sich solche hingezogen fühlen, die noch Neigung nach Sinnenfreuden haben.

### Himmlische Wiedergeburt in der Sinnensuchtwelt anstreben

*Weiter sodann, ihr Mönche, da hat ein Mönch Vertrauen erworben, Tugend erworben, Wahrheitskenntnis erworben, Loslassen erworben und Klarblick erworben. Der hat reden hören: „Die Götter der Vier Großen Könige, die haben eine lange, lange Lebensdauer, bestehen in Schönheit und erfahren viel Glück.“ Da gedenkt*

*er bei sich: „O dass ich doch nach dem Versagen des Körpers jenseits des Todes zur Gemeinschaft mit den Vier Großen Königen wiederkehrte.“ Auf dieses Ziel richtet er sein Herz, darin befestigt er sein Herz, nach diesem Ziel bildet er sein Herz aus. Indem er sich dieses Leitbild ständig vor Augen hält, da führt die Gesamtheit seiner Anstrengungen zum Wiedererscheinen dort. Das ist der Weg, ihr Mönche, das die Vorgehensweise, die zum dortigen Erscheinen hinführt.*

*Weiter sodann, ihr Mönche, da hat ein Mönch Vertrauen erworben, Tugend erworben, Wahrheitskenntnis erworben, Loslassen erworben und Klarblick erworben. Der hat reden hören: „Die Götter der Dreiunddreißig, die haben eine lange, lange Lebensdauer . Die Gezügelten Götter, die haben eine lange, lange Lebensdauer. Die Stillzufriedenen Götter... Die an eigenen Schöpfungen erfreuten Götter... Die an den Schöpfungen anderer erfreuten Götter, die haben eine lange, lange Lebensdauer, bestehen in Schönheit und erfahren viel Glück.“ Da gedenkt er bei sich: „O dass ich doch nach dem Versagen des Körpers jenseits des Todes zur Gemeinschaft mit den Gezügelten Göttern (den Stillzufriedenen Göttern, den an eigenen Schöpfungen erfreuten Göttern, den an den Schöpfungen anderer erfreuten Göttern) wiederkehrte.“ Auf dieses Ziel richtet er sein Herz, darin befestigt er sein Herz, nach diesem Ziel bildet er sein Herz aus. Indem er sich dieses Leitbild beständig vor Augen hält, da führt die Gesamtheit seiner Anstrengungen zum Wiedererscheinen dort. Das ist der Weg, ihr Mönche, das die Vorgehensweise, die zum dortigen Erscheinen hinführt. –*

Damit sind alle sechs Götterbereiche genannt, die noch ebenso wie das Menschentum und wie alle untermenschlichen Da-

seinsformen, zur Sinnensuchtwelt zählen.

Mancher Leser mag nun denken, warum denn ein Mensch Wiedergeburt in einem der Himmel der Sinnensuchtwelt anstrebe, wenn es doch in den höheren und höchsten Himmeln viel höhere, herrlichere Daseinsformen gibt.

Ein solcher Gedanke kann nur da aufkommen, wo die Vorstellung von der Wiedergeburt nach dem gegenwärtigen Leben noch ungewohnt oder noch längst nicht gründlich genug in ihrer praktischen Gesetzmäßigkeit erforscht und bekannt ist: Nicht nur der Asiate, sondern auch der abendländische Mensch des Mittelalters kannte die seelischen Triebkräfte, die sein gesamtes Wollen und Sein lenken und bestimmen, ganz erheblich besser als der moderne Mensch. Er konnte viel leichter erkennen, was er auf Grund seines gegenwärtigen geistig-seelischen Haushalts und seiner beharrlichen Arbeit im Ausschneiden von üblen Eigenschaften und dem Aneignen hellerer, sanfterer Art als jenseitiges Leben und Erleben erwarten könnte und welche Wünsche und Vorstellungen angesichts seines inneren Haushalts ganz unrealistisch wären.

Ebenso wie der moderne Mensch weiß, dass er mit nur 100 Euro keinen Flug um die Erde machen und nicht in Luxushotels wohnen kann, ebenso weiß der geistig unterrichtete Mensch, welchen inneren Reichtums an hellen, hochherzigen Qualitäten und Eigenschaften es bedarf, um schon die höheren himmlischen Sinnensuchtbereiche zu erlangen, dass aber der ganz andere Bereich der von aller Sinnensucht freien, im unmittelbaren inneren Wohl lebenden Wesen noch ganz andere Voraussetzungen hat.

Die Wünsche des Inders – und nicht nur des Inders – hinsichtlich bestimmter Formen des folgenden Lebens sind ernsthafter und dringlicher, als die meisten westlichen Menschen es sich vorstellen können. Wer überzeugt ist, dass das Leben ein geistiger Vorgang ist, getrieben von den Trieben, den Gefühlen, dem Wahrnehmen und dem Wollen, und dass diese Dinge nicht mit dem Körper geboren werden, altern und sterben, sondern zeitlos vor sich gehen in langsamer leiser Verände-

rung, dass er sich also immer in irgendwelchen Situationen befinden wird, immer fühlend, wollend und denkend, immer auf irgendeine neue Existenzform zuwirkend - solange er noch auf „etwas“ aus ist – wer sich dessen bewusst ist, für den ist die Frage, von welcher Qualität das nachmalige Leben konkret sein wird, von großer Bedeutung.

So wie kein westlicher Mensch seinen kurzen Sommerurlaub unvorbereitet und ohne ausreichende Mittel antritt, wie er noch weniger sich ausgesprochen schlechte Urlaubsplätze aussucht, so und noch viel ernster plant und strebt, wer die Unentrinnbarkeit des nächsten Lebens kennt, die bestmögliche für ihn erreichbare nächste Lebensform nach der gegenwärtigen an - als Etappe seines Strebens, um auf weitere Sicht aus diesem Daseinskreislauf ganz und gar hinauszugelangen. In diesem Sinn sagt ein indisches Wort:

*Haben wir nicht, wie sich's gehört, in Verehrung die Weisen befragt, wie die Ketten der Wiedergeburten zu sprengen sei; haben wir auch keine Tugenden zusammengehäuft, die imstande wären, uns die Flügel der Himmelstür zu öffnen, so waren wir weiter nichts als die Axt, die den Jugendbaum unserer Mutter fällte. (Subhasitarnāva)*

Schon die vordergründige Vernunft sagt: „Wer nicht etwas Ordentliches lernt, der bringt es im Leben zu nichts“; die weiterblickende Vernunft sagt außerdem noch: „Wer nicht in brüderlicher Gesinnung mit seinen Mitmenschen fürsorgend und wohlwollend umgeht, dessen nächstes Leben wird öde, dunkel und traurig.“

Bei allen Wesen, die in diese sinnliche Welt kommen, besteht ein mehr oder weniger starkes Verlangen nach sinnlicher Befriedigung, also nach dem Erleben von solchen Formen, Tönen, Düften, Geschmäcken und Tastbarem und nach solchen zwischenmenschlichen Beziehungen, die den sinnlichen Tendenzen wohl tun. Wegen dieses Bedürfnisses sind die Wesen dieser Welt auf solche Erlebnisse angewiesen. Ohne solche



Erlebnisse leiden sie Hunger, Not, Mangel. Das ist das Wesen der Sinnensuchtwelt (*kāma bhava*).

Die Wesen der *untersten Stufen* der Sinnensuchtwelt erleben fast nur entgegen ihren sinnlichen Bedürfnissen und leben insofern in äußersten Qualen. Die Menschen – und die Wesen der menschnahen Geisterbereiche – erfahren teils Erfüllung und teils Nichterfüllung ihrer sinnlichen Wünsche. Aber neben den sinnlichen Wünschen haben sie auch bewusst oder kaum bewusst mehr oder weniger Sehnsucht nach einem Wohl, das nicht durch Befriedigung der sinnlichen Tendenzen zu stillen ist: Sehnsucht nach Anerkennung, Wärme, Liebe, Gerechtigkeit, nach Orientierung, nach Reinheit, Frieden. „Der Mensch lebt nicht vom Brot allein“ heißt es in der Bibel.

Die *Götter* der Sinnensuchtwelt erleben weitgehend – die höchsten unter ihnen sogar ausschließlich – diejenigen Sinnendinge, die sie wünschen; ihre sinnlichen Anliegen werden dauernd befriedigt. Wenn sie ohne eine sichere, über das Sinnliche hinausweisende Weltanschauung, nur durch verdienstvolles praktisches Handeln, unter sinnlichen Göttern wieder erschienen sind, dann kann ihnen die leichte Genussmöglichkeit dort zur Gefahr werden (*“Wer genießt, der vergisst“ - D 19*); sie können in den unteren sinnlichen Götterbereichen ihre Tugend verlieren und sogar Übles tun. Für wen aber schon im Menschentum die sinnliche Befriedigung nicht das einzige und nicht das beste Wohl war, wer schon als Mensch das Wohl der Tugend und der Orientierung zu kosten begonnen hatte oder wer gar als Heilsgänger dort wieder erschienen ist, für den bieten diese Daseinsbereiche - obwohl sie noch der Sinnensuchtwelt angehören – auch bessere Möglichkeiten für sein Streben: Frei von den Nöten und Verstrickungsmöglichkeiten des im Menschentum erforderlichen „Broterwerbs“, umgeben von freundlicheren und wohlwollenderen Wesen als zumeist unter den Menschen, kann er hier deutlicher als auf Erden den Segen tugendhaften Wandels erfahren. Und wer als Heilsgänger dort erschienen ist, dem vermögen die Versuchungen der größeren Möglichkeiten zum Sinnengenuss auf die Dauer

nicht zu schaden. Es ist eben ein entscheidender Unterschied, ob jemand als für die Daseinsgesetze blinder Weltgläubiger zu höheren Welten aufsteigt oder als Heilsgänger. Das gilt für die höchsten Himmel (vgl. A IV,123) und erst recht für die Götterbereiche der Sinnensuchtwelt. M 120 handelt vornehmlich von dem Fall, dass ein Mensch, der sich Vertrauen, Tugend, Wahrheitskenntnis, Loslassen und ein gewisses Maß an Klarblick erworben hat, der bereits Heilsgänger geworden ist, in diese Götterbereiche gelangt. Für einen solchen bieten schon diese Himmelswelten des Sinnensuchtbereichs im nächsten Leben in der Regel bessere Bedingungen für seinen weiteren Weg zur Befreiung, als er sie bis dahin hatte. Deshalb empfiehlt der Erwachte Hausleuten, sich auf die Himmelswelten zu besinnen und auf die Eigenschaften, die dorthin führen.

*Zu einer Zeit aber..., zu welcher der Heilsgänger der Eigenschaften gedenkt, die ihm selber und den Gottheiten eignen – Vertrauen...Klarblick – da ist sein Herz weder von Gier besetzt noch von Hass besetzt noch von Blendung besetzt; und zu dieser Zeit ist sein Herz in Betrachtung der Götter recht gerichtet. Recht gerichteten Herzens...empfindet er innere Freude über die Lehre...“ (A XI,13)*

Bei seinen Hörern konnte der Erwachte eine lebendige Vorstellung dieser Himmelswelten voraussetzen. Da sie uns fehlt, können wir die Rede nicht verstehen, wenn wir uns nicht vor Augen führen, was diese einzelnen Existenzmöglichkeiten dem Heilsgänger auf seinem Wege an erstrebenswerten Erleichterungen zu bieten vermögen:

### Die Götter der Vier Großen Könige

Die Geistwesen des untersten übermenschlichen Bereiches sind die sog. „Naturgeister“, deren Lenker und Leiter in Indien als die „Götter der Vier Großen Könige“ bezeichnet werden. Sie stehen den Menschen noch sehr nahe, und in vieler Hin-

sicht gleicht ihr Dasein einem glücklichen Menschendasein. Auch in biblischen Berichten und von christlichen Mystikern und Visionären wird von einem solchen Bereich gesprochen: „den Engeln“ und „Erzengeln“. In vielen Lehrreden werden sie vom Erwachten und seinen Mönchen - wie er oft erklärt, aus leibhaftigem Erleben - ebenso selbstverständlich erwähnt, wie wir etwa ein Nachbarvolk erwähnen. Aus diesen Berichten ergibt sich: Wie die Menschen leben auch diese „Engel“ in Beruf, Familie und Staat, in wohlgeordneter sozialer Hierarchie und Bindung. Sie haben ihre bestimmten Aufgaben, vor allem als Schutzgeister und Helfer („Schutzengel“) der Menschen und leidender Geister. Sie werden geführt von den Vier Großkönigen. Diese werden die Welthüter genannt, weil jeder von ihnen in einer der vier Himmelsrichtungen die Erde und was darauf, darunter und darüber lebt, bewacht und behütet. Wie die Zuordnung zu den vier auf die Erde bezogenen Himmelsrichtungen zeigt, leben sie im gleichen Raum wie die Menschen, aber in feinstofflicher Gestalt und daher dem normalen Menschen so wenig sichtbar und hörbar wie alle Strahlungs- und Schallfrequenzen außerhalb der engen Bandbreite der gewöhnlichen menschlichen Sinne. In allen Kulturen und Religionen wird von guten und bösen Geistern berichtet. Sie sind die guten Geister. Sie übertreffen die Menschen in zwei kennzeichnenden Wesenszügen: in größerer Liebe zur Tugend und in größerer und feinerer Genussmöglichkeit, auch die Begegnung der Geschlechter ist zarter, sublimer. An den Feiertagen - so berichtet der Erwachte in A III,36 (38a der 2.Aufl.) - durchwandern die Vier Großkönige, ihre Söhne und Fürsten die Welt, um zu sehen, wie weit die Menschen den Feiertag zu ihrem Heil nutzen und gute Werke tun. Damit sind sie von den nächsthöheren Göttern beauftragt, die in Indien „Götter der Dreiunddreißig“ genannt werden und denen das Wohl der Menschen sehr am Herzen liegt. Diesen unterstehen die vier Großen Könige, und ihnen erstatten sie Bericht. Auch das stimmt mit den Berichten aus dem christlichen Bereich überein: So wie dort die untersten übermenschlichen Geistwesen

als Boten bezeichnet werden (Engel bedeutet Bote), so wissen auch die Inder, dass die untersten deva („Götter“) Boten und Beauftragte der nächsthöheren Götterklasse (des nächsthöheren „Engels-Chores“) sind.

Die Berufspflichten dieser „Boten“ unterscheiden sich freilich von denen im Menschentum: sie dienen zum Nutzen oder zur Freude anderer. All die unzähligen heillosen und in Untugend verstrickenden Tätigkeiten irdischer Berufe gibt es dort nicht: Die Arbeit ist durchweg ein sinnvolles, innere Befriedigung gebendes gutes Wirken, eine Förderung auf dem Weg zum Helleren. Deshalb gibt es dort für den Strebenden nicht jene quälende Spaltung zwischen „hartem Berufsalltag“ und der Arbeit am eigenen Inneren. Die Arbeit ist Übung im Guten. Überdies haben sie viel mehr freie Zeit, die sie – je nach ihrem inneren Haushalt - in heiterer Freude am Schönen, an Musik und Tänzen oder im Gespräch verbringen.

Frei von äußerer Not, frei von groben Beschwerden des Alters und der Krankheit, ohne Sorge um die Lebensnotdurft, ohne ausweglose politische Wirren und Verfolgung Andersdenkender, in sozialer Geborgenheit herrscht bei ihnen - trotz gelegentlicher Auseinandersetzungen mit niedrigeren Geistern - eine Grundstimmung von zwar nicht vollkommenem, aber weitgehendem Wohlwollen, von Toleranz und Freundlichkeit. Heimlichkeit und Misstrauen gibt es nicht, denn in der feinstofflichen Welt werden Gedanken und Gesinnungen alsbald offenbar. Das hilft den Strebenden, auf ihr eigenes Denken besser zu achten, es heller und klarer zu machen - und damit wird alles besser, denn *Vom Geist gehen die Gebilde aus (Dh I)*. Die Lebensdauer in diesem übermenschlichen Geisterbereich ist trotz aller Menschennähe unvorstellbar länger als die in unserer grobstofflichen Menschenwelt (vgl. A III 70).

Menschen, die nach der Lehre des Erwachten leben wollen, aber noch vielfältiges sinnliches Bedürfnis und starken Betätigungsdrang haben und bedenken, mit welchen Verbesserungen und Erleichterungen ihres Lebens sie hier im Menschenreich schon zufrieden wären, mögen daher je nach ihrer inneren Art

eine Wiedergeburt bei diesen untersten „Engeln“ bereits als ein anzustrebendes Ziel ansehen. Aber es gibt innerhalb der Sinnensuchtwelt noch fünf hellere, schönere und edlere Bereiche, die anzustreben je nach dem inneren Haushalt hilfreich sein kann.

### Die „Götter der Dreiunddreißig“

Über dem Bereich der „vier Großkönige“ steht eine Selbsterfahrnisweise, die in Indien der Himmel der „Götter der Dreiunddreißig“ genannt wurde.<sup>204</sup> Entsprechen die Götter im soeben besprochenen untersten Himmel in christlicher Ausdrucksweise den Engeln („erster Engelschor“) und die vier Großkönige selber den Erzengeln („zweiter Engelschor“), so entsprechen die Götter der Dreiunddreißig in etwa dem dritten Engelschor, den „Regenten“. Während die Götter der Vier Großen Könige zwar tugendhafter als die meisten Menschen sind, aber doch noch so viel äußeres Bedürfnis haben, dass sie in ihrer Freizeit weitgehend ihre Freude aus lebhafter Geselligkeit beziehen, sind die Götter der Dreiunddreißig noch weiter zur hellen Tugend erwachsen. Zwar lauschen auch sie gern dem Sphärenklang der Himmelmusik und freuen sich am Reigen engelhafter schöner tanzender Geister („Nymphen“ – Ud III,2), aber sie gehen nicht darin auf, sondern sind fürsorglich bemüht, in ihrem weiten Bereich Ordnung zu halten und alles zum Besten zu wenden. Sie leben in Macht und Schönheit – Macht auch über manche Naturerscheinungen – wie es auch im Christlichen von den „Regenten“ berichtet wird. Ihre Lebensdauer umspannt viele Tausende von Menschengenerationen. (Näheres in A III,70) In drei Beziehungen übertreffen diese Götter die Menschen: an Lebenszeit, an Schönheit, an Glück. (A IX,21) Die Reden sind voll von Schilderungen der Schönheit der Landschaften, Gärten, Schlösser und Hallen

---

204 Zur Herkunft des Namens vgl. die Erzählung J 31 in „Buddhistische Schatzkiste“ S.427ff

ihres Himmelsreiches (z.B. M 37, 50, 75, 134). In D 16 II hat der Erwachte seinen Mönchen einen ganz konkreten Hinweis gegeben, wie die Götter der Dreiunddreißig aussehen: Als die Licchavier-Fürsten aus der Stadt Vesāli kamen und in prächtigen Wagen und mit großem Gepränge zum Erwachten fuhren, Gewänder und Geschmeide in fein abgestimmten Farben, funkelnd, da sprach der Erwachte zu den Mönchen: *Wer von den Mönchen die Götter der Dreiunddreißig noch nicht gesehen hat, der mag die versammelten Licchavier ansehen... die versammelten Licchavier kann man mit den versammelten Göttern der Dreiunddreißig vergleichen.* Die Fülle der Berichte in den Reden über die äußere Schönheit dieser Gottheiten ist groß, diese äußere Schönheit ist aber nur ein Spiegelbild ihrer aus Tugendfülle kommenden „inneren Schönheit“.

Im Vimāna-vatthu, einem Werk der Kürzeren Sammlung, dem Gegenstück der Berichte aus der Gespensterwelt (Peta-vatthu) wird in 85 Berichten erzählt, durch welches Wirken Menschen zu den Göttern, meist zu den Dreiunddreißig aufstiegen. Immer sind es –wie auch in vielen Lehrreden der bekannteren Sammlungen – Geben als Abgeben, Mitgeben und Opfern, sittliche Zucht und Fürsorglichkeit für Mitwesen und Wahrhaftigkeit. Diese drei Eigenschaften in unendlich vielen Variationen führen zu den Göttern der Dreiunddreißig. So heißt es:

*Sei wahrhaft, diene nicht dem Zorn.  
Gebet gib und sei es wenig auch.  
Durch diese drei Gewohnheiten  
erhebst du zu den Göttern dich. (Dh 224)*

Besonders ausgeprägt sind diese Eigenschaften bei Sakko, dem König dieses Götterreiches. Es ist daher eine hilfreiche Besinnung, das Wirken zu bedenken, das ihn zu seiner Stellung brachte: Er hatte in früheren Leben auf Erden viel Gutes gewirkt, unzählbaren Menschen Hilfe, Schutz und Zuflucht gegeben; vielen ein Vorbild. Auf Verleumdungen und Anfeindungen hatte er nicht ärgerlich reagiert. Er war sogar bereit

gewesen, für seine Tugenden den Opfertod auf sich zu nehmen. Bei all diesem gemeinnützigen Wirken hatte er aber auch seine Familie nicht vergessen, sondern sich ihrer fürsorglich angenommen. All das stützte sich auf seine felsenfeste Überzeugung vom karmischen Gesetz von Saat und Ernte. Sie beflügelte ihn, sich einen Weg von der Erde zum Himmel zu bauen, eine „Himmelsleiter“ aus guten Taten. Der Erwachte erklärt in S 11,11 den Mönchen, im Einzelnen sei es die treue Einhaltung von sieben Tugenden gewesen:

Sakko hatte

sein Leben lang seine Eltern unterstützt und unterhalten;

sein Leben lang die Älteren der Sippe geehrt und gewürdigt;

sein Leben lang nur sanfte Worte gesprochen und bei

Beleidigungen nie gescholten;

sein Leben lang sich vom Hintertragen trotz vielen

Wissens über andere ferngehalten;

sein Leben lang im Hause gelebt mit einem Gemüt frei

von Geiz, Kleinlichkeit und Engherzigkeit, das Befreiende

am Loslassen empfindend, zuvorkommend, beglückt durch

Loslassen, offen für Bittende, voll Freude am Geben und

Teilen;

sein Leben lang nur wahre Worte gesprochen;

sein Leben lang jeden Zorn, der noch in ihm aufstieg,

schnell vertilgt.

Diese Eigenschaften betrachten und sich für sie erwärmen und begeistern, heißt zugleich an der Läuterung von Herzensbefleckungen bei sich selber zu arbeiten. Das macht die Wiedergeburt bei den Göttern der Dreiunddreißig, deren Herrscher darin Vorbild war, für viele zu einem „Ziel, aufs innigste zu wünschen“, zumal in diesen Bereich zu Zeiten auch Wesen aus der von Sinnensucht freien Brahmawelt hinabsteigen, um Anleitung zur weiteren Läuterung zu geben (D 18). Vor allem aber: Der Erwachte selber hat den Göttern der Dreiunddreißig oft die Lehre dargelegt (vgl. M 12, D16,III) und viele von ihnen zum Stromeintritt gebracht. Auch sind viele seiner mönchi-

schen und häuslichen Anhänger, die durch seine Belehrung Stromeingetretene geworden waren, dort wiedererschienen. Wegen der Unterschiedlichkeit von Zeitmaßen und Lebensdauer im Menschenbereich und in jenem Götterbereich kann ein Heilsgänger, der heute stirbt, schon dort Wesen antreffen, die noch vom Erwachten selber die Lehre gehört haben und zum Stromeintritt geführt worden sind.

Aber dem um Läuterung und Befreiung Ringenden stehen - wenn er seine sinnlichen Tendenzen noch weiter gemindert hat - Bereiche mit noch günstigeren Bedingungen für das Heilsstreben offen:

### Die Gezügelten Götter

Über den Göttern der Dreiunddreißig stehen die Götterbereiche der Gezügelten (Yama-) und der Stillzufriedenen (Tusita-) Götter: Wer sich als Mensch lange Zeit nach der Anleitung der Erwachten dazu erzogen hat, bei jedem Gedanken an Handlungen, welche den Mitwesen schmerzlich sein könnten, sofort vor Augen zu haben, wie ihm selber zumute wäre, wenn man an ihm so handeln würde, der entfernt sich durch diese von Mitempfinden begleitete Zügelung allmählich von allem bloß ichbezogenen nächstenblinden Verhalten im Tun, im Reden, ja, selbst im Denken, das den Mitwesen schmerzlich sein könnte. Einem solchen Menschen wird das Glück der Gewissenslauterkeit, das innere vorwurfsfreie Glück der Tugendreinheit immer mehr zur schönsten unter seinen Glücksquellen - schöner noch als alles Sinnenwohl, dessen er zwar noch immer bedarf, dessen grobe und aufdringliche Formen ihm aber immer fremder werden. Vor seinem inneren Glück verblassen fast unmerklich selbst Glanz und Pracht der Götter der Dreiunddreißig. Wessen innerer Haushalt dahin gewachsen ist, den ziehen nach dem Tod diese stilleren Bereiche an. In diesen vom Trubel glanzvoller Begegnungen mehr geläuterten Gefilden sind keine Einzelheiten über äußere Verhältnisse zu berichten.



## Die Stillzufriedenen Götter

Das Pāliwort für diese Götter „*tusita*“ bedeutet „still zufrieden“. Wenn einem Menschen die Zügelung seiner sinnlichen Tendenzen durch inneren Kampf und Wahrheitsgegenwart – gefördert durch zunehmendes Tugendwohl – so sehr zur „zweiten Natur“ wird, dass sie ihn immer weniger Mühe kostet, wenn es schließlich nicht mehr darum geht, die von uns meist unterschätzte Wucht der sinnlichen Tendenzen zu bändigen, sondern wenn diese Wucht selber durch treues Betrachten und Üben an hinreißender Gewalt verliert, dann muss auf diesem Weg, auf dem zwangsläufig auch das Herz von immer mehr Befleckungen geläutert wird, im Innern aus jenem „vorwurfsfreien Glück“ der Tugend eine stille Zufriedenheit zu wachsen beginnen. Wem diese stille Zufriedenheit zum Lebensklima geworden ist, der erscheint bei den Stillzufriedenen Göttern wieder. Über diesem stillen Glück verspürt er noch weniger sinnliches Verlangen an Welt und Vielfalt als die Gezügelten Götter. Daher währt seine Lebensdauer viel länger. Dieses Glück ist so groß, dass man es - wie K.E. Neumann - aus unserer Menschenperspektive bereits als „Seligkeit“ zu bezeichnen geneigt ist. - Im Bereich dieser „Seligen“ wurden auch viele sehr tugendhafte Hausleute wiedergeboren, auch die Mutter des Erwachten oder der große Wohltäter des Ordens Anāthapindiko (M 143, S 2,20) oder die mehrfach im Kanon genannten königlichen Kammerherren Purāno und Isidatto, die dem Erwachten in großer Liebe zugetan waren und unbeschadet der treuen Ausübung ihres Berufes mitten im höfischen Leben die Einmalwiederkehr erlangt hatten (M 89, S 55,6, A VI,44). Der Erwachte selber hatte sein vorletztes Leben in jenem Himmel verbracht, bevor er dann als Sohn der Königin Māyā in sein letztes Leben wiedergeboren wurde, aus welchem er zum Heilsstand erwachte. - Wer die Lehre des Erwachten kennengelernt hat und - noch nicht von jeder Sinnensucht frei - in diesem Bereich wiedererscheint: bei gestillten sinnlichen Bedürfnissen unter still zufriedenen Mitwesen le-

bend - für einen solchen ist dieser Bereich zur Besinnung wie geschaffen.

### Die an eigenen Schöpfungen erfreuten Götter

Sie sind nicht mehr auf vorhandene Befriedigungsmöglichkeiten beschränkt, die schon früher durch Tugend von ihnen geschaffen wurden, sondern sie schaffen diese sich selber im Augenblick ihres Wunsches:

*Es gibt Wesen, welche Verlangen nach selbsterzeugten Erscheinungen haben und die in der Freude an je und je selbst schöpferisch erzeugten Erscheinungen leben. (D 33,III)*

Sie „materialisieren“ sozusagen sofort ihre Vorstellungen. Wünschen sie z.B. eine Landschaft zu sehen oder eine Himmelmusik zu hören oder in Gesellschaft zu sein oder im stillen Wald zu weilen - sofort erleben sie es mit den Sinnen so, wie sie es wünschen. Daher kann es für sie von der Sinneserscheinung her nichts „Störendes“ geben, nichts Unerwünschtes. Wer als Kenner der Lehre dort wiedererscheint und sich z.B. eine stille, für Meditation förderliche Umgebung wünscht (weil er eben noch nicht von der sinnlich wahrnehmbaren Umgebung unbeeinflussbar ist), der stellt sie sich vor - und erlebt sie.

Wer als Mensch – auf der Grundlage hoher Tugend – allen seinen Nächsten alle nur erfüllbaren Wünsche, schon ehe sie geäußert sein mögen – von den Augen abliest und genau zur rechten Zeit und unbeschränkt mit allen seinen Mitteln zu erfüllen strebt, der baut sich damit den Weg zu diesem Himmel, wo sich nun auch ihm sofort alle Wünsche ganz ebenso aus eigener Kraft erfüllen, wie er vorher mit allen seinen Kräften die Wünsche der Nächsten sofort zu erfüllen trachtete.

Aber es gibt in der Sinnensuchtwelt noch eine letzte Existenzweise, welche darüber hinausreicht.

## Die an den Schöpfungen anderer sich erfreuenden Götter

Diese leben in der höchsten Existenzweise des Sinnensuchtbereiches; der Erwachte beschreibt sie als

*Wesen mit dem Verlangen nach von anderen schöpferisch erzeugten Erscheinungen, welche in der Freude an den von anderen geschaffenen Erscheinungen leben. (D 33 III)*

Selbst diese zarte Neigung ist bei diesen Göttern nicht ununterbrochen, sondern nur noch gelegentlich. Nicht einmal alle Menschen, erst recht nicht alle bisher besprochenen Götter haben ununterbrochen nur sinnliches Verlangen, sondern leben vorübergehend von kurzen Augenblicken bis zu längeren Zeiten in dem Wohl der Tugendreinheit, der Gewissensruhe und - soweit es Heilsgänger sind - der Freude an der Wahrheitsfindung. Es lässt sich denken, dass Wesen, die noch über die vorhin besprochenen Bereiche hinaus bis zum höchsten und feinsten Götterbereich der Sinnensuchtwelt aufgestiegen sind, hierzu einen noch höheren Grad an „Aufstieg in Tugend“ verwirklicht haben müssen und daraus noch mehr inneres Wohl beziehen als die Wesen der darunter liegenden Bereiche. Für sie kann daher die Befriedigung ihrer restlichen sinnlichen Tendenzen mehr oder weniger nur noch eine Nebenquelle ihrer Wohlsuche bedeuten. Sie mögen noch nicht ganz auf sie verzichten.

Auf dem Hintergrund ihres inneren Wohls ist ihr Verlangen nach Sinnendingen schon so zart und dünn geworden, dass sie zu seiner gelegentlichen Befriedigung keine weitere Aktivität einsetzen als die des stillen Zuschauens bei dem, was andere Wesen an Sinnendingen erzeugen: Sie haben also keine Sonderwünsche mehr an die Einzelausgestaltung der Sinnenwelt; sie wollen Sinnendinge weder besitzen noch selber schaffen. Sogar die Schöpfungslust haben sie hinter sich gelassen - von fern vergleichbar einem König, der den Künstlern seines Hofes völlig freie Hand lässt und ihrem Schaffen zufrieden zu-

sieht. Wenn zu den Zeiten, wo sie noch sinnliches Verlangen ankommt, keine Sinnendinge erscheinen würden, wäre es ein leises Vermissen - das unterscheidet sie von den von Sinnensucht freien Himmelswesen. Aber das kommt bei diesen Göttern fast nicht vor, denn sie haben den in der Sinnensuchtwelt höchst erreichbaren Grad der Übereinstimmung von Wollen und Wahrnehmen erlangt. Bei diesen Göttern kann es daher nur wohl zu empfindende Sinnendinge oder überweltliche Seligkeit geben.

Auch kann man sich leicht vorstellen, dass ein dorthin gelangter Heilsgänger viel leichter als in der Menschenwelt oder in den bisher besprochenen Götterbereichen der Sinnensuchtwelt imstande ist, die Aufmerksamkeit von dem ruhigen Genuss des Zuschauens abzuziehen und der Herkunft dieser Erscheinungen zuzuwenden, was ja der gerade Weg zum Nirvāna ist.

### Wiedergeburt in der Formwelt anstreben

So wohltuend uns die bisher beschriebenen Bereiche erscheinen mögen, so verwendet der Erwachte doch erst für die Stufen der von Sinnensucht freien formhaften Bereiche (*rūpa bhava*) den Ausdruck „Wohlbereiche“ (D 33 III): Die Gottheiten dieser Bereiche haben kein sinnliches Bedürfnis mehr, sondern leben in einer solchen inneren Helligkeit und Seligkeit, dass sie ganz aus sich selbst glücklich sind. In diese Welten gelangen hauptsächlich solche Menschen nach dem Tod, die schon in diesem Menschenleben über alle sinnliche Bedürftigkeit hinausgestiegen waren, die durch große Grade von Nächstenliebe, Rücksicht und Schonung der Mitwesen so viel eigene innere Helligkeit und Seligkeit erworben haben, dass sie je nach Wunsch die sinnliche Wahrnehmung ganz übersteigen und in Entrückung leben können, einem Zustand, der von allen Entrückungserfahrenen als die höchste Seligkeit bezeichnet wird.

*Weiter sodann, ihr Mönche, da hat ein Mönch Vertrauen erworben, Tugend erworben, Wahrheitskenntnis erworben, Loslassen erworben und Klarblick erworben.*

*Der hat reden hören:*

*„Der tausendfache Brahma...*

*der zweitausendfache Brahma...*

*der dreitausendfache Brahma...*

*der viertausendfache Brahma...*

*der fünftausendfache Brahma...*

*der zehntausendfache Brahma...*

*der hunderttausendfache Brahma, der hat eine lange, lange Lebensdauer, besteht in strahlendem Glanz und erfährt viel Glück.“ Der hunderttausendfache Brahma nämlich, ihr Mönche, durchstrahlt hunderttausend Welten und ragt über sie hinaus, und die dorthin als Brahmagötter wiederkehren, auch diese durchstrahlt er und ragt über sie hinaus. Gleichwie etwa, ihr Mönche, ein Stück gediegenes Gold, von einem geschickten Goldschmied im Schmelztiegel mit aller Sorgfalt abgelaütet, auf lichter Decke liegend, leuchtet und funkelt und strahlt - ebenso nun auch, ihr Mönche, strahlt der hunderttausendfache Brahma hunderttausend Welten durch und ragt über sie hinaus; und die dorthin als Brahmagötter wiederkehren, auch diese durchstrahlt er und ragt über sie hinaus.*

*Da denkt der Mönch bei sich: „O dass ich doch nach dem Versagen des Körpers jenseits des Todes zur Gemeinschaft mit jenen Göttern wiederkehrte.“ Auf dieses Ziel richtet er sein Herz, darin befestigt er sein Herz, nach diesem Ziel bildet er sein Herz aus. Indem er sich dieses Leitbild ständig vor Augen hält, da führt die Gesamtheit seiner Anstrengungen zum Wiedererscheinen dort. Das ist der Weg, ihr Mönche, das die Vorgehensweise, die zum dortigen Erscheinen hinführt.*

*Weiter sodann, ihr Mönche, da hat ein Mönch Vertrauen erworben, Tugend erworben, Wahrheitskenntnis erworben, Loslassen erworben und Klarblick erworben. Der hat reden hören: „Die Licht-Götter – die Götter begrenzten Lichts – Götter unbegrenzten Lichts – die Leuchtenden Götter – die Strahlenden Götter – die Hellstrahlenden Götter – die Unermesslich strahlenden Götter – die alles Durchstrahlenden Götter – die Reichgesegneten Götter – die Gewaltfreien Götter – die Strebenden Götter – die Schönheit Wahrnehmenden Götter – die Altvorderen Götter – die haben eine lange, lange Lebensdauer, bestehen in strahlendem Glanz und erfahren viel Glück.“ Der gedenkt bei sich: „O dass ich doch nach dem Versagen des Körpers jenseits des Todes zur Gemeinschaft mit jenen Göttern wiederkehrte.“ Auf dieses Ziel richtet er sein Herz, darin befestigt er sein Herz, nach diesem Ziel bildet er sein Herz aus. Indem er sich dieses Leitbild ständig vor Augen hält, da führt die Gesamtheit seiner Anstrengungen zum Wiedererscheinen dort. Das ist der Weg, ihr Mönche, das die Vorgehensweise, die zum dortigen Erscheinen hinführt.*

„Formhaft“ werden die Götter dieser Bereiche genannt, weil sie noch – wenn sie nicht in Entrückung sind – Formen wahrnehmen und auch eine Gestalt annehmen. Aber sie beziehen ihr Wohl nicht mehr aus diesen Formen, sondern allein aus dem inneren Wohl ihrer strahlenden Herzensreinheit, und wenn ihnen über deren Fülle die Formwahrnehmung zeitweise schwindet in der Entrückung, dann ist das für sie höchste erhabene Seligkeit. Diese hohen Wesen sind also von allen Schranken der Sinnlichkeit vollkommen frei. Je nach dem Grad ihres inneren Wohls unterscheidet der Erwachte bei ihnen „drei Stufen im Wohlbereich“ (D 33 III). Die erste Stufe

im Wohlbereich bilden:

## Die Brahmawelten

Der Erwachte sagt von den Brahmagöttern:

*Es gibt, ihr Mönche, Wesen, denen immer und immer wieder Wohl aufsteigt und die dann darin verweilen. Das sind die Götter brahmischer Kreise. (D 33 III)*

Auch in der Sinnensuchtwelt ist vom „Wohl“ die Rede, aber man kann es nicht mit der Seligkeit der Brahmas vergleichen; denn es steigt nicht unmittelbar aus dem Herzen auf, sondern kommt nur durch die Berührung mit Objekten zustande, ist also nur ein mittelbares Wohl, ein Wohl aus zweiter Hand. Das brahmische Wohl dagegen ist herzunmittelbar. Es entspringt unmittelbar aus der Reinheit des Herzens als beseligender Friede, als Einigung des Herzens (*samādhi*), unabhängig von sinnlichen Eindrücken, und gerade bei deren Fortfall am reinsten - in der Entrückungsseligkeit.

Die Brahmawelt ist seit je das Ideal des Inders. Den Weg zu Brahma zu finden, zu der Einheit der weltlosen Entrückung jenseits der ganzen Vielfalt der Sinnenwelt - das war das höchste Ziel der indischen Mystiker aller Zeiten - bis auf jene wenigen, denen ein Erwachter das Ziel der Erwachung gewiesen hatte, das durch dieses Wohl hindurch und dann darüber hinausführt zur endgültigen Freiheit.

Die erste „Strahlung“ - in allumfassender, schrankenloser Liebe (*mettā*) - oder die erste Entrückung sind die Übungen, die unmittelbar zur „ersten Stufe im Wohlbereich“, zu Brahma führen, wenn der Mensch ständig auf sie gestützt ist, einen Zug zu ihnen entwickelt hat und sie immer wieder entfaltet (A IV,123 und 125), und die erste Strahlung und die erste Entrückung sind jenes „Wohl, das ihnen immer und immer wieder aufsteigt (*uppādetvā uppādetvā*).“ Je nach der Intensität und Dauer dieses Wohlentwickelns gibt es im Brahmabereich We-

sen von unterschiedlicher Machtfülle und Strahlkraft, deren Reichweite von tausend bis zu hunderttausend Weltsystemen reicht.

Von jedem dieser hohen Wesen wird in M 120 in immer gleichem Wortlaut gesagt, es lebe lange in strahlendem Glanz und Wohl: die ihm gemäße Zahl von Weltsystemen durchstrahle es und ihnen zugeneigt verweile es; und auch die Wesen, die dort wiedererscheinen, durchstrahle es alle, sei ihnen zugeneigt. So kann man sich die Lebensweise eines solchen göttlichen Wesens etwa vorstellen wie eine geistige Sonne, die dauernd Wärme entwickelt und sie unterschiedslos, unumschränkt in die Runde strahlt „auf Gerechte und Ungerechte“, oder in Entrückung ist.

Für den tausendfachen, den zwei- bis hunderttausendfachen Brahma gibt der Erwachte in M 120 Gleichnisse, die wir vorhin der besseren Übersicht wegen noch nicht mit abgedruckt haben. Sie lassen die unterschiedlichen Grade der Erhabenheit dieser Wesen über die von ihnen außerhalb der Entrückung noch wahrgenommenen Vielfaltweltformen ahnen:

Den tausendfachen Brahma vergleicht der Erwachte mit einem scharfsehenden Mann, der einen Schmuckreif um die Hand legt und betrachtet. Wir können uns vorstellen, dass damit gemeint ist, dass er aus seiner gewaltigen Höhe tausend Weltsysteme wie ein Ganzes ansieht - wie einen Reif, der seinem Schmuck, nicht seinem Bedarf dient. Den betrachtet er souverän, ohne Einzelheiten nachzugehen. Und beim zweitausendfachen bis fünftausendfachen Brahma sind es zwei bis fünf Reifen, die der Gott mit einem einzigen umfassenden Blick betrachtet. Das Gleichnis für den zehntausendfachen Brahma erscheint noch stiller: Er wird mit einem achteckig geschliffenen Juwel verglichen, das, auf lichter Decke liegend, funkelt und strahlt. Hier wird der Gott nicht mehr verglichen mit einem Mann, der etwas tut - sondern der Gott ist selber das kostbare strahlende Juwel, das still daliegt.

Der hunderttausendfache Brahma wird in seinem starken, warmen Leuchten verglichen mit reinem Gold, das, vom Gold-



schmied mit aller Sorgfalt geläutert, nun auf lichter Decke liegend, funkelt und strahlt.

So gibt es schon auf der ersten Stufe zum Wohlbereich - in der Brahmawelt - immer höhere Grade von Lebensdauer, Schönheit und Macht. Aber allen ist gemeinsam, dass sie ihr Wohl ständig aus sich selbst entwickeln, indem sie Liebe strahlen oder in Entrückung weilen. Damit sind sie „frei von Weltergreifen“, im Herzen frei von jeder Möglichkeit zur Gegenwendung, frei von Herzensbefleckungen und dadurch für die ganze Dauer ihres brahmischen Daseins selbstgewaltig, d.h. Herr ihrer selbst und der Höchste in ihrem Bereich (D 13). - Aber sie alle leben dort endlich, nicht unendlich.

### Die Leuchtenden

In unserer Lehrrede werden zu den Leuchtenden gezählt: Die Licht-(*abhā*)-Götter, die Götter begrenzten Lichts, Götter unbegrenzten Lichts. Diesen verschiedenen in der Lehrrede aufgeführten Graden von Leuchtenden ist gemeinsam, dass sie auf der „zweiten Stufe im Wohlbereich“ weilen. Von ihnen sagt der Erwachte nicht mehr, dass ihnen ihr tiefes herzunmittelbares Wohl immer und immer wieder aufsteigt, dazwischen also auch immer und immer wieder vorübergehend schwindet, sondern sie leben fast ununterbrochen im voll entwickelten Wohl. Der Erwachte beschreibt sie als

*Wesen von Wohl durchtränkt und durchdrungen, erfüllt und gesättigt, die nur hin und wieder einmal tief aufatmend: „O Wonne, o Wonne“ aushauchen. Das sind die Leuchtenden Götter. (D 33 III)*

Es heißt von ihnen, dass sie „selbstleuchtend“ sind, sie sind also fast ununterbrochen entrückt oder in Strahlung. Daher bedarf es in ihrem Bereich nicht Sonne noch Mond wie bei uns dunklen, weil missmutigen Wesen; jene strahlen selber herzunmittelbar (M 79), und es gibt vor allem bei ihnen keine „Weltentwicklung“ und „Weltgeschichte“, denn sie weilen fast

ununterbrochen in weltloser Entrückung oder in alle Wesen einbegreifender, nichtmessender Strahlung. Diese Götter sind auch frei geworden vom Überblicken von Welten, vom Durchstrahlen von Weltsystemen. Sie kennen nur zwei Erlebnisweisen: das sprachlose, schweigende Wohl der Entrückung, der Strahlung, die ihre Herzensart ist, und als einzige Aktivität, mit der sie ab und zu dieses schweigende Wohl verlassen, sozusagen „aus sich herausgehen“, ist von Zeit zu Zeit ein Ausruf des Entzückens über die erfahrene Seligkeit. Nur zwei formhafte Erscheinungen zeigen noch ihre Zugehörigkeit zum formhaften Bereich: ihr Leuchten und jenes gelegentliche Aushauchen des Rufes „o Wonne“; denn beides sind noch der „himmlischen“ Aug- und Ohrwahrnehmung zugängliche Erscheinungen, vom Er wachten und von vielen seiner in überweltlicher Macht geübten Mönche oft wahrgenommen, wie die Reden berichten. Wegen dieser zweierlei Erlebnisweisen werden die Leuchtenden noch als „Verschiedenheit wahrnehmend“ bezeichnet (D 15).

Die zweite Strahlung (in Erbarmen) und die zweite Entrückung sind ihr Lebensinhalt und sind daher die Übungen, die den Menschen zu den Leuchtenden führen, wenn er ganz darauf gestützt ist, einen Zug zu ihnen hat und sie immer wieder gewinnen kann (A IV, 123 und 125), ebenso die großartige Gemü terlösung (M 127).

### Die Strahlenden Götter

Von ihnen wird gesagt, dass sie sich auf der dritten Stufe der Wiederkehr zu Wohlbereichen befinden:

*Es gibt, ihr Brüder, Wesen von Wohl durchtränkt und erfüllt und gesättigt. Sie erleben beseligt ein gar stilles Wohl. Das sind die Strahlenden Götter. (D 33 III)*

Die Strahlenden sind gebadet, gesättigt, versunken in einer Schönheit, deren Strahlenglanz das innere Licht ist, in wel-

chem die Helligkeit des einig gewordenen Gemütes strahlt. Die Fülle ihres herzunmittelbaren Wohls hat sie verstummen machen. Kein Ausruf „o Wonne“ durchbricht mehr ihre schweigende Entrückung oder Strahlung. Nur ihr Leuchten ist als formhaft verblieben, dem „himmlischen Auge“ der Großen zugänglich. Deshalb werden sie erstmals als „von einheitlicher Wahrnehmung“ bezeichnet. (D 15) In diese Bereiche der hell leuchtenden Himmelswesen, die unsagbaren seligen Frieden empfinden (A V,70), können nur Wesen gelangen, die von allen belastenden Gedanken und Empfindungen ganz befreit sind.

Die dritte Strahlung, die der reinsten Freude und die dritte weltlose Entrückung ist ihr Lebensinhalt und ist daher die Verfassung eines Menschen, die in ihrer Vollendung zu diesen Göttern führt. (A IV,123 und 125)

### Die Reichgesegneten Götter

Die Götter oberhalb des Bereichs der Strahlenden kann man kaum noch beschreiben. Sie werden oft als vehapphalā – die Reichgesegneten (wörtlich: in der Fülle der Frucht) – bezeichnet. Ihr Bereich entspricht der vierten Strahlung und der vierten weltlosen Entrückung, die beide ein Weilen in erhabenem Gleichmut sind. Wie groß ihr Abstand zu den anderen Göttern ist, zeigt sich schon darin, dass die Lebensdauer der Strahlenden Götter mit drei, die der Reichgesegneten aber mit fünfhundert Weltzeitaltern angegeben wird (A IV,123 und 125). Das einzige, was in M 120 darauf hindeutet, dass auch sie noch formhaft sind, ist die Aussage, dass sie *in strahlendem Glanz* bestehen. Das wird von den Wesen der formfreien Welten nicht gesagt.

Schon von den Strahlenden Göttern hieß es, ihre Wahrnehmung sei ganz einheitlich (*ekatta-saññāna*). Nun wissen wir von uns selber, dass man nur Veränderung merken kann; was man immer hat, merkt man nicht – wie der Fisch nicht das Wasser merkt, in dem er schwimmt. Die Reichgesegneten

Götter leben Hunderte von Weltzeitaltern in erhabenem Gleichmut. Wie könnte jemand, der nicht auch diesen Bereich überstiegen hat, da noch Veränderungen feststellen, die eine „Wahrnehmung“ im üblichen Sinne erst ermöglichen. Solche Wesen wurden wohl deshalb manchmal auch „*asaññā-satta*“, d.h. Wesen ohne Wahrnehmung, genannt. Zu solchem Bereich sehnen sich nur Wesen, die ganz in die Stille des erhabenen Gleichmuts hineingewachsen sind.

Der Götterbereich der Nichtwiederkehrer:  
die Reinen Götter

Der Nichtwiederkehrer hat schon im Menschenbereich die fünf an das „Untere“, d.h. an die Sinnensuchtwelt haltenden Verstrickungen endgültig aufgehoben: den Hang zur Identifizierung mit der Ich-Erscheinung (Glaube an Persönlichkeit), Daseinsbangnis, Bindung an Begegnung, Sinnenlustwollen und Antipathie bis Hass. Alle Gottheiten auch der feinsten Bereiche, die von diesen fünf Verstrickungen nicht frei sind, sind noch wiederkehrende Götter; die erste der fünf Verstrickungen ist es hauptsächlich, die, solange sie besteht, so lange auch im Samsāra festhält. Ist diese erste Verstrickung aufgehoben, so folgen die anderen der Reihe nach zwangsläufig. Die Nichtwiederkehrer aber gelangen allmählich durch Auflösung auch der fünf an das Obere haltenden Verstrickungen (Zug zu Form, zu Nichtform, Ich-bin-Empfindung, Erregung, Wahn) zur völligen Erlösung (M 90).

Doch das Bewusstsein des Nichtwiederkehrers, in reiner, formhafter Welt in der sicheren Anwartschaft auf den ewigen Frieden zu sein, stellt sich den Reinen Göttern als so gewaltig, so erhaben dar, dass sie sich nicht mehr wie ein Mensch, der die Lehre begriffen hat, vom Leidensdruck getrieben fühlen, auch den letzten Rest von Daseinsdurst schleunigst zu überwinden; es hängt vielmehr von der Stärke ihrer fünf Heilskräfte ab, wie lange sie noch als Reine Gottheiten verweilen. Es gibt also auch bei den Reinen Göttern für viele von ihnen noch

„Verschwinden und Wiedererscheinen“, doch es sind Tode ohne Stachel und geistige Geburten ohne Schmerz.

In D 14 berichtet der Erwachte, dass ihm einmal der Gedanke aufstieg:

*Ich habe in meinem langen, langen Daseinsrundlauf keine Stätte gefunden, wo das Weilen der Wesen erträglich wäre; nur bei den Reinen Göttern.*

Da begab er sich in ihren Bereich. Dort traten Tausende von Reinen Gottheiten an ihn heran, darunter solche, die ihm sagten:

*Es ist nun, Ehrwürdiger, 91 Weltzeitalter her, seitdem Vipassī als Erhabener, Heilgewordener, Vollkommen Erwachter in der Welt erschien. Wir aber, Ehrwürdiger, haben bei ihm den Heilswandel geführt, haben die Lust nach den Sinnendingen überwunden und sind dann hier wiedererschienen.*

Auch die Reinen Götter sind in M 120 in der Reihenfolge ihrer Lebensdauer aufgezählt. Da sie aber nur das eine Ziel haben, aus dem Daseinswahntraum zu erwachen, sind bei ihnen diejenigen die höchsten, welche den Heilsstand am ehesten erreichen. Wegen dieser ganz anderen Zielsetzung sind sie den anderen Göttern der Formwelt so unsichtbar, wie bei denen die Heilswegweisung unbekannt ist. (M 90)

Aus der wahnlosen Sicht der Erwachten ist nur die Existenzform der Reinen Götter „erträglich“, dennoch, sagt der Erwachte, möchte er auch dorthin nicht wiederkehren.

### Wiedergeburt im formfreien Dasein anstreben

Das Wohl dieser Existenzweise bezeichnet der Erwachte (M 59) als noch größer als das Wohl der vierten Entrückung. Aber der innere Zustand ist mit unseren Mitteln kaum zu verstehen und noch weniger zu beschreiben. Er kann nur dann erreicht werden, wenn ein Mensch im Erdenleben sich von allem Durst

nach Formen (*rūpa-tanhā*) freigemacht hat. Das ist nur den in großer abgeschiedener Einsamkeit Lebenden zu erreichen möglich, nicht in Familie und Beruf. Zu den dahin führenden Übungen sind nur solche fähig, die von allem Sinnlichkeitsbedürfnis völlig frei geworden sind. Das wiederum ist nur solchen möglich, die in einem starken Maß von Antipathie bis Hass frei geworden sind, also die *mettā*, die unbeschränkte Liebe zu allen Mitwesen, entwickelt haben, so dass sie zu einer großen friedvollen Helligkeit des Gemütes erwachsen sind. Über diese Reihenfolge der inneren Läuterung und Befreiung finden wir auch in manchen anderen Religionen Hinweise, aber am ausführlichsten und gründlichsten ist sie in den Reden des Erwachten erläutert. Über die Existenzbereiche der formfreien Wesen heißt es in M 120:

*Weiter sodann, ihr Mönche, da hat ein Mönch Vertrauen erworben, Tugend erworben, Wahrheitskenntnis erworben, Loslassen erworben und Klarblick erworben. Der hat reden hören:*

*„Die Raumunendlichkeit genießenden Götter -  
die Erfahrungsunendlichkeit genießenden Götter -  
die Nichtetwasheit genießenden Götter -  
die Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung  
genießenden Götter,  
die haben eine lange, lange Lebensdauer und erfahren viel Wohl.“ Da gedenkt er bei sich: „0 dass ich doch nach dem Versagen des Körpers jenseits des Todes zur Gemeinschaft mit den Raumunendlichkeit genießenden Göttern – den Erfahrungsunendlichkeit genießenden Göttern – den Nichtetwasheit genießenden Göttern – den Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung genießenden Göttern wiederkehrte.“ Auf dieses Ziel richtet er sein Herz, darin befestigt er sein Herz, nach diesem Ziel bildet er sein Herz aus. Indem er sich dieses Leitbild ständig vor Augen hält, da führt die*

*Gesamtheit seiner Anstrengungen zum Wiedererscheinen dort. Das ist der Weg, ihr Mönche, das die Vorgehensweise, die zum dortigen Erscheinen hinführt. –*

Frei von Vielfalt, frei von Unterschieden, an denen Zeit gemessen werden könnte, hat ein Leben in diesen formfreien Bezirken des erhabenen Gleichmuts (M 137) eine für uns unvorstellbar lange Dauer von Zehntausenden von Weltzeitaltern (A III,114 = 2.Aufl. A III,117), und doch ist auch ein solches Leben vergänglich. So muss auch ein Wesen, das ein Dasein in einer solchen „Welt“ bewirkt hatte, eines Tages, wenn es die Frucht reinen guten Wirkens dieser langen Zeit erhabenen Friedens aufgezehrt hat, wieder hinabsinken in den Wirbel des Samsāra - hinab je nach seinen Tendenzen. Denn in jenem formfreien Bereich ist keine Gelegenheit zu wirken: nichts Böses, nichts Gutes. Es war friedvolle Weltvergessenheit, aber nicht Weltüberwindung. Nur die Wesen, die den Gedanken der Unbeständigkeit und Bedingtheit auch dieser höchsten Zustände unverlierbar in sich tragen - nur solche Heilsgänger entinnen dem Wiederversinken in den Samsāra und finden zur Sicherheit des todlosen absoluten Friedens.

Als letztes der Ziele nennt der Erwachte die Erreichung des Nirvāna bei Lebzeiten; dieser Teil wird am Ende der ganzen Besprechung zitiert.

#### Fünf Eigenschaften als Grundvoraussetzungen

Im Anfang wurde gesagt, dass die vom Erwachten zu allen Zielen stets im selben Wortlaut genannten fünf Grundvoraussetzungen erst dann besser verstanden werden würden, wenn wir die Ziele, zu deren Erreichung sie erforderlich sind, etwas besser kennen. Für die Inder der damaligen Zeit, erst recht für diejenigen, die zum Erwachten kamen, waren diese Ziele bekannt. Die Hierarchie der Götter wurde und wird heute noch in Indien näher und lebendiger betrachtet als je bei uns im Abendland die Hierarchie der Engel. - Obwohl mit der erfolg-

ten Beschreibung der verschiedenen immer helleren und erhabeneren Daseinstufen für uns westliche Menschen durchaus nicht die lebendige Vorstellung geschaffen werden kann, wie der Inder sie hegt, so werden uns nun doch die vom Erwachten stets genannten fünf Grundvoraussetzungen und ihre Notwendigkeit zur Erreichung der Ziele erheblich leichter verständlich.

Die fünf Eigenschaften, die der Erwachte in dieser Rede immer wieder als die Grundvoraussetzungen für die Erfüllung der Wünsche nach späterer Wiedergeburt in höheren Daseinsformen - aber auch in anderen Reden immer wieder nennt, sind sehr verwandt mit den fünf zum Heil führenden und lenkenden Kräften, den Heilskräften. Wir schreiben sie hier nebeneinander:

5 Heilskräfte ( <i>indriya</i> )		5 Eigenschaften nach M 120	
Vertrauen	<i>saddhā</i>	Vertrauen	
Tatkraft	<i>virīya</i>	Tugend	<i>sīla</i>
Wahrheitsgegenwart	<i>sati</i>	Wahrheitskenntnis	<i>suta</i>
Herzenseinigung	<i>samādhi</i>	Loslassen	<i>cāga</i>
Weisheit/Klarblick	<i>paññā</i>	Weisheit/Klarblick	

Es zeigt sich, dass die erste und letzte Eigenschaft in beiden Gruppen identisch sind. Aber auch bei den drei anderen ist nur ein kleiner Unterschied, und zwar insofern, als die in M 120 genannten Eigenschaften mehr auf die praktische Übung hinweisen (Tugend, Loslassen), die Heilskräfte aber Eigenschaften sind, welche teils die praktischen Übungen ermöglichen, teils auch durch die Übung wachsen und erstarken.

In einem ersten Überblick erkennen wir, dass diese fünf Grundvoraussetzungen nach M 120 ein ganz bestimmtes Verhältnis zueinander haben, indem die jeweils nächste aus der vorhergehenden hervorgeht. Es geht dabei um drei mehr geistige und um zwei mehr praktische Eigenschaften, die einander abwechseln: *Vertrauen* ist eine geistige Haltung, an welcher



das Gemüt des Menschen beteiligt ist. Sie ist die Voraussetzung dafür, um sich überhaupt einer Heilslehre, die ja immer die Wege über das hiesige Leben hinaus weist, zuzuwenden und sich die Wegweisung zu merken und sie zu bedenken. Das Vertrauen gibt auch den Willen und die Kraft, nach der Wegweisung vorzugehen.

Die nächste Eigenschaft, das *praktische Verhalten (Tugend - sīla)* ergibt sich unmittelbar aus dem Vertrauen und ist seine Konsequenz. Es ist eine Umerziehung, eine Zucht des Menschen zu der vom Erwachten angeratenen Lebensart. Je mehr die bisherige Lebensart des Menschen von der angeratenen abwich und je gröber sie war, um so anstrengender ist diese Zucht, um so länger dauert sie, bis einer danach völlig umerzogen ist.

Aus diesen Übungen, inneren Zügelungen und Umerziehungen, die ohne das Vertrauen zu den Heilslehren gar nicht möglich sind, kommt er erst allmählich zu den inneren geistigen Erfahrungen über den Einfluss des Denkens auf die Triebe des Herzens und über den Einfluss der Triebe des Herzens auf die Erlebnisse und die Lebensqualität. So kommt er zu einer praktischen, durch Erfahrungen vertieften Kenntnis der Daseinszusammenhänge, also „*Wahrheitskenntnis*“ (*suta*). Das bisher nur theoretisch Gelernte hat er durch seine Tugendbestrebungen allmählich selbst erfahren: Er hat erfahren, dass der Mensch von der Wucht seiner Gewohnheit, der ihm innewohnenden Triebe und Leidenschaften, in seinem Tun und Lassen bewegt wird, und er hat erfahren, dass es nicht leicht ist, diese alteingefahrenen Bewegkräfte umzulenken zu einer anderen Verhaltensweise, und so kommt es, dass er die Wegweisung des Erwachten, die Lehre, immer umfassender und tiefer kennt.

Es ist etwa so, wie wenn ein Mensch, der in eine andere Gegend wandern will, zunächst anhand der Landkarte nur eine mittelbare, theoretische Wegweisung hat, sich aber nun im Wandern diese Landschaft mit ihren Wegen praktisch erobert. Wer so aus Vertrauen zu dem tauglichen, tugendhaften Wandel

gekommen ist und durch diesen zu einer tieferen Kenntnis der geistigen Daseinsgesetzmäßigkeiten, der ist in seinem gesamten Tun und Lassen, in seinem Fühlen und Denken bereits ein erheblich anderer geworden, als er zuvor war.

Ein solcher tritt mit dem nun erworbenen inneren Haushalt in eine neue praktische Haltung ein, die über die bisher geübte in Tugend immer mehr hinausgeht. Das Pälwort *cāga* für diese vierte Grundeigenschaft hat die Bedeutung von *Loslassen, Zurücktreten*. Wer in seiner inneren Entwicklung bis hierher gelangt ist, der sieht das Leben nicht nur von außen, wie man es mit den Sinnen sieht, sondern hat immer mehr die inneren Lebensqualitäten des Gemüts entdeckt und hat dabei erfahren, dass die verständnisvolle und fürsorgende Haltung den anderen Lebewesen gegenüber eine große innere Erhellung mit sich bringt, die weit mehr wohltut als aller äußere Besitz an Geld und Gut, und er spürt auch, dass er diese innere Erhellung mit dem Verlassen des Körpers nicht verliert, während der äußere Besitz dann verloren ist. Von daher achtet er Geld und Gut nur noch, soweit es für ihn als Lebensunterhalt notwendig ist, und gewinnt immer mehr Freude am Erfreuen der Mitwesen durch Geben von Gaben.

Aber das ist nur die gröbste Form des Loslassens. Dieser folgt im Lauf der Entwicklung bald auch, dass man immer mehr auch von immateriellem „Besitz“ loslässt, z.B. vom Rechthaben, vom Festhalten an seinem Standpunkt gegenüber dem anderen, weil man merkt, dass durch solche spannungsvollen Kämpfe die innere Helligkeit und eine friedvolle Sicherheit verloren geht oder gestört wird. Diese inneren Zustände aber werden dem so Erfahrenen immer wichtiger, weil er merkt, dass er damit in einen neuen Zustand hineinwächst. Von daher geht ihm zunächst das Verständnis für die helleren, stillen Geister und Himmelswesen, die oberhalb der vielfältigen, stark bewegten Sinnensuchtwelt im inneren seligen Frieden leben, immer mehr auf. Und von hier aus ist es kein großer Schritt mehr, um ein Empfinden dafür zu bekommen, dass in der Fortsetzung und immer weiteren Ausbreitung dieses

inneren Loslassens von allem der vorher kaum geahnte Weg nicht nur zu immer mehr Wohl und Frieden, sondern zuletzt auch zur endgültigen Erlösung, zu der Unverletzbarkeit im Heilsstand liegt.

Durch dieses praktische Streben kommt er nach und nach zu der Erfahrung, dass er alle Dinge, die äußeren und die inneren, jetzt viel richtiger und wahrer sieht als früher. Er erkennt, dass er früher ein völlig falsches Bild vom Leben hatte, dass er nun aber die Zusammenhänge immer tiefer versteht und durchschaut. Das ist das *Verständnis (paññā)*, die fünfte Eigenschaft. So gehen diese fünf Grundeigenschaften im Lauf der Zeit nach und nach hervor in wiederholtem Wechsel von geistiger Betrachtung und praktischer Lebensführung. Und so geht aus den letzteren Eigenschaften, je stärker und tiefer sie erworben sind, auch eine um so höhere Zielsetzung hervor bis zur endgültigen Befreiung. Betrachten wir darum die fünf Grundeigenschaften einzeln:

#### Die erste Eigenschaft: Vertrauen (*saddhā*)

Mit Vertrauen ist nicht das weltliche Vertrauen gemeint. Es gibt einfältige Menschen, die noch nicht viel Übles erfahren haben oder das Erfahrene vergessen haben, die schenken jedem, der ihnen begegnet, blind Vertrauen und können dadurch auch in viel Verluste geraten. Davon rät der Erwachte ebenso ab wie von grundsätzlichem Misstrauen. Gemeint ist hier vielmehr ein gewisses Vertrauen zu den Lehren, die von dem nicht sofort Einsehbaren handeln, nämlich von den karmischen Zusammenhängen, vom Weiterleben nach diesem Leben und von jenseitigen Daseinsformen und von der Möglichkeit der endgültigen Befreiung von allem Wechsel und Wandel und Leiden.

Das Vertrauen ist im Grunde ähnlich dem, was der christliche *Apostel Paulus* unter „Glauben“ versteht, wenn er sagt:

*Es ist aber der Glaube eine gewisse Zuversicht des, das man*

*hofft, und ein Nichtzweifeln an dem, das man sieht. (Hebräer 11/1)*

So versteht auch der Erwachte das Vertrauen: Obwohl man das Jenseits nicht sieht, hat man doch ein Empfinden, eine Ahnung, dass man nicht mit der Geburt in diesem Körper angefangen hat, da zu sein, dass diese Geburt nur ein Auftauchen aus etwas anderem ist, wo man früher war; und dass man ebenso den Tod nicht einfach als Vernichtung, als das radikale Ende sieht, sondern nur als das Ende der gegenwärtigen Episode, dass es dann weitergeht entsprechend den inneren Qualitäten.

Der Erwachte sagt, dass dieses innere Vertrauen in die Unsterblichkeit des Lebens keine Einbildung sei, sondern einen realen Grund habe - und es ist gut für uns, wenn wir hören, welchen Grund nicht nur der Buddha, sondern überhaupt alle geistig erfahrenen Menschen für dieses religiöse Vertrauen sehen: Der Buddha sagt, dass er aus eigener Erinnerung und aus leibhafter Erfahrung weiß, dass wir alle - ob wir es erinnern oder nicht, ob wir es glauben oder nicht - schon in allen Daseinsformen viele Male gewesen sind. Jeder von uns hat schon alle Leiden, alle Freuden der verschiedenen Daseinsformen unendliche Male erlebt. Und da unterscheidet sich der geistige Mensch von dem sinnlichen dadurch, dass er von dieser Wanderung noch leise Erinnerungen mitbringt in dieses Leben, während der nur von dem vordergründig Sinnlichen lebende Mensch diese feinen Erinnerungen mit den neuen starken Sinneseindrücken überdeckt.

Es gibt ja in allen Erdteilen immer wieder Menschen, die von der Kindheit an wissen, aus welchem früheren Leben sie in das jetzige gekommen sind, die die Familie nennen können, in der sie gestorben sind. Das ist in vielen Fällen gründlich nachgeprüft worden und hat sich als wirklich und wahr erwiesen. Wer aber auf seine eigenen inneren seelischen Kräfte und Regungen achtet, der braucht solche äußeren Beweise nicht, denn er erfährt überzeugend, dass diese seelischen Kräfte nicht

der Zeit unterliegen. Bei einem solchen ist das Vertrauen fast nicht mehr Vertrauen, sondern ist Sicherheit, und er lebt danach. Je stärker diese Sicherheit ist, um so mehr ist man gewillt, in dem Sinn auch zu streben. Das ist ja nur zum eigenen Vorteil.

Wer aber dieses Vertrauen nicht hat, wer nicht irgendeinen Grad von Ahnung, Verstehen hat, kein inneres Raunen, dass das gegenwärtige Leben nicht das Ganze ist, der wird auch nicht so viel tun mögen, wie getan werden muss, um sich unter den heutigen Umständen, in denen sich immer mehr Hemmungslosigkeit zeigt, in der Bahn zu halten, die mit den fünf Eigenschaften vorgezeichnet ist, und sich gar in dieser Bahn immer weiter zu entwickeln. Wer nur das gegenwärtige Leben gelten lässt und überzeugt ist, dass er mit dem Tod vernichtet ist, der wird sich nicht wegen eines späteren Ziels anstrengen wollen.

Das alles gehört mit zum Vertrauen. Man kann sagen: Vertrauen ist sozusagen eine Ahnung, ein Gefühl für die geistige, also „jenseitige Dimension unseres Lebens“, auf welche sich die Sehnsucht gründet, den Frieden zu finden. Und die Art dieses Vertrauens entscheidet auch über das, was man für seine weitere Entwicklung anstrebt, denn nur das, wozu man Vertrauen hat, Zutrauen, Mut, Begeisterung hat, dafür bringt man auch den erforderlichen Einsatz auf.

### Die zweite Eigenschaft : Tugend (*sīla*)

Es geht darum, im Reden und im Handeln wie überhaupt in der gesamten Lebensführung in ein solches Verhalten hineinzuwachsen, wie es gerade in den ersehnten Daseinsformen üblich ist. Welches Verhalten das ist, hängt davon ab, ob man die Freuden der menschnahen Götter der Sinnensuchtwelt erleben möchte oder die innere Seligkeit der von Sinnensucht freien, in der Metta-Liebe strahlenden brahmischen Götter oder gar die helle Erhabenheit des von aller Formbegegnung freien Daseins in stillem Gleichmut. Und wir haben ja gese-

hen, wie viele unterschiedliche Daseinsweisen es innerhalb dieser übermenschlichen jenseitigen Bereiche gibt.

Immer hängt der „Ort“ unseres Wiederauftauchens nach dem jetzigen Leben in erster Linie davon ab, welchen Grad von Tugend oder Untugend wir uns bei unseren lebenslänglichen Begegnungen mit den Lebewesen und den Dingen unserer Umwelt angeeignet und angewöhnt haben. Als größten äußeren Maßstab, der uns zunächst nur eben hilft, die untermenschlichen von den übermenschlichen Daseinsformen zu unterscheiden, nennt der Erwachte stets

- a) drei Verhaltensweisen im Handeln, nämlich Töten, Stehlen und Ausschweifen,
- b) eine Verhaltensweise im Reden, nämlich Verleumden,
- c) eine Verhaltensweise, die zur Lebensführung zählt, nämlich berauschende Mittel irgendwelcher Art zu sich zu nehmen.

Diese Dinge betreiben führt unter das Menschentum hinab. Je mehr man sie betreibt, um so mehr gelangt man nach unterhalb, je weniger man diese üblen Verhaltensweisen betreibt, um so näher bleibt man beim Menschentum. Je ferner man von ihnen ist oder je mehr man von ihnen abkommt, um so höher kann man nach dem Verlassen des Körpers das Menschentum übersteigen.

Aber diese bis jetzt genannten Unterscheidungen gelten fast alle nur für die sinnliche Welt, nämlich von den untersten Schmerzenshöllen bis zu der höchsten der sechs sinnlichen Götterwelten. Dort in der sinnlichen Welt geht es darum, ob und wie stark man diese fünf üblen Verhaltensweisen betreibt oder nicht betreibt und wie weit man von ihnen lassen kann und lässt.

Wer aber eine Sehnsucht hat nach den brahmischen Welten, nach dem Weilen in seliger Entrückung oder in reiner liebender Zuwendung zu allen Lebewesen - für einen solchen wird die Einhaltung jener fünf Tugendregeln ganz natürlich und ohne Anstrengung. Er muss sich auf dem Weg dahin zu einer solchen inneren Feinheit und Helligkeit hinbilden und so im

Frieden leben, dass er so gut wie keine Anwendungen zu un-  
guten Verhaltensweisen mehr in sich spürt und Gedanken an  
sie sofort entsetzt vertreibt. Nur ein solcher hat Aussicht, sich  
bis zum Tod zu brahmischer Art umzubilden. - Und wer gar zu  
formfreiem Dasein gelangen will – wir verstehen, dass man da  
nicht mehr von Verhaltensweisen zu sprechen braucht, nicht  
von feinen und feinsten, geschweige von groben.

Und über alles dieses – darüber, welche jenseitigen Ziele  
man anstreben, welche Verhaltensweise man sich aneignen  
will – darüber entscheidet das Vertrauen: wozu ich Vertrauen  
habe, Zutrauen habe, Mut, Begeisterung habe, dahin strebe  
ich, recke ich mich, dafür setze ich mich ein, dafür bringe ich  
Kraft der Überwindung auf, an eine solche Art gewöhne ich  
mich. So ist das Vertrauen die Vorbedingung für das Verhalten  
im Guten und im Schlechten.

In allen Religionen heißt es, dass die Qualität der Seele be-  
stimmt, in welcher Daseinsform ein Mensch sich nach dem  
Verlassen des Körpers vorfinden wird. Das Grundgesetz ist in  
allen Religionen das gleiche: Je heller du innerlich bist, je  
mehr du hier auf Erden durch echte Güte und echtes Mitemp-  
finden in dir schon den Himmel empfindest, um so mehr wirst  
du auch äußerlich den Himmel gewinnen.

So sagt *Angelus Silesius*:

*Der Himmel ist in dir  
und auch der Höllen Qual;  
was du erkiest und willst, (erkiesen=erwählen)  
das hast du überall.  
(Cherubinischer Wandersmann IV,183)*

Und *Otto Ludwig* sagt:

*Der Mensch soll nicht sorgen,  
dass er in den Himmel,  
sondern dass der Himmel  
in ihn komme.*

Dann ist man jetzt im Himmel und nach dem Tod im Himmel. Wer jetzt nicht öfter im Himmel ist, d.h. wer jetzt nicht öfter helleres, feineres Empfinden hat und darüber eine feine Freude empfindet, wer, wenn er sich in dunklen Gemütsverfassungen weiß, da nicht herausstrebt, der ist auch später nicht im Himmel.

Dieser Zusammenhang macht deutlich, welche große Bedeutung es für den Menschen hat, wenn sich in ihm die genannten fünf Grundkräfte entwickeln. Alle Religionen bringen das Gleichnis vom fruchtbaren und unfruchtbaren Boden: Die Heilslehrer vergleichen sich mit dem Sämann und sagen, dass ihre Saat nur auf gutem Boden aufgeht, und unter gutem Boden wird immer ein Mensch verstanden, der eine Ahnung von den geistig-seelischen Zusammenhängen in dieses Leben mitbringt und von daher ein Vertrauen den Religionen gegenüber mitbringt, die da sagen, dass unser Leben nicht nur durch den Körper, sondern durch das Seelische bedingt ist und dass das Seelische nicht mit dem Körper stirbt. Wer diese Art von Vertrauen mitbringt und mit solchem Vertrauen an die Lehre des Erwachten kommt, bei dem entwickelt sich im Lauf der Zeit der Wille zu tugendlichem Leben. Indem er diesen Willen mehr und mehr beharrlich kämpfend gegen anders laufende Tendenzen durchsetzt, da tritt er in die vorhin beschriebene Entwicklung ein und eignet sich im Lauf der Zeit diese fünf zum Heilsstand hinführenden Eigenschaften an.

Jede Lebenssituation bringt etwas Gröberes oder Feineres heran. Wenn wir uns jeder uns anmutenden Stimmung hingeben, dann werden wir durch das Größere gröber, durch das Feinere feiner, und heute überwiegt im Westen das Größere. Es geht darum, aus dem inneren Wissen der Wegweisung das Ungute abzuweisen - nicht den Menschen, der das Ungute bringt, abzuurteilen, sondern das Ungute nicht in sich hereinlassen, es nicht auf sich wirken lassen.

Wir befinden uns in diesem Leben in einem geistigen Fahrstuhl. Ganz langsam fährt er aufwärts, wenn wir uns bewusst dem Hellenen zuwenden, oder abwärts, wenn wir uns zum



Dunkleren gehen lassen. Im Tod geht nur die Tür des Fahrstuhls auf, und wir betreten die Wohnung auf der Höhe, auf die wir uns gebracht haben. *Angelus Silesius* sagt:

*Der Tod bewegt mich nicht,  
(verändert mich nicht)  
durch ihn komm ich dahin,  
wo ich mit meinem Geist  
und dem Gemüt schon bin.  
(IV,81)*

Und so wie es helle, gute Charaktereigenschaften gibt, die uns sehr nahe sind, so gibt es auch Charaktereigenschaften oder Wesenszüge und ganze Wollenskomplexe, die etwas so engelhaft Reines, Zartes, Leuchtendes sind, dass wir uns nur mit der Spitze unserer Vorstellung nach ihnen hinsehen können.

Was früher im Westen als „praktischer Idealismus“ bezeichnet wurde und in Indien heute noch als eine bestimmte Form von „Yoga“, das ist die beharrliche Arbeit, aus einer hohen Idee eine helle Wirklichkeit zu machen: Wer sich um eine immer größere, edlere, hellere, vornehmere, königliche, fürstliche, engelhafte Art bemüht, sich diese Haltung überzeugend ins Gedächtnis bringt dadurch, dass er darüber liest, sich damit beschäftigt, seine Nächstenblindheit merkt und durchbricht und sich mit Achtung, Zuwendung und Anteilnahme seinen Mitwesen öffnet (A V,22) - der erlangt damit ein Gegengewicht gegen die banalen Dinge, mit denen man heute in der Welt mehr denn je überschwemmt wird, der erwächst zu heller innerer Art und macht sich den Engeln, den göttlichen Wesen verwandt. Es geht um das Anstreben der Tugend: „Es soll in meiner ganzen Umgebung immer liebenswürdiger, herzlicher werden. Jeder soll sich geborgen fühlen, weil ich die Wünsche der anderen so ernst nehme wie die eigenen, mich in keiner Weise vorziehe und auf Kosten der anderen etwas will.“ Das ist ein weit übermenschliches Lebensklima. Das bereitet den Weg zu Frieden und Einigung. Das ist der

„Wahrheits- und Friedenswandel“, der nach M 41 die Voraussetzung dafür ist, dass sich der Wunsch erfüllt, im nächsten Leben in himmlischer Welt wiederzuerstehen.

### Die dritte Eigenschaft: Wahrheitskenntnis (*suta*)

Der Erwachte sagt: *Die Tugend fördert die Weisheit, und die Weisheit fördert die Tugend.* Dies erfährt, wer sich bemüht, sich ganz den vom Erwachten genannten Tugendanleitungen entsprechend zu verhalten und vor allen Dingen dabei auch seine Nächstenblindheit zu durchbrechen und sich die Gesinnung der Achtung, des Geltenlassens, der Zuwendung, des Verstehens, der Anteilnahme, des Schonens, der Freundlichkeit allen Lebewesen gegenüber anzueignen. Wenn seine bisherige Gewohnheit ihn zu anderem hinreißen will, muss er sich immer wieder die Lehre vergegenwärtigen, um sich überwinden zu können. Das ist erst das richtige Aneignen der Lehre. Erst im Kampf mit den Situationen des Alltags, in der Begegnung mit den Mitwesen eignet man sich die vorher nur in den Geist, das Gedächtnis aufgenommenen Lehren und Aussagen des Buddha an. Da beginnen sie, das ganze Leben zu durchsetzen und zu durchflechten und immer mehr den Menschen in seinem Tun und Lassen zu bestimmen, zu regulieren, zu korrigieren. Insofern fördert Tugend die Weisheit.

Dieser erste Grad von Weisheit drückt sich aus in der dritten Eigenschaft „*suta*“. „*Sutavā*“ ist der „mit dem Gehörten Begabte“. So wie wir von einem, der viel gelesen hat, sagen: „Das ist ein belesener Mensch“, so könnte man vom *sutavā* von der Wortbedeutung her sagen: „Das ist ein mit dem Gehörten begabter Mensch“, doch wird das im Indischen tiefer verstanden: Der belesene Mensch könnte in seinem praktischen Leben ganz und gar versagen, falsch handeln; aber unter „*sutavā*“ wird verstanden: 1. Er kennt die Lehre richtig, 2. er wird von ihr weitgehend gelenkt. Er ist ein Heilsgänger geworden, hat das Heil im Sinn. Er hat sich in seinem Tugendkampf immer wieder die einzelnen Aussagen der Lehren ver-

gegenwärtigt, hat sich bewährt, indem er ihnen folgte und nicht seinen Neigungen folgte. Er ist durch viele vollzogene Überwindungen ein anderer geworden, ein Kämpfer geworden, über viele seiner alten Neigungen Sieger geworden. In A VII,63 gibt der Erwachte ein Gleichnis für den mit der Heilskennntnis begabten Heilsgänger:

*Gleichwie in der königlichen Grenzfestung viele Schusswaffen und Nahkampfwaffen aufgestapelt sind zum Schutze der Einwohner und zur Abwehr der Feinde, so, ihr Mönche, ist der erfahrene Heilsgänger wissensreich, ein Träger des Wissens, hat sich ein großes Wissen im Sinne der Lehre angeeignet. Und jene Wahrheiten, die für den Anfang hilfreich sind, für den mittleren Teil und für das Ende hilfreich sind, hat er heilsgetreu mit allen Konsequenzen ganz und gar verstanden. Das vollkommene geläuterte Heilsleben, das darin gelehrt wird, hat er verstanden. Solche Gesetze kennt er, hat er sich eingepägt, in Worten gemerkt, im Geist erwogen, mit seinem Anblick durchdrungen. Der mit der Waffe dieses Wissens ausgestattet erfahrene Heilsgänger aber überwindet das Unheilsame und entfaltet das Heilsame. Er überwindet das Tadelhafte und entfaltet das Untadelige, und er bewahrt sein Herz in Reinheit.*

So wie in der Festung viele Waffen aufgestapelt sind, so besitzt der erfahrene Heilsgänger Wahrheitskennntnis mit Erfahrungen, er verbindet die Lehre mit dem Leben und hat dabei ihren Wirklichkeitsgehalt kennengelernt. Dadurch ist er im Geist „gewappnet“ für alle Situationen, für Versuchungen und Krisen. So kann er mit Heilsamem auf die Herausforderungen antworten und sich die Eigenschaften für den Weg zu den Göttern bewahren. Ein solcher kann gewiss sein, auch im himmlischen Dasein sich der Lehre zu erinnern oder an sie erinnert zu werden.

## Die vierte Eigenschaft: Loslassen (*cāga*)

Im Lauf dieses ganzen Kampfes und dieser ganz anderen Eindrücke, die er durch die Lehre gewonnen hat, ist seine Grundeinstellung der Welt gegenüber völlig geändert. Der normale Mensch – der er nun nicht mehr ist – geht alle Lebewesen und Dinge in der Welt an mit dem Gedanken: „Was habe ich von ihnen, was ist mir angenehm, was ist mir unangenehm.“ Mit diesem Gedanken war auch er früher an die Dinge herangetreten. Im Lauf der Jahre mit den längeren Tugendübungen, die ihn bis zu dem Zustand des erfahrenen Heilsgängers (*sutavā*) gebracht haben, ist er darin völlig verändert. Er hat die Not des Daseins entdeckt, er hat die Wunschbesessenheit aller Lebewesen auch bei sich entdeckt. Er hat seine Wunschbesessenheit weitgehend gemindert, aber um so mehr hat er sie bei sich und bei allen anderen Wesen erkannt und durchschaut. Und immer mehr ist ihm jetzt, wenn ihm Lebewesen begegnen, deren Wunschbesessenheit vor Augen, deren Wunschhaftigkeit, deren Sehnen nach Wohl und deren Angst vor Wehe. Er ist nicht mehr einer, der hauptsächlich bei den Wesen fragt: „Was habe ich von ihnen“, sondern ist einer geworden, der auf Verständnis, Rücksicht, Wohltun, Förderung aus ist. So heißt es von ihm in den Lehrreden (S 55,6, 32, 37, 39, 42):

*Ein Heilsgänger lebt im Haus mit einem Gemüt frei vom Makel des Geizes, der Kleinlichkeit, der Engherzigkeit, geneigt zum Loslassen, mit offenen Händen, am Loslassen erfreut, offen für Bitten, glücklich, wenn er Gaben austeilen kann.*

Ihm ist nämlich immer mehr aufgegangen, dass dieser ganze Samsāra nur ein endlos sich wälzender Leidenstraum ist, in dem nichts Bestand hat. Er hat gemerkt, dass er mit seiner Zuneigung zu dem einen und mit seinem Anstoßnehmen, Verurteilen und Abneigen beim anderen immer nur mit dem umwälzenden Samsāra sich mitumwälzt, im Ozean der Leiden treibt. Und er hat gemerkt, dass da nichts anderes hilft als das leise, sichere Zurücktreten, dass man kein Mitgerissener mehr

ist, sondern ein Zuschauer werde – aber kein „kalter Zuschauer“, sondern, wie wir gesehen haben, ein verstehender, allen Wesen Wohl wünschender und ihnen in der bestmöglichen Weise helfender Zuschauer. Durch diese Situation ist beim Heilsgänger die praktische Haltung des Loslassens bestimmt.

In den Reden wird mehrmals berichtet, wie Hausleute den Erwachten bitten, er möge ihnen nur die Wege zeigen zu himmlischer Welt. Sie wüssten zwar, dass erst im Nirvāna das Heil sei, aber der Weg zum Nirvāna dünke sie wie der Sprung in einen Abgrund. Mit diesem Wunsch zeigen solche Menschen, dass sie wohl das anfängliche Vertrauen zum Erwachten und zu seiner Lehre haben, dass sie aber noch nicht den durchschauenden Anblick durch die Existenz haben, der zu ganz anderen Urteilen führt, dass sie also noch nicht Wahrheitskenntnis haben. Wer aber zum Loslassen gekommen ist, der ist zu einer völlig anderen Reife gelangt. Er ist gar nicht mehr vergleichbar mit den Hausleuten, die nur den Weg zum Himmel gewiesen haben wollen.

Die gesamte Heilsentwicklung ist eine Entwicklung, die allmählich fortschreitet. Auf diesem Weg gibt es das Stadium, dass man den gesamten Samsāra so durchschaut, dass man das vollkommene Loslassen als die einzige Rettung erkennt. Der unwissende Mensch in seinem Wahn empfindet sein geträumtes Dasein als den Aufenthalt auf festem Land und die Entwicklung zum Nirvāna, das Erwachen, als einen Sprung in den Abgrund, aber der zur Erfahrung gekommene Mensch versteht sein gegenwärtiges Dasein und die ihm noch bevorstehenden „Leben“ in allen anderen Daseinsformen als das Schwimmen im Ozean, wo er immer nur schwimmen, immer nur sich über Wasser halten muss, um nicht unterzusinken. Er erkennt nun das Nirvāna als das fern am Horizont des Ozeans auftauchende feste Land, als die Küste, als die Sicherheit. Nun lässt er von allem Weltlichen gern los. Nicht mehr sucht er in seinem Ozean nach Angenehmem, denn alle fünf Zusammenhäufungen sind ihm jetzt als Elend offenbar geworden, und er strebt konsequent geradeaus zur Sicherheit, zur Freiheit. Das wird unter

Loslassen verstanden. Da lässt man zuerst das Größere los, dann das Feinere – nicht nach einem „objektiven“ Maßstab für grob und fein, sondern: was einer zuerst als das Größere empfindet, das lässt er los, und je nach seiner Veranlagung, je nach seinen Tendenzen lässt er nur immer weiter los. Letztlich bedeutet das Loslassen das Auflösen der Wahngemälde, die wie ein Schleier vor der Wirklichkeit hängen. Dies wird in M 140 das höchste heilende Loslassen genannt: das Loslassen von allen Unterlagen, den fünf Zusammenhäufungen.

Die fünfte Eigenschaft : Klarwissen, Weisheit  
(*paññā*)

Je mehr einer loslässt, um so unbeirrter und durchdringender sieht er die Dinge unverhüllt ohne den täuschenden Schleier, den das Begehren darüber wirft. Der von Gier und Hass Befreite wird durch keine Erscheinung mehr geblendet. Dieser Klarblick (*paññā*), der sich als höchste der fünf Eigenschaften auch zuletzt entwickelt, führt zur Erlösung.

Der Erwachte hat diese Rede eingeleitet mit den Worten, dass er *die Wiedergeburt je nach dem Anstreben* darlegen wolle. Und wir sehen, dass unterschiedliche Ziele der Wiedergeburt, vom Menschentum ausgehend bis zu den allerhöchsten Daseinsbereichen, genannt worden sind. Darum mag es uns wundern, dass für alle diese sehr unterschiedlichen Ziele doch immer die gleichen fünf Grundvoraussetzungen genannt werden: Vertrauen, Tugend, Wahrheitskenntnis, Loslassen, Klarblick. Wir mögen denken, die Wesen der Sinnensuchtwelt, der formhaften und der formfreien Bereiche sind, wie beschrieben, doch von größter Unterschiedlichkeit, darum müssen doch auch die Bedingungen zum Erreichen der höchsten jenseitigen Ziele vollständig andere sein als die zu den menschennahen Zielen. Wie ist das zu verstehen?

Aus dem Überblick über diese fünf Eigenschaften zeigt sich bereits, dass diejenigen, die nach dieser Lehrrede den

Wunsch haben, nach dem Tod unter geistig vermögenden und hochgestellten Menschen oder den menschennahen Göttern wiedergeboren zu werden, wohl auch alle fünf Eigenschaften, aber die letzteren drei nur ganz schwach und erst keimhaft erworben haben, dass sie hauptsächlich von Vertrauen und von Tugend bewegt sind. Je mehr ein Mensch aber die „letzte Anschauung“ pflegt, d.h. die vom Erwachten aufgezeigten wahren Daseinszusammenhänge, die wirkliche Struktur der Existenz betrachtet, um so mehr werden bei ihm zwangsläufig auch die weiteren der fünf Eigenschaften verstärkt. Und je mehr die höheren der fünf Eigenschaften dann zunehmen, um so mehr auch werden seine Wünsche für seine zukünftige Wiedergeburt davon bestimmt, d.h. sie greifen dann auch zu immer höheren Zielen.

So entwickeln sich die fünf Eigenschaften also aus der Pflege der „rechten Anschauung“ und der „rechten Besinnung“ - den beiden ersten Gliedern des achtgliedrigen Heilsweges - einer Pfeilspitze gleich keilförmig immer weiter bis zur Vollendung: Immer ermöglicht erst die Entwicklung und Verstärkung der unteren (Vertrauen und Tugend) auch der Reihe nach die Entwicklung und Verstärkung der weiteren bis zur letzten: Die gesamte Entwicklung kann durch nichts anderes in Gang gebracht und vorwärtsgetrieben werden als - wie gesagt - durch die Pflege der in den Reden des Buddha vermittelten „rechten Anschauung“ und der „rechten Besinnung“ darüber.

Wenn einer zu den Lehren Vertrauen hat, dann entwickelt er auch in entsprechendem Maß die rechte Verhaltensweise, die Tugend. Dadurch nimmt das Vertrauen weiterhin zu, so dass es immer stärker und umfangreicher ist als die Tugend. Durch die weitere Entwicklung der Tugend breitet sich auch die zuerst nur keimhaft vorhandene Wahrheitskenntnis immer mehr aus. Je mehr diese zunimmt, um so mehr Kraft entsteht zum tugendhaften Wandel, so dass diese immer seine Wahrheitskenntnis überragt, wodurch auch wiederum das Vertrauen noch mehr verstärkt und ausgebreitet wird.

Je breiter diese Entwicklung wird, um so mehr wächst an

ihrer Spitze das zuerst keimhaft vorhandene Loslassen und breitet sich aus mit den gleichen Rückwirkungen auf die davor liegenden drei Eigenschaften und den gleichen Auswirkungen auf die letzte der fünf, den Klarblick, die Weisheit.

Letztlich ist es so, dass jeder, der zu einem tieferen Verständnis der Lehre kommt, sich alle fünf Eigenschaften aneignet - darin sind also alle Nachfolger gleich. Aber in der Stärke der Eigenschaften besteht der Unterschied zwischen den Nachfolgern, und die keilförmig zunehmende Stärke der Eigenschaften, der Grundeigenschaften im Lauf von Jahren und Jahrzehnten der Nachfolge bestimmt dann auch das Verständnis für die höheren Daseinsstäten und eine entsprechende Neigung. Je mehr mit zunehmendem Verständnis der geistig-seelischen Daseinsordnung auch die innere tugendliche Erhellung von Gemüt und Herz fortschreitet mit all ihren Folgen auf die anderen Heilskräfte, um so weniger können den Nachfolger die etwa im Anfang ins Auge gefassten Ziele noch locken, und auf jeden Fall neigt er mit den besseren Kräften seines Herzens dann zu höheren Zielen.

### Die Sondervoraussetzungen (von Ziel zu Ziel)

Hier beginnt nun die Wirksamkeit der Sondervoraussetzung:

*Auf dieses Ziel richtet er sein Herz, darin befestigt er sein Herz, nach diesem Ziel bildet er sein Herz aus. Indem er sich dieses Leitbild immer vor Augen hält, da führt die Gesamtheit seiner Anstrengungen zum Wiedererscheinen dort.*

In den Reden des Buddha hat das Wort „citta“ den gleichen Sinn wie bei uns das Wort „Herz“ im geistigen Sinn: es bedeutet die Gesamtheit unserer Neigungen, unserer Zuneigungen und Abneigungen. Der Zug unseres Herzens ist auf vielerlei Dinge und Ziele gerichtet und ist ebenso von mancherlei Din-



gen und Zielen abgewandt, oft mit großer unwiderstehlicher Kraft, oft auch mehr oder weniger beherrschbar.

Der Zug unseres Herzens bestimmt weitgehend unser Denken und Anstreben. Unser Denken findet zwar im Geist statt, doch wird es, wo wir ihm nicht wehren, von der Kraft der Triebe des Herzens gelenkt und bewegt.

Wenn es heißt, dass der Nachfolger *auf diese Ziele sein Herz richtet, darin sein Herz befestigt...*, dann heißt das: Wer sich nach einer bestimmten Wiedergeburt sehnt und sie erstrebt, der bringt Opfer, Selbsterziehungsoffer: er gewöhnt sich Dinge ab, von denen er weiß, dass er damit nach dem Tod nicht zu der ersehnten Daseinsform kommen kann, und er gewöhnt sich dazu erforderliche Dinge an.

Jeder Mensch, der sich selbst aufmerksam beobachtet und an sein Tun und Lassen bestimmte Forderungen stellt, hat schon erfahren, dass er manchmal, wenn er durch Lektüre, durch Vortrag oder Gespräch auf irgendwelche guten menschlichen Eigenschaften aufmerksam wurde - sei es Wahrhaftigkeit oder Nachsicht oder Hochherzigkeit - dann eine stärkere innere Freudigkeit empfand, eine Neigung zu dieser Eigenschaft, ja, dass er sie teilweise in sich verspürte und sich nun vornahm, diese in seiner Lebenspraxis hochzuhalten. Aber derselbe Mensch musste zu anderen Zeiten, oft kurz nachher, erfahren, dass sein Sinn und seine Neigung nun doch wieder anders gerichtet war, dass er sich wohl noch der vorherigen Freude und Begeisterung erinnerte, aber diese nicht mehr verspürte. -

Darin zeigt sich die Vielfalt des menschlichen Herzens. Wir sind wohl zu manchem Guten spontan fähig, wir sind aber ebenso spontan auch zu manchem Üblen fähig. Unser Herz ist wie ein wogendes Meer mit Wellenbergen und Wellentälern mit hier mehr sauberem, dort mehr schmutzigem Wasser. (Die Seele des Menschen wird fast in allen Kulturen mit dem Meer verglichen.) So kommt es, dass in vielfältigem Wechsel zunächst die einen und hernach die anderen Züge des Herzens wirksam werden und das Tun und Lassen wie auch die Stim-

mung des Menschen bestimmen wollen.

Wenn aber nun einer beginnt, eines der höheren Daseinsziele für das nächste Leben fest ins Auge zu fassen und *auf dieses Ziel sein Herz zu richten*, dann hat er damit im Geist einen festen Zielpunkt ins Auge gefasst, auf den auch manche Züge seines Herzens gerichtet sind, von dem aber auch manche anders gerichtete Züge und Triebe in seinem Herzen immer wieder ablenken wollen.

Damit beginnt der Kampf. Nachdem er sein Herz darauf gerichtet hat, geht es nun darum, *sein Herz auch darin zu befestigen und sein Herz nach diesen Zielen auszubilden*. Das bedeutet, dass er alle die anderen Triebe seines Herzens, die ihn zu Dunklerem hinreißen wollen, nicht unterdrückt und verdrängt, sondern echt ausrodet.

Alle Triebe des Herzens sind durch entsprechendes Denken entstanden, und alle Triebe des Herzens lassen sich durch entsprechendes Denken auflösen. Hier gilt das vom Erwachten immer wieder genannte geistige Gesetz:

*Was der Mensch häufig betrachtet und bewegt,  
danach wird das Herz geneigt.*

Wenn wir uns die großen Vorzüge von bestimmten Eigenschaften oder Verhaltensweisen oder Zielen öfter und öfter vor Augen führen, dann bilden sich zu diesen Eigenschaften oder Verhaltensweisen oder Zielen immer stärkere Herzensneigungen, oder schon vorhandene nehmen weiter an Kraft zu. Wenn dagegen andere Eigenschaften oder Verhaltensweisen oder Ziele als nachteilig, schädlich, unwürdig erkannt und durchschaut werden und in diesem Sinn öfter und öfter betrachtet und beurteilt werden, dann werden alle Herzensneigungen, die in dieser Richtung bestanden oder bestehen, allmählich immer schwächer und nehmen ab bis zur völligen Auflösung. Das ist der einzige Weg, auf welchem Herzensneigungen zunehmen und abnehmen können.

Diese Triebe des Herzens, die unser gesamtes Tun und Las-

sen beeinflussen und lenken, können nur durch geistigen Einfluss beeinflusst werden. Sie sind durch keine physikalischen Einflüsse zu verändern, durch keine Operationen, durch keine Umstellung der Ernährung, durch keine Chemikalien oder sonstigen Behandlungen. Zwar kann durch solche Einflüsse erreicht werden, dass manche der Triebe des Herzens nicht mehr praktisch zum Zug kommen können, weil bestimmte Organe oder Nerven des Körpers still gestellt oder sonstwie beeinflusst worden sind - und so kann es kommen, dass ein Mensch durch solche äußeren Beeinflussungen ein anderes Verhalten im Leben zeigt - dennoch sind damit die verborgenen Triebe des Herzens, die Tendenzen selbst, nicht im geringsten verändert worden, denn diese geistigen Energiegebilde sind nur auf geistigem Wege, durch Denken, entstanden und nur durch Denken auflösbar.

Wenn nun einer mit den besten Neigungen und Eigenschaften seines Herzens eines der höheren Ziele für das nachfolgende Dasein ins Auge gefasst hat, dann wird er alle Herzensneigungen, die schon darauf gerichtet sind, erfreut begrüßen und durch weitere gedankliche Pflege verstärken. Dagegen wird er alle seinem fest ins Auge gefassten Ziel entgegengesetzten Herzensneigungen nun durch aufmerksame und immer wiederholte Betrachtung ihres unwürdigen, schädlichen, schmerzlichen, ja, vernichtenden Charakters allmählich abschwächen bis zur Auflösung. Das ist zu verstehen unter den Worten:

*Indem er sich dieses Leitbild ständig vor Augen hält, da führt die Gesamtheit seiner Anstrengungen zum Wiedererscheinen dort. Das ist der Weg, die Vorgehensweise, die zum dortigen Erscheinen hinführt.*

Es geht um einen lebenslänglichen Kampf, aber es ist ein Fortschreiten von Stufe zu Stufe.

### Das Nirvāna

Je weiter der Mensch in seiner inneren Entwicklung fortschreitet, um so mehr erwächst in ihm nicht nur das Verständnis,

sondern hernach auch die Sehnsucht nach der vollkommenen Befreiung und Freiheit von allen Bedingtheiten und Abhängigkeiten. Darüber sagt der Erwachte:

*Weiter sodann, ihr Mönche: da hat ein Mönch Vertrauen erworben, Tugend erworben, Wahrheitskenntnis erworben, Loslassen erworben und Klarblick erworben. Der gedenkt bei sich: „O dass ich doch das Versiegen aller Wollensflüsse/Einflüsse, die von Wollensflüssen/Einflüssen freie Gemütslösung, Weisheitserlösung noch bei Lebzeiten in eigener Erfahrung verwirklichen und für immer gewinnen möchte!“ Und er gewinnt das Versiegen aller Wollensflüsse/Einflüsse, die von Wollensflüssen freie Gemütslösung, Weisheitserlösung noch bei Lebzeiten, in eigener Erfahrung, verwirklicht sie für immer. Ein solcher Mönch, ihr Mönche, kehrt nicht irgendwo oder irgendwohin wieder.*

*So sprach der Erhabene. Die Mönche waren erhoben und beglückt.*

Das Beglückende an der Wegweisung des Erwachten liegt darin, dass sie den Keim dieser zum höchsten Heil führenden fünf Eigenschaften schon in die im Bürgerstand lebenden Menschen legt, die Vertrauen und Sehnsucht nach dem Hellen und Heilen haben, und dass die Ausbildung der fünf Eigenschaften von Anfang an den Übenden und ihren Mitwesen wohltut, weil ja dabei meist nur belastende Dinge – die Untugenden und die störenden und verdunkelnden Herzensbefleckungen – losgelassen werden. So arbeitet der Mensch, der dieser Heilswegweisung folgt, zugleich auch an der Verbesserung der Wiedergeburten, die ihm je nach seinem Wirken als Etappen des Heilswegs noch bevorstehen.

DIE KÜRZERE REDE ÜBER LEERHEIT  
121. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Die Lehrrede

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Sāvathī im Östlichen Park im Palast von Migāros Mutter.*

*Da nun begab sich der ehrwürdige Ānando eines Abends nach Aufhebung der Gedenkensruhe dorthin, wo der Erhabene weilte, begrüßte den Erhabenen ehrerbietig und setzte sich zur Seite nieder. Zur Seite sitzend sprach der ehrwürdige Ānando zum Erhabenen:*

*Einst weilte der Erhabene im Land der Sakyer bei Nagaraka, einer Stadt der Sakyer. Damals habe ich vom Erhabenen selbst gehört, selbst es vernommen: „Ich verweile jetzt oft in Leerheit.“ Habe ich es wohl, o Herr, richtig gehört, richtig vernommen, richtig behalten, richtig verstanden? - Ja, Ānando, du hast es richtig gehört, richtig vernommen, richtig behalten, richtig verstanden. Wie früher, so verweile ich auch jetzt oft in Leerheit.*

*Gleichwie dieser Palast von Migāros Mutter leer von Elefanten, Vieh, Hengsten und Stuten ist, leer von Gold und Silber, leer von einer Ansammlung von Männern und Frauen und nur eine einzige Nichtleerheit aufweist - die Mönchsgemeinde - ebenso, Ānando, hat ein Mönch **die Wahrnehmung ‚Dorf‘** aus der Aufmerksamkeit des Geistes entlassen, **die Wahrnehmung ‚Mensch‘** aus der Aufmerksamkeit des Geistes entlassen, **die Wahrnehmung ‚Wald‘** nimmt er als einziges in die Aufmerksamkeit des Geistes. Der Wahrnehmung ‚Wald‘ wendet sich das Herz freudig zu*

(pakkhandati), befriedet sich dabei (pasīdati), steht dabei still (santitthati), fühlt sich dabei befreit (vimuccati). So weiß er: „Was es da an Aufspaltungen (daratha) gibt, die durch die Wahrnehmung ‚Dorf‘ bedingt sind, die sind hier nicht. Was es da an Aufspaltungen gibt, die durch die Wahrnehmung ‚Mensch‘ bedingt sind, die sind hier nicht. Es ist nur noch eine Aufspaltung, nämlich die Wahrnehmung ‚Wald‘ als einziges.“ Er weiß: „Leer ist dies in Bezug auf die Wahrnehmung ‚Dorf‘, leer ist dies in Bezug auf die Wahrnehmung ‚Mensch‘. Es gibt nur diese eine Nichtleerheit, nämlich die Wahrnehmung ‚Wald‘ als einziges.“ Das, was nicht da ist, das erkennt er als Leerheit. Von dem, was übrig geblieben ist, weiß er, dass es ist, dass es das gibt. So erwirkt er (bhavati) eine wirkliche, richtig durchgeführte, reine Leerheit, die über ihn kommt <sup>205</sup>.

Weiter sodann, Anando, hat ein Mönch die Wahrnehmung ‚Mensch‘ aus der Aufmerksamkeit des Geistes entlassen, die Wahrnehmung ‚Wald‘ aus der Aufmerksamkeit des Geistes entlassen, **die Wahrnehmung ‚Erde‘** nimmt er als einziges in die Aufmerksamkeit des Geistes. Der Wahrnehmung ‚Erde‘ wendet sich das Herz freudig zu, befriedet sich dabei, steht dabei still, fühlt sich dabei befreit. So wie eine Stierhaut frei von Falten wird, wenn sie mit hundert Nägeln voll aufgespannt wird, genauso hat ein Mönch, was es auf dieser Erde an Erhebungen und Vertiefungen, an Flussläufen, an wüstem und waldigem Gebiet, an Bergen und Tälern gibt, alles aus der Aufmerksamkeit des Geistes entlassen, die Wahrnehmung ‚Erde‘ nimmt er als einziges in die Aufmerksamkeit des Geistes. Er weiß: „Was es da an Aufspaltungen gibt,

---

<sup>205</sup> wörtlich suññat-āva-khan >kramati) = Leerheit steigt herab

die durch die Wahrnehmung ‚Dorf‘, ‚Mensch‘ bedingt sind, die sind hier nicht. Was es da an Aufspaltungen gibt, die durch die Wahrnehmung ‚Wald‘ bedingt sind, die sind hier nicht. Es ist nur noch eine Aufspaltung, nämlich die Wahrnehmung ‚Erde‘ als einziges.“ Er weiß: „Leer ist dies in Bezug auf die Wahrnehmung ‚Mensch‘, leer ist dies in Bezug auf die Wahrnehmung ‚Wald‘. Es gibt nur diese eine Nichtleerheit, nämlich die Wahrnehmung ‚Erde‘ als einziges.“ Das, was nicht da ist, das erkennt er als Leerheit. Von dem, was übrig geblieben ist, weiß er, dass es ist, dass es das gibt. So erwirkt er eine wirkliche, richtig durchgeführte, reine Leerheit, die über ihn kommt.

Weiter sodann, Ānando, hat ein Mönch die Wahrnehmung ‚Wald‘ entlassen, die Wahrnehmung ‚Erde‘ aus der Aufmerksamkeit des Geistes entlassen, die Wahrnehmung der Vorstellung **‚Ohne Ende ist der Raum‘** nimmt er als einziges in die Aufmerksamkeit des Geistes. Der Wahrnehmung der Vorstellung ‚Ohne Ende ist der Raum‘ wendet sich das Herz freudig zu, befriedet sich dabei, steht dabei still, fühlt sich dabei befreit. Er weiß: Was es da an Aufspaltungen gibt, die durch die Wahrnehmung ‚Wald‘ - durch die Wahrnehmung ‚Erde‘ - bedingt sind, die sind hier nicht. Es ist nur noch eine Aufspaltung, nämlich die Wahrnehmung der Vorstellung ‚Ohne Ende ist der Raum‘ als einziges.“ Er weiß: „Leer ist dies in Bezug auf die Wahrnehmung ‚Wald‘ - auf die Wahrnehmung ‚Erde‘. Es gibt nur diese eine Nichtleerheit, nämlich die Wahrnehmung der Vorstellung ‚Unbegrenzt ist der Raum‘ als einziges.“ Das, was nicht da ist, das erkennt er als Leerheit. Von dem, was übrig geblieben ist, weiß er, dass es ist, dass es das gibt. So erwirkt er eine wirk-

liche, richtig durchgeführte, reine Leerheit, die über ihn kommt.

Weiter sodann, Ānando, hat ein Mönch die Wahrnehmung ‚Erde‘ aus der Aufmerksamkeit des Geistes entlassen, die Wahrnehmung der Vorstellung ‚Ohne Ende ist der Raum‘ aus der Aufmerksamkeit des Geistes entlassen, die Wahrnehmung der Vorstellung **‚Ohne Ende ist die Erfahrung‘** nimmt er als einziges in die Aufmerksamkeit des Geistes. Der Wahrnehmung der Vorstellung ‚Ohne Ende ist die Erfahrung‘ wendet sich das Herz freudig zu, befriedet sich dabei, steht dabei still, fühlt sich dabei befreit. Er weiß: „Was es da an Aufspaltungen gibt, die durch die Wahrnehmung ‚Erde‘ bedingt sind, die sind hier nicht. Was es da an Aufspaltungen gibt, die durch die Wahrnehmung der Vorstellung ‚Unendlich ist der Raum‘ bedingt sind, die sind hier nicht. Es ist nur noch eine Aufspaltung, nämlich die Wahrnehmung der Vorstellung ‚Ohne Ende ist die Erfahrung‘ als einziges.“ Er weiß: „Leer ist dies in Bezug auf die Wahrnehmung ‚Erde‘, leer ist dies in Bezug auf die Wahrnehmung der Vorstellung ‚Unbegrenzt ist der Raum‘. Es gibt nur diese eine Nichtleerheit, nämlich die Wahrnehmung der Vorstellung ‚Unbegrenzt ist die Erfahrung‘ als einziges.“ Das, was nicht da ist, das erkennt er als Leerheit. Von dem, was übrig geblieben ist, weiß er, dass es ist, dass es das gibt. So erwirkt er eine wirkliche, richtig durchgeführte, reine Leerheit, die über ihn kommt.

Weiter sodann, Ānando, hat ein Mönch die Wahrnehmung der Vorstellung ‚Ohne Ende ist der Raum‘ aus der Aufmerksamkeit des Geistes entlassen, die Wahrnehmung der Vorstellung ‚Ohne Ende ist die Erfahrung‘ aus der Aufmerksamkeit des Geistes entlassen, die Wahrnehmung der Vorstellung **‚Es gibt nicht**



**irgendetwas'** nimmt er als einziges in die Aufmerksamkeit des Geistes. Der Wahrnehmung der Vorstellung ‚Es gibt nicht irgendetwas‘ wendet sich das Herz freudig zu, befriedet sich dabei, steht dabei still, fühlt sich dabei befreit. Er weiß: „Was es da an Aufspaltungen gibt, die durch die Wahrnehmung der Vorstellung ‚Unendlich ist der Raum‘ bedingt sind, die sind hier nicht. Was es da an Aufspaltungen gibt, die durch die Wahrnehmung der Vorstellung ‚Unendlich ist die Erfahrung‘ bedingt sind, die sind hier nicht. Es ist nur noch eine Aufspaltung, nämlich die Wahrnehmung der Vorstellung ‚Es gibt nicht irgendetwas‘ als einziges.“ Er weiß: „Leer ist dies in Bezug auf die Wahrnehmung der Vorstellung ‚Unbegrenzt ist der Raum‘, leer ist dies in Bezug auf die Wahrnehmung der Vorstellung ‚Unbegrenzt ist die Erfahrung‘. Es gibt nur diese eine Nichtleerheit, nämlich die Wahrnehmung der Vorstellung ‚Es gibt nicht irgendetwas‘ als einziges.“ Das, was nicht da ist, das erkennt er als Leerheit. Von dem, was übrig geblieben ist, weiß er, dass es ist, dass es das gibt. So erwirkt er eine wirkliche, richtig durchgeführte, reine Leerheit, die über ihn kommt.

Weiter sodann, Ānando, hat ein Mönch die Wahrnehmung der Vorstellung ‚Ohne Ende ist die Erfahrung‘ - ‚Es gibt nicht irgendetwas‘ - aus der Aufmerksamkeit des Geistes entlassen, ‚**Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung**‘ nimmt er als einziges in die Aufmerksamkeit des Geistes. Der Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung wendet sich das Herz freudig zu, befriedet sich dabei, steht dabei still, fühlt sich dabei befreit. Er weiß: „Was es da an Aufspaltungen gibt, die durch die Wahrnehmung der Vorstellung ‚Ohne Ende ist die Erfahrung‘ - ‚Es gibt nicht irgendetwas‘ - bedingt sind, die sind hier

nicht. Es ist nur noch eine Aufspaltung, nämlich die Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung als einziges. Er weiß: „Leer ist dies in Bezug auf die Vorstellung ‚Ohne Ende ist die Erfahrung‘ - ‚Es gibt nicht irgendetwas‘. Es gibt nur diese eine Nichtleerheit, nämlich die Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung als einziges.“ Das, was nicht da ist, das erkennt er als Leerheit. Von dem, was übrig geblieben ist, weiß er, dass es ist, dass es das gibt. So erwirkt er eine wirkliche, richtig durchgeführte, reine Leerheit, die über ihn kommt.

Weiter sodann, Anando, hat ein Mönch die Wahrnehmung der Vorstellung ‚Es gibt nicht irgendetwas‘ aus der Aufmerksamkeit des Geistes entlassen, die Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung aus der Aufmerksamkeit des Geistes entlassen, die **durch keine Eigenschaft zu bezeichnende Einheit des Gemüts** (*animitta cetovimutti* = Aufhebung von Gefühl und Wahrnehmung) nimmt er als einziges in die Aufmerksamkeit des Geistes. Der durch keine Eigenschaft zu bezeichnenden Einheit des Gemüts wendet sich das Herz freudig zu, befriedet sich dabei, steht dabei still, fühlt sich dabei befreit.

Er erkennt: „Aufspaltungen, die durch die Wahrnehmung der Vorstellung ‚Es gibt nicht irgendetwas‘ bedingt sind, sind hier nicht. Aufspaltungen, die durch die Wahrnehmung ‚Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung‘ bedingt sind, sind hier nicht, und nur eine Spaltung ist geblieben, nämlich dieser Sechssinnenkörper als Bedingung des Lebens.“ Er weiß: „Leer ist diese Wahrnehmung in Bezug auf ‚Es gibt nicht irgendetwas‘, leer ist diese Wahrnehmung in Bezug auf ‚Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung‘. Es

*gibt nur diese Nichtleerheit, diesen Sechssinnenkörper als Bedingung des Lebens.“*

*Das, was nicht da ist, das erkennt er als Leerheit. Von dem, was übrig geblieben ist, weiß er, dass es ist, dass es das gibt. So erwirkt er eine wirkliche, richtig durchgeführte reine Leerheit, die über ihn kommt.*

*Weiter sodann, Ānando, hat ein Mönch die Wahrnehmung der Vorstellung ‚Es gibt nicht irgendetwas‘ aus der Aufmerksamkeit des Geistes entlassen, die Vorstellung ‚Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung‘ aus der Aufmerksamkeit des Geistes entlassen, die durch keine Eigenschaft zu bezeichnende Einheit des Gemüts (*animitta cetovimutti* = Aufhebung von Gefühl und Wahrnehmung) nimmt er als einziges in die Aufmerksamkeit des Geistes. Der durch keine Eigenschaft zu bezeichnenden Einheit des Gemüts wendet sich das Herz freudig zu, befriedet sich dabei, steht dabei still, fühlt sich dabei befreit. Aber er weiß: „Auch diese durch keine Eigenschaft zu bezeichnende Einheit des Gemüts **ist etwas Geschaffenes (abhisankhato), Beabsichtigtes (abhisañcetaṅgato), und alles irgendwie Geschaffene, Beabsichtigte ist unbeständig, ist dem Vergehen unterworfen.“***

*Wer das weiß und sieht, dessen Herz ist befreit von dem Wollensfluss nach Sinnendingen / den Einflüssen durch Sinnendinge (*kāmasavā*), dem Wollensfluss nach Seinwollen / den Einflüssen durch Seinwollen, Weitersein-Wollen, So-sein-Wollen (*bhavāsavā*) - dem Wollensfluss Wahn / den Einflüssen durch Wahn (*avijjāsavā*). Wenn er so befreit ist, kommt ihm das Wissen „**Erlösung ist**. Versiegt ist die Kette des Immerwieder-Geborenwerdens-und-Sterbens, beendet ist der Reinheitswandel, getan ist, was zu tun ist. ‚Nichts mehr nach diesem hier‘“, weiß er da.*

*Ein solcher erkennt: „Aufspaltungen, die durch den Wollensfluss nach Sinnendingen - den Wollensfluss nach Sein - den Wollensfluss nach Wahn bedingt sind, die gibt es nicht. Es gibt nur eine Spaltung: nämlich dieser Sechssinnenkörper als Bedingung des Lebens.“*

*Er weiß: „Leer ist diese Wahrnehmung von dem Wollensfluss nach Sinnendingen - dem Wollensfluss nach Sein - dem Wollensfluss nach Wahn. Es gibt nur diese Nichtleerheit, diesen Sechssinnenkörper als Bedingung des Lebens.“ Das was nicht da ist, das erkennt er als Leerheit. Von dem, was übrig geblieben ist, weiß er, dass es ist, dass es das gibt. So erwirkt er die wirkliche, richtig durchgeführte reine, **allerhöchste Leerheit**, die über ihn kommt.*

*Welche Mönche und Brahmanen, Ānando, auch immer in der Vergangenheit in die wirkliche, richtig durchgeführte, reine, allerhöchste Leerheit eintraten und darin verweilten, sie alle traten in eben diese wirkliche, richtig durchgeführte, reine, allerhöchste Leerheit ein. Welche Mönche und Brahmanen auch immer in der Zukunft in die wirkliche, richtig durchgeführte, reine, allerhöchste Leerheit eintreten und darin verweilen werden, sie alle werden in eben diese wirkliche, richtig durchgeführte, reine, allerhöchste Leerheit eintreten und darin verweilen. Welche Mönche und Brahmanen auch immer jetzt in die wirkliche, richtig durchgeführte, reine, allerhöchste Leerheit eintreten und darin verweilen, sie alle treten in eben diese wirkliche, richtig durchgeführte, reine, allerhöchste Leerheit ein und verweilen darin. Daher, Ānando, solltest du dich so üben: „Wir wollen in wirkliche, richtig durchgeführte, reine, allerhöchste Leerheit eintreten und darin verweilen.“ So habt ihr euch, Ānando, zu üben.*

*So sprach der Erhabene. Erhoben und beglückt war der ehrwürdige Ānando über das Wort des Erhabenen.*

## Erklärung der Lehrrede

### M 151 (als Einleitung)

Als Einleitung zu unserer Lehrrede sei hier die Lehrrede M 151 „Läuterung beim Almosengang“ knapp zusammengefasst vorangestellt. Der Erwachte beschreibt in ihr die sichtbare Auswirkung des Zustands der Leerheit bei dem Geheilten Sāriputto und nennt auch die Voraussetzungen, die Vorbedingungen, um diesen Zustand zu erreichen, nämlich die Übung im Erkennen von Gier, Hass, Blendung des Übenden bei sich selbst und den Kampf um Überwindung übler sowie die Entfaltung von guten Eigenschaften.

Der Erwachte fragt Sāriputto:

*Heiter und klar ist dein Gesicht, strahlend und rein ist deine Gesichtsfarbe. In welchem Zustand verweilst du viel? -*

Sāriputto antwortete: *Zur Zeit weile ich oft im Zustand der Leerheit.* - Der Erwachte stimmte Sāriputto zu:

*Gut, gut, Sāriputto, dass du jetzt oft im Zustand eines großen Mannes verweilst. Große Männer verweilen in der Leerheit (suññatā).* -

Sāriputto ist ein Geheilter, ein Vollendeter, der das Ziel erreicht hat, ein „großer Mann“. Die Triebe sind aufgelöst, da ist keinerlei Anziehung und Abstoßung mehr, und wenn keine Aufgaben an Sāriputto herantreten, dann verweilt er ohne Aufmerksamkeit des Geistes auf irgendetwas - eben in der Leerheit - in der höchstmöglichen Stille, die in Vollendung nur einem Geheilten möglich ist. Dieser Zustand völliger Stille ist dem Gesicht des Geheilten noch eine Zeit danach anzusehen: es ist rein, hell, strahlend.

Wenn ein Mönch diesen Zustand erreichen möchte, dann empfiehlt der Erwachte (in M 151) die folgenden Übungen mit dem Endergebnis der Triebversiegung:

*Wenn ein Mönch sich wünscht: „Möchte ich oft in Leerheit verweilen“, dann soll er sich vor Augen führen:*

*„Auf dem Pfad, auf dem ich nach dem Dorf um Almosen ging oder an dem Ort, an dem ich um Almosen umherging oder auf dem Pfad, auf dem ich von der Almosenrunde zurückkehrte, gab es da bei mir bei den Formen, die durch das Auge (mit dem innewohnenden Luger) erfahrbar sind, - durch das Ohr - durch die Nase - durch die Zunge - durch den ganzen Körper (mit den jeweils innewohnenden Trieben) - erfahrbar sind und bei den durch den Geist (mit dem innewohnenden Denker) erfahrbaren Gedanken - irgendwelche Begierde oder Hass oder Blendung oder Widerstreben im Gemüt?“*

*Wenn ein Mönch, der sich so erforscht, erkennt: „Auf dem Pfad, auf dem ich nach dem Dorf um Almosen ging oder an dem Ort, an dem ich um Almosen umherging oder auf dem Pfad, auf dem ich von der Almosenrunde zurückkehrte, stieg bei mir bei den Formen, die durch das Auge (mit dem innewohnenden Luger) erfahrbar sind, - durch das Ohr - durch die Nase - durch die Zunge - durch den ganzen Körper (mit den jeweils innewohnenden Trieben) - erfahrbar sind und bei den durch den Geist (mit dem innewohnenden Denker) erfahrbaren Gedanken - Begierde, Gier oder Hass oder Blendung oder Widerstreben im Gemüt auf“, dann soll er darum kämpfen, diese üblen, unheilsamen Regungen zu überwinden.*

*Wenn aber ein Mönch, der sich so erforscht, erkennt: „Auf dem Pfad, auf dem ich nach dem Dorf um Almosen ging oder an dem Ort, an dem ich um Almosen umherging oder auf dem Pfad, auf dem ich von der Almosenrunde zurückkehrte, stieg bei mir bei den Formen, die durch das Auge (mit dem innewohnenden Luger) erfahrbar sind, - durch das Ohr - durch die Nase - durch die Zunge - durch den ganzen Körper (mit den jeweils innewohnenden Trieben) - erfahrbar sind und bei den*

*durch den Geist (mit dem innewohnenden Denker) erfahrba-  
ren Gedanken - keinerlei Begierde oder Hass oder Blendung  
oder Widerstreben im Gemüt auf“, dann kann er beglückt und  
froh verweilen in dem Wissen, dass er sich Tag und Nacht im  
Heilsamen übt.*

*Weiter erforscht sich der Mönch:*

*„Hab ich die fünf Sinnensucht-Bezüge aufgehoben,  
die fünf Hemmungen aufgehoben,  
die fünf Zusammenhäufungen durchschaut,  
die vier Pfeiler der Selbstbeobachtung entwickelt,  
die vier Kämpfe entwickelt,  
die fünf Heilskräfte entwickelt,  
die sieben Erwachungsglieder entwickelt,  
den achtgliedrigen Weg entwickelt,  
innere Ruhe und Klarblick entwickelt,  
Weisheit und Erlösung entwickelt?“*

*Durch Erkennen des Üblen bei sich, durch Aufhebung des  
Üblen, Durchschauung, Entwicklung des Guten und Verwirk-  
lichung der Triebversiegung ist ein solcher Mönch „ein gro-  
ßer Mann“, der in der Leerheit verweilen kann.*

So weit die Lehrrede M 151.

### Fortschreitende Abschichtung, fortschreitende Entleerung

Die Entwicklung bis zur vollständigen Triebbefreiung ist eine fortschreitende Abschichtung, eine fortschreitende Entleerung von allem Bedingten, Wandelbaren und darum Leidvollen, bis zuletzt das Nichtbedingte, Nichtwandelbare und darum Leidfreie übrig bleibt.

So wie alle Geräusche durch bestimmte Bedingungen bedingt sind, während die Stille, die völlige Geräuschlosigkeit durch nichts bedingt ist, ganz ebenso auch sind die fünf Zusammenhäufungen in allen ihren Erscheinungsmöglichkeiten jeweils durch Ergreifen bedingt. Nur die Freiheit von den fünf

Zusammenhäufungen, das Nibbāna, ist durch nichts bedingt - so wie die Stille durch nichts bedingt ist. Sie besteht immer, besteht auch dann, wenn sie durch augenblickliche Geräusche übertönt und überdeckt wird und darum nicht bemerkt werden kann. Alle Töne und Geräusche aber sind durch Bedingungen bedingt, und zwar jedes Geräusch durch seine ganz bestimmte Bedingung. Mit jeder Veränderung der Bedingungen wandelt sich auch das betreffende Geräusch. Die Stille aber ist durch nichts bedingt.

Ganz ebenso auch ist das Nibbāna das Unbedingte, das Ungewordene. Es wird nicht etwa durch den übenden Mönch allmählich gebaut und gestaltet und zum Entstehen gebracht - dann wäre es ja nicht das Unbedingte, Ungewordene, Ungebo-rene. Die Übung des Mönchs besteht nicht im allmählichen Aufbau des Nibbāna, sondern seine Übung besteht in der Abschichtung, in der Entleerung von allem Gewordenen, Beding-ten, Geborenen, Wandelbaren und darum Leidvollen, bis nach Vollendung der Abschichtung und Entleerung von allem Ge-wordenen das Ungewordene, Unzusammengesetzte, das Nibbāna völlig freigelegt ist.

Genauso wie durch Aufhebung derjenigen Bedingungen, die zu den größten Geräuschen führen, diese aufhören, dann durch Aufhebung der Bedingungen, die zu den mittelstarken Geräuschen führen, auch diese aufhören und endlich durch Aufhebung der Bedingungen für die feinsten Geräusche auch diese zur Ruhe kommen und dann die immer vorhanden gewe-sene Stille allein übrig bleibt und nun erfahren werden kann, genau so werden durch Abweisung des bisher Zusammenge-häuften die fünf Zusammenhäufungen immer geringer, immer dünner und immer weniger, bis nachher nichts mehr von ihnen übrig bleibt und damit das Ungewordene, das in zeitloser Un-wandelbarkeit bestand und besteht, aber wegen der groben Zusammenhäufungen nicht erfahren werden konnte, nur noch das einzig Bestehende ist. Das ist der Weg der Abschichtung, der Entleerung.



## Abschichtung, Entleerung von Untugend und Herzensbefleckungen

Zunächst geht es um Übungen, die denjenigen Übungen, die in unserer Lehrrede erwähnt sind, vorausgehen: Als erstes empfiehlt der Erwachte den Erwerb der Tugend, die Abschichtung üblen Redens und Handelns. Als zweites nennt der Erwachte die Aufhebung übler Gesinnungen. Solange ein Mensch noch mehr oder weniger im üblen Reden und Handeln befangen ist, dieses nicht ausgerodet und überwunden hat, solange er in den verschiedenen Situationen noch andere verleumden kann, zürnend schelten und drohen kann, andere verletzen kann, so lange merkt er kaum oder nur sehr schwer die verschiedenen Herzensbefleckungen, wie Zorn, Neid, Überheblichkeit usw., und solange er diese nicht merkt, kann er sie auch nicht überwinden.

Erst dann, wenn die rohesten Auswirkungen des inneren Gewoges im Bereich des Redens und Handelns abgeschichtet sind, wenn eine größere Beruhigung eingetreten ist, wenn der Mensch nicht mehr in den tausendfältigen groben Auseinandersetzungen mit den Mitmenschen ertrinkt und erstickt, dann kann er die eigenen Herzensbefleckungen, die verschiedenen üblen Gesinnungen bei sich erkennen. Die Herzensbefleckungen bilden den Wurzelbereich für übles Reden und Handeln. Wer sich selbst beobachtet, der wird erkennen, dass es kein übles Wirken in Worten oder Taten gibt, das nicht aus ungunen Gesinnungen, aus Herzensbefleckungen, wie Habsucht, Antipathie bis Hass, Zorn, Feindseligkeit, Empfindlichkeit und Stolz, Starrsinn, Rechthaberei usw. hervorgeht. Weil das Herz so befleckt ist, kann es, wenn man nicht Acht gibt, sich nicht Zügel anlegt, zu den groben Formen der Rede und des Handelns und in der Lebensführung kommen.

### Abschichtung, Entleerung von Sinnensucht

Die Entleerung von den Herzensbefleckungen ist ein Prozess, der lange Zeit in Anspruch nimmt. Und erst dann, wenn der

Übende durch diese Bemühungen innerlich sauberer und heller geworden ist, wenn die groben Schläge der inneren Leidenschaften zur Ruhe gekommen sind, kann er in einer solchen größeren Stille das sinnliche Begehren selbst erkennen, das unmittelbar aufkommende Verlangen nach diesen und jenen sinnlichen Erlebnissen.

Das sinnliche Begehren ist wiederum der Wurzelbereich für alle Herzensbefleckungen. Je mehr der Nachfolger in der Beobachtung seiner inneren Vorgänge und im Umgang mit sich selbst Erfahrung gewinnt, um so mehr erkennt er diesen Zusammenhang: Nur wenn er mehr oder weniger starke Anliegen an diese durch sinnliche Wahrnehmung bewusst gewordene Welt hat, wenn er dieses und jenes begehrt und verlangt, da kann, wenn es erlangt wird, Geiz, Überheblichkeit, Rausch, Leichtsinn usw. aufkommen und kann, wenn er nicht erlangt, wonach er verlangt, Antipathie bis Hass, Zorn und Feindseligkeit, Neid usw. aufkommen. Die Herzensbefleckungen bestehen also nicht selbstständig, sondern sind entstanden aus der tieferen Wurzel des Begehrens, dem inneren Hunger und Dursten nach diesem und jenem Erlebnis.

Der religiöse Mensch, der die Gefahr der Sinnensucht und dadurch bedingt das Abgleiten in dunkle Art und dunkles Erleben fürchtet, hat durch Belehrung und bei sich selbst erfahren, dass alles Erlebte nicht tauglich ist, sich dabei niederzulassen und einzugewöhnen, weil es bald wieder vergeht und darum leidvoll ist. Als Mönch erfüllt er ganztäglich nach Anleitung des Erwachten Herz und Gemüt mit dem Gedanken an die Gleichheit aller Wesen, erzeugt liebevolle, schonende, nicht messende Gedanken und Empfindungen, und die egoistischen, selbstsüchtigen Gedanken und Empfindungen - Habsucht, Antipathie bis Hass, Zorn, Neid - lösen sich allmählich auf. Er entdeckt das Herz als die Quelle weltunabhängigen Wohls und ist auf dem Rückzug von der Welt, der ihm nicht Verzicht ist, sondern Erlebnis inneren Wohls. Ein solcher hat die Neigung zu sinnlichem Erleben aufgehoben, aber durch die

undenkbar lang gepflegten Gewohnheiten denkt der Geist an „Dorf, Mensch, Wald“.

Der Mönch geht um Almosenspeise ins Dorf mit seinen unterschiedlichen Häusern, Gärten und umliegenden Feldern. Unterschiedliche Menschen in unterschiedlichen Lebenssituationen und Stimmungen geben ihm Almosenspeise, und danach kehrt er in die Abgeschiedenheit des Waldes zurück. Dieser Tagesablauf macht einen Teil seines Denkens aus, der ihn noch mit der Sinnensuchtwelt verknüpft, und diesen Teil empfiehlt der Erwachte in unserer Lehrrede durch die Übung der Leerheit aufzuheben.

In dieser Übung entlässt er bewusst die Gedanken der Vielfalt „Dorf, Mensch“, entleert sich von ihnen und richtet die Aufmerksamkeit auf die Vorstellung „Wald“ als Einheit - nicht als Häufung verschiedenartiger Bäume, Pflanzen und Tiere, sondern als Ganzes, wie es z.B. der Dichter *Matthias Claudius* ausdrückt: *Der Wald steht schwarz und schweigend...* Dieser beruhigenden Wahrnehmung wendet sich das Herz freudig zu, wird still, fühlt sich befreit von der Unruhe der Vielfalt.

Die Vollendeten, die das Heil gewonnen haben, sagen, dass der von uns erfahrene Zustand einer Vielfalt durch eine krankhafte Aufspaltung der Wahrnehmung in Ich und Umwelt, in Ich und Du besteht, dass dies eine schmerzliche Krankheit ist, ein Zerrissensein und ein Auseinanderklaffen (*daratha*) mit dementsprechend schmerzlicher Zerreißspannung. So sagt der Erwachte (M 18):

*Was man wahrnimmt, das bedenkt man, damit beschäftigt man sich im Geist. Und was man bedenkt, das stellt man sich gegenüber (yam vitakketi, tam papañceti). Dadurch, dass der Mensch sich etwas gegenüberstellt (papañceti), erzeugt er die Illusion einer gespaltenen Begegnungswahrnehmung (papañca-saññā-sankhā), den Luger, Lauscher...., an den erfahrbare Formen als vergangen, zukünftig, gegenwärtig herantreten.*

Es kommt darauf an, wie stark der Übende den Wahrnehmungen Beachtung, Aufmerksamkeit schenkt. Der Erwachte sagt: *Durch Aufmerksamkeit werden alle Erscheinungen erzeugt.* (A X,58) Der Mensch malt sich auf Grund der scheinbar absichtslosen Beachtung immer stärker die Dinge aus. Nur was er nicht beachtet, das wird nicht ausgemalt. Die zugelassene oder erzeugte Aufmerksamkeit für dieses oder jenes, veranlasst durch die Erfahrung oder Belehrung, dass dieses Ding angenehm oder wichtig, der Aufmerksamkeit wert sei, dass man es haben müsse, dass man so tun müsse usw., ist der Keim aller Dinge, aller Erscheinungen. Worauf der Geist sich richtet, das bedenkt er, das stellt „er sich“ gegenüber: die Aufspaltung in Ich und Umwelt (Mensch und Gegenstand) wird befestigt - immer wieder, immer wieder.

Das Pāliwort für Wahrnehmung *saññā* setzt sich zusammen aus der Vorsilbe *sam* (zusammen) und der Wurzel *jñā* (erkennen). *Saññā* heißt also zusammen erkennen. Das bedeutet, dass unser Wahrnehmen aus den beiden genannten Quellen zusammengesetzt ist, dass wir die herantretende Sache selber, die Ernte unserer früheren Saat, nicht so wahrnehmen, wie sie ist, sondern dass unsere Triebe jedes Erlebnis, bevor es wahrgenommen wird, schon färben und bemalen mit ihrem triebhaften Urteil, das dann wahrgenommen wird. Dieser Sachverhalt zeigt sich in M 146, wo das dem Menschen innewohnende Begehren als Lampe gesehen wird, welche alle durch früheres Wirken ankommenden Erscheinungen beleuchtet und übergießt und dadurch einen flackernden Schatten dieser durch früheres Wirken geschaffenen Erscheinungen verursacht. Diesem Schatten ist die Wahrnehmung vergleichbar.

In D 9 wird gefragt: *Woher kommt die Wahrnehmung?* - Der Erwachte antwortet: *Durch Übung geht die eine Wahrnehmung auf, und durch Übung geht die andere Wahrnehmung unter.* - Durch Übung wird das Herz geändert. Aus geläutertem, gereinigtem, entleertem Herzen geht geläuterte, gereinigte, von Vielfalt entleerte Wahrnehmung hervor.

## Entleerung des Geistes von Dorf, Mensch

In unserer Lehrrede beachtet der Mönch nicht die Wahrnehmung „Dorf, Mensch“, weist alle aufsteigenden Gedanken darüber ab. Da der unruhige Geist aber nicht so schnell ganz stillgestellt werden kann - der Erwachte vergleicht ihn mit einem Affen, der in ständiger Bewegung von Ast zu Ast springt - weil er etwas zum Beachten, Bedenken haben muss, um keinen Mangel zu leiden, so nimmt er freudig als einzige Wahrnehmung „den Wald als Ganzes“ in die Aufmerksamkeit und bleibt dabei. Durch den Wegfall der Vielfalt-Wahrnehmung „Dorf, Mensch“ kommt das Empfinden einer befreienden „reinen“ Leerheit von der Vielfalt des Formandrangs über ihn. Die Geisterfahrung braucht nicht mehr durch Zügelung zurückgehalten werden, sie ist von Vielfalt gereinigt, weil das Herz vorher vom Verlangen nach Vielfalt gereinigt ist. Einzig das Verlangen nach der Wahrnehmung „Wald“ besteht noch.

### Aufmerksamkeit ist auf „Erde als Ganzes“ gerichtet

In der nächsten Entleerungs-Übung entlässt der so weit Fortgeschrittene auch die Aufmerksamkeit auf den Wald und stellt sich nun die Erde als eine glatt gespannte Stierhaut ohne Falten vor - wir könnten uns die Erde als glatte Scheibe vorstellen - gereinigt von jeglichen landschaftlichen Einzelheiten. Damit sind alle gefühlsbesetzten Wahrnehmungen von Wald, Tal, Gebirge, Schluchten, Wiesen, Feldern, Meeren entlassen, die Erde allein als Grundlage, als Festes, als reine Form wird in die Aufmerksamkeit genommen. Damit ist die Vielfalts-Wahrnehmung noch mehr reduziert, die empfundene Leere ist noch reiner, wird als noch befreiender empfunden.

## Entleerung nur vom Größten bis zum Feinsten

Aller Sinnensuchtwahrnehmung liegt die Wahrnehmung von Formen zugrunde. Ohne Formerlebnis kann es keine „Gegenstände“ geben. Der Form-Wahrnehmung liegt die Raum-Wahrnehmung zugrunde als Korrelat zur Form. Der Raum wiederum könnte nicht erwähnt werden, wenn es keine Erfahrung gäbe. Man könnte bei der Betrachtung, wie eines sich aus dem anderen ergibt, theoretisch meinen, man brauche mit der Abschichtung oder Entleerung nicht beim Allerersten, der Untugend und der Aufhebung von Herzensbefleckungen anzufangen, könne schon etwas höher ansetzen. Aber es verhält sich eben mit dem Menschen und dem Ergreifen der Wesen nicht so wie mit einer kleinen Pflanze, die man mit einem Griff mitsamt ihrer Wurzel aus der Erde herausreißen kann, sondern es verhält sich mit dem dürstenden Begehren und dem Ergreifen, das die Wesen an sich haben, ebenso wie mit den Wogen des Meeres nach einem heftigen Sturm, die eben nicht plötzlich zur Ruhe kommen können, sondern nur allmählich zur Verebbung kommen vom größten Gewoge zum mittleren Gewoge und so fort, bis zuletzt die See wieder spiegelglatt geworden ist. Ebenso auch kann das Gewoge der menschlichen Triebe von den groben und größten Trieben und Leidenschaften und den daraus sichtbar hervorgehenden verletzenden Worten und Taten bis zu den mittleren Trieben, die den allermeisten Menschen noch unbekannt sind, und bis zu den feinsten, völlig unerkannten und dem normalen Menschen fast unbegreiflichen Trieben nur allmählich zur Ruhe kommen.

Weil es sich so verhält, darum lehrt der Erwachte ausdrücklich in allen seinen Lehranweisungen immer wieder den Weg der allmählichen Abschichtung und Entleerung. Er sagt ausdrücklich, dass die Entleerung allmählich angegangen werden müsse dass man mit dem Größten zu beginnen habe, dann das Feinere angehen müsse, bis zuletzt das Feinste abzutun sei.<sup>206</sup>

---

<sup>206</sup> S. auch die Lehrreden M 24, 39, 53, 66, 85, 105, 106, 107, 117, 125 u.a.

Wenn Freunde meinen, dass sie nichts Besseres tun könnten, als die eigentlichen Wurzeln, die letzten und vorletzten Schichten sogleich abzutun und dass damit alles Größere entwurzelt wäre und zusammenbrechen müsste, dann spricht daraus eine große Unkenntnis von dem Gewicht und der Wucht der groben und schweren, den Menschen bewegenden Tendenzen und Leidenschaften und eine Unkenntnis über die tiefe Verborgtheit und Unerreichbarkeit jener letzten und tiefsten Ergreifens-Schichtungen, über deren Wesen man sich überhaupt nicht klar werden kann, solange man sich von den ersten Schichten nicht entleert hat. Es spricht daraus eine geringe Selbsterkenntnis. Und darum müssen solche Freunde im Lauf ihres unglücklichen Vorgehens entweder diese Selbsterkenntnis noch nachholen, müssen damit zur rechten Auffassung über die Notwendigkeit der allmählichen Entleerung kommen, oder sie müssen scheitern.

Solches schmerzliche und bedauerliche Scheitern auch von ernsthaft im religiösen Sinn sich übenden Menschen gibt es überall in der Geschichte der Religionen, gab es im Buddhismus zur Zeit des Erwachten und gibt es auch heute im Osten und auch hier im Westen bei uns. Der Erwachte sagt, dass er nur Wegweiser sei, dass er den Weg genau beschreibe, dass er es aber nicht verhindern könne, wenn manche trotz seiner genauen Beschreibung des Wegs andere Wege gingen.

Die Tragik eines solchen falschen Vorgehens, das ein ganzes Leben fehlleiten kann, liegt darin, dass hier ein an sich richtiger Grundgedanke besteht, dass er aber durch Verwechslung auf einem falschen Gebiet angewandt wird. Es ist nämlich in Wirklichkeit so, dass man auf einem bestimmten Gebiet nicht tief genug ansetzen kann, ja, bis zum Grund durchgedrungen sein muss, um überhaupt Aussicht zu haben, dass man in seinen Läuterungsbemühungen bis an das Ziel gelangen kann. Dieses Gebiet aber ist nicht der Läuterungskampf selbst, sondern ist die Voraussetzung dafür: es ist die heilende rechte Anschauung.

Die rechte Anschauung, die erste Stufe des achtgliedrigen Wegs, kann gar nicht umfassend und tief genug sein und werden. Solange die rechte Anschauung noch triebbesetzt ist und von daher von Blendung und Wahn bestimmt, kann ein solcher Mensch in keiner Weise mit ihr zur Triebversiegung kommen. Es ist also wichtig, dass sich der Nachfolger mit allen ihm zur Verfügung stehenden Mitteln bemüht, so bald wie möglich die vollkommen richtige, die „heilende rechte Anschauung“ zu bekommen. Darunter wird diejenige Anschauung verstanden, welche die gesamten hier aufgezeigten Schichten vollständig entlarvt und gründlich durchschaut als Leidensschichten.

Nur wer zu diesem Anblick, zu dieser Kenntnis gekommen ist, für den werden von da an alle diese Schichten endgültig verneint, es besteht endgültig eine innere Abwendung gegenüber diesen Schichten. Und erst damit ist die Voraussetzung für ihre Überwindung geschaffen. Nachdem sie als negativ, als leidträchtig erkannt sind, da erst kann ihre Abschichtung, die Entleerung von ihnen praktisch und richtig beginnen. Die praktische Abschichtung und Entleerung aber geschieht allmählich und vom Größten zum Feinsten.

### Friedvolle Verweilungen (*santa vihāra*)

#### Entleerung von Form

Die nächste Entleerungs-Übung nach Entlassung auch der Wahrnehmung ‚Erde‘ ist die Überwindung der Form durch die Wahrnehmung der Vorstellung ‚Ohne Ende ist der Raum‘. Erst wenn der Mönch im Lauf beharrlicher Übung das verlangende Begehren nach den tausendfältigen Dingen dieser Welt in immer wiederholter Durchschauung ihres elenden Charakters gemindert und gemindert und so allmählich aufgelöst hat, dann durchschaut er auch alle wahrgenommenen Dinge als leer und sinnlos. Nun erst, nachdem er nicht mehr zwischen „köstlichen“ und „ekelhaften“ Dingen unterscheidet, zwischen



sympathischen und unsympathischen, nachdem er durch Aufhebung des sinnlichen Begehrens die Sinnlosigkeit aller Dinge erkennt, da auch sind sie ihm nichts anderes mehr als leere Formen.

In M 140 und M 43 wird gesprochen von der von den fünf Sinnesdrängen befreiten, abgelösten, gereinigten, geläuterten Geist-Erfahrung, der geläuterten programmierten Wohlerfahrungssuche. Die frühere automatische Wohlsuche bei Formen, Tönen usw. ist abgetan. Sie ruht jetzt und erfährt herzunmittelbares Wohl. Dem Affen brauchen nicht mehr die Türen zugehalten werden, der Affe, der Denker, die programmierte Wohlerfahrungssuche, ist gebändigt. Alles früher dem Körper innewohnende Begehren und Hassen, alle Anziehungen und Abstoßungen in Bezug auf die Sinnendinge sind aus dem Körper entfernt. Ein solcher lebt nicht nur momentan *abgelöst von sinnlichen Begehrenen, abgelöst von heillosen Gedanken und Gesinnungen*, sondern er ist in seinem ganzen Wesen vollkommen allen Begierden und unheilsamen Dingen entfremdet. Er ist reinen Herzens, ohne Verlangen nach Sinnendingen, und darum ist auch die Geist-Erfahrung, die programmierte Wohlerfahrungssuche, geläutert, gereinigt, ist auf nichts Weltliches mehr gerichtet.

Der von Begehren gejagte und getriebene Mensch sieht nicht, dass die Gegenstände seines Begehrens nichts anderes sind als Formen. Sein krankhaftes Verlangen lässt die eine Form köstlich und süß erscheinen, die andere abstoßend und ekelhaft. Dieselbe Form, die ihm köstlich erscheint, erscheint einem anderen Wesen abstoßend, und was dem anderen köstlich erscheint, das erscheint ihm abstoßend. Dieser Wahn kommt vom sinnlichen Begehren. Mit der Ausrodung des Begehrens schwindet dieser Wahn, und die Form zeigt ihre Leereheit und Sinnlosigkeit. Nun erst, nachdem er durch die Überwindung des sinnlichen Begehrens nicht mehr fasziniert wird von den Dingen, nachdem die vielfältigen Erscheinungen nicht mehr Entzücken und Abscheu auslösen, sondern ihn gleichmütig lassen, nun erst entdeckt er die Formhaftigkeit dieser gan-

zen durch sinnliche Wahrnehmung bedingten Welt und entdeckt die Leerheit dieser Formhaftigkeit. Ein Haufen von Scherben ist ihm die Welt, und stets, wenn er diesen Anblick gewinnt, findet er in sich heiteren Frieden, unbedürftig der Welt, unabhängig von ihr, unverletzbar durch sie. So kommt er nach und nach zur Überwindung der Form.

Durch die Vorstellung ‚Ohne Ende ist der Raum‘  
wird Form aufgehoben.

Diese Vorstellung wird in den Lehrreden (D 9 u.a.) wie folgt beschrieben:

*Nach Überwindung aller Form-Wahrnehmung, Übersteigerung der Gegenstandswahrnehmungen, durch Nichtbeachtung der Vielfaltswahrnehmungen gewinnt er unter dem Leitbild ‚Ohne Ende ist der Raum‘ die Vorstellung des unbegrenzten Raumes.* Mit ‚unbegrenztem Raum‘ ist nicht der nach „außen“ unbegrenzte, der sogenannte endlose Raum gemeint, sondern der Raum ohne Inhalt, ohne Formen. In M 28 wird ein Haus oder der Leib des Menschen - und damit überhaupt jede Form - als „begrenzter Raum“ bezeichnet. Wenn nichts in der Wahrnehmung ‚Raum‘ ist, keinerlei Formwahrnehmung, dann hat der Raum keine Grenzen. Jede Formwahrnehmung ist eine Begrenzung des Raumes.

Kein Wesen hat je den Raum selbst unmittelbar erlebt. Lediglich die Tatsache, dass Formen erlebt werden, lässt die Wesen auf das Vorhandensein eines Raumes rückschließen. Durch Formen ist das „Hier“ und das „Dort“ entstanden. Die eine Form, die „mein Leib“ genannt wird, bildet das „Hier“, und jegliche andere Form, welche durch die Sinneswerkzeuge erfahren wird, gilt als „Dort“. Wegen dieser beiden Formen entsteht „Zwischen-Raum“, und vom Zwischenraum ist man auf Raum schlechthin gekommen. Wahrgenommen, erlebt werden immer nur Formen.

Wie sehr die Vorstellung ‚Raum‘ nur durch die Formen besteht und darum auch nur durch Überwindung der Form

überwunden werden kann, das kann der ernsthaft übende Nachfolger „auf dem Weg“ erfahren. Zu solchen Zeiten, in denen er durch stärkere Minderung des Begehrens und durch stärkeres Durchschauen der Nichtigkeit und Leerheit der Formen von diesen mehr und mehr abgewandt ist - zu solchen Zeiten merkt er, dass der leere Raum nicht als Raum, auch nicht als leerer Raum, sondern einfach als Freiheit empfunden wird. Und da entdeckt er: „Raum“ ist ein Gegenbegriff, ist das Korrelat zur „Form“. Fällt Form fort, so entfällt auch Raum. Wer aber noch von sinnlichem Begehren bewegt wird und von daher die unterschiedlichen Formen liebt und sie nicht als Formen durchschaut und sie darum auch nicht entlassen kann, der kann dies nicht verstehen. Auch daran zeigt sich, dass die Entleerungsübungen der Reihe nach vorgenommen werden müssen, so wie der Erwachte es schildert.

Entleerung von der Vorstellung  
,Ohne Ende ist die Erfahrung (*viññāna*)’

*Nach Überwindung der Vorstellung ,Ohne Ende ist der Raum’ gewinnt er in der Vorstellung ,Ohne Ende ist die Erfahrung’ die Vorstellung der unbegrenzten Erfahrung (D 9 u.a.).*

Nach Überwindung der Raum-Vorstellung steigt der Gedanke auf: Form/Gegenstände, Raum sind lediglich Gedanken, Vorstellungen, Erfahrungen. Immer wird irgendetwas erfahren - *Ohne Ende ist Erfahrung*. Wenn Erfahrung nicht mehr ergriffen wird in dem Gedanken ,Ohne Ende ist die Erfahrung’, wird die Erfahrung negiert, entsteht die Vorstellung ,Nichts ist da.’ Auch das ist noch eine Vorstellung, eine Erfahrung.

Der sich von allem Ergreifen Entleerende und bis zur Entleerung von Form und Raum und Erfahrung Vorgegedrungene hat erkannt, dass die sinnliche Wahrnehmung eine schmerzliche und entsetzliche Krankheit ist, welche, gleich einem Fieberwahn, die Erfahrung ,Form’, die Form-Imagination schafft, die Erscheinung von Formen im Raum, die Einbildung von

Form im Raum und mit den Formen die Vielheit, den Andrang, die Begegnung, die Auseinandersetzung, dass es nur durch Erfahrung „etwas“ gibt und dass ohne Erfahrung nichts ist. Der Übende nimmt die Nichtetwasheit in die Aufmerksamkeit:

Entleerung von der Vorstellung  
,Es gibt nicht irgendetwas’

*Der Mönch gewinnt nach völliger Überwindung der Vorstellung ,Unendlich ist Erfahrung’ in dem Gedanken ,Es gibt nicht irgendetwas’ (n’atthi kiñci) die Vorstellung der Nichtirgendetwasheit und verweilt in ihr. (D 9 u.a.)*

Der Erwachte nennt in M 106 drei hilfreiche Gedanken, Übungen zur Erlangung der Vorstellung „Es gibt nicht irgendetwas“:

1. *Wo alle Wahrnehmungen aufhören, ist nichts da.*
2. *Leer ist dies von Ich, mir oder etwas.*
3. *Nicht gehört mir etwas noch gehöre ich irgendwem.*

Aber der Erfahrung „Nichts“ liegt nicht etwa ein „wirkliches“ Nichts zugrunde, sondern die Erscheinung von „Etwas“. Nur wo es ein Etwas gibt, wo ein Etwas erscheint, da kann vom Nichts die Rede sein. Nie kann das Nichts ohne ein Etwas bestehen.

Durch das Festhalten an dem Begriff „Nichts“ geschieht Erfahrung ‚Nichts ist da’. Indem der Heilsgänger aber nicht mehr festhält an dem Begriff Nichts, schwindet auch diese Erfahrung.

Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung

*Nach Überwindung der Nicht-irgend-Etwas-Vorstellung erreicht er die Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung. (D 9 u.a.)*

*Wo auch die Wahrnehmung der Nichtetwasheit ohne Rest verschwindet, das ist die Ruhe, das ist das Erhabene. So erlangt er die Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung. (M 106)*

Das heißt, er nimmt wahr und auch nicht wahr im Wechsel. Der Erwachte bezeichnet diesen Zustand, wenn er ergriffen wird, als das höchste Ergreifen und die Spitze der Wahrnehmung.

Der Heilsgänger entlässt das Angezogenwerden von jeglicher Wahrnehmung, und sei sie noch so fein. Von denjenigen Mönchen, die in ihrer Entleerung so weit gediehen sind, dass sie öfter diese letzte, feinste Erlebensemöglichkeit erreichen, die Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung, die Grenzscheide möglicher Wahrnehmung, heben manche zeitweilig durch Aufhebung allen Wollens alles Wahrnehmen auf, so dass nichts mehr erfahren wird, Wahrnehmung und Gefühl aufgelöst sind. Von da wieder zurückkommend zu der letzten Stufe und dann zurückkommend zu der Wahrnehmung ihres Körpers, haben sie jetzt die Möglichkeit zu einem realistischen Vergleich, und dadurch merken sie, dass auch die feinste Wahrnehmung eine Belästigung ist gegenüber auch deren Wegfall. Es ist der Wegfall von allen fünf Zusammenhäufungen, die einen Erleber von Erlebnissen entwerfen, es ist Todlosigkeit, unverletzbare Unverletztheit gewesen. Es ist, wie wenn der Übende aus einem Traum, einer Einbildung erwacht. Im Erwachen muss er über den Traum lächeln. Wer dieses zeitweise Schwinden der Wahrnehmung erfährt, dessen Verhältnis zur Wahrnehmung ist „locker“ geworden, und er hat die Hoffnung, kann mit Gewissheit erwarten, zum endgültigen Frieden, zur endgültigen Sicherheit zu kommen, zur Aufhebung der Wahrnehmung auf ewig. Er empfindet Wahrnehmung als Belästigung, hat genug von der Wahrnehmung. So wie ein Gesättigter die Essensschüssel beiseite schiebt, nicht mehr essen mag, so mag ein bis hierhin Vorgeprägter nicht mehr erleben. (M 105)

Sollte aber der unvorstellbare Friede der Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung, diese stillste aller Wahrnehmungen, von dem Wunsch, der Tendenz nach Ruhe und Frieden positiv bewertet und damit ergriffen werden - etwa in dem Gedanken: *Das ist die Ruhe, das ist der Frieden* - der Erwachte bezeichnet es als das höchste Ergreifen - so bleibt ein solcher mit dieser erhabenen Wahrnehmung lange Zeiten hindurch verbunden. Irgendwann aber kommen latent gewesene Triebe nach Form oder nach sinnlicher Wahrnehmung wieder auf, und das Wesen sinkt, dem Genuss sich hingebend, abwärts. Die dabei erfahrenen Schmerzen lassen das Wesen wieder Ausschau halten nach einer Wegweisung zu schmerzfreiem Erleben, und es kann wieder in langer Läuterungsarbeit die Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung gewinnen. Aber wenn es dann diese eine Zusammenhäufung wieder freudig begrüßt und festhält, kann es wieder in alle Leiden geraten.

Die durch keine Eigenschaft zu bezeichnende, merkmallose Gemütererlösung (*animitta ceto vimutti*<sup>207</sup>)

Der durch Aufhebung von Gefühl und Wahrnehmung bedingten Gemütererlösung wendet sich das Herz nach Wiedereintritt in die Wahrnehmung zunächst zu, empfindet sie als Befreiung und erkennt nur noch den Körper als in der Wahrnehmung befindlich, als Abspaltung von der erfahrenen Einheit.

Eine weitere Entleerung, die allerhöchste, die es gibt, wird gewonnen durch die Erkenntnis, dass auch die merkmallose Gemütererlösung *geschaffen, beabsichtigt ist, und alles Geschaffene ist unbeständig, dem Vergehen unterworfen - so weiß er*.

---

<sup>207</sup> A-nimitta ceto vimutti oder a-nimitta ceto samādhi ist ein Synonym für die Aufhebung von Gefühl und Wahrnehmung (*saññā-vedayita-nirodha*). Nimitta ist Vorstellungsgegenstand, Vorstellung als Gegenstand.

*Da überlegt der Heilsgänger: „...die Wahrnehmung der Sinnensucht-Freiheit, die Wahrnehmung der Nichtetwasheit und die Wahrnehmung der Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung - dies ist noch Erfahrung von etwas. Aber nicht die Erfahrung von etwas ist der unvergängliche Friede der Todlosigkeit, sondern dies: die Freiheit von allen Herzenstrieben, die durch Nichtergreifen gewonnen wird.“ (M 106)*

*„Das ist der Friede, das ist das Erhabene, dieses Zur-Ruhe-Kommen aller Aktivität, dieses Zurücktreten von allem Gewordenen, dieses Aufhören des lechzenden Dürstens, die Entzerrung, Auflösung, Erlöschung.“ (M 64)*

Indem der Übende jegliche in ihm aufsteigende Vorstellung entlässt, jegliches in ihm aufsteigende Wollen entlässt, gewinnt er die vollkommen triebfreie Erlösung, die Auflösung des letzten Wahns. Dann ist nicht mehr Gewordenes, also kann nichts mehr vergehen. In dieser Freiheit liegt das vollkommene Heil, und er weiß dann: *Getan ist, was zu tun ist.*

Für den Geheilten zu Lebzeiten gibt es dann nur noch den Rest früherer Aufspaltung, den Körper, die mit dem Ablegen des Körpers im Parinibbāna schwindet.

### „Die Leerheit“ im Mahāyāna

In den Lehrreden (z.B. M 64) wird die Leerheit als eine der Eigenschaften der fünf Zusammenhäufungen bezeichnet: *Unbeständig, leidvoll, krank, fremd, zur Welt gehörig, leer (suñ-nāto), nicht-ich sind die fünf Zusammenhäufungen, davon säubert er das Herz.*

Auf diese und ähnliche Aussagen bezieht sich das sogenannte „Herz-Sutra“ in seiner chinesischen Übersetzung, das zwischen dem 3. und 5. Jahrhundert nach Chr. seine Berühmtheit im Zen erlangte. In ihm kommen die Sätze vor: *Es gibt nur die skhandha (khandha, 5 Zusammenhäufungen). Aller Dinge Merkmal ist Leerheit.*

Der Buddha-Mönch *Nagarjuna*, einer der philosophischen Stützen der Mahāyāna-Richtung des Buddhismus, betonte immer wieder die Leerheit aller Phänomene: Das Unbeständige, Geschaffene, das von anderen Abhängige ist in sich leer, kernlos, uneigen. *Nur wer das, was er bisher für real hielt, als leer durchschaut, kann es loslassen.*

Aber bald wurde aus der Leerheit bei den späteren Buddhisten eine Art Substanz, über die man scharfsinnige Spekulationen verbreitete, was schließlich zum Tantrismus führte. (S. „Blüte und Verfall im Hīnayāna- und im Mahāyāna-Buddhismus“ von Hellmuth Hecker, „Wissen und Wandel“ 2002, S.194-324)



DIE LÄNGERE LEHRREDE ÜBER LEERHEIT  
122. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Lehrrede

Der Erwachte mahnt zur Einsamkeit

*So hab ich's vernommen. Einstmals weilte der Erhabene im Land der Saker, bei Kapilavatthu, in Nigrodhas Park, im Feigenbaumkloster.*

*Als es Morgen wurde, zog sich der Erhabene an, nahm Schale und äußere Robe und ging um Almosen nach Kapilavatthu hinein. Nachdem der Erhabene in Kapilavatthu von Haus zu Haus um Almosen gegangen war, begab er sich zu der Einsiedelei des Sakers Kālakhemako, um dort bis gegen Abend zu weilen. Damals waren in der Einsiedelei des Sakers Kālakhemako viele Sitze bereitgestellt. Diese sah der Erhabene und dachte: „In der Einsiedelei des Kālakhemako sind viele Sitze bereitgestellt, da scheinen viele Mönche zu sein.“ Zu jener Zeit war der ehrwürdige Ānando zusammen mit vielen Mönchen damit beschäftigt, in der Einsiedelei des Sakers Ghatāyo Roben anzufertigen.*

*Als der Erhabene sich abends aus der Zurückgezogenheit erhoben hatte, begab er sich zur Einsiedelei des Sakers Ghatāyo, setzte sich auf einen der bereit stehenden Sitze und sprach zum ehrwürdigen Ānando: In der Einsiedelei des Sakers Kālakhemako sind viele Sitze bereit gestellt, da scheinen viele Mönche zu sein. - In der Einsiedelei des Sakers Kālakhemako sind viele Sitze bereit gestellt, Herr, viele Mönche sind dort. Es ist Zeit, Roben anzufertigen. -*

*Nicht strahlt (leuchtet) ein Mönch, der sich an Geselligkeit freut, an Geselligkeit Gefallen hat, gefesselt ist an das Vergnügen der Geselligkeit, über Beisammensein froh ist, am Beisammensein Gefallen hat, über Beisammensein glücklich ist. Wahrlich, dass ein Mönch, der sich an Geselligkeit freut, an Geselligkeit Gefallen hat, der gefesselt ist an das Vergnügen an Geselligkeit, über Beisammensein glücklich ist, das Wohl der Sinnensucht-Überwindung, das Wohl der Abgeschiedenheit, das Wohl der Stille, das Wohl der Erwachung nach Wunsch ohne Schwierigkeit, ohne Mühe erlangen könnte, das ist nicht möglich.*

*Dass aber ein Mönch, der allein, von Gemeinschaft zurückgezogen weilt und wünscht, das Wohl der Sinnensucht-Überwindung, das Wohl der Abgeschiedenheit, das Wohl der Stille, das Wohl der Erwachung nach Wunsch ohne Schwierigkeit, ohne Mühe zu erlangen, das ist möglich.*

*Dass dagegen ein Mönch, der sich an Geselligkeit freut, an Geselligkeit Gefallen hat, an das Vergnügen der Geselligkeit gefesselt ist, über Beisammensein glücklich ist, eine beglückende zeitweilige Gemüts Erlösung erlangt und so verweilen kann oder die nicht nur zeitweilige, sondern unerschütterliche Gemüts Erlösung erlangen kann, das ist nicht möglich.*

*Ich sehe keine einzige Form, Ānando, bei der einem, der davon gereizt wird, sich daran freut, bei ihrer Veränderung und Wandlung nicht Kummer, Jammer, Schmerz, Trübsinn und Auflehnen aufkommt. Eine solche Form sehe ich nicht.*

*Es gibt jedoch, Ānando, diesen vom Erwachten entdeckten Zustand, durch Nichtbeachtung aller Erscheinungen (Bilder und Begriffe) in die innere Leerheit einzutreten und darin zu verweilen. Wenn an den Voll-*

*endeten, während er in diesem Zustand weilt, Besucher herantreten, Mönche, Nonnen, Anhänger, Anhängerinnen, Könige oder deren Minister, Lehrer anderer Richtungen oder deren Schüler, dann spricht er mit einem Herzen, das zur Abgeschiedenheit gesenkt, auf Abgeschiedenheit eingestellt ist, mit losgelöstem, an Ablösung erfreutem, vollkommen von allen Wollensflüssen/Einflüssen frei gewordenen Herzen einzig zur Ablösung Anspornendes.*

Die Entrückungen als Voraussetzung,  
um innere Leerheit, Unverstörtheit zu gewinnen

*Wenn da ein Mönch wünscht: „Möchte bei mir Leerheit aufkommen und ich darin verweilen“, dann muss ein solcher Mönch bei sich das Herz still machen, bei dem Gestilltsein verweilen, das Herz einigen, zur Ruhe bringen.*

*Und wie, Anando, macht ein Mönch bei sich das Herz still, verweilt bei dem Gestilltsein, einigt das Herz, bringt es zur Ruhe?*

*Da verweilt der Mönch, abgeschieden von weltlichem Begehren, abgeschieden von allen heillosen Gedanken und Gesinnungen in stillem Bedenken und Sinnen. Und so tritt die aus innerer Abgeschiedenheit geborene Entzückung und Seligkeit ein, der erste Grad weltloser Entrückung.*

*Nach Verebbung auch des Bedenkens und Sinnens verweilt er in innerem seligem Schweigen, in des Gemüts Einigung. Und so tritt die von Denken und Sinnen befreite, in der Einigung geborene Entzückung und Seligkeit ein, der zweite Grad weltloser Entrückung.*

*Mit der Beruhigung auch des Entzückens lebt er oberhalb und außerhalb von allem sinnlichen Wohl und Wehe in unverstörtem Gleichmut klar und bewusst in einem solchen körperlichen Wohlsein, von welchem die Heilskenner sagen: ‚Dem in erhabenem Gleichmut klar bewusst Verweilenden ist wohl.‘ Ein solcher gewinnt den dritten Grad weltloser Entrückung.*

*Nachdem er über alles Wohl und Wehe hinausgewachsen ist, alle frühere geistige Freudigkeit und Traurigkeit völlig gestillt hat und in einer über alles Wohl und Wehe erhabenen bewussten Gleichmutsreinheit lebt, da erlangt er den vierten Grad weltloser Entrückung.*

*So, Ānando, macht ein Mönch bei sich das Herz still, verweilt bei dem Gestilltsein, einigt das Herz, bringt es zur Ruhe.*

*Er richtet seine Aufmerksamkeit auf Leerheit bei sich. Während er seine Aufmerksamkeit auf Leerheit bei sich richtet, wendet sich das Herz der Leerheit nicht freudig zu, befriedet sich nicht dabei, steht nicht dabei still, fühlt sich dabei nicht befreit.*

*Wenn es so ist, Ānando, weiß der Mönch: Während ich meine Aufmerksamkeit auf die Leerheit bei mir richte, wendet sich das Herz der Leerheit bei mir nicht freudig zu, befriedet sich nicht dabei, steht nicht dabei still, fühlt sich dabei nicht befreit. Dessen ist er klar bewusst.*

*Er richtet die Aufmerksamkeit auf die Leerheit außen, er richtet die Aufmerksamkeit auf die Leerheit außen und bei sich.*

Die Aufmerksamkeit wird auf Unverstörtheit  
gerichtet

*Er richtet die Aufmerksamkeit auf Unverstörtheit. Während er seine Aufmerksamkeit auf Unverstörtheit richtet, wendet sich das Herz der Unverstörtheit nicht freudig zu, befriedet sich nicht dabei, steht nicht dabei still, fühlt sich dabei nicht befreit. Dessen ist er klar bewusst.*

*Da muss, Ānando, ein solcher Mönch bei sich in der vorherigen Herzenseinigungs-Erscheinung das Herz still machen, bei dem Gestilltsein verweilen, das Herz einigen, es zur Ruhe bringen.*

*Er richtet die Aufmerksamkeit auf die Leerheit bei sich. Während er seine Aufmerksamkeit auf die Leerheit bei sich richtet, wendet sich das Herz der Leerheit freudig zu, befriedet sich dabei, steht dabei still, fühlt sich dabei befreit. Dessen ist er klar bewusst.*

*Er richtet die Aufmerksamkeit auf die Leerheit außen, er richtet die Aufmerksamkeit auf die Leerheit außen und bei sich. Er richtet die Aufmerksamkeit auf Unverstörtheit. Während er seine Aufmerksamkeit auf Unverstörtheit richtet, wendet sich das Herz der Unverstörtheit freudig zu, befriedet sich dabei, steht dabei still, fühlt sich dabei befreit. Dessen ist er klar bewusst.*

Der von Leerheit Erfüllte  
gibt körperlichen Regungen nach

*Wenn nun, Ānando, einem Mönch beim Weilen in diesem Zustand das Herz zum Auf- und Abgehen geneigt ist, dann geht er auf und ab in dem Wissen: Während ich auf und ab gehe, werde ich nicht überfallen von*

*Begehren und Bekümmernis, von üblen, unheilsamen Dingen. Dessen ist er klar bewusst.*

*Wenn nun das Herz zum Stehenbleiben - Sitzen - Liegen geneigt ist, dann weiß er: Während ich stehen bleibe - sitze - liege, werde ich nicht überfallen von Begehren und Bekümmernis, von üblen, unheilsamen Dingen. Dessen ist er klar bewusst.*

Der von Leerheit Erfüllte spricht nur über Themen,  
die zum Heil führen, denkt nur daran

*„Ich werde keine Gespräche führen, die niedrig, gewöhnlich, weltlich, unheilsam, sinnlos sind, die nicht zur Abwendung, nicht zur Gierbefreiung, nicht zur Auflösung, nicht zur Beruhigung, nicht zu überweltlichem Wissen, nicht zum Erwachen, nicht zum Nibbāna führen, wie Gespräche über Könige und Räuber, Minister, Militär, über Krisen und Krieg, Essen und Trinken, Kleidung und Bett, Blumen und Düfte, über Verwandte, über Wagen, Dörfer, Städte, Festungen und Länder, über Wein und Weib, über Straßen und Brunnen, über Verstorbene, über die Vielfalt, über den Ursprung der Welt und der Meere, über dies und das - solche Gespräche werde ich nicht führen. -*

*Gespräche aber über Abtrennung/Ledigung (s. M 8), zur Gemütsöffnung und -reinigung, die einzig zur Abwendung, Gierbefreiung, Auflösung, zur Ruhe, zu überweltlichem Wissen, zum Erwachen, zum Nibbāna führen, wie Gespräche über Bescheidenheit, über Zufriedenheit, über Abgeschiedenheit, über Alleinsamkeit, über Tatkraft, über Tugend, Herzenseinigung, Klarblick, Erlösung, Wissen um die Erlösung: solche Gespräche werde ich führen.“ Dessen ist er klar bewusst.*

*Wenn nun, Ānando, einem Mönch beim Weilen in diesem Zustand das Herz zum Denken geneigt ist, dann denkt er: „Gedanken, die niedrig, gewöhnlich, weltlich, unheilsam, sinnlos sind, die nicht zur Abwendung, nicht zur Gierbefreiung, nicht zur Auflösung, nicht zur Beruhigung, nicht zu überweltlichem Wissen, nicht zum Erwachen, nicht zum Nibbāna führen, wie Gedanken der Sinnensucht, Gedanken der Antipathie, des Hasses, der Rücksichtslosigkeit - solche Gedanken werde ich nicht denken.“ Dessen ist er sich klar bewusst. „Gedanken aber, die zum Heil führen, die den, der danach handelt, zur Aufhebung allen Leidens führen, wie Gedanken an Freiheit von Sinnensucht, an Freiheit von Antipathie bis Hass, an Freiheit von Rücksichtslosigkeit - solche Gedanken nur werde ich denken.“ Dessen ist er klar bewusst.*

Der Erwachte nennt zwei Beobachtungen, die ein von Leerheit Erfüllter vorwiegend pflegen soll

*1. Folgende fünf Sinnensucht-Bezüge (Sinnensuchtstränge, kāmāgūṇa) gibt es. Welche fünf?*

*Die vom Luger erfahrbaren Formen, die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen, dem Begehren entsprechenden, reizenden,*

*die vom Lauscher erfahrbaren Töne -*

*die vom Riecher erfahrbaren Düfte -*

*das vom Schmecker erfahrbare Schmeckbare -*

*das vom Taster (Körper) erfahrbare Tastbare -*

*die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen, dem Begehren entsprechenden, reizenden.*

*Das sind die fünf Sinnensucht-Bezüge, wobei der Mönch oft und oft das Herz erforschen soll: Kommt bei diesen fünf Sinnensucht-Bezügen bei dieser oder jener*

*Vorstellung Gemütsreaktion (cetaso sam-ud-ācāra) auf? Sobald, Ānando, ein Mönch bei seiner Erforschung merkt: Bei diesen fünf Sinnensucht-Bezügen kommt bei dieser oder jener Vorstellung Gemütsreaktion auf, dann weiß der Mönch: „Bei den fünf Sinnensucht-Bezügen ist der Wunschesreiz nicht aufgehoben.“ So ist er klarbewusst.*

*Wenn aber ein Mönch bei seiner Erforschung merkt: Nicht kommt bei diesen fünf Sinnensucht-Bezügen bei dieser oder jener Vorstellung Gemütsreaktion auf, dann weiß der Mönch: „Bei den fünf Sinnensucht-Bezügen ist der Wunschesreiz aufgehoben.“ So ist er klarbewusst.*

*2. Fünf Zusammenhäufungen gibt es, Ānando. Bei diesen soll der Mönch das Entstehen und Vergehen beobachten:*

*„So ist die Form, so entsteht sie, so löst sie sich auf.“*

*„So ist das Gefühl, so entsteht es, so löst es sich auf.“*

*„So ist die Wahrnehmung, so entsteht sie, so löst sie sich auf.“*

*„So ist die Aktivität, so entsteht sie, so löst sie sich auf.“*

*„So ist die programmierte Wohlerfahrungs-suche, so entsteht sie, so löst sie sich auf.“*

*Während er bei diesen fünf Zusammenhäufungen das Entstehen und Vergehen beobachtet, schwindet die Ich-bin-Empfindung (asmi-māno). Wenn dies so ist, Ānando, weiß der Mönch: „Die Ich-bin-Empfindung bei den fünf Zusammenhäufungen ist geschwunden.“ So ist er klar bewusst. Diese Beobachtungen sind nur heilsam, zum Heil führend, weltüberlegen, dem Bösen nicht zugänglich.*



Dem Lehrer nachfolgen,  
auch wenn er fortgewiesen wird

*Was meinst du, Ānando, aus welchem Grund sollte ein Schüler einem Meister nachfolgen, auch wenn er fortgeschickt wird? -*

*Im Erhabenen wurzelt für uns die Lehre, o Herr, vom Erhabenen hergeleitet ist sie, auf den Erhabenen geht sie zurück. Gut wäre es, o Herr, wenn der Erhabene den Sinn dieser Worte erklären würde. Was der Erhabene gesagt hat, werden die Mönche bewahren. -*

*Nicht sollte ein Schüler dem Meister nachfolgen, um Reden, Aussprüche in Prosa und Versen, Erklärungen zu hören. Und warum? Seit langer Zeit, wahrlich, Ānando, sind ja von euch die gesetzmäßigen Zusammenhänge gehört, im Gedächtnis behalten, rezipiert, auf ihren Sinn geprüft, durchdrungen und erschlossen worden. Was da aber Gespräche sind, die zur Abtrennung/Ledigung, zur Gemütsöffnung und -reinigung führen, die einzig zur Abwendung, Gierbefreiung, Auflösung, zur Ruhe, zu überweltlichem Wissen, zum Erwachen, zum Nibbāna führen, wie Gespräche über Bescheidenheit, über Zufriedenheit, über Abgeschiedenheit, über Alleinsamkeit, über Tatkraft, über Tugend, Herzenseinigung, Klarblick, Erlösung, Wissen um die Erlösung - um solcher Gespräche willen sollte ein Schüler dem Meister folgen, auch wenn er fortgeschickt wird.*

Die Gefahr des Absturzes bei Lehrer und Schüler

*Es besteht die Gefahr des Absturzes: des Absturzes des Lehrers, des Absturzes des Schülers, des Absturzes eines Mönchs, der das Reinheitsleben führt.*

Wie kommt der Absturz eines Lehrers zustande, Ānando? Da zieht sich irgendein Lehrer an eine abgeschiedene Lagerstätte zurück: in einen Wald, an den Fuß eines Baumes, auf einen Berg, in eine Schlucht, in eine Berghöhle, an eine Leichenstätte, in ein Dschungeldickicht, auf ein freies Feld, auf einen Strohhaufen. Während er so zurückgezogen lebt, kommen ihm Brahmanen und Hausleute, Städter und Landleute nachgezogen. Durch die ihm nachziehenden Brahmanen und Hausleute, Städter und Landleute wird er betört, wird von Begierden erfüllt, wird begehrt und kehrt zum Leben in Üppigkeit zurück. Dies wird ein Lehrer-Absturz genannt. Beim Lehrer-Absturz haben ihn üble, unheilsame Eigenschaften überwältigt, befleckende, Wiederdasein säende, schmerzliche, Leiden ausbrütende, weiterhin zu Geborenwerden, Altern und Sterben führende. Das ist der Lehrerabsturz.

Und wie kommt der Absturz eines Schülers zustande, Ānando? Da ist einer ein Nachfolger eines solchen Meisters und zieht sich nach dem Vorbild des Meisters an eine abgeschiedene Lagerstätte zurück: in einen Wald, an den Fuß eines Baumes, auf einen Berg, in eine Schlucht, in eine Berghöhle, an eine Leichenstätte, in ein Dschungeldickicht, auf ein freies Feld, auf einen Strohhaufen. Während er so zurückgezogen lebt, kommen ihm Brahmanen und Hausleute, Städter und Landleute nachgezogen. Durch die ihm nachziehenden Brahmanen und Hausleute, Städter und Landleute wird er betört, wird von Begierden erfüllt, wird begehrt und kehrt zum Leben in Üppigkeit zurück. Dies wird ein Schüler-Absturz genannt. Üble, unheilsame Eigenschaften haben ihn überwältigt, befleckende, Wiederdasein säende, schmerzliche, Leiden ausbrü-

tende, weiterhin zu Geborenwerden, Altern und Sterben führende. Das ist der Schüler-Absturz.

Und was, *Ānando*, ist der Absturz eines Mönches, der das Reinheitsleben führt? Da erscheint der Erhabene, Heilgewordene, vollkommen Erwachte, der im Wissen und Wandel Vollendete, der zum Heil der Wesen gekommene Kenner der Welt. Er ist der unübertreffliche Lenker derer, die erziehbar sind, ist Meister der Götter und Menschen, erwacht, erhaben. Er zieht sich an eine abgeschiedene Lagerstätte zurück: in einen Wald, an den Fuß eines Baumes, auf einen Berg, in eine Schlucht, in eine Berghöhle, an eine Leichenstätte, in ein Dschungeldickicht, auf ein freies Feld, auf einen Strohhaufen. Während er so zurückgezogen lebt, kommen ihm Brahmanen und Hausleute, Städter und Landleute nachgezogen. Durch die ihm nachziehenden Brahmanen und Hausleute, Städter und Landleute wird er nicht betört, wird weder von Begierden erfüllt, wird nicht begehrt noch kehrt er zum Leben in Üppigkeit zurück.

Aber ein Nachfolger dieses Meisters zieht sich nach dem Vorbild des Meisters an eine abgeschiedene Lagerstätte zurück: in einen Wald, an den Fuß eines Baumes, auf einen Berg, in eine Schlucht, in eine Berghöhle, an eine Leichenstätte, in ein Dschungeldickicht, auf ein freies Feld, auf einen Strohhaufen. Während er so zurückgezogen lebt, kommen ihm Brahmanen und Hausleute, Städter und Landleute nachgezogen. Durch die ihm nachziehenden Brahmanen und Hausleute, Städter und Landleute wird er betört, wird von Begierden erfüllt, begehrt und kehrt zum Leben in Üppigkeit zurück. Dies wird ein Absturz aus dem Reinheitsleben genannt. Üble, unheilsame Eigenschaften haben ihn überwältigt, befle-

*ckende, Wiederdasein säende, schmerzliche, Leiden ausbrütende, weiterhin zu Geborenwerden, Altern und Sterben führende. Das ist der Absturz aus dem Reinheitsleben. So kommt es zum Absturz eines Mönches, Ānando, der das Reinheitsleben führt. Gegenüber dem Absturz des Lehrers und dem Absturz des Schülers bringt der Absturz des Mönches, der das Reinheitsleben führt, mehr Leiden mit sich und hat schmerzlichere Folgen als der Absturz des Lehrers oder der Absturz des Schülers, führt ins Verderben.*

Geht mit mir als einem Freund um,  
der euch den Weg zum Heil weist

*Darum, Ānando, geht mit mir nach Freundesart um, nicht feindselig. Das wird euch lange Wohl und Segen bringen. Wie gehen Nachfolger mit dem Meister feindselig um, nicht nach Freundesart, Ānando? Da legt der Meister den Nachfolgern die Lehre dar aus Mitempfinden, voll Wohlwollen, von Mitempfinden bewogen: „Das dient euch zum Segen, das ist zu eurem Wohl.“ Ihm hören die Schüler nicht aufmerksam zu, sind nicht aufnahmebereit, wenden das Herz höherem Wissen nicht zu. Sie lassen sich ablenken und folgen nicht der Weisung des Meisters. So gehen Nachfolger mit dem Meister feindselig um, nicht nach Freundesart.*

*Und wie gehen Nachfolger mit dem Meister nach Freundesart um, nicht feindselig? Da legt der Meister den Nachfolgern die Lehre dar aus Mitempfinden, voll Wohlwollen, von Mitempfinden bewogen: „Das dient euch zum Segen, das ist zu eurem Wohl.“ Ihm hören die Schüler aufmerksam zu, sind aufnahmebereit, wenden das Herz höherem Wissen zu. Sie lassen sich nicht ablenken und folgen der Weisung des Meisters.*

*So gehen Nachfolger mit dem Meister nach Freundesart um, nicht feindselig.*

*Ich behandle euch nicht wie der Töpfer die ungebrannten Tongefäße. Was zu tadeln ist, werde ich eindringlich sagen, immer wieder. Es geht ja immer um denselben Kern. –*

*So sprach der Erhabene. Erhoben und beglückt war der ehrwürdige Ānando über die Rede des Erhabenen.*

## Erklärung der Lehrrede

### Der Erwachte mahnt zur Einsamkeit

Der Erwachte sieht im Kloster eine Menge Sitzgelegenheiten aufgestellt, was normalerweise bedeutet, dass ein Lehrgespräch stattfinden soll oder die Ordensregeln vorgetragen werden. Auf seine Frage antwortet Ānando: *Es ist Zeit, Roben anzufertigen.* -

Der Erwachte geht nicht auf die Arbeit an den Roben ein, sondern auf die damit verbundene Ablenkung der Mönche von der eigentlichen Läuterungsarbeit und die Gefahr, an der Gemeinschaft der Mönche Freude, Gefallen zu finden. Der Erwachte erinnert Ānando - und damit auch die anderen Mönche, denen es Ānando weitersagt - daran, mahnt die Mönche, dass sie nicht um äußerer Dinge willen in den Orden gegangen sind, etwa um miteinander etwas Handwerkliches zu tun, sondern um sich von der Leidhaftigkeit des Immer-Wieder-Ergreifens vergänglicher Formen zu befreien, sich hell und strahlend - und leer zu machen, und dazu ist äußere Einsamkeit eine Vorbedingung.

In M 32 äußern sich mehrere geheilte Mönche dazu, welche Eigenschaften die Mönche innerlich so hell und leuchtend werden lassen, dass ihre innere Helligkeit auch nach außen strahlt und die Umgebung erhellt. Ein Mönch namens *Revato* sagt:

*Da ist ein Mönch an der Einsamkeit erfreut, ist angejocht an inneren Frieden des Gemüts, erstrebt die weltlosen Entrückungen, besitzt Klarblick, verweilt an menschenleeren Orten. Ein solcher Mönch erhellt den Gosingam-Wald.*

In anderen Lehrreden (M 6 u.a.) empfiehlt der Erwachte, häufig menschenleere Orte aufzusuchen, *ein Freund leerer Klauen zu sein*, wie K. E. Neumann übersetzt.

Auch in anderen Religionen, die vom samādhi (Indien), von der unio mystica (Europa), vom Tao (Asien) wissen, gilt das von außen Herankommende, die Sinnesdränge Reizende als das Gefährliche, Feindliche, vor dem man sich zu hüten hat.

Der Mönch will ja den Geist, die programmierte Wohlerfahrungssuche, so ausbilden, dass sie nicht nach außen gerichtet, ausgebreitet sei. Darum ist die Haltung des Heilsgängers bei sinnlichen Eindrücken: Vorsicht, sich nicht hineinvernesteln, die rechte Anschauung festhalten, darüberstehen, auf Abstand betrachten (M 1). Der Übende hat immer wieder erfahren, dass die Sinnesdränge im Körper dauernd auf der Lauer liegen und lügen, dass sie von „außen“ hereinnehmen wollen. Darum hält er den Körper, in dem die Sinnesdränge wie wilde Tiere lungern, zurück, beschränkt die Wahrnehmungen auf das Notwendigste, weilt vorwiegend in der Einsamkeit, fern von Menschen und ihren Angehungen.

### Wie ist innere Leerheit zu erreichen?

Der Erwachte stellt dem geschäftigen Treiben der Mönche die von ihm und anderen Geheilten erfahrene Leerheit gegenüber. Er sagt: Wenn der Erwachte aus dieser inneren Leerheit spricht, dann spricht er aus einem von allen Wollensflüssen und bedingten Zuständen frei gewordenen Herzen. Er kann gar nicht mehr anders sprechen, als nur ein zur Loslösung anregendes Gespräch zu führen. Wenn ein Mönch nun diese innere Leerheit erreichen möchte, wodurch er dem Heil näher

kommt, was muss er dann tun? Der Erwachte antwortet darauf in unserer Lehrrede: Er muss zunächst das Herz, die Triebe, zur Ruhe bringen durch die vier weltlosen Entrückungen, dadurch kann er sich von Form entleeren.

In der vorangegangenen Lehrrede M 121 ging es darum, Form zu überwinden, die Erfahrung der Unbegrenztheiten (unbegrenzter Raum, unbegrenzte Erfahrung, Nichts ist da, Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung) zu gewinnen. In unserer Lehrrede (M 122) beschreibt der Erwachte, dass der Mönch zunächst die weltlosen Entrückungen anstreben solle, und wenn die Übungen der Unbegrenztheiten nicht gelingen, *wenn sich das Herz der Leerheit nicht freudig zuwendet*, wie es in der Rede heißt, die Entrückungen noch mehr betreiben solle - ein deutlicher Hinweis auf die unverzichtbare Bedeutung der weltlosen Entrückungen für den Heilsweg.

Nachdem der Bodhisattva aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen war, schloss er sich zunächst zwei Lehrern an, die von sich aus Form als leidvoll erkannt hatten und zu ihrer Überwindung die Vorstellung „unbegrenzt ist der Raum“, „unbegrenzt ist die Erfahrung“, „Nichts ist da“ und „die Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung“ lehrten. Die Lehre vom „Nichts“ als Überwindung alles Leidens ist in der Mystik aller Religionen als höchstmögliche Läuterung bekannt, im Christentum, bei den Sufis im Islam, im Taoismus. Das Nichts strebten die Mystiker als die höchste Freiheit an. Sie wurde von dem zweiten Lehrer des Bodhisattva, Uddako Rāmaputto, noch übertroffen durch die Vorstellung, dass auch das Nichts noch eine Wahrnehmung sei, dass Wahrnehmung an sich schwinden müsse. So stellte Uddako die Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung dar (M 26). Aber dieses zeitweilige Schwinden der Wahrnehmung hatte auch Uddako nicht leibhaftig erfahren.

Der Bodhisattva verließ auch diesen Lehrer und erinnerte sich nach sechs Jahren der Schmerzensaskese, durch die er vergeblich die sinnlichen Triebe zu überwinden suchte, eines Jugenderlebnisses: Er hatte als etwa Siebenjähriger die erste

weltlose Entrückung erfahren und dadurch ein so großes inneres Wohl erlebt, dass alles Sinnenwohl dagegen verblasste. In der Erinnerung erkannte er, dass dies der Weg zur Befreiung war: Er gewann die Entrückungen, erreichte die friedvollen Verweilungen, die Ablösung von Form, die Unbegrenztheiten und gewann die Triebversiegung.

### Die weltlosen Entrückungen

Die Entrückungen beschreibt der Erwachte als Zugang zu einer anderen Erfahrungsdimension als der sinnlichen. Sie werden dadurch erfahren, dass sich die innere Grundbefindlichkeit erhöht. Diese Erhöhung geht nach den Lehrreden der jeweiligen weltlosen Entrückung voraus. Die Grundbefindlichkeit, die den Reifezustand ausmacht, der die erste Entrückung einleitet, besteht darin, dass der Übende durch erhebende, die menschlich-weltlichen Perspektiven sprengende Einsichten innere Freude und Beglückung erfährt. Diesem Wohl geht die programmierte Wohlerfahrungssuche nach und wird so von allem Außen abgezogen. Dadurch tritt auch die Wahrnehmung vom eigenen Körper zurück, und es wird mit der Beruhigung des Körpers ein so großes überweltliches Wohl erfahren, dass Ich und Welt vergessen sind. Solch ein Mensch blickt nicht mehr durch die Augen nach außen, horcht nicht mehr durch die Ohren nach außen, sondern tritt über alle sinnliche Wahrnehmung hinaus, weil er der inneren Seligkeit ganz hingegeben ist. Durch das Aufbrechen des inneren Glücksgefühls steht die fünffache sinnliche Wahrnehmung für eine Zeitlang still: der Übende ist der gesamten Ich- und Weltwahrnehmung entrückt. Dieser Fortfall von Ich und Umwelt, das Übersteigen des sinnlichen Erlebens, das ist die eigentliche Entrückung. Von diesem Vorgang heißt es: *Wenn der Geist verzückt ist, wird der Körper gestillt. Gestillten Körpers fühlt er ein alles durchdringendes Wohl; vom Wohl durchtränkt, wird das Herz geeint.* Herzenseinigung, d.h. Aufhören des Süchtens nach



außen, bedeutet zugleich den Fortfall der Wahrnehmung von Welt.

Das ununterbrochene Lugen durch die Augen nach außen, das Lauschen durch die Ohren, das Riechen durch die Nase usw. - all dieses Süchten kommt zur Ruhe. Die Berührungen des Wollenskörpers mit den Formen, Tönen usw., die die Erfahrungen auslösen, finden nicht statt, „Welt“ wird nicht erlebt. Auch die vom Geist ausgehende programmierte Wohlerfassungssuche steht still. Während man im Schlaf aus großer Müdigkeit von der sinnlichen Wahrnehmung zurücktritt, bei Ohnmachten, Koma usw. aus krankhaftem Versagen oder aus großen Schmerzen die sinnliche Wahrnehmung aufhört, so ist bei den Entrückungen umgekehrt ein inneres Wohl, das alles nur irgendwie mit den Sinnen und dem Denken erreichbare Wohl unendlich übersteigt. Dieses innere Wohl ist der Grund für das Aufhören der sinnlichen Wahrnehmung.

Durch die Erhöhung der inneren Grundbefindlichkeit und zurückgekehrt von der Entrückung, weiß der Erleber der weltlosen Entrückung nun um ein ganz anderes „Sein“, wie es der Erwachte in D 9 schildert:

*Dem geht die frühere Wahrnehmung von Sinnesobjekten aus Sinnensucht (kāma-saññā) unter, und eine aus Abgeschiedenheit geborene Entzückung und Seligkeit, eine feine Wahrheitswahrnehmung geht zu dieser Zeit auf. Aus Abgeschiedenheit geborene Entzückung und Seligkeit, eine feine Wahrheit nimmt er zu dieser Zeit wahr. So kann durch Übung die eine Wahrnehmung aufgehen, durch Übung die andere Wahrnehmung untergehen.*

Im Anfang dauern solche Entrückungen meistens nur sehr kurz, aber auch bei kurzer Dauer hat der Erleber, wenn er wieder der Welt gewahr wird und die rasante Tätigkeit der Sinne wieder einsetzt mit ihren Schmerzen und Störungen, nun eine Vergleichsmöglichkeit. Es heißt in S 48,40, dass dem von der Sinnensucht Abgelösten, dem von der ersten Entrückung Zu-

rückgekommenen der schmerzliche Grundzustand unseres „normalen“ Lebens bewusst wird.

Die den Körper durchziehenden sinnlichen Triebe sind Spannungen, Verspannungen, die den Körper schmerzlich verspannen. Nur durch den Vergleich mit dem Zustand ohne sinnliche Wahrnehmung wird dem Übenden der gewohnte Schmerz bewusst, wird ihm bewusst, dass er während der erlebten Entrückung eine Zeitlang ohne Schmerzen war. Nun empfindet er die sinnliche Wahrnehmung, die wir als den normalen Zustand empfinden, wie einen Absturz aus erhabenem Frieden, den er tief bedauert. Von nun an kann er mit der normalen sinnlichen Wahrnehmung nicht mehr zufrieden sein und empfindet den Zustand der seligen Entrückung als das eigentliche Leben, wie es Ruisbroeck ausdrückt: *Steig über die Sinne, hier lebet das Leben*. So wird durch den nun möglichen Vergleich die Leidhaftigkeit des Lebens mit den Sinnen bewusst.

Die weltlosen Entrückungen sind  
das entscheidende Erlebnis des Übenden

Der von dem Wohl der Entrückungen durchdrungene und gesättigte Mensch ist ein völlig anderer Mensch als der von solch einem Wohl nicht durchdrungene und gesättigte. Der Erwachte bezeichnet die weltlosen Entrückungen als Tor zum Nibbāna (M 52) und als Wohl der Erwachung (M 66, 33, 139). Erst das Erlebnis der weltlosen Entrückungen löst das bis dahin nicht lösbare Problem, um das es überhaupt geht, wie die Welt überwunden werden kann, wie man das Erleben von Welt verlieren - übersteigen - kann. Die weltlosen Entrückungen reißen aus der Welt heraus - und ohne das Ende der Wahrnehmung Welt zu erreichen, kann das Nibbāna nicht erreicht werden. Dazu genügt schon, wie M 25 zeigt, die erste weltlose Entrückung allein. Nach dieser wird schon dasselbe gesagt wie nach den weiteren Entrückungen: *Gebundet und spurlos vertilgt hat er das Auge des Todes*. Der vom Erwach-

ten belehrte Heilsgänger, der die weltlosen Entrückungen gewinnt und sich ihnen nicht ergreifend, ohne Anhängen, hingibt, vielmehr auch deren Unbeständigkeit erkennt, ist fähig, durch das große erfahrene innere Wohl die Triebe aufzulösen. Von diesem Heilsgänger wird gesagt (M 53):

*Kann er die vier weltlosen Entrückungen, hohe Gemütszustände, überweltliches Wohl zu Lebzeiten, leicht und ohne Mühe gewinnen, so heißt man ihn den Heilsgänger, der die Schritte des Kämpfers gegangen ist, der kurz davor steht, das (Wahn-) Ei zu sprengen, fähig zum Durchbruch, fähig zur Erwachung, fähig, die unvergleichliche Sicherheit zu finden.*

*Gleichwie etwa, wenn eine Henne ihre Eier, acht oder zehn oder zwölf Stück, wohlbebrütet, gänzlich ausgebrütet hat; wie sollte dann nicht jener Henne der Wunsch kommen: „Ach möchten doch meine Küchlein mit den Krallen oder dem Schnabel die Eischalen aufbrechen, möchten sie doch heil durchbrechen!“ Und die Küchlein sind fähig geworden, mit den Krallen die Eischale aufzubrechen und heil durchzubrechen.*

Der Mensch, der auf dem Weg der Läuterung durch das Erlebnis der weltlosen Entrückungen zu der Erfahrung einer ganz anderen Existenzweise und Seinsweise gekommen ist, ist gleichsam sehend geworden. Ihm ist eine feine Wahrheits-Wahrnehmung (*sukhuma sacca saññā*) aufgegangen. Er hat erfahren, dass diese Wahrnehmung, dieses Erlebnis wahrer ist als die bisherige Erscheinung von Ich und Umwelt mit Ding und Raum und Zeit. Er weiß jetzt, dass die Wahrnehmung, welche Ich und Welt anbietet, Wahn, Traum, Fantasie, Delirium ist, ein Spuk, eine grobe Trug-Wahrnehmung, und dass er im Erlebnis der weltlosen Entrückungen der Wirklichkeit näher ist als in der normalen Wahrnehmung, welche ein ununterbrochen schwankendes, wankendes Ich in schwankenden und wankenden Beziehungen zu einer schwankenden und wankenden Umwelt anbietet. Weil die weltlosen Entrückungen neben

dem seligen Frieden noch diese gewaltige Überzeugungskraft haben hinsichtlich der Schattenhaftigkeit aller sinnlichen Erscheinung, darum bezeichnet der Erwachte sie als *sambodhi-sukha*, als ein zur Erwachung führendes Wohl. Durch das Erlebnis der Entrückungen erst begreift er, wie elend, gebunden, gefesselt und in Schmutz und Leiden befangen er sich bisher befand.

Die Entrückungen als Voraussetzung,  
um innere Leerheit zu gewinnen

Der Mönch hat die Entrückungen, die Einigung des Herzens, erfahren, die Ich-Welt-Spaltung ist zur Zeit der Entrückung aufgehoben. Von dieser Erfahrung zurückgekehrt, richtet er die Aufmerksamkeit zunächst auf die Leerheit des Geistes von der Wahrnehmung eines Außen: Dorf, Mensch, Wald, Erde, und auf Sinnensucht-Freiheit, Reglosigkeit. *Wenn sich das Herz dieser Leerheit und Reglosigkeit nicht freudig zuwendet, sich dabei nicht befriedet fühlt, nicht dabei stillsteht, dabei sich nicht befreit fühlt, dann ist sich der Mönch dessen klar bewusst.*

Warum kann es sein, dass sich das Herz dieser Betrachtung nicht freudig zuwendet? Weil das Herz nach Beendigung der Erfahrung der weltlosen Entrückungen noch nicht durchgängig gestillt, befriedet ist. In dieser Situation empfiehlt der Erwachte, wieder einen Schritt zurück zu gehen, die erfahrenen weltlosen Entrückungen erneut anzustreben, zu wiederholen und sich danach noch mehr mit den unterschiedlichen Erscheinungsformen (*nimitta*) des durch den Herzensfrieden ausgelösten Wohls zu erfüllen, den Körper mit der *aus der Abgeschiedenheit geborenen Beglückung - mit in der Einigung geborener Beglückung - mit dem Wohl aus der Beruhigung des Entzückens - mit der Gleichmutsreine - zu durchdringen*. Indem das überwältigende selige Wohl in den Körper einzieht, verdrängt und vertilgt es aus ihm die Neigungen nach sinnlichem Wohl.

Ein solcher lebt in einem Frieden, der nun auch das Herz – von den Entrückungen zur sinnlichen Wahrnehmung zurückgekehrt – Leerheit in Bezug auf das Außen (die Sinnendinge: Dorf, Mensch, Wald, Erde) und Leerheit in Bezug auf das Innen, auf gedankliche Vorstellungen, die friedvollen Verweilungen („unbegrenzt ist der Raum“, „die Erfahrung“, „Nichts ist da“, „Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung“) anstreben lässt, so dass der Geist - von innerem Wohl erfüllt - nicht mehr im Dienst der Triebe außen oder bei gedanklichen Vorstellungen Befriedigung sucht, sondern die innere Leere als Wohltat empfindet. Dann fühlt sich das Herz durch die Vorstellung der Leerheit befreit, hat dabei den Geschmack der Erlösung.

Die Aufmerksamkeit wird auf  
Unverstörtheit (*āneñja*) gerichtet

Das Pāliwort *āneñja* bedeutet eine Negierung von *eja* = Regung (in jeder Weise). In D 21 sagt der Heilsgänger, der Götterkönig Sakko: *Regung ist Kranksein, Regung ist Wehsein, Wundsein*. „Die Unverstörung“, wie K. E. Neumann übersetzt, bedeutet, dass der Übende zu jeglicher Erscheinung, bis hin zur Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung jeden Bezug aufgehoben hat, losgelassen hat. Alle herantretenden Einflüsse werden von dem „Unverstörten“ nur als Auswirkungen früheren Wirkens gesehen, werden nicht mehr ernst genommen, so wie wenn nur Schatten über den Erleber hinwegzögen. (S. auch die Gleichnisse für Unverstörtheit am Ende von M 21: Erdball gleichen, Himmelsraum gleichen, Ganges gleichen, gegerbtem Katzenfell gleichen Gemüts.)

Dieser Unverstörtheit ist sich der Übende bewusst, und er fühlt sich dabei befreit. Die Spannung zwischen Ich und Welt, die gespaltene Wahrnehmung, ist aufgehoben. Es ist auch nicht mehr die Spannung, der Wunsch: „Möchte sich doch das Herz der Leerheit zuwenden“, das Ziel ist erreicht, und die Wunschlosigkeit und Stille wird vom Geist registriert.

## Der von Leerheit Erfüllte gibt körperlichen Regungen nach

Was er nun auch mit dem Körper unternimmt, ob er die Körperhaltung verändert oder nicht, er weiß, dass er nicht mehr von weltlichem Begehren und Bekümmernis, von üblen, unheilsamen Dingen überfallen werden kann. In dieser Situation, heißt es (M 121), *bleibt nur noch eine Spaltung, nämlich dieser Sechssinnenkörper als Bedingung des Lebens*. Wenn z.B. der Wunsch aufsteigt, den Körper zu bewegen, auf und ab zu gehen, dann gibt er diesem Wunsch nach, oder wenn das Bedürfnis nach Sitzen oder Liegen aufkommt, dann erfüllt er dieses. Er setzt dem Körper keine Gewalt entgegen.

Wie anders war die innere Verfassung des Bodhisattva, als er die Triebe mit Gewalt aus dem Körper austreiben wollte, oder die in M 4 beschriebene Situation, als der von dem Zustand der Leerheit noch entfernte Bodhisattva zu sich sagte: Angst will ich bei mir spüren und überwinden.- Darum ist er an unheimliche Orte gegangen, z.B. in der Nacht auf die Leichenstätte, und hat den Körper gezwungen, in bestimmten Stellungen zu verharren, bis sich entweder Angst einstellte, der er sich stellte, oder bis sie verflog. Und wie anders ist die innere Verfassung des Sinnenzügelung übenden Mönches, der den Körper zwingt, die Triebe reizende Erscheinungen zu meiden.

## Der von Leerheit Erfüllte spricht nur über Themen, die zum Heil führen

*Wenn er beim Weilen in diesem Zustand zum Sprechen geneigt ist, dann spricht er - aber er spricht nicht über Unheilsames, nicht über weltliche Vielfaltsthemen. Der Erwachte sagt: Wenn ihr euch trifft, so geziemt euch zweierlei: Lehrreiches Gespräch oder heilsames Schweigen.(M 26)* Nur zu einem hilfreichen Gespräch mit zum Heil führenden The-

men ist ein Mönch geneigt, der Leerheit erfährt. Er spricht über:

*Abtrennung/Ledigung, zur Gemütsöffnung und Reinigung, Themen, die einzig zur Abwendung, zur Gierbefreiung, zur Auflösung, zur Ruhe, zu überweltlichem Wissen, zum Erwachen, zum Nibbāna führen, wie Gespräche über Bescheidenheit, über Zufriedenheit, über Abgeschiedenheit, über Alleinsamkeit, über Tatkraft, über Tugend, Herzenseinigung, Klarblick, Erlösung, Wissen um die Erlösung.*

Diese Gesprächsthemen sind bei der Besprechung von M 24 näher erläutert.

Von Mönchen, die sich bei ihren Gesprächen stets an diese Themen halten, sagt der Erwachte (A X,69), dass sie selbst das Licht von Sonne und Mond, die so hochmächtigen, überstrahlen.

Man könnte annehmen, weil es in unserer Lehrrede um Anstreben der Leerheit geht, dass ein solcher Mönch schweigt. Doch heißt es hier, *wenn er zum Sprechen geneigt ist, dann spricht er*. Das ist normalerweise immer eine Situation, in der er mit Wesen zusammen ist, die ihn um ein Gespräch bitten. Aber dabei ist er sich klar darüber, dass er weltliche, banale, sinnlose Gespräche, von denen er aus der Erinnerung weiß, dass er sie früher geführt hat, nicht mehr führen kann.

Der Erwachte nennt im Folgenden zwei Beobachtungen, die ein solcher Mönch vorwiegend pflegen soll:

1. Ob sein Herz von Sinnensucht frei ist und
2. die Beobachtung des Entstehens und Vergehens der fünf Zusammenhäufungen.

## 1. Beobachtung der Gemütsreaktionen bei den fünf Sinnensucht-Bezügen

Auch ein Mönch muss ja morgens aufstehen, sein Lager und seine Roben in Ordnung bringen, auf den Almosengang gehen, hat Pflichten im Kloster, wobei sinnliche Triebe aufkommen können, Gedanken wie „das ist angenehm/unangenehm.“ Da empfiehlt der Erwachte, bei allem, was der Mönch tut, immer und immer das eigene Herz zu betrachten: „Kommt bei dieser oder jener Vorstellung noch eine Gemütsreaktion auf?“ Die innere Bedürftigkeit ist bei demjenigen, der bei sich Leerheit erfährt, fast vollkommen aufgehoben. Er bezieht sein Wohl ja nicht mehr aus den *ersehnten, geliebten Formen*, sondern aus dem inneren Wohl des Befreitseins. Das Herz ist fast ganz von sinnlichen Trieben befreit. Wenn noch ganz gelegentlich eine Gemütsreaktion aufkommt, dann kann er sie sofort durch wirklichkeitsgemäßen Anblick vertreiben. Die Wahrheit von der Leidhaftigkeit der Triebe ist ständig gegenwärtig. Ein solcher Mönch ist nahe daran, die Triebe vollständig aufzuheben. Hat er sie aufgehoben, kommt keinerlei Gemütsregung mehr auf, und er ist sich dessen klar bewusst.

## 2. Beobachtung des Entstehens/Vergehens der fünf Zusammenhäufungen

Der Übende soll in der Beobachtung der fünf Zusammenhäufungen verweilen, soll deren Auf- und Untergang/Entstehen-Vergehen bei sich beobachten. Das sind Gedanken, die einzig zum Heilsamen führen, weltüberlegen sind, die von der Empfindung eines Ich befreien. Dadurch entdeckt und erfährt er einen durch nichts verletzbaren und antastbaren inneren Zustand, eine Sicherheit ohne alle Maßen und Grenzen, eine ruhige Befindlichkeit oberhalb aller Wirrnis und Bewegtheit, eben das Todlose.

Die fünf Zusammenhäufungen durchschaut und erfühlt er als Leiden, und das Nirvāna erfühlt und erfährt er als einzige



Sicherheit. Darum ist für einen solchen die durchschauende Betrachtung der Unbeständigkeit der fünf Zusammenhäufungen seine liebste, beglückendste Beschäftigung, von welcher der Erwachte sagt (A IX,1):

*Die Betrachtung der Vergänglichkeit ist zu entfalten, um die Ich-bin-Empfindung auszuroden. Wer die Vergänglichkeit betrachtet, in dem festigt sich die Erkenntnis des Nichtselbst.*

Nur derjenige, der den Anblick „die fünf Zusammenhäufungen sind unbeständig, leidvoll, nicht ich“ liebt, weil er durch ihn auf sicherem Boden steht und zur Unverletzbarkeit, zum Todlosen durchdringt, hat ganz sicher die Gewissheit, in absehbarer Zeit sich von allem Unbeständigen lösen zu können.

Dem Lehrer nachfolgen,  
auch wenn er fortgewiesen wird

Der Erwachte sagt hier, der Schüler solle dem Lehrer nicht nachfolgen, um noch mehr über die gesetzmäßigen Zusammenhänge zu hören. Die hat er genug gehört und sich zu eigen gemacht, wie es in M 95 beschrieben ist:

1. *Vertrauend kommt er zu dem Lehrer heran.*
2. *Herangekommen, bezeugt er ihm seinen Respekt.*
3. *Nachdem er ihm Respekt erwiesen hat, hört er ihm genau zu.*
4. *Mit offenem Ohr hört er die Lehre.*
5. *Die gehörte Lehre behält er im Gedächtnis.*
6. *Die so bewahrten Lehren prüft er gründlich auf ihren Sinn.*
7. *Dem gründlich Prüfenden erschließen sich die Lehren.*
8. *Durch das Verständnis der Wahrheit erwächst ein neuer Wille.*
9. *Ist der Wille geboren, so wird er entschlossen.*
10. *Mit Entschlossenheit wägt er sein Vorgehen ab.*

*11. Klar geworden über sein Vorgehen, arbeitet er sich vorwärts.*

Aber der Schüler, der die Triebversiegung noch zu Lebzeiten zu erreichen strebt, dem sind die Hinweise des Lehrers wichtig, was speziell für ihn zur Ledigung, zur vollkommenen Ablösung noch zu üben erforderlich ist. Ein Lehrer, der das Herz des anderen erkennt wie der Erwachte, kann da eine unschätzbare Hilfe sein, um die Triebversiegung noch in diesem Leben zu erreichen. Um dieser Hilfe teilhaftig zu werden, soll der Schüler sogar aufdringlich sein und dem Lehrer nachfolgen, selbst wenn dieser ihn abweist. Von dem Erwachten selber ist nicht überliefert, dass er um Hilfe Bittende abgewiesen hätte - es sei denn vorübergehend, weil gerade eingetretene Mönche zu laut waren (M 67). Aber mancher Mönch mag sich lieber innerem Wohl hingeben, als andere Mönche oder Nonnen zu belehren. Anlässlich der Abweisung der lauten Mönche durch den Erwachten befragte der Erwachte Sāriputto und Mahāmogallāno, was sie bei dieser Abweisung gedacht hätten:

*Was dachtest du, Sāriputto, als ich die Mönchsgemeinde entließ? - Ich dachte, o Herr: „Die Mönchsgemeinde ist vom Erhabenen entlassen worden. Der Erhabene will sich jetzt still innerem Wohl hingeben, und auch wir werden uns jetzt still dem inneren Wohl hingeben.“ - Halt, Sāriputto, halt! Solch einen Gedanken sollst du nicht wieder hegen. -*

*Und der Erhabene wandte sich an den ehrwürdigen Mahāmogallāno: Was dachtest du, Moggallāno, als ich die Mönchsgemeinde entließ? - Ich dachte, o Herr: „Die Mönchsgemeinde ist vom Erhabenen entlassen worden. Der Erhabene will sich jetzt still innerem Wohl hingeben. Ich aber und der ehrwürdige Sāriputto werden uns jetzt der Mönchsgemeinde annehmen.“ - Gut, gut, Moggallāno. Sei es nun ich, der sich der Mönchsgemeinde annimmt oder seien es Sāriputto und Moggallāno.*

Und noch andere Gründe mögen vorliegen, bei der Belehrung anderer zurückhaltend zu sein, sie abzuweisen. So heißt es (M 146):

*Damals war es die Aufgabe der Ordensälteren, der Reihe nach den Nonnen einen Vortrag zu halten. Als aber die Reihe an den ehrwürdigen Nandako gekommen war, wollte dieser den Nonnen keinen Vortrag halten.*

Aus dem Übungsweg des ehrwürdigen Nandako geht hervor, dass Nandako es als Mönch nicht leicht gehabt hatte, die Sexualität zu überwinden. Hinzu kam, dass seine frühere Ehefrau versucht hatte, ihn, der bereits Mönch war, zu verführen (Thag 279-282). Von dieser Vorgeschichte her wird verständlich, warum Nandako es ablehnte, die Nonnen zu belehren, obwohl er als Geheilter keine Furcht vor Versuchungen mehr zu haben brauchte. Es hatte sich bei ihm vor seiner Heilung ein starkes Programm gebildet, von Frauen fern zu bleiben, hinter dem nun, beim Geheilten, keinerlei Zwang mehr stand, so dass er ohne weiteres über das Programm gebieten konnte, als der Erwachte ihn ansprach:

*Belehre, Nandako, die Nonnen, unterrichte, Nandako, die Nonnen, spende du, Geheilter, den Nonnen ein lehrreiches Gespräch. - Gut, o Herr!, sagte der ehrwürdige Nandako dem Erhabenen gehorchend.*

In solchen und ähnlichen Fällen empfiehlt der Erwachte, die Geheilten auch bei Abweisung immer wieder um Belehrung zu bitten.

Die Gefahr des Absturzes bei Lehrer und Schüler

Der Erwachte schildert hier am Ende seiner Darlegung, wie leicht die Sinnensucht wieder einen Menschen überwältigen kann. Er zieht sich in die Einsamkeit zurück, aber Bewunderer

und Belehrung Suchende folgen ihm. Manche einsam Zurückgezogene erkennen die Gefahr und fliehen, andere macht die Ehrerbietung der Nachfolger stolz und überheblich. Sinnliche Triebe werden wach, und Lehrer wie Schüler verlassen die Einsamkeit, kehren gar ins Hausleben zurück, vielleicht nicht für immer, aber zunächst sind sie in ihrem Bemühen abgestürzt.

Dem Geheilten, vollkommen Erwachten, sind viele Wahrheitssucher und um Anleitung Bittende in die Einsamkeit nachgefolgt, haben um Belehrung gebeten - viele Lehrreden sind auf diese Weise überliefert -, aber der Triebversiegte konnte durch niemanden mehr gereizt werden.

Ein Nachfolger des Erwachten dagegen, der - noch nicht triebversiegt - das Reinheitsleben in äußerer Abgeschiedenheit führt, kann von nachfolgenden Verehrenden verführt werden und in das Hausleben zurückkehren. Der Absturz des Nachfolgenden, der, von Trieben überwältigt, im Hausleben verbleibt, der die höchste Lehre in bestmöglicher Weise kennengelernt hat und ihr nachgefolgt ist, bringt mehr Leiden über den Menschen als der Absturz von solchen, die diese höchste Lehre nicht kennengelernt haben, sagt der Erwachte. Denn wenn ein Mensch unter der Führung des Erwachten, des besten Menschenführers, wieder dem Begehren verfällt, wer sollte ihm dann noch helfen können! Er hat dem höchsten Maßstab, dem er sich unterstellt hatte, zuwider gehandelt, hat wider sein besseres Gewissen die Wegweisung des Erwachten missachtet. Darauf geht der Erwachte im Folgenden ein:

*Geht mit mir als einem Freund um,  
der euch den Weg zum Heil weist.*

Wenn ihr mir kein Gehör schenkt, meine Wegweisung nicht beachtet, das Herz etwas anderem zuwendet, *dann geht ihr feindselig mit mir um*. Einen Geheilten, gar einen Vollen deten, berührt das nicht im Mindesten. Er sagt das auch ausdrücklich (z.B. M 22 und M 137): Ob mich meine Zuhörer

verstehen oder nicht, ob sie mir zuhören oder nicht, unbeeinflusst bleibt dadurch der Geheilte. Aber er weiß genauer als jeder andere, was sich seine Schüler mit dem Nichtbefolgen seiner Wegweisung antun. Wenn sie seine Weisungen missachten, dann gehen sie einen Abweg, den er ihnen ersparen wollte, sie behandeln ihn wie einen Feind, nicht wie einen Freund, der doch ihr Bestes will. Kurz vor Ablegen des Leibes fragte der Erwachte seine Mönche: Hat einer von euch noch ein ungelöstes Problem, eine Frage? Wenn ihr euch als Schüler nicht traut, den Meister zu fragen, dann fragt es mich von Freund zu Freund. Seid meine Freunde, nicht meine Feinde. Geht mit mir nach Freundesart um, mit mir, der euer Wohl will. Das wird euch lange Wohl und Segen bringen.

Im Anschluss an seine Mahnung, ihn als Freund zu behandeln, seinen Anweisungen zu folgen, sagt er dann: *Ich gehe mit euch nicht so um wie der Töpfer mit ungebrannten Tongefäßen.* In J 406 wird dieses Gleichnis erläutert. Der Töpfer geht mit feuchten, ungebrannten Tongefäßen sehr schonend um, weil jeder kleinste Fingerabdruck auf dem noch feuchten Ton die beabsichtigte Form beeinträchtigen könnte. Der Buddha dagegen gäbe auch den ungebrannten Gefäßen - Gleichnis für empfindliche Menschen, die noch nicht triebversiegt sind - Stöße, also Ermahnungen, wie etwa am Anfang dieser Lehrrede geschehen. Der auf das Heil Ausgerichtete aber spürt auch im immer wiederholten Tadel des Erwachten noch dessen Wohlwollen und nimmt ihn sich zu Herzen in dem Wissen: Es geht immer um denselben Kern, nämlich die Überwindung der Triebe: *Nur eines lehre ich: das Leiden und dessen Überwindung.* (M 22)

WUNDERBARE, ERSTAUNLICHE EIGENSCHAFTEN  
123. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Der Erwachte fordert nach einem Gespräch der Mönche untereinander Ānando auf, die außerordentlichen Eigenschaften eines Vollendeten zu nennen. – Ānando sagt: Ich habe es vom Erwachten gehört:

Klarbewusst ist der Bodhisattva im vorletzten Leben im Himmel der Still zufriedenen (Tusita-)Götter wiedergeboren und ist klarbewusst dort gewesen. – Klarbewusst ist der Bodhisattva in den Schoß der Mutter eingestiegen. – Dabei erschien großes, unermessliches Licht, sogar in den dunklen Zwischenwelten, das den Glanz der Götter übertrifft. – Vier Göttersöhne schützten den Bodhisattva und seine Mutter. – Als der Bodhisattva in den Schoß der Mutter eingestiegen war, hielt sich die Mutter an die fünf Tugendregeln, hatte kein Verlangen nach Männern. – Die Mutter war umgeben von fünf Sinnengenüssen. – Die Mutter war nicht krank, sah den Bodhisattva in ihrem Leib wie ein Edelstein mit Faden (s. M 140). – Sieben Tage nach der Geburt starb die Mutter und wurde bei den Tusita-Göttern wiedergeboren. – Die Mutter gebar den Bodhisattva nach 10 Monaten im Stehen. – Der Bodhisattva wurde zuerst von Göttern entgegengenommen, dann von Menschen, wurde von Göttern der Mutter gegeben. – Der Bodhisattva war unbefleckt von jeder Unsauberkeit. – Bei der Geburt ergossen sich zwei Regenströme: warm und kalt. – Nach der Geburt ging der Bodhisattva sieben Schritte und sagte: „Der Höchste bin ich, das letzte Leben lebe ich.“ (Wahrscheinlich ist dies eine Voraussicht aus dem Tusita-Leben. Später verschwand diese Erinnerung). –

Der Erwachte: So merke dir, Ānando, auch dies als erstaunliche, außerordentliche Eigenschaft: Gefühle, Wahrnehmungen, Gedanken steigen dem Erwachten bewusst auf, bleiben bewusst und gehen bewusst unter.

## BAKKULO

### 124. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Der Mönch Bakkulo ist ein Geheilter, steht an der Spitze der Gesunden (A I,24). Er soll mit 80 Jahren ordiniert worden sein.

Er antwortete Acelo Kassapo, einem nackten Selbstquäler, auf seine Fragen: Ich bin seit achtzig Jahren ordiniert (also jetzt 160 Jahre alt), habe in diesen achtzig Jahren keine Wahrnehmung der Sinnensucht, Antipathie bis Hass, Rücksichtslosigkeit gehabt, keinen Gedanken der Sinnensucht, Antipathie bis Hass, der Rücksichtslosigkeit.

Das Folgende zeigt Bakkulos asketische Praxis, die den Mönchen nicht vorgeschrieben war, nicht in den Regeln enthalten ist:

Ich habe keine Robe von einem im Haus Lebenden angenommen – habe keine Robe zugeschnitten – nicht mit einer Nadel genäht – nicht mit Farbe gefärbt – habe keine Roben für die Mitmönche angefertigt – habe keine Einladung zum Essen angenommen – habe keinen Gedanken gehabt: „Möge mich einer einladen“ – habe mich in keinem Haus niedergesetzt – habe nicht die Merkmale und Gesichtszüge einer Frau betrachtet – habe nicht die Lehre gelehrt – bin nicht zu den Unterküften der Nonnen gegangen – habe keine Nonne, Novizin belehrt, die Ordensweihe gegeben – habe keine Tutorenschaft für neu ordinierte Mönche übernommen – ließ mich nicht von einem Novizen bedienen – habe nicht in einem Badehaus mit Seife gebadet – habe nicht die Mitmönche massiert – habe keine Krankheit gehabt – keine Medizin genommen – habe kein Sitzpolster benutzt – kein Bett zurechtgemacht – war zur Regenzeit nicht in einem Haus in einem Dorf.

Am 8.Tag nach meiner Ordination erreichte ich die Triebversiegung. – Acela Kassapo trat in den Orden ein und wurde ebenfalls ein Geheilter.

Der ehrwürdige Bakkulo hat inmitten der Mönchsgemeinde den Körper abgelegt.

DIE STADIEN DER ZÄHMUNG  
125. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Der von Sinnensucht Lebende kann  
den Zustand der Herzenseinigung nicht verstehen

*Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Rājagaha im  
Bambuspark am Hügel der Eichhörnchen.*

*Um diese Zeit aber lebte Aciravato, ein junger  
Mönch, im Wald in einer Hütte.*

*Da kam Jayaseno, der Königssohn, auf einem Spa-  
ziergange dorthin, wo Aciravato, der junge Mönch,  
weilte. Dorthin gekommen, tauschte er höfliche,  
freundliche Begrüßungsworte mit ihm und setzte sich  
zur Seite nieder. Zur Seite sitzend, wandte sich nun  
Jayaseno, der Königssohn, an Aciravato, den jungen  
Asketen:*

*Ich habe gehört, Aciravato, dass ein Mönch, der  
ernsten Sinnes, eifrig, unermüdlich verweilt, Einigung  
des Herzens gewinnen kann. –*

*So ist es, Königssohn, so ist es, Königssohn, dass ein  
Mönch, der ernsten Sinnes, eifrig, unermüdlich ver-  
weilt, Einigung des Herzens gewinnen kann. –*

*Einigung des Herzens - samādhi - ist Wunsch und Ziel des  
religiösen Menschen, der sich über diese Welt hinaussehnt. In  
der heutigen Zeit ist die Vorstellung und das Wissen darum  
fast ganz verschwunden, aber im Mittelalter war sie auch im  
Westen bis in die Neuzeit hinein weitgehend bekannt und  
wurde auch noch in den unterschiedlichsten Graden erfahren.  
Das Gegenteil des einigen Herzens ist das zerstreute, das zer-  
fahrene Herz. Der normale Mensch ist in seinem Herzen zer-  
streut, zerfahren, hat vielerlei Bedürfnisse, Tendenzen, Triebe,  
Herzensneigungen: er will mit dem Auge bestimmte Dinge  
sehen, mit dem Ohr bestimmte Dinge hören, mit der Nase*



Düfte riechen, mit der Zunge Bestimmtes schmecken, mit dem Leib bestimmte Dinge tasten und mit dem Geist denken. Ununterbrochen gehen vom Herzen wie von einem Vulkan Bewegungen aus: Wohl- und Wehgefühle, Wahrnehmungen, Gedanken kommen auf. Die allermeisten Tendenzen sind auf Dinge dieser Welt gerichtet. Indem eine derartige Tendenz aufsteigt, empfindet der Mensch eine Neigung nach dem Gewünschten, und schon meldet das Gedächtnis aus früheren Erfahrungen, dass jetzt dieses oder jenes Erlebnis den empfundenen Mangel aufheben und zu einem Wohlgefühl führen würde. Daraufhin versucht der Mensch in der Regel, zu dem betreffenden Erlebnis zu kommen. Das gelingt ihm manchmal leichter, manchmal schwerer und manchmal überhaupt nicht. Wenn es ihm gelingt, so ist er für einige Zeit befriedigt, bis wieder auftauchende andere Tendenzen andere Wehgefühle mit sich bringen und auf deren Aufhebung drängen; außerdem meldet die für den Augenblick scheinbar befriedigte Tendenz nach kürzerer oder längerer Zeit erneut ihr Mangelgefühl und fordert immer wieder Befriedigung. - Gelingt diese Befriedigung nicht, so ist der Mensch für einige Zeit mehr oder weniger unbefriedigt und vom Wehgefühl durchzogen, bis die betreffende Tendenz und das von ihr ausgehende Wehgefühl durch andere Tendenzen verdrängt werden, die wiederum andere Wehgefühle erzeugen.

So entstehen ohne äußere Ursache, nur weil Tendenzen da sind, immer wieder Wehgefühle, Störungen des inneren Wohlbefindens und Friedens, und die als Genugtuung empfundene Wunscherfüllung ist nichts anderes als nur vorübergehende Aufhebung der von den Tendenzen kommenden Wehgefühle. In Wirklichkeit sind also die Tendenzen selber die Ursache für die Wehgefühle, für das Leiden, denn es ist der von ihnen ausgehende Durst, der den Menschen umherjagt und der ihn antreibt, diesen Durst immer wieder zu stillen.

Die Tendenzen des Menschen sind schmerzenden und juckenden Wunden vergleichbar, die ununterbrochen nach der Wohltat des Salbens oder des Kratzens rufen. Gäbe es die

Tendenzen nicht, so würde der Mensch diese endlose Kette der tausendfältigen aufsteigenden Mangelgefühle und Wünsche nicht kennen und brauchte die vielen immer nur kurzen Befriedigungen nicht, hätte immer Frieden und Wohl.

Die Gültigkeit dieses Zusammenhangs können wir bei uns selbst beobachten, wie zu einer Zeit innerer Stille plötzlich ein Mangel empfunden wird, ein Wunsch aufkommt, wie der Geist mit der Möglichkeit der Wunscherfüllung beschäftigt wird und wie dann der ganze Leib eingesetzt wird, um durch Worte, Hingehen oder Weggehen, durch Ergreifen oder Loslassen den betreffenden Wunsch zu erfüllen. Und wir können an unserer Umgebung beobachten, wie Menschen, die von vielen und starken Tendenzen bewegt werden, auch sehr stark beschäftigt und bemüht sein müssen, ihre vielen Wünsche immer zu befriedigen, und wie sie, weil ihnen das häufig nicht gelingt, sehr unzufrieden sind. Dagegen kann man bei Menschen mit weniger Bedürfnissen erkennen, dass sie ein leichteres, weniger mühevolleres Leben mit größerer innerer Zufriedenheit und Heiterkeit haben.

Das Leben mit den sinnlichen Trieben ist bei denen, die solche Triebe haben (und das sind fast die gesamte Menschheit und noch andere Wesen) eine Gewohnheit. Es ist nicht ein Zustand, der sein muss, sondern, wie der Erwachte bei der Beschreibung der Entwicklung der großen Weltzyklen näher erläutert, eine Angewöhnung.(s. D 27) Ebenso wie es die Gewohnheit gibt, ununterbrochen die sinnlichen Triebe zu befriedigen, erst diese, dann jene und wieder andere und wiederum dieselben - ganz ebenso gibt es Wesen, die mit all diesen auf sinnliche Wahrnehmung gerichteten Trieben gar nichts zu tun haben. Es ist gut, sich diese Tatsache öfter vor Augen zu führen. In allen Religionen werden wir darauf hingewiesen, dass es höhere und reinere Daseinsformen gibt als unsere, dass man diese erlangen kann und dass man dann weit friedvoller lebt, leichter, heller, beglückter als jetzt.

Die Menschen haben sich im Lauf der letzten Jahrhunderte eine immer größere bis zuletzt vollständige Kenntnis der Erd-

oberfläche erarbeitet. Diese Kenntnis hat sich in Atlanten und in Globen niedergeschlagen. Jeder Mensch kann, wenn er will, sich über die Beschaffenheit der Erdoberfläche unterrichten und kann sehen, dass es auf der Erde Gegenden gibt mit sehr bekömmlichem Klima und mit sehr unbekömmlichem, mit herrlicher Vegetation und fast ohne, von großer Schönheit und von abstoßender Dürftigkeit. Erst wer die Erde so kennt, hat den Maßstab, seinen gegenwärtigen Aufenthalt richtig einzuordnen, zu sehen, was elender ist als seine gegenwärtigen Lebensbedingungen und was besser ist. Darum kann er, wenn er die Mittel hat, bessere Aufenthalte wählen. - Ganz ebenso ist es mit den existentialen Stadien. So wie der Geograph uns die unterschiedlichen Gegenden der Erde vor Augen führt, so führen die Heilslehrer uns die unterschiedlichen Existenzebenen und Sphären vor Augen, darüber hinaus zeigen sie, auf welchen geistigen Wegen man ins Elend gerät. Wenn man irgendwie mit Recht von Bildung sprechen kann, dann muss man sagen, dass die Menschen erst mit dieser Bildung wahrhaft gebildet sind, was sich auch darin erweist, dass sie die besseren Existenzsphären anstreben und darin nicht mehr nachlassen, bis sie sie erlangt haben.

Geistig gesehen spricht der Erwachte von achtzehn unterschiedlichen Daseinszuständen. Die unteren zehn Stufen zählen zur Sinnensuchtwelt und die oberen zur Welt der Reinen Form und der Formfreiheit. Die Sinnensuchtwelt ist unser Begegnungsleben, in dem man den Eindruck hat, als ein Ich einer Umwelt gegenüber zu stehen. Dieser Eindruck ist bedingt dadurch, dass sich am Körper nach außen gerichtete Sinnesdränge in den Sinnesorganen befinden, mittels derer Formen, Töne, Düfte, Schmeck- und Tastbares wahrgenommen werden. Dieser fünffache Hunger oder Durst wird von den Wesen der reineren Welten als schwere Krankheit angesehen, zumal sie noch dazu führt, dass die Wesen zur Befriedigung ihrer Süchte meistens mehr oder weniger List oder Gewalt anwenden, wodurch sie auf die Dauer immer - selbst wenn die Gewalt zu vorübergehendem Besitz geführt hat - in

noch mehr Elend geraten. Wer keinen anderen Weg kennt als den der Befriedigung sinnlicher Bedürftigkeit, der findet sich ab und bleibt bei den vergeblichen Versuchen der Befriedigung. Darum eben ist die Orientierung über die gesamten Möglichkeiten der Wesen die erste Voraussetzung zur Heilentwicklung, und darum nennt der Erwachte die rechte Anschauung als erste Bedingung der Heilentwicklung.

Unsere allgemeine Erfahrung mit uns selbst und mit den uns begegnenden Mitwesen legt uns eine Auffassung vom Menschenleben nahe, drängt sie uns auf und verwurzelt sie in uns, welche der Wirklichkeit nicht entspricht. Da wir als Menschen uns nur unter Menschen und Tieren vorfinden und die große Anzahl und Vielfältigkeit der anderen Wesen mit den feinstofflichen Körpern nicht sehen und erleben, so kommt uns unser Zustand als Mensch mit Körper und Geist und den vielen Bedürfnissen wie „zementiert“ vor. Als wir irgendwann in der Kindheit zu uns kamen, sahen wir unsere Eltern und die anderen Erwachsenen und gewannen die Ansicht: „Es gibt Menschen, Tiere und Pflanzen und die tote Natur, und wenn man tot ist, dann ist alles aus.“ In Wirklichkeit aber gibt es eine lückenlose Kette von Lebewesen von der untersten schrecklichsten Art an als höllische Wesen und Dämonen, die nur im Auge haben, andere Wesen zu quälen über alle Grade kleinster Verfeinerungen hinauf über Dämonen und Geister dunkler, mittlerer und hellerer Art (die dann Götter genannt werden), bis zu den höchsten, erhabensten Daseinsweisen. Und auch alle diese Wesen bleiben im Lauf ihrer jeweiligen Existenzspanne nicht zwei Augenblicke ganz gleich. Denn jeder Gedanke lässt sie je nach der Qualität des Gedankens einen unscheinbaren Grad heller oder dunkler werden, bedürftiger, gemeiner, schrecklicher oder umgekehrt einen Grad weniger bedürftiger, gemeiner, schrecklicher werden. Ganz ebenso geht es auch uns. Kein Mensch ist am Abend so, wie er am Morgen war. Solange er schläft, ändert er sich nicht. Aber wenn er wach ist, dann denkt und bewertet „es“. So wie wir mit unserem körperlichen Schreiten Schritt für Schritt unsere

Position verändern, den körperlichen Ort unseres Lebens verändern - ganz ebenso verändern wir mit jedem Gedanken genau entsprechend der Qualität des Gedankens unseren gesamten inneren Haushalt, unseren Charakter. Von Augenblick zu Augenblick ist es fast nichts, von morgens bis abends ist es einiges, und im Lauf der siebzig, achtzig Menschenjahre ist es sehr viel. - Und bei dem heutigen westlichen Kulturstand und der heutigen Weltanschauung ist es in der Regel eine merkliche Verschlechterung.

An diese Wandlung denkt der normale Mensch fast gar nicht mehr. Er meint, er wäre von Geburt bis zum Tod eben der Soundso. In Wirklichkeit ist er in fortlaufendem neuem Werden, in fortlaufender Veränderung: *Was der Mensch häufig bedenkt und sinnt, danach wird sein Herz*, sagt der Erwachte. Und wer sich beobachtet, der erfährt es.

Wir sind in der untersten der drei Daseinsetappen, aber wir sind jeden Tag entweder einen Grad höher oder einen Grad tiefer in dieser Daseinsetappe. Wir sind in der Wanderung, und darum kommt es darauf an, wie wir denken, denn so wie wir denken, so wandern wir.

Der Erwachte, der das ganze Daseinsproblem für sich völlig gelöst hat, sich aus aller Abhängigkeit befreit hat, zeigt die Wege, wie der Mensch von der untersten Daseinsterrasse, in der es immer wieder um die Erfüllung und Befriedigung der ungezählten sinnlichen Bedürfnisse geht, zu der höheren gelangt, in welcher das Dasein viel heller, leichter, ja, erhaben ist. Dort hört die Erscheinung von Welt und damit Begegnung auf, und dieser Zustand vollkommener Ruhe wird in der Mystik „Schauung“ oder „Entrückung“ oder „der Friede“ oder „die Einheit“ (unio mystica) und wird in ganz Indien „*samādhi*“ genannt, was ebenfalls Einigung, Einheit und Frieden bedeutet. Dies ist die zweite Daseinsterrasse der Existenz, auf der unvergleichlich mehr und höheres Wohl erfahren wird als in der Sinnensuchtwelt.

Den Begriff *samādhi* gibt es nicht nur in Pāli, sondern auch in anderen indischen Sprachen, auch nicht nur im Buddhis-

mus, sondern auch in anderen indischen Religionen. Er bedeutet etwa so viel wie „gesammelt“, „stille stehn“. Es ist das völlige Zurücktreten der Sucht nach dem Erlebnis der tausendfältigen äußeren Dinge.

Von dieser Einigung des Herzens hat Jayaseno, der Königsohn, gehört und will nun etwas Genaueres über den Weg dahin wissen.

*Gut wäre es, wollte mir Herr Aggivessano die Lehre, wie sie von ihm gehört, von ihm aufgefasst worden, darlegen. –*

*Nicht kann ich dir, Königsohn, die Lehre, wie sie von mir gehört, von mir aufgefasst worden ist, darlegen, denn würde ich dir die Lehre darlegen und du würdest den Sinn meiner Rede nicht verstehen, so hätten wir uns vergeblich bemüht. –*

*Möge mir Herr Aggivessano die Lehre dennoch darlegen, vielleicht dass ich doch den Sinn seiner Rede verstehen könnte. –*

*Würde ich dir, Königsohn, die Lehre, wie sie von mir gehört, von mir aufgefasst worden ist, darlegen und du könntest den Sinn meiner Rede verstehen, so wäre dies gut für dich. Kannst du aber den Sinn meiner Rede nicht verstehen, so magst du deinen Glauben behalten und mich darum nicht weiter befragen. –*

*Möge mir Herr Aggivessano die Lehre darlegen. Kann ich den Sinn seiner Rede nicht verstehen, so werde ich meinen Glauben behalten und Herrn Aggivessano darum nicht weiter befragen. –*

*Da gab denn Aciravato, der junge Mönch, dem Königsohn Jayaseno eine Darlegung der Lehre, wie er sie gehört, wie er sie aufgefasst hatte.*

*Nach diesem Bericht sprach nun Jayaseno, der Königsohn, zu Aciravato, dem jungen Mönch: Unmöglich*

*ist es, Aciravato, es kann nicht sein, dass da ein Mönch, selbst wenn er ernsthaft sich bemüht, auf diese Weise Einigung des Herzens finden kann. –*

*Als nun Jayaseno, der Königssohn, Aciravato, dem jungen Mönch, Unmöglichkeit vorgehalten, stand er von seinem Sitze auf und ging weiter.*

*Aciravato aber begab sich bald, nachdem Jayaseno, der Königssohn, fortgegangen, dorthin, wo der Erhabene weilte. Dort angelangt, begrüßte er den Erhabenen ehrerbietig und setzte sich zur Seite nieder. Zur Seite sitzend, erzählte da Aciravato, der junge Mönch, dem Erhabenen Wort um Wort das ganze Gespräch, das er mit Jayaseno, dem Königssohn, geführt hatte.*

Das Herz des normalen Menschen ist wegen seiner Triebe, Tendenzen nicht still, geeint, sondern ununterbrochen bewegt, gerissen. Der Erwachte nennt die Formen, Töne, Düfte, Geschmäcke, das Tastbare, die Denkobjekte die Plünderer, die die Kräfte des Menschen plündern, dessen Triebe auf diese aus sind, der nicht den Herzensfrieden bei sich selber gewonnen hat. Er wird ununterbrochen ausgeplündert, seine Lebenskraft wird jeden Tag vermindert, und abends ist er müde, uninteressiert. Aber am nächsten Morgen jagt er von neuem den Dingen nach. Und indem er sich befriedigt, so gut er kann und dieses gutheißt, wird das Bedürfnis immer größer, denn die Befriedigung ist nur vorübergehend, gibt keinen Frieden. Wird sein Bedürfnis nicht befriedigt, so wird er zornig, verzweifelt je nach seinem Temperament, greift sogar zu Verbrechen oder resigniert, begeht gar Selbstmord. Das ist das zerfahrene, zerstreute Herz. Die meisten Menschen leben in dieser Weise und wissen es gar nicht, sie kennen nichts anderes, können gar nicht vergleichen. Und so ähnlich geht es Jayaseno, dem Königssohn. Darum kann er mit der Antwort des jungen Mönchs nichts anfangen, obwohl er in einer Zeit lebt, in der das Erlebnis der Herzenseinigung noch bekannt ist, aber er ist ein Kö-

nigsohn, am Hofe hört er von diesen Dingen nicht oft, sondern weit mehr von den die Sinne reizenden Dingen. Nun sieht er den Mönch, dessen Haltung ihn an das ernste Bemühen der Asketen erinnert, zur Einigung zu kommen, und so fragt er. Aber weil sein gewohntes Dichten und Trachten von einer ganz anderen Beschaffenheit ist als das des Mönchs, so versteht er nicht, was der Mönch meint. Der Mönch hat aus seinem vollen Vertrauen zum Erwachten heraus dem Königssohn die Einigung des Herzens dargelegt, wie er es gehört hat. Die Mönche haben die Lehreden des Erwachten wörtlich behalten. Es heißt in der Rede, dass der Mönch vorher schon vermutete, dass der Königssohn ihn wohl nicht verstehen würde. Aus seinem Zögern ist zu erkennen, dass ihm selber der *samādhi* noch nicht vertraut ist. Er hat wohl viel davon gehört unter den Mönchen und hat schon Mönche gesehen, die in der Entrückung weltabwesend saßen, und er mag auch schon manchmal eine feine innere Stille empfunden haben, welche die Nähe des Entrückungszustands anzeigt - aber das alles ist für ihn noch Neuland. Er weiß wohl die Worte, mit welchen der Erwachte diese Dinge beschreibt, aber er weiß aus der eigenen Erfahrung, dass sich ihr ganzer Sinn nur demjenigen offenbart, der die Entrückungen immer wieder erfährt.

Als er dem Erwachten das Gespräch berichtet, da sagt der Erwachte nicht, dass er falsch geantwortet hätte, sondern sagt: *Jayaseno, der Königssohn, konnte das nicht verstehen, und er zeigt nun den Grund dafür.*

*Nach diesem Bericht wandte sich nun der Erhabene an Aciravato, den jungen Mönch: Wie sollte es möglich sein, Aggivessano, dass das, was durch Zurücktreten von der Welt der Sinne erkennbar ist, durch Loslassen sichtbar ist, durch Ablösung fassbar und durch Befreiung zu verwirklichen ist, dass das etwa auch von Jayaseno, dem Königssohn, der mitten in sinnlichem Begehren lebt, der Begehrensdinge genießt, von begeh-*



*lichen Gedanken verzehrt wird, im Begehrensfieber aufgerieben wird, von der Suche nach den Sinnendingen ganz erfüllt ist, erkannt werden könnte, gesehen werden könnte, erfasst werden könnte, verwirklicht werden könnte - das ist nicht möglich. -*

Der Erwachte zeigt hier also, dass das Nichtverstehen an der Art des Königssohnes liegt, an der Gerichtetheit seiner Triebe, seines ganzen Interesses, so dass er dem Zustand des Herzensfriedens und dem Weg dahin fremd gegenüberstehen muss.

Der Erwachte sagt immer wieder: Nur in dem Maß, wie man sich selber von den gewöhnlichen Dingen freimacht, kann man die übermenschlichen Erfahrungsstufen verstehen. Dagegen sind die Dinge, die der normale Mensch lernt, fast alles solche, die wir mit etwas Anstrengung verstehen können. Wenn sie einer nicht versteht, dann meint man, er hätte nicht genug Verstand; mit mehr Anstrengung und Konzentration könnte er es verstehen. Aber wir haben auch Beispiele dafür, dass man schon manche weltlichen Dinge nur dann verstehen kann, wenn man entsprechende Vorerfahrungen hat. Wenn z.B. ein Mensch blind ist, dann kann man ihm in keiner Weise klarmachen, was etwa grün, gelb oder rot ist, es gibt keine Mittel dafür, Farben allein mit Begriffen zu erklären. Erst wenn dem Blinden die Augen geöffnet würden, könnte er verstehen, was mit „Farben“ gemeint ist. Auf einem Gebiet, auf dem ein Mensch gar keine Eindrücke selber gewonnen hat, auch keine Voreindrücke, die ihm dann als „implizites Wissen“ zur Verfügung stehen, kann man ihm nichts verständlich machen. Wie kann man z.B. jemandem beschreiben, dass Schokolade süß schmeckt, wenn einer gar keinen Geschmack hat? Die Religionen lehren innere Zustände von gradueller bis zu vollkommener Ablösung, Unabhängigkeit, Unverletzbarkeit, Wissen, Weisheit usw., Zustände, die nur der verstehen kann, der wenigstens schon etwas in dieser Richtung erfahren hat. Wer nichts kennt als die Erfahrungen des normalen Menschen, der kann die Beschreibungen von Freiheit außerhalb der

Welt, von Unverletzbarkeit, von Seligkeit usw. nicht verstehen. Das sind für ihn alles nur Worte, die ihm etwas andeuten, für das er keine Vorstellung hat. Wer aber selber einmal einen überweltlichen Zustand gewonnen und dann in diesem Zustand über der Seligkeit dieser Gemütsempfindung die verursachende Vorstellung vergessen hat, der merkt, dass das ein ganz anderer Lebenszustand ist, als er je für möglich gehalten hatte. Durch diesen Erfahrungshintergrund kann er dann in etwa verstehen, wenn von religiösen Gefühlen, die über den normalen Gefühlen liegen, und von ekstatischen Zuständen gesprochen wird. Er wird sie aber immer durch die Brille seines einmaligen außerordentlichen Erlebnisses sehen. Ein anderer mag von innen kommende Beglückung oder einen stillen Frieden erlebt haben und was es sonst noch für überrnormale geistig-seelische Zustände gibt - aber jeder wird, wenn er irgendwelche Beschreibungen von überrnormalen Zuständen hört, sie vergleichen mit dem, was er selber einmal erlebt hat. Das mag sein Verständnis vielleicht in eine falsche Bahn lenken, aber immerhin ist ein Tor geöffnet zu der außernormalen Erfahrungsweise. Dadurch entsteht in dem Hörer die Zuversicht, dass er in das Übersinnliche hineinwachsen könne.

Die Beschränktheit unserer Erfahrung ist also das eine Hindernis, Berichte über höhere Erfahrungen und Daseinsmöglichkeiten nachzuempfinden. Das andere Hindernis sind die auf sinnliches Erleben gerichteten Triebe. Wenn wir irgendetwas hören, irgendetwas aufnehmen, ob es etwas Wissenschaftliches ist oder etwas aus unserer Familie, unserer Umgebung, aus dem Beruf oder was immer es auch sei - was wir hören, ist durch die Neigungen des Herzens gefärbt; und wenn unser Herz hauptsächlich bewegt ist von alltäglichen Dingen und wenn es gar berauscht ist von starkem Begehren und Hassen, dann können wir die stilleren Dinge nicht verstehen. Wenn aber mehr Stille ist, verstehen wir das Tiefere und Stillere auch besser. Jeder wird es schon erfahren haben, dass er zu manchen Zeiten keine Lust zu stilleren Gedanken verspürt; und wenn er sich dazu zwingen will, merkt er, dass es fast nicht

geht, weil er von Wilderem bewegt ist. Zu einer anderen Zeit, oft ohne dass er es sich vornimmt, gelangt er wie von selber zu stilleren Gedanken oder zum Schweigen der Gedanken in innerem Wohl. Das empfindet er nachher als eine gesegnete Stunde und wünscht sie sich öfter herbei. Man kann sich allmählich in die Hand bekommen, kann das innere Gewoge mehr beobachten und lenken und merkt dann: Je mehr ich jeden üblen Gedanken, der in mir aufkommt, bewusst durch einen besseren ersetze und je weniger ich mich äußeren Angelegenheiten aussetze, um so mehr gewöhne ich mich an feinere Gedanken und Vorstellungen. Und wenn ich nicht ruhe, bis die üble Gesinnung aus meinem Herzen getilgt ist und eine bessere über dasselbe Objekt, über denselben Menschen oder Fall in mir Platz gegriffen hat, um so mehr sichte ich immer mehr Übles ab. Wer die tieferen Wahrheiten kennt, der sieht, dass üble Gesinnungen üble Hemmungen sind, die seine Freiheit und auch das Wohl seiner Nächsten verhindern. Ein solcher führt seine Selbsterziehung immer tiefer, immer gründlicher durch bis zum Ende. Die Schichtungen unseres Herzens sind die Überlagerungen unseres geistigen Auges. Nur durch diese Schmutzschichten sehen wir, was wir sehen. Darum sehen wir „Dinge“ so, wie wir beschaffen sind. Wer an sich arbeitet, bleibt zwar in dem Gewoge, aber das Gewoge wird abebben, von Woge zu Woge wird es abebben. Die Wogen werden kleiner bei dem, der sich bewusst und beharrlich in die Selbsterziehung nimmt, an sich arbeitet.

Darum fährt der Erwachte jetzt fort:

*Wie sollte es möglich sein, Aggivessano, dass das, was durch Zurücktreten von der Welt der Sinne, durch Loslassen, durch Ablösung fassbar und durch Befreiung zu verwirklichen ist, dass das etwa auch von Jayaseno, dem Königsohn, der mitten im sinnlichen Begehren lebt, der Begehrensdinge genießt, von begehrliehen Gedanken verzehrt wird, im Begehrensfieber aufgerie-*

*ben wird, von der Suche nach den Sinnendingen ganz erfüllt ist, erkannt werden könnte, gesehen werden könnte, erfasst werden könnte, verwirklicht werden könnte - das ist nicht möglich. -*

Die innere Reife entscheidet über das Verständnis. Wir haben in den Lehrreden viele Beispiele für diese Tatsache. In der 146. Lehrrede der "Mittleren Sammlung" unterrichtet ein Geheilter fünfhundert Nonnen. Zu einem bestimmten Thema erklärt er ihnen Schritt für Schritt den Zusammenhang, und er fragt immer wieder: „Versteht ihr das?“ - Sie antworten immer wieder: „Ja, wir verstehen es.“ – „Und wieso versteht ihr es?“ – „Wir haben es schon in der Vergangenheit immer wieder so betrachtet, immer wieder so gesehen.“

Sie haben den wirklichkeitsgemäßen weisen Anblick der Dinge immer wieder gepflegt, wodurch sie zu einem feinen Zurücktreten gekommen sind, durch das sie über den Dingen stehen und nicht mehr von den Eindrücken umhergeworfen werden, nicht mehr erschüttert werden durch die einzelnen Sinneseindrücke, sondern bei dem klaren entlarvenden Blick der Wahrheit bleiben. Mit dieser Haltung sind sie endgültig in die Entwicklung eingetreten, die erst endet, wenn das Heil gewonnen ist. Und das bestätigt auch der Erwachte. Er sagt, dass durch die Erklärung des Mönchs auch die geringste der Nonnen den Stromeintritt gewonnen habe.

Nach der 147. Rede der „Mittleren Sammlung“ spricht der Erwachte mit Rāhulo über fast wörtlich dasselbe Thema. Und dieser erlangt durch den fast gleichen Vortrag die Versiegung aller Wollensflüsse/Einflüsse. Es heißt dort, diesem Vortrag hätten noch viele Tausende anderer Wesen zugehört, himmlische Geister, die dadurch in den Strom eingetreten seien. Dieselbe Darlegung hat diesen, die weniger reif waren, geholfen zum Verständnis, dass und warum die fünf Zusammenhäufungen nur Leidensmasse sind und dass man erst gesichert ist, wenn das Haften an ihnen ausgerodet ist. Wer das gründ-

lich verstanden hat und dann anfängt, danach zu leben, immer mehr zurückzutreten, loszulassen, in Bezug auf diese Dinge nicht mehr Ansprüche zu stellen, innerlich sich frei zu machen, der prägt das in sein Wollen ein, dessen Grundcharakterzug wird das Loslassen. Und damit wächst er zu innerer Selbstständigkeit immer mehr heran. Er gewinnt innere Unabhängigkeit. Wer sich das so eingepägt hat, der wird es auch mitnehmen in jedes weitere Leben. Der Erwachte sagt: Wer den Unbestand und das damit verbundene Leiden aller Dinge betrachtet und die Möglichkeit, von ihnen endgültig frei zu werden, bei dem wächst die Spannkraft, der Wille zur heilen Situation.

Im Westen wurde besonders seit der sogenannten „Aufklärung“ bis in das zwanzigste Jahrhundert hinein in Philosophie und Psychologie die Frage der Willensfreiheit sehr bewegt, und es wurden die verschiedensten Argumente für und gegen diese Behauptung vorgebracht mit dem Ergebnis, dass sich diese Frage allmählich ungeklärt verlief, zumal das immer reichere Angebot der vordergründigen Befriedigungen die Aufmerksamkeit stärker in Anspruch nahm.

Der Erwachte weiß, dass jeglicher Wille - vom kleinsten bis zum größten - seine genau entsprechenden Bedingungen, „Determinanten“, hat, dass sowohl das Aufkommen eines Willens überhaupt wie auch seine Richtung, sein Ziel und auch der Grad seiner Stärke immer nur durch bestimmte Gegebenheiten bedingt ist: durch drängende Triebe des Herzens, Zuneigungen oder Abneigungen oder durch Einsichten oder Vorstellungen des Geistes oder durch beides, und dass ohne Bedingungen kein Wille aufkommen kann.

Darum nennt der Erwachte – und das kannte man bereits im alten Indien – „Willensfreiheit“ nur als Freiheit von jeglichem Willen. Unser aufkommender Wille ist ein Zeichen, dass wir den Endzweck alles Wollens, aller Mühe und aller Anliegen und Anstreben immer noch nicht erreicht haben, dass wir noch nicht am Ziel aller Ziele in Ruhe, in erhabener Unverletzbarkeit - also in der Vollendung - weilen.

In früherer Zeit bestand auch im Abendland, schon bei den frühen Griechen, eine Vorstellung davon, dass Wille zu irgendeinem Ziel oder zur Trennung und Entfernung von irgendwelchen Situationen oder Gegebenheiten eine Abhängigkeit ist, und daraus entstand die Vorstellung des autonom-erhabenen Zustands oberhalb aller Abhängigkeit: die Vorstellung der „apatheia“, der „Apathie“. Diese Freiheit des Menschen von allen inneren Abhängigkeiten wurde aber später oft missverstanden und wird heute nur noch missverstanden als die Interessellosigkeit des Kranken, des Lebensmüden, Resignierenden.

Ganz ebenso wurde unter den asketischen Kämpfern der christlichen Mystik erkannt und durchschaut, wie die differenzierten und differenzierenden Triebe den Menschen nach diesem und jenem gieren und streben lassen mit all der Mühsal und Dramatik, die diese unterschiedlichen Dränge mit sich bringen. Von daher kam man zu der Erfahrung und aus Erfahrung zu der Erkenntnis, dass der vollendete Friede erst gewonnen werden kann in der „heiligen Indifferenz“ (*sancta indifferentia*) durch die Befreiung und Reinigung des Herzens von allen diesen Trieben. Dieser Begriff wurde in christlich religiösen Kreisen noch tiefer gefasst als im alten Griechenland die Apathie, weil der Christ in dem Bewusstsein von der Ewigkeit der Seele stand und weil Jesus selbst mahnt (Matth. 5,48): *Ihr sollt vollkommen sein, wie euer Vater im Himmel vollkommen ist.* Und er verheißt: *Selig sind die reinen Herzens sind, denn sie werden Gott schauen.* Und das heißt im christlichen Sinne: Dann bist du am Ziel aller Ziele, aller Wünsche, allen Wollens, ledig, darum untreffbar, unverletzbar, erhaben, im Heil.

Christus wie auch der Erwachte geben das Gleichnis vom Sämann. Sie vergleichen die Menschen mit unterschiedlich geeignetem Boden. So wie auf schlechtem Boden nichts gedeihen kann, der Same nicht aufgehen kann, so, sagen sie, kann bei vielen Menschen der Same, den die Heilslehrer mit

ihrer Lehre geben - die Wahrheit - nicht aufgehen, viele Menschen sind dazu ungeeignet. Jesus sagt (Matth. 13, 19-21):

*Etliches (von den Samen) fiel in das Steinige, wo es nicht viel Erde hatte, und ging bald auf, darum, dass es nicht tiefe Erde hatte.*

*Dass aber auf das Steinige gesät ist, das ist, wenn jemand das Wort hört und es alsbald aufnimmt mit Freuden; aber er hat nicht Wurzeln in sich, sondern er ist wetterwendisch. Wenn er des Wortes wegen in Schwierigkeiten gerät oder verfolgt wird, so ärgert er sich alsbald.*

So kann die beste Heilslehre nichts helfen, wenn der Hörer kein Vertrauen, kein Verständnis für sie aufbringen kann. Wenn aber beides zusammen da ist: die Heilslehre und der für sie empfängliche Mensch, dann wird der Prozess der Heilsgewinnung eingeleitet und vollendet.

500 Jahre vor Chr. hat der Erwachte den gleichen Zusammenhang geschildert (A VI,62):

So wie guter Samen, wenn er auf Boden mit felsigem Untergrund falle, trotz guten Ansatzes nicht zur vollen Entfaltung kommen könne, so auch sei ein Mensch, der im Grund seines Herzens dürftig und schwach sei, auch trotz aufmerksamen Anhörens der Lehre und trotz einer anfänglich positiv erscheinenden Entwicklung doch nicht sicher vor dem Abfall - eben wegen der Dürftigkeit seines seelischen Untergrunds.

Und er gibt ein weiteres Gleichnis, in dem er diese Dürftigkeit näher beschreibt. Er sagt:

Menschen, die bis über die Ohren in der Weltlichkeit und Sinnlichkeit aufgingen und untergingen, welche darum für nichts anderes Sinn hätten, die seien Lotosrosen vergleichbar, die ganz und gar im Wasser lebten, bei denen Stängel, Blätter und Blüten unter dem Wasser sich entwickeln und entfalten.

Andere der Menschen dagegen ragten mit ihrem Geist etwas über die Sinnlichkeit hinaus, wie bei manchen Lotosrosen der Stängel noch im Wasser ist und nur Blätter und Blüten über das Wasser hinausragen.

Zu den letzteren gehört etwa der Pilger Māgandiyo (M 75). Er sagt zwar, er hätte Vertrauen zum Erwachten: *So viel traue ich Herrn Gotamo zu, er wird mir jetzt auf dieser Stelle die Wahrheit so sagen können, dass ich es vollkommen fasse.*–

Ihm antwortet der Erwachte aber nur: Wohlan denn, Māgandiyo, geselle dich zu den Mönchen, tritt ein in den Orden, du wirst dort immer gute Lehre hören und gute Vorbilder haben, wirst mit den Mönchen leben und wirst allmählich dahin wachsen, dass du es dann verstehst.

Selbst der Erwachte konnte Māgandiyo also die Wahrheit nicht gleich so sagen, dass dieser sie begreifen konnte. Und viele, mit denen der Erwachte gesprochen hatte, gingen ebenso skeptisch fort wie Jayaseno den Mönch Aciravato verließ, weil sie durch die Stärke ihrer Triebe die Tiefe des Gesagten nicht fassen konnten. Denn dazu gehört innere Aufnahmebereitschaft und eine große innere Reife. Das zeigt der Erwachte nun in unserer Rede in zwei Gleichnissen:

Die Zähmung des Elefanten und  
das Ersteigen des Felsens als Gleichnisse  
für die Aufhebung begrenzter Perspektive

*Gleichwie etwa, Aggivessano, wenn da zwei Elefanten oder Rosse oder Stiere wären, gut gezähmt und abgerichtet, und zwei Elefanten, zwei Rosse, zwei Stiere, nicht gezähmt, nicht abgerichtet. Was meinst du, Aggivessano, würden wohl jene Tiere, die gut gezähmt und abgerichtet sind, das tun und fertig bringen, was eben gezähmte und abgerichtete Tiere tun und fertig bringen? - Ja, Herr. -*



*Aber würden wohl jene zwei nicht gezähmten, nicht abgerichteten Elefanten oder Rosse oder Stiere das tun und fertig bringen, was eben gezähmte und abgerichtete Tiere tun und fertig bringen? - Nein, Herr. -*

*Ebenso nun auch, Aggivessano, ist es unmöglich, dass das, was durch Zurücktreten von der Welt der Sinne, durch Loslassen, durch Ablösung fassbar und durch Befreiung zu verwirklichen ist, dass das etwa auch von Jayaseno, dem Königssohn, der mitten im sinnlichen Begehren lebt, der Begehrensdinge genießt, von begehrliehen Gedanken verzehrt wird, im Begehrensfieber aufgerieben wird, von der Suche nach den Sinnendingen ganz erfüllt ist, erkannt werden könnte, gesehen werden könnte, erfasst werden könnte, verwirklicht werden könnte. Das ist nicht möglich.*

Ein gezähmtes Tier hat nicht nur vielerlei Übungen durchgemacht, sondern es hat auch Kontakt mit den Menschen bekommen, es versteht die Menschen jetzt. Es hat viele Gewohnheiten, die ungezähmte Tiere an sich haben, abgelegt, vergessen, es hat eine andere Art gewonnen, teilweise ist es sogar in der Gesinnung anders geworden. Von solchen den Menschenumgang gewöhnten Tieren kann man etwas ganz anderes erwarten als von Tieren, die nicht gezähmt sind. Schon früher berichteten Indienreisende von den erstaunlichen Verhaltensweisen und Leistungen gezähmter Elefanten und Pferde. Ähnlich ist es auch mit der Reinigungsübung der Menschen. Wer sich um die Verbesserung seiner inneren Art bemüht, von dem kann man ein besseres Verhalten und ein besseres Verständnis für tiefere Dinge erwarten als von einem „ungezähmten“ Menschen, der seinen vielen Neigungen fast ungezügelt folgt ohne Lenkung, ohne Leitbild.

Laut M 120 sagt der Erwachte von einem Mönch, der Vertrauen zu ihm und zu seiner Lehre gewonnen hat und da-

raufhin zu dem Wunsch kommt, nach diesem körperlichen Leben eine höhere, hellere, erhabene Daseinsform zu erreichen:

*Auf dieses Ziel richtet er sein Herz, darin befestigt er sein Herz, nach diesem Ziel bildet er sein Herz aus. Indem er sich dieses Leitbild beständig vor Augen führt, da führt die Gesamtheit seiner Anstrengungen zum Wiedererscheinen dort. Das ist der Weg, die Vorgehensweise, die zum dortigen Erscheinen hinführt.*

Eine solche Übung wurde im alten Indien und wird auch heute noch „yoga“ genannt im Sinn von „Sich Anjochen“ und Festhalten an dieser Vorstellung, bis man ganz so geworden ist. Die „Idee“, die ein Mensch in sich ausbildet über eine wahrhaft gute und edle Lebenshaltung und Lebensführung - die zum Leitbild gemachte Idee, nach welcher man sein ganzes Leben ausrichtet, verändert auch allmählich den gesamten Charakter, indem alle Charaktereigenschaften, die ihr widersprechen, im Lauf der Zeit schwächer werden und allmählich ganz verschwinden. In demselben Maß werden die gesamten sein Tun und Lassen lenkenden Kräfte, Triebe und Charaktereigenschaften, die dieser Idee entsprechen, ausgebildet und verstärkt, so dass zuletzt der gesamte Charakter des Menschen und damit sein gesamtes Tun und Lassen dieser Idee entspricht. Damit entspricht auch das karmische Ergebnis seines gesamten Tuns und Lassens dieser Idee. Was also zuerst nur eine im Geist aufgerichtete und festgehaltene Vorstellung, ein Leitbild als Wegweisung ist, das entwickelt sich allmählich, wenn es als Leitbild anerkannt bleibt, zu den Triebkräften des Wesens und damit zu seinem Verhalten und reift heran zu entsprechenden Ereignissen des erlebten Schicksals im Guten und im Schlechten, im Lichten und im Dunklen, zur erlebten „Welt“. Das ist die Zähmung des Menschen. Die beharrliche Anjochung an das Leitbild der Tugend bewirkt eine immer höhere und größere Erhellung und Besänftigung des gesamten Lebenswandels innerhalb des Begegnungslebens. Und aus ihr

geht jene Erhellung des dem Menschen eigenen Grundgefühls hervor, das ihn selbständig, von der Sinnensucht unabhängig und fähig zum Herzensfrieden (*samādhi*) macht. Gegenüber dem dann empfundenen Wohl wird der schmerzliche Charakter der Sinnensucht voll offenbar, und der Übende löst sich ab.

Als zweites gibt der Erwachte ein Gleichnis, das besonders eindeutig ist und viele Bezugspunkte zu dem Vorgang der Läuterung hat:

*Gleichwie etwa, Aggivessano, wenn da in der Nähe eines Dorfes oder einer Burg ein hoher Felsen stände. Zu diesem gingen zwei Freunde, aus dem Dorf oder der Burg Arm in Arm hinschreitend, heran, dem Felsen entgegen. Dort angelangt, bliebe der eine der Freunde unten, am Fuß des Felsens, stehen, während der andere auf den Gipfel des Felsens emporstiege. Und es riefte der Freund unten, am Fuße des Felsens, dem Freunde zu, der auf den Gipfel des Felsens gestiegen:*

*Was siehst du denn oben vom Felsen aus, Bester? – Und jener spräche: Ich sehe da vom Felsen aus einen herrlichen Park, Bester, einen herrlichen Wald, eine blühende Landschaft, einen entzückenden Lotosteich. – Und jener spräche: Unmöglich ist es, Bester, es kann nicht sein, dass du oben vom Felsen aus einen herrlichen Park, einen herrlichen Wald, eine blühende Landschaft, einen entzückenden Lotosteich siehst. –*

*Da stiege der Freund vom Gipfel herab bis hinunter auf die Ebene, ergriffe den Freund unterm Arm, führte ihn auf den Felsen hinauf, und nachdem er ihn eine Weile hat ausruhen lassen, fragte er ihn: Was siehst du denn oben vom Felsen aus, Bester? – Und jener spräche: Ich sehe da vom Felsen aus einen herrlichen Park, Bester, einen herrlichen Wald, eine blühende Land-*

*schaft, einen entzückenden Lotosteich. – Der zuerst Hinaufgestiegene aber sagte: Eben erst haben wir, Bester, deine Rede vernommen: „Unmöglich ist es, Bester, es kann nicht sein, dass du oben vom Felsen aus einen herrlichen Park, einen herrlichen Wald, eine blühende Landschaft, einen entzückenden Lotosteich siehst“; jetzt dagegen, Bester, haben wir deine Rede vernommen: „Ich sehe da vom Felsen aus einen herrlichen Park, Bester, einen herrlichen Wald, eine blühende Landschaft, einen entzückenden Lotosteich.“ – Und jener spräche: „Solange mich dieser mächtige Felsen gehindert hat, Bester, hab ich das Sichtbare nicht gesehen.“–*

*Ebenso nun auch, aber noch mächtiger, ist Jayaseno, der Königsohn, in gewaltigen Wahn eingeschlossen, von gewaltigem Wahn zurückgehalten, behindert, von gewaltigem Wahn umfassen. Dass er etwa das, was durch Zurücktreten von der Welt der Sinne, durch Loslassen, durch Ablösung fassbar und durch Befreiung zu verwirklichen ist, dass das etwa auch von Jayaseno, dem Königsohn, der mitten im sinnlichen Begehren lebt, der Begehrenden genießt, von begehrenden Gedanken verzehrt wird, im Begehrenden aufgerieben wird, von der Suche nach den Sinnendungen ganz erfüllt ist, erkannt werden könnte, gesehen werden könnte, erfasst werden könnte, verwirklicht werden könnte - das ist nicht möglich.*

*Wenn du, Aggivessano, diese beiden Gleichnisse Jayaseno, dem Königsohn, gegeben hättest, wäre Jayaseno, der Königsohn, erfreut gewesen, hätte Vertrauen gewonnen, hätte getan, was Vertrauende tun. – Wie doch nur hätte ich wie der Erwachte diese beiden unanfechtbaren Gleichnisse geben können, die ich nie gehört habe.*

Mit diesem Gleichnis von der Ersteigung des Felsens zeigt der Erwachte ganz unmissverständlich, dass sich kein Mensch vorstellen kann, wie der Geheilte, der Weltüberwinder, die Welt und das Leben sieht, und dass er, wenn es ihm gesagt wird, es auch nicht glauben kann.

Die beiden Freunde, die Arm in Arm das Dorf verlassen und zu dem Berg wandern, gelten für Menschen, die sich von der Menge lösen, weil sie mit den Oberflächlichkeiten nicht zufrieden sind, sondern Wahrheit und Klarheit über das Leben suchen. Aber es zeigt sich ein entscheidender Unterschied zwischen diesen beiden Wahrheitssuchern:

Jener Freund, der in der Niederung am Fuß des Felsens verblieben war und darum nur den Felsen vor sich hat, ist zu einer ganz anderen Auffassung über die Landschaft gekommen als der andere Freund, der den Felsen erstiegen hat und nun von oben her in der gesamten Runde die Landschaft sieht. In diesem Gleichnis gilt der unten verbliebene Freund für die Bemühungen der verschiedenen weltanschaulichen und philosophischen Richtungen im Nachdenken und Vermuten über das Wesen der Welt und des Lebens wie aber auch für die Naturforschung, welche die verschiedenen Gegenstände der sinnlichen Wahrnehmung genauer untersucht. Dagegen gilt der andere Freund, der den Felsen erstiegen hat, für den religiösen Menschen, der sich läutert bis zur vollkommenen Reinheit des Herzens. Davon wird sowohl in M 24 wie M 144 gesagt, dass damit *avijjā*, der Wahn, aufgehoben ist, der Wahn - im Gleichnis der Felsen -, aus dem alle „Welt“ samt „mir selber“ besteht. Er hat jetzt einen Zustand erworben, der für uns in keiner Weise vorstellbar ist. Damit sagt der Erwachte ausdrücklich, dass die wirklichkeitsgemäße Sicht für den normalen Menschen unmöglich auf den Wegen des Denkens gewonnen werden kann, sondern nur von dem durch die vollkommene Reinigung des Herzens von allen Trieben zur Weisheit Gelangten (*pandita*) - e r f a h r e n werde. (s. M 26)

Der Mann, der unten vor dem Felsen bleibt, ruft zu dem oben Angekommenen hinauf, was er von dort aus sehe. Wie

aber der obere Freund ihm seine Sicht schildert, da sagt der andere: „Unmöglich ist es, lieber Freund, es kann nicht sein, dass du dergleichen siehst.“ Der Freund von oben kann diese Ungläubigkeit gut verstehen, denn er weiß, dass er auf dem Weg des Aufstiegs Perspektiven und Horizonte überwunden hat, die er vorher nicht ahnen konnte. Er weiß, dass er dem Freund nur dadurch helfen kann, dass er selbst wieder hinabsteigt und mit dem Freund hinaufgeht. Oben angekommen, gesteht nun auch der andere Freund, dass er allein durch den Aufstieg jetzt ebenso sieht wie der andere.

Die Freunde haben durch Aufhebung von Anziehung und Abstoßung den Fels der Blendung überstiegen und damit den Wahn (*avijjā*), aufgehoben, Wahrwissen gewonnen, während vorher der unten Verbliebene nur die Felswand sah und meinte, es gebe keinen Ausblick. Der Ausblick, den die Felserkletterer, die Wahnüberwinder, genießen, gilt für die Weisheit, für die universal gewordene Wahrnehmung, die alle Zusammenhänge durchschaut und erkennt und dadurch vom Wahnwissen zum Wahrwissen gekommen ist.

Der normale Mensch, also auch der Philosoph und Naturforscher, sind Wahnprodukt, ein Fieberbild, das es außerhalb des Wahnfiebers nicht gibt. Nicht hat der normale Mensch Wahn, sondern der Wahn hat ihn. Die den Wesen innewohnenden Anziehungen und Abstoßungen machen ihre Blendung aus, ihren Wahn. Sobald etwas vor ihnen auftaucht, fühlen sie sich hingeneigt oder abgeneigt. Ein Wesen, das diese Neigungen nicht hat, bleibt bei allem Auftauchen in erhabenem Gleichmut, aber den mit Anziehung und Abstoßung besetzten Wesen müssen die einen Dinge als schön, lieblich, beglückend erscheinen und die anderen Dinge als abstoßend, betrübend, misslich.

Die Wahrnehmung wird letztlich nur vom Interesse gelenkt. Das Interesse ist wie ein Magnetismus: positiv und negativ; wo aber der Magnetismus von Anziehung und Abstoßung schweigt, weil das Wesen im Inneren in einer so erhabenen Gestimmtheit lebt, dass seine Aufmerksamkeit sich gar

nicht nach außen richtet, da wird keine Welt wahrgenommen, da ist Blendung aufgehoben, da ist Frieden.

Wer dies versteht, der kann zu einem geradezu erschütternden Verständnis des viel benutzten Wortes *avijjā* kommen. Es wird meistens viel zu harmlos mit „Nichtwissen“ übersetzt, aber das bedeutet nicht fehlendes Wissen - was durch bloße Information sofort zu beheben wäre -, sondern dass der von Anziehung und Abstoßung Bewegte durch seine Wahrnehmung eine Welt- und Lebensvorstellung bekommt, hinter der keine Wirklichkeit ist: Falschwissen, Wahnwissen. Ein geistig unsichtbares Kräftespiel von Anziehung und Abstoßung funktioniert, und das bewirkt den wahnhaften Eindruck von einem Ich in Auseinandersetzung mit umweltlichen Lebewesen oder Dingen wie im Traum.

Angesichts dieser Tatsache geht es darum - und das nennt und empfiehlt der Erwachte als "sati" - dass man seine Aufmerksamkeit n i c h t auf die sinnlich wahrnehmbare Zwiesal, sondern allein auf die nur geistig wahrnehmbare innere Dynamik richtet, eben auf die Wirkungskräfte des gespaltenen Herzens. Die Triebe des Herzens sind die Ursache der Welt, die dunklen verursachen eine schreckliche Weltwahrnehmung, die helleren eine bessere. Darum eben rät der Erwachte zur Auflösung aller Triebe in der von ihm gezeigten Reihenfolge: Durch Tugendläuterung beginnt die Herzensreinigung, durch fortschreitende Herzensläuterung wird die Daseinssicht geläutert, durch vollständig reine, wahnfreie Anblicksweise wird zuletzt die Erlösung gewonnen. (s. auch M 24)

Die Reinigung erst klärt den Blick. Ohne sie befinden wir uns im Traum, im Fieberdelirium, im Wahn. Der Erwachte sagt ausdrücklich:

*Schemenhaft, trügerisch, Einbildungen sind die Sinneserscheinungen, ein Blendwerk ist das Ganze. (M 106)*

Und er sagt in der Kette der bedingten Entstehung:

*Durch Wahn bedingt sind die drei Bewegtheiten:*

- 1. Ein- und Ausatmung = körperliche Bewegtheit*
- 2. Gefühl und Wahrnehmung = seelische Bewegtheit*
- 3. Bedenken und Sinnen = geistige Bewegtheit.*

Diese drei Vorgänge sind es, die den Eindruck von Ich und Umwelt in ständiger Begegnung mit allem Wohl und Wehe hervorbringen. Der atmende Körper wird als das sogenannte Leben, als Ich aufgefasst; Gefühl und Wahrnehmung wird von uns meistens übersehen, weil wir statt der Vorgänge des Fühlens und Wahrnehmens nur das Gefühlte und Wahrgenommene beachten und darüber vergessen, dass es, selbst wenn es Lebewesen darstellt, doch eben ausschließlich Fühlen und Wahrnehmen ist. - Denken und Sinnen wird ausgelöst über das Empfundene und Wahrgenommene. Von diesen drei Vorgängen sagt der Erwachte also, dass sie im Wahn bestehen, durch Wahn bestehen und nur aus Wahn bestehen. Dieser Wahn ist bei uns tief eingebildet. Wir können nicht einfach die diesen Wahn bewirkende Blendung ignorieren, sondern es bedarf eines großen Übungsweges zur Wandlung und Aufhebung unserer inneren Beziehungen zu den äußeren Erscheinungen, um ungeblendet klar sehen zu können.

Wir sehen in diesem Gleichnis, dass der Erwachte - und das unterscheidet ihn von allen Philosophen und Ideologen - zuerst sich selbst die Freiheit erobert hat und dann erst den Menschen hilft. Er tut dies nach dem von ihm erkannten Grundgesetz, nach welchem nur ein selbst aus dem Sumpf Befreiter auch anderen aus dem Sumpf heraushelfen kann (M 8), und zwar hilft er in den drei bereits beschriebenen Phasen bis zur endgültig heilen Situation, zur Freiheit: Zuerst geht es um das allmähliche Ersteigen des Felsens, dann folgt oben auf der Höhe des Felsens das Ausruhen, bis alle Mühsal des Ersteigens abgetan und vergessen ist. Dem so zur Ruhe gekommenen öffnet sich jener universale Rundblick in den gesamten Umkreis des weiten, weiten Horizontes.



Die erste der drei Phasen - das Ersteigen des Felsens - steht als Gleichnis für die Tugend. Wenn das Wahn-Ich in seinen Wahn hineingenommen hat, dass mit Tugend alles besser werde, dann wird das Wahn-Ich diese Idee aufnehmen und mit dem Wahn-Du liebenswürdiger und geduldiger umgehen. Die Folge davon ist, dass das Wahn-Du nun auch sanfter mit dem Wahn-Ich umgeht, so dass die Dramatik der Begegnung damit abnimmt, sanfter wird. In dem Maß, wie in dieser Wahnszenarie die Begegnung sanfter und sanfter wird, nimmt auch die Hitze ab und damit der Wahn ab: Dem Wahn-Ich wird wohler bei ihm selbst, es ist immer weniger auf Begegnung angewiesen, verliert allmählich die Wahnbilder und fällt in den Genesungsschlaf - das ist ein Gleichnis für die Entrückungen. Nach diesem Genesungsschlaf tritt früher oder später die Erwachung ein, die nichts zu tun hat mit dem, was im Delirienwahn war. Wie es nach dem Erwachen ist, kann kein Träumer, solange er träumt, wissen. Aber jeder Träumer kann, wenn er davon träumt, dass ihm gesagt werde, durch freundliche Begegnung mit seiner Umgebung werde alles besser, dies dann auch in dem Traum anwenden.

Die Tugenden (*sīla*), welche geradewegs auf den Herzensfrieden hinführen, sind diejenigen Verhaltensweisen, denen das angestrebte und praktizierte Erhellen, Besänftigen, Befrieden, Entspannen und Beruhigen der Begegnungswahrnehmungen nicht eine zu pflegende und zu bewahrende Lebensform bedeutet, sondern ein Mittel zur Einebnung bis vollen Auflösung der dem unbelehrten Menschen allein bekannten in Ich und Umwelt aufgespaltenen zweipoligen Erlebensweise und zur Erreichung der unio, des samādhi. Deshalb nennt der Erwachte die heilenden Tugenden (*ariya sīla*) ausdrücklich *die zur Einigung führenden*.

Es ist das Emporsteigen, die Aufwärtsentwicklung, die der Verstehende der Wirklichkeit sich selbst als Aufgabe stellt, damit er zunächst aus den ungunstigen Gesinnungen und Antrieben seines Tuns ganz herauskommt. Dadurch erwächst ihm ein feineres und größeres Wohl, als er durch die Sinne je erfahren kann.

Er erfährt, dass die äußeren Dinge kein Wohl bieten können, das dem inneren unmittelbaren Wohl vergleichbar ist. Das innere Wohl zieht den Geist immer mehr nach innen zur Herzenseinung, und er erreicht *abgeschieden von weltlichem Begehren, abgeschieden von allen heillosen Gedanken und Gesinnungen* die erste, zweite, dritte, vierte Entrückung.

Einigung, samādhi - das Ausruhen auf der Höhe des Felsens - das ist die durch Herzensläuterung gewonnene vollständige Einebnung aller beschränkenden Gegensätze und Unterschiede bis zur völligen Angleichung, ja, bis zur Einheit und die zur Einung kommende von Ding und Raum und Zeit und von aller Begegnung völlig befreite Wahrnehmungsweise, Bewusstseinsweise in einem vollendeten seligen Frieden des Herzens, in dem keinerlei Maße gesetzt sind. Die gemütererlösende Kraft der weltlosen Entrückungen liegt darin, dass sie den Erleber in Seligkeit baden und dass das Gemüt des Erlebers dadurch abgezogen, abgelenkt wird von allem groben, durch sinnliches Erlebnis bedingten Gefühl von Lust. Die weisheitserlösende Kraft der weltlosen Entrückungen dagegen beruht auf der mit ihr gewonnenen Erfahrung der Weltlosigkeit. Der Erwachte sagt (D 9), dass mit dem Erlebnis der Entrückungen das Erlebnis des Körpers und das Erlebnis der sinnlichen Wahrnehmung, also der gesamten weltlichen Vielfalt, untergehe und dass damit zugleich in Abgeschiedenheit geborene Beglückung und stille Wahrheitswahrnehmung aufhebe.

Es ist die Erfahrung, dass die erlebbare sinnliche Welt nicht das Ganze, das Allumfassende, das Universum, das All ist, außer welchem nichts mehr sei, sondern dass neben der Möglichkeit des Welterlebnisses auch die Möglichkeit des Erlebnisses seliger Freiheit und Befreiung besteht.

Es ist die Erfahrung, dass diese beiden Seinsweisen, die er nun kennt, aus Wahrnehmung bestehen, durch Wahrnehmung bedingt sind. Durch eine beschränkte und begrenzte, dumpfe Wahrnehmungsweise ist das Erlebnis jener beschränkten, vielfältigen und wandelbaren Welt der tausend Dinge bedingt, und

durch eine freie Wahrnehmungsweise ist das selige Erlebnis der Weltlosigkeit und hellen Freiheit bedingt. Aus Wahrnehmung gefügt ist das Erlebnis der Nichtweltlichkeit, und aus Wahrnehmung gefügt ist das Erlebnis der Weltlichkeit.

Und es ist die Erfahrung, dass die Qualität der jeweiligen Wahrnehmung bedingt ist durch die Qualität der Tendenzen insgesamt und der jeweiligen Gemütsverfassung im besonderen. Aus beschränkter Gemütsverfassung geht die beschränkte Wahrnehmung einer beschränkten und begrenzten Welt hervor; aus unbeschränkter, von Sinnlichkeit freier Gemütsverfassung geht die freie Wahrnehmungsweise der seligen Weltlosigkeit hervor.

Die aus dem Erlebnis der weltlosen Entrückungen hervorgehende tiefe Wahrheitserfahrung führt zur Verminderung der Sinnensucht. Die verminderte Sinnensucht führt zur Vertiefung des Entrückungserlebnisses, so dass der Übende auch die weiteren Entrückungen erfährt. Je reiner sein Herz ist, um so deutlicher wird ihm die Erfahrung des Wahrnehmungscharakters der Existenz, und um so stärker und tiefer ist seine Abwendung von allem, was irgendwie aus Wahrnehmung gefügt erscheint. Er badet sein Herz in der erfahrenen Freiheit von Ding und Raum und Zeit. Ein solches Herz nennt der Erwachte *geeint, geläutert, gereinigt, fleckenlos, trübungsfrei, sanft, fügsam und ohne Willkür, vollkommen still geworden.*

Und ein solches in weltloser Entrückung ausgebadetes Herz, das kein Haften mehr kennt an Ding und Welt, an Raum und Zeit, das kein Innen und Außen mehr kennt: das ist nun erst fähig zu dem entscheidenden Durchbruch zur universalen Weisheit. Der Erwachte vergleicht den mit einem solchen durch die weltlosen Entrückungen völlig rein gebadeten, über alle Welt und Weltlichkeit hinausgewachsenen, durch keinerlei aufkommendes Gefühl mehr irritierbaren Herzen begabten Menschen mit einem fertig ausgebrüteten, aber noch im Ei befindlichen Vogel, welcher in jedem Augenblick kräftig durch die Eischale durchstoßen wird in sein eigentliches Leben. So wie dieses Küken, solange es noch in der Schale ist,

noch nichts von sich weiß und noch nichts von seinem Leben weiß, so ist der gewöhnliche Mensch noch blind und augenlos und kennt von der wahren Größe und den wahren Zusammenhängen der Existenz noch nichts. Aber so wie das Kücken, nachdem es durch die Schale hindurchbricht, erst dann Wissen gewinnt von sich und seinem Leben, so gewinnt der Mensch erst mit den nach der Vollendung der vier weltlosen Entrückungen erfahrenen Weisheitsdurchbrüchen jenes universale Wissen von den Möglichkeiten und Zusammenhängen der Existenz.

Was ein bis hierhin Fortgeschrittener zu sehen wünscht - seine eigenen früheren Leben, die vergangenen Leben anderer, seine eigenen Herzensregungen und die anderer - worauf er nur seinen Blick richtet, das sieht und erfährt er in universaler Wahrnehmungsweise. Wenn etwas mit Allwissenheit bezeichnet werden kann, dann ist es die universale Wahrnehmungsweise. Sie hat nichts zu tun mit der aus sinnlicher Wahrnehmungsweise hervorgehenden Blendung. Sie besteht vielmehr in der erlebten und erfahrenen Sprengung und Transzendierung der beschränkten Wahrnehmungsweise, in welcher alle Vergangenheit und alle Zukunft, wie der normale Mensch sie kennt, sich als begrenzende „Scheuklappen“ erweisen, die nun abgefallen sind. Nun kann er sich selber alle Fragen beantworten, die das Verhältnis zwischen Leib und Leben und die „Realitäten der Welt“ betreffen.

Die universale Wahrnehmungsweise ist nur dem völlig indifferenten Herzen möglich, das auf keinerlei Erlebnis mit einem stärkeren Gefühl reagiert, d.h. also demjenigen Menschen, der immer vollkommen gleichen Gemütes, gleichmütig bleibt, weil ihm alles, was nur „erlebt“ werden, und d.h. ja bewusst werden, kann, völlig gleichgültig ist bzw. gleich ungültig. Er weiß, dass dies alles Wahrnehmung ist, bedingt durch früheres, aus beschränkter Sicht und falschem Urteil hervorgegangenes Wirken. Die „Illusion der Begegnungswahrnehmungen“ (M 18) wird nicht mehr aufgegriffen und festgehalten, sondern sie begegnet einem sich selbst völlig

gleich bleibenden Gemüt, das nichts ergreift und von nichts ergriffen wird. Wenn ein solcher dann auch dem erhabenen Zustand seines erworbenen Gleichmuts gegenüber ebenfalls ganz ohne Annehmen und ohne Abweisen gegenübersteht - dann öffnet sich für einen solchen der Ausgang ins Freie, die endgültige Erlösung.

Im Gleichnis heißt es, dass der Untenstehende hinaufkruft: „Sag mir, Freund, was du da siehst.“ Der Freund berichtet von den unermesslichen Weiten und Schönheiten, die er oben vom Felsen aus sieht. Aber das kann der unten Verbliebene nicht begreifen. Und obwohl sie Freunde sind, ist er misstrauisch und sagt: „Das kann nicht sein, dass du so etwas siehst.“ So weit entfernt von der Erhabenheit, Freiheit, Größe der Transzendierungserlebnisse ist die Vorstellung des bestwilligen Menschen, solange er ein normaler Mensch bleibt.

Der Buddha sagt nun im Gleichnis, dass der hinaufgestiegene Freund wieder herabkommt zu dem anderen, ihn am Arm nimmt und langsam mit ihm hinaufsteigt. Das ist ein Bild für die Tätigkeit des Erhabenen selber. Der Buddha berichtet und viele Lehrreden geben ein Beispiel dafür, dass der Buddha geeignete Menschen oft in einem einzigen Gespräch zum Stromeintritt bringen konnte, das heißt zu dem geistig-seelischen Zustand, dass der Hörer den Heilsstand und seine über alle Nennbarkeit gehende Geborgenheit und Sicherheit unumkehrbar so begreift, dass er von da an in eine bleibende Anziehung zu diesem Zustand gerät, so dass er es nicht lassen kann, alle die Übungen zu machen, die zum Heil - den Felsen hinauf - führen. Die Zuwendung des aufgestiegenen Freundes zu dem unten verbliebenen Freund erinnert an das Gleichnis Jesu vom verlorenen Sohn. Auch der Erwachte spricht von dieser Verlorenheit. Er sagt, dass der normale Mensch in einer solchen Daseinsangst und Ungeborgenheit lebt wie ein Mann, der mit seinem ganzen Hab und Gut durch eine gefährliche Gegend voller Räuber zieht, dass aber der in die Heilsströmung Eingetretene - der vom Freund geleitet, den Berg hinaufsteigt - sich nun fühlt, wie wenn jener Wanderer aus der

gefährlichen Gegend heraus in die Nähe der Heimat gelangt ist und nun weiß, dass er bald den Gipfel für immer erreicht hat. Der Buddha nimmt den Nachfolger nicht wirklich mit hinauf; er sagt ausdrücklich: *Wegweiser sind die Vollendeten*. Sie können und wollen niemanden zwingen. Aber wer die Worte des Erwachten, den Geist der Lehre in sich aufgenommen hat, der fühlt sich hingezogen und geführt, bis er am Ziel ist.

Wir können uns vorstellen, dass der Königssohn Jayaseno durch die Gleichnisse von der Zähmung der Tiere und vom Erklettern des Felsens einen Begriff von dem erforderlichen Weg der Läuterung bekommen hätte, von jener Transformierung des inneren Wesens, von jener Übersteigerung, Transzendierung des Menschseins und aller Welt und Weltlichkeit, auf welche die Mystiker aller Religionen hinweisen, von der Einung und Einheit des Herzens durch Rückzug von den Sinnen.

Dennoch ist es für den modernen Menschen schwer und vielen fast unmöglich, sich die Bedeutung dieser Entwicklungsabschnitte bis zur Erlösung auch nur vorzustellen, denn es geht hier nicht wie gewohnt, um die Entwicklung des Intellekts, um das Anfüllen des Geistes mit weltlichen und selbst überweltlichen Daten, sondern es geht um die Erhellung und Erhöhung der Gesinnung, um die Bändigung der Leidenschaft, um die Ausrodung der Triebe, um die Reinigung des Herzens und um die davon ausgehenden übermenschlichen und überhimmlichen Wirkungen an Beglückung, Klarheit, Wahrheit, Sicherheit und Frieden, für welche die Mystiker aller Kulturen und Zeiten Beispiele überliefert haben, die den mit den Banalitäten lebenden Menschen unglaublich erscheinen.

Der Übungsweg des Mönchs, die Transformation

Und nun schildert der Erwachte, nachdem er im Gleichnis vom Felsen die drei großen Etappen: Hinaufsteigen - Ausrufen - großer Ausblick - genannt hat, die den drei Hauptent-

wicklungsetappen Tugend, Herzenseinung, universales Wissen entsprechen, den Übungsweg des Mönchs in seinen einzelnen Stufen. Diesen leitet er wiederum ein mit dem Gleichnis eines wilden, frisch gefangenen und vom Elefantenbändiger zu zähmenden Elefanten, der die verschiedenen Übungen durchlaufen muss, um königstauglich zu werden:

*Gleichwie etwa, Aggivessano, wenn der König einen Jäger zu sich beruft: Wohlan denn, bester Jäger, besteige den Königselefanten, reite in den Elefantenwald, fange einen wilden Elefanten und binde ihn am Hals des Königselefanten fest. - Ja, o König! -; sagt da der Jäger, dem Herrscher gehorchend; und er besteigt den Königselefanten, reitet in den Elefantenwald, fängt einen wilden Elefanten und bindet ihn am Hals des Königselefanten fest. So nun zieht ihn der Königselefant in eine Lichtung heraus. Soweit aber ist der wilde Elefant in die Lichtung gekommen. Da verlangen dann wilde Elefanten nach ihrem Wald zurück. Und der Jäger erstattet dem Herrscher Meldung: In die Lichtung gebracht hab ich dir den wilden Elefanten. - Den übergibt nun der Herrscher dem Elefantenbändiger: Geh hin, bester Elefantenbändiger, und zähme den wilden Elefanten, um ihm sein waldgewohntes Verhalten auszutreiben, um ihm die waldgewohnten Erinnerungen und Sehnsüchte auszutreiben, um ihm seine waldgewohnte Wildheit, Unlust und Leidenschaft auszutreiben. Bring ihn dazu, am Dorf und seiner Umgebung Gefallen zu finden, ein Verhalten anzunehmen, wie es bei Menschen erwünscht ist. -*

*Gut, o König -, sagt da der Elefantenbändiger, dem Herrscher gehorchend; und er gräbt einen großen Pfahl in die Erde ein und fesselt den wilden Elefanten mit dem Hals daran, um ihm sein waldgewohntes*

*Verhalten auszutreiben, um ihm die waldgewohnten Erinnerungen und Sehnsüchte auszutreiben, um ihm seine waldgewohnte Wildheit, Unlust und Leidenschaft auszutreiben, um ihn am Dorf und seiner Umgebung Gefallen finden zu lassen, damit er ein Verhalten annimmt, wie es bei Menschen erwünscht ist.*

*Nun gebraucht der Elefantenbändiger Worte, die sanft sind; dem Ohre wohltuend, liebevoll, zu Herzen dringend, höflich, den Wesen erwünschte und liebe Worte. Mit solcher Rede behandelt er ihn.*

*Sobald nun der wilde Elefant bei solcher Behandlung aufhorcht, Gehör gibt, sein Herz dem Verständnis zukehrt, dann gibt er ihm Gras, Heu und Wasser. Und wenn nun der wilde Elefant Gras, Heu und Wasser annimmt, so weiß der Elefantenbändiger: „Am Leben bleiben wird jetzt der wilde Elefant.“ Nun lässt ihn der Elefantenbändiger Übungen ausführen wie Aufladen und Abladen. Sobald nun der wilde Elefant dem Befehl aufzuladen und abzuladen nachkommt, aufs Wort gehorcht, dann lässt ihn der Elefantenbändiger fernerhin Übungen ausführen wie Hinschreiten und Herschreiten. Sobald nun der wilde Elefant dem Befehl, hinzuschreiten und herzuschreiten nachkommt, aufs Wort gehorcht, dann lässt ihn der Elefantenbändiger weitere Übungen ausführen wie Niederknien und Aufstehen. Sobald nun der wilde Elefant dem Befehl, niederzuknien und aufzustehen, nachkommt, aufs Wort gehorcht, dann lässt ihn der Elefantenbändiger die „Unverstörung“ genannte Übung durchmachen: Ein großer Schild wird ihm vor den Rüssel gebunden, ein Mann, mit einer Lanze bewaffnet, nimmt oben auf dem Nacken Platz, ringsum sind Männer mit Lanzen in der Hand aufgestellt, und der Elefantenbändiger hat einen langen Speer genommen und steht voran. Während*



*ihm nun die Übung „Unverstörung“ angewöhnt wird, darf er weder die Vorderfüße bewegen noch die Hinterfüße, darf er weder den Vorderleib bewegen noch den Hinterleib, darf er nicht das Haupt bewegen, nicht die Ohren bewegen, nicht die Hauer bewegen, nicht Schwanz und nicht Rüssel bewegen. So wird er ein Königselefant und erträgt geduldig stechende Spieße, schneidende Schwerter, reißende Pfeile, feindlichen Ansturm, Trommelwirbel und Paukenschlag, Trompeten- und Fanfarenstöße, ist gänzlich frei von allen Fehlern und Mängeln, unbeeinflusst von außen: königswürdig, königstauglich, wird er eben als „Königsgut“ bezeichnet.*

Und nun beschreibt der Erwachte den Weg der dreigliedrigen inneren Transformierung (Tugend - Herzenseinung - Weisheit) in seiner höchsten Form, den Weg des Mönchs, von dem wir hier nur die Namen der Übungsstufen nennen, weil diese schon öfter näher erläutert worden sind (z.B. M 27):

1. Tugend
2. Zügelung der Sinnesdränge
3. Maßhalten beim Essen
4. Die Übung Wachsamkeit
5. Klarbewusste Handhabung des Körpers
6. Aufhebung der fünf Hemmungen.

Die Hauptetappen der Elefantenbändigung lassen sich mit der Bändigung des Menschen durch diese Übungen vergleichen. So wie der Elefant an den Pfahl angebunden wird, so dass er nicht mehr nach Willkür im Walde herumlaufen kann, so bindet der aufmerksame Nachfolger, der den heilsamen Einfluss der Wegweisung durch den Erwachten begriffen hat, von nun an seine Aufmerksamkeit hauptsächlich an sich selber und

sein Tun und Lassen und unterzieht sich mit dieser Haltung den vom Erwachten genannten Übungen.

Die Lichtung, das Herauskommen des Elefanten aus dem dunklen Dschungel ist wie das Auftauchen des im Samsāra befangenen Menschen in die Helligkeit und Freiheit, die erfährt, wer den Ausweg aus dem Samsāra im Geist begriffen hat und Heilsgänger geworden ist. Die Dimension der Wachheit ist in sein Traumleben eingebrochen. Aber so wie der Elefant sich nach seinem Elefantenwald zurücksehnt, zu seiner Familie, seiner gewohnten Umgebung und Beschäftigung, so wird der Mönch durch sein Herz zu seiner Familie, seiner gewohnten Umgebung und Beschäftigung zurückgezogen:

*Da verlangen denn die Wesen nach den fünf Sinneserscheinungen zurück.*

Sie sind ja noch durch ihre Triebe an die Traumszenerie gefesselt. Und darum geht es in den folgenden Übungsetappen um die Erhellung und Auflösung der Triebe. Bei dem Elefanten geht es bei den Übungen des Aufladens und Abladens, Hin- und Herschreitens, Niederknien und Aufstehens um die Gewöhnung an die Verrichtungen eines Arbeitselefanten, wodurch er in das Leben der Menschen hineinwächst, mit den Menschen vertraut wird, ihr Arbeitsgefährte wird:

So auch schreitet der strebende, in Tugend gefestigte Heilsgänger durch die genannten weiteren Übungen von der Sinnenzügelung bis zur Aufhebung der fünf Hemmungen in seiner Entwicklung fort und zählt damit zu den fortgeschrittenen Heilsgängern.

Die vom Elefanten beherrschte höchste Übung „Unverstörung“, die ihn vom Arbeitselefanten in den Stand des königlichen Kriegselefanten erhebt, ist dem Freiwerden von aller Beeinflussbarkeit des geheilten Mönches vergleichbar. Der Elefant soll mit dieser Übung das höchste Ziel der Zähmung erreichen, königstauglich werden - und so soll der Mönch durch die folgende Übung: die vier Pfeiler der Beobachtung (*sati-pathāna*) von den letzten Trieben, Wollensflüssen, und damit von allen Einflüssen, aller Beeinflussbarkeit, aller Treffbarkeit

(*āsavā*) freiwerden und das Ziel des Asketentums, den Heilsstand erreichen.

### Die vier Pfeiler der Beobachtung (Satipatthāna)

Er hat nun die fünf Hemmungen aufgehoben <sup>208</sup>, die Trübungen des Gemütes, die den klaren Durchblick hemmen.

*Er bleibt nun beim Körper in der fortgesetzten Beobachtung des Körperlichen, unermüdlich, klar bewusst beobachtend, abgeschieden von weltlichem Begehren, abgeschieden von allen heillosen Gedanken und Gesinnungen.*

*Bei den Gefühlen bleibt er in der fortgesetzten Beobachtung der Gefühle...*

*Beim Herzen bleibt er in der fortgesetzten Beobachtung des Herzens...*

*Bei den Erscheinungen bleibt er in der fortgesetzten Beobachtung der Erscheinungen, unermüdlich, klar bewusst beobachtend, abgeschieden von weltlichem Begehren, abgeschieden von allen heillosen Gedanken und Gesinnungen.*

*Gleichwie nun, Aggivessano, der Elefantenbändiger einen großen Pfahl in die Erde eingräbt und den wilden Elefanten daran fesselt, um ihm sein waldgewohntes Verhalten, die waldgewohnten Erinnerungen und Sehnsüchte auszutreiben, um ihm waldgewohnte Wildheit, Unlust und Leidenschaft auszutreiben, um ihn dazu zu bringen, am Dorf und seiner Umgebung Gefallen zu finden, ein Verhalten anzunehmen, wie es bei Menschen erwünscht ist - ebenso nun auch hat der*

---

<sup>208</sup> 1. weltliches Begehren, 2. Antipathie bis Hass, 3. träges Beharren im Gewohnten, 4. Erregbarkeit, geistige Unruhe, 5. Daseinsbangnis

*Heilsgänger sein Gemüt an diese vier Pfeiler der Beobachtung gleichsam festgebunden, um das weltliche Verhalten auszutreiben, um weltliche Erinnerungen und Sehnsüchte auszutreiben, um weltliche Wildheit, Unlust und Leidenschaft auszutreiben, um das Rechte zu gewinnen, das Nirvāna zu verwirklichen.*

Wir sehen hier die allmähliche Entwicklung: Im Anfang wurde das Anbinden des Elefanten an den Pfahl als Beispiel gegeben für die Bindung des Mönchs an die Übungen bis zur Aufhebung der fünf Hemmungen, denn alle Übungen können nur dann gelingen, wenn der Mönch sich an die Verbesserung und Beruhigung der geistig-seelischen Vorgänge geradezu angebunden fühlt.

Wer die fünf Hemmungen näher betrachtet und sie bei sich selbst kennenlernt, der versteht dann erst, dass durch deren Aufhebung ein gesammeltes, beruhigtes, helles Gemüt erworben ist, ein geeintes Herz (*samādhi*). Damit ist die Voraussetzung gewonnen zu der höchsten Übung *satipatthāna*, die bei rechtem Betreiben als *der gerade Weg zum endgültigen Heilsstand Nirvāna* bezeichnet wird.

Bei dieser *satipatthāna*-Übung spricht der Erwachte noch einmal von dem Anbinden des Elefanten an den Pfahl, diesmal aber als Bild für die ausschließliche Bindung der Aufmerksamkeit an die vier Pfeiler der Selbstbeobachtung: die intensivste, geradeste und zugleich umfassendste Form des Nachinnen-Gehens. So wie der Elefant wegen seiner Anbindung den Pfeiler nicht verlassen kann, so kann der bis hierher Gelangte, von allem weltlichen Anliegen völlig befreite Mönch jetzt erst seine Aufmerksamkeit so ausschließlich an diese vier Gegebenheiten seiner Existenz anbinden, dass er nichts anderes in seinem Geist zulässt als die Betrachtung dieser vier Gegebenheiten. So wie der Elefant jene höchste „Unverstörung“ genannte Übung erst jetzt durchhalten kann, nachdem er durch die Vorübungen zu der erforderlichen Disziplin, Kraft und

Konzentration gekommen ist, so auch bedarf der Mönch zu der rechten *satipathāna*-Übung jener inneren Ruhe und Abgelöstheit, die der Erwachte bezeichnet mit *abgeschieden von weltlichem Begehren, abgeschlossen von allen heillosen Gedanken und Gesinnungen*.

Die vorhin genannte Übungsreihe des Mönches mündet in die Aufhebung der fünf Hemmungen ein, wodurch er zu den weltlosen Entrückungen gelangt, zu einem herzunmittelbaren, weltvergessenen seligen Entzücken, frei von der Wirrsal sinnlicher Wahrnehmung. Erst jetzt, wo der Mönch in dieser Seligkeit wohnt, wie sie von keinem weltlichen Gegenstand vermittelt werden kann - ist der Reifegrad erreicht, nun auch in der gleichen Weise von dem, was der Mensch außerhalb der Entrückung als „Ich“ empfindet, gänzlich und endgültig frei zu werden: vom Körper, von Gefühlen, Herzensregungen und sonstigen Erscheinungen.

So sagte ein Mönch (Thag 1141):

*Am inneren Geistespfosten bind ich, Herz, dich fest, wie man den Elefanten bindet an den Pfahl.*

*So wirst du wohl bedacht nicht eigenwillig mehr und löst dich ab von aller Daseinsart.*

Diese Übungen kann der Mensch so lange nicht durchführen, als er noch die natürlichen Bezüge und Belange in der Welt hat und sein Geist immer wieder dahin gelenkt wird. Was der Mensch liebt und woran er hängt, dahin richtet sich auch immer sein Denken und Wollen. In dem Sinn sagt *Jesus: Wo euer Schatz ist, da ist auch euer Herz. (Matth. 6,21)*

Aber es geht bei dieser *satipathāna*-Übung, die zur Bändigung, zur Zähmung hinführt, zum endgültigen Heilsstand in der Erlösung weit oberhalb des Erdendschungels - um viel mehr. Der Erwachte drückt es in einem Gleichnis aus. (S 47,20)

Da ist in einer Stadt festlicher Jahrmarkt. Überall sind fröhliche Menschengruppen, die sich unterhalten und sich unter-

halten lassen. Auch die Schönste des Landes ist erschienen, zeigt sich dort und führt ihre Tänze auf.

Aber da ist noch etwas: da geht ein Gefangener mit einer Schale, die bis zum oberen Rand mit Wasser angefüllt ist - sehr langsam - durch diese Menschenmenge hindurch quer über den Markt. Hinter ihm geht mit gezogenem Schwert der Scharfrichter: Wenn auch nur ein Tropfen Wasser über den Rand der Schale fließt, dann wird er diesem Mann unmittelbar das Haupt abschlagen. - Wird der Delinquent nun an den Interessen der Leute teilnehmen wollen? Wird er nach der Landeschönsten schießen wollen?

Mit diesem Gleichnis zeigt der Erwachte die zwei verschiedenen Maßstäbe, nach welchen das Leben gemessen, aufgefasst und praktiziert wird.

Zum einen nennt er den Maßstab der „Masse“ (*putthujano*), die das Leben als Jahrmarkt auffasst, an dessen Ende der unvermeidliche Tod steht. Daraus ergibt sich der Wille, dieses Leben bestmöglich bis zu seinem Ende zu genießen.

Zum anderen nennt der Buddha den Maßstab derer, die in allen Heilslehren als die *Weisen* bezeichnet werden, als die „Sehenden“, weil sie erkannt haben, dass beim Tod nur der aus dem Mutterleib geborene Körper sich wieder in seine Grundstoffe auflöst - dass aber die „Seele“, jener tausendfältige unsichtbare, aber kraftvolle Wille des Menschen, der den Körper benutzt zur Erfüllung und Befriedigung seiner tausendfältigen sinnlichen Wünsche, weder mit dem Körper geboren wurde noch auch mit dem Körper stirbt, sondern weiterhin nach Erfüllung seiner Wünsche lechzt und von deren Nichtbefriedigung schmerzlich betroffen wird. Die Menschen, die diesen Maßstab haben, sehen also, dass sie auch nach Ablegung des Körpers jenseits des Todes weiterhin durch ihren Willen abhängig bleiben von Erfüllung und Nichterfüllung der Wünsche. Für diese Menschen ist der wunschbedingte Wille selbst die Quelle aller Leiden, und sie haben nur die eine Frage, wie man davon freikommen könne.

Diese tiefer blickenden und weiter blickenden Menschen gehen durch das Erdenleben mit der Sorge:

*Ausgeliefert bin ich an Geborenwerden, Altern und Sterben und immer wieder Geborenwerden, Altern und Sterben. Versunken bin ich in Wehe, Jammer und Leiden, in Gram und Verzweiflung. Ach, dass es doch eine Möglichkeit gäbe, dieser ganzen Leidensmasse ein Ende zu machen!*

Darum bedeutet das vorangegangene Gleichnis für sie kein befehlendes „du sollst *satipatthāna* üben“, sondern es ist ein Hinweis auf die todüberwindende Bedeutung dieser Übung. So wie ein Mensch, der sich auf dem Jahrmarkt ablenken lässt und die Schale nicht bewacht, das Wasser vergießt und eben darum dem Tod verfallen ist, so auch bleibt der Mensch, der dem Jahrmarkt des Lebens verhaftet bleibt und deshalb den Prozess der Entfremdung gegenüber der Welt durch die ununterbrochene, immer tiefere neutrale Beobachtung der Vorgänge nicht an sich vollzieht, dem Tod verfallen, obwohl er sich „lebend“ wähnt.

Wir sind gewohnt, den spontan bewegten Körper, der sich offensichtlich freudig den einen Dingen zuwendet und offensichtlich abgestoßen oder uninteressiert von anderen Dingen fortwendet oder sich gegen die Anderswollenden wendet - für lebendig zu halten. Aber je mehr wir bei uns selber beobachten, wie „unser“ Körper in all seinen Möglichkeiten des Redens, des Handelns und Denkens immer nur von dem „Mögen“ und „Nichtmögen“ der unsichtbaren Triebe und den etwaigen korrektiven Einsprüchen des Geistes bewegt wird, da erkennen wir allmählich, dass alles das, was so lebendig aussieht, ganz ebenso zwangsläufig und geistesmechanisch bewegt wird, wie ein im Strom treibendes Blatt je nach den Wogen und Strudeln abgetrieben wird. Dieser Zustand des Dahintreibens je nach den aufkommenden Neigungen und schon programmierten Einsprüchen des Geistes wird in den Religionen als geistiger Tod aufgefasst. Jesus bezeichnet die norma-

len Menschen, die eben nur die Wunscherfüllung im sozialen Verband im Auge haben, als die Toten in seiner Antwort an den Jüngling: *Lasst die Toten ihre Toten begraben*. Ebenso sagt der Erwachte, dass die von Zuneigung und Abneigung getriebenen Menschen „tot“ seien:

*Die Besonnenen sterben nimmermehr,  
die Leichten sind den Leichen gleich. (Dh 21)*

Die Leichten sind die „natürlichen Menschen“, die sich mit den automatisch ablaufenden Prozessen ihres Seins: der körperlichen Bewegtheit, den Gefühlen, den Regungen des Herzens und den denkerischen Vorgängen identifizieren, wie fast alle es tun. Diese Menschen sind tot, auch wenn sie zu leben glauben.

### 1. Die Beobachtung des Körpers

Der sich an die *satipatthāna*-Übung bindende Mönch identifiziert sich nicht mehr mit dem Körper. Und damit wird er durch die Vollendung dieser Übung von all denjenigen Gefahren des Zerbrechens und der Vernichtung befreit, welche es für Formen und für das auf Formen sich gründende Leben gibt. Darin steckt die Realität der aus der gründlichen *satipatthāna*-Übung hervorgehenden Todüberwindung, die der Erwachte wie folgt ausdrückt (M 119):

*Wer auch immer, ihr Mönche, die Beobachtung des Körpers nicht geübt, nicht gepflegt hat, in den kann der Tod hineingleiten, kann der Tod hinabschleichen. Gleichwie etwa, ihr Mönche, wenn ein Mann eine schwere Steinkugel auf einen feuchten Lehmhaufen hinwürfe; was meint ihr wohl, Mönche, würde da nicht diese schwere Steinkugel in den feuchten Lehmhaufen hineingleiten?*

*Wer auch immer, ihr Mönche, die Beobachtung des Körpers geübt und gepflegt hat, in den kann der Tod nicht hinein-*



*gleiten, in den kann der Tod nicht hinabschleichen. Gleichwie etwa, ihr Mönche, wenn ein Mann einen leichten Fadenknäuel gegen eine ganz aus Kernholz gefertigte Tür schleuderte; was meint ihr wohl, Mönche, könnte da etwa dieser leichte Fadenknäuel in die ganz aus Kernholz bestehende Tür eindringen?*

An diesen beiden deutlichen Gleichnissen sehen wir, wie bei dem die Körperbetrachtung Übenden während des Übens und durch die Übung im Lauf der Zeit der eigene Standpunkt sich wandelt, die Perspektive sich verändert, wie er sich innerlich von dem Körper ablöst und sich mit dem Leib nicht mehr identifiziert, wie er sich bald nicht mehr mit dem Leib identisch auffasst und fühlt, auch wenn er sich weiterhin des Leibes bedient.

## 2. Die Beobachtung der Gefühle

Bei der Beobachtung der Gefühle geht es darum, dass der Beobachter sich nicht von den Gefühlen hin- und herreißen lässt, sondern dass er das Auf- und Absteigen der Gefühle aus ihren Bedingungen beobachtet. Bei dieser Übung wird jedes aufkommende Wohl- oder Wehgefühl sogleich in seinem Aufkommen bemerkt, erkannt und beobachtet. Der Mönch merkt - nach dem Wortlaut der Übungsanweisung des Erwachten: *Da ist jetzt ein derartiges Gefühl zustande gekommen, ein Wohlgefühl oder ein Wehgefühl oder ein Weder-Weh-noch-Wohlgefühl.*

Wer die Gefühle in ihrem Entstehen und Vergehen nicht nüchtern beobachtet, der ist eins mit den Gefühlen, der ist identisch mit den Gefühlen, der ist mit aufkommenden Wohlgefühlen selber in Wohlstimmung und ist mit aufkommenden Wehgefühlen selber in Tiefstimmung - wie eben ein Boot ganz und gar mit den Wogen steigt und sinkt und von dem Auf und Ab der Wogen nicht getrennt werden kann. - Wer aber aufmerksam die auf- und absteigenden Gefühle und ihre Verursachung beobachten, ihnen neutral zuschauen kann, der ist nicht

mehr eins mit den Gefühlen. Da er ihre Ursachen sieht - die jeweils entsprechenden Berührungen durch Sinneseindrücke - und da er im Lauf der Beobachtung immer wieder merkt, wie jede solche Verursachung zwangsläufig zu entsprechendem Gefühl führt, so gewinnt er eine immer größere Distanz zu diesen Vorgängen, die er in ihrer geistmechanischen Kausalität als seelenlose Vorgänge erfährt. Zwar ist es für ihn durchaus nicht so, als wenn er keine Gefühle hätte, aber indem er sie beobachtet, indem er ihr Auf- und Absteigen merkt, hat er selbst einen Standort bezogen, der jenseits vom Auf- und Absteigen ist, hat sich von den Gefühlen getrennt, ist ihnen gegenübergetreten, ist nicht mehr mit ihnen identisch.

Wer an dieser neutralen Beobachtung so festhalten kann, wie der Erwachte es lehrt, wer nichts anderes in seinem Geist aufkommen lässt als immer nur die Beobachtung der jeweiligen Gefühlsverfassung, der wird, wenn ein starkes Wohl- oder Wehgefühl aufkommt, sich nicht diesem Gefühl hingeben, sondern er wird es mit gleichbleibender Ruhe beobachten und feststellen:

*Aufgekommen ist mir da dieses Gefühl, durch eine derartige und derartige Berührung bedingt. Durch das Zustandekommen der Berührung kam das Gefühl zustande; mit dem Aufhören der Berührung hört das Gefühl auf.*

### 3. Die Beobachtung des Herzens

Der so weit vorgeschrittene Kämpfer ist zu einer tiefen inneren Ruhe gekommen, in der die Gedanken weitgehend schweigen, in der die Wohl- und Wehgefühle weitgehend schweigen und in der er nun in unmittelbarer Wahrnehmung die leisesten Regungen des Herzens selbst wahrnimmt.

Bei dieser Beobachtung geht es nicht mehr um irgendwelche Gegenstände des Begehrens oder Hassens, um Gedanken und Gefühle; hier wird nur gemerkt, wenn überhaupt sich das Herz in irgendeiner Zuwendung regt und in irgendeiner Ab-

wendung regt oder wenn das Herz überhaupt sich noch regt und nicht völlig schweigt.

Abgeschichtet ist für den bis zu dieser Übung Vorgedrun- genen alles das, was von dem Geist an Gegenständen und an Weltlichkeit herangetragen wird, und abgeschichtet ist auch alles das, was von den Gefühlen als der wogende Schwall von Wohl und Wehe herangetragen wird, und es bleibt nichts übrig als das völlig stille, schweigende Sich-Regen des Herzens in den beiden Richtungen, die allein möglich sind: Anziehung oder Abstoßung.

Indem diese letzten stillsten Herzensregungen beobachtet werden, da wird zugleich ein Beobachter erfahren, der diese Regungen, da er sie beobachtet, nicht selber hat, nicht selber ist. So wird die Identifikation mit diesen Regungen aufgehoben. Und da gerade die Identifikation es ist, welche die Re- gungen weiterhin erhält, so kommen sie damit ganz zum Schwinden.

In der Aufhebung der Identifikation mit den Regungen des Herzens, in dem Maß, wie die Regungen des Herzens nicht mehr die Regungen des „eigenen“ Herzens sind, in dem Maß auch sind die „fremden“ Herzen, die „anderen“ Herzen nicht mehr die fremden und die anderen Herzen. In dem Maß, wie der Übende aus der örtlichen Gebundenheit an jenes Herzens- gewoge heraustritt und ihm gegenübertritt, in dem Maß nimmt er auch eine freiere Perspektive ein gegenüber jedem anderen Herzen, und bald ist seine Entfernung zu den „anderen“ Her- zen ebenso weit und so nahe wie die zum „eigenen“ Herzen, und mit dieser Entwicklung erkennt und durchschaut er die „anderen“ Herzen genauso wie das „eigene“ Herz.

#### 4. Die Beobachtung der Erscheinungen

Dieser vierte Pfeiler der Selbstbeobachtung ist eine der höch- sten und letzten Übungen des gesamten Übungswegs und mün- det, wie der Erwachte verspricht (M 10), in den endgültigen Heilsstand, in die Erlösung. Hier ist fast alles schon getan.

Darum ist es schwer für uns, den Zustand zu verstehen oder gar nachzuempfinden.

Der Mensch, der bis zu diesem Stadium erwachsen ist, hat nicht mehr viel zu kämpfen. Seine ganze Verfassung ist schon weitgehend überweltlich. Er wird kaum noch von weltlichen Gedanken bewegt, und wird er bewegt, so überfallen sie ihn nicht, sondern steigen nur langsam und schwerfällig auf, und er kann sie leicht bemerken und im nächsten Augenblick auflösen. Ein solcher ist der sinnlichen Bedürftigkeit schon weit entwöhnt, er lebt in innerem Wohl. Was die Sinne durch den stofflichen Körper heranbringen, ist nicht mehr seine Welt. Er hat die Bezüge zu den Objekten weitgehend abgeschnitten, er ist ein starker, gewandter Kämpfer geworden. Nur gelegentlich kommt ein schwacher Feind und ist ohnmächtig gegenüber der übermächtigen, sofort bereiten Wahrheitsgegenwart: Die Gedanken lösen sich auf wie Tropfen auf glühender Pfanne (M 66). Im Anfang ist es umgekehrt: da ist man von Feinden umgeben. Dauernd steigen begehrende, hassende Gedanken auf, man kann sich ihrer kaum erwehren, und man ist mit ihnen so beschäftigt, dass die Wahrheit meist nicht gegenwärtig ist und dem unruhigen Geist keine Zuflucht bieten kann. Im Stadium des vierten Pfeilers der Selbstbeobachtung aber ist die Wahrheit fast immer gegenwärtig und rodet Blendungsgedanken, sofern sie noch aufkommen, sofort aus.

Darum besteht der vierte Pfeiler der Selbstbeobachtung in der ausschließlichen Beobachtung der noch vor sich gehenden geistig-seelischen Erscheinungen, in deren größerem, unruhigem Teil der unbelehrte Mensch fast ununterbrochen lebt, ohne sie zu kennen. Damit wird auch die restliche Identifikation mit diesen Erscheinungen und Vorgängen völlig aufgehoben. Diese Beobachtung der gesamten Erscheinungen ist nicht nur ein vorübergehender kurzer Blick hinter die Kulissen der Existenzbühne, sondern ein endgültiges Zurücktreten von diesen Kulissen, wobei nur noch dem Werdegang der Erscheinungen zugeschaut wird ohne analysierendes oder identifizierendes Denken, sondern bei stillem Geist.

Die vom Erwachten genannte Reihenfolge bei der Beobachtung der Erscheinungen: 5 Hemmungen - 5 Zusammenhäufungen - 6 Süchte und die entsprechenden Vorstellungen - 7 Erwachungsglieder - 4 Heilswahrheiten - ergibt sich aus der Praxis des Mönchs, der die Reife zu dieser Übung erlangt hat. Denn der Mönch, der durch die Reihe der in dieser Rede genannten Übungen gegangen ist, hat eine Umwandlung seines Wesens erfahren, die wir nicht nachempfinden können. Was die Welt der Sinne bietet, ist für ihn schon durch die Beobachtung der ersten drei Pfeiler vollkommen gleichgültig - es sei denn, dass sich Lebewesen an ihn wenden.

#### a) Die Beobachtung der fünf Hemmungen

Jetzt erst, nachdem sich die Hemmungen kaum noch regen, nachdem die innere Stille gewohnt ist, da kann er die Hemmungen je nach ihrem leisen Aufkommen sogleich genau erkennen. - So wie einer, der in stiller, freier Landschaft im Gras liegt und zu dem klarblauen Himmel aufblickt, jeden feinsten Dunst, der dort dahinzieht, leicht erkennen kann, so erfährt ein zu dieser Übung Gereifter jede leise auf die Vielfalt gerichtete Regung - und erfährt sie als eine Hemmung, als eine Verhinderung jener friedvollen inneren Stille, in welcher die Welt vergessen ist. Diese Erfahrung kann der gewöhnliche Mensch, der nicht „unter blauem Himmel“, sondern in Gewittern unter starkem Gewölk lebt, gar nicht haben.

Nach den Aussagen des Erwachten haben nicht nur die Menschen, sondern auch alle übermenschlichen Wesen, die noch zu den sinnlichen übermenschlichen Welten gezählt werden - das sind noch sechs verschiedene Arten von immer lichterem, edlerem Art - diese fünf Hemmungen noch mehr oder weniger, und das heißt, sie werden, wie wir es bei uns Menschen kennen, ununterbrochen von ihren Trieben angeregt, dieses oder jenes zu tun, zu genießen oder zu unternehmen. Sie haben vielerlei Ziele „in der Welt“, d.h. außerhalb ihres Inneren, ihres Herzens, in ihrer Umwelt. Oberhalb ihrer be-

ginnt die Welt der reinen Formen, die brahmische Sphäre. Diese Geister erst sind von Natur „still und geeint“. Sie haben von diesen fünf Hemmungen fast nichts mehr in sich, nehmen nur noch einheitliche, „reine“ Form wahr, weil sie nicht mehr unterschiedliche Formen begehren, also die eine Form mögen, die andere abweisen.

Der normale Mensch kennt, wie gesagt, diesen Zustand nicht, aber der religiöse Mensch, der mit höheren Daseinsformen rechnet und einen Sinn für inneren Frieden und eine Sehnsucht danach hat, das weltliche Getriebe wenigstens manchmal zu übersteigen - ein solcher gelangt manchmal auch unabhängig von einer Kenntnis über die fünf Hemmungen über sie hinaus und zu dieser Stille. Berichte darüber haben wir aus verschiedenen Religionen.

Diese Stille des geeinten und das heißt nicht mehr der Welt zugewandten Herzens gibt es bei offenen Sinnen, d.h. bei sinnlicher Wahrnehmung, und gibt es ebenso in den sogenannten Entrückungen, die eben die Entrückung von der sinnlichen Wahrnehmung durch emporziehendes inneres Wohl sind. Im ersteren Fall ist der Mensch ganz ohne innere Getriebenheit nach diesem oder jenem und doch seiner selbst und seiner Situation bewusst in vollem Frieden.

## b) Die Beobachtung der fünf Zusammenhäufungen

In dieser klarbewussten Stille erst kann die Beobachtung des Auf- und Absteigens der fünf Zusammenhäufungen in jener fruchtbaren Weise gelingen, deretwegen der Erwachte dem so weit Gereiften die Satipatthāna-Übung empfiehlt.

Wie schon öfter beschrieben, bilden die ersten drei der fünf Zusammenhäufungen den passiven Teil unseres Erlebnisses. Immer haben wir Empfindung und Wahrnehmung von dieser oder jener gesehenen Form oder Farbe, von Tönen, Düften, Geschmäcken, Tastungen, die dann sogleich vom Geist aus entsprechend der bei ihm eingetragenen Erfahrung gedeutet und benannt werden, so dass bei dem Menschen die Wahr-

nehmung dieser oder jener Person oder eines bestimmten Gegenstands aufkommt, ohne dass der normale Mensch sich dieser geistig-seelischen Vorgänge bewusst ist. Er erlebt nicht die Vorgänge, sondern das, was sie anbieten: angenehme oder unangenehme Begegnungen mit Menschen oder Dingen. Und sofort bildet sich bei ihm die vierte der fünf Zusammenhänge, eine mehr oder weniger reaktive Absicht als Aktivität, die darauf aus ist, das Begegnete, wenn es angenehm ist, zu pflegen, zu bewahren, zu genießen, und wenn es unangenehm ist, mehr zu meiden. - Diese Aktivität, zu welcher anfänglich je nach der Begegnung noch Nachdenken, Überlegen und Erwägen erforderlich ist, spielt sich bei Wiederholungen allmählich ein und geschieht dann automatisch als programmierte Wohlerfahrungssuche, die fünfte der fünf Zusammenhänge.

Der gewöhnliche Mensch weiß um diese Vorgänge fast nichts, sondern wird von den Kräften der Zu- oder Abneigung, der Angst oder der Sehnsucht mehr oder weniger geschoben, weshalb die Weisen diese automatisch bedingten Vorgänge nicht als „Leben“ bezeichnen.

Ganz anders ist es mit dem auf dem achtgliedrigen Weg von Stufe zu Stufe gereiften Menschen, der nun zu dieser Beobachtung fähig geworden ist. Er wohnt nach seinem eigenen Lebensgefühl gar nicht mehr in der Welt. Er wohnt oft in einem weltbefreiten seligen Frieden ohne Kommen und Gehen. Und wenn nach Beendigung einer Entrückung wieder das Bewusstsein „seiner selbst“, des Körpers, der Empfindungen, der Herzensregungen, aufkommt, dann ist er nicht wie der normale Mensch von Gefühlsschwallen bewegt und irritiert, sondern sieht in aller Ruhe, dass da ein für ihn völlig durchschaubarer geistiger Mechanismus vor sich geht, und er weiß, dass dieser gerade dadurch endgültig zur Ruhe kommt, dass er die einzelnen Akte des Vor-sich-Gehens beobachtend, auf Abstand zuschauend, verfolgt. Während er bei dieser Beobachtung die seelenlos bedingten geistigen Zusammenhänge sieht und die Mühsal und Sinnlosigkeit dieser Vorgänge sieht

und sich der Entrückungen erinnert, in welchen dieses alles nicht mehr geschieht, dann wird er dieser gesamten seelenlos bedingten geistigen Vorgänge mehr und mehr überdrüssig. Er zieht die Gewöhnung davon mehr und mehr zurück. Dadurch kommen diese letzten Regungen immer langsamer auf, werden immer wieder zeitweilig unterbrochen durch erneute Entrückungen, die immer länger währen, immer erhabener in ihrer hellen Ruhe bestehen - so oder ähnlich müssen wir uns diese Übung, wenn sie in der zu ihrem Gelingen erforderlichen Reife unternommen wird, und die daraus hervorgehenden Wirkungen vorstellen.

c) Die Beobachtung der sechs Süchte  
und der entsprechenden Vorstellungen (*āyatana*)

Dem Begriff *āyatana* liegt die Wurzel *yam* zugrunde, die bedeutet „sich ausstrecken“, „ein Ziel haben“, „darauf aus sein“, genauso wie das Wort „Tendenz“ – abgeleitet von lat. *tendere* – „spannen“, „sich hinstrecken auf etwas“, „hinzielen“, „hinspannen“ bedeutet. Die Triebe, Tendenzen strecken sich aus, drängen nach Berührung.

Es gibt einen Ausgangs- und einen Zielpunkt der Triebe. Der Ausgangspunkt ist das (gelegentlich fühlbare) Vakuum, die zu sich gezählte Spannung (*ajjhattika salāyatana*). Der Zielpunkt ist das als außen Wahrgenommene, die Vorstellung, die Einbildung (*bahiddha āyatana*).

Luger, Lauscher, Riecher, Schmecker, Taster, Denker sind zu sich gezählte Süchte und Formen, Töne, Düfte, Säfte, Tastbares, Gedanken sind als außen wahrgenommene Zielpunkte der Triebe, Vorstellungen, Einbildungen.

Die im Körper inkarnierten Sinnensüchte entwerfen im Geist die Wahrnehmung einer Welt, die nicht „da draußen“ ist, unabhängig vom Erleber, sondern von den Trieben nach außen projiziert ist.

Durch die Betrachtung der fünf Zusammenhäufungen wurden bereits die sogenannten „Dinge“, die in ihrem Zusam-



menwirken die Welt ausmachen, durchschaut als aus Wahrnehmung bestehende Gefühle und Erscheinungen, also als etwas, das dieser Übende, der sich als Mensch erlebt, nur immer bei sich selbst und in sich selbst hat. Ebenso erkennt der Übende nun, dass diese Wahrnehmungen durch die sechs Süchte bedingt sind, durch die der Geist sechs Arten von Vorstellungen entwirft.

Wer aber zu dieser Übung gereift ist, alles weltliche Interesse längst hinter sich gelassen hat und in den Entrückungen seliges Ausruhen erfährt, der steht der sinnlichen Wahrnehmung unbefangen und unbeteiligt gegenüber. Er durchschaut ihren Mechanismus und wendet sich davon ab.

#### d) Die Beobachtung der sieben Erwachungsglieder

Mit der Entfaltung von sieben Eigenschaften oder Zuständen, den sogenannten Erwachungsgliedern: *Wahrheitsgegenwart – Ergründung der Wahrheit – Kampfeskraft – geistige Beglückung bis Entzückung – Stillwerden der Sinnesdränge – Herzenseinigung – Gleichmut* – gewöhnt sich der Übende ein in den Zustand weltunabhängiger Herzenseinigung und nicht nur das: Diese zu entfaltenden Eigenschaften werden zu „Erwachungsgliedern“. Sie sind Stadien allmählichen Erwachens aus dem Wahntraum und lassen in das Nirvāna einmünden. Sie bilden den letzten Teil des achten Glieds des achtgliedrigen Wegs, sind eine siebenfache Aufteilung für die Bewältigung des letzten Wegstücks des achtgliedrigen Heilswegs.

Die sieben Erwachungsglieder werden bezeichnet als jenes *Wirken, das weder dunkel noch licht ist und darum weder dunkle noch lichte Folgen hat, sondern zur Wirkungsversiegung führt.* (A IV,236)

#### 1. Erwachungsglied Wahrheitsgegenwart (*sati*)

Der so weit Fortgeschrittene ist fähig zum unabgelenkten Beobachten des Körpers, der Gefühle, der Wollensrichtungen,

zum unabgelenkten, kontinuierlichen, lückenlosen, unmittelbaren Beobachten des Entstehens und Vergehens der sich gegenseitig bedingenden fünf Zusammenhäufungen, der sechs Süchte und der entsprechenden Vorstellungen. So ist er der Wahrheit gegenwärtig.

## 2. Erwachungsglied Ergründung der Wahrheit (*dhammavicaya*)

Durch die Pflege und Ausbildung der Wahrheitsgegenwart/Beobachtung festigt der Übende immer mehr jenen Weisheitsanblick, der alles Vergängliche als vergänglich und uneigen durchschaut und das Heile des Heilen immer mehr erkennt. Durch diese Übung verändert sich sein Daseinsanblick vollkommen. Während dieser Entwicklung der Loslösung und perspektivischen Umstellungen entdeckt der Übende alle seine erlösenden Erfahrungen in der Lehre wieder. Jetzt versteht er sie in einer Unmittelbarkeit, als sei aus Nacht der Tag geworden. Es erwächst in ihm die Sicherheit, dass er auf dem Felsgrund der Wirklichkeit steht.

## 3. Erwachungsglied Kampfeskraft (*virīya*)

Das dritte Erwachungsglied Kampfeskraft hat jetzt eine erheblich andere Aufgabe als zuvor. - Wenn ein Wahrheits- und Heilssucher an die Lehre des Erwachten gekommen ist und sie verstanden hat, dann wird ihm klar, wie groß der Unterschied ist zwischen seinem gegenwärtigen Sosein mit der natürlichen Wohlsuche und dem Meiden von allem Unangenehmen gegenüber den Zielen schon der ersten Entwicklungsetappe, die der Erwachte nennt: sich zu reinen, guten Sitten im zwischenmenschlichen Verkehr zu entwickeln. Diese Umerziehung gelingt ihm nur durch Kampfeskraft und Energie. Und diese kann er auch nur dann entwickeln und einsetzen, wenn er deutlich sieht, dass er mit seinem bisherigen Zustand nach dem Verlassen des Körpers nur wiederum in das Land der Men-

schen einkehrt mit all den vielen Erschwernissen, Leiden und Undurchschaubarkeiten, wie er es in seinem bisherigen Leben erfahren hat. Darum setzt er alle Kampfkraft ein, um sein Herz von allen niederen Trieben und Emotionen zu befreien und sich so zu edlerer, ja, himmlischer Art zu erziehen.

Auf diesem Weg erfährt er im Lauf von Jahren eine zunehmende Beruhigung und Erhellung seiner aufkommenden Willensregungen, und dadurch nimmt das Auf und Ab der zwischenmenschlichen Missverständnisse, Spannungen, inneren Vorwürfe ab, und harmonischere Empfindungen und Zustände nehmen zu. Diese Entwicklung gelingt nur unter starkem Einsatz von Energie in treuer Verfolgung des einen Zieles: aus dem Chaos alles zwischenmenschlichen Auf und Ab und aus dem Gewühl der ununterbrochen aufkommenden unterschiedlichsten Willensregungen, Motivationen und Anwandlungen herauszukommen.

Auf diesem Weg ist er im Lauf der Zeit zu einem früher nicht geahnten Lebensklima gekommen, indem er alle aufkommenden Situationen in Begegnung mit anderen Menschen und Aufgaben schon fast im Aufkommen durchschaut und sich gleich klar ist, was hier zu tun und zu lassen ist, und es auch schon gleich entsprechend tut oder lässt. - Es ist eine Beherrschung dieses Begegnungslebens erwachsen und das sichere Gefühl, dass es hier keinerlei Gefahren mehr gibt und dass nun die Wendung nach innen, die Entwicklung des *samādhi* anzustreben ist. Es erwächst die Kraft zum letzten und feinsten Loslassen, zum Einstellen letzter Aktivität.

#### 4. Erwachungsglied: Geistige Beglückung bis Entzückung -*pīti*

Der bis hierhin Gelangte hat geistige Beglückung und Entzückung schon öfter erfahren und von daher auch die völlige Beruhigung des Körpers und die daraus folgende Einigung des Herzens, den *samādhi*. Aber jetzt geht es darum, aus diesen Erlebnissen, sobald sie wieder aufkommen, ein Erwachungsglied zu machen, und d.h. eine völlig andere Haltung diesen

Zuständen gegenüber einzunehmen als die allgemein menschliche Haltung der natürlichen Hingabe an diese aus allem Wechsel und Wandel des Begegnungslebens herausführende beseligende Beruhigung in einem überweltlichen Frieden. Während er zuvor, wenn die geistige Beglückung und Entzückung in ihm aufkam, ganz und gar darin wohnte, mit ihr geradezu eines war und dadurch, wenn diese Beglückung aufhörte, ohne sie dastand und Mangel empfand - während er also durch die Hingabe an diese Beglückung an sie gebunden und von ihr abhängig war, so wird er nun in seinem beobachtenden Geist größer: Oberhalb seiner geistigen Beglückung und Entzückung steht er nun mit seinem beobachtenden Geist, sieht diesen Vorgang, nimmt ihn zur Kenntnis, merkt, dass er entstanden ist aus den Bedingungen, die er erfahren hat, kommt jetzt zu der Empfindung, dass man in allen Zuständen eingepflanzt und von ihnen abhängig sein kann und dass man über alle Zustände hinaustreten, sie beobachten, beherrschen und unabhängig sein kann. Er merkt mit einer nicht beschreibbaren inneren Klarheit, was Gefangenschaft ist, Fesselung ist, Abhängigkeit ist - und was Freiheit ist. Das geistige Entzücken hört dadurch nicht auf - aber die Bindung daran löst sich auf.

##### 5. Erwachungsglied Stillwerden der Sinnesdränge des Körpers (*kāya passaddhi*)

Es stellt den Übergang vom geistigen Entzücken zur vollen Herzenseinigung dar. - Die programmierte Wohlerfassungssuche ist immer auf das unter den jeweiligen Bedingungen erreichbare größte Wohl aus, das unter den jetzigen Umständen durch die Verzückung des Geistes entsteht. Dieses Wohl ist ein so überwältigendes, dass die programmierte Wohlerfassungssuche sich nun ganz dorthin wendet, so dass der Übende nichts anderes als geistiges Entzücken erlebt. Die programmierte Wohlerfassungssuche bleibt so lange, wie das Entzücken besteht, bei ihm, und das bedeutet, dass sie zu der Zeit auf keine äußeren Dinge gerichtet ist, so dass der sonst dau-

ernst wild bewegte Körper von seiner Arbeit als Sinnenwohlbeschaffer befreit ist und still wird. Dadurch wird das Entzücken noch größer, so dass auch der Geist still wird. Zu dieser Zeit besteht nichts anderes als große innere Ruhe und Stille, in welcher das Entzücken wie ein starkes beglückendes Licht empfunden wird. Dieser Zustand wird dadurch zum Erwachungsglied, dass der Erfahrer sich jetzt nicht daran anbindet, dies Stillwerden zu genießen, sondern dass er nun eingedenk der Bedingtheit auch dieses Geschehens ihm zuschaut, ohne seinen Gleichmut zu verlieren.

6. Erwachungsglied Herzenseinung (*samādhi*) und

7. Erwachungsglied erhabener Gleichmut (*upekhā*)

Der Erfahrer gerät auch in reinsten Herzenszuständen nicht *in die Gewalt des Herzens*, sondern gestützt auf das Erwachungsglied Wahrheitsgegenwart, auf der Grundlage des zur Durchschauung alles Bedingten führenden Erwachungsglieds Ergründung der Wahrheit, mit der Unüberwindlichkeit des Erwachungsgliedes Kampfeskraft behält ein solcher auch bei dieser unvorstellbar reinen Wahrnehmung die Herrschaft über das gestillte Herz: er erlebt das reine Wohl der Herzenseinheit, aber er erlebt es als überlegener Zuschauer. Auch von dem Erlebnis weltloser Entrückungen löst sich der Mönch, der das Ungewordene, die Todlosigkeit, anstrebt. Im Hinblick auf die Erwachung ist er fähig, alles gefühlte Wohl freizugeben, denn das Lassen ist für einen solchen nur ein Ablegen von Lasten.

e) Die Beobachtung der vier Heilswahrheiten

In M 10 heißt es:

*Da verweilt ein Mönch bei den Erscheinungen in der beharrlichen Beobachtung der vier Heilswahrheiten:*

*Da weiß der Mönch der Wirklichkeit gemäß: „Das ist das Leiden“, weiß der Wirklichkeit gemäß: „Das ist die Ursache*

*des Leidens“; weiß der Wirklichkeit gemäß: „Das ist die Leidensauflösung“; weiß der Wirklichkeit gemäß: „Das ist der zur Leidensauflösung führende Weg.“*

*Der Wirklichkeit gemäß* - das heißt eben, dass er die Wirklichkeit selber sieht, unmittelbar erfährt und im Erfahren abliest. Hier wird nicht mehr in einem Denkkakt die Erfahrung analysiert, gedeutet und aus ihr gefolgert - auf solche Umwege sind nur diejenigen angewiesen, welche durch die dichten Schleier der Herzensbefleckungen und Schlacken des Gemütes nicht unmittelbar sehen und erkennen können. Wer aber den bisher beschriebenen Weg der Ablösung von allem Üblen, Dunklen, Befleckenden, den Weg der Säuberung, Reinigung und Erhellung gegangen ist, dessen Auge ist nicht geblendet, der sieht die Dinge so, wie sie sind, der erfährt sie unmittelbar.

Im Anfang hat man über die vier Heilswahrheiten nur gehört oder gelesen. Man hat durch den Erwachten, durch seine Mönche erfahren, dass alle wahrheitgemäße, wirklichkeitgemäße Aussage über die Existenz in diesen vier Heilswahrheiten gipfeln, dass es nichts Wichtigeres über die Existenz, über Leiden und Heil zu wissen gebe als jene vier Wahrheiten und dass man sich bemühen solle, diese vier Wahrheiten immer tiefer zu begreifen, in sich zu verankern und sich nach ihnen im Leben zu richten.

Schon die erste der vier Heilswahrheiten besagt, dass alles, was an Form, Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität und programmierter Wohlerfahrungssuche besteht, nicht leidvoll ist, da unbeständig, ein bedingter Vorgang ist. Der normale Mensch glaubt aber, dass es erfreulich bestehende Formen gebe, denn er erfährt an manchen Formen Freude. Ebenso glaubt er, dass es auch angenehme Gefühle, Wahrnehmungen usw. gebe, denn er erfährt sie ja. Aus der Menge dieser Erfahrungen folgert er natürlicherweise, dass nicht alle Formen, Gefühle usw. leidvoll seien, und darum ist für ihn die Mitteilung des Erwachten, dass alle diese Dinge letztlich leidvoll seien und dass mit ihnen Frieden und Heil nicht zu finden seien, zu-

nächst eine große Neuigkeit. Er wird längere Zeit beobachten und erwägen müssen, bis es ihm möglich wird, dieses vom Erwachten entworfene Bild der Existenz innerlich zu bejahen und anzuerkennen, d.h. sich den vom Erwachten übermittelten Anblick der Existenz anzueignen.

Von da an aber, wenn er die Getrübtheit seines Geistes, dem Leidigen als freudig erscheint, durchschaut, wenn er die Schlacken seines Herzens, die wahres Wohl verhindern, erkennt, wenn er darum die vom Erwachten übermittelten vier Heilswahrheiten auch zu seiner Ansicht macht, von da an bemüht er sich, mit gründlichem, auf die Existenz gerichtetem Blick die Heilswahrheiten im Leben selber immer mehr zu erkennen. Er sieht im Lauf der Zeit, dass die empfundene Freude bedingt ist durch vorübergehende Aufhebung von Mangel, der durch Befriedigung von Begehungen nur noch verstärkt wird, und dass die Freude darum in Wirklichkeit leidmehrend ist. Die wahre Leidensfreiheit kann erst nach Überwindung des Ergreifens all dieser bedingten Vergänglichkeiten eintreten.

Das bedeutet also, dass der Anfangende die Gültigkeit der vier Heilswahrheiten zunächst noch nicht unmittelbar an sich erfährt, sondern dass er sie lediglich als die von einem Erwachten aus Erfahrung gewonnene Erkenntnis vertrauensvoll gelten lässt. Er eignet sich diesen Anblick der Existenz an, aber er hat ihn noch nicht selbst von der Existenz so abgelesen. Das wird genannt „rechte Anschauung“. Mit dieser rechten Anschauung wird der Heilsweg, der Weg der fortschreitenden Übungen und der durch die fortschreitenden Übungen erreichten fortschreitenden Ablösungen, Durchbrüche und Befreiungen erst begonnen.

Aber hier bei der jetzt in Frage stehenden Übung, bei der Beobachtung der vier Heilswahrheiten, befinden wir uns am Ende des Heilswegs. Der bis hierhin Vorgeprungene bedient sich nicht mehr des durch den Erwachten oder durch andere Mönche übermittelten Bildes von der Existenz, denn er ist im Verlauf des Übungswegs und ganz besonders im Verlauf der

letztgenannten Übungen so tief in die Existenz eingedrungen, hat seinen Blick so endgültig von allen Verschleierungen und Verzerrungen befreit, dass er nun die Existenz ganz unmittelbar erfährt, dass sich ihm die Existenz selbst offenbart.

1. beobachtet der Übende, dass die fünf Zusammenhäufungen, aus deren ununterbrochenem Erscheinen und Schwinden der gesamte Lebensprozess besteht, an sich leidvoll sind, da sie sich nicht dem Willen fügen, sondern nach ihrem Gesetz entstehen und vergehen. Aus dem Beobachten dieser Gesetzmäßigkeiten, aus denen das Leiden aller Wesen entsteht, entwickelt sich die innere Distanzierung von ihnen.

2. beobachtet der Übende die Gültigkeit der zweiten vom Erwachten gelehrt Wahrheit über die Leidensursache, den Durst. Durch die ununterbrochen aufkommenden Durstwandlungen bleiben die Wesen im ständigen Kampf, und der Durst ist es auch, der den Frieden des *samādhi* und erst recht den Heilsstand verhindert. So sieht ein solcher unmittelbar, dass der Durst die Ursache des leidvollen Zustands ist, durch den die Wesen den fünf Zusammenhäufungen ausgeliefert bleiben.

3. Aus diesem Anblick ergibt sich und in den Augenblicken einer inneren friedvollen Verfassung ohne Durst erfährt der Übende, dass mit der endgültigen Auflösung und Überwindung des Durstes auch das Leiden aufhört (dritte Heilswahrheit).

Die Gültigkeit der vierten vom Erwachten gelehrt Heilswahrheit kann erst einer mit der bis zu dem jetzigen Zustand gelangten inneren Entwicklung aus leibhafter Erfahrung bestätigen. Wer bis zu diesem Stand gekommen ist, der hat viel Erfahrung gewonnen, denn er hat den größten Teil des achtgliedrigen Wegs bereits hinter sich, befindet sich im letzten Abschnitt.

### Die freie Wahrnehmungsweise

Schon bei dem ersten Pfeiler der Beobachtung, geschweige bei den zuletzt erwähnten Beobachtungen mag mancher Übende



sich abgelöst und die Erlösung gewonnen haben, die durch nichts mehr bedingt ist und darum auch durch nichts verstört und beendet werden kann - und die gleichzeitig das erhabenste Wohl ist: das Nirvāna. - Aber eingedenk der Unterschiedlichkeit der Wesen nennt der Erwachte alle Beobachtungen und Anblicke, durch die jeder in rechter Reihenfolge beharrlich Übende zum Ziel gelangen kann.

In unserer Lehrrede wird nun beschrieben, wie der Übende auf der Grundlage der vier Pfeiler der Beobachtung die weltlosen Entrückungen anstrebt und über die drei sogenannten Weisheitsdurchbrüche das Nirvāna gewinnt, wodurch auch der letzte der beharrlich Übenden mit Sicherheit zum Heilsstand gelangt. Zunächst heißt es:

*Willkommen, du Mönch, beim Körper beobachte den Körper, doch lasse keine mit dem Körper zusammenhängenden Gedanken zu.*

*Bei den Gefühlen beobachte die Gefühle, doch lasse keine mit den Gefühlen zusammenhängenden Gedanken zu.*

*Bei dem Herzen beobachte die Herzensverfassungen, doch lasse keine mit dem Herzen zusammenhängenden Gedanken zu.*

*Bei den Erscheinungen beobachte die Erscheinungen, doch lasse keine mit den Erscheinungen zusammenhängenden Gedanken zu.*

Wie ist es zu verstehen, wenn es heißt, man solle einerseits die betreffenden inneren Vorgänge beobachten, solle aber andererseits keine Gedanken, die mit diesen inneren Vorgängen zusammenhängen, zulassen. Worin besteht der Unterschied zwischen Beobachten einerseits und Denken andererseits?

Beobachten ist kein aktives Denken. Beim Beobachten bewegt der Geist sich nicht selbstständig aktiv, indem er über dieses oder jenes nachdenkt oder sich diese oder jene Vorstel-

lung ausmalt, sondern er verzeichnet und verfolgt nur still irgendwelche Vorgänge, in diesem Fall die Vorgänge beim Körper, beim Gefühl usw., und beobachtet nur, was sich dort tut. Damit also denkt der Geist nicht aus sich selber, d.h. aus seinen angesammelten Denkinhalten heraus, sondern wird zu dieser Zeit nur von den durch das Beobachten erfahrenen Vorgängen angefüllt.

Bei dem Menschen, der Selbstbeobachtung übt, werden sich im Anfang immer noch Gedanken zusätzlich einstellen, hauptsächlich die mit der beobachteten Erscheinung zusammenhängenden, aber auch ganz andersartige. Beides ist nicht mehr Beobachten, und das Denken an andere Objekte ist noch abwegiger als das Denken über die beobachtete Erscheinung.

Die hier genannte Übung ist erst dann richtig erfüllt, wenn der Geist aus sich selber völlig ruhig ist, nichts aus sich bedenkt, sondern nur den Regungen und Veränderungen der beobachteten Erscheinungen und Vorgänge folgt. In dieser Verfassung kann er mehr oder weniger leicht über die sinnliche Wahrnehmung hinaussteigen, so dass er dann weder ein Ich noch eine Welt wahrnimmt und darum weder Raum noch Zeit.

Wenn die völlig unabgelenkte stille Beobachtung ohne Denken recht gelingt, kann die geistige Beglückung über das starke Wohl der Abwesenheit von Erwägen und Sinnen und die erfahrene Ablösung so sehr anwachsen, dass der Geist nur bei dieser Beglückung verharrt und Ich und Welt und Beobachten vergessen wird, so dass er die Entrückung gewinnt, und zwar - da das Denken bereits zur Ruhe gekommen ist - unmittelbar die zweite Entrückung:

*Nach Verebbung des Bedenkens und Sinnens verweilt er in innerem seligem Schweigen, in des Gemüts Einigung, und so tritt die von Sinnen und Bedenken freie, in der Einigung geborene Entzückung und Seligkeit ein, der zweite Grad weltloser Entrückung.*

Die geistige Beglückung ist also nach der so geübten Satipatthāna-Übung nicht, wie in den meisten bisher besprochenen Fällen, verursacht durch ein selbstvergessenes Bedenken von Daseinszusammenhängen und die Freude darüber (*dhammupasamhitam pāmujjam*), wodurch die erste weltlose Entrückung eintreten kann, sondern die Beglückung erwächst in diesem Reifezustand gerade aus dem starken Wohl der Freiheit von Erwägen und Sinnen.

Das Erlebnis der seligen Entrückungen ist für den Menschen, dem sie gelingen, wie eine Neugeburt zu einem völlig anderen, überhimmlischen Dasein. Wer die Aussagen der christlichen Mystiker kennt, denen diese Entrückungen gelingen, der weiß, dass der Erfahrer dieses Zustandes von nun an der mit den Sinnen erlebten Welt geradezu den Rücken kehrt. Er kommt zwar nach jeder Entrückung wieder zur Weltwahrnehmung zurück, aber mit dieser Rückkehr beginnt auch seine Wehmut über den Verlust dieses überhimmlischen Zustandes und seine Sehnsucht nicht nur nach Wiederholung, sondern nach der Dauer dieses seligen Friedens.

Durch die Entrückungen wird der Mönch von dem Rest sinnlichen Begehrens ganz befreit. Kein brennendes Jucken durchzieht den Körper, keine Sucht, mit den Augen nach Formen zu jagen, mit den Ohren nach Tönen usw., mit dem Geist nach Ideen und Vorstellungen treibt ihn. Damit ebbt das aufwallende geistige Entzücken der ersten beiden Entrückungen ab, das aufkam durch die Befreiung von dem Andrang der Sinneseindrücke, und es wird nun dauernd jenes körperliche Wohlbefinden erfahren, von welchem die Heilskenner sagen: *Dem in Gleichmut klar bewusst Verweilenden ist wohl*. Damit tritt er in die dritte Entrückung ein.

Dieser von der Sinnensucht Befreite lebt körperlich in Gleichmut und in Leichtigkeit. Über diesen körperlichen Zustand, der über alle menschliche Vorstellung von irdischem Wohl und himmlischem Wohl ungeahnt hinausgeht, empfindet er in seinem Geist eine stille Freudigkeit. - Das ist das Lebens-

gefühl des von der Sinnensucht endgültig Befreiten und darum nach Wunsch und Willen zur dritten Entrückung Fähigen:

*Mit der Beruhigung auch des Entzückens lebt er oberhalb und außerhalb von allem sinnlichen Wohl und Wehe in unverstörtem Gleichmut klar und bewusst und in einem solchen körperlichen Wohlsein, von welchem die Heilsgänger sagen: „Dem in erhabenem Gleichmut klar bewusst Verweilenden ist wohl.“ Ein solcher gewinnt den dritten Grad der weltlosen Entrückungen.*

So wie der Neureiche sich freut in Erinnerung an die kürzlich erst überwundene Armut, aber der an Reichtum Gewöhnte seines Zustandes sicher und darum ruhig ist - so und noch mehr erhöhen sich Wohl und Sicherheit des von der Sinnensucht endgültig Befreiten im Lauf der Gewöhnung. Das erst ermöglicht den Reifezustand der vierten und höchsten Entrückung:

*Nachdem er über alles Wohl und Wehe hinausgewachsen ist, alle frühere geistige Freudigkeit völlig gestillt hat und in einer über alles Wohl und Wehe erhabenen Gleichmutsreine lebt, da erlangt er die vierte Entrückung und verweilt in ihr.*

### Die universale Wahrnehmung des Geheilten

Nach dem Erreichen dieser vier Entrückungen kann der Mönch, der daran interessiert ist, die Rückerinnerung an ungezählte frühere Geburten und Lebensschicksale gewinnen, die Erinnerung an die immer wieder gegangenen Samsāra-Wege (erster Weisheitsdurchbruch). Und er sieht mit *dem feinstofflichen Auge, dem gereinigten*, die Wesen dahinschwinden und wiedererscheinen, sieht, wie gemäß ihrer inneren Art und entsprechend ihren Vorgehensweisen auch ihre daraus hervorge-

henden Erlebnisweisen dunkel oder licht oder gemischt sind (zweiter Weisheitsdurchbruch). Damit aber sieht er, was Dasein überhaupt bieten kann und was es nicht bieten kann: Ob beschränkte sinnliche Wahrnehmungsweise oder die freie Wahrnehmungsweise der Entrückungen oder universale Wahrnehmungsweise - wer in den beiden letzten wohnt, sie nach Wunsch und Willen gewinnt, so dass er sie kennt und mit ihnen vertraut ist, der hat eine Reife gewonnen, die früher oder später dazu führt, dass er empfindet: „Was Wahrnehmung bringen kann, das kenne ich jetzt: die beschränkte im Weltgefängnis - die freie ohne Welt in Seligkeit - die universale in Seligkeit mit Erkenntnis aller Gesetze des Daseins - ich habe nun genug.“ Damit tritt er zurück und gewinnt die wahrnehmungsfreie Weise, die immer schon unterhalb der drei großen Wahrnehmungsmöglichkeiten vorhanden war und immer nur überdeckt war, sei es durch die grobe, beschränkte, schmerzliche Wahrnehmungsweise, in welcher wir Heutigen leben, oder sei es durch die freie oder universale Wahrnehmungsweise. Das alles sind Möglichkeiten, die durch Bedingungen entstehen und bei Fortfall der Bedingung wieder vergehen. Das alles sind Störungen des Friedens, der unter allem Werden und Gewordenen immer da ist. So tritt er außerhalb dieses gesamten Leidenszusammenhangs, wird frei aus der *Gefangenschaft in der Wahrnehmung* (A III,67) und löst sich von allen Wollensflüssen und allen Einflüssen endgültig ab.

Den dritten und letzten Weisheitsdurchbruch, die Unverstörtheit des Geheilten durch Versiegung der Wollensflüsse und damit der Einflüsse beschreibt der Erwachte hier in M 125 näher wie folgt:

*Das ist ein Mönch, der erträgt Kälte und Hitze, Hunger und Durst, Wind und Wetter, Mücken und Wespen und plagende Kriechtiere; boshafte, böswillige Redeweisen; körperliche Schmerzgefühle, die ihn treffen, heftige, schneidende, stechende, unangenehme, leidige, lebensgefährliche, dauert er duldend aus, ist gänzlich*

*frei von Anziehung, Abstoßung, Blendung, der Wol-  
lensflüsse / Einflüsse entwöhnt, der Opfer und Spenden  
würdig, der Gabe und der Verehrung würdig, ein Feld  
für ein Wirken mit besten Folgen.*

*Wenn ein alter, ein mittlerer oder ein junger Kö-  
nigselefant ungezähmt stirbt, dann sagt man, er sei  
eines ungezähmten Todes gestorben. Ebenso sagt man  
von einem alten, einem mittleren oder einem jungen  
Mönch, wenn er ungezähmt stirbt, er sei eines unge-  
zähmten Todes gestorben. Wenn aber ein alter, ein  
mittlerer oder ein junger Königselefant gezähmt stirbt,  
dann sagt man, er sei eines gezähmten Todes gestor-  
ben. Ebenso sagt man von einem alten, einem mittleren  
oder einem jungen Mönch, wenn er gezähmt stirbt, er  
sei eines gezähmten Todes gestorben.*

*So sprach der Erhabene. Erhoben und beglückt war  
der Mönch Aciravato über die Rede des Erhabenen.*

Der Gezähmte, Gebändigte, Geheilte hat den Tod gezähmt,  
d.h. überwunden. Fällt auch der Leib fort, so ist das für ihn  
kein Sterben. Er hat die Kette der Wiedergeburten gesprengt.

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Rājagaha, im Bambuspark, am Hügel der Eichhörnchen.*

*Als es Morgen war, zog sich der ehrwürdige Bhūmijo an, nahm seine Schale und äußere Robe, ging zum Haus des Prinzen Jayaseno und setzte sich auf einem vorbereiteten Sitz nieder. Und Jayaseno, der Prinz, trat an den ehrwürdigen Bhūmijo heran, tauschte höflichen Gruß und freundliche denkwürdige Worte mit ihm und setzte sich zur Seite hin. Zur Seite sitzend wandte sich nun Jayaseno, der Prinz, an den ehrwürdigen Bhūmijo:*

*Es gibt, Bhūmijo, manche Asketen und Brahmanen, die sagen und lehren: „Wer mit dem Wunsch nach Erfolg ein Reinheitsleben führt, kann unmöglich Erfolg haben. Wer ohne Wunsch nach Erfolg ein Reinheitsleben führt – wer mit und ohne Wunsch nach Erfolg ein Reinheitsleben führt – wer weder mit noch ohne Wunsch nach Erfolg ein Reinheitsleben führt – kann unmöglich Erfolg haben.“ Was sagt der Lehrer des ehrwürdigen Bhūmijo dazu, was verkündet er? –*

*Ich habe aus dem Mund des Erwachten nichts darüber gehört, nichts darüber vernommen, Prinz. Aber es ist möglich, dass der Erhabene vielleicht Folgendes antworten würde:*

*„Wer mit dem Wunsch nach Erfolg, aber nicht von Grund auf (a-yoni) den Reinheitswandel versteht und durchführt, kann unmöglich Erfolg haben. Wer ohne Wunsch nach Erfolg – mit und ohne Wunsch nach Erfolg – weder mit Wunsch noch ohne Wunsch nach Erfolg –, aber nicht von Grund auf den Reinheitswandel*

*versteht und durchführt, kann unmöglich Erfolg haben.“*

*Ich habe dies nicht aus dem Mund des Erhabenen gehört, nichts darüber vernommen, Prinz. Aber es ist möglich, dass der Erhabene vielleicht so antworten würde. –*

*Wenn des ehrwürdigen Bhūmijo Lehrer solches sagt, solches lehrt, dann hätte er damit alle gewöhnlichen Asketen und Brahmanen geschlagen. –*

*Darauf bediente Prinz Jayaseno den ehrwürdigen Bhūmijo mit seinem eigenen Milchreisgericht.*

*Als nun der ehrwürdige Bhūmijo nach dem Mahl vom Almosengang zurückgekehrt war, begab er sich dorthin, wo der Erhabene weilte, begrüßte den Erhabenen ehrerbietig und setzte sich zur Seite nieder. Zur Seite sitzend erzählte nun der ehrwürdige Bhūmijo dem Erhabenen Wort für Wort das Gespräch, das er mit dem Prinzen Jayaseno geführt hatte. Nach diesem Bericht wandte sich der ehrwürdige Bhūmijo an den Erhabenen:*

*Hab ich, o Herr, mit dieser Antwort auf die Frage wirklich die Worte des Erhabenen gebraucht und den Erhabenen nicht mit Unrecht angeführt und der Lehre gemäß geredet, so dass der Erhabene keiner fälschlichen Aussage bezichtigt werden kann? – Gewiss hast du, Bhūmijo, mit solcher Antwort meine eigenen Worte gebraucht, hast mich nicht zu Unrecht angeführt und der Lehre gemäß gesprochen, so dass mich keiner einer fälschlichen Aussage bezichtigen kann.*

*Alle diejenigen Mönche und Brahmanen, die falsche Anschauung haben, falsche Gesinnung, falsche Rede, falsches Handeln, falsche Lebensführung, falsches Mühen, falsche Wahrheitsgegenwart und falsche Herzenseinigung und mit Wunsch auf Erfolg den Rein-*



*heitswandel führen – ohne Wunsch nach Erfolg – mit und ohne Wunsch nach Erfolg – weder mit noch ohne Wunsch nach Erfolg ein Reinheitsleben führen, können unmöglich Erfolg haben. Aus welchem Grund? Weil sie den Reinheitswandel nicht von Grund auf verstehen und durchführen.*

*Gleichwie ein Mann, Bhūmijo, der Öl benötigt, der Öl sucht, der sich auf die Suche nach Öl macht, Schotter in einen Bottich häufen würde, ihn über und über mit Wasser besprengen und dann auspressen würde. Dann wäre er, wenn er mit Wunsch auf Erfolg so handelte – ohne Wunsch nach Erfolg – mit und ohne Wunsch nach Erfolg – weder mit noch ohne Wunsch nach Erfolg so handelte, nicht in der Lage, irgendwelches Öl hervorzubringen. Warum nicht? Weil er das Ölgewinnen nicht von Grund auf versteht.*

*Ebenso können alle diejenigen Mönche und Brahmanen, die falsche Anschauung haben, falsche Gesinnung, falsche Rede, falsches Handeln, falsche Lebensführung, falsches Mühen, falsche Wahrheitsgegenwart und falsche Herzenseinigung und mit Wunsch auf Erfolg den Reinheitswandel führen – ohne Wunsch nach Erfolg – mit und ohne Wunsch nach Erfolg – weder mit noch ohne Wunsch nach Erfolg ein Reinheitsleben führen, keinen Erfolg haben. Aus welchem Grund? Weil sie den Reinheitswandel nicht von Grund auf verstehen und durchführen.*

*Gleichwie wenn ein Mann, Bhūmijo, der Milch benötigt, der Milch sucht, der sich auf die Suche nach Milch macht, eine Kuh, die kurz zuvor gekalbt hat, am Horn ziehen würde. Dann wäre er, wenn er mit dem Wunsch nach Erfolg so handelte – ohne Wunsch nach Erfolg – mit und ohne Wunsch nach Erfolg – weder mit noch ohne Wunsch nach Erfolg so handelte, nicht*

*in der Lage, irgendwelche Milch hervorzubringen. Warum nicht? Weil er das Milchgewinnen nicht von Grund auf versteht.*

*Ebenso können alle diejenigen Mönche und Brahmanen, die falsche Anschauung haben, falsche Gesinnung, falsche Rede, falsches Handeln, falsche Lebensführung, falsches Mühen, falsche Wahrheitsgegenwart und falsche Herzenseinigung und mit Wunsch nach Erfolg den Reinheitswandel führen – ohne Wunsch nach Erfolg – mit und ohne Wunsch nach Erfolg – weder mit noch ohne Wunsch nach Erfolg ein Reinheitsleben führen, keinen Erfolg haben. Aus welchem Grund? Weil sie den Reinheitswandel nicht von Grund auf verstehen und durchführen.*

*Gleichwie wenn ein Mann, Bhūmijo, der Butter benötigt, der Butter sucht, der sich auf die Suche nach Butter macht, Wasser in ein Butterfass schütten würde und es mit einem Kirnstock stampfen würde. Dann wäre er, wenn er mit dem Wunsch nach Erfolg so handelte – ohne Wunsch nach Erfolg – mit und ohne Wunsch nach Erfolg – weder mit noch ohne Wunsch nach Erfolg so handelte, nicht in der Lage, irgendwelche Butter hervorzubringen. Warum nicht? Weil er das Buttergewinnen nicht von Grund auf versteht.*

*Ebenso können alle diejenigen Mönche und Brahmanen, die falsche Anschauung haben, falsche Gesinnung, falsche Rede, falsches Handeln, falsche Lebensführung, falsches Mühen, falsche Wahrheitsgegenwart und falsche Herzenseinigung und mit dem Wunsch nach Erfolg den Reinheitswandel führen – ohne Wunsch nach Erfolg – mit und ohne Wunsch nach Erfolg – weder mit noch ohne Wunsch nach Erfolg ein Reinheitsleben führen, keinen Erfolg haben. Aus wel-*

*chem Grund? Weil sie den Reinheitswandel nicht von Grund auf verstehen und durchführen.*

*Gleichwie wenn ein Mann, Bhūmijo, der Feuer benötigt, Feuer sucht, der sich auf die Suche nach Feuer macht, einen Reibstock nehmen und ihn an einem saftigen grünen Stück Holz reiben würde. Dann wäre er, wenn er mit dem Wunsch nach Erfolg so handelte – ohne Wunsch nach Erfolg – mit und ohne Wunsch nach Erfolg – weder mit noch ohne Wunsch nach Erfolg so handelte, nicht in der Lage, Feuer hervorzu- bringen. Warum nicht? Weil er Feuergewinnen nicht von Grund auf versteht.*

*Ebenso können alle diejenigen Mönche und Brahmanen, die falsche Anschauung haben, falsche Gesinnung, falsche Rede, falsches Handeln, falsche Lebensführung, falsches Mühen falsche Wahrheitsgegenwart und falsche Herzenseinigung und mit dem Wunsch nach Erfolg den Reinheitswandel führen – ohne Wunsch nach Erfolg – mit und ohne Wunsch nach Erfolg – weder mit noch ohne Wunsch nach Erfolg ein Reinheitsleben führen, keinen Erfolg haben. Aus welchem Grund? Weil sie den Reinheitswandel nicht von Grund auf verstehen und durchführen.*

*Alle diejenigen Mönche und Brahmanen, die rechte Anschauung haben, rechte Gesinnung, rechte Rede, rechtes Handeln, rechte Lebensführung, rechtes Mühen, rechte Wahrheitsgegenwart und rechte Herzenseinigung und mit dem Wunsch nach Erfolg den Reinheitswandel führen – ohne Wunsch nach Erfolg – mit und ohne Wunsch nach Erfolg – weder mit noch ohne Wunsch nach Erfolg ein Reinheitsleben führen, werden Erfolg haben. Aus welchem Grund? Weil sie den Rein-*

*heitswandel von Grund auf verstehen und durchführen.*

*Gleichwie ein Mann, Bhūmijo, der Öl benötigt, der Öl sucht, der sich auf die Suche nach Öl macht, Sesam-Mehl in einen Bottich häufen würde, ihn über und über mit Wasser besprengen und dann auspressen würde. Dann wäre er, wenn er mit dem Wunsch auf Erfolg so handelte – ohne Wunsch nach Erfolg – mit und ohne Wunsch nach Erfolg – weder mit noch ohne Wunsch nach Erfolg so handelte, in der Lage, Öl hervorzubringen. Warum? Weil er das Ölgewinnen von Grund auf versteht.*

*Ebenso werden alle diejenigen Mönche und Brahmanen, die rechte Anschauung haben, rechte Gesinnung, rechte Rede, rechtes Handeln, rechte Lebensführung, rechtes Mühen, rechte Wahrheitsgegenwart und rechte Herzenseinigung und mit dem Wunsch nach Erfolg den Reinheitswandel führen – ohne Wunsch nach Erfolg – mit und ohne Wunsch nach Erfolg – weder mit noch ohne Wunsch nach Erfolg ein Reinheitsleben führen, Erfolg haben. Aus welchem Grund? Weil sie den Reinheitswandel von Grund auf verstehen und durchführen.*

*Gleichwie wenn ein Mann, Bhūmijo, der Milch benötigt, der Milch sucht, der sich auf die Suche nach Milch macht, eine Kuh, die kurz zuvor gekalbt hat, am Euter ziehen würde. Dann wäre er, wenn er mit dem Wunsch nach Erfolg so handelte – ohne Wunsch nach Erfolg – mit und ohne Wunsch nach Erfolg – weder mit noch ohne Wunsch nach Erfolg so handelte, in der Lage, Milch hervorzubringen. Warum? Weil er das Milchgewinnen von Grund auf versteht.*

*Ebenso werden alle diejenigen Mönche und Brahmanen, die rechte Anschauung haben, rechte Gesin-*

*nung, rechte Rede, rechtes Handeln, rechte Lebensführung, rechtes Mühen, rechte Wahrheitsgegenwart und rechte Herzenseinigung und mit dem Wunsch nach Erfolg den Reinheitswandel führen – ohne Wunsch nach Erfolg – mit und ohne Wunsch nach Erfolg – weder mit noch ohne Wunsch nach Erfolg ein Reinheitsleben führen, Erfolg haben. Aus welchem Grund? Weil sie den Reinheitswandel von Grund auf verstehen und durchführen.*

*Gleichwie wenn ein Mann, Bhūmijo, der Butter benötigt, der Butter sucht, der sich auf die Suche nach Butter macht, Sauermilch in ein Butterfass schütten würde und sie mit einem Kirnstock stampfen würde. Dann wäre er, wenn er mit dem Wunsch nach Erfolg so handelte – ohne Wunsch nach Erfolg – mit und ohne Wunsch nach Erfolg – weder mit noch ohne Wunsch nach Erfolg so handelte, in der Lage, Butter hervorzu bringen. Warum? Weil er das Buttergewinnen von Grund auf versteht.*

*Ebenso werden alle diejenigen Mönche und Brahmanen, die rechte Anschauung haben, rechte Gesinnung, rechte Rede, rechtes Handeln, rechte Lebensführung, rechtes Mühen, rechte Wahrheitsgegenwart und rechte Herzenseinigung und mit dem Wunsch nach Erfolg den Reinheitswandel führen – ohne Wunsch nach Erfolg – mit und ohne Wunsch nach Erfolg – weder mit noch ohne Wunsch nach Erfolg ein Reinheitsleben führen, Erfolg haben. Aus welchem Grund? Weil sie den Reinheitswandel von Grund auf verstehen und durchführen.*

*Gleichwie wenn ein Mann, Bhūmijo, der Feuer benötigt, Feuer sucht, der sich auf die Suche nach Feuer macht, einen Reibstock nehmen und ihn an einem trockenen, saftlosen Stück Holz reiben würde. Dann wäre*

*er, wenn er mit dem Wunsch nach Erfolg so handelte – ohne Wunsch nach Erfolg – mit und ohne Wunsch nach Erfolg – weder mit noch ohne Wunsch nach Erfolg so handelte, in der Lage, ein Feuer hervorzubringen. Warum? Weil er Feuergewinnen von Grund auf versteht.*

*Ebenso werden alle diejenigen Mönche und Brahmanen, die rechte Anschauung haben, rechte Gesinnung, rechte Rede, rechtes Handeln, rechte Lebensführung, rechtes Mühen, rechte Wahrheitsgegenwart und rechte Herzenseinigung und mit dem Wunsch auf Erfolg den Reinheitswandel führen – ohne Wunsch nach Erfolg – mit und ohne Wunsch nach Erfolg – weder mit noch ohne Wunsch nach Erfolg ein Reinheitsleben führen, Erfolg haben. Aus welchem Grund? Weil sie den Reinheitswandel von Grund auf verstehen und durchführen.*

*Hättest du, Bhūmijo, mit diesen vier Gleichnissen dem Prinzen Jayaseno geantwortet, so wäre ohne Zweifel der Prinz Jayaseno vollkommen zufrieden gestellt worden, hätte zufrieden dir zugestimmt. –*

*Wie doch nur hätte ich, o Herr, dem Prinzen Jayaseno mit diesen vier Gleichnissen antworten können, diesen einleuchtenden, nie zuvor gehörten, wie der Erwachte. –*

*So sprach der Erwachte. Erhoben und beglückt war der ehrwürdige Bhūmijo über die Rede des Erhabenen.*

Der Prinz Jayaseno nennt in dem Gespräch mit dem Mönch Bhūmijo, der das Hausleben verlassen, in die Hauslosigkeit gegangen ist, die Auffassung mancher Asketen und Brahmanen, dass das Asketenleben, das Leben in der Hauslosigkeit, in der Abgeschiedenheit, der Reinheitswandel, keinen Erfolg brächte, auch wenn einer von ihm Erfolg erwarte oder ihn

nicht erwarte. Diese Ansicht besagt also kurz gesagt, dass das Asketenleben sinnlos sei, da es zu nichts führe, auch wenn einer voll Erwartung auf Erfolg aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen sei.

Der Mönch Bhūmijō antwortet ihm und der Erwachte bestätigt seine Aussage, dass es nicht darauf ankomme, ob einer Erfolg erwarte oder nicht, sondern ob er von Grund auf den Reinheitswandel kenne. Und das heißt ja, ob er das Dasein von Grund auf durchschaut hat und den Weg zu dessen Meisterung gut kennt, d.h. den Weg von jemandem gehört hat, der ihn selbst bis zum Ziel, zur Triebversiegung, gegangen ist.

Die erste Stufe dieses achtliedrigen Wegs, den der Erwachte nennt, ist die Anschauung darüber: „Es gibt außer dem Elend des Menschendaseins die heile Situation, es gibt einen Weg der Entwicklung aus dem jetzigen Zustand zur heilen Situation, und es gibt den Wegweiser, den Erwachten.“ Es liegt an dem Nachfolgenden, ob er den Weg hören will und ihn geht oder nicht. Nüchtern und sarkastisch zeigt es der Erwachte an den vier Gleichnissen. Wenn einer aus Unkenntnis falsch vorgeht: Um Sesamöl zu gewinnen, Steine auspresst statt Sesammehl – um Milch zu gewinnen, die Kuh am Horn zieht – um Butter zu gewinnen, Wasser im Butterfass stampft – um Feuer zu machen, frisches, saftvolles statt trockenes Holz reibt – dann kann er keinen Erfolg haben. Wer aber weiß, wie Sesamöl – Milch – Butter zu gewinnen und Feuer zu machen ist, der ist auch erfolgreich, unabhängig davon, ob er Erfolg erwartet und wünscht oder nicht.

Die Lehrreden sind übervoll von Antworten darauf, welches der rechte Weg ist und wie er zu gehen ist, und das immer verbunden mit dem Versprechen auf Erfolg: *So wie dem Morgenrot die Sonne folgt, ja folgen muss* – das Morgenrot ist ja der Vorbote der Sonne – *so auch folgt der rechten Anschauung das Heil* (A X,121). Aus rechter Anschauung folgt Fortschritt um Fortschritt und zunehmendes Wohl und letztlich zwangsläufig das Heil.

Rechte Anschauung ist die Orientierung, die der Mensch für den Weg braucht. Er muss wissen, wohin es führt, wenn er sich auf diese Weise übt, und wohin es führt, wenn er sich auf jene Weise übt. Wodurch entsteht die Wahrnehmung von Welt, wodurch entsteht Not und Elend, Glück, Wohl und Heil? Wenn der Mensch das weiß, dann kann er sich nicht mehr so verhalten, als ob er es nicht wüsste; denn jeder will Wohl. Rechte Anschauung verändert den Willen, zwingt zu Konsequenzen.

In seiner ersten Heilswahrheit zeigt der Erwachte, was unzulänglich, leidig ist. In der zweiten und dritten Wahrheit zeigt er den Durst als die Wurzel des Leidigen und dass diese Wurzel herausgezogen werden kann. Mit der vierten Heilswahrheit nennt er den Weg, die Reihenfolge, wie der Durst aufzuheben ist. Auf diesem Weg ist die erste Stufe rechte Anschauung, also zuerst Orientierung. Aus der rechten Anschauung folgt zwangsläufig, dass einer auf die Dauer nicht mehr falsch gehen kann.

Wie kommt die rechte Anschauung zustande? Der Erwachte sagt: Durch die Stimme des anderen und durch eigenes tiefes Nachdenken über das, was man durch die Stimme des anderen (M 43) oder durch die überlieferten Schriften aufgenommen hat. Daraus folgt dann das Bemühen und daraus die Ernte.

In M 95 nennt der Erwachte in mehreren Stufen, wie aus der Stimme des anderen eigenes tiefes Nachdenken hervorgeht: Nachdem ein Hausvater von einem Mönch die Lehre dargelegt hört, ist er so beeindruckt, dass er zu ihm *Vertrauen fasst*. *Hat er Vertrauen gefasst, so erweist er ihm Respekt. Er hört die Lehre mit offenem Ohr. Die gehörte Lehre behält er im Gedächtnis. Die so bewahrten Lehren prüft er gründlich auf ihren Sinn. Dem gründlich Prüfenden erschließt sich die Wahrheit. Hat er gründlich geprüft, dann arbeitet er.*

Damit beginnt die Nachfolge, das Vorwärtsschreiten. Und weil er ernsthaft arbeitet, heißt es, erlebt und erfährt er dann leib-



haftig, was er vorher nur gehört hat. Diese Stufenfolge ist ein nahtloser, der Psyche des Menschen genau entsprechender Prozess: Das Gehörte muss Nahrung werden, und die Nahrung erzeugt dann den Willen des Menschen, sich zu läutern.

Hier im Westen besteht weitgehend die Auffassung, dass Willenskraft eine Eigenschaft sei, die man habe oder nicht habe und die man sich unter Umständen erwerben könne. Aber Willenskraft ist eine Scheineigenschaft; sie ist in Wirklichkeit eine Spannung, ein Spannungsverhältnis zwischen der gegenwärtigen Situation und der Situation, die der Mensch anstrebt. Wenn uns die gegenwärtige Situation einigermaßen gefällt, nicht besonders schmerzlich ist, dann muss uns eine zukünftige Situation als besonders verlockend erscheinen, wenn wir die Willenskraft haben sollen, sie anzustreben. Erst wenn die zukünftige Situation viel verlockender erscheint – also nicht nüchtern, kalt intellektuell erkannt, sondern im Herzen, im Gefühl bejaht wird – dann bricht man auf, dann überwindet man auch Hindernisse, dann strengt man sich an. Und ebenso, wenn die gegenwärtige Situation schmerzlich brennt, dann ergibt sich die Willenskraft: „Hier heraus um jeden Preis.“ Wir brauchen nur daran zu denken, wie wir uns bei einer Feuersbrunst verhalten, um zu sehen, was Willenskraft ist.

Diesem seelisch-geistigen Sachverhalt entsprechend hat der Erwachte gelehrt. Er sagt: Du kannst dich nur in dem Maß herausarbeiten wollen, als dir das Ziel verlockend erscheint, dich anzieht, als eine Neigung dahin entsteht, oder in dem Maß, als dir das Leidige und das Elende und das Zerbrechliche an der gegenwärtigen Situation immer mehr aufgeht. – Und darum rät der Erwachte: Betrachte mehr und mehr das Elende des Elenden und betrachte mehr und mehr das Heile des Heilen.

In M 105 sagt der Erwachte: Wer vom weltlichen Köder angezogen ist, d.h. von der sinnlichen Wahrnehmung dieser Welt und auch himmlischer Welt, die noch sinnlich ist, der geht auch nur mit Menschen um, die darüber sprechen, der wohnt darin, ernährt sich damit und bleibt darin. Wenn aber

einer von der Freiheit von Sinnensucht (*aneñjā*) angezogen ist, von der Einheit und dem Frieden oberhalb der Sinnensuchtwelt, so lockt ihn dieses, und die Wahrnehmung der Vielheit der Sinnensuchtwelt stößt ihn ab.

In der Angereichten Sammlung (A IX,41) lesen wir, dass die Hausleute sagen: *Ein Abgrund dünkt uns Hausleuten die Überwindung der Sinnensucht.* Solange die Abkehr von der Welt als Abgrund empfunden wird, so lange ist kein Zug dahin, denn wer mag wohl mit Freuden in einen Abgrund springen? – Ebenso geht es Hauslosen, die kein lockendes Ziel vor Augen haben. König Pasenadi von Kosalo sagt (M 89), dass er öfter die Mönche anderer Richtungen aufgesucht und gesehen habe, dass sie missgestimmt herumsaßen, Gespräche über nichtige Dinge führten. Wenn er sie gefragt habe: „Ihr habt doch das Haus verlassen, um ein Ziel zu erreichen“, dann hätten sie gesagt: *Lenkung fehlt uns, Hochziehendes fehlt uns.* – Die Mönche des Erwachten aber seien in sich beruhigt, hätten hohe Ziele vor sich. Es geht darum, zuversichtlich und froh bei der Läuterungsarbeit zu sein. Und das kann man nur sein, wenn das Ziel klar ist und lockt, wenn man weiß, was man erreichen kann.

Diese Willenskraft erwirbt der Nachfolger, wenn er öfter das Üble des Üblen, das Edle des Edlen und das Heile des Heilen zu sehen und zu verstehen sucht. So heißt es z.B. bei den Herzensbefleckungen (M 7): *Einer, der erkennt, dass Egozentrik, Antipathie bis Hass, Zorn, Feindseligkeit, Neid, Eifersucht, Stolz u.a. Befleckungen des Herzens sind, der verwirft sie.* Die Herzensbefleckungen können nur überwunden werden, wenn gesehen wird, wie übel sie sind. Der Akt der Einsicht, die negative Bewertung, ist bereits die Verwerfung. Ist der üble Charakter einer Eigenschaft, ihre Schädlichkeit klar und voll in der Betrachtung eingesehen, so ist diese Einsicht gleichzeitig die Verwerfung und Abwendung von dieser Eigenschaft – und damit ihre Minderung. Zuerst mögen diese Betrachtungen nur rein intellektuell sein, aber wenn der Nachfolgende öfter in dieser Weise überlegt, dann kommt allmäh-

lich mehr und mehr Neigung und Liebe auf und dann ist es so, wie wenn Wasser von selber den Berg hinunterfließt.

In M 2 zeigt der Erwachte, worüber der Nachfolger nachdenken sollte: nämlich über die vier Heilswahrheiten. Und in M 1 zählt er auf, worüber der Mensch nicht nachdenken sollte: über sinnliche Erscheinungen, Formen, Töne, Düfte usw., die vier Gewordenheiten, die Natur in ihrer Gesamtheit, über himmlische Wesen, über Brahma, sogar über die Triebversiegung. Über all dieses sollte er nicht nachdenken. Und warum? Damit er dies alles kennenlerne. Diese Aussage ist dem westlichen Verständnis geradezu entgegengesetzt. Hier wird gesagt: Wir können die Dinge doch erst kennenlernen, wenn wir darüber nachdenken, Nachforschungen anstellen usw. Aber der Erwachte sagt, dass wir ja jetzt noch gar nicht die Möglichkeit haben, diese Dinge zu fassen, wir sehen sie verblendet, d.h. die den Menschen innewohnenden Neigungen erzeugen gefühlsbesetzte Wahrnehmungen, wodurch Schein für Sein angesehen wird. Erst der Vollendete und der triebversiegelte Mönch – das zeigt der weitere Teil von M 1 – denken über Wahrnehmungen nicht verblendet, freuen/bekümmern sich nicht über sie, sagen nicht: „Mein sind die Dinge.“ Und warum? Der Vollendete und der triebversiegelte Mönch haben nämlich diese Dinge als durch Gier, Hass, Blendung entstanden, entworfen, erkannt. Wenn aber Gier, Hass, Blendung fort sind, dann ist das durch sie Entworfenene nicht mehr da; und damit bricht die Freiheit auf. Es geht also um fortschreitende Läuterung, um innere Ablösung. Dann fallen die Schleier, die eine Welt mit all ihren Bedrängnissen in Zeit und Raum und Form entwerfen, wodurch Not und Zwietracht entsteht.

Der Erwachte sagt (M 2): *Dem Kenner verheiße ich Triebversiegung.* Was muss gekannt werden? Der Nachfolger muss den Unterschied kennen zwischen einer oberflächlichen Erforschung der Dinge und einer Forschung, die an die Grundlagen der Existenz geht. In dieser Forschung erst wird die Erkenntnis dessen erobert, was wirklich leidvoll ist. Die Erkenntnis des Leidens der fünf Zusammenhäufungen gilt es zu gewinnen –

das besagt die erste der vier Heilswahrheiten. Nur von daher bricht dann auch das Heil herein:

*Je mehr und mehr er bei sich merkt,  
wie die Zusammenhäufungen  
im Wechsel nur entstehen, vergehn,  
wird er erhellt und heilsentzückt,  
da er das Todlose erfährt. (Dh 374)*

Bei demjenigen, der die vier Heilswahrheiten zum einzigen Denkinhalt oder mehr und mehr zum Denkinhalt macht, lösen sich drei Verstrickungen auf, sagt der Erwachte: der Glaube an Persönlichkeit, Daseinsbangnis und das Begegnungsleben als das Höchste ansehen. Die Ablösung von diesen drei Verstrickungen bedeutet den Stromeintritt, die Garantie, in absehbarer Zeit auch endgültige Sicherheit, das Nibbāna, das Heil, zu haben. Es lohnt sich also. Es sind nicht Abgründe und Klüfte zu überwinden. Es geht nur darum, der Wirklichkeit entsprechend zu sehen.

Dem normalen Menschen erscheinen die sinnlichen Dinge, die seinem Begehren entsprechen, wie eine köstliche Speise. Demjenigen, der die Lehre bis auf den Grund kennt, auch noch dem Stromeingetretenen, erscheinen diese Dinge auch wie eine köstliche Speise, aber er weiß ganz deutlich, dass sie vergiftet ist, d.h. er mag sie gern, weil er noch Begehren hat (der Stromeingetretene hat ja noch Gier und Hass, Zuneigung und Abneigung, er spürt also noch den triebhaften Zug nach der Speise), aber da er ja weiß, dass sie vergiftet ist – und das ist die Kenntnis des Leidens –, kann er sie doch nicht zu sich nehmen, denn er will ja den Körper behalten. Er hat also einen starken Zug zu überwinden. Es lockt ihn, aber er weiß: „Nein, an den Folgen eines solchen Handelns habe ich später sehr zu leiden.“ Es geht darum, dass er das Gift merkt, die Dinge nüchtern betrachtet, durchschaut. Oft gelingt es, manchmal gelingt es nicht. Dann ist es gut, sich nicht Reuegedanken hinzugeben, sondern weiterzumachen. Der Nachfolger weiß ja,

woher er die Kraft gewonnen hat, öfter zu widerstehen. Nur weiter dieselbe Nahrung aufnehmen, sehen, wieso die leidigen Dinge leidig sind, und allmählich zieht es ihn nicht mehr so sehr dahin. Allmählich wird die Speise nicht mehr als köstlich empfunden. Dieser Prozess geht allmählich vor sich durch die Nahrung „auf den Grund gehendes Denken.“

Von dem Nichtwiederkehrer, der Gier und Hass überwunden hat, sagt der Erwachte, er sehe die Sinnendinge nicht mehr als köstliche Speise, die zwar vergiftet ist, sondern nur noch als eine Giftschlange. An einer Giftschlange aber ist nichts Verlockendes, sondern nur Abstoßendes, Abschreckendes. Ein solcher braucht nicht mehr zu kämpfen, um von den Dingen zu lassen. Mit anderen Worten: Der fortgeschrittene Nachfolger braucht nicht immer zu kämpfen. Er erreicht das Stadium, in welchem der Zug nach den Dingen aufhört.

Wenn der Nachfolger sieht, wie die Triebe erst allmählich abreifen, dann wappnet er sich mit Geduld und einer ganz anderen Einstellung zu seiner inneren Entwicklung. Der Erwachte sagt (A VII,67), wenn einer einen ganzen Tag mit einem Beil oder einer Axt Holz hackt, dann ist der Beilstiel am Abend ganz bestimmt etwas dünner geworden. Wo und wie sehr er dünner geworden ist, kann man nicht feststellen, aber nach einiger Zeit bemerkt man, dass man einen neuen Beilstiel braucht. Solange der Nachfolger über seinen inneren Fortschritt Vorstellungen hat, die unrealistisch sind, so lange muss er unbefriedigt sein, dem Zweifel und der Verzweiflung ausgesetzt, wobei die Gefahr besteht, ganz abzufallen. Je mehr er aber die inneren Gesetze der Wandlung kennt und ihnen Rechnung trägt, um so mehr bekommt er einen Blick für Fortschritte und freut sich darüber.

Dasselbe zeigt ein anderes Gleichnis in derselben Lehrrede: Ein Boot ist mit einem Tau an der Küste befestigt. Manchmal treibt der Wind das Boot näher an die Küste, dann sinkt das Tau ins Wasser und wird nass, und zu anderen Zeiten wieder wird das Tau straff und trocknet in der Sonne. Indem das Tau nun dauernd trocken und wieder nass wird, fault es allmählich.

Allmählich reißen immer mehr einzelne dünne Fasern ab, und irgendwann reißen dann auch die letzten Fasern. – So ist das Vorwärtsgen: allmählich nur werden die Begehrensfasern mürbe.

Der Erwachte sagt: So wie das Meer allmählich sich absenkt, allmählich immer tiefer wird, so wird erstens das Verständnis der Lehre allmählich immer tiefer und werden zweitens auch die Kraft der Nachfolge und die Ergebnisse allmählich immer größer und tiefer.

In M 107 fragt der Rechner Moggallāno den Erwachten: So wie in dem Palast von Mutter Migāro die Terrasse einen Ansatz zeigt, eine unterste Stufe, eine zweite Stufe usw. und so wie die Meister ihre Lehrlinge erst das Einfachste, dann das Schwierigere lehren und wie wir als Rechner unsere Schüler erst lehren: 1 die Einheit, 2 die Zweiheit usw., ist denn auch in deiner Lehre eine allmähliche Einführung und Übung? Und der Erwachte antwortet:

Bei uns ist es genau so. Den eben Aufgenommenen lehre ich: *Willkommen, du Mönch, sei tugendhaft*. Besorgt vor Fehlritten nimmt er die Regeln im Reden und Handeln auf sich, übt sich in geläuterter Lebensführung.

*Sobald der Vollendete merkt, dass der Mönch tugendhaft ist, dann weist ihn der Vollendete weiter zurecht: Willkommen, du Mönch, die Tore der Sinne wolle du hüten. Hast du mit dem Auge, dem innewohnenden Luger, eine Form erblickt, so beachte weder die Erscheinungen noch damit verbundene Gedanken. Da Begierde und Missmut, üble und unheilsame Gedanken den, der die Sinnesdränge nicht bewacht, gar bald überwältigen, so übe diese Bewachung, wache aufmerksam über die Sinnesdränge. Hast du mit dem Ohr/dem Lauscher einen Ton gehört....*

Und wenn der Mönch hierin vollkommen ist, weist der Erwachte ihn weiter zurecht, gibt ihm die Übungen Maßhalten beim Essen, Wachsamkeit bei den Herzensbefleckungen, Klares Bewusstsein bei Körperbewegungen, Aufhebung der fünf Hemmungen. Diese Übungsreihenfolge für Mönche ist in vie-

len Lehrreden erwähnt. Wenn der Nachfolger sich an das hält, wozu er reif ist, dann gibt es keine Rückfälle, dann trifft auf ihn auch nicht die Warnung zu, die der Erwachte in dem Gleichnis von der jungen Gebirgskuh ausspricht, die auf der Suche nach neuen Futterplätzen, ohne die alten richtig kennengelernt zu haben, sich im Gebirge versteigt und dann abstürzt.

Einer, der noch den Dingen der Welt zugewandt ist, mag zu der Zeit noch keine Übungen durchführen, die über das Weltliche hinausgehen. Voraussetzung muss sein, dass eine Neigung dahin besteht, und diese Neigung kann der Nachfolger schaffen durch bewertendes Denken. Erst wenn das Unvergängliche jenseits des weltlichen Köders begriffen und eine Neigung dahin entwickelt worden ist, dann sind dieselben Übungen, die am Anfang schwer erschienen waren, keine Mühe mehr, weil nun ein Zug zu ihnen besteht.

Der Baumeister Pañcakango zu dem Mönch Anuruddho: Erfahrene Mönche haben zu mir gesagt: Nichtmessende Gemüts-erlösung übe. Andere: Großartige Gemüts-erlösung übe. Was ist der Unterschied? – Anuruddho: Nichtmessende Gemüts-erlösung wird durch die Strahlungen gewonnen. (S. M 7) – Großartige Gemüts-erlösung (Gegenteil: beschränkt) ist jede einzelne Ablösung durch Beruhigung und Sammlung auf 1-3 Bäume, 1-3 Dörfer, 1-3 Königreiche, die ganze Erde als etwas Großartiges, (die Wahrnehmung ist von Stufe zu Stufe leerer, frei von Einzelheiten – s. auch M 121).

Vier Arten des Wiedererscheinens: 1. Da sammelt sich ein Mönch auf ein beschränktes Licht, beruhigt sich dabei (Licht-vorstellung – bei den Allheitsvorstellungen (*kāsina*) in M 77 genannt – ist der Übergang zu reiner Wahrnehmung von Form als Farbe), der mag nach dem Tod bei den Leuchtenden Gottheiten (eine Stufe über Brahma) mit beschränktem Licht wiederkehren. 2. Da sammelt sich einer auf unermesslich strahlendes Licht und beruhigt sich dabei, der mag nach dem Tod bei den Leuchtenden Gottheiten mit unbeschränkt strahlendem Licht wiedergeboren werden. 3. Da sammelt sich ein Mönch auf nicht ganz reines Licht, beruhigt sich dabei, der mag nach dem Tod bei den Leuchtenden Gottheiten mit nicht ganz reinem Licht wiederkehren. 4. Da sammelt sich einer auf vollkommen reines Licht und beruhigt sich dabei, der mag nach dem Tod bei den Leuchtenden Gottheiten mit vollkommen reinem Licht wiederkehren.

Bei Leuchtenden Gottheiten zeigt sich, wenn sie zusammen sind, verschiedene Farbe, aber kein unterschiedliches Licht. Wenn sie auseinandergehen, zeigen sich verschiedene Farben und verschiedenes Licht.

Beflecktes, begrenztes Licht: weil grobe körperliche Regungen nicht beruhigt sind und durch die Hemmungen: Beharren im Gewohnten, Erregbarkeit. Diese Mönche werden bei den



Leuchtenden (zweite Stufe der Götter der Reinen Form) mit beflecktem, begrenztem Leuchten wiedergeboren.

Reines Licht: weil grobe körperliche Regungen beruhigt sind, weil die Hemmungen Beharren im Gewohnten, Erregbarkeit aufgehoben sind. Sie werden bei den Leuchtenden mit reinem, unermesslich strahlendem Licht wiedergeboren.

In M 120 werden zu den Leuchtenden gezählt: *Licht-(ābhā)-Götter, Götter begrenzten Lichts, Götter unbegrenzten Lichts.* (Ausführlicher über Lichterscheinungen s. die folgende Lehrrede M 128)

Auf Befragen sagt Anuruddho, dass er lange Zeit mit den Gottheiten gesprochen hat.

DIE LEHRREDE VON DEN BEFLECKUNGEN  
128. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Der Streit der Mönche von Kosambi

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Kosambi in Ghositas Park. Zu jener Zeit waren die Mönche bei Kosambi in Zank und Streit verfallen, waren in Streitgespräche vertieft, bei denen sie sich gegenseitig mit Worten verletzten, die Dolchen glichen.*

*Da begab sich einer der Mönche dorthin, wo der Erhabene weilte, begrüßte den Erhabenen ehrerbietig und stellte sich zur Seite hin. Zur Seite stehend sprach nun jener Mönch zum Erhabenen: Die Mönche bei Kosambi, o Herr, sind in Zank und Streit verfallen, in Streitgespräche vertieft, bei denen sie sich gegenseitig mit Worten verletzen, die Dolchen gleichen. Gut wär es, o Herr, wenn sich der Erhabene zu jenen Mönchen hinbegeben wollte, von Mitleid bewogen. –*

*Schweigend gewährte der Erhabene die Bitte.*

*Und der Erhabene begab sich zu jenen Mönchen hin und sprach zu ihnen:*

*Genug, ihr Mönche, hört auf mit Zank, Streit, Zwist und Streitgesprächen. – Nach diesen Worten sagte ein Mönch zum Erhabenen: Möge, o Herr, der Erhabene, der Herr der Wahrheit, selbstgenugsam in gegenwärtigem Wohl verweilen. Wir werden uns bei diesem Zank und Streit, Zwist und bei den Streitgesprächen schon verständigen. –*

*Und zum zweiten und dritten Mal sprach der Erhabene zu ihnen: Genug, ihr Mönche, hört auf mit Zank und Streit, Zwist und Streitgesprächen. – Und zum zweiten und dritten Mal sagte ein Mönch zum*

*Erhabenen: Möge, o Herr, der Erhabene, der Herr der Wahrheit, selbstgenugsam in gegenwärtigem Wohl verweilen. Wir werden uns bei diesem Zank und Streit, Zwist und bei den Streitgesprächen schon verständigen. –*

*Als es Morgen war, zog sich der Erhabene an, nahm seine Schale und äußere Robe und ging um Almosen nach Kosambi hinein. Nachdem er in Kosambi um Almosen umhergegangen war und nach seinem Mahl von der Almosenrunde zurückgekehrt war, brachte er seine Lagerstätte in Ordnung, nahm seine Schale und äußere Robe und äußerte im Stehen diese Verse:*

*Wenn viele durcheinander schrei'n,  
so dünkt sich keiner selbst als Narr.  
Obwohl der Orden bricht entzwei,  
sieht keiner seinen Fehler ein.*

*Vergessen ward des Kenners weiser Spruch:  
die Zunge zügeln, das tut not.  
Wenn aus den Trieben wird geredet,  
wohin das führt, wird nicht gesehen.*

*„Gescholten hat man mich, verletzt,  
hat mich besiegt, hat mich verlacht“,  
wer solchem Denken gibt sich hin,  
in dem kommt Feindschaft nie zur Ruh.*

*„Gescholten hat man mich, verletzt,  
hat mich besiegt, hat mich verlacht“,  
wer solches Denken da gibt auf,  
in dem kommt Feindschaft bald zur Ruh.*

*Es wird ja Feindschaft nimmermehr  
durch Feindschaft wieder ausgesöhnt.  
Nicht-Feindschaft gibt Versöhnung an:  
das ist ein ewiges Gesetz.*

*Gar mancher Mann bedenket nicht:  
„Wir alle müssen sterben hier.“  
Doch wer da rechte Einsicht hat,  
in dem kommt aller Streit zur Ruh.*

*Wer Knochen bricht und Leben nimmt,  
wer Reichtum, Vieh und Pferde stiehlt,  
wer brandschatzt gar das ganze Reich –  
der kommt mit seinesgleichen aus.  
Warum gelingt euch jenes nicht?*

*Wenn einen einsichtsvollen Freund ihr findet,  
der mitgeht, mutig mitbestrebt in Tugend  
und alle Hindernisse überwindet,  
mit einem solchen sollt ihr leben,  
freudig, der Wahrheit gegenwärtig.*

*Wenn keinen einsichtsvollen Freund ihr findet,  
der mitgeht, mutig mitbestrebt in Tugend,  
seid wie ein König, der erobertes Land aufgibt,  
und wandelt alleinsam wie der Elefant im Wald.*

*Alleine bleiben besser ist,  
Gemeinsames gibt's nicht mit Toren.  
Alleine bleiben und nichts Böses tun,  
selbstgenügsam wie im Wald der Elefant.*

*Dann, nachdem der Erhabene diese Verse noch im Stehen geäußert hatte, ging er zum Dorf Bālakalonakāra.*

Über den Streit der Mönche von Kosambi, der auf Grund einer Ordensregel ausgebrochen war, berichtet schon M 48. Er ist dort ausführlich besprochen.

Der Erwachte begab sich, seiner letzten Aussage folgend auf die Wanderschaft, verließ die streitenden Mönche und besuchte Mönche, die zurückgezogen in der Einsamkeit weilten, und fragte nach ihrem Ergehen, ihrem Zusammenleben und ihren Fortschritten in der Ablösung. Welch ein Unterschied zwischen den laut Streitenden und diesen ernstesten Waldeinsiedlern!

*Zu jener Zeit hielt sich der ehrwürdige Bhagu bei dem Dorf Bālakalonakāra auf. Als der ehrwürdige Bhagu den Erhabenen in der Ferne kommen sah, bereitete er einen Sitz vor und stellte Wasser zum Füßewaschen bereit. Der Erhabene setzte sich auf dem vorbereiteten Sitz nieder und wusch sich die Füße. Und auch der ehrwürdige Bhagu setzte sich nach des Erhabenen Begrüßung zur Seite nieder. An den ehrwürdigen Bhagu, der zur Seite saß, wandte sich nun der Erhabene:*

*Geht es dir, Mönch, leidlich, kommst du gut zurecht, hast du keinen Mangel an Nahrung? – Leidlich geht es mir, Erhabener, ich komme gut zurecht, habe keinen Mangel an Nahrung. –*

*Und der Erhabene ermunterte und ermutigte, begeisterte und erhob den ehrwürdigen Bhagu in lehrreichem Gespräch, erhob sich dann von seinem Sitz und begab sich nach dem Östlichen Bambushain. Um diese Zeit hielten sich der ehrwürdige Anuruddho, der ehrwürdige Nandiyo und der ehrwürdige Kimbilo im Öst-*

lichen Bambushain auf. Ein Waldhüter sah den Erhabenen von fern herankommen und sagte zu ihm: Geh nicht in diesen Wald, Asket. Drei Männer aus guter Familie sind hier, die um Läuterung bemüht sind, störe sie nicht. – Der ehrwürdige Anuruddho hörte den Waldhüter zum Erhabenen sprechen und sagte zu ihm: Wehre nicht, lieber Waldhüter, dem Erhabenen. Unser Meister, der Erhabene, ist gekommen. – Und der ehrwürdige Anuruddho begab sich zum ehrwürdigen Nandiyo und zum ehrwürdigen Kimbilo und sprach zu ihnen: „Kommt herbei, ihr Brüder, kommt herbei, ihr Brüder, unser Meister, der Erhabene ist da.“ – Und der ehrwürdige Anuruddho, der ehrwürdige Nandiyo und der ehrwürdige Kimbilo gingen dem Erhabenen entgegen. Einer nahm dem Erhabenen die Schale und äußere Robe ab, einer bereitete einen Sitz vor, und einer stellte Wasser zum Füßewaschen bereit. Der Erhabene setzte sich auf dem vorbereiteten Sitz nieder und wusch sich die Füße. Jene Ehrwürdigen aber setzten sich nach des Erhabenen Begrüßung zur Seite nieder. Und der Erhabene sprach zu ihnen: Geht es euch leidlich, Anuruddher <sup>209</sup>, kommt ihr gut zurecht ohne Mangel an Nahrung? – Es geht uns leidlich, wir kommen gut zurecht, haben keinen Mangel an Nahrung. – Vertragt ihr euch aber, Anuruddher, einig, ohne Streit und seht euch liebevoll an? – Gewiss, o Herr, wir vertragen uns, einig, ohne Streit und sehen uns liebevoll an. – Inwiefern aber, Anuruddher, vertragt ihr euch, einig ohne Streit und seht euch liebevoll an? –

---

<sup>209</sup> Anuruddho war ein Vetter des Buddha und Nandiyo ein Vetter Anuruddhos. Alle drei, Anuruddho, Nandiyo und Kimbilo, waren Sakyen. Sie werden in dieser Lehrrede vom Erwachten als Anuruddher angeredet.

Die abgeschieden lebenden Mönche schildern  
ihren Tagesablauf

*Da denke ich, o Herr: „Es ist ein Gewinn für mich, es ist ein großer Gewinn für mich, dass ich mit solchen Gefährten im Reinheitswandel zusammenlebe. Ich verkehre in Taten, in Worten und Gedanken liebevoll mit diesen Ehrwürdigen, sowohl in ihrer Gegenwart wie in ihrer Abwesenheit.“ Und ich denke, o Herr: „Wenn ich nun meine eigenen Anliegen (citta) aufgäbe und tue, was diese Ehrwürdigen zu tun wünschen?“ Und dann gebe ich meine eigenen Anliegen auf und tue, was diese Ehrwürdigen zu tun wünschen. Wir haben unterschiedliche Körper, o Herr, aber ich glaube, im Herzen sind wir eins.“ –*

*Und der ehrwürdige Nandiyo und der ehrwürdige Kimbilo sprachen in gleicher Weise zum Erhabenen und fügten hinzu: Auf diese Weise, o Herr, sind wir einig, ohne Streit und sehen uns liebevoll an. –*

*Gut, gut, Anuruddher. Und verweilt ihr auch ernstesten Sinnes, Anuruddher, eifrig, in entschlossenem Kampf? – Gewiss, o Herr, wir verweilen ernstesten Sinnes, eifrig, in entschlossenem Kampf. – Auf welche Weise, Anuruddher, verweilt ihr ernstesten Sinnes, eifrig, in entschlossenem Kampf? –*

*Wer da zuerst von uns, o Herr, vom Almosengang aus dem Dorf zurückkehrt, der bereitet die Sitze vor, stellt Wasser zum Trinken und Waschen bereit und stellt den Abfalleimer auf seinen Platz. Wer von uns auch immer zuletzt zurückkehrt, isst, was an Essen übrig blieb, falls er das wünscht, sonst wirft er es dort weg, wo nichts Grünes wächst, oder wirft es dort ins Wasser, wo nichts lebt. Er räumt die Sitze und das Wasser zum Trinken und Waschen weg. Er stellt den*

*Abfalleimer weg, nachdem er ihn ausgewaschen hat, und er fegt den Speiseplatz. Wer auch immer feststellt, dass die Behälter für das Trinkwasser oder das Waschwasser oder das Wasser für die Latrine fast oder ganz leer sind, kümmert sich darum. Wenn sie zu schwer für ihn sind, winkt er einen zweiten herbei, und wir kommen und helfen, ohne dass wir, o Herr, aus solchem Grund das Schweigen brächen. Und jeden fünften Tag sitzen wir die ganze Nacht hindurch in Gesprächen über die Lehre beisammen. So verweilen wir ernstem Sinnes, eifrig, in entschlossenem Kampf. –*

*Gut, gut, Anuruddher. Aber während ihr ernstem Sinnes, eifrig, in entschlossenem Kampf verweilt, habt ihr irgendeinen übermenschlichen Zustand erreicht, höhere Wirklichkeitssicht (ñānadassana), ein Verweilen in innerem Wohl (phāsuvihāra)? –*

#### Wahrnehmung von Lichterscheinungen und außersinnlichen Formen

*Während wir da ernstem Sinnes, eifrig, in entschlossenem Kampf verweilen, nehmen wir Licht wahr und den Anblick von Form. Kurz danach verschwinden das Licht und die Form, und wir haben die Ursache dessen nicht erkannt. –*

*Ihr solltet die Ursache jener Erscheinungen ergründen, Anuruddher. Auch ich hatte einst, Anuruddher, noch vor der vollen Erwachung, als noch nicht Erwachter, Licht wahrgenommen und den Anblick von Form. Kurz danach verschwanden das Licht und die Form. Da hab ich, Anuruddher, bei mir gedacht: Was ist der Grund, was ist die Ursache dafür, dass Licht und Form verschwunden sind? Daseinsbangnis ist in mir aufgestiegen. Daseinsbangnis ist der Grund*



*gewesen, dass die Herzenseinigung aufhörte, und mit dem Aufhören der Herzenseinigung verschwanden Licht und Anblick von Form. So will ich darauf hinarbeiten, dass Daseinsbagnis nicht mehr aufsteigen wird.*

Im Folgenden zählt der Erwachte noch weitere zehn geistig-seelische Behinderungen der Herzenseinigung auf, die die Wahrnehmung von Licht und übersinnlichen Erscheinungen verhindern. –

Welcher Art sind diese Lichterscheinungen und Form-Andeutungen? In den Lehrreden wird berichtet, dass dem Erscheinen von Himmelswesen ein heller Lichtschein vorausgeht oder mit ihnen zusammen auftritt. Als der Götterkönig Sakko einmal mit seinem Gefolge den Erwachten besuchte, heißt es (D 21):

*Durch die Ankunft der Götter war auf dem Berg ein ungemein helles Leuchten entstanden, das bis hinab reichte. Da haben denn rings umher in den Ortschaften die Leute gesagt: „Wie Feuer leuchtet ja heute der Berg, wie glühend funkelt es, wie Flammen sprüht es ja vom Berg. Was mag das nur auf dem Berg für ein übermächtiges Leuchten sein, das bis zu uns herabreicht“, sagten sie erstaunt und erschauernd.*

Hat ein Mensch im Lauf seines Lebens sein Wollen vergrößert und verfinstert durch rücksichtslosen Egoismus und hemmungslose Sinnlichkeit, so ist er nach dem Verlassen des menschlichen Körpers eine dunkle, trübe, gehemmte Erscheinung, also durchaus keine „leuchtende Gottheit“. Hat er aber als Mensch bis zum Tod sein Wollen insgesamt erhöht, veredelt und erhellt, war er als Mensch schließlich gar ein „Engel in Menschengestalt“, dann zeigt sich diese geistig-seelische Verfassung auch in seiner neuen Daseinsform: Er erscheint als ein helles liches Wesen.

Ganz ebenso wie ein solcher schon zuvor als Mensch eigene dunkle Stimmungen oder die üblen Reden oder Handlungsweisen anderer Menschen innerlich überwinden und alles zum Guten wenden konnte, so ist er nun auch drüben ein Überwinder solcher Hemmungen, denen die mittelmäßigen oder gar dunklen Geister noch ausgesetzt sind. Ein solcher erhellt im Erdenreich die dunkle Nacht so, dass er die ganze Umgebung erhellt. So ist in M 32 von einem Meinungsaustausch mehrerer Mönche die Rede über die Frage, mit welchen hochherzigen und klar-geistigen Eigenschaften der Wald, in welchem die Mönche weilten, zum Leuchten gebracht worden wäre.

Ebenso liegen auch im christlichen Abendland verschiedene Berichte vor, dass manchmal die Menschen eines Dorfes nachts zusammenströmten und nach dem auf dem Berg liegenden Kloster eilten, um den vermeintlichen „Brand“ zu löschen. Dort angelangt erkannten sie dann, dass es ein Feuer war, das zwar brannte, aber nichts verbrannte. In solchem Fall wurde stets beobachtet, dass in dem Kloster wenigstens eine Person (Mönch oder Nonne) der inneren Läuterung und Erhellung des Gemüts so ernsthaft und heiß hingegeben war, dass sie selber diese Erscheinung ungewollt erzeugte oder dass dieser geistlichen Person ein jenseitiges Wesen („Engel“, „Gott“) von etwa gleichartiger Reinheit erschienen war, durch deren Erscheinung es so hell wurde. „Licht ist dein Kleid“, heißt es im Psalm 104 von Gott. Und von Jesus wird auf dem Tabor berichtet: *Und er ward verklärt vor ihnen und sein Angesicht leuchtete wie die Sonne, und seine Kleider wurden weiß wie ein Licht. (Matth.17,2)*

Ähnliche Berichte liegen uns aus spiritistischem Bereich vor, die *Beat Imhof* in seinem Buch „Wie auf Erden so im Himmel“, Grafing 2013, S.286-288 erwähnt:

*Die hohen Himmelssphären sind lichtdurchflutet. Die feinstoffliche Materie besteht aus reinster Lichtkraft. Die dortigen Bewohner erscheinen in heller Lichtgestalt. – Mit unserer*

*lauteren Gesinnung schaffen wir eine Leuchtspur vom Diesseits in die hohen Sphären des lichterfüllten Jenseits.*

Robert James Lees schreibt:

*Gott ist Licht, und Nähe oder Ferne zu ihm wird automatisch durch Licht oder Schatten angezeigt.*

Frances Banks teilte ihrer noch im Irdischen lebenden Freundin Helen Graeves medial aus dem Jenseits mit:

*Wir tragen in uns unser eigenes Licht. Je größer unsere Selbstlosigkeit und die Erleuchtung unseres Inneren ist und je positiver wir auf höhere Schwingungen ansprechen, desto reiner und heller ist das Licht, das wir ausstrahlen.*

Wie ein Mensch schon hier auf Erden sein inneres Licht zum Leuchten bringt und dieses bei seinem Sterben in die andere Welt mitnimmt, erklärte Josef (Geistlehrer des Mediums Beatrice, Geistige Loge Zürich) an folgendem Beispiel:

*Ein Mann liegt in seinen letzten Zügen. Er kennt das Geistige und hat auch danach gelebt. So war dann dieser Mensch ein Leuchten. Sein Körper war Licht, seine Fluide waren ein herrlicher Strom an Strahlen. Zwei Engel standen am Bett des frommen Mannes. Er konnte diese Engel sehen und hatte Worte der Bewunderung für sie. Dieses Wesen wurde dann von den zwei Engeln, die an seinem Bett standen, in ihre weiten Strahlenmäntel hineingelegt und gehoben. Als er erwacht war, sah er nur ein wunderbares Licht und wunderbare Farben. Diese Engel begrüßten ihn bewundernd und sagten: „Schau, wie schön du bist! Fast so schön wie wir und kein Geruch nach Erde mehr an dir.“ Und dieses Wesen war beglückt, es durfte in die schönste Sphäre eingehen, denn sein Licht und sein Glanz waren diesen Engeln gleich.*

Im Folgenden seien einige Lichterscheinungen bei Mystikern, christlichen Mönchen und Nonnen, zitiert (entnommen aus Joseph Görres, Die christliche Mystik, Graz 1960, Band 2):

*Die Lampe, die zur Nachtzeit vor dem Bett St. Heriberts zu brennen pflegte, war einst erloschen, und der bei ihm schlafende Kleriker war darüber erwacht und sah sich ängstlich um, wie er wieder zu Licht kommen könne. Da sah er mit einem Mal vom Bett, wo der Erzbischof mit ausgespannten Armen betete, ein glänzendes Licht ausgehen, das fortdauernd zunahm, so dass er zuletzt die Arme des Betenden nicht mehr davor zu erkennen vermochte. Er beschwor eidlich die Wahrheit der Erscheinung.*

*Als der h. Ägidius einst in Santarem im Chor sich befand und die Annäherung der Ekstase fühlte, war er schnell zur Sakristei geeilt; aber an der verschlossenen Tür von dem Geist ergriffen, vor ihr hingesenken. Elvira Duranda, eine fromme Frau, war zufällig hinzugekommen und sah ihn durch ein kleines Fenster in jenem Zustand. Sie erblickte eine Säule des glänzendsten Lichts auf ihn niedersteigen, die, in ihn eindringend, seinen ganzen Körper so durchleuchtete, dass er nicht anders als der reinste vom Sonnenlicht durchschienene Kristall erglänzte.*

*Die h. Elisabeth von Ungarn wurde von einem Priester in ihrem Gebet ebenso leuchtend gesehen wie die h. Hedwig von Polen von ihrem Diener. Ebenso ist von der h. Luitgardis, der Cäcilia von Coppoli, Margarita von Ravenna und Barnabas de Pistorio aufgeschrieben, wie sie betend vom Licht umflossen gesehen wurden, während die s. Chatharina von Jesu mit dem Licht zugleich einen durchdringenden Wohlgeruch ausatmete.*

*Die sel. Lidwina wurde, so oft sie ihr Engel besuchte, mit solcher Klarheit umleuchtet gefunden, dass die Ihrigen ihr nicht zu nahen wagten. Ihr selbst aber, obwohl sie immer im Finstern lag und das materielle Licht ihren Augen unerträglich war, erschien dies höhere Licht, von dem nachts ihre kleine Stube erfüllt war, dass sie denen, die die Erscheinung nicht kannten, im Feuer zu stehen schien – ungemein wohltuend und angenehm.*

Der Erwachte berichtet in unserer Lehrrede den drei Mönchen in der Waldeinsamkeit, dass er vor seiner Erwachung Licht und außersinnliche Formen wahrgenommen habe und dass er sich bemüht hatte, diese Erscheinungen zu ergründen. Er empfing nicht dankbar und ehrfurchtsvoll die Lichterscheinungen wie die christlichen Mönche und Nonnen, die sie dem allmächtigen Gott zuschrieben und deren höchstes Ziel es war, in die Gemeinschaft mit Gott einzugehen, sondern sammelte seine Kräfte darauf, die übersinnlichen Erscheinungen immer deutlicher zu erkennen, mit den himmlischen Wesen zu sprechen und alles über sie zu erfahren. Dies beschreibt der Erwachte in der folgenden Lehrrede (A VIII,64:

*Früher vor meiner Erwachung als noch nicht Erwachter nahm ich als Bodhisattva ein Licht wahr (1), sah aber keine Formen. Da kam mir der Gedanke: „Wenn ich doch ebenso, wie ich das Licht wahrnehme, auch die Gestalten bemerken könnte, so würde meine höhere Wirklichkeitssicht noch vollkommener sein.“ Während ich nun in der Folgezeit ernsten Sinnes, eifrig in entschlossenem Kampf verweilte, nahm ich dann sowohl das Licht wahr wie auch Gestalten (2), nicht aber konnte ich bei jenen Himmelswesen bleiben, sprechen und mich mit ihnen unterhalten.*

*Da kam mir der Gedanke: „Wenn ich doch ebenso, wie ich das Licht wahrnehme und die Gestalten bemerke, auch bei den Himmelswesen bleiben, mit ihnen sprechen, mich mit ihnen unterhalten könnte, so würde meine höhere Wirklichkeitssicht noch vollkommener sein.“ Während ich nun in der Folgezeit ernsten Sinnes, eifrig, in entschlossenem Kampf verweilte, nahm ich dann sowohl das Licht wahr wie auch Gestalten, konnte bei jenen Himmelswesen bleiben, sprechen und mich mit ihnen unterhalten (3). – Später ergründete ich, zu welcher himmlischen Welt die Himmelswesen gehörten (4) – auf Grund welchen Wirkens jene Himmelswesen, von hier abgeschieden, dort wiedererschienen waren (5) –, wovon sie sich nähren (6)*

– *welch Glück und Leid sie empfinden (7) – wie lang ihre Lebensdauer ist (8).*

*Solange in mir diese achtfache höhere Wirklichkeitssicht noch nicht vollkommen war, war ich nicht gewiss, ob ich in der Welt mit ihren guten und üblen Geistern und ihren Göttern, der Schar von Asketen und Priestern, Würdenträgern und anderen Menschenwesen die unübertroffene, höchste Erwachung gewonnen hatte. Sobald aber diese achtfache höhere Wirklichkeitssicht vollkommen war, da war ich gewiss, dass ich in dieser Welt die unübertroffene höchste Erwachung gewonnen hatte.*

### Das geeinte Herz ist leuchtend

Die Mönche in unserer Lehrrede sagen: *Diese Erscheinungen ergründen wir nicht.* Der Erwachte empfiehlt ihnen, diese Erscheinungen zu ergründen, indem sie ihre Herzenseinigung vertiefen. Er berichtet ihnen aus seiner eigenen Erfahrung, dass die Herzenseinigung durch Herzensbefleckungen behindert und getrübt würde.

Die vollkommen reine Herzenseinigung, das geeinte Herz, bewirkt die Wahrnehmung einer erhabenen Empfindung hellen Friedens ohne Ich und Umwelt und ohne Begegnung (*Selig sind, die reinen Herzens sind, denn sie werden Gott schauen – Matth.5,8*). Nur das nach außen gerichtete, gespaltene Herz entwirft eine Wahrnehmung, welche das bewegte Begegnungsleben eines Ich mit Körper, Herz und Geist in einer Welt erscheinen lässt. Das geeinte Herz bewirkt, dass nicht mit den Sinnesdrängen eine Welt und damit auch nicht der Körper oder sonstige Formen wahrgenommen werden, sondern nur ein stilles, seliges Gefühl ohne Gespaltenheit in Ich und Umwelt (*nāma-rūpa*).

Der Erwachte sagt (A I,10), dass das geeinte Herz leuchtend und rein ist und nur durch hinzugekommene Beschmutzungen (Gier Hass, Blendung) verunreinigt ist: *Dieses Herz ist leuchtend, von zusätzlichen Befleckungen befreit bzw. von*

*zusätzlichen Befleckungen befleckt. (A I,10).* Ist die Einigung solcherart, dass weltlose Entrückungen erfahren werden, dann ist das Herz frei von allen Befleckungen, die durch Sinnensucht und Abneigung und Gegenwendung entstehen, darum leuchtet es in hellem Glanz. Ist das Herz vorwiegend geeint, aber von zusätzlichen (noch vorhandenen) Befleckungen befleckt, dann leuchtet es nicht so hell. Ein solcher durch unterschiedliche Herzensverfassung bedingte, unterschiedliche Glanz wird in M 127 beschrieben.

Einer, der in religiöser Nachfolge sein Herz dahin gebracht hat, dass er, wann immer er mit Lebewesen zu tun hat, auf ihre Anliegen achtet, schonend und fürsorglich an sie denkt und entsprechend mit ihnen umgeht – dessen Herz wird mehr und mehr von verdunkelnden Befleckungen frei. Indem der Üben- de Mitempfinden und Schonen entwickelt, kann er nicht mehr innerlich zürnen oder nachtragen, stolz sich überheben oder empfindlich verbittert sein, kann nicht neidisch oder geizig sein, kann nicht etwas verheimlichen wollen oder anders erscheinen wollen als er ist, kann nicht starrsinnig oder rechthaberisch oder, vom Augenblick hingerissen, berauscht oder leichtsinnig sein – eben weil ihm aufgeht, wie sehr alle Wesen sich nach Wohl sehnen. Dagegen erscheint ihm alles eigene weltliche Anliegen blass und unbedeutend. Er erfüllt Herz und Gemüt mit liebevollen, schonenden Gedanken – und die egoistischen, selbstsüchtigen Gedanken und Empfindungen schwinden.

Der Erwachte sagt (A III,102): So wie bei einem Goldwäscher durch das Herauslesen der Fremdkörper allmählich der Goldgehalt immer mehr zum Vorschein kommt, der Goldsand immer mehr glänzt, so auch verändert, erhöht und erhellt sich bei dem Üben das Herz und damit das Grundgefühl, die innere Stimmung, die Gemütsverfassung. Wer die Erhellung des Herzens bei sich spürt, der erlebt daraus eine feine Erhöhung seines Empfindens. Es entsteht ein Wohl aus Herzensreinheit. So wird für ihn das praktische Fortschreiten erfahrbar. Die Freude darüber ist der Ausgangspunkt der Entwick-

lung zur geistigen Beglückung (*pīti*), die sich bis zu aufleuchtendem Entzücken steigern kann. Damit aber kommt die rasende Tätigkeit der Sinnesdränge zur Ruhe. So wie das Gold nur dann glänzt, wenn es nicht mit Sand und Schmutz durchsetzt ist, so glänzt, leuchtet das von Sinnensucht und Hass gereinigte Herz – ein Herz, das keine tausendfältigen Anliegen mehr hat.

Ein Mensch, der häufig das Wohl der Herzenseinigung in den Entrückungen erfährt, wird bei den Leuchtenden Gottheiten wiedergeboren. Von diesen Leuchtenden heißt es (M 127), dass sie teils stark leuchten, unbegrenzt leuchten, teils im Glanz schwächer sind, wenn noch nicht alle Herzensbefleckungen vollständig aufgelöst sind. Sie werden mit unterschiedlich hell leuchtenden Lampen verglichen. Aber irgendwann vergessen sie in ihrem unbeschreiblichen Wohl die Übungen, die zu dieser Herzensverfassung geführt haben, und irgendwann melden sich latente Triebe nach Sinnensucherleben wieder, und die Leuchtenden verlieren ihren Glanz und sinken abwärts.

Daraus zeigt sich, dass der Zustand des leuchtenden Herzens im Herzensfrieden nicht etwa ein Selbst ist, das ewig sich gleich bleibt oder über das man nach Belieben verfügen könnte.

Ein Mensch, der die Herzensbefleckungen als Befleckungen  
und damit als übel erkannt hat, verwirft sie

Der Erwachte beschreibt in unserer Lehrrede den abgesehen lebenden Mönch, der diejenigen Befleckungen, die seine Herzenseinigung störten, wahrnahm und sie daher aufhob. Die Herzensbefleckungen kann nur überwinden, wer sieht, wie übel sie sind.

Das Herz (*citta* ist 2.Partizip von *cinteti* = bedenken) ist das Ergebnis von positivem oder negativem Bedenken von Erlebnissen, Objekten oder Verhaltensweisen, indem durch Bedenken eine mehr oder weniger starke Zuneigung zu dem positiv



Bedachten oder eine Abneigung von dem negativ Bedachten entsteht: eine Tendenz, ein Trieb. Citta ist der Begriff für die Summe aller Tendenzen, aller Triebe, und zwar nicht nur der sinnlichen. Denn das Bedachte betrifft alles je und je Erfahrbare oder Bedenkbares im Sinnensuchtbereich wie auch das unabhängig vom Körper Erfahrene, z.B. auch die Erlebnisse weltloser Entrückungen oder die Erfahrung von formfreien Zuständen.

Der Erwachte sagt (M 19): *Was der Mensch häufig erwägt und sinnt, dahin geneigt wird das Herz.* Das heißt: Durch ein bestimmtes Denken entsteht eine bestimmte Neigung, eine Tendenz, ein Wollen, ein Trieb. So entsteht aus Denken Neigung, Triebkraft aus geistigem Urteil. In derselben Lehrrede (M 19) nennt der Erwachte auch konkrete Beispiele:

*Wenn der Mensch Gedanken der Fürsorge und des Schonens viel erwägt und sinnt, so hat er damit die Gedanken von Antipathie bis Hass gemindert, die Gedanken der Fürsorge und des Schonens gemehrt, und sein Herz neigt zu Fürsorge und Schonen.*

und in M 61 sagt er zusammenfassend:

*Wer auch immer seine Taten, Worte und Gedanken geläutert hat, ein jeder hat sie betrachtend und betrachtend geläutert.*

Die Tatsache betrachten: „Das, was ich da an mir habe, ist etwas Übles“ ist bereits eine Verwerfung des Üblichen. Darum heißt es in M 7 im Hinblick auf die dort genannten sechzehn Herzensbefleckungen: *Ein Mensch, der eingesehen hat, dass diese Befleckungen des Herzens übel sind, der verwirft sie.*

Es heißt nicht, er solle diese, nachdem er sie als übel erkannt hat, nun auch verwerfen. Der Akt der Einsicht, die negative Bewertung, ist bereits die Verwerfung. Ist der üble Charakter einer Eigenschaft, ihre Schädlichkeit klar in der Betrachtung

eingesehen, so ist diese Einsicht gleichzeitig die Verwerfung und Abwendung von dieser Eigenschaft und damit ihre Minderung. Mag auch eine Neigung mit starker Kraft der Einsicht entgegengesetzt gerichtet sein – je deutlicher man das Negative dieser Neigung erkennt, sich vor Augen führt, um so mehr zehrt die Einsicht an der Neigung bis zu ihrer vollständigen Aufhebung. Kein Mensch, der Wohl und Freude begehrt, kann mit klarem Wissen einen Weg gehen, von dem er sieht, dass solch ein Weg ins Elend führt, wenn er zugleich auch Wege kennt, die in Helligkeit und zum Frieden führen.

Darin besteht also das in unserer Lehrrede beschriebene Üben, *das in ernstem Sinn, eifrig in entschlossenem Kampf Verweilen*: Der Übende führt sich die Schädlichkeit der jeweiligen Herzensbefleckungen vor Augen, die die Lichterscheinung und die Wahrnehmung von jenseitigen Formen verhindern.

#### Die Mönche haben die 16 Herzensbefleckungen bereits aufgehoben

Die in unserer Lehrrede genannten Herzensbefleckungen, die die Herzenseinigung verhindern, sind feinere Befleckungen als die oft erwähnten sechzehn vom Erwachten genannten Herzensbefleckungen. Die sechzehn Herzensbefleckungen, die die Ursache alles untugendhaften Verhaltens sind, wurzeln in dem vielfältigen Begehren nach Sinnendingen. Dieses haben die abgeschieden lebenden Mönche bereits weitgehend überwunden. Wenn der normale Mensch starke Anliegen an die durch sinnliche Wahrnehmung erfahrene Welt hat, da kann, wenn erlangt, was verlangt wird, Geiz, Überheblichkeit, Rausch, Leichtsinns usw. aufkommen; und da kann, wenn nicht erlangt wird, was der Mensch verlangt, Selbstsucht/Ego-zentrik, Antipathie bis Hass, Zorn, Feindseligkeit, Neid usw. aufkommen.

Diese dunklen Gesinnungen liegen den in dieser Lehrrede genannten Mönchen fern. Sie leben in friedvollem, liebevollem Umgang miteinander. Innere Freudigkeit und Beglückung

über die so weit gewonnene Herzensreinheit lassen sie ein Wohl erleben, ganz ohne äußere Ursachen. Wenn durch Bedenken von Wahrheitszusammenhängen Ablösung empfunden wird oder durch Erfülltsein von Verständnis und Mitempfinden mit allen Wesen das Wohl eine gewisse Vollkommenheit erreicht hat, dann kann die Herzenseinigung (*samādhi, unio mystica*) eintreten. Das Herz hat an sich selbst genug, ist ganz bei sich, eins mit sich, und das bedeutet das Schweigen der Sucht nach den tausendfältigen äußeren Dingen. Solch eine Reinheit, Helligkeit des Gemüts der Mönche in unserer Lehrrede, ihr Freisein von Sinnensucht zieht jenseitige helle Wesen an, und die Mönche berichten dem Erwachten von ihren Licht-Wahrnehmungen und undeutlichen übersinnlichen Form-Wahrnehmungen, die aber nicht lang anhielten. Der Erwachte antwortet ihnen, dass der Grund dafür in weiteren noch vorhandenen Befleckungen dies Herzens liege, die die vollkommene Herzenseinigung verhinderten. Diese hätte er bei sich selbst als noch nicht Erwachter als solche erkannt und überwunden. Und er empfiehlt nun auch ihnen, diese bei sich zu erkennen und zu überwinden.

Befleckungen, die die Herzenseinigung verhindern

*Während ich ernsten Sinns, eifrig, in entschlossenem Kampf verweilte, nahm ich Licht wahr und den Anblick von Form. Kurz danach verschwanden Licht und Form. Da hab ich bei mir gedacht: „Was ist der Grund, was ist die Ursache dafür, dass Licht und Form verschwunden sind? Daseinsbangnis ist in mir aufgestiegen. Daseinsbangnis ist der Grund gewesen, dass die Herzenseinigung aufhörte. Und mit dem Aufhören der Herzenseinigung verschwanden Licht und Form. So will ich darauf hinarbeiten, dass Daseinsbangnis nicht mehr aufsteigen wird.*

*Während ich nun ernsten Sinnes, eifrig, in ent-*

*schlossenem Kampf verweilte, nahm ich Licht wahr und den Anblick von Form. Kurz danach verschwanden Licht und Form. Da hab ich, Anuruddher, bei mir gedacht: „Was ist der Grund, was ist die Ursache dafür, dass Licht und Form verschwunden sind? Unaufmerksamkeit ist in mir aufgestiegen. Unaufmerksamkeit ist der Grund gewesen, dass die Herzenseinigung aufhörte. Und mit dem Aufhören der Herzenseinigung verschwanden Licht und Anblick von Form. So will ich darauf hinarbeiten, dass Daseinsbangnis und Unaufmerksamkeit nicht mehr aufsteigen werden.“*

*Während ich nun ernsten Sinns, eifrig, in entschlossenem Kampf verweilte, nahm ich Licht wahr und den Anblick von Form. Kurz danach verschwanden Licht und Form. Da hab ich, Anuruddher, bei mir gedacht: „Was ist der Grund, was ist die Ursache dafür, dass Licht und Form verschwunden sind? Beharren im Gewohnten ist in mir aufgestiegen. Beharren im Gewohnten ist der Grund gewesen, dass die Herzenseinigung aufhörte. Mit dem Aufhören der Herzenseinigung verschwanden Licht und der Anblick von Form. So will ich darauf hinarbeiten, dass Daseinsbangnis, Unaufmerksamkeit und Beharren im Gewohnten nicht mehr aufsteigen werden.“*

*Während ich nun ernsten Sinns, eifrig, in entschlossenem Kampf verweilte, nahm ich Licht wahr und den Anblick von Form. Kurz danach verschwanden Licht und Form. Da hab ich, Anuruddher, bei mir gedacht: „Was ist der Grund, was ist die Ursache dafür, dass Licht und Form verschwunden sind? Furcht ist in mir aufgestiegen. Angenommen, ein Mann begäbe sich auf eine Reise und Mörder würden sich von beiden Seiten auf ihn stürzen; dann würde auf Grund dessen*

*in ihm Furcht aufsteigen. Genauso stieg Furcht in mir auf. Furcht ist der Grund gewesen, dass die Herzenseinigung aufhörte. Und mit dem Aufhören der Herzenseinigung verschwanden Licht und der Anblick von Form. So will ich darauf hinarbeiten, dass Daseinsbangnis, Unaufmerksamkeit, Beharren im Gewohnten und Furcht nicht mehr aufsteigen werden.“*

*Während ich nun ernsten Sinns, eifrig, in entschlossenem Kampf verweilte, nahm ich Licht wahr und den Anblick von Form. Kurz danach verschwanden Licht und Form. Da hab ich, Anuruddher, bei mir gedacht: „Was ist der Grund, was ist die Ursache dafür, dass Licht und Form verschwunden sind? Freudige Erregung ist in mir aufgestiegen.*

*Angenommen, ein Mann, der einen Zugang zu einem verborgenen Schatz suchte, stieße gleich auf fünf Zugänge zu einem verborgenen Schatz; dann würde auf Grund dessen in ihm freudige Erregung aufsteigen. Genauso stieg freudige Erregung in mir auf. Freudige Erregung ist der Grund gewesen, dass die Herzenseinigung aufhörte. Als meine Herzenseinigung aufhörte, verschwanden Licht und Form. So will ich darauf hinarbeiten, dass Daseinsbangnis, Unaufmerksamkeit, Beharren im Gewohnten, Furcht und freudige Erregung nicht mehr aufsteigen werden.“*

*Während ich nun ernsten Sinns, eifrig, in entschlossenem Kampf verweilte, nahm ich Licht wahr und den Anblick von Form. Kurz danach verschwanden Licht und Form. Da hab ich, Anuruddher, bei mir gedacht: „Was ist der Grund, was ist die Ursache dafür, dass Licht und Form verschwunden sind? Gier nach leiblichem Wohl ist in mir aufgestiegen. Gier nach leiblichem Wohl ist der Grund gewesen, dass die Herzenseinigung aufhörte. So will ich darauf hinarbeiten,*

*dass Daseinsbangnis, Unaufmerksamkeit, Beharren im Gewohnten, Furcht, freudige Erregung und Gier nach leiblichem Wohl nicht mehr aufsteigen werden.“*

*Während ich nun ernsten Sinns, eifrig, in entschlossenem Kampf verweilte, nahm ich Licht wahr und den Anblick von Form. Kurz danach verschwanden Licht und Form. Da hab ich, Anuruddher, bei mir gedacht: „Was ist der Grund, was ist die Ursache dafür, dass Licht und Form verschwunden sind? Ein Übermaß an Kraft ist in mir aufgestiegen.*

*Angenommen, ein Mann würde eine Wachtel fest mit beiden Händen packen; sie würde auf der Stelle sterben. Ebenso stieg in mir ein Übermaß an Kraft auf. Ein Übermaß an Kraft ist der Grund gewesen, dass die Herzenseinigung aufhörte. Mit dem Aufhören der Herzenseinigung verschwanden Licht und der Anblick von Form. So will ich darauf hinarbeiten, dass Daseinsbangnis, Unaufmerksamkeit, Beharren im Gewohnten, Furcht, freudige Erregung, Gier nach leiblichem Wohl und ein Übermaß an Kraft nicht mehr aufsteigen werden.“*

*Während ich nun ernsten Sinns, eifrig, in entschlossenem Kampf verweilte, nahm ich Licht wahr und den Anblick von Form. Kurz danach verschwanden Licht und Form. Da hab ich, Anuruddher, bei mir gedacht: „Was ist der Grund, was ist die Ursache dafür, dass Licht und Form verschwunden sind? Ein Mangel an Kraft ist in mir aufgestiegen.*

*Angenommen, ein Mann würde eine Wachtel zu locker festhalten, sie würde ihm aus den Händen davonfliegen. Genauso erschien ein Mangel an Kraft in mir. Ein Mangel an Kraft ist der Grund gewesen, dass die Herzenseinigung aufhörte. Mit dem Aufhören der Herzenseinigung verschwanden Licht und der Anblick*

*von Form. So will ich darauf hinarbeiten, dass Daseinsbangnis, Unaufmerksamkeit, Beharren im Gewohnten, Furcht, freudige Erregung, Gier nach leiblichem Wohl, ein Übermaß an Kraft und ein Mangel an Kraft nicht mehr aufsteigen werden.“*

*Während ich nun ernsten Sinns, eifrig, in entschlossenem Kampf verweilte, nahm ich Licht wahr und den Anblick von Form. Kurz danach verschwanden Licht und Form. Da hab ich, Anuruddher, bei mir gedacht: „Was ist der Grund, was ist die Ursache dafür, dass Licht und Form verschwunden sind? Sehnsuchtsvolle Erwartung ist in mir aufgestiegen. Sehnsuchtsvolle Erwartung ist der Grund gewesen, dass die Herzenseinigung aufhörte. Als meine Herzenseinigung aufhörte, verschwanden Licht und der Anblick von Form. So will ich darauf hinarbeiten, dass Daseinsbangnis, Unaufmerksamkeit, Beharren im Gewohnten, Furcht, freudige Erregung, Gier nach leiblichem Wohl, ein Übermaß an Kraft, ein Mangel an Kraft und sehnsuchtsvolle Erwartung nicht mehr aufsteigen werden.“*

*Während ich nun ernsten Sinns, eifrig, in entschlossenem Kampf verweilte, nahm ich Licht wahr und den Anblick von Form. Kurz danach verschwanden Licht und Form. Da hab ich, Anuruddher, bei mir gedacht: „Was ist der Grund, was ist die Ursache dafür, dass Licht und Form verschwunden sind? Vielheitswahrnehmung ist in mir aufgestiegen. Vielheitswahrnehmung ist der Grund gewesen, dass die Herzenseinigung aufhörte. Mit dem Aufhören der Herzenseinigung verschwanden Licht und der Anblick von Form. So will ich darauf hinarbeiten, dass Daseinsbangnis, Unaufmerksamkeit, Beharren im Gewohnten, Furcht, freudige Erregung, Gier nach leiblichem Wohl, ein Übermaß an Kraft, ein Mangel an Kraft, sehnsuchtsvolle Erwartung nicht mehr aufsteigen werden.“*

*suchtsvolle Erwartung und Vielheitswahrnehmung nicht mehr aufsteigen werden.“*

*Während ich nun ernsten Sinns, eifrig, in entschlossenem Kampf verweilte, nahm ich Licht wahr und den Anblick von Form. Kurz danach verschwanden Licht und Form. Da hab ich, Auruddher, bei mir gedacht: „Was ist der Grund, was ist die Ursache dafür, dass Licht und Form verschwunden sind? Ein Übermaß am Betrachten von Form ist in mir aufgestiegen. Ein Übermaß am Betrachten von Form ist der Grund gewesen, dass die Herzenseinigung aufhörte. Mit dem Aufhören der Herzenseinigung verschwanden Licht und der Anblick von Form. So will ich darauf hinarbeiten, dass Daseinsbangnis, Unaufmerksamkeit, Beharren im Gewohnten, Furcht, freudige Erregung, Gier nach leiblichem Wohl, ein Übermaß an Kraft, ein Mangel an Kraft, sehnsuchtsvolle Erwartung, Vielheitswahrnehmung und ein Übermaß am Betrachten von Form nicht mehr aufsteigen werden.“*

*Als ich erkannte, dass Daseinsbangnis – Unaufmerksamkeit – Beharren im Gewohnten – Furcht – freudige Erregung – Gier nach leiblichem Wohl – ein Übermaß an Kraft – ein Mangel an Kraft – sehnsuchtsvolle Erwartung – Vielheitswahrnehmung – übermäßiges Betrachten von Form – eine Herzensbefleckung ist, überwand ich die Herzensbefleckung Daseinsbangnis – Unaufmerksamkeit – Beharren im Gewohnten – Furcht – freudige Erregung – Gier nach leiblichem Wohl – ein Übermaß an Kraft – ein Mangel an Kraft – sehnsuchtsvolle Erwartung – Vielheitswahrnehmung – übermäßiges Betrachten von Form.*

*Während ich nun ernsten Sinns, eifrig, in entschlossenem Kampf verweilte, nahm ich nun zwar Licht wahr,*



*aber ich sah keine Form; ich sah zwar Form, aber ich nahm kein Licht wahr, eine ganze Nacht oder einen ganzen Tag hindurch oder Tag und Nacht hindurch. Ich dachte: „Was ist der Grund dafür? Zu der Zeit, in der ich nicht auf die Erscheinung von Formen achte, sondern auf das Erscheinen von Licht, nehme ich Licht wahr. aber ich sehe keine Formen. Zu der Zeit, in der ich nicht auf das Erscheinen von Licht achte, sondern auf das Erscheinen von Form achte, sehe ich Formen, aber ich nehme kein Licht wahr, eine ganze Nacht oder einen ganzen Tag hindurch oder Tag und Nacht hindurch.“*

*Während ich nun ernsten Sinns, eifrig, in entschlossenem Kampf verweilte, nahm ich begrenztes Licht wahr und sah begrenzte Formen; ich nahm unbegrenztes Licht wahr und sah unbegrenzte Formen eine ganze Nacht oder einen ganzen Tag hindurch oder Tag und Nacht hindurch. Ich dachte: „Was ist der Grund dafür?“ Ich erwo: „Zu der Zeit, in der die Herzenseinigung begrenzt ist, ist auch mein Sehvermögen (cakkhu) begrenzt, und mit begrenztem Sehvermögen nehme ich begrenztes Licht wahr und sehe begrenzte Formen. Aber zu der Zeit, in der die Herzenseinigung unbegrenzt ist, ist auch mein Sehvermögen unbegrenzt, und mit unbegrenztem Sehvermögen nehme ich unbegrenztes Licht wahr und sehe unbegrenzte Formen, eine ganze Nacht oder einen ganzen Tag hindurch oder Tag und Nacht hindurch.“*

*Als ich wusste, Anuruddher, dass Daseinsbangnis eine Herzensbefleckung ist und ich die Herzensbefleckung Daseinsbangnis überwunden hatte – als ich wusste, dass Unaufmerksamkeit – Sich treiben lassen im Gewohnten – Furcht – freudige Erregung – Gier nach leiblichem Wohl – Übermaß an Kraft – Mangel*

*an Kraft – sehnsuchtsvolle Erwartung – Vielheitswahrnehmung – übermäßiges Betrachten von Form – eine Herzensbefleckung ist und ich sie überwunden hatte, da dachte ich: „Ich habe diese Herzensbefleckungen überwunden. Nun will ich eine dreifache Herzenseinigung entwickeln.“*

*Ich entwickelte Herzenseinigung a) mit Bedenken und Sinnen, ohne Bedenken, aber mit Sinnen, ohne Bedenken und Sinnen. Ich entwickelte Herzenseinigung b) mit Verzückung/Beglückung, ohne Verzückung/Beglückung, die von innerem Wohl begleitet ist, ich entwickelte Herzenseinigung, die von c) Gleichmut begleitet ist.*

*Als ich Herzenseinigung a) mit Bedenken und Sinnen, ohne Bedenken, aber mit Sinnen, ohne Bedenken und Sinnen entwickelt hatte – als ich Herzenseinigung b) mit Verzückung/Beglückung, ohne Verzückung/Beglückung, die von innerem Wohl begleitet ist, entwickelt hatte – als ich Herzenseinigung entwickelt hatte, die c) von Gleichmut begleitet ist – da ist mir das Wissen und der Anblick aufgegangen:*

*„Meine Befreiung ist unerschütterlich,  
dies ist meine letzte Geburt,  
jetzt gibt es kein erneutes Wiederwerden mehr.“*

*So sprach der Erhabene. Erhoben und beglückt waren die Mönche über die Rede des Erwachten.*

1. Daseinsbangnis ist eine Befleckung,  
die Herzenseinigung verhindert

Wenn ein Mensch außersinnliche Wahrnehmungen, wie Lichterscheinungen und jenseitige Formen erlebt, die ihm ungewohnt sind, dann mag ein Gefühl der Ungeborgenheit und beklemmenden Unsicherheit auftreten. Das im gewohnten

Erleben beruhigte Ich fühlt sich durch das Unbekannte bedroht. Solche Empfindungen bringen übersinnliche Erlebnisse zum Schwinden. Da empfiehlt der Erwachte, diese Daseinsbangnis als Ursache für die Aufhebung der Herzenseinigung zu erkennen und zu überwinden. Die Daseinsbangnis ihrerseits ist bedingt durch die Befangenheit des Geistes und Gemüts in der Vorstellung, ein Ich in einer Welt zu sein. Die Ich-bin-Vorstellung ist der Kern der gesamten Verletzbarkeit. Der Erwachte hat in seinen Lehrreden immer wieder das Ich-bin-Vermeinen, den Glauben an Persönlichkeit durch die Betrachtung der in ständigem Fluss entstehenden und vergehenden fünf Zusammenhäufungen aufzuheben empfohlen: „Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst.“ Damit gibt es die Möglichkeit, die Wahrnehmung von Gefährdung endgültig aufzuheben, weil da gar kein Ich ist, das verletzt werden könnte. Dieses Wissen führt zu großer Gelassenheit und Ruhe. Von dem zu dieser Entwicklung gelangten Menschen gibt der Erwachte das Bild des aus gefährlicher Gegend in die Nähe des heimatlichen Dorfs gelangten Menschen, der sich auf sicherem Boden weiß: „Nichts gibt es, das da bedroht werden könnte“, das ist die Gemüthaltung, die die Herzenseinigung eines reinen, hellen Wesens fördert.

## 2. Unaufmerksamkeit ist eine Herzensbefleckung, die die Herzenseinigung verhindert

Es bedarf einer beständigen Aufmerksamkeit während der Beobachtung aufkommender Gedanken und Gefühlsregungen, die die Herzenseinigung stören. Der Unaufmerksame wird von Gefühlen und Gedanken hin und her gerissen, ohne sie zu bemerken, geschweige sie zu beherrschen. Die rechte Aufmerksamkeit auf innere Vorgänge wird vom Erwachten auch *sammā sati*, *rechte Wahrheitsgegenwart* genannt. Von ihr heißt es, dass sie alle Dinge beherrsche, kontrolliere (A X,58). Im Gleichnis (A VII,63) gilt Wahrheitsgegenwart als der Torwächter, der alles Eindringende, alle Bewertungen und Ab-

sichten kontrolliert, sie daraufhin prüft, ob sie heilsam oder unheilsam sind, ob sie die Herzenseinigung fördern oder verhindern. Durch die Beobachtung und damit verbundene wahrheitsgemäße Bewertung der inneren Vorgänge werden alle Wahrnehmungen mit viel weniger Gefühlsverfälschung (Blendung) in den Geist eingetragen. Nüchtern beobachtet der Übende, ob Neigungen, Wünsche den Herzensfrieden verhindern.

3. Beharren im Gewohnten ist eine Herzensbefleckung,  
die die Herzenseinigung verhindert

Wenn Überweltliches erlebt wird, aber der Erleber schnell wieder in sein gewohntes Nest des Alltäglichen zurückkehrt, im Gewohnten hängenbleibt, sich nicht wieder auf ein höheres Gemütsniveau hinaufarbeitet, zu dem *weiten, erhabenen Gemüt* (M 106), mit welchem Überweltliches erreicht werden kann, dann verhindert diese Befleckung die Herzenseinigung.

Wird aber immer wieder erfahren, dass das übliche Erlebnis des Menschen, ein mit dem Körper sterbliches Ich in der Welt zu sein, durchbrochen, überstiegen und überwunden werden kann, dann erfüllt diese Erfahrung den Strebenden mit einem wohltuenden Freiheitsgefühl, das alles träge Beharren im Gewohnten vertreibt und das auf der Ebene sinnlicher Wahrnehmung mit der Erleichterung dessen verglichen werden kann, der aus einem dunklen Kerker freigelassen wird. (M 39) Es heißt, dass ein solcher zu erhellender Sicht komme (*āloka-saññī*<sup>210</sup>).

4. Erstarrung aus Angst (chambhitatta)

ist eine Herzensbefleckung, die Herzenseinigung verhindert

Erstarrung aus Angst ist eine noch gesteigerte Form von Daseinsbängnis. So wie der Mensch vor Schreck und Angst erstarrt, wenn er von Mördern überfallen wird und weiß, dass er der Unterlegene ist, so mag mancher vor Entsetzen erstarren,

---

<sup>210</sup> Eine weitere Bedeutung von *āloka-saññī* ist Licht wahrnehmend

wenn er Überweltliches erlebt. Er fühlt sich dem Großen, Erhabenen unterlegen, weil er an der Ich-Vorstellung haftet. „Ich werde überwältigt von Übersinnlichem“ – so mag der ihn lähmende Eindruck sein. Diese Ich-Vorstellung empfiehlt der Erwachte aufzuheben mit den Mitteln, die bereits bei der Daseinsbangnis genannt sind.

5. Freudige Erregung (*ubbilla*) ist eine Herzensbefleckung, die die Herzenseinigung verhindert

Das Aufkommen freudiger Erregung über übersinnliche Wahrnehmung bei demjenigen, der sich schon lange bemüht haben mag, ist sehr verständlich, ist doch die Wahrnehmung himmlischer Wesen eine deutlich erkennbare Frucht oft langer Herzensläuterung. Aber jede Erregung, auch die freudige Erregung über außersinnliche Wahrnehmung ist eine Unruhe, eine Bewegtheit, die die Herzenseinigung verhindert.

6. Gier nach leiblichem Wohl (*dutthulla*) ist eine Herzensbefleckung, die Herzenseinigung verhindert

Der Palibegriff *dutthulla* bedeutet verdorben im sexuellen Sinn, schmutzig, schlüpfrig, wollüstig, geil als Sprechweise und als körperliche Regung. Aus sinnlichen Gedanken wächst sexuelle Regung im Körper als Sucht. In den Ordensregeln wird z.B. Onanie als *dutthulla* bezeichnet, welches Ordensabschluss oder Suspension zur Folge hat. In Thag 114 heißt es *kāya-dutthulla-garuno, sarīra-sukha-giddha, wer – dem Tode täglich näher – Gewicht auf körperliche dutthulla legt, gierig nach leiblichem Wohl ist, dem kann Asketentum nicht gelingen*. Der Erwachte nennt die Unkeuschheit, die Paarung, eine Zerstörung der Brücke zu den Reinen Göttern. (A IV,159). Und er bezeichnet sich selber als *brahma-bhuta*, rein geworden, eins geworden.

Wenn ein leibliches Wohl Begehrender überhaupt eine Herzenseinigung erlangen und Überirdisches wahrnehmen

kann, dann ist es nur möglich durch zeitweise Verdrängung sinnlicher Wünsche. Aber solange sinnliches Verlangen nach dem Körper anderer Wesen den Übenden beherrschen, ist Herzenseinigung nicht möglich.

7. Übermaß an Kraft (*acc-araddha-viriya*)

8. Mangel an Kraft (*ati-līna-viriya*)

sind Herzensbefleckungen, die Herzenseinigung verhindern

Das Übermaß an Energie, die Unruhe eines zu straffen Angespanntseins, so dass der Übende nicht in der Lage ist, in Sammlung das zu bedenken und zu betrachten oder zu betreiben, was er sich vorgenommen hat, gehört zu der vierten vom Erwachten genannten Hemmung: Erregtheit, Aufgeregtheit, geistige Unruhe, Ungeduld. Der Erwachte wählt für diese Hemmung das Gleichnis eines Knechts (M 39), der im Dienst seines Herrn hin und her laufen, Besorgungen und Arbeiten verrichten muss.

Der Mangel an Energie ergibt sich aus der dritten bereits genannten Hemmung und Herzensbefleckung: Sich Treibenlassen im Gewohnten.

Es ist nicht leicht, die rechte Vorgehensweise zwischen der dritten und der vierten Hemmung, zwischen Sichtreibenlassen im Gewohnten und Aufgeregtheit und innerer Unruhe zu finden. Der Erwachte hat den mittleren Weg in einem hilfreichen Gleichnis veranschaulicht, im Gleichnis von der Laute (A VI,55): Dem Mönch Sono, der sich beim vergeblichen Streben nach Herzenseinigung so überanstrengt hatte, dass ihn die Unruhe packte und er erwog, aus dem Orden auszutreten, half der Erwachte durch die Erinnerung an die von Sono einst im Haus geübte Kunst des Lautenspiels: da gäben die Saiten weder einen guten Klang, wenn sie zu straff gespannt seien, noch wenn sie zu schlaff gespannt seien; bei mittlerer Spannung aber entfalteten sie ihren vollen Wohlklang.

Dementsprechend sagt der Erwachte in S 51,20:

*Und wie, ihr Mönche, ist der Wille (chanda) zu schlaff? Ein Wille, der von Trägheit (kosajja) begleitet, von Trägheit unterjocht ist, das wird ein zu schlaffer Wille genannt. – Und wie, Mönche, ist der Wille zu angespannt? Ein Wille, der von Aufgeregtheit, Unruhe begleitet, von Aufgeregtheit, Unruhe unterjocht ist, das wird ein zu angespannter Wille genannt.*

In unserer Lehrrede (M 128) gibt der Erwachte das Gleichnis von der Wachtel, die derjenige, der das zappelnde und sich wehrende Tier zu fest anpackt, erdrückt, während es demjenigen, der es zu locker festhält, entkommt. Zu schlaffes oder zu starkes Anpacken lassen den Übenden nicht die Herzenseinigung erreichen oder halten. Sie ist nur möglich mit gelassener ruhiger Aufmerksamkeit.

9. Sehnsuchtsvolle Erwartung (*abhi-jappa*)  
ist eine Herzensbefleckung, die Herzenseinigung verhindert

Auch die sehnsuchtsvolle Erwartung, z.B. der Wunsch, möge doch endlich die Herzenseinigung eintreten, ist eine Form der Geistesunruhe, der vierten Hemmung. Der Wunsch zieht die Herzenseinigung nicht herbei. Herzenseinigung bedeutet ja gerade Gestilltheit von Wünschen.

10. Vielheits-Wahrnehmung (*nānatta-saññā*)  
ist eine Herzensbefleckung, die Herzenseinigung verhindert

Vielheitswahrnehmung ist die Wahrnehmung von Formen, Tönen, Düften, Säften und Tastungen, die der Vielfalt Begehrende zu sehen, zu hören, zu riechen, zu schmecken, zu tasten erstrebt, um die innere Leere und Öde zu betäuben. Der Erwachte zeigt in sieben Gleichnissen (M 54), dass der Vielfalt begehrende Mensch von äußeren Dingen abhängig ist und bleibt und sie sich – von Begehren getrieben – immer neu erwirken muss, wobei er ständig in Gefahr ist und letztlich doch dem Tod verfällt. Der vom Erwachten belehrte Mensch

aber weiß: Es gibt ja ein eigenständiges Wohl, das unendlich seliger ist als die kurze Befriedigung der Sinnensucht.

*Der Heilsgänger überlegt bei sich (entsprechend den vom Erwachten gegebenen Gleichnissen in M 54): Kahlen Knochen gleich – Fleischfetzen – flammendem Stroh – glühenden Kohlen – Traumbildern – Darlehen – Baumfrüchten gleich sind die Sinnendinge.*

Auf Grund dieser Betrachtung  
*gibt er den Anblick der Vielfalt, der mit Vielfalt verbunden ist, auf, und den Anblick der Einheit, der mit Einheit verbunden ist, wo jedes Ergreifen von weltlichem Köder ausgerodet ist, diesen Anblick entwickelt er.*

Jeder aufsteigende Wunsch nach Vielfalt bringt die durch Ablösung erworbene Herzenseinigung wieder zum Schwinden.

11. Übermäßiges Betrachten (*atinijhāyitattam*) der Form ist eine Herzensbefleckung, die Herzenseinigung verhindert

Übermäßige Betrachtung der Form – und sei es übersinnliche Form – ist ein Wiedereintauchen in Vielfalt; sie verhindert die Beobachtung der inneren Gemütsverfassung.

Die weltlosen Entrückungen,  
der Gipfel der Herzenseinigung,  
lassen die Triebversiegung erreichen

Als der Erwachte sich von all diesen Befleckungen befreit erkannte, strebte er die Spitze der Herzenseinigung an, die vier weltlosen Entrückungen, die er durch eine dreifach gesteigerte Übung erreichte:

a) durch Erwägen und Sinnen (1. Entrückung) und ohne Erwägen und Sinnen (2. Entrückung),



- b) durch Beglückung bis Entzückung (2.Entrückung), durch Beruhigung von Beglückung bis Entzückung (3.Entrückung),
- c) durch Wohl und Gleichmut (3.Entrückung) und bewusste Gleichmutsreine (4.Entrückung).

Während des Verweilens in der Beseligung der weltlosen Entrückungen ist kein Körper treffbar, da ist auch keine Welt, die den Körper treffen kann. Im vollendeten Frieden gibt es kein Berührungsegefühl mehr, keinen Reiz mehr, keine Gier mehr und damit keine Problematik, keine Sorge, keine Angst, sondern Frieden. In den weltlosen Entrückungen sind keine Sinesseindrücke. Darum werden die weltlosen Entrückungen als ein Friede bezeichnet, der nicht schon das vollkommene Heil ist, aber eine Vorwegnahme des Heils. Die weltlosen Entrückungen nennt der Erwachte das Wohl der Erwachung. Sie bewirken bei den solcherart Abgelösten, wie dem Erwachten, die endgültige Aufhebung aller Triebe, das Ziel des Reinheitswandels. Darum schloss der Erwachte der Darlegung der Entrückungen die Aussage über seine Triebversiegung an:

*Meine Befreiung ist unerschütterlich.  
Dies ist meine letzte Geburt.  
Jetzt gibt es kein Wiederwerden mehr.*

DER TOR UND DER WEISE  
129. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“  
und  
DIE GÖTTERBOTEN  
130. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

In M 129 wird zuerst der Tor beschrieben, die drei Kennzeichen, an denen man einen Toren erkennen kann, dann die dreifachen Leiden, die der Tor schon zu Lebzeiten bei sich erfährt, dann die Folge nach dem Tode, dass er in untere Welt gerät – Hölle oder Tierreich – endlich, dass er von da aus nur sehr schwer wieder Menschentum erlangt und wenn, dass er dann nur in niederem Stande wiedergeboren wird, wiederum ein Tor mit geringen Fähigkeiten. Er wird als Tor wieder übel handeln und wieder absinken. –

Diesem Toren wird der Weise gegenübergestellt, der auch an drei Kennzeichen zu erkennen ist. Erkennen kann den Toren und den Weisen nur derjenige, der diese Kennzeichen kennt, der also insofern weise ist. Das Kennen dieser Kennzeichen ist nicht nur ein intellektueller Akt, es gehört nicht nur Begabung dazu, wie Intelligenz, Klugheit, sondern es gehört eine Art Weisheit dazu. Nach seinen drei Kennzeichen wird beim Weisen das dreifache Wohl und die Freude geschildert, die er in diesem Leben schon durch sein Gutsein erfährt, weiter, dass er nach dem Tod in höhere, hellere Welt gelangt, Helleres wahrnimmt, Wohl und Freudigkeit erfährt. Wenn er von dort absinkt und Mensch wird, wird er wieder ein Weiser sein, in höherem Stand wiedergeboren werden, in Wohlstand und relativer Sicherheit. Als Weiser wird er wiederum Gutes tun und darum leicht wieder in höhere Welt aufsteigen.

Das sind die gesetzmäßigen Zusammenhänge, die in dieser Lehrrede geschildert werden. Nun die Lehrrede im Einzelnen:

## Wie ist der Tor zu erkennen ?

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Sāvatti, im Siegerwalde, im Garten Anāthapindikos. Dort nun wandte sich der Erhabene an die Mönche: Ihr Mönche! – Erhabener!–, antworteten da jene Mönche dem Erhabenen aufmerksam. Der Erhabene sprach:*

*Es gibt drei Merkmale eines Toren, ihr Mönche, Kennzeichen eines Toren, Art eines Toren. Welche drei? Ein Tor denkt üble Gedanken, spricht üble Worte und begeht üble Taten. Wenn ein Tor nicht üble Gedanken denken, üble Worte sprechen und üble Taten begehen würde, wie könnte ein Weiser ihn wohl erkennen: „Ein Tor ist es, kein rechtschaffener Mensch“? Weil nun aber, ihr Mönche, der Tor üble Gedanken denkt, üble Worte spricht und üble Taten begeht, darum erkennt ihn ein Weiser: „Ein Tor ist es, kein rechtschaffener Mensch.“*

Hier wird Tor und nicht rechtschaffener Mensch gleichgestellt. In der westlichen Literatur ist die Rede vom reinen Tor, einer reinen Seele, wie etwa Parzival, der in den Spielregeln des täglichen Lebens unbewandert oder ihrer nicht achtend, hohen Ideen und Vorstellungen folgt. Ein solcher reiner Tor ist hier nicht gemeint, sondern der Tor in seiner ursprünglichen Bedeutung im Sinn von töricht, dumm, unverständlich. Unter „Tor“ wird nach den Aussagen des Erwachten derjenige Mensch verstanden, der kaum über den Horizont seiner alltäglichen Erlebnisse hinaus denkt, der vorwiegend nach seinem Mögen und Nichtmögen redet und handelt. Er kann dabei ein gutmütiger Mensch sein. Aber wer die wesentliche Eigenschaft des Menschen vernachlässigt, mit seiner Vernunft und seinen geistigen Einsichten sein alltägliches Leben zu beobachten und zu überprüfen, sich selbst zu kritisieren und sich in

bestimmten Bahnen zu halten, der hat keine Chance, wenn ihm die Lehre des Erwachten oder sonst eine unverdorbene religiöse Überlieferung begegnet, durch diese zu Verbesserungen seines Wesens angeregt zu werden. Töricht denkt er nur an vordergründige Ziele und nicht an die weiterreichenden Folgen seines Wirkens. Der Weise dagegen ist weniger bedürftig, hat an sich selbst Genüge und ist mehr ein Zuschauer der Vorgänge und ein Hilfsfähiger und Helfender. Er weiß um die Zusammenhänge in der Existenz und richtet sich danach, hat seinen Charakter, seine Neigungen schon danach gewandelt und ist auf dem Weg, sie weiter entsprechend seiner Anschauung zu wandeln.

Ein Weiser kann darum einen Toren erkennen, ein Tor kann keinen Toren erkennen, geschweige einen Weisen. Er hat auch gar keine Lust und gar keine Neigung, andere zu beobachten, sondern höchstens, um seine Kritiksucht, seinen Geltungsdrang, sein Sensationsbedürfnis zu befriedigen. Er ist weit mehr da-ran interessiert, seine Wünsche zu erfüllen, an sich zu raffen, was möglich ist. Der Erwachte sagt: *Ein Tor kann einen anderen Toren oder einen Weisen ebenso wenig erkennen wie ein Löffel die Suppe schmecken kann, selbst wenn er in der Suppe ist. (Dh 64)* Auch wenn der Tor mit anderen Menschen, Toren oder Weisen, zeitlebens umgeht, kann er sie nicht als Toren oder Weisen erkennen. Ein Weiser dagegen, sagt der Erwachte, *kann jeden Toren, jeden Weisen, mit dem er länger zusammen ist, als solche erkennen, genauso wie die Zunge die Suppe schmeckt, wenn sie mit der Suppe in Berührung kommt. (Dh 65)* In M 33 nennt der Erwachte elf wichtige Eigenschaften für den Mönch, der weiterkommen will. Eine Eigenschaft heißt: *Er weiß, die Tat zeigt mir den Toren, die Tat zeigt mir den Weisen.* Was also ein Mensch handelt und redet, daran erkenne ich, ob er ein Weiser oder ein Tor ist. Diese Fähigkeit des Erkennens gehört mit zu den wichtigen Eigenschaften des Weisen.

Schon das Wissen, was Torheit und Weisheit ist, wird bereits als Weisheit bezeichnet. Es heißt: *Ein Tor, der seine Tor-*

*heit merkt, wahrhaftig weise nennt man ihn. (Dh 63).* Das ist als der erste Grad von Weisheit zu bezeichnen. Die Einsicht in die eigene Torheit ist schon ein Weisheitsakt. Wir haben ja auch das Sprichwort: „Selbsterkenntnis ist der erste Schritt zur Besserung.“ Ebenso heißt es in M 5, dass von zwei üblen Menschen derjenige besser daran ist, der weiß, dass er übel ist. Und warum? Von ihm ist zu erwarten, dass er sich aus dem Üblen herausarbeiten wird, weil er ja weiß: „Was ich tue, ist übel, hat schlimme Folgen.“ Und auch bei zwei guten Menschen ist derjenige, der weiß, dass er gut ist, besser daran, denn von ihm ist zu erwarten, dass er beim Guten bleibt, weil er weiß: „Dies ist das Gute, dabei will ich bleiben“, während derjenige, der gut ist, weil er in guter Umgebung aufgewachsen ist, in schlechter Umgebung leicht sein Gutsein wieder verlieren kann. Dieser Zusammenhang wird sehr fein an Gleichnissen gezeigt: Wer eine schöne, blanke Messingschüssel hat, sie immer benutzt und regelmäßig putzt, der wird feststellen, dass die Schüssel immer blanker wird. Wer sie aber unbeachtet und unbenutzt in die Ecke stellt, der wird bald eine schmutzige Schüssel haben, glanzlos und dunkel geworden. Dies ist ein Gleichnis dafür, dass den, der gut ist, ohne es zu wissen, bald wieder das Blenden der Erscheinungen trügen wird, wodurch seine Gier zunimmt. Durch Gier nimmt seine Abneigung gegen jene zu, die ihn an der Befriedigung seiner Gier hindern. Er verweigert und entreißt anderen, um an seine Genussobjekte zu kommen. Er hält sich nur an die vordergründige Genuss-Seite des Lebens, vergisst oder achtet nicht darauf – oder weiß es gar nicht –, dass Gutes zu säen die Voraussetzung für gute Ernte ist. Weil er seinen Blick nicht auf die geistigen Voraussetzungen guten Erlebens gerichtet hat, so verliert er vorhandene gute Maßstäbe und Qualitäten, ihn trägt das Blenden der Erscheinungen. Das ist die Art des Toren. Wir können bei uns selber merken: In diesem Punkt ist bei mir mehr Torheit, in jenem Punkt ist bei mir schon etwas Weisheit.

Es heißt hier: *Der Tor denkt üble Gedanken, redet üble Worte und begeht üble Taten.* Der Mensch kann sich in keiner anderen Weise äußern als im Denken, Reden und Handeln. Auf Grund seines Fühlens denkt er, redet oder handelt er. Wenn der Mensch irgendetwas erlebt und fühlt dabei Leiden oder Schmerz, dann denkt er sofort: „Was kann ich tun, um mich davon zu befreien?“ Als Tor denkt er dann nur an vordergründige Wege, um sich vom Schmerz zu befreien. Wenn zum Beispiel der Schmerz durch Hunger verursacht wird, dann denkt er nach dem Grundsatz: „Jeder ist sich selbst der Nächste“, wie er ohne Rücksicht auf die Mitwesen zu Essen kommt oder gar, wie er anderen Essen stehlen kann. Der Erwachte sagt: *Am Denken, Reden und Handeln kann man den Toren erkennen.* Wir wissen aber: Nur ein sehr weiser Menschenkenner kann aus Miene und Verhalten auf das Denken anderer schließen. Der normale Mensch, der die rechten Maßstäbe für Gut und Böse hat, kann den Weisen oder den Toren nur am Reden und Handeln erkennen, also nur mittelbar: „Da dieser Mensch so und so redet und handelt, wird er auch so und so denken“; aber das ist Schließen, kein unmittelbares Erkennen. Wenn Jesus zu den Pharisäern sagt: „*Was denkt ihr so Arges in euren Herzen*“, so ist das dagegen unmittelbares Erkennen der Gedanken, wozu nur auf dem Weg weit Fortgeschrittene in umfassendem Maße fähig sind.

Durch sein übles Reden und Handeln  
erfährt der Tor üble Nachrede

Welcher Art ist nun das üble Reden und Handeln des Toren und sein entsprechendes Erleben?

*Ein solcher Tor nun, ihr Mönche, erfährt schon zu Lebzeiten Leiden und Trübsinn. Wenn ein Tor in einer Versammlung Platz genommen hat oder am Straßenrand sitzt oder auf einem öffentlichen Platz, so führen*

*die Leute durch ihn veranlasste, auf ihn bezügliche Gespräche. Wenn, ihr Mönche, der Tor Lebendiges umbringt, Nichtgegebenes nimmt, unrechten geschlechtlichen Verkehr pflegt, trügerische Rede spricht, berauschende Getränke oder andere die Vernunft und Selbstkontrolle verhindernde Mittel nimmt, so denkt er: „Die Leute nehmen darauf Bezug, damit werden sie mich meinen.“ Dies ist die erste Art von Leiden und Trübsinn, die ein Tor schon zu Lebzeiten erfährt.*

Hier wird ein vierfaches übles Handeln des törichten Menschen genannt: Es ist seine Art,

1. Lebewesen zu töten,
2. zu stehlen,
3. unrechten Geschlechtsverkehr zu pflegen, wie Einbruch in andere Partnerschaftsverhältnisse und Verführung Minderjähriger,
4. Rauschmittel zu nehmen, die den Geist betören, die nüchterne Selbstkontrolle verhindern, und die schlimmste Art übler Rede:
5. trügerisch reden zu anderer Schaden und eigenem Vorteil.

Wenn sich ein Tor in Gesellschaft befindet, so heißt es in unserer Lehrrede, dann muss er gewärtig sein, dass man schlecht über ihn spricht. Er erfährt üble Nachrede, offen oder hinter seinem Rücken. In D 31 („Gespräch mit Singalako“) sagt der Erwachte: Wenn man von einem Menschen weiß, dass er hemmungslos seinen Wünschen nachgeht, ohne Rücksicht auf andere, dann wird man ihn nicht zu wichtigen Angelegenheiten und Beratungen hinzuziehen, seine Teilnahme ist nicht erwünscht. Da er die Wünsche anderer nicht berücksichtigt, egozentrisch nur an sich denkt, erfährt er als Folge üble Nachrede und natürlich auch sonstige üble Behandlung als Reaktion der Behandelten und der Zeugen auf seine Taten. (2.Folge des Wirkens, s. “Meisterung der Existenz“ S.287) Solche Behand-

lung durch andere betrübt den Toren, denn auch er hat ja das Bedürfnis, anerkannt zu werden. Es ist ihm nun peinlich, unter Menschen zu gehen, von denen er weiß, dass sie sein schlechtes Verhalten kennen, und er muss auch unter Fremden fürchten, dass die Rede auf falsche Lebensführung kommt, wobei er weiß: „Das trifft auch auf mich zu.“ Der Reaktion der Behandelten und der Zeugen auf sein Tun kann der Tor nicht entgehen. Selbst wenn der Tor woanders hinzieht, weil ihm der üble Leumund unangenehm ist, sich aber am neuen Ort in der gleichen Weise verhält wie bisher, wird er dort bald dieselben Reaktionen auslösen. Mit übler Nachrede muss sich der Tor herumschleppen. Es gibt auch Toren, die so leichtfertig sind, dass ihnen üble Nachrede nichts ausmacht. Dann haben sie diese Sorge, diese Betrübnis nicht. Aber ihre noch größere Rücksichtslosigkeit im Umgang mit den Mitmenschen führt zu noch schärferen Reaktionen der Umwelt, die sie dann doch als leidvoll spüren:

#### Der Tor hat Furcht vor Strafe

*Weiter sodann, ihr Mönche, sieht der Tor, wie Könige einen Räuber, einen Verbrecher ergreifen lassen und mancherlei Strafen verhängen: Sie lassen ihn auspeitschen, mit Stöcken schlagen, mit Knüppeln schlagen, sie lassen ihm die Hände abhacken, die Füße abhacken, Hände und Füße abhacken, die Ohren abschneiden, die Nase abschneiden, Ohren und Nase abschneiden; sie lassen den „Breitopf“ anwenden, die „Muschelschalen-Rasur“, den „Mund Rāhus“, den „glühenden Kranz“, die „Flammenhand“, die „Grasklingen“, das „Rindenkleid“, die „Antilope“, die „Fleischhaken“, die „Münzen“, das „Laugenpökeln“, den „Drehpflock“, den „zusammengerollten Strohsack“, sie lassen ihn mit siedendem Öl besprengen, werfen ihn den Hunden zum Fraß vor, lassen ihn lebendig pfählen und lassen ihm*



*den Kopf mit einem Schwert abschlagen. Dann denkt der Tor: „Um dieser üblen Taten willen lassen Könige einen Räuber, einen Verbrecher ergreifen und verhängen diese Strafen. Diese üblen Taten sind ja auch bei mir anzutreffen. Wenn die Könige auch mich kennten, so ließen sie auch mich ergreifen und mancherlei Strafen verhängen.“ Dies ist die zweite Art von Leiden und Trübsinn, die ein Tor schon zu Lebzeiten erfährt.*

Manche dieser Todesarten gibt es heute noch. Wir mögen erschrecken über diese grausamen Strafen. Aber man muss bedenken, für den östlichen Menschen hat eine einfache Todesstrafe nicht die Schwere einer „Vernichtung für immer“. Der östliche Mensch nimmt in der Regel die Fortexistenz so selbstverständlich als real an, dass für ihn die bloße Todesstrafe kaum eine Strafe wäre. Die Hinrichtung muss schon durchaus schmerzhaft sein, dann wird sie als Strafe empfunden. Er hat sich ja von Kind an immer mit dem Gedanken getragen: Ich habe schon früher gelebt, und ich werde weiter leben. Wenn ich gut bin, wird es mir besser gehen, wenn ich schlecht bin, wird es mir auch schlecht gehen, aber ich kann mich ja um Gutsein mühen, und schon die Absicht zählt. – Je mehr einer von Fortexistenz überzeugt ist, um so weniger sieht er ja den Tod als vollkommenes Ende an. Er sieht ihn nur als ein Schlafengehen und wieder Wachwerden an. Diese Ansicht ist so selbstverständlich, dass sich im Orient manche Leute Geld geliehen haben mit dem Versprechen, es im nächsten Leben zurückzugeben. Oder die Darlehensgeber sagten sich: Selbst wenn der Entleiher mir das Geld nicht wiedergibt – mir kann es nur gut gehen, wenn ich hilfsbereit und mitempfindend Geld verleihe, auch wenn ich es nicht wiederbekomme. Ich erfahre ja die guten Folgen davon in diesem oder im nächsten Leben.

Die berechtigte Furcht vor Strafe ist eine Folge üblen Wirkens. Es heißt, wenn da der Tor sieht, wie Könige oder Richter

einen Verbrecher so und so grausam bestrafen lassen, dann muss er denken: Wenn ich gefasst werde, dann stehen auch mir diese Schmerzen bevor. Diese Furcht ist die von uns als erste Folge des Wirkens bezeichnete: die Reaktion beim Täter selber auf sein Tun aus Anschauung oder Trieben. Seine Anschauung sagt ihm: „Das durfte ich nicht tun, das wird schlimme Folgen haben.“

In M 54 unterweist der Erwachte einen Hausvater, wie er sich besinnen soll, um von üblem Tun abzukommen, indem er sich sagt: *Wenn ich zum Mörder würde, wenn ich ein Dieb würde usw., dann müsste ich mich selbst tadeln.* Ich könnte vor mir selber nicht bestehen, vor meinen besseren Einsichten, vor meinen besseren Maßstäben. Und, heißt es weiter, *wohlüberlegt würden mich auch verständige Menschen tadeln.* Das ist die zweite Folge, die Reaktion der Behandelten und Zeugen auf die Tat. Bei starker Übertretung der Tugendregeln bleibt es nicht beim Tadeln, weil die Menschen mit einem, der vorwiegend entreibt und verweigert, ja auch verweigernd und entreibend umgehen: Er erfährt die befürchtete körperlich spürbare Strafe, die zweite Art von Leiden, die ein Tor schon zu Lebzeiten erfährt. Ferner:

Der Tor wird von Gewissensängsten verfolgt

*Weiter sodann, ihr Mönche, wenn der Tor auf einem Stuhl Platz genommen hat oder sich auf ein Lager hingelegt hat oder auf der Erde ausruht, so sind es die üblen Taten, die er früher getan, schlechtes Wirken in Taten, in Worten, in Gedanken, die zu dieser Zeit über ihn kommen, über ihn niedersinken, ihn einhüllen. Gleichwie etwa, ihr Mönche, die Schatten der Gipfel hoher Gebirge um Sonnenuntergang über die Ebene kommen, über sie niedersinken, sie überziehen: ebenso nun auch, ihr Mönche, sind es, wenn der Tor auf einem Stuhl Platz genommen oder auf ein Lager sich*

*hingelegt hat oder auf der Erde ausruht, die üblen Taten, die er früher getan, schlechtes Wirken in Taten, in Worten, in Gedanken, die um diese Zeit über ihn kommen, über ihn niedersinken, ihn einhüllen. Da denkt, ihr Mönche, der Tor: „Nicht habe ich gut gewirkt, habe nicht heilsam gewirkt, habe mir keine Zuflucht vor Gewissensängsten geschaffen. Übles hab ich getan, grausam bin ich gewesen, böse bin ich gewesen. Bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, werde ich dorthin gehen, wo ungutes Wirken, unheilbares Wirken, keine Zuflucht vor Gewissensängsten-Schaffen, übles Tun, Grausam-Sein, Böse-Sein hingelangen lässt.“ Er ist bekümmert, trauert und klagt, er weint und schlägt sich die Brust, gerät in Verzweiflung. Dies ist die dritte Art von Leiden und Trübsinn, die ein Tor schon zu Lebzeiten erfährt.*

In einer anderen Lehrrede (A VI,45) heißt es in diesem Sinne von einem üblen Menschen:

*Hat er sich in den Wald begeben, an den Fuß eines Baumes oder an eine einsame Stätte, so verfolgen ihn mit Gewissensängsten verbundene üble, unheilvolle Gedanken. Das aber nenne ich sein Verfolgtwerden.*

In der Stille, in der äußere Ablenkungen fast ganz fehlen, kommen um so stärker die Gefühle der Reue, des schlechten Gewissens auf. Dem nichtreligiösen Menschen scheint es, als ob er nichts damit zu tun habe. Der Erwachte sagt aber, dass jeder Mensch, auch der über die Schlechtigkeit seiner Taten ganz Unwissende, doch ununterbrochen ein entsprechend dunkles Gefühl hat, das den normalen Menschen fast den ganzen Tag durch sein ganzes Leben begleitet und damit seinem Leben einen dunklen, schmerzlichen Grundton gibt.

Weil der gewöhnliche Mensch vorwiegend aus seinen begehrenden Wünschen heraus lebt, wegen derer er die Wünsche anderer nicht berücksichtigt, so weiß er rückblickend aus seinen eigenen Erfahrungen, wie viele Tränen und Enttäuschungen er auf seinem Weg bei anderen verursacht hat. Wenn er in Ruhe sein Leben überblickt, so muss er sich sagen: „Du hast vieles nicht so gemacht, wie du eigentlich solltest und wolltest.“ Diese manchmal bewussten, meistens aber vergessenen und in den Hintergrund gedrängten Gedanken verursachen die permanente Reue und Beklemmung, bestimmen das Grundgefühl des normalen Menschen.

Die Aufgabe des Kenners der Lehre liegt nun darin, dieses Grundgefühl zu merken, es nicht zu verdrängen und zu fliehen, sondern es zu wandeln. Die bewusste Reue des Kenners der Lehre mag sich zunächst dadurch verstärken, mag größer, tiefer, umfassender und auch konkreter werden als bei einem unbelehrten Menschen, denn er sieht sich nun noch deutlicher verantwortlich für all sein Tun. Er weiß, dass unser gesamtes Erleben nichts anderes ist als die Ernte dessen, was wir früher durch unser Wirken gesät haben. Darum ist der Kenner der Lehre beklommen, wenn er sich nicht tugendhaft, entsprechend seinen besseren Einsichten, handeln sieht, weil er an die Folgen seines Tuns nicht nur in diesem Leben, sondern auch im nächsten Leben denkt. So heißt es im Suttanipāta (Vers 772, 774):

*Gefesselt in der Höhle, vielverkettet,  
verharrt der Mensch, versunken tief in Irrsal.  
Von Losgelöstheit ist er wahrlich fern,  
denn Lüste sind nicht leicht zu lassen in der Welt.*

*Genussbegierig, angelockt, verloren,  
in scheeler Furcht entfalten schiefsie Wurzeln  
und müssen dann misswunden bang erbeben:  
„O, was nur wird aus uns nach diesen Tagen?“*

*In scheeler Furcht entfalten schiefe sie Wurzeln*, wie K.E. Neumann übersetzt, also „*von den Begierden getrieben, von den Begierden gereizt*“, handeln die Menschen ungerade, übel, entwickeln sich in schiefer, falscher Richtung, schaffen sich dunkles Karma und fürchten bewusst und unbewusst: „*O, was nur wird aus uns nach diesen Tagen!*“ Diese Beklommenheit spürt der heutige Mensch weitgehend nicht mehr. Er mag sie zunächst bewusst fliehen, aber dann kommt er gar nicht mehr zur Besinnung durch den steten Wechsel zwischen Radio, Fernsehen, Illustrierten und Zeitungen, zwischen törichtem Geschwätz mit diesem und jenem und den berausenden Mitteln oder Kino oder beruflicher Hetze und Schlaftabletten. So brauchen sie gar keine bewusste Flucht vor der Selbsterkenntnis, vor der inneren Stimme zu ergreifen, sie kommen sowieso im Ganzen nicht zur Ruhe.

Erst in der Besinnung merkt der Mensch, der Übles getan hat, Gewissensvorwürfe, und dadurch erst hat er die Möglichkeit, an sich zu arbeiten. Erst muss er einsehen: „Ein Tor bin ich, das und das Üble habe ich getan.“ Wenn wir auf falschem Weg sind und es nicht merken, sehen wir keinen Grund, uns zu wandeln. Unsere heutige Zeit ist eine besonders heillose Zeit, weil sie so viele Mittel anbietet, von einer Ablenkung in die andere zu gleiten. Aber zum Glück ist es nicht so, dass diese Mittel unabweisbar sind, wir können sie abweisen. Der unbelehrte Mensch, der nicht weiß, wie wichtig es ist, sich zu besinnen, über seine Handlungen nachzudenken, der nimmt die Zerstreuungsmittel wahr, halb widerstrebend, halb wünschend und dann ganz und gar hineingezogen. Aber wir wissen, was besser ist, und wir haben die Möglichkeit, die Zerstreuungsmittel abzuweisen.

Wer auf dem Weg eifriger Übung um Innehaltung der Tugendregeln ist, der wird feststellen, dass ihn zeitweilig Wellen einer mehr oder weniger starken Reue über sein früheres Verhalten im Leben ankommen. So wird fast stets berichtet von Menschen, die unter religiösen Einfluss gelangt sind. Indem diese immer mehr hören und bedenken, wie der rechte Le-

benswandel und die rechte heilsame Geisteshaltung sind, da fällt ihnen um so stärker ihr früheres oder auch noch gegenwärtiges Abweichen von ihren jetzigen guten Einsichten auf. In solchem Fall empfiehlt der Erwachte, diese Reue nicht in unfruchtbare Selbstvorwürfe und Gefühle der Verzweiflung zu ergießen, sondern sachlich festzustellen:

*‘Lebendiges umzubringen, Nichtgegebenes zu nehmen, unrechten Umgang im Geschlechterverkehr, trügerische Rede hat der Erwachte auf mancherlei Art als übel und unheilsam bezeichnet, hat gesagt: „Davon haltet euch fern.“*

*Aber ich habe das doch getan insofern oder insofern. Das war nicht richtig. Das war nicht gut. Wenn ich mir aber nun darüber Gewissensvorwürfe machte, – damit könnte ich diese schlechte Tat nicht ungeschehen machen.’ So erwägend und überlegend, gibt man eben diese Taten auf und steht künftighin davon ab. (S 42,8)*

In diesem Sinn heißt es auch:

*Wer einst begangner übler Tat  
jetzt bessere Taten folgen lässt,  
der leuchtet durch die finstre Welt  
gleichwie der Mond durch Wolken bricht. (Dh 173)*

Eine weitere, die fünfte Folge üblen Wirkens ist, dass derjenige, der übel handelt, sich daran gewöhnt. Seine Triebe des Verweigerns und Entreißen werden stärker, und nach dem Tod sinkt er abwärts (6. Folge des Wirkens).

#### Vor dem Totenrichter (M 130)

In M 130 heißt es am Anfang, dass die Höllenwächter einen verstorbenen Menschen vor den Totenrichter König Yama bringen und ihm anklagend berichten:

*Majestät, dieser Mann hat seine Mutter schlecht behandelt, hat seinen Vater schlecht behandelt, hat Mön-*

*che, Brahmanen schlecht behandelt. Er hat keinen Respekt vor den Ältesten in der Familie. Majestät befehle seine Bestrafung.*

Hier zeigt sich der hohe sittliche Wert der Achtung vor den Eltern. Die Familienältesten mit ihrer Lebenserfahrung waren in Indien überwiegend solche, die in der Religion aufgewachsen waren. Und daraus, zusammen mit der Beachtung der Vorbilder der nach Reinheit Strebenden folgen alle Tugenden.<sup>211</sup>

*Der Totenrichter spricht nun mit ihm, stellt ihm Fragen, die ihn belasten: Lieber Mann, hast du nicht bei den Menschen den ersten Götterboten erscheinen sehen? – Er aber antwortet: Ich habe ihn nicht gesehen, o Herr. – Da sagt der Richter der Schatten zu ihm: Lieber Mann, hast du nicht bei den Menschen ein junges, zartes Kleinkind unbeholfen daliegen sehen, wie es sich mit seinem eigenen Kot und Urin besudelt? – Er sagt: Das habe ich, o Herr. –*

*Da sagt der Totenrichter zu ihm: Lieber Mann, hast du, als du verständig, erwachsen warst, bedacht: „Auch ich bin dem Geborenwerden unterworfen, kann dem Geborenwerden nicht entgehen. Wohl denn, gut will ich wirken in Taten, Worten, Gedanken“? – Er aber antwortet: Ich konnte es nicht, o Herr, war leichtsinnig. – Da sagt der Totenrichter zu ihm: Lieber Mann, aus Leichtsinn hast du es versäumt, Gutes zu tun in Taten, Worten, Gedanken. Da wird man dir, lieber Mann, eben so begegnen wie einem Leichtsinni-*

---

<sup>211</sup> In A III,38 wird berichtet, wie die Götter am Uposatha-Tag die Welt durchwandern, um zu sehen, ob viele Menschen ihre Pflicht gegen Vater, Mutter, Mönche und Brahmanen erfüllen, das Oberhaupt der Familie ehren, den Feiertag einhalten und gute Taten tun.

gen. Dein übles Wirken wurde nicht von deiner Mutter oder deinem Vater begangen oder von deinem Bruder oder deiner Schwester oder von deinen Freunden und Gefährten oder von deinen Verwandten und Angehörigen oder von Mönchen und Brahmanen oder von Göttern. Du selbst hast Übles gewirkt, du selbst wirst die Ernte davon erfahren. –

Ein solcher, vom Totenrichter über den ersten Götterboten belehrt, wird über den zweiten Götterboten belehrt, es werden ihm Fragen gestellt, die ihn belasten: Lieber Mann, hast du nicht bei den Menschen den zweiten Götterboten erscheinen sehen? – Er aber antwortet: Ich habe ihn nicht gesehen, o Herr. – Da sagt der Richter der Schatten zu ihm: Lieber Mann, hast du nicht bei den Menschen eine Frau oder einen Mann mit achtzig, neunzig oder hundert Jahren gesehen, gealtert, giebelförmig geknickt, gekrümmt, auf einen Stock gestützt, wackelig, gebrechlich, mit entschwendener Jugendlichkeit, mit schadhafte Zähnen, grauhaarig, mit schütterem Haar, kahl, runzelig, die Haut voller Flecken? – Er aber antwortet: Das habe ich gesehen, o Herr. –

Da sagt der Totenrichter zu ihm: Lieber Mann, hast du, als du verständig, erwachsen warst, bedacht: „Auch ich bin dem Altern unterworfen, kann dem Altern nicht entgehen. Wohl denn, gut will ich wirken in Taten, Worten, Gedanken“? – Er aber antwortet: Ich konnte es nicht, o Herr, war leichtsinnig. – Da sagt der Totenrichter zu ihm: Lieber Mann, aus Leichtsinne hast du es versäumt, Gutes zu tun in Taten, Worten, Gedanken. Da wird man dir, lieber Mann, eben so begegnen wie einem Leichtsinningen. Dein übles Wirken wurde nicht von deiner Mutter oder deinem Vater begangen oder von deinem Bruder oder deiner Schwester



*oder von deinen Freunden und Gefährten oder von deinen Verwandten und Angehörigen oder von Mönchen und Brahmanen oder von Göttern. Du selbst hast Übles gewirkt, du selbst wirst die Ernte davon erfahren. –*

*Ein solcher, vom Totenrichter über den zweiten Götterboten belehrt, wird über den dritten Götterboten belehrt, es werden ihm Fragen gestellt, die ihn belasten: Lieber Mann, hast du nicht bei den Menschen den dritten Götterboten erscheinen sehen? – Er aber antwortet: Ich habe ihn nicht gesehen, o Herr. – Da sagt der Richter der Schatten zu ihm: Lieber Mann, hast du nicht bei den Menschen eine kranke Frau oder einen kranken Mann gesehen, leidend und schwer erkrankt, mit dem eigenen Kot und Urin besudelt daliegend, von anderen aufgehoben und abgesetzt? – Er sagt: Das habe ich, o Herr. –*

*Da sagt der Totenrichter zu ihm: Lieber Mann, hast du, als du verständig, erwachsen warst, bedacht: „Auch ich bin der Krankheit unterworfen, kann der Krankheit nicht entgehen. Wohl denn, gut will ich wirken in Taten, Worten, Gedanken“? – Er aber antwortet: Ich konnte es nicht, o Herr, war leichtsinnig. – Da sagt der Totenrichter zu ihm: Lieber Mann, aus Leichtsinn hast du es versäumt, Gutes zu tun in Taten, Worten, Gedanken. Da wird man dir, lieber Mann, eben so begegnen wie einem Leichtsinnigen. Dein übles Wirken wurde nicht von deiner Mutter oder deinem Vater begangen oder von deinem Bruder oder deiner Schwester oder von deinen Freunden und Gefährten oder von deinen Verwandten und Angehörigen oder von Mönchen und Brahmanen oder von Göttern. Du selbst hast Übles gewirkt, du selbst wirst die Ernte davon erfahren. –*

*Ein solcher, vom Totenrichter über den dritten Götterboten belehrt, wird über den vierten Götterboten belehrt, es werden ihm Fragen gestellt, die ihn belasten: Lieber Mann, hast du nicht bei den Menschen den vierten Götterboten erscheinen sehen? – Er aber antwortet: Ich habe ihn nicht gesehen, o Herr. – Da sagt der Richter der Schatten zu ihm: Lieber Mann, hast du nicht bei den Menschen gesehen, wie Könige einen Räuber, einen Verbrecher ergreifen lassen und ihm vielerlei Arten von Folter auferlegen lassen: wie sie ihm die Hände abhacken lassen, die Füße abhacken, Hände und Füße abhacken, die Ohren abschneiden, die Nase abschneiden, Ohren und Nase abschneiden lassen; wie sie den „Breitopf“ anwenden lassen, die „Muschelschalen-Rasur“, den „Mund Rāhus“, den „glühenden Kranz“, die „Flammenhand“, die „Grasklingen“, das „Rindenkleid“, die „Antilope“, die „Fleischhaken“, die „Münzen“, das „Laugenpökeln“, den „Drehpflock“, den „zusammengerollten Strohsack“; wie sie ihn mit siedendem Öl besprengen lassen, ihn den Hunden zum Fraß vorwerfen lassen, ihn lebendig pfehlen und ihm den Kopf mit einem Schwert abschlagen lassen? – Er sagt: Das habe ich, o Herr. –*

*Da sagt der Totenrichter zu ihm: Lieber Mann, hast du, als du verständig, erwachsen warst, bedacht: „Jene, die übel wirken, erfahren solche Folter der verschiedensten Art; wie viel mehr noch im Jenseits? Wohl denn, gut will ich wirken in Taten, Worten, Gedanken“? – Er aber antwortet: Ich konnte es nicht, o Herr, war leichtsinnig. – Da sagt der Totenrichter zu ihm: Lieber Mann, aus Leichtsinn hast du es versäumt, Gutes zu tun in Taten, Worten, Gedanken. Da wird man dir, lieber Mann, eben so begegnen wie einem Leichtsinnigen. Dein übles Wirken wurde nicht von deiner*

*Mutter oder deinem Vater begangen oder von deinem Bruder oder deiner Schwester oder von deinen Freunden und Gefährten oder von deinen Verwandten und Angehörigen oder von Mönchen und Brahmanen oder von Göttern. Du selbst hast Übles gewirkt, du selbst wirst die Ernte davon erfahren. –*

*Ein solcher, vom Totenrichter über den vierten Götterboten belehrt, wird über den fünften Götterboten belehrt, es werden ihm Fragen gestellt, die ihn belasten: Lieber Mann, hast du nicht bei den Menschen den fünften Götterboten erscheinen sehen? – Er aber antwortet: Ich habe ihn nicht gesehen, o Herr. – Da sagt der Richter der Schatten zu ihm: Lieber Mann, hast du nicht bei den Menschen eine Frau oder einen Mann gesehen, schon einen, zwei oder drei Tage lang tot, aufgedunsen, blau angelaufen, aus denen Flüssigkeiten heraussickern? – Er sagt: Das habe ich, o Herr. –*

*Da sagt der Totenrichter zu ihm: Lieber Mann, hast du, als du verständig, erwachsen warst, bedacht: „Auch ich bin dem Tod unterworfen, kann dem Tod nicht entgehen. Wohl denn, gut will ich wirken in Taten, Worten, Gedanken“? – Er aber antwortet: Ich konnte es nicht, o Herr, war leichtsinnig. – Da sagt der Totenrichter zu ihm: Lieber Mann, aus Leichtsinn hast du es versäumt, Gutes zu tun in Taten, Worten, Gedanken. Da wird man dir, lieber Mann, eben so begeben wie einem Leichtsinnigen. Dein übles Wirken wurde nicht von deiner Mutter oder deinem Vater begangen oder von deinem Bruder oder deiner Schwester oder von deinen Freunden und Gefährten oder von deinen Verwandten und Angehörigen oder von Mönchen und Brahmanen oder von Göttern. Du selbst hast Übles gewirkt, du selbst wirst die Ernte davon erfahren. –*

*Dann, nachdem ihn der Totenrichter über den fünften Götterboten belehrt und ihm Fragen gestellt hat, die ihn belasten, schweigt er.*

Wie können wir uns die Erscheinung von Richter und Gericht existentiell erklären? Im Bardo Thödol (das sogenannte Tibetische Totenbuch in der Urversion von Padma Sambhava, ca. 749 n.Chr.) heißt es:

*Nun stehst du vor dem Todesgott! Umsonst versuchst du deine bösen Taten zu leugnen. Im Spiegel des obersten Richters erscheinen die Gestalten deiner Handlungen alle. Wisse, dass die sämtlichen Gestalten, die du in dem postmortalen Zustand, genannt „Bardo“, betrachten kannst, unwirklich sind; von dir selbst hervorgerufene Traumbilder sind, die du nun aussendest, ohne sie als dein Werk zu erkennen, und die dich erschrecken. Der Spiegel, in welchem der Totenrichter zu lesen scheint, ist dein Gedächtnis, das dich an die Kette deiner vergangenen Taten erinnert, die er nach den Begriffen, die du dir selbst gebildet hast, beurteilt; also gemäß deinen eigenen Ansichten über Gut und Böse. Du bist es, der dein Urteil ausspricht; kein schrecklicher Gott treibt dich dazu. Denn wisse: außerhalb deiner meta-psychischen Projektionen gibt es weder Götter noch Dämonen noch den Richter des Todes – nicht einmal das sogenannte „Bardo“. Begreife dies endlich und werde frei.*

Viele Menschen haben im Lauf ihres menschlichen Lebens von ihren Eltern, Religionslehrern usw. verbindliche Hinweise auf die Religion mit Gott als dem Schöpfer und Richter, mit Himmel und Hölle, mit Lohn und Strafen bekommen. Im Lauf des menschlichen Lebens haben solche in den Geist eingegrabenen Gedanken und Bilder als das „Gewissen“ ihr Tun und Lassen mehr oder weniger bestimmt oder wenigstens kritisch begleitet. Da diese in den Geist eingetragenen und aus dem Geist sich jeweils meldenden religiösen Forderungen

meistens moralisch erheblich höher stehen als das von den Trieben beeinflusste Tun des Menschen, so bemühen sich solche Menschen, ihre Triebe im Lauf des Lebens umzuerziehen, ihre Lebensführung zu verbessern. Aber bei den meisten Wesen bleibt ein Unterschied zwischen den Forderungen seitens des „Gewissens“, das heißt seitens des in den Geist eingetragenen höheren Sollens und dem praktisch vollzogenen Tun und Lassen auf Grund der Herzensbeschaffenheit, des Seins.

So haben die meisten Wesen einen Richter in sich, nämlich dann, wenn sie zwar im Geist Besseres wissen, aber auf Grund ihrer Triebe doch dagegen handeln. Wer sich bewusst ist, dass er gegen sein Wissen handelt, der muss die seinen Maßstäben entgegengesetzten Triebe und die aus ihnen hervorgegangenen Taten, Worte und Gedanken verurteilen. Das ist ihm unangenehm, er verdrängt es, beschönigt es, will es oft nicht wahrhaben. Aber in Bezug auf andere tritt dieser Verteidigungsmechanismus kaum oder gar nicht in Kraft. Die Mitwesen werden beurteilt und verurteilt nach den erworbenen Maßstäben, da das die Eigenliebe nicht schmerzt. So kann als Regel gelten, dass der normale Mensch, soweit er unter einem moralischen Gesetz steht, hauptsächlich ein Richter seiner Umgebung ist, aber auch mehr oder weniger sich selber richtet. Indem er sich und andere mit seiner Meinung, wie man sein müsse, vergleicht, da hat er in sich einen Richter erzeugt; und wenn er als Richter über andere hart und streng ist und die anderen im Geist als strafwürdig ansieht, dann hat er damit einen strengen, harten Richter immer mehr in sich ausgeprägt, und diesen erlebt er nach Ablegen des Körpers als strengen, harten Richter seinen Handlungen gegenüber. *Eigentum des Wirkens sind die Wesen.* Wir können gar nichts erleben, was nicht von uns selber geschaffen ist.

In allen Religionen begegnen wir immer wieder der Mahnung, nicht über andere zu urteilen.

Jesus sagt:

*Richtet nicht – so werdet ihr auch nicht gerichtet.*

*Verdammet nicht – so werdet ihr auch nicht verdammt.*

*Vergebet – so wird euch vergeben.  
Gebet – so wird euch gegeben.  
Denn eben mit dem Maß, mit dem ihr messet –  
wird man euch wieder messen. (Lukas 6,37/38)*

Der Erwachte sagt (A VI,44):

*Urteilt nicht die Menschen ab, legt an die Menschen keinen  
Maßstab an. Man schadet sich, wenn man die Menschen  
beurteilt.*

Ein chinesisches Sprichwort lautet:

*Wenn du hörst, dass jemand über einen anderen schlecht re-  
det, dann sollte dir dieses so schmerzhaft sein, als ob jemand  
dich mit Nadeln in den Rücken stechen würde.*

Dseng Dse sagt:

*Der Edle spricht nie über die Fehler und Mängel anderer. Er  
versucht stets, die Vorzüge der anderen hervorzuheben.*

Und Tschuang Tse:

*Durch das Kritisieren der Fehler des anderen setzt man nur  
die eigenen Vorzüge ins Licht, das heißt man andere verletzen.*

Der den Abgeschiedenen im Jenseits begegnende Richter ist die Spiegelercheinung derjenigen Bedrängung, die man zuvor anderen geschaffen hat. Die Härte oder Milde im Beurteilen von anderen, die kalten Urteilsworte und Verdammungen oder liebevolle Korrektur und Hilfe, die er sich angewöhnt hat, treten wieder ganz so verdammend oder begnadigend an ihn heran.

Wenn man einen anderen einen Fehler machen sieht, so ist das noch kein Richten. Aber wenn man dann den anderen aburteilt, dann hat man sich über den anderen gestellt, hat ihn gerichtet, hat ihm Verständnis und Mitempfinden verweigert, das man selber bei eigenen Fehlern oft von anderen ersehnt.

Einer, der die üblen Folge des Richtens erkennt, wird nicht mehr über andere richten wollen, sondern nur noch über sich selber – und auch über sich selber nicht nur richten, sondern sein Tun und Lassen verbessern. Und wenn seine frühere Gewohnheit, andere zu richten, ihn noch verleiten will und er es bemerkt, so bemüht er sich darum, den anderen in seinem Sosein zu verstehen, sein Tun im Geist zu entschuldigen und wohlwollend und mitempfindend an ihn zu denken.

Solche Menschen, die nur von sich selber etwas erwarten oder gar fordern, von anderen nichts, die hauptsächlich mit der Säuberung und Erhellung ihres eigenen Wesens beschäftigt sind, sich vorwiegend um sich selber bekümmern, die anderen geholfen, aber nicht sie verurteilt haben, die haben keinen Richter karmisch gewirkt, die sind über das Niveau einer Begegnung mit einem strafenden Richter und dunklem Erleben hinausgewachsen. Solche werden drüben großes Wohl erfahren. Wenn sie aber nicht zufrieden sind mit ihrem Streben im irdischen Menschenleben, wie es der Erwachte von den „Reuigen Gottheiten“ berichtet (A IX,19), weil sie als Menschen in ihren Geist einen großen Maßstab aufgenommen, ein höheres Ziel sich gesetzt hatten, denen wird drüben in den Himmeln dieser Maßstab begegnen, aber nicht in Gestalt eines strengen Richters, sondern eines freundlichen Beraters, der da sagt: „Dieses hast du wohl erreicht, aber du wolltest doch noch mehr, komm, tu das jetzt.“

Wesen aber, die ihre Diskrepanz zwischen Sollen und Sein nicht als ausgesprochenen Schmerz erleben, sondern als ein Wissen: Dahin muss ich, dahin will ich, das habe ich noch nicht erreicht, aber ich bin auf dem sicheren Weg dahin – etwa die Heilsgänger nach der Lehre des Erwachten – die erleben keinen Richter, sondern nehmen ein inneres Wissen um die Unzulänglichkeit des gegenwärtigen Zustandes mit hinüber, der sie zu weiterem Streben anspornt.

Und dann scheint es noch eine Gruppe von Menschen zu geben, die weder sich noch andere richten, weil sie in ihrem Geist überhaupt keine höher weisenden Maßstäbe aufgenom-

men oder solche wieder völlig verloren haben, vielmehr in blindester Vordergründigkeit dumpf getrieben dem inneren Begehren und Hassen folgen, jeweils dem Lustgewinn nachgehen. So leben sie „lässig“ und „locker“ halb tierisch dahin. Diese erfahren auch nach ihrem Tod anscheinend keinerlei Gericht, sondern sinken, wie der Erwachte in M 129 ausführt, ab in irgendwelche Tiergattungen, werden wiedergeboren bei ebensolchen Wesen ohne jene spannungsvolle Zweipoligkeit zwischen den möglichen Einsichten des Geistes und den drängenden Trieben des Herzens. Diese Spannung ist den Menschen zwar schmerzlich, bietet aber zugleich die Möglichkeit einer höheren Entwicklung. Das Tier kennt keinen Zwiespalt, keine moralische Forderung, erscheint darum in sich „harmonischer“, „lockerer“, ist aber auch völlig seiner Tierheit ausgeliefert. Es wird von furchtbaren tierischen Schmerzen berichtet, wie die Tiere sich gegenseitig umbringen oder wie sie Menschen den Tieren zufügen, Schmerzen, die den höllischen nahe kommen. Doch da ist kein Richter, kein Gericht, kein Wissen, weil auch zur Zeit des Menschentums kein Wissen, keine moralische Unterscheidung gepflegt wurde, und entsprechend lang, unabsehbar lang ist daher das Versinken in tierisches Dasein.

Die Beschaffenheit des Herzens also und der dadurch bedingte Tatenstand im Reden und Handeln entscheidet über die Qualität der späteren Existenz; aber die im Geist bestehende Forderung, so und so zu sein, bewirkt bei dem Menschen, dass er sein Tun und Lassen mit diesem Maßstab misst und meistens noch weit mehr das Tun und Lassen der anderen Menschen mit diesem Maßstab misst. Das ist Richten und schafft den Richter, der seinen mehr oder weniger strengen Kommentar gibt zu den bevorstehenden Erlebnissen, die das Wesen auf Grund seines Herzens und Handelns gewirkt hat: Richter, Gericht und „Strafe“ sind „eigene“ Projektionen.

C.G. Jung schreibt in seiner Einleitung zum Tibetischen Totenbuch, Rascher Verlag, Zürich 1935, S.30:



*Die Wirklichkeit, welche im Tschönyid (ein Zustand nach dem Tod) erfahren wird, ist die Wirklichkeit der Gedanken. Die Gedankenformen erscheinen als Wirklichkeiten.*

Und in einem Gespräch der französischen Tibetforscherin *Alexandra David-Neel* mit einem tibetischen Lama heißt es in dem Buch von H.S.Landor, *Auf verbotenen Wegen. Reisen und Abenteuer in Tibet*, 10.Aufl.1923, Verlag Brockhaus:

*Kommen nach dem Tod auch die Christen, die doch die Religion Issu (Jesu) befolgen, in das Bardo? – Gewiss. – Sie glauben aber doch weder an die lamaistischen Götter noch an Wiedergeburten noch an irgendetwas, was im Bardo Thödol beschrieben wird. –*

*Sie werden in das Bardo gehen; was sie jedoch als Bardo sehen werden, sind Jesus, Engel, das Paradies, die Hölle und ähnliches. In ihrem projektierenden Geist werden sie alle die Dinge, die man sie gelehrt hat, an die sie geglaubt haben, sehen. Sie werden Visionen haben, die sie unter Umständen erschrecken, wie zum Beispiel: das Jüngste Gericht, die Qualen der Hölle. Die Bilder der geträumten Reise mit ihren Erlebnissen werden von denen abweichen, die ein Tibeter kennenlernen wird, die Sache per se ist jedoch die gleiche. Die während des individuellen Lebens aufgespeicherten psychomentalen Eindrücke nehmen Gestalt an und bieten sich als beseelte Bilder dar, und so wird der Tibeter, wird der Christ oder jedweder andere Entkörperte geneigt sein, die Ereignisse für real zu halten, die sich in der Form von Gedanken-Serien abspielen.*

Menschen mit weniger grausamen Gepflogenheiten, wie Schlachten von Tieren, Überfällen, Raub usw., werden nach dem Tod weniger grausame Szenen erfahren, da ihre im Menschenleben aufgenommenen geistigen Bilder anderer Art sind.

Wir lassen hier einige Berichte von Reanimierten folgen, die im Jenseits von ihrem Gewissen geplagt wurden.

Prof. Myers, Begründer der ersten Society for Psychical Research in London 1882, schreibt über die Art von Karma-rückblick, wie sie klinisch Tote und Reanimierte erfahren haben:

*Das Individuum ist ein Beobachter und nimmt die Ereignisse im vergangenen Dasein wahr...: Es wird sich all der Gefühle bewusst, die es durch seine Handlungen bei den Opfern ausgelöst hat... Keine Not und kein Schmerz, die es verursacht hat, sind vergangen. Alles wurde festgehalten... Seine Seele wird nach und nach durch die Identifizierung mit den Leiden seiner Opfer geläutert.*

Und ein Bericht bei Moody („Leben nach dem Tod“, Reinbek 1977) lautet:

*Nach dem ganzen Krachen und dem Durchgang durch diesen langen dunklen Tunnel fand ich an seinem Ende alle meine Kindheitsgedanken vor mir ausgebreitet, und mein ganzes Leben blitzte noch einmal vor meinen Augen auf. Es ging eigentlich nicht in Bildern vor sich, nur auf Gedankenebene, glaube ich. Ich kann es Ihnen nicht genau beschreiben. Es war wirklich alles darin enthalten, ich meine, alle Ereignisse meines Lebens kamen zugleich darin vor. Es war nicht so, dass immer nur eine Sache für sich so ein bisschen aufgeflackert wäre, nein –ich sah mein ganzes Leben auf einmal, alle Erlebnisse gleichzeitig. Meine Gedanken verweilten bei meiner Mutter, bei all den Gelegenheiten, wo ich Unrecht getan hatte. Nachdem ich die Bosheiten, die ich als Kind begangen hatte, noch einmal vor mir gesehen und mir dann meine Eltern ins Gedächtnis gerufen hatte, da wünschte ich bloß, ich hätte das alles damals nicht getan, und nichts wäre mir lieber gewesen, als hingehen und alles ungeschehen machen zu können. (a.a.O. S.76)*

Ein anderes Wesen, das ein selbstsüchtiges Leben geführt hatte, schildert diesen Rückblick wie folgt:

*Ich habe die unangenehmsten Erlebnisse gehabt. Ich weiß gar nicht genau, wie ich das durchgehalten habe... Mir wurden die Auswirkungen meiner sämtlichen Handlungen auf andere Menschen gezeigt... Es war ein äußerst demütigendes schreckliches Erlebnis... Ich habe...die Gefühlsreaktionen auf mein Tun gesehen... Ich habe mich geändert. Ich bin jetzt sehr viel sanftmütiger. (nach Robert Crookall, The Supreme Adventure, London 1961, S.45)*

Von ähnlicher Art, etwas ausführlicher, ist der folgende Bericht aus der Geistigen Loge Zürich, „Was uns erwartet“ S.57-59, den wir etwas gekürzt bringen:

*Ich wurde damals in eine begüterte Familie hineingeboren, begütert? Ich möchte eher sagen: reich. Dementsprechend war auch mein Leben und waren die Menschen, mit denen wir verkehrten. Wer nicht von unserem Stande war, war uns untertan, und wir versuchten, so viel wie möglich Nutzen aus ihnen zu ziehen. Das ging nicht immer so leicht, man leistete uns Widerstand, der nur mit Gewalt gebrochen werden konnte. Für uns war das selbstverständlich. Wir hatten Gewalt angewandt mit der Peitsche, mit den Stiefeln, ganz gleich, wie es sich gerade ergab. So hatten wir uns Respekt verschafft, und wir glaubten dabei, dass dies unser gutes Recht wäre.*

*So hatte ich manchem die Peitsche mitten ins Gesicht geschlagen, weil er meinen Anforderungen nicht rasch entsprach oder weil ich da und dort einen inneren Widerstand verspürte. Nur mit Gewalt konnte man sich Respekt verschaffen, konnte man behalten, was man besaß.*

*Nach meinem Tode klagten höhere Wesenheiten mich an und führten mich vor all jene hin, die von mir misshandelt worden waren und vor mir ins Jenseits kamen. Sie standen alle*

*vor mir und blickten mich so vorwurfsvoll an. Und einer der Erhabenen, der auch dastand, sagte nur: „Ich klage dich an!“*

*Immer wieder hieß es: „Ich klage dich an!“ wegen Miss-handlung, das andere Mal wegen anderer Gewalttaten. Und jedes Mal, wenn man mir ein solches Wesen vor Augen führte, erlebte ich das an mir, was ich ihm im Leben angetan hatte... Man führte es mir wieder vor Augen, wie ich jenen Menschen mit der Peitsche schlug. Aber jetzt war es nicht der andere, der die Schmerzen verspürte, sondern mit jedem Schlag spürte ich sie am eigenen Geistleib. Ich hatte dabei meine Augen geschlossen, ich wollte die Bilder nicht mehr sehen, denn ich glaubte, dadurch meinen Schmerzen ausweichen zu können. Es wurde mir jetzt ganz klar: Nun stehst du den Richtern gegen-über, und jetzt wird gemessen... Es half mir nichts. Wie ein Blitz fuhr es jeweils vor meinen Augen, und ich riss sie wieder auf vor Schmerz.*

*So erlebte ich es bei jedem, bis zum letzten, bis zum Kinde. Jeder wurde mir vorgeführt, und überall verspürte ich den Schmerz, den ich ihm einst zugefügt hatte. Das dauerte lange... Man soll nicht etwa meinen, es hätte dies nur tagelang gedauert nach eurer Zeitrechnung, sondern es vergingen Jahre da-bei. Und dann kamen immer wieder neue heim ins Geister-reich und wurden mir auch vorgeführt – alle, alle, mit denen ich in Verbindung war. Und immer wieder hieß es: „Du bist angeklagt! Du bist angeklagt.“*

Und nun folgt in M 129 und M 130 gleichlautend die Be-schreibung der Höllenqualen:

### Die Hölle

*Ein solcher Tor nun, ihr Mönche, der in Taten übel gewandelt, in Worten übel gewandelt, in Gedanken übel gewandelt ist, gelangt bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, abwärts auf schlechte Bahn, zur Tiefe hinab, in höllische Welt. Wenn man zu Recht von ir-*

gendetwas sagen wollte: „Jenes ist äußerst unerwünscht, äußerst unwillkommen, äußerst unangenehm“, dann mag man es mit Recht von der Hölle sagen: „äußerst unerwünscht, äußerst unwillkommen, äußerst unangenehm“, so sehr sogar, dass es schwer ist, ein Gleichnis für das Leiden in der Hölle zu finden.

Auf diese Worte wandte sich einer der Mönche an den Erhabenen und fragte: Kann man aber, o Herr, ein Gleichnis geben? – Man kann es, Mönch-, sprach der Erhabene.

Gleichwie etwa, ihr Mönche, wenn man einen Räuber, einen Verbrecher ergriffe und vor den Herrscher brächte: Hier, großer König, ist ein Räuber, ein Verbrecher; was du ihm für eine Strafe bestimmst, diese Strafe ordne an! – Und der König verkündete: Geht, ihr Leute, und spießt diesen Mann am Morgen mit hundert Speeren. – Und sie spießten ihn am Morgen mit hundert Speeren. Da fragte der König zu Mittag: Wie geht es jenem Mann? – Er ist noch am Leben, großer König. – Und der König verkündete: Geht, ihr Leute, und spießt diesen Mann am Mittag mit hundert Speeren. – Und sie spießten ihn am Mittag mit hundert Speeren. Da fragte der König am Abend: Wie geht es jenem Mann? – Er ist noch am Leben, großer König. – Und der König verkündete: Geht, ihr Leute, und spießt diesen Mann am Abend mit hundert Speeren. – Und sie spießten ihn am Abend mit hundert Speeren. Was meint ihr wohl, Mönche, würde da nicht dieser Mann, mit dreihundert Speeren gespießt, infolge davon Leiden und Trübsinn erfahren? –

O Herr, jener Mann würde Leiden und Trübsinn erfahren, wenn er mit nur einem Speer gespießt worden wäre, von dreihundert ganz zu schweigen. –

*Da hob der Erhabene einen kleinen, handgroßen Stein auf und wandte sich an die Mönche: Was meint ihr wohl, Mönche: Was ist größer, dieser kleine, handgroße Stein, den ich da habe, oder der Himālaya, der König der Gebirge? –*

*O Herr, von geringer Größe ist dieser kleine, handgroße Stein, den der Erhabene da hat. Gegenüber dem Himālaya, dem König der Gebirge, kann er nicht gezählt, nicht gerechnet, nicht verglichen werden. –*

*Ebenso nun auch, ihr Mönche, kann, was ein Mensch, mit dreihundert Speißen gespießt, infolge davon an Leiden und Trübsinn erfährt, gegen das Leiden höllischer Welt nicht gezählt, nicht gerechnet, nicht verglichen werden.*

*Die Wächter der Hölle foltern ihn mit der fünffachen Durchbohrung. Sie treiben einen rotglühenden Eisenpfahl durch die eine Hand, sie treiben einen rotglühenden Eisenpfahl durch die andere Hand, sie treiben einen rotglühenden Eisenpfahl durch den einen Fuß, sie treiben einen rotglühenden Eisenpfahl durch den anderen Fuß, sie treiben ihm einen rotglühenden Eisenpfahl durch die Körpermitte. Da fühlt er schmerzhafteste, brennende, stechende Gefühle. Und nicht eher kann er sterben, als jenes üble Wirken nicht erschöpft ist.*

*Als nächstes werfen ihn die Wächter der Hölle zu Boden und zerstückeln ihn mit Äxten. Da fühlt er schmerzhafteste, brennende, stechende Gefühle. Und nicht eher kann er sterben, als nicht sein übles Wirken erschöpft ist.*

*Als nächstes hängen ihn die Wächter der Hölle an den Füßen auf, mit dem Kopf nach unten und zerstückeln ihn mit Hackmessern. Da fühlt er schmerzhafteste,*

*brennende, stechende Gefühle. Und nicht eher kann er sterben, als nicht sein übles Wirken erschöpft ist.*

*Als nächstes spannen ihn die Wächter der Hölle vor einen Wagen und treiben ihn hin und her über brennenden, lodernden und glühenden Untergrund. Da fühlt er schmerzhaft, brennende, stechende Gefühle. Und nicht eher kann er sterben, als nicht sein übles Wirken erschöpft ist.*

*Als nächstes zwingen ihn die Wächter der Hölle, über einen großen Berg brennender, lodernder und glühender Kohlen hinauf und herunter zu klettern. Da fühlt er schmerzhaft, brennende, stechende Gefühle. Und nicht eher kann er sterben, als nicht sein übles Wirken erschöpft ist.*

*Als nächstes packen ihn die Wächter der Hölle an den Füßen und werfen ihn kopfüber in einen rotglühenden Metallkessel, der brennt, lodert und glüht. Dort wird er in einem Schaumwirbel gekocht. Und während er dort in einem Schaumwirbel gekocht wird, wird er bald nach oben gespült, bald nach unten, bald hin und her. Da fühlt er schmerzhaft, brennende, stechende Gefühle. Und nicht eher kann er sterben, als nicht sein übles Wirken erschöpft ist.*

*Als nächstes werfen ihn die Wächter der Hölle in die Große Hölle. Was nun jene Große Hölle anbelangt, ihr Mönche:*

*Sie hat vier Ecken, hat vier Tür'n,  
an jeder Seite eine Tür.*

*Ein Eisenwall umgibt sie ganz.*

*Nach oben schließt ein Eisendach.*

*Und auch der Boden eisern ist.*

*Erhitzt durch Feuer, bis zur Glut,  
erstreckt sich hundert Meilen weit,  
bedeckt dort alles, ganz und gar.*

*Ihr Mönche, ich könnte euch auf vielfache Weise von der Hölle berichten. So viel, dass es schwer ist, ein Gleichnis für das Leiden in der Hölle zu finden.*

Sind das, was wir da lesen, grausige Phantasien primitiver Menschen? – Wenn bis zum Grund verstanden ist, was in Wahrheit „Phantasien“ sind und was in Wahrheit „primitiv“ ist, dann muss diese Frage mit einem eindeutigen klaren „Ja“ beantwortet werden. Dann muss man sagen, dass diese Totenrichter und ihre Höllen aus grausigen Phantasien primitiver Menschen stammen. Aber was bedeutet in Wahrheit „Phantasie“ und was „primitiv“?

Der oberflächliche Mensch unterscheidet zwischen „Wirklichkeit“ und „Phantasie“ in der Weise, dass er sein normales Erleben für Wirklichkeit hält, indem er annimmt, dass er die Dinge der Welt darum wahrnimmt, weil die Welt auch unabhängig von ihm und seiner Wahrnehmung „da“ sei. Unter „Phantasien“ versteht er Gedankenbilder, Geistesschöpfungen, Einbildungen, Trugbilder. Und er meint, dass die Phantasien etwas völlig anderes als die Wirklichkeit seien und mit ihr nichts zu tun hätten. So unterscheidet der oberflächliche Mensch zwischen Wirklichkeit und Phantasie.

Der gründlich beobachtende und aufmerksam prüfende Mensch findet im Lauf seines Lebens heraus, dass alle seine Phantasie, sein gedankliches Ausspinnen, Sichvorstellen und Einbilden schon der Anfang des Bauens und Ausgestaltens seiner zukünftigen Erlebnisse ist und dass alles das, was ihm als Wirklichkeit erscheint, doch nur Verdichtung, Befestigung und Ballung seiner früheren „Phantasie“ ist.

So wie ein Maler, wenn er auf einer zunächst noch leeren Unterlage ein Gemälde entwirft, dort aus seiner Idee zuerst die Hauptlinien erstellt, dann die Grundfarben auflegt und im ständigen geistigen Vorstellen und Ausmalen immer mehr die Konturen entwickelt und die Deckfarben auflegt, bis das Gemälde da ist – so auch weiß der gründlich beobachtende und aufmerksam prüfende Mensch, dass er all sein wirkliches Er-



leben, sein gegenwärtiges und sein zukünftiges, selbst gestaltet und selbst ausmalt, ausgehend von den allerersten selbst entworfenen geistigen Bildern im Guten und Bösen, im Entsetzlichen und im Beglückenden, über deren fortschreitende Ausgestaltung, bis diese Vorstellungen zu stärkeren Regungen seines Herzens werden, sein Tun und Lassen an seiner Umwelt bestimmen, bis das, was ursprünglich seine ersten Phantasien und Ideen waren, ihm nun als „lebendige Wirklichkeit“ in Form veränderter Umwelt vor Augen tritt und ihn schmerzlich oder erfreulich, entsetzlich oder beglückend trifft.

Alle Welterscheinungen, alle sogenannte „Wirklichkeit“, gehen vom Geist aus, sind māyā, geistgebildet (*mano maya*), sagt der Erwachte und sagen alle, die das Dasein tiefer durchschaut haben und durch diese Durchschauung die Mittel gewonnen haben, um es zu meistern. – Was der nichtwissende Mensch als Phantasie bezeichnet, das bezeichnet der Wissende als Anfang der Weltgestaltung, und was der nichtwissende Mensch als Wirklichkeit der Welt bezeichnet, das bezeichnet der Wissende als Endprodukt, das aus der beharrlichen Pflege der Phantasien hervorgegangen ist. Wie die Spinne immer nur ihrem selbstgesponnenen Netz begegnet, so begegnet der Mensch immer nur seinen Gebilden, die alle ausschließlich aus ihm hervorgegangen sind.

Nach tibetischen Bräuchen wird der von der Erde abgetrennten Seele angesichts der auf sie einstürmenden, oft sehr erschreckenden Bilder von dem Priester zugeraunt, sie solle sich von diesen Bildern nicht erschrecken lassen, denn es sei lediglich Phantasie, die aus ihrem Geist hervorgegangen sei – aber jene Schriften lassen keinen Zweifel darüber, dass diese Mahnung bei den allermeisten Seelen nicht mehr fruchten kann, weil sie es sich eben im Lauf des Menschenlebens schon so fest erdichtet und ausgemalt haben, dass sie nun Opfer ihrer eigenen Faszination sind – so wie wir Heutigen uns von jedem Erlebnis treffen lassen. –

Leben ist Māyā, Leben ist Phantasie, zuerst im Geist entworfen, ausgebildet, ausgemalt, näher betrachtet, ergänzt, ge-

pflegt, bis die Eindrücke befestigt sind, sich verdichten, als treffende Materie erscheinen in den Formen und Gefühlen, die wir ihnen gegeben haben. In jedem Lebensintervall sind wir Opfer früherer Einbildungen und schaffen bereits weitere Einbildungen für das nächste Lebensintervall. Wir nennen das „Leben“ und „Tod“ oder „Diesseit“ und „Jenseit“.

Ein indisches Wort sagt:

*Die Hölle wurde nicht von Fremden geschaffen. Das Feuer wurde nicht von Fremden geschaffen. Das Feuer des hasserfüllten Gemüts erzeugt selbst die Flammen der Hölle und verzehrt seinen eigenen Schöpfer. Wenn ein Mensch Übles tut, so entzündet er das Feuer der Hölle und brennt in seiner eigenen Lohe.*

Die Phantasien über grausige und herrliche Wirklichkeiten des Jenseits finden wir in vielen Kulturen. In einer der sogenannten „Apokryphen Schriften zum Neuen Testament“, in der sogenannten „Petrus-Apokalypse“<sup>212</sup> lesen wir:

*Ich sah auch einen anderen Ort ganz in Finsternis getaucht. Und das war der Ort der Strafe. Und sowohl die, die dort ihre Strafe erhielten, wie auch die Quälgeister, die die Strafe vollzogen, hatten ein dunkles Gewand an entsprechend der (ebenfalls dunklen) Luft des Ortes.*

*Und einige waren dort, die waren an der Zunge aufgehängt. Das aber waren die, die den Weg der Gerechtigkeit (den rechten Weg der Gebote Gottes) gelästert hatten, und unter ihnen war ein Feuer angebracht, das loderte und zu ihrer Strafe diente.*

*Und ein großer See war da, angefüllt mit glühendem Schlamm, in dem einige Menschen steckten, die die Gerechtig-*

---

<sup>212</sup> Petrus-Offenbarung (Bruchstück von Akhmim), aus „Die apokryphen Schriften zum Neuen Testament“, übersetzt und erläutert von Wilhelm Michaelis, Carl Schünemann Verlag Bremen, 2.Aufl.1958

keit verkehrt hatten, und Quälgeister setzten ihnen hart zu. Es waren aber noch andere da, Frauen, die an den Haaren aufgeknüpft waren hoch über jenem brodelnden Schlamm. Das waren die, die sich zum Ehebruch herausgeputzt hatten. Die (Männer) aber, die sich mit ihnen in der Befleckung des Ehebruchs zusammengetan hatten, waren an den Füßen aufgehängt, und die Köpfe hatten sie in dem Schlamm. Und sie sagten mit lauter Stimme: „Wir hätten niemals geglaubt, dass wir (tatsächlich) an diesen Ort kommen würden.“

Und die Mörder sah ich sowie ihre Mitwisser: Sie waren an einen Ort geworfen, wo es ganz eng war und von hässlichem Gewürm wimmelte, und wurden von jenen Tieren gebissen und wanden sich so dort in jener Strafe. Würmer aber setzten ihnen zu (so zahlreich) wie finstere Wolken. Die Seelen aber der (von ihnen) Ermordeten standen dabei und sahen der Bestrafung jener Mörder zu und sagten: „Gott, gerecht ist dein Gericht!“

In der Nähe jenes Ortes aber sah ich eine andere schmale Stelle, in die das Blut und der stinkige Kot der Bestraften hinabfloss und wie ein Teich dort stand. Und dort saßen Frauen im Blut bis zu den Hälsen, und ihnen gegenüber saßen viele Kinder, die zu unrechter Zeit geboren waren, und weinten. Und es schossen von ihnen feurige Flammen hervor und trafen die Frauen an den Augen. Das aber waren die, die unehelich die Kinder geboren und abgetrieben hatten.

Ich sah Männer und Frauen, verbrannt (schon) bis zu ihrer Mitte, die waren an einen düsteren Ort geworfen und wurden von bösen Geistern mit Geißeln geschlagen und an den Eingeweiden aufgefressen von Würmern, die keine Ruhe kannten. Das aber waren die, die die Gerechten verfolgt und sie (ihren Peinigern) ausgeliefert hatten. Und dicht bei diesen wieder (andere), Frauen und Männer, die sich in die Lippen bissen und gezüchtigt wurden und siedendes Eisen auf die Augen bekamen. Das aber waren die, die den Weg der Gerechtigkeit geschmäht und lästerlich von ihm geredet hatten.

*Und genau gegenüber von diesen andere wieder, Männer und Frauen, die sich in die Zungen bissen und brennendes Feuer im Munde hatten. Das aber waren die falschen Zeugen.*

*Und an einem anderen Ort waren Kieselsteine, schärfer als Schwerter und irgendein Spieß, glühend gemacht, und Frauen und Männer, in schmutzige Lumpen gekleidet, wälzten sich auf ihnen zur Strafe. Das aber waren die, die reich waren und auf ihren Reichtum sich verließen und kein Mitleid hatten mit Waisen und Witwen, sondern um das Gebot Gottes (dass man sich der Witwen und Waisen annehmen solle) sich nicht kümmerten.*

Jesus sagt: *Ich sage dir, dass du nicht eher von dannen herauskommst, bis du auch den letzten Heller gezahlt hast. (Matth. 5,26) Und in unserer Lehrrede heißt es: Nicht eher kann er sterben, als nicht sein übles Wirken erschöpft ist.*

Es ist schwer für den heutigen Menschen, diese Dinge zu hören, zu lesen und zu glauben. Je konkreter die jenseitige Lebensform beschrieben wird, um so mehr ist man geneigt, sie als Phantasien abzuweisen.

Aber führen wir uns noch einmal die Grunderkenntnis vor Augen, die wir uns erarbeitet haben darüber, was Existenz überhaupt ist, woher wir dazu kommen zu sagen: „Ich bin jetzt ein Mensch in einer menschlichen Welt.“ Wir wissen darum nur, weil Wahrnehmung, Bewusstsein ist, dass da ein Ich in einer Welt sei. Es hat noch kein Mensch eine andere Welt als eine *wahrgenommene Welt* erlebt, und es hat noch kein Mensch ein anderes Ich als das *wahrgenommene Ich* erlebt. Leben ist Erleben, Wahrnehmung ist die Grundlage alles Daseins. Die gesamte Existenz spielt sich nicht in der Welt ab, sondern im Wahrnehmen, im Erleben. Es ist ein geistiger Prozess von dauerndem Erleben, von einer Kette von Erlebnissen. Immer wieder wird ein so und so geartetes Stück Umwelt und ein so und so geartetes Ich erlebt. Was da wahrgenommen wird als Ich, das sind Tendenzen, Triebe, Geneigtheiten der

mannigfaltigsten Art: „Ich will, ich möchte das und das.“ Wenn diese Geneigtheiten vorwiegend auf Verweigern und Entreißen aus sind, dann wird auch die Umwelt wahrgenommen als eine mehr feindselige Welt. Die Wahrnehmung, der Traum, genannt Existenz, genannt Leben, ist in seiner Qualität bedingt durch die Qualitäten des geträumten Ich. Wo ein Ich geträumt wird, das wohlgesinnt ist, hilfsbereit, erbarmend und Freude hat am Freudemachen, da wird auch geträumt, dass dieses Ich sich mit seiner Umwelt in Freundschaft, in einem harmonischen Verhältnis befindet. Wo geträumt wird, dass dieses Ich allmählich egoistischer wird, allmählich genussüchtiger, rücksichtsloser wird, da wird auch weiter geträumt, dass auch die Umwelt allmählich rücksichtsloser, härter, streithafter, roher wird. Das ganze geträumte Leben, die Begegnungen werden härter, roher, dunkler, schmerzlicher. Wenn unsere Herzensqualitäten besser werden, dann muss auch der Traum besser werden. Wenn unsere Herzensqualitäten übermenschlich gut werden, dann muss auch der Traum vom Umgang miteinander, von der Gemeinschaft übermenschlich gut werden, hell werden. Die Wesen befinden sich auf dem Weg dahin auf einer Skala der grenzenlosen Möglichkeiten vom hellsten, edelsten, würdigsten Sein bis zum allgeringsten und niedrigsten. Auf dieser Skala befinden sich die Menschen etwa auf der Mitte.

Wir merken, wenn wir an unserem Charakter arbeiten, dann wird auch der Lebenstraum heller, harmonischer. Wenn wir langsam absinken in das Dunkel hinein, wird auch der Lebenstraum dunkler, öder, schmerzlicher, rücksichtsloser. Immer ist die Qualität des Erlebens generell gesehen abhängig von der Qualität des Erlebers. Die Qualität des Wahrnehmens steht in einem ganz bestimmten Verhältnis zur Qualität der Triebe, der Neigungen des Wahrnehmenden.

Und wir haben erkannt, dass die Triebe, die Tendenzen, die Neigungen mit dem Tod des Körpers nicht aufgelöst sind, dass sie nicht durch den Körper bedingt sind, vom Körper abhängig sind, sondern nur durch Denken, durch positive oder negative

Bewertung verändert werden. Ohne entsprechendes Denken können sich die Triebe nicht verändern. Indem wir irgendetwas positiv bewerten – indem wir denken: „Das ist aus dem und dem Grund wertvoll, gut oder schön“, – dann wird die darauf gerichtete Neigung ein wenig stärker, und durch negative Bewertung – indem wir denken: „Das ist aus dem und dem Grund unwichtig, schlecht oder hässlich“, – dann wird die Neigung dahin schwächer. Wenn man etwas weder positiv noch negativ bewertet, dann bleibt die Neigung, dann bleibt der Trieb, die Tendenz bestehen. Das Denken ist nicht die Nahrung für die Triebe in dem Sinn, wie das Essen für den Körper. Wenn der Körper längere Zeit keine Nahrung bekommt, dann nimmt er immer mehr ab, bis er ganz zugrunde geht. Wenn aber keine positive oder negative Bewertung eintritt, dann nehmen die Triebe nicht ab. Sie unterliegen dem Gesetz des Beharrens. Weil aber praktisch jeder Mensch alle Dinge immer wieder bewertet, darum verändern sich irgendwelche Triebe ständig, aber nicht weil die Triebe von sich aus vergänglich sind, sondern weil ununterbrochen bewertendes Denken stattfindet, werden entsprechende Triebe verändert.

Der Sterbeakt selber ist kein Denkakkt. Kurz vor dem Tod hat man noch irgendetwas gedacht und hat unter Umständen einen entsprechenden Trieb ein klein wenig verändert. Aber das Verändern eines Triebes ist im Verhältnis zu dem Strom unserer vielfältigen Neigungen, Bedürfnisse, Sehnsüchte fast nichts. Die gesamten Triebe bestehen unverändert weiter. Die Triebe sind nicht mit jungem Leib jung und mit altem Leib alt, sie werden nicht mit krankem Leib krank oder mit gesundem Leib gesund, sie haben mit Gesundheit und Krankheit, mit Alter und Tod nichts zu tun. Sie verändern sich auch nicht durch Veränderung der Nahrung oder des Klimas, sondern sie verändern sich nur durch denkerische Bewertung. Ohne diese verändern sich die Triebe nicht. Und weil der Tod keine denkerische Bewertung ist, sondern nur eine Veränderung des Körpers, so verändern sich die Triebe durch den Tod nicht. Sie bestehen weiter wie vor dem Tod.

Die Psyche, die Gesamtheit der Triebe samt Fühlen und Gedächtnis, steigt zusammen mit dem feinstofflichen Körper als vollständige „Person“ im Tode aus. Es stirbt da nicht ein Lebewesen, sondern dasselbe Lebewesen, das vorher samt feinstofflichem Körper im Fleischleib war, steigt samt feinstofflichem Körper aus dem Fleischleib aus.

Es ist beim Tod, wie wenn der Fahrer eines Autos aussteigt. Wenn der Fahrer im Auto ist, bewegt sich das Auto, es fährt Kurven, es hupt und Licht leuchtet. Man weiß, dass Leben darin ist, aber das Auto ist nicht das Leben. Wenn der Fahrer aussteigt, bleibt das Auto still stehen. Wenn der Fahrer wieder einsteigt und die Hebel handhabt, dann bewegt sich das Auto wieder. Der Fleischleib gleicht dem Auto und die Psyche im feinstofflichen Körper dem Fahrer.

Wenn die Wesen durch die Umwelt Maximen annehmen, wie zum Beispiel „Man muss sich in der Welt durchsetzen, man lebt nur einmal, nach mir die Sintflut“, dann beeinflussen diese Bewertungen die Gemütseinstellung, die Triebe, den Charakter, die Psyche in Richtung auf Rücksichtslosigkeit. Wenn wir sagen: „Das ist ein Teufel in Menschengestalt“, dann wollen wir damit sagen: Das ist ein Mensch, der sich so verschlechtert hat und nun von so gemeiner, niedriger Gesinnung ist, dass er nicht mehr menschlich ist. Aber er ist als Mensch geboren und noch nicht gestorben als Mensch, aber wenn der Körper stirbt, dann wird die jetzt teuflisch gewordene Psyche Dementsprechendes erleben.

Die Qual der Wahrnehmung der Hölle schaffen sich die Menschen, die zu Teufeln in Menschengestalt mit dem finsternen Herzen geworden sind, die andere gequält und gemordet und misshandelt haben. Aber das Wort, das *Dante* in seiner „Göttlichen Komödie“ über das Höllentor setzte: „Ihr, die ihr hier eintretet, lasst alle Hoffnung fahren“, gilt nur bedingt. Innerhalb des höllischen Daseins selber scheint zwar in der Tat keine Hoffnung auf ein Ende; aber da alles gewirkt ist, hat auch die Erscheinung „Hölle“ einmal ein Ende, nämlich wenn die Ernte des üblen Wirkens aufgezehrt ist: *Nicht eher kann*

*er sterben, als nicht sein übles Wirken erschöpft ist.* Keiner ist verdammt in alle Ewigkeit. Eine „ewige Verdammnis“, wie sie im Christentum behauptet wird, kann es nicht geben, weil alles Bedingte wandelbar ist. Auch die tiefste Hölle ist ebenso ein vorübergehender Erlebenszustand wie auch die höchste Götterwelt.

Wenn aber ein durchaus Böser lange in die Hölle kam und danach wieder Menschentum erlangt, dann wird er in schlechtem und armem Milieu wiedergeboren, das seinen schlechten Trieben entspricht, die er in der keine ruhige Besinnung zulassenden Höllenqual nicht wandeln konnte. Und so handelt er leicht gewohnheitsmäßig wieder übel und gelangt infolge seines neuen rücksichtslosen und grausamen Wirkens leicht wiederum in untere Welt, solange er aus Unwissen die Gelegenheit zur Läuterung und zum Aufstieg verspielt, die das Menschentum bietet.

Das heißt aber nicht grundsätzlich: „Einmal Hölle, immer Hölle.“ Immerhin ist er in der Menschenwelt nicht mehr in einem Erleben, das wegen übermäßiger Qual ein bedachtsames Wirken ausschließt. Auch in armer unterer Menschenwelt kann er Kenntnis davon bekommen, dass es unter den Menschen auch bessere Maßstäbe gibt; er ist ja nicht nach der Hölle Tier geworden. Der Komplex seiner Triebe hat ihn in die Menschenwelt gelangen lassen; er muss also von früher her auch Triebe gehabt haben, die nicht einzig und allein auf Grausamkeit und Blutgier gerichtet waren. Man muss sich daher die wieder zum Menschentum gelangten Wesen, deren übles Wirken erschöpft ist, nicht einzig als „Monster“ vorstellen. Sie sind als Menschen zwar arm und gering, aber nachdem ihr zur Hölle führendes Wirken aufgezehrt ist und nachdem ihnen der durchlittene Höllenschmerz noch zumindest als Ahnung und unbewusste Warnung gegenwärtig ist, muss man nicht davon ausgehen, dass sie gewohnheitsmäßig weiter höllisch wirken werden, sondern die Chance ihrer Wiedergeburt als Mensch zwar unter erschwerten Bedingungen, aber nicht ohne weiteres ganz vertun werden.



Man muss wirklichkeitsgemäß sagen: Die Hölle ist die Existenzweise, die aus einem Wirken hervorgeht, bei dem der Durst im Gegensatz zum Menschendurchschnitt ungebrochen und hemmungslos regiert, so dass das Wesen entsprechend seinem erbarmungslosen Wirken keinerlei Erbarmen findet, sondern nur Schmerz erdulden muss. Eine jede über die Hölle hinausreichende Existenzform – und sei es als Gespenst – ist mit ihrer relativen Minderung des Leidens ausschließlich durch Minderung des Durstes, der Selbstsucht zu einer Zeit entstanden, in der bewertendes Denken möglich ist. Und das ist nicht einmal in allen Teilen der Gespenster- oder Tierwelt völlig ausgeschlossen, wenn auch die Ausnahme. Die Chance bewertenden Denkens ist dagegen geradezu ein Kennzeichen des Menschen, wie der Erwachte sagt: *Eine weltüberlegene Eigenschaft, die der Mensch besitzt, die lehre ich ihn nützen.* (M 96) Darauf beruht die Chance, dass ein aus Höllendasein aufgestiegener Mensch sich auf die Dauer wieder hocharbeiten kann. Aber das kann lange dauern. – Einzig durch Tugend kann man sich vor der Hölle und anderer untermenschlicher Welt bewahren. Der normale, unbelehrte Mensch steht immer in der Gefahr, nach unten abzusinken, und muss ständig mehr oder weniger kämpfen, um sich durch die Tugend „über Wasser zu halten“. Der Erwachte vergleicht dies ausdrücklich mit einem Schwimmer: Will er nicht untersinken, muss er sich anstrengen (A VII,15). Und geht er unter, so geschieht das genau so lange und so tief, wie es der Wucht seines Sinkens und dem spezifischen Gewicht entspricht, zu dem er sich bei seinem Wirken entwickelt hat.

*Georg Grimm* schreibt in seinem Buch „Samsāro“ (S.120): *Auf die Frage, was den Menschen nach seinem Tode erwartet, antwortet der Buddha, indem er ein klein wenig Erde mit dem Nagel seines Fingers aufhob und die Mönche fragte: Was ist wohl größer, Mönche, dies klein wenig Erde, das ich auf dem Nagel meines Fingers habe, oder die große Erde? – Viel mehr als dies klein wenig Erde ist die weite Erde. Gegenüber der weiten Erde kann dies winzig wenig Erde, das der Erhabene*

*auf dem Nagel seines Fingers hat, nicht gezählt, nicht gerechnet, in gar keinen Vergleich gesetzt werden. –*

*Mönche, ebenso winzig ist, gegenüber der Anzahl der Lebewesen überhaupt, die Anzahl der Wesen, die nach ihrem Tod als Mensch oder gar als Götter wiedergeboren werden, im Vergleich zu der unermesslichen Zahl von Wesen, die nach dem Tod als Tiere, als Gespenster oder als höllische Wesen wiedererscheinen. (S 56,102-130)*

Man kann diese Worte nicht oft genug bedenken, um sie in ihrer ganzen Fürchterlichkeit zu begreifen. Sie müssen aber in ihrer ganzen Fürchterlichkeit über den Menschen hereinbrechen. Denn nur wenn das geschieht, entsteht ein hinreichendes Motiv, ja, das einzige Motiv überhaupt, das stark genug ist, jeden brutalen Trieb, ja, jeden Durst-Willen schlechthin zur Umkehr zu zwingen – d.h. negativ zu bewerten.

Der Tor kann nach dem Tod ins Tierreich absinken

Der Erwachte bezeichnet auch diejenigen Wesen, die durch ihren Lebenswandel zur Tierheit kommen, als Toren.

*Es gibt, ihr Mönche, tiergewordene Wesen, die sich von Gras ernähren. Sie fressen, indem sie frisches oder trockenes Gras mit den Zähnen abweiden. Und welche Tiere ernähren sich von Gras? Elefanten, Pferde, Rinder, Esel, Ziegen und Hirsche und andere Tiere dieser Art. Ein Tor, der früher geschmäckig war und übel gewirkt hat, wird bei Versagen des Körpers, jenseits des Todes, zur Gemeinschaft mit jenen Wesen wiederkehren, die sich von Gras ernähren.*

*Es gibt, ihr Mönche, tiergewordene Wesen, die Mist fressen; haben die von weitem schon Mistgeruch gewittert, so eilen sie herbei: „Daran wollen wir uns laben, daran wollen wir uns laben.“ Was sind das aber, ihr*

*Mönche, für tiergewordene Wesen, die Mist fressen? Hühner, Schweine, Hunde, Schakale und was es sonst noch irgend an tiergewordenen Wesen gibt, die Mist fressen. Ein solcher Tor nun, ihr Mönche, der da früher geschmackig war und übel gewirkt hat, wird bei Versagen des Körpers, jenseits des Todes, zur Gemeinschaft mit jenen Wesen wiederkehren, die als Mistfresser leben.*

*Es gibt, ihr Mönche, tiergewordene Wesen, die in Dunkelheit geboren werden, altern und sterben. Und welche Tiere werden geboren, altern und sterben in Dunkelheit? Motten, Maden und Erdwürmer und andere Tiere dieser Art. Ein Tor, der früher geschmackig war und übel gewirkt hat, wird bei Versagen des Körpers, jenseits des Todes, zur Gemeinschaft mit jenen Wesen wiederkehren, die in Dunkelheit geboren werden, altern und sterben.*

*Es gibt tiergewordene Wesen, die im Wasser geboren werden, altern und sterben. Und welche Tiere werden geboren, altern und sterben im Wasser? Fische, Schildkröten und Krokodile und andere Tiere dieser Art. Ein Tor, der früher geschmackig war und übel gewirkt hat, wird bei Versagen des Körpers, jenseits des Todes, zur Gemeinschaft mit jenen Wesen wiederkehren, die im Wasser geboren werden, altern und sterben.*

*Es gibt tiergewordene Wesen, die im Unrat geboren werden, altern und sterben. Und welche tiergewordenen Wesen werden geboren, altern und sterben im Unrat? Jene tiergewordenen Wesen, die in einem verfaulten Fisch geboren werden, altern und sterben oder in einem verwesenden Leichnam oder in verdorbener Speise oder in einer Sickergrube oder in einer Kloake. Ein Tor, der früher geschmackig war und übel gewirkt*

*hat, wird bei Versagen des Körpers, jenseits des Todes, zur Gemeinschaft mit jenen Wesen wiederkehren, die im Unrat geboren werden, altern und sterben.*

*Ihr Mönche, ich könnte euch auf vielfache Weise vom Tierreich erzählen. So viel, dass es schwer ist, ein Gleichnis für das Leiden im Tierreich zu finden.*

*Angenommen, ein Mann würfe ein Joch mit einem Loch darin ins Meer, und dann triebe es der Ostwind nach Westen, und der Westwind triebe es nach Osten, und der Nordwind triebe es nach Süden, und der Südwind triebe es nach Norden. Angenommen, es gäbe eine blinde Schildkröte, die nur einmal am Ende eines jeden Jahrhunderts auftauchte. Was meint ihr, Mönche, würde jene blinde Schildkröte mit dem Hals in das Loch des Joches hineingeraten? –*

*Wohl kaum, o Herr; oder irgendwann einmal vielleicht, doch nur im Verlauf langer Zeiten. –*

*Ihr Mönche, die blinde Schildkröte würde weniger Zeit benötigen, um mit dem Hals durch jenes Joch mit dem einen Loch hineinzugeraten als ein Tor, sobald er einmal in die Tiefe hinabgesunken ist, benötigen würde, um das menschliche Dasein wieder zu erlangen, sage ich. Warum ist das so? Im Tierreich, ihr Mönche, gibt es keine („himmlischen“ = sittlichen) Gesetzen entsprechende, die Mitwesen berücksichtigende Lebensführung, kein heilsames Verdienst schaffendes Wirken. Einer den anderen auffressen ist dort der Brauch, den Schwachen ermorden.*

*Wenn ein solcher Tor nun, ihr Mönche, irgendwann vielleicht im Verlauf langer Zeiten Menschentum erwirbt, so wird er in niederem Stand wiedergeboren – in einer Familie von Unberühmbaren oder Jägern oder Bambusarbeitern oder Stellmachern oder Straßenkehrern – , in einer Familie, die arm ist, wenig zu essen*

*und zu trinken hat, die nur mit Schwierigkeiten überlebt, wo er selten Nahrung und Kleidung findet. Und er ist hässlich, unansehnlich und missgestaltet, kränklich, blind, mit verkrüppelter Hand, lahm oder gelähmt. Er bekommt kein Essen, Trinken, Kleidung, Fahrzeuge, Schmuck, Duftstoffe und Salben, Bett, Unterkunft und Licht. Er wirkt übel in Taten, Worten und Gedanken. Und hat er übel gewirkt in Taten, Worten und Gedanken, so gelangt er nach Versagen des Körpers, jenseits des Todes, abwärts, auf schlechte Bahn, zur Tiefe hinab, wieder in höllische Welt.*

*Angenommen, ihr Mönche, ein Spieler verlöre bei seinem allerersten unglücklichen Wurf sein Kind und seine Frau und all seinen Besitz und ginge darüber hinaus auch noch selbst in die Gefangenschaft, und doch ist ein unglücklicher Wurf wie jener geringfügig. Es ist ein weitaus unglücklicherer Wurf, wenn ein Tor, der in Taten, Worten und in Gedanken übel gewirkt hat, bei Versagen des Körpers, jenseits des Todes, abwärts, auf schlechte Bahn, zur Tiefe hinab, wieder in höllische Welt gelangt.*

Damit ist der Zustand, das Leiden der Toren vollständig beschrieben. *Die Leiden der Tierheit kann man durch Worte kaum erfassen*, sagt der Erwachte. Uns ist das Verständnis deshalb erschwert, weil wir vorwiegend an die Haustiere denken, die relativ leichter leben. Von diesen Tieren, die bei den Menschen noch eine relative Geborgenheit finden, sagt der Erwachte (A X,177), dass sie, als sie in früheren Daseinsformen Menschen gewesen waren, auch für ihre Mitmenschen und Tiere gesorgt haben, im Übrigen aber eben ihren jeweiligen vordergründigen Interessen gefolgt sind.

Zur Hölle gelangen mehr diejenigen Wesen, die ihren Vorteil in rücksichtsloser Weise durchzusetzen suchen, mit mehr

oder weniger Freude daran, andere zu übervorteilen und zu quälen. Zur Tierheit gelangen mehr auf die Sinnenlust fixierte Menschen, die die Fähigkeit des geistigen und moralischen Unterscheidens gar nicht betätigen. Sie halten sich nur an den vor Augen liegenden Genuss, gedankenlos, rücksichtslos. Oft verwenden sie viel Aufwand beim Unterscheiden, Verfeinern und Auswählen ihrer Sinnengenüsse. Feinschmecker essen Austern lebendig, schlagen lebenden Äffchen die Hirnschale durch, um ihr frisches Gehirn auszuschlüpfen, schlagen Hunde langsam tot, weil ihr Fleisch dann aromatischer ist. Hummern werden lebend in kochendes Wasser geworfen u.a. Ein solches Wesen betätigt also seinen Geist sehr lebhaft für rein grobsinnliche Geschmäckigkeit, macht also äußerlich nicht den Eindruck eines dumpfen Geistes, lebt aber, was das Mitempfinden mit den zu verzehrenden Tieren, die Moral angeht, „dumpf dahin“. Solche Wesen inkarnieren dort, wo ähnliches moralisch-dumpfes Fühlen ist – meist in der Tierwelt.

*Georg Grimm* schreibt sehr ausführlich in seinem Buch „*Samsāro, die Weltirrfahrt der Wesen*“ (S.124-130, Büdigen 2.Aufl. 1960) über die Triebbeschaffenheit der Tiere und der ihnen verwandten Menschen:

*Die Millionen und Abermillionen Tiere haben nur zwei Triebe: den Fortpflanzungstrieb und den Ernährungstrieb. An ihnen erschöpfen sich deshalb auch ihre Sinnenlüste im allgemeinen, mithin in der Wollust und in dem Wohlbegehren des Essens, also in der Gaumenlust. Speziell von dieser Gaumenlust sind sie während ihres ganzen Lebens besessen. Die Kuh hat sich sogar einen Wiederkauapparat entwickelt, um durch das Wiederkäuen sich die Gaumenlust immer wieder neu verschaffen zu können. Welche Mengen von Nahrung vertilgt ein Elefant! Wenden Sie nicht ein, das sei durch die Größe seines Körpers bedingt. In Wahrheit ist es umgekehrt: Er ist so groß, weil er diese gewaltige Fressgier hat, er hat sich einen so großen Körper gebaut, um sich gewaltige Mengen von Nahrung aneignen zu können. – Doch nicht bloß Vielfresser sind die Tiere,*

die meisten sind auch Feinschmecker. Wer sich näher mit Tieren abgibt, weiß, wie geschmäckig sie sind. – Das Schlimmste und Verhängnisvollste aber ist dies: Die Tiere befriedigen ihre Gaumenlust – wenn natürlich auch aus Nichtwissen – durch steten Einbruch in die Rechtssphäre anderer Wesen: Sie kennen kein fremdes Eigentum, verletzen also unaufhörlich die sittliche Norm, Nichtgegebenes nicht zu nehmen.

Bisher haben wir nur von den harmlosen Tieren gesprochen. Das Ausgeführte trifft aber natürlich, und zwar in verstärktem Maße bei den Raubtieren zu. Unter ihnen versteht man die Fleischfresser, die sowohl im Wasser leben – die Flossenraubtiere – als auch auf dem Lande. Zu den Letzteren gehört beispielsweise auch die Schwalbe und die kleine Meise, die täglich so viel Insekten fressen als ihr eigenes Körpergewicht beträgt; dann die Raubfliegen, die im schnellen Flug mit einem spitzen, sehr festen Stachel Insekten anbohren und dann aussaugen. – Die Raubtiere leben nicht bloß vom Diebstahl wie die harmlosen Tiere, sondern sind gewohnheitsmäßige Raubmörder, indem sie andere Tiere, zum Teil auch Menschen, morden, um ihnen ihren Körper zum Zweck der eigenen Nahrung zu rauben.

Nun wenden Sie den Blick von der Tierwelt weg und lenken ihn auf die Menschen! Geht nicht auch die ungeheure Überzahl von ihnen in der Befriedigung der beiden Grundtriebe, des Fortpflanzungstriebes und des Ernährungstriebes, und in den Lüsten auf, welche aus dieser Befriedigung entspringen: in der Wollust und in der Gaumenlust, hier bis zum Gaumenkitzel gesteigert? Worin besteht insbesondere auch das so gerühmte Familienglück in der Regel? In der Wollust des Geschlechtsaktes und in der Lust am Kind, dem Ziel des Fortpflanzungstriebes, also ganz ebenso wie beim Tier.

Um das noch deutlicher zu machen, dürfen Sie bloß den so häufigen Fall ins Auge fassen, dass einer der beiden Ehegatten dem anderen dauernd diese Wollust nicht mehr verschaffen will oder nicht mehr verschaffen kann: Sofort ist es mit

dem Familienglück aus. – Womöglich eine noch größere Rolle spielt die Lust, die die raffinierte Befriedigung des Ernährungstriebes gewährt, also gutes Essen und Trinken und damit den Gaumenkitzel. Nicht bloß die dauernde Unmöglichkeit, sich Wollust zu verschaffen, zerbricht das Familienglück, sondern auch dauernde kärgliche oder primitive Befriedigung des Ernährungstriebes, also der Mangel an Gaumenlust, treibt dieses Glück aus dem Hause: Alle Familienangehörigen werden mürrisch und unzufrieden. Wie sagt doch Schopenhauer: „Gebt ihnen zu fressen und zu saufen – und sie kommen in Scharen euch zugelaufen.“

Zwar haben die Menschen im Unterschied zu den Tieren außer diesen zwei Grundtrieben auch noch eine Reihe anderer Bedürfnisse, aber diese treten fast stets gegenüber jenen beiden Grundtrieben zurück, werden fast immer nur neben ihnen gepflegt und befriedigt oder dienen indirekt selbst wieder der raffinierten Befriedigung des Geschlechts- und Ernährungstriebes. Die Befriedigung des Geschlechtstriebes, die Wollust, und die Gaumenlust überschatten auch beim Menschen alles andere. Soweit aber diese beiden Grundtriebe richtunggebend sind, so weit ist an sich auch schon Verwandtschaft mit der Tierwelt, die ja in ihnen aufgeht, vorhanden. Um diese Verwandtschaft zur Wahlverwandtschaft, die die Wiedergeburt bestimmt, zu steigern, ist bloß noch nötig, dass diese beiden Triebe auch mit der gleichen Rücksichtslosigkeit wie in der Tierwelt, also unter Missachtung fremder Rechtssphären, befriedigt werden. Dabei dürfen wir uns nicht täuschen: Auch die Tiere kennen Eigenschaften, die wir als ausgesprochen menschliche bezeichnen: Naturgenuss, Schaulust, Wanderlust, Freude an Musik, Freude am Spiel, Anhänglichkeit, Treue und in Ausnahmefällen sogar eine Hingabe, die bis zur Selbstaufopferung gehen kann. Und doch genügt es, um Wahlverwandtschaft mit dem harmlosen Teil der Tierwelt zu schaffen, wenn man eine Bereitschaft hat oder schafft, das zweite Sittengebot zu übertreten, Nichtgegebenes nicht zu nehmen. Und diese Bereitschaft hat wiederum die große Überzahl der Menschen.



*Um das ganz einzusehen, nehmen Sie einmal an, es wären auf der Erde alle Gesetze, welche den Diebstahl unter Strafe stellen, aufgehoben, ja, das Stehlen würde gesellschaftlich nach dem Grundsatz „Eigentum ist Diebstahl“ als eine ganz harmlose Sache angesehen, und stellen Sie sich weiter vor, aller Besitz, insbesondere auch alles Essbare, sei bereits als Eigentum in den Händen Weniger – so ist nämlich doch wohl die Situation für die Tierwelt – wer von den Menschen würde da nicht stehlen? So schlummert also tatsächlich in den allermeisten Menschen die Bereitschaft zum Diebstahl und besteht damit auch insoweit Wahlverwandschaft zur Tierwelt.*

*„Da, Brahmane, tötet einer, nimmt Nichtgegebenes, frönt unerlaubten Lüsten, lügt, redet Übles nach, gebraucht harte Worte, ist voller Gier und Bösartigkeit, von verkehrter Erkenntnis, doch versorgt er Asketen und Brahmanen mit Speise und Trank, Kleidung, Wagen, Blumen, Spezereien, Arzneien, Wohnung. Der erscheint beim Zerbrechen des Leibes, nach dem Tode, unter Elefanten, Pferden, Rindern oder Hunden wieder. Dort aber wird ihm Essen und Trinken sowie Blumen und mancherlei Schmuck zuteil. Weil er jenen Lastern ergeben war, darum wird er unter diesen Tieren wiedergeboren. Weil er aber freigebig war, darum wird ihm dort Essen und Trinken sowie Blumen und mancherlei Schmuck zuteil.“ (A X,172)*

*Geht die Gesinnung, in der man aus Fleischgier tötet oder töten lässt, noch über die Norm hinaus, indem man beispielsweise das Tier aus Lust oder grausam mordet, dann ist man bereits ein Dämon oder Teufel geworden, hat also Wahlverwandschaft mit der Hölle.*

*Wie zwischen einem Menschen- und einem Tierkörper kein prinzipieller Unterschied besteht, so sind, wie wir gesehen haben, auch die beiderseitigen fundamentalen Triebe die gleichen. Während aber die Tiere ihren Trieben hemmungslos nachgehen, sind in der menschlichen Gesellschaft durch Gesetz und Sitte vielfach Schranken gegen die hemmungslose Befriedigung des Trieblebens aufgerichtet. Diese Schranken hat der Buddha in den fünf silas zusammengefasst. Mehr oder*

*minder erkennt diese silas jede geregelte Vernunft als Barrieren zur Eindämmung des Trieblebens. Ihren Ausdruck findet dann diese allgemeine Erkenntnis in den Gesetzen, die sich ein menschliches Gemeinwesen gibt. Aber diese Gesetze sind eben nur immer äußere Fesseln, die der Einzelne gern gelten lässt, soweit durch sie die Willkür der anderen zu seinen Gunsten eingedämmt wird, die er aber, wenn seine eigenen Triebe ihn quälen, ohne weiteres beiseite schiebt, sobald er den Schlingen des Gesetzes entgehen zu können glaubt. Die Heftigkeit der Triebe selbst wird durch diese Gesetze in keiner Weise berührt, es werden nur ihrer Befriedigung gewisse Fesseln angelegt. Sobald diese durch die allgemeine Vernunft aufgerichteten Fesseln aus irgendeinem Grund reißen, sobald man also nichts mehr zu fürchten hat, frönen auch die Menschen in ihrer ungeheuren Überzahl, ganz wie das Tier, hemmungslos ihren Trieben mit der Folge, dass ihre tierische Natur zum Ergreifen eines wahlverwandten tierischen Keimes führt. „Du dünkst dich viel zu sein: ach, wärest du über dir und schautest dich dann an, du sähst ein schlechtes Tier.“ (Angelus Silesius)*

Wer im Menschenleben – besonders was das Mitempfinden angeht – dumpf, stumpf, niedrig geworden ist, der baut sich im Tierreich seinen entsprechenden Geist weiter aus und hat dann in absehbarer Zeit fast keine Möglichkeit, wieder einen anderen Geist zu erwerben, Gutes zu wirken, um wieder hinauf zu kommen. Die tierische Daseinsform ist – solange sie währt (also nicht „ewig“) – auf endlose Wiederholung in der gleichen Ebene ausgerichtet, weil es dort keine sittliche Umkehr und Erhebung gibt. Leicht ist es, dass ein Mensch als Tier wiedergeboren wird, aber schwer, sehr schwer ist es, dass ein Tier wieder Menschentum erreicht.

Wie ist der Weise zu erkennen ?

Der Tor interessiert sich nur für die jeweils gegenwärtigen Ereignisse, das Heute, ohne zu fragen, woher die Dinge kom-

men, wohin sie gehen, welche Entwicklung sie nehmen. Er fragt nur danach, wie er das gerade auftauchende Angenehme und Verlockende gewinnen oder das gerade auftauchende Unangenehme und Abstoßende von sich fortbringen kann. So ist der Tor ein „Augenblicksmensch“. Er lebt geistig von der Hand in den Mund und ist und bleibt immer auf das angewiesen, was ihm begegnet.

Manche Menschen fragen auch nach dem Morgen und nach dem Übermorgen. Obwohl auch sie für den gegenwärtigen Augenblick und das jeweilige Erlebnis interessiert sind, bemühen sie sich doch, ihr Interesse darüber hinaus den noch nicht erlebten, aber zum Erlebnis kommenden Zeiten, eben der Zukunft, zu widmen. Darum wollen sie wissen, wie man sich heute verhalten muss, dass es einem auch morgen noch gut geht. So denken sie an ein auch für die Zukunft gesichertes, harmonisches Zusammenleben mit den anderen. Dieses Bestreben führt sie zu der Einsicht, dass ein mitempfindendes, rücksichtsvolles, soziales, hilfsbereites Verhalten ihnen und den anderen und damit der Gemeinschaft zugute kommt und auch zu einer guten Zukunft führt.

Da sie ferner wissen, dass durch manche Lebensweisen und Genüsse Krankheit, Schmerzen und Leiden entstehen, so verzichten sie auf solche Lebensweisen und Genüsse zugunsten einer Gesundheit und Frische auch in den zukünftigen Tagen. Darüber hinaus bedenken sie, dass man eines Tages alt und schwach und zum Arbeiten unfähig ist, und legen Mittel für den Rest dieses Lebens zurück, um dann ohne Sorge leben zu können.

Da sie aber nicht über den Tod hinaus denken, so bemühen sie sich nicht um eine Verhaltensweise, welche auch nach dem Tod für das zukünftige Dasein zu entsprechendem Wohl und zu entsprechender Sicherheit führt. Diese Menschen kann man die „Zeit-Menschen“ nennen. Sie haben durch ihren weiteren Blick schon etwas mehr Weisheit als der Augenblicksmensch.

Es gibt aber auch Menschen, welche darüber hinaus nach dem Sinn und dem Zweck der Existenz und des Daseins über-

haupt fragen und die darum auch zu der Frage nach einer möglichen Fortexistenz nach dem Tode und zu den in den Religionen gegebenen Antworten kommen. Diese werden, wenn sie an die Lehre des Erwachten kommen, sehr bald einsehen, dass mit der Beendigung dieses Lebens die Existenz nicht beendet ist und dass die Qualität der Fortexistenz nach diesem Leben bestimmt wird durch die Verhaltensweise und die Gesinnungsweise in diesem Leben. Weiter werden sie zu dem Verständnis kommen, dass in jedem Leben die jeweilige Verhaltensweise und Gesinnungsweise, kurz, die Qualität der Triebe einerseits und der geistigen Maßstäbe andererseits auch die Qualität des nachmaligen Lebens bestimmt und dass die Leben in endloser Folge sich fortsetzen, solange irgendwie Verlangen nach Wahrnehmungen besteht. Und sie fragen evtl. sogar nach der Möglichkeit, diese endlosen Leben mit dem Leiden des Immer-wieder-Geborenwerdens, Alterns und Sterbens zu beenden.

Menschen, die eine solche Weite der Fragestellung haben, dass sie nach der Beendigung alles Leidens fragen, können als „Ewigkeits-Menschen“ bezeichnet werden. Sie sind nach ihrem geistigen Zuschnitt fähig, die höchste vom Erwachten mitgeteilte Wahrheit zu fassen und dadurch zur höchsten Weisheit zu gelangen. So heißt es in M 43:

*‘Töricht, töricht’, sagt man, inwiefern denn wird einer töricht genannt? – ‘Er erkennt nicht klar’, deshalb wird er töricht genannt. Und was erkennt er nicht klar? ‘Dies ist das Leiden’, erkennt er nicht klar. ‘Dies ist die Leidensursache’, erkennt er nicht klar. ‘Dies ist das Ende des Leidens’, erkennt er nicht klar. ‘Dies ist die zum Leidensende führende Vorgehensweise’, erkennt er nicht klar. Weil er nicht klar erkennt, darum nennt man ihn töricht.*

*‘Weise, weise’, sagt man. Inwiefern denn wird einer ‘weise’ genannt? – Er erkennt klar, insofern wird er ‘weise’ genannt. Und was erkennt er klar? ‘Dies ist das Leiden’, erkennt er klar. ‘Dies ist die Leidensursache’ erkennt er klar. ‘Dies ist*

*das Ende des Leidens', erkennt er klar. 'Dies ist die zum Leidensende führende Vorgehensweise', erkennt er klar. Weil er klar erkennt, darum nennt man ihn weise.*

Hier nennt der Erwachte die höchste und äußerste Weisheitsfähigkeit. Aber wir müssen wissen, dass zu diesem weisen Verständnis der vier Heilswahrheiten der Weg weit ist – nämlich genau so weit, wie der Mensch in Irrtum, Blendung und Dunkelheit befangen ist. Die Lehre des Erwachten vom Leiden und seiner Auflösung kann immer nur in dem Maß vom Geist erfasst und erschlossen werden, als die praktische Lebensführung sich auf den vom Erwachten genannten Bahnen vollzieht, die Tugendregeln eingehalten werden.

Wenn die Füße im Sumpf sind, dann kann der Kopf nicht weit darüber hinausragen. Wenn der Kopf nicht weit über den Sumpf hinausragt, dann kann er das Helle und Klare nicht erkennen. Und wer das Helle und Klare nicht erkennt, der kann es nicht anstreben wollen.

Wer aber in seiner Lebensführung, in seinem täglichen Tun und Lassen, in seinen Gewohnheiten von den groben, wilden Verhaltensformen zurücktritt, bei seinem Umgang mit den Mitmenschen im Denken, Reden und Handeln ablässt von allem Groben, Gemeinen und Unwürdigen und wer in seinen Taten und Worten sanfter, heller und hochherziger wird, der kann im Geist immer höhere Wahrheit fassen, immer weitere Räume durchschauen, immer mehr Zusammenhänge erkennen, erfassen und auflösen.

*Von Tugend umspült ist die Weisheit, sagt der Erwachte, von Weisheit umspült ist die Tugend. –*

Dieses wissend, erkennt der Weise einen anderen Weisen an seiner guten Lebensführung, an seinem guten Reden und Handeln, wie es in unserer Rede M 129 heißt:

*Es gibt drei Merkmale eines Weisen, ihr Mönche, Kennzeichen eines Weisen, Art eines Weisen. Welche drei? Ein Weiser denkt gute Gedanken, spricht gute Worte und handelt gut. Wenn ein Weiser nicht gute*

*Gedanken denken, Worte sprechen und gut handeln würde, wie könnte ein Weiser ihn wohl erkennen: „Ein Weiser ist es, ein guter Mensch“? Weil nun aber, ihr Mönche, der Weise gute Gedanken denkt, gute Worte spricht und gut handelt, darum erkennt ihn ein Weiser: „Ein Weiser ist es, ein guter Mensch.“*

Wie wird man weise und tugendhaft?

In M 61 „Das Gespräch mit Rāhulo“ sagt der Erwachte: *Wer je in der Welt sich geläutert hat, gleichviel in welcher Religion, gleichviel unter welchem Namen, der hat seine Taten, Worte und Gedanken betrachtend und betrachtend geläutert.* „Betrachtend“ bedeutet, dass er überlegt: Welche Folgen haben meine Taten, Worte und Gedanken? Es gibt keinen anderen Weg, aus dem Üblen herauszukommen, als die vergangenen Gedanken, Worte und Taten, die gegenwärtigen und die beabsichtigten, zu betrachten (s. M 61):

*Was meinst du, Rāhulo, wozu taugt ein Spiegel? – Um sich zu betrachten, o Herr. – Ebenso auch, Rāhulo, soll man sich betrachten und betrachten, bevor man Taten begeht, betrachten und betrachten, bevor man Worte spricht, betrachten und betrachten, bevor man Gedanken hegt.*

Hier wird das Ziel genannt, auf das sich der Strebende hinentwickeln soll. Er wird sich durchaus nicht immer betrachten können, aber er strebt an, dass dies zunehme.

*Was immer du, Rāhulo, für eine Tat zu tun beabsichtigst – sie gerade tust –, eben diese Tat sollst du betrachten: Beschwert diese Tat, die ich da zu tun beabsichtige – gerade tue – mich selber oder andere oder alle beide? Ist es eine unheilsame Tat, die Leiden zur Folge hat, Leiden bewirkt?*

*Wenn du, Rāhulo, bei der Betrachtung merkst: Diese Tat, die ich zu tun beabsichtige – gerade tue –, die beschwert mich selber, beschwert andere, beschwert alle beide, es ist eine unheilsame Tat, die Leiden zur Folge hat, Leiden bewirkt, so hast du, Rāhulo, eine derartige Tat zu lassen.*

*Wenn du aber, Rāhulo, bei der Betrachtung merkst: Diese Tat, die ich zu tun beabsichtige – gerade tue –, die beschwert weder mich noch andere noch alle beide, sie ist eine heilsame Tat, die Wohl zur Folge hat, Wohl bewirkt, so hast du, Rāhulo, eine derartige Tat auszuführen.*

Hier nennt der Erwachte das Betrachten der guten und der schlechten Folgen. Indem man die schlechte Folge einer Tat immer wieder bedenkt, bewertet man die Tat immer wieder negativ und kann sie auf die Dauer nicht mehr tun. Das ist der Weg zur Minderung und endgültigen Auflösung alles Übelen.

Wenn man die guten Folgen einer Tat erkennt, dann führt das zur positiven Bewertung und damit zur Mehrung der dahin gerichteten Neigungen. Das entspricht dem Wort des Erwachten: *Was der Mensch häufig erwägt und überlegt, dahin neigt sich das Herz (M 19)*, dahin entwickelt sich seine ganze Art, seine Triebe, sein Charakter.

*Und hast du, Rāhulo, eine Tat begangen, so sollst du dir eben diese Tat betrachten: Weil ich da nun diese Tat begangen habe, beschwert sie mich selber oder beschwert sie andere oder beschwert sie alle beide? Ist es eine unheilsame Tat, die Leiden zur Folge hat, Leiden bewirkt? Wenn du, Rāhulo, bei der Betrachtung merkst: Diese Tat, die ich da begangen habe, die beschwert mich selber, beschwert andere, beschwert alle beide, es ist eine unheilsame Tat, die Leiden zur Folge hat, Leiden bewirkt, so hast du, Rāhulo, eine derartige Tat dem Meister oder erfahrenen Ordensbrüdern anzugeben, aufzudecken, darzulegen, und hast du sie angegeben, aufgedeckt, dargelegt, dich künftighin zu hüten. Wenn du aber, Rāhulo, bei der Betrachtung merkst: Diese Tat, die ich da getan habe,*

*beschwert weder mich selber noch beschwert sie andere, beschwert keinen von beiden, es ist eine heilsame Tat, die Wohl zur Folge hat, Wohl bewirkt, dann sollst du darüber beglückt und froh sein und dich Tag und Nacht im Heilsamen üben.* – Dasselbe sagt der Erwachte beim Reden und bei den Gedanken.

Es geht darum, ob wir kurzsichtig sind oder weitsichtiger sind, ob wir nur Sinn für das vor Augen Liegende haben oder ob wir auf weitere Folgen achten. Der Mensch ist geistig so beschaffen, dass er das will, was angenehm ist, was wohltuend ist, und viele Erlebnisse haben es an sich, dass sie im ersten Augenblick eine gewisse Annehmlichkeit mit sich bringen, aber längerfristig Unannehmlichkeiten zur Folge haben. Wenn man diese längerfristigen Unannehmlichkeiten nicht sieht und nicht sehen will, nur die augenblickliche Annehmlichkeit, dann wird man natürlich zu solchem augenblicklichen Angenehmen geneigt sein. Wenn man aber genauso deutlich wie die Annehmlichkeit auch die unlöslich daran geknüpften Unannehmlichkeiten, ja, die Leidigkeit, sieht, dann kann man, wenn man es oft genug betrachtet hat, der vordergründigen Wunscherfüllung nicht folgen. Es geht darum, dass wir den Blick weiter richten, dass wir nicht auf unseren Neigungen, auf unseren Sehnsüchten zu den Objekten hinreiten: „Oh, ist das schön, das muss ich haben“ und „Das ist ein gemeiner Kerl, dem werde ich es geben“, sondern dass wir in uns selber merken: „Jetzt ist Gier nach einer Sache, ist Abneigung gegen oder gar Hass auf Menschen!“ Nicht die schöne Sache oder den schlechten Menschen sehen, sondern merken: Es ist jetzt ein Hingeneigtsein nach einer Sache, und es will sich in mir der Wille bilden, mir die Sache zu verschaffen – rechtmäßig oder unrechtmäßig –, mich daran zu hängen. Diese Tat, die ich da begehen will, was für Folgen hat sie, *führt sie zu eigener Beschwer, zu anderer Beschwer, zu beider Beschwer?* Wenn meine Sucht durch positive Bewertung der Wunscherfüllung größer wird, dann ist das genau dasselbe wie Salzwasser zu



trinken. Salzwasser löscht nicht den Durst. Es gibt ein kurzes Scheinwohlgefühl, als ob durch die Befriedigung der Durst gelöscht wäre. Aber der Durst wird gerade größer. Jetzt schreit der Körper gerade noch stärker nach Wasser. Genau so, sagt der Erwachte, ist es mit der Erfüllung des jeweiligen Begehrens. Wir bedenken das nur nicht. Wir schauen immer nur auf die als angenehm vorgestellten Erscheinungen, wir lassen uns von den Trieben narren, anstatt zu merken: „Sieh, jetzt ist in mir ein Zugeneigtsein nach irgendetwas, das doch morgen wieder vergeht, das nicht lange hält. Die Neigung wird größer, wenn ich ihr jetzt folge, und anderen tue ich weh, wenn ich ihre Wünsche nicht berücksichtige und nur meinen Wünschen folge.“

Der Erwachte zeigt in M 105, dass einem Menschen, der in die Lehre des Erwachten tiefer eingedrungen, aber in seinen Trieben noch nicht sehr verändert ist, Dinge, nach denen ihn gerade Lust ankommt, wie eine köstliche, verlockende Speise erscheinen. Aber durch seine Kenntnis weiß er, dass er geistig verloren gehen wird, wenn er dem Begehren nachgibt, was bald das Nichtberücksichtigen von Interessen anderer nach sich zieht. Nun erscheinen ihm solche Dinge als eine Speise, die zwar verlockend, aber vergiftet ist. Genießt er diese Speise, sagt der Erwachte, dann hat er einen großen Genuss, aber Tod oder tödlicher Schmerz ist die untrennbare Folge. So geht es dem, der durch die Lehre des Erwachten in der Erkenntnis der Wirklichkeit vorgeschritten ist, aber noch nicht in der Wandlung seiner Triebe sehr fortgeschritten ist. Dem Fortgeschrittenen erscheinen die Dinge dann nicht mehr wie eine köstliche Speise, die vergiftet ist, sondern wie eine Giftschlange, die gar nicht verlockend erscheint. Zu einer Speise hat man große Neigung, wenn man hungrig ist, und man muss an sich halten, sie nicht zu nehmen, weil man weiß, sie ist vergiftet. Aber zu einer Giftschlange hat man von sich aus keine Neigung. Ebenso fällt die klare Durchschauung des Üblen unvergleichlich leichter, wenn die Dinge gar nicht mehr reizen. Doch im Anfang muss man es längere Zeit in Kauf nehmen,

dass die Dinge noch locken. Aber da man durchschaut, dass sie übel sind, so wird man sich immer weniger verlocken lassen. Der Erwachte sagt: Welcher vernünftige Mensch, der leben will, wird eine Speise zu sich nehmen – und schmeckte sie noch so köstlich – wenn er weiß: „Hab ich sie gegessen, so muss ich sterben“? Und nur daran hapert es, wenn wir den Eindruck haben, wir kämen nicht vorwärts. Wir sehen bei den Speisen nicht das Gift. Wir bedenken nicht genug, dass sie vergiftet sind, d.h. wir bedenken nicht genug die Folgen, die jedes Wirken hat.

Wir dürfen nicht vergessen, wir befinden uns nach unseren Trieben in einem reißenden Strom, der abwärts geht. Solange wir nichts tun, solange wir uns so treiben lassen, so lange geht es nur abwärts, so lange kann es nicht aufwärts gehen. Wer aufwärts will, der muss gegen den Strom schwimmen. Wenn man dabei das mittlere Maß herausfindet, dann ist es kein Krampf mehr, wohl aber ein Kampf, ein gleichmäßiges Streben mit viel Freude. Oft merkt man: „Ich habe die Folgen bedacht, und die akute Neigung hat nachgelassen.“ Nicht die Oberfläche der Dinge sehen „da ist die angenehme Sache“, sondern merken: „Da ist jetzt Begehren nach einer Form, die morgen wieder anders ist. Das Begehren bleibt oder nimmt zu, und dann steht man mit einem großen Hunger da, und es ist nichts da zum Stillen, weil man nicht an die Wünsche der anderen gedacht hat.“

Der Weise fühlt sich sicher im Umgang mit Menschen

*Ein solcher Weiser nun, ihr Mönche, erfährt schon zu Lebzeiten Wohl und Freude. Wenn ein Weiser in einer Versammlung Platz genommen hat oder am Straßenrand sitzt oder auf einem öffentlichen Platz, so reden die Leute über ihn. Wenn, ihr Mönche, der Weise aufgegeben hat, Lebendiges umzubringen, Nichtgegebenes zu nehmen, es aufgegeben hat, unrechten geschlechtli-*

*chen Verkehr zu pflegen, trügerische Rede aufgegeben hat, berauschende Getränke oder andere die Vernunft und Selbstkontrolle verhindernde Mittel zu nehmen, aufgegeben hat, so denkt er: „Wenn die Leute mich meinen: dergleichen ist bei mir nicht zu finden, und man sieht, dass ich mich mit jenen Dingen nicht abgebe.“ Dies ist die erste Art von Wohl und Freude, die ein Weiser schon zu Lebzeiten erfährt.*

Auch an anderer Stelle (D 16 I) nennt der Erwachte unter den fünf Vorteilen des Tugendhaften, der sich an die Einhaltung der Tugendregeln gewöhnt hat,

- 1. dass er anerkennende, erfreuliche Nachrede erfährt und*
- 2. dass er, was für eine Versammlung er auch aufsuchen mag, sei es eine Versammlung von Menschen aus der Krieger- oder Brahmanenkaste oder von Hausleuten oder Asketen, sie mit freiem Antlitz, nicht mit verlegener Miene aufsuchen wird.*

Der Tugendhafte und Weise hat schon so manchen Kampf bestanden – mit sich selber, hat aufkommende Neigungen zur Untugend überwunden. Er ist erfahren im Umgang mit sich und sieht auch bei anderen tugendhaftes und untugendhaftes Verhalten. Er ist nicht überheblich, weil er vorwiegend auf seine innere Reinheit achtet und weil er weiß, wie die Triebe ihn und andere ziehen und zerren, aber er weiß sich auf rechtem Wege. Dieses Wissen gibt ihm die Sicherheit seines Auftretens und verhindert, dass ihn etwas von außen Herankommendes nachhaltig kränken oder umwerfen kann. Er ist insofern unangreifbar von anderen. Er bewahrt sich die innere Reinheit, weil er weiß, dass sie die Vorbedingung ist für die Befreiung von allem Leiden. Solcherart ist die Zuversicht und Sicherheit des Weisen und Tugendhaften, die er auch dann empfindet, wenn er von der Bestrafung Untugendhafter durch den Staat – früher durch den König – erfährt:

## Der Weise kennt keine Furcht vor Strafe

*Weiter sodann, ihr Mönche, sieht der Weise, wie Könige einen Räuber, einen Verbrecher ergreifen lassen und mancherlei Strafen verhängen. Sie lassen ihn auspeitschen, mit Stöcken schlagen, mit Knüppeln schlagen, sie lassen ihm die Hände abhacken, die Füße abhacken, Hände und Füße abhacken, die Ohren abschneiden, die Nase abschneiden, Ohren und Nase abschneiden, sie lassen den „Breitopf“ anwenden, die „Muschel-schalen-Rasur“, den „Mund Rāhus“, den „glühenden Kranz“, die „Flammenhand“, die „Grasklingen“, das „Rindenkleid“, die „Antilope“, die „Fleischhaken“, die „Münzen“, das „Laugenpökeln“, den „Drehpflock“, den „zusammengerollten Strohsack“, sie lassen ihn mit siedendem Öl besprengen, werfen ihn den Hunden zum Fraß vor, lassen ihn lebendig pfählen und lassen ihm den Kopf mit einem Schwert abschlagen. Dann denkt der Weise: „Um dieser üblen Taten willen lassen Könige einen Räuber, einen Verbrecher ergreifen und verhängen diese Strafen. Diese üblen Taten sind bei mir nicht zu finden, und man sieht, dass ich mich mit jenen Dingen nicht abgebe.“ Dies ist die zweite Art von Wohl und Freude, die ein Weiser schon zu Lebzeiten erfährt.*

## Der Weise ist von Gewissensängsten befreit

*Weiter sodann, ihr Mönche, wenn der Weise auf einem Stuhl Platz genommen hat oder sich auf ein Lager hingelegt hat oder auf der Erde ausruht, so sind es die guten Taten, die er früher getan – Wirken in Taten, in Worten, in Gedanken –, die zu dieser Zeit über ihn kommen, über ihn niedersinken, ihn einhüllen.*

*Gleichwie etwa, ihr Mönche, die Schatten der Gipfel hoher Gebirge um Sonnenuntergang über die Ebene kommen, über sie niedersinken, sie einhüllen, ebenso nun auch, ihr Mönche, sind es, wenn der Weise auf einem Stuhl Platz genommen oder sich auf ein Lager hingelegt hat oder auf der Erde ausruht, die guten Taten, die er früher getan –, gutes Wirken in Taten, in Worten, in Gedanken –, die um diese Zeit über ihn kommen, über ihn niedersinken, ihn einhüllen. Da denkt, ihr Mönche, der Weise: „Nicht hab ich übel gewirkt, heilsam habe ich gewirkt, habe mir eine Zuflucht vor Gewissensängsten geschaffen. Übles habe ich nicht getan, grausam bin ich nicht gewesen, böse bin ich nicht gewesen. Bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, werde ich dorthin gehen, wo gutes Wirken, heilsames Wirken, Zuflucht vor Gewissensängsten Schaffen, Nicht-grausam-Sein, Nicht-böse-Sein hingenlangen lässt. Er ist nicht bekümmert, trauert und klagt nicht, er weint nicht und schlägt sich nicht die Brust, gerät nicht in Verzweiflung. Das ist die dritte Art von Wohl und Freude, die ein Weiser schon zu Lebzeiten erfährt.*

Die Gewissensreinheit, die Abwesenheit von Beklemmungen, Sorgen und Verfinsterungen kann verglichen werden mit einem von allem Gewölk befreiten, klaren Himmel. So klar und wolkenlos oft der Himmel ist, so ungetrübt und unverdunkelt ist das Gemüt durch Tugend. Und so wie über den von allem Gewölk völlig befreiten Himmel ein Glanz, ein Leuchten hinzieht, so geht aus der Gewissensreinheit innere Freudigkeit hervor. Der Mensch erlebt etwas völlig Neues. Wenn er vorher nur gelegentlich eine Genugtuung bei einer besonders guten Tat erlebt hatte, so erlebt der an Tugend Gewöhnte und im Mitempfinden mit den Wesen Fortgeschrittene eine durchgehende Helligkeit und Freudigkeit seines Gemüts, ein fast un-

unterbrochen ungetrübtes, heiteres Grundgefühl. Alles von 'außen' an ihn Herantretende erlebt er auf der Grundlage dieses hellen freudigen Gefühls, darum kann er durch kein trübes Erlebnis mehr stärker verletzt werden.

Dieses feine Gefühl, das sich bei jedem Menschen einstellt, der in der Tugend Fortschritte macht, gleichviel, ob es ihm bewusst oder unbewusst ist, verheißt der Erwachte ausdrücklich:

*Ein solcher Mensch nun, an Tugend gewöhnt, kann nicht irgendwoher noch Gefahr erspähen, weil er ja in Tugend bewährt ist. Gleichwie etwa ein Kriegerfürst, wenn er den Feind niedergestreckt hat, nicht irgendwoher noch Gefahr erspähen kann, weil er ja tapfer gekämpft hat: Ebenso auch kann nun der Mensch, an Tugend gewöhnt, nicht irgendwoher noch Gefahr erspähen, weil er ja in Tugend bewährt ist. Durch die Erfüllung der heilenden Tugendsatzung empfindet er ein Glück der Tadelsfreiheit. (D 2)*

Wer durch Erhellung seines Gemüts den Aufgang eines helleren, wohltuenden, ja, heiteren Grundgefühls bei sich beobachtet hat, der erkennt nun zwei Fundamente seiner Existenz: Neben seinem Umgang mit der Welt das stille Verbleiben bei seiner wohltuenden inneren Verfassung. Selbst wenn seine Gewohnheit ihn zunächst noch vorwiegend nach außen treibt zu dem Umgang mit den kommenden und gehenden Erscheinungen, so kehrt er doch immer häufiger zu sich selbst zurück. Immer deutlicher erfährt er, dass er die äußeren Dinge, die er sowieso nicht nach Wunsch bekommen kann und nie lange behalten kann, eigentlich gar nicht braucht, da seine feine innere Heiterkeit immer wie eine Heimat besteht. Immer deutlicher erfährt er bei sich, dass nichts sich mehr lohnt als die weitere Säuberung und Erhellung seines Inneren und dass nichts sicherer ist als das Weilen in dieser Helligkeit, die nicht vom Körper und nicht von der Welt kommt, sondern von der zunehmenden Befreiung von allem aus früherem Wahn und Irrtum geschaffenen, angedichteten inneren dunklen Drang.

Darüber sagt einer, der diese Entwicklung an sich erfahren hat,  
*Wilhelm von Humboldt:*

*Unabsehbar ist der Gewinn an Größe und Schönheit,  
welchen der Mensch einerntet, wenn er unaufhörlich  
dahin strebt, dass sein inneres Dasein  
immer den ersten Platz behauptet,  
dass es immer der erste Quell  
und das letzte Ziel alles Wirkens sei  
und alles Körperliche und Äußere  
nur Hülle und Werkzeug desselben sei.*

Im gleichen Sinn sagt *Schopenhauer* von dem helleren Grundgefühl, das aus Tugend und Mitempfinden mit anderen Wesen hervorgeht:

*Moralische Trefflichkeit beglückt unmittelbar,  
indem sie tiefen Frieden des Innern  
und beruhigte Stimmung gibt.*

Der Tugendhafte merkt, dass das erwachsene Wohl nicht durch äußere Umstände bedingt ist, dass es einfach eine Folge der reineren Beschaffenheit seines Herzens ist und dass es so lange bei ihm bleibt, wie er sich die Reinheit des Herzens bewahrt, und dass dieses Wohl zunimmt in dem Maß, wie er sein Herz noch weiterhin läutert.

Als weitere Vorteile des Tugendhaften nennt der Erwachte, dass er nicht wirren Geistes sterben wird und dass er bei Versagen des Körpers nach dem Tod auf himmlische Bahn gelangt, in himmlische Welt (D 16 I). Das Letztere wird auch in unserer Lehrrede dem Tugendhaften verheißen.

Der Weise gelangt nach dem Tod  
in himmlische Welt

*Ein solcher Weiser nun, ihr Mönche, der in Taten gut  
gewandelt, in Worten gut gewandelt, in Gedanken gut*

gewandelt ist, gelangt bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, auf gute Bahn, in himmlische Welt. Wenn man zu Recht von irgendetwas sagen wollte: „Jenes ist äußerst erwünscht, äußerst willkommen, äußerst angenehm“, dann mag man es mit Recht von himmlischer Welt sagen: „äußerst erwünscht, äußerst willkommen, äußerst angenehm“, so sehr sogar, dass es schwer ist, ein Gleichnis für das Wohl und die Freuden himmlischer Welt zu finden. –

Auf diese Worte wandte sich einer der Mönche an den Erhabenen und fragte:

Kann man aber, o Herr, ein Gleichnis geben? – Man kann es, Mönch –, sprach der Erhabene.

Gleichwie etwa, ihr Mönche, wenn ein Weltkaiser sieben Juwelen und vier Vermögen besäße und auf Grund dessen Wohl und Freude fühlte.

Was sind die sieben Juwelen? Da erscheint einem König an einem Uposathatag, am Vollmond, wenn er, gebadet bis zum Scheitel, in den oberen Palastbereich hinaufsteigt, um die Uposatha-Regeln zu befolgen, das himmlische Radjuwel mit seinen tausend Speichen, seinem Reifen und seiner Nabe, in jeder Hinsicht vollständig. Wenn er es erblickt, sagt sich der König: „Ich habe reden hören, wenn einem König an einem Uposathatag, am Vollmond, wenn er, gebadet bis zum Scheitel, in den oberen Palastbereich hinaufsteigt, um die Uposatha-Regeln zu befolgen, das himmlische Radjuwel mit seinen tausend Speichen, seinem Reifen und seiner Nabe, in jeder Hinsicht vollständig, erscheint, dann wird jener König ein Weltkaiser. Bin ich jetzt ein Weltkaiser?“

Dann erhebt sich der König von seinem Sitz, nimmt ein Wassergefäß in die linke Hand, besprengt das Radjuwel mit der rechten Hand und sagt: „Es rolle dahin,



*das liebe Radjuwel; den Sieg erringend, lauf es dahin, das liebe Radjuwel!“ Da ist denn, ihr Mönche, das Radjuwel nach Osten gezogen und gleich hinterher jener König mitsamt seinem vierfachen Heerbann. In welchem Lande nun aber das Radjuwel still stand, da ließ jener König sein Lager aufschlagen mitsamt seinem vierfachen Heerbann. Die aber in den östlichen Gegenden auch Könige waren, die sind nun an jenen König herangetreten und haben gesprochen: „Sei begrüßt, o großer König, sei willkommen, o großer König: dein ist es, großer König, gebiete hier, großer König!“ Jener König gibt dies zur Antwort: „Kein Wesen ist zu töten, Nichtgegebenes ist nicht zu nehmen, kein unrechter geschlechtlicher Verkehr ist zu pflegen, nicht trügerisch ist zu reden, berauschende Getränke oder andere die Vernunft und Selbstkontrolle verhindernde Mittel sind zu meiden, nach Verdienst aber sollt ihr genießen.“ Und die Könige in der östlichen Richtung unterwarfen sich dem Kaiser. Dann taucht das Radjuwel in den östlichen Ozean ein und taucht wieder auf – und ist nach Süden, Westen und Norden gezogen – der Weltkaiser gab überall die fünf Tugendregeln, und die Könige unterwarfen sich dem Kaiser.*

*Wenn nun das Radjuwel über die Erde bis zum Rand des Ozeans gesiegt hat, kehrt es in die königliche Hauptstadt zurück und bleibt zuhäupten des Richterstuhls jenes Königs stehen, die Augen wie blendend, den Schlosshof mit Glanz übergießend. So ist das Radjuwel, das einem Weltkaiser erscheint.*

*Weiter sodann erscheint dem Weltkaiser das Elefantenjuwel, ganz weiß, sieben Ellen hoch, mit übernatürlichen Kräften durch die Luft fliegend, der König der Elefanten mit dem Namen „Uposatha“. Als er ihn gesehen, ist jenem König das Herz aufgegangen: „Es wä-*

re wunderbar, den Elefanten zu reiten, wenn er sich zähmen ließe!“ Da hat sich nun dieses Elefantenjuwel auf gleiche Weise, wie sonst ein edler Elefantenhengst in langer Übung wohlgezähmt wird, auch bändigen lassen. Und es war einmal, dass der Weltkaiser, als er das Elefantenjuwel prüfen wollte, ihn am Morgen bestieg und, nachdem er die ganze Erde bis zum Rand des Ozeans durchquert hatte, dann in die königliche Hauptstadt zurückgekehrt ist, um das Frühstück einzunehmen. So ist das Elefantenjuwel, das einem Weltkaiser erscheint.

Weiter sodann ist jenem König das Pferdejuwel zugeführt worden, ganz weiß, mit rabenschwarzem Kopf, mit einer Mähne wie Muñja-Gras, mit übernatürlichen Kräften, durch die Luft fliegend, der König der Pferde mit dem Namen „Valāhaka“. Als er ihn gesehen, ist jenem König das Herz aufgegangen: „Es wäre wunderbar, das Pferd zu reiten, wenn es sich nur zähmen ließe.“ Da hat sich nun dieses Pferdejuwel in gleicher Weise, wie sonst ein edler Rossehengst in langer Übung wohlgezähmt wird, auch bändigen lassen. Und es war einmal, dass der Weltkaiser, als er das Rossejuwel prüfen wollte, es am Morgen bestieg und, nachdem er die ganze Erde bis zum Rand des Ozeans durchquert hatte, in die königliche Hauptstadt zurückkehrte, um das Frühstück einzunehmen. So ist das Pferdejuwel, das einem Weltkaiser erscheint.

Weiter sodann ist jenem König das Perlenjuwel gebracht worden. Das Perlenjuwel ist ein schöner Beryll von größter Lupenreinheit, achtfacettig und wohlgespalten. Der Glanz des Perlenjuwels verbreitet sich eine ganze Meile im Umkreis. Es war einmal, da hat jener König, um dieses Perlenjuwel zu erproben, den viermächtigen Heerbann versammelt, die Perle am

*Heeresbanner aufgepflanzt und ist im Dunkel einer finsternen Nacht ausgerückt. Wo aber am Weg Dörfer gelegen waren, da hat man bei diesem Glanz die Arbeit aufgenommen, vermeinend, dass es Tag sei. So ist das Perlenjuwel, das einem Weltkaiser erscheint.*

*Weiter sodann ist von jenem König das Frauenjuwel entdeckt worden, schön, anmutig, liebenswürdig, im Besitz höchster Schönheit des Aussehens, weder zu groß noch zu klein, weder zu schlank noch zu kräftig, weder zu dunkel noch zu hell, menschliche Schönheit übertreffend, an himmlische Schönheit heranreichend. Da war denn bei diesem Frauenjuwel der Körper so anzufühlen wie etwa feine Baumwolle oder feiner Daunenflaum. Da war bei diesem Frauenjuwel der Leib in kühler Zeit warm und in warmer Zeit kühl. Von ihrem Körper ging ein Duft wie von Sandelholz aus und von ihrem Mund der Duft von Lotusblumen. Dieses Juwel von einer Frau ist vor dem König aufgestanden und hat nach ihm sich hingelegt. Sie war darauf aus zu dienen, hat angenehmes Verhalten und liebliche Rede. Da sie dem König niemals untreu war, nicht einmal in Gedanken, wie hätte sie ihm da körperlich untreu sein können? So ist das Frauenjuwel, das einem Weltkaiser erscheint.*

*Weiter sodann erscheint dem Weltkaiser das Juwel eines Verwalters. Dieser Mann hat durch das Verdienst seines Wirkens das himmlische Auge, wodurch er verborgene Schätze zu sehen vermag, sowohl mit Eigentümer als auch ohne. Der ist an den König herangetreten und hat gesagt: „Majestät, verweile unbeschwert. Ich werde mich um Eure Geldangelegenheiten kümmern.“ Es war einmal, da hat der Weltkaiser, um dieses Verwalterjuwel zu prüfen, ein Boot bestiegen, ist auf den Gangesfluss hinausgefahren und hat in der*

*Flussmitte zum Verwalterjuwel gesagt: „Ich brauche Gold und Goldbarren, Verwalter.“ – „Dann, Majestät, lass das Boot in Richtung eines der Ufer steuern.“ – „Verwalter, ich brauche Gold und Goldbarren eigentlich genau hier.“ – Da tauchte das Verwalterjuwel beide Hände ins Wasser und zog einen Topf voller Gold und Goldbarren herauf, und er sagte zum Weltkaiser: „Ist dies genug, Majestät? Ist damit Genüge getan, genug gegeben?“ – „Dies ist genug, Verwalter, es ist damit Genüge getan, genug gegeben.“ – So ist das Verwalterjuwel, das einem Weltkaiser erscheint.*

*Weiter sodann erscheint dem Weltkaiser das Beraterjuwel, weise, besonnen und scharfsinnig, fähig, den Weltkaiser dazu zu bewegen, das zu unterstützen, was unterstützenswert ist, das zurückzuweisen, was zurückgewiesen werden sollte, und das durchzusetzen, was durchgesetzt werden sollte. Er tritt an den Weltkaiser heran und sagt: „Majestät, verweile unbeschwert. Ich werde für Euch regieren.“ So ist das Beraterjuwel, das einem Weltkaiser erscheint. Dies sind die sieben Juwelen, die ein Weltkaiser besitzt.*

*Was sind die vier Vermögen? Da ist ein Weltkaiser gut aussehend, anmutig und liebenswürdig, im Besitz höchster Schönheit des Aussehens, und er übertrifft andere Menschen darin. Dies ist das erste Vermögen, das ein Weltkaiser besitzt.*

*Weiter sodann lebt ein Weltkaiser lange und hält lange durch, und er übertrifft andere Menschen darin. Dies ist das zweite Vermögen, das ein Weltkaiser besitzt.*

*Weiter sodann ist ein Weltkaiser frei von Krankheit und Leiden, hat eine gute Verdauung, ist weder zu kühl noch zu warm, und er übertrifft andere Menschen*

*darin. Dies ist das dritte Vermögen, das ein Weltkaiser besitzt.*

*Weiter sodann ist ein Weltkaiser den Brahmanen und Bürgern lieb und angenehm. So wie ein Vater seinen Kindern lieb und angenehm ist, so ist auch ein Weltkaiser den Brahmanen und Bürgern lieb und angenehm. Auch sind Brahmanen und Bürger einem Weltkaiser lieb und angenehm. So wie Kinder einem Vater lieb und angenehm sind, so sind auch Brahmanen und Bürger einem Weltkaiser lieb und angenehm. Einst fuhr ein Weltkaiser in einem Vergnügungspark mit seinem vierfachen Heerbann umher. Da gingen Brahmanen und Bürger zu ihm hin und sagten: „Majestät, fahr langsam, so dass wir dich länger sehen können.“ Und auch er sagte zu seinem Wagenlenker: „Wagenlenker, fahr langsam, so dass ich die Brahmanen und Bürger länger sehen kann.“ Dies ist das vierte Vermögen, das ein Weltkaiser besitzt. Das sind die vier Vermögen, die ein Weltkaiser besitzt.*

*Was meint ihr, ihr Mönche, würde ein Weltkaiser Wohl und Freude empfinden, wenn er auch nur ein Juwel besäße, von sieben Juwelen und den vier Vermögen ganz zu schweigen? – Gewiss, o Herr. –*

*Da hob der Erhabene einen kleinen, handgroßen Stein auf und wandte sich an die Mönche: Was meint ihr wohl, Mönche, was ist größer, dieser kleine handgroße Stein, den ich da habe, oder der Himālaya, der König der Gebirge? –*

*O Herr, von geringer Größe ist dieser kleine, handgroße Stein, den der Erhabene da hat. Gegenüber dem Himālaya, dem König der Gebirge, kann er nicht gezählt, nicht gerechnet, nicht verglichen werden. –*

*Ebenso nun auch, ihr Mönche, zählt das Wohl und die Freude nicht, die ein Weltkaiser empfinden würde,*

*wenn er die sieben Juwelen und die vier Vermögen besäße, gegenüber dem himmlischen Wohl und Glück, es kann damit nicht verglichen werden.*

*Wenn ein solcher Weiser vielleicht irgendwann einmal, im Verlauf langer Zeiten, Menschentum erwirbt, so ist es ein hoher Stand, in dem er wiedergeboren wird, wie der von wohlhabenden Fürsten oder von wohlhabenden Brahmanen oder von wohlhabenden Bürgern – in einer Familie, die reich ist, von großem Reichtum, mit großem Besitz, mit Gold und Silber im Überfluss, mit Guthaben und Vermögen im Überfluss, mit Geld und Getreide im Überfluss. Er ist gut aussehend, anmutig und liebenswert, im Besitz höchster Schönheit des Aussehens. Er bekommt Essen, Trinken, Kleidung, Fahrzeuge, Schmuck, Duftstoffe und Salben, Bett, Unterkunft und Licht. Und er wirkt gut in Taten, Worten und Gedanken. Und hat er in Taten, Worten und Gedanken gut gewirkt, so gelangt er nach Versagen des Körpers, jenseits des Todes, auf gute Lebensbahn, wieder in himmlische Welt.*

*Gleichwie etwa, ihr Mönche, wenn ein Würfelspieler auf den ersten Wurf großen Reichtum gewinnt. Und doch ist ein glücklicher Wurf wie jener geringfügig. Es ist ein weitaus glücklicherer Wurf, wenn ein Weiser, der in Taten, Worten und in Gedanken gut gewirkt hat, bei Versagen des Körpers, jenseits des Todes, aufwärts, auf gute Bahn, in himmlische Welt gelangt.*

*Damit ist der Zustand, das Wohl der Weisen vollständig beschrieben. –*

*So sprach der Erhabene. Erhoben und beglückt waren jene Mönche über das Wort des Erhabenen.*

Wer immer das Niveau der Himmelswelt in sich verwirklicht hat, kann gewiss sein:

*Hienieden freut er sich – drüben freut er sich – an beiden Orten freut sich, wer verdienstvoll wirkt, er freut sich, wenn er die Reinheit seines Handelns überblickt. Hienieden freut er sich, drüben freut er sich, an beiden Orten freut sich, wer verdienstvoll wirkt. „Verdienstvoll hab ich gewirkt“, so freut er sich, und größer noch wird seine Freude, wenn er auf den glücklichen Weg gelangt. (Dh 16-18)*

Deshalb sagt der Erwachte:

*Gleichwie, Mönche, wenn man einen vollkommenen Würfel in die Höhe wirft und er da, wo er auch immer zum Stehen kommt, fest stehen bleibt, so auch, Mönche, gelangen die Wesen wegen Ausbildung in der Tugend, wegen Erhellung des Gemütes, wegen Vervollkommnung der rechten Anschauung bei Versagen des Körpers, jenseits des Todes, auf den guten Gang, in himmlische Welt. (A III,116)*

Um das Menschen unfassbare Wohl in himmlischen Welten verständlich zu machen, schildert der Erwachte das größte im Menschenleben denkbare Wohl, den Reichtum an innerer und äußerer Schönheit einschließlich einer lieben Frau, außerirdischer Bewegungsmittel und nie versiegenden geldlichen Reichtums, Macht und fähiger Mitarbeiter und sagt: Dieses große Wohl ist ein Nichts gegenüber himmlischem Wohl und Glück. Denn:

Das Leben in himmlischen Welten dauert unvergleichlich länger als irdisches Leben, und es ist nicht überschattet von Alter und Krankheit.

Die himmlischen Wesen kennen nicht das Leiden körperlicher Geburt, keine neunmonatige Entwicklung des Leibes, sondern erscheinen in himmlischer Welt bereits im Vollbesitz ihrer übermenschlichen leiblichen und geistigen Kräfte.

Sie können sich mit Gedankenschnelle bewegen.

Um sich herum erleben sie nur Glück und Harmonie und Freundlichkeit. Ihre Lebenszeit ist unvorstellbar lang. Die

normale Lebensdauer schon der niedersten Götter wird in den Pälitexten mit umgerechnet neun Millionen Erdenjahren angegeben. Daher vergessen die Götter meist die Todesangst und haben ein Lebensgefühl der Sicherheit.

Die Welt um sie herum ist paradiesisch.

Spannungen, Spaltungen, Zerwürfnisse, Rivalität, Streit und die damit verbundenen Feindschaften, Vereinsamungen, Verbitterungen gibt es bei den Göttern nicht. Das Lebensklima ist dort heiteres Wohl. Hochherzigkeit, Tugend, die wir auf Erden als seltenen Vorzug preisen, ist bei den Göttern das Gewohnte. Bei den Göttern sind die Gedanken offenbar, es gibt keine Heuchelei und Heimlichkeit. Bis zu einem gewissen Grad durchschauen sie auch die Herzen der Menschen, kennen etwas von deren karmischer Vergangenheit und wissen um einige künftige Entwicklungen. Sie leben also psychenunmittelbarer und sind insoweit weiser.

Neben der Überzahl der *weltzugewandten* himmlischen Wesen, die glückstrunken dahinleben, bei der steten Veränderlichkeit wieder vom Absturz bedroht, gibt es in den höheren himmlischen Welten auch die *weltabgewandten Götter*, die dem höchsten Ziel entgegengehen. Diese weltabgewandten Wesen gehen unter feinfühligem und rücksichtsvollem Wesen den Weg des stillen Weisen in einer Welt, der Stille und Friede nicht so fremd sind wie der unsrigen, dabei frei von der Notdurft, die der grobmaterielle Körper zu jeder Stunde mit sich bringt.

Wenn man in der Ausdrucksweise der Würfelspieler – wie sie der Erwachte in unserer Lehrrede heranzieht – irgendetwas als glücklichen Wurf bezeichnen kann, so ist es der durch Tugend ermöglichte Aufstieg in himmlische Welten, der sich derart lohnt. Die Tugend macht sich bezahlt, würden wir Heutigen sagen. Das dadurch gewonnene Wohl übertrifft alles nur ausdenkbare Wohl in der Menschenwelt.

Den Weisen begleitet dieses Wohl auf seinem Weg durch die vier Sicherheitsgrade zum höchsten Wohl, dem Heilsstand, der unverletzbareren Unverletztheit, dem Nirvāna.



EINZIG VON INNEREM WOHL BEGLÜCKT  
(Bhaddekaratta-Sutta)

131. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

*Bhadda* (glücklich), *eka* (allein oder einzig), *ratta* (Partizip zu *rañjati*) = strahlend sein.

Die folgenden Verse (in der Übersetzung von Fritz Schäfer) sind das Thema von M 131-134.

*Vergang'nem hängt er nicht mehr nach;  
auf Künftiges setzt er nicht mehr.  
Vergang'nes, das ist abgetan;  
Zukünft'ges noch nicht angelangt.*

*Doch was jetzt eben da aufsteigt,  
das ist es, was er klaren Blicks durchschaut;  
nicht hingerissen, unverstört,  
entlarvt er es und hält den Anblick fest:*

*„Jetzt gilt's zu wirken voller Kraft;  
wer weiß, ob morgen kommt der Tod.  
Ist nicht in jedem Augenblick  
Kampf mit des Todes großem Heer?“*

*Wer glühend-ernst so ausharrt und  
bei Tag und Nacht nicht weicht,  
einzig von innerem Wohl beglückt,  
gestillt und weise wird er so.*

*Vergang'nem hängt er nicht mehr nach:* nicht den fünf Zusammenhäufungen: So waren einst Form – Gefühl – Wahrnehmung – Aktivität – programmierte Wohlerfahrungssuche – daran findet er keine Befriedigung.

*Auf Künftiges setzt er nicht mehr:* So will ich einst die fünf Zusammenhäufungen haben – daran findet er keine Befriedigung.

*Bei Gegenwärtigem nicht hingerissen:* Der Heilsgänger betrachtet die fünf Zusammenhäufungen nicht als Ich.

ĀNANDO:

EINZIG VON INNEREM WOHL BEGLÜCKT  
132. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Ānando berichtete den Mitmönchen die Verse aus M 131 mit Erklärung.

MAHĀKACCHĀNO  
EINZIG VON INNEREM WOHL BEGLÜCKT  
133. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Eine Gottheit fragte den Mönch Samiddhi nach den Versen *Einzig von innerem Wohl beglückt*. Der Mönch fragte den Erwachten, der ihm die Verse nannte, die der Mönch Mahākacchāno dann erklärte:

*Wie hängt man Vergang'nem nach?*

*So waren einst die Augen / der Luger, so die als außen erfahrenen Formen; so die Ohren / der Lauscher, so die als außen erfahrenen Töne; so die Nase / der Riecher, so die als außen erfahrenen Düfte; so die Zunge / der Schmecker, so die als außen erfahrenen Säfte, so der Körper / der Taster, so die als außen erfahrenen Tastungen.*

*So wird die programmierte Wohlerfahrungssuche mit Wunschesreiz (chandarāga) daran gebunden. Und weil die programmierte Wohlerfahrungssuche mit Wunschesreiz daran gebunden ist, befriedigt man sich dabei, und weil man sich dabei befriedigt, hängt man Vergangennem nach.*

*Siehe M 138: Die programmierte Wohlerfahrungssuche geht den Formerscheinungen nach, knüpft an wohltuende Formerscheinungen an, bindet sich daran, wird von den Formerscheinungen fesselerstrickt.*

*Wie hängt man nicht Vergang'nem nach? Die programmierte Wohlerfahrungssuche wird nicht mit Wunschesreiz an Auge / Luger, Formen usw. gebunden.*

*Siehe M 143: Nicht wird mir die programmierte Wohlerfahrungssuche an das Auge (mit dem innewohnenden Luger) gebunden sein.*

*Wie setzt man auf Künftiges?*

*So sollen einst sein die Augen/der Luger, so die als außen erfahrenen Formen.....*

*so sehnt sich das Herz (citta<sup>213</sup>) nach der Erlangung des Unerlangten, und weil das Gemüt (ceto) sich danach sehnt, sucht es dabei Befriedigung, und weil man dabei Befriedigung hat, setzt man auf Künftiges.*

*Wie setzt man nicht auf Künftiges? Das Herz sehnt sich nicht nach Erlangung des Unerlangten.*

*Wie wird man bei gegenwärtig aufsteigenden Dingen hingerissen, verstört/besiegt? Auge/Luger und Form steigen auf... und die programmierte Wohlerfahrungs-suche wird daran gebunden. Weil die programmierte Wohlerfahrungs-suche daran gebunden ist, befriedigt man sich dabei, und weil man sich befriedigt, wird man bei gegenwärtig aufsteigenden Dingen hingerissen, verstört/besiegt.*

*Wie wird man bei gegenwärtig aufsteigenden Dingen nicht hingerissen, verstört/besiegt? Auge/Luger und Form steigen auf....und die programmierte Wohlerfahrungs-suche wird nicht daran gebunden. Weil die programmierte Wohlerfahrungs-suche nicht daran gebunden ist, befriedigt man sich nicht dabei, und weil man sich nicht befriedigt, wird man bei gegenwärtigen Dingen nicht hingerissen, verstört/nicht besiegt.*

---

<sup>213</sup> die programmierte Wohlerfahrungs-suche (mano-viññāna) wirkt in der Gegenwart und Vergangenheit, citta/ceto in der Zukunft.

LOMASAKANGIYO:  
EINZIG VON INNEREM WOHL BEGLÜCKT  
134. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Ein Göttersohn berichtet dem Mönch Lomasakangiyo, dass der Erwachte den Göttern der Dreiunddreißig diese Verse gesagt hat. Der Erwachte bestätigt dies und wiederholt sie.

KARMA - ERLÄUTERUNGEN  
Früchte unterschiedlichen Wirkens  
135. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Vorbemerkung

Karma ist in der Lehre des Erwachten ein Begriff, der das Konzept, das gesamte Leitprogramm der Existenz überhaupt ausdrückt: Dasein mit allem, was es bedeutet und enthält – und das ist unendlich mehr als der von der Naturwissenschaft betrachtete „Kosmos“ -, ist nichts anderes als Karma: Wirken und Wirkung zugleich. Das Wort „Dasein“ im Sinne von einem da bestehenden Sein gibt es in der Sprache des Buddha nicht. Das oft mit „Dasein“ wiedergegebene Pāliwort ‚bhava‘ müssen wir mit ‚Werden‘ übersetzen; und das heißt: Ununterbrochen fließen Wirkungen früheren Wirkens heran als die erfreulichen oder schmerzlichen Erscheinungen, die gesehen, gehört, gerochen, geschmeckt, getastet und bedacht werden. Auf diese ununterbrochen herantretenden Wirkungen früheren Wirkens reagieren wir wiederum ununterbrochen mit weiterem Wirken, das wiederum Wirkungen bewirkt. Unser Leben besteht aus nichts anderem als aus dem ununterbrochenen Hinnehmen von Begegnungen mit Menschen und Dingen, mit Überraschungen und Enttäuschungen, die als Wirkungen unseres früheren Wirkens kommen – und aus einem ununterbrochenen Reagieren darauf, also Wirken mit weiteren Gedanken, Worten und Taten.

Die aus dieser Wahrheit folgenden Einsichten waren in früheren Zeiten, als der naturwissenschaftliche Einfluss sich noch nicht so durchgesetzt hatte, den Menschen viel mehr gegenwärtig. Man sprach vom Leben als einer „Flucht der Erscheinungen“, dem Kommen und Gehen, das durch den Tod nicht endet und dessen nachtodliche Qualität bestimmt wird durch das jetzige Tun und Lassen des Menschen bei den ununterbrochenen Begegnungen.

Alle großen Religionsstifter und Heilslehrer haben ihre

Wahrnehmung über die normalen menschlichen Horizonte mehr oder weniger weit hinaus erstreckt, und sie alle berichten von dem gleichen Gesetz, für das in der Sprache des Buddha das Wort „karma“ steht und das in der christlichen Lehre ausgedrückt wird: *denn was der Mensch sät, das wird er ernten.* (Gal. 6,7)

Aber unter dem Einfluss des mechanistischen Weltbilds sind die Dinge, die tausend Gegenstände in den Vordergrund getreten, sind zwischen den Menschen und das Leben getreten, haben seine Aufmerksamkeit auf sich gezogen, so dass er heute immer weniger an Saat und Ernte denkt, obwohl sein Leben nichts anderes ist als handeln und erleiden – und das ist säen und ernten.

Das Wort „karma“ bedeutet „Wirken“ und zugleich auch „Wirkung“, zumal beides nicht voneinander getrennt werden kann: jedes Wirken hat eine genau entsprechende Wirkung.<sup>214</sup>

Der normale Mensch weiß nicht, dass er mit all seinem Erleben wie in einem Wahntraum (*avijjā*) lebt und dass er diesen Wahntraum, diese durch Wirken eingebilddete ständige Begegnung mit Umwelt, gerade durch sein Reagieren auf das jeweils Begegnende, durch seine Auseinandersetzung damit, immer nur fortsetzt. Sein Handeln an der ihm erscheinenden Umwelt ist sein Wirken, und die Art, wie dann die Umwelt ihm erscheint, ist die Wirkung aus seinem Wirken. Insofern ist unser gesamtes Welterlebnis samt etwaigen Krisen oder Katastrophen oder blühenden Entwicklungen immer nur Frucht des Wirkens. Die Gesamtheit unseres Wirkens - im Tun und im bewussten Unterlassen - zwischen gut und schlecht und die Gesamtheit unseres Erlebens und Erleidens zwischen Glück und Leid ist karma. Die gesamte Existenz ist karma. In diesem

---

214 In den Unterweisungen des Buddha wird die Wirkung des Wirkens als Frucht (*phala*) bezeichnet oder als das Ausreifen (*vipāka*). - Aber die Wirkung wird meistens ganz ebenso wie das Wirken mit „karma“ bezeichnet. - Im populären westlichen Sprachgebrauch hat sich die Bedeutung sogar auf die Seite der Wirkung verlagert und Karma ist zu einer Art Ersatz für „Schicksal“ geworden.

Sinn erklärt der Erwachte (S 12,37) zum Beispiel, dass unser gegenwärtiger Körper „altes“ Karma sei, also die Wirkung aus dem Wirken in früheren Leben, und dass dagegen unser jetziges Tun und Lassen im Denken, Reden und Handeln „neues“ Karma sei, also ein neues Wirken, das später Wirkungen nach sich zieht.

Wie eng dieser Zusammenhang ist, das drückt der Erwachte geradezu programmatisch aus (M 57):

*Folgende vier Wirkensweisen, ihr Freunde, habe ich selbst mit übersinnlicher Wahrnehmung erfahren und zeige sie auf. Welche vier?*

- 1. Es gibt da, ihr Freunde, dunkle Wirkungsweise, die dunkle Wirkung zur Folge hat.*
- 2. Es gibt da, ihr Freunde, helle Wirkungsweise, die helle Wirkung zur Folge hat.*
- 3. Es gibt da, ihr Freunde, dunkel-helle Wirkungsweise, die dunkel-helle Wirkung zur Folge hat.*
- 4. Es gibt da, ihr Freunde, eine Wirkungsweise, die weder dunkel noch hell ist und weder dunkle noch helle Wirkung zur Folge hat, eine Wirkungsweise, die zur Beendigung alles Wirkens hinführt.*

*1. Was ist das aber für ein Wirken, das dunkel ist und dunkle Folge hat?*

*Da wirkt einer in Taten, Worten und Gedanken immer wieder belastend und beschwerend. Und weil er immer wieder in Taten, Worten und Gedanken beschwerend wirkt, so gelangt er in beschwerhafter Welt wieder zum Dasein. Und ist er in beschwerhafter Welt wieder zum Dasein gelangt, so treffen ihn beschwerhafte Berührungen. Von beschwerhaften Berührungen getroffen, fühlt er beschwerhaftes Gefühl, einzig schmerzhaft, gleichwie etwa höllische Wesen. Ganz so wie sie geworden sind, ist der Wesen Wiedergeburt. Durch das, was einer wirkt, wird er wiedergeboren. Der Wiedergeborene wird von Berührungen getroffen. Darum sage ich: „Erbe des Wirkens*



*sind die Wesen.“ Das nennt man dunkles Wirken, das dunkle Folge hat.*

*2. Was ist das aber für ein Wirken, das hell ist und helle Folge hat?*

*Da wirkt einer in Taten, Worten und Gedanken immer wieder ganz ohne die Wesen zu beschweren. Und da er immer wieder in Taten, Worten und Gedanken ohne zu beschweren wirkt, so gelangt er in beschwernisfreier Welt wieder zum Dasein. Und ist er in beschwernisfreier Welt wieder zum Dasein gelangt, so treffen ihn beschwernisfreie Berührungen. Von beschwernisfreien Berührungen berührt, fühlt er beschwernisfreies Gefühl, einzig beglückend, gleichwie etwa strahlende Götter. Ganz so wie sie geworden sind, ist der Wesen Wiedergeburt. Durch das, was einer wirkt, wird er wiedergeboren. Der Wiedergeborene wird von Berührungen getroffen. Darum sage ich: „Erbe des Wirkens sind die Wesen.“ Das nennt man helles Wirken, das helle Folgen hat.*

*3. Was ist das aber für ein Wirken, das dunkel-hell ist und dunkel-helle Folge hat?*

*Da wirkt einer in Taten, Worten und Gedanken immer wieder bald beschwerend und belastend, bald ganz ohne die Wesen zu beschweren. Und wirkt er in Gedanken, Worten und Taten bald beschwerend und belastend, bald ganz ohne die Wesen zu beschweren, so gelangt er in einer Welt mit und ohne Beschwernis wieder zum Dasein. Und ist er in einer Welt mit und ohne Beschwernis wieder zum Dasein gelangt, so treffen ihn beschwerhafte und beschwernisfreie Berührungen. Von beschwerhaften und beschwernisfreien Berührungen getroffen, fühlt er beschwerhaftes und beschwernisfreies Gefühl, beglückend und schmerzhaft gemischt, gleichwie etwa bei Menschen, manchen Göttern und manchen Geistern. Ganz so wie sie geworden sind, ist der Wesen Wiedergeburt. Durch das, was einer wirkt, wird er wiedergeboren. Den Wiedergeborenen treffen Berührungen. Darum sage ich: „Erbe des Wirkens sind*

*die Wesen.“ Das nennt man dunkel-helles Wirken, das dunkel-helle Folge hat.*

*4. Was ist das aber für ein Wirken, das weder dunkel noch hell ist und weder dunkle noch helle Folge hat, Wirken, das zur Wirkensversiegung führt?*

*Was das Wirken betrifft, das dunkel ist und dunkle Folge hat - und das hell ist und helle Folge hat und das dunkel-hell ist und dunkel-helle Folge hat - die Absicht, solches Wirken aufzugeben, das wird ein weder dunkles noch helles Wirken genannt, das weder dunkle noch helle Folge hat, ein Wirken, das zur Wirkensversiegung führt.*

Das ist die universale Wirkung des Karmagesetzes. Alle deine Wahrnehmungen, alles was du zu sehen, zu hören, zu riechen, zu schmecken, zu tasten glaubst an Schmerzlichem und an Erfreulichem, das ist Ernte und ist Wirkung aus deinem früheren Wirken. Dein vorheriges Tun und Lassen in Gedanken, Worten und Werken ist es, das jede kleinste und größte Einzelheit dieses jetzigen Lebenstages geschaffen und geformt hat. Es gibt gar keine andere Herkunft. So sagt *Heinrich Zimmer*:

*Mit der Qualität unseres Tuns - ob trüb oder licht, ichversessen oder vom Ich gelöst - bestimmen wir uns stündlich neu. Indem wir in dieser oder jener Richtung zu uns Ja sagen, zu unserem Dumpfen oder Hellen, vollstrecken wir uns zu dieser oder jener Daseinsform. Solche Entscheidungen, allstündlich neu gehäuft, ergaben unsere gegenwärtige Person mit ihren Qualitäten, ihren Möglichkeiten und Grenzen. Sie bestimmen noch weiterwirkend und ständig um neue vermehrt unsere Zukunft: die Physiognomie und das Schicksal, das wir haben werden. Ihre bestimmende Macht reicht bis in Haarfarbe und Nasenform, in Krankheiten und Erfolge, in Lebensdauer und Erkenntnisreife. Sie erklärt das alles in seinem spezifischen So-sein; sie bildet und erklärt die Individuation. Wir sind in allem unsere persönlichste Erbschaft; kein anderer als wir*

*selbst verantwortet unsere Individuation; in Akten ohne Zahl bewusst und unbewusst haben wir sie gewollt und gewählt.*

Der Grad der Schrecknisse unseres Erlebens ist identisch mit dem Grad, in dem wir abgewichen sind von dem moralischen Gesetz in uns, und das heißt: von dem Erbarmen mit allen lebenden Wesen und von der Wahrhaftigkeit gegen uns und gegen den Nächsten. Und wer da begriffen hat, dass all unser sogenanntes Wahrnehmen nur ein Erzeugen und Projizieren ist, dass all unsere erlebten Leiden und Freuden, eben unsere Bewusstwerdungen, nicht kommen von einer „Welt“, sondern von uns selbst, dass also unser sogenanntes „Schicksal“ in Wahrheit unser eigenes Schaffsal ist – wer das begriffen hat, der begreift auch, dass die Qualitäten unserer Wahrnehmungen identisch sind und sein müssen mit unseren eigenen Qualitäten, da ja immer das Erzeugnis genau nach seinem Erzeuger ist: gemäß jenem allwirkenden Gesetz von der Kausalität, von der Artgleichheit von Ursache und Wirkung.

Soweit wir in unserem Tun und Lassen die in der Wahrnehmung erscheinenden anderen Lebewesen, die ebenso wie wir Wohl suchen, Wehe fliehen, mit Rücksichtslosigkeit, Ärger oder Egoismus behandeln, so weit werden uns Wahrnehmungen auftauchen, in welchen uns Lebewesen mit Rücksichtslosigkeit, Ärger, Egoismus, Antipathie begegnen werden, werden wir Schmerzliches erleben. Soweit wir aber in unserem Tun und Lassen den anderen Lebewesen, die ebenso wie wir Wohl suchen, Wehe fliehen, mit Verständnis, Rücksicht und Fürsorge begegnen, so weit werden Wahrnehmungen auftauchen, in denen uns Rücksicht, Fürsorge und Verständnis begegnen wird.

So ist karma Wirken und Wirkung. Wo gewirkt wird, dahin kommt die Wirkung zurück; wie gewirkt wird: wohlwollend, unachtsam oder übelwollend - so wird auch die davon zurückkommende Wirkung zu empfinden sein: wohltuend oder schmerzlich, freundschaftlich oder feindlich. Alles Erlebte ist Schöpfung, und es ist kein anderer Schöpfer als unser Wirken.

So sagt *Heinrich Zimmer*:

*Karman meint Wahlverwandschaft als wirkende Anziehung - waltend zwischen dem Lebensgehalt früheren Daseins und der Lebensgestalt in folgendem. Dieses karmische „Tun“ ist Gestaltung der Form künftigen Lebens durch Verhalten im gegenwärtigen. Man wird einmal, wenn der Tod die Freiheit gibt, zu dem, was man in seinen Regungen (außen wie innen) bejahte und an sich großzog. Zerbricht die Form groben Stoffes, die das Leben in uns umgab, so sucht es als neue die seinen Regungen wahlverwandte. Wer das Tier in sich liebte, wird endlich Tier; göttlich wird, wer Göttliches in sich groß machte. Wir sind, was altes Tun aus uns machte. Alle Form des Lebens – Anlage wie Schicksal – ist selbstgewolltes Verhängnis.*

Wo wir uns als Menschen in der Begegnung und Auseinandersetzung mit unserer Umwelt empfinden, also in der Situation einer Zweiheit und Gespaltenheit in Subjekt und Objekt mit allen dazugehörigen Spannungen und Problemen, da sieht der Erwachte nur das ruhelose schweigende geistige Gewoge der Seele, des Herzens (*citta*), das er mit einem Maler vergleicht, der ganz in den Anblick seines vielgestaltigen Gemäldes versunken, unentwegt daran arbeitet, der immer wieder die ihm „gelungen“ erscheinenden angenehmen Szenen mit Lust betrachtet und malend zu verschönen sucht und die ihm „misslungen“ erscheinenden, abstoßenden Szenen mit Verdruss betrachtet und malend zu verbessern versucht und der nie zufrieden ist und nie zufrieden sein kann mit seinem Lebensgemälde. (S 22,100)

Dieses Gleichnis des Buddha steht für die drei Grundeigenschaften des normalen Herzens: Gier, Hass, Blendung. Gier und Hass sind das Wollen, das zum Wirken (*karma*) führt, sind der Maler, und das gemalte Bild, die Wahrnehmung, die ununterbrochen ankommenden Erlebnisse, ist die Blendung.

Der Erwachte sagt, dass dieser Maler „Herz“ ununterbro-

chen Mannesgestalten malt und Frauengestalten. Diese Gestalten sind die Körper, die wir auf den endlosen Lebensbahnen in diesem *Samsāra* immer wieder anlegen und ablegen oder die uns ebenso endlos begegnen. Darum sagt der Erwachte: *Eine Episode des Herzens, das ist dieser Sterbliche.*

Und wie lange malt der Maler? Wie lange wird das Herz von Gier, Hass, Blendung bewegt? So lange, sagt der Erwachte, bis einer seine Lehre so hört und so versteht, dass sein Geist ganz durchdrungen wird von der Erkenntnis, dass er sich bisher von Luftspiegelungen ernährte und bewegen ließ und in einer Blendung, in einem Wahn lebt. Wenn diese Wahrheit in einen Geist endgültig eingedrungen ist und in diesem Geist fest Wurzeln gefasst hat, dann hat er „die Absicht, weder dunkel noch hell zu wirken“, um den Wahntraum allen Erlebens, dunklen wie lichten Erlebens, zu beenden. So wird von diesem Geist, von dieser Absicht ausgehend, das Herz allmählich von Gier und Hass befreit. Im Maß dieser allmählichen Wandlung wird die Blendung aufgelöst.

Aber in unserer hier zu besprechenden Lehrrede (M 135) steht nicht der Aspekt der Herzenswandlung im Vordergrund, sondern es geht um das Karmagesetz, dessen Kenntnis die Lebensepisoden zu verbessern vermag, ja, so zu erhellen vermag, dass die Wesen fähig werden, das Hangen auch an höchsten Daseinsformen zu überwinden. Der Kenner des Karmagesetzes handelt nicht mehr wie der normale Mensch reaktiv „von-her“, sondern „auf-hin“: Der normale Mensch geht von dieser erlebten Welt aus, weiß nicht, dass sie herkommt aus seinen früheren Taten und dass er eine ganz andere Welt nur mit ganz anderen Taten erwirbt. Der Kenner des Karmagesetzes dagegen hat das Ziel, arbeitet darauf hin, sein Denken, Reden und Handeln zu erhellen und zu erhöhen. Das Erlebte ist ihm vor allem Aufgabe, nicht vorwiegend Genuss oder Verdruss.

In der folgenden Unterweisung beantwortet der Erwachte die Frage eines Inders, wie sich dieser karmische Zusammenhang auf sieben Hauptgebieten unseres Menschenlebens ganz

konkret auswirkt, und zeigt damit, durch welche Vorgehensweise wir diese sieben Gebiete immer besser ausbauen können, immer schöner, immer größer bis zu den Himmeln und darüber hinaus.

### Sieben unterschiedliche „Schicksale“ der Menschen

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Sāvattthī im Siegerwald, im Klostergarten Anāthapindikos.*

*Da begab sich der junge Brahmane Subho, der Sohn Todeyyos, dorthin, wo der Erhabene weilte. Dort wechselte er mit dem Erhabenen höfliche, freundliche Begrüßungsworte und setzte sich zu seiner Seite nieder. Zur Seite sitzend, sprach nun Subho zum Erhabenen:*

*Was ist da wohl, Herr Gotamo, die Ursache, woher kommt es, dass man auch unter den menschlichen Wesen, den als Mensch Geborenen, Elend und Wohlfahrt findet? Denn man sieht ja, Herr Gotamo, unter den Menschen*

*kurzlebige und sieht langlebige Menschen.*

*Man sieht Menschen mit Gebrechen und sieht gesunde.*

*Man sieht unschöne und schöne Menschen.*

*Man sieht seelisch dürftige Gemüter und seelisch reiche Menschen.*

*Man sieht besitzlose Menschen und sieht wohlhabende.*

*Man sieht niedrig gestellte und hoch gestellte Menschen.*

*Man sieht stumpfsinnige und sieht klare Geister.*

*Was ist da wohl, Herr Gotamo, die Ursache, woher kommt es, dass man auch unter den menschlichen Wesen, den als Mensch Geborenen, Elend und Wohlfahrt*

findet? –

*Eigentum des Wirkens, Subho, sind die Wesen, des Wirkens Erben, des Wirkens Kinder, an das Wirken gebunden. Das Wirken ist ihr Betreuer <sup>215</sup>, das Wirken ist es, das die Wesen unterschiedlich werden lässt zwischen elend und gut lebenden. –*

*Nicht kann ich diese kurze Erklärung des verehrten Gotamo schon verstehen; gut wäre es, wenn mir Herr Gotamo diese Sache ausführlicher erklären möchte. –*

Diese erste kurze Antwort des Buddha enthält das Grundgesetz des karmischen Zusammenwirkens in Vollkommenheit, aber auch in äußerster Dichte. Für den modernen weltgläubigen Menschen ist diese Antwort noch erheblich schwerer zu verstehen als für den jungen Brahmanen, denn dieser hat schon von Kind an von der Wiedergeburt der Wesen im *Samsāra* und von dem karmischen Zusammenhang gehört, und er mag auch diese Kurzform des karmischen Grundgesetzes, die der Erwachte ihm nannte, schon öfter gehört haben. Jetzt wird sie ihm vom Erwachten, dessen Urteil ihm wichtig ist, bestätigt und somit für ihn noch sicherer. Aber ihm geht es um nähere Belehrung über die von ihm beobachteten sieben Unterschiede zwischen den Menschen.

Die Frage des jungen Brahmanen zeigt, dass er ganz natürlicherweise mit über- und untermenschlichen Lebensformen rechnet und um diese weiß. Seine Verwunderung darüber, dass auch unter den Menschen so große Unterschiede sind, lässt erkennen, dass er bisher etwa dachte, dass die guten Menschen nach dem Tod zu den (übermenschlichen) Göttern gelangen, bei denen das Leben in allen Bereichen ganz herrlich ist; dass dagegen die üblen Menschen nach dem Tod zu den (untermenschlichen) Geistern, Gespenstern, ja, sogar bis zur Hölle gelangen, wo das Leben in allen Bereichen elend, traurig, ja,

---

215 Dieser kann je nach dem Wirken treu oder verräterisch sein.

entsetzlich ist. Aber nun hat er inzwischen beobachtet, dass auch hier im Menschenleben sehr große Unterschiede sind, dass man schon bei den Menschen fast himmlisches und fast höllisches Leben erfahren kann, und das wird ihm zum Problem.

An den sieben Unterscheidungen, die er trifft, ist zu erkennen, dass er einen realistischen Blick für das Menschenleben hat. Er weiß, dass er aus karmischen Gründen, d.h. durch sein früheres Tun und Lassen zu den gegenwärtigen Lebensqualitäten auf den sieben Sektoren gekommen ist. Und darum möchte er wissen, auf welches Tun und Lassen im Einzelnen es ankommt, um auf allen sieben Sektoren zu immer besserem Ergebnis zu kommen. Darum kommt er zum Erwachten.

Für uns nun ist es gut, wenn wir die hier genannten sieben Sektoren des Lebens – jeweils mit ihrer positiven und ihrer negativen Seite – einmal auf uns selbst beziehen. Denn wir leben ja in allen diesen sieben Sektoren, und in jedem Sektor nehmen wir unseren ganz bestimmten Platz ein. Darum die naheliegende Frage: wie würde ich mich fühlen, wenn ich ein ganzes und langes Menschenleben (1) mit vollkommenem Körper in bester Gesundheit und Frische (2) mit besonders sympathischen, anziehenden, ja, schönen Gesichtszügen und schöner Gestalt (3) zubringen könnte und dabei ein reiches, einflussstarkes Gemüt hätte, durch das ich in jeder Gesellschaft beliebt bin oder gar als der Mittelpunkt empfunden werde (4), dabei reich, wohlhabend wäre mit großem Besitz, reichlich ausgestattet lebte (5), sozial zu den ersten Kreisen gehörte (6) und endlich mit einer solchen Lebensweisheit und Vernunft begabt, die mich weitblickend immer das Richtige vom Falschen unterscheiden ließe (7), so dass mein ganzes Leben ohne Schwierigkeiten verlief.

Schon dieser eine Blick lässt fast ein Märchenbild erstehen in seiner Schönheit, dem ein schreckliches gegenübersteht: Wenn ich dagegen stumpfsinnig-blöd wäre (7), zu keiner rechten Arbeit tauglich, sozial ganz unten wäre (6), dabei ohne Geld, von der Hand in den Mund leben, oft hungern, frieren



müsste (5), dann im Gemüt trocken und leer, überall als Last und als Null empfunden würde (4), Gesicht und Gestalt hässlich und abstoßend (3), der Körper krüppelhaft, erbärmlich, schwächlich, kränklich (2) und bald den Tod vor mir hätte (1).

Wir merken, dass diese sieben Sektoren nicht nur „uns etwas angehen“, sondern dass sie geradezu das Herz unseres Lebens ausmachen und die Qualität unseres Lebens, unseres „Schicksals“, bestimmen. Es kommt also wahrhaftig darauf an, ob wir auf diesen Sektoren mehr auf der guten oder mehr auf der schlechten Seite sind, oder besser gesagt, „mehr oben oder mehr unten“.

Der Erwachte beantwortet nun die sieben Fragen des jungen Brahmanen einzeln in der gleichen Reihenfolge.

### Die Bedingung für Kurzlebigkeit und Langlebigkeit

*Wohlan denn, Subho, so höre und achte wohl auf meine Rede. –*

*Ja, Herr! –, antwortete Subho aufmerksam.*

*Der Erhabene sprach: Da ist, Subho, irgendeine Frau oder ein Mann mörderisch, grausam und blutgierig, gewohnt an Totschlag und ohne Mitempfinden mit den Lebewesen. Da lässt solches Wirken, so angewöhnt und zu eigen gemacht, nach dem Versagen des Körpers jenseits des Todes abwärts geraten auf üble Bahn, zur Tiefe hinab in höllisches Dasein; oder aber, wenn man nicht dorthin gelangt, sondern wieder Menschentum erreicht, wird man, wo man da neu geboren wird, kurzlebig sein.*

*Das ist die Vorgehensweise, die zu Kurzlebigkeit führt, dass man da mörderisch, grausam und blutgierig ist, gewohnt an Totschlag und ohne Mitempfinden mit den Lebewesen.*

*Da hat aber, Subho, irgendeine Frau oder ein Mann*

*das Töten von Lebewesen abgetan; dem Töten von Lebewesen widerstrebt ihrem Wesen. Ohne Stock, ohne Schwert, teilnehmend und rücksichtsvoll, hegen sie zu allen lebenden Wesen Liebe und Mitempfinden. Da lässt solches Wirken, so angewöhnt und zu eigen gemacht, nach dem Versagen des Körpers jenseits des Todes auf gute Bahn geraten, in himmlische Welt; oder wenn man nicht dahin gelangt, sondern Menschentum erreicht, wird man, wenn man neu geboren wird, lang-  
lebig sein.*

*Das ist die Vorgehensweise, Subho, die zu Langlebigkeit führt, dass man das Töten von Lebewesen abgetan hat, dass man mit seinem ganzen Wesen dem Töten widerstrebt, ohne Stock, ohne Schwert, teilnehmend und rücksichtsvoll zu allen lebenden Wesen Liebe und Mitempfinden hegt.*

Wir sehen auf den ersten Blick, dass hier die spätere Wirkung genau der Ursache, dem vorherigen Wirken entspricht: Wer anderen das Leben verkürzt, der erfährt auch Kurzlebigkeit. Wer das Leben aller ihm begegnenden Wesen schont, dessen Leben wird auch geschont. Das ist Karma.

Hier wird gesagt, dass der Übeltäter nach dem Tod in die Unterwelt gelangt, *oder aber, wenn man nicht dorthin gelangt, sondern Menschentum erreicht, wird man, wenn man neu geboren wird, kurzlebig sein.* Mit diesem „entweder – oder“ nennt der Erwachte die beiderseitigen Grenzfälle. Natürlich ist der Aufenthalt in der Unterwelt unermesslich schrecklicher als die Verkürzung der Lebensdauer in der Menschenwelt. Da geht nun aus anderen Reden des Buddha hervor, dass vielerlei üble und gemeine Charakterzüge und Taten zusammenkommen müssen, ehe ein Wesen für längere Zeit der Unterwelt verfällt. Darum kann es häufig vorkommen, dass auch ein mörderischer Mensch unter Umständen der Unterwelt entgeht, also nach seinem Tod wieder

Mensch wird - etwa, wenn er sonst in Familie und Freundeskreis viel Fürsorge aufgebracht hat. Aber es werden auch andere Fälle berichtet aus dem Bereich zwischen den beiden Grenzfällen: Fälle, in denen ein guter oder schlechter Mensch nach dem Tod erst in langlebige jenseitige oder untere Welt gelangt und dann im nächsten Menschenleben zusätzlich noch weiterhin Folgen seines früheren Tuns erfährt. Der Kurzlebige entgeht also ein Mörder der hier beschriebenen Art auf keinen Fall.

Das Entsprechende gilt für den mitempfindenden, rücksichtsvollen und teilnehmenden Menschen, der zu allen Lebewesen Liebe und Mitempfinden hegt: Auch er gelangt, je vielseitiger und reicher seine gute Gesinnung ist, um so sicherer nach dem Tod in übermenschliches Dasein und wird auf jeden Fall, wenn er wieder Menschentum erlangt, entsprechend langlebig sein.

Wie fast immer so hat der Erwachte auch hier nur die extremsten Haltungen an Mordgier einerseits wie auch an Schonung und Liebe andererseits gezeigt. Dazwischen liegen alle anderen mittelmäßigeren Verhaltensweisen. Das ergibt eine große Skala von der grausamsten Mordgier bis zu der größten Schonung und Liebe. Und auf dieser Skala haben auch wir, hat jeder von uns seinen Platz. Es gibt nur ganz wenige Menschen, die in dieser Skala ganz oben wie auch ganz unten angesiedelt sind. Fast alle sind in Bezug auf Schonen und Nichtschonen von Lebewesen, von Menschen und Tieren aller Art, mehr oder weniger mittelmäßig, mehr oder weniger unten oder oben. Und so hat jeder von uns seinen Platz auf dieser Skala des Tötens oder Schonens von Lebewesen aller Art.

Neben diese Skala, die den Stand des Wirkens im Umgang mit den Lebewesen anzeigt, gehört eine gleichartige Skala, die den Stand der Wirkung, der Auswirkung unseres Tuns, anzeigt, eben in der Lebensdauer. Es steht durch unser früheres Wirken schon ziemlich fest, an welchem Punkt wir das gegenwärtige Leben zu beenden haben. Die Älteren erkennen, dass ihr Leben zwar auf jeden Fall schon bis zum heutigen Tage währte,

aber Alte wie Junge können für keine weitere Lebensdauer garantieren; keiner weiß, wann seine Stunde schlägt, und doch steht sie weitgehend fest durch unser bisheriges Wirken.

Aber wenn auch die Dauer unserer gegenwärtigen Lebensform als Mensch durch früheres Wirken bereits mehr oder weniger abgemessen ist, so haben wir es doch in der Hand, die Dauer unseres folgenden Lebens weitgehend zu bestimmen - durch unser jetziges Tun und Lassen im Denken, Reden und Handeln.

Wir befinden uns mit unserem gegenwärtigen Tun und Lassen hinsichtlich Schonen oder Rücksichtslosigkeit gegenüber fremdem Leben auf der Skala an einem bestimmten Punkt zwischen unten und oben. Der um sein „Schicksal“ besorgte Mensch wird sich öfter prüfen, wie es mit seinem Verhalten in dieser Hinsicht aussieht, denn wir sind ja nicht festgebannt auf diesem Punkt. Wir können unseren Platz auf dieser Skala gezielt verändern; wir verändern ihn sowieso jeden Augenblick. Nehmen wir uns als Beispiel und Gleichnis für alle Wesen, die uns begegnen; bedenken wir, wie wir selber Lebensgefährdung und Tod fürchten, stellen wir uns dann vor, wir wären in der Situation der anderen Lebewesen, die alle ganz ebenso die Lebensgefährdung und den Tod fürchten - je mehr wir uns so an die Stelle der anderen Wesen versetzen, mit ihnen empfinden, um so mehr wird unser Handeln rücksichtsvoll und schonend sein. Die Haltung des Verzeihens, der Versöhnlichkeit, der Liebe zum Frieden, des Beschützens, Helfens, Mitempfindens und Erbarmens hat zur Folge, dass ein Mensch, der so vorgeht, sich allmählich eine Umgebung schafft, die immer mehr innerlich beruhigt, befriedet ist, die sich gut aufgehoben fühlt bei dem Liebenden und ihm seine Anteilnahme teils sogleich vergilt und teils ihrerseits liebevoll den Wesen zuweigt, so dass er insgesamt eine friedvolle, teilnehmende Umwelt erlebt. Seine innere Art wird durch die Gewöhnung des Mitempfindens und der Fürsorge immer heller und strahlender und wird bereits auf Erden himmlischen Geistern wesensverwandt. Er hat eine lange Lebensdauer, und das Erscheinen in

himmlischer Welt nach dem Tod offenbart nur das, was ein solches Wesen bereits auf Erden gewirkt hat. So sagt *Angelus Silesius*:

*Kind, mache dich gemein  
mit der Barmherzigkeit,  
sie ist die Pförtnerin  
im Schloss der Seligkeit.  
(Cherub. Wandersmann V/314)*

Wer sich aufmerksam beobachtet, der hat bei sich erfahren, dass er manchmal von mehr Mitempfinden im Umgang mit anderen Lebewesen bewegt wird und manchmal von weniger, ja, von Ungeduld, Rücksichtslosigkeit, Ärger, Zorn, Wut oder von starkem Begehren nach bestimmten Objekten. Wir haben in jedem Augenblick auf den sieben Skalen unseren je bestimmten Platz, aber wir stehen da, wie wir sehen, nicht fest, sondern sind ununterbrochen in leiser zitternder Bewegung, manchmal etwas mehr aufwärts, manchmal etwas mehr abwärts.

Die Bedingung für Gebrechlichkeit und Gesundheit

*Da behandelt, Subho, irgendeine Frau oder ein Mann die Wesen heftig und qualvoll, geht mit Fäusten, mit Steinen, mit Stöcken, mit Waffen gegen sie vor. Da lässt solches Wirken, so angewöhnt und zu eigen gemacht, nach dem Versagen des Körpers jenseits des Todes abwärts geraten auf üble Bahn, zur Tiefe hinab in höllisches Dasein; oder aber, wenn man nicht dort hin gelangt, sondern wieder Menschentum erreicht, wird man, wo man da neu geboren wird, gebrechlich sein.*

*Das ist die Vorgehensweise, Subho, die zu Gebrechlichkeit führt, dass man da die Wesen heftig und qualvoll behandelt, mit Fäusten, mit Steinen, mit Stöcken,*

*mit Waffen gegen sie vorgeht.*

*Da behandelt wieder, Subho, irgendeine Frau oder ein Mann die Wesen nicht heftig und qualvoll, geht nicht mit Fäusten, mit Steinen, mit Stöcken, mit Waffen gegen sie vor. Da lässt solches Wirken, so angewöhnt und zu eigen gemacht, nach dem Versagen des Körpers jenseits des Todes auf gute Bahn geraten, in himmlische Welt; oder wenn man nicht dahin gelangt, sondern Menschentum erreicht, wird man, wenn man neu geboren wird, gesund und rüstig sein.*

*Das ist die Vorgehensweise, Subho, die zu Gesundheit führt, dass man da die Wesen nicht heftig und qualvoll behandelt, nicht mit Fäusten, mit Steinen, mit Stöcken, mit Waffen gegen sie vorgeht.*

Alles Wirken hat die genau entsprechende Wirkung. Hier zeigt der Erwachte, dass die brutale, körperschädigende Vorgehensweise gegen andere Lebewesen dazu führt, dass man selbst mit gebrechlichem Körper geboren wird. Das Pāliwort *bavhābādha* = *bahu-ābādha*, wörtlich „Viel Bedrängnis“, „viel Beschwer“ umfasst alle Möglichkeiten der körperlichen Behinderung, z.B. dass die Genesung nach Krankheiten schleppend verläuft oder dass manche Organe, Arme, Augen, Ohren usw. schon in der embryonalen Entwicklung nicht richtig ausgebildet werden; oder es zeigen sich frühzeitig starke körperliche Beeinträchtigungen, wie z.B. Kreislaufstörungen oder Gallenleiden, Nierensteine, Magengeschwüre, Krebs usw.

Ein Jenseitsbericht aus unserem Kulturbereich zeigt auffallende Parallelen zu der vom Erwachten genannten Gesetzmäßigkeit. Ein jenseitiges Wesen berichtet über ein Medium über seine Erfahrung <sup>216</sup>

---

216 'Was uns erwartet', Erfahrungsberichte aus der „Geistigen Welt“, zusammengestellt von Prof.Dr.Hinz – Verlag „Geistige Loge“, Zürich 1962, S. 57-62

*„Ich wurde in eine begüterte Familie hineingeboren, begütert? Ich möchte eher sagen: reich. Dementsprechend war auch mein Leben und waren die Menschen, mit denen wir verkehrten. Wer nicht von unserem Stand war, war uns untertan, und wir versuchten, so viel wie möglich Nutzen aus ihnen zu ziehen. Das ging nicht immer so leicht. Man leistete uns Widerstand, der nur mit Gewalt gebrochen werden konnte. Für uns war das selbstverständlich. Wir hatten Gewalt angewandt mit der Peitsche, mit den Stiefeln, ganz gleich, wie es sich gerade ergab. So hatten wir uns Respekt verschafft, und wir glaubten dabei, dass dies unser gutes Recht wäre. So hatte ich manchem die Peitsche mitten ins Gesicht geschlagen, weil er meinen Anforderungen nicht rasch genug entsprach, oder weil ich da und dort einen inneren Widerstand verspürte.*

*Ich musste von dieser Welt abtreten und dann - dann kam die schwere Zeit. Höhere Wesenheiten klagten mich an und führten mich vor all jene hin, die von mir misshandelt worden waren und vor mir ins Jenseits kamen. Sie standen alle vor mir und blickten mich so vorwurfsvoll an. Immer wieder hieß es: „Ich klage dich an!“ Das eine Mal wegen Misshandlung, das andere Mal wegen anderer Gewalttaten. Und jedes Mal, wenn man mir ein solches Wesen vor Augen führte, erlebte ich das an mir, was ich ihnen im Leben angetan hatte. Man führte es mir wieder vor Augen, wie ich jenen Menschen mit der Peitsche schlug. Aber jetzt war es nicht der andere, der die Schmerzen verspürte, sondern mit jedem Schlag spürte ich sie am eigenen Geistleib ... So erlebte ich es bei jedem bis zum letzten, bis zum Kinde. Jeder wurde mir vorgeführt, und überall verspürte ich den Schmerz, den ich ihm einst zugefügt hatte. Es vergingen Jahre dabei, und dann kamen immer wieder Neue heim ins Geisterreich und wurden mir auch vorgeführt – alle, alle, mit denen ich in Verbindung war. Und immer wieder hieß es: „Du bist angeklagt! Du bist angeklagt!“ So litt ich sehr sehr lange. Ein Menschenleben lang musste ich diese Pein ertragen.*

*Dann wurde ich wiedergeboren als Krüppel. Frühzeitig verlor ich meine Eltern. Da ich in Armut geboren worden war, kam ich in eine Anstalt, in ein Waisenhaus. Das Leben war dort nicht angenehm für mich, denn ich war gezeichnet durch meine körperliche Schwäche und wurde deshalb ausgelacht. Das tat mir weh. So verbrachte ich mein ganzes Leben in dieser Anstalt, ein eintöniges Leben.*

Umgekehrt führt ein Wirken in schonender, fürsorglicher, sanfter Umgangsweise mit den Mitwesenzu, dass im nächsten Leben der Körper von allen Gebrechen und Leiden verschont wird. Ein Beispiel dafür gibt der Erwachte aus seinem eigenen Leben. Wir lesen in D 30:

*Weil eben der Vollendete in früherer Geburt, in früherem Dasein, in früherem Bestand, wie er vor Zeiten Mensch geworden war, keinerlei Wesen verletzen mochte, weder mit der Hand noch mit einem Stein, weder mit Stock noch mit Messer: weil er solch ein Wirken vollbracht, immer gepflegt, vermehrt und vergrößert hatte, war er bei der Auflösung des Körpers, nach dem Tode auf gute Fährte, in selige Welt emporgelangt. Von dort abgeschieden, zu dieser Welt wiedergekehrt, wird er, wenn er im Hause bleibt, König werden, Kaiser. Ein König geworden, erlangt er nun was? Rüstig ist er und gesund. Seine Kräfte sind gleichmäßig gemischt, weder zu kühl noch zu heiß. Wenn er aber aus dem Haus in die Hauslosigkeit zieht und ein Erwachter geworden ist, erlangt er dann was? Rüstig ist er und gesund. Seine Kräfte sind gleichmäßig gemischt, weder zu kühl noch zu heiß, den mittleren Kampf zu bestehen. Nicht mit der Faust, mit Steinwurf nicht und Stockesschlag, nicht mit dem Schwert, um irgend zu verletzen je, verschüchternd nie, bedrückend und bedrohend nicht: verletzen mocht' er keinen, keinen kränken nur.*

Mahatma Gandhi sagt zum gleichen Zusammenhang:



*Wir sind hilflos Todgeweihte, von der Feuersbrunst von himsa (Gewalt) eingefangen. In der Redewendung, dass Leben von Leben lebt, steckt ein tiefer Sinn. Der Mensch kann keinen Augenblick leben, ohne äußerlich bewusst oder unbewusst himsa zu begehen. Die bloße Tatsache seines Lebens - essen, trinken und äußere Bewegung - schließt notwendig himsa, Zerstörung von Leben, ein, und sei es noch so winzig.*

*Aber wer sich zur Gewaltlosigkeit bekennt (ahimsa), der bleibt dennoch seinem Bekenntnis treu, wenn der Ursprung all seines Tuns Mitleid ist, wenn er, so gut er es vermag, die Zerstörung des kleinsten Lebewesens vermeidet, es zu retten sucht und sich so unablässig bemüht, von der tödlichen Verstrickung in himsa frei zu werden. Er wird daher ständig an Selbstzucht und Mitleid zunehmen.*

Es gibt Menschen, die bei Auseinandersetzungen mit anderen oder bei Verdruss über das Verhalten von Haustieren gleich tötlich werden, und das heißt ja, andere Wesen am Körper treffen wollen, ihnen Schmerzen bereiten wollen. Es gibt auch Menschen, die, ohne bewusst Schmerzen bereiten zu wollen, doch die Art an sich haben, ihren Ärger körperlich gewaltsam auszulassen, etwa durch Schlagen oder Steinwerfen. Andererseits gibt es Menschen, die auch im erbittertsten Streit bei größter Kränkung und sogar körperlicher Verwundung sich doch nicht entschließen können, mit ihrem Körper, mit Händen oder Füßen oder Waffen auf den Körper des Nächsten, des Menschen oder Tieres einzudringen. Aber diese Menschen sind sehr selten, und die des anderen Extrems sind auch nicht die Regel. In manchen Ländern ist es üblicher, bei irgendwelchen Meinungsverschiedenheiten tötlich vorzugehen, in anderen ist es weniger üblich. Und natürlich gibt es in jedem Land Menschen, die unterschiedlich tötlich reagieren. Auch hier müssen wir wieder zwischen den beiden vom Erwachten genannten Extremen die Skala der vielen Möglichkeiten sehen. Und wenn wir uns und unsere Neigungen und unser praktisches Tun in den verschiedenen Lebenssituationen aufmerk-

sam beobachten, werden wir erkennen können, wo wir unseren Platz auf der Skala zwischen der körperlich rohen und der sanften Aktionsweise haben. Hinter der rohen Verhaltensweise kann die Absicht des Verletzens stehen, aber es kann auch ganz fehlen, nur einfach die Angewöhnung der rohen Auseinandersetzungsweise ohne direkte Verletzungsabsicht bestehen. Natürlich hat dieser Unterschied in der Motivation des Wirkens auch entsprechende Unterschiede in der Wirkung, d.h. in der karmischen Ernte. Aber wie der Erwachte zeigt und wie auch in anderen Religionen berichtet wird, bleibt es dabei: Aus aktiver körperlicher Schädigung und körperlich roher Behandlung geht hervor, dass der Täter später in dieser oder jener Weise körperlich geschädigt ist. Die „Umwelt“ ist nur Spiegel des „Ich“, die Wirkung ist Spiegel des Wirkens. Habe ich andere gewaltsam verletzt, habe ich Verletzen in die Welt gesetzt, so begegnet mir diese Erscheinung in Form von Gebrechen am eigenen Körper oder durch Schaffung von Rächern, die mir wiederum gewalttätig und verletzend begegnen, oder durch Schaffung einer Umgebung von grausamen Wesen. Immer entsprechen sich „Ich“ und „Umwelt“.

Alle Menschen dieser Erde sind mit einem bestimmten Grad der Langlebigkeit oder Kurzlebigkeit ausgestattet und verfügen ebenso über einen ganz bestimmten Grad körperlicher Rüstigkeit, Gesundheit oder Gebrechlichkeit. Und nun vernehmen wir, dass die Ursachen dafür nicht bei einem blind waltenden Schicksal oder einem Schöpfergott liegen, sondern in ganz bestimmten, konkreten Gesinnungs- und Verhaltensweisen von uns selber, von Gesinnungs- und Verhaltensweisen, die wir langsam aber sicher ändern können. Damit hat der Erwachte eine Wegweisung durch die Kette der Erdenleben gegeben, die allein schon in diesen beiden für uns wichtigen Lebensqualitäten zu einer im Westen ganz ungeahnten Macht führt, quälende Fragen zu lösen und das eigene „Schicksal“ selber in die Hand zu nehmen: So wie unsere gegenwärtige körperliche Beschaffenheit die Ernte ist von unserer Verhaltensweise in früheren Leben, so können wir mit unserer jetzi-

gen Verhaltensweise für weitere Verbesserung unseres Lebens und unserer körperlichen Beschaffenheit sorgen.

Die Bedingung für Hässlichkeit und Schönheit

*Da ist, Subho, irgendeine Frau oder ein Mann zornig, leicht aufbegehrend. Wenn auch wenig gesagt wird, ist man unwillig, zornig, übelwollend, widersetzt sich, legt Ärger, Ablehnung und Unzufriedenheit an den Tag. Da lässt solches Wirken, also angewöhnt und zu eigen gemacht, nach dem Versagen des Körpers jenseits des Todes abwärts geraten auf üble Bahn, zur Tiefe hinab, in höllisches Dasein; oder aber, wenn man nicht dorthin gelangt, sondern wieder Menschentum erreicht, wird man, wenn man neu geboren wird, hässlich sein.*

*Das ist die Vorgehensweise, Subho, die zu Hässlichkeit führt, dass man da zornig ist, leicht aufbegehrend; wenn auch wenig gesagt wird, unwillig ist, zornig, übelwollend sich widersetzt, Ärger, Ablehnung und Unzufriedenheit an den Tag legt.*

*Da ist, Subho, irgendeine Frau oder ein Mann nicht zornig, nicht leicht aufbegehrend. Wenn auch wenig gesagt wird, ist man nicht unwillig, nicht zornig, nicht übelwollend, widersetzt sich nicht, legt nicht Ärger, Ablehnung und Unzufriedenheit an den Tag. Da lässt solches Wirken, so angewöhnt und zu eigen gemacht, nach dem Versagen des Körpers jenseits des Todes auf gute Bahn geraten, in himmlische Welt; oder wenn man nicht dahin gelangt, sondern Menschentum erreicht, wird man, wenn man neu geboren wird, schön sein.*

*Das ist die Vorgehensweise, Subho, die zu Schönheit führt, dass man da nicht zornig ist, nicht leicht aufbegehrt; wenn auch wenig gesagt wird, nicht unwill-*

*lig ist, nicht zornig, nicht übelwollend, sich nicht widersetzt, nicht Ärger, Ablehnung und Unzufriedenheit an den Tag legt.*

Der Erwachte gibt hierüber ein Beispiel aus seinem früheren Leben (D 30):

*Weil eben der Vollendete in früherer Geburt, in früherem Dasein, in früherem Bestand, wie er vor Zeiten Mensch geworden war; nicht zornig gesinnt war; nicht leicht aufbegehend war; wenn ihm auch viel gesagt wurde, nicht unwillig war; nicht zornig, übelwollend war; sich nicht widersetzte, nicht Ärger, Ablehnung und Unzufriedenheit an den Tag gelegt hat, war er nach dem Versagen des Körpers jenseits des Todes auf gute Bahn geraten, in himmlische Welt. Von dort abgeschieden, zu dieser Welt wiedergekehrt, hat er dann dieses Merkmal eines großen Mannes empfangen, dass der Körper gülden leuchtet, seine Haut wie Gold erglänzt.*

Diese vom Erwachten an dritter Stelle genannte Eigenschaft des Zürnens empfinden wir wohl als eine, die uns ganz besonders angeht. Wir kommen uns nicht so leicht als Mörder oder als Rohlinge vor, aber der Zorn und das Aufbegehren bei Durchkreuzung von Absichten, Nichterfüllung von Wünschen, vermeintlich ungerechter Behandlung - das liegt uns erheblich näher. Auch hier hat der Erwachte wieder nur die Extreme genannt: wenn jemandem auch nur wenig gesagt (d.h. vorgehalten oder als Fehler nachgewiesen) wird, so wehrt er sich dennoch mit ärgerlichen Worten oder mit Gegenangriffen. Oft pflegt man auch noch nach dem Streit eine entsprechend üble Gesinnung, ist ärgerlich, verdrossen, grollt dem anderen. Und wenn man ihn später wieder sieht, denkt man sofort wieder an die empfundene Kränkung. Ärger kommt erneut auf. Zorn und Groll werden in den Lehrreden oft zusammen genannt. Was einst Zorn war, wird später Groll, Hass, Rachsucht, weil man nicht vergessen kann, was andere einem angetan haben. So

sagt *Bollmann*:

*Wie eine vergiftende Krankheit frisst sich der Ärger im Leben des Menschen ein. Er verdüstert das Dasein, zerstört alle Lust am Leben und macht den Menschen unerfreulich für sich und andere.*

Wer dagegen den Blick auf sich selbst richtet und bei sich bemerkt, wie Ärger und Verdruss in ihm bohren, wie er jetzt nicht mit wohlwollender Gesinnung seinen Nächsten gegenübersteht, sondern abgeschlossen, abgewandt, gegengewandt, missmutig, übelwollend, der sieht ganz deutlich, selbst ohne die Belehrung des Buddha, dass solche Gesinnung ihn in eine andere Richtung bildet und ihm ein anderes Schicksal „beschert“ als die wohlwollende, heitere, gelassene Gesinnung, die über der Situation steht.

Der Erwachte nennt sieben üble Folgen, die aus dem Zorn entstehen (A VII,60) :

Die erste Folge ist die in unserer Lehrrede M 135 ausschließlich genannte, dass ein von Zorn überwältigter, zornverzehrter Mensch hässlich wird.

Die zweite Folge ist, dass der Zornige auch auf dem weichsten Bett nicht gut schläft. Die Zornregungen verfolgen ihn, lassen ihn schlecht träumen und sich unruhig hin- und herwälzen.

Die dritte Folge ist, dass der Zornige so affektgeladen ist, dass er nicht mehr seinen Vorteil von seinem Nachteil unterscheiden kann.

Als viertes kann man durch Zorn oder Jähzorn sich zu schweren gesetzwidrigen Handlungen hinreißen lassen, die schwerwiegende Maßnahmen nach sich ziehen. Man kann dadurch sein Vermögen oder für lange Zeit seine Freiheit verlieren.

Fünftens wird der Zornige Ansehen verlieren, so wie er seine Selbstbeherrschung verlor.

Sechstens: Wenn er auch viel Freunde hatte, so meiden die-

se ihn bald und ziehen sich von ihm zurück.

Das Siebente aber ist der auch in M 135 genannte Extremfall, dass er nach dem Tod auf den Abweg gelangt, zur Hölle.

Eine christliche Nonne, *Schwester Hadewich* aus Holland, nennt ganz ähnliche sieben Schädigungen durch Zorn:

*Siebenfacher Schaden entsteht durch Zorn:*

*Weisheit wird vergessen.*

*Das Zusammenleben wird gestört.*

*Der heilige Geist wird vertrieben. Der böse Geist wird gestärkt.*

*Die Freundschaft wird irre, bleibt unbetätigt, wird vergessen.*

*Tugend wird hintangesetzt.*

*Siebtens aber raubt der Zorn die Reinheit des Wesens, lässt immerzu mit Argwohn um sich spähen und die Wonnen der brüderlichen Liebe vergessen.*

*Und fern bleibt ihm die Kenntnis des himmlischen Wesens.*

Der Erwachte und ein christlicher Mönch nennen drei Grade von Zorn, der die Menschen befällt, je nachdem, wo sie auf der Skala des Zornes stehen: ganz unten: fast lebenslänglich versunken in Zorn, Groll, Wut; in der Mitte: nach einiger Zeit doch zur Ruhe kommend; oben: nur kurze Zeit zornig, doch bald wieder beruhigt. Wir können daraus ersehen, an welchem Punkt der Zornskala, der Wirkensskala zwischen diesen drei Hauptabschnitten wir stehen, und können daraus entnehmen, wie es uns in Zukunft ergehen würde, wenn wir uns nicht immer mehr von ihm befreien.

Der Erwachte sagt (A III,133):

*Drei Menschen, ihr Mönche, sind in der Welt anzutreffen. Welche drei?*

*Der der Spur im Stein gleichende Mensch, der der Spur auf dem Erdboden gleichende Mensch und der der Spur im Wasser gleichende Mensch.*

*Welcher Mensch aber gleicht der Spur im Stein?*

*Da gerät ein Mensch häufig in Zorn, und dieser Zorn haftet ihm lange an. Gleichwie nämlich die Spur in einem Stein nicht so bald vergeht, weder durch Wind noch durch Wasser; sondern lange bestehen bleibt; ebenso auch, ihr Mönche, gerät da ein Mensch häufig in Zorn, und dieser Zorn haftet ihm lange an. Von diesem Menschen sagt man, dass er der Spur im Stein gleicht.*

*Welcher Mensch aber gleicht der Spur auf dem Erdboden?*

*Da gerät ein Mensch zwar häufig in Zorn, aber dieser Zorn haftet ihm nicht lange an. Gleichwie nämlich die Spur auf dem Erdboden gar bald vergeht, sei es durch Wind oder Wasser; und nicht lange bestehen bleibt; ebenso auch, ihr Mönche, gerät da ein Mensch zwar häufig in Zorn, aber dieser Zorn haftet ihm nicht lange an. Von diesem Menschen sagt man, dass er der Spur auf dem Erdboden gleicht.*

*Welcher Mensch aber gleicht der Spur im Wasser?*

*Da trachtet ein Mensch, selbst wenn er hart, grob und unliebsam angefahren wird, nach Eintracht, ist versöhnlich und freundlich. Von diesem Menschen sagt man, dass er der Spur im Wasser gleicht.*

*Diese drei Menschen, ihr Mönche, sind in der Welt anzutreffen.*

Ähnlich sagt ein Mönch der Ostkirche, *Abbas Dorotheos* über drei Arten von Zorn:

*Viele folgen widerstandslos der aufsteigenden leidenschaftlichen Regung, die sie in verschiedenem Ausmaß erfasst. Der eine hört ein verletzendes Wort und erwidert sogleich fünf oder zehn böse Worte, ist feindselig, aufgebracht. Selbst nachdem die Erregung vorüber ist, grämt er sich ständig, dass er nicht noch viel mehr erwidert. Er denkt im Innern noch verletzendere Antworten für die Zukunft, kocht vor Zorn und hegt ein Leben lang Feindschaft. Die böse Verfassung wird hier zur Gewohnheit.*

*Andere ärgern sich und reagieren genauso, doch kommen*

*sie - je nach dem Stadium der Leidenschaft - nach Monaten, Tagen oder Stunden zur Besinnung und lassen vom Nachtragen ab.*

*Andere entflammen kurz und beruhigen sich sogleich wieder. Sie alle befinden sich in einem höllischen Zustand und unterliegen, solange die Leidenschaft in ihnen währt, einer Höllenqual.*

Wenn in einem Menschen Zorn aufkommt, so braucht er sich deswegen noch nicht schlecht vorzukommen. Der größere Mangel liegt daran, dass man ihn nicht bald wieder abschüttelt. Wir müssen wissen: Zorn ist so lange unvermeidlich, als ein Mensch noch Anliegen an die äußere Welt hat. Zorn kommt bei fast allen Wesen der Sinnensuchtwelt auf, sowohl bei den Menschen, erst recht bei den untermenschlichen Wesen, aber auch bei Geistern und Göttern, soweit sie noch nicht in der Herzenseinigung leben. Solange ein Wesen irgendwelche Anliegen hat, die durch irgendwelche äußeren Umstände unerfüllt bleiben oder durchkreuzt werden, so lange muss auch je nach der Stärke des inneren Anliegens nun die Durchkreuzung als störend bis zerstörend empfunden werden, und das tut immer im ersten Augenblick weh. Damit ist schon der Anfang des Zorns gegeben. In dem Sinn sagt der weit geläuterte christliche Mystiker *Makarios*:

*Wenn ihr die Sanftmut erlangt  
und den Zorn abgelegt habt,  
dann bedarf es nicht mehr viel,  
um eure Seele von der Knechts-  
schaft zu befreien.*

Darin zeigt sich, dass wir den Zorn als ein Zeichen unserer Knechtschaft durch die sinnliche Befriedigung betrachten müssen. Solange sinnliche Befriedigung erwartet und dann plötzlich verhindert wird, so lange kommt Zorn auf. Aber es geht darum, die Wildheit und Hässlichkeit des Zorns und das



Üble, das von ihm ausgeht, bald zu empfinden, um ihn schnell wieder abzutun.

In einem ähnlichen Sinn sagt der römische Dichter *Ovid*:

*Wahrlich, je größer der Mensch,  
um so versöhnlicher ist er im Zorn,  
denn ein edles Gemüt  
fühlt sich stets zur Güte geneigt.*

Diesen Äußerungen braucht nicht viel angefügt zu werden. Wer sich selbst beobachtet, der findet sie als unmittelbar lebensnah und richtig. Alle hochsinnigen weltlichen Lehren und alle Religionen empfehlen, der Mensch solle von Anfang an anstreben, sehr bald Herr seines Zorns zu werden, indem er von höherer Warte aus betrachtet und einsieht, dass letztlich alle Lebenssituationen, auch die augenblickliche Durchkreuzung eigener Anliegen, von ihm selbst geschaffen worden sind und nun zurückkehren nach dem karmischen Gesetz. Und er betrachtet und bedenkt zugleich, dass er mit Zorn sich grob und wild gegen lebende Wesen, Menschen oder Tiere, wendet und damit die Freundschaftlichkeit und Harmonie zerstört. Das alles wird einem hochsinnigen Menschen peinlich, ja unerträglich. Und er wird gewillt, das Leiden, das ihn trifft, zu tragen. Daraus ergibt sich eine große Genugtuung, mit sich selber fertig zu werden. Wenn man erlebt, dass alles schief gegangen ist, dann hat man die Wahl, sich zu empören oder sich zunächst ganz in sich zurückzuziehen, wie wenn man einen Winterschlaf hielte, vielleicht zuerst ärgerlich, aber nur nicht nach außen explodieren. Dann wird aus dem Ärger allmählich Traurigkeit, und daraus wächst allmählich Wehmut, Einsicht, und nachher ist man ganz bei sich zufrieden. Dann denkt man: „Das hast du alles ganz mit dir allein ausgetragen, so ist es gut. Du bist gar nicht auf andere angewiesen. Du wirst auch allein fertig.“ Und wenn wieder eine große Enttäuschung kommt - sie kann ja nur bei Irrtum kommen - dann weiß man schon: „Überlass dich wieder diesem Prozess, geh wieder für dich allein!“ Und dann läuft der Prozess auch schon schneller

ab. Schneller ist man aus den gefährlichen ersten Tagen heraus und ist schon länger und besser im Hinnehmen und in der Geduld. Eine Hilfe dazu nennt *Friedrich Wilhelm Förster*:

*Zwingt euch immer, an die guten Seiten des anderen zu denken und an die Wohltaten, die er euch vielleicht schon erwiesen, oder überhaupt an das Gute und Erfreuliche, was ihr von ihm gelernt habt – vergegenwärtigt euch alles recht hell, dann lichtet sich das Dunkel eures Ärgers.*

Ähnlich gibt der Erwachte in A V,62 „Fünf Mittel zur Überwindung des Grolls.“

Im *Mahābhārata* wird über die Versöhnlichkeit und Nachsicht ein Lobpreis angestimmt, der der Sanftheit des Inders entspricht:

*Man muss jede Beleidigung, wie immer sie auch sei, verzeihen. Es ist gesagt worden, dass das Fortbestehen der Menschheit aus der Fähigkeit des Verzeihens erwächst. Verzeihen ist heilig: es erhält die Welt in ihrem Bestand; Verzeihen ist die Macht des Starken, ist Opfer und Ruhe der Seele. Verzeihen und Sanftmut sind Eigenschaften der Selbstbeherrschung. Sie stellen die ewige Tugend dar.*

Diese Haltung prägt das Äußere des Menschen. Aus einem beruhigten sanften Gemüt, wie es der Zornlose und Hasslose besitzt, werden Körperhaltung und Gesichtszüge entspannt, sie lockern sich, werden „schön“. Einem Antlitz gegenüber, das schön aussieht, das Sanftmut und Milde ausdrückt, ist der Mensch aufgeschlossener, entgegenkommend, mehr zugeeignet, fühlt sich geborgen und befriedet. So sagt Jesus: *Selig sind die Sanftmütigen, denn sie werden das Erdreich besitzen.* Die Sanftmut hebt selbst das Böse, das mir begegnet, auf, indem ich es nicht weitertrage, sondern fallenlasse. Dadurch wird die Welt erhellt, während aller Widerstand nie zum Frieden und zum Ende kommen lässt. Haben wir schon einmal

erlebt, dass man sich freiwillig einem unversöhnlich Zornmütigen unterordnet? Selbst wenn er recht hat, ist man wütend auf ihn; aber einem wahrhaft Sanftmütigen ordnet man sich gern unter. Äußerlich wirkt der Zornige als ein Herrscher, aber wenn man seine Umgebung genauer prüft, merkt man den Protest bei den anderen. Die Feigen heucheln und die Starken protestieren offen. Fast jeder Tyrann ist eines unnatürlichen Todes gestorben; aber den Sanftmütigen folgt man gern, schenkt ihnen Vertrauen. Ein persisches Wort sagt: *Eine sanfte Hand kann einen Elefanten an einem Haar leiten.*

Die Bedingung für Dürftigkeit und Unbeliebtheit  
und seelischen Reichtum und Beliebtheit

*Da ist, Subho, irgendeine Frau oder ein Mann neidisch. Wenn andere etwas erreichen, geehrt werden, ernst genommen werden, hoch angesehen werden, bewundert werden, verehrt werden, so ist er neidisch, missgünstig, ist an den Neid gebunden. Da lässt solches Wirken, so angewöhnt und zu eigen gemacht, nach dem Versagen des Körpers jenseits des Todes abwärts geraten auf üble Bahn, zur Tiefe hinab, in höllisches Dasein; oder aber, wenn man nicht dorthin gelangt, sondern wieder Menschentum erreicht, wird man, wenn man neugeboren wird, trockenen Gemütes sein, dürftig, nicht beliebt sein.*

*Das ist also die Vorgehensweise, Subho, die zu trockenem Gemüt führt, dass man da, wenn andere etwas erreichen, geehrt werden, ernst genommen werden, hoch angesehen werden, bewundert werden, verehrt werden, neidisch, missgünstig, an den Neid gebunden ist.*

*Da ist, Subho, irgendeine Frau oder ein Mann nicht neidisch: wenn andere etwas erreichen, geehrt werden, ernst genommen werden, hoch angesehen werden, be-*

*wundert werden, verehrt werden, so ist man nicht neidisch, missgünstig, ist an den Neid nicht gebunden. Da lässt solches Wirken, so angewöhnt und zu eigen gemacht, nach dem Versagen des Körpers jenseits des Todes auf gute Bahn geraten, in himmlische Welt; oder wenn man nicht dahin gelangt, sondern Menschentum erreicht, wird man, wenn man neugeboren wird, von reichem Gemüt, sympathisch und beliebt sein.*

*Das ist also die Vorgehensweise, Subho, die zu reichem Gemüt führt, dass man da nicht neidisch ist, nicht missgünstig, nicht an den Neid gebunden ist.*

Es gibt viele Aussagen von Kennern der menschlichen Psyche über den Neid und die trübe Gemütsverfassung des Neidischen. Einige mögen hier folgen.

*Wer andere um ihre Reichtümer, ihre schöne Gestalt, ihren Heldenmut, ihre edle Abstammung, ihre Freuden, ihr Glück und um die Ehre, die ihnen erwiesen wird, beneidet, der hat es mit einer endlosen Krankheit zu tun. (Mahābhārata)*

*So wie die Geier an Wiesen und duftigen Plätzen vorbeifliegen und den übelriechenden nacheilen - und so wie die Fliegen an dem Gesunden vorbeilaufen und sich auf das Geschwür stürzen, ebenso sehen die Neider das Leuchtende im Leben und die Größe guter Handlungen nicht einmal an, sondern werfen sich auf das Faule und Schlechte. (Basilius der Große)*

*Das Herz des Neidischen ist Galle und Bitterkeit. Seine Zunge speit Gift. Voll Gram sitzt er in seiner Behausung. Und das Gute, das einem anderen widerfährt, ist ihm ein Übel. Er liegt auf der Lauer und sinnt nur Unheil, aber des Menschen Abscheu verfolgt ihn; er wird im eigenen Netz gefangen wie eine Spinne.*

*(Aus dem Tandschur)*

*Der Neid ist ein hässliches, verabscheuungswürdiges Laster, das direkt der Nächstenliebe widerspricht. Diese freut sich an dem Glück des Nächsten, sucht es zu erhalten und zu vermehren. Der Neid aber betrachtet dieses Glück des anderen als ein Übel für sich und wird darüber traurig. (Johannes Chrysostomos)*

Das Aufkommen von Neid hat mehrere Voraussetzungen. Die äußere Voraussetzung besteht darin, dass man bei einem anderen etwas sieht, was man selber gern haben möchte, aber nicht hat, seien es körperliche oder geistige Eigenschaften, Anerkennung, Liebe, Verwandtschaft oder Besitz. Aber ohne eine bestimmte innere Eigenschaft kann Neid trotz mancher Wünsche und obwohl man das Gewünschte bei anderen sieht, nicht aufkommen: wer sich nämlich über die Vorzüge oder die Freude seiner Mitmenschen freut, der kann sie um deren Besitz, den er nicht hat, doch nicht beneiden. Zu dieser Mitfreude gehört ein gewisser Grad von Nächstenliebe. Bei demjenigen, der diesen Grad nicht hat, zieht dann, wenn er bei dem anderen selber Begehrtes sieht, der kalte Neid ein, das heißt, er hat keinerlei Mitempfinden mit dessen Wohlergehen, sondern denkt nur an seinen Mangel und kann darum an dem Wohl des anderen nicht teilnehmen. Er verkneift sich, blickt hämisch, ist neidisch. Derjenige aber, der eine gewisse Nächstenliebe hat oder verwandtschaftliche oder freundschaftliche Neigung zu dem Betreffenden, der freut sich mit ihm, wenn er bei ihm etwas sieht, das er auch gern hätte. Er teilt die Freude des anderen an dessen Besitz - und damit nimmt er teil an dem Besitz des anderen. Es ist ihm wohl, wenn er den anderen glücklich und froh weiß.

Eine oft nicht klar ausgesprochene Grundwahrheit durchzieht alle Religionen: Was wir bei anderen verehren und lieben, das werden wir selber. Was wir nicht gelten lassen bei anderen, das verkümmert auch bei uns. Der Hochsinnige rafft sich auf, wenn er sieht: „Die werden gelobt, haben Erfolg.“ Er nimmt seine Kräfte zusammen, um seinen Vorbildern nachzu-

eifern. Der Neidische aber lähmt seine Kräfte durch dunkle, gefühlsgeladene Gedanken: „Gerade der, von dem ich doch das und das Üble weiß, der muss ausgerechnet dieses Glück haben.“ So bedenkt er nicht das Gute der guten Eigenschaften, wächst ihnen nicht zu, sondern lässt gar durch sein dunkles Brüten noch eigene Fähigkeiten ungenutzt. So wird er im Gemüt trocken, dürrig, trübe, ist sich selbst im Weg, wie es in den Aussagen zweier Kenner der Psyche zum Ausdruck kommt:

*Der Neider bekämpft sein eigenes Glück. Er beschäftigt sich so viel mit dem Zustand der anderen und kümmert sich so intensiv um die Herabsetzung des Nächsten, dass er seine eigene Lage nicht zu verbessern sucht. Diese Vernachlässigung des eigenen Glückes und der Wille, den anderen unglücklich zu machen, auch wenn man selbst an dem Glück der anderen teilhätte, ist letzten Endes in Bezug auf die Folgen ein Krieg gegen sich selbst. Deshalb gibt es nichts Schlimmeres als den Neid.*

*(Johannes Chrysostomos)*

*Wir verkleinern gewöhnlich die anderen, um dadurch selbst größer zu erscheinen, und merken nicht, wie wir uns dabei selbst vermindern, denn wir engen dadurch unser Mitgefühl und unseren geistigen Gesichtskreis ein. (Robert Saitschick)*

*Da sind diejenigen besser dran, die sagen: „Da ist ein Großer, dem will ich nacheifern“. Selbst wenn man im ersten Augenblick noch bedauern mag, dass man die Vorzüge des anderen nicht hat, so mag man sich bemühen, keinen Neid aufkommen zu lassen, sondern sich in den anderen hineinzuversetzen, mit ihm zu fühlen, sich mit ihm zu freuen und den guten Eigenschaften des Glücklicheren, die zu Wohl geführt haben, anerkennend selber nachzustreben. Auch hier gibt es auf der langen Skala der Neid/Mitfreude-Eigenschaft alle Grade vom Neid bis zu starker Mitfreude. So wie wir denken, so ist die Eigenschaft, die wir in uns großziehen, und dement-*

*sprechend erleben wir. Die auf dieser Skala sich aufwärts entwickeln, sind auf dem Wege, innerlich reicher zu werden. Der innerlich Reiche hat gute Auffassungsgabe, Freundlichkeit und Geschick im Umgang mit den Nächsten, kurz, alle Tugenden, die ihn dann in der Regel auch beliebt und anerkannt sein lassen, wo aber zeitweilig (wegen anderen früheren Wirkens) Anerkennung und Beliebtheit ausbleiben, geduldig und hell in seinem inneren Reichtum zu ruhen.*

Wer anderen diesen inneren Reichtum nicht gönnt, dessen Denken läuft in engen Bahnen. Sein Fühlen und Handeln wird verengt, und entsprechende Umwelt erlebt er. Schon zu Lebzeiten lugt er ja trübe nach dem Finsteren, hat sich dem Finsteren wesensgleich gemacht.

Umgekehrt aber wird einer, der anderen die Größe und Höhe, die sie gewonnen haben, nicht nur gönnt, sondern sich darüber freut, und die Weite ihres Wesens mit Aufgeschlossenheit und Zugewandtheit betrachtet, selber dahin wachsen. Ein solcher hat in sich eine Großherzigkeit entwickelt, die in der Antike „die Tugend der großen Seele“ genannt wurde und von der Jean Paul sagt: „Zum Mitleiden gehört ein Mensch, zum Mitfreuen gehört ein Engel.“ Viele Kenner der Psychenlehre weisen darum den Menschen immer wieder darauf hin:

*Alles Gute, das du nicht hast, musst du an dem, der es besitzt, betrachten und für bewundernswert und groß halten.  
(Ägidius von Assisi)*

*Sobald ich den liebe, der mir überlegen ist, schwindet der Neid, und ich wachse zu seiner Höhe empor. (R.W. Emerson)*

*Das beste Mittel gegen den Neid ist aufrichtige, herzliche Liebe zum Nächsten, die auch in praktischen Liebeserweisen sich äußert. (Viktor Cathrein)*

*Es gehört mehr edelmütiger Sinn dazu, mit den Fröhlichen sich zu freuen als mit den Weinenden zu weinen. Zu diesem*

*letzteren leitet die Natur selbst an; wenige sind so steinhart, dass sie nicht fremdem Unglück Tränen widmeten. Dagegen gehört eine edelmütige Seele dazu, den Glücklichen nicht nur nicht zu beneiden, sondern sich mit ihm auch zu freuen.*  
(Johannes Chrysostomos)

*Schon dämmt 's im Zimmer und dunkelt 's,  
das Tageslicht schwindet dahin;  
doch drüben beim Nachbar, da funkelt 's,  
als wäre sein Fenster Rubin.*

*Die Scheiben, gen Westen gewendet,  
entzündet ein purpurner Strahl,  
den scheidend die Sonne noch spendet  
ins abendlich dämmernde Tal.*

*Und mich in der schattigen Halle,  
zum dunkelnden Osten gekehrt,  
beleuchtet die rosige Helle,  
die drüben die Fenster verklärt.*

*So freue dich frohen Geschickes,  
ging dir 's auch am Hause vorbei,  
genieße benachbarten Glückes,  
als ob es dein eigenes sei!*  
(Gerok)

### Die Bedingung für Armut und Reichtum

*Da wendet, Subho, irgendeine Frau oder ein Mann Asketen oder Geistlichen keine Gabe zu: Speise und Trank und Kleidung, Wagen und Schmuck und duftende Salben, Lager und Obdach und Licht. Da lässt solches Wirken, so angewöhnt und zu eigen gemacht, nach dem Versagen des Körpers jenseits des Todes abwärts geraten auf üble Bahn, zur Tiefe hinab, in höllisches Dasein; oder aber, wenn man nicht dorthin ge-*



*langt, sondern wieder Menschentum erreicht, wird man, wenn man neugeboren wird, arm sein.*

*Das ist also die Vorgehensweise, Subho, die zu Armut führt, dass man da Asketen oder Geistlichen keine Gabe zuwendet: Speise und Trank und Kleidung, Wagen und Schmuck und duftende Salben, Lager und Obdach und Licht.*

*Da wendet, Subho, irgendeine Frau oder ein Mann Asketen oder Geistlichen Gaben zu: Speise und Trank, Kleidung, Wagen, Schmuck und duftende Salben, Lager und Obdach und Licht. Da lässt solches Wirken, so angewöhnt und zu eigen gemacht, nach dem Versagen des Körpers jenseits des Todes auf gute Bahn geraten, in himmlische Welt; oder wenn man nicht dahin gelangt, sondern Menschentum erreicht, wird man, wenn man neugeboren wird, reich sein.*

*Das ist die Vorgehensweise, Subho, die zu Reichtum führt, dass man da Asketen und Geistlichen Gaben zuwendet: Speise und Trank und Kleidung, Wagen und Schmuck und duftende Salben, Lager und Obdach und Licht.*

Während im Vorangegangenen der Reichtum an seelischen Qualitäten besprochen wurde, geht es jetzt um die Erlangung von materiellem Reichtum. Hier wird von Spenden an Asketen und Geistliche gesprochen, und zwar von reichlichen Spenden, nämlich auch: Kleidung, Wagen, Schmuck, duftende Salben, Lager, Obdach und Licht. Das sagt der Erwachte nicht im Interesse seiner Mönche, denn ihnen hat er zur Regel gemacht, sich nicht zu salben und zu schmücken usw. Sie nehmen nur zu einer Tageszeit Essen zu sich, bekommen nach einem Jahr oder nach einigen Jahren wieder ein neues Tuch zum Gewand und wohnen entweder im Freien oder in einem von einer Dorfgemeinschaft gestifteten Kloster. Auch Pferd und Wagen und dergleichen nehmen die Mönche nicht an, sondern gehen

nur zu Fuß. Dies alles hat der Erwachte nur gesagt aus den Gegebenheiten seiner Zeit heraus. Die Brahmanen, die Priesterkaste, hatte sich als die erste Kaste nach oben gespielt, und viele von ihnen hatten sich allmählich an Luxus gewöhnt. Da die Brahmanen aber auch die religiösen Sprüche kannten und unter ihnen viele auch einen guten Lebenswandel pflogen und den anderen mit Rat und Tat helfen konnten, so wurde diese Kaste weitgehend verehrt. Und soweit man spenden konnte und spenden wollte, ließ man ihnen die oben genannten Gegenstände zukommen. Ebenso aber hat der Erwachte den Menschen dringend angeraten, jedem armen und bedürftigen Menschen, auch wenn er weder Asket noch Priester war, das Nötige zum Leben zu geben, soweit es möglich war. Er zählt auf, dass man geben solle an Bettler, an Wandernde und Kranke, an Hungernde und Notleidende (A V,36).

Es geht also darum, ob man im Herzen kleinlich, geizig ist und selbst da, wo man Not sieht, nicht loslassen und helfen mag, oder ob man mitempfindet mit der Not anderer und diese so gut wie möglich lindert. Wir sehen aus dem folgenden Bericht des Erwachten über sein Verhalten im früheren Leben gerade diese grundsätzliche Hilfsbereitschaft:

*Weil eben der Vollendete in früherer Geburt, in früherem Dasein, in früherem Bestand, wie er vor Zeiten Mensch geworden war, Spenden gegeben hatte von erlesenen Gerichten an fester und flüssiger Speise, an schmackhaften Getränken: weil er solch ein Wirken vollbracht, immer gepflegt, vermehrt und vergrößert hatte, war er nach dem Versagen des Körpers jenseits des Todes auf gute Bahn geraten, in himmlische Welt. Von dort abgeschieden, zu dieser Welt wiedergekehrt, erlangt er nun was?*

*Dargebracht werden ihm erlesene Gerichte an fester und flüssiger Speise, an schmackhaften Getränken. Wenn er aber aus dem Hause in die Hauslosigkeit zieht und ein Erwachter geworden ist, erlangt er dann was?*

*Dargebracht werden ihm erlesene Gerichte an fester und*

*flüssiger Speise, an schmackhaften Getränken.*

*Für Nahrung sorgt er, Armen gab er Speis' und Trank. Das Beste nur, was köstlich ist, er gab es gern. Mit solchem Wirken wohlzutun, das war sein Ziel. Im Wonnehain der Götter lebt' er lange dann.*

Aller irdische Besitz geht mit dem Tode verloren. „Das Totenhemd hat keine Taschen.“ Der Tod offenbart den restlosen Zusammenbruch des Geschäfts, das auf weltliche Dinge spekulierte. Der Erwachte sagt: Wo ein Gebäude abbrennt, da verbrennt alles mit, und nur das, was man schon vorher hinausgebracht hat, kann den Brand überstehen. Ebenso könne man aus dem Brand des Lebens nur durch Geben etwas in die nächste Existenz hinüberretten:

*Brennt rings das Haus,  
so hilft uns nur das rasch hinausgetragene Gut.  
Nur dieses nützt uns nach dem Brand,  
nicht hilft uns, was im Haus verblieb.  
Ganz ebenso brennt diese Welt,  
denn alles altert, stirbt hinweg.  
Da bringt nur reiches Geben Schutz,  
die Gaben helfen drüben uns.  
Und wer dann auch in seinem Tun, im Reden, Denken sich  
bewahrt, der findet drüben Wohl und Glück, weil er im Leben  
recht getan. (A III,54)*

*Acht Gaben eines guten Menschen gibt es. Welche acht?  
Ehrlich Erworbenes gibt er.  
Auserwähltes gibt er.  
Zur rechten Zeit gibt er.  
Erlaubtes gibt er.  
Mit Überlegung gibt er.  
Häufig gibt er.  
Beim Geben erheitert sich sein Herz,  
und nach dem Geben fühlt er sich zufrieden. (A VIII,37)*

*Wenn, ihr Jünger, die Wesen den Lohn für das Austeilen von Gaben kennen würden, wie ich ihn kenne, so würden sie nicht essen, ohne gegeben zu haben. Und es würde das Übel des Geizes nicht ständig von ihrem Gemüt Besitz ergreifen. Selbst den letzten Bissen, den letzten Brocken, den sie hätten, würden sie nicht essen, ohne auch davon abzugeben, falls Bedürftige da wären.(It 26)*

Geiz ist ein Sich-verschließen gegenüber den Bedürfnissen anderer, die man in Not sieht. Die Gleichgültigkeit des Geizes denkt: „Was geht’s mich an, wenn dieser nichts hat. Das ist nicht meine Sache.“ Aber wie sehr der Geiz dem Gleichgültigen schadet, mögen die folgenden Aussagen zeigen:

*Der Geiz vernichtet die Seele und erfüllt sie mit einem undurchdringlichen Dunkel, so dass sie das Sonnenlicht nicht mehr ertragen kann. Der Geizige verrennt sich allmählich in den dumpfsten Winkel, wohin kein einziger Strahl dringen kann: nur der Geizige kann dort aushalten, wo jeder sonst ersticken müsste, denn bei ihm hat die Natur alles verkehrt. Die Absichten, die sich anfangs zu seiner Habgier noch gesellt haben mögen, hören bald auf, Absichten zu sein und treten ganz in den Dienst der verkrümmten Triebe der Selbstliebe. Es ist die Liebe eines zusammengeschrumpften Ich zu seiner eigenen Zusammenschrumpfung, die Neigung zum Modrigen und Toten, der Hass gegen alles Weite, Große, Uneigennütziges und Lebendige; es ist eine gesteigerte Liebe zum Unterirdischen und Erstickenden, zugleich eine geheime Furcht vor dem folgenden Tage und vor dem möglichen Zusammentreffen von Verhältnissen. Welch erschreckende Vereinigung von Metaphysik und Niedrigkeit, von einseitiger Energie und Feigheit liegt in dieser leidenschaftlichen Liebe zum Gelde.*

*Robert Saitschick*

*Oft ist mancher durch das Sparen unmerklich zum Geiz ge-*

*langt; zuerst hatte er die richtige Grenze verloren, und bald darauf war er schon dem Gelde hingegeben: lässt uns doch die Gewohnheit nur zu oft den Zweck über den Mitteln vergessen. Je höher unser Ziel ist, desto reicher sind wir; ein niedriges Ziel macht uns arm. Robert Saitschick*

Neid und Geiz ist gemeinsam, dass sie nichts Gutes in die Welt geben, sondern stattdessen Dunkelheit und Kälte verbreiten. Im Geiz verkrallt sich das Ich in sein Mein. Die entgegengesetzte Haltung ist die des Loslassens, des Verzichtens. Aber es gibt auch viele Zwischengrade auf der Skala zwischen Geben und geizigem Festhalten, zum Beispiel dass einer nur die Hälfte des Nötigen gibt, es lieber festhalten möchte und gleichzeitig schon bereit und bedauert, dass er es abgibt. Der höchste Grad des Gebens ist der, dass der Geber voll Mitleid freigebig nicht wartet, bis er gefragt wird, sondern schon vorher von sich aus seine Hand öffnet, wie *Seneca* sagt:

*Wir sollten so geben, wie wir selbst gern empfangen möchten, vor allem schnell, bereitwillig und ohne Zögern. Ungewürzt ist die Wohltat, die lange an den Händen des Gebers klebt, von der er sich offensichtlich nur mit Mühe trennen konnte und die er so gibt, als müsste er sie sich abringen. Das Beste ist, dem Wunsche des anderen zuvorzukommen. Es ist unangenehm und bedrückend, gesenkten Hauptes „ich bitte“ zu sagen. Zu spät gibt, wer erst den Bittenden gibt. Daher muss man den Wunsch eines anderen zu ahnen suchen. Und wenn man Bescheid weiß, ihn der drückenden Notwendigkeit des Bittens entheben.*

Diese Haltung entkrampft, macht den Menschen hell und fröhlich, was sich auf sein Vegetatives auswirkt, und schafft eine freudige Umgebung:

*Der gute Mensch, der schwer Verzichtbares verteilt, verschenkt, loslässt, die Heil'gen als den besten Boden achtend, erhält zurück das Gute, das er schenkt. (A V,44)*

*Dem hilfsbereiten Menschen und seinem Mitleiden wird die geistige und leibliche Not aller Menschen sichtbar. Er dient, er schenkt, er leiht, er gibt Trost jeglichem nach Bedürfnis und so viel er es vermag, mit weislicher Überlegung. Durch solche Hilfsbereitschaft übt man die Werke der Barmherzigkeit: der Reiche mittels Unterstützungen und mit seinem Vermögen; der Arme mit seinem guten Willen und dem ehrlichen Wunsche, mehr zu helfen, wenn er nur könnte. So wird die Tugend der Hilfsbereitschaft erfüllt.*

*Durch die aus tiefstem Herzen stammende Hilfsbereitschaft werden alle die anderen Tugenden gesteigert, und alle die anderen Kräfte der Seele verschönt, denn der hilfsbereite Mensch ist allezeit freudigen Geistes und unbesorgten Herzens und überfließend von der Begierde, mit tugendhaftem Beistand sich an alle Menschen hinzugeben.*

*Denn wer hilfsbereit ist und nicht an irdischen Dingen hängt, der ist, wie niedrig er immer gestellt sei, Gott ähnlich; zumal sein ganzes Innere und sein Gefühl ein Ausgießen und Geben ist. Damit vertreibt er die vierte Todsünde: Geiz und Gier. (Ruisbroeck)*

Das Los des Geizigen nach dem Tod ist es, dass er nichts mitnehmen kann und mangels guter Werke nun drüben der ärmste Mann ist. Großes Begehren ist da, aber keine Erfüllung. Darum muss er immer weiter gierig nach seinen Schätzen schauen, die ihm unzugänglich sind, und muss nun die anderen beneiden, die sie verbrauchen. Das ist Gespensterdasein, welches hauptsächlich durch die Eigenschaften des Geizes und Neides gespeist wird. Kalt, dunkel, einsam, öde ist dort die Welt, so wie es zu Lebzeiten als Mensch schon in seinem Herzen aussah.

Hier im Westen wird besonders von religiösen und ethisch strebenden Menschen die Meinung vertreten: Wer einem anderen in der Absicht gibt, dass ihm später auch wieder gegeben werde oder dass er in den Himmel komme oder mit irgendeiner anderen Absicht, der gibt in unwürdiger Weise. Man muss

geben ganz ohne Absicht, nur einfach aus Mitleid.

Der Osten denkt über diese Frage anders. Nicht nur vom Buddha, sondern auch im Hinduismus wird diese Frage differenzierter gesehen und werden feine Unterschiede berücksichtigt. Generell mag man die Aussagen darüber wie folgt zusammenfassen:

Sich über die Not des anderen hinwegsetzen, nichts geben und nur an sich denken, das ist das Übelste.

Dem anderen helfend geben, um sich nach diesem Leben ein wohlthuendes weiteres Leben zu sichern, ist edler als das Nichtgeben und führt zu der erwünschten Folge.

Die Not des anderen sehen, Mitleid empfinden und die letzte Hemmung, die daran hindert, dadurch überwinden, dass man an den Segen im nächsten Leben denkt, ist noch edler.

Wenn man den Nächsten in Not sieht, dann nichts anderes im Sinn haben, als nur diese Not zu schlichten, ja möglichst schon zu verhüten, dass Not über die Nächsten kommt, den Nächsten satt und froh zu machen, ohne an die Folgen für sich selbst zu denken – das ist in Bezug auf das Geben die edelste Haltung.

Diesen Haltungen entsprechend sind hernach auch die jenseitigen Folgen:

Wer sich über die Not des anderen hinwegsetzt und nie gegeben hat, der ist drüben ein großer Hungerleider. Er sieht in seiner Umgebung köstlichste Dinge, aber er kann nicht an sie herankommen. Lange Zeit verzehrt er sich in vergeblichem Lungern und Sehnen.

Wer einem in Not befindlichen Menschen nur darum gegeben hat, weil er an sein eigenes Wohl im Jenseits denkt, der hat wenig Mitleid und große Selbstsucht. Drüben wird er das, was er anderen gegeben hat, vielfach vermehrt wiederfinden, wird sich eine Zeitlang wohlfühlen, aber diese Ernte hat er bald aufgezehrt. Damit ist das jenseitige Wohlleben beendet, und er kehrt als ein wenig mitempfindender begehrender Mensch mit entsprechendem Tun und Lassen wieder und erfährt daraus hervorgehendes zukünftiges Wohl und Wehe.

Wer aber im Anblick eines Notleidenden Mitempfinden hat und die letzte Hemmung zu geben, dadurch überwindet, dass er an die guten Folgen des Gebens nach dem Tod denkt, der ist drüben und hernach auch wieder als Mensch ein mitempfindender Mensch, der gern gibt und auch viel bekommt und Mitempfinden erfährt, so dass er sich wohlfühlt.

Wer aber ganz ohne Gedanken an die eigenen guten Folgen nur aus reinem Mitempfinden Not verhindert, lindert und aufhebt, wo immer er sie sieht und wo er helfen kann, der gelangt nach dem Tod in große Höhe, in große Helligkeit und Seligkeit; denn die hellen Gemütskräfte und Herzenseigenschaften wirken sich unvergleichlich stärker aus als die äußerlichen Taten.

### Die Bedingung für sozial niedrige und hohe Stellung

*Da ist irgendeine Frau oder ein Mann trotzig und überheblich, begrüßt keinen, der Gruß verdient, erhebt sich vor keinem, vor dem man sich erheben soll, bietet keinen Sitz an, wem ein Sitz gebührt, weicht auf dem Weg nicht aus, wem auszuweichen ist, ehrt keinen, der zu ehren ist, nimmt keinen ernst, der ernst zu nehmen ist, achtet den nicht hoch, der hoch zu achten ist, schätzt den nicht, der zu schätzen ist, verehrt den nicht, der zu verehren ist. Da lässt solches Wirken, so angewöhnt und zu eigen gemacht, nach dem Versagen des Körpers jenseits des Todes abwärts geraten auf üble Bahn zur Tiefe hinab, in höllisches Dasein; oder aber, wenn man nicht dort hingelangt, sondern wieder Menschentum erreicht, wird man, wenn man neugeboren wird, niedrig gestellt sein.*

*Das ist also die Vorgehensweise, Subho, die zu sozial niedrigem Stand führt, dass man da trotzig und überheblich ist, keinen begrüßt, der Gruß verdient, sich*



*vor keinem erhebt, vor dem man sich erheben soll, keinen Sitz anbietet, dem ein Sitz gebührt, auf dem Weg nicht ausweicht, wem auszuweichen ist, keinen ehrt, der zu ehren ist, keinen ernst nimmt, der ernst zu nehmen ist, den nicht hoch achtet, der hoch zu achten ist, den nicht schätzt, der zu schätzen ist, den nicht verehrt, der zu verehren ist.*

*Da ist wieder, Subho, eine Frau oder ein Mann nicht trotzig und überheblich, grüßt, wenn einer Gruß verdient, erhebt sich, wenn man sich vor einem erheben soll, bietet Sitz an, wem ein Sitz gebührt, weicht auf dem Weg aus, wem auszuweichen ist, ehrt einen, der zu ehren ist, nimmt ernst, wer ernst zu nehmen ist, achtet den hoch, der hoch zu achten ist, schätzt den, der zu schätzen ist, verehrt den, der zu verehren ist.*

*Da lässt solches Wirken, so angewöhnt und zu eigen gemacht, nach dem Versagen des Körpers jenseits des Todes auf gute Bahn geraten, in himmlische Welt; oder wenn man nicht dahin gelangt, sondern Menschentum erreicht, wird man, wenn man neugeboren wird, hochgestellt sein.*

*Das ist die Vorgehensweise, Subho, die zu sozial hohem Stand führt, dass man da nicht trotzig und überheblich ist, den grüßt, der einen Gruß verdient, vor dem sich erhebt, vor dem man sich erheben soll, dem Sitz anbietet, dem ein Sitz gebührt, dem auf dem Weg ausweicht, dem auszuweichen ist, den ehrt, der zu ehren ist, den ernst nimmt, der ernst zu nehmen ist, den hoch achtet, der hoch zu achten ist, den schätzt, der zu schätzen ist, den verehrt, der zu verehren ist.*

Die Gesinnung, von welcher hier die Rede ist, muss wohl unterschieden werden von der Gesinnung, die zum dürftigen oder reichen Gemüt führt, nämlich Neid und Eifersucht bzw. Mit-

freude mit anderen, unabhängig von dem sozialen Stand der betreffenden Person. Hier geht es ausschließlich um den äußeren sozialen Stand, nicht um die seelischen Qualitäten, die über Beliebtheit und Einfluss entscheiden. Die Menschheit lebt und muss leben in einer sozialen Struktur. Auch wer im ersten Augenblick meint, ein solches Erfordernis nicht anerkennen zu sollen, wird doch einsehen, dass eine größere Menschenmenge nur dann gedeihlich miteinander leben kann, wenn eine bestimmte Ordnung eingehalten wird. Wenn unter den Egoisten die Stärkeren einfach an sich raffen könnten, was sie wollen, und die schwächeren Egoisten mit heimlich schleichenden Mitteln sich rächen und durchsetzen könnten, dann würden bald gerade die Nichtegoisten und insofern feineren Menschen zugrunde gehen. Darum muss also eine Ordnung bestehen. Um eine solche Ordnung zu erhalten, gibt es nur zwei Wege. Der erste Weg wäre, dass alle Menschen die Einsicht haben, dass eine solche Ordnung bestehen muss, und die Disziplin aufbringen, für sich selber diese Ordnung einzuhalten, d.h. also, dass es keine Egoisten gäbe. Diese in der Menschheit öfter vorgetragene Idee hat sich als Utopie erwiesen: zu ihrer Praktizierung fehlen den meisten Menschen die Eigenschaften des sozialen Weitblicks und das Zurücktreten von vordergründigen eigenen Wünschen.

Darum ist nur der andere Weg möglich: Es müssen von der Gesamtheit der Menschen Personen ausgewählt und mit entsprechender Macht ausgestattet werden, welche für die praktische Durchsetzung dieser Ordnung sorgen. Die ausgewählten Personen sind also nur das Werkzeug der obenan stehenden Ordnungsidee; und als solche müssen sie berücksichtigt und anerkannt werden.

Auch den einfachsten Clans und Stämmen der Naturvölker steht wenigstens ein Häuptling vor und bei größeren Stämmen Häuptlinge und Unterhäuptlinge. Ganz ebenso gab es von jeher bei den Völkern Könige, Fürsten, Feldherren und Richter, die über die Ordnung zu wachen hatten. Die Tatsache, dass solche Menschen ihre Macht sehr häufig zu unrechten Hand-

lungen ausnützten, ändert nichts an der Notwendigkeit solcher übergeordneter, auf Ordnung achtender Personen und Instanzen. Diese Notwendigkeit wird besonders dann deutlich, wenn ein Häuptling oder König unvorhergesehen stirbt und ein Nachfolger nicht feststeht. In einer solchen Situation regen sich im ganzen Stamm oder im Land die egoistischen, gewalt-samen, räuberischen Naturen, und es entsteht Kampf aller gegen alle, wobei die Schwächeren zugrunde gehen. Auch der Buddha berichtet, dass immer wieder, wenn im Verlauf der Äonen die Wesenheiten sich verdunkeln und vergrößern und Diebstahl und Raub aufkommt, dieser Umstand dazu führt, dass die Wesen aus ihrer Mitte einen umsichtigen starken Menschen wählen, der über die Ordnung zu wachen und die Übeltäter zu richten hat. Die übrige Bevölkerung sorgte dann für dessen Unterhalt.

Wir sehen solche sozialen Strukturen nicht nur bei Menschen, sondern auch in jedem Tierrudel. Dort sind es die Umsichtigeren und Stärkeren, die sich nach oben spielen, von den anderen anerkannt werden und bei der Herde eine gewisse Beruhigung bewirken, weil eben dieser Starke wacht. Auch dort kommt es oft vor, dass dieser Stärkere über seine Grenzen hinaus gewaltsam ist und zum Beispiel anderen Männern des Rudels ihre Weiber entfremdet. Selbst das wird hingenommen, wenn auch unwillig.

Wir müssen die Tatsache der Notwendigkeit einer geordneten Sozialstruktur mit entsprechenden Ordnungswächtern trennen von der anderen Tatsache des häufig vorkommenden Missbrauchs solcher Stellung. Das erstere ist unbestritten notwendig; der Missbrauch dagegen ist ein Übel, das immer wieder abgewendet werden muss.

In unserer Rede geht es darum, dass diese Hüter der Ordnung, deren es kleinere gibt über kleinere Menschenkreise – von der Stellung der Eltern in der Familie angefangen – , größere über Provinzen und die größten über ganze Völker, als solche anerkannt werden und dass die mit der Wahrung der Ordnung verbundene Machtbefugnis in der betreffenden Per-

son respektiert wird – gleichviel, ob die betreffende Person imponierend aussieht oder nicht, sympathisch ist oder nicht: sie ist die Hüterin der Ordnung, ohne welche das Chaos einziehen würde.

Der normale Mensch hat ein natürliches Empfinden dafür, ohne sich deswegen als „Untertan“ zu empfinden oder gar sich „untertänig“ zu verhalten. Er sieht in den Personen Hüter der auch von ihm ersehnten gewünschten Ordnung. Die Nichtachtung solcher Personen aber ist meistens ein Zeichen dafür, dass die Wächertätigkeit der betreffenden Person dem Verachtenden ein Hindernis ist, dass er selbst also mehr oder weniger anarchistisch oder gar räuberisch ist, dass er, wie der Volksmund sagt, „im Trüben fischen“ will – bis zu der heutigen Erscheinung, dass viele gerade „asoziale Elemente“ von vornherein eine Voreingenommenheit oder einen Hass gegen Polizisten und die Polizei haben. Es gibt zwar Übergriffe seitens der Polizei, die geahndet werden müssen – aber es gibt einen Menschenschlag, der keine Ordnung und keinen Ordner haben mag.

Hierzu gehört auch noch eine andere Gruppe von Menschen, die im Gegensatz zu der vorher genannten für Ordnung sind, die aber eine Ordnung nach ihrem Maßstab verlangen und schaffen wollen. Es sind oft nachdenkliche Menschen, die sich selbst ein Bild von Ordnung und Hierarchie gemacht haben und die im ständigen Anblick ihres Bildes und ihrer Vorstellung in fast ununterbrochenem Protest zu den in ihrem Volk oder Kulturraum gegebenen Ordnungen stehen, diese nicht anerkennen und ihren Protest gegenüber den Hütern der gegebenen Ordnung mehr oder weniger deutlich zum Ausdruck bringen.

Diese verschiedenen Tendenzen wirken im Hintergrund, wenn bei einem Menschen das in Erscheinung tritt, wovon der Erwachte sagt: *Da ist irgendeine Frau oder ein Mann trotzig und überheblich, grüßt keinen, der Gruß verdient, erhebt sich vor keinem...* Die hier zum Ausdruck kommende Protesthaltung gegenüber den Gegebenheiten ist, wie man leicht erken-

nen kann, das Falsche und Unfruchtbare. Wir können bei Tieren und Menschen beobachten, dass normalerweise jedes Wesen sich zunächst in seinem Leben umsieht, um zu erfahren, nach welchen Gesetzen die jeweilige Gattung miteinander lebt. Es fügt sich dann diesen Gesetzen, um nicht zugrunde zu gehen. Wenn dann die Menschen im Lauf der Zeit den Eindruck gewinnen, dass in ihrem Umkreis zwar diese oder jene Regel besteht, dass aber eine andere Ordnung, die sie nach gründlicher und aufmerksamer Prüfung gefunden haben, besser wäre, dann werden sie versuchen, nicht protestierend und revolutionär ihre Ordnung durchzusetzen, sondern auf den Wegen, die der Ordnung in jener geistigen Gemeinschaft entspricht, ihre Auffassung bekanntzumachen und ihr auf den gegebenen Ordnungswegen Beachtung zu verschaffen. Hinter dieser Vorgehensweise steht die tiefe Einsicht und Umsicht, dass innerhalb eines größeren Menschenkreises auf jeden Fall eine Struktur und eine Ordnung bestehen muss und darum eine nicht vollständige Ordnung immer noch besser ist als eine Ordnungslosigkeit. Darum können sich Menschen mit solcher Einsicht nicht entschließen, die von ihnen für besser gehaltene Ordnung mit Protest, Gewalt, Intrige oder Trotz durchsetzen zu wollen, weil sie empfinden, dass dadurch die bestehende Ordnung gestört und Wirrsal und Feindschaft entstehen wird.

Wesen mit dieser Einsicht, nach der sie auch handeln, haben die rechten Voraussetzungen, entweder schon in diesem Leben innerhalb einer Gemeinschaft „nach oben“ zu gelangen, indem ihnen die Verantwortung für Aufrechterhaltung der Ordnung innerhalb eines größeren Bereichs anvertraut wird, oder sie werden im nächsten Leben auf Grund ihres Weitblicks bei ähnlich gearteten Eltern wiedergeboren, die bereits sozial höhergestellt sind. Ein Leitgedanke dessen, dem sozialer Weitblick eigen ist, zeigt sich in dem folgenden chinesischen Ausspruch:

*Als Bo Kin im Begriffe war, von seinem Vater Abschied zu nehmen, bat er ihn um Ratschläge für die Verwaltung des*

*Staates Lu. Da sprach der Fürst von Dschou zu ihm: „Schaffe Nutzen, suche nicht Nutzen.“*

Ebenso sagt *Adalbert Stifter*:

*Das ist das Merkmal des großen und guten Menschen, dass er immer zuerst auf das Ganze und auf andere sieht, auf sich selbst zuletzt.*

Das andere Naturell dagegen, das nur für sich etwas „heraus-schlagen“ will, „im Trüben fischen“ will oder die ihm vor-schwebende Ordnungsidee trotzig durchsetzen will, bleibt gerade durch eine solche Verhaltensweise auch immer „unten“, d.h. in den Bereichen derer, die man mit Mühe und Not dazu bringt, die gegebene Ordnung zu respektieren. Solche werden wiedergeboren bei denjenigen, die auf Grund ihres vorder-gründigen begrenzten Blicks bereits zu den „unteren Schich-ten“ gehören.

Aber auch da gibt es alle Zwischengrade auf der Skala des Wirkens und entsprechender Wirkung. Es mag einer trotzig in seiner Haltung oder auf seinem Standpunkt beharren und blind allen Mahnungen gegenüber bleiben und es an jeder erforder-lichen Berücksichtigung Höhergestellter oder Ordnungsperso-nen fehlen lassen und sich damit schon in diesem Leben Schwierigkeiten über Schwierigkeiten schaffen und erst recht nach dem Tod. Es kann ferner einer auf Mahnung hin oder bei starken Widerständen einlenken und seinen Trotz selber als schädlich erkennen. Und es kann einer mit weiträumigem Blick für das Wohl des Ganzen und die erforderliche Ordnung sozial höhere Stellung als selbstverständlich berücksichtigen. Dementsprechend ist seine innere Ernte - nämlich Verstärkung seiner Neigung, nicht nur vordergründig/ egoistisch die Erfül-lung seiner Wünsche zu sehen, sondern das Wohl aller im Au-ge zu haben, des jeweiligen Stammes oder Volkes - und dem-entsprechend ist auch seine äußere Ernte, dass er im nächsten Leben noch als Jenseitiger sich hingezogen fühlt zu Eltern mit

ähnlichen Neigungen, die sozial höhergestellt sind, oder schon im Lauf dieses Lebens „arbeitet er sich empor“. So unterschiedlich wie das Wirken ist, so unterschiedlich ist die jeweils entsprechende Wirkung, wobei es auch vorkommen kann, dass ein Mensch nur eine Zeitlang eine höhere Stellung bekleidet, sozial höhergestellt ist, und es manche Menschen gibt, die sich in ihrem Leben auch nur unter besonderen Umständen einen weiträumigen Blick bewahren können, dann aber wieder in ihren vordergründigen Interessen versinken. Die Skala des Wirkens und der Wirkungen hat auch hier unendlich viele Zwischenstufen.

### Die Bedingung für Stumpfsinn und Weisheit

*Da ist, Subho, irgendeine Frau oder ein Mann einem Asketen oder einem Geistlichen begegnet und fragt nicht: „Was ist heilsam, o Herr, was ist unheilsam, was ist zu tadeln und was ist nicht zu tadeln, was ist zu betreiben und was ist nicht zu betreiben? Was kann mir, indem ich es pflege, lange zum Unheil und Leiden gereichen, und was kann mir, indem ich es tue, lange zum Wohl, zum Heil gereichen?“ Da lässt solches Wirken, so angewöhnt und zu eigen gemacht, nach dem Versagen des Körpers jenseits des Todes abwärts geraten auf üble Bahn, zur Tiefe hinab, in höllisches Dasein; oder aber, wenn man nicht dorthin gelangt, sondern wieder Menschentum erreicht, wird man, wenn man neugeboren wird, stumpfsinnig sein.*

*Das ist die Vorgehensweise, Subho, die zum Stumpfsinn führt, dass man da einem Asketen oder einem Geistlichen begegnet und nicht fragt: „Was ist heilsam, o Herr, was ist unheilsam, was ist unrecht und was ist recht, was ist zu betreiben und was ist nicht zu betreiben; was kann mir, indem ich es tue, lange zum Unheil und Leiden gereichen, und was*

*kann mir, indem ich es tue, lange zum Wohl, zum Heil gereichen?“*

*Da ist, Subho, irgendeine Frau oder ein Mann einem Asketen oder einem Geistlichen begegnet und fragt: „Was ist heilsam, o Herr, was ist unheilsam, was ist zu tadeln und was ist nicht zu tadeln, was ist zu betreiben und was ist nicht zu betreiben ? Was kann mir, indem ich es tue, lange zum Unheil und Leiden gereichen, und was kann mir wieder, indem ich es tue, lange zum Wohl, zum Heil gereichen?“ Da lässt solches Wirken, so angewöhnt und zu eigen gemacht, nach dem Versagen des Körpers jenseits des Todes auf gute Bahn geraten, in himmlische Welt; oder wenn man nicht dort hingelangt, sondern Menschentum erreicht, wird man, wenn man neugeboren wird, weise sein.*

*Das ist die Vorgehensweise, Subho, die zur Weisheit führt, dass man da einem Asketen oder einem Geistlichen begegnet und fragt: „Was ist heilsam, o Herr, was ist unheilsam, was ist zu tadeln und was ist nicht zu tadeln, was ist zu betreiben und was ist nicht zu betreiben, was kann mir, indem ich es tue, lange zum Unheil und Leiden gereichen und was kann mir, indem ich es tue, lange zum Wohl, zum Heil gereichen?“*

Die Fragen, die hier von dem einen Menschen nicht gestellt, von dem anderen Menschen aber gestellt werden, betreffen weniger das gegenwärtige Leben, sondern weit mehr die gesamte Existenz, die unabhängig vom Körper allein auf Grund der geistig-seelischen Eigenschaften so lange fortbesteht, als solche Eigenschaften bestehen, und so hell oder dunkel, so beglückend oder quälend wird, wie die Qualitäten dieser Eigenschaft sind.

Die Eigenschaften eines Wesens, die sein gesamtes Tun und Lassen und damit sein Schicksal und sein Lebensgefühl



bestimmen, entstehen letztlich einzig und allein aus der Anschauung des betreffenden Wesens, aus seiner Idee, seiner Vorstellung davon, was für ihn gut und förderlich wäre oder schlecht, schädlich und schmerzlich. Ist diese Anschauung, die geistige Vorstellung eines Wesens von dem, was für es gut oder übel wäre, falsch, so wird das Wesen, weil es seiner Anschauung folgen muss, in Leiden und Elend geraten. Ist diese Anschauung aber richtig, d.h. entspricht seine Auffassung von den ins Hellere, Schöneren, Größere führenden Verhaltensweisen auch der Wirklichkeit, dann gelangt es auch zu hellerem Dasein. Weil es sich so verhält, darum vergleicht der Erwachte die rechte Anschauung mit dem Samen einer süßen Frucht, die falsche Anschauung aber mit dem Samen einer bitteren Frucht. Kommt der Same der bitteren Frucht in die Erde und zum Gedeihen, so macht er alles, was er an Nährstoffen der Erde und an Feuchtigkeit an sich zieht, zu bitterer Frucht, während der andere Same, wenn er in die Erde kommt, an derselben Stelle alles, was er an sich zieht, zu süßer Frucht macht. (A I,28) Von so entscheidender Bedeutung ist für den Menschen die bewusste oder halb bewusste Ansicht über das, was ihn zu Wohl oder Wehe führt: sie ist der Lenker seines Denkens, Redens und Handelns und damit der Erlebnisse. Und diese für alle Wesen so wichtige rechte Anschauung bekommt er von den Weisen, zu denen er sich hingezogen fühlt.

Es gibt Menschen, deren Veranlagung der Weisheit entspricht, d.h. sie besitzen vor allem zwei Fähigkeiten: erstens lassen sie sich durch die verschiedenartigen Erlebnisse – die entzückenden, beglückenden, wie auch die widerwärtigen, schmerzlichen oder gar ekelhaften – nicht so sehr aus der Fassung bringen; zweitens reagieren und handeln sie nicht sofort aus der ersten positiven oder negativen Erregung, sondern bemühen sich, diesen Erregungszustand bald wieder zur Ruhe zu bringen, um wieder klar und weit zu blicken. Ein solcher Mensch wird sich in seiner Jugend bald bewusst, dass er nicht recht weiß, was das Leben im Ganzen bedeutet, was etwa vor der Geburt war und nach dem Tod mit ihm sein wird und

durch welches Verhalten er allen Schmerzen, Qualen und Ängsten entrinnen kann. Darum sucht er, wo er Auskunft bekommen kann.

Dafür ist nun in der indischen Welt, besonders der damaligen Zeit, viel mehr Gelegenheit gegeben als heutzutage bei uns, wie es auch *Günter Mehren* ausdrückt:

*Indische Philosophie hat sich anders als die europäische nie vom Leben getrennt. Die Liebe zur Weisheit ist dort nicht Sache der Schulen und Hochschulen, sondern der beständigen Übung. Weisheit ist nicht zu toten Buchstaben erstarrt, sondern lebt in den ungezählten Männern, die dem Volke heilig sind, weil es von ihnen lernt.*

Wer über das indische Straßenbild in Dorf und Stadt auch nur etwas gehört und gelesen oder gesehen hat, der weiß, dass man dort neben den Mengen der im Haus lebenden Männer und Frauen auch immer wieder vereinzelt Priestern, Asketen und Pilgern begegnet, also Menschen, die entweder aus Beruf oder aus innerer Berufung sich um ein Wohl und Heil bemühen und bekümmern, das über den Tod hinaus auch im Jenseits wirksam ist. - Und ähnlich konnte man im Mittelalter bis hoch in die Neuzeit hinein auch hier im Westen vereinzelt Mönchen und Priestern begegnen, die ebenso wie die Asketen in Indien durch ihr Gewand schon gekennzeichnet waren. Hier sagt der Erwachte nun: Wer einem solchen Menschen begegnet und gar nicht daran denkt, eine Frage über das ganze Leben zu stellen, und durch diese Begegnung auch nicht zum Nachdenken angeregt wird, um später Fragen zu stellen, dessen Geist kreist nur um vordergründige Dinge. Er ist eingefangen in seinen Diesseitsfragen, wie er dieses und jenes Begehrte erlangen könne. Er sieht zwar Menschen, die sich mit tiefergehenden Fragen beschäftigen, aber er benutzt nicht den Anlass, sie zu fragen. Er übersieht sie und bleibt in seinem kleinen Zirkel. Vernichtend heißt es über solche Menschen in der indischen Spruchsammlung *Subhasitarnāva*:

*Haben wir nicht, wie sich's gehört, in Verehrung die Weisen befragt, wie die Kette der Wiedergeburten zu sprengen sei; haben wir auch keine Tugenden angehäuft, die imstande wären, uns die Flügel der Himmelstür zu öffnen, so waren wir weiter nichts als die Axt, die unserer Mutter Jugendbaum fällte.*

Wer sich nicht von Weiterreichendem, Höherem bewegen lässt, wer seinen Geist gewöhnt, nur die nächsten vordergründigen Ziele in diesem Leben immer wieder zu bedenken, dessen Geistesstruktur wird unfähig, weiträumige Zusammenhänge zu sehen und zu fassen. Er denkt nur von heute auf morgen: Geld mehr oder weniger; Ansehen mehr oder weniger; Macht mehr oder weniger usw. Für die Lenkkräfte zum Heileren hat er keinen Blick, er geht nach angenehm und unangenehm; weder will er sich über das Dasein als Ganzes orientieren noch fragt er nach dem späteren Ergehen.

Wer sich aber gewöhnt, auch bei manchen Widerständen doch die Hauptfragen in seinem eigenen Interesse hochzuhalten und sich um ihre Beantwortung zu bemühen, und die Gelegenheiten benutzt, sich um weiterreichende Ziele zu kümmern, der bildet seinen Geist, beschäftigt sich mit dem Wichtigsten und gewinnt eine Denkgewöhnung, die in das Wesentliche zielt, und das ist „Weisheit“. Der Tor sucht vordergründige Lust zu gewinnen und flieht die Unlust. Der Weise ist auf länger währendes Wohl bis zum endgültigen Wohl aus.

Wenn es heißt, einer, der die Grundfragen des Menschen stellt, werde im nächsten Leben weise sein, so ist damit nicht gemeint, dass er viel weiß, viele Wissensdaten eingesammelt hat, sondern es bedeutet, dass einer durch das Fragen und Suchen nach Antworten einen Zuschnitt erwirbt, die Dinge größer, weiträumiger zu sehen. Der Erwachte unterscheidet zwischen dem Menschen, *der nur für das vor Augen Liegende Sinn hat, mit beiden Händen zugreift, sich schwer abweisen lässt*, und demjenigen, der nicht nur für das vor Augen Liegende Sinn hat, zu dessen Art das Forschen nach seiner ganzen

Zukunft gehört. Wir sprechen vom Augenblicksmenschen, der nur immer nach dem nächsten Wohl springt, von dem Zeitmenschen, der auf weitere begrenzte Zeit sorgt für dieses Leben, der auch für das Alter sorgen will und spart, der z.B. auch daran denkt, dass man sich durch große Rücksichtslosigkeit nur Feinde schafft und darum im eigenen Interesse möglichst rücksichtsvoll usw. ist, und dem Ewigkeitsmenschen, der nach den absoluten endgültigen Auswirkungen alles Tuns fragt: „Was muss ich tun, dass ich zum Heil komme?“ Es ist eine Sache des Formats, so zu fragen. - Diese Fragestellung nach der gesamten Entwicklung für seine Zukunft diesseits und jenseits ist es, die nach Aussage des Erwachten zur Weisheit führt. Wer sich diese im jetzigen Leben angewöhnt, wer nicht mit dem Wegräumen der vordergründigen Widerstände und dem Heranziehen der vordergründigen Genüsse zufrieden ist, sondern an weitere und weiteste Zukunft denkt, weil er weiß, dass nicht der Körper, sondern die Qualitäten seines Charakters sein Leben ausmachen und dass die guten Qualitäten gute Daseinsformen und die schlechten Charakterqualitäten schlechte Daseinsformen bewirken, der entwickelt sich zu einem weisheitlichen Menschen.

Aber auch hier gibt es auf der Skala des Fragens alle Möglichkeiten. Der eine fragt bereits als Kind nach dem Woher und Wohin und fühlt sich hingezogen zu religiösen Menschen, die sich um Läuterung bemühen, und strebt nach stillem Nachdenken; der andere erwacht zu weltanschaulichen Fragen zwischen 16 und 25 Jahren, und dann verliert es sich im Andrang des Sinnlichen. Ein anderer fragt erst bei Unglücksfällen oder im Alter nach seiner ferneren Zukunft. Der eine resigniert, Antworten zu bekommen, oder ist zufrieden mit Teilantworten; der andere bohrt und sucht unermüdlich weiter und versucht, wenn er in seiner Umgebung und in der Literatur seines Kulturraumes keine Antworten bekommt, in der Weisheit anderer Kulturen oder durch eigene Beobachtungen die Schleier zu lüften. Entsprechend der Art der Fragestellung und ihrer Intensität wird die Gewöhnung daran, die Neigung so zu fra-

gen verstärkt. Und manch einer, der erst im Alter durch Unglücksfälle ans Fragen kam und richtige Antworten darauf bekam, eignet sich nun einen auf fernere Zukunft gerichteten Blick an, entwickelt die Neigung dazu, wodurch er im nächsten Leben schon früh diese Eigenschaft besitzt, den geistigen Dingen auf den Grund zu gehen, durch den Schein der vordergründigen Dinge hindurchzublicken.

Die sieben üblen Verhaltensweisen, die hier besprochen wurden, sind als solche zu erkennen und nicht zu betreiben – und die sieben guten Verhaltensweisen sind als solche zu erkennen und zu betreiben. Indem wir uns von den üblen immer mehr entwöhnen und die guten uns immer mehr angewöhnen, erwachsen wir im Lauf der Zeit allmählich aber sicher zu immer hellerer Art. Und indem wir uns als siebentes immer weiter um die Gewinnung der vom Erwachten vermittelten rechten Anschauung über das Leiden und seine vollkommene Überwindung bemühen, da kommen wir auch zu denjenigen Einsichten, die allmählich aus dem *Samsāra* ganz herausführen.

Wir wissen: Der Weg bis zum *Nirvāna* ist weit, und das letzte Ziel werden wir in diesem Leben nicht erreichen. Aber wir können uns zu Lebzeiten um die rechte Anschauung bemühen und uns solchen Menschen anschließen, die ähnlich fragen oder gar rechte Antworten geben; dadurch können wir erreichen, dass wir nach dem Tod in einer geistigen Umgebung erscheinen mit weitreichender Fragestellung, auch dort nach der letzten Wahrheit fragen und suchen, unterstützt und belehrt von der so geschaffenen Umgebung – und wenn wir vor den Unvollkommenheiten auch der höchsten Götterwelten nicht die Augen verschließen, so erlangen wir im weiteren Bemühen schließlich das vollkommene Heil, die unvergleichliche Sicherheit. So ist das Fragen letztlich der Ausgangspunkt zum Erreichen höchsten Wohls. In diesem Sinn heißt es in *Subhastarnāva*:

*Weisheit ist ein Schiff, das uns über die Finsternis falscher*

*Lehren bringt; Weisheit ist das Auge der Welt; Weisheit ist ein hohes Gebirge am Fluss des klugen Benehmens; Weisheit entfernt moralischen Schmutz; Weisheit ist ein gefügiger Zauberspruch beim Streben nach der Erlösung; reine Weisheit läutert das Herz; Weisheit ist die Trommel, die zum Aufbruch in die Himmelswelt erdröhnt; Weisheit ist die Bedingung des Heils.*

Wie der Mensch vorgeht in seinem Wirken, so wird sein künftiges Erleben von Ich und Umwelt. Diesen Zusammenhang zwischen Wirken und Wirkung über den Tod hinaus fasst der Erwachte am Ende seiner Antwort auf die Frage des jungen Brahmanen Subho noch einmal zusammen:

*So lässt denn, Brahmane, die Vorgehensweise,  
die zu kurzem Leben führt, kurzlebig werden;  
die Vorgehensweise, die zu langem Leben führt,  
langlebig werden;  
die Vorgehensweise, die zu Gebrechen führt,  
brechhaft werden;  
die Vorgehensweise, die zu Gesundheit führt,  
gesund werden;  
die Vorgehensweise, die zur Hässlichkeit führt,  
hässlich werden;  
die Vorgehensweise, die zur Schönheit führt,  
schön werden;  
die Vorgehensweise, die zu dürftigem Gemüt führt,  
dürftig werden;  
die Vorgehensweise, die zu reichem Gemüt  
und zu Beliebtheit führt,  
reichen Gemütes werden;  
die Vorgehensweise, die zu Armut führt,  
arm werden;  
die Vorgehensweise, die zu Reichtum führt,  
reich werden;*

*die Vorgehensweise, die zu niedriger Stellung führt,  
niedrig gestellt werden;  
die Vorgehensweise, die zu hoher Stellung führt,  
hochgestellt werden;  
die Vorgehensweise, die zu Stumpfheit führt,  
stumpf werden;  
die Vorgehensweise, die zu Weisheit führt,  
weise werden.*

*Eigentum des Wirkens, Subho, sind die Wesen, des  
Wirkens Erben, des Wirkens Kinder, an das Wirken  
gebunden. Das Wirken ist ihr Betreuer. Das Wirken ist  
es, das die Wesen unterschiedlich werden lässt zwi-  
schen elend und gut lebenden.*

DIE GROSSE DARLEGUNG VON  
DEN FOLGEN DES WIRKENS (M 136)  
136. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Jedes Wirken hat eine genau  
entsprechende Wirkung

Die 135. und 136. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“ sind das Kernstück der Karmalehre, der Lehre vom Saat-Ernte-Gesetz, das besagt, dass jedes Wirken eine genau entsprechende Wirkung hat. Die Folgen seines Wirkens spürt der aufmerksame Mensch am eigenen Charakter, das ist die innere Ernte, und die Folgen seines Wirkens erlebt er in der Reaktion der Umwelt auf ihn, das ist die äußere Ernte. Wie das Ich das begegnende Du behandelt hat, gewährend oder verweigernd oder entreibend, ertragend oder verlangend, Entsprechendes tritt wieder an das erlebte Ich heran.

Der Erwachte sagt (M 135)

*Eigentum des Wirkens sind die Wesen,  
Erben des Wirkens sind die Wesen,  
Kinder des Wirkens sind die Wesen,  
an das Wirken gebunden sind die Wesen.  
Das Wirken ist ihr Betreuer.<sup>217</sup>  
Das Wirken lässt die Wesen unterschiedlich werden  
von niedrigem bis hochsinnigem Charakter.*

K.E.Neumann übersetzt statt „Eigentum des Wirkens sind die Wesen“, „Eigner des Wirkens sind die Wesen“, was bedeuten würde, sie besäßen ihr Wirken, das Wirken wäre ihnen untertan. In Wirklichkeit besagt der Pälitext: Sie sind Eigentum des Wirkens, also nicht eine Person, sondern das Wirken hat die Verfügungsgewalt über die Wesen. Auch die Aussage *Kinder*

---

<sup>217</sup> Dieser kann je nach dem Wirken treu oder verräterisch sein.



*des Wirkens, an das Wirken gebunden, das Wirken ist ihr Betreuer* zeigt die völlige Abhängigkeit des Täters von seinem Wirken. Er ist dem, was er gewirkt hat, mit seinem ganzen Sein und Erleben ausgeliefert. In der christlichen Lehre heißt es, dass der Mensch das Geschöpf Gottes sei, in der Lehre des Buddha heißt es, dass er Geschöpf des eigenen Wirkens ist. Schon innerhalb unseres Menschenlebens können wir erkennen, wie wir Geschöpfe des eigenen Wirkens sind. Kein Mensch ist am Ende seines Lebens so, wie er am Anfang war. Was auch immer am Ende anders ist als am Anfang, was auch immer besser oder schlechter ist, er verdankt es nicht einem Gott oder einem Dämon, keinem guten und keinem bösen Geist, sondern einzig seinem eigenen Wirken, welches bedingt ist durch seine Einsichten oder Nichteinsichten. Wissen oder Unwissen entscheidet darüber, was und wie gewirkt wird und welche Neigungen man bei sich verstärkt, abschwächt oder aufhebt. Schon innerhalb dieses Lebens können wir erkennen, dass wir Kinder, Geschöpfe unseres Wirkens sind. Ebenso sagt *Jesus* (Matth.25,14-30): Wie man mit dem anvertrauten Pfund wuchert, was man also selber daraus macht, das hat man dann, und „*Was ihr sät, das werdet ihr ernten.*“ (Gal.6,7)

Mit jeder gewährenden Tat mache ich mich einen Grad gewährender und gewährensfreudiger und gewährensgewöhnter. Die erste Lüge, so heißt es, fällt dem Menschen schwer. Ist sie gelungen, dann wird ein solcher im Notfall sich wieder zum Lügen entschließen. Bei der hundertsten Lüge ist das schon ein ganz eingefahrenes Gleis, bei der tausendsten Lüge kann er das Lügen gar nicht mehr bremsen. Bei kleinster Verlegenheit ist die Lüge da. Und irgendwann wird ein Lügner geboren. Das heißt *Eigentum des Wirkens sind die Wesen*. Eine Person ist nichts anderes als die Summe früheren Wirkens, früherer Aktivitäten. Je öfter ich bei der Begegnung mit Menschen gedacht habe und danach handle: „Ich will Frieden, Entspannung, Verstehen“, um so mehr werde ich ein friedvoller, verstehender Mensch. Später brauche ich gar nicht mehr

daran zu denken. Das Herz ist zu Wohlwollen und Verständnis geneigt.

Wenn wir aber gerade mit Freunden darüber gesprochen haben: „Man muss sich durchsetzen, man darf sich nicht alles gefallen lassen“, und wir bewerten ein solches Verhalten positiv, dann wird diese Idee, sich nicht alles gefallen zu lassen, sich durchzusetzen, zum Diktator. Wir sind ein Werkzeug, geführt, gelenkt von den Einflüssen durch die Eltern, von den aus der Zeitung oder aus dem Freundeskreis aufgenommenen Ideen. Wenn man einmal durch eine unbetretene Wiese geht, dann sind die Fußabdrücke kaum zu sehen. Wenn man aber denselben Pfad zehnmal geht und hundertmal geht, dann ist ein ausgetretener Pfad entstanden. Unser bisheriges Wirken verfügt über uns. Einer, der ganz gewöhnt, programmiert ist, bitter, zynisch zu handeln, der kann, selbst wenn er anders will, dies nicht sofort lassen. Der Erwachte sagt (M 46): Es gibt Menschen, die mit Schmerzen und Qualen Verbrecher sind. Nach ihrer inneren Art sind sie keine Verbrecher, sind gutartige Menschen, aber sie sind in eine Umgebung geraten, in der es heißt: „Man muss seine Feinde umbringen.“ Also tun sie es, aber ihrem Wesen widerstrebt es. Entweder geben sie dann bald das Töten auf, dann hat ihr guter Charakter gesiegt, oder sie tun die Verbrechen bald nicht mehr mit Schmerzen und Qualen, sondern haben sich ganz angepasst, sind vom Herzen her rücksichtslos, gewalttätig geworden.

Solcherart ist die innere Ernte: Durch jeden Gedanken, durch jedes eingewöhnte Tun machen wir uns selbst besser oder schlechter. Die Neigungen, unseren Charakter, die innere Ernte, haben wir immer bei uns. Jeder Gedanke verändert den Charakter etwas, er ist die Summe unserer bisherigen Bejahungen und Verneinungen, Angewöhnungen und Entwöhnungen. Mit diesem durch Bewerten gewirkten Charakter sind wir immer auf dem Laufenden, haben die innere Ernte immer bei uns.

Aber wir handeln auch an unserer Umwelt und erfahren von ihr die Ernte unseres Wirkens. Und diese Ernte, die von

außen an uns herantritt, kann gerade vor kurzem oder vor langer Zeit geschaffen sein. Das ist das Thema unserer Lehrrede.

Schon lange vor dem Buddha Gotamo war die Karmalehre den Indern bekannt. Karma heißt sowohl Wirken als auch Wirkung. Die Karmalehre besagt, dass all unser Wirken im Denken, Reden und Handeln ein Verursachen ist, das entsprechende Folgen (Wirkungen) hat. Das bedeutet in letzter Konsequenz, dass es kein Erlebnis gibt – kein scheinbar nebensächliches und kein großartiges, kein „inneres“ und auch kein Erleben von „Äußerem“ – das nicht verursacht ist durch das Wirken dessen, der jetzt erlebt, und dass es andererseits kein absichtliches und bewusstes Tun gibt, keine kleinste absichtliche Aktivität des Menschen in Gedanken, Worten oder Taten, die nicht Folgen auslöst, die an ihn selber wieder herantreten. Das ist das Karmagesetz, das der Erwachte formuliert hat:

*Aus allen wohlgetanen Taten und übelgetanen Taten  
reifen dem Täter die Früchte heran. (M 130 u.a.)*

Unser gesamtes Welterlebnis samt etwaigen Krisen oder Katastrophen oder blühenden Entwicklungen ist immer nur Frucht des Wirkens. Die Gesamtheit unseres Wirkens – im bewussten Tun und im bewussten Unterlassen – zwischen gut und schlecht und die Gesamtheit unseres Erlebens und Erleidens zwischen Glück und Leid, ja, die gesamte Existenz ist Karma: Wo gewirkt wird, dahin kommt eine entsprechende Wirkung zurück. Wie gewirkt wird: wohlwollend, unachtsam oder hassend – so wird auch die davon zurückkommende Wirkung zu empfinden sein: wohltuend oder schmerzlich, freundschaftlich oder feindlich. Alles Erlebte ist Schöpfung, und es ist kein anderer Schöpfer als unser Wirken.

*Durch Wirken wird die Welt bewegt,  
bedingt durch Wirken ist der Mensch,  
um Wirken dreht sich jedes um,  
wie um die Achse rollt das Rad. (M 98=Sn 654)*

Wie eng der Zusammenhang zwischen Wirken und Wirkung ist, drückt der Erwachte geradezu programmatisch aus (M 57):

*1. Da wirkt einer in Taten, Worten und Gedanken immer wieder belastend und beschwerend. Und weil er immer wieder in Taten, Worten und Gedanken belastend und beschwerend wirkt, so gelangt er in lastvoller Welt wieder zum Dasein. Und ist er in lastvoller Welt wieder zum Dasein gelangt, so treffen ihn belastende Berührungen. Von belastenden Berührungen getroffen, fühlt er belastendes Gefühl, einzig schmerzhaft, gleichwie etwa höllische Wesen. Ganz so wie sie geworden sind, ist der Wesen Wiedergeburt. Durch das, was einer wirkt, wird er wiedergeboren. Der Wiedergeborene wird von Berührungen getroffen. Darum sage ich: „Erbe des Wirkens sind die Wesen.“ Das nennt man dunkles Wirken, das dunkle Folgen hat.*

*2. Da wirkt einer in Taten, Worten und Gedanken immer wieder ganz ohne die Wesen zu belasten und zu beschweren. Und da er immer wieder in Taten, Worten und Gedanken ohne zu belasten und zu beschweren wirkt, so gelangt er in lastfreier Welt wieder zum Dasein. Und ist er in lastfreier Welt wieder zum Dasein gelangt, so treffen ihn lastfreie Berührungen. Von lastfreien Berührungen berührt, fühlt er lastfreies Gefühl, einzig beglückend, gleichwie etwa strahlende Götter. Ganz so wie sie geworden sind, ist der Wesen Wiedergeburt. Durch das, was einer wirkt, wird er wiedergeboren. Der Wiedergeborene wird von Berührungen getroffen. Darum sage ich: „Erbe des Wirkens sind die Wesen.“ Das nennt man helles Wirken, das helle Folgen hat.*

*3. Da wirkt einer in Taten, Worten und Gedanken immer wieder bald belastend und beschwerend, bald ganz ohne die Wesen zu belasten und zu beschweren. Und wirkt er in Gedanken, Worten und Taten bald belastend und beschwerend, bald ganz ohne die Wesen zu belasten und zu beschweren, so gelangt er in einer teils lastvollen, teils lastfreien Welt wieder zum Da-*

*sein. Und ist er in einer teils lastvollen, teils lastfreien Welt wieder zum Dasein gelangt, so treffen ihn belastende und lastfreie Berührungen. Von belastenden und lastfreien Berührungen getroffen, fühlt er belastendes und lastfreies Gefühl, beglückend und schmerzhaft gemischt, gleichwie etwa bei Menschen, manchen Göttern und manchen Geistern. Ganz so wie sie geworden sind, ist der Wesen Wiedergeburt. Durch das, was einer wirkt, wird er wiedergeboren. Den Wiedergeborenen treffen Berührungen. Darum sagte ich: „Erbe des Wirkens sind die Wesen.“ Das nennt man dunkel-helles Wirken, das dunkel-helle Folgen hat.*

Alle Wahrnehmungen, alles, was wir zu sehen, zu hören, zu riechen, zu schmecken, zu tasten glauben an Schmerzlichem und an Erfreulichem, das ist Ernte, ist Wirkung aus früherem Wirken. Vorheriges Tun und Lassen in Gedanken, Worten und Taten ist es, das jede kleinste und größte Einzelheit des jetzigen Lebenstages geschaffen und geformt hat.

Soweit wir in unserem Tun und Lassen die in der Wahrnehmung erscheinenden anderen Lebewesen, die ebenso wie wir Wohl suchen, Wehe fliehen, mit Rücksichtslosigkeit, Ärger oder Egoismus behandeln, so weit werden Wahrnehmungen auftauchen, in welchen uns Lebewesen mit Rücksichtslosigkeit, Ärger, Egoismus, Antipathie begegnen werden, werden wir also Schmerzliches erleben. Soweit wir aber in unserem Tun und Lassen den anderen Lebewesen, die ebenso wie wir Wohl suchen, Wehe fliehen, mit Verständnis, Rücksicht und Fürsorge begegnen, so weit werden Wahrnehmungen auftauchen, in denen uns Rücksicht, Fürsorge und Verständnis begegnen werden.

Wo gewirkt wird, dahin kommt die Wirkung zurück; wie gewirkt wird: wohlwollend, unachtsam oder übelwollend – so wird auch die davon zurückkommende Wirkung zu empfinden sein: wohltuend oder schmerzlich, freundschaftlich oder feindlich. Alles Erlebte ist Schöpfung, und es ist kein anderer Schöpfer als unser Wirken.

Wir empfinden uns als Menschen in der Begegnung und Auseinandersetzung mit unserer Umwelt, also in der Situation einer Zweiheit und Gespaltenheit in Subjekt und Objekt mit allen dazugehörigen Spannungen und Problemen – der Erwachte aber sieht nur das ruhelose geistige Gewoge der Seele, des Herzens (*citta*), das er mit einem Maler vergleicht, der, ganz in den Anblick seines vielgestaltigen Gemäldes versunken, unentwegt daran arbeitet, der immer wieder die ihm „gelungen“ erscheinenden angenehmen Szenen mit Lust betrachtet und malend zu verschönern sucht und die ihm „misslungen“ erscheinenden, abstoßenden Szenen mit Verdruss betrachtet und malend zu verbessern versucht und der nie zufrieden ist mit seinem Lebensgemälde. (S 22,100)

Dieses Gleichnis des Buddha steht für Gier, Hass, Blendung, drei Grundeigenschaften des normalen Herzens. Wollen, das zum Wirken (karma) führt, ist Gier und Hass, ist der Maler, und das gemalte Bild, die Wahrnehmung, die ununterbrochen ankommenden Erlebnisse, ist die Blendung.

Der normale unbelehrte Mensch handelt im Leben meistens „von...her“, d.h. reaktiv: Die an ihn herantretenden angenehmen Begegnungen bemüht er sich festzuhalten, die unangenehmen Begegnungen bemüht er sich wieder zu entfernen. Wer aber das Karmagesetz kennt, der handelt „auf...hin“, d.h. nicht reaktiv, denn er weiß, dass alles an ihn angenehm oder unangenehm Herantretende nur Ernte aus früherem Handeln ist und dass es jetzt darauf ankommt, wie er handelt. Denn durch sein jetziges Handeln bestimmt er sein zukünftiges Erleben. Darum handelt er im Hinblick auf eine günstige Zukunft. So arbeitet er insgesamt darauf hin, sein Denken, Reden und Handeln mehr und mehr zu erhöhen und zu erhellen. Alle seine Lebensbegegnungen sind ihm nicht vorwiegend Genuss oder Verdruss, sondern eine Aufgabe, durch sein jetziges Verhalten sein Leben zu erhöhen.

In M 135 beantwortet der Erwachte die Frage eines Inders, wie sich der karmische Zusammenhang auf sieben Hauptgebieten unseres Menschenlebens ganz konkret auswirkt, und

zeigt damit, durch welche Vorgehensweise wir diese sieben Gebiete immer besser ausbauen können, immer schöner, immer angenehmer bis zu den Himmeln und darüber hinaus.

Die Ernte wirkt sich nicht immer  
im nächsten Leben aus

Bei Aussagen wie den aus M 135 ist allerdings eine gewisse Vorsicht geboten, da durch diese sehr konkreten Schilderungen leicht die einseitige Meinung aufkommen kann: „Ein jeder, der so und so übel oder gut gewandelt ist, gelangt in die Hölle oder in den Himmel oder in Menschentum usw.“ *Die Frucht der Taten ist etwas Unerfassbares*, sagt der Erwachte an anderer Stelle (A IV,77), über das solle man nicht nachdenken, solle sich nicht festlegen. Man kennt bei sich selber ja oft noch nicht einmal die Motive, die einen veranlassten, dieses oder jenes Üble zu tun, wie viel weniger bei anderen, und weder bei uns noch bei anderen kennen wir die Ansammlung der noch latenten Ernte früheren Wirkens.

Der Erwachte vergleicht an anderer Stelle (A III,99) unser schlechtes Tun mit dem Erzeugen von Salz, und unser gutes Tun vergleicht er mit dem Erzeugen von klarem Trinkwasser. Er sagt: Wer viel Übles getan hat, hat viel Salz gebildet, und wer wenig Gutes getan hat, der erlebt ein Leben, wie wenn man einen Salzklumpen in eine Tasse mit Wasser hineingibt, das Wasser ist völlig versalzen, ungenießbar. Das Gute bewirkt klares, durstlöschendes Wasser, und das üble Tun bewirkt Salz. Beides mischt sich. Wer ein Leben lang Gutes tut, der kann doch noch viel Salz aus früherem Wirken, das noch an ihn herantreten wird, zu erwarten haben, es wird nicht weniger, aber es kommt durch sein gutes Wirken durstlöschendes Trinkwasser dazu, und so wird die Mischung allmählich immer erträglicher. Auch darum kann man nicht behaupten: „Eine solche Tat muss immer solche Ernte haben.“ Sondern man muss jede Tat und die Gesinnung, aus der sie gewirkt wurde, in Beziehung setzen zu der Gesamtheit des Gewirkten. Das

erst bestimmt die Ernte. Daraus ergibt sich: Je mehr wir die gesamte Herzensbeschaffenheit und damit unsere Taten ab sofort verbessern, um so weniger wird das Salz unserer üblen Taten fühlbar.

Der Erwachte warnt in M 136 vor einer genauen Zuordnung bestimmter Taten zu einem genau entsprechenden Erleben und vor allem auch vor der Festlegung, wann die Folgen der Taten eintreten werden. So ist die folgende Lehre M 136 ebenso wie A III,99 eine notwendige Ergänzung zu M 135.

### Die große Darlegung des Karmagesetzes (M 136)

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Rājagaha, im Bambuspark, am Hügel der Eichhörnchen. Um diese Zeit aber lebte der ehrwürdige Samiddhi im Wald in einer Hütte.*

*Da kam ein Wanderasket, der junge Potaliputto, auf einem Spaziergang dorthin, wo der ehrwürdige Samiddhi weilte. Dorthin gekommen, tauschte er höflichen Gruß und freundliche, denkwürdige Worte mit ihm und setzte sich zur Seite nieder. Zur Seite sitzend, wandte sich nun Potaliputto, der Wanderasket, an den ehrwürdigen Samiddhi:*

*Von Angesicht hab ich es, Bruder Samiddhi, vom Asketen Gotamo gehört, von Angesicht vernommen: „Nichtig ist das Wirken in Taten, nichtig ist das Wirken in Worten, Wirken in Gedanken ist einzig wirklich.“ Und: „Es gibt einen seelischen Zustand, bei dem man überhaupt nichts fühlt, wenn man in ihn eingetreten ist.“ –*

*Sag so etwas nicht, Bruder Potaliputto, sag so etwas nicht. Gib die Aussagen des Erhabenen nicht falsch wieder; es ist nicht gut, wenn man die Aussagen des Erwachten falsch wiedergibt. Der Erhabene würde*



*nicht so sprechen: „Nichtig ist das Wirken in Taten, nichtig ist das Wirken in Worten, das Wirken in Gedanken ist einzig wirklich.“ Aber, Bruder, es gibt einen seelischen Zustand, bei dem man überhaupt nichts fühlt, wenn man in ihn eingetreten ist. –*

*Wie lang ist es her, seit du in die Hauslosigkeit gezogen bist? –*

*Nicht lange, Bruder, drei Jahre. –*

*Was werden wir da erst noch die älteren Mönche angehn, wenn schon so ein junger Mönch den Meister verteidigen zu müssen glaubt! – Wer mit Absicht, Bruder Samiddhi, wirkt in Taten, Worten und Gedanken, was wird er empfinden (irgendwann später als Ernte)? –*

*Wer mit Absicht, Bruder Potaliputto, wirkt in Taten, Worten und Gedanken, der wird Leiden empfinden. –*

*Ohne die Worte des ehrwürdigen Samiddhi gutzuheißen oder abzulehnen, erhob sich da der Wanderasket Potaliputto von seinem Sitz und nahm Abschied.*

*Bald aber nachdem Potaliputto, der Wanderasket, gegangen war, begab sich der ehrwürdige Samiddhi zum ehrwürdigen Ānando. Dort angelangt, tauschte er höflichen Gruß und freundliche, denkwürdige Worte mit ihm und setzte sich zur Seite nieder. Zur Seite sitzend, teilte nun der ehrwürdige Samiddhi das ganze Gespräch, das er mit dem Wanderasketen geführt hatte, Wort um Wort dem ehrwürdigen älteren Ānando mit. Auf diesen Bericht wandte sich der ehrwürdige Ānando an den ehrwürdigen Samiddhi:*

*Dieses Gespräch, Bruder Samiddhi, sollte dem Erhabenen mitgeteilt werden. Wir wollen, Bruder Samiddhi, zum Erhabenen gehen und es berichten. Wie es uns der Erhabene erklären wird, so wollen wir es*

*uns merken. – Gern, Bruder, sagte da der ehrwürdige Samiddhi dem ehrwürdigen Ānando zustimmend.*

*Und der ehrwürdige Samiddhi begab sich nun mit dem ehrwürdigen Ānando zum Erhabenen. Dort angelangt, begrüßten sie den Erhabenen ehrerbietig und setzten sich zur Seite nieder. Zur Seite sitzend, teilte nun der ehrwürdige Ānando das ganze Gespräch, das der ehrwürdige Samiddhi mit Potaliputto, dem Wanderasketen, geführt hatte, Wort um Wort dem Erhabenen mit. Auf diesen Bericht wandte sich der Erhabene an den ehrwürdigen Ānando:*

*Auch nur vom Sehen aus ist mir, Ānando, Potaliputto, der Wanderasket, nicht bekannt, geschweige denn, dass ich ihm das gesagt hätte. Aber auch Samiddhi, Ānando, hat da als ein Unverständiger Potaliputto, dem Wanderasketen, die vielseitig zu beantwortende Frage einseitig beantwortet.*

*Auf diese Worte wandte sich der ehrwürdige Udāyi an den Erhabenen:*

*Wenn da aber, o Herr, der ehrwürdige Samiddhi es in Bezug darauf gesagt hat: „Was irgend empfunden wird, ist leidvoll“?*

*So gefragt, wandte sich der Erhabene an den ehrwürdigen Ānando und sagte: Sieh, Ānando, wie der unverständige Udāyi sich einmischt. Ich wusste, Ānando, dass dieser unverständige Mann sich, ohne der Frage auf den Grund zu gehen, einmischen würde. Gleich am Anfang, Ānando, hat Potaliputto, der Wanderasket, drei Arten von Gefühlen gemeint. Hätte da, Ānando, Samiddhi, der Unverständige, Potaliputto, dem Wanderasketen, auf seine Frage geantwortet: „Wer mit Absicht, Bruder Potaliputto, gewirkt hat in Taten, in Worten, in Gedanken, die als Wohl zu empfinden sind, der empfindet Wohl; wer mit Absicht, Bruder*

*Potaliputto, gewirkt hat in Taten, in Worten, in Gedanken, die als Wehe zu empfinden sind, der empfindet Wehe; wer mit Absicht, Bruder Potaliputto, gewirkt hat in Taten, in Worten, in Gedanken, die als weder Wohl noch Wehe zu empfinden sind, der empfindet weder Wohl noch Wehe“: So würde mit dieser Antwort, Ānando, Samiddhi, der Unverständige, Potaliputto, dem Wanderasketen, recht geantwortet haben.*

*Aber diese törichten unerfahrenen andersfährtigen Wanderasketen können die umfassende Darlegung von den Folgen des Wirkens durch den Erwachten nicht kennen. Ihr aber, Ānando, solltet zuhören, wenn der Vollendete die umfassende Darlegung von den Folgen des Wirkens erläutert. –*

*Da ist es, Erhabener, Zeit, da ist es Willkommener, Zeit, dass der Erhabene die umfassende Darlegung von den Folgen des Wirkens erläutert. Des Erhabenen Wort werden die Mönche bewahren. –*

*Wohlan denn, Ānando, so höre und achte wohl auf meine Rede. –*

*Gewiss, o Herr! –, sagte da aufmerksam der ehrwürdige Ānando zum Erhabenen. Der Erhabene sprach:*

*Vier Arten von Menschen, Ānando, finden sich in der Welt vor. Welche vier?*

*1. Da tötet ein Mensch Lebewesen, nimmt, was nicht gegeben wurde, begeht unrechten Geschlechtsverkehr, redet trügerisch, hinterträgt, spricht verletzende Worte, schwätzt; ist habgierig, voll Abneigung bis Hass, hegt verkehrte Ansichten. Bei dem Verfall des Körpers, nach dem Tod, gelangt er abwärts, auf schlechte Bahn, zur Unterwelt.*

*2. Da tötet ein Mensch Lebewesen, nimmt, was nicht gegeben wurde, begeht unrechten Geschlechtsverkehr,*

*redet trügerisch, hinterträgt, spricht verletzende Worte, schwätzt; ist habgierig, voll Abneigung bis Hass, hat verkehrte Ansichten. Bei dem Verfall des Körpers, nach dem Tod, gelangt er aufwärts, in himmlische Welt.*

*3. Da steht ein Mensch vom Töten von Lebewesen ab, nimmt nicht, was nicht gegeben wurde, begeht keinen unrechten Geschlechtsverkehr, redet nicht trügerisch, hinterträgt nicht, spricht keine verletzenden Worte, schwätzt nicht; ist nicht habgierig, nicht voll Abneigung bis Hass und hegt keine verkehrten Ansichten. Bei dem Verfall des Körpers, nach dem Tod, gelangt er aufwärts, auf gute Bahn, in himmlische Welt.*

*4. Da steht ein Mensch vom Töten von Lebewesen ab, nimmt nicht, was nicht gegeben wurde, begeht keinen unrechten Geschlechtsverkehr, redet nicht trügerisch, hinterträgt nicht, spricht keine verletzenden Worte, schwätzt nicht; ist nicht habgierig, ist nicht voll Abneigung bis Hass, hegt keine verkehrten Ansichten. Bei dem Verfall des Körpers, nach dem Tod, gelangt er abwärts, auf schlechte Bahn, zur Unterwelt.*

Der Erwachte sagt (M 41):

*Dreifach in Taten ist der unrechte verderbte Lebenswandel (Töten, Nichtgegebenes nehmen, unrechter Geschlechtsverkehr), vierfach im Reden (trügerische/verleumderische Rede, Hintertragen, verletzende Rede, Geschwätz) und dreifach in Gedanken (Habgier, Abneigung bis Hass, verkehrte Ansichten<sup>218</sup>). Von uns aus können wir Wirkungen nur auf drei Bah-*

---

<sup>218</sup> *Verkehrte Ansichten, verderbliche Meinungen: Er denkt: „Das Spenden von Hab und Gut bringt keinen Gewinn. Es gibt aus gutem Tun keine gute und aus üblem Tun keine üble Ernte. Nicht gibt es außer dieser Welt auch höhere jenseitige Welt – d.h. es gibt keine andere Welt, mit dem Tod ist das Leben beendet – es gibt nur Zeugung durch die Eltern, keine unmittelbare geistige Geburt. Es gibt in der Welt keine Asketen und Brahmanen, welche durch Läuterung und hohe geistige Übung diese und die jenseitige Welt in überweltlicher Schau erlebt und erfahren haben und darüber lehren.*

nen oder Kanälen in die Welt setzen: 1. durch Einsatz des Körpers – indem wir also körperlich Schlechtes oder Gutes schaffen –, 2. durch Einsatz der Rede und 3. in Gedanken. Auf diesen insgesamt zehn Kanälen, den zehn Wirkensweisen, kann man unrecht, verderblich, d.h. für einen selber verderblich handeln, weil man andere schädigt, und kann man gut handeln, d.h. für einen selber förderlich, weil man andere fördert.

Der Erwachte nennt hier das extrem Üble und hernach das extrem Gute. Da werden wir, wenn wir es aufnehmen, wie es gesagt ist, denken: „So schlimm oder so gut bin ich nicht, damit kann ich nichts anfangen.“ Aber der verständige Inder der damaligen Zeit wusste: Das eine Extrem ist das unterste Ende der schlimmen Verhaltensmöglichkeiten, und das andere ist das oberste Ende der guten Verhaltensmöglichkeiten. Es ist also eine Leiter, auf der wir uns alle irgendwo bewegen. Wir hier im Menschentum sind nicht ganz so schlecht – grausam und blutigierig – und wir sind nicht ganz so gut – teilnehmend und rücksichtsvoll zu allen Wesen –, aber irgendwo dazwischen stehen wir, mit rechter oder falscher Anschauung.

Es gibt in der Existenz wirklich bestehende Gesetzmäßigkeiten wie das Karmagesetz. Wer diese nicht kennt, nicht weiß, welches Wirken zu Wohl und welches Wirken in Leiden führt, der richtet sich nach seiner falschen Anschauung, und obwohl er zum Wohl will, gerät er in Leiden, weil er falsche Anschauung hat. Falsche Anschauung bedeutet, von vornherein falsch eingestellt sein, sich nach einem falschen Maßstab richten. Es ist, wie wenn auf einem Kreuzweg ein Wegweiser stünde, den einer umgedreht hat, so dass er nun in eine falsche Richtung weist. Wer sich nach diesem verstellten Wegweiser richtet, muss die falsche Richtung einschlagen, die von seinem Ziel fortführt. Je sicherer einer seiner Anschauung ist, um so konsequenter geht er nach ihr vor und gerät, wenn sie falsch ist, um so tiefer in das Elend hinein. Wer falsche Anschauung hat und ihrer nicht ganz sicher ist, den hemmen seine Zweifel

am konsequenten üblen Vorgehen, und so gerät er nicht so tief in Leiden hinein.

In der Aussage 2 und 4 unserer Lehrrede wird die Möglichkeit genannt, dass ein Schlechter in höhere Welt geraten kann und ein Guter in niedere Welt. Der Erwachte erklärt im weiteren Verlauf der Rede, wie das möglich ist, nennt jedoch zunächst im Folgenden die falschen Auffassungen, die einer gewinnen kann, wenn er einen unvollkommenen Einblick in die Saat-Ernte-Folge gewinnt, weil er nur ein Menschenleben und nur ein darauf folgendes Leben in jenseitiger Welt überblickt.

### Falsche Schlussfolgerungen der Seher

*1. Da hat ein Mönch oder Brahmane durch heißes Mühen, große Anstrengung, durch Hingabe, durch Ernsthaftigkeit, durch höchste Aufmerksamkeit eine solche Einigung des Gemüts errungen, dass er geeinten Herzens mit dem feinstofflichen Auge, dem gereinigten, über menschliche Grenzen hinausreichenden, jenen Menschen sieht, der da Lebewesen getötet hat, Nicht-gegebenes genommen hat, unrechten Geschlechtsverkehr gepflegt hat, trügerisch/verleumderisch geredet hat, hintertragen hat, verletzende Worte gesprochen hat, geschwätzt hat, voll Habgier, Abneigung bis Hass war und falsche Anschauung gehegt hat, wie er bei Versagen des Körpers nach dem Tod abwärts geraten ist, auf schlechte Bahn, zur Unterwelt. Der sagt sich nun: „Es gibt in der Tat übles Wirken, und es gibt eine Ernte üblen Wirkens: Hab ich doch jenen Menschen erblickt, der da so übel gewandelt ist, wie er bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, abwärts geraten ist, auf schlechte Bahn, zur Unterwelt.“ Der sagt sich nun: „Wer da in der Tat so übel gewandelt ist, ein jeder solcher gelangt bei Versagen des Körpers, nach dem*

*Tod, da hinab. Die das erkennen, erkennen recht, die anderes zu erkennen glauben, haben falsche Anschauung.“ So bleibt er fest bei dem, was er selbst erkannt, selbst gesehen, selbst entdeckt hat, hält es ergreifend fest und beharrt: „Dies nur ist Wahrheit, Unsinn anderes.“*

*2. Da hat ein Mönch oder Brahmane durch heißes Mühen, große Anstrengung, durch Hingabe, durch Ernsthaftigkeit, durch höchste Aufmerksamkeit eine solche Einigung des Gemüts errungen, dass er geeinten Herzens mit dem feinstofflichen Auge, dem gereinigten, über menschliche Grenzen hinausreichenden, jenen Menschen sieht, der Lebewesen getötet hat, Nichtgegebenes genommen hat, unrechten Geschlechtsverkehr gepflegt hat, trügerisch/verleumderisch geredet hat, hintertragen hat, verletzende Worte gesprochen hat, geschwätzt hat, voll Habgier, Abneigung bis Hass war und falsche Ansichten gehegt hat, wie er bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, aufwärts gelangt ist, auf gute Bahn, in himmlische Welt. Der sagt sich nun: „Es gibt in der Tat kein übles Wirken, nicht gibt es eine Ernte des üblen Wirkens. Hab ich doch jenen Menschen erblickt, der da so übel gewandelt ist, wie er bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, aufwärts gelangt ist, auf gute Bahn, in himmlische Welt.“ Der sagt sich nun: „Wer da in der Tat übel gewandelt ist, ein jeder solcher gelangt bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, in himmlische Welt. Die das erkennen, erkennen recht, die anderes zu erkennen glauben, haben falsche Anschauung.“ So bleibt er fest bei dem, was er selbst erkannt, selbst gesehen, selbst entdeckt hat, hält es ergreifend fest und beharrt: „Dies nur ist Wahrheit, Unsinn anderes.“*

3. Da hat ein Mönch oder Brahmane durch heißes Mühen, große Anstrengung, durch Hingabe, durch Ernsthaftigkeit, durch höchste Aufmerksamkeit eine solche Einigung des Gemüts errungen, dass er geeinten Herzens mit dem feinstofflichen Auge, dem gereinigten, über menschliche Grenzen hinausreichenden, jenen Menschen sieht, der sich vom Töten von Lebewesen fern gehalten hat, Nichtgegebenes nicht genommen hat, keinen unrechten Geschlechtsverkehr gepflegt hat, nicht trügerisch / verleumderisch geredet, nicht hintertragen hat, nicht verletzende Worte gesprochen hat, nicht geschwätzt hat, nicht voll Habgier, Abneigung bis Hass war und nicht falsche Ansichten gehegt hat, wie er bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, aufwärts gelangt ist, auf gute Bahn, in himmlische Welt. Der sagt sich nun: „Es gibt in der Tat heilsames Wirken, es gibt eine Ernte des guten Wirkens. Hab ich doch jenen Menschen erblickt, der da so gut gewandelt ist, wie er bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, aufwärts gelangt ist, auf gute Bahn, in himmlische Welt.“ Der sagt sich nun: „Wer da in der Tat gut gewandelt ist, ein jeder solcher gelangt bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, auf gute Bahn, in himmlische Welt. Die das erkennen, erkennen recht, die anderes zu erkennen glauben, haben falsche Anschauung.“ So bleibt er fest bei dem, was er selbst erkannt, selbst gesehen, selbst entdeckt hat, hält es ergreifend fest und beharrt: „Dies nur ist Wahrheit, Unsinn anderes.“

4. Da hat ein Mönch oder Brahmane durch heißes Mühen, große Anstrengung, durch Hingabe, durch Ernsthaftigkeit, durch höchste Aufmerksamkeit eine solche Einigung des Gemüts errungen, dass er geeinten Herzens mit dem feinstofflichen Auge, dem gereinigten,



*über menschliche Grenzen hinausreichenden, jenen Menschen sieht, der sich vom Töten von Lebewesen fern gehalten hat, Nichtgegebenes nicht genommen hat, keinen unrechten Geschlechtsverkehr gepflegt hat, nicht trügerisch/verleumderisch geredet, nicht hintertragen hat, nicht verletzende Worte gesprochen hat, nicht geschwätzt hat, nicht voll Habgier, Abneigung bis Hass war und nicht falsche Ansichten gehegt hat, wie er bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, abwärts gelangt ist, auf schlechte Bahn in untere Welt. Der sagt sich nun: „Nicht gibt es heilsames Wirken, nicht gibt es eine Ernte des guten Wirkens. Habe ich doch jenen Menschen erblickt, der da so gut gewandelt ist, wie er bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, abwärts gelangt ist, auf schlechte Bahn, zur Unterwelt.“ Der sagt sich nun: „Wer da in der Tat gut gewandelt ist, ein jeder solcher gelangt bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, auf schlechte Bahn, in untere Welt. Die das erkennen, erkennen recht, die anderes zu erkennen glauben, haben falsche Anschauung.“ So bleibt er fest bei dem, was er selbst erkannt, selbst gesehen, selbst entdeckt hat, hält es ergreifend fest und beharrt: „Dies nur ist Wahrheit, Unsinn anderes.“*

*Zu 1. Hat da, Ānando, ein Mönch oder Brahmane gesagt: „Es gibt in der Tat übles Wirken, und es gibt eine Ernte üblen Wirkens“, so gesteh ich ihm das zu. Wenn er dann weiter sagt: „Hab ich doch jenen Menschen gesehen, der da übel gewandelt war, wie er bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, abwärts geraten ist, auf schlechte Bahn, in untere Welt“, so gesteh ich ihm auch das zu. Wenn er aber dann sagt: „Wer in der Tat so gewandelt ist, ein jeder solcher gelangt bei Versa-*

gen des Körpers, nach dem Tod, in untere Welt“, so gesteh ich ihm das nicht zu. Wenn er dann weiter sagt: „Die das erkennen, erkennen recht, die anderes zu erkennen glauben, haben falsche Anschauung“, so gesteh ich ihm auch das nicht zu. Wenn er fest bei dem, was er selbst erkannt, selbst gesehen, selbst entdeckt hat, es ergreifend festhält und beharrt: „Dies nur ist Wahrheit, Unsinn anderes“, so gesteh ich ihm auch das nicht zu. Und warum nicht? Anders ist die aus übersinnlicher Erfahrung hervorgegangene umfassende Darstellung von den Folgen des Wirkens durch den Erwachten.

Zu 2. Hat da, Ānando, ein Mönch oder Brahmane gesagt: „Es gibt in der Tat kein übles Wirken und es gibt keine Ernte üblen Wirkens“, so gesteh ich ihm das nicht zu. Wenn er dann weiter sagt: „Hab ich doch jenen Menschen gesehen, der da übel gewandelt war, wie er bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, aufwärts geraten ist, auf gute Bahn, in himmlische Welt“, so gesteh ich ihm das zu. Wenn er aber dann sagt: „Wer in der Tat so gewandelt ist, ein jeder solcher gelangt bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, in himmlische Welt“, so gesteh ich ihm das nicht zu. Wenn er dann weiter sagt: „Die das erkennen, erkennen recht, die anderes zu erkennen glauben, haben falsche Erkenntnis“, so gesteh ich ihm auch das nicht zu. Wenn er fest bei dem, was er selbst erkannt, selbst gesehen, selbst entdeckt hat, es ergreifend festhält und beharrt: „Dies nur ist Wahrheit, Unsinn anderes“, so gesteh ich ihm auch das nicht zu. Und warum nicht? Anders ist die aus übersinnlicher Erfahrung hervorgegangene umfassende Darstellung von den Folgen des Wirkens durch den Erwachten.

Zu 3. *Hat da, Ānando, ein Mönch oder Brahmane gesagt: „Es gibt in der Tat gutes Wirken, und es gibt eine Ernte guten Wirkens“, so gesteh ich ihm das zu. Wenn er dann weiter sagt: „Hab ich doch jenen Menschen gesehen, der da gut gewandelt war, wie er bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, aufwärts gelangt ist, auf gute Bahn, in himmlische Welt“, so gesteh ich ihm auch das zu. Wenn er aber dann sagt: „Wer in der Tat gut gewandelt ist, ein jeder solcher gelangt bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, in himmlische Welt“, so gesteh ich ihm das nicht zu. Wenn er dann weiter sagt: „Die das erkennen, erkennen recht, die anderes zu erkennen glauben, haben falsche Anschauung“, so gesteh ich ihm auch das nicht zu. Wenn er fest bei dem, was er selbst erkannt, selbst gesehen, selbst entdeckt hat, es ergreifend festhält und beharrt: „Dies nur ist Wahrheit, Unsinn anderes“, so gesteh ich ihm auch das nicht zu. Und warum nicht? Anders ist die aus übersinnlicher Erfahrung hervorgegangene umfassende Darstellung von den Folgen des Wirkens durch den Erwachten.*

Zu 4. *Hat da, Ānando, ein Mönch oder Brahmane gesagt: „Es gibt in der Tat kein gutes Wirken, und es gibt keine Ernte guten Wirkens“, so gesteh ich ihm das nicht zu. Wenn er dann weiter sagt: „Hab ich doch jenen Menschen gesehen, der da gut gewandelt war, wie er bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, abwärts geraten ist, auf schlechte Bahn, in untere Welt“, so gesteh ich ihm das zu. Wenn er aber dann sagt: „Wer in der Tat gut wandelt, ein jeder solcher gelangt bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, in untere Welt“, so gesteh ich ihm das nicht zu. Wenn er dann weiter sagt: „Die das erkennen, erkennen recht, die anderes zu*

*erkennen glauben, haben falsche Anschauung“, so gesteh ich ihm auch das nicht zu. Wenn er fest bei dem, was er selbst erkannt, selbst gesehen, selbst entdeckt hat, es ergreifend festhält und beharrt: „Dies nur ist Wahrheit, Unsinn anderes“, so gesteh ich ihm auch das nicht zu. Und warum nicht? Anders ist die aus übersinnlicher Erfahrung hervorgegangene umfassende Darstellung von den Folgen des Wirkens durch den Erwachten.*

Hier nennt der Erwachte Seher, die lediglich ein einziges Mal mit einem transzendierenden Blick einen Gestorbenen in dieser oder jener Form weiterleben sehen. Zwei von diesen vier Sehern sehen zufällig eine neue Lebensform, die sie auf Grund der ihnen bekannten alten Lebensform als gerecht ansehen, und zwei sehen zufällig eine neue Lebensform, die dem vorherigen Leben des ihnen Bekannten geradezu widerspricht. So wie wir hier die Wesen sehen, so sehen die Seher die jenseitigen. Und so wie wir hier daran glauben, dass wir in diesem Zimmer sind, weil wir es ja erleben, so weiß der Seher: Ich habe den Betreffenden ja in seiner jetzigen Umwelt gesehen. Und nun folgert der 1. Seher: Wer so übel gewandelt ist, ein jeder solcher gelangt da hinab. Diese Folgerung des geistmächtigen Sehers ist falsch. Er hat einen einzelnen Fall gesehen, und nun folgert er: Jeder, der so lebt, wird das erfahren. Das „Jeder“ hat er nicht erlebt, er hat nur einen Fall gesehen, und das ist viel zu wenig, um daraus generelle Schlüsse ziehen zu können.

Der Erwachte sagt von sich (M 71), dass er sich bis zum 91. Weltzeitalter rückerinnert. Aber das bedeutet nur, dass er bei der Rückerinnerung bis zum 91. Weltzeitalter aufgehört hat. Er hätte sich leicht weiter rückerinnern können. Es ist für einen, der auch von den letzten Resten von Faszination für irgendein Detail befreit ist, überhaupt gar keine Schwierigkeit,

sich weiter und immer noch weiter zurückzuerinnern. Es geht nur darum, ob er will oder nicht will.

Wenn der Erwachte Hunderttausende von Leben eines „Individuums“ auf ein Weltzeitalter zählt, dann sind 90 Weltzeitalter u.U. Millionen, wenn nicht noch viel mehr Leben, und bis dahin hat der Erwachte das Karmagesetz nicht nur so weitgehend bestätigt gefunden, dass er daraus eine Wahrscheinlichkeitsrechnung hätte aufstellen können, sondern er hat es in totaler Weise, also völlig lückenlos und d.h. hundertprozentig bestätigt gefunden.

Wenn wir bedenken, dass unsere Aktivität sich lediglich auf den drei Gebieten betätigen kann: Denken, Reden und Handeln, und dass schließlich alles Reden und Handeln ausschließlich vom Denken ausgeht, dann kommen wir nicht an unendlich viele Aktionsmöglichkeiten, sondern an endlich viele. Außerdem geht es ja nicht darum, ob etwa ein Mord mit einem Hammer oder mit einer Säge oder mit einem Baumast geschieht, sondern ob er geschieht oder nicht geschieht. Diese Verkürzung, übertragen auf alle anderen Verbrechen wie auch guten Taten, gibt eine weitere Reduzierung. – Aber es geht fast nicht einmal darum, ob ein Mord effektiv geschehen ist oder nicht, wenn die Neigungen, die Triebe, die Gesinnung dazu vorlag. Ist diese Gesinnung gegeben, dann hängt es ja fast nur von äußeren Umständen ab, ob zusätzlich die Werkzeuge – die Arme und Hände – in Bewegung gesetzt werden, um die Tat zu vollbringen oder nicht. So gesehen bleiben letztlich die drei Hauptantriebe für alles Gute und Üble übrig, nämlich einmal von äußerster Sinnlichkeit (*kāma*) bis vollkommener sinnlicher Unbedürftigkeit (das reine Herz), 2. von äußerstem Hass (*vyāpāda*) bis vollkommener Liebe (*mettā*) und 3. von äußerster Rohheit, Gewaltsamkeit (*vihesa*) bis zu äußerster Schonung und Sanftheit (*karuna*). Diese drei großen Qualitätspolaritäten des Herzens sind verantwortlich für all unser Erleben im Aktiven und Passiven, also sowohl für unser Tun und Lassen (als Saat) als auch für unsere Erlebnisse, die an

uns herantreten (Ernte). Es ist dies, was der Erwachte nennt (S 22,100): *Maler Herz malt*.

Wer nun seine Leben rückwärts betrachten kann, der sieht immer wieder, dass und inwiefern der Aufenthalt des Täters zwischen den dreimal zwei Polaritäten entscheidend ist für alles Tun und Erleiden, wie von daher die Gemälde entstehen mit allen einzelnen Szenen und wie je nach der Wandlung dieser Qualitäten auch die einen Details weiter ausgemalt und verstärkt werden und die anderen abgeblasst oder gar übermalt werden. Dieser Zusammenhang ist bei der Rückerinnerung innerhalb eines Weltzeitalters schon so deutlich und lückenlos zu lesen, dass der sich Rückerinnernde sicher sein kann, das Karmagesetz völlig zu kennen. Und nicht nur das: Er hat in diesem einen Weltzeitalter – oder seien es auch in drei oder fünf oder zehn – schon so viele Male ähnliche Fälle, dann sehr ähnliche Fälle erlebt und allmählich immer mehr gleichartige Fälle, so dass einer, je mehr Weltzeitalter (mit je Hunderttausenden von Leben) er sich rückerinnert, um so mehr nur noch an Wiederholung kommt, bald an doppelte und dreifache und fünffache Wiederholung, und allmählich kann er im Voraus sagen, dass dieses oder jenes Erlebnis, dessen er sich zu jener oder jener Zeit erinnert, auf ein Wirken zurückgeführt werden muss, das genau so und so beschaffen sein muss – und bei weiterer Rückerinnerung ist auch dieses Wirken genau so geschehen, so dass er im Lauf der Zeit überhaupt keinerlei Neuigkeit mehr erfährt. Das ist der Punkt, an dem sich der Rückerinnernde sagt, dass er nun „das Ganze“ kennt. Denn alles Weitere wird nur noch Wiederholung sein, unendliche Wiederholung, weil kein Anfang zu sehen ist.

Von den Sehern in unserer Lehrrede aber heißt es, dass sie das jenseitige Erleben nur eines Wesens sehen.

Der 1. Seher sieht, wie das Wesen, das übel gewirkt hat in Taten, Worten und Gedanken, von anderen grausamen Wesen in dunkles Erleben gezerrt wird, ob es will oder nicht. Aus eigenem Erleben weiß er: „So ist es. Ich habe es ja gesehen.“

Er weiß es so sicher, wie wir unseres Erlebens sicher sind. Dieses Erleben deutet er nun: „Ich weiß, es gibt übles Tun und darauf folgende üble Ernte. Ich habe es ja selber gesehen.“ Und er folgert: „In der Tat, ein jeder solcher, der übel gewandelt ist, hat üble Ernte.“

Diese Folgerung, die der Seher zieht, ist falsch, sagt der Erwachte. Er hat einen einzelnen Fall gesehen und sagt daraufhin: „Jeder, der die zehn falschen Wirkensweisen gepflegt hat, hat eine schlechte Wiedergeburt.“ Dass es jedem so geht, hat er nicht erlebt, er hat nur einen Fall gesehen, den er verallgemeinert. Da liegt sein Fehler, der ihn behaupten lässt: „Die das erkennen, haben recht, die anderen haben falsche Anschauung. Was sie sagen, ist Unsinn.“

Der 2. Seher sieht, wie ein Wesen, das die zehn falschen Wirkensweisen gepflegt hat, nach dem Tod eine gute Wiedergeburt hat, in übermenschliche Welt gelangt. Das muss den Seher wundern, weil sein Erleben allen religiösen Aussagen zu widersprechen scheint. Aber trotzdem verlässt er sich einzig auf seine Erfahrung und zieht daraus eine falsche Folgerung, indem er behauptet: „Es gibt keine Ernte des üblen Tuns.“ Er hat nur einen Fall gesehen und sagt trotzdem: „Ein jeder, der übel gewandelt ist, gelangt nach dem Tod in höhere übermenschliche Welt.“ Wenn ein Seher bei dieser Auffassung, dass es keine Ernte üblen Wirkens gibt, beharrt, an ihr festhält, dann hat das schlimme Folgen für ihn und andere, die ihm vertrauen. Unweigerlich wird er die bereits erworbenen geistigen Fähigkeiten wieder verlieren, weil er keinen Sinn mehr in der Läuterung sieht, wenn er nicht von ihren guten Folgen überzeugt ist.

Der 3. Seher sieht einen Guten in den Himmel kommen, sagt aber auch: „Jeder, der gut gewirkt hat, wird nach dem Tod in himmlische Welt kommen.“ Er hat aber nur einen Fall gesehen.

Der 4. Seher sieht einen Guten abwärts in untere Welt gelangen. Daraus schließt er, dass jeder, der gut gehandelt hat und gut gesonnen ist, in die Hölle kommt. Das ist falsch. Er

hat nur einen Menschen in die Hölle gelangen sehen. Daraus kann er nicht folgern, dass es jedem so geht. Aus seiner Erfahrung leitet er ebenso wie die anderen Seher ein Gesetz ab. In diesem Fall: „Es gibt keine Ernte guten Wirkens.“

Angenommen, diese vier Seher sprechen miteinander. Sie könnten in Streit geraten, denn jeder hat ja leibhaftig erlebt, was er sagt. Jeder ist fest davon überzeugt, dass es so ist. Er könnte meinen, der andere wäre ein Lügner, wenn er sagt, er hätte anderes erlebt.

So entstehen falsche Anschauungen bei tiefreligiösen Menschen, die Übersinnliches gesehen, erfahren und doch sich geirrt haben. Der Erwachte berichtet (D 1) 500 Jahre vor Chr., dass ein Wesen, aus dem Brahma-Bereich entschwunden, als Mensch wiedergeboren wird, in die Hauslosigkeit geht und sich geeinten Herzens seiner früheren Daseinsform als Sohn Brahmas, des Schöpfergottes, erinnert, sich darüber hinaus aber nicht erinnert. Der sagt sich nun:

*Er, der liebe Brahma, ist der große Brahma, der Übermächtige, der Unüberwältigte, der Allsehende, der Selbstgewaltige, der Herr, der Schöpfer, der Erschaffer, der Höchste, der Erzeuger, der Erhalter, der Vater von allem, was da war und sein wird, von dem wir erschaffen sind. Er ist unvergänglich, beständig, ewig gleich wird er immer so bleiben, während wir, die wir von ihm, dem lieben Brahma, erschaffen wurden, vergänglich sind, unbeständig, kurzlebig, sterben müssen, hier wieder erschienen sind.*

Durch eine solche – zu kurz zurückreichende Rückerinnerung, die nicht die Vergänglichkeit auch von Brahma und Brahmawelten überblickt, ist die christliche Lehre entstanden.

Der Erwachte erklärt im Folgenden: Die falsche Anschauung des 2. und 4. Sehers, dass es keine Ernte üblen und guten Wirkens gibt, haben sie gewonnen, weil sie nur einen Ausschnitt karmischer Auswirkungen gesehen haben. Der Er-



wachte und viele triebversiegte Mönche aber überblicken unendlich viele Leben von sich und anderen und wissen um die Ernte guten und üblen Wirkens, nur tritt die Ernte nicht immer sofort im anschließenden Leben in Erscheinung.

Also nicht darum, weil ein Mensch übel gehandelt hat, erscheint er in himmlischer Welt und nicht darum, weil er gut gehandelt hat, erscheint er in der Hölle, sondern es gibt die Möglichkeit – der Erwachte stellt die Erfahrung des Sehers nicht in Frage – dass ein Mensch, nachdem er übel gehandelt hat, im Himmel wiedererscheint und nachdem er gut gehandelt hat, in der Hölle wiedererscheint. Im Folgenden gibt der Erwachte die nähere Erläuterung für alle diese vier Fälle:

Die Saat war vor längerer oder kürzerer Zeit  
oder in der Sterbestunde, die Ernte wird eintreten  
bei Lebzeiten oder in der nächsten Existenz  
oder in einer der folgenden Existenzen

*1. Ist da, Ānando, ein Mensch, der Lebewesen getötet hat, der Nichtgegebenes genommen hat, unrechten Geschlechtsverkehr gepflegt hat, trügerisch/verleumdend geredet hat, hintertragen hat, verletzende Worte gesprochen hat, geschwätzt hat, voll Habgier, Abneigung bis Hass war und falsche Anschauungen gehegt hat, bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, abwärts gelangt, auf schlechte Bahn, zur Unterwelt, so hat er sein übles Wirken, das als leidvoll empfunden wird, früher getan oder später getan, oder er hat zur Zeit seines Sterbens eine falsche Anschauung erworben und angenommen. Darum ist er bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, in untere Welt geraten. Wenn er hier so übel gewandelt war, dann wird er die Folge davon schon bei Lebzeiten spüren oder in der nächsten Existenz oder in irgendeiner der folgenden Existenzen.*

2. Ist da, Ānando, ein Mensch, der Lebewesen getötet hat, der Nichtgegebenes genommen hat, der unrechten Geschlechtsverkehr gepflegt hat, trügerisch/verleumderisch geredet hat, hintertragen hat, verletzende Worte gesprochen hat, geschwätzt hat, voll Habgier, Abneigung bis Hass war und falsche Anschauungen gehegt hat, bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, aufwärts gelangt, auf gute Bahn, in himmlische Welt, so hat er sein gutes Wirken, das als Wohl empfunden wird, früher getan oder später getan, oder er hat zur Zeit seines Sterbens eine rechte Anschauung erworben und angenommen. Darum ist er bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, in himmlische Welt gelangt. Wenn er hier übel gewandelt war, dann wird er die Folge davon schon bei Lebzeiten spüren oder in der nächsten Existenz oder in irgendeiner der folgenden Existenzen.

3. Ist da, Ānando, ein Mensch, der sich vom Töten von Lebewesen ferngehalten hat, der Nichtgegebenes nicht genommen hat, der keinen unrechten Geschlechtsverkehr gepflegt hat, der nicht trügerisch/verleumderisch geredet, nicht hintertragen, keine verletzenden Worte gesprochen hat, nicht geschwätzt hat, der nicht voll Habgier, Abneigung bis Hass war und falsche Anschauungen gehegt hat, bei Versagen des Körpers nach dem Tod, aufwärts gelangt, auf gute Bahn, in himmlische Welt, so hat er sein gutes Wirken, das als Wohl empfunden wird, früher getan oder später getan, oder er hat zur Zeit seines Sterbens eine rechte Anschauung erworben und angenommen. Darum ist er bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, in himmlische Welt gelangt. Wenn er hier so gut gewandelt war, dann wird er die Folge davon schon bei Lebzeiten spüren oder in

*der nächsten Existenz oder in irgendeiner der folgenden Existenzen.*

*4. Ist da, Anando, ein Mensch, der sich vom Töten von Lebewesen ferngehalten hat, der Nichtgegebenes nicht genommen hat, der keinen unrechten Geschlechtsverkehr gepflegt hat, der nicht trügerisch / verleumderisch geredet, nicht hintertragen, keine verletzenden Worte gesprochen hat, nicht geschwätzt hat, nicht voll Habgier, Abneigung bis Hass war und falsche Anschauungen gehegt hat, bei Versagen des Körpers nach dem Tod abwärts geraten, auf schlechte Bahn, in untere Welt, so hat er sein übles Wirken, das als leidvoll empfunden wird, früher getan oder später getan, oder er hat zur Zeit seines Sterbens eine falsche Anschauung erworben und angenommen. Darum ist er bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, in untere Welt gelangt. Wenn er hier so gut gewandelt war, dann wird er die Folgen schon bei Lebzeiten spüren oder in der nächsten Existenz oder in irgendeiner der folgenden Existenzen.*

*So gibt es ein Wirken, das untauglich ist und als untauglich erscheint (1); gibt es ein Wirken, das untauglich ist und als tauglich erscheint (2), gibt es ein Wirken, das tauglich ist und als tauglich erscheint (3); gibt es ein Wirken, das tauglich ist und als untauglich erscheint (4).*

*So sprach der Erhabene. Erhoben und beglückt war der ehrwürdige Anando über das Wort des Erhabenen.*

Nach der ersten Aussage unserer Lehrrede  
kommt ein übler Mensch in üble Welt.  
Nach der zweiten Aussage

Saat Ernte  
– –

kommt ein übler Mensch in gute Welt.	–	+
Nach der dritten Aussage		
kommt ein guter Mensch in gute Welt.	+	+
Nach der vierten Aussage		
kommt ein guter Mensch in üble Welt.	+	–

Aber in allen vier Fällen sagt der Erwachte generell immer dasselbe, nämlich ob er nach dem Tod gerade in die Welt kommt, die seinem Tun und Lassen im unmittelbar vorausgegangenen Leben entspricht – also der Gute in gute Welt, der Schlechte in schlechte Welt – oder in die Welt kommt, die seinem Tun und Lassen im unmittelbar vorausgegangenen Leben widerspricht – also der Gute in schlechte Welt, der Schlechte in gute Welt: was er nach dem Tod erlebt, muss nicht im Zusammenhang stehen mit dem Verhalten im letzten Leben. Vielmehr kann er die Ernte für sein Verhalten im letzten Leben schon zu Lebzeiten erfahren haben oder unmittelbar nach dem Tod, und das hieße, dann ist die Ernte nach dem Tod die Ernte seines Tuns im letzten Leben. Oder er erfährt sie erst in irgendeinem späteren Leben. So nennt der Erwachte drei Zeiten für die Ernte. Das jeweilige Wirken hat entsprechende Folgen, aber wann diese eintreten, liegt nicht fest. In den Versen des „Wahrheitpfades“ (Dh 119, 120) heißt es:

*Auch einem Bösen geht es gut,  
solang das Böse nicht gereift;  
ist aber reif die böse Frucht,  
dann geht es schlecht dem schlechten Mann.*

*Auch einem Guten geht es schlecht,  
solang sein Gutes nicht gereift;  
ist aber reif die gute Frucht,  
dann geht es gut dem guten Mann.*

In einem ähnlichen Sinn muss auch das christliche Wort aufgefasst werden:

*Gottes Mühlen mahlen langsam,*

*mahlen aber trefflich fein,  
was aus Langmut er versäumet,  
holt mit Schärf' er wieder ein.*

Wenn also der gute Mensch in höhere Welt kommt, dann ist damit doch nicht gesagt, dass er wegen seines guten Verhaltens im letzten Leben in höhere Welt gekommen ist. Denn die Ernte für sein gutes Verhalten im letzten Leben kann er schon bei Lebzeiten erfahren haben, oder er kann irgendwann später die Ernte davon erleben.

Aber die Tatsache, dass er jetzt in höhere Welt gekommen ist, hat natürlich eine Ursache. Da heißt es, dieses gute Wirken kann er weit früher vollbracht haben oder erst in einem kürzlich vergangenen Leben vollbracht haben, oder er kann in der Sterbestunde eine rechte Anschauung sich angeeignet und gepflogen haben, deretwegen er nun in höhere Welt kommt.

Was gesät ist, das wird unweigerlich geerntet. Nur steht nicht fest, wann es geerntet wird.

„*Gottes Mühlen mahlen langsam...*“ Der Christ schiebt alles auf den Willen eines Gottes, der bestrafe und belohne. Der Erwachte sagt (A III,61): Wer an einen Schöpfergott glaubt, der denkt fatalistisch: Alles eigene Wirken hat keinen Zweck, das fatum, mein Schicksal, liegt in Gottes Hand. Ich kann es nicht beeinflussen. Der Karma-Kenner sagt dagegen: Was an mich herantritt, das ist Ernte des selbst Gewirkten. Selbst der Ernte gegenüber kann ich mich richtig oder falsch verhalten. Ich kann das Herankommende gelassen hinnehmen, kann dabei denken: „hab ich selber gemacht.“ Dann werde ich nicht zornig, nicht bedrückt darüber. Wenn an mich begehrlische oder gehässige Gereiztheit herantritt, sagt sich der Kenner der Lehre des Erwachten: „Jetzt liegt es in meiner Hand, ob ich dem Begehren, dem Hassen folge – ernten werde ich Entsprechendes.“

Weil wir im westlichen Kulturraum in dem Glauben erzogen sind, ein vollkommener Gott habe die Welt gemacht, darum haben wir uns angewöhnt, bei allen Dingen, auch bei

noch so leidvollen, hinzuzudenken: „Wer weiß, wozu es gut ist, Gott, der Vater, macht alles gut.“ Der gläubige Mensch sah in allem Leiden etwas Gutes, einen Sinn, weil es von einem vollkommenen Gott geschickt wurde. So haben wir gelernt, der Wirklichkeit widersprechend nicht zu folgern, sondern zu deuten. Das ist die große Krankheit des Abendlandes, der abendländischen Philosophie.

Der Erwachte aber zeigt: Was du in die Welt schickst, das ist nun da und kommt wieder an dich zurück. Wenn du den Berg hinaufkletterst und kommst oben auf die Höhe, dann braucht da nicht einer zu stehen, der sagt, zum Lohn dafür, dass du hinaufgeklettert bist, sollst du jetzt hier oben sein. Und umgekehrt, wenn man herabsteigt, so kommt man zwangsläufig unten an. Der Volksmund sagt: *Wie man sich bettet, so schläft man*; oder: *Wie man in den Wald hineinruft, so schallt es zurück*.

Bei uns allen ist es so, dass wir viel Gutes und viel Schlechtes getan haben. Mit jeder Tat tun wir etwas – so können wir es uns vorstellen – in zukünftig zutage tretende „Daseinssäcke“ (*bhava*-Säcke). Diese Säcke, in die die Saaten hineinkommen, stehen auf den unterschiedlichen Daseinsebenen bereit, und das heißt, das Gewirkte ist jetzt potentiell da. Wenn ich z.B. aus Zorn verletzende Worte gesagt oder feindlich gehandelt habe und mein Gegenüber hat nicht gleich entsprechend reagiert und mich ebenso, wenn nicht noch schlimmer verletzt, so dass ich die Ernte meines Wirkens sogleich erfahre, dann ist ins *bhava*, in die nicht einsehbare, latente Existenz, eine feindliche Handlung gegeben, die in der Zukunft wieder an mich herantritt. Was wir Dasein nennen, ist nur ein ganz kleiner Ausschnitt, das jeweilige Diesseits, in das die Wesen hineingeboren werden. Aber wir haben außer dem im jeweiligen Diesseits Begegnenden große Komplexe von Schaffsal (*bhava*) erzeugt, größtes, mittleres und feines. In die Menschenwelt hat man vieles gesät, in untermenschliche, in übermenschliche Bereiche. Überall stehen Säcke, halb, dreiviertel gefüllt mit unserem Wirken. Wenn wir geboren

werden, werden wir geboren bei diesem oder jenem Sack, der dann ausgeschüttet wird: Ein Erlebnis nach dem anderen kommt aus der Latenz heran. Das ist das Füllhorn, aber nicht immer des Glücks, sondern des Schaffsals. Angenehmes und Unangenehmes wird erlebt, je nach dem Schaffsal. Das in Säcken verborgene, latente Schaffsal mag in dem jetzigen Leben oder in einem der folgenden Leben zur Auswirkung kommen.

Ein Mensch, der ein Leben lang schlecht gewirkt hat, aber dennoch nach dem Tod Gutes erlebt, in übermenschliche Welt gelangt, kommt doch als einer, der auch Schlechtes an sich hat, in übermenschliche Welt. Er ist in jener Welt ein Schlechter, ein Geringer, der neben viel Erfreulichem manche Schwierigkeit hat. Das Schlechte ist in ihm, es sei denn, dass er in jener Welt sich umerzieht und anders wird, sonst wird in den nächsten Leben sein Schlechtes zur Auswirkung kommen und seine Daseinsform bestimmen. Aber dass einer durch helles Wirken Dunkles erlebt, das kann nicht sein. Er kann aber trotz hellen Wirkens im anschließenden Leben Dunkles, Schmerzliches erleben, aber dieses Dunkle erlebt er, weil er irgendwann früher entsprechend Übles gewirkt hat, ganz früher oder im jüngsten Leben oder in der Sterbestunde übel gesonnen war.

Sich die Ernte zu Lebzeiten erfahrbar,  
fühlbar machen

Einige Beispiele dafür, wie man die Ernte des Gewirkten bereits in diesem Leben erfahren kann, sich in diesem Leben fühlbar machen kann: *Jesus* sagt:

*Wenn du nun Almosen gibst, so sollst du nicht lassen vor dir posaunen, wie die Heuchler tun in den Schulen und auf den Gassen, auf dass sie von den Leuten gepriesen werden. Wahrlich, ich sage euch: Sie haben ihren Lohn dahin. (Matth. 6,2)*

Wenn die Leute die Spender wegen ihrer Freigebigkeit loben und preisen, dann erfahren die Spender ja schon gleich die

gute Ernte ihres Wirkens und haben keine weitere gute Ernte im Jenseits zu erwarten, wie Jesus sagt: *Sie haben ihren Lohn bereits empfangen.*

*Und wenn du betest, sollst du nicht sein wie die Heuchler, die da gern stehen und beten in den Schulen und an den Ecken auf den Gassen, auf dass sie von den Leuten gesehen werden. Wahrlich, ich sage euch: Sie haben ihren Lohn dahin. (Matth. 6,5)*

Den Lohn, den ein Gebet nach der Auffassung von Jesus nach sich zieht, den erfahren sie schon dadurch, dass sie dafür angesehen, verehrt werden.

*Wenn ihr fastet, sollt ihr nicht sauer sehen wie die Heuchler; denn sie verstellen ihr Angesicht, auf dass sie vor den Leuten scheinen mit ihrem Fasten. Wahrlich, ich sage euch: Sie haben ihren Lohn dahin. (Matth.6,16)*

Die mit sauren Mienen fasten und erkennen lassen, dass sie Leiden auf sich nehmen, und deswegen bewundert, geehrt und anerkannt werden, die haben ihren Lohn bereits empfangen.

Ein Beispiel aus den Lehrreden (M 86):

Der Geheilte Angulimālo, der einstige Raubmörder, wurde von Menschen, die sich für seine früheren üblen Taten an ihnen oder an ihren Verwandten und Freunden rächen wollten, mit Steinen beworfen. Sie fürchteten ihn nun nicht mehr, wussten, dass er als Mönch harmlos war. Angulimālo kam mit blutüberströmtem Kopf, zerbrochener Almosenschale und zerrissener Robe zum Erwachten, und der Erwachte sagte zu ihm – wahrscheinlich im Hinblick auf Zeugen dieses Vorgangs, denn er selber wird des Trostes nicht bedurft haben – *Ertrage es, Reiner, Ertrage es, Reiner! Du erlebst hier und jetzt das Ergebnis von einem Wirken, für das du viele Jahre, viele Jahrhunderte, viele Jahrtausende lang in der Hölle gequält worden wärst.*– Der Geheilte kann ja nicht mehr wiedergeboren werden. Das einstige üble Wirken, das ihn als Nicht-



geheilten in die Hölle gebracht hätte, erfuhr er noch zu Lebzeiten des Körpers, aber lediglich als einige Wunden, die ihm als Geheiltem sowieso nichts ausmachten. – Aber es heißt, wer einen Geheilten, das reinste Wesen, das es auf der Welt gibt, verletzt oder umbringt, erlebt besonders dunkle Ernte. –

Der Geheilte kann den Heilszustand nur dann erreichen, wenn alle Ernte abgetragen ist. Sie wird in diesem Leben u.U. gewaltig verkürzt wie bei Angulimālo. Hinzu kommt, ein Geheilter ist ja vor seinem Heilszustand ein belehrter Heilsgänger geworden und ist nach Aussage des Erwachten damit schon aller Unterwelt entronnen, erfährt nur noch menschliche und himmlische Ernte, und diese hat er durch Aufhebung aller Anliegen auf dem Weg zum Heilsstand aufgehoben.

Die Folgen von gutem Tun und üblem Tun kann sich jeder Mensch bereits zu Lebzeiten fühlbar machen, wenn er sich des Üblen schämt, das er in diesem Leben getan hat, darüber bedrückt ist und die Last der Wiedergutmachung auf sich nimmt. Wenn z.B. einer die Lehre kennt, das Saat-Ernte-Gesetz kennt und sich um gute Gesinnung bemüht, aber nun doch jemanden so belogen hat, dass diesem dadurch Schaden erwachsen wird und er sich diesen Schaden vergegenwärtigt und den Wunsch hat, dem vorzubeugen, und es nun über sich bringt, dem Betroffenen rechtzeitig zu gestehen, wie es sich in Wirklichkeit verhält, dann ist ihm das Geständnis seiner Lüge peinlich, unangenehm, eine Preisgabe seines Ansehens. Indem er diese Unannehmlichkeit auf sich nimmt, macht er sich die Folgen seines Tuns zu Lebzeiten fühlbar.

Oder wenn man mit Menschen zusammenlebt, mit denen das Zusammenleben sehr schwer ist, dann kommen manche auf den Gedanken, sich zu trennen, auszuweichen oder entsprechend zurückzuschlagen. Aber wenn man weiß, wie es sich in Wirklichkeit verhält: dass alles, was an mich herantritt, irgendwann von mir ausgegangen ist, dann wird man veranlasst, den anderen zu verstehen und hinzunehmen, Missstimmung, Ärger immer wieder zurückzunehmen, durchzuhalten, zu ertragen. Das ist *sich bei Lebzeiten die üble Ernte fühlbar*

*machen*, die dann abgetragen ist. Wenn man einem Menschen ausweicht auf Kosten des anderen, weil der andere, der von mir abhängig ist, mir lästig und erschwerend ist, und ich trenne mich von ihm, dann bin ich der Ernte ausgewichen, die doch irgendwann wieder an mich herantritt. – Wenn ich aber sehe, dass da ein Auto in rasender Fahrt kreuz und quer herankommt, weil der Fahrer betrunken ist, und ich springe in einen Hauseingang, so hat das für mich keine üblen Folgen. Aber wenn ich durch mein Ausweichen einem anderen Menschen Schaden zufüge, dann habe ich irgendwann deswegen entsprechend dunkle Ernte zu erwarten.

Der Erwachte empfiehlt, sich ohne nutzlose Reue vor Augen zu führen: „Du hast das und das Üble getan aus dem und dem Grund. Das war nicht gut.“ Und er sagt: „Als ein Fortschritt wird es anerkannt, ein Vergehen als Vergehen zu erkennen und zu bekennen.“ Weil der Mensch sich das Üble seiner üblen Tat vor Augen geführt hat, ist er nun dem Guten zugewandt und bemüht sich nun um heilsames Tun. Damit überdeckt er das einst gewirkte Üble:

*Wer einst begangnes übles Werk  
mit bess'rem Wirken ganz durchsetzt,  
dem lichtet sich die Finsternis,  
wie wenn der Mond durch Wolken bricht. (Dh 173)*

So viel Dunkelheit, wie er geschaffen hat, so viel Helligkeit muss er erst schaffen, bis es dämmt. Aber wenn er noch mehr Helligkeit schafft, hebt er die Dämmerung auf. Man kann also in der Finsternis, die man durch übles Wirken geschaffen hat, ein Licht aufgehen lassen. Zwar kann man geschehenes Wirken nicht ungeschehen machen, aber man kann Gutes hinterherschicken, indem man gute Gedanken, Worte und Taten den üblen nachfolgen lässt.

Wenn einer sich die Folgen seines guten Tuns in diesem Leben fühlbar macht, was der Erwachte ausdrücklich empfiehlt (A XI,13), so entsteht Freude, Begeisterung, die noch weiter zum Guten motiviert.

Der belehrte Heilsgänger, der das Wandelbare durchschaut und erkennt, der hat einen Status gewonnen, der ihn nicht mehr unter das Menschentum hinabsinken lässt. Was er an Üblem getan hat, das kann nur noch im Menschentum und in übermenschlichen Welten abgetragen werden. Er hat auch nur noch eine begrenzte Anzahl von Leben, bis er die völlige Triebversiegung erreicht.

Wenn man sich weniger verletzbar macht, so ist das nicht Abtragen übler Ernte. Wenn man durch übles Wirken Stürme gesät hat, so kommen die Stürme wieder zu mir zurück. Hat sich der Übende aber bis dahin, bis die Stürme zurückkommen, zu einem Netz gemacht, dann gehen die Stürme durch ihn hindurch. Ist er aber noch ein senkrecht stehendes Brett, dann wird er umgeworfen. Die Triebe machen uns verletzbar. Solange Triebe sind, kommt die Ernte heran und findet einen Resonanzboden. Wenn die Triebe aufgehoben sind, dann ist keiner, bei dem etwas ankommt.

### Anschauung und Gesinnung in der Sterbestunde

werden in unserer Lehrrede als mitbestimmend für das nächste Leben genannt. Der Erwachte sagt: Ich kann das Herz der Menschen so durchschauen, dass ich von manchem weiß: Würde er in diesem Augenblick sterben, so würde er in der Hölle sein. Die seelische Verfassung, in der ein Mensch gerade beim Sterben ist, spielt eine Rolle für die Wiedergeburt.

Es können in der Menschenwelt Wesen sein, die nach ihrem charakterlichen Zuschnitt vorwiegend untermenschlich oder übermenschlich sind, aber weil sie auch Menschliches an sich haben und in der Zeit des Abscheidens vorwiegend menschlich gesonnen waren, sind sie in menschlicher Welt wiedererschienen, bringen aber in die Menschenwelt ihre gesamte seelische Art mit, nämlich vorwiegend himmlische oder untermenschliche Art. Oder ein anderes Beispiel: Wenn ein mittelmäßiger Mensch mit mittleren menschlichen Qualitäten zu einer Zeit stirbt, in der er gerade übelste Gedanken und

Gesinnungen hat und durch diese Gedanken in der Sterbestunde die Weiche zu Unterwelten gestellt hat, dann ist er jetzt in der untermenschlichen Welt einer, der nach seinem Gesamtwesen nicht dahin gehört. Darum wird er, wenn er von dort abgeschieden ist, geradezu wie ein Gummiball, der unter Wasser gedrückt losgelassen wird, wieder hinauffedern.

Um die Weichen zu guter Wiedergeburt zu stellen, empfiehlt der Erwachte, seine besten Möglichkeiten in Gesinnung und Einsichten zu sammeln, sich die besten Gedanken in Erinnerung zu rufen. Wenn ein Mensch dann in heller Gesinnung den Körper verlässt, erreicht er in einem um so höheren Bereich die Wiedergeburt. Wenn man sich dann im Jenseits auch noch der guten Gedanken erinnert, dann wird man auch drüben weiter an sich arbeiten. Das ist auch der Zweck der katholischen letzten Ölung: die Hinwendung des Sterbenden zu höheren Gedanken und Zielen.

Wer daran denkt, dass es möglich ist, dass er plötzlich und unvorhergesehen den Körper verlassen kann, der wird auf seine Taten, Worte, Gesinnungen und Anschauungen achten und dafür sorgen, wenn er Übles an sich bemerkt, dass er bald wieder eine bessere innere Verfassung erreicht, die besseres Handeln ermöglicht.

Wer bewusst bei sich bleibt, steigt bewusst aus dem Körper aus und weiß auch um das Erleben im früheren Zustand. Ein solcher wird weniger von der äußeren Situation fasziniert, weil er vorwiegend auf sich achtet. Wenn man in der menschlichen Daseinsform die Lehre so eingegraben hat, dass man zu verschiedenen Tagesstunden von selber die Dinge mit den Augen der Lehre betrachtet, dann kommen auch im nächsten Leben die Gedanken der Lehre von selber auf.

Klares Bewusstsein in der Todesstunde ist möglich, wenn wir an den Dingen nicht so kleben, wenn wir ganz allgemein Begehren und Hassen mindern, des Gemüts Beruhigung (*cetaso samatha*) pflegen, also nicht mehr so stark zugewandt bei Dingen, die gefallen, und nicht mehr so stark abgewandt bei

missfallenden Dingen, sondern immer mehr den wahren Wert der Dinge erkennen.

Sinnliches Begehren können wir erst abtun, wenn wir eigenständiges Wohl haben; das erreichen wir dadurch, dass wir uns Abneigung bis Hass abgewöhnen. Dann ist das Herz schon viel heller, und inneres Wohl wird empfunden. Alle Tugendübung dient der Minderung von Abneigung bis Hass, wodurch der Übende heller, lieber, verstehender, wohlwollender wird. Das gibt Freude, Kraft. Dann braucht man fast nicht mehr zu kämpfen, um von den sinnlichen Begierden abzukommen. Dann ist man erfüllt von feinerem Wohl als dem sinnlichen.

Das Taugliche und das Untaugliche  
wie es den vier Sehern erscheint –  
zusammengefasst

Es gibt nicht den Fall, dass jemand, der untermenschlich gehandelt hat, wegen solchen untermenschlichen Wirkens in himmlische Welt kommt. Sondern er kommt in himmlische Welt, weil er irgendwann früher himmlisch gehandelt hat oder in der Sterbestunde aus einem latenten guten Schatz gedacht, gesonnen hat. Und es gibt nicht den Fall, dass jemand, der übermenschlich gehandelt hat, wegen solchen übermenschlichen Wirkens in die Hölle kommt. Sondern er kommt in höllische Welt, weil er irgendwann früher untermenschlich gehandelt hat oder in der Sterbestunde voll Verbitterung, Wut und Rachsucht gedacht und gesonnen hat.

Der letzte Absatz unserer Lehrrede fasst zusammen, was tauglich und untauglich ist und wie es den Sehern erscheint. – „Tauglich“ (*bhabba* = fähig, geeignet, passend) hängt zusammen mit tugendlich. Die Tugend ist es, die zum Leben in der Begegnung mit den Mitwesen tauglich macht, ein harmonisches, friedvolles Miteinander auch im eigenen Interesse ermöglicht. Besonders im Hinblick auf die taugliche, gute Ernte im nächsten Leben ist es vernünftig, geeignet, passend, tu-

gendhaft zu sein. Spätestens nach dem Tod werden die tauglichen oder untauglichen Früchte und Ergebnisse erfahren.

Danach ist es unmöglich, dass ein Mensch durch gutes Wirken in niederer Welt wiedergeboren wird.

Es ist unmöglich, dass ein Mensch durch schlechtes Wirken in höherer Welt wiedergeboren wird.

Aber es ist möglich, dass ein Mensch nach gutem Wirken in niederer Welt wiedergeboren wird.

Es ist möglich, dass ein Mensch nach üblem Wirken in höherer Welt wiedergeboren wird.

Die Nichtbeachtung des Unterschieds zwischen Zeit („nach“) und Bedingung („durch“) ist die Ursache für den Irrtum der Seher, besonders der 2. und 4., wie folgende Zusammenfassung noch einmal im Überblick zeigt:

Der 1. Seher sieht einen *Schlechten* *abwärts*

der 2. Seher sieht einen *Schlechten* *aufwärts* *gelangen*

Der 3. Seher sieht einen *Guten* *aufwärts*

Der 4. Seher sieht einen *Guten* *abwärts*

*ist unmöglich und erscheint unmöglich* erscheint wem  
unmöglich oder  
möglich?

durch schlechtes Wirken in höhere Welt dem 1. Seher

durch gutes Wirken in niedere Welt dem 3. Seher  
der gesehen hat, dass einer  
durch gutes Wirken in höhere  
Welt, durch schlechtes Wirken  
in niedere Welt gelangt ist.

*ist unmöglich und erscheint möglich*

durch schlechtes Wirken in höhere Welt dem 2. Seher

durch gutes Wirken in niedere Welt dem 4. Seher

*ist möglich und erscheint möglich*

<u>durch</u> schlechtes Wirken in niedere Welt	dem 1. Seher
<u>nach</u> schlechtem Wirken in niedere Welt	dem 1. Seher
<u>nach</u> schlechtem Wirken in höhere Welt	dem 2. Seher
<u>durch</u> gutes Wirken in höhere Welt	dem 3. Seher
<u>nach</u> gutem Wirken in höhere Welt	dem 3. Seher
<u>nach</u> gutem Wirken in höhere Welt	dem 4. Seher

*ist möglich und erscheint unmöglich*

<u>durch</u> schlechtes Wirken in niedere Welt	dem 2. Seher
<u>nach</u> schlechtem Wirken in niedere Welt	dem 2. Seher
<u>nach</u> schlechtem Wirken in höhere Welt	dem 1. Seher
<u>durch</u> gutes Wirken in höhere Welt	dem 4. Seher
<u>nach</u> gutem Wirken in höhere Welt	dem 4. Seher
<u>nach</u> gutem Wirken in niedere Welt	dem 3. Seher

DIE DARLEGUNG DER SECHS SÜCHTE –  
IHRE PROJEKTIONEN – UND IHRE AUFHEBUNG  
137. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Diese Lehrrede hat die Befreiung von allen Trieben zum Ziel. Sie zeigt dem die inneren Vorgänge beobachtenden Menschen zunächst die Fesselung durch die Triebe und nennt dann die Vorgehensweise zur Aufhebung der Triebe. Die Lehrrede schließt ab mit der Aussage darüber, inwiefern der Vollkommen Erwachte der unübertreffliche Führer der lenkbaren Menschen ist.

Der Hinblick auf innere Vorgänge

Die Voraussetzung für das Verständnis dieser und vieler anderer Lehrreden ist der Hinblick auf die inneren Vorgänge bei einem selbst. Die inneren geistigen Vorgänge geschehen fortgesetzt, aber wahrgenommen können sie nur dann werden, wenn die Aufmerksamkeit auf sie gerichtet wird. Da die Aufmerksamkeit aber meistens auf die durch die sinnliche Wahrnehmung erscheinenden Dinge gerichtet ist, so wird dadurch die Wahrnehmung innerer, geistiger Vorgänge verhindert. Wer sich fesseln lässt von dem, was außen erscheint, so wie ein Theaterbesucher sich an den Anblick der Bühne oder des Films verliert, der ertrinkt in der Ausschließlichkeit der durch die sinnliche Wahrnehmung entworfenen äußeren Welt wie der Theaterbesucher in der Dramatik des Spielstücks: Das ist die Extravertiertheit. Wer aber, nach der Herkunft und den Bedingungen der Erlebnisse fragend, die inneren Vorgänge feststellt, beobachtet, wahrnimmt, der bleibt in dem gleichen Maß unbehelligt von Wirbel und Dramatik der Vorgänge. Das ist der Anfang der Introvertiertheit.

Der Unterschied darin, ob man auf die (gesehene) Form achtet oder ob man auf das Sehen (der Form) achtet, ob man auf die (gehörten, gerochenen, geschmeckten, getasteten, also wahrgenommenen) Dinge achtet oder auf das Wahrnehmen (der



Dinge) achtet, das ist der Unterschied zwischen der sinnlichen und der geistigen Wahrnehmung. Durch die sinnliche Wahrnehmung werden die tausend Dinge der Welt, wird die Welt erfahren; durch die geistige Wahrnehmung werden geistige Vorgänge, z.B. das Wahrnehmen (der Dinge) erfahren.

Nehmen wir an, ein Mensch sieht einen anderen Menschen, zu dem er eine starke Zuneigung hat. In einem solchen Fall geschehen verschiedene geistige Vorgänge: Zunächst wird plötzlich wahrgenommen, erlebt: „Da ist ja wieder dieser Mensch.“ Was einen Augenblick vorher noch nicht im Geist war, das kommt dort nun plötzlich auf. Zugleich kommt Wohlgefühl, eine Freude auf. Die beiden Vorgänge sind geistiger Art, sind aber sonst nicht miteinander vergleichbar, denn Wissen ist etwas völlig anderes als Fühlen. Wissen ist ein Aufzeichnen, Nennen, Unterscheiden, Urteilen; Fühlen dagegen ist ein Gestimmtsein. Man kann ein Gefühl fühlen, ein Wohl- oder Wehgefühl oder ein Gefühl, das weder ausgesprochen wohl noch wehe ist, ohne es gleichzeitig wissend zu vermerken, nämlich dann, wenn die Aufmerksamkeit zur gleichen Zeit mit anderen Problemen intensiv beschäftigt ist; dagegen kann man nie ein Gefühl wissen, das man nicht fühlt und noch nie gefühlt hat.

Aber mit diesen beiden Vorgängen, dem erkennenden Wissen und dem freudigen Gestimmtsein, ist der geistige Prozess nicht beendet, denn sofort kommt noch etwas auf: ein Verlangen, Ersehnen, Begehren, ein geistiger Durst nach diesem Menschen, der Wunsch, mit ihm wieder zusammen zu sein als Intention. Damit haben wir schon drei Vorgänge, die alle geistiger Natur sind, die aber je besonderer Art sind und je ihre besonderen Bedingungen haben: Wissen, Fühlen und Wollen.

Und auch damit ist der Prozess durchaus nicht abgeschlossen; jeder Mensch, der sich selbst etwas beobachtet, weiß aus eigener – also geistiger – Erfahrung: Sofort mit dem durstigen Sehnen melden sich die verschiedensten und auch einander widersprechenden Erinnerungen und veranstalten einen Widerstreit von verschiedenen Gedanken, ein Ringen, das oft

mehr ein unbeherrschtes Gewoge als ein beherrschtes Abwägen und Erwägen ist.

Aufgerufen von dem sehnächtigen Dürsten nach neuer Begegnung werden Pläne entworfen (geistiger Vorgang); mit den Plänen kommt, je stärker die Sehnsucht nach Realisierung der Begegnung ist, zwangsläufig um so stärker die Frage (geistiger Vorgang) nach der Durchführbarkeit der Pläne auf und von daher die Sorge (geistiger Vorgang), dass jener geliebte Mensch vielleicht keine Neigung oder keine Zeit zu dem erwünschten Treffen habe. Das führt zu der Suche (geistiger Vorgang) nach Mitteln und Wegen, ihm das Treffen lieb und leicht zu machen.

Unter Umständen handelt es sich um Wünsche, die von dem „Gewissen“ nicht gutgeheißen werden, um Wünsche also, deren Aufkommen und Bedenken und Bewegen jene Erscheinung aufkommen lässt, welche wir die „Gewissensstimme“ (geistiger Vorgang) nennen, deren Herkunft und Zustandekommen der nach außen gewandte Mensch oft nicht kennt. Ihre mehrfache Bedingtheit kann man aber aus gründlicher Beobachtung der geistigen Erfahrung einwandfrei erkennen, so dass sich durch die gründliche geistige Erfahrung unbegrenzte Möglichkeiten einer in allen Religionen geforderten Gewissensbildung und Gewissenspflege ergeben.

Durch das Gewissen wird der Vorgang noch erheblich komplexer. Diese Stimme löst im ersten Aufkommen ihrer Mahnung ein (geistiges) Stutzen und (geistiges) Zurücktreten aus. In manchen Fällen mag es dabei bleiben, in anderen Fällen aber meldet sich danach das (geistige) Begehren um so ungestümer, und zugleich kommt eine Gereiztheit (geistig) über den Einspruch des Gewissens auf, über jene Störung also, welche die Gefahr der Verhinderung des Ersehnten mit sich bringt. Hier gibt es nun die (geistigen) Möglichkeiten, sich mit dieser Stimme auseinanderzusetzen und sich ihr entweder zu beugen, oder die Möglichkeit, nicht auf sie zu hören, sie zu ignorieren und um so intensiver auf den Gegenstand des Begehrens zu schauen, sich an ihm zu entzünden (geistig), bis

alle Hemmungen (geistig) übertönt sind – oder es gibt die Möglichkeit, die Gewissensstimme dadurch zu entkräften, dass man ihr eine fragwürdige Herkunft zuschreibt und sie damit als maßgebliche Instanz ablehnt.

Das sind schon drei verschiedene geistige Einstellungen allein dem Gewissen gegenüber, und es ist sofort zu erkennen, dass eine jede Einstellung auch wieder ganz andere Folgen nach sich zieht. Denn je nach dem Verhalten gegenüber dem Gewissen werden die Gedanken sein, die als Folge davon aufsteigen, und diese Gedanken haben wiederum geistige Folgen: Vorfreude oder Missmut, Erleichterung oder Beklemmung, Zweifel und Widerspruch, Resignation oder Ärger. Und ob nun das Ergebnis dieses geistigen Gewoges zu dem „Entschluss“ führt, dieses ersehnte Treffen zustande kommen zu lassen, oder zu dem Entschluss, darauf zu verzichten: immer sind unterschiedliche Gefühle, neue Erwägungen und Überlegungen die Folge.

Ähnliche vielfältige geistige Vorgänge mannigfaltiger Art finden statt, wenn der Mensch einen Gegenstand seiner Abneigung wahrnimmt, etwa einen ihm unsympathischen „unausstehlichen“ Menschen, ein Gesprächsthema, eine bestimmte Arbeit, Aufgabe, Verpflichtung, die er „nicht leiden“ kann. Auch hier steigen in unmittelbarer Verbindung mit dem geistigen Akt der sinnlichen Wahrnehmung des betreffenden Menschen oder Gegenstands (geistige) Gefühle auf, aber nicht Wohlgefühle wie zuvor, sondern unangenehme Gefühle, Wehgefühle, die bei dem so Fühlenden kein Ersehnen auslösen wie zuvor, sondern (geistige) Ablehnung, Abneigung, Abwendung. Daraus geht nicht wie zuvor der Gedanke hervor: „Was kann ich tun, um es zu erlangen“, vielmehr kommt nun der (geistige) Gedanke auf: „Was kann ich tun, um diese Sache von mir abzuwenden oder fernzuhalten, wie kann ich ihr entgehen?“ Auch hier mag sich dann das (geistige) Gewissen melden und an Pflichten und Verpflichtung erinnern usw. Und auch hier löst die Stimme des Gewissens die unterschiedlichen (geistigen) Gedankenreaktionen aus, mit weiteren (geistigen)

Stimmungen im Gefolge, wie Ärger, Gereiztheit, Beklemmung, Erleichterung, Genugtuung usw.

Das hier geschilderte geistige Gewoge spielt sich vielleicht in wenigen Sekunden ab. Wenn aber in diesen Sekunden der Blick des Betreffenden gebannt an dem geliebten Menschen oder verdrossen an der unlieben Aufgabe hängt, wenn der Mensch seine Aufmerksamkeit nur auf das durch die sinnliche Wahrnehmung Erschienene richtet, dann merkt er alle diese geistigen Vorgänge nicht und gewinnt auch keine geistige Erfahrung.

Wenn man sich aber mehr in diese geistigen Vorgänge vertieft, dann merkt man, dass man hier inmitten eines geistigen wogenden Prozesses steht, und zwar eines Prozesses, aus welchem als Ergebnis dauernd Steuerimpulse hervorgehen als Wissensentscheidungen, welche dann „draußen“ in der Welt der tausend Dinge, jenseits des geistigen Gewoges zu einem entsprechenden Tun und Lassen im Reden und Handeln des betreffenden Leibes führen. Man merkt dann, dass das, was wir „Leben“ nennen, diese zwei verschiedenen und miteinander nicht vergleichbaren Dimensionen hat: einmal dieses geistige „Innen“, die ganz unmittelbar erlebte weltlose Geistigkeit, jenes unendlich bewegte Gewoge von auf- und absteigendem Wissen, Fühlen, Wollen, Denken – und man erkennt jenseits dieses weltlosen Innen jenes ganz andere: das „Außen“, die Welt der sichtbaren Dinge, in welcher dauernd Begegnungen zwischen Subjekt und Objekt stattfinden und bei den Begegnungen immer neue Taten und Aktionen und Ereignisse stattfinden, die sich aneinanderreihen und sich übereinander schichten als Geschichte.

Es hängt nur von der geistigen Blickrichtung ab, ob das Außen oder das Innen bewusst wird, gewusst wird. Bei der Begegnung mit dem geliebten Menschen gibt es sowohl die Erscheinung der sich begegnenden Gestalten als auch jenes unsichtbare, aber doch wahrnehmbare geistige Gewoge von Wissen, Fühlen, Wollen und Denken. Diese geistigen Vorgänge und Prozesse geschehen ebenso wirklich wie die sinnlichen

Erscheinungen. Das Geistige ist ebenso wirklich und wirkend wie jene – durch die sinnliche Wahrnehmung erscheinende – dreidimensionale „Welt“.

Ist nun, während beide Vorgänge vor sich gehen, die geistige Aufmerksamkeit nur auf die sinnliche Erscheinung gerichtet, so wird nur Antlitz und Gestalt des geliebten Menschen in das Wissen genommen, wird bewusst, während das gleichzeitig geschehende geistige wogende Aufsteigen und Absteigen und Sichverändern von Wissen, Fühlen, Wollen und Denken nicht in das Wissen genommen, nicht bewusst wird, sondern unbewusst bleibt.

Diese beiden Erscheinungsweisen, die geistigen Vorgänge einerseits und die sinnliche Welt andererseits, sind voneinander so völlig verschieden, sind miteinander so unvergleichbar, dass das Geistige vom Standort des Sinnlichen aus als „transzendent“, als jenseits der hier gegebenen Möglichkeiten aufgefasst wird, wie eben die Dimensionslosigkeit keine Beziehung haben kann zur Dreidimensionalität. Die geistige Aufmerksamkeit hat die Möglichkeit, je nach ihrer Gerichtetheit den einen oder den anderen Erfahrungsbereich, das Geistige oder das Sinnliche, zur Wahrnehmung, zum Wissen zu bringen.

Der Erwachte zeigt die inneren geistigen Vorgänge auf, denn mit ihnen befindet sich der Mensch im Herzen der Existenz, bei den Wurzeln des Lebens. In der geistigen Dimension liegt die regierende Instanz des Menschen.

*6 Sinnensüchte –  
6 Außenprojektionen der Sinnensüchte –  
6 Erfahrungs- und Berührungs-Strukturen –  
18faches geistiges Angehen*

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Sāvatti, im Siegerwald, im Garten Anāthapindikos. Dort nun wandte sich der Erhabene an die Mönche: Ihr Mönche! – Erhabener! –, antworteten*

*da jene Mönche dem Erhabenen aufmerksam. Der Erhabene sprach: Eine Darlegung der sechs Süchte in den Sinnesorganen will ich euch geben. Das höret und achtet wohl auf meine Rede. – Ja, o Herr!–, antworteten da jene Mönche dem Erhabenen aufmerksam. Der Erhabene sprach:*

#### Zusammenfassung des Inhalts der Lehrrede

*6 zu sich gezählte Süchte in den Sinnesorganen sind bei sich zu erkennen und*

*6 Außenprojektionen der Sinnensüchte,*

*6 Erfahrungs-Strukturen (kāya),*

*6 Berührungs-Strukturen (kāya),*

*18 geistige Stellungnahmen (18faches geistiges Angehen),*

*36 Haftensgrundlagen.*

*Da habt ihr auf eines gestützt, das andere aufzugeben. Hat der Geheilte drei Standorte der Wahrheitsgegenwart (satipatthāna) inne, im Heilen wohnend, so ist er als Meister würdig, viele zu belehren. Unter den Lehrern der Übung ist er derjenige, der unvergleichlicher Führer bezähmbarer Menschen genannt wird. Dies ist eine Zusammenfassung der Darlegung der 6 Sinnensüchte in den Sinnesorganen (mit ihren Auswirkungen)*

*(Nun folgt die ausführliche Erklärung:)*

#### 6 Sinnensüchte

*„Sechs zu sich gezählte Süchte in den Sinnesorganen (ajjhattikāni āyatanāni) sind (bei sich) zu erkennen“, das ist gesagt worden. Und warum ist das gesagt worden? Wegen*

*des Lugers (der Sucht im Auge)*  
*des Lauschers (der Sucht im Ohr)*  
*des Riechers (der Sucht in der Nase)*  
*des Schmeckers (der Sucht in der Zunge)*  
*des Tasters (der Sucht im ganzen Körper)*  
*des Denkers (der Sucht im Gehirn).*

*In Bezug hierauf wurde gesagt: „Sechs zu sich gezählte Süchte in den Sinnesorganen sind (bei sich) zu erkennen.*

### 6 Außenprojektionen der Sinnensüchte

*„Sechs Außenprojektionen der Sinnensüchte in den Sinnesorganen (bahirāni āyatanāni) sind (bei sich) zu erkennen“, das ist gesagt worden. Und warum ist das gesagt worden? Wegen*

*der Form-Projektion*  
*der Ton-Projektion*  
*der Duft-Projektion*  
*der Saft-Projektion*  
*der Tastung-Projektion*  
*der Gedanken-Projektion.*

*In Bezug hierauf wurde gesagt: „6 Außenprojektionen der Sinnensüchte in den Sinnesorganen sind (bei sich) zu erkennen.“*

### 6 Erfahrungs- und Berührungs-Strukturen

*„Sechs Erfahrungs-Strukturen sind (bei sich) zu erkennen“, das ist gesagt worden. Und warum ist das gesagt worden? Wegen*

*der Luger-Erfahrung*  
*der Lauscher-Erfahrung*  
*der Riecher-Erfahrung*

*der Schmecker-Erfahrung  
der Taster-Erfahrung  
der Denker-Erfahrung.*

*In Bezug hierauf wurde gesagt: „Sechs Erfahrungs-  
Strukturen sind (bei sich) zu erkennen.“*

*„Sechs Berührungs-Strukturen sind (bei sich) zu er-  
kennen.“ Das ist gesagt worden. Und warum ist das  
gesagt worden? Wegen*

*der Luger-Berührung  
der Lauscher-Berührung  
der Riecher-Berührung  
der Schmecker-Berührung  
der Taster-Berührung  
der Denker-Berührung.*

*In Bezug hierauf wurde gesagt: „Sechs Berührungs-  
Strukturen sind (bei sich) zu erkennen.“*

18 geistige Stellungnahmen /  
18faches geistiges Angehen

*„18faches geistiges Angehen ist (bei sich) zu erkennen.“  
Das ist gesagt worden. Und warum ist das gesagt  
worden?*

*Ist mittels des Lugers eine Form gesehen worden, so  
geht man die Freude verursachende Form an, geht die  
Traurigkeit verursachende Form an, geht die Gleich-  
mut / Gleichgültigkeit verursachende Form an.*

*Ist mittels des Lauschers ein Ton gehört,  
mittels des Riechers ein Duft gerochen,  
mittels des Schmeckers ein Saft geschmeckt,  
mittels des Tasters eine Tastung getastet,  
mittels des Geistes ein Ding erfahren,*



*so geht man die Freude verursachende – die Traurigkeit verursachende – die Gleichmut/Gleichgültigkeit verursachende – Form an,  
 so geht man den Freude verursachenden Ton – den Traurigkeit verursachenden – den Gleichmut/Gleichgültigkeit verursachenden – Ton an,  
 so geht man den Freude verursachenden – den Traurigkeit verursachenden – den Gleichmut/Gleichgültigkeit verursachenden – Duft an,  
 so geht man den Freude verursachenden – den Traurigkeit verursachenden – den Gleichmut/Gleichgültigkeit verursachenden – Saft an,  
 so geht man die Freude verursachende – die Traurigkeit verursachende – die Gleichmut/Gleichgültigkeit verursachende Tasting an,  
 so geht man den Freude verursachenden – den Traurigkeit verursachenden, den Gleichmut/Gleichgültigkeit verursachenden Gedanken an.  
 So gibt es sechsfaches durch Freude verursachtes Angehen, sechsfaches durch Traurigkeit verursachtes Angehen, sechsfaches durch Gleichmut/Gleichgültigkeit verursachtes Angehen. In Bezug hierauf wurde gesagt: „18faches geistiges Angehen ist (bei sich) zu erkennen.“*

Entsprechend unserer Lehrrede sagt der Erwachte in einer anderen Lehrrede (A III,62):

- Sechs auf Berührung gespannte Süchte (phassāyatana) gibt es:*
- 1. Die Sucht des Lugers (der Trieb im Auge zum Sehen) nach Berührung durch Formen, die ersehnten, geliebten, entzündenden, angenehmen, dem Begehren entsprechenden, reizenden.*
  - 2. Die Sucht des Lauschers (der Trieb im Ohr zum Hören) nach Berührung durch Töne, die ersehnten....*

3. *Die Sucht des Riechers* (der Trieb in der Nase zum Riechen) nach Berührung durch Düfte, die ersehnten...
4. *Die Sucht des Schmeckers* (der Trieb zum Schmecken in der Zunge) nach Berührung durch Säfte, die ersehnten....
5. *Die Sucht des Tasters* (der Trieb zum Tasten im ganzen Körper) nach Berührung durch Tastbares, das ersehnte...
6. *Die Sucht des Denkers* (der Trieb zum Denken im Gehirn) nach Berührung durch Dinge, Gedanken, die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen, dem Begehren entsprechenden, reizenden.

Berührung ist eingetreten, wenn einer der nach bestimmten Erfahrungen lechzenden, berührungssüchtigen Triebe im Körper von dem berührt wird, worauf er gerichtet ist, sei es, dass er ihm Entsprechendes oder Widerwärtiges oder Gleichgültiges erfährt.

Dem Pālibegriff *āyatana*, den wir hier mit Sucht übersetzen, liegt die Wurzel *yam* zugrunde, die bedeutet „sich ausstrecken, ein Ziel haben, darauf aus sein“, genau wie das Wort „Tendenz“ – abgeleitet von lat. *tendere* – „spannen“, „sich hinstrecken auf etwas“, „hinzielen“, „hinspannen“ bedeutet. Die Triebe, Tendenzen strecken sich aus, drängen nach Berührung durch die fünf äußeren Erfahrungsmöglichkeiten, und der Trieb zum Denken drängt nach Verarbeitung der durch die ersten fünf Sinnensüchte aufgenommenen Sinnesdinge. Diese Süchte, diese Triebe, Tendenzen, Dränge durchdringen und durchziehen als sinnlich nicht wahrnehmbare Spannungen und Dränge den ganzen Körper, weshalb sie im Fleischkörper einen Trieb- oder Wollens- oder Empfindungssuchtkörper (*nāma-kāya*) bilden, eine dynamisch-energetische Ausdehnung in Körperform. Die Dynamik oder Energie besteht in einem Magnetismus mit Zugeneigtsein zu dem einen und Abgeneigtsein von dem anderen. Dieser geistige Magnetismus benennt das, womit er berührt wird, was er erfährt, als angenehm, unangenehm oder neutral.

Es gibt einen Ausgangs- und einen Zielpunkt der Triebe: Der Ausgangspunkt ist das (häufig fühlbare) Vakuum, die zu sich gezählte sechsfache Spannung (*ajjhattika sal-āyatana*, von K.E.Neumann mit „6 Innengebiete“ übersetzt). Der Zielpunkt ist das als außen Wahrgenommene, die Vorstellung, die Einbildung, die Projektion (*bahiddha āyatana* – von K.E.Neumann als „6 Außengebiete“ übersetzt).

### Berührung/Erfahrung der Triebe

Durch die Süchte nach Berührung kommt das bei der Berührung als außen Erfahrene zur Erfahrung. Mit „Erfahrung“ ist hier noch nicht die Erfahrung des Geistes, „unsere“ Erfahrung gemeint, sondern nur eine Teilerfahrung (*viññāna-bhāga*), die Erfahrung des Lugers, Lauschers usw. von Formen, Tönen usw. Wenn eine äußere Form als Ernte früheren Wirkens an das körperliche Auge herankommt, dann wird die im Auge wohnende Sucht nach bestimmten Formen ernährt/berührt. Mit der Ernährung/Berührung (des Lugers mit Formen, des Lauschers mit Tönen usw.) hat die Erfahrung (seitens des Triebs, der Sinnensucht) stattgefunden. Das heißt, der Luger (der Trieb im Auge) schmeckt das zur Berührung Gekommene mit seinem Mögen und Nichtmögen ab, wodurch Wohlgefühl bei den von ihm gewünschten Formen entsteht und Wehgefühl bei den seinen Wünschen widersprechenden Formen. Ebenso geht von Berührungen, für welche die Triebe nicht oder kaum interessiert sind, eine nur schwache, weder angenehme noch unangenehme Resonanz aus.

Der Erwachte spricht hier von Berührungs-Körpern und Erfahrungs-Körpern bzw. – Strukturen (*kāya*). D.h. entsprechend den Sinnensüchten und ihrer körperlichen Verteilung bestehen auch Berührung/Erfahrung der Sinnensüchte in Körper-Struktur.

Der Erwachte sagt (M 28): Wenn zwar das Auge funktionsfähig ist und Lichtstrahlen das Auge treffen, aber kein unwillkürliches oder bewusstes Wollen zum Sehen da ist, dann fin-

det keine Luger-Berührung, keine Ernährung des Lugers statt. Z.B. ist in den weltlosen Entrückungen das innere Wohl so groß, dass die programmierte Wohlerfahrungssuche nicht nach außen gerichtet ist. Darum findet dann keine Ernährung/Berührung/Erfahrung der Triebe statt, auch wenn Formen, Töne usw. herantreten.

Wir erleben oft, dass mehrere Menschen dieselbe Sache, die sie betrachten, sehr unterschiedlich empfinden. Dagegen kommt beim Geheilten, der keine Triebe mehr hat, auch kein triebhaftes Gefühlsurteil mehr auf, gleichviel, was von außen an „ihn“ herantritt. Er ist nicht mehr treffbar, verletztbar. Umgekehrt ist ein Mensch, der sich an tausenderlei Befriedigungsgefühle gewöhnt hat und diese begehrt und braucht, auch dementsprechend treffbar und verletztbar. Darum sagt der Erwachte (A III,101), dass die Früchte ein und desselben Wirkens, wenn sie an einen hochsinnigen, von Trieben weitgehend befreiten Menschen herantreten, bei diesem fast keine Reaktion auslösen, während ein anderer, der stark bedürftig ist, durch dieselben karmischen Früchte so stark getroffen werden kann, dass sein dadurch veranlassenes Wirken ihn in die Unterwelt gelangen lässt.

### Durch Berührung bedingt ist Gefühl

Zwischen den Trieben und dem als außen Erfahrenen findet Berührung statt. Und jede Berührung der Triebe löst eine Resonanz aus. Diese Resonanz der Triebe auf das Erlebte von äußerster Lust bis zur tiefsten Qual erfahren wir als Gefühl. Immer nur um jener als Gefühl erfahrenen Resonanz willen suchen wir das Wahrnehmen.

Doch so wie der Klang des Gongs nichts Eigenständiges, aus sich selbst heraus Bestehendes ist, sondern eben nur Antwort des Gongs auf den Schlag durch den Klöppel, so auch ist das Gefühl nichts Eigenständiges, aus sich selbst heraus Bestehendes, sondern eben nur Antwort der Triebe auf die Erlebnisse. So wie ein grober eiserner Gong auf einen Schlag mit

dem Klöppel einen gröberen Ton und ein feiner silberner Gong auf einen Schlag mit dem gleichen Klöppel einen feineren Ton erzeugt – so auch erzeugen die gröberen und feineren Triebe, wenn die Erlebnisse ihnen entsprechen, gröbere oder feinere Wohlgefühle und erzeugen, wenn die Triebe ihnen nicht entsprechen, gröbere oder feinere Wehgefühle, jeder Trieb nach seiner Art.

Wenn ein Mensch, der nach seinen Trieben besonders geschmackig, auf wohlschmeckende Speisen aus ist, auch solche Speisen zu kosten bekommt, dann stimmt bei ihm das Erleben mit den Trieben überein, dann sind diese Triebe in ihm befriedigt und äußern ihre Befriedigung in der ihnen gemäßen Weise durch Lust und Behagen als Wohlgefühl. – Bekommt er dagegen gerade solche Speisen, die nach Geschmack und Aussehen seinen Trieben widersprechen, so sind diese gleichen Triebe durch das ihnen entgegengesetzte Erlebnis gestört und verstört, und sie äußern ihr Widerstreben durch Unlust und Ekel als Wehgefühl. Nimmt jener Mensch aber eine nicht zu lange Zeit keine Speisen zu sich, so wird jenen Trieben weder entsprochen noch widersprochen, so äußern jene Triebe zu dieser Zeit ein Weder-Weh-noch-Wohlgefühl.

Oder wenn ein anderer Mensch, der nach seinen Trieben auf Freundschaft und Harmonie aus ist, auch Freundschaft und Harmonie erlebt, so antworten seine Triebe mit Fröhlichkeit und Glück als Wohlgefühl. Wenn er dagegen Streit und Feindschaft erleben muss, so antworten die gleichen Triebe auf dieses ihnen widerstrebende Erlebnis mit Kummer oder Traurigkeit oder Gram als Wehgefühl. Wenn dagegen dieser Mensch allein ist und weder Freundschaft noch Feindschaft erlebt, so antworten jene gleichen Triebe, da ihnen weder entsprochen noch nicht entsprochen wird, mit einem Weder-Weh-noch-Wohlgefühl, mit Gleichgültigkeit.

Oder wenn ein anderer Mensch, der nach seinen Trieben auf geistliche Musik aus ist, auch geistliche Musik zu hören bekommt, dann antworten seine Triebe darauf mit dem Gefühl von Erhebung und Frieden als Wohlgefühl. – Hört er dagegen

eine ausgeprägt sinnliche Musik, so antworten jene gleichen Triebe darauf mit Erschrecken oder Bedrückung als Wehgefühl. – Hört er dagegen eine nicht zu lange Zeit keine Musik, so antworten die gleichen Triebe, da ihnen weder entsprochen noch nicht entsprochen wird mit einem Weder-Weh-noch-Wohlgefühl.

Oder wenn ein Mensch, der nach seinen Trieben auf Aufrichtigkeit und Wahrhaftigkeit aus ist, in einer heiklen Situation, in der er durch trügerische Rede sich äußeren Vorteil erwerben könnte, doch an der Wahrhaftigkeit festgehalten hat, so antworten seine Triebe auf jenes Verhalten mit Genugtuung und innerer Heiterkeit als Wohlgefühl. – Ist er dagegen der Versuchung erlegen und hat um des äußeren Vorteils willen trügerisch geredet, so antworten die gleichen Triebe auf dieses ihnen entgegengesetzte Verhalten mit Beschämung oder Reue als Wehgefühl. Hat er aber mangels entsprechender Situation weder seinen Trieben entsprochen noch ihnen zuwider gehandelt, so antwortet der gleiche Trieb darauf mit einem Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl.

Diese Beispiele können beliebig erweitert werden. Es versteht sich, dass das Wohlgefühl eines Menschen, der seiner triebbedingten Neigung entsprechend sich auf stillen Wegen von der Hetze des Alltags ablöst, ein anderes ist als das Wohlgefühl des Kindes, das sich im Arm der Mutter geborgen fühlt, und dass die Begeisterung eines jungen Entdeckers wieder ein anderes Wohlgefühl ist. Wir kennen die unterschiedlichen groben und feinen Wohlgefühle, wie Lust, Behagen, Entzücken, Begeisterung, Erhebung, Frieden usw. und ebenso die mannigfaltigen groben und feinen Wehgefühle, wie Qual, Schmerz, Angst, Verzweiflung, Verstörtheit, Ekel, Zerrissenheit, Depression, Trauer, Gram, Kummer, Wehmut. Sie alle deuten auf Triebe hin, die genau so grob oder fein sind wie jene von ihnen erzeugten Gefühle. Und alle diese verschiedenartigen Gefühle verlaufen vom höchsten Wohl bis zum äußersten Wehe in einer fast endlosen Skala mit allen Zwischenstufen. Welche weiten Unterschiede liegen z.B. zwischen höchst-

tem Entzücken und äußerstem Entsetzen, zwischen höchster Fröhlichkeit und tiefster Traurigkeit, zwischen höchster Lust und tiefster Qual, zwischen Bedrückung und Erleichterung, zwischen Versenkung und Verstörtheit, zwischen Glückseligkeit und Gram, zwischen Angst und Geborgenheit, Ruhe und Unruhe, Erlösung und Verzweiflung.

Diese wenigen Hinweise erinnern uns an die fast endlose Mannigfaltigkeit unserer Gefühle in Wohl und Wehe, die unserem Leben Stimmung und Klang, Farbe und Duft geben, durch die wir unser Leben als licht oder dunkel, als erwärmend oder erhaltend, als Wohllaut oder Dissonanz erleben und empfinden. Und hinter jedem dieser unendlich vielfältigen groben und feinen, lauten und leisen, wohlten und wehen Gefühle steht still und schweigend im Hintergrund der Trieb als die starke oder schwache Sehnsucht nach einem bestimmten groben oder feinen Erlebnis, nach einer bestimmten seelischen Situation. Und er ist es, der da antwortet, wenn die ersehnte seelische Situation eintritt, mit dem ihm möglichen Wohlklang, und wenn eine ihm entgegengesetzte seelische Situation eintritt, mit dem ihm möglichen Missklang.

So ist das Gefühl „subjektiv bedingt“ und vermag wenig Auskunft über den wahren Wert der Erlebnisse zu geben. Wir können bekanntlich angenehme Gefühle und Zuneigung bei schlechten Menschen und Dingen haben und können unangenehme Gefühle und Abneigung bei guten Menschen und Dingen haben.

Das Gefühl verleiht den einzelnen Erlebnissen und darum unserem ganzen Leben Stimmung und Klang, wodurch unsere Erlebnisse packend werden, uns ansprechen, uns engagieren. Im Gefühl erst nehmen wir sie als unser Erlebnis, nehmen sie für wahr. Insofern eben ist das Gefühl Stimmung und Klang unseres Lebens.

Durch die Durchsetzung und Durchdringung des Erlebnisses mit dem angenehmen oder unangenehmen Gefühl hat sich der Trieb spontan für die Annahme des angenehmen Erlebnisses und für die Nichtannahme des unangenehmen Erlebnisses

ausgesprochen. Wir beobachten ja auch bei uns, dass wir uns dem angenehm empfundenen Erlebnis spontan zuwenden und uns von dem unangenehm empfundenen Erlebnis ebenso spontan abwenden. Dieser Triebwille wird ganz unmittelbar gespürt als ein Lechzen, Dürsten, Drängen in der genannten Richtung. Er kommt bei jedem normalen Menschen mit dem Gefühl auf nach dem Wort des Erwachten: *Durch das Gefühl bedingt ist der Durst* und hat bei aller Mannigfaltigkeit im Grund immer folgende vier Äußerungsweisen: Es ist entweder der Durst, das begehrte Erlebnis (Wohlgefühl), wenn es da ist, zu genießen oder, wenn es noch nicht da ist, zu erzeugen, zu schaffen oder drittens, das dem Wünschen und Begehren entgegengesetzte, also gehasste oder gefürchtete Erlebnis (Wehgefühl) zu verhindern, zu vernichten, zu zerstören oder 4. wenn Wehgefühl nicht aufgestiegen ist, es nicht aufkommen zu lassen.

Dieser vierfache, durch die Triebe bedingte, im Gefühl ausgelöste durstige Drang ist es, der den Menschen in jedem Augenblick bei jedem Gefühl mit einem neuen Willen herumjagen, heruntreiben will mit der gleichen blinden Aktivität wie etwa ein ungesteuertes Auto. Erst das Bedenken der Folgen, das dem Menschen zur Verfügung stehende Maß von Vernunft und Moral, stellt sich diesem blinden Drang entgegen.

Damit sehen wir, welche Zentralstellung das Gefühl in der Gesamtheit dessen, was das Phänomen „Mensch“ überhaupt ausmacht, einnimmt. Aus den Trieben geboren, gibt es einem jeden Erlebnis erst Stimmung und Klang und damit jene Aufdringlichkeit, mit der es als wohl oder wehe fühlbar und dadurch überhaupt erst zu „unserem“ Erlebnis wird, durch die wir es erst wahrnehmen. Und zugleich dreht es „unsere“ Aktivität, also „uns“, unmittelbar auf das wohle Erlebnis zu bzw. von dem wehen Erlebnis fort. Das Gefühl macht „uns“ wach durch das Wahrnehmen des jeweiligen wohlens und wehen Erlebnisses, das Gefühl treibt uns, das Wohl zu erhaschen und das Wehe zu fliehen und zu vernichten. Leben und Existenz ist



ohne das Gefühl nicht vorhanden, nicht denkbar, nicht möglich. So intensiv wie das Gefühl ist, so intensiv ist Leben und Existenz. Wie hell und heiter, wie dunkel und schmerzlich das Gefühl ist, so hell und heiter, so dunkel und schmerzlich ist Leben und Existenz. Die Qualität und die Quantität des Gefühls sind Qualität und Quantität des in der Wahrnehmung erfahrenen Lebens. Die Verheißung „ewiger Seligkeit“ oder die Androhung „ewiger Verdammnis“ in manchen Religionen ist nichts anderes als die Verheißung oder die Androhung von Gefühl in der höchstmöglichen bzw. in der furchtbarsten Qualität und zugleich von endloser Quantität. Darum ist auch die Aufhebung des Gefühls gleich der Aufhebung der in der Wahrnehmung erfahrenen Existenz.

Es ist verständlich, dass das Gefühl bei solcher Eigenschaft unbewusst und bewusst im Vordergrund des menschlichen Interesses steht und dass ihm in allen Kulturkreisen und in allen Religionen entscheidende Bedeutung beigemessen wird. Daher kommt es auch, dass das Gefühl in manchen Religionen als aus der ewigen Seele kommend oder als die ewige Seele selbst, überhaupt als etwas Ewiges aufgefasst wird. – Dagegen kann jedermann, der sich selbst aufmerksam beobachtet, feststellen, was hier bereits gesagt wurde: Das Gefühl ist nicht eigenständig, das Gefühl besteht nicht aus sich selbst heraus, das Gefühl geht von Fall zu Fall hervor aus der jeweiligen Berührung zwischen Trieben und deren Projektionen als ein jeweils neues Gefühl. So ist es dem Rauch vergleichbar, der weithin sichtbar aus den Schornsteinen der Häuser aufsteigt, weil unten in den Herden Reines und Unreines, Feuchtes und Trockenes verbrannt wird.

Gefühl ist nicht ewiger Kern oder ewiger Bestandteil des Menschen, es ist blind für den wahren Wert oder Unwert des jeweiligen Erlebnisses. Es besteht nicht eigenständig aus sich selbst heraus, sondern ist gebunden an den Trieb und dessen Projektion, aus deren Zusammenkommen (Berührung) es entsteht.

## Gefühlsbesetzte Wahrnehmung erzeugt den Glauben an Ich und Welt

Durch jede Berührung der fünf im Körper inkarnierten Sinnesdränge wird der von ihnen erfahrene Gegenstand (Form, Ton usw.) und die Gefühlsantwort der Triebe zusammen in den Geist eingetragen. Die Dränge in den Sinnesorganen und im ganzen Körper erfahren Wohlgefühl, wenn sie von dem Gewünschten berührt werden, und erfahren Wehgefühl, wenn das Gegenteil dessen ankommt, was sie ersehen. Diese Gefühlsurteile der Triebgeschmücke – Wohlgefühl bei den für die Triebe angenehmen Erscheinungen, Wehgefühl bei den für die Triebe unangenehmen Erscheinungen – sind eine Entstellung und Verzerrung der Erfahrungen, die – solcherart subjektiv gefärbt – als Wahrnehmung in das Gedächtnis eingetragen werden. Der Geist kennt gar nichts anderes als die Eintragungen der Blendungen. Die Triebe, die Neigungen bestimmen also, gleichviel ob sie gut oder schlecht, schädlich oder nützlich sind, was der Mensch erlebt und was nicht. Diese Wahrnehmung, von welcher wir leben, durch welche wir an Ich und Welt und Dasein glauben, vergleicht der Erwachte mit einer täuschenden Fata Morgana, mit einer Luftspiegelung.

Wie ist das zu verstehen? Durch die Berührung der Triebe mit dem als außen Erfahrenen, der Ernte des Gewirkten, kommt ein (angenehmes oder unangenehmes oder weder angenehmes noch unangenehmes) Gefühl auf, und zwar kommt es dort auf, wo die Berührung stattfindet, bei den Trieben. Dieses angenehme oder unangenehme Fühlen und Gestimmtsein bewirkt ein angenehmes oder unangenehmes Aufmerken und Wecken zu einem angenehmen oder unangenehmen Wahrnehmen von Formen, Tönen usw., also von Menschen und Dingen. – So ist also bereits vor dem Wahrnehmen, dem bewussten Erkennen der Menschen und Dinge das angenehme oder unangenehme Gefühl aufgekommen, und zwar ausgelöst durch die Berührung der Triebe mit dem als außen Erfahrenen.

Der unwissende Mensch aber unterliegt dem Selbstbetrug, dass er das in ihm selbst aufgekommene angenehme oder unangenehme Gefühl unbewusst über die gleichzeitig wahrgenommenen Menschen oder Dinge gleichsam ausgießt und dann meint, dass jenes Angenehmsein oder Unangenehmsein, das im Augenblick bei den Trieben ausgelöst wurde, etwa jenen wahrgenommenen Menschen oder Dingen anhafte, gleichsam von ihnen komme.

Wenn z.B. ein Mensch einem ihm bekannten sympathischen Menschen begegnet, dann spürt er eine entsprechende Zuneigung zu ihm und stellt daraufhin bei sich fest: „Das ist der angenehme Mensch.“ Wenn er sich von diesem geistigen Vorgang Rechenschaft ablegen wollte, so würde er etwa sagen: „Ich sah diesen Menschen, erinnerte mich, dass er sympathisch ist, und wurde dadurch angenehm berührt.“ So meint er also, dass er zuerst den betreffenden Gegenstand (in diesem Fall den Mitmenschen) gesehen, also wahrgenommen habe, dann sich des Wertes dieses Gegenstandes erinnert habe und daraufhin erst ein entsprechendes Gefühl (angenehm oder unangenehm) gefühlt habe. In dieser Feststellung liegen die entscheidenden Irrtümer über die Reihenfolge des Bedingungs-zusammenhangs und über den Ort der Gefühlsentstehung.

Dass die Auffassung über die Bedingungsfolge bei der Entstehung des Gefühls normalerweise falsch ist, soll an einem Beispiel gezeigt werden: Wenn drei Freunde, die zusammen die Straße entlanggehen, an einer Plakatsäule vorbeikommen, dann kann es vorkommen, dass jeder der drei Freunde die anderen auf ein Plakat an dieser Säule aufmerksam macht, und zwar jeder auf ein anderes Plakat: Der eine Freund mag die Ankündigung einer Sportveranstaltung entdeckt haben und mag die Freunde bewegen wollen, zu der betreffenden Zeit mit ihm dorthin zu gehen. Der andere Freund hat die Ankündigung eines Konzerts gesehen und erwägt ebenfalls, ob er dorthin gehen soll. Der dritte mag ein Plakat über den Tierschutz entdeckt haben und mag mit Mitleid an die hilflosen

Tiere bzw. mit mehr oder weniger Ärger oder Zorn an die Tierquäler denken.

Wenn diese drei Menschen sich nun fragen würden, ob die anderen auch die von ihnen entdeckten Plakate gesehen hätten, dann würden sie zugeben müssen, dass sie sie „nicht gesehen“ haben. Jeder hat nur, wie er selber zugibt, ein bestimmtes, aber anderes Plakat gesehen. Dieses bestimmte Plakat braucht nicht etwa für ihn günstiger sichtbar gewesen zu sein. Alle drei Plakate mögen gleich sichtbar und auffallend gewesen sein. – Woher kommt dann diese unterschiedliche Wahrnehmung?

Bei allen drei Freunden war das Auge (mit dem innewohnenden Luger) vorhanden, und als Formen boten sich die Buchstaben und Worte auf der ganzen ihnen zugekehrten Fläche der Plakatsäule an. Obwohl sie auf dem Weg miteinander im Gespräch gewesen sein mochten, tastete das von der Sinnessucht benutzte und geleitete Auge die Plakatsäule ab. So wurde von den drei Freunden der ganze Inhalt der ihnen zugekehrten Seite der Plakatsäule erfahren, und bei allen Dreien erfolgte die Berührung des Sinnesdrangs, des Triebs.

Die Triebe antworten auf jede Berührung mit Gefühl: Die stärkeren Triebe mit stärkerem Gefühl, die schwächeren Triebe mit schwächerem Gefühl. Der eine der drei Freunde „liebt“ den Sport, d.h. er hat starke, auf körperliche sportliche Betätigung gerichtete Triebe, dagegen erheblich weniger starke Triebe für Musik und fast keine für die Tierwelt. Die stärksten Triebe – hier also die auf Sport gerichteten – reagieren am stärksten, und darum löst bei ihm die Trieberfahrung von dem Sportplakat das stärkste Fühlen und Merken aus, und somit merkt er eben dieses Sportplakat am stärksten: Er nimmt es wahr. – Die erheblich schwächeren, auf Musik gerichteten Triebe lösen bei der betreffenden Erfahrung auch nur eine erheblich schwächere Resonanz aus, und die anderen Erfahrungen lösen, da für sie nur allerschwächste oder gar keine Triebe vorhanden sind, auch nur allerschwächste oder gar keine Resonanz aus. Darum wird die Aufmerksamkeit des vorwiegend für Sport interessierten Menschen auch vorwie-

gend auf das Sportplakat gelenkt und damit gleichzeitig in demselben Maß von allen anderen Plakaten abgelenkt, so dass er glaubt, er habe nur das eine Plakat gelesen.

Ganz ebenso verhält es sich hinsichtlich der Konzertveranstaltung bei dem zweiten Freund und des Tierschutzplakats bei dem dritten Freund. Und ebenso verhält es sich im ganzen Leben, wie jeder an sich selbst beobachten kann.

Der normale Mensch meint, dass das angenehme oder unangenehme Gefühl, das er bei der Wahrnehmung bestimmter Menschen oder Gegenstände fühlt, von den betreffenden Menschen oder Gegenständen ausgehe, an diese gebunden sei, diesen verbunden sei, und darum wendet er sich ja auch immer denjenigen Menschen und Gegenständen zu, die er in Verbindung mit angenehmen Gefühlen wahrnimmt, und er wendet sich von solchen Menschen oder Gegenständen ab bzw. tritt ihnen entgegen, die er in Verbindung mit unangenehmem Gefühl wahrnimmt. In Wirklichkeit aber hängt alles Angenehm oder Unangenehm, alles Wohl oder Wehe immer nur mit ihm selber, mit seinen eigenen Trieben zusammen, ist an die eigenen Triebe gebunden, geht von den eigenen Trieben aus. Diese Tatsache wird auch durch die Beobachtung bestätigt, dass derselbe Mensch und derselbe Gegenstand, die bei dem einen Menschen ein angenehmes Gefühl auslösen, bei einem anderen Menschen oft sehr unangenehme oder gleichgültige Gefühle auslösen können. Darin zeigt sich, dass alle wahrgenommenen Formen, Töne, Düfte usw. nicht an sich angenehm oder unangenehm sind, sondern dass erst die durch die Triebe bedingte Bedürftigkeit und Besonderheit des Menschen allen Erlebnissen einen Wert beimisst, dass nicht die Dinge an sich einen Wert haben, sondern dass es nur durch die eigenen Triebe zu einer Bewertung kommt, also die Triebe den Maßstab der Bewertung abgeben.

Der Erwachte sagt (A IV,45):

*Hier in diesem klaftergroßen Körper mit Wahrnehmung und Geist, da ist die Welt enthalten...*

Der wahrnehmende „Körper“, der Ich und Welt erleben lässt, ist nicht der grob- oder feinstoffliche Körper, sondern der Wollenskörper, der Spannungskörper, also die Summe sowohl der sinnlichen Triebe als auch der vom Geist ausgehenden intellektuellen, sozialen und moralischen Triebe. In A IX,38 erklärt der Erwachte:

*Diese fünf Begehrensstränge (kāmagunā, Sinnensuchtbezüge) sind es, ihr Brahmanen, welche in der Wegweisung des Vollendeten „Welt“ genannt werden, nämlich die vom Luger erfahrbaren Formen, die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen, dem Begehren entsprechenden, reizenden, die vom Lauscher erfahrbaren Töne – die vom Riecher erfahrbaren Düfte – das vom Schmecker erfahrbare Schmeckbare – das vom Taster (Körper) erfahrbare Tastbare – das ersehnte, geliebte, entzückende, angenehme, dem Begehren entsprechende, reizende. Das sind, ihr Brahmanen, die fünf Begehrensstränge, welche in der Wegweisung des Vollendeten „Welt“ genannt werden.*

„Begehrensstränge“ oder „Begehrensfasen“ oder „Stüchtensstränge“ oder Sinnensuchtbezüge (*kāmagunā*) bedeutet, dass nur durch Begehren Formen, Töne usw., *die ersehnten, geliebten...*, erlebt werden. Jeder Begehrens-„Faden“ ist eine drängende Kraft, ein Trieb, ein Sog, ein mehr oder weniger starkes durstiges Sehnen nach etwas Bestimmtem. Zu dem einen Ende des Fadens, dem gefühlten durstigen Sehnen sagt der Mensch „Ich“, zu dem anderen Ende, den tausend Bildern und Vorstellungen, auf welche die Triebe aus sind, nach welchen das eingebildete Ich dürstet, sagt der Mensch „Welt“. Es ist ein Faden, ein Strang mit diesen zwei Enden: Begehren und Begehrtes.

Je stärker die innere Bedürftigkeit ist, um so stärker ist auch die Treffbarkeit durch die Berührung, die Beeinflussbar-

keit, um so stärkere Gefühle werden ausgelöst, um so aufdringlicher ist die Blendung, und um so stärker ist der Wahn von Ich und Welt.

Die im Körper inkarnierten Sinnensüchte spiegeln uns eine Welt vor, die nicht „da draußen“ ist, unabhängig vom Erleber, sondern als von den Trieben nach außen projiziert ist. Es ist wie im Traum. Wenn wir vom Traum erwachen, also die Traumdimension transzendieren, dann erkennen wir, dass unsere eigene Rolle, die wir im Traum spielten, und die gesamte Umgebung, die uns im Traum erschien, allein aus unserem Geist oder unserem Herzen heraus vorhanden war. Der Erwachte vergleicht unser gesamtes Erleben mit Träumen, ausgesponnen von den Trieben.

Darum auch wird in den ersten Versen des Suttanipāta (Sn 9-13) der Mensch angewiesen, bei all seinen Wahrnehmungen zu bedenken:

*Dies Ganze gilt nicht wirklich, dies Ganze ist so nicht.*

Ebenso sagt der Erwachte (M 106):

*Schemenhaft, trügerisch, Einbildungen sind die Sinneserscheinungen; ein Blendwerk ist das Ganze...*

Wer als unbelehrter Mensch den Vorgang der sinnlichen Wahrnehmung so nicht verstehen kann, sondern sich nur von den jeweils aufkommenden Formen, Tönen usw. fesseln lässt, der ist durch diese Unachtsamkeit herausgetreten aus dem inneren geistigen Bereich der Gefühlsvorgänge und ist an die durch die sinnliche Wahrnehmung entworfene unendlich mannigfaltige äußere Welt gekettet. Einen solchen entzückt das Erscheinen angenehmer Dinge und entsetzt das Vergehen der Dinge. Indem bei ihm durch Berührung der Triebe Gefühle entstehen, richtet er seine Aufmerksamkeit nicht auf diese und nicht auf die Tatsache des durch die Gefühle bedingten Wahrnehmens, sondern nur auf das durch die Wahrnehmung jeweils Erschienene. – Wie wenn einer, der aus dem Schornstein eines Hauses Rauch in bizarren Gestalten und Formen aufsteigen sieht, sich durch diese Gestalten so faszinieren und fesseln ließe, dass er nur den Wandel der Gestalten sähe und darüber

vergäße, dass alle diese Rauchgestalten nur durch Rauch bedingt sind, nur durch Rauch bestehen und beim Fortfall des Rauchs nicht mehr da sind – so auch bedenkt der normale Mensch bei allen Formwahrnehmungen nicht, dass diese Formen eben durch Wahrnehmen bestehen, und bedenkt bei allen Tonwahrnehmungen nicht, dass diese Töne eben durch Wahrnehmung bestehen. Darum glaubt er an eine Welt der Formen, Töne, Düfte usw., während der Kenner weiß, dass diese Welt durch Wahrnehmung, durch den geistigen Akt des Wahrnehmens entworfen ist, wie alle Traumgestalten durch den geistigen Akt des Träumens entworfen sind. Und wie wenn der den Rauchgestalten verblendet zusehende Mensch vergäße, dass dieser Rauch nur darum aus dem Schornstein aufsteigen kann, weil sich unten ein Feuer befindet, so vergisst der normale Mensch, dass alle Wahrnehmung durch das Auf- und Absteigen von Gefühlen bedingt ist. Und ebenso wie alles Feuer durch Brand und Brennen bedingt ist, so ist auch alles Gefühl durch Berührung der Triebe bedingt.

So wohnt der unbelehrte Mensch ganz an der Oberfläche und schaut nicht in die Tiefe. Die Wahrnehmung des einen Dings mag ihn angenehm berühren, die des nächsten entzücken, das dritte Ding mag ihn unangenehm berühren, das vierte erschrecken, das fünfte entsetzen, ein weiteres mag ihn wieder beglücken und so fort. Da er die Bedingungen der jeweils aufkommenden Wohl- und Wehgefühle nicht durchschaut, so bleibt er an Entzücken und Entsetzen gefesselt, fühlt sich bald auf der Höhe des Lebens, bald in tiefer Verzweiflung, bald von Hoffnung erfüllt, bald von Enttäuschung gelähmt. Entsprechend denkt er um das Erlebte herum und handelt entsprechend, wie es der Erwachte im Folgenden beschreibt:

Achtzehnfaches geistiges Angehen /  
achtzehn geistige Stellungnahmen

*„Achtzehnfaches geistiges Angehen ist (bei sich) zu erkennen.“ Das ist gesagt worden. Und warum ist das gesagt worden?*



*Ist mittels des Lugers eine Form gesehen worden, so geht man die Freude verursachende Form an* <sup>219</sup>, *geht die Traurigkeit verursachende Form an, geht die Gleichmut / Gleichgültigkeit verursachende Form an.*  
*Ist mittels des Lauschers ein Ton gehört, mittels des Riechers ein Duft gerochen, mittels des Schmeckers ein Saft geschmeckt, mittels des Tasters eine Tastung getastet, mittels des Geistes ein Ding erfahren, so geht man die Freude verursachende – die Traurigkeit verursachende – die Gleichmut / Gleichgültigkeit verursachende – Form an, so geht man den Freude verursachenden Ton – den Traurigkeit verursachenden – den Gleichgültigkeit verursachenden – Ton an, so geht man den Freude verursachenden – den Traurigkeit verursachenden – den Gleichgültigkeit verursachenden – Duft an, so geht man den Freude verursachenden – den Traurigkeit verursachenden – den Gleichgültigkeit verursachenden – Saft an, so geht man die Freude verursachende – die Traurigkeit verursachende – die Gleichgültigkeit verursachende Tastung an, so geht man den Freude verursachenden – den Traurigkeit verursachenden – den Gleichgültigkeit verursachenden – Gedanken an.*  
*So gibt es sechsfaches durch Freude verursachtes Angehen, sechsfaches durch Traurigkeit verursachtes Angehen, sechsfaches durch Gleichgültigkeit verur-*

---

<sup>219</sup> *somanassa tthāṇiyam rūpam upavicarati*  
 wörtliche Übersetzung: Man geht die Form an, die Freude verursachen muss/soll/kann (Gerundivum).

*sachtes Angehen. In Bezug hierauf wurde gesagt: „Achtzehnfaches geistiges Angehen ist (bei sich) zu erkennen.“*

Freude bei	Traurigkeit bei	Gleichgültigkeit bei
Formen	Formen	Formen
Tönen	Tönen	Tönen
Düften	Düften	Düften
Säften	Säften	Säften
Tastbarkeiten	Tastbarkeiten	Tastbarkeiten
Gedanken	Gedanken	Gedanken
6	6	6
+	+	=18

### Angehen der Freude verursachenden Form

*Hat das Auge mit dem innewohnenden Luger eine Form gesehen, so geht man die Freude verursachende Form an – diesen Vorgang beschreibt der Erwachte (M 148) wie folgt:*

*Von einem Wohlgefühl getroffen, empfindet der unbelehrte Mensch Freude, Befriedigung, denkt darum herum, stützt sich darauf, Giergeneigtheit treibt ihn.*

Das heißt, die vom Luger erfahrene Form hat dem Trieb entsprochen, ein Wohlgefühl ausgelöst und ist mit Wohlgefühl besetzt in den Geist gelangt, der feststellt: „Oh diese schöne Sache.“ Das ist weltliche Freude, weltliche Fröhlichkeit.

Das erlebte, empfundene Ich strebt Befriedigung des Gefühls an, und dieses Anstreben, Ergreifen ist das Angehen, die vierte Zusammenhäufung, das „Aufgreifen“ einer Erscheinung durch freudige oder traurige, lustvolle oder ver-drossene oder gleichgültige geistige Stellungnahme des Menschen zu dem Erlebnis, die natürlich dann auch – je stärker die Empfindun-

gen sind, um so mehr – zu entsprechendem Reden und Handeln führt. Durch dieses Angehen ist der Mensch seinen inneren Neigungen und Tendenzen gefolgt, hat aus diesen heraus angestrebt, hat sie also bestätigt und damit erhalten und bewahrt. Damit ist natürlich auch das Verhältnis des Icherlebnisses zu dem Begegnungserlebnis bestätigt, erhalten und bewahrt geblieben. Aber nicht nur das: Der Erwachte sagt, damit sei auch die wahrgenommene Situation erhalten geblieben, nicht aufgelöst worden.

Es ist zwar leicht einzusehen, dass das Verhältnis des erlebten Ich zu dem jeweils erlebten Begegnenden (also Sympathie oder Antipathie, Lust oder Unlust, Verlangen oder Ekel usw.) so bestehen bleibt, wenn wir unsere Einstellung zu dem Begegnenden nicht verändern – aber wie soll man verstehen, dass die Situationen selber dadurch „angeeignet“, erhalten geblieben sind? Und was hat das für den Menschen zu bedeuten? Denn wir sehen ja, dass eine jede Situation schon im nächsten Augenblick zur Vergangenheit geworden ist, da sie durch die nächste Wahrnehmung verdrängt wird.

Da sagen nun die zu universaler Wahrnehmung Erwachten, dass sie sehen: Jede anlässlich der Begegnung nicht erlöste, nicht aufgelöste, sondern nur ein wenig veränderte Situation – also ein erlebtes Ich in seinem Verhältnis mit dem erlebten Begegneten wird zwar von der nachfolgenden Situation aus dem beschränkten Wahrnehmungstraum hinausgedrängt, aber damit ist sie nicht in Nichts aufgelöst, sondern alle diese Situationen werden über kurz oder lang wie aus „Zukunft“ kommend, wieder in die Wahrnehmung eintreten. Dort werden sie wieder angegangen, d.h. mehr oder weniger verändert, aber fast nie aufgelöst. Und da sie nicht aufgelöst sind, müssen sie unweigerlich wiederkehren – und so fort, solange sie nicht aufgelöst werden. Damit bleibt die Kette der wahrgenommenen Begegnungssituationen bestehen und damit auch der Eindruck, die Einbildung eines Ich in ständiger Auseinandersetzung mit eingebildeter „Welt“.

Diese Art des verbessernden oder verschlechternden Umgangs mit den einzelnen gegenwärtigen Begegnungssituationen, die das Spannungsverhältnis zwischen den beiden erlebten Spannungspolen, dem Ich und dem Begegnenden, nur verändert, nicht aber auflöst, das ist „Angehen“, „Aneignen“, „Ergreifen“. Alles Angehen der unbelehrten Wesen geschieht in dieser dem Gefühl folgenden, ergreifenden, aneignenden Weise, wie der Erwachte sagt (M 38):

*Bei den Gefühlen sich befriedigen, das ist Ergreifen.*

Ergreifen geschieht überall da, wo man durch Wirken (in Gedanken, Worten, Taten) der fühlbar gewordenen Neigung nach Genießen, Abweisen usw. folgt, sich das Ziel, das der Durst anstrebt, „zu eigen macht“. Damit ist das im Durst zum Ausdruck gekommene Verhältnis des erlebten Ich zu der betreffenden erlebten Begegnung im Dasein erhalten geblieben.

Wenn wir den triebbedingten Gefühlen folgen, indem wir das Angenehme mit entsprechendem Denken, Reden und Handeln annehmen, das Unangenehme abweisen – dann haben wir damit unser Gefühl befriedigt. Insofern haben wir die Begegnung oder die Sache nicht neutralisiert, sondern mit Gefühl an uns gebunden. Damit ist die betreffende Situation nicht aufgelöst, sondern wird uns in Zukunft wiederum begegnen. Wo immer man einem Wehgefühl ausweicht oder ein Wohlgefühl zu erlangen sucht, da hat man die Neigungen und Triebe des Herzens, seine Empfindlichkeiten und damit seinen Wesenszuschnitt, bestätigt, hat nach seiner Sympathie oder Antipathie gehandelt und darum die Verbindung zu jener Situation erhalten oder gar verstärkt.

Jeder Begehrensdenken, jede Begehrensvorstellung ist ein Sandkörnchen mehr auf die Waagschale der Begehrlichkeit. Unser Leben besteht aus Einzelgedanken und aus einzelnen Vorstellungen, und ein begehrlischer Gedanke nach dem anderen füllt die Waagschale, mehrt das Gewicht, verstärkt die Süchtigkeit. Weil die Befriedigung nur kurz andauert, darum drängt sich den Begehrenden immer wieder der Gedanke auf: „Das allein befriedigt, das muss ich jetzt haben.“ Weil der

Mensch bei vielen Sinnendungen im Akt der Berührung eine kurze entspannende Befriedigung der inneren Sucht empfindet, darum bewertet er die Befriedigung durch Genuss der Dinge so positiv und muss sie immer wieder anstreben.

### Angehen der Traurigkeit verursachenden Form

*Hat das Auge mit dem innewohnenden Luger eine Form gesehen, so geht man die Traurigkeit verursachende Form an.*

Diesen Vorgang beschreibt der Erwachte (M 148):

*Von einem Wehgefühl getroffen, wird der unbelehrte Mensch bekümmert, beklommen, jammert, schlägt sich stöhnend die Brust, gerät in Verzweiflung, und Abwehrgeneigtheit treibt ihn.*

Immer wieder zeigt sich im Leben, dass sich den gewünschten Erlebnissen etwas als Widerstand in den Weg stellt. Beim Erleben eines Widerstandes, einer Widrigkeit meldet sich das Anliegen als Unlust und Unwohl in zweifacher Weise: Passiv reagiert es mit Resignation, Müdigkeit, Traurigkeit, wehmütigem Klagen über die Durchkreuzung des Gewünschten. Mit beredten Worten vermag das Anliegen seinem Jammer Ausdruck zu geben. Die Last des Widrigen drückt aufs Gemüt, d.h. aufs Anliegen, und dieses reagiert mit Bedrücktheit, Beklommenheit, Betroffenheit. Aktiv reagiert das Anliegen mit Zorn, Wut, Ärger, Auflehnung, mit Vorwürfen, mit Fluchen und Schimpfen. Es ist der Versuch, dadurch die drückende Last abzuschütteln. Und das Anliegen rüttelt und zerrt an der Last bis zum Ausbruch der Verzweiflung: „Ich halte es nicht mehr aus.“

Beide Weisen helfen nichts. Im Gegenteil: Sie verstärken nur die Last, so dass es immer schwerer wird, sie zu ertragen. Durch das ständige Reflektieren über die Durchkreuzung des

Anliegens wird deren Wahrnehmung immer aufdringlicher und bedrängender. Diese aufgefarbte Widerstand-Wahrnehmung fügt man der ursprünglichen unangenehmen Wahrnehmung hinzu. Da das Anliegen Grund und Ursache des unangenehmen Gefühls ist, so wird, solange aus dem Anliegen heraus rasoniert und auf die Erfüllung reflektiert wird („Ach, hätte ich doch dieses, ach, wäre doch jenes“), das Leid nur vermehrt, aber nie beschwichtigt. Auch die Vorstellung der Vergänglichkeit des unangenehmen Gefühls vermag keinen Trost zu bieten, denn das Leid kommt wieder, solange das Anliegen unverändert ist. Jedes Wohlgefühl vergeht, jedes Wehgefühl vergeht – aber das Anliegen besteht.

### Angehen der Gleichgültigkeit verursachenden Form

*Hat das Auge mit dem innewohnenden Luger eine Form gesehen, so geht man die Gleichgültigkeit verursachende Form an.*

Erlebnisse, die nicht besonders wohl getan haben und nicht besonders weh getan haben, sind einem gleichgültig. Hat die Form dem Trieb weder entsprochen noch nicht entsprochen, so wird ein gleichgültiges Gefühl ausgelöst, und der Geist stellt fest – wenn die Feststellung überhaupt bewusst wird, in die Wahrnehmung, ins Bewusstsein drängen vorwiegend die stark gefühlsbesetzten Dinge – „die Form interessiert mich nicht, sie ist mir gleich.“ An gleichgültige Dinge denkt man meistens nicht lange, eine solche Form ist schnell vergessen. Sie ist nur schwach bedacht worden, und dieses Denken löst kein gefühlsgetriebenes Reden und Handeln aus. Ein Stein im Weg, den wir umgehen, die Menschenmenge auf einem Markt, in der wir mitgetrieben werden, über die wir uns nicht aufregen, die uns „kalt“ lässt, die nur schwaches Gefühl auslöst, auf die wir aber doch, wenn auch kaum merklich, gefühlsbesetzt reagieren, ist ein Angehen, eine Stellungnahme. Und das bedeu-

tet: Auch wenn die grobe Reizung von Gier und Abwehrgeneigtheit fehlt, unvermindert erhalten bleibt die selbstverständliche Annahme: „Ich bin in der Welt“, die Wahngeneigtheit, „ich bin“ zu denken und zu empfinden.

Diesen Vorgang beschreibt der Erwachte (M 148):

*Von einem Weder-Weh-noch-Wohlgefühl getroffen, kann der unbelehrte Mensch dieser Empfindung Entstehen und Vergehen, Labsal, Elend und Überwindung nicht der Wirklichkeit gemäß verstehen, und Wahngeneigtheit treibt ihn.*

Weil der unbelehrte Mensch nicht der Wirklichkeit gemäß Formen, Gefühle, Wahrnehmungen, Aktivität und programmierte Wohlerfahrungssuche kennt, also nicht nüchtern weiß, wodurch sie entstehen, wodurch sie vergehen, was an ihnen wohltut, was sie aber an Elend mit sich bringen und wie man ihnen entrinnen kann, so kann er auch zu einer Zeit, in der ihn Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühle bewegen, nicht den Ausweg finden; denn zu solchen Zeiten treibt ihn die Wahngeneigtheit, der Wahn, dass ein Ich in der Welt ist, die Geneigtheit, „ich bin“ zu denken und zu empfinden. Er hat ja nichts anderes erfahren, als dass ihn nach sinnlichem Wehgefühl im Geist Abwehr dagegen erfasst, er aus Abwehr gegen das Weh beim Sinnenwohl den Ausweg sucht: nur dieses „Programm“ ist sein Denken gewohnt. Anderes kennt er nicht. Deshalb heißt es von ihm nicht nur, dass er im Wahn befangen ist, sondern dass ihn die Wahngeneigtheit treibt. Damit ist die tiefste Wurzel genannt: In dem Wahn, dass ein Ich einer Welt gegenüber stehe, lässt er sich immer wieder von dem, was herankommt, beeinflussen, treiben, weil er es nicht durchschaut. So ist Wahn die Grundbedingung für das Weiterrollen, den Samsāra. Je dumpfer der Wahn ist, um so gröber wird alles Erleben, an um so schmerzlichere Erlebnisse ist der Mensch gebunden. Und je weniger einer im Wahn befangen ist, an um so hellere, subjektiv wohltuendere Erlebnisse ist der Mensch gebunden.

Wahn, ob grob oder fein, lässt Wollensflüsse/Einflüsse, die Gebundenheit, die Fessel, das Leiden weiterwerden.

Die Kette der selbstgewirkten Wahrnehmungen, der selbstgewirkten Bilder und Gefühle als von einer Welt herkommend ansehen, ernst nehmen und darauf wieder reagieren, das ist Wahngeneigtheit, ist Festhalten an der Wahnvorstellung. Selbst in den „neutralen Zeiten“ ist der unbelehrte Mensch unfähig zum stillen, sachlichen, auf das Entstehen, Vergehen, Labsal und Elend der Gefühle gerichteten Beobachten, sondern wird *von der Wahngeneigtheit getrieben*, die immer und immer wieder den Regelkreis des Leidens durch Geburt, Tod, Kummer, Jammer und Wehe aufrechterhält. Ein solcher Mensch empfindet Gefühl als ein Gebundener – gebunden an Wahn und Leiden.

### 36 Haftensgrundlagen

*„36 Haftensgrundlagen (sattapādā) sind (bei sich) zu erkennen.“ Das ist gesagt worden. Und warum ist das gesagt worden? Wegen*

*der 6 mit Weltlichem verbundenen Freuden,  
der 6 mit Befreiung verbundenen Freuden,  
der 6 mit Weltlichem verbundenen Traurigkeiten,  
der 6 mit Befreiung verbundenen Traurigkeiten,  
der 6 mit Weltlichem verbundenen Gleichgültigkeits  
haltungen,  
der 6 mit Befreiung verbundenen Gleichgültigkeits  
haltungen.*

*Was sind die 6 mit Weltlichem verbundenen Freuden?  
Wenn mittels des Lugers erfahrbare ersehnte, geliebte,  
angenehme, erfreuliche, dem Begehren entsprechende  
Formen erlangt worden sind oder erhofft werden oder  
man an einst Erlangtes, das vergangen ist, das aufge-  
hört, sich verändert hat, zurückdenkt, dann steigt*



*Freude auf. Eine solche Freude wird als eine mit Weltlichem verbundene Freude bezeichnet.*

*Wenn mittels des Lauschers erfahrbare ersehnte, geliebte, angenehme, erfreuliche, dem Begehren entsprechende Töne erlangt worden sind oder erhofft werden oder man an einst Erlangtes, das vergangen ist, das aufgehört, sich verändert hat, zurückdenkt, dann steigt Freude auf. Eine solche Freude wird als eine mit Weltlichem verbundene Freude bezeichnet.*

*Wenn mittels des Riechers – Schmeckers – Tasters – Denkers – erfahrbare ersehnte, geliebte, angenehme, erfreuliche, dem Begehren entsprechende – Düfte – Säfte – Tastungen – Gedanken erlangt worden sind oder erhofft werden oder man an einst Erlangtes, das vergangen ist, das aufgehört, sich verändert hat, zurückdenkt, dann steigt Freude auf. Eine solche Freude wird als eine mit Weltlichem verbundene Freude bezeichnet.*

*Und was sind die 6 mit Befreiung verbundenen Freuden?*

*Wenn man die Unbeständigkeit, die Veränderlichkeit der Formen gesehen hat, ihr Verblässen, ihren Untergang, dann weiß man: „Frühere Formen und jetzige Formen, alle Formen haben keinen Bestand, sind Leiden, unterliegen dem Zerfall.“ Wenn er das mit vollkommener Weisheit gesehen hat, wie es wirklich ist, dann steigt Freude auf. Eine solche Freude wird als eine mit Befreiung verbundene Freude bezeichnet.*

*Wenn man die Unbeständigkeit, die Veränderlichkeit der Töne – Düfte – Säfte – Tastungen – Gedanken – gesehen hat, ihr Verblässen, ihren Untergang, dann weiß man: „Frühere Töne – Düfte – Säfte – Tastungen – Gedanken und jetzige Töne – Düfte – Säfte – Tastungen – Gedanken –*

*alles hat keinen Bestand, ist voll Leiden, unterliegt dem Zerfall.“ Wenn er das mit vollkommener Weisheit gesehen hat, wie es wirklich ist, dann steigt Freude auf. Eine solche Freude wird als eine mit Befreiung verbundene Freude bezeichnet.*

*Und was sind die 6 mit Weltlichem verbundenen Traurigkeiten?*

*Wenn mittels des Lugers erfahrbare ersehnte, geliebte, angenehme, erfreuliche, dem Begehren entsprechende Formen nicht erlangt worden sind oder nicht erhofft werden oder man an einst Nichterlangtes, das vergangen ist, das aufgehört, sich verändert hat, zurückdenkt, dann steigt Traurigkeit auf. Eine solche Traurigkeit wird als eine mit Weltlichem verbundene Traurigkeit bezeichnet.*

*Wenn mittels des Lauschers erfahrbare ersehnte, geliebte, angenehme, erfreuliche, dem Begehren entsprechende Töne nicht erlangt worden sind oder die Nichterlangung vorausgesehen wird oder man an einst Nichterlangtes, das vergangen ist, das aufgehört, sich verändert hat, zurückdenkt, dann steigt Traurigkeit auf. Eine solche Traurigkeit wird als eine mit Weltlichem verbundene Traurigkeit bezeichnet.*

*Wenn mittels des Riechers – Schmeckers – Tasters – Denkers – erfahrbare ersehnte, geliebte, angenehme, erfreuliche, dem Begehren entsprechende Düfte – Säfte – Tastungen – Gedanken nicht erlangt worden sind oder nicht erhofft werden oder man an einst Nichterlangtes, das vergangen ist, das aufgehört, sich verändert hat, zurückdenkt, dann steigt Traurigkeit auf. Eine solche Traurigkeit wird als eine mit Weltlichem verbundene Traurigkeit bezeichnet.*

*Und was sind die 6 mit Befreiung verbundenen Traurigkeiten?*

*Wenn man die Unbeständigkeit, die Veränderlichkeit der Formen gesehen hat, ihr Verblassen, ihren Untergang: „Frühere Formen und jetzige Formen, alle Formen sind der Unbeständigkeit, Leidhaftigkeit, Wandelbarkeit unterworfen“ und dies der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit gesehen hat, wie es wirklich ist, dann wird die Sehnsucht nach den letzten Befreiungen wach: „Wann doch nur werde ich jene Zustände (āyatana) erreichen und in ihnen verweilen, die die Geheilten schon erreicht haben!“ Indem er so mit Sehnsucht der letzten Befreiungen gedenkt, steigt ihm wegen der Sehnsucht Traurigkeit auf. Eine solche Traurigkeit wird mit Befreiung verbundene Traurigkeit genannt.*

*Wenn man die Unbeständigkeit, die Veränderlichkeit der Töne – Düfte – Geschmäcke – Tastungen – Gedanken gesehen hat, ihr Verblassen, ihren Untergang: „Frühere Töne – Düfte – Säfte – Geschmäcke – Tastungen – Gedanken und jetzige Töne – Düfte – Säfte – Tastungen – Gedanken, alle sind der Unbeständigkeit, Leidhaftigkeit, Wandelbarkeit unterworfen“ und dies der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit gesehen hat, wie es wirklich ist, dann wird die Sehnsucht nach den letzten Befreiungen wach: „Wann doch nur werde ich jene Zustände (āyatana) erreichen und in ihnen verweilen, die die Geheilten schon erreicht haben!“ Indem er so mit Sehnsucht der letzten Befreiungen gedenkt, steigt ihm wegen der Sehnsucht Traurigkeit auf. Eine solche Traurigkeit wird mit Befreiung verbundene Traurigkeit genannt.*

*Und was sind die 6 mit Weltlichem verbundenen Gleichmuts- / Gleichgültigkeits-Haltungen?*

*Hat er mittels des Lugers eine Form gesehen, steigt Gleichgültigkeit auf bei einem Toren, einem Verblenden, einem unbelehrten Menschen, der die Unterlagen nicht überwunden hat (anodhijāna), das Folgen schaffende Wirken nicht überwunden hat (avipākajāna), der das Elend nicht erkennt, bei einem unbelehrten gewöhnlichen Menschen. Eine solche Gleichgültigkeit überwindet Form nicht. Darum wird diese Gleichgültigkeit ein Gleichmut genannt, der mit Weltlichem verbunden ist.*

*Hat er mittels des Lauschers – Riechers – Schmeckers – Tasters – Denkers einen Ton gehört – einen Duft gerochen – einen Saft geschmeckt – eine Tasting getastet – einen Gedanken gedacht, steigt Gleichgültigkeit auf bei einem Toren, einem Verblendeten, einem unbelehrten Menschen, der die Unterlagen nicht überwunden hat, das Folgen schaffende Wirken nicht überwunden hat, der das Elend nicht erkennt, bei einem unbelehrten Menschen. Eine solche Gleichgültigkeit überwindet Ton – Duft – Saft – Tasting – Gedanken nicht. Darum wird diese Gleichgültigkeit als ein Gleichmut bezeichnet, der mit Weltlichem verbunden ist.*

*Und was sind die 6 mit Befreiung verbundenen Gleichmütigkeiten?*

*Wenn man die Unbeständigkeit, die Veränderlichkeit der Formen gesehen hat, ihr Verblassen, ihren Untergang: „Frühere Formen und jetzige Formen, alle Formen sind der Unbeständigkeit, Leidhaftigkeit, Wandelbarkeit unterworfen“ und dies der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit gesehen hat, dann*

*steigt Gleichmut auf. Ein solcher Gleichmut überwindet die Form. Darum wird dieser Gleichmut als ein Gleichmut bezeichnet, der mit Befreiung verbunden ist.*

*Wenn man die Unbeständigkeit, die Veränderlichkeit der Töne – Düfte – Säfte – Tastungen – Gedanken gesehen hat, ihr Verblässen, ihren Untergang: „Frühere Töne – Düfte – Säfte – Tastungen – Gedanken und jetzige Töne – Düfte – Säfte – Tastungen – Gedanken – alle sind der Unbeständigkeit, Leidhaftigkeit, Wandelbarkeit unterworfen“ und dies der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit gesehen hat, dann steigt Gleichmut auf. Ein solcher Gleichmut überwindet Ton – Duft – Saft – Tastung – Gedanken. Darum wird dieser Gleichmut als ein Gleichmut bezeichnet, der mit Befreiung verbunden ist.*

*Diese 36 Haftensgrundlagen sind (bei sich) zu erkennen. Und aus diesem Grund sind sie genannt worden.*

### Die Haftensgrundlagen

	Freude	Traurigkeit	Gleichmut
mit Weltlichem verbunden (geha-sita)	Bei Erlangung (gegenwärtig, zukünftig, vergangen) von gewünschten Formen, Tönen, Düften, Säften, Tastungen, Gedanken.	Bei Nichterlangung (gegenwärtig, zukünftig, vergangen) von gewünschten Formen, Tönen, Düften, Säften, Tastungen, Gedanken.	Gleichgültigkeit des unbelehrten, in den 5 Zusammenhäufungen verwurzelten Menschen bei Formen, Tönen, Düften, Säften, Tastungen, Gedanken.
mit Befreiung verbunden (nekkhamma-sita)	beim Anblick der Vergänglichkeit von Formen, Tönen, Düften, Säften, Tastungen, Gedanken.	beim Anblick der Vergänglichkeit von Formen, Tönen, Düften, Säften, Tastungen, Gedanken und Sehnsucht nach höchsten Erlösungen.	Gleichmut beim Anblick der Vergänglichkeit von Formen, Tönen, Düften, Säften, Tastungen, Gedanken überwindet Formen, Tönen, Düften, Säften, Tastungen, Gedanken.
	12	12	12
	+	+	=
			36

Mit den mit Befreiung verbundenen Gefühlen die mit Weltlichem verbundenen Gefühle aufheben.

Die Gefühle als Resonanz der Triebe sind die Ursache für alles Anhaften, Ergreifen, und den Gefühlen kann man nachgeben und nicht nachgeben, sagt der Erwachte (D 21). Wenn man sinnlichem Wohl nachgibt, *weltlicher Freude nachgibt*, im Denken darum herumkreist, *mehren sich die unheilsamen Dinge (D 21)*, d.h. der Eindruck durch die Verlockung der Triebe wird stärker und damit ist die Abhängigkeit von Sinnendungen, das Leiden größer geworden.

Mit jeder unweisen Betrachtung, mit jeder positiven Bewertung des Gefühls „O wie ist das schön“ ist die verborgene und manchmal mit ganzer Wucht sich meldende Leidenschaft wieder einen Grad stärker geworden.

Die Wohl- und Wehgefühle, welche der normale unbelehrte Mensch kennt, sind weltlicher Art. Das aber weiß er nicht, da er keine überweltlichen, mit Befreiung verbundenen Gefühle kennt. Er hat keinen Maßstab, seine weltlichen Wohl- und Wehgefühle als weltliche zu erkennen. Sie sind für ihn einfach Wohlgefühle und Wehgefühle bzw. Weder-Weh-noch-Wohlgefühle.

Als „weltlich“ werden die Gefühle bezeichnet, die im Zusammenhang mit sinnlicher Wahrnehmung oder mit der geistigen Vorstellung von sinnlicher Wahrnehmung, also im Zusammenhang mit gesehenen Formen, gehörten Tönen, gerochenen Düften, geschmeckten Säften, getasteten Körpern oder bedachten, vorgestellten, erinnerten Situationen auftreten. Diese Gefühle erscheinen also immer im Zusammenhang mit diesen und jenen Dingen und auch Menschen, und d.h. im Zusammenhang mit Welt und Weltlichkeit.

---

<sup>220</sup> sattapāda setzt sich zusammen aus satta=Partiz.Perf. von sajjati = hängen, kleben, haften und pāda. Im Unterschied zu pada (Schritt, Vorgehen, Übung) bedeutet pāda Fuß, Grundlage, Fundament. S. auch M 16 iddhipāda, Grundlagen d. Geistesmacht: die Entrückung.

Der in sinnlichen Trieben Befangene befindet sich in einer Mangel-, einer Notsituation, im Zustand des Nichterfülltseins der Triebe. Darum hat er die Sehnsucht, den Trieb nach Aufhebung des Mangels, nach Wohlgefühl. Wenn er diesen Mangel nicht spürte, dann gäbe es für ihn keine Freude bei einer ja doch nur vorübergehenden Erfüllung seiner Wünsche, keine Trauer bei einer nur vorübergehenden Nichterfüllung, keine Gleichgültigkeit durch schwache Reizung der Triebe.

Um aus der Abhängigkeit der weltlichen Gefühle herauszukommen, empfiehlt der Erwachte in unserer Lehrrede:

Auf die mit Befreiung verbundenen  
Gefühle gestützt, sind die mit Weltlichem  
verbundenen Gefühle zu überwinden

*„Da habt ihr auf eines gestützt, das andere aufzugeben.“ Warum wurde das gesagt? Da habt ihr euch, Mönche, auf die 6 mit Befreiung verbundenen Freuden, die ihr erfahren habt, zu stützen und mit diesen die 6 mit Weltlichem verbundenen Freuden zu überwinden, zu überschreiten. So werden sie überwunden, so werden sie überschritten.*

*Dann habt ihr euch, Mönche, auf die 6 mit Befreiung verbundenen Traurigkeiten, die ihr erfahren habt, zu stützen und mit diesen die 6 mit Weltlichem verbundenen Traurigkeiten zu überwinden, zu überschreiten. So werden sie überwunden, so werden sie überschritten.*

*Dann habt ihr euch, Mönche, auf die 6 mit Befreiung verbundenen Gleichmütigkeiten, die ihr erfahren habt, zu stützen und mit diesen die 6 mit Weltlichem verbundenen Gleichmütigkeiten zu überwinden, zu überschreiten. So werden sie überwunden, so werden sie überschritten.*



Auf mit Befreiung verbundene Freude  
gestützt, weltliche Freude überschreiten

*Da habt ihr euch auf die 6 mit Befreiung verbundenen Freuden, die ihr erfahren habt, zu stützen und mit diesen die 6 mit Weltlichem verbundenen Freuden zu überwinden, zu überschreiten. So werden sie überwunden, so werden sie überschritten.*

Solange der Mensch in Herz und Gemüt öde und kalt und grau ist, so lange braucht er das Außen. Und solange man das Außen braucht, gibt es das Problem zwischen Erlangen und Nichterlangen. Dann ist das Nichterlangen Traurigkeit, Leiden, Qual, und man jagt mit allen Mitteln nach dem Erlangen. Aber wenn man innen beglückt und hell ist, dann braucht man von außen nichts. Wenn der Übende bei sich Fortschritte merkt oder wenn ihm wichtige Aussagen der Lehre plötzlich tiefer einleuchten, dann erlebt er daraus einen großen Aufschwung seines Empfindens. Soweit der Fortschritt auf Tugend beruht, wird ihm damit sein praktisches Fortschreiten erfahrbar, soweit es das Aufkommen einer tieferen Einsicht ist, merkt er, wie er dem Verständnis der Wahrheit näherkommt. Beide Erfahrungen verursachen diese aufsteigende Freude.

So heißt es in A XI,2:

*Wer tugendhaft ist, braucht nicht besorgt zu sein, möchte doch Reuelosigkeit aufkommen. Wer reuelos ist, braucht nicht besorgt zu sein, möchte doch Freude aufkommen. Wer freudig ist, braucht nicht besorgt zu sein, möchte doch geistig Beglückung bis Entzückung aufkommen usw.*

Auch noch viele andere gute Anlässe für das Aufkommen von innerer geistiger Freude werden in den Lehrreden genannt:

Freude beim Nachdenken über den Erwachten, die Lehre, die Gemeinschaft der Heilsgänger (S 55,40).

Freude über eine Lehrdarlegung: *Die Mönche waren erhoben und beglückt durch die Rede des Erwachten.*

Freude über gezügeltes Denken, Reden und Handeln (S 43,13 S 35,97).

Freude nach dem Geben (M 5, M 91).

Freude über die Aufhebung der Herzensbefleckungen (M 7).

Freude bei heilsamen Dingen (M 15, 61, 151).

Ebenso heißt es: Wenn man feststellt, dass die fünf Hemmungen aufgehoben sind, freut man sich und wird fröhlich gestimmt (M 39). Daraus geht geistiges Entzücken (*pīti*) hervor bis zu dem Erlebnis der weltlosen Entrückungen. Freudigkeit (*pamuja*) – sie entsteht wie die noch stärkere *pīti* (geistige Beglückung bis Entzückung) im Geist – ist wohltuend und erhellend, es ist die erste der vier Gemütsverfassungen, welche die weltlose Entrückung aufbauen. Daran sieht man, wie sehr, sehr wertvoll, ja, unverzichtbar diese wohlthuende Gemütsverfassung für die Heilsentwicklung ist.

Diese Freude entsteht also nicht im Hinblick auf etwas Zukünftiges wie Vorfreude oder dergleichen, es ist auch keine Freude über bestimmte sinnliche Dinge, über viel Geld, einen guten Freund oder dergleichen. Es ist feine innere Freudigkeit, die dann aufkommt, wenn es in uns in Ordnung ist, wenn wir mit uns im Reinen sind. Das gute Gewissen (Tugendwohl) ist wie der von Wolken rein und sauber gefegte Himmel. Dann kann als nächstes ein tieferes Leuchten über den Himmel ziehen. So kann Freudigkeit aus reinem Gewissen hervorgehen. Freude kommt nur aus einem zur Zeit hellen und unverspannten Gemüt ohne Antipathie bis Hass, voll liebevoller Gesinnung auf.

Ein weiterer Anlass zu innerer Freudigkeit ist „der Wohlgeschmack der Wahrheitfindung“ (*dhammaveda*):

*Je mehr und mehr er bei sich merkt  
wie die Zusammenhäufungen*

*im Wechsel nur entstehn, vergehn,  
dann spürt er helle Freudigkeit,  
da er das Todlose erfährt. (Dh 374)*

Das vorübergehende Abwesendsein von allem Bedingten und das Erkennen dieser Freiheit befriedet und entspannt unmittelbar durch das begleitende Empfinden von Sicherheit und Unverletzbarkeit, und Freude kommt auf in dem Wissen: Es gibt einen Ausweg aus dem Leiden.

Der Erwachte schildert die mit Befreiung verbundene Freude bei der Betrachtung der fünf Zusammenhäufungen (M 28):

*Wenn die Leute einen Mönch tadeln, verleumden, beleidigen, ärgern, so weiß er: „Aufgestiegen ist mir da dieses Wehgefühl, durch Lauscherberührung bedingt und es ist bedingt, nicht ohne Bedingung aufgekommen. Wodurch bedingt? Durch Berührung bedingt. Und: „Die Berührung ist unbeständig“, sieht er. „Das Gefühl ist unbeständig“, sieht er, „die Wahrnehmung ist unbeständig“, sieht er, „die Aktivität ist unbeständig“, sieht er, „die programmierte Wohlerfahrungssuche ist unbeständig“, sieht er. Indem er so die Gegebenheiten ( die fünf Zusammenhäufungen) zum Objekt macht, da wendet sich sein Herz (der Betrachtung) freudig zu, beruhigt sich, steht dabei still und wird frei.*

Ein Mensch, der im Formbereich schöne Formen liebt und nun hört „Alle Formen sind unbeständig“, wird davon eher traurig als freudig gestimmt. Wer aber selber gemerkt hat: „Im Formbereich ist nichts Lohnendes zu finden“ und nun die Form und die vier weiteren Zusammenhäufungen zum Betrachtungsgegenstand nimmt und sich ihre Unbeständigkeit und Leidhaftigkeit vor Augen führt, der weiß: „Ich bin auf dem Weg, das Zerbrechliche hinter mir zu lassen.“ Das gibt eine Grundfreudigkeit, eine Sicherheit, eine Beruhigung. Er merkt die zunehmende Unverletzbarkeit und Unabhängigkeit durch

den inneren Abstand von den fünf Zusammenhäufungen. Er ahnt das Todlose, die völlige Freiheit, und darum springt sein Herz, springt seine Sehnsucht nach dem Heil auf diese Betrachtung, wie das Pāli-Wort *pakkhandati* wörtlich wiederzugeben wäre. Und während er voll Freude diese Betrachtung pflegt, wird sein Herz beruhigt, beschwichtigt: „Ich bin auf dem richtigen Weg.“ So sind Geist und Herz gesammelt und ganz davon erfüllt, diesem Anblick zugeneigt.

Ein solcher empfindet Freude an stiller Besinnung, an der Abgeschiedenheit, die der Erwachte auch den im Haus Lebenden empfiehlt. Er sagt, die im Haus Lebenden sollten sich nicht nur mit Gaben an Mönche und Bedürftige zufrieden geben, sondern:

*Danach vielmehr sollt ihr auch streben:*

*„Von Zeit zu Zeit wollen wir inneres Wohl der Abgeschiedenheit erwerben.“ (A V,176).*

Darauf sagt Sāriputto:

*Zu einer Zeit, wenn der Heilsgänger im Besitz des inneren Wohls der Abgeschiedenheit verweilt, dann gibt es für ihn keine der folgenden fünf Möglichkeiten: mit Sinnensucht verbundene Traurigkeit (1) – mit Sinnensucht verbundene Freude (2) – mit Unheilsamem verbundene Traurigkeit (3) – mit Unheilsamem verbundene Freude (4) – mit Heilsamem verbundene Traurigkeit (5).*

*Den Trank der Abgeschiedenheit,  
der stillen Ruhe – wer ihn schmeckt,  
ist frei von Angst und ohne Arg:  
mit Freude trinkt die Lehre er. (Sn 257)*

Die Abgeschiedenheit von der Welt und ihrer Vielfalt einerseits sowie die Sammlung auf die befreienden Aspekte der Lehre andererseits führen zu diesem Trank, zu diesem Geschmack, der feiner als aller sinnliche Geschmack und Genuss ist. Eine christliche Mystikerin des ausgehenden Mittelalters,

*Bertgen von Utrecht*, drückt aus ähnlicher Erfahrung einen ähnlichen Vergleich über den Wohlgeschmack der Stille aus:

*Wer trinken darf von diesem Wein,  
bald wird er so sanftmütig sein,  
so still in seinen Sinnen:  
wie es ihm auch ergehen mag,  
Frieden hat er tief innen.*

Vergleich zwischen mit Weltlichem  
verbundener Freude und  
mit Befreiung verbundener Freude

Wenn der Üebende von der mit Befreiung verbundenen Freude erfüllt ist, dann soll er sie rückblickend vergleichen mit weltlicher Freude. Bei diesem Vergleich erscheinen ihm die weltlichen Freuden überhaupt nicht mehr als Freude, sondern als unbeständig, in Abhängigkeit haltend und als Gefährdung.

Die Sinnendinge kommen und gehen, entstehen und lösen sich auf – nicht nach Wunsch, sondern nach ihrem eigenen Gesetz; sie wandeln sich ununterbrochen, und wir können sie nicht festhalten, können nicht über sie verfügen. Sie sind wie Darlehen, die der Besitzer jederzeit zurückfordern kann.

Die mit Befreiung verbundene Freude dagegen lässt von der äußeren Welt völlig unabhängig sein und bleiben. Sie hat mit Besitz oder Nichtbesitz von Dingen, mit Genuss oder Nichtgenuss von Dingen nichts zu tun. Die mit Befreiung verbundene Freude kommt nicht von den Dingen, sondern vom eigenen Herzen, sie ist eine entwickelte, erworbene Verfassung des Herzens. Und das Herz hat man stets bei sich, man ist von allem Äußeren völlig unabhängig. Ob die Dinge kommen oder gehen, die mit Befreiung verbundene Freude bleibt, sie ist unantastbar.

Zum Begierdenwohl brauchen wir die Augen, die Ohren, die Nase, die Zunge, zum Tasten den Leib im Ganzen und das Gehirn, das die empfangenen Daten verknüpft und den Trie-

ben entsprechend die Wege zu Wohl weist. Nur mittels dieses Leibes und seiner Sinnesorgane können die Dinge wahrgenommen, kann die Welt erlebt werden. So macht das Begierdenwohl abhängig vom Leib und schafft eine ununterbrochene Angst, den Körper zu verlieren. Der Wegfall des Körpers ist für den Unbelehrten und auf Begierdenwohl Angewiesenen das Ende seiner Möglichkeiten, Wohlgefühl zu erleben. Darum muss er den Tod als Vernichtung auffassen.

Die mit Befreiung verbundene Freude aber erlebt man nicht mittels der Sinnesorgane, mittels des Leibes, sondern erlebt sie ganz unmittelbar und völlig unabhängig vom Körper als geistig-seelischen Zustand. Ja, wenn die mit Befreiung verbundene Freude tiefer empfunden wird, dann kann sie sogar über die sinnliche Wahrnehmung hinausheben und diese schweigen machen. Da wird dann der Leib vergessen und wird die Welt vergessen, da wird das beschränkende Erlebnis eines Ich in einer Umwelt aufgehoben, wird Raum und Zeit aufgehoben, und übrig bleibt als das alleinige, selige Erlebnis, der Friede des Herzens. Durch diese Erlebnisse erfährt man bei sich selbst, dass es eine Quelle des Friedens, des Glücks und der Seligkeit gibt, die nichts mit dem Leib zu tun hat und darum auch nichts mit dem Tod zu tun hat. Man erfährt, dass man mit der mit Befreiung verbundenen Freude unverletzbar und unsterblich wird, denn die mit Befreiung verbundene Freude wohnt weder in dem vergänglichen Leib noch in der vergänglichen Welt. Und weil man bei sich erfährt, dass die mit Befreiung verbundene Freude ganz unabhängig besteht vom Kommen und Gehen des Körpers und ganz unabhängig vom Kommen und Gehen der tausend Dinge, so weiß man nun, dass diese mit Befreiung verbundene Freude von der Vernichtung des Leibes, vom sog. „Tod“ gar nicht getroffen und verändert werden kann, sondern über Tod und Leben hinaus, über Diesseits und Jenseits hinaus ununterbrochen anhalten muss, solange der Mensch sich selber nicht wieder neu den vielfältigen Dingen der äußeren Welt zuwendet.

Das sinnliche Wohl ist ein süchtiges Wohl, es ist, wie der Rausch eines Rauschsüchtigen, nur Scheinwohl. Die Grundlage des sinnlichen Wohls ist immer ein mehr oder weniger starkes Mangelgefühl, ein unbefriedigtes Lechzen, ein süchtiges Fiebern und Dürsten nach diesen oder jenen sinnlichen Erlebnissen. Wenn dann diese Erlebnisse eintreten, so entsteht eine nur vorübergehende, nicht anhaltende Befriedigung, eine immer nur teilweise, nie volle Aufhebung der empfundenen Not, des empfundenen Mangels. Ebenso wie ein Mensch mit stark schmerzenden und juckenden Aussatzwunden sich durch Reiben und Kratzen und Brennen der Wunden am Feuer nur eine scheinbare Erleichterung, in Wirklichkeit aber andere Arten von Schmerzen zusätzlich verschafft, ebenso auch ist alle sinnliche Befriedigung nur ein Scheinwohl.

Die mit Befreiung verbundene Freude aus innerem Wohl dagegen besteht in der Genesung des kranken Herzens von der Sinnensüchtigkeit, in der Aufhebung und Auflösung der Sucht. Dadurch wird das Problem der Befriedigung oder Nichtbefriedigung völlig aufgelöst. Ebenso wie der Aussatzkranke, wenn er völlig genesen wäre und sich im Zustand der Gesundheit befinden würde, dann nicht mehr die Glieder in der früheren Weise kratzen und ausbrennen würde, weil er nun diese Schmerzen als Schmerzen erkennen würde – ebenso mag sich der mit Befreiung verbundener Freude Erfüllte nicht mehr den Sinnendingen zuwenden.

Um der Begierden willen, die stets nach außen, auf die Menschen und die Welt gerichtet sind, gerät der Mensch immer wieder in Konflikt mit seinen Mitwesenen, weil diese oft dieselben Dinge und Menschen begehren. Aus dieser Konkurrenz und Rivalität entsteht der Hass. Und dieser ist in allen seinen Formen nur durch die süchtige Begierde bedingt, durch den lechzenden Durst eines kranken Herzens. Und durch den Hass in seinen vielerlei Formen verliert der Mensch sein Menschentum, gerät ins Elend, in die Tierheit, ja, in die Unterwelt.

Die mit Befreiung verbundene Freude dagegen besteht ganz unabhängig von den Menschen und Dingen der Welt,

und darum kann sie nicht zu Konflikten und zum Hass führen. Die mit Befreiung verbundene Freude macht sanft, hell, klar, still, gütig, frei von trüben Gedanken, frei von trüber Gesinnung. Sie bewahrt vor allen Reibungen und Konflikten.

Mit diesen Überlegungen stützt sich der die mit Befreiung verbundene Freude Erfahrende ganz auf das dadurch erfahrene Wohl. Die Freude durch die Sinnendinge ist ihm keine Freude mehr.

Auf mit Befreiung verbundene Traurigkeit gestützt  
weltliche Traurigkeit überwinden

*Da habt ihr euch auf die 6 mit Befreiung verbundenen Traurigkeiten, die ihr erfahren habt, zu stützen und mit diesen die 6 mit Weltlichem verbundenen Traurigkeiten zu überwinden, zu überschreiten. So werden sie überwunden, so werden sie überschritten.*

Wenn einem z.B. ein sehr lieber Angehöriger oder Freund gestorben ist, dann kommt natürlicherweise eine mehr oder weniger große Traurigkeit auf, und es wollen sich immer mehr Bilder aus der Vergangenheit einstellen über die schönen Erlebnisse, die man mit dem Betreffenden gehabt hat. Wer da nun, durch den Erwachten belehrt, sich deutlich vor Augen führt, dass es keine Lebewesen gibt, die man immer behält, und dass man selbst auch nicht immer im Kreis seiner Lieben bleiben wird, dass vielmehr jedes Menschenleben und selbst jedes Götterleben nur eine begrenzte Zeit währt und dann ganz sicher das Ende folgt – dann geht daraus die Sehnsucht hervor, doch zu jenem Zustand des Herzens zu gelangen, in welchem sich die Weisen bereits befinden: *Wann doch nur werde ich jene Zustände erreichen und in ihnen verweilen, die die Geheilten schon erreicht haben.* Die Geheilten leben in einer unverstörbar hellen Gemütsverfassung und in tiefem Einblick in die Gesetze des Lebens in einer großen



inneren Selbstständigkeit und Unabhängigkeit. Wer da nun weiß und bedenkt, dass der Mensch, solange er sich von den Begegnungen abhängig macht, die angenehmen braucht und begehrt, die unangenehmen hasst und fliehen möchte – eben so lange auch immer wieder der tiefen Trauer über den Verlust von Geliebten oder dem Ärger und Missmut über den Umgang mit gehassten Menschen ausgesetzt sein wird und auch nach dem Tod im nächsten Leben immer wieder solchem Wechsel ausgeliefert sein wird – bei einem solchen kommt dann die Sehnsucht auf nach jener Gemütsart, wie sie die Weisen haben. Das ist eine mit Befreiung verbundene Traurigkeit, die zu pflegen ist, weil sie heilsam ist. Ein solcher Mensch hört bald auf, immer nur traurigen Gedanken über den Verlust nachzuhängen, wodurch seine Traurigkeit und Anhänglichkeit zunimmt und er krank und damit seinen Mitmenschen zur Last wird.

Der Übende erinnert sich der Schilderung von der Unverletzbarkeit Geheilter oder auch solcher, die im Erleben von Herzenseinigung untreffbar waren. Und diese Erinnerung gibt ihm die Kraft, das jetzige Widrige zu erdulden, auszuhalten, „mächtiger zu sein als das Schicksal“, die Nichterfüllung der Triebe auszuhalten als eine der Gegebenheiten des Daseins. So lässt sich der Kenner der Lehre nicht jagen von den Trieben, die ihn da und dorthin locken wollen, sondern erinnert sich der Möglichkeit, von den Trieben ganz frei zu werden als Ausweg aus dem Leiden. Er weiß: „In dem Maß, wie das Denken überzeugend die Triebe negativ bewertet, werden die Triebe allmählich gewandelt und geringer, nimmt meine Verletzbarkeit ab“ – mit dieser Hoffnung kann er die Trauer über die Nichterfüllung der Triebe besiegen, kann nicht hoffnungslos im Elend versinken, kann auch nicht zu dem „letzten Ausweg“ des Depressiven greifen; denn die Hoffnung auf Leidfreiheit durch Überwindung der Triebe hält ihn aufrecht.

Man muss aber wissen, dass die Veränderung der Triebe unbedingt ihre Zeit braucht, wie es eben auch unbedingt seine Zeit braucht, bis das Segelboot um 180 Grad gedreht hat, bis

die Sonne am Zenith steht, bis der Winter vorbei ist, bis eine Arbeit fertig ist. Bei der Wandlung der Triebe führt nur beharrliches Weitermachen und unermüdliche Wiederholung zum Ziel. Nicht jeder Fortschritt auf dem eigenen geistigen Weg ist wie am Thermometer ablesbar, aber man merkt doch deutlich zunehmende Richtungswandlung. *Wachet und betet, auf dass ihr nicht in Anfechtung fallet*, sagte Jesus seinen Jüngern, weil nur Wachsamkeit gegenüber den Trieben (dem „alten Adam“) und Bedenken des Heils – und damit negative Bewertung der Triebe – zu ihrer Überwindung führt. Und das letzte Wort des Buddha an seine Mönche lautete: *Wohlan denn, ihr Mönche, unermüdlich mögt ihr da kämpfen*, nämlich gegen das unheilvolle, leidgebärende Getriebensein.

Anfang und Ende aller Erkenntnis ist das Wissen um die Triebgesetze und die Reihenfolge des Voranschreitens. Auf der Basis dieses Wissens wächst auch die Erfahrung, dass den Trieben durch rechtes Bedenken und Sinnen beizukommen ist. Diese Erfahrung gibt dann auch Zuversicht. Mit diesem Wissen, dieser Erfahrung und Zuversicht ausgerüstet, erreicht der Kämpfende jede erstrebte geistige Wandlung. Wo Wissen, Erfahrung und Zuversicht zusammenkommen, da ist Geduld.

Einer von Logaus<sup>221</sup> Sinnsprüchen

*Hoffnung ist ein fester Stab  
und Geduld ein Reisekleid,  
da man mit durch Welt und Grab  
wandert in die Ewigkeit*

kennzeichnet die Bedeutung der Geduld als Hoffnung auf Besserung. Geduld ist nur im Zusammenhang mit den Trieben nötig. Wo keine Triebe sind und wo es also keine Durchkreuzung mehr gibt, bedarf es keiner Geduld mehr.

Die Hoffnung auf Veredlung der Triebe, auf mehr und mehr Unverletzbarkeit bis zu völliger Untreffbarkeit treibt den

---

<sup>221</sup> Friedrich v. Logau (1604-1655)

Übenden vorwärts, und der Tatkräftige, der ein lockendes Ziel vor sich hat, kann nicht in weltlicher Traurigkeit versinken: Geduldiges Arbeiten und Hoffnung lassen ihn nicht ruhen, die praktisch verwirklichtbare Leidfreiheit anzustreben.

Auf mit Befreiung verbundenen Gleichmut  
gestützt, weltlichen Gleichmut überschreiten

*Da habt ihr euch auf die 6 mit Befreiung verbundenen Gleichmütigkeiten, die ihr erfahren habt, zu stützen und mit diesen die 6 mit Weltlichem verbundenen Gleichmütigkeiten zu überwinden, zu überschreiten. So werden sie überwunden, so werden sie überschritten.*

Unter Gleichmut wird verstanden, dass das Gemüt, das Herz sich immer gleich bleibt, dass es nicht die leiseste Betroffenheit mehr empfindet, geschweige irgendeine Erregung. Wem die Vergänglichkeit von Formen, Tönen usw. als Wahrheit und Wirklichkeit gegenwärtig ist und bei wem die Triebe durch die vorangegangenen Übungen schon sehr zurückgetreten sind, der fühlt sich unverletzbar über allem stehend. Das empfundene Wohl von Freiheit wird von ihm als unvergleichlich höher empfunden als die stilleren Zeiten, wie er sie als Unbelehrter, Verblendeter erlebte, als er auf Form gestützt, ihre Unbeständigkeit, Leidhaftigkeit, Ichlosigkeit nicht gegenwärtig hatte und bei Erlebnissen, die den Trieben weder stark entsprachen noch stark widersprachen, ein Weder-Wehnoch-Wohlgefühl empfand und dies – wenn ihm nicht Längeweile aufstieg – als ruhig und friedvoll empfand. Doch bei allem weltlichen Gleichmut blieb immer noch die unterbewusste Sorge um die Verletzbarkeit des Ich, die der mit Befreiung verbundene Gleichmut, der die Form überwunden hat, weitgehend aufgehoben hat.

Das Wohl der empfundenen Sicherheit und Freiheit des Gleichmütigen, der Form nicht mehr angeht, nicht mehr ergreift, weder den zu sich gezählten Körper noch das als außen Erscheinende, überschreitet darum jeden weltlichen Gleichmut, der wegen der auf Formen gerichteten Triebe jederzeit verstörbar ist.

Der Erwachte empfiehlt dem, der mit Befreiung verbundenen Gleichmut gewonnen hat, diesen Vergleich, um sich von allem jemals als Wohl Empfundenes bewusst zu distanzieren: Auch die größte Ruhe und Stille, die der Unbelehrte jemals bei vorübergehender Abwesenheit starker Triebe empfand, reicht nicht an den Gleichmut heran, der durch den Anblick und die Gewärtighaltung der Vergänglichkeit und der Nicht-Ichheit entsteht.

Sāriputto, der Mönch, der dem Erwachten gleicht, schildert (M 28), wie sich dieser Gleichmut bei größter Herausforderung eines Mönchs praktisch auswirkt:

*Wenn die Leute einem solchen Mönch unerwünscht, lieblos, unangenehm begegnen, ihn mit Fäusten schlagen, mit Erdklumpen bewerfen, mit Stöcken prügeln, mit Messern treffen, so weiß er: „So beschaffen ist ja dieser Körper, dass man ihn mit Fäusten schlagen, mit Erdklumpen bewerfen, mit Stöcken prügeln, mit Messern treffen kann. Und das Wort des Erwachten im Gleichnis von der Säge lautet: Wenn auch Räuber und Mörder euch Glied für Glied mit einer Doppelgriffsäge in Stücke teilen würden, so würde derjenige, dessen Geist von Abneigung und Gegenwendung erfüllt würde, nicht meine Weisung erfüllen.“*

*Gestählt wird meine Kraft sein, ungebrochen aufgerichtet die Wahrheitsgegenwart, unverblendet, das Herz gesammelt, einig geworden. Wollen sie, nun so sollen sie diesen Körper mit Fäusten schlagen, mit Erdklumpen bewerfen, mit Stöcken prügeln, mit Messern treffen. Erfüllt werde jene Weisung des Erwachten.*

Diese plastischen Bilder weisen die Eindringlichkeit der ankommenden Berührungen ab, wenn der Mönch sie kraftvoll in seinem Geist festhält. Dadurch werden die Triebe im Körper beschwichtigt, das Herz ist nicht mehr aufgeregt oder krampfhaft gespannt, sondern es wird einig, nur von einem stillen Anblick erfüllt, fernab aller sinnlichen Eindrücke. Was mit dem Körper geschieht, ist ihm fern gerückt. Schläge treffen nicht mehr „ihn“.

Und Sāriputto fährt fort (M 28):

*Wenn diesem Mönch, der so des Erwachten, der Lehre, der Gemeinschaft der Heilsgänger gedenkt, der auf heilsame Betrachtung gegründete Gleichmut nicht andauert, so wird er unruhig, gerät in Aufregung: „Ein Verlust, wahrlich, ist es für mich, kein Gewinn, es ist schlecht für mich, es ist nicht gut für mich, der ich des Erwachten, der Lehre, der Gemeinschaft der Heilsgänger gedenke, den auf heilsame Betrachtung gegründeten Gleichmut nicht fest erworben habe!“ Gleichwie etwa die Schwiegertochter, dem Schwiegervater belegend, unruhig wird, in Aufregung gerät (ob sie ihn zufriedenstellen kann), ebenso nun auch wird da ein Mönch, der des Erwachten, der Lehre, der Gemeinschaft der Heilsgänger gedenkt, unruhig, gerät in Aufregung, wenn er den auf heilsame Betrachtung gegründeten Gleichmut nicht fest erworben hat.*

*Wenn diesem Mönch, der so des Erwachten, der Lehre, der Gemeinschaft der Heilsgänger gedenkt, der auf heilsame Betrachtung gegründete Gleichmut andauert, so ist er beglückt. Insofern hat ein Mönch viel geleistet.*

Des Erwachten hatte sich der Kämpfende erinnert, als er sich dessen Worte vom Gleichnis von der Säge vor Augen führte, der Lehre, der Aufweisung des realistischen Tatbestands innerhalb der Existenz, hatte er sich bei der Betrachtung der fünf Zusammenhäufungen erinnert, und der Gemeinschaft der Heilsgänger hatte er sich erinnert in dem Wissen, dass gleich

ihm Mönche um diesen Gleichmut kämpfen oder ihn bereits erworben haben.

Dem Mönch ist der Erwerb des Gleichmuts so lebenswichtig, wie es für die Schwiegertochter lebenswichtig ist, dass der Schwiegervater sie anerkennt, denn von ihm – so war es jedenfalls im damaligen Indien üblich – hängt ihr Ergehen im Haus des Gatten ab.

Jede gründliche negativ bewertende Erwägung bedeutet eine vorübergehende Verflüchtigung des Begehrens und führt zugleich als Dauerwirkung zu einer oft nur geringfügigen, aber endgültigen Schwächung der Triebe, wie es der Erwachte in M 101 zeigt:

*Wenn ich mir die Leidensursache vor Augen halte, dann ist durch diese Vorstellung die Sucht abwesend; und wenn ich gar bezüglich dieser Leidensursache zu völligem Gleichmut gekommen, diesen gewonnenen Gleichmut pflege, so wird die Sucht endgültig überwunden. So übt er nun die Vorstellung jener Leidensursache, wodurch die Sucht zuerst während des Mühens abwesend ist, bis er durch völlige Suchtfreiheit zum vollen Gleichmut gekommen ist, den er nun pflegt.*

*Und so ist, ihr Mönche, die Anstrengung fruchtbar, fruchtbar die Mühe.*

Der Begehrenslose, Gleichmütige gerät mit den Wesen nicht in Rivalität und Streit, da er die von ihnen gewünschten Dinge nicht begehrt. Ja, er hilft ihnen und fördert sie, während er selber unverletzbar ist durch die äußeren Dinge. Denn ob diese kommen oder nicht kommen – ihn trifft es nicht, da er sein Wohl bei sich selber hat und nichts mehr von außen erwartet. Darum ist auch der Wegfall des Körpers für ihn kein Verlust, und es gibt für ihn keine Todesangst.

Der Gleichmut im höchsten Stadium ist der erhabene Gleichmut der formfreien Selbsterfahrnis, der dem Nirvāna ganz nahe ist, der Welt, Form, überwindet.

Auf die mit Befreiung verbundenen Gefühle  
gestützt, sind die mit Weltlichem  
verbundenen Gefühle zu überwinden

*„Da habt ihr auf eines gestützt, das andere aufzugeben.“ Warum wurde das gesagt? Da habt ihr euch, Mönche, auf die 6 mit Befreiung verbundenen Freuden, die ihr erfahren habt, zu stützen und mit diesen die 6 mit Weltlichem verbundenen Freuden zu überwinden, zu überschreiten. So werden sie überwunden, so werden sie überschritten.*

*Dann habt ihr euch, Mönche, auf die 6 mit Befreiung verbundenen Traurigkeiten, die ihr erfahren habt, zu stützen und mit diesen die 6 mit Weltlichem verbundenen Traurigkeiten zu überwinden, zu überschreiten. So werden sie überwunden, so werden sie überschritten.*

*Dann habt ihr euch, Mönche, auf die 6 mit Befreiung verbundenen Gleichmütigkeiten, die ihr erfahren habt, zu stützen und mit diesen die 6 mit Weltlichem verbundenen Gleichmütigkeiten zu überwinden, zu überschreiten. So werden sie überwunden, so werden sie überschritten.*

Mit Freude Traurigkeit überschreiten  
und mit Gleichmut Freude

*Dann habt ihr euch, Mönche, auf die 6 mit Befreiung verbundenen Freuden, die ihr erfahren habt, zu stützen und mit diesen die 6 mit Befreiung verbundenen Traurigkeiten zu überwinden, zu überschreiten. So werden sie überwunden, so werden sie überschritten.*

*Dann habt ihr euch, Mönche, auf die 6 mit Befreiung verbundenen Gleichmütigkeiten, die ihr erfahren*

*habt, zu stützen und mit diesen die 6 mit Befreiung verbundenen Freuden zu überwinden, zu überschreiten. So werden sie überwunden, so werden sie überschritten.*

Der von der Vergänglichkeit, vom Nicht-Ich-Denken Erfüllte ist erfreut, wenn er merkt, dass er bei allem, was durch die Sinne und das Denken erlebt wird, nicht verstört wird. Er merkt seine Ablösung. Er spürt, dass er dem Zustand des Heils näherkommt. Er ist nicht mehr von Sehnsucht erfüllt: *Wann doch nur werde ich jenen Zustand erreichen, den die Heilgewordenen bereits besitzen*, er sieht sich auf dem Weg dahin, und die Freude beflügelt ihn. So überschreitet er die mit Befreiung verbundene Traurigkeit.

Allmählich wird die mit Befreiung verbundene Freude selbstverständlich und gewohnt und geht darum über zum mit Befreiung verbundenen Gleichmut, der gelassen dem Rieseln der Formen zusieht in dem Wissen: *Nicht ich bin es, der entsteht, vergeht*. Auf diese Weise lässt der Gleichmut auch die Freude hinter sich.

Der Übende nimmt nun neue Ablösungen in Angriff. Er weiß um seine Verletzbarkeit, wenn mit Befreiung verbundene Gefühle und Wahrnehmungen vergehen, und nach der Anweisung des Erwachten bemüht er sich nun um weitere Ablösungen.

### Gleichmut bei Einheiterleben überschreitet Gleichmut bei Vielfalt-Erleben

*Es gibt, ihr Mönche, einen Gleichmut bei Vielfalterleben, der mit Vielfalt verbunden ist, und es gibt einen Gleichmut bei Einheiterleben, der mit Einheit verbunden ist. Welches ist der Gleichmut bei Vielfalterleben, der mit Vielfalt verbunden ist?*



*Es gibt einen Gleichmut bei Formen – Tönen – Düften – Säften – Tastbarkeiten – Gedanken. Dies ist der Gleichmut bei Vielfalterleben, der mit Vielfalt verbunden ist.*

*Und welches ist der Gleichmut bei Einheiterleben, der mit Einheit verbunden ist?*

*Es gibt einen Gleichmut, der mit der Vorstellung „Unendlich ist der Raum“, „Unendlich ist die Erfahrung“, „Da ist nicht irgendetwas“, „Es ist Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung“ verbunden ist. Das ist, ihr Mönche, der Gleichmut bei Einheiterleben, der mit Einheit verbunden ist.*

*Da habt ihr euch, Mönche, auf den Gleichmut bei Einheiterleben, der mit Einheit verbunden ist, den ihr erfahren habt, zu stützen und mit diesem den Gleichmut bei Vielfalterleben, der mit Vielfalt verbunden ist, zu überwinden, zu überschreiten. So wird er überwunden, so wird er überschritten.*

In dieser Rede werden drei Arten von Gleichmut genannt, und es wird empfohlen, den zweiten Gleichmut als Stütze zu gebrauchen, um den ersten Gleichmut, die Gleichgültigkeit, zu überwinden, und die dritte Art des Gleichmuts als Stütze zu gebrauchen, um den zweiten Gleichmut zu überwinden.

1. Der weltliche Gleichmut: die weltliche Gleichgültigkeit bei den Erlebnissen, bei denen die Triebe nicht gereizt werden: „Das interessiert mich nicht, das ist mir gleich.“

Ein Geist, der nichts anderes als weltliche Eindrücke eingesammelt hat, kann mit weltlicher Gleichgültigkeit nie die Aufhebung der Sinnesdränge anstreben, denn auch die Gleichgültigkeit ist nur eine Reaktion der Triebe, der Sinnesdränge, auf das Wahrgenommene: „Das ist weder angenehm noch unangenehm.“ Die Sinnesdränge im Körper sind auch bei der Reaktion Gleichgültigkeit das Erleben Messende, sie führen zu ununterbrochener Weltwahrnehmung. Das Weiterbestehen der

Sinnesdränge bewirkt die Weltfortsetzung, die Fortsetzung des Samsāra mit ununterbrochenem Geborenwerden, Altern und Sterben.

2. Um Gleichmut bei Vielfaltserleben – bei gesehenen Formen, gehörten Tönen, gerochenen Düften, geschmeckten Säften, getasteten Tastbarkeiten, gedachten Gedanken –, bei denen die Triebe gereizt werden, bemüht sich der Kenner der Lehre in dem Wissen um die Unbeständigkeit aller Wahrnehmungen: *Alle Dinge sind ungeeignet, sie zu lieben und festzuhalten (M 37)*. Der vom Erwachten mit Erfolg Belehrte, der zum Heilsgänger (*ariya sāvako*) geworden ist, der nun das Wahre, Todlose kennt, der sich zwar auch noch mehr oder weniger identisch empfindet mit Körper, Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierter Wohlerfassungssuche, hat zutiefst begriffen, dass dieser Eindruck Täuschung ist, dass die fünf Zusammenhäufungen nach ihren eigenen Gesetzen vor sich gehen und dass man darin kein souveränes Ich-selbst finden kann:

*Vorüberrieselnd sind die Sinnendinge, sind schemenhaft, trügerisch, Einbildungen. Ein Blendwerk ist das, der Toren Lebensinhalt. (M 106)*

Mit diesem Wissen überwindet er u.a. die weltliche Gleichgültigkeit.

3. Der Gleichmut bei der Wahrnehmung der Formfreiheiten, der mit Einheit verbunden ist.

In anderen Lehrreden nennt der Erwachte diesem Gleichmut vorausgehend den Gleichmut, der die dritte und vierte weltlose Entrückung einleitet. Die Entrückungen werden als Einheitserlebnis (*citt-ekaggatā*) beschrieben, und von dem Erfahrer der Entrückungen heißt es, dass er *das Ende der Welt erreicht* habe. (A IV,45) Er ist über alle sinnliche Wahrnehmung, irdische und himmlische, hinausgestiegen ohne das Erlebnis eines Ich in Auseinandersetzung mit der Umwelt. Für die Dauer der Entrückungen sind Ich und Welt wie gelöscht. Wenn diese Entrückungen erlebt werden, dann weiß der Geist um ein Le-

ben, das unermesslich seliger ist als alles, was die Welt, die sinnliche Wahrnehmung auf Erden und in allen Himmeln bieten kann. Aber auch dieses selige Leben ist noch bedingt entstanden und daher vergänglich, und sein Ende tut weh. Darum sagt der Erwachte, dass der Erleber der Entrückungen noch nicht der Welt entronnen sei, ihr noch angehöre (A IX,38), er werde bald wieder zurückgezogen von dem Drang nach sinnlicher Wahrnehmung. Darum nennt der Erwachte weitere Grade der Entleerung von Welt, von Einheits-Wahrnehmung (*eko-saññā*), durch die der Erfahrer aber auch noch nicht endgültig der Welt entronnen ist, die ihn aber für lange Zeit das Vielfalt-erleben überwinden lassen, auf die gestützt er die Vielfalt überwindet.

Diese Entleerungen, die mit Gleichmut dem Weltlichen gegenüber verbunden sind, werden in anderen Lehrreden (z.B. D 9) wie folgt beschrieben:

*Da gewinnt der Mönch nach völliger Überwindung der Form-Wahrnehmung, Vernichtung der Gegenstandswahrnehmung, Verwerfung der Vielfalts-Wahrnehmung in dem Gedanken „Unendlich ist der Raum“ die Vorstellung des unendlichen Raums und verweilt in ihr.*

Der bis hierhin vorgedrungene Mystiker kann die vier weltlosen Entrückungen gewinnen. Der Körper ist nicht mehr von sinnlichen Trieben besetzt. Welt wird nicht mehr als gegenständlich erlebt. Er hat kein Interesse mehr am Wahrnehmen von Formen. Die Vorstellung „Raum“ ist ein Korrelat zur Form. Solange Vielheit der Formen wahrgenommen wird, gibt es Zwischenräume, Begrenzungen. Sind Formen entlassen, gibt es keine Raumbegrenzungen mehr, entsteht die Vorstellung von der Unendlichkeit des Raums. Der Gedanke „Raum ist ohne Grenzen“ führt zur Aufhebung der Vorstellung „Raum“.

*Weiter sodann: Der Mönch gewinnt nach völliger Überwindung der Vorstellung „Unendlich ist der Raum“ in dem Gedanken „Unendlich ist die Erfahrung (viññāna)“ die Vorstellung der unbegrenzten Erfahrung und verweilt in ihr.*

Nach Überwindung der Raum-Vorstellung steigt der Gedanke auf: Form/Gegenstände, Raum sind lediglich Gedanken, Vorstellungen, Erfahrungen. Immer wird irgendetwas erfahren. *Ohne Ende ist die Erfahrung.* Wenn Erfahrung nicht mehr ergriffen wird in dem Gedanken *Ohne Ende ist die Erfahrung*, wird die Erfahrung negiert, entsteht die Vorstellung „Nichts ist da“. Auch das ist noch eine Vorstellung, eine Erfahrung.

*Weiter sodann: Der Mönch gewinnt nach völliger Überwindung der Vorstellung „Unendlich ist die Erfahrung“ in dem Gedanken „Es gibt nicht irgendetwas“ die Vorstellung der Nichtirgendetwasheit und verweilt in ihr.*

Der Erwachte nennt drei hilfreiche Gedanken, Übungen, zur Erlangung der Vorstellung „Es gibt nicht irgendetwas“ (M 106):

- 1. Nicht gehört mir etwas noch gehöre ich irgendwem.*
- 2. Leer ist dies von Ich, mir oder etwas.*
- 3. Wo alle Wahrnehmungen aufhören, ist nichts da.*

Der Übende nimmt die Nichtetwasheit zum Stützpunkt, indem er sich vor Augen führt: „Durch Wollen entsteht Wahrnehmung, durch Zuneigung, Abneigung entsteht Blendung – durch rāga, dosa entsteht moha. Ist Wollen aufgehoben, wird auch Wahrnehmen, Blendung, aufgehoben. Da ist nichts sonst, es bleibt auch nichts übrig.“

Diese Vorstellungen führen den so weit Gereiften zum Anstreben der Aufhebung der Wahrnehmung:

*Wo auch die Wahrnehmung der Nichtetwasheit untergeht, da ist die Ruhe, das ist das Erhabene. So erlangt er die Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung. (M 106)* D.h. er nimmt wahr und auch nicht wahr im Wechsel. Der Erwachte

bezeichnet diesen Zustand, wenn er ergriffen wird, als das höchste Ergreifen und die Spitze der Wahrnehmung. Es ist die höchste Stufe des Gleichmuts.

Innerhalb dieser Unendlichkeitsvorstellungen ist kein Unterschied, keine Veränderung. Es ist eine still erhabene Wahrnehmung, in der nicht gewirkt wird, es verändert sich nichts. Insofern ist diese Erlebnisweise rein wahrnehmungshaft (*saññā-maya*). Da wird keine Ich-Darstellung, keine Umwelt-Darstellung erlebt. Da ist gar kein Denken, keiner, der etwas erlebt und darüber nachdenkt, da ist nur eine Wahrnehmung in Gleichmutsreine.

Aber auch diese formfreien Vorstellungen gehen zu Ende, da sie bedingt sind, wenn auch durch die erhabenste Empfindung, die möglich ist, den Gleichmut. – Darum erkennt derjenige, der der höchsten Freiheit zustrebt, dass die Freiheit in der totalen Wahrnehmungsfreiheit besteht, in welcher Ich- und Weltform und unbegrenzte formfreie Wahrnehmung aufgehoben sind, und löst sich von jeglichem Gerichtetsein auf irgendeine Wahrnehmung. Denn jede Wahrnehmung erkennt er als vergänglich und darum leidhaft.

Mit dem Gedanken „Das ist noch nicht das Wahre“  
auch den Gleichmut, der mit Einheit-Erleben  
verbunden ist, überschreiten

*Da habt ihr euch, Mönche, auf den Gedanken: „Das ist noch nicht das Wahre“<sup>222</sup> zu stützen, um den Gleichmut, der mit Einheit verbunden ist, zu überwinden, zu überschreiten. So wird er überwunden, so wird er überschritten. In Bezug hierauf wurde gesagt: „Da habt ihr auf eines gestützt, das andere aufzugeben.“*

---

<sup>222</sup> atammayata wörtlich: Nicht dies

Das Wahre ist das, nach dem der vom Erwachten Belehrt sucht. Das Wahre ist immerwährende, vollständige Freiheit vom Leiden, ein über alle Sagbarkeit hinausgehender Friede durch Überwindung auch des feinsten Ergreifens durch Loslösung von allen fünf Zusammenhäufungen, die Triebversiegung. Zu diesem letzten und höchsten Ziel führt der Erwachte mit seiner Wegweisung, und darauf gestützt, überschreitet er auch den Gleichmut bei Einheitsleben. Nichts mehr ergreifend, erreicht er die Triebversiegung. Er weiß nun: Wenn der Körper fortfällt, sind damit alle restlichen Gefühle, die seit der Triebversiegung nur noch den Körper betrafen, aufgelöst. Dieser Zustand wird verglichen mit einer brennenden Öllampe, der kein Öl (Begehren) mehr zugeführt wird, so dass sie erlischt. Damit hat der Mönch den höchsten unzerstörbaren Standort, die höchste heilende Einstellung, gewonnen, die nur möglich ist (M 140):

Die höchste Weisheit: das Wissen um die Triebversiegung.

Die höchste Wahrheit: die Aufhebung allen Wahns, den  
Zustand des Nirvāna.

Das höchste befreiende Aufgeben alles Angenommenen:  
das Loslassen der Zusammenhäufungen.

Den höchsten Frieden: die Aufhebung von Gier, Hass,  
Blendung.

Der im Gleichmut vollendete Geheilte  
lenkt die Schüler in acht Richtungen  
bis zur Triebversiegung

*„Hat der Geheilte drei unverrückbare Standorte der Wahrheitsgegenwart (satipatthāna) inne, im Heilen wohnend, so ist er als Meister würdig, viele zu belehren.“ Das ist gesagt worden. Warum ist das gesagt worden? Da legt, ihr Mönche, ein Meister den Schülern die Lehre dar, mitfühlend und auf das Wohlergehen der Schüler bedacht: „Dies dient euch zu eurem Wohl,*

zu eurer Befreiung.“ Und seine Schüler hören ihm nicht begierig zu, leihen ihm kein Gehör, machen das Herz nicht zur Einsicht bereit, weichen von der Lehre des Meisters ab. Darüber ist der Erhabene weder zufrieden noch unzufrieden, ohne Anliegen verweilt er, der Wahrheit gegenwärtig, klar bewusst. Dies ist der erste Standort der Wahrheitsgegenwart, den der Geheilte inne hat, im Heilen wohnend, als Meister würdig, viele zu belehren.

Weiter sodann: Da legt, ihr Mönche, ein Meister den Schülern die Lehre dar, mitfühlend und auf das Wohlergehen der Schüler bedacht: „Dies dient euch zu eurem Wohl, zu eurer Befreiung.“ Einige Schüler hören ihm nicht begierig zu, leihen ihm kein Gehör, machen das Herz nicht zur Einsicht bereit, weichen von der Lehre des Meisters ab. Einige Schüler jedoch hören ihm begierig zu, leihen ihm Gehör, machen das Herz zur Einsicht bereit, weichen nicht von der Lehre des Meisters ab. Darüber ist der Erhabene weder zufrieden noch unzufrieden. Zufriedenheit und Unzufriedenheit, beides hat er abgetan, gleichmütig verweilt er, der Wahrheit gegenwärtig, klar bewusst. Dies ist der zweite Standort der Wahrheitsgegenwart, den der Geheilte inne hat, im Heilen wohnend, als Meister würdig, viele zu belehren.

Weiter sodann: Da legt, ihr Mönche, ein Meister den Schülern die Lehre dar, mitfühlend und auf das Wohlergehen der Schüler bedacht: „Dies dient euch zu eurem Wohl, zu eurer Befreiung.“ Und die Schüler hören ihm begierig zu, leihen ihm Gehör, machen das Herz zur Einsicht bereit, weichen nicht von der Lehre des Meisters ab. Darüber ist der Erhabene weder zufrieden noch unzufrieden, ohne Anliegen verweilt er, der Wahrheit gegenwärtig, klar bewusst. Dies ist der dritte

*Standort der Wahrheitsgegenwart, den der Geheilte inne hat, im Heilen wohnend, als Meister würdig, viele zu belehren.*

*„Unter den Lehrern der Übung ist er derjenige, der unvergleichlicher Führer bezähmbarer Menschen genannt wird.“ Das ist gesagt worden. Warum ist das gesagt worden?*

*Vom Elefantenbändiger geführt, ihr Mönche, geht der bezähmbare Elefant in eine Richtung – nach Osten, Westen, Norden oder Süden. Vom Pferdebändiger geführt, geht das bezähmbare Pferd in eine Richtung – nach Osten, Westen, Norden oder Süden. Vom Ochsenbändiger geführt, geht der bezähmbare Ochse in eine Richtung – nach Osten, Westen, Norden oder Süden.*

*Vom Vollendeten geführt, ihr Mönche, vom Geheilten, vollkommen Erwachten, durchläuft der bezähmbare Mensch acht Richtungen:*

*Sich selbst als formhaft empfindend, sieht er (als Außenwelt) nur noch Form. Das ist die erste Richtung.*

*Sich selbst ohne Form begreifend, sind ihm alle Formen nur Außenwelt. Das ist die zweite Richtung.*

*Schönheit nur hat er im Sinn. Das ist die dritte Richtung.*

*Nach Überwindung aller Form-Wahrnehmung, Übersteigerung der Gegenstandswahrnehmungen, durch Nichtbeachtung der Vielfaltswahrnehmungen gewinnt er unter dem Leitbild „Ohne Ende ist der Raum“ die Vorstellung des unbegrenzten Raums. Das ist die vierte Richtung.*

*Nach Überwindung der Vorstellung des unbegrenzten Raums gewinnt er unter dem Leitbild „Unendlich ist die Erfahrung“ die Vorstellung der unbegrenzten Erfahrung. Das ist die fünfte Richtung.*



*Nach Überwindung der Vorstellung „Unendlich ist die Erfahrung“ gewinnt er unter dem Leitbild „Da ist nicht irgendetwas“ die Vorstellung des Nicht-irgend-Etwas. Das ist die sechste Richtung.*

*Nach Überwindung der Nicht-irgend-etwas-Vorstellung erreicht er die Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung. Das ist die siebente Richtung.*

*Nach völliger Überwindung der Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung erreicht er die Auflösung von Gefühl und Wahrnehmung. Das ist die achte Richtung.*

*Vom Vollendeten geführt, ihr Mönche, vom Geheilten, vollkommen Erwachten, durchläuft der bezähmbare Mensch diese acht Richtungen. Darum wird von ihm gesagt: „Unter den Lehrern der Übung ist er derjenige, der unvergleichlicher Führer bezähmbarer Menschen genannt wird.“*

*So sprach der Erhabene, erhoben und beglückt waren die Mönche über das Wort des Erhabenen.*

Wie im Übungsweg des Mönches ausführlich beschrieben (M 27, M 60 u.a.) vervollkommnet sich der Mönch zuerst in den Tugenden, übt Zügelung der Sinnesdränge, Maßhalten beim Essen, kämpft darum, die Herzensbefleckungen zu überwinden, übt klares Bewusstsein bei den Körperhaltungen, übt sich in der Aufhebung der fünf Hemmungen und erreicht weltlose Entrückungen, die Herzenseinigung, hohes inneres Wohl, wodurch Sinnensucht überwunden wird.

Nach Aufhebung der Sinnensucht beginnen die Übungen der Ich- und Welt-Überwindung, die der Erwachte in dieser Lehrrede am Schluss in acht Befreiungsübungen, den Freiungen (*vimokkha*), zusammenfasst, um das Ziel zu erreichen. Von diesen Freiungen hat er die Übungen 4-7 bereits bei dem Gleichmut, der mit Einheit-Erleben verbunden ist, genannt. Die ersten drei Freiungen sind eine ausführlichere Darstellung,

wie Form überwunden wird (1. Übung zu formfreiem Erleben). Die 4.-8. Freijung ist identisch mit formfreiem Erleben bis zur Aufhebung von Gefühl und Wahrnehmung, bis zum Nirvāna.

Die erste Freijung/Befreiung lautet:

*Sich selbst als formhaft empfindend, sieht er (als Außenwelt) nur noch Form.*

Das ist schon eine große Befreiung. Der normale Mensch sieht die Formen nicht als Formen, aus den vier großen Gewordenheiten bestehend, sondern als Begehrensobjekte. Wir erleben durch die sinnliche Wahrnehmung ja nicht nur Formen, sondern Formen und Gefühle als Ausdruck der jeweiligen angesprochenen Tendenzen, d.h. für uns ist ein verwesender Leichnam ekelhaft und eine süße Speise köstlich. Dass wir Formen mit Gefühl übergießen, das geschieht auf Grund sinnlicher Triebe; und diese hat einer, der die erste Befreiung gewonnen hat, überwunden. Darum sieht er außen nur noch ganz nüchtern Formen.

Dieser Status wird dadurch gewonnen, dass sich der Übende, der aus der Imagination durch Erlebnisse herauskommen will, vor Augen führt, dass alles, was ihm als lebendig bewegt erscheint, lediglich durch seine Blendung besteht, die durch seine Sinnlichkeit bedingt ist. So löst er sich von sinnlichem Begehren vollkommen ab. Der Begehrensbezug zu den Dingen ist fort. Alles ist nur ein Sich-Regen von Formen. Aber den Körper empfindet er noch als zu sich gehörig, selbst wenn er ihn als tote Werkzeugmaschine erkennt, die gesetzt, gelegt, eben bewegt wird.

Die zweite Freijung/Befreiung lautet:

*Sich selbst ohne Form begreifend, sieht er alle Formen nur außen (ajjhattam arūpasaññī bahiddha rūpāni passati).*

Das heißt, er fasst sich jetzt nicht mehr als formhaft auf, identifiziert sich nicht mehr mit dem Körper. Er ist – und das ist der Schritt zu der zweiten Freijung – 1. durch seine Unabhän-

gigkeit von der Außenwelt und 2. durch ständige aufmerksame Beobachtung bei sich zu der Erfahrung gelangt, dass die Teile des Körpers ja ganz genauso nur Festes oder Flüssiges oder Hitziges oder Luftiges oder Gemischtes sind wie draußen in der Welt die Steine, das Holz, das Wasser und die Wolken. Er empfindet keinen Unterschied mehr zwischen Körper und Außenwelt. Dies ist nicht intellektuell zu verstehen, sondern muss erfahren werden.

Die dritte Freiong/Befreiung

*Schönheit nur hat er im Sinn (subhan t'eva adhimutto)*

bedeutet, dass ein solcher bei der Vorstellung vom Fortfall aller Formen und damit des gesamten Welterlebnisses empfindet: „Schön ist das reine, vom Verlangen nach Formenvielfalt freie Herz, zum Beispiel das selbstleuchtende Herz der Brahmas oder der Leuchtenden, Strahlenden.“

Wer sich so weit entwickelt hat, der kann keine Form mehr als schön empfinden. Er hat die weltlosen Entrückungen erfahren, in welchen keinerlei Form vorkommt. Diese sind Seligkeit des Gefühls, und im Lauf der Zeit entdeckt er u.a. ihre Schönheit auch darin, dass „dort“ keine Form vorkommt. Diese Erfahrung pflanzt er sich ein, und damit kommt er zur negativen Bewertung aller Formen. So wie das höchste Wohl gerade durch den Wegfall auch des letzten Gefühls entsteht und besteht, so entsteht und besteht auch die höchste Schönheit gerade durch den Wegfall auch der letzten Form. Darum handeln die weiteren Freiungen nur noch von formfreien Vorstellungen („*Ohne Ende ist der Raum*“, „*unendlich ist die Erfahrung*“, „*da ist nicht irgendetwas*“, „*die Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung*“), die gipfeln in der Befreiung:

*Da erfährt der Mönch nach vollständiger Übersteigerung der Vorstellung „Weder-Wahrnehmung-Noch-Nicht-Wahrnehmung“ die Ausrodung von Gefühl und Wahrnehmung und ver-*

*weilt darin. Und im verstehenden Erfahren dieses erhabenen Standes versiegen die letzten Möglichkeiten einer Treffbarkeit und Verletzbarkeit durch die Erscheinungen endgültig. Diesen Mönch nennt man „einen Mönch, der der Welt Ende erreicht hat, der am Weltende verweilt. Hinter sich gelassen hat er alle Beziehungen zur Welterscheinung.“ (A IX,38)*

Wenn keine Wahrnehmung von Ich und Welt, keine Wahrnehmung von Form, von Formfreiheit besteht, dann hat der Übende in dieser totalen Vorstellungsfreiheit Ich und Welt, Form und Nichtform aufgehoben. Wenn er aus diesem Zustand der Aufhebung von Gefühl und Wahrnehmung wieder auftaucht, weiß er: „Diese eben erlebte völlige Stille ohne Entstehen und Vergehen – das ist wahrer Friede.“ Die letzten feinsten Wahrnehmungen lehnt er nun ab und erreicht damit die unverletzbare Unverletztheit, den Heilsstand.

KURZE DARLEGUNG  
138. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Vorwort

Die Lehrreden gleichen Landkarten. Es gibt einen Globus von 10cm Durchmesser, auf dem die ganze Erde abgebildet ist. Auf diesem Globus kann man natürlich keine kleinen Städte und Flüsse finden, man sieht nur die Kontinente, das Verhältnis zwischen Erde und Wasser und einige Hauptstädte. Aber auf Landkarten im Maßstab 1:20000 kann man fast die Länge von Straßen in einem Ort erkennen. Und viele Landkarten zeigen nur Ausschnitte eines Teilbereichs.

Genauso ist es mit den Lehrreden. Einige zeigen in großen Umrissen die ganze Lehre, einige bringen nur Teilausschnitte. Die erste Heilswahrheit vom Leiden, die Darstellung dessen, was Leiden ist, wird in vielen Lehrreden behandelt. In manchen Lehrreden werden alle Leidensmöglichkeiten aufgefächert genannt, von den vordergründigsten Dingen an, deren Leidigkeit jeder Mensch einsehen kann, über die mittleren bis zu den verborgensten Leidensformen, wie z.B. in der Lehrrede „Leidenshäufung“ (M 13). Manche Lehrreden zeigen nur, wie durch Untugend Leiden entsteht, wie z.B. „Früchte unterschiedlichen Wirkens“ (M 135). Dass aber auch für den Tugendhaften das Leiden noch längst nicht überwunden ist, der Tugendhafte noch viel Leiden anderer Art hat, schon dass er immer noch dem Geborenwerden, Altern, der Krankheit und dem Tod unterworfen ist, das ist in M 135 nicht gesagt. M 135 zeigt von der ersten Wahrheit vom Leiden nur einen Teil, nämlich das, was aus Untugend an Leiden entsteht. Wieder andere Lehrreden befassen sich nur mit der zweiten und dritten Heilswahrheit, mit dem Durst, der die Wesen durch die Existenz jagt und treibt. Die allermeisten Lehrreden jedoch befassen sich mit der vierten Heilswahrheit, mit dem Weg, wie man aus dem Leiden herauskommt. Aber auch bei den Lehrreden, die die vierte Heilswahrheit behandeln, gibt es große Unter-

schiede: solche, die die vierte Heilswahrheit, den achtgliedrigen Heilsweg, im Ganzen nennen, manche, die nur ein oder zwei dieser Stufen besprechen oder gar nur einen Teil einer Stufe behandeln, wie z.B. „Zweierlei Gedankenerwägungen“ (M 19), eine Anleitung, wie man „aufgestiegene üble Dinge vertreibt“ – das ist ein Teil der sechsten Stufe des Heilsweges, oder die 10.Lehrrrede, die mit den Pfeilern der Selbstbeobachtung die siebente Stufe des achtgliedrigen Heilsweges beschreibt.

Ferner gibt es Lehrreden, die Anleitung geben für jene, die die ersten Schritte schon gegangen sind, und die zeigen, wie so fortgeschrittene Mönche nun ganz frei werden können. Die hier zu besprechende Lehrrrede ist eine solche. Sie enthält eine Grundhaltung in drei großen Hauptetappen bis zum Nibbāna, nämlich die des Lassens, Zurücktretens von allem Unbeständigen, Leidigen, durch die der Übende über die Existenz hinaussteigen und frei werden kann.

Die programmierte Wohlerfahrungssuche  
ist nach außen zerstreut und ausgebreitet

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Sāvatti, im Siegerwald, im Garten Anāthapindikos. Dort nun wandte sich der Erhabene an die Mönche: Ihr Mönche! – Erhabener!–, antworteten da jene Mönche dem Erhabenen aufmerksam. Der Erhabene sprach:*

*Eine kurze Darlegung werde ich euch Mönchen geben. Die höret und achtet wohl auf meine Rede. – Ja, o Herr! – antworteten da jene Mönche dem Erhabenen aufmerksam. Der Erhabene sprach:*

*Immer wieder, ihr Mönche, mag der Mönch prüfen, ob ihm, dem Prüfenden, nach außen die programmierte Wohlerfahrungssuche nicht zerstreut, nicht ausgebreitet werde, sich nicht auf inneres Wohl stütze, frei*

*von Ergreifen nicht erschüttert werde. Ist nach außen die programmierte Wohlerfassungssuche nicht zerstreut, nicht ausgebreitet, stützt sich nicht auf inneres Wohl und wird sie, frei von Ergreifen, nicht erschüttert, dann gibt es künftig keine Leidensentwicklung mehr, kein Geborenwerden, Altern und Sterben. –*

*So sprach der Erhabene. Nach diesen Worten erhob sich der Vollendete von seinem Sitz und ging ins Kloster zurück.*

*Kurz nachdem der Erhabene fortgegangen war, erwogen die Mönche: „Nun, Brüder, hat sich der Erhabene von seinem Sitz erhoben und ist ins Kloster zurückgegangen, nachdem er eine kurze Darlegung gegeben hat, ohne den Sinn ausführlich zu erklären. Wer nun könnte den Inhalt dieser kurzen Darlegung ausführlich erläutern?“*

*Da sagten sich nun jene Mönche: „Der ehrwürdige Mahākaccāno wird vom Meister gepriesen und von kenntnisreichen Ordensbrüdern verehrt. Der ehrwürdige Mahākaccāno wird imstande sein, den Inhalt dieser kurzen Darlegung ausführlich zu erklären.<sup>223</sup> Wie wenn wir uns nun zum ehrwürdigen Mahākaccāno begeben und ihn bitten würden, uns den Inhalt dieser kurzen Darlegung ausführlich zu erklären?“*

*Und jene Mönche begaben sich zum ehrwürdigen Mahākaccāno, wechselten höflichen Gruß und freundliche denkwürdige Worte mit ihm und setzten sich zur Seite nieder. Zur Seite sitzend sprachen nun jene Mönche zum ehrwürdigen Mahākaccāno:*

---

<sup>223</sup> Auch in M 18 und M 133 lassen sich die Mönche den Sinn einer kurzen Aussage von Mahākaccāno erklären.

*Diese kurze Darlegung, Bruder Kaccāno, hat uns der Erhabene gegeben, ohne den Sinn ausführlich zu erklären, ist aufgestanden und hat sich ins Kloster zurückgezogen: „Immer wieder, ihr Mönche, mag der Mönch prüfen, ob ihm, dem Prüfenden, nach außen die programmierte Wohlerfahrungssuche nicht zerstreut, nicht ausgebreitet werde, sich nicht auf inneres Wohl stütze, ohne Ergreifen nicht erschüttert werde. Ist nach außen die programmierte Wohlerfahrungssuche nicht zerstreut, nicht ausgebreitet, stützt sich nicht auf inneres Wohl und wird sie, frei von Ergreifen, nicht erschüttert, dann gibt es künftig keine Leidensentwicklung mehr, kein Geborenwerden, Altern und Sterben.“– (Der ehrwürdige Mahākaccāno erwiderte:)*

*Es ist, ihr Brüder, als ob ein Mann, der Kernholz benötigt, Kernholz sucht, sich auf die Suche nach Kernholz macht, dünke, dass Kernholz bei den Ästen und Blättern eines großen Baumes, der voller Kernholz dasteht, zu suchen sei, nachdem er das Wurzelwerk und den Stamm übergangen hatte. So ist es mit euch, ihr Ehrwürdigen, dass ihr, die ihr vor dem Meister gewesen seid, den Meister übergangen habt und von mir die ausführliche Erklärung erwartet. Denn der Erhabene, ihr Brüder, ist der kennende Kenner und der sehende Seher, ist zum Weisheitsauge geworden, ist Wissen geworden, Wahrheit geworden, rein geworden. Er ist derjenige, der spricht, der den Sinn erklärt, der Heilbringer, der das Todlose gibt, der Meister der Wahrheit, der Vollendete. und es war ja wohl noch Zeit gewesen, dass ihr den Erhabenen nach dem Sinn hättet fragen können. Was er euch geantwortet hätte, das hättet ihr euch merken können. –*

*Gewiss, Bruder Kaccāno, der Erhabene ist der kennende Kenner und der sehende Seher, ist zum Weis-*



*heitsauge geworden, ist Wissen geworden, Wahrheit geworden, rein geworden. Er ist derjenige, der spricht, der den Sinn erklärt, der Heilbringer, der das Todlose gibt, der Meister der Wahrheit, der Vollendete. Und es war noch Zeit gewesen, dass wir den Erhabenen nach dem Sinn hätten fragen können. Was er uns geantwortet hätte, das hätten wir uns merken können. Aber der ehrwürdige Mahākaccāno wird vom Meister gepriesen und von kenntnisreichen Ordensbrüdern verehrt. Der ehrwürdige Mahākaccāno wird imstande sein, den Inhalt dieser kurzen Darlegung ausführlich zu erklären. Möge es der ehrwürdige Mahākaccāno tun und es nicht als unehrerbietig ansehen. –*

*Wohlan denn, Brüder, so höret und achtet wohl auf meine Rede. – Gewiss, Bruder! –, antworteten da aufmerksam jene Mönche dem ehrwürdigen Mahākaccāno. Der ehrwürdige Mahākaccāno sprach:*

*Den Inhalt der kurzen Darlegung des Erwachten verstehe ich im Einzelnen folgendermaßen:*

*Was heißt, ihr Brüder, die programmierte Wohlerfahrungssuche ist nach außen zerstreut und ausgebreitet? – Hat da, Brüder, ein Mönch mit dem Luger (dem Trieb im Auge) eine Form gesehen, dann geht die programmierte Wohlerfahrungssuche den Formerscheidungen nach, knüpft an wohltuende Formerscheidungen an, bindet sich daran, wird von den Formerscheidungen fesselverstrickt. Das heißt: Die programmierte Wohlerfahrungssuche ist nach außen zerstreut, ausgebreitet.*

*Nachdem, ihr Mönche, ein Mönch mit dem Lauscher (dem Trieb im Ohr) einen Ton gehört, mit dem Riecher (dem Trieb in der Nase) einen Duft gerochen, mit dem Schmecker (dem Trieb in der Zunge) einen Saft ge-*

*schmeckt, mit dem Taster (dem Trieb im Körper) eine Tasting getastet hat, dann geht die programmierte Wohlerfahrungssuche den Formerscheinungen nach, knüpft an wohltuende Formerscheinungen an, bindet sich daran, wird von den Formerscheinungen fesselverstrickt. Nachdem, ihr Mönche, ein Mönch mit dem Denker (dem Trieb im Gehirn) ein Ding erfahren hat, dann geht die programmierte Wohlerfahrungssuche den Dingerscheinungen nach, knüpft an wohltuende Dingerscheinungen an, bindet sich daran, wird von den Dingerscheinungen fesselverstrickt. Das heißt: Die programmierte Wohlerfahrungssuche ist nach außen zerstreut, ausgebreitet.*

*Hat ein Mensch mit dem Luger – d.h. mit dem vom Lugerdrang besetzten Auge – eine Form gesehen – bedeutet: In den Sinnesorganen ist ein Wollenskörper, eine magnetische Anziehung und Abstoßung, ein Drang, ein Trieb, der, wenn er berührt wird, sich kundtut im Gefühl. Die Berührung der Triebe bewirkt die Lustgefühle der Befriedigung oder die Schmerzgefühle von Verzweiflung, Empörung, Verachtung usw., sie geben allen sinnlich wahrgenommenen Formen, Tönen, Düften, Säften und dem Tastbaren die einschmeichelnden oder die abschreckenden Farben. Der Erwachte sagt (D 1):*

*Die Berührung der Sinnensüchte (phassāyatana), ihr Entstehen und Vergehen, Labsal, Elend und Überwindung soll der Übende durchschauen. Triebe, Wünsche, Anliegen, Empfindlichkeit sind der Auslöser des Erlebens. Wenn keine Anliegen sind, kann nichts empfunden werden.*

Im Geist werden alle Wohl- und Wehe-Erfahrungen durch die fünf Sinnesdränge – Teilerfahrungen (*viññāna-bhāga*) – als Wahrnehmungen eingeschrieben, so dass allein der Geist die Wünsche aller fünf Sinnesdränge nach Wohlerfahrung und auch die Erfüllungsmöglichkeiten kennt. Manche Daten sind im Geist mit starkem Wohlgefühl eingetragen, manche mit

starkem Wehgefühl, viele mit mittelstarken Gefühlen. Der Erwachte sagt: *Durch den Geist und die Dinge* (die eingetragenen Daten) *entsteht die Geist-Erfahrung (mano-viññāna)*. Wenn der schwarze Fleck an der Wand „Lichtschalter“ genannt wird, so ist das bereits das Ergebnis der Tätigkeit des Geistes (*mano-viññāna*), durch die die Daten „Dunkelheit“, „schwarzer Fleck“, „Licht“, „Schalter ein- und ausschalten“ verknüpft worden sind. Diese Wahrnehmung „Lichtschalter“ ist schon mit Gefühl besetzt, denn der Geist hat sich im Dienst der Triebe öfter in der Dunkelheit über den Licht auslösenden Schalter gefreut.

Auf Grund der Wahrnehmung im Geist entsteht die Absicht, durch Denken, Reden und Handeln (vierte Zusammenhäufung) zu Wohl zu gelangen. Der Geist steht im Dienst der Sinnesdränge, sucht in ihrem Dienst Wohl zu erfahren. Und das heißt, der Geist wird durch die verschiedenen Triebe verstört, irritiert oder gereizt, gar entsetzt – und das bedeutet verblendet. Weil der Geist durch die gefühlsbesetzten Daten verstört, gereizt, irritiert, eben verblendet ist, darum befasst er sich mit dem Erfahrenen, breitet Welt immer mehr aus. Er allein kennt die Wünsche aller fünf Sinnesdränge nach Wohlerfahrung und auch die Wege zur Erfüllung und agiert in ihrem Dienst bewusst sich ausbreitend, in die Weite gehend. Die Tätigkeit des Geistes (*mano-viññāna*) ist vom Geist, vom Gedächtnis (*mano*) selber nicht zu trennen. Der Geist weiß um die einzelnen Sinneseindrücke, besonders um diejenigen, die mit starkem Gefühl besetzt als Wahrnehmung in ihn eingeschrieben wurden, und er fügt die einzelnen Eintragungen zu einem Ganzen zusammen und sucht nach Erfüllungsmöglichkeiten für die Triebe.

So werden vom Säuglingsalter an im Geist immer mehr Bezugspunkte in der Welt angesammelt: „Dies ist angenehm, jenes unangenehm. So sind die angenehmen Dinge zu erreichen und so ist den unangenehmen Dingen auszuweichen.“ Immer mehr Programme werden gespeichert, Muster geprägt, die programmierte Wohlerfahrungssuche breitet sich aus. Das

Kleinkind verfolgt z.B. das allmorgendliche Angezogenwerden. Es hat gemerkt: „Kleider sind etwas angenehm Wärmerdes“, es hat einen Bezug dazu entwickelt, darum ist der Geist durch die mit Wohlgefühl eingeschriebenen Daten gereizt, und die Abläufe werden miteinander verknüpft in den Geist eingeschrieben: „Da muss ich in den Ärmel hineinfahren. Nachdem das eine Ärmchen durch den Ärmel gestoßen ist, kommt das andere an die Reihe. Dieses Kleidungsstück wird auf dem Rücken geknöpft, dieses vorn“, und irgendwann sagt das Kind: „Das kann ich allein.“ Ein Programm ist gespeichert: So geht es von Tag zu Tag, von Jahr zu Jahr bis zum Greisenalter und darüber hinaus: die programmierte Wohlerfahrungssuche breitet sich weiter aus.

Ebenso sind im Geist Erfahrungen gespeichert, wie: „Das ist zwar jetzt angenehm, aber später unangenehm.“ Auch diese Erfahrungen bilden ein Programm, ein Denkmuster. Aber der Geist verfügt nicht nur über das Erfahrene, er kann auch das Gewicht der Vernunft im Bedenken weiterreichender Folgen beim Nachgehen vordergründigen Wohls ins Spiel bringen, und er kann sogar im Bedenken von Wahrheitseinsichten, um weiterreichendes Wohl zu gewinnen, vordergründiges Wohl aufgeben.

Die meiste Aktivität zur Erfüllung der Triebe geschieht beim erwachsenen Menschen in festgelegten Programmen, um Wohl zu suchen und Wehe zu vermeiden entsprechend den eingeschriebenen Daten. Doch ist diese Wohlsuche nicht als ein Täter aufzufassen. Sie ist lediglich ein komplexes programmgesteuertes System, ist die aus der bisherigen Erfahrung des Geistes hervorgegangene Programmiertheit der Wohlsuche und Weheflucht. Zum Beispiel ist der Geist darauf programmiert, bei Dunkelheit in einem Zimmer in der Nähe der Tür nach einem Schalter zu suchen, wenn er Licht wünscht.

Ferner: Hat ein Mensch (der Geist) in den ersten Jahren des körperlichen Daseins die Vorstellung aufgebaut, dieser Körper sei die unerlässliche Voraussetzung des Lebens, so übernimmt die programmierte Wohlerfahrungssuche des Geistes dann

auch die Fürsorge für den ganzen Körper. Sie ist ununterbrochen sprunghaft, den Körper als Mittel zur Erfüllung der sinnlichen Triebe zu erhalten. Weil die Triebe durch viele Inkarnationen hindurch darauf gerichtet sind, außen Wohl zu suchen, darum ist die programmierte Wohlerfassungssuche darauf gerichtet, „von außen“ zu erfahren, was zu erfahren nötig ist, um sicher durch die Welt zu kommen oder um zu genießen.

Je gefühlsbesetzter eine Sache in den Geist eingetragen wird, um so mehr wird mit Leidenschaft empfunden: „Das will ich haben.“ Wenn ein Datum in der Wahrnehmung eine große Leuchtkraft hat, dann stürzt der Wille darauf zu. Die Dynamik bezieht der Geist aus dem damit verbundenen Wohlgefühl (*somanassa*) bzw. Wehgefühl (*domanassa*). Die Freude über eine Sache gibt die Kraft des Anstrebens, das Entsetzen über eine Sache macht die Kraft der Abwendung aus.

Darum sagt der Erwachte aus eigener Erfahrung: Ich muss dem Geist der Menschen das Elend der Dinge deutlich vor Augen führen, dann entsteht das Gefälle der Abwendung, und ich muss ihm die Seligkeit der seligen Dinge vor Augen führen, dann entsteht eine Sehnsucht dahin. Der Erwachte gibt uns die befreiende Anschauung, durch die wir aller Dinge Elend auch erkennen. Dies ist die heilsamste Einsicht, die es gibt. Dadurch fließt der Geist nicht mehr im Sog des Elenden, sondern im Sog der höheren Einsicht. Das ist ein Programm, das alle anderen Programme auflöst, und zuletzt ist dies das Floß, das wir nach Ankunft im Heilen zurücklassen.

Obwohl Geld keinen unmittelbaren Genuss bietet, schätzen die meisten Menschen Geld am meisten. Der Geist sagt ihnen: „Mit Geld kann ich das Ersehnte kaufen.“ Mit der Lust und Freude, die die begehrten Sinnesobjekte vermitteln, betrachtet der Geist das Geld. So können mittelbare Daten einen starken Wert bekommen, weil sie Mittel sind zu einem angestrebten Zweck. Ebenso wird das Lernen als Mittel zu höherer sozialer Stellung betrachtet. Man bringt Opfer, es bedarf der Ausdauer, aber der Geist verspricht sich davon Ansehen und Geld.

Bei der Erfahrung des Geistes (*mano-viññāna*) ist zweierlei zu unterscheiden: die Kraft, mit der die Programme laufen, und die Wege, die Ausrichtung der Programme. Die Kraft der Programme, mit der sie durch den Geist flitzen, kommt aus dem Versprechen von Freude oder Traurigkeit im Geist, weil die Daten durch die Sinnesdränge mit starkem Wohl- oder Wehgefühl übergossen in den Geist eingetragen wurden. Kommen in diesen Geist jetzt die Einsichten durch die Lehre des Erwachten: „Das, was du im Dienst der Triebe anstrebst, führt in Leiden, hält ununterbrochen im Leiden“, dann entsteht ein Kampf, in dem das siegt, was stärkere Leuchtkraft hat. Wenn der Geist von einem Programm abkommen will, dann hilft nur die Einsicht in die Leidigkeit dieses Programms und die Einsicht in die Leidfreiheit durch ein anderes Programm.

Wie die vom Geist ausgehende, vom Geist gesteuerte Wohlsuche als Bediener und Lenker der Sinnesorgane diese wohlsuchend hierhin und dorthin fährt, schildert der Erwachte in unserer Lehrrede:

*Hat er mit dem Luger eine Form gesehen*

(= gefühlsbesetzte Wahrnehmung ist im Geist eingetragen),  
*dann geht die programmierte Wohlerfahrungssuche  
den Formerscheinungen nach, knüpft an wohltuende  
Formerscheinung an, bindet sich daran.*

Das heißt, der Geist wandert entsprechend seinen Denkmustern, seinen Programmen dem Erfahrenen nach und bewertet das als angenehm Erfahrene als positiv. Bei den den Trieben angenehmen Formen schickt der Geist, die programmierte Wohlerfahrungssuche, das Auge wieder dahin: „Schau, da ist das Schöne.“ So kostet der Trieb wieder die Berührung, wiederholt sie, genießt. Zwischen Ich und Umwelt werden durch die inneren Neigungen Fäden, Bänder, Stricke, Fesseln geschaffen. Der Geist im Dienst der Triebe ist an die angenehmen Dinge gebunden, gefesselt, so dass der Mensch meint, ohne diese Dinge nicht leben zu können. Der Geist gewöhnt sich daran, bestimmten Formen, Tönen usw. nachzugehen. Mit

jeder denkerischen Aktivität werden in den Geist Programme gesetzt, die Kette der automatisch ablaufenden Geist-Erfahrungen:

*Gierentsprossen, selbsterzeugt,  
wie neue Sprossen aus dem Stamm  
des Feigenbaums erwachsen,  
verstrickt in Sinnenlust,  
Lianenwerk im Walde gleich. (Sn 272)*

Diese Verfesselung, die Stärkung der Gewöhnung an eine Wahrnehmung wird auch in M 1 beschrieben:

*Er hat die Wahrnehmung von Festem, Flüssigem, Temperatur und Luft und meint, es sei Festes... Darum denkt er Festes..., denkt an Festes..., denkt von Festem... ausgehend, denkt „mein ist das Feste“, sucht Befriedigung bei Festem.*

So wird durch wiederholtes Denken an Bestimmtes die Gewöhnung daran, das Programm, gebildet und verstärkt.

Wenn man einen Menschen, der irgendeinen Weg zu gehen hat, einmal aufmerksam beobachtet, dann kann man erkennen, wie die von den Trieben angetriebene programmierte Wohlerfahrungssuche den Formerscheinungen nachgeht, an sie anknüpft. Der Blick des Auges fällt immer wieder auf den Weg, um Unebenheiten zu kontrollieren und für den Fuß die gangbaren Stellen zu finden. Gleichzeitig ist das Ohr auf alle Geräusche gerichtet, besonders auf Geräusche aus nicht einsehbaren Richtungen, um herannahende Fahrzeuge, vorbeilaufende Kinder, herabstürzende Dinge rechtzeitig zu bemerken usw. Ebenso nimmt der Luger die Formen von entgegenkommenden Menschen, Fahrzeugen oder von feststehenden Hindernissen auf, und immer wird dann zugleich die Stellung dieses wandelnden Leibes den jeweiligen Widerständen und Gegenständen angepasst. Er wird mittels des Tastgefühls senkrecht gehalten und hin und her dirigiert. Dies alles sind der programmierten Wohlerfahrungssuche dienende, aus bisheriger Erfahrung gelenkte Vorgänge, welche zur Erhaltung und

planmäßigen Bewegung des Leibes erforderlich sind, um u.a. den Leib von dem vorherigen Ort zu dem neuen Ort „hinzulot-sen“.

Aber außer diesen erforderlichen Erfahrungsakten geschehen noch eine große Anzahl Erfahrungen, welche nichts mit dem Zweck der Lenkung und Sicherung des Leibes zu tun haben, sondern ausschließlich der augenblicklichen Befriedigung der innewohnenden Tendenzen dienen, und welche oft sogar die Sicherheit der leiblichen Vorwärtsbewegung gefährden. In diesem Sinn sagte auch *Augustinus*:

*Die Seele* (das ist die Gesamtheit der Triebe und der Geist) *strebt lieber dorthin, wo sie gern ist, als dass sie für die Erhaltung des Körpers sorgt.*

Wie sehr gerade die für das richtige Steuern des Leibes zu dem angestrebten Ziel oft eher störenden als hilfreichen sinnlichen Erfahrungen und Wahrnehmungen aus einem innewohnenden Begehren heraus veranlasst werden, kann man schon daran erkennen, dass ein Mensch, der auf seinem Weg keinerlei „interessante“ Erlebnisse hatte, jenen Weg als „langweilig“ bezeichnet, und das heißt ja, dass er etwas vermisste, dass er einen Mangel erlebte.

Auch wenn man irgendwo einen tatenlos sitzenden Menschen beobachtet, so kann man an ihm das unendliche Gewoge und Getriebe seitens der begehrenden Triebe erkennen. Immer wieder blicken die Augen auf, blitzschnell geht der Blick in den Umkreis, um etwas einzufangen, zu erfahren, immer wieder lauschen die Ohren in alle Richtungen, und sobald etwas „Interessantes“, d.h. den Trieben positiv oder negativ Entsprechendes wahrgenommen wird, tritt in das Gesicht ein Ausdruck von Freude oder Ablehnung. Dann kann man beobachten, dass der Betreffende über den Eindruck noch mehr oder weniger nachdenkt, sich an ähnliche Dinge erinnert usw.

Wird aber von den Sinnesdrängen aus der Umgebung nichts erfahren, dann sieht man den Betreffenden bald seine mitgebrachten Papiere, Zeitungen, Briefe oder Notizen sortieren und darin lesen. Wenn er aber nichts zum Sortieren und



Lesen bei sich hat, so tritt öfter ein Wechsel von betonter Spannung und bewusst gewordener Unbefriedigtheit in den Gesichtszügen auf, Langeweile. Man kann beobachten, dass der Mensch nun nachdenkt, wie und wo er etwas Schönes oder jedenfalls Besseres als im gegenwärtigen Augenblick erleben könne, und bald kann man sehen, dass die Körpermaschine von dem Sitz erhoben und in Bewegung gesetzt wird, um sie zu Stätten hinzubringen, die „interessanter“ sein könnten. So geht die programmierte Wohlerfassungssuche den Formen nach.

Die programmierte Wohlerfassungssuche wird gelenkt von der Stärke der Gefühle und von der programmierten Erfahrung. Wenn die Wohlerfassungssuche den Körper in Bewegung setzt, dorthin zu gehen, wo nach bisheriger Erfahrung Wohl zu erwarten ist, und an Ort und Stelle durch die Erfahrung enttäuscht wird, dann sucht die Wohlerfassungssuche in den gespeicherten Daten des Geistes, wie die Triebe auf andere Weise etwas ihnen Angenehmes erfahren könnten.

Die Fürsorgetätigkeit des Geistes und damit der programmierten Wohlerfassungssuche für den ganzen Körper zeigt sich besonders deutlich bei der Gefährdung des Körpers: Sobald „ein Mensch“ (der Geist) in den ersten Jahren des körperlichen Daseins die Anschauung aufgebaut hat, dass dieser Körper die unerlässliche Voraussetzung des Lebens sei, da übernimmt die vom Geist gelenkte programmierte Wohlerfassungssuche damit auch die Fürsorge für den ganzen Körper. Sie ist ununterbrochen sprungbereit, den Körper als Mittel zur Erfüllung der sinnlichen Triebe zu erhalten. Wenn etwa ein Mensch über sich ein „gefährliches“ Geräusch hört, dann strebt er schnellstens an, die Ursache auch zu sehen, um sich entsprechend zu verhalten. Da hat der Lauscher Geräusche erfahren, dem Geist gemeldet, der sie sogleich bewerten konnte als „von oben“ kommende bedrohliche Geräusche von etwas „Herabstürzendem“. In sofortigem Bewusstsein der Gefährdung des Körpers lenkt die programmierte Wohlerfassungssuche nun in vielen Akten diesen Körper so herum, dass

die Augen in die Richtung gehen, von welcher die Geräusche kommen. Sie richtet mit fiebernder Hast den Kopf des Körpers aufwärts, den Blick des Auges auf die Geräuschursache, so dass der Luger das Bild erfährt und seine Meldung an den Geist weitergibt, dessen Aktivität darin besteht, die Geräuschursache rasch zu deuten und den Körper sofort zu einem entsprechenden Verhalten (Deckung, Flucht oder Angriff) zu steuern. So also ist der Fluss der programmierten Wohlerfahrungssuche eine automatisch ablaufende erfahrungsbegründete Handhabung des Körpers und besteht in untrennbarer Abhängigkeit von der Süchtigkeit, den Trieben der Psyche.

Weil wir ein sechsfacher Hungerleider sind, ein sechsfaches Vakuum gleich jungen Vögeln, die mit offenen Schnäbeln erwarten, dass etwas hereinkommt, darum wird die programmierte Wohlerfahrungssuche in Anspruch genommen. Wenn nichts kommt, dann wird das süchtige Lechzen nach außen unerträglich. Um diesen Mangel aufzuheben, sucht der Mensch und suchen alle Wesen Befriedigung, Aufhebung des Mangels, und sie müssen es suchen mit der im Gedächtnis eingetragenen Erfahrung: „Diese Dinge tun wohl, jene wehe.“ Das ist ihre Programmiertheit.

Was wohl und weh tut, wird von dem Geschmack der einzelnen Dränge beurteilt, die auf Bestimmtes aus sind und Bestimmtes nicht mögen. Im Geist ist aus den gesamten bisherigen Erfahrungen eingetragen, was den verschiedenen Anliegen wohltut und was ihnen wehtut und wie das Wohltuende möglichst zu erreichen ist und wie das Schmerzliche möglichst vermieden werden kann. Danach werden Körper und Geist bei allen zukünftigen Anliegen und Regungen gesteuert und eingesetzt.

Auch wenn ein Mensch sich entschließt, dem augenblicklichen Drang nach Befriedigung einer Sucht nicht nachzugeben, sondern das zu tun, was er für richtig hält, so geschieht all sein dementsprechend automatisch ablaufendes Tun im Denken, Reden und Handeln doch als erfahrungsbegründete Handhabung des Körpers und des Geistes zur Wohlsuche – nur eben

zur Suche eines als höher und beständiger bewerteten sinnlichen Wohls – wodurch der Körper an die Objekte bzw. die Objekte an die Sinnesorgane herangebracht werden.

Das Zusammenspiel vom Herzen mit seinen Trieben, vom Geist mit seinen Einsichten und die dadurch stattfindende Lenkung des Körpers wird vom normalen Menschen kaum beachtet, obwohl diese Vorgänge ununterbrochen bei ihm ablaufen. Darum werden sie auch kaum bewusst gelenkt, weshalb die programmierte Wohlerfahrungssuche (*viññāna*) bei den meisten Menschen fast unbehindert nur der Wunscherfüllung nachgehen kann, was bei allgemein positiver Bewertung zugleich zur Verstärkung der Wünsche führt.

Ein Mensch weiß z.B. um das vom Freund empfohlene Buch, das auf dem Fensterbrett liegt. Er denkt jetzt an das Buch, denkt darüber nach, denkt von dem Buch ausgehend an Weiteres. Er erinnert sich der Worte des Freundes, seines Kaufs im Geschäft, des Preises usw. – So geht die programmierte Wohlerfahrungssuche der Formerscheinung nach.

Er hofft, das Lesen des spannenden Buches würde ihm wohl tun, er liest es, und es tut ihm wohl. Jetzt „weiß“ der Geist: Der Freund hatte recht, das Lesen des Buches tut „wohl“. Wenn er wieder einmal Langeweile hat, fällt ihm das Buch von allein – das heißt, ohne dass es ihm sinnlich vor Augen tritt – als wohltuende Lektüre ein, er denkt positiv an das Buch, und so bindet er sich an. Fädchen für Fädchen wird der Geist an das Buch gefesselt, immer fester wird die Gewöhnung an dieses Buch oder an diese Art Bücher.

Der Geist – die programmierte Wohlerfahrungssuche – ist an all die Objekte, die ihm als angenehm erschienen sind, gebunden. Er kann, auch wenn er die Objekte nicht mit den Sinnesdrängen erfährt, weiterspinnen: „Da war das Schöne.“ Das ist noch keine starke Verstrickung. Aber durch dauernde weitere Pflege, durch dauerndes weiteres Anjochen, immer wieder Hinneigen wird er schließlich fesselerstrickt. So wie ein Tau, das aus vielen Fasern besteht, so ist Begehren zu einem Objekt aus einzelnen „*Wunschefäden*, je einzeln wunschhaft abge-

*senkt*“ entstanden, indem der Geist immer wieder mit immer mehr Verlangen dahin gedacht hat. Durch jede positive Bewertung ist das Verlangen größer geworden. Das Pāliwort „*kāmaguna*“ heißt wörtlich „Sinnensucht-Fäden“. Durch positive Bewertung der Sinnendinge spinnt der Mensch ein Gespinnst, in das er sich mit jedem weiteren Reagieren auf Sinnesreize weiter verstrickt. So wird aus einem anfänglich feinen Spinnwebfaden allmählich ein Band, ein Strick und später ein schwer lösbares Tau.

Durch die Kraft der Zuwendung und Abwendung seitens der Triebe ist der Geist des normalen Menschen auf unzählige Objekte gerichtet, flitzt hin und her, um die Triebe zu befriedigen. Die Triebe selber sind voll Drang und Spannung durch unzählige Anliegen wie eine gespannte Uhrfeder. Aber wenn im Geist nicht eingetragen ist, wie die Triebe zu befriedigen sind, dann können die Triebe noch so sehr drängen, es gibt keine auch nur vorübergehende Entspannung. Der Geist des normalen Menschen hat aufgenommen und sich zu eigen gemacht, was den Trieben wohltut und wehtut. Der Geist sagt dabei: „Mir tut das wohl/ wehe“, aber in Wirklichkeit tut es den Trieben wohl oder wehe. Sie werden entspannt oder verspannt nur durch das Wissen des Geistes, durch das im Geist enthaltene Programm der Wohlbeschaffung und Wehevermeidung. Der Geist, die programmierte Wohlerfahrungssuche – von den Trieben angetrieben –, bindet sich an das Wohltuende, wird fesselverstrickt.

Die Sinnesdränge des Säuglings z.B. sind nach außen gerichtet, die Teilerfahrungen (*viññāna-bhāga*) der Sinnesdränge werden in den Geist eingetragen, z.B. „Milch schmeckt gut, auch der Duft ist gut, Schritte der Mutter nähern sich, Bewegen der Bettdecke – die Milch kommt“ – dieser Zusammenhang wird im Geist automatisch assoziiert. Mehr Daten kommen hinzu, der Geist umdenkt die erfahrenen angenehmen und unangenehmen Dinge, und im Dienst der Triebe ist nun die programmierte Wohlerfahrungssuche als Laufjunge des Geistes bestrebt, Wohl zu erfahren und Wehe zu vermeiden – ein

Schwungrad, das allmählich in Schwung kommt, allmählich immer mehr Schwung bekommt und schwer zu hemmen ist.

Die Werte der Objekte liegen nicht in den Objekten, sondern bei der Anziehung oder Abstoßung der Triebe. Die Wahrnehmung zeigt den falschen Eindruck (Blendung), der durch die Triebe entstanden ist. Auf diese reagieren die Wesen in einem programmierten Schwung, in einem schwer aufhaltbaren Rasen. Bei unangenehmen Erlebnissen gewöhnt sich der Mensch, davon zurückzutreten mit Wut oder mit Nachsicht, mit Verzweiflung oder Resignation. Der eine muss, wenn er zornig ist, seinen Zorn äußern in Taten, der andere in Worten oder im Gesichter Schneiden. Jedes Denken, jedes Verhalten wird mit der Zeit eingewöhnt, programmiert. Vom *viññāna* wird gesagt, es *samvattati*, rollt weiter. (M 106, D 28) Es ist das *mano-viññāna*, die Geist-Erfahrung in ihrer Geprägtheit, ihrem Denkmuster, in ihrer Gewöhnung, das, einmal durch häufiges Bedenken in Schwung gebracht, nach dem Gesetz des Beharrungsvermögens so weiterrollen muss. Der Geist ist geprägt durch die Art, wie wir uns zu denken gewöhnt haben mit Skrupeln oder ohne Skrupel, bei Skrupeln diese überwinden und doch in alter Weise weiterhandeln oder sich den Skrupeln beugen.

Wie einer seinen Geist geprägt hat, wie er denken muss in diesem Leben, so muss er auch denken, wenn dieser Fleischleib fortfällt. Bei Göttern läuft die programmierte Wohlerfassungssuche in helleren Gesinnungen und Verhaltensnormen, mit mehr Wohlwollen, weniger Abneigung. Bei den untermenschlichen Geistern ist mehr Abwendung und Gegenwendung und kein Wohlwollen – immer aber besteht der Zwang, aus der jeweiligen Gemütsverfassung heraus zu denken, zu reden und zu handeln. Nicht zehn Minuten können wir das Denken ganz lassen.

Bei der vierten Zusammenhäufung ist die Geist-Erfahrung, die denkerische Aktivität, ebenso tätig wie in der fünften Zusammenhäufung. Doch besteht in der denkerischen Aktivität der vierten Zusammenhäufung die Möglichkeit, der Berührung

der Triebe zu folgen oder die Aufmerksamkeit auf die Folgen der Triebbefriedigung zu richten, üble Gedanken zu vertreiben. Wir können die Prägung, das Muster, das Programm der Triebbefriedigung überspringen, wenn wir gerade etwas gelesen haben, das die Aufmerksamkeit auf schlimme Folgen der Triebbefriedigung richtet. Dann springen wir von dem Muster der sinnlichen Wunscherfüllung über in das Muster, unabhängig und frei sein zu wollen, das Muster, das wir schon geprägt haben dadurch, dass wir befreiende Maßstäbe häufig positiv bedacht haben. Wenn wir im abwägenden Denken der vierten Zusammenhäufung uns entschließen, den Trieben nicht zu folgen, sondern der Einsicht, dann ist der dadurch erzeugte Schwung noch nicht so stark. Aber zwanzigmal am Tag eine Überwindung vollzogen, sich zum Besseren entschlossen, bewirkt, sich leichter überwinden zu können, verstärkt den Schwung in Richtung Freiheit.

Wenn wir dem folgen, was uns am leichtesten fällt, dann lassen wir das am stärksten ausgeprägte Muster spielen – das ist das Weiterschwingen des Schwingenden. Wir haben nur kleine Bewegungsfreiheiten. Aber wenn wir diese ausnützen, dann können wir allmählich einen Schwung in neuer Richtung ausbilden, etwa mit der Einsicht, wie sie der Erwachte nennt (M 106): Wenn einer tief eingesehen hat, dass alle Begehrenden, die diesseitigen und die jenseitigen, im Todesbereich gefangen halten, dann denkt er bei sich – und das prägt sich seinem Geist ein:

*Unbeständig/rieselnd, ihr Mönche, sind die Sinneserscheinungen, schemenhaft sind sie, trügerisch, Einbildungen. Ein Blindwerk ist das Ganze, ihr Mönche, der Tore Beschäftigung. Diesseitige Sinnendinge und jenseitige Sinnendinge, sinnliche Wahrnehmungen dieser Welt, sinnliche Wahrnehmungen jener Welt: beides ist Māros, des Verderbers, Revier, des Verderbers Land, wo er seine Köder auslegt und sich seine Beute holt. Da entwickeln sich immer wieder die üblen, heillosen Bewegkräfte, wie Habsucht, Übelwollen und Rechthaberei.*

*Diese aber sind Gefahren für den Heilsgänger, der sich nach der Anleitung übt.*

*Darum überlegt der Heilsgänger bei sich: „Wie nun, wenn ich mit weitem, nach Befreiendem strebendem Gemüt verweilte, Welt überwände, den Geist auf höhere Standorte gerichtet hielte. Wenn man mit weitem, nach Befreiendem strebendem Gemüt verweilt, Welt überwindet, den Geist auf höhere Standorte gerichtet hält, dann können diese üblen, heillosen Süchte, wie Habsucht, Übelwollen und Rechthaberei, nicht mehr bestehen. Sind sie aber aufgegeben, so wird mir das Herz nicht mehr dem Beschränkten nachgehen, wird in der Welt nicht mehr messen (nach angenehm, unangenehm, wertvoll, wertlos), ist gut ausgebildet.“*

So wird ein neues Muster, eine neue Gewöhnung, ein neues Programm geschaffen, und die neue programmierte Wohlerfahrungssuche ist nun zur Überwindung der Sinneserscheinungen geneigt.

Der Erwachte sagt, dass nicht nur das Denken, sondern auch die durch das Denken angewöhnten Verhaltensweisen in festgelegten Programmen ablaufen (*samvattati*). Man spricht von Verhaltensmustern.

*Durch Wirken rollt die Welt,  
durch Wirken rollt die Menschheit,  
an das Wirken gebunden sind die Wesen,  
wie um die Achse rollt das Rad. (Sn 654)*

Die Welt ist nicht, wie es uns scheint, eine konstante, für sich bestehende „Gegebenheit“, aus welcher wir, wenn wir hierhin gehen, dieses herauspicken, und wenn wir dorthin gehen, jenes herauspicken. Was wir irrtümlicherweise „Welt“ nennen, ist nur eine zeitlich nacheinander ablaufende Kette von Einzelerfahrungen, Teilerfahrungen (*viññāna-bhāga*). Kein Lebewesen, kein Gott, kein Dämon, kein Mensch, kein Tier erlebt eine an sich bestehende Welt, in der jedes Wesen das eine oder

andere erlebt, sondern jeder erlebt nur eine Kette von Einzelerfahrungen. Wir glauben, eine Welt von nebeneinander liegenden Dingen sei da im Raum und in der Zeit. Aber Raum ist nur die Perspektive, die bereits in den Einzelerfahrungen enthalten ist, und Zeit ist durch die Abfolge der Erlebnisse gegeben. Ein Erlebnis nach dem anderen kommt heran, aber nicht aus der Welt, sondern aus unserem Wirken. Wie unsere Geist-Erfahrung (*mano-viññāna*) rollt, unsere Programme rollen, so wirken wir, und entsprechend rollt das Erleben von Erscheinungen, von Teil-Erfahrungen heran, die der Geist zu einem Ganzen fügt.

Der Erwachte sagt: *Auf Form* (mit den innewohnenden Trieben), *Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität gestützt, besteht die programmierte Wohlerfahrungssuche. Befriedigung suchend, keimt sie auf, entfaltet sich, breitet sich aus.* (D 33 IV). Wenn sich die programmierte Wohlerfahrungssuche auf die vier Zusammenhäufungen – oder zusammenfassend ausgedrückt: das Psycho-Physikum – stützen kann, wenn die vier Zusammenhäufungen der programmierten Wohlerfahrungssuche zur Verfügung stehen, dann besteht sie weiter, wuchtet weiter dahin. Die programmierte Wohlerfahrungssuche gleicht dem gewichtigen Schwungrad einer durch irgendeinen Antrieb in Bewegung gesetzten Maschine: Das Schwungrad hält sie in der bisherigen Weise in Gang. So hält die programmierte Wohlerfahrungssuche das Tun und Lassen in allen Einzelheiten so in Gang, wie es sich durch die verschiedenen früheren Situationen des Lebens, die uns zur Stellungnahme herausforderten, aus unseren damaligen Ansichten oder Neigungen eingeschleppt hatte.

Und ganz ebenso wie das Schwungrad eine Maschine nie zu neuen Impulsen, zur Veränderung der Bewegung bringen kann, sondern immer nur der Fortsetzung der alten Bewegung dient, so kann auch mit der programmierten Wohlerfahrungssuche nie das bisherige Tun und Lassen, Denken, Reden und Handeln und Auffassen überwunden, sondern nur das alte fortgesetzt werden.



Wer von der Weisheit oder von höheren Maßstäben nichts weiß, bei dem verändert sich die programmierte Wohlerfassungssuche ganz automatisch gemäß dem bisherigen Denken, Reden und Handeln. So wie ein Schwungrad langsam in Gang gebracht wird und nachher schwungvoll dahinwuchtet und nicht leicht anhaltbar ist, so ist die gesamte Wohlerfassungssuche eines jeden Wesens beschaffen – auch einer hohen Gottheit. Diese muss gut sein, kann nicht schlecht sein, genau so wie die programmierte Wohlerfassungssuche, das Schwungrad eines höllischen Wesens schlecht sein muss, nicht gut sein kann. Einer, der nur seinem Schwungrad folgt, mag heute eine hohe Gottheit sein, er wird im Laufe der Zeit durch wieder andere Eindrücke, wenn er keine Weisheit erfährt, wieder abwärts gelangen.

Es bedarf eines Stutzens, einer Ratlosigkeit und Ausweglosigkeit, in welcher die programmierte Wohlerfassungssuche eben nichts Weiteres vorzuschlagen weiß, durch welche erst der Mensch aufgerufen werden kann und dann die Chance hat, unabhängig von den gefühlten Wünschen die Situation mit mehr Überblick und nüchterner zu beurteilen. Hier ist die Möglichkeit des Einsatzes von Weisheit, und zu einer solchen Zeit wäre man empfänglich für die Lehre des Erwachten – wenn dazu Gelegenheit ist.

So wie ein Schwungrad nie eine neue Situation schaffen kann, sondern immer nur die alte bewahren und hinausziehen kann, so ist die letztlich von den Trieben aufgebaute und nur dem vermeinten Wohlgefühl nachjagende programmierte Wohlerfassungssuche ihrem Wesen nach ganz untauglich, über sich selbst hinauszusteigen, ein wirkliches Novum zu schaffen oder gar den Weg zur Befreiung zu finden.

Allein für die Zeit tieferer Selbstbesinnung hat der Übende das Schwungrad der programmierten Wohlerfassungssuche in einer bestimmten Richtung angehalten, hat andere Ziele und Objekte in den Blick bekommen, sie als die besseren erkannt und strebt nun diesen nach. Indem er neue, bessere Verhaltensweisen, Denkweisen, Urteilsweisen anerkennt und einübt,

werden diese zu seiner Gewohnheit, zu seiner programmierten Wohlerfahrungssuche, geschehen nun von selber. Zu jeder weiteren Verbesserung bedarf es jeweils eines weiteren Anstoßes durch weises Betrachten. Dieser Zusammenhang wird im Anfang der 43. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“ gezeigt: Die programmierte Wohlerfahrungssuche unterscheidet nach dem unmittelbaren, durch die jeweilige sinnliche Berührung aufgekommenen Wohl- und Wehgefühl, und die Weisheit unterscheidet auf weite Sicht nach Wesen, Entstehung und Aufhebung des Leidens und dem Weg dazu.

Das Symbol für den Denker (*mano*) wie für die programmierte Wohlerfahrungssuche (*[mano-]viññāna*) ist der Affe, der auf den Bäumen von Frucht zu Frucht springt, immer wieder von einer anderen Nahrung verlockt. Ähnlich heißt es in Sn 791:

*Verlockt von Launen kann man nicht entkommen:  
das eine nehmen auf, ein and'res ab sie werfen,  
wie Affen, einen Zweig ergreifend, lösen sich vom and'ren.*

Der Affe ist das menschenähnlichste Tier, und der Affe hat mit dem Menschen das auffällige Herumlungern und Lugen nach Interessantem, Abwechslungsreichem und mit dem gewohnten Ablauf der programmierten Wohlerfahrungssuche das behände Hinspringen auf das jeweils Interessanteste gemein. Wenn der Affe, die programmierte Wohlerfahrungssuche, außen nichts Interessantes findet, dann holt sie aus dem Gedächtnis die mit Gefühl besetzten Gedächtnisinhalte hervor: „Gestern hab ich das Schöne erlebt“ oder „Wie hat der mir Unrecht getan, er weiß nicht, dass...“ Die programmierte Wohlerfahrungssuche kann sich nicht selber umlenken. Etwas anderes, nämlich Weisheit, muss verfügbar sein, um die Gewöhnung zu verändern. Zur Weisheit ist nur der hochsinnige Mensch fähig – und meistens auch nur unter Anleitung von Weisen.

Es kann kein die Sinnendinge begehrender Mensch sehenden Auges in den Abgrund springen, wenn er weiß: „Dadurch erfahre ich tödliche Schmerzen und Tod.“ Nur solche Wesen,

die – durch den Erwachten belehrt – den heillosen Charakter der programmierten Wohlerfahrungssuche begriffen und dadurch für ihre Willensbildung noch als zweite Instanz die Weisheit gewonnen haben, diese Wesen haben zwei verschiedene Wurzeln ihres Willens, und sie wissen, dass die Weisheit ihr besserer Berater ist. Wird dann der weisheitliche Anblick auch öfter gepflegt, so wird er zu einem gespeicherten Programm der Wohlerfahrungssuche, und die programmierte Wohlerfahrungssuche wuchtet nun im Dienst der Weisheit dahin.

Der Erwachte empfiehlt in unserer Lehrrede, die programmierte Wohlerfahrungssuche von dem triebgesteuerten Psycho-Physikum zurückzuziehen, und nach Mahākaccānos Erklärung in unserer Lehrrede soll die programmierte Wohlerfahrungssuche von den Formen zurückgezogen werden, indem sie

1. den Formen nicht nachgeht,
2. an wohlthuende Formerscheinungen nicht anknüpft,
3. sich an wohlthuende Formerscheinungen nicht bindet,
4. sich in wohlthuende Formerscheinungen nicht verstrickt.

Was bedeutet das? Den Verzicht auf alle durch die fünf Sinne kommende Freude, Genuss, Befriedigung. Wollen wir das ernstlich? Nur unsere Vernunft sagt im Vertrauen zum Erwachten, dass es wunderbar wäre, von den Sinnendingen zu lassen. Aber zunächst schmecken uns die Dinge so sehr, dass wir aus unmittelbarem Erleben sagen: Das wäre ein sehr großer Verzicht. Und können wir von den Sinnendingen lassen? Wir können nicht ohne Weiteres verzichten. Wir müssen Mittel und Wege dazu kennen.

Warum rät es der Erwachte den Mönchen?

1. Weil alles Sinnenwohl Scheinwohl ist, in Wirklichkeit Schmerz ist. Wenn wir erheblich größeres inneres Wohl erfahren, merken wir das Elend sinnlichen Begehrens. Die Psyche ist ein unerlöstes Spannungsfeld. Die unzähligen Triebe zusammen geben ein gewaltiges Wehgefühl, das wir so gewohnt

sind, dass wir es gar nicht merken. Der Erwachte vergleicht es mit dem quälenden Jucken von Aussatzwunden (M 75). Die Befriedigung eines Sinnendrangs vergleicht der Erwachte damit, dass man an einer der juckenden Aussatzwunden nun kratzt und sogar Fetzen von dem faulenden Fleisch abreißt. Im Vergleich mit dem furchtbaren Jucken gibt das eine gewisse relative Befriedigung, aber in Wirklichkeit ist das Kratzen und Abreißen des Fleisches Schmerz. Der Erwachte fragt in M 75 seinen Gesprächspartner: Was meinst du, wenn der Mann vom Aussatz genesen wäre, würde er dann auch noch Fetzen von Fleisch abreißen und es an glühenden Kohlen brennen? – Nein. – Warum hat er es denn vorher getan? – Weil das Jucken noch schlimmer war als das Kratzen und Abreißen des Fleisches. Wenn die vielen Süchte aufgehoben sind und nicht mehr nach Erfüllung lechzen, dann sind die Wunden geheilt. Dann fühlt sich der Mensch ohne Kratzen unendlich wohler als der Aussatzkranke mit Kratzen.

Jede positiv bewertete Befriedigung der Sinnensucht vergrößert also die Sinnensucht noch mehr. Je größer die Sucht ist, um so rücksichtsloser muss man nach Erfüllung streben, muss immer mehr Hindernisse überwinden, um doch Befriedigung zu erlangen. So kommt der Süchtige oft unbemerkt hinein in Nächstenblindheit, Rücksichtslosigkeit, Verweigern und Entreißen, wodurch er sich wesensgleich mit untermenschlichen Charakteren macht, und nach Ablegen des menschlichen Körpers sinkt er abwärts in untermenschliche Bereiche.

2. Die Befriedigung der Sinnensucht mittels des Körpers macht abhängig von Vergänglichem, Totem. Die Psyche will Grobes erleben, darum ist der Körper, das grobe Werkzeug, in das sich die Psyche eingesperrt hat, zusammengesessen worden, war gestern noch Speise, ist heute schon Körper. Die Körper selber wissen nichts von sich, wollen nichts, sind nur Werkzeuge. Wie die Körperhand eine Zange handhabt, um einen Nagel auszuziehen, so handhabt der Geist den Körper, um die Triebe der Psyche zu befriedigen. So wie die Zange

nichts davon weiß, was die Hand mit ihr macht, so weiß der Körper nichts davon, was der Geist mit ihm macht.

Der Körper besteht nur eine begrenzte Zeit, dann wird Tod erlebt, Wiedergeburt, Altern, Sterben, Geborenwerden usw. Wer sich mit dem Körperwerkzeug identifiziert, meint, er sei gestorben, er sei geboren. Die Psyche, der eigentliche Erleber, erlebt Verschleiß und Neuanlegen, aber sie selbst verschleißt eben nicht. Doch die Psyche sehen wir nicht, denken nicht an sie, sondern denken nur an den Körper: „Ich bin jetzt so und so alt.“

3. Der Erwachte rät den Mönchen, die Sinnensucht zu überwinden, weil es ein unmittelbares seliges Wohl gibt ohne einen grobstofflichen Körper, wie es z.B. die Brahmagottheiten erleben. Sie erfahren durch ihre Herzenshelligkeit unmittelbares Wohl. Sie leben unvorstellbare Zeiten, und ihr Dasein ist einzig Wohl. Wir Menschen können uns kein Erlebnis, keine Körperhaltung denken, die wir immer haben möchten; wir brauchen Abwechslung, müssen uns immer wieder irgendwo kratzen, weil es dauernd irgendwo juckt. Der Gesunde aber braucht sich nicht zu kratzen, braucht keine Abwechslung. Er fühlt sich wohl, hat seliges Wohl, das mit den primitiven Formen von Geborenwerden, Altern und Sterben nichts zu tun hat. Zwar besteht dieses unmittelbare Wohl auch nicht ewig, aber wenn die rechte Anschauung vorhanden ist, die Wesen den Rat des Erwachten kennen, innen nicht eingewöhnt zu sein, sich auch auf inneres Wohl nicht zu stützen, dann kommt es nicht zur Abwärtsentwicklung, die Wesen steigen nur aufwärts zu immer größerem Wohl bis zur Freiheit.

Aus den genannten drei Gründen, nämlich

1. Sinnenwohl ist Scheinwohl, weil es nur vorübergehendes Wohl ist, und die Bedürftigkeit wächst durch den Genuss,
2. man hat nur mit Totem zu tun,
3. es gibt ein ganz anderes, höheres Wohl – empfiehlt der Erwachte, dass die programmierte Wohlerfahrungssuche nicht zerstreut, nicht ausgebreitet werde.

Doch diese Übung gehört im achtgliedrigen Weg zu dem Abschnitt der Vertiefung, der in unserer Lehrrede in die drei großen Hauptetappen gegliedert ist:

1. das Begehren nach den Sinnendingen aufgeben,
2. auch vom seligen Gefühl der weltlosen Entrückungen zurücktreten,
3. alle fünf Zusammenhäufungen nicht mehr ergreifen.

Das bedeutet Herzenseinigung bis zur Vollkommenheit. Aber dieser Übung vorausgehen müssen rechte Anschauung und Tugend, die 1.-5. Stufe des achtgliedrigen Weges, die Abschnitte der Weisheit und Tugend, denen dann die Vertiefung folgt. Der Nachfolger muss durch den Erwachten unterrichtet worden sein, was wirkliches Wohl ist, und er muss durch Tugendläuterung schon inneres Wohl erfahren haben. Dann erst kann er die Sinnendinge aufgeben wollen.

Der Erwachte sagt: *Der rechten Anschauung folgt das Nibbāna so sicher, wie der Morgenröte die Sonne folgt. (A X,121)* Zur rechten Anschauung gehört die Kenntnis aller vier Heilswahrheiten.

Die erste Heilswahrheit zeigt das Leiden der Existenz, also der fünf Zusammenhäufungen.

Die zweite Heilswahrheit zeigt, dass der Durst, die Triebe, die Ursache des Leidens sind.

Die dritte Heilswahrheit besagt, dass durch Auflösung des Durstes, der Triebe, das Leiden aufgelöst wird.

Die vierte Heilswahrheit zeigt die Reihenfolge, in der die Triebe aufzuheben sind.

Rechte Anschauung bedeutet also, das Leiden und das Heil kennen, den Weg zum Heil kennen und das Heile lieben. Dann geht es dem Heilsgänger wie ein Stück Holz, das im Strom abwärts zum Meer schwimmt. Die Strömung, die programmierte Wohlerfahrungssuche des Geistes, die auf das Heile programmiert ist, zieht den Heilsgänger zum Nibbāna. Er kann es nicht lassen, immer wieder von den vordergründigen Erlebnissen zurückzutreten und die Dinge auf Abstand zu betrach-

ten (*abhijānāti*) – eben als Spiel der fünf Zusammenhäufungen. Den Blick des normalen Menschen kann man vergleichen mit einem Menschen, der aus dem Fenster seiner Wohnung blickt und die Umgebung als vertraut kennt. Aber die Betrachtung auf Abstand ist, wie wenn man vom Flugzeug aus die Erde sieht und das Haus, in dem man wohnt. Alles erscheint gleich, ohne eigenen Standort, ohne Zentrum, ohne Peripherie, ohne emotionales Hineinverwobensein. Das ist die Betrachtung auf Abstand.

Der Nachfolger muss also unterrichtet worden sein, was Leiden und wirkliches Wohl ist, und er muss durch Tugendläuterung schon inneres Wohl erfahren haben. Den Vielfaltshunger nicht zu erfüllen, ist keine Lösung, sondern es geht darum, den Vielfaltshunger als Krankheit zu sehen und aufzuheben. Er ist bedingt entstanden, er lässt sich durch Bedingungen aufheben. Nicht ist er aufzuheben durch Befriedigung oder Nichtbefriedigung, sondern durch Einsicht, durch das Wissen, dass es einen ganz anderen Zustand gibt, und durch Erfahrung höheren Wohls.

*Um höheren Wohles willen  
mocht' ich geringeres Wohl aufgeben*

Der normale Mensch hat ein großes Vakuum an Bedürfnissen, und Bedürfnisse haben, ohne sie zu befriedigen, ist unerträglich. Wenn überall die Aussatzwunden jucken – das Gleichnis des Erwachten für die Sinnesdränge –, und dann soll der Kranke nicht kratzen, dann wird er wahnsinnig vor Juckreiz. Die Bedürfnisse reißen von Dasein zu Dasein, und die Befriedigung ist eine elende Hilfe, wird aber als besser empfunden als gar keine Befriedigung. Der Kenner der Lehre weiß: „Die Bedürfnisse sind mein Elend.“ Wenn ein Schiff ein Leck hat, dringt das Wasser ein. Man muss es herauspumpen, sonst geht das Schiff unter. Aber man sorgt auch dafür, dass das Leck geschlossen wird – dass man keinen Hunger und Durst mehr hat –, und das wird erreicht durch Erfahren höheren Wohls.

Der Erwachte sagt (M 14): *Auch ich wusste früher, dass die Begehrensdinge elend sind. Aber solange ich nichts Besseres hatte, merkte ich doch, dass ich die Begehrensdinge immer umkreiste. Erst um höheren Wohles willen mocht' ich geringeres Wohl aufgeben.*

Die dunklen Triebe erzeugen Trübsinn als Grundverfassung. In dieser dunklen Grundstimmung brauchen wir Berührungen, Reizungen, darum muss die Grundverfassung zunächst heller werden, und zwar dadurch, dass zunächst die dunkelsten, übelsten Triebe und Verhaltensweisen, die gegen andere gerichtet sind, aufgehoben werden. Innerlich heller geworden, ist der Mensch eigenständig, in sich reich, erfährt herzunmittelbares Wohl, das ihm keiner nehmen kann, alle Sinnendinge dagegen können genommen werden, und sie werden uns ja dauernd genommen.

In A III,102-103 vergleicht der Erwachte die stufenweise Läuterung des Herzens, zu der der Erwachte die Wege weist, mit dem Entschlackungsprozess beim Reinigen des Goldes. Goldsucher schürfen in einer Gegend, in der Gold vorkommt, den Sand auf. Eine Wanne wird gefüllt mit vorwiegend Sand und Gestein, aber hier und da sind ein paar Goldkörnchen dabei. Das ist der Zustand des Herzens, der Psyche des normalen Menschen. Die Goldkörnchen darin sind ein Gleichnis für innere Helligkeit und seliges Gefühl, aber sie sind kaum zu sehen. Nur für den Scharfsichtigen blinkt es hier oder da, obwohl dieses Gold noch nicht einmal glänzend ist, sondern eher matt, und in der Wanne ist vorwiegend Sand und Gestein zu sehen.

Nun wirft der Goldsucher zuerst alle groben Steine heraus, die keine Goldkörner enthalten. Mit der Beseitigung der groben Stücke vergleicht der Erwachte die Einhaltung der Tugendregeln im Reden und Handeln und in der Lebensführung. Mit dieser Entfernung des Größten ist das Gemisch schon ein ganz anderes, wenn auch das Gold immer noch kaum zu sehen ist. Die Verstöße gegen die Tugendregeln werden im Gleichnis als die groben Unreinheiten des Goldes bezeichnet. Ein



Mensch, der seinen Trieben im Verhalten zu den Mitwesen keine Zügel anlegt, der keinerlei höheren Maßstab über sich setzt und auch in Gedanken rücksichtslos darauf aus ist zu erlangen, was er begehrt, der kann nicht zu dem Feineren in sich, dem Gold, vorstoßen, er sieht es gar nicht.

Die Untugend zu lassen, ist für jeden hochsinnigen Menschen jedoch kein Verzicht, im Gegenteil! Gerade dem feiner empfindenden Menschen ist es peinlich zu sehen, wie er immer wieder in einer unwürdigen Weise handelt und redet. Er schämt sich oft seiner ungunen Lebensweise, aber mangels einer besseren Führung, Wegweisung und Hilfe und in dem Milieu lebend, in dem wir eben hier in der Menschenwelt und insbesondere hier im Westen leben, kommt er allein nicht so leicht heraus. Darum fühlt sich der hochsinnige Mensch hier in einem Leben, dessen banale Vordergründigkeit und Sinnlosigkeit ununterbrochen Verzicht auf das Feinere und Helle von ihm fordert, einfach nicht wohl, denn er muss darauf verzichten, so zu leben, wie sein Gemüt es ersehnt. Ohne Stärkung und Unterstützung muss er so immer wieder auf seine höheren Möglichkeiten verzichten.

Hier hilft ihm nun die Lehre des Erwachten. Sie zeigt so eindeutig das Hellere, Edlere, Reinere, dass sich das Bessere in ihm wie von verwandtem Geist angesprochen und durch die Ansprache bestärkt fühlt. Er gewinnt jetzt klare, einleuchtende Wegweisung gerade für seine besseren Einsichten und Bestrebungen, die bisher brachliegen mussten. Das praktische Vorwärtsgen entsprechend den Tugendregeln ist für ihn die Erfüllung eines verborgenen oder oft sehr offenbaren schmerzlichen Sehns. Es erfordert Mühe und Anstrengung, aber es nimmt ihm zugleich die ununterbrochene Beschämung, die sein gewöhnlicher Lebenswandel in ihm auslöst. – Insofern ist die Erfüllung der Tugendregeln kein Verzicht.

Am Anfang mag der um Tugend Bemühte mehr Werkfreudigkeit empfinden, also Befriedigung über die wörtliche Innehaltung der Tugendregeln, und mag sich freuen über die Nichtübertretung. Wenn er z.B. in seinem Handeln vom Töten

und vom Verletzen anderer ablässt, dann hat er bei sich selber die berechnete Genugtuung: „Im Tatbereich habe ich mich richtig verhalten.“ Wenn er aber gleichzeitig in seinem Gemüt noch Ärger merkt, dann weiß er, dass er auch diesen Ärger noch überwinden muss. So erzählt Ajātasattu, ein im Hause lebender Anhänger zur Zeit des Erwachten, von sich, dass er, wenn er durch gehörte unzulängliche Äußerungen im Geist verärgert wurde, zwar *„unzufrieden wurde, aber unzufriedene Worte vermeidend, eben solche Worte zurückhaltend, sich ohne Murren von seinem Sitz erhob und fortging.“* (D 2)

Hier ist die Tugendregel zunächst äußerlich innegehalten: Wenn auch Unzufriedenheit oder Ärger aufkommen und den Menschen reizen, so lässt er sich doch nicht mehr zu entsprechenden Worten und Taten hinreißen. Am Anfang freut er sich schon, wenn es ihm wenigstens gelingt, die Regeln so äußerlich zu erfüllen, selbst wenn die Gesinnung noch zu wünschen übrig lässt. Es ist dies eben der erste Schritt. Aber indem er seine Taten und Worte bezwingt, wird er auch wacher und geistesgegenwärtiger, und allmählich blickt er tiefer und achtet mehr auf die hinter den Taten stehende Gesinnung.

Damit sind wir bei dem tieferen Sinn der Tugendregeln. Wir müssen wissen, dass diese erst dann richtig erfüllt sind, wenn auch deren tieferer Sinn erfüllt ist. Zwar geht auch bereits aus der rein äußerlichen Innehaltung der Tugendregeln ein Anfang von Gewissensreinheit hervor. Das wird jeder Übende bei sich erfahren. Aber jeder erfährt auch zugleich, dass er so lange noch unzufrieden ist, als er in sich noch Regungen des Ärgers und der Abwendung und dergleichen beobachtet, selbst wenn er denen in seinem Handeln keinen Raum mehr gibt.

Darum hat der Erwachte bei jeder Tugendregel auch zugleich die heilsame Gesinnung mitgenannt. Sie bildet den zweiten Teil der Tugendregel. Wir können sagen, dass die in der ersten Tugendregel mitgenannte Gesinnung als Grundgesinnung anzustreben ist, weil sie die Erfüllung aller Tugendregeln erleichtert: *Teilnehmend und rücksichtsvoll hegt er zu*

*allen Lebewesen Liebe und Mitempfinden.*“ Jeder, der auf diesem Wege vorwärts geht, kennt die Erfahrung, dass alles Bemühen um rechtes Handeln und rechte Rede so lange gefährdet ist und gefährdet bleibt, als noch üble Gesinnung das Gemüt bewegt, weil man eben oft nicht genug an sich halten kann. Ist aber die üble Gesinnung aufgehoben, dann kommt es fast von selber nicht mehr zu üblen Worten und Taten. Darum steckt hier, in der üblen Gesinnung, das größte Bollwerk des Bösen, und darum ist sie auch in den Tugendregeln mitgenannt.

In der Lehrrede vom Goldläutern suchen die Goldwäscher daher als zweites die Sandkörner mittlerer Größe heraus. Sie sind ein Gleichnis für üble Gesinnungen, wie Nächstenblindheit, Rücksichtslosigkeit, Abwendung, Schadenwollen, feindliche Gegenwendung, Antipathie bis Hass. Wer sich noch solchen Gedanken hingibt, der wird irgendwann auch entsprechend handeln. Nur in dem Maß, wie man im anderen den leidenden Bruder entdeckt, wird es unmöglich, ihn innerlich abzulehnen oder ihm Begehrtes missgönnen zu wollen.

Wir meinen oft, andere mit Recht innerlich zu kritisieren. Die Kritik mag berechtigt sein, aber dadurch werden wir nicht heller. Wer auf seinem Recht besteht, kommt nie zum Heil. Vor mehreren Leben war der andere der Bessere und Rechthabende, und ich war derjenige, auf den er herabblickte: „Mit dem will ich nichts zu tun haben.“ Solange Abwendung oder gar Gegenwendung ist, so lange herrschen im Herzen Dunkelheit, Angst, Leere, Öde und Missmut vor. Unbefriedigtsein, Unlust, Langeweile kennt nur derjenige, der Abwendung und Gegenwendung kennt. Wer aus seinem Herzen Abwendung und Gegenwendung ausrodet und, wenn es doch noch wieder aufkommt, die Dunkelheit merkt und sich dessen schämt, der merkt eine Erhellung seiner Grundbefindlichkeit. Eine solche Wanne voll Sandgold sieht auch schon nach Sandgold aus.

Wenn der Mensch bei sich feststellt, dass er im Umgang mit den anderen keines der Tugendregeln übertreten hat, dass er nichts Unrechtes getan hat und sich darüber hinaus um lie-

bevolle Gesinnung bemüht hat, dann ist er frei von Reue und inneren Vorwürfen, *er fühlt ein inneres tadelfreies Glück (D 2)*. Der Erwachte sagt (A XI,2):

*Wer tugendhaft ist, ihr Mönche, in Tugend gefestigt, der braucht nicht anzustreben: „Möchte ich doch mit reinem Gewissen leben“; gesetzmäßiger Zusammenhang ist es, dass der Tugendhafte, in Tugend Vollkommene stets reines Gewissen hat.*

*Wer mit reinem Gewissen lebt, ihr Mönche, der braucht nicht anzustreben: „Möchte mir doch innere Freudigkeit aufgehen“; gesetzmäßiger Zusammenhang ist es, dass aus Gewissensreinheit innere Freudigkeit aufgeht.*

Reue oder Reuelosigkeit sind stillere Gefühle als die gewöhnlichen, durch sinnliche Berührung der Sinnesdränge ausgelöst. Obwohl jeder Mensch zwischen Reue und Reuelosigkeit stark hin und her pendelt, merkt er es meistens nicht. Besonders dem nichtreligiösen Menschen scheint es, als hätte er nichts damit zu tun. Der Erwachte sagt aber, jeder Mensch, auch der über die Schlechtigkeit seiner Taten und Gesinnungen ganz Unwissende, habe doch ununterbrochen ein entsprechend dunkles Gefühl, das den normalen Menschen fast den ganzen Tag durch sein ganzes Leben begleite und das damit seinem Leben einen dunklen, schmerzlichen Grundton gebe.

Sehr anschaulich beschreibt *Heinrich Scharrelmann* die Bedrückung durch die Reue:

*Das Gewissen flüstert nur und überwindet doch jeden Sturm, es siegt letzten Endes über alles, auch über die ungebändigste Leidenschaft. Ich kann mich vor ihm verstecken, aber was hilft das! Es findet mich an jedem Ort und zu aller Zeit. Erst wenn ich seinem Rat gefolgt bin, gibt es Ruhe. Die Ruhe ist himmlischer Art. Es geht wie ein wohliges Aufatmen durch mich, wenn ich einmal ganz getan habe, was es von mir wünscht. – Aber wie selten geschieht das. Ich habe einem Freund ein hartes Wort gesagt. Das Gewissen mahnt mich an mein Un-*

*recht: Mach wieder gut, was du verdorben hast. Gewiss werde ich es tun, antworte ich ihm im Stillen. Ich will ihm, dem ich so schroff entgegentrat, wieder ein freundliches Wort sagen. Das ist noch nicht genug, mahnt nun das Gewissen. Du musst mehr tun. Du musst ihm, dem du weh getan hast, eine Extrafreude machen. Beschenke deinen Freund, denn mehr als ein gutes Wort wirkt eine Tat: die allein kann ihn davon überzeugen, dass es dir ernst ist mit dem Vergeltenwollen. Aber die Zeit geht hin, und es unterbleibt doch. Nochmals mahnt mich mein Gewissen, zweimal, dreimal. Ich verspreche jedes Mal wieder eifrig, seinem Rat zu folgen, und schlure die Sache doch hin. Die nur halb gesühnte Schuld bleibt in mir liegen und drückt irgendwo im Herzen wie ein Bleigewicht. Und Tausende solcher Bleikugeln halb oder gar nicht gesühnter Schuld liegen in mir und erschweren mir meinen Lebensweg unbewusst. Man fühlt sich beschwert und hat längst vergessen, wann und wodurch. Durch die ständige Last aber wird die Seele matt und müde, sie wird verbittert und unruhig. Wir werden nervös und gereizt, weil wir nicht wissen, wann und wo wir sie uns aufgesackt haben.*

Wer aus untugendhaftem oder halb tugendhaftem Tun ein dunkles Grundgefühl hat, der erlebt alle Dinge, so schön, vorteilhaft oder reibungslos sie äußerlich gesehen auch sein mögen, in Verbindung mit diesem dunklen Grundgefühl doch mehr schmerzlich als erfreuend. Erst wenn uns keine egoistische Abwendung oder feindliche Gegenwendung mehr bewegen, merken wir richtig, was Gewissensreinheit ist, weil dann das Grundgefühl, die Grundbefindlichkeit heller wird. In diesem Sinn sagt der Volksmund: *Ein gutes Gewissen ist das beste Ruhekitzen.*

Wir kennen das tiefe Aufatmen, die große Erleichterung, die dann eintritt, wenn einem eine Last abgenommen ist, wenn eine Sorge, eine Beklemmung fortfällt. Aber dieses Gefühl ist im Anfang oft nur von kurzer Dauer, weil aus tugendlichem Versagen auch immer wieder neue Beklemmungen hervorge-

hen. Wer aber erlebt hat, wie durch Erhellung der Gesinnung auch das Grundgefühl gebessert wird, wie das Grundgefühl der Reue sich bei ihm legt, wie die Gewissensreinheit eintritt, der weiß bald, was mit jenem *inneren tadelfreien Glück* gemeint ist, welches der Erhabene dem sittenreinen Menschen verheißt.

Das dem gewöhnlichen Menschen meist unbewusst bleibende Grundgefühl der Reue, das nur in der Stille deutlich fühlbar wird, ist im Grund nichts anderes als die verdrängte, einst bewusst gewesene Reue. Weil der gewöhnliche Mensch vorwiegend aus seinen begehrenden Wünschen heraus lebt, womit die Nichtbeachtung der Wünsche anderer eng verbunden ist, verursacht er viele Tränen und Enttäuschungen bei anderen auf seinem Weg. Wenn er in Ruhe sein Leben überblickt, so muss er sich sagen: „Du hast vieles nicht so gemacht, wie du wolltest.“ Diese manchmal bewussten, meistens aber vergessenen und in den Hintergrund gedrängten Gedanken verursachen die permanente Reue und Beklemmung, bestimmen das Grundgefühl des normalen Menschen.

Die Aufgabe des Kenners der Lehre liegt nun darin, dieses Grundgefühl zu merken, es nicht zu verdrängen und zu fliehen, sondern es zu wandeln.

Die bewusste Reue des Kenners der Lehre mag sich zunächst dadurch verstärken, mag größer, tiefer, umfassender und auch konkreter werden als bei einem unbelehrten Menschen, denn er sieht sich nun noch mehr verantwortlich für sein Tun. Er weiß, dass unser gesamtes Erleben nichts anderes ist als die Ernte dessen, was wir früher durch unsere Taten selbst gesät haben. Darum ist der Kenner der Lehre besorgt und beklommen, wenn er sich nicht tugendhaft, entsprechend seinen besseren Einsichten, handeln sieht, weil er an die Folgen seines Tuns nicht nur in diesem Leben, sondern auch im nächsten Leben denkt. So heißt es in der Versammlung (Sn 774):

*Die lustentbrannt, auf Lust bedacht, durch sie betört,  
die unbelehrbar, weil an Schlechtes sie gewöhnt,*

wenn Leiden sie befällt, dann brechen sie in Klagen aus:  
„Was wird aus uns, nachdem von hier wir abgeschieden?“

Indem religiöse Menschen immer wieder hören und bedenken, was rechter Lebenswandel und rechte Gesinnung sind, da fällt ihnen um so stärker ihr früheres oder auch noch gegenwärtiges Abweichen von ihren jetzigen guten Einsichten auf. In solchem Fall empfiehlt der Erwachte (S 42,8), diese Reue nicht in unfruchtbare Gefühle zu ergießen, sondern etwa nüchtern festzustellen:

*Ich habe die Tugendregeln verletzt. Das war nicht recht. Das war nicht gut. Wenn ich mir nun darüber Gewissensvorwürfe machte, ich könnte diese schlechte Tat nicht ungeschehen machen. So erwägend und überlegend, gibt man eben diese Taten auf und steht künftighin davon ab. (S 42,8)*

In diesem Sinn heißt es auch (Dh 173):

*Wer einst gewirktes übles Werk  
mit bess'rem Wirken ganz durchsetzt,  
dem lichtet sich die Finsternis,  
wie wenn der Mond durch Wolken bricht.*

Mit solchem Bemühen kommt man von üblem Wirken mehr und mehr ab.

Die Gewissensreinheit, die Abwesenheit von Beklemmungen, Sorgen und Verfinsterungen, kann mit einem von allem Gewölk befreiten, klaren Himmel verglichen werden. So klar und wolkenlos oft der Himmel ist, so ungetrübt und unverdunkelt ist das Gemüt durch Sittenreinheit. Und so wie über einen von allem Gewölk völlig befreiten Himmel ein Glanz, ein Leuchten ausgebreitet ist, so geht aus der Gewissensreinheit innere Freudigkeit hervor. Der Mensch erlebt etwas völlig Neues. Wenn er vorher nur gelegentlich eine Genugtuung bei einer besonders guten Tat erlebt hatte, so erlebt er jetzt eine durchgehende Helligkeit und Freudigkeit seines Gemütes, ein

fast ununterbrochen ungetrübtes, heiteres Grundgefühl. Alles von außen an ihn Herantretende erlebt er auf der Grundlage dieses hellen, freudigen Gefühls, darum kann er durch kein trübes Erlebnis mehr stärker verletzt werden.

Wenn ein Mensch von dem Heil jenseits der Sinnendinge hört, dann steht er mehr oder weniger beklommen unter dem Eindruck, er müsse zuerst auf alle Freude verzichten, aller weltlichen Lust entsagen, um Wohl und Heil zu erreichen. Er meint, es werde ihm da, wie der Volksmund sagt, eine Taube auf dem Dach versprochen, doch müsse er zuvor den Spatz in der Hand loslassen. Er habe also eine Zeitlang nichts. *Faust* drückt die Empfindung eines so irrig denkenden Menschen aus mit den Worten:

*Entbehren sollst du, sollst entbehren!  
Das ist der ewige Gesang,  
der jedem an die Ohren klingt,  
dem unser ganzes Leben lang  
uns heiser jede Stunde singt.*

Wir sehen aber aus der bisherigen Schilderung, dass schon auf dieser zweiten Stufe des Wegs, bei der von einem Verzicht auf die Sinnendinge noch gar keine Rede ist, ein Wohl aufbricht, das nicht durch die Sinnendinge, sondern aus der zunehmenden inneren Lauterkeit und Helligkeit aufbricht. Daneben erlebt man nach wie vor das Wohl der Sinnendinge, hat also den Spatz noch in der Hand. Und nun gewinnt man eine zusätzliche innere Freudigkeit unabhängig von äußeren Erlebnissen, die allein aus der inneren Lauterkeit hervorgeht. Damit holt man sich zusätzlich die Taube vom Dach und hat nun beides in der Hand. Wir können uns vorstellen, zumal bei der Betrachtung der weiteren Stufen von zunehmendem Wohl und Glück, dass man eines Tages des Spatzes völlig überdrüssig wird. Darin liegt das Wesen der Entwicklung zum Nibbāna.

Es gilt, diese innere Freudigkeit mehr zu pflegen. Das geschieht einmal dadurch, dass man immer mehr auf sie auf-



merksam wird und sich ihr bewusst hingibt und dadurch über sie immer froher wird, und zum anderen dadurch, dass man aus dem Wissen, woher sie gekommen ist, um so lieber nun und um so intensiver an seiner weiteren Läuterung arbeitet, dass man immer feiner die aufsteigenden Herzensbefleckungen beobachtet, selbst leise Abwendung und Ablehnung anderen Wesen gegenüber bemerkt und sofort mit aller Kraft und aller Konsequenz diese Anwendung in seinem Herzen ausrottet und nicht ruht, bis man an ihre Stelle Verständnis, Teilnahme und Mitempfinden gesetzt hat. Daraus nimmt die innere Freudigkeit noch mehr zu.

Wir sehen, dass diese innere Freudigkeit aus den Kämpfen und Überwindungen hervorgeht, die wir im Alltag durchführen; dazu aber bedarf es noch keiner „abgeschiedenen, tiefen“ Besinnung, wie die meisten Menschen denken. In der Abgeschiedenheit wächst sie nur bei denjenigen Menschen, die vorher im Drang des Alltags sich im Kampf um die Tugend bewährt haben.

Ein Mensch, der von dieser inneren Freudigkeit erfüllt ist, macht seine Umgebung licht; damit gibt sich auch diese heller, und so erhellt sich auch die gesamte Umwelt des Menschen, der die gewonnene Freudigkeit empfindet und pflegt.

*Wer in innerer Freudigkeit lebt, ihr Mönche, der braucht nicht anzustreben: „Möchte mir doch geistige Beglückung aufgehen“; gesetzmäßiger Zusammenhang ist es, dass aus der inneren Freudigkeit geistige Beglückung aufgeht. (A XI,2)*

Aus innerer Freudigkeit geht geistige Beglückung (*pīti*) hervor. Diese geistige Beglückung ist kein übliches Wohlgefühl, sondern ein ganz starkes Entzücken wie ein starker Fanfarenton. Wenn ein Mensch bis dahin noch nicht auf die Erhellung des Grundgefühls aufmerksam geworden war – bei dieser Beglückung wird seine Aufmerksamkeit darauf gelenkt. Diese Beglückung erwächst durch das Bewusstsein, dass man sich auf gutem Weg befindet. Sie ist Ausdruck der Zuversicht da-

rüber, dass diese herrliche Entwicklung eingetreten ist. Diese geistige Beglückung ist wie ein Jubelton, der immer wieder erklingt. Dadurch verlieren die äußeren Erlebnisse und die sinnlichen Genüsse an Bedeutung, treten zurück, dem Menschen ist bei sich selber wohl, er bedarf nicht äußerer Ablenkung und Befriedigung.

Hinzu erlangt der Mensch noch ein weiteres tieferes Verständnis: Der Erwachte sagt, die Sinnendinge seien gleich Darlehen, geliehen für kurze Zeit. Der belehrte Mensch hört diese Gedanken, anerkennt sie auch – aber erst, nachdem er sich bis zu dem Stadium dieser geistigen Beglückung entwickelt hat und damit ein seliges Wohl ganz ohne äußere Ursachen, ganz selbstständig aus dem eigenen Inneren aufblühend erlebt, da fällt ihm der Unterschied zwischen diesem selbstständig entwickelten Wohl und dem immer nur durch äußere Dinge bedingten sinnlichen Wohl auf. Er merkt jetzt, wie abhängig er früher von der Welt der tausend Dinge war, weil diese die einzige Quelle seines Glücks bedeuteten. Darum fühlte er sich auch immer elend und verlassen, wenn sich ihm die Dinge wieder entzogen.

Mit dieser Einsicht geht ihm mehr oder weniger deutlich auf, dass sein jetzt erworbenes, durch keinerlei äußere Dinge bedingtes, sondern allein in der Lauterkeit des Herzens bestehendes Wohl auch durch den Tod nicht vernichtet werden kann. Er spürt mit der totalen Evidenz der Erfahrung, dass sein Tod wohl eine Trennung vom Leib und damit den greifbaren Dingen, aber gerade nicht eine Trennung von dieser seligen Beglückung bedeutet. Damit hat er einen Grad von Unverletzbarkeit erreicht, den er vorher nicht ahnen konnte trotz der Verheißungen, welche seitens der Religionslehrer an diese Entwicklung geknüpft sind.

Im Gleichnis vom Goldläutern heißt es:

*Sobald nun die mittleren Unreinheiten entfernt und geschwunden sind, bleiben noch feine Unreinheiten des Goldes übrig,*

*als wie feiner Sand und Staub. Der Goldwäscher befreit und reinigt das Gold nun auch von diesen feinen Unreinheiten gründlich.*

*So auch bleiben für den Menschen, der einzig die hohe Herzensart im Sinne hat, noch feine Unreinheiten übrig, als wie Erwägungen über Verwandte, Erwägungen über Länder und solche Erwägungen, die mit dem Wunsch, nicht missachtet zu werden, zusammenhängen.*

Bisher hat er sein Herz gereinigt und erhellt, und das hat schon wunderbare Folgen für ihn gezeitigt, aber sein Herz ist der Vielfalt noch zugeneigt, er ruht noch nicht in sich selbst. Wer aber auf den Herzensfrieden aus ist, der wird von der Vielfalt zurücktreten, so gut es die Verhältnisse erlauben, und ohne jemandem wehzutun. Und der vom Er wachten Belehrt e übt sich in dem Gedanken, dass Gefühle und Wünsche aus den Trieben aufsteigen und wieder vergehen, dass da gar kein Ich ist, das verletzt werden könnte, sondern nur ein Automatismus von sich ständig wandelnden Faktoren.

Weiter heißt es:

*Sind auch diese Erwägungen aufgehoben, so bleiben nur noch Erwägungen über die Lehre übrig.*

Er holt sich die Lehre und Einsichten aus der Lehre heran, um gegen üble Gedanken anzugehen und diese auszuroden. Und so kommt es, dass „derselbe Mensch“, der vor diesem ganzen Bemühen voll von weltlichen Erwägungen mittlerer und grober Art war und kaum lehr gemä ße Gedanken hatte, nun zu einem ganz anderen geworden ist, der sich der weltlichen Gedanken entwöhnt hat und auf dieser Stufe nur noch lehr gemä ße Gedanken hat. Das Kriterium, das eines der Merkmale des Stromeingetretenen ist, dessen, der gesichert ist, das Ziel zu erreichen, ist auch bei ihm zu merken, nämlich dass er, wann immer er Lehrreden hört oder über Lehrzusammenhänge nachdenkt, innere Beglückung empfindet, weil er immer wieder sieht, dass er damit auf dem Felsgrund der Wirklichkeit steht, dass Zusammenhänge ihm immer mehr offenbar werden.

Es ist kein nach außen gerichtetes Denken mehr in die weltliche Vielfalt hinein, sondern innere Sammlung mit Sinnen und Erwägen über die Lehre. Insofern ist ein solcher Mensch schon weitgehend gesammelt, d.h. von der weltlichen Vielfalt abgezogen.

Weiter heißt es im Gleichnis vom Goldläutern:

*Wenn auch diese feinen Unreinheiten völlig entfernt und geschwunden sind, dann bleibt nur noch der Goldsand übrig. Diesen schüttet der Goldschmied nun in einen Schmelztiegel und schmelzt ihn, schmelzt ihn zusammen, schmelzt ihn zu einem Stück.*

*Es kommt aber, ihr Mönche, die Zeit heran, wo das Herz erhoben, befriedet, gestillt, Einheit erlangt.*

Hier ist nun nicht mehr vom Goldwäscher die Rede, sondern vom Goldschmied. Wenn das Gold von allen äußeren Verschlackungen, von allem Fremden befreit ist, dann kommt die Aufgabe des Goldschmieds, die einzelnen Körner zu einem Ganzen zusammenzuschmelzen. Und so wie aus den tausend kleinen Goldkörnchen, nachdem sie vom Goldschmied zusammengeschmolzen sind, eine große – wenn auch noch nicht ganz saubere, helle – Goldmasse geworden ist, also etwas ganz Neues, so ist der Übende mit diesem Erlebnis in ein neues Stadium der Läuterung eingetreten, wie es in A XI,2 heißt:

*Wer beglückten Geistes ist, ihr Mönche, der braucht nicht anzustreben: „Möchten mir doch die Sinnesdränge des Körpers still werden“; gesetzmäßiger Zusammenhang ist es, dass aus geistiger Beglückung die Stillung der körperlichen Sinnesdränge hervorgeht.*

*Wenn die Sinnesdränge gestillt sind, braucht man nicht anzustreben: „Möchte innere Beseligung mich durchdringen“: gesetzmäßiger Zusammenhang ist es, dass derjenige, dessen Sinnesdränge gestillt sind, von innerer Beseligung durchdrungen wird.*

*Von innerer Beseligung durchdrungen, ihr Mönche, braucht man nicht anzustreben: „Möchte doch das Herz sich einigen“; gesetzmäßiger Zusammenhang ist es, dass dem von innerer Beseligung Durchdrungenen das Herz sich einigt.*

Ein solches Herz hat an sich selbst genug, ist ganz bei sich, eins mit sich, und das bedeutet das Schweigen der Sucht nach den tausendfältigen äußeren Dingen. Das Wohl des Nachinnen-Lebens, des seligen Herzensfriedens kann so stark werden, dass die sinnliche Wahrnehmung ganz fortfällt (*kāmasaññā nirujjhati – D 9*), der Mensch ist dann *sinnenlos und entrückt*, gewinnt den Zustand der Entrückungen (*jhāna*).

Unmittelbar nach dem Erlebnis der weltlosen Entrückungen empfindet er den ununterbrochenen Andrang der wieder eintretenden tausendfältigen Sinneseindrücke und des dadurch bedingten Prasselhagels der Empfindungen als leibhaftigen Schmerz (S 48,40) und lebt von da an in der Sehnsucht, sich den geeinten, befreienden Zustand der Entrückung auf die Dauer zu erwerben. Durch solche Erfahrung höheren Wohls ist er nun darauf gerichtet, alles sinnliche Begehren endgültig aufzuheben.

Die programmierte Wohlserfahrungssuche  
ist nicht nach außen zerstreut und ausgebreitet

Wenn die Triebe berührt werden und das dadurch ausgelöste Gefühl immer wieder gekostet wird, dann ist der Geist erfüllt von Blendungsmeldungen: angenehm/unangenehm. Der fortgeschrittene Heilsgänger wird die Berührung nicht wiederholen. Er sagt sich: Da ist wieder ein Reiz ausgelöst, dem folge ich nicht. Statt der Berührung zu folgen, setzt er seine Vernunft ein im Erkennen: „Das sind die unheilsamen, leidvollen Dinge.“ Das Programm, der Berührung zu folgen, besteht, aber er hat sich aus rechter Anschauung und der Erfahrung höheren Wohls entschlossen: „Ich folge nicht der Neigung.“ Damit prägt er Bremsen in den Geist hinein, heilsame, gute

Veränderungen, die nun ihrerseits wieder zu einem Programm werden.

*Und was heißt, Brüder, „die programmierte Wohlerfahrungssuche ist nach außen nicht zerstreut, nicht ausgebreitet“?*

*Nachdem, Brüder, ein Mönch mit dem Luger (dem Trieb im Auge) eine Form gesehen, mit dem Lauscher (dem Trieb im Ohr) einen Ton gehört, mit dem Riecher (dem Trieb in der Nase) einen Duft gerochen, mit dem Schmecker (dem Trieb in der Zunge) einen Saft geschmeckt, mit dem Taster (dem Trieb im Körper) eine Tastung getastet, mit dem Denker (dem Trieb im Gehirn) ein Ding erfahren hat, dann geht die programmierte Wohlerfahrungssuche den Formerscheinungen und Dingerscheinungen nicht nach, knüpft nicht an wohlthuende Form- und Dingerscheinungen an, bindet sich nicht daran, wird von den Formerscheinungen und Dingerscheinungen nicht fesselverstrickt. Das heißt: „Die programmierte Wohlerfahrungssuche ist nach außen nicht zerstreut, nicht ausgebreitet.“*

Der Luger im Auge ist berührt worden und hat Wohlgefühl erfahren, das in den Geist eingetragen ist, und der Denker, die programmierte Wohlerfahrungssuche, will sofort sagen: „Hin zu dem Angenehmen.“ Die vom Erwachten aufgenommene Weisheit und eigene Erfahrung aber sagt: „Ich habe ja schon herzunmittelbares Wohl als viel Besseres erfahren, ich will doch nicht wieder neuem Begehren, neuer Erregung und neuem Missmut verfallen.“ Wenn der noch triebesetzte Geist meldet: „Das ist das Schöne“, korrigiert derselbe Geist diese Assoziation durch Weisheit: „Das ist wandelbar, ergreift man es, bleibt man an den Körper gebunden mit Geborenwerden, Altern und Sterben.“

Um den immer erneuten Angehungen zu entgehen, empfiehlt der Erwachte, dass der Geist, die programmierte Wohl-

erfahrungssuche, nicht nach außen zerstreut und ausgebreitet sein soll. Dieselbe Empfehlung unter anderem Namen ist die Zügelung der Sinnesdränge, wodurch der Geist nicht mehr den Sinnendingen folgt, weil er nicht verstört, gereizt wird und sich darum nicht an sie bindet und nicht von ihnen gefesselt wird.

Den Vorgang des inneren Entflammtwerdens durch Gefühle und Gedanken bis hin zu üblen Taten beim Fesselerstrickten vergleicht der Erwachte mit einem Grasbrand (S 14,12): Der Mensch soll schnell mit Händen und Füßen den Brand löschen. Der Erwachte sagt, dass einer, der bei einer Wahrnehmung nicht schnell weitere Gedanken und Absichten auslilgt, zu einem Tun und Lassen, zu einem karmischen Säen kommt, aus dem für ihn und seine Umgebung Leiden hervorgeht.

Ein anderes Gleichnis: In den „Liedern der Mönche“ (Thag 125, 126) wird der Drang der Geist-Erfahrung, der programmierten Wohlerfahrungssuche, den Wahrnehmungen nachzugehen, mit einem ungebändigten Affen verglichen:

*Ein Affe schlendert, schleicht herum  
im fünftürigen Körperhaus (die 5 Sinne mit d. Sinnesdrängen).  
Von Tür zu Türe steht er still  
und pocht und rüttelt rau.*

Der Affe, der Geist, die programmierte Wohlerfahrungssuche, will die Türen öffnen, die Sinnesdränge befriedigen. Aber ein Mönch, der die Sinnesdränge zügelt, sagt:

*Halt ein, o Affe, bist gebannt.  
Verhalt dich nicht wie früher mehr.  
Mit Weisheit halt ich dich zurück,  
du kommst mir, wahrlich, nimmer nah.*

Der Affe, also die vom Geist ausgehende programmierte Wohlerfahrungssuche, rüttelt an der Tür des Auges, Ohres usw., sucht sie gewaltsam zu öffnen. Sie möchte, dass das

Auge mit dem innewohnenden Luger die angenehme Form sieht, weil im triebgelenkten Geist die Eintragung enthalten ist: „Angenehme Form, schau hin.“ Er muss rütteln, denn Wahrheitsgegenwart ist auch im Geist, die nüchtern den Kampf mit dem Affen verfolgt und Vernunft einsetzt gegen den Wunsch, der Berührung zu folgen (*manasikāra* gegen *phassa*). Wenn der Mönch die Sinnesdränge zügelt, vermindert er die durch Berührung entstehenden Gefühle und damit die Angehungen. Aber es sei wiederholt: Wann wird den Mönchen Zügelung der Sinnesdränge empfohlen? Nach der vollkommenen Einhaltung der Tugendregeln und der Erhellung des Herzens. Immer geht es darum, zunächst innerlich hell und glücklich zu werden, dann erst geht es um den Kampf der Zügelung der Sinnesdränge, der Begehrensminderung.

In M 1 wird dem gewöhnlichen Menschen, der die Wahrnehmungen naiv aufsaugt, sich über sie freut, mit Besitzanspruch an sie gefesselt ist, der strebende Heilsgänger gegenübergestellt, der die Existenz als Leidensumlauf so tief begriffen hat und davon so erschreckt ist, dass er mit allen Kräften und fast kontinuierlich *die unvergleichliche Sicherheit zu eringen trachtet*. Er hat verstanden und bei sich selber erfahren, dass *alle Dinge ungeeignet sind, sie zu lieben und festzuhalten*, weil sie bald wieder vergehen und darum Schmerzen bringen. Er ist sich bewusst, dass alles Erlebte nur der Entwurf des eigenen Herzens und Wirkens ist, also Eingebildetes, Imaginiertes, Angewöhntes, und es darum keine reale, objektive, gegenüberstehende Welt gibt, die es zu erwerben, zu erobern gälte, sondern nur Bilder des eigenen Herzens.

Wer die Sinneseindrücke nicht genießt, nicht in der Welt sinnlicher Eindrücke lebt, sondern die Aufmerksamkeit auf inneres Wohl gerichtet hält, der erlebt in der Erfahrung der Entrückungen: Ich und Welt sind nicht objektiv vorhanden. Nicht weil es eine Welt und ein Ich gibt, darum erlebt ein Ich die Welt, sondern weil dem Begehrenden Wahrnehmung von einem Ich in der Welt aufkommt, darum wird behauptet: „Ein Ich ist in der Welt.“ Welt besteht nur durch Gier und



Hass und von ihm ausgehendes Wirken, und ohne Gier und Hass ist nicht Welt. Der Grad von Gier und Hass im Herzen bestimmt das Wirken und damit die Welt. Ist das Begehren nach sinnlicher Wahrnehmung aufgehoben, sind Ich und Welt verschwunden. Das Begehren ist auf eingebildete Objekte gerichtet, darum soll zuerst das Begehren zurückgenommen werden, das der Erwachte mit Lianen vergleicht, Schlingwurzeln, die aus dem Begehren, der vermeintlichen Ichheit, in die vermeintliche Welt hineingehen. Wer sie zurücknimmt, erlebt das Wunderbare, dass dann kein Innen und kein Außen mehr ist. Darum rät der Erwachte (M 1), dass der kämpfende Mönch die ausgebreitete Geist-Erfahrung, die programmierte Wohlerfahrungssuche, zurückhalten soll, damit er die Dinge kennenlerne. So geschieht das Zurückhalten von dem Außen: *Die programmierte Wohlerfahrungssuche geht den Formen nicht nach, knüpft nicht an Wohltuendes an, bindet sich nicht daran, wird nicht daran gefesselt.* Die Haltung des Heilsgängers bei sinnlichen Eindrücken ist: Vorsicht, sich nicht hineinvernesteln, die rechte Anschauung festhalten, darüberstehen, auf Abstand betrachten (M 1):

*Wer aber als kämpfender Mönch das Ziel vor Augen hat, die unvergleichliche Sicherheit zu erringen, der betrachtet Festes – Flüssiges – Temperatur – Luft – unbefangen, mit innerem Abstand als durch (eingebildete) Festigkeit – Flüssigkeit – Temperatur – Luft bedingt.*

*Hat er aber Festes – Flüssiges – Temperatur – Luft unbefangen, mit innerem Abstand betrachtet als durch (eingebildete) Festigkeit – Flüssigkeit – Temperatur – Luft bedingt, dann soll er nicht „Festes“ – „Flüssiges“ – „Temperatur“ – „Luft“ denken, soll nicht an Festes – Flüssiges – Temperatur – Luft denken, soll nicht von Festem – Flüssigem – Temperatur – Luft ausgehen, soll nicht für sich selbst bei Festem – Flüssigem – Temperatur – Luft Befriedigung suchen. Und warum nicht? Damit er es kennenlerne.*

Wer so vorgeht, die Sinneseindrücke auf sich beruhen lässt, sie nüchtern registriert ohne Stellungnahme, der merkt: „Die Dinge sind nicht objektiv da, sie sind ein Traum, entworfen aus den Qualitäten der Psyche.“ Wir können die Dinge in ihrer wahren Beschaffenheit nicht durchdringen, wenn wir uns mit ihnen beschäftigen. Dann unterhalten und befestigen wir nur die Verstrickungen, den Traum. Erst durch Zurückhaltung und Loslassen merken wir, dass die Dinge nur da sind durch bisheriges Festhalten an ihnen. Solange der Mensch von Trieben durchsetzt ist, drängt ihm jede sinnliche Wahrnehmung das täuschende Gefühlsurteil der Triebe auf. Darum empfiehlt der Erwachte dem erkennenden, aber noch befangenen Heilsgänger, sich um Zurückhaltung allen sinnlichen Erlebnissen gegenüber zu bemühen, nicht mehr wie der normale Mensch naiv und lustsuchend sich in der Welt umzuschauen, um von den Trieben getrieben zu genießen, sondern sich zurückzuhalten, sich um Distanz zu den Eindrücken zu bemühen und sich gegenwärtig zu halten, was er über den Trug der Wahrnehmung bereits eingesehen hat.

Ein so weit fortgeschrittener Heilskämpfer lebt meistens zurückgezogen im Orden, fern von vielen weltlichen Angelegenheiten. Und hat er weltliche Begegnungen auf dem Almosengang oder sonstwo, so ist er darauf bedacht, nicht die Begierden zu wecken, nicht von der durch sie hervorgerufenen täuschenden Blendung wieder eingefangen zu werden, nicht dem Anschein einer objektiv bestehenden Welt zu erliegen. Er verknüpft sich nicht mit den sinnlich reizenden Gedächtnisinhalten, denkt nicht um sie herum, knüpft nicht Verbindungen an, die er als leidbringend durchschaut hat. Auch Assoziationen nebensächlicher Art bedenkt, umdenkt er nicht, hämmert sie nicht heraus, bindet Geist und Herz nicht daran.

Der Übende hat erfahren, dass die Sinnesdränge im Körper dauernd auf der Lauer liegen und lügen, dass sie von „außen“ hereinnehmen wollen. Darum hält er den Körper, in dem die Sinnesdränge wie wilde Tiere lungern, zurück, beschränkt die Wahrnehmungen auf das Notwendigste. Das Nichtnotwendige,

Gefährliche und Schädliche erkennt der Übende daran, dass die Begehrlichkeit gereizt wird, so dass sinnliche Wohl- oder Wehgefühle entstehen.

Durch die Zügelung des Geistes, der programmierten Wohlerfahrungssuche, ist der Affe gebändigt, die Sinnesdränge melden nur noch schwaches Gefühl, das den Geist nicht mehr reizt. Die Welt ist fern für ihn. Wenn diese Übung ganz gelingt, der Geist, die programmierte Wohlerfahrungssuche, den Sinnendingen nicht mehr nachgeht, dann wird die Herzenseinigung erfahren.

### Auf inneres Wohl gestützt

Wenn die Geist-Erfahrung, die programmierte Wohlerfahrungssuche, nicht mehr nach außen zerstreut und ausgebreitet ist, wie ist dann der Zustand eines solchen Menschen? In M 140 und 43 wird gesprochen von der von den fünf Sinnesdrängen befreiten, abgelösten, gereinigten, geläuterten Geist-Erfahrung, der geläuterten programmierten Wohlerfahrungssuche. Die frühere automatische Wohlsuche bei Formen, Tönen usw. ist abgetan. Sie ruht jetzt bei dem herzunmittelbaren Wohl. Dem Affen brauchen nicht mehr die Türen zugehalten werden, der Affe, der Denker, die programmierte Wohlerfahrungssuche, ist gebändigt. Alles früher dem Körper innewohnende Begehren und Hassen, alle Anziehungen und Abstoßungen in Bezug auf die Sinnendinge sind aus dem Körper entfernt. Ein solcher lebt nicht nur momentan *abgelöst von sinnlichen Begehrenen, abgelöst von heillosen Gedanken und Gesinnungen*, sondern er ist in seinem ganzen Wesen vollkommen allen Begierden und unheilsamen Dingen entfremdet. Er ist reinen Herzens, ohne Verlangen nach Sinnendingen, und darum ist auch die Geist-Erfahrung, die programmierte Wohlerfahrungssuche, geläutert, gereinigt, braucht nicht mehr von weltlichen Dingen abgehalten zu werden, denn sie ist auf nichts Weltliches mehr gerichtet.

Um uns Weltgebundenen eine Ahnung von der Erfahrungsweise eines so weit gediehenen, entwelteten Mönches zu vermitteln, hat der Erwachte in M 77, D 2 u.a. skizzenhaft angedeutet, wie das Erleben der so Gereinigten ist:

*Er erkennt nun: „Dies ist mein Körper, formhaft, aus den vier Gewordenheiten bestehend, von Vater und Mutter gezeugt, aus Speise und Trank aufgehäuft, dem Vergehen, dem Untergang, dem Zerfall, der Auflösung, der Zerstörung unterworfen; das hingegen ist die programmierte Wohlerfahrungs-suche, hierauf (noch) gestützt, hieran gebunden.“*

*Gleichwie etwa, wenn da ein Juwel wäre, ein Edelstein, schön, kostbar, achtfach fein geschliffen, durchsichtig, rein, mit allen guten Eigenschaften ausgestattet, und ein Faden wäre daran befestigt, ein blauer oder ein gelber, ein roter oder ein weißer, ein grauer Faden; den hätte ein scharfsichtiger Mann um seinen Unterarm geschlungen und betrachtete ihn: „Das ist ein Juwel, ein Edelstein, schön, kostbar, achtfach fein geschliffen, durchsichtig, rein, mit allen guten Eigenschaften ausgestattet. Und ein Faden ist daran befestigt, ein blauer oder gelber, ein roter oder weißer, ein grauer Faden.“*

Hier wird also die geläuterte programmierte Wohlerfahrungs-suche verglichen mit einem kostbaren Juwel, an dem ein Faden – wir würden sagen: Armband – befestigt ist. Ein Mann hat dieses Juwel am Arm – der Arm gilt für den Körper – und betrachtet nun das Ganze: den Arm und das Juwel am Armband.

*Ebenso nun auch erkennt ein Mönch: „Dies ist mein Körper, formhaft, aus den vier Gewordenheiten bestehend, von Vater und Mutter gezeugt, aus Speise und Trank aufgehäuft, dem Vergehen, dem Untergang, dem Zerfall, der Auflösung, der Zerstörung unterworfen; das hingegen ist die programmierte Wohlerfahrungs-suche, hierauf (noch) gestützt, hieran gebunden.“*

In dieser Betrachtung sieht der Mönch, dass die programmierte Wohlerfahrungssuche an den Körper ebenso gebunden ist, wie ein Edelstein mit einem Faden an das Handgelenk eines Mannes gebunden ist. Der unbelehrte Mensch, dessen Fleischleib von der Sinnlichkeit durchsetzt und durchdrungen wird wie ein im Wasser liegendes Holzschleit vom Wasser, kann die Zweiheit von Körper und Geist-Erfahrung, der programmierten Wohlerfahrungssuche, nicht erlebend erkennen, selbst wenn er vom Erwachten über das Wesen der Erfahrung belehrt ist. Der von der Sinnensucht Befreite dagegen blickt völlig teilnahmslos auf den groben Fleischleib – im Gleichnis der Arm des Mannes –, der von den Eltern gezeugt, durch grobstoffliche Nahrung erhalten wird, zum Untergang sich entwickelt und bald zerstört und zerfallen sein wird. Er hat keine Beziehung mehr zu ihm, und darum wird er für ihn transparent. Außer dem toten Körper sieht der so geläuterte Mönch die strahlend gewordene programmierte Wohlerfahrungssuche – das klar durchsichtige Juwel –, die auf höheres Wohl als das Sinnenwohl aus ist.

Wenn die gereinigte Geist-Erfahrung, die hervorgeht aus dem gereinigten Geist und dieser aus dem von allen groben und mittleren Trieben gereinigten Herzen, beim Tod des Körpers diesen verlässt – im Gleichnis: das Band am Arm, am Handgelenk, abgetrennt wird – dann wird die programmierte Wohlerfahrungssuche mit dem Wollenskörper und der Formvorstellung (*nāma-rūpa*) nicht mehr irgendwo zu Menschen oder sinnlichen Göttern einkehren, um dort wieder Gestalt anzunehmen, denn sie hat sich von allen groben und mittleren Formvorstellungen gereinigt und kann nur oberhalb der Sinnenwelt-Erfahrung wiedergeboren werden.

Welcher Art ist nun das Wohl und Wehe, das die programmierte Wohlerfahrungssuche eines so Geläuterten noch sucht oder flieht? Ein so weit Fortgeschrittener kann die ersten drei weltlosen Entrückungen nicht nur gelegentlich, sondern jederzeit nach Wunsch und Willen gewinnen. Diesem über-

weltlichen Wohl geht nun die programmierte Wohlerfahrungs-  
suche nach und empfindet dessen Aufhören als Wehe.

Der vom Erwachten Unbelehrte hält die Herzenseinigung  
für das Höchste, das zu erreichen ist. Die christlichen Mysti-  
ker, die Erfahrer der unio mystica, bezeichnen diesen Zustand  
als die höchste Einigung mit Gott. Und wie sie diesem Erleb-  
nis nachgehen, daran anknüpfen, sich an es binden, indem sie  
dieses Erlebnis bedenken, umdenken, sich dabei befriedigen,  
es zu sich zählen, es immer wieder neu anzustreben suchen –  
das zeigt die Literatur der christlichen Mystiker. Hier einige  
Beispiele.

*Heinrich Seuse, ein Zeitgenosse Ekkeharts und Ruis-  
broecks, schreibt:*

*Es war des ewigen Lebens eine ausbrechende Süßigkeit nach  
gegenwärtiger ruhiger Empfindlichkeit. Ist das nicht Himmel-  
reich, so weiß ich nicht, was Himmelreich ist... Die Kräfte  
seiner Seele waren erfüllet des süßen Himmelsge-  
schmacks...Dieser himmlische Geschmack blieb ihm danach  
viele Zeit...gab ihm eine himmlische Sehnung...Begierde nach  
Gott.*

Und Ruisbroeck jubelt:

*Ich habe die selige Ewigkeit funden,  
ich hab sie gefunden im innersten Grunde.  
Des freut sich mein Geist, und es jubelt die Seele.  
Besiegt ist die Erde, verschwunden die Zeit!*

*Unendlicher Lohn für so ärmliche Werke  
ruft innen die Seele in süßer Verzückung.  
Die Zeit hat die Ewigkeit nun sich erkaufet!  
Wie wunderbar bist du, unendliches Gut!*

*Drum will ich die heilige Stille wohl pflegen,  
will feiern den heiligen Sabbat des Herzens,  
will meiden die blinden und törichten Menschen,  
des kindischen Wahnes verführenden Lärm.*

*Aus Gott ist mein Ursprung, in ihm will ich bleiben.  
Dort ist meine Heimat, mein ewiges Leben.....*

Der Erwachte aber zeigt, dass auch über dem Jubel der herrlichen Einheitswahrnehmung nicht übersehen werden darf, dass diese Einheitswahrnehmung nicht auf einen außerhalb der Wahrnehmung stehenden, in erhabener Einheit ruhenden göttlichen Ursprung zurückgeht, sondern dass sie eben Wahrnehmung und damit vergänglich ist.

In unserer Lehrrede erklärt der ehrwürdige Mahākaccāno die Aussage des Erwachten:

*Und was heißt, Brüder: „Das Herz ist innen eingewöhnt/stützt sich auf inneres Wohl“? Da verweilt der Mönch, abgeschieden von weltlichem Begehren, abgeschieden von allen heillosen Gedanken und Gesinnungen in stillem Bedenken und Sinnen. Und so tritt die aus innerer Abgeschiedenheit geborene Entzückung und Seligkeit ein, der erste Grad weltloser Entrückungen. Dessen programmierte Wohlerfahrungssuche folgt dem Wohl der aus innerer Abgeschiedenheit geborenen Entzückung und Seligkeit nach, knüpft an das Wohl der aus innerer Abgeschiedenheit geborenen Entzückung und Seligkeit an, bindet sich daran, wird von dem Wohl der aus innerer Abgeschiedenheit geborenen Entzückung und Seligkeit fesselverstrickt. Das bedeutet: „Das Herz ist innen eingewöhnt/stützt sich auf inneres Wohl.“*

*Weiter sodann, ihr Brüder, nach Verebbung auch des Bedenkens und Sinnens verweilt der Mönch in innerem seligem Schweigen, in des Gemüts Einigung. Und so tritt die von Denken und Sinnen befreite in der Einigung geborene Entzückung und Seligkeit ein, der zweite Grad weltloser Entrückung. Dessen programmierte Wohlerfahrungssuche folgt dem Wohl der von*

*Denken und Sinnen befreien, in der Einigung geborenen Entzückung und Seligkeit nach, knüpft an das Wohl der in der Einigung geborenen Entzückung und Seligkeit an, bindet sich daran, wird von dem Wohl der in der Einigung geborenen Entzückung und Seligkeit fesselverstrickt. Das bedeutet: „Das Herz ist innen eingewöhnt / stützt sich auf inneres Wohl.“*

*Weiter sodann, ihr Brüder, mit der Beruhigung auch des Entzückens lebt der Mönch oberhalb und außerhalb von allem sinnlichen Wohl und Wehe in Gleichmut klar und bewusst in einem solchen körperlichen Wohlsein, von welchem die Heilskenner sagen: „Dem in Gleichmut klar bewusst Verweilenden ist wohl.“ – Ein solcher gewinnt den dritten Grad der weltlosen Entrückung und verweilt in ihr. Dessen programmierte Wohlerfahrungssuche folgt dem Wohl des Gleichmuts nach, knüpft an das Wohl des Gleichmuts an, bindet sich daran, wird von dem Wohl des Gleichmuts fesselverstrickt. Das bedeutet: „Das Herz ist innen eingewöhnt / stützt sich auf inneres Wohl.“*

*Weiter sodann, ihr Brüder, nachdem der Mönch über alles Wohl und Wehe hinausgewachsen ist, alle frühere geistige Freudigkeit und Traurigkeit völlig gestillt hat und in einer über alles Wohl und Wehe erhabenen bewussten Gleichmutsreine lebt, da erlangt er die vierte Entrückung und verweilt in ihr. Dessen programmierte Wohlerfahrungssuche folgt dem Wohl der bewussten Gleichmutsreine nach, knüpft an das Wohl der bewussten Gleichmutsreine an, bindet sich daran, wird von dem Wohl der bewussten Gleichmutsreine fesselverstrickt. Das bedeutet: „Das Herz ist innen eingewöhnt / stützt sich auf inneres Wohl.“*



Die Grundbefindlichkeit, die den Reifezustand ausmacht, der die erste Entrückung einleitet, besteht darin, dass der Übende durch erhebende, weltliche Perspektiven sprengende Einsichten innere Freude und Beglückung erfährt. Die programmierte Wohlerfahrungssuche geht diesem Wohl nach und wird von allem Außen abgezogen. Dadurch tritt auch die Wahrnehmung vom eigenen Körper zurück, und es wird mit der Beruhigung des Körpers ein so großes überweltliches Wohl erfahren, dass Ich und Welt vergessen sind. Der Mensch blickt nicht mehr durch die Augen nach außen, horcht nicht mehr durch die Ohren nach außen, sondern tritt über alle sinnliche Wahrnehmung hinaus, weil er der inneren Seligkeit ganz hingegeben ist. Durch das Aufbrechen des inneren Glücksgefühls steht die fünffache sinnliche Wahrnehmung für eine Zeitlang still: der Übende ist der gesamten Ich- und Weltwahrnehmung entrückt. Dieser Fortfall von Ich und Umwelt, das Übersteigen des sinnlichen Erlebens, das ist die eigentliche Entrückung. Von diesem Vorgang heißt es (M 118):

*Wenn der Geist verzückt ist, werden die Sinnesdränge des Körpers gestillt. Gestillten Körpers fühlt er ein alles durchdringendes Wohl; von Wohl durchtränkt, wird das Herz geeint.*

Herzenseinigung, d.h. Aufhören des Süchtens nach außen, bedeutet zugleich den Fortfall der Wahrnehmung von Ich und Welt. Das ununterbrochene Lugen durch die Augen nach außen, das Lauschen durch die Ohren, das Riechen durch die Nase usw. – all dieses Süchten kommt zur Ruhe. Die Berührungen des Wollenskörpers mit den Formen, Tönen usw., die die Erfahrungen auslösen, finden nicht statt. Auch die vom Geist ausgehende programmierte Wohlerfahrungssuche steht still. Während man im Schlaf aus großer Müdigkeit von der sinnlichen Wahrnehmung zurücktritt, bei Ohnmachten, Koma usw. aus krankhaftem Versagen oder aus großen Schmerzen die sinnliche Wahrnehmung aufhört, so ist bei den Entrückungen umgekehrt ein inneres Wohl, das alles mit den Sinnen und

dem Denken nur irgendwie erreichbare Wohl unendlich übersteigt, der Grund für das Aufhören der sinnlichen Wahrnehmung.

Durch die Erhöhung der Grundbefindlichkeit und auch von der Entrückung zurückgekehrt, weiß der Erleber der weltlosen Entrückung nun um ein ganz anderes „Sein“, wie es der Erwachte in D 9 schildert:

*Dem geht die frühere Wahrnehmung aus Sinnensucht-Wahrnehmung von Sinnesobjekten (kāma-saññā) unter, und eine aus Abgeschiedenheit geborene Entzückung und Seligkeit, eine feine Wahrheitswahrnehmung (sukhuma sacca-saññā) geht zu dieser Zeit auf. Aus Abgeschiedenheit geborene Entzückung und Seligkeit, eine feine Wahrheit nimmt er zu dieser Zeit war. So kann durch Übung die eine Wahrnehmung aufgehen, durch Übung die andere Wahrnehmung untergehen.*

Die Entrückung, solange sie währt, ist nur eine einzige stille Wahrnehmung – *sukhuma sacca-saññā*. Diese Wahrnehmung ist durch kein Berührungs-Gefühl entstanden, sondern ist bedingt durch die Verfassung des Herzens, z.B. bei der ersten Entrückung, wenn der Mönch fern von der Sinnensucht in innerer Helligkeit ist, fern von unheilsamen Dingen. Bei Wiedereintritt von sinnlicher Wahrnehmung geht die programmierte Wohlerfahrungssuche diesem zuvor erlebten Wohl nach, knüpft daran an, bindet sich daran. Und diese Bindung empfiehlt der Erwachte, wenn er z.B. dem Erfahrer weltloser Entrückungen, wenn er aus diesen zur sinnlichen Wahrnehmung zurückkommt, rät (M 39, M 119 u.a.), den Körper mit der Beglückung und Seligkeit, mit der Beruhigung des Entzückens und mit Gleichmut zu durchdringen. Indem dieses überwältigende Wohl, das die Entrückungen einleitet, in den Körper einzieht, verdrängt und vertilgt es aus ihm die letzten Reste verborgener Neigungen nach sinnlichem Wohl. Darum empfiehlt der Erwachte: Erst die weltlosen Entrückungen anstreben, sie auskosten, den Körper ganz und gar damit durchtränken.

Wenn in der vierten Entrückung die sinnliche Wahrnehmung fortfällt, dann verweilt der Erfahrer in einer dem in Sinnessucht Befangenen unvorstellbaren Ruhe, in der es kein Denken, Fühlen und Wissen gibt. Von der vierten Entrückung heißt es, dass in ihr auch Ein- und Ausatmung aufhört. (A IX,31, D 33 IX)

Von der vierten Entrückung zurückgekehrt, ist sich der Mönch wieder des über Wohl und Wehe erhabenen Gleichmuts bewusst, von dem es in M 140 heißt:

*So bleibt nur noch der Gleichmut übrig, der völlig geläutert ist, geklärt, geschmeidig, formbar, leuchtend.*

Wenn der so weit fortgeschrittene Heilsgänger über den erworbenen Gleichmut nicht erfreut ist, ihn nicht begrüßt, sich nicht auf ihn stützt, dann ist die programmierte Wohlerfahrungssuche nicht daran gebunden. Wenn aber der Erfahrer der weltlosen Entrückung, wie es in M 106 heißt, *über diesen Gleichmut erfreut ist, ihn begrüßt, sich auf ihn stützt, dann ist die programmierte Wohlerfahrungssuche daran gebunden. Das ist Ergreifen. Mit Ergreifen wird der Mönch nicht alle Triebe aufheben (na parinibbāyi).*

Wenn der unvorstellbare Friede dieses Zustands von dem Trieb nach Ruhe und Frieden positiv bewertet und damit ergriffen wird – etwa in dem Gedanken: *Das ist die Ruhe, das ist der Friede* – so bleibt der Übende mit diesem erhabenen Zustand lange Zeiten hindurch verbunden, die programmierte Wohlerfahrungssuche ist von diesem Zustand fesselerstrickt. Irgendwann aber kommen latente Triebe nach Form oder nach sinnlicher Wahrnehmung wieder auf, und das Wesen sinkt, irgendwann doch wieder dem sinnlichen Genuss sich hingebend, abwärts.

Die Entrückungen sind unerlässlich auf dem Weg zum Heil, da ihrem Wohl gegenüber alles sinnliche Wohl verblasst. Der Erwachte vergleicht in anderen Reden (M 57, M 16) den seligen Zustand der Entrückungen, durch welchen die Herzenseinigung immer mehr vertieft und gereinigt wird, mit der Entwicklung eines jungen Vogels im bebrüteten Ei.

Nachdem der Übende sich zur Gleichmutsreine entwickelt hat, zur Vollendung des *samādhi*, da beginnt für den belehrten Heilsgänger, der die Entrückungen nicht als höchstes Ziel ansieht, dessen programmierte Wohlerfahrungssuche nicht dem Wohl der Entrückungen folgt, der Durchbruch des Kükens durch die Eischale. So wie das Küken erst nach dem Durchbruch das Empfinden hat, richtig zu leben, so auch beginnt nun ein Erleben völlig anderer Art. Es führt zu dem endgültigen Loslassen der letzten Leidensmöglichkeiten, der letzten Endlichkeiten und Wandelbarkeiten und ermöglicht dadurch das vollkommene Heil.

### Auf inneres Wohl nicht gestützt

Der in weltlosen Entrückungen Lebende ist von allem Begehren nach Sinnendingen frei. Er lebt vorwiegend in einem unbeschreiblichen Herzensfrieden, der aber auch immer mal wieder vergeht. Nun soll er sich auch auf diesen noch wandelbaren Herzensfrieden nicht mehr stützen, dann wird er unerschütterlich. Dazu sind nur Erwachte oder von Erwachten belehrte Heilsgänger fähig, nicht die Erfahrer weltloser Entrückungen im Hinduismus und in der christlichen Mystik. Alle fünf Zusammenhäufungen als unbeständig und leidvoll zu durchschauen, auch das höchste innere Wohl, lehrt nur der Erwachte.

*Und was heißt, Brüder: „Das Herz ist innen nicht eingewöhnt / stützt sich nicht auf inneres Wohl“?*

*Da verweilt der Mönch, abgeschieden von weltlichem Begehren, abgeschieden von allen heillosen Gedanken und Gesinnungen in stillem Bedenken und Sinnen. Und so tritt die aus innerer Abgeschiedenheit geborene Entzückung und Seligkeit ein, der erste Grad weltloser Entrückungen. Dessen programmierte Wohlerfahrungssuche folgt dem Wohl der aus innerer Abge-*

*schiedenheit geborenen Entzückung und Seligkeit nicht nach, knüpft an das Wohl der aus innerer Abgeschiedenheit geborenen Entzückung und Seligkeit nicht an, bindet sich nicht daran, wird von dem Wohl der aus innerer Abgeschiedenheit geborenen Entzückung und Seligkeit nicht fesselverstrickt. Das bedeutet: „Das Herz ist innen nicht eingewöhnt/stützt sich nicht auf inneres Wohl.“*

*Weiter sodann, ihr Brüder, nach Verebbung auch des Bedenkens und Sinnens verweilt der Mönch in innerem seligem Schweigen, in des Gemütes Einigung. Und so tritt die von Denken und Sinnen befreite, in der Einigung geborene Entzückung und Seligkeit ein, der zweite Grad weltloser Entrückung. Dessen programmierte Wohlerfahrungssuche folgt dem Wohl der von Denken und Sinnen befreiten, in der Einigung geborenen Entzückung und Seligkeit nicht nach, knüpft an das Wohl der in der Einigung geborenen Entzückung und Seligkeit nicht an, bindet sich nicht daran, wird von dem Wohl der in der Einigung geborenen Entzückung und Seligkeit nicht fesselverstrickt. Das bedeutet: „Das Herz ist innen nicht eingewöhnt/stützt sich nicht auf inneres Wohl.“*

*Weiter sodann, ihr Brüder, mit der Beruhigung auch des Entzückens lebt der Mönch oberhalb und außerhalb von allem sinnlichen Wohl und Wehe gleichmütig, wahrheitsgegenwärtig, klar bewusst in einem solchen körperlichen Wohlsein, von welchem die Heilskenner sagen: „Dem im Gleichmut klarbewusst Verweilenden ist wohl.“ – Ein solcher gewinnt den dritten Grad der weltlosen Entrückung und verweilt in ihr. Dessen programmierte Wohlerfahrungssuche folgt dem Wohl des Gleichmuts nicht nach, knüpft an das Wohl des Gleichmuts nicht an, bindet sich nicht da-*

*ran, wird von dem Wohl des Gleichmuts nicht fesselverstrickt. Das bedeutet: „Das Herz ist innen nicht eingewöhnt / stützt sich nicht auf inneres Wohl.“*

*Weiter sodann, ihr Brüder, nachdem der Mönch über alles Wohl und Wehe hinausgewachsen ist, alle frühere geistige Freudigkeit und Traurigkeit völlig gestillt hat und in einer über alles Wohl und Wehe erhabenen wahrheitsgegenwärtigen Gleichmutsreine lebt, da erlangt er die vierte Entrückung und verweilt in ihr. Dessen programmierte Wohlerfahrungssuche folgt dem Wohl der wahrheitsgegenwärtigen Gleichmutsreine nicht nach, knüpft an das Wohl der wahrheitsgegenwärtigen Gleichmutsreine nicht an, bindet sich nicht daran, wird von dem Wohl der wahrheitsgegenwärtigen Gleichmutsreine nicht fesselverstrickt. Das bedeutet: „Das Herz ist innen nicht eingewöhnt / stützt sich nicht auf inneres Wohl.“*

Der Erwachte empfiehlt den Mönchen immer wieder, die weltlosen Entrückungen anzustreben, aber nur als Mittel zum Zweck, als Durchgangsstufe, um vom Ergreifen der Sinnen- dinge frei zu werden und weiter zu streben bis zum Nibbāna. Die weltlosen Entrückungen sind das Tor zur Freiheit, es ist ein seliges Muss, um durch das Tor nach oben hinaus zu gehen, aber die weltlosen Entrückungen sind noch nicht die Freiheit, sind noch veränderlich, wandelbar, noch nicht ewig. Sie sind ein Urlaub von Māro, dem Gesetz der Wandelbarkeit, aber er, Māro, kommt wieder. Die weltlosen Entrückungen sind eine Sprosse auf meiner Leiter zum Nibbāna. Ich habe sie zu ergreifen, um sie dann zu lassen, wie es auch in M 66 heißt:

*Die weltlosen Entrückungen habt ihr zu pflegen und zu mehren und sie dann als unzulänglich zu erkennen und zu lassen.*

In M 118 beschreibt der Erwachte die Haltung des belehrten Heilsgängers, dessen programmierte Wohlerfassungssuche dem Wohl der Entrückungen nicht nachgeht:

*Er betrachtet nun gleichmütig dieses geeinte Herz. Zu einer Zeit, in der der Mönch das so geeinte Herz gleichmütig betrachtet, hat bei ihm das Erwachungsglied „Gleichmut“ eingesetzt. Das Erwachungsglied „Gleichmut“ entfaltet der Mönch zu einer solchen Zeit. Das Erwachungsglied „Gleichmut“ kommt zu einer solchen Zeit bei dem Mönch zur Vollendung.*

Ein solcher Mönch gerät also auch in diesen reinsten Herzenszuständen nicht „in die Gewalt des Herzens“, sondern behält auch bei dieser unvorstellbar reinen Wahrnehmung die Herrschaft über das gestillte Herz.

Beide Wahrnehmungsweisen: das Vielfaltsleben, unsere gewohnte Erlebensweise, wie auch das Entrückungsleben bestehen aus den Zusammenhäufungen und bestehen durch die Zusammenhäufungen. Diese werden aber mit zunehmender Abwendung vom Begegnungsleben immer weniger aufdringlich, und in den Entrückungen selber steht das rasende Schwungrad der programmierten Wohlerfassungssuche still. Das Erlebnis von Form – von Ich-Form und Umwelt-Form, die erste der fünf Zusammenhäufungen – fällt fort, und nur ein seliges Gefühl (zweite Zusammenhäufung), ein überweltlicher Friede wird wahrgenommen (3. Zusammenhäufung), ohne dass sich daraus während dieses seligen Friedens irgendeine Aktivität (vierte und fünfte Zusammenhäufung) ergibt.

Die Hauptbeschäftigung der zu dem Wohl der Entrückungen Fähigen und vom Erwachten belehrten Mönche besteht darin, dass sie, zurückgekehrt von dem Erlebnis der weltlosen Entrückungen, bei sich selbst Entstehen und Vergehen der fünf Zusammenhäufungen beobachten und verfolgen. Sie blicken auf ihr bisheriges „Leben“ als auf eine Krankheit, als die es der Erwachte ja auch bezeichnet (M 75), und sie betreiben nun

mit größter Intensität ihre weitere Läuterung zur Befreiung von den letzten Resten des Ergreifens auch stillster Wahrnehmungen. Es geht bei einem schon so weit Emporgelangten nicht mehr um „gut“ werden und „gut“ sein – es geht um das endgültige Zurücktreten von den Wahnszenen. – In M 64 sagt der Erwachte, was ein Heilsgänger, also ein vom Erwachten Belehrt, wenn er aus einer weltlosen Entrückung wieder „zu sich“ kommt, dann denkt und tut:

*Und was da noch zur Form gehört, zum Gefühl gehört, zur Wahrnehmung gehört, zur Aktivität gehört, zur programmierten Wohlerfahrungssuche gehört – solche Dinge sieht er als unbeständig an, als leidvoll, als Krankheit, als Geschwulst, als Pfeil, als weh und als schmerzhaft, als Fremdes, zur Welt Gehöriges, Leeres – als Nicht-Ich. Von solchen Dingen säubert er das Herz.*

*Und hat er das Herz von solchen Dingen gesäubert, so sammelt er das Herz auf das Todlose (mit dem Gedanken): „Das ist der Friede, das ist das Erhabene, dieses Zur-Ruhe-Kommen aller Aktivität, dieses Zurücktreten von allem Ergreifen und Ergriffenen, dieses Aufhören des lechzenden Dürstens, die Entreizung, Auflösung, Erlöschung.“*

#### Erschütterung infolge von Ergreifen<sup>224</sup> der fünf Zusammenhäufungen

*Was aber ist, ihr Brüder, Erschütterung infolge von Ergreifen? Der unbelehrte gewöhnliche Mensch hat keinen Blick für den Heilsstand. Er kennt nicht das Wesen des Heils und ist unerfahren in den Eigenschaf-*

---

<sup>224</sup> K.E.Neumann übersetzt hier: „ohne anzuhalten erschüttert“ und folgt damit der Pāli Text Society-Ausgabe *an-upādā paritassanā*. Doch handelt es sich hier eindeutig um einen Überlieferungsfehler in dieser Lehrrede. Denn in S 22,7 ist derselbe Text richtig wiedergegeben: *upādā paritassanā, Erschütterung durch Ergreifen*.



*ten des Heils. Er hat keinen Blick für die auf das Wahre ausgerichteten Menschen, kennt nicht die Art der auf das Wahre ausgerichteten Menschen und ist unerfahren in den Eigenschaften der auf das Wahre ausgerichteten Menschen. Er betrachtet die Form als das Selbst oder das Selbst als Form besitzend oder Form als im Selbst enthalten oder das Selbst als in Form enthalten. Nun wandelt sich die Form, verändert sich. Wie die Form sich wandelt, verändert, da dreht sich die programmierte Wohlerfahrungssuche um den Wandel der Form herum. Aus dem Herumdrehen um den Wandel der Form gehen Erschütterungen hervor, wühlen das Herz auf. Weil das Gemüt aufgewühlt und bewegt ist, kommen Kummer und Sehnsucht auf. So wird er erschüttert infolge von Ergreifen.*

*Das Gefühl, die Wahrnehmung, die Aktivität, die programmierte Wohlerfahrungssuche betrachtet er als das Selbst oder das Selbst als Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierte Wohlerfahrungssuche besitzend oder Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierte Wohlerfahrungssuche als im Selbst enthalten oder das Selbst als in Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierter Wohlerfahrungssuche enthalten. Nun wandeln sich Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierte Wohlerfahrungssuche, verändern sich. Wie Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierte Wohlerfahrungssuche sich wandeln, verändern, da dreht sich die programmierte Wohlerfahrungssuche um den Wandel von Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierter Wohlerfahrungssuche herum. Aus dem Herumdrehen um den Wandel von Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierter Wohlerfahrungssuche gehen Erschütterungen hervor, wühlen das Herz auf. Weil das Gemüt aufgewühlt und bewegt ist, kom-*

*men Kummer und Sehnsucht auf. So ist Erschütterung infolge von Ergreifen.*

Zu der Gruppe der *unbelehrten, gewöhnlichen Menschen* zählen nicht nur alle weltlich, geistlich und religiös nicht gebildeten Menschen, sondern auch alle weltlich, geistlich und religiös gebildeten Menschen, mit Ausnahme nur jener einzigartigen Bildung, die unter den Buddhisten nur der *belehrte Heilsgänger* durch den Buddha erfahren hat, wodurch er den Ausgang aus dem Samsāra begriffen hat, so dass er nun darauf zustrebt. Damit ist er zum „Heilsgänger“ (*ariya sāvako*) geworden.

Von dem „unbelehrten, gewöhnlichen Menschen“ heißt es außerdem, dass er auch keinen Blick für den auf das Wahre ausgerichteten Menschen habe, nicht die Art des auf das Wahre ausgerichteten Menschen kenne und unerfahren in dessen Eigenschaften sei. – Dieser auf das Wahre ausgerichtete Mensch (*sappurisa*) ist der zu jener „einzigartigen Bildung“ im eben genannten Sinne Gelangte. Nur dieser gilt als der *auf das Wahre ausgerichtete* Mensch. Warum?

Die Erwachten bezeichnen den Menschen als zur völligen Daseinsbeherrschung und Daseinsüberwindung, zur Erlangung der absoluten Freiheit im Nirvāna potentiell fähig. Der Mensch aber weiß nicht um diese Fähigkeit, wendet sie darum nicht an und bleibt darum dem Samsāra ausgeliefert. In dem Sinne sagt der Erwachte (M 96):

*Die heilsfähige, weltüberlegene Eigenschaft, die der Mensch besitzt, lehre ich ihn kennen.*

Wer durch den Erwachten diese Eigenschaft kennenlernt und sie dann als in seinem Besitz entdeckt und sie anwenden lernt, der kommt dadurch mit gesetzmäßiger Folgerichtigkeit auf den Weg zur vollkommenen Leidensüberwindung. Mit dieser Kenntnis und auf diesem Weg ist er der auf das Wahre, das Unvergängliche, ausgerichtete Mensch. Wer nun noch nicht ein solcher ist, der kann auch den auf das Wahre ausgerichteten Menschen nicht erkennen. Wenn er aber selbst die Ent-

wicklung vom „unbelehrten, gewöhnlichen Menschen“ zum auf das Wahre ausgerichteten Menschen durchlaufen hat, wenn er diesen Prozess und die daraus hervorgehende Willenswendung vollzogen hat, dann erkennt er auch bei anderen, ob sie bereits die Willenswendung vollzogen haben oder nicht.

Von den „unbelehrten, gewöhnlichen“ Menschen sagt der Erwachte, dass sie kein Wissen von dem wahren Heilsstand, von der Erlösung im Nibbāna haben und es darum auch nicht anstreben können. Sie haben entsprechend ihren latenten Neigungen im Lauf der Zeit in ihrem Geist die Vorstellung und die bewusste Neigung aufgebaut, ein Individuum, eine selbstständig denkende und handelnde Person zu sein, ein Ich, ein Selbst. In Wirklichkeit aber geht nur das Spiel der fünf Zusammenhäufungen vor sich, das den Eindruck eines „Ich bin in der Welt“ erweckt. Durch die Identifikation mit den dauernd veränderlichen fünf Zusammenhäufungen fühlt der Mensch „sich selbst“ veränderlich und gefährdet. Denn wenn ein Mensch die fünf Zusammenhäufungen als Ich ansieht, dann muss jede Verletzung der fünf Zusammenhäufungen „seine“ Verletzung sein. So entsteht und verfestigt sich die „Daseinsunsicherheit“, so werden Gemüt und Herz aufgewühlt, von den Wandlungen der fünf Zusammenhäufungen erschüttert.

Unter Gemüt wird der von Emotionen besetzte Geist, Teil des Herzens, der Gesamtheit der Triebe, verstanden. Der Geist hat sich an die Sicherheit eines Selbst gewöhnt, und wenn sich die fünf Zusammenhäufungen, die als Selbst angenommen werden, verändern, dann vermisst der Geist das Ausbleiben des gewohnten Wohls, der gewohnten Sicherheit. Der Geist, das Gemüt, das Herz wird bewegt, aufgewühlt von Trauer und Verzweiflung: „Das Wohltuende, Sichere habe ich nun nicht mehr.“ Ein Beispiel: Ein junger Mann hat ein Mädchen nach seinem Herzen kennengelernt. Der Umgang findet die Zustimmung des zum Herzen gehörenden triebhörigen Blendungs-Geistes. Er gibt sich dem Wohlgefühl hin und gewöhnt sich daran. Wenn ihm dann aber dieses Wohlgefühl vergeht –

wenn die Freundin ihn nach einiger Zeit verlässt –, dann entsteht dadurch Wehgefühl. Er wird enttäuscht, betroffen, lustlos und verstört – das ist Kummer auf Grund der aus Blendung stattgefundenen gedanklichen Gewöhnung an den Wohlzustand und auf Grund der Triebmehring und der damit verbundenen Verletzbarkeit.

Ein weiteres Beispiel für die Verletzbarkeit oder Nichtverletzbarkeit durch Veränderlichkeit, in diesem Fall der Form:

Ein Mensch fällt von einem hohen Felsen. So weit kann einer gekommen sein, dass er dann fähig ist zu denken: „Jetzt ist Wahrnehmung von einem herunterfallenden Leib. Nur die Form wird zerschellen, sonst nichts.“ Wenn echte Christen sterben, dann bereiten sie sich vor in dem Gedanken: „Meine Seele geht zu Gott.“ Buddhisten denken ebenfalls an jenseitige himmlische Welten oder besinnen sich gar darauf, sich von den fünf Zusammenhäufungen zu lösen. In solchen Fällen dreht sich die programmierte Wohlerfahrungssuche nicht um den Wandel der Form. Gemüt/Geist und Herz eines so Denkenden werden nicht aufgewühlt.

Wer aber den Körper, die zu sich gezählte Form, als geliebtes Ich ansieht, dem Körper ständig Delikatessen zuführt und als Wohl empfundene Berührungen des Körpers genießt, der kann diese nüchterne Haltung nicht einnehmen. Er ist entsetzt, wenn beim Sterben die Wahrnehmung von Welt blasser wird, wenn er immer weniger sieht und hört. Er hält sich krampfhaft „am Leben“ fest. Bei ihm dreht sich das Denken, die programmierte Wohlerfahrungssuche, um den Wandel der Form, um das Sterben des Körpers, das Nachlassen der Sinnesfunktionen herum, und Geist/Gemüt und Herz werden aufgewühlt.

Wenn Schmerz erfahren wird, können wir auf diesen Schmerz fassungslos reagieren oder ihn mit Fassung tragen. Mit Fassung bedeutet ja, mit einem bestimmten Gedanken oder einer bestimmten Haltung dem Schmerz begegnen. Zum Beispiel können wir denken: „Ja, das ist ein fast unerträglicher Schmerz. Aber er betrifft nur den Körper, betrifft nicht das Seelische oder Geistige.“ Wir sehen, dass nur ein Teil vom

Ganzen betroffen ist, und denken: „Ich will dafür sorgen, dass die Gesinnung nicht schlechter wird, denn ihre Qualität bestimmt das nächste Leben.“ Wer solche Gedanken nicht hat, dessen Gemüt/Herz wird aufgewühlt, geht unter in dem Schmerz, als gäbe es gar nichts anderes als den Schmerz. Wer sich dem Schmerz hemmungslos hingibt und in hemmungsloser Hingabe an den Schmerz stirbt, dessen Denken, dessen programmierte Wohlerfassungssuche dreht sich um den Wandel der Form oder des Gefühls herum.

Die beste Übung geschieht bereits beim Wohlgefühl. Wer sich der Lust nicht hingibt, wird beim Schmerz nicht getroffen, nicht aufgewühlt. Die Lust reißt uns hinein, die schöne Seite der Existenz nimmt uns gefangen, und dann folgt zwangsläufig Erschütterung durch Durchkreuzung von Anliegen, wie sie der Erwachte in M 36 näher beschreibt:

*Da entsteht einem unbelehrten gewöhnlichen Menschen ein Wohlgefühl. Vom Wohlgefühl erfreut, wird er wohlbegierig und verfällt der Wohlhingabe und Wohlsucht. Nun vergeht ihm dieses Wohlgefühl, und durch dessen Schwinden entsteht ein Wehgefühl. Von diesem Wehgefühl getroffen, wird er traurig, elend, jammert, schlägt sich weinend an die Brust, gerät in Verzweiflung. – Bei diesem Menschen ist nun durch das entstandene Wohlgefühl das Herz aufgewühlt worden und ist durch das entstandene Wehgefühl das Herz aufgewühlt worden.*

Ein extremes Beispiel: Ein Großindustrieller verliert durch die Intrigen seiner Konkurrenten oder durch eigene Fahrlässigkeit sein Vermögen und erschießt sich. Trotz des Verlustes seines gesamten Werkes war ihm noch ein gutes Vermögen von zehn Millionen geblieben, und er hätte ein wirtschaftlich sorgloses Leben genießen können. Aber das Verlangen der Triebe war durch die langjährige Gewöhnung auf jenes sehr viel größere Vermögen und auf sein Ansehen als Industrieller gerichtet. Mit diesem Vermögen und diesem Ansehen in der Gesell-

schaft hat er sich und seine Existenz seit langem identifiziert, hat sein Verlangen in dieser Richtung verhärtet. Und nur wegen der Verhärtung dieses hochgeschraubten Verlangens der Triebe und der Identifikation mit ihnen wurde der Verlust eines an sich zum Leben überflüssigen Vermögensteils für ihn unerträglich. Sein Leben war an dieses Verlangen der Triebe gefesselt, und darum musste durch das Nicht-mehr-Erlangen der Körper zerstört werden. *Durch das entstandene Wohlgefühl und durch das entstandene Wehgefühl war das Herz aufgewühlt worden.* So hat das Verlangen des Herzens, das durch gedankliche Hingabe an das Wohl – Ergreifen – verstärkt wurde, ihn „in den Tod getrieben“.

Der unbelehrte Mensch weiß nicht, dass jede im Geist bejahte Befriedigung seinen Durst vergrößert, dass durch die gedankliche Hingabe an das Wohl neues Leiden geschaffen wird. Der Erwachte sagt:

*Der Unbelehrte setzt auf die Dinge, die unbeständigen, wechselvollen, rechnet mit ihnen, bindet sich an sie, weil er sie nicht kennt. (M 1)*

Jedes Ergreifen, Sich-Befriedigen verstärkt die Gewöhnung an die Befriedigung: „Das ist schön, das will ich wieder haben; wie bekomme ich es.“ Ist so das Erlebnis der Befriedigung Gewöhnung geworden, dann ist ein noch bedürftigeres „Ich“ in einer gewährenden oder verweigernden Umgebung entsprechend der moralischen Qualität durch die Art und Weise der Befriedigungen entstanden, und je größer die Bedürftigkeit ist, um so größer ist die Verletzbarkeit, die Möglichkeit des Erschüttertwerdens. Darum sagt der Erwachte (M 1): *Befriedigung ist des Leidens Wurzel.*

Frei von Ergreifen nicht erschüttert

*Was aber ist Unerschütterlichkeit infolge von Nichtergreifen? Der erfahrene Heilsgänger behält den Heilsstand im Blick. Er kennt das Wesen des Heils und ist*

*erfahren in den Eigenschaften des Heils. Er hat einen Blick für die auf das Wahre ausgerichteten Menschen, kennt die Art der auf das Wahre ausgerichteten Menschen und ist erfahren in den Eigenschaften der auf das Wahre ausgerichteten Menschen. Die Form betrachtet er nicht als das Selbst oder das Selbst als Form besitzend oder Form als im Selbst enthalten oder das Selbst als in Form enthalten. Nun wandelt sich die Form, verändert sich. Wie die Form sich wandelt, verändert, da dreht sich die programmierte Wohlerfahrungssuche nicht um den Wandel von Form herum. Weil sich die programmierte Wohlerfahrungssuche nicht um den Wandel von Form herumdreht, gehen keine Erschütterungen hervor, wühlen das Herz nicht auf. Weil das Gemüt nicht aufgewühlt und bewegt ist, kommen Kummer und Sehnsucht nicht auf. So ist Unerschütterlichkeit infolge von Nichtergreifen.*

*Das Gefühl, die Wahrnehmung, die Aktivität, die programmierte Wohlerfahrungssuche betrachtet er nicht als das Selbst oder das Selbst als Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierte Wohlerfahrungssuche besitzend oder Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierte Wohlerfahrungssuche als im Selbst enthalten oder das Selbst als in Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierter Wohlerfahrungssuche enthalten. Nun wandeln sich Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierte Wohlerfahrungssuche, verändern sich. Wie Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierte Wohlerfahrungssuche sich wandeln, verändern, da dreht sich die programmierte Wohlerfahrungssuche nicht um den Wandel von Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierter Wohlerfahrungssuche herum. Weil sich die programmierte Wohlerfahrungssuche nicht um den Wandel von Gefühl,*

*Wahrnehmung, Aktivität, programmierter Wohlerfahrungssuche herumdreht, gehen keine Erschütterungen hervor, wühlen das Herz nicht auf. Weil das Gemüt nicht aufgewühlt und bewegt ist, kommen Kummer und Sehnsucht nicht auf. So ist Unerschütterlichkeit infolge von Nichtergreifen. Dann gibt es künftig keine Leidensentwicklung mehr, kein Geborenwerden, Altern und Sterben.*

Einer, bei dem sich die programmierte Wohlerfahrungssuche z.B. nicht um den Wandel des Gefühls herumdreht, stellt ruhig fest: „Hungernde Triebe sind berührt worden. Da muss ja Gefühl aufkommen, muss eine so und so beschaffene Aktivität und programmierte Wohlerfahrungssuche aufkommen. Das sind automatische Abläufe: Getroffenwerden und darauf Reagierenmüssen. Da ist kein souveränes lenkendes Ich/Selbst.“

Ein so Empfindender identifiziert sich mit keiner Erscheinung oder Nichterscheinung und ist darum ohne Ergreifen ganz unerschütterlich. Ob die Vorstellung „Unendlich ist der Raum“ – „unendlich ist die Erfahrung“ – „Nichtdasein“ – ob „Grenzscheide möglicher Wahrnehmung“ erfahren wird – nicht ist der Gedanke: „Ich habe erlebt“, sondern das Wissen: „Vorstellungen, Zusammengesetztes ist aufgekommen, ist bedingt entstanden. Was an den fünf Zusammenhäufungen geschieht, geschieht nicht mir.“ Wer nichts ergreift, ist abgelöst. „In Weisheit ausgediehenes Herz führt zur völligen Freiheit.“

*Wie hoch erhabner Felsengrat  
im Sturme unbeweglich steht,  
so stehn im Tadel, stehn im Lob  
die Weisen unerschüttert da. (Dh 81)*

Wir können diesen Stand des Geheilten nicht verstehen, er ist unfassbar.



*Abgelöst von der Daseinsader (bhava-netti) steht der Leib des Vollendeten da (D 1) – ohne Wollenskörper, ohne Anziehung und Abstoßung. Diese verborgenen Wurzeln aller Erscheinungen sind abgeschnitten, so wie die Krone einer Palme abgeschnitten ist und diese nun nicht mehr wachsen kann, sondern eingeht. Der Baum gilt für die immer weitere Fortsetzung von Dasein, Samsāra, für jede Form des Daseins, in der es Ernährung (āhāra) gibt: Aufnahme von Luft, Sonnenenergie und Wasser, Umwandlung in Baumkörper mit Blättern und Zweigen. Ist aber die Krone eines Palmenbaumes abgeschnitten, dann gibt es keinen Austausch mehr, keine Ernährung, keinen Säftefluss mehr, keine Triebe nach „äußerem“ oder „innerem“ Erleben.*

Die Wurzeln der Welt liegen in der Dunkelheit des Herzens. Die Reinigung des Herzens von dunkler Gesinnung bedeutet auch die Überwindung und Auflösung dieser „Welt“.

In unserer Lehrrede sagt Mahākaccāno abschließend:

*Den Inhalt der kurzen Darlegung, Brüder, die der Erhabene gegeben hat, ohne den Sinn ausführlich zu erklären, verstehe ich so im Einzelnen. Wenn es euch, Brüder, recht ist, so gehet hin und befragt den Erhabenen selbst hierüber. Wie es der Erhabene erklärt, wollet es behalten.*

*Da waren denn jene Mönche über des ehrwürdigen Mahākaccāno Rede erfreut, erhoben sich befriedigt von ihren Sitzen und begaben sich dorthin, wo der Erhabene weilte, begrüßten den Erhabenen ehrerbietig und setzten sich zur Seite nieder. Zur Seite sitzend, berichteten nun jene Mönche dem Erhabenen Wort um Wort die ganze Begegnung, die sie mit dem ehrwürdigen Mahākaccāno gehabt hatten: Da hat uns, o Herr, der ehrwürdige Mahākaccāno den Inhalt mit diesen Ausdrücken und Begriffen, mit diesen Erklärungen erläutert. –*

*Weise, ihr Mönche, ist Mahākaccāno, Mahākaccāno besitzt große Weisheit. Wenn ihr mich nach dem Sinn der kurzen Darlegung gefragt hättet, hätte ich es euch genauso erklärt, wie es von Mahākaccāno erklärt worden ist. Eben dies ist der Sinn, und so bewahrt ihn im Gedächtnis. –*

*So sprach der Erhabene. Erhoben und beglückt waren jene Mönche über die Worte des Erhabenen.*

DIE DARLEGUNG ÜBER  
FRIEDEN SCHAFFENDES WIRKEN  
139. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

K.E.Neumann übersetzt den Titel dieser Rede *arana-vibhanga-sutta* mit „Streitlosigkeit“, Kay Zumwinkel mit „Konfliktfreiheit“. *Arana* heißt Ruhe, Friede, Gemütsruhe, *rana* ohne das verneinende *a* bedeutet Kampf, Krieg, Gegen-einander.

Doch geht es in dieser Lehrrede nicht um das Vermeiden von Streit und Konflikten mit anderen. Darüber hat der Erwachte vielfältige Belehrungen gegeben, schon durch seine Weisung, nicht die Interessensphären anderer zu verletzen, die Tugendregeln einzuhalten, im Reden und Handeln verständnisvoll, teilnehmend, liebevoll miteinander umzugehen. In M 104 rät er, die Wurzeln des Streits, die Herzensbefleckungen, wie verderbte Habsucht, Abneigung bis Hass, Zorn, Feindseligkeit usw. zu überwinden. Ferner nennt der Erwachte in M 104, in der er auch Schlichtungsmöglichkeiten von Streitigkeiten aufzählt, sechs Verhaltensweisen der Mönche im Orden, die zu Streitlosigkeit und Eintracht führen:

*Da verkehrt ein Mönch in Taten (1), in Worten (2) und Gedanken (3) liebevoll mit seinen Ordensbrüdern, sowohl in ihrer Gegenwart wie in ihrer Abwesenheit.*

*Wenn der Mönch Gaben empfängt, Ordensspenden, so teilt er sie nicht nach Belieben, sondern betrachtet sie als Gemeingut der tugendhaften Ordensbrüder (4).*

*Da hält ein Mönch gemeinsam mit den Ordensbrüdern, sowohl in ihrer Gegenwart wie in ihrer Abwesenheit, die Tugenden, wie sie die Heilsgänger wünschen, die da freimachen, zur Herzenseinigung führen und darum von den Erfahrenen gepriesen werden. Er hält sie lückenlos, unverfälscht, unverbogen, ungebrochen ein, ohne an ihnen zu hängen (5).*

*Der Mönch besitzt und bewahrt sich gemeinsam mit den Ordensbrüdern, sowohl in ihrer Gegenwart wie in ihrer Abwe-*

*senheit, jenes zur Aufhebung allen Leidens hinführende Heilsverständnis, das den danach Vorgehenden zur vollständigen Leidensversiegung bringt. (6)*

Unvorstellbar ist es, dass ein Mensch, der das Heilsverständnis gegenwärtig hat (6. Eigenschaft), streiten kann. Wer gesehen hat, dass das sog. „konkrete Leben“ letztlich und ausschließlich auf die fünf Zusammenhäufungen zurückzuführen ist und auf deren Zusammenspiel, nach dem sie ständig zusammengehäuft werden, und dass kein Unterschied zwischen „seiner Perlenkette“ und der eines anderen besteht, der kann dem anderen nicht lange böse sein, kann sich nicht in langes Zanken und Streiten einlassen. Es kann zwar noch über ihn kommen, dass er wegen noch vorhandener Verletzbarkeit kurzfristig streitet, aber seine rechte Anschauung kann das nicht dulden; nach kurzer Zeit bremst sie, und sei es, dass der Streitende fluchtartig die Streitszene verlässt, weil er spürt, dass der Streit ein Verschütten des Zugangs zur Wahrheit ist.

In dieser Lehrrede (M 139) aber geht es nicht um Streit und Streitvermeidung, sondern der Erwachte nennt ein sechsfaches Wirken, das von innerer Unruhe und Friedlosigkeit fort zum inneren Frieden führt.

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Sāvatti, im Siegerwald im Garten Anāthapindikos. Dort nun wandte sich der Erhabene an die Mönche: Ihr Mönche! – Erhabener! –, antworteten da jene Mönche dem Erhabenen aufmerksam. Der Erhabene sprach: Wie Frieden zu erlangen ist, will ich euch aufzeigen. Das höret und achtet wohl auf meine Rede.*

*Man möge sich keinem sinnlichen Wohl hingeben, ihr Mönche, dem niedrigen, gewöhnlichen, weltlichen, nicht heilenden, keinen Gewinn bringenden, und auch*

*keiner Selbstqual sich hingeben, der leidvollen, nicht heilenden, keinen Gewinn bringenden. Diese beiden Extreme hat der Vollendete vermieden und den mittleren Weg gefunden, auf dem man sehend und wissend wird, den Weg, der zur Ebbung der Triebe führt und zu einem Wissen, das über menschliche Grenzen hinausgeht, zur Erwachung, zur Triebversiegung führt.*

*Man möge Aburteilen kennen und Beurteilen kennen, und weil man Aburteilen und Beurteilen kennt, weder aburteilen noch beurteilen, nur die Wahrheit aufzeigen.*

*Man möge Wohlfindung kennen (sukhavinicchaya jaññā) und, weil man Wohlfindung kennt, innerem Wohlgefühl sich hingeben.*

*Man möge (über einen abwesenden Dritten) nicht heimlich reden und (einen Anwesenden) vor anderen / öffentlich nicht bloßstellen.*

*Man möge ohne Hast sprechen, nicht eilig.*

*Man möge an dem (gewohnten) lokalen Dialekt nicht festhalten, sich nicht über den Sprachgebrauch in anderen Gegenden hinwegsetzen.*

*Dies ist die Zusammenfassung der Darlegung über Frieden schaffendes Wirken.*

1. Hingabe an Sinnendinge und Selbstqual ist leidvoll,  
der Erwachte hat den mittleren Weg gezeigt

*Man möge sich keinem sinnlichen Wohl hingeben, dem niedrigen, gewöhnlichen, weltlichen, nicht heilenden, keinen Gewinn bringenden, und auch keiner Selbstqual sich hingeben, der leidvollen, nicht heilenden, keinen Gewinn bringenden – das ist gesagt worden. Und warum ist das gesagt worden?*

*Sein Wohl in Sinnendingen suchen, im Geist sinnlichem Wohl nachgehen, dem niedrigen, gemeinen, weltlichen, nicht heilenden, keinen Gewinn bringenden, das ist ein leidvoller Zustand, voll Schmerzen, Behinderung und Qual – ein falsches Vorgehen.*

*Sein Wohl nicht in Sinnendingen suchen, im Geist sinnlichem Wohl nicht nachgehen, dem niedrigen, gemeinen, weltlichen, nicht heilenden, keinen Gewinn bringenden, das ist kein leidvoller Zustand, nicht voll Schmerzen, Behinderung und Qual – ein rechtes Vorgehen.*

*Der Selbstqual sich hingeben, der leidvollen, nicht heilenden, keinen Gewinn bringenden, das ist ein leidvoller Zustand, voll Schmerzen, Behinderung und Qual – ein falsches Vorgehen. Der Selbstqual sich nicht hingeben, der leidvollen, nicht heilenden, keinen Gewinn bringenden, das ist kein leidvoller Zustand, ist nicht voll Schmerzen, Behinderung und Qual – ein rechtes Vorgehen.*

*Man soll sich keinem sinnlichen Wohl hingeben, ihr Mönche, dem niedrigen, gemeinen, weltlichen, nicht heilenden, keinen Gewinn bringenden, und auch keiner Selbstqual sich hingeben, der leidvollen, nicht heilenden, keinen Gewinn bringenden. Wurde das gesagt, so wurde es darum gesagt.*

*Diese beiden Extreme hat der Vollendete vermieden und den mittleren Weg gefunden, auf dem man sehend und wissend wird, den Weg, der zur Ebbung der Triebe, zu einem Wissen führt, das über menschliche Grenzen hinausgeht, zur Erwachung, zur Triebversiegung führt. Dies ist der heilende achtgliedrige Weg, nämlich:*

*Rechte Anschauung,  
rechte Gemütsverfassung,*

*rechte Rede,  
rechtes Handeln,  
rechte Lebensführung,  
rechtes Mühen,  
rechte Wahrheitsgegenwart,  
rechte Herzenseinigung.*

*Die beiden Extreme vermeidend, hat der Erwachte den Mittleren Weg aufgezeigt, auf dem man sehend und wissend wird, der zur Ebbung der Triebe, zu einem Wissen führt, das über menschliche Grenzen hinausgeht, zur Erwachung, zur Triebversiegung führt.*

Was ist das Leiden bei der Hingabe  
an die Sinnendinge?

Der Erwachte bezeichnet *das sinnliche Wohl*, dem fast alle Menschen von Kind an nachjagen, als *niedrig, gewöhnlich, weltlich, nicht heilend, keinen Gewinn bringend*. Warum?

1. Das sinnliche Wohl, das aus dem Genuss der Formen, Töne, Düfte, Säfte, des Tastbaren und der Gedanken hervorgeht, ist abhängig und macht abhängig von äußeren Dingen und damit von der Welt. Die Sinnendinge aber kommen und gehen, entstehen und lösen sich auf, und zwar nicht nach Wunsch, sondern nach ihrem eigenen Gesetz; sie wandeln sich ununterbrochen, und wir können sie nicht festhalten, können nicht über sie verfügen: Sie sind wie Darlehen, die der Besitzer jederzeit zurückfordern kann. Insofern bringen sie keinen Gewinn. Die meisten Menschen jagen den unbeständigen, gewöhnlichen, weltlichen Sinnendingen hinterher, dem guten Essen, Sexualität, Musik-, Tanz- und Sportveranstaltungen usw., sind kurzfristig befriedigt, aber auch immer wieder enttäuscht, weil die Sinnendinge nicht das bieten, was die Menschen erwartet haben und woran sie sich gewöhnt haben.

2. Zum sinnlichen Wohl brauchen wir die Augen, die Ohren, die Nase, die Zunge und zum Tasten den Leib im Ganzen. Nur mittels dieses Leibes und seiner Sinnesorgane können die Dinge wahrgenommen, kann die Welt erlebt werden. So macht das Begierdenwohl abhängig vom Körper und schafft eine ununterbrochene Angst, den Leib zu verlieren. Der Wegfall des Leibes ist für den auf Sinnenwohl Angewiesenen das Ende seines gesamten Wohls. Darum muss er den Tod als Vernichtung auffassen. So ist das gewöhnliche weltliche Sinnenwohl für denjenigen, der von ihm abhängig ist, nicht beruhigend, besänftigend, heilend, sondern Unruhe schaffend und mit geheimer und offener Angst verbunden.

3. Das sinnliche Wohl ist ein süchtiges Wohl, es ist, wie der Rausch eines Rauschsüchtigen, nur Scheinwohl. Die Grundlage ist immer ein mehr oder weniger starkes Mangelgefühl, ein unbefriedigtes Lechzen, ein süchtiges Fiebern und Dürsten nach diesen oder jenen sinnlichen Erlebnissen. Wenn dann diese Erlebnisse eintreten, so entsteht eine nur vorübergehende, nicht anhaltende Befriedigung, eine immer nur teilweise, nie volle Aufhebung der empfundenen Not, des empfundenen Mangels. Darum ist alle sinnliche Befriedigung nur ein Scheinwohl. D.h. die Wunden werden durch die Befriedigungen nicht geheilt, sondern werden größer. Die Süchtigkeit dessen, der das wirkliche Heil nicht kennt, nimmt immer mehr zu: Jeder Begehrensgedanke, jede Begehrensvorstellung ist ein Sandkörnchen mehr auf der Waagschale der Begehrlichkeit. So wie Salzwasser nie den Durst stillen kann, so kann die Befriedigung der Sinnesdränge nicht die Sinnensucht endgültig stillen und schon gar nicht von Sinnensucht befreien. Der Mensch schaukelt sich auf zu immer größerer Leidenschaftlichkeit, zu immer größerer Abhängigkeit. Die Heilslehrer sehen darum die gesamte Sinnenlust im weitesten Sinn als eine Suchtkrankheit an und die jeweiligen Begehrensojekte als Rauschmittel. Weil die Befriedigung nur kurz andauert, darum drängt sich den Sinnensüchtigen immer wieder der Gedanke auf: „Das allein befriedigt, das muss ich jetzt wieder haben.“



Weil der Mensch bei vielen Sinnendingen im Akt der Berührung eine kurze entspannende Befriedigung der inneren Sucht empfindet, darum bewertet er die Befriedigung durch Genuss der Dinge so positiv und muss sie immer wieder anstreben.

4. Um der Begierden willen, die stets nach außen, auf die Menschen und die Welt gerichtet sind, gerät ein Mensch immer wieder in Konflikt mit den Mitwesen, weil diese oft dieselben Dinge und Menschen begehren. Aus dieser Konkurrenz und Rivalität entsteht der Hass. Hass ist durch die süchtige Begierde bedingt. Der Erwachte schildert (M 13), wie durch zunehmendes Begehren Spannungen, Hass entstehen, Misstrauen, Argwohn, Zorn Zwietracht, Streit immer mehr zunehmen in der Familie, im Beruf, unter Freunden, in der Nachbarschaft, zwischen Volksgruppen, Ideologien, Interessengruppen, Völkern – nur durch Sinnensucht bedingt, von Sinnensucht gereizt. Der Mensch kommt zu übler Gesinnung, üblen Worten und Taten. Er ist in diesem Leben dann ein Rücksichtsloser, ein Brutaler geworden. Und nach dem Tod kehrt dieser Triebkomplex zu seinesgleichen ein, wo Rücksichtslosigkeit und Brutalität herrschen – in untermenschlichen Bereichen – und wo auf ihn zurückfällt, was er an Verweigern und Entreißen gewirkt hat. Das ist das Leiden, in das die Sinnensucht den wohlsuchenden Menschen bringt, der sich ihr hingibt; und darum bezeichnet sie der Erwachte als *nicht heilend, keinen Gewinn bringend*, sondern als Verderben, Unheil, Leiden bringend.

Wer dies deutlich sieht, der kann dem sinnlichen Begehren nicht mehr ungehemmt nachgehen, er kommt zu dem Willen, sich von der Sinnensüchtigkeit nach und nach abzulösen.

#### Das Leiden bei der Hingabe an die Selbstqual

Der Gedanke liegt nahe: Da es der Körper ist, an dem sinnliches Begehren gespürt und erfüllt wird, so muss man diesem Körper Schmerz zufügen, damit er vom Begehren lässt. So wird in M 57 berichtet, dass in Indien manche Menschen das

Gelübde auf sich nehmen, zeitlebens sich wie ein Hund oder wie ein Rind oder ein anderes Tier zu verhalten, d.h. sich zusammenzukauern und nur vom Boden Nahrung zu sich nehmen, nicht zu sprechen und sich auch z.B. Hundedenken, Hundegemüt und Hundeverhalten oder Rinderdenken, Rindergemüt und Rinderverhalten in jeder Form anzueignen. Sie tun dies entgegen ihrer geistigen und ästhetischen Neigungen und auch des eigenen Stolzes, und gerade deshalb glauben sie, dass daraus himmlische Ernte hervorgehen müsse.

Der Erwachte aber erklärt diesen Menschen auf Befragen, dass sie, wenn sie darin fortfahren, auch genau zu dem Zustand ihrer lebenslänglich gepflegten Vorstellung kommen, nämlich Hunde oder Rinder werden.

Auch der Bodhisattva, der spätere Buddha, beschritt zunächst den Weg der herrschenden Lehre von der Selbstqual, der sich ihm als Pilger überall anbot. Einige Beispiele seiner Selbstqual seien hier angeführt:

*Und ich raufte mir Haupt- und Barthaar aus, die Regel der Haar- und Bartausräufel befolgend, war ein Stetigsteher, verwarf Sitz und Lager; war ein Fersensitzer, übte die Zucht der Fersensitzer; war ein Dornenseitiger und legte mich zur Seite auf ein Dornenlager; stieg abendlich zum dritten Mal herab ins Büßerbäd. So übte ich mich gar vielfach in des Körpers Schmerzensaskese. (M 12)*

Auch durch äußerst geringe Nahrungsaufnahme versuchte der Bodhisattva die sinnlichen Triebe auszuhungern:

*Da kam mir der Gedanke: „Wie wenn ich nun sehr wenig Nahrung zu mir nähme, immer nur eine hohle Hand voll, mag es nun Bohnenbrühe sein, mag es Wickenbrühe sein, mag es Brühe von kleinen oder großen Erbsen sein!“ Und ich nahm nur sehr wenig Nahrung zu mir, immer nur eine hohle Hand voll. Und als ich nur ganz wenig Nahrung zu mir nahm, da wurde der Körper außerordentlich mager: wie dürres, welches*

*Rohr wurden da die Arme und Beine durch diese äußerst geringe Nahrungsaufnahme. Wie ein Kamelhuf wurde das Gesäß; das Rückgrat wie eine Kugelkette; die Rippen wie Dachsparren eines alten Hauses; wie Wassersterne tief unten in einem Brunnen, so erschienen die Augen tief versunken in den Augenhöhlen. Wie ein aufgeschnittener Kürbis in heißer Sonne, so schrumpfte die Kopfhaut zusammen. Wenn ich den Bauch anfühlen wollte, berührte ich das Rückgrat, und wenn ich das Rückgrat anfühlen wollte, berührte ich die Bauchhaut. So nahe war mir die Bauchdecke ans Rückgrat gekommen durch diese äußerst geringe Nahrungsaufnahme; und ich wollte Kot und Harn entleeren, da fiel ich vornüber hin durch diese äußerst geringe Nahrungsaufnahme. Wenn ich mit der Hand die Glieder rieb, fielen die wurzelfaulen Haare ab.*

Als der Bodhisattva aus der Ohnmacht erwachte, die ihn aus Schwäche des Leibes überfallen hatte, da kam ihm der Gedanke:

*Dies ist die äußerste Selbstqual, die jemals Asketen und Priester auf sich genommen haben oder künftig auf sich nehmen werden oder jetzt auf sich nehmen, und doch erreiche ich mit dieser Selbstqual nicht die Wissensklarheit vom Heil, die alles menschliche Wissen übersteigt. Sollte es nicht doch einen anderen Weg zur Erwachung geben?*

Da fiel ihm das Erlebnis eines seligen Entrücktseins von der Weltwahrnehmung ein, das ihn als Kind überkommen, ihn über alle Weltlichkeit hinausgehoben und tief beseligt hatte. Sofort sah er die Möglichkeit, dass dies der Weg sein könnte, und als er seine Aufmerksamkeit nun der Erinnerung an seine Erfahrung in der Kindheit zuwandte, da wurde ihm zur Gewissheit, dass dies der richtige Weg sei, um alles Begehren zu überwinden.

Nachdem der Bodhisattva den Körper gekräftigt hatte, pflegte er hohe Vorstellungen. Ohne Feindschaft, liebevoll,

erbarmend dachte er an die Wesen und erreichte eine solche Verzückung (*pīti*) im Geist, dass sie die geistige Aufmerksamkeit auf sich lenkte und damit von den Sinnendingen abzog, so dass die Augen nicht mehr nach außen blickten, die Ohren nicht nach außen horchten usw. Auf Grund dieser Erfahrung sagte der Erwachte später (M 14):

*Mag auch der Heilsgänger der Wirklichkeit gemäß vollkommen klar erkannt und gesehen haben, dass die Sinnenlüste unzulänglich und mit vielem Leiden verbunden sind, mit vieler Widerwärtigkeit und dass das Elend weit überwiegt; wenn er aber außerhalb der Sinnensüchte, außerhalb der unheilsamen Gesinnungen keine Beglückung oder gar darüber Hinausgehendes erfährt, so kreist er eben doch immer wieder um die Sinnenlüste herum.*

Der normale Mensch ist, wie der Erwachte zeigt, nicht nur von der Sinnensüchtigkeit bewegt und gerissen, sondern zusätzlich noch von hohen Graden des Egoismus, der Rücksichtslosigkeit, Abneigung bis Hass in den vielen Ausdrucksformen, also von dem Mangel an Verständnis, Teilnahme und Mitempfinden mit den Wesen. Alle diese Eigenschaften, die der Erwachte als unheilsam bezeichnet, bewirken im Menschen ein dunkles, trübes Grundgefühl, das ihn auf die Dauer begleitet, ganz unabhängig von den durch die Sinne herankommenden Erlebnissen. Er erlebt also geradezu permanent dieses dunkle öde Grundgefühl und außerdem von Fall zu Fall durch die sinnlichen Erlebnisse diese oder jene Sinnenlust oder auch Sinnen-schmerz.

Da sagt nun der Erwachte, dass ein Mensch, solange er in diesem Zustand sich befindet, sich nicht von den Sinnenlüsten ablösen kann, weil sein dann übrig bleibender dunkler, öder Zustand ihm unerträglich ist. Es geht darum, sich erst von der Tugendlosigkeit zur Tugendhaftigkeit, von Rücksichtslosigkeit und Egoismus zu Mitempfinden und Erbarmen/Schonem zu entwickeln. Dadurch entwickelt sich auch sein Grundgefühl zu

immer stärkerer Helligkeit und Wohlbefinden. Es kommt in ihm ein Gestimmtsein auf, das er früher nicht kannte. In dem Maß, wie dieses unmittelbare innere Wohl zunimmt, da wird er auch darauf aufmerksam und wendet sich diesem freudig zu und wird dadurch von allen äußeren Erlebnissen weit mehr unabhängig. So kommt es, dass er die Sinnendinge nicht mehr so umkreist wie zuvor, sondern um so intensiver an der inneren Erhellung arbeitet durch immer mehr liebende Zuwendung zu den begegnenden Mitwesen und durch immer mehr wohlwollende Besinnungen in Bezug auf alle Lebewesen.

Das ist der Mittlere Weg, auf welchem der Übende von den Sinnensüchten immer unabhängiger wird:

Deutlich das Elend der Sinnendinge sehen:

rechte Anschauung (1. Stufe des achtgliedrigen Wegs).

Gedanken der Sinnensuchtfreiheit, der Liebe, des Erbarmens/Schonens pflegen: rechte Gesinnung (2. Stufe des achtgliedrigen Wegs).

Die Tugendregeln einhalten: (3.-4. Stufe des achtgliedrigen Wegs).

Rechte Lebensführung pflegen (5. Stufe des achtgliedrigen Wegs): die Wahl eines andere Wesen nicht schädigenden Berufs, gute Freunde wählen, Geben und Wohltun, die zusätzlichen Regeln des Uposatha-Tages einhalten.

Mit dem Begehen dieser fünf Stufen des achtgliedrigen Wegs hat der Übende ein so großes inneres Wohl gewonnen, dass er sich in der Abgeschiedenheit des Mönchslebens nun gezielt der Läuterung des Herzens von allen Befleckungen, der Befreiung des Herzens von Anziehung, Abstoßung und Blendung, der Loslösung von den fünf Zusammenhäufungen, widmen kann (6. und 7. Stufe des achtgliedrigen Wegs, rechtes Mühen und rechte Wahrheitsgegenwart, dem Abschnitt der Vertiefung, der die Herzenseinigung (8. Stufe) zur Folge hat).

2. Nicht urteilen, nur die Wahrheit aufzeigen

*Man möge Aburteilen und Beurteilen kennen, und weil man Aburteilen und Beurteilen kennt, weder aburtei-*

len noch beurteilen <sup>225</sup>, nur die Wahrheit aufzeigen. Das wurde gesagt. Und warum wurde das gesagt?

Was ist Aburteilen und Beurteilen und nicht die Aufzeigung der Wahrheit? „Alle diejenigen, die sich sinnlichem Wohl hingeben, dem niedrigen, gewöhnlichen, weltlichen, nicht heilenden, keinen Gewinn bringenden, alle diese erfahren Leiden, Schmerzen, Behinderung, gehen den falschen Weg“ – wenn man so sagt, dann urteilt man diese ab.

„Alle diejenigen, die sich sinnlichem Wohl nicht hingeben, dem niedrigen, gewöhnlichen, weltlichen, nicht heilenden, keinen Gewinn bringenden, alle diese erfahren kein Leiden, keine Schmerzen, keine Behinderung, gehen den rechten Weg“ – wenn man so sagt, dann beurteilt man diese.

„Alle diejenigen, die sich der Selbstqual hingeben, der leidvollen, nicht heilenden, keinen Gewinn bringenden, alle diese erfahren Leiden, Schmerzen, Behinderung und Qual, gehen den falschen Weg“ – wenn man so sagt, dann urteilt man diese ab.

„Alle diejenigen, die sich der Selbstqual nicht hingeben, der leidvollen, nicht heilenden, keinen Gewinn bringenden, alle diese erfahren kein Leiden, keine Schmerzen, keine Behinderung, gehen den rechten Weg“ – wenn man so sagt, dann beurteilt man diese.

---

<sup>225</sup> Die beiden Pāliworte sind lt.Wörterbuch der Pāli-Text Society beide im negativen Sinn zu verstehen: *ussāda* von *ussādeti* zur Rechenschaft ziehen, sich jemanden vorknöpfen, abkanzeln; *apasāda* tadeln, herabsetzen, demütigen, ducken, abweisen, zum Schweigen bringen. – K.E. Neumann übersetzt: Zu- und Abrede. Kay Zumwinkel übersetzt: Lobpreisung und Geringschätzung.. Wir ziehen die Übersetzung mit „beurteilen, einstufen“ vor: „Alle, die..., gehen den rechten/falschen Weg“ ist eine Beurteilung, ein Aburteilen, eine Einstufung seitens des Urteilenden: „Die machen es richtig, die anderen machen es falsch.“

*„Alle diejenigen, die sich von den Daseinsverstrickungen (bhavasamyojana) nicht befreien, alle diese erfahren Leiden, Schmerzen, Behinderung und Qual, gehen den falschen Weg“ – wenn man so sagt, dann urteilt man diese ab.*

*„Alle diejenigen, die sich von den Daseinsverstrickungen<sup>226</sup> befreien, alle diese erfahren keine Leiden, Schmerzen, Behinderung und Qual, gehen den rechten Weg“ – wenn man so sagt, dann beurteilt man diese.*

*Solcherart, ihr Mönche, ist Aburteilen und Beurteilen und nicht das alleinige Aufzeigen der Wahrheit.*

*Und was ist weder Aburteilen noch Beurteilen, sondern das alleinige Aufzeigen der Wahrheit?*

*„Alle diejenigen, die sich sinnlichem Wohl hingeben, dem niedrigen, gewöhnlichen, weltlichen, nicht heilenden, keinen Gewinn bringenden, alle diese erfahren Leiden, Schmerzen, Behinderung, gehen den falschen Weg“, so sagt er nicht. Sondern: „Die Hingabe (an die Sinnendinge) ist ein leidvoller Zustand, voll Schmerzen, Behinderung und Qual“ – so zeigt er die Wahrheit auf.*

*„Alle diejenigen, die sich sinnlichem Wohl nicht hingeben, dem niedrigen, gewöhnlichen, weltlichen, nicht heilenden, keinen Gewinn bringenden, alle diese erfahren kein Leiden, keine Schmerzen, keine Behinderung, gehen den rechten Weg“, so sagt er nicht. Sondern: „Die Nichthingabe / die Ablösung ist kein leidvoller Zustand, ist ohne Schmerzen, Behinderung und Qual“ – so zeigt er die Wahrheit auf.*

*„Alle diejenigen, die sich der Selbstqual hingeben, der leidvollen, nicht heilenden, keinen Gewinn brin-*

---

<sup>226</sup> Die Daseinsverstrickungen sind: Glaube an Persönlichkeit, Daseinsbängnis, Tugend überschätzen, Sinnenlustwollen, Abneigung bis Hass, Formbegehren, Formfreiheitbegehren, Ich-bin-Meinen, Erregung, Wahn.

genden, alle diese erfahren Leiden, Schmerzen, Behinderung, Qual, gehen den falschen Weg“, so sagt er nicht. Sondern: „Die Hingabe (an die Selbstqual) ist ein leidvoller Zustand, voll Schmerzen, Behinderung und Qual“ – so zeigt er die Wahrheit auf.

„Alle diejenigen, die sich der Selbstqual nicht hingeben, der leidvollen, nicht heilenden, keinen Gewinn bringenden, alle diese erfahren keine Leiden, keine Schmerzen, Behinderung und Qual, gehen den rechten Weg“, so sagt er nicht. Sondern: „Die Nichthingabe (an die Selbstqual) ist ein Zustand ohne Leiden, ohne Schmerzen, Behinderung und Qual“ – so zeigt er die Wahrheit auf.

„Alle diejenigen, die die Daseinsverstrickungen nicht überwunden haben, alle diese erfahren Leiden, Schmerzen, Behinderung, Qual, gehen den falschen Weg“, so sagt er nicht. Sondern: „Wenn die Daseinsverstrickungen nicht überwunden sind, ist Dasein nicht überwunden“ – so zeigt er die Wahrheit auf.

„Alle diejenigen, die die Daseinsverstrickungen überwunden haben, alle diese sind ohne Leiden, Schmerzen, Behinderung und Qual, gehen den rechten Weg“, so sagt er nicht. Sondern: „Wenn die Daseinsverstrickungen überwunden sind, ist Dasein überwunden“ – so zeigt er die Wahrheit auf.

Darum wurde gesagt: Man muss Aburteilen und Beurteilen kennen, und weil man Aburteilen und Beurteilen kennt, weder aburteilen und beurteilen, sondern nur die Wahrheit aufzeigen.

In A VI,44 mahnt der Erwachte sehr eindringlich: *Urteilt nicht die Menschen ab, man schadet sich, wenn man die Menschen aburteilt.* Dasselbe gilt auch für alles Urteilen darüber, ob einer den rechten oder falschen Weg geht, der Heilswegweisung des Erwachten folgt oder nicht folgt. Ob einer den rech-



ten oder falschen Weg geht, kann einer, der nicht durch Aufhebung eigener Triebe übersinnliche Fähigkeiten entwickelt hat und mit eigenen Augen sieht, wohin jemand nach dem Tod gelangt, nicht beurteilen. Er ist nur auf sein Urteil über das Verhalten des anderen angewiesen, und da kann er sich irren, wenn er nicht die Motive für dessen Verhalten kennt, nicht dessen Herz erkennen kann.

Die Kenntnis der Aussagen des Erwachten kann leicht dazu verführen, über andere zu urteilen, den gewonnenen Maßstab über richtig und falsch an andere anzulegen, anstatt das Augenmerk nur auf die eigenen Unvollkommenheiten zu richten. So wie der Erwachte von der Hingabe an sinnliche Triebe abrät, da sie Leiden bringen, so warnt er vor den Trieben der Überheblichkeit und Anmaßung, warnt davor, ein Richter über andere sein zu wollen und sich damit einer gewissen Vorrang- oder Machtstellung zu erfreuen. Selbst wenn übersinnliche Fähigkeiten vorhanden sind, warnt der Erwachte (M 136) vor verallgemeinernden Urteilen, die falsch sein können: *Alle die, die die falschen zehn Wirkensweisen pflegen, gelangen abwärts.*

So wie das Befriedigen sinnlicher Triebe Abhängigkeit und damit Leiden nach sich zieht, so führt das Befriedigen des Dünkels: „Ich weiß mehr als die anderen, ich kann die anderen beurteilen“ zur Überschätzung, durch die man auf andere herabblickt. Ein solches Herz ist aufgebläht, nährt die Ich-Du-Spaltung und verhindert damit den inneren Frieden. Je weiter der Übende fortschreitet, um so mehr blickt er auf die eigenen Mängel, und Stolz und Überheblichkeit schwinden. So heißt es in M 70:

*Dem Nachfolger mit Heilsvertrauen, der im Orden des Meisters mit Eifer sich übt, geht die Zuversicht auf: „Meister ist der Erhabene, Nachfolger bin ich. Der Erhabene weiß, ich weiß nicht.“*

Wahre Demut erwächst, wenn der Nachfolger seinen Zustand mit dem des Heilsstands vergleicht. Diese Haltung lässt ihn, wenn er über die Lehre spricht, nur ganz sachlich Zusammen-

hänge aufzeigen, ohne ein eigenes Urteil abzugeben: „Wenn dies ist, geschieht jenes, wenn dieses nicht ist, geschieht jenes nicht.“ Er fühlt sich auch ganz der Verantwortung enthoben, zu beurteilen und einzustufen mit allen Begleitumständen, die den inneren Frieden bedrohen können. Da er nicht urteilt, kommt er auch nicht in Verlegenheit, wenn sich herausstellen sollte, dass seine Urteile falsch waren. So kann er inneren Frieden wahren.

### 3. Inneres Wohl entfalten

*Man möge Wohlfindung kennen und weil man Wohlfindung kennt, innerem Wohlgefühl sich hingeben. Das wurde gesagt. Und warum wurde das gesagt?*

*Diese fünf Begehrensstränge gibt es. Welche fünf?  
Die vom Luger erfahrbaren Formen, die ersehnten,  
geliebten, entzückenden, angenehmen, dem Begehren  
entsprechenden, reizenden,*

*die vom Lauscher erfahrbaren Töne –*

*die vom Riecher erfahrbaren Düfte –*

*die vom Taster (Körper) erfahrbaren Tastungen –*

*die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen,  
dem Begehren entsprechenden, reizenden.*

*Das sind die fünf Begehrensstränge. Was nun durch diese fünf Begehrensstränge an Wohl und Freude aufkommt, das wird Sinnenwohl genannt, ein kotiges Wohl, ein weltliches, kein heilendes Wohl. Ich sage von dieser Art des Wohls, dass es nicht gepflegt werden sollte, dass es nicht entfaltet werden sollte, dass es nicht großgezogen werden sollte, sondern dass man sich vor solchem Wohl zu hüten habe.*

*Da verweilt der Mönch abgeschieden von weltlichem Begehren, abgeschieden von allen heillosen Gedanken und Gesinnungen in stillem Bedenken und Sinnen.*

*Und so tritt die aus innerer Abgeschlossenheit geborene Entzückung und Seligkeit ein, der erste Grad weltloser Entrückungen.*

*Nach Verebbung auch des Bedenkens und Sinnens verweilt er in innerem seligen Schweigen in des Gemüts Einigung. Und so tritt die von Sinnen und Bedenken befreite, in der Einigung geborene Entzückung und Seligkeit ein, der zweite Grad weltloser Entrückungen.*

*Mit der Beruhigung auch des Entzückens lebt er oberhalb und außerhalb von allem sinnlichen Wohl und Wehe in unverstörtem Gleichmut klar und bewusst in einem solchen körperlichen Wohlsein, von welchem die Heilskenner sagen: „Dem in erhabenem Gleichmut klar bewusst Verweilenden ist wohl.“ Ein solcher gewinnt den dritten Grad der weltlosen Entrückungen.*

*Nachdem er über alles Wohl und Wehe hinausgewachsen ist, alle frühere geistige Freudigkeit und Traurigkeit völlig gestillt hat und in einer über alles Wohl und Wehe erhabenen bewussten Gleichmutsreine lebt, da erlangt er den vierten Grad der weltlosen Entrückungen.*

*Das nennt man das Wohl der Sinnensuchtfreiheit, das Wohl der Abgeschlossenheit, das Wohl der Ebbing der Triebe, das Wohl der Erwachung. Ich sage von dieser Art des Wohls, dass es gepflegt, dass es entfaltet werden sollte, dass es großgezogen werden sollte, dass man sich davor nicht zu hüten habe.*

*Man möge Wohlfindung kennen, und weil man Wohlfindung kennt, innerem Wohlgefühl sich hingeben. Das wurde darum gesagt.*

Hier geht es um die Unterscheidung zwischen dem äußeren, dem sinnlichen, durch die „fremden Dinge, die ersehnten, geliebten...“ ausgelösten, Wohl und dem inneren, herzunmittelbaren Wohl, das nicht von der sinnlichen Wahrnehmung abhängt.

Wer sich auf dem Weg befindet, den die Religionen weisen, führt sich öfter vor Augen, dass sich alle sinnlich wahrnehmbaren Welten, das Menschenreich und alle untermenschlichen und übermenschlichen Formen, immer im Bereich des Todes bewegen. In allen diesen Welten ist Geborenwerden, Altern und Sterben, ist Kommen und Gehen. Alle diese Welten, die menschliche und selbst viele übermenschliche Seinsweisen vergleicht der Erwachte (M 26) mit eingezäuntem Weideland oder Ställen, in denen Märo, der Tod, sich das Vieh, seine Opfer hält, in denen er sie zusammentreibt und eines nach dem anderen herausholt:

*Alle die Asketen oder Brahmanen, die die fünf Arten von Sündendingen verlockt, geblendet, durstgefesselt genießen, ohne das Elend zu sehen, ohne die Möglichkeit der Befreiung zu kennen, müssen bezeichnet werden als elend gefangen, verloren, der Macht des Bösen ausgeliefert.*

Jede sinnliche Befriedigung ist für den Augenblick eine Wohltat wie für den Durstigen ein Trunk. Aber eben durch diese Befriedigungen bleiben die Wesen gebunden an die Vergänglichkeit, und die Pflege der Sinnensucht führt zu zunehmendem Bedürfnis. Das zunehmende Bedürfnis führt zu zunehmender Rücksichtslosigkeit, zur Zunahme übler Gesinnungen, übler Taten und übler Worte und damit immer wieder zur Unterwelt.

Ein von Sinnensucht bewegter Mensch mag sich eine Zeitlang durch ethische Ansprüche vor verderbter Habsucht und Abneigung bis Hass bewahren, auf die Dauer aber folgen verderbte Habsucht und Hass zwangsläufig jeder Sinnensucht, wenn nicht offen, dann verborgen. Es gibt Hassformen, die

man sich selbst nicht eingesteht, die sich so versteckt und getarnt äußern, dass man sie nicht einmal bei sich bemerkt. Wer unserer Sinnensucht im Weg ist, sei es unmittelbar oder sei es mittelbar, den mögen wir nicht, den lehnen wir ab bis zum Hass. Sinnensucht ist die Wurzel allen Übels. – Darum empfiehlt der Erwachte den Menschen – und vor allem den Mönchen –, die Sinnensucht nicht positiv zu bewerten und damit großzuziehen, sondern sich vor der Sinnensucht zu hüten.

Der religiöse Mensch, der die Gefahr der Sinnensucht und dadurch bedingt das Abgleiten in dunkle Art und dunkles Erleben fürchtet, hat durch Belehrung und bei sich selbst erfahren, dass alles Erlebte nicht tauglich ist, sich dabei niederzulassen und einzugewöhnen, weil es bald wieder vergeht und darum Schmerzen bringt. Aber die Sinnensucht können wir nicht so einfach abtun, weil wir aus vielen Sinnendingen unsere Freude beziehen. Da empfehlen nun der Erwachte und andere Religionslehrer, Freude aus der Erhellung des Herzens zu gewinnen, den Willen auf Hochherzigkeit, Liebe und Schonen zu richten, sich zu bemühen, die Bedürfnisse der Mitwesen ebenso mitzubedenken und nachzuempfinden wie die eigenen, ja, den Unterschied zwischen sich und anderen immer wieder gedanklich aufzuheben in dem Wissen: Alles, was mir begegnet, ist Ernte meines Wirkens, ist meine unbewältigte Vergangenheit, ist die Gespaltenheit meines Herzens in Ich und Welt. Indem sich der Übende übt, mit den anderen mitzuempfinden (*metta*), fühlt er sich zu Nachsicht und Schonen/Erbarmen (*karunā*) gedrängt, will dem anderen wohltun, nicht wehtun.

Einer, der sein Herz dahin gebracht hat, dass er, wo immer er an Lebewesen denkt, auf deren Anliegen achtet, schonend und fürsorglich an sie denkt und bei Begegnungen mit ihnen so umgeht, dem erscheint alles eigene weltliche Anliegen blass und unbedeutend. Er erfüllt Herz und Gemüt mit liebevollen, schonenden, nicht messenden Gedanken – und die egoistischen, selbstsüchtigen Gedanken und Empfindungen – verdrängt Habsucht, Abneigung bis Hass, Zorn, Neid – schwinden.

So wie beim Goldwaschen – Gleichnis des Erwachten (A III 102-103) – durch das Herauslesen der Fremdkörper allmählich der Goldgehalt immer mehr zum Vorschein kommt, der Glanz des Goldsands immer mehr erkennbar wird, so auch verändert, erhöht und erhellt sich beim so sich Üben das Herz und damit das innere Grundgefühl, die innere Stimmung, die Gemütsverfassung. Er beginnt, das helle Herz als die Quelle weltunabhängigen Wohls zu entdecken. Im Lauf der Jahre hat er immer deutlicher erfahren, dass nicht dieser Körper und nicht diese Welt, sondern diese seine entdeckte still-heitere Gemütsstimmung, das helle Grundgefühl, der Träger seiner Existenz ist. Er merkt, dass diese Gemütsstimmung gar nicht durch den Körper besteht und auch nicht durch die Sinneseindrücke, sondern immer nur durch die Beschaffenheit des Herzens, also durch seine Eigenschaften bedingt ist.

Ein solcher bedarf zwar noch äußerer Dinge, aber ihm selber ist schon ohne Berührung mit den Dingen wohler. Und wenn ihm von außen Übles begegnet und er noch Gegenwendung gegen den Verursacher empfindet, dann hebt er diesen Augenblick der Verdunkelung auf durch gute, hochsinnige Gedanken oder durch hellen Gleichmut. Wenn Hass, Rohheit stärker abgenommen haben, wenn harte, raue Begegnungen kaum noch vorkommen und, wenn sie einmal aufkommen, schnell wieder abgetan sind, so dass bald ein feiner, heller Gleichmut wieder vorwiegt, dann lebt ein solcher vorwiegend in wohlwollenden Gedanken. Dadurch erwächst ihm ein Grundfrieden, eine innere Helligkeit, ein positives Selbsturteil aus Reuelosigkeit oder das Abnehmen des negativen Selbsturteils. Die innere Helligkeit nimmt dann solche Grade an, dass sie stärker die Aufmerksamkeit auf sich zieht. Ihm ist zu solchen Zeiten bei sich selber wohl, er merkt beglückt: Er braucht die Außendinge nicht mehr zu seinem Wohl. Ein feiner Geschmack ist in ihm aufgekommen, der mehr und mehr alle Aufmerksamkeit auf sich zieht. Durch diesen Hinblick auf das innere Wohl wird immer weniger und schließlich nichts mehr durch die Sinne hereingenommen. Zu einer solchen Zeit ist er

durch das starke innere Wohl der belastenden Welt der Sinne entrückt, und es mag sein, dass er zu dieser Zeit die erste weltlose Entrückung (*jhāna*) gewinnt.

Die dadurch empfundene Glückseligkeit wird so durchdringend und alles ausfüllend, dass dadurch das normale Körpergefühl zurücktritt, immer weniger bemerkt wird bis zum völligen Vergessen. Mit dem völligen Vergessen des Leibes und seiner Sinnesdränge setzt ein stilles, alles beherrschendes, machtvolles Wohl ein, und in der sammelnden Gewalt dieses seligen Wohls gewinnt das Herz vollkommenen Frieden. In diesem Frieden sind alle Wünsche vergessen, als seien sie nie gewesen, ist alles Ich vergessen, als sei es nie gewesen, und ist alle Weltlichkeit vergessen, als sei sie nie gewesen. Es ist der erste Grad der Erfahrung eines aus aller Weltlichkeit entrückten überweltlichen Wohls. Und dieses Wohl, sagt der Erwachte, ist positiv zu bewerten, *zu pflegen, zu entfalten, groß-zuziehen. Vor ihm hat sich der Übende nicht zu hüten.*

In D 9 wird gefragt: Woher kommt die Wahrnehmung? Der Erwachte antwortet: *Durch Übung geht Wahrnehmung auf und geht sie unter.* Durch Übung wird das Herz geändert. Aus geläutertem Herzen geht geläuterte Wahrnehmung hervor. Gefühl und Wahrnehmung sind Auswirkungen des Herzens.

In der inneren Beseligung der weltlosen Entrückungen ist gar kein Körper treffbar, da ist auch keine Welt, die den Körper treffen kann. Die graduelle Entlastung, Stillung, Beruhigung besteht in dem graduellen Vergessen der auf dem Menschen zeit seines Lebens mit dem Körper unbewusst lastenden Angst. Im vollendeten Frieden gibt es kein Berührungsgefühl mehr, keinen Reiz mehr, keine Gier mehr und damit keine Problematik, keine Sorge, keine Angst – sondern Frieden. In den weltlosen Entrückungen sind keine Sinneseindrücke, nur seliges Wohl wird genossen. Darum werden die weltlosen Entrückungen als ein Frieden bezeichnet, der nicht schon das vollkommene Heil ist, aber eine Vorwegnahme des Heils. Die weltlosen Entrückungen nennt der Erwachte das Wohl der Erwachung.

Der Mönch, der den Körper von den Sinnendingen fernhält und der durch die Entrückungen den letzten feinsten Durst ausgetrieben und ausgeglüht hat, kann nun im höchsten geistigen Sinn alle Beschränkungen aufheben, Raum und Zeit durchbrechen in einem unvergleichlichen Wissen, in einer unvergleichlichen Klarsicht, mit welcher sich die endgültige Ablösung von allem Bedingten, Gebrechlichen, Bedrängenden vollzieht: die Erlösung, die endgültige Erlösung des schmerzlichen, seelenlosen und sinnlosen, durch die Triebe bedingten Brandes, das Nirvāna. Damit ist der Herzensfriede vollkommen.

#### 4. Nicht heimlich über andere sprechen und andere nicht bloßstellen

*Man möge (über einen abwesenden Dritten) nicht heimlich reden und (einen Anwesenden) vor anderen/öffentlich nicht bloßstellen. Das ist gesagt worden. Und warum ist das gesagt worden?*

*Wenn man von einer heimlichen Rede weiß, dass sie nicht der Wirklichkeit entspricht, unwahr ist, unheilsam ist, dann möge man diese heimliche Rede auf keinen Fall sagen. Weiß man aber von einer heimlichen Rede, dass sie der Wirklichkeit entspricht, wahr, aber unheilsam ist, dann möge man bestrebt sein, sie nicht zu sagen. Weiß man dagegen von einer Rede, dass sie der Wirklichkeit entspricht, wahr und heilsam ist, dann mag man sie sagen, wenn man den richtigen Zeitpunkt dafür kennt.*

*Man möge (einen Anwesenden) vor anderen/öffentlich nicht bloßstellen.<sup>227</sup> Wenn man von einer den anderen bloßstellenden Rede weiß, dass sie nicht der Wirklich-*

---

<sup>227</sup> *khīnam* wtl. zerstören, gemeint ist wohl „sein Ansehen, seinen Ruf zerstören“



*keit entspricht, unwahr ist, unheilsam ist, dann soll man die Rede auf keinen Fall sagen. Weiß man aber von einer bloßstellenden Rede, dass sie der Wirklichkeit entspricht, wahr, aber unheilsam ist, möge man bestrebt sein, sie nicht zu sagen. Weiß man dagegen von einer bloßstellenden Rede, dass sie der Wirklichkeit entspricht, wahr und heilsam ist, dann mag man sie sagen, wenn man den richtigen Zeitpunkt dafür kennt.*

*Man möge (über einen abwesenden Dritten) nicht heimlich reden und (einen Anwesenden) vor anderen/öffentlich nicht bloßstellen. Wurde das gesagt, so wurde es darum gesagt.*

Nicht heimlich über andere sprechen

Das Unterlassen der hier genannten heimlichen Rede über einen Abwesenden hat der Erwachte als Tugendregel aufgenommen: Wenn einer eine heimliche Rede führt und sie ist unwahr, entspricht nicht der Wirklichkeit, so ist das eine trügerische, verleumderische Rede:

*Trügerische, verleumderische Aussagen über Worte oder Taten anderer hat er verworfen, der Verleumdung widerstrebt sein Wesen. Die Wahrheit spricht er, der Wahrheit ist er ergeben, standhaft, vertrauenswürdig, ohne von weltlichen Interessen bewogen, zu verleumden oder zu täuschen.*

Wenn einer heimlich über einen anderen spricht, und was er sagt, ist wahr, und er sagt es, um Zwietracht zu stiften, so ist es Hintertragen:

*Das Hintertragen hat er aufgegeben. Dem Hintertragen widerstrebt sein Wesen. Was er hier gehört hat, das berichtet er nicht dort wieder, um jene zu entzweien, was er dort gehört hat, das berichtet er nicht hier wieder, um diese zu entzweien.*

*Vielmehr einigt er Entzweite, festigt Verbundene. Eintracht macht ihn froh, Eintracht freut ihn, Eintracht beglückt ihn, Eintracht fördernde Worte spricht er.*

Um einer auf Wohlwollen fußenden Eintracht willen redet man nicht heimlich über andere und richtet vor allem die gehörten ungunen, die Eintracht gefährdenden Worte, die oft mehr oder weniger unbesonnen oder aus augenblicklichen Empfindungen gesprochen wurden, nicht aus.

Das Pāliwort für Hintertragen *pisuna* wird erklärt mit „backbiting“, „hinter dem Rücken beißen“, von hinten anfallen, hinterrücks schädigen. Das im ähnlichen Zusammenhang gebrauchte Pāliwort *pitthi-mamsika* bedeutet wörtlich „in den Rücken beißen“. Es ist mit diesem Wort gemeint, dass man hinter dem Rücken eines anderen über ihn redet, den Abwesenden herabsetzt. Der Wortlaut dieser Tugendregel richtet sich gegen die herabsetzende Rede über einen Menschen gegenüber Dritten und die daher kommende Zwietracht.

Die heimliche Rede über den anderen ist meistens eine ungunte Form von Anerkennungsbedürfnis, gepaart mit Überhebung: „So schlecht sind die anderen, und so viel besser bin ich“ – so denkt man. Je mehr man außen Fehler entdeckt, desto stolzer wird man auf sich und desto mehr gefällt man sich darin zu denken, man selber habe doch mindestens sehr viel weniger Fehler als andere. Indem man so das Schlechte außerhalb seiner selbst aufdeckt, schürt man die Ablehnung gegen die „Bösen“, reizt sein Gegenüber auf gegen den Dritten.

Wenn der Schmeichler uns ins Gesicht Gutes sagt, aber hinter unserem Rücken schlecht über uns redet, nennt der Erwachte diesen den gefälligen Jasager, der ein Feind ist, welcher sich als Freund ausgibt (D 31). Besonders eindrucksvoll schildert der Erwachte dessen Wesen:

*Was da, ihr Mönche, der andere an Fehlern besitzt, das enthüllt der schlechte Mensch selbst ungefragt. Wie erst, wenn er gefragt wird? Ausgeforscht und zur Rede gestellt, berichtet er,*

*ohne etwas auszulassen oder zu übergehen, vollständig und ausführlich die Fehler des anderen. Den, ihr Mönche, hat man als schlechten Menschen zu betrachten.*

*Weiter sodann, ihr Mönche, was der andere an Vorzügen besitzt, das enthüllt der schlechte Mensch nicht, selbst wenn er gefragt wird. Wie erst, wenn er nicht gefragt wird? Selbst wenn er ausgeforscht und zur Rede gestellt wird, berichtet er, indem er auslässt und übergeht, unvollkommen und unausführlich die Vorzüge des anderen. Den, ihr Mönche, hat man als schlechten Menschen zu betrachten.*

Der Erwachte nennt es also geradezu ein Kennzeichen des schlechten Menschen, dass er beim Gespräch über Abwesende die Neigung hat, dem anderen zuerst die schlechten Seiten des Nächsten zu nennen, zur Rechenschaft gezogen, nennt er dann zögernd auch mehr oder weniger die guten Seiten.

Zum rücksichtslosen, unbedachten Hintertragen gehört es auch, dass man vage Gerüchte, mit oder ohne Angabe der Unsicherheit, weitergibt. Man sagt, ein Dritter solle dies oder jenes getan oder gesagt oder unterlassen haben. Und warum sagt man das? Um mit seiner Allwissenheit zu prahlen. Und die Folge ist auch hier: Zwietracht; denn „etwas bleibt immer hängen“. Der vielleicht bisher arglose Hörer nimmt jetzt die Möglichkeit, das Gerücht könne wahr sein, in all sein Beurteilen über den anderen auf, er wird dem Menschen, über den gesprochen wurde, jetzt mit mehr Misstrauen begegnen als vorher, wird leichter geneigt sein, gute Ansätze, Bemühungen des anderen um Versöhnung und Eintracht zu übersehen, den anderen dadurch zurückzustoßen in Bitternis oder Protest, so dass er dann sagt: „Es hat ja doch keinen Zweck“, und seine Versuche, den anderen entgegenzukommen, sich zu ändern und zu bessern, einstellt. So trägt oft das an sich nicht unwahre Reden der anderen mit dazu bei, dass der Mensch, über den geredet wurde, immer stärker so wird, wie man über ihn spricht.

Einen Anwesenden vor anderen/öffentlich nicht bloßstellen

Je selbstloser jemand wird, desto deutlicher sieht er auch die Wurzeln des Unfriedens und desto klarer erkennt er die Auflösungsmöglichkeiten und desto stärker wird sein Mitempfinden. Mancher schwache Mensch, der aus negativen Trieben gelebt hatte, hat Mut und Freude zu neuem Aufschwung erlangt, weil ein liebender Mensch weniger über seine schlechten Seiten als über seine guten sprach, dass ihm die Umgebung weniger misstrauisch entgegenkam, dass einer zaghaften Bitte um Verzeihung oder um Vergessen entsprochen wurde, dass man ihm eine Chance gab – und siehe: Eines Tages war er so geworden, mit vielen guten und wenig schlechten Seiten – wie die Gewichtsverteilung in der Rede eines liebevollen, guten Menschen war. Denn zur ganzen Wahrheit über einen Menschen gehört auch, dass man berücksichtigt: Der Mensch ist nichts Starres, sondern er kann sich zum Guten oder zum Schlechten hin ändern. Viel kann davon abhängen, wie ihm seine Umgebung begegnet. Und darauf, wie sie ihm begegnet, hat die Rede über den betreffenden Menschen großen Einfluss. So sagt auch *Jean Paul*:

*Wer an das Gute im Menschen glaubt,  
der bewirkt das Gute im Menschen.*

Der Erwachte sagt in Bezug auf die heimliche Rede wie auf die offene Rede: Eine Rede kann

1. wahr oder unwahr sein,
2. heilsam sein oder unheilsam.

In M 58 nennt der Erwachte noch ein drittes Kriterium:

3. für den Hörer angenehm oder unangenehm.

Das Wichtigste von allen Dreien ist, dass die Rede heilsam ist. Der Erwachte sagt, dass er Worte kenne, von denen er wisse, dass sie der Wirklichkeit entsprechen, also wahr sind, aber unheilsam seien. Nicht alles Wahre ist zugleich heilsam. Es gibt Wahrheiten, die nicht gesagt werden sollten, weil sie eben

für den Betreffenden unheilsam sind. Er kann durch die wahre Rede abgestoßen, verstört, eigensinnig, depressiv werden.

Was wäre eine den anderen bloßstellende Rede, die heilsam ist? Eine solche nennt der Erwachte nur zwischen Mönchen. Wenn ein älterer Mönch zum Beispiel in einer Ordensversammlung einen anderen Mönch ermahnt, so mag das in speziellen Fällen für den Betreffenden heilsam sein, ein Ansporn, das jeweilige Üble nicht wieder zu tun. So heißt es in M 104:

*Da tadelt ein Mönch einen anderen Mönch für dieses oder jenes schwerwiegende Vergehen, das Ordensausschluss zur Folge hat oder an Ordensausschluss grenzt: Erinnert sich der Ehrwürdige, ein so schwerwiegendes Vergehen begangen zu haben, das Ordensausschluss zur Folge hat oder an Ordensausschluss grenzt? – Und er sagt: Bruder, ich erinnere mich nicht daran, dieses oder jenes schwerwiegende Vergehen, das Ordensausschluss zur Folge hat oder an Ordensausschluss grenzt, begangen zu haben. – Ungeachtet der Leugnung hakt er weiter nach: Sieh doch, Ehrwürdiger, besinne dich nur genau, ob du dich nicht doch erinnerst, dieses schwerwiegende Vergehen, das Ordensausschluss zur Folge hat oder an Ordensausschluss grenzt, begangen zu haben. – Er aber sagt: Ich erinnere mich nicht, Bruder, dieses schwerwiegende Vergehen, das Ordensausschluss zur Folge hat oder an Ordensausschluss grenzt, begangen zu haben. Aber ich erinnere mich, dieses oder jenes geringfügige Vergehen begangen zu haben. – Ungeachtet der Leugnung hakt er weiter nach: Sieh doch, Ehrwürdiger, besinne dich nur genau, ob du dich nicht doch erinnerst, dieses schwerwiegende Vergehen, das Ordensausschluss zur Folge hat oder an Ordensausschluss grenzt, begangen zu haben. – Darauf sagt er: Bruder, ungefragt habe ich zugegeben, dieses geringfügige Vergehen begangen zu haben, warum sollte ich nicht zugeben, dieses schwerwiegende Vergehen begangen zu haben, das Ordensausschluss zur Folge hat oder an Ordensausschluss grenzt, wenn ich danach gefragt werde! – Der andere sagt:*

*Bruder, wenn du nicht gefragt worden wärest, hättest du nicht zugegeben, dieses geringfügige Vergehen begangen zu haben; also, warum solltest du zugeben, dieses schwerwiegende Vergehen, das Ordensausschluss zur Folge hat oder an Ordensausschluss grenzt, begangen zu haben, wenn man dich danach fragte? Sieh doch, Ehrwürdiger, besinne dich nur genau, ob du dich nicht doch erinnerst, dieses schwerwiegende Vergehen, das Ordensausschluss zur Folge hat oder an Ordensausschluss grenzt, begangen zu haben. – Er sagt: Bruder, ich erinnere mich daran, dieses schwerwiegende Vergehen, das Ordensausschluss zur Folge hat oder an Ordensausschluss grenzt, begangen zu haben....–*

Vor einer großen Zuhörerschaft solcherart in die Enge getrieben zu werden und schließlich nicht anders zu können als zuzugeben „Ich habe mich falsch verhalten“ ist eine sehr peinliche Bloßstellung. Aber einem Mönch, der weiß, dass da kein zu achtendes, wertvolles Ich zu schützen und zu verteidigen ist, fällt es leichter hinzunehmen als jedem anderen. Und die Ermahnung mag ihm eine Hilfe sein für sein weiteres Vorwärtsgen. – Aber im Allgemeinen ist die Bloßstellung vor anderen für den Betroffenen schmerzlich und unheilsam, weckt Minderwertigkeitsgefühle, Rache-, Vergeltungsgefühle bei dem Bloßgestellten. Darum ist es so wichtig, dass man einem anderen einen Fehler nicht vor anderen sagt. Wenn man jedoch glaubt, es sei heilsam, einen anderen auf einen Fehler aufmerksam zu machen, dann soll man den rechten Zeitpunkt dafür wählen und ihm dies möglichst nicht im Beisein von anderen mitteilen. Der vom Erwachten Belehrt achtet auf die rechte Zeit, Heilsames zu sagen. Und warum? Weil er mit dem anderen Mitempfinden hat. Und dieses Mitempfinden, das ihn zu heilsamer Rede zu rechter Zeit veranlasst, bringt ihm den inneren Frieden, die Gewissheit, den anderen so gut es geht, geschont zu haben. Selbst wenn sein Bemühen erfolglos bleiben sollte, so weiß er, dass er sich in rechter Weise bemüht hat.

## 5. Ohne Eile sprechen

*Man möge ohne Hast sprechen, nicht eilig. Das ist gesagt worden. Und warum ist das gesagt worden? Wer da, ihr Mönche, hastig spricht, ermüdet den Körper und das Herz wird erregt, die Stimme überanstrengt sich und der Hals wird heiser, und die Rede von einem, der hastig spricht, ist undeutlich und schwer zu verstehen.*

*Wer da, ihr Mönche, nicht hastig spricht, ermüdet den Körper nicht und das Herz wird nicht erregt, die Stimme überanstrengt sich nicht, der Hals wird nicht heiser und die Rede von einem, der nicht hastig spricht, ist deutlich und gut zu verstehen.*

*Man möge ohne Hast sprechen, nicht eilig. Wurde das gesagt, so wurde es darum gesagt.*

Der Erwachte, der Kenner der seelisch-geistigen Zusammenhänge, rät dem Menschen, sich nicht zu schlaff und nicht zu straff anzuspannen, dass er zwar ohne Rast, aber auch ohne Hast vorwärts streben solle, dass er *nach und nach, allmählich und zur rechten Zeit des eigenen Herzens Flecken auslöschen* soll. Ein diesem Rat Folgender geht aufmerksam/bedachtsam vor. So wie er sich in seinem Verhalten sich selber gegenüber nicht überanstrengt, so überanstrengt er sich auch nicht in der Rede.

Ein schnell Redender folgt eiligen Gedanken. Eilige Gedanken werden oft nicht genügend rundherum mit allen Folgerungen bedacht. Der Redende vergisst leicht, etwas Wichtiges zum Thema Gehöriges zu erwähnen. Ein paar Sätze weiter mag es ihm einfallen, aber in dem eiligen Fluss seiner Rede ist er bereits bei einem anderen Thema, das Vergessene würde nun nicht mehr passen. So wird das Herz nicht nur durch das Redetempo unruhig, nervös und verspannt, sondern zusätzlich noch durch begleitende eigene Kritik.

Ein hastig Redender hat auch gar nicht die Zeit, auf die Zuhörer zu achten, evtl. Einwände der Zuhörer und Unklarheiten zu bemerken und darauf einzugehen, er hat genug damit zu tun, seinen schnellen Redefluss in Gang zu halten und seine Kräfte beisammen zu halten, gegen Husten und Heiserkeit anzukämpfen. Das alles macht seine Rede für die Zuhörer undeutlich und schwer zu verstehen. Die Zuhörer müssen sich anstrengen, seinen schnellen Gedankengängen zu folgen, und nach einiger Zeit lässt ihre Aufmerksamkeit nach. Der Schnellredner erschöpft seine Körperkräfte und die Aufnahmebereitschaft seiner Zuhörer. Er ist selber nicht im inneren Frieden und vermittelt auch den Zuhörern keinen Frieden, vielmehr überträgt sich seine Unruhe auf die Zuhörer.

Ganz anders der bedachtsam und ruhig Sprechende, der auch mal eine Pause macht, in der die Zuhörer zu Wort kommen können. Er hat Kontakt mit den Zuhörern und spricht auf sie eingehend, im Hinblick auf sie und auf sie Rücksicht nehmend. Er bedenkt ihre Anliegen und was sie verstehen und nicht verstehen könnten und passt seine Rede ihrem Verständnis an. Das ist einem Schnellredner unmöglich.

## 6. Nicht am Dialekt festhalten

*Man möge an dem (gewohnten) lokalen Dialekt nicht festhalten, sich über die andersartigen Bezeichnungen in anderen Gegenden nicht hinwegsetzen. Warum wurde das gesagt?*

*Wie hält man an dem (gewohnten) lokalen Dialekt fest und setzt sich über andersartige Bezeichnungen hinweg? Da wird, ihr Mönche, in einigen Gegenden das gleiche Ding ein Teller, eine Schüssel, ein Gefäß, eine Tasse, eine Pfanne, ein Topf, eine Kanne genannt. Wie es also in dieser oder jener Gegend auch immer genannt wird, an diesem Begriff hält er sich hartnäckig fest, klammert sich an ihn: „Nur dies ist richtig,*



*alles andere ist falsch.“ So kommt es, dass einer an dem (gewohnten) Dialekt festhält und sich über den jeweiligen Sprachgebrauch in anderen Gegenden hinwegsetzt.<sup>228</sup>*

*Und wie, ihr Mönche, hält man an dem (gewohnten) lokalen Dialekt nicht fest und setzt sich nicht über andersartige Bezeichnungen hinweg? Da wird in einigen Gegenden das gleiche Ding ein Teller, eine Schüssel, ein Gefäß, eine Tasse, eine Pfanne, ein Topf, eine Kanne genannt. Wie es also in dieser oder jener Gegend auch immer genannt wird, da denkt er: „Dies nun nennen diese Ehrwürdigen in Bezug darauf so“, und entsprechend spricht er auch, ohne sich an einen Begriff zu klammern.*

*Man möge an dem (gewohnten) lokalen Dialekt nicht festhalten, sich über die andersartigen Bezeichnungen in den einzelnen Gegenden nicht hinwegsetzen. Wurde das gesagt, so wurde es darum gesagt.*

Die Mönche wanderten viel, trafen in ihnen unbekanntem Gegenden auf andere Dialekte, auf ihnen unbekannte Worte und mussten diese lernen und benutzen, um sich mit den Menschen zu verständigen. Wer da an seinen gewohnten Ausdrücken festhielt: „Nur dies ist richtig, alles andere ist falsch“ in dem Sinn von „dies kenne ich, dies ist mir vertraut, alles andere kenne ich nicht, mag es darum nicht, kümmere mich einfach nicht darum“, der mochte in manche Schwierigkeiten und Missverständnisse geraten und darum Ablehnung der anderen

---

<sup>228</sup> K.E.Neumann, Erstübersetzer der Lehrreden des Buddha Ende des 18. Jahrhunderts, hat in Ermangelung eines umfassenden Wörterbuchs diesen Rat des Buddha falsch verstanden. Er gibt diese Stelle wieder mit den Worten: „Was die Leute zu sagen belieben, keiner Beachtung würdigen, den Namen nicht überschätzen. Da wird man in manchen Gegenden ‚Behüter...Gesindel‘ genannt.“

erfahren. Er benutzte die Sprache nicht als ein Hilfsmittel zur Verständigung mit den Menschen der unterschiedlichen Gegenden, sondern klammerte sich fest an das Gewohnte. So war er nicht offen für sie, sondern versteifte sich, mit den Folgeerscheinungen inneren und äußeren Unfriedens.

Jegliches Festhalten – und sei es das Festhalten an gewohnten Bezeichnungen von alltäglichen Gebrauchsgegenständen – und die positive Bewertung dieses Festhaltens setzt den Festhaltenden in Gegensatz zu seiner Umwelt, anstatt dass er sich den ihm Begegnenden liebevoll zuwendet, wozu Verständigungsbereitschaft und Offenheit die Voraussetzung bilden, um damit inneren und äußeren Unfrieden zu verhindern.

Diese scheinbaren Äußerlichkeiten, nicht hastig reden, nicht sich an den vertrauten Alltagsausdrücken anklammern, sind Folgeerscheinungen davon, dass der Nachfolgende noch kein inneres Wohl gefunden hat. Ein Mensch mit innerer Herzshelligkeit und innerer beseligender Freude oder gar Gleichmut kann nicht hastig reden und kann nicht an sinnlich Wahrgenommenem, wie Sprachgewohnheiten, festhalten. Aber der Erwachte lenkt die Aufmerksamkeit des Übenden auch auf dieses äußere Verhalten: Hastiges Sprechen und keine Verständigungsbereitschaft sind wie noch manche andere Unfrieden schaffende Verhaltensweisen oft Hindernisse, die den Weg zum Herzensfrieden versperren.

Im Folgenden fasst der Erwachte das zum Unfrieden und zum Frieden führende Wirken noch einmal zusammen:

#### 7. Zusammenfassung des Unfrieden und Frieden schaffenden Wirkens

*Dem sinnlichen Wohl sich hingeben, ihr Mönche, dem niedrigen, gewöhnlichen, weltlichen, nicht heilenden, keinen Gewinn bringenden, ist ein leidvoller Zustand, voll Schmerzen, Behinderung und Qual, ist falsches Vorgehen. Darum ist dies ein Unfrieden schaffendes Wirken.*

*Dem sinnlichen Wohl sich nicht hingeben, dem niedrigen, gewöhnlichen, weltlichen, nicht heilenden, keinen Gewinn bringenden, ist ein Zustand ohne Leiden, ohne Schmerzen, Behinderung und Qual, ist ein rechtes Vorgehen. Darum ist dies ein Frieden schaffendes Wirken.*

*Der Selbstqual sich hingeben, ihr Mönche, der leidvollen, nicht heilenden, keinen Gewinn bringenden, ist ein leidvoller Zustand, voll Schmerzen, Behinderung und Qual, ist falsches Vorgehen. Darum ist dies ein Unfrieden schaffendes Wirken.*

*Der Selbstqual sich nicht hingeben, ihr Mönche, der leidvollen, nicht heilenden, keinen Gewinn bringenden, ist kein leidvoller Zustand, ist nicht voll Schmerzen, Behinderung und Qual, ist rechtes Vorgehen. Darum ist dies ein Frieden schaffendes Wirken.*

*Da ist nun, ihr Mönche, der Mittlere Weg, den der Erwachte gefunden hat, auf dem man sehend und wissend wird, der zur Ebbing der Triebe und zu einem Wissen führt, das über menschliche Grenzen hinausgeht, zur Erwachung, zur Triebversiegung führt, ein Weg ohne Leid, ohne Schmerzen, Behinderung und Qual, ein rechtes Vorgehen. Darum ist dies ein Frieden schaffendes Wirken.*

*Aburteilen und Beurteilen und nicht die Wahrheit aufzeigen, ist ein leidvolles Vorgehen, voll Schmerzen, Behinderung und Qual, ist ein falsches Vorgehen. Darum ist dies ein Unfrieden schaffendes Wirken.*

*Weder aburteilen noch beurteilen, sondern nur die Wahrheit aufweisen, ist ein Vorgehen ohne Leiden, ohne Schmerzen, ohne Behinderung und Qual, ist ein rechtes Vorgehen. Darum ist dies ein Frieden schaffendes Wirken.*

*Sinnenwohl ist, ihr Mönche, kotiges Wohl, weltliches, nicht heilendes Wohl, ein leidvoller Zustand, voll Schmerzen, Behinderung und Qual, ist falsches Vorgehen. Darum ist dies ein Unfrieden schaffendes Wirken.*

*Dagegen ist das Wohl der Sinnensuchtfreiheit, das Wohl der Abgeschlossenheit, das Wohl der Ebbung der Triebe, das Wohl der Erwachung ein Vorgehen ohne Leiden, ohne Schmerzen, ohne Behinderung und Qual, ist rechtes Vorgehen. Darum ist dies ein Frieden schaffendes Wirken.*

*Heimliche Rede (über einen abwesenden Dritten), die nicht der Wirklichkeit entspricht, unwahr ist, ist ein leidvolles Vorgehen, voll Schmerzen, Behinderung und Qual, falsches Vorgehen. Darum ist dies ein Unfrieden schaffendes Wirken.*

*Dagegen ist heimliche Rede (über einen abwesenden Dritten), die der Wirklichkeit entspricht, wahr ist und heilsam ist, kein leidvolles Vorgehen, nicht voll Schmerzen, Behinderung und Qual, rechtes Vorgehen. Darum ist dies ein Frieden schaffendes Wirken.*

*Wenn eine Rede, die (einen Anwesenden) vor anderen/öffentlich bloßstellt, nicht der Wirklichkeit entspricht, unwahr und unheilsam ist, so ist das ein leidvolles Vorgehen, voll Schmerzen, Behinderung und Qual, falsches Vorgehen. Darum ist dies ein Unfrieden schaffendes Wirken.*

*Wenn dagegen eine Rede, die (einen Anwesenden) vor anderen/öffentlich bloßstellt, der Wirklichkeit entspricht, wahr und heilsam ist, so ist das ein Vorgehen ohne Leiden, ohne Schmerzen, ohne Behinderung und Qual, rechtes Vorgehen. Darum ist dies ein Frieden schaffendes Wirken.*

Nur wenige Fälle kann man sich denken, in denen es heilsam ist, wenn man heimlich und andere bloßstellend redet. Heilsame heimliche Rede, die Abwesenden hilft, wäre es z.B. wenn ein Todkranker einen Freund bittet, einem ihm lieben Zurückbleibenden beizustehen oder wenn man, um Eintracht zu fördern, heimlich – in Abwesenheit des Betreffenden – Gutes über ihn berichtet.

Noch schwieriger ist es, an Fälle zu denken, in denen Bloßstellen vor anderen heilsam sein soll. Nach den Lehrreden scheint dies nur unter gleichstrebenden Ordensbrüdern angebracht oder dort, wo ein Geheilte das Herz des anderen erkennt, also weiß, dass nur durch die aufsteigende Scham des Bloßgestellten der Panzer der Uneinsichtigkeit oder des Bösen aufgebrochen werden kann. So bezeichnete der Erwachte vor der Mönchsgemeinde und dem König Bimbisāro den Mönch Devadatto als Unwürdigen, dem Almosen, Ehre und Anerkennung zu seinem eigenen Verderb erwachsen seien (A IV,68), und sagte, dass er der Hölle verfallen sei (M 58). Auch bezeichnete er Mönche mit falscher Anschauung vor der Mönchsversammlung als Toren, die im Orden Brand stiften (M 22).

*Hastig und eilig sprechen ist ein leidvolles Vorgehen, voll Schmerzen, Behinderung und Qual, falsches Vorgehen. Darum ist dies ein Unfrieden schaffendes Wirken.*

*Nicht hastig und eilig sprechen, ihr Mönche, ist kein leidvolles Vorgehen, ist nicht voll Schmerzen, Behinderung und Qual, ein rechtes Vorgehen. Darum ist dies ein Frieden schaffendes Wirken.*

*An dem (gewohnten) lokalen Dialekt festhalten, sich über den Sprachgebrauch in anderen Gegenden hinwegsetzen, ist ein leidvolles Vorgehen, ist voll Schmerzen, Behinderung und Qual, falsches Vorgehen. Darum ist dies ein Unfrieden schaffendes Wirken.*

*An dem (gewohnten) lokalen Dialekt nicht festhalten, sich über den Sprachgebrauch in anderen Gegenden nicht hinwegsetzen, ist kein leidvolles Vorgehen, ist nicht voll Schmerzen, Behinderung und Qual, ist ein rechtes Vorgehen. Darum ist dies ein Frieden schaffendes Wirken.*

*Darum, ihr Mönche, Unfrieden schaffendes Wirken wollen wir verstehen und Frieden schaffendes Wirken. Haben wir Unfrieden schaffendes Wirken verstanden und Frieden schaffendes Wirken, dann werden wir den Weg einschlagen, der zu Frieden schaffendem Wirken führt. So habt ihr euch, ihr Mönche, zu üben. Subhūti nun, ihr Mönche, ein Sohn aus guter Familie hat den Weg eingeschlagen, der zu Frieden schaffendem Wirken führt.*

*So sprach der Erhabene. Erhoben und beglückt waren die Mönche über die Rede des Erhabenen.*

## 8. Subhūti, der Friedvolle

Den Hinweis auf Subhūti hat K.E. Neumann nicht mitübersetzt, wahrscheinlich weil er nach seiner Vermutung für den Leser, der Subhūti nicht kennt, ohne Belang sei.

Wer war Subhūti? Wie aus den von Hellmuth Hecker zusammengestellten Lebensläufen hervorgeht, war er der jüngere Bruder Anāthapindikos, des großen Spenders. Subhūti wurde von dem Erwachten als der Mönch bezeichnet, der an der Spitze derer stand, die „im Frieden verweilten“ und derer, die „der Gaben würdig“ seien. Er empfand, wie der Erwachte auch von sich berichtet (A III,63), befreit von Sinnensucht und Antipathie bis Hass, leicht die Entrückungen und Strahlungen gewinnend, in jeder Körperstellung, gehend, stehend, sitzend, liegend, himmlisches Wohl. Er umfasste die ganze Welt voll Liebe, sei es bei Sonne oder im Regen, empfand die Welt als kein störendes Gegenüber mehr. Diese Fähigkeit machte ihn

wahrhaft friedvoll. – Jeder Geheilte ist der Gaben würdig. Aber unter den Geheilten gibt es sehr unterschiedliche Menschen im Hinblick darauf, wie sie auf andere wirken. Ähnlich wie Ānando wirkte Subhūti sehr gewinnend auf die Menschen, er zog sie durch seine Gemütsverfassung zum brahmischen Zustand. Wo immer er auftauchte, sprach er die besten Qualitäten der Geber an – darum war er der Gaben würdig. Er wirkte durch sein Vorbild, nicht durch Belehrungen.

*Hellmuth Hecker* schreibt über Subhūti:

*Es heißt, dass König Bimbisāro ihm eines Tages ein Kloster versprach, es dann aber im Trubel der Regierungsgeschäfte vergaß. Zu jener Zeit blieb plötzlich der Monsunregen aus. Man war ratlos und aufgeregt. Schließlich fand man heraus, dass Subhūti im Freien saß und dort in der Vertiefung weilte. Die Götter aber ließen so lange nicht regnen. Statt „es regnet“, sagen die Inder „die Götter lassen regnen (deve vassanti). Der Erwachte sagt (A III,56), dass die Götter dann den ersehnten Regen verweigern, wenn die Menschen schlechter werden. Dies Wissen um die eigentlichen Zusammenhänge zwischen den Naturvorgängen und der Moral ist uns heute abhanden gekommen. Darum mutet uns jene Erzählung wie ein Märchen an, wonach es heißt, dass der Regen sich wieder einstellte, als der König Subhūti ein Kloster erbaute.*

*Vielleicht hat Subhūti den einzigen Vers, der von ihm überliefert ist und als erster in den „Liedern der Mönche“ aufgeführt ist, aus diesem Anlass gesprochen:*

*Die Hütte hier, dem Winde wehrend, schützt mich gut.*

*Die Götter lassen regnen, sei es drum.*

*Mein Herz ist gut geeint, befreit durch ernstes Mühn.*

*Die Götter lassen regnen. (Thag 1)*

DIE DARLEGUNG DER SECHS GEGEBENHEITEN  
140. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

So wie die alten Juden den Messias ersehnten, so ging durch Asien immer wieder die Hoffnung, dass ein Erwachter erscheine. Als der Buddha zu lehren begonnen hatte, da ging durch Indien der Ruf, endlich sei einer erschienen, der den Daseinswahn durchschaut habe, aus dem Traum erwacht sei. Es ist überliefert, dass bei dem Bericht eines indischen Zeitgenossen über den Erwachten sein Zuhörer ergriffen aufhorchte, als er auch nur das Wort „Buddha“ vernommen hatte:

„*Der Erwachte sagst du . . .*“ (S 10,8)

Es war eine tiefe Sehnsucht unter den Menschen, die merkten, dass sie im Wahn lebten, und nun einen Ausweg suchten. Von einem so hochsinnigen Wahrheitssucher namens Pukkusāti<sup>229</sup> berichtet diese Lehrrede. Er verließ seine Heimat, um beim Erwachten das Asketenleben zu führen.

Auf seiner Wanderung übernachtete er bei gastfreundlichen Dorfbewohnern. Eines Abends erhielt er in einer Töpferei Unterkunft. Der Erwachte bat ebenfalls den Töpfer um Unterkunft.

*So hab ich's vernommen. Einst wanderte der Erhabene im Land Magadhā von Ort zu Ort und kam nach Rājagaha, begab sich zu Bhaggava, dem Töpfer, und sprach zu ihm:*

*Wenn es dir, Bhaggava, nicht ungelegen ist, bleiben wir über Nacht im Vorsaal. –*

*Es ist mir, o Herr, nicht ungelegen, doch ist ein Pil-*

---

<sup>229</sup> In der nachkanonischen Überlieferung heißt es, dass er König von Takasila in Kaschmir war. Er pflegte freundschaftliche Beziehungen mit König Bimbisāro von Magadhā, der Stromeingetretener geworden war. Bimbisāro schickte Pukkusāti eine goldene Platte, in die Texte des Buddha eingraviert waren. Davon war Pukkusāti so angesprochen, dass er auf sein Reich verzichtete und nach Sāvaththi als hausloser Pilger zog, um beim Erwachten Mönch zu werden.



*ger da, der schon sein Lager hier aufgeschlagen hat. Wenn es dem recht ist, mögt Ihr bleiben, o Herr, nach Belieben. –*

*Um diese Zeit nun war ein Sohn aus guter Familie, Pukkusāti mit Namen, um des Erhabenen willen, von Vertrauen bewogen, aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen. Der hatte im Vorsaal bei jenem Töpfer sein Lager schon aufgeschlagen. Da schritt nun der Erhabene an den ehrwürdigen Pukkusāti heran und sprach zu ihm: Wenn es dir nicht ungelegen ist, bleiben wir über Nacht im Vorsaal.*

Von außen gesehen sieht es wie Zufall aus, dass Pukkusāti hier dem Erwachten begegnet, zu dem er gerade unterwegs ist und den er noch weit entfernt glaubt. Aber wie aus Berichten über manche anderen Begegnungen ersichtlich ist, führt der Buddha solche Begegnungen mit Wahrheitssuchern herbei, um ihnen die Lehre darzulegen. Es heißt, dass er mit himmlischem Auge über die Welt blickte. Wenn er sah, dass einer fähig war, die Wahrheit aufzunehmen, dann wusste er ihn mit Hilfe seiner magischen Macht, seiner magischen Fähigkeiten auch über Entfernungen hinweg zu treffen.

Der Erhabene spricht Pukkusāti gleich mit „*bhikkhu*“ (*Mönch*) an, obwohl dieser äußerlich nicht als Mönch erkennbar war. Es ist das einzige Mal in den überlieferten Reden, dass der Erwachte einen Menschen, der noch nicht in seinen Orden aufgenommen ist, mit „Mönch“ anredet. Pilger anderer Richtungen wurden *sāmanas* oder *brahmanas* genannt. Daran zeigt sich, dass er diesen Pilger schon zum Orden zählte. Pukkusāti selber spürt das nicht, er spricht den Erwachten mit „Bruder“ an. Der Buddha ist für ihn einer von vielen, die er unterwegs schon getroffen hat. Und er antwortet mit der Sachlichkeit derer, deren Sinn auf Höheres gerichtet ist als auf das angenehm oder unangenehm Berührtwerden durch menschliche Begegnung:

*Groß genug, Bruder, ist ja diese Halle. Bleibe der Ehrwürdige nach Belieben. –*

*Da trat nun der Erhabene in den Vorsaal des Töpfers ein, faltete an einer Wand die Strohmatte auseinander und setzte sich nieder, die Beine verschränkt, den Körper gerade aufgerichtet, die Aufmerksamkeit auf sich selbst gerichtet. Und der Erhabene brachte einen großen Teil der Nacht im Sitzen zu. Und auch der ehrwürdige Pukkusāti brachte einen großen Teil der Nacht im Sitzen zu.*

*Da gedachte dann der Erhabene bei sich: „Ist wohl dieser Sohn aus guter Familie eifrig und freudig bei der Übung? Wie wenn ich ihn fragen würde?“*

Diese Frage stellt der Erwachte meist zuerst, wenn er Mönche besucht. In der Regel fragt er zuerst, ob sie genug zu essen haben, dann, ob sie einträchtig miteinander leben und dann, ob sie eifrig und freudig üben. Der Erwachte weiß die Antworten schon. Es heißt in den Ordensregeln: *Erwachte fragen, obwohl sie wissen*. Aber wenn Erwachte oder heilgewordene Mönche mit den Menschen so umgehen würden, wie sie sie sehen, wenn sie ihre Gesprächspartner merken lassen würden, dass sie alles wissen, dann könnte kaum ein normaler Mensch mit Geheilten verkehren, da er sich sofort durchschaut weiß; da gäbe es keinen Grund, miteinander zu sprechen.

*Und der Erhabene wandte sich an den ehrwürdigen Pukkusāti: Um wessentwillen, Mönch, bist du hinausgezogen? Wer ist wohl dein Meister? Oder zu wessen Lehre bekenntst du dich? –*

*Es ist, Bruder, der Asket Gotamo, der Sakyersohn, der dem Erbe der Sakyer entsagt hat. Diesem Herrn Gotamo aber geht allenthalben der wunderbare Ruf voraus: „Das ist der Erhabene, der Heilgewordene,*

*vollkommen Erwachte, der in Wissen und Wandel Vollendete, der zu unserem Heil gekommene Kenner der Welt. Er ist der unübertreffliche Lenker derer, die erziehbar sind, ist Meister der Götter und Menschen, erwacht, erhaben.“ Um des Erhabenen willen bin ich hinausgezogen. Er, der Erhabene, ist mein Meister, und zu seiner, zu des Erhabenen Lehre, bekenne ich mich. –*

*Wo aber, Mönch, weilt er jetzt, der Erhabene, der Geheilte, vollkommen Erwachte? –*

*Oben im nördlichen Reich, Bruder, liegt eine Stadt, die heißt Sāvatti, dort hat er, der Erhabene, gegenwärtig seinen Aufenthalt, der Geheilte, vollkommen Erwachte. –*

*Hast du ihn denn, Mönch, schon einmal gesehen und würdest du ihn erkennen, wenn du ihn sähest? –*

*Nein, Bruder, ich habe ihn, den Erhabenen, noch nicht gesehen, und sähe ich ihn, würde ich ihn nicht erkennen.*

Daraus ist ersichtlich, dass die äußere Gestalt des Erwachten nicht von der Norm abwich. Die zweiunddreißig besonderen Merkmale des Erwachten waren nur von denen erkennbar, die um sie wussten. (s.M 91)

*Da dachte der Erhabene bei sich: „Um meinetwillen ist dieser Sohn aus gutem Haus hinausgezogen; wie wenn ich ihm nun die wahre Natur des Seins darlegte?“ Und der Erhabene wandte sich an den ehrwürdigen Pukkusāti und sprach: Die Lehre will ich dir, Mönch, darlegen, höre sie und achte wohl auf meine Rede. – Gern, Bruder! sagte da zustimmend der ehrwürdige Pukkusāti zu dem Erhabenen. Der Erhabene sprach: Aus sechs Gegebenheiten besteht dieser Mensch, hat*

*sechs Süchte nach Berührung, achtzehnfache geistige Aktivität und vier höhere Möglichkeiten/weltüberlegene Eigenschaften (adhitthāna): die Nichtvernachlässigung des Klarblicks; das Im-Auge-Behalten der Wahrheit; die Ausbreitung des Loslassens; das Hinarbeiten auf den inneren Frieden. Wenn er sich darauf stützt, können Wollensflüsse/Einflüsse täuschenden Vermeinens sich nicht fortsetzen. Können sich aber Wollensflüsse/Einflüsse täuschenden Vermeinens nicht fortsetzen, so wird er „Denkgestillter“ genannt.*

*Dies ist die kurzgefasste Darlegung der sechs Gegebenheiten.*

Wir sehen, dass in dieser Kurzfassung mehr als nur die Gegebenheiten dargelegt sind. Der Erwachte oder seine Nachfolger wählten die Titel der Reden nach dem Hauptinhalt der Aussage. In Wirklichkeit ist hier der Mensch in seiner Ganzheit analysiert: Körper, Triebe und Geist im Zusammenspiel. Es ist eine vollständige Anthropologie. Zugleich ist in dieser Zusammenfassung mit den zuletzt genannten „vier höheren Möglichkeiten“ des Menschen schon mit enthalten, was zu tun ist, um alles Bedingte, Leidvolle zu überwinden. Und nun geht es um die ausführliche Darlegung dieser Kurzfassung.

#### Die sechs Gegebenheiten (*dhātu*)

*„Aus sechs Gegebenheiten besteht der Mensch.“ Das ist gesagt worden. Und in Bezug worauf ist das gesagt worden? Die sechs Gegebenheiten sind: Festigkeit, Flüssigkeit, Hitze/Wärme, Luft, Raum, Erfahrung. „Aus sechs Gegebenheiten besteht der Mensch“, in Bezug darauf wurde das gesagt.*

Alles, was der sinnlichen Wahrnehmung des Menschen als Materie begegnet, das besteht aus einem Gemisch von Festig-

keit, Flüssigkeit, Luft (Gasiges) und immer einer Temperatur. Und das Ganze wird als in einem Raum befindlich angenommen. Diese Einteilung wird immer bleiben und immer gelten, solange es sinnliche Wahrnehmung und durch sie Menschen und menschliches Erleben gibt. Und immer ist es der zunehmende Wärmegrad, der Festes in Flüssigkeit oder gar Luft verwandelt.

Wenn der westliche Mensch von diesen sechs Gegebenheiten liest und auf die besondere Bedeutung der letzten, der Erfahrung, nicht achtet, dann mag er durch die Erinnerung an die vier klassischen Elemente Erde, Wasser, Feuer, Luft eine Art „buddhistischer Physik“ vermuten oder auch, weil die ersten fünf Gegebenheiten ja auch den Körper des Menschen ausmachen, eine buddhistische „Biologie“. Das Letztere trifft auch weitgehend zu, denn hier handelt es sich um die Lebenskunde, aber um die eines Vollendeten, eines Buddha.

In der Lehre des Erwachten gibt es nicht die Auffassung, dass wir die Dinge, die insgesamt „die Welt“ ausmachen – eben die Gegebenheiten – wahrnehmen, weil sie unabhängig von unserer Wahrnehmung da seien, eben als „objektive Welt“. Auch die heutigen westlichen physikalischen Forschungen haben inzwischen zu Einsichten geführt, die von den Forschern dahingehend interpretiert werden, dass es eine „objektive Welt“ nach früherer naiver Auffassung nicht gibt, dass vielmehr ohne das beobachtende und erlebende Subjekt die Welt *nicht etwa* nur nicht wahrgenommen wird, sondern dass sie auch nicht „besteht“, dass also Subjekt und Objekt nur in unlöslicher Verbindung bestehen.

Das aber ist eine uralte Einsicht, die in allen Kulturen der Menschheit, sei es von einzelnen Menschen, sei es von ganzen Gruppen erkannt wurde. Diese Einsicht ist in Indien immer beherrschend gewesen und ist dort nur in der Gegenwart unter dem Einfluss der westlichen „Dinglichkeit“ im Schwinden begriffen.

Der Buddha, der den Dingen ganz auf den Grund gehen konnte, weil sein Forschen nicht beeinflusst und verblendet

war durch bestimmte Interessen, lehrte die Unlöslichkeit von Subjekt und Objekt, d.h. von Erleben und Erlebtem. Er zeigte, dass alle Wahrnehmung nur von der Psyche, „Herz“ oder „Seele“ oder „Gemüt“ des Wahrnehmers erzeugt wird wie im Traum. Er sagt, dass der Mensch samt seiner Umwelt *eine Episode des Herzens (citta) sei (A X,208)*, d.h. also vom Herzen als Wahrnehmung entworfen. „Citta“ als *citta-sankhāra* (Herzensbewegtheit) umfasst sowohl das Wollen als auch das Wahrnehmen und damit die Inhalte der Wahrnehmung, das Erlebte, das „Gegenüber“. Es wird ein Ausgangspunkt, das Wollen, die Triebe, erlebt als „Ich“-Ort, und es werden die unübersehbar vielen Zielpunkte der Triebe erlebt, die Objekte, die Welt. Wie das trieberfüllte Herz in seiner Beschaffenheit ist zwischen licht oder dunkel, rein oder übel, so ist auch die Wahrnehmung, sind die Erlebnisse schmerzlich oder erfreulich.

Wenn der Buddha sagt: *Aus sechs Gegebenheiten besteht der Mensch*, so bedeutet das, dass der natürliche Mensch, dessen Herz mit Anziehung, Abstoßung und Blendung besetzt ist, sich selbst und seine Umgebung immer und überall mit diesen sechs Gegebenheiten zusammen erlebt. Sein Erleben besteht auf der Basis dieser sechs Gegebenheiten. Sie sind Inhalte seiner Wahrnehmung, weil sein inneres Wesen, seine Triebe, sein Herz von Sinnensucht durchsetzt ist. Ein Herz, das von den Trieben, sehen, hören, riechen, schmecken, tasten zu wollen, durchzogen ist, hat darum die Wahrnehmung von sechs Gegebenheiten.

Und die Beschaffenheit der Gegebenheiten – mag sie am Körper oder außen erlebt werden – ist Ergebnis des bisherigen Wirkens in diesem und in früheren Leben. Alles, was begegnet, ist immer nur so, wie es ist, weil von dem jetzigen Erleber irgendwann früher entsprechend gedacht und gehandelt wurde. Im Lauf der ungezählten Leben ist jeder Gedanke, jede kleinste und größere Handlung eingewebt worden in die tausendfältige Buntheit des geistigen Teppichs, des Herzens, dessen Triebe (Anziehung und Abstoßung) zur Wahrnehmung (Blen-

dung) zwingen. Gefühle und Wahrnehmungen sind wie im Traum das Erlebnis der Ergebnisse unseres eigenen Herzens. Wer aus dem Traum erwacht, der erkennt, dass die Dinge nicht anders bestanden als durch Traum, als eine Kette von vorgestellten einander folgenden Szenen und der fortgesetzten Auseinandersetzung mit den einzelnen Szenen.

Mit dem Auge, dem Drang zum Sehen, dem Luger, sehen wir nicht, ob etwas fest oder flüssig ist. Wir sehen nur Farbunterschiede, Konturen. Erst dadurch, dass wir das Gesehene auch getastet haben, verbindet der Geist die Teilerfahrung des Lugers und Tasters und weiß dann, dass das Gesehene fest oder flüssig oder warm/kalt ist. Die fünf Sinnesdränge (Luger, Lauscher, Riecher, Schmecker, Taster) geben ihre Teilerfahrungen in den Geist, der sie zu Bildern zusammenfügt und benennt. Diese Bilder, Vorstellungen nennt der Erwachte *Māyā*, *Fata Morgana*. Der Mensch sieht Konturen, die der Geist vom Tasten her zu kennen glaubt: Z.B. eine Landschaft mit Bäumen, Brunnen, Teichen, und so glaubt er zu wissen: „Das ist eine Oase, dahin komme ich gleich.“ Mit den Augen sehen wir nichts Festes, Flüssiges, Temperatur und Luftiges, es ist der Geist, der die bereits im Gedächtnis vorhandenen Eindrücke assoziiert und benennt.

Der Mensch, dessen Herz mit sinnlicher Anziehung, Abstoßung besetzt ist, erlebt sich selbst und seine Umgebung immer und überall mit diesen vier Gegebenheiten zusammen, die er zusammenfassend „Materie“ nennt. Er hat außerdem die Vorstellung, dass die stofflichen Dinge im Raum liegen, Raum benötigen, die der Erwachte als fünfte Gegebenheit bezeichnet. Hauptsächlich tritt dem Menschen der Raum als „Zwischen-Raum“ zwischen sinnlich wahrgenommenen Dingen ins Bewusstsein. Dadurch erst sprechen wir von nah und fern, von „Wohnraum“ und „Weltraum“ (Kosmos). Außerdem zeigen sich die vier ersten Gegebenheiten, die meistens nicht isoliert und rein, sondern in einem Gemisch wahrgenommen werden, stets in räumlicher Ausdehnung. – Aber immer besteht Raum in Abhängigkeit von Materie. Die Vorstellung „Materie“ ist

es, die die Vorstellung „Raum“ schafft. „Raum“ ist der unzertrennliche Begleitbegriff für den Begriff „körperlicher Gegenstand“.

Ein Herz, das von den Trieben, sehen, hören, riechen, schmecken, tasten, denken zu wollen, durchzogen ist, *erfährt* diese fünf Gegebenheiten. „Erfahren“ ist die sechste, die wichtigste Komponente von den sechs Gegebenheiten: Festigkeit, Flüssigkeit, Temperatur, Luft, Raum, Erfahrung. Ohne die Erfahrungen seitens der Triebe, die in den Geist als Wahrnehmung eingetragen werden, gibt es die ersten fünf Gegebenheiten nicht. „Raum“ ist wie „Gegenstand“ Wahrnehmungsinhalt, erdacht, ersonnen, ausgesponnen, eingebildet, eben *Māyā*, *Fata Morgana*. Wo Form-, Ton-, Duft-, Geschmacks-, Tast-Wahrnehmungen sind, da wird auf Gegenstände geschlossen, auf Substanzen, und auf Raum. So wird die Gewohnheit geschaffen, an Substanzen zu denken, über Gegenstände nachzudenken, sich der Gegenstände zu erfreuen, so wird die Auffassung von Raum, der die Gegenstände enthält, geboren, erdacht und wird immer mehr eingebaut und immer mehr befestigt. So entsteht die Wahnvorstellung von Form und Raum. Ohne Erfahrung der Triebe gibt es nichts. Wenn Erfahrung „*wohl tut das, weh tut das, weder weh noch wohl tut das*“ nicht mehr ist, dann gibt es die Gegebenheiten nicht mehr und auch keine Suche nach ihnen (programmierte Wohlerfahrungssuche), das Gespinnst hat sich aufgelöst:

Ein Mönch fragt (D 11):

*Wo kann nicht Festes, Flüss'ges nicht,  
nicht Hitze und nicht Luft bestehn  
und groß und klein und grob und fein  
und was als schön und unschön gilt,  
Empfindungssucht, Geformtes( nāma-rūpa), wo  
wird dieses alles restlos aufgelöst?*

Der Erwachte antwortet:

*Erfahrungssuche (viññāna), die so unscheinbar,*



*die ohne Ende suchende,  
wo diese wird zur Ruh gebracht,  
da kann nicht Festes, Flüss'ges nicht,  
nicht Hitze und nicht Luft bestehn,  
nicht groß und klein, nicht grob und fein  
und was als schön und unschön gilt,  
Empfindungssucht, Geformtes (nāma-rūpa), das  
wird alles restlos aufgelöst.  
Wo Wohlerfahrungssuche nicht mehr sucht,  
wird dieses alles aufgelöst.*

Und in Sn 1114 sagt der Erwachte:

*In der Erfahrung (viññāna) (von Formen, Tönen, Düften, Säften, Tastobjekten, Gedanken – seitens der Triebe im Körper) liegt das All oder wörtlich: Alles gründet sich auf viññāna.*

Die Triebe im Körper (der Luger, Lauscher...bis Taster) erfahren die fünf Gegebenheiten jeweils als Teil-Erfahrung (*viññāna-bhāga*) und melden sie dem Geist, wodurch wir Materie und Raum wahrnehmen, von ihnen wissen. Nur durch Erfahrung seitens der Triebe nehmen wir die fünf Gegebenheiten wahr, behaupten ihr Vorhandensein. Ohne die Triebe gibt es weder Körper noch Welt. Die Triebe sind die Körper- und Welterzeuger, die Erzeuger aller Formen und des Raums.

Und die Beschaffenheit der Gegebenheiten – mag sie am Körper oder außen erlebt werden – ist Ergebnis des bisherigen Wirkens in diesem und in früheren Leben. Alles, was begegnet, ist immer nur so, wie es ist, weil von dem jetzigen Erleber irgendwann früher entsprechend gedacht, geredet und gehandelt wurde. Im Lauf der ungezählten Leben ist jeder Gedanke, jede kleinste und größere Handlung eingewebt worden in die tausendfältige Buntheit des geistigen Teppichs, des Herzens, dessen Triebe (Anziehung, Abstoßung) zur Erfahrung, Wahrnehmung (Blendung) der fünf Gegebenheiten zwingen.

Das sind sechs Gegebenheiten, die der Weise beobachtet und sich vertraut gemacht hat.

## Sechs Süchte nach Berührung (*phass-āyatana*)

„Sechs Süchte nach Berührung hat der Mensch.“ Das ist gesagt worden. In Bezug auf was ist es gesagt worden? Die Sucht des Lugers (im Auge), die Sucht des Lauschers (im Ohr), die Sucht des Riechers (in der Nase), die Sucht des Schmeckers (in der Zunge), die Sucht des Tasters (im Körper), die Sucht des Denkers (im Gehirn). „Sechs Süchte nach Berührung hat der Mensch“, in Bezug darauf wurde es gesagt.

Damit ist also gemeint der in den Sinnesorganen wohnende Drang, bestimmte Formen zu sehen, bestimmte Töne zu hören usw. Dieser Drang ist der seelische, der empfindliche Teil des Menschen, der berührungshungrig auf Erfahrung von Formen aus ist.

Dem Begriff *āyatana*, *Sucht*, liegt die Wurzel *yam* zugrunde, die bedeutet „sich ausstrecken, ein Ziel haben, darauf aus sein“, genauso wie das Wort „Tendenz“ – abgeleitet von lat. *tendere* – „spannen“, „sich hinstrecken auf etwas“, „hinziehen“, „hinspannen“ bedeutet. Die Triebe, Tendenzen strecken sich aus, drängen nach Berührung.

Es gibt einen Ausgangs- und einen Zielpunkt der Triebe: Der Ausgangspunkt ist das (gelegentlich fühlbare) innere Vakuum, die zu sich gezahlte Spannung (*ajjhattika salāyatana*). Der Zielpunkt ist das als außen Wahrgenommene, die Vorstellung, die Einbildung (*bahiddha āyatana*).

*Luger, Lauscher, Riecher, Schmecker, Taster, Denker* sind zu sich gezahlte Süchte (*ajjhattika salāyatana*) und *Formen, Töne, Düfte, Säfte, Tastbares, Gedanken* sind als außen wahrgenommene Zielpunkte der Triebe, Vorstellungen, Einbildungen (*bahiddha āyatana*).

Durch die Süchte nach Berührung kommt das bei der Berührung als außen Erfahrene zur Erfahrung. Mit „Erfahrung“ ist noch nicht die Erfahrung des Geistes, „unsere“ Erfahrung

gemeint, sondern nur eine Teilerfahrung, die Erfahrung des Lugers, Lauschers usw. von Formen, Tönen usw.: Wenn eine äußere Form an das körperliche Auge herankommt, dann wird die im Auge wohnende Sucht nach bestimmten Formen berührt, die Sucht erfährt „angenehm, unangenehm“. Das heißt, gleichzeitig mit der Berührung des Triebes hat die Erfahrung des Triebes stattgefunden. Nicht etwa ein „Ich“, sondern der Luger, Lauscher usw. ist berührt worden, hat die Berührung als angenehm oder unangenehm erfahren, empfunden (*Wohl tut das, wehe tut das*, erfährt er – *sukhan-ti, dukkhan-ti vijānāti – vijānāti* = Verb von *viññāna* – M 43). Von allen sechs Trieben her werden oft gleichzeitig Wohl und Wehe erfahren: Der Luger erfährt z.B. Wohl durch Formen (beim Bild einer stillen, beruhigenden Landschaft), der Lauscher wird belästigt durch unangenehm erfahrene Geräusche (Motorenlärm), der Riecher riecht Unangenehmes (Abgase) und der Schmecker erfährt Wohl beim süßen Geschmack (gelutschter Bonbons), der Taster (die Triebe im Körper) tastet Angenehmes (anschmiegsame, leichte Kleidung und weichen Wiesengrund), der Denker erfährt Wohl durch Freisein von Aufgaben und durch „Ausspinnen“ angenehmer Gedanken.

Die im Körper als Spannungen oder Dränge fixierten Anliegen bilden also den Resonanzboden, der im Augenblick der Erfahrung berührt wird und dann Resonanz von sich gibt in Form von Gefühl. Wo in den Lehrreden von Berührung die Rede ist, heißt es weiter: *Durch Berührung bedingt ist Gefühl. Was man fühlt, nimmt man wahr. Was man wahrnimmt, bedenkt man.* (M 18 u.a.) Da Berührung immer Gefühl auslöst und durch die Meldung im Geist Wahrnehmung, Bewusstsein von der betreffenden Sache aufkommt, brauchen Gefühl und Wahrnehmung als selbstverständliche Folgeerscheinungen der Berührung nicht ausdrücklich mit genannt zu werden.

Im folgenden Satz, der die Aktivität des Menschen betrifft: *Er geht die erfreulich usw. bestehende Form an...* werden deshalb Gefühl und Wahrnehmung, auf Grund derer man überhaupt nur aktiv wird, als selbstverständlich vorausgesetzt.

Berührung, Gefühl, Wahrnehmung ist ein zusammengehöriger Komplex, der mit den berührten Trieben, den vielfältigen Anliegen oder Tendenzen, zum „Seelischen“ (*citta*) des Menschen gezählt wird. Der Körper der lebenden Wesen samt dem Gehirn als Steuerzentrale ist mit diesen Trieben/Tendenzen geladen. Als etwas Sinnestranszendentes durchdringen und durchziehen diese Sinnesdränge den ganzen Körper. Da sie den ganzen Körper durchziehen, werden sie in Leibesform erlebt, sozusagen als die „Ladung“ des als „stofflich“ erlebten Leibes, weshalb wir sie nicht nur Spannungsfeld, sondern auch Spannungsleib oder Spannungskörper oder Empfindungssuchtkörper, Wollenskörper (*nāma-kāya*) nennen.

Das körperliche Auge kann so wenig sehen wie eine Brille. Aber der Sinnesdrang nach Sehen, der innere „Luger“ oder „Seher“ lugt durch das physische Auge als durch seine Brille nach der äußeren Welt der Formen, nach den *ersehten, begehrten, geliebten, entzückenden, reizenden* – ebenso kann das körperliche Ohr so wenig hören wie ein Hörrohr, aber der Sinnesdrang zu hören, der innere „Lauscher“, lauscht durch die physischen Ohren nach der äußeren Welt der Töne; der innere Drang nach Düften sucht durch die Nase des Körpers nach der Welt der Gerüche usw. In diesem Sinn sagt der Physik-Nobelpreisträger *Wolfgang Pauly*:

*Von einem inneren Zentrum aus scheint sich die Seele – im Sinne einer Extraversion – nach außen zu bewegen in die gegenständliche Welt.*

Und *Papst Gregor* sagte 1400 Jahre vor ihm:

*Das Gesicht, das Gehör, der Geschmack, der Geruch und das Getast sind gleichsam Wege der Seele, auf welchen sie aus uns herausgeht und dasjenige begehrt, was nicht zu ihrem Wesen gehört; denn durch die Sinne des Leibes, gleichwie durch Fenster, bezieht unsere Seele die äußeren Dinge, und indem sie dieselben beschaut, erwacht in ihr das Verlangen danach.*

Wir sehen ein Zusammensein und Zusammenwirken von zwei sehr unterschiedlichen Erscheinungen: das unsichtbare innere Anliegen und Drängen nach sichtbaren Formen, hörbaren Tönen usw., insgesamt nach Erleben, und zweitens der physische Körper mit seinen Sinnesorganen, der zwar sichtbar ist, uns hauptsächlich vor Augen steht, aber doch nur lebloses Werkzeug ist, das dem unsichtbaren inneren Drang zur Verfügung steht.

Der Erwachte nennt dieses Zusammensein *nāma-rūpa*, wobei unter *nāma* das Unsichtbare, Wollende und darum Empfindende, das Urteilende und Messende verstanden wird und unter *rūpa* jene sichtbare Körpergestalt, die eine Verbindung von Festigkeit, Flüssigkeit, Wärme und Luft ist. So wie jedes Urteil immer einen Maßstab voraussetzt, mit welchem gemessen das Urteil entsteht, so sind die unterschiedlichen und vielfältigen Triebe, die den Spannungsleib, den Wollenskörper (*nāma-kāya*) bilden, das Empfindende, das alles, was zur Berührung kommt, mit seinem subjektiven Maßstab misst und es als angenehm oder unangenehm, d.h. mit Wohlgefühl oder mit Wehgefühl, bewertet. Dadurch werden die Dinge als angenehm oder unangenehm dem Geist gemeldet. So ist *nāma-rūpa* zusammengefasst die der Körperlichkeit (*rūpa*) innewohnende messende Süchtigkeit und Empfindlichkeit (*nāma*).

In den Lehrreden wird das Zusammensein und die dadurch bedingte Wirksamkeit dieser beiden ungleichen Erscheinungen verglichen mit dem von Öl durchtränkten Docht einer Öllampe, wobei der Docht für den Körper gilt und das Öl, das die Flamme bewirkt, – die Flamme, die für Empfinden und Erleben gilt – für den wollenden, empfindsamen Spannungsleib.

Wir können den vom Hunger nach sinnlicher Wahrnehmung durchsetzten Körper auch vergleichen mit einer gespannten Geigensaite, wobei die aus Darm oder Metall bestehende Saite für den Körper gilt und die Spannung, welche der Saite innewohnt, für die Anliegen und die Empfindlichkeit der Triebe, den *nāma-kāya*. Wenn an der Geigensaite gezupft wird, dann antwortet die innewohnende Spannung, was wir

daran erkennen, dass bei stärkerer oder schwächerer Spannung der Ton sich verändert, obwohl die Saite die selbe geblieben ist. – Ganz so muss die Besetzung des menschlichen Körpers mit dem sechsfachen Drang nach sinnlicher Wahrnehmung verstanden werden. Nur der seelische Spannungskomplex, die seelische Empfindlichkeit, antwortet auf Berührung mit Gefühl und ist damit durch Berührung die Quelle aller Gefühle und damit Wahrnehmungen, welche in den Geist eingetragen, bewusst werden. Gefühl und Wahrnehmung bilden den Geist, füllen den Geist mit gefühlsbesetzten Wissensdaten. So sind die sechs Süchte nach Berührung ein Berührungshunger.

Darum enden viele Lehrreden damit, dass die Auflösung des Leidens darin bestehe, der sechs Süchte nach Berührung Entstehen, Vergehen, Labsal, Elend und Überwindung der Wirklichkeit gemäß zu erkennen und frei von Ergreifen zu sein. – Das Entstehen der Süchte nach Berührung bedeutet das Entstehen von neuen Trieben und Verstärken der alten. Und das Vergehen der Süchte nach Berührung bedeutet Minderung und Aufhebung der Triebe.

#### Achtzehnfache geistige Aktivität (*manopavicāra*)

*„Achtzehnfache geistige Aktivität hat der Mensch an sich“, das ist gesagt worden. In Bezug worauf ist das gesagt worden? Hat man mit dem Luger eine Form erblickt, so geht man die erfreulich bestehende Form an, geht die unerfreulich bestehende Form an, geht die gleichgültig bestehende Form an.*

*Hat man mit dem Lauscher einen Ton gehört, hat man mit dem Riecher einen Duft gerochen, hat man mit dem Schmecker einen Saft geschmeckt, hat man mit dem Taster eine Tasting getastet, hat man mit dem Geist ein Ding erfahren, so geht man das erfreulich bestehende Ding an, geht das unerfreulich bestehende Ding an, geht das gleich-*

*gültig bestehende Ding an. So gibt es sechsfaches erfreuliches Angehen, sechsfaches unerfreuliches Angehen, sechsfaches gleichgültiges Angehen. „Achtzehnfaches geistiges Angehen, Mönch, hat der Mensch an sich.“ In Bezug darauf wurde das gesagt.*

K.E. Neumann übersetzt das Pāliwort *manopavicāra* mit „Angehung“; gemeint ist damit die freudige oder traurige, lustvolle oder verdrossene oder gleichgültige geistige Stellungnahme des Menschen zu dem Erlebnis, die natürlich dann auch – je stärker die Empfindungen sind, um so mehr – zu entsprechendem Reden und Handeln führt. Man geht mit dem Denken die erfreulich bestehende Form, Ton usw. an, die unerfreulich oder gleichgültig bestehende Form, Ton usw. an. Dieses Angehen geschieht überall da, wo man durch Wirken in Gedanken, Worten und Taten der fühlbar gewordenen Neigung nach Genießen, Abweisen usw. folgt. Es ist die Verhaltensweise, die „Ergreifen“ (*upādāna*) genannt wird, das „Aufgreifen“ einer Erscheinung durch innerliche Stellungnahme.

Das erlebte, empfundene Ich strebt in seinen Gefühlen Befriedigung an; das geschieht fast immer direkt, mindestens aber indirekt, indem es das Erlebte in der Weise angeht, dass es das Wohltuende zu bewahren, dem Schmerzlichen zu entgehen trachtet. Durch dieses Angehen ist es seinen inneren Neigungen und Tendenzen, seinen Zuneigungen (Gier) oder Abneigungen (Hass) gefolgt, hat aus diesen heraus angestrebt, hat sie also bestätigt und damit erhalten und bewahrt. Damit ist natürlich auch das Verhältnis des Ich-Erlebnisses zu dem Begegnungserlebnis bestätigt, erhalten und bewahrt geblieben. Aber nicht nur das: der Erwachte sagt, damit sei auch die wahrgenommene Situation erhalten geblieben, nicht aufgelöst worden – das ist der Sinn von „Ergreifen“, eben von Angehen, Aktivität.

Es ist zwar leicht einzusehen, dass das Verhältnis des erlebten Ich zu dem jeweils erlebten Begegnenden (also Sympathie

oder Antipathie, Lust oder Unlust, Verlangen oder Ekel usw.) so bestehen bleibt, wenn wir unsere Einstellung zu dem Begegnenden nicht verändern – aber wie soll man verstehen, dass die Situationen selber dadurch „angeeignet“, erhalten geblieben sind? Und was hat das für den Menschen zu bedeuten? Erleben wir doch, dass eine jede Situation schon im nächsten Augenblick zur Vergangenheit geworden ist, da sie durch die nächste Wahrnehmung verdrängt wird.

Da sagen nun die zu universaler Wahrnehmung Erwachten, dass sie sehen: Jede anlässlich der Begegnung nicht erlöste, nicht aufgelöste, sondern nur ein wenig veränderte Situation – also ein erlebtes Ich in seinem Verhältnis mit dem erlebten Begegnenden wird zwar von der nachfolgenden Situation aus dem beschränkten Wahrnehmungsraum hinausgedrängt, aber damit ist sie nicht in Nichts aufgelöst, sondern alle diese Situationen werden über kurz oder lang wie aus „Zukunft“ kommend wieder in die Wahrnehmung eintreten. Dort werden sie wieder angegangen, d.h. mehr oder weniger verändert, aber fast nie aufgelöst. Und da sie nicht aufgelöst sind, müssen sie unweigerlich wiederkehren – und so fort, solange sie nicht aufgelöst werden. Damit bleibt die Kette der wahrgenommenen Begegnungssituationen bestehen und damit auch der Eindruck, die Einbildung eines „Ich“ in ständiger Auseinandersetzung mit eingebildeter „Welt“.

Diese Art des verbessernden oder verschlechternden Umgangs mit den einzelnen gegenwärtigen Begegnungssituationen, die das Spannungsverhältnis zwischen den beiden erlebten Spannungspolen, dem Ich und dem Begegnenden, nur verändert, nicht aber auflöst, das ist „Angehen“, „Ergreifen“. Alles Angehen der unbelehrten Wesen geschieht in dieser dem Gefühl folgenden, ergreifenden, aneignenden Weise, wodurch das Erleben von sechs Gegebenheiten mit den sechs Süchten nach Berührung weiter erhalten und fortgesetzt wird. – So ist in dieser Rede in drei kurzen Absätzen das ganze passive und aktive Wesen der Lebewesen gefasst:

1. Die sechs Sinnesdränge des Wollenskörpers (*nāma-kāya*)



lungern nach Berührung.

2. Die sechs Sinnesdränge des Wollenskörpers (*nāma-kāya*) werden berührt; die Berührung führt zu Gefühl. Das gefühlsverfärbte Objekt wird in den Geist eingetragen, wahrgenommen.
3. Die im Geist eingetragenen Wahrnehmungen veranlassen die vom Geist ausgehende Reaktion, die Wahrnehmungen anzugehen – bis in Worte und Taten hinein.

### Die vier höheren Möglichkeiten des Menschen (*adhitthāna*)

Aber der Erwachte sagt: Der Mensch ist nicht nur ein Körpergestell, das von den Trieben getrieben, entsprechend den Wohl- oder Wehgefühlen nun im gefühlsbefriedigenden, ergreifenden Sinn auch denken, reden und handeln muss, sondern es wohnt ihm (im Gegensatz zum Tier) auch eine Heilfähigkeit und Heilsmöglichkeit inne, d.h. er kann in dem Wunsch, aus Abhängigkeit und Leiden endgültig herauszukommen, an die Lehre des Erwachten kommen. Und dann, nachdem er die Lehre des Buddha verstanden hat, kann er die Zeiten, in denen er nicht vom Gefühl getrieben ist, zu klarer Durchschauung nutzen und die Tendenzen, die treibende Kraft, zur Ruhe bringen. Der Erwachte nennt vier heilende Haltungen oder Einstellungen, um die sich der Mönch ständig bemüht. Auch uns im Haus Lebenden ist die Einstellung auf diese höheren Standorte, die Nutzung weltüberlegener Fähigkeiten von Zeit zu Zeit möglich. Sie heißen:

1. *Den Klarblick (paññā) soll er nicht durch Leichtsinn/Lässigkeit/Oberflächlichkeit (pamāda) vernachlässigen.*
2. *Die Wahrheit (sacca) soll er fest im Auge behalten.*
3. *Das Loslassen (cāga) soll er immer mehr ausbreiten.*
4. *Den inneren Frieden (santi) soll er zu gewinnen trachten.*

Als erste dieser vier aus allem Leiden herausführenden Haltungen dessen, der die Lehre des Buddha voll verstanden hat, wird hier der Klarblick oder die Weisheit genannt, die nicht vernachlässigt werden soll.

Hier im Westen wird unter „Weisheit“ meistens verstanden, dass man bestimmte tiefere Dinge gelernt habe und wisse. Aber die vom Erwachten bezeichnete und in vielen Stellen näher erläuterte Weisheit geht tiefer. Die Belehrung seitens des Erwachten, die uns heute noch in den übersetzten Reden vorliegt, weist auf Daseinszusammenhänge hin, die man bisher wegen der eigenen triebbedingten Befangenheit nie erkennen konnte. Indem man sie (im Hören oder Lesen) nun zu verstehen sucht, hebt man sich mehr oder weniger aus seinem Nest der Gewohnheiten, aus seinen triebbedingten Urteilen und Befangenheiten heraus, reckt sich geistig, kommt von der Froschperspektive zur Adlerperspektive. So bedeutet Klarblick, dass man – anfänglich wenigstens zeitweilig – einen solchen inneren Abstand von den eigenen tausendfältigen Anliegen und Wünschen gewonnen hat, dass man aus seinem Nest der Gewohnheiten und Vorstellungen herauskommt, über die ganze Situation heraustritt und sie unbefangen von oben her in ihrem Bedingungszusammenhang durchschaut. Mit dieser Fähigkeit ist man unabhängig von jeglicher Belehrung, auch der Belehrung durch den Buddha, weil man nun selber sieht. So bedeutet Klarblick die von allen subjektiven, das heißt triebbedingten Bindungen völlig freie Anschauung. Dieser Klarblick ist eine der sieben rechten Eigenschaften des Stromeingetretenen (M 53): *Er ist klarblickend, ausgestattet mit der Weisheit, die das Entstehen und Vergehen sieht.* (K.E.Neumann übersetzt „Aufgang und Untergang“). In dem Maß, wie diese Haltung gelingt, werden plötzlich, wenigstens für Augenblicke, die wahren Daseinszusammenhänge, eben die Wahrheit (*sacca* – zweite heilende Haltung) klarer gesehen.

Jetzt erst hat man den Erwachten verstanden, und zwar aus eigener Erfahrung, wenn auch nur für den Augenblick. Von da

an, nachdem man so die vom Buddha immer schon gehörte, aber jetzt erst selbst gesehene Wahrheit verstanden hat, kommt der starke Wunsch auf, dieses Wahrwissen nicht mehr über der bisher gewohnten, völlig verblendeten Anschauungsweise, die im Ich- und Weltwahn hält, zu vergessen. Von nun an bemüht man sich, die Wahrheit im Auge zu behalten und sie sich immer wieder heranzuholen (zweite Haltung).

Daraus geht hervor, dass man die dritte der heilenden Einstellungen oder Standorte, das Loslassen, das Sich-Abwenden und Zurücktreten von all den Denkweisen, Redeweisen, Handlungsweisen und bisher gepflogenen Erlebnissen und Dingen, die man nun durch fortschreitende Erkenntnis der Wahrheit in ihrer Hilflosigkeit und Heillosigkeit durchschaut – immer mehr in der Lebenspraxis ausbreitet. Es ist die Loslösung von den leidenbringenden Erscheinungen. Aus Torheit, aus Verblendung hatte man sich daran gewöhnt. Nun hat man mit Klarblick ihren Leidenscharakter durchschaut, hat die Wahrheit über die Wertlosigkeit und Leidhaftigkeit dieser Dinge nun völlig begriffen: darum jetzt das Loslassen (*cāga*, die dritte heilende Haltung). Dieses Loslassen ist ein allmählicher Prozess. Je deutlicher man die Leidhaftigkeit der vielen bisherigen Bindungen durchschaut, desto mehr ist man willens, sich davon abzulösen, sich dessen zu entwöhnen.

Die vierte heilende Einstellung, auf die Vollendung des Friedens hinarbeiten, geht in natürlicher Weise aus der dritten hervor. Bei der Übung des Loslassens betrachtete man die Leidhaftigkeit der bisher gepflogenen Dinge und, um vom Leiden befreit zu werden, ließ man los. Es ging immer nur um die Befreiung von Leidensträgern und Leidbringern. Aber auf diesem Weg erfuhr man immer mehr Frieden, Entspannung, Erleichterung, Erhellung und Erhöhung. Die verschiedenen Aspekte der Friedensentwicklung werden allmählich erfahren. Man wird darauf aufmerksam als das unvergleichlich Heilere gegenüber allem bisher Erlebten. Und so wird jetzt die immer stärkere Vervollständigung und Ausbildung des Friedens zum einzigen Streben des Wahrheitskenners.

Im Folgenden zeigt der Erwachte nun, wie der Mönch, d.h. der Mensch, der aus dem gesamten menschlichen Sozialverband herausgetreten ist und die gesamte Erscheinungswelt aus Überzeugung verneint hat, nun diesen vierfachen Entwicklungsgang übt:

*„Den Klarblick soll er nicht vernachlässigen, die Wahrheit soll er im Auge behalten, das Loslassen soll er immer mehr ausbreiten, den inneren Frieden soll er zu gewinnen trachten“, das ist gesagt worden. In Bezug worauf ist das gesagt worden?*

*Wie, Mönch, wird der Klarblick nicht vernachlässigt?*

*Aus sechsfacher Gegebenheit besteht der Mensch: Festigkeit, Flüssigkeit, Hitze, Luft, Raum, Erfahrung.*

*Was ist nun die Gegebenheit Festigkeit? Die Gegebenheit Festigkeit kann zu sich gezählt sein oder als Außen erfahren sein. Was ist, Mönch, zu sich gezählte Festigkeit? Was auch immer durch sich selbst als zu sich selbst gezähltes Hartes und Festes ergriffen wurde, wie Kopfhare, Körperhaare, Nägel, Zähne, Haut, Fleisch, Sehnen, Knochen, Knochenmark, Nieren, Herz, Leber, Zwerchfell, Milz, Lunge, Dickdarm, Dünndarm, Magen, Kot oder was sonst noch durch sich selbst als zu sich gezähltes Hartes und Festes ergriffen wurde – das nennt man die zu sich gezählte Gegebenheit Festigkeit. Sowohl die zu sich gezählte Gegebenheit Festigkeit wie auch die als außen (erfahrene) Gegebenheit Festigkeit ist eben die Gegebenheit Festigkeit. Und: „Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst“: So ist das der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit anzusehen. Sieht man das der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit, dann findet man nichts mehr an der*

*Gegebenheit Festigkeit, das Herz ist gierlos in Bezug auf die Gegebenheit Festigkeit.*

*Was ist nun die Gegebenheit Flüssigkeit? Die Gegebenheit Flüssigkeit mag zu sich gezählte Flüssigkeit sein oder als außen (erfahrene) Flüssigkeit. Was ist die zu sich gezählte Gegebenheit Flüssigkeit?*

*Was auch immer durch sich selbst als zu sich selbst gezähltes Flüssiges und Wässriges ergriffen wurde, wie Galle, Schleim, Eiter, Blut, Schweiß, Lymphe, Tränen, Talg, Speichel, Rotz, Gelenkschmiere, Urin oder was sonst noch durch sich selbst als zu sich selbst gezähltes Wässriges oder Flüssiges ergriffen wurde – das nennt man die zu sich gezählte Gegebenheit Flüssigkeit. Sowohl die zu sich gezählte Gegebenheit Flüssigkeit wie auch die als außen (erfahrene) Gegebenheit Flüssigkeit ist eben die Gegebenheit Flüssigkeit. Und: „Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst“: So ist das der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit anzusehen. Sieht man das der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit, so findet man nichts mehr an der Gegebenheit Flüssigkeit, das Herz ist gierlos in Bezug auf die Gegebenheit Flüssigkeit.*

*Was ist nun die Gegebenheit Hitze/Feuer? Die Gegebenheit Hitze/Feuer mag zu sich gezählte Hitze/Feuer sein oder als außen (erfahrene) Hitze/Feuer. Was ist zu sich gezählte Hitze/Feuer?*

*Was auch immer durch sich selbst als zu sich selbst gezähltes Hitziges und Feuriges ergriffen wurde, also das, wodurch (der Körper) verdaut, verbrennt und wodurch das, was gegessen, getrunken, verzehrt, geschmeckt worden ist, einer vollkommenen Umwandlung unterliegt oder was sonst noch durch sich selbst als zu sich gezähltes Hitziges und Feuriges ergriffen wurde – das nennt man zu sich gezählte Hitze/Feuer.*

*Sowohl die zu sich gezählte Gegebenheit Hitze/Feuer wie auch die als außen (erfahrene) Gegebenheit Hitze/Feuer ist eben die Gegebenheit Hitze/Feuer. Und: „Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst“: So ist das der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit anzusehen. Sieht man das der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit, dann findet man nichts mehr an der Gegebenheit Hitze/Feuer. Das Herz ist gierlos in Bezug auf die Gegebenheit Hitze/Feuer.*

*Was ist nun die Gegebenheit Luft? Die Gegebenheit Luft mag zu sich gezählte Luft sein oder als außen (erfahrene) Luft. Was ist die zu sich gezählte Gegebenheit Luft?*

*Was auch immer durch sich selbst als zu sich selbst gezähltes Luftiges ergriffen wurde, wie aufsteigende Luft, absteigende Luft, Luft im Bauch, Luft in den Därmen, Luft, die jedes Glied durchströmt, Einatmung und Ausatmung oder was sonst noch durch sich selbst als zu sich selbst gezähltes Luftiges ergriffen wurde – das nennt man die zu sich gezählte Gegebenheit Luft. Sowohl die zu sich gezählte Gegebenheit Luft wie auch die als außen (erfahrene) Gegebenheit Luft ist eben die Gegebenheit Luft. Und: „Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst“: So ist das der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit anzusehen. Sieht man das der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit, dann findet man nichts mehr an der Gegebenheit Luft, das Herz ist gierlos in Bezug auf die Gegebenheit Luft.*

*Was ist nun die Gegebenheit Raum? Die Gegebenheit Raum mag zu sich gezählter Raum sein oder als außen (erfahrener) Raum. Was ist zu sich gezählter Raum?*

*Was auch immer durch sich selbst als zu sich selbst gezählter Raum ergriffen wurde, wie die Ohrhöhle, die Nasenhöhle, die Mundöffnung und die Öffnung, durch die man gekaute Speise und geschlürften Trank einnimmt, kaut, schmeckt und herunterschluckt, und die, in der es sich ansammelt, und die, durch die es unten ausgeschieden wird, oder was sonst noch durch sich selbst als zu sich gezählter Raum oder Raumartiges ergriffen wurde – das nennt man die zu sich gezählte Gegebenheit Raum. Sowohl die zu sich gezählte Gegebenheit Raum wie auch die als außen (erfahrene) Gegebenheit Raum ist eben die Gegebenheit Raum. Und: „Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst“: So ist das der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit anzusehen. Sieht man das der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit, dann findet man nichts mehr an der Gegebenheit Raum, das Herz ist gierlos in Bezug auf die Gegebenheit Raum.*

Die hier genannte Übung ist ein großer und sicherer Schritt auf dem Weg zur Befriedung für den, der zu diesem Schritt reif ist. Indem der Mönch an einsamem Ort sitzend oder auf und ab gehend, den Leib, den er bisher als Ganzheit wählte (allerdings als eine Ganzheit, die nur noch sehr wenig mit ihm selber zu tun hatte) sich in seine Teile auflösen sieht und der, indem er die Teile betrachtet, erkennt, dass „Körper“ als solcher gar nicht da ist, dass es nur ein Name ist auf einem Bündel von Einzelheiten – da tritt allmählich die Vorstellung von solchen vielen Einzelheiten immer stärker in sein Bewusstsein und tritt die Vorstellung eines Körpers und gar „meines Körpers“ immer mehr zurück.

Die gesamte Körperbeobachtung dient dazu, dass immer mehr die *Erfahrung* erfahren wird: *Dies gehört mir nicht, dies bin ich nicht, dies ist nicht mein Selbst*. Es geht darum, anschaulich zu sehen, dass diese Fleischklumpen gar nichts mit

dem zu tun haben, was der hochsinnige Mensch sucht als das Unvergängliche, Heile, Unantastbare, als das Unverletzbar, das ewig Todlose. Das nur gilt es zu erkennen, das nur gilt es zu besinnen. Und in dem Maß, wie das gefunden, bemerkt und erkannt wird, in dem Maß ist die Übung fruchtbar, denn diese Erkenntnis und Entdeckung löst wahrlich alles Anhängen am Körper auf.

Den Leib auf die großen Gegebenheiten zu reduzieren, gipfelt in der Vergegenwärtigung, dass zwischen dem zu sich gezählten Festen, Flüssigen, Hitzigen, Luftigen, Raumhaften und dem als Außen Erfahrenen kein Unterschied besteht, wie es der Erwachte ausdrückt:

*Was es da nun an zum Ich gezählter Festigkeit gibt (Arme, Beine und Schädel) und was es an zum Außen gezählter Festigkeit gibt (ein Baumast, Laternenpfahl, Stein), das ist eben die Gegebenheit Festigkeit. Und: „Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst.“ So ist das der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit anzusehen.*

Daraus ergibt sich Loslassen/Ablösung.  
*Hat man das so der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit gesehen, kann man an der Gegebenheit Festigkeit nichts mehr finden, und das Herz löst sich davon ab.*

*Was es da nun an zum Ich gezählter Flüssigkeit gibt (z.B. Blut, Tränen) und was es an zum Außen gezählter Flüssigkeit gibt (Meer, Flüsse, Regen), das ist eben die Gegebenheit Flüssigkeit. Und: „Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst.“ So ist das der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit anzusehen.*

*Hat man das so der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit gesehen, kann man an der Gegebenheit Flüssigkeit nichts mehr finden, und das Herz*



*löst sich davon ab.*

*Was es da nun an zum Ich gezählter Hitze (Körpertemperatur) gibt und was es an zum Außen gezählter Hitze (Sonne) gibt, das ist eben die Gegebenheit Hitze. Und: „Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst.“ So ist das der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit anzusehen.*

*Hat man das so der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit gesehen, kann man an der Gegebenheit Hitze nichts mehr finden, und das Herz löst sich davon ab.*

*Was es nun an zum Ich gezählter Luft gibt (Atem) und was es an zum Außen gezählter Luft gibt (Wind), das ist eben die Gegebenheit Luft. Und: „Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst.“ So ist das der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit anzusehen. Hat man das so der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit gesehen, kann man an der Gegebenheit Luft nichts mehr finden, und das Herz löst sich davon ab.*

Wenn die Form in ihren vier Gegebenheiten nicht mehr als Mein gesehen wird, ist eine klare Nüchternheit und Indifferenz erlangt, bei welcher es keine Zuwendung und keine Abwendung gibt, bei welcher man nichts in der Welt mehr angeht, ergreift. Damit ist die Perspektive eines Gegenüber von Ich und Welt aufgehoben. Mit der Aufhebung der Gegenüberstellung ist die Verletzbarkeit und die Vernichtbarkeit aufgehoben. Ob da Knochen sich wandeln und vergehen: nicht „ich vergehe“; ob da Blut ausläuft oder draußen Regen herunterrieselt: nicht „ich vergehe.“ So wird Freiheit gewonnen:

*Hat man das so der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit gesehen, kann man an den Gegebenheiten nichts mehr finden, und das Herz löst sich da-*

von ab.

Der normale Mensch kann die tiefe Aufklärung, die der Mönch mit dieser Einsicht gewinnt, kaum fassen, weil der normale Mensch eben voll *weltlichen Begehrens und Bekümmerns* ist. Er hat zu den unterschiedlichen Formen unterschiedliche Bezüge, weil ihm durch seine Tendenzen ein Begehren innewohnt nach diesen und jenen Formen, Tönen, Düften, Geschmächen, Tastungen usw. Darum bedeuten ihm die begehrten Formen, Töne, Düfte, Säfte, Geschmäcke und Tastungen viel, während die seinen Begehren entgegen gesetzten Formen, Töne, Düfte, Geschmäcke und Tastungen mehr oder weniger starke Ablehnung, Abscheu, Ekel, Entsetzen, Angst usw. in ihm hervorrufen. So kann der normale Mensch, geblendet durch sein mannigfaltiges Begehren und Bekümmern, die „Welt“ gar nicht so sehen wie sie ist: nämlich nur eingebildete tote Form in unendlicher Variation. Der belehrte Mensch aber, der diese Übung durchführt in neutraler Zeit, erkennt in der milliardenfältigen Vielheit die Wahrnehmung als das Zugrundeliegende von leeren toten Formen, bedingt durch Festes, Flüssiges, Hitze und Luft, mag dies nun als Körper oder als Welt erscheinen. Aus dieser Einsicht ergibt sich eine innere Abwendung des Herzens von Form, von Welt, von Vielfalt, von dem Außen. In dieser Durchschauung tritt eine tiefe und endgültige Beruhigung ein.

Von dem Mönch, der diese Betrachtung häufig pflegt, sagt der Erwachte:

*Während er so ernsten Sinnes, eifrig, unermüdlich verweilt, schwinden ihm die hausgewohnten Erinnerungen dahin; und weil sie dahingeschwunden sind, ist das Herz in sich still, beruhigt, geeint und friedvoll. (M 119)*

Hier ist kein aktives, kein eigenwilliges Denken mehr, sondern der Geist ist gebunden an den ihm gesetzten Gegenstand der Betrachtung, und er nimmt nichts auf als das, was der Betrachtungsgegenstand erkennen lässt. Und hat das Denken die Nichtigkeit und Nicht-Ichheit dieses Leibes erkannt und durch-

schaut und ist im Verfolgen dieser Betrachtung der letzte Rest des Haftens und inneren Geneigtseins aufgehoben, dann ist jene heilige Nüchternheit und Neutralität und Indifferenz dem Leib gegenüber gewonnen. Und ist die Labsal der Befreiung und Freiheit vom Leib empfunden und erspürt, so *ist das Herz in sich still, beruhigt, geeint und friedvoll.*

### Innerer Friede wird gewonnen

So wird „Leib“ vergessen, wird „Welt“ vergessen, wird „Ich“ vergessen, so kommt die Betrachtung zur Ruhe, und es kann die weltlose Entrückung eintreten, jener überweltliche Friede, den der Erwachte „himmlisches Wohl“ und „selige Gegenwart“ nennt. In diesem seligen Frieden mag der Mönch längere Zeit verweilen und in dem Erlebnis der Zeitlosigkeit sein Herz und seinen Sinn baden und laben und mag dann, wieder zurückgekehrt zur sinnlichen Wahrnehmung, seine Übung fortsetzen, fortsetzen und fortsetzen, bis er in dem Wechsel zwischen dem Betrachten, der Übung, und immer tieferer, seliger Befreiung durchstößt zur vollkommenen Freiheit, zum Nibbāna.

Der Erwachte nennt diese Übung, die ein Bestandteil der sogenannten Satipatthāna-Übung ist, Pukkusāti, den er als Mönch bezeichnet, ohne dass dieser schon in den Orden aufgenommen ist. Sonst gibt er diese Belehrung nur Mönchen, und selbst den Mönchen nennt er immer wieder als Voraussetzung für diese Übung Gefestigtsein in der rechten Anschauung und im heilenden Wirken. Denn diese Übung ist nur durchführbar von denen, die durch das rechte Verhältnis zu allen Lebewesen bei sich selber hell sind. Solange wir andere kürzer kommen lassen als uns selber in Wohlwollen, in Fürsorge, solange wir Unterschiede machen zwischen dem Ichbedürfnis, dem Ichanliegen und dem, der mir begegnet – solange wir also noch nicht zu den heilenden Tugenden erwachsen sind – so lange müssen wir noch in den Sinneserlebnissen Wohl suchen, können das Äußere nicht lassen, brauchen dringend den Kör-

per, das Werkzeug zum Sehen, Hören usw., um äußeres Wohl zu erfahren, und so lange kann die Satipatthāna-Übung nicht fruchtbar werden.

Der Erwachte hat Pukkusāti erkannt als einen, der kaum noch Anliegen an die Welt hat, der innerlich hell ist und dadurch eigenständiges Wohl bei sich erlebt, so dass er nicht mehr getrieben ist, diese oder jene bestimmten äußeren Objekte zu erfassen. Erst dann, wenn der Körper kaum noch zum Erfassen von Objekten gebraucht wird, kann die innere Identifizierung mit dem Körper vollständig aufgehoben werden.

Wenn dieser Zustand weitgehender innerer Reinheit und Helligkeit erreicht ist, nennt der Erwachte drei Übungsmöglichkeiten auf gleicher Ebene:

In M 7 heißt es: Wenn einer die Herzenstrübungen aufgehoben hat, vollkommen reinen Herzens ist, ohne Abwendung und Gegenwendung gegen andere, ohne Eigenwillen, ohne Rausch und Lässigkeit, dann empfindet er ein inneres Wohl, das ihn befähigt, unterschiedslos alle Wesen zu lieben, ohne Maßstab, ohne Unterschied: *Liebevollen Gemütes strahlt er in alle Richtungen...*

In M 51 und anderen Lehrreden heißt es, dass der Mönch sein Herz von den Hemmungen läutert, von den Hemmungen des Sinnenlustwollens, von Antipathie bis Hass, vom Sich-Treibenlassen im Gewohnten, von geistiger Unruhe und Daseinsunsicherheit. Durch Aufhebung dieser Hemmungen hat er eine solche Helligkeit und Stille erreicht, dass er nun weltlose Entrückungen erfährt. *Abgelöst von sinnlichem Begehren, abgelöst von heillosen Gedanken und Gesinnungen lebt er in stillem Bedenken und Sinnen in weltabgelöster Entzückung und Seligkeit.*

In M 125 werden nach Aufhebung der gleichen fünf Hemmungen die Satipatthāna-Übungen genannt, von welchen die Betrachtung der Gegebenheiten ein Teil ist.

Daraus ist ersichtlich, welche Herzensreinheit und welchen inneren Frieden Pukkusāti bereits besessen haben muss, dass der Erwachte ihm diese Übung nannte: in der Durchschauung,

im Klarblick alles sinnlich Erlebte als nicht zu sich gehörig zu betrachten. Damit ist alle Form, alles sinnlich Erlebte und der „eigene“ Körper für ihn „außen“: Jetzt wird auch der Körper ebenso wenig zum Ich gezählt wie alle anderen Außendinge. Damit ist dieser Mönch von den fünf ersten der sechs Gegebenheiten abgelöst. Von dem Zustand eines solcherart Abgelösten heißt es nun in unserer Lehrrede:

*Es bleibt nur mehr noch die geläuterte, gereinigte Erfahrung übrig. Mit dieser Erfahrung erfährt er was? „Wohl tut das“, erfährt er; „wehe tut das“, erfährt er; „weder wehe noch wohl tut das“, erfährt er.*

Ebenso heißt es in M 43:

*„Erfahrung, Erfahrung“, heißt es. Warum heißt es „Erfahrung“? „Er erfährt, er erfährt“, <sup>230</sup> darum heißt es „Erfahrung“. Was „erfährt er“? „Wohl tut das“, „weh tut das“, „weder wehe noch wohl tut das.“ „Er erfährt, er erfährt“, darum heißt es „Erfahrung“.*

*„Er erfährt“.* Wer ist „er“? Die Antwort ergibt sich aus der Aussage des Erwachten (M 18):

*Durch den Luger und die Formen entsteht Luger-Erfahrung.  
Durch den Lauscher und die Töne entsteht Lauscher-Erfahrung.  
Durch den Riecher und die Düfte entsteht Riecher-Erfahrung.  
Durch den Schmecker und die Säfte entsteht Schmecker-Erf.  
Durch den Taster und die Tastungen entsteht Taster-Erfahrung.  
Durch den Denker und die Dinge entsteht Denker-Erfahrung.*

Die Sinnesdränge in den Sinnesorganen, der Luger, der Lau-

---

<sup>230</sup> In der Pälisprache ist das Personalpronomen im Verb enthalten, und dieses kann beliebig übersetzt werden mit „er, sie, es, man“ – die Wahl des Pronomens hängt vom Zusammenhang ab. Die meisten Übersetzer – und so auch wir früher – haben vijānāti (erfährt) auf viññāna bezogen und übersetzt: „es“ erfährt = „viññāna erfährt“, „die Erfahrung erfährt“, was keinen Sinn ergibt.

scher usw. erfahren. Die Sinnesdränge des normalen Menschen lugen und lauschen und lungern ununterbrochen durch die Körpersinne nach den ersehnten, gewünschten Formen, Tönen usw. und erfahren in einem ununterbrochenen Prasselhagel von immer wieder neuen Erfahrungen, was an als „außen“ erlebten Objekten erreichbar ist. Dieser Ablauf geschieht mit einer nicht zu nennenden Geschwindigkeit. Eine Erfahrung folgt der anderen, eine Erfahrung löst die andere ab.

Die Erfahrungen der Triebe werden als Form-Wahrnehmung in den Geist eingetragen, der im Dienst der Triebe auf Wohl-Erfahrung gerichtet ist. Die Formwahrnehmungen werden zueinander geordnet, werden bewegt im Assoziieren, Kombinieren: *Durch den Denker und die Dinge entsteht die Denker-Erfahrung (mano-viññāna)*. Aus den in den Geist gelangten Erfahrungen macht sich der Geist einen Sinn und eine Vorstellung, an welchen die stärkeren Sinneseindrücke mehr, die schwächeren weniger Anteil haben.

Weil alle Wohl- und Wehe-Erfahrungen der fünf Sinnesdränge im Geist gesammelt sind, so dass er allein die Wünsche aller Sinnesdränge nach Wohlerfahrung und auch die Erfüllungsmöglichkeiten kennt, und weil nur er mittels der von ihm ausgebildeten programmierten Wohlerfahrungssuche (*viññāna-sota*) den ganzen Körper bewegen und damit die Sinnesdränge an die Orte der Befriedigungsmöglichkeiten steuern kann, darum wird er als Fürsorger, Betreuer der fünf Sinnesdränge bezeichnet.

Wie die vom Geist ausgehende, vom Geist gesteuerte Wohlsuche als Bediener und Lenker der Sinnesorgane diese wohlsuchend hierhin und dorthin fährt, schildert der Erwachte (M 138):

*Hat er mit dem Luger eine Form gesehen*  
(= gefühlsbesetzte Wahrnehmung ist im Geist eingetragen),  
*dann geht die programmierte Wohlerfahrungssuche den*  
*Formerscheinungen nach, knüpft an wohltuende Formerschei-*  
*nungen an, bindet sich daran...*

Die vom Geist ausgehende programmierte Wohlerfahrungssu-

che geht also diesem Eindruck nach hinsichtlich Raum, Zeit und näheren Umständen, durch die der Eindruck zustande gekommen ist. Ist dieser Eindruck ein angenehmer, also seitens des Sinnesdrangs mit Wohlgefühl beantwortet worden, dann knüpft die programmierte Wohlerfahrungssuche an diesen Eindruck an, d.h. er wird im Geist festgehalten, programmiert. So ist die programmierte Wohlerfahrungssuche der aus bisheriger Erfahrung erwachsene, „programmierte“ Lenker und Lotse und fast ständige Bewegter von Körper und Geist, um jeden der fünf Sinne und damit den ganzen Körper einschließlich des Geistes an die gewünschten wohlversprechenden Objekte zum Zweck ihrer Erfahrung heranzubringen.

Weil die uralte Psyche lange, lange Zeit durch viele Inkarnationen hindurch gewöhnt ist, ihrem Hunger zu folgen, außen Wohl zu suchen, darum läuft die programmierte Wohlerfahrungssuche *um und um im fünfstorigen Körperhaus*, um „von draußen“ zu erfahren, was zu erfahren nötig ist, um sicher durch die Welt zu kommen oder um zu genießen.

So entsteht durch die Sinnesdränge die programmierte Wohlerfahrungssuche des Geistes (*viññāna*). Das heißt, sie entsteht eigentlich nicht, sie ist immer da, immer wieder erneut in Gang gesetzt durch die Sinnesdränge.

Von der programmierten Wohlerfahrungssuche des Geistes im Dienst der Sinnesdränge – der sechsten Gegebenheit – eines Menschen, dessen sinnliche Triebe durch die vorgenannte Übung aufgehoben sind, wird in unserer Lehrrede ebenso wie von der Erfahrung des gewöhnlichen Menschen gesagt, dass sie auf Wohl aus ist und Wehe flieht. Sie ist also im Grunde nach wie vor die programmierte Wohlsuche, aber durch die eben beschriebene schrittweise Auflösung von allen körperbedingten groben Wohlgefühlen sind inzwischen die unvergleichlich größeren, helleren Wohlgefühle der Strahlungen oder der Entrückungen eingetreten. Im Vergleich damit wird die gesamte fünffache Wahrnehmung nur als Wehe und Schmerz empfunden. Insofern wird hier von der geläuterten, gereinigten Erfahrung gesprochen, weil sie nun die frühere

automatische Wohlsuche bei Formen, Tönen usw. völlig abgetan hat und nur auf das Wohl jenseits der Weltwahrnehmung aus ist. Sie ruht jetzt, wie es in M 138 näher beschrieben wird, bei dem herzunmittelbaren Wohl. Darum kann der Mönch in Bezug auf diesen Körper wie auf die gesamte sinnliche Welt überhaupt nicht mehr „das bin ich“ denken und empfinden. Ein solcher Mönch kann gar nicht mehr in ein weltlich-häusliches Leben zurückkehren wollen, wie der Erwachte immer wieder sagt. Alles früher dem Körper innewohnende Begehren und Hassen, alle Anziehungen und Abstoßungen in Bezug auf die Sinnendinge sind aus dem Körper ausgetreten, so wie ein Holzsplit, das lange auf dem Trockenen liegt, auch alle seine Nässe und Feuchtigkeit preisgibt. Ein solcher lebt nicht nur momentan *abgelöst von sinnlichem Begehren, abgelöst von heillosen Gedanken und Gesinnungen*, sondern er ist in seinem ganzen Wesen vollkommen allen Begierden und unheilsamen Dingen entfremdet. Er ist reinen Herzens, ohne Verlangen nach Sinnendingen, und darum ist auch die programmierte Wohlerfahrungssuche geläutert, gereinigt, braucht nicht mehr von weltlichen Dingen abgehalten zu werden, denn sie ist auf nichts Weltliches gerichtet.

Um uns Weltgebundenen eine Ahnung von der Erfahrungsweise eines so weit gediehenen, entwelteten Mönchs zu vermitteln, hat der Erwachte in D 2, M 77 mit einem Gleichnis angedeutet, wie das Erleben der so Gereinigten ist:

*Er erkennt nun: „Dies ist mein Körper, formhaft, aus den vier Gegebenheiten bestehend von Vater und Mutter gezeugt, aus Speise und Trank aufgehäuft, dem Vergehen, dem Untergang, dem Zerfall, der Auflösung, der Zerstörung unterworfen; das hingegen ist die programmierte Wohlerfahrungssuche, hierauf (noch) gestützt, hieran gebunden.“*

*Gleichwie etwa, wenn da ein Juwel wäre, ein Edelstein, schön, kostbar, achtfach fein geschliffen, durchsichtig, rein mit allen guten Eigenschaften ausgestattet, und ein Faden wäre daran befestigt, ein blauer oder ein gelber, ein roter oder ein*



*weißer, ein grauer Faden; den hätte ein scharfsichtiger Mann um seinen Arm geschlungen und betrachtete ihn: „Das ist ein Juwel, ein Edelstein, schön, kostbar, achtfach fein geschliffen, durchsichtig, rein, mit allen guten Eigenschaften ausgestattet. und ein Faden ist daran befestigt, ein blauer oder gelber, ein roter oder weißer, ein grauer Faden.“*

Hier wird also die geläuterte programmierte Wohlerfahrungs-suche des Geistes verglichen mit einem kostbaren Juwel, an dem ein Faden – wir würden sagen: Armband – befestigt ist. Ein Mann hat dieses Juwel am Arm – der Arm gilt für den Körper – und betrachtet nun das Ganze: den Arm und das Juwel am Armband.

In dieser Betrachtung sieht der Mönch die in unserer Lehrrede beschriebenen Gegebenheiten als eine Zweiheit, dass die programmierte Wohlerfahrungs-suche (die sechste Gegebenheit) an den Körper (erste bis fünfte Gegebenheit) ebenso gebunden ist, wie ein Edelstein mit einem Faden an den Arm eines Mannes gebunden ist. Der gewöhnliche Mensch, dessen Fleischleib von der Sinnlichkeit durchsetzt und durchdrungen ist wie ein Holz-scheit vom Wasser, kann die Zweiheit von Körper und programmierter Wohlerfahrungs-suche nicht erkennen, selbst wenn er vom Erwachten über das Wesen der Gegebenheiten belehrt ist. Der von der Sinnensucht Befreite dagegen blickt völlig teilnahmslos auf den groben Fleischleib – im Gleichnis der Arm des Mannes – der von den Eltern gezeugt, durch grobstoffliche Nahrung erhalten wird, zum Untergang sich entwickelt und bald zerstört und zerfallen sein wird. Er hat keine Beziehung mehr zu ihm, und darum wird er für ihn transparent. – Außer dem toten Körper sieht der so Geläuterte die strahlend gewordene programmierte Wohlerfahrungs-suche – das klar durchsichtige Juwel – die auf höheres Wohl als das Sinnenwohl aus ist. Durch die vorher beschriebene Übung hat sich das Herz von allem Festen, Flüssigen, von Hitze, Luft und Raum abgelöst, und zwar gleich ob diese als „Außenwelt“ oder als „Körper“ erscheinen. In einem so

geläuterten geistigen Haushalt wird unter der Vorstellung „Ich“ nicht mehr der sichtbare gegenständliche Körper einbezogen.

Wenn die gereinigte Geist-Erfahrung, die hervorgeht aus dem gereinigten Geist und dieser aus dem von allen groben und mittleren Trieben gereinigten Herzen, beim Tod des Körpers diesen verlässt – im Gleichnis: das Band am Arm, am Handgelenk, abgetrennt wird –, dann wird die programmierte Wohlerfahrungssuche mit dem Wollenskörper und der Formvorstellung (*nāma-rūpa*) nicht mehr irgendwo zu Menschen oder sinnlichen Göttern einkehren, um dort wieder Gestalt anzunehmen, denn sie hat sich von allen groben und mittleren Formvorstellungen gereinigt und kann nur oberhalb der Sinneswelt-Erfahrung wiedergeboren werden.

Ein so weit Fortgeschrittener kann die ersten drei weltlosen Entrückungen nicht nur gelegentlich, sondern jederzeit nach Wunsch und Willen gewinnen. Diesem überweltlichen Wohl geht die programmierte Wohlerfahrungssuche nach und stützt sich auf die Erfahrungen, die die weltlosen Entrückungen einleiten. Sie folgt dem Wohl der aus innerer Abgeschiedenheit in der Einigung geborenen Entzückung und Seligkeit – folgt dem Wohl der von Denken und Sinnen befreiten Einigung – folgt dem Wohl des Gleichmuts – knüpft daran an, bindet sich daran, wird davon fesselverstrickt. Dadurch wird die programmierte Wohlerfahrungssuche von allem Außen abgezogen und auf inneres Wohl gerichtet.

Herzenseinigung, d.h. Aufhören des Süchtens nach außen, bedeutet zugleich den Fortfall der Wahrnehmung von Ich und Welt. Das ununterbrochene Lugen durch die Augen nach außen, das Lauschen durch die Ohren, das Riechen durch die Nase usw. – all dieses Süchten kommt zur Ruhe. Die Berührungen des Wollenskörpers mit den Formen, Tönen usw., die die Erfahrungen auslösen, finden nicht statt. Auch die vom Geist ausgehende programmierte Wohlerfahrungssuche steht still.

Dem Erleben der ersten drei Entrückungen gibt sich der das

endgültige Heil anstrebende Mönch nicht hin. Für ihn geht es nun um eine weitere Übung, um die Befreiung von der zweiten der fünf Zusammenhäufungen, von Gefühl. Diese beschreibt der Erwachte in unserer Lehrrede:

*Bedingt durch eine Berührung, Mönch, die als Wohl zu empfinden ist, steigt ein Wohlgefühl auf. Und ein Wohlgefühl empfindend, erkennt er: „Ein Wohlgefühl empfinde ich.“ Wenn aber durch Aufhören der als Wohl zu empfindenden Berührung das Wohl aufhört, dann erkennt er: „Es löst sich auf.“ Bedingt durch eine Berührung, die als Weh zu empfinden ist, steigt ein Wehgefühl auf. Und ein Weh-Gefühl empfindend erkennt er: „Ein Wehgefühl empfinde ich.“ Wenn aber durch Aufhören der als Wehe zu empfindenden Berührung das Wehgefühl aufhört, dann erkennt er: „Es löst sich auf.“ Bedingt durch eine Berührung, die als weder weh noch wohl zu empfinden ist, steigt ein Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl auf. Und ein Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl empfindend, erkennt er: „Ein Weder-Weh-noch-Wohlgefühl empfinde ich.“ Wenn aber durch Aufhören der als weder weh noch wohl zu empfindenden Berührung das Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl aufhört, dann erkennt er: „Es löst sich auf.“*

Wir können uns die innere Verfassung eines so weit gereiften Mönchs gar nicht vorstellen. Wenn es hier heißt, dass er sich der Wohlgefühle wie auch der Wehgefühle und ihres Entstehens und Vergehens in Abhängigkeit von der Berührung bewusst wird, dann haben diese mit unseren Wohl- und Wehgefühlen gar nichts zu tun. In vielen Lehrreden, unter anderem M 75, wird immer wieder erläutert: Alle die Gefühle, die ein sinnensüchtiges Wesen, wie wir Menschen es sind, erfährt, sind schon von einer mittleren Warte aus Schmerzgefühle; wir können sie aber nicht als solche beurteilen, weil wir diese mitt-

lere Warte noch nicht erreicht haben, sondern in der untersten der drei großen Selbsterfahrungen leben, in der Sinnensuchtwelt. Wir kennen nur das (vermeintliche) Wohlgefühl der Befriedigung von Sinnensucht und das Wehgefühl der Nichtbefriedigung von Sinnensucht. Aber schon in der mittleren Selbsterfahrung ist die Sinnensucht überwunden, nicht mehr vorhanden, und vorherrschend ist ein großes Wohlgefühl der Befreiung davon.

Für den Mönch mit der geläuterten und gereinigten Wohlerfahrungssuche des Geistes ist die Lebensform in der Entrückung Wohlgefühl und die Lebensform in der sinnlichen Wahrnehmung Wehgefühl.

Wessen Herz von den fünf ersten Gegebenheiten abgelöst ist, der beobachtet aber nun die aufsteigenden Gefühle als einer, der außerhalb der Gefühle steht und sieht, wie Gefühle entstehen und vergehen. Gefühle steigen noch auf, denn es ist noch das Anliegen frei zu sein, das berührt wird von der Freude auslösenden geistigen Feststellung, vom Verlangen nach Formen frei zu sein, oder berührt wird von der Wehmut auslösenden geistigen Feststellung, noch nicht von allem Ergreifen erlöst zu sein. Die endgültige Freiheit von Berührung überhaupt ist das ersehnte Ziel. So besteht noch Wollen und Wahrnehmen, eine klar bewusste Zwieheit, die der Erwachte mit dem Gleichnis von den zwei Holzscheiten erklärt:

*Es ist, Mönch, wie wenn da zwei Scheite aneinander gerieben werden: dann entsteht Wärme, Hitze entwickelt sich. Und wenn eben diese beiden Scheite getrennt und hingelegt werden, dann vergeht die erst entstandene Wärme wieder, erlischt. Ebenso steigt, bedingt durch eine Berührung, die als Wohl zu empfinden ist, ein Wohlgefühl auf. Und ein Wohlgefühl empfindend, erkennt er: „Ein Wohlgefühl empfinde ich.“ Wenn aber durch Aufhören der als Wohl zu empfindenden Berührung das Wohlgefühl aufhört, dann*

*erkennt er: „Es löst sich auf.“ Bedingt durch eine Berührung, Mönch, die als Weh zu empfinden ist, steigt ein Wehgefühl auf. Und ein Wehgefühl empfindend, erkennt er: „Ein Wehgefühl empfinde ich.“ Wenn aber durch Aufhören der als Wehe zu empfindenden Berührung das Wehgefühl aufhört, dann erkennt er: „Es löst sich auf.“ Bedingt durch eine Berührung, die als weder weh noch wohl zu empfinden ist, steigt ein Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl auf. Und ein Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl empfindend, erkennt er: „Ein Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl empfinde ich.“ Wenn aber durch Aufhören der als Weder-weh-noch-Wohl zu empfindenden Berührung das Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl aufhört, dann erkennt er: „Es löst sich auf.“*

Ein solcher Beobachter weiß, wenn er das Wohl weltloser Entrückungen hat und wenn er es nicht hat und ersehnt (Wehgefühl). Er durchschaut Gefühl als einen Vorgang, nämlich: nicht „ich fühle“, sondern: „So kommt Gefühl bedingt zustande.“ Er sieht, wie Gefühl aufkommt und wieder vergeht: nämlich wenn Wollen und Wahrnehmen, Bedürfen und Erleben – die Holzscheite – sich reiben, d.h. fühlbar werden, und wieder vergehen – die Holzscheite wieder getrennt werden. Indem er so die Gefühle beobachtet, zählt er sie nicht zu sich, sein Ich wohnt außerhalb, nun auch noch um das Gefühl leichter geworden, und dadurch nehmen auch die Gefühle ab.

*So bleibt nur noch der Gleichmut übrig, der völlig ge-läutert ist, geklärt, geschmeidig, formbar, leuchtend.*

Das heißt, der längst Entrückungsgewohnte kann nun auch die drei ersten Entrückungen, in welchen noch betont selige Gefühle entstehen, übersteigen und in der vierten Entrückung wohnen, deren Zustand nicht anders als mit Gleichmut (*upekhā*) bezeichnet werden kann, dem Zustand von Weder-Weh-noch-Wohlgefühl. Das aber ist nicht eine Mitte zwischen

Wehe und Wohl, sondern das Übersteigen jedes bedingten Wohlgefühls durch den Frieden des Gleichmuts.

Auf welche Weise ist dieser Gleichmut zustande gekommen? Der Erwachte fasst nun in unserer Lehrrede den Läuterungsprozess in dem Gleichnis vom Goldläutern zusammen:

*Es ist, Mönch, wie wenn ein geschickter Goldschmied oder Goldschmiedgeselle ein Schmelzfeuer anmacht, den Schmelztiegel erhitzt. Und wenn er erhitzt ist, mit einer Zange ein Goldstück in den Schmelztiegel legt, es von Zeit zu Zeit einschmelzt, von Zeit zu Zeit mit Wasser besprengt und von Zeit zu Zeit es aufmerksam untersucht. Da wird dieses Gold eingeschmolzen, fein geschmolzen, rein geschmolzen, die Unreinheiten werden ausgetrieben und entfernt, es wird fügsam, formbar und glänzend. Zu welchem Zweck der Goldschmied es auch immer verwenden wollte, sei es zu einem Armreif oder zu Ohrringen, zu einem Halschmuck oder zu einer goldenen Kette – für diese Zwecke ist es nun geeignet. Ebenso nun auch, Mönch, bleibt nur noch der Gleichmut übrig, der völlig geläutert ist, geklärt, geschmeidig, formbar, leuchtend.*

Dieses Gleichnis ist hier nicht vollständig ausgeführt und ohne Bezugnahme auf die entsprechenden Läuterungsübungen gegeben. Wahrscheinlich waren die Bezüge für die Überlieferer selbstverständlich. Sie erinnerten sich schon bei der Nennung des Gleichnisses vom Goldläutern der ausführlichen Darlegung in A III,102-103, die wir hier folgen lassen, soweit sie die Aussagen dieser Lehrrede (M 140) ergänzt.

*Wenn der Goldschmied das Gold immer nur glühen würde, so würde es verdorben werden; wenn er es immer nur mit Wasser besprengen würde, so würde es erkalten; wenn er es nur aufmerksam prüfen würde, so würde es nicht lauterer werden.*

*Indem aber der Goldschmied das Gold zeitweise glüht, zeitweise mit Wasser beträufelt und zeitweise aufmerksam prüft, da wird es dann allmählich völlig frei von innerer Unreinheit, wird biegsam, formbar und glänzend, ist nicht mehr spröde, sondern gut zur Verarbeitung geeignet. Zu welchem Zweck der Goldschmied es auch immer verwenden will: sei es zu einem Armreif oder zu Ohrringen, zu einem Halsschmuck oder zu einer goldenen Kette, für diese Zwecke ist es nun geeignet.*

*Ebenso nun auch sollte der Mönch, der seine hohe Herzensbildung anstrebt, drei verschiedenen Dingen seine Aufmerksamkeit widmen: er sollte von Zeit zu Zeit sich der Herzenseinigung hingeben, sollte von Zeit zu Zeit dem Kampf der Ablösung (von den letzten Regsamkeiten) seine Aufmerksamkeit widmen, sollte von Zeit zu Zeit einer stillen klaren Beobachtung (der inneren geistig-seelischen Vorgänge) seine Aufmerksamkeit widmen.*

*Würde nämlich der seine hohe Herzensbildung anstrebende Mönch ausschließlich die Aufmerksamkeit der Herzenseinigung zuwenden, so könnte das Herz in Trägheit verfallen. Wenn der Mönch sich ausschließlich um Ablösung bemühen würde, so könnte das Herz in Unruhe geraten. Wenn er ausschließlich seine Aufmerksamkeit auf die klare Beobachtung richten würde, so könnte das Herz sich nicht auf die Versiegung aller Wollensflüsse/Einflüsse sammeln.*

*Widmet jedoch der Mönch, der die hohe Herzensbildung anstrebt, die Aufmerksamkeit von Zeit zu Zeit der Herzenseinigung, von Zeit zu Zeit dem Bemühen um Ablösung und von Zeit zu Zeit der klaren Beobachtung, so wird das Herz geschmeidig, formbar, strahlend, nicht spröde und sammelt sich gut auf die Versiegung der Wollensflüsse/Einflüsse.*

*Welcher von den durch schrankenlose Wahrnehmung erfahrbaren Erscheinungen sich das Herz auch immer zuwendet, um es in schrankenloser Wahrnehmung zu erfahren, das leibhaftig zu erfahren ist es dann auch fähig, sei es dieser oder*

*jener der Erfahrungsbereiche.*

Die hier genannten drei Haltungen entsprechen ganz den drei letzten Gliedern des achtgliedrigen Heilswegs: Dem sechsten Glied „Rechtes Mühen, die vier Großen Kämpfe“ entspricht hier das Mühen um restlose Ablösung. Dem siebenten Glied „rechte Wahrheitsgegenwart“ entspricht hier die klare Beobachtung, die nur im Gleichmut möglich ist. Dem achten Glied „rechte Herzenseinigung“ entspricht hier der Zustand der Herzenseinigung. Bei dem Wechsel der drei Übungen geht es um die letzte Reinigung des Herzens. Es herrscht bereits inneres seliges Wohl; und so wie der erfahrene Goldschmied in diesem zusammengeschmolzenen Gold noch kleinste, feinste Reste von Unzugehörigem entdeckt, so erspürt das an den stillen, den seligen Frieden gewöhnte Gemüt noch die letzten restlichen Störungen dieser vollkommenen, von nichts abhängigen und alles beherrschenden Einheit – und scheidet sie aus. Ein solches von den letzten Resten des Unzugehörigen völlig gereinigte Herz aber ist geradezu allmächtig, wie der Erwachte nun in unserer Lehrrede zeigt:

*So nun, Mönch, bleibt nur noch der Gleichmut übrig, der völlig geläutert ist, geklärt, geschmeidig, formbar, leuchtend. Er erkennt: Wenn ich nun diesen Gleichmut, den so geläuterten, geklärten, geschmeidigen, fügsamen, leuchtenden, auf das Gebiet des unbegrenzten Raumes, der unbegrenzten Erfahrung – des Nicht-Etwas – der Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung einstellen und dementsprechend das Herz ausbilden würde, so kann dieser Gleichmut, darin ruhend, dies ergreifend, lange Zeit bestehen.*

*Aber er weiß auch: Wenn ich nun diesen Gleichmut, den so geläuterten, geklärten, geschmeidigen, fügsamen, leuchtenden, auf das Gebiet des unbegrenzten Raumes – der unbegrenzten Erfahrung – des Nicht-*



*Etwas – der Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung einstellen und dementsprechend das Herz ausbilden würde – es wäre zusammengewirkt. Aber er wirkt nichts mehr zusammen, weder um des Daseins noch um der Vernichtung willen. Weil er nichts mehr zusammenwirkt und keine Absichten hat, weder um des Daseins noch um der Vernichtung willen, so ergreift er nichts mehr in der Welt. Weil er nichts mehr ergreift, ist er unerregbar. Unerregbar erlangt er die Erlöschung der Glut. „Versiegt ist das Geborenwerden, vollendet der Läuterungswandel, nichts mehr nach diesem hier“, erkennt er.*

*Fühlt er nun ein Wohlgefühl – Wehgefühl – ein Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl – so erkennt er: „Es ist unbeständig“, erkennt „Es ist nicht angenommen“, erkennt „Es ist nicht mehr gefragt.“*

*Fühlt er nun ein Wohlgefühl – Wehgefühl – Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl, so fühlt er es als Losgelöster.*

*Empfindet er ein körperbegrenzendes Gefühl (gemeint ist tödliche Krankheit oder Verwundung des Körpers), so erkennt er: „Ein körperbegrenzendes Gefühl fühle ich.“*

*Empfindet er das Gefühl, dass die körperliche Vitalkraft zu Ende geht (gemeint ist „Sterben“ an Altersschwäche), so erkennt er: „Ich empfinde das Gefühl, dass die Lebenskraft zu Ende geht.“*

*Er erkennt: „Nach dem Dahinfallen des Körpers, wenn die Vitalkraft aufgebraucht ist, werden alle Empfindungsmöglichkeiten, die unerwünschten, erlöschen (Auflösung von Gefühl und Wahrnehmung).“*

*Es ist, Mönch, wie wenn durch Öl und Docht bedingt, eine Öllampe leuchtet; wenn aber Öl und Docht verbraucht sind und neue Nahrung nicht zugeführt wird, sie ohne Nahrung erlischt. Ebenso erkennt er:*

*„Ein körperbegrenzendes Gefühl empfinde ich.“ Empfindet er das Gefühl, dass die körperliche Vitalkraft zu Ende geht, so erkennt er: „Ich empfinde das Gefühl, dass die Lebenskraft zu Ende geht.“ Er erkennt: „Nach dem Dahinfallen des Körpers, wenn die Vitalkraft aufgebraucht ist, werden alle Empfindungsmöglichkeiten, die unerwünschten, erlöschen.“*

*So hat ein dahin gelangter Mönch den höchstmöglichen Klarblick als heilende Haltung erworben. Das ist ja der höchste Heilsklarblick: das Wissen, dass alles Leiden versiegt ist. Der hat eine Erlösung gewonnen, die wahrhaft besteht, unzerstörbar. Falsch ist, was von täuschender Natur ist, was nicht von täuschender Natur ist, ist Nirvāna. So hat ein dahin gelangter Mönch die höchstmögliche Wahrheit als heilende Haltung erworben. Das ist ja die höchste Heilswahrheit: was nicht auf Täuschung beruht: Nirvāna.*

*Was er aber einst als im Wahn Befangener durch Ergreifen an Sein geschaffen hat, das hat er aufgelöst, an der Wurzel abgeschnitten, einem Palmstumpf gleichgemacht, der nicht mehr keimen, nicht mehr sich entwickeln kann. So hat ein dahin gelangter Mönch das höchstmögliche Loslassen als die weltüberlegene Haltung, als heilende Haltung, erworben. Das ist ja Mönch, das höchste heilende Loslassen, nämlich die Aufhebung alles Seins durch Auflösung alles Ergreifens. Was er einst als im Wahn Befangener an Habsucht hatte, an Eigenwillen und Gier, das hat er aufgelöst, an der Wurzel abgeschnitten, einem Palmstumpf gleichgemacht, der nicht mehr keimen, nicht mehr sich entwickeln kann.*

*Was er einst als im Wahn Befangener an Verdruss, Antipathie bis Hass und Verbitterung hatte... an Wahn, Blendung, Befleckung hatte..., das hat er aufge-*

*löst, an der Wurzel abgeschnitten, einem Palmstumpf gleichgemacht, der nicht mehr keimen, nicht mehr sich entwickeln kann.*

*So hat ein dahin gelangter Mönch den höchstmöglichen Frieden als die weltüberlegene Haltung, als heilende Haltung, erworben. Das ist ja, Mönch, der höchste heilende Frieden, Gier, Hass, Blendung völlig aufgelöst zu haben.*

*„Den Klarblick soll er nicht vernachlässigen.*

*Die Wahrheit soll er im Auge behalten.*

*Das Loslassen soll er immer mehr ausbreiten.*

*Den inneren Frieden soll er zu gewinnen trachten.“*

*Wurde das gesagt, so wurde es in Bezug darauf gesagt.*

*„Wo und wie er sich auch befindet, keine Wollensflüsse/Einflüsse aus Denken/Vorstellen/Meinen gibt es mehr. Weil es keine Wollensflüsse/Einflüsse aus Denken/Vorstellen/Meinen mehr gibt, wird er der „Denkgestillte“ genannt.“ Das ist gesagt worden. In Bezug worauf wurde das gesagt?*

*„Ich bin“ ist Vermeinen. „Ich bin nicht“..., „Ich werde sein“..., „Ich werde nicht sein“..., „Formhaft werde ich sein“..., „Formlos werde ich sein“..., „Formfrei werde ich sein“..., „Wahrnehmend... nicht wahrnehmend... weder wahrnehmend noch nicht wahrnehmend werde ich sein“, ist Vermeinen. Vermeinen, Mönch, ist Krankheit, Geschwür, Pfeil. Ist aber alles Denken/Vorstellen/Meinen überstiegen, so wird er „Denkgestillter“ genannt. Der Denkgestillte aber, Mönch, entsteht nicht, vergeht nicht, erbebt nicht, verlangt nicht. Es gibt nichts mehr, wodurch er entstünde. Weil er nicht entsteht, wie sollte er vergehen? Weil er nicht vergeht, wie sollte er sterben? Weil er nicht stirbt, wie sollte er erbeben? Weil er nicht bebt, wonach sollte er verlangen?*

*„Können sich aber keine Einflüsse des Vermeinens fortsetzen, weil die Ursache, das Wollen, aufgehoben ist, so wird er „Denkgestillter“ genannt.“ Das ist gesagt worden. In Bezug darauf wurde das gesagt.*

*Das magst du nun, Mönch, als kurzgefasste Darlegung der sechs Gegebenheiten betrachten.*

Bei den Wesen der Sinnensuchtwelt gilt der Geist als die Sammelstelle und Leitstelle, als der Fürsorger für die Sinnesdränge. Was erfahren wird, sammelt sich im Geist. Unser vermeintliches Wissen von „Ich“ und „Welt“ stammt aus den Eintragungen im Geist. Wenn aber nichts mehr erfahren wird, dem Geist gemeldet wird, dann kann doch noch die Wahrnehmung einer unbegrenzten, unermesslichen formfreien, stillen, erhabenen Empfindung sein – wie es hier heißt: die Wahrnehmung des unendlichen Raums, der unendlichen Erfahrung, des „Nicht Etwas“. Innerhalb dieser Unendlichkeitsvorstellungen ist kein Unterschied, keine Veränderung. Es ist ein völlig still erhabener Zustand. In ihm wird auch nicht gewirkt, verändert sich nichts. Insofern ist diese Erlebnisweise rein wahrnehmungshaft (*saññāmaya*), ohne Gedankenreaktion.

Aber auch diese formfreien und regungsfreien Zustände gehen zu Ende, da sie bedingt sind, wenn auch durch die stillste Empfindung, die möglich ist, den Gleichmut. – Darum erkennt derjenige, der der höchsten Freiheit zustrebt, dass die Freiheit in der totalen Wahrnehmungsfreiheit besteht, in welcher Ich- und Weltvorstellung und unbegrenzte formfreie Empfindung aufgehoben sind, und löst sich von jeglichem Gerichtetsein auf irgendeine Wahrnehmung. Denn jede Wahrnehmung erkennt er als vergänglich und darum leidhaft. Nichts mehr ergreifend, erreicht er die Triebversiegung. Er weiß nun: Wenn der Körper fortfällt, sind damit alle restlichen Gefühle, die seit der Triebversiegung nur noch den Körper betrafen, aufgelöst. Dieser Zustand wird verglichen mit einer brennenden Öllampe, der kein Öl (Begehren) mehr zugeführt

wird, so dass sie erlischt. Damit hat der Mönch den höchsten unzerstörbaren Standort, die höchste ich- und weltüberlegene Einstellung gewonnen, die nur möglich ist:  
den höchsten Klarblick: das Wissen um die Triebversiegung;  
die höchste Wahrheit: die Aufhebung allen Wahns, den Zustand des Nirvāna;  
das höchste Loslassen: das befreiende Aufgeben alles Ergriffenen: das Loslassen der Zusammenhäufungen;  
den höchsten Frieden: die Aufhebung von Gier, Hass, Blendung.  
Ein solcher wird „Denkgestillter“ genannt, der durch nichts mehr beeinflussbar, erregbar ist, weil er auch die höchsten, reinsten Wahrnehmungen als vergängliche Täuschungen erkennt.

*Das magst du nun, Mönch, als eine kurzgefasste Darlegung der sechs Gegebenheiten betrachten. – Da wusste der ehrwürdige Pukkusāti: „Der Meister, wahrlich, hat mich besucht.“*

Er wusste, dass kein anderer als ein vollkommen Erwachter eine so umfassende Darlegung der sechs Gegebenheiten mit dem Weg zu ihrer Auflösung geben konnte. Es hätte auch ein anderer Mönch, z.B. Ānando, die vom Erwachten dargelegte Lehre von den Gegebenheiten auswendig sagen können. Aber Pukkusāti, der Prädestinierte, merkte an der Art des Vortragens, dass es der Erwachte selber war.

*Und er stand auf, entblökte die eine Schulter, fiel dem Erhabenen zu Füßen und sprach: Möchte mir, o Herr, der Erhabene selbst die Aufnahme in den Orden erteilen! – Hast du denn, Mönch, Robe und Almosenschale schon erhalten? – Robe und Almosenschale habe ich noch nicht erhalten, o Herr. – Die Aufnahme in den Orden, Mönch, erteilen Vollandete keinem, der ohne Robe und Almosenschale ist. –*

*Und der ehrwürdige Pukkusāti, durch des Erhabenen Rede erhoben und beglückt, stand auf, begrüßte den Erhabenen ehrerbietig, ging rechts herum und zog von dannen, Robe und Almosenschale sich zu verschaffen.*

*Als nun der ehrwürdige Pukkusāti nach Robe und Almosenschale umherzog, wurde er durch eine Kuh des Lebens beraubt.*

*Da begaben sich denn viele Mönche zum Erhabenen hin, begrüßten den Erhabenen ehrerbietig und setzten sich zur Seite. Zur Seite sitzend sprachen nun die Mönche zum Erhabenen: Herr, der Sohn aus gutem Hause, Pukkusāti, dem der Erhabene die sechs Gegebenheiten dargelegt hatte, ist gestorben. Wo ist er jetzt, was ist aus ihm geworden? –*

*Weise, ihr Mönche, ist Pukkusāti, der Sohn aus gutem Hause, gewesen, richtig nachgefolgt ist er der Lehre und nicht hat er an meiner Belehrung Anstoß genommen. Pukkusāti, der Sohn aus gutem Haus, ist nach Vernichtung der fünf unten haltenden Verstrickungen emporgestiegen, um von dort aus zu erlöschen, nicht mehr zurückzukehren in diese Sinnen-suchtwelt. –*

*So sprach der Erhabene. Erhoben und beglückt waren jene Mönche über das Wort des Erhabenen.*

Mit der Aufhebung der fünf untenhaltenden Verstrickungen (Glaube an Persönlichkeit, Daseinsunsicherheit, das Begegnungsleben als das höchste ansehen, Sinnenlustwollen, Antipathie bis Hass) hat er den Sicherheitsgrad des Nichtwiederkehrers erreicht, d.h. er wird nicht mehr in dem Bereich der Sinnensucht-Vorstellung wiedergeboren, sondern nur noch in der Selbsterfahrnis formhafter Götter und löst dort die restlichen Neigungen auf.

Natürlich kann Pukkusāti nicht in wenigen Tagen von einem normalen sinnensüchtigen Menschen zum Nichtwiederkehrer geworden sein. Es ist anzunehmen, dass er bereits weitgehend von den zwei letzten der untenhaltenden Verstrickungen, Sinnenlustwollen und Antipathie bis Hass, frei war und auch schon manche Ablösungen vollzogen haben mag.

Mit der Kenntnis von der Ichlosigkeit des automatischen Zusammenspiels der fünf Zusammenhäufungen hat er – wahrscheinlich noch während des Gesprächs mit dem Erwachten – die erste Verstrickung, Glaube an Persönlichkeit, aufgelöst und damit den beiden weiteren Verstrickungen (Daseinsunsicherheit und Bindung an die Begegnung) die Grundlage entzogen. Diese Wirkung der Belehrung durch einen Erwachten ist in den Lehrreden oft beschrieben (M 56, M 74 u.a.):

*Wie ein reines Kleid, von Flecken gesäubert, vollkommen die Färbung annehmen mag, ebenso ging da X..., während er noch dasaß, das gierlose, ungetrübte Auge der Wahrheit auf:  
„Was irgend auch entstanden ist, muss alles wieder untergehen.“*

*Und X..., der die Wahrheit gesehen, die Wahrheit gefasst, die Wahrheit erkannt, die Wahrheit ergründet hatte, der Daseinsunsicherheit entronnen, ohne Zweifel, in sich selber gewiss, auf keinen anderen gestützt im Orden des Meisters....*

Mit diesen Worten ist ausgedrückt, dass Zuhörer des Erwachten durch seine die besten Herzenskräfte weckenden Darlegungen für kurze Zeit von der Hemmung durch Wahn und von Herzensbefleckungen frei werden können, rein wie ein fleckenloses Kleid, und daher vorübergehend im Anblick des Entstehens und Vergehens der Erscheinungen, der seelenlosen Bedingtheit des Zusammenspiels von Körper, Triebe, Geist den Ich-Gedanken aufgeben können und damit den Glauben an Persönlichkeit verlieren. Für sie beginnt damit der weitere Läuterungsweg, den Pukkusāti – aufgestiegen zu formhaften Welten – dort zu Ende gegangen ist.

ERKLÄRUNG DER VIER HEILSWAHRHEITEN  
141. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Benāres, am Seherstein, im Wildpark. Dort nun wandte sich der Erhabene an die Mönche: Ihr Mönche! – Erhabener –, antworteten da jene Mönche dem Erhabenen aufmerksam. Der Erhabene sprach:*

*Der Vollendete, ihr Mönche, der Geheilte, vollkommen Erwachte hat zu Benāres am Seherstein im Wildpark das unvergleichliche Rad der Lehre in Gang gesetzt. Dagegenstellen kann sich kein Asket und kein Brahmane, kein Gott, kein böser und kein reiner Geist noch irgendwer in der Welt. Es ist das Anzeigen, Aufweisen, Darlegen, Darstellen, Enthüllen, Aufdecken, Offenbarmachen der vier Heilswahrheiten. Welcher vier? Der Heilswahrheit vom Leiden, der Heilswahrheit von der Leidensursache, der Heilswahrheit von der Leidensauflösung, der Heilswahrheit von dem zur Leidensauflösung führenden Weg.*

*Der Vollendete, ihr Mönche, der Geheilte, vollkommen Erwachte hat zu Benāres am Seherstein, im Wildpark das unvergleichliche Rad der Lehre in Gang gesetzt. Dagegenstellen kann sich kein Asket und kein Brahmane, kein Gott, kein böser und kein reiner Geist noch irgendwer in der Welt. Es ist das Anzeigen, Aufweisen, Darlegen, Darstellen, Enthüllen, Aufdecken, Offenbarmachen der vier Heilswahrheiten.*

*Pflegt den Umgang mit Sāriputto und Moggallāno, ihr Mönche, haltet euch an Sāriputto und Moggallāno. Sie sind weise Mönche und helfen ihren Mitmönchen. Wie eine Gebälerin, ihr Mönche, ist Sāriputto, wie eine Amme ist Sāriputto. Sāriputto führt zur Frucht des Stromeintritts, Moggallāno zum höchsten Ziel. Sāri-*



*putto ist imstande, die vier Heilswahrheiten ausführlich aufzuzeigen, aufzuweisen, darzulegen, darzustellen, zu enthüllen, aufzudecken, offenbar zu machen. –*

*So sprach der Erhabene. Als der Willkommene das gesagt hatte, stand er auf und zog sich in das Wohnhaus zurück.*

*Da wandte sich denn der ehrwürdige Sāriputto, bald nachdem der Erhabene fortgegangen war, an die Mönche: Brüder Mönche! – Bruder –, antworteten da jene Mönche dem ehrwürdigen Sāriputto aufmerksam. Der ehrwürdige Sāriputto sprach:*

*Der Vollendete, ihr Mönche, der Geheilte, vollkommen Erwachte hat zu Benāres am Seherstein im Wildpark das unvergleichliche Rad der Lehre in Gang gesetzt. Dagegenstellen kann sich kein Asket und kein Brahmane, kein Gott, kein böser und kein reiner Geist noch irgendwer in der Welt. Es ist das Anzeigen, Aufweisen, Darlegen, Darstellen, Enthüllen, Aufdecken, Offenbarmachen der vier Heilswahrheiten. Welcher vier? Der Heilswahrheit vom Leiden, der Heilswahrheit von der Leidensursache, der Heilswahrheit von der Leidensauflösung, der Heilswahrheit von dem zur Leidensauflösung führenden Weg.*

*Was ist aber, Brüder, die Heilswahrheit vom Leiden? Geborenwerden ist Leiden, Altern ist Leiden, Sterben ist Leiden. Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung sind Leiden, was man begehrt, nicht erlangen ist Leiden, kurz gesagt: die fünf Zusammenhäufungen sind Leiden.*

*Was ist nun, Brüder, Geburt? Geborenwerden, in Erscheinung treten, Erstehen, Wiedererstehen in dieser oder jener Daseinsform, das Erscheinen der Zusammenhäufungen, das Ergreifen der Sinneswerkzeuge – das nennt man Geburt.*

*Was ist nun, Brüder, Altern? Alt werden, schwach und hilflos werden, Ergrauen, Schrumpfen, Schwinden der Lebenskraft, Abnehmen der Sinnesfähigkeiten – das nennt man Altern.*

*Was ist nun, Brüder, Sterben? Das Schwinden und Ausscheiden der Wesen aus dieser oder jener Wesensgemeinschaft, Zerfall und Untergang, Tod, das Ablaufen der Zeit, der Zerfall der Teile (khandha), das Ablegen des Körpers – das nennt man Sterben.*

*Was ist nun, Brüder, Kummer (soko)? Kummer, Besorgnis, Kümmernis, innere Sorge, innerer Gram bei einem, dem ein Unglück widerfahren ist oder der unter dem Einfluss von irgendwelchen schmerzhaften Zuständen steht – das nennt man Kummer.*

*Was ist nun, Brüder, Jammer (paridevo)? Das Wehklagen und Jammern bei diesem und jenem Verlust, bei diesem und jenem leidvollen Ereignis. Jammer jeder Art – das nennt man Jammer.*

*Was ist nun, Brüder, Schmerz (dukkha)? Was es da an körperlichem Leiden gibt, an körperlich Unerfreulichem, an durch eine Körperberührung schmerzlich, unerfreulich Empfundener gibt – das nennt man Schmerz.*

*Was ist nun, Brüder, Traurigkeit (domanassa)? Was es da an gemüthlichem, durch Denkerberührung entstandenem Leiden / Schmerz gibt – das nennt man Traurigkeit, Gram.*

*Was ist nun, Brüder, Verzweiflung (upāyāso)? Die Niedergeschlagenheit und Verzweiflung bei diesem und jenem Verlust, bei diesem und jenem leidvollen Ereignis, Verzagttheit, Hoffnungslosigkeit – das nennt man Verzweiflung.*

*Und was ist nun, Brüder, das Leiden, was man begehrt nicht erlangen? Den Wesen, die dem Geboren-*

*werden unterworfen sind, steigt der Wunsch auf: „Ach, wären wir doch nicht der Geburt unterworfen, würden wir doch nicht wiedergeboren.“ Das kann man aber durch Wünschen nicht erreichen, und dass man es nicht erreichen kann, das ist Leiden.*

*Den Wesen, die dem Alter – der Krankheit – dem Tod – dem Kummer – Jammer – Schmerz – Traurigkeit – Verzweiflung unterworfen sind, steigt der Wunsch auf: „Ach, wären wir doch nicht dem Alter – der Krankheit – dem Tod – dem Kummer – Jammer – Schmerz – Traurigkeit – Verzweiflung unterworfen, könnte dieses doch nicht an uns herankommen.“ Das kann man aber durch Wünschen nicht erreichen, und dass man es nicht erreichen kann, das ist Leiden.*

*Und was sind die fünf Zusammenhäufungen, die kurz gefasst das Leiden sind? Form, Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierte Wohlerfahrungs-suche. Das sind die fünf Zusammenhäufungen, die kurzgefasst das Leiden sind.*

*Das ist die Heilswahrheit vom Leiden.*

*Und was ist die Heilswahrheit von der Leidensursache? Es ist dieser Durst, der Weiterwerden schaffende, befriedigungssüchtige, bald hier, bald dort Befriedigung suchende: der Durst nach Sinnendingen, der Durst nach Dasein, der Durst nach Vernichtung. Das ist die Heilswahrheit von der Leidensursache.*

*Und was ist, ihr Brüder, die Heilswahrheit von der Aufhebung des Leidens? Es ist dieses Durstes völliges Ausrodern, Loslassen, Ablegen, Sich Befreien, Vertreiben. Das ist die Heilswahrheit von der Aufhebung des Leidens.*

*Und was ist, ihr Brüder, die Heilswahrheit von dem Weg, der zur Leidensaflösung führt? Es ist der achtgliedrige Heilsweg, nämlich rechte Anschauung, rechte*

*Gemütsverfassung/rechtes Denken, rechte Rede, rechtes Handeln, rechte Lebensführung, rechtes Mühen, rechte Wahrheitsgegenwart/Beobachtung, rechte Einigung.*

*Und was ist, Brüder, rechte Anschauung? Das Wissen um das Leiden, das Wissen um die Leidensursache, das Wissen um die Leidensaufhebung, das Wissen um den zur Leidensaufhebung führenden Weg – das ist rechte Anschauung.*

*Und was, Brüder, ist rechte Gemütsverfassung/rechtes Denken? Die Gemütsverfassung der Sinnensuchtfreiheit, die Gemütsverfassung von Liebe/Wohllollen, die Gemütsverfassung von Schonung/Fürsorge/Hilfsbereitschaft – das ist die rechte Gemütsverfassung.*

*Und was ist, Brüder, rechte Rede? Das Abstehen von trügerischer/verleumderischer Rede, von Hintertragen, von verletzender Rede, von leerem Geschwätz – das ist rechte Rede.*

*Und was ist, Brüder, rechtes Handeln? Das Abstehen vom Töten von Lebewesen, vom Nehmen von Nichtgegebenem, vom unrechten Geschlechtsverkehr – das ist rechtes Handeln.*

*Und was ist, Brüder, rechte Lebensführung? Da hat der Heilsgänger falsche Lebensführung aufgegeben und erwirbt seinen Lebensunterhalt durch rechte Lebensführung.*

*Und was ist, Brüder, rechtes Mühen/die vier Großen Kämpfe?*

*Da weckt der Mönch seinen Willen, dass er unaufgestiegene unheilsame Gedanken nicht aufsteigen lasse, er müht sich darum, er entwickelt Tatkraft, er erzieht das Herz, er kämpft.*

*Er weckt seinen Willen, dass er aufgestiegene üble,*

*unheilsame Dinge vertreibe. Er müht sich darum, er entwickelt Tatkraft, er erzieht das Herz, er kämpft.*

*Er weckt seinen Willen, dass er unaufgestiegene gute, heilsame Gedanken aufsteigen lasse – aufgestiegene gute, heilsame Gedanken sich festigen, nicht lockern, weiter entwickeln, entfalten lasse, er müht sich darum, er entwickelt Tatkraft, er erzieht das Herz, er kämpft.*

*Und was ist, Brüder, rechte Wahrheitsgegenwart / rechtes Beobachten?*

*Da verweilt der Mönch, indem er den Körper als Körper beobachtet, eifrig, klarbewusst, der Wahrheit gegenwärtig, nach Überwindung weltlichen Begehrens und Bekümmerns.*

*Er verweilt, indem er das Gefühl als Gefühl beobachtet – das Herz als Herz (die Gesamtheit der Anliegen) – die Erscheinungen als Erscheinungen beobachtet, eifrig, klarbewusst, der Wahrheit gegenwärtig, nach Überwindung weltlichen Begehrens und Bekümmerns.*

*Und was ist, Brüder, rechte Herzenseinigung?*

*Da verweilt der Mönch abgeschieden von weltlichem Begehren, abgeschieden von allen heillosen Gedanken und Gesinnungen in stillem Bedenken und Sinnen. Und so tritt die aus innerer Abgeschiedenheit geborene Entzückung und Seligkeit ein, der erste Grad weltloser Entrückungen.*

*Nach Verebbung auch des Bedenkens und Sinnens verweilt er in innerem seligem Schweigen, in des Gemütes Einigung. Und so tritt die von Sinnen und Bedenken befreite, in der Einigung geborene Entzückung und Seligkeit ein, der zweite Grad weltloser Entrückungen.*

*Mit der Beruhigung auch des Entzückens lebt er oberhalb und außerhalb von allem sinnlichen Wohl*

*und Wehe in unverstörtem Gleichmut klar und bewusst und in einem solchen körperlichen Wohlsein, von welchem die Heilskenner sagen: „Dem in Gleichmut klar bewusst Verweilenden ist wohl.“ Ein solcher gewinnt den dritten Grad der weltlosen Entrückungen.*

*Nachdem er über alles Wohl und Wehe hinausgewachsen ist, alle frühere geistige Freudigkeit und Traurigkeit völlig gestillt hat und in einer über alles Wohl und Wehe erhabenen bewussten Gleichmutsreine lebt, da erlangt er die vierte Entrückung und verweilt in ihr.*

*Das ist die vierte Heilswahrheit von dem Weg, der zur Aufhebung des Leidens führt.*

*Der Vollendete, ihr Mönche, der Geheilte, vollkommen Erwachte hat zu Benāres am Seherstein im Wildpark das unvergleichliche Rad der Lehre in Gang gesetzt. Dagegenstellen kann sich kein Asket und kein Brahmane, kein Gott, kein böser und kein reiner Geist noch irgendwer in der Welt. Es ist das Anzeigen, Aufweisen, Darlegen, Darstellen, Enthüllen, Aufdecken, Offenbarmachen der vier Heilswahrheiten.*

*So sprach der ehrwürdige Sāriputto. Erhoben und beglückt waren jene Mönche über die Rede des ehrwürdigen Sāriputto.*

Bei Benāres am Seherstein im Wildpark hatte der Buddha seinen fünf Asketengefährten als ersten die Lehre von den vier Heilswahrheiten dargelegt. Diese erste Lehrrede ist unter dem Namen „Predigt von Benāres“ oder „Lehrrede vom In-Gang-Setzen des Rades der Lehre“ (*Dhamma-cakka-pavattana-sutta*) bekannt geworden und ist als S 56,11 überliefert. Sie ist eine Kurzfassung von M 141 mit der Einleitung:

*Folgende zwei Extreme, ihr Mönche, sind von einem Asketen*

*zu meiden. Welche zwei? Erstens sich den Sinnenlüssen zu ergeben: das ist niedrig, gemein, weltlich, nicht heilend, nicht zum Ziel führend. Zweitens sich der Selbstqual zu ergeben: das ist schmerzlich, nicht heilend, nicht zum Ziel führend.*

*Diese beiden Extreme vermeidend, hat der Vollendete den mittleren Weg entdeckt, der sehend macht, wissend macht, zur Beruhigung, zur Erkenntnis, zur Erwachung, zum Nirvāna führt, nämlich den achtgliedrigen Heilsweg.*

Während der Predigt von Benāres sprang der Funke der rechten Anschauung zuerst auf den ältesten Mönch, Kondañño, über, und er gewann die unwiderlegbare Gewissheit der klaren Erkenntnis: *Was irgend auch entstanden ist, muss alles wieder untergehen.* Damit hatte er den ersten Grad der Heilsanziehung gewonnen, die Sicherheit, in absehbarer Zeit das Heil zu erlangen, den Stromeintritt. So war das Rad der Lehre ins Rollen gebracht worden. Die Kunde davon eilte durch die himmlische Welt:

*Der Vollendete, der Geheilte, Vollkommen Erwachte hat zu Benāres am Seherstein im Wildpark das unvergleichliche Rad der Lehre in Gang gesetzt. Dagegenstellen kann sich kein Asketen und kein Brahmane, kein Gott, kein böser und kein reiner Geist noch irgendwer in der Welt.*

Die Freude der himmlischen Wesen ließ das Weltsystem erbeben und ein Glanz durchstrahlte es wie bei der Geburt und der Erwachung des Buddha.

Kondañño, der die Wahrheit verstanden hatte, bat den Erwachten, er möge ihn als seinen Jünger annehmen, ihm Aufnahme in seinen Orden gewähren. Und der Erwachte sprach: *Komm, o Mönch, wohlverkündet ist die Lehre, führe den Reinheitswandel zur endgültigen Leidensversiegung.* – Damit war Kondañño als Mönch aufgenommen. Und binnen kurzem kamen auch die anderen vier Asketen zum gleichen Verständnis

und wurden ebenfalls ordiniert. So entstand die Gemeinschaft der Heilsgänger, der Orden.

So war aus dem Buddha die Lehre (der Dhamma) hervorgegangen, und mit dem Aufnehmen der Lehre durch die ersten Hörer war der Sangha, die Gemeinschaft der Heilsgänger, ins Leben getreten. So gab es jetzt die drei Kleinodien: Buddha, Dhamma, Sangha. Nach Vorhersage des Buddha (A VIII,51) sollte der Reinheitswandel, die Wahrheitslehre noch 500 Jahre nach dem Erlöschen des Buddha bestehen bleiben.

\*

In M 141 empfahl der Erwachte den Mönchen, nachdem er ihnen seine höchste Lehre, die vier Heilswahrheiten, kurz genannt hatte, Sāriputto und Moggallāno um eine ausführliche Darlegung der vier Heilswahrheiten zu bitten. Sāriputto sei wie ein Erzeuger, denn er habe die Fähigkeit, dem Zuhörer zur Frucht des Stromeintritts zu verhelfen, und Moggallāno führe zum höchsten Ziel. In Erklärung dieser Stelle sagt der Kommentar:

*Wenn Sāriputto Schüler annahm, umsorgte er sie mit materiel-  
ler und geistiger Hilfeleistung, pflegte sie, wenn sie krank  
waren, gab ihnen passende Meditationsthemen, und dann erst,  
in der Gewissheit, dass sie in den Strom eingetreten und der  
Gefahr niederer Welten entkommen waren, entließ er sie in  
dem Gedanken: Nun sind sie befähigt, aus eigener Kraft die  
höheren Stufen bis zum Heil zu erlangen.*

Nyānaponika Mahāthera fügt hinzu:

*Von dem Zeitpunkt an machte sich Sāriputto um diese Schü-  
lergruppe keine Gedanken mehr, sondern wendete seine Auf-  
merksamkeit einer neuen Gruppe zu. Mahāmoggallāno dage-  
gen entließ seine Schüler nicht eher, als bis sie das Heil er-  
reicht hatten.*



## Die vier Heilswahrheiten im Überblick

Die erste Wahrheit – die Heilswahrheit vom Leiden – zeigt, was alles nicht heil, was Leiden ist; die zweite Wahrheit – die Heilswahrheit von der Leidensursache – besagt, dass einzig der Durst nach Erlebnissen dieses Leiden in Gang hält; die dritte Wahrheit – die Heilswahrheit von der Leidensauflösung – kommt aus der Erfahrung des Erwachten, dass durch dieses Durstes Auflösung das Heil gewonnen wird, in welchem als höchstem Wohl alles Leiden beendet ist; die vierte Wahrheit – die Heilswahrheit von der zur Leidensauflösung führenden Vorgehensweise – zeigt den Weg, wie und in welcher Schrittfolge man zur Aufhebung des Leiden schaffenden Durstes kommt, nämlich auf dem achthgliedrigen Weg – der vierten Heilswahrheit von dem Weg, der zur Aufhebung des Leidens führt.

Wer diese vier Heilswahrheiten erfasst, der hat den Generalnenner für die Existenz gefunden, der sucht nicht mehr nach „Einzelwahrheiten“ „über“ dies und jenes, der hat, wie der Erwachte hervorhebt, *die einzeln gültigen Wahrheiten abgetan* (D 33). Er versteht das Wort des Erwachten:

*Wo die vier Wahrheiten nicht leuchten, da sind unübersehbar die Aspekte, unübersehbar die Begriffe, unübersehbar die Erläuterungen. (S 56,19)*

Sāriputto gibt ein Gleichnis, das den umfassenden Charakter der vier Heilswahrheiten vor allen anderen vor Augen führt (M 28):

*Gleichwie, ihr Brüder, alles Lebendige, Bewegliche, Fußbegabe von der Elefantenspur umfasst wird, die Elefantenspur ist ja der Größe wegen als die erste ihrer Art bekannt: ebenso nun auch, ihr Brüder, sind alle heilstauglichen Lehren in den vier Heilswahrheiten enthalten.*

Unter allen Tieren hat der Elefant den größten Fuß, darum deckt und umfasst die von seinem Tritt hinterlassene Spur alle anderen Tierspuren. Ganz ebenso umfasst die Lehre des Erwachten von den vier Heilswahrheiten das Gesamte dessen,

was an Heilstauglichem mitteilbar ist, die vollständige Wahrheit vom Heil und seiner Erreichbarkeit, während jeder heilsame Gedanke, der irgendwo bei Menschen aufkommt, und jede heilsame Lehre, die irgendwann von einem Religionsgründer gelehrt wurde, immer nur ein Teil der Gesamtwahrheit ist. Dass es sich so verhält, haben schon viele Menschen, welche ursprünglich Anhänger anderer Religionen waren, bei näherem Kennenlernen der Lehre des Erwachten bei sich erfahren: Sie verstanden ihre ursprüngliche Religion erheblich besser und tiefer und sahen zugleich, welche wichtigen Wahrheiten und Wegweisungen des Erwachten noch über diese hinausführen.

Weil nun alle vier Wahrheiten das Leiden betreffen, sagen manche Menschen, die Lehre des Buddha sei pessimistisch und lebensverneinend. Diese haben übersehen, dass die dritte und vierte dieser Heilswahrheiten ja gerade von der Überwindung des Leidens handeln, während die ersten beiden Wahrheiten die leidigen Dinge innerhalb der Existenz nennen und bezeichnen. Jeder realistische und besonnene Mensch weiß, dass er Hindernisse, Widerstände oder Feinde nur dann überwinden kann, wenn er sie zuerst gründlich kennt und klar durchschaut. Ganz ebenso sagt der Erwachte, dass der Mensch seinen Hauptfeind und Urfeind, eben das *Leiden*, nur dann meiden und wirklich überwinden kann, wenn er alle Leidensquellen, auch die verborgenen, gut kennt. Die offenbaren Leidensquellen meidet ein besonnener Mensch schon aus eigener Erkenntnis; weil er aber viele verborgene Leidensquellen nicht kennt, darum gerät auch er in Leiden.

Mit den beiden ersten Wahrheiten zeigt der Erwachte aus diesem Grund Umfang und Herkunft des Leidens und beschreibt in den zwei weiteren Wahrheiten, dass und wie man von dem gesamten Leiden endgültig frei werden kann. So stellen gerade diese vier Heilswahrheiten vom Leiden die positivste, realistischste und umfassendste Lehre von der Überwindung des Leidens dar. Sie gehen dem Übel bis an die Wurzel, um es dann von der Wurzel aus aufzulösen.

## Die erste Heilswahrheit vom Leiden

*Was ist aber die Heilswahrheit vom Leiden? Geborenwerden ist Leiden, Altern ist Leiden, Sterben ist Leiden. Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung sind Leiden, was man begehrt nicht erlangen ist Leiden, kurz gesagt: die fünf Zusammenhäufungen sind Leiden.*

### *Geborenwerden ist Leiden*

Zuerst ist der Mensch im engen Gefängnis des Mutterleibs eingepfercht. Dann folgt der schmerzliche Vorgang des Austritts: das Geworfensein in die raue Welt. Und dann beginnt überhaupt erst das eigentliche Leiden der Geburt. Man ist in bestimmte Verhältnisse hineingeworfen: in einen bestimmten Leib bei bestimmten Eltern, in ein bestimmtes Volk und eine bestimmte Zeitsituation. Diesem Milieu ist man völlig hilflos ausgeliefert, abhängig von der Zuwendung der Eltern und anderer, die einst ebenso abhängig waren. Man wird geboren mit einst gewirkten bestimmten Eigenschaften und Leidenschaften, mit Trieben, deren Wucht man ausgeliefert ist. Man ist zunächst animalisch triebhaft wie ein Tier und muss alles Menschliche erst mühsam lernen.

Vor allem aber, und das ist das Entscheidende, geschieht dieses nicht nur einmal so. In jedem Erdenleben muss man wieder von vorn anfangen, muss laufen, sprechen, denken lernen. Die neu eingesammelten Daten wirken als Barriere für die Nutzbarmachung aller Schätze früherer Erfahrungen, die uns normalerweise unzugänglich sind. So wird man als Unwissender in ein gefährdetes Dasein hineingeboren und der Ernte seines früheren Wirkens ausgeliefert, das man ebenso wenig kennt wie die Abgründe der eigenen Seele. Man findet sich vor – und weiß nicht woher – und warum – und wohin. Das geht schon immer so und wird immer wieder so vor sich

gehen. Und alles, was ich jetzt weiß – „ich“, die souveräne, angesehene Persönlichkeit des Erwachsenen – wird wieder zu nichts werden. Ich werde wieder ein schreiender Säugling sein, der im eigenen Unrat liegt, immer wieder, immer wieder, ohne Ende. Ich werde geboren und sterbe, ich lerne und vergesse.

So besteht das Leiden der Geburt nicht nur im körperlichen und seelischen Geburtsschmerz, sondern vor allem in dem endlosen Auf und Ab des immer wieder Geborenwerdenmüssens.

### *Altern ist Leiden*

Vom Augenblick der Geburt an beginnt das Altern. Wenn auch der Körper zuerst aufblüht und seinem Höhepunkt zustrebt, so zehrt er doch von der Geburt an seine Lebenskraft auf, und irgendwann beginnt die sichtbare Abnutzung. Man kommt schneller außer Atem, verträgt manche Nahrung nicht mehr, man lernt mühsamer, vergisst schneller, und auch die Knochen nutzen sich ab. Da schmerzt es, da zieht es, und sehen und hören kann man immer schlechter. Und wie bald schwindet die Schönheit der Gestalt: die Haare, grau-weiß, fallen aus; die Zähne werden morsch. Die glatte Haut wird faltig und runzlig, und so schreitet der Prozess der Abnutzung, des Verfalls fort. Die Bekannten sterben, man wird einsam. Früher kam man aufs Altenteil, heute ins Altersheim.

Die Lebensgenüsse werden schmaler, die Kräfte nehmen ab. In einem deutschen Spruch des 16. Jahrhunderts heißt es:

*Zehn Jahr: kindische Art;  
zwanzig Jahr: ein Jungfrau zart;  
dreißig Jahr: im Haus die Frau;  
vierzig Jahr: ein Matron' genau;  
fünfzig Jahr: ein Großmutter;  
sechzig Jahr: des Alters Schudder;  
siebzig Jahr: alt, ungestalt;  
achtzig Jahr: mürb und kalt;*

*neunzig Jahr: ein Marterbild;  
hundert Jahr: das Grab ausfüllt.*

### *Sterben ist Leiden*

Wer wüsste das nicht, aber man denkt viel zu wenig daran. Erst bei akuter Todesgefahr, bei schwerer Krankheit oder im hohen Alter stellt sich meistens mit dem Gedanken an den Tod die Angst ein. Dann aber ist der Gedanke an das Sterben und an den Tod kaum mehr fruchtbar und kann auch nicht helfen, die Sterblichkeit zu überwinden.

Wer aber nach dem Rat des Erwachten sich nicht nur den augenblicklichen Freuden und augenblicklichen Leiden hingibt, sondern immer wieder das Leben und seine Gesetze betrachtet und bedenkt und die vom Erwachten beschriebenen größeren Möglichkeiten in übermenschlichen Daseinsformen und die Möglichkeit der endgültigen Todesüberwindung betrachtet, der kann dem jeweiligen Augenblick nicht mehr so verfallen wie der oberflächliche Mensch. Ihm ist die Unbeständigkeit vor Augen:

Der Erwachte sagt (S 3,25):

*Wenn da von Osten ein Bote käme und meldete, es rücke ein gewaltiger Berg alles zermalmend heran, dann würde man nach Westen ausweichen. Aber da käme von dort ein Mann, voll Entsetzen berichtend, dass auch von Westen ein riesiges Bergmassiv heranrücke und alles Leben zerstöre. Man würde nach Norden fliehen – aber auch von da käme dieselbe Nachricht der Bedrohung. So bleibt nur die Flucht nach Süden – und da erscheint auch von dort dieselbe Schreckensnachricht. Diese vier Berge des Unheils, die sich drohend heranwälzen und mich zermalmen werden, sind Geborenwerden, Altern, Krankheit und Tod. Das sind die vier großen Feinde des Lebens, das eigentliche Übel der Existenz.*

*Man keimt in Schoßen, keimt in andren Welten*

*und kehrt im Wandelkreise hin und wieder,  
ergibt sich gern dem Wahne der Gewohnheit:  
und keimt in Schoßen, keimt in andren Welten.*

*(M 82)*

*Kein Dasein hat Beständigkeit  
und kein Gebilde dauert an.  
Anrieselnd häuft es hier sich an,  
und rieselnd rinnt es schon davon.*

*(Thag 121)*

*Kummer, Jammer, Schmerz, Gram  
und Verzweiflung sind Leiden*

Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung sind Gemütsbefindungen. Sie entstehen durch Berührungen des Geistes, z.B. beim Vorstellen, Erinnern, Nachdenken über diese und jene Aussichten und Absichten, wie es in unserer Lehrrede heißt:

*Was es da an gemüthafem, durch Denkerberührung  
entstandenem Leiden / Schmerz gibt.*

*Cetasikā vedanā (Gemütsbefindungen)* sind also durch Berührung des Geistes (*mano*) entstandene Gefühle.

Durch Berührung der fünf körperlichen Sinnesdränge hingegen werden körperliche Gefühle (*kayikā vedanā*) erfahren, die durch die fünf Sinnesdränge entstehen, wenn sie durch Gesehenes, Gehörtes, Geruchenes, Geschmecktes, Getastetes sinnlich angenehm oder unangenehm berührt werden.

Die Unermesslichkeit der unangenehmen, leidvollen Gemütsbefindungen, des Kummers und Jammers der Verzweiflung, die jedes Wesen erfahren hat durch Trennung von Lieben nicht nur in diesem Leben, sondern in den ungezählten Leben, schildert der Erwachte mit den Worten:

*Was denkt ihr, Mönche, was ist wohl mehr: die Tränenflut, die  
ihr auf diesem langen Weg immer wieder zu neuer Geburt und*

*neuem Tod eilend, mit Unerwünschtem vereint, von Erwünschtem getrennt, klagend und weinend vergossen habt – oder das Wasser der vier großen Meere? –*

*So wie wir, o Herr, die vom Erhabenen gezeigte Lehre verstehen, sind von uns auf diesem langen Weg, während wir immer wieder zu neuen Geburten und neuen Toden eilten, mit Unerwünschtem vereint, von Erwünschtem getrennt, klagend und weinend, wahrlich mehr Tränen vergossen worden als Wasser in den vier großen Meeren enthalten ist. –*

*Gut, ihr Mönche, dass ihr die von mir gezeigte Lehre so versteht. Mehr Tränen freilich, ihr Mönche, habt ihr auf diesem langen Weg, immer wieder zu neuen Geburten und neuen Toden eilend, mit Unerwünschtem vereint, von Erwünschtem getrennt, klagend und weinend vergossen als Wasser in den vier großen Meeren enthalten ist.*

*Lange Zeiten hindurch habt ihr, Mönche, den Tod der Mutter erfahren, den Tod des Vaters – des Sohnes – der Tochter – der Geschwister erfahren. Lange Zeiten hindurch habt ihr den Verlust eurer Habe erlitten, lange Zeiten wart ihr von Krankheiten bedrückt. Und während ihr den Tod der Mutter, den Tod des Vaters, den Tod des Sohnes, den Tod der Tochter, den Tod der Geschwister, den Verlust des Vermögens, die Qual der Krankheit erfuhrt, während ihr mit Unerwünschtem vereint, von Erwünschtem getrennt wart, da vergosset ihr von Geburt zu Tod, von Tod zu Geburt eilend, auf diesem langen Weg wahrlich mehr Tränen als Wasser in den vier großen Meeren enthalten ist. (S 15,3)*

### *Was man begehrt, nicht erlangen ist Leiden*

Des Menschen Glück und Unglück ist abhängig von der Spannung zwischen Verlangen und Erlangen. Selten oder fast nie befindet sich der Mensch in der völligen Entspanntheit, indem er etwa ganz und voll erlangt, wonach ihn von Herzen verlangt: denn selbst wo ein Begehren für die Dauer eines kürzeren oder längeren Erlangens völlig gestillt ist, da wohnen in

demselben Menschen ja noch viele andere, oft einander ausschließende Bedürfnisse, Wünsche und Sehnsüchte, Zuneigungen und Abneigungen, auf welche das im jeweiligen Erlebnis Begegnende keine Rücksicht nimmt, und so befindet sich der Mensch in Spannungen zwischen Verlangen und Erlangen, die oft unerträglich werden können.

Zum Beispiel finden viele Alte in ihrer Einsamkeit keine Kontakte zu ihren Nachbarn, ja, sie suchen sie nicht einmal. Eine innere Öde und Leere bewirkt bei ihnen zunehmende Verdrießlichkeit. Den verlorenen und unerreichbar gewordenen äußeren Freuden des Lebens läuft ihr Geist immer wieder begehrlieh nach. So wird das Verlangen gemehrt und damit die Spannung zum Nichterlangen vergrößert, das Leiden vermehrt. Sie finden nicht hin zu den inneren Freuden, die hervorgehen aus herzlicher Aufgeschlossenheit für das Schicksal des Mitwesens, aus der Anteilnahme und dem Bemühen um erhellende, wohltuende Gespräche, um Verständnis und Förderung, denn ihre Gedanken kreisen nur um ihre Wünsche. Manche sehen nicht einmal das Entgegenkommen des Nachbarn, so dass diese es bald aufgeben und sich zurückziehen. Da wird dann bei zunehmendem Verlangen das Erlangen noch geringer, das Leiden größer. Täglich begehen Hunderte von Menschen Selbstmord. Und es gibt nicht einen Selbstmord, der nicht durch die Unerträglichkeit der Spannung zwischen Verlangen und Erlangen bedingt wäre. Der Erwachte, der alle Daseinsmöglichkeiten überblickte, sah, dass nirgends ein Zustand von dauerhaftem Wohl besteht außer dem Nirvāna. Immer wieder reißt die Kluft zwischen Verlangen und Erlangen erneut auf, sie wird überhaupt nie endgültig geschlossen. Das ist das dem Menschen schmerzlich spürbare Leiden.

*Kurz gesagt:  
die fünf Zusammenhäufungen sind Leiden*

Alles, was irgend erfahren wird und erfahrbar ist, einschließlich des Ergreifens und Erfahrens, das ist immer irgendwie



geartete Form (1), irgendwie geartetes Gefühl (2) oder Wahrnehmen (3) oder irgendwie geartete Aktivität (4) oder programmierte Wohlerfahrungssuche (5) – oder mehrere dieser Komponenten – oder alle Fünf zusammen. Außer diesen fünf Zusammenhäufungen in ihrem Zusammenspiel entsteht nichts, erscheint nichts, vergeht nichts. So sind diese fünf Zusammenhäufungen die Grundfaktoren der Existenz.

Die vom Erwachten genannten Leidensformen verteilen sich auf die ersten vier dieser fünf Zusammenhäufungen wie folgt – und damit erschöpfen sich die gesamten Leidensmöglichkeiten aller Wesen in allen Bereichen der Existenz:

Geborenwerden, Altern, Krankheit und Sterben – das sind die Leiden, die an der Form, dem zu sich gezählten Körper, erlebt werden.

Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung – das sind die Leiden, die am Gefühl, in der Wahrnehmung, im Erleben erfahren werden.

Was man begehrt, nicht erlangen – das sind die Leiden, die man beim Anstreben, also in der Aktivität, erfährt.

Der fünften Zusammenhäufung, der programmierten Wohlerfahrungssuche, ordnet der Erwachte keine spezielle Leidensform zu. Denn sie ist die programmierte Aktivität, die durstgetriebene, im Geist ausgebildete Wohlerfahrungssuche, die die triebgeladenen Sinnesorgane an die gewünschten Objekte oder diese an den Körper führt, also *rūpa* mit *nāma* verbindet, wodurch das Leiden fortgesetzt wird.

Das Leiden durchschauen, die erste Heilswahrheit begreifen, heißt also, die fünf Zusammenhäufungen zu betrachten.

Die zweite Heilswahrheit:  
Der Durst, die Leidensursache

*Was ist aber die Heilswahrheit von der Ursache des Leidens? Es ist dieser Durst, der Weiterwerden schaffende, befriedigungssüchtige, bald hier, bald dort Befriedigung suchende: der Durst nach Sinnendingen*

*(kāma-tanhā), der Durst nach Dasein/Weiter-Sein-wollen (bhava-tanhā), der Durst nach Vernichtung (vibhava-tanhā)* <sup>231</sup>. Das heißt man die Heilswahrheit von der Ursache des Leidens.

Hier ist also die Bedingung für das Nicht-Aufhören des Leidens genannt; der Durst ist das Element, durch welches veranlasst die Leidensmasse, nämlich die fünf Zusammenhäufungen, immer weiter zusammengehäuft wird.

Der Durst wird immer als eine dem Menschen bewusste Anwandlung verstanden, etwas als angenehm Vorgestelltes zu erlangen oder etwas als unangenehm Vorgestelltes zu beseitigen oder zu meiden. Das zeigt sich sowohl an der Art, wie der Erwachte den Durst erklärt (*bald hier, bald dort Befriedigung suchend*), als auch an der Herkunft des Durstes aus dem Gefühl. Alle gefühlten, empfundenen Erlebnisse, die angenehmen und die unangenehmen Wahrnehmungen, tragen sich unmittelbar im Geist ein, wodurch man weiß, was angenehm und unangenehm ist: Von da an erst kann es den Durst geben, das bewusste Anstreben, das als angenehm Erfahrene zu erlangen, das als unangenehm Erfahrene zu vermeiden. Der Durst selber also ist offenbar und bewusst, doch seine Wurzel ist unbewusst und verborgen, ist das unbewusste Erlebnisverlangen der Tendenzen, des Wollenskörpers, der Sinnesdränge. So ist die Grundlage des Durstes

1. die unbewusste Tendenz,
2. das schon mehr oder weniger oft erlebte innere Gefühl von deren Befriedigung mit daraus hervorgegangener Eintragung in den Geist und
3. der jetzt akut auf Wiederholung des Erlebnisses gerichtete Wille.

Der Erwachte sagt (M 148):

---

<sup>231</sup> Der Durst nach Vernichtung, nach Nicht(mehr)Sein ist das Gegenteil von Seinwollen: Nicht-Sein-Wollen, Nicht-so-sein-Wollen, Aufhebung des gegenwärtigen Zustands.

*Von einem Wohlgefühl getroffen, treibt ihn der Giertrieb, von einem Wehgefühl getroffen, treibt ihn der Abwehrtrieb.*

Wer aufmerksam nach den wahren Motiven seiner Bestrebungen und Aktivitäten forscht, wird letztlich immer die Triebe und von ihnen ausgehend den Durst, den bewussten Drang, als die eigentliche Quelle entdecken. Im ersten Augenblick mag man meinen, man tue doch vielerlei aus bloßer Pflichterfüllung, und die habe mit dem Durst noch nichts zu tun. Bei näherem Nachforschen wird man aber erkennen, dass diese Pflichten selber letztlich dadurch entstanden sind, dass man, bedingt durch den Durst, in jene Lebensgemeinschaft oder Lebenssituation eingetreten ist, in welcher sich nun solche Pflichten vorfinden.

Und der Erwachte sagt (It 15), dieser Durst sei es, der Dasein fortsetzt:

*Keine andere Verstrickung, ihr Mönche, sehe ich, durch welche verstrickt die Wesen für lange Zeit den Lauf der Geburten beschreitend wandern, als die Verstrickung des Durstes.*

Die durch die Stillung des Durstes erfahrene momentane Befriedigung bezeichnet der Erwachte als die Saat, aus welcher neues Dasein entstehen muss:

Die Sinnensucht-Erfahrung durch Durst nach Sinnendingen,  
die Erfahrung der Reinen Form durch Durst nach Form,  
die Erfahrung von Formfreiheit durch Durst nach Formfreiheit.

Die dritte Heilswahrheit:  
Die Aufhebung des Durstes  
ist die Leidensaufhebung

*Was ist aber die Heilswahrheit von der Aufhebung des Leidens? Es ist dieses Durstes völliges Ausrodern, Lassen, Ablegen, Sich Befreien, Vertreiben. Das ist die Heilswahrheit von der Aufhebung des Leidens.*

So gewaltig und hinreißend der Durst auch für den unbelehrten Menschen ist, der von einem Erwachten Belehrte kann ihm doch beikommen. Bei all seiner Kraft besteht der Durst ja nicht aus sich heraus. Er ist nicht die selbstständige Macht, als die er erscheint, sondern er steht und fällt mit der Kraft der Triebe, auf deren Befriedigung er aus ist. Und der Wahn war es, der ihn so gewaltig anschwellen ließ.

Der Erwachte vergleicht den normalen, von ihm nicht belehrten Menschen mit einem vom Giftpfeil Getroffenen und darum in Todesgefahr Stehenden.

Das tödliche Gift am Pfeil gilt als Gleichnis für Wahn. Der Pfeil selbst, der schmerzlich im Körper gefühlte, gilt für den *Durst*, für unser tausendfältiges Verlangen und Ersehnen von diesen und jenen Befriedigungen durch die trügerischen Formen, Töne, Düfte, das Schmeck- und Tastbare und die Gedanken. So ist der normale unbelehrte Mensch durch diesen vergifteten Pfeil, durch seinen wahnhaften Glauben an Ich und Welt und durch seinen schmerzlich drängenden sechsfachen Durst geradezu dem geistigen Tod verfallen: eine von den Trieben kommende traumhafte Wahrnehmung hält er für äußeres „wirkliches“ Geschehen. Der Giftpfeil steckt in ihm, so folgt er der Fata Morgana und strebt die von ihr angebotenen und seinen Durst verlockenden Objekte an, sucht zu vermeiden, was in dieser Fata Morgana als Schreckliches erscheint, und folgt in all seinem Tun und Lassen dem eindeutigen Sog seines Durstes.

Wer aber durch die Lehre des Erwachten begriffen hat, dass die Weltwahrnehmung ein krankhaftes, delirienhaftes Träumen von selbst ausgesponnenen Vorstellungen ist und dass sein gespürter Durst und Drang nach Befriedigung letztlich durch seine Geisteskrankheit, seine wahnhafte Einbildung bedingt ist – einen solchen Menschen vergleicht der Erwachte mit einem Verwundeten, bei welchem der Giftpfeil samt dem Gift zwar aus der Wunde herausgezogen, die Wunde selbst aber noch nicht geheilt ist. (M 105)

In diesem Zustand befindet sich jeder vom Erwachten Be-

lehrte, der den „Stromeintritt“ gewonnen hat, d.h. den wahren Anblick vom Dasein so klar und fest in seinen Geist eingebaut hat, dass er dem trügerischen Anschein, den die sinnliche Wahrnehmung auch ihm noch immer aufdrängen will, endgültig nicht mehr verfällt. Dass bei ihm jetzt Pfeil und Gift aus dem Körper entfernt sind, bedeutet, dass er in seinem Geist endgültig und klar weiß, wie sich alles in Wirklichkeit verhält. Dass aber die von dem Giftpfeil aufgerissene Wunde noch besteht und öfter schmerzt, bedeutet, dass sein Herz noch fast wie zuvor von den verschiedenen Trieben besetzt ist und darum die sinnlichen Wahrnehmungen fast noch die gleichen Wohl- und Wehgefühle auslösen wie zuvor.

In seinem Geist kann er den Ich- und Weltwahn immer wieder überwinden, und die Forderung seiner Sinne nach Befriedigung kann er im Geist durchschauen als die Wirkung der nach Entfernung des Pfeils noch verbliebenen Wunden, auf deren möglichst baldige und gründliche Heilung jetzt alles ankommt. Die Umstellung geschieht allmählich in Jahren des immer wiederholten Kampfes der Triebkräfte gegen die Einsicht und der Einsicht gegen die Triebkräfte, bis im Lauf der Zeit die neue eigenständige Quelle der Gemütsheilung zu fließen beginnt und er aus ihr immer mehr Wohl gewinnt.

Diese labenden Quellen lassen den Durst nach dem sinnlichen Scheinwohl endgültig schwinden und lassen so die von dem Giftpfeil aufgerissene Wunde endgültig heilen.

So sind also die vier Heilswahrheiten zu verstehen:

Die erste Heilswahrheit zeigt Leidiges als Leiden.

Die zweite Heilswahrheit zeigt die Verursachung des Leidens durch den vom Wahn genährten Durst.

Die dritte Heilswahrheit zeigt: Wir sind dem Leiden und seiner Antriebskraft Durst nicht gnadenlos ausgeliefert, sondern wir können ihn auflösen.

Die vierte Heilswahrheit zeigt die einzig mögliche Vorgehensweise zur schrittweisen Auflösung des Durstes auf:

Die vierte Heilswahrheit:  
Der achtgliedrige Heilsweg  
zur Aufhebung des Durstes

*Was ist die Heilswahrheit von dem Weg, der zur Leidensaufhebung führt? Es ist dieser achtgliedrige Heilsweg, nämlich: Rechte Anschauung, rechte Gemütsverfassung/rechtes Denken, rechte Rede, rechtes Handeln, rechte Lebensführung, rechtes Mühlen, rechte Wahrheitsgegenwart/Beobachtung, rechte Einigung.*

Alle vollkommen Erwachten und alle Einzelerwachten sind nicht durch den achtgliedrigen Heilsweg zum Ziel gekommen. Sie haben die rechte Anschauung erst am Ende des Wegs gefunden (S 12,4-10). Aber jeder vollkommen Erwachte hat zur Belehrung den Heilsweg aus den drei Etappen Tugend, Herzenseinigung und (erfahrene) Weisheit zusammengestellt und ihnen rechte Anschauung (als gehörte Weisheit) und rechte Gemütsverfassung vorangestellt, die die Voraussetzung bilden zum Verständnis und zur praktischen Nachfolge.

Der erste Entwicklungsabschnitt, Tugend, ist die Läuterung des gesamten Begegnungslebens von der rohen, harten Begegnung hin zur sanften Begegnung.

Der zweite Entwicklungsabschnitt, Herzenseinigung, ist die Einkehr in den Herzensfrieden, eine fortschreitende Vertiefung des Friedens bis zu seiner Vollkommenheit.

Der dritte Entwicklungsabschnitt, von Trieben unbeeinflusste Weisheit, ist die als Frucht des Wegs aus der Befriedung von Herz und Geist hervorgegangene vollkommene Blendungsfreiheit, durch welche die uns verborgenen Daseinszusammenhänge gesehen werden: rückerinnernde Erkenntnis früherer Leben, unmittelbares Schauen der Wege aller Wesen durch Diesseits und Jenseits je nach dem Wirken.

Es handelt sich also um drei Entwicklungsabschnitte, deren jeder etwas ganz anderes ist, wie es das Gleichnis vom Erstei-

gen des Felsens (M 125) zeigt: Tugend ist das Ersteigen des Berges, Herzenseinigung ist ein Ruhen oben auf dem Berg, nicht mehr gehen und noch nicht schauen, nur ruhen. Weisheit, Klarblick, ist weder Gehen noch bloßes Ruhen, sondern Schauen.

Diese drei großen Abschnitte sind Entwicklungsstufen, die jeder Übende, der die Lehre begriffen hat, durchläuft, die ihn während der Übung vollständig verwandeln, transformieren und transzendieren. Der Mensch, der durch sie hindurchgeht, geht nicht „als Mensch“ durch sie hindurch, sondern wird auf diesem Weg Übermensch, wird Gottheit, wird Übergottheit und wird zuletzt der über allen Daseinswechsel und Daseinswandel Hinausgetretene, der endgültig Geheilte, Erlöste. So wie eine Raupe nicht die Entwicklung zum Schmetterling macht, sondern schon mit dem Puppenzustand ihr Raupensein aufgegeben hat, transformiert ist, nicht mehr Raupe ist und nach dem Ausschluß aus dem Puppenzustand auch nicht mehr Puppe ist, sondern etwas anderes, etwas Neues ist: Schmetterling – und so wie nach dem Bild des Erwachten das Ei durch das Bebrüten zum Vogelembryo wird, der die Eierschale durchbrechend, als Vogel ein neues Dasein beginnt – ganz so auch sind diese drei großen Entwicklungsstufen etwas, das nicht an jemandem geschieht, sondern der Mensch, der sich auf dem Übungsweg befindet, erfährt durch innere Reifung völlige Umbildungen.

Der Erwachte unterscheidet zwischen der Weisheit, die durch Belehrung und Aufhebung der Wahnbande bewirkt wird (erstes Glied des achtgliedrigen Heilswegs), und der Weisheit, die als Ergebnis des gesamten Läuterungswegs aus der Vollendung der Einigung hervorgeht, die die Weisheit des Gewandelten ist, aus der die Erlösung hervorgeht.

So heißt es in M 117: *So wird der achtfach gerüstete Kämpfer zum zehnfach gerüsteten Geheilten*. Der achtgliedrige Heilsweg beginnt also mit der Abnahme der Wahnbande durch gehörte Weisheit. Diesen erfahrenen rechten Anblick nimmt der Schüler zu seinem Leitbild, danach geht er praktisch vor in

der Übung guter Gedanken (2.Stufe), der Tugend (3.-5.Stufe), der Entwöhnung von weltlicher Vielfalt (6.-8.Stufe) und erwirbt sich am Ende des gesamten achtgliedrigen Heilswegs Weisheit und Erlösung.

*1. Glied des achtgliedrigen Heilswegs:  
Rechte Anschauung (sammā-ditthi)*

Der Erwachte sagt (M 117), es gebe neben der falschen Anschauung nicht eine, sondern zwei Arten von rechter Anschauung, und zwar 1. *eine rechte Anschauung, welche (noch von Trieben) beeinflusst, wohlfördernd ist, aber in den fünf Zusammenhäufungen gefangen hält, also daseinfortsetzend ist.* Diese erläutert er:

*Was ist nun rechte Anschauung? Almosengeben, Verzicht leisten, Spenden ist kein Unsinn. Es gibt eine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens. Es gibt ein Jenseits, es gibt über- und untermenschliche Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen. Es gibt in der Welt Asketen und Brahmanen, welche durch Läuterung und hohe geistige Übung diese und die jenseitige Welt in überweltlicher Schau erlebt und erfahren haben und darüber lehren.*

Dagegen bezeichnet der Erwachte als 2. rechte Anschauung diejenige *rechte Anschauung, die zum Heil führt. Sie ist (von Trieben) unbeeinflusst, weltüberwindend, wird nur auf dem Heilsweg gewonnen. Es ist die Weisheit, Weisheitsmacht, Weisheitsstärke, die bei einem Menschen erwächst, dessen Geist den Heilsstand erfahren hat, dem sich das Herz freudig anschließt, der auf dem Heilsweg ist und das (2.) Erwachungsmitglied „Wahrheitsergründung“ gewonnen hat. – Das ist die rechte Anschauung, die zum Heil führt. Sie ist (von Trieben) unbeeinflusst, weltüberwindend, wird nur auf dem Heilsweg gewonnen.*



Von diesen beiden Arten rechter Anschauung führt die erstere, die von Trieben beeinflusste, zu einer Verbesserung und Verfeinerung der erfahrenen Existenz, aber die zweite Art rechter Anschauung, *die zum Heil führende, von Trieben unbeeinflusste, weltüberwindende*, führt zur völligen Auflösung der Triebe. – Wie geht das vor sich?

Von der *zum Heil führenden (von Trieben) unbeeinflussten rechten Anschauung* sagt der Erwachte ausdrücklich, dass sie *auf dem Heilsweg gewonnen wird*, d.h. also, man muss sich auf dem achtgliedrigen Heilsweg befinden, muss auf ihm vorwärts schreiten, ehe man zu dieser höchsten, für die Heilsfindung erst entscheidenden Anschauung kommt. Hier scheint auf den ersten Blick ein Widerspruch zu bestehen, weil doch die rechte Anschauung als die erste Bedingung, sozusagen als „prima causa“ des Heils bezeichnet wird, mit welcher der Heilsweg erst beginne. Wie kann etwas, das den Heilsweg erst auslösen, erst seinen Anfang setzen soll, zugleich auf dem Weg gefunden werden, auf diesem Weg entstehen?

Den Inhalt der *zum Heil führenden, von Trieben unbeeinflussten, weltüberwindenden, auf dem Weg zu findenden rechten Anschauung* erfährt der Suchende, bevor er auf dem Heilsweg ist, durch die Aussage des Erwachten: Form, Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierte Wohlerfassungssuche bestehen in ununterbrochener Wandlung, Veränderung und Umwälzung. Sie bieten keine Sicherheit, keinen Schutz, keine Geborgenheit. Wer dies an sich selber unmittelbar erfährt, der ist nicht mehr auf das mehr oder weniger starke Vertrauen zu der überlieferten Aussage des Erwachten angewiesen, sondern er hat selbsteigene Erfahrung, eben *die heilende rechte Anschauung gewonnen, die zum Heil führt, von Trieben unbeeinflusst ist*.

Diese rechte Anschauung vom Heil ist es, von der der Erwachte sagt: So wie der Morgendämmerung und der Morgenröte zwangsläufig der Aufgang der Sonne folge und damit der helle Tag, so auch folge der heilenden rechten Anschauung ganz sicher und zwangsläufig die vollkommene Überwindung

des Leidens, die Befreiung von Vergänglichkeit, von Tod: das Heil, das Nirvāna, das höchste Wohl. (A X,121)

Das bedeutet, dass die heilende rechte Anschauung denjenigen, der sie besitzt, Schritt für Schritt durch die weiteren Stufen des achtgliedrigen Wegs hindurchführt, ihn immer weiterzwingt, immer weiter mit sich zieht, bis er durch alle Entwicklungen und Wandlungen hindurch das Heil gewonnen hat. Das ist eine gewaltige Verheißung, die den Nachfolger aufhorchen lässt und die ihn veranlasst, sich genauer danach zu erkundigen, wie diese rechte Anschauung erworben werden kann und wie sie beschaffen sein muss.

In M 43 fragt einer der Mönche einen anderen Mönch, welche Bedingungen der rechten Anschauung zugrunde lägen. Und der andere Mönch – es ist Sāriputto, der dem Erwachten am meisten kongenial ist – antwortet, die rechte Anschauung habe zwei Bedingungen:

1. die Stimme eines anderen,
2. die auf die Herkunft gerichtete Beobachtung.

Die heilende rechte Anschauung entsteht also durch Hören oder Lesen der entscheidenden Aussagen des Erwachten, wobei der Hörer oder Leser dieser Aussagen betreiben und bewirken muss, dass er durch die gründliche, aufmerksame Betrachtung seiner psychischen Vorgänge in eigener Erfahrung bestätigt findet, was er gehört oder gelesen hat.

## *2. Glied des achtgliedrigen Heilswegs: Rechte Gemütsverfassung/rechtes Denken*

Der Erwachte sagt, dass die Gesinnung, die Gemütsverfassung, in der jeweiligen Wahrnehmung wurzelt (M 78). Wenn uns ein Gegenstand oder ein lebendiges Wesen begegnet, das uns sympathisch ist – also dem triebbewegten Herzen entspricht – dann haben wir damit eine von Wohlgefühl begleitete Wahrnehmung, und diese führt auch sofort zu einer zuneigenden Gesinnung, Gemütsverfassung.

Wahrnehmung ist ja ein Gemisch von Wissen und Fühlen,

angenehm und unangenehm. In den Sinnen des Körpers eines jeden Menschen wohnen seine Neigungen zu Formen, Tönen, Düften, Geschmücken, Tastbarem und im Geist die Neigung zu Denkobjekten, und diese Neigungen äußern sich bei allen Berührungen durch Gefühle.

Der Erwachte sagt nun, dass bei einem Wohlgefühl der Giertrieb treibt, d.h. der Mensch will das betreffende Objekt haben, ist ihm zugeneigt, und bei einem Wehgefühl treibt der Abwehrtrieb, der Mensch will das als unangenehm empfundene oder als unheilsam bewertete Objekt von sich oder sich von ihm entfernen. Bei Weder-Weh-noch-Wohlgefühl zu neutralen Zeiten, in denen wir von starken Gefühlen nicht bewegt werden, dämmern wir meistens dahin, folgen dem allgemeinen Zug der Triebe, folgen dem Wahn, wenn wir nicht diese Zeiten ausnützen, um von den Gefühlen unabgelenkt uns im Sinn der Lehre zu bedenken.

*Bei Wohlgefühl treibt der Giertrieb, bei Wehgefühl treibt der Abwehrtrieb, bei Weder-Weh-noch-Wohlgefühl treibt der Wahntrieb. (M 44)*

Diese gefühlsmäßige spontane Zuwendung oder Abneigung oder Gleichgültigkeit entsprechend den Trieben, die sich in Gedanken äußern mag, wie: „Das ist schön, das möchte ich haben“ oder „Das ist ein unsympathischer Mensch, den mag ich nicht“ oder „Dem möchte ich nie mehr begegnen“ – das ist das jeweilige spontane Denken, die Gemütsverfassung, die unmittelbar der Wahrnehmung folgt. Der seine gefühlbesetzten Gedanken beobachtende Mensch aber kann ihrer bewusst werden, kann den automatischen Ablauf unterbrechen und der gefühlgetränkten gedanklichen Zu- und Abwendung, seiner Gemütsverfassung, eine andere Richtung geben. Man kann, wenn man durch Überlegung erkennt, dass einem die betreffende Sache zwar sympathisch, aber aus irgendwelchen Gründen doch schädlich ist – durch diese Einsicht die üblen Gedanken, die Gemütsverfassung, verändern: die Vorstellung des Schadens kann zu innerem Befremden und zur Abwendung von der sympathischen Sache führen.

Diese als zweites aufgekommene Einsicht von der Schädlichkeit der Gemütsverfassung der Begehrlichkeit hat eine neue Wahrnehmung in uns erzeugt – eben die Wahrnehmung der Einsicht, dass diese Gemütsverfassung, dieses gefühlsge-ladene Denken, schädlich sei.

Daran erkennt man die zwei verschiedenen Wurzeln der Gemütsverfassung: die eine ist die bei der Begegnung mit Lebewesen oder Dingen durch Berührung der Triebe entstandene, mit Weh- oder Wohlgefühl besetzte Wahrnehmung, der auch immer unmittelbar eine entsprechende zugeneigte oder abgeneigte Gesinnung, Gemütsverfassung folgt; die andere Wurzel ist eine Wahrnehmung, die durch Bedenken, durch nüchterne, vernunftgemäße Betrachtung des Werts oder Schadens der betreffenden Sache entstanden ist, eine Wahrnehmung, die weniger gefühlsbesetzt, sondern mehr mit dem Urteil des Geistes besetzt ist. Dieser durch geistiges Bedenken entstandenen Wahrnehmung folgt meistens nicht gleich eine ebenso starke Gesinnung oder Gemütsverfassung wie bei der sinnlichen Begegnung, aber dennoch bewirkt die aufmerksame Erwägung des Nutzens oder Schadens, der aus der Pflege dieser Begegnung hervorgeht, auch eine fühlbare Zu- oder Abneigung. Diese ist in den meisten Fällen richtiger und für uns heilsamer als die Gemütsverfassung, die bei der Begegnung unmittelbar aus den Trieben des Herzens hervorging.

Auch der Kenner der Lehre kann es nicht verhindern, dass in dem Augenblick, in dem er beleidigt wurde, Wehgefühl aufkommt und damit sofort je nach Veranlagung eine negative Gemütsverfassung: Trauer, Ärger, Abwendung. Aber nun wird in ihm ein Einspruch laut: „Vorsicht, das ist ja Abwehr, Abwendung!“ Wie kommt er zu diesem Einspruch? Er hat schon häufig in seinem Leben gedacht: „Eine Gemüts-haltung der Abwehr schafft in mir eine üble, dunkle Art, und entsprechend dieser meiner übleren, dunkleren Art wird mein Ergehen sein in diesem und im nächsten Leben. Unausweichlich kommt es auf mich zu, dass ich aus dieser Welt fort muss, dass ich diesen Raum verlassen muss. Da geht es darum, dass ich schon

jetzt auf die richtige Tür zugehe, die ins Helle führt.“ Diese Gedanken hat der Kenner der Lehre immer wieder gepflogen, hauptsächlich in neutralen Zeiten, in denen sein Denken relativ frei war von den Objekten der Zuneigung und Abneigung, und er hat diese Gedanken angeknüpft, assoziiert an die Gesinnungen der Aversion und Aggression, der Abwendung und Gegenwendung, die er ja oft bei sich erlebt hat.

Das rechte Vorwärtstommen ist abhängig davon, ob man die guten Gedanken, die man hörend oder lesend aufgenommen hat, in Beziehung setzt zu seinen Schwächen, zu den Gemütsverfassungen in den Augenblicken der inneren Gefährdung, damit man nicht zu Zeiten der andrängenden Begehungen und Ablehnungen alles Aufgenommene wieder vergisst. Der richtig Assoziierende stellt sich seine Gemütsverfassung in einer vergangenen, für ihn gefährlichen Situation vor. Entspricht diese nicht seinen besseren Maßstäben, so führt er sich vor Augen, welche Gemütsverfassung besser gewesen wäre und weshalb. Findet er sich später in jener Situation, in der und der Gemütsverfassung von Neid, Hass, Ärger oder Zorn usw., dann steigt das daran angeknüpfte Denken mit auf, und er wird wach in dem Gedanken: Jetzt kommt es darauf an, jetzt will ich mich richtig einstellen. Je öfter und unbeirrter der Kenner der Lehre immer wieder in der richtigen Weise assoziiert, um so stärker drängt sich die rechte Anschauung bei den jeweiligen Situationen heran und verdrängt die Neigungen zum Üblen, was sich dann zeigt an dem guten Verhalten eines Menschen.

Der Erwachte nennt sechs Gemütsverfassungen, Gesinnungen, und zwar je drei falsche und drei rechte:

1. *Sinnensucht*
2. *Antipathie bis Hass*
3. *Rücksichtslosigkeit, Grausamkeit, Brutalität*
4. *Sinnensuchtfreiheit*
5. *Wohlwollen/Liebe*
6. *Schonung, Fürsorge, Hilfsbereitschaft.*

Die drei falschen Gemütsverfassungen kommen ausschließlich in dem untersten der drei Daseinsbereiche, der Sinnensuchtwelt, vor. Schon in dem mittleren Daseinsbereich, der „formhaften Selbsterfahrung“, gibt es überhaupt keine Sinnensucht, ganz zu schweigen von Antipathie bis Hass und Rücksichtslosigkeit.

Unter der ersten falschen Gemütsverfassung, Sinnensucht, wird verstanden, an Dinge der sinnlich wahrgenommenen Welt mit begehrlischem Gemüt denken. Das sinnliche Begehren ist das Verlangen nach Lust, nach Befriedigung der sechs Sinnesdränge. Die geliebten Formen, Töne usw., deren es für jeden Menschen ungezählte gibt, sind diejenigen, deren er mehr oder weniger dringend bedarf, um zufrieden, befriedigt und darum froh und guter Stimmung zu sein, und die er vermisst, wenn sie längere Zeit ausbleiben. Er ist durch Bedürfnis an sie gebunden, ist erst mit ihnen beruhigt und ist ohne sie im Mangel, in Spannung, im Dürsten, Suchen und Lechzen.

Der moderne Mensch lebt heute in der Regel ganz ohne einen eigenen inneren Stützpunkt seiner Existenz, d.h. ohne ein in sich selbst erfahrenes inneres Wohl. Er lebt ausschließlich von den äußeren, durch die Sinnesdränge wahrnehmbaren Dingen seiner Umgebung und bezieht sein Erleben nur aus Fremdem. Darum kennt er sich selbst auch nur als den Erleber von Umgebung, immer von Umgebung; an sich selbst hat er nichts Befriedigendes.

Wie eine Motte nur die äußeren Lichter umgaukelt, von ihnen willenlos angezogen wird, so wie ein Stück Eisen am Magnet hängt, so auch springt der Mensch, der ohne eigene wohlthuende und befriedende innere Substanz ist, immer nur auf die äußeren Dinge zu, auf Freunde, Eltern, Kinder, Partner, sucht Besitz, Genuss, Anerkennung und Einfluss, aber ohne äußere Erlebnisse fühlt er in sich selbst Öde, Langeweile, Missmut bis zum Verlust der persönlichen Einheit.

Der Erwachte vergleicht diesen Menschen mit einem Strom, der durch ein Unglück nicht dazu kommt, seinem Gefälle zum Meer hin zu folgen und so sich zu vollenden. Das

Unglück besteht darin, dass seine seitlichen Dämme überall aufgerissen sind und er sich in die Landschaft zerstreut, dort versickert und unvollendet bleibt. Wir brauchen solche Gleichnisbilder, mit denen die Großen uns Perspektiven eröffnen, die jenseits unserer primitiven Gewöhnungen und Maßstäbe liegen. So wie der Strom ja gar nicht bei sich selber ist, sondern in der Landschaft zerfließen und zerronnen und darum sein wahres Ziel, den Ozean, versäumt, so auch ist der Mensch, der das wahre Leben und das Heil nicht kennt, gar nicht bei sich selber, sondern ist zerstäubt in der Fremde.

Dem modernen Menschen geht es in seiner Existenz ähnlich wie einem Menschen im Kino: er selbst sitzt im Dunkeln und hat sich völlig vergessen, und alles, was er erlebt, das ist nicht er selbst, das leuchtet da auf der Leinwand der sinnlichen Wahrnehmung. Er aber besteht nur als sehnsüchtiges Aufsaugen der Bilder des Außen, er ist ein Vakuum, ein Hungerleider, der abhängig ist von dem, was draußen angeboten wird. Und wenn eine spannende Episode seines filmartigen Außenlebens zu Ende oder abgebrochen ist, weil das Betreffende sich ihm entzogen hat, dann findet er sich wieder in der Dunkelheit und Öde seiner selbst ohne Ablenkung.

Das ist der Wechsel zwischen Unlust und Lust (*arati* und *rati*). Wir leben fast nur in diesem Wechsel, indem wir entweder durch die äußeren Sinneseindrücke Spannung, Sensation, Lust und Anreiz erleben oder bei uns selbst jene Langeweile und innere Öde im grauen Halbdunkel unseres Gemüts.

*Rati* – das ist Faszination, Engagement und Spannung durch das, was die Sinnesdränge erfahren, man ist durch das Erlebte entweder freudig-begehrlich angezogen oder ist gereizt, verärgert und abgestoßen. In beiden Fällen erfährt man durch das Außen Anreiz und Spannung.

Und *arati* herrscht, wenn einem Menschen Anreiz, Sensation und Spannung durch die äußeren Dinge fehlen und er sich dadurch nur der Öde und Leere seines eigenen Gemüts gegenüber sieht.

Nach der buddhistischen Mythologie hat eine der drei

Töchter des Todesfürsten *Māro* den Namen *Arati*. Dahinter steckt ein erschreckender Sinn, denn durch diese *arati*, den inneren Missmut, wird ja der Mensch immer wieder nach außen in die Zerstreuung gelenkt, verzettelt sich an die tausend Dinge, immer wieder versickert der Fluss, immer wieder wird der Mensch von sich selbst und seiner eigentlichen Aufgabe der inneren Gesundheit abgelenkt. Eben dadurch verhindert die *arati*, ganz im Sinn ihres Vaters *Māro*, die Entrinnung aus dem Todesreich, aus dem Daseinswahn. Das ist die Verführungskunst der *Māratochter*. Sie lockt den Menschen von Reiz zu Reiz, sie peitscht ihn durch die ganze Welt, die ihrem Vater, *Māro* – dem Tod – , gehört. Und in dieser Hetze verschleißt der Mensch den Körper und legt immer wieder einen neuen Körper an. Und immer wieder hofft er, von der *arati* gejagt, in der Lust (*rati*), in der Befriedigung, etwas Bleibendes zu finden, und so kann er nie den Wahn durchschauen. Das ist der Daseinskreislauf, *samsāra*, in der niederen Ebene.

Öde, Langeweile und spannende Sensation, *arati* und *rati*, sind nur scheinbare Gegensätze: In Wirklichkeit sind es Zwillinge, so wie die beiden Enden einer Pendelbewegung nur für den befangenen Blick Gegensätze sind, in Wirklichkeit aber vom gleichen Drehpunkt ausgehen. Dieses Pendeln zwischen *arati* und *rati* ist hilflos, ist wie das Laufen in einer Tretmühle. Diese dreht nur im Kreis, endlos, ausweglos. Und darüber verschleißt der Körper mit seinen Organen, mit dem man sich sinnliche Eindrücke verschafft bis zur Vernichtung. Aber mit dieser grauen Herzensverfassung legt man immer wieder neue Körper an und verschleißt sie in ständigem Wechsel von Geborenwerden, Altern und Sterben, solange man nicht aus dieser Tretmühle zwischen *rati* und *arati* herauskommt.

Der normale Mensch ist auf die Lust, d.h. auf Reiz und Befriedigung angewiesen, weil er bei sich selbst unbefriedigt ist, in der Unlustverfassung ist, in Dunkelheit, Kälte und Missmut. Da ist es ganz natürlich, dass der normale Mensch, der nur diese Erlebensweisen kennt und nichts von geistiger Erfahrung gehört oder gar selbst erfahren hat, die über dieses



sinnlose Hin- und Herpendeln hinausführt in eine innere eigenständige Helligkeit und Wärme, für diese Dinge keinen Sinn entwickeln kann, denn die innere Dunkelheit fordert äußeren Anreiz. Und da der äußere Anreiz immer nur etwas Kurzes und Vorübergehendes ist, so fällt er immer wieder in seine innere Dunkelheit zurück und muss immer wieder außen neue Beute suchen. Bei sich selber findet er kein Wohl, geschweige Glück. Ja, er weiß und ahnt kaum, dass dergleichen überhaupt möglich ist. Er strebt mit allen Fibern und Intentionen nur nach außen, nur von sich weg in die Fremde. Damit ist er vom Außen abhängig und damit vom Körper, durch den ja das Außen nur erlebt werden kann, und damit ist er sterblich.

Aber der Erwachte sagt denen, die zur Freiheit streben, ausdrücklich, dass man auf die Dauer nicht verzichten und entbehren kann, wenn man nicht zuvor Besseres gewonnen hat. Er berichtet aus seinem eigenen früheren Vorgehen, er habe so lange vergeblich sich bemüht, von der sinnlichen Bedürftigkeit abzukommen, solange er nicht ein anderes, ein höheres Wohl erworben hatte. (M 75) Bei dem, der in sich selbst ein eigenes Licht, eine eigene Wärme, ein eigenes Leuchten entzündet hat, ist alles vollkommen anders; ein solcher erfährt in sich Helligkeit und Glück, das ihm niemand von außen nehmen kann. Und das wird gewonnen durch Tugend, Liebe und Erbarmen.

Dort, wo grobe und starke Sinnlichkeit herrscht, tritt meistens auch stärkere Antipathie bis Hass und stärkere Rücksichtslosigkeit in Erscheinung, und alle Wesen, die von Antipathie bis Hass und Rücksichtslosigkeit bewegt sind, können von der Sinnlichkeit ganz unmöglich abkommen, sondern sind gerade besonders stark auf sie angewiesen.

Fast alle Menschen ahnen und spüren zwar, dass Antipathie bis Hass und Rücksichtslosigkeit den Menschen in seinem Gemüt kalt und dunkel und geradezu frierend machen, aber die meisten Menschen wissen es nicht deutlich genug. Die Triebe von Antipathie bis Hass und Rücksichtslosigkeit haben diese Kälte und Härte an sich, und darum wird das innere Le-

bensklima der von diesen Trieben bewegten Menschen dadurch bestimmt. Um für kurze Zeit die Dunkelheit ihres inneren Gefängnisses zu vergessen, bedürfen solche Menschen der größeren sinnlichen Befriedigungen ebenso sehr wie jemand, der in dunkler, unterirdischer Höhle lebt, wenigstens dann und wann das kurze Licht eines aufflammenden Streichholzes braucht, um sich etwas wohler zu fühlen.

Wer aber die innere Art erworben hat, dass er wenig oder kaum noch von Antipathie bis Hass bewegt wird, dass er dem Mitwesen gegenüber sich mit Verständnis aufschließt und ihm herzliches Wohlwollen (zweite gute Gemütsverfassung) entgegenbringt, der ist in seinem Gemüt unvergleichlich heller, wärmer und heiterer geworden. Ein solcher ist wie aus dunkler Höhle in offene Landschaft, in helles Sonnenlicht gelangt, das alles Streichholzlicht überstrahlt. Dieser hat in sich selbst volles Genügen und Wohl und bisweilen einen feinen inneren Frieden, ist aus sich selber reich und hell.

Darum rät der Erwachte allen denen, die ihn um Wegweisung nach größerem Wohl fragen, Ablehnung und Antipathie bis Hass aufzugeben und sich dem empfindenden Du gegenüber aufzuschließen, ohne zu messen und ohne der Antipathie zu folgen – so aufzuschließen, wie man es ja auch von den Mitwesen für sich selber wünscht. Das ist die Entwicklung zur *metta*, der nichtmessenden Liebe zu allen Wesen. – Und der Erwachte rät, dass man Sorge, von der rohen, rücksichtslosen, schonungslosen Art abzukommen (der dritten falschen Gemütsverfassung) und sich zu sanfter, schonender Weise hinzubilden, zum Erbarmen (der dritten guten Gemütsverfassung).

Der zweiten üblen Gemütsverfassung, Antipathie bis Hass, entgegengesetzt ist also die zweite gute Gemütsverfassung, die recht verstandene Liebe (*metta*), also nicht etwa die Sympathie, die nur solchen entgegengebracht wird, die man mag, sondern eine Liebe, die keinen Unterschied macht, die in jedem Wesen das „Du“ erkennt, das ebenso Wohl ersehnt und glücklich sein möchte wie ich. Der Erwachte wählt als Beispiel einen bestimmten Zug der Mutterliebe. Eine rechte Mut-

terliebe ist unzerstörbar und richtet sich nicht nach den Eigenschaften des Kindes: Wenn der Sohn oder die Tochter gut, lieb oder im Leben erfolgreich ist, dann ist ihre Liebe noch mit Freude verbunden. Wenn Sohn oder Tochter dagegen schlecht oder ihr gegenüber hart ist oder in der Welt Schiffbruch erleidet, so bleibt ihre Liebe doch dieselbe, nur ist sie dann mit Trauer und Schmerzen verbunden. Die Mutter wird immer trachten, dem Sohn oder der Tochter zu helfen, und wird alles Wehe, das ihr angetan wird, immer wieder vergessen.

Diese Mutterliebe misst nicht die Eigenschaften des Kindes, lehnt nicht das „schlechte“ Kind ab und liebt nur das gute, vielmehr liebt sie, ohne zu messen. Und diese Liebe, ohne den anderen zu messen (*appamāna*), ist es, die der Erwachte empfiehlt. Zwar hat die Mutter diese Liebe nur ihren eigenen Kindern gegenüber – und darin liegt ihre Beschränktheit –, aber der Erwachte empfiehlt, diesen engen mütterlichen Rahmen zu sprengen und diese nichtmessende Liebe auf alle Wesen auszuweiten, auch über den Bereich der Menschen hinaus.

Diese höchste Liebe ist der äußerste Gegenpol zu Antipathie bis Hass, und zwischen diesen beiden Endpunkten, dem oberen, der die Liebe ist, und dem unteren, der Antipathie bis Hass ist, hat jeder von uns entsprechend der Art seines Herzens irgendwo seinen Platz, höher oder niedriger. Kein normaler Mensch hat nur Antipathie bis Hass gegen alle Wesen, aber es verfügt auch kein normaler Mensch über die höchste, alles umfassende, nichtmessende Liebe, doch haben wir alle Anteil an beidem, also an dunkel und licht. Und da wir manchmal etwas mehr Verständnis und Liebe aufbringen und manchmal mehr zu Ablehnung und Hass neigen, so schwanken wir auf dieser großen Skala der inneren Gemütsverfassungen.

Sich selbst erlebt der Mensch in der hinreißenden Kraft der Gefühle, die seinen Willen bestimmen und sein Handeln lenken, aber vom Nächsten erlebt er nur dessen Bild, und das ist blass. Darin liegt der Grund für alles furchtbare und frevelhafte Tun des Menschen an seinem Nächsten, dass er nur sein eigenes Gefühl fühlt, nicht aber das Gefühl des anderen, denn

ganz unmittelbar kann der Mensch immer nur das wirklich fühlbare Wohl anstreben wollen. Da aber nur das selbst erfahrene eigene Wohlgefühl ihm fühlbar wohltut und da er das Wohlgefühl des anderen nicht fühlen kann, so kommt es, dass der Mensch um des eigenen Wohlgefühls willen immer wieder das Wohl der anderen, das er nicht fühlt, verhindern oder gar vernichten kann.

Und da der Mensch nur die eigenen Wehgefühle, nur die eigenen Schmerzen, Qualen und Ängste unmittelbar zu fühlen bekommt und ihnen ausgeliefert ist, aber die Ängste und Qualen des Mitwesens nicht ebenso unmittelbar fühlt, so strebt er nach seiner Natur zuallererst danach, die ihm selbst fühlbaren Qualen und Schmerzen zu fliehen, und er kann gar nicht ebenso stark und unmittelbar anstreben, die Qualen und Ängste seiner Mitwesens, die er nicht fühlt, aufzuheben und zu fliehen, ja, er kann ihnen immer wieder Schmerzen und Qualen bereiten.

Der Grund für alle Skrupel, alle Reue und alle Gewissensqualen des Menschen liegt darin, dass er in seinem Geist wohl weiß, dass die Mitwesens Wohl und Wehe ebenso fühlen wie er; wann immer er dem Blick eines lebenden Wesens begegnet, da weiß er hinter diesem Blick das gleiche Sehnen nach Wohl und Glück und die gleiche Angst vor Verlusten und Schmerzen wie in sich selbst. Er weiß es in seinem Geist, aber sein Gefühl schweigt, und das Gefühl ist bei den meisten Menschen der stärkere Lenker seiner Handlungen. Und ebenso bewusst oder verdeckt oder verschleiert wie dieses Wissen in seinem Geist ist, ebenso bewusst oder verdeckt oder verschleiert spricht es zu ihm hernach, wenn sein Tun einem Mitwesens Angst und Leiden gebracht hat, durch die anklagende Stimme seines Gewissens.

In diesem lebenslangen Widerstreit zwischen seinem Fühlen und seinem Wissen, zwischen den Trieben des Herzens und der Einsicht des Geistes liegt der Zwiespalt des Menschen. Um diesen Zwiespalt zu überwinden, wird ihm in allen Heilslehren geraten, dass er die Einsicht seines Geistes über

die blinde Kraft seiner Triebe stelle, indem er sein Denken und Betrachten in zunehmendem Maß darauf richtet, zu sehen und zu erkennen, dass das Mitwesen ebenso stark empfindet wie er und ebenso sehr Wohl begehrt und das Schmerzliche fürchtet wie er – im Sinne des Bildes von der allesumfassenden, nicht messenden metta-Liebe.

Auch die dritte üble Gemütsverfassung, Rücksichtslosigkeit, erklärt der Erwachte näher: Wer mit Fäusten, Stöcken und Steinen gegen die Wesen vorgeht, sie körperlich verletzt, ihnen Schmerzen, Qualen zufügt, der hat das Gegenteil von Schonen an sich. Dasselbe gilt auch für psychische Verletzungen des anderen durch Herabwürdigen, Ironie, Versagen der Anerkennung usw., wodurch man ein Mitwesen in irgendwelche Not bringt. Die Gemütsverfassung der Liebe ist die Tür zum Schonen, zur Fürsorge, zur Hilfsbereitschaft: soweit Liebe da ist, soweit liebende Gemütsverfassung, liebende Gedanken da sind, so weit auch nur ist schonende Gesinnung. Es kann gar keine Liebe geben ohne Schonen und kein Schonen ohne Liebe. Wenn man überall schonen will und mit größter Aufmerksamkeit nirgends wehtun will, dann muss man ununterbrochen auf die Empfindungen der anderen, mit denen man gerade zu tun hat, achten, muss sozusagen in ihrer Haut stecken, mit ihnen empfinden. Man kann dann nicht mehr gut von seinem eigenen Herzensbedürfnis ausgehen, wie einem selbst zumute ist, sondern man muss sich an die Stelle des anderen versetzen, muss die Herzensregungen des anderen, mit dem man zu tun hat, begleiten, muss darauf achten, wie ihm zumute ist bzw. dass ihm wohl zumute bleibt. Dieses Mitempfinden verdrängt die vielfältigen eigenen Interessen und Sonderwünsche, die oft sehr vordergründig sind und fast immer mit der Neigung zu irdischen Dingen zusammenhängen. Man muss wirklich sagen: Je mehr ein Mensch von dieser Welt der sinnlich wahrnehmbaren Erscheinungen, der Lebewesen und der toten Dinge, Glück und Freude für sich erwartet, um so weniger ist er fähig zum Mitempfinden, zur Liebe (*mettā*). Und je mehr einer diese nach außen gerichteten Nei-

gungen wenigstens vorübergehend beiseite tun kann, um so mehr hat er Blick für die Bedürfnisse des anderen, empfindet mit ihm und verhält sich dann im Sinn des Schonens. Die irdischen Dinge, den ganzen Luxus der Wohlstandsgesellschaft, hat man nur, solange der Körper besteht, aber Liebe und Schonen oder auch das Gegenteil, nämlich Nächstenblindheit, Egozentrik, Rohheit und Härte, verliert man nicht mit dem Körper, das begleitet uns. Diese Eigenschaften kann einem niemand nehmen und auch niemand geben, man eignet sie sich selber an und kann sie auch nur selber wieder auflösen.

Man empfindet es unmittelbar, dass man sich in der Haltung des Mitempfindens sofort heller, freier und größer fühlt als in egozentrischer Verengung; und erst recht ist einem wohl bei schonender Einstellung, wenn man dem anderen wohl tun und nicht wehtun will. Das tut unmittelbar mehr wohl, aber das ist schwer zu verstehen für die vielen Menschen, die nicht wissen, dass die Welt nicht ein Wert an sich ist, sondern dass das Herz den Grundwert ausmacht, dass das Welterlebnis nur Spiegelbild des Herzens ist. Wer das begriffen hat, der wendet sich nur an sein Herz, für den wird die Welt zweitrangig. Ein solcher weiß, dass alles Erleben aus seinem Herzen kommt, und darum ist er bestrebt, sein Herz zu verbessern, und das ist nur zu verbessern durch gute Gedanken, durch eine gute Gemütsverfassung.

Die Meinung, die Welt bestehe an sich und sei deshalb ein Wert an sich, bewirkt eine starke Hemmung bei der Ausbildung von Liebe und Schonen, denn wer die Welt im Grund bejaht und nur an das eine jetzige Körperleben glaubt, der kann nur den jetzigen Wohlgewinn und Lustgewinn positiv bewerten. Und das verhindert gerade die Entwicklung von Liebe und Erbarmen/Schonen/Fürsorge.

*3. und 4. Glied des achtgliedrigen Heilswegs:  
Rechte Rede und rechtes Handeln*

Rechte Rede und rechtes Handeln werden mit der rechten Le-

bensführung (5.Glied) zusammenfassend bezeichnet als Tugend.

Dem Heilsgänger geht es bei der Übung in heilender Tugend nicht um Weltverbesserung, nicht vorrangig um Harmonie oder eine gute Wiedergeburt – wenngleich er der Welt mehr von seinem Frieden gibt als der Weltmensch –, sondern darum, dass die Tugenden zur Einigung des Herzens führen, aus der die erlösende Weisheit erwachsen kann. Darum hat der Heilsgänger den Blick vorwiegend auf die Reinigung des Herzens gerichtet: auf das Freiwerden von Sinnensucht (*nekkhamma*), auf das Loslassen, auf die Erhellung des Herzens durch die Gesinnung des Mitempfindens (*mettā*) und des Schonens (*karunā*), durch die Empfindung der Ich-Du-Gleichheit. Der Erwachte empfiehlt da den Leuten von Veludvāra folgende Betrachtungen des Heilsgängers (S 55,7):

*Da überlegt der Heilsgänger: „Mir ist mein Leben lieb, ich möchte nicht sterben. Ich ersehne Wohl und schrecke zurück vor dem Schmerz. Würde mich einer des Lebens berauben, so wäre das das genaue Gegenteil von dem, was mir lieb und erwünscht wäre. – Wenn aber nun ich einem anderen, dem auch sein Leben lieb ist, der ebenfalls nicht sterben will, sondern auch Wohl ersehnt und vor dem Schmerz zurückschreckt, das Leben rauben würde, so wäre das das genaue Gegenteil von dem, was ihm lieb und erwünscht ist. Wie könnte ich da einem anderen das genaue Gegenteil von dem antun, was mir selber lieb und erwünscht ist?“*

*Mit solcher Überlegung widerstrebt er dem Töten und bringt auch andere dazu, vom Töten abzustehen. Er redet der Schonung des Lebens das Wort: „Das ist der rechte Lebenswandel in Taten“, darüber ist er sich endgültig und vollkommen klar geworden.*

Dieselben Überlegungen stellt er an bei Diebstahl, Einbruch in andere Ehen, bei verleumderischer Rede, Hintertragen, verletzender Rede, oberflächlicher Rede.

In dieser Lehrrede empfiehlt der Erwachte den Hausleuten von Veludvāra, zuerst an sich selber zu denken, sich vorzustellen, sie selbst seien jetzt in der Situation, in der zur Zeit der andere ist. Dann empfindet man ganz deutlich das Gefühl, das man selbst in einer Situation hätte, in der einem das gleiche angetan würde, und von diesem „eigenen“ gefühlten Gefühl her empfindet man dann unwillkürlich Abwehr gegen unsoziale Handlungen, gleich wem sie geschehen. Aus diesem Gefühl der Abwehr gegen diese Handlungen drängt sich dann dem Menschen fast von selber der Gedanke auf: „Wie könnte ich einem anderen antun, was das genaue Gegenteil von dem ist, was ich wünsche, dass es mir getan wird!“ Wenn man auf diese vom eigenen Empfinden ausgehende Weise die Vorstellung des Schonens und der Förderung aller zum Leitbild gemacht hat, dann erst beginnt eine allmähliche Wandlung des Herzens und setzt sich fort in einer allmählichen Befreiung von Nächstenblindheit und Rücksichtslosigkeit. Daraus geht von Grund auf eine Verbesserung des gesamten Verhaltens vor sich, so dass der Mensch ganz von selber von Untugend immer mehr abkommt, zu Tugend sich immer mehr hin entwickelt, ohne dauernd denken zu müssen, ob man dieses oder jenes „darf“ oder „nicht darf“.

Die Herzensbeschaffenheit ist der eigentliche Wurzelgrund für die Innehaltung der Tugend, und eine tugendliche Lebensweise ist nur die äußere, sichtbare Oberfläche auf diesem Wurzelgrund von Liebe und Schonen.

Wir müssen wissen, dass kein Mensch auf die Dauer bei guten Handlungen bleiben kann, wenn er sich üble Gedanken, üble Gesinnungen erlaubt, und dass kein Mensch auf die Dauer bei üblen Handlungen bleiben kann, wenn er gute Gedanken, Gesinnungen pflegt. Aber darüber hinaus müssen wir wissen, dass kein Mensch von üblen Gesinnungen abkommt, solange er glaubt, dass ihm die Pflege der üblen Gedanken und Gesinnungen wohltut, und nicht bedenkt, dass sie, gleichviel, ob sie im Augenblick wohltun, auf die Dauer zu seinem Untergang führen, weil sie seine üblen Triebe mehren, so dass er



auf die Dauer üble Handlungen nicht zurückhalten kann.

Wer nur den äußeren Akt im Auge hat, nicht zu töten, nicht zu stehlen usw., der tut je nach Herausforderung oder Versuchung doch noch manches Üble. Wer aber im Herzen verankert hat: „Allen geht es wie mir, mir geht es wie allen. Er ist auch einer, der genau so wie ich glücklich sein möchte“, – der empfindet mit dem Mitwesen, fühlt mit ihm, darum kann er ihm nichts Unliebes antun.

Die vom Erwachten empfohlene Übung, bei allen das Mitwesen schädigenden Handlungen, an die wir denken oder die wir gar beabsichtigen, sofort vor Augen zu haben, wie es uns selber schmerzlich wäre, wenn wir an der Stelle des Geschädigten wären, entfernt uns im Lauf der Zeit krampflos von allen nur ichbezogenen Taten und Worten – ja Gedanken –, die die Gefühle der anderen nicht berücksichtigen. Durch die konkreten Gedanken: „Es ist menschlich, den Tod zu fürchten, seinen Besitz behalten zu wollen; so wie ich es will, will es auch der andere; jeder hat seine Leiden, seine Not, seine Angst und seine Schmerzen. Wir lechzen alle nach Wohl – wir sitzen alle im gleichen Boot“ – durch solche häufig gepflogenen Gedanken wächst der Mensch zur Vorstellung und Gesinnung und Herzensart der Ich-Du-Gleichheit.

*Schopenhauer* sagt darüber:

*Bei jedem Menschen, mit dem man in Berührung kommt, unternehme man nicht eine objektive Abschätzung desselben nach Wert und Würde, sondern man fasse allein seine Leiden, seine Not, seine Angst, seine Schmerzen ins Auge. Da wird man sich stets mit ihm verwandt fühlen, mit ihm gleichfühlend sein und statt Hass oder Verachtung Mitleid mit ihm empfinden.*

Die normale Denkgewöhnung verleitet dazu, die begegnenden Wesen nach sympathisch und unsympathisch zu unterscheiden, an die Fehler des anderen zu denken, dass er das und das nicht hätte tun sollen usw. Die Übung besteht nun darin, diese

Denkgewöhnung abzubrechen mit den Gedanken: „Ich bin ja auch alles andere als vollkommen. Ich habe Mängel und der andere hat Mängel. Ich wünsche Wohl, und der andere sucht genau so wie ich Wohl, wird gestoßen, steckt viel Leid ein – wie ich. Wir sind Geworfene, sind wie arme Bettler, die auf Habenwollen und Seinwollen angewiesen sind. Wir sind alle gleicher Natur, sind Brüder.“

In dem Maß, wie ich das Mitwesen mit mir gleichsetze, in dem Maß, wie ich Ich-Du-Gleichheit entwickle, in dem Maß, wie ich bei allen Begegnungen sofort weiß: „So empfindet jeder“ – in dem Maß kann ich gar nicht mehr in meinem Interesse etwas tun wollen, das irgendjemand anderem wehtun würde. Wenn ich richtig mit dem anderen fühle, kann ich ihm nicht weniger zukommen lassen wollen als mir.

Je höher man dagegen sein Ich auf den Thron setzt, egozentrisch ist, nur sich sieht, um so mehr „sündigt“ man, übertritt alle Tugendregeln, um so mehr kann man dem anderen Gewalt antun, sei es, dass man ihm das Leben nimmt, ihn beraubt, seine Ehe zerstört, ihn verletzt oder betrügt, in seiner Abwesenheit schlecht von ihm spricht usw. Aus Selbstbevorzugung, aus Nächstenblindheit schädige ich den anderen, bewusst oder unachtsam. Wenn man aber im Mit-dem-anderen-Fühlen gewachsen ist, dann empfindet man, dass da nicht nur ein Ich ist, sondern ein Wir, und dieses Wir wird allmählich größer, bis man sich nicht mehr herausnimmt. Der mitempfindende Mensch geht zarter, rücksichtsvoller durch die Welt, nirgends mehr störend. Ihm ist wohl, wenn niemand durch ihn gestört, belastet wird.

Der Erwachte sagt, ein Mensch, der sein inneres Leben und die möglichen geistigen Entwicklungen kennt, wird öfter von der Sehnsucht bewegt: „Möchte ich doch aus dem grauen Missmut ganz herauskommen.“ Wer die Interessen anderer mitbedenkt, voll herzlichem Wohlwollen anderen gegenüber, dem schwindet aller Missmut, alles Hämische, Niedrige, Gehässige, das wie dunkles Gewölk das Gemüt belastet. Ihm wird wohler. Er ist weniger abhängig von äußeren Erlebnissen,

weil die Haltung des Mitempfindens unmittelbar wohlut. Er ist weniger im Austausch mit der Welt, vielmehr bei sich selbst.

Ein solcher hält sich dann gern öfter vor Augen: „Sieh, nun bist du in dir froh, hell, zuversichtlich und glücklich, viel unabhängiger vom Außen.“ Das ist das Eingangstor zu beglückender Herzenseinigung.

### *5. Glied des achtgliedrigen Heilswegs: Rechte Lebensführung (sammā- ājīva)*

Zur Lebensführung gehört alles, was in den die 3. und 4. Stufe des achtgliedrigen Heilswegs bildenden Regeln des Redens und Handelns noch nicht genannt ist, aber zum heilsamen Verhalten in der Welt erforderlich ist, insbesondere die Wahl eines Berufs und der Umgang mit Geld, wie es in A VIII,54 heißt:

*Und was ist eine ausgeglichene Lebenshaltung? Da pflegt ein Familiensohn – Einnahmen und Ausgaben im Blick – eine ausgeglichene Lebenshaltung, weder zu aufwendig noch zu knapp, in der Überlegung: „So werden meine Einnahmen die Ausgaben auf die Dauer übersteigen und nicht die Ausgaben die Einnahmen.“ Das ist, wie wenn ein Wiegemeister oder sein Gehilfe die Waage nimmt und sieht: „Um so viel hat sie sich geneigt, um so viel hat sie sich gehoben.“*

Ein Hausvater, der die Sinnendinge genießen will, soll, wenn er größere Einnahmen hat, auch mehr ausgeben für sich und seine Umwelt, reicher leben, nicht sich und anderen gegenüber geizen. Er soll nicht vergeuden und nicht geizen. Diese beiden Extreme sind zu meiden. In A X,91 heißt es:

*Er macht sich selber glücklich und froh, und das ist zu loben. Wenn er sich nicht glücklich und froh macht, das ist zu tadeln. Ein Mensch, der geizig gegenüber sich selber lebt, schafft sich bewusst Leiden. Er mag wohl eine gewisse Genugtuung hin-*

sichtlich seines Geldes haben, aber solche Sinnenfreuden, für die das Geld ja nur Mittel zum Zweck ist, versagt er sich. – Viele, auch religiös Bemühte, verzichten zu früh auf eine hellere und schmerzlose äußere Lebensform, versagen sich äußeres Wohl zu einer Zeit, in der sie viel sinnliches Begehren und noch kein echtes inneres Wohl haben, und so leiden sie, ohne vorwärtszukommen. Der Erwachte sagt ausdrücklich: Zuerst muss man höheres inneres Wohl gewonnen haben, dann kann man von dem äußeren Wohl mehr zurücktreten. Die ganze Lehre handelt von der Leidensüberwindung. Wer sich selber gegenüber geizig ist und so Leiden schafft, wird auch keinen Sinn für die Lehre haben, die aus allem Leiden herausführen will.

Von den Berufen sind solche am unheilsamsten und verderblichsten, die die erste Tugendregel verletzen, wie Schlachter, Jäger, Fischer. Ferner werden die Tugendregeln verletzt bei fünf Arten von Handel (A V,177): nämlich mit Waffen, Lebewesen (Sklaven- und Mädchenhandel, Vogelhändler, Tierfänger usw.), Fleisch oder Fisch, Alkohol, Rauschgift und anderen Giften.

Über den Beruf im Allgemeinen heißt es u.a. (D 31): Wer hier in der Welt genießen will, der muss dafür sorgen, dass er seinem Beruf, der ihm das nötige Geld für die Erfüllung seiner Genussfreuden einbringt, ordnungsgemäß nachkommt. Er muss sich auf diesen Beruf verstehen, muss auf dessen Erlernung Zeit und Kraft verwenden, darf nicht nachlässig sein. Er muss sich auf die richtigen Mittel verstehen, muss Überblick und Sachkenntnis haben. Er muss durch die Erfüllung seiner Pflichten in Atem gehalten werden, denn wer auf Genuss aus ist und zu viel Muße hat, dessen Dichten und Trachten kreist dann vorwiegend um Genuss. Damit schaukelt er sein Begehren auf, und immer muss und will er seinem Begehren entsprechend handeln, und immer stärker verringert sich Zeit und Lust zur Erfüllung der Pflichten, der Aufgaben im Umgang mit anderen Menschen. So ist also das richtige Verhältnis von Pflichterfüllung und Muße eine Sache der klugen Selbstbeob-

achtung und Selbsterziehung.

In diesem Rahmen kann er weltlichen Freuden nachgehen, und sie überwältigen ihn nicht, denn er kennt nicht nur die vordergründige Begierdenerfüllung, sondern auch die Freude der Pflichterfüllung in seinen Berufsaufgaben und gegenüber den Mitwesenden. Hat er sich also eine Zeitlang vergnügt, so erfreut ihn auch wieder die rechte Erfüllung seiner Aufgaben.

Der Erwachte bewertet in diesem Rat zu Fleiß und Tüchtigkeit nicht die Art der beruflichen Tätigkeit, nicht was getan werde – wenn es nicht unheilsam ist –, sondern wie es getan werde, nämlich fleißig, tüchtig und nicht nachlässig. Das ist Fleiß, der weltliches Wissen und Können einbringt. Was in dieser Welt geschehen muss, darf nicht vernachlässigt werden, denn wer in weltlichen Dingen nicht fleißig ist, ist meistens auch in der Erarbeitung überweltlichen Wohls nicht fleißig und darum nicht tüchtig.

Der Erwachte gibt dem in der Häuslichkeit lebenden Nachfolger auch folgenden Rat: Was er besitzt, das findet auf vierfache Weise zweckmäßige Verwendung (A IV,61, V,41, VIII,54, S 3,19):

1. Sich selber soll er seine Bedürfnisse damit erfüllen und befriedigen, es sich angenehm machen, aber ebenso der Familie, den Mitarbeitern, Angestellten und den Freunden. Alle diese Nächsten sollen es ebenfalls möglichst gut und angenehm haben.

2. Sorgsam und achtsam kümmert er sich um seinen Besitz, lässt nichts verkommen, bessert Schäden aus, sucht nach Verlorenem. Er wendet Missgeschick und Verluste ab. Diese Wachsamkeit erfordert zweierlei: einmal weise Vorausplanung, soweit dieses möglich ist, und zweitens die materielle Sicherung im Augenblick. Diese Vorsorge ist nicht gleichbedeutend mit Furcht und Misstrauen, sondern bedeutet ein nüchternes Bewachen des einmal erworbenen Guts. Den Fürsten, der Staatsmacht gegenüber wird sich ein Mensch so verhalten, dass ihm sein Gut nicht so leicht weggenommen werden kann, er wird rechtzeitig dafür sorgen, dass sie ihm wohl-

gesinnt sind, d.h. z.B. für uns Heutige, dem Staat gewissenhaft die richtigen Steuerunterlagen abgeben, damit der Staat ihm keine Strafe auferlegen kann. Er wird wachsame Vorsorge treffen, dass seine Güter so angelegt sind, dass sie gegen Feuer und Wasser gesichert sind und dass sie ihm nicht von Dieben gestohlen werden.

Auch rät der Buddha ihm, etwa ein Viertel seines Einkommens zu sparen, um vorzusorgen und künftiges Missgeschick abzuwenden. (D 31)

3. Mit dem Besitz leistet er seine Abgaben. Er unterstützt Verwandte, gewährt Gastfreundschaft und zahlt Steuern, wie es auch heute noch selbstverständlich ist. Außerdem nennt der Erwachte noch Spenden an die Verstorbenen oder an höhere Geistwesen, wie es für seine Zeitgenossen üblich war.

*4. Den Asketen und Brahmanen, die vor Rausch und Leichtsinn auf der Hut sind, an\$Geduld und Milde sich gewöhnt haben, die einzig sich selber beherrschen, einzig sich selber überwinden, einzig sich selber zu beruhigen trachten, ihnen macht er vermittels seines Besitzes, der durch Aufbietung von Kraft erworben ist, durch der Hände Fleiß, im Schweiß des Angesichts, auf rechtmäßige ehrliche Weise, Geschenke, die hohe Früchte bringen, himmlisches Glück erzeugende, himmelwärts leitende. So hat sein Besitz diesen vierten Zweck erfüllt, hat gute Verwendung gefunden, ward zweckmäßig benützt. (A IV,61)*

In einer anderen Lehrrede heißt es von der Verwendung des rechtmäßig erworbenen Besitzes, dass er erstens selber darüber glücklich und froh gestimmt wird, zweitens wird er glücklich und froh gestimmt darüber, dass er den Besitz gebrauchen und gute Werke tun kann, drittens, weil er dabei niemandem etwas schuldet, viertens, weil er gute Werke in Taten, Worten und Gedanken getan hat. So hat er vierfaches Wohl, das des Habens, das des Gebrauchens, das der Schuldenfreiheit, das der Untadeligkeit. Letzteres ist das Höchste. (A IV,62)

Zur rechten Lebensführung gehört auch die Wahl der

Freunde. Der Erwachte sagt (A VIII,54):

*Was aber ist gute Freundschaft? In dem Dorf oder der Stadt, wo der Sohn einer Familie wohnt, was es dort an Hausvätern gibt oder Söhnen von Hausvätern, jung oder alt, aber stets von gutem Charakter, denen Vertrauen, Tugend, Loslassen und Weisheit eignen, mit solchen pflegt er Umgang, unterhält sich mit ihnen und eifert ihnen in deren Eigenschaften nach.*

Selten hat jemand alle vier dieser Vorzüge. Doch wenn man auf die guten Seiten der Menschen achtet und nicht auf ihre Fehler, dann findet man manche, die mindestens eine solche gute Eigenschaft besitzen. Näheres darüber und auch über das Verbringen der Freizeit siehe das Gespräch mit Singalako (D 31).

Eine große Hilfe, um zur rechten Lebensführung hinzuwachsen und zugleich auch an Vorstöße sich zu gewöhnen, die auf den Heilsstand hinzielen, ist der regelmäßige Feiertag, *Uposatha*-Tag. Wer ein Verständnis bekommen hat für das trügerische Verstrickungsnetz, in welchem der Mensch sich befindet, und für den großen Unterschied zwischen diesem seinem Zustand und dagegen dem Heilsstand, der hat einen Blick bekommen für die drei großen Entwicklungsetappen, die zur Heilsentwicklung erforderlich sind. Wer aber – wie auch zur Zeit des Erwachten die meisten Menschen – nicht als Mönch im Orden, sondern als Anhänger im Haus lebt, die Woche über durch Beruf und Pflichten mit der Welt verflochten ist, den mag die Sorge ankommen, wie lange er wohl unter diesen Umständen braucht, um den Heilsstand zu erreichen.

Zur Auflösung dieser Sorge und überhaupt als eine Hilfe in der Umgewöhnung des Menschen zum Helleren und Heileren hin hat der Erwachte empfohlen, den damals üblichen wöchentlichen religiösen Reinigungs- und Festtag, der etwa unserem Sonntag entsprochen haben dürfte, nur eben auf die Mondphasen fiel, als Tag der Besinnung zu pflegen, also am Vollmond, Neumond und an den zwei dazwischen liegenden

Halbmondtagen. An diesen Feiertagen soll der zielstrebige Anhänger besonders vordringen, indem er an diesem einen Tag seine Gesinnung und Lebenshaltung der der Mönche erheblich angleicht.<sup>232</sup> Es ist ein jeweils zwar nur vorübergehendes, aber regelmäßig wiederholtes Durchbrechen der Alltagsgewöhnung; und das Bewusstsein, dass es zunächst nur für einen Tag ist, gibt dem Übenden eine große Hilfe und meist auch Freudigkeit. In den buddhistischen Ländern sagen sich die Anhänger an einem solchen Feiertag in dem in vielen Reden vom Erwachten überlieferten Wortlaut:

*Zeitlebens haben die Geheilten das Umbringen von Lebendigem, das Nehmen von Nichtgegebenem, Unkeuschheit, trügerische Rede, die Vernunft und Selbstkontrolle trübende Mittel, das Essen nach dem Mittag, Körperschmuck und –luxus, zerstreuende Gemeinschaftsveranstaltungen, hohe, prächtige Lager aufgegeben – dies alles ist mit ihrem ganzen Wesen unvereinbar. Da will auch ich heute, diese eine Nacht und diesen einen Tag jene Dinge meiden. So werde ich es den Geheilten gleich tun, und der Feiertag wird von mir eingehalten sein.*

Von dem so begangenen Uposathatag sagt der Erwachte in dieser Rede, er bringe

*große Frucht, hohen Segen, ist von mächtiger Auswirkung und von gewaltiger Durchschlagskraft. (zusammengefasst aus A III, 71)*

Diese zusätzlichen Übungen werden am Uposathatag noch heute in den buddhistischen Ländern Asiens von Millionen Menschen eingehalten, die damit auch ihrer tiefsten Heilssehnsucht Erfüllung gewähren.

1. „Heute will ich keusch leben.“

---

<sup>232</sup> In dem vom Buddhistischen Seminar jährlich herausgegebenen Tagessprachkalender sind die Uposatha-Tage vermerkt.



Diese Zuwendung zur Reinheit am Feiertag – „*diesen einen Tag und diese Nacht*“ – zur allmählichen Gewinnung eines Empfindens für die Dimension der Keuschheit – öffnet das Herz tieferem Verstehen der Wahrheit und hilft bei Vorstößen zum Herzensfrieden.

2. „*Heute will ich ab Mittag nicht mehr essen.*“

In allen Religionen gibt es Fastenzeiten. Fastenzeiten und Festzeiten bedeuten dasselbe: Unsere Reinheitssehnsucht soll genährt werden an diesem Tag, und alles an weltliches Behagen Bindende an uns soll einmal fasten, zurücktreten: Fasten im Weltlich-Sinnlichen und ein Fest im Geistig-Geistlichen. Dies ist auch der tiefere Sinn der christlichen Fastenregel.

3. „*Heute will ich von Schmuck und Schönheitsmitteln absehen.*“

Diese Regel gilt dem wirklichkeitsgemäßerem Anblick des Körperlichen. Schmuck und Putz täuschen über die Mängel des Körpers hinweg und nähren so eine Illusion, die spätestens im Alter bei Krankheit und Tod zusammenbricht.

4. „*Heute will ich mich von Musik, Spiel, Schaustellungen und Tanz fernhalten.*“

Wer wenigstens einmal in der Woche an den Zerstreungen des Lebens nicht teilnimmt und sich stattdessen auf die größten Gedanken und erhabenen Zustände besinnt, zu welchen der Erwachte die Wege weist und denen er im Getriebe des Alltags meist fern ist, der erfährt an sich, dass man nur in der Stille wachsen kann, aber auch, dass man sich diese Stille ab und zu bereiten kann.

5. „*Heute will ich auf hohe, prächtige Lagerstätten verzichten.*“

Diese Regel ist in Asien erlassen, wo es damals nicht wie bei uns überall fast gleichartige Betten gibt und gab, sondern wo der Mensch normalerweise auf dem Boden lag, aber die höheren Stände oft große, prächtige Lager hatten. Diese galt es für

die Wohlhabenden in einer solchen Nacht zu meiden. Der Sinn ist klar: Es geht darum, dass der Leib eines an üppige Lager Gewöhnten manchmal der Erde, aus der er ja entstanden ist, näher kommt, dass uns sein Wesen wieder einmal bewusst wird und wir Abstand von ihm gewinnen. Es ist ein Erlebnis, eine hilfreiche Erfahrung, wenn der an ein üppiges Lager Gewohnte dann und wann einmal anders liegt als gewohnt und bewusst den Körper als einen Gegenstand empfindet, über den sich Geist und Gemüt erheben.

Wer selber erlebt oder berichtet bekommt, mit welcher inneren Heiterkeit die Menschen in den buddhistischen Ländern, vor allem in Sri Lanka (Ceylon), Myanmar (Burma) und Thailand, den Uposatha-Tag feiern – am frühen Morgen des Tags die acht Tugenden für den Tag sich vornehmen, diesen Tag als ihren „Sonntag“ möglichst mit der ganzen Familie im Bezirk des nächstgelegenen Klosters zubringen, die Mönche mit Nahrung und den erforderlichen Dingen versehen und von den Mönchen die Lehre hören, der bekommt ein lebendiges Zeugnis dafür, dass der Erwachte diese Ratschläge nicht nur gegeben hat, damit die Hausleute an einem Tag ihre sinnlichen Alltagsgewohnheiten durchbrechen und zurücknehmen, sondern damit sie außerdem – und teils gerade durch das Zurücktreten von den vielfältigen sinnlichen Angehungen – die Quelle des inneren Wohls, das von Sinnengenuss unabhängig ist und unabhängig macht, bei sich kennen und entwickeln lernen.

Wir leben hier im modernen Westen unter völlig anderen Umständen. Wir können nicht einen Klosterbezirk aufsuchen und die sprichwörtliche heitere Freundlichkeit der asiatischen Buddhisten, der Mönche und Laien, erfahren. Wer aber gemäß der Beschaffenheit seines Herzens, seines Charakters, eine oft latente und manchmal spürbare Sehnsucht und Liebe empfindet nach der Wahrheitfindung, der wird auch ohne Hilfe einer religiösen Mitströmung diesen Tag benutzen, um, frei von vielen äußeren Ablenkungen, unter denen seine Friedenssehnsucht oft leidet, tiefer einzudringen in den Sinn der Anleitung

des Erwachten. Und wer eine Sehnsucht empfindet, selber aus seinem Wesen heraus mehr Freundlichkeit und Herzlichkeit aufzubringen, mehr Verstehen, Achtung und Zuwendung im Umgang mit seinen Nächsten und allen Wesen, die ihm begegnen, der wird diesen Tag benutzen und einsetzen, um diesen guten Wünschen seines Herzens, die im gewöhnlichen Alltag meistens nicht zu Wort kommen, nun zum Durchbruch zu verhelfen und damit zur Erweckung, Stärkung und Mehrung seiner helleren inneren Kräfte beitragen.

Der Abschnitt der Einigung  
6., 7., 8. Glied des achtgliedrigen Heilswegs

*6. Glied des achtgliedrigen Heilswegs:  
Rechtes Mühen (sammā-vāyāma) –  
die vier Großen Kämpfe*

Die vier Kämpfe, die auch als „Rechtes Mühen“ bezeichnet werden, lauten:

*Da weckt der Mönch seinen Willen, dass er unaufgestiegene üble unheilsame Gedanken nicht aufsteigen lasse, er müht sich darum, er entwickelt Tatkraft, er erzieht das Herz, er kämpft.*

*Er weckt seinen Willen, dass er aufgestiegene üble, unheilsame Gedanken vertreibe. Er müht sich darum, er entwickelt Tatkraft, er erzieht das Herz, er kämpft.*

*Er weckt seinen Willen, dass er unaufgestiegene gute heilsame Gedanken aufsteigen lasse –*

*– aufgestiegene gute heilsame Gedanken sich festigen, nicht lockern, weiter entwickeln, entfalten lasse, er müht sich darum, er entwickelt Tatkraft, er erzieht das Herz, er kämpft.*

*Er erzieht das Herz. – Wer erzieht das Herz? Der Geist, in*

den durch den Erwachten die rechte Anschauung gekommen ist, die ihm nun zeigt, dass sein Herz üble, unheilsame Triebe enthält. Daher geht der jetzt vom Erwachten belehrte Geist daran, üble Herzenseigenschaften auszuroden und gute zu entwickeln. Der Geist, der die rechte Anschauung aufgenommen hat, erzieht, verändert also das Herz, und nicht erzieht das Herz das Herz, wie Neumanns Übersetzung nicht direkt ausspricht, aber doch nahelegt: *Er macht das Herz kampfbereit.* „*Er*“ ist der vom Erwachten belehrte Geist, der das Herz erzieht, der den Kampf gegen die Triebe aufnimmt. Das Herz ist nichts anderes als die Summe der bisherigen Gedanken und ändert sich nie von selber, sondern immer nur durch falsch oder richtig bewertendes Denken.

*Er weckt seinen Willen* heißt es bei der Beschreibung der vier Kämpfe. Der Wille, mit dem alle Entwicklung beginnt, hängt ab von der Klarheit der rechten Anschauung. Er wird nicht im Herzen, sondern im Geist gezeugt, erzeugt, gleichviel ob der Wille auch dem Herzen entspricht, ob es also um die Erfüllung eines Herzenswunsches geht oder ob der Wille des Geistes den Neigungen des Herzens gerade zuwider ist: er entsteht immer im Geist, und er entsteht mit gesetzmäßigem Zwang immer dann, wenn man durch richtige oder irriige geistige Erwägungen zu der Auffassung kommt – zu der „Anschauung“ –, dass man durch die betreffende Unternehmung zu einem mehr oder weniger großen Vorteil kommt oder zu der Vermeidung großer Leiden und Gefahren, denen man ohne diese Unternehmung ausgesetzt ist. So ist also immer die Aussicht auf Gewinne und Vorteile, also auf mehr Glück und Freude oder die Furcht vor üblen Folgen die Ursache für den im Geist gefassten Willen, sich so und so zu verhalten bzw. dies oder das zu unternehmen oder gerade zu unterlassen.

Wer wie die meisten westlichen Menschen glaubt, es sei mit dem Tod die Existenz endgültig beendet, der kann keinen Willen aufbringen, der ausreicht, den Heilsweg zu gehen. Erst wenn in den Geist die Anschauung einkehrt, mit dem Tod ist die Existenz nicht beendet und auch mit himmlischem Dasein

ist das Leiden nur vorübergehend etwas verringert, aber es setzt sich so lange fort, wie die fünf Zusammenhäufungen weiterhin zusammengehäuft werden – erst nach dem Einbruch dieses Wissens in den Geist wird zwangsläufig der Wille gezeugt, diese fünf Zusammenhäufungen nicht weiter zusammenzuhäufen, um damit dem endlosen Leiden zu entgehen.

Dabei bestimmt natürlich nur die Tiefe und Unzerstörbarkeit dieser Einsichten auch die Kraft des Willens. Solange diese Einsicht nicht sicher ist, solange man entweder Zweifel an ihrer Richtigkeit hegt oder solange diese Einsicht meistens durch die vordergründigen Verlockungen oder Tagesaufgaben verdrängt und daher abwesend ist – so lange kann natürlich auch der Wille nicht „funktionieren“. Und erst recht wird dann keine Tatkraft entwickelt, entsprechend vorzugehen.

Der Grad der Klarheit der rechten Anschauung über die mögliche Verbesserung der Situation bestimmt genau die Stärke des Willens zur Hinwendung zu der für besser gehaltenen Situation. Der Erwachte sagt (D 21):

*Der Wille (chanda) wurzelt in der Erwägung (vitakka),  
entwickelt sich aus der Erwägung,  
entsteht aus der Erwägung,  
erwächst aus der Erwägung.  
Erwägung muss sein, damit Wille erscheint.*

Und in M 95 heißt es:

*Durch das Verständnis der Wahrheit  
erwächst ein neuer Wille.*

Hat der Schüler von dem, den er als überlegenen Weisen erkennt, gehört, dass die Ursachen für Wohl und Wehe im Leben nicht so liegen, wie der blinde Mensch glaubt, dass vielmehr die innewohnenden wühlenden Leidenschaften die Erzeuger des Welterlebnisses sind und dass jede einzelne Leidenschaft der Welterscheinung das Kolorit und den „Geschmack“ gibt und dass darum die schrittweise Bändigung der Triebe der Weg zu sicherem Wohl ist, so beginnt er, darauf

vertrauend, sich in dieser Richtung zu üben. Und im Lauf dieser Übungen und der dabei gemachten geistigen Erfahrungen sieht und versteht er immer deutlicher die Gesetze des Lebens, bis er endgültig weiß, dass es sich so verhält. Was bisher Hypothese war, vorläufige Annahme, vertrauend auf die Persönlichkeit des Meisters, das ist nun eigene lebendige Erfahrung geworden. Nun kann er nicht mehr anders, als das immer gesuchte und angestrebte Wohl und Heil mit ganzer Konsequenz auf den endlich und endgültig als richtig begriffenen Wegen anzustreben. So ist sein neuer Wille gewachsen.

Aber es setzen sich auch seine alten Ansichten, Neigungen und Gewohnheiten immer wieder durch, und ehe er sich versieht, ist er in den eingespielten falschen Vorstellungen und Handlungen, und immer wieder kommt erneut Skepsis auf, ob es denn auch wirklich so ist. Und immer wieder wird erneut geprüft, und neue schlagende Beweise zeigen ihm, dass die Gesetzmäßigkeit der Existenz so ist, wie er in neutralen Zeiten gesehen hat. So kommt immer wieder der Gedanke, der Wille auf: „Da muss ich ja wirklich in Zukunft so und so vorgehen.“ Die früher gepflegten und darum gewohnten falschen Anschauungen sind ihm gegenwärtig, aber die rechte Anschauung muss er sich oft wie von weither holen. Das heißt, Mühe und Anstrengung, Überwindungen und Krafteinsatz sind nötig in dem Maß, wie das Herz noch nicht so geneigt ist. Indem man nun eine Erwägung zur anderen fügt, wird die Richtung des Willens eindeutiger, und immer öfter gelingt es, sich der bisherigen Auffassung und der Schwungkraft, der Wucht der Neigungen zu widersetzen. Wenn üble Tendenzen abnehmen und gute zunehmen, dann merken wir, wie nun auch das Herz im Ganzen immer leichter dem von der Anschauung als richtig Bewerteten folgt, so dass es gelingt, den schwächeren Zug der restlichen un guten Tendenzen zu überwinden. Das ist gemeint, wenn es heißt: „Er entwickelt Tatkraft.“

Und wenn dann durch die beharrliche Übung im rechten Erwägen allmählich die Tendenzen so weit gewandelt sind, dass sie schließlich mit der rechten Anschauung völlig über-

einstimmen, dann ist damit das Herz vollkommen erzogen.

Das Herz wird also geändert nur durch geistigen Anstoß. Diese Fähigkeit des Menschen, auf Grund von Erfahrung und Belehrung, durch Denken, das Herz zu verändern, nennt der Erwachte eine *weltüberlegene Fähigkeit*:

*Eine weltüberlegene Fähigkeit,  
die zum Wesen des Menschen gehört,  
die lehre ich ihn nützen. (M 96)*

Der *erste* Kampf ist der Kampf der Fernhaltung (*samvara-padhāna*: *Unaufgestiegenes Unheilsames nicht aufsteigen zu lassen*). Dieser Kampf wird kurz genannt *Zügelung der Sinnesdränge* (*indriya-samvara*):

*Hat da der Mönch mit dem Luger eine Form erblickt, so beachtet er weder die Erscheinungen noch damit verbundene Gedanken (Assoziationen). Da Begierde und Missmut, üble und unheilsame Gedanken den, der die Sinnesdränge nicht bewacht, gar bald überwältigen, so übt er diese Bewachung, wacht aufmerksam über die Sinnesdränge. Hat er mit dem Lauscher einen Ton gehört...*

Der *zweite* unter den vier großen Kämpfen ist der Kampf zur Überwindung, zur Vertreibung, Auflösung (*pahāna-padhāna*) der bereits herangetretenen oder aufgestiegenen üblen Dinge, wozu der Erwachte in M 20 fünf hilfreiche Weisen nennt. Dieser zweite Kampf wird wie folgt beschrieben:

*Da gönnt der Mönch einem aufgestiegenen Gedanken der Sinnensucht keinen Raum, gibt ihn auf, vertreibt ihn, vertilgt ihn, erstickt ihn im Keim; gönnt einem aufgestiegenen Gedanken von Antipathie bis Hass keinen Raum, gibt ihn auf, vertreibt ihn, vertilgt ihn, erstickt ihn im Keim; gönnt einem aufgestiegenen Gedanken der Rücksichtslosigkeit keinen Raum, gibt ihn auf, vertreibt ihn, vertilgt ihn, erstickt ihn im Keim; gönnt diesen und jenen schlechten, verderblichen Gedanken, die aufsteigen, keinen Raum, gibt sie auf, vertreibt sie, vertilgt*

*sie, erstickt sie im Keim. Das nennt man den Kampf der Vertreibung. (D 33 IV)*

In M 19 zeigt der Erwachte, wie er zu der Zeit, als er noch kein Erwachter war, im Einzelnen diesen zweiten der vier Kämpfe praktisch durchfocht:

*Als mir nun, Mönche, bei diesem ernstesten, eifrigsten, heißen Mühen ein Gedanke der Sinnensucht aufstieg, da sagte ich mir: „Aufgestiegen ist mir da dieser Gedanke der Sinnensucht, und er führt zu eigener Beschwer, führt zu fremder Beschwer, führt zu beider Beschwer; rodet die Weisheit aus, bringt Verstörung mit sich, führt nicht zur Triebversiegung.“ Und so oft nun ein Gedanke der Sinnensucht in mir aufstieg, da gab ich ihn auf, vertrieb, vertilgte ich ihn.*

Ebenso ging er vor bei Gedanken von Antipathie bis Hass und Rücksichtslosigkeit.

Wer sich solches Vorgehen zu eigen gemacht hat, der kann auf der Grundlage der bis dahin gewonnenen inneren Helligkeit erst richtig ermessen, welche Bedrängnis jeder heillose Gedanke über ihn selbst und die Mitwesen bringt. Dadurch werden ihm diese Heillose und Heilende sondernden Betrachtungen zu einer mächtigen Abwehrwaffe gegen jede Art von „Beschwer“, von „Bedrängnis“.

Während beim ersten und zweiten Kampf das Üble vernichtet wird, geht es beim dritten und vierten Kampf um die Förderung des Guten. Im dritten Kampf gilt es, noch nicht aufgestiegene gute Dinge zu erwerben, und im vierten Kampf, vorhandene und hinzu erworbene gute Dinge zu bewahren, zu befestigen, auszubauen.

Den dritten Kampf, den Kampf der Entfaltung (*bhāvanā-padhāna*) beschreibt der Erwachte wie folgt:

*Was ist der Kampf der Entfaltung? Da entfaltet der Mönch die Erwachungsglieder: Wahrheitsgegenwart (sati), Ergründung der Wahrheit (dhammicaya), Tatkraft (virīya), geistige Be-*



*glückung bis Entzückung (pīti), Stillwerden der Sinnesdränge (passaddhi), weltunabhängige Herzenseinigung (samādhī), Gleichmut (upekha), die in der Abgeschiedenheit wurzeln, die in der Triebfreiheit wurzeln, in der Ausrodung wurzeln und einmünden in reif gewordenes Loslassen. Das nennt man den Kampf der Entfaltung. (D 33 IV)*

Mit der Entfaltung dieser Eigenschaften wird das durch seine Befleckungen vielfach gefaltete Herz geglättet, wird befreit von seinen Flecken mit all ihren Wechselbeziehungen, wird einig und klar. Dadurch wird es für die aufmerksame Betrachtung immer durchsichtiger. Der Nebel des Wahntraums, der in dem Spiel der fünf Zusammenhäufungen ein „Ich“ vorgaukelte, beginnt zu weichen. Deshalb werden die beim dritten der vier großen Kämpfe zu entfaltenden Eigenschaften „Erwachungsglieder“ genannt, sie sind bereits die Stadien des allmählichen Erwachens aus dem Wahntraum.

Der vierte Kampf (Kampf der Erhaltung – *anurakkhana-padhāna*) besteht darin, das auf der jeweiligen Stufe Erlangte nicht wieder fahren zu lassen, sondern die innere Abgelöstheit und Unabhängigkeit zu bewahren und zu verteidigen gegen alle Lockungen des „Blendens der Erscheinung“:

*Da weckt der Mönch seinen Willen, dass er aufgestiegene gute, heilsame Gedanken sich festigen, nicht lockern, weiterentwickeln, erschließen, sich entfalten, sich erfüllen lasse, er müht sich darum, er entwickelt Tatkraft, er erzieht das Herz, er kämpft.*

7. Glied des achtgliedrigen Heilswegs:  
*Rechte Wahrheitsgegenwart, rechte Beobachtung*  
*(sammā-sati)*

*Sati* gehört zu den Heilungseigenschaften, die der Erwachte als *indriya*, Heilskräfte, bezeichnet, und wurde soeben als Erwachungsglied genannt. Die Heilskräfte fördern den Menschen in dem Maß, wie sie ausgebildet sind, auf dem Weg der

sittlichen Läuterung bis zur Weltüberwindung und endgültigen Erlösung.

Die Lehrreden erläutern die Dränge der Sinnensucht (*indriya*), die dem Herzen zugezählt werden, und die Heilskräfte, die ebenfalls *indriya* genannt werden. Die Dränge der Sinnensucht behindern bis verhindern die Wirksamkeit der Heils-*indriya*, der Heilskräfte. Erst wenn einer beginnt, die Dränge der Sinnensucht (*indriya*) mehr und mehr zurückzunehmen, dann können sich die Heils-*indriya* entwickeln. Die Wahrheitsgegenwart zum Beispiel kann sich gar nicht entwickeln, solange von den Drängen der Sinnensucht starke Blendung ausgeht, d.h. die angenehmen und unangenehmen Dinge der Welt stark faszinieren und irritieren. Beide Gruppen von *indriya* können nie zusammen gedeihen. Die Heils-*indriya*, die zum Heilsstand führen, können nur in dem Maß wirksam werden, als die drängende und machtvolle Wirksamkeit der Sinnes-*indriya* zumindest zeitweise abwesend ist, z.B. in neutralen Zeiten. Dann werden zum Beispiel die Heilskräfte Vertrauen (vertraut sein mit der Lehre) und Weisheit (die Leuchtkraft des Wahrheitsanblicks) „zu Zughtieren“, die „den Wagen zum Heil ziehen“ (S 45,4), fortziehen von den Sinnendingen.

Die erste der Fünf ist Vertrauen. Dem Wahrheitsucher, der der Lehre des Erwachten begegnet, erscheint sie vertraut wie die schon immer gesuchte Wahrheit. Er nimmt sie ernst, bezieht die Aussagen auf sich selbst, und dann beginnen diese mit Intensität und Beharrlichkeit, mit Tatkraft (zweite Heilskraft) die innere Umerziehung. Was früher im Westen als „praktischer Idealismus“ bezeichnet wurde und in Indien heute noch als eine bestimmte Art von Yoga, das ist die beharrliche Arbeit, aus einer hohen Idee eine helle Wirklichkeit zu machen: durch Schonen der Wesen und Fürsorge und ganz ohne Lug und Trug zu einem hellen, engelhaften Sein zu erwachsen, das den Weg bereitet zu Frieden und Einigung.

Die Einübung dieser Tugenden erfordert von dem vertrauenden Menschen den Einsatz von Tatkraft und Wachheit. Und diese lässt ihn nicht ruhen, bis er die Umgewöhnung seines

Lebenswandels so vollendet hat, dass sie ihm zur zweiten Natur geworden ist.

Damit stellt sich allmählich immer mehr merkbar die dritte dieser Heilungseigenschaften *sati* ein. *Sati* oder *sarati* heißt „sich erinnern“. Woran sich erinnert werden soll, das hängt vom Textzusammenhang ab. Wenn der Erwachte von *sati* spricht, dann ist darunter im engeren Sinn zu verstehen, dass man nicht, wie es menschenüblich ist, an diese oder jene interessanten oder schrecklichen Dinge in der Welt denkt, an sympathische oder unsympathische Menschen, angenehme oder unangenehme Dinge und Erlebnisse, sondern dass man sich der Lehre erinnert, dass man das Bild der Existenz vor Augen hat, das der Erwachte mit seiner Lehre zeigt. Darum übersetzen wir *sati* mit Wahrheitsgegenwart. Im weiteren Sinn ist mit *sati* gemeint, dass man bei sich selbst bleibt, seiner eigenen inneren Vorgänge im Empfinden und Denken gewärtig ist, sie beobachtet – darum übersetzen wir *sati* auch mit Beobachtung – und sie, wenn erforderlich, derart lenkt, wie man sich durch die Lehre angeleitet sieht. *Sati* bedeutet also erstens, insgesamt die Entwicklung auf das Heil hin im Auge zu haben – zweitens der jeweiligen körperlichen, geistigen und triebhaften Vorgänge gewärtig zu sein, diese zu beobachten.

Wenn durch die bisherige aufmerksame Selbsterziehung das von der Lehre gezeichnete Bild der Daseinszusammenhänge dem Nachfolger immer mehr gegenwärtig ist (Wahrheitsgegenwart), dann beobachtet er sein Denken und Tun, lässt sich immer weniger von Äußerlichkeiten ablenken zu der früheren falschen Lebensführung, und die rechte festigt sich immer mehr in ihm. Sich beobachtend, immer bei sich bleibend, sorgt er dafür, dass auch seine praktische Lebensführung sich seinen neuen Ansichten anpasst. Ein solcher kann sein früheres Leben, in dem er ein völlig falsches wahnhaftes Weltbild hatte, nicht mehr als rechtes Leben ansehen, denn er merkt, wie er jetzt durch die Gegenwart des rechten Anblicks und durch die Beobachtung seines Denkens und Tuns vor vielen Nebenwegen und Abirrungen bewahrt ist, dass jetzt erst

sein Leben sinnvoll ist, indem er immer mehr gerade auf den erkannten Heilsstand zugeht.

Wenn ihm das Zurücktreten von allen weltlichen Gedanken und Sich-Konzentrieren auf die rechten Gedanken gut gelingt, das heißt, wenn vorübergehend alle weltlichen Gedanken restlos fort sind, dann ist damit die vierte Heilungseigenschaft (Heils-*indriya*), Herzenseinigung (*samādhī*), anwesend – und diese ist die Voraussetzung für den Klarblick, die Weisheit, für die fünfte Heils-*indriya*, die der vierten immer unmittelbar folgt.

Die große Bedeutung der Heilungseigenschaft Wahrheitsgegenwart, *sati*, vergleicht der Erwachte mit dem verantwortungsvollen Dienst eines Torhüters (S 35,204). In einem ähnlichen Gleichnis wird der Körper mit seinen Sinnesdrängen mit einer Festung an der Grenze zum Feindesland verglichen, die von einem weisen, aufmerksamen Torhüter bewacht wird, der besonnen die Freunde von Feinden zu unterscheiden versteht (A VII,63). Dieser Torhüter ist *sati*. *Sati* ist also Besonnenheit, Wahrheitsgegenwart, die nur solche Sinneseindrücke „hereinlässt“, die nicht schaden, die nicht das Hauptanliegen des zum Heil Strebenden zunichte machen.

Dieselbe praktische Tätigkeit von *sati* wird auch in M 117 beschrieben. Da wird an den ersten fünf Gliedern des achtgliedrigen Heilswegs erläutert, wie schon zu deren Erwerb immer die Wahrheitsgegenwart, Besonnenheit erforderlich ist und wie sie dadurch auch wächst und zunimmt. Betrachten wir es am Beispiel der rechten Rede (dritte Stufe des achtgliedrigen Heilswegs):

Es heißt da, man müsse zum Erwerb der rechten Rede dreierlei Eigenschaften haben:

1. die rechte Anschauung darüber, was falsche und was rechte Rede sei;

2. muss man *sati* haben, d.h. man muss während seines Redens besonnen beobachten und sich durch Vergleich mit den geistigen Maßstäben vergegenwärtigen, ob die jetzige Redeweise richtig oder falsch ist;

3. muss man tatkräftig bewirken, dass man die durch solche Wahrheitsgegenwart (*sati*) als falsch erkannte Rede zurückhält, unterlässt oder wieder zurücknimmt und die als recht erkannte Rede pflegt.

Die Fähigkeiten der rechten Anschauung und der Tatkraft werden dem Torhüter *sati* zugesprochen. Daraus zeigt ich, dass die *sati* kein neutrales Werkzeug nur zur gleichmäßigen Beobachtung oder Erinnerung der Vorgänge ist, dass sie vielmehr im Dienst der „Weisheit“ stehen muss, und das ist die rechte Anschauung. Erst wenn wir die Lehre des Erwachten weitgehend gefasst haben (rechte Anschauung), dann fangen wir an zu begreifen, was für uns schädlich und was für uns nützlich ist. Damit haben wir dann Weisheit gewonnen. Und nun geht es darum, dass wir dieses Wissen um das Schädliche und das Nützliche im Alltag bei unserem gesamten Erleben und bei unserem Tun und Lassen gegenwärtig haben und anwenden. Das ist die Wahrheitsgegenwart (*sati*).

Den im Weltgetriebe mit dieser *sati* begabten Menschen vergleicht der Erwachte mit der unverfangen auf den Schlingen des Wildstellers liegenden Gazelle, die dem Fallensteller entkommen kann (M 26). Wenn durch die fünffache sinnliche Wahrnehmung das Befriedigende und das Abstoßende beim Geist ankommt, dann wird es von der *sati*, der Wahrheitsgegenwart, durchschaut als trügerische Erscheinungen, die das Leiden fortsetzen, den Samsāra fortsetzen, dem Elend kein Ende machen. Durch diese Bewertung seitens der nun im Dienst der Weisheit stehenden Beobachtung (*sati*) werden sie nicht mehr als Wohl in den Geist eingeschrieben, und dadurch können in einem solchen Geist auch keine weiteren, auf Befriedigung des sinnlichen Begehrens gerichteten Wohlsuche-Programme mehr entwickelt werden, und die alten werden allmählich gelöscht. Insofern verweigert der weise, kluge, verständige Torhüter – eben die *sati* – *den Feinden den Eintritt*.

Diese *sati*, der weise, der wahrheitsgegenwärtige, besonnene Torhüter, ist am Anfang des Heilswegs noch nicht *in der*

*Festung*, in diesem Körper. Solange Zuneigung und Abneigung noch in fast unbeschränkter Stärke dem Körper innewohnen, so lange wird die Aufmerksamkeit des Geistes fast nur von den blendenden Erscheinungen in Anspruch genommen, welche von den aufspringenden Wohl- und Wehgefühlen in die Wahrnehmung geschwemmt werden. Seine Unternehmungen werden von den verlockenden und den abstoßenden Zielen veranlasst. Darum bedarf es einer weitgehenden Minderung von Gier und Hass in dem menschlichen Herzenshaushalt, bis die *sati*, die besonnene Aufmerksamkeit, immer am Tor der Gegenwart gegenwärtig sein kann. Die *sati* setzt eine weitgehende Entwicklung in der Tugend, eine gewachsene innere Zucht voraus.

Je mehr der Heilsgänger sich um den Fortschritt auf den ersten fünf Gliedern des achgliedrigen Heilswegs bemüht, um so mehr muss er unter anderem *sati* einsetzen. Das fällt im Anfang schwerer, aber im Lauf der fortgesetzten Übung durch die Monate und Jahre nimmt die Fähigkeit, die Eigenschaft Wahrheitsgegenwart immer mehr zu, die Selbstkontrolle nimmt zu, und der Mensch merkt immer eher alle Vorgänge in ihm und an ihm, und man kann durchaus sagen, dass ein jeder Mensch, der längere Jahre aufmerksam und ernsthaft in der Lehre des Erwachten steht, hernach beobachtender, aufmerksamer, klarer und ruhiger ist als zu Anfang. Während ein solcher Mensch im Anfang seiner Übung seine falsche Anschauung, falsche Gemütsverfassung, falsche Rede, falsches Handeln usw. kaum merkte oder erst später merkte und darum auch nicht wirklich bekämpfen konnte, führt die zunehmende Selbstbeobachtung dazu, dass er alle üblen Dinge und alle guten Dinge, die in ihm aufsteigen und von ihm ausgehen, immer eher als solche bemerkt, so dass er den üblen auch immer rascher wehren kann, sie im Keim schon ersticken kann, bis er hernach die Selbstbeobachtung in einem so starken Maß an sich hat, dass er nach dem Gleichnis des Erwachten jenem Torhüter verglichen werden kann, dem die Verantwortung für die ganze Festung übertragen worden ist und der am Tor der

Festung stehend, aufmerksam darüber wacht, ob diejenigen, die hereinwollen, seine Freunde oder Feinde sind, und ob diejenigen, die hinauswollen, Freunde oder Feinde sind, und der, weil er so aufmerksam wacht, auch keinen mehr hindurchlässt, dessen Durchgang er für schädlich hält. (S 35,204) Dann kann der Heilsgänger gar nichts Unbesonnenes mehr tun, denn die Wahrheitsgegenwart ist zu einer zwingenden Eigenschaft seines Wesens geworden. Er hat *sati-bala*, verstärkte Erinnerungskraft, verstärkte Wahrheitsgegenwart. Ein solcher wird nur noch von seinen wirklichkeitsgemäßen Einsichten gelenkt und gesteuert.

So muss die Kraft der Wahrheitsgegenwart gewonnen sein, damit das vom Erwachten gezeigte Bild der Daseinszusammenhänge immer gegenwärtig ist. Erst ein solcher ist in der Lage, die vierfache Beobachtung, Satipatthāna, konzentriert durchzuhalten. In unserer Lehre wird hinsichtlich der siebenten Stufe des Heilswegs auf die Frage „Was ist rechte sati?“ mit denselben Worten geantwortet, die in M 10, D 22 u.a. zitiert werden, nämlich:

*Da beobachtet der Mönch den Körper als Körper..., die Gefühle als Gefühle..., das Herz als Herz..., die Erscheinungen als Erscheinungen...*

Damit ist die Satipatthāna-Übung ausdrücklich als vollkommene Erfüllung der siebenten Stufe des achtgliedrigen Heilswegs ausgewiesen. Doch sind die vier Satipatthāna-Übungen fruchtbar nur demjenigen möglich, der von der gesamten weltlichen Vielfalt innerlich und äußerlich abgeschieden, abgelöst ist, und zwar nicht nur während der Zeit der Übung, sondern weil dessen Herz sich schon so stark zur Triebfreiheit hin entwickelt hat, dass ihm die weltlichen Erscheinungen keinen besonderen Eindruck mehr machen, nicht nur weil er ihr wandelbares, haltloses und hilfloses Wesen im Geist völlig durchschaut, sondern weil er durch die Gewöhnung an diese Durchschauung auch seine Herzensbedürfnisse weitgehend von ihnen abgelöst hat. Ein solcher ist zwar noch kein Heilgewordener, aber er gehört zu denen, die bereits ei-

nen gewissen Grad von innerer Ruhe, von Herzenseinigung sich erworben haben. Deren Übung ist Satipatthāna. Erst nachdem der Übende in dem Aufstieg durch Tugend genug innere Helligkeit gewonnen hat, so dass er an der Welt nichts mehr findet und so ihre Gefühlsbeeindruckung weitgehend überwunden und hinter sich gelassen hat – erst dann ist er reif für die vier Satipatthāna-Übungen.

Bei der ersten Satipatthāna-Übung macht er den Körper zum betrachteten Objekt. Damit rückt der Körper für ihn als Betrachtungsobjekt an die Stelle der Welt, in das „Außen“, d.h. er identifiziert sich nicht mehr mit dem Körper.

Indem er sodann bei der zweiten Satipatthāna-Übung die Gefühle beobachtet, werden auch diese zum „Außen“. Es ist gesetzmäßig, dass alles das, was wir beobachten, durch die Beobachtung zum Außen wird. Und wer nun solche Dinge beobachtet, mit denen er sich vorher identifiziert hatte, der wird sie, wenn er sie nur lange genug zum Gegenstand der Beobachtung macht, dadurch als Außen empfinden, nicht mehr als Teil eines „Ich“ empfinden, sich nicht mehr mit ihnen identifizieren. Das ist der tiefere Sinn der gesamten Satipatthāna-Übung. Hier erst wird die endgültige Konsequenz gezogen aus der Einsicht, dass die fünf Zusammenhäufungen kein „Ich“ sind, und zwar nicht verstandesmäßig, sondern im unmittelbaren Erleben. Hier werden die letzten Ich-Identifikationen und Ich-Empfindungen aus den fünf Zusammenhäufungen herausgezogen.

Bei der dritten und vierten Satipatthāna-Übung – der Beobachtung, dem Gewärtighalten der Regungen des Herzens und der Erscheinungen hört die Identifikation mit den gesamten Erscheinungen des Herzens auf, und dabei erfahren die Tendenzen ihre letzte Minderung bis zur vollkommenen Auflö- sung. Auf diesem Weg ist in der Regel erfahren worden das



8. Glied des achtgliedrigen Heilswegs:  
Der Frieden der rechten Herzenseinigung  
(*sammā-samādhī*)

Nach dieser Aussage über das Ergebnis der Satipatthāna-Übung mag man sich fragen, warum dann noch das achte Glied des Heilswegs geübt werden solle. Damit ist das Problem angeschnitten, in welcher Reihenfolge die drei letzten Glieder des achtgliedrigen Heilswegs (rechtes Mühen, rechte Wahrheitsgegenwart, rechte Einigung) zu üben seien, die alle drei dem Einigungsabschnitt zugezählt werden. Darüber sagt der Erwachte in dem Gleichnis vom *Goldläutern* (*A III,102-103*): So wie der Goldschmied nach dem Aussieben von Gestein und Sand das auf dem Feuer zusammengesmolzene Gold dann und wann auf dem Feuer aufsieden lässt, dann und wann es unter fließendem Wasser sich abläutern und erkalten lässt, dann und wann es ruhig und aufmerksam in Augenschein nimmt, um Unzulänglichkeiten zu sehen, ganz ebenso sollte auch der in rechter Anschauung und rechter Gemütsverfassung gefestigte, zu den zur Einigung führenden Tugenden erwachsene und nun in der Herzenseinigung sich übende Mönch von Zeit zu Zeit zwischen den drei Gliedern des Einigungs-Abschnitts wechseln, d.h. von Zeit zu Zeit in der Herzenseinigung verweilen, von Zeit zu Zeit sich den vier großen Kämpfen widmen, von Zeit zu Zeit Selbstbeobachtung üben.

Der Begriff *samādhī* bedeutet so viel wie „innen stille stehn“. Dieser Begriff wird noch besser verstanden auf der Grundlage der mit der christlich-mystischen Auffassung voll übereinstimmenden, allgemein indisch-religiösen Auffassung (nicht nur der des Erwachten), dass das Leben innerhalb der sinnlichen Wahrnehmung ein ununterbrochenes, vielfältiges Herumerissen- und Gezerrtwerden ist. Darum vergleicht der Erwachte den normalen, der vielfältigen sinnlichen Wahrnehmung bedürftenden, nach ihr dürstend verlangenden Menschen mit einem Mann, der an sechs Stricken sechs verschiedene Tiere mit sich führt (entsprechend den fünf Sinnesdrängen und

dem Denkdrang), deren jedes in eine andere Richtung hinzerzt, so dass der Mann keine Ruhe findet. Das ist die vielfältige Zerrissenheit, Zerfahrenheit und Zerstreutheit des gewöhnlichen Menschen. Dagegen wird unter *samādhi* die Gestilltheit der Sinnesdränge verstanden, wie es heißt (Dh 94):

*Wess' Sinnesdränge still geworden  
wie Wagenlenkers wohlgezähmte Rosse...*

Noch deutlicher kommt der gleiche Zusammenhang in dem Pālibegriff *citt'ekaggata* (Geeintsein des Herzens) zum Ausdruck: das Herz hat an sich selbst genug, ist ganz bei sich, eins mit sich, und das bedeutet eben das Schweigen der Sucht nach den tausendfältigen äußeren Dingen. So sagt auch der christliche Mystiker *Ruisbroeck*:

*Kennst du die Wahrheit und kannst innen bleiben,  
trübt Furcht dich nicht, noch lockt dich fremde Liebe,<sup>233</sup>  
so bist du frei, bist ledig alles Kammers...*

Unabhängig geworden ist ein solcher von dem gesamten Welterleben mit den Sinnen, er ruht in sich, lebt im vollständigen Herzensfrieden, bedarf der sinnlichen Wahrnehmung nicht zu seinem Wohlbefinden, sondern bedient sich ihrer nur zur Aufrechterhaltung und Pflege des Körpers und beim Umgang mit anderen. Diese erworbene Unbedürftigkeit bewirkt, dass er die gesamten weltlichen Erscheinungen nicht mehr mit der früheren Blendung sehen kann, sondern nüchtern, neutral, ja, geradezu „entlarvt“ sieht und darum *nichts mehr an ihnen finden (nibbindati)* kann.

Wir wissen, dass die Zweige der Fruchtbäume im Herbst zwischen sich und der Frucht eine kleine Korksicht bilden, um sie dann abzustoßen. Wenn die Frucht völlig reif ist, verursacht ihre Ablösung dem Baum keine Schmerzen oder Wunden. Sie fällt von selber ab. Der Baum lebt jetzt nur noch in

---

<sup>233</sup> „fremde Liebe“ = die Liebe nach den äußeren Dingen

sich, nicht mehr mit der Frucht. Im Anfang, als die Frucht entstand, war er mit der Frucht eins. Hätte man zu dieser Zeit die Frucht abgerissen, hätte die Abrissstelle am Baum eine Wunde hinterlassen.

So ist es mit unserem Herzen. Anfangs ist das Herz noch so mit der Welt verbunden wie die unreife Frucht mit dem Baum, aber durch das herzunmittelbare Wohl, das mit der Tugend beginnt, scheidet sich der Mensch ab von der wirren Außenwelt; er setzt immer weniger auf das Außen, und es reift von ihm ab wie die Frucht vom Baum. Alles nach außen gerichtete Sehnen fällt vom Menschen ab.

Das Wohl des Nach-innen-Lebens, des seligen Herzensfriedens kann so stark werden, dass die sinnliche Wahrnehmung ganz fortfällt (*kāmasaññā nirujjati – D 9*), der Mensch ist dann *sinnenlos und entrückt*, gewinnt den Zustand der Entrückungen (*jhāna*).

Analog dem vom Erwachten beschriebenen Reifezustand des Gemüts, der die erste Entrückung einleiten kann, schildert der christliche Mystiker *Meister Eckehart* die Bedingungen für das Zustandekommen der weltlosen Entrückungen, der Schauungen, in sehr schlichter Weise. Er sagt:

*In jedem Menschen sind, wie die Meister lehren, eigentlich zwei Menschen, einmal der äußere oder Sinnenmensch... zweitens der innere Mensch, des Menschen Innerlichkeit. (1) Jeder Mensch nun, der Gott lieb hat, verwendet die Kräfte der Seele in dem äußeren Menschen nur so weit, als die fünf Sinne es unumgänglich nötig haben... Aber den Überschuss an Kräften... wendet die Seele ganz dem inneren Menschen zu. (2) Ja, wenn diese etwas ganz Hohes und Edles zum Gegenstand hat (3), so zieht sie auch noch die Kräfte, die sie den fünf Sinnen geliehen hat, an sich, und dann heißt der Mensch sinnenlos und entrückt. (4)*

(1) Unter dem *äußeren oder Sinnenmenschen* sind die Tendenzen und Erfahrungen zu verstehen, die auf die Erlebnisse durch sinnliche Wahrnehmung aus sind. Und unter dem *inne-*

*ren Menschen* werden die nicht auf die sinnliche Wahrnehmung gerichteten feineren Gemütskräfte verstanden, aus denen das menschliche Suchen und Sehnen nach dem Großen und Reinen und Überweltlichen, dem Religiösen, hervorgeht.

(2) *Den Überschuss an Kräften ganz dem inneren Menschen zuwenden*, heißt: Nur das Heil und, als Voraussetzung dafür, nur die eigene innere Läuterung im Auge haben.

(3) *Etwas recht Hohes und Edles zum Gegenstand haben* – das sind erhebende Vorstellungen.

(4) *Sinnenlos und entrückt* – das ist nicht wahrnehmungslos, sondern nur ohne Bewusstsein der Sinnenwelt: der Mensch ist über sie hinausgestiegen, transzendiert und erlebt die andere, sinnlose, überweltliche Seinsweise in seliger Einheit.

Erst wenn dem Erleber nach dieser seligen Erfahrung die in Ich und Umwelt gespaltene Wahrnehmung wieder aufkommt, dann kommt ihn ein überwältigendes, beglücktes Staunen an darüber, dass es solches einiges Wohl gibt. Nach einem solchen Erlebnis sagte *Seuse*:

*Ist das nicht Himmelreich, so weiß ich nicht,  
was Himmelreich ist.*

Sobald dem Mönch, dem Heilsgänger, das beseligende Erlebnis der weltlosen Entrückungen möglich ist, tritt er in den letzten, den fruchtbarsten Abschnitt seiner gesamten Heilsentwicklung ein. Durch die Erfahrung weltloser Entrückung ist die negative Bewertung der gesamten Sinnendinge eine radikale, von einer unvergleichlichen Überzeugungsmacht gegenüber dem, was die Erfahrer früher unternahmen. Denn der Erfahrer von weltlosen Entrückungen hat nun einen vollständig anderen Maßstab, mit dem er die vielfältige, zerspaltene sinnliche Wahrnehmung, die er bisher für die normale hielt, in ihrer Wirrnis, Schmerzhaftigkeit, Abhängigkeit und Gefährdung erkennt und versteht. Unmittelbar nach dem Erlebnis der weltlosen Entrückung empfindet er den ununterbrochenen Andrang der wieder eintretenden tausendfältigen Sinnesein-

drücke und des dadurch bedingten Prasselhagels der Empfindungen als leibhaftigen Schmerz (S 48,40) und lebt von da an in der Sehnsucht, sich den einigen, befreienden Zustand der Entrückung für die Dauer zu erwerben. Wie die Erfahrung der sinnlosen, weltbefreiten Entrückung den Menschen von dem Willen, der Neigung und Liebe zu den Sinnendingen, von der Verblendung durch Sinnendinge, von dem Durst und dem Fiebern nach Sinnendingen befreit, zeigt der Wortlaut der Reifezustände, die die Entrückungen einleiten, die vom Erwachen auch in vielen anderen Lehrreden beschrieben sind (D 9 u.a.):

*Da verweilt der Mönch abgeschieden von weltlichem Begehren, abgeschieden von allen heillosen Gedanken und Gesinnungen in stillem Bedenken und Sinnen. Und so tritt die aus innerer Abgeschiedenheit geborene Entzückung und Seligkeit ein, der erste Grad weltloser Entrückungen.*

*Nach Verebbung auch des Bedenkens und Sinnens verweilt er in innerem seligem Schweigen, in des Gemütes Einigung. Und so tritt die von Sinnen und Bedenken befreite, in der Einigung geborene Entzückung und Seligkeit ein, der zweite Grad weltloser Entrückungen.*

*Mit der Beruhigung auch des Entzückens lebt er oberhalb und außerhalb von allem sinnlichen Wohl und Wehe in unverstörtem Gleichmut klar und bewusst und in einem solchen körperlichen Wohlsein, von welchem die Heilskenner sagen: „Dem in erhabenem Gleichmut klar bewusst Verweilenden ist wohl.“ Ein solcher gewinnt den dritten Grad der weltlosen Entrückungen.*

*Nachdem er über alles Wohl und Wehe hinausgewachsen ist, alle frühere geistige Freudigkeit und*

*Traurigkeit völlig gestillt hat und in einer über alles Wohl und Wehe erhabenen bewussten Gleichmutsreine lebt, da erlangt er die vierte Entrückung und verweilt in ihr.*

Die überwältigende Erfahrung, die das Erlebnis der weltlosen Entrückungen für den zum Heil Strebenden mit sich bringt, zeigt sich auch in D 9. Dort beschreibt der Erwachte zunächst wieder den Übungsweg zur Vollendung bis zur Erreichung der weltlosen Entrückungen. Von dem Mönch, der die erste Entrückung gewonnen hat, sagt der Erwachte dort:

*Dem geht nun, was er früher an sinnlicher Wahrnehmung hatte, unter; in Abgeschiedenheit geborene Beglückung und selige Wahrheitswahrnehmung geht auf. So kann durch Übung die eine Wahrnehmung aufgehen, durch Übung die andere Wahrnehmung untergehen.*

In diesen Worten des Erwachten ist die wunderbare Erfahrung, welche die weltlosen Entrückungen mit sich bringt, angedeutet: *In Abgeschiedenheit geborene Beglückung und stille Wahrheitswahrnehmung geht auf.* – Was heißt das?

Der normale Mensch kennt seit seiner Geburt kaum eine andere als die sinnliche Wahrnehmung, sein Geist wird vorwiegend beschäftigt mit gesehenen Formen, gehörten Tönen, gerochenen Düften, geschmeckten Säften, getasteten Körpern. Alle diese fünf Wahrnehmungsweisen bringen immer das Erlebnis einer dreidimensionalen Welt in Form und Raum mit sich. Und da der Geist des normalen Menschen nichts anderes ist als die Aufzeichnung der gesamten seit der Geburt angesammelten Erfahrungen, so ist dieser normale erfahrungsbedingte Menscheng Geist von vornherein in der raum-zeitlichen Struktur angelegt, er kann nur räumlich und zeitlich denken.

Der so zustande gekommene Geist, die so zustande gekommene Anschauung muss darum die raum-zeitliche Welt, den Kosmos, als das Ganze, das Äußerste und Größte auffas-

sen, als dasjenige, innerhalb welchem alles ist, was ist, als das Universum. Die Existenz, kurz, alles Erleben findet für ihn im Kosmos, im Universum und d.h. im dreidimensionalen Raum statt. Als Grundlage seiner Existenz fasst er Stoff und Raum auf, wobei Raum für ihn nichts anderes ist als der nichtstoffliche Zwischenraum zwischen den verschiedenen stofflichen Dingen. Alles was ist, das scheint ihm nur durch Stoff und Raum bedingt, auch das Bewusstsein und damit das Zeitphänomen, denn da das Bewusstsein die „im Gedächtnis“ bewahrten „vergangenen“ Erlebnisse mit den „gegenwärtigen“ vergleichen kann, so entsteht der Eindruck von Zeit.

So findet für den normalen Menschen das Leben in seiner Gesamtheit als dinglich-räumlich-zeitliche Ausbreitung statt, ist daran gebunden, ist dessen Ergebnis. Und da jedes sinnliche Erlebnis aus wahrgenommenen Formen, Tönen, Düften, Säften, Tastobjekten besteht, so bestätigt und befestigt jedes weitere Erlebnis den bereits aus den früheren Erlebnissen gewonnenen Eindruck von der dinglich-räumlich-zeitlichen Ausbreitung der Welt und des Lebens. Diese immer tiefer und immer stärker sich einprägende Auffassung wird seine Vernunft, ist seine Vernunft. Und darum muss er jede Auffassung, die dieser widerspricht, als vernunftwidrig, als unvernünftig auffassen und bezeichnen.

Darin erkennen wir die Relativität und die Grenzen der Vernunft. Die Vernunft des Menschen, wie überhaupt eines jeden Wesens, ist keine selbstständige Größe, nichts Ewiges oder Unbeeinflussbares, vielmehr erwächst sie aus dem, was „vernommen“ wurde, und das heißt erfahren wurde, erlebt wurde. Aus dem tausendfältigen bedingten Erfahren von Dingen wird von dem Geist vernommen, dass Dinge sind. Von daher sagt die geistige Vernunft: „Es gibt Dinge.“ Und von daher gilt die Behauptung: „Es gibt keine Dinge“ als unvernünftig und vernunftwidrig. Und weil der Geist mit den Dingen Nähe und Ferne, räumlichen Abstand, Raum, vernahm, darum behauptet die Vernunft: „Die Dinge befinden sich im Raum.“ Dieser nur durch das Vernehmen von Ding und Raum

zustande gekommenen Vernunft muss die Behauptung: „Es gibt auch ein Erleben ohne Ding und Raum“ unvernünftig erscheinen.

Demjenigen nun, der die weltlosen Entrückungen erlebt, geht *die sinnliche Wahrnehmung unter*. Damit geht ihm das Raum-Zeit-Erlebnis unter, ohne dass ihm jedoch das Erleben selbst untergeht. Damit erfährt er etwas, was seiner gesamten bisherigen Erfahrung und der daraus entwickelten „Vernunft“ entgegensteht: Er erfährt eine Existenzweise, die nicht innerhalb des Kosmos stattfindet; er erfährt und „vernimmt“: Es gibt Existenz auch ganz ohne das Erlebnis eines raumzeitlichen Kosmos. Darum heißt es:

*In Abgeschiedenheit geborene Beglückung  
und tiefe Wahrheitswahrnehmung geht auf.*

*Wahrheit* bedeutet hier so viel wie „Wirklichkeit“, und darin liegt die Korrektur, welche die Vernunft des Erfahrers der weltlosen Entrückungen bei den ersten Erlebnissen dieses ganz anderen Seins erfährt. Der normale Mensch hält die dreidimensionale Weltlichkeit mit Ich und Ding und Raum und Zeit und Wandelbarkeit so ausschließlich für wirklich, wie ausschließlich er sie erfährt und erlebt.

Indem nun aber jenes völlig andere erlebt wird, erfahren wird: eine in vollkommener Abgeschiedenheit von Welt und Weltlichkeit geborene stille Seligkeit, ja, selige Ruhe – indem also Leben ohne Ich und ohne Welt wahrgenommen wird, erlebt wird, erfahren wird, vernommen wird, da tut sich anfänglich zwangsläufig der Widerspruch auf zu aller bisherigen Erfahrung und aller aus dieser bisherigen Erfahrung hervorgegangenen „Vernunft“ und „Lebensauffassung“. Was man noch nie erfahren und gekannt hatte und auch noch nie gedacht hatte und was man darum, wenn man davon hören oder lesen würde, ohne es selbst erlebt zu haben, für unmöglich und unvorstellbar halten würde, das erlebt man nun: Seligkeit ohne Welt, ohne Ich, ohne Zeit, ohne Raum, überweltliche, zeitlose Seligkeit.



Da aber diese sinnlose, weltbefreite, ja, ichbefreite Seligkeit aus derselben Quelle kommt, aus der bisher nur die sinnliche Erlebensform eines „Ich“ in einer „Welt“ erkannt und erfahren wurde: eben aus Wahrnehmung, so ist dieses selige Leben genau ebenso wahr und wirklich wie das bisherige mühselige und sorgenvolle Welterlebnis. Diese Wirklichkeit und Gültigkeit des neuen erfahrenen Lebens kann man nun nicht mehr abweisen, sonst müsste man auch alle seine bisherige Erfahrung abweisen. Das außersinnliche, weltlose, zeitlose Sein ist ebenso wahr und wirklich wie das sinnliche, weltliche, zeitliche Sein mit seinem rasenden Fluss der dauernden Veränderung. Aber dieses überweltliche zeitlose Sein ist unendlich seliger, beglückender und vor allem wacher, überzeugender als der bisher erfahrene lebenslängliche Strom von einander folgenden Ereignissen und Geschehnissen, die zusammen als „Welt“ bezeichnet werden. Auch darum heißt es: *In Abgeschiedenheit geborene Beglückung und tiefe Wahrheitswahrnehmung geht auf.*

Wenn der Mensch von irgendeiner anderen Seite eine Behauptung hört, die seiner gesamten bisherigen Erfahrung widerspricht und mit ihr nicht vereinbar ist, dann wird er das Gehörte als nicht möglich, nicht wirklich und darum nicht gültig ansehen und wird es ablehnen. Wenn er aber etwas seiner gesamten bisherigen Erfahrung Widersprechendes und mit ihr unvereinbar Erscheinendes selbst erlebt, erfährt und wahrnimmt, wenn er es also auf genau den gleichen Wegen ins Wissen bekommt wie all sein bisheriges Erleben, dann kann er jene neue Erfahrung nicht mehr abweisen.

In dieser Situation kommt über ihn ein großes Verwundern. Diese Verwunderung ist die Antwort und Reaktion seiner bisherigen aus der einseitigen Erfahrung gebildeten „Vernunft“ auf jenes ganz andere erfahrene Neue. Zugleich aber liegt in dieser Verwunderung auch das Verwundetwerden und Zusammenbrechen der bisherigen Vernunft. Sie kapituliert vor der Neuigkeit, sie gibt zu, dass ihre Alleinherrschaft unberechtigt war. Sie macht Platz für das neu Vernommene und für die

daraus hervorgehende neue Vernunft.

Wer die Entrückungen zum ersten Mal unversehens und plötzlich erlebt, der wird mit dem Erlebnis vernunftgemäß fast nicht fertig und wird es allmählich wieder „vergessen“. Wer aber durch die zunehmende Säuberung und Erhellung seines Herzens und Gemüts immer mehr jenen seelischen Zustand gewinnt, den der Erwachte nennt: *Abgeschieden von weltlichem Begehren, abgeschieden von allen heillosen Gedanken und Gesinnungen*, der nimmt auch immer gründlicher Stellung zu diesem ihm neuen „Leben“ und setzt sich mit ihm auseinander, und in diesem Prozess erkennt und anerkennt seine durch diese überweltliche Erfahrung geborene höhere Vernunft die Wirklichkeit jener klar und deutlich vernommenen Weltlosigkeit und Zeitlosigkeit in Seligkeit.

Die aus diesen neuen Erlebnissen hervorgegangene höhere Vernunft erkennt nun beide Existenzweisen an. Sie sagt: Es gibt dieses, dass durch sinnliche Wahrnehmung eine dreidimensionale Welt der ungezählten mannigfaltigen Dinge in Raum und Zeit erscheint mit ihrem Strom der wechselnden Ereignisse und Geschehnisse und dauernden Wandlungen mit einem leibesbehafteten Ich, das vergänglich und tödlich ist – und es gibt dieses, dass durch nichtsinnliche unmittelbare und freie Wahrnehmung ein zeitloser Friede, eine selige Zeitlosigkeit ohne Ich und ohne Welt, ohne Tod und Untergang erscheint.

Durch die beschränkte sinnliche Wahrnehmungsweise erscheint eine Welt der Beschränktheiten und Vielheiten in fortgesetzten Wandlungen und Veränderungen. Durch die freie Wahrnehmungsweise erscheint weltfreie, zeitlose Seligkeit.

Hier nun erweist sich, dass die weltlosen Entrückungen zur Erreichung des Nirvāna unerlässlich sind, denn dieser Zusammenbruch der normalen, aus der beschränkten sinnlichen Wahrnehmung hervorgegangenen beschränkten Vernunft des „normalen“ Menschen und ihre Erweiterung und Erhöhung durch jene aus der Erfahrung der freien Wahrnehmungsweise

hervorgehenden höheren Vernunft, die für den „heilskundigen Menschen“ die wirkliche Vernunft ist, die Überwindung des Wahns – das ist die unerlässliche Voraussetzung für die Erreichung des Nirvāna.

Es ist der mit der weltlosen Entrückung erlebte Fortfall eines erlebten Ich in einer erlebten Welt und aller damit zusammenhängenden erlebten Veränderlichkeiten samt Vergänglichkeit und Tod, welcher dem Erleber über jene entscheidende Hürde hilft, ohne deren Überwindung das Heil unerreichbar bleibt.

Es wird erlebt und erfahren, dass mit dem Fortfall von Ich und Welt in der Entrückung nur Vergänglichkeit und Tod, Wehe und Angst vollkommen fortfallen und dass mit dem Fortfall der Erscheinungen und Ereignisse nur die Unstetigkeit mit Andrang und Weggang, nur der Strom der Zeit fortfällt und dass damit eine tiefe, uferlose, selige Ruhe eintritt.

Und im weiteren Erleben und Erfahren dieser tiefen, uferlosen, seligen Ruhe wird erkannt, dass an die Stelle aller groben Gefühle, die aus den fortgesetzten Begegnungen der bisherigen Weltsüchtigkeit mit den Dingen der Welt entstehen, nun ein überweltliches Wohl in unbeirrbarer Beharrlichkeit tritt und alles beherrscht. Es ist ein seliger Friede, von dem der Erfahrer unmittelbar weiß, dass er nicht jetzt erst entstanden ist, dass er vielmehr immer schon bestand, bisher aber überdeckt war von den unseligen, groben, schmerzlichen, beschränkten Dingen. –

Aus dieser Erfahrung erhebt sich eine strahlende Gewissheit, die der normalen Vernunft so sehr entgegensteht, dass sie ohne diese Erfahrung in keiner Weise darauf kommen kann und dass sie es auch nach dem Bericht selbst des vertrauenswürdigsten Menschen kaum begreifen könnte. Es ist die Gewissheit, dass dasjenige, was als Ich begriffen und aufgefasst wird, nicht, wie bisher angenommen, die Grundlage der Existenz, des Lebens und Seins und damit auch alles Wohles und Wehes ist, dass vielmehr dieses „Ich“ innerhalb der Existenz eine trübe, alles trübende Befleckung ist, eine Begrenztheit

und Schmerzlichkeit. Der Erleber der Entrückungen hat erfahren, dass der Wegfall des Ich nur zum Wegfall jener Befleckung, jener Schmerzen und Betrübnisse führte, nur zum Wegfall aller Grenzen und Begrenzungen, aller Wandelbarkeit, aller Ängste und des Todes, also nur zum Wegfall alles Wehen, und übrig bleibt einzig ein nie geahntes, unendliches Wohl, so als ob es immer gewesen wäre und nur durch die Ich-Befleckung überdeckt gewesen war.

Die aus dem Erlebnis der Entrückungen hervorgegangene höhere Vernunft erkennt:

Es ist nicht richtig zu sagen: „Es gibt eine Welt aus Stoff und Raum mit Ereignissen und Begebnissen in der Zeit, und alles, was da ist und geschieht, das ist innerhalb dieser Welt und innerhalb dieser Zeit.“ Es ist auch nicht richtig zu sagen: „Es gibt keine Welt aus Stoff und Raum mit Ereignissen und Begebnissen in der Zeit“ – vielmehr muss ich nach dem, was ich selbst erlebt und erfahren habe, sagen: „Es gibt eine rohere Erlebnisweise, durch welche Dränge zum Sehen und gesehene Formen erscheinen, Dränge zum Hören und Töne, Dränge zum Riechen und Düfte, Dränge zum Schmecken und Säfte, Dränge zum Tasten und Körper erscheinen, Dränge zum Denken und Gedanken erscheinen. Dadurch erscheinen ein „Ich“ in einer „Welt“, erscheinen Raum und Zeit, erscheinen wechselndes schmerzliches Gefühl, Vergänglichkeit, Wandelbarkeit, Untergang und Tod.“

Aber es gibt auch eine ganz andere, feine Erlebnisweise, die nicht aus dem Drang nach sinnlicher Wahrnehmung hervorgeht, eine Erlebnisweise ohne Drang nach sinnlicher Wahrnehmung und darum ohne die ständige Begegnung mit dem von der Sucht Ersüchteten und Begehrten wie auch von der Sucht Abgelehnten, Gefürchteten, eine Wahrnehmungsweise also ohne Hoffen und Bangen, ohne Kämpfe und Müh-sal und ohne Tod. Durch diese Erfahrungsweise des von der Sucht Befreiten erscheinen auch keine wechselnden schmerzlichen Gefühle, nicht Vergänglichkeit und Wandelbarkeit, nicht Untergang und nicht Tod, und es bleibt übrig ein von

allem Wechsel und Wandel freies, tiefes, stilles, überweltliches Wohl, das so köstlich ist, dass man es mit nichts vergleichen kann, das innerhalb der gröberen Erlebensweise erscheint. Die erstere Erlebensweise ist roh, beschränkt und begrenzt; die andere Erlebensweise ist unaussprechlich fein, ist völlig frei von Beschränkung und Begrenzung.

Und weiter erkennt die aus dem Erlebnis der Entrückungen hervorgegangene höhere Vernunft: „Am Leib festhalten, am Ich festhalten – das ist ein Festhalten an Flecken und Schmerzen, ein Festhalten an Begrenztheiten und Leiden, ein Festhalten an Vergänglichkeit und Tod. – Aber vom Leib loslassen und vom Ich loslassen, das ist ein Loslassen von Flecken und Schmerzen, von Begrenztheiten und Leiden, ein Loslassen von Vergänglichkeit und Tod. – Im Loslassen, wahrlich, liegt der Weg zum Wohl, zur Befreiung, der Weg zur Freiheit.“

So versteht erst die nach dem Erlebnis der Entrückungen erwachsende höhere Vernunft den Sinn der Worte des Erwachten, dass man im Erlebnis der weltlosen Entrückungen *unbedrängt von Ich und unbedrängt von Umwelt* sei und dass dieses Unbedrängtsein *höchstes Labsal der Gefühle* sei. (M 13) Und man versteht den Sinn jenes anderen Wortes (M 22): *Darum also, ihr Mönche, was euch nicht angehört, das gebet auf. Durch dessen Aufgeben werdet ihr Sicherheit und Wohl erfahren. Was aber, ihr Mönche, gehört euch nicht an? Der Körper – Gefühle – Wahrnehmungen – Aktivitäten – programmierte Wohlerfahrungssuche – gehören euch nicht an, sie gebet auf. Durch deren Aufgeben werdet ihr Sicherheit und Wohl erfahren.*

Das Verständnis von der Wahnhaftigkeit der Ichvorstellung, der Raumvorstellung und der Zeitvorstellung, der Sinnlosigkeit der gesamten aus diesen Wahnvorstellungen geborenen Problematik geht aus dem Erlebnis der in Abgeschiedenheit geborenen Entrückung hervor. Darum sagt der Erwachte von dem Erleber der weltlosen Entrückung: *In Abgeschiedenheit geborene Beglückung und tiefe Wahrheitswahrnehmung geht*

auf.

Nun erst kreist die Wahrnehmung nicht mehr um die Sinnendinge, sondern wendet sich endgültig von den Sinnendingen ab. Und das öffnet demjenigen, der die Grundwahrheit des Erwachten begriffen hat, das Tor zum Nirvāna. Insofern ist das Erlebnis der weltlosen Entrückung für die Erreichung des Nirvāna unerlässlich. – Das geht auch aus noch anderen Lehrredenstellen hervor:

Der Erwachte gibt das Gleichnis vom *ölußgeschwärtzen Schinderhemd* (M 75): Ein blindgeborener Mensch, der, weil er nie Formen und Farben sieht, auch keine Unterscheidung treffen kann zwischen schönen und hässlichen Gegenständen, hört einen Betrüger, *Māro*, den „Verderber“, sagen, es gäbe nichts Schöneres als das von ihm angebotene feine, saubere, weiße, fleckenlose Gewand. Der Blindgeborene wird begierig, ein solches zu besitzen, und der Betrüger gibt ihm ein ölußgeschwärtzes Schinderhemd mit den Worten: „Hier hast du, lieber Mann, ein feines sauberes Gewand, weiß und ohne Flecken.“ Der Blindgeborene bekleidet sich damit, freut sich darüber und spricht überall davon, wie schön es sei, ein weißes, fleckenloses Gewand zu tragen.

Nach einiger Zeit gelangt er an einen Arzt, der den Blindgeborenen sehend macht. Nun erkennt dieser, dass er mit ekelhaftem Schmutz bedeckt ist; zugleich kann er jetzt erst erkennen, was dagegen ein feines, sauberes Gewand, weiß und ohne Flecken ist. Nun ekelt sich der Sehendgewordene vor seiner bisherigen Bekleidung und mag zornig werden über den Betrüger.

Ebenso auch ist der Mensch, der auf dem Weg der Läuterung durch das Erlebnis der weltlosen Entrückungen zu der Erfahrung einer ganz anderen Existenzweise und Seinsweise gekommen ist, gleichsam „sehend“ geworden. Hier ist ihm in *Abgeschiedenheit geborene Beglückung und tiefe Wahrheitswahrnehmung* aufgegangen, wie er sie bisher nicht ahnte. Im plötzlichen Fortfall der gesamten fleckenhaften, beschränkten, beschmutzten Wahrnehmungsweise stieß er in dem Erlebnis

der freien Wahrnehmungsweise der weltlosen Entrückungen zu jener höheren Wirklichkeit, zu jenem reineren Leben durch. Und nun erst begreift er, wie elend, gebunden, gefesselt und in Schmutz und Leiden befangen, er sich bisher befand.

Damit tritt er seiner gesamten bisherigen Lebensform befremdet gegenüber, so wie der plötzlich Sehendgewordene nun mit größter Befremdung den ekelerregenden, schmierigen Schmutz seines Gewandes sieht. Was ihm je in dem Bereich der sinnlichen Wahrnehmung als schön oder unschön galt, das erkennt er nun gegenüber dem neuen erlebten wahren Wohl als eitel, elend und schmerzlich. So wie der Sehendgewordene jetzt die Ölrüßflecken und Blutflecken auf seinem Schinderhemd ekelhaft findet, so erkennt der Erfahrer des Wohls der weltlosen Entrückungen jetzt auch alles sinnliche Wohl als Wehe.

In derselben Lehre zeigt der Erwachte dies an dem Gleichnis von dem Aussätzigen und dessen Heilung. Wenn seine Aussatzwunden allzu unerträglich juckten, dann ließ er immer wieder diese Wunden dicht an glühenden Kohlen ausdörren, ausbrennen und durchrösten. Er nahm diese Art des brennenden Schmerzes nicht nur in Kauf, sondern empfand sie gegenüber dem entsetzlichen Dauerjucken des Aussatzes als ein Wohl. Der Erwachte fügt hinzu, dass jener Aussätzige, wenn er gesunden würde, dann um keinen Preis mehr seine Glieder so nahe an die glühenden Kohlen bringen möchte, weil er deutlich empfände, dass es ein Schmerz sei und kein Wohl. Solange er aber wegen seiner Aussatzkrankheit von dem unerträglichen Jucken (Durst) sinnesverwirrt war (Blendung), da war ihm der Schmerz des Brennens dennoch eine Wohltat.

Mit diesen beiden Gleichnissen zeigt der Erwachte die geistige Umorientierung des durch die weltlosen Entrückungen zu höherem Leben Erwachsenen und seinen Umzug aus dem niederen Leben in das höhere Leben. So wie der Sehendgewordene sich endgültig trennt von dem Schmutzhemd – so wie der vom Aussatz Geheilte sich endgültig trennt von den

glühenden Kohlen – so auch wird dem Erfahrer der weltbefreiten Wahrnehmungsweise der weltlosen Entrückungen die beschränkte Wahrnehmungsweise, die sinnliche Wahrnehmung, widerwärtig, und er richtet seinen Sinn und seine Aufmerksamkeit immer mehr auf jene in der Entrückung erlebte Freiheit von aller Unbeständigkeit und allem Leiden.

Zwar ist das Erlebnis der weltlosen Entrückung noch keine vollkommene Erwachung, aber es ist eine unvergleichlich größere und hellere Wachheit als das Erlebnis einer Sinnenwelt. Der Erwachte nennt es *Befreiungsseligkeit*, *Befriedigungsseligkeit*, *Erwachungs-seligkeit*. (M 139) Es ist der Durchbruch in eine ganz andere Dimension der Wahrnehmung. Der Erwachte sagt von demjenigen, der alle vier Entrückungen durchlebt hat, ausdrücklich, er habe sich von der Zwiefalt zwischen Befriedigung und Nichtbefriedigung völlig befreit. (M 38 am Ende)

So ist der von dem Wohl der Entrückungen durchdrungene und gesättigte Heilsgänger ein völlig anderer Mensch als derjenige, der die Entrückungen noch nicht erlebt. Für einen solchen ist der Bereich der gesamten sinnlichen Wahrnehmung, ist diese Welt und jene Welt ein völlig uninteressantes Schattenreich, das ihn in keiner Weise mehr faszinieren kann, das von ihm nur als Belästigung und Leiden empfunden wird. Ein solcher kann nun durchdringen zum Wissen, zur Klarsicht, zur unvergleichlichen Erwachung.

Das zeigt sich am besten in M 53 „Die Schritte des Kämpfers“. Hier wird, wie in manchen anderen Lehrreden, der Übungsweg bis zur Vollendung beschrieben. Nachdem dort die üblichen Etappen genannt wurden, wie Tugendübung, also rechtes Verhalten im Reden, Handeln und in der Lebensführung – dem ja schon rechte Anschauung und rechte Gemütsverfassung vorausgehen –, dann Zügelung der Sinnesdränge (erster der vier Kämpfe) usw., werden die vier weltlosen Entrückungen betrachtet als zu dem Übungsweg gehörig. Dann wird von demjenigen, der bis dahin vorgeschritten ist, gesagt:



*...und kann er die vier weltlosen Entrückungen, die das Herz erquicken, schon im Erdenleben beseligen, also nach Wunsch gewinnen in ihrer Fülle und Weite, so heißt man ihn den Heilsgänger, der die Schritte des Kämpfers gegangen ist, fähig zur Durchbrechung und fähig zur Erwachung, fähig, die unvergleichliche Sicherheit zu gewinnen.*

*Gleichwie etwa, wenn eine Henne ihre Eier, acht oder zehn oder zwölf Stück wohlbebrütet, gänzlich ausgebrütet hat; wie sollte dann nicht jener Henne der Wunsch kommen: „Ach, möchten doch meine Küchlein mit den Krallen oder dem Schnabel die Eischalen aufbrechen, möchten sie doch heil durchbrechen!“ Und die Küchlein sind fähig geworden, mit den Krallen die Eischale aufzubrechen und heil durchzubrechen.*

*Ebenso nun auch wird der Heilsgänger, sobald er zur sittlichen Art erwachsen, die Tore der Sinne hütet... und die vier weltlosen Entrückungen, die das Herz erquicken, schon im Leben beseligen, nach Wunsch gewinnen kann in ihrer Fülle und Weite, als solcher der Heilsgänger geheißt, der die Schritte des Kämpfers gegangen, ja, bis oben an die Verschaltung gelangt ist, fähig zur Durchbrechung, fähig zur Erwachung, fähig, die unvergleichliche Sicherheit zu finden.*

*Lebt nun ein solcher Heilsgänger in einer über alles Wohl und Wehe erhabenen bewussten Gleichmutsreine (der Reifegrad der vierten Entrückung), so erinnert er sich mancher verschiedenen früheren Daseinsformen mit je den karmischen Zusammenhängen und Beziehungen. So ist er zum ersten Mal hervorgebrochen wie das junge Huhn aus der Eischale.*

*Lebt nun ein solcher Heilsgänger in einer über alles Wohl und Wehe erhabenen bewussten Gleichmutsreine, so sieht er mit dem feinstofflichen Auge, dem gereinigten, über menschliche Grenzen hinausreichenden, die Wesen dahinschwinden und wiedererscheinen: gemeine und edle, schöne und unschöne, glückliche und unglückliche. Er erkennt, wie die Wesen je nach dem Wirken wiederkehren. So ist er zum zweiten Mal hervorgebrochen wie das junge Huhn aus der Eischale.*

*Lebt ein solcher Heilsgänger in einer über alles Wohl und Wehe erhabenen bewussten Gleichmutsreine, so erreicht er die Versiegung aller Wollensflüsse und Einflüsse, macht sich die triebfreie Gemüterlösung, Weisheitslösung noch bei Lebzeiten offenbar, verwirklicht und erringt sie. So ist er zum dritten Mal hervorgebrochen wie das junge Huhn aus der Eischale.*

An dieser Aussage samt dem erklärenden Gleichnis zeigt sich die überragende Bedeutung der weltlosen Entrückungen als die Öffnung des Weges zur Weisheitsschau und Erlösung. Gerade durch sie wird jener Reifegrad erwirkt, der hier als *über alles Wohl und Wehe erhabene bewusste Gleichmutsreine* bezeichnet wird und der die Voraussetzung ist für den Durchbruch zur Weisheit bis zur Triebversiegung. Ebenso wird in weiteren Lehrreden geschildert, dass das Herz des Mönchs nach der vierten weltlosen Entrückung diejenige Reinheit, Gesammeltheit, Stille und Freiheit gewonnen habe, die es nun fähig mache zum Durchbruch, zur Transzendierung, zur „universalen Wahrnehmungsweise“ und zur „wahrnehmungsfreien Weise“ bis zu der endgültigen Befreiung von Tendenzen. So wie mit einem völlig trockenen Holzsplit leicht Feuer hervorgebracht werden kann – so wie ein völlig ausgebrütetes Hühnerei, in welchem das Küken ausgereift und lebendig ist, leicht von dem Küken gesprengt und durchbrochen werden kann – so auch kann der Mönch, der den letzten feinsten Durst nach Sinnendingen völlig ausgetrieben und ausgeglüht hat, nun im höchsten geistigen Sinn alle Beschränkungen aufheben, Raum und Zeit durchbrechen in einem unvergleichlichen Wissen, in einer unvergleichlichen Klarsicht, mit welcher sich die endgültige Ablösung von allem Bedingten, Gebrechlichen, Bedrängenden vollzieht: die Erlösung (*vimutti*), die endgültige Erlösung des schmerzlichen, seelenlosen und sinnlosen, durch die Triebe bedingten Brandes, das Nirvāna.

In diesem Zusammenhang zeigt sich die große Bedeutung der weltlosen Entrückungen für die Tilgung der Sinnensucht und damit für die Heilsgewinnung.

AUSFÜHRUNGEN ÜBER DAS SPENDEN  
142. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Mahāpajāpatī Gotamī, die Tante und Pflegemutter des Buddha, bot dem Erwachten selbstgesponnene Stoffstücke als Robe an. Der Erwachte sagte: *Gib sie dem Orden*. Ānando bat, dass der Erwachte sie annehmen möge. Mahāpajāpatī sei dem Erwachten als seine Amme sehr hilfreich gewesen, und der Erwachte sei für Mahāpajāpatī sehr hilfreich gewesen. Ihm sei es zu verdanken, dass sie zu den drei Kleinodien Zuflucht genommen habe, dabei befriedet sei, die Tugendregeln halte und Eigenschaften besitze, wie sie die Geheilten empfehlen, dass sie keine Zweifel an den vier Heilswahrheiten habe. – Der Erwachte: Ja, es ist nicht leicht, dies der belehrenden Person zu vergelten, indem man sie verehrt, für sie aufsteht, sie begrüßt, für Roben, Almosenspeise, Lagerstätten und Medizin sorgt.

Diese vierzehn Arten persönlicher Spende gibt es <sup>234</sup> : An

1. den Vollkommen Erwachten,
  2. den Einzelerwachten,
  3. den geheilten Nachfolger des Erwachten,
  4. den die Frucht des Nibbāna Erstrebenden,
  5. den Nichtwiederkehrer,
  - 6, den die Frucht der Nichtwiederkehr Erstrebenden,
  7. den Einmalwiederkehrer,
  8. den die Frucht der Einmalwiederkehr Erstrebenden,
  9. den Stromeingetretenen,
  10. den die Frucht des Stromeintritts Erstrebenden,
  11. den Nichtbuddhisten, der frei von Gier n.Sinnendingen ist,
  12. den tugendhaften Weltling,
  13. den untugendhaften Weltling,
  14. die Tiere.
- } Acht Heilsgänger

---

<sup>234</sup> dies und die sieben Arten von Spenden sowie die Früchte der Spenden hat K.E.Neumann in seiner Übersetzung ausgelassen.

Wenn man einem Tier eine Gabe gibt, kann man erwarten, dass die Spende 100fach vergolten wird. Wenn man einem tugendlosen Weltling eine Gabe gibt, kann man erwarten, dass die Spende 1000fach vergolten wird. Wenn man einem tugendhaften Weltling eine Gabe gibt, kann man erwarten, dass die Spende 100.000fach vergolten wird. Wenn man einem Nichtbuddhisten, der frei von Gier nach Sinnendingen ist, eine Gabe gibt, kann man erwarten, dass die Spende hunderttausendmal hunderttausendfach vergolten wird.

Wenn man einem den Stromeintritt Erstrebenden eine Gabe gibt, kann man erwarten, dass die Spende unermesslich, unmessbar vergolten wird, wie erst den anderen Heilsgängern, den Einzelerwachten und dem Vollkommen Erwachten.

Sieben Arten von Spenden gegenüber dem Orden:

1. an eine Gemeinschaft von Mönchen und Nonnen unter der Führung des Buddha,
2. an eine Gemeinschaft von Mönchen und Nonnen nach dem Parinibbāna des Buddha,
3. an eine Gemeinschaft von Mönchen,
4. an eine Gemeinschaft von Nonnen,
5. an einzelne Mönche und Nonnen,
6. an einzelne Mönche,
7. an einzelne Nonnen.

In Zukunft wird es Anwärter auf den Heilsweg mit dem Nibbāna als Ziel (*gotrabhū* – Vorstufe des Nachfolgenden – *anusāri*) geben, die gelbe Roben tragen, untugendhaft sind. Die Menschen werden jenen untugendhaften Personen Gaben geben um der Ordensgemeinschaft willen. Sogar dann wird dies unermesslich, unmessbar vergolten.

Eine Gabe, die der Ordensgemeinschaft gemacht wird, bringt größere Frucht als eine Gabe an eine Person. Die Ordensgemeinschaft ist höchstes Verdienstfeld der Welt.

Es gibt vier Arten der Reinigung einer Spende:

1. Es gibt die Spende, die durch den Spender rein wird, aber nicht durch den Empfänger.
2. Es gibt eine Spende, die durch den Empfänger rein wird, aber nicht durch den Spender.
3. Es gibt die Spende, die weder durch den Spender noch durch den Empfänger rein wird.
4. Es gibt die Spende, die sowohl durch den Spender als auch durch den Empfänger rein wird.

Zu 1. Was ist die Spende, die durch den Spender rein wird, aber nicht durch den Empfänger?

Da ist der Spender tugendhaft, hat gute Eigenschaften, und der Empfänger ist tugendlos, hat schlechte Eigenschaften.

Zu 2. Was ist die Spende, die durch den Empfänger rein wird, aber nicht durch den Spender?

Da ist der Empfänger tugendhaft, hat gute Eigenschaften, und der Spender ist tugendlos, hat schlechte Eigenschaften.

Zu 3: Was ist die Spende, die weder durch den Spender noch durch den Empfänger rein wird?

Da ist der Spender tugendlos, hat schlechte Eigenschaften, und der Empfänger ist tugendlos, hat schlechte Eigenschaften.

4. Was ist die Spende, die sowohl durch den Spender als auch durch den Empfänger rein wird?

Da ist der Spender tugendhaft, hat gute Eigenschaften, und der Empfänger ist tugendhaft, hat gute Eigenschaften.

*Wer tugendhaft an Tugendlose gibt  
als Gabe recht erworbenes Gut, im Herzen froh,  
wohingedenk hilfreicher Taten Frucht –  
durch solche Spende wird die Gabe rein.*

*Wer tugendlos an Tugendhafte gibt,  
unrecht erworbenes Gut als Gabe, unfroh'n Herzens,  
uneingedenk hilfreicher Taten Frucht –  
die Spende wird nur rein durch den Empfänger.*

*Wer tugendlos an Tugendlose gibt,  
unrecht erworb'nes Gut als Gabe, unfroh'n Herzens,  
uneingedenk hilfreicher Taten Frucht –  
von keiner Seite wird die Gabe rein.*

*Wer tugendhaft an Tugendhafte gibt  
als Gabe recht erworben Gut, im Herzen froh,  
wohleingedenk hilfreicher Taten Frucht –  
mit solcher Spende wirkt man viel Verdienst.*

*Wer frei von Gier Gierlosen gibt  
als Gabe recht erworb'nes Gut, im Herzen froh,  
wohl eingedenk hilfreicher Taten Frucht,  
die Gabe eines solchen bringt unmessbar  
viel Gewinn.*

DAS GESPRÄCH MIT ANĀTHAPINDIKO  
143. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Die Lehrrede

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Sāvatti im Siegerwald, im Garten Anāthapindikos.*

*Um diese Zeit war Anāthapindiko, der Hausvater, krank geworden, leidend, schwerkrank. Und Anāthapindiko, der Hausvater, wandte sich an einen seiner Leute:*

*Geh, lieber Mann, begib dich zum Erhabenen hin und bring dem Erhabenen zu Füßen meinen Gruß dar: „Anāthapindiko, der Hausvater, o Herr, ist krank geworden, leidend, schwerkrank, er bringt dem Erhabenen zu Füßen Gruß dar.“ Dann geh zum ehrwürdigen Sāriputto hin und bring dem ehrwürdigen Sāriputto zu Füßen meinen Gruß dar: „Anāthapindiko, der Hausvater, o Herr, ist krank geworden, leidend, schwerkrank, er bringt dem ehrwürdigen Sāriputto zu Füßen Gruß dar“ und füge hinzu: „Gut wäre es, sagt er, o Herr, wenn der ehrwürdige Sāriputto sich zur Wohnung Anāthapindikos, des Hausvaters, begeben wollte, von Mitleid bewogen.“ –*

*Wohl, o Herr! –, entgegnete da gehorsam jener Mann Anāthapindiko, dem Hausvater. Und er begab sich dorthin, wo der Erhabene weilte, bot ehrerbietigen Gruß dar und setzte sich zur Seite nieder. Zur Seite sitzend sprach er zum Erhabenen:*

*Anāthapindiko, der Hausvater, o Herr, ist krank geworden, leidend, schwerkrank, er bringt dem Erhabenen zu Füßen Gruß dar. –*

*Dann begab er sich zum ehrwürdigen Sāriputto hin, bot ehrerbietigen Gruß dar und setzte sich seitwärts nieder. Zur Seite sitzend sprach er zum ehrwürdigen Sāriputto: Anāthapindiko, der Hausvater, o Herr, ist krank geworden, leidend, schwerkrank, er bringt dem ehrwürdigen Sāriputto zu Füßen Gruß dar; und er lässt sagen, gut wäre es, o Herr, wenn der ehrwürdige Sāriputto sich zur Wohnung Anāthatindikos, des Hausvaters, begeben wollte, von Mitleid bewogen. –*

*Schweigend gewährte der ehrwürdige Sāriputto die Bitte.*

*Und der ehrwürdige Sāriputto rüstete sich, nahm die äußere Robe und die Almosenschale und begab sich, gefolgt vom ehrwürdigen Ānando, zur Wohnung Anāthapindikos, des Hausvaters. Dort angelangt nahm er auf dem dargebotenen Sitz Platz. Und er wandte sich an Anāthapindiko, den Hausvater:*

*Fühlst du dich, Hausvater, schon wohler, geht es dir etwas besser, nehmen die Schmerzen wieder ab und nicht zu, merkt man, dass sie nachlassen und nicht zunehmen? –*

*Nicht fühl ich mich, ehrwürdiger Sāriputto, wohler, es geht mir nicht besser, heftig nehmen die Schmerzen zu und nicht ab, man merkt, dass sie zunehmen und nicht nachlassen. Als ob, ehrwürdiger Sāriputto, ein starker Mann mit scharfer Dolchspitze die Schädeldecke zerhämmerte, ebenso nun auch, ehrwürdiger Sāriputto, schneiden ungestüme Winde durch meinen Kopf, nicht fühl ich mich, ehrwürdiger Sāriputto, wohler, es geht mir nicht besser, heftig nehmen die Schmerzen zu und nicht ab, man merkt, dass sie zunehmen und nicht nachlassen. Als ob, ehrwürdiger Sāriputto, ein starker Mann ein zähes Lederband wie ein Stirnband um meinen Kopf zusammenzöge, so gibt es heftige*



*Schmerzen in meinem Kopf. Nicht fühl ich mich, ehrwürdiger Sāriputto, wohler, es geht mir nicht besser, heftig nehmen die Schmerzen zu und nicht ab, man merkt, dass sie zunehmen und nicht nachlassen. Als ob ein geschickter Schlachter oder sein Gehilfe den Bauch eines Ochsen aufschlitzte, so schlitzten ungestüme Winde meinen Bauch auf. Nicht fühl ich mich, ehrwürdiger Sāriputto, wohler, es geht mir nicht besser, heftig nehmen die Schmerzen zu und nicht ab, man merkt, dass sie zunehmen und nicht nachlassen. So als ob zwei starke Männer einen schwächeren Mann packten und ihn über einer Grube voll heißer Kohlen rösteten, so gibt es ein heftiges Brennen in meinem Körper. Nicht fühl ich mich, ehrwürdiger Sāriputto, wohler, es geht mir nicht besser, heftig nehmen die Schmerzen zu und nicht ab, man merkt, dass sie zunehmen und nicht nachlassen. –*

*Da hast du denn, Hausvater, dich zu üben: „Nicht werde ich am Auge (mit dem innewohnenden Luger) ergreifend anhaften, und nicht wird mir die programmierte Wohlerfahrungssuche an das Auge (mit dem innewohnenden Luger) gebunden sein.“ So hast du dich, Hausvater, zu üben.*

*Da hast du denn, Hausvater, dich zu üben: „Nicht werde ich am Ohr (mit dem innewohnenden Lauscher) – an der Nase (mit dem innewohnenden Riecher) – an der Zunge (mit dem innewohnenden Schmecker) – am Körper (mit dem innewohnenden Taster) – am Geist (mit dem innewohnenden Denker) ergreifend anhaften, und nicht wird mir die programmierte Wohlerfahrungssuche daran gebunden sein.“ So hast du dich, Hausvater, zu üben.*

*Da hast du denn, Hausvater, dich zu üben: „Nicht werde ich an der Form – am Ton – am Duft – am Ge-*

*schmack – an der Tasting – am Gedanken ergreifend anhaften, und nicht wird mir die programmierte Wohlerfahrungssuche daran gebunden sein.“ So hast du dich, Hausvater, zu üben.*

*Da hast du denn, Hausvater, dich zu üben: „Nicht werde ich an der Luger-Erfahrung – Lauscher-Erfahrung – Riecher-Erfahrung – Schmecker-Erfahrung – Taster-Erfahrung – Denker-Erfahrung ergreifend anhaften, und nicht wird mir die programmierte Wohlerfahrungssuche daran gebunden sein.“ So hast du dich, Hausvater, zu üben.*

*Da hast du denn, Hausvater, dich zu üben: „Nicht werde ich an der Luger-Berührung – Lauscher-Berührung – Riecher-Berührung – Schmecker-Berührung – Taster-Berührung – Denker-Berührung ergreifend anhaften, und nicht wird mir die programmierte Wohlerfahrungssuche daran gebunden sein.“ So hast du dich, Hausvater, zu üben.*

*Da hast du denn, Hausvater, dich zu üben: „Nicht werde ich an dem durch Luger-Berührung – Lauscher-Berührung – Riecher-Berührung – Schmecker-Berührung – Taster-Berührung – Denker-Berührung bedingten Gefühl ergreifend anhaften, und nicht wird mir die programmierte Wohlerfahrungssuche daran gebunden sein.“ So hast du dich, Hausvater, zu üben.*

*Da hast du denn, Hausvater, dich zu üben: „Nicht werde ich an der Gewordenheit Festigkeit – Flüssigkeit – Hitze – Luft – Raum – Erfahrung ergreifend anhaften und nicht wird mir die programmierte Wohlerfahrungssuche an die Gewordenheit Festigkeit – Flüssigkeit – Hitze – Luft – Raum – Erfahrung gebunden sein.“ So hast du dich, Hausvater, zu üben.*

*Da hast du denn, Hausvater, dich zu üben: „Nicht werde ich an der Form – am Gefühl – an der Wahr-*

*nehmung – an der Aktivität – an der programmierten Wohlerfahrungssuche ergreifend anhaften, und nicht wird mir die programmierte Wohlerfahrungssuche an Form – Gefühl – Wahrnehmung – Aktivität – programmierte Wohlerfahrungssuche gebunden sein.“ So hast du dich, Hausvater, zu üben.*

*Da hast du denn, Hausvater, dich zu üben: „Nicht werde ich an der Vorstellung ‚Unendlich ist Raum‘ – ‚Unendlich ist Erfahrung‘ – ‚Nichtdasein‘ – ‚Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung‘ ergreifend anhaften, und nicht wird mir die programmierte Wohlerfahrungssuche an die Vorstellung ‚Unendlich ist Raum‘ – ‚Unendlich ist Erfahrung‘ – ‚Nichtdasein‘ – ‚Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung‘ gebunden sein.“ So hast du dich, Hausvater, zu üben.*

*Da hast du denn, Hausvater, dich zu üben: „Nicht dieser Welt – nicht jener Welt werde ich ergreifend anhaften, und nicht wird mir die programmierte Wohlerfahrungssuche an diese Welt – an jene Welt gebunden sein.“ So hast du dich, Hausvater, zu üben.*

*Da hast du denn, Hausvater, dich zu üben: „Nicht werde ich ergreifend anhaften an dem, was ich gesehen, gehört, gerochen, geschmeckt, getastet, gedacht habe, was ich angestrebt und mit dem Geist untersucht habe, und nicht wird mir die programmierte Wohlerfahrungssuche gebunden sein an das, was ich gesehen, gehört, gerochen, geschmeckt, getastet, gedacht habe, was ich angestrebt und mit dem Geist untersucht habe.“ So hast du dich, Hausvater, zu üben. –*

*Nach diesen Worten weinte der Hausvater Anāthapindiko und vergoss Tränen. Da wandte sich denn der ehrwürdige Ānando an Anāthapindiko, den Hausvater: Beruhige dich, Hausvater, beschwichtige dich, Hausvater! –*

*Ich kann mich, ehrwürdiger Ānando, nicht beruhigen, nicht beschwichtigen, hab ich doch lange Zeiten hindurch dem Meister aufgewartet und geistesmächtigen Mönchen und habe nie zuvor eine solche Lehrdarlegung gehört. –*

*Für weiß gekleidete Hausleute, Hausvater, ist eine solche Rede nicht einleuchtend genug, Mönchen jedoch, Hausvater, ist sie einleuchtend genug. –*

*Doch wird, ehrwürdiger Sāriputto, auch weiß gekleideten Hausleuten eine solche Rede klar genug sein. Es gibt ja, ehrwürdiger Sāriputto, Söhne aus gutem Haus mit wenig Staub auf den Augen, hören sie solche Lehre nicht, verlieren sie sich, sie werden sie verstehen. –*

*Als nun Anāthapindiko, der Hausvater, mit dieser Belehrung belehrt worden war, standen die ehrwürdigen Sāriputto und Ānando von ihren Sitzen auf und entfernten sich.*

*Bald aber, nachdem die ehrwürdigen Sāriputto und Ānando fortgegangen, starb Anāthapindiko, der Hausvater, und erschien nach Versagen des Körpers, nach dem Tode im Tusita-Bereich, im Bereich der Seligen Götter wieder.*

*Da nun ging Anāthapindiko, nun ein junger Gott von leuchtender Erscheinung, zu fortgeschrittener Nachtstunde zum Erhabenen, wobei er den ganzen Siegerwald erhellte. Nachdem er dem Erhabenen seinen Gruß dargebracht hatte, stand er zur Seite. Zur Seite stehend, sprach Anāthapindiko, der Göttersohn, den Erhabenen an:*

*Gesegnet ist der Jeta-Hain,  
in dem die Schar der Weisen wohnt,  
mit dem Kündler der Lehre voran,  
Verzückungsquelle für mich.  
Durch rechtes Wirken, Wissen, Lehre und*

*durch Tugend, höchste Lebensführung –  
ein Sterblicher wird dadurch rein,  
nicht durch Geburt, nicht durch Besitz.*

*Darum ein kluger, weiser Mann,  
der auf sein eigen Heil bedacht,  
die Lehr' erforscht bis auf den Grund.  
Auf diese Weise wird er rein.*

*Wie Sāriputto weisheitsvoll  
voll Tugend und tief inn'rem Fried'n,  
so wird ein Mönch, der an das and're Ufer kommt,  
damit des Höchsten teilhaftig.*

*So sprach Anāthapindiko, der Göttersohn, und der  
Meister billigte es. Da nun sprach Anāthapindiko, der  
Göttersohn: Der Meister hat mir zugestimmt –, begrüß-  
te den Erhabenen ehrerbietig, ging rechts herum und  
verschwand.*

*Als die Nacht zu Ende war, berichtete der Erhabene  
den Mönchen von dem Besuch der Gottheit.*

*Nach diesen Worten sagte der ehrwürdige Ānando  
zum Erhabenen: Gewiss, o Herr, muss jene Gottheit  
Anāthapindiko gewesen sein. Denn der Hausvater  
Anāthapindiko war vollkommen befriedet bei dem ehr-  
würdigen Sāriputto. –*

*Gut, gut, Ānando, du hast die richtige Schlussfolge-  
rung gezogen. Jener junge Göttersohn war Anāthapin-  
diko, niemand sonst. –*

*So sprach der Erhabene. Erhoben und beglückt war  
der ehrwürdige Ānando über das Wort des Erhabenen.*

Keine Furcht vor dem Tod, da befriedet  
beim Erwachten, bei der Lehre,  
bei den Heilsgängern und da tugendhaft

Viele Lehrreden des Buddha beginnen mit dem Satz: *Zu einer Zeit weilte der Erhabene zu Sāvatti, im Siegerwald, im Garten Anāthapindikos*. Anāthapindiko hat zur Zeit des Erwachten den Siegerwald, ein großes Waldstück, für viel Geld gekauft und darauf für den Orden ein großes Kloster gebaut. Er versorgte die Mönche mit allem Notwendigen und spendete täglich in seinem Haus einigen hundert Mönchen das Mittagmahl. Es heißt von ihm, dass er an der Spitze der Spender für den Orden steht. (A I,19)

Im Kanon sind außer in unserer Lehrrede noch zwei Fälle berichtet, in denen Anāthapindiko krank war und um den Besuch eines Mönchs bitten ließ. Das erste Mal kam Ānando zu ihm (S 55,27), das zweite Mal Sāriputto (S 55,26).

Ānando sagte zu ihm, der Unbelehrte habe Angst vor dem Tod und vor dem, was danach komme, weil er nicht vollkommene Klarheit und Befriedung beim Erwachten, bei der Lehre, bei der Gemeinschaft der Heilsgänger habe und weil er nicht die Tugenden besitze, die den Geheilten lieb sind. Anāthapindiko erwiderte, dass er keine Furcht vor dem Tod habe. Er sei vollkommen klar und befriedet beim Erwachten, bei der Lehre und bei der Schar der Heilsgänger, und von den Tugendregeln des Hausners wisse er keine, die er noch übertrete. Da lobte Ānando ihn und sagte, dass er damit ausgedrückt hätte, dass er die Frucht des Stromeintritts gewonnen habe, ein Heilsgänger sei.

Der Heilsgänger ist beim Erwachten und bei der von ihm verkündeten Heilslehre vollkommen befriedet, und wenn er den rechten Anblick gegenwärtig hat, fühlt er sich erlöst von der Aufgabe, für ein Ich sorgen und es verteidigen zu müssen, fühlt sich darum unverletzbar und unverwundbar. Er besitzt die dritte Gewissheit (M 48): Diese vollkommene Befriedung durch die Erfahrung von Unverwundbarkeit und Unverletz-

barkeit kann kein Asket oder Brahmane außerhalb der Heilswegweisung eines Erwachten erfahren, denn die Wegweisung des Erwachten ist die einzige, die das Ergreifen von allen Ergreifensmöglichkeiten als leidbringend aufzeigt, alle fünf Zusammenhäufungen als unbeständig und darum leidvoll und als nicht-ich erkennen lässt und den Weg zu ihrer Aufhebung weist.

Diese Gewissheit erfahren alle Nachfolger, welche durch die Unterweisungen des Erwachten ihre seelischen Vorgänge mit zunehmender Aufmerksamkeit beobachten und dadurch im Leben nach der Lehre in innerer Erfahrung die Bestätigung der beiden Grundaussagen des Erwachten gewonnen haben:

1. Die gesamten existentiellen Möglichkeiten von den gröbsten bis zu den feinsten sind immer nur durch die fünf Zusammenhäufungen gebildet, bestehen also aus Form, Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität und programmierter Wohlerfassungssuche.
2. Jede dieser fünf die Existenz komponierenden Erscheinungen besteht nur in Abhängigkeit von den jeweils anderen vieren; und jede wird durch die anderen gebildet, geschoben und auch wieder abgelöst, und hinter den fünf Zusammenhäufungen wirkt kein selbstständiger Wille, kein Ich oder Selbst, vielmehr besteht da nur ein seelenloses, sich gegenseitig bedingendes, schmerzliches Gedränge, welches nie aus sich selber, sondern immer nur durch die mit diesen beiden Einsichten erworbene Erkenntnis ihres Leidenscharakters aufgelöst werden kann.

Weil diese Erkenntnis beim Heilsgänger auf innerer Erfahrung beruht und durch fortschreitende Erfahrung nur immer bestätigt wird und weil der so Vorgehende bei sich eine fortschreitende Minderung von Mühsal, Leiden und Verletzbarkeit erfährt, so ist er sich vollständig klar darüber, dass der Lehrer dieser Lehre das Dasein in seiner wahren Natur durchschaut hat. Diese Gewissheit ist unzerstörbar, weil sie in der gesamten weiteren Entwicklung sich nur immer mehr bestätigt, darum „endgültige Klarheit und Befriedung“ ist.

Sāriputto sprach ebenfalls in diesem Sinne zu dem kranken Anāthapindiko (S 55,26), er habe im Gegensatz zu den Unbelehrten vollkommene Klarheit und Befriedung beim Erwachten, bei der Lehre, bei der Schar der Heilsgänger, und er halte die Tugendregeln ein:

*Wenn du diese vollkommene Klarheit und Befriedung beim Erwachten, bei der Lehre, bei der Schar der Heilsgänger und die Tugenden, die den Geheilten lieb sind, bei dir selber feststellst, dann werden die (Krankheits-)Gefühle auf der Stelle wieder beschwichtigt werden.*

Durch die stärkende Kraft dieser Betrachtung kam Anāthapindiko das große Glück wieder zum Bewusstsein, das er als Heilsgänger besaß, und durch diese beste seelische Medizin legte sich die Krankheit auf der Stelle. Er stand auf, lud Sāriputto zum Essen ein und führte mit ihm ein weiteres Lehrgespräch, an dessen Ende ihm Sāriputto drei Merkverse gab:

*Wer dem Vollendeten vertraut  
mit unwankbarer Festigkeit  
und wessen Tugend trefflich ist,  
geschätzt von Heil'gen und gelobt,*

*wer bei der Schar der Heilsgänger befriedet,  
wer einen graden Blick gewann,  
der leidet, sagt man, Armut nicht,  
der lebt sein Leben nicht umsonst.*

*Drum: an Vertrau'n und Tugend auch,  
befriedet klar die Lehre sehn,  
daran als Kluge haltet euch:  
das ist Erwachter Weisung Kern.*



Von allem, was einem lieb ist,  
muss man sich trennen (D 17)

In unserer Lehrrede (M 143) nun gibt Sāriputto in dem Wissen, dass er mit einem Stromeingetretenen spricht, der in Kürze den Leib ablegen, aber die Erinnerung an die Lehre nicht verlieren wird, eine geistige Reisezehrung nicht nur für die paar Stunden oder Tage, die Anāthapindiko noch im Körper ist, sondern hauptsächlich für die Zeit danach. Diese Belehrung, im Gedächtnis mit starker innerer Zustimmung eingeschrieben, nimmt Anā-thapindiko mit, in welcher Daseinsform er auch wiedergeboren wird, weil eben die ganze Person mit Wollen, Fühlen, Gedächtnis und Denken im Tod den Fleischleib verlässt.

Im Gegensatz zu dem modernen westlichen Menschen denken – oder dachten – die Asiaten viel stärker an das zukünftige Leben. Im Angesicht des Todes sind sie um eine gute Gemütsverfassung bemüht, um die Weichen für eine gute Wiedergeburt zu stellen. Darum bat Anāthapindiko um den Besuch Sāriputtos – den Erhabenen selber wollte er nicht bemühen –, weil er merkte, dass die Schmerzen so stark wurden, dass sie sein Denken gefangen nehmen wollten und er ja doch die Verantwortung spürte, sich auf den Übergang in rechter Weise vorzubereiten.

Der moderne westliche Mensch hat sich so sehr an die vordergründige sinnliche Wahrnehmung gewöhnt, dass er gefühlsmäßig – gewohnheitsmäßig – den Wegfall der sinnlichen Wahrnehmung als endgültigen Untergang ansieht. Das kann jemanden, der das Leben begehrt, wahnsinnig machen vor Angst und Entsetzen, so dass er ganz verstört wird und nicht mehr denken kann. Wenn man sich ein Leben lang an Falsches gewöhnt hat, dann kann man kurz vor dem Tod oder in der Sterbestunde kaum plötzlich zu tieferen Einsichten kommen. Nur derjenige, der schon früher über den Tod hinaus gedacht hat und dasjenige gepflegt hat, das den Tod überdauert, kann vor dem Tod den rechten Anblick festhalten und in bester

Gemütsverfassung klar bewusst in den nächsten Raum treten. Sind die letzten Gedanken voll Begehren, vielleicht sogar voll Hass gegen andere, dann beeinflussen diese Gedanken den Gang ins nächste Leben. Er wird von ähnlich gearteten Wesen angezogen.

Dieses weiß auch „Der Große Herrliche“, ein König, von dem der Erwachte berichtet (D 17). Seine Gattin ahnt sein bevorstehendes Sterben und möchte ihn zurückhalten, indem sie ihm alle seine Schätze aufzählt: seine Städte, Paläste, Menschen, Tiere, prunkvolle Wagen, Kleidung, erlesene Speisen. Sie sagt zu ihm: *Darauf richte dein Begehren, habe Freude am Leben, großer König.* Da antwortet ihr dieser König, der den wahren Wert der Dinge kennt: *Du hast mir in deinem ganzen Leben immer nur Freude gemacht, und jetzt in meiner Sterbestunde sagst du etwas, das mir unlieb ist.*– Und auf ihre Frage, was sie denn sagen solle, antwortet er: Sage doch, wie es der Wirklichkeit entspricht:

*Alles, o König, was einem lieb und angenehm ist, wird anders, trennt sich, verändert sich. Hänge, o König, nicht am Leben. Voll Leiden stirbt, wer am Leben hängt, nicht gut geheißten wird der Tod eines solchen. Du hast alle diese Schätze, gib das Verlangen nach ihnen auf, mögest du nicht nach dem Leben (in diesem Körper) verlangen. –*

Und es heißt: Weinend folgt die Gattin seinem Wunsch, zählt wieder alle Schätze des Königs auf und sagt jedes Mal:

*Alles, was einem lieb und angenehm ist, wird anders, trennt sich, verändert sich. Hänge, o König, nicht am Leben. Voll Leiden stirbt, wer am Leben hängt, nicht gut geheißten wird der Tod eines solchen. Gib das Verlangen nach den Schätzen auf, mögest du nicht nach dem Leben (in diesem Körper) verlangen. –*

Sehr oft auch will der Sterbende das Sterben nicht wahrhaben. Je mehr er sich an die Sinnendinge geklammert hat, sich im Leben Täuschungen hingegeben hat, um so mehr hat er sich angewöhnt, auf die innere Stimme nicht zu hören, auch wenn der Körper dem Tod nahe ist. Er ist bange, er macht sich Hoffnungen, lenkt sich ab. – Nicht so der Große Herrliche und nicht so Anāthapindiko. Anāthapindiko nimmt klar bewusst wahr, dass die starken Schmerzen zunehmen, nicht abnehmen. Er ist fähig, trotz der großen Schmerzen Aufträge zu geben, seine Situationen ausführlich zu schildern und aufmerksam der Lehrdarlegung zu folgen. Das allein zeigt, dass er fähig ist, seinen Geist, sein Gemüt vom Zustand des Körperlichen nicht beherrschen zu lassen. Schon früher hat er ja das Elend und die Bedingtheit der fünf Zusammenhäufungen gesehen, darum erwartet er kein Wohl von ihnen, sondern strebt an, von ihnen frei zu werden. Sein Geist kreist nicht so ausschließlich um den körperlichen Schmerz herum, dass er nicht fähig wäre, sich immer wieder von ihm frei zu machen in dem Gedanken: „Körper, Gefühl gehören mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst.“

*Mag auch mein Körper krank sein –  
das Herz soll mir gesund werden (S 22,1)*

Zu dieser Trennung von Körper und Geist/Herz rät der Erwachte einem anderen Nachfolger, dessen Körper alt und krank ist:

*So hab ich's vernommen. Einst weilte der Erhabene im Lande der Bhagger bei Sumsumāragiri im Bhesakalā-Hain beim Wildgehege. Da nun begab sich der Hausvater Nakula zum Erhabenen, begrüßte den Erhabenen ehrerbietig und setzte sich zur Seite.*

*Zur Seite sitzend, sprach Vater Nakula: Ich bin nun, o Herr, zu hohem Alter gekommen, gehe auf das Ende dieses*

*Lebens zu, bin körperlich gebrechlich und siech; nicht mehr lange werde ich den Erhabenen oder geistmächtige Mönche besuchen können. Möge mich doch, o Herr, der Erhabene beraten, möge mich der Erhabene anleiten, dass es mir lange Zeit zu Wohlfahrt und Segen dient. –*

*So ist es, Hausvater, ja, so ist es. Gebrechlich ist dieser Körper, zerbrechlich wie ein rohes Ei. Wer immer da einen solchen Körper herumträgt und behaupten wollte, er sei auch nur einen Augenblick frei von Gebrechen – was wäre das andere als Torheit.*

*Darum, Hausvater, übe dich hierin ein: „Mag auch mein Körper krank sein – das Herz soll mir gesund werden!“ In dieser Haltung, Hausvater, wolle dich üben. –*

*Von diesen Worten des Erhabenen beglückt und erhoben, stand Vater Nakula von seinem Sitz auf, begrüßte den Erhabenen ehrerbietig und begab sich dann zu dem ehrwürdigen Sāriputto, begrüßte ihn ehrerbietig und setzte sich seitwärts nieder.*

*Als Nakula zur Seite saß, sprach der ehrwürdige Sāriputto zu ihm: Du siehst so strahlend aus, Hausvater, deine Züge sind hell und heiter. Du hast wohl vom Erhabenen eine Unterweisung in der Wahrheit gehört? –*

*Wie sollte es anders sein, o Herr. Gerade bin ich vom Erhabenen durch eine Unterweisung mit dem Trank der Unsterblichkeit erquickt worden.–*

Das energetisch unsichtbare Herz (*citta*) ist ohne Anfang immer da, gleichviel ob mit grobem oder feinem Körper oder auch ohne Körper (in den Entrückungen und im formfreien Dasein). In dem Sinne sagt *Meister Ekkehart*:

*Die Kräfte, die zur Seele gehören, altern nicht;  
die Kräfte, die zum Leibe gehören,  
verschleißen und nehmen ab.*

Das Herz können wir bilden zu größerer Reinheit, zu seelischer Gesundheit, und damit werden wir auch von der Ge-

brechlichkeit des Körpers befreit. Einen anderen Weg, den gebrechlichen Körper zu überwinden, gibt es nicht. Denn solange das Herz seine jetzige Beschaffenheit von Gier, Hass, Blendung beibehält, so lange wird es auch nach jedem abgestorbenen Körper einen neuen anlegen. Darum rät der Erhabene dem Vater Nakula, dass er darauf achten solle, dass sein Herz ihm gesund werde. Dieses Wort des Buddha empfindet Vater Nakula geradezu als Abschluss und Krönung der vielen Belehrungen, die er im Lauf der Jahre durch den Erhabenen gewonnen hat. Es ist ihm wie ein Leitbild, das schon lange, ihm mehr oder weniger bewusst, über seinem Lebenswandel und seinem Streben stand.

Das Herz des normalen Menschen ist von Natur krank und d.h. befleckt mit Gier, Hass, Blendung. Es ist nicht in sich befriedet und still, sondern sucht außen Befriedigung. Dazu hat es sich einen gebrechlichen Körper geschaffen, der geboren wird, altert und stirbt. Und der Mensch ist in einem solchen Wahn, dass er meint, der sichtbare Körper aus Fleisch und Knochen sei „er selbst“, gehöre zu seinem eigentlichen Ich. Weil er das unsichtbare Herz, den Herd seines gesamten inneren Wollens, Vermeinens und Empfindens übersieht und darum auf den Körper und die durch ihn erlebte Welt zu setzen geneigt ist, so wird sein Herz immer kränker, verdunkelt und beschmutzt sich. Daraus wird die Qualität des Lebens weiterhin schmerzlich, dunkel, kalt und bitter mit entsprechenden Folgen nach dem Verlassen des Körpers.

Vater Nakula wusste es schon lange und dachte auch öfter daran: Der Mensch wird durch die Vernichtung des Körpers nicht vernichtet; sein Herz, seine Seele, ist das eigentliche Leben und ist nicht vom Körper abhängig, sondern der Körper von diesem Herzen.

Aber es ist nicht leicht, diese Wahrheit so im Auge zu behalten, dass man sich im Leben und Denken wirklich danach richtet. Denn alles, was wir wahrnehmen und erleben mit den Augen, den Ohren, der Nase, der Zunge und dem ganzen Körper als Tastwerkzeug, das sind immer nur die Körper anderer

Menschen und Tiere oder sind Dinge – die „äußere Welt“. Aber gerade den „Träger“ des Lebens, der sich nach dem Ablegen des Körpers erlebt, – den sieht man nicht. Und so kommt es, dass auch der belehrte Mensch seine ganz andere Orientierung öfter vergisst und sich an die Welt und den Körper immer wieder verliert.

In einer solchen Stimmung, bedrückt von den schwindenden Körperkräften, mag Vater Nakula zu dem Erhabenen gekommen sein, hoffend und schon wissend, dass der Erhabene ihn wieder „zurechtrücken“ werde. Und siehe, der Erwachte hat ihm mit den wenigen Worten wieder den richtigen Anblick vermittelt: *Mag auch mein Körper krank sein – das Herz soll mir gesund werden.* Diese Worte aus dem Mund des Erhabenen und in sein vorbereitetes Herz hinein haben bewirkt, dass er wieder „Höhenluft“ atmet, dass er wieder seine gesamte seelische Entwicklung ins Auge fasst und sich ihr ganz zuwendet und sich nicht von der vordergründigen sinnlichen Wahrnehmung einfangen lässt. So kann er zu Sāriputto sagen, dass er mit dem Trank der Unsterblichkeit erquickt worden sei.

*Das Herz soll mir gesund werden* – also frei von Gier, Hass, Blendung –, das ist das Leitbild, das auch hinter unserer Lehrrede (M 143) steht.

*Nicht werde ich am Auge, Ohr...  
mit den jeweiligen Trieben ergreifend anhaften,  
und nicht wird mir die programmierte  
Wohlerfahrungssuche daran gebunden sein*

Ergreifen geschieht überall da, wo man durch Wirken in Gedanken, Worten und Taten (4.Zusammenhäufung) dem aufgekomenen Drang nach Genießen oder aber Abweisen usw. ganz und gar folgt, das jeweils aufgekommene Gefühl also befriedigt. Der Erwachte sagt: *Bei den Gefühlen sich befriedigen, das ist Ergreifen.* (M 38)

Weil die Wesen den Körper mit seinen Sinnesorganen als Grundlage des Lebens nehmen, weil sie sich an den Körper als Wohlbeschaffer, als Befriediger ihrer körperlichen Wünsche, gewöhnt haben – das ist die Tätigkeit der programmierten Wohlerfahrungssuche –, darum sind sie entsetzt, wenn der Unbestand des Körpers für sie fühlbar wird, wenn Krankheiten oder Verletzungen oder das Alter das Funktionieren der Organe und Glieder behindern oder ganz unmöglich machen. Das Pāliwort für Alter (*jarā*) heißt wörtlich „besiegt werden“, nämlich von etwas, das stärker ist, vom Verfall. Den geliebten Leib, den der Mensch die ganze Lebenszeit mit größter Sorgfalt gehegt und gepflegt hat, wirft die Macht des Todes um, die gewaltigste Macht innerhalb der Welt. Das Werkzeug seiner Lust wird ihm innerhalb einer Sekunde entrissen, oder, noch schlimmer, er wird im Todeskampf zwischen Nicht-mehr-Leben und Noch-nicht-sterben-Können aufgerieben. *Alles verlassend muss man dann gehen (M 82)*, fort von dem, was einem lieb ist.

Geborenwerden, Altern, Krankheit und Tod, das sind die vier großen Feinde des Lebens, das eigentliche Übel der Existenz. Und: „Man“ stirbt unendlich oft. Unendliche Tode hat „man“ hinter sich, unendliche Tode vor „sich“.

Der Heilsgänger hat immer wieder den Gedanken vollzogen und fühlt es kurz vor dem Verlassen dieses Körpers hautnah: Unbeständig ist der Körper samt den Sinnesorganen und den jeweiligen Trieben.<sup>235</sup>

Das Unbeständige erzeugt Wehgefühl für den, der am Körper hängt. Da ist kein souveränes, lenkendes Ich, das den Verfall des Körpers aufhalten kann. *Was unbeständig, wehe, wandelbar ist, davon kann man nicht behaupten: ‚Das gehört mir, das bin ich, das ist mein Selbst.‘* Mit dieser Betrachtung setzt

---

<sup>235</sup> Beides zusammen, das Körperwerkzeug mit dem innewohnenden Drang zu sehen, zu hören usw. wird in Pāli mit „cakkhu“ und „sota“ bezeichnet. Der Körperteil allein mit „akkhi“ und „kanna“. Ebenso wird ein Unterschied gemacht zwischen den weiteren Körperwerkzeugen, wenn der Drang mitgemeint ist oder nur das Werkzeug gemeint ist.

man nicht mehr auf den Körper, rechnet nicht mit ihm als Wohlbringer, sieht ihn als von sich getrennten, automatischen Funktionsablauf, verlässt sich nicht auf ihn als Grundlage, sieht ihn nicht als lebendig an. So wird die Beziehung zu ihm als Leidensbringer aufgehoben. Ein solcher nüchterner Anblick macht froh, macht schon jetzt unverletzbar.

*Nicht werde ich an der Form, am Ton  
ergreifend anhaften, und nicht wird  
die programmierte Wohlerfahrungssuche  
daran gebunden sein –*

nicht an den sichtbaren Formen, hörbaren Tönen, riechbaren Düften, schmeckbaren Säften, tastbaren Körpern, denn die Suchtobjekte der Sinnesdränge bringen nicht das Wohl, das sie dem Begehrenden zu versprechen scheinen. Der Erwachte hat dem Nachfolger mit sieben Gleichnissen (M 54) Bilder gegeben, durch deren Betrachtung er zu dem wirklichkeitsgemäßen Verständnis der Sinnendinge, der Formen, kommt. Und mit diesem Verständnis, mit diesem Anblick, wenn er ihn gegenwärtig hat, kann er Formen, Töne usw. nicht positiv bewerten, Wohl aus ihnen beziehen wollen, kurz, sie ergreifen, weil er in ihnen Gefahr sieht, kann sie nicht mehr mit der programmierten Wohlerfahrungssuche umkreisen, kann sich nicht mit dem Denken an sie binden.

Der Erwachte hat immer wieder die gesamten Sinneserscheinungen, das heißt überhaupt unser Erleben einer Außenwelt mit allem, was sie bietet in Makrokosmos und in Mikrokosmos, nicht nur als unbeständig (*anicca*) bezeichnet, sondern auch als trügerisch (*tuccha*), als täuschend (*musa*), als Einbildung (*mogha-dhamma*), ja, als ein Blendwerk (*māyā kata*). (M 106) Wer schon öfter bei sich beobachtet hat, dass er ja tatsächlich immer nur von Bewusstgewordenem, Wahrgenommenem, lebt, nie über sein Bewusstsein hinaus in „die eigentliche“ Welt, in „die Welt an sich“ treten kann, sondern immer nur vom Erlebnis, von der Wahrnehmung, vom Be-



wusstsein von Dingen lebt, der kommt von daher immer mehr zu der Einsicht, dass er mit einer wahren und wirklichen Außenwelt nie irgendetwas zu tun hat, sondern immer nur mit Erlebnissen, ganz wie im Traum. Darum sagt der Erwachte, dass wir durch die Außenerlebnisse genarrt werden, wie ein Träumer genarrt wird.

Diese Betrachtungsweise der Sinnendinge setzt voraus, dass man zunächst durch tugendlichen Lebenswandel zu innerer Helligkeit gekommen ist, die den Übenden eine Unabhängigkeit von der Welt hat erfahren lassen. Dann erst stößt man zu dem Verständnis für das Elend der Sinnendinge vor und kann sie zur Zeit dieser Betrachtung nicht ergreifen, die programmierte Wohlerfahrungssuche, das automatisch ablaufende Denken, nicht um die Wohlbeschaffung herumkreisen lassen. Bei der Betrachtung der wahren Beschaffenheit der Dinge kann nur Scham aufkommen, dass man je solchen Schemen verfallen konnte.

*Nicht werde ich an der Luger-Erfahrung,  
Luger-Berührung...Denker-Berührung  
ergreifend anhaften und nicht wird die  
programmierte Wohlerfahrungssuche  
daran gebunden sein*

Mit „Luger, Lauscher, Riecher, Schmecker, Taster, Denker“ sind die sechs dem Körper innewohnenden Hungerleider gemeint, die Sinnesdränge, deren Anliegen jeden Augenblick wechseln, deren Richtung und Stärke dauernd durch gedankliches positives und negatives Bewerten geändert wird. Die Sinnesdränge haben sich als Anziehungen und Abstoßungen im Körper manifestiert, dadurch erst ist der Körper empfindlich.

Mit „Erfahrung“ ist hier noch nicht die Erfahrung des Geistes, „unsere“ Erfahrung gemeint, sondern nur eine Teilerfahrung (*viññāna-bhāga*), die Erfahrung des jeweiligen Triebs, des Lugers, Lauschers usw.: Wenn eine äußere Form an das

körperliche Auge kommt, dann wird die im Auge wohnende Sucht nach Sehen ernährt/berührt und erfährt: „*Wohl tut das*“ oder „*weh tut das*“ oder „*weder weh noch wohl tut das*“ (d.h. es ist den Trieben gleichgültig).

Die Ernährung des Lugers mit Formen (des Lauschers mit Tönen usw.), wodurch er diese „erfährt“ (*viññāna*), ist die „Berührung“ (*phassa*) des Verlangens im Luger seitens der als außen erfahrenen Formen.

Dem normalen Menschen, der auf die Sinneseindrücke aus ist, fehlt es nicht an der geistigen Hinwendung, die die Ernährung, die Berührung, der Triebe erzwingt, es sei denn, seine Aufmerksamkeit richtet sich nicht auf das gerade den Sinnen Begegnende.

Was also erfahren wird, das wird vorwiegend bestimmt von dem „Interesse“ der inneren Dränge, der Sinnensucht, und der dadurch bedingten Aufmerksamkeit. Die Sinnesdränge des normalen Menschen lugen und lauschen und lungern ununterbrochen in die Welt hinein und erfahren in einem ununterbrochenen Prasselhagel von immer wieder neuen Berührungen/Erfahrungen, was an als „außen“ erlebten Objekten erreichbar ist. Diese Tätigkeit geschieht mit einer nicht zu nennenden Geschwindigkeit. Eine Berührung/Erfahrung folgt der anderen, eine Berührung/Erfahrung löst die andere ab.

Der Mensch ist daran gewöhnt, dass die Augen immer Formen sehen, die Ohren immer etwas hören usw., ununterbrochen geschehen Eindrücke. Die Gewöhnung an diese automatische Rezeption ist bei vielen so groß, dass sie ihre Persönlichkeit zu verlieren fürchten, wenn dieser Strom stark reduziert wird. Aber diese Erfahrungen in ihrer rasanten Aufeinanderfolge können bei genauer Betrachtung nicht als Persönlichkeit, nicht als Ich gelten. Sie sind ein endloser, ständig wechselnder Strom, den der Erleber nicht willentlich und autonom lenken kann. Wegen der dem Körper innewohnenden Triebe werden ständig Außenformen an die Triebe im Körper herangebracht, so dass diese ernährt/berührt und erfahren werden. Berührung, Erfahrung der Triebe, zu denen auch das As-

soziieren, Benennen im Geist gehört, bilden einen ständigen Prasselhagel von immer Neuem, der vom Erwachten als Bisse, Stiche von Insektenschwärmen, als Schwertererschläge, bezeichnet wird. Diese Gleichnisse zeigen zum einen, wie ein Stich, ein Schlag dem anderen folgt, zum anderen die Leidhaftigkeit des Getroffenwerdens der Triebe.

Die Berührung/Erfahrung der Triebe ist ein passiver Vorgang, den wir nicht vermeiden können. Aber wir können in dem Wissen, dass es die Triebe sind, die berührt werden, vorbeugend durch heilsame Betrachtungen die Triebe etwas in den Hintergrund treten lassen, in die Latenz drängen mit dem Vorsatz: „Der innere Drache soll durch die Berührung mit den Sinnendingen nicht geweckt werden.“ Der Übende ruft sich mit großer Aufmerksamkeit gehörte und erkannte Wahrheiten ins Gedächtnis, dann bleibt die Berührung aus oder kommt nur schwach in den Geist, wird nur schwach wahrgenommen. Es ist ein Unterschied, ob ein vierzehnjähriges Kind lebenshungrig in die Welt hinausgeht und schaut, was es erleben kann – die Triebe fiebern in den Sinnesorganen, um nur alles aufzunehmen, und abends ist es müde von den vielen Eindrücken – oder ob ein Mensch, gewarnt und gemahnt durch die Religion, zwar sieht und hört, aber sein Geist hauptsächlich beschäftigt ist mit Gedanken über wahrheitsgemäße Anblicke. Die Berührungen der Triebe werden dann nur schwach erfahren, lösen kaum Gefühl aus.

*Nicht werde ich an dem durch Luger-  
Berührung, Lauscher- – Denker-Berührung  
bedingten Gefühl ergreifend anhaften, und  
nicht wird die programmierte  
Wohlfahrtssuche daran gebunden sein*

Die Triebe, welche den Sinneswerkzeugen und dem ganzen Körper so innewohnen wie der Magnetismus dem Magnetstein, das Öl dem Docht einer Öllampe, werden von den zum Außen gezählten Formen berührt und antworten mit Gefühl.

Wenn die vom Luger erfahrene Form dem Anliegen entspricht, so entsteht ein Wohlgefühl, wenn die Form dem Anliegen widerspricht, so entsteht Wehgefühl. Wenn die Form dem Anliegen nur ganz schwach entspricht oder widerspricht, dann entsteht ein Weder-Weh-noch-Wohlgefühl.

Gefühle entstehen bei den verschiedenartigsten Sinneseindrücken als Resonanz der Triebe auf die Berührungen des Triebkörpers durch die erfahrenen Formen und werden durch immer wieder neue Gefühle, die aus neuen Berührungen von zu sich gezählter Form mit als außen erfahrener Form hervorgehen, abgelöst oder unterbrochen. Für die Dauer des Zusammentreffens ist Gefühl; hört aber die Berührung auf, ist dasjenige Gefühl nicht mehr. Da aber in jedem Augenblick durch neue Berührungen neue Gefühle entstehen, so ist eben immer Gefühl, und darum fasst man Gefühl als zu einem Ich gehörig, als etwas selbstständig Bestehendes auf. Aber Gefühl ist nichts Selbstständiges, sondern nur eine Resonanz der Triebe.

Wer dies so sieht, kann die Gefühle – wohl oder wehe – nicht mehr wichtig nehmen. Er registriert die Gefühle als Resonanz der noch bestehenden Triebe, aber er ergreift sie im Augenblick der Betrachtung nicht, wird nicht von ihnen hin und her gerissen zwischen „himmelhoch jauchzend und zu Tode betrübt“, das automatisch ablaufende Denken, die programmierte Wohlerfassungssuche, kreist nicht um die Gefühle. Wird dieser Anblick immer wieder gepflegt, so nehmen die Triebe ab und damit die Gefühle und damit das Ergreifen.

*Nicht werde ich an der Gewordenheit  
Festigkeit, Flüssigkeit, Hitze, Luft,  
an Raum und an Erfahrung  
ergreifend anhaften, und nicht wird  
die programmierte Wohlerfassungssuche  
daran gebunden sein*

Der Erwachte sagt (M 109):

*Was ist der Grund, was ist die Bedingung für das Offenbarwerden der Form? Die vier großen Gewordenheiten.*

Wenn etwas fest, flüssig ist, Temperatur und Luft hat, dann muss man von *rūpa*, Form, Erscheinung, Gestalt, Materie, Physischem sprechen.

Das Pāliwort für die vier großen Gewordenheiten – *mahā bhūta* – setzt sich zusammen aus *mahā*=groß und *bhūta*=geworden, erzeugt. *Bhūta* ist Partizip von *bhavati* und hängt zusammen mit *bhāveti*, erzeugen, kultivieren, entwickeln. *Bhūta* ist das Geschaffene, Erzeugte, ist unsere Schöpfung. Der Erwachte zeigt mit seiner gesamten Lehre: Da ist nicht eine „Welt da draußen“, eine „objektive Welt“, deren Festigkeit, Flüssigkeit, Hitze und Luft ein souveränes Individuum, ein „Ich“ betrachtet und deren Töne es hört, die die Ursache für sein Erleben seien. Vielmehr kommt nur der Eindruck auf, als ob mit „eigenen Augen“ die Formen „der Welt“, mit „eigenen Ohren“ die Töne „der Welt“ wahrgenommen würden. In Wirklichkeit ist es aber ganz so wie im Traum. Es besteht zwar der Eindruck, ein Ich sehe äußere Formen, höre äußere Töne, aber hinter diesem gesamten geistigen Eindruck steht nicht eine vom erlebten „Erleber“ unabhängige Welt, aus welcher die Eindrücke kämen, sondern das, was der Erwachte im Bedingungs-zusammenhang *bhava* nennt, was allgemein mit „Werden“ oder „Dasein“ übersetzt wird: die Gesamtheit des von uns Gewirkten, das Schaffsal. Nur dieses ist die Quelle unserer jeweiligen Erlebnisse. Wir betrachten die herantretenden Begegnungswahrnehmungen, als ob wir etwas Neues in der Welt sähen, als ob wir etwas Neues in der Welt hörten, röchen, schmeckten, tasteten, bedächten. Aber der Erwachte sagt von diesem Vorgang: „Maler Herz malt.“ In Wirklichkeit ist nicht eine Welt gegenüber einem Ich oder ein Ich gegenüber einer Welt, vielmehr besteht eine fest gesponnene Verbindung zwischen dem Wirken des Täters und dem ihn umgebenden Gewirkten, wobei dieses Gewirkte als Illusion der Begegnungswahrnehmungen an ihn wieder herantritt.

Es gibt Welten mit sanfter Begegnung zwischen den Lebewesen (z.B. die Leuchtenden) ohne harte Begegnung, und dort wird keine feste Form, kein Wasser erlebt. In der Sinnensucht-Welt werden alle vier Gewordenheiten erlebt. Wir erleben, dass uns manche Dinge, z.B. ein Autounfall, hart treffen, und wir erleben, dass uns Menschen mit Gedanken, Worten und Gesichtszügen freundlich oder hart begegnen. Wenn die seelisch harte Begegnung und Reaktion von unserer Seite immer mehr aufgegeben wird, dann erscheint im nächsten Leben auch nicht mehr Festigkeit in der Wahrnehmung. Durch den radikalen Abbau jeder harten Begegnung wird auch die als Außen erlebte Härte abgebaut. So gibt es Daseinsformen, in denen Hartes gar nicht mehr erscheint. Die Wesen erleben sich als brahmisch, rein von Sinnensucht und Antipathie bis Hass, nur in Liebe, Erbarmen, Freude, Gleichmut strahlend. Anders als die Wesen der Sinnensuchtwelt, die auf äußere Sinneseindrücke angewiesen sind und Nahrung von außen bekommen müssen, leben die Leuchtenden Gottheiten vorwiegend von dem Wohl ihrer Eigenhelligkeit. Sie haben sich früher durch die Entwicklung von Verständnis und Mitempfinden mit allen Wesen, auch mit den erbärmlichsten und abstoßendsten, zu innerer Hochherzigkeit und Güte entwickelt und haben von daher ein so beglückendes, erhabenes Grundgefühl, wie es sinnensüchtige Menschen durch keine äußeren Eindrücke gewinnen können. So heißt es in D 27:

*Die Leuchtenden bestehen geistig, ernähren sich von geistiger Beglückung bis Entzückung (pīti) und ziehen selbstleuchtend ihre Bahn im Himmelsraum, bestehen in herrlichem Glanz und überdauern lange, lange Zeiten.*

Später heißt es: Die Leuchtenden sinken ab in die Brahmawelt. Immer noch sind sie selbstleuchtend. Aber sie erfahren jetzt mehr Gewordenheiten:

*Einzig Wasser geworden aber ist es zu jener Zeit, tiefdunkel, tiefdunkle Finsternis; es gibt weder Sonne noch Mond noch Gestirne, weder Tag noch Nacht, weder Wochen- noch Mo-*

*natszeiten, keine Jahreszeiten und Jahre; es gibt weder Frau noch Mann: die Wesen sind eben nur Wesen.*

*Dann hat sich im Verlaufe langer Wandlungen auf dem Wasser eine Erdhaut ausgebreitet. Da hat eines der Wesen, lüstern geworden: „Sieh da, was mag das nur sein?“ von der Erdhaut fingernd gekostet. So von der Erdhaut kostend, empfand es Behagen. Durst war ihm entstanden. Noch andere der Wesen sind dem Beispiel dieses Wesens nachgefolgt und haben die Erdhaut fingernd gekostet. So von der Erdhaut kostend, empfanden sie Behagen, Durst war ihnen entstanden. Da haben nun die Wesen begonnen, die Erdhaut mit Händen aufzunehmen, um sie zu genießen. Sobald aber die Wesen begannen, die Erdhaut mit Händen aufzunehmen, um sie zu genießen, da war ihnen auch schon das Selbstleuchten verschwunden. Als ihnen das Selbstleuchten verschwunden war, da sind Sonne und Mond erschienen; da sind Sterne und Planeten aufgegangen; da ist Tag und Nacht erschienen, da sind Wochen- und Monatszeiten, Jahreszeiten und Jahre geworden. So weit war damit wiederum Welt ausgebreitet.*

In seiner ganzen Lehre zeigt der Erwachte, dass „Welt“ aus Wahrnehmung, aus Erleben besteht, ein Traumgespinnst ist, hinter dem keine „objektive Materie“, keine „Substanz“ steht, sondern Wahn-Wahrnehmung. Und er zeigt weiter, dass die Gesetze, die dieses Geschehen beherrschen, keine „Naturgesetze“ sind, sondern psychische Gesetzmäßigkeiten der Wahntraumentwicklung. Wenn ich Vielfalt denke, erscheint Vielfalt. Wenn ich Vielfalt mit Egoismus, Verweigern und Entreißen gedacht habe, erscheint Vielfalt mit Egoismus, Verweigern und Entreißen. Wenn ich Vielfalt mit Altruismus gedacht habe, erscheint Vielfalt mit altruistischen Wesen.

Solange ich Vielfalt annehme, glaube, wird immer weiter Vielfalt geschaffen. Wenn wir die Anschauung gewinnen: Vielfaltsglaube erwächst nur aus dem Ergreifen einzelner Erscheinungen, dann beginnen wir, gröbere Bezüge zu den Erscheinungen zu mindern, und merken, dass die ganze Erschei-

nung entsprechend heller wird. Es ist, wie wenn man eine lichte Farbe ins Ölgemälde gibt – das ganze Bild wird heller. Maler Herz malt eine hellere Vielfalt.

Fünf Hauptbezüge des Herzens malen die Ich- und Welter-scheinung:

1. Schadenwollen, feindliche Gegenwendung, Entreißen,
2. Antipathie bis Hass, Verweigern,
3. Begehren nach Sinnendingen,
4. Begehren nach Form,
5. Begehren nach Nichtform.

Wer die Tugendregeln hält, achtet im Ganzen mehr auf die Bedürfnisse anderer, dringt nicht in die Interessensphäre anderer ein. Er erlebt nach dem Tod himmlische Welt, das Wohl der Götter der Dreiunddreißig (D 23) – zwei Bereiche über dem Menschentum. Wird das Herz direkt von Herzensbefleckungen geläutert, dann hat der Übende Wesensverwandtschaft zu den Still-Zufriedenen (*Tusita*-)Göttern erworben mit wenig Bedürfnissen an Welt und Vielfalt, vier Stufen über dem Menschentum (D 23). Ihnen erscheint der Menschenbereich mit übler Gesinnung und Rücksichtslosigkeit, mit entreibendem und verweigerndem Reden und Handeln so grob und stinkend, wie wenn Menschen in eine Jauchegrube gefallen wären.

Wenn die Anschauung gewonnen wird, dass die Haltung unterschiedsloser Liebe zu allen Wesen der Weg zum Heil ist und unterschiedslose Liebe entwickelt wird, dann tritt das Begehren nach Sinnendingen zurück, und der Übende erlebt sich und andere als Brahmawesen. Die Festigkeit, das Harte, ist aus der Form herausgenommen. Wird Egoismus, Trennung zwischen Ich und Du noch weiter gemindert, dann wird auch nicht mehr ein Gegenüber von Wasser wahrgenommen: Die Leuchtenden kreisen im Raum, sehen kein Wasser unter sich, erleben von den vier Großen Gewordenheiten nur noch zwei: Licht (ihr Leuchten) und Luft. Nicht die Welt liefert Erleben, nicht eine daseiende Welt wird erlebt, sondern weil das Herz



Bedürfnis nach Vielfalt oder Einfalt hat, darum wird Vielfalt oder Einfalt erlebt.

Wenn es Form an sich gäbe, dann müssten wir die Formwelt verlassen, um in die Nichtformwelt zu kommen. Aber wir verlassen keine Formwelt, sondern wir radieren die Erscheinung Form aus. Wir malen nicht mehr Form, wir lösen den Bezug zu Form.

Mit den vier Großen Gewordenheiten untrennbar verbunden ist „Raum“ und „Erfahrung“, wobei die Erfahrung als Geist-Erfahrung eine übergeordnete Stellung innehat. Die geistige Erfahrung, das Denken, die Vorstellung lässt Formen, Gegenstände erscheinen, die einen Raum benötigen. Raum ist der untrennbare Begleitbegriff zu dem Begriff „körperlicher Gegenstand“. „Raum“ ist wie „Gegenstand“ nur Wahrnehmungsinhalt, erdacht, eronnen, ausgesponnen, eingebildet. Wo Form-, Ton-, Duft-, Geschmack-, Tast-Wahrnehmungen sind, da wird auf Gegenstände geschlossen, auf Substanzen. Es wird die Gewohnheit geschaffen, an Substanzen zu denken, über Gegenstände nachzudenken, sich der Gegenstände zu erfreuen, es wird die irrige Gewohnheit „Form, Gegenstand“ geschaffen, obwohl nur Wahrnehmung von Form, Gegenstand besteht, und aus ihr wird die irrige Auffassung von Raum, der die Gegenstände enthält, geboren und erdacht und wird immer mehr ausgebaut und immer mehr befestigt. So entsteht die Wahnvorstellung von Form und Raum.

Darum wird in den Lehrreden des Buddha davon berichtet (z.B. M 121), dass der Mönch, der ja allem Wahn entrinnen will, sich erst der Gedanken an alle Dinge, sich des Bedenkens aller Gegenstände, wie Formen und Töne usw., entwöhnt. In der Einsamkeit entlässt er zuerst den Gedanken „Dorf“ aus der Wahrnehmung und damit den Gedanken an alles, was mit Dorf und Stadt und Haus zusammenhängt, an alle Geräusche, alle Stimmen, alle Vielfalt der Formen, alle Menschen, an alles. Und um den Gedanken „Dorf“ mit seiner Vielfalt, mit seiner Wahn befestigenden Mannigfaltigkeit entlassen zu können, hegt er den Gedanken „Wald“. Er stellt sich den stillen,

dunklen Wald vor, nicht Einzelheiten, sondern die stille Gesamtheit „Wald“, er gewöhnt seinen Geist an diese Vorstellung und entwöhnt ihn damit all der im Laufe der vielen Jahre des Hauslebens angewöhnten Vorstellungen. Er erreicht es nach und nach, dass sich ihm bei dem Gedanken und der Vorstellung „Wald“ das Herz erhebt und still und ruhig wird und alle Sucht nach Dorf und Haus und Stadt vergeht.

Wenn es dem Mönch gelungen ist, Vorstellungen, die mit Dorf und Stadt und Haus verbunden sind, durch den Gedanken „Wald“ abzustößen und zu vergessen, dann nimmt er die Vorstellung von der großen runden Erde in sich auf. Er sieht dabei von allen Wiesen und Wäldern, von Bergen und Tälern, von Flüssen und Meeren ab, er hält nur an der Vorstellung von der großen Erde fest, der unermesslich großen, stillen Form – mit dieser Vorstellung entlässt er dann die kleinere Vorstellung „Wald“, und wenn ihm das in ernsthafter Übung nach und nach gelungen ist, wenn sich ihm bei der Vorstellung „Erde“ das Herz erhebt und beruhigt, wenn er die Vorstellung „Wald“ damit ganz überwunden hat – dann gedenkt er der Unbegrenztheit, der Unräumlichkeit und entlässt in der Vorstellung dieses Gedankens auch die Vorstellung von der unermesslichen Erde, entlässt die letzte Spur von Raum und Form. Die programmierte Wohlerfahrungssuche ist nicht mehr daran gebunden. So wird er immer ärmer an diesen täuschenden Inhalten, wird immer stiller. Immer mehr mindert sich die Wahnvorstellung, mindert er Wahn und Irrtum, und immer mehr wächst er zur Wirklichkeit.

*Nicht werde ich an Form – Gefühl –  
Wahrnehmung – Aktivität – programmierter  
Wohlerfahrungssuche ergreifend anhaften  
und nicht wird die programmierte  
Wohlerfahrungssuche daran gebunden sein*

Der Erwachte sagt (M 149): *Wer den Sinnendingen nachgeht,  
sich von ihnen verlocken lässt, dem Durst folgt, dem häufen*

*sich die fünf Ergreifens-Haufen (Zusammenhäufungen) immer mehr auf, und er erfährt Leiden. Wer den Sinnendingen nicht nachgeht, sich nicht von ihnen verlocken lässt, dem Durst nicht folgt, dem schichten sich die Ergreifens-Haufen immer mehr ab, und er erfährt Wohl.*

Wie der Körper, die zu sich gezählte Form, ist auch die als außen erfahrene Form durch vielfältiges Ergreifen in den Daseinsstrom hineingewirkt worden. Formen, Töne, Düfte, Säfte, Tastbares sind durch positive Bewertung und somit durch ergreifendes Wirken angehäuft worden. Sie bestehen nicht unabhängig für sich, sondern sind *eine Illusion von Begegnungswahrnehmungen*, wie der Erwachte sagt (M 18):

*Dadurch dass durch Bedenken etwas gegenübergestellt wird, wird die Illusion einer gespaltenen Begegnungswahrnehmung erzeugt: das Auge mit dem innewohnenden Luger usw., an den erfahrbare Formen usw. als vergangen, zukünftig, gegenwärtig herantreten.*

Gefühl, die zweite Zusammenhäufung, ist die Sprache der Triebe, die von dem als außen Erfahrenen berührt werden. Gefühl ist also bedingt entstanden, durch die Triebe, wird zu einer ständig wechselnden Gefühlsanhäufung, je nach Berührung der Triebe mit dem Außen.

Der Erwachte nennt die dritte Zusammenhäufung Wahrnehmung immer in enger Verbindung mit Gefühl: *Was man fühlt, das nimmt man wahr*. Wahrnehmung ist die Eintragung von Form und Gefühl in den Geist. Das Wissen im Geist ist ein doppeltes Wissen/Wahrnehmen/Bewusstsein: Das Wissen um eine Form und ob sie angenehm oder unangenehm ist. Der Geist erfährt jetzt das gefühlsbesetzte Objekt, das er in der Regel für die Ursache des Gefühls hält. Die Wahrnehmung des normalen Menschen ist nie neutral, sondern enthält stets die durch Berührung der Triebe bedingte Gefühlsresonanz. So ist also auch die Wahrnehmung etwas bedingt Entstandenes, abhängig von der Berührung der Triebe und in ständigem Fluss.

Der Erwachte bezeichnet Gefühl und Wahrnehmung als die Bewegtheit des Herzens. Obwohl Erleben ein ununterbrochenes Selbsterzeugen ist, ein Erzeugen durch die Triebe, haben wir dennoch die fixe Idee, die Wahnvorstellung, als ob wir unsere Erlebnisse von einer an sich vorhandenen Außenwelt ablösen, als ob die sinnliche Wahrnehmung ein Hereinholen von Formen, Tönen, Düften, Schmeck- und Tastbarem aus einer unabhängig von uns bestehenden Außenwelt wäre. Diesen Wahnsinn, diese fixe Idee nennt der Erwachte *avijjā*, Wahn. Der Buddha vergleicht die Wahrnehmung mit einer Luftspiegelung, einer Fata Morgana. So wie die Luftspiegelung, so täuscht die Wahrnehmung eine reale, unabhängig vom Erleber bestehende, in sich fest gegründete Welt vor. In Wirklichkeit ist sie eine mehrfache Täuschung: Zum einen durch die jetzige Gefühlszugabe, zum anderen durch das Herankommen der Ernte aus früherem Wirken. Der Mensch erlebt nicht die ankommende Ernte, so wie sie irgendwann gewirkt worden ist, sondern erst, nachdem die jetzt angesprochenen Triebe ihr verzerrendes Urteil gesprochen haben. Die Stärke des Gefühls und damit der Wahrnehmung hängt ab von der Stärke der Triebe und nur zum geringsten Teil von dem, was als Ernte von einst Gewirktem herankommt. Was man stark fühlt, das nimmt man stark wahr. Was man aber schwach fühlt, das nimmt man auch nur schwach wahr.

Die Luftspiegelung, die eine ferne Oase vorgaukelt, besteht aus Lichtreflexen in der Luft, ist leer und kernlos, ohne Substanz, obwohl sie den Eindruck von festen Gegenständen macht. Und so besteht auch die Wahrnehmung nur als Projektion unseres Herzens und unseres Wirkens, ist gewirkt, angehäuft durch Ergreifen.

Die Aktivität im Denken, Reden und Handeln besteht nur als Reaktion auf die Wahrnehmung. Der Erwachte sagt: *Was wahrgenommen, bewusst wird, darüber wird im Geist nachgedacht. (M 18) und Man geht mit dem Denken die erfreulich bestehende Form, Ton usw. an, die unerfreulich oder gleichgültig bestehende Form, Ton usw. (M 140)* Der Geist, das Ge-

dächtnis, ist das Notizbuch der gefühlsbesetzten Wahrnehmungen. Der Aufbau des Geistes ist bedingt durch die selbst geschaffene innere Struktur und das äußere einst selbst gewirkte Angebot. Er ist nicht etwas von vornherein Gegebenes, Autonomes, das die Menschen führt, sondern ist ein Notizbuch der Erfahrungen. Kein Mensch kann etwas denken, das nicht im Geist eingetragen wurde. Und wie es hereingekommen ist – mit starkem oder schwachem Gefühl –, so intensiv oder schwach muss es bedacht werden.

Der sich nicht beobachtende Mensch folgt automatisch der gefühlsbesetzten Wahrnehmung. Erlebt er: „Das ist angenehm“, dann reagiert er mit freundlichen Worten, entgegenkommendem Handeln und Verhalten. Erlebt er: „Das ist unangenehm“, dann reagiert er mit unfreundlichen Worten, abweisendem Handeln und Verhalten. So ist auch die Aktivität der Wesen keine für sich bestehende Daseinskomponente, sondern abhängig von den anderen Faktoren, ist etwas bedingt Entstandenes, immer wieder neu Angehäuftes, Geschaffenes, Gewirktes.

Die Aktivität im Denken, Reden und Handeln, um zu triebbefriedigendem Wohl zu gelangen (4.Zusammenhäufung), geschieht beim erwachsenen Menschen zumeist in fest assoziierten Programmen (5.Zusammenhäufung), um entsprechend den eingeschriebenen Daten Wohl zu erfahren und Wehe zu vermeiden. Diese programmierte Wohlerfahrungssuche wird entsprechend den neu dazu kommenden Erfahrungen des Geistes ständig umprogrammiert, ständig neu eingestellt auf Grund der jeweils sich meldenden Triebe und der Datensammlung des Geistes. So ist auch die programmierte Wohlerfahrungssuche keine für sich bestehende Daseinskomponente, sondern eine Anhäufung von ständig sich ändernden Programmen.

Wenn es keine Triebe, keine Gier, keine Sehnsucht nach bestimmten Formen, bestimmten Gefühlen, bestimmten Wahrnehmungen, bestimmten Aktivitäten, nach bestimmter programmierter Wohlerfahrungssuche gäbe, dann würde es diese fünf Zusammenhäufungen nicht geben. Die Gier, die Triebe,

wohnen als sechs auf Berührung gespannte Süchte in der zu sich gezählten Form, im Körper. Sie sind die Ursache für Ergreifen. Und *Ergreifen gibt es nur im Rahmen der fünf Ergreifens-Häufungen (Zusammenhäufungen)*, antwortet der Erwachte auf die Frage eines Mönches. *Wenn der Wunsch nach Gierbefriedigung (chanda-rāga) bei den fünf Ergreifenshäufungen aufsteigt, dann kommt es zum Ergreifen. (M 109)*

Was die Triebe irgendwann als angenehm erfahren haben (Wohlgefühl), das wollen sie gern wieder erleben. Je stärker das Wohlgefühl war, um so stärker ist der Wunsch, der im Geist gespürte Drang, der Durst, nach Wiederholung des Erlebnisses. Insofern ist der Durst, der Wunsch nach Gefühlsbefriedigung, ganz und gar abhängig von den vorher erlebten Gefühlen. Und die Gefühlsbefriedigung selber ist das Ergreifen im Denken, Reden und Handeln. Wenn wir dem triebbedingten Fühlen folgen, indem wir das Angenehme mit entsprechendem Denken, Reden und Handeln annehmen, das Unangenehme abweisen – dann haben wir damit unser Gefühl befriedigt. Insofern haben wir die Begegnung oder die Sache nicht neutralisiert, sondern mit Gefühl an uns gebunden, und sie wird uns in Zukunft wiederum begegnen. Wo immer man einem Wehgefühl ausweicht oder ein Wohlgefühl zu erlangen sucht, hat man die Neigungen und Triebe des Herzens, seine Empfindlichkeiten und damit seinen Wesenszuschnitt, bestätigt, hat nach seiner Sympathie oder Antipathie gehandelt und darum die Verbindung zu jener Situation erhalten oder gar verstärkt: *Was der Mensch häufig bedenkt und sinnt, dahin geneigt wird das Herz.* Zugleich ist durch die positive Betrachtung jenes „Objekts“ durch das Gegenüberstellen, Vorstellen, Ausbreiten dessen Wert im Geist gestiegen, es ist jetzt noch begehrt, sein Pluswert ist größer. Auf diese Weise schafft der diese Zusammenhänge nicht überblickende Mensch ahnungslos immer größere Spannungsverhältnisse.

Der Erwachte sagt: Alles, was wir erleben, ist irgendwann durch Ergreifen im Denken, Reden und Handeln geschaffen worden. Wir erleben/nehmen wahr immer nur Selbstgeschaf-

fenes, nicht Schicksal, sondern Schaffsal, eigene Schöpfung, je nach der Anschauung, aus welcher das vermeinte Ich zur Zeit der Schöpfung schuf. Alle einst ergriffenen Situationen werden über kurz oder lang wie aus „Zukunft“ kommend, wieder in die Wahrnehmung (3. Ergreifens-Häufung, Zusammenhäufung) eintreten. Darauf wird wieder reagiert (4. Ergreifens-Häufung), und damit werden sie wieder ergriffen, angeeignet, d.h. nur so oder so behandelt, aber fast nie aufgelöst. Durch die nächsten Situationen werden sie aus der Wahrnehmung verdrängt, aber müssen unweigerlich wiederkehren, solange sie nicht aufgelöst worden sind. Damit bleibt die Kette der wahrgenommenen Begegnungssituationen bestehen und damit auch der Eindruck, die Einbildung eines „Ich“ in ständiger Auseinandersetzung mit „Welt“.

Durch jede wohlwollende Tat (gefühlsbefriedigendes Wirken – Ergreifen – 4. Ergreifens-Häufung) wird ein etwas wohlwollenderes Begegnungsverhältnis in die Vergangenheit geschickt – in die Zukunft geschickt, wird der Täter um einen Grad mehr mit wohlwollendem, gewährendem Geist geprägt, wird das mit Wohlwollen behandelte Du um einen Grad zufriedener, entspannter, freudiger. Und dieses jetzt so geschaffene, durch den gegenwärtigen, verbessernden, erhellenden Schöpfungsakt so gestaltete Verhältnis eines wohlwollenderen Ich in sanfterer Begegnung mit einem entspannteren, erfreuteren und meistens auch wohlwollenderen Du – diese Schöpfung ist nun „da“, ist gewirkte Wirkung. Diese Wirkung entschwindet lediglich der Sichtbarkeit, d.h. der unendlich kleinen Gegenwart des Verblendeten, bleibt aber als wirkende Wirkung bestehen und taucht zu ihrer Zeit wiederum in die unendlich kleine Gegenwart des Verblendeten ein, wird in ihrer zuletzt umgestalteten Qualität erfahren und wird als wohltuendes oder schmerzliches „Schicksal“ (3. Ergreifens-Häufung) erlitten.

D.h. also, ergreifendes Wirken im Denken, Reden und Handeln, die 4. Ergreifens-Häufung, die meistens in festgelegten Programmen abläuft (5. Ergreifens-Häufung), ist die Bedingung für erneute Berührung der Triebe mit dem als außen

Geschaffenen. Insofern sind die fünf Ergreifens-Häufungen im Kreiszusammenhang zu sehen.

Darum empfiehlt Sāriputto Anāthapindiko, nicht zu ergreifen, nicht das Denken, die programmierte Wohlerfassungssuche, um die Dinge herumkreisen zu lassen.

Erst dann, wenn die Bedingtheit und Wandelbarkeit und daraus hervorgehend die Leidhaftigkeit, Unzulänglichkeit der fünf Zusammenhäufungen durchschaut wird, dann erwächst bei dem gründlichen Beobachter eine Ahnung von jenem Frieden und jener Sicherheit, die nur abseits dieser fünf bedingten, wandelbaren Dinge bestehen kann. Und indem er bei solchem gründlichen Betrachten der Bedingtheit, Wandelbarkeit und Elendigkeit jener fünf Dinge den Frieden und die Sicherheit außerhalb derselben zu merken beginnt, da *erhebt sich ihm das Herz, beschwichtigt sich, beruhigt sich*, da beginnt jener Zug spürbar zu werden, der eine Kraft ist, die auf das Nibbāna hinlenkt. Bei einem solchen Menschen ist Neigung zum Nibbāna hin entstanden. Ein solcher ist von der *Triebversiegung angezogen (M 105)*, hat den *zur Triebversiegung ausreichenden heilenden rechten Anblick*.

Ein Mensch, der, innerlich hell geworden, bei sich selber glücklich ist, wird damit unabhängig von sinnlichen Freuden, von den vergänglichen Scheinfreuden, die durch die Befriedigung des sinnlichen Begehrens eintreten. Sein Rückzug von der Welt ist ihm nicht Verzicht, sondern Erfüllung. Darüber wird er in seinem Geist zunehmend klar und heiter und in seinem Herzen hell und still, und es mag sein, dass er zu dieser Zeit die erste weltlose Entrückung (*jhāna*) gewinnt, die durch Denken und Sinnen über Wahrheitszusammenhänge eintritt. Die dadurch empfundene Glückseligkeit wird so durchdringend und alles ausfüllend, dass dadurch das normale Körpergefühl beschwichtigt wird, mehr und mehr zurücktritt, immer weniger bemerkt wird bis zum völligen Vergessen. Mit dem völligen Vergessen des Leibes und seiner Sinnesdränge setzt ein stilles, alles beherrschendes, machtvolles Wohl ein, und in der sammelnden Gewalt dieses seligen Wohls gewinnt das



Herz vollkommenen Frieden. In diesem Frieden sind alle Wünsche vergessen, als seien sie nie gewesen, ist alles Ich vergessen, als sei es nie gewesen, ist alle Weltlichkeit vergessen, als sei sie nie gewesen. Es ist der erste Grad der Erfahrung eines aus aller Weltlichkeit entrückten überweltlichen Wohls.

Wenn der Übende so weit gediehen ist, dann kann es sein, dass nach dem Tod des Körpers die führende programmierte Wohlerfahrungssuche des Geistes das Psycho-Physische, das sich aus dem Bereich der Sinnensuchtwelt herausentwickelt hat, zur Selbsterfahrnis der Freiheit von Sinnensucht, der Reinen Form, lenkt, so dass es in der Brahma-Welt wiedergeboren wird, in der die Wesen sich nichtmessender Liebe hingeben mit einem grenzenlosen, durch keinerlei Urteil beschränkten, leuchtenden Gemüt oder in befreienden Gedanken sinnend und gedenkend verweilen und so die erste Entrückung gewinnen.

Weil die Wesen jener Selbsterfahrnis nicht mehr wie die Wesen der sinnlichen Selbsterfahrnis zwischen angenehmer und unangenehmer Form unterscheiden, sondern alles Unterscheiden nach Sympathie und Antipathie und damit alles Lungen und Lugen nach Vielfalt aufgehoben haben und nur noch einen Zug zur Form selber verspüren, darum wird deren Selbsterfahrnis „Reine Form“ genannt. Die Sinnensuchtwelt ist auch Formenwelt. Aber wir erleben die Formen kaum als Formen, wir erleben sie als Dinge und dazu gleich noch besetzt mit positivem oder negativem Interesse, mit Verlangen und Abscheu, darum sind es für uns Dinge, zu denen Bezüge bestehen. In der Formwelt ist eine Form wie die andere, keine Zuneigung, keine Abneigung zu unterschiedlichen Formen, nur noch Neigung zu Form.

Die Selbsterfahrnis „Formfreiheit“ wird durch folgende vier Vorstellungen gewonnen:

*Nicht werde ich an der Vorstellung „Unendlich ist Raum – Unendlich ist Erfahrung – Nichtdasein – Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung“ ergreifend anhaften, und nicht wird die programmierte Wohlerfahrungssuche daran gebunden sein*

Formfreiheit durch  
die Vorstellung „Ohne Ende ist der Raum“

Diese Vorstellung wird in den Lehrreden (D 9 u.a.) wie folgt beschrieben:

*Da gewinnt der Mönch nach völliger Überwindung der Form-Wahrnehmung, Vernichtung der Gegenstandswahrnehmung, Verwerfung der Vielheitwahrnehmung in dem Gedanken „Unendlich ist der Raum“ die Vorstellung des unendlichen Raumes und verweilt in ihr.*

Der bis hierhin vorgedrungene Mystiker kann die vier weltlosen Entrückungen gewinnen. Der Körper ist nicht mehr von sinnlichen Trieben besetzt. Welt wird nicht mehr als gegenständiglich erlebt. Er hat kein Interesse mehr am Wahrnehmen von Formen. Die Vorstellung „Raum“ ist ein Korrelat zur Form. Solange Vielheit der Formen wahrgenommen wird, gibt es Zwischenräume, Begrenzungen. Sind Formen entlassen, gibt es keine Raumbegrenzungen mehr, entsteht die Vorstellung von der Unendlichkeit des Raumes. Der Gedanke „Raum ist ohne Grenzen“ führt zur Aufhebung der Vorstellung „Raum“.

Formfreiheit durch die Vorstellung  
„Ohne Ende ist die Erfahrung“

*Der Mönch gewinnt nach völliger Überwindung der Vorstellung „Unendlich ist der Raum“ in dem Gedanken „Unendlich ist die Erfahrung (viññāna)“ die Vorstellung von unbegrenzter Erfahrung und verweilt in ihr.*

Nach Überwindung der Raum-Vorstellung steigt der Gedanke auf: Form/Gegenstände, Raum sind lediglich Gedanken, Vorstellungen, Erfahrungen. Immer wird irgendetwas erfahren – „Ohne Ende ist Erfahrung.“ Wenn Erfahrung nicht mehr ergriffen wird in dem Gedanken „Ohne Ende ist die Erfahrung“, wird die Erfahrung negiert, entsteht die Vorstellung „Nichts ist da.“ Auch das ist noch eine Vorstellung, eine Erfahrung.

Formfreiheit durch die Vorstellung  
„Es gibt nicht irgendetwas“

*Der Mönch gewinnt nach völliger Überwindung der Vorstellung „Unendlich ist Erfahrung“ in dem Gedanken „Es gibt nicht irgendetwas (n’atthi kiñci)“ die Vorstellung der Nichtirgendetwasheit und verweilt in ihr.*

Der Erwachte nennt drei hilfreiche Gedanken, Übungen, zur Erlangung der Vorstellung „Es gibt nicht irgendetwas“ (M 106):

1. *Nicht gehört mir etwas noch gehöre ich irgendwem.*
2. *Leer ist dies von Ich, mir oder etwas.*
3. *Wo alle Wahrnehmungen aufhören, ist nichts da.*

Da ist gar kein Empfinder, der getroffen werden könnte, es gibt kein verletzbares Ich, dessen Wünsche befriedigt und das verteidigt werden müsste, es ist nur Einbildung, Traum, Wahn, es gebe ein solches. So nimmt der Übende die Nichtetwasheit zum Stützpunkt, indem er sich vor Augen führt: „Durch Wollen entsteht Wahrnehmung, durch Zuneigung, Abneigung entsteht Blendung – durch *rāga*, *dosa* entsteht *moha*. Ist Wollen aufgehoben, wird auch Wahrnehmen aufgehoben. Da ist nichts sonst, und es bleibt auch nichts übrig.“

Formfreiheit durch  
Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung

Die vorherigen Vorstellungen führen den so weit Gereiften zum Anstreben der Aufhebung der Wahrnehmung:

*„Wo auch die Wahrnehmung der Nichtetwasheit untergeht, das ist die Ruhe, das ist das Erhabene.“ So erlangt er die Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung. (M 106)*

Das heißt, er nimmt wahr und auch nicht wahr im Wechsel. Der Erwachte bezeichnet diesen Zustand, wenn er ergriffen wird, als das höchste Ergreifen und die Spitze der Wahrnehmung.

*Nicht dieser Welt – nicht jener Welt  
werde ich ergreifend anhaften, nicht wird  
die programmierte Wohlerfahrungssuche  
daran gebunden sein*

Am Diesseits und am Jenseits *nicht ergreifend haften* – wir sehen, Sāriputto ist bemüht, alle möglichen Aspekte zu berücksichtigen, die den Trieben Nahrung geben könnten, obwohl man meinen sollte, dass es genüge, wenn man wisse, dass das Ergreifen „dieser und jener Welt“ das Ergreifen von Wahrnehmung und Aktivität ist.

Der Erwachte sagt (M 16):

*Ein Mönch, der den Reinheitswandel in der Absicht führt, eine bestimmte himmlische Stätte zu erlangen, dessen Herz ist nicht geneigt zum heißen Kampf, zum Sich-Anjochen, zur Ausdauer und Anstrengung.*

Mancher Leser mag sich fragen, warum diese Übung noch besonders genannt wird, nachdem doch bekannt ist, dass man auch in himmlischen Bereichen nicht ewig lebt. – Wenn ein westlicher Mensch mit der üblichen westlichen Erziehung und Daseinsvorstellung zur Lehre des Buddha übergeht, die Lehreden gründlich studiert und sich dann zur intensiven Nachfolge entschließt, dann wird er nicht so leicht zu dem Wunsch nach himmlischem Dasein kommen wie der Inder. Der moderne Mensch denkt fast ausschließlich an das gegenwärtige Le-

ben, und er braucht viel Aufmerksamkeit und geistige Umerziehung, bis er durch Verständnis der Karmalehre und der fortgesetzten Wiedergeburt dazu kommt, an sein Dasein über den körperlichen Tod hinaus ebenso häufig und konkret zu denken wie an sein jetziges.

Das ist – auch heute noch – sehr anders in Indien und war es besonders zur Zeit des Erwachten. Der vom Hinduismus geprägte Inder sieht sich auf endloser Wanderung durch alle Daseinsbereiche, durch menschliche, untermenschliche und übermenschliche. Sie sind ihm alle ähnlich bunt wie das irdische Leben; die himmlischen Bereiche sind hell und strahlend schön, die untermenschlichen finster und qualvoll. Er denkt so selbstverständlich an die Fortsetzung seines Lebens nach dem Verlassen des Körpers, wie der normale westliche Mensch an seine Vernichtung glaubt.

Und so wie der westliche Mensch seine jährliche Ferienreise wohl vorbereitet, sich über den Ferienort erkundigt und die besten Möglichkeiten dort in Anspruch nehmen will und anstrebt, so strebt der Inder die besten Möglichkeiten für sein nachmaliges Leben an, das ihm viel sicherer ist als dem westlichen Menschen sein baldiger Ferienaufenthalt.

Darum bringt der Inder – auch wenn er durch die Lehre des Buddha verstanden hat, dass der Aufenthalt in allen Himmeln nur vorübergehend ist, nicht ewig währt – doch noch eine große Neigung zu himmlischem Leben mit. Darum muss er, wenn er als Mönch in den Orden eingetreten ist, weil er das Nirvāna, die Triebversiegung, anstrebt, dessen auch eingedenk bleiben und muss auch seine Neigung nach himmlischem Erleben durchschauen als abhängig machende Bindungen, die ihn hindern, ganz zum Heil zu kommen.

Dennoch ist es nun einmal so, dass himmlisches Dasein heller, wohltuender, leichter ist als irdisches Dasein, da schon die Wesen der menschnahen himmlischen Bereiche in rücksichtsvoller, wohlwollender Art miteinander umgehen. Wenn man sich diese zum Vorbild nimmt, so fördert dies die Loslösung von der normalen menschlichen Rücksichtslosigkeit und

fördert die Kraft, die rücksichtsvolle, fürsorgliche Umgangsweise mit den Mitwesen anzustreben. Wem dies auf Erden gelingt, jedoch die vollständige Loslösung noch nicht gelingt, der wird später himmlisches Dasein genießen. Wenn er dann aber als Anhänger der Lehre seine vom Erwachten gewonnenen Einsichten über die Vergänglichkeit auch jener Bereiche mit dorthin nimmt, so wird er auch dort weiterstreben bis zum Endziel.

*Nicht werde ich ergreifend anhaften an dem, was ich gesehen, gehört, gerochen, geschmeckt, getastet, gedacht habe, was ich angestrebt und mit dem Geist untersucht habe, nicht wird die programmierte Wohlerfahrungssuche daran gebunden sein.*

Mit dieser Aussage fasst Sāriputto noch einmal alles zusammen, was man nur ergreifen kann: Alles durch die Sinne Erfahrene, Angestrebte und vom Geist Gedachte und Untersuchte, auch die Wahrheiten der Lehre sind als Floß zu betrachten, das man nach Überqueren des Wassers und der Ankunft am anderen Ufer nicht mit sich herumschleppen, sondern am Ufer zurücklassen soll:

*Ich habe die Lehre als Floß dargestellt, zum Entrinnen tauglich, nicht zum Festhalten.*

*Die ihr das Gleichnis vom Floße, ihr Mönche, versteht, ihr habt auch das Richtige (dhamma) zu lassen, geschweige das Falsche (adhamma). (M 22)*

Diese von allen Wollensflüssen/Einflüssen befreite Anschauung ist die in den Geist des Menschen eingegangene Lehre über Struktur und Gesetz der Existenz und über die Möglichkeiten zur Meisterung der Existenz, die er erforscht, untersucht hat und als mit der Wirklichkeit übereinstimmend erkannt hat. Aber diese rechte Anschauung ist ja nichts anderes als die Mitteilung: „Alle Form, alles Gefühl, alle Wahrnehmung, alle

Aktivität und alle programmierte Wohlerfahrungssuche sind wandelbar, wechsellvoll, hinfällig, leidvoll, sinnlos.“ Der mit dieser rechten Anschauung begabte Mensch, wenn er den Weg der Läuterung bis zum anderen Ufer des Heils gegangen ist, kann ja gar nicht mehr auf den Gedanken kommen, an dieser rechten Anschauung, die ja ihre eigene Unzulänglichkeit bekennt, festzuhalten. Darum braucht man dem Menschen, der durch die rechte Anschauung bis zum anderen Ufer gelangt ist, nicht den Rat zu geben, nun auch von der rechten Anschauung zu lassen, also das Floß der Flut zu überlassen.

Der Erwachte gibt diesen Rat auch nicht solchen, die sich bereits am anderen Ufer befinden, sondern gibt den Rat uns, die wir uns noch am hiesigen Ufer oder unterwegs im Wasser befinden mit noch nicht vollkommen rechter Anschauung. Und indem wir diesen Rat aufnehmen, bedenken, verstehen, da bauen wir ja weiter am Floß, da wird unsere rechte Anschauung noch immer richtiger, da übernehmen wir auch noch tiefer und maßgeblicher das Wissen von der Wandelbarkeit auch der Wahrnehmung von der Lehre, und da erkennen wir immer besser, dass auch diese Lehre nur Mittel zum Zweck ist.

Das Grundproblem der Heilsgewinnung liegt im Lassen. Zur Grundhaltung aller Wesen in allen Daseinsformen gehört das Festhalten. Man hält an sich selbst fest, an den tausend Dingen, an der Welt, am Leben, an der Existenz, kurz: man hält fest.

Zwar lässt man von bestimmten Dingen – der normale Mensch lässt von den ihm unsympathischen, der sittliche und religiöse Mensch lässt von den unwürdigen oder bösen Dingen; aber ein jeder Mensch hält fest an den Dingen, die ihm lieb und gut erscheinen. Für alle Wesen ist es selbstverständlich, sich an etwas zu halten. Wesen und sich an etwas halten: das ist nicht zu trennen. „Ergreifen“ und „Wesen“ sind Synonyme, betreffen dasselbe.

Der Erwachte zeigt, dass das Festhalten die Krankheit ist, die Leidensursache. Es geht nicht darum, ob man von diesem

loslässt oder von jenem loslässt, sondern es geht darum, dass man vom Festhalten loslässt, vom Wünschen loslässt, dass man nicht mehr ergreift. In dieser Grundhaltung liegt die Unverletzbarkeit. Das ist der Weg zum Heil.

Der Heilsgänger vergisst nicht, dass alles, was den Menschen trifft und bewegt, nur Erscheinung ist, Wahrnehmung ist, und dass alle Wahrnehmung vom Ergreifen kommt und dass durch Nichtergreifen, durch Lassen, auch alle Wahrnehmung endet und dass damit Freiheit anbricht. Das ist das Wesen des Loslassens, des Nicht-Ergreifens.

Anāthapindiko ist tief bewegt,  
erschüttert und erhoben

Anāthapindiko sagt, dass er in seinem ganzen Leben, in dem er so viel über die Lehre gehört hat, noch nie eine so tiefe Darlegung der Lehre gehört habe. Wir wissen, dass der Erwachte und seine Mönche viel über die Unbeständigkeit und Leidhaftigkeit der Daseinskomponenten gesprochen haben, aus deren Kenntnis sich das Nichtergreifen als der Weg zum Heil zwangsläufig ergibt. Anāthapindiko hat die früheren Darlegungen ebenfalls voll Hingabe aufgenommen, er ist ja durch sie ein Stromeingetretener geworden. Aber jetzt, kurz vor dem Ablegen des Fleischleibs, ist er noch zusätzlich in einer besonderen Aufnahmebereitschaft für die Heilswahrheit, erlebt er doch gerade die Unbeständigkeit und Schmerzhaftigkeit des Körperlichen und die Forderung des Loslassens von dem, was ihm lieb ist, am eigenen Leib, ist erfüllt von Sehnsucht nach Leidfreiheit.

Sāriputto antwortet ihm, dass eine solche Darlegung dem im Hause Lebenden nicht einleuchtet, wohl aber den Mönchen. D.h. in ihrer üblichen Umgebung, die Sinnendinge genießend, von Begehrensgedanken bewegt und gerissen, sind die Menschen, die im Haus leben, nicht geneigt zum Loslassen der Sinnendinge, zum Nicht-darum-Herumdenken. Mönche zur Zeit des Erwachten dagegen, die schon von der äußeren



Lebensführung her von den Sinnendungen zurückgetreten sind, empfinden diese Darlegung als Übung und Leitbild bei ihrem Vorwärtsgehen. Anāthapindiko in seiner besonderen Situation ist wie in der Situation eines Mönches, getrennt von den Begehrenden, weil der Körper versagt, und ist zusätzlich noch von starken körperlichen Schmerzen geplagt – da leuchtet ihm das Gesagte noch deutlicher als bisher ein, er empfindet es wie eine Offenbarung, wie einen Leitfaden für sein zukünftiges Streben.

### Wiedergeburt bei den Seligen Göttern

Anāthapindiko wurde, bald nachdem die Mönche sich entfernt hatten und er den Körper verlassen hatte, bei den Seligen Göttern (*Tusita*, wtl. still zufrieden) wiedergeboren, entsprechend der hellen Beschaffenheit seines Herzens. Nach seiner ganzen Mentalität fühlte er sich zu diesen Wesen hingezogen. Der ganze Mensch mit Wollen, Fühlen, Wissen und Denken ist nach dem Tod sofort dort, wohin er geneigt ist. Der Erwachte gibt das Beispiel: Wenn ein Baum nach Norden geneigt ist, wohin wird er fallen, wenn er abgesägt wird? Nach Norden, weil er so geneigt ist. Wohin wir nach unseren vorwiegenden Gedanken, Wünschen, Vorstellungen und Gemütsverfassungen geneigt sind – dort werden wir erscheinen. Das Gedächtnis, die Erinnerung an das letzte Menschenleben mit allen gefühlsbesetzten Eintragungen, nehmen die Wesen mit ins nächste Leben. Da-rum fühlte sich auch Anāthapindiko nach dem Verlassen des Körpers hingezogen zum Erwachten im Siegerwald; dort sprach er als leuchtend hohe Gottheit zu ihm über „das andere Ufer“, die Triebversiegung, und gedachte voll Dankbarkeit seines Lehrers Sāriputto und der erhaltenen Wegweisung. Diesen Schlussteil der Lehrrede hat K.E.Neumann in seiner Übersetzung fortgelassen.

Die Stillzufriedenen Götter gehören zwar zu den Göttern mit sinnenhafter Selbsterfahrnis, sind aber – da von den Herzensbefleckungen geläutert – einheitlicher und dem Men-

schentum ferner als die Naturgeister, die Götter der Dreiunddreißig und die Gezügelten Götter. Außer vor dem Buddha (D 20 und unsere Lehrrede) erscheinen sie vor niemandem auf Erden. Sie sind in ihrem Glück unabhängiger von der Welt als die unter ihnen stehenden Götter, und ihr Glanz ist lichter als Sonne und Mond (M 79). Als ihre durchschnittliche Lebensdauer werden viertausend Götterjahre angegeben. Das entspricht 72 Millionen Menschenjahren (A III,70).

Der Erwachte selber hatte sein vorletztes Leben in diesem Himmel verbracht, bevor er im Menschenreich zum letzten Mal wiedergeboren wurde.

Wir mögen uns fragen: Wenn Anāthapindiko nach dem Tod nur in der Sinnensuchtwelt wiedererschienen ist – wenn auch in einem hohen Götterbereich –, warum hat er kurz vor seinem Tod eine Unterweisung bekommen, die über alles Bedingte – und damit auch über die Sinnensucht – hinausgeht und die völlige Freiheit von allem Ergreifen aufzeigt? Sāriputto wird doch um seine zukünftige Wiedergeburt gewusst haben? – Anāthapindiko wird weiterstreben. Auch im Tusita-Himmel weiß er, dass ein dortiges Leben zwar lange währen wird, aber nicht ewig ist, dass auch dort das Spiel der fünf Zusammenhäufungen abläuft. Ein normales Wesen, das die fünf Zusammenhäufungen nicht kennt, bleibt dort hängen, *das Blenden der Erscheinung wird ihn verstören*, wie der Erwachte sagt, weil es dort so unvorstellbar schöner und edler ist als im Menschenbereich. Aber Anāthapindiko hat das Wissen um die Unbeständigkeit, Leidhaftigkeit und Nicht-Ichheit aller Erscheinungen so stark in seinen Geist eingegraben, dass er bei allem Erleben das Ineinandergreifen der fünf Zusammenhäufungen sieht und immer wieder feststellt: „Leiden ist die Folge von Ergreifen.“ Wohl lebt er entsprechend den Gesetzen in jener Welt und pflegt guten Umgang mit den Mitwesen, aber er fesselt sich nicht hinein, macht sich nicht abhängig. Er weiß: Wo etwas entsteht, da ist ganz sicher, dass es auch wieder vergeht. Aber jenseits der fünf Zusammenhäufungen gibt es einen Zustand, der nicht geworden ist und der darum nicht

vergehen kann. Dem nähert man sich in dem Maß, wie die Erscheinungen nicht mehr ergriffen werden, das Denken, die programmierte Wohlerfahrungssuche, nicht um sie herumkreist. In dem Maß, wie man sich ihm nähert, in welcher Daseinsform auch immer, merkt man, dass das Wohl, die Unabhängigkeit zunimmt bis zur Vollkommenheit. Die Freiheit von allen Trieben, vom Nicht-mehr-Ergreifen ist der Heilsstand, das andere Ufer.

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Rājagaha, im Bambushain, dem Eichhörnchen-Park.*

*Um diese Zeit hielt sich der ehrwürdige Sāriputto und der ehrwürdige Mahācundo und der ehrwürdige Channo im Gebirge, am Geierkurm auf. Damals war der ehrwürdige Channo krank geworden, leidend, schwerkrank.*

*Da begab sich denn der ehrwürdige Sāriputto gegen Abend, nach Aufhebung der Gedenkensruhe, dorthin, wo der ehrwürdige Mahācundo weilte, und er sprach zu ihm: Komm, Bruder Cundo, wir wollen den ehrwürdigen Channo besuchen, uns nach seinem Befinden erkundigen. -*

*Gern, Bruder - erwiderte der ehrwürdige Mahācundo dem ehrwürdigen Sāriputto.*

*Und sie begaben sich dorthin, wo der ehrwürdige Channo weilte. Dort angelangt, tauschten sie höflichen Gruß und freundliche Worte miteinander und setzten sich zur Seite nieder. Zur Seite sitzend wandte sich nun der ehrwürdige Sāriputto an den ehrwürdigen Channo:*

*Fühlst du dich, Bruder Channo, schon wohler, geht es dir etwas besser, nehmen die Schmerzen ab und nicht zu, merkt man, dass sie nachlassen und nicht zunehmen? -*

*Nicht fühl ich mich, Bruder Sāriputto, wohler, es geht mir nicht besser, heftig nehmen die Schmerzen zu und nicht ab, man merkt, dass sie zunehmen und nicht nachlassen. Als ob, ehrwürdiger Sāriputto, ein starker Mann mit scharfer Dolchspitze die Schädelde-*

*cke zerhämmerte, ebenso nun auch, ehrwürdiger Sāriputto, schneiden ungestüme Winde durch meinen Kopf, nicht fühl ich mich, ehrwürdiger Sāriputto, wohler, es geht mir nicht besser, heftig nehmen die Schmerzen zu und nicht ab, man merkt, dass sie zunehmen und nicht nachlassen. Als ob, ehrwürdiger Sāriputto, ein starker Mann ein zähes Lederband wie ein Stirnband um meinen Kopf zusammenzöge, so gibt es heftige Schmerzen in meinem Kopf. Nicht fühl ich mich, ehrwürdiger Sāriputto, wohler, es geht mir nicht besser, heftig nehmen die Schmerzen zu und nicht ab, man merkt, dass sie zunehmen und nicht nachlassen. Als ob ein geschickter Schlächter oder sein Gehilfe den Bauch eines Ochsen aufschlitzte, so schlitzten ungestüme Winde meinen Bauch auf. Nicht fühl ich mich, ehrwürdiger Sāriputto, wohler, es geht mir nicht besser, heftig nehmen die Schmerzen zu und nicht ab, man merkt, dass sie zunehmen und nicht nachlassen. So als ob zwei starke Männer einen schwächeren Mann packten und ihn über einer Grube voll heißer Kohlen rösteten, so gibt es ein heftiges Brennen in meinem Körper. Nicht fühl ich mich, ehrwürdiger Sāriputto, wohler, es geht mir nicht besser, heftig nehmen die Schmerzen zu und nicht ab, man merkt, dass sie zunehmen und nicht nachlassen. - Das Messer werde ich nehmen, nicht länger wünsche ich zu leben. -*

*Nicht möge der ehrwürdige Channo das Messer nehmen. (In der Läuterung) fortfahren möge der ehrwürdige Channo, wir möchten, dass der ehrwürdige Channo die Läuterung fortsetzt. Wenn es dem ehrwürdigen Channo an geeigneter Nahrung mangelt, so werde ich dem ehrwürdigen Channo geeignete Nahrung zu verschaffen suchen; wenn es dem ehrwürdigen Channo an geeigneter Arznei mangelt, so werde ich*

dem ehrwürdigen Channo geeignete Arznei zu verschaffen suchen; wenn es dem ehrwürdigen Channo an entsprechender Pflege mangelt, so werde ich den ehrwürdigen Channo pflegen. Nicht möge der ehrwürdige Channo das Messer nehmen. (In der Läuterung) fortfahren möge der ehrwürdige Channo, wir möchten, dass der ehrwürdige Channo die Läuterung fortsetzt. -

Nein, Bruder Sāriputto, mir mangelt es nicht an geeigneter Nahrung, an Arznei, an Pflege. Ich bin nun seit langer Zeit der Weisung des Meisters vollkommen nachgekommen - mit Freude, nicht mit Unlust. Es ist ja wichtig, der Weisung des Meisters vollkommen nachzukommen, mit Freude, nicht mit Unlust. Untadelig wird der Mönch Channo das Messer nehmen, das magst du bedenken. -

Wir hätten noch einige Fragen an den ehrwürdigen Channo, wenn uns der ehrwürdige Channo darauf Antwort geben will? - Frage, Bruder Sāriputto, dann werden wir sehen. -

Betrachtest du das Auge (mit dem innewohnenden Luger), die Luger-Erfahrung, die durch den Luger erfahrbaren Außenprojektionen als „das ist mein, das bin ich, das ist mein Selbst“? Betrachtest du das Ohr - die Nase - die Zunge - den Körper - das Gehirn (mit den jeweils innewohnenden Trieben), die jeweilige Erfahrung, die Außenprojektionen als „das ist mein, das bin ich, das ist mein Selbst“? -

Das Auge - das Ohr - die Nase - die Zunge - den Körper - das Gehirn (mit den innewohnenden Trieben), die jeweilige Erfahrung, die Außenprojektionen betrachte ich als „das ist nicht mein, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst“. -

Was hast du gesehen, was hast du mit höherer Weisheit erkannt, dass du das Auge - das Ohr - die

*Nase - die Zunge - den Körper - das Gehirn (mit den jeweils innewohnenden Trieben), die jeweilige Erfahrung, die Außenprojektionen als „das ist nicht mein, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst“ betrachtest? -*

*Beim Auge - Ohr - bei der Nase - bei der Zunge - beim Körper - beim Gehirn (mit den jeweils innewohnenden Trieben), bei der jeweiligen Erfahrung, bei den Außenprojektionen habe ich die Ausrodung (nirodha) gesehen, habe die Ausrodung mit höherer Weisheit erkannt: „Das ist nicht mein, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst“. -*

*Nach diesen Worten wandte sich der ehrwürdige Mahācundo an den ehrwürdigen Channo: Diese Weisung des Erwachten, Bruder Channo, sollte man ständig beachten: „Stützt man sich auf etwas, ist man bewegt. Stützt man sich nicht auf etwas, ist man nicht bewegt. Wenn man nicht bewegt ist, ist man beruhigt. Ist man beruhigt, ist keine (Zu- oder Ab-)Neigung. Ohne Neigung ist kein Kommen und Gehen. Wenn es kein Kommen und Gehen gibt, gibt es kein Sterben und Wiedererscheinen. Wenn es kein Sterben und Wiedererscheinen gibt, gibt es kein Diesseits und kein Jenseits und kein Dazwischen. Das ist das Ende des Leidens.“ -*

*Nachdem der ehrwürdige Mahācundo dem ehrwürdigen Channo diesen Rat gegeben hatte, erhoben sich der ehrwürdige Sāriputto und der ehrwürdige Mahācundo von ihren Sitzen und gingen fort. Kurz nachdem sie gegangen waren, nahm der ehrwürdige Channo das Messer.*

*Da begab sich der ehrwürdige Sāriputto zum Erhabenen, begrüßte den Erhabenen ehrerbietig und setzte sich zur Seite nieder. Zur Seite sitzend, sprach der ehrwürdige Sāriputto zum Erhabenen: Der ehrwürdige*

*Channo, o Herr, hat das Messer genommen. Was ist sein künftiger Weg? Wo ist er wiedererschienen? - Hat der Mönch Channo dir nicht schon selber gesagt, Sāriputto, dass er untadelig sei? -*

*Es gibt, o Herr, ein Vajji-Dorf namens Pubbajira. Dort wohnen die Freunde und Verwandten des ehrwürdigen Channo, die sein Tun als teils richtig, teils tadelnswert beurteilen. -*

*Es gibt diese Freunde und Verwandten des ehrwürdigen Channo, die es teils richtig, teils tadelnswert beurteilen. Aber ich sage nicht, dass sein Tun in diesem Fall zu tadeln ist. Wer da, Sāriputto, einen Körper ablegt und einen anderen ergreift, den nenne ich tadelhaft. Das gilt nicht vom Mönch Channo. Untadelig hat der Mönch Channo das Messer genommen. -*

*So sprach der Erhabene. Erhoben und beglückt war der ehrwürdige Sāriputto über die Rede des Erhabenen.*

Der Mönch Channo sagt zu seinen Mitbrüdern, dass er die Ausrodung (*nirodha*) erfahren habe. Es ist anzunehmen, dass er damit meint, die Auflösung der Triebe, des Körpers und der Umwelt erfahren zu haben. Eine vorübergehende Auflösung geschieht durch die weltlosen Entrückungen und die Verweilungen in vollständigem Frieden. Die endgültige Auflösung der Triebe geschieht zu Lebzeiten durch die zeitweilige Auflösung von Gefühl und Wahrnehmung (*vedana-saññā-nirodha*). Für die Dauer dieser Auflösung wird nichts erfahren, weder Denk- noch Empfindbares. Dieser Zustand entspricht dem Nibbāna nach Ablegen des Körpers - das Aufhören des Zusammenspiels der fünf Zusammenhäufungen. Channo sagt zu seinen Ordensbrüdern, dass er untadelig die Lebensdauer des Körpers beenden wolle, weil er das Ziel des Reinheitswandels erreicht habe, der Weisung des Erwachten vollkommen gefolgt sei.



Aus der Mahnung des ehrwürdigen Mahācundo, sich nicht auf etwas zu stützen - in Channos Fall auf Schmerzlosigkeit - geht hervor, dass er nicht an die Triebversiegung des ehrwürdigen Channo glaubt. Ebenso scheint Sāriputto nicht an die Triebversiegung des Mönches Channo zu glauben, da er den Erwachten fragt, wo Channo wiedergeboren worden sei. Der Erwachte antwortet ihm, dass Channo untadelig zum Messer gegriffen habe, dass er keinen Körper mehr anlegen würde.

Es ist der einzige überlieferte Fall in den Lehrreden, dass ein Geheilter das Körperleben vor dem Abreifen des Körpers beendet. In M 86 rät der Erwachte dem blutüberströmten Geheilten Angulimālo, den Menschen mit Scherben beworfen hatten, dies als Ernte früheren Wirkens zu ertragen. Und Sāriputto sagte als Geheilter: *Geduldig trag ich ab den Leib. (Thag 1002)*

In A IV,195 beschreibt der Erwachte die Untreffbarkeit des Geheilten, der alle Wollensflüsse/Einflüsse aufgehoben hat:

*Ein Mönch, dessen Herz in rechter Erlösung befreit ist, hat sechs unwandelbare Zustände erreicht: Hat er mit dem Auge (ohne Lugerdrang) eine Form gesehen, mit dem Ohr (ohne Lauscherdrang) einen Ton gehört, mit der Nase (ohne Riecherdrang) einen Duft gerochen, mit der Zunge (ohne Schmeckerdrang) einen Saft geschmeckt, mit dem Körper (ohne Tasterdrang) eine Tastung getastet, mit dem Gehirn (ohne Denkerdrang) einen Gedanken gedacht, so wird er weder angenehm bewegt noch unangenehm bewegt; gleichmütig verweilt er, wahrheitsgegenwärtig und klarbewusst.*

*Wenn er ein Gefühl der Körperbeendigung empfindet (tödliche Verwundung oder Krankheit), weiß er: „Ich empfinde ein Gefühl der Beendigung der Körperfunktionen.“ Wenn er ein Aufhören der sinnlichen Wahrnehmung empfindet (Alterschwäche), weiß er: „Ich empfinde das Aufhören der sinnlichen Wahrnehmung.“ Und er weiß: „Bei Wegfall des Körpers, nach Aufzehrung der Körperkraft, wird alles Gefühl, das nicht mehr gewünschte, erloschen sein.“*

Wenn da Anliegen sind, bestimmte Formen zu sehen, bestimmte Töne zu hören usw. und diese latente Empfindlichkeit berührt wird, dann werden die Berührungen Einflüsse, weil sie auf die Wollensflüsse treffen. Das Wollen misst das Herankommende, ob es ihm entspricht oder widerspricht. Das dabei aufkommende Wohl- oder Wehgefühl ist die Antwort des Wollens auf die Einflüsse. Wenn aber ein Geheilter sinnlich wahrnimmt, also an sein Auge, sein Ohr usw. Erscheinungen herantreten, dann ist kein Empfänger mehr für diese Erscheinungen, kein aus sinnlicher Anziehung und Abstoßung gefügter Spannungs- oder Wollenskörper, der davon betroffen wird, der das Herankommende empfindet und mit Gefühl beantwortet. Weil die Augen usw. ohne Lugerdrang sind, können Berührungen nicht einfließen. Da sich der Geheilte mit keiner der fünf Zusammenhäufungen identifiziert, keine als Eigentum empfindet, zu keiner noch eine Neigung verspürt, keinerlei Wollensfluss mehr besteht, ist die Beeinflussbarkeit, Verletzbarkeit aufgehoben. Was mit den fünf Zusammenhäufungen geschieht, das sind für ihn keine Einflüsse mehr, die Wohl oder Wehgefühl auslösen könnten.

Der Erwachte vergleicht (M 119) die Verletzbarkeit des gewöhnlichen Menschen, der an der Welt hängt und von der Welt seine Freuden erwartet - und darum auch seine Leiden von der Welt erfährt -, mit einem Haufen feuchten Lehms und vergleicht die Erlebnisse, die der Weltmensch tagtäglich erfährt, mit Steinen, die in den Lehmhaufen geworfen werden und dabei in ihn eindringen.

Dagegen vergleicht der Erwachte den Geheilten, der das erlösende Klarwissen und das vollkommene Wohl erlangt hat, so dass er von der Welt überhaupt nichts mehr erwartet, mit einer Eichenbohle und die an ihn herantretenden Erlebnisse nur mit Wollknäueln, die gegen die Eichenbohle geworfen werden, aber nie eindringen können.

So erfährt auch der Heilgewordene die Rückkehr seines früheren absichtlichen Wirkens, aber als Geheilter besteht sein Dauerzustand nur in unverletzbarem Gleichmut. Die ankomm-

menden Erlebnisse nimmt er nur eben zur Kenntnis, aber sie können nicht in ihn eindringen, sein Herz und Gemüt bewegen. Ein Dhammapadam-Vers lautet (Dh 124):

*Wenn unverwundet deine Hand,  
magst ruhig du berühren Gift,  
die heile Haut durchdringt es nicht.  
Kein Übel trifft den, der nicht wirkt.*

Hier gilt als Gift das üble Wirken, das früher getan wurde und das jetzt zurückkommt. Wenn aber die Hand völlig gesund ist, dann kann die üble Wirkung des Übelgetanen nicht mehr eindringen, treffen, verwunden. Es fehlen die Wollensflüsse, die Empfindlichkeit der Triebe, ihre Treffbarkeit, Beeinflussbarkeit und damit die Schmerzen (Einflüsse) bei etwaigen Folgen aus früher getanem Wirken. Diese Unverletzbarkeit zeigte auch der Geheilte Adhimutto, der von einer Räuberbande umgebracht werden sollte und keinerlei Angst empfand. Er antwortete den Räubern, die darüber verwundert waren (Thag 708, 712, 719):

*Wer abtat, was zu Dasein führt,  
lebt jetzt schon in der Wahrheit ganz;  
dem ist der Tod keine Gefahr,  
ist wie Ablegen einer Last.*

*Wer höchste Artung hat erlangt,  
auf nichts in aller Welt mehr setzt,  
gerettet aus des Hauses Brand,  
bekümmert ihn das Sterben nicht.*

*Was ihr mit diesem Fleischleib da  
vorhabt - macht mit ihm, was ihr wollt.  
Bei mir wird dadurch Ablehnung  
und Zuwendung nicht ausgelöst.*

Der von Gier, Hass, Blendung Befreite, der Geheilte, hat ein völlig anderes Verhältnis zu den fünf Zusammenhäufungen gewonnen, ja, er hat gar kein Verhältnis mehr zu ihnen. Er

kann sich nicht mehr mit ihnen identifizieren, sie gehen ihn nichts mehr an. Was jenen fünf Zusammenhäufungen geschieht, das geschieht nicht ihm. Wie weit das geht, zeigt ein Bericht in S 35,69:

Da ist ein Mönch Upaseno, der mit Sāriputto und anderen Mönchen zusammen weilt. Unversehens hat ihn eine Giftschlange gebissen, und er „muss sterben“ - so würde ein normaler Mensch sagen. Aber Upaseno hat nichts Sterbliches *an sich*, hat sich nicht nur von dem Körper getrennt, sondern von allem Wandelbaren. Er sagt zu seinen Mitmönchen: Eine Giftschlange hat diesen Körper gebissen, er ist nicht mehr zu bewegen. Nehmt eine Bahre und tragt diesen Körper fort nach außen, dass er nicht hier verwest und vergeht.

Darauf antwortet Sāriputto: Aber wir sehen doch an dem Körper des ehrwürdigen Upaseno gar nichts von den vegetativen Abwehrvorgängen (wie sie ja nach einem Giftschlangengebiss wie überhaupt nach jedem Befall mit einer Krankheit im Körper meistens ganz heftig bis zu hohem Fieber auftreten).

Der Mönch Upaseno wiederholt noch einmal die vorherigen Worte, den Körper beiseite zu schaffen, und sagt anschließend:

*Wer da die Vorstellung hat, Bruder Sāriputto, „dies sind meine Augen, dies sind meine Ohren, dies ist meine Nase, dies meine Zunge, dies ist mein Körper und dies ist mein Geist“, bei einem solchen mögen sich, wenn der Körper vergiftet ist, die vegetativen Kräfte zur Abwehr regen. Hier aber, Bruder Sāriputto, gibt es das nicht: „Dies ist mein Auge, mein Ohr, meine Nase, meine Zunge, mein Körper, mein Geist.“ Wie sollten da bei einem solchen die vegetativen Abwehrkräfte aufkommen und wirksam werden!*

Anschließend an dieses Gespräch wird noch erklärt: *Es hatte der ehrwürdige Upaseno schon vor langer Zeit alle ichmachenden und meinmachenden Denkgeneigtheiten völlig ausgerodet.*

Channos „Selbstmord“ scheint, verglichen mit der hier beschriebenen Abgelöstheit der Geheilten von den fünf Zusammenhäufungen, nicht vereinbar. Wir können nur vermuten, dass Channos kranker Körper besonders störend war. Der Erwachte sagt nicht, dass er das Verhalten Channos bejahe oder gar als Vorbild für andere hinstelle, sondern er sagt nur, dass er keinen Tadel verdiene, wenn er sich so entscheide. Die Freunde und Verwandten des Channo, die Selbstmord in jedem Fall verurteilten, würden zu weit gehen, weil sie eben den Sonderfall eines Geheilten nicht berücksichtigten.

Wichtig ist für uns die Aussage des Erwachten in dieser Lehrede: Wer noch nicht triebversiegt ist, ist zu tadeln, wenn er den Körper vorzeitig ablegt. Der Geheilte Kumārakassapo (D 23) führt die Gründe dafür näher auf:

*Für Asketen und Brahmanen - um diese handelt es sich in einem Gespräch -, die tugendhaft sind, gute Eigenschaften haben, hat das Leben einen Zweck. Einen je längeren Zeitraum hindurch Asketen und Brahmanen, die tugendhaft sind, gute Eigenschaften haben, in diesem Leben verbleiben, um so mehr häufen sie gute Folgen (puññā, Verdienst) an, um so mehr wandeln sie vielen zum Wohl, vielen zum Heil, aus Mitempfinden zur Welt, zum Nutzen, Wohl und Heil für Götter und Menschen.*

Je längere Zeit ein Tugendhafter sich bemüht, um so mehr Früchte erntet er und ist den Menschen der Umgebung Vorbild und Hilfe. Würde er sich vorzeitig umbringen, so nimmt seine Kraft, auch Leidiges hinzunehmen, ab, und einmal drüben angekommen, muss er hilflos den oft nicht vorausgesehenen Folgen seiner Flucht bei seinen Lieben zusehen. Es heißt von Selbstmördern, die von Hellsichtigen gesehen wurden, dass sie, als sie drüben waren, alles darum gegeben hätten, um ihre Tat ungeschehen zu machen. Darum sagt Kumārakassapo: In Unglück und Elend gerät einer, der vorzeitig das Leben beendet; und himmlisches Wohl erfährt, wer geduldig Leiden ab-

trägt und rechte Anschauung, gutes Denken, Tugend und Herzenserhellung immer mehr festigt, und so die Möglichkeit, zu Lebzeiten Heilsames zu wirken, voll ausnutzt.

Die Prüfung Channos durch die Mitmönche ist in dieser Lehrrede nur sehr kurz. In M 112 empfiehlt der Erwachte, einen Mönch, der die Gewissheit äußert, dass er triebversiegt sei, zu befragen. Dieser würde recht antworten, wenn er sagen würde:

*1. Bei Gesehenem, bei Gehörtem, bei Gerochenem, bei Geschmecktem, bei Getastetem, bei Gedachtem, bei Erkanntem bin ich nicht zugeneigt und nicht abgeneigt, nicht darauf gestützt, nicht daran gebunden, bin davon erlöst, unverstrickt, befreiten Gemüts.*

*2. Nachdem ich Form, Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität und programmierte Wohlerfassungssuche als ohnmächtig, reizlos, keine Sicherheit bietend erkannt hatte, habe ich nach Versiegen (khaya), Entreizung (virāga), Ausrodung (nirodha), Loslassen (cāga) und Aufgeben (patinissagga) alles Geneigtseins, alles gemüthhaften Ergreifens, alles Eigensinns, aller Gewohnheiten, aller Geneigtheiten das Wissen gewonnen: Erlöst ist mir das Herz. Bei diesen fünf Zusammenhäufungen ist das Herz frei von Ergreifen, von Wollensflüssen/Einflüssen befreit.*

*3. Die Gegebenheit Festigkeit, Flüssigkeit, Temperatur, Luft, Raum, Erfahrung habe ich als nicht-ich erfahren, nicht auf sie gestützt ist ein Ich. Nach Versiegung, Entreizung, Ausrodung, Loslassen und Aufgeben alles auf Festigkeit, Flüssigkeit, Temperatur, Luft, Raum und Erfahrung gestützten Geneigtseins, Ergreifens, alles Eigensinns, aller Gewohnheiten, aller Geneigtheiten habe ich das Wissen gewonnen: Erlöst ist mir das Herz. Bei diesen fünf Gegebenheiten ist das Herz frei von Ergreifen, von Wollensflüssen/Einflüssen befreit.*

*4. Beim Luger, bei den durch die Luger-Erfahrung erfahrbaren Formen - beim Lauscher, bei den durch die Lauscher-Erfahrung erfahrbaren Tönen - beim Riecher, bei den durch die Riecher-Erfahrung erfahrbaren Düften - beim Schmecker,*

*bei den durch die Schmecker-Erfahrung erfahrbaren Säften - beim Taster, bei den durch die Taster-Erfahrung erfahrbaren Tastungen - beim Denker, bei den durch die Denker-Erfahrung erfahrbaren Dingen - habe ich nach Versiegung, Entreizung, Ausrodung, Loslassen und Aufgeben von Wunsch, Gier, Befriedigung, Durst, nach Versiegung, Entreizung, Ausrodung, Loslassen und Aufgeben von allem Geneigtsein, allem gemüthafem Ergreifen, allem Eigensinn, allen Gewohnheiten, allen Geneigtheiten das Wissen gewonnen: „Erlöst ist mir das Herz. Bei diesen sechs Sinnen und den als außen erfahrenen Vorstellungen ist das Herz frei von Ergreifen, von Wollensflüssen/Einflüssen befreit.“*

*5. Früher, als ich das Hausleben führte, war ich unwissend. Dann habe ich die Lehre gehört, bin in den Orden gegangen, übte mich im Gang zur Vollendung: Tugend, Zufriedenheit, Sinnenzügelung, Klarbewusstsein, Aufhebung der fünf Hemmungen, gewann weltlose Entrückungen, das Wissen vom Leiden und den Wollensflüssen/Einflüssen.<sup>236</sup>*

*So weiß ich, so sehe ich, dass bei diesem Körper mit Erfahrung und allen als außen erfahrenen Vorstellungen die Ich- und Mein-erzeugenden Denkgeneigtheiten vollkommen ausgerodet sind.*

---

<sup>236</sup> Bescheiden nennt er nur den letzten Weisheitsdurchbruch

PUNNOS UNTERWEISUNG  
145. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Punno: Bitte gib mir eine kurze Unterweisung. Wenn ich sie gehört habe, will ich mich zurückziehen und mich in der Abgeschiedenheit unermüdlich bemühen.

Der Erwachte: Es gibt durch das Auge (mit dem innewohnenden Luger), durch das Ohr (mit dem innewohnenden Lauscher), durch die Nase (mit dem innewohnenden Riecher), durch die Zunge (mit dem innewohnenden Schmecker), durch den Körper (mit dem innewohnenden Taster) erfahrbare Formen, ersehnte, geliebte, entzückende, angenehme, dem Begehren entsprechende, reizende. Wenn der Mönch diese begrüßt, darum herumdenkt, sich auf sie stützt, empfindet er Befriedigung. Durch Befriedigung entsteht Leid. (S. M 1 „Befriedigung ist des Leidens Wurzel“)

Es gibt durch den Geist (mit dem innewohnenden Denker) erfahrbare Dinge, ersehnte, geliebte, entzückende, angenehme, dem Begehren entsprechende, reizende. Wenn der Mönch diese begrüßt, darum herumdenkt, sich auf sie stützt, empfindet er Befriedigung. Durch Befriedigung entsteht Leid.

Wenn der Mönch die durch die Sinne mit den Sinnesdrängen erfahrbaren Formen und Dinge nicht begrüßt, nicht darum herumdenkt, sich nicht auf sie stützt, empfindet er keine Befriedigung. Ist Befriedigung untergegangen, geht Leid unter. – Wo willst du leben, nachdem du meine kurze Unterweisung bekommen hast? – Im Land Sunāparanta. – Die Menschen dort sind wild und grob. Wenn sie dich beleidigen und beschimpfen, wie wird dir dann zumute sein? – Ich werde denken: Ein Glücksfall ist es, dass sie mich nicht mit Fäusten schlagen – nicht mit Steinen werfen – wenn sie mich mit Steinen werfen, dass sie mich nicht mit Stöcken prügeln – wenn sie mich mit Stöcken prügeln, dass sie mich nicht mit Schwertern treffen, wenn sie mich mit Schwertern treffen – dass sie mich nicht mit Schwertern umbringen. Wenn sie mich mit Schwertern umbringen, so hab ich den Tod, den andere Schü-



ler des Erwachten suchen, die Körper und Leben verabscheuen, ohne zu suchen gefunden. (Nach M 144 ist Selbstmord nur für solche, die keinen Leib mehr anlegen, nicht zu tadeln.) –

Gut, Punno, mit solcher Zähmung und Ruhe kannst du im Land Sunāparanta leben. –

Schon während der ersten Regenzeit brachte Punno fünfhundert Anhänger und fünfhundert Anhängerinnen auf den Weg der Lehre. Er selbst gewann die drei Weisheitsdurchbrüche und ging in das Parinibbāna ein. Dies bestätigte der Erwachte den Mönchen, die nach Punno fragten.

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Sāvatti, im Siegerwald, im Garten Anāthapindikos.*

*Da nun begab sich Mahāpajāpati, die Gotamidin, gefolgt von einer Schar von fünfhundert Nonnen, zum Erhabenen hin, bot ehrerbietigen Gruß dar und stellte sich zur Seite. Zur Seite stehend, sprach nun Mahāpajāpati, die Gotamidin, zum Erhabenen:*

*Belehren möge, o Herr, der Erhabene die Nonnen, unterrichten möge, o Herr, der Erhabene die Nonnen, spenden möge, o Herr, der Erhabene den Nonnen ein lehrreiches Gespräch. –*

Die jetzige Nonne *Mahāpajāpati*, die einstige Königin, die Schwester der Mutter des Erwachten, hatte einst den Knaben Siddhattha, den späteren Erwachten, nach dem frühen Tod seiner Mutter aufgezogen. Später war es auch *Mahāpajāpati*, die mit einer Schar Sakyerinnen, deren Männer Mönche geworden waren und die nun, mitgerissen von der Lehre des Erwachten, denselben Weg wie ihre Männer gehen wollten, den Erwachten um die Gründung eines Nonnen-Ordens bat, und sie ist es auch hier wieder, die um Belehrung der etwa fünfhundert Frauen bittet. Denn eine vom Erwachten den Nonnen gegebene Regel lautet, alle vierzehn Tage den Mönchsorden um den Besuch eines Unterweisers zu bitten.

*Damals nun lag es den Ordensälteren der Reihe nach ob, den Nonnen Vortrag zu halten. Als aber die Reihe an den ehrwürdigen Nandako gekommen war, wollte dieser den Nonnen keinen Vortrag halten.*

*Und der Erhabene wandte sich an den ehrwürdigen Ānando:*

*An wem ist doch, Ānando, heute die Reihe, den Nonnen Vortrag zu halten? –*

*Wir alle, o Herr, haben schon der Reihe nach den Nonnen Vortrag gehalten. Der ehrwürdige Nandako hier, o Herr, der will den Nonnen keinen Vortrag halten. –*

Aus dem Übungsweg des ehrwürdigen Nandako geht hervor, dass Nandako es als Mönch nicht leicht gehabt hatte, die Fleischeslust zu überwinden. Hinzu kam, dass seine frühere Ehefrau versucht hatte, ihn, der bereits Mönch war, zu verführen (Thag 279-282). Von dieser Vorgeschichte her wird verständlich, warum Nandako es ablehnte, die Nonnen, das weibliche Geschlecht, zu belehren, obwohl er als Geheilte keine Furcht vor Versuchungen mehr zu haben brauchte. Es hatte sich bei ihm vor seiner Heilung ein starkes Programm (*viññāna*) gebildet, von Frauen fern zu bleiben, hinter dem nun, beim Geheilten, keinerlei Zwang mehr stand, so dass er ohne weiteres über das Programm gebieten konnte, als der Erwachte ihn ansprach:

*Und der Erhabene wandte sich an den ehrwürdigen Nandako: Belehre, Nandako, die Nonnen, unterrichte, Nandako, die Nonnen, spende du, Heiliger, den Nonnen ein lehrreiches Gespräch. –*

*Wohl, o Herr! –, sagte da der ehrwürdige Nandako, dem Erhabenen gehorchend, und er rüstete sich beizeiten, nahm Obergewand und Schale und ging nach Sāvatti um Almosenspeise. Als er dort, von Haus zu Haus tretend, Almosen erhalten, kehrte er zurück, nahm das Mahl ein und begab sich dann nach dem Königsgarten.*

*Es sahen aber jene Nonnen den ehrwürdigen Nandako von fern herankommen, und als sie ihn gesehen, stellten sie einen Stuhl zurecht und Wasser für die Füße. Es setzte sich der ehrwürdige Nandako auf den*

angebotenen Sitz, und als er saß, spülte er sich die Füße ab. Jene Nonnen boten nun dem ehrwürdigen Nandako ehrerbietigen Gruß dar und setzten sich zur Seite hin. Zu jenen Nonnen, die da zur Seite saßen, sprach der ehrwürdige Nandako:

*Ein Gespräch, ihr Schwestern, mit Frage und Antwort mag stattfinden. Da mögt ihr, versteht ihr es, „Wir verstehen es“ sagen; versteht ihr es nicht, „Wir verstehen es nicht“ sagen. Hat aber eine etwa einen Zweifel oder ein Bedenken, so bin ich eben da, um gefragt zu werden: „Wie ist das, o Herr, was ist der Sinn davon?“ –*

*Wir wissen es, o Herr, dem ehrenreichen Nandako gar froh zu Dank, dass uns der ehrenreiche Nandako dies gestattet. –*

Und nun folgt ein Dialog, der ein Musterbeispiel der Lehrdarlegung in Wechselrede geworden ist. Wenn ein Geheilter auf Veranlassung des Erwachten eine Aufgabe übernimmt, dann tut er es mit vollendeter Zweckmäßigkeit. Und die Nonnen reden in diesem Dialog nicht etwa Gehörtes nach, sondern geben aus ihrer eigenen Erfahrung die Antwort.

Die Unbeständigkeit der sechs  
zu sich gezählten Körperwerkzeuge  
mit den innewohnenden Sinnesdrängen

*Was meint ihr, Schwestern, ist das Körperwerkzeug Auge mit dem innewohnenden Luger beständig oder unbeständig? – Unbeständig, o Herr. –*

*Was aber unbeständig, ist das weh oder wohl? – Weh, o Herr. –*

*Was aber unbeständig, wehe, dem Gesetz der Wandelbarkeit unterworfen ist, kann man etwa davon be-*

*haupten: „Das gehört mir, das bin ich, das ist mein Selbst“? – Gewiss nicht, o Herr. –*

*Was meint ihr, Schwestern,  
ist das Körper-Werkzeug Ohr mit dem Lauscher,  
ist das Körper-Werkzeug Nase mit dem Riecher,  
ist das Körper-Werkzeug Zunge mit dem Schmecker,  
ist der Körper mit dem Taster,  
ist der Geist mit dem Denker  
beständig oder unbeständig? – Unbeständig, o Herr. –  
Was aber unbeständig, ist das weh oder wohl? – Weh, o Herr. –*

*Was aber unbeständig, wehe, dem Gesetz der Wandelbarkeit unterworfen ist, kann man davon behaupten:  
„Das gehört mir, das bin ich, das ist mein Selbst“? –  
Gewiss nicht, o Herr. –*

*Und warum nicht? –*

*Wir haben es schon früher, o Herr, der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit klar gesehen: Solcherart sind die sechs zu sich gezählten Körperwerkzeuge mit den innewohnenden Sinnesdrängen unbeständig. –*

*Recht so, recht so, recht so, ihr Schwestern, so wird dies, ihr Schwestern, von dem Heilsgänger der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit gesehen. –*

Wenn man sich nur sagt: „Das Auge, das Ohr die Nase... mit dem jeweiligen Sinnesdrang sind unbeständig, wehe, wandelbar“, dann gleitet der Geist an dieser Aufzählung nur flüchtig vorüber und nimmt sich gar nicht die Ruhe und die Zeit, bei sich selber gründlich nachzusehen, inwiefern jedes einzelne der Sinnesorgane unbeständig ist und darum wehe und darum nicht ich. An jedem einzelnen Sinnesorgan hängt ja der Mensch, an jeder einzelnen erlebten äußeren Erscheinung. In jedem Augenblick bejaht er das sinnlich Wahrgenommene.

Um von diesem Ergreifen lassen zu können, muss er jeden einzelnen der Faktoren gründlich und gesondert betrachten, und er muss gesondert dessen Unzulänglichkeit, weil Unbeständigkeit und Leidigkeit, sehen und muss diese Betrachtung immer wieder pflegen, sonst kann er trotz Wahrheitserkenntnis nicht *in die Wahrheit einmünden* (M 95). Das heißt: Tut er dies nicht, dann hat er nur zur Kenntnis genommen, dass in den Lehrreden so über die Körperwerkzeuge ausgesagt wird. Dieses Wissen aber hat nur geringen Einfluss auf sein Denken und Bewerten und reicht darum nicht aus, sein Reden und Handeln und seine Lebensführung zu wandeln. Es hat keine Evidenz, keine Leuchtkraft; denn er hat die Aussagen des Erwachten nicht mit der Existenz verglichen, nicht in der Wirklichkeit beobachtet, nicht „den Schluss auf sich selbst ziehend“ aufgenommen. Wenn wir uns aber dem Prozess des geduldigen, aufmerksamen, stillen Aufnehmens überlassen, bekommen wir ein ganz unmittelbares Verhältnis zu den Wiederholungen, dann gewinnen wir sie lieb, dann werden sie uns zu einem Schatz, auf den wir nicht mehr verzichten möchten.

Die Inder und so auch diese Nonnen behielten die Darlegungen Wort für Wort, wie es so selbstverständlich in M 95 heißt: *Hat er die Lehre gehört, behält er die Sätze*. Mit großer Aufmerksamkeit und Aufnahmebereitschaft, ja, mit Hingabe hörten sie die Aussagen ihrer geistigen Lehrer. Ein einziger Satz bedeutete ihnen oft so viel, dass sie sich lange Zeit und immer wieder mit ihm beschäftigten, ihn durchdrangen, gründlich durchdachten, für sich aufbereiteten, mit der eigenen Erfahrung verknüpften.

Schon aus diesem Grund bedarf das, was den Nonnen damals selbstverständlich war, für uns der Erklärung. Die Nonnen sind bereits über die hier genannten Grundwahrheiten durch die anderen Mönche unterrichtet worden, sie haben sie schon vorher bei sich erwogen und beobachtet. Nandakos Belehrung ist für sie eine Auffrischung des bereits Gewussten, eine Zusammenschau, ein Überblick, den wir uns erst erarbeiten müssen.

In dem vorangegangenen Text übersetzen wir das Pāliwort *anicca* mit „unbeständig“. Die gebräuchliche Übersetzung mit „vergänglich“ entspricht nicht ganz dem tieferen Sinn des Pāliwortes *anicca*, das die Negation von „immerwährend“ bzw. „beständig“ ist. Es muss also besser heißen „unbeständig“. Mit dem Begriff „vergänglich“ ist mehr die Vorstellung eines irgendwann später stattfindenden Zusammenbruchs oder Unterganges verbunden, während unter „unbeständig“ weit mehr verstanden wird, dass der Körper nicht zwei Augenblicke lang dasselbe ist, sondern sich in dauernder Veränderung befindet. Und so entspricht es der Wirklichkeit. In jedem Augenblick ist das Körperwerkzeug Auge mit dem innewohnenden Luger etwas anders. Das Auge eines Einjährigen ist nicht dasselbe wie das Auge des Neugeborenen. Ununterbrochen hat sich das Auge gewandelt. Ebenso verändern sich die anderen Organe ununterbrochen. Immer wieder fließen Säfte hinein, werden Zellen abgebaut und erneuert. Altes wird abgetragen, Neues kommt hinzu. Das Auge *i s t* nicht, sondern es fließt. Und nur deshalb, weil die Wandlungen oft so unscheinbar und so allmählich vor sich gehen und weil unser Blick so unscharf, ungenau und von anderen Dingen gefesselt ist, merken wir die Unbeständigkeit nicht. In Wirklichkeit *i s t* dieser Leib nicht, sondern wandelt sich ununterbrochen. So schreibt *Flamarion* in „Das Rätsel der Unsterblichkeit“ (S.21ff.):

*Unser Körper wird durch eine fortwährende Zirkulation von Molekülen gebildet und ist eine sich unaufhörlich verzehrende und erneuernde Flamme. Er gleicht einem Fluss, an dessen Ufer man sich setzt und dessen Wasser immer dasselbe zu sein scheint, während doch jeder neue Augenblick neues Wasser zuführt.*

*Unaufhörlich, ohne Aufenthalt oder Stillstand, zirkuliert, wandert in unseren Adern, unserem Fleisch, unserem Gehirn alles, alles. Mit einer Geschwindigkeit, die verhältnismäßig nicht minder groß ist als die Bewegung der Himmelskörper, vollzieht sich in uns der Lebensprozess. Molekül für Molekül,*

*Gehirn, Schädel, Auge, Nerven, Fleisch: alles erneuert sich unausgesetzt und so schnell, dass in wenigen Monaten unser ganzer Körper neu gebildet ist.*

Und im *Mahābhārata* (V. 11974/11975) heißt es:

*An den Bestandteilen der Wesen finden jeden Augenblick Veränderungen statt, welche jedoch wegen ihrer Kleinheit nicht wahrgenommen werden. Weder ihr Vergehen noch ihre Neubildung ist in den verschiedenen Zuständen bemerkbar, so wenig wie die Veränderungen der Flamme in einer brennenden Lampe.*

Was unbeständig ist, das ist Weh, Leiden

Weil die Wesen immer wieder den Körper mit seinen Sinnesorganen als Grundlage des Lebens nehmen, weil sie sich an den Körper als Wohlbeschaffer gewöhnt haben, darum sind sie entsetzt, wenn der Unbestand des Körpers ihnen fühlbar wird, wenn Krankheiten oder Verletzungen oder das Alter das Funktionieren der Organe behindern oder ganz unmöglich machen.

Das Pāliwort für Alter (*jārā*) heißt wörtlich „besiegt werden“, nämlich von etwas, das stärker ist, vom Verfall:

*Ein Ringer findet in seinem Schopf ein weißes Haar. Er weint und spricht: So viele Männer habe ich niedergerungen, aber dieses weiße Haar zwingt mich nieder. Mit allen Männern nahm ich es auf, aber vor diesem Haar bin ich machtlos.*

(*Fariddin Attar, Buch der Plage 36,5*)

Augustinus sagt:

*Vom ersten Augenblick an, da man sich im sterblichen Leibe befindet, geht im Menschen stetig etwas vor, was zum Tode führt. Die Wandelbarkeit arbeitet die ganze Zeit des irdischen Lebens daran, – wenn man dies überhaupt Leben nennen will*



*–, dass man zu Tode kommt. Dem Tod ist jeder nach einem Jahr näher, als er das Jahr zuvor war, näher morgen als heute und heute näher als gestern, näher kurz nachher als jetzt und jetzt näher als kurz zuvor. Jede Spanne Lebenszeit verkürzt die Lebensdauer, und der Rest wird kleiner und kleiner mit jedem Tag, und die ganze Lebenszeit ist so nichts als ein Todeslauf, bei dem keiner auch nur ein wenig innehalten oder etwas langsamer gehen darf, vielmehr werden alle im gleichen Schritt gedrängt und alle zur gleichen Eile getrieben.*

Es braucht nur ein kleines Äderchen im Gehirn zu platzen, dann bricht der Leib zusammen und damit für einen Menschen, der hauptsächlich den jeweiligen Sinnesdrängen gefolgt ist, alles, was in diesem Leben angestrebt wurde. Den geliebten Leib, den der Mensch die ganze Lebenszeit mit größter Sorgfalt gehegt und gepflegt hat, wirft die Macht des Todes um, die gewaltigste Macht innerhalb der Welt. Das Werkzeug seiner Lust wird ihm innerhalb einer Sekunde entrissen, oder, noch schlimmer, er wird im Todeskampf zwischen Nichtmehr-Leben und Noch-nicht-sterben-Können aufgerieben. Alles verlassend muss man dann gehen, fort von den geliebten Dingen und Menschen.

Soweit jemand durch den Körper mit den Sinnesorganen sein Wohl bezieht, erlebt er zwangsläufig auch das Wehe, das mit dem Körper verbunden ist.

Der Erwachte gibt ein Gleichnis: Wenn da von Osten ein Bote käme und meldete, es rücke ein gewaltiger Berg alles zermalmend heran, dann würde man nach Westen ausweichen. Aber da käme von dort ein Mann, voll Entsetzen berichtend, dass auch von Westen ein riesiges Bergmassiv heranrücke und alles Leben zerstöre. Man würde nach Norden fliehen – aber auch von da käme dieselbe Nachricht der Bedrohung. So bleibt nur die Flucht nach Süden – und da erscheint auch von dort dieselbe Hiobsbotschaft (S 3,25). Diese vier Berge des Unheils, die sich drohend heranwälzen und die Wesen zermalmen werden, sind: Geburt, Alter, Krankheit und Tod. Das

sind die vier großen Feinde des Lebens, das eigentliche Übel der Existenz.

Gäbe es nur einen Tod, dann könnte man sich damit abfinden und den Gedanken daran so gut wie möglich verdrängen. Aber man stirbt nicht nur einmal, nicht nur zweimal, nicht nur mehrfach, sondern immer wieder. Immer wieder von neuem lebt und stirbt man, unendliche Tode hat man hinter sich, unendliche Tode vor sich. Tief, tief herab reichen die Übel von Geburt, Alter, Krankheit und Tod.

Was unbeständig, leidvoll ist,  
davon kann man nicht sagen:

„Das gehört mir, das bin ich, das ist mein Selbst.“

„Man“ stirbt nicht nur einmal, „man“ stirbt nicht nur zweimal, „man“ stirbt mehrfach. Unendliche Tode hat „man“ hinter sich, unendliche Tode vor „sich“. Selbstverständlich identifiziert sich der Mensch, der am Körper hängt, mit dem Körper, zählt ihn zu sich. Für ihn bedeutet der Untergang des Leibes seinen Untergang, der Schmerz des Leibes seinen Schmerz. „Selbstverständlich gehört der Körper mit den Sinnesorganen mir, ist mein Selbst“, sagt der Mensch. „Warum sollte er mir nicht gehören, nicht mein Selbst sein?“

Über das, was mir gehört, habe ich Verfügungsgewalt. Der Mensch hat aber keine Verfügungsgewalt über den Körper. Der Körper entwickelt sich nach seinen Gesetzen. Er wird krank oder gesund unabhängig von unserem Willen. Wir können nicht sagen: „So oder so soll er werden.“ *Jesus sagt: „Wer ist unter euch, der seiner Länge eine Elle zusetzen könnte?“* Wir müssen den Körper so nehmen, wie er ist, und seine Wandlungen so hinnehmen, wie sie vor sich gehen. Wo es wirklich gelingt, ihn etwas zu beeinflussen, da auch nur dadurch, dass wir auf seine Gesetze horchen und seinen Gesetzen entsprechen. Der Körper ist tatsächlich nur etwas Geliebtes, das eine Zeitlang in seiner Weise zur Verfügung steht und auch nur sehr begrenzt zur Verfügung steht. Er ist nach einem

bestimmten Gesetz angetreten, und er läuft seinen Weg nach seinem Gesetz. Wir sind oft ärgerlich oder traurig über diese Eigenwilligkeit, wir sind entsetzt über den Untergang des Körpers, aber wir sind machtlos. Der Körper ist wie ein „Darlehen“: Zu irgendeiner Zeit kommen die Eigner und holen sich ihr Darlehen zurück, und wir können es dann nicht festhalten. *Wer solches Leidvolles, solches Wehe ergreift, ihm nachfolgt, ihm verbunden ist und davon denkt, dass es ihm gehöre, der kann eben darum nicht aus dem Wehen und Leidvollen herauskommen. (M 35)*

Nur derjenige kann das Leiden überwinden, der die Wirklichkeit erkennt und die falsche Auffassung immer wieder ausrodet in dem Anblick, den die Nonnen als von ihnen immer gepflegt bezeichnen: *Was unbeständig, wehe, dem Gesetz der Wandelbarkeit unterworfen ist, das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst.*

Hier handelt es sich um eine Übung, um Besinnung, Meditation, Durchdringung, Tiefenläuterung oder wie wir es auch nennen wollen, um immer tieferes Vordringen, um immer weiteres Fortschreiten. Diese Übung durchzieht die Tage und die Nächte der Mönche und Nonnen, wann immer sie wach sind, wann immer irgendetwas ihren Sinn beschäftigt, bei allen ergreifenden Gedanken wird die ebenso natürliche wie falsche Einstellung überwunden, dass dies zu ihnen gehöre, dass dies so oder so sei, mit dem weise durchdringenden Anblick: „Das ist unbeständig, das verblasst sehr schnell, das geht seine eigenen Wege, das zerrinnt zwischen den Fingern. Wer daran hängt, muss an dessen Wandelbarkeit leiden. Das kommt und geht wie Hirngespinnste, wie Wolkengebilde, wie Traumgebilde, das ist wie Fieberphantasien. Das Ganze lohnt nicht der Neigung, lohnt nicht der Mühe, das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst.“ –

Weil das Auge mit dem Drang zum Sehen (usw.) da ist, muss gesehen (usw.) werden, und weil gesehen (usw.) worden ist, muss darüber nachgedacht werden. Das ist nicht lebendig, es scheint nur so. Wo ist denn das Lebendige? Es ist weder

geistig noch fleischlich. Dass es fleischlich nicht ist, leuchtet uns sofort ein, aber auch das Geistige ist nicht lebendig. Der Geist sammelt von der Geburt an die fünf Arten von sinnlichen Erfahrungen ein. Von der Geburt an wurde erlebt: „Das schmeckt gut, das riecht gut, das schmeckt schlecht, das tut weh“ usw. So ist der Geist das Sammelbecken der sortierten Erfahrungen: „Das ist angenehm, das ist unangenehm.“ Was nicht erfahren ist, kann der Geist nicht wissen, es gibt kein lebendiges, souveränes Denken des Geistes. Wenn wir sagen: „Ich denke“, dann bewegt sich nur das, was vorher einzeln in den Geist hinein gesammelt worden war. Das wird nun zueinander in Beziehung gebracht. Wenn ein Kind in einer Wolfshöhle aufgewachsen ist und Hunger verspürt, dann erscheint in seiner Vorstellung das Bild eines Hasen. Es hat in der Wolfshöhle nichts anderes kennengelernt. Der Zwillingbruder etwa, der bei den Menschen aufgewachsen ist, geht aus dem gleichen Anlass des Hungers in die Speisekammer oder bittet seine Mutter um Brot. Es ist da keine Person, die autonom und souverän bestimmt: „Wohlan denn, ich will wollen.“

Dieses erkennend, gewinnt der Mensch nach und nach eine zunehmende Loslösung, Ablösung, eine zunehmende innere Freiheit, gewinnt sich einen Bereich der Unverwundbarkeit in dem Maß, wie er die Sinne mit den Sinnesdrängen nicht mehr als Ich empfindet.

Die Formen sind unbeständig, leidvoll, nicht ich

Nachdem Nandako den Nonnen die Unbeständigkeit der Sinnesorgane mit ihren jeweiligen Drängen vor Augen geführt hat, ihre Wandelbarkeit und ihre Nicht-Ichheit, da zeigt er, dass auch die mit den Sinnesdrängen erfahrbaren Suchtobjekte der Wandelbarkeit unterliegen und darum leidvoll, nicht ich sind:

*Was meint ihr, Schwestern, sind die Formen beständig oder unbeständig? – Unbeständig, o Herr. –*

*Was aber unbeständig, ist das weh oder wohl? –  
Weh, o Herr. –*

*Was aber unbeständig, wehe, dem Gesetz der Wandelbarkeit unterworfen ist, kann man etwa davon behaupten: „Das gehört mir, das bin ich, das ist mein Selbst“? – Gewiss nicht, o Herr. –*

*Was meint ihr, Schwestern: Sind die Töne, die Düfte, das Schmeck- und Tastbare, die Gedanken beständig oder unbeständig? – Unbeständig, o Herr. –*

*Was aber unbeständig, ist das weh oder wohl? –  
Weh, o Herr. –*

*Was aber unbeständig, wehe, wandelbar ist, kann man etwa davon behaupten: „Das gehört mir, das bin ich, das ist mein Selbst“? – Gewiss nicht, o Herr. –*

*Und warum nicht? – Wir haben es schon früher, o Herr, der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit klar gesehen: Solcherart ist das sechsfache als außen Erfahrene unbeständig. –*

Unter „Form“ im Sinne der Lehre wird im weitesten Sinne alles das verstanden, was durch die fünf Sinnesdränge erscheint: Was mit dem Luger gesehen, mit dem Lauscher gehört wird, was gerochen, geschmeckt und getastet wird, also alles, was durch die fünf Sinnesdränge im Körper an Sichtbarem, an Tönen, Düften usw. erfahren werden kann. Das zusammen ist das, wovon der Erwachte sagt, dass es als Festigkeit, Flüssigkeit, Temperatur und Luftigkeit erfahren wird, und was wir im Westen als „Materie“ bezeichnen.

Im engsten Sinn – wenn die Erfahrungen aller Sinnesdränge genannt werden – wird unter Form nur das verstanden, was mit dem Luger gesehen wird: der sichtbare Körper und die sichtbare Welt, ein Fluss von Wellen, ein Strom von Lichtunterschieden, die wir von Kind an zu deuten und zu benennen gelernt haben, so dass sie uns nun den Eindruck von „Substanz“ vermitteln.

Der Erwachte vergleicht die sechs Sinnesdränge in den Sinnesorganen mit sechs Tieren, die ein Mann eingefangen hat. (S 35,206) Die mit einem Strick zusammengebundenen Tiere haben völlig verschiedene Lebensgewohnheiten und Nahrungsplätze. Es sind eine Schlange, ein Krokodil, ein Vogel, ein Hund, ein Schakal und ein Affe. Der Mann schlingt die Stricke in der Mitte zu einem Knoten und lässt die Tiere laufen. Da strebt nun jedes Tier nach seinem Wohn- und Futterplatz: die Schlange zum Termitenhügel, das Krokodil ins Wasser, der Vogel in die Luft, der Hund ins Dorf, der Schakal zum Leichenfeld, der Affe in den Wald. Wenn die Tiere müde sind, so folgen sie dem jeweils stärksten und sind seinem Willen unterworfen.

Der Luger wünscht angenehme Formen, schöne Farben, eben eine Augenweide, auf der er sich ausruhen kann, so wie nach dem Gleichnis die Schlange zum schützenden Termitenbau strebt, in dem sie ausruhen kann.

Der Lauscher ersehnt ihm angenehme Töne, Schallwellen, ist an sie gebunden wie ein Krokodil an das Wasser, in dem es herumschwimmt.

Der Riecher ist an Gerüche gebunden wie ein Vogel an die Luft.

Der Schmecker ist an Geschmäcke (Säfte) gebunden, an Flüssigkeiten, Nährlösungen, ebenso wie der Hund ans Dorf als seine Nahrungsquelle gebunden ist. Nur dort findet er seine Nahrung.

Der Körper als generelles Tastorgan ist an Tastbares gebunden, an leibliche Berührungen und Reibungen so wie eine Hyäne ans Leichenfeld, wo sie ihren Fraß findet. Der Taster sucht u.a. die Nähe anderer Körper, fühlt sich von ihnen magisch angezogen.

Der Denker (Geist) als sechster Sinnesdrang ist an Gedanken gebunden so wie der Affe an den Wald, den wilden Urwald, in dem er herumspringt. Im Bereich der Ideen und Assoziationen bewegt sich der Denker wie ein Affe im Dickicht des Urwaldes. Von allen Sinnesdrängen ist der Denker am unru-

higsten, sprunghaftesten, wie die Vorstellungen des Geistes am vielfältigsten sind. Daher vergleicht der Erwachte immer wieder das Herz oder den Denker mit dem Affen. (S 12,61, Sn 791, Dh 334, Thag 125 und Thag 1111)

Führen wir uns vor Augen, wie unsere sechs Sinnesdränge uns in verschiedene Richtungen ziehen wollen: Der Luger will ein Fußballspiel sehen, der Lauscher ein Konzert hören, der Riecher frische Seeluft riechen, der Schmecker ein Restaurant aufsuchen, der Leib will in warmem Wasser entspannen, und der Geist will an einer Diskussion teilnehmen. Das zerrt uns hin und her, und schließlich folgen wir den jeweils stärksten Anliegen.

Der Erwachte vergleicht die Gesamtheit der Sinnesobjekte, der sinnlichen Vorstellungen, mit Schaum, mit Gischt, der nur in wild bewegtem Wasser entsteht. Ein Mensch steht am Ufer des Ganges und betrachtet gründlich die Schaumgebilde auf den Wogen. Er schaut nicht nur oberflächlich auf das Wasser, und er ist nicht mit den Gedanken bei anderen Dingen, er hat auch nicht die ganze Wasserfläche im Blick, sondern er hat einen Schaumball auf einer Woge gesehen und hat seine Aufmerksamkeit darauf gerichtet. Dieser Schaumball erscheint als ein substanzhaftes Gebilde, so wie uns jede Form erscheint, aber bei gründlichem Hinblick ist zu erkennen, wie dieser Schaumball aus einzelnen hohlen, leeren Wasserbläschen besteht, die eines nach dem anderen platzen – bis der Betrachter nur noch Wasser sieht. Dann ist das Schaumgebilde restlos verschwunden, hat keinerlei Spuren hinterlassen; nichts Festes, Greifbares, Substanzhaftes ist übrig geblieben. Aber schon treibt der Strom eine neue Woge heran mit neuen Schaumkronen, die ebenso Substanzhaftes vortäuschen, obwohl sie nur „aufgeblähtes Wasser“ sind, aber ebenso zerplatzen, sich in Nichts auflösen. So wie lauter aufgeblasene, mit Luft gefüllte, alle Augenblicke platzende Gischtbläschen auf dem Wasser, so ist alle Form zu betrachten: der zu sich gezählte Körper, die Körper der „anderen“ und die „Objekte der Welt“. Wasser gilt

in der Lehre und überhaupt im alten Indien meist als Gleichnis für die Psyche, das Herz.

Nur aus strömendem, bewegtem Wasser kann Schaum entstehen, aus stillem Wasser kann kein Schaum entstehen. So kann auch nur aus bewegtem Gemüt Form eingebildet und erfahren, erlebt werden. Je wilder es sich bewegt, je reißender es – seinem Gefälle folgend – dahinströmt, um so mehr wird Wechsel und Veränderung der Form erfahren, in um so härteren und dichten und gröberen Beschaffenheiten auch prallen Ich- und Umweltsformen aufeinander in spannungsvoller, streithafter Begegnung. Je zarter und sanfter das Wasser sich bewegt, in um so feineren, weniger dichten, strahlenderen Beschaffenheiten erscheint die Form. Nichtform, Formfreiheit aber gibt es nur, wenn die Triebe schweigen, stillstehen, nicht strömen. Dann sind sie entweder völlig aufgelöst wie beim Geheilten, oder sie sind in die Latenz zurückgetreten wie bei einem Wesen der formfreien Welt (*arūpaloka*), der feinsten der drei Selbsterfahrungen. In jenem Zustand ist kein Strömen, kein inneres Wogen, darum erscheint so lange auch keine Form.

Es ist nichts an den Sinnesobjekten, das selber „eigenständig“, festgegründet bestünde, das – selber beständig – von Unbeständigem umrieselt würde. Der Mensch stützt sich, verlässt sich auf den „eigenen“ Körper und rechnet mit den Körpern und Gegenständen seiner Umgebung: „Das ist meine Frau, mein Kind, meine Wohnung.“ Die Vorstellung „ist“ suggeriert schon Beständigkeit. Entsprechend erschrickt der Mensch bei Veränderung, Krankheit, Tod und Vernichtung, weil sich dann die schaumartige Wandelbarkeit offenbart: ein ständiges Entstehen und Vergehen und Verschleiß des als Materie erscheinenden Erlebens. Diese Entwicklungen geschehen nicht etwa mit unserem Willen oder gar aus unserem Willen, sondern geschehen ohne, ja meist gegen unseren Willen und gegen unsere Wünsche.

Der Erwachte sagt, dass sich der Mensch an die Sinnendinge anklammere, wie ein in der Strömung Treibender sich halt-



suchend mit aller Hoffnung am Uferschilf anklammere. Aber das Schilf bietet keinen Halt, es reißt ab. Ganz ebenso hält kein Objekt auf die Dauer, was der oberflächliche Blick sich von ihm verspricht, und der Mensch erfährt durch seine Gewöhnung an die Vorstellung von „Materie“ als etwas Festem, Zuverlässigem immer wieder Not und Untergang. Aber er hält an dieser Gewöhnung fest, obwohl gerade diejenigen Wissenschaftler, die ausgezogen sind, der Materie auf den Grund zu gehen, sie heute während der Stunden ihres Forschens selber längst nicht mehr als etwas Festes ansehen, sondern als „Erscheinungsform von Energie“.<sup>237</sup>

Der so erkennende Beobachter tritt zurück von den als haltlos, als unzulänglich erkannten, in ständigem Entstehen/Vergehen begriffenen rieselnden Objekten. Dabei merkt er, dass er nicht in ein Nichts tritt, dass nicht etwa nichts übrigbleibt, sondern dass er sich im Gegenteil nur von Unbeständigem zurückgezogen hat, dass er jetzt überhaupt erst das Gebiet zu betreten beginnt, wo keine Verletzbarkeit ist. Von den Wandlungen der Sinnesobjekte ist er im Augenblick nicht mehr getroffen. Von den Trieben her hat er zwar noch ein „Gefälle“ zu ihnen. Wenn ihm zu anderen Zeiten der Körper bedroht würde, so wäre er wieder erschrocken. Im Geist aber ist das Wissen von der Unbeständigkeit der Sinnesobjekte, und dieses Wissen zeigt dem Beobachter immer wieder, dass die Gewöhnung, sich an die Objekte zu klammern, ans Elend, an die Ungeborgenheit bindet.

In M 137 heißt es: *Wer die Unbeständigkeit sieht, wird freudig bewegt!* Er merkt: „Nicht ich bin es, der entsteht und vergeht. Ich bin auf dem richtigen Wege, auf festem Boden, meine Unabhängigkeit und Unverletzbarkeit wächst.“

---

<sup>237</sup> Vgl. Meyers Lexikon der Technik und der exakten Naturwissenschaften, Bibliografisches Institut Mannheim-Wien-Zürich, Mannheim 1970

Die Unbeständigkeit, Leidhaftigkeit und  
Nicht-Ichheit der Teilerfahrungen (*viññāna*)

*Was meint ihr, Schwestern, ist die Luger-Erfahrung beständig oder unbeständig? – Unbeständig, o Herr. – Was aber unbeständig, ist das weh oder wohl? – Weh, o Herr. –*

*Was aber unbeständig, wehe, dem Gesetz der Wandelbarkeit unterworfen ist, kann man etwa davon behaupten: „Das gehört mir, das bin ich, das ist mein Selbst“? – Gewiss nicht, o Herr. –*

*Was meint ihr, Schwestern, ist die Lauscher-Erfahrung, die Riecher-Erfahrung, die Schmecker-Erfahrung, die Taster-Erfahrung, die Denker-Erfahrung beständig oder unbeständig? – Unbeständig, o Herr. – Was aber unbeständig, ist das weh oder wohl? – Weh, o Herr. –*

*Was aber unbeständig, wehe, dem Gesetz der Wandelbarkeit unterworfen ist, kann man etwa davon behaupten: „Das gehört mir, das bin ich, das ist mein Selbst“? – Gewiss nicht, o Herr. –*

*Und warum nicht? – Wir haben es schon früher, o Herr, der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit klar gesehen: Solcherart sind diese sechs Teilerfahrungen unbeständig. –*

*Recht so, recht so, ihr Schwestern, so wird dies, ihr Schwestern, von dem Heilsgänger der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit gesehen. –*

Die Empfindungssucht oder Empfindungsbedürftigkeit in den Sinnesorganen des Körpers ist begierig auf ein entsprechend empfindbares Suchtobjekt. Die Empfindungssucht in den Sinnesorganen ist es, die den Wahrnehmungsvorgang erzwingt. Ohne Wollen gäbe es kein Wahrnehmen.

In den Reden (z.B. M 28) werden in drei Beispielen drei Bedingungen für das Zustandekommen einer Trieberfahrung genannt. Es heißt dort im ersten Beispiel:

*1. Ist der Luger funktionsfähig und treten von außen k e i n e Formen in den Gesichtskreis, so findet auch keine entsprechende Ernährung (samannāhārā) statt, und es kommt nicht zur Bildung der entsprechenden Teilerfahrung.*

Hier ist eine äußere Bedingung nicht erfüllt: Es treten keine Formen an den Luger (Töne an den Lauscher usw. – d.h. an die Triebe in den Sinnesorganen) heran. Es ist dunkel oder völlig still.

Mit „Erfahrung“ ist hier noch nicht die Erfahrung des Geistes, „unsere“ Erfahrung gemeint, sondern nur eine Teilerfahrung, die Erfahrung des Lugers, Lauschers usw.: Wenn eine äußere Form an das körperliche Auge kommt, dann wird die im Auge wohnende Sucht nach Sehen ernährt/berührt und erfährt: „*Wohl tut das*“ oder „*wehe tut das.*“

*2. Ist der Luger funktionsfähig und treten auch von außen Formen in den Gesichtskreis, aber es findet k e i n e Ernährung statt, so kommt es auch nicht zur Bildung der entsprechenden Teilerfahrung.*

Die „Ernährung“ des Lugers mit Formen (des Lauschers mit Tönen usw.), wodurch er diese „erfährt“ (*viññāna*), ist die „Berührung“ des Verlangens im Luger.<sup>238</sup> Das dadurch zustande gekommene Gefühl, das durch die (zur Berührung gekommene) Form ausgelöst wurde, wird dann dem Geist gemeldet. – Diese Ernährung/Berührung hat dann nicht stattgefunden, wenn zu der Zeit gerade andere Sinnesdränge stark beschäftigt, also ernährt werden. Jeder wird wissen, dass er öfter schon solche Dinge, die sich in seiner Nähe zutragen,

---

<sup>238</sup> Deshalb werden sowohl Berührung als auch Erfahrung zu den vier Arten von Nahrung gerechnet.

„übersehen“ oder „überhört“ hat, weil sein Geist mit etwas anderem beschäftigt war. Dann wird mangels Interesse der Luger nicht „ernährt“, berührt, und es kommt nicht zur entsprechenden Teilerfahrung. Man sagt: „Ich war abgelenkt“ und bringt damit zum Ausdruck, dass der Geist auf das Objekt „hingelenkt“ sein muss, wenn das Verlangen des einzelnen Sinnesdrangs „ernährt“ werden soll.

Hier sei auch auf die Fähigkeit der in der Läuterung weit Fortgeschrittenen, der „Reinen“, hingewiesen: Ihre geistige Vertiefung, ihr Herzensfrieden (*samādhī*) ist oft so stark, dass der innere Wille zur Welterfahrung zeitweilig völlig zur Ruhe kommt, so dass keinerlei Ernährung der sinnlichen Triebe stattfindet und sie mit offenen Augen nicht sehen, mit offenen Ohren nicht hören usw., weil sie ohne Bewusstsein von „Ich“ und „Welt“ in einem überweltlichen seligen Frieden verweilen.

Die sinnliche Wahrnehmung findet nicht, wie man den Eindruck hat, passiv statt, sondern ist bedingt durch das Interesse für das gerade als Umwelt oder Ich Erscheinende. Sobald die Aufmerksamkeit gezielt auf bestimmte Formen, Töne oder Denkbjekte oder auf einen anderen Sinnesindruck gerichtet ist, da werden die anderen Sinne um so weniger benutzt. Was erfahren wird, das wird vorwiegend bestimmt von dem „Interesse“ der inneren Dränge, der Sinnensucht. Vorwiegend, denn selbst bei ziemlich starker Konzentration auf einen Vorgang können sich auch äußere Vorgänge den Sinnen aufdrängen, z.B. wenn plötzlich ein lautes Geräusch ertönt und die Aufmerksamkeit ablenkt.

*3. Ist der Luger funktionsfähig und treten auch von außen Formen in den Gesichtskreis, und es findet eine Ernährung statt, so kommt es zur Bildung der entsprechenden Teilerfahrung.*

An anderer Stelle fasst der Erwachte den Erfahrungsvorgang kurz zusammen:

*Durch den Luger und die Formen entsteht die Luger-Erfahrung.*

*Durch den Lauscher und die Töne entsteht die Lauscher-Erfahrung usw.*

Wenn irgendetwas unbeständig genannt werden muss, dann sind es die Erfahrungen der Sinnesdränge in den Sinnesorganen. Die Sinnesdränge des normalen Menschen lugen und lauschen und lungern ununterbrochen in die Welt hinein und erfahren in einem ununterbrochenen Prasselhagel von immer wieder neuen Erfahrungen, was an als „außen“ erlebten Objekten erreichbar ist. Diese Tätigkeit geschieht mit einer nicht zu nennenden Geschwindigkeit. Eine Erfahrung folgt der anderen, eine Erfahrung löst die andere ab.

Wenn man z.B. irgendwo einen tatenlos sitzenden Menschen beobachtet, so sieht man das immer wieder neue Zu-rechtsetzen des Leibes, um einseitige Drücke zu vermeiden, angenehme Tastungen zu erfahren, und man sieht darüber hinaus jenes lechzende Lungern und Lauschen der Triebe mittels der Sinnesorgane. Immer wieder blicken die Augen auf, blitzschnell geht der Blick in den Umkreis, um etwas zu erfahren, immer wieder lauschen die Ohren in alle Richtungen, und sobald etwas „Interessantes“ wahrgenommen wird, tritt in das Gesicht ein Ausdruck von Freude oder Ablehnung. Dann kann man beobachten, dass der Betreffende über den Eindruck noch mehr oder weniger nachdenkt, sich an ähnliche Dinge erinnert usw.

Wurde aber von den Sinnesdrängen in den Sinnesorganen aus der Umgebung nichts erfahren, dann sieht man den Betreffenden bald in seinen mitgebrachten Papieren, Zeitungen, Briefen oder Notizen sortieren und lesen. Wenn er aber nichts zum Sortieren und Lesen bei sich hat, so tritt öfter ein Wechsel von betonter Spannung und bewusst gewordener Unbefriedigtheit in den Gesichtszügen auf, Langeweile. Man kann beobachten, dass der Mensch nun nachdenkt, wie und wo er etwas Schönes oder jedenfalls Besseres als im gegenwärtigen Augenblick erleben könne, und bald kann man sehen, dass die

Körpermaschine von jenem Sitz erhoben und in Bewegung gesetzt wird, um sie zu Stätten hinzubringen, wo die Sinnesdränge mehr erfahren können.

So wie von den sechs Tieren, jedes in eine andere Richtung hin zerrt und reißt, so wird der menschliche Leib durch die sechsfache Süchtigkeit immer wieder in Bewegung gesetzt, weil jeder seiner Sinnesdränge in eine andere Richtung lugt und lauscht und lungert und lechzt nach entsprechender Erfahrung, die meistens dann auch stattfindet in ständiger wechselnder Aufeinanderfolge.

Die sechsfache Erfahrung vergleicht der Erwachte mit Schwerthieben (S 12,63):

*Und wie ist die Nahrung „Erfahrung“ (viññāna) zu verstehen? Gleichwie etwa, wenn da Leute einen verbrecherischen Räuber gefangen hätten und dem König vorführten: Hier, Majestät, ist der verbrecherische Räuber, verhängt über ihn die Strafe, die dir beliebt.– Daraufhin spräche der König: Geht, ihr Leute, und züchtigt den Mann des Morgens mit hundert Klingenhieben –, und sie züchtigten ihn morgens mit hundert Klingenhieben. Mittags nun spräche der König: Ihr Leute, wie ist es mit dem Mann? – Noch ist er am Leben, Majestät. – Daraufhin spräche der König: Geht, ihr Leute, und züchtigt den Mann mittags mit hundert Klingenhieben. Ebenso auch abends.–*

*Was meint ihr, würde wohl der Mann von dreihundert Klingenhieben gezüchtigt, dadurch Schmerz und Qual empfinden? – Schon von einem einzigen Klingenhieb getroffen, würde er Schmerz und Qual empfinden, geschweige von dreihundert.*

*Ebenso nun auch ist die Nahrung Erfahrung zu verstehen, sag ich.*

Jede Erfahrung ist – vom Standpunkt der der Herzenseinigung Fähigen betrachtet – ein großer Schmerz, aber wir leben schon so lange Zeiten in dieser Erlebnisweise, wir sind sie so ge-

wöhnt und kennen so wenig eine andere, dass wir den Schmerz aus Mangel an Vergleichsmöglichkeit nicht als Schmerz registrieren können, eben weil wir ihn immer haben und außerdem eine so breite Skala von Schmerzen bis zu den extremsten, dass uns jeder Wechsel zu einem geringeren Schmerz wie ein Wohl vorkommt. Daher kommt es, dass ein Mensch, der die sinnliche Wahrnehmung übersteigt und zu dem Erlebnis der Entrückungen kommt, diese dann als eine Seligkeit und als Frieden über alle Maßen empfindet, wie er es sich vorher überhaupt nicht denken konnte. Und je öfter und tiefer er diesen Frieden genießt, um so stärker empfindet er beim Rückfall in die sinnliche Erlebensweise: „Das ist doch kein Leben.“ – So sagt *Ruisbroeck*: „*Steig über die Sinne, h i e r lebet das Leben.*“ Sobald bei einem solchen der Sinne Entrückten die Maschinerie der Erfahrungen durch die Sinnesorgane wieder zu laufen anfängt, empfindet er sie im Vergleich zur Seligkeit der Entrückung wie Schwerthiebe.

Unmittelbar verbunden mit der sechsfachen Erfahrung ist die sechsfache Berührung des Empfindungssuchtkörpers oder Wollenskörpers (*nāma-kāya*), der Triebe, die zugleich mit der sechsfachen Erfahrung stattfindet. Für die Berührung gibt der Erwachte folgendes Bild: Da läuft ein Rind herum, dessen Haut überall aufgerissen ist. Das so empfindliche rohe Fleisch liegt offen zutage, und die verschiedenen Insektenarten fallen darüber her und saugen sich an dem rohen Fleisch mit Blut voll.

Auch diese Art des Leidens – die sechsfache Berührung – sind wir ganz ebenso gewöhnt wie die der sechsfachen Erfahrung, so dass wir sie nicht mehr verzeichnen können. Durch den Dauerschmerz sind wir so abgestumpft und unfähig zu richtigem „Wohlfühlen“, dass wir in unserem Wahn nur die etwas geringeren Berührungsschmerzen gegenüber den gröberen schon als „Wohl“ empfinden und nur die größten als Weh, und so vermeinen wir, zwischen wohltuenden Erlebnissen und schmerzlichen zu leben. In Wirklichkeit ist für uns jede Berührung ein großer Schmerz.

Diese beiden Dauerschmerzen der Erfahrungsakte und der Berührungen gehören zur Natur der Daseinsformen in sinnlicher Wahrnehmung, und sie bestehen ununterbrochen und unabhängig vom Lauf der Zeiten und vom Ablegen, Altern und Wiederanlegen des Körpers so lange, bis wir uns umstellen. Diese beiden mit dem Begegnungsleben verbundenen Dauerschmerzen sind eine gewaltige Anstrengung der gesamten Körperkräfte und halten auch den Geist in einer dauernden untergründigen Anspannung und Sorge um Funktionieren und Schutz des Körpers und der jeweils benutzten Organe und bewirken Verschleiß und Altern des Körpers – aber das alles geschieht schon so lange, dass der Mensch es so wenig merkt, wie der Fisch das Wasser merkt, in dem er geboren ist und ununterbrochen lebt. Das Wesen beachtet nur, was ihm der jeweilige Sinneseindruck an Angenehmerem oder Unangenehmerem als der vorherige bringt. Beim angenehmen Sinneseindruck hat es den großen Dauerschmerz plus kurzem Wohlfühl, und beim unangenehmen Eindruck hat es zum gleichen großen Dauerschmerz noch das kurze Schmerzgefühl. Es registriert in seinem Bewusstsein eben nur die kurz aufkommenden Gefühle, nicht aber den unterbrechungslos erlittenen Dauerschmerz.

Der Erwachte zeigt, dass der im Begehren Lebende seine Situation gar nicht richtig erfassen kann: Die Erfahrung der Sinnesdränge sagt ihm „wohl tut das“, obwohl es wehtut.

In Amerika hat man in psychologischen Instituten mit Studenten als Freiwilligen Versuche über diese Sucht nach Erfahrungen angestellt. Jeder Einzelne hat sich in eine Zelle legen lassen, in der sinnliche Eindrücke auf ein Minimum beschränkt waren. Es war dunkel; ein gleichmäßiger, leiser Dauerton und das Tasten der Unterlage auf dem Lager waren die einzigen sinnlichen Eindrücke. Es kam bei diesen Versuchen darauf an, wie lange die Studenten den Abschluss von sinnlicher Wahrnehmung aushalten konnten. Es heißt, dass sie nach kurzer Zeit, manche schon nach Minuten, auf Befreiung drängten und dass viele überrascht, betroffen und fast entsetzt



waren bis zu den Äußerungen: „Man verliert ja seine Persönlichkeit, wenn man nichts erlebt.“

Der Mensch ist daran gewöhnt, dass die Augen immer Formen sehen, die Ohren immer etwas hören usw., ununterbrochen geschehen Eindrücke, und man nimmt Stellung zu dem Erlebten. An diese automatische Rezeption und Reaktion sind viele so gewöhnt, dass sie gar kein anderes Leben ihrer Person kennen und darum ihre Persönlichkeit zu verlieren fürchten, wenn dieser Strom stark reduziert wird.

Aber diese Erfahrungen in ihrer rasanten Aufeinanderfolge können bei genauer Betrachtung nicht als Ich gelten. Sie sind ein endloser, ständig wechselnder Strom, den der Erleber nicht willkürlich und autonom lenken kann. Die durch die Sinnesdränge erfahrbaren Erscheinungen kommen heran nach ihrem Gesetz, bedingt durch den Hunger nach Erlebnissen einerseits und durch den Strom des Gewirkten andererseits. Da ist kein autonomes, souveränes, lenkendes Ich zu erkennen, das zudem noch beständig sein müsste. Der Erwachte sagt (M 148):

*„Das Körperwerkzeug Auge mit dem innewohnenden Luger ist das Ich“, eine solche Behauptung kann nicht angehen. Beim Körperwerkzeug Auge mit dem innewohnenden Luger wird ein Entstehen und Vergehen erkannt. Wobei nun aber ein Entstehen und Vergehen erkannt wird, müsste man „Mein Ich entsteht und vergeht“ als Folgerung gelten lassen. Darum geht es nicht an zu behaupten: „Das Körperwerkzeug Auge mit dem innewohnenden Luger ist das Ich.“ Somit ist das Werkzeug Auge mit dem innewohnenden Luger nicht das Ich.*

*„Die Formen sind das Ich“, eine solche Behauptung kann nicht angehen. Bei den Formen wird ein Entstehen und Vergehen erkannt. Wobei nun aber ein Entstehen und Vergehen erkannt wird, müsste man „Mein Ich entsteht und vergeht“ als Ergebnis gelten lassen. Darum geht es nicht an zu behaupten: „Die Formen sind das Selbst.“ Somit ist das Körperwerkzeug Auge mit dem innewohnenden Luger nicht das Ich und sind die Formen nicht das Ich. – „Die Luger-Erfahrung ist das Ich“,*

*eine solche Behauptung kann nicht angehen. Bei der Luger-Erfahrung wird ein Entstehen und Vergehen erkannt. Wobei nun aber ein Entstehen und Vergehen erkannt wird, müsste man „Mein Ich entsteht und vergeht“ als Folgerung gelten lassen. Darum geht es nicht an zu behaupten: „Die Luger-Erfahrung ist das Ich.“ Somit ist das Körperwerkzeug Auge mit dem innewohnenden Luger nicht das Ich, sind die Formen nicht das Ich, ist die Luger-Erfahrung nicht das Ich.*

Dasselbe wird gesagt von der Lugerberührung, dem Gefühl, dem Durst und ebenso von den anderen Sinnesdrängen in den Sinnesorganen.

Wenn es heißt: *Durch den Luger und die Formen entsteht* (oder wörtlich „steigt auf“) *die Luger-Erfahrung*, dann denkt der normale Mensch, oft auch der buddhistische Leser, dass ein Ich (Subjekt) mittels eines materiellen Apparates (Auge) Formen, mittels des Ohres Töne, eben in der Welt Objekte erfahre.

Der Erwachte zeigt aber mit seiner gesamten Lehre: Da ist nicht eine „Welt da draußen“, eine „objektive Welt“, deren Formen ein souveränes, „individuelles“ „Ich“ betrachtet und deren Töne es hört, die die Ursache für sein Erleben seien. Vielmehr kommt nur der Eindruck auf, als ob mit „eigenen Augen“ die Formen „der Welt“ wahrgenommen würden, mit „eigenen Ohren“ die Töne „der Welt“. In Wirklichkeit ist es aber ganz so wie im Traum: Es besteht zwar der Eindruck, ein Ich sehe äußere Formen, höre äußere Töne, aber hinter diesem gesamten geistigen Eindruck steht nicht eine vom erlebten „Erleber“ unabhängige Welt, aus welcher die Eindrücke kämen, sondern das, was der Erwachte im Bedingungszusammenhang *bhava* nennt, was allgemein mit „Werden“ oder „Dasein“ übersetzt wird: die Gesamtheit des von uns Gewirkten, das Schaffsal. Nur dieses ist die Quelle unserer jeweiligen Erlebnisse. Wir betrachten die herantretenden Begegnungswahrnehmungen, als ob wir etwas Neues aus der Welt sähen, als ob wir etwas Neues aus der Welt hörten, röchen, schmeck-

ten, tasteten, bedächten. Aber der Erwachte sagt von diesem Vorgang: *Maler Herz malt*. In Wirklichkeit ist nicht eine Welt gegenüber einem Ich oder ein Ich gegenüber einer Welt, vielmehr besteht eine fest gesponnene Verbindung zwischen dem Wirken des Täters und dem ihn umgebenden Gewirkten, wobei dieses Gewirkte als Vorstellung von Begegnungswahrnehmungen an ihn wieder herantritt. Der Erwachte sagt:

*Dadurch, dass der Mensch sich etwas gegenüberstellt, erzeugt er die Illusion einer gespaltenen Begegnungswahrnehmung: den Luger, an den erfahrbare Formen als vergangen, zukünftig, gegenwärtig herantreten, der Lauscher, an den erfahrbare Töne als vergangen zukünftig gegenwärtig herantreten... (M 18)*

Solange die Gewohnheit beibehalten wird, die als äußere Welt erscheinende Vielfalt der Formen, Töne usw. zu ergreifen, so lange tauchen immer wieder Formen, Töne usw. auf und werden augenblicklich mit dem gegenwärtigen triebbedingten „Geschmack“ abgeschmeckt und gemessen.

### Gefühl und Wahrnehmung

Ein Geheilte erläutert (M 18):

*Ist nun, Brüder, Luger, Form und Luger-Erfahrung, Lauscher, Töne und Lauscher-Erfahrung...da, so darf man mit dem Erscheinen von Berührung rechnen; ist Berührung erschienen, so darf man mit dem Erscheinen von Gefühl rechnen; ist Gefühl erschienen, so darf man mit der Erscheinung von Wahrnehmung rechnen...*

### *Durch Berührung bedingt ist Gefühl*

Jedes Gefühl, das wir empfinden, ist die Antwort unserer inneren Neigungen, Triebe und Wünsche, die insgesamt unsere

Empfindlichkeit ausmachen, auf die herantretenden Eindrücke, die wir als „außen“ erleben. Diese als „außen“ erlebten herantretenden Eindrücke sind die Ernte aus früherem Wirken im Denken, Reden und Handeln, die auf als innen erlebte Empfindlichkeit auftreffen.

*Was man fühlt, nimmt man wahr*

Wahrnehmung (*saññā* = *sam-jñā* = *zusammenwissen*) ist die Zusammenkunft des erfahrenen Objekts und des Gefühls. Diese Wahrnehmung gelangt unmittelbar in den Geist und wird dort eingeordnet entsprechend ihrem vom Gefühl bestimmten „Wert“. Es ist wahrgenommen worden ein Ich, das diese Sache erlebt. „Man“ weiß nun um das angenehme oder unangenehme Objekt im Zusammenhang mit anderen Erlebnissen mehr oder weniger deutlich entsprechend der Stärke des Gefühls. Diesen Zusammenhang muss man kennen, um das folgende Gleichnis, das Nandako den Nonnen gab, zu verstehen:

Die innere Bedingung für  
das Zustandekommen von Gefühl

*Gleichwie etwa, ihr Schwestern, bei einer brennenden Öllampe das Öl unbeständig, wandelbar ist, der Docht unbeständig, wandelbar ist, die Flamme unbeständig, wandelbar ist, der Schein unbeständig, wandelbar ist; wer da nun, ihr Schwestern, etwa sagte: „Bei dieser brennenden Öllampe ist zwar Öl und Docht und Flamme unbeständig, wandelbar, aber ihr Schein, der ist beständig, beharrend, ewig, unwandelbar“: würde der wohl, ihr Schwestern, solches mit Recht sagen? – Gewiss nicht, o Herr! – Und warum nicht? –*

*Bei dieser brennenden Öllampe, o Herr, ist ja Öl und Docht und Flamme unbeständig, wandelbar, wie erst ihr Schein! –*

*Ebenso nun auch, ihr Schwestern, wenn einer etwa sagte: „Die zu mir gezählten Sinnesorgane mit den zu mir gezählten Sinnesdrängen sind unbeständig, wandelbar. Was ich aber auf Grund der sechs zu mir gezählten Sinnesdränge in den zu mir gezählten Sinnesorganen an Wohl-, Weh- oder Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl empfinde, das ist beständig, beharrend, ewig unwandelbar“, würde der etwa, ihr Schwestern, solches mit Recht sagen? – Gewiss nicht, o Herr. – Und warum nicht? –*

*Durch eine solcherart bedingte Ursache, o Herr, kommt ein solcherart bedingtes Gefühl zustande; durch die Auflösung einer solcherart bedingten Ursache wird das dadurch bedingte Gefühl aufgelöst. –*

*Recht so, recht so, ihr Schwestern. So wird es vom Heilsgänger der Wirklichkeit gemäß gesehen. –*

Hier vergleicht Nandako also den lebenden Menschen mit einer brennenden Öllampe. Die leere Lampe selbst gilt für den gesamten menschlichen Körper. Der Docht in der Lampe gilt für die körperlichen Sinneswerkzeuge samt dem Gehirn als sechstes. Das Öl in der Lampe, das den ganzen Docht durchzieht, gilt für die fünf Begehrensdränge, die die Sinnesorgane durchziehen, und gilt als sechstes auch für den das Gehirn durchziehenden geistigen Drang nach gedanklicher Beschäftigung mit den Objekten. Ganz so wie das Öl den Docht durchzieht, so durchziehen die Begehrensdränge in ihrer Gesamtheit als eine durch den Körper ausgebreitete Empfindlichkeit, eben als Empfindungssuchtkörper, Wollenskörper (*nāma-kāya*), den Fleischkörper mit seinen Sinnesorganen.

Und die Flamme dieser brennenden Öllampe, die ja nie durch den Docht allein, sondern gerade durch sein Durchtränktsein mit Öl zustande kommt, gilt für das Aufleuchten des Erlebnisses, also für Gefühl, und der Schein für die Wahrnehmung. So kommt zustande der Eindruck eines die Umwelt

empfindenden, erlebenden Ich, das diese oder jene angenehmen oder unangenehmen Erlebnisse hat.

Bei stark herausragendem Docht, wenn also ein großer Teil des ölgetränkten Dochtes brennen kann, entsteht eine Flamme mit großem Lichtschein, und bei ganz wenig herausragendem Docht kann der Lichtschein nur klein sein. Je mehr Triebe, (stark herausragender ölgetränkter Docht), desto stärker ist Gefühl (die Flamme) und desto leuchtkräftiger die Wahrnehmung (der Schein). Bei weniger Trieben entsteht weniger Gefühl und Wahrnehmung. So sind die Triebe die innere Bedingung für das Aufkommen von Gefühl und Wahrnehmung.

### Die äußere Bedingung für Gefühl

Die äußere Bedingung für das Aufkommen von Gefühl ist durch die Ankunft der Ernte aus früherem Wirken gegeben, d.h. durch die zur Berührung (der inneren Empfindlichkeit) kommenden Sinneserfahrungen. Diese Ernte entspricht der Saat, d.h. dem einstigen Wirken, indem angenehme Ernte auf gutes Wirken folgt und unangenehme, schmerzliche Ernte auf übles Wirken.

Diese Ernte vergleicht *Nandako* mit dem Schatten, den ein Baum wirft:

*Gleichwie, ihr Schwestern, bei einem großen, kernig dastehenden Baum die Wurzel unbeständig, wandelbar ist, der Stamm unbeständig, wandelbar ist, Ast- und Laubwerk unbeständig, wandelbar ist, der Schatten unbeständig, wandelbar ist. Wer da nun, ihr Schwestern, etwa sagte: „Bei diesem großen, kernig dastehenden Baum ist zwar Wurzel und Stamm, Ast- und Laubwerk unbeständig, wandelbar, aber sein Schatten, der ist beständig, beharrend, ewig, unwandelbar“, würde der wohl, ihr Schwestern, solches mit Recht sagen? – Gewiss nicht, o Herr! –*

*Und warum nicht? – Bei diesem großen, kernig dastehenden Baum, o Herr, ist ja Wurzel und Stamm, Ast- und Laubwerk unbeständig, wandelbar. Wie erst sein Schatten! –*

*Ebenso nun auch, ihr Schwestern, wenn einer etwa sagte: „Das als sechsfaches Außen Erfahrene (bahid-dha āyatana) ist unbeständig, wandelbar. Was mich aber da auf Grund des als sechsfaches Außen Erfahrenen an Wohl- und Weh- oder Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl ankommt, das ist beständig, beharrend, ewig unwandelbar“, würde der etwa, ihr Schwestern, solches mit Recht sagen? – Gewiss nicht, o Herr. –*

*Und warum nicht? – Durch eine solcherart bedingte Ursache, o Herr, kommt ein dadurch bedingtes Gefühl zustande. Durch die Auflösung dieser solcherart bedingten Ursache wird ein dadurch bedingtes Gefühl aufgelöst. –*

*Recht so, recht so, ihr Schwestern. So wird es vom Heilsgänger der Wirklichkeit gemäß mit vollkommener Weisheit gesehen. –*

Der fest in der Erde verwurzelte Stamm mit dem weitverzweigten Ast- und Laubwerk, der in allen seinen Teilen einer ständigen Wandlung unterliegt, gilt für die einst gesäte äußere Ernte, die mittels Erfahrung an den Menschen herantritt. So auch unterliegen alle erfahrbaren Formen, Töne, Düfte, alles Schmeck- und Tastbare und alle Denkobjekte der Wandelbarkeit: Eine bestimmte karmische Ernte tritt heran und verschwindet wieder, um einer neuen Platz zu machen.

Die herangetretenen, teils als angenehm, teils als unangenehm, teils als gleichgültig empfundenen Erlebnisse werden verglichen mit dem Schatten des Baumes, welcher durch das flackernde Licht der Öllampe und durch den Baum selbst bedingt ist.

Der Mensch erfährt also nicht die Früchte seines Wirkens, den „Baum“, so wie er ist, sondern eben nur seinen Schatten, der erzeugt wird von dem Brand des Öls, von der Empfindungssucht, den Trieben. Wir erleben nicht die ankommende Ernte, wie sie gewirkt worden ist, sondern erst, nachdem die innewohnenden Triebe ihr verzerrendes Urteil gesprochen haben. Bei starken Trieben in den Sinnesorganen (weit herausragender ölgetränkter Docht) ist Gefühl (Flamme) und Wahrnehmung (Schein) kräftig, entsprechend ist die ankommende Ernte (Schatten). Bei schwachen Trieben in den Sinnesorganen (wenig herausragender, mit wenig Öl getränkter Docht) ist Gefühl (Flamme) und Wahrnehmung (Schein) schwach, entsprechend ist die ankommende Ernte (Schatten). Und ohne gefühlsbedingte Wahrnehmung (ohne Flamme, ohne Schein) ist gar keine herankommende Ernte (Schatten), wie sie gewirkt wurde, möglich. Damit zeigt Nandako die sich im Gefühl äußernde Empfindlichkeit und Treffbarkeit durch die als schmerzliche oder wohltuende Ernte aus früherem Wirken herantretenden Berührungen, die aber doch nur nach der Stärke der jetzigen inneren Triebe empfunden werden können.

In einem anderen Gleichnis (S 14,12) wird des normalen Menschen Empfindungssuchtkörper, werden die Triebe in den Sinnesorganen mit trockenem Grasgrund verglichen, der im Augenblick der Berührung durch den Erfahrungsfunken (*viññāna*) lichterloh aufbrennt. Dieses machtvolle Aufflammen (Gefühl) bedingt die Wahrnehmung des gewöhnlichen Menschen. Er wird von den einen Wahrnehmungen stark erfreut und angezogen, von anderen ebenso stark abgestoßen und verdrossen.

Die zwei zusammenwirkenden Quellen des Gefühls werden von Nandako ausdrücklich unterschieden:

*Was da auf Grund der sechs zu sich gezählten Sinnesdränge in den zu sich gezählten Sinnesorganen an Wohl-, Weh- oder Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl aufkommt und was da auf Grund des als sechsfaches Au-*



*ßen Erfahrenen an Wohl- oder Weh- oder Weder-Weh-  
noch-Wohl-Gefühl aufkommt...*

*Auf Grund der sechs zu sich gezählten Sinnesdränge  
in den zu sich gezählten Sinnesorganen aufkommen-  
des Gefühl* bedeutet: Die Triebe, welche den sechs Sinnes-  
werkzeugen so innewohnen wie der Magnetismus dem Mag-  
neten oder das Öl dem Docht einer brennenden Öllampe, wer-  
den bei der Berührung durch das als Außen Erfahrene berührt  
und antworten mit Gefühl. *Auf Grund des als sechsfaches  
Außen Erfahrenen aufkommendes Gefühl* bedeutet: auf  
Grund früheren Wirkens aufkommendes Gefühl, das durch  
herantretende Berührungen der Triebe als außen erfahren wird.  
Der erlebte Schatten, die gefühlsbedingte Wahrnehmung, ist  
also einmal bedingt durch den vom Öl (den Trieben) kom-  
menden Lichtschein und zum anderen bedingt durch den  
Baum (die Ernte des Wirkens). Das sind die zwei Quellen des  
Gefühls.

Beispiele dafür, dass die Ernte üblen Wirkens nicht immer  
Wehgefühl auslösen muss, sondern dass es auf den Grad der  
Verletzbarkeit oder Nichtverletzbarkeit des Empfängers der  
Ernte ankommt, haben wir viele in den Lehrreden.

*Mahāmoggallāno* z.B. berichtet (M 50), dass er in einem  
viel früheren Leben an einem früheren Buddha gefrevelt habe,  
dafür lange Zeit im Jenseits Schmerzen erleiden musste; und  
es heißt, dass er als Geheilte ermordet wurde. Da er als Ge-  
heilte keine Triebe (Öl) mehr hatte, so konnte die Ermordung  
(Baum), die einem normalen Menschen ganz entsetzlich ist,  
ihm nichts mehr antun (Schatten). Ja, noch mehr: Der Heilge-  
wordene hat den Körper und die sinnliche Wahrnehmung in  
keiner Weise mehr nötig, sie sind ihm nur Belästigung.

Aus den Sinnesdrängen des Körpers und dem als Außen  
Erfahrenen geht also Gefühl und damit Wahrnehmung hervor:  
*So kommen denn diese zwei Dinge auf zwei verschiedenen*

*Wegen im Gefühl zu einem zusammen. (D 15) Ebenso heißt es in A X,58: Worin kommen alle Dinge zusammen? Im Gefühl.*

Das jeweils erfahrene Außen ist der Bildanteil der Wahrnehmung, und das Gefühl aus den treibenden Trieben ist der Neigungsanteil, der Soganteil, der Anteil von Anziehung und Abstoßung bei der Wahrnehmung. Die beiden Anteile werden oft in unterschiedlicher Stärke wahrgenommen: einmal können räumliche Bilder wahrgenommen werden mit nur schwachem Gefühl besetzt, ein anderes Mal werden hauptsächlich Empfindungen, Bedürfnisse, Süchte, Widerstreben, seelisches Gerissensein wahrgenommen, und Bilder werden nur schwach verzeichnet, aber immer wird bildhaft eine Welt geträumt, und spannungshaft wird ein Ich geträumt mit tausend festgelegten Wünschen, hin und her gerissen, ein Hungerleider, ein Haben- und Seinwollen.

#### Die Vertreibung der Gier nach Befriedigung (*nandirāga*)

Und nun gibt Nandako nach den beiden Gleichnissen, die die Unbeständigkeit und Wandelbarkeit der sechs zu sich gezählten Sinnesorgane mit den zu sich gezählten Süchten und die Wandelbarkeit des als sechsfaches Außen Erfahrenen deutlich gemacht haben, samt der durch die unbeständige Grundlage bedingten unbeständigen Erfahrung, dem unbeständigen Gefühl und der unbeständigen Wahrnehmung, ein Gleichnis dafür, wie der Heilsgänger auf Grund der gewonnenen Einsichten die Gier nach Befriedigung vertreibt:

*Gleichwie, ihr Schwestern, wenn ein geschickter Schlächter oder Schlächtergeselle eine Kuh schlachtete und mit scharf geschliffenem Messer die Kuh zerlegte, ohne die inneren Fleischteile zu zerreißen, ohne das äußere Fell zu zerreißen; und was innen an Fasern, innen an Sehnen, innen an Bändern da ist, eben das*

mit dem scharf geschliffenen Messer abtrennte, abschnitt, rings herabschnitt; und nachdem er es abtrennt, abgeschnitten, rings herabgeschnitten, das äußere Fell losgelöst hätte, mit eben diesem Fell die Kuh wieder bedeckte und nun sagte: „Ganz wiederverbunden ist hier die Kuh mit ihrem Fell“, würde der wohl, ihr Schwestern, solches mit Recht sagen? – Gewiss nicht, o Herr. – Und warum nicht? –

Mag auch, o Herr, ein geschickter Schlächter oder Schlächtergeselle eine Kuh schlachten und mit scharf geschliffenem Messer die Kuh zerlegen, ohne die inneren Fleischteile zu zerreißen, ohne das äußere Fell zu zerreißen; und was innen an Fasern, innen an Sehnen, innen an Bändern da ist, eben das mit dem scharf geschliffenen Messer abtrennen, abschneiden, rings herabschneiden; und nachdem er es abtrennt, abgeschnitten, rings herabgeschnitten, das äußere Fell losgelöst hätte, mit eben diesem Fell die Kuh wieder bedecken; und mag er nun gleich sagen: „Ganz wiederverbunden ist hier die Kuh mit ihrem Fell“, so ist die Kuh eben nicht mehr verbunden mit ihrem Fell. –

Ein Gleichnis habe ich da, ihr Schwestern, gegeben, um den Sinn zu erklären. Das aber ist nun der Sinn: Die inneren Fleischteile, das ist, ihr Schwestern, ein Gleichnis für die sechs zu sich gezählten Sinnesorgane mit den zu sich gezählten Süchten. Das äußere Fell, das ist, ihr Schwestern, ein Gleichnis für das als Außen Erfahrene. Innen die Fasern, innen die Sehnen, innen die Bänder: das ist, ihr Schwestern, ein Gleichnis für die Gier nach Befriedigung. Das scharf geschliffene Messer, das ist, ihr Schwestern, ein Gleichnis für die heilende Wahrheit, die, was innen an Befleckungen, innen an Verstrickungen, innen an Banden ist, abtrennt, abschneidet, rings herabschneidet.

Dem Heilsgänger sind die Bande des Wahns abgeschnitten. Er kann bei nüchterner Überlegung nicht mehr dem trügerischen Anschein, dem Wahneindruck verfallen, den die sinnliche Wahrnehmung auch ihm immer noch aufdrängen will, dem Eindruck, dass da ein empfindendes Ich sei, dem die erlebte Welt gegenüberstehe. Er sieht, dass die gefühlsbesetzten Blendungsdaten im Geist diesen Wahn erzeugen, und er sieht, dass alles Dürsten der Wesen, sowohl das drängende Verlangen nach den einen wie das besorgte Flihen und Vermeiden der anderen Eindrücke, eine Krankheit des mit Trieben besetzten Herzens und die Ursache allen Leidens ist, das sich so lange fortsetzt, wie die Krankheit nicht geheilt ist.

Von jetzt an denkt er bei jedem bewusst gewordenen sehenden Verlangen nach den einen und spontaner Abwendung von den anderen äußeren Erscheinungen immer mehr daran, dass die Befriedigung des Durstes Leiden bringt, ihn im leidvollen Samsāra festhält. Aber die Triebe in den Sinnesorganen sind noch nicht aufgehoben, die Sinneserfahrungen lösen fast noch die gleichen Wohl- und Wehgefühle aus wie zuvor und drängen zur Befriedigung. Er ist noch nicht entronnen, hat erst in seinem Geist die Einsicht gewonnen, aber er arbeitet jetzt unirritierbar auf die Auflösung aller Verstrickungen des Herzens hin. Der Heilsgänger erinnert sich der Aussage des Erwachten *Befriedigung ist des Leidens Wurzel (M 1)* und der Antwort auf die Frage eines Mönches, was die Loslösung von den fünf Zusammenhäufungen sei:

*Das Verneinen und Aufgeben des Wunsches nach Gierbefriedigung bei den fünf Zusammenhäufungen. (M 109)*

Und er führt sich bei den Verlockungen durch die Sinnendinge und bei dem Drang, aufzubrausen, nachzutragen, sich zu rächen, sich rücksichtslos durchzusetzen, immer wieder vor Augen: „Diese Gier nach Befriedigung der inneren Dränge hält im Leiden, im Bereich des Todes.“ Darum kann sich der Heilsgänger an nichts mehr, was irgendwie erscheint, endgültig befriedigen wollen. Die von ihm ausgebildete Weisheit und

Wahrheitsgegenwart (*sati*) vertreibt diese an den Samsāra fesselnde, gefühlte und in den Gedanken aufsteigende Gier immer wieder. Diesen Kampf der Vertreibung – einen Teil des sechsten Gliedes des achtgliedrigen Heilsweges – beschreibt der Erwachte mit den Worten:

*Da gönnt der Mönch einem aufgestiegenen Gedanken der Sinnensucht keinen Raum, löst ihn auf, vertreibt ihn, vertilgt ihn, erstickt ihn im Keime, gönnt einem aufgestiegenen Gedanken der Antipathie, des Hasses keinen Raum, löst ihn auf, vertreibt ihn, vertilgt ihn, erstickt ihn im Keime; gönnt einem aufgestiegenen Gedanken der Rücksichtslosigkeit keinen Raum, löst ihn auf, vertreibt ihn, vertilgt ihn, erstickt ihn im Keime; gönnt diesen und jenen schlechten, verderblichen Gedanken, die aufsteigen, keinen Raum, löst sie auf, vertreibt sie, vertilgt sie, erstickt sie im Keim. Das nennt man den Kampf der Vertreibung. (D 33 IV)*

Der Heilsgänger, der die Gier nach Befriedigung immer wieder vertreibt, den Gedanken an die Befriedigung der Sinnensucht und der Antipathie, des Hasses mit dem Messer der Weisheit „ringsherum abschneidet“, d.h. sich ihre schädlichen Folgen vor Augen führt, kann sich nicht mehr befriedigen wollen, wie es in M 105 heißt:

*Dass nun ein Mönch, wenn er die sechs Sinnensüchte nach Berührung zurückhält, die Gewohnheit des Ergreifens als des Leidens Wurzel gesehen hat, sich mit Ergreifen des Körpers bedienen könnte oder das Herz erregen lassen könnte, das ist unmöglich.*

*Gleichwie wenn da ein Trinkbecher wäre mit schönem, duftendem, wohlschmeckendem Inhalt, aber mit Gift versetzt, und es käme ein Mann herbei, der leben, nicht sterben will, der Wohlsein wünscht und Wehe verabscheut; was meinst du, Sunakkhatto, würde da wohl der Mann den Trinkbecher leeren, von dem er wüsste: „Habe ich das getrunken, so muss ich sterben oder tödlichen Schmerz erleiden“? – Gewiss nicht, o*

*Herr. – Ebenso nun, Sunakkhatto, ist es unmöglich, dass ein Mönch, wenn er die sechs Sinnensüchte nach Berührung zurückhält, die Gewohnheit des Ergreifens als des Leidens Wurzel gesehen hat, sich mit Ergreifen des Körpers bedienen könnte oder das Herz erregen lassen könnte.*

Der Gifttrank sieht köstlich aus und riecht köstlich, ist einladend, verführerisch – die Triebe lassen dem Übenden noch immer angenehme und ihn verlockende Objekte erscheinen –, aber der Heilsgänger weiß: Sie bringen Leiden, sind „giftig“. Das ist die höhere Weisheitsinstanz, die demjenigen, der in die Heilsanziehung eingetreten ist, endgültig eingepflanzt ist. Er wird von Fall zu Fall doch noch manchmal trinken und das Leiden des Gifts am eigenen Leib spüren. Es gibt wenige Geheilte, die nicht vor der Heilung vielmals gestrauchelt und gefallen sind, aber sie stehen immer wieder auf, überwinden die Gier nach Befriedigung. Auf längere Zeit gesehen wird gemerkt, dass das Ergreifen durch die Sinnesdränge nachgelassen hat.

Von dem Geheilten, der von allen Trieben frei ist, sagt der Erwachte im Gleichnis (M 105), dass ihm die sinnliche Welt nicht mehr als eine zwar vergiftete, aber dennoch köstlich lockende Speise erscheint, sondern wie eine giftige Schlange, die nicht nur wegen des Giftes, sondern auch wegen ihres Aussehens keinen Gedanken an Befriedigung – aber auch keinerlei Schrecken oder Abwehrempfindungen aufkommen lässt, wie sie für den Nichtgeheilten mit „Schlange“ und „Gift“ verbunden sind: Dem Geheilten, der in endgültiger Sicherheit, im vollendeten Wohl wohnt, das durch nichts gestört werden kann, sieht nichts mehr verlockend aus. Niedrigste und höchste Götterformen durchschaut er gleicherweise als aus Wahn gemacht, dem Wechsel und Wandel unterworfen – als Giftschlange, die aber seinem absoluten Frieden nichts mehr anhaben kann.

## Die sieben Erwachungsglieder

*Sieben Erwachungsglieder sind es, ihr Schwestern, durch deren Pflege und Ausbildung ein Mönch die Wollensflüsse/Einflüsse aufheben und die triebfreie Gemütererlösung, Weisheitserlösung noch bei Lebzeiten sich offenbar machen, verwirklichen und erringen kann. Und welche sieben?*

*Da entfaltet, ihr Schwestern, ein Mönch das Erwachungsglied Wahrheitsgegenwart, das auf Abgeschiedenheit gestützte, in der Gierfreiheit wurzelnde, in der Ausrodung wurzelnde, das einmündet in völlig ausge-reiftes Loslassen. Da entfaltet, ihr Schwestern, ein Mönch die Erwachungsglieder Ergründung der Wahrheit – Kampfeskraft – geistige Beglückung bis Entzü-ckung – Stillwerden der Sinnesdränge des Körpers – Herzenseinigung – Gleichmut, die auf Abgeschiedenheit gestützte, in der Gierfreiheit wurzelnde, in der Ausrodung wurzelnde, die einmünden in völlig ausge-reiftes Loslassen.*

*Das sind, ihr Schwestern, die sieben Erwachungsglieder, durch deren Pflege und Ausbildung ein Mönch die Wollensflüsse/Einflüsse aufheben und die triebfreie Gemütererlösung, Weisheitserlösung noch bei Lebzeiten sich offenbar machen, verwirklichen und erringen kann.*

Bei den bisherigen Übungen ging es um den Abbau alles Leidhaften. Bei der Entfaltung der sieben Erwachungsglieder geht es um die Verwirklichung des Leidlosen, um den Durchstoß zu immer größerer Klarheit bis zur vollkommenen Erwachung. Der Abbau des Unheilen muss der Verwirklichung des Heilen vorausgegangen sein.

## 1. Erwachungsglied: Wahrheitsgegenwart

In M 118 zeigt der Erwachte, dass die sieben Erwachungsglieder sich aus der konzentrierten Übung der vier Satipatthāna-Übungen ergeben. Der so weit Fortgeschrittene ist fähig zum unabgelenkten, kontinuierlichen, lückenlosen, unmittelbaren Beobachten des Entstehens und Vergehens der sechs auf Berührung von außen gespannten Sinnensüchte. Er unterscheidet bei all seinem Beobachten, ob das Beobachtete dem Unbeständigen, Leidigen angehört – und dann erfolgt eine klare, ruhige Abwendung –, oder ob es dem Weg zur Erwachung, zum Nirvāna, angehört – und dann tritt keine Abwendung ein. Nur ein mit diesem Maßstab durchgeführtes, von diesem Maßstab geleitetes Beobachten und Üben führt auf die Erwachung hin. Nur solche Beobachtung/Wahrheitsgegenwart ist das erste Erwachungsglied, und nur aus der so beschaffenen Beobachtung/Wahrheitsgegenwart können die sechs anderen Erwachungsglieder hervorgehen.

## 2. Erwachungsglied: Ergründung der Wahrheit

Ergründung der Wahrheit bedeutet, dass der Kenner der letzten Aussage des Erwachten, der Kenner der Nicht-Ichheit alles Erscheinens, immer mehr die existentiellen Zusammenhänge erfährt, um so mehr die Wirklichkeit erkennt und von daher nun im Ganzen die Aussage des Erwachten in den Lehrreden besser versteht. Er erkennt in der Existenz die Gültigkeit der Lehrreden, und in den Lehrreden erkennt er die Existenz wieder. So erwächst in ihm eine Sicherheit, dass er auf dem Felsgrund der Wirklichkeit steht, und diese Sicherheit erfüllt ihn immer mehr.

## 3. Erwachungsglied: Kampfeskraft, Energie

Aus dieser so erwachsenen Sicherheit geht das dritte Erwachungsglied hervor, das wir mit „Kampfeskraft“ oder „Ener-



gie“ übersetzen können. – Es ist eben so, dass die Wesen in dem gleichen Maß Tatkraft und Energie für ein Unternehmen entwickeln, wie sie über den lohnenden, nützlichen, guten Charakter der Sache volle Sicherheit und Zuversicht haben. Alle Willenlosigkeit kommt aus Unentschiedenheit; alle Unentschiedenheit kommt aus Unklarheit. Je klarer aber einer sieht, dass er sich auf den besten Wegen zu den besten Zielen befindet, um so mehr wachsen ihm Flügel, wächst Kampfkraft, Tatkraft, um so machtvoller und unwiderstehlicher schreitet er vorwärts.

#### 4. Erwachungsglied: Geistige Beglückung bis Entzückung

Solange der Mensch in Herz und Gemüt öde und kalt und grau ist, so lange braucht er das Außen. Aber wenn man innen beglückt und hell ist, dann braucht man von außen nichts. Wer bei sich feststellt, dass er aus der Lehrnachfolge Tugendwohl und Wahrheitwonne erfährt, die ganz unabhängig von der Welt, von allem Außen sind, dessen Freude kann durch diese Feststellung zusätzlich noch größer werden, kann innere Beglückung hervorrufen. Wenn diese sehr stark geworden ist, dann richtet sich der Geist so ausschließlich nach innen auf diese Beglückung, dass er darüber „verzückt“ wird und darüber die sinnliche Wahrnehmung „vergisst“. – Aber oberhalb der geistigen Beglückung und Entzückung steht er mit beobachtendem Geist, sieht diesen Vorgang, nimmt ihn zur Kenntnis, merkt, dass er entstanden ist aus den Bedingungen, die er erfahren hat. Das geistige Entzücken hört, wenn es stark genug ist, dadurch nicht auf, aber die Bindung daran löst sich auf.

#### 5. Erwachungsglied: Stillwerden der Sinnesdränge

Es stellt den Übergang von geistigem Entzücken zur vollen Herzenseinigung dar. Die programmierte Wohlerfahrungssuche ist immer auf das unter den jeweiligen Bedingungen erreichbare größte Wohl aus, das unter den jetzigen Umständen

durch die Verzückerung des Geistes entsteht. Dieses Wohl ist ein so überwältigendes, dass die programmierte Wohlerfassungssuche sich nun ganz dorthin wendet, so dass der Übende nichts anderes als geistiges Entzücken erlebt. Dieser Zustand wird dadurch zum Erwachungsglied, dass der Erfahrer sich jetzt nicht daran bindet, dieses Stillwerden der sinnlichen Triebe zu genießen, sondern dass er nun eingedenk der Bedingtheit auch dieses Geschehens ihm still zuschaut.

## 6. Erwachungsglied: Herzenseinigung

Der Begriff *samādhi* bedeutet so viel wie „innen stille stehn“. Das Wohl des Nach-innen-Lebens, des seligen Herzensfriedens kann so stark werden, dass die sinnliche Wahrnehmung ganz fortfällt (*kāmasaññā nirujjhati – D 9*), der Mensch ist dann „sinnenlos und entrückt“, gewinnt den Zustand der Entrückungen (*jhāna*).

Sobald dem Mönch, dem Heilsgänger, in der Herzenseinigung das beseligende Erlebnis der weltlosen Entrückungen möglich ist, tritt er in den letzten, den fruchtbarsten Abschnitt seiner gesamten Heilsentwicklung ein. Durch die Erfahrung weltloser Entrückung ist die negative Bewertung der gesamten Sinnendinge eine radikale, von einer unvergleichlichen Überzeugungsmacht gegenüber dem, was die Erfahrer früher unternahmen. Denn der Erfahrer von weltlosen Entrückungen hat nun einen vollständig anderen Maßstab, mit dem er die vielfältige, gespaltene sinnliche Wahrnehmung, die er bisher für die normale hielt, in ihrer Wirrnis, Schmerzhaftigkeit, Abhängigkeit und Gefährdung erkennt und versteht. Unmittelbar nach dem Erlebnis der weltlosen Entrückung empfindet er den ununterbrochenen Andrang der wieder eintretenden tausendfältigen Sinneseindrücke und des dadurch bedingten Prasselhagels der Gefühle als leibhaftigen Schmerz (S 48,40).

Diese Erfahrung und die Durchdringung und Durchtränkung des nach dem Erlebnis der weltlosen Entrückungen wieder bewusst werdenden Leibes mit dem seligen Gefühl der

Entrückung ist für den Heilsgänger zugleich die letzte Austreibung und das letzte Ausglühen der Sinnensucht in den Sinnesorganen, die endgültige Befreiung von irgendwelchem sinnlichen Verlangen.

Die überwältigende Erfahrung, die das Erlebnis der weltlosen Entrückungen für den zum Heil Strebenden mit sich bringt, zeigt sich auch in D 9. Dort beschreibt der Erwachte zunächst wieder den Übungsweg zur „Vollendung“ bis zur Erreichung der weltlosen Entrückungen. Von dem Mönch, der die Entrückung gewonnen hat, sagt der Erwachte dort:

*Dem geht nun, was er früher an sinnlicher Wahrnehmung hatte, unter; in Abgeschiedenheit geborene Beglückung und selige Wahrheitswahrnehmung geht auf. So kann durch Übung die eine Wahrnehmung aufgehen, durch Übung die andere Wahrnehmung untergehen.*

Wenn dieser aufkommende Friede für das endgültige Heil gehalten und festgehalten wird, dann ist er noch nicht das Erwachungsglied, zielt nicht auf die Erwachung hin; wenn er aber im Wissen hingenommen wird, dass auch er bedingt ist und dass das endgültige Heil jenseits aller Bedingtheiten wohnt, dann ist dieser Friede ein Erwachungsglied.

#### Siebentes Erwachungsglied: Gleichmut

Wer seinen Gleichmut über alle Weltlichkeit und Weltlosigkeit ausgebreitet hat, wer bei Erscheinen und Nichterscheinen von Formen, bei Erscheinen und Nichterscheinen von Gefühlen und Wahrnehmungen und Gedanken in seinem Gleichmut unbewegt bleibt, der ist nicht mehr treffbar, der ist nicht mehr verstörbar, der ist nicht mehr verwundbar.

Er hat die Traumleiden als Leiden am Schein, die Traumfreuden als Freuden am Schein und die Unwissenheit über den Scheincharakter als das Grundleiden und die Grundfessel erkannt, erfahren und durchschaut. Und nun, im Erwachen aus diesem Wahntraum, erkennt er: Diese Schein-Existenz mit

ihren Schein-Begebnissen war nichts als Leiden, bedingt durch endloses Entstehen und Vergehen und Sich-Wandeln von selbstgewirkten Erscheinungen, bedingt durch Ergreifen, bedingt durch Wahn.

*„Das ist das Leiden“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß.*

*„Das ist die Leidensursache“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß.*

*„Das ist die Leidensbeendigung“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß.*

*„Das ist die zur Leidensbeendigung führende Vorgehensweise“, erkennt er der Wirklichkeit gemäß. (M 39, D 22 u.a.)*

### Die Wirkung der Belehrung auf die Nonnen

*Nachdem nun der ehrwürdige Nandako jene Nonnen belehrt hatte, entließ er sie mit den Worten: Geht nun, ihr Schwestern, es ist an der Zeit. –*

*Da waren denn jene Nonnen durch des ehrwürdigen Nandako Rede erhoben und beglückt. Sie standen von ihren Sitzen auf, boten dem ehrwürdigen Nandako ehrerbietigen Gruß dar, schritten rechts herum und begaben sich dorthin, wo der Erhabene weilte. Dort angelangt, boten sie dem Erhabenen ehrerbietigen Gruß dar und stellten sich zur Seite hin. Zu jenen Nonnen, die da zur Seite standen, sprach der Erhabene: Geht nun, ihr Nonnen, es ist an der Zeit.<sup>239</sup>*

*Und jene Nonnen boten dem Erhabenen ehrerbietigen Gruß dar, schritten rechts herum und entfernten sich.*

---

<sup>239</sup> Wir sehen die Vorsicht bei dem Mönch Nandako und beim Erwachten, dass die Zeit des Zusammenseins von Mönchen und Nonnen nicht überschritten wird – in vollem Bewusstsein dessen, dass die Geschlechtsanziehung unter Nichtgeheilten für beide Seiten eine große Gefahr darstellt. Wenn diese Anziehung auch für den Erwachten und Nandako nicht mehr besteht, so halten sie sich aus Rücksicht auf die Mitmönche streng an diese Regel.

*Da wandte sich der Erhabene, bald nachdem jene Nonnen fortgegangen, an die Mönche:*

*Gleichwie etwa, ihr Mönche, am Feiertag, in der Nacht vor dem Vollmond, gar manche Leute in Zweifel und Bedenken geraten: „Nimmt der Mond noch zu oder ist er schon voll geworden?“, aber es nimmt eben der Mond noch zu: Ebenso nun auch, ihr Mönche, sind jene Nonnen durch Nandakos Darlegung der Lehre zwar erfreut worden, doch ist ihr Gemüt nicht ganz und gar mit der Belehrung erfüllt. – Und der Erhabene wandte sich an den ehrwürdigen Nandako: Darum magst du, Nandako, auch morgen dieselbe Belehrung den Nonnen geben. –*

*Wohl, o Herr! –, sagte da der ehrwürdige Nandako, dem Erhabenen gehorchend. Und der ehrwürdige Nandako rüstete sich am nächsten Tage beizeiten, nahm Obergewand und Schale und ging nach Sāvatti um Almosenspeise. Als er dort, von Haus zu Haus tretend, Almosen erhalten, kehrte er zurück, nahm das Mahl ein und begab sich dann nach dem Königsgarten.*

*Es sahen aber jene Nonnen den ehrwürdigen Nandako von fern herankommen, und als sie ihn gesehen, stellten sie einen Sitz zurecht und Wasser für die Füße. Es setzte sich der ehrwürdige Nandako auf den angebotenen Sitz, und als er saß, spülte er sich die Füße ab. Jene Nonnen boten nun dem ehrwürdigen Nandako ehrerbietigen Gruß dar und setzten sich zur Seite hin. Und der ehrwürdige Nandako gab jenen Nonnen, die zur Seite saßen, Wort für Wort dieselbe Belehrung wie am Tage vorher. Nachdem nun der ehrwürdige Nandako jene Nonnen belehrt hatte, entließ er sie mit den Worten: Geht nun, ihr Schwestern, es ist an der Zeit. –*

*Da waren denn jene Nonnen durch des ehrwürdigen Nandako Rede erhoben und beglückt; und sie standen von ihren Sitzen auf, boten dem ehrwürdigen Nandako ehrerbietigen Gruß dar, schritten rechts herum und begaben sich dorthin, wo der Erhabene weilte. Dort angelangt, boten sie dem Erhabenen ehrerbietigen Gruß dar und stellten sich zur Seite hin. Zu jenen Nonnen, die zur Seite standen, sprach der Erhabene: Geht nun, ihr Nonnen, es ist an der Zeit. –*

*Und jene Nonnen boten dem Erhabenen ehrerbietigen Gruß dar, schritten rechts herum und entfernten sich.*

*Da wandte sich denn der Erhabene, bald nachdem jene Nonnen fortgegangen, an die Mönche:*

*Gleichwie etwa, ihr Mönche, am Feiertag, in der vollen Mondnacht, die Menschen nicht mehr in Zweifel und Bedenken geraten: „Nimmt der Mond noch zu oder ist er schon voll geworden?“, sondern es ist eben der Mond schon voll geworden: Ebenso nun auch, ihr Mönche, sind jene Nonnen durch Nandakos Darlegung der Lehre erhoben und beglückt worden und ihr Gemüt ist ganz und gar mit der Belehrung erfüllt. Die geringste unter jenen fünfhundert Nonnen hat den Stromeintritt gewonnen, dem Abweg entronnen, eilt sie zielbewußt der vollen Erwachung entgegen. –*

*So sprach der Erhabene. Erhoben und beglückt waren jene Mönche über das Wort des Erhabenen.*

Diese große Wirkung durch die Belehrung kann nur ein Geheilter bei seinen Hörern erzeugen. Manche weit fortgeschrittenen Nonnen mögen durch seine Belehrung von allen Trieben frei geworden sein, manche mögen sinnliche Triebe ganz oder teilweise aufgehoben haben, und die am wenigsten Fortgeschrittene unter den Nonnen hat den rechten Anblick unver-

lierbar gewonnen. Diese letztere Wirkung der Belehrung durch einen Erwachten ist in den Lehrreden oft beschrieben (M 56, M 74 u.a.):

*Wie ein reines Kleid, von Flecken gesäubert, vollkommen die Färbung annehmen mag, ebenso ging da X..., während er noch dasaß, das reizfreie, ungetrübte Auge der Wahrheit auf:  
„Was irgend auch entstanden ist,  
muss alles wieder untergehn.“*

*Und X..., der die Wahrheit gesehen, die Wahrheit gefasst, die Wahrheit erkannt, die Wahrheit ergründet hatte, der Daseinsunsicherheit entronnen, ohne Zweifel, in sich selber gewiss, auf keinen anderen gestützt im Orden des Meisters ...*

Mit diesen Worten ist ausgedrückt, dass die Geheilten durch ihre die besten Herzenskräfte weckenden Darlegungen für kurze Zeit die Zuhörer von den Banden und der Hemmung durch Wahn und von Herzenstrübungen befreien können, so dass sie, rein wie ein fleckenloses Kleid, vorübergehend im Anblick des Entstehens und Vergehens der Erscheinungen das Ich-Empfinden aufgeben können.

Wenn durch die vorübergehende Abwesenheit aller Bedürftigkeit das von aller Befriedigung völlig befreite, ichlose geistige Wohl durch den Anblick des Ungewordenen erlebt wird, dann wird dieses in den Geist so eingepägt, dass ein unauflösbarer Zug entsteht, dieses Wohl für immer zu gewinnen. Daraus entsteht die endgültige Anziehung zum Heilsstand und die endgültige Abwendung von allen Trieben, von Anziehung und Abstoßung.

Ist der Nachfolger eingetreten (*patto*) in diesen anziehenden Strom (*sota*), so hat er die *sotāpatti* erreicht, ist ein *sotāpanno*, ein in die Heilsanziehung Gelangter, ein Stromeingetretener, d.h. dass je nach seinem Einsatz nach spätestens sieben Leben der Stand des Heils, das Nirvāna, endgültig erlangt ist. Der Weg und der Zustand werden bis dahin nur immer leichter, immer heller, immer wohler, denn zu dieser Wohlerfahrung, zu welcher der Nachfolger letztlich nur durch die

Führung der Weisheit gelangt ist, läßt nach diesem Erlebnis nun auch immer die programmierte Wohlerfahrungssuche (*viññāna-sota*) ein, die vorher hauptsächlich zu sinnlichen Erlebnissen hinlockte, die bei früherer Erfahrung ein Wohl der Befriedigung auslösten. Während ein Nachfolger, der noch keine zeitlichen Erlösungen oder gar den Anblick des Todlosen, des Nirvāna, erfahren hat, den Verlockungen der programmierten Wohlerfahrungssuche kämpfend widerstehen und dem Rat der Weisheit folgen muss, so wird derjenige, der das Ungewordene, Todlose erfahren hat, nun nicht nur der Weisheit im Widerspruch zu der kurzsichtigen Verlockung der programmierten Wohlerfahrungssuche dahin folgen, sondern er wird vor allem von der Wohlerfahrung im Anblick der Unverletzbarkeit des Todlosen gezogen. Die Bande des Wahns, durch die er wähnte, ein souveränes Ich in einer unabhängig von ihm bestehenden Welt zu sein, sind ihm abgenommen, und damit hat er drei Verstrickungen aufgehoben: den Glauben an Persönlichkeit, Daseinsbangnis und die Auffassung, das (sittliche) Begegnungsleben sei das Höchste.



DIE DREI DASEINSMERKMALE:  
UNBESTÄNDIG , LEIDVOLL , NICHT-ICH  
147. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“ „Rāhulo“

Die Lehrrede beginnt damit, dass der Erwachte auf Grund seiner Fähigkeit, das Herz anderer zu durchschauen, bemerkt, dass der Mönch Rāhulo, sein leiblicher Sohn, Einsichten, Eigenschaften entwickelt hat, die ihn fähig machen, die Triebversiegung zu erreichen, und er beschließt, diese durch eine intensive ablösende Betrachtung in der Abgeschiedenheit eines Waldes noch zu intensivieren.

Die Betrachtung, die er ihm zum Meditieren gibt, ist eine umfassende Daseinsanalyse. Was nur erfahrbar, erlebbar ist, wird hier genannt und auf seine Eigenschaften hin untersucht. Und sie hat zur Folge, wie der Schluss der Lehrrede zeigt, dass der Mönch Rāhulo von allen Trieben frei wird und dass zuhörende Geistwesen in die Heilsanziehung geraten, den Stromeintritt gewinnen. Aus diesem Grund ist diese Lehrrede auch für uns von großer Wichtigkeit, denn der Kenner der Lehre wünscht sich, dass er in die Heilsanziehung gerät, dass ihm der durchschauende Anblick gelingt und dass er ihm in diesem und auch in den noch folgenden Leben erhalten bleibt.

Wir bringen diese Lehrrede hier zunächst im Ganzen ohne Kommentar und erläutern anschließend die einzelnen Betrachtungen.

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Sāvatti, im Siegerwald, im Garten Anāthapindikos.*

*Da kam dem Erhabenen in einsamer Abgeschiedenheit der Gedanke in den Sinn: „Reif geworden sind bei Rāhulo Einsichten / Eigenschaften, die freimachen. Wie wenn ich nun Rāhulo noch weiter zur Versiegung aller Wollensflüsse / Einflüsse führen würde?“*

*Als es Morgen war, kleidete sich der Erhabene an, nahm die äußere Robe und die Almosenschale und ging nach Sāvatt̥hi um Almosenspeise. Er erhielt, von Haus zu Haus tretend, das Almosen, kehrte zurück, nahm das Mahl ein und wandte sich dann an den ehrwürdigen Rāhulo:*

*Nimm, Rāhulo, die Sitzmatte. Wir wollen nach dem Dunklen Wald gehen, dort bis gegen Abend verweilen.–*

*Ja, o Herr! –, sagte da der ehrwürdige Rāhulo, er nahm die Sitzmatte und folgte dem Erhabenen Schritt um Schritt nach.*

*Um diese Zeit aber begleitete den Erhabenen eine vieltausendfache Schar von himmlischen Wesen: „Heute wird der Erhabene den ehrwürdigen Rāhulo noch weiter zur Versiegung aller Wollensflüsse/Einflüsse führen.“*

*Und der Erhabene zog sich ins Innere des Dunklen Waldes zurück und setzte sich am Fuß eines Baumes an geeignetem Ort nieder. Und auch der ehrwürdige Rāhulo setzte sich, nachdem er dem Erhabenen seine Verehrung bezeugt hatte, neben dem Erwachten nieder. An den ehrwürdigen Rāhulo, der da zur Seite saß, wandte sich nun der Erhabene:*

*Was meinst du, Rāhulo, ist das **Sinnesorgan Auge mit dem innewohnenden Luger**<sup>240</sup> beständig oder unbeständig? – Unbeständig, o Herr! – Was aber unbeständig, ist das weh oder wohl? – Weh, o Herr! – Was aber unbeständig, wehe, wandelbar ist, kann man et-*

---

<sup>240</sup> Beides zusammen, das Körper-Werkzeug mit dem innewohnenden Drang zu sehen, wird in Pāli in diesem Zusammenhang mit „cakkhu“ bezeichnet. Der Körper-Teil allein mit „akkhi“. Ebenso wird ein Unterschied gemacht zwischen den weiteren Körperwerkzeugen, wenn der Drang mitgemeint ist oder nur das Werkzeug gemeint ist.

*wa davon behaupten: „Das gehört mir, das bin ich, das ist mein Selbst“? – Gewiss nicht o Herr. –*

*Was meinst du, Rāhulo, sind die **Formen** beständig oder unbeständig? – Unbeständig, o Herr! –*

*Was aber unbeständig, ist das weh oder wohl? – Weh, o Herr! –*

*Was aber unbeständig, wehe, wandelbar ist, kann man etwa davon behaupten: „Das gehört mir, das bin ich, das ist mein Selbst“? – Gewiss nicht, o Herr! –*

*Was meinst du, Rāhulo, ist die **Luger-Erfahrung** <sup>241</sup> beständig oder unbeständig? – Unbeständig, o Herr! –*

*Was aber unbeständig, ist das weh oder wohl? – Weh, o Herr! –*

*Was aber unbeständig, wehe, wandelbar ist, kann man etwa davon behaupten: „Das gehört mir, das bin ich, das ist mein Selbst“? – Gewiss nicht, o Herr! –*

*Was meinst du, Rāhulo, ist die **Luger-Berührung** beständig oder unbeständig? – Unbeständig, o Herr! –*

*Was aber unbeständig, ist das weh oder wohl? – Weh, o Herr! –*

*Was aber unbeständig, wehe, wandelbar ist, kann man etwa davon behaupten: „Das gehört mir, das bin ich, das ist mein Selbst“? – Gewiss nicht, o Herr! –*

*Was meinst du, Rāhulo, was da durch Lugerberührung bedingt*

*an **Gefühl** aufsteigt,*

*an **Wahrnehmung** aufsteigt,*

---

<sup>241</sup> Teil-Erfahrung, nämlich nur Luger-Erfahrung (cakkhu-viññāna-bhāga) ebenso im Folgenden Lauscher...-Erfahrung (M 28).

an **Aktivität** aufsteigt,  
an **programmierter Wohlerfahrungssuche** (viññā-  
na) aufsteigt,  
ist das beständig oder unbeständig? – Unbeständig, o  
Herr! –  
Was aber unbeständig, ist das weh oder wohl? –  
Weh, o Herr! –  
Was aber unbeständig, wehe, wandelbar ist, kann man  
etwa davon behaupten: „Das gehört mir, das bin ich,  
das ist mein Selbst“? – Gewiss nicht, o Herr! –

Was meinst du, Rāhulo,  
ist **das Sinnesorgan Ohr mit dem innewohnenden  
Lauscher**,  
ist **das Sinnesorgan Nase mit dem innewohnen-  
den Riecher**,  
ist **das Sinnesorgan Zunge mit dem innewohnen-  
den Schmecker**,  
ist **der** (gesamte) **Körper mit dem innewohnenden  
Taster**,  
ist **das Gehirn mit dem innewohnenden Denker**  
unbeständig oder beständig? – Unbeständig, o Herr!  
Was aber unbeständig, ist das weh oder wohl? –  
Weh, o Herr! –  
Was aber unbeständig, wehe, wandelbar ist, kann man  
etwa davon behaupten: „Das gehört mir, das bin ich,  
das ist mein Selbst“? – Gewiss nicht, o Herr! –

Sind **die Töne, die Düfte, die Säfte, das Tastbare,  
die Gedanken** beständig oder unbeständig? – Unbe-  
ständig, o Herr! –  
Was aber unbeständig, ist das weh oder wohl? –  
Weh, o Herr! –

Was aber unbeständig, wehe, wandelbar ist, kann man etwa davon behaupten: „Das gehört mir, das bin ich, das ist mein Selbst“? – Gewiss nicht, o Herr! –

Was meinst du, Rāhulo,  
ist **die Lauscher-Erfahrung,**  
**Riecher-Erfahrung,**  
**Schmecker-Erfahrung,**  
**Taster-Erfahrung,**  
**Denker-Erfahrung**

beständig oder unbeständig? – Unbeständig, o Herr! –  
Was aber unbeständig, wehe, wandelbar ist, kann man etwa davon behaupten: „Das gehört mir, das bin ich, das ist mein Selbst“? – Gewiss nicht, o Herr! –

Was meinst du, Rāhulo,  
ist **die Lauscher-Berührung,**  
**Riecher-Berührung,**  
**Schmecker-Berührung,**  
**Taster-Berührung,**  
**Denker-Berührung**

beständig oder unbeständig? – Unbeständig, o Herr! –  
Was aber unbeständig, ist das weh oder wohl? –  
Weh, o Herr! –

Was aber unbeständig, wehe, wandelbar ist, kann man etwa davon behaupten: „Das gehört mir, das bin ich, das ist mein Selbst“? – Gewiss nicht, o Herr! –

Was da durch Lauscher-Berührung, durch Riecher-Berührung, durch Schmecker-Berührung, durch Taster-Berührung, durch Denker-Berührung bedingt  
an **Gefühl** hervorgeht,  
an **Wahrnehmung** hervorgeht,  
an **Aktivität** hervorgeht,

an **programmierter Wohlerfahrungssuche** hervor-  
geht,

ist das **beständig** oder **unbeständig**? –

**Unbeständig**, o Herr! –

Was aber **unbeständig**, ist das **weh** oder **wohl**? –

**Weh**, o Herr! –

Was aber **unbeständig**, **wehe**, **wandelbar** ist, kann man  
etwa davon behaupten: „Das gehört mir, das bin ich,  
das ist mein Selbst“? – Gewiss nicht, o Herr! –

Bei solcher Betrachtung, Rāhulo, wird der erfahrene  
Heilsgänger

**des Sinnesorgans Auge mit dem innewohnenden  
Luger überdrüssig** (kann nichts mehr daran finden),  
wird **der Formen überdrüssig**,  
**der Luger-Erfahrung überdrüssig**,  
**der Luger-Berührung überdrüssig**  
(kann nichts mehr daran finden).

Und was auch da durch Luger-Berührung bedingt

an **Gefühl** aufsteigt,

an **Wahrnehmung** aufsteigt,

an **Aktivität** aufsteigt,

an **programmierter Wohlerfahrungssuche** auf-  
steigt,

eben dessen wird er **überdrüssig** (kann nichts daran  
finden).

Er wird

**des Sinnesorgans Ohr mit dem innewohnenden  
Lauscher**,

**des Sinnesorgans Nase mit dem innewohnenden  
Riecher**,

**des Sinnesorgans Zunge mit dem innewohnen-  
den Schmecker**

*des (gesamten) Körpers mit dem innewohnenden  
Taster,*

*des Körperwerkzeugs Gehirn mit dem innewohnenden Denker*

*überdrüssig (kann nichts daran finden),*

*der Töne,*

*der Düfte,*

*der Säfte,*

*der Tastungen,*

*der Gedanken*

*überdrüssig (kann nichts daran finden),*

*der Lauscher-Erfahrung,*

*der Riecher-Erfahrung,*

*der Schmecker-Erfahrung,*

*der Taster-Erfahrung,*

*der Denker-Erfahrung*

*überdrüssig (kann nichts daran finden),*

*der Lauscher-Berührung,*

*der Riecher-Berührung,*

*der Schmecker-Berührung,*

*der Taster-Berührung,*

*der Denker-Berührung*

*überdrüssig (kann nichts daran finden).*

*Und was da durch Lauscher-Berührung,*

*durch Riecher-Berührung,*

*durch Schmecker-Berührung,*

*durch Taster-Berührung,*

*durch Denker-Berührung bedingt*

*an Gefühl aufsteigt,*

*an Wahrnehmung aufsteigt,*

an **Aktivität** aufsteigt,  
an **programmierter Wohlerfahrungssuche** aufsteigt,  
**eben dessen wird er überdrüssig** (kann nichts daran finden).

Dessen überdrüssig geworden (weil er nichts daran finden kann), vergeht das Begehren. Von Begehren frei, ist er erlöst. Wenn er erlöst ist, steigt das Wissen auf, dass er erlöst ist: „Versiegt ist das Immer-wieder-Geborenwerden, vollendet der Reinheitswandel, getan ist, was zu tun war. Nichts mehr nach diesem hier“, weiß er.

So sprach der Erhabene. Zufrieden freute sich der ehrwürdige Rāhulo über das Wort des Erhabenen.

Während da nun diese Darlegung stattgefunden hatte, war das Herz des ehrwürdigen Rāhulo durch Nichtergreifen von allen Wollensflüssen / allen Einflüssen frei geworden.

Jener vieltausendfachen Schar von Himmelswesen aber war das begehrensfreie, ungetrübte Auge der Wahrheit aufgegangen:

„Was irgend auch entstanden ist,  
muss alles wieder untergehn.“

Die Unbeständigkeit der sechs zu sich  
gezählten Körperwerkzeuge

Wenn wir uns nur sagen: „Das Auge, das Ohr, die Nase... mit dem jeweiligen Sinnesdrang sind unbeständig, wandelbar“, dann gleitet der Geist an dieser Aufzählung nur flüchtig vorüber und nimmt sich gar nicht die Ruhe und die Zeit, bei sich selber gründlich nachzusehen, inwiefern jedes einzelne der Sinnesorgane mit den jeweiligen Trieben unbeständig ist und darum wehe und darum nicht ich. An jedem einzelnen Sinnes-



organ hängt ja der Mensch und an jeder einzelnen erlebten äußeren Erscheinung. In jedem Augenblick bejaht oder verneint er sinnlich Wahrgenommenes. Um von diesem Ergreifen lassen zu können, muss er jeden einzelnen der Faktoren gründlich und gesondert betrachten, und er muss gesondert dessen Unzulänglichkeit, weil Unbeständigkeit und Leidigkeit, sehen und muss diese Betrachtung immer wieder pflegen, sonst kann er trotz Wahrheitserkenntnis nicht *in die Wahrheit einmünden* (M 95). Das heißt: Tut er dies nicht, dann hat er nur zur Kenntnis genommen, dass in den Lehrreden Derartiges über die Körperwerkzeuge (mit den jeweils innewohnenden Sinnesdrängen) ausgesagt wird. Dieses Wissen aber hat nur geringen Einfluss auf sein Denken und Bewerten und reicht darum nicht aus, sein Reden und Handeln und seine Lebensführung zu wandeln. Es hat keine Evidenz, keine Leuchtkraft; denn er hat die Aussagen des Erwachten nicht mit der Existenz verglichen, nicht in der Wirklichkeit beobachtet, nicht *den Schluss auf sich selbst ziehend* aufgenommen. Wenn wir uns aber dem Prozess des geduldigen, aufmerksamen, stillen Aufnehmens überlassen, bekommen wir ein ganz unmittelbares Verhältnis zu den Wiederholungen, dann gewinnen wir sie lieb, dann werden sie uns zu einem Schatz, auf den wir nicht verzichten möchten.

Die Inder und so auch Rāhulo behielten die Darlegungen Wort für Wort, wie es so selbstverständlich in M 95 heißt: *Hat er die Lehre gehört, behält er die Sätze*. Mit großer Aufmerksamkeit und Aufnahmebereitschaft, ja, mit Hingabe hörten sie die Aussagen ihrer geistigen Lehrer. Ein einziger Satz bedeutete ihnen oft so viel, dass sie sich lange Zeit und immer wieder mit ihm beschäftigten, ihn durchdrangen, gründlich durchdachten und für sich aufbereiteten.

In dem vorangegangenen Text übersetzen wir das Pāliwort *anicca* mit „unbeständig“. Die gebräuchliche Übersetzung mit „vergänglich“ entspricht nicht ganz dem tieferen Sinn des Pāliwortes *anicca*, das die Negation von „immerwährend“ bzw. „beständig“ ist; daher „unbeständig“. Mit dem Begriff

„vergänglich“ ist mehr die Vorstellung eines irgendwann später stattfindenden Zusammenbruchs oder Unterganges verbunden, während unter „unbeständig“ weit mehr verstanden wird, dass der Körper nicht zwei Augenblicke lang derselbe ist, sondern sich in dauernder Veränderung befindet, und so entspricht es der Wirklichkeit. In jedem Augenblick ist das Körperwerkzeug Auge mit dem innewohnenden Luger etwas anders. Das Auge eines Einjährigen ist nicht dasselbe wie das Auge des Neugeborenen. Ununterbrochen wandelt sich das Auge. Ebenso verändern sich die anderen Körperwerkzeuge ununterbrochen. Immer wieder fließen Säfte hinein, werden Zellen abgebaut und erneuert. Altes wird abgetragen, Neues wird gebildet. Das Auge ist nicht, sondern es fließt. Und nur deshalb, weil die Wandlungen meist so unscheinbar und so allmählich vor sich gehen und weil unser Blick so unscharf, ungenau und von anderen Dingen gefesselt ist, merken wir die Unbeständigkeit nicht. In Wirklichkeit ist dieser Leib nicht, sondern wandelt sich ununterbrochen. Darum kann nicht von einem beharrenden Sein gesprochen werden, sondern immer nur von einem dauernden Werden oder von einem dauernden Vergehen, und das heißt, von dauernder Wandlung, von dauernder Veränderung. Das Aufspringen einer Blütenknospe ist zugleich der erste Schritt zum Verwelken der Blüte. Der Augenblick der Geburt eines Menschen ist zugleich der erste Schritt zu seinem Tod.

Man weiß, wie der Körper in dem jetzigen Alter aussieht. Man denke sich die Jahre zurück von der Geburt an als Einjähriger, Fünfjähriger, Fünfzehnjähriger, Zwanzigjähriger und gehe weiter bis zu 50, 60, 70, 80 Jahren. Wer einen wahrheitsgemäßen Blick auf den Körper will, erlaubt sich nicht mehr einen Blick nur auf den gegenwärtigen Körper, ohne nicht hinzuzufügen, wie er war und wie er werden wird. Das ist Wahrheitswahrnehmung, Bewusstsein von wirklichen Seinsverhalten. Wenn wir den Körper nur in dem jugendlichen Zustand betrachten und die Vorstellung zulassen: „So ist der Körper“, dann sind wir erschreckt oder entsetzt, wenn der Leib

hinfällig und elend wird – in demselben Maß, wie man in der Jugend übermütig ist, wenn der Leib frisch ist. Man muss sich vor Augen führen, dass die altersmäßigen Veränderungen zum Körper gehören und dass der Körper ein unbeständiges, ständig sich wandelndes Ding ist.

So markant die Entwicklung vom Säugling zum Greis ist bis zum Augenblick des Todes – so dürfen wir auch nicht die dauernde Wandlung des Körpers übersehen: Die Nahrung, die jetzt auf dem Feld wächst, ist morgen Leib, und vom Leib geht täglich etwas ab, wird weggebracht. Davon sagen wir dann nicht mehr: „Das bin ich.“ Wir wenden uns angeekelt ab. Aber solange der Kot im Körper ist, sagen wir: „Das bin ich.“ Zum Getreide und Brot sagen wir: „Das ist Getreide oder Brot.“ Aber morgen zeigen wir auf uns und sagen: „Das bin ich.“ Das Brot ist darin. Der Leib ist nichts anderes als Brot und Wasser, zusammengegessen und immer wieder ausgeschieden.

Dieser nüchterne Anblick macht nicht beklommen, er macht froh, macht jetzt schon unverletzbar. So setzt man nicht mehr auf den Körper, rechnet nicht mit ihm als Wohlbringer, sieht ihn als von sich getrennter, automatischer Funktionsablauf, verlässt sich nicht auf ihn als Grundlage, sieht ihn nicht als lebendig an. Die Beziehung zu ihm als Leidensbringer ist aufgehoben. Damit ist nicht gesagt, dass man den Körper verachten und links liegen lassen soll. Er wird gepflegt, wie wir Kleidung und Schuhe pflegen, wie wir ein Werkzeug pflegen, das wir im Leben brauchen. Aber wir wissen: Es ist ein Werkzeug, dessen Zeit irgendwann vorüber ist.

Der Erwachte nennt fünf Unabänderlichkeiten, die öfter zu betrachten sind (A V,57):

*Dem Altern bin ich unterworfen, kann dem Altern nicht entgehen.*

*Der Krankheit bin ich unterworfen, kann der Krankheit nicht entgehen.*

*Dem Sterben bin ich unterworfen, kann dem Sterben nicht entgehen.*

*Von allem Lieben und Angenehmen muss ich scheiden, mich trennen.*

*Eigentum und Erbe meines Wirkens bin ich, meinem Wirken entsprossen, mit ihm verknüpft. Mein Wirken ist meine Grundlage, und ich werde das gute und üble Wirken, das ich jetzt wirke, zum Erben haben.*

Wenn wir uns fragen, ob diese fünf Feststellungen realistisch sind, d.h. ob der Mensch wirklich diesen fünf Unabänderlichkeiten ausgesetzt ist, dann müssen wir auf den ersten Blick zugeben, dass der Körper ganz sicher Altern, Krankheit, Sterben unterworfen ist, dass er dem nicht entgehen kann, dass er „nicht ewig“ lebt, ja, dass er sogar in jedem Augenblick sterben kann.

*Augustinus sagt:*

*Vom ersten Augenblick an, da man sich im sterblichen Leibe befindet, geht im Menschen stetig etwas vor, was zum Tode führt. Die Wandelbarkeit arbeitet die ganze Zeit des irdischen Lebens daran, – wenn man dies überhaupt Leben nennen will – dass man zu Tode kommt. Dem Tod ist jeder nach einem Jahr näher, als er das Jahr zuvor war, näher morgen als heute und heute näher als gestern, näher kurz nachher als jetzt und jetzt näher als kurz zuvor. Jede Spanne Lebenszeit verkürzt die Lebensdauer, und der Rest wird kleiner und kleiner mit jedem Tag, und die ganze Lebenszeit ist so nichts als ein Todeslauf, bei dem keiner auch nur ein wenig innehalten oder etwas langsamer gehen darf, vielmehr werden alle im gleichen Schritt gedrängt und alle zur gleichen Eile angetrieben.*

*Was unbeständig ist, das ist Weh, Leiden*

Weil die Wesen immer wieder den Körper mit seinen Sinnesorganen als Grundlage des Lebens nehmen, weil sie sich an den Körper als Wohlbeschaffer gewöhnt haben, darum sind sie entsetzt, wenn der Unbestand des Körpers für sie fühlbar wird,

wenn Krankheiten oder Verletzungen oder das Alter das Funktionieren der Organe behindern oder ganz unmöglich machen.

Das Pāliwort für Alter (*jarā*) heißt wörtlich „besiegt werden“, nämlich von etwas, das stärker ist, vom Verfall:

*Ein Ringer findet in seinem Schopf ein weißes Haar. Er weint und spricht: So viele Männer habe ich niedergerungen, aber dieses weiße Haar zwingt mich nieder. Mit allen Männern nahm ich es auf, aber vor diesem Haar bin ich machtlos. (Fariddin Attar, Buch der Plage 36,5)*

Es braucht nur ein kleines Äderchen im Gehirn zu platzen, dann bricht der Leib zusammen und damit für einen Menschen, der hauptsächlich den jeweiligen Sinnesdrängen gefolgt ist, alles, was in diesem Leben angestrebt wurde. Den geliebten Leib, den der Mensch die ganze Lebenszeit mit größter Sorgfalt gehegt und gepflegt hat, wirft die Macht des Todes um, die gewaltigste Macht innerhalb der Welt. Das Werkzeug seiner Lust wird ihm innerhalb einer Sekunde entrissen, oder, noch schlimmer, er wird im Todeskampf zwischen Nichtmehr-Leben und Noch-nicht-sterben-Können aufgerieben. *Alles verlassend muss man dann gehen (M 82)*, fort von den geliebten Dingen und Menschen.

Soweit jemand durch den Körper mit den Sinnesorganen sein Wohl bezieht, erlebt er zwangsläufig auch das Wehe, das mit dem Körper verbunden ist.

Der Erwachte gibt ein Gleichnis: Wenn da von Osten ein Bote käme und meldete, es rücke ein gewaltiger Berg alles zermalmend heran, dann würde man nach Westen ausweichen. Aber da käme von dort ein Mann, voll Entsetzen berichtend, dass auch von Westen ein riesiges Bergmassiv heranrücke und alles Leben zerstöre. Man würde nach Norden fliehen – aber auch von da käme dieselbe Nachricht der Bedrohung. So bliebe nur die Flucht nach Süden – und da erscheint auch von dort dieselbe Hiobsbotschaft (S 3,25). Diese vier Berge des Unheils, die sich drohend heranwälzen und die Wesen zermalmen werden, sind: Geborenwerden, Altern, Krankheit und Tod. Das

sind die vier großen Feinde des Lebens, das eigentliche Übel der Existenz. Und: „Man“ stirbt nicht nur einmal, „man“ stirbt nicht nur zweimal, „man“ stirbt unendlich oft. Unendliche Tode hat „man“ hinter sich, unendliche Tode vor „sich“, falls nicht der Stromeintritt (*sotāpatti*) erreicht ist.

Der Erwachte sagt (M 13) über das Alter, dass man sich vor Augen führen solle:

*Da sehe man diese Schwester, ihr Mönche, im achtzigsten oder neunzigsten oder hundertsten Lebensjahr, gebrochen, giebelförmig geknickt, abgezehrt, auf Krücken gestützt, schlotternd dahinschleichen, siech, welk, zahnlos, mit gebleichten Strähnen, kahlem, wackelndem Kopf, verrunzelt, die Haut voller Flecken. Was meint ihr wohl, Mönche, ist, was einst schimmernde Schönheit war, verschwunden und Elend offenbar geworden? – Freilich, o Herr! – Das aber, ihr Mönche, ist Elend der Körperlichkeit.*

*Weiter sodann, ihr Mönche, man sehe nur diese Schwester, unwohl, leidend, schwerkrank, mit Kot und Harn beschmutzt daliegen, von anderen gehoben, von anderen bedient. Was meint ihr wohl, Mönche, ist, was einst schimmernde Schönheit war, verschwunden und Elend offenbar geworden? – Freilich, o Herr! – Das aber, Mönche, ist Elend der Körperlichkeit.*

*Weiter sodann, ihr Mönche, man sehe nur diese Schwester, den Leib auf der Leichenstätte, einen Tag oder zwei Tage oder drei Tage nach dem Tode aufgedunsen, blauschwarz gefärbt, in Fäulnis übergegangen. Was meint ihr wohl, Mönche, ist, was einst schimmernde Schönheit war, verschwunden und Elend offenbar geworden? – Freilich, o Herr! – Das aber, Mönche, ist Elend der Körperlichkeit.*

*Weiter sodann, ihr Mönche, man sehe nur diese Schwester, den Leib auf der Leichenstätte, von Krähen oder Raben oder Geiern zerfressen, von Hunden oder Schakalen zerfleischt oder von vielerlei Würmern zernagt. Was meint ihr wohl, Mönche, ist, was einst schimmernde Schönheit war, ver-*

*schwunden und Elend offenbar geworden? – Freilich, o Herr!  
– Das aber, ihr Mönche, ist Elend der Körperlichkeit.*

*Weiter sodann, ihr Mönche, man sehe nur diese Schwester,  
den Leib auf der Leichenstätte, das Knochengerippe fleischbe-  
hangen, blutbesudelt, von den Sehnen zusammengehalten,  
das Knochengerippe fleiscentblößt, blutbefleckt, von den  
Sehnen zusammengehalten,  
das Knochengerippe ohne Fleisch, ohne Blut, von den Sehnen  
zusammengehalten,  
die Gebeine ohne die Sehnen, hierhin und dorthin verstreut, da  
ein Handknochen, dort ein Fußknochen, da ein Schienbein,  
dort ein Schenkel, da das Becken, dort Wirbel, da der Schädel.  
Was meint ihr wohl, Mönche, ist, was einst schimmernde  
Schönheit war, verschwunden und Elend offenbar geworden?–  
Freilich; o Herr! – Das aber, Mönche, ist Elend der Körper-  
lichkeit.*

*Weiter sodann, ihr Mönche, man sehe nur diese Schwester,  
den Leib auf der Leichenstätte, die Gebeine bleich, muschel-  
farben anzusehn; die Gebeine zuhauf geschichtet, nach Ver-  
lauf eines Jahres, die Gebeine verwest, in Staub zerfallen. Was  
meint ihr wohl, Mönche, ist, was einst schimmernde Schönheit  
war, verschwunden und Elend offenbar geworden? – Freilich,  
o Herr! – Das aber, Mönche ist Elend der Körperlichkeit.–*

Bei diesem Text mag mancher Leser Widerwillen fühlen und mehr oder weniger erschreckt sein. Das liegt daran, dass der Mensch sich in der Regel mit seinem Körper identifiziert, dass er also beim Gedanken an eine Leiche auch zugleich die Vernichtung des betreffenden Wesens mitbedenkt. Er hat enge Beziehungen zu dem eigenen Körper und zu den Körpern derer, die er liebt, ja, er identifiziert seine verstorbenen Lieben mit ihren Körpern. Wer eine solche Einstellung zu seinen liebsten Nächsten und ihren Körpern hat, bei dem muss die geschilderte Leichenbetrachtung Widerstand, Widerwillen oder gar Grausen auslösen, denn da er das Leben mit dem Körper identifiziert, so muss mit der betrachteten Auflösung

des Leibes für ihn auch das Leben aufgelöst und vernichtet erscheinen.

Wir erinnern uns des Ausspruchs eines Arztes, *Rudolf Virchow*, dass er so und so viele Operationen in seinem Leben durchgeführt habe, aber noch nie eine „Seele“ gesehen habe. Diese Äußerung sollte vielleicht lakonisch oder ironisch klingen, dahinter aber verbirgt sich jene Fassungslosigkeit, Beklemmung und Angst, die derjenige empfinden muss, der einerseits sein Leben mit dem Körper identifiziert und zum anderen die Leblosigkeit und Werkzeughaftigkeit dieses Körpers so sehr kennt und durchschaut wie eben ein Anatom.

Von hier aus begreift man auch, wie sehr der normale Mensch erschüttert sein muss, wenn er an die Unfallstätte seines Liebsten gerufen wird und dort einen deformierten Fleisch- und Bluthaufen als seinen Liebsten erkennen soll. Alles das, was solche Situationen entsetzlich, erschreckend und grauenvoll macht, ist – vom höheren Standpunkt aus gemessen – aus Torheit erwachsen, nicht aus Weisheit, ist aus der Identifikation des Lebens mit einem Werkzeug erwachsen und nicht aus nüchterner Durchschauung und Erkenntnis des wirklichen Charakters dieses Leibes.

Und ebenso wie das Gefühl des Grauens ist auch das Gefühl des Ekel das Zeichen einer solchen Bindung. Wer im Bereich der Materie überhaupt Schönheit erwartet, der ist eben damit auch dem Ekel ausgeliefert, denn es gibt keine Schönheit des Leibes, die nicht vergeht und im Vergehen verfällt, auseinanderfällt, vermodert. Das heißt also, es gibt keine Schönheit im Bereich des Körpers, die nicht zur Unschönheit werden muss. Wer also Schönheit im Bereich des Körpers sucht, der ist größten Enttäuschungen ausgesetzt. Die Kehrseite aller schönen Dinge muss immer genauso übel erscheinen, wie die Vorderseite angenehm erscheint. Damit sind alle die Menschen, welche Schönheit im Bereich des Körpers suchen, dem traurigen Schicksal der dauernden Enttäuschung ausgesetzt, sie müssen immer auch Enttäuschung und Ekel in Kauf nehmen.



Die Sinnesdränge, die Triebe im Körper,  
sind unbeständig, leidvoll, nicht ich

Mit „der Luger, Lauscher, Riecher, Schmecker, Taster, Denker ist unbeständig“ sind die sechs dem Körper innewohnenden Hungerleider gemeint, die Sinnesdränge, deren Anliegen jeden Augenblick wechseln, deren Richtung und Stärke dauernd durch gedankliches positives und negatives Bewerten geändert wird. Die Sinnesdränge haben sich als Anziehungen und Abstoßungen im Körper manifestiert; dadurch erst ist der Körper empfindlich geworden: Wenn Formen, Töne usw. die Sinnesdränge im Körper berühren, dann werden diese Empfindlichkeiten gereizt und antworten entweder mit Wohlgefühl, worauf meistens zugleich ein Streben nach Erlangen der erlebten Sache folgt, oder – wenn die Sinnesdränge unangenehm berührt sind – ein Streben, die unangenehme Sache zu beseitigen oder sich zurückzuziehen. Insofern vergleicht der Erwachte diese in den sterblichen Körpern enthaltenen „unsterblichen“ vielfältigen Sinnesdränge mit dem gewaltigen Ozean und vergleicht die zur Berührung kommenden umweltlichen Formen, Töne, Düfte usw. mit dem aufstörenden Wind oder gar Sturm. So ist der Mensch eben wegen seiner Leidenschaften ununterbrochen im wogenden Bewegtsein.

Im alten Indien wusste man, dass die Seele, die man *jīva* nannte, sich des Körpers bedient, um durch die Sinnesorgane zu sehen, zu hören usw. Darum gab es dort nicht die Äußerung, dass ein gestorbener Mensch beerdigt würde, sondern man wusste, dass das Wollende des Menschen im Sterbeakt aussteigt, weiterlebt und sich irgendwo wieder verkörpert.

Der Erwachte sagt – und damit stimmt er mit den Aussagen der Alten Welt überein –, dass das drängende Wollen, die Triebe in den Sinnesorganen, das, was in anderen Religionen „Seele“ genannt wird, den Tod überlebt. Im sogenannten Sterben verlässt die Seele, das ist der gesamte Triebkörper (*nāma-kāya*), das Wollen, Fühlen, samt Denken und Wissen, mit dem für uns unsichtbaren feinstofflichen Körper (*dibba-kāya*) den

aus Knochen, Fleisch und Blut bestehenden grobstofflichen Körper (*olārika kāya*) ebenso, wie wenn ein Mensch ein Haus verlässt. Aber als zweites sagt der Erwachte, dass dieser Triebkörper im feinstofflichen Körper *unbeständig* ist, sich nicht ewig gleich bleibt: Je nach den Einsichten, welche das Wesen in seinem Geist aufnimmt, verändert sich das Mögen und Nichtmögen der Triebe. Ein Trieb ist nichts anderes als das festgehaltene „Ja“, die festgehaltene Anerkennung und positive Bewertung dieser oder jener Dinge. So sind die Triebe nach Qualität und nach Quantität die Summe der vollzogenen Irrtümer mit einem mehr oder weniger starken Drang in Richtung des positiv Bewerteten. Die moralischen, sozialen Triebe eines Wesens, die von den sinnlichen in den Geist eingetragenen Trieberfahrungen geweckt werden, können schlechter werden, dunkler werden, ja, schrecklich werden, und sie können je nach den Weltanschauungen, die das Wesen im Geist aufnimmt, auch besser werden, hilfsbereit, mitempfindend, hochsinnig werden. Der hochsinnige mit vorwiegend moralischen und sozialen Trieben besetzte Triebkörper im feinstofflichen Körper sieht heller, schöner, leuchtender aus als der niedrig gesinnte.

Insofern ist eine ewig gleich bleibende Seele, und das heißt ein ewig gleich bleibendes Ich oder Selbst, nicht aufzufinden. Das, was ich jetzt bin, bin ich schon nach fünf Minuten nicht mehr ganz, weil die eine oder andere Eigenschaft, dieses oder jenes Mögen und Nichtmögen, durch entsprechendes negativ oder positiv bewertendes Denken schon wieder etwas verändert ist. Daraus zeigt sich, dass der Wollenskörper und mit ihm der feinstoffliche Körper, der Gedanken und Triebe in Konsistenz und Aussehen spiegelt, sich ebenso rieselnd verändert wie der grobstoffliche Körper.

Der gesamte Wollenskörper, also der gesamte Triebkomplex, besteht aus einer Summe von Wollungen, d.h. von bestimmtem Mögen und Nichtmögen aus unendlich vielen Eigenschaften, z.B. wie man das, was man mag, zu erlangen strebt, sei es mit Stehlen und Rauben oder mit Bitten und Fle-

hen oder mit Erarbeiten, Verdienen und Bezahlen. Und ebenso gehört zu diesem Mögen und Nichtmögen auch die Art, wie man sich gegenüber dem verhält, was man nicht mag, sei es mit Ermorden und Vertreiben der nicht gemochten Lebewesen oder mit Flucht oder mit geduldigem Ertragen – oder mit Verstehen und Liebe usw. Diese Eigenschaften, die zusammen den Wollenskörper einschließlich des Denktriebs ausmachen, altern nicht, d.h. sie werden nicht durch den Lauf der Zeit anders, sondern sie werden nur durch Denken geändert. Angenommen, ein gutmütiger Mensch hört immer wieder von Freunden, seine Gutmütigkeit sei eine Dummheit, er werde ausgebeutet von den anderen. – Wenn dieser Mensch diesen Einflüsterungen der Freunde nichts Besseres entgegenzusetzen hat, dann muss er ihnen im Lauf der Zeit Recht geben und sich sagen: Ich bin eigentlich dumm mit meiner Gutmütigkeit, ich will jetzt mehr für mich sorgen. Diese Gedanken verändern die Triebe: Seine Gutmütigkeit nimmt langsam ab, und Egoismus und Härte nehmen langsam zu.

Ebenso geht es umgekehrt: Wenn ein hartherziger, egoistischer Mensch unter dem Einfluss guter Freunde sich von deren Zuspruch wirklich überzeugen lässt, dass Gutsein und Hilfsbereitschaft für einen selber viel vorteilhafter ist als Egoismus, dann wird er auf diesem Weg in seinen Trieben, in seinem Mögen und Nichtmögen gewandelt.

Solche Wandlungen der Triebe geschehen durch fast jeden Gedanken auf Grund einer sinnlichen Wahrnehmung, durch jedes Gespräch mit anderen Menschen, mit jedem Blick in die Zeitung oder mit jedem Lesen eines Buches. Das sinnliche Mögen und Nichtmögen wandelt sich genau so wie das intellektuelle, moralische und soziale Mögen und Nichtmögen. Die Gesamtheit der Triebe bleibt nicht einen Augenblick gleich, sondern sie verändert sich rieselnd – aber nicht „von selbst“ nur durch den Lauf der Zeit, sondern allein durch die dauernd sich verändernden Bewertungen seitens des Geistes.

Die Triebe sind wie ein großer Billardtisch, auf dem die Kugeln rollen. Wenn mit dem Stock eine Kugel angestoßen

wird, trifft sie bald auf eine andere Kugel, bringt sie zum Rollen, bis auch diese wieder auf eine oder mehrere nächste Kugeln trifft usw. – Dem Anstoß der ersten Kugel von außen ist vergleichbar die Aufnahme einer neuen Einsicht, einer richtigen oder falschen, wodurch das Kraftfeld verändert wird. Jeder Gedanke, jede geistige Stellungnahme verändert das Kraftfeld, die Triebe. Immer ist ein Kraftfeld da, ein tausendfältiges, millionenfältiges Wollen, aber jeden Augenblick ist es anders. Es ist wie ein Sandhaufen, von dem man eine Schaufel voll Sand fortnimmt und wieder eine Schaufel voll Sand hinzutut. Es ist immer ein etwas veränderter Sandhaufen da. So sind die Triebe nicht ewig, sondern unbeständig. Theoretisch gesehen – von unserer Warte aus, die wir unmöglich sofort alle Triebe aufheben können – sind die Triebe in ihrer Gesamtheit aufhebbar, wie es die Geheilten bewiesen haben, indem jede Neigung, jeder Trieb negativ bewertet wird. Die Brandung, die den Körper bewegt, alles Wollen und alle Sehnsucht und damit alles Leiden ist zur Ruhe gekommen.

Sind die Triebe des Herzens ichhaft oder ichlos? Wir sehen bei den Trieben kein Wissen um sich selbst, sondern allein Automatismus, Programmiertheit, kein souveränes Ich. Ein neu heraufkommender Gedanke muss – muss – das bisherige Gewolle um diesen neuen Impuls verändern.

Wir sagen: „Ich will“, und wir untersuchen und merken: Der Trieb ist es, der da drängt. Er weiß nicht, dass er da ist, so wie der Körper es nicht weiß. Wie das Wasser den Fluss hinabfließen muss und doch nichts von seinem Herabfließen weiß – da ist einfach Gefälle –, so ist das, was wir Triebe nennen, die Menge der Geneigtheiten, ein Gefälle, die Fortsetzung der Impulse, der angenommenen Gedanken.

Und warum sind die Triebe *leidvoll*? Dass die Triebe des Herzens leidvoll sind, erkennt jeder nach innen gerichtete, die inneren Vorgänge beobachtende und sich um Läuterung mühende Mensch. In vierfacher Weise knechten die Triebe die Wesen und bringen Leid über sie:

Die erste und grösste Knechtschaft ist die Gerissenheit durch die Herzensbefleckungen, die Triebe des Herzens (M 7): 1. Verderbte Selbstsucht, 2. Antipathie bis Hass, 3. Zorn, 4. Feindseligkeit, 5. Stolz, 6. Empfindlichkeit, 7. Neid, 8. Geiz, 9. Heimlichkeit, 10. Heuchelei, 11. Trotz, 12. Rechthaberei, 13. Ich-bin-Dünken, 14. Überheblichkeit, 15. Rausch, 16. Leichtsinn.

Der auf seine von den Herzensbefleckungen ausgehende Gerissenheit achtende Mensch steht oft entsetzt vor ihrem Zwang, merkt, wie das Herz in deren Knechtschaft gefangen ist und nicht so handeln kann, wie er handeln will. Wenn die Vernunft auch anders will, sie kann sich gegen die Knechtschaft der jeweiligen Leidenschaften nicht behaupten.

Es gibt auch Menschen, deren Geist so will wie die Triebe, diese merken ihre Knechtschaft kaum. Ein Gefesselter kann sich manchmal beim Schlafen so krumm legen, dass er zu der Zeit seine Fesselung nicht merkt, sondern meint, er wäre ohne Fesseln. Erst wenn er sich bewegt, merkt er die Fesselung. So merken diejenigen, die ihre Triebe bejahen, ihre Knechtschaft nicht. Sie sprechen vom gerechten Zorn, vom reinigenden Gewitter und davon, dass man sich behaupten müsse. Aber ein Mensch, der höhere Forderungen vernommen und anerkannt hat, der merkt, dass er oft noch lange nicht in der Lage ist, so zu handeln, wie der Geist es inzwischen als richtig erkannt hat. Das ist die erste Weise der Knechtschaft durch die Triebe.

Die zweite Weise dieser Knechtschaft liegt in den drei Wurzeln alles Übels, aus welchen die Herzensbefleckungen entstehen: Anziehung, Abstoßung, Blendung. Selbst wenn die Herzensbefleckungen mal nicht bemerkbar sind, gar nicht an der Oberfläche sind, sind wir doch durch die Triebe von Anziehung, Abstoßung, Blendung bewegt. Dass uns eine Sache als angenehm und wertvoll oder unangenehm und wertlos erscheint, das allein ist schon eine leidvolle Knechtschaft der Triebe. Die Triebe sprechen das Urteil, das mit Gefühlsbesetzung in den Geist eingetragen wird, und, geblendet von dem Urteil der Triebe, blicken wir wie durch unterschiedlichste

Brillen, so dass uns bestimmte Dinge, die den Trieben entsprechen, wunderbar erscheinen müssen und die entgegengesetzten entsetzlich, ekelhaft, abstoßend, obwohl sie in Wirklichkeit einen ganz anderen Wert haben. Es ist so – nur noch um ein Vielfaches potenziert –, wie wenn ein Kind einen Hundert-Euroschein hätte, den es hingibt für ein Stückchen Schokolade, das ihm schmeckt. Es weiß nicht, dass es für die hundert Euro hundert Tafeln Schokolade kaufen könnte. Wir haben die Möglichkeit, größtes Wohl bei uns zu finden, und jagen den unbeständigen, vordergründigen Dingen nach, die uns angenehm oder unangenehm erscheinen, uns aber nur begrenztes Wohl bieten können. Das ist die Knechtschaft durch die Triebe, das Leiden durch die Triebe.

Die Vielfalt der Dinge nicht in ihrer Wirklichkeit sehen, sondern unendlich verändert, gefärbt durch die Triebe und darum nur ausschnittsweise das stark Aufleuchtende in den Blick nehmen – Blendung –, das ist die zweite Weise der Knechtschaft durch die Triebe, das Leidvolle der Triebe.

Die dritte Weise der Knechtschaft durch die Triebe ist die, dass wir als Mensch Vielfalt wahrnehmen müssen, dass wir im Vielfalt-Erleben befangen sind, dass wir nicht nach Wunsch und Willen Herzenseinigung, inneren Frieden erleben können.

Die vierte Weise der Knechtschaft durch die Triebe ist die, dass dem Menschen, der von Trieben bewegt ist, vollkommenes Wissen, die sogenannten Weisheitsdurchbrüche, nicht zugänglich sind, dass er nicht in universaler Wahrnehmungsweise eigene frühere Leben, die früheren Leben anderer und die vier Heilswahrheiten vom Leiden in ihrer Universalität sehen kann. Ein sich früherer Existenzen Erinnernder sieht in unendliche Zeiträume der Vergangenheit, erkennt die Zusammenhänge zwischen den einzelnen Leben, sieht aller Wirkungen Ursache, aller Ursachen Wirkungen.

Wir aber sind durch die Triebe des Herzens gepeitschte Sklaven, die Wahrnehmungen für Wirklichkeit nehmen. Da tritt ein so und so geartetes Ich, dem ein so und so geartetes

Du als Freund oder Feind begegnet, in Erscheinung – und alles sind nur Bilder der Triebe.

*Was unbeständig, leidvoll ist,  
davon kann man nicht sagen:  
„Das gehört mir, das bin ich, das ist mein Selbst.“*

Das Ich oder das Selbst wird normalerweise als der Initiator, der Unternehmer angesehen, der über die ihm zugehörigen Dinge verfügen und sie lenken kann in dem Sinn von „das gehört mir“. Wenn das Vergängliche aber nach seinen von unserem Willen unabhängigen Gesetzen entsteht und vergeht und wir diesen Ablauf weder anhalten noch umlenken können, dann kann man es doch nicht als zum Ich gehörend zählen, denn unter Eigentum versteht man ja, dass man damit machen kann, was man will. Man weiß auch, dass der Mensch Leidhaftes nicht haben mag, nicht will und nicht wünscht. Wenn aber doch Leidhaftes über ihn kommt und er es nicht vermeiden kann, dann erkennt er ja eben daran, dass diese Dinge nicht ihm gehören, nicht seiner Herrschaft unterliegen, sondern dass er von diesen wandelbaren Dingen abhängig ist.

Immer wieder verweist der Erwachte auf die Tatsache der Unbeständigkeit, die die Vorstellung einer absoluten, beständigen Wesenheit, eines Ichkerns, den man immer wieder als den selben erkennen könnte, aufhebt. Er sagt (M 148):

*Wenn einer behaupten wollte: „Das Körper-Werkzeug Auge mit dem innewohnenden Luger ist das Ich“, so geht das nicht, denn beim Körper-Werkzeug Auge mit dem innewohnenden Luger zeigt sich Entstehen und Vergehen; wobei sich aber Entstehen und Vergehen zeigt, da ergibt sich für einen solchen: „Mein Ich entsteht und vergeht.“ Darum geht es nicht an, zu behaupten: „Das Körper-Werkzeug Auge mit dem innewohnenden Luger ist das Ich.“ Also ist das Körper-Werkzeug Auge mit dem innewohnenden Luger nicht das Ich.*

Dasselbe gilt auch von den anderen mit den Sinnesdrängen besetzten Körper-Werkzeugen und dem ganzen Körper mit dem innewohnenden Taster.

Der unbelehrte Mensch, der am Körper hängt, identifiziert sich mit dem Körper, zählt ihn zu sich. Für ihn bedeutet der Untergang des Körpers sein Untergang, der Schmerz des Körpers sein Schmerz. „Selbstverständlich gehört der Körper mit den Sinnesorganen mir, ist mein Selbst“, sagt der unbelehrte Mensch.

Über das, was mir gehört, habe ich Verfügungsgewalt. Der Mensch hat aber keine Verfügungsgewalt über den Körper. Der Körper entwickelt sich nach seinen Gesetzen. Er wird krank oder gesund unabhängig von unserem Willen. Wir müssen den Körper so nehmen wie er ist und seine Wandlungen so hinnehmen, wie sie vor sich gehen. Der Körper ist tatsächlich nur etwas Geliehenes, das eine Zeitlang in seiner Weise zur Verfügung steht, und das auch nur sehr begrenzt. Er ist nach einem bestimmten Gesetz angetreten, und er läuft seinen Weg nach seinem Gesetz. Wir sind oft ärgerlich oder traurig über diese Eigenwilligkeit, wir sind entsetzt über den Untergang des Körpers, aber wir sind machtlos. Der Körper ist wie ein „Darlehen“: Zu irgendeiner Zeit kommen die Eigner und holen sich ihr Darlehen zurück, und dies können wir dann nicht verhindern.

Die drei Merkmale aller Erscheinungen: unbeständig, leidvoll, nicht-ich zeigen sich nicht nur beim Körper, sondern in der ganzen Existenz, in allen fünf Zusammenhäufungen:

Bei der Berührung der zum Ich gezählten Form, des Körpers, mit Form, die als „außen“ erfahren wird (1. Zusammenhäufung), werden die Triebe berührt und äußern ihre Anziehung oder Abstoßung mit Gefühl (2. Zusammenhäufung), was als gefühlsbesetzte Wahrnehmung/Bewusstsein (3. Zusammenhäufung) in den Geist eingetragen wird. Diese Eintragungen von Formen und Gefühlen geschehen in rasanter ständig wechselnder Folge, auf die reagiert wird (4. Zusammenhäufung): Zum Beispiel reagiert ein Mensch, der nur ein altes



Auto besitzt, auf den Anblick eines neuen Autos mit erfreutem oder neidischem Denken, Reden oder Handeln, was oft als bereits im Geist programmiertes Assoziations- und Verhaltensschema abläuft (5. Zusammenhäufung).

Von jeder einzelnen der fünf Zusammenhäufungen muss man sagen, dass sie in rieselnder Veränderung besteht, und alle Fünf bestehen in einem voneinander abhängigen rasanten, ständig seinen Rhythmus wechselnden Ablauf: eines bedingt das andere – ein Zusammenspiel, das unabhängig von unserem Willen abläuft nach eingegebenen Automatismen. Je mehr wir ergreifend, hoffend und wünschend da hinein verwoben sind, um so mehr empfinden wir den ständigen Entstehens-Vergehens-Fluss als eigen und sind leidvoll betroffen über Veränderungen, die den Trieben zuwiderlaufen, erkennen nicht die bedingte, unabhängig von unseren Wünschen automatisch ablaufende Geschobenheit – eben die Nichtichheit, Nichtmeinheit und das heißt Nichtlenkbarkeit des Ablaufs der fünf Zusammenhäufungen.

Der Erwachte unterscheidet zwischen der Einsicht in die Nichtichheit (Aufhebung der ersten Verstrickung – Glaube an Persönlichkeit –, Aufhebung der Bande des Wahns) und der Aufhebung der achten Verstrickung (des gemüthhaften Ich-bin-Empfindens). Die Aufhebung der ersten Verstrickung (*sakkāyaditthi*) bedeutet lediglich eine aus gründlichen Betrachtungen gewonnene, also erfahrungsbedingte Anschauung, dass da kein Ich-bin ist, wo so natürlicherweise immer wieder Ich-bin empfunden wird. So nennt der Erwachte die rechte Anschauung in S 12,15 wie folgt:

*Wenn man da aber nicht herantritt, nicht ergreift,  
nicht sich aneignet, nicht sich dahin richtet und  
,hier ist gar kein Ich,  
Leiden ist alles, was immer entsteht,  
Leiden ist alles, was immer vergeht' –  
in diesem Wissen nicht mehr zweifelt, nicht mehr bangt,*

*im Besitz des von allen Meinungen unabhängig machenden Klarwissens – das ist rechte Anschauung.*

Aber das Ich-bin-Empfinden (*asmi-māno*) ist das trotz rechter Anschauung auf Grund der Triebe immer weiter wieder aufkommende Gefühl, als ob da ein „Ich“ sei. Es ist die drittletzte von zehn Verstrickungen. Ist diese gelöst, so sind auch geistige Unruhe und Wahn aufgelöst, die zwei letzten Verstrickungen, denn jegliche Unruhe und jeglicher Wahn entstehen nur dort, wo es eine Ich-bin-Empfindung gibt.

Indem die oberflächlich naive Ich-bin-Auffassung (1. Verstrickung) als Irrtum aus Wahnbefangenheit durchschaut ist, da beginnt der Ansatz einer überlegenen, einer wacheren Instanz, und damit beginnt die Möglichkeit, von einer höheren Warte aus das Wahn-Ich in seinem Umgang mit dem Begegnenden zeitweilig zu beobachten, zeitweilig zu beeinflussen, zurückzuhalten, loszulassen. Diese wachere Instanz überzeugt das Wahn-Ich mehr und mehr von seinem Ich-Wahn und bewegt es allmählich immer mehr zum Zurücktreten. Dadurch mindert sich allmählich auch das gemütsmäßige Ich-bin-Empfinden (8. Verstrickung).

Die Formen sind unbeständig, leidvoll, nicht ich

Nachdem der Erwachte Rāhulo die Unbeständigkeit der Sinnesorgane mit ihren jeweiligen Drängen, der zu sich gezählten Form, vor Augen geführt hat, ihre Wandelbarkeit, Leidhaftigkeit und Nicht-Ichheit, da zeigt er, dass auch die mit den Sinnesdrängen als außen erfahrenen Suchtobjekte der Wandelbarkeit unterliegen und darum leidvoll, nicht ich sind:

*Was meinst du, Rāhulo, sind die Formen beständig oder unbeständig? – Unbeständig, o Herr! – Was aber unbeständig, ist das weh oder wohl? – Weh, o Herr! – Was aber unbeständig, wehe, wandelbar ist, kann man etwa davon behaupten: „Das gehört mir, das bin ich, das ist mein Selbst?“ – Gewiss nicht, o Herr. –*

Unter „Form“ im Sinn der Lehre wird die zu sich gezählte Form, der Körper, wie auch im weitesten Sinne alles das verstanden, was durch die fünf Sinnesdränge im Körper erfahren werden kann: **sichtbare Formen, hörbare Töne, riechbare Düfte, schmeckbare Säfte, tastbare Körper.** Das zusammen ist das, was im Westen als Materie bezeichnet wird, wovon der Erwachte sagt, dass es als Festigkeit, Flüssigkeit, Temperatur und Luft erfahren wird.

Im engeren Sinn – wenn die Erfahrungen aller Sinnesdränge genannt werden – wird unter Form nur das verstanden, was mit dem Luger gesehen wird: Der sichtbare Körper und die sichtbare Welt, ein Fluss von Wellen, ein Strom von Lichtunterschieden, die wir von Kind an zu deuten und zu benennen gelernt haben, so dass sie dem Geist den Eindruck von „Substanz“ vermitteln.

„*Alles fließt*“ – dieses Wort *Heraklits* will viel tiefer begriffen werden, als es allgemein verstanden wird. Wer es begriffen hat, der sieht sich nicht ruhend in einer ruhenden Welt, der sieht diese Welt in dauerndem Fluss, in dauerndem Werden und Vergehen und sieht sich selber in dauernder Wandlung. *Schwinden muss jede Erscheinung*, das war das letzte Wort des Erwachten. Alles kommt und geht wieder. Alles rast dahin, eilt dahin. Nichts ist fest, nichts steht still. Dieser der Wirklichkeit entsprechende Anblick, diese rechte Erkenntnis erst zeigt die Unsicherheit des Daseins wegen der Flüchtigkeit aller Erscheinungen. Und erst diese Erkenntnis, dieses Erlebnis von der Unsicherheit des Daseins führt zu der aufmerksamen Beobachtung des Tuns und Lassens, derer es bedarf. Ohne dieses Gefühl der Unsicherheit – in dem trügerischen Wahn, dass alles stehe und bleibe – gibt man sich dem Glauben an eine Sicherheit und Geborgenheit hin, wird träge, nachlässig und stumpf. Aber aus der rechten Einsicht heraus – in dem Gefühl der Wandelbarkeit und Unsicherheit – ist das Augenmerk gerichtet auf die Gefährdung und ist die Aufmerksamkeit wach, dieser Gefährdung zu entgehen. Nun erst, in der Einsicht: alles fließt! – nun erst ist der Blick abgewandt von

der trügerischen Oberfläche der Erscheinung und ist gerichtet auf das Kommende und Gehende in dem Wissen, dass im Bereich der Erscheinungen, des Werdens kein Halt, kein Bestand, kein bleibendes Wohl zu finden ist.

Der Erwachte vergleicht die Form mit Schaum, mit Gischt, der nur in wild bewegtem Wasser entsteht. Ein Mensch steht am Ufer des Ganges und betrachtet gründlich die Schaumgebilde auf den Wogen. Er schaut nicht nur oberflächlich auf das Wasser, und er ist nicht mit den Gedanken bei anderen Dingen, er hat auch nicht die ganze Wasserfläche im Blick, sondern er hat einen Schaumball auf einer Woge gesehen und hat seine Aufmerksamkeit darauf gerichtet. Dieser Schaumball erscheint als ein substanzhaftes Gebilde, so wie uns jede Form erscheint, aber bei gründlichem Hinblick ist zu erkennen, wie dieser Schaumball aus einzelnen hohlen, leeren Wasserbläschen besteht, die eines nach dem anderen platzen – bis der Betrachter nur noch Wasser sieht. Dann ist das Schaumgebilde restlos verschwunden, hat keinerlei Spuren hinterlassen; nichts Festes, Greifbares, Substanzhaftes ist übrig geblieben. Aber schon treibt der Strom eine neue Woge heran mit neuen Schaumkronen, die ebenso Substanzhaftes vortäuschen, obwohl sie nur „aufgeblähtes Wasser“ sind, aber ebenso zerplatzen, sich in Nichts auflösen. So wie lauter mit Luft gefüllte, alle Augenblicke platzende Gischtbläschen auf dem Wasser, so ist alle Form zu betrachten: der zu sich gezählte Körper, die Körper der „anderen“ und die „Objekte der Welt“. Wasser gilt in der Lehre und überhaupt im alten Indien meist als Gleichnis für die Psyche, das Herz, die Gesamtheit der Triebe.

Nur aus strömendem, bewegtem Wasser kann Schaum entstehen, aus stillem Wasser kann kein Schaum entstehen. So kann auch nur aus bewegtem Gemüt Form eingebildet und erfahren, erlebt werden. Je wilder es sich bewegt, je reißender es – seinem Gefälle folgend – dahinströmt, um so mehr wird Wechsel und Veränderung der Form erfahren, in um so härteren und dichteren und gröberen Beschaffenheiten auch prallen die zu sich gezählten und die als außen erfahrenen Formen

aufeinander in spannungsvoller, streithafter Begegnung. Je zarter und sanfter das Wasser sich bewegt, in um so feineren, weniger dichten, strahlenderen Beschaffenheiten erscheint die Form.

Es ist nichts an den Sinnesobjekten, das selber „eigenständig“, festgegründet bestünde, das – selber beständig – von Unbeständigem umrieselt würde. Der Mensch stützt sich, verlässt sich auf den zu sich gezählten Körper und rechnet mit den Körpern und Gegenständen seiner Umgebung: „Das ist meine Frau, mein Kind, meine Wohnung.“ Die Vorstellung „ist“ suggeriert schon Beständigkeit. Entsprechend erschrickt der Mensch bei Veränderung, Krankheit, Tod und Vernichtung, weil sich dann die schaumartige Wandelbarkeit offenbart: ein ständiges Entstehen und Vergehen und Verschleiß des als Materie erscheinenden Erlebens. Diese Entwicklungen geschehen nicht etwa mit unserem Willen oder gar aus unserem Willen, sondern geschehen ohne, ja allzu oft gegen unseren Willen und gegen unsere Wünsche. Die nächste Minute kann Unsympathisches, Schmerzliches, Schreckliches, Vernichtendes bringen oder ebenso plötzlich und unverhofft Entgegengesetztes. Wir können tage-, wochen- und monatelang etwas befürchten, das nie eintritt, und ebenso etwas erhoffen, das nie eintritt: Wir blicken nicht über die Gegenwart hinaus, und doch sind wir jeden Augenblick abhängig von dem, was herankommt.

So sagt *.Bismarck:* „*Man kann so klug sein wie die Klugen dieser Welt, und doch geht man in die nächste Minute wie ein Kind ins Dunkle.*“

Ein indischer Mystiker des 20. Jahrhunderts, *Nisargadatta Maharaj*, sagt:

*Die Welt ist ein Meer der Pein und der Furcht, der Sorgen und der Verzweiflung. Freuden sind wie Fische darin, wenige und geschwind – sie kommen selten und sind schnell wieder fort. Ein Mensch geringer Weisheit glaubt entgegen allem Augenschein, dass er eine Ausnahme ist und dass die Welt ihm Glück*

*schuldet. Aber die Welt kann nicht geben, was sie nicht hat – unwirklich bis ins Mark, ist sie zu wirklichem Glück unbrauchbar.*

Der Erwachte sagt, dass sich der Mensch an die Sinnendinge anklammere, wie ein in der Strömung Treibender sich haltsuchend mit aller Hoffnung am Uferschilf anklammere. Aber das Schilf bietet keinen Halt, es reißt ab. Ganz ebenso hält kein Objekt auf die Dauer, was der oberflächliche Blick sich von ihm verspricht, und der Mensch erfährt durch seine Gewöhnung an die Vorstellung von „Materie“ als etwas Festem, Zuverlässigem immer wieder Not und Untergang. Aber er hält an dieser Gewöhnung fest, obwohl gerade diejenigen Wissenschaftler, die ausgezogen sind, der Materie auf den Grund zu gehen, sie heute während der Stunden ihres Forschens selber längst nicht mehr als etwas Festes ansehen, sondern als „Erscheinungsform von Energie“.<sup>242</sup>

Der so erkennende Beobachter tritt zurück von den als haltlos, als unzulänglich erkannten, in ständigem Entstehen/Vergehen begriffenen rieselnden Objekten. Dabei merkt er, dass er nicht in ein Nichts tritt, dass nicht etwa nichts übrig bleibt, sondern dass er sich im Gegenteil nur von Unbeständigem zurückgezogen hat, dass er jetzt überhaupt erst das Gebiet zu betreten beginnt, wo keine Verletzbarkeit ist. Von den Wandlungen der Sinnesobjekte ist er im Augenblick nicht mehr getroffen. Von den Trieben her hat er zwar noch ein „Gefälle“ zu ihnen. Wenn ihm zu anderen Zeiten der Körper bedroht würde, so wäre er wieder erschrocken. Im Geist aber ist das Wissen von der Unbeständigkeit der Sinnesobjekte, und dieses Wissen zeigt dem Beobachter immer wieder, dass die Gewöhnung, sich an die Objekte zu klammern, ans Elend, an die Ungeborgenheit bindet.

---

<sup>242</sup> Vgl. Meyers Lexikon der Technik und der exakten Naturwissenschaften, Bibliografisches Institut Mannheim-Wien-Zürich, Mannheim 1970

In M 137 heißt es: *Wer die Unbeständigkeit sieht, wird freudig bewegt!* Er merkt: „Nicht ich bin es, der entsteht und vergeht. Ich bin auf dem richtigen Wege, auf festem Boden, meine Unabhängigkeit und Unverletzbarkeit wächst.“

Die Unbeständigkeit, Leidhaftigkeit  
und Nicht-Ichheit der Teilerfahrungen  
(*viññāna-bhāga*), der Berührungen (*phassa*)

*Was meinst du, Rāhulo, ist die Luger-Erfahrung, Lau-  
scher-Erfahrung, Riecher-, Schmecker-, Taster-, Den-  
ker-Erfahrung beständig oder unbeständig? – Unbe-  
ständig, o Herr! – Was aber unbeständig, ist das weh  
oder wohl? – Weh, o Herr! – Was aber unbeständig,  
wehe, wandelbar ist, kann man etwa davon behaup-  
ten: „Das gehört mir, das bin ich, das ist mein Selbst“?  
– Gewiss nicht, o Herr. –*

*Was meinst du, Rāhulo, ist die Luger-Berührung, Lau-  
scher-Berührung, Riecher-, Schmecker-, Taster-, Den-  
ker-Berührung beständig oder unbeständig? – Unbe-  
ständig, o Herr. –*

*Was aber unbeständig, wehe, wandelbar ist, kann man  
etwa davon behaupten: „Das gehört mir, das bin ich,  
das ist mein Selbst“? – Gewiss nicht, o Herr. –*

*Sechs Süchte nach Berührung gibt es:*

*Die Sucht des Lugers nach Berührung durch Formen.*

*Die Sucht des Lauschers nach Berührung durch Töne.*

*Die Sucht des Riechers nach Berührung durch Düfte.*

*Die Sucht des Schmeckers nach Berührung durch Schmeckba-  
res.*

*Die Sucht des Tasters nach Berührung durch Tastbares.*

*Die Sucht des Denkers nach Berührung durch Gedanken.*

Hier ist also nicht von körperlichen Werkzeugen: Auge, Nase, Ohr, Zunge die Rede, sondern von inneren drängenden Wollungen, von Tendenzen nach sinnlicher Wahrnehmung, und diese sind es, die erfahren. Die Triebe in den Sinnesorganen des Körpers sind begierig auf ein entsprechendes Suchtobjekt. So sagt der Erwachte (A IX,38 u.a.):

*Fünf Begehrensstränge (kāma-guṇā – ein anderes Wort für Sinnesdränge, für sinnliche Triebe samt ihren Bezügen) gibt es. Welche fünf?*

*Die durch den Luger erfahrbaren Formen,  
die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen,  
dem Begehren entsprechenden, reizenden;  
die durch den Lauscher erfahrbaren Töne,  
die durch den Riecher erfahrbaren Düfte,  
die durch den Schmecker erfahrbaren Geschmäcke,  
die durch den Taster erfahrbaren Tastungen,  
die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen,  
dem Begehren entsprechenden, reizenden.  
Das sind die fünf Begehrensstränge.*

Die Bezeichnung „Begehrensstränge“ deutet durchaus nicht auf willenlos zur Verfügung stehende Werkzeuge hin, wie die westliche Auffassung von den Sinnesorganen ist, sondern auf ein inneres Sich-Ausstrecken nach sinnlicher Wahrnehmung. Darum heißt es bei den Formen, Tönen, Düften usw., dass es die *ersehnten, geliebten, entzückenden* seien, *die angenehmen, dem Begehren entsprechenden, reizenden*. Das drückt ja in aller Deutlichkeit ein dem Körper innewohnendes Begehren und Sehnen nach bestimmten Erscheinungen aus. Dieses Begehren, dieses Sehnen erzwingt die Erfahrung und den Wahrnehmungsvorgang. Ohne Wollen gäbe es kein Wahrnehmen.

Der Erwachte sagt (M 102, D 1 u.a.), es gehe darum, der sechs Süchte nach Berührung (*phassāyatana*) Entstehen und Vergehen und was an ihnen Labsal, Elend und Entrinnung ist, der Wirklichkeit gemäß zu verstehen, weil man sich dann ganz



sicher von ihnen ablöst. Labsal und Elend der Berührungssüchte zeigen sich deutlich an ihren Trieburteilen: „Wohl tut das“, „weh tut das“. In M 28 werden drei Bedingungen für das Zustandekommen einer Trieberfahrung genannt, die zur Wahrnehmung führt:

*Ist der Luger funktionsfähig und treten von außen Formen in den Gesichtskreis, und es findet eine entsprechende Ernährung (samannāhāra) – Ernährung ist die Berührung – statt, so kommt es zur Bildung der entsprechenden Teilerfahrung.*

Mit „Erfahrung“ ist hier noch nicht die Erfahrung des Geistes, „unsere“ Erfahrung gemeint, sondern nur eine Teilerfahrung, die Erfahrung des jeweiligen Triebs, des Lugers, Lauschers usw.: Wenn eine äußere Form an das körperliche Auge kommt, dann wird die im Auge wohnende Sucht nach Sehen ernährt/berührt und erfährt: „Wohl tut das“ oder „Wehe tut das“ oder „weder weh noch wohl tut das“ (d.h. es ist den Trieben gleichgültig).

Die Ernährung des Lugers mit Formen (des Lauschers mit Tönen usw.), wodurch er diese „erfährt“ (*viññāna*), ist die „Berührung“ des Verlangens im Luger. – Diese Ernährung/Berührung/Erfahrung hat dann nicht stattgefunden, wenn zu der Zeit gerade andere Sinnesdränge stark beschäftigt, also ernährt werden. Jeder wird wissen, dass er öfter schon solche Dinge, die sich in seiner Nähe zutrugen, „übersehen“ oder „überhört“ hat, weil sein Geist mit etwas anderem beschäftigt war. Dann wird mangels Interesse der Luger nicht „ernährt“, berührt, und es kommt nicht zur entsprechenden Teilerfahrung. Man sagt: „Ich war abgelenkt“, und bringt damit zum Ausdruck, dass der Geist auf das Objekt „hingelenkt“ sein muss, wenn das Verlangen des einzelnen Sinnesdranges „ernährt“ werden soll. Dem normalen Menschen, der auf die Sinneseindrücke aus ist, fehlt es nicht an der geistigen Hinwendung, die die Ernährung, die Berührung, der Triebe erzwingt, es sei denn, seine Auf-

merksamkeit richtet sich nicht auf das gerade den Sinnen Begegnende.

Was also erfahren wird, das wird vorwiegend bestimmt von dem „Interesse“ der inneren Dränge, der Sinnensucht, und der dadurch bedingten Aufmerksamkeit.

An anderer Stelle (M 18) fasst der Erwachte den Erfahrungsvorgang kurz zusammen:

*Durch den Luger und die Formen entsteht die Luger-Erfahrung.*

*Durch den Lauscher und die Töne entsteht die Lauscher-Erfahrung usw.*

Wenn irgendetwas unbeständig genannt werden muss, dann sind es die Berührungen/Erfahrungen der Sinnesdränge in den Sinnesorganen. Die Sinnesdränge des normalen Menschen lugen und lauschen und lungern ununterbrochen in die Welt hinein und erfahren in einem ununterbrochenen Prasselhagel von immer wieder neuen Berührungen/Erfahrungen, was an als „außen“ erlebten Objekten erreichbar ist. Diese Tätigkeit geschieht mit einer nicht zu nennenden Geschwindigkeit. Eine Berührung/Erfahrung folgt der anderen, eine Berührung/Erfahrung löst die andere ab.

Der Mensch ist daran gewöhnt, dass die Augen immer Formen sehen, die Ohren immer etwas hören usw., ununterbrochen geschehen Eindrücke. An diese automatische Rezeption sind viele so gewöhnt, dass sie ihre Persönlichkeit zu verlieren fürchten, wenn dieser Strom stark reduziert wird.

Aber diese Erfahrungen in ihrer rasanten Aufeinanderfolge können bei genauer Betrachtung nicht als Ich gelten. Sie sind ein endloser, ständig wechselnder Strom, den der Erleber nicht willkürlich und autonom lenken kann. Die durch die Sinnesdränge erfahrbaren Erscheinungen kommen heran nach ihrem Gesetz, bedingt durch den Hunger nach Erlebnissen einerseits und durch den Strom des Gewirkten andererseits.

Bisher hat der Erwachte Rāhulo die Unbeständigkeit, Leidhaftigkeit, Nicht-Ichheit der Form erläutert, und zwar der zu sich gezählten Form, des Körpers mit den innewohnenden Trieben, und der als außen erfahrenen Form. Wegen der dem Körper innewohnenden Triebe werden ständig Außenformen an die Triebe im Körper herangebracht, so dass diese ernährt/berührt und erfahren werden. Berührung, Erfahrung der Triebe bilden einen ständigen Prasselhagel von immer Neuem, der vom Erwachten als Bisse, Stiche von Insektenschwärmen, als Schwerterschläge, bezeichnet wird. Diese Gleichnisse zeigen zum einen, wie ein Stich dem anderen folgt, zum anderen die Leidhaftigkeit des Getroffenwerdens der Triebe. Nun nennt der Erwachte die Unbeständigkeit, Leidhaftigkeit und Nicht-Ichheit der vier weiteren Zusammenhäufungen:

Gefühl und seine Unbeständigkeit,  
Leidhaftigkeit und Nicht-Ichheit

Die Triebe, welche den Sinneswerkzeugen so innewohnen wie der Magnetismus dem Magnetstein oder das Öl dem Docht einer Öllampe, werden von den zum Außen gezählten Formen berührt und antworten mit Gefühl. Wenn die vom Luger erfahrene Form dem Anliegen entspricht, so entsteht ein Wohlgefühl, wenn die Form dem Anliegen widerspricht, so entsteht Wehgefühl. Wenn die Form dem Anliegen nur ganz schwach entspricht oder widerspricht, dann entsteht ein Weder-Wehnoch-Wohlgefühl. Im Gefühl erfahren wir die Resonanz des Wollens, der Triebe auf das Erlebte von äußerster Lust bis zur tiefsten Qual. Es versteht sich, dass das Wohlgefühl eines Menschen, der seiner triebbedingten Neigung entsprechend sich auf stillen Wegen von der Hetze des Alltags ablöst, ein anderes ist als das Wohlgefühl des Kindes, das sich im Arm der Mutter geborgen fühlt, und dass die Begeisterung eines jungen Entdeckers wieder ein anderes Wohlgefühl ist. Wir kennen die unterschiedlichen groben und feinen Wohlgefühle, wie Lust, Behagen, Entzücken, Begeisterung, Erhebung, Frie-

den usw. und ebenso die mannigfaltigen groben und feinen Wehgefühle, wie Qual, Schmerz, Angst, Verzweiflung, Verstärtheit, Ekel.

Entsprechend den Tendenzen in den Sinnesorganen und den als außen erfahrenen Formen (1.Zusammenhäufung) sind die Gefühle (2.Zusammenhäufung), die bei Berührung der Triebe aufkommen, jeden Augenblick andere. Es ist wie wenn ein Klöppel (als außen erfahrene Form) auf einen Gong (Trieb) schlägt. Es entsteht ein Ton (Gefühl). Weiß dieser Ton, weiß das Gefühl „Ich bin“? Je nach der Beschaffenheit des Gongs (Messing, Silber, Bronze) und je nach der Beschaffenheit des Klöppels (Stoff, Holz oder Metall) und je nach der Stärke oder Schwäche des Aufpralls entstehen die unterschiedlichsten Töne, aber kein Ton weiß etwas von sich selber. So entstehen je nach Art und Wucht der Tendenzen und der Beschaffenheit und Intensität der herantretenden einst gewirkten Formen die unterschiedlichsten Gefühle, die nichts von sich selber wissen. Wie die Triebe, die Tendenzen, ein programmiertes, automatisches Getriebe sind, das nichts von sich weiß, so entstehen durch die Triebe bedingt die Gefühle, also bedingt entstehend, bedingt vergehend und nichts von sich wissend.

Es geht den Wesen immer um Wohlgefühl. Aber doch erfahren sie mehr Leiden als Wohl, weil jede aus dem Genuss von Sinnendingen hervorgehende Befriedigung nur sehr kurz ist. Bald ist die Befriedigung vorbei, und neuer Durst treibt sie zu neuem Erleben. Der Erwachte vergleicht das Gefühl mit sich aufblähend und spritzend zerplatzenden Blasen, die bei starkem Regen auf einer Wasserfläche entstehen. So schnell wie sie entstehen, vergehen sie auch schon wieder, denn die nachfolgend aufprallenden Tropfen zerstören die entstandenen Blasen und rufen neue hervor. Ebenso ist es mit den Gefühlen. Sie entstehen bei den verschiedenartigsten Sinneseindrücken als Resonanz der Triebe auf die Berührungen des Triebkörpers durch die erfahrenen Formen und werden durch immer wieder neue Gefühle, die aus neuen Berührungen hervorgehen, abge-

löst oder unterbrochen. So wie die Blase nicht eigenständig ist, gar nichts an sich ist, sondern ein Produkt des Aufeinandertreffens – der Berührung – von Wasser von oben (Regen) und Wasser auf der Erde (Ströme, Pfützen), so besteht auch das Gefühl nicht eigenständig, nicht an sich, sondern durch Bedingungen, durch das Zusammentreffen von zu sich gezählter Form und als außen erfahrener Form. Für die Dauer des Zusammentreffens ist Gefühl, hört die Berührung auf, ist dasjenige Gefühl nicht mehr. Da aber in jedem Augenblick durch neue Berührungen neue Gefühle entstehen, so ist eben immer Gefühl, und darum fasst man es als zu einem Ich gehörig, als etwas selbstständig Bestehendes auf. Aber Gefühl ist nichts Selbstständiges, sondern nur eine Resonanz der Triebe.

Schon diese Tatsache, dass Gefühl eine Resonanz ist, lässt erkennen, dass wir nicht über es verfügen können, dass wir auch darin nicht souverän sind. Also hat auch das Gefühl – das, was die meisten Menschen als „Kern des Ich“ ansehen – nichts mit einem „Ich“ zu tun. Das ständig wechselnde Gefühl ist ohne Kern und Halt, das heißt, es gibt gar nicht „das Gefühl“, das „sich“ ändert, sondern nur ständigen Wechsel, ständiges Rieseln immer neuer, durch immer neue Berührungen bedingter einzelner Gefühle: Spritzer auf Spritzer folgt, Blase auf Blase bläht sich und platzt.

### Wahrnehmung (3. Zusammenhäufung) und ihre Unbeständigkeit, Leidhaftigkeit und Nicht-Ichheit

Unter der Wahrnehmung des normalen Menschen verstehen wir das Erlebnis eines konkreten nennbaren Beeindrucktseins, und zwar das Beeindrucktsein von Formen und Gefühlen, das eine durch die Triebe gefärbte, geblendete Eintragung in den Geist darstellt. Der Erwachte sagt: *Was man fühlt, nimmt man wahr*. Das bedeutet, dass nun die vom Luger erfahrene Form und die Empfindung des Lugers, beides zusammen in den Geist eingetragene wird als Wahrnehmung. Jetzt ist im Geist

ein doppeltes Wissen (Wahrnehmung): Das Wissen um eine Form und ob sie „angenehm“ oder „unangenehm“ ist. Mit dem Gefühl erst kommt die jeweilige Teilerfahrung zur Wahrnehmung, zum Bewusstsein, und der Geist erfährt jetzt das gefühlsbesetzte Objekt, das er in der Regel für die Ursache des Gefühls hält. Darum wird im Gegensatz zu der Teilerfahrung (*viññāna-bhāga*), die nach dem beteiligten Körper-Werkzeug genannt wird (z.B. Aug- oder Luger-Erfahrung), die Wahrnehmung immer nach dem Wahrgenommenen benannt: Form-Wahrnehmung, Ton-Wahrnehmung usw. bis Ding-Wahrnehmung. – Der Geist beachtet und unterscheidet nicht zwischen wahrgenommenem Objekt und dem zugehörigen Gefühl, sondern für ihn ist es eine „begehrenswerte oder abstoßende Form“. Und das ist seine Blendung. In der Wahrnehmung tritt die Blendung zutage. Die Wahrnehmung des normalen Menschen ist nie neutral, sondern enthält stets die durch Berührung der Triebe bedingte Gefühlsresonanz. Hinzu kommt, dass der Geist noch hineindeutet: „Ich habe diese angenehme oder unangenehme Form gesehen“ und somit ein „Ich“ als Wahrnehmer annimmt (*Was ,man' fühlt, nimmt ,man' wahr*), statt gewärtig zu sein: „Der Geist hat das Ding/die Vorstellung erfahren.“

„Uns“ trifft nur das, was „wir“ wahrnehmen. Soweit wir wahrnehmen, in dem, was wir wahrnehmen, erleben, liegt unsere Problematik, nicht in dem, was wir nicht wahrnehmen. Die Dinge der Welt – wie erfahren wir sie? Durch Wahrnehmung. Gesehenes wird wahrgenommen, Gehörtes, Gerochenes, Geschmecktes, Getastetes und Gedachtes. Nur die Wahrnehmung dieser sechs Arten von Dingen ist es, die uns Glück oder Leid bringt. Wenn uns Dinge beglücken, die uns die Fülle bieten, und wir freuen uns der Fülle und die Dinge zerrinnen wieder auf Grund ihrer Unbeständigkeit, sind nicht mehr da, dann lassen sie uns zurück in Angst, im Mangel, im Leid.

Das Gesehene ist unbeständig. Das Gehörte ist unbeständig. Das Gerochene ist unbeständig. Das Geschmeckte ist unbeständig. Das Getastete ist unbeständig. Das Gedachte ist

unbeständig. Unbeständig ist alles, was wahrgenommen wird. Die Wahrnehmungen entstehen und vergehen, kommen heran wie eine Brandung. Die Wellen schlagen an die Ufer als ein bisschen Schaum und sind fort. Eine neue Woge kommt. So läuft die Zukunft an die Gegenwart heran, eine Woge nach der anderen. Jede einzelne Wahrnehmung ist ein Blitz, ein Augenblick und ist fort. Nur weil dauernd etwas herankommt, entsteht der Eindruck einer Kontinuität, entsteht der Eindruck, dass etwas sei. Jedes entsteht für sich, vergeht für sich. Ein Bild, ein Ton, ein Duft, ein Geschmack blitzt auf und ist verschwunden, eine Wahrnehmung folgt der anderen. Wie ein Feuer, das aus Holz oder Kohlen entzündet wird, brennt, ohne dass es weiß, dass es brennt, so weiß die Wahrnehmung nichts von sich, aber entwirft die Vorstellung: „Ich erlebe dies.“

Die Wahrnehmung ist nur ein Produkt der Triebe und des Wirkens, ist selber hohl und leer, ohne Eigenständigkeit. Der Erwachte vergleicht sie mit einer Fata Morgana, einer Luftspiegelung: die Vortäuschung von Wasser über trockenem Boden durch gespiegeltes Himmelslicht, durch die der vom Durst gepeinigter Wanderer in der Wüste (Samsāra) oft genarrt wird: Das, was da vorgespiegelt wird – durstlöschendes Wasser – ist nichts als Spiegelung des „Himmelslichts“, dem vom Geist gemeldeten Triebwunsch vergleichbar. Ändern sich die Triebe und damit unser Wirken, so ändert sich die Wahrnehmung. Die Wahrnehmung ist nichts als ein Anzeiger der inneren wechselvollen Beschaffenheit.

Aktivität im Denken, Reden und Handeln  
(*sankhāra* – 4. Zusammenhäufung),  
ihre Unbeständigkeit, Leidhaftigkeit und Nicht-Ichheit

Der Erwachte sagt (M 18): „*Yam sañjānāti, tam maññati*“ – *Was wahrgenommen, bewusst wird, darüber wird im Geist gedacht.* Der Geist ist wie eine nicht austrocknende Regenfütze: Je mehr Regentropfen – gefühlsbesetzte Erfahrungen – hineinkommen, um so mehr Wasser – Wahrnehmungen – ist

da. Von der Geburt an füllt sich der Geist mit den Erfahrungen der Triebe: „Das riecht unangenehm, das schmeckt nicht gut.“ „Das sind schöne Formen, die will ich haben.“ Trieberfahrungen, die mit Wehgefühl beantwortet wurden, sind im Geist eingetragen als etwas Unangenehmes, Schmerzliches, Hässliches, Abstoßendes, oder Trieb-Erfahrungen, die mit Wohlgefühl beantwortet wurden, sind im Geist eingetragen als Angenehmes, Wohltuendes, Erfreuliches, Schönes. Der Geist verbindet die Daten der einzelnen Teilerfahrungen miteinander, fügt sie zu einem Ganzen zusammen, z.B. was so aussieht, riecht und schmeckt, ist Kaffee, und meldet, was im Geist bereits über Kaffee eingetragen ist, z.B. Kaffee hebt den Blutdruck, beschleunigt die Herztätigkeit, erschwert das Einschlafen usw. Der Geist meldet also die Vor- und Nachteile einer Sache, und das Miteinander-in-Beziehung-Setzen-und-Abwägen im Geist nennen wir Denken.

*Robert Muller*, einstiger Stellvertretender Generalsekretär der Vereinten Nationen, schreibt in seinem Buch „Ich lernte zu leben“ (S.187):

*Von einem Freund, der Neurologe ist, erfuhr ich, dass das menschliche Gehirn als letztes Organ des Körpers anfängt zu altern: Den größten Teil des Lebens wird es anscheinend immer effektiver oder „jünger“, weil es nämlich immer vielseitigere und feinere Neuronenbahnen aufbaut. Das Gehirn des Menschen ist ein bewundernswerter, unglaublich komplizierter Computer, der die Fähigkeit besitzt, sich inwendig zu verzweigen und seine eigene Kapazität endlos zu verfeinern, Informationen zu speichern, zu synthetisieren, zusammenzufassen, daraus Schlussfolgerungen zu ziehen, und mit blitzartiger Geschwindigkeit den Milliarden von Zellen, aus denen sich der menschliche Organismus zusammensetzt, Befehle zu erteilen. Doch das Gehirn „wächst“ nur so lange, wie es vom Willen, der Vorstellungskraft, der Dynamik oder der Neugier des Individuums auch Anreize dazu erhält. Verschwinden diese Stimulanzen, hören die Neuronen auf, zu wachsen. Sie ver-*



*kümmern, und das Gehirn büßt seine Effektivität als Befehlszentrale des Menschen ein. Dann äußern sich Störungen und Unterbrechungen in Form aller möglichen körperlichen und psychischen Leiden. Wenn der Mensch seinen Lebens- oder Durchhaltewillen verliert, ist oft der Tod die Folge.*

Der Anreiz für das Gehirn sind die Triebe, die sinnlichen, intellektuellen, sozialen und moralischen Triebe.

Kein Mensch kann etwas denken, das nicht im Geist eingetragen wurde. Ob einer viel studiert hat oder wenig oder gar nicht, er muss das denken, was gefühlsbesetzt in den Geist gekommen ist. Und wie es hereingekommen ist – mit starkem oder wenig Gefühl – so intensiv oder schwach muss es beachtet werden.

Der Erwachte spricht von der Aktivität in Gedanken, in Worten und in Taten (M 57 u.a.) und von der Aktivität als Absicht (*cetana*) auf Formen, Töne, Düfte, Säfte, Tastungen und Gedanken (S 22,56). „Absicht“ ist eine denkerische Aktivität: Hier sehen, hören usw. wir etwas Angenehmes, dort etwas Unangenehmes, und sofort ist dementsprechend unsere Absicht, unsere Gemütsverfassung, die Gefühlsseite des Geistes: spontane Zuwendung oder Abneigung oder Gleichgültigkeit entsprechend den Trieben, die sich nun in Gedanken äußert wie: „Das ist schön, das möchte ich haben“ oder „Das ist ein unsympathischer Mensch, den mag ich nicht“, „Das soll bleiben, das soll verschwinden. Das muss ich so lassen, das muss ich anders machen“, „Das ist mir gleich, darum kümmere ich mich nicht.“ Auf das Wahrgenommene reagiert also der Geist zuerst mit gefühlsgetränkten Absichten (4. Zusammenhäufung). Jeden Augenblick ist eine andere Wahrnehmung, und jeden Augenblick denkt „es“ in Reaktion darauf. Und seinem Denken, seiner Absicht entsprechend redet und handelt er.

Der sich nicht beobachtende Mensch folgt automatisch der gefühlsbesetzten Wahrnehmung: „Das ist angenehm“ = freundliche Worte, entgegenkommendes Handeln, Verhalten.

„Das ist unangenehm“ = unfreundliche Worte, abweisendes Handeln, Verhalten. Der Mensch aber, der seine gefühlsbesetzten Gedanken beobachtet, kann sich ihrer bewusst werden, kann den automatischen Ablauf unterbrechen und der gefühlsgetränkten gedanklichen Zu- und Abwendung eine andere Richtung geben. Der Geist kann, wenn er durch Überlegung erkennt, dass die betreffende Sache zwar angenehm, aber aus irgendwelchen Gründen doch schädlich ist – durch diese Einsicht die üblen Gedanken, die üblen Absichten, aufgeben und dadurch zu besseren Reaktionen im Reden und Handeln kommen. Was der sich Mühende in neutralen Zeiten bedacht hat, das meldet sich bei Aufkommen von gefühlsbesetzten Wahrnehmungen als gedankliche Assoziationen: „Ist diese Zuwendung richtig, bringt sie mich ins Helle? Gehe ich, indem ich ihr folge, verloren oder gewinne ich durch sie?“ Ein so Überlegender wird anders reden und handeln als ein Mensch, der blind der gefühlsbesetzten Wahrnehmung folgt. Aber in beiden Fällen, bei dem blind den Trieben folgenden wie bei dem kritischen Geist, findet ein ununterbrochen wechselnder, automatischer Ablauf statt, abhängig von den im Geist eingetragenen Daten.

Der Erwachte vergleicht die sechs unterschiedlichen Interessen, Anliegen der Wesen, das Sehnenwollen bis Denkenwollen, mit sechs unterschiedlichen Tieren (S 35,206). Jedes Tier ist am Ende eines Stricks angebunden, das andere Ende der sechs Stricke ist zu einem Knoten gebunden. Nun zerrt jedes Tier zu seinem Interessengebiet; welches Interesse zur Zeit am stärksten ist, welchen Trieben größere Kraft innewohnt, die ziehen und reißen die anderen mit sich. Es ist also eine Sechsheit, keine Einheit. Der Geist ist dabei die Stätte des Kampfes der unterschiedlichen Interessen (der sechs Tiere). Der Mensch möchte z.B. am Abend gern dies oder das sehen oder hören (Fernsehen, Theater, Kino, Freunde besuchen oder still für sich sein und nachdenken), aber gleichzeitig ist etwas Wichtiges zu erledigen, dessen Versäumnis großen Schaden und Peinlichkeit mit sich bringen würde. In einem solchen Fall

hat man den Eindruck, dass man im Geist hin und her überlegt, ob man auf das Angenehme verzichtet, um den Schaden durch Versäumnis der wichtigen Sache zu vermeiden, oder ihn in Kauf nimmt, weil man auf das Angenehme nicht verzichten will. Man hat den Eindruck, dass man im Geist entscheide, aber in den allermeisten Fällen entscheidet die Wucht der stärksten Triebe. Der Geist ist nur die Stätte, in der die Entscheidung fällt.

Wie bei einer Waage mit etwas ungleichen Gewichten, die noch hin und her schwankt und bei der doch schon feststeht, dass sich bald die Waagschale mit dem größeren Gewicht nach unten senken wird, so geht es den Wesen mit den sechs Drängen: In der Regel entscheiden die stärksten Dränge, doch immer sagt der Geist im sklavischen Dienst dieser Dränge: „Ich werde, ich will, ich entscheide.“ Das ist die Ich-bin-Behauptung (*attavādupādāna*), die Auffassung, eine als Ganzheit und Einheit aufgefasste Person zu sein, obwohl nur sechs Berührungssüchte den Eindruck einer Person erwecken. Diese im Geist imaginierte Person will ihre sinnlichen Wünsche erfüllen, will außerdem ihre Anerkennung als Ich durch andere, will nicht von anderen Personen unterdrückt, vernachlässigt werden. Und da besteht nun die Aktivität des normalen Menschen darin, diese Wünsche zu erfüllen, besteht in immer erneuter Leidflucht und Wohlsuche bei den ungezählten Dingen der Welt zum Zweck der Befriedigung, was der Erwachte „Ergreifen“ (*upādāna*) nennt. Er vergleicht es mit dem fortgesetzten Unterhalten eines Feuers: Auf einen brennenden Holzstoß schichtet man immer wieder weiteres Holz, ehe das vorige niedergebrannt ist. Immer wieder legt man weiteres Brennmaterial auf. Dadurch brennt das Feuer weiter. Dieses brennende Feuer ist nichts anderes als die ersten drei der fünf Zusammenhäufungen, nämlich die Wahrnehmung von Formen und Gefühlen. Das Auflegen von weiterem Brennmaterial, das Ergreifen und Aneignen, geschieht durch die zwei letzten Zusammenhäufungen, die Aktivität und die programmierte Wohlerfahrungssuche.

Aber mit jedem positiv bewerteten Genuss der Sinnendinge nimmt der Durst nach Genuss immer mehr zu, man muss immer mehr haben, strebt immer mehr und anderes an und redet und handelt entsprechend. Dadurch nehmen Rivalität, Streit, Feindschaft, Gehässigkeit zu, von den feinsten Spannungen an bis zu Mord, Totschlag und Krieg. Je mehr Neid, Eifersucht, Misstrauen, Feindschaft und Streit zunehmen, um so weniger bleibt Zeit, Kraft und Möglichkeit zum Sinnengenuss. Und immer drohen Alter, Krankheit, Sterben. Auf begehrlisches und übelwollendes Wirken in Gedanken, Worten und Taten folgt nach dem Tod der Abstieg in die Unterwelt mit Sinnenqual und Entsetzen. Das ist Leiden durch die nicht von Weisheit gelenkte Aktivität.

Wie der Unbelehrte in Unkenntnis der zu pflegenden Dinge/Einsichten/Eigenschaften vorgeht und welches die unerwünschten Folgen dieses Vorgehens sind, erklärt der Erwachte näher in M 149:

*Wer den Luger, die Form, Luger-Erfahrung, Luger-Berührung, Gefühl (und die weiteren fünf Zusammenhäufungen) nicht der Wirklichkeit gemäß versteht, wird davon (positiv oder negativ) gereizt (sarajjati). Weil er davon gereizt ist, darin verstrickt ist (samyutta), sich blenden lässt (samulha), Befriedigung sucht (assādānupassī = nur auf das Befriedigende, die Labsal, sieht, d.h. verblendet die Wahrnehmung positiv oder negativ bewertet und so den Durst verstärkt), häufen sich ihm die fünf Zusammenhäufungen weiterhin auf, und der Durst und die Sucht nach Befriedigung wächst weiter. Dem wachsen körperliche Spannungen, gemüthafte Spannungen weiter, körperliche Qualen, gemüthafte Qualen, körperliches und gemüthafte Fiebern, körperlicher und geistiger Schmerz nehmen zu.*

Welcher Art sind die körperlichen und gemüthhaften Qualen?  
Der Erwachte beschreibt (M 141 u.a.):

a) *Geborenwerden ist Leiden, Altern ist Leiden, Krankheit ist Leiden, Sterben ist Leiden.*

b) *Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung sind Leiden.*

c) *Vereint sein mit Unliebem, Getrenntsein von Liebem ist Leiden.*

d) *Was man begehrt, nicht erlangen, ist Leiden.*

*Kurz gesagt: Die fünf Zusammenhäufungen sind Leiden.*

Die vom Erwachten genannten Leidensformen verteilen sich auf die ersten vier dieser fünf Zusammenhäufungen, und damit erschöpfen sich die gesamten Leidensmöglichkeiten aller Wesen in allen Bereichen der Existenz.

a) Geborenwerden, Alter, Krankheit und Sterben – das sind die Leiden, die an der zu sich gezählten und an der als außen erlebten Form erfahren werden.

„Geburt“ gilt nicht nur dafür, dass die Wesen einen grobstofflichen Körper anlegen, vielmehr gilt Geburt auch für alle an den Menschen herantretende als außen erfahrene Form: *Weib und Kind, Knecht und Magd werden geboren (M 26)*. Damit wird der Augenblick bezeichnet, in dem der Mann eine Frau heiratet oder Knechte oder Mägde in seinen Dienst nimmt. Weiter heißt es: *Gold und Silber wird geboren...* Das heißt, wenn ein Mensch im Laufe seines Lebens reich wird, dann ist ihm Gold und Silber geboren worden. Ebenso „altern“ Körper und Dinge und „sterben“.

b) Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung – das sind die Leiden, die am Gefühl erlebt werden.

c) Vereint sein mit Unliebem und Getrenntsein von Liebem – das sind die Leiden, die in der Wahrnehmung, im Erleben erfahren werden.

d) Was man begehrt nicht erlangen – die meistens vergeblichen Bemühungen des Menschen, zu Wohl zu kommen, die letztlich durch Altern und Sterben durchkreuzt werden, sind Leiden, die man beim Anstreben, also in der Aktivität, erfährt.

Der fünften Zusammenhäufung, der programmierten Wohlerfahrungssuche, ordnet der Erwachte keine spezielle

Leidensform zu, denn sie ist die programmierte Aktivität im Denken, Reden und Handeln, auf die alles zutrifft, was über das Leiden der vierten Zusammenhäufung gesagt ist: das verbliche Bemühen und Suchen der Wesen, dauerhaftes Wohl zu erlangen.

Das Leiden durchschauen, heißt also, die fünf Zusammenhäufungen zu betrachten, wodurch die vierte und fünfte Zusammenhäufung korrigiert werden. Damit hat man sich die erste Heilswahrheit vom Leiden begreifbar gemacht.

Die programmierte Wohlerfahrungssuche  
(*viññāna-sota* – fünfte Zusammenhäufung)  
und ihre Unbeständigkeit, Leidhaftigkeit  
und Nicht-Ichheit

Die Aktivität im Denken, Reden und Handeln, um zu triebbefriedigendem Wohl zu gelangen (4. Zusammenhäufung), geschieht beim erwachsenen Menschen zumeist in festgelegten Programmen, um Wohl zu erfahren und Wehe zu vermeiden entsprechend den eingeschriebenen Daten. Doch auch diese Wohlsuche ist nicht als ein Täter, als ein Ich aufzufassen. Sie ist lediglich ein komplexes programmgesteuertes System der Handhabung des Körpers und der Gedankenassoziationen, ist die aus der bisherigen Erfahrung des Geistes hervorgegangene Programmiertheit der Wohlsuche und Weheflucht und wird entsprechend den Erfahrungen des Geistes ständig umprogrammiert, ständig neu eingestellt auf Grund der jeweils sich meldenden Triebe und der Datensammlung des Geistes. Der Ablauf nach bestimmten Programmen in einer bestimmten Richtung ist der heutige Ausdruck für das, was im alten Indien als „Strömung“ oder „Strom“ (*sota* – *viññāna-sota* – D 28) bezeichnet wurde, als fließender Ablauf von miteinander verbundenen und sich ergänzenden gespeicherten Programmen, also als Robotertätigkeit. Weil die Triebe durch viele Inkarnationen hindurch darauf gerichtet sind, außen Wohl zu suchen, darum läuft die programmierte Wohlerfahrungssuche, um

„von draußen“ zu erfahren, was zu erfahren nötig ist, um sicher durch die Welt zu kommen oder um zu genießen. Wenn z.B. der Mensch bei der Arbeit Durst empfindet, dann erscheint automatisch die Vorstellung der nächsten Trinkmöglichkeit, der unterschiedlichen Getränkeangebote, und die Beine werden nach eingefahrenen Programmen in Bewegung gesetzt, die Arme und Hände zum Greifen dorthin gelenkt, um das Gewünschte zum Mund zu führen usw. Dieser gesamte zwanghaft programmgesteuerte Automatismus der programmierten Wohlerfahrungssuche wird durch jede neue Erfahrung des Geistes bestätigt oder korrigiert. So geschieht „in uns“ in ständig sich veränderndem Fluss eine schier unendliche Menge von automatisch ablaufenden Programmen des Denkens, Redens und Handelns vom morgendlichen Erwachen an durch den Tag und das ganze Leben hindurch, auch in den Träumen.

Der Erwachte sagt (S 22,95): So wie der Gaukler oder Zauberkünstler (*viññāna-sota* – 5. Zusammenhäufung) ein Gaukelwerk – Teilerfahrung (*viññāna-bhāga*) – Gefühl (*vedanā*) – Wahrnehmung (*saññā*) – nach dem anderen erscheinen lässt, so ist die programmierte Wohlerfahrungssuche im Dienst der hungernden Triebe ständig bestrebt, Formen (1) an die Sinne mit ihren Drängen und die Sinne mit ihren Drängen an die Objekte heranzubringen zum Zweck der Berührung der Sinnesdränge, um Wohl (Gefühl – 2) zu erfahren, das mit der Form als angenehm, unangenehm oder gleichgültig wahrgenommenes Ding (3) in den Geist eingetragen wird, der dann wieder aktiv wird (4) zur erneuten, evtl. veränderten Reaktion auf das Wahrgenommene. Dadurch veranlasst, wird auch die programmierte Wohlerfahrungssuche (5) verändert. So ist die programmierte Wohlerfahrungssuche in ständiger Anpassung und Veränderung immer im Bereich der vier Zusammenhäufungen tätig, um das Angenehme wieder zu erfahren und das Unangenehme und Schmerzliche zu vermeiden.

Wo immer die Blendung Vielfalt erscheinen lässt und der wahnhafte Eindruck von einem Ich in der Welt besteht, da geht der von Blendung erfüllte Geist die als wohltuend oder

schmerzlich wahrgenommenen Formen im Denken, Reden und Handeln aktiv an (4. Zusammenhäufung) nach bestehenden eingefahrenen Programmen. Die programmierte Wohlerfassungssuche (5) ist darauf programmiert, als außen Erfahrenes (Formen – 1) an die zu sich gezählte Form (1), den Körper mit den innewohnenden Drängen, heranzubringen, wodurch der Ablauf der übrigen vier Zusammenhäufungen bedingt ist: Berührung der Triebe im Körper durch Außenform (1) löst Gefühl (2), Wahrnehmung (3) aus, hierauf wird im Denken, Reden und Handeln reagiert (4). Die Reaktion beeinflusst die programmierte Wohlerfassungssuche (5), die wiederum die zu sich gezählte Form an die als außen erfahrene Form (1) heranbringt usw. – ein ständig sich verändernder automatisch ablaufender Kreiszusammenhang: eine Bedingung löst die andere aus, kein von einem souveränen Ich gelenkter Vorgang, über den ein Ich Verfügungsgewalt hätte.

#### Die Früchte, die sich aus der Durchschauung der fünf Zusammenhäufungen ergeben

Nach der Anweisung des Erwachten analysiert Rāhulo das vermeintliche Ich als die fünf Zusammenhäufungen und erlebt durch diese Analyse die Ichlosigkeit und damit verbundene Untreffbarkeit. So beschreibt zum Beispiel M 28 die Fortschritte eines kämpfenden Mönches:

*Wenn die Leute einen solchen Mönch tadeln, verurteilen, verfolgen, angreifen, so denkt er dabei: „Entstanden ist mir da dieses Wehgefühl, durch Lauscher-Berührung bedingt. Es ist bedingt, nicht ohne Bedingung aufgekommen. Wodurch bedingt? Durch Berührung bedingt“, und „die Berührung ist unbeständig“, sieht er. „Das Gefühl ist unbeständig“, sieht er. „Die Wahrnehmung ist unbeständig“, sieht er. „Die Aktivität ist unbeständig“, sieht er. „Die programmierte Wohlerfassungssuche ist unbeständig“, sieht er. Indem er so die Gegebenheiten (= die fünf Zusammenhäufungen) zum Objekt*



*macht, da wendet sich sein Herz der Betrachtung freudig zu, beruhigt sich, steht dabei still und wird frei.*

Wie durch häufig geübte Betrachtung der Unbeständigkeit die Zuneigungen zu den unbeständigen Dingen sich auflösen, zeigt sich in dem schönen Beispiel des Erwachten in S 22,102:

*Gleichwie da in der Herbstzeit der Pflüger, mit einem großen Pflug pflügend, alles Wurzelgeflecht durchschneidet, so auch löst die Wahrnehmung der Unbeständigkeit, erzeugt und oft wiederholt, allen Zug zur Sinnlichkeit, allen Zug zu Formen, löst allen Zug zum Dasein, löst alles Scheinwissen auf, löst allen Ich-bin-Wahn auf.*

Und in M 64:

*Und hat er das Herz von den fünf Zusammenhäufungen abgelöst, so erkennt und versteht er das Ungewordene, Todlose: „Das ist der Friede, das ist das Erhabene, dieses Zur-Ruhe-Kommen aller Aktivität, dieses Zurücktreten von allem Gewordenen, dieses Aufhören des lechzenden Dürstens, die Entreizung, Auflösung, Erlöschung.“*

Der unabgelenkt lauschende und das Gehörte im Geist nachvollziehende Mönch Rāhulo hat die Schmerzen und Leiden des ganzen Samsāra als Last nicht nur gesehen, sondern empfunden, wurde ihrer überdrüssig und wurde dadurch fähig, sich von dieser Leidensmasse endgültig zu lösen, sie nicht mehr zu ergreifen.

Schon in der Zeit vor diesem Gespräch hatte er sich in der Durchschauung der Unbeständigkeit, Leidhaftigkeit, Nichtlichkeit der fünf Zusammenhäufungen geübt, hat zu vielen Wahrnehmungen die Bezüge aufgelöst, hat weniger mit Ergreifen reagiert und dadurch die programmierte Wohlerfassungssuche gemindert. Dadurch entstanden weniger Wahrnehmungen von Formen und Gefühlen, auf die Reagieren folgt, womit das latente Daseinspotential (*bhava*), das Herantreten geschaffener Bezüge, gemindert wird, so dass sich insgesamt die fünf Zu-

sammenhäufungen abgeschichtet haben (M 149). Das war es, was der Erwachte mit seiner Fähigkeit, die Herzensbeschaffenheit anderer zu erkennen, gesehen hatte, als er feststellte, dass Rāhulo für die endgültige Ablösung reif geworden war.

Die zuhörenden Himmelswesen hingegen waren noch ganz in ihren Trieben befangen, sie haben darum die unabgelenkte Sicht auf die Unbeständigkeit der fünf Zusammenhäufungen nicht lang genug halten können, die Triebe haben sie wieder überrollt. Aber während sie der Darlegung folgten, war jegliche Bedürftigkeit abwesend. Dadurch gewannen sie die Erfahrung von Sicherheit und Unverletzbarkeit, „das Todlose“. Diese mit nichts zu vergleichende, freudige Erfahrung der Unverletzbarkeit hat sich dem Geist so eingeprägt, dass ein unauflösbarer Zug entstanden ist, dieses Wohl für immer zu gewinnen. Die programmierte Wohlerfahrungssuche ist nun auf das Erreichen der Unverletzbarkeit, des Todlosen, gerichtet. Das ist die endgültige Anziehung zum Heilsstand, der Stromeintritt, den die Himmelswesen gewonnen haben. Während ein Nachfolger, der den Anblick des Todlosen, der Unverletzbarkeit, des Nirvāna, noch nicht erfahren hat, den Verlockungen der programmierten Wohlerfahrungssuche stets kämpfend widerstehen und dem Rat der Weisheit folgen muss, so werden die Himmelswesen nun nicht mehr nur der Weisheit im Widerspruch zu der kurzsichtigen Verlockung der programmierten Wohlerfahrungssuche folgen, sondern sie werden von der Wohlerfahrungssuche zu dem Anblick der Unverletzbarkeit gezogen:

*„Was irgend auch entstanden ist,  
muss alles wieder untergehen“,*

und dieser Anblick löst die Triebe nach und nach auf.

SECHS SECHSHEITEN  
148. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Sāvatti, im Siegerwald, im Garten Anāthapindikos. Dort nun wandte sich der Erhabene an die Mönche: Ihr Mönche! – Erhabener! –, antworteten da jene Mönche dem Erhabenen aufmerksam. Der Erhabene sprach:*

*Die Lehre werde ich euch Mönchen aufzeigen, die heilsgetreu mit allen Konsequenzen schon von Anfang an hilfreich zum Guten führt, in ihren weiteren Teilen immer weiter fördert und mit ihrer letzten Aussage ganz hinführt zum Heilsstand. Den vollständig abgeschlossenen, lautereren Reinheitswandel werde ich aufzeigen, nämlich die sechs Sechsheiten. Das höret und achtet wohl auf meine Rede. – Gewiss, o Herr! –, sagten da aufmerksam jene Mönche zum Erhabenen. Der Erwachte sprach:*

- 6 zu sich gezählte Süchte in den Sinnesorganen (ajjhakkāni ayātanāni) sind (bei sich) zu erkennen,*
- 6 Außenprojektionen der Sinnensüchte (bahirāni āyatanāni) sind (bei sich) zu erkennen,*
- 6 Erfahrungs-Strukturen (viññāna-kāyā) sind (bei sich) zu erkennen,*
- 6 Berührungs-Strukturen (phassa-kāyā) sind (bei sich) zu erkennen,*
- 6 Gefühls-Strukturen (vedanā-kāyā) sind (bei sich) zu erkennen und*
- 6 Durst-Strukturen (tanhā-kāyā) sind (bei sich) zu erkennen.*

## *6 zu sich gezählte Süchte in den Sinnesorganen*

*Sechs zu sich gezählte Süchte in den Sinnesorganen sind (bei sich) zu erkennen – das ist gesagt worden. Und warum ist das gesagt worden? Weil es diese 6 zu sich gezählten Süchte in den Sinnesorganen gibt:*

*Der Luger, der Trieb im Auge,  
der Lauscher, der Trieb im Ohr,  
der Riecher, der Trieb in der Nase,  
der Schmecker, der Trieb in der Zunge,  
der Taster, der Trieb im (ganzen) Körper,  
der Denker, der Trieb im Geist.*

*Sechs zu sich gezählte Süchte in den Sinnesorganen sind (bei sich) zu erkennen. – Das ist gesagt worden, weil es diese 6 zu sich gezählten Süchte in den Sinnesorganen gibt. Dies ist die erste Sechsheit.*

## *6 Außenprojektionen der Sinnensüchte*

*Sechs Außenprojektionen der Sinnensüchte in den Sinnesorganen sind (bei sich) zu erkennen – das ist gesagt worden. Und warum ist das gesagt worden? Weil es diese 6 Außenprojektionen der Sinnensüchte gibt:*

*Die Form-Projektion,  
die Ton-Projektion,  
die Duft-Projektion,  
die Saft-Projektion,  
die Tasting-Projektion,  
die Ding-Projektion.*

*Sechs Außenprojektionen der Sinnensüchte sind (bei sich) zu erkennen – das ist gesagt worden, weil es diese 6 Außenprojektionen der Sinnensüchte gibt. Dies ist die zweite Sechsheit.*

## *6 Erfahrungs- und Berührungs-Strukturen*

*Sechs Erfahrungs-Strukturen sind (bei sich) zu erkennen – das ist gesagt worden. Und warum ist das gesagt worden? Weil es diese 6 Erfahrungs-Strukturen gibt:*

*Durch den Luger und die Formen entsteht die Luger-Erfahrung.*

*Durch den Lauscher und die Töne entsteht die Lauscher-Erfahrung.*

*Durch den Riecher und die Düfte entsteht die Riecher-Erfahrung.*

*Durch den Schmecker und die Säfte entsteht die Schmecker-Erfahrung.*

*Durch den Taster und das Tastbare entsteht die Taster-Erfahrung.*

*Durch den Denker und die Dinge entsteht die Denker-Erfahrung.*

*Sechs Erfahrungsstrukturen sind (bei sich) zu erkennen – das ist gesagt worden, weil es diese 6 Erfahrungs-Strukturen gibt.*

*Sechs Berührungs-Strukturen sind (bei sich) zu erkennen – das ist gesagt worden. Und warum ist das gesagt worden? Weil es diese sechs Berührungs-Strukturen gibt:*

*Durch den Luger und die Formen entsteht die Luger-Erfahrung. Der Drei Zusammensein (= Luger, Form, Luger-Erfahrung) ist die Luger-Berührung.*

*Durch den Lauscher und die Töne entsteht die Lauscher-Erfahrung. Der Drei Zusammensein ist die Lauscher-Berührung.*

*Durch den Riecher und die Gerüche entsteht die Riecher-Erfahrung. Der Drei Zusammensein ist die Riecher-Berührung.*

*Durch den Schmecker und die Säfte entsteht die Schmecker-Erfahrung. Der Drei Zusammensein ist die Schmecker-Berührung.*

*Durch den Taster und das Tastbare entsteht die Taster-Erfahrung. Der Drei Zusammensein ist die Taster-Berührung.*

*Durch den Denker und die Dinge entsteht die Denker-Erfahrung. Der Drei Zusammensein ist die Denker-Berührung.*

*Sechs Berührungs-Strukturen sind (bei sich) zu erkennen – das wurde gesagt, weil es diese 6 Berührungs-Strukturen gibt. Dies ist die vierte Sechsheit.*

### *6 Gefühls-Strukturen*

- 1. Durch den Luger und die Formen entsteht die Luger-Erfahrung. Der Drei Zusammensein (= Luger, Form, Luger-Erfahrung) ist die Luger-Berührung.  
Durch Berührung bedingt ist Gefühl.*
- 2. Durch den Lauscher und die Töne entsteht die Lauscher-Erfahrung. Der Drei Zusammensein ist die Lauscher-Berührung.  
Durch Berührung bedingt ist Gefühl.*
- 3. Durch den Riecher und die Gerüche entsteht die Riecher-Erfahrung. Der Drei Zusammensein ist die Riecher-Berührung.  
Durch Berührung bedingt ist Gefühl.*
- 4. Durch den Schmecker und die Säfte entsteht die Schmecker-Erfahrung. Der Drei Zusammensein ist die Schmecker-Berührung.  
Durch Berührung bedingt ist Gefühl.*
- 5. Durch den Taster und das Tastbare entsteht die Taster-Erfahrung. Der Drei Zusammensein ist die Taster-Berührung.*

*Durch Berührung bedingt ist Gefühl.*

6. *Durch den Denker und die Dinge entsteht die Denker-Erfahrung. Der Drei Zusammensein ist die Denker-Berührung.*

*Durch Berührung bedingt ist Gefühl.*

*Sechs Gefühls-Strukturen sind (bei sich) zu erkennen – das wurde gesagt, weil es diese 6 Gefühls-Strukturen gibt. Das ist die fünfte Sechsheit.*

### *6 Durst-Strukturen*

1. *Durch den Luger und die Formen entsteht die Luger-Erfahrung. Der Drei Zusammensein (= Luger, Form, Luger-Erfahrung) ist die Luger-Berührung. Durch Berührung bedingt ist Gefühl.*

*Durch Gefühl ist der Durst bedingt.*

2. *Durch den Lauscher und die Töne entsteht die Lauscher-Erfahrung. Der Drei Zusammensein ist die Lauscher-Berührung. Durch Berührung bedingt ist Gefühl. Durch Gefühl ist der Durst bedingt.*

3. *Durch den Riecher und die Gerüche entsteht die Riecher-Erfahrung. Der Drei Zusammensein ist die Riecher-Berührung. Durch Berührung bedingt ist Gefühl. Durch Gefühl ist der Durst bedingt.*

4. *Durch den Schmecker und die Säfte entsteht die Schmecker-Erfahrung. Der Drei Zusammensein ist die Schmecker-Berührung. Durch Berührung bedingt ist Gefühl. Durch Gefühl ist der Durst bedingt.*

5. *Durch den Taster und das Tastbare entsteht die Taster-Erfahrung. Der Drei Zusammensein ist die Taster-Berührung. Durch Berührung bedingt ist Gefühl. Durch Gefühl ist der Durst bedingt.*

6. *Durch den Denker und die Dinge entsteht die Den-*

*ker-Erfahrung. Der Drei Zusammensein ist die Denker-Berührung. Durch Berührung bedingt ist Gefühl. Durch Gefühl ist der Durst bedingt. Sechs Durst-Strukturen sind (bei sich) zu erkennen – das wurde gesagt, weil es diese sechs Durst-Strukturen gibt. Das ist die sechste Sechsheit.*

*Unbeständiges kann nicht  
das Ich, das Selbst sein*

*Der Luger im Auge ist das Selbst – eine solche Behauptung stimmt nicht. Denn beim Luger im Auge ist ja Entstehen und Vergehen zu erkennen. Wird aber dabei Entstehen und Vergehen erkannt, so würde sich damit ergeben: „Mein Selbst entsteht und vergeht.“ Daher stimmt die Behauptung nicht: Der Luger im Auge ist das Selbst. Somit ist der Luger im Auge nicht das Selbst.*

*Die Formen sind das Selbst – eine solche Behauptung stimmt nicht. Denn bei den Formen ist ja Entstehen und Vergehen zu erkennen. Wird aber dabei Entstehen und Vergehen erkannt, so würde sich damit ergeben: „Mein Selbst entsteht und vergeht.“ Daher stimmt die Behauptung nicht: Die Formen sind das Selbst. Somit ist der Luger nicht das Selbst und sind die Formen nicht das Selbst.*

*Die Luger-Erfahrung ist das Selbst – eine solche Behauptung stimmt nicht. Denn bei der Luger-Erfahrung ist ja Entstehen und Vergehen zu erkennen. Wird aber dabei Entstehen und Vergehen erkannt, so würde sich damit ergeben: „Mein Selbst entsteht und vergeht.“ Daher stimmt die Behauptung nicht: Die Luger-Erfahrung ist das Selbst. Somit ist der Luger nicht das Selbst, sind die Formen nicht das Selbst und ist*



*die Luger-Erfahrung nicht das Selbst.*

*Die Luger-Berührung ist das Selbst – eine solche Behauptung stimmt nicht. Denn bei der Luger-Berührung ist ja Entstehen und Vergehen zu erkennen. Wird aber dabei Entstehen und Vergehen erkannt, so würde sich damit ergeben: „Mein Selbst entsteht und vergeht.“ Daher stimmt die Behauptung nicht: Die Luger-Berührung ist das Selbst. Somit ist der Luger nicht das Selbst, sind die Formen nicht das Selbst, ist die Luger-Erfahrung nicht das Selbst und ist die Luger-Berührung nicht das Selbst.*

*Das Gefühl ist das Selbst – eine solche Behauptung stimmt nicht. Denn beim Gefühl ist ja Entstehen und Vergehen zu erkennen. Wird aber dabei Entstehen und Vergehen erkannt, so würde sich damit ergeben: „Mein Selbst entsteht und vergeht.“ Daher stimmt die Behauptung nicht: Das Gefühl ist das Selbst. Somit ist der Luger nicht das Selbst, sind die Formen nicht das Selbst, ist die Luger-Erfahrung nicht das Selbst, ist die Luger-Berührung nicht das Selbst, ist das Gefühl nicht das Selbst.*

*Der Durst ist das Selbst – eine solche Behauptung stimmt nicht. Denn beim Durst ist ja Entstehen und Vergehen zu erkennen. Wird aber dabei Entstehen und Vergehen erkannt, so würde sich damit ergeben: „Mein Selbst entsteht und vergeht.“ Daher stimmt die Behauptung nicht: Der Durst ist das Selbst. Somit ist der Luger nicht das Selbst, sind die Formen nicht das Selbst, ist die Luger-Erfahrung nicht das Selbst, ist die Luger-Berührung nicht das Selbst, ist das Gefühl nicht das Selbst, ist der Durst nicht das Selbst.*

*Der Lauscher im Ohr – der Riecher in der Nase – der Schmecker in der Zunge – der Taster im Körper – der Denker im Gehirn – ist das Selbst – eine solche*

*Behauptung stimmt nicht. Denn beim Lauscher im Ohr – beim Riecher in der Nase – beim Schmecker in der Zunge – beim Taster im Körper – beim Denker im Gehirn – ist ja Entstehen und Vergehen zu erkennen. Wird aber dabei Entstehen und Vergehen erkannt, so würde sich damit ergeben: „Mein Selbst entsteht und vergeht.“ Daher stimmt die Behauptung nicht: Der Lauscher im Ohr – der Riecher in der Nase – der Schmecker in der Zunge – der Taster im Körper – der Denker im Gehirn – ist das Selbst. Somit ist der Lauscher – Riecher – Schmecker – Taster – Denker – nicht das Selbst.*

*Die Töne – Düfte – Säfte – das Tastbare – die Dinge – sind das Selbst – eine solche Behauptung stimmt nicht. Denn bei den Tönen – Düften – Säften – beim Tastbaren – bei den Dingen – ist ja Entstehen und Vergehen zu erkennen. Wird aber dabei Entstehen und Vergehen erkannt, so würde sich damit ergeben: „Mein Selbst entsteht und vergeht.“ Daher stimmt die Behauptung nicht: Die Töne – Düfte – Säfte – das Tastbare – die Dinge – sind das Selbst. Somit sind Lauscher – Riecher – Schmecker – Taster – Denker und die Töne – Düfte – Säfte – das Tastbare – die Dinge – nicht das Selbst.*

*Die Lauscher-, Riecher-, Schmecker-, Taster-, Denker-Erfahrung ist das Selbst – eine solche Behauptung stimmt nicht. Denn bei der Lauscher-, Riecher-, Schmecker-, Taster-, Denker-Erfahrung – ist ja Entstehen und Vergehen zu erkennen. Wird aber dabei Entstehen und Vergehen erkannt, so würde sich damit ergeben: „Mein Selbst entsteht und vergeht.“ Daher stimmt die Behauptung nicht: Die Lauscher-, Riecher-, Schmecker-, Taster-, Denker-Erfahrung ist das Selbst. Somit sind Lauscher – Riecher – Schmecker – Taster –*

*Denker – die Töne – Düfte – Säfte – das Tastbare – die Dinge und die Lauscher-, Riecher-, Schmecker-, Taster-, Denker-Erfahrung – nicht das Selbst.*

*Die Lauscher-, Riecher-, Schmecker-, Taster-, Denker-Berührung ist das Selbst – eine solche Behauptung stimmt nicht. Denn bei der Lauscher-, Riecher-, Schmecker-, Taster-, Denker-Berührung – ist ja Entstehen und Vergehen zu erkennen. Wird aber dabei Entstehen und Vergehen erkannt, so würde sich damit ergeben: „Mein Selbst entsteht und vergeht.“ Daher stimmt die Behauptung nicht: Die Lauscher-, Riecher-, Schmecker-, Taster-, Denker-Berührung ist das Selbst. Somit sind Lauscher – Riecher – Schmecker – Taster – Denker – die Töne – Düfte – Säfte – das Tastbare – die Dinge – die Lauscher-Erfahrung – die Riecher-Erfahrung – die Schmecker-Erfahrung – die Taster-Erfahrung – die Denker-Erfahrung – die Lauscher-, Riecher-, Schmecker-, Taster-, Denker-Berührung nicht das Selbst.*

*Das Gefühl ist das Selbst – eine solche Behauptung stimmt nicht. Denn beim Gefühl ist ja Entstehen und Vergehen zu erkennen. Wird aber dabei Entstehen und Vergehen erkannt, so würde sich damit ergeben: „Mein Selbst entsteht und vergeht.“ Daher stimmt die Behauptung nicht: Das Gefühl ist das Selbst. Somit sind Lauscher – Riecher – Schmecker – Taster – Denker – die Töne – Düfte – Säfte – das Tastbare – die Dinge – die Lauscher-Erfahrung – die Riecher-Erfahrung – die Schmecker-Erfahrung – die Taster-Erfahrung – die Denker-Erfahrung – die Lauscher-Berührung – die Riecher-Berührung – die Schmecker-Berührung – die Taster-Berührung – die Denker-Berührung – das Gefühl nicht das Selbst.*

*Der Durst ist das Selbst – eine solche Behauptung*

*stimmt nicht. Denn beim Durst ist ja Entstehen und Vergehen zu erkennen. Wird aber dabei Entstehen und Vergehen erkannt, so würde sich damit ergeben: „Mein Selbst entsteht und vergeht.“ Daher stimmt die Behauptung nicht: Der Durst ist das Selbst. Somit sind Lauscher – Riecher – Schmecker – Taster – Denker – die Töne – Düfte – Säfte – das Tastbare – die Dinge – die Lauscher-Erfahrung – die Riecher-Erfahrung – die Schmecker-Erfahrung – die Taster-Erfahrung – die Denker-Erfahrung – die Lauscher-Berührung – die Riecher-Berührung – die Schmecker-Berührung – die Taster-Berührung – die Denker-Berührung – das Gefühl – der Durst nicht das Selbst.*

#### *Der Weg zur Entstehung der Persönlichkeit*

*Das nun, ihr Mönche, ist der Weg zur Entstehung der Persönlichkeit: Man betrachtet den Luger im Auge so: „Dies ist mein, dies bin ich, dies ist mein Selbst.“ Man betrachtet Formen so: „Dies ist mein, dies bin ich, dies ist mein Selbst.“ Man betrachtet Luger-Erfahrung so: „Dies ist mein, dies bin ich, dies ist mein Selbst.“ Man betrachtet Luger-Berührung so: „Dies ist mein, dies bin ich, dies ist mein Selbst.“ Man betrachtet Gefühl so: „Dies ist mein, dies bin ich, dies ist mein Selbst.“ Man betrachtet den Durst so: „Dies ist mein, dies bin ich, dies ist mein Selbst.“*

*Man betrachtet den Lauscher im Ohr – den Riecher in der Nase – den Schmecker in der Zunge – den Taster im Körper – den Denker im Gehirn – die Lauscher-Erfahrung – die Riecher-Erfahrung – die Schmecker-Erfahrung – die Taster-Erfahrung – die Denker-Erfahrung – die Lauscher-Berührung – die Riecher-Berührung – die Schmecker-Berührung – die Taster-*

*Berührung – die Denker-Berührung – das Gefühl – den Durst so: „Dies ist mein, dies bin ich, dies ist mein Selbst.“*

*Der Weg zur Aufhebung der Persönlichkeit*

*Das nun, ihr Mönche, ist der Weg, der zur Aufhebung der Persönlichkeit führt: Man betrachtet den Luger im Auge so: „Dies ist nicht mein, dies bin ich nicht, dies ist nicht mein Selbst.“ Man betrachtet Formen so: „Dies ist nicht mein, dies bin ich nicht, dies ist nicht mein Selbst.“ Man betrachtet die Luger-Erfahrung so: „Dies ist nicht mein, dies bin ich nicht, dies ist nicht mein Selbst.“ Man betrachtet die Luger-Berührung so: „Dies ist nicht mein, dies bin ich nicht, dies ist nicht mein Selbst.“ Man betrachtet das Gefühl so: „Dies ist nicht mein, dies bin ich nicht, dies ist nicht mein Selbst.“ Man betrachtet den Durst so: „Dies ist nicht mein, dies bin ich nicht, dies ist nicht mein Selbst.“*

*Man betrachtet den Lauscher im Ohr – den Riecher in der Nase – den Schmecker in der Zunge – den Taster im Körper – den Denker im Gehirn – die Lauscher-Erfahrung – die Riecher-Erfahrung – die Schmecker-Erfahrung – die Taster-Erfahrung – die Denker-Erfahrung – die Lauscher-Berührung – die Riecher-Berührung – die Schmecker-Berührung – die Taster-Berührung – die Denker-Berührung – das Gefühl – den Durst so: „Dies ist nicht mein, dies bin ich nicht, dies ist nicht mein Selbst.“*

*Fortsetzung der Geneigtheiten, der Triebe*

*Durch den Luger im Auge und die Formen entsteht Luger-Erfahrung. Der Drei Zusammensein ist Berührung. Durch Berührung entsteht das, was als Wohl,*

*Wehe, Weder-Weh-noch-Wohl* gefühlt wird. Von Wohlgefühl getroffen, befriedigt er sich dabei, bewertet es positiv, klammert sich daran. Die Giergeneigtheit (*rāg-ānusaya*) treibt ihn. Von Wehgefühl getroffen, wird er bekümmert, beklommen, jammert, stöhnt, gerät in Verwirrung. Die Abwehrgeneigtheit (*patighānusaya*) treibt ihn. Vom Weder-Weh-noch-Wohlgefühl getroffen, erkennt er nicht der Wirklichkeit gemäß Entstehen und Vergehen, Labsal und Elend dieser Gefühle und die Befreiung von ihnen. Die Wahngeneigtheit (*avijj-ānusaya*) treibt ihn.

*Dass aber einer, ihr Mönche, der beim Wohlgefühl die Giergeneigtheit nicht aufgibt, beim Wehgefühl die Abwehrgeneigtheit nicht abweist, beim Weder-Weh-noch-Wohlgefühl die Wahngeneigtheit nicht austilgt, den Wahn nicht überwindet, Wahrwissen nicht erworben hat, noch zu Lebzeiten dem Leiden ein Ende machen könnte, das ist unmöglich.*

*Durch den Lauscher und die Töne entsteht die Lauscher-Erfahrung – durch den Riecher und die Düfte entsteht die Riecher-Erfahrung – durch den Schmecker und die Säfte entsteht die Schmecker-Erfahrung – durch den Taster und den Körper entsteht die Taster-Erfahrung – durch den Denker und das Gehirn entsteht die Denker-Erfahrung. Das Zusammensein der Drei ist Berührung. Durch Berührung entsteht ein Wohl-, Wehe- oder Weder-Wehe-noch-Wohl-Gefühl.*

*Von Wohlgefühl getroffen, befriedigt er sich dabei, bewertet es positiv, klammert sich daran. Die Giergeneigtheit treibt ihn.*

*Von Wehgefühl getroffen, wird er bekümmert, beklommen, jammert, stöhnt, gerät in Verwirrung. Die Abwehrgeneigtheit treibt ihn.*

*Vom Weder-Weh-noch-Wohlgefühl getroffen, erkennt*

*er nicht der Wirklichkeit gemäß Entstehen und Vergehen, Labsal und Elend dieser Gefühle und die Befreiung von ihnen. Die Wahngeneigtheit treibt ihn.*

*Dass aber einer, ihr Mönche, der beim Wohlgefühl die Giergeneigtheit nicht aufgibt, beim Wehgefühl die Abwehrgeneigtheit nicht abweist, beim Weder-Weh-noch-Wohlgefühl die Wahngeneigtheit nicht austilgt, den Wahn nicht überwindet, Wahrwissen nicht erworben hat, noch zu Lebzeiten dem Leiden ein Ende machen könnte, das ist unmöglich.*

### *Aufhebung der Geneigtheiten, der Triebe*

*Durch den Luger im Auge und die Formen entsteht Luger-Erfahrung. Der Drei Zusammensein ist Berührung. Durch Berührung entsteht das, was als Wohl, Wehe, Weder-Weh-noch-Wohl gefühlt wird. Von Wohlgefühl getroffen, befriedigt er sich nicht dabei, bewertet es nicht positiv, klammert sich nicht daran. Die Giergeneigtheit treibt ihn nicht. Von Wehgefühl getroffen, wird er nicht bekümmert, nicht beklommen, jammert nicht, stöhnt nicht, gerät nicht in Verwirrung. Die Abwehrgeneigtheit treibt ihn nicht. Vom Weder-Weh-noch-Wohlgefühl getroffen, erkennt er der Wirklichkeit gemäß Entstehen und Vergehen, Labsal und Elend dieser Gefühle und die Befreiung von ihnen. Die Wahngeneigtheit treibt ihn nicht.*

*Dass aber einer, ihr Mönche, der beim Wohlgefühl die Giergeneigtheit aufgibt, beim Wehgefühl die Abwehrgeneigtheit abweist, beim Weder-Weh-noch-Wohlgefühl die Wahngeneigtheit austilgt, den Wahn überwindet, Wahrwissen erworben hat, noch zu Lebzeiten dem Leiden ein Ende machen könnte, das ist möglich.*

*Durch den Lauscher und die Töne entsteht die Lauscher-Erfahrung – durch den Riecher und die Düfte entsteht die Riecher-Erfahrung – durch den Schmecker und die Säfte entsteht die Schmecker-Erfahrung – durch den Taster und den Körper entsteht die Taster-Erfahrung – durch den Denker und das Gehirn entsteht die Denker-Erfahrung. Das Zusammensein der Drei ist Berührung. Durch Berührung entsteht ein Wohl-, Wehe oder Weder-Wehe-noch-Wohl-Gefühl. Von Wohlgefühl getroffen, befriedigt er sich nicht dabei, bewertet es nicht positiv, klammert sich nicht daran. Die Giergeneigtheit treibt ihn nicht. Von Wehgefühl getroffen, wird er nicht bekümmert, nicht beklommen, jammert nicht, stöhnt nicht, gerät nicht in Verwirrung. Die Abwehrgeneigtheit treibt ihn nicht. Vom Weder-Weh-noch-Wohlgefühl getroffen, erkennt er der Wirklichkeit gemäß Entstehen und Vergehen, Labsal und Elend dieser Gefühle und die Befreiung von ihnen. Die Wahngeneigtheit treibt ihn nicht.*

*Dass aber einer, ihr Mönche, der beim Wohlgefühl die Giergeneigtheit aufgibt, beim Wehgefühl die Abwehrgeneigtheit abweist, beim Weder-Weh-noch-Wohlgefühl die Wahngeneigtheit austilgt, den Wahn überwindet, Wissen erworben hat, noch zu Lebzeiten dem Leiden ein Ende machen könnte, das ist möglich.*

### *Erlösung*

*Bei diesem Anblick kann der belehrte Heilsgänger am Luger im Auge nichts mehr finden, an den Formen nichts mehr finden, an der Luger-Erfahrung nichts mehr finden, an der Luger-Berührung nichts mehr finden, am Gefühl nichts mehr finden, am Durst nichts mehr finden. Er kann am Lauscher im Ohr –*



*am Riecher in der Nase – am Schmecker in der Zunge – am Taster im Körper – am Denker im Gehirn nichts mehr finden. Er kann an den Formen – Tönen – Düften – Säften – am Tastbaren – an den Dingen nichts mehr finden. Er kann an Lauscher-, Riecher-, Schmecker-, Taster-, Denker-Erfahrung – an Lauscher-, Riecher-, Schmecker-, Taster-, Denker-Berührung nichts mehr finden, am Gefühl nichts mehr finden, am Durst nichts mehr finden.*

*Weil er nichts mehr daran finden kann, wird er nicht mehr gereizt. Durch die Unreizbarkeit wird er erlöst. Der Erlöste hat das Wissen: „Erlösung ist. Versiegt ist die Kette der Wiedergeburten, beendet der Reinheitswandel. Getan ist, was zu tun ist.“ „Nichts mehr nach diesem hier“, weiß er nun.*

*So sprach der Erhabene. Erhoben und beglückt waren die Mönche über die Rede des Erhabenen.*

*Während da nun diese Darlegung stattgefunden hatte, waren die Herzen von etwa sechzig Mönchen durch Nichtergreifen von allen Wollensflüssen / von allen Einflüssen frei geworden.*

*Sechs zu sich gezählte Sinnensüchte  
in den Sinnesorganen (cha ajjhattikāni āyatanāni)*

Dem Pāli-Begriff *āyatana*, den wir hier mit *Sinnensucht* übersetzen, liegt die Wurzel *yam* zugrunde, die bedeutet „sich ausstrecken, ein Ziel haben, darauf aus sein“, genau wie das Wort „Tendenz“ – abgeleitet von lat. *tendere* – „spannen“, „sich hinstrecken auf etwas“, „hinzielen“, „hinspannen“ bedeutet. Die Triebe, Tendenzen strecken sich aus, drängen nach Berührung durch die fünf äußeren Erfahrungsmöglichkeiten, und der Trieb zum Denken drängt nach Verarbeitung der durch die ersten fünf Sinnensüchte aufgenommenen Sinnendinge. Diese

Süchte, diese Triebe, Tendenzen, Dränge durchdringen und durchziehen als sinnlich nicht wahrnehmbare Spannungen und Dränge den ganzen Körper, weshalb sie im Fleischkörper einen Trieb- oder Wollens- oder Empfindungssuchtkörper (*nāma-kāya*) bilden, eine dynamisch-energetische Ausdehnung in Körperform. Die Dynamik der Energie besteht in einem Magnetismus mit Zugeneigtsein zu dem einen und Abgeneigtsein von dem anderen. Dieser geistige Magnetismus benennt das, womit er berührt wird, was er erfährt, als angenehm, unangenehm oder neutral.

Es gibt einen Ausgangs- und einen Zielpunkt der Triebe: Der Ausgangspunkt ist das (häufig fühlbare) Vakuum, ist die zu sich gezahlte Spannung (*ajjhattika sal-āyatana*, von K.E. Neumann mit „Innengebiet“ übersetzt).

### *6 Außenprojektionen der Sinnensüchte (cha bahirani āyatanāni)*

Hinter den sogenannten fünf Sinnen steckt viel mehr als der naturwissenschaftlich arbeitende Biologe sieht. Der Erwachte sagt (A IV,45):

*Hier in diesem klaftergroßen Körper mit Wahrnehmung und Geist, da ist die Welt enthalten und die zur Weltbeendigung führende Vorgehensweise.*

Die Aussage, was unter „Körper“ und „Welt“ zu verstehen sei, wird näher erklärt in A IX,38:

*Diese fünf Begehrensstränge (kāmagunā) sind es, welche in der Wegweisung des Vollendeten „Welt“ genannt werden, nämlich*

*die vom Luger im Auge erfahrbaren Formen, die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen, dem Begehren entsprechenden, reizenden,*

*die vom Lauscher im Ohr erfahrbaren Töne –*

*die vom Riecher in der Nase erfahrbaren Düfte –*

*das vom Schmecker in der Zunge erfahrbare Schmeckbare –*

*das vom ganzen Körper erfahrbare Tastbare –  
das ersehnte, geliebte, entzückende, angenehme, dem Begehren entsprechende, reizende. –  
Das sind die fünf Begehrensstränge, welche in der Wegweisung des Vollendeten „Welt“ genannt werden.*

„Begehrensstränge“ oder Begehrensfäden (*kāmagunā*) bedeutet, dass nur wegen des Begehrens Formen, Töne usw., *die ersehnten, geliebten...*, erlebt werden. Jeder Begehrens-Faden ist ein Trieb, ein Sog, ein mehr oder weniger starkes durstiges Sehnen nach etwas Bestimmtem. Zu dem einen Ende des Fadens, dem gefühlten durstigen Sehnen, sagt der Mensch „Ich“ – das Ich ist so „dick“ wie die Summe der Triebsehnsüchte –; zu dem anderen Ende, den tausend Bildern und Vorstellungen, auf welche die Triebe aus sind, nach welchen das eingebildete Ich dürstet, sagt der Mensch „Welt“. Insofern nennt der Erwachte die Triebe die „Ihmacher und Meinwacher“. Es besteht nur ein Faden: Begehren und Begehrtes. Beides gehört zusammen.

Wir Menschen sind verblendet, wir glauben an das Ich und die Welt, und gerade die Ihmacher und Weltmacher, die unsichtbaren Triebe, die uns herumreißen zu diesem und jenem, die sehen wir nicht, spüren sie nur häufig als ein kraftvoll drängendes inneres Sehnen und Begehren nach den Dingen der sichtbaren Welt. Dieses unsichtbar drängende Begehren ist der Erzeuger und Verursacher für die Erscheinung eines Ich und einer Welt, einer Welt der Formen, Töne, Düfte, des Riech- und Schmeckbaren, und dazu gehört auch der „eigene“ sichtbare Körper.

In M 43 wird erklärt, dass die Triebe, die dort als Gier und Hass bezeichnet werden und die ja den Wollenskörper, die Sinnensüchte ausmachen, die *Erscheinungsmacher* sind, und die Erscheinungen sind ja zusammen „die Welt“. Dort heißt es, dass sie überhaupt „*das Etwas*“ sind und die *Urteiler* und Benenner sind, und alles Etwas zusammengenommen ist ja die Welt. So ist der Empfinder, der Hungerleider, der die Sinnes-

organe durchzieht, *der unmittelbare Weltmacher, ist die Wurzel der Welt.*

Sichtbare Formen, hörbare Töne, riechbare Düfte, schmeckbare Säfte, tastbare Körper sind zusammen das, was im Westen als Materie bezeichnet wird, wovon der Erwachte sagt, dass es als Festes, Flüssiges, Hitze und Luft erfahren wird.

Im engeren Sinn werden die Erfahrungen aller Sinnen-süchte zusammen als „Form“ bezeichnet. Der Erwachte vergleicht Form (d.h. sichtbare Form, hörbarer Ton, riechbarer Duft, schmeckbarer Saft, Tastbares) mit Gischt, mit lauter aufgeblasenen, mit Luft gefüllten, alle Augenblicke platzenden Gischtbläschen, die nur im wild bewegten Wasser entstehen. Das Wasser ist ein Gleichnis für die Gesamtheit der Sinnen-süchte. Nur bei strömendem, bewegtem Wasser kann Schaum entstehen, bei stillem Wasser kann kein Schaum entstehen. So kann auch nur durch die lungernden, lechzenden Triebe Form eingebildet, erfahren und erlebt werden. Je wilder das Wasser sich bewegt, je reißender es – seinem Gefälle folgend – dahin-strömt, um so mehr wird Wechsel und Veränderung der Form erfahren, in um so härteren und dichteren und gröberen Beschaffenheiten prallen die zu sich gezählten (der Körper) und die als außen erfahrenen Formen aufeinander in spannungsvoller, streithafter Begegnung. Je zarter und sanfter das Wasser (=die Sinnen-süchte) sich bewegt, in um so feineren Beschaffenheiten erscheint Form.

### *6 Erfahrungs- und Berührungsstrukturen (viññāna und phassa-kāyā)*

Der Erwachte spricht hier von Erfahrungs- und Berührungskörpern. D.h. entsprechend den Sinnen-süchten und ihrer körperlichen Verteilung bestehen auch Erfahrung/Berührung der Sinnen-süchte in körperlicher Verteilung und bilden somit eine Erfahrungs-/Berührungs-Struktur. „*Kāya*“ ist der allgemeine Ausdruck für etwas, das „man“ erlebt und mit dem „man“

„sich“ identifiziert. Durch die Süchte nach Berührung im Körper kommt das bei der Berührung als außen Erfahrene zur Erfahrung.

In M 28 werden drei Bedingungen für das Zustandekommen einer Trieb-Erfahrung genannt:

*Ist das Auge mit dem innewohnenden Luger funktionsfähig und treten von außen Formen in den Gesichtskreis, und es findet eine entsprechende Ernährung (samannāhāra) – Ernährung ist die Berührung – statt, so kommt es zur Bildung der entsprechenden Teilerfahrung.*

Mit „Erfahrung“ ist hier noch nicht die Erfahrung des Geistes, „unsere“ Erfahrung gemeint, sondern nur eine Teilerfahrung, die Erfahrung des jeweiligen Triebs, des Lugers, Lauschers usw.: Wenn eine äußere Form an das körperliche Auge kommt, dann wird die im Auge wohnende Sucht nach Sehen ernährt/berührt und erfährt: „Wohl tut das“ oder „Wehe tut das“ oder „Weder weh noch wohl tut das“; Letzteres heißt, es ist den Trieben gleichgültig.

Die Ernährung des Lugers mit Formen (des Lauschers mit Tönen usw.), wodurch er diese „erfährt“ (*viññāna*), ist die „Berührung“ des Verlangens nach Sehen, also des Lugers. – Diese Ernährung/Berührung/Erfahrung hätte dann nicht stattgefunden, wenn zu der Zeit gerade andere Sinnesdränge stark beschäftigt, also ernährt werden. Jeder wird wissen, dass er öfter schon solche Dinge, die sich in seiner Nähe zutragen, „übersehen“ oder „überhört“ hat, weil sein Geist mit etwas anderem beschäftigt war. Dann wird mangels Interesse der Luger nicht „ernährt“, berührt, und es kommt nicht zur entsprechenden Teilerfahrung. Man sagt: „Ich war abgelenkt“ und bringt damit zum Ausdruck, dass der Geist auf das Objekt „hingelenkt“ sein muss, wenn das Verlangen des einzelnen Sinnesdrangs „ernährt“ werden soll. Dem normalen Menschen, der auf die Sinneseindrücke aus ist, fehlt es nicht an der geistigen Hinwendung, die die Ernährung, die Berührung, der

Triebe erzwingt, es sei denn, seine Aufmerksamkeit richtet sich nicht auf das gerade den Sinnen Begegnende.

Was also erfahren wird, das wird vorwiegend bestimmt von dem „Interesse“ der inneren Dränge, der Sinnensucht, und der dadurch bedingten Aufmerksamkeit.

In unserer Lehrrede fasst der Erwachte den Erfahrungsvorgang kurz zusammen:

*Durch den Luger und die Formen entsteht die Luger-Erfahrung...*

Die Sinnesdränge des normalen Menschen lugen und lauschen und lungern ununterbrochen in die Welt hinein und erfahren in einem ununterbrochenen Prasselhagel von immer wieder neuen Berührungen/Erfahrungen, was an als „außen“ erlebten Objekten erreichbar ist. Der Ablauf dieser Prozesse geschieht mit einer nicht zu nennenden Geschwindigkeit. Eine Berührung/Erfahrung folgt sofort der anderen, eine Berührung/Erfahrung löst unmittelbar die andere ab.

Der Mensch ist daran gewöhnt, dass die Augen immer Formen sehen, die Ohren immer etwas hören usw., ununterbrochen geschehen Eindrücke. An diese automatische Rezeption sind viele so gewöhnt, dass sie ihre Persönlichkeit zu verlieren fürchten, wenn dieser Strom stark reduziert wird.

### *6 Gefühlsstrukturen (vedanā-kāya)*

Die Sinnensüchte, welche den Sinneswerkzeugen so innewohnen wie der Magnetismus dem Magnetstein oder das Öl dem Docht einer Öllampe, werden von den zum Außen gezählten Formen berührt und antworten mit Gefühl. Wenn die vom Luger erfahrene Form dem Anliegen entspricht, so entsteht ein Wohlgefühl, wenn die Form dem Anliegen widerspricht, so entsteht Wehgefühl. Wenn die Form dem Anliegen nur ganz schwach entspricht oder widerspricht, dann entsteht ein Weder-Weh-noch-Wohlgefühl. Im Gefühl erfahren wir die Resonanz des Wollens, also der Triebe auf das Erlebte von äußerster Lust bis zur tiefsten Qual. Wir kennen die unterschiedli-

chen groben und feinen Wohlgefühle, wie Lust, Behagen, Entzücken, Begeisterung, Erhebung, Frieden usw. und ebenso die mannigfaltigen groben und feinen Wehgefühle, wie Qual, Schmerz, Angst, Verzweiflung, Verstörtheit, Ekel.

Entsprechend den Sinnensüchten in den Sinnesorganen und den als außen erfahrenen Formen sind die bei Berührung der Sinnensüchte aufkommenden Gefühle jeden Augenblick andere. Es ist, wie wenn ein Klöppel (als außen erfahrene Form) auf einen Gong (Trieb) schlägt. Es entsteht ein Ton (Gefühl). Weiß dieser Ton, weiß das Gefühl „Ich bin“? Je nach der Beschaffenheit des Gongs (Messing, Silber, Bronze) und je nach der Beschaffenheit des Klöppels (Stoff, Holz oder Metall) und je nach der Stärke oder Schwäche des Aufpralls entstehen die unterschiedlichsten Töne, aber kein Ton weiß etwas von sich selber. So entstehen je nach Art und Wucht der Tendenzen und der Beschaffenheit und Intensität der herantretenden einst gewirkten Formen die unterschiedlichsten Gefühle, die nichts von sich selber wissen. Wie die Sinnensüchte ein programmiertes, automatisches Getriebe sind, nichts von sich wissend, so entstehen durch die Triebe bedingt die Gefühle, also bedingt entstehend, bedingt vergehend und nichts von sich wissend.

Es geht den Wesen immer um Wohlgefühl. Aber doch erfahren sie mehr Leiden als Wohl, weil jede aus dem Genuss von Sinnendingen hervorgehende Befriedigung nur sehr kurz ist. Der Erwachte vergleicht das Gefühl mit sich aufblähend und spritzend zerplatzenden Blasen, die bei starkem Regen auf einer Wasserfläche entstehen. So schnell wie sie entstehen, vergehen sie auch schon wieder, denn die nachfolgend aufprallenden Tropfen zerstören die entstandenen Blasen und rufen neue hervor. Ebenso ist es mit den Gefühlen. Sie entstehen bei den verschiedenartigsten Sinneseindrücken als Resonanz der Triebe auf die Berührungen des Triebkörpers durch die erfahrenen Formen und werden durch immer wieder neue Gefühle, die aus neuen Berührungen hervorgehen, abgelöst oder unterbrochen. So wie die Blase nicht eigenständig ist, gar nichts an

sich ist, sondern ein Produkt des Aufeinandertreffens – der Berührung – von Wasser von oben (Regen) und Wasser auf der Erde (Ströme, Pfützen), so besteht auch das Gefühl nicht eigenständig, nicht an sich, sondern durch Bedingungen, durch das Zusammentreffen von zu sich gezählter Form und als außen erfahrener Form. Für die Dauer des Zusammentreffens ist Gefühl, hört die Berührung auf, ist das entsprechende Gefühl nicht mehr. Da aber in jedem Augenblick durch neue Berührungen neue Gefühle entstehen, so ist eben immer Gefühl, und darum fasst man es als zu einem Ich gehörig, als etwas selbstständig Bestehendes auf. Aber Gefühl ist nichts Selbstständiges, sondern nur eine Re-sonanz der Sinnensüchte.

Der Erwachte sagt weiter: *Was man fühlt, nimmt man wahr*. Das bedeutet, dass die vom Luger erfahrene Form zusammen mit der Empfindung des Lugers, beides also zusammen in den Geist eingetragen wird: das ist die Wahrnehmung. Jetzt ist im Geist ein doppeltes Wissen (Wahrnehmung): das Wissen um eine Form und ob sie „angenehm“ oder „unangenehm“ oder „gleichgültig“ ist. Der Geist weiß jetzt um das gefühlsbesetzte Objekt; nur hält er das Objekt in der Regel für die Ursache des Gefühls. Die Wahrnehmung des normalen Menschen ist daher nie neutral, sondern enthält stets die durch Berührung der Sinnensüchte bedingte Gefühlsresonanz. Hinzu kommt, dass der Geist noch hineindeutet: „Ich habe diese angenehme oder unangenehme Form gesehen“ und somit ein „Ich“ als Wahrnehmer annimmt: *Was „man“ fühlt, nimmt „man“ wahr*, statt gewärtig zu sein: „Der Geist hat das Ding/die Vorstellung erfahren.“ Jede einzelne Wahrnehmung ist ein Blitz, ein Augenblick und schon wieder fort. Aber weil dauernd etwas herankommt, entsteht der Eindruck einer Kontinuität, entsteht der Eindruck, dass etwas sei. Doch entsteht jedes für sich und vergeht für sich. Ein Bild, ein Ton, ein Duft, ein Geschmack blitzt auf und ist verschwunden, eine Wahrnehmung folgt der anderen. Wie ein Feuer, das aus Stroh, Holz oder Kohlen entzündet wird, brennt, ohne dass es weiß, dass es brennt, so weiß die Wahrnehmung nichts von sich, aber ent-



wirft die Vorstellung: „Ich erlebe dies.“

### 6 *Durst-Strukturen (tanhā-kāya)*

Von der Geburt an füllt sich der Geist mit den Erfahrungen der Triebe: „Das riecht unangenehm, das schmeckt nicht gut.“ „Das sind schöne Formen, die will ich haben.“ Die mit Wehgefühl beantworteten Trieberfahrungen sind im Geist eingetragen als etwas Unangenehmes, Schmerzliches, Hässliches, Abstoßendes; die mit Wohlgefühl beantworteten Trieberfahrungen sind im Geist eingetragen als Angenehmes, Wohltuendes, Erfreuliches, Schönes. Hier sehen, hören usw. wir etwas Angenehmes, dort etwas Unangenehmes, und sofort ist dementsprechend Durst als spontane Zuwendung oder Abneigung oder Gleichgültigkeit, und das äußert sich in Gedanken wie „Das ist schön, das möchte ich haben“ (Durst) oder „Das ist ein unsympathischer Mensch, den mag ich nicht“ (Durst) oder „Das soll bleiben, jenes soll verschwinden. Das muss ich so lassen, jenes muss ich anders machen.“ (Durst)

Jeder Mensch kann bei sich beobachten, dass er alle Sinesseindrücke, die ihm angenehm, wohltuend, erfreulich sind – also mit Gefühl verbundenes Erleben – gern beibehalten, bewahren oder gar so bald wie möglich wiederholt erleben möchte, dass er einen Zug, einen Drang, einen Durst in dieser Richtung verspürt. Daran erkennen wir den Unterschied zwischen Gefühl und Durst: Das Gefühl ist unmittelbare Resonanz unserer inneren Neigungen auf das gerade vorhandene Erlebnis. Das Erlebnis tut den Neigungen wohl bzw. wehe. Dagegen ist der Durst nicht mehr direkte Resonanz, sondern die dadurch unmittelbar ausgelöste Intention, Wollensrichtung: Weil das Erlebnis wohltut (Gefühl), darum will man, möchte man (Durst) das Erlebnis weiterhin bewahren oder es wiederholen. Das ist der Bedingungs Zusammenhang zwischen Gefühl und Durst.

Wenn nun irgendwelche Rücksichten auf andere oder Pflichten die Beibehaltung oder Wiederholung des Wohltuen-

den nicht erlauben, so verspürt man bei sich einen gewissen Verzicht, ein Entbehren, eine Leere. Auch daran ist der Durst zu erkennen.

Ebenso verspürt man bei allen Sinneseindrücken, die unangenehm, widerwärtig oder schmerzhaft sind (Gefühl), sofort einen Zug oder Drang (Durst), diese möglichst aufzuheben, sich ihnen zu entziehen, sich davon abzuwenden, die Situation zu verändern. Wenn aber Rücksichten oder Pflichten es wiederum nicht erlauben, diese Situationen aufzuheben oder sich ihnen zu entziehen, dann empfindet man eine mehr oder weniger große Last oder Schwere, ein Ertragenmüssen von Schmerzlichem. So bewirkt Gefühl den Durst.

Je stärker das Wohlgefühl ist, um so mehr dürstet man nach Wiederholung. Die starken Wohlgefühle lösen einen starken, zu dem Erlebten hinstrebenden Durst aus; die starken Wehgefühle dagegen lösen einen stark fortstrebenden Durst aus, während die schwächeren Wohl- und Wehgefühle auch einen entsprechend schwächeren Durst auslösen bis hin zur Gleichgültigkeit bei den kaum merklichen Gefühlen.

So sagt der Erwachte zu Ānando (D 15):

*Wenn es kein Gefühl gäbe, in keiner Weise, ganz und gar nicht, könnte da wohl bei völligem Fehlen des Gefühls Durst erfahren werden? – Gewiss nicht, o Herr. – Darum also ist dies eben der Anlass, dies die Herkunft, dies die Entwicklung, dies die Bedingung für den Durst, nämlich Gefühl.*

Weil der Mensch dem Durst – dem Bedürfnis – nach Wohl folgt, ergreift er vergängliche Dinge und bindet sich somit an das Leiden, endlos, über Geburten und Tode hinweg. Der Durst und damit das Leiden wird dadurch zu einem beständigen Begleiter (S 35,63): Wo ein fesselndes Objekt gewährt wird, springt in uns der Durst auf, überallhin schleppen wir den Durst als Begleiter mit, er ist eine wahre Last, ein Schatten, der uns untrennbar folgt. Bei sich verstärkenden Trieben wächst auch der Durst, so dass die Wesen in der Regel am

Ende des Lebens durstiger, also ärmer sind als im Anfang und darum das nächste Leben schon durstiger beginnen. Damit wächst die Abhängigkeit der Wesen von unbeständigen Faktoren, die er nicht beherrschen und lenken kann.

*Schwinden muss jede Erscheinung, jede Wahrnehmung* – das war das letzte Wort des Erwachten. Wer das begriffen hat, der sieht sich nicht ruhend in einer ruhenden Welt, der sieht diese Welt in dauerndem Fluss, in dauerndem Werden und Vergehen und sieht „sich selber“ in dauernder Wandlung. Es gibt keine Sicherheit und Geborgenheit, keinen Halt im Bereich der Wahrnehmungen, der Erscheinungen.

Unbeständiges kann nicht das Selbst sein

Von einem stillen, beharrenden Sein oder Ich oder Selbst kann nicht gesprochen werden, sondern immer nur von einem dauernden Werden oder von einem dauernden Vergehen, und das heißt, von dauernder Wandlung, von dauernder Veränderung.

Das Aufspringen einer Blütenknospe ist zugleich der erste Schritt zum Verwelken der Blüte. Der Augenblick der Geburt eines Menschen ist zugleich der erste Schritt zu seinem Tod.

Mit jedem neuen Atemzug, mit jedem Pulsschlag und mit jeder neuen Nahrungszufuhr ist der Körper des Menschen anders geworden, mit jedem neuen Gedanken ist sein Geist verändert, mit jedem Gefühl, mit jedem Hass oder jeder Begierde, mit jeder Zuneigung ist sein Gemüt, ist sein Charakter verändert. Kein Ding ist zwei Augenblicke lang völlig gleich, alles verändert sich dauernd. Ein Wagen z.B. wird durch den Gebrauch oder durch Sonne und Regen mit jedem Augenblick in seiner Substanz etwas geringer wertig, etwas morscher, in seinem Gefüge etwas lockerer und haltloser, wird bald durch ein neues Rad oder eine neue Deichsel, bald durch neue Seitenwände oder durch einen neuen Boden immer wieder ergänzt und verändert, so dass nach einiger Zeit gar nichts mehr vom alten Wagen da ist, auch wenn sich dem oberflächlichen

Blick immer noch der alte Wagen darzubieten scheint. So sieht man bei oberflächlicher Betrachtung nicht dieses dauernde Werden und Vergehen, sieht nicht die dauernde Wandlung, sondern im oberflächlichen Hinblick auf das Ganze denkt man: „Das ist so.“

In diesem falschen Anblick liegt eine sehr große Gefahr. Mit der Auffassung, dass eine Erscheinung so sei, ist die Auffassung verbunden, die Erscheinung bleibe so. Und mit der Auffassung, eine Erscheinung sei so und bleibe so, geht Hand in Hand das Vertrauen, das Beruhigtsein und das Sich-Hingeben, wenn die Erscheinungen angenehm sind, und hoffnungsloses Verzagtsein entsteht, wenn die Erscheinungen leidig sind. So bleibt man mit dieser falschen Anschauung ausgeliefert der Wandelbarkeit der Erscheinungen, bleibt ausgeliefert dem Leiden.

Heraklit sagt: „*Alles fließt*“ Und „*Man steigt nicht zweimal in denselben Fluss.*“ D.h. wenn man wieder hineinsteigt, ist anderes Wasser da, und man selber ist auch ein anderer geworden. Nur die Etiketten bleiben: Ich, Fluss, Welt.

In der Einsicht *Alles fließt* und *Schwinden muss jede Erscheinung* wird der Blick abgewandt von der trügerischen Oberfläche der Erscheinung. Man sieht in jeder Erscheinung nichts anderes mehr als nur die Ursache, aus der nur wieder eine neue Erscheinung hervorgeht, und man sieht, wie die Beschaffenheit dieser Ursache bestimmend ist für die Qualität der neuen Erscheinung.

Durch die Einflüsse unserer Umgebung: die allgemeinen Medien, wie Zeitung, Fernsehen und Radio, und durch die persönlichen Beziehungen, wie Familie, Nachbarn, Freundeskreis und im Beruf, beim Hören und Lesen kommen uns dauernd neue oder alte Gedanken. Durch jeden Gedanken sind wir um diesen Gedanken verändert. Durch ihn ist die Gesamtheit unseres Denkens anders geworden.

Wer dies begreift, der weiß, dass derjenige, der eine Zeitung nach dem Lesen aus der Hand legt, ein anderer ist als derjenige, der die Zeitung zum Lesen in die Hand nahm. Er

weiß, dass derjenige, der mit dem Nachbarn gezürnt und gezankt hat, ein anderer ist als derjenige, der jenes Zürnen begann. Er weiß, dass man durch törichtes Bedenken und Reden zur Torheit wächst und durch weises Bedenken und Reden zur Weisheit. Alles fließt! – Wohin? Das hängt ab von den Gedanken, die wir denken.

Kann man dieses Fließen als „Ich“ oder „Selbst“ bezeichnen? Unter „Ich“, „Selbst“ versteht man etwas Bleibendes, Dauerhaftes, Durchgängiges, etwas Autonomes, Souveränes, nicht etwas ständig sich Veränderndes. Was man sich wandeln sieht, das kann man nicht „ich“ nennen. *Mein Ich entsteht und vergeht*, wie der Erwachte in unserer Lehrrede sagt, ist unvereinbar mit unserer Vorstellung von „Ich“ oder „Selbst“.

Die Zeitgenossen des Erwachten betrachteten ähnlich wie die christlichen Mystiker den Wandel zwischen Geborenwerden und Sterben als oberflächliche Wellen über dem ewig Beständigen und versuchten, von dieser Oberfläche des Wandelbaren und der Endlichkeiten freizukommen und hindurchzudringen zu dem, was ewig bleibt. Sie suchten – so drückten sie es seinerzeit aus –, von dem wandelbaren Ich zum ewigen Selbst zu kommen. Das Selbst, das *attā*, war für sie das Ewige, Zugrundeliegende:

*Dieses mein Selbst, behaupte ich, das Empfindende, das hier und dort die Folgen der guten und bösen Werke erfährt, dieses mein Selbst ist beständig, dauernd, ewig, unwandelbar, ewig gleich wird es so bestehen bleiben. (M 2)*

Der Erwachte aber zeigt, dass Unbeständiges, eben weil es unbeständig ist, auf keinen Fall ein ewiges, immer beständiges Selbst sein kann und dass man sich darum von dem Unbeständigen freimachen und erlösen muss, wenn man das Unvergängliche gewinnen will. Der Erwachte sagt – und damit stimmt er mit der Auffassung der Hindus überein –, dass das drängende Wollen, das, was in anderen Religionen Seele genannt wird, den Tod überlebt. Im sog. Sterben verlässt die Seele, der Charakter, die Gesamtheit der Triebe samt Geist und Gedächtnis, in für uns unsichtbarer feinstofflicher Gestalt

den grobstofflichen Körper ebenso, wie wenn ein Mensch ein Haus verlässt. Aber als Zweites sagt der Erwachte, dass diese Seele sich nicht ewig gleich bleibt: Je nach den Einsichten, welche das Wesen in seinen Geist aufnimmt, verändert sich allmählich das Mögen und Nichtmögen der Seele. Diese kann im Grundwesen schlechter werden, dunkler werden, ja, schrecklich werden, und sie kann je nach den Weltanschauungen, die das Wesen im Geist aufnimmt, auch besser werden, hilfsbereit, mitempfindend, hochsinnig werden. Eine solche Seele, ein solcher Charakter, sieht nach dem Verlassen des Körpers ganz erheblich heller, schöner, leuchtender aus.

Solche Wandlungen der Seele, der Triebe, des Charakters, geschehen durch fast jedes Gespräch mit anderen Menschen, mit jedem Blick in die Zeitung oder mit jedem Lesen eines Buchs. Und darum bleibt die Gesamtheit der seelischen Eigenschaften eines Menschen, die er als Ich empfindet, nicht einen Augenblick sich gleich, sondern sie verändert sich rieselnd – aber nicht durch den Lauf der Zeit wie der Körper, sondern nur durch die Begegnungen und die dadurch dauernd sich verändernden Bewertungen seitens des Geistes.

Insofern ist also eine ewig gleichbleibende Seele, und das heißt ja ein ewig gleichbleibendes Ich, nicht vorhanden. Das, was ich jetzt bin, bin ich schon nach fünf Minuten nicht mehr ganz, weil die eine oder andere Eigenschaft, dieses oder jenes Mögen und Nichtmögen durch Denken schon wieder etwas verändert ist.

Diese nüchterne Überlegung ändert aber nichts an der Tatsache, dass der Mensch, je stärker er von den Dingen fasziniert ist, sich um so stärker als „Ich“ der Welt gegenüber empfindet. Die Faszination und die Stärke des Ich-Gefühls bedingen sich gegenseitig. Denn jeder Trieb suggeriert dem Wahnbefangenen: „Ich möchte, ich will das und das.“

Man kann den „Ich-bin“-Glauben und die „Ich-bin“-Empfindung vergleichen mit einem dicken Knoten, zu dem die einen Enden von vielen Fäden verknotet sind, während die anderen Enden sich nach allen Richtungen erstrecken und die

tausend Dinge ausmachen, die wir zusammen „die Welt“ nennen. Die Fäden selbst sind die ausgebildeten Beziehungen des eingebildeten Ich zu der eingebildeten Welt.

Der „Ich-bin“-Knoten wäre ohne die Fäden gar nicht da. Er hat überhaupt keine eigene Substanz, sondern ist nur die Summe der Beziehungen. Darum nennt der Erwachte diese Beziehungen, die Triebe, die „Ich-Macher“ und „Mein-Mher“. Das Ich ist so dick wie die Summe der Beziehungen, der Triebe. Es ist das eine Ende der tausend Triebsehnsüchte. Aber der Erwachte sagt ja, sie sind nicht nur die Ichmacher, sondern sie sind auch die Meinmacher, und das ist das andere Ende der Fäden, sind die tausend Bilder und Vorstellungen, auf welche die Triebe aus sind, die sogenannte „Welt“, nach welcher die Triebe, das eingebildete Ich, dürsten.

Ich und Welt sind also keine unabhängig voneinander bestehenden Größen, sondern das Welterlebnis ist mit der Ich-Empfindung, der Ich-Vorstellung verbunden, von ihr abhängig, geht auf sie zurück, und darum ist auch die Aufhebung bei der Ich-Vorstellung anzusetzen.

### Der Weg zur Entstehung der Persönlichkeit

*„Das Auge (mit dem innewohnenden Luger)“, sagt man, „das gehört mir, das bin ich, das ist mein Selbst. Die Formen, Luger-Erfahrung, Luger-Berührung, Gefühl, Durst: das gehört mir, das bin ich, das ist mein Selbst.“*

Der Erwachte nennt die Triebe, die Sinnensüchte, die Ge-  
neigtheits-Wuchten die „Ich-“ und „Meinmacher“. Je stärker und vielfältiger die Triebe sind, um so stärker ist die Auffassung, eine Persönlichkeit zu sein, und um so mehr werden die erlebten Dinge zu sich gezählt, als Mein angesehen. Die „Ich“- und „Mein“-Empfindung und Vorstellung („ich sterbe, ich verliere meine Freunde, meinen Besitz“) ist die Ursache allen

Leidens, und ihre Aufhebung bedeutet die Aufhebung des Wahns von Ich und Umwelt (10. Verstrickung). Die Triebe geben bei Berührung ein Gefühl ab, und der Erwachte sagt dann in der 3. Person Einzahl: *Was man fühlt, nimmt man wahr*. Mit Gefühl und Wahrnehmung ist der Eindruck einer fühlenden Person („man“) entstanden, die etwas erlebt. Durch die vielen gefühlsbesetzten Eintragungen ist im Geist die gemütsmäßige Empfindung (*cetasika vedanā*) eines gleichbleibenden Zentrums, eines Ortes, an dem die Erlebnisse ankommen, entstanden: die Ich-bin-Empfindung (*asmi-māno*). Es ist also das von den Trieben kommende Gefühl, das die Subjektivität „ich fühle“ suggeriert. So stark wie die drängenden Triebe sind und das von ihnen ausgehende Wohl- oder Wehgefühl, so stark sammelt sich das „Ich-bin-Gefühl“ im Geist. Die Orte der Herkunft wechseln – die Berührungen der Sinnesdränge des Körpers mögen von rechts, links oder von hinten oder von vorn dem Geist gemeldet werden – aber die gefühlsbesetzten Objekte kommen immer an demselben „Ort“ an: im Geist. Weil der Geist als immer gleicher Ankunftsort der Empfindungen und Objekte den vielen wechselnden Orten der als außen empfundenen Welt gegenübersteht, darum entsteht in ihm als der Sammelstelle der Gefühle die „Ich-bin“-Empfindung. Immer wird hier im Geist empfunden, was dort abläuft. – Die „hier“ nicht gefühlten Gefühle anderer werden auch nicht als „Ich-bin“-Ort gefühlt. Man kann einen anderen schreien hören oder lachen sehen, aber des anderen Gefühle werden nicht als die eigenen empfunden.

Wenn „ich“ z.B. den Eindruck habe: „Eine Mücke hat ‚mich‘ gestochen“, dann sind folgende Vorgänge abgelaufen: Die im Geist eingetragene Berührung des Tasttriebs, der ein Wehgefühl meldet, und die in den Geist eingetragene Berührung des Lugertriebs, der ein längliches Objekt gesehen zu haben meldet, lösen blitzschnell im Geist den Gedanken „Mücke“ mit allen daran geknüpften Assoziationen aus mit dem Ergebnis „Ich bin gestochen worden.“

Der Geist urteilt nicht neutral: „Das hat der Luger erfahren,



das hat der Tastdrang im Körper getastet, dadurch sind Gefühle entstanden“, sondern der Geist als Sammelstätte aller Erfahrungen urteilt automatisch, zwanghaft: „Ich hab es gesehen und gespürt, darum will ich jetzt...“

Nur deshalb, weil die sehr verschiedenen Berührungssüchte im Körper ihre Empfindungen als Wahrnehmungen dem Geist melden und der Geist die Fähigkeit des Verbindens und Ordnen der Eindrücke hat, vergisst er bei allen unbelehrten Menschen, dass er vorwiegend Meldestelle für die fünf sehr verschiedenen Interessen, Geschmacksfelder ist: Er identifiziert sich mit den jeweils ankommenden Meldungen so, als ob sie von ihm kämen, und hat die Auffassung, Zentrum einer als Ganzheit und Einheit aufgefassten Person zu sein.

Wenn die fünf Sinnesdränge nicht wären, dann wäre auch der Geist, der Ich-sager, nicht vorhanden. Mit jeder Berührung der Sinnesdränge werden die Gefühlsantworten der Triebe zusammen mit dem betreffenden äußeren Gegenstand (Form, Ton...) in den Geist eingetragen, der seinerseits die Vorstellung erzeugt: „Ich bin es, der erfährt.“ Wegen der zu sich gezählten, als Ich empfundenen Dränge wird Welt gesucht. Die Dränge, die Triebe, zu denen Ich gesagt wird, sind der Angelpunkt, an dem anzusetzen ist, denn das eigene Ich ist einem das Wichtigste, wichtiger als die Welt. Wie der Buddha sagt, ist der Weltling geneigt dazu, die sechs Sechsheiten als Ich, als Selbst und Mein zu sehen, z.B. in M 109: *Er betrachtet die (zu sich gezählte und die als außen erfahrene) Form...als sich selbst: Sie gehört mir, das bin ich, das ist mein Selbst.* Es sind die Sinnensüchte, die bewirken, dass die sechs Sechsheiten als Ich und Mein angesehen werden. Diese Gewöhnung wird aufgehoben durch die vom Erwachten gegebene, auf das Ich bezogene Übung: *Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst.*

Die vom Erwachten in unserer Lehrrede genannten 6 Sechsheiten sind eine etwas mehr ins Einzelne gehende Darlegung der fünf Zusammenhäufungen in ihrem Zusammenspiel:

Die Süchte nach Erfahrung/Berührung/Ernährung durch

außen Erfahrenes wohnen im Körper, in der zu sich gezählten Form (1.Zusammenhäufung). Werden sie berührt, ernährt, erfahren sie Außen-Form (1.Zusammenhäufung), die Kette der Begegnungen, und antworten mit Gefühl (2. Zusammenhäufung). Beides zusammen, die von den Süchten erfahrene Form und das Gefühl der Sinnensüchte werden als Wahrnehmung in den Geist eingetragen. Jetzt ist im Geist ein doppeltes Wissen (Wahrnehmung – 3.Zusammenhäufung): das Wissen um eine Form und darum, dass sie angenehm oder unangenehm ist.

In M 18 heißt es: *Was man wahrnimmt, das bedenkt man (vitakketi)*, und in M 137, 140: *Man geht mit dem Denken die erfreulich bestehende Form an, die unerfreulich bestehende Form usw. an (manopavicāra)*. Bei dem nicht triebversiegteten Menschen erzeugt eine angenehme Wahrnehmung verlangendes, fieberndes Denken, eben den Durst: „Das will ich haben“, ein unangenehmes Gefühl erzeugt den Durst „Weg damit“. Eine so gerichtete Durst-Aktivität (4.Zusammenhäufung) spielt sich ein, wird zur Gewöhnung (5.Zusammenhäufung), die wieder die zu sich gezählte Form an die als außen erfahrene Form heranführt oder die als außen erfahrene Form an die zu sich gezählte Form heranführt.

Das Ich-bin-Vermeinen entsteht allmählich. Man kann bei jedem Menschenkind beobachten, dass es in den ersten Jahren nicht „ich“ sagt, es merkt nur, dass etwas der Zunge wohltut, dass etwas sich schön anhört, und es sieht gern das lächelnde Gesicht der Mutter. Das sind die Empfindungsantworten der Anliegen, der Triebe, die einem Magnetismus gleich mit Anziehung und Abstoßung auf das reagieren, was an die Sinne herantritt. Nur deshalb, weil die sehr verschiedenen Sinnensüchte in den Sinnesorganen ihre Empfindungen und Wahrnehmungen an den Geist weitergeben und der Geist die Fähigkeit des Verbindens und Ordners der Eindrücke hat, vergisst er bei allen normalen Menschen, dass er vorwiegend Meldestelle für die fünf sehr verschiedenen Interessen- bzw. Geschmacksfelder ist: Er identifiziert sich mit den jeweils ankommenden Meldungen so, als ob sie von ihm kämen. Und so

beginnt das Kind im 2.-4. Lebensjahr „ich“ zu sagen. So entsteht die Ich-bin-Behauptung (*attavādupādāna*), die Auffassung, eine als Ganzheit und Einheit aufgefasste Person zu sein, obwohl sie die Summe der sechs auf Berührung gespannten Süchte ist. Diese im Geist imaginierte Person will ihre Anerkennung als Ich, will nicht von anderen Personen unterdrückt, vernachlässigt sein usw. Und so befestigt sich in einem solchen Geist noch immer mehr der Ich-bin-Gedanke, und von daher rührt bei den sich bietenden Gelegenheiten im Umgang mit anderen die Neigung, das vermeintliche Ich mit seinen Ansprüchen zu behaupten, sich als ein selbstständiges Ich neben oder womöglich über andere zu stellen.

### Der Weg zur Aufhebung der Persönlichkeit

*Das aber ist der Weg zur Aufhebung der Persönlichkeit: „Das Auge (mit dem innewohnenden Luger), das Ohr (mit dem innewohnenden Lauscher)...“, sagt man: „das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst. Die Formen, Luger-Erfahrung, Luger Berührung..., Gefühl, Durst: das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst.“*

Ebenso für die anderen Sinnesorgane (mit Sinnesdrängen) usw.

Der Erwachte meint nicht: „Du sollst das Ich lassen.“ Er sagt: „Diese vergänglichen Faktoren können nicht das Ich sein. Was vergänglich ist, kann man davon sagen „Das bin ich“? Darauf antwortet die Vernunft, die sich das Ich als unvergänglich vorstellt: „Nein.“ Wenn das Vergängliche abgetan wird, bleibt das Ewige, Heile übrig, unabhängig davon, ob das Ewige, Heile nun Ich oder Nicht-Ich ist. Religiöse Menschen sprechen in erster Linie von Gott als Heil, philosophische Menschen sprechen in erster Linie von Ich oder Selbst als Heil. Aber sowohl Gott als auch Ich/Selbst sind nur Etiketten, hinter de-

nen als Substanz das Heile gemeint ist. Das Heile aber ist abseits der vergänglichen Sechsheiten/der fünf Zusammenhäufungen, die normalerweise als Ich angesehen werden. Nur weil die Triebe erleben wollen, kommt es zum Erlebnis von Formen, kommt es zu Gefühl, zu Durst. Sind die Triebe aufgehoben, gibt es kein Welterlebnis mehr. *Nichts mehr nach diesem hier*, weiß der Triebversiegte von sich.

Die Triebe erzeugen im Geist die Ich-bin-Anschauung (*sakkāyaditthi*), und weil die „Ich-bin“-Anschauung den Erleber von der erlebten „Welt“ abgrenzt, zugleich auch die Weltgläubigkeit. Und die Ich-bin-Anschauung ist die Ursache dafür, dass ein Mensch nicht wollen kann, die Gesamtheit der Triebe aufzuheben. Da er sich eins mit den Trieben fühlt, hätte er bei dem Gedanken, die Triebe aufzuheben, das Empfinden, sich selbst aufzuheben, das heißt: er selber würde vernichtet.

Solange die Triebe bestehen mit Anziehung, Abstoßung, Blendung, so lange sind sie das *perpetuum mobile passionis*, das unaufhörliche Leidenskontinuum, und der Glaube an Persönlichkeit, die Identifikation mit den Trieben, ist die Ursache dafür, dass die Aufhebung dieses *perpetuum mobile* nicht betrieben wird.

Der Erwachte sagt (A X,76):

*Drei Vorgänge gibt es in der Welt, ihr Mönche: Wenn diese nicht wären, dann brauchte der Vollendete nicht in der Welt zu erscheinen, der Geheilte, vollkommen Erwachte, und nicht brauchte dann die vom Vollendeten aufgezeigte Wahrheit und Lebensanleitung in der Welt zu leuchten! – Welche drei Vorgänge sind das? Geborenwerden, Altern und Sterben.*

*Ohne aber drei Eigenschaften aufgegeben und abgetan zu haben, ist es unmöglich, dass Geborenwerden, Altern und Sterben aufhört. Welche drei Eigenschaften sind das? Ohne die Anziehung, das (unwillkürliche) Hingezogensein (rāga – Gier) zu den einen Dingen abgetan zu haben, das (unwillkürliche) Abgestoßensein (dosa – Hass) von den anderen Dingen abgetan zu haben und ohne die (unwillkürliche) Blen-*

*dung/Faszination (moha) abgetan zu haben – ohne diese drei Eigenschaften abgetan zu haben, ist es unmöglich, Geborenwerden, Altern und Sterben zu überwinden.*

*Ohne aber drei weitere Eigenschaften abgetan zu haben, ist es unmöglich, Anziehung, Abstoßung und Blendung zu überwinden. Welche drei? Ohne den Glauben an Persönlichkeit, ohne die Daseinsbangnis und Daseinssorge abgetan zu haben und ohne die Auffassung aufgegeben zu haben, das (sittliche) Begegnungsleben sei das Höchste, ist es unmöglich, das Geborenwerden zu überwinden, das Altern zu überwinden, das Sterben zu überwinden.*

Der Zusammenhang der ersten beiden Dreiheiten ist klar: Weil die Wesen, von ihren Trieben getrieben, in Anziehung, Abstoßung und Blendung befangen, dem unheimlichen Kreislauf der Erscheinungen ausgeliefert sind: Geborenwerden, Altern und Sterben, und weil dieser Kreislauf, dieser geschlossene Ring von Bedingungen, ohne einen Anstoß außerhalb seiner Dimension nicht beendet werden kann, darum lehren Vollendete. Sie haben die Dimension der Wahnerscheinungen überstiegen, haben zur Beendigung des Zwangslaufs, haben zur Freiheit von allen Dimensionen hingefunden und können den Anstoß geben, der dort, wo er empfangen und aufgenommen wird, auch den Prozess einleitet, der zur Erwachung und Vollendung führt.

Die Wirkung des Anstoßes besteht darin, dass den Wesen, die ihn ganz aufgenommen haben, durch die Mitteilungen und die Übungsanleitungen der Erwachten immer deutlicher wird, dass die gesamte Kette der Erscheinungen, die wir „Leben“ nennen – dieser Wechsel und Wandel zwischen Geborenwerden, Altern und Sterben, zwischen fortgesetztem Verschwinden und Erscheinen – eine große Blendung ist, bedingt durch die eingewöhnten Zuneigungen und Abneigungen, die inneren Triebe, Anziehung und Abstoßung. Daraus folgt, dass mit der allmählichen Auflösung von Anziehung und Abstoßung auch die leidensvolle und ziellose Folge des Geborenwerdens, Al-

terns und Sterbens aufgelöst wird und anstelle von Angst und Leiden jene Heilsentwicklung beginnt und allmählich fortschreitet bis zu einer unermesslichen, einer unnennbaren Freiheit und Befreiung in der Erwachung. Das ist der Zusammenhang der ersten beiden Dreiheiten.

Aber nun nennt der Erwachte mit der dritten Dreiheit drei Verstrickungen der Wesen und sagt, dass nur die Befreiung von ihnen zur endgültigen Minderung bis Auflösung von Anziehung, Abstoßung und Blendung und damit zur Erwachung führen könne.

Vor allem der ersten Verstrickung kommt eine Schlüsselstellung zu insofern, als nach ihrer Auflösung kein Stillstand mehr eintreten kann in der weiteren Minderung bis Auflösung aller übrigen Verstrickungen; denn sie bildet die Grundlage für alle übrigen. Diese erste Verstrickung ist die Befangenheit des Geistes und Gemüts in der Vorstellung, ein Ich in einer Welt zu sein. Der Geist kommt zu dieser Vorstellung, da er sich mit dem, was die Triebe, die Sinnensüchte, wollen, identifiziert.

Solange der Mensch auf die Rieselkette der Erscheinungen setzt und durch ich-vermeinendes Denken die Triebe erhält und erschüttert ist durch das Schwinden, den Untergang der Erscheinungen und sich nicht von ihnen abwendet, so lange gibt es Triebe, gibt es Anziehung, Abstoßung und Blendung, und damit wird weiterhin Geborenwerden, Altern und Sterben erfahren.

Wer aber meinen würde, nach Aufhebung des Glaubens an Persönlichkeit könne ihn die blendende Erscheinung des Wahn-Ich und der Wahn-Umwelt nicht mehr hemmen, der täuscht sich, denn das „Ich-bin-Empfinden“, die achte, die drittletzte Verstrickung, ist mit der Aufhebung des Glaubens an Persönlichkeit (1.Verstrickung) noch längst nicht aufgehoben. Bis die endgültige Erwachung aus dem Wahntraum erreicht ist, bedarf es eines Prozesses, denn trotz der Durchschauung geht das Wahnspiel, das Blendungsspiel zunächst noch weiter. Die Szenen, die zusammen „das Leben“ ausmachen, folgen nach wie vor einander, und nach wie vor lösen

auf Grund der noch nicht aufgelösten Triebe, des noch nicht aufgelösten Wahns die einen Begegnungen Wohlgefühl, die anderen Wehgefühl aus, veranlassen die einen Begegnungen, dass das Ich sie festhalten und weitergenießen möchte, und veranlassen die anderen, dass das Ich sie fortstoßen oder sich ihnen entziehen möchte. Wenn und soweit blind und spontan dem blendenden Ich-bin-Eindruck auf den alten Gleisen der programmierten Wohlerfahrungssuche gefolgt wird und eine wirklichkeitsgemäße Bewertung gar nicht stattfindet, da wirkt sich zu dieser Zeit der Wegfall des Glaubens an Persönlichkeit, der Identifikation mit einem Wahn-Ich, nicht aus. Dem Heilsgänger ist der neu gewonnene wirklichkeitsgemäße Anblick oft nicht gegenwärtig.

Ein Mönch namens Khemako sagt von sich (S 22,89):  
*Das gewohnte Ich-bin-Empfinden (asmi-māno, māno-samyojana, 8.Verstrickung) habe ich noch, es kommt mich an bei jedem Erlebnis, aber den Glauben an Persönlichkeit (1.Verstrickung) habe ich nicht mehr.* Die achte Verstrickung (Ich-bin-Empfindung) kommt darum auf, weil durch jeden Sinneseindruck der Wollenskörper berührt wird und darauf mit einem angenehmen oder unangenehmen Gefühl antwortet, so dass im Geist ganz unmittelbar nach alter Gewohnheit das Empfinden eines angenehm oder unangenehm berührten „Ich“ aufkommt. Wer aber den Glauben an Persönlichkeit durch den wiederholten klaren perspektivenlosen Anblick endgültig aufgegeben hat, der sagt sich dann auch immer wieder, dass da eben doch kein Ich ist, wo ein Ich zu sein scheint.

Wohl ist bei demjenigen, der die Begegnungskette als Blendung und Wahn durchschaut, dieses Wissen immer wieder gegenwärtig, manchmal stärker, manchmal schwächer, und wohl führt dieses Wissen allmählich zu einem leisen Zurücktreten, zu einer gewissen Lockerung des Zugriffs, ja, allmählich auch zu einer Zurücknahme des natürlichen blinden Anspruchs auf „die Dinge“, also zum Loslassen – aber es ist nur ein sehr allmählicher Prozess, bis die *Gewohnheitsbande, immer heranzutreten, zu ergreifen, sich anzueignen und dabeizu-*

verbleiben, aufgelöst sind, und es kostet eine Zeit der Übung in zunehmender gründlicher Wahrheitsgegenwart, bis die richtige Anschauung und Haltung durchgängig zu werden beginnt:

*Wenn man da aber nicht herantritt, nicht ergreift, nicht sich dahin richtet und in dem Wissen „Hier ist gar kein Ich! Leiden ist alles, was immer entsteht, Leiden ist alles, was immer vergeht“ – nicht mehr zweifelt, nicht mehr bangt, im Besitz des von allen Meinungen unabhängig machenden Klarwissens – das ist richtiger Anblick. (S 12,15)*

Das Pāliwort für Glaube an Persönlichkeit ist *sakkāyaditthi*. Das Wort *kāya* in *sa-k-kāya* ist der Ausdruck für alles „etwas“, das erlebt wird oder zum Erleben beiträgt: einzelne oder alle fünf Zusammenhäufungen; und *sa-k-kāya-ditthi* ist die Anschauung, dass einer sich mit (*sa*) etwas (*kāya*<sup>243</sup>) identifiziert, es als ich und mein, als „eigen“ ansieht. Dies kommt in K.E. Neumanns Übersetzung „Glaube an Persönlichkeit“ gut zum Ausdruck.

Auch die Grenzscheide möglicher Wahrnehmung, die Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung, die der weit fortgeschrittene Mönch gewinnt durch die meditative Vorstellung:

*Leer ist dies vom ich, von mir oder etwas. Nicht bin ich irgendwo von irgendwem, irgendetwas von diesem. Nicht gehört mir etwas irgendwo bei irgendetwas, das gibt es nicht –* sogar diese Spitze der Wahrnehmung, die feinste und stillste, blasseste, schwächste Wahrnehmung, die durch die Aufhebung fast aller Triebe noch besteht, soll der Übende, der unzerstörbaren Frieden anstrebt, auch noch abweisen mit dem Gedanken: „*esa sakkāya*“, dies ist noch etwas, mit dem sich der Erfahrer identifiziert, worauf er sich stützt, eben Wahr-

---

<sup>243</sup> In den Lehrreden werden genannt: *sannā-kāya*, *cetanā-kāya*, *viññāna-kāya* (S 22,56), *viññāna-kāya*, *phassa-kāya*, *vedanā-kāya*, *saññā-kāya*, *cetanā-kāya*, *tanhā-kāya* (D 33).



nehmung. Das Ergreifen auch nur einer einzelnen Zusammenhäufung nährt den Glauben an Persönlichkeit, den Gedanken: „Mein ist das“, fesselt an den Samsāra:

*Dies ist noch etwas (sakkāya). Nicht die Erfahrung von etwas, sondern die Erlöschung aller Triebe des Herzens, die durch Nichtergreifen gewonnen wird, das ist der wahre, unvergängliche Friede der Todlosigkeit. (M 106)*

In dem Maß, wie die Identifizierung mit einem Wahn-Ich abnimmt, erfährt der Nachfolger an sich, ganz ohne es bewusst betrieben zu haben, eine zuerst nur sehr feine, aber wohltuende Wandlung der Selbsterfahrung, des Daseinsgefühls. Das Daseinsgefühl ist bei allen Menschen von einer meistens unbewussten, oft aber über die Bewusstseinsschwelle dringenden Ungeborgenheit und Unsicherheit durchzogen. Bei allen Menschen, die sich mit dem Körper identifizieren, besteht bewusst oder untergründig die Angst vor dem Kommenden und vor dem ganz sicheren Tod. So sagt auch Sāriputto (S 22,1):

*Ein unbelehrter gewöhnlicher Mensch ist besetzt von der Idee: „Das ist **mein** Körper, das ist **mein** Geist, das **bin ich**.“ Wenn sich nun bei einem von dieser Idee so besetzten Menschen der Leib wandelt, verändert, dann empfindet er das als **seine** Veränderung und Gefährdung, und dadurch kommt bei ihm Kummer, Angst, geistiger und körperlicher Schmerz auf.*

So geht es jedem Menschen, auch dem nach der modernen Welt- und Lebens-Anschauung erzogenen und gebildeten. Und vor allem beklemmt den weiterblickenden Menschen eine tiefe Ungewissheit, ein Zweifeln über das Woher und Wohin und Warum dieses Daseins.

Der Erwachte vergleicht diese Situation des normalen, von der Daseinsunsicherheit und dem bangen Gefühl der Ungeborgenheit bewusst oder unbewusst begleiteten Menschen mit einem Mann, der mit seinem ganzen Vermögen durch eine fremde, gefährliche Wildnis zieht, in der er jeden Augenblick einen Überfall auf Leben und Gut zu befürchten hat.

Die Daseinsbangnis betrifft nicht die Angst vor körperlichen Schmerzgefühlen, die so lange besteht, wie Triebe nach Sinnendingen befriedigt werden wollen, sondern betrifft allein die existentielle Sorge, wie sie heute z.B. auch bei Schlagworten wie „Umweltverschmutzung“, „Erwärmung der Pole“, „Ansteigen des Meeresspiegels“ empfunden wird oder wie die von Fortexistenz überzeugten Inder angesichts des unendlichen Samsāra empfanden: *Versunken bin ich in der Kette der Wiedergeburten, o dass es einen Ausweg gäbe...*

Wer aber die Identifizierung mit den 6 Sechsheiten/den 5 Zusammenhäufungen schon um einige Grade zurücknehmen und mindern konnte, der erfährt auch ein Schwinden der existentiellen Grundangst (2.Verstrickung). Diese Daseinsbangnis war mit der Ichvorstellung verbunden, wie überhaupt die Ichvorstellung der Kern der gesamten Verletzbarkeit ist. Mit ihrer Minderung und Auflösung nimmt alle Sorge und Bangnis ab.

Damit erfährt er, dass es die Möglichkeit gibt, alle Gefährdung endgültig aufzuheben, dass da gar kein Ich ist, das verletzt werden könnte. Dieses Wissen führt zu großer Gelassenheit und Ruhe. Von dem zu dieser Entwicklung gelangten Menschen gibt der Erwachte das Bild des aus der gefährlichen Gegend in die Nähe des heimatlichen Dorfes gelangten Menschen, der sich schon auf sicherem, heimatlichem Boden weiß.

Der vom Erwachten Belehrte weiß außerdem: Mit der Verbesserung der Tugend, mit der Minderung aller Arten von Herzensbefleckungen und der Mehrung von Liebe, Sanftmut und innerer Helligkeit gibt der Täter zwar immer freundlichere Szenen in die Daseinsströmung, die nach ihrem kürzeren oder längeren Rundlauf auch wiederkehren; aber er weiß zugleich, dass alle diese Szenen selbstgewirkte Blendungen, Luftspiegelungen, Traumbilder sind, die nur lieblichere Formen der Traumtäuschung bringen – aber ein Erwachen zur endgültigen Freiheit sind sie nicht.

Darum betreibt er die Verbesserung, die Erhellung der Begegnungsszenen nicht mehr um ihrer selbst willen, sondern als „heilende Tugenden“, d.h. als Begegnungsweisen, die tauglich

sind, um zur Herzenseinigung zu führen. Wahres, bleibendes Wohl erwartet er nicht mehr von den Begegnungserscheinungen, sondern nur von ihrem Stillwerden und Aufhören. Er kann das sittliche Begegnungsleben nicht mehr als das Höchste ansehen. „Die Welt“ durchschaut er als eine reißende Strömung von Wahrnehmungsszenen, als eine Flucht von Wahrscheinungen. Er weiß, dass diese machtvoll andrängende Strömung einzig gespeist ist aus seinem bisherigen Wirken und dass sie versiegen muss, wenn er nun nicht mehr *herantritt, nicht ergreift, sich nicht aneignet und nicht dabei verbleibt*. Mag er auch aus der bisherigen Gewohnheit und vom Durst gerissen, bei vielen der Szenen doch wieder herantreten, ergreifen und sich aneignen, so hat er dennoch in der tiefsten, verborgenen Wurzel seiner Willensbildung die Absicht, das Begegnungsleben endgültig aufzuheben.

Auch das ethisch höchste Begegnungsleben kann ein solcher nicht mehr als Endziel des Strebens ansehen (Aufhebung der 3.Verstrickung), sondern nur als ein Mittel, um aus allen Spannungen und Spaltungen heraus zu vollem inneren Frieden, zur Herzenseinigung zu gelangen.

Der Sinn der Heilslehre des Erwachten liegt in der Durchkreuzung des Stroms der Blendungsszenen, der Begegnungsszenen und in der Hinführung zur Küste des Friedens und der Sicherheit. Darum sagt der Erwachte, dass zwar nur mit guter, sanfter und erhellender Begegnungsweise alle äußeren und inneren Konflikte und Spannungen, das grelle Blenden der Begegnungsszenen und die Erregungen des Gemüts gemindert werden, dass aber der „Ort“ der Erwachung zur vollkommenen Sicherheit ganz außerhalb der Begegnungsströmung liege in der vollkommenen Auslöschung der Wahnblendungen an der sicheren Küste der Unwandelbarkeit. In diesem Wissen lasse der über Wahn und Heil belehrte Heilsgänger (*ariya sāvako*) sogar von der Bindung an das rechte Tun, geschweige vom Unrechttun. (M 22)

Der Unterschied zwischen der Haltung des Heilsgängers und der des hochsinnigen, humanen, aber weltgläubigen Men-

schen liegt in dieser unterschiedlichen Zielsetzung und Erwartung, denn während der Humane, Hochherzige, der mit dieser Welt und vielleicht auch mit jenseitiger Welt rechnet, auf die helle, wohltuende Begegnung hüben und drüben als auf sein Endziel zustrebt, so sieht der vom Erwachten Aufgeklärte dieses Ziel als einen Durchgang, durch den hindurch er als Endziel das Erwachen aus dem ganzen Wahntraum und die vollständige Unabhängigkeit von allem Kommen und Gehen im Auge behält.

Aber bei vielen Menschen, die zu der Einsicht gekommen sind, dass der Eindruck „Ich bin“ eine Täuschung ist und dass alles Leiden, solange diese Täuschung nicht durchschaut wird, auch immer fortgesetzt wird, ist durch ihre Verbundenheit mit den Sinnendingen im Anfang noch keine Neigung, die Konsequenzen aus dieser Einsicht zu ziehen: das Gemüt sperrt sich noch dagegen. Einen solchen Menschen vergleicht der Erwachte (M 64) mit einem schwachen Schwimmer, der den Ganges nicht durchkreuzen kann. Da er aber im Geist unwiderruflich die Anschauung gewonnen hat, dass der Ich-bin-Glaube ein Wahn ist, so wird er sich allmählich daran gewöhnen. Sein Gemüt wird allmählich zustimmen, und weil er sich bewusst ist, mit der Betrachtung der 6 Sechsheiten/der 5 Zusammenhäufungen als nicht-ich auf dem Boden der Wirklichkeit zu stehen, gewinnt er diese Betrachtung lieb. Ein solcher wird dann mit dem starken Schwimmer verglichen, der den Ganges durchschwimmen kann.

Der schwache Schwimmer ist ein Gleichnis für den Nachfolgenden, der noch der Unterstützung bedarf. Von dem Nachfolgenden heißt es, dass ihm die vom Erwachten gezeigten Wahrheiten Einblick gewähren (M 70). Er erkennt als unbeständig rieselnd den Körper mit seinen Sinnesorganen samt den ihn besetzenden Trieben, weiterhin die entsprechenden Sinneserscheinungen und alles aus der Berührung der beiden Hervorgehende. Von dem Nachfolgenden heißt es ferner (M 70), dass fünf Heilskräfte in ihm wirken: Vertrauen, Tatkraft, Wahrheitsgegenwart, Herzenseinigung, Weisheit.

Die Wirksamkeit dieser Heilskräfte wird aber durch die Sinnensüchte behindert bis sogar verhindert. Erst wenn einer beginnt, die Sinnensüchte mehr und mehr zurückzunehmen, dann können sich die Heilskräfte entwickeln. Die Wahrheitsgegenwart z.B. kann sich nicht entwickeln, solange von den Sinnensüchten starke Blendung ausgeht, also die angenehm und unangenehm empfundenen Dinge der Welt den Menschen stark faszinieren und irritieren. Die Heilskräfte, die zum Heilsstand führen, können nur in dem Maß wirksam werden, wie die drängende und machtvolle Wirksamkeit der Sinnesdränge zumindest zeitweise abwesend ist, wie es z.B. in neutralen Zeiten der Fall ist. Dann werden die Heilskräfte Vertrauen (vertraut sein mit der Lehre) und Weisheit (die Leuchtkraft des Wahrheitsanblicks) zu „Zugtieren“, die „den Wagen zum Heil ziehen“ (S 45,4) und damit von den Sinnesdingen fortziehen.

Um den Glauben an Persönlichkeit zu überwinden, muss tief begriffen sein,

1. dass die 6 Sechsheiten/die fünf Zusammenhäufungen, deren Zusammenspiel den Eindruck von Persönlichkeit, von Ich in der Welt erweckt, nicht ewig sind – auch höchste Wahrnehmungen nicht –, sondern ein dauernd sich verändernder Strom;
2. dass die Kenntnis der 6 Sechsheiten/der fünf Zusammenhäufungen als unbeständig, leidvoll, nicht-ich zur Erreichung des Heils unerlässlich ist.

#### Fortsetzung der Geneigtheiten, der Triebe

Durch die positive Bewertung eines durch Wahrnehmung in den Geist gelangten Gegenstandes oder einer Person entsteht bei der Befriedigung der Sinnensüchte am eingebildeten Ort des Bewertens (dem angenommenen Ich) eine Verstärkung des Verlangens. Das Bedürfnis, ein Minus ist vergrößert worden. Zugleich ist durch die positive Betrachtung jenes „Objekts“ durch das Gegenüberstellen, Vorstellen, Ausbreiten dessen Wert im Geist gestiegen, es ist jetzt noch begehrt, sein Pluswert ist größer. Der Giertrieb, das Verlangen, treibt ihn und

macht ihn noch verletzbarer. Auf diese Weise schafft der die Zusammenhänge nicht überblickende Mensch wie auch jedes andere denkende Wesen ahnungslos immer größere Spannungsverhältnisse, die er durch Herbeiführung von sinnlichem Wohl zu lösen sucht:

*Hat der unbelehrte Mensch Festes, Flüssiges, Temperatur, Luft wahrgenommen, so denkt er Festes, Flüssiges, Temperatur, Luft, denkt an Festes..., denkt über Festes..., denkt „mein ist das Feste...“ und freut sich des Festen... Dabei sucht er Befriedigung, denkt darum herum, macht es zu seinem Stützpunkt. (M 1)*

Wenn wir etwas Verlockendes sehen, dann spüren wir, wie wir hingerissen sind und wie es schwer ist, zurückzutreten. Oder umgekehrt, wenn wir etwas sehr Übles erleben, dann merken wir, wie es uns reizt, das zurückzustoßen, und dass es schwerfällt, es nicht zu tun. Es treiben uns Geneigtheiten (*anusaya*), Wuchten, es treiben uns die Triebe. Erreichen wir das ersehnte Sinnenwohl, so treibt uns die Gier zur Hingabe, zum Erreichen. Erreichen wir es nicht oder schwindet es uns wieder – was unvermeidlich ist – so trifft uns Wehgefühl um so mehr, als wir uns vorher mit unserer ganzen Erwartung auf das Wohl ausgerichtet hatten:

*Von Wehgefühl getroffen, wird er bekümmert, bekloffen, jammert, stöhnt, gerät in Verwirrung. Die Abwehrgeneigtheit treibt ihn.*

Der Erwachte sagt (S 36,6) von dem unbelehrten, nicht heilskundigen Menschen, der aus Abneigung gegen das Wehe den Ausweg im Streben nach Sinnenwohl sucht:

*Nicht kennt er der Wirklichkeit gemäß Entstehen und Vergehen, Labsal und Elend dieser Gefühle und die Befreiung von ihnen. Und da er nicht der Wirklichkeit gemäß Entstehen und Vergehen, Labsal und Elend dieser Gefühle und die Befreiung von ihnen kennt, so treibt ihn bei einem Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl die Wahngeneigtheit.*

*(Wenn er ein Wohlgefühl empfindet, so treibt ihn die Gierge-*

*neigtheit. Wenn er ein Wehgefühl empfindet, so treibt ihn die Abwehrgeneigtheit.)*

Weil der unbelehrte Mensch nicht der Wirklichkeit gemäß die 6 Sechsheiten/die fünf Zusammenhäufungen kennt, also nicht nüchtern weiß, wodurch sie entstehen, wodurch sie vergehen, was an ihnen wohl tut, was sie aber an Elend mit sich bringen und wie man ihnen entrinnen kann, so kann er auch zu einer Zeit, in der ihn Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühle bewegen, hierbei nicht den Ausweg finden; denn zu solchen Zeiten treibt ihn die Wahngeneigtheit. Er hat ja nichts anderes erfahren, als dass ihn nach Wehgefühl im Geist Abwehr dagegen erfasst, er aus Abwehr gegen das Weh von der Gier nach Sinnenwohl getrieben wird, beim Sinnenwohl den Ausweg sucht, daran denkt: Nur dieses „Programm“ ist sein Denken gewohnt, anderes kennt er nicht. Deshalb heißt es von ihm nicht nur, dass er im Wahn befangen ist, sondern dass ihn die Wahngeneigtheit treibt. Damit ist die tiefste Wurzel genannt: aus Wahn lässt er sich immer wieder von den Wahrnehmungen beeinflussen, treiben, weil er die Vorgänge nicht durchschaut. So ist Wahn die Grundbedingung für das Weiterrollen, für den Samsāra. Je dumpfer der Wahn ist, um so gröber wird alles Erleben, an um so schmerzlichere Erlebnisse ist der Mensch gebunden. Und je weniger einer im Wahn befangen ist, an um so relativ hellere, subjektiv wohlthuendere Erlebnisse ist der Mensch gebunden. Aber Wahn, ob grob oder fein, lässt das Fließen, die Wollensflüsse/Einflüsse, die Gebundenheit, das Leiden weiterwerden, weiterfließen.

Selbst in den „neutralen Zeiten“ ist er unfähig – da unbelehrt – zum stillen, sachlichen, auf das Entstehen, Vergehen, Labsal und Elend der Gefühle gerichteten Beobachten, sondern wird von der Wahngeneigtheit getrieben, die immer und immer wieder den Regelkreis des Leidens durch Geborenwerden, Altern, Sterben, Kummer, Jammer, körperliches und geistiges Wehgefühl aufrecht erhält.

*Bekümmertsein, Beklommenheit, Verwirrung* ist ein

Denken, das nicht durch augenblickliche Sinneseindrücke ausgelöst ist, sondern durch Erinnerung an früher erfahrene Leiden. Wenn sich zum Beispiel jemand ärgert, dass der andere zu geräuschvoll mit den Türen schlägt, so liegt das gar nicht am störenden Geräusch als solchem, sondern an der Rücksichtslosigkeit, auf die er daraus im Geist schließen zu können glaubt. Er frisst den Ärger in sich hinein, wartet vielleicht geradezu auf die Wiederholung des Geräusches, das er sonst gar nicht beachtet hätte, und lässt sich von dem quälenden Gefühl des Gekränktheits und Protestes zerreiben, bis er sich vielleicht in einem Wutausbruch entlädt und das geistige Wehe dadurch nur noch schlimmer macht.

In M 13 haben wir ein weiteres Beispiel von gefühlsbesetztem Denken. Da heißt es: Der unerfahrene Hausvater, der im Haus lebt, bemüht sich, strengt sich an, dass er zu Vermögen kommt. Es bereitet ihm Kummer, wenn es ihm nicht gelingt. Wenn es ihm aber gelungen ist, dann muss er sorgen, dass er es bewahrt. Und trotzdem geht es ihm oft verloren. Wenn es dann verloren gegangen ist, *ist er bekümmert, beklommen, jammert, stöhnt und gerät in Verwirrung: „Meinen Besitz, den haben wir nicht mehr.“* Das ist das zusätzliche Wehgefühl, die Sorge, die geistige Qual, die er sich bereitet.

Unsere Sprache nennt viele Ausdrücke für das Umsichfressen des Getroffenseins<sup>244</sup>, das sich der Geist immer wieder bewusst macht und es in Beziehung zum vorgestellten „eigenen Ich“ setzt und dadurch das Herz sich zur Abwehr neigen lässt: Bestürzung, Empörung, Entrüstung (Entrüsten stammt von: aus der Rüstung bringen, aus der Fassung bringen), Grimm und Groll, Verdrossenheit, Zorn, Unmut, Hass, Angst, Verzweiflung, Niedergeschlagenheit, Depression, Wehmut und andere. All diese Gemütszustände zeigen an, dass das entstandene Wehgefühl nicht hingenommen, sondern die Abwehr, die Auflehnung dagegen gepflegt wurde und sich ausge-

---

<sup>244</sup> Der Erwachte nennt dieses Weiterverfolgen des Getroffenseins bei den Gefühlen Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung (M 141)



breitet hat. Das gilt selbst für den primitivsten körperlichen Schmerz: Ein schadhafter Zahn meldet sich durch ein Wehgefühl. Wenn dann aber über seine Registrierung und über das gelassene sachliche Ergreifen möglicher Heilmaßnahmen hinaus der Geist darum kreist, wie unpassend gerade jetzt der Schmerz komme, was daraus entstehen könne, was man alles dadurch versäume, wie man das nur aushalten könne usw., dann kann ein Krampf der Abwehr, der Auflehnung entstehen.

### Aufhebung der Geneigtheiten

*Durch den Luger im Auge und die Formen entsteht Luger-Erfahrung. Der Drei Zusammensein ist Berührung. Durch Berührung entsteht das, was als Wohl, Wehe, Weder-Weh-noch-Wohl gefühlt wird. Von Wohlgefühl getroffen, befriedigt er sich nicht dabei, bewertet es nicht positiv, klammert sich nicht daran. Die Giergeneigtheit treibt ihn nicht. Von Wehgefühl getroffen, wird er nicht bekümmert, nicht beklommen, jammert nicht, stöhnt nicht, gerät nicht in Verwirrung. Die Abwehrgeneigtheit treibt ihn nicht. Vom Weder-Weh-noch-Wohlgefühl getroffen, erkennt er der Wirklichkeit gemäß Entstehen und Vergehen, Labsal und Elend dieser Gefühle und die Befreiung von ihnen. Die Wahngeneigtheit treibt ihn nicht.*

Beim Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl, in neutraler Zeit, in der uns der Durst nicht fühlbar treibt, können wir dafür sorgen, dass der Durst allgemein abnimmt durch Bedenken höherer Einsichten. Erkannte Weisheiten geben Beglückung und Weite, geringere Verletzbarkeit. So erwächst man auf die Dauer der Sphäre, an die man jetzt noch gebunden ist.

Bei starken Wohl- und Wehgefühlen, wenn wir bei Angenehmem und Widerwärtigem vom Durst gerissen werden, dann geht es darum, wenigstens die Tugendregeln einzuhalten,

nicht in den Bereich der anderen einzubrechen, zusätzlich anderen wohl tun, Freude machen, über Ungutes beim anderen hinwegsehen. Dann entsteht innere Freude, innere Helligkeit, durch die wir den Geneigtheiten entwachsen.

Der erfahrene Heilsgänger wird z.B. nach dem ersten unmittelbaren Getroffensein vom Knall einer heftig zugeschlagenen Tür den Geist im Zaum halten, dass er nicht um das Wehgefühl kreist und nicht immer wieder die Vorstellung der Erscheinungen reproduziert, bei denen dieses Wehgefühl aufgekomen ist, sondern mit auf die Herkunft gerichteter Aufmerksamkeit es bei der sachlichen Feststellung bewenden lässt: *So beschaffen ist dieser Körper, dass man da solche unangenehme Töne hören kann. (M 28)* Wo das noch nicht gleich gelingt und der Geist doch dem Wehgefühl nachgehen will, da müht er sich, die Sache so schnell wie möglich als belanglos zu beurteilen. Sein Geist enthält ja wichtigere Einsichten, und wenn sein Trieb zur Selbstbehauptung und Beachtung den Gedanken an die Rücksichtslosigkeit des anderen hochspielen möchte, so zügelt er dies beispielsweise dadurch, dass er an all die Rücksichtslosigkeiten denkt, die er selber schon allein in diesem Leben begangen hat, absichtliche und unabsichtliche. Oder er denkt, wie unglücklich der andere sein mag, dass er seinem Ärger durch Türknallen Luft machen will.

Nur durch den Anblick der vollkommenen Lehre des Erwachten werden gefühlsgetränkte Reaktionen vollständig verhindert. Zwar hat es in allen Kulturen Weise und Große gegeben, die ihr Gemüt nicht derart verdunkelten. Manche christliche Mystiker zum Beispiel waren zu einer weit über dem Durchschnitt liegenden Gelassenheit fähig. Wenn sie krank waren oder wenn sie beleidigt oder missverstanden oder vor die Inquisition gebracht wurden, so waren sie oft doch heiter und waren sich gleich geblieben. Aber wenn sie etwa – wie berichtet wird – in übersinnlichem Erleben „arme Seelen im Fegefeuer“ oder Höllenstrafen sahen, dann waren sie darüber entsetzt und tief betrübt.

Der vom Wehgefühl getroffene erfahrene Heilsgänger

nimmt das Wehgefühl hin, lehnt sich nicht dagegen auf und lässt so den Geist nicht von Gefühlen der Trauer, des Ärgers oder der Niedergeschlagenheit gefangen nehmen, entzieht ihnen durch eine andere Richtung der Gedanken den Boden. Er weiß: Was da auch aufkommt, ob es den Trieben wohl tut oder wehtut, das ist Ernte aus früherem Tun. Und wenn er etwas Unangenehmes erlebt, so sagt er sich: Schon wieder kann ich jetzt, indem ich mich nicht hinreißen lasse, etwas von dem Üblen abtragen, das ich gesät habe, so dass es dann hinter mir liegt. Alles, was mich jetzt erreicht, was jetzt an mich herankommt, das brauche ich später nicht mehr zu erleiden, wenn ich es jetzt still und ohne Auflehnung hinnehme.

Was es auch sei: Ob da ein Geliebter stirbt oder ob eine Freundschaft oder ein Kameradschaftsverhältnis zerbricht oder ob Krieg ausbricht und Gefahren bevorstehen – der erfahrene Heilsgänger kommt immer schneller auf den Gedanken: „Was da kommt, sind immer nur die 6 Sechsheiten/die fünf Zusammenhäufungen, immer werden Formen und Gefühle wahrgenommen; reagiere ich darauf, so schaffe ich damit entsprechende Gewöhnung und werde immer weiter solche Erlebnisse haben und so darauf reagieren müssen – ohne Ende, denn es gibt kein endgültiges Vernichtetsein, nur ein Weiterrollen der 6 Sechsheiten/der fünf Zusammenhäufungen. Mir kann gar nichts geschehen; ich bin dabei loszulassen, so weit und so gut ich kann. Ich pflege bei allen Begegnungen immer mehr den Anblick: Das ist Vergängliches, Unbeständiges. Ich habe zwar noch manche Bedürfnisse, aber ich entwöhne mich.“ So wird er auf dem Weg, auf dem er sich als erfahrener Heilsgänger entwickelt, größer, erreicht eine höhere Warte, gewinnt einen weiteren Horizont, sieht das Erscheinen, wie es eine Zeitlang bleibt und wieder verschwindet, und löst sich innerlich von dem Strom des automatischen Geschobenseins in dem Gedanken: *„Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst.“* „Sicher wird vieles Herankommende noch wehtun, da ja eben in mir noch vielerlei Triebe vorhanden sind, aber dieses Hinzukommende ist das Wehe, das früher von mir

ausgegangen ist. Ich sehe die Einheit dieser scheinbaren Zweifelt Ich-Umwelt; ich entspanne, befriede, wo ich kann, dann wird auch bald Frieden erlebt werden.“

Der belehrte Heilsgänger nutzt die Gelegenheiten, um weiterzukommen, indem er sorgt, ein entstandenes Wehgefühl so bald wie möglich innerlich zu überwinden, den Geist davon freizumachen, sich der neuen Situation zu stellen und in dem Wissen: „Alles, was von außen kommt, ist nicht sicher“, den Geist auf jene ganz andere Sicherheit zu lenken, die er kennt als das Sichere, Unvergängliche. Dabei beruhigt sich sein Geist, und das Gemüt wird still, heiter und gelassen, und er bleibt frei von der Sklaverei der Abwehrgeneigtheit.

So bewirkt die rechte Anschauung des belehrten Heilsgängers über die 6 Sechsheiten/5 Zusammenhäufungen, dass die Triebe abnehmen. Je empfindlicher einer ist, um so intensiver ist die erste spontane Reaktion, darüber nachzudenken und weiter zu wühlen. Da muss die rechte Anschauung einsetzen, so dass man sich vor Augen hält, dass da nicht ein „Ich“ getroffen worden ist, sondern dass selbstgewirkte Erscheinungen auf selbstgewirkte Triebe gestoßen sind. Unsere beschränkte Perspektive will diese Kränkung als etwas Einmaliges ansehen, und es hat doch nur, wie so oft, die als außen erfahrene Form die zu sich gezählte Form berührt, Gefühl ist entstanden, darauf ist reagiert worden – automatische Abläufe. Wenn man mit all seinen Anliegen unter die Menschen tritt, dann wird man wie zufällig hier und da getroffen.

Es gilt aber, den Menschen in dem Wissen zu begegnen: Ich erlebe hier eine Welt, in der nur herankommt, was von mir ausgegangen ist. Da mag noch mancherlei herankommen, das ich gesät habe. Ist man dieser Herkunft der Erscheinungen eingedenk, dann ist man vorbereitet und erwartet nicht Beschwerden wie ein Kind zu Weihnachten. Die Tätigkeit in Gedanken, Worten und Taten des um seinen Wahncharakter nicht wissenden Wahn-Ichs bewirkt, dass der Bezug zu dem Objekt etwas verändert wird, verstärkt oder abgeschwächt. Damit ist die Polarität, durch welche die Szene überhaupt be-

steht, etwas verändert, und durch diese Tätigkeit bleibt der die Polarität erhaltende Bezug erhalten, bleibt also Gier und Hass, Anziehung und Abstoßung erhalten, und damit bleiben die Szenen, die schmerzlichen und wohltuenden, die entzückenden und entsetzlichen, erhalten. Und jede Szene wird durch die nächste aus der beschränkten Wahrnehmung verdrängt, geht aber nicht verloren, sondern bleibt in dem unterirdischen Daseinsstrom, ist einer seiner Tropfen, ernährt ihn weiter und wird von ihm zu späterer Zeit wieder nach oben in die Wahrnehmung gespült, wie es der Erwachte in unserer Lehrrede sagt:

*Dass aber einer, ihr Mönche, der bei Wohlgefühl die Giergeneigtheit nicht aufgibt, beim Wehgefühl die Abwehrgeneigtheit nicht abweist, beim Weder-Weh-Noch-Wohl-Gefühl die Wahngeneigtheit nicht austilgt, Wahn nicht überwindet, Wahrwissen nicht erwirbt, noch bei Lebzeiten dem Leiden ein Ende machen könnte, das ist unmöglich.*

Bei demjenigen aber, der die unbeständigen, leidigen Dinge als erbärmlich und vergänglich durchschaut hat und der nun nach dem Ziel im Heilen, im Unverletzbaren, in der vollkommenen Freiheit trachtet, zeigt sich Gleichmut. Auch er wird, solange er noch nach seinen Trieben weltliche Bedürfnisse hat, von Wohl- und Wehgefühl getroffen. Aber da er weiß, dass alle die sinnlichen Dinge, die bei ihm angenehme oder unangenehme Gefühle auslösen, unbeständig sind, elend, leidvoll sind, so gibt er sich jenen Gefühlen nicht hin, sondern hält sein Gemüt fest und still, dass es gleich bleibe in Freud und Leid. Er sucht nichts mehr in der äußeren Welt der Sinnendinge, und von all dem, was ihm dort noch begegnet, lässt er sein Gemüt nicht mehr bewegen. Er betrachtet all die ihm begegnenden Dinge mit klarem, nüchternem Blick und durchschaut ihre Unzulänglichkeit. Darum wendet er sich ihnen nicht zu. So

bleibt er bei allen Begegnungen, bei allen Berührungen gleichen Gemüts.

Dieser Gleichmut ist die unerlässliche Basis für Sanftmut. Der Gleichmut ist des Weisen Kraft beim Erleiden der Welt, beim Hinnehmen der Begegnung. Die Sanftmut ist des Weisen Kraft beim Handeln in der Welt, beim Antworten auf die Begegnung. Die Sanftmut will in der Welt nichts verändern, will an den Wesen nichts vergewaltigen. Sie will überall, wo Begegnung ist, die sanfte Begegnung, weil sie aus dem ihr zugrunde liegenden Gleichmut her weiß, dass das Heil in der Welt nicht sein kann.

Der Weise denkt fast nie an sich und fast nie an die Welt. Der Weise sieht nicht ein Ich einer Welt gegenüber und sieht nicht eine Welt einem Ich gegenüber. Der Weise achtet nur darauf, was vergänglich ist – gleichviel ob es am Ich ist oder an der Welt ist, und achtet darauf, was unvergänglich ist. Er wendet sich ab von allem Vergänglichem und wendet sich hin zum Unvergänglichen.

### Erlösung

Wenn das Wahn-Ich um seinen Ich-Wahn weiß, so klar und überzeugt weiß, dass es da *nicht mehr herantritt, nicht ergreift, nicht sich aneignet...*, dann hebt das vom Wahn-Ich erworbene Wissen um den Ich-Wahn auch den Wahnbezug zu dem Wahnobjekt auf, hebt damit die der Wahnszene innewohnende polare Spannung vom Wahn-Ich zum Wahn-Objekt auf, und damit ist die allein durch die polare Spannung bestehende wahrgenommene Szene aufgelöst wie nie gewesen, ist aus dem Daseinsstrom endgültig herausgenommen, wie es der Erwachte in unserer Lehrrede sagt:

*Dass aber einer, ihr Mönche, der bei Wohlgefühl die Giergeneigtheit aufgibt, beim Wehgefühl die Abwehrgeneigtheit abweist, beim Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl die Wahngeneigtheit austilgt, Wahn überwindet, Wahrwissen erwirbt, noch bei Lebzeiten dem Leiden*

*ein Ende machen könnte, das ist möglich.*

Die Haltung des fortgeschrittenen Heilsgängers beschreibt der Erwachte (S 36,6):

*Er kennt der Wirklichkeit gemäß Entstehen und Vergehen, Labsal und Elend der Gefühle und die Befreiung von ihnen. Und da er der Wirklichkeit gemäß Entstehen und Vergehen, Labsal und Elend der Gefühle und die Befreiung von ihnen kennt, so ist er bei einem Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl nicht beherrscht von der Wahngeneigtheit.*

*Wenn er ein Wohlgefühl empfindet, so empfindet er es als ein Entfesselter, wenn er ein Wehgefühl oder ein Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl empfindet, so empfindet er es als ein Entfesselter. Der erfahrene Heilskundige ist nicht gefesselt an Geborenwerden, Altern, Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung, ist nicht gefesselt an Leiden.*

*Dies ist der Vorzug, dies ist der Gegensatz, dies der Unterschied des erfahrenen Heilsgängers zu dem unbelehrten Menschen.*

Ein solcher Mensch sucht nichts mehr in der äußeren Welt der Sinnendinge, und von all dem, was ihm dort noch begegnet, lässt er sein Gemüt nicht mehr bewegen. Er betrachtet all die ihm begegnenden Dinge mit klarem, nüchternem Blick und durchschaut ihre Unzulänglichkeit. Darum wendet er sich ihnen nicht zu. So bleibt er bei allen Begegnungen, bei allen Berührungen gleichen Gemüts. Er ist weit über alles das, was die Welt anbieten kann, hinausgewachsen. Er kann an der Welt nichts mehr finden und ist damit der Welt überlegen geworden. Diese Überlegenheit erstreckt sich sowohl auf die durch die Sinne des Körpers wahrnehmbaren Erlebnisse, also auf die „diesseitige Welt“, als auch auf alle „jenseitigen Welten“, die er in all ihren Dimensionen nach Wunsch erfährt. Er erkennt nun, dass wenn der gewöhnliche Mensch „diese Welt“ zu erfahren glaubt und der übersinnliche Mensch „jene Welt“,

doch immer nur jene Kette von Wahrnehmungen erfolgt, von sinnlichen und übersinnlichen Wahrnehmungen, und dass diese Kette der Wahrnehmungen nur die Wiederkehr ist des früher ausgeschickten Wirkens. Er erfährt, dass immer nur ein Erzeugen und wieder Zurücknehmen, ein entwicklungsloses Wiederkäuen von Bruchstücken, von Einzelheiten, Sinnlosigkeiten und Schmerzlichkeiten vor sich geht, alles durch die Täuschung der Wahrnehmung bedingt, und dass dies alles ihm jetzt nicht mehr geschieht. Jetzt steht er diesem ganzen Kommen und Gehen gegenüber wie ein erwachsener Mensch, der auf die Spielzeuge seiner Kindheit blickt. Er ist der Welt überlegen.

Wo früher innen Dunkelheit und Kälte und hungriges Lechzen nach Welterlebnissen war und darum die weltlichen Ereignisse, die Begegnungen dieses Körpers mit diesen Erscheinungen, das ganze Leben durchwirkten und erschütterten, da ist jetzt das Innen wie ein unendlich großer und immerwährender Goldgrund, und die äußeren Ereignisse sind wie Schatten, die über den Goldgrund seines unantastbar und unirritierbar hellen Wohls dahinziehen. Ein solcher hat zu jener beziehungslosen, von Ort und Zeit und Zustand freien Freiheit gefunden, an die kein Wort und keine Beschreibung rührt. Da ist das Ungewordene, das nicht vergehen kann. Ein solcher weiß: Alles Wandelbare ist endgültig zur Ruhe gebracht. Wenn eines Tages die dem Körper innewohnende Vegetativkraft aufgezehrt ist, dann wird nicht mehr, wie in den langen, langen Zeitläufen zuvor, eine kalte, dunkle, vielfaltsüchtige Ichheits-Vorstellung als ein hungriges und empfindendes Phantom den toten Körper verlassen und seine Odyssee der Schmerzen und des Wahns fortsetzen. Dann wird nur der unangetastete und unantastbare helle Frieden, der durch nichts bedingt ist, übrig bleiben.

Alle Höherentwicklung des Menschen etwa zu den sinnlichen Gottheiten, zu den brahmischen Kreisen und selbst zu den formfreien Daseinsweisen, wenn sie nicht darauf angelegt ist, durch die Erfahrungsweisen nur hindurchzuschreiten, um



Nirvāna zu erlangen, ist keine Heilsentwicklung, denn so bleibt man im Daseinskreislauf, im Leiden. Unter der einzig von den Erwachten gewiesenen wahren Heilsentwicklung wird nur diejenige Entwicklung verstanden, die aus vollständiger Durchschauung der fünf Zusammenhäufungen/der 6 Sechsheiten darauf ausgerichtet ist, sich von diesen zu befreien. Nur bei dieser Zielsetzung kann man sich aus dem Leidenskreislauf, d.h. aus allen drei großen Stadien der Existenz mit allen ihren Graden an Leiden, herausarbeiten und wird das Nirvāna gewonnen.

DER GROSSARTIGE GEWINN DURCH  
DURCHSCHAUUNG DER SECHSHEIT  
149. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Sāvatti, im Siegerwald, im Garten Anāthapindikos. Dort nun wandte sich der Erhabene an die Mönche: Ihr Mönche! – Erhabener! –, antworteten da jene Mönche dem Erhabenen aufmerksam. Der Erhabene sprach:*

*Den großen Gewinn durch die Durchschauung der Sechsheit will ich euch Mönchen darlegen. Das hört und achtet wohl auf meine Rede. – Gewiss, o Herr! –, sagten da aufmerksam jene Mönche zum Erhabenen. Der Erhabene sprach:*

Leiden durch Unkenntnis der Sechsheit

*Wer den Luger (den Trieb im Auge) (1) nicht der Wirklichkeit gemäß kennt und sieht,  
die Formen (2) nicht der Wirklichkeit gemäß kennt und sieht,  
die Luger-Erfahrung (3) nicht der Wirklichkeit gemäß kennt und sieht,  
die Luger-Berührung (4) nicht der Wirklichkeit gemäß kennt und sieht,  
was durch Berührung des Lugers im Auge bedingt an Gefühl entsteht, an Wohl-, Wehe-, Weder-Wehe-noch-Wohl-Gefühl (5), nicht der Wirklichkeit gemäß kennt und sieht,  
der wird vom Luger im Auge gereizt,  
von den Formen gereizt,  
von der Luger-Erfahrung gereizt,  
von der Luger-Berührung gereizt,*

*von dem, was durch Berührung des Lugers im Auge an Gefühl entsteht, vom Wohl-, Wehe-, Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl gereizt. (Durst – 6)*

*Weil er gereizt ist, daran gebunden, davon geblendet ist, nur auf die Lust achtet, häufen sich die fünf Zusammenhäufungen weiterhin an, und der Durst, der Dasein fortsetzende, befriedigungssüchtige, hier und dort sich befriedigende, der wächst weiter. Bei dem mehren sich körperliche Spannungen und gemüthafte (seelische) Spannungen, mehren sich körperliche Qualen und gemüthafte Qualen, mehren sich körperliche Schmerzen und mehren sich gemüthafte Schmerzen. Er empfindet körperliche Leiden und gemüthafte Leiden.*

*Wer den Lauscher (den Trieb im Ohr) – den Riecher (den Trieb in der Nase) – den Schmecker (den Trieb in der Zunge) – den Taster (den Trieb im ganzen Körper) – den Denker (den Trieb im Gehirn) (1) – nicht der Wirklichkeit gemäß kennt und sieht,*

*die Töne – Düfte – Säfte – Tastbarkeiten – Gedanken / Dinge (2) nicht der Wirklichkeit gemäß kennt und sieht,*

*die Lauscher-, Riecher-, Schmecker-, Taster-, Denker-Erfahrung (3) nicht der Wirklichkeit gemäß kennt und sieht,*

*die Lauscher-, Riecher-, Schmecker-, Taster-, Denker-Berührung (4) nicht der Wirklichkeit gemäß kennt und sieht,*

*was durch Berührung des Lauschers im Ohr – des Riechers in der Nase – des Schmeckers in der Zunge – des Tasters im ganzen Körper – des Denkers im Gehirn – bedingt an Gefühl entsteht, an Wohl-, Wehe-, Weder-Wehe-noch-Wohl-Gefühl, (5) nicht der Wirklichkeit gemäß kennt und sieht, der wird vom Lauscher im Ohr*

– vom Riecher in der Nase – vom Schmecker in der Zunge – vom Taster im ganzen Körper – vom Denker im Gehirn – gereizt,  
von den Tönen – Düften – Säften – Tastbarkeiten – Dingen / Gedanken gereizt,  
von der Lauscher- – Riecher- – Schmecker- – Taster- – Denker-Erfahrung gereizt,  
von der Lauscher- – Riecher- – Schmecker- – Taster- – Denker-Berührung gereizt,  
von dem, was durch Berührung des Lauschers – Riechers – Schmeckers – Tasters – Denkers – an Gefühl entsteht, vom Wohl-, Wehe-, Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl gereizt. (Durst – 6)

Weil er gereizt ist, daran gebunden, davon geblendet ist, nur auf die Lust achtet, häufen sich die fünf Zusammenhäufungen weiterhin an, und der Durst, der Dasein fortsetzende, befriedigungssüchtige, hier und dort sich befriedigende, der wächst weiter. Bei dem mehren sich körperliche Spannungen und gemüthafte (seelische) Spannungen, mehren sich körperliche Qualen und gemüthafte Qualen, mehren sich körperliche Schmerzen und mehren sich gemüthafte Schmerzen. Er empfindet körperliche Leiden und gemüthafte Leiden.

Weisheit und Erlösung durch  
Durchschauung der Sechsheit

Wer den Luger (den Trieb im Auge) (1) der Wirklichkeit gemäß kennt und sieht,  
die Formen (2) der Wirklichkeit gemäß kennt und sieht,  
die Luger-Erfahrung (3) der Wirklichkeit gemäß kennt und sieht,

*die Luger-Berührung (4) der Wirklichkeit gemäß kennt und sieht,*

*was durch Berührung des Lugers im Auge bedingt an Gefühl entsteht, an Wohl-, Wehe-, Weder-Wehe-noch-Wohlgefühl (5) der Wirklichkeit gemäß kennt und sieht,*

*der wird vom Luger im Auge nicht gereizt,*

*von den Formen nicht gereizt,*

*von der Luger-Erfahrung nicht gereizt,*

*von der Luger-Berührung nicht gereizt,*

*von dem, was durch Berührung des Lugers im Auge an Gefühl entsteht, vom Wohl-, Wehe-, Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl, (5) nicht gereizt. (kein Durst – 6)*

*Weil er nicht gereizt ist, nicht daran gebunden ist, nicht davon geblendet ist, nicht auf die Lust achtet, mindern sich die fünf Zusammenhäufungen, und den Durst, den Dasein fortsetzenden, befriedigungssüchtigen, hier und dort sich befriedigenden, den überwindet er. Bei dem schwinden körperliche Spannungen und gemüthafte (seelische) Spannungen, schwinden körperliche Qualen und gemüthafte Qualen, schwinden körperliche Schmerzen und schwinden gemüthafte Schmerzen. Er empfindet körperliches Wohl und gemüthafte Wohl.*

*Die Anschauung eines so Gewordenen ist rechte Anschauung (sammāditthi). Die Gemütsverfassung eines so Gewordenen ist rechte Gemütsverfassung (sammāsankappa). Das Mühen eines so Gewordenen ist rechtes Mühen (sammāvāyāma). Die Wahrheitsgegenwart eines so Gewordenen ist rechte Wahrheitsgegenwart (sammāsati). Die Herzenseinigung eines so Gewordenen ist rechte Herzenseinigung (sammāsamādhi). Zuvor aber hatte er sich in Taten, Worten und in der Lebensführung vollkommen gereinigt, so dass von ihm*

*auf diese Weise der achtgliedrige Heilsweg vollkommen zur Vollendung gebracht worden ist.*

*Dadurch, dass er den achtgliedrigen Heilsweg vollendet hat, sind die vier Pfeiler der Beobachtung (Sati-patthāna) von ihm vollendet, sind die vier Großen Kämpfe von ihm vollkommen vollendet, sind die vier Arten der Geistesmacht von ihm vollkommen vollendet, sind die fünf Heilskräfte (indriya) und die fünf verstärkten Heilskräfte (bala) von ihm vollkommen vollendet, sind die sieben Erwachungsglieder von ihm vollkommen vollendet.*

*Diese zwei Eigenschaften ergänzen sich bei ihm; Innere Ruhe (samatha) und Klarblick (vipassana).*

*Was durch inneren Abstand (abhiññā) vollkommen zu durchschauen ist, das durchschaut er vollkommen mit innerem Abstand. Was durch inneren Abstand zu überwinden ist, das überwindet er durch inneren Abstand. Was durch inneren Abstand zu entfalten ist, das entfaltet er durch inneren Abstand. Was durch inneren Abstand zu erfahren ist, das erfährt er.*

*Was ist durch inneren Abstand vollkommen durchschaut worden? Die fünf Zusammenhäufungen, sei geantwortet, nämlich die Zusammenhäufung Form, Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierte Wohlerfahrungssuche. Und was ist durch inneren Abstand vollkommen überwunden worden? Wahn und Durst nach Seinwollen. Und was ist durch inneren Abstand entfaltet worden? Innere Ruhe und Klarblick. Und was ist durch inneren Abstand erfahren worden? Weisheit und Erlösung.*

*Wer den Lauscher (den Trieb im Ohr) – den Riecher (den Trieb in der Nase) – den Schmecker (den Trieb in der Zunge) – den Taster (den Trieb im ganzen Körper) – den Den-*

*ker (den Trieb im Gehirn) – (1) der Wirklichkeit gemäß kennt und sieht,*

*die Töne – Düfte – Säfte – Tastbarkeiten – Gedanken / Dinge (2) der Wirklichkeit gemäß kennt und sieht,*

*die Lauscher-, Riecher-, Schmecker-, Taster-, Denker-Erfahrung (3) der Wirklichkeit gemäß kennt und sieht,*

*die Lauscher-, Riecher-, Schmecker-, Taster-, Denker-Berührung (4) der Wirklichkeit gemäß kennt und sieht,*

*was durch Berührung des Lauschers im Ohr – des Riechers in der Nase – des Schmeckers in der Zunge – des Tasters im ganzen Körper – des Denkers im Gehirn*

*bedingt an Gefühl entsteht, an Wohl-, Wehe-, Weder-Wehe-noch-Wohl-Gefühl, (5) der Wirklichkeit gemäß*

*kennt und sieht,*

*der wird vom Lauscher im Ohr – vom Riecher in der Nase – vom Schmecker in der Zunge – vom Taster im*

*ganzen Körper – vom Denker im Gehirn nicht gereizt, von den Tönen – Düften – Säften – Tastbarkeiten –*

*Gedanken / Dingen nicht gereizt,*

*von der Lauscher- – Riecher- – Schmecker- – Taster- – Denker-Erfahrung nicht gereizt,*

*von der Lauscher- – Riecher- – Schmecker- – Taster- – Denker-Berührung nicht gereizt,*

*von dem, was durch Berührung des Lauschers – Riechers – Schmeckers – Tasters – Denkers – an Gefühl*

*entsteht, vom Wohl-, Wehe-, Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl nicht gereizt. (kein Durst – 6)*

*Weil er nicht gereizt ist, nicht daran gebunden ist, nicht davon geblendet ist, nicht auf die Lust achtet,*

*mindern sich die fünf Zusammenhäufungen, und der Durst, der Dasein fortsetzende, befriedigungssüchtige,*

*hier und dort sich befriedigende, schwindet. Bei dem schwinden körperliche Spannungen und gemüthafte*

*(seelische) Spannungen, schwinden körperliche Qualen*

*und gemüthafte Qualen, schwinden körperliche Schmerzen und schwinden gemüthafte Schmerzen. Er empfindet körperliches Wohl und gemüthafte Wohl.*

*Die Anschauung eines so Gewordenen ist rechte Anschauung. Die Gemütsverfassung eines so Gewordenen ist rechte Gemütsverfassung. Das Mühen eines so Gewordenen ist rechtes Mühen. Die Wahrheitsgegenwart eines so Gewordenen ist rechte Wahrheitsgegenwart. Die Herzenseinigung eines so Gewordenen ist rechte Herzenseinigung. Zuvor aber hatte er sich in Taten, Worten und in der Lebensführung vollkommen gereinigt, so dass von ihm auf diese Weise der achtgliedrige Heilsweg vollkommen zur Vollendung gebracht worden ist.*

*Dadurch, dass er den achtgliedrigen Heilsweg vollendet hat, sind die vier Pfeiler der Beobachtung von ihm vollkommen vollendet, sind die vier Großen Kämpfe von ihm vollkommen vollendet, sind die vier Arten der Geistesmacht von ihm vollkommen vollendet, sind die fünf Heilskräfte und die fünf verstärkten Heilskräfte von ihm vollkommen vollendet, sind die sieben Erwachungsglieder von ihm vollkommen vollendet.*

*Diese zwei Eigenschaften ergänzen sich bei ihm: Innere Ruhe und Klarblick.*

*Was durch inneren Abstand vollkommen zu durchschauen ist, das durchschaut er vollkommen mit innerem Abstand. Was durch inneren Abstand zu überwinden ist, das überwindet er durch inneren Abstand. Was durch inneren Abstand zu entfalten ist, das entfaltet er durch inneren Abstand. Was durch inneren Abstand zu erfahren ist, das erfährt er durch inneren Abstand.*



*Was ist durch inneren Abstand vollkommen durchschaut worden? Die fünf Zusammenhäufungen, sei geantwortet, nämlich die Zusammenhäufung Form, Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, programmierte Wohlerfassungssuche. Und was ist durch inneren Abstand vollkommen überwunden worden? Wahn und Durst nach Seinwollen. Und was ist durch inneren Abstand entfaltet worden? Innere Ruhe und Klarblick. Und was ist durch inneren Abstand erfahren worden? Weisheit und Erlösung.*

Die vorangegangene Lehrrede M 148 erklärt die auch in dieser Lehrrede angeführten Sechsheiten, ihre Unbeständigkeit, Leidigkeit, Nicht-Ichheit. In dieser Lehrrede zeigt der Erwachte die Folgen auf, die sich aus der Nichtkenntnis und der Durchschauung der Sechsheiten ergeben:

#### Leiden durch Unkenntnis der Sechsheit

Wer als unbelehrter Mensch den Vorgang der sinnlichen Wahrnehmung bis zum Entstehen des Durstes nicht beachtet, sondern sich nur von den jeweils erlebten Formen, Tönen usw. fesseln lässt, der ist durch diese Unachtsamkeit herausgetreten aus dem inneren, dem geistigen Bereich der Vorgänge und ist an die durch die sinnliche Wahrnehmung entworfene unendlich mannigfaltige äußere Welt gekettet. Einen solchen entzückt das Erscheinen der angenehmen Dinge und entsetzt das Vergehen der Dinge. Indem bei ihm durch Berührung der Triebe Gefühle entstehen, richtet er seine Aufmerksamkeit nicht auf diese und nicht auf die Tatsache des durch die Gefühle bedingten Wahrnehmens, sondern nur auf das durch die Wahrnehmung jeweils Erschienene. Der normale Mensch bedenkt bei allen Formwahrnehmungen nicht, dass diese Formen durch Wahrnehmen bestehen, und bedenkt bei allen Tonwahrnehmungen nicht, dass diese Töne eben durch Wahr-

nehmung bestehen. Darum glaubt er an eine Welt der Formen, Töne, Düfte usw. Er weiß nicht, dass alle Wahrnehmung durch das Auf- und Absteigen von Gefühl bedingt ist und alles Gefühl durch Berührung der Triebe entsteht.

So wohnt der unbelehrte Mensch ganz an der Oberfläche und schaut nicht in die Tiefe. Die Wahrnehmung des einen Dings mag ihn angenehm berühren, die des nächsten entzücken, das dritte Ding mag ihn unangenehm berühren, das vierte erschrecken, das fünfte entsetzen, ein weiteres mag ihn wieder beglücken und so fort. Da er die Bedingungen der jeweils aufkommenden Wohl- und Wehgefühle nicht durchschaut, so folgt er der jeweiligen Reizung, dem Durst, ergreift die angenehmen Dinge und wird von den unangenehmen abgestoßen. So bleibt er an Entzücken und Entsetzen gefesselt, fühlt sich bald auf der Höhe des Lebens, bald in tiefer Verzweiflung, bald von Hoffnung erfüllt, bald von Enttäuschung gelähmt. Entsprechend denkt er um das Erlebte herum.

Weil der Mensch bei vielen Sinnendingen im Akt der Berührung eine kurze entspannende Befriedigung der inneren Sucht empfindet, darum bewertet er die Befriedigung durch Genuss der Dinge so positiv und muss sie immer wieder anstreben. Aber jede Begehrensvorstellung ist ein Sandkörnchen mehr auf der Waagschale der Begehrlichkeit.

Fast jeder kennt Menschen in seiner Umgebung, die den Sinnenlüsten so stark nachgehen, dass sie davon krank werden und ihr Leben verderben. Dabei hat alles nur klein angefangen. Im Augenblick des Genusses wird Wohl empfunden. Das wird positiv bewertet. Wenn aber die kurze Zeit des Genusses vorbei ist, dann meldet sich die Sucht bald wieder um so stärker. Je größer beim Menschen die Sucht ist und je längere Zeit sie unbefriedigt bleibt, um so rücksichtsloser muss er aus dem inneren Mangelgefühl trachten, diese Sucht zu erfüllen. Jeder Mensch hat irgendwo Grenzen, bis zu denen seine Rücksicht reicht. Wenn er großes Verlangen hat, dann ist die Grenze der Rücksichtnahme bei dem einen Menschen eher überschritten,

bei dem anderen nicht so bald überschritten. Aber je größer die Not durch die Sucht, desto eher wird die Grenze überschritten.

Und noch eine Erschwerung kommt hinzu: In dem Maß, wie das Verlangen nach bestimmten Erlebnissen zunimmt, in dem Maß nimmt gerade die Fähigkeit, selber das Begehrte zu erwerben, ab, nehmen gedankliche Übersicht, Arbeitskraft, Ausdauer, Disziplin ab. Je mehr der Mensch bedarf, um so weniger hat er Kraft, sich die Dinge selber zu beschaffen. Irgendwann kann die Spannung nicht mehr ausgehalten werden, und wir sprechen dann von unsozialer Haltung und Kriminalität. Diese kommt dadurch zustande, dass die Wünsche größer sind, als mit rechtlichen Mitteln Erfüllung erlangt werden kann.

In M 13 wird geschildert, wie durch zunehmendes Begehren Spannung, Zwietracht, Streit immer mehr zunehmen; Hass entsteht, Misstrauen, Argwohn, Wut, Zorn und Tätlichkeiten in der Familie, im Beruf, unter Freunden, in der Nachbarschaft, zwischen Volksgruppen, Völkern – nur durch Begehren bedingt, von Begehren gereizt. Der Mensch kommt zu übler Gesinnung, üblen Worten und Taten. Er ist in diesem Leben ein Rücksichtsloser, ein Brutaler geworden. Und nach dem Tod kehrt dieses Wesen zu seinesgleichen ein, wo Rücksichtslosigkeit und Brutalität herrschen und wo auf ihn zurückfällt, was er an Verweigern und Entreißen gewirkt hat.

Der Suchtcharakter des sinnlichen Begehrens weist auf den labilen, gefährdeten, unstabilen Zustand des normalen menschlichen Seins hin. In allen Kulturen und zu allen Zeiten lebt der größte Teil der Menschheit mit seinem süchtigen Begehren nach Sinnenlust und strebt einerseits seine Befriedigung an in Ehe, Familienleben und den vielen Vergnügungen – und strebt andererseits die Bewahrung vor der Maßlosigkeit und Hemmungslosigkeit an. Zwischen diesen beiden Polen balancierend das Leben fristen, die Zeiten durchlaufen und sie mit „geschichtlichen Akten“ erfüllen – das ist der Lebenslauf der Völker und Kulturen. Und ihr Untergang ist fast immer dadurch bedingt, dass das mittlere Maß zwischen den beiden

Enden nicht eingehalten wurde, dass die Süchtigkeit ausuferte, so dass solche Kulturen durch ihre eigene Schwächung bald von anderen, auf dem Gebiet des Begehrens zunächst noch maßvolleren Völkern überrannt und unterjocht wurden bis auch die „Siegervölker“ im Genuss maßlos wurden und wieder anderen Eroberern weichen mussten – denn mit der Sinnensüchtigkeit ist auf die Dauer keine Sicherheit vereinbar.

Das ist das Leiden, das durch die Unkenntnis der inneren Vorgänge entsteht.

### Weisheit und Erlösung durch Durchschauung der Sechsheit

Die Kenntnis von der Gefährdung durch die Sinnensucht mit ihren Folgen hat in vielen Kulturen die Menschen dazu geführt, sich aus dem bürgerlichen Stand zurückzuziehen, in die Einsamkeit zu gehen und mit den ihnen möglichen und bekannten Mitteln zu versuchen, sich von dem sinnlichen Begehren ganz zu befreien. Diese Bestrebung und ihr Gelingen wurde im Abendland im Mittelalter „die unio“ genannt und wurde in Indien „samādhi“ genannt. Beides heißt: Durch Abwendung von außen zur Herzenseinigung, zur Aufhebung von Ich und Welt, zu kommen und damit vom Durst nach sinnlicher Wahrnehmung frei zu werden.

Der Erwachte sagt (M 75): *Wer auch immer vom Begehrensieber, vom lechzenden Dürsten frei geworden ist, der wurde nur darum vom Begehrensieber, vom lechzenden Dürsten befreit und auf die Dauer beruhigt und gestillt, weil er des Begehrens Entstehen und Vergehen, Labsal, Elend und Überwindung der Wirklichkeit gemäß verstanden und darum den Durst nach Sinnendingen abgetan, das begehrende Fieber ausgetrieben hat.*

Es gab zur Zeit des Erwachten im Orden keinen Mönch, der nicht viele Male gehört hatte, inwiefern die Sinnendinge schwere Fesseln und Lasten des Menschen sind, die ihn an Schmerz und Tod und Untergang gebunden halten, inwiefern

mit den Sinnendingen das Heil nicht gewonnen werden kann. Das wusste also jeder Mönch. Für die Mönche bildete die Belehrung des Erwachten über den achtgliedrigen Heilsweg das Fundament der gesamten Lehre, die Richtschnur, nach der sie sich übten.

Die rechte Anschauung, das erste Glied des Heilswegs, hatten sie weitgehend schon vor dem Entschluss, in den Orden einzutreten, gewonnen. Ja, die rechte Anschauung war es, die sie dazu anregte.

Das zweite Glied, die rechte Gemütsverfassung, zeigte sich u.a. in dem Eintritt in den Orden und in der Weltabgeschiedenheit des nun praktizierten Ordenslebens, in dem es im Zusammenleben mit den Ordensbrüdern um das Bemerken und Aufheben von Antipathie bis Hass und Rücksichtslosigkeit geht.

Rechte Rede, rechtes Handeln und rechte Lebensführung, das dritte, vierte und fünfte Glied des achtgliedrigen Wegs, die zusammen den Abschnitt der Tugend bilden, hatten die meisten von ihnen schon vor dem Eintritt in den Orden, also im häuslichen Stand, geübt, und als Mönche übten sie dieses heilstaugliche Verhalten noch viel stärker.

So bleiben vom achtgliedrigen Heilsweg nach Übung der ersten fünf Glieder noch rechtes Mühen, rechte Wahrheitsgegenwart und die Herzenseinigung übrig.

### Rechtes Mühen

Rechtes Mühen oder die vier Kämpfe lauten (z.B. M 78, 141 u.a.):

*Da weckt der Mönch seinen Willen, dass er unaufgestiegene unheilsame Gedanken nicht aufsteigen lasse, er müht sich darum, er entwickelt Tatkraft, er erzieht das Herz, er kämpft.*  
(1)

*Er weckt seinen Willen, dass er aufgestiegene üble, unheilsame Dinge vertreibe. Er müht sich darum, er entwickelt Tatkraft, er erzieht das Herz, er kämpft.* (2)

*Er weckt seinen Willen, dass er unaufgestiegene gute, heilsame Dinge aufsteigen lasse (3) – dass er aufgestiegene gute, heilsame Dinge sich festigen, nicht lockern, weiter entwickeln, entfalten lasse (4), er müht sich darum, er entwickelt Tatkraft, er erzieht das Herz, er kämpft.*

„Er“ ist der vom Erwachten belehrte Geist, der das Herz erzieht, der den Kampf gegen die Triebe des Herzens aufnimmt. Das Herz ist nichts anderes als die Summe der bisherigen Gedanken und ändert sich nie von selber, sondern immer nur durch falsch oder richtig bewertendes Denken. Erst wenn in den Geist die Anschauung eingekehrt ist, dass auch mit himmlischem Dasein das Leiden nur vorübergehend etwas verrindert ist, aber sich so lange fortsetzt, wie die fünf Zusammenhäufungen/6 Sechsheiten weiterhin aufgehäuft werden – erst nach dem Einbruch dieses Wissens in den Geist wird zwangsläufig der Wille gezeugt, diese fünf Zusammenhäufungen/die sechs Sechsheiten, nicht weiter aufzuhäufen, um damit dem endlosen Leiden zu entgehen.

Der Grad der Klarheit der rechten Anschauung bestimmt die Stärke des Willens zur Hinwendung zu der für besser gehaltenen Situation. Hat der Schüler gehört, dass die innewohnenden wühlenden Leidenschaften die Erzeuger des Welterlebens sind und dass jede einzelne Leidenschaft der Welterrscheinung das Kolorit und den „Geschmack“ gibt und dass darum die schrittweise Bändigung der Triebe der Weg zu sicherem Wohl ist, so beginnt er, sich in dieser Richtung zu üben. Im Lauf der Übungen und der dabei gemachten geistigen Erfahrungen sieht und versteht er immer deutlicher die Gesetze des Lebens, bis er endgültig weiß, dass es sich so verhält.

Der *erste* Kampf ist der Kampf der Fernhaltung: *Unaufgestiegenes Unheilsames nicht aufsteigen zu lassen*. Dieser Kampf ist die Zügelung der Sinnesdränge (*indriya-samvara*):

*Hat der Mönch mit dem Luger eine Form erblickt, so beachtet er weder die Erscheinungen noch damit verbundene Gedanken*

*(Assoziationen). Da Begierde und Missmut, üble und unheil-same Gedanken den, der die Sinnesdränge nicht bewacht, gar bald überwältigen, so übt er diese Bewachung, wacht aufmerksam über die Sinnesdränge. Hat er mit dem Lauscher einen Ton gehört... (M 2, 78, 141)*

Der zweite unter den vier großen Kämpfen ist der Kampf zur Überwindung, zur Vertreibung, Auflösung der bereits herantretenden oder aufgestiegenen üblen Gedanken. Dieser zweite Kampf wird wie folgt beschrieben:

*Da gönnt der Mönch einem aufgestiegenen Gedanken der Sinnensucht keinen Raum, gibt ihn auf, vertreibt ihn, vertilgt ihn, erstickt ihn im Keim; gönnt einem aufgestiegenen Gedanken von Antipathie-Hass keinen Raum, gibt ihn auf, vertreibt ihn, vertilgt ihn, erstickt ihn im Keim; gönnt einem aufgestiegenen Gedanken der Rücksichtslosigkeit keinen Raum, gibt ihn auf, vertreibt ihn, vertilgt ihn, erstickt ihn im Keim; gönnt diesen und jenen schlechten, verderblichen Gedanken, die aufsteigen, keinen Raum, gibt sie auf, vertreibt sie, vertilgt sie, erstickt sie im Keim. (z.B. D 33 IV)*

Den dritten Kampf beschreibt der Erwachte wie folgt:

*Da entfaltet der Mönch die Erwachungsglieder: Wahrheitsgegenwart (sati), Ergründung der Wahrheit (dhammavicaya), Tatkraft (viriya), geistige Beglückung bis Entzückung (pīti), Stillwerden der Sinnesdränge (passaddhi), weltunabhängige Herzenseinigung (samādhī), Gleichmut (upekha), die in der Abgeschiedenheit wurzeln, die in der Reizfreiheit wurzeln, in der Ausrodung wurzeln und einmünden in reif gewordenes Loslassen. Das nennt man den Kampf der Entfaltung. (D 33 IV)*

Mit der Entfaltung dieser Eigenschaften wird das durch seine Befleckungen vielfach gefaltete Herz immer mehr geglättet, wird befreit von seinen Falten, wird hell und klar.

Der vierte Kampf besteht darin, das auf der jeweiligen Stufe Erlangte nicht wieder fahren zu lassen, sondern die innere

Abgelöstheit und Unabhängigkeit zu bewahren und zu verteidigen gegen alle Lockungen des „Blendens der Erscheinung“:

*Da weckt der Mönch seinen Willen, dass er aufgestiegene heilsame Dinge sich festigen, nicht lockern, weiterentwickeln, erschließen, entfalten, erfüllen lasse, er müht sich darum, er entwickelt Kraft, er erzieht das Herz, er kämpft. (M 141)*

### Wahrheitsgegenwart/Beobachtung

Wem das vom Erwachten gezeigte Bild der geistigen Zusammenhänge – der fünf Zusammenhäufungen/der Sechsheit – immer gegenwärtig ist, der erst ist in der Lage, Beobachtung, Satipatthāna, konzentriert durchzuhalten. Die Satipatthāna-Übungen sind fruchtbar nur demjenigen möglich, der von der gesamten weltlichen Vielfalt innerlich und äußerlich abgeschieden, abgelöst ist, und zwar nicht nur während der Zeit der Übung. Sein Herz hat sich schon so stark zu weltüberlegener Reizfreiheit hin entwickelt, dass ihm die weltlichen Erscheinungen keinen besonderen Eindruck mehr machen, nicht nur weil er ihr wandelbares, haltloses und hilfloses Wesen im Geist völlig durchschaut, sondern weil er durch die Gewöhnung an diese Durchschauung auch seine Bedürfnisse weitgehend von ihnen abgelöst hat. Ein solcher ist zwar noch kein Heilgewordener, aber er gehört zu denen, die bereits einen gewissen Grad von innerer Ruhe (*samatha*) sich erworben haben. Erst nachdem der Übende in dem Aufstieg durch Tugend genug innere Helligkeit gewonnen hat, dass er an der Welt nicht mehr viel finden kann, so dass er ihre Gefühlsbeeindrückung weitgehend überwunden und hinter sich gelassen hat – erst dann ist er reif für die Satipatthāna-Übungen. In ihnen wird die endgültige Konsequenz gezogen aus der Einsicht, dass die fünf Zusammenhäufungen/die Sechsheiten kein „Ich“ sind, und zwar nicht verstandesmäßig, sondern im unmittelbaren Erleben. Hier werden die letzten Ich-Identifikationen und Ich-Empfindungen aus den 5 Zusammenhäufungen/ Sechsheiten herausgezogen.



Auf diesem Weg ist in der Regel erfahren worden das

## 8. Glied des achtgliedrigen Heilsweges: Herzenseinigung

Über die Reihenfolge der drei letzten Glieder des achtgliedrigen Heilsweges, die zusammen als der Einigungs-Abschnitt bezeichnet werden, sagt der Erwachte im Gleichnis vom Goldläutern (A III,102-103):

So wie der Goldschmied nach dem Aussieben von Gestein, Sand und Staub das auf dem Feuer zusammengeschmolzene Gold dann und wann auf dem Feuer aufsieden lässt, dann und wann es unter fließendem Wasser erkalten lässt, dann und wann es aufmerksam in Augenschein nimmt, um Unzulänglichkeiten zu sehen, ganz ebenso sollte auch der in der Herzenseinigung sich übende Mönch von Zeit zu Zeit zwischen den drei Gliedern des Einigungs-Abschnitts wechseln, d.h. von Zeit zu Zeit in der Herzenseinigung verweilen, von Zeit zu Zeit sich den vier großen Kämpfen widmen, von Zeit zu Zeit Beobachtung üben.

Das Wohl des Nach-innen-Lebens, des seligen Herzensfriedens kann so stark werden, dass die sinnliche Wahrnehmung fortfällt und der Mensch den Zustand der Entrückungen (*jhāna*) gewinnt. Sobald dem Mönch das beseligende Erlebnis der weltlosen Entrückungen möglich ist, tritt er in den letzten, den fruchtbarsten Abschnitt seiner gesamten Heilsentwicklung ein. Durch die Erfahrung weltloser Entrückung ist die negative Bewertung der gesamten Sinnendinge eine radikale, von einer unvergleichlichen Überzeugungsmacht gegenüber dem, was die Erfahrer früher unternahmen. Denn der Erfahrer von weltlosen Entrückungen hat nun einen vollständig anderen Maßstab, mit dem er die vielfältige, zerspaltene sinnliche Wahrnehmung, die er bisher für die normale hielt, in ihrer Schmerzhaftigkeit, Abhängigkeit und Gefährdung erkennt und versteht.

Die überwältigende Erfahrung, die das Erlebnis der weltlosen Entrückungen für den zum Heil Strebenden mit sich bringt, zeigt sich auch in D 9. Dort beschreibt der Erwachte zunächst den Übungsweg bis zur Erreichung der weltlosen Entrückungen. Von dem Mönch, der die erste Entrückung gewonnen hat, sagt der Erwachte dort:

*Dem geht, was er früher an sinnlicher Wahrnehmung hatte, unter; in Abgeschiedenheit geborene Beglückung und selige Wahrheitswahrnehmung geht auf. So kann durch Übung die eine Wahrnehmung aufgehen, durch Übung die andere Wahrnehmung untergehen.*

„Wahrheit“ bedeutet hier so viel wie „Wirklichkeit“, und darin liegt die Korrektur, welche die Vernunft des Erfahrers der weltlosen Entrückungen bei den Erlebnissen dieses ganz anderen Seins erfährt. Der normale Mensch hält die dreidimensionale Weltlichkeit mit Ich und Ding und Raum und Zeit und Wandelbarkeit so ausschließlich für wirklich, wie ausschließlich er sie erfährt und erlebt.

Da aber die sinnenlose, weltbefreite, ichbefreite Seligkeit aus derselben Quelle kommt, aus der bisher nur die sinnliche Erlebensform eines „Ich“ in einer „Welt“ erkannt und erfahren wurde: eben aus Wahrnehmung, so ist dieses selige Leben genau ebenso wahr und wirklich wie das bisherige mühselige und sorgenvolle Welterlebnis. Aber dieses überweltliche zeitlose Sein ist unendlich seliger, beglückender und vor allem wacher, überzeugender als der bisher erfahrene lebenslängliche Strom von einander folgenden Ereignissen und Geschehnissen, die zusammen als „Welt“ bezeichnet werden. Darum heißt es: *In Abgeschiedenheit geborene Beglückung und feine Wahrheitswahrnehmung geht auf.*

Zwar ist das Erlebnis der weltlosen Entrückung noch keine vollkommene Erwachung, aber es ist eine unvergleichlich größere und hellere Wachheit als das Erlebnis einer Sinnenwelt. Der Erwachte nennt es Befreiungsseligkeit, Befriedigungs-

seligkeit, Erwachungsseligkeit. (M 139) Es ist der Durchbruch in eine ganz andere Dimension der Wahrnehmung. Der Erwachte sagt von demjenigen, der alle vier Entrückungen durchlebt hat, ausdrücklich, er habe sich von der Zwiefalt zwischen Befriedung und Nichtbefriedigung völlig befreit. (M 38 am Ende).

So ist der von dem Wohl der Entrückungen durchdrungene und gesättigte Heilsgänger ein völlig anderer Mensch als derjenige, der die Entrückungen noch nicht erlebt. Für einen solchen ist der Bereich der gesamten sinnlichen Wahrnehmung, ist diese Welt und jene Welt ein völlig uninteressantes Schattenreich, das ihn in keiner Weise mehr faszinieren kann, das von ihm nur als Belästigung und Leiden empfunden wird.

### Weisheitsschau und Erlösung

In dem gleichen Maß, wie die Faszination durch die sinnlichen Dinge aufhört, wie gegenüber dem unverstörbaren inneren Frieden und Gleichmut alle Ereignisse und Begegnungen dieser Welt zu schwachen Schatten werden – in dem gleichen Maß beginnt, wer will, Macht (*iddhi*) zu erlangen über *rūpa*, d.h. über das, was der normale Mensch als Materie, Form, Gestalt erlebt. In etwa zwanzig Lehrreden der „Mittleren“ und „Längeren Sammlung“ wird geschildert, dass das Herz des Mönchs nach der vierten weltlosen Entrückung diejenige Reinheit, Gesammeltheit, Stille und Freiheit gewonnen habe, die es nun fähig mache zum Durchbruch, zur Transzendierung, zur „universalen Wahrnehmungsweise“:

*1. Da erkennt ein Mönch: „Dies ist der Körper, formhaft, aus den vier Gewordenheiten bestehend, von Vater und Mutter gezeugt, aus Speise und Trank aufgehäuft, dem Vergehen, dem Untergang, dem Zerfall, der Auflösung, der Zerstörung unterworfen, das hingegen die programmierte Wohlerfassungssuche, hierauf (noch) gestützt, hieran gebunden – wie ein Juwel, das ein Mann an seinem Handgelenk gebunden trüge. (M 77)*

Er sieht also die strahlend gewordene programmierte Wohlerfassungssuche – das klar durchsichtige Juwel –, das auf höheres Wohl als das Sinnenwohl aus ist.

*2. Der Mönch lässt klarbewusst einen anderen Körper aus diesem hervorgehen. Dieser ist formhaft, durch Denken gestaltet (mano-maya-kāya), zu jeder gewünschten Begliederung fähig, frei von Sinnesdrang... gleichwie man einen Halm aus dem Rohr zieht... ein Schwert aus der Scheide...eine lebendige Schlange aus dem Korb.*

*3. Er kann auf mannigfaltige Weise Geistesmacht (iddhi) erfahren: als nur einer etwa vielfach werden und vielfach geworden wieder einer zu sein oder sichtbar und unsichtbar werden, auch durch Mauern, Wälle, Felsen hindurch schweben wie durch die Luft oder auf der Erde auf- und untertauchen wie im Wasser, auch auf dem Wasser wandeln, ohne unterzusinken wie auf der Erde, oder auch durch die Luft sitzend dahinfahren wie der Vogel mit seinen Fittichen, auch etwa diesen Mond und diese Sonne, die so mächtigen, so gewaltigen, mit der Hand berühren, etwa gar bis zu den Brahmawelten den Körper in der Gewalt haben.*

Dies ist eine verkürzte, auf das Verständnis des Menschen zugeschnittene Aussage darüber, dass der Mönch „Materie“ völlig überwunden hat. Für ihn gibt es keine Materieschranken mehr, er kann zeitlos dort sein, wo er will. Wir erfahren die Sonne als den Mittelpunkt unseres Sonnensystems, als die Quelle aller Energie, von der für uns Licht, Wärme und Nahrung ausgeht. Diese Wahrnehmung hat der Geistmächtige überwunden; darum verglüht er nicht in der Nähe der Sonne, das Licht blendet ihn nicht. Er ist Herr über das Materie-Erleben, zu der auch das Erleben „Feuerelement“ gehört.

*4. Er kann mit dem feinstofflichen Gehör (der Fähigkeit, jenseitige Töne zu hören), dem gereinigten, über menschliche*

*Grenzen hinausreichenden, beide Arten der Töne hören, die himmlischen und die irdischen, die fernen und die nahen.*

Oft heißt es in den Texten, dass ein Geistmächtiger zur Zeit des Erwachten etwas Jenseitiges erlebte und dass er beiläufig hinzufügte, *und auch Gottheiten haben es mir mitgeteilt.* (M 31, 73 u.a.) Der Erwachte sagt von sich als Bodhisattva: Zuerst habe er Abglanz und Umrisse jenseitiger Gestalten gesehen, ohne etwas zu hören. Das habe er als unvollkommen empfunden, und daher habe er sich bemüht, durch noch mehr Sammlung auch die Stimmen der Götter zu hören (A VIII,64).

*5. Er kann der anderen Personen Herz im Herzen erkennen, das mit Anziehung besetzte Herz als mit Anziehung besetzt, das mit Abstoßung besetzte Herz als mit Abstoßung besetzt, das mit Blendung besetzte Herz als mit Blendung besetzt, das gesammelte Herz als gesammelt und das zerstreute Herz als zerstreut, das nach einem hohen Ziel gebildete Herz als ein nach einem hohen Ziel gebildetes Herz und das nach einem niederen Ziel gebildete Herz als ein nach einem niederen Ziel gebildetes Herz, das mit höheren Eigenschaften erfüllte Herz als ein mit höheren Eigenschaften erfülltes Herz, das mit niederen Eigenschaften erfüllte Herz als ein mit niederen Eigenschaften erfülltes Herz, das geeinte Herz als geeint, das nicht geeinte Herz als nicht geeint, das erlöste Herz als erlöst, das nicht erlöste Herz als nicht erlöst.*

Aus solchem Vermögen heraus erschien der Buddha öfter den Mönchen, die eines Anstoßes bedurften, was er auf Grund seiner Herzenskunde erkannte. So war es z.B. bei seinem Sohn Rāhulo (M 147), bei seinem Vetter Anuruddho (A VIII,39), bei Sono (A VI,55) und vielen anderen. Sein durch die Herzenskunde ermöglichtes gezieltes Eingreifen führte dazu, dass die Mönche schneller und leichter die letzten Verstrickungen ablegten und den Heilsstand erreichten.

Am häufigsten kommen in den Lehrreden die folgenden drei Weisheitsdurchbrüche, die drei Wissen (*te vijjā*), vor:

6. Rückerinnerung: Der kurz vor Versiegung aller Wollensflüsse/Einflüsse Stehende erinnert sich unübersehbar vieler früherer Leben, so wie ein gewöhnlicher Mensch sich seiner vergangenen Gänge, Besuche und Arbeiten in diesem Leben erinnert.

7. Er sieht ferner die hier sterbenden, abscheidenden anderen Wesen den Körper verlassen und je nach ihrem Wirken in heller oder dunkler Gestalt und mit hellem oder dunklem Erleben ihre weiteren Wege gehen.

Mit diesen beiden Weisheitsdurchbrüchen erkennt der, der sie erlangt, das Karmagesetz in seiner Universalität, den Samsāra in seinem seelenlosen, sinnlosen Bedingungs-zusammenhang.

8. Im Erwachen aus dem Wahntraum, in der Auflösung dieser *māyā*, in der letzten Abwicklung und im Auslaufen des Karma tut sich ihm der dritte, der entscheidende Weisheitsdurchbruch auf. Er erkennt: Diese Scheinexistenz mit ihren Scheinbegebnissen war nichts als Leiden, bedingt durch endloses Entstehen und Vergehen und Sich-Wandeln von selbstgewirkten Erscheinungen, von Formen, Gefühlen, von Wahrnehmungen, Aktivitäten und programmierter Wohlerfahrungssuche, bedingt durch Ergreifen: „*Das ist das Leiden*“, weiß er nun der *Wirklichkeit gemäß*. „*Das ist die Ursache des Leidens*“, weiß er nun der *Wirklichkeit gemäß*. „*Das ist die Leidensauflösung*.“ – „*Das ist der zur Leidensauflösung führende Weg*“, weiß er nun der *Wirklichkeit gemäß*.

In diesem letzten Wissen lösen sich die letzten Wollensflüsse/Einflüsse. So erreicht er die zehnte Stufe der Heilsentwicklung, die Erlösung (*sammā vimutti*), die endgültige Erlösung von dem schmerzlichen, seelenlosen und sinnlosen, durch die Triebe bedingten Brand, das Nirvāna:

*Dem so Erkennenden, so Sehenden wird das Herz erlöst von den Wollensflüssen/den Einflüssen durch Sinnensucht, erlöst von den Wollensflüssen/Einflüssen durch Seinwollen, erlöst von den Wollensflüssen/den Einflüssen durch Wahn. Wenn es*

*erlöst ist, dann ist das Wissen: „Es ist erlöst. Beendet ist die Kette der Geburten, vollendet der Reinheitswandel, getan ist, was zu tun war. Nichts mehr nach diesem hier“. Das hat er nun verstanden. (M 51 u.a.)*

Jeder endgültig Geheilte, also Vollendete, weiß, dass es kein „Nachher“ mehr gibt. Nicht denkt er, dass es ihn selber in fernerer Zukunft nicht mehr gebe, weil er ja erloschen sei, sondern er weiß, dass alle Zeitvorstellung und darum also auch Vorher und Nachher törichte Einbildung ist, Wahn, und dass mit der endgültigen Erlöschung des Wahns und dem Schwinden aller Wollensflüsse/Einflüsse auch Raum und Zeit nicht mehr sind, kein Vorher und Nachher ist.

Der hier beschriebene Weisheitsdurchbruch allein ist es, durch welchen der Mensch endgültig erlöst wird, ein Geheilter, Genesener wird, der von keinerlei Erfahrungen mehr getroffen, beeinflusst, bewegt werden kann, dessen Wesen der Erwachte mit einem Diamanten vergleicht, der nach alter Auffassung unzerstörbar ist.

Im Lauf der hier geschilderten Entwicklung wurden die Sechsheiten immer klarer durchschaut – Klarblick nahm zu – der Wahn einer unabhängig vom Erleber bestehenden Welt wurde aufgegeben, den äußeren Eindrücken, dem Durst wurde nicht mehr gefolgt. Innere Ruhe (*samatha*) und inneres Wohl durch Klarblick (*vipassana*) und Herzenshelligkeit ermöglichte die Herzenseinigung: das Tor zur Ich- und Weltüberwindung. Das ist der großartige Gewinn, den diese Lehrrede aufzeigt, die völlige Leidensüberwindung durch die Durchschauung der Sechsheiten.

DIE REDE AN DIE NAGARAVINDER  
150. Rede der „Mittleren Sammlung“

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit wanderte der Erhabene im Lande Kosalo von Ort zu Ort und kam, von vielen Mönchen begleitet, in die Nähe eines kosalischen Brahmanendorfes namens Nagaravinda. Und es hörten die brahmanischen Hausleute in Nagaravinda reden:*

*Da wandert doch jetzt in unserem Land der berühmte Asket Gotamo, der Sakyerprinz, der auf die Herrschaft über die Sakyer verzichtet hat. Er wandert mit einer großen Mönchsgemeinde von Ort zu Ort. Diesem ehrwürdigen Gotamo aber geht der wunderbare Ruf voraus: „Er ist der Erhabene, Heilgewordene, vollkommen Erwachte, der in Wissen und Wandel Vollendete, der zum Heil der Wesen gekommene Kenner der Welt. Er ist der unübertreffliche Lenker derer, die erziehbar sind, ist Meister der Götter und Menschen, erwacht, erhaben. Er hat diese Welt mit allen ihren Geistern, den weltlichen und den reinen, mit ihren Scharen von Asketen und Priestern, Göttern und Menschen in unbegrenzter Wahrnehmung selber durchschaut und erfahren und lehrt sie uns kennen. Er verkündet eine Lehre, die nach Inhalt und Aussageweise schon von Anfang an hilfreich zum Guten führt und mit ihrer letzten Aussage ganz hinführt zum Heilsstand. Er führt den vollständig abgeschlossenen, lautereren Reinheitswandel in der Welt ein.“ Glückliche, wem es vergönnt ist, einen Heiland von solcher Art zu erleben.*

Der Buddha ist „der Vollendete“, d.h. er hat das Ziel seiner Asketenschaft erreicht, und zwar nicht irgendein Ziel irgend-



einer Asketenschaft, sondern er hat das getan, nach dem nichts, nichts mehr in aller Welt zu tun übrig bleibt. Er ist von allen Verstrickungen befreit, unverletzbar, unbeeinflussbar, universal geworden. Der Erwachte bezeichnet sich als den „*Tathāgata*“, als den aus Täuschung und Wahn zum klaren Anblick des Wahren und Wirklichen (*tatha*) Hingelangten (*āgata*), als den Vollendeten. Er hat den Heilsstand, das Nirvāna, erreicht. Darum ist er „der Erhabene“, der alle Wesen Überragende. Er ist ein Geheilter, ist aus Schmerzen und Leiden erwacht, geheilt. „Geheilte“ ist nicht etwas Sakrales: ein „Heiliger“, sondern bezeichnet einen nüchternen Befund. Die Wesen, sagt der Erwachte, sind krank, und der Erwachte vergleicht sich mit einem Arzt, der die Menschen heilt, aber in erster Linie selbst heil ist in dem Sinne von „nicht verletzt und nicht mehr verletzbar“. Er ist *in Wissen und Wandel vollendet*. Erst nachdem er vollkommenes Wissen erworben hat, vollkommen in der gesamten Lebensführung ist, tritt er als Lehrer auf. Sein Wandel stimmt mit seinem Wissen überein, sein Wissen ist wie sein Wandel – eine Übereinstimmung, die der Nichtgeheilte vergeblich anstrebt. Wir wissen von uns, dass unser Wissen über unseren Wandel hinausgeht, dass wir auf Grund von Trieben durchaus nicht immer nach unserem Wissen handeln.

*Er ist Meister der Götter und Menschen:* Alle im Wahn befangenen Wesen sind Dilettanten des Lebens, auch wenn sie Götter sind. Die Götter kennen ihren Bereich, den wir nicht kennen; sie kennen darüber hinaus auch unseren Bereich, den wir kennen. So kennen viele Gottheiten, viele höhere Wesen viel, viel mehr als wir, aber sie kennen sich selbst nicht, sie kennen ihre Herkunft und ihre Hinkunft nicht, darum bleiben sie der Ungewissheit ausgeliefert, es sei denn, sie sind durch einen Erwachten belehrt worden.

Der Buddha war also zur Zeit dieser Lehrrede in Indien bereits berühmt. Das lag nicht nur daran, dass er schon längere Zeit lehrte, sondern lag weit mehr an seiner inneren Größe und gedanklichen Klarheit. Ein mittelmäßiger Lehrer kann Jahr-

zehnte durch die Lande ziehen und wird immer und überall schnell wieder vergessen. Aber einer, der noch nie in einem Rededuell besiegt worden ist und der vor allem, wie es Zeugen berichteten (M 27), auch nie als Sieger dastehen wollte, sondern die Gesprächspartner, die ihm oft mit wohlersonnenen Fangfragen Fallen stellen wollten, nur versöhnte und befriedete und beglückte, so dass sie fast immer zu ihm übertraten – das ist eine seltene und eine wohltuende Erscheinung in der Welt. Das ist eine Sonne am geistigen Himmel.

Aber eine solche Herzensgüte und Klarheit des Denkens mag wohl lebenslängliche Sympathie, Beliebtheit und Freundschaft bewirken, doch würde sie dem ernsthaften Heilssucher, der sich in dieser undurchschaute Existenz gefährdet und ausgeliefert sieht, darum nach ihrer Durchschauung und Beherrschung sucht und fragt, nicht ausreichen, wenn dieser Lehrer nicht auch gerade dieses existentielle Grundanliegen erfüllen würde. In dem Buddha begegnet er einem Geist, der seine Hoffnung auf endgültige klärende Wahrheitsfindung über alle Erwartungen und Maße erfüllt. Der Erwachte gibt immer wieder Gleichnisse nicht nur für seinen Standpunkt der Existenz gegenüber, sondern auch für den Standpunkt, zu welchem er jeden beharrlichen Nachfolger bringen kann. (Z.B. die Gleichnisse vom Lotus über dem Wasser -M 26, vom Fels und dessen Ersteigen - M 125). Eine solche Veränderung ihrer Daseinssicht, ja, ihres Standortes vom ursprünglichen Ausgeliefertsein an die Gegebenheiten dieses Lebens bis zu seiner völligen Beherrschung und Meisterung haben seinerzeit Tausende von Menschen an sich erfahren.

Darum waren auch bald schon die besten Denker und Wahrheitssucher aus den ersten Häusern seine Anhänger geworden, und viele von ihnen sind als Mönche in seinen Orden eingetreten. Dieser Vorgang hat natürlich auch deren Familien aufgerüttelt, und so ging bald durch die ganze Oberschicht und von daher durch alle Schichten der Bevölkerung in Indien ein Raunen über die geistige Größe dieses Buddha, dessen Mönche vorwiegend zur Elite des Landes gehörten.

Den Indern war auch bekannt, dass die meisten Götter, selbst die langlebigsten, die im fast endlosen Samsāra kreisen, aus ihrer Helligkeit und Lauterkeit wieder absinken müssen, dass es also noch eine größere Meisterschaft geben müsse als die göttliche, um den Samsāra zu überwinden, um zu dauerhaftem Heil zu kommen. Nach indischer Überlieferung erschienen schon in früheren Weltzeitaltern immer wieder Buddhas unter den Menschen, die den Menschen Wege aufzeigten, die über göttliches Dasein hinaus ganz zum Heil führten. An diesen Unterweisungen der Buddhas nahmen jenseitige Wesen, für die Menschen unsichtbar, mit teil, zu Hunderten und Tausenden (s. auch M 147). Ferner sind Lehrreden überliefert, in denen der Erwachte allein die Götter belehrte, so dass sich die Auffassung aufdrängt, als hätten die Buddhas mehr jenseitigen Wesen geholfen als Menschen. Aber die Erwachten sind doch immer als Mensch erschienen. Aus diesem Grund ging den Erwachten der Ruf voraus: *Der Erwachte ist Meister der Götter und Menschen*. Für die Erwachten ist das Jenseits kein Jenseits mehr, sie sind den Göttern so nah wie den Menschen. Sie sehen überall die Auswirkung des Gesetzes von Saat und Ernte und zeigen den Weg heraus aus allem Leiden, den Ausweg aus der Gefangenschaft des immerwährenden Leidens. *Glücklich, wer solche Geheilten sehen kann.*

*Und die brahmanischen Hausleute von Nagaravinda begaben sich nun dorthin, wo der Erhabene weilte. Dort angelangt, verneigten sich einige vor dem Erhabenen ehrerbietig und setzten sich zur Seite nieder, andere wechselten höflichen Gruß und freundliche, denkwürdige Worte mit dem Erhabenen und setzten sich zur Seite nieder, einige grüßten den Erhabenen ehrerbietig mit zusammengelegten Händen und setzten sich zur Seite nieder, andere nannten dem Erhabenen Namen und Stand und setzten sich zur Seite nieder, und andere setzten sich still zur Seite nieder. Zu den*

*brahmanischen Hausleuten von Nagaravinda, die da zur Seite saßen, sprach nun der Erhabene:*

*Wenn euch, Hausväter, Wanderasketen anderer Richtungen fragen: „Welche Asketen und Brahmanen sollten nicht wertgehalten und hochgeschätzt, nicht geachtet und verehrt werden?“, so solltet ihr ihnen mit den Worten antworten: „Jene Asketen und Brahmanen, die bei den durch das Auge (mit dem innewohnenden Lugertrieb) erfahrbaren Formen nicht frei von Anziehung, Abstoßung, Blendung sind, bei sich nicht gestillten Herzens sind, die sich mal recht und mal unrecht in Taten, Worten und Gedanken verhalten, solche Asketen und Brahmanen sollten nicht wertgehalten und hochgeschätzt, nicht geachtet und verehrt werden. Und warum nicht? Wir selber sind ja bei den durch das Auge (mit dem innewohnenden Lugertrieb) erfahrbaren Formen nicht frei von Anziehung, Abstoßung, Blendung, sind nicht gestillten Herzens, verhalten uns mal recht und mal unrecht in Taten, Worten und Gedanken. Da wir bei den Herren Asketen und Brahmanen keine Lebensführung sehen, die besser ist als die unsrige, so sollten sie nicht wertgehalten und hochgeschätzt, nicht geachtet und verehrt werden.“*

*Wenn ihr so von den Wanderasketen anderer Richtungen gefragt werdet, solltet ihr ihnen mit diesen Worten antworten.*

*„Jene Asketen und Brahmanen, die bei den durch das Ohr (mit dem innewohnenden Lauschertrieb) erfahrbaren Tönen, durch die Nase (mit dem innewohnenden Riechertrieb) erfahrbaren Gerüchen, durch die Zunge (mit dem innewohnenden Schmeckertrieb) erfahrbaren Geschmächen, durch den Körper (mit dem innewohnenden Tastertrieb) erfahrbaren Tastungen,*

*durch den Geist (mit dem innewohnenden Denkertrieb) erfahrbaren Gedanken nicht frei von Anziehung, Abstoßung, Blendung sind, bei sich nicht gestillten Herzens sind, die sich mal recht und mal unrecht in Taten, Worten und Gedanken verhalten, solche Asketen und Brahmanen sollten nicht wertgehalten und hochgeschätzt, nicht geachtet und verehrt werden. Und warum nicht? Wir selber sind ja bei den durch das Ohr (mit dem innewohnenden Lauschertrieb) erfahrbaren Tönen, bei den durch die Nase, Zunge, Körper, Geist (mit den innewohnenden Trieben) nicht frei von Anziehung, Abstoßung, Blendung, sind nicht gestillten Herzens, verhalten uns mal recht und mal unrecht in Taten, Worten und Gedanken. Da wir bei den Herren Asketen und Brahmanen keine Lebensführung sehen, die besser ist als die unsrige, so sollten sie nicht wertgehalten und hochgeschätzt, nicht geachtet und verehrt werden.“*

*Wenn ihr so von den Wanderasketen anderer Richtungen gefragt werdet, solltet ihr ihnen mit diesen Worten antworten.*

*Wenn euch aber Hausväter, Wanderasketen anderer Richtungen fragen: „Welche Asketen und Brahmanen sollen wertgehalten und hochgeschätzt, geachtet und verehrt werden?“, so solltet ihr ihnen mit den Worten antworten: „Jene Asketen und Brahmanen, die bei den durch das Auge (mit dem innewohnenden Lugertrieb) erfahrbaren Formen, durch das Ohr (mit dem innewohnenden Lauschertrieb) erfahrbaren Tönen, durch die Nase (mit dem innewohnenden Riechertrieb) erfahrbaren Gerüchen, durch die Zunge (mit dem innewohnenden Schmeckertrieb) erfahrbaren Geschmächen,*

*durch den Körper (mit dem innewohnenden Tastertrieb) erfahrbaren Tastungen,  
durch den Geist (mit dem innewohnenden Denkertrieb)  
erfahrbaren Gedanken*

*frei von Anziehung, Abstoßung, Blendung sind, bei sich gestillten Herzens sind, die sich in Taten, Worten und Gedanken recht verhalten, solche Asketen und Brahmanen sollten wertgehalten und hochgeschätzt, geachtet und verehrt werden. Und warum? Wir selber sind ja bei den durch das Auge (mit dem innewohnenden Lugertrieb) erfahrbaren Formen usw. nicht frei von Anziehung, Abstoßung, Blendung, sind nicht gestillten Herzens, verhalten uns mal recht und mal unrecht in Taten, Worten und Gedanken. Da wir bei den Herren Asketen und Brahmanen eine Lebensführung sehen, die besser ist als die unsrige, so sollten sie wertgehalten und hochgeschätzt, geachtet und verehrt werden.“*

*Wenn ihr so von den Wanderasketen anderer Richtungen gefragt werdet, solltet ihr ihnen mit diesen Worten antworten.*

*Wenn euch nun, Hausväter, Wanderasketen anderer Richtungen fragen würden: „Aus welchem Grund, anhand welcher Anzeichen sagt ihr von diesen Ehrwürdigen: „Diese Ehrwürdigen sind ganz sicher frei von Anziehung oder sind auf dem Weg, Anziehung zu überwinden, sind frei von Abstoßung oder sind auf dem Weg, Abstoßung zu überwinden, sind frei von Blendung oder sind auf dem Weg, Blendung zu überwinden?“*

*Wenn ihr so von den Wanderasketen anderer Richtungen gefragt werdet, Hausväter, solltet ihr den Wanderasketen anderer Richtungen mit den Worten antworten: „Das erkennen wir daran, dass diese Ehr-*

würdigen sich tief im Dschungel, an entlegenen Orten aufhalten, dort leben. Dort gibt es keine solche durch das Auge (mit dem innewohnenden Lugertrieb) erfahrbaren Formen, die man betrachten und in die man sich verlieben könnte. Dort gibt es keine solche durch das Ohr (mit dem innewohnenden Lauschertrieb) erfahrbaren Töne, die man hören und in die man sich verlieben könnte. Dort gibt es keine solche durch die Nase (mit dem innewohnenden Riechertrieb) erfahrbaren Düfte, die man riechen und in die man sich verlieben könnte. Dort gibt es keine solche durch die Zunge (mit dem innewohnenden Schmeckertrieb) erfahrbaren Geschmäcke, die man schmecken und in die man sich verlieben könnte. Dort gibt es keine solche durch den Taster (mit dem innewohnenden Tastertrieb) erfahrbaren Tastungen, die man tasten und in die man sich verlieben könnte.<sup>245</sup> – Aus diesem Grund, anhand dieser Anzeichen sagen wir von diesen Ehrwürdigen: ‚Diese Ehrwürdigen sind ganz sicher frei von Anziehung oder sind auf dem Weg, Anziehung zu überwinden, sind frei von Abstoßung oder sind auf dem Weg, Abstoßung zu überwinden, sind frei von Blendung oder sind auf dem Weg, Blendung zu überwinden.‘ Wenn ihr von den Wanderasketen anderer Richtungen so gefragt werdet, solltet ihr ihnen mit diesen Worten antworten.

Nach dieser Rede sprachen die brahmanischen Hausleute von Nagaravinda zum Erhabenen: Vortrefflich, Herr Gotamo, vortrefflich, Herr Gotamo! Gleichwie etwa, Herr Gotamo, als ob man Umgestürztes aufstellte oder Verdecktes enthüllte oder Verirrten den

---

<sup>245</sup> Auch im Dschungel können durch den Denker die verschiedensten Gedanken auftauchen, darum fehlen im Text der Rede an dieser Stelle die Gedanken.

*Weg zeigte oder ein Licht in die Finsternis hielte: ‚Wer Augen hat, wird die Dinge sehen‘, ebenso auch ist von Herrn Gotamo die Lehre gar vielfältig gezeigt worden. Und so nehmen wir bei Herrn Gotamo unsere Zuflucht, bei der Lehre und bei der Gemeinde der Heilsgänger. Als Anhänger möge uns Herr Gotamo annehmen, die zu ihm lebenslang Zuflucht genommen haben.–*

Der Erwachte nennt hier die zwangsläufig aufkommenden Gedanken der Hausleute: Daraus, dass Mönche lange Zeit abgeschieden in der Dschungeleinsamkeit leben, an stillen Orten, nicht in der Nähe von Dörfern und Straßen, an denen Männer und Frauen vorbeikommen, kann man schließen, dass sie keine Sinneseindrücke suchen, dass sie entweder Gier, Hass, Blendung bereits überwunden haben oder auf dem Weg dazu sind, auf dem sie schon so weit inneres Wohl besitzen und, von dem Wunsch nach innerer Vervollkommnung beiseelt, auf Sinneseindrücke nicht mehr angewiesen sind, die äußere Einsamkeit und Abgeschiedenheit sie nicht bedrückt. Andernfalls würden sie es in der Einsamkeit nicht aushalten.

Der Erwachte vergleicht die unterschiedliche Sinnensüchtigkeit der Wesen 1. mit einem Holzstück, das vollgesogen voll Wasser im Wasser liegt, und 2. mit einem Holzstück, das aus dem Wasser herausgenommen ist, aber noch feucht ist; und die Freiheit von Sinnensucht vergleicht er 3. mit einem trockenen Holzstück, mit dem man Feuer machen kann. (M 36 und 85):

*Gleichwie wenn ein im Wasser liegendes Holzstück durch und durch voll Wasser gesogen ist und es überdies noch ins Wasser geworfen würde. Da träte ein Mann herzu mit einem Reibholz versehen: „Ich will Feuer erwecken, Licht hervorbringen.“ Könnte wohl dieser Mann das durch und durch voll Wasser gesogene und überdies noch ins Wasser geworfene*



*Holzsplit reibend, Feuer erwecken, Licht hervorbringen? – Gewiss nicht. Jenes Holzsplit ist ja durch und durch voll Wasser gesogen und überdies noch im Wasser. Alle Plage und Mühe des Mannes wäre vergeblich. –*

*Ebenso nun auch steht es mit jenen Asketen und Brahmanen, die den Körper nicht von den Sinnendingen fernhalten und bei den Sinnendingen die innere Zustimmung, den Trieb, die Neigung, die Blendung, den Durst, das fieberhafte Verlangen nach Sinnenfreuden nicht überwunden haben. Wenn jene lieben Asketen und Brahmanen stechende, brennende Wehgefühle erfahren (auf Grund ihrer Selbstqual), dann sind sie nicht fähig zum Wissen, zum klaren Sehen, zur höchsten Erwachung. Und auch wenn jene lieben Asketen und Brahmanen keine stechenden, brennenden Wehgefühle erfahren, so sind sie selbst dann unfähig zum Wissen, zum klaren Sehen, zur höchsten Erwachung.*

Wenn ein Holzsplit durch und durch voll Wasser gesogen ist und überdies noch im Wasser liegt, dann kann man mit diesem Holzstück durch Reiben (die damalige Art des Feuermachens) nie Feuer hervorbringen; ebenso auch kann ein Mensch, der den Körper nicht von den Sinnendingen fernhält, dessen Körper von sinnlich begehrenden Trieben durchtränkt ist und der im süchtigen Aufsaugen der begehrten Sinnendinge und im Blendungs-Denken über diese Dinge lebt, nie Wissensklarheit und Erwachung erfahren.

Die im Haus Lebenden halten den Körper nicht von den Sinnendingen fern. Das häusliche Leben ist normalerweise ein Leben, versunken in der Welt und Weltlichkeit. Hier kann der Kenner der Lehre im günstigsten Fall Tugend, Mitempfinden, Bescheidenheit, Zufriedenheit und ähnliche Eigenschaften entwickeln. Als Wichtigstes kann im Hausleben der „Strom-eintritt“ genannte Anblick gewonnen werden, jene „heilende rechte Anschauung“, welche den unhemmbar auf die Triebversiegung zulaufenden Prozess der totalen Befreiung einleitet, und ebenso kann hier die Sehnsucht nach Weltüberwin-

dung erzeugt und verstärkt werden und können von daher manche für die Weltüberwindung tauglichen Tugenden und Eigenschaften innerlich vorbereitet werden – aber auf die Weltüberwindung ist allein das mönchische Leben zugeschnitten. Der Mönch ist darum Mönch geworden, er hat da-rum der Welt mit allem, was sie zu bieten hat, entsagt, weil er über sie hinauswachsen will, weil er zur Freiheit kommen will. Der Begriff „Mönch“, der von dem griechischen “monos“ abgeleitet ist, bedeutet ja gerade „allein“.

So wie mit dem vom Wasser durchtränkten Holzsplit durch noch so vieles Reiben nie Feuer erzeugt werden kann, so kann mit dem von Sinnensüchtigkeit durchtränkten Körper die weltüberlegene, weltlöschende Wahrheitswahrnehmung und gar die Befreiung in der Erwachung nie erlangt werden. Das Begehren nach den weltlichen Erscheinungen, die Beschäftigung mit der Welt, der Umgang mit der Welt und die Vorstellung „Welt“ im Denken – das erhält das Welterlebnis und setzt es fort und damit das Erlebnis des sterblichen Körpers mit allen weltlichen Begegnungen.

Die Nagaravinda-Hausleute zur Zeit des Erwachten wussten um ihre gewaltige Fesselung durch das sinnliche Begehren und darum, dass innerhalb der fünf Zusammenhäufungen die heile Situation nicht liegt und nicht liegen kann. Sie wussten, dass abgeschieden Lebende, die sich den ganzen Tag um Überwindung des Begehrens, um Reinigung von Herzensbefleckungen bemühen, dem angestrebten Ziel näher waren als sie, dass sie weiter waren als sie. Darum war es für sie ein ganz natürliches Empfinden, solche Asketen und Brahmanen, die in ihrer Herzensverfassung und in ihrem Bemühen mit dem ihrigen gar nicht zu vergleichen waren, hoch zu schätzen und zu verehren.

Das zweite Gleichnis gilt für den Menschen, der den Körper von den Sinnendingen fernhält, aber noch von begehrliehen Gedanken bewegt wird:

*Gleichwie wenn ein durch und durch voll Wasser gesogenes Holzsplit fern vom Wasser an Land geworfen würde; da träte ein Mann hinzu mit einem Reibholz versehen: „Ich will damit Feuer machen, Licht hervorbringen.“ Was meinst du, könnte wohl dieser Mann das durch und durch voll Wasser gesogene Holzsplit reibend, Feuer machen, Licht hervorbringen? – Gewiss nicht. Jenes Holzsplit ist durch und durch voll Wasser gesogen; und wenn es auch außerhalb des Wassers am Land liegt, alle Plage und Mühe des Mannes wäre vergeblich.–*

*Ebenso nun auch steht es mit jenen Asketen und Brahmanen, die den Körper zwar von den Sinnendingen fernhalten, aber bei den Sinnendingen die innere Zustimmung, den Trieb, die Neigung, die Blendung, den Durst, das fieberhafte Verlangen nach Sinnenfreuden nicht überwunden haben. Wenn diese lieben Asketen und Brahmanen stechende, brennende Wehgefühle erfahren (z.B. bei Selbstqual), so sind sie unfähig zum Wissen, zum klaren Sehen, zur höchsten Erwachung. Und auch wenn jene lieben Asketen und Brahmanen keine stechenden, brennenden Wehgefühle erfahren, so sind sie selbst dann unfähig zum Wissen, zum klaren Sehen, zur höchsten Erwachung.*

Wenn ein Holzstück zwar nicht mehr im Wasser liegt, aber doch noch durch und durch voll Wasser gesogen ist, dann kann man auch mit diesem durch Reiben kein Feuer hervorbringen. Ebenso auch kann ein Mensch, solange sein Körper noch von sinnlichem Begehren durchtränkt ist, selbst wenn er sich äußerlich von Sinnesobjekten fernhält, doch nicht zur übersinnlichen Wahrnehmung und Schau und erst recht nicht zur unvergleichlichen Erwachung durchdringen.

Das dritte Gleichnis schildert den von Begehren Losgelösten:

*Gleichwie wenn ein trockenes, ausgedörrtes Holzsplit fern vom Wasser auf trockenem Boden läge, da träte ein Mann hinzu mit einem Reibholz versehen: „Ich will Feuer erwecken,*

*Licht hervorbringen. “ Könnte wohl dieser Mann das trockene und auf trockenem Boden liegende Holzsplit reibend, Feuer erwecken, Licht hervorbringen? – Gewiss. Jenes Holzsplit ist ja trocken und liegt fern vom Wasser auf trockenem Land.–*

*Ebenso nun auch steht es mit jenen Asketen und Brahmanen, die den Körper von den Sinnendingen fernhalten und bei den Sinnendingen auch die innere Zustimmung, den Trieb, die Neigung, die Blendung, den Durst, das fieberhafte Verlangen nach Sinnenfreuden bei sich überwunden haben. Wenn jene lieben Asketen und Priester da stechende, brennende Wehgefühle erfahren, so bleiben sie doch fähig zum Wissen, zum klaren Sehen, zur höchsten Erwachung. Und auch wenn jene lieben Asketen und Brahmanen keine stechenden, brennenden Wehgefühle erfahren, so sind sie auch dann fähig zum Wissen, zum klaren Sehen, zur höchsten Erwachung.*

So wie man mit einem Holzstück, das nicht nur außerhalb des Wassers auf dem Trockenen liegt, sondern auch ganz und gar ausgetrocknet ist, durch Reiben Feuer hervorbringen kann, ebenso auch kann ein Mensch, der den Körper nicht nur von den Sinnesobjekten fernhält, sondern diesen Körper auch von allen sinnlich begehrenden Trieben ganz befreit hat, zur Erwachung gelangen.

Solche Mönche, die zur Zeit des Erwachten den Körper von sinnlichem Begehren fernhielten und erhellten Herzens sich in der Einsamkeit um Vertiefung bemühten, um den dritten Abschnitt des achtgliedrigen Weges: um die vier Großen Kämpfe, also um Zügelung der Sinnesdränge, Vertreibung dunkler Gedanken, um Aufsteigen und Pflegen heller Gedanken (6.Stufe), um Klarbewusstsein bei Körperhaltungen und -bewegungen und um die weiteren Pfeiler der Selbstbeobachtung (7.Stufe des achtgliedrigen Weges), Freude und Begeisterung über inneren Fortschritt erfahren und das innere Wohl der Herzenseinigung erlebten (8. Stufe), wodurch alles sinnliche Wohl überstiegen wird – die waren wahrlich Vorbilder, Leitbilder für alle, die Zeuge ihrer Herzenshelligkeit und

Abgelöstheit waren. Über sie wurde noch den Nachkommen voll Ehrfurcht, Verehrung und innerer Zuwendung berichtet. Die Gedanken an sie ließen eigene Herzensbefleckungen und weltliche Banalität zurücktreten. Die verehrenden Menschen maßen sich am Vorbild der Verehrten. Der innere Fortschritt war nicht eine blasse Theorie, sondern wurde ihnen vorgelebt: Es ist möglich, den Heilsstand zu gewinnen. *Glücklich, wer solche Geheilten sehen kann.*

DIE REINIGUNG DER ALMOSENSPEISE <sup>246</sup>  
151. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Auf Befragen des Erwachten sagt Sāriputto: Ich verweile oft in Leerheit. (Leerheit heißt Freiheit von Formen. S. M 121. Dort M 151 zitiert.) Der Erwachte: Wenn ein Mönch Leerheit erfahren möchte, dann soll er sich auf dem Almosengang, auf dem Hinweg, Rückweg und im Dorf erforschen, ob in seinem Gemüt Wünsche, Gier, Hass, Blendung oder innere Abwehr aufgestiegen sind. Ist dies der Fall, so hat ein Mönch um Befreiung von diesen üblen, unheilsamen Erscheinungen zu kämpfen. Wenn er sich davon frei weiß, so kann er beglückt und froh verweilen in dem Wissen, dass er sich Tag und Nacht im Heilsamen übt.

Er soll sich erforschen, ob er die fünf Sinnensuchtbezüge – 5 Hemmungen aufgehoben hat – ob er die fünf Zusammenhäufungen durchschaut, ob er die vier Pfeiler der Beobachtung – die vier Kämpfe – die vier Grundlagen der Geistesmacht – die fünf Kampfeskkräfte – die fünf verstärkten Kampfeskkräfte – die sieben Erwachungsglieder – den achtgliedrigen Heilsweg (s. M 77) – innere Gemütsruhe und Klarblick entwickelt – Weisheit und Erlösung verwirklicht hat. Wenn nicht, soll er darum kämpfen. Wenn ja, dann soll er darüber froh sein.

Wer auch immer Almosenspeise in Vergangenheit, Zukunft und Gegenwart gereinigt hat, hat dies betrachtend und betrachtend getan. – So tut auch ihr es.

---

<sup>246</sup> s. M 142

MACHT ÜBER DIE SINNESDRÄNGE  
152. Lehrrede der „Mittleren Sammlung“

Der Erwachte zu dem Brahmanen Uttaro: Wie lehrt der Brahmane Pārāsariyo Macht über die Sinnesdränge? – Uttaro, ein Schüler Pārāsariyos: Da sieht man mit dem Auge keine Formen, hört mit den Ohren keine Töne...– Der Erwachte: Dann hat ein Blinder oder ein Tauber Macht über die Sinnesdränge.– Der Erwachte zu Ānando: Auf andere Weise lehrt der Erwachte seine Schüler Macht über die Sinnesdränge:

1. Bei Bewegtsein von angenehm/unangenehm beim Sehen, Hören, Riechen, Schmecken, Tasten, Denken merken: das ist bedingt entstanden. Gleichmut aber ist Friede. Das Bewegtsein von angenehm/unangenehm schwindet, Gleichmut hält an.

(Diese höchste Macht über die Sinnesdränge besitzt der in M 66 als dritter Mensch geschilderte Übende.)

2. Wie ist ein Übender auf dem richtigen Weg?

Ein Mönch hat eine Form gesehen, einen Ton gehört... einen Gedanken gedacht und erfährt Angenehmes und Unangenehmes. Dabei fühlt er sich gequält, beschämt, empfindet Abscheu davor.

(Er weiß viel besser als der Anfängende, was Samsāra und Nibbāna ist, hat Abscheu vor dem Samsāra und findet dadurch schnell wieder zum Gleichmut.)

3. Die heilende, nicht mehr schwindende Macht über die Sinnesdränge:

a) Er erreicht, wenn er sich wünscht:

Bei Nichtabstoßendem will ich die Wahrnehmung von Abstoßendem haben.

In A V,144 finden wir die Erklärung für diese Übung: *Was ist der Zweck, bei Nichtabstoßendem in der Wahrnehmung von Abstoßendem zu verweilen? Damit mir bei giererregenden Erscheinungen keine Gier aufsteige.* Der Erwachte empfiehlt, den hautumgrenzten, mit mancherlei Unrat angefüllten Körper zu betrachten, um sich der Unschönheit, Widerlichkeit des Körperlichen bewusst zu werden.

b) Abstoßendes will ich als nicht abstoßend betrachten.

Der Zweck: *Damit mir bei Hass erregenden Dingen kein Hass aufsteige (A V,144)*. Indem die Mitwesen, auch die abstoßendsten, als mir gleich gesehen werden, schwindet Abneigung, Antipathie.

c) Bei Abstoßendem und Nichtabstoßendem will ich Nichtabstoßung wahrnehmen.

d) Bei Nichtabstoßendem und Abstoßendem will ich Abstoßung wahrnehmen.

Er kann die von ihm gewünschte Wahrnehmung erzeugen. Bei beidem: bei Unangenehmem und Angenehmem – also unabhängig vom Unangenehm- und Angenehm-Berührtsein – kann der, der heilende Macht über die Sinnesdränge hat, die Wahrnehmung der Vergänglichkeit erzeugen (Abstoßung) oder die Ich-Du-Gleichheit (Nicht-Abstoßung).

e) Von Abstoßendem und Nichtabstoßendem abgewandt, will ich im Gleichmut verweilen, der Wahrheit gegenwärtig, klarbewusst.

*Was ist der Zweck? Damit ihm bei keiner Gelegenheit Gier, Hass, Blendung aufsteige (A V,144)*.

Durch die Betrachtung der Unschönheit und des Elends der Form hat sich der Übende von Begehrensbildern losgelöst; durch die Betrachtung der Gleichheit aller Wesen hat er Hass-Vorstellungen aufgelöst. Durch die Aufhebung von Gier und Hass, Anziehung und Abstoßung, den zwei Seiten eines jeden Triebs, ist die dadurch bedingte Blendung, die dadurch bedingte Wahrnehmung, die manches schön erscheinen lässt, nur weil es den Trieben, den Anliegen des Wollenskörpers, entspricht, und anderes schrecklich erscheinen lässt, weil es den Trieben, den Anliegen des Wollenskörpers, widerspricht, aufgelöst. Anziehung und Abstoßung, Gier und Hass, schaffen die Fehltrübe, die Blendung. Sind Anziehung und Abstoßung aufgehoben, dann ist damit die Blendung aufgehoben, die vom Erwachten gezeigte Wahrheit leuchtet in eigenem Verständnis auf. Die Tatsache, dass alle Erscheinungen Täuschungen, Schemen sind – entworfen von Gier und Hass – erkennt in



Vollkommenheit der von Blendung, Wahn Genesene, Geheilte. Es heißt (Sn 9-13), dass ein jeder, der sich von Anziehung, Abstoßung befreit hat, dann hinsichtlich der gesamten Erscheinungen zu der klaren durchschauenden Erkenntnis gekommen ist und erfahren hat: *Dies Ganze (Ich und Welt) ist nicht so, wie es scheint*, sondern ist Täuschung, Blendung Wahn. So ist einer vom Wahn genesen.

# **Lehrreden aus der Längeren Sammlung**

**ausführlich erklärt  
von Paul Debes**

**und Register**

**Band 8**

**Herausgeber  
Buddhistisches Seminar 95463 Bindlach**

## Inhaltsverzeichnis

Das Gespräch mit Potthapādo (D 9) .....	6945
Das hilfreichste unter drei Arten von Wundern, Kevaddho (D 11) .....	7032
Lohicco (D 12) .....	7087
Der Buddha über die Wege zu Brahma (D 13) .....	7111
Sakkos Fragen, Fragen eines Götterkönigs (D 21) .....	7199
Pāyāsi, die Bekehrung eines Materialisten (D 23) .....	7265
Die Entwicklung innerhalb eines Weltzeitalters (D 27 und D 26) .....	7372
Das Gespräch mit Singālako (D 31) .....	7512
Register .....	7555

DAS GESPRÄCH MIT POTTHAPĀDO  
Längere Sammlung (D 9)

Weltliche Gespräche

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Sāvattthī im Siegerwald, im Garten Anāthapindikos.*

*Um diese Zeit nun hielt sich Potthapādo, der Wanderasket, im Redesaal der ebenholzverschalten Großen Halle in Mallikās Garten auf, in Gesellschaft vieler Wanderasketen, von dreihundert Asketen umgeben.*

*Da erhob sich der Erhabene in der Morgenfrühe, nahm die äußere Robe und Almosenschale und ging nach Sāvattthi um Almosenspeise. Aber der Erhabene sagte sich: „Allzu früh ist's noch, in der Stadt um Almosen zu stehen; wie wenn ich nun dort nach dem Redesaal der ebenholzverschalten Großen Halle in Mallikās Garten ginge und Potthapādo, den Wanderasketen, besuchte?“ So begab sich denn der Erhabene nach dem Redesaal der ebenholzverschalten Großen Halle in Mallikās Garten.*

*Nun war gerade damals Potthapādo, der Wanderasket, im weiten Kreis der Asketenschar sitzend, in lebhaftem Gespräch begriffen; und sie machten lauten Lärm, großen Lärm und unterhielten sich über allhand weltliche Dinge, als wie über Könige, Räuber, Minister, Heere, Gefahren, Schlachten, Essen, Trinken, Kleidung, Betten, Schmuck, Parfüm, Verwandte, Fahrzeuge, Dörfer, Marktstädte, Großstädte, Länder, Frauen, Helden, Straßen, Brunnen (=Märkte), die Toten, Unbedeutendes, den Ursprung der Welt, den Ursprung des Meeres, ob die Dinge so oder anders sind.*

*Es sah nun Potthapādo, der Wanderasket, wie der Erhabene von fern herankam, und als er ihn gesehen, mahnte er die Umsitzenden zur Ruhe: Seid nicht so laut, ihr Lieben, macht keinen Lärm, ihr Lieben. Da kommt der Asket Gotamo heran! Und er liebt nicht lauten Lärm, dieser Ehrwürdige, Stille preist er. Vielleicht mag ihn der Anblick einer lautlosen Versammlung bewegen, seine Schritte hierher zu lenken. –*

*So ermahnt, verhielten sich die Asketen schweigsam. So kam denn der Erhabene zu Potthapādo, dem Wanderasketen, heran, während Potthapādo, der Wanderasket, den Erhabenen ansprach: Es komme, o Herr, der Erhabene, begrüßt sei, o Herr, der Erhabene! Lange schon, o Herr, hat der Erhabene hoffen lassen, mich einmal hier zu besuchen. Möge sich, o Herr, der Erhabene setzen; dieser Sitz ist bereit. –*

*Es setzte sich der Erhabene auf den dargebotenen Sitz. Potthapādo, der Wanderasket, aber nahm einen von den niederen Stühlen zur Hand und setzte sich an die Seite. Zu Potthapādo, dem Wanderasketen, der an der Seite saß, wandte sich nun der Erhabene mit den Worten: Zu welchem Gespräch, Potthapādo, seid ihr jetzt hier zusammengekommen und wobei habt ihr euch eben unterbrochen? –*

*So angesprochen, sagte da Potthapādo, der Wanderasket, zum Erhabenen: Sei es, o Herr, um jenes Gespräch, warum wir hier beisammen sind, schwerlich, o Herr, wird dem Erhabenen etwas entgehen, wenn es auch später zur Sprache kommt. –*

An der ausweichenden Antwort Potthapādos sehen wir, dass es ihm peinlich ist, dass er mit den anderen so weltliche Gespräche führt. Er mag dem Erhabenen die Gesprächsthemen nicht nennen. Diese Wanderasketen haben ja das Hausleben verlas-

sen, um an ihrer Läuterung zu arbeiten, haben den weltlichen Dingen entsagt, aber in Gedanken sind sie noch bei weltlichen Vorkommnissen. Bei den Mönchen des Erwachten gab es zur Zeit des Erwachten solche Gespräche nicht. Sie sprachen über Daseinszusammenhänge, darüber wie Triebe aufzuheben seien, über ihre Übungen, ihr Vorwärtskommen, über inneren Frieden usw., und wenn sie keine solche Themen zu besprechen hatten, dann wahrten sie heilsames Schweigen. (M 26) Dieses wissend, ermahnte Potthapādo die anderen Asketen, sie möchten doch schweigen, eine schweigende Versammlung würde den Asketen Gotamo anziehen, da er sie für förderliche Gespräche aufnahmebereit halten würde.

Die angeführten Gesprächsthemen werden in den Lehrreden häufig genannt, wenn es darum geht, weltliche Gespräche zu kennzeichnen, so z.B. auch in M 76, 77, 78, 79, 122, D 25, A X,69 und S 56,10. Das bedeutet nicht, dass jeweils alle diese Themen bei den Unterhaltungen zur Sprache kamen. Meist waren es nur einige, über die gesprochen wurde. Die genannten Themen sind eine umfassende Auflistung der üblichen oberflächlichen Gesprächsthemen vor 2500 Jahren ebenso wie heute. Heute sind sie auch die Themen, die man in den Zeitungen findet.

Man sprach *über Könige, Räuber, Minister* – d.h. über die Mächtigen und Bedrohlichen, mit denen man zufrieden oder unzufrieden war;

*über Heere, Gefahren, Schlachten* – d.h. über sensationelle Ereignisse, einschneidende Erlebnisse;

*über Essen, Trinken, Kleidung, Betten, Schmuck, Parfüm* – d.h. über alles, was dem Körper angenehm ist und von dem man glaubt, dass es ihn verschönert;

*über Verwandte, Fahrzeuge* – d.h. über die einem Lieben und mit welchen Fahrzeugen man die entfernt Wohnenden besuchen kann, um in Kontakt zu bleiben;

*über Dörfer, Straßen, Märkte, Marktstädte, Großstädte, Länder* – d.h. über fremde Gepflogenheiten, Sitten, Kulturen,

Sprache. Man spricht darüber, wo man gewesen ist, was man erlebt hat;

*über Frauen, Helden, die Toten* – Sensationelles wird berichtet und ausgeschmückt. An die Toten und ihr Wirken wird erinnert;

*über Unbedeutendes* – z.B. man fragt sich im Gespräch mit anderen, was der morgige Tag bringen wird, ob man seine Pläne ausführen kann, ob das Wetter gut sein wird. Horoskopie und Schicksaldeutung – dies werde eintreten, jenes nicht – sind ein ergiebiger Gesprächsstoff;

*über den Ursprung der Welt, des Meeres, ob die Dinge so oder anders sind.* Es werden Vermutungen, mehr oder weniger oberflächliche Meinungen ausgetauscht.

Potthapādo ist sich bewusst, dass solche Gespräche nicht zur Läuterung tauglich sind, dass sie unheilsam sind, ja, das Heil geradezu verhindern, weil sie den Geist von heilsamen Gedanken abziehen. Aber er erinnert sich an ein zurückliegendes Gespräch, in dem es um wichtigere Dinge ging:

Die Meinungen der Asketen über  
das Schwinden der Wahrnehmung

*Vor einiger Zeit, o Herr, ist unter den verschiedenen Asketen und Brahmanen, die sich in der Versammlungshalle zu einer Sitzung eingefunden hatten, über das Schwinden der Wahrnehmung (abhisaññānirodha – wörtlich: Ausrodung der Wahrnehmung) ein Gespräch aufgekommen: „Wie doch nur kommt wohl bei der Wahrnehmung das Schwinden zustande?“*

Potthapādo meint nicht, dass eine Wahrnehmung schwindet und eine andere an ihre Stelle tritt, z.B. wenn man von einem Freund verlassen wird und ein anderer ins Zimmer tritt. Dieser rieselnde Wechsel der Wahrnehmungen in ständigem Fluss ist

den Indern selbstverständlich. Die Inder der damaligen Zeit wussten, dass wir das jeweilige Welterlebnis durch die Wahrnehmung haben, nicht aber die Wahrnehmung von der Welt her kommt. Nur durch Wahrnehmung wissen wir von Ich und Welt. Fällt die Wahrnehmung fort, gibt es kein Erleben von Ich und Welt. Denn von beiden wissen wir nur durch Wahrnehmung. Potthapādo fragt also danach, wie Wahrnehmung als solche aufgehoben werden kann, also Frieden und Ruhe erreichbar seien.

Hier im Westen könnte man diese Frage nicht stellen, weil man meint, mit dem Tode höre die Wahrnehmung auf, die Welt aber, die man dann nicht mehr wahrnehme, bleibe übrig. Aber im damaligen Indien zur Zeit des Buddha wusste man: Immer ist Erleben, Wahrnehmen, Samsāra, der Leidenskreislauf der Wesen. Immer ist Wahrnehmung von Geborenwerden, Altern, Sterben, Geborenwerden, Altern, Sterben – unendlich.

Und nun nennt Potthapādo die verschiedenen im Gespräch geäußerten Meinungen der Asketen über das Entstehen und Vergehen der Wahrnehmung:

*Da haben denn einige gesagt: „Ohne Anlass, ohne Grund gehen dem Menschen Wahrnehmungen auf und unter; zu einer Zeit, in der Wahrnehmungen aufgehen, nimmt man wahr, zu einer Zeit, in der Wahrnehmungen untergehen, nimmt man nicht wahr.“ So haben einige das Schwinden der Wahrnehmung erklärt. Da-rauf hat ein anderer gesagt:*

*„Das scheint mir doch, mein Lieber, nicht so zu sein. Denn die Wahrnehmungen sind das Selbst, das (in den Körper) einsteigt und aussteigt. Zu einer Zeit, in der es einsteigt, nimmt man wahr, zu einer Zeit, in der es aussteigt, nimmt man nicht wahr.“ So haben andere das Schwinden der Wahrnehmung erklärt.*

*Dann wieder hat einer gesagt: „Nicht doch, mein Lieber, scheint mir dies der Fall zu sein. Es gibt Aske-*



*ten und Brahmanen von großer Macht, großer Gewalt, die können dem Menschen Wahrnehmungen aufdrängen und abdrängen. Zu einer Zeit, in der sie aufdrängen, nimmt man wahr, zu einer Zeit, in der sie abdrängen, nimmt man nicht wahr.“ So haben dann andere das Schwinden der Wahrnehmung erklärt.*

*Darauf hat wieder einer gesagt: „Doch wohl nicht so, mein Lieber, will es mir scheinen. Denn es gibt ja Himmelswesen, Geister von großer Macht, großer Gewalt, die können dem Menschen Wahrnehmungen aufdrängen und abdrängen. Zu einer Zeit, in der sie aufdrängen, nimmt man wahr, zu einer Zeit, in der sie abdrängen, nimmt man nicht wahr.“ So haben wieder andere das Schwinden der Wahrnehmung erklärt.*

Einige meinen also, ohne Grund entstehen und schwinden Wahrnehmungen. Andere meinen, die Wahrnehmungen seien das Selbst, das in den Körper ein- und aussteigt. Andere wieder sagen, dass mächtige Asketen und Brahmanen oder geistmächtige himmlische Wesen den Menschen Wahrnehmungen aufdrängen und abdrängen. So haben die Asketen verschiedene Gründe für das Entstehen und Vergehen von Wahrnehmungen genannt, aber Potthapādo geht es hauptsächlich um das Schwinden der Wahrnehmung, denn das wäre Frieden:

*Da ist mir, o Herr, eben an den Erhabenen die Erinnerung aufgestiegen: „Ja, der Erhabene, der Willkommene, der wird gewiss dieser Dinge kundig sein!“ Der Erhabene, o Herr, kennt das, der Erhabene weiß den Hergang beim Schwinden der Wahrnehmung. Wie kommt nun, o Herr, bei der Wahrnehmung das Schwinden zustande? –*

*Wenn da, Potthapādo, jene Asketen und Brahmanen dort so gesprochen haben: „Ohne Anlass, ohne Grund*

*gehen dem Menschen Wahrnehmungen auf und gehen unter“, so ist das vollkommen falsch. Und warum? Weil ja, Potthapādo, aus einem Anlass, einem Grund dem Menschen Wahrnehmungen aufgehen und untergehen: Durch Übung geht die eine Wahrnehmung auf, und durch Übung geht die andere Wahrnehmung unter. Welcher Art ist die Übung?*

In seiner Antwort verwirft der Erwachte ausdrücklich die erste Anschauung. Zu den anderen nimmt er keine Stellung. Sie enthalten Wahres: Geistmächtige Lehrer können uns Einsichten, Wahrnehmungen vermitteln, die wir vorher nicht hatten, aber nachdem wir sie gehört haben, anerkennen müssen. Jen-seitige können unser Denken beeinflussen, uns andere Wahrnehmungen vermitteln. Die Auffassung, dass von einem übergeordneten Ich, einem Selbst, die Wahrnehmungen ausgehen, ist eine Behauptung, zu der erst Stellung genommen werden kann, wenn geklärt ist, welcher Art dieses Selbst sei. Aber dass jedes Wesen durch sein Denken, sein Bewerten, sein Beurteilen seinen Charakter und damit sein Tun und Lassen und damit seine Wahrnehmungen verändern kann und ja auch ständig verändert, diese wichtigste Einsicht ist in der Diskussion nicht zur Sprache gekommen. Sie wird hier vom Erwachten als „Übung“, als gelenktes Denken bezeichnen. Wir würden es „Selbsterziehung“ nennen.

Im Folgenden nennt der Erwachte nun den von ihm oft gegebenen, auf die Aufhebung allen Leidens gerichteten Übungsweg, den sogenannten *Tathāgata-Gang*<sup>247</sup>, dessen Übungen eine völlige Umwandlung des Charakters bewirken, die die beste nur denkbare Transformation der Wahrnehmung zur Folge haben, u.a. auch das Schwinden der Wahrnehmung. Aber zunächst sei kurz wiederholt, wie die Wahrnehmungen durch die Triebe bedingt und diese wiederum durch bewertendes Denken der Wahrnehmungen bedingt ist.

---

<sup>247</sup> Der Weg des zum Heil Gegangenen

Der Erwachte lehrt mit seiner ganzen Lehre, wie der Übende seine Wahrnehmung immer mehr verbessern kann. Wenn man im Herzen immer liebender, rücksichtsvoller wird, dann nimmt man auch immer mehr Situationen wahr, die rücksichtsvoll, hell, erfreulich, harmonisch sind. Und so wird auch das Erleben von Welt anders als vorher. Denn die Welt, die wir erleben, ist das Spiegelbild unserer Herzensqualität. So wie jedes Traumbild nicht aus dem Nichts kommt, sondern eine Ursache hat, und zwar von den unterschiedlichen wogenden Gemütsstimmungen aus Tageserlebnissen und Gedankenbildern jüngerer bis ältester Vergangenheit gebildet wird – so hat erst recht unsere viel mehr zusammenhängende und kontinuierliche Tageswahrnehmung, also unser gesamtes Erleben, eine sehr reale und substantielle Herkunft. Diese besteht nur eben nicht in einer „realen objektiven Welt da draußen“, von welcher wir meinen, wir würden von ihr eben durch unsere Wahrnehmungen wissen, sondern die Herkunft der als real erlebten Welt besteht in der Beschaffenheit des Herzens mit seinen Trieben, Neigungen, Drängen, Wünschen und Vorstellungen.

Solange wir Neigungen, Wünsche, Verlangen, Vorstellungen haben, so lange werden wir auch wahrnehmen. Der Erwachte zeigt, wie man durch rechte Anschauung und Bewertung das Herz zuerst von allem Dunklen befreit – wodurch man nirgends mehr dunkle Welt wahrnimmt –, dann von allem Mittelmäßigen, und wie man sich später auch von allem Hellem und Hellstem befreit. Dann hört Wahrnehmen auf. In den Augenblicken, in denen Wahrnehmen zuerst nur für einen Moment aufhört und dann wiederkommt, da merkt einer, der das bei sich erfährt, dass alle Wahrnehmung doch nur eine Verdunkelung des Nirvāna ist. Mit der Wahrnehmung fängt das Verdunkeln an und fangen Schmerzen an. Je mehr Wahrnehmung, um so mehr Dunkelheit, um so mehr Schmerzen – je nach den Qualitäten des Herzens. Darum: Je sauberer das Herz, um so heller unsere Wahrnehmung, um so größer unser Wohl. Wenn das Herz vollkommen sauber ist, frei von Begeh-

ren jeglicher Art, dann schwindet die letzte Wahrnehmung, dann ist vollkommenes Wohl ohne Veränderung.

### Der vollständige Übungsweg: Die Transformation

Der Erwachte lehrt einen Übungsweg zur Erhellung und Verbesserung der Wahrnehmung, der in den Reden viele Male in stets gleichem Wortlaut beschrieben wird. Er beginnt damit, dass ein Wahrheitssucher dem Erhabenen begegnet und durch ihn und seine Darlegung der vier Heilswahrheiten die Wahrheit über das Dasein und über die Möglichkeit der Heilsfindung verstehen lernt. Dadurch versteht er dann: Der gesamte Samsāra – mein jetziges Menschenleben wie alle meine früheren Leben in allen Daseinsformen – ist bedingt durch Wahrnehmung. Diese Wahrnehmung ist bedingt durch die Befleckungen des Herzens, durch die dunkle Gemütsverfassung, die wiederum bedingt ist durch in den Geist aufgenommene falsche Anschauung über das, was zu Wohl oder Wehe führt.

Indem nun einer durch den Erhabenen über den wahren Zusammenhang aller Leidensentstehung aufgeklärt worden ist, da weiß er auch, dass er durch geeignete Übung die schmerzlichen und dunklen Wahrnehmungen völlig auflösen kann, indem er nämlich aus seinem Gemüt und Geist alle üblen und dunklen Gesinnungen, alle Rücksichtslosigkeit und Härte ausrodet und in seinem Tun und Lassen sich um eine Lebensführung bemüht, durch die er keinem Lebewesen mehr schadet und Leid zufügt.

So erlangt er durch die Weisheit die Tugend, also durch das klare Wissen um die Entstehung und Auflösung aller Leidensdinge auch den Willen zu einem tauglichen, tugendlichen Lebenswandel im praktischen Tun und Lassen.

*Da erscheint der Erhabene in der Welt, der Heilgewordene, vollkommen Erwachte, der im Wissen und Wandel Vollendete, der zu unserem Heil gekommene Kenner der Welt. Er ist der unübertreffliche Lenker derer,*

*die erziehbar sind, ist Meister der Götter und Menschen, erwacht, erhaben. Diese Welt samt ihren Geistern, den weltlichen und den reinen, samt ihren Scharen von Asketen und Brahmanen, Göttern und Menschen, hat er selber in unbegrenzter Wahrnehmung erschaut und erfahren, und so lehrt er sie kennen. Er verkündet eine Lehre, die nach Inhalt und Aussageweise schon von Anfang an hilfreich zum Guten führt, in ihren weiteren Teilen immer weiter fördert und mit ihrer letzten Aussage ganz hinführt zum Heilsstand. Er führt den vollständig abgeschlossenen, lautereren Reinheitswandel in der Welt ein.*

*Diese Lehre hört ein Hausvater oder der Sohn eines Hausvaters oder einer, der in anderem Stande neugeboren ward. Nachdem er diese Lehre gehört hat, fasst er Vertrauen zum Vollendeten. Von diesem Vertrauen erfüllt, denkt und überlegt er: „Ein Gefängnis ist die Häuslichkeit, ein Schmutzwinkel, der freie Himmelsraum die Pilgerschaft. Nicht wohl geht es, wenn man im Hause bleibt, das völlig geläuterte, völlig geklärte Asketentum Punkt für Punkt zu erfüllen. Wie, wenn ich nun mit geschorenem Haar und Barte, mit fahlem Gewande bekleidet, aus dem Hause in die Hauslosigkeit hinauszöge?“ So gibt er denn später einen kleinen Besitz oder einen großen Besitz auf, hat einen kleinen Verwandtenkreis oder einen großen Verwandtenkreis verlassen und ist mit geschorenem Haar und Barte, im fahlen Gewande vom Hause fort in die Hauslosigkeit gezogen.*

## 1. Die Tugendregeln

*In reiner Zucht gezügelt, lauter in der Lebensführung, vor geringstem Fehl auf der Hut, kämpft er beharrlich, Schritt um Schritt. In Taten und Worten pflegt er heilsamen, vollkommen reinen Lebenswandel.*

Der Läuterungsweg, auf welchem man sich langsam, aber von Grund aus über sein bisheriges inneres Sein und damit auch sein äußeres Tun hinaus entwickelt, beginnt mit den sogenannten Tugendregeln <sup>248</sup>, die zur Entwicklung einer sanften Begegnungsweise mit allen Lebewesen führen. Der vollständige Läuterungsweg besteht aus drei großen Etappen, zwischen welchen zwei einschneidende Transformierungen der gesamten Seinsweise des Übenden liegen. Die erste Etappe ist die Übung in Tugend. In dem Wort „Üben“ liegt zweierlei: Es kann am Anfang anstrengend sein, wenn es gegen die gewohnten Neigungen durchgesetzt wird, und es muss immer wiederholt werden, bis die Wiederholung allmählich zur Gewöhnung wird.

In dem Bemühen, die Tugendregeln einzuhalten, beobachtet der ernsthafte Nachfolger im Lauf der Jahre und Jahrzehnte bei sich eine Erhöhung und Erhellung seines inneren Wesens. So wie ein Schiff in einer Schleuse von einem niedrigeren Wasserspiegel nach und nach gehoben wird, bis es die gleiche Höhe mit dem oberen Wasserspiegel gewonnen hat, und wie sich ihm damit eine ganz andere neue Sicht auftut – so auch erfährt der durch die Tugendübung sich erhebende und erhellende Mensch eben dadurch eine sich verändernde und zuletzt unvergleichlich hellere Gemütsverfassung, mit welcher er von allen früher gespürten Widerwärtigkeiten, Hindernissen und Dunkelheiten in gar keiner Weise mehr berührt wird. Sie sind für ihn geradezu „nicht mehr da“. Schon mit dieser Erfahrung geht ihm eine Ahnung von der Gültigkeit der Grundaussage

---

<sup>248</sup> ausführlich beschrieben in „Meisterung der Existenz“ S. 372ff.

des Erwachten auf, dass alle Dinge nicht an sich so da sind, wie wir sie erleben, sondern dass die Beschaffenheit des eigenen Herzens, das Maß an Gier, Hass, Blendung allein die Qualität unseres Erlebens zwischen Glück und Qual bestimmt.

Ja, noch mehr: Für den nur nach außen gewandten Menschen geht aus solcher Entwicklung fast Unfassbares hervor. Der Erwachte drückt es aus: *Wenn er diese Entwicklung der heilenden Begegnungsweise vollendet hat, dann erwächst bei ihm ein inneres Wohl der Unbedrohtheit.* Er sagt, dass ein solcher Mensch für seine gesamte Zukunft – also die unendliche über Tod und Leben hinausgehende Zukunft – nicht irgendwo und irgendwie noch Gefahr fürchtet. Nach allen Religionen und ausweislich der Geschichte führt der sittenlose Lebenswandel, das hemmungslose begehrlische Süchten und das gehässige, niederträchtige Handeln, über kurz oder lang unweigerlich zu harter Begegnung, zu Schmerzen, Leiden und Entsetzen – und führt der sittlich reine Lebenswandel, führen Milde, Hilfsbereitschaft, Nachsicht und Güte zu der sanften Begegnung, zu allem Glück der Lebewesen. Darum darf, wer sich zu jenem sittlich lauterem Lebenswandel durchgerungen hat, ganz sicher sein, dass das ihm jetzt noch begegnende Unliebe und Schmerzliche, das Ernte ist aus seinem früheren untugendhaften Handeln, nach und nach abnehmen, sich mindern und verschwinden wird und dass in zunehmendem Maße das Erwünschte und Ersehnte eintreten wird.

Dafür gebraucht der Erwachte ein sehr deutliches Gleichnis (D 2): So wie ein Kriegerfürst, der seinen Todfeind überwunden und vernichtet hat und selbst voll gerüstet und kampfesfähig dasteht, nun von keiner Seite mehr Angriff und Gefahr zu erwarten hat – so stehe der Mensch in seinem Leben, der sich – ausgerüstet mit der heilenden rechten Anschauung – nun auch nach und nach völlig zu der rechten heilenden Begegnungsweise umgebildet hat: kein dunkler schleichender Gewissensdruck, keine sorgenden Vorstellungen durch innere Mahnungen, vielmehr sieht er einen offenen Weg in immer

lichtere Zukunft vor sich, die auch durch keinen Tod beendet wird.

Diese Auflösung der Todesfurcht ist mit einer Frucht allein schon dieser Entwicklung der heilenden Begegnungsweise; denn wenn nicht schon vorher, so gelangt der Mensch spätestens durch die mit der heilenden Begegnungsweise verbundene Einübung und Umwandlung seiner inneren Triebe – jener Triebe, die ihn vorher zu mehr rohem, rauem, rücksichtslosem Vorgehen bewegten – mehr und mehr zu der Einsicht, dass die Triebe im Gegensatz zu seinem sterblichen Körper zeitlos bestehen und überhaupt sein inneres Leben und Wollen sind, während der Körper nur die von diesem Leben und Wollen bewegte Marionette ist. Auf dem Weg der Tugendentwicklung stellt er sich mehr und mehr auf die Seite dieser seiner Bewegkräfte.

Und wenn er sich überhaupt noch mit etwas identifiziert, dann nicht mit dem Körper, sondern mit den inneren Bewegkräften. Und da er gerade diese als für alles Leiden und alle Dunkelheit verantwortlich sieht, so entwickelt er immer mehr Tatkraft und Beharrlichkeit zu deren Reinigung, Erhellung und Auflösung.

## 2. Zügelung der Sinnesdränge

Als weitere Übung nennt der Erwachte:

*Hat der Mönch mit dem Luger eine Form erblickt, mit dem Lauscher einen Ton gehört, mit dem Riecher einen Duft gerochen, mit dem Schmecker einen Geschmack geschmeckt, mit dem Taster eine Tastung getastet, mit dem Geist ein Ding erkannt, so beachtet er weder die Erscheinungen noch damit verbundene Gedanken (Assoziationen). Da Begierde und Missmut, üble und unheilsame Gedanken den, der die Sinnesdränge nicht*



*bewacht, gar bald überwältigen, so übt er diese Bewachung, wacht aufmerksam über die Sinnesdränge.*

*Wenn er diese Entwicklung der heilenden Zügelung der Sinnesdränge vollendet hat, dann erwächst bei ihm ein inneres ungetrübtes Wohl.*

Die Übung in der Zügelung der Sinnesdränge, die in vollem Umfang und als ausschließliche Übung nur dem abgeschieden lebenden Mönch möglich ist, bildet den Übergang zur Entwicklung der zweiten Transformierungs-Etappe, des *samādhi*, der Herzenseinigung. Das Gegenteil von Herzenseinigung ist die Zwiespältigkeit, die Gespaltenheit des Erlebens zwischen Ich und Umwelt. Wir erleben uns als Ich einer Umwelt gegenüber. Diese Erlebensweise bezeichnet der Erwachte als *avijjā*, d.h. als einen geistigen Eindruck, dem die Wirklichkeit nicht entspricht, der traumhaft, wahnhaft ist. So wie wir im Traum uns als „Ich, anderen Lebewesen oder Dingen begegnend“ vorfinden, so geschieht es auch im alltäglichen „wachen“ Erleben. Diese Wahnsituation des gesamten Begegnungslebens gilt es zu überwinden. Dazu bildet die Übung in der Zügelung der Sinnesdränge den ersten Schritt.

Daraus schon sehen wir, diese Zügelung der Sinnesdränge kann nur ein solcher üben, der durch die Lehre des Buddha begriffen hat, dass die Erlebnisweise der Zwiespältigkeit (in Pāli *papañca*, d.h. ein ‚Gegenüber‘ erleben) ein Wahn und eine Krankheit ist, die es in der Gesundheit, im Auferwachen in die Wirklichkeit, nicht gibt. Darum vergleicht der Erwachte sich mit einem Arzt, der dem Kranken zur Genesung, zur Aufhebung des Wahns, verhilft. Nur wer von der Erkenntnis durchdrungen ist, dass seine gegenwärtige Erlebensweise eine Krankheit ist, kann auf die Dauer die Zügelung der Sinnesdränge so durchführen, dass sie für ihn tatsächlich den Eingang zur Herzenseinigung bildet.

Eine weitere Voraussetzung, um die Zügelung der Sinnesdränge beharrlich durchführen zu können, besteht darin, wie

sich jeder aufmerksame Leser denken kann, dass der Übende „an sich selbst Genüge hat“, dass er in sich eine Sicherheit, Heiterkeit und Wärme empfindet, die ihn eigenständig macht. Diese muss zuvor erworben sein, und sie wird erworben durch die Tugendübung, die Übung in der sanften Begegnung, in der liebenden, aufmerksamen Zuwendung zu dem jeweils begegnenden Lebewesen. Die erste der drei großen Übungsetappen, die Läuterung des Begegnungslebens, muss also deutlich ausgereift sein, ehe der Übende in die zweite Etappe eintritt.

Aus der vollendeten Tugenderhellung verspricht der Erwachte das Wohl der Unbedrohtheit – und das bedeutet die völlige Freiheit von Furcht und Beklemmung vor etwaigem künftigem Schicksal. Aber aus der Übung der Zügelung der Sinnesdränge, wenn sie zur Beruhigung der Sinnesdränge geführt hat, verspricht der Erwachte ein „ungetrübtes Wohl“, und das bedeutet die endgültige Überwindung dessen, was nach Aussage des Erwachten und nach unserer dann eigenen Erfahrung ununterbrochen aufkommt, wenn man die Süchtigkeit weiterhin nach außen rasen lässt, nämlich: Begehren und Missmut, üble, unheilsame Gedanken.

Das Anbränden von Sinnensucht und bei Nichterfüllung von Missmut ist auch von dem in Tugend Entwickelten so lange nicht zu vermeiden, als die sechsfachen Dränge noch wie wilde Tiere nach außen drängen. Ist aber das Nach-außen-Drängen überwunden, so ist auch eine starke Beruhigung dieses ständigen Wechsels zwischen Suchtanwandlungen und Missmut oder Verdrossenheit und damit eine große innere Befriedigung eingetreten.

### 3. Klarbewusste Handhabung des Körpers

*Klarbewusst kommt er und geht er, klarbewusst blickt er hin, blickt er weg, klarbewusst regt und bewegt er sich, klarbewusst trägt er des Ordens Gewand und Almosenschale, klarbewusst isst und trinkt, kaut und schmeckt er, klarbewusst entleert er Kot und Harn,*

*klarbewusst geht und steht und sitzt er, schläft er ein, wacht er auf, spricht er und schweigt er.*

Der normale Mensch tut die hier genannten Dinge, wie Kommen und Gehen, Hinblicken und Wegblicken, Essen, Trinken usw., meistens weder bewusst noch hat er sie sich besonders vorgenommen. In dieser Übung aber geht es darum, dass man sich klarbewusst zum Gehen und Kommen usw. entschließt und von Anfang an diese bewusst gewollten Handlungen auch beobachtet. „Klarbewusst“, d.h. ebenso viel wie: klar gewollt, mit Absicht, nicht ohne Absicht. Das bedeutet, dass der Geist des sich Übenden, dessen Aufmerksamkeit sozusagen der ständige Begleiter des Körpers wird, ihn zu jeder mit dem Körper geschehenden Handlung bewusst einsetzt, die betreffende Haltung und Handlung fortlaufend beobachtet und bewusst einstellt zu einer neuen Haltung und Handlung.

Wenn der Leser einmal den Versuch macht, diese Übung einige Zeit bei sich durchzuführen, dann wird er erfahren, dass sein Geist fast dauernd bewegt wird von Zuneigungen und Abneigungen gegenüber diesen oder jenen Dingen in seiner Umgebung, von sorgenden, wünschenden, hoffenden Gedanken, und dass er unterdessen unversehens schon wieder einige Körperbewegungen gemacht hat, ohne sie zu beobachten. Daraus wird er erfahren, welche Wucht hinter den tausend Herzensregungen des normalen Menschen steht, die seinen Körper als einen willenlosen Roboter einsetzen für dieses oder jenes, was sie wünschen oder ablehnen. Das alles ist durch die vorherigen Übungen schon zum allergrößten Teil aufgehoben und gemindert. Der Rest an Neigungen, der bis jetzt noch besteht, kann durch die inzwischen erworbene Disziplin, Weisheitskraft und Sammlung beherrscht werden, so dass die Aufmerksamkeit trotz hier und da noch abwegiger Gedanken doch bei der Handhabung des Körpers bleiben kann.

Der Mönch, der durch die Tugendläuterung hell und selbstständig geworden ist, durch die weiteren Übungen von dem größten Teil der körperlichen und seelischen Willkür befreit

ist, der hat nur noch wenig auf die Welt gerichtete Anliegen; er hat inzwischen den Körper mehr und mehr als ein mechanisches seelenloses Gerät zur sinnlichen Erfahrung der Welt durchschaut, und darum kann er mit wenigen auf die Welt gerichteten Wünschen, mit einer großen inzwischen erworbenen Ruhe den Körper aus der naiven Identifikation mit dem Ich allmählich herauslösen und ihn selbst zum Gegenstand der Betrachtung machen und damit zum Gegenüber, zum Stück der Welt machen. Dadurch findet eine Transzendierung der Ich-Vorstellung statt, die aus der Körperlichkeit herausführt.

#### 4. Zufriedenheit

In dem Bewusstsein der geringeren Verletzbarkeit ist der Übende bei sich zufrieden, und diese Zufriedenheit pflegt er nun bewusst nach Anweisung des Erwachten als nächstes:

*Er ist zufrieden mit dem Gewand, das seinen Leib bedeckt, mit der Almosenspeise, die sein Leben fristet. Wohin er auch pilgert, nur mit dem Gewand und der Almosenschale versehen pilgert er. Gleichwie da etwa ein beschwingter Vogel, wohin er auch fliegt, nur mit der Last seiner Federn fliegt, ebenso auch ist ein Mönch zufrieden mit dem Gewand, das seinen Leib bedeckt, mit der Almosenspeise, die sein Leben fristet. Wohin er auch wandert, nur damit versehen wandert er.*

Zufriedenheit ist untrennbar gebunden an Genügsamkeit, Bedürfnislosigkeit. Darum spricht der Erwachte in seinen Anleitungen zur inneren Übung meistens zuerst von der Genügsamkeit und dann von Zufriedenheit. Es ist verständlich, dass ein Mensch mit vielen Wünschen kaum zufrieden zu stellen ist. Die Wunschhaftigkeit als Eigenschaft verurteilt den Träger zu rastlosem Umherschauen und lässt leicht Missgunst und Neid

aufkommen. Sie ist ein uferloses Verlangen: Wovon man auch immer in verlockender Weise hört, darauf richtet man gleich sein Wünschen. Zufriedenheit aber heißt: nach innen gehen, bei sich selber still werden, in sich heiter, die ständig anbrandende Vielfalt ignorieren.

Im Grund ist es der Übergang vom Habenwollen zum Seinwollen. Der hochsinnige Mensch empfindet bei sich: „Durch das Habenwollen werde ich abhängig von dem Äußeren, werde Sklave der Dinge. Aber mit dem Streben, selber ein die Mitmenschen verstehender, hilfsbereiter, wohlthuender Mensch zu sein, werde ich unabhängiger, größer und heller.“ Und das ist ein wesentlicher Schritt auf dem Weg der Heilentwicklung.

## 5. Aufhebung der fünf Hemmungen

*Nachdem der Heilsgänger in heilender Tugend reif geworden ist, sich die heilende Zügelung der Sinnesdränge ganz erworben hat, mit heilendem klarem Bewusstsein bei der gesamten Handhabung des Körpers ausgerüstet ist, von heilender Zufriedenheit erfüllt, sucht er nun einen abgelegenen Ruheplatz auf, einen Hain, den Fuß eines Baumes, eine Felsengrotte, eine Bergesgruft, einen Friedhof oder einen stillen Wald oder ein Streulager im Freien. Nach dem Mahl, wenn er vom Almosengang zurückgekehrt ist, setzt er sich mit verschränkten Beinen nieder, den Körper gerade aufgerichtet, und richtet seine Aufmerksamkeit auf seine geistigen Vorgänge.*

*Er hat weltliches Begehren verworfen, begierdelosen Gemüts (ceto) verweilend, reinigt er sein Herz (citta) von sinnlichem Begehren.*

*Er hat Antipathie bis Hass verworfen. Im Gemüt ohne Ablehnung gegen Wesen verweilend, pflegt er zu*

*allen Wesen Liebe und Mitempfinden. So reinigt er das Herz von Antipathie bis Hass.*

*Er hat träges Beharren im Gewohnten verworfen; frei von Trägheit verweilt er, die beschränkte Weltperspektive durchbrechend, die erhellende Freiheit von Beengung wahrnehmend, klar bewusst reinigt er das Herz von tragem Beharren im Gewohnten.*

*Er hat Erregbarkeit, geistige Unruhe verworfen; unerregbar verweilend, beruhigten Gemütes reinigt er das Herz von Erregbarkeit und geistiger Unruhe.*

*Er hat Daseinsunsicherheit, Daseinsbangnis abgetan. Frei von Daseinsunsicherheit verweilend, fraglos geworden über die Heilsentwicklung, reinigt er das Herz von Daseinsunsicherheit.*

*Während er so die fünf Hemmungen in sich aufgehoben erkennt, wird er freudig bewegt.*

Die fünf als Hemmungen bezeichneten Eigenschaften sind Triebe, Verstrickungen des Herzens, die sich im Geist, im Denken zeigen. Wenn ein Mensch aus einer dieser trübenden Eigenschaften heraus sinnt und denkt, dann ist er von dieser Hemmung besetzt, d.h. die betreffende Eigenschaft zeigt sich zwar durchaus nicht immer bei ihm, aber zu einer Zeit, in der sie sich bei ihm zeigt, ist er durch diese Eigenschaft gehemmt, hält sie sein Denken, sein Gemüt besetzt. Dann kann er nicht das Große denken. Aber zu einer Zeit, in der diese Herzenseigenschaft sich in seinem Denken nicht zeigt, indem er durch geistige Beschäftigung mit der Lehre oder aus Fürsorge für die Mitmenschen darüber steht, ist er von dieser ungunen Herzenseigenschaft im Augenblick nicht gehemmt, sie lähmt dann im Augenblick nicht seinen Geist, sein Denken.

Bei den meisten fünf Hemmungen heißt es: „Mit einem so und so gearteten Gemüt (*ceto*) verweilend, reinigt er das Herz (*citta*) von diesen Hemmungen.“ Selbst bei den Hemmungen,

bei denen es nicht ausdrücklich heißt „im Gemüt frei von“ ist doch immer das Gemüt (*ceto*) gemeint, d.h. die augenblickliche Gemütsstimmung mit entsprechenden Gedanken. Die Zeiten, in denen der Übende im Gemüt, also vorübergehend, frei ist von der Neigung zu diesen fünf verschiedenen Reizungen durch die Weltlichkeit, obwohl sie latent – im Herzen – noch vorhanden sind, kann und muss er dazu benutzen, sich in seinem Geist deutlich die Schädlichkeit der fünf Hemmungen vor Augen zu führen, das Niedere der Besessenheit von diesen üblen Eigenschaften zu bedenken und zu betrachten. Indem er ihre Schädlichkeit betrachtet, da wird das Herz geneigt zu dem Nichtschädlichen. Wenn er im Gemüt, in der augenblicklichen Geistesverfassung, von den hemmenden Vorstellungen frei ist, darüber steht, dann kann er sie negativ bewertend betrachten, kann das darüber hinausführende Denken weiter pflegen, über die augenblicklich unter ihm liegende Art der Hemmungen nachdenken. Damit mindert er sie in seinem Herzen, d.h. die Grundneigung, wieder in sie zurückzufallen, wird etwas geringer. Von Betrachtung zu Betrachtung wird sie im Herzen geringer, und je geringer sie im Herzen ist, um so häufiger steht er in seinem Gemüt über ihnen.

Erst wer in dieser Übungsreihe so weit gediehen ist, dass er das Hinaussteigen über die fünf Hemmungen und das Wiedereinfallen in sie schon oft erlebt hat, dem geht es um diese letzte Reinigung. Das Herz mit Gier, Hass, Blendung ist der Grundherd, aus dem die trübenden Neigungen aufsteigen und das Gemüt durchziehen und umziehen, es hemmen, ungetrübt zu erkennen. Darum muss er sein Herz davon reinigen, sonst kommen irgendwann wieder die dunkleren Neigungen über ihn, selbst wenn er augenblicklich im Gemüt frei von ihnen ist.

Diese Übung bildet den letzten Teil der Brücke des Übergangs vom Vielfaltserleben (*papañca*) zu der Lebensform der seligen Einheit (*samādhi*). Mit den hier genannten Übungen löst der Übende gar schwere Haken, welche das Herz des Menschen an die Welt binden, nach und nach heraus, oder besser gesagt: die bunten Bilder, die aus der sinnlichen Ge-

bundenheit das Gemüt des Menschen beherrschen, blasst er immer mehr durchschauend ab und radiert sie aus, so dass er nun in einer sicheren Eigenhelligkeit steht und darum noch weit weniger abhängig ist von den Sinneseindrücken. Nach dieser Vorbereitung bildet die Aufhebung der fünf Hemmungen die Beseitigung des letzten weltlichen Andranges.

#### 6. Herzenseinigung, Herzensfrieden (*samādhī*)

*Während er so die fünf Hemmungen in sich aufgehoben erkennt, wird er freudig bewegt. Freudig bewegt, erfährt er geistige Beglückung bis Entzückung. Ist der Geist beglückt, werden die Sinnesdränge des Körpers still. Durch das Stillwerden der Sinnesdränge erfährt er inneres Wohl. Inneres Wohl erfahrend, erreicht er weltunabhängige Herzenseinigung.*

Herzenseinigung heißt, dass der Mensch im Lauf der Zeit die Unterschiede zwischen Ich und Umwelt immer mehr angeglichen, eingeebnet, aufgelöst hat. Die erste Angleichung ist das Bemühen um Tugend, indem der Übende nicht mehr darauf achtet, ob die Dinge, die ihm begegnen, angenehm oder unangenehm sind, ob sie die begehren oder die gehassten sind, sondern ob er Lebewesen wehtut oder wohltut. Dadurch schon werden die Kontraste zwischen „angenehm“ und „unangenehm“ geringer. Die Folge dieser Haltung, dem Mitwesen nicht weh zu tun, sondern wohl zu tun, ist es, dass der Übende Ablehnung und Abneigung gegenüber den Mitwesen in sich mindert und eine helle, wohlwollende Gesinnung allen Lebewesen gegenüber entwickelt. Das ist die Grunderhellung des Herzens, die Minderung aller Herzenstrübungen, die Erhellung, Erhöhung des Grundgefühls. Das ist das Heraussteigen aus dem dunklen Sumpf des Missmuts zu einer fast unantastbaren inneren Hellmütigkeit. Durch die Tugendentwicklung in diesem erweiterten Sinn nimmt die sinnliche Bedürftigkeit



immer mehr ab, damit nimmt auch die Spannung, der Abstand zwischen Anziehung und Abstoßung („Gier“ und „Hass“, *rāga* und *dosa*) ab, damit nehmen die extremen Berührungsgefühle wie Wollust und Ekel immer mehr ab, damit nimmt die durch die Gefühle hervorgerufene Blendung (*moha*) immer mehr ab, und damit nehmen Klarblick und Wahrblick immer mehr zu.

Der Weg zur Löschung der Sinnensucht-Wahrnehmung  
führt über die Seligkeit der Entrückungen

### Die erste Entrückung

Ein Mensch, der in seinem Geist immer mehr hohe Vorstellungen pflegt und sich bewusst ist, so auf dem Weg zu sein, der aus allem Leiden herausführt in immer mehr Wohl, sucht die äußere und innere Stille. Er erlebt in der Zurückgezogenheit jene Ruhe und Einheit, von der in allen Kulturen die tieferen und leiseren Stimmen als von dem Frieden künden, der erst dort beginnen kann, wo man nicht mehr von Befriedigung zu Befriedigung hetzt und jagt. In der Welt der Vielfalt ist man dem Blendwerk der herandrängenden Erlebnisse ausgesetzt, wird von ihnen bewegt und hin und her gerissen. Bei dieser Unruhe gehen einmal gefasste bessere Entschlüsse leicht wieder unter. Wenn der Übende im Alleinsein öfter weisheitliche Einsichten hat oder im Gemüt Frieden empfindet, dann wächst der Wille zur inneren und äußeren Abgeschiedenheit. Der Erwachte bezeichnet die Abgeschiedenheit als einen Schild, der vor manchen Pfeilen Māros beschützt (S 45,4).

Die geistige Freude in der Abgeschiedenheit (*paviveka-pīti*) ist die mit keiner weltlichen Freude vergleichbare helle innere Beglückung über die Gewissheit, auf diese Weise der Erlösung näher zu kommen. In allen Religionen preisen die geistlich Übenden die Abgeschiedenheit:

*Wer oft und oft sich laben kann  
am Kelch der Abgeschiedenheit,*

*am süßen Kelch der sel'gen Ruh,  
der bleibt von Angst und Untat frei,  
der kostet Wahrheitsseligkeit. (Dh 205)*

Als Wahrheitsseligkeit werden die weltlosen Entrückungen bezeichnet. Und der Reifezustand der ersten Entrückung beschreibt die Seligkeit, die aus der Abgeschiedenheit hervorgeht:

*Da verweilt der Mönch abgeschieden von weltlichem Begehren, abgeschieden von allen heillosen Gedanken und Gesinnungen in stillem Bedenken und Sinnen. Und so tritt die aus innerer Abgeschiedenheit geborene Entzückung und Seligkeit ein, der erste Grad weltloser Entrückungen.*

*Dem geht die frühere Wahrnehmung aus Sinnen-sucht (kāma-saññā) unter, und eine aus Abgeschiedenheit geborene Entzückung und Seligkeit, eine feine Wahrheits-Wahrnehmung (sukhuma sacca-saññā) geht zu dieser Zeit auf. Aus Abgeschiedenheit geborene Entzückung und Seligkeit, eine feine Wahrheit nimmt er zu dieser Zeit wahr. So kann durch Übung die eine Wahrnehmung aufgehen, durch Übung die andere Wahrnehmung untergehen. Das aber ist Übung.*

Bei weltvergessenen hohen Vorstellungen tritt aus großer innerer Freude eine „Verzückung“ (*pīti*) im Geist ein, die alle geistige Aufmerksamkeit auf sich lenkt und damit von den Sinnen abzieht, so dass der Mensch nicht mehr durch die Augen nach außen blickt, durch die Ohren nach außen horcht, sondern über alle sinnliche Wahrnehmung hinaustritt, weil er der inneren Seligkeit ganz hingegeben ist. Entrückung bedeutet, dass durch das Aufbrechen eines inneren Glücksgefühls die fünffache sinnliche Wahrnehmung für eine Zeitlang stillsteht, so dass der Übende damit der gesamten Weltwahrnehmung völlig entrückt ist.

Von diesem Vorgang heißt es: *Wenn der Geist verzückt ist, wird der Körper gestillt.* Die rasante programmierte Wohlerfahrungssuche, das ununterbrochene Lugen vom Geist aus durch die Augen nach außen, das Lauschen durch die Ohren, das Riechen durch die Nase usw. – all dieses Süchten kommt zur Ruhe. Die programmierte Wohlerfahrungssuche steht still. Die Berührungen des Wollenskörpers mit den Formen, Tönen usw., die die Erfahrungen auslösen, finden nicht statt.

Diese beiden schmerzlichen Dauervorgänge – Berühren und Erfahren, die der Erwachte mit dem Nagen von Insekten an offenen Wunden und ständigen Schwerthieben vergleicht – ist der Mensch vom Mutterleib an gewohnt. Und weil er nichts anderes kennt, bemerkt er sie in seinem Bewusstsein gar nicht, obwohl diese Schmerzen ununterbrochen da sind – diese fallen nun zum ersten Mal in dem Reifezustand, der die Entrückungen einleitet, fort. Das Freiwerden von der lebenslänglich gewohnten schmerzlichen Sinnestätigkeit löst ein nie geahntes, alles durchdringendes Wohl, Frieden und selige Ruhe aus:

*Gestillten Körpers fühlt er ein alles durchdringendes Wohl; vom Wohl durchtränkt, wird das Herz geeint.*

*Das Herz ist geeint:* Da ist kein Ankommen von Welteindrücken und kein Weggehen von Welteindrücken. Da ist nur ein stilles friedvolles Denken des Geistes über hohe, erhellende, befriedende Wahrheiten, die vom Erwachten gehört und verstanden worden sind.

Im Anfang sind solche Entrückungen, falls sie überhaupt auftreten, meistens nur sehr kurz, aber wenn man wieder der Welt gewahr wird und die rasante Tätigkeit der Sinne wieder einsetzt mit ihren Schmerzen und Störungen – dann erst hat man einen Maßstab und damit eine Vergleichsmöglichkeit, um das Begegnungsleben als eine furchtbare, schmerzliche Mühsal zu erkennen und zu empfinden. Darum heißt es (S 48,40), dass erst dem von der ersten Entrückung Zurückgekommenen der schmerzliche Grundzustand unseres „normalen“ Lebens bewusst wird.

## *Wahrheits-Wahrnehmung geht auf*

Erst bei den Entrückungen spricht der Erwachte vom Untergehen der Sinnensucht-Wahrnehmung (*kāma-saññā-nirodha*). Die Erhellung des Sinnensucht-Erlebens wird nicht als wesentliche Veränderung der Wahrnehmung bezeichnet. Erst durch die weltlosen Entrückungen, das Schwinden der Sinnensucht-Wahrnehmung wird eine andere Dimension erlebt, ein Transzendieren in feine Wahrheits-Wahrnehmung (*sukhuma sacca saññā*). Diese gewaltige Veränderung der Wahrnehmung kann kein Asket oder Jenseitiger von außen bewirken. Sie ist nur möglich durch eigene Läuterung.

Welcher Art ist die Wahrheits-Wahrnehmung?

Bei der Wahrnehmung der Sinnendinge heißt es: Form und Gefühl wird wahrgenommen, und das bezeichnet der Erwachte als Blendung, Täuschung, die Ich und Welt vorspiegelt: „Hier (beim Ich) wird empfunden, was da (in der Welt) passiert.“

Während der weltlosen Entrückungen (besonders während der zweiten, dritten und vierten, in welchen auch keinerlei Denken stattfindet) wird nichts festgestellt und nichts erkannt; dort ist nur seliger Friede. Aber wenn sich der Betreffende durch die sinnliche Wahrnehmung wieder seines Leibes und der Umwelt bewusst wird, sich wieder als dort sitzend erlebt, wenn also sein Geist wieder ein „Vorher“ und „Nachher“ feststellt – dann weiß er, dass er vor dem Wiedereintritt in die sinnliche Wahrnehmung in einer wunderbaren Seligkeit gelebt hatte, in einer Seligkeit, die mit nichts verglichen werden kann, was durch die sinnliche Wahrnehmung bisher erlebt wurde. Es war eine Wahrnehmung, welche kein Ich und keine Welt anbot, sondern nur bildlosen, ichlosen, seligen Frieden. Da war nicht Form, nicht Raum und nicht Zeit, sondern nur der Zustand des Friedens ohne Form, ohne Ort, ohne Raum, ohne Zeit.

Die programmierte Wohlerfahrungssuche steht in den Entrückungen still (M 138), keine Berührung zwischen Sinnesorganen mit den innewohnenden Trieben und Formen werden

von den Trieben erfahren und darum keine darauf folgende geistige Tätigkeit. In dieser Formfreiheit wird nur helles, seliges Gefühl wahrgenommen, und das klingt in der dritten Ent-rückung ab und ist ab der vierten ganz still. Der Erleber ist eigenwahrnehmig (*saka-saññī*), nicht weltwahrnehmig (*loka-saññī*). Das eigene innere helle Grundgefühl spiegelt nicht noch eine Welt, nicht Form, nicht Raum, nicht Zeit.

Was ist Welt? Der Erwachte antwortet:

*Die Gewohnheitsbande, immer heranzutreten, zu ergreifen, Stellung zu nehmen, dabei zu verbleiben – das ist praktisch diese Welt. (S 12,15)*

und

*Diese fünf Begehrensdränge sind es, die in der Wegweisung des Vollendeten „Welt“ genannt werden. (A IX,38)*

und der Erwachte sagt zu Rohitasso:

*Hier in diesem Körper (mit den Sinnesdrängen) mit Wahrnehmung und Geist, da ist die Welt.*

Der Erwachte vergleicht den normalen von ihm noch nicht belehrten Menschen mit einem von einem Giftpfeil getroffenen und darum in Todesgefahr stehenden Menschen. (M 105) Das tödliche Gift am Pfeil gilt für *avijjā*, welches meistens mit *Nichtwissen* übersetzt wird, aber in Wirklichkeit *Falschwissen, wahnhaftige Vorstellung* bedeutet. Unsere lebenslängliche sinnliche Wahrnehmung, die uns zu unserer Weltauffassung und Weltgläubigkeit geführt hat, vergleicht der Erwachte mit einer Luftspiegelung, einer Fata Morgana. (S 22,95 u.a.) Diese Welt, die wir auf Grund der Wahrnehmung zu erleben glauben, ist eine Einbildung, Imagination – *māyā*. Unsere Welterfahrung kommt nicht, wie wir glauben, von einer draußen befindlichen Welt, sondern wird von den Trieben der Psyche, von unseren Zuneigungen und Abneigungen projiziert. Ganz wie im Traum der Eindruck eines Ich in der Welt entsteht, aber nach dem Erwachen eingesehen werden muss, dass diese Dinge nicht in einer Welt erlebt, sondern von der Psyche entworfen wurden,

ganz ebenso gilt für alle wahren Kenner des Lebens unsere Wahrnehmung als Fiebertraum, eben als Falschwissen.

Der Pfeil selbst, der schmerzlich im Körper gefühlte, gilt für den Durst, für unser tausendfältiges Verlangen und Ersehnen von diesen und jenen Befriedigungen durch die trügerischen Formen, Töne, Düfte, das Schmeck- und Tastbare und Gedanken. So „lebt“ also der normale unbelehrte Mensch durch diesen vergifteten Pfeil, durch seinen wahnhaften Glauben an eine Welt und durch seinen schmerzlich drängenden Durst nach den vorgestellten Formen, Tönen, Düften, dem Schmeck- und Tastbaren und den Gedanken geradezu in einem geistigen Tod: eine von innen kommende traumhafte Wahrnehmung hält er für äußeres „wirkliches“ Geschehen und handelt danach. Das ist sein Wahn.

Sind aber die Begehrensdränge aufgehoben – und sei es auch nur zeitweilig in den weltlosen Entrückungen –, so hört auch die täuschende Welterscheinung mit Kommen und Gehen und ständiger Todesdrohung auf.

Die Wahrheits-Wahrnehmung, die durch die erste Entrückung entsteht, ist eine relative, sie wird immer feiner und wahrer bis zur vierten weltlosen Entrückung, die eingeleitet wird durch Aufhebung von Wohl- und Wehgefühl. Damit ist sie dem vollkommenen Nibbāna ganz nahe, der letzten und höchsten Wahrheit, wo kein Gefühl und damit keine Wahrnehmung erscheinen. Das ist das Wahre (*tathatta*=Soheit, das was so ist, wie es scheint), vollständige Freiheit von Schmerz, ein über alle Sagbarkeit hinausgehender Friede durch Aufhebung aller fünf Zusammenhäufungen.

Weil die weltlosen Entrückungen neben dem seligen Frieden die gewaltige Überzeugungskraft haben hinsichtlich der Schattenhaftigkeit aller Erscheinung, darum bezeichnet der Erwachte sie als *sambodhisukha*, als ein Wohl, das zur Erwachung führt.

Aber noch viele andere Einsichten und Erkenntnisse bringt die Erfahrung der weltlosen Entrückung, die Erfahrung von Formfreiheit, mit sich. Wenn sie vorüber ist und der Erfahrer

seinen Leib am alten Ort sitzen sieht, dann erinnert er sich, dass er in jenem Zustand himmlischen Wohlgefühls nichts von seinem Leib wusste. So sagt *Seuse*:

*Ob die Seele in dem Leib blieb oder von dem Leib getrennt war, das wusste er nicht, und fährt fort: Da er wieder zu sich selber kam, da war ihm in aller Weise als einem Menschen, der von einer anderen Welt gekommen ist. Und so spricht Augustinus von der Entrückung seines Innern in einen Zustand unsäglichen Glücks. Deutlicher noch sagt Meister Ekkehart: Und dann heißt der Mensch sinnlos und entrückt.*

So weiß also derjenige, der die weltlosen Entrückungen häufiger erlebt, dass es ein Leben ohne Leiblichkeit gibt. Er weiß aus Erlebnis und Erfahrung, also aus derselben Quelle, aus welcher auch jeder Mensch weiß, dass unser Leben mit Leiblichkeit verbunden ist: „Es gibt auch ein Leben ohne Leiblichkeit und ohne Weltlichkeit, und dieses überweltliche zeitlose Sein ist unendlich seliger, beglückender und vor allem überzeugender als der bisher lebenslänglich erfahrene Strom von einander folgenden Ereignissen und Geschehnissen, die zusammen als „Welt“ bezeichnet werden. Darum heißt es: *In Abgeschiedenheit geborene Entzückung und feine Wahrheitswahrnehmung geht auf.*

Wer die Entrückungen zum ersten Mal unversehens und plötzlich erlebt, dessen Vernunft kann dieses Erlebnis nur schwer verarbeiten und wird es allmählich wieder „vergessen“. Wer aber durch die zunehmende Säuberung und Erhellung seines Herzens immer mehr jenen seelischen Zustand gewinnt, den der Erwachte nennt: *Abgeschieden von weltlichem Begehren, abgeschieden von allen heillosen Gedanken und Gesinnungen*, der nimmt auch immer gründlicher Stellung zu diesem für ihn neuen „Leben“, setzt sich mit ihm auseinander. In diesem Prozess erkennt er seine durch diese überweltliche Erfahrung geborene höhere Vernunft, die Wirklichkeit

jener Weltlosigkeit und Zeitlosigkeit in Seligkeit, als Wahrheitswahrnehmung.

### Die zweite Entrückung

*Nach Verebbung auch des Bedenkens und Sinnens verweilt er in innerem seligen Schweigen, in des Gemüts Einigung. Und so tritt die von Denken und Sinnen befreite, in der Einigung geborene Entzückung und Seligkeit ein, der zweite Grad weltloser Entrückung.*

*Dem geht die frühere feine Wahrheits-Wahrnehmung unter, die aus der in Abgeschiedenheit geborenen Entzückung und Seligkeit entstand. Eine feine Wahrheits-Wahrnehmung geht zu dieser Zeit auf, die aus der in der Einigung geborenen Entzückung und Seligkeit entsteht. So kann durch Übung die eine Wahrnehmung aufgehen, durch Übung die andere Wahrnehmung untergehen. Das aber ist Übung.*

Der Erwachte gibt für die zweite Entrückung ein Gleichnis: Da ist ein spiegelklarer See mit kühlem, labendem Wasser; der hat keinerlei Zuflüsse von außen (die Sinneseindrücke schweigen), und es kommt auch kein Regen von oben (jede Geistes-tätigkeit schweigt vollkommen), sondern er wird nur gespeist von einer unterirdischen, kühlen, reinen Quelle. Das bedeutet: Der Grundzustand, die reinere Herzensverfassung macht einen solchen Menschen aus sich selbst zu diesem seligen Frieden fähig, ganz ohne sinnliche wie auch geistige Anregungen und Berührungen. Aus der Zuwendung zu allen Lebewesen, aus Wohlwollen, Schonung und Fürsorge in seinem Gemüt hat er eine andere Freudenquelle entwickelt und zu einer immer größeren Wärme, Glut und Helligkeit gebracht und ist so von dem sinnlich körperlichen Wohl immer mehr zu dem Wohl seines Gemüts „umgestiegen“, mit dem Erfolg, dass er durch die



Entwicklung von innerem Glück unabhängig von der Welt geworden ist. Dazu kommen die Anblicke der gewaltig erweiterten Horizonte aus der Lehre des Erwachten. Er weiß, wie der von den Sinnen gespeiste Daseinstraum immer heller, zarter werden und zu den erhabenen Dimensionen der Himmel sich entwickeln kann. Und er weiß auch, dass das der Weg ist, auf dem er einmal alle sinnliche Wahrnehmung, die irdische und die himmlische, übersteigt durch das Aufleuchten des inneren selbstständigen Wohls aus einem reinen Herzen. Auch das Wort von *Jesus: Selig sind, die reinen Herzens sind, denn sie werden Gott schauen*, ist ein Hinweis in diese über alles Endliche hinausweisende Entwicklung.

Auf diesem Weg ist der belehrte Heilsgänger nun schon viele Male in die erste und in die noch stillere, seligere – da auch vom Denken freie – zweite Entrückung eingetreten und hat damit ein Wohl erfahren, für das alle Maßstäbe, die man aus der sinnlichen Wahrnehmung entnehmen kann, gar nicht ausreichen. Auf Grund dieser Erfahrungen ist er nun „endgültig“ umgestiegen, von aller weltlichen Wohlsuche fort zu der inneren eigenständigen Seligkeit. Das wiederholte Erlebnis dieser beiden Entrückungen hat ihm eine Kraft und eine Überzeugung gegeben, von welcher er vorher keine Ahnung hatte. Und dieses ebenso freudige wie unbeirrte Vorgehen und das immer wieder erneute Kosten aus dem beglückenden Kraftquell der ersten und zweiten Entrückung hat dazu geführt, dass das fünffache sinnliche Begehren (*kāma*) fast restlos aufgelöst ist. Damit ist er zu einem völlig anderen Lebenszustand gekommen, durch den nun auch der dritte Grad der weltbefreiten Entrückung möglich wird:

## Die dritte Entrückung

*Mit der Beruhigung auch des Entzückens lebt er oberhalb und außerhalb von allem sinnlichen Wohl und Wehe in unverstörtem Gleichmut (upekhā) klar und bewusst in einem solchen körperlichen Wohlsein, von welchem die Heilskenner sagen: „Dem in erhabener Ruhe klar bewusst Verweilenden ist wohl.“ Ein solcher gewinnt den dritten Grad der weltlosen Entrückung.*

*Dem geht die frühere feine Wahrheits-Wahrnehmung unter, die aus der in der Einigung geborenen Entzückung und Seligkeit entstand. Eine feine Wahrheits-Wahrnehmung geht zu dieser Zeit auf, die durch das Wohl unverstörten Gleichmuts entsteht. Er nimmt eine feine Wahrnehmung wahr, die durch das Wohl unverstörten Gleichmuts entsteht. So kann durch Übung die eine Wahrnehmung aufgehen, durch Übung die andere Wahrnehmung untergehen. Das aber ist Übung – sagte der Erwachte.*

Der Wortlaut *Mit der Beruhigung des Entzückens* lässt erkennen, dass die Fähigkeit zu diesem dritten Grad der weltbefreiten Entrückung bedingt ist durch das Aufhören der sinnlichen Bedürftigkeit. Solange diese noch bestand und das Herz auf die sinnliche Wahrnehmung aus war zum Zweck der sinnlichen Befriedigung – da konnte die weltbefreite Entrückung nur durch jenes übergroße „Entzücken“ eintreten, das aus höheren und reineren Betrachtungen im Geist und Gemüt aufbrach. Nur dieses Entzücken konnte die geistige Aufmerksamkeit so stark auf sich nach innen ziehen, dass darüber die altgewohnte sinnliche Suche nach außen für eine kürzere Zeit zur Ruhe kam und damit erst das unvergleichliche Wohl oberhalb der Sinnlichkeit erfahren werden konnte.

Nun ist aber ein großes geistiges Wachstum des Heilsgängers eingetreten, er ist von der Sinnlichkeit ganz befreit. Die

fünffache schmerzliche Wunde des Körpers: die in den Augen wohnende Sucht nach Sehen, die in den Ohren wohnende Sucht nach Hören, die in der Nase wohnende Sucht nach Düften, die in der Zunge wohnende Sucht nach Säften, die dem ganzen Körper innewohnende Sucht nach körperlichem Tasten ist vollkommen geheilt. Und nun erst durch die Beruhigung des Wollenskörpers wird jenes dauernde körperliche Wohlsein erfahren, *von welchem die Heilskenner sagen: „Dem in erhabenem Gleichmut klar bewusst Lebenden ist wohl.“* Die quälende Sinnensucht ist aufgehoben; keine Sucht, mit den Augen nach Formen zu jagen, mit den Ohren nach Tönen usw., treibt ihn. Der von der Sinnensucht Befreite lebt körperlich endgültig in erhabener Ruhe und Leichtigkeit. Über diesen körperlichen Zustand, der über alle menschliche Vorstellung von irdischem Wohl und himmlischem Wohl ungeahnt hinausgeht, empfindet er in seinem Geist eine stille Freude. – Das ist für längere Zeit das Lebensgefühl des von der Sinnensucht endgültig Befreiten und damit zur dritten Entrückung Fähigen, das ihn auch außerhalb der Entrückungen begleitet.

Aber geistige Freude ist nach ihrer Natur kein Dauerzustand, denn sie kommt immer nur dadurch auf, dass ein bisher gewohnter Zustand sich verbessert hat. Sie schwindet nicht nur dann, wenn jene eingetretene Verbesserung wieder aufhört, sondern schwindet selbst dann, wenn man diesen verbesserten Zustand allmählich gewohnt wird, d.h. wenn die Erinnerung an den früheren schlechteren Zustand allmählich verblasst. Aber das Verblassen der geistigen Freude über den erworbenen Zustand der erhabenen Ruhe und Leichtigkeit ist keine Verringerung, sondern eine Vermehrung des Wohls. So wie der Neureiche sich freut in Erinnerung an die kürzlich erst überwundene Armut, aber der an Reichtum Gewöhnte seines Wohlstands sicher und darum ruhig sein kann – so und noch mehr erhöhen sich Wohl und Sicherheit des von der Sinnensucht endgültig Befreiten im Laufe der Gewöhnung. Das erst ermöglicht die höchste Entrückung:

## Die vierte Entrückung

*Nachdem er über alles Wohl und Wehe hinausgewachsen ist, alle frühere geistige Freudigkeit und Traurigkeit völlig gestillt hat und in einer über alles Wohl und Wehe erhabenen Reinheit lebt, da erlangt er die vierte Entrückung und verweilt in ihr.*

*Dem geht die frühere feine Wahrheits-Wahrnehmung unter, die durch das Wohl unverstörten Gleichmuts entstand. Eine feine Wahrheits-Wahrnehmung geht zu dieser Zeit auf, die durch Abwesenheit von Wehe und Wohl entsteht. Er nimmt eine feine Wahrheit wahr, die durch Abwesenheit von Wehe und Wohl entsteht. So kann durch Übung die eine Wahrnehmung aufgehen, durch Übung die andere Wahrnehmung untergehen. Das aber ist Übung.*

In einer Lehrrede aus der Gruppierten Sammlung (S 48,40) gibt der Erwachte einen Überblick über die vier Arten von körperlichem und geistigem Gefühl, die in den vier Entrückungen nacheinander untergehen. Dort heißt es, dass durch die in der Abgeschiedenheit geborene Entzückung und das selige Wohl, das die erste Entrückung einleitet, der erfahrene Leidenszustand (*dukkhindriya*) – nämlich die sinnliche Wahrnehmung – restlos untergeht. Durch dieses Erlebnis weiß der Erfahrer aus eigenem Erleben, dass die Sinnensucht-Wahrnehmung in den weltlosen Entrückungen verschwunden ist wie nie gewesen, dass sie Traum, Wahn ist, selbst eingebildet. Das ist die Wahrheits-Wahrnehmung, die durch die erste Entrückung gewonnen wird.

Bei dem Reifezustand, der die zweite Entrückung einleitet, in dem das Denken zur Ruhe gekommen ist, geht jeder erfahrene Zustand der Bekümmernis (*domanassindriya*) unter, und

aus Herzenseinigung geborene Entzückung und seliges Wohl geht auf.

Der Übende, der den Reifegrad der dritten Entrückung erlangt hat, der von sinnlichen Trieben frei ist, fühlt durch das Freisein von Spannungen im Triebkörper (*nāma-kāya*) das Wohl des Gleichmuts. Die Triebe sind ja Spannungen, Unerfülltheiten, die in M 75 als das Jucken von Aussatzwunden beschrieben werden. Sind diese aufgehoben, wird Wohl erlebt: *Ein Wohl erlebt er im Körper, von welchem die Heilskenner sagen: „Dem in erhabenem Gleichmut klar bewusst Verweilenden ist wohl.* Der Zustand körperlich erfahrbaren Wohls (*sukhindriya*) ist durch die Gestilltheit der Triebe, des Triebkörpers (*nāma-kāya*) untergegangen. Es besteht nur noch eine gewisse geistige Freudigkeit über diesen Zustand, die der Übende aber als nicht mit ihm verbunden erfährt, es ist das im Geist entstandene Wohl des Gleichmuts.

Bei dem Reifezustand, der die vierte Entrückung einleitet, geht das Wohl des Gleichmuts unter, d.h. alle geistige Freudigkeit (*somanass-indriya*), alles vorher empfundene Wohl über das Abgetanhaben von Wohl und Wehe geht unter, und eine über alles Wohl und Wehe erhabene Reinheit geht auf. Dieser Zustand ist dem Nirvāna ganz nahe.

Ein Herz, das in der vierten Entrückung mit Gleichmut erfüllt ist, ist so völlig entweltet, dass es eben darum als reines Herz bezeichnet wird. Das Wesen des reinen Herzens in der Entrückung ist es, dass einem solchen die ganze Vielfalt der Welt nicht mehr erscheint. In der vollkommenen Reine der vierten Entrückung ist alle Blendung, alle Einbildung und Täuschung von Welterscheinung fort, an die glaubend, der Geist im Wahn lebt. (M 44) Dass ein der Weltkrankheit Entwachsener außerhalb der Entrückungen, wenn er sich des Körpers in der Welt bedient, noch die Mitwesen bemerkt, liegt daran, dass er in der ersten Zeit seines Lebens als normaler Mensch wahrgenommen und darum in seinem Geist eine Weltvorstellung mit Beziehungen zur Mitwelt gepflegt hat. Aus diesen Beziehungen ist durch seine innere Reinigung

Wohl und Wehe, Zuneigung und Abneigung fast ganz herausgezogen, und was für den normalen Menschen die „bunte Welt mit ihren Freuden und Leiden“ ist, davon ist für ihn nur eine zarte, dünne Skizze übrig geblieben, von welcher er immer wieder völlig zurücktreten kann in die Entrückung.

Wer den erhabenen Zustand der vierten Entrückung geradezu zu seiner „Heimat“ machen kann, den kann, wenn er sich außerhalb der Entrückungen befindet, die sinnliche Wahrnehmung nicht im Geringsten mehr reizen. Er lebt in einem Frieden, der nicht mehr erschüttert werden kann.

Durch die Erfahrung des Friedens der weltlosen Entrückungen ist die negative Bewertung der gesamten Sinnendinge eine radikale, von einer unvergleichlichen Überzeugungskraft gegenüber dem, was die Erfahrer früher als Übende gegen das Erleben der Sinnenwelt unternahmen. Die weltlosen Entrückungen sind das entscheidende Erlebnis des Übenden. Der Erwachte bezeichnet sie als Tor zum Nibbāna (M 52) und als Wohl der Erwachung (M 66, 33, 139) für denjenigen, der die heilende rechte Anschauung hat. Erst das Erlebnis der weltlosen Entrückungen löst das bis dahin nicht lösbare Problem, um das es überhaupt geht, wie die Welt überwunden werden kann, wie man das Erleben von Welt verlieren kann. Die weltlosen Entrückungen reißen aus der Welt heraus – zum Ende der Welt, ohne das kein Nibbāna möglich ist: Das ist nicht durch „Wandern zum Ende der Welt“ möglich (s. Rohitasso A IV,45), sondern nur durch Vergessen der Welt. Dazu genügt schon, wie M 25 zeigt, die erste weltlose Entrückung allein. Nach dieser wird schon dasselbe gesagt wie nach den weiteren Entrückungen: *Geblendet hat er Māro. das Auge Māros seiner Sehkraft beraubt. (M 25)*

Der Erhabene selbst als noch nicht Erwachter hat alle anderen Wege zur Aufhebung der Triebe versucht bis an die Grenze der Körperzerstörung. Erst als ihm ein Jugenderlebnis, eine weltlose Entrückung, einfiel und er sich jenes Erlebnis wieder deutlich vor Augen führte, die vollkommene Freiheit von allen weltlichen Gedanken, den seligen Frieden und die daraus her-

vorgehende geistige Klarheit, da wurde ihm gewiss: „Das ist der Weg zur Überwindung der Sinnensucht.“ Durch seinen bisherigen Reinheitswandel, in dem er sich zu großer Heiligkeit des Gemüts und Reinheit des Herzens entwickelt hatte, konnte er diesen Zustand der Entrückung sehr bald wieder herbeiführen und erreichte damit die Aufhebung der Triebe. Aber auch jeder vom Erwachten belehrte Heilsgänger, der die weltlosen Entrückungen gewinnt und sich ihnen nicht ergreifend hingibt, sondern auch ihre Unbeständigkeit erkennt, ist fähig, durch das große erfahrene innere Wohl der weltlosen Entrückungen die Triebe aufzulösen. Von ihm wird gesagt (M 53):

*...und kann er die vier weltlosen Entrückungen, die das Herz erquicken, schon im Erdenleben beseligen, nach Wunsch gewinnen in ihrer Fülle und Weite, so heißt man ihn den Heilsgänger, der die Schritte des Kämpfers gegangen ist, fähig zur Durchbrechung und fähig zur Erwachung, fähig, die unvergleichliche Sicherheit zu gewinnen.*

*Gleichwie etwa, wenn eine Henne ihre Eier, acht oder zehn oder zwölf Stück gut bebrütet, gänzlich ausgebrütet hat; wie sollte dann nicht jener Henne der Wunsch kommen: „Ach, möchten doch meine Küchlein mit den Krallen oder dem Schnabel die Eischalen aufbrechen, möchten sie doch heil durchbrechen!“ Und die Küchlein sind fähig geworden, mit den Krallen die Eischale aufzubrechen und heil durchzubrechen.*

*Ebenso nun auch wird der Heilsgänger, sobald er tüchtig in Tugend ist, die Tore der Sinne hütet...und die vier weltlosen Entrückungen, die das Herz erquicken, schon im Leben beseligen, nach Wunsch gewinnen kann in ihrer Fülle und Weite, als solcher der Heilsgänger geheißen, der die Schritte des Kämpfers gegangen, ja, bis oben an die Verschalung gelangt ist, fähig zur Durchbrechung, fähig zur Erwachung, fähig, die unvergleichliche Sicherheit zu finden.*

Durch sinnliche „Gier“ und „Hass“ ist das Erlebnis „Körper“ so geworden, dass Gegenständlichkeit erfahren wird: „der Körper stößt gegen Dinge“. Solange der Körper so wahrgenommen wird, wäre ein totales Verneinen der Sinnesdränge für den Körper schädlich. Erst wenn Gier und Hass, die die Wahrnehmung eines materiellen Körpers schaffen, aufgelöst sind – und einer der letzten Grade der Auflösung geschieht dadurch, dass der Übende den Körper immer wieder mit diesem seligen Entrückungsgefühl durchtränkt – da kommen Gier und Hass ganz zur Auflösung – dann wird kein materieller Körper in materieller Welt mehr wahrgenommen.

### Formfreie Selbsterfahrungen

Von dem Mönch aber, der als Geheilte der „Beiderseitserlöste“, d.h. der Gemüt- und Weisheitserlöste genannt wird, werden noch vier weitere ablösende Übungen berichtet, die in unserer Lehrrede D 9 den vier weltlosen Entrückungen folgen:

*1. Weiter sodann, Potthapādo, gewinnt der Mönch nach völliger Überwindung der Form-Wahrnehmung, Vernichtung der Gegenstandswahrnehmungen, Verwerfung der Vielheit-Wahrnehmung in dem Gedanken „Unendlich ist der Raum“ die Vorstellung des unendlichen Raumes und verweilt in ihr.*

*Dem geht die frühere Form-Wahrnehmung unter. Eine feine Wahrheits-Wahrnehmung geht zu dieser Zeit auf, die durch die Vorstellung „Unendlich ist der Raum“ entsteht. Er nimmt eine feine Wahrheit wahr, die durch die Vorstellung „Unendlich ist der Raum“ entsteht. So geht durch Übung die eine Wahrnehmung auf, durch Übung die andere Wahrnehmung unter. Das aber ist Übung – sagte der Erwachte.*



Der bis hierhin vorgedrungene Heilsgänger kann die vier weltlosen Entrückungen gewinnen. Die sinnlichen Triebe sind aus dem Körper heraus. Welt wird nicht mehr als gegenständlich erlebt. Der Heilsgänger hat kein Interesse mehr am Wahrnehmen von Formen. Aber er hat den Zwang, an Formen zu denken, noch nicht aufgehoben. Deshalb wird er immer wieder die Formen bewusst aus der Aufmerksamkeit entlassen (s. auch die Übungen in M 121 und 122) und die Aufmerksamkeit ausschließlich auf die Vorstellung „ohne Ende ist der Raum“ richten. Die Vorstellung „Raum“ ist ein Korrelat zur Form. Solange Vielheit der Formen wahrgenommen wird, gibt es Zwischenräume, Begrenzungen. Sind Formen entlassen, gibt es keine Raumbegrenzungen mehr, entsteht die Vorstellung von der Unendlichkeit des Raumes. Der Gedanke „Raum ist ohne Grenzen“ führt zur Aufhebung der Vorstellung „Raum“.

*2. Weiter sodann, Potthapādo, gewinnt der Mönch nach völliger Überwindung der Vorstellung „Unendlich ist der Raum“ in dem Gedanken „Unendlich ist die Erfahrung (viññāna)“ die Vorstellung der unbegrenzten Erfahrung und verweilt in ihr.*

*Dem geht die frühere feine Wahrheits-Wahrnehmung, die durch die Vorstellung des unendlichen Raumes entstand, unter. Eine feine Wahrheits-Wahrnehmung geht zu dieser Zeit auf, die durch die Vorstellung „Unendlich ist die Erfahrung“ entsteht. Er nimmt eine feine Wahrheit wahr, die durch die Vorstellung „Unendlich ist die Erfahrung“ entsteht. So geht durch Übung die eine Wahrnehmung auf, durch Übung die andere Wahrnehmung unter. Das aber ist Übung – sagte der Erwachte.*

Nach Überwindung der Raum-Vorstellung steigt der Gedanke auf: „Form/Gegenstände, Raum sind lediglich Gedanken, Vorstellungen, Erfahrungen.“ Immer wird irgendetwas erfahren.

*Ohne Ende ist die Erfahrung.* Wenn Erfahrung nicht mehr ergriffen wird in dem Gedanken *Ohne Ende ist die Erfahrung* wird die Erfahrung negiert, entsteht die Vorstellung *Nichts ist da*. Aber auch das ist noch eine Vorstellung, eine Erfahrung.

3. *Weiter sodann, Potthapādo, gewinnt der Mönch nach völliger Überwindung der Vorstellung „Unendlich ist die Erfahrung“ in dem Gedanken „Es gibt nicht irgendetwas (n’atthi kiñci)“ die Vorstellung der Nicht-irgendetwasheit und verweilt in ihr.*

*Dem geht die frühere feine Wahrheits-Wahrnehmung, die durch die Vorstellung „Unendlich ist die Erfahrung“ entstand, unter. Eine feine Wahrheits-Wahrnehmung geht zu dieser Zeit auf, die durch die Vorstellung „Es gibt nicht irgendetwas“ entsteht. Er nimmt eine feine Wahrheit wahr, die durch die Vorstellung „Es gibt nicht irgendetwas“ entsteht. So geht durch Übung die eine Wahrnehmung auf, durch Übung die andere Wahrnehmung unter. Das aber ist Übung – sagte der Erwachte.*

Der Erwachte nennt drei hilfreiche Gedanken, Übungen, zur Erlangung der Vorstellung „Es gibt nicht irgendetwas“ (M 106):

1. *Nicht gehört mir etwas noch gehöre ich irgendetwem.*
2. *Leer ist dies von Ich, mir oder etwas.*
3. *Wo alle Wahrnehmungen aufhören, ist nichts da.*

Da ist gar kein Empfänger, der getroffen werden könnte, es gibt kein verletzbares Ich, dessen Wünsche befriedigt und das verteidigt werden müsste, es ist nur Einbildung, Traum, Wahn, dass es ein solches gebe. So nimmt der Übende die Nichtetwasheit zum Stützpunkt, indem er sich vor Augen führt: „Durch Wollen entsteht Wahrnehmung, durch Zuneigung, Abneigung entsteht Blendung – durch *rāga*, *dosa* entsteht mo-

ha. Ist Wollen aufgehoben, wird auch Wahrnehmen aufgehoben. Da ist nichts sonst, und es bleibt auch nichts übrig.“ Diese Vorstellungen führen den so weit Gereiften zum Anstreben der Aufhebung der Wahrnehmung: „*Wo auch die Wahrnehmung der Nichtetwasheit untergeht, das ist die Ruhe, das ist das Erhabene.*“ So erlangt er die *Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung.*“ (M 106) D.h. er nimmt wahr und auch nicht wahr im Wechsel. Der Erwachte bezeichnet diesen Zustand, wenn er ergriffen wird, als das höchste Ergreifen und die Spitze der Wahrnehmung:

*4. Wenn nun, Potthapādo, ein Mönch solcherart eigenwahrnehmig ist* <sup>249</sup>,  
*so erreicht er von dort, weiter fortschreitend, allmählich die Spitze der Wahrnehmung.*

*Steht er an der Spitze der Wahrnehmung, so sagt er sich: „Willentlich etwas in die Aufmerksamkeit zu nehmen, ist schlechter für mich. Besser ist es, nicht willentlich etwas in die Aufmerksamkeit zu nehmen. Wenn ich weiter willentlich etwas in die Aufmerksamkeit nehme, weiter aktiv bin (abhisankhāra), würde mir diese Wahrnehmung untergehen und eine andere gröbere Wahrnehmung aufgehen. Wie wenn ich nun nicht mehr willentlich etwas in die Aufmerksamkeit nehmen würde, nicht mehr weiter aktiv wäre?“ Und er nimmt nichts mehr willentlich in die Aufmerksamkeit und ist nicht weiter aktiv. Weil er nichts mehr willentlich in die Aufmerksamkeit nimmt, nicht mehr aktiv ist, geht diese Wahrnehmung unter und eine andere gröbere Wahrnehmung geht nicht auf. So erreicht er die Ausrodung von Gefühl und Wahrnehmung (saññā-*

---

<sup>249</sup> d.h. unabhängig von außen herantretenden Formen Wohl durch innere Helligkeit und Abgelöstheit in sich erfahren

*vedayita-nirodha) und dann auch die klar bewusste Wahrnehmung von der Ausrodung von Gefühl und Wahrnehmung.*

*Was meinst du, Potthapādo, hast du schon früher einmal so über klarbewusste Wahrnehmung von der Ausrodung von Gefühl und Wahrnehmung reden hören? –*

*Gewiss nicht, o Herr. – Solcherart verstehe ich die Rede des Erwachten: Wenn der Mönch eigenwahrnehmig ist, erreicht er, von dort weiter fortschreitend, allmählich die Spitze der Wahrnehmung. Steht er an der Spitze der Wahrnehmung, so sagt er sich: „Willentlich etwas in die Aufmerksamkeit zu nehmen, ist schlechter für mich. Besser ist es, nicht willentlich etwas in die Aufmerksamkeit zu nehmen. Wenn ich weiter willentlich etwas in die Aufmerksamkeit nehme, weiter aktiv wäre, würde mir diese Wahrnehmung untergehen und eine andere gröbere Wahrnehmung aufgehen. Wie wenn ich nun nicht mehr willentlich etwas in die Aufmerksamkeit nehmen würde, nicht mehr weiter aktiv wäre?“ Und er nimmt nichts mehr willentlich in die Aufmerksamkeit und ist nicht weiter aktiv. Weil er nichts mehr willentlich in die Aufmerksamkeit nimmt, nicht mehr aktiv ist, geht diese Wahrnehmung unter und eine andere gröbere Wahrnehmung geht nicht auf. So erreicht er die Ausrodung von Gefühl und Wahrnehmung und dann auch die klar bewusste Wahrnehmung von der Ausrodung von Gefühl und Wahrnehmung. –*

*Recht so, Potthapādo.*

Potthapādo wiederholt hier diese für ihn so wichtige Aussage des Erwachten über das Schwinden, das Untergehen der

Wahrnehmung, um sie sich Wort für Wort einzuprägen. An anderer Stelle heißt es über diesen Zustand:

*Nach völliger Überwindung der Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung erreicht er die Auflösung von Gefühl und Wahrnehmung (saññā-vedayita-nirodha). (D 33 IX); K.E.Neu-  
mann übersetzt „Auflösung der Wahrnehmbarkeit“. Wem das Erlebnis der Entrückungen zur Gewöhnung geworden ist und der Weltwahn immer ferner gerückt ist, wer in den Friedvollen Verweilungen, den formfreien Selbsterfahrungen, verweilt, einem solcherart an der Spitze der Wahrnehmung Stehenden empfiehlt der Erwachte, alle Absicht auf Wahrnehmung, auf Erfahrung aufzugeben im Hinblick auf noch größeres Wohl, das Wohl der Unverletzbarkeit. Der Weise, der der Erfahrung so lange anhing, als sein Blick durch sie Erweiterungen erfuhr, wendet sich nun von ihr ab wie ein Mensch, der sich an einer Speise gesättigt hat, sich dann von dieser abwendet:*

*Das ist der Friede, das ist das Erhabene, dieses Zur-Ruhe-Kommen aller Aktivität, dieses Zurücktreten von allem Gewordenen, dieses Aufhören des lechzenden Dürstens, die Entreizung, Auflösung, Erlöschung. (M 64)*

Im Ausfall von Gefühl und Wahrnehmung verweilt er im Ungewordenen jenseits aller Gewordenheiten und Wandelbarkeiten, im Unerregbaren, Unerschütterlichen und Unzerstörbaren.

Ist dieses unzerstörbare Wohl erreicht, dann ist die programmierte Wohlerfahrungssuche, die ruhelose Suche nach Wohl, endgültig zur Ruhe gekommen, aufgelöst und damit der Leidenskreislauf beendet.

Der Erwachte hat also Potthapādo mit seiner Darlegung gezeigt, dass durch Übung, durch Richtung der Gedanken auf eine Vorstellung, die Wahrnehmung immer mehr verfeinert werden kann, bis zur Entlassung aller Vorstellungen, bis zur Aufhebung allen Wollens.

*Es gibt mehrere Spitzen der Wahrnehmung*

Und nun fragt Potthapādo weiter:

*Sagt aber nun, o Herr, der Erhabene, dass es eine Spitze der Wahrnehmung gibt oder deren mehrere? –*

*Eine Spitze der Wahrnehmung gibt es, Potthapādo, und es gibt mehrere, sag ich.–*

*Inwiefern denn aber, o Herr, sagt der Erhabene, dass es eine Spitze der Wahrnehmung gibt und mehrere? –*

*Wo immer man an die Ausrodung kommt, da kommt man (vorher) an die Spitze der Wahrnehmung. Insofern sag ich, Potthapādo, dass es eine Spitze der Wahrnehmung gibt und dass es mehrere gibt. –*

Der Erwachte sagt hier also, von welchem Zustand einer auch immer die Auflösung der Wahrnehmung erfährt, das ist seine Wahrnehmungs-Spitze. Es wird in den Lehrreden berichtet, dass manche Heilsgänger schon nach der ersten, andere nach der zweiten und dritten Entrückung die Triebversiegung erreichten. Wenn in dem Erlebnis der Entrückungen das Ich-Welt-Erlebnis fortgefallen ist, dann ist das für viele Übende ein so großer Friede, ein so großes Wohl, dass es ihn befähigt, von allen Zusammenhäufungen, auch von der höchsten Wahrnehmung, zurückzutreten und damit die Ausrodung aller Triebe zu gewinnen. Jeder kommt von einer Spitze aus zur Erlösung, nämlich da, wo er nicht mehr ergreift. Das ist sein Tor zur Erlösung. In M 52 nennt Ānando im Gespräch mit einem Hausvater elf Tore zum Nirvāna: Vier Entrückungen, vier Strahlungen und die Vorstellungen: „Unbegrenzt ist der Raum“, „Unbegrenzt ist die Erfahrung“, „Nichts ist da“. Darauf erwidert der Hausvater:

*Gleichwie etwa, o Herr, ein Mann, der Zugang zu einem Schatz sucht, auf einmal elf Zugänge zu einem Schatz fände,*

*ebenso habe auch ich, der ich ein Tor zur Todlosigkeit suchte, auf einmal von elf Toren erfahren. Gleichwie etwa, o Herr, ein Mann, der ein Haus mit elf Toren hat, bei einer Feuersbrunst durch ein jedes Tor sich zu retten vermöchte, ebenso nun auch könnte ich, o Herr, durch ein jedes dieser elf Tore zur Todlosigkeit mich retten.*

Zuerst steigt Wahrnehmung auf, dann das Wissen

*Geht nun, o Herr, zuerst die Wahrnehmung auf und dann das Wissen oder zuerst das Wissen und dann die Wahrnehmung? Oder gehen Wahrnehmung und Wissen in ein und demselben Augenblick auf? –*

*Die Wahrnehmung geht zuerst auf, Potthapādo, und dann das Wissen. Wenn die Wahrnehmung aufgegangen ist, geht das Wissen auf. Man weiß nun: „Dadurch bedingt ist das Wissen aufgegangen.“ Man kann also merken, wie bedingt die Wahrnehmung zuerst aufsteigt und später das Wissen, wie da mit dem Aufgehen der Wahrnehmung das Wissen aufsteigt. –*

Zuerst also erleben wir einen Vorgang, und dann kennen/wissen wir, was wir erlebt und erfahren haben. Wir haben schon öfter bei den fünf Zusammenhäufungen besprochen: Durch die Berührung der Triebe im Körper mit der als außen erfahrenen Form (noch vorbewusstlicher Vorgang) werden Form und Gefühl wahrgenommen/bewusst. Oder: Durch die Berührung des Denktriebs im Geist mit den Geistesinhalten entsteht die Wahrnehmung von Gefühl und Gedanken, und dann erst entsteht die Erkenntnis, das Wissen als Gedankenassoziation, z.B.: „Diese feine Wahrnehmung ist aufgestiegen.“ Alles je durch Wahrnehmung Erfahrene wird je nach den Geistesinhalten des Übenden erkannt und beurteilt als Wirklichkeit: *Das gibt es, ich habe es selbst wahrgenommen.*

(A VI,63) Die Wahrnehmung ist der Lieferant für den Geist.

Die Wahrnehmung ist nicht mit „dem Selbst“ identisch

*Ist nun, o Herr, die Wahrnehmung des Menschen Selbst? Oder ist anders die Wahrnehmung und anders das Selbst? –*

*Was aber, Potthapādo, hältst du für das Selbst? –*

*Das Selbst nehme ich als grobstofflich an, aus den vier Hauptbeschaffenheiten entstanden, nimmt es grobstoffliche Nahrung zu sich. –*

*Wenn das Selbst grobstofflich wäre, aus den vier Hauptbeschaffenheiten entstanden, grobstoffliche Nahrung zu sich nehmend, so wäre doch deine Wahrnehmung anders als dein Selbst, Potthapādo. Folgende Tatsache muss gesehen werden, die zeigt, wie verschieden die Wahrnehmung und das Selbst sind. Gesetzt den Fall, Potthapādo, das Selbst wäre grobstofflich, aus den vier Hauptbeschaffenheiten entstanden, grobstoffliche Nahrung zu sich nehmend; so geht doch dem Menschen bald eine Wahrnehmung auf, bald eine andere unter. Auf Grund dieser Tatsache muss gesehen werden, dass Wahrnehmung und das Selbst verschieden sind. –*

*Als geistgebildet nehme ich das Selbst an, frei von Sinnesdrängen (abhindriya), fähig zur (geistmächtigen) Körpergestaltung. –*

*Wenn das Selbst geistgebildet wäre, frei von Sinnesdrängen, fähig zur (geistmächtigen) Körpergestaltung, so wäre doch deine Wahrnehmung anders als dein Selbst, Potthapādo. Folgende Tatsache muss gesehen werden, die zeigt, wie verschieden die Wahrnehmung und das Selbst sind. Gesetzt den Fall,*



*Potthapādo, das Selbst wäre geistgebildet, frei von Sinnesdrängen, fähig zur (geistmächtigen) Körpergestaltung, so geht doch dem Menschen bald eine Wahrnehmung auf, bald eine andere unter. Auf Grund dieser Tatsache muss gesehen werden, dass Wahrnehmung und das Selbst verschieden sind. –*

*Als formfrei nehme ich das Selbst an, durch Wahrnehmung gebildet. –*

*Wenn das Selbst formfrei wäre, durch Wahrnehmung gebildet, so wäre doch deine Wahrnehmung anders als dein Selbst, Potthapādo. Folgende Tatsache muss gesehen werden, die zeigt, wie verschieden die Wahrnehmung und das Selbst sind. Gesetzt den Fall, Potthapādo, das Selbst wäre formfrei, durch Wahrnehmung gebildet, so geht doch dem Menschen bald eine Wahrnehmung auf, bald eine andere unter. Auf Grund dieser Tatsache muss gesehen werden, dass Wahrnehmung und das Selbst verschieden sind. –*

*Ist es möglich, o Herr, dass ich erfahren kann, ob die Wahrnehmung des Menschen Selbst ist oder ob die Wahrnehmung und das Selbst verschieden sind? –*

*Schwer zu erfahren ist das, Potthapādo, für dich, du kannst es nur erfahren durch Hinblicken, Geduld, Hingabe, Anjochung und Anleitung (durch einen Lehrer), ob die Wahrnehmung des Menschen Selbst ist oder ob die Wahrnehmung und das Selbst verschieden sind. –*

Das Selbst – *atman* oder *atta* – ist immer schon das Grundproblem der Inder gewesen. Manche fassen das Selbst als grobstofflich auf, das mit dem Tode untergeht, andere fassen es als den Tod überdauernd, als geistgebildet auf, andere nur in Vorstellungen bestehend, glücklich und endlos. Nach der ersten Auffassung ist das Selbst körperidentisch: Ist der Kör-

per verfallen, ist auch das Selbst vernichtet, und damit gibt es auch keine Wahrnehmung mehr. Aber der Erwachte zeigt, dass das Selbst – wie es in der Auffassung der alten Inder besteht – und die Wahrnehmung zweierlei sind: Wahrnehmungen gehen auf und unter, entstehen und vergehen, ständig nehmen wir durch die Sinne etwas Neues wahr, aber das Selbst wird als etwas dauerhaft Bestehendes aufgefasst, und sei es nur, dass das Selbst so lange besteht wie der Körper. Also ist das Selbst nicht mit den Wahrnehmungen identisch, denn sonst müsste man sagen, dass das Selbst jeden Augenblick entsteht und vergeht wie die Wahrnehmungen. Jeden Augenblick haben wir eine andere Wahrnehmung. Wenn die Wahrnehmung das Selbst wäre, dann hätten wir jeden Augenblick ein anderes Selbst.

Unter *atta* (Selbst) verstanden die Inder einen immer und ewig sich gleich bleibenden, unwandelbaren Kern des Lebewesens (christlich „die ewige Seele“) als das eigentliche Wesen. Dagegen besagt die *an-atta-Lehre* des Erwachten, dass es einen solchen mit sich selbst identischen, gleich bleibenden Kern nicht gibt.

Da sich alle Religionslehrer aber auf Grund ihrer tieferen Menschenkenntnis darin einig sind, dass der Mensch sich ununterbrochen verändert und auf die Dauer sehr deutlich verändert, so besteht der Unterschied zwischen der *anatta-Lehre* des Buddha und den Aussagen anderer Religionen lediglich darin, dass die Letzteren der Auffassung sind, diese kontinuierlichen Veränderungen betreffen nie den Kern selbst, vielmehr habe sich dieses immer und ewig sich gleich bleibende „Selbst“ (oder „Seele“) aus seinem freien Willen in Verbindung mit Vergänglichem, Gebrechlichem eingelassen, ja, mit schmutzigen und niedrigen Dingen, sei nun daran gebunden und darin gefangen und müsse sich davon wieder befreien. Mit dieser Reinigung und Befreiung überwände es, dieses Selbst, diese Seele, alle Leiden und damit auch den Tod. So werde von diesem Selbst der ewige Friede gewonnen.

Dagegen hat der Erwachte, dem das gründliche Hinblicken bis zum Grunde gelungen ist, festgestellt, dass das Ganze, welches wir als „ich bin“ erfahren und als „ich erlebe“ erfahren, aus dem Zusammenspiel von fünf Komponenten besteht, die es eben an sich haben, dass sie den Eindruck einer Identität erwecken, dass aber dieser Eindruck eine bloße Täuschung ist.

Potthapādo fragt, ob es möglich sei, dass er erfahren könne, ob die Wahrnehmung das Selbst sei oder ob sie verschieden seien. Der Erwachte antwortet darauf, es bedürfe der Belehrung und des gründlichen Hinblicks. Das heißt, Potthapādo müsste erst gründlich über die Daseinsfaktoren, wie die fünf Zusammenhäufungen, belehrt werden, er müsste sie bei sich beobachten mit gründlichem Hinblicken, Geduld, Hingabe und Anjochung, dann könnte er bei dieser Beobachtung ihren Rieselcharakter sehen und würde feststellen, dass es da kein ewig sich gleich bleibendes Selbst gebe. Ähnlich sagt der Erwachte in anderen Reden (z.B. M 75): Das kannst du nicht auf der Stelle verstehen, es ist schwer, das zu erfahren. Komme in den Orden, sei du den Heilsgängern zugesellt, dann wirst du die Lehre hören. Durch diesen Hinweis ist Potthapādo etwas irritiert und weicht aus ins Äußerliche, bringt die bekannten vordergründigen Fragen vor, die damals viele Inder stellten. Diese Fragen weist der Erwachte ab, er habe sie nicht besprochen, weil sie nicht heilsam seien, nicht zum Heil führten.

Der Erwachte lehnt Meinungen ab,  
zeigt die vier Heilswahrheiten vom Leiden auf

*Wenn das, o Herr, für mich schwer zu erfahren ist, nur durch Hinblicken, Geduld, Hingabe, Anjochung und Anleitung (durch einen Lehrer), ob die Wahrnehmung des Menschen Selbst ist oder ob die Wahrnehmung und das Selbst verschieden sind – wie dann, o Herr, ist die Welt ewig und ist dies nur Wahrheit, Unsinn anderes? –*

*Das hab ich, Potthapādo, nicht gesagt: „Ewig ist die Welt, dies nur ist Wahrheit, Unsinn anderes.“ –*

*Wie dann, o Herr, ist die Welt nicht ewig und dies nur Wahrheit, Unsinn anderes? –*

*Das hab ich, Potthapādo nicht gesagt: „Nicht ewig ist die Welt, dies nur ist Wahrheit, Unsinn anderes.“ –*

*Wie dann, o Herr, ist die Welt begrenzt – endlos – Ist Leben und Leib ein und dasselbe oder sind Leben und Leib verschieden – besteht ein Vollendeter nach dem Tod – besteht ein Vollendeter nicht nach dem Tod – besteht und besteht nicht ein Vollendeter nach dem Tod – besteht weder noch auch besteht nicht ein Vollendeter nach dem Tod – dies nur ist Wahrheit, Unsinn anderes? –*

*Das hab ich, Potthapādo, nicht gesagt: „Die Welt ist begrenzt – endlos – Leben ist ein und dasselbe oder Leben und Leib sind verschieden – ein Vollendeter besteht nach dem Tod – ein Vollendeter besteht nicht nach dem Tod – ein Vollendeter besteht und besteht nicht nach dem Tod – ein Vollendeter besteht weder noch auch besteht nicht nach dem Tod – dies nur ist Wahrheit, Unsinn anderes.“ –*

*Warum aber hat das, o Herr, der Erhabene nicht gesagt? –*

*Weil es, Potthapādo, nicht heilsam ist, nicht den Tatsachen entspricht, weil es nicht zu den Grundlagen des Reinheitswandels gehört, weil es nicht zum Loslassen, zur Entreizung, zur Ausrodung, zur Beruhigung, zur durchdringenden Erkenntnis, zur Erwachung, zum Nirvāna führt. Darum ist dies von mir nicht gesagt worden. –*

*Was hat dann der Erhabene gesagt? –*

*„Dies ist Leiden“, das habe ich gesagt.*

*„Dies ist des Leidens Ursache,*

*dies ist des Leidens Ausrodung,  
dies ist der zur Leidensausrodung führende Weg.“*

*Das habe ich gesagt. –*

*Warum hat das, o Herr, der Erhabene gesagt? – Weil es, Potthapādo, heilsam ist, den Tatsachen entspricht, weil es zu den Grundlagen des Reinheitswandels gehört, weil es zum Loslassen, zur Entreizung, zur Ausrodung, zur Beruhigung, zur durchdringenden Erkenntnis, zur Erwachung, zum Nirvāna führt. Darum ist das von mir gesagt worden. –*

*So ist es, Erhabener, so ist es, Willkommener! – Wie es da jetzt, o Herr, dem Erhabenen beliebt mag. –*

Das ist eine freundliche Aufforderung zu gehen.

*Alsbald nun stand der Erhabene von seinem Sitz auf und ging fort.*

*Da sind denn jene Wanderasketen, bald nachdem der Erhabene gegangen war, auf Potthapādo, den Wanderasketen, von allen Seiten mit Worten eingestürmt und haben ihm den Vorwurf gemacht:*

*Da hat doch Herr Potthapādo, was der Asket Gotamo auch sagen mochte, ihm ganz und gar nur zugestimmt: „So ist es, Erhabener, so ist es, Willkommener!“ Und wir haben doch vom Asketen Gotamo keine eindeutigen Lehren vortragen hören, wie etwa ‚Ewig ist die Welt‘ oder ‚Nicht ewig ist die Welt‘, ‚Endlich ist die Welt‘ oder ‚Unendlich ist die Welt‘, ‚Leben und Leib ist ein und dasselbe‘ oder ‚Anders ist das Leben und anders der Leib‘, ‚Ein Vollendeter besteht jenseits des Todes‘ oder ‚Ein Vollendeter besteht nicht jenseits des Todes‘, ‚Ein Vollendeter besteht und besteht nicht nach dem Tod‘, ‚Ein Vollendeter besteht weder noch auch besteht nicht nach dem Tod‘. –*

So angesprochen sagte Potthapādo, der Wanderasket, zu den Wanderasketen dort: Auch ich, ihr Lieben, habe vom Asketen Gotamo keine eindeutigen Lehren vortragen hören, wie etwa ‚Ewig ist die Welt‘ oder ‚Nicht ewig ist die Welt‘ oder dergleichen mehr. Nichtsdestotrotz hat der Erwachte einen wirklichen, wahren, echten Weg aufgezeigt, der zum Ziel, zur Wahrheit führt. Da er einen wirklichen, wahren, echten Weg aufgezeigt hat, der zum Ziel, zur Wahrheit führt, wie könnte meinesgleichen als verständiger Mensch, was der Asket Gotamo trefflich gesprochen hat, als trefflich gesprochen nicht anerkennen? –

Als nun zwei oder drei Tage vergangen waren, ist Citto, der Sohn des Elefantenmeisters, mit Potthapādo, dem Wanderasketen, zum Erhabenen hingekommen. Dort angelangt, hat Citto, der Sohn des Elefantenmeisters, den Erhabenen ehrerbietig begrüßt und beiseite Platz genommen. Potthapādo aber, der Wanderasket, hat mit dem Erhabenen höflichen Gruß und freundliche, denkwürdige Worte gewechselt, bevor er beiseite Platz nahm. Beiseite sitzend, wandte sich Potthapādo, der Wanderasket, an den Erhabenen und sagte:

Letztens, o Herr, sind jene Wanderasketen, bald nachdem der Erhabene gegangen war, auf mich von allen Seiten mit Worten eingestürmt und haben mir den Vorwurf gemacht: Da hat doch Herr Potthapādo, was der Asket Gotamo auch nur sagen mochte, ihm ganz und gar nur zugestimmt: ‚So ist es, Erhabener, so ist es Willkommener‘, und wir haben doch vom Asketen Gotamo keine eindeutigen Lehren vortragen hören, wie etwa ‚Ewig ist die Welt‘ oder ‚Nicht ewig ist die Welt‘ oder dergleichen mehr. – So angesprochen, o Herr, hab ich zu den Pilgern dort gesagt: Auch ich, ihr Lieben, habe vom Asketen Gotamo keine eindeutigen Lehren

vortragen hören, wie etwa ‚Ewig ist die Welt‘ oder ‚Nicht ewig ist die Welt‘ oder dergleichen mehr. Nichtsdestotrotz hat der Erwachte einen wirklichen, wahren, echten Weg aufgezeigt, der zum Ziel, zur Wahrheit führt. Wie da könnte meinesgleichen als verständiger Mensch, was der Asket Gotamo trefflich gesprochen hat, als trefflich gesprochen nicht anerkennen? –

Alle jene Pilger, Potthapādo, sind blind und ohne Weisheit, du bist von ihnen der einzig Scharfsichtige. Denn ich habe Dinge aufgezeigt und erklärt, die eindeutig wahr sind und die nicht eindeutig wahr sind. Welche Dinge habe ich als eindeutig nicht wahr aufgezeigt und erklärt? ‚Ewig ist die Welt‘, das hab ich, Potthapādo, als nicht eindeutig wahr aufgezeigt; ‚Nicht ewig ist die Welt‘, das hab ich, Potthapādo, als nicht eindeutig wahr aufgezeigt. ‚Begrenzt ist die Welt‘ – ‚Endlos ist die Welt‘ – ‚Leben und Leib ist ein und dasselbe‘, ‚Anders ist das Leben und anders der Leib‘, ‚Ein Vollendeter besteht jenseits des Todes‘, ‚Ein Vollendeter besteht nicht jenseits des Todes‘, ‚Ein Vollendeter besteht und besteht nicht nach dem Tod‘, ‚Ein Vollendeter besteht weder noch auch besteht nicht nach dem Tod‘ – das hab ich, Potthapādo, als nicht eindeutig wahr aufgezeigt. Und warum hab ich, Potthapādo, diese Dinge als nicht eindeutig wahr gezeigt? Weil sie ja, Potthapādo, nicht heilsam sind, nicht den Tatsachen entsprechen, weil sie nicht zu den Grundlagen des Reinheitswandels gehören, weil sie nicht zum Loslassen, zur Entreizung, zur Ausrodung, zur Beruhigung, zur durchdringenden Erkenntnis, zur Erwachung, zum Nirvāna führen. Darum hab ich, Potthapādo, diese Dinge als nicht eindeutig wahr gezeigt.

*Was aber hab ich da, Potthapādo, als eindeutig wahr aufgezeigt und erklärt? ‚Dies ist das Leiden‘, das hab ich als eindeutig wahr aufgezeigt und erklärt. ‚Dies ist die Leidensursache‘, das hab ich als eindeutig wahr aufgezeigt und erklärt. ‚Dies ist die Leidensausrodung‘, das hab ich als eindeutig wahr aufgezeigt und erklärt. ‚Dies ist der zur Leidensausrodung führende Weg‘, das hab ich als eindeutig wahr aufgezeigt und erklärt. Und warum hab ich diese Dinge als eindeutig wahr aufgezeigt und erklärt? Weil sie, Potthapādo, heilsam sind, den Tatsachen entsprechen, weil sie zu den Grundlagen des Reinheitswandels gehören, weil sie zum Loslassen, zur Entreizung, zur Ausrodung, zur Beruhigung, zur durchdringenden Erkenntnis, zur Erwachung, zum Nirvāna führen. Darum sind sie von mir als eindeutig wahr aufgezeigt und erklärt worden.*

*„Ewig ist die Welt – nicht ewig ist die Welt – begrenzt – endlos ist die Welt – Leben und Leib sind ein und dasselbe und sind verschieden – ein Vollendeter besteht nach dem Tod oder nicht ...– dies nur ist Wahrheit, Unsinn anderes“ –*

das sind Meinungen, die aus oberflächlicher Betrachtung der Erscheinungen, auf Grund der Blendung, des Wahns, entstehen und die alle von der realen Annahme eines Ich und einer räumlich und zeitlich begrenzten oder unbegrenzten Welt ausgehen, während der Erwachte, der den Dingen auf den Grund geht, zeigt, dass nur auf Grund von Wahrnehmungen der Eindruck eines Ich und einer Welt entsteht. Weil immer nur Wahrnehmung von Ich und Welt ist, darum wird ein Sein von Welt und Ich behauptet. Aber Ich und Welt sind in der Wahrnehmung, sind Wahrnehmungsinhalte. Und Gefühl und Wahrnehmung eines Ich und einer Umwelt gehen im Wachen eben-



so wie im Traum immer nur aus dem Herzen hervor, sind Aktivitäten des Herzens. Nur das gespaltene, zerstreute Herz lässt Ich und Welt erscheinen – projiziert wie ein Maler seine Bilder, die als Ich und Welt erlebt werden – aber im einig gewordenen Herzen (*samādhi*) gibt es diese Spaltung nicht mehr. Nur die Zerrissenheit des Herzens in Gier und Hass entwirft die scheinbare Zweiheit. Die seelischen Triebkräfte, Zuneigungen und Abneigungen, sind die Komponisten der Welt- und Ich-Erscheinung, des Lebensdramas, seiner überzeugenden Leuchtkraft und darum seiner Faszination. Der normale Mensch ist durch seine Unachtsamkeit völlig herausgetreten aus dem Bereich der Erlebensmotorik und ist an die durch die sinnliche Wahrnehmung entworfene tausendfältige äußere Welt gekettet, wodurch ihm die genannten seichten Auffassungen naheliegen. Der Erwachte bezeichnet diese seichten Auffassungen als

*einen Hohlweg der Ansichten, Dschungel der Ansichten, Gestrüpp der Ansichten, Sich in Ansichten Winden, Zappeln in Ansichten, Sich Verstricken in Ansichten. In Ansichten verstrickt, wird der unbelehrte Mensch nicht frei von Geborenwerden, Altern und Sterben, von Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung; er wird nicht frei, sage ich, vom Leiden. (M 2)*

Die Karmalehre in der Darlegung des Erwachten bedeutet, dass Existenz, Leben, nur aus Wollen und Wahrnehmen besteht, dass wir mit unserem gesamten Wollen, Denken, Reden und Handeln unsere Erlebenssuppe einbrocken (mit süßen und sauren Einlagen) und dass das, was wir „Wahrnehmen“ nennen, nichts anderes ist als das Wieder-Auslöffeln der Suppe. Nicht ist da eine statische oder dynamische Welt, von welcher wir etwa ablösen und welcher wir ausgeliefert wären, sondern immer nur ist der Fortfluss der von uns ausgehenden Aktionen im Denken, Reden und Handeln – und ist der Anfluss des vorher von uns Fortgeflossenen und inzwischen mehr oder weniger Vermischten. Darum ist unsere heutige Wahrnehmung (Anfluss) die Wiederkehr des gestern von uns Ausgegangen

(Ausfluss), und darum bestimmt das heute von uns Ausgehende den Anfluss, unsere morgige Lebensqualität. Es ist nichts an sich „da“, sondern nur die Wirkung des Wirkens, der Anfluss des vorherigen Ausflusses.

Der Erwachte sagt ferner (S 12,15): Man kann weder sagen, dass die Welt ist oder dass sie nicht ist. *Die Gewohnheitsbande, immer heranzutreten, zu ergreifen, sich anzueignen, dabei zu bleiben – das ist praktisch diese Welt – dieses Herantreten, Ergreifen, Sich Aneignen und die Neigung, das Gemüt darauf zu richten und dort sich aufzuhalten.*

Und zu *Rohitasso*, einem Geist, der das Ende der Welt mit Riesenschritten zu erreichen suchte, sagt der Erwachte (A IV,45): *In diesem Körper (mit seinen Trieben, dem Wollenskörper) ist die Welt, die Ursache der Welt, die Weltbeendigung und der achtgliedrige Weg zur Beendigung.* Das heißt, die Triebe des Herzens erzeugen den Wahn (*avijjā*) einer Weltercheinung. Die Wesen meinen, da draußen sei die Welt, die eben so ist, wie sie ist, man sei ihr ausgeliefert, man sei in ihr geboren, man würde in ihr sterben. Dabei kommt diese Welt von innen, vom Herzen, von den Trieben. Dass sie den Wesen als außen erscheint, ist ein Wahn, ein Traum, eine Einbildung, eine Blendung, eine Luftspiegelung. Wenn das Herz rein wird, frei von den Gewohnheitsbanden des Ergreifens, dann wird keine Welt mehr erlebt. Welt ist weder endlos noch begrenzt, sie ist ein Wahntraum.

Spekulationen über die Welt zu hegen, zu diskutieren, bleiben ewig unfruchtbar, und alle Antworten auf diese Fragen führen nicht im Geringsten dahin, wohin doch der realistische Mensch eigentlich gelangen will: zur Auflösung des Leidens. Aus diesen Gründen bezeichnet der Erwachte die Beschäftigung mit solchen Fragen als unheilsam und hilflos und hat darum auch seinerseits die Beantwortung solcher Fragen verweigert. Dagegen nennt der Erwachten einen anderen Fragenkomplex, dessen Klärung lohnend ist:

1. Was ist alles leidvoll und was dagegen ist leidlos?

2. Was ist die Wurzel bzw. die Motorik der fortgesetzten Leidensentwicklung?
3. Lässt sich diese Wurzel oder Motorik der Leidensfortsetzung endgültig und radikal abstellen?
4. In welcher Weise, auf welchem Weg kann man das gesamte Leiden überwinden und sich endgültig herausarbeiten?

Die Antwort auf diese Fragen gibt den Menschen die Mittel in die Hand, den Weg, der aus allem Leiden herausführt, bis zu Ende zu gehen und damit endlich und endgültig die Freiheit von jeglicher Form von Leiden und Verletzbarkeit zu erreichen. Unter „Leiden“ allerdings ist nicht nur das Leiden dieses unseres gegenwärtigen Lebens zwischen Geburt und Tod zu verstehen, sondern auch die Tatsache der unausgesetzten Wiedergeburt und Fortexistenz durch immer wieder weitere Leben in allen möglichen Daseinsformen.

Hinzu kommt noch: Wer sich auf den Weg macht, der aus dem Leiden herausführt, der kommt im Lauf dieses Wegs allmählich auch in das Stadium einer unvorstellbaren geistigen Ausweitung. Das geschieht durch den Zustand, der im Indischen *samādhi* = *Herzenseinigung* genannt wird. Durch diesen Zustand nun, der aus der Läuterung und Reinigung des Herzens hervorgeht, wird der Geist und damit das Verständnis des Menschen in einer derartigen Weise bis ins Unendliche erweitert und überhöht, wie wir es uns mit unseren heutigen normalen Erfahrungen überhaupt nicht denken können. In der dann durch die Erhöhung und Klärung des Geistes gewonnenen Verfassung werden uns alle Antworten auf die mannigfaltigen Fragen über Ich und Welt in umfassender Weise zuteil. Dabei erkennen wir zugleich, dass und warum wir mit der vorherigen normalen Geistesverfassung unfähig waren, die Antworten auf jene Fragen zu fassen.

In M 25 ist die Rede von solchen Asketen, die nicht wie die erste Gruppe von vornherein alle sinnlichen Dinge genießen (Gleichnis vom Holzscheit im Wasser) – auch nicht wie die zweite Gruppe sich zuerst in selbstquälerischer Weise von den Sinnendingen zurückziehen (Holzscheit muss aus dem Wasser

heraus), aber bald wieder der Sinnlichkeit verfallen (Holzscheit ist wieder im Wasser), vielmehr hält diese dritte Gruppe sich in maßvoller Weise von den Sinnendingen fern (Holzscheit ist nass aus dem Wasser), aber sie erlangen nicht die weltlosen Entrückungen. Und weil sie aus dem Gefängnis der sinnlichen Gewöhnung, dem Welt-Gefängnis, nicht herauskommen, aber sinnliche Befriedigungen meiden, so verfallen sie dem Ergreifen von Ansichten (*ditth-upādāna*), befriedigen sich an Ansichten, wie „Ewig ist die Welt, nicht ewig ist die Welt“ usw.

Hier zeigt sich der entscheidende Wert der weltlosen Entrückungen, und dieser Bericht in M 25 hat sein ergänzendes Gegenstück in D 6, in der der Erwachte den Entwicklungsgang bis zur Erreichung der weltlosen Entrückungen (*jhāna*) beschreibt und dann seinen Gesprächspartner fragt, ob einem solchen noch solche Ansichten über die Welt aufstiegen, worauf dieser auch sogleich zugibt, dass sie für einen solchen nicht mehr in Frage kämen. Das heißt also, da ein solcher der Welt entronnen ist, ja, noch mehr, da er jetzt das Auslöschen von Welt kennen gelernt hat, da sind alle Fragen und Ansichten über die Welt hinfällig.

Derselbe Prozess zeigt sich beim Erwachten vor der Erwachung. Alle von ihm angewandten Mittel, um die Triebe aufzuheben, waren vergeblich – bis ihm einfiel, dass er in der Kindheit ein Erlebnis weltloser Entrückungen gehabt hatte, und er erkannte, dass die Entrückungsseligkeit alle sinnlichen Triebe auslösche, worauf er sie anstrebte und die Erwachung erreichte.

Jeder, der die Entrückungen nicht erfährt, bleibt gefangen und muss gefangen bleiben in der Weltwahrnehmung und damit in der Ich-Umwelt-Perspektive und damit in Raum und Zeit. Er muss sich Gedanken machen über die fernen Zeiten der Vergangenheit und die fernen Zeiten der Zukunft und über die nahen und fernen Räume. Selbst wenn ein solcher vom sinnlichen Begehren zurückgetreten ist und die Dinge nicht mehr um ihres sinnlichen Wohls willen begehrt, so bleibt den-

noch die Form und die mit ihr gegebene Vielfalt sowie Nähe und Ferne, Raum und Zeit bestehen. Und wer nie etwas anderes als Formen erlebt, eine Ich-Form als Zentrum und die Umweltsformen um sich herum, der muss ja formengläubig bleiben und durch die Formen auch raumgläubig und muss mit dem Herantreten der Formen und dem Sich-Entfernen der Formen, mit der Reihenfolge der Ereignisse und Begebnisse auch zeitgläubig bleiben und muss immer eine Welt in Raum und Zeit als selbstverständliche Gegebenheit annehmen. Und wenn er etwas über Form-, Raum- und Zeit-Überwindung gehört hat, dann kann er darüber doch nur dürftig und dürr spekulieren, weil seine Wahrnehmung nichts anderes kennt als Form, Raum und Zeit.

Doch gilt dies nicht für die vom Erwachten belehrten Menschen. Der Belehrte weiß auch ohne das Erlebnis der weltlosen Entrückungen, dass Ansichten, Behauptungen über Ich und Welt sinnlos sind, dass es darum geht, den Wahn „Ich und Welt“ aufzuheben und dass es einen Weg dahin gibt. Darum werden sie auch ohne Erfahrung der weltlosen Entrückung doch der Versuchung widerstehen, die genannten Ansichten zu pflegen, werden sich weiterhin in sanfter und heller Begegnungsweise üben, bis sie inneres Wohl erfahren.

### *Ist Leben und Leib dasselbe?*

Auch auf die Frage, ob Leben und Leib dasselbe wären, kann der Erwachte nicht antworten. Durch die sinnliche Wahrnehmung bilden wir uns ein, dass da die Welt sei und wir als Lebende darin. Die Menschen, die es so sehen, wollen dann auch gern wissen, ob diese Welt ewig oder zeitlich, begrenzt oder grenzenlos sei usw., und von dem Ich wollen sie gern wissen, ob der Körper schon das lebendige Ich sei, denn das hieße ja, wenn der Leib vernichtet ist, wäre auch das lebendige Ich, das Leben vernichtet, oder ob das lebendige Ich etwas anderes sei als der Leib. Die meisten Inder zur Zeit des Erwachten waren der Überzeugung, dass der Leib etwas anderes sei als das le-

bendige Ich, nämlich dass der Leib stürbe, man selbst aber als der Leber, als gleich bleibendes Selbst weiterwandere, wieder und wieder geboren werde. Für solche, die dies glauben, ist klar, dass Leben und Leib nicht dasselbe ist, sondern dass der durchgängige Leber immer wieder einen Leib anlegt.

Auch für denjenigen, der außer diesem Leib keine andere lebendige Darstellung kennt und außer seiner Lebensweise keine andere Lebensform oder Seinsform kennt, für den ist die Frage, ob Leben und Leib ein und dasselbe oder zweierlei sei, von entscheidender Bedeutung. Aber in Wirklichkeit ist Leben und Leib Erscheinung eines Wahntraums, durch das Fieber von Gier und Hass bedingt, und es geht also nicht darum, die in diesem Wahntraum aufkommende Problematik zu lösen, sondern den Wahn aufzulösen.

In der Biologie wird Leben definiert als Anpassungsfähigkeit an Naturgegebenheiten. Nicht wird die Antwort gegeben, was Leben ist. Der Buddha antwortet auf die Frage: Leben ist Erleben, Wahrnehmung, Wahn. Nur durch Erleben wissen wir von Ich und Welt. Und Erleben, Wahrnehmung, kommt aus der Psyche, aus den Trieben des Herzens, aus Gier und Hass – Anziehung und Abstoßung. Das heißt, die Triebe erzeugen die Wahrnehmungen, unterschiedliche Triebe erzeugen unterschiedliche Wahrnehmungen, unterschiedliches Erleben/Leben.

Hinzu kommt: Für alle unsere Lebensformen, und das heißt ja, für die fünf Zusammenhäufungen, können wir den Begriff „Leben“ nicht gelten lassen. Eine der ersten Einsichten des Nachfolgers der Lehre ist die, dass Tod nicht Tod sei, aber eine viel tiefere Einsicht, die er sich erst viel später erwirbt, ist die, dass „Leben“ eben nicht „Leben“ ist, sondern ein automatischer Ablauf von sich einander bedingenden Daseinsfaktoren. Man kann die gesamte Heilsentwicklung bezeichnen als eine fortschreitende Abnahme dieser tot-mechanischen, sich gegenseitig bedingenden Vorgänge, zuerst der größten, dann der groben, dann der mittleren, feineren, feinsten, bis zuletzt keinerlei tot-mechanische Vorgänge, Leben genannt, übrig

bleiben. Das aber konnte der Erwachte nicht jedem Inder erklären. Sie konnten und wollten es nicht fassen, weil sie ihr ewiges *attā*, den alle Existenzen überdauernden Leber, liebten. Darum schwieg er zu dieser Frage.

Aus dem gleichen Grund beantwortet der Erwachte auch nicht die Frage, ob ein Vollendeter jenseits des Todes noch bestehe, also weiterlebe oder nicht weiterlebe. Der normale Mensch kann nur verstehen, dass alles, was eines Vollendeten sichtbare Spuren ausmacht, nach dem Tode des Körpers des Vollendeten nicht mehr besteht.

Die unbegründete Behauptung, nach dem Tod  
sei das Selbst gesund und im Wohl

Im weiteren Verlauf unserer Lehrrede berichtet der Erwachte von Gesprächen, die er mit solchen geführt hat, die Behauptungen über das Selbst nach dem Tod aufstellten, um Potthapādo zu zeigen, wie sinnlos es ist, ohne eigene Erfahrung darüber zu reden.

*Es gibt, Potthapādo, manche Asketen und Brahmanen, die sagen und lehren: „Einzig Wohl empfindend ist das Selbst, genesen nach dem Tod.“ Zu denen bin ich herangetreten und habe gefragt: Habt ihr wirklich die Meinung, habt ihr die Ansicht: „Einzig Wohl empfindend ist das Selbst, genesen nach dem Tode“? – Hatten sie mir diese Frage mit Ja beantwortet, so hab ich sie dann gefragt: Seid ihr Ehrwürdigen denn öfter in der jenseitigen Welt und seht und erkennt, dass sie als einzig Wohl zu empfinden ist? – Auf diese Frage haben sie mit Nein geantwortet. Da habe ich sie weiter gefragt: Aber könnt ihr Ehrwürdigen wohl eine Nacht oder einen Tag lang oder eine halbe Nacht oder einen halben Tag lang euer Selbst als einzig wohl wahrnehmen? – Auf diese Frage haben sie mit Nein geantwortet. Da habe ich sie weiter gefragt: Aber habt ihr Ehrwürdigen*

erkannt: „Dies ist der Weg, dies ist die Vorgehensweise, um die einzig Wohl zu empfindende Welt zu erfahren“? – Auf diese Fragen haben sie mit Nein geantwortet. Da habe ich sie gefragt: Aber habt Ihr Ehrwürdigen himmlische Wesen, die in dieser als einzig Wohl zu empfindenden Welt wiedergeboren sind, verkünden hören: „Gut geht ihr vor, ihr Ehrwürdigen, zielgerichtet geht ihr vor, ihr Ehrwürdigen, um die als einzig Wohl zu empfindende Welt zu gewinnen. Auch wir, ihr Ehrwürdigen, sind so vorgehend, in diese als einzig Wohl zu empfindende Welt empor gelangt“? Auch auf diese Frage haben sie mit Nein geantwortet. Was meinst du, Potthapādo, haben da nicht diese Asketen und Brahmanen eine völlig unbegründete Behauptung aufgestellt? –

So ist es, o Herr. Diese Asketen haben eine völlig unbegründete Behauptung aufgestellt. –

Das ist ebenso, wie wenn ein Mann spräche: „Ich habe nach ihr, die da die Landesschönste, ist, Verlangen, habe Sehnsucht nach ihr.“ Und man fragte ihn: „Lieber Mann, die Landesschönste, nach der du verlangst und dich sehnst, kennst du sie, ob sie eine Fürstin ist oder eine Priestertochter oder ein Bürgermädchen oder eine Dienerin?“ und er sagte Nein. Und man fragte ihn: „Lieber Mann, die Landesschönste, nach der du verlangst, weißt du, wie sie heißt, wo sie herkommt und hingehört, ob sie von großer oder kleiner oder mittlerer Gestalt ist, ob ihre Hautfarbe schwarz, braun oder gelb ist, in welchem Dorf oder welcher Burg oder Stadt sie zu Hause ist?“ Und er gäbe Nein zur Antwort. Und man fragte ihn: „Lieber Mann, die du nicht kennst und nicht siehst, nach der verlangst du, sehnst dich nach ihr?“ Und er gäbe Ja zur Antwort, was meinst du wohl, hätte nun nicht bei solcher



*Bewandtnis jener Mann unbegründete Antworten gegeben? –*

*Allerdings, o Herr. Bei solcher Bewandtnis hätte jener Mann unbegründete Antworten gegeben. –*

*Ebenso auch ist es, Potthapādo, mit jenen Asketen und Brahmanen, die da sagen und lehren: „Einzig als Wohl zu empfinden ist das Selbst, genesen nach dem Tode.“*

*Gleichwie etwa, Potthapādo, wenn ein Mann auf dem Marktplatz eine Leiter errichtete, um einen Turm zu ersteigen; und man fragte ihn: „Lieber Mann, da du eine Leiter errichtest, um einen Turm zu ersteigen, weißt du, was für ein Turm es ist, ob er nach Osten oder nach Süden, nach Westen oder nach Norden zu steht, ob es ein hoher oder ein niederer oder ein mittlerer ist?“ Und er gäbe Nein zur Antwort. Und man fragte ihn: „Lieber Mann, du errichtest eine Leiter, um einen Turm zu ersteigen, den du nicht kennst und nicht siehst? Und er gäbe Ja zur Antwort; was meinst du wohl, Potthapādo, hätte jener Mann bei solcher Bewandtnis unbegründete Antworten gegeben? – Allerdings, o Herr. Bei solcher Bewandtnis hätte jener Mann unbegründete Antworten gegeben. –*

*Ebenso auch ist es, Potthapādo, mit jenen Asketen und Brahmanen, die da sagen und lehren: „Einzig als Wohl zu empfinden ist das Selbst, genesen nach dem Tod.“*

Wie kommen die Priester zu solchen aus der Luft gegriffenen Behauptungen? Sie haben vielleicht festgestellt, dass ihnen bei einer hellen Gemütsverfassung wohl wurde, und haben gedacht: „Ach, wenn dieser elende belastende Körper einmal nicht mehr ist, wenn diese feine helle Gemütsverfassung allein übrig bleibt, dann ist der Seele wohl und sie ist gesund.“ Aber

im Lauf der Zeit ist die Erinnerung an die vorher genannte Bedingung verloren gegangen, und sie stellten lediglich die Behauptung auf: „Gleichviel, wie die Verfassung der Seele jetzt ist – nach dem Tod ist ihr wohl, sie ist genesen.“

Der Erwachte hingegen zeigt auf Grund seiner universalen Wahrnehmung, die das Hinüberwechseln der Wesen von einer Daseinsform in die andere überblickt: Wenn ein Wesen mit dunklen Gedanken seinen seelischen Haushalt verdunkelt hat, dann wird sein Neigungsgefüge auch nach dem Tod genau so dunkel sein, wie es gewirkt worden ist; und hat ein Wesen mitfühlend, hell, freudig an die Mitwesen gedacht, sich um Minderung von Übelwollen und Rohheit bemüht, so wird sein Neigungsgefüge hell und leuchtend sein – zu Lebzeiten und nach dem Tode. Wie wir die Seele bilden durch bewertendes Denken, so wird sie auch nach dem Tod sein, wird in aller Nacktheit ihre innere Dunkelheit oder Helligkeit offenbaren. Nach dem Tod hat die Psyche alle Attribute dieser materiellen Welt abgelegt. Dann kann weltliches Licht und weltliche Dunkelheit an ihr nicht mehr gesehen werden, dann ist allein ihr seelischer Glanz oder ihre seelische Dunkelheit sichtbar und fühlbar. Durch unsere Gedanken bauen wir Himmel und Hölle, alle Zwischenreiche zwischen dunkelstem Dunkel und schmerzlichen Schmerzen, geringeren Schmerzen, Leere, Öde, über Wärme, Helligkeit bis zum größten leuchtenden Strahlen und bis zur Triebversiegung, die der Erwachte als höchstes Wohl bezeichnet. Wegen der Schwerthiebe der Erfahrungen und der nagenden Insekten an offenen Wunden, mit denen die Berührung verglichen wird, ist Wahrnehmung durch die Sinne eine schmerzliche Krankheit, eine Geistes- und Gemütskrankheit und ein Wahn, und wahre Gesundheit ist das Freisein von aller Sinnlichkeit, die Überwindung auch des feinsten Ergreifens.

Dass das Selbst nach dem Tod gesund sei und sich wohl fühle, haben die Priester nicht selber erfahren und haben es auch nicht von Jenseitigen gehört, wie sie auf die Fragen des Erwachten zugeben müssen. Für die letzte Frage des Erwach-

ten, ob Jenseitige ihnen gesagt hätten, wie man vorgehen müsse, um Wohl im Jenseits zu erleben, haben wir ein Beispiel in D 21. Da berichtet Sakko, der Götterkönig, gegen Ende der Rede, wie er früher auf Wahrheit aus war und vom Jenseits aus Asketen in den Wäldern der Menschenwelt aufsuchte, weil er dachte, er könne von ihnen Wahrheit hören. Aber die Asketen waren so beglückt, dass ihnen eine Gottheit erschien, dass sie nicht seine Fragen beantworteten, sondern ihn fragten: Wie bist du ein so strahlendes Himmelswesen geworden? Sakko berichtet dem Erwachten:

*Da habe ich ihnen denn nach meinem Wissen und Vermögen die Wahrheit dargelegt, und sie waren mit so wenig schon zufrieden: „Sakko, den Götterkönig, haben wir gesehen, und was wir erfragt haben, das hat er uns offenbar gemacht.“ Und ich glaube gar, sie sind meine Anhänger geworden und nicht ich der ihre.*

Der Erwachte vergleicht die vom Wunsch diktierte Behauptung der Priester, die Seele sei genesen nach dem Tode, mit dem Verlangen eines Mannes nach einer Landesschönheit, die er nicht kennt, und mit einem Turm, den er nicht kennt, zu dessen Ersteigung er aber eine Leiter baut – ein unsinniges, unbegreifliches Vorgehen.

Und nun kommt der Erwachte auf das zu sprechen, was Potthapādo als das Selbst beschrieben hat: das grobstoffliche, geistgebildete und formfreie Selbst. Aber der Erwachte spricht nicht von einem Selbst, sondern davon, dass die Wesen sich entsprechend den Trieben erfahren: als grobstofflich, geistgebildet und formfrei.

### Die drei Selbsterfahrnisse

*Drei Arten von Selbsterfahrnissen gibt es, Potthapādo: grobe Selbsterfahrnis (olārika attapatilābha), geistgebildete Selbsterfahrnis (mano-maya attapatilābha),*

*formfreie Selbsterfahrnis (arūpa attapatilābha).*

*Was ist nun, Potthapādo, die grobe Selbsterfahrnis? Sie ist formhaft, besteht aus den vier Hauptbeschaffenheiten (Festes, Flüssiges, Wärme, Luft), wird durch körperliche Nahrung erhalten. Das ist die grobe Selbsterfahrnis.*

*Was ist nun die geistgebildete Selbsterfahrnis? Sie ist formhaft, geistgebildet, frei von Sinnesdrängen (abhiñdriya), fähig zur (geistmächtigen) Körpergestaltung. Das ist die geistgebildete Selbsterfahrnis.*

*Was ist die formfreie Selbsterfahrnis? Sie ist formfrei, aus reiner Wahrnehmung beschaffen. Das ist die formfreie Selbsterfahrnis.*

### Grobstoffliche Selbsterfahrnis

Der normale Mensch denkt körperbezogen, bezieht alles Wohl durch die Körpersinne. Er ist fast nur bestrebt, mit den Sinnen das Außen zu erfahren, den Reiz des Augenblicks zu genießen, von Befriedigung zu Befriedigung zu jagen. Sein Planen und Fürsorgen betrifft fast nur seine Lebensfrist in dieser Welt, von der Geburt des gegenwärtigen menschlichen Körpers bis zu dessen „Tod“. Was er hier auf Erden mit seinen körperlichen Sinnen als angenehm und unangenehm kennen gelernt hat, das bestimmt sein Anstreben und Meiden: körperliche Gesundheit, Kraft und Schönheit, wirtschaftlichen Wohlstand, soziales Ansehen für diese etwa fünfzig bis siebzig bis achtzig Erdenjahre: das hat er im Sinn, denn er meint: „Der Tod ist das Ende!“

Aber im alten Indien – und früher auch im Abendland – wurde nicht vergessen, sondern mit Sorge bedacht, dass der Tod nicht das Ende ist, und wurde bedacht, dass allein die im Erdenleben erworbenen Qualitäten des Herzens auch die Qualität des nachmaligen Lebens in der anderen Welt zwischen

licht und dunkel bestimmen. In diesem Sinn sagt *Angelus Silesius* (*Cherub.Wandersmann IV,81*):

*Der Tod bewegt mich nicht,  
ich komme nur durch ihn,  
wo ich schon nach dem Geist  
mit dem Gemüte bin.*

Man dachte also nicht nur an dieses Erdenleben – und eben darum empfanden früher viele Menschen des Morgenlandes wie des Abendlandes, wie sehr das weltliche Leben die Aufmerksamkeit des Menschen nach außen auf die irdischen Dinge lenkt und dass man darüber versäumte, für die Wohlfahrt in jenem bald beginnenden viel, viel längeren Leben zu sorgen.

Diese Einsicht ist es, welche seinerzeit in Indien, aber auch in vielen anderen Kulturen einschließlich des christlichen Abendlandes die tiefer und ernsthafter denkenden Menschen auf den Gedanken gebracht hatte, dass ein Leben in mehr Einsamkeit bei gelegentlicher Aussprache mit Gleichgesinnten den Menschen in Hochherzigkeit, in Reinheit und Weisheit fördert, dass diese geistigen Eigenschaften nicht mit dem Körper sterben, aber nach dem Wegfall des Körpers die Grundlage für die Qualität des weiteren Lebens bilden.

Die erste Transzendierung:  
Formhafte, geistgebildete Selbsterfahrnis

Die Transzendierungen von der grobstofflichen zur geistgebildeten formhaften und zur formfreien Selbsterfahrnis bis zum Erreichen des Nibbāna ist zu vergleichen mit der Verwandlung von der Raupe zur Puppe und dann zum Schmetterling. Die Raupe, einmal geboren, beginnt sich zu bewegen und zu kriechen, Nahrung zu suchen und zu fressen und dadurch zu wachsen. Das ist ihre Lebensweise in den ersten Sommerwochen. Wenn sie dann aber das ihr innewohnende Wachstumsmaß ihres Körpers erreicht hat, dann beginnt für das Wesen

ein ganz anderes Leben: die Raupe hört auf zu kriechen und hört auf zu fressen. Sie wird still und spinnt sich ein. Sie vergisst ihr bisheriges Leben, ihr Fressen und Kriechen, sie vergisst die Welt und sich selbst.

In diesem Zustand beginnt in ihrem Körper, ihr selbst ganz unbewusst, eine große Umwandlung. Der Körper selbst wird auf einen Bruchteil seiner Größe reduziert. Die vielen dicken Fußstempel fallen fort, und an ihre Stelle treten haardünne lange Beine, und dann wachsen ihr an jeder Seite zwei große, für ihren klein gewordenen Körper geradezu übergroße Flügel.

Und dann, eines Tages, bricht die äußere Hülle, die alles verdeckt und in sich geborgen hatte, auf, und es geschieht etwas, das weder die Raupe konnte noch die Puppe konnte – ein Schmetterling fliegt im Sonnenschein davon.

Die Wesen der formhaften Selbsterfahrnis haben den Raupenzustand, die Selbsterfahrnis der Sinnensuchtwesen, überwunden, indem der Übende das Herz von trüben Gesinnungen geläutert, Herz und Gemüt mit liebevollen, schonenden Gedanken erfüllt hat. Dadurch sind egoistische, selbstsüchtige Gedanken und Empfindungen geschwunden. So wie beim Goldwaschen (A III,102) durch das Herauslesen der Fremdkörper allmählich der Goldgehalt immer mehr zum Vorschein kommt, der Goldsand immer mehr glänzt, so auch verändert, erhöht und erhellt sich bei dem Übenden das Herz und damit das innere Grundgefühl, die innere Stimmung, die Gemütsverfassung. Der Übende beginnt, das hell gewordene Herz als die Quelle weltunabhängigen Wohls zu entdecken. Im Lauf der Jahre erfährt er immer deutlicher, dass nicht dieser Körper und nicht diese Welt, sondern diese seine entdeckte still-heitere Gemütsstimmung, das Grundgefühl, der Träger seiner Existenz ist. Er merkt, dass diese Gemütsstimmungen gar nicht durch den Körper bestehen und nicht durch die Sinneseindrücke, sondern immer nur durch die Beschaffenheit des Herzens, seiner Eigenschaften, bedingt sind.

Diese Entwicklung wird in der Läuterungspraxis der verschiedenen Kulturen die Entwicklung zur Abgeschlossenheit

genannt, und sie gilt als der Umbruch und die Umstellung des Menschen von außen nach innen, von der Welterscheinung zum eigenen Herzen. Es entsteht ein Wohl aus Herzensreinheit. Ein solcher Mensch ist bei sich selbst glücklich und darum ganz unabhängig von den Scheinfreuden, die durch die Befriedigung der Sinnensucht möglich sind. Sein vollständiger Rückzug von dem Außen ist ihm nicht Verzicht, sondern Beseeligung, er lebt in voller Hingabe an den inneren Herzensfrieden. Und es mag sein, dass er zu dieser Zeit öfter die erste weltlose Entrückung gewinnt, in welcher nur noch Bedenken und Sinnen über Wahrheitszusammenhänge stattfindet, und je nach Verfassung auch die weiteren Entrückungen. Er hat das Puppenstadium erreicht. Durch die Entrückungen wird der Mensch der Weltwahrnehmung so entwöhnt, wie es sich der normale Mensch gar nicht vorstellen kann.

Der normale Mensch wird in den Reden des Erwachten als „weltwahrnehmig“ (*lokasaññī*) bezeichnet, aber der Entrückungsgewohnte ist „eigenwahrnehmig“ (*sakasaññī*), d.h. er ist nicht von der Welt, von der Berührung der Sinnesdränge abhängig, sondern aus seinem hellen, beruhigten Herzen bezieht er sein Wohl. Ein solcher muss nicht mehr Welt wahrnehmen, aber er kann es noch. Er lebt in einer uns nicht vorstellbaren Ruhe. Der Erwachte sagt, dass der dahin Gelangte gar nicht mehr des häuslichen Lebens fähig ist, denn für ihn ist die pausenlose Auseinandersetzung mit den Sinneseindrücken fast so anstrengend wie für uns das Stillstellen sinnlicher Wahrnehmung. Und wo wir Berichte haben, sei es aus der christlichen Mystik oder von den Mönchen des Buddha oder von anderen Mystikern, da zeigen uns die ebenso tief verwunderten wie hoch beglückten Äußerungen der Anfänger in dieser Lebensart, dass dieser Zustand über alle Maßen selig ist.

Diese erworbene hohe Herzensgesinnung ist die Ursache, dass nach dem Tod nicht mehr ein grobstofflicher Körper erfahren wird. Die führende programmierte Wohlerfahrungssuche (*viññāna*) lenkt das Psycho-Physische (*nāma-rūpa*) zur Selbsterfahrung der Reinen Form, als deren unterste Stufe die

Erfahrung der Brahmagötter bezeichnet wird, in der die Wesen sich nichtmessender Liebe hingeben mit einem grenzenlosen, durch keinerlei Urteil beschränkten, leuchtenden Gemüt oder in befreienden Gedanken sinnend und gedenkend verweilen und so die erste weltlose Entrückung gewinnen. Dadurch ist ihr Herz im Frieden, und sie leben in herzunmittelbarem Wohl, in hoher, heller Freude, unabhängig von sinnlichen Eindrücken. Diese Götter haben noch Neigung zu Form. Wenn sie nicht in Entrückung sind oder von Liebe erfüllt strahlen, erleben sie Form. Aber sie unterscheiden nicht zwischen angenehmen und unangenehmen Formen wie sinnensüchtige Wesen, darum wird ihre Erfahrung als die Erfahrung Reiner Form bezeichnet. Sie erfahren sich selber ebenfalls als formhaft, nehmen nach Belieben durch Gedankenkraft eine formhaft-sichtbare Gestalt an, erscheinen durch selbsterzeugte Gestalt-idee. Von daher der Ausdruck „geistgebildet“.

#### Die zweite Transzendierung zur formfreien Selbsterfahrnis durch Friedvolles Verweilen

Auch nach dem Erlebnis der Formfreiheit in den weltlosen Entrückungen ist nach Wiedereintritt sinnlicher Wahrnehmung die Gewöhnung, der Zwang, Formen wahrzunehmen, über Formen nachzudenken, noch nicht aufgehoben. Dieser Drang schwindet bei vielen Mönchen erst durch die Vorstellungen in den formfreien sogenannten friedvollen Verweilungen.

Die vom Bodhisattva aufgesuchten und dann doch wieder verlassenen Lehrer, Alāro Kalāmo und Uddako Rāmaputto, die der Erwachte u.a. in M 26 erwähnt, hatten durch starke gedankliche Konzentration auf die Vorstellung „Nichts ist da“ und „Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung“ die Formvorstellung entlassen, aber sie hatten nicht den Zustand geistiger Beglückung erfahren, der die Entrückungen erreichen lässt, die alles Sinnensucht-Wohl übertreffen, wodurch die Sinnensucht vom Grund her überwunden wird. – Der Erwachte empfiehlt seinen Mönchen die Übungen zur Entlassung der



Formvorstellung erst, nachdem die weltlosen Entrückungen erfahren wurden. Dan ist die gesamte Sinnestätigkeit bereits stiller geworden, der Erfahrer der Entrückungen ist durch das Erleben von Formfreiheit in den Entrückungen bereits daran gewöhnt, keine Formen wahrzunehmen, und ist in einem durchgängigen hellen Grundgefühl. Er empfindet Form als Belästigung, als Störung und hat den Wunsch, sie zu entlassen.

In den friedvollen Verweilungen ist keine Umwelt-Darstellung, auch keine Ich-Darstellung, da ist gar kein Denken, keiner, der etwas erlebt und über etwas nachdenkt, da ist nur durch Gefühl und Wahrnehmung bedingtes Erleben (*saññā-maya*). Der Erwachte sagt, wenn Mönche, diesen Vorstellungen hingegeben, sterben, dann leben sie 20.000 Äonen lang, und ein Äon zählt Hunderttausende von Leben, seien es Menschen- oder Götterleben. Das sind die erhabensten Möglichkeiten des zerbrechlichen Samsāra.

Die Vorstellungen in der Formfreiheit werden wie folgt beschrieben:

*Nach Überwindung aller Form-Wahrnehmung, Übersteigerung der Gegenstandswahrnehmungen, durch Nichtbeachtung der Vielfaltwahrnehmungen gewinnt er unter dem Leitbild ‚Ohne Ende ist der Raum‘ die Vorstellung des unbegrenzten Raumes (ākās-ānañc-āyatana).*

Der Mensch hat normalerweise die Vorstellung: Formen befinden sich im Raum. Ist aber die Formwahrnehmung durch die Entrückungen oder das Erlebnis der Leerheit aufgehoben (M 121, 122), so bleibt noch die Raum-Wahrnehmung ohne Grenzen: *Unbegrenzt ist der Raum.*

*Nach Überwindung der Vorstellung des unbegrenzten Raumes gewinnt er unter dem Leitbild: ‚Unbegrenzt ist*

*die Erfahrung' die Vorstellung der unbegrenzten Erfahrung (viññān-ānañc-āyatana).*

So wird Raum ausgelöscht, und die Erfahrung erkennt sich selber: *Unendlich ist die Erfahrung.*

*Nach Überwindung der Vorstellung ,Unendlich ist die Erfahrung' gewinnt er unter dem Leitbild ,Da ist nicht irgendetwas' die Vorstellung des Nicht-irgendetwas (akiñcaññ-āyatana).*

Mit diesem Leitbild, mit dieser Vorstellung hindert man die Erfahrung, noch irgendetwas zu erfahren. Aber auch dieser Gedanke: „Da ist nicht irgendetwas“ ist noch eine Erfahrung.

Indem auch das durchschaut wird, wird alles losgelassen, und es wird erfahren die Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung (*nevasaññā-nā-saññ-āyatana*):

*Nach Überwindung der Nicht-irgend-Etwas-Vorstellung erreicht er die Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung, d.h. mal ist Wahrnehmung, mal verschwindet sie wieder.*

### Die dritte Transzendierung: Das Erreichen der Triebversiegung

*Da überlegt der Heilsgänger: ...die Wahrnehmung der Sinnsucht-Freiheit, die Wahrnehmung der Nichtetwasheit und die Wahrnehmung der Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung – dies ist noch Erfahrung von etwas. Aber nicht die Erfahrung von etwas ist der unvergängliche Friede der Todlosigkeit, sondern dies: die Freiheit von allen Herzenstrieben, die durch Nichtergreifen gewonnen wird. (M 106)*

Indem der Übende jegliche in ihm aufsteigende Vorstellung loslässt, jegliches in ihm aufsteigende Wollen entlässt, gewinnt er die vollkommen triebfreie Erlösung, die Auflösung

des letzten Wahns. Dann ist nicht mehr Gewordenes, also kann nichts mehr vergehen. In dieser Freiheit liegt das vollkommene Heil. *Getan ist, was zu tun ist.*

Von diesem Ziel aus wird verständlich, dass alle drei Selbsterfahrungen, ja, dass Selbsterfahrung an sich, welcher Art auch immer, aufgehoben werden muss, um das Wohl der Unverletzbarkeit zu erfahren. Mit der Vorstellung eines Selbst, eines Ich, ist Triebversiegung nicht erreichbar. Alle drei Selbsterfahrungen zu überwinden, ist das Ziel der Belehrung durch den Erwachten. So heißt es in unserer Lehrrede:

*Um die grobe Selbsterfahrnis aufzugeben und ganz zu überwinden, zeige ich die Lehre auf, so dass ihr in dem Maß des Übens alle beschmutzenden Eigenschaften überwinden werdet, dass alle lautereren Eigenschaften zunehmen und sich verstärken, dass der reine Klarblick sich ausbreitet und vollkommen wird und ihr noch zu Lebzeiten den klaren Anblick der Wirklichkeit endgültig gewinnt und besitzt.*

*Nun mag euch, ihr Mönche, wenn ihr das hört, zumute sein: „Mögen da auch in dem Maß des Übens alle beschmutzenden Eigenschaften schwinden, alle lautereren Eigenschaften zunehmen und sich verstärken, mag der reine Klarblick vollkommen werden und mögen wir auch noch in diesem Leben im klaren Anblick der Wahrheit und Wirklichkeit verweilen, so bleibt damit das leidige Lebensgefühl doch wie bisher.“ – Doch ist das nicht so zu sehen, ihr Mönche, denn während alle beschmutzenden Eigenschaften schwinden, alle lautereren Eigenschaften zunehmen und sich verstärken, während der reine Klarblick vollkommen wird und ihr noch zu Lebzeiten im klaren Anblick der Wirklichkeit verweilt, da nimmt auch im Herzen Freude und Heiligkeit zu, da tritt geistige Beglückung ein, die Sinnes-*

*dränge sind gestillt und eine nie gekannte Gegenwärtigkeit des Geistes, Klarbewusstsein und Wohl werden euer Zustand.*

*Um auch die geistgebildete Selbsterfahnis aufzugeben und ganz zu überwinden, zeige ich die Lehre auf, so dass ihr in dem Maß des Übens alle beschmutzenden Eigenschaften überwinden werdet, dass alle lauterer Eigenschaften zunehmen und sich verstärken, dass der reine Klarblick sich ausbreitet und vollkommen wird und ihr noch zu Lebzeiten den klaren Anblick der Wirklichkeit endgültig gewinnt und besitzt.*

*Nun mag euch, ihr Mönche, wenn ihr das hört, zumute sein: „Mögen da auch in dem Maß des Übens alle beschmutzenden Eigenschaften schwinden, alle lauterer Eigenschaften zunehmen und sich verstärken, mag der reine Klarblick vollkommen werden und mögen wir auch noch in diesem Leben im klaren Anblick der Wahrheit und Wirklichkeit verweilen, so bleibt damit das leidige Lebensgefühl doch wie bisher.“ – Doch ist das nicht so zu sehen, denn während alle beschmutzenden Eigenschaften schwinden, alle lauterer Eigenschaften zunehmen und sich verstärken, während der reine Klarblick vollkommen wird und ihr noch zu Lebzeiten im klaren Anblick der Wirklichkeit verweilt, da nimmt auch im Herzen Freude und Helligkeit zu, da tritt geistige Beglückung ein, die Sinnesdränge sind gestillt, und eine nie gekannte Gegenwärtigkeit des Geistes, Klarbewusstsein und Wohl werden euer Zustand.*

*Um auch die formfreie Selbsterfahnis aufzugeben und ganz zu überwinden, zeige ich die Lehre auf, so dass ihr in dem Maß des Übens alle beschmutzenden Eigenschaften überwinden werdet, dass alle lauterer Eigenschaften zunehmen und sich verstärken, dass der*

*reine Klarblick sich ausbreitet und vollkommen wird und ihr noch zu Lebzeiten den klaren Anblick der Wirklichkeit endgültig gewinnt und besitzt.*

*Nun mag euch, wenn ihr das hört, zumute sein: „Mögen da auch in dem Maß des Übens alle beschmutzenden Eigenschaften schwinden, alle lauterer Eigenschaften zunehmen und sich verstärken, mag der reine Klarblick vollkommen werden und mögen wir auch noch in diesem Leben im klaren Anblick der Wahrheit und Wirklichkeit verweilen, so bleibt damit das leidige Lebensgefühl doch wie bisher.“ – Doch ist das nicht so zu sehen, denn während alle beschmutzenden Eigenschaften schwinden, alle lauterer Eigenschaften zunehmen und sich verstärken, während der reine Klarblick vollkommen wird und ihr noch zu Lebzeiten im klaren Anblick der Wirklichkeit verweilt, da nimmt auch im Herzen Freude und Helligkeit zu, da tritt geistige Beglückung ein, die Sinnesdränge sind gestillt, und eine nie gekannte Gegenwärtigkeit des Geistes, Klarbewusstsein und Wohl werden euer Zustand.*

Jede neue Transzendierung  
wird als noch größeres Wohl erfahren

Bei jeder der drei Transzendierungen heißt es, dass das Wohl zunimmt: das Wohl der Unabhängigkeit, der Unverletzbarkeit. Die weltlosen Entrückungen sind für uns höchstes seligstes Wohl; aber vom Nirvāna-Standpunkt aus, der außerhalb der fünf Zusammenhäufungen, außerhalb aller Erscheinungen und Qualitäten als das höchste Wohl besteht, sind alle erfahrbaren Wohlgefühle nicht frei von Wehe, da sie wieder vergehen. Die Verweilungen in vollständiger Ruhe (*santā vihārā*) bilden die letzten Qualitäten. Sie sind fast ohne Qualität. Dennoch liegt innerhalb der vier friedvollen Verweilungen eine feine Steigerung, die dadurch bedingt ist, dass sich der Übende von Stufe

zu Stufe immer weiter von den Vielfaltsmöglichkeiten entfernt. Eben darum wird auch in M 30, 59 und 66 beschrieben, dass von Stufe zu Stufe das Wohl zunimmt. Und zwar geschieht das durch fortschreitende Abnahme von Fühlbarkeit überhaupt. In dem Sinn heißt es in M 59:

*Da erreicht der Mönch nach völliger Überwindung des Zustands von Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung (Neumann übersetzt „Grenzscheide möglicher Wahrnehmung“) die völlige Auflösung von Wahrnehmung und Gefühl und verweilt in diesem Zustand. Das aber ist ein Wohl, das größer und feiner ist als das vorherige.*

In Indien war bekannt, dass die Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung das Letzte und Feinste ist, das überhaupt erfahren, erlebt werden kann. Und selbst dies ist ein Zustand, der noch bedingt entsteht.

Wenn aber nun auch jegliche Wahrnehmung aufhört, dann – so wusste man im damaligen Indien – ist damit die letzte Erlebensmöglichkeit verschwunden. Und für die Dauer dieser Zeit wird nichts erfahren, weder Denkbare noch Empfindbares.

Weil der normale Mensch sich einen solchen Zustand nicht als Wohl vorstellen kann, sagt der Erwachte (M 59), manche Pilger würden fragen:

*Wenn jede Art von Wahrnehmung und Gefühl, also auch das allerfeinste, aufgehoben ist – wie kann man denn dann sagen, dass das ein Wohl sei? - Darauf sei zu antworten: Nicht kennt und nennt der Erwachte nur das durch Gefühl zustande gekommene (also aus Gefühl bestehende) Wohl, sondern was nur immer an Wohl erlangt wird, das auch bezeichnet der Vollendete als Wohl.–*

Wir müssen wissen, dass das wahre Wohlsein nicht dadurch entsteht, dass immer mehr Wohlgefühl aufkommt, sondern

vielmehr dadurch, dass die Leidensgefühle auf dem Weg zum Heilsstand immer mehr abnehmen und verschwinden.

Zur Selbsterfahrnis der Sinnensucht zählen zehn verschiedene Stufen, zur Selbsterfahrnis der Reinen Form vier und ebenso vier Stufen zur formfreien Selbsterfahrnis. Das sind im Ganzen achtzehn verschiedene Arten.

Wenn der Erwachte nun sagt, dass das Nirvāna der Zustand von vollkommenem Wohl, d.h. vollkommen leidensfrei ist, und wenn wir dagegen den Zustand der Hölle als einen Zustand von 1000 Grad Leiden ansehen, dann gehören zur Selbsterfahrnis als Tier etwa 900 Grad Leiden, zur Selbsterfahrnis als Gespenst etwa 800 Grad Leiden, zur Selbsterfahrnis als Mensch etwa 700 Grad Leiden, zu den sechs Selbsterfahrnissen der sinnlichen Götter 600-100 Grad Leiden.

Danach käme die Selbsterfahrnis der Reinen Form. Davon hätten

die untersten, die Brahmagötter, etwa 40 Grad Leiden, die drei höheren 30, 20 und 10 Grad Leiden.

Danach kommen die vier formfreien Selbsterfahrnisse mit etwa 4 Grad, 3, 2 und 1 Grad Leiden.

Der 1 Grad Leiden zählt also zu der höchsten Selbsterfahrnis, der zeitweisen Aufhebung der Wahrnehmung, und das ist nun – vom endgültigen Heilsstand im Nirvāna aus gesehen – die allerletzte Belästigung.

Das aber können wir uns schwer vorstellen. Bei dieser Beschreibung stellt sich bei dem Leser meistens der sogenannte „horror vacui“ ein, d.h. das Gefühl und die Vorstellung, dass das Nichts doch ein Fehlen, ein Mangel sei. Hierbei muss aber gesehen werden, dass wir ja ein Leben in 700 Grad Leiden gewöhnt sind. Schon vor unserer Geburt, schon in früheren Leben – immer lebte man in dem gewaltigen Andrang von Formen, Tönen, Düften usw. Da unsere Gefühle im Durchschnitt immer 700 Grad schmerzhaft sind, so können wir nur Gefühle von mehr als 700 Grad als schmerzhaft empfinden, müssen dagegen die Gefühle von etwas weniger als 700 Grad

als Wohlgefühl empfinden. Wir kennen nur den Unterschied von etwa 650-750 Grad zwischen Wohlgefühl und Wehgefühl. Dass aber Gefühl selber immer nur schmerzhafter Andrang ist, das können wir nicht nachvollziehen. Diejenigen aber, die nur noch 1, 2 oder 3 Grad empfinden, die haben nicht mehr unser Bedürfnis nach Gefühlen. Sie würden unser Dasein mit 700 Grad Leiden als entsetzlich, schmerzlich empfinden, die wir nur darum nicht so benennen, weil wir daran gewöhnt sind und nichts Besseres kennen.

Wohl entsteht dadurch, dass die 700 Grad Schmerzens- und Leidensgefühle auf dem Weg zum Heilsstand immer mehr abnehmen und verschwinden und dadurch Freude, Beglückung, Stillwerden der Sinnesdränge, Wahrheitsgegenwart, Klarbewusstsein entstehen.

Solange aber sinnliche Wahrnehmung/Bewusstsein ist, so lange wird ein Ich in Auseinandersetzung mit Welt wahrgenommen/bewusst und besteht unbewusst ein leidiger Zustand (*dukkha-vihāra*), bedingt durch die Befleckungen des Herzens. –Wenn aber der leidige Zustand, der durch sinnliches Bedürfnis gegeben ist, immer weiter aufgehoben wird, über das Wohl des Herzensfriedens bis zum vollkommenen Wohl, dann wird Wahrnehmung/Bewusstsein noch als einzige Belästigung empfunden und abgetan.

Der Erwachte nennt also die drei großen Erfahrungsstrukturen:

1. Die beschränkte Wahrnehmungs-Weise: die grobe Selbsterfahrung im Begegnungsleben: Das Ich steht einer vielfältigen Umwelt gegenüber. Die Wesen erfahren sich als weltwahrnehmig (*loka-saññī*).
2. Die freie bis zur weisheitlichen Wahrnehmungs-Weise: die geistgebildete Selbsterfahrung durch die Erfahrung des Herzensfriedens: die Wesen erfahren sich als eigenwahrnehmig (*saka-saññī*).
3. Die wahrnehmungsfreie Weise: die formfreie Selbsterfahrung in ihrer höchsten Übungs-Spitze – der Auflösung von Ge-



fühl und Wahrnehmung: ohne Wahrnehmung – *asaññi*, entspricht dem Nibbāna nach Ablegen des Körpers.

Man kann sich nur in der zur Zeit  
gegenwärtigen Selbsterfahrnis üben

*Würden nun, Potthapādo, andere uns fragen:*

*„Was ist das aber, Freunde, für eine grobe Selbsterfahrnis – für eine geistgebildete – für eine formfreie Selbsterfahrnis –, die zu überwinden ihr die Lehre darlegt, so dass ihr Schritt für Schritt die befleckenden Eigenschaften aufgeben und die reinen Eigenschaften erwerben könnt, die vollständige Weisheit in ihrer Fülle und überweltliches Wissen noch zu Lebzeiten verwirklichen und erringen könnt?“ – So würden wir ihnen, so gefragt, antworten: „Das eben ist sie, Freunde, die grobe Selbsterfahrnis – die geistgebildete – die formfreie Selbsterfahrnis, die zu überwinden wir die Lehre darlegen, so dass ihr Schritt für Schritt die befleckenden Eigenschaften aufgeben und die reinen Eigenschaften erwerben könnt, die vollständige Weisheit in ihrer Fülle und überweltliches Wissen noch zu Lebzeiten verwirklichen und erringen könnt.“*

*Was meinst du wohl, Potthapādo, wäre nun nicht, bei solcher Bewandnis, eine recht begreifliche Antwort gegeben? –*

*Allerdings, o Herr, bei solcher Bewandnis wäre eine recht begreifliche Antwort gegeben. –*

*Das eben ist sie, die grobstoffliche Selbsterfahrnis, die geistgebildete, die formhafte Selbsterfahrnis – d.h. die Selbsterfahrnis, in der wir uns zur Zeit befinden. Wir kennen uns nur in der gegenwärtigen Selbsterfahrnis aus. Die Selbster-*

fahrnis, in der man sich befindet, gilt es zu verbessern und schließlich zu überwinden. Dann erscheint die nächste.

Und nun gibt der Erwachte für die jeweiligen Wahrnehmungen, die jeweiligen Selbsterfahrnisse das Gleichnis vom Turm, der zu ersteigen ist. Dabei erinnern wir uns an das Gleichnis vom Erklettern des Berges (M 125):

*Gleichwie etwa, Potthapādo, wenn ein Mann eine Leiter baute, um einen Turm zu ersteigen, und zwar gerade am Fuße des Turms; und man fragte ihn: „Lieber Mann, da du eine Leiter baust, um einen Turm zu ersteigen, weißt du, was für ein Turm es ist, ob er nach Osten oder nach Süden, nach Westen oder nach Norden zu steht, ob es ein Turm ist von hoher, niederer oder mittlerer Größe?“ Und er sagte nun: „Das eben ist er, Freunde, der Turm, den zu ersteigen ich die Leiter baue, und zwar gerade am Fuße des Turms.“ Was meinst du wohl, Potthapādo, hätte nun nicht bei solcher Bewandtnis jener Mann recht begreifliche Antwort gegeben? –*

*Allerdings, o Herr, bei solcher Bewandtnis hätte jener Mann recht begreifliche Antwort gegeben. –*

*Ebenso auch, Potthapādo, würden nun andere uns fragen: „Was ist das aber, Freunde, für eine grobe Selbsterfahrnis – geistgebildete Selbsterfahrnis – formfreie Selbsterfahrnis, die zu überwinden ihr die Lehre aufzeigt, so dass ihr Schritt für Schritt die befleckenden Eigenschaften aufgeben und die reinen Eigenschaften erwerben könnt, die vollständige Weisheit in ihrer Fülle und überweltliches Wissen noch zu Lebzeiten verwirklichen und erringen könnt?“, so würden wir ihnen, so gefragt, antworten: „Das eben ist sie, Freunde, die grobe Selbsterfahrnis – die geistgebildete Selbsterfahrnis – die formfreie Selbsterfahrnis, die zu*

*überwinden wir die Lehre aufzeigen, so dass ihr Schritt für Schritt die befleckenden Eigenschaften aufgeben und die reinen Eigenschaften erwerben könnt, die vollständige Weisheit in ihrer Fülle und überweltliches Wissen noch zu Lebzeiten verwirklichen und erringen könnt.“ – Was meinst du wohl, Potthapādo, wäre nun nicht, bei solcher Bewandnis, eine recht begreifliche Antwort gegeben? –*

*Allerdings, o Herr, bei solcher Bewandnis wäre eine recht begreifliche Antwort gegeben.–*

Der Turm wie der zu erkletternde Berg (M 125) sind ein Gleichnis für den jeweiligen Wahn der Wesen, die jeweilige Selbsterfahrnis. Entsprechend dem jeweiligen Wahn wechselt der Turm dreimal seine Gestalt, er hat die Gestalt eines grobstofflichen Turms, eines geistgebildeten Turms, eines formfreien Turms, und jedes Mal ist eine andere Leiter zum Ersteigen erforderlich:

Mit der Wahrnehmung der Entrückungen geht die Wahrnehmung von Körper und sinnlicher Wahrnehmung unter und *in Abgeschiedenheit geborene Beglückung und stille Wahrheits-Wahrnehmung geht auf*. Beide Seinsweisen bestehen aus Wahrnehmung, sind durch Wahrnehmung bedingt. Aus beschränkter Gemütsverfassung geht die beschränkte Wahrnehmung einer beschränkten und begrenzten Welt hervor, aus unbeschränkter, von Sinnlichkeit freier Gemütsverfassung geht die Wahrnehmung der weltlosen Entrückung hervor.

So wie man eine für den jeweiligen Turm geeignete Leiter baut, um ihn bis zur Höhe ersteigen zu können – man kann immer nur eine Leiter bauen für den Turm, den man kennt –, so läutert sich der Übende in der jeweiligen Selbsterfahrnis immer weiter aufsteigend. In der grobstofflichen Selbsterfahrnis ist Begegnung mit grobstofflichen Wesen und Dingen und grobstofflichen Aufgaben, darum geht es in der grobstoffli-

chen Selbsterfahrnis vorwiegend um die Übungen in rechter Anschauung, Gesinnung und Tugend, den ersten Gliedern des achtgliedrigen Heilsweges. Die Spitze der grobstofflichen Selbsterfahrnis wäre z.B. Verständnis, Teilnahme, Liebe zu den Mitwesen. In der geistgebildeten Selbsterfahrnis ist die Spitze der Übung die Gleichmuts-Strahlung oder vierte Entrückung, und in der formfreien Selbsterfahrnis reichen die Übungen bis zur Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung.

Immer nur, wenn man am Fuß des jeweiligen Turms ist, wenn man ihn also vor sich hat, kann man eine für das Ersteigen dieses Turms passende Leiter bauen, die bis zu dessen Spitze reicht. Der Erwachte sagt also: Für den Turm, an dessen Fuß du bist, vor dem du dich gerade befindest, dafür mache die Leiter. Wenn die grobe Selbsterfahrnis aufgehoben ist, dann stellt sich die geistgebildete Selbsterfahrung als ein für uns einschneidender Umbruch, als neue Situation von selber ein. Nun ist diese der Turm, für den man eine geeignete Leiter baut. Diese Leiter, auf der der Turm erstiegen werden kann, ist anders als die für den vorigen Turm. Nun geht es um Aufhebung der letzten Befleckungen, um die Vier Großen Kämpfe, um Wahrheitsgegenwart und die Ausdehnung des Herzensfriedens, die letzten drei Stufen des achtgliedrigen Weges. Und allmählich steht der Übende nicht mehr auf den untersten Stufen der Leiter, z.B. in der ersten Entrückung, sondern ist fähig zur zweiten bis vierten weltlosen Entrückung.

Nach der vierten Entrückung ist er fähig zu den Weisheitsdurchbrüchen: zur Rückerinnerung, zum Erkennen der Vorgehens- und Erlebensweisen der Wesen nach dem Tod und zur universalen Wahrnehmung des Leidens und damit zur Aufhebung aller Triebe – zu Weisheit und Erlösung. Es sei denn, dass er noch eine weitere Leiter braucht für das Ersteigen des neu verwandelten Turms, des letzten Wahns, der dann der einzig gegenwärtige ist, die Leiter der friedvollen Verweilungen, die in der noch weiteren Ablösung von noch stilleren, friedvolleren Wahrnehmungen besteht.

In jeder Ebene ist mit anderen Mitteln zu kämpfen oder zu klettern. Und wenn man an der Spitze seiner jeweiligen Entwicklungsphase, der jeweiligen Selbsterfahrnis, ist, dann spielt oft die nächste Entwicklungsphase mit hinein, der Turm nimmt langsam eine andere Gestalt an.

Die unterschiedlichen Erscheinungsformen des Wahns,  
die Selbsterfahrnisse, sind alle gleich wirklich/gewirkt

*Nach dieser Rede wandte sich Citto, der Sohn des Elefantemeisters, an den Erhabenen und fragte:  
Zu einer Zeit, o Herr, in der die grobe Selbsterfahrnis besteht, ist da für den Erfahrer die geistgebildete und formfreie Selbsterfahrnis unwirklich, unwahr? Ist ihm zu dieser Zeit die grobstoffliche Selbsterfahrnis das einzig Wahre? Zu einer Zeit, o Herr, in der die geistgebildete Selbsterfahrnis besteht, ist da für den Erfahrer die grobe und formfreie Selbsterfahrnis unwirklich, unwahr? Ist ihm zu dieser Zeit die geistgebildete Selbsterfahrnis das einzig Wahre? Zu einer Zeit, o Herr, in der die formfreie Selbsterfahrnis besteht, ist da für den Erfahrer die grobe und geistgebildete Selbsterfahrnis unwirklich, unwahr? Ist ihm zu dieser Zeit die formfreie Selbsterfahrnis das einzig Wahre? –*

Dieser Gedanke ist Citto vielleicht gekommen durch das Gleichnis vom Turm: Erst wenn man am Fuß des Turms steht, kann man eine Leiter bauen, d.h. wenn man sich in der jeweiligen Selbsterfahrnis befindet, ist sie wahr und wirklich, kann man sie beschreiben und kann sich in ihr üben. Sind dann die beiden anderen Selbsterfahrnisse unwirklich? Diese Frage kann ein in der grobstofflichen Selbsterfahrnis Befindlicher, wie wir alle, gut nachvollziehen. Er ist so im Wahn der grobstofflichen Selbsterfahrnis, dass er die Selbsterfahrnis der Wesen, die weltlose Entrückungen erleben und die Selbsterfahrnis

der formfreien Wesen: die friedvollen Verweilungen, nicht für möglich hält. Er bezweifelt, dass es sie gibt, weil er sie nicht wahrnimmt.

Der Erwachte antwortet auf die Frage Cittos, dass von den anderen beiden Selbsterfahrungen nicht die Rede sein kann, wenn z.B. die grobstoffliche Selbsterfahrung gegenwärtig ist. Aber trotzdem sind die anderen Selbsterfahrungen nicht zu leugnen:

*Zu einer Zeit, Citto, in der die grobe Selbsterfahrung besteht, zu dieser Zeit kann nicht von einer geistgebildeten und nicht von einer formfreien Selbsterfahrung die Rede sein. Zu einer Zeit, in der die geistgebildete Selbsterfahrung besteht, kann nicht von einer groben und formfreien Selbsterfahrung die Rede sein.*

*Wenn man dich fragte, Citto: ‚Bist du in den vergangenen Zeiten gewesen oder bist du nicht gewesen? Wirst du in den zukünftigen Zeiten sein oder wirst du nicht sein? Bist du jetzt oder bist du nicht?‘, was würdest du, so gefragt, zur Antwort geben? –*

*Wenn man mich, o Herr fragte: ‚Bist du in den vergangenen Zeiten gewesen oder bist du nicht gewesen? Wirst du in den zukünftigen Zeiten sein oder wirst du nicht sein? Bist du jetzt oder bist du nicht?‘, dann würde ich, so gefragt, antworten: ‚Ich bin in den vergangenen Zeiten gewesen, nicht bin ich nicht gewesen; ich werde in den zukünftigen Zeiten sein, nicht werde ich nicht sein; ich bin jetzt, nicht bin ich nicht.‘ Auf solche Fragen, o Herr, würde ich so antworten. –*

*Wenn man dich ferner etwa fragte, Citto: ‚Was einst deine vergangene Selbsterfahrung war, ist das eben deine wahre und wirkliche Selbsterfahrung gewesen, und die zukünftige und gegenwärtige Selbsterfahrungen sind nicht wirklich, sind unwahr? Was einst deine zu-*

*künftige Selbsterfahrnis sein wird, das ist deine wahre und wirkliche Selbsterfahrnis, und die vergangene und gegenwärtige sind nicht wirklich, sind unwahr? Deine jetzige Selbsterfahrnis, ist das deine wahre Selbsterfahrnis, und die vergangene und zukünftige Selbsterfahrnis sind nicht wirklich, sind unwahr? – Wenn du so gefragt würdest, was würdest du antworten? –*

*Wenn ich so gefragt würde, würde ich antworten: ‚Was einst meine vergangene Selbsterfahrnis war, die war zu dieser Zeit wahr und wirklich, unwahr und unwirklich ist die zukünftige und gegenwärtige. Was meine zukünftige Selbsterfahrnis sein wird, die wird zu dieser Zeit für mich wahr und wirklich sein, unwahr und unwirklich die vergangene und gegenwärtige. Was jetzt meine Selbsterfahrnis ist, die ist für mich wahr und wirklich, unwahr und unwirklich die vergangene und zukünftige!‘ Wenn ich so gefragt würde, würde ich so antworten. –*

*Ebenso auch, Citto, zu einer Zeit, in der die grobe Selbsterfahrnis besteht, zu dieser Zeit kann nicht von einer geistgebildeten und nicht von einer formfreien Selbsterfahrnis die Rede sein. Zu einer Zeit, in der die geistgebildete Selbsterfahrnis besteht, kann nicht von einer groben und formfreien Selbsterfahrnis die Rede sein. Zu einer Zeit, in der die formfreie Selbsterfahrnis besteht, kann nicht von einer groben und geistgebildeten Selbsterfahrnis die Rede sein.*

Unsere früheren und zukünftigen Leben sind genau so wahr wie die jetzigen, nur haben wir sie in der Regel nicht gegenwärtig. Von unserem augenblicklichen Standpunkt aus sind sie nicht einsehbar. Aber trotzdem gibt es sie, diese unterschiedlichen Erscheinungsformen des Wahns, und sie hängen zusam-

men: Die Wunden aus früheren Leben tun nicht mehr weh. Aber das Verhalten in früheren Leben ist die Ursache für das, was im gegenwärtigen Leben wohl- und wehtut. Und das Verhalten in diesem Leben ist die Ursache für das künftige Ergehen. – Der Westen glaubt nur an eine Wirklichkeit, die von den Philosophen unterschiedlich gedeutet wird. Der Erwachte sagt: *Jetzt ist diese Wirklichkeit*, aber das bedeutet nicht, dass es keine andere gibt, dass wir keine andere gewirkt haben und noch wirken können. Da wir in der jetzigen Wirklichkeit immer weiter wirken, z.B. unter dem Einfluss der Lehre des Erwachten, so wird einmal eine ganz andere Selbsterfahrnis Wirklichkeit sein. In dem Augenblick, in dem z.B. Einigung des Herzens erfahren wird, wird die grobstoffliche Welt als Traum, als Einbildung durchschaut und gesehen. Das eben ist das Transzendieren in eine ganz andere Selbsterfahrnis.

Der Erwachte gibt nun für diese Möglichkeit der Transzendierung zu anderen Selbsterfahrnissen das Gleichnis von den Verwandlungsmöglichkeiten der Milch:

*Gleichwie etwa, Citto, von der Kuh die Milch kommt, von der Milch der Rahm, vom Rahm die Butter, von der Butter der Quark, vom Quark der Käse; und zu einer Zeit, wo Milch ist, da weder von Rahm noch von Butter oder Quark und Käse die Rede sein kann, es da eben nur Milch heißt; und zu einer Zeit, wo Rahm, wo Butter, wo Quark, wo Käse ist, da nicht von Milch die Rede sein kann, es da eben nur Rahm oder Butter oder Käse heißt – ebenso nun auch, Citto, kann zu einer Zeit, in der die grobe Selbsterfahrnis besteht, nicht von einer geistgebildeten und nicht von einer formfreien Selbsterfahrnis die Rede sein, von grober Selbsterfahrnis kann nur die Rede sein. Zu einer Zeit, in der die geistgebildete Selbsterfahrnis besteht, kann nicht von einer groben und formfreien Selbsterfahrnis die Rede sein, von geistgebildeter Selbsterfahrnis kann nur die*



*Rede sein. Zu einer Zeit, in der die formfreie Selbsterfahrnis besteht, kann nicht von einer groben und geistgebildeten Selbsterfahrnis die Rede sein, von formfreier Selbsterfahrnis kann nur die Rede sein.*

*Das sind nun, Citto, weltliche Ausdrücke, weltliche Folgerungen, weltliche Erklärungen und Beispiele, die der Erwachte benutzt, ohne sie zu überschätzen.*

Wenn die Milch gerade gemolken ist, dann ist die Sahne noch ganz in der Milch verteilt. Aber wenn die Milch länger steht, dann steigen die Sahnetröpfchen nach oben, es bildet sich eine Rahmschicht. Diese Rahmschicht wird abgeschöpft und so lange rührend bewegt, bis die Flüssigkeit sich abgesetzt hat und Butter übrig bleibt. Durch Zusatz von Labferment entsteht Quark und Käse. Jedes Mal ist ein anderes Produkt aus der Grundsubstanz Milch entstanden, und die Butter und der feste Käse erwecken einen ganz anderen Eindruck als die flüssige Milch. So sind die drei Selbsterfahrungen von sehr unterschiedlicher Art, nicht miteinander vergleichbar, ein immer feinerer Wahn, der erst durch die Aufhebung aller Triebe, die jeweils den Eindruck eines Selbst erzeugen, aller Selbsterfahrungen, aufgehoben wird.

*Nach dieser Rede wandte sich Potthapādo, der Wanderasket, an den Erhabenen mit den Worten:*

*Vortrefflich, o Herr, vortrefflich, o Herr! Gleichwie etwa, o Herr, als ob man Umgestürztes aufstellte oder Verdecktes enthüllte oder Verirrten den Weg wies oder ein Licht in die Finsternis hielt: ‚Wer Augen hat, wird die Dinge sehn‘: ebenso auch hat der Erhabene die Lehre gar vielfach dargelegt. Und so nehme ich, o Herr, beim Erhabenen Zuflucht, bei der Lehre und bei der Gemeinde der Heilsgänger. Als Anhänger möge mich der Erhabene betrachten, von heute an zeitlebens getreu. –*

*Citto aber, der Sohn des Elefantenmeisters, sprach zum Erhabenen:*

*Vortrefflich, o Herr, vortrefflich, o Herr! Gleichwie etwa, o Herr, als ob man Umgestürztes aufstellte oder Verdecktes enthüllte oder Verirrten den Weg wies oder ein Licht in die Finsternis hielt: ‚Wer Augen hat, wird die Dinge sehn‘: ebenso auch hat der Erhabene die Lehre von vielen Seiten gezeigt. Und so nehme ich, o Herr, beim Erhabenen Zuflucht, bei der Lehre und bei der Gemeinde der Heilsgänger. Möge mir, o Herr, der Erhabene Aufnahme gewähren, die Ordensweihe erteilen! –*

*Es wurde Citto, der Sohn des Elefantenmeisters, vom Erhabenen aufgenommen, wurde mit der Ordensweihe belehnt.*

*Nicht lange aber war der ehrwürdige Citto in den Orden aufgenommen, da hatte er, einsam, abgesondert, unermüdlich, in heißem, innigem Ernst gar bald, was heilsuchende Menschen vom Hause fort in die Hauslosigkeit lockt, jenes höchste Ziel des Asketentums, noch zu Lebzeiten sich offenbar gemacht, verwirklicht und errungen. ‚Versiegt ist die Geburt, vollendet das Asketentum, gewirkt das Werk, nichts mehr nach diesem hier‘, verstand er da. Auch einer der Geheilten war nun der ehrwürdige Citto geworden.*

DAS HILFREICHSTE UNTER  
DREI ARTEN VON WUNDERN  
„KEVATTO“  
„Längere Sammlung“ (D 11)

In dieser Rede zeigt der Erwachte dem Sohn eines Hausvaters, welches das größte und hilfreichste Wunder ist: die Verbesserung und Aufhebung der Triebe und die Gewinnung des Heils. Für den Übenden ist die Aufhebung der Triebe gar kein Wunder: Das Heil wohnt dem Menschen unmittelbar inne. Wir haben es nur überdeckt mit Missverständnis, mit üblen Neigungen und Gesinnungen, mit Gier, Hass, Blendung. Wir haben es selber verborgen, brauchen nur das irrtümlich Erzeugte abzuschichten, dann nehmen Klarheit und Frieden zu, Sicherheit und Unverletzbarkeit zu. Das ist eine Arbeit, die so schwer fällt, wie man fest an den vergänglichen, leidvollen Dingen hängt. Und man hängt so fest daran, weil man sie für wertvoll hält. Darum fängt der ganze Heilungsprozess damit an, dass man erkennt, was wirklich wertvoll und anzustreben ist und was nicht. Mit der rechten Umwertung der Werte beginnt das größte und hilfreichste Wunder, das es gibt, und gerade ein solches Wunder haben wir meistens nicht auf Rechnung, es ist so unscheinbar, dass man es als Binsenwahrheit bezeichnen könnte.

Das Wunder der Geistesmacht

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Nālandā, im pavarischen Mangowald. Da kam denn Kevatto, der Sohn eines Bürgers, zum Erhabenen heran, bot ehrerbietigen Gruß dar und setzte sich zu seiner Seite. Zur Seite sitzend, wandte sich nun Kevatto, der Bürgersohn, an den Erhabenen:*

*Dieses Nālandā, o Herr, blüht auf und gedeiht, es ist volkreich, von vielen Menschen bewohnt, ist dem Erhabenen zugetan. Gut wäre es, o Herr, wenn der*

*Erhabene einen Mönch veranlassen wollte, dass er auf überirdische Weise ein Wunder der Geistesmacht vollbrächte. Dann würde dieses Nālandā weit mehr noch dem Erhabenen zugetan sein. –*

*Auf diese Worte sagte der Erhabene zu Kevatto, dem Bürgersohn:*

*Nicht habe ich, Kevatto, den Mönchen den Weg zur Heilsfindung so gewiesen: „Kommt, ihr Mönche, ihr sollt vor den weiß gekleideten Hausleuten auf überirdische Weise ein Wunder der Geistesmacht vollbringen.“ –*

*Wiederum aber sagte Kevatto, der Bürgersohn, zum Erhabenen:*

*Nicht hab ich, o Herr, den Erhabenen drängen wollen, aber ich sage doch: Dieses Nālandā, o Herr, blüht auf und gedeiht, es ist volkreich, von vielen Menschen bewohnt, ist dem Erhabenen zugetan. Gut wäre es, o Herr, wenn der Erhabene einen Mönch veranlassen wollte, dass er auf überirdische Weise ein Wunder der Geistesmacht vollbrächte. –*

*Wiederum aber sagte der Erhabene zu Kevatto, dem Bürgersohn:*

*Nicht habe ich, Kevatto, den Mönchen den Weg zur Heilsfindung so gewiesen: „Kommt, ihr Mönche, ihr sollt vor den weiß gekleideten Hausleuten auf überirdische Weise ein Wunder der Geistesmacht vollbringen.“ –*

*Zum dritten Mal aber sagte Kevatto, der Bürgersohn, zum Erhabenen:*

*Nicht hab ich, o Herr, den Erhabenen drängen wollen, aber ich sage doch: Dieses Nālandā, o Herr, blüht auf und gedeiht, es ist volkreich, von vielen Menschen bewohnt, ist dem Erhabenen zugetan. Gut wäre es, o Herr, wenn der Erhabene einen Mönch veranlassen*

wollte, dass er auf überirdische Weise ein Wunder der Geistesmacht vollbrächte. Dann würde dieses Nālandā weit mehr noch dem Erhabenen zugetan sein. –

Drei Arten von Wundern gibt es, Kevatto, die ich kenne, gewirkt und verkündet habe. Welche drei? Das Wunder der Geistesmacht, das Wunder der Wahrsagung, das Wunder der Unterweisung.

Was ist aber, Kevatto, das Wunder der Geistesmacht? Da vollbringt, Kevatto, ein Mönch auf mannigfaltige Weise die Geistesmacht: Etwa als nur einer vielfach zu werden, und vielfach geworden, wieder einer zu sein; oder sichtbar und unsichtbar zu werden; auch durch Mauern, Wälle, Felsen hindurch zu schweben wie durch die Luft; oder auf der Erde auf- und unterzutauchen wie im Wasser; auch auf dem Wasser zu wandeln ohne unterzusinken wie auf der Erde; oder auch durch die Luft sitzend dahin zu fahren wie der Vogel mit seinen Fittichen; etwa auch diesen Mond und diese Sonne, die so mächtigen, so gewaltigen, mit der Hand zu befühlen und zu berühren und gar bis zu den Brahmawelten den Körper in seiner Gewalt zu haben.

Einen solchen geistmächtigen Mönch sieht nun etwa irgendein gläubig Ergebener, und es mag dieser gläubig Ergebene irgendeinem nicht gläubig Ergebenen davon berichten: „O wie erstaunlich, o wie außerordentlich ist des Asketen großartige Macht, großartige Gewalt. Ich selbst habe den Mönch gesehen, wie er auf mannigfaltige Weise Wunder der Geistesmacht vollbrachte.“ Über einen solchen mag nun der nicht gläubig Ergebene zu dem gläubig Ergebenen also reden: „Es gibt, mein Lieber, eine sogenannte Spiegelkunst. Mittels dieser vollbringt jener Mönch auf mannigfaltige Weise Wunder der Magie.“ Was meinst du

*wohl, Kevatto, könnte da der nicht gläubig Ergebene dem gläubig Ergebenen etwa auf diese Weise antworten? –*

*Er könnte es, o Herr! –*

*Das habe ich eben, Kevatto, anlässlich der Wunder der Geistesmacht als unerquicklich, unbefriedigend, unerfreulich erlebt. –*

Der Begriff „Wunder“, den der Erwachte von Kevatto unwidersprochen übernimmt, wird immer nur dort gebraucht, wo das Wissen nicht hinreicht. Wenn wir Wirkungen sehen, ohne die Ursache zu erkennen, und wenn wir gar meinen, dafür könnte es gar keine normale, reale Ursache geben, dann sagen wir: „Das ist nicht mit rechten Dingen zugegangen, das ist ein Wunder.“ Aber praktisch hat jede Erscheinung ihre Ursache. Wir kennen nur viele Ursachenmöglichkeiten nicht. Wenn wir sie kennenlernen würden, gäbe es keine Wunder mehr. Für einen Geheilten gibt es keine Wunder.

Die Geistesmacht muss kein Beweis  
für inneren Fortschritt sein

Der Hausvater Kevatto wird – was in dieser Lehrrede nicht erwähnt wird – Zeuge der Geistesmacht des Erwachten oder seiner Mönche gewesen sein, er wird gesehen haben, wie die Mönche des Erwachten fähig sind, Materiegesetze aufzuheben, und er meint, wenn die Geistesmacht der Mönche allen Leuten seiner Heimatstadt Nālandā bekannt würde, dann würden viele Menschen die Lehre des Buddha annehmen. Wir sehen die gute Absicht des Mannes. Er mutet dem Erwachten nicht selber zu, diese Wunder auszuführen, er merkt also oder setzt voraus, dass dies ein zweitrangiger, nicht der beste Wunsch ist. Aber er scheut sich nicht, dreimal dieselbe Bitte zu äußern. Das ist in Indien üblich, wenn man die Dringlichkeit des Wunsches zeigen will oder den Gesprächspartner

veranlassen will, die Ablehnung genauer zu begründen. Der Erwachte lehnt die Bitte zweimal kurz ab, sagt nur, dass eine solche Aufforderung von seiner Seite den Mönchen gegenüber gegen ihre Vereinbarung sei. Dadurch macht er Kevatto gespannt auf eine ausführlichere Begründung, die dann auch erfolgt auf die dritte Bitte hin.

Die Mönche sind ja in den Orden eingetreten, um das Leiden des Immer-wieder-Geborenwerdens durch Tilgung jeglichen Durstes aufzuheben und nicht etwa, um den Ich-bin-Dünkel durch Zur-Schaustellung erworbener Geistesmacht zu befestigen.

Die Geistesmacht ist für den nach Herzensreinheit Strebenden ein Nebenprodukt der Läuterungsbemühungen, aber ihr Erwerb zeigt, dass der Übende sinnliches Begehren und damit den Materieglauben und damit die Gebundenheit an die Materie aufgehoben hat. Darum neigt der gläubig Ergebene dazu, die Beherrschung der Materie als Heiligkeit des geistesmächtigen Mönches zu deuten: „So heilig ist mein Lehrer, dem Ziel so nah, dass er dies vermag.“<sup>250</sup> Aber der Erwachte weist in seiner Antwort darauf hin, dass der nicht-gläubig Ergebene dem gläubig Ergebenen entgegenhalten könne, dass die gezeigte Überwindung der Materiegesetze nicht ein Zeichen innerer Freiheit von Sinnensucht zu sein brauche, dass es auch bloße Zauberei sein könne.

Wir kennen die Begriffe „schwarze“ und „weiße“ Magie. Wird die Geistesmacht aus übler Absicht angewandt, nennt man sie „schwarze Magie“, wird sie aus guter Absicht ausgeführt, nennt man sie „weiße Magie“. Der nicht gläubig Ergebene würde nach indischem Wortgebrauch etwa sagen: Der als magiegewaltig auftretende Mönch ist kein Yogin, der sich an die Läuterung des Herzens angejocht hat, sondern ein Sadhu, der übernatürliche Fähigkeiten um weltlicher Vorteile

---

<sup>250</sup> So sind z.B. leibhaftige Wunder eine der drei Voraussetzungen der Heiligsprechung durch die katholische Kirche, weil dort Wundertun als Indiz für Transzendenz-Bezug gilt.

willen durch übermäßig starke Konzentration und Verdrängung sinnlicher Wünsche entwickelt hat. Kevatto gibt zu, dass es diese Möglichkeit der Missdeutung gebe, dass also ein nicht gläubig Ergebener durch die Vorführung überweltlicher Fähigkeiten nicht zwangsläufig von der Richtigkeit und Güte einer Lehre überzeugt werden würde.

Heute behaupten Menschen, die sich als „aufgeklärt“ bezeichnen, dass es weder schwarze noch weiße Magie gebe, dass alles, was als Magie bezeichnet werde, auf Täuschung und Trug, auf geschickter Schauspielerei beruhe.

Der Erwachte sagt:

1. Es gibt eine alle menschlichen Normen übersteigende Geistesmacht.
2. Aber diese Geistesmacht des nach Läuterung Strebenden bedarf eines bestimmten Fundaments, besteht nur auf diesem und mit diesem.
3. Dieses Fundament besteht im weltunabhängigen Herzensfrieden, dem samādhi.
4. Doch auch den samādhi kann der normale Mensch nicht ohne weiteres entwickeln, sondern er muss erst durch Beschreiten des achtgliedrigen Weges dazu fähig werden.

Wie der Wortlaut in unserer Rede zeigt, besteht die Geistesmacht selbst in der Fähigkeit zu den beispielhaft beschriebenen Handlungen, d.h. in der Fähigkeit, sich von der sogenannten Materie, sowohl der des Körpers wie der der Umwelt, keine Schranken setzen zu lassen.

Die über „die Materie“ verfügende Macht des Geistes war nicht nur vielen Mönchen und Nonnen des Buddha eigen und auch nicht nur im vorbuddhistischen und nachbuddhistischen Indien allgemein bekannt, sondern sie wird auch aus allen anderen Kulturen berichtet; die sogenannten „Wunder“ von Jesus in Vorderasien bilden da keine Ausnahme. Und Jesus sagt zu seinen Jüngern, dass alle, die an ihn glauben, eben solche und auch größere Werke tun könnten wie er. (Joh.14, Vers 12) Und auch aus der Geschichte der christlichen Mystik im Abendland liegen Tausende von Berichten aus Klöstern,



Einsiedeleien und auch Bürgerhäusern über solche eindeutigen Zeichen der Geistesmacht vor.

### Die Haltung der Naturwissenschaft

Es ist aber eine geschichtliche Tatsache, dass der Orient weit mehr mit Betrachtung, Untersuchung und Transformierung des inneren Menschen – von Geist, Herz und Gemüt – beschäftigt ist als das Abendland und dass die abendländische Menschheit seit je weit mehr mit Betrachtung, Untersuchung und Gestaltung der äußeren Welterscheinung, der „Natur“, beschäftigt war und ist als der Orient. Zwar waren und sind in beiden Kulturen zu allen Zeiten immer auch Spuren der jeweils anderen Forschungsrichtungen vorhanden, aber soweit unsere Kenntnis der Kulturen reicht, so weit zeigt sich ganz eindeutig die große Überlegenheit des Ostens in der Kenntnis der geistig-seelischen Dimension des Menschen und des Lebens und zeigt sich ebenso eindeutig die weit überwiegende Beschäftigung des Westens mit der äußeren Welterscheinung, mit der Natur. Und diese Naturforschung breitete sich in den letzten Jahrhunderten hier im Westen immer stärker und zugleich immer einseitiger aus, indem sie alle geistigen Erscheinungen nie an ihnen selbst untersuchte, sondern aus dem äußeren Verhalten der Wesen auf solche schloss. Dadurch wurde die Aufmerksamkeit der abendländischen Menschen immer mehr von den geistigen Möglichkeiten fort und auf die äußeren Erscheinungen hin gelenkt. Und das Fundament der Geistesmacht, das in der Hochblüte der christlichen Mystik bei vielen Menschen stark ausgebildet war, wurde immer mehr vernachlässigt. So traten die Fähigkeiten der Geistesmacht mehr und mehr zurück, wodurch das Bewusstsein von der Macht des menschlichen Geistes und dem Wesen der sogenannten „Materie“ immer mehr verloren ging.

Die westliche naturwissenschaftliche Forschung ging bis vor einigen Jahrzehnten von der dem sinnlichen Eindruck entsprechenden Auffassung aus, dass die Materie eine „Sub-

stanz“ sei, und so wurde in den letzten Jahrhunderten das physikalische Weltbild, das materialistisch und mechanistisch ist, entwickelt, d.h. es herrschte die Grundauffassung, dass diese Welt, der Kosmos mit den ungezählten Gestirnen, in seiner unübersehbaren Ausdehnung aus „Materie“ besteht und in seinen Bewegungen wie eine große Maschine funktioniert. In der so aufgefassten und verstandenen Welt hätten sich dann auf unserem Planeten Erde aus einer Art „Ursuppe“ durch „Selbstorganisation der Materie“ die primitivsten Lebewesen gebildet, die dann bald einige Fortpflanzungs- und Anpassungsfunktionen entwickelt hätten und so fort bis zu dem Menschen, dem aufrecht gehenden Tier als der bisher höchsten Stufe dieser Entwicklungsreihe.

Nach dieser Theorie wäre also aus toter Materie zuerst „Leben“ und dann gar Bewusstsein als Nebenprodukt hervorgegangen. Danach bestünden alle Wesen immer nur so lange, wie ihr Körper besteht und funktioniert. Und wenn seine Funktionen aufhören, dann müssten Leben und Bewusstsein einschlafen, und das Wesen wäre vernichtet wie nie gewesen.

Bei dieser Auffassung von den Lebewesen wäre der Geist oder das Bewusstsein von vornherein ohnmächtig, wäre von der Materie und deren Funktion abhängig wie ein Feuer vom Brennholz. Der „Geist“ bzw. das im Gehirn entstehende Bewusstsein könnte den menschlichen Körper zwar mittels der Augen über die Wege lenken und den Widerständen ausweichen lassen, aber er könnte den Körper nicht durch einen Festkörper gleicher Dichte, z.B. eine Wand hindurchdrängen noch ihn über eine Masse geringerer Dichte, z.B. Wasser, gehen lassen.

Mit diesem Weltbild ist die vom Erwachten beschriebene Geistesmacht natürlich völlig unvereinbar. Und so wurde auch in den letzten Jahrhunderten hier im Westen mit zunehmendem Einfluss der Naturwissenschaft jede Art von praktizierter Geistesmacht als Irrtum oder Täuschung angesehen einschließlich der in den christlichen Evangelien berichteten „Wunder“ Jesu.

Doch um die letzte Jahrhundertwende änderte sich die Situation mit einem Schlag durch die umstürzenden Entdeckungen der Physiker von der wahren Beschaffenheit der „Materie“. Von diesen neuen Erkenntnissen sagt sowohl *Heisenberg* wie auch *Einstein*, dass damit der Naturforschung „der Boden unter den Füßen fortgezogen“ sei. Wenn auch zunächst nur ein kleiner Kreis naturwissenschaftlich orientierter Menschen von dieser Wende Kenntnis nahm, so hat sich inzwischen die Einsicht, dass unter dem Begriff „Materie“ ein völlig anderer Zustand verstanden werden muss, als unsere sinnliche Wahrnehmung uns suggeriert, als unangreifbar erwiesen, aber wegen der großen Befremdung, die eine solche Entdeckung auslöst, kommt sie schwer zur allgemeinen Geltung. Die folgende Feststellung *Werner Heisenbergs* lässt die vom Erwachten aufgezählten Wunder fast schon ohne Kenntnis der tieferen Psychenlehre des Buddha denkbar machen:

*Die kleinsten Einheiten der Materie sind tatsächlich nichtphysikalische Objekte im gewohnten Sinne des Wortes: sie sind Formen, Strukturen oder – im Sinne Platons –Ideen.*

Diese in der Fachsprache übliche Ausdrucksweise will sagen, dass die kleinsten Einheiten der Materie nichts Greifbares, Gegenständliches, also keine „Stückchen, Teilchen, keine Materie“ sind. Der bekannte amerikanische Physiker *John Wheeler* sagt:

*Der Kosmos ist nichts unabhängig von uns Existierendes.*

Und der Ordinarius für theoretische Physik an der Universität Innsbruck, *A.March*, schreibt:

*Allgemein lässt sich sagen, dass jedes Ding aus dem und nur aus dem – besteht, was wir an ihm erleben. Es ist die mehr oder minder konstante Verbindung gewisser sinnlicher Erlebnisse, die uns glauben lässt, dass hinter ihnen etwas sein müsse, das sie zusammenhält. Aber dieser Glaube ist nicht stichhaltiger als der eines Menschen, der annimmt, dass hinter*

*Blitz und Donner jemand sein müsse, der diese Erscheinungen veranstaltet.*

*(zitiert bei Meschkowski „Was wir wirklich wissen“. S.124, Piper 1984)*

Es sind zwar „Formen“, „Strukturen“, d.h. dem menschlichen Blick erscheint etwas, und dem menschlichen Tastsinn scheint es auch gegenständlich zu sein; aber die nähere Untersuchung hat eindeutig erkennen lassen, dass diese Sinneseindrücke Täuschung sind. Unsere „Wahrnehmung“ von Gegenständen und von Gegenständlichkeit der Erscheinungen ist bedingt durch unsere geistige Vorstellung von Gegenständlichkeit. Unsere Erwartungshaltung lässt uns dort Gegenständlichkeit erfahren, wo der Physiker, der ursprünglich mit der gleichen Erwartungshaltung der Sinneserfahrung zur gründlichen Untersuchung geschritten war, dennoch nichts von Gegenständlichkeit fand.

So schreibt *Jürgen Hargens*:

*Drei epistemologische Kränkungen hat die Menschheit erlitten:*

*Zuerst zeigte Kopernikus, dass wir nicht der Mittelpunkt des Universums sind.*

*Zweitens machte Freud klar, dass wir nicht die völlig bewussten Lenker unseres Verhaltens sind.*

*Nun hat Humberto R. Maturana eine letzte epistemologische Kränkung hinzugefügt:*

*„Wir sind völlig unfähig, die Welt objektiv wahrzunehmen und haben keinen verlässlichen Grund anzunehmen, dass es eine objektive Wirklichkeit gibt, die unabhängig von uns existiert.“*

Gegenständlichkeit ist ein Wahrnehmungsinhalt

Alles, was wir von „Welt“ wissen, das wissen wir durch Wahrnehmen, Erleben. Wir meinen zwar, dass wir es in unsere Wahrnehmung aufgenommen hätten, weil es die Sinne von außen aufgelesen hätten, aber wir wissen davon erst in dem

Augenblick, in dem es als Wahrnehmung in den Geist als der Gesamtheit aller Erlebnisse, Vorstellungen und Erinnerungen eintritt. Wir könnten eine Welt jenseits der Wahrnehmung nicht fassen, wir leben nur von der Wahrnehmung. Die Auffassung, man nähme eine Sache wahr, weil sie „da“ sei, ist nicht berechtigt, denn mit Wahrnehmung fängt unser Wissen an. *Kant* sagt: *Wir kennen nur Ding als Erscheinung*. Fünfzig Jahre vorher sagte *Berkeley*, ein englischer Philosoph: *Sein ist Wahrgenommenwerden*.

Und auch der Wahrnehmer ist nicht das Subjekt der Wahrnehmung, sondern er ist ebenfalls ein Objekt der Wahrnehmung. Die Wahrnehmung, dieser geistige Vorgang, liefert auch den Wahrnehmer: Der Mensch, der sich als Wahrnehmer erlebt, erlebt sich in der Wahrnehmung als Wahrnehmer. Die Grundlage von aller Erfahrung, von der Ich-Erfahrung und von der Umwelt-Erfahrung, ist Wahrnehmung.

Ein Beispiel dafür haben wir fast in jedem Traum. Während des Traums haben wir den Eindruck, ein Ich in der und der Situation zu sein, Angenehmes und Unangenehmes zu erleben. Es kann ein geträumtes Ich in einem geträumten Auto gegen einen geträumten Baum fahren, einen geträumten Unfall mit viel Verwicklungen haben. Man wird wach und merkt, dass Auto, Baum, Unfall und das „Ich am Unfallort“ geträumt waren, dass alles Traumbilder waren, also geistig-seelisch bedingt sind. Es bedarf nur kleiner Anstöße, dann bilden sich aus der Psyche Erlebnisse, die den Eindruck erwecken, dass ein Ich einer gegenständlichen Welt gegenüberstünde.

Im Wachbewusstsein müssen wir bekennen, dass das Traum-Erlebnis nicht objektiv da war, es war nur als Wahrnehmung da. Und mit dem Erwachen wird erfahren, dass hinter dem Erlebnis nicht das Erlebte war. So auch im Wachbewusstsein: Nicht weil da eine „Welt“ ist, die von einem „Ich“ erfahren wird, darum ist das Erlebnis, sondern weil - wie im Traum - das Erlebnis einer Begegnung eines „Ich“ mit „Umwelt“ vorkommt, darum wird auf eine solche Umwelt auch außerhalb des Erlebnisses geschlossen. Das Erlebnis von Welt

findet nicht in der Welt statt, sondern umgekehrt: Die Erfahrung von Welt geschieht im Erlebnis als Erlebnis. Wahrnehmung und Bewusstsein ist der Grund aller Erscheinung, und alles, was irgendwie behauptet wird, ist ausgewiesen und besteht überhaupt nur aus Wahrnehmen.

Der Erwachte zeigt in M 1, dass der unbelehrte gewöhnliche Mensch die Wahrnehmung von Materie nicht für Wahrnehmung, sondern für Materie nimmt. Und hat er die Wahrnehmung von Materie für Materie genommen, dann denkt er an „materielle“ Dinge, denkt über „materielle“ Dinge nach, macht sie zur Grundlage seines Lebens und geht von ihnen aus, baut sie im Geist aus.

Der unbelehrte gewöhnliche Mensch nimmt den Traum für Wirklichkeit, nimmt die Wahrnehmung für ein „Ding“. Er denkt an das, was als Wahrnehmung aufgestiegen ist, aber er denkt nicht, dass es Wahrnehmen ist, sondern wähnt, dass es an sich besteht, und spinnt sich nach seinen Wünschen und Vorstellungen - der Pessimistische ein dunkleres, der Optimistische ein helleres Bild. Warum tut er so? fragt der Erwachte und antwortet: Weil er es nicht durchschaut. Er hat nicht gemerkt, dass Wahrnehmung Wahrnehmung ist. Das ist seine Täuschung.

Der normale Mensch kann sich dem Eindruck nicht entziehen, dass er mit einem materiellen Körper einer materiellen Umwelt „begegnet“. In jedem Augenblick scheint uns unsere sinnliche Wahrnehmung zu bestätigen, besonders der Tastsinn, dass z.B. feste Materie sich nicht gegenseitig durchdringen kann.

Die durch unsere lebenslängliche sinnliche Wahrnehmung in den Geist tief eingeprägte Auffassung gilt in der westlichen Menschheit generell. Zu dieser Täuschung neigen, wie der Erwachte zeigt, alle Menschen, welche von der Berührung durch die vielen täglichen Einzelerlebnisse, von ihrer Konsumierung und dem Reagieren sich so sehr in Anspruch nehmen lassen, dass sie zu der tieferen Frage nach der Dimension dieses Erlebnislebens nicht kommen. Das sind neben den Kindern

alle Menschen, die sich von den erscheinenden Dingen stark faszinieren und bewegen lassen zwischen freudiger Zuneigung zu den einen und mehr oder weniger starker Abneigung gegenüber den anderen Dingen. Der Erwachte nennt diese beiden energetischen Richtungen *rāga*, *dosa*, was meistens übersetzt wird mit *Gier und Hass*, also auf die Triebe des Herzens mit Anziehung und Abstoßung hinweist. Darüber sagt der Erwachte: Je stärker diese Impulse den Menschen bewegen, um so stärker ist auch die „*Blendung*“, also die Täuschung des Menschen durch die Erscheinungen.

Zu der Durchschauung des wahrnehmungshaften Charakters der erscheinenden Welt samt dem erscheinenden Ich kommen nur solche Menschen, die neben den tausend erscheinenden Dingen auch das Erscheinen selbst, das Aufscheinen der Dinge im Bewusstsein bemerken, den bewusentlichen geistigen Charakter der Dinge bemerken und sich darum weniger irritieren und faszinieren lassen, weil sie bestrebt sind, die Dimension und Struktur ihrer Existenz zu verstehen, um die Existenz meistern zu können.

Bekanntlich wird und wurde die Philosophie lange Jahrhunderte unterhalten von dem Kampf der beiden gegensätzlichen Auffassungen, wovon die eine behauptet, ein „*reales*“, d.h. außerbewusstliches Sein der Dinge sei die Ursache dafür, dass im Menschen das Bewusstsein von Dingen aufkäme, während die andere Seite behauptete, es sei immer nur das aufkommende Bewusstsein, das eine in Raum und Zeit ausgebreitete Welt der tausend Dinge vorspiegele; alle Seinsbehauptung gründe also nur im Bewusstwerden, und darüber hinaus gebe es kein Sein.

*Kant* glaubte, hinter der „Welt als Erscheinung“, also hinter den geistigen Erlebensakten und Erfahrensakten eine „Welt an sich“ behaupten zu sollen, von der wir freilich nie etwas wissen könnten. Wenig später hat dann *Schopenhauer* ganz im Sinne des Buddha der Sache nach erklärt, dass die Bedingung für das Erlebnis, für die Vorstellung eines der Umwelt begegnenden Ich in den inneren Trieben, Tendenzen, Neigungen des

„Erlebers“ liege, die auch er ebenso wie der Buddha letztlich den „Willen“, das Wollen (*chando*) nennt.

Diese Einsicht, dass unser gesamtes Wissen und Behaupten immer nur aus dem geistigen Akt des Wahrnehmens hervorgeht, dass Wahrnehmung die Quelle all unseres Wissens ist, dass wir nach einer „Welt“ jenseits unserer Wahrnehmung und des Bewusstseins gar nicht hinlangen könnten und dass darum alles von uns Erfahrene und Gewusste und als „seiend“ Behauptete immer bewusstlich ist - diese Einsicht raunt als eine leisere Stimme durch alle Kulturen und Zeiten.

### Aus der Psyche entsteht die Wahrnehmung, das Bewusstsein

Die Tatsache der Wahrnehmungshaftigkeit ist nicht ein Traum, wie etwa den meisten ein Traum erscheint aus dem Bereich von Schemen, die etwa wie Wolkengebilde so oder so entstehen, vielmehr ist alle unsere Wahrnehmung, obwohl sie nicht aus der Welt kommt, dennoch fest gegründet, und zwar in den Qualitäten unseres Herzens. Kein Mensch kann Wahrnehmungen haben, die nicht durch die Qualitäten seines Herzens, seines Charakters begründet sind.

Unser Glaube, dass wir ein Ich wären in einer Welt, die unabhängig von uns bestünde, und die durch diesen Glauben bedingte Angst, einer Welt mit all ihren Geschehnissen ausgeliefert zu sein, ist bedingt durch und geht hervor aus den zwei geistigen Strömen: dem Strom der Wollungen und dem Strom der Wahrnehmungen. Diese beiden Ströme, die von Augenblick zu Augenblick stets andere Wollungen, andere Wahrnehmungen liefern, aus welchen wir den Eindruck gewinnen, ein Ich in einer Welt zu sein, diese beiden Ströme kommen aus dem Herzen und seinen Qualitäten. Was Herz oder Seele oder Psyche genannt wird, erscheint als ein Ich, das sich mit Wahrnehmungen auseinandersetzt. Wie die Qualität des Herzens, des Wollens, ist, so findet sich ein Ich vor mit der Wahrnehmung einer Welt. Die Qualität des Herzens und damit des



Wahrnehmens aber kann der vom Erwachten Belehrt erhellten und erhöhen bis zur Vollkommenheit. Damit ist das Existenzproblem gelöst, der Heilsstand gewonnen.

Durch alle Religionen und geistigen Lehren geht die Warnung, dass der Mensch sich an die Vielfalt der Welt verlieren, in die weltliche Vielfalt zerstreuen kann, wenn er den tausend Erscheinungen seine Aufmerksamkeit und Liebe widmet, dass er aber groß, selbstständig und stark wird, wenn er „rückverbunden“ (religare) bleibt, auf sich selbst, auf sein Herz und seine Seele achtet und bestrebt ist, sie zu verbessern und zu befreien aus aller triebbedingten Abhängigkeit.

Das ist ja der Sinn des Wortes vom „beschmutzten“ und „reinen Herzen“ (oder Seele). Dieses Wort, das in allen Religionen gilt, steht nicht nur für die Unterscheidung zwischen Moral und Unmoral, zwischen gut und böse, sondern gilt auch für die Weltsüchtigkeit, durch welche der Mensch von den Sinnesorganen eines sterblichen (auch eines feinstofflichen) Körpers abhängig ist, darum „sterblich“ ist - und steht auf der anderen Seite für die Betrachtung der Psyche, die nicht der Zeit unterliegt.

Man kann die Aussagen des Erwachten über die wahre Natur des Seins, über die wirklich wirksamen Wirklichkeiten in folgende vier Sätze fassen:

1. Die gesamte materiell erscheinende Welt, die der Mensch durch sinnliche Wahrnehmung erfährt, samt seiner eigenen handelnden und erlebenden Person, ist bildhafte und fühlhafte Auswirkung der gesamten, den Charakter bildenden lichtereren und dunkleren Triebkräfte der Psyche, des Herzens (*citta*). Wie diese sind, so ist das erfahrene Ich und die erfahrene Welt. So wie das Herz, die Seele, rein oder beschmutzt ist, so wird im Lauf der Zeit zwangsläufig die Erlebnisqualität: menschlich, untermenschlich, übermenschlich.

2. Die gesamten, den Charakter bildenden Triebkräfte und Tendenzen des Herzens (*citta*) sind ein allmählich gewachsenes Ergebnis der im Geist (*mano*) des Menschen ausgebildeten und gepflegten Ideen und Vorstellungen, also Anschauungen

über das, was man tun und lassen, was man sinnen und beginnen müsse, um so bald und so leicht wie möglich zum größtmöglichen Wohl und dessen größter Haltbarkeit zu gelangen.

3. Diese im Geist vorhandene richtige oder falsche Idee, Vorstellung und Anschauung darüber, mit welchen Mitteln er so bald und so leicht wie möglich das bestmögliche und haltbarste Wohl gewinnen könne, baut sich der menschliche Geist durch rechte oder falsche Deutung der Erfahrungen seines Welterlebens - also der Wahrnehmung des „Ich in der Welt“ - auf.

4. Aber über die rechte oder falsche Deutung der Erfahrungen und Belehrungen, über Wahrheit und Irrtum seiner im Geist gepflegten Ideen entscheidet die Fähigkeit zu dem, was der Erwachte *Beachtung der Grundlagen und Herkunft der Erscheinungen (yoniso manasikāra)* nennt - das bedeutet ein Forschen ganz ohne eine Voraussetzung - und das heißt: ohne Beachtung der (täuschenden) Oberfläche der Erscheinungen.

Die oberflächliche Beobachtung der lebenslänglichen Erfahrungen und Belehrungen führt zu falscher Anschauung (Idee). Daraus entwickelt man solche Charaktereigenschaften, Triebe und Tendenzen des Herzens, aus welchen dunkle, schmerzliche, schreckliche Welterfahrung hervorgeht, und andererseits kommt die aufmerksame Beobachtung der Herkunft der Erscheinungen zur Erkenntnis eben der „wahren Natur des Seins“, das heißt letztlich der hier beschriebenen geistigen Abhängigkeit der Welterscheinung von der im Geist gepflegten Idee. Das führt zur echten Anschauung, zur erlösenden Idee.

Daraus folgt erstens:

Der Mensch lebt nicht von einer „objektiven“ Welt, die „draußen“ unabhängig von ihm bestünde (wie es bis vor kurzem die Grundidee der gesamten Naturforschung und der von ihr belehrten Menschenkreise war), vielmehr ist sein Welterleben seinen nächtlichen Träumen vergleichbar, ist das Produkt seines Herzens. Die erlebte, erfahrene Welt ist so unfreundlich, dunkel und beängstigend, wie das Herz verengt, be-

schränkt und verdunkelt ist. Darum vergleicht der Erwachte das Herz mit dem Maler von Weltgemälden und vergleicht die erlebte Welt mit einer Fata Morgana, einer Luftspiegelung.

Zweitens: Da die Eigenschaften von Herz und Gemüt allein durch den Geist zustande kommen, so wird das Herz zuletzt immer so verengt, beschränkt und verdunkelt oder groß, weit und hell, wie die im Geist ausgebildeten und gepflegten Ideen, Vorstellungen und Anschauungen über das für den Menschen mögliche und unmögliche Wohl und Glück und Heil richtig oder falsch sind.

Drittens: Und da der Mensch die Ideen, Vorstellungen und Anschauungen seines Geistes letztlich nur immer aus seinen täglichen Erfahrungen, also aus dem Welt- und Ich-Erlebnis aufbaut, so besteht ein geschlossener Kreis: Die gesunden oder kranken Qualitäten seines Geistes - Klarheit oder Irrtum - machen die gesunden oder kranken Qualitäten des Herzens, und diese machen die schmerzlichen oder beglückenden Qualitäten der Weltwahrnehmung - und aus diesem Welterlebnis wiederum baut der Geist seine Qualitäten auf: Klarheit oder Irrtum.

Viertens: Aus dieser scheinbaren Ausweglosigkeit des geschlossenen Bedingungsziirkels zeigt der Erwachte den Ausweg: Durch aufmerksame, gründliche, das heißt unvoreingenommene Beobachtung dessen, was erfahren wird - dazu gibt allein der Erwachte die geeigneten Anleitungen - kommt der Mensch zur rechten Idee, Vorstellung und Anschauung über die wahre Natur des Seins und damit über das, was für den Menschen an Wohl und Glück und Heil zu gewinnen möglich ist.

Aus dieser so entstehenden Gesundung, Klärung und Klarheit des Geistes wird allmählich das Herz von allen denjenigen Eigenschaften befreit, welche zu dem unfreundlichen, dunklen und beängstigenden Charakter der Welterscheinung führen und damit zur Erfahrung von zunehmendem Wohl und Glück bis zum Heil.

Weil es sich mit der Natur des Daseins so verhält, darum ist die gesamte Lehre des Erwachten durchzogen von der immer

wiederkehrenden Mahnung, dass allein die unvoreingenommene, voraussetzungsfreie Beobachtung der Herkunft der Erscheinungen (*yoniso manasikāra*) zur Erkenntnis der wirklichen Struktur und Gesetzmäßigkeit des Daseins führt, während alle oberflächliche, auf Voraussetzungen gründende Beobachtung und Deutung (*a-yoniso manasikāra*) zu Täuschung, Irrtum, Blendung und Wahn führt, das heißt zu kranken Ideen und Vorstellungen des Geistes, die zu dunklen, trüben Eigenschaften des Herzens führen, woraus eine kranke, zerrissene, schmerzliche, schreckliche Welterscheinung hervorgeht – in welcher wir uns vorfinden.

### Das Fundament der Geistesmacht: die Aufhebung der Sinnensucht

Der Erwachte sagt (S 51,19):

*Was ist nun, ihr Mönche, das Fundament der Geistesmacht (iddhipāda)?*

*Was da der Weg ist, die fortschreitende Übung, welche zur Erzeugung der Geistesmacht, zur Verfügbarkeit der Geistesmacht hinführt, das nennt man, ihr Mönche, das Fundament der Geistesmacht.*

Mit diesen Worten zeigt der Erwachte, dass die Geistesmacht nicht zu dem Wesen des (nach weltlichem Maßstab) „natürlichen Menschen“ gehört, dass der Mensch vielmehr sich wandeln, seine jetzige Art aufgeben und übersteigen, transzendieren muss und kann, dass er sich über sich selbst hinaus entwickeln muss und kann, um zur Geistesmacht fähig zu werden.

Die meisten Menschen halten nicht nur die Vernichtung des Körpers für die Vernichtung auch des Geistes, sondern sie halten auch die Mauern und Wände aus innerer krankhafter Einbildung - aber aus weit verfestigter und ohne Zurücklegung dieses Übungsweges nicht auflösbarer Einbildung - für undurchdringlich, obwohl sie doch in Wirklichkeit nicht aus Stein bestehen, sondern aus Wahrnehmung. Insofern stehen wir weit unterhalb dieser Geistesmacht. Unser Wesen hat sich

vollgesogen mit der Einbildung von der Gegenständlichkeit der Materie. Und diese Vollgesogenheit, diese zur „fixen Idee“ gewordene Erwartungshaltung bewirkt, dass wir „erleben“, dass unser Körper an anderer „Materie“ zerschellen kann und nicht einfach hindurchdringen kann.

Und unser Wahn (*avijjā*) bewirkt, dass wir das auch für natürlich halten. Das ist unsere geistige Ohnmacht. Die Grundlage, das Fundament, der Zustand der Geistesmächtigkeit, kann nur allmählich geschaffen und ausgebaut werden. Darum eben sagt der Erwachte, dass die Grundlage der Geistesmacht in einem Weg besteht, der nur durch fortschreitende Übung zurückgelegt werden kann.

Die Beschaffenheit der „Außenwelt“ wird von dem Menschen als luftartig oder als Temperatur oder als Flüssigkeit oder als Festigkeit und vor allem als ein Gemisch von diesen erfahren. Und der Erwachte sagt, dass diese Eindrücke nur von der sinnlichen Bedürftigkeit, von der Sinnensüchtigkeit der Wesen herkommen und deshalb mit der Überwindung der Sinnensüchtigkeit auch aufhören.

Dass es um diese Überwindung geht, zeigt der Erwachte mit dem Gleichnis vom Brutei zum Küken: So wie man es nie erleben wird bei dem vom Huhn frisch gelegten Ei, dass Eiweiß und Dotter die Schale durchbrechen und als lebendiger junger Vogel heraussteigen - ganz ebenso ist auch der normale Mensch in seiner gegenwärtigen Beschaffenheit ganz unreif zur Geistesmacht. Der „natürliche“ primitive Menscheng Geist kann die Wahrnehmung von Materie nicht durchdringen - aber ebenso wie durch das lange Bebrüten des „befruchteten“ Eies der Inhalt zu einem Küken umgebildet wird, dessen Glieder und Schnabel bereits fester geworden sind als die Eischale - und wie dann bei diesem im Ei befangenen Küken zuletzt der leise Verdacht aufkommt, dass dieses Ei hier nicht der einzige Lebensraum sei, dass da die leise eindringenden Geräusche auf weiteren Lebensraum hinweisen - und wie das Küken dann sich zu strecken beginnt und mit den fest und hart gewordenen Gliedern, dem Schnabel oder dem Fuß durch die Schale hin-

durchstößt - ganz ebenso bedarf es auch der großen Umbildung von dem durch die Materiegläubigkeit bedingten Mate-  
riegefühl des normalen Menschen von Widerstand, von Gegenstand (*patigha*) zu jenem ganz anderen, zunächst noch nicht leicht vorstellbaren Zustand des weltüberlegenen autonomen Geistes, dem eben darum nichts mehr Widerstand leistet.

Von jeher war der indische Mensch gerade dem Geistigen zugewandt. Für ihn gilt heute noch und galt erst recht damals die Welterscheinung als „māyā“, d.h. als etwas geistig Ausgesponnenes, das lediglich traumhafter Befangenheit des begehrenden Herzens als „wirklich“ erscheint, das aber nicht die letzte Wirklichkeit ist, sondern von dem Menschen auf dem Weg eines geistigen Erwachens durchstoßen, ja, aufgelöst werden kann. Das ist die Geistesmacht. Sie ist der „natürliche“ Status: die jetzige Ohnmacht ist Krankheit und Blendung.

Die früher als Asketen in die Wälder gingen, um dem endlosen Samsāra mit seinem stets erneuten Geborenwerden und Sterben zu entrinnen, die wussten, dass es um die Entwöhnung des Herzens von der Beschäftigung mit der äußeren „Welt“, von der dauernden Begegnung mit den Dingen gehen müsse, um zur Freiheit zu kommen. Dementsprechend waren ihre Übungen. Darüber sagt ein Kenner (*Sutakar S. Dikshit*):

*Indien ist in vieler Beziehung ein merkwürdiges Land - vielleicht aber überrascht am meisten die schier unendliche Folge von Menschen, die sich auf eine innere Reise des Abenteurers und der Entdeckung begeben, die freiwillig und entschlossen alle weltlich günstigen Umstände und Aussichten aufgeben, seien sie materieller, sozialer oder intellektueller Natur, um einen neuen Seinszustand zu erreichen, den sie zunächst nur vom Hörensagen kennen und auf Treu und Glauben hinnehmen.*

*Eine große Hilfe bedeutet für solche „Abenteurer“ eine von Generation zu Generation überlieferte Tradition, welche versichert, dass das „Außen“ (die erfahrene Welt) antwortet,*

wenn das „Innen“ (das Geistig-Seelische) ruft oder, um es einheitlicher auszudrücken: das Innere und das Äußere sind zwei Seiten derselben Tatsache. Und jede Veränderung der einen Seite bewirkt unweigerlich die gleiche Veränderung der anderen.

Dieses Wissen, dass die „Welt“ - dass dein Erleben, ein Ich in einer Welt zu sein mit allen ihren Szenen - Spiegelbild und Widerhall ist von den sinnensüchtigen Trieben des Herzens - diese Wahrheit zieht sich durch die Mystik aller Kulturen, und darum ist es nur natürlich, dass auch in allen Kulturen jene größeren Geister es unwürdig fanden, sich von der „Flucht der Erscheinungen“ täuschen zu lassen. Deshalb brachen sie auf, um dieses Auftauchen der Erscheinungen durchschauen und beherrschen zu lernen, und sonderten sich ab, um in der Abgeschlossenheit die Welt zu vergessen, zu überwinden, um aus dem Welttraum zu erwachen.

Der Weg zur Löschung der Sinnensucht führt  
über die Seligkeit der weltlosen Entrückungen

Die Entrückungen (*jhāna*) sind nicht die Geistesmacht (*iddhi*), aber sie bewirken, schaffen die Grundlage der Geistesmacht (*iddhi-pāda*). Die vier Entrückungen heißen so, weil bei dem Menschen durch das Aufbrechen eines inneren glücklichen Gefühls die fünffache sinnliche Wahrnehmung für eine Zeitlang stillsteht, so dass er damit der gesamten Weltwahrnehmung, der Weltlichkeit völlig entrückt ist. Von der zweiten Entrückung an schweigt auch jegliches Denken, so dass dann allein jenes innere selige Wohl besteht. Die Zählung von der 1.-4. Entrückung deutet auf einen zunehmenden Reifegrad in der Heilsentwicklung hin.

Ein Mensch, der in seinem Geist immer mehr die hohen Vorstellungen pflegt und sich bewusst ist, so auf dem Weg zu sein, der aus allem Leiden herausführt in immer mehr Wohl bis zur Erwachung, wird im Herzen und im Gemüt immer

heller. Auf diesem Weg gelangt er zu dem Reifegrad, der zur ersten Entrückung führt.

Diesen Reifegrad beschreibt der Erwachte wie folgt:

*Da verweilt der Mönch abgeschieden von weltlichem Begehren, abgeschieden von allen heillosen Gedanken und Gesinnungen in stillem Bedenken und Sinnen. Und so tritt die aus innerer Abgeschiedenheit geborene Entrückung und Seligkeit ein, die erste weltlose Entrückung.*

Die hier als Bedingung ausdrücklich erwähnte *Abgeschiedenheit von weltlichem Begehren und Abgeschiedenheit von allen heillosen Gedanken und Gesinnungen* ist weit mehr innerlich als äußerlich zu verstehen. Solche Menschen beziehen schon lange nicht mehr ihr Wohl und ihr Glück ausschließlich aus den sinnlichen Erscheinungen der Welt, sondern immer mehr aus der reinen Kraft ihres Gemütes, aus ihren hochsinnigen Gedanken, aus allgemeinem Wohlwollen und Mitempfinden und der Liebe zu allen Wesen. Und auch wer den Gedanken über die vom Erwachten beschriebenen größeren Perspektiven nachgeht und an die erreichbaren selig erhabenen Daseinsformen oder gar an den endgültigen Ausgang ins Freie denkt, der empfindet hohe Freude über die befreienden Ausblicke.

Bei solchen weltvergessenen hohen Vorstellungen tritt es allmählich immer öfter ein, dass aus großer innerer Freude eine solche „Verzückung“ (*piti*) im Geist eintritt, die alle geistige Aufmerksamkeit auf sich lenkt und damit von den Sinnen abzieht, so dass der Mensch nicht mehr durch die Augen nach außen blickt, durch die Ohren nach außen horcht, sondern über alle sinnliche Wahrnehmung hinaustritt, weil er der inneren Seligkeit ganz hingegeben ist.

Von diesem Vorgang heißt es: *Wenn der Geist verzückt ist, wird der Körper gestillt.* Die rasante fünffache Wahrnehmung, deren Schmerzcharakter der Erwachte mit ständigen Schwerthieben vergleicht: das ununterbrochene Lugen vom Geist aus durch die Augen nach außen, das Lauschen durch



die Ohren, das Riechen durch die Nase usw. - all dieses He-  
reinnehmen, Erfahren, die programmierte Wohlerfahrungssu-  
che kommt zur Ruhe. Dieses Freiwerden von der lebensläng-  
lich gewohnten schmerzlichen Sinnestätigkeit löst ein nie ge-  
ahntes, alles durchdringendes Wohl, selige Ruhe aus.

Der Erfahrer der weltlosen Entrückungen wird sich nach  
seiner Rückkehr in die sinnliche Wahrnehmung bewusst, dass  
in der Entrückung nicht nur keine eigene Leiblichkeit ist, son-  
dern auch keinerlei sonstige Vielfaltform ist, keine Menschen  
und Tiere und auch keine toten Dinge, wie Erde, Wasser, Luft  
und die tausend Gegenstände. Und damit gibt es auch keine  
Nähe und keine Ferne, also keinerlei Raum, ja, es ist über-  
haupt keine Welt da, keine große und keine kleine, kein Mi-  
krokosmos und kein Makrokosmos, aber es ist auch nicht etwa  
das Erlebnis eines endlosen leeren Raumes, es wird überhaupt  
kein Raum erlebt: kein Ich und keine Welt, nicht Raum und  
Zeit, sondern einiger seliger Frieden.

Er kommt zu der Einsicht, dass das Wort „Welt“ nicht auf  
eine irgendwo wirklich bestehende Welt hinweist, sondern nur  
ein Sammelbegriff ist, der aus der Erfahrung von Gesehenem,  
Gehörtem, Gerochenem, Geschmecktem und Getastetem her-  
vorgeht. Er erkennt, dass es nicht irgendwo, irgendwie ein  
wirkliches und wahres „Ich“ gibt, sondern dass das Wort „Ich“  
nur ein Sammelbegriff ist: Mit dem Sehen ist Gesehenes und  
ein mehr oder weniger befriedigter Lugerdrang erlebt worden,  
und der Geist hat einen „Seher“ als „Inhaber“ des Lugerdrangs  
hinzugedacht und hat ihn mit dem ganzen Erlebnis zusammen  
gespeichert. Ebenso ist mit Hören ein Hörer, mit Riechen ein  
Riecher, mit dem Schmecken ein Schmecker, mit dem Tasten  
ein Taster, mit dem Denken ein Denker erfahren worden. Die-  
se Sinneseindrücke samt den dabei empfundenen Gefühlen,  
den dabei gefassten Absichten und der Stellungnahme des  
Geistes aus seinen mehr oder weniger weiträumigen Erfahrun-  
gen mit den dabei im Gemüt empfundenen Gefühlen und den  
Namen, unter denen der Geist diese Erlebniskomplexe abge-  
legt hat, sind gesammelt worden. Die Sammlung heißt Ge-

dächtnis. Das Gedächtnis ist es, das da sagt: „Ich weiß.“ Wäre diese Sammlung nicht da, so würde nicht das Gedächtnis sagen „ich weiß nichts“, sondern es würde gar kein Gedächtnis sein und gar keine Behauptung „ich bin“ und keine Behauptung „eine Welt ist“ würde sein. Es würde voller Friede sein. Zu diesem Frieden führt der Erwachte mit seiner Lehre.

Durch die Erfahrung des Friedens der weltlosen Entrückung ist die negative Bewertung der gesamten Sinnendinge eine radikale, von einer unvergleichlichen Überzeugungsmacht gegenüber dem, was die Erfahrer früher unternahmen.

Durch grobe „Gier“ und „Hass“ ist das Erlebnis „Körper“ so geworden, dass Gegenständlichkeit erfahren wird: „Der Körper stößt gegen Dinge“. Solange der Körper so wahrgenommen wird, wäre das totale Aufgeben der „Erwartungshaltung“ dem Körper schädlich. Erst wenn Gier und Hass, welche die vergegenständlichende Frequenz des Körpers schaffen, aufgelöst sind - und der letzte Grad der Auflösung geschieht dadurch, dass der Übende den Körper immer wieder mit diesem seligen Entrückungsgefühl durchtränkt - da wird Gier und Hass ganz ausgebadet - dann hört die körperliche Frequenz auf.

Durch die weltlose Entrückung ist zweierlei geschehen:

1. Ist durch die wiederholte Entrückung die Gewöhnung eingetreten, großes inneres Wohl bei sich zu erfahren. „Welt“ ist nur noch ein ganz ferner Traum. Darum besteht auch keine Erwartungshaltung mehr „der Welt“ gegenüber.
2. Da keine Erwartungshaltung mehr nach „außen“ besteht und keine Anziehung nach und Abstoßung von „außen“, kann die durch eben diese geistige Erwartungshaltung - Anziehung und Abstoßung - eingeübte Festigkeit des Körpers aufgehoben werden. Der Geistesmächtige kann darum sitzend durch die Luft dahinfahren, kann willentlich den geistigen Leib aus dem grobstofflichen heraussteigen lassen, kann aber auch mit dem von Gier-und-Haß-Frequenzen befreiten Körper durch die Luft fahren, auf dem Wasser gehen und durch Mauern und Wälle hindurchdringen.

Nur wenn die ganz andere Daseinsdimension, der *samādhi*, von einem Menschen ganz erworben ist, wenn er diesen Lebensstatus gewonnen hat, wenn ein so gewordener Mensch von dem Begegnungsleben, von der Welt nichts mehr erwartet, weil er in erhabenem Zustand oberhalb der Begegnungsart steht, dann verfügt er über die „Materie“. Das zeigt auch das Gleichnis vom Küken: Das mehrwöchige stumme, stille Bebrüten der Eier gilt für die Pflege und Vertiefung des *samādhi* bis zur Vollendung. Und der Durchbruch des ausgereiften Kükens gilt für die Geistesmacht. Die Geistesmacht wird also nicht selber durch Übungen etwa in dieser oder jener „magischen“ Tätigkeit erzeugt, sondern durch die immer weiter fortschreitende Weltabwendung, Weltüberwindung in immer weiter fortschreitendem inneren Herzensfrieden und Herzenseinigung gewonnen.

An dieser Stelle ist jedoch ein Hinweis von größter Wichtigkeit: Diese Entwicklung der inneren Einigung hat, wie der Erwachte immer wieder sagt, erst dann Sinn und Zweck, das heißt, sie kann nur dann gelingen, wenn der Mensch die taugliche sanfte Begegnungsweise erworben hat und wenn er seinen Eigenwillen hinsichtlich der Dinge in dieser äußeren Welt so weit aufgegeben hat, dass er wegen dieser Dinge in keiner Weise mehr in Streit und Spannung mit anderen kommen kann oder leben kann. Solange das Lebensklima noch den Unwettern mit Blitz, Donner, Sturm und Hagel gleicht, da gilt es, erst dieses Unwetter zu beruhigen in dem beglückenden Wissen, dass es oberhalb und außerhalb der gesamten sinnlich wahrnehmbaren „Welt“ einen Frieden gibt, der höher ist als alle Weltvernunft. Daraus erwächst Wohlwollen mit den Mitmenschen und Liebe zum Frieden.

Wollten wir das spannungsvolle Klima zwischen uns und unseren Mitmenschen fliehen und in den Orden oder in die Einsamkeit gehen, so würden wir merken, dass wir nur jene Menschen, nicht aber die Spannungen geflohen sind, dass uns diese in den Träumen, im Denken und im Fühlen verfolgen. Es gibt keine andere Beendigung dieser Spannungen, als indem

wir sie annehmen und im Annehmen auflösen. Nur aus ausge-reifter Tugend reift allmählich die Herzenseinigung heran.

### Die Geistesmacht als Weisheitsdurchbruch

In den Lehrreden heißt es: Wenn das Herz in der vierten welt-losen Entrückung völlig rein geworden ist, ohne Triebe nach sinnlicher Wahrnehmung, aber die völlige Triebversiegung noch nicht erreicht ist, dann kann im Herzen der Wunsch auf-kommen, jetzt die wirklichen Zusammenhänge zu sehen, Wis-sen (*vijjā*) zu gewinnen, um sich von allem Unbeständigen - auch von reinem Formerleben und allem Erleben von Form-freiheit - lösen zu können. Dann richtet der Geist seine Auf-merksamkeit darauf, indem er dem gereinigten, geläuterten Herzen erlaubt, seinem Wunsch nach dem Erlebnis der Weis-heitsdurchbrüche <sup>251</sup> zu folgen, sie in völligem Gleichmut zu erfahren und zu empfinden und das Erfahrene als (Wahrheits-) Wahrnehmung dem Geist zu melden. So heißt es (M 77, D 2):

*Solchen geeinigten Herzens (völlig gereinigt, völlig gesäubert, fleckenlos, fern von Trübungen, sanft geworden, formbar, unerschütterlich, unverstörbar) richtet er (d.h. der Geist) das Herz auf die Entfaltung von Geistesmacht. So kann er auf mannigfaltige Weise Geistesmacht entfalten.*

Wir erleben „Gegenstände“ als Festes, Flüssiges, als Wärme und Luft und nennen es Materie. Der Erwachte nennt es Form,

---

<sup>251</sup> Es werden 6 Weisheitsdurchbrüche genannt:

1. Der Erwerb der Geistesmacht.
2. Mit dem feinstofflichen Gehör grenzenlos himmlische und irdische Töne hören.
3. Der anderen Personen Herz und Gedanken durchschauen.
4. Sich an frühere Daseinsformen erinnern.
5. Mit dem feinstofflichen Auge das Verschwinden und Wiedererschei-nen der Wesen sehen.
6. Völlige Triebversiegung gewinnen.

Gestalt (*rūpa*) und sagt, dass es die Bezeichnung sei für die Wahrnehmung von Festigkeit, Flüssigkeit, Wärme und Luftart.

Unser Geist hat bei unserem Körper einen so tief eingepprägten und ausgebildeten Eindruck von Festigkeit, Flüssigkeit, Wärme und Luftart, dass er von der Zerbrechlichkeit dieses Körpers bei der plötzlich harten Begegnung mit anderen Gegenständen fest überzeugt ist, ja, dass er es auch so „erlebt“. Die Geistesmächtigen aber, die diesen Wahn aufgehoben haben, gehen durch unsere „Gegenstände“ hindurch, sitzen in der Luft, wandeln auf dem Wasser, werden unsichtbar oder vielfältig, und manche Mönche haben später, nachdem sie das Nirvāna erreicht hatten, ihren Körper vor den Augen von vielen anderen Mönchen plötzlich aufgelöst.

Einige Beispiele dafür aus dem Pāli-Kanon: Von dem Mönch Klein-Panthako heißt es, er habe sich vertausendfachen können (Thag 563), und von dem Meister der Magie, Mahā-moggallāno, heißt es, er habe sich vermillionenfachen können (Thag 1183). Von einem früheren Buddha Sikkhi und unserem Buddha heißt es, dass sie sich unsichtbar machten (S 6,14; M 49), um andere aufzurütteln. - Von Klein-Panthako heißt es, dass er den Nonnen immer nur einen einzigen Vers als Lehrvortrag gab. Als sie sich langweilten, erhob er sich wie beiläufig in die Luft, und in der freien Luft sitzend und gehend, wiederholte er den Vers, der die Zuhörer nun nicht mehr langweilte (Vinaya, P 22). Vom Buddha sagen die Texte, er sei mit anderen Geheilten einem Brahmā in der Luft sitzend erschienen, um ihn zu belehren (S 6,5) oder er sei nach einer Belehrung durch die Luft davongeeilt (A III,64, D 24). Von den Mönchen Ānando und Dabbo heißt es, dass sie vor dem Sterben des Körpers in das Feuelement eingegangen seien und den Körper so verbrennen ließen. Im obigen Text der Geistesmacht werden diese Weisen (Unverwundbarkeit durch Feuer, Verbrennung des Körpers) gar nicht eigens aufgeführt, es wird vielmehr nur die höchste Form genannt. Da heißt es, dass der geistmächtige Mönch die so mächtige Sonne mit der Hand

berühren könne. Wir erfahren die Sonne als den Mittelpunkt unseres Sonnensystems, als die Quelle aller Energie, von der für uns Licht, Wärme und Nahrung abhängig ist. Diese Wahrnehmung hat der Geistmächtige aufgehoben, darum verglüht er nicht in der Nähe der Sonne, das Licht blendet ihn nicht.

Häufig heißt es in den Texten, dass jemand, so schnell man einen ausgestreckten Arm einziehen oder einen eingezogenen ausstrecken kann, irgendwo in dieser oder jener Welt erschien, gedankenschnell. In dieser Weise überschritt der Buddha einmal den Ganges (D 16 I) und erschien in der Brahmawelt (M 49, D 14, S 6,5). Auch Moggallāno (M 37) und der später in unserer Rede genannte Mönch erschienen so bei den Göttern. Und einmal nahm der Buddha seinen Stiefbruder Nando, der selber noch gar nicht reif für magische Fähigkeiten war, in Gedankenschnelle mit in die Götterwelt (Ud III/2).

Von allen durch die sinnliche Wahrnehmung uns begegnenden Erscheinungen, vor welchen wir wegen unserer sinnlichen Wollensflüsse (*kāmāsavā*) kapitulieren, sagt der Erwachte ausdrücklich:

*Schemenhaft, trügerisch, Einbildungen sind die Sinneserscheinungen, ein Blendwerk ist das Ganze. (māyākatam etam – M 106)*

Unsere gesamte sinnliche Wahrnehmung mit all ihren „Freuden und Leiden“ bezeichnet der Erwachte also als Blendwerk und vergleicht sie mit der Fata Morgana, also mit einer Scheindimension, mit Einbildung, Wahn. Dieses Urteil des Erhabenen gilt also für alles, darin wir zu leben glauben. Das heißt Materie kann nur durch den Wahn erfahren werden, besteht nur im Wahn, nur aus Wahn, ist nicht letzte Wirklichkeit.

Der Wahn (*avijjā*) besteht darin, dass die aus Wahrnehmung bestehende Welterscheinung samt dem darin mitercheinenden „Ich“ nicht als Wahrnehmung durchschaut und erkannt wird - so wie der Träumende seine Erscheinungen nicht als Träume erkennt - sondern für letzte Wirklichkeit hält. Alle vom Erwachten nicht belehrten Menschen leben in dem wahnhaften Anblick: „Dies ist die Welt, dieses bin ich.“ So

sind sie mit den Banden des Wahns gebunden. Und da wir schon unser ganzes Leben und ungezählte frühere Leben in diesen Wahnbanden lebten, so ist der wahnhaftige Anblick der Welt schon längst zu unserer Natur geworden, und wir haben uns mit unserem ganzen Herzen und Wesen in die Polarität Ich-Welt hineinverstrickt. Durch diese Triebe und Verstrickungen des Herzens (*samyojana*) kommt es, dass wir das Empfinden haben, die aus Wahrnehmung bestehenden Begegnungserscheinungen bestünden aus an sich bestehenden vier Grundarten: Festem, Flüssigem, Wärme und Luftart. Die Stärke dieser Blendung hält uns außerhalb der Wahrheit von der Wirklichkeit, eben in der Wahnverstrickung (*avijjā-samyojana*).

Die Entrückungen dagegen, in welchen kein Ich-Erlebnis, kein Umwelt-Erlebnis, kein Begegnungs-Erleben ist, bezeichnet der Erwachte als „feine Wahrheitswahrnehmung“ (D 9) und bezeichnet sie als „Erwachungs-seligkeit“ (M 139). Damit ist der Mensch nicht etwa unter die sinnliche Wahrnehmung herabgefallen, sondern ist über sie und über alle Weltlichkeit hinausgestiegen.

So weit zur Weltüberwindung durch die weltlosen Entrückungen und zu dem Erwerb der Geistesmacht, dem ersten Weisheitsdurchbruch.

#### Das Wunder der Wahrsagung (*ādesanā*)

*Was ist nun, Kevatto, das Wunder der Wahrsagung? Da erkennt, Kevatto, ein Mönch der anderen Menschen Herz und Gemüt, erkennt ihr Erwägen und Sinnen: „Solcherart ist ihr Denken, solcherart ist ihr Herz.“ Einen solchen Mönch gewahrt nun etwa irgendein gläubig Ergebener, wie er der anderen Wesen, der anderen Personen Herz und Gemüt, Erwägen und Sinnen erkennt; und es mag dieser gläubig Ergebene irgendeinem anderen nicht gläubig Ergebenen davon berichten: „O wie erstaunlich, o wie außerordentlich ist des*

*Asketen großartige Macht, großartige Gewalt. Ich selbst habe den Mönch gesehen, wie er der anderen Personen Herz und Gemüt, Erwägen und Sinnen erkennt!“*

*Über einen solchen mag nun der nicht gläubig Ergebene zu dem gläubig Ergebenen also reden: „Es gibt, mein Lieber, eine Spiegelkunst (ein Herauslesen aus einem Kristall, wo man wie im Spiegel etwas sieht und deutet): Mit der kann jener Mönch der anderen Wesen, der anderen Personen Herz und Gemüt, Erwägen und Sinnen erkennen.“ Was meinst du wohl, Kevatto, könnte da der nicht gläubig Ergebene dem gläubig Ergebenen etwa so antworten? – Er könnte es, o Herr! – Das hab ich eben, Kevatto, am Wunder der Wahrsagung als Elend wahrgenommen, als ungeeignet, beschämend, unangenehm erfahren. –*

Die Fähigkeit des Gedankenlesens kann auch zu schwarzmagischen Zwecken missbraucht werden - evtl. von Menschen, die sie aus früheren Leben in dieses mitgebracht und den Zusammenhang mit der Läuterung vergessen haben. Bestenfalls kann es zum Geschäft werden. Mit „Spiegelkunst“ kann auch gemeint sein, dass durch Suggestion die Gedanken des anderen abgedrängt und die eigenen aufgedrängt werden. Diese nimmt der andere auf und empfindet sie als eigene. Wenn ihm dann gesagt wird: „Du denkst und fühlst jetzt das und das“, gibt er das erstaunt zu.

In A III,61 und D 28 wird das Wunder der Wahrsagung näher erläutert:

*Da wahrsagt einer aus Anzeichen: „So ist deine Gesinnung, solcherart ist deine Gesinnung, diesen Gedanken hast du.“ Auch wenn er vieles wahrsagt, so verhält es sich so, nicht anders.*



*Ferner wahrsagt einer nicht aus Anzeichen, sondern aus Stimmen, die er von Menschen, Unholden oder Götterwesen vernommen hat: „So ist deine Gesinnung, solcherart ist deine Gesinnung, diesen Gedanken hast du.“ Auch wenn er vieles wahrsagt, so verhält es sich so, nicht anders.*

*Ferner wahrsagt einer weder aus Anzeichen noch aus den von ihm vernommenen Stimmen von Menschen, Unholden oder Götterwesen, sondern bei einem Erwägenden und Sinnenden das Stimmgeräusch seiner Gedankenvibrationen wahrnehmend, wahrsagt er: „So ist deine Gesinnung, solcherart ist deine Gesinnung, diesen Gedanken hast du.“ Auch wenn er vieles wahrsagt, so verhält es sich so, nicht anders.*

*Ferner wahrsagt einer weder aus Anzeichen noch aus den von Menschen, Unholden oder Götterwesen vernommenen Stimmen noch aus dem Stimmgeräusch der Gedankenvibrationen eines Erwägenden und Sinnenden, sondern wenn er Herzenseinigung ohne Erwägen und Sinnen erreicht hat, dann erkennt er Herz und Gemüt des anderen: „So wie dieses Verehrten gedankliche Bewegtheit gerichtet ist, so müssen ihn entsprechende Gedanken bewegen.“ Auch wenn er vieles wahrsagt, so verhält es sich so, nicht anders. Das nennt man das Wunder der Wahrsagung.*

Die Herzenskunde auf dem Fundament der Herzenseinigung ist ein besonderes Charisma, das für den Erfahrer selbst und andere großen Nutzen mit sich bringt. Der Erfahrer gewinnt ein schlechthin universales Verständnis der Psyche. Es gibt keine Charaktereigenschaft, keinen Trieb, den er nicht kennt. Er kann alle Menschen verstehen, niemand ist ihm mehr unverständlich. Dadurch kann ein solcher ungleich besser anderen helfen als ein Mensch, der bei seinem Helfenwollen nur auf Worte des Nächsten und Indizien angewiesen ist.

Durch diese Herzenskunde gewinnt der Mönch auch Sicherheit in der Unterscheidung der Geister. Er kann also gute und böse Geister, Engel und Dämonen auch dann unterscheiden, wenn letztere als Engel auftreten. Er kann nicht mehr

getäuscht werden. Und so kann er sein Wissen über das Jenseits universal erweitern.

Aber, wie gesagt, die Fähigkeit der Herzenskunde kann auch aus anderen Quellen gespeist und zu eigensüchtigen Zwecken missbraucht werden, weshalb der Buddha sagt, dass ein Skeptiker nicht unbedingt von ihr auf die Güte einer Lehre schließen wird.

### Das Wunder der Unterweisung

*Und was, Kevatto, ist das Wunder der Unterweisung?*

*Da unterweist, Kevatto, ein Mönch:*

*So habt ihr zu erwägen (vitakka),*

*so habt ihr nicht zu erwägen.*

*Darauf habt ihr zu achten (manasikāra),*

*darauf habt ihr nicht zu achten.*

*Das ist zu überwinden (pahāna).*

*Diese Zustände sind, wenn sie aufkommen,*

*zu pflegen, zu vertiefen (idam upasampajja vihāraṭṭha).–*

*Dies wird das Wunder der Unterweisung genannt.*

Dieses letzte Wunder besteht also darin, dass ein Mensch durch rechte Anleitung ganz und gar gewandelt wird, dass er nach dieser Umwandlung, Umerziehung ein ganz anderer ist, so dass er gar aus dem Wahntraum erwacht, wie dies auch aus der Einladung zu der Wegweisung des Erwachten hervorgeht (M 80):

*Willkommen sei mir ein einsichtiger Mann,*

*offen, ehrlich, eine aufrechte Natur.*

*Ich unterweise ihn in der rechten Übungsweise.*

*Ich zeige ihm die Zusammenhänge auf.*

*Wenn er nach der Unterweisung sich einübt,*

*dann wird er in nicht langer Zeit*

*bei sich selber erfahren,*

*bei sich selber erkennen:  
„Wahrlich, auf diese Weise  
wird man da völlig befreit  
von der schlimmsten Binde,  
nämlich von der Binde des Wahns.“*

Die erste Unterweisung:  
„So habt ihr zu erwägen,  
so habt ihr nicht zu erwägen.“

Das Hören und Verstehen der Lehre des Buddha führt dazu, dass der Hörer das notwendige Vertrauen gewinnt, um sich nun der Führung anzuvertrauen, wie sie früher von dem Erwachten und seinen Mönchen ausging. In dem Gleichnis vom Rinderhirten (M 34) zeigt der Erwachte: Die stärkeren Tiere einer Herde schwimmen beim Überqueren einer Furt voran, dann folgen die schwächeren. So auch im Orden: Die Gereiften und Ausgebildeten haben schon mehr erreicht, sie können praktisch vorleben, dann folgen die Schwächeren ihrem Vorbild. Weil uns heute das Vorbild der Geheilten fehlt und derer, die auf dem geraden Weg zur Überwindung der Triebe sind, darum müssen wir feststellen, dass wir erheblich langsamer vorwärtskommen, als wenn wir solche „Vorschwimmer“ hätten.

Der Unterweiser zur Zeit des Erwachten gab Anweisungen für praktisches Tun, in diesem ersten Fall, was in der Praxis zu erwägen, zu denken ist, um Leid zu mindern. Er gibt also eine Anleitung zum rechten Denken, wie man es von einem Guru erwartet und wie es in Indien noch bis auf den heutigen Tag üblich ist.

Es werden in den Lehrreden drei Erwägungskategorien genannt, die im Leiden des unteren Samsāra-Bereichs festhalten und darum nicht mit positiver Bewertung zu umdenken sind, und drei Erwägungskategorien, die zu Wohl führen und darum mit positiver Bewertung zu umdenken sind.

Nicht positiv zu bewerten sind:

1. Sinnensüchtigkeit, 2. Antipathie bis Hass, 3. Rücksichtslosigkeit, Grausamkeit.

Positiv zu bewerten sind:

1. Sinnensucht-Freiheit, 2. Wohl-Wollen, 3. Schonung, Fürsorge, Hilfsbereitschaft.

„Sinnensucht“ bedeutet: an irgendwelche körperlichen Lüste oder Freuden oder überhaupt an Dinge der sinnlich wahrgenommenen Welt mit begehrllichem Gemüt denken. - Die Erwägung der Sinnensucht-Freiheit dagegen bedeutet: mit unbegehrllichem, d.h. unabhängigem Gemüt an das Hinausstreben aus dem Gefängnis der Sinnlichkeit und dessen positive Folgen denken.

2. Antipathie bis Hass ist ein Denken, das den Täter selber schädigt. Er geht kaltherzig, nächstenblind durch sein Leben und schafft sich damit selber schlechtes Erleben in der Zukunft. - Das Gegenteil, wohlwollende, liebevolle Gedanken sind das, was *Jesus* nennt: „*Seinen Nächsten lieben wie sich selbst*“, worunter verstanden wird, dass man jedes Du, mit dem man gedanklich oder in unmittelbarer Begegnung zu tun hat, ganz so mitzubedenken sich bemüht, als wenn man es selbst wäre, und damit den guten Weg durch das Leben geht. Es ist nun einmal so, dass alle großen Geister, die die geistigen Zusammenhänge des Lebens kennen, dem Menschen sagen, dass er nie zu seinem wahren Wohl kommen kann, solange er mit anderen Menschen - ja auch mit dem kleinsten Tier - absichtlich schlechter umgeht als mit sich selbst. Das ist ein geistiges Gesetz, das die Existenz beherrscht, und gehört zum karmischen Zusammenhang.

Die dritte schädliche Erwägungsweise sind Gedanken der Rücksichtslosigkeit, Brutalität. Solche Menschen müssen sich zusätzlich um Gedanken der Schonung des anderen und Hilfsbereitschaft bemühen.

Nur wenn man sich durch das Bemühen um Sinnensuchtfreiheit ein wenig Abstand geschaffen hat, kann man auch wohlwollende und schonende Gedanken denken. Gedanken

aus Sinnensuchtfreiheit lenken fort vom Leib, von der Materie, von Dingen, Totem, Äußerlichem, und nur dann wird die Seele, das dem Ich gleichende Du gesichtet. Wer sich der Materie zuwendet, der wird zwangsläufig unzufrieden mit denen, die ihm seinen Materie-Genuss stören: er wird hartherzig, ärgerlich, aggressiv, übelwollend. So entsteht das Nichtmögen anderer und alle Feindschaft aus dem Begehren, das außen etwas haben und genießen will. Das Gegenteil von hartherzigen Gedanken sind herzliche, liebende Gedanken. Wer die Gedanken der Nächstenblindheit besiegt, gewinnt Verständnis für den Nächsten, hegt wohlwollende Gedanken.

Der Wohl Wollende weiß: Der andere ist genau so ein Hungerleider und Bettler wie ich. Wir sind völlig gleich, wir sind alle Brüder im Streben nach Wohl: „Da ist auch so einer wie ich.“ Jedes Wesen, das mir begegnet, ist eine wandelnde Verletzbarkeit, eine höchst empfindliche Mimose - und das Wohl wollend, schonend zu berücksichtigen, voll Verständnis, das sind erhellende Gedanken. Ich wünsche mir ja auch, dass man mich rücksichtsvoll behandelt und mir entgegenkommt: also muss ich selber auch gegenüber anderen es praktizieren. Dann hört Feindschaft auf. Sie kommt ja nur daher, dass ich durch das Aufblasen meines Ich gleichzeitig tausend andere Ichs aufgeblasen habe, die mir Konkurrenz zu machen scheinen. Indem ich sie als völlig Gleichberechtigte anerkenne und mich ihnen gegenüber wohlwollend verhalte, mindere ich die Spaltung in die Vielfalt und hebe den Riss der Subjekt-Objekt-Spaltung allmählich auf. Wohl Wollen ebnet ein, macht das Gleiche gleich - und in der höchsten Vollendung der *mettā* gibt es dann keine Ich-Du-Unterscheidung mehr.

Ich brauche mich nur ganz konkret an die Stelle des anderen zu versetzen. Wenn ich in seiner äußeren und inneren Situation wäre, mit seinen Trieben, seinem Erleben und seinen Bewertungsmaßstäben, dann würde ich genau so fühlen, wollen und handeln. Wie kann ich ihm da böse sein? Je mehr ich mich in ihn einfühle, desto mehr lasse ich gelten und erkenne ich an. Das heißt nicht, dass ich alles billige, was er handelt,

redet und denkt, sondern wie ich von ihm denke und mit ihm umgehe - verstehend, einfühlend - gerade wenn ich ihm wohl will. Und so zu allen Wesen offen zu sein, wie die Sonne alle erwärmt, wie der Regen alle erquickt, das ist das Ziel, zu dem die Wohl wollenden Gedanken hinlenken.

Wenn ich wirklich einmal so denke und empfinde, dann wird es für mich niedrig, mich bei allem, was mir nicht passt, so beeindrucken zu lassen, dass ich ärgerlich werde und grolle. Wie viel feiner und edler ist es doch, das Ich mit seiner Habsucht und seinem Anerkennungsbedürfnis zu vergessen.

Solche Gedanken machen geneigt zu Wohl Wollen und Schonen, zu Rücksichtnahme und Hilfsbereitschaft.

Die zweite Unterweisung:

„Darauf habt ihr zu achten,  
darauf habt ihr nicht zu achten“ (*manasikāra*)

Als zweites empfiehlt der unterweisende Mönch, bestimmte Dinge zu beachten, andere dagegen wieder nicht. Welches sind die zu beachtenden und nicht zu beachtenden Dinge?

Der Erwachte sagt (M 2):

*Welches sind die Erscheinungen, die der unbelehrte gewöhnliche Mensch beachtet? Es sind jene Erscheinungen, durch deren Beachtung neue Wollensflüsse/Einflüsse durch Sinnlichkeit (*kāmāsavā*) entstehen und die vorhandenen sich verstärken; neue Wollensflüsse/Einflüsse durch Seinwollen (*bhavāsavā*) entstehen und die vorhandenen sich verstärken; neue Wollensflüsse/Einflüsse durch Wahn (*avijjāsavā*) entstehen und vorhandene verstärkt werden. Das sind die nicht zu beachtenden Erscheinungen, die er beachtet. - Indem er nun die Erscheinungen, die nicht zu beachten sind, beachtet und die zu beachtenden Erscheinungen aber nicht beachtet, da entstehen ihm neue Wollensflüsse/Einflüsse, und die vorhandenen verstärken sich.*

Der Unbelehrte kann nicht wissen, welche Erscheinungen zu beachten sind und welche nicht zu beachten sind, um zu dauerhaftem Wohl zu kommen. Die zu beachtenden Erscheinungen sind diejenigen Dinge, die sich der auf den Grund gehenden Betrachtung erschließen, und die nicht zu beachtenden Erscheinungen sind die von den Trieben entworfenen Bilder - der Rauch des Herzensfeuers -, die dem oberflächlich Blickenden lebendiges Leben vorgaukeln, die aber in Wirklichkeit bedingte seelenlose Abläufe sind. Da der unbelehrte Mensch nicht auf das durch die Triebe bedingte wahrgenommene Gefühl achtet, sondern nur die wahrgenommene Sache im Auge hat, da er die mit Wohlgefühl wahrgenommenen Dinge bejaht und betreibt und zu erlangen trachtet, die mit Wehgefühl wahrgenommenen Dinge scheut und abzuwenden oder zu vernichten trachtet, so verstärkt er seinen Durst und sein Ergreifen gegenüber den tausendfältigen Dingen, und durch die Verstärkung seines Durstes und seines Ergreifens verdunkelt er seine Existenz, mehrt sein Leiden.

Und nun das Vorgehen des unterwiesenen Menschen:

*Welches sind die nicht zu beachtenden Erscheinungen, die der Heilsgänger nicht beachtet? Durch deren Beachtung nicht vorhandene Wollensflüsse/Einflüsse durch Sinnlichkeit entstehen und vorhandene sich verstärken; durch deren Beachtung nicht vorhandene Wollensflüsse/Einflüsse durch Seinwollen - Wahn - entstehen und die vorhandenen sich verstärken. Dieses sind die nicht zu beachtenden Erscheinungen, die er beachtet.*

*Und welches sind die zu beachtenden Erscheinungen, die er beachtet? Durch deren Beachtung neue Wollensflüsse/Einflüsse durch Sinnlichkeit - Seinwollen - Wahn nicht entstehen und die vorhandenen schwinden. Dieses sind die zu beachtenden Erscheinungen, die er beachtet. Indem er die Erscheinungen, die nicht zu beachten sind, nicht beachtet und die zu beachtenden Erscheinungen beachtet, entstehen keine neuen Wollensflüsse/Einflüsse und die vorhandenen schwinden.*

*Auf den Grund gehend, erwägt er: „Dies ist das Leiden, dies ist die Leidensursache, dies ist die Leidensauflösung, dies ist der zur Leidensauflösung führende Weg.“*

*Und bei solcher auf den Grund gehenden Betrachtung schwinden drei Verstrickungen: Glauben an Persönlichkeit, Daseinsbangnis, Bindung an die Begegnung.*

Man stelle sich den Unterschied vor zwischen dem unbelehrten Menschen und dem Heilsgänger. Der normale unbelehrte Mensch „schwankt“ zwischen Lust und Schmerz, und was für ein Gefühl er auch fühlt, ein wohles oder wehes oder weder wehes noch wohles, dahin neigt er sich jeweils, darum kreist sein Denken, davon wird er beeinflusst, daran klammert er sich (M 38). Ein solcher ist mit seinem Gemüt an das Gefühl gefesselt. Die Schwankungen des Gefühls bedeuten seine Schwankungen. Ein solcher ist geworfen, abhängig und muss in dauernder Angst vor dem Kommenden sein, ist eben ständig beeinflusst durch seine Triebe, sein Wollen.

Der belehrte Heilsgänger dagegen, der durch die Lehre des Erwachten aufgeklärt ist, hat sich durch seine immer wieder vollzogenen, auf den Grund gehenden Betrachtungen immer wieder zeitweilig abgelöst von der Identifikation mit dem Körper, den Gefühlen und Wollensrichtungen. Indem er auch nur augenblicksweise unbeeinflusst oberhalb der gesamten Weltwahrnehmung stehen kann, die gesetzmäßige Bedingtheit, Vergänglichkeit, Leidhaftigkeit der Erscheinungen erkennt - nur die zu beachtenden Erscheinungen beachtet, die nicht zu beachtenden Erscheinungen nicht beachtet - da ist er so lange frei von jeder Ich-Identifikation. Die erste Verstrickung, die Identifizierung mit dem Blendungs-Ich, wird dort, wo die Blendung als solche begriffen wird, durch wiederholte Betrachtung der Herkunft dieser Ich-Erscheinung bewusst und gewollt nach und nach aufgebrochen, gemindert, abgelöst. Damit erfährt er, dass es die Möglichkeit gibt, alle Gefährdung und alle Angst endgültig zu verlieren. Von dem zu dieser Entwicklung gelangten Menschen gibt der Erwachte das Bild des



aus der gefährlichen Gegend in die Nähe des heimatlichen Dorfes gelangten Menschen, der sich bald in der sicheren Heimat weiß (Aufhebung von Daseinsbängnis, zweite Verstrickung).

Mit der Beachtung der Leidhaftigkeit der Wahrscheinungen hebt der Heilsgänger die positive Bewertung seiner Bindung an die Begegnungsszenen auf (dritte Verstrickung), allerdings noch nicht seine gefühlsmäßige Bindung an sie. Noch besteht ja die Wucht der Triebe, die ihn zu diesen und jenen Begegnungen hinzieht.

Aber weil der vom Erwachten Belehrt diese Tatsache im Geist durchschaut und immer wieder beachtet, darum steht er dem Welterlebnis nicht mehr naiv gegenüber, sondern betrachtet die Erscheinungen auf Abstand (*abhijānāti*), lässt sich nicht mehr so leicht beeinflussen, gewöhnt sich die Durchschauung der Vorgänge an. Damit erwirbt er ein völlig anderes Verhältnis zur Welt. Obwohl die Einzelwahrnehmungen ihn wegen ihrer Gefühlsbesetzung noch immer mehr oder weniger blenden, übt er sich in dem Abstand haltenden, durchschauenden Anblick. Ihn beachtet er hauptsächlich.

Die dritte Unterweisung:  
„Das habt ihr zu überwinden“

Im Wortlaut des sogenannten zweiten Überwindungskampfes heißt es:

*Da gönnt, ihr Mönche, ein Mönch gründlich besonnen einer aufgestiegenen sinnlichen Vorstellung, einem Gedanken der Antipathie, des Hasses, der Rücksichtslosigkeit keinen Raum, überwindet ihn, vertreibt ihn, vertilgt ihn, löst ihn auf: gönnt diesen und jenen schlechten, verderblichen Gedanken, die aufsteigen, keinen Raum, überwindet sie, vertreibt sie, vertilgt sie, löst sie völlig auf.*

Kein Mensch kann aus Dunkelheiten und Leiden herauskommen, wenn er nicht von üblen Vorstellungen und Gedanken abkommt. Bei den im Haus Lebenden stehen ungute Worte und Taten mehr im Vordergrund als ungute Gedanken, aber allen Worten und Taten gehen die Gedanken voraus, nur bemerkt sie der im Haus Lebende öfter nicht. Aber oft können üble Gedanken, Gedanken der Gegenwendung, der Rache, des Zorns, des Neids usw. auch die im Haus Lebenden lange Zeit quälen und verdunkeln.

Mit den aus Gedanken entstandenen Trieben, die nichts anderes als dynamisierte Ideen sind, kann man nur auf der Ebene reden, aus der sie herkommen: auf der Ebene der Erwägungen. Der Erwachte sagt: *Was der Mensch häufig erwägt und sinnt, dahin geneigt wird das Herz. (M 19)* Wer Lustvorstellungen nachgeht, sie pflegt und ausspinnt, bei dem nimmt die Bedürftigkeit zu. Wer aber öfter darüber nachdenkt, wie die Gier gleich innerem Aussatz den Menschen reizt und wie alle dadurch gewonnenen Freuden nur die Befriedigung eines unersättlichen Vakuums sind und die Bedürftigkeit auf die Dauer die Rücksichtslosigkeit mehrt, bei dem nehmen diese schädlichen Gedanken generell ab, denn er beurteilt sie als für sich selbst schädlich, schmerzlich und in dunklen Daseinsgründen haltend.

Aber auch im akuten Fall, in dem die Triebe aufgestiegen sind und nach Befriedigung lechzen, empfiehlt der Erwachte, den Kampf gegen die zerrenden und zehrenden Gedanken aufzunehmen, sie zu vertreiben mit den verschiedenen Methoden, wie er sie in M 20 nennt:

1. Die Aufmerksamkeit auf eine höhere, heilsamere, begeisternde und ermutigende Vorstellung richten, die die üblen Gedanken vertreibt.
2. Sich das Elend vor Augen führen, das mit der gegenwärtigen Denkweise zusammenhängt.
3. Das Denken durch Ablenkung von den üblen Gedanken abziehen.

4. Die Aufmerksamkeit auf die Zusammensetzung der unheilsamen Gedanken richten, auf die einzelnen Faktoren, die sie verursacht haben.
5. Als letztes Mittel zur Vertreibung übler Gedanken empfiehlt der Erwachte, alle Energie zusammenzunehmen und eisern ohne viel Argumente die üblen Gedanken unter Einsatz aller Willenskraft für den Augenblick hinauszudrängen, denn man weiß ja, dass sie übel sind, so dass die Summe dieser gesamten Einsichten zu einem starken Nein führt.

Die vierte Unterweisung:  
 Innere Reinheit oder höhere Zustände sind,  
 wenn sie aufkommen, zu pflegen, zu vertiefen  
*(idam upasampajja vihāraṭha)*

Dieser sogenannte vierte Kampf der Erhaltung besteht darin, das auf der jeweiligen Stufe Erlangte durch Ausbildung (dritter Kampf) nicht wieder fahren zu lassen, sondern die innere Abgelöstheit und Unabhängigkeit zu bewahren und zu verteidigen gegen alle Lockungen des „Blendens der Erscheinung“:

*Da weckt der Mönch seinen Willen, dass er aufgestiegene gute, heilsame Gedanken sich festigen, nicht lockern, weiterentwickeln, erschließen, entfalten, erfüllen lasse, er müht sich darum, er entwickelt Tatkraft, er erzieht das Herz, er kämpft.  
 (M 141)*

In diesem Sinn warnt Sāriputto, der Mönch, der dem Erwachten am meisten gleicht (M 5):

*Wenn da, Brüder, einer unbefleckt ist und nicht der Wirklichkeit gemäß erkennt „In mir ist keine Befleckung“, so ist von ihm zu erwarten, dass er sich von den schönen Erscheinungen blenden lassen wird, dass er geblendet sein Herz von Gier verderben lassen wird, dass er darum mit Gier, Hass, Blendung, voller Befleckung, beschmutzten Herzens sterben wird.*

*Gleichwie etwa, Brüder, wenn da eine Messingschüssel wä-*

*re, am Markt oder beim Kupferschmied erstanden, blank und rein, und die Eigner würden sie nicht benutzen und säubern, sondern in den Winkel werfen: da würde wohl, Brüder, diese Messingschüssel nach einiger Zeit schmutzig und fleckig geworden sein.*

Wer um seine inneren Befleckungen und die daraus hervorgehenden Lebensnöte nicht weiß, der kann nicht auf den Gedanken kommen, sie aufzuheben. Und ebenso kann „der reine Tor“, der Mensch, der innerlich rein und hell und sauber ist, aber gar nichts davon weiß, diese Reinheit nicht aufmerksam bewahren.

Sāriputto sagt hier, dass der Letztere die schönen Erscheinungen beachtet. Diese Aussage verstand der damalige Zuhörer aus eigener Erfahrung: Wer um seine innere Reinheit nicht weiß, der kann gar nicht darauf bedacht sein, sie zu erhalten, dessen programmierte Wohlerfahrungssuche muss sich den ihm jeweils wohlthuendsten Erlebnissen zuwenden. Dadurch nimmt vom Genießen der beglückenden Erlebnisse (Wahrnehmungen) die Hinwendung zu dem Genuss (Gier) zu; damit nimmt zwangsläufig die Abwendung und Ablehnung (Hass) gegenüber allen nicht wohlthuenden Erscheinungen zu, und aus der Ablehnung entstehen die Befleckungen des Gemütes, die das Gemüt trüben, verdunkeln und die Reinheit zunichte machen nach dem Grundsatz: *Wer genießt, der vergisst.* (D 19) Selbst wenn ein Wesen in diesem Leben die in früheren Leben mühsam erkämpfte innere Reinheit erhalten kann - wegen starker Neigung zur Fürsorge und Teilnahme anderen Wesen gegenüber oder ausgesprochen guter einst erwirkter Umwelteinflüsse - so muss es, wenn es um seine innere Reinheit nicht weiß und um die Möglichkeit der endgültigen Befreiung nicht weiß, in seligem himmlischem Dasein, in dem Erleben von Wahrnehmungen von solcher Schönheit, die mit der irdischen überhaupt nicht vergleichbar sind, dem Genuss hingegeben, die Zuwendung zu angenehmen Sinnendingen mehrten und

damit die Bereitschaft zur Ablehnung der unangenehmen, der Ursache aller Herzensbefleckungen.

*Wenn da, Brüder, einer unbefleckt ist und der Wirklichkeit gemäß erkennt „In mir ist keine Befleckung“, so ist von ihm zu erwarten, dass er schöne Erscheinungen nicht beachten wird, dass er sein Herz nicht von Gier verderben lassen wird, dass er darum nicht mit Gier, Hass, Blendung, voller Befleckung, beschmutzten Herzens sterben wird.*

*Gleichwie etwa, Brüder, wenn da eine Messingschüssel wäre am Markt oder beim Kupferschmied erstanden, blank und rein, und die Eigner würden sie benutzen und säubern und nicht in den Winkel werfen: Da würde wohl, Brüder, diese Messingschüssel später noch blanker und reiner geworden sein.*

Wer da sicher weiß, dass innere Reinheit die Vorbedingung ist für die Befreiung von allen Leiden, der bewahrt sich diese innere Reinheit, achtet hauptsächlich auf sie und achtet erst in zweiter Linie auf das äußere Erleben. Er freut sich über seine innere reine Helligkeit, und all seine Aufmerksamkeit ist darauf gerichtet, diesen kostbaren Zustand inneren Glücks, der ganz unabhängig macht von den äußeren Ereignissen, zu halten, zu bewahren. So wie einer, der eine randvolle Milchschüssel in die Stube trägt, nur auf das sichere Hindurchbringen achtet und nicht auf die Vorgänge in der Stube, so achtet ein solcher Reiner auf seine innere Reinheit in dem Wissen: Solange ich noch Tendenzen habe, besteht die Gefahr, dass mich die Erscheinungen blenden und dass ich abgleite. Sobald ein solcher nur eine leichte Befleckung merkt, achtet er darauf, dass sie verschwindet, so wie eine saubere Messingschüssel durch ständiges Sauberhalten noch blanker wird.

Ähnlich heißt es in M 101:

*Wenn ich mir die Leidensursache vor Augen halte, dann ist durch diese Vorstellung die Sucht abwesend; und wenn ich gar bezüglich dieser Leidensursache zu völligem Gleichmut gekommen, diesen gewonnenen Gleichmut pflege, so wird die Sucht endgültig überwunden. So übt er nun die Vorstellung jener Leidensursache, wodurch die Sucht zuerst während des Mühens abwesend ist, bis er durch völlige Suchtfreiheit zum vollen Gleichmut gekommen ist, den er nun pflegt.*

Und nun folgt in D 11 die ausführliche Darstellung der schrittweisen Unterweisung, die gesamte Schulungsanleitung des Erwachten, der sogenannte Tathāgata-Gang, für solche, die in seinen Orden eintreten. Er zeigt, wie sich ein Mönch durch die verschiedenen Übungsstufen wandelt, die weltlosen Entrückungen, die Weisheitsdurchbrüche gewinnt bis hin zur Triebversiegung. - Damit gibt der Erwachte Kevatto einen Ausblick auf die Wandlungsfähigkeit von Menschen, die demjenigen, der diesen Weg nicht gegangen ist, wie ein Wunder erscheint.

Die Darstellung der schrittweisen Unterweisung für die Mönche, der sogenannte Tathāgata-Gang, ist in M 27, M 60 u.a. bereits ausführlich behandelt. Es handelt sich um die Übungen Tugend, Zügelung der Sinnesdränge, Maßhalten beim Essen, Wachsamkeit bei den Herzensbefleckungen, klarbewusste Handhabung des Körpers, Zufriedenheit, Aufhebung der fünf Hemmungen und das Erreichen weltloser Entrückungen sowie der drei Weisheitsdurchbrüche: Rückerinnerung, Verschwinden-und-Wiedererscheinen der Wesen Sehen, Aufhebung aller Wollensflüsse/Einflüsse. Und bei jeder der Übungen und bei jeder Entrückung und bei jedem Weisheitsdurchbruch heißt es am Schluss: *Das nennt man, Kevatto, Wunder der Unterweisung.* – Die Erreichung des Heils, das ist das größte Wunder der Unterweisung.

Und nun berichtet der Erwachte in unserer Lehrrede etwas, das uns zunächst keinen Zusammenhang mit dem Vorherigen zu haben scheint:

*Einst, Kevatto, ist einem Mönch der Gedanke aufgestiegen: „Wo können wohl die vier großen Gewordenheiten ohne Überrest untergehen, nämlich Festes, Flüssiges, Wärme und Luft?“ Da ist nun der Mönch eine solche Herzenseinigung eingegangen, dass er geeinten Herzens zu den Göttern gelangte, bei ihnen erschien. Da ist denn, Kevatto, jener Mönch zu den Göttern der Vier Großen Könige gekommen und hat gefragt: „Wo können wohl, ihr Brüder, die vier großen Gewordenheiten ohne Überrest untergehen, nämlich Festes, Flüssiges, Wärme und Luft?“ So gefragt, Kevatto, haben die Götter der Vier Großen Könige jenem Mönch geantwortet: „Auch wir, o Mönch, wissen nicht, wo die vier großen Gewordenheiten ohne Überrest untergehen können, nämlich Festes, Flüssiges, Wärme, Luft. Aber die Vier Großen Könige, o Mönch, die sind uns überlegen, sind erhabener als wir. Sie mögen es wissen.“*

Mit den genannten vier großen Gewordenheiten ist alles gemeint, was aus diesen Zuständen bestehend erlebt wird, gleichviel in welcher Form oder Gestalt es auftritt: alles Sichtbare, Hörbare, Riechbare, Schmeck- und Tastbare, was als „Materie“ gedeutet und benannt wird.

Aber wenn wir an diese vier großen Gewordenheiten, an „Materie“ denken, dann müssen wir auch sofort daran denken, wie diese von den Weisen in der alten Welt, besonders in Indien gesehen werden und wie der Buddha es immer wieder in aller Deutlichkeit erklärt, zum Beispiel in M 1:

*Der unbelehrte gewöhnliche Mensch hat die Wahrnehmung von Festigkeit, wie wenn sie von (wirklicher, materieller) Festigkeit käme. Weil er die Wahrnehmung von Festigkeit hat, wie wenn sie von (wirklicher, materieller) Festigkeit käme, meint er, es sei Festigkeit, denkt an Festigkeit, geht von Festigkeit aus, rechnet für sich selbst mit Festigkeit, sucht Befriedigung bei Festigkeit. Und warum? Weil er sie nicht kennt.*

*Er hat die Wahrnehmung von Flüssigkeit – Wärme – Luft, wie wenn sie von (wirklicher, materieller) Flüssigkeit – Wärme, Luft käme. Weil er die Wahrnehmung von Flüssigkeit – Wärme – Luft hat, wie wenn sie von (wirklicher, materieller) Flüssigkeit – Wärme – Luft käme, meint er, es sei Flüssigkeit – Wärme – Luft, denkt an Flüssigkeit – Wärme – Luft, geht von Flüssigkeit – Wärme – Luft aus, rechnet für sich selbst mit Flüssigkeit – Wärme – Luft, sucht Befriedigung bei Flüssigkeit – Wärme – Luft. Und warum? Weil er sie nicht kennt.*

*Der unbelehrte Mensch hat die Wahrnehmung von Materie – von Festem, Flüssigem, Wärme, Luftigem, von der gesamten sinnlichen, mit den Körpersinnen wahrnehmbaren diesseitigen Welt, Lebendigem und Totem – wie wenn sie von wirklicher, materieller Welt käme. Und obwohl er die Wahrnehmung „Festes“ hat, denkt er aber nicht an die Wahrnehmung „Festes“, sondern denkt nur „Festes“, denkt an „Festes“ usw.*

Die naive Auffassung ist also, dass wir eine Welt erleben, weil sie auch ohne unser Erleben um uns herum bestehe, dass wir mit dem Körper mitten darin seien und diese Welt mit den Augen sehen, mit den Ohren hören usw.

Dabei ist das, was der Mensch und jedes Lebewesen für „Wissen“ von „sich selbst“ und von „der Welt“ hält, in Wirklichkeit nichts anderes als seine Deutung der Wahrnehmung



m u n g „Ich“ und der W a h r n e h m u n g „Welt“. Von keiner Erscheinung in dem, was er für das gesamte All hält, „weiß“ der Mensch anders als nur durch die Wahrnehmung.

Es ist anzunehmen, dass der Mönch von der Wahrnehmung als der Herkunftsstätte der vier Hauptbeschaffenheiten, der Materie wusste, aber wahrscheinlich hat er, wie es oft ist, dieses Wissen nicht in Beziehung zu seiner ihm aufgekommenen Frage gesetzt. Er ist schon weit fortgeschritten. Er hat weltlose Entrückungen gewonnen und konnte mittels seiner Geistesmacht von Himmel zu Himmel steigen, bei den Göttern der Sinnensuchtwelt erscheinen und dort seine Frage vorbringen. Keiner konnte ihm seine Frage beantworten, und so wurde er an die nächsthöheren Götter verwiesen:

*an die Götter der Dreiunddreißig – an Sakko, den König der Götter der Dreiunddreißig, – an die Gezügelten Götter – an den König der Gezügelten Götter, Suyāmo, – an die Stillzufriedenen Götter – an den König der Stillzufriedenen Götter, Santusito, – an die Schaffensfreudigen Götter – an den König der Schaffensfreudigen Götter, Sunimitto, – an die über das Schaffen hinaus Selbstgewaltigen Götter – an den König der Selbstgewaltigen, Vasavatti. Dieser verwies ihn an die Schar der Brahmas.*

Mit den vier Bereichen der formhaften (brahmischen) Welt beginnt eine völlig andere Dimension der Existenz. Da gibt es kein Begehren nach Sinnlichkeit mehr, sondern nur noch ein reines Herz voller Liebe zu allen Wesen, ohne ihrer zu bedürfen. Meist weilt ein solcher Brahma im Herzensfrieden der ersten weltlosen Entrückung, die sein natürlicher Zustand ist. Um die Wesen dieses Bereiches ansprechen zu können, bedurfte es darum einer erneuten und noch tieferen Herzenseinigung, bei der sinnliche Gedanken ganz zur Ruhe gebracht wurden:

*Da ist nun der Mönch eine solche Herzenseinigung eingegangen, dass er geeinten Herzens auf die Fährte der Brahmaschar gelangte und bei ihr erschien. Da ist denn, Kevatto, jener Mönch zu der Brahmaschar herangekommen und hat gefragt: „Wo können wohl diese vier großen Gewordenheiten ohne Überrest untergehn, nämlich Festes, Flüssiges, Wärme, Luft?“ Also gefragt, Kevatto, hat die Brahmaschar jenem Mönch geantwortet: „Auch wir, o Mönch, wissen nicht, wo diese vier großen Gewordenheiten ohne Überrest untergehen können, nämlich Festes, Flüssiges, Wärme, Luft. Aber Brahma, o Mönch, der Große Brahma, der Übermächtige, der Allsehende, der Selbstgewaltige, der Herr, der Schöpfer, der Erschaffer, der Höchste, der Erzeuger, der Erhalter, der Vater von allem, was da war und sein wird, der ist uns überlegen, ist erhabener als wir. Er wird es wissen, wo die vier großen Gewordenheiten ohne Überrest untergehen, nämlich Festes, Flüssiges, Wärme, Luft.“ „Wo aber ist er jetzt, jener Große Brahma?“ „Auch wir wissen nicht, wo Brahma ist, wie Brahma ist, woher Brahma ist. Aber wenn bestimmte Anzeichen sichtbar werden, es immer lichter wird, ein Abglanz erscheint, dann wird Brahma erscheinen.“ Da ist denn, Kevatto, jener Große Brahma nicht lange danach erschienen. Da ist nun, Kevatto, der Mönch zu jenem Großen Brahma herangetreten und hat gefragt: „Wo können wohl, o Bruder, diese vier großen Gewordenheiten ohne Überrest untergehen, nämlich Festes, Flüssiges, Wärme, Luft?“ So gefragt, Kevatto, hat der Große Brahma jenem Mönch dann geantwortet: „Ich bin Brahma, der Große Brahma, der Übermächtige, der Allsehende, der Selbstgewaltige, der Herr, der Schöpfer, der Erschaffer, der Höchste, der Erzeuger,*

*der Erhalter, der Vater von allem, was da war und sein wird.“*

Die Brahmas – soweit sie nicht von einem Erwachten belehrt sind – halten sich meistens für ewig, genießen ihr Wohl ohne Sorgen und Zweifel. Sie sehen die Wesen der Sinnensuchtwelt wie Eintagsfliegen kommen und gehen – sich selber aber sehen sie unverändert bestehen:

*Hier ist das Ewige, hier das Beharrende, Immerwährende, hier ist Unauflöslichkeit und Unvergänglichkeit, denn hier herrscht kein Geborenwerden und Altern, kein Sterben und Vergehen und Wiedererscheinen, und es gibt keine andere, höhere Freiheit als diese hier. (M 49)*

Das ist eben die Schattenseite der brahmischen Existenz, dass sich ein Brahma im dortigen Wohl für ewig gesichert fühlt und daher nicht mehr fragt, ob und wie es nach dieser Existenz weitergeht. Der Buddha aber erklärt:

*Da verweilt der Mönch abgeschieden von weltlichem Begehren, abgeschieden von allen heillosen Gedanken und Gesinnungen in stillem Bedenken und Sinnen. Und so tritt die aus innerer Abgeschiedenheit geborene Entzückung und Seligkeit ein, der erste Grad weltloser Entrückungen. Daran labt er sich, verlangt danach, fühlt sich da in der Fülle. Dabei verharrend, dahin geneigt, häufig darin verweilend, ohne darin nachzulassen, erscheint er nach dem Tode unter den Göttern der Brahmawelt wieder. Deren Lebenszeit währt ein Weltzeitalter. Ein Weltling nun, der seine Lebenszeit dort abgelebt und so viele Jahre wie die Lebenszeit jener Gottheiten währt, dort zugebracht hat, geht zur Hölle, zur Tierwelt oder ins Gespensterreich. Ein Heilsgänger aber, der dort seine Lebenszeit abgelebt hat, erreicht in eben jenem Dasein das Nirvāna. (A IV,123; IV,125 für erste Strahlung).*

Wenn auch der Absturz aus der Brahmawelt in die Unterwelten nicht immer sofort erfolgt – manche Brahmas werden

Mensch und streben dann wieder nach der Brahmawelt (D 1) – so ist es doch nur eine Zeitfrage. Der Bewusstseinszustand des brahmischen Wohls ist nur eine Pause, während der die Früchte des hellen Wirkens vergehen, aber wegen des Ewigkeitswahns nicht aufgefüllt werden können. Nach dem Stillstand des Leidens beginnt das Leiden wieder und wird fortgesetzt.

Auch der Schöpfergott-Glaube ist ein Irrtum. Es gibt gar keine Schöpfung durch Wesen. Alle sind Erscheinungsformen der Psyche.

Die Brahmas sind aus Mangel an Verdienst aus dem nächsthöheren Bereich, dem Bereich der Leuchtenden, herabgesunken, unterliegen wie alle Nichtgeheilten dem Gesetz der Vergänglichkeit, nur dass die Lebensdauer der Brahmas mit der unsrigen nicht vergleichbar ist.

*Da hat jener Mönch, Kevatto, zu dem Großen Brahma also gesprochen: „Nicht doch hab ich, o Bruder, dich darum gefragt: „Bist du Brahma, der Große Brahma, der Übermächtige, der Allsehende, der Selbstgewaltige, der Herr, der Schöpfer, der Erschaffer, der Höchste, der Erzeuger, der Erhalter, der Vater von allem, was da war und sein wird“, sondern danach hab ich, o Bruder, dich gefragt: „Wo können wohl diese vier großen Gewordenheiten ohne Überrest untergehen, nämlich Festes, Flüssiges, Wärme, Luft?“*

Als der Mönch seine Frage zum dritten Mal stellte,

*da hat denn, Kevatto, jener Große Brahma den Mönch am Arm genommen, beiseite geführt und zu ihm gesagt: „Jene dort, o Mönch, die Brahmaschar, vermeinen von mir: „Es gibt nichts, was Brahma nicht weiß, es gibt nichts, was Brahma nicht sieht, es gibt nichts, was Brahma nicht kennt, es gibt nichts, was Brahma*

*nicht erfahren hätte.“ Darum hab ich nicht in ihrer Gegenwart geantwortet. Auch ich, o Mönch, weiß nicht, wo diese vier großen Gewordenheiten ohne Überrest untergehen können, nämlich Festes, Flüssiges, Wärme, Luft. Du hast, Mönch, darin gefehlt, dich darin geirrt, dass du Ihn, den Erhabenen, übergangen hast und außen umherschweifen mochtest, um auf jene Frage Antwort zu bekommen. Gehe, du Mönch, nur zu Ihm, dem Erhabenen, zurück und stelle jene Frage. Und wie dir der Erhabene antwortet, so sollst du es bewahren.“*

Wir sehen, die Geistesmacht des Mönchs befähigt ihn, Antwort auf seine Frage bei sehr hohen Göttern zu suchen, die an die Wirklichkeit von Form glauben. Der Erwachte aber, der alles Ergreifen von Form, Gefühl, Wahrnehmung überwunden hat und ihm die Frage hätte beantworten können, der saß in seiner Nähe, ihn hat er verlassen. An ihn musste ihn der Brahma erst verweisen, um des Wunders der Belehrung teilhaftig zu werden.

*Da ist denn, Kevatto, jener Mönch, gleichwie etwa ein kräftiger Mann den eingezogenen Arm ausstrecken oder den ausgestreckten Arm einziehen mag, aus der Brahmawelt verschwunden und vor mir sichtbar geworden. Dann hat mir, Kevatto, jener Mönch Gruß entboten und sich zur Seite gesetzt. Zur Seite sitzend hat nun jener Mönch so zu mir gesprochen: „Wo können wohl, o Herr, diese vier großen Gewordenheiten ohne Überrest untergehen, nämlich Festes, Flüssiges, Wärme, Luft?“ So angesprochen, Kevatto, hab ich zu jenem Mönch gesagt: „Früher, Mönch, haben die seefahrenden Kaufleute einen uferspähenden Vogel mitgenommen, bevor sie mit dem Schiff in See stachen. Die haben dann, wenn vom Schiff aus kein Ufer mehr*

*zu erspähen war, den uferspähenden Vogel auffliegen lassen. Der flog gen Osten, gen Süden, gen Westen, gen Norden. Hoch flog er empor und kreiste umher. Wenn er weit in der Ferne Land erblickt hatte, so flog er dorthin. Wenn er aber nirgendwo Land entdecken konnte, so kehrte er zu eben diesem Schiff zurück. Ebenso auch bist du, Mönch, nachdem du bis in die Brahmawelt im Forschen nach einer Antwort auf jene Frage vorgedrungen warst, nun eben wieder an meine Seite zurückgekehrt. Doch ist eine solche Frage, Mönch, nicht so zu stellen: „Wo können wohl, o Herr, diese vier großen Gewordenheiten ohne Überrest untergehen, nämlich Festes, Flüssiges, Wärme, Luft?“, sondern so muss die Frage gestellt werden:*

*Wo kann nicht Festes, Flüss'ges nicht,  
nicht Wärme und nicht Luft bestehn  
und groß und klein und grob und fein  
und was als schön und unschön gilt,  
Empfindungssucht, Geformtes (nāma-rūpa), wo  
wird dieses restlos aufgelöst?*

Nicht geht es darum, die Vernichtung, den Untergang von vier „real existierenden“ Gewordenheiten zu betreiben, sondern es geht darum, einen Zustand zu erreichen, in dem das Erleben, die Einbildung „Materie“ aufgehoben ist. Auf die vom Erwachten neu formulierte Frage antwortet der Erwachte:

*Erfahrungssuche (viññāna), die so unscheinbar,  
die ohne Ende suchende,  
wo diese wird zur Ruh' gebracht,  
da kann nicht Festes, Flüss'ges nicht,  
nicht Wärme und nicht Luft bestehn,  
nicht groß und klein, nicht grob und fein*

*und was als schön und unschön gilt,  
Empfindungssucht, Geformtes (nāma-rūpa), das  
wird alles restlos aufgelöst.*

*Wo Wohl-Erfahrungssuche nicht mehr sucht,  
wird dieses alles aufgelöst.*

*So sprach der Erhabene. Erhoben und beglückt war  
Kevatto, der Bürgersohn, über die Rede des Erhabenen.*

Der Erwachte vergleicht die programmierte Wohlerfahrungssuche mit einem Gaukler, der Gaukelwerk erzeugt (S 22,95): So wie der Gaukler oder Zauberkünstler ein Gaukelwerk (Erfahrung der Triebe im Körper, der zu sich gezählten Form – Gefühl – Wahrnehmung – Aktivität) nach dem anderen erscheinen lässt, so ist die programmierte Wohlerfahrungssuche im Dienst der hungernden Triebe ständig bestrebt, Formen (1. Zusammenhäufung) an die Sinne mit ihren Drängen und die Sinne mit ihren Drängen an die Objekte heranzubringen zum Zweck der Berührung der Sinnesdränge, um Wohl (Gefühl – 2. Zusammenhäufung) zu erfahren, das sogleich mit der Form als das als angenehm, unangenehm oder gleichgültig wahrgenommene Ding (3. Zusammenhäufung) in den Geist eingetragen wird, der dann wieder aktiv wird (4. Zusammenhäufung) zur erneuten, evtl. veränderten Reaktion auf das Wahrgenommene. Dadurch veranlasst wird auch die programmierte Wohlerfahrungssuche in ständiger Anpassung und Veränderung immer im Bereich der vier Zusammenhäufungen tätig, um das Angenehme wieder zu erfahren und das Unangenehme und Schmerzliche zu vermeiden – ein ständig sich verändernder, automatisch ablaufender Kreiszusammenhang: eine Bedingung löst die andere aus.

Warum wird die programmierte Wohlerfahrungssuche als Gaukler bezeichnet? Im Geist befinden sich die gespeicherten, durch subjektives Gefühl verzerrten Wahrnehmungen, die

wegen der Gefühlsfaszination gar nicht als Wahrnehmung erkannt und registriert sind, sondern unter den Namen der vielfältigen vom Geist hineingedeuteten chaotischen Inhalte registriert sind; in Wahrheit aber sind es Luftspiegelungen, die ein so und so beschaffenes Ich in einer so und so beschaffenen Welt, vier Gewordenheiten, vortäuschen. Von diesem Geist, in welchem das wirkliche Geschehen nicht registriert ist, dafür aber nur das von den Luftspiegelungen Vorgetäuschte registriert ist – von diesem falsch, wahnhaft programmierten Geist geht die programmierte Wohlerfahrungssuche aus.

Das Unheimliche an dieser vom Geist ausgehenden programmierten Wohlerfahrungssuche ist nun – und hier liegt die Grenze des Gleichnisses –, dass sie kein bloßer Illusionskünstler ist, der harmlose Kunststücke vorgaukelt, die kein Zuschauer ernst nimmt, sondern dass uns jede Wohlerfahrungssuche mit Hoffnung oder Gewissheit erfüllt, die letztlich immer enttäuscht wird, es sei denn, die programmierte Wohlerfahrungssuche ist auf das wahrhaft Unzerbrechliche gerichtet.

Der normale Mensch kann die programmierte Wohlerfahrungssuche nicht aufheben und so dem Samsāra entrinnen. Ein Entrinnen gibt es nur,

1. wenn die Wegweisung des Erwachten vom Geist erfahren wird;
2. wenn diese Erfahrung das Psychische verändert, der Mensch sich
  - a) zu immer feineren Sitten,
  - b) zu immer reinerer Herzensart entwickelt,
  - c) wenn die geläuterte Herzensart zu immer tiefer reichender Weisheit eines durchdringenden Anblicks der gesamten Zusammenhänge führt, so dass das Todlose erfahren wird.

Die Erfahrung des Todlosen führt zu einer Umprogrammierung der Wohlerfahrungssuche, die zur Reinigung von Herz und Geist zwingt, bis die programmierte Wohlerfahrungssuche durch das Erreichen unverletzlichen Wohls zur Ruhe kommt.



Dann ist u.a. aller Wahn von Ich und Welt, aus den vier Gewordenheiten bestehend, aufgelöst:

*Wo Wohlerfahrungssuche nicht mehr sucht,  
wird dieses alles aufgelöst.*

Dann ist endgültiger Friede, wie ihn der Mönch empfand, der einst König war und im Orden den Heilsstand gewonnen hatte und seither immer wieder, wenn er aus der Abgeschiedenheit zurückkam, vor sich hin sprach: „Das Glück! Das Glück!“ Seine Mitmönche meldeten das dem Erwachten, weil sie meinten, er trauere einstigem Glück nach. Aber als ihn der Erwachte fragte, was er sich dabei denke, da antwortete er, als König sei er überall von Wachen umgeben gewesen. Ganze Armeen seien zu seinem Schutz bereit gestanden – und er habe sich trotzdem angstbedrängt auf seinem Lager gewälzt. Jetzt lebe er allein im Dschungel und sei abgelöst, frei und sicher: „Das Glück! Das Glück!“ (Ud II,10) – das Wunder der Unterweisung.

## LOHICCO

### 12. Lehrrede der „Längeren Sammlung“

Der Priester Lohicco hört von dem  
Ruhmesruf des Erwachten und lädt ihn ein

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit wanderte der Erhabene im Land Kosalo von Ort zu Ort und kam, von vielen Mönchen begleitet, mit einer Schar von fünfhundert Mönchen, nach Sālavatikā heran.*

*Um diese Zeit aber lebte Lohicco, der Priester, zu Sālavatikā, das gar heiter anzuschauen, mit Weide-, Wald- und Wasserplätzen, mit Kornkammern, mit königlichem Reichtum versehen, von König Pasenadi von Kosalo als Königsgabe den Priestern zu eigen gegeben war.*

*Damals nun hatte Lohicco, der Priester, folgende falsche Anschauung gewonnen: „Da mag ein Asket oder ein Priester ein reiches Ergebnis seiner Bemühungen gewonnen haben. Und hat er es gewonnen, dann soll er es keinem anderen mitteilen. Was kann denn einer dem anderen nützen? Gleichwie etwa, als ob man eine alte Fessel durchschnitten hätte, um eine andere, neue Fessel sich anzulegen, so auch geschähe da hier; verkehrt und aus Sucht gehandelt, heiß ich das. Was kann denn einer dem anderen nützen?“*

Asketen und die frühen Priester/Brahmanen waren Menschen, die nicht in der Welt, im Familienverbund, sondern – und das trifft vorwiegend für die Asketen zu – in der Einsamkeit lebten, sich um innere Läuterung bemühten, die an sich arbeiteten, sich um Vertiefung mühten und zu überweltlichem Wissen durchbrechen konnten. Sie kamen zu heilsamen Einsichten und Ablösungen, die ihnen auf dem Weg zum Heil weiterhal-

fen. Oft hielten sie das Erreichte, eine relative Verbesserung ihres Seins und Erlebens, bereits für das ganze Heil, wenn ihnen die Lehre des Buddha nicht bekannt war.

Ein solcherart Übender mag in einsamer Arbeit an sich selber zu heilsamen, neuen Ebenen durchgedrungen sein, bisher Unerkanntes erkannt und erlebt haben. Und da ist nun die Auffassung Lohiccós, dass er damit alte Bande, frühere Verstrickungen, frühere Fesseln gelöst habe und nun keine neuen Bande, Verstrickungen, Fesseln anlegen wolle, indem er anderen von dem mitteilt, was er erfahren hat. Man könne anderen nicht helfen. Wer dies wolle, der handele aus der Sucht heraus, andere belehren zu wollen, folge also wieder einem Trieb, lege eine neue Fessel an, etwa den Trieb nach Anerkennung, folge seinem Geltungsstreben oder dem Drang nach Weltverbesserung. Das ist die Auffassung des Priesters.

Nun hörte Lohicco, der Priester, reden:

*Da wandert doch jetzt in unserem Lande der berühmte Asket Gotamo, der Sakyerprinz, der auf die Herrschaft über die Sakyer verzichtet hat. Er wandert mit einer großen Mönchsgemeinde von Ort zu Ort. Diesem ehrwürdigen Gotamo aber geht der wunderbare Ruf voraus:*

*„Er ist der Erhabene, Heilgewordene, vollkommen Erwachte, der im Wissen und Wandel Vollendete, der zum Heil der Wesen gekommene Kenner der Welt. Er ist der unübertreffliche Lenker derer, die erziehbar sind, ist Meister der Götter und Menschen, erwacht, erhaben. Er hat diese Welt mit allen ihren Geistern, den weltlichen und den reinen, mit ihren Scharen von Asketen und Priestern, Göttern und Menschen in unbegrenzter Wahrnehmung selber durchschaut und erfahren und lehrt sie uns kennen. Er verkündet eine Lehre, die nach Inhalt und Aussageweise schon von Anfang an hilfreich zum Guten führt und mit ihrer*

*letzten Aussage ganz hinführt zum Heilsstand. Er führt den vollständig abgeschlossenen, lautereren Reinheitswandel in der Welt ein.“ Glückliche, wem es vergönnt ist, einen Heiland von solcher Art zu erleben.*

Der Buddha ist „der Vollendete“, d.h. er hat das Ziel seiner Asketenschaft erreicht, und zwar nicht irgendein Ziel irgendeiner Asketenschaft, sondern er hat das getan, nach dem nichts, nichts mehr in aller Welt zu tun übrig bleibt. Er ist von allen Verstrickungen befreit, unverletzbar, unbeeinflussbar, universal geworden. Der Erwachte bezeichnet sich als den „Tathāgata“, als den aus Täuschung und Wahn zum klaren Anblick des Wahren und Wirklichen (*tatha*) Hingelangen (*āgata*), als den Vollendeten. Er hat den Heilsstand, das Nirvāna, erreicht. Darum ist er „der Erhabene“, der alle Wesen Überragende. Er ist ein Geheilte, ist aus Schmerzen und Leiden erwachte, geheilt. „Geheilte“ ist nicht etwas Sakrales: ein „Heiliger“, sondern bezeichnet einen nüchternen Befund. Die Wesen, sagt der Erwachte, sind krank, und der Erwachte vergleicht sich mit einem Arzt, der die Menschen heilt, aber in erster Linie selbst heil ist in dem Sinne von „nicht verletzt und nicht mehr verletzbar“. Er ist *in Wissen und Wandel vollendet*. Erst nachdem er vollkommenes Wissen erworben hat, vollkommen in der gesamten Lebensführung ist, tritt er als Lehrer auf. Sein Wandel stimmt mit seinem Wissen überein, sein Wissen ist wie sein Wandel – eine Übereinstimmung, die der Nichtgeheilte vergeblich anstrebt. Wir wissen von uns, dass unser Wissen über unsere Lebensführung hinausgeht, dass wir auf Grund von Trieben durchaus nicht immer nach unserem Wissen handeln.

*Er ist Meister der Götter und Menschen:* Alle im Wahn befangenen Wesen sind Dilettanten des Lebens, auch wenn sie Götter sind. Die Götter kennen ihren Bereich, den wir nicht kennen; sie kennen darüber hinaus auch unseren Bereich, den wir kennen. So kennen viele Gottheiten, viele

höhere Wesen viel, viel mehr als wir, aber sie kennen sich selbst nicht, sie kennen ihre Herkunft und ihre Hinkunft nicht, darum bleiben sie der Ungewissheit ausgeliefert, es sei denn, sie sind durch einen Erwachten belehrt worden.

Der Buddha war also zur Zeit dieser Lehrrede in Indien bereits berühmt. Das lag nicht nur daran, dass er schon längere Zeit lehrte, sondern lag weit mehr an seiner inneren Größe und gedanklichen Klarheit. Ein mittelmäßiger Lehrer kann Jahrzehnte durch die Lande ziehen und wird immer und überall schnell wieder vergessen. Aber einer, der noch nie in einem Rededuell besiegt worden ist und der vor allem, wie es Zeugen berichteten (M 27), auch nie als Sieger dastehen wollte, sondern die Gesprächspartner, die ihm oft mit wohlersonnenen Fangfragen Fallen stellen wollten, nur versöhnte und befriedete und beglückte, so dass sie fast immer zu ihm übertraten – das ist eine seltene und eine wohltuende Erscheinung in der Welt. Das ist eine Sonne am geistigen Himmel. Aber eine solche Herzensgüte und Klarheit des Denkens mag wohl lebenslängliche Sympathie, Beliebtheit und Freundschaft bewirken, doch würde sie dem ernsthaften Heilssucher, der sich in dieser undurchschauten Existenz gefährdet und ausgeliefert sieht, darum nach ihrer Durchschauung und Beherrschung sucht und fragt, nicht ausreichen, wenn dieser Lehrer nicht auch gerade dieses existentielle Grundanliegen erfüllen würde. In dem Buddha begegnet er einem Geist, der seine Hoffnung auf endgültige klärende Wahrheitfindung über alle Erwartungen und Maße erfüllt. Der Erwachte gibt immer wieder Gleichnisse nicht nur für seinen Standpunkt der Existenz gegenüber, sondern auch für den Standpunkt, zu welchem er jeden beharrlichen Nachfolger bringen kann. – Z.B. die Gleichnisse vom Lotus über dem Wasser (M 26), vom Fels und dessen Ersteigen (M 125). – Eine solche Veränderung ihrer Daseinsicht, ja, ihres Standortes vom ursprünglichen Ausgeliefertsein an die Begebnisse dieses Lebens bis zu seiner völligen Beherrschung und Meisterung haben seinerzeit Tausende von Menschen an sich erfahren.

Darum waren auch bald schon die besten Denker und Wahrheitssucher aus den ersten Häusern seine Anhänger geworden, und viele von ihnen sind als Mönche in seinen Orden getreten. Dieser Vorgang hat natürlich auch deren Familien aufgerüttelt, und so ging bald durch die ganze Oberschicht und von daher durch alle Schichten der Bevölkerung in Indien ein Raunen über die geistige Größe dieses Buddha, dessen Mönche vorwiegend zur Elite des Landes gehörten.

Den Indern war auch bekannt, dass die meisten Götter, selbst die langlebigsten, die im fast endlosen Samsāra kreisen, aus ihrer Helligkeit und Lauterkeit wieder absinken müssen, dass es also noch eine größere Meisterschaft geben müsse als die göttliche, um den Samsāra zu überwinden, um zu dauerhaftem Heil zu kommen. Nach indischer Überlieferung erschienen schon in früheren Weltzeitaltern immer wieder Buddhas unter den Menschen, die den Menschen Wege aufzeigten, die über göttliches Dasein hinaus ganz zum Heil führten. An diesen Unterweisungen der Buddhas nahmen jenseitige Wesen, für die Menschen unsichtbar, mit teil, zu Hunderten und Tausenden (s. auch M 147). Ferner sind Lehrreden überliefert, in denen der Erwachte allein die Götter belehrte, so dass sich die Auffassung aufdrängt, als hätten die Buddhas mehr jenseitigen Wesen geholfen als Menschen, aber die Erwachten sind doch immer als Mensch erschienen. Aus diesem Grund ging den Erwachten der Ruf voraus: *Der Erwachte ist Meister der Götter und Menschen*. Für die Erwachten ist das Jenseits kein Jenseits mehr, sie sind den Göttern so nah wie den Menschen. Sie sehen überall die Auswirkung des Gesetzes von Saat und Ernte und zeigen den Weg aus allem Leiden heraus, den Ausweg aus der Gefangenschaft des immerwährenden Leidens. *Glücklich, wer solche Geheilten sehen kann.*

*Da wandte sich denn Lohicco, der Priester, an Bhesiko, seinen Bader, und sagte: „Komm, bester Bhesiko, geh*

zum Asketen Gotamo und erkundige dich in meinem Namen beim Asketen Gotamo nach seiner Gesundheit, Kraft und seinem Wohlbefinden. „Lohicco“, sage, „o Gotamo, der Priester, lässt Herrn Gotamo Gesundheit, Freisein von körperlichen Beschwerden, Leichtigkeit des Körpers, Stärke und Wohlbefinden wünschen“, und füge hinzu: „Gewähren möge Herr Gotamo Lohicco, dem Priester, die Bitte, morgen bei ihm zu speisen mit seinen Mönchen.“ – Gern, o Herr! –, sagte da Bhesiko, der Bader.

Er begab sich zum Erhabenen hin, bot dem Erhabenen ehrerbietigen Gruß dar und setzte sich zur Seite. Zur Seite sitzend sprach nun Bhesiko, der Bader, zum Erhabenen:

Lohicco, der Priester, o Herr, lässt dem Erhabenen Gesundheit, Freisein von körperlichen Beschwerden, Leichtigkeit des Körpers, Stärke und Wohlbefinden wünschen, und er trägt mir auf zu sagen: Gewähren möge Herr Gotamo Lohicco, dem Priester, die Bitte, morgen bei ihm zu speisen zusammen mit seinen Mönchen. – Schweigend gewährte der Erhabene die Bitte.

Als nun Bhesiko, der Bader, der Zustimmung des Erhabenen gewiss war, stand er von seinem Sitz auf, bot dem Erhabenen ehrerbietigen Gruß dar, ging rechts herum und begab sich zu Lohicco, dem Priester, zurück.

Am nächsten Morgen nun ließ Lohicco, der Priester, in seinem Haus ausgewählte feste und flüssige Speise auftragen und sagte dann zu Bhesiko, dem Bader: Komm, bester Bhesiko, begib dich zum Asketen Gotamo und melde dem Asketen Gotamo: „Es ist Zeit, o Gotamo, das Mahl ist bereit.“ –

*Nach Erhalt dieser Nachricht nahm der Erwachte Obergewand und Almosenschale und machte sich auf den Weg nach Sālavatikā zusammen mit den Mönchen. Bhesiko, der Bader, aber folgte dem Erhabenen Schritt um Schritt nach. Als bald nun wandte sich Bhesiko, der Bader, an den Erhabenen mit den Worten: Lohicco, der Priester, o Herr, hat folgende Anschauung gewonnen: „Da mag ein Asket oder ein Priester ein reiches Ergebnis seiner Bemühungen gewonnen haben, und wenn er es gewonnen hat, dann soll er es keinem anderen mitteilen. Was kann denn einer dem anderen nützen? Gleichwie etwa, als ob man eine alte Fessel durchschnitten hätte, um eine andere, neue Fessel sich anzulegen, so auch geschähe da hier; verkehrt und aus Sucht gehandelt, heiß ich das. Was kann denn einer dem anderen nützen?“ – Gut wär’ es, o Herr, wenn der Erhabene Lohicco, den Priester, von einer solchen verkehrten Anschauung abbringen würde. –*

*Nun, es mag wohl noch werden, Bhesiko, nun, es mag wohl noch werden, Bhesiko. –*

*Unterdessen kam der Erhabene zum Haus Lohiccos. Dort angelangt, nahm der Erhabene auf dem dargebotenen Sitz Platz. Lohicco, der Priester, aber bediente und versorgte eigenhändig den Erwachten und seine Mönche mit ausgewählter fester und flüssiger Speise.*

*Nachdem nun der Erhabene gespeist und das Mahl beendet hatte, nahm Lohicco, der Priester, einen von den niederen Stühlen zur Hand und setzte sich zur Seite hin. An Lohicco, den Priester, der da zur Seite saß, wandte sich als bald der Erhabene und fragte:*



Das geistig Erreichte anderen nicht zu offenbaren –  
ist wie selbstsüchtiges Alleingenießen  
materieller Güter

*Ist es wahr, wie man sagt, Lohicco, du habest die falsche Anschauung gewonnen: „Da mag ein Asket oder Priester ein reiches Ergebnis seiner Bemühungen gewonnen haben, und wenn er es gewonnen hat, dann soll er es keinem anderen mitteilen. Was kann denn einer dem anderen nützen? Gleichwie etwa, als ob man eine alte Fessel durchschnitten hätte, um eine andere, neue Fessel sich anzulegen, so auch geschähe da hier; verkehrt und aus Sucht gehandelt, heiß ich das. Was kann denn einer dem anderen nützen?“ – So ist es, o Gotamo. –*

*Was meinst du wohl, Lohicco, bist du nicht über Sālavatikā Gebieter? – Allerdings, o Gotamo. – Wer da nun, Lohicco, spräche: „Lohicco, der Priester, ist über Sālavatikā Gebieter; was in Sālavatikā wächst und gedeiht, Lohicco, der Priester, soll es allein genießen, soll nichts anderen geben“, würde diese Anschauung denen, die von dir leben, zum Unheil gereichen oder zum Heil? – Zum Unheil gereichen, o Gotamo! –*

Hier überträgt der Erwachte den von Lohicco gehegten Grundsatz über das Bei-sich-Behalten geistiger Errungenschaften auf selbstsüchtiges Genießen materiellen Gutes durch nur einen Menschen: Wenn das, was das Land an Ernten hervorbringt, allein Lohicco – und vielleicht noch seine Familie und seine engen Freunde – genießen würde, dann wäre das für die Dorfbewohner schlimm, sie würden Mangel leiden. Und der Erwachte fährt fort:

Kein Mitempfinden = falsche Anschauung  
= Wiedergeburt als Tier oder in der Hölle

*Zum Unheil reichend, hätte er da Mitempfinden und Erbarmen für die Dorfbewohner, oder wäre er ohne Mitempfinden und Erbarmen? – Ohne Mitempfinden und Erbarmen, o Gotamo. – Ohne Mitempfinden und Erbarmen wäre sein Herz von Liebe (mettā) ihnen gegenüber erfüllt oder wäre er feindselig gesonnen? – Feindselig, o Gotamo. – Feindselig gesonnen, hätte er da rechte Anschauung oder falsche Anschauung? – Falsche Anschauung, o Gotamo. – Bei falscher Anschauung stehen ihm, sage ich, Lohicco, zwei Laufbahnen bevor: Hölle oder Tierreich.*

Bei der letzten Aussage, sehen wir, setzt der Erwachte bewusst seine Autorität ein: „Ich sage!“ Vorher fragte er nur und ließ sich die Fragen beantworten. Aber nach der letzten Antwort fragt der Erwachte nicht mehr, sondern sagt: Ich weiß, falsche Anschauung ist gefährlich, verderblich, denn derjenige, der falsche Anschauung hegt, erwirkt sich die schrecklichen Leiden der Hölle oder Tierheit, er gelangt also nicht einmal in das dem Menschentum nächste Reich, das Gespensterreich, sondern in die beiden äußersten üblen Stätten als Ergebnis falscher Anschauung und entsprechendem Handeln.

Lohicco muss zugeben: Wer die Auffassung hat: „Ich will alle Nahrung, Kleidung und sonstige Bedarfsgegenstände für mich behalten“ und dadurch andere Mangel leiden lässt, der ist ohne Mitempfinden und Erbarmen, er hat eine feindselige Einstellung anderen gegenüber. Und bei feindseliger Gesinnung hat ein Mensch falsche Anschauung. Im Allgemeinen denkt der Buddhist nicht, dass feindselige Gesinnung zugleich falsche Anschauung beinhaltet. Er sagt sich: Feindselige Gesinnung ist etwas anderes als falsche Anschauung. Anschauung und Gesinnung sind auch im achtgliedrigen Heilsweg

voneinander unterschieden. Aber der Erwachte bringt hier zum Ausdruck: Üble Gesinnung kann gar nicht sein zu einer Zeit, in der rechte Anschauung gegenwärtig ist. Wenn üble, feindselige Gesinnung im Herzen vorherrscht, also Antipathie bis Hass (*vyāpāda*) und Rücksichtslosigkeit (*vihimsā*), dann sieht der Mensch zu der Zeit die Mitwesen nicht als das an, was sie sind, nämlich als solche, die genau so im Samsāra herumirren und Wohl suchen, wie er selber im Samsāra irrt und Wohl sucht. Er betrachtet die Mitwesen von seinem selbstsüchtigen Standpunkt aus, betrachtet sie als Objekt für sich, ob sie ihm nützlich oder schädlich, sympathisch oder unsympathisch sind. Und wenn sie für ihn nicht von Interesse sind, dann ist es ihm gleich, ob sie Not leiden oder gar umkommen.

Zu der Zeit, in der diese mitleidslose Gesinnung besteht, hat ein Mensch falsche Anschauung. Und das heißt auch für uns: Wenn wir zeitweilig am Tag üble Gesinnungen gegen dieses oder jenes Wesen hegen, dann haben wir zu der Zeit falsche Anschauung. Auch für uns geht es darum, ob die falsche Anschauung bei uns überwiegt, zeitlich seltener aufsteigt als die rechte Anschauung, ob sie kräftiger ist und unser Handeln stark beeinflusst oder aber die rechte Anschauung überwiegt. Wir sind alle nicht frei von zeitweiliger feindseliger Gesinnung und darum von falscher Anschauung. Es geht darum, das Verhältnis zugunsten der rechten Anschauung, und das heißt gleichzeitig der mitempfindenden liebenden Gesinnung, nach und nach zu korrigieren, zu verbessern. Diese praktische Umstellung ist der Zweck des Gesprächs mit Lohicca.

Und nun bringt der Erwachte ein weiteres Gleichnis, das dem ersten inhaltlich gleicht, das aber nun auch den Priester selber als den unter der Selbstsucht des Königs Pasenadi Leidenden trifft. Damit prägt sich der Zusammenhang zwischen rechter Anschauung und rechter Gesinnung dem Gedächtnis Lohiccoss noch mehr ein.

*Was meinst du wohl, Lohicco, ist nicht König Pasenadi, der Kosaler, über Kāsi und Kosalo Gebieter? – Gewiss, o Gotamo. – Wer da nun, Lohicco, spräche: „König Pasenadi, der Kosaler, ist über Kāsi und Kosalo Gebieter; was in Kāsi und Kosalo wächst und gedeiht, König Pasenadi von Kosalo soll es allein genießen, soll nichts anderen geben“, würde es, wer also spräche, denen, die von König von Kosalo leben, zum Unheil gereichen oder zum Heil? – Zum Unheil gereichen, o Gotamo. –*

*Zum Unheil reichend, hätte er da Mitempfinden und Erbarmen für die Dorfbewohner oder wäre er ohne Mitempfinden und Erbarmen? – Ohne Mitempfinden und Erbarmen, o Gotamo. – Ohne Mitempfinden und Erbarmen wäre sein Herz von Liebe (mettā) ihnen gegenüber erfüllt oder wäre er feindselig gesonnen? – Feindselig, o Gotamo. – Feindselig gesonnen, hätte er da rechte Anschauung oder falsche Anschauung? – Falsche Anschauung, o Gotamo. – Bei falscher Anschauung stehen ihm, sage ich, Lohicco, zwei Laufbahnen bevor: Hölle oder Tierreich. –*

Wir sehen, dieser Priester gibt immer die richtigen Antworten. Er weiß, ihm ist es ganz klar und selbstverständlich, dass ohne Mitempfinden und Erbarmen keine Liebe ist und dass bei feindseliger Gesinnung auch die Anschauung falsch ist.

Und nun geht der Erwachte über von dem Beispiel der Verweigerung materieller Güter zu der Zurückhaltung geistiger Erkenntnisse und Errungenschaften und zeigt, welchen Schaden die um inneres Fortkommen Bemühten hätten, wenn die Auffassung „Keiner kann dem anderen nützen“ verallgemeinert würde und die Erfahrer großer Ergebnisse ihr Wissen um die Wege zu höherem Wohl nicht mitteilen würden:

*Wer also sagen (und danach handeln) würde: „Lohicco, der Priester, ist über Sālavatikā Gebieter; was in Sālavatikā wächst und gedeiht, Lohicco, der Priester, soll es allein genießen, soll nichts anderen geben“ – der wird denen, die von Lohicco, dem Priester, leben, zum Unheil gereichen. Ihnen zum Unheil reichend, ist er ohne Mitempfinden und Erbarmen. Ohne Mitempfinden und Erbarmen ist er feindlich gesinnt, feindlich gesinnt, hegt er falsche Anschauung.*

*Ebenso nun auch, Lohicco, wer da spräche: „Da mag ein Asket oder ein Priester ein reiches Ergebnis seiner Bemühungen gewonnen haben. Und hat er es gewonnen, dann soll er es keinem anderen mitteilen. Was kann denn einer dem anderen nützen? Gleichwie etwa, als ob man eine alte Fessel durchschnitten hätte, um eine andere, neue Fessel sich anzulegen, so auch geschähe da hier; verkehrt und aus Sucht gehandelt heiß ich das. Was kann denn einer dem anderen nützen?“ – Wenn einer so denkt und spricht, dann wird diese Anschauung all denen, die als Söhne aus gutem Haus an die Lehre und Wegweisung des Erwachten herangekommen sind und ein reiches Ergebnis ihrer Bemühungen gewinnen könnten, wie etwa die Früchte des Stromeintritts verwirklichen, die Früchte der Einmalwiederkehr verwirklichen, die Früchte der Nichtwiederkehr verwirklichen und den Heilsstand erreichen oder sich auch nur zu himmlischer Wiedergeburt, zu himmlischem Dasein entwickeln und dahin reifen könnten, zum Unheil gereichen. Zum Unheil reichend, ist er ohne Mitempfinden und Erbarmen. Ohne Mitempfinden und Erbarmen ist er feindlich gesinnt, feindlich gesinnt, hegt er falsche Anschauung. Bei falscher Anschauung stehen ihm, sag ich, Lohicco, zwei Laufbahnen bevor: Hölle oder Tierheit.*

Der Erwachte zeigt also hier, welche großen Ergebnisse z.B. die Nachfolger seiner Lehre erzielen können, wenn ihnen die Wege dahin gezeigt werden: Sie können als Geheilte endgültig dem Immer-Wieder-Geborenwerden und Sterben entrinnen, sie können die Gewissheit gewinnen, in absehbarer Zeit alles Leiden aufgehoben zu haben durch den Eintritt in die Heilsanziehung, wie es der Erwachte ausdrückt:

*Die Nachfolgenden haben das Tor zum Todlosen einen Spalt breit geöffnet, indem sie alles Bedingte und darum Sterbliche als bedingt und sterblich durchschaut haben. (S 12,27 und 28)*  
Und sie können bei geringeren Fortschritten – allein dadurch, dass sie sich um Tugend und helle Gesinnung bemühen – das Wohl himmlischer Welt erleben.

Wenn den „Großen, die sich nach der Wahrheit sehnen“ (M 86) aber keine Gelegenheit zur Läuterung gegeben wird, weil diejenigen, die Höheres erreicht haben, ihre Ergebnisse und die Wege, auf denen sie es erreicht haben, nicht mitteilen, dann würde es den Suchenden zu großem Schaden gereichen. Und einer wie Lohicco, der die Auffassung verbreitet: „Keiner kann dem anderen nützen, dem anderen zu helfen, wäre auch nur aus Sucht gehandelt, aus Geltungsstreben“, hätte bewirkt, dass viele Menschen, die durch Belehrung auf den Weg zum Heil oder zu besserem Erleben gekommen wären, es nun nicht erreichen. Der Erwachte sagt, dieser Schaden, der den Suchern zugefügt wird, wirkt zurück auf den Verursacher dieser falschen Anschauung, die er verbreitet. Je mehr durch seine falsche Anschauung andere daran gehindert werden, richtig zu denken, zu reden, zu handeln, um so größer auch ist die Not des Verursachers dieser falschen Anschauung, die er später ernten wird.

### Drei Lehrer, die nicht lehren sollten

Und nun nennt der Erwachte, der Meinung Lohiccoss, dass einer nicht lehren solle, entgegenkommend, drei Fälle, in denen Lehrer wirklich nicht lehren sollten:

*Drei Lehrer gibt es, Lohicco, die in der Welt Vorwurf verdienen. Wenn einer dieser Lehrer getadelt wird, so ist dieser Tadel zutreffend, berechtigt, begründet, nicht abweisbar. Welche drei Lehrer sind das?*

1. Sein Ziel nicht erreicht, belehrt er andere,  
die nicht zuhören

*1. Da hat, Lohicco, irgendein Lehrer das Ziel seiner Asketenschaft, weswegen er aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen ist, nicht erreicht. Ohne das Ziel seiner Asketenschaft erreicht zu haben, legt er Schülern eine Lehre dar: „Das dient euch zum Wohl, das dient euch zum Heil.“ Aber seine Schüler hören nicht auf ihn, leihen kein Gehör, wenden das Herz dem Verständnis nicht zu, übertreten gar in ihrem Betragen die gegebenen Regeln. Ein solcher Lehrer zieht sich den Vorwurf zu: „Ehrwürdiger, du hast das Ziel der Asketenschaft, weswegen du aus dem Haus in die Hauslosigkeit gegangen bist, nicht erreicht. Ohne es erreicht zu haben, legst du Schülern die Lehre dar: ‚Das dient euch zum Wohl, das dient euch zum Heil‘, und deine Schüler hören nicht auf dich, leihen kein Gehör, wenden das Herz dem Verständnis nicht zu, übertreten gar in ihrem Betragen die gegebenen Regeln. Gleichwie etwa, als ob man einer, die fortgehen will, nachgehen oder sie bei abgewandtem Antlitz umarmen wollte, so auch geschähe da hier. Falsch und aus Sucht gehandelt heiß ich das. Was kann in einem solchen Fall einer dem anderen nützen?“ Das ist, Lohicco, der erste Lehrer, der in der Welt Vorwurf verdient.*

Zwei untaugliche Umstände für die Belehrung treffen hier zusammen: Der Lehrer hat erstens nicht das erreicht, was er wollte, er hat also nicht die Qualifikation eines Lehrers, zweitens seine Schüler, die er belehren will, hören ihm nicht zu. Ein solcher Lehrer verdient den Vorwurf, dass er von der Sucht zu lehren besessen ist, dass er jemanden „umarmen“ will, der von ihm wegstrebt.

2. Sein Ziel nicht erreicht, belehrt er andere,  
die zuhören

*2. Weiter sodann, Lohicco, da hat irgendein Lehrer das Ziel seiner Asketenschaft, weswegen er aus dem Hause in die Hauslosigkeit gezogen ist, nicht erreicht. Ohne das Ziel der Asketenschaft erreicht zu haben, legt er den Schülern eine Lehre dar: „Das dient euch zum Wohl, das dient euch zum Heil.“ Seine Schüler hören auf ihn, leihen Gehör, wenden das Herz dem Verständnis zu, nicht etwa übertreten sie in ihrem Betragen die gegebenen Regeln. Auch ein solcher Lehrer zieht sich den Vorwurf zu: „Ehrwürdiger, du hast das Ziel der Asketenschaft, weswegen du aus dem Hause in die Hauslosigkeit gezogen bist, nicht erreicht. Ohne es erreicht zu haben, legst du den Schülern eine Lehre dar: ‚Das dient euch zum Wohl, das dient euch zum Heil.‘*

*Gleichwie etwa, als ob man sein Feld im Stich gelassen hätte und ein fremdes Feld bestellte, so auch geschähe da hier. Falsch und aus Sucht gehandelt heiß ich das, was kann in einem solchen Fall einer dem anderen nützen?“ Das ist, Lohicco, der zweite Lehrer, der in der Welt Vorwurf verdient.*

Hier heißt es also: Ein Asket hat sich ein Ziel gesetzt, erreicht es nicht und, ohne es erreicht zu haben, belehrt er andere. Die-



se hören zu und üben sich. Aber er ist den anderen kein Vorbild, er ist nicht das, was er von anderen fordert. Erst sollte der Lehrer selber das werden, was er von anderen fordert. Zu dem, was der Lehrer selber geworden ist, kann er anderen besser verhelfen, und er selber versäumt dann auch nicht das Wichtigste, nämlich sich selber weiterzubringen. Manche Menschen würden in einem solchen Fall sagen: Die Hauptsache ist doch, dass ein Lehrer andere veranlasst, sich zu läutern. Aber hier sagt der Erwachte, dass auch dieser Lehrer falsch handelt, nämlich aus der Sucht heraus zu lehren. Er teilt nicht anderen etwas von seinen Errungenschaften mit in dem Wunsch: „Mögen die anderen auf dem Weg, auf dem ich zum Ziel gekommen bin, ebenfalls erfolgreich sein“, sondern ihn leiten Geltungsstreben und Anerkennungsbedürfnis. Er arbeitet nicht an sich selbst, er bestellt nicht sein eigenes Feld, sondern das Feld anderer und letzteres auch noch unvollkommen, weil er selber nicht vollkommen ist.

Dieses Gleichnis können manche Menschen missdeuten, sie könnten sagen: Das ist doch die höchste Form von Nächstenliebe, wenn man mehr an andere als an sich denkt. Aber wenn einer die Felder eines anderen bestellt und dadurch keine Zeit mehr hat für das eigene Feld, dann muss er im nächsten Jahr hungern, betteln oder gar sterben. Was für das Bestellen des eigenen Feldes gilt, gilt erst recht in Bezug auf das Anstreben geistiger Werte. Ein Vers im Wahrheitpfad (Dh 166) lautet:

*Dein eignes Ziel versäume nicht  
um anderer noch so großer Ziele (weltlicher Ziele).  
Hast du das eigne Heil erkannt,  
gedenke eifrig deiner selbst.*

Und der Erwachte sagt (M 8): Zuerst musst du dich selber aus dem Sumpf ziehen, dann erst kannst du anderen helfen:

*Dass einer, der selber sumpfversunken ist, einen anderen  
Sumpfversunkenen herausziehen kann, das ist unmöglich.*

*Dass einer, der selber nicht bezähmt ist, nicht überwunden hat, nicht triebbefreit ist, einen anderen zur Zähmung, zur Überwindung, zur Triebbefreiung bringen kann, das ist unmöglich.*

*Dass aber einer, der selber bezähmt ist, überwunden hat, triebbefreit ist, einen anderen zur Zähmung, zur Überwindung, zur Triebbefreiung bringen kann, das ist möglich.*

Erst muss einer kämpfen, dass er für sich selbst festen Boden unter den Füßen hat, dann kann er daran denken, anderen zu helfen. Dieses Mühen und Kämpfen, um selbst erst fest und sicher zu werden, hat nichts mit Egoismus zu tun, sondern geschieht aus der weisen Einsicht, dass ein Trauriger nicht andere fröhlich, ein Schlechter nicht andere gut, ein Unvollkommener nicht andere vollkommen machen kann, dass man anderen nur immer so weit helfen kann, wie man selbst ist.

Aber wer zuerst für sein eigenes Heil sorgt, der sorgt damit auch für seine Umgebung, denn die Sorge für sein eigenes Heil schließt ja gerade ein, Verständnis, Teilnahme, Mitempfinden für andere zu entwickeln, bei Widerstand nicht zornig zu werden usw. – Eigenschaften, die der Umgebung ja sofort zugute kommen. Je mehr ich selber dem Heil näher komme, je mehr ich selber innerlich reifer werde, freier, loslassender werde, reiner, verstehender, weiser werde, um so besser kann ich helfen. Das eigene Heil zu gewinnen, bedeutet ja nichts anderes, als freier zu werden von Gier, Hass, Blendung. Und je freier wir von Gier, Hass, Blendung sind, um so besser ist unser Reden und Handeln, um so mehr können wir anderen helfen.

Aber gegenseitiges Bestärken  
im heilsförderlichen Anblick ist hilfreich

Auch wenn der Kenner der Lehre das Endziel noch nicht erreicht hat, so kann er doch die Lehre dem Wortlaut nach, so wie er sie kennt, einem anderen mitteilen und sagen, dass er so

die Lehre verstanden habe. Aber erstens bringt er damit den Wortlaut des Erhabenen und nicht seinen eigenen in der Sprache eines Nicht-im-Wahn-Versunkenen, wenn er selber auch noch im Sumpf steckt, und zweitens braucht er darüber nicht zu versäumen, an sich selber zu arbeiten. Dieses Verhalten wird in M 33 verglichen mit dem „Rauch erzeugen“ des Rinderhirten. So wie der Rinderhirt durch Raucherzeugung schädliche Insekten vertreibt und wilde Tiere fernhält, so entzieht der Mönch schädlichen Einflüssen, falschen Lehren und Reizen von außen und eigenen üblen Gedanken den Boden dadurch, dass er, indem er anderen die Lehre zu erklären sich bemüht, auch selber zu einem tieferen Verständnis kommt. Das ist ein Gewinn, wie er in D 33,V beschrieben wird:

*Da legt ein Mönch die Lehre, wie er sie gehört und verstanden hat, den anderen ausführlich dar. Je mehr und mehr nun der Mönch die Lehre, wie er sie gehört und verstanden hat, den anderen ausführlich darlegt, desto mehr und mehr gelangt er selber bei der Lehre zum Verständnis des Sinns, der Wahrheit. Während ihm das Verständnis für den Sinn, für die Wahrheit aufgeht, gewinnt er innere Freude. Freudig bewegt, erfährt er geistige Beglückung. Ist der Geist beglückt, werden die Sinesdränge des Körpers gestillt. Der Körpergestillte lebt im Wohl; dem im Wohl Lebenden einigt sich das Herz.*

Zusätzlich erfährt der Erklärende oft Ergänzungen oder Einwände von Seiten des Gesprächspartners, auf die er selber nicht gekommen wäre. Durch die veränderte Perspektive wird er aufmerksamer und kritischer gegenüber den eigenen Gedanken. Wenn das Gespräch von beiden Seiten geführt wird in der Absicht, miteinander ein Problem der Lehre in allen seinen Zusammenhängen gründlich zu betrachten unter Heranziehung aller Aussagen des Erwachten darüber, dann gehen daraus gegenseitige Ergänzungen und dadurch immer wieder neue Aspekte hervor, die bei der Betrachtung eines Einzelnen meistens nicht erfasst werden können und die erfreuen und erheben.

In M 24 „Die Eilpost“ nennt der Erwachte den Idealfall: Ein Mönch hat selber eine hilfreiche Eigenschaft erworben und spricht in einer ermutigenden, erfreuenden Weise mit seinen Mitmönchen darüber. Ein solcher ist ein Belehrer, ein Aufklärer, ein Verkünder, ein Ermutiger seiner Mitmönche: *einer, der selber bescheiden, über die Bescheidenheit mit den Mönchen spricht, der selber zufrieden, über die Zufriedenheit mit den Mönchen spricht, der selber abgeschieden, alleinsam weiland – vorwärtsstrebend, zur heilenden Tugend erwachsen ist, zur heilenden weltbefreiten Herzenseinigung, zum heilenden Klarblick, zur Erlösung und zum Wissen über die Erlösung gelangt ist – und darüber mit den Mönchen spricht.* Besonders in den langen Regenzeiten, in denen die Mönche nicht wandern konnten, waren gute Gespräche mit Gleichstrebenden wichtig, um die vom Erwachten gelehrt, ganz andersartigen Perspektiven und Anblicksweisen immer wieder aufzurichten, um immer wieder Einsicht und Ansporn für die Läuterungsarbeit zu bekommen, sich zu stärken und zu ermutigen.

In diesen Lehrreden zeigt der Erwachte wieder: In dem Maß, wie man selber so geworden ist, in dem Maß kann man auch überzeugend davon sprechen.

Das schließt jedoch nicht aus, dass Freundeskreise, die die Lehre kennen und im Sinne der Lehre arbeiten wollen, sich gegenseitig helfen, indem sie die Lehrreden als Grundlage nehmen, um die Darlegung des Erwachten immer besser zu verstehen, und sich so Kraft zu holen zum weiteren Arbeiten.

Dabei nennt der Erwachte fünf Richtlinien zur Darlegungsweise der Lehre (A V,159):

*Nicht leicht ist es, Anando, anderen die Lehre darzulegen. Wer anderen die Lehre darlegt, sollte sich dabei fünf Dinge im Geist gewärtig halten. Welche fünf?*

- 1. Eine schrittweise, fortschreitende Darlegung will ich geben, so denkend, soll man anderen die Lehre darlegen.*
- 2. Einen übersichtlichen Einblick soll die Darlegung geben,*

- so denkend, soll man anderen die Lehre darlegen.*
3. *Mit der Absicht zu helfen und zu fördern,  
so denkend, soll man anderen die Lehre darlegen.*
  4. *Nicht um eines äußeren Vorteils willen will ich sprechen,  
so denkend, soll man anderen die Lehre darlegen.*
  5. *Weder auf mich selber noch auf andere anspielend,  
so denkend, soll man anderen die Lehre darlegen.*

3. Sein Ziel erreicht, belehrt er andere,  
die nicht zuhören

*3. Weiter sodann, Lohicco, da hat irgendein Lehrer das Ziel seiner Asketenschaft, weswegen er aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen ist, erreicht. Nachdem er dieses Ziel erreicht hat, legt er den Schülern seine Lehre dar: „Das dient euch zum Wohl, das dient euch zum Heil.“ Aber seine Schüler hören nicht auf ihn, leihen kein Gehör, wenden nicht das Herz dem Verständnis zu, übertreten gar in ihrem Betragen die gegebenen Regeln. Gleichwie etwa, als ob man eine alte Fessel durchschnitten hätte, um eine andere, neue Fessel sich anzulegen, so auch geschähe da hier, verkehrt und aus Sucht gehandelt heiß ich das. Was kann denn in einem solchen Fall einer dem anderen nützen?*

Wenn die Schüler nicht zuhören, nicht hinhören auf das, was der Lehrer sagt, lehrt dieser ja umsonst. Wer noch lehrt, auch wenn ihm keine Aufmerksamkeit geschenkt wird, der beweist damit, dass er nur aus Sucht, aus Geltungsdrang lehrt. Ein vernünftiger Lehrer lehrt, weil er die Schüler beeinflussen, sie in eine bestimmte Richtung lenken will. Hören ihm die Schüler nicht zu, so merkt er, dass er nicht erreicht, was er will, und hört zu lehren auf. Damit beweist er, dass er ohne Sucht, ohne Geltungsdrang handelt. Wer sich aber immer wieder anderen aufdrängt und ihnen nachläuft: „Nun hör doch, dies ist doch zu

deinem Heil“, der handelt unvernünftig. Auch der Erwachte ist nicht den Schülern nachgelaufen. Er hat in den fünfundvierzig Jahren seiner Lehrtätigkeit immer wieder geprüft, ob noch Interesse für seine Lehre bestand, und je weniger die Menschen gegen Ende seiner Lehrtätigkeit aufnahmebereit waren, um so mehr hat sich der Erwachte vom Lehren zurückgezogen. Wenn also selbst der Erwachte, der höchstes Wissen und endgültige Erlösung aus eigener Erfahrung vermitteln kann, sich nicht Menschen aufdrängt, die dafür nicht aufgeschlossen sind, wie viel mehr sollten dann andere Asketen sich zurückhalten, wenn man ihnen kein Gehör schenkt.

*Das sind, Lohicco, die drei Lehrer, die in der Welt Vorwurf verdienen. Und wenn einer dieser Lehrer getadelt wird, so ist dieser Tadel zutreffend, berechtigt, begründet, unabweisbar.*

#### Der untadelige Lehrer

*Nach dieser Rede wandte sich Lohicco, der Priester, an den Erhabenen und sagte: Gibt es aber, o Gotamo, irgendeinen Lehrer, der in der Welt keinen Vorwurf verdient? – Es gibt, Lohicco, einen Lehrer, der in der Welt keinen Vorwurf verdient. – Wer ist das aber? –*

*Da erscheint, Lohicco, der Vollendete in der Welt, der Heilgewordene, vollkommen Erwachte, der im Wissen und Wandel Vollendete, der zum Heil gekommene Kenner der Welt. Er ist der unübertreffliche Lenker derer, die erziehbar sind, ist Meister der Götter und Menschen, erwacht, erhaben. Diese Welt samt ihren Geistern, den weltlichen und den reinen, samt ihren Scharen von Asketen und Priestern, Göttern und Menschen, hat er selber in unbegrenzter Wahrnehmung erschaut und erfahren, und so lehrt er sie kennen. Er verkündet eine Lehre, die nach Inhalt und*

*Aussageweise schon von Anfang an hilfreich zum Guten führt, in ihren weiteren Teilen immer weiter fördert und mit ihrer letzten Aussage ganz hinführt zum Heilsstand. Er führt den vollständig abgeschlossenen, lautereren Reinheitswandel in der Welt ein.*

*Diese Lehre hört ein Hausvater oder der Sohn eines Hausvaters oder einer, der in anderem Stande neu geboren ward. Nachdem er diese Lehre gehört hat, fasst er Vertrauen zum Vollendeten. Von diesem Vertrauen erfüllt, denkt und überlegt er:*

*„Ein Gefängnis ist die Häuslichkeit, ein Schmutzwinkel, der freie Himmelsraum die Pilgerschaft. Es geht nicht, als häuslich Lebender den Reinheitswandel ganz vollkommen, ganz rein, Punkt für Punkt zu erfüllen. Wie wenn ich nun mit geschorenem Haar und Barte, mit gelbem Gewand bekleidet, aus dem Hause in die Hauslosigkeit hinauszöge?“ So gibt er denn später einen kleinen Besitz oder einen großen Besitz auf, hat einen kleinen Verwandtenkreis oder einen großen Verwandtenkreis verlassen und ist mit geschorenem Haar und Bart, im gelben Gewand vom Hause fort in die Hauslosigkeit gezogen.*

Endgültig löst er sich von seiner Heimat, seinem Nest und begibt sich unter den Einfluss des Erwachten. Er weiß: Ich muss aus allen Bindungen heraus, die Nestwärme fesselt an falsche Maßstäbe und Gewohnheiten.

Wie ausführlich im Übungsweg des Mönchs beschrieben (M 60 u.a.), vervollkommnet sich der Mönch zuerst in den Tugenden, übt Zügelung der Sinnesdränge, Maßhalten beim Essen, kämpft darum, die Herzensbefleckungen zu überwinden, übt klares Bewusstsein bei den Körperhaltungen, übt sich in der Aufhebung der fünf Hemmungen. Dadurch erreicht er die weltlosen Entrückungen, und nach der ersten Entrückung heißt es schon:

*Ein Lehrer nun, Lohicco, bei dem der Schüler ein solches reiches Ergebnis seiner Bemühungen gewinnen kann, das ist ein Lehrer, der in der Welt keinen Vorwurf verdient. Und wenn etwa so ein Lehrer getadelt wird, dann ist dieser Tadel nicht zutreffend, nicht berechtigt, nicht begründet, ist abweisbar.*

Wenn die weltlosen Entrückungen erreicht sind, dann ist ein entscheidendes Stadium erreicht: die Übersteigerung der Sinnensucht, des sinnlichen Erlebens. Der Übende erfährt den Übergang von dem normalen sinnlichen Vielfaltserleben zu dem seligen Erlebnis der inneren Einheit, der unio, des samādhi. Dieser Zustand der radikalen Befreiung von den Schmerzen sinnlichen Erlebens wird als innere Seligkeit empfunden, ein Lohn der Asketenschaft, der alle anderen Löhne bei weitem überragt. Ein Lehrer, der seine Schüler dahin bringt, dass sie die weltlosen Entrückungen erfahren, der ist ein Lehrer, der in der Welt nur Lob verdient.

Diese weltbefreiten Entrückungen, die der vom Erwachten unbelehrte Mystiker anderer Kulturen für den Endzustand, für die „selige Ewigkeit“ hält, benutzte der Erwachte als Stufen zur Entwicklung zur endgültigen Ablösung:

*Weiter sodann, Lohicco, kann der Mönch sich mancher verschiedenen früheren Daseinsform erinnern mit je den karmischen Zusammenhängen und Beziehungen. – Es kann ferner der Mönch mit dem feinstofflichen Auge, dem gereinigten, über menschliche Grenzen hinausreichenden, die Wesen dahinschwinden und wiedererscheinen sehen, gemeine und edle, schöne und unschöne, glückliche und unglückliche. Er kann erkennen, wie die Wesen je nach dem Wirken wiederkehren. – Es kann dann der Mönch das Herz von allen Wollensflüssen / allen Einflüssen durch Sinneseindrücke, durch Seinwollen, durch letzte Wahneindrücke*



*ablösen. Wenn es erlöst ist, dann ist das Wissen: „Es ist erlöst.“ Beendet ist die Kette der Geburten, vollendet der Reinheitswandel, getan ist, was zu tun war. „Jetzt gibt es kein Nachher mehr“, versteht er da.*

*Bei einem Lehrer nun, Lohicco, bei dem der Schüler ein so reiches Ergebnis seiner Bemühungen gewinnen kann: das ist ein Lehrer, Lohicco, der keinen Vorwurf in der Welt verdient, und wenn etwa so ein Lehrer getadelt wird, dann ist dieser Tadel nicht zutreffend, nicht berechtigt, nicht begründet, ist abweisbar. –*

*So belehrt, wandte sich Lohicco, der Priester, mit diesen Worten an den Erhabenen:*

*Gleichwie etwa, o Gotamo, als ob einer einen anderen, der schon einen abschüssigen Abhang hinabkollerte, noch an den Haaren erfasste, emporzöge und sicher an den Rand brächte: ebenso auch bin ich von Herrn Gotamo, während ich schon einen abschüssigen Abhang hinabkollerte, emporgezogen und sicher an den Rand gebracht worden. – Vortrefflich, o Gotamo! Gleichwie etwa, o Gotamo, als ob man Umgestürztes aufstellte oder Verborgenes aufdeckte oder Verirrten den Weg zeigte oder eine Lampe ins Dunkel hielte: „Wer Augen hat, wird die Dinge sehn“: ebenso auch hat Herr Gotamo die Lehre von vielen Seiten beleuchtet. Und so nehme ich bei Herrn Gotamo Zuflucht, bei der Lehre und bei der Gemeinde der Heilsgänger. Als Anhänger möge mich Herr Gotamo betrachten, von heute an zeitlebens getreu.*

Lohicco sieht jetzt, eine wie gefährliche Weltanschauung er hatte, die ihn in untermenschliche Bereiche hätte absinken lassen, wenn ihm der Erwachte nicht deutlich gemacht hätte, dass diese Anschauung falsch ist. Über diese Hilfe ist er glücklich. Er sieht, dass der Erwachte die Wirklichkeit einleuchtend aufzeigt, und nimmt Zuflucht beim Erwachten.

DER BUDDHA ÜBER DIE WEGE ZU BRAHMA  
„DREIVEDEN“  
Längere Sammlung (D 13)

Vorbemerkungen

Nach dem Tod in höhere, göttliche Welt zu gelangen, in Sicherheit, Frieden, ist die Sehnsucht der religiösen Menschen in allen Kulturen. Gandhi bekannte, dass nicht der Name Gott, wohl aber der Name Rama seinen Geist anspreche und erhebe. Der Moslem empfindet diese Erhebung bei dem Namen Allah. Für die brahmanischen Priester, mit denen der Buddha sprach,, ging es um Brahma. - Aber was auch immer für Namen geprägt werden mögen - in allen Religionen sind diese Namen verbunden mit der Vorstellung hoher und höchster Geistigkeit und mit einer entsprechenden Unverletzbarkeit, eben mit dem Heil.

Diese geistige Potenz wird oft als Person vorgestellt, sie wird aber auch lediglich als eine Seinsweise, als geistiger Zustand ganz unabhängig von personaler Individuation verstanden: so im chinesischen Tao, so in dem Brahman der alten Inder und so in dem Gottesgrund der christlichen Mystik, besonders Meister Eckeharts.

Aber die Frage nach dem Heil, soweit darunter die Überwindung der Abhängigkeit und Bedingtheit, die Überwindung von Unsicherheit, Not und Schrecken verstanden wird, ist eine allmenschliche Frage und wird nicht nur von den Religionsgläubigen, sondern in anderen Formulierungen auch von dem kritisch denkenden, zweifelnden und forschenden Menschen gestellt.

Wo nun je in den religiösen Kreisen der verschiedenen Kulturen die Gemeinschaft mit Gott als Heil und Sicherheit empfunden und angestrebt wurde, da ging es immer um die Frage, ob die Vereinigung mit Gott dadurch geschehen könne, dass Gott zum Menschen komme oder ob der Mensch zu Gott

kommen müsse. Diese Frage ist eng verbunden mit der Vorstellung, die der Mensch von Gott hat, denn wo von Gott erwartet wird, dass er wie ein Vater sich der Schwachen erbarme, zu ihnen komme und sie heimführe, da muss Gott als eine Person ähnlich dem Menschen vorgestellt werden. In dieser Form zeichnet die christliche Kirche zumeist das Bild Gottes; wo aber Gott nicht als Person, sondern als eine Seinsweise, als geistiger Zustand, als hoher oder höchster Reinheitsgrad begriffen wird, da ist eine Gemeinschaft mit Gott nicht anders denkbar, als dass der unreine Mensch aus seiner Unreinheit aufbricht, seine Unreinheit verlässt, sich reinigt und läutert und auf dem Weg seiner Läuterung jenem göttlich reinen Zustand näher und näher kommt, bis er in ihn einspringt, wodurch dann die Gemeinschaft mit Gott oder besser gesagt die Einheit hergestellt ist. Dieses Bild deutet sich an in der Bergpredigt: *Selig sind, die reinen Herzens sind, denn sie werden Gott schauen (Matth. 5,8)*, und es beherrschte weitgehend die Mystik. *Angelus Silesius* sagt:

*Mensch, bleib doch nicht ein Mensch!  
Man muss aufs Höchste kommen!  
Bei Gotte werden nur  
die Götter angenommen.  
(Cherub. Wandersmann V,219)*

Dem modernen kritischen Menschen ist die Vorstellung eines persönlichen Gottes als von Ewigkeit her bestehend, als Schöpfer des Weltalls, der diese Welt eines Tages wieder aufheben wird, in der Regel unmöglich. Auch die Vorstellung einer geistig-seelischen Seinsweise von einer entsprechenden Qualität bietet ihm - namentlich bei einer Beschreibung mit religiösen Begriffen - größte Schwierigkeiten. Doch wer seine inneren Vorgänge ebenso beobachtet und erforscht wie die Vorgänge in der äußeren Welt, der weiß bei sich selbst um sehr unterschiedliche geistig-seelische Zustände und Seinsweisen. Er weiß um seelische Depressionen und Eruptionen, um

innere Niedergedrücktheit und um inneres Kochen in Verbindung mit schlechten Eigenschaften, Wünschen und Vorstellungen, und er weiß um innere Erhebungen, Befreiungen, Ablösungen und Beglückungen in Verbindung mit guten Eigenschaften und Vorstellungen. Und wer in seinem Leben in konsequenter Arbeit an sich selbst Wandlungen und manche Läuterungen vollzogen hat, wer es erreicht hat, diese und jene unwürdige Eigenschaft, deren er sich schämte, nach und nach abzutun, aufzulösen und zu überwinden, der hat erfahren, dass damit jene seelischen Depressionen und Eruptionen geringer geworden sind und die innere Sicherheit, Helligkeit, Gehobenheit zugenommen hat. Aus diesen Erfahrungen aber, die auch der modernen Psychologie hier und da nicht fremd sind, wird er es theoretisch nicht mehr für unmöglich halten, dass aus einer vollendeten inneren Lauterkeit auch ein reines, hohes und mehr oder weniger unantastbares Daseinsgefühl erwachsen könne.

Da in Asien und ganz besonders in Indien die inneren Dinge, die geistigen Vorgänge, weit stärker beobachtet, erforscht und untersucht wurden als hier bei uns, so bietet diese Lehrrede einem jeden denkenden Menschen eine erhebliche Bereicherung seiner Kenntnisse über reale geistig-seelische Zusammenhänge selbst dann, wenn er ihr nicht in allen Teilen folgen kann.

Der Gang des Gesprächs vollzieht sich in Etappen: Zwei junge Brahmanen, die sich über den geraden Weg zu Brahma nicht einig sind, wenden sich an den Erwachten. Der Erwachte weist ihnen zunächst nach, dass ihre Erkenntnisgrundlagen wie auch die ihrer priesterlichen Lehrer unzulänglich sind, um irgendwelche Behauptungen über Brahma und den Weg zu ihm aufstellen zu können. Danach stellt der Erwachte die wesentlichen Unterschiede zwischen den Menschen einerseits und Brahma andererseits konkret heraus und weist die Unvereinbarkeit dieser beiden so unterschiedlichen Wesenheiten nach. Unmöglich können ein so und so beschaffener Brahma und ein so und so beschaffener Mensch, solange sie so unter-

schiedlich bleiben, sich je irgendwie begegnen. Die gewaltigen geistigen Unterschiede bedingen die geistigen Entfernungen zwischen beiden; weder kann die brahmische Geistigkeit je mit der menschlichen in Berührung kommen, noch die menschliche Geistigkeit je mit der brahmischen.

Die jungen Brahmanen, denen die hier genannten Einzelheiten sehr verständlich und zum Teil nicht neu sind, erkennen bei dieser Zusammenschau die Gültigkeit der Aussage des Erwachten, und sie bitten ihn, ihnen nun seinerseits den Weg zu Brahma und zu brahmischem Sein zu beschreiben.

Nun nennt der Erwachte Schritt für Schritt jene geistigen Ablösungen und Veränderungen, die von der bekannten üblichen Menschlichkeit aus zu immer lauterem Grad hin führt bis genau zu jenem Lauterkeitsgrad, der spezifisch brahmische, der göttliche, ist. Wie man bei einem Schiff in der Schleuse, wenn es von einem niederen Wasserspiegel zu einem höheren Wasserspiegel übergehen soll, das allmähliche Steigen bis zur völligen Angleichung an den oberen Wasserspiegel beobachten kann, so sieht man in dieser unübertrefflichen schrittweisen Darstellung - übrigens in überraschender Ähnlichkeit mit dem, was aus der Zeit der christlichen Mystik überliefert ist - die fortschreitende Läuterung bis genau zu dem brahmischen Niveau.

Bemerkenswert ist hier noch folgender Zusammenhang: Für jene Brahmanen ist die Gemeinschaft mit Brahma das Heil schlechthin. Sie glauben, dass dort ewige Sicherheit, ewiger Friede sei. Für den Erwachten ist das brahmische Sein wohl weit erhaben über menschlichem Sein, ist aber nicht absolutes Heil, sondern vergängliches Wohl. Dennoch gibt er den Brahmanen jene schlechthin umfassende Auskunft über die Möglichkeit, zu den Zielen ihrer eigenen Religion zu kommen und verzichtet in jenem Gespräch völlig auf die Darlegung seiner höchsten Lehre.

Welcher Brahmane zeigt  
den geraden Weg zu Brahma?

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit war der Erhabene auf der Wanderschaft durch das Land Kosalo mit einer großen Schar von Mönchen - ungefähr fünfhundert Mönchen - in der Nähe eines Kosaler Brahmanendorfes Manasākata angekommen. Da weilte der Erhabene nördlich von Manasākata am Ufer des Flusses Aciravati in einem Mangohain.*

Manasākata ist ein Brahmanendorf, in dem vorwiegend Brahmanen wohnen. Der Erwachte berichtet (D 27), wie es "in voranfänglichen Zeiten" zu der Bezeichnung "Brahmanen" und auch zu der Einteilung in Kasten gekommen war.

Der Erwachte, der - ebenso wie viele Mönche und Nonnen - sich ungezählter seiner früheren Lebensformen in allen ihren Einzelheiten erinnerte und sah und erfuhr, wie nach dem karmischen Gesetz („eine Ordnung; ein Gesetz ist über den Wesen“ - D 27) die Art des Wirkens in Gedanken, Worten und Taten frühere oder spätere genau entsprechende Erlebensqualitäten bewirkt, und der bei dieser Rückschau auch die unermesslichen Intervalle der Aufwärts- und Abwärtsentwicklung der Wesen vom Menschentum bis zu den höchsten Daseinsformen und von da an wieder abwärts bis zu den dunkelsten schrecklichen - und immer wieder diese Intervalle - erlebte, der berichtet, dass bei dem Abwärtssinken der Wesen manche sich dieser Entwicklung in das Dunkle und Schmerzliche bewusst waren, Erinnerungen an frühere, bessere Daseinsformen hatten und darum beschlossen, die Abwärtsentwicklung nicht mitzumachen, sondern sich in Zucht zu nehmen, sich ungute Eigenschaften abzugewöhnen und gute Eigenschaften anzugewöhnen. Diese Menschen zogen sich in Wälder zurück, besannen sich auf ihre besten Einsichten und besprachen sie mit ihresgleichen.

Durch dieses Vorgehen gelang es manchen von ihnen, in Geist und Herz wieder über die groben Erlebensformen hinauszugelangen, die echte brahmische Nächstenliebe zu gewinnen und dadurch später nach dem Versagen des Körpers jenseits des Todes wieder bei den in geistunmittelbarer Form bestehenden Göttern wiedergeboren zu werden, die eben "Brahma", d.h. die Reinen, genannt wurden. Aber viele dieser um Reinheit Beflissenen gewannen diese brahmische Art nicht wieder und gelangten darum nicht über die sinnliche Welt hinaus. So kamen sie darauf, stattdessen miteinander öfter über die reineren geistigen Dinge zu sprechen und zu schreiben und Lehren zu entwerfen, in welchen sicher noch Ahnungen von erinnerten früheren Wirklichkeiten enthalten waren, die aber eben doch keine zuverlässige Wegweisung enthielten.

Diese Menschen kehrten dann nach einiger Zeit aus den Wäldern zurück und begannen, die in den Dörfern Lebenden über ihre Sicht zu belehren. Da sie immerhin mehr wussten als die im Dorfe ihnen alltäglichen Arbeiten nachgehenden Menschen, so brachte man ihnen Achtung und Verehrung entgegen.

Im Lauf der Zeit kamen diese Lehrer auf den Gedanken, sich als Brahmanen zu bezeichnen und von sich zu behaupten, dass sie aus dem Mund Brahmas, des reinen Gottes, geboren seien. Im Anfang mochten diese Behauptungen von den anderen willig angenommen worden sein, weil sie eben durch die Brahmanen viel hilfreiche Belehrung erfuhren. Aber dann kamen die Brahmanen dazu, die Menschen in vier Kasten einzuteilen und sich als die erste und höchste Kaste zu bezeichnen (M 93), von welchen sie als Brahmanen, d.h. also abstammend von Brahma, die Reinen seien. Mit dem Hochmut begann der moralische Verfall dieser Lehrer. Die Geburt wurde ihnen wichtiger als Weisheit und Tugend. Sie nahmen Geld an, wurden reich, nahmen sich Frauen und führten mehr und mehr gleich den Fürsten ein luxuriöses Leben. Viele von ihnen blieben zwar bei dem priesterlichen Amt des Lehrens und Betreuens, aber andere ließen sich in Geschäfte aller Art ein,

so dass zu der Zeit des Buddha die meisten Brahmanen schon längst nicht mehr Priester waren.

In der Nähe eines solchen Brahmanendorfes, am Ufer des Flusses, weilte nun der Erwachte mit seinen Mönchen. Der Erwachte kehrte nie unaufgefordert zum Lehren in die Orte und Städte ein, sondern hielt sich immer außerhalb der Orte im Freien in stillen Wäldern oder Parks auf, wo Fragende ihn aufsuchen konnten.

Zur Zeit der hier berichteten Begebenheit hatte der Erwachte etwa fünfhundert seiner Mönche bei sich. Diese umgaben den Buddha nicht etwa ständig, vielmehr verweilten gemäß den vom Buddha erlassenen Regeln die bereits in die Lehre und Ordnung eingeführten Mönche - abgesehen vom Almsgang - fast den ganzen Tag einzeln und einsam abgeschieden bei stufenweisen Läuterungs- und Sammlungsübungen, während die noch nicht eingeführten Mönche in kleineren Gruppen von älteren erfahrenen Ordensbrüdern in die Lehre und Ordnung eingeführt wurden. Im allgemeinen kommen die Mönche erst am Abend *nach Aufhebung der Gedenkensruhe* zu Gesprächen über die Lehre zusammen.

Und warum überhaupt Mönchsstand, dem wir Heutigen doch so entfremdet sind? - Die weiteren Ausführungen des Erwachten über die Bedingungen, um in brahmische Gemeinschaft gelangen zu können, werden erkennen lassen, dass, um dieses Ziel der Brahmanen zu erreichen, eine derartige geistige Stille und Einheit erforderlich ist, wie man sie im normalen Leben in Familie und Beruf heute kaum gewinnen kann. Dabei ist dieses Höchstziel der damaligen Brahmanen in der Gesamtschau des Buddha nur ein Teilziel, nur ein relatives und bedingtes Wohl, während das absolute, also völlig bedingungslose Wohl und darum wahre Heil über das brahmische Sein noch weit hinausgeht. Erst recht aber ist zur Erreichung dieses Ziels, des Nirvāna, *der Gang in die Hauslosigkeit*, die Ablösung vom Familienleben, der Mönchsstand, erforderlich. Darum hatte der Erwachte gleich zu Beginn seines Auftretens sein Hauptaugenmerk auf den Ordensstand gerichtet. Die religiöse Nach-



folge innerhalb des weltlichen Lebens von Familie und Beruf usw. kann bei ernster und besonnener Führung den Menschen weit vorwärtsbringen und in seiner Lauterkeit ganz erheblich über seinen früheren Stand erheben und in der Lehre des Erwachten vor allem zur endgültigen Sicherheit, dereinst den Heilsstand zu erreichen; aber in der Abgeschiedenheit vom weltlichen Leben ist ein unvergleichlich intensiverer Einsatz bei viel weniger Ablenkung möglich.

Auch in der ersten Prägung der christlichen Lehre und in anderen Hochreligionen haben wir die gleiche Unterscheidung zwischen ganzer Hingabe und Verbleib im Hausleben. In seinem Gespräch mit einem reichen Jüngling zeigt *Jesus* zuerst die eine und hernach die andere Weise der Nachfolge. Er sagt zu dem reichen Jüngling, der ihn fragt, was er tun müsse, um selig zu werden, er solle die bekannten Gebote halten, nicht töten, nicht stehlen usw. Und erst als der Jüngling sagt, dass er diese Gebote von Jugend an gehalten habe, da nennt *Jesus* die Bedingungen der ganzen Nachfolge, indem er sagt: *Willst du vollkommen sein, so verkaufe was du hast, gib das Geld den Armen und folge mir nach. (Matth. 19,21)*

Wer die Aufzeichnungen der um Reinigung und Läuterung beflissenen christlichen Mönche und Nonnen kennt, der spürt die rücksichtslose Kritik, die rücksichtslosen Forderungen, die das Gewissen an den Einsamen stellt, der in abgeschiedener Stille für sich allein verweilt. - Bei allen Entartungserscheinungen, die in stärkerem oder schwächerem Maß bei allen Religionen und zu fast allen Zeiten eintraten, darf doch nie übersehen werden, dass derjenige, der sein Dichten und Trachten, sein Sehnen und Streben auf seine Reinigung und Läuterung gerichtet hat, in der Abgeschiedenheit unvergleichlich intensiver kämpfen und unvergleichlich weiterkommen kann als im Weltleben. - Aus diesem Grund hat auch der Erwachte schon fünfhundert Jahre vor der westlichen Zeitrechnung in erster Linie einen Orden geschaffen, hat aber gleichzeitig alle diejenigen, die im Rahmen des Weltlebens als Nachfolger der

Lehre gemäß leben wollten, ebenfalls unterstützt und gefördert.

*Zur gleichen Zeit tagte in Manasākata eine große Versammlung von sehr kenntnisreichen Brahmanen, wie den Brahmanen Canki, Tārukkho, Pokkharasāti, Jānussoni, Todeyyo und anderen sehr kenntnisreichen Brahmanen.*

*Als die Brahmanen Vāsettho und Bhāradvājo einen Spaziergang machten, kam es über den religiösen Weg zu einem Gespräch.*

*Der junge Vāsettho sagte: Der gerade Weg, die Vorgehensweise, die den, der so vorgeht, unmittelbar hinführt zur Gemeinschaft mit Brahma als Ziel, das ist der, der vom Brahmanen Pokkharasāti gezeigt wird.–*

*Der junge Bhāradvājo sagte: Der gerade Weg, die Vorgehensweise, die den, der so vorgeht, unmittelbar hinführt zur Gemeinschaft mit Brahma als Ziel, das ist der, der vom Brahmanen Tārukkho gezeigt wird.–*

Zwei junge Brahmanen diskutieren hier also darüber, welcher der genannten priesterlichen Lehrer wohl den geraden Weg zur Gemeinschaft mit Brahma kenne und aufweise. Die Gemeinschaft mit Brahma - das ist eine der Formen der allmenschlichen Sehnsucht nach Wohlfahrt und Frieden und Heil, nach der Sicherheit vor Wechsel und Wandel und Vernichtung. - Diese Sehnsucht ist allmenschlich, aber sie tritt in den unterschiedlichsten Formen auf: von der hemmungslosen Gier nach Besitz, Genuss und Macht bis zu der Sehnsucht nach der Gemeinschaft mit Gott, ja, bis zur vollkommenen Ablösung - je nach der Weltanschauung, je nach der Auffassung, die der Sehrende von Sicherheit und Heil hat. Die im Neuen Testament immer wieder auftauchende Frage besorgter Menschen: *Was muss ich tun, dass ich selig werde?* - die primitivsten Beschwörungen, Riten und Bräuche, die tiefsinnigen

Gebete um die Mitteilung der göttlichen Gnade und des göttlichen Himmels und das tapfere hohe Ringen um Reinigung und Läuterung - es entspringt alles der Sorge vor dem Unheil und dem Leiden - oder der Sehnsucht nach dem Heil, nach Frieden, nach Unverletzbarkeit.

Das Fragen der Brahmanen und ihre Sehnsucht nach der Gemeinschaft mit Brahma als dem Heil hat eine besondere Bewandnis, die auch zugleich den weiten Horizont der geistigen Schau der besten unter ihnen wie die Höhe ihrer Heilsvorstellung kennzeichnet: sie waren fest überzeugt, dass jeder Mensch, der hier in seinem menschlichen Leben sich um das Gute bemüht und das Gemeine vermeidet, der sich also in einer guten inneren Menschlichkeit erhält, nach seinem Tod auch hier unter den Menschen unter ähnlich guten Umständen wie in seinem vorigen Leben wiedergeboren wird, und zwar immer wieder - solange er das Gute festhält und das Gemeine vermeidet. Sie waren auch überzeugt, dass es zwischen dem Menschenbereich und dem Bereich Brahmas noch mehrere Stufen herrlicher Daseinsformen gab, die alle noch reicher, edler als das menschliche Dasein sind, mit mehr Freundlichkeit und Fröhlichkeit, mit weniger Streit, Krieg und Krankheit, mit unvorstellbar längerer Lebensdauer.

Sie waren überzeugt, dass derjenige Mensch, der im Guten zunimmt und im Bösen abnimmt und den sittlichen Regeln gemäß lebt, nach seinem Tod in jenen herrlichen Reichen wiederkehren werde. Aber auch das reichte denjenigen nicht aus, die sich nach der Gemeinschaft mit Brahma sehnten, denn diese hatten die Überzeugung, dass sie seit unvorstellbar langer Zeit im ständigen Geburtenwechsel durch die verschiedenen Daseinsformen wanderten, dass sie schon ungezählte Male Mensch gewesen seien, ungezählte Male in jenen Zwischenhimmeln, aber auch ungezählte Male in untermenschlichen schmerzlichen und entsetzlichen Reichen und dass sie auch in aller Zukunft hinaufsteigen und hinabsinken würden, dass sie in lichten und entsetzlichen Daseinsformen kreisen würden je nach ihren inneren Qualitäten, je nach dem, wie sie im Lauf

der Leben schlechter werden oder besser werden, wie sie an Gier und Hass zunehmen oder abnehmen. Für sie stand es fest, dass in keinem dieser Reiche Sicherheit und Heil sei. In all diesen Reichen wirkt das Karmagesetz: Wie du wirkst, so wirst du werden; wiedergeboren wirst du durch neues Wirken neues Werden schaffen in aller Endlosigkeit. - Nicht genügte ihnen Reichtum und Schönheit der menschlichen noch der göttlichen Bereiche, weil sie durchdrungen waren von dem Wissen um die Vergänglichkeit, um den dauernden Wechsel in all diesen Reichen.

Bei Brahma aber war nach Auffassung der meisten damaligen Brahmanen endlich Sicherheit. Brahma hatte - so glaubten sie - das Gesetz des Karma überwunden, Brahma war der „ewige Jüngling“. :Brahma wurde also nicht wie der Christengott als alter Mann, der ewig alter Mann bleibt, sondern als Jüngling vorgestellt, der ewig Jüngling bleibt. In den Lehrreden heißt es, dass Brahma selbst zwar nicht von grobstofflicher Gestalt wie die Menschen, auch nicht von feinstofflicher Gestalt wie die sinnlichen Götter, sondern von geistunmittelbarer Gestalt sei, d.h. also, die jeweils im Geist gewünschte Gestalt auch annehmen könne, wenn er zum Beispiel Menschen und sinnlichen Göttern und anderen übersinnlichen Wesen erscheinen wolle. Da der Mensch eine vielgliedrige Darstellungsform hat - eben den Leib -, da er seine Geistigkeit dort lokalisiert wähnt und aus den Augen dieses Leibes in die Welt schaut, so kann der Mensch, befangen in dieser Gefangenschaft und in diesem Irrtum, auch nur dann ein Wesen als solches erkennen, wenn es vielgliedrig formhaft erscheint. Darum wählt Brahma, wenn er erscheinen will, jene Form, obwohl er sich als der „Allgegenwärtige, allem innewohnende Unumschränkte und Undifferenzierte“ auffasst und darum auch für unantastbar und ewig hält.

Von all dem hatten die beiden jungen Brahmanen wohl eine Ahnung und eine Sehnsucht dorthin, aber keinerlei klare Vorstellung über Ziel und Weg.

*Weder konnte der junge Vāsettho den jungen Bhāradvājo überzeugen noch der junge Bhāradvājo den jungen Vāsettho.*

*Da sprach der junge Vāsettho zum jungen Bhāradvājo: Es hält sich gerade dieser Asket Gotamo, der Sakyerprinz, der aus der Dynastie der Sakyer in die Hauslosigkeit gezogen ist, nördlich von Manasākata am Ufer des Flusses Aciravati in einem Mangohain auf. Diesem Herrn Gotamo geht allenthalben der wunderbare Ruf voraus: „Er ist der Erhabene, Heilgewordene, vollkommen Erwachte, der im Wissen und Wandel Vollendete, der zum Heil der Wesen gekommene Kenner der Welt. Er ist der unübertreffliche Lenker derer, die erziehbar sind, ist Meister der Götter und Menschen, erwacht, erhaben.“ Komm, lass uns zu diesem Asketen Gotamo gehen und ihm diese Frage vortragen. Was uns dieser Asket Gotamo erklärt, das wollen wir uns merken. – Gut, mein Lieber, – antwortete der junge Bhāradvājo dem jungen Vāsettho.*

Dass die jungen Brahmanen, nachdem sie sich nicht einigen können, sich entschließen, den Erwachten aufzusuchen, den Gründer einer Lehre, die von ihrer alteingesessenen Lehre abweicht, erscheint zunächst erstaunlich. Wir finden solche Berichte in der christlichen Lehre kaum. Dort sind die Priester fast immer die Feinde von Jesus, die ihn versuchen, die ihm Fallen stellen und die seinen Untergang betreiben. - Natürlich sind auch nicht alle brahmischen Priester von vornherein dem Buddha gewogen, aber das Verhältnis zwischen den Priestern und dem neuen Initiator ist doch ganz erheblich anders, als es fünfhundert Jahre später in Palästina war.

Wir befinden uns hier vor einer der Wurzeln der heute noch in Indien sichtbaren und vom Westen bewunderten Toleranz. Diese Wurzel reicht zweieinhalb Jahrtausende hinab bis zu den Tagen des Buddha. Es war die Weise seines streitlosen,

gütigen und sachlichen Auftretens, die im Lauf der 45 Jahre seines Wirkens (von seinem 35. bis zu seinem 80. Lebensjahr) immer mehr Brahmanen zu seinen Freunden und Anhängern machte. Durch ihn erst erlebten sie Diskussionen und Gespräche „außer Konkurrenz“. Sein Auftreten war besänftigend und klärend und dabei zugleich ohne den geringsten Anspruch für sich, ohne eine Ahnung von Machtstreben, so dass ein jeder Mensch, dass auch Könige, kenntnisreiche Priester, Weise und Gelehrte sich bei ihm fühlten wie solche, die, nachdem sie sich verirrt hatten, wieder nach Hause finden. - Diese Umstände trugen dazu bei, dass die jungen Brahmanen sich mit ihrem Meinungsstreit an den Asketen Gotamo wandten, obwohl er nicht zu den Brahmanen gehörte.

Aber noch ein anderer Umstand kommt hinzu: In jener hymnenartigen Bezeichnung des Buddha („Das ist der Erhabene, Geheilte, vollkommen Erwachte“) kommt er bereits zum Ausdruck, und es ist wichtig, ihn zu kennen. - Gemäß der Überlieferung wurde nämlich - und wird auch heute wieder - das Erscheinen eines Buddha erwartet, ähnlich - und doch auch wieder sehr anders - wie nach der Überlieferung das Erscheinen von Jesus erwartet wurde. - Die Juden erwarteten das einmalige und endgültige Erscheinen ihres Messias, eines Gesandten Gottes, und sie erwarteten ihn speziell für sich, für ihr Volk. Die Inder dagegen erwarteten keine einmalige, sondern eine in gewaltigen Zeitabständen sich immer wiederholende Erscheinung. Sie erwarteten keinen Gesandten Gottes, keinen Boten oder Propheten, sondern einen selbständig Erwachten. Sie erwarteten diesen nicht für ihr Volk, nicht für irgendeine Gruppe, sondern für jeden, der ihn hören wollte und verstehen konnte.

Die Inder waren zur Zeit des Erwachten kaum völkisch eingestellt. Viel tiefer als solche oder andere Kollektivinteressen bewegte sie ihre eigenste Sehnsucht nach dem Heil. Aus ihrer eigenen Erfahrung her glaubten oder wussten sie einen jeden Menschen, ja, jedes Lebewesen heilsbedürftig und nach dem Heil sich sehnend. Darum kannten sie gerade in diesem

Punkt keine nationalen Privilegien, vielmehr schlossen sie im Gegenteil über alles Menschliche hinausgehend, noch die Tierheit in die Erlösungssehnsucht mit ein.

Und warum erwarteten viele Brahmanen die Wegweisung zu dieser Erlösung nicht von einem Gott oder von einem göttlichen Gesandten? Wir sagten schon weiter oben, dass die Brahmanen das Dasein in den verschiedenen göttlichen Reichen, soweit diese innerhalb der sinnlichen Sphäre, also unterhalb der brahmischen Sphäre liegen, nur als ein höheres Wohl, nicht aber als endgültige Sicherheit und endgültiges Heil auffassten. Darum mochten und konnten sie auch von jenen Gottheiten oder Göttern keine sichere Auskunft über das Heil erwarten. Weiter sagten wir, dass die meisten Brahmanen damaliger Zeit den Brahma für außerhalb des karmischen Kreislaufs der endlosen Wiedergeburten bestehend hielten; weshalb sie im brahmischen Sein, in der Gemeinschaft mit Brahma, das Heil sahen. Aber nicht alle glaubten so. Wie in allen höheren Religionen, einschließlich des Christentums, so gab es auch im Raum der damaligen brahmanischen Religion vielerlei Schichten der geistigen Reife unter den Anhängern und darum auch sehr unterschiedliche Vorstellungen von jenen göttlichen Daseinsformen. Überall finden wir optimistischere, leichtere und auch skeptischere Auffassungen und Vorstellungen über jene Daseinsformen. So erleben wir es auch bei den Mythen der Römer, Griechen und Germanen. Im Vordergrund steht bunt und kräftig das Bild von dem ewigen göttlichen Dasein, aber in den tieferen Schichten fanden und finden wir bei vielen Gläubigen eine Ahnung von Wechsel, Wandlungen und Vergänglichkeit auch in den Bezirken der Gottheiten, der Götter und des Gottes. Der Gedanke der Götterdämmerung ist leiser und ist blasser, aber er ist unausrottbar, und es sind nicht die Oberflächlichsten, die diesen Gedanken bewegen.

Dieser Gedanke, dass selbst bei den Göttern nicht Sicherheit ist, machte in manchen Kreisen des alten Indien auch vor Brahma nicht halt. Obwohl sie den wesentlichen Unterschied zwischen brahmischem Sein einerseits und dem Sein der sinn-

lichen Gottheiten andererseits gelten ließen, glaubten sie doch auch bei Brahma nicht an ewigen sicheren Bestand, und in diesen stilleren und skeptischeren Kreisen, da wurde an einer uralten Erinnerung festgehalten und wurde mit leiser Hoffnung und Zuversicht durch die Generationen weitergetragen die Erinnerung, dass vor undenkbaren Zeiten ein Buddha, ein Erwachter auf der Erde erschienen war, der das Gesetz des Karma, des Wandelganges aller Wesen durch die unterschiedlichen Daseinsformen als Dämonen, als Tiere, Menschen und Gottheiten aller Grade selbst erkannt und durchschaut habe und im Durchschauen jegliche Wesenheit in sich überwunden habe und durch die Überwindung aus dem Kreislauf der Wiedergeburten herausgetreten sei. - Der Buddha hat das Karma-gesetz überstiegen, da er frei geworden ist von Wiedergeburt und damit frei von dem endlosen leidvollen Wechsel und Wandel. - Buddhas erstehen immer wieder, und sie erstehen nur im Menschenbereich. Hier im Menschenbereich ist jenes gewisse Gemisch von Wohl und Leid im Erleben, das den hochsinnigen Menschen skeptisch macht, ihn aufhorchen lässt und ihn veranlasst, dem Zusammenhang von Ursache und Wirkung nachzugehen, nachzuspüren, nachzuforschen, bis er die den geschlossenen Zirkel durchlaufende Kausalreihe durchschaut und in der Durchschauung die Möglichkeit gewinnt, den gordischen Knoten zu lösen. Das ist Erwachung, und das gelingt im Lauf langer Zeiten immer wieder einem reif gewordenen hochsinnigen Wesen im Menschenbereich, und ein solcher, ein Erwachter, kann dann den Blinden diese schier aussichtslose Suche abnehmen, kann ihnen das Gesetz nennen und denjenigen, die es erkennen und begreifen, damit die Möglichkeit geben, auch herauszutreten aus dem Kreislauf. So entsteht wieder eine Heilsentwicklung.

Ein solcher Buddha aber wird bezeichnet als *der Erhabene, Heilgewordene, vollkommen Erwachte, der in Wissen und Wandel Vollendete, der zum Heil gekommene Kenner der Welt, der unübertreffliche Lenker der erziehbaren Menschen, der Meister der Götter und Men-*



*schen, erwacht, erhaben.* - Das ist der tiefere Sinn dieser wie eine Hymne klingenden und doch präzisen Aufzählung der Eigenschaften eines Vollkommen Erwachten. Die jungen Brahmanen sprachen sie nach, ohne des tieferen Sinnes eingedenk zu sein. Für sie war das Heil bei Brahma. Aber in anderen überlieferten Lehrreden erkennen wir, dass der Erwachte für manchen Brahmanen der Erwartete war und als solcher erkannt wurde.

*Nun begaben sich der junge Bhāradvājo und der junge Vāsettho zum Erhabenen, begrüßten den Erhabenen ehrerbietig, wechselten höfliche, freundliche Worte mit ihm und setzten sich zur Seite.*

Die jungen Brahmanen gehen also zum Erwachten hin in den Mangohain beim Fluss. Dort tauschen sie nach der höflichen Begrüßung und vor dem eigentlichen Gespräch einige freundliche, wohlbedachte Worte. Damit will gesagt sein, dass das Gespräch nicht oberflächlich begann, sondern durch wohlbedachte Worte das geeignete Niveau eingenommen und besonders die der Diskussion dienliche Atmosphäre geschaffen wurde. Es handelt sich hierbei also um mehr als um eine Zeremonie, denn ein so eingeleitetes Gespräch beginnt gesammelt und führt darum besser zum Ziel. - Dem gleichen Zweck dient es, wenn der Gesprächspartner sich beiseite setzt, man also nebeneinander sitzt anstatt gegenüber. Man schaut sich nicht an, sondern konzentriert sich ganz auf die Sache.

*Zur Seite sitzend, berichtete der junge Vāsettho dem Erhabenen den ganzen Hergang: Über diese Frage haben wir einen Meinungsstreit, sind uneins und haben verschiedene Ansichten. – Der Erwachte wiederholte:*

*Du, Vasettho, sagst: „Der gerade Weg, die Vorgehensweise, die den, der so vorgeht, unmittelbar hin-*

*führt zur Gemeinschaft mit Brahma als Ziel, das ist der, der vom Brahmanen Pokkharasāti gezeigt wird.“ Der junge Bhāradvajo sagt: „Der gerade Weg, die Vorgehensweise, die den, der so vorgeht, unmittelbar hinführt zur Gemeinschaft mit Brahma als Ziel, das ist der, der vom Brahmanen Tārukkho gezeigt wird.“ Aber worüber habt ihr dabei einen Meinungsstreit, seid un-  
eins und habt verschiedene Ansichten? –*

Es gibt hier zwei Möglichkeiten: entweder meint jeder der Brahmanen, dass nur sein Lehrer den Weg zu Brahma wisse, oder jeder glaubt, dass sein Priester es besser wisse. - Die Antwort zeigt, dass die jungen Brahmanen dem Erwachten gegenüber alle Priesteraussagen über den Weg zu Brahma als grundsätzlich richtig bezeichnen. Also handelt es sich nur darum, welcher Weg gerader und welcher umständlicher ist.

*Über die verschiedenen Wege, Herr Gotamo: Was da die verschiedenen Brahmanen an verschiedenen Wegen angeben, Herr Gotamo - die Tittiriya-Brahmanen, die Candokā-Brahmanen, die Chandavā-Brahmanen - führen die alle heraus, zur Wiedergeburt bei Brahma? Verhält es sich damit, wie wenn in der Nähe eines Dorfes oder einer Stadt viele verschiedene Wege sind, die aber alle in dem Dorf oder in der Stadt zusammenlaufen, Herr Gotamo? Ist es ebenso mit den verschiedenen Wegen, die diese verschiedenen Brahmanen angeben - führen die alle heraus, zur Wiedergeburt bei Brahma?–  
Sprichst du von ‚herausführen‘, Vāsettho? -  
Ich spreche von ‚herausführen‘, Herr Gotamo. -  
Sprichst du von ‚herausführen‘, Vāsettho? -  
Ich spreche von ‚herausführen‘, Herr Gotamo. -  
Sprichst du von ‚herausführen‘, Vāsettho? -  
Ich spreche von ‚herausführen‘, Herr Gotamo. -*

Hier wird eine Behauptung dreimal abgefragt und dreimal ausgesprochen. - Warum? - Diese Behauptung des Vāsettho bildet die Basis des gesamten folgenden Gesprāches, wie wir sehen werden. Darum wird diese Basis erst fest verankert. Vāsettho erkennt durch seine Wiederholung diese Basis ausdrūcklich als die seinige an: die Wegweisung der Priester reiche aus, um aus dem Dasein heraus und in brahmische Gemeinschaft zu kommen, die er fūr das ewige Heil hālt.

Die Brahmanen kennen Brahma nicht

*Wie ist es denn, Vāsettho, gibt es unter den dreivedenkundigen Brahmanen auch nur einen einzigen, der Brahma leibhaftig erlebt hat? -*

*Das nicht, Herr Gotamo. -*

Nun erōffnet der Erwachte das Gesprāch mit einer der elementarsten Fragen, die angesichts dieser Behauptung nur mōglich ist. „Woher wissen die Priester den Weg zu Brahma? Hat auch nur ein einziger der Dreivedenpriester Brahma schon selbst gesehen?“ - Den alten Juden konnten die Propheten antworten, sie hātten Gott zwar nicht selbst sehen kōnnen, aber sie hātten seine Stimme vernommen, und Moses hatte ihn gar im brennenden Busch gesehen. Doch die jungen Priester wissen nichts von Augenzeugen oder Ohrenzeugen.

*Wie denn, Vāsettho, gibt es unter den dreivedenkundigen Brahmanen auch nur einen einzigen Meister oder Altmeister, der Brahma leibhaftig erlebt hat? -*

*Das nicht, Herr Gotamo. -*

*Wie denn, Vāsettho, gibt es bis zur siebenten Altmeistergeneration der Brahmanen irgendjemanden, der Brahma leibhaftig erlebt hat? -*

*Das nicht, Herr Gotamo. -*

*Aber wie denn, Vāsettho, haben denn die einstigen Seher der dreivedenkundigen Brahmanen, die Verfasser und Überlieferer der Sprüche, deren alte Sprüche und Gesänge heute die dreivedenkundigen Brahmanen, so wie sie gesungen, überliefert und gesammelt worden sind, nachsingen und nachrezitieren, so wie sie ausgesprochen worden sind, nachsagen - wie etwa Atthako, Vāmako, Vāmadevo, Vessāmitto, Yamataggi, Angirāso, Bhāradvājo, Vāsettho, Kassapo, Bhagu - haben denn die erklärt: „Wir wissen; wir sehen, wo Brahma ist, wodurch Brahma ist, wann Brahma da ist“? -*

*Das nicht, Herr Gotamo. -*

Der Erwachte geht hier also die ganze Priesterhierarchie durch. Er fragt nach den Meistern und Altmeistern der jetzigen Brahmanen, ja, nach ihren Großmeisterahnen bis zur siebenten Generation, weil die Brahmanen von sich behaupten, dass sie bis zum siebenten Ahnherrn hinauf als Erben Brahmas lauter empfangen, aus dem Munde geboren worden und bereits dadurch echte Brahmanen seien. Endlich fragt der Erwachte nach der Spitze jener Pyramide, nach den Sehern der Vorzeit, welche als Verfasser der Veden, des „Wissens“, genannt werden. Der Erwachte fragt, ob irgendeiner in dieser großen Priesterpyramide bis zur höchsten Spitze hinauf etwa gesagt habe: *Wir wissen es, wir sehen es, wo Brahma ist, wie Brahma ist, wann Brahma ist.* Und immer bekennen die jungen Brahmanen, dass eine solche Behauptung von niemandem in dieser Reihe ausgesprochen wurde.

*Wie denn, Vāsettho, dann gibt es unter den dreivedenkundigen Brahmanen keinen einzigen, der Brahma leibhaftig erlebt hat? - Und es gibt bei den dreivedenkundigen Brahmanen keinen einzigen Meister oder Altmeister, der Brahma leibhaftig erlebt hat? Und es gibt bis zur siebenten Altmeistergeneration der Brah-*

*manen niemanden, der Brahma leibhaftig erlebt hat? Und die einstigen Seher der dreivedenkundigen Brahmanen, die Verfasser und Überlieferer der Sprüche, deren alte Sprüche und Gesänge heute die dreivedenkundigen Brahmanen so wie sie gesungen, überliefert und gesammelt worden sind, nachsingen und nachrezitieren, so wie sie ausgesprochen worden sind, nachsprechen - die haben nicht erklärt: „Wir wissen, wir sehen, wo Brahma ist, wodurch Brahma ist, wann Brahma da ist“?*

*Dann sagen die dreivedenkundigen Brahmanen also: „Zu dem, was wir nicht kennen und nicht sehen, zur Wiedergeburt dahin zeigen wir den Weg: das ist der gerade Weg, die Vorgehensweise, die den, der so vorgeht, unmittelbar hinführt zur Gemeinschaft mit Brahma als Ziel.“ Was meinst du, Vāsettho, da es sich so verhält, erweist sich da diese Aussage der dreivedenkundigen Brahmanen nicht als ganz unberechtigt? – Gewiss, Herr Gotamo. Da es sich so verhält, erweist sich diese Aussage der dreivedenkundigen Brahmanen als ganz unberechtigt. -*

Durch diese gerade und gründliche Weise des Anblicks macht der Erwachte die jungen Brahmanen stutzig. Durch diese eine Grundfrage ist der Behauptung der Boden entzogen und stehen die jungen Priester erschrocken vor der Einsicht, dass sie diese überlieferte Behauptung blind vertrauend übernommen hatten. Sie glaubten dem überlieferten Wort, ohne zu fragen, woher die Überlieferer ihre Behauptung hätten. Der Erwachte fasst noch einmal zusammen, was die jungen Brahmanen zugegeben haben. Er zeigt, dass kein Brahmane in der ganzen Reihe wirklich etwas von Brahma weiß und dass doch alle Brahmanen in der ganzen Reihe behaupten, den Weg zu Brahma zu wissen. Und darum fragt er, ob da nicht die Behauptung der

Brahmanen von dem geraden Weg zu Brahma unbegreiflich, ohne Folgerichtigkeit, unberechtigt sei.

Der Erwachte fragt also nach der Erfahrung, die eine solche Behauptung rechtfertigen würde, denn nur die Erfahrung gilt für ihn als sicherer Beweis. Und wie wir sehen, fassen die jungen Brahmanen es ebenso auf. Sie sagen nicht etwa zu dem Erwachten: „Wohl haben die alten Weisen und gelehrten Priester Brahma nicht in jener gewöhnlichen Weise erfahren, wie eben so menschliche Erfahrung ist - wie wollte man denn auch Gott mit unseren menschlichen Sinnen erfahren können - aber ihre philosophische Spekulation hat sie den Weg zu Brahma erkennen lassen" oder: „Im logischen Bedenken und Folgern sind sie zu diesen Einsichten gekommen" oder: „In der Intuition hat das Göttliche zu ihnen gesprochen und hat sich offenbart" oder: „Wo wollten wir hinkommen, wenn wir kein Vertrauen und keinen Glauben mehr hätten zu dem überlieferten Wort, zu der geistlichen Tradition" - so oder ähnlich antworteten die Brahmanen dem Erwachten nicht, denn hier im Mutterland der Religion und des Denkens gilt nur die Erfahrung als wirklichkeitsträchtig, als echter Beweisgrund. Wohl schleicht sich auch hier wie überall unter Menschen immer wieder blinder Glaube, blindes Vertrauen, Tradition, Spekulation, echte und falsche Intuition, Sophisterei und Dialektik ein; aber sobald einmal wieder geradeaus nach dem Wirklichkeitsgehalt gefragt wird, dann gilt eben nur die Erfahrung.

Wie anders im Christentum! - Als der „ungläubige Thomas" den Berichten der anderen Jünger über die Auferstehung Jesu nicht glaubt, solange er es nicht selbst erfährt (*nicht eher, als bis ich meine Finger in die Nagelwunden seiner Hände legen kann*) - da sagt Jesus, als er ihm bald nachher erscheint: *Selig sind, die nicht sehen und doch glauben.*(Joh.20,29) - Jesus ist so sehr von der Richtigkeit seiner Mission und seiner Führung überzeugt, dass er die Menschen beschwören möchte, alle Problematik auf sich beruhen zu lassen und ihm gläubig zum Heil zu folgen. - Der Buddha dagegen, ohne von der

Richtigkeit seiner Mission und seiner Führung weniger überzeugt zu sein, warnt vor blindem Glauben und blindem Vertrauen, vor dem Übernehmen irgendwelcher Ansichten durch Hörensagen, durch Tradition usw. (A III,66) Und warum? Weil er die Gefahr des Missbrauchs kennt, weil auch falsche und gefährliche Auffassungen und Richtlinien, die den Gläubigen in den Untergang führen, durch blindes Vertrauen und blinden Glauben übernommen werden können, wie die Geschichte immer wieder zeigt.

Aber die Erfahrung braucht nicht nur auf das durch die Sinneswerkzeuge Wahrnehmbare, auf die jener Thomas sich beruft, begrenzt zu sein. Nicht nur die Welt der äußeren materiellen Dinge, sondern auch alles das, was im Denken, Fühlen und Wollen, in den Tendenzen, in Wahrnehmung, Bewusstsein vor sich geht, macht zusammen das Gebiet der Erfahrung aus. Es ist die Vereinigung der sinnlichen mit der geistigen Erfahrung. Welche Erweiterung das bedeutet und welche Dimensionen sich damit eröffnen, geht schon weitgehend aus dem weiteren Verlauf dieser Lehrrede hervor.

*Wahrlich, Vāsettho, dass diese dreivedenkundigen Brahmanen zur Vereinigung mit etwas, was sie gar nicht kennen und sehen, den Weg zeigen könnten mit dem Anspruch: „Das ist der gerade Weg, der unmittelbar herausführt, zur Wiedergeburt bei Brahma“, das ist unmöglich. Das ist eine Kette von Blinden, die sich einer an den anderen klammern: der Vorderste sieht nichts, der Mittlere sieht nichts, und der Letzte sieht nichts. - Ebenso ist die Behauptung der dreivedenkundigen Brahmanen mit den Blinden zu vergleichen: Der Vorderste sieht nichts, der Mittlere sieht nichts und der Letzte sieht nichts. Dieser dreivedenkundigen Brahmanen Rede erweist sich als nicht ernst zu nehmend, als hohle Worte, als leer, erweist sich als inhaltlos.*

Das ist das Unerhörte: die Brahmanen, die nichts sehen und nichts wissen über den Weg zu Brahma, behaupten, dass sie den Weg wüssten. Aber keiner in der ganzen Priesterreihe weiß, wie Brahma ist, keiner sieht irgendeine Spur von Brahma. Darum vergleicht der Buddha jene endlose Priesterreihe mit einer Reihe von Blinden, in der kein Vorderer, kein Mittlerer und kein Letzter sieht und in der sie doch alle einer dem anderen nachfolgen.

Fünfhundert Jahre später sagte *Jesus: Kann denn auch ein Blinder einem Blinden den Weg weisen? Müssen sie nicht alle beide in die Grube fallen? (Matth. 15,14)*

*Was meinst du, Vāsettho, sehen die dreivedenkundigen Brahmanen Sonne und Mond, und sieht auch alles Volk, wo Sonne und Mond aufgehen und untergehen, und flehen sie an und huldigen ihnen, verehren sie im Rundgang mit erhobenen Händen? –*

*So ist es, Herr Gotamo. Die dreivedenkundigen Brahmanen sehen Sonne und Mond, und auch alles Volk sieht, wo Sonne und Mond aufgehen und untergehen. Und sie flehen sie an, huldigen ihnen, verehren sie im Rundgang mit erhobenen Händen. –*

*Was meinst du, Vāsettho, die dreivedenkundigen Brahmanen, die Sonne und Mond sehen, wie auch alles Volk sieht, wo Sonne und Mond aufgehen und untergehen, und die sie anflehen, ihnen huldigen, sie verehren im Rundgang mit erhobenen Händen - können sie denn den Weg zur Wiedergeburt bei Sonne und Mond zeigen: „Das ist der gerade Weg, die Vorgehensweise, die den, der so vorgeht, unmittelbar hinführt zur Gemeinschaft mit Sonne und Mond als Ziel“? -- Das nicht, Herr Gotamo. –*

Der Erwachte sagt, dass die Priester und viel Volk den Sonnen- und Mondgott verehren. Sie sehen die Gestirne, spüren



ihren starken Einfluss auf das gesamte Weltsystem und die unterschiedslos auf alle gerichtete Strahlkraft.

Aber auch zu der Wiedergeburt bei diesen Göttern, die zu den Göttern der Dreiunddreißig gezählt werden (s. auch D 20), deren Auswirkungen im Menschenreich deutlich sichtbar und spürbar sind, wissen die dreivedenkundigen Priester nicht den Weg.

*Wahrlich, Vāsettho, die dreivedenkundigen Brahmanen können nicht einmal zu dem, was sie sehen und was auch alles Volk sieht: Sonne und Mond, wo sie aufgehen und wo sie untergehen, und die sie anflehen, denen sie huldigen, die sie im Rundgang mit erhobenen Händen verehren - nicht einmal den Weg zur Wiedergeburt bei Sonne und Mond können sie zeigen: „Das ist der gerade Weg, die Vorgehensweise, die den, der so vorgeht, unmittelbar hinführt zur Gemeinschaft mit Sonne und Mond als Ziel.“ Was aber doch von den dreivedenkundigen Brahmanen überhaupt noch nicht leibhaftig erlebt worden ist:*

*Brahma, der bei den dreivedenkundigen Brahmanen von keinem einzigen Meister oder Altmeister leibhaftig erlebt worden ist,-*

*Brahma, der bis zur siebenten Altmeistergeneration der Brahmanen von niemandem leibhaftig erlebt worden ist,-*

*Brahma, von dem auch die einstigen Seher der dreivedenkundigen Brahmanen, die Verfasser und Überlieferer der Mantras, deren alte Mantras und Gesänge heute die dreivedenkundigen Brahmanen nachsingen und nachrezitieren, nicht erklärt haben: „Wir wissen, wir sehen, wo Brahma ist, wodurch Brahma ist, wann Brahma da ist“ -: davon wollen die dreivedenkundigen Brahmanen doch wahrhaftig behaupten: „Zu dem, was*

*wir gar nicht kennen und gar nicht sehen, zur Wiedergeburt dahin zeigen wir den Weg: Das ist der gerade Weg, die Vorgehensweise, die den, der so vorgeht, unmittelbar hinführt zur Gemeinschaft mit Brahma als Ziel.“ Was meinst du, Vāsettho, da es sich so verhält: erweist sich da diese Aussage der dreivedenkundigen Brahmanen nicht als nicht ernst zu nehmend? – Gewiss, Herr Gotamo. Da es sich so verhält, erweist sich diese Aussage der dreivedenkundigen Brahmanen als nicht ernst zu nehmend. –*

*Gut so, Vāsettho, wahrlich, Vāsettho, dass diese dreivedenkundigen Brahmanen zur Wiedergeburt bei etwas, was sie gar nicht kennen und sehen, den Weg dahin zeigen könnten, mit dem Anspruch: „Das ist der gerade Weg, die Vorgehensweise, die den, der so vorgeht, unmittelbar hinführt zur Gemeinschaft mit Brahma“ - das ist unmöglich.*

*Das ist, Vāsettho, wie wenn ein Mann sagen würde: „Die Schönste im ganzen Land, die begehre ich, die will ich haben.“ Da würde man ihn fragen: „Lieber Mann, die Schönste im ganzen Land, die du begehrt und die du haben willst: weißt du denn, ob sie eine Adlige oder eine Brahmanin oder eine Bürgerin oder eine Dienerin ist?“ Da würde er mit „Nein“ antworten. Da würde man ihn fragen: „Lieber Mann, die Schönste im ganzen Land, die du begehrt und die du haben willst: weißt du denn, wie sie heißt, aus welcher Familie sie stammt, ob sie groß oder klein, schwarzhäutig oder dunkelhäutig oder bronzehäutig ist, aus welchem Dorf oder Marktflecken oder aus welcher Stadt sie stammt?“ Auf diese Frage würde er mit „Nein“ antworten. Da würde man zu ihm sagen: „Lieber Mann, willst du denn wirklich eine, die du gar nicht kennst,*

*begehren und zur Frau haben?“ Auf diese Frage würde er mit „Ja“ antworten.*

Dieses Gleichnis von der unbekanntem Geliebten und das folgende Gleichnis haben zweierlei Aufgaben. Zunächst verlebbendigen und vertiefen sie das Urteil von der Sinnlosigkeit und Gefährlichkeit solcher Behauptungen: die Priester fassen Brahma als den Höchsten auf, aber sie wissen nicht, wie Brahma ist, das heißt, was die Merkmale seiner Hoheit sind - so wie der junge Mann sich nach der Schönsten im Lande sehnt, ohne irgendeine Vorstellung von ihr zu haben. - Zugleich ist in dem Gleichnis aber auch schon die erste unausgesprochene Frage nach Brahma enthalten, denn so wie es ja eine Schönste im Lande gibt oder gar mehrere, ohne dass der Mann weiß, wie diese Schönheit beschaffen ist, so tritt durch das Gleichnis jetzt auch mehr und mehr die Frage in den Vordergrund: „W i e mag wohl Brahma sein?“ -

*Was meinst du, Vāsettho, da es sich so verhält, erweist sich da diese Aussage des Mannes nicht als nicht ernst zu nehmend? -*

*Gewiss, Herr Gotamo. Da es sich so verhält, erweist sich diese Aussage des Mannes als nicht ernst zu nehmend. -*

*Genau so, Vāsettho, ist Brahma von keinem der dreivedenkundigen Brahmanen leibhaftig erlebt worden,*

*- von keinem einzigen ihrer Meister oder Altmeister leibhaftig erlebt worden,*

*- bis zur siebenten Altmeistergeneration der Brahmanen von niemand leibhaftig erlebt worden,*

*- und auch die einstigen Seher der dreivedenkundigen Brahmanen, die Verfasser und Überlieferer der Sprüche, deren alte Sprüche und Gesänge heute die dreive-*

*denkundigen Brahmanen nachsingen und nachrezitieren – auch die haben nicht erklärt: „Wir wissen, wir sehen, wo Brahma ist, wodurch Brahma ist, wann Brahma da ist.“ - Und da behaupten die dreivedenkundigen Brahmanen: „Zu dem, was wir nicht kennen und nicht sehen, zur Wiedergeburt bei dem zeigen wir den Weg: Das ist der gerade Weg, die Vorgehensweise, die den, der so vorgeht, unmittelbar hinführt zur Gemeinschaft mit Brahma.“*

*Was meinst du, Vāsettho, da es sich so verhält, erweist sich da diese Aussage der dreivedenkundigen Brahmanen nicht als nicht ernst zu nehmend? -*

*Gewiss, Herr Gotamo. Da es sich so verhält, erweist sich diese Aussage der dreivedenkundigen Brahmanen als nicht ernst zu nehmend. -*

*Gut so, Vāsettho, wahrlich, Vāsettho, dass diese dreivedenkundigen Brahmanen zur Wiedergeburt bei etwas, was sie gar nicht kennen und sehen, den Weg zeigen könnten mit dem Anspruch: „Das ist der gerade Weg, die Vorgehensweise, die den, der so vorgeht; unmittelbar hinführt zur Gemeinschaft mit Brahma“, das ist unmöglich.*

*Das ist so, Vāsettho, wie wenn ein Mann an einer Straßenkreuzung eine Leiter zusammenbaut, um einen Turm zu besteigen. Den würde man fragen: „Lieber Mann, weißt du denn, ob der Turm, für dessen Besteigung du die Leiter baust, im Osten oder im Westen oder im Süden oder im Norden steht und ob er niedrig oder hoch ist?“ Auf diese Frage würde er mit „Nein“ antworten. Da würde man ihn fragen: „Lieber Mann, willst du denn eine Leiter bauen, um einen Turm zu besteigen, den du gar nicht kennst und gar nicht siehst?“*

*Auf diese Frage würde er mit „Ja“ antworten.*

Mit dem Gleichnis von der Leiter wird die Frage nach Brahma noch deutlicher. So wie der Mann, der eine Leiter zum Besteigen eines Turms baut, nicht weiß, wo dieser Turm ist und wie seine Höhe ist, so auch nennen die Priester Gebete, Riten und Verhaltensweisen für den Weg zu Brahma, ohne zu wissen, wo und wie Brahma ist. Die Leiter ist vielleicht viel zu klein, oder der Turm steht im Wasser, und es bedarf ganz anderer Mittel, um zu ihm hin und auf seine Zinne zu gelangen.

*Was meinst du, Vāsettho, da es sich so verhält, erweist sich da diese Aussage des Mannes nicht als nicht ernst zu nehmend? -*

*Gewiss, Herr Gotamo. Da es sich so verhält, erweist sich diese Aussage des Mannes als nicht ernst zu nehmend. -*

*Genau so, Vāsettho, ist Brahma von keinem der dreivedenkundigen Brahmanen leibhaftig erlebt worden,*

*- von keinem einzigen ihrer Meister oder Altmeister leibhaftig erlebt worden,*

*- bis zur siebenten Altmeistergeneration der Brahmanen von niemand leibhaftig erlebt worden,*

*- und auch die einstigen Seher der dreivedenkundigen Brahmanen, die Verfasser und Überlieferer der Sprüche, deren alte Sprüche und Gesänge heute die dreivedenkundigen Brahmanen nachsingen und nachrezitieren - auch die haben nicht erklärt: „Wir wissen, wir sehen, wo Brahma ist, wodurch Brahma ist, wann Brahma da ist.“- Und da behaupten die dreivedenkundigen Brahmanen: „Zu dem, was wir nicht kennen und nicht sehen, zur Wiedergeburt bei dem zeigen wir den Weg: Das ist der gerade Weg, die Vorgehensweise, die den, der so vorgeht, unmitelbar hinführt zur Gemeinschaft mit Brahma.“*

*Was meinst du, Vāsettho, da es sich so verhält, erweist sich da diese Aussage der dreivedenkundigen Brahmanen nicht als nicht ernst zu nehmend? –*

*Gewiss, Herr Gotamo. Da es sich so verhält, erweist sich diese Aussage der dreivedenkundigen Brahmanen als nicht ernst zu nehmend. –*

*Gut so, Vāsettho, wahrlich, Vāsettho, dass diese dreivedenkundigen Brahmanen zur Wiedergeburt bei etwas, was sie gar nicht kennen und sehen, den Weg zeigen könnten mit dem Anspruch: „Das ist der gerade Weg, die Vorgehensweise, die den, der so vorgeht, unmittelbar hinführt zur Gemeinschaft mit Brahma“, das ist unmöglich.*

#### Die Wesensungleichheit zwischen Brahma und den Brahmanen

*Das ist, Vāsettho, wie wenn dieser Aciravatifluss voller Wasser wäre, randvoll geschwollen, so dass eine Krähe daraus trinken könnte; da käme ein Mann, der wollte ihn überschreiten, hinübergelangen, ihn kreuzen. Der würde sich ans diesseitige Ufer stellen und zum anderen Ufer hinüberrufen: „Komm herüber, anderes Ufer, komm herüber, anderes Ufer!“*

*Was meinst du, Vāsettho, würde davon, dass dieser Mann ruft und bittet und es sich wünscht und Befriedigung daran hätte, das jenseitige Ufer des Aciravatiflusses zum diesseitigen Ufer herüberkommen? -*

*Nein, Herr Gotamo. -*

Mit diesem Gleichnis von den beiden Flussufern gibt der Erwachte die erste Grundantwort über die Annäherungsmöglichkeit zwischen Brahma und den Brahmanen, zwischen Gott und den Menschen. Diese Antwort ist die Hauptaussage in dieser

Lehrrede. Alle weiteren Aussagen hängen mit ihr zusammen. - Diese Antwort heißt: Gott kommt nicht zum Menschen, der Mensch muss zu Gott kommen. Gott kann nicht zum Menschen kommen, oder er müsste seine Gottheit, sein Gottsein aufgeben.

Das Beispiel von den Flussufern macht die Unvereinbarkeit jener zwei verschiedenen Wesenheiten klar. Für den am hiesigen Ufer stehenden Menschen ist das andere Ufer immer das jenseitige. Und solange der Mensch an diesem Ufer bleibt, so lange kann das jenseitige Ufer für ihn nie das diesseitige werden; und so wie die beiden Ufer durch mehr oder weniger Wasser voneinander getrennt sind und solange sie Ufer sind, so lange auch voneinander getrennt bleiben, so auch sind die beiden Herzensarten, die göttliche und die menschliche, durch mehr oder weniger Reinheit und Unreinheit voneinander getrennt, und sie müssen, solange sie zweierlei Herzensarten sind, eben darum voneinander getrennt bleiben.

*So verhält es sich mit den Brahmanen, Vāsettho. Weil die dreivedenkundigen Brahmanen die Eigenschaften, die den Brahmanen ausmachen, vergessen haben und dementsprechend leben, weil sie Eigenschaften angenommen haben, die zum Nicht-Brahmanen machen, und danach leben, deshalb sagen sie: „Gott Indra, wir rufen dich! Gott Soma, wir rufen dich! Gott Varuna, wir rufen dich! Gott Isāna, wir rufen dich! Schöpfergott, wir rufen dich! Brahma, wir rufen dich! Allmächtiger, wir rufen dich! Gott Yama, wir rufen dich!“ Dass aber die dreivedenkundigen Brahmanen, nachdem sie die Eigenschaften, die den Brahmanen ausmachen, vergessen haben und dementsprechend leben, nachdem sie Eigenschaften angenommen haben, die zum Nichtbrahmanen machen, und danach leben, wegen ihres Rufens und Bittens und Wünschens und ihrer Befriedigung daran - nach dem Versagen des Körpers jen-*

*seits des Todes zur Gemeinschaft mit Brahma gelangen, das ist unmöglich.*

Hier zeigt der Erwachte die Anwendung des Gleichnisses von den Flussufern auf die Brahmanen. Die Brahmanen hätten sich von denjenigen Eigenschaften, welche Brahma entsprechen, also von brahmischer Art, abgewandt und hätten sich zu einer Seinsweise, die dem Wesen Brahmas nicht entspricht, entwickelt. In dieser Aussage liegt das Urteil über die Brahmanen im Besonderen und über die Menschen im Allgemeinen. Die Brahmanen haben die Kluft aufgerissen, haben den Strom geschaffen, der heute zwischen Brahma und ihnen besteht. Sie sind nicht mehr rein, sie haben sich vielmehr verunreinigt, haben sich befleckt, innerlich gemindert. Insofern haben sie brahmische Wesensart abgetan, sind von Brahma abgefallen und sind abgesunken in die ganz andere Wesenheit, wie sie der gewöhnliche Mensch an sich hat. Der weitere Gang der Lehrrede zeigt im Einzelnen, wie dieses Urteil begründet wird.

Ähnliche Auffassungen finden wir in den tieferen Schichten der christlichen Lehre und in manchen anderen Religionen. Der Abfall von „Gott“, die Abwendung von jener stillen göttlichen Seinsweise, ist die Ursache der Gottesferne, ist die Ursache der menschlichen Vielfältigkeit, Wandelbarkeit und Vergänglichkeit. Das ist die geistige Auffassung vom „Sündenfall“, der in dem alten jüdischen Mythos von der Vertreibung aus dem „Paradies“ bildlich ausgedrückt wird. So auch ist Luzifer, ursprünglich einer der höchsten Engel Gottes, abgefallen und hat eine viel breitere Kluft zwischen sich und Gott aufgerissen als der Mensch, ist zum „Satan“ geworden: so auch steht die ganze menschliche Welt in der Gottesferne. Ausdrücklich sagt *Johannes (1.Joh. 1,15-17)*:

*Habt nicht lieb die Welt, noch was in der Welt ist; so jemand die Welt lieb hat, in dem ist nicht die Liebe des Vaters, denn alles, was in der Welt ist: des Fleisches Lust und der Augen Lust und hoffärtiges Leben, ist nicht vom Vater, sondern von*



*der Welt; und die Welt vergeht mit ihrer Lust. Wer aber den Willen Gottes tut, der bleibt in Ewigkeit.*

Menschlich weltliches Sein und göttliches Sein - das sind die beiden durch eine große Kluft getrennten Ufer: das göttliche Sein wird immer als das Sein in Reinheit, Güte und Gerechtigkeit aufgefasst und geschildert. Dagegen gibt es bei den Menschen auch viel Betrug, Blut und Tränen. In dem Unterschied zwischen Reinheit und Unreinheit liegt die Kluft begründet, durch die es erst ein Diesseits und Jenseits gibt, so wie es durch den Fluss erst das diesseitige und das jenseitige Ufer gibt.

Das christliche Mittelalter war ebenfalls erfüllt von der Frage, ob die Vereinigung mit Gott dadurch geschehen könne, dass Gott zum Menschen komme oder ob der Mensch zu Gott kommen müsse. Und bis in die Neuzeit hinein, soweit das religiöse Denken noch den Menschen bewegt, geht es um diese Frage. In der christlichen Mystik ist diese Frage ebenso wie in der mystischen Richtung des Islam, dem Sufismus, ganz eindeutig in der gleichen Weise beantwortet worden, wie sie hier der Buddha beantwortet. *Meister Eckehart* sagt:

*Die Seele, in der Gott geboren werden soll,  
der muss die Zeit und sie der Zeit entfallen sein.  
Sie muss sich emporschwingen  
und ganz verstarzt stehen  
in diesem Reichtum Gottes ...*

In dem gleichen Sinn sagt *Angelus Silesius*:  
*Wenn du denkst, Gott zu schau  
bild dir nichts Sinnlich's ein.  
Das Schau'n wird inner uns,  
nicht außerhalb uns sein. (Cherub. Wandersmann V,24)*

*Mensch, wird das Paradies  
in dir nicht erstlich sein,*

*so glaube mir gewiss:  
du kommest nimmer drein. (Cherub. Wandersmann I, 295)*

Hier ist also nicht von Gnade und einem Gnadengeschenk Gottes die Rede, sondern davon, dass der Mensch schon hier so werden muss, um drüben so sein zu können. Also hier muss das Werk geschehen. Du selbst musst überwinden, du musst dich wandeln und dich verändern. Du musst dein Menschentum übersteigen, und das heißt dein menschliches Wünschen und Verlangen, dann kommst du der göttlichen Art näher. Das drückt *Angelus Silesius* aus mit den Worten:

*Je mehr du dich aus dir  
kannst austun und entgießen,  
je mehr muß Gott in dich  
mit seiner Gottheit fließen. (Cherub.Wandersmann I,138)*

Ähnlich sagt es *Meister Eckehart*, der die Seele mit einer Schale vergleicht, in welche die Luft immer nur in demselben Maße hinein kann, als man das Wasser dort herausgießt.

Alle diese Aussagen können sich stützen auf *Jesu* Wort:

*Darum sollt ihr vollkommen sein,  
gleichwie euer Vater im Himmel vollkommen ist. (Matth.5,48)*

Dies ist ein Grundzug aller wahren Religionen: die Notwendigkeit der inneren Wandlung.

An einer anderen Stelle (D 19) berichtet der Buddha über die Begegnung eines Brahmanen namens Govindo mit Brahma „vor langer, langer Zeit“. In jener fernen Vergangenheit war bei den Brahmanen das Wissen um die Wege zu Brahma noch nicht so sehr verschüttet wie zur Zeit des Buddha. Ein alter, weiser Hofpriester war durch seinen sauberen, geraden Lebenswandel und durch seine Weisheit bei Hof und bei dem Volk in den Ruf gekommen, dass er Verbindungen mit Brahma habe, Zwiesprache mit ihm pflege. Dieses Urteil, das mit

seiner Wirklichkeit nicht übereinstimmte, bedrückte ihn ebenso, wie er Sehnsucht gewann, Brahma zu erleben. Er erinnerte sich aus den Worten seiner Lehrer und Alvorderen, dass man wenigstens eine Regenzeit lang (das sind etwa vier Monate) völlig einsam und abgesondert in allerbarmender und allliebender geistiger Sammlung und Strahlung verweilen müsse, um zu Brahma zu kommen. Darauf lässt er sich in einem stillen Wald eine kleine Hütte errichten und ordnet an, dass ihm täglich einmal von einem Knaben etwas Nahrung gebracht werde. Er selber zieht sich zurück zu der Übung, alles weltliche Dichten und Trachten aus seinem Herzen zu vertreiben und nichts als liebevolles und erbarmendes Gedenken an alle Wesen zu üben. Lediglich darum, weil er schon in seinem ganzen Leben hinsichtlich der weltlichen Dinge sich zurückgehalten hat und gleichzeitig sich um Liebe, Erbarmen und Mitempfinden gegenüber den Mitmenschen bemüht hat, gelang ihm in diesen vier Monaten ein immer länger anhaltendes und immer intensiveres geistiges Verweilen in All-Liebe und All-Erbarmen. Er vergaß darüber die Unterscheidung zwischen sich und den anderen und war fast nichts anderes als das liebende Strahlen und das erbarmende Strahlen selbst. - Diese wesentliche Veränderung seines Gemüts, seiner Seele, seines Herzens war die Voraussetzung, dass Brahma, der eben solchen Geistes ist, ihm erscheinen konnte. Er erschien als der stille, heiter strahlende Jüngling und fragte nach seinem Wunsch. Auf die Frage des Priesters nach dem Weg, der ihn nach seinem Tode für immer in die brahmische Welt, in die Gemeinschaft mit Brahma führen könne, antwortet Brahma:

*Wer ohne Eigensucht auf Erden, Priester,  
in sich geeint, Erbarmen übt im Herzen,  
nicht rohe Düfte liebt und nicht mehr Paarung pflegt,  
so muss man stehn und so sich üben eifrig,  
um einzugehn unsterblich in die Brahmawelt.*

Der Priester Govindo versichert sich der Aussage des Brahma und seines richtigen Verständnisses, indem er erklärt, wie er

sie auffasse: *Ohne Eigensucht* - darunter verstehe er, dass der Mensch alles, was im weltlichen Sinne sein Eigen sei, also Weib und Kind, Haus und Hof verlasse, sich völlig freimache vom weltlichen Stand und in die Hauslosigkeit ziehe. - *In sich geeint* - darunter verstehe er, dass man, nachdem man die Welt verlassen habe, einen abgelegenen stillen Platz aufsuche und sich dorthin für die innere geistige Arbeit zurückziehe. - *Erbarmen übt im Herzen*: darunter verstehe er jene Übung, die er jetzt während der Regenzeit schon so intensiv geübt habe. - Aber was *rohe Düfte* seien, das verstehe er nicht. Darauf antwortet ihm Brahma mit dem Vers:

*Dem Zorne frönen, Raub begehnen, Betrug, Verrat,  
habsüchtig geizen, eitel sein und neidverzehrt,  
gelüstig, unbeständig; andern Unrecht tun,  
an Gier und Hass, an Rausch und Wirrsinn da gewohnt:  
bei solcher Sitte ziehn sie ein den rohen Duft,  
in Höllen sinkend, abgekehrt der Brahmawelt.*

Govindo, der erfahrene, weise Brahmane erkennt nach kurzem Überlegen, dass er diese rohen Düfte nicht völlig austreiben könne, solange er in der Welt und im Hause bliebe, und er entschließt sich daher endgültig, vom Hause fort in die Hauslosigkeit zu ziehen. Der Buddha berichtet weiter von ihm, dass Govindo in der Einsamkeit in heißem, ernstem Mühen jene innere Läuterung erzielt habe, wie sie dem brahmischen Sein gemäß sei, und dass er darum nach seinem Tod zur Gemeinschaft mit Brahma gelangt sei. Abgeschiedenheit also, innere und äußere Abgeschiedenheit von aller Weltlichkeit ist nach der übereinstimmenden Aussage derer, die da erfahren und erleben, die unerlässliche Voraussetzung für dieses hohe Ziel. So sagt *Meister Ekkehart*:

*Ich habe viele Schriften gelesen, beides, von heidnischen Meistern und von Propheten aus dem alten und aus dem neuen Bunde, und habe ernstlich und mit allem Fleiße geforscht,*

*welches die beste und höchste Tugend sei: durch welche der Mensch sich Gott am engsten anzubilden vermöge und dem Urbilde wieder möglichst gleich würde, wie er in Gott war, in welchem zwischen ihm und Gott kein Unterschied war als bis Gott die Kreaturen erschuf. Und wenn ich allem, was darüber geschrieben ist, auf den Grund gehe, so weit meine Vernunft mit ihrem Zeugnis und ihrem Urteil reichen mag, so finde ich keine andere als lautere, alles Erschaffenen ledige Abgeschiedenheit.*

Das bedeutet: wer ungetrübt und lauter sein will, der muss eines haben: Abgeschiedenheit.

Und ferner sagt *Meister Ekkehart*:

*Gottes natürliche eigenste Stätte ist Einheit und Lauterkeit; die aber beruhen auf Abgeschiedenheit. Darum kann Gott nicht umhin, einem abgeschiedenen Menschen sich selber zu geben...*

*Nun streift Abgeschiedenheit so nahe an das Nichts, dass es zwischen vollkommener Abgeschiedenheit und dem Nichts keinen Unterschied gibt...*

*Wahre Abgeschiedenheit bedeutet, dass der Geist so unbeweglich steht in allem, was ihm widerfährt, es sei Liebes oder Leides, Ehre oder Schande, wie ein Gebirge unbeweglich steht in einem leisen Wind.*

Entgegen dieser in den tieferen Schichten der Religionen gewahrten Sicht, dass der Mensch sich zu brahmischer Art wandeln müsse, glaubten die Brahmanen zur Zeit des Buddha, Brahma durch Gebete heranzurufen zu können: *Den Himmlischen rufen wir!* -

Es ist die gleiche falsche Einstellung, die *Jesus* seinerzeit in seiner Umgebung vorfand: *Dieses Volk naht sich zu mir mit seinen Lippen, aber sein Herz ist fern von mir. (Matth. 15,8)* Und gegen die er sich wandte: *Gott ist Geist und die ihn anbe-*

*ten, die müssen ihn im Geiste und in der Wahrheit anbeten.  
(Joh.4,24)*

Wir erleben bei allen Religionen in dem Maß ihrer Säkularisierung jene Wandlung in der Auffassung über die Heilsweg. Je mehr das religiöse Leben nach innen gewandt und auf sich selbst gerichtet ist, um so mehr sieht der Mensch im Kampf mit den Mächten in seiner eigenen Brust, in der Reinigung und Läuterung seiner Gedanken, Worte und Taten, in der Reinigung seines Herzens die Voraussetzung für die Heilsgewinnung. In dem Maß aber, wie das religiöse Leben sich nach außen entfaltet und die Menschen sich der Welt und ihren tausend Dingen zuwenden - und sei es auch, um sie zu verbessern -, in dem gleichen Maß versucht man, das spätere Heil zu erreichen, ohne heute auf die geliebten Dinge der geliebten Welt verzichten zu müssen. Und man verspricht sich dann von Gebeten, von Beschwörungsformeln und Verehrungsformeln, von Riten und Opfern und Bekenntnissen jene Unzerbrechlichkeit, die ja doch nur dann gewonnen werden kann, wenn das Herz sich ablöst von dem Zerbrechlichen, Veränderlichen, Unzulänglichen und Erbärmlichen. - Wer immer der Welt der tausend Dinge zugewandt ist und zugewandt bleiben will und zugleich auf das Heil nach dem Tod reflektiert, der kann nicht anders als zu solchen Mitteln greifen. Der Wunsch, *beiden Herren zugleich zu dienen*, führt in allen Religionen, wo immer er auftaucht, zu jenen Entartungsformen. Es gibt keine Religion, die sich auf die Dauer davon freihalten kann. -

Der Erwachte sagt nun, dass die Brahmanen sich von jener spezifisch brahmischen Art abgewandt hätten. Was diese „brahmische“ Art ist, haben wir weiter oben aus dem Munde von Brahma, von Jesus und von den Mystikern zitiert, und der Erwachte zeigt es im Verlauf der Lehrrede bis ins kleinste Detail. - Die Priester haben jene brahmische Art verlassen und können eben darum trotz allen Flehens weder erlangen, dass ihnen Brahma hier erscheint, noch erlangen, dass sie beim Versagen des Körpers nach dem Tode zu Brahma eingehen könnten.

## Gefesselt durch die Sinnensüchte

*Das ist, Vāsettho, wie wenn dieser Aciravatifluss voller Wasser wäre, randvoll angeschwollen, so dass eine Krähe daraus trinken könnte; da käme ein Mann, der wolle ihn überqueren, hinübergelangen, ihn kreuzen. Der wäre am diesseitigen Ufer, die Arme hinter dem Rücken mit starken Banden fest gebunden. Was meinst du, Vāsettho, könnte da dieser Mann von diesem Ufer zum jenseitigen Ufer hinübergelangen? –*

*Nein, Herr Gotamo, das könnte er nicht. –*

Der Erwachte zeigte, dass das andere Ufer eines Flusses ebenso wenig über die Wellen des Flusses an das hiesige Gestade kommen kann, wie es der Lauterkeit Gottes möglich ist, in die menschliche Unlauterkeit zu gelangen. Vielmehr müsse der Mensch, der zur Gemeinschaft mit Gott wolle, sich aus seiner Unlauterkeit zu Gottes Lauterkeit hinarbeiten. Nur auf diese Weise könne er zum „anderen Ufer“ kommen. Nach dieser eindeutigen Feststellung zeigt der Erwachte nun, dass das Problem, zum anderen Ufer zu kommen, ganz erheblich größer ist, als es auf den ersten Blick scheint, denn er vergleicht den in seiner natürlichen Unlauterkeit lebenden Menschen mit einem Mann, der mit festen Banden an das diesseitige Ufer gefesselt ist. Es geht also nicht nur um den Aufbruch und das Hinüberschwimmen, sondern es müssen erst die Bande gelöst werden. Was sind das für Bande?

*In diesem Sinn, Vāsettho, werden in der Wegweisung des Geheilten die fünf Sinnensuchtbezüge Bande genannt. Welche fünf? Die vom Luger erfahrbaren Formen, die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen, dem Begehren entsprechenden, reizenden - die vom Lauscher erfahrbaren Töne, die ersehnten... - die vom Riecher erfahrbaren Düfte, die ersehnten... - die*

*vom Schmecker erfahrbaren Geschmäcke, die ersehnten... - die vom Körper erfahrbaren Tastungen, die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen, dem Begehren entsprechenden; reizenden.*

*Diese fünf Sinnensuchtbezüge, Vāsettho, werden in der Heilswegweisung Bande genannt.*

*Weil die dreivedenkundigen Brahmanen in diesen fünf Sinnensuchtbezügen gebunden sind, darum sind sie durch sie betört, gehen in ihnen auf, sehen nicht das Elend, haben nicht den Klarblick für das Entrinnen.*

*Wahrlich, die dreivedenkundigen Brahmanen, welche die Eigenschaften, die den Brahmanen ausmachen, vergessen haben und entsprechend leben, welche Eigenschaften angenommen haben, die zum Nichtbrahmanen machen, und entsprechend leben, welche in diesen fünf Sinnensuchtbezügen gebunden sind, durch sie betört sind, in ihnen aufgehen, die sehen nicht das Elend, haben nicht den Klarblick für das Entrinnen. Dass sie nach Versagen des Körpers jenseits des Todes zur Gemeinschaft mit Brahma gelangen, das ist unmöglich.*

Hier sind die Bande genannt, mit denen der Mensch an das dunkle Ufer menschlichen Daseins gebunden ist, ohne deren vollständige Lösung er nie das andere Ufer erreichen kann, sei es im Leben, sei es im Tod, und diese Bande sind die Sinnensüchte, die auf die Erfahrung des Außen gespannt sind.

Der Buddha, der auf seinem Überwindungsweg vom normalen Menschen über alle höheren Reinheitsgrade sinnlicher Götter, über die vier Reinheitsgrade der zur brahmischen Welt zählenden Götter und über formloses Dasein hinaus bis zum vollkommenen Heilsstand gelangt ist, unterscheidet zwischen der Sinnensuchtwelt einerseits, der Welt der reinen Form, zu



der Brahma zählt, zum anderen, einem Dasein in vollkommener Formfreiheit an dritter Stelle und endlich - unvergleichlich mit allem genannten - dem Nirvāna selbst.

Der Erwachte nennt allein in der Sinnensuchtwelt zehn unterschiedliche Grade von der Stätte der äußersten Qualen an, die wir „Hölle“ nennen, über die Tierheit, über Gespenster, Menschen bis zu sechs unterschiedlichen Graden himmlischer Wesen. Diese machen zusammen die Bereiche der Sinnensuchtwelt aus. Die Bereiche unterscheiden sich dadurch, dass die Wesen der untersten Stufe geradezu ununterbrochen das Gegenteil von dem erleben, was sie ersehnen und brauchen, und darum in äußersten Schmerzen und Qualen leben, über die Bereiche, in denen die Qualen allmählich abnehmen, die Wunscherfüllung zunimmt, bis zu den übermenschlichen Bereichen, in denen fortschreitend immer mehr Wunscherfüllung erfahren wird.

In der gesamten Hierarchie der Wesen von unten bis nach oben geht es um die Entwicklung des *Herzens (citta)*, das bei uns normalen Menschen - und noch mehr bei den untermenschlichen Wesen - nicht nur mit Sinnensucht besetzt ist, sondern auch mit vielerlei dunklen Trieben, die dazu führen, dass wir den Mitwesen immer wieder wehtun statt wohl tun. Die zehn Stufen der Sinnensuchtwelt zeichnen sich dadurch aus, dass in den Stufen von unten nach oben diese üblen, die Mitwesen schädigenden Eigenschaften von Verweigerung der Wunscherfüllung bis zum Entreißen des Besitzes immer mehr abnehmen. Damit nimmt die Dunkelheit, Härte und Kälte des Grundgefühls der Wesen ab. Diese Dunkelheit, Härte und Kälte, welche die Wesen bei sich selbst ununterbrochen empfinden, ist es, die sie zwingt, ihre Aufmerksamkeit von sich selbst und ihrem Schmerz abzulenken und durch die Sinne nach außen zu schicken, um dort „Interessantes“ zu erleben - wobei sie aber dann mit den begegnenden Wesen entsprechend dem Grad ihres Verweigerns und Entreißen umgehen und dadurch nun auch von außen Schmerz, Dunkelheit und Kälte erfahren.

Diejenigen Wesen aber, die bei sich erfahren haben, dass sie aus wohlthätigem Umgang mit den Nächsten, aus Nachsicht und Fürsorge nicht nur von den Nächsten Dankbarkeit erfahren sowie Streitlosigkeit und Freundschaft, sondern sich auch selbst in ihrem Herzen heller und wohler fühlen, üben sich mehr und mehr im Verzicht auf verweigernde und entreißende Handlungen und in der Angewöhnung von Verständnis, Fürsorge und Fürsprache gegenüber dem Nächsten.

Damit werden Dunkelheit, Härte und Kälte des Herzens geringer. Die Wesen erfahren bei sich selbst mehr Freude, Wärme und Helligkeit, sind damit bei sich selbst zufrieden und beglückt und haben immer weniger Anliegen an die Umwelt. Diese beschriebene Entwicklung ist zugleich eine Aufwärtsentwicklung innerhalb der zehn Stufen der Sinnensuchtwelt, d.h. sie führt dazu, dass die Wesen nach Ablegen ihres jeweiligen Körpers in einer höheren Stufe wiedergeboren werden, und dort unter entsprechend besseren Umständen als zuvor leben.

In den beiden höchsten Stufen dieser Sinnensuchtwelt können die Wesen alles erlangen, was sie nur erlangen möchten. Dies ist die karmische Ernte davon, dass sie in ihrem früheren Leben fast alle Wünsche ihrer Mitwesen lieber erfüllt hatten als eigenen sinnlichen Lustgewinn zu suchen, und insofern sind sie brahmischem Wesen nahe gekommen.

Und doch besteht ein wesentlicher Unterschied zwischen den Wesen der Sinnensuchtwelt und denen der Reinen Form. Die Sinnensuchtwelt wird als grobe Art der Selbsterfahrnis bezeichnet, und zwar hauptsächlich darum, weil alle Wesen der zehn Stufen ihr Wohl mehr oder weniger **a u ß e r h a l b** ihres eigenen Wesens, in der wahrgenommenen Umwelt, suchen. Darum haben alle diese Wesen, wie wir bei uns Menschen erfahren, an ihrem Körper nach außen gerichtete Sinnesorgane, durch welche sie auf dem Weg des Sehens, Hörens, Riehens, Schmeckens und Tastens von außen Wohl zu erfahren suchen, wobei aber die untersten Wesen der Sinnensuchtwelt ausschließlich Wehe erfahren und das Wohl erst in den

oberen Stufen zunimmt, weil dort auch die grobe Art abnimmt. Die Sinne für Sehen und Hören, mit welchen auch geistige Belehrung von Wesen zu Wesen übermittelt werden kann, sind bei allen zehn Wesen der Sinnensuchtwelt vorhanden. Aber die gröberen, „tierischen Sinne“ des Riechens, Schmeckens und Tastens werden schon von den höheren Wesen der Sinnensuchtwelt kaum benutzt und treten kaum oder gar nicht in Erscheinung. In diesem Sinn wird in der tibetischen Scholastik gesagt, dass die höheren Götter der Sinnensuchtwelt - in der gesamten Sinnensuchtwelt besteht noch Zweigeschlechtlichkeit - anstelle des bei Mensch und Tier üblichen Sexualverkehrs ihr höchstes geschlechtliches Glück darin empfinden, dass männliche und weibliche Wesen in Wahrnehmung und Erfahrung ihrer wohltuenden seelischen Ergänzungsmöglichkeiten sich beglückt in die Augen blicken: „Wie herrlich, dass es dich gibt.“ Dies ist ein Beispiel dafür, wie innerhalb der Sinnensuchtwelt von Stufe zu Stufe die gröberen Sinne immer weniger gebraucht werden und damit der Zustand der geistig bestehenden vierstufigen Welt der Reinen Form näherrückt, in welcher Brahma die unterste Stufe einnimmt.

Die Sinnensuchtwelt gilt als bestehend durch die vier großen Gegebenheiten (*dhātu*): Festigkeit, Flüssigkeit, Hitze, Luft. Daraus besteht der Körper der Wesen und ebenso ihre Umwelt, die als lebendige Menschen und Tiere und als tote Gegenstände durch die Sinne wahrgenommen werden.

Dagegen sind die Wesen des mittleren Daseinsbereiches, der geistig bestehenden vierstufigen Welt der Reinen Form, in der Brahma die unterste Stufe einnimmt, ganz anders. Sie erscheinen zwar gestalthaft, aber diese Gestalt ist nicht tastbar (fest, flüssig usw.), sondern ist *geistig gebildet (mano-maya)*, *ist zu jeder Begliederung fähig, von überlegener Macht (M 77)*. Die jeweilige Vorstellung dieser Wesen von sich selber bewirkt ihre jeweilige Darstellung. Gegenüber den Wesen der groben Selbsterfahrnis, die auf äußere Sinneseindrücke angewiesen sind und in den unteren Stufen Nahrung von außen bekommen müssen, leben die Wesen der geisthaften Selbster-

fahnis von dem Wohl ihrer Eigenhelligkeit und ihres inneren Glücks, das innerhalb der vier Stufen des Bereichs der geisthaften Selbsterfahnis immer mehr zunimmt. Von Brahma heißt es, dass er zwar ebenfalls Eigenwohl genießt, aber doch gelegentlich gern mit seiner brahmischen Umwelt Kontakt pflegt (D 1) und gar in der Welt der sinnlichen Götter erscheint und diese belehrt (D 18). Wenn Brahma aber in den Strahlungen oder Entrückungen weilt, ist er ohne Formwahrnehmung, und es heißt, dass er dann auch den Wesen seiner Sphäre nicht zugänglich ist (*Wir wissen nicht, wo Brahma oder wie Brahma oder wann Brahma ist - D 11*). Dann weilt er in einer Stille und Einheit, die jenseits der Form besteht. Dieses Wohl des weltlosen Einungserlebnisses nimmt innerhalb der vier Stufen geistiger Daseinsweise immer noch zu und besteht in der höchsten jener vier Sphären oberhalb und außerhalb von Seligkeit in einer erhabenen Stille.

#### Die geistige Gebundenheit des Menschen an die Sinnensucht

Die Brahmanen möchten bei Brahma wiedergeboren werden, möchten das andere Ufer erreichen. Aber sie haben sich ganz in die Sinnensucht hineingewöhnt, die von Brahma getrennt hält.

Der Erwachte nennt in dem Gleichnis eine zwiefache Trennung der Brahmanen, also aller Menschen, von der Art Brahma: Einmal die Trennung durch die Breite des Stromes und zum anderen durch die Bindung der Hände auf den Rücken. Der Aufenthalt der Wesen am entgegengesetzten Ufer, abseits der brahmischen Lebenssphäre ist bedingt dadurch, dass sie sich aus früherer brahmischer Art (s. D 27) immer weiter nach außen in die Vielfalt und damit abwärts entwickelt haben. So ist die Herzensart der Wesen allmählich aus den hohen erhabenen Zuständen immer mehr abwärts geglitten (Götterdämmerung). Sie haben sich immer mehr veräußerlicht, haben unbrahmische, grobe Eigenschaften angenommen und haben

sich im Lauf der Zeit die fünffachen Sinnesdränge angeeignet, das Begehren nach sichtbaren Formen, hörbaren Tönen, nach riechbaren Düften, schmeckbaren Säften und nach Tastbarem. Und dann haben sie allmählich auch immer gröbere Mittel und Wege gefunden und angewandt, um zu den begehrten Sinnesindrücken zu kommen. Um von dem Ufer der „brahmischen Sphäre“ zu dem hiesigen Ufer unserer menschlichen Sphäre zu gelangen, bedurfte es keiner Anstrengung, sondern geschah durch Sichgehenlassen. Über unermessliche Zeiten wurde allmählich aus der erhabenen Daseinsform der Götter der Reinen Formen die der Götter und dann die der Menschen der Sinnensuchtwelt, bis inzwischen auch untermenschliche Zustände entstanden waren.

Die Tatsache, dass sich die Brahmanen zusammen mit allen anderen Menschen in eine so große „Götterferne“ entwickelt haben, die Seligkeit des eigenen Herzens, die Brahma eigen ist, verloren und sich darum nach außen in die Welt der Formen, Töne, Düfte usw. orientiert, einen materiellen, verletzbaren und vernichtbaren Körper angelegt haben - diese Tatsache wird in dem Gleichnis dargestellt durch die Entfernung des Menschheitsufers von dem Ufer der brahmischen Sphäre.

Das Bild, den Strom, schwimmend zu kreuzen, gilt für die notwendige Umerziehung der Menschen, die zu brahmischer Art erwachsen wollen. Sie besteht darin, die in allen Religionen als „Weg zu Gott“ empfohlene Nächstenliebe (*mettā*) zu entfalten und durch das dadurch empfundene Wohl der Sinnensucht entsagen zu können. All unsere Leiden durch Immerwieder-getrennt-Werden von Liebem, durch immer wieder erneutes Anlegen eines Fleischkörpers im Mutterleib und durch Immerwieder-Ablegen eines Körpers durch Alter oder Krankheit - sind nur entstanden durch zunehmende Gewöhnung an die tausendfältigen Sinnesobjekte und durch zunehmende Entwöhnung von der reinen Nächstenliebe und der dadurch bedingten Zunahme von Rivalität, Streit, Hass, Zorn und Wut wegen der äußeren Sinnendinge.

Das Herz der Brahmagötter ist rein und frei von Sinnenlust und Gegenwendung - aber das Herz der sinnlichen Götter und erst recht der Menschen ist nicht rein, und ohne dass es zuvor gereinigt wird (ohne dass der Strom überquert wird), kann aus menschlicher Art nicht brahmische Art werden.

Aber dann nennt der Erwachte noch das Haupthindernis: In dem Gleichnis sind die Hände des Mannes, der vom diesseitigen Ufer zum jenseitigen schwimmen müsste, auf dem Rücken fest gebunden: er kann also gar nicht hinüberschwimmen!

Diese Bindung ist das Symbol für einen g e i s t i g e n Mangel: Die Brahmanen - und mit ihnen alle unbelehrten Menschen - obwohl sie in viel früherem Dasein selbst Brahmas waren, haben längst vergessen und wissen nicht mehr, wie brahmische Art ist: dass er in reiner, geistunmittelbarer Form besteht, dass er mit den groben Sinnen des Riechens, Schmeckens und Tastens überhaupt nichts zu tun hat, dass er im seligen Eigenwohl wohnt, das alles wissen sie gar nicht mehr - was sich daran zeigt, dass sie meinen, mit Rufen und Beschwörungen Brahma herbeirufen zu können. Da sie nur noch wissen oder glauben, dass es Gott Brahma gibt, aber gar nicht daran denken, dass Brahma rein ist und sie gerade unrein, darum kommen sie gar nicht auf den Gedanken, ihr eigenes Wesen ändern zu wollen, über den Strom schwimmen zu wollen.

Ganz so, wie einer mit gefesselten Händen gar nicht daran denken kann, den Strom zu überqueren und zum anderen Ufer zu schwimmen - ganz ebenso kann ein Mensch, der gar keine Ahnung hat, dass er sich in einer bestimmten Richtung bilden und erziehen muss, um zu einem ersehnten Ziel zu kommen - mit der erforderlichen Übung auch nur anfangen. Das heißt also: Die Priester sind nicht nur von brahmischer, reiner Art weit entfernt, weit entartet - am anderen Ufer -, sondern sie haben auch gar keine Ahnung von ihrer Entartung und von dem Erfordernis, diese Schritt für Schritt wieder rückgängig zu machen, weshalb ein solcher Wille in ihnen gar nicht aufkommen kann. Diese durch geistigen Mangel geschaffene Unmöglich-

keit, ihre Art auch nur ändern zu wollen, ist ausgedrückt mit der Bindung der Hände auf den Rücken. Wer nicht weiß, dass brahmische Art nur am anderen Ufer bestehen kann, der kann auch gar nicht erst über den Strom schwimmen wollen.

Auch für das Verständnis unseres eigenen Lebens ist es wichtig zu verstehen, dass der Erwachte die Bindung, die Bande (*bandhana*) unterscheidet von der Verstrickung oder Verfesselung (*samyojana*). Die Bindung findet im Geist statt, indem man entweder aus rechter Einsicht oder aus Irrtum und Wahn den Eindruck gewonnen hat, dass diese oder jene Sache oder Eigenschaft, die man noch nicht besitzt, doch zu besitzen wichtig oder schön oder förderlich sei. Darum richtet sich der Wille darauf, diese Sache oder Verhaltensweise sich zu erwerben. Diese im Geist stattfindende Beurteilung und Zielsetzung - das ist es, was der Erwachte als „Bande“ bezeichnet. - Wer nun einmal diese Bande angelegt hat, der beginnt dann, sich in dieser Richtung zu betätigen, zu verhalten, sich an die betreffende Sache oder Haltung zu gewöhnen, sich immer mehr da hinein zu verstricken, zu verfesseln, bis er kaum noch anders kann, und, wenn er einmal gehindert würde, dies als Behinderung oder Mangel empfindet. Das ist der Unterschied zwischen Bindung oder Bande einerseits und Verstrickung oder Fesselung andererseits.

Die Brahmanen sind ganz ebenso wie die Fürsten, die Handwerker und Bauern und Diener in die Sinnensucht verfesselt und verstrickt, und jeder sinnliche Genuss bestärkt sie darin, weiterhin solche sinnlichen Befriedigungen erleben zu wollen, wodurch auch ihre Bindung befestigt wird und die Fesseln immer stärker werden. Mit dem sinnlichen Begehren wird ja der Mensch geboren. Von dem ersten Genuss der Muttermilch über die Freude an Formen und Farben und den Genuss der Geschlechtsbeziehungen bis zu den Gaumengenüssen noch im hohen Alter jagt der Mensch den sinnlichen Begehren nach. Die meisten Menschen kennen kaum ein anderes Wohl als die Befriedigung der Sinnensüchte und müssen auf Grund ihrer Erfahrungen die Sinnenlust als das einzige oder

hauptsächliche Wohl im Leben ansehen und darum anstreben. Sie können, solange sie nicht das Elend der sinnlichen Bindung kennen und durchschauen und die unvorstellbar erleichterte und erhöhte Lebensform der von der Sinnensucht Befreiten nicht ahnen - auch gar nicht von der Sinnenslust abkommen wollen. Die Voraussetzung für die allmähliche Entwöhnung von den vielfältigen sinnlichen Befriedigungen kann nur darin bestehen, dass man ihr Elend auch für alle Zukunft, auch nach dem Tod, erkennt und durchschaut und eine Ahnung von dem höheren Stand bekommt, der in der Befreiung davon liegt.

Was man nicht kennt und nicht vermutet, ja, nicht einmal ahnt, das kann man auch in keiner Weise wollen wollen. Sobald ein Mensch aber in vertrauenswürdiger und einleuchtender Weise von etwas viel Besserem hört als das, was er bisher besitzt und weiß, und zugleich von dem schädlichen Charakter dessen, woran er gebunden ist, überzeugt ist, dann muss sich auch sein Wille ganz zwangsläufig von seinen bisherigen Zielen abwenden und den für besser gehaltenen Zielen zuwenden.

Der Erwachte bezeichnet unsere gesamte sinnliche Wahrnehmung, also alles das, was wir sehen, hören, riechen, schmecken und tasten und woraus wir im Geist unsere Vorstellung von der Welt bauen, als „Blendung“ und als „Luftspiegelung“, und er sagt ausdrücklich (M 106), dass alle diese Dinge nicht so sind, wie sie uns scheinen, sondern *schemenhaft, trügerisch und eingebildetes Blendwerk* sind. Dagegen bezeichnet der Erwachte den Zustand der seligen Entrückung von der Welt, in welchem anstelle der sinnlichen Wahrnehmung, des Welterlebnisses, jene weltlose innere Seligkeit empfunden wird, als „Wahrheitserlebnis“, und der brahmische Zustand besteht gerade in dem beseligenden Verweilen in der ersten Entrückung oder ersten Strahlung, wie der Erwachte sagt. (A IV,123 u. 125)

Bei einer solchen Botschaft wird der suchende Mensch meist stutzig; er erinnert sich der Tatsache, dass er durch die sinnlichen Befriedigungen immer nur kurz erfreut und über ihr



Aufhören betrübt ist und dass sie ihn immer wieder in innere und äußere Abhängigkeit bringen.

Wenn er darüber hinaus Vertrauen empfindet zu solchen Botschaften von höheren Erlebnisweisen als der sinnlichen, so wendet sich der Wille dem neu Erkannten, Größeren zu und von dem als leidig Erkannten ab. Von einem solchen wird gesagt, dass er die Bande abgetan hat, von den Banden befreit ist.

### Die Hemmungen des Gemüts

Aber nun zeigt der Erwachte mit seiner Beschreibung der Hemmungen des Gemüts, dass das Wissen um die wahre brahmische Art und um das Erfordernis der schrittweisen Umerziehung des Menschen nicht schon zwangsläufig zum Hinüberschwimmen führt, da viele Wesen dazu neigen, lieber bequem im Gewohnten weiterzuleben, als dass sie die Anstrengung der Umerziehung (Schwimmen) auf sich nehmen.

Ein Mensch, der bei klarer Überlegung in seinem Geist das sinnliche Begehren verworfen hat, aber im Triebhaushalt seines Herzens vom sinnlichen Begehren noch nicht befreit und gereinigt ist, die Verstrickungen des Herzens noch nicht aufgehoben hat, der kann in seinem Gemüt unterschiedliche Stimmungen haben: Wenn von dem sinnlichen Begehren des Herzens her ihn sinnesbegehrliche Anwandlungen ankommen, so kann, ehe er sich versieht, dann auch sein Denken von dem sinnlichen Begehren des Herzens durchtränkt sein, so dass er sich für einige Zeit bei lustvollen oder verlangenden Gedanken befindet. Solches begehrende Denken, das ja von entsprechendem Gefühl, Verlangen, begleitet ist, bedeutet, dass er nun begehrlischen Gemüts ist, begehrlischen Gemüts denkt, dass ihn *die Hemmung des Begehrens* beherrscht. Derselbe Mensch kann aber zu anderer Zeit ganz frei von solchen sinnlichen Anwandlungen bei irgendwelchen förderlichen und heilsamen Gedanken und Besinnungen weilen. Das bedeutet, dass er *die Hemmung des Begehrens* (für diese Zeit) aufgehoben hat.

Daraus zeigt sich, dass das Gemüt so lange schwanken kann, als im Herzen noch Triebe, Verstrickungen (*samyojana*) nach solchen Dingen sind, die im Geist bereits endgültig verworfen wurden. Je stärker die Verstrickungen des Herzens sind, um so häufiger ist das Gemüt von solchen Gedanken und Empfindungen beschwert, und um so stärker sind die Hemmungen (*nīvarana*), die den Anblick gemäß den Einsichten des Geistes hemmen. Darum werden die Hemmungen als *Befleckungen des Gemüts* und als *Erschwerung des weisen Anblicks* bezeichnet. Je geringer aber die Verstrickungen des Herzens werden, um so seltener können sie sich beim Nachdenken noch durchsetzen. Denn sobald ein so Übender die unguete Gefühlsanwandlung bei sich spürt, da geht er gegen sie vor, denn er hat sich inzwischen genug Argumente und andere Waffen geschaffen, um sie auszuroden. - Es kann also Hemmungen nur dann geben, wenn zwischen Geist und Herz ein Unterschied und Widerspruch besteht; wenn ein Mensch gemüthafte Anwandlungen nach etwas spürt, das er nach seiner Einsicht (im Geist) nicht mehr will, dann fühlt er sich gehemmt, seiner Einsicht zu folgen, und er muss sich anstrengen, wenn er die Hemmung überwinden will. Das ist das Wesen der Hemmung. Damit zeigt sich, dass alle Hemmungen von den Verstrickungen des Herzens kommen und dass es keine Hemmungen mehr geben kann, wenn die betreffenden Verstrickungen des Herzens völlig aufgehoben sind. Dagegen kann kein Mensch, der (vergleichsweise) begehrlische Triebe hat, diese als Hemmung empfinden, wenn er sie auch im Geist anerkennt. Ebenso kann einer keine Hemmung mehr empfinden, wenn bei ihm für die im Geist verworfenen Dinge auch keine Triebe, Verstrickungen mehr im Herzen sind.

In unserer Lehrrede gibt der Erwachte nach dem Gleichnis für die geistige Gebundenheit des Menschen an die Sinnen-sucht noch ein weiteres, das veranschaulicht, dass die Wesen trotz ihres Wissens um brahmische Art - gehemmt durch ihre Verstrickungen, von ihnen zurückgehalten - lieber im Gewohnten verbleiben:

*Das ist, Vāsettho, wie wenn dieser Aciravatifluss voller Wasser wäre, randvoll angeschwollen, so dass eine Krähe daraus trinken könnte; da käme ein Mann, der wollte ihn überqueren, hinübergelangen. Wenn dieser sich aber am diesseitigen Ufer von Kopf bis Fuß eingehüllt niederlegen würde, was meinst du, Vāsettho, könnte da dieser Mann von diesem Ufer zum jenseitigen Ufer hinübergelangen? –*

*Nein, Herr Gotamo, das könnte er nicht. –*

*Ebenso, Vāsettho, werden in der Wegweisung des Vollendeten die fünf Hemmungen als Hindernisse bezeichnet, als Hemmungen, als Bedeckung, als Einhüllung. Welche fünf? Die Hemmung durch weltliches Begehren, die Hemmung durch Antipathie bis Hass, die Hemmung durch träges Sichttreibenlassen im Gewohnen, die Hemmung durch geistige Unruhe, die Hemmung durch Daseinssorge, Daseinsbangnis.*

*Diese fünf Hemmungen, Vāsettho, werden in der Wegweisung des Vollendeten als Behinderungen bezeichnet, als Hemmungen, als Bedeckungen, als Einhüllungen bezeichnet.*

*Wahrlich, die dreivedenkundigen Brahmanen, welche die Eigenschaften, die den Brahmanen ausmachen, aufgegeben haben und dementsprechend leben, welche Eigenschaften angenommen haben, die zum Nichtbrahmanen machen, und daraus leben, durch die fünf Hemmungen behindert, bedeckt, eingehüllt - dass die nach Versagen des Körpers jenseits des Todes bei Brahma wiedergeboren werden könnten, das ist unmöglich.*

Von diesem Mann wird ebenfalls wie im ersten Gleichnis gesagt, dass er zu dem anderen Ufer des Flusses, d.h. zu brahmischer Art, hin möchte. Der Unterschied zwischen dem ers-

ten Menschen, der durch die geistigen Bande an das Begehren gebunden ist, das Begehren bejaht, besteht darin, dass er deutlich das diesseitige Ufer als gefährvoll erkennt, das jenseitige Ufer dagegen als Sicherheit bietend. Darum hat sein Wille, hinüberzugelangen, einen viel stärkeren Beweggrund als der des ersten Mannes, der die Gefahr am diesseitigen Ufer gar nicht sieht, sondern nur annimmt, dass es drüben vielleicht besser sei. Durch diese jeden Aufbruch ausschließenden geistigen Bande des Nichtsehens der Gefahr ist der zuletzt Genannte nicht mehr gehindert. Er liegt am Ufer ohne Bande. Aber wir sehen, dass die Aufhebung der geistigen Bande nicht ausreicht. Der Wille hinüberzugelangen, ist nicht stark genug, weil die Gefährlichkeit des hiesigen Ufers und Glück und Sicherheit durch Erreichen des jenseitigen Ufers zwar einmal im Geist erkannt, aber nicht durchgängig genug gesehen wird, weil der klare Blick für das Elend und die Kraft zum Aufbruch immer wieder gehemmt wird durch die Triebe, die ja durch die einmalige geistige Einsicht nicht aufgehoben sind, und durch die gesamte bisherige Gewohnheit, an diesem Ufer zu vegetieren. Er weiß, dass es jenseits des Stroms unvergleichlich besser ist als hier und wie gefährlich es hier ist. Aber er weiß auch, dass es der Anstrengung des Schwimmens bedarf, um hinüberzugelangen. Dazu aber rafft er sich im Augenblick nicht auf, sondern legt sich am hiesigen Ufer nieder, genießt also in gewohnter Weise. Dieser Mann könnte hinüberschwimmen, seine Hände sind nicht gebunden, aber er ist gehemmt durch seine Gewöhnung an das Leben am hiesigen Ufer. Im Augenblick führt er sich nicht das Elend dieses Ufers und die großen Vorzüge des Lebens am anderen Ufer vor Augen, sondern er ist voll Sinnenlust (1) oder brütet gehässig (2) oder er ist träge (3) oder voller Unruhe (4) oder von Daseinsbagnis erfüllt (5) oder von mehreren dieser fünf Hemmungen gehemmt. -

Das ist der Unterschied zwischen den Banden des Geistes und der Hemmung des Gemüts. Die Bande in der Anschauung bedeuten, dass der Mensch gar nichts Besseres weiß und da-

rum auch nichts Besseres wollen kann. Die Hemmungen bedeuten, dass er zwar Besseres weiß und es darum auch will, aber zu dieser Zeit ohne die erforderliche Energie und die geistige Klarheit ist, um das zu tun, was er im Geist schon als zu tun notwendig erkannt hat, um zum Besseren zu gelangen.

Der Erwachte nennt nun im Folgenden die Eigenschaften Brahmas und fragt die beiden jungen Brahmanen, ob die Brahmanen im Allgemeinen diese Eigenschaften ebenfalls besäßen.

In fünf Eigenschaften unvereinbar mit Brahma

*Was meinst du, Vāsettho, was hast du von den alten, hochbetagten Brahmanen, den Meistern und Altmeistern, sagen hören: Ist Brahma von außen abhängig oder in sich ruhend, von außen unabhängig? –*

*In sich ruhend, von außen unabhängig, Herr Gotamo. –*

*Im Herzen feindlich oder frei von Feindschaft? –*

*Frei von Feindschaft, Herr Gotamo. –*

*Harten Herzens oder liebevoll? –*

*Liebevoll, Herr Gotamo. –*

*Ist Brahma befleckt oder rein? –*

*Rein, Herr Gotamo. –*

*Ist Brahma in der Gewalt des Herzens oder Herrscher über sich selbst? –*

*Herrscher über sich selbst, Herr Gotamo. –*

*Was meinst du, Vāsettho, sind die Brahmanen von außen abhängig oder in sich ruhend, von außen unabhängig? –*

*Von außen abhängig, Herr Gotamo. –*

Jetzt werden also mit dem Bild von Brahma die Dreivedenpriester verglichen. Die beiden jungen Brahmanen, die diese Urteile aussprechen, sagen, dass ihre Lehrherren von außen abhängig seien, im Herzen feindlich, harten, befleckten

Herzens, in der Gewalt des Herzens. Dass die jungen Brahmanen so urteilen, das liegt an ihrem Maßstab. Wenn wir Heutigen von jemandem sagen, er sei von außen abhängig, feindlich usw., dann entwerfen wir damit das Bild von einem Menschen, der sich vorwiegend oder fast ausschließlich so zeigt. Die Brahmanen der damaligen Zeit messen anders: wenn einer nur ein einziges Mal feindlich ist und auch nur ein einziges Mal einen hartherzigen Gedanken haben kann, dann ist seine Herzensart dementsprechend, er ist eben darum noch kein reiner Geist. Brahma kann so nicht sein, er kann nur liebevollen Gemüts, erbarmenden Gemüts, freudevollen Gemüts und unbewegten Gemüts weilen. Nach seiner seelischen Struktur kann Brahma niemals auch nur für einen Augenblick feindlich, hartherzig sein. Dieser Unterschied ist gemeint, und danach gemessen sehen wir, dass es auch unter uns kaum Menschen gibt, ob Geistliche oder nicht, für die nicht das gleiche Urteil der jungen Brahmanen zuträfe. Es handelt sich bei der Unreinheit um ein menschliches Strukturmerkmal, das überall da aufkommt, wo Vielheit und Begegnung ist, es gehört mit zu dem diesseitigen Ufer, es gehört mit zu der grundsätzlichen Trennung von Brahma.

*So sind also die dreivedenkundigen Brahmanen von außen abhängig, feindlich, harten, befleckten Herzens, in der Gewalt des Herzens - von außen unabhängig, frei von Feindschaft, liebevoll, rein, Herrscher über sich selbst ist Brahma.*

*Kann es dann zwischen den dreivedenkundigen Brahmanen und Brahma ein Zusammengehen, eine Übereinstimmung geben? - Gewiss nicht, Herr Gotamo. - Gut so, Vāsettho, wahrlich, Vāsettho, dass die von außen abhängigen, im Herzen feindlichen, hartherzigen, unreinen Brahmanen, die in der Gewalt des Herzens sind, nach Versagen des Körpers, jenseits des Todes, zur Gemeinschaft mit Brahma, der von außen*

*unabhängig, frei von Feindschaft, liebevoll, rein, Herrscher über sich selbst ist, gelangen könnten, das ist unmöglich.*

Hier wird nun der Vergleich gezogen: wir können ebenso gut fragen: Ein Schiff, das in einem tausend Maße höher gelegenen See schwimmt, und ein Schiff, das in einem tausend Maße tiefer gelegenen Gewässer schwimmt - können die beiden je einander begegnen, je miteinander gleiche Wege fahren? - So wie die beiden Schiffe durch unterschiedlich hohen Wasserspiegel unnahbar getrennt sind, so sind die Lebewesen der Sinnensuchtwelt unnahbar getrennt von brahmischer Helligkeit. Und so wie es zwischen den Schiffen erst dann eine gemeinsame Fahrt geben kann, wenn eines der beiden Schiffe durch eine Schleuse zu dem Niveau des anderen Schiffes gehoben oder gesenkt wird, so auch kann es zwischen brahmischer Helligkeit und menschlicher Dunkelheit erst dann eine Übereinstimmung geben, wenn einer seine Art aufgibt. Und wir sehen im Verlauf der Lehrrede, wie der Erwachte den Weg beschreibt, auf dem der Mensch durch fortschreitende Läuterung Schritt für Schritt Niveau gewinnen kann bis zu brahmischer Art.

Der Erwachte sagt, dass die Dreivedenpriester *bei Versagen des Körpers nach dem Tod* unmöglich bei Brahma wiedergeboren werden könnten. Dieser Äußerung liegt die in allen Religionen zu findende Auffassung von dem zweifachen Sein zugrunde: dem inneren und dem äußeren Sein. Unter dem inneren Sein wird die innere Art des jeweiligen Wesens, des Menschen, des Tieres, des Dämons oder Gottes verstanden, sein Charakter, seine geistige Verfassung zwischen gut und böse. Unter äußerer Art wird die jeweilige äußere Erscheinungsform und Darstellung des Wesens, seine Leibesform verstanden. Dass man als Mensch geboren ist oder als Dämon, als Tier oder als Gottheit in Erscheinung tritt, das gehört zur äußeren Art. Dazu gehört dann auch das Milieu, die Umwelt.

Inneres Sein und äußeres Sein brauchen nicht immer sofort übereinzustimmen, aber es gilt die Grundregel, dass dem heutigen inneren Sein das morgige äußere Sein entspricht. Bei Antritt ihrer jeweiligen Daseinsform als Mensch, Dämon, Tier, Engel usw. befinden sich die Wesen meistens in einer gewissen Übereinstimmung zwischen ihrem äußeren und inneren Sein, da sie meistens die ihnen gemäße Daseinsform finden. Innerhalb ihres Lebens aber, für deren Dauer ihr äußeres Sein festgelegt ist, können sie ihr inneres Sein wandeln durch Läuterung oder durch Befleckung. Und je nach dieser Wandlung, die sie ja selbst bewusst oder unbewusst an sich vollziehen, wirken und bauen sie bereits an der nächsten Daseinsform (*karma* = Wirken, Schaffsal). Wenn wir von einem Menschen sprechen, meinen wir in erster Linie seine Menschengestalt, seine Erscheinungsweise. Dieser Mensch kann aber in seinem inneren Wesen und Charakter durch seine innere Lebensführung weit untermenschlich und weit übermenschlich geworden sein. Wir sprechen deshalb manchmal von einem „Teufel“ bzw. „Engel“ in Menschengestalt. Wir machten schon darauf aufmerksam, dass nach der christlichen Überlieferung Luzifer, der Teufel der christlichen Bibel, früher Engelsgestalt hatte, dann innerlich von Gott abgefallen war, schlechter geworden war und darum aus dem Himmel ausschied, hinwegstarb und in Teufelsgestalt wiedererschien in der Hölle. In ähnlichem Sinn stellt der Erwachte fest, dass solche Menschen, die im gegenwärtigen Leben sich in ihrer inneren Art nicht zu der brahmischen Lauterkeit und Helligkeit entwickelt haben, darum auch unmöglich in ihrem nächsten Dasein brahmisches Leben gewinnen können.

### Die Dreivedenwüste

*Wenn aber die Dreivedenpriester dem (der Reinheit Brahmas ähnlichen Zustand) einmal nähergekommen sind, dann sinken sie gleich wieder ab. Abgesunken, verfallen sie in Depression, gehen wahrlich durch eine*



*noch größere Trockenheit. Darum wird dies die Dreivedenwüste, der Dreivedendschungel, das Dreivedenelend der Dreivedenpriester genannt. –*

Das Leben der jungen Brahmanen bestand bisher in dem Auswendiglernen, dem Memorieren der ungezählten Sprüche der Dreiveden sowie im Erlernen der Ritualformen bei Opfern und Feiern. In solchem Leben im Umgang mit ihren Meistern und Altmeistern übernahmen sie die ihnen beigebrachte optimistische Auffassung, dass sie von Brahma belehrt wären und sich auf dem Weg zu Brahma befänden. - Aber im alten Indien war auch das Wissen um das wahre brahmische Sein noch nicht völlig verschüttet. Zwar stand die seichtere Auffassung laut und aufdringlich im Vordergrund allen Geredes, aber wir lernen in den Lehrreden manchen reifen und weisen Priester und Nichtpriester kennen, der die tieferen und wahreren Auffassungen sich bewahrt hat, und wir sehen auch an den jungen Brahmanen, dass diese kurze Gegenüberstellung seitens des Erwachten genügt, um sie mit tiefem Erschrecken erkennen zu lassen, welchen seichten Auffassungen sie bisher gehuldigt hatten, wie irrig diese Auffassungen waren und wie gefährlich für sie.

Der Buddha fand die Brahmanen seinerzeit in einem ähnlichen Zwiespalt zwischen Mystik und Scholastik, zwischen geistiger Erfahrnis aus innerer Schau und intellektuellem Ergrübeln, in dem sich auch die Priesterschaft des christlichen Mittelalters befand, während die jüdischen Priester zu Jesu Zeiten schon fast vollständig der Scholastik verfallen waren. Im alten Indien gab es ebenso wie im christlichen Mittelalter ein stilles, erfahrungsbegründetes Wissen um die echten Wege zu Gott durch schrittweise innere Wandlungen, wie es auch in beiden Kulturbereichen jenes intellektuelle Bedenken, Ergrübeln, Auseinanderziehen und Zusammenfügen gab, das immer da, wo das zu bedenkende Objekt wie bei den Religionen der äußeren Erfahrung nicht zugänglich ist, voll Irrtum, Widerspruch und Verzerrung sein muss. Darum stimmen bei beiden

Kulturbereichen die Aussagen über die inneren Wege zu göttlicher Art, wo sie von der geistigen Erfahrung, von der Mystik herkommen, ganz erstaunlich überein, während sich die scholastisch-theologischen Aussagen weitgehend unterscheiden und widersprechen. Die beiden jungen Brahmanen sind Opfer dieses Zwiespalts, aber der Drang zur Klärung veranlasste sie zu diesem Gespräch, in welchem ihnen nun bewusst wird, wie nahe sie schon jenen gefährlichen seichten Auffassungen standen.

Dieses heilsame Erschrecken der jungen Brahmanen unterstützt der Erwachte mit seinen Worten ebenso, wie ein kundiger Arzt die Entfaltung der Abwehrkräfte eines fieberkranken Körpers unterstützt im Interesse einer echten Gesundung. Der Erwachte spricht von der Dreivedenwüste, von dem Dreivedendschungel der Priester, solange sie bei ihren falschen Anschauungen beharren. Mit den bisherigen Ausführungen hat der Buddha die Fragen der jungen Brahmanen beantwortet: weder der Weg des einen noch der des anderen Priesters führt zu Brahma: ganz andere Wege müssen eingeschlagen werden. Und nun schweigt der Buddha. Seine Auskünfte haben sowohl nach Inhalt wie nach Aussageweise erkennen lassen, dass er mehr weiß, dass er den ganzen Weg kennt, der zu Brahma eingehen lässt. Zwar zeigt er gerade zum Abschluss seiner Rede, dass das Unwissen der Dreivedenpriester über die Wege zu Brahma ihnen verderblich ist, aber dann schweigt er, es den jungen Priestern überlassend, je nach dem Grad ihres Interesses oder echter ehrlicher Besorgnis ihn um Weiteres anzugehen.

Der Buddha zeigt den Weg zu Brahma

*Auf diese Rede sprach der junge Vāsettho zum Erhabenen: Ich habe gehört: „Der Asket Gotamo kennt den Weg, der zur Gemeinschaft mit Brahma führt.“*

Die jungen Priester fragen also weiter. Sie zeigen damit, wie wichtig ihnen das Problem ist, aber sie gehen vorsichtig vor.

Sie sagen nicht: „Zeige uns den Weg zu Brahma“, sie äußern nur, dass sie hätten sagen hören, dass der Asket Gotamo den Weg zu Brahma kenne. Solches Ansehen genießt der Buddha selbst bei denjenigen, die ihn nicht als Buddha, sondern nur als Asket Gotamo bezeichnen.

*Was meinst du, Vāsettho, liegt Manasākata hier in der Nähe, nicht weit von hier? –*

*So ist es, Herr Gotamo, Manasākata liegt in der Nähe, nicht weit von hier. –*

*Was meinst du, Vāsettho, da wäre ein Mann, der ist in Manasākata geboren und aufgewachsen. Den würde einer, wie er gerade von Manasākata weggegangen ist, nach dem Weg nach Manasākata fragen. Gäbe es bei diesem in Manasākata geborenen und aufgewachsenen Mann, wenn er nach dem Weg nach Manasākata fragen würde, Verlegenheit oder Zögern? – Nein, Herr Gotamo. – Und warum? –*

*Der Mann ist ja in Manasākata geboren und aufgewachsen, der kennt alle Wege in Manasākata. –*

*Eher könnte es bei diesem in Manasākata geborenen und aufgewachsenen Mann, wenn er nach dem Weg nach Manasākata gefragt würde, Verlegenheit oder Zögern geben, als dass es beim Vollendeten Verlegenheit oder Zögern geben könnte, wenn er nach der Brahmawelt oder nach dem zur Brahmawelt führenden Weg gefragt wird, denn ich kenne Brahma, Vāsettho, und ich kenne die Brahmawelt und den zur Brahmawelt führenden Weg und weiß, wie man vorgehen muss, um zur Brahmawelt zu gelangen. –*

Der Erwachte geht auch hier nur auf die angeschnittene Frage seiner Kenntnis vom Weg ein. Er beginnt nicht etwa gleich die Schilderung des Weges, und doch geht seine Antwort weit

über alles Erwarten: den Brahma kenne der Erwachte, die brahmische Welt kenne er, den in brahmische Welt führenden Pfad kenne er, und er wisse, auf welche Weise Brahma in brahmische Welt gelangt sei. Dies ist ein Wort, das aus dem Mund eines blinden Toren frevelhaft, aus dem Mund eines Weisen kühn wäre, das aber aus dem Mund eines Vollendeten, eines Erwachten von den jungen Brahmanen als angemessen empfunden wird.

*Auf diese Rede sprach der junge Vāsettho zum Erhabenen: Ich habe gehört: „Der Asket Gotamo zeigt den Weg, der zur Gemeinschaft mit Brahma führt.“ Es wäre ein Segen, wenn uns der Herr Gotamo den Weg zur Gemeinschaft mit Brahma zeigen würde. Möge der Herr Gotamo den Brahmanen helfen! –*

*Nun, Vāsettho, so höre und merke gut auf, ich werde es erklären. –*

*Ja, Herr, sprach der junge Vāsettho zum Erhabenen. - Der Erhabene sprach:*

*Da erscheint der Vollendete in der Welt, der Heilgewordene, Vollkommen Erwachte, der im Wissen und Wandel Vollendete, der zum Heil gekommene Kenner der Welt. Er ist der unübertroffene Lenker der erziehbaren Menschen, ist Meister der Götter und Menschen, erwacht, erhaben.*

*Dessen Lehre hört ein Hausvater oder der Sohn eines Hausvaters oder einer, der in anderem Stande wiedergeboren ward. Nachdem er diese Lehre gehört hat, fasst er Vertrauen zum Vollendeten. Von diesem Vertrauen erfüllt, denkt und überlegt er: „Ein Gefängnis ist die Häuslichkeit, ein Schmutzwinkel, der freie Himmelsraum die Pilgerschaft. Es geht nicht, als häuslich Lebender das geistliche Leben ganz vollkommen, ganz rein, ganz makellos zu führen. Ich will*

*Haar und Bart scheren, fahle Gewänder anlegen und aus dem Hause in die Hauslosigkeit ziehen.“*

*So gibt er denn einen kleinen Besitz oder einen großen Besitz auf, hat einen kleinen Verwandtenkreis oder einen großen Verwandtenkreis verlassen und ist mit geschorenem Haar und Bart im fahlen Gewand vom Haus fort in die Hauslosigkeit gezogen.*

*Er ist nun Asket geworden und hat die Ordenspflichten der Mönche auf sich genommen. Auch vor kleinen Fehlritten hütet er sich; voll Hingabe arbeitet er an seiner Läuterung. Ihm eignen Taten und Worte, die zum Heil tauglich sind, ein reiner Lebenswandel. Er ist in Tugend bewährt, ein Hüter der Sinnesdränge, mit klarem Bewusstsein und zufrieden.*

*Da erscheint der Vollendete in der Welt... - Dieser Satz leitet immer den als Tathāgatagang bezeichneten Übungsweg bis zur Vollendung ein, der in vielen Lehrreden, besonders der „Längeren Sammlung“ vorkommt. Es ist die Schilderung des ganzen Läuterungswegs eines unermüdlich sich übenden Mönchs, beginnend mit dem ersten Anstoß, der die Ursache wird für seinen Entschluss, das Haus zu verlassen, um sich über alle Stufen des Läuterungsweges das vollkommene Heil zu erwirken im Nirvāna. Der erste Anstoß für diese Entwicklung ist das Erscheinen eines solchen hier näher bezeichneten Buddha und die Verkündigung seiner Lehre. Daraus gewinnen häuslich Lebende zum Buddha und zu seiner Lehre solches Vertrauen, dass sie ihr weltliches Leben in der Familie aufgeben, sich freimachen von allen äußeren Bindungen, um im Orden unter Anleitung des Buddha oder erfahrener Mönche sich auch freizumachen von allen inneren Bindungen, bis sie zu völliger Unabhängigkeit und Unverletzbarkeit durchgestoßen sind, eben heil geworden sind. Nur ein Buddha, der alle die in der Hymne genannten Merkmale aufweist, hat eine solche von Anfang bis Ende nach Form und Inhalt echte Lehre*

darzulegen. Nur ein solcher vermag die im weiteren Verlauf der Lehrrede geschilderte Entwicklung des einzelnen Menschen zu brahmischem Sein und darüber hinaus und die seinerzeit in Indien und von da aus im ganzen Asien Wirklichkeit gewordene gewaltige religiöse Bewegung auszulösen. Eben darum nennt der Erwachte hier das Erscheinen eines Vollendeten in der Welt als die alleinige auslösende Ursache. Die erste Stufe des von dem Buddha genannten Heilswegs heißt rechte Anschauung. Erst aus dieser und der damit verbundenen Bewertung und Zielsetzung können alle heilsamen Konsequenzen hervorgehen. Diese rechte Anschauung, diesen ersten Anstoß zu Heilsamem, vermittelt der Buddha durch die Lehre.

Alle Vollendeten lehren dasselbe: Sie zeigen immer, dass und warum die Wesen, wenn sie vergänglichen Dingen zugeeignet sind, dem endlosen Wechsel und Wandel und darum dem Leiden verfallen bleiben. Sie zeigen, was alles zum Vergänglichen gehört und wie man davon frei wird.

*Ein Gefängnis ist die Häuslichkeit, ein Schmutzwinkel, der freie Himmelsraum die Pilgerschaft. Es geht nicht, als häuslich Lebender das geistliche Leben ganz vollkommen, ganz rein, ganz makellos zu führen.*

Mit solchen Gedanken verließen Heilsucher ihre Familien, wurden Pilger, Mönche, wurden Asketen, gaben sich ganz anderen Übungen hin und erstrebten ganz andere Ziele als bisher. Die Häuslichkeit ist ein Gefängnis der Sinnensuchtwelt, und ihre Überwindung ist erforderlich für denjenigen, der das Leiden des Daseinskreislaufes in seiner ganzen Tiefe spürt und brahmisches Sein oder gar das Nirvāna gewinnen will.

### Die Tugendregeln

Der Läuterungsweg, auf welchem man sich langsam, aber von Grund aus über sein bisheriges inneres Sein und damit auch äußeres Tun hinaus entwickelt, beginnt immer mit den sogenannten Tugendregeln.

Aber die Verhaltensweisen des zur tauglichen Begegnung erwachsenen Mönchs, des Asketen, sind viel umfassender als die des in Haus und Familie Lebenden:

*Und wie ist der Mönch zur Tugend erwachsen?*

1. *Lebewesen zu töten - das hat er aufgegeben. Dem Töten von Lebewesen widerstrebt sein Wesen. Ohne Stock, ohne Schwert, teilnehmend, rücksichtsvoll hegt er zu allen Wesen Liebe und Mitempfinden. Auch das gehört für ihn zur Tugend.*

2. *Nichtgegebenes zu nehmen - das hat er aufgegeben. Dem Nehmen des Nichtgegebenen widerstrebt sein Wesen. Gegebenes nur nimmt er, Gegebenes wartet er ab, nicht diebisch gesinnt, rein gewordenen Wesens. Auch das gehört für ihn zur Tugend.*

3. *Unkeuschen Wandel - das hat er aufgegeben, in Reinheit lebt er, abgeschieden. Der Geschlechtsumgang widerstrebt seinem Wesen. Auch das gehört für ihn zur Tugend.*

4. *Trügerische, verleumderische Aussagen über Worte oder Taten anderer hat er verworfen, der Verleumdung widerstrebt sein Wesen. Die Wahrheit spricht er, der Wahrheit ist er ergeben, standhaft, vertrauenswürdig. Auch das gehört für ihn zur Tugend.*

5. *Das Hintertragen hat er aufgegeben. Dem Hintertragen widerstrebt sein Wesen. Was er hier gehört hat, das berichtet er nicht dort wieder, um jene zu entzweien; was er dort gehört hat, das berichtet er nicht hier wieder, um diese zu entzweien; vielmehr einigt er Entzweite, festigt Verbundene. Eintracht macht ihn froh, Eintracht freut ihn, Eintracht beglückt ihn, Eintracht fördernde Worte spricht er. Auch das gehört für ihn zur Tugend.*

6. *Verletzende Worte zu reden - das hat er aufgegeben. Dem Aussprechen verletzender Worte widerstrebt sein Wesen. Worte, die nicht verletzen, dem Ohre wohl-tun, liebevoll, zu Herzen gehend, höflich, viele erfreu- end, viele erhebend - solche Worte spricht er. Auch das gehört für ihn zur Tugend.*

7. *Leeres Geschwätz hat er aufgegeben, leerem Ge- rede widerstrebt sein Wesen. Zur rechten Zeit spricht er, den Tatsachen gemäß, auf den Sinn bedacht, der Lehre und Wegweisung getreu. Seine Rede ist reich an Inhalt, klar abgegrenzt, alles umschließend, ihrem Gegenstand angemessen. Auch das gehört für ihn zur Tugend.*

Hier beginnt nun der eigentliche Läuterungsweg, der stufen- weise vom menschlichen Sein bis zu brahmischem Sein führt. Die hier genannten Tugendregeln sind ähnlich und doch wie- der sehr anders, als wir sie aus anderen Religionen kennen. Wohl ist hier - wie überall - vom Nichttöten, Nichtstehlen usw. die Rede, aber es steht hier kein Befehl mit Strafandro- hung, sondern ein Ratschlag und auch dieser nur in der Form einer sachlichen Beschreibung der Begegnungsweise samt der dahinterstehenden Herzensart, die überhaupt erst zum Gehen des Heilsweges tauglich macht. Es geht dabei nicht vorder- gründig um die Tat, sondern in erster Linie um die Gesinnung, von welcher die Tat nur der Ausdruck ist. Es heißt hier nicht: „Du sollst nicht töten!“ - sondern: *Dem Töten widerstrebt sein Wesen.* Es geht nicht nur um den momentanen inneren Willensentschluss, sondern um die beständige richtige Einstel- lung und Haltung in Geist und Herz zu den Mitwesen. Es gilt nicht, ein Gesetz zu erfüllen, sondern es gilt, *teilnehmend, rücksichtsvoll zu allen lebenden Wesen Liebe und Mit- empfinden zu hegen* und aus dieser Gesinnung heraus sich von allem üblen Handeln zu entfernen.



Laut S 55,7 „Die Leute von Veludvāra“ gibt der Erwachte eine Anleitung dafür, was zu bedenken, zu betrachten, zu meditieren ist, damit der Mensch zur Tugend fähiger wird. Da legt er den Hausleuten nahe, sich ganz lebendig vorzustellen, wie sie selbst es empfinden würden, wenn sie von anderen getötet oder bestohlen, verleumdet oder verletzend angefahren würden usw. Darum sollten sie immer wieder sich vorstellen, dass dies ganz ebenso jedem ihrer Mitwesen schrecklich wäre. Aus diesem Gefühl, das man selbst in der Situation hätte, in der einem das gleiche angetan würde, empfindet man dann unwillkürlich Abwehr gegen unsoziale Handlungen, gleich wem sie geschehen. Aus diesem Gefühl der Abwehr gegen diese Handlungen drängt sich dann dem normalen Menschen fast von selber der Gedanke auf: *Wie könnte ich einem anderen antun, was das genaue Gegenteil von dem ist, was ich wünsche, dass es mir angetan wird!* Wenn man auf diese vom eigenen Empfinden ausgehende Weise die Vorstellung des Schonens und der Förderung aller zum Leitbild gemacht hat, dann erst beginnt eine allmähliche Wandlung des Herzens und setzt sich fort in einer allmählichen Befreiung von Antipathie bis Hass und Rücksichtslosigkeit. Daraus geht von Grund auf eine Verbesserung des gesamten Verhaltens vor sich, so dass der Mensch ganz von selber von Untugend immer mehr abkommt, zu Tugend sich immer mehr hinentwickelt, ohne dauernd denken zu müssen, ob man dieses oder jenes "darf" oder "nicht darf".

Die Herzensbeschaffenheit ist der eigentliche Wurzelgrund für die Innehaltung der Tugend, und eine tugendliche Lebensweise ist nur die äußere sichtbare Oberfläche auf dem Wurzelgrund von Liebe und Mitempfinden.

Durch das, was wir mit den Sinnen erfahren, erleben wir mancherlei Glück und Freude. Aber einer, der sein Herz dahin gebracht hat, wann immer ihm Lebewesen begegnen, auf ihre Anliegen zu achten, schonend und fürsorglich mit ihnen umzugehen, der ihr Wohl, ihre innere und äußere Freude zu erhöhen trachtet - der erreicht ein anderes Glück, und zwar unver-

gleichlich mehr Glück und Wohl als mit allen irdischen Dingen.

Ein solcher ist vom Gewissensdruck befreit, er hat sich aus herzlichem Mitempfinden mit den Wesen rücksichtsvolle und liebeiche Weisen des Redens und Handelns angewöhnt, da inzwischen die Bedürfnisse und Wünsche seines jeweiligen Gegenübers immer näher an seine eigenen herangerückt sind. So ist er innerlich hell, hochsinnig geworden. Die Vollendung dieser Umerziehung vergleicht der Erwachte mit einem kampferfahrenen Kriegerfürsten, der *den Feind niedergestreckt* hat, also von keiner Seite mehr bedroht werden kann. Der ist wahrlich von allem Gewissensdruck befreit, und der Erwachte sagt ausdrücklich, dass ein solcher *das Glück innerer Vorwurfsfreiheit* genieße. (D 2) Darauf beruht seine Sicherheit. Ein Wesen mit so weit vorgereinigtem Herzen mag Körper wechseln in menschlichen und himmlischen Daseinsformen - an das so weit gereinigte Herz kann nichts Schreckliches, nichts Dunkles mehr herantreten. Ein solches Wesen befindet sich im Aufstieg in das Helle und Hellere.

Weitere zum Tugendbereich gehörende Mönchsregeln

*Sämereien und Pflanzungen anzulegen, hat er aufgegeben. Einmal am Tage nimmt er Nahrung zu sich, nachts ist er nüchtern. Zerstreungen wie Tanz, Gesang, Spiel, Schaustellungen zu besuchen hat er aufgegeben. Das Essen zur Unzeit hat er aufgegeben. Verwendung von Duftstoffen, von Schmuck und besonderen Kleidern und Blumen hat er aufgegeben. Hohe prächtige Lagerstätten hat er aufgegeben. Gold und Silber anzunehmen, hat er aufgegeben. Rohes Getreide nimmt er nicht an, rohes Fleisch nimmt er nicht an. Frauen und Mädchen nimmt er nicht an. Diener und Dienerinnen nimmt er nicht an. Ziegen und Schafe nimmt er nicht an. Hühner und Schweine nimmt er*

*nicht an. Elefanten, Rinder und Rosse nimmt er nicht an. Haus und Feld nimmt er nicht an. Botschaften, Sendungen, Aufträge übernimmt er nicht. Kauf und Verkauf hat er aufgegeben. Falsches Maß und Gewicht hat er aufgegeben. Von den krummen Wegen der Unaufrichtigkeit, Unehrllichkeit, Täuschung, des Betrugs ist er ganz abgekommen. Das Zerstören, Töten, Gefangennehmen, Rauben, Plündern, überhaupt Gewaltanwendung, widerstrebt ihm.*

*Ein Mönch, Vāsettho, der zu solcher Tugend erwachsen ist, sieht von nirgend woher mehr eine Gefahr, weil er eben in Tugend gezügelt ist. Wie ein Monarch nach Unterwerfung aller Gegner gekrönt, von nirgendwo mehr eine Gefahr von einem Gegner sehen kann - ebenso, Vāsettho, kann ein Mönch, der zu solcher Tugend erwachsen ist, von nirgend woher mehr eine Gefahr sehen, weil er eben in Tugend gezügelt ist. Wenn er diese Entwicklung der heilenden Begegnungsweise vollendet hat, dann erwächst bei ihm ein inneres Wohl der Vorwurfsfreiheit.*

*So, Vāsettho, ist der Mönch zur Tugend erwachsen.*

#### Bewachung der Sinnesdränge

*Und wie ist ein Mönch Torhüter bei den Sinnesdrängen? Hat der Mönch mit dem Luger eine Form erblickt, mit dem Lauscher einen Ton gehört, mit dem Riecher einen Duft gerochen, mit dem Schmecker einen Geschmack geschmeckt, mit dem Körper eine Tasting getastet, mit dem Geist ein Ding erkannt, so beachtet er weder die Erscheinungen noch die damit verbundenen Gedanken (Assoziationen). Da Begierde und Missmut, üble und unheilsame Gedanken den, der die Sinnesdränge nicht bewacht, gar bald überwältigen, so*

*übt er diese Bewachung, wacht aufmerksam über die Sinnesdränge. Wenn er diese Entwicklung der heilenden Bewachung der Sinnesdränge vollendet hat, dann erwächst ihm ein inneres ungetrübtes Wohl.*

*So, Väsettho, ist ein Mönch Torhüter bei den Sinnesdrängen.*

Bei der Bewachung der Sinnesdränge geht es um weit mehr als bei der vorher genannten Tugendübung. Der um Tugend Bemühte lebt noch in der Auseinandersetzung. Er begegnet noch den begehrten Dingen, empfindet das Begehren, aber er will trotz des Begehrens nicht unsittlich handeln. Er begegnet den ihm verhassten Dingen, er empfindet den Hass, aber er will trotz des Hasses nicht unsittlich handeln. - Hier aber bei der Zügelung der Sinnesdränge geht es um die grundsätzliche und allgemeine Zurückhaltung von der Welt der Vielfalt.

Die Bewachung oder Zügelung der Sinnesdränge ist etwas anderes als das Verschließen der Sinne. Wer Augen und Ohren zuhält in der Welt, der macht sich weltuntauglich, der versagt in der Welt. Und wenn er als Ersatz um die Sinnendinge herumdenkt, dann nehmen seine Sinnesdränge nicht ab, sondern werden stärker. Wer aber die Sinnesdränge gezügelt hält, der nimmt die Dinge so weit wahr, wie es notwendig ist, aber er verliert sich nicht in sie.

Der unbedachte Mensch, der überhaupt keine Sinnenzügelung kennt und übt, wird mit jedem Sinneseindruck in seinem Begehren und Missmut angestachelt, aufgewühlt, und von seinem Begehren wird sein Denken und Planen, sein Reden und Handeln an seiner Umgebung, in seiner Umwelt aktiviert und gelenkt. So baut er immer weiter an dem Welterlebnis und erlebt weiterhin nach innen und nach außen die vielfältige Welt. Er erlebt sie in der Qualität, wie er sie in seinem dauernden Denken und Handeln gestaltet.

Wer aber das Welterlebnis und die Weltbegegnung mit den tausendfältigen sinnlosen Reibungen beenden will, der trachtet

danach, dass seine Sinnensüchtigkeit zur Ruhe kommt; und damit sie zur Ruhe kommen kann, lässt er sie nicht dauernd durch die sinnlichen Eindrücke wieder wecken. Den Sinnesindrücken selbst kann und will er sich nicht entziehen: er achtet auf den Weg, den er zu gehen hat, und er achtet darauf, dass er nicht in Fährnis und Ungelegenheit kommt - aber was ihm dabei alles an Sinneseindrücken begegnet, das nimmt er nur in sein nüchternes sachliches Denken, nicht aber in seine lauernde Sinnensüchtigkeit auf. So ist Zügelung der Sinnesdränge weit mehr als die bloße Selbstbeherrschung, das bloße Maßhalten, um sich nicht an Sinnendingen zu berauschen, sondern es ist das ununterbrochene Zurücktreten von der anbrandenden Vielfalt der Sinneseindrücke. Er umspinnt nicht die Sinneseindrücke mit - wiederum gefühlübergossenen - Gedankenassoziationen, die an das Wahrgenommene angeknüpft werden, wodurch Begierde bei Erlangen und Traurigkeit, Missmut bei Nichterlangen des Gewünschten fortgesetzt wird.

Durch die Bewachung der Sinnestore wird als unmittelbar spürbare Wohltat zum ersten Mal ein „*ungetrübtes Wohl*“ versprochen. Bei der Erfüllung der Tugendregeln wird zwar bereits das Wohl der Vorwurfsfreiheit verheißen: Wer die Tugendregeln ununterbrochen erfüllt, der weiß sich immer bei gutem Wandel, ist immer frei von Gewissensvorwürfen, Beklemmung und Angst. Das hindert aber nicht, dass auch ein solcher Tugendhafter, wenn er die Sinnesdränge noch nicht zügelt, eben dadurch immer wieder von Sinnensüchtigkeit aufgeregt und von Missmut bedrückt werden kann und, dadurch geblendet, in ein schlechtes unheilbares Planen und Sorgen, Dichten und Trachten geraten kann. Wer aber die Sinnesdränge gezügelt hält, wer den inneren Drachen der Sinnensucht nicht mehr durch die Sinneseindrücke wecken lässt, der wandelt in einer ungetrübten Stille, in der er unabgelenkt weiter über das Heilsame und Unheilsame nachdenken, weiter um die Gewinnung des Heilsamen und Überwindung des Unheilsamen ringen kann. So hebt die Zügelung der Sinnesdrän-

ge alle Trübungsmöglichkeiten der inneren Stille auf und gibt damit große innere Kräfte frei für den heilsamen Kampf um fortschreitende Läuterung.

Der Lehre eingedenk,  
klarbewusste Handhabung des Körpers

*Und wie verhält sich ein Mönch, der der Wahrheit gegenwärtig ist, klarbewusst, Vāsettho? Klarbewusst kommt er und geht er, klarbewusst blickt er hin, blickt er weg, klarbewusst regt und bewegt er sich, klarbewusst trägt er des Ordens Gewand und Almosenschale, klarbewusst isst und trinkt, kaut und schmeckt er, klarbewusst entleert er Kot und Harn, klarbewusst geht und steht und sitzt er, schläft er ein, wacht er auf, spricht er und schweigt er.*

*So, Vāsettho, verhält sich ein Mönch, der der Wahrheit gegenwärtig ist, klarbewusst.*

Der unbelehrte und ungeübte Mensch begreift den Körper als sein Ich: was dem Körper geschieht, das geschieht „ihm“. - In dieser Übung dagegen wird der Körper zum Objekt der nüchternen Betrachtung gemacht, all sein Tun und Lassen wird klar gesehen.

Indem einer immer stärker die Bewegungen seines Körpers und alle seine Vorgänge und Wandlungen in sein Bewusstsein aufnimmt, da entdeckt er erst die Tatsache, dass und wie sehr der Körper nur Werkzeug ist, nur Instrument der verschiedenen Verrichtungen ist. Solange er voller Durst und Drang nach sichtbaren Formen, hörbaren Tönen, riechbaren Düften usw. war, benutzte er blind und unwissend diesen Körper, um Formen zu sehen, Töne zu hören, Düfte zu riechen, vergaß der Tatsache seines Körpers und nannte ihn „Ich“. In dem Maß aber, wie die sinnlichen Eindrücke ihm durch fortschreitende Zügelung der Sinnesdränge gleichgültiger oder lästig werden,

beobachtet er den Weg der Entstehung der Wahrnehmung und sieht immer und überall, wie dieser Körper es ist, durch den sie sich ihm aufdrängt. Er erfährt den Körper mehr und mehr als ein Ding, das da bei ihm ist. Der Körper ist Objekt geworden, d.h. er ist aus seinem Ichbegriff, aus seinem Ichverständnis herausgenommen worden. Sein Ich hat sich um den Körper verringert.

Dieser Vorgang ist eine geistige Operation sondergleichen. In ihr erst vollzieht sich die Wandlung der Perspektive, die die Voraussetzung ist zur Überwindung von Ding und Form und Raum. Indem er den Körper immer stärker als ein Gebilde aus Knochen, Sehnen, Fleisch und Organen erlebt, das wie ein Roboter gewichtig einherstampft, blind und willenlos im Dienst des begehrenden Süchtens, indem er erkennt, dass einige Organe dieses Knochenleibgebildes es sind, durch welche da Formen gesehen, Töne gehört, Düfte gerochen und somit überhaupt eine Welt wahrgenommen werden kann - in dieser aus tiefer anhaltender Beobachtung erwachsenen Erfahrung und Erkenntnis geht ihm der Leere-Charakter der Weltwahrnehmung auf, und damit gewinnt er einen Standort abseits sinnlicher Wahrnehmung und das heißt jenseits der Dinge und Formen, jenseits der Vielfalt.

In den Reden werden öfter die acht Freiungen genannt (M 77, 137 u.a.). Das sind acht Entwicklungsschritte, von denen schon der erste nur von Mönchen geübt werden kann. Der zweite dieser Schritte lautet:

*Das Ich als formlos erlebend,  
ist ihm alle Form nur außerhalb.*

Alles, was er an Form erlebt, ist für ihn nicht innen, sondern außen, „Umwelt“. Ebenso selbstverständlich wie wir, wenn wir „Ich“ sagen, an unseren vom Wollen bewegten Körper denken, ebenso selbstverständlich und ganz natürlich denkt ein solcher, wenn er überhaupt noch „Ich“ denkt, nur noch an das geistigseelische Fühlen, Wollen und Wahrnehmen und in kei-

ner Weise mehr an den Körper. Der Körper ist für ihn in dem Maß, wie er zum betrachteten Objekt geworden ist, genauso „außen“ wie alles übrige Betrachtete, eben die sonstige „Welt“, die ihn kaum interessiert. Dadurch findet eine Transzendierung der Ichvorstellung statt, die aus der Körperlichkeit herausführt. Diese geistige Operation erst, diese völlige Wandlung der Perspektive, ist der entscheidende Anstieg auf dem Weg zu brahmischem Sein, auf dem Weg von der Sinnenwelt zur Brahma-Welt, zum anderen Ufer.

### Zufriedenheit

*Und wie ist ein Mönch zufrieden, Vāsettho? Er ist zufrieden mit Gewand, Almosenschale, Lagerstatt und Arznei im Fall einer Krankheit. Wie ein Vogel, wohin er auch immer fliegt, nur mit der Last seiner Federn fliegt, so ist der Mönch zufrieden mit Gewand, Almosenschale, Lagerstatt und Arznei im Fall einer Krankheit.*

*So, Vāsettho, ist ein Mönch zufrieden.*

In den Augenblicken oder auch Stunden und Tagen, in denen der sich übende Mönch befreiende Überwindungen von Form in sich erlebt, seliges Glück empfindet, da ist die Zufriedenheit für ihn natürlich kein Problem. Aber diese Befreiungen gibt es im Anfang noch nicht und gibt es später erst sporadisch und nur, wenn der Mönch unbekümmert weiterkämpft, beharrlich sein Ziel verfolgt, täglich treu und unermüdlich seine Übungen da fortsetzt, wo er sie gestern abbrach, dann mehren sich diese Befreiungen sowohl in der Qualität wie in der Quantität. Dann ist das Problem der Zufriedenheit aufgehoben. Aber bis dahin kann die Unzufriedenheit zu einer immer wieder störenden Hemmung werden und, wenn der Übende sich ihrer nicht zu erwehren versteht, zu einer endgültig den Weg zum Heil verriegelnden Mauer. Darum ist die Zufriedenheit besonders im



Anfang ein Problem, das gelöst werden muss. Der Erwachte empfiehlt in dieser Lehrrede auch ausdrücklich, dass der Mönch sich um die Zufriedenheit bemüht. Wie ist die Zufriedenheit zu gewinnen? Zufrieden sind wir immer nur, wenn wir mit unserem Erleben einverstanden sind; einverstanden sind wir immer nur, wenn wir entweder ohne irgendeinen Kummer, einen Mangel oder eine Sorge sind oder aber wenn wir uns auf dem richtigen Weg zu diesem Zustand wissen. In jedem dieser beiden Fälle sind wir zufrieden.

Jeder Lehrling, der einen Beruf erlernt, muss sich anstrengen. Diese Anstrengung an sich ist nicht immer erfreulich. Denkt der Lehrling bei der Anstrengung nicht an das Ziel, so wird er unzufrieden. Freut er sich aber auf das Ziel, so nimmt er die Anstrengung mit Zufriedenheit auf sich. So auch der sich übende Mönch: Wenn er zu Zeiten, in denen er kein gegenwärtiges Wohl erlebt, nicht an die sichere Möglichkeit des zukünftigen Wohls und völliger Freiheit denkt, so kann er unzufrieden werden. Wenn dieser Zustand von langer Dauer ist, dann wird er bestimmt unzufrieden. Wer sich aber vor Augen führt, dass seine Übung ihn zu einer unverlierbaren Meisterschaft führt, zu der vollständigen Daseinsmeisterung, bei dem kehrt die Zufriedenheit wieder ein.

Und noch etwas müssen wir bedenken: Die Zufriedenheit ist eine gute geistige Verfassung. In der Zufriedenheit stehen uns die Kräfte leichter zur Verfügung; lenken wir uns leichter, übersehen wir die Dinge leichter, kommen wir besser vorwärts, gelingt uns alles besser. Zufriedenheit ist eine Haltung des gleichmäßigen stillen Strömens, während Unzufriedenheit Verklemmung, Hemmung und Eruption ist. So ist Zufriedenheit wohl wert, dass man sich um sie bemüht.

### Aufhebung der fünf Hemmungen

Man kann eine Eigenschaft oder Verhaltensweise in seinem Geist völlig klar als schädlich erkannt haben und sie darum endgültig verwerfen, kann aber in seinem Triebhaushalt mit

den vielfältigen Neigungen, Bedürfnissen, Gewohnheiten dennoch in das im Geist Verworfenen verstrickt, daran gefesselt sein. Dann hat man die Bande zu der betreffenden Sache gelöst, aber noch nicht die Verstrickungen des Herzens, die alten, lange gepflegten Gewöhnungen. Darum beginnt nun nach der im Geist vollzogenen Abwendung des Willens (Ablösung der Bande von den bisherigen Zielen) der Prozess der Umbildung des Menschen, indem er nun aus seinem Herzen alle Neigungen, Verstrickungen und Gefühle, die noch auf die alten gewohnten Ziele aus sind und starke H e m m u n g e n darstellen, nach und nach ausrodet bis zur Vollendung.

*Nachdem der Mönch heilende Tugend gewonnen, sich die heilende Bewachung der Sinnesdränge ganz erworben hat und der Wahrheit gegenwärtig mit heilemdem klaren Bewusstsein ausgerüstet ist, zieht er sich nun an einen abgelegenen Platz zurück: in einen Hain, unter einen Baum, auf einen Berg, in eine Höhle, in eine Gebirgsschlucht, auf einen Friedhof, in den Dschungel, auf ein Streulager im Freien. Dort setzt er sich nach dem Mahl, wenn er vom Almosengang zurückgekehrt ist, mit verschränkten Beinen nieder, den Körper gerade aufgerichtet und richtet seine Aufmerksamkeit auf sich selber.*

*Er hat weltliches Begehren verworfen; im Gemüt frei von weltlichem Begehren verweilend, läutert er das Herz von der Hemmung weltliches Begehren.*

*Antipathie bis Hass hat er verworfen; im Gemüt ohne Antipathie bis Hass verweilend, hegt er zu allen Wesen Liebe und Mitempfinden. So reinigt er das Herz von der Hemmung Antipathie bis Hass.*

*Er hat trüges Beharren im Gewohnten verworfen. Der erkannten Wahrheit eingedenk, hebt er die beschränkte Weltperspektive auf und erfährt die Freiheit*

*von Begrenzung, reinigt das Herz von tragem Beharren in der Gewohnheit.*

*Er hat Erregbarkeit, geistige Unruhe verworfen. Unerregten Gemütes verweilend, beruhigten Gemütes, reinigt er das Herz von Erregbarkeit und geistiger Unruhe.*

*Daseinsorge, Daseinsbangnis hat er abgetan. Frei von Daseinsorge und Daseinsbangnis verweilend, fraglos geworden über die Heilsentwicklung, reinigt er das Herz von Daseinsorge, Daseinsbangnis.*

Wenn wir den Unterschied zwischen dem natürlichen Menschen und göttlichen, brahmischen Wesen mit einem Wort bezeichnen wollen, dann sagen wir: Die fünf Hemmungen hindern den Menschen, so rein wie Brahma zu sein. Der Grad der Reinheit eines Geistes: eines menschlichen, untermenschlichen oder übermenschlichen, ist der Grad der Befreiung von den fünf Hemmungen. In allen religiösen Anweisungen und in aller praktischen Bemühung besteht die Läuterung letztlich in der Minderung dieser fünf Hemmungen. Wer sie kennengelernt hat und gründlich betrachtet, der sieht, dass sie alle „Hemmungen“, alle Behinderungen des Friedens und der unverletzlichen Sicherheit, also des Heilens umfassen. Für den, der sich freimachen will, ist es wichtig, sie zu erkennen. Sie sind ein Haufen Unheil. (A V,32)

Die fünf Hemmungen sind jene aus den Verstrickungen des Herzens kommende zweifache Verschlackung des Geistes, die den Menschen und alle anderen unvollkommenen Geister kennzeichnet: sowohl die jeweilige getrübe Geistesverfassung als auch die dadurch gegebene begrenzte geistige Leistungsfähigkeit sind bedingt durch die fünf Hemmungen und machen damit den Unterschied zwischen der menschlichen und der göttlichen (brahmischen) Geistesverfassung und zwischen der menschlichen und der göttlichen geistigen Leistungsfähigkeit aus. Der Unterschied wurde in D 13 schon herausgestellt, in-

dem *der Mensch* als *von außen abhängig, feindseligen, harten Herzens, befleckt, als in der Gewalt des Herzens* bezeichnet wurde, *Brahma* dagegen als *von außen unabhängig, frei von Feindschaft, liebevoll, rein, Herrscher über sich selbst*. Zwischen diesen beiden gewaltig unterschiedlichen Geistesverfassungen liegen die fünf Hemmungen: Ihre starke Anwesenheit bedingt die menschliche und ihre fast völlige Abwesenheit die brahmische Geistesverfassung, und sie bedingen auch die geistige Leistungsfähigkeit: den fast alles durchdringenden, Welten durchschauenden Geist des *Brahma* und den blinden Geist des Menschen.

Die Reden lassen erkennen, dass die gesamte Sinnensuchtwelt, also nicht nur das Menschentum, sondern alle untermenschlichen Bereiche und mehrere übermenschliche himmlische Bereiche durch die feineren bis gröberen Eigenschaften der Wesen wie von mehr oder weniger dichtem Gewölk durchsetzt sind. Jeder aufmerksame Mensch kann die Situationen seines Lebens, in welchen er sich in streithafter Auseinandersetzung mit seiner Umwelt befand, als wilde Hagelstürme mit Donner und Blitz empfinden und die Zeiten relativen Friedens als Nachlassen der Stürme. Diese Stürme durchrasen die Unterwelten dauernd, kommen im Menschentum immer wieder vor, nehmen in den übermenschlichen Bereichen der Sinnensuchtwelt mehr und mehr ab und kommen an den oberen Grenzen der Sinnensuchtwelt kaum noch vor. Die Aufhebung der fünf Hemmungen ist die Aufhebung dieses letzten Gewölks, der letzten feinen Nebelschwaden, die sich trübend vor dem unendlichen blauen Himmel bewegen, der ein Bild für die vollendete Herzenseinung ist.

Der moderne Mensch erfährt auf dem allgemeinen Bildungsweg nichts von diesen geistigen Übungen und deren Früchten; deshalb mag ihm der hier angedeutete geistig-seelische Zustand, der mit dem von allem Dunst und Gewölk befreiten unendlich blauen Himmel verglichen wird, unvorstellbar sein, aber für die Mystiker aller Kulturen, welche die große Stufenfolge der Daseinsmöglichkeiten an sich selbst

erfahren, beginnt erst hier nach der vollständigen Reinigung des Lebens von allen Unwettern und Gewölk die Zuwendung zu immer lichterem Entwicklungsmöglichkeiten.

Es sind vorwiegend zwei Übungen, durch welche man sich über das banale Alltagsleben und die übliche Verwurzelung in der Alltagsstimmung zwischen Verdruss, Verteidigungsbereitschaft, Sorge und Hoffnung erhebt und dabei manchmal über die eine, manchmal über die andere, manchmal über mehrere der Hemmungen hinauskommt: Weisheit und Tugend.

Die Einübung in Weisheit besteht in dem aufmerksamen, gesammelten Bedenken und Betrachten der vom Erwachten gelehrt Daseinsicht. Je mehr wir uns in diese Sicht vertiefen, um so mehr kommen wir dabei „von selber“ aus dem Gefängnis unserer bisherigen Seinssicht heraus. Zwei Wahrheiten begleiten als Leitbilder denjenigen, der ein tieferes Verständnis von den Daseinsgesetzmäßigkeiten gewonnen hat: die eine Wahrheit: dieser Körper ist nicht das Leben, sondern nur ein Werkzeug des Erlebensbedürfnisses; die andere Wahrheit: unsere Erlebnisse von beglückend bis entsetzlich werden nicht durch die Welt bestimmt, sondern durch die Beschaffenheit unseres Herzens. Jeder erlebt genau die ihm gemäße Welt. Die gesamten inneren Neigungen, Triebe, Bedürfnisse und charakterlichen Qualitäten des Menschen, die als drängende Dynamik sein Wollen und Agieren antreiben, bilden den Spannungsleib. Dieser ist der unsichtbare Stimmungsleib des Menschen, von welchem der Grundton seiner Befindlichkeit, seines Daseinsgefühls ausgeht, die Grundstimmung, die je nach den Qualitäten der Triebe und Neigungen wohlthuend oder misslich ist. Dieser Spannungsleib macht nicht nur die Grundstimmung der Wesen, sondern er ist es auch, der von allen Sinneseindrücken berührt wird und auf diese Berührungen mit den ihm möglichen Gefühlen antwortet. So hängen alle unsere Gefühle von seiner hellen oder dunklen Beschaffenheit ab, von seinen Eigenschaften zwischen Liebe und Hass, zwischen Erbarmen und Rohheit, zwischen Tugend und Untugend. So ist also unser Wohl und Wehe, unser helleres oder dunkleres

Erleben und damit unsere gesamte Lebensqualität, unser „Schicksal“ davon abhängig, wie wir in unserem Herzen, den Trieben, beschaffen sind. Die Herzensqualitäten bewirken bei den meisten Menschen, wenn sie nicht durch sinnliche Eindrücke positiv oder negativ gereizt sind, die Unlust, den Missmut, die Öde, die Langeweile; doch lassen sich diese Herzensqualitäten noch hier im Menschentum verändern, lassen sich so bilden und entwickeln, dass der Mensch sich bei sich selber wohl und glücklich fühlt und dadurch von den äußeren Erlebnissen unabhängiger wird.

Aber der Hauptgrund für das Gewicht dieser in allen Religionen zu findenden Lehre von dem Einfluss des Herzens auf unser gesamtes Erleben liegt in der wiederum in allen Religionen gelehrteten Tatsache, dass das „Herz“ (die „Seele“), die Gesamtheit der Triebe, nicht stirbt, nie stirbt. Es ist mit dem jungen Körper nicht jung, wird nicht mit dem alternden Körper älter, nicht mit dem kranken Körper krank und stirbt auch nicht mit dem absterbenden Körper, sondern es verlässt den zusammenbrechenden Körper und baut sich je nach seiner Qualität zwischen Licht und Dunkel, zwischen Liebe und Hass wieder neue Daseinsformen in entsprechenden Lebensbereichen, und so bestimmt es auch die Qualität des nächsten Lebens und aller weiteren Leben entsprechend seinen jeweiligen Qualitäten. Diese Wahrheit ist immer wieder zu betrachten, dass Erleben so lange erlebt wird, als Herzensqualitäten sind, und zwar ganz unabhängig von Untergang und Neuentstehen von Körpern. Darum ist es töricht, sein Dasein nur nach den Jahren des gegenwärtigen Körpers zu zählen: *Nur eine Episode des Herzens - das ist dieser Sterbliche* - so ist das Urteil des Erwachten (A X,208). Unsere gegenwärtige Daseinsform als der Mensch, der wir zu sein glauben, und mit dem Namen, den wir tragen, ist eine Episode nur, und zwar eine Episode des alle Episoden bildenden und umfassenden Herzens.

Es ist also Illusion, auf ein Ende zu hoffen oder ein Ende zu fürchten, und Begriffe wie „Tod, Untergang, Vernichtung“ sind Begriffe der Toren. Die Weisheit aller Kulturen sagt das-

selbe: die Seele stirbt nicht, das Leben stirbt nicht. Aber die Oberflächlichen, die nur auf die Mittel zum Leben, auf die äußeren Werkzeuge achten und diese beobachten, können das nicht entdecken.

Und weil es von selber kein Ende gibt, darum gibt es gar keine irgendwann von selber eintretende Lösung oder Erlösung, sondern ohne Zutun nur immer weiteren Wandel in weiteren Wandlungen. Und solange wir der inneren Dunkelheit und Kälte kein Ende machen, kein Ende dem inneren Missmut, so lange bleibt auch das mühselige, elende Jagen nach Lust. Es gibt keine andere Lösung als die, die Unlust, die innere Dunkelheit aufzuheben.

Die Welt ist nicht ein Wert an sich, sondern das Herz macht den Grundwert aus. Unser Welterlebnis ist sozusagen nur Spiegelbild des Gemüts. Das ist die Einsicht der tieferen Geister in allen Kulturen. Darum: von der Welt fort zur Gemüts-erhellung hin.

Die Meinung, die Welt bestehe an sich und sei deshalb ein Wert an sich, bewirkt eine starke Hemmung in der Ausbildung von Nächstenliebe, denn wer die Welt im Grund bejaht und nur an das eine jetzige Körperleben glaubt, der kann nur den jetzigen Wohlge- und Lustgewinn positiv bewerten, und das verhindert gerade die Entwicklung von Nächstenliebe. Aus diesem Geist heraus ist ja das Wort entstanden: „Gutheit ist Dummheit.“ Wer aber gehört und erfahren hat: „Durch die Befriedigungssuche bei den sinnlichen Dingen nimmt das innere Begehren, die Bedürftigkeit, nur weiter zu, aber alle sinnlichen Dinge fallen spätestens mit dem Wegfall des Körpers fort, das Begehren hingegen bleibt“ - der versteht, wenn der Erwachte die sinnlichen Dinge mit Darlehen vergleicht und warum in allen Religionen gesagt wird, dass man sie zurückgeben muss.

Wer die Welt für die einzige Erlebensgrundlage hält, der muss auch daraus all sein Wohl und Glück beziehen wollen. Wer aber die Welt durchschaut hat und das heißt, die Beschränktheit und Begrenztheit der sinnlichen Wahrnehmung

kennt, der sucht nicht mehr in dieser naiven Ausschließlichkeit, dort sein Glück zu finden, sondern richtet seinen Blick nach innen. Er kommt von der Grundstimmung des fast allgemein üblichen Missmuts und der Lustlosigkeit durch die Entwicklung von Rücksicht auf alle ihm begegnenden Wesen zu einer großen Säuberung des Herzens und Gemüts von Egoismus und den vielen kleinen Primitivbedürfnissen, durch die der Mensch den Tieren verwandt ist. Dadurch wird sein Lebensklima insgesamt heller, wärmer, heiterer. Er wächst sozusagen von unten herauf immer mehr aus den Hemmungen heraus. Während er bei seinem Bemühen um den weisheitlichen Anblick, wie er ihm durch die Lehre des Buddha vermittelt worden ist, sich nach oben reckt und vorübergehend über das Gewölk der Hemmungen hinaussteigt, so bewirkt die durchgängige, bis zum Grund der Gesinnung gehende Tugendübung ein solides, festes Wachstum in immer mehr Höhe und Helligkeit. So fördern Tugend und Weisheit die Aufhebung der fünf Hemmungen: die Weisheit durch vorübergehendes Sich-darüber-hinaus-Recken und die Tugend durch allmähliches Hinaufwachsen bis zu dem Stand, in dem die innere Helligkeit des Herzens das Begehren zurücktreten lässt.

### Die vier Strahlungen

*Wer diese fünf Hemmungen in sich aufgehoben erkennt, dem entsteht innere Freude; dem innerlich Freudigen entsteht überweltliche Beglückung bis Entzückung. Dem von überweltlichem Entzücken Erfüllten wird der Körper still. Bei gestilltem Körper wird er von Wohl durchdrungen. Dem von Wohl Durchdrungenen eint sich das Herz.*

*Er durchstrahlt mit liebevollem Gemüt eine Richtung und verweilt so, dann eine zweite, dann eine dritte, dann die vierte, ebenso nach oben und unten, in alle Richtungen, überallhin durchstrahlt er die ganze Welt*



*mit liebevollem Gemüt, mit weitem, hohem, nicht messendem, von Feindschaft und Bedrängung freiem Gemüt.*

*So wie ein kräftiger Trompeter mühelos nach allen vier Himmelsrichtungen trompeten kann; ebenso kann, wenn die liebevolle Gemüterlösung so entfaltet wird, alles messende/unterscheidende/beschränkte Wirken keinen Bestand mehr haben, kann nicht mehr fort dauern. Das ist der Weg zur Gemeinschaft mit Brahma, Vāsettho.*

*Er durchstrahlt erbarmenden Gemüts – freudevollen Gemüts – unbewegten Gemüts – eine Richtung und verweilt so, dann eine zweite, dann eine dritte, dann die vierte, ebenso nach oben und unten, in alle Richtungen, überallhin durchstrahlt er die ganze Welt mit erbarmendem – freudevollem – unbewegtem Gemüt, mit weitem, hohem, nicht messendem, von Feindschaft und Bedrängung freiem Gemüt.*

*So wie ein kräftiger Trompeter mühelos nach allen vier Himmelsrichtungen trompeten kann; ebenso kann, wenn die liebevolle Gemüterlösung so entfaltet wird, alles messende/unterscheidende/beschränkte Wirken keinen Bestand mehr haben, kann nicht mehr fort dauern. Das ist der Weg zur Gemeinschaft mit Brahma, Vāsettho.*

Wir sehen, dass die vier brahmischen Weilungen, die Strahlungen, eine solche Läuterung und Reife erfordern, wie sie auch zum Eintritt in die Entrückungen erforderlich sind: Es müssen die fünf Hemmungen aufgehoben sein. Dadurch ist der Mensch in seinem Gemüt über alles weltliche Dichten und Trachten ganz hinausgelangt, Herz und Geist sind in einer übernormalen Verfassung der Reinheit und Helligkeit. Dadurch tritt das geistige Entzücken ein - ein Zustand von geisti-

gem konzentrierten Glück, das mit allem durch weltliche Dinge hervorgerufenen Glück in keiner Weise verglichen werden kann. Deshalb wird nun die gesamte Aufmerksamkeit des Menschen so sehr auf dieses Glück gerichtet, dass daneben dem Geist keine Aufmerksamkeit übrig bleibt, sich wie gewohnt den Formen, Tönen usw. zuzuwenden. Das bedeutet für den Körper eine bisher ungekannte Ruhe, wodurch er ebenso in den Hintergrund des Bewusstseins tritt, wie durch das Schweigen der sinnlichen Wahrnehmung auch die Welt in den Hintergrund tritt.

Diesen Zustand der Beruhigung der fünffachen Sinnestätigkeit, in welchem das tiefste, am stärksten gesammelte Denken möglich ist, weil es keinerlei Ablenkung gibt, bezeichnet der Erwachte als *samādhi*, Einigung, in der meistens die erste weltlose Entrückung eintritt:

*Er verweilt abgeschieden von weltlichem Begehren, abgeschieden von allen heillosen Gedanken und Gesinnungen in stillem Bedenken und Sinnen, und so tritt die aus innerer Abgeschiedenheit geborene Entzückung und Seligkeit ein, der erste Grad weltloser Entrückungen.*

Es wird nicht ausgeführt, was in diesem Zustand der Abgeschiedenheit gedacht wird. Die hier besprochene Lehrrede (D 13) aber gibt ein Beispiel dafür, welcher Art das stille Bedenken und Sinnen in diesem überweltlichen Zustand sein kann:

*der durchstrahlt mit liebevollem Gemüte eine Richtung. . . !*<sup>252</sup>

Die zwei vorangegangenen Übungen: die Überwindung der fünffachen Sinnensüchtigkeit und die Aufhebung der fünf

---

<sup>252</sup> Karl Eugen Neumann übersetzt *pharati* mit „durchstrahlen“; wörtlich bedeutet es: „anfüllen, durchdringen, sich dahin ausdehnen, darin eindringen“.

Hemmungen führten zu einer vollständigen Entleerung des Geistes von allem weltlichen Dichten und Trachten. Jetzt aber geht es darum, den nun zu völlig ungestörtem Denken befähigten Geist einzusetzen, um in tiefem Frieden allen Wesen nur Wohl und Erleichterung zu wünschen in einer nicht messenden All-Liebe, d.h. sich nicht beeinflussen zu lassen durch Sympathie und Antipathie oder durch Wissen um Fehler oder Übeltaten anderer, sondern nur die Erfüllung der allen Wesen gemeinsamen Sehnsucht nach Erleichterung, Erhellung und nach Wohl zu wünschen.

Solcher Art ist die Spitze der mettā-Strahlung: weit umfasst der Übende alle Wesen, nicht misst, beurteilt er die Wesen, trifft keine Unterscheidungen mehr, hegt keine Abneigung, keine Feindschaft, geht nicht mehr nach Sympathie oder Antipathie. Zu- und Abneigungen zu der seelischen Art der einzelnen Wesen sind aufgelöst im Lieben aller. Er fühlt kein Zurückschrecken, Nichtmögen, keine Trennung mehr, ist völlig hell, unbelastet, ohne eigenes Anliegen, offen für alle Wesen, eins mit ihnen. Wie ein Trompeter nach allen Seiten mühelos blasen kann, so wirken die Strahlungen: die Luft trägt mühelos den Ton - der liebende Gedanke durchdringt mühelos alle Richtungen, und alle anderen selbstsüchtigen Gedanken sind verschwunden vor der alles andere übertönenden Gesinnung des Liebens, des Erbarmens, der Freude, des Gleichmuts.

Es ist ein gleichmäßiges Überallhin-Gerichtetsein, und das heißt ein strahlendes Zentrum und das durchstrahlte All wie bei der nach allen Seiten gleichmäßig strahlenden Sonne. Im weiteren Verlauf der Übung wird auch das strahlende Zentrum selbst und die Peripherie und damit das All vergessen. Es besteht nicht mehr ein Strahlender und das Durchstrahlte, sondern es besteht nur noch das strahlende, allliebende Gemüt. So wird die Eigen-Art, die Egozentrik aufgelöst und damit die Identität mit Brahma erreicht.

Dagegen muss derjenige, der diese Übung nicht auf der hier geschilderten hohen Warte beginnt, sondern noch als gewöhnlicher Mensch, sich eben darum auch viel konkreter und

schwerfälliger um Verständnis und Teilnahme für andere Wesen sich bemühen – immer wieder unterbrochen von den fünf Hemmungen. Wo diese aber bereits überwunden sind, da kann so intensiv gestrahlt werden, wie der kräftige Trompeter mühelos nach allen Seiten trompeten kann und damit alle anderen Geräusche überdeckt.

Der Grundfehler, der durch die recht verstandene Mettübung aufgehoben wird, ist folgender: Es gibt für den normalen Menschen in der ganzen Existenz nur einen „Ort“, an welchem gefühlt wird, nur eine einzige unmittelbar wirksame Fühlbarkeit, und dieser Ort wird von dem wahnbefangenen Menschen „Ich“ genannt. An diesem durch Gefühl konstituierten Ich-Ort herrscht zwar zugleich die Auffassung, dass die anderen ähnlich gestalteten Wesen auch Gefühl hätten, aber das ist immer nur geistige Erkenntnis, doch g e f ü h l t wird das Fühlen des anderen nicht, darum eben wird das Gefühl des anderen nie so ernst genommen wie das „eigene“ Gefühl.

So hat man eben das Gefühl zum Maßstab genommen, nach welchem man ich und andere trennt. „Ich“ ist der Ort, wo gefühlt wird, und „andere“ ist der Ort, wo auf Grund des Anscheins zwar Gefühl im Geist vorgestellt wird, aber eben nicht gefühlt wird. Ohne das Gefühl könnte dieser Maßstab, der zwischen ich und anderen trennt, gar nicht bestehen. Und da man ja das erlebte Gefühl, das sogenannte eigene, ganz ausschließlich und stark respektiert und berücksichtigt und das nicht gefühlte, sondern nur in Gedanken vorgestellte Gefühl, also das der anderen, immer nur erst in zweiter Linie berücksichtigt (wenn überhaupt), so hat man dort, wo im Grund genau dasselbe vorliegt, nämlich Gefühl, eine Trennung vollzogen. Man hat das gefühlte Gefühl zum Zentrum erhoben und das vermutete oder erkannte oder vorgestellte in den Umkreis gestellt, auf welchen man wenig oder gar nicht achtet. Somit hat man ein Weltbild nach dem Gefühl aufgebaut, das Gefühl - die Sprache der Triebe, also die Triebe - zum Maßstab gemacht, zum Diktator gemacht.

Diesen gefährlichsten weltmachenden Fehler, der durch die Identifizierung mit dem Gefühl dazu führt, dass man sich selbst als eine Einheit bezeichnet, die den unendlich vielen anderen gegenüberstehe als eine Einheit in der Vielheit - hilft der Erwachte durch die Übung in der Liebe-Strahlung aufheben.

Durch die recht verstandenen Strahlungen wird nicht mehr der Ort des g e f ü h l t e n Gefühls hervorgehoben und als Zentrum angesehen, sondern die Tatsache des aufmerksam e r k a n n t e n Gefühls, und diese erkannte Tatsache des Gefühls, die Tatsache der gleichen Bedingtheit des Gefühls und der allgemeinen Sehnsucht nach Wohlgefühl lernt der *mettā*-Übende im Anfang bei allen anderen Menschen ganz ebenso zu sehen wie bei sich selbst. Diese immer deutlichere Einsicht führt dazu, dass die törichte Unterscheidung von „anderen“ und „ich“ (und das heißt ja: von einem gefühlten Gefühl und von einem im Geist angenommenen Gefühl) aufhört und dass nur noch die Tatsache des Gefühls und des Fühlens und seine Bedingtheit und die Not des Wehgefühls gesehen wird.

Darum führen die Strahlungen zur Ausradierung des Eigenwillens, zur Überwindung von irgendeiner geistigen Absonderung von anderen fühlenden und wollenden Wesen.

Mit der Einübung der Umbildung des Gemüts und damit des Herzens zu der unterschiedslosen Zuwendung zu allen Wesen und Einswerdung mit allen Wesen gewinnen wir auch ein zunehmendes Verständnis für die Reihenfolge dieser vier Gemütshaltungen.

In dem gleichen Maß, in dem die nichtmessende Liebe zunimmt, nimmt auch das als zweites genannte Erbarmen oder Mitempfinden mit den Wesen zu. Aus der größeren Nähe, die durch die Liebe zu allen Wesen gewonnen wird, ist größere Aufmerksamkeit für das Mitwesen erwacht. Man kann nicht mehr „versehentlich“ den anderen übergehen, man sieht in seinem Blick oder in seiner Haltung, dass ihn Sorgen bewegen. Man merkt bei jedem Menschen, mit dem man gerade zu tun hat, was er wünscht oder erwartet, wie ihm zumute ist, so dass es jene durch Oberflächlichkeit und Unachtsamkeit ent-

stehenden Missverständnisse und Kränkungen nicht mehr gibt, und stattdessen alle Beziehungen, Treffen, Gespräche und gemeinsamen Unternehmungen viel herzlicher, wohltuend und erleichternd verlaufen. Damit hört im gesamten zwischenmenschlichen Verkehr Streit und Hader auf, und dadurch eben gibt es auch nicht mehr jene inneren verdunkelnden Selbstvorwürfe über die harte Umgangsweise und die Rechtfertigungsversuche, sondern es erwächst umgekehrt in zunehmendem Maß und vom Grund her ein Gefühl der inneren Freude und Sicherheit, weil der Übende spürt, dass der Umgang mit allen Wesen durch die erworbene Herzensart keine Gefahr mehr zu Streit und Hader in sich birgt, sondern umgekehrt fast immer eine Gelegenheit zu herzlicher, erwärmender Fürsorge bietet.

Mit schonendem, erbarmendem Mitempfinden (*karunā* - zweite Strahlung) strahlt er unterschiedslos, grenzenlos in alle Richtungen, alle Lebewesen einbegreifend. Damit wird er im Lauf der Übung vollends abgezogen von sich selbst und seinen eigenen Anliegen; und indem diese im Lauf der Übung immer mehr in die Vergessenheit sinken, da erfährt er eine zunehmende Erleichterung und Befreiung und Entlastung. In der Hinwendung zu den Lebewesen erfährt er, dass seine frühere Sorge für sich selbst zugleich seine Verletzbarkeit war und dass das Wissen um jene Verletzbarkeit auch immer wieder seine Sorge ernährte. Von all diesem fühlt er sich immer mehr frei. Aus dieser Erfahrung sagt der christliche Mystiker *Ruibroeck*:

*Die dem Erbarmen sich ergeben, sind reich von allen, die da leben; ihr Haupt, kühn können sie es tragen, nach niemand brauchen sie zu fragen.*

Damit aber ist geradezu die gesamte zwischenmenschliche Problematik vom Grund her gelöst, denn auf dem Weg dieses Wachstums - dieser Befriedung und Entspannung aller Beziehungen zwischen den Wesen durch die fürsorgend wohlwol-

lende Haltung - wächst jene innere Helligkeit, die der Erwachte an dritter Stelle nennt: *muditā*. Diese helle Freude ist der Lohn für die Eroberung der beiden ersten Stadien, für die mitempfindende Haltung gegenüber jedem Du.

Mit der durch die völlige Abwesenheit von Abwendung und Gegenwendung entstehenden großen Beglückung, Helligkeit und Freude erfüllt sich der Übende und durchdringt den Raum mit ihr (dritte Strahlung). Sie ist die völlige Überwindung von Neid, Unlust, Misshmut, innerer Dunkelheit und Kälte; hell strahlen solche Wesen in die Welt, sehen gar kein Dunkel.

Aus dieser hellen Freudigkeit erwächst in dem Maß, wie der Übende sich auf dem sicheren Weg aus Wechsel und Wandel heraus erkennt, immer mehr gleichbleibende Ruhe und Sicherheit, die in die vierte Strahlung, den stillen, durch nichts erschütterlichen Gleichmut übergeht. Mit dieser erhabenen Unverletzbarkeit und Unregbarkeit des Gemüts ist der Mensch geradezu grenzenlos geworden. Da ist kein Unterschied zwischen Ich und anderen, zwischen Körper und Welt, zwischen Sein und Nichtsein. Da ist auch kein Umgang mehr mit Raum und mit Zeit.

Und nun nennt der Erwachte noch einmal zusammenfassend all die Herzenseigenschaften, die der Mönch, der die Strahlungen übt, erworben hat. Damit ist er Brahma gleich geworden und kann darum bei Brahma wiedergeboren werden.

*Was meinst du, Vāsettho, ist ein solcher Mönch von außen abhängig oder in sich ruhend, von außen unabhängig? –*

*In sich ruhend, von außen unabhängig, Herr Gotamo. –*

*Im Herzen feindselig oder frei von Feindschaft? –*

*Im Herzen frei von Feindschaft, Herr Gotamo. –*

*Harten Herzens oder liebevoll? –*

*Liebevollen Herzens, Herr Gotamo. –*

*Im Herzen befleckt oder rein? –*

*Rein, Herr Gotamo. –*

*In der Gewalt des Herzens oder Herrscher über sich selbst? –*

*Herrscher über sich selbst, Herr Gotamo. –*

*So ist also ein solcher Mönch in sich ruhend, von außen unabhängig. In sich ruhend, von außen unabhängig ist Brahma.*

*Stimmen da nicht der in sich ruhende, von außen unabhängige Mönch und der in sich ruhende, von außen unabhängige Brahma überein? Sind sie nicht von gleicher Art? –*

*Gewiss, Herr Gotamo. –*

*Gut so, Vāsettho, wahrlich, Vāsettho, dass ein in sich ruhender, von außen unabhängiger Mönch nach Versagen des Körpers jenseits des Todes bei Brahma Gemeinschaft erlangt, das ist möglich.*

*So ist also ein solcher Mönch frei von Feindschaft und Härte, rein, Herrscher über sich selbst.*

*Frei von Feindschaft und Härte, rein, Herrscher über sich selbst ist Brahma.*

*Stimmen da nicht der Mönch, der frei von Feindschaft und Härte ist, der rein ist, Herrscher über sich selbst, und Brahma, der frei ist von Feindschaft und Härte, der rein ist, Herrscher über sich selbst - überein? Sind sie nicht von gleicher Art? –*

*Gewiss, Herr Gotamo. –*

*Gut so, Vāsettho, wahrlich, Vāsettho, dass ein solcher Mönch, der frei ist von Feindschaft und Härte, rein ist, Herrscher über sich selbst, nach Versagen des Körpers jenseits des Todes zur Vereinigung mit Brahma gelangt, das ist möglich. –*



Der Erwachte sagt (A IV,125), dass die vier immer höher weisenden Strahlungen, Gemütsverfassungen, den vier Stufen unter den Wesen der Reinen Form entsprechen, so dass ein Mensch, der nach der Anleitung des Erwachten seine menschliche Lebenszeit mit der Einübung dieser vier Strahlungen benutzt - bis zur Beendigung des Menschenlebens in der ersten Strahlung schon weiter eingeübt und eingewöhnt sein mag als in der zweiten und gar in der dritten und vierten. Entsprechend der Stärke der Einübung wird er nach dem Tod in Daseinsform gelangen, die den bis dahin gewonnenen Qualitäten seines Wesens entspricht. Selbst wenn bis dahin die den Menschen innewohnende Sinnensucht noch nicht ganz aufgelöst ist und er darum nur in eine der übermenschlichen Formen der Sinnensuchtwelt gelangt, so hat er aber durch die mehr oder weniger starke Einübung dieser Gemütsverfassungen einen entsprechend starken Zug zu der Welt der Reinen Formen und wird darum, wohin er auch zunächst gelangt, dort entsprechend seinen erkannten Zielen weiter üben und dann zur Brahmawelt oder darüber hinaus gelangen.

*Auf diese Rede sprachen die jungen Brahmanen Vāsettho und Bhāradvājo zum Erhabenen: Wunderbar, Herr Gotamo, wunderbar, Herr Gotamo, wie wenn einer Umgestürztes wieder aufrichtete, Verdecktes enthüllte, einem Verirrten den Weg zeigte, ein Licht in die Finsternis hielt: Wer Augen hat, kann die Bilder sehen – so ist von Herrn Gotamo die Lehre in vielfacher Weise gezeigt worden. Beim Herrn Gotamo nehmen wir Zuflucht, bei der Lehre und beim Mönchsorden. Als Nachfolger möge uns Herr Gotamo betrachten, von heute an zeitlebens getreu.*

Die beiden jungen Brahmanen haben den Erwachten, so weit es in ihrem Vermögen steht, verstanden; worum sie gebeten haben, das ist ihnen überreich erklärt und geschildert worden, und sie bekennen sich nun als Anhänger des Erwachten.

FRAGEN EINES GÖTTERKÖNIGS AN DEN BUDDHA  
SAKKOS FRAGEN  
Längere Sammlung (D 21)

Was sind „Götter“?  
Und was ist ein Buddha?

In der folgenden Rede wird ein Gespräch berichtet, das zwischen dem König eines menschnahen Götterbereiches und dem Buddha stattgefunden hat. Jener Götterkönig stellt Fragen, die auch jedem nachdenklichen Menschen schon aufgekommen sind, so dass wir aus den Antworten des Erwachten wesentlichen Gewinn für unsere Praxis ziehen können. - Aber was sind „Götter“? Und was ist ein Buddha ?

In den drei miteinander im Zusammenhang stehenden Offenbarungsreligionen: dem Judentum, dem Christentum und dem Islam ist von einem Schöpfergott die Rede, der seit Ewigkeit besteht und aus dessen Schöpfung nach seinem Willen das gesamte Universum mit allen Lebewesen hervorgegangen ist und der über das Menschentum hinaus auch die Engel der Himmel geschaffen hat. Von den Engeln (lat. angelus = Diener, Bote) gibt es sehr unterschiedliche Grade, von menschnahen „himmlischen Heerscharen“ bis zu den erhabenen Erzengeln, Cherubimen und Seraphimen.

Dieser Gott hat den Geschöpfen seine Gebote für das Verhalten im Leben auferlegt, und er wird sie - die Menschen wie auch die Engel - richten, d.h. belohnen oder bestrafen je nach ihrem Verhalten. Alle Lebewesen sind als Geschöpfe Gottes von ihm und seinem Gericht abhängig. Als lange Zeit nach der Schöpfung eine große Anzahl der himmlischen Engel unter der Anführung von Luzifer von Gott abfielen, da wurden diese alle auf ewig aus dem Himmel hinaus in die Finsternis der Unterwelt geschleudert. So entstand das Heer der Dämonen mit dem Teufel an der Spitze. So weit die Auffassung der drei monotheistischen Religionen des Nahen Ostens.

Neben diesen Religionen gibt es aber andere, in welchen zwar auch von himmlischen Wesen unterschiedlichster Grade die Rede ist; von menschnahen bis zu den höchsten, erhabenen Göttern - und ebenso von untermenschlichen Wesen, Tieren, Geistern und Dämonen - doch gelten sie nicht als Geschöpfe eines obersten Richtergottes, sondern unterliegen alle dem unpersönlichen Gesetz von Saat und Ernte, das in Indien Karma heißt.

Der Buddha, der Erwachte, berichtet von sich, dass er seinerzeit - etwa ein halbes Jahrtausend vor Jesus - in einem nordindischen Fürstenhaus als erster Sohn geboren, von früher Jugend an nach Klarheit über den Sinn und Zweck des Lebens suchte und fragte und dass er in seiner Jugend einmal, in einer stillen Stunde, ein überweltliches Erlebnis solcher Art hatte, dass er über alle sinnliche Wahrnehmung, über Raum und Zeit hinaus, in jene selige Verzückung geriet, die in Indien *jhāna* genannt wird und im christlichen Mittelalter als *unio mystica* bekannt war. In diesem erhabenen Zustand steht nicht mehr ein Ich einer vielfältigen Umgebung mit ihren Problemen gegenüber, sondern Ich und Umwelt sind eingeschmolzen zu einem seligen Frieden ohne Kommen und Gehen.

Seine mitgebrachte hochsinnige Veranlagung und dieses erhabene Erlebnis ließen ihm keine innere Ruhe mehr im Haus in den menschlichen Grenzen von Geburt und Tod. Ihm ging es immer stärker um Erkundung des Lebensgesetzes über Geburt und Tod hinaus, über seine Herkunft vor seiner Geburt und seine Hinkunft nach dem Tod. So verließ er seine fürstliche Familie und wurde Asket.

Als solcher ging er zuerst einige Jahre lang die damals in Indien üblichen schmerzlichen Asketenwege, bis er, an den Rand des Todes gelangt, die Nutzlosigkeit bisheriger Vorgehensweisen erfahren hatte und sich seines Jugenderlebnisses, der seligen Entrückung über alle Weltlichkeit hinaus erinnerte. Da erkannte er deutlich, dass jener Zustand:  
eine innere Seligkeit ohne Begehren,  
ein Frieden, der nicht durch Befriedigung,

sondern durch Freiheit aller Bedürftigkeit bestand, der rechte war. Einmal auf diese Fährte gelangt, folgte er ihr von Stufe zu Stufe bis zur vollkommenen Ablösung von allen bedingten Erscheinungen.

In den letzten Phasen dieser überweltlichen Entwicklung kam er zur vollkommen klaren Erinnerung an ungezählte seiner vorherigen Daseinsformen und zur Erfahrung der Bedingungen und Ursachen, die zu den menschlichen, untermenschlichen und übermenschlichen Lebensformen und -bereichen führen, so dass er nun in lebendiger Erfahrung die universale Kenntnis aller Daseinsmöglichkeiten gewonnen hatte. Nach seinem Körper schien er ein Mensch, aber nach seinem gesamten geistig-seelischen Wesen war er ein Vollendeter, ein Erwachter, ein Erlöster.

Wie er als solcher zu lehren begann, konnte er von sich sagen, dass er die Struktur und das Gesetz des Daseins nun aus eigener Erfahrung kenne, dass er die Lebewesen aller Daseinstufen, von den schrecklichsten der Unterwelt bis zu den erhabensten Göttern an der Grenze zur Vollendung, kenne und dass er die geistigen Wege kenne, die da Menschen, Geister und Götter von ihrer Stufe aus immer weiter hinaufführen bis zur Vollendung. Damit hatte er sich abseits allen blinden Glaubens, abseits aller philosophischer Spekulation die alles umfassende Wissenschaft vom Gesetz des Lebens in lebendiger Erfahrung erobert. Damit war er zum *Meister der Götter und Menschen* geworden, der von sich und der Gültigkeit seiner Lehre sagen konnte:

*Ob da Vollendete in der Welt erstehen oder nicht erstehen, die Grundgegebenheiten sind diese:*

*da sind die Erscheinungen und die Wandlungen der Erscheinungen und der Wandlungen Bedingungsgesetz.*

*Dieses aber entdeckt ein Vollendeter und durchschaut es. Und wenn er es entdeckt und durchschaut hat, dann teilt er es mit und zeigt es auf, er macht es erkennbar und fassbar, er enthüllt es und gliedert es auf, er verkündet es*

*und spricht: ‚Hier, sehet es selbst.‘ (S 12,20)*

In seiner gesamten Lehre beschreibt der Erwachte etwa zwanzig Erlebensbereiche, Daseinsformen von den grausigsten noch unterhalb des Menschentums bis zu den lichtesten und erhabensten, und beschreibt auch die geistigen Wege, die zu den einzelnen Daseinsformen führen, und die Vorgehensweise, die selbst aus den lichtesten endgültig in das Nicht mehr Bedingte und nicht mehr Wandelbare gelangen lassen: Nirvāna.

In der folgenden Rede geht es nun um die Fragen eines Götterkönigs an den Buddha. In der vom Erwachten beschriebenen Daseinsleiter, die sich von den untersten Daseinsabgründen an aufwärts bis an das Tor zum Nirvāna erstreckt, befinden sich die Menschen, von der untersten Stufe an gerechnet, erst auf der vierten Stufe. Und die Ebene jener Götter der Dreiunddreißig, deren König Sakko nun mit dem Buddha spricht, befindet sich zwei Stufen höher, also auf der sechsten Stufe von unten.

Durch welches Wirken steigen Menschen zu den Göttern der Dreiunddreißig auf? Schon um zum Menschentum zu gelangen und nicht in den untermenschlichen Elendsbereichen zu verbleiben, werden in allen Religionen zwei Verhaltensweisen empfohlen:

1. die Mitwesen nicht zu schädigen, sondern zu fördern, d.h. Notleidenden zu helfen und insgesamt rücksichtsvoll und hilfsbereit im Umgang mit den Wesen zu sein.
2. die Innehaltung von fünf in allen Religionen genannten sittlichen Verhaltensweisen: Nicht töten von Mensch und Tier, nicht stehlen, keinen unrechten Umgang im Geschlechtsverkehr, nicht verleumden und das Abstehen von jeder Art von Rauschmitteln.

Diese Verhaltensweisen verhindern im geringsten Fall *nach dem Versagen des Körpers jenseits des Todes* einen Abstieg in dunklere Daseinsformen. Wer aber mit Aufmerksamkeit und

Freude anderen hilft und diese fünf Tugendregeln ernsthaft pflegt, der wird nach dem Tod entweder wieder als Mensch in höheren sozialen Schichten wiedergeboren, da er anderen durch Gaben und Hilfsbereitschaft immer aus der Not herausgeholfen hatte, nun auch in jeder Hinsicht im Wohlstand lebt, oder er kehrt zu den Göttern der Dreiunddreißig ein, die ebenso einst Freude hatten am Freudemachen.

Es ist ein Unterschied, ob diese Verhaltensweisen nur eben im äußeren Tun erfüllt werden oder ob sie freudig und gern als Herzensbedürfnis erfüllt werden und den Täter in heller Gemütsverfassung halten. Solche Wesen gleichen auf Erden schon den menschnahen Göttern, sie haben sich hier schon dazu gebildet und entwickelt - und eben darum gelangen sie nach dem Versagen des Körpers jenseits des Todes dahin, wo ihresgleichen sind. In dem Sinn sagt Angelus Silesius:

*Mensch, bleib doch nicht ein Mensch:  
man muss aufs Höchste kommen,  
bei Gotte werden nur die Götter angenommen.  
(Cherub. Wandersmann V,219)*

Der Himmel der Götter der Dreiunddreißig ist, wie gesagt, bereits zwei Stufen höher als das Menschentum, und innerhalb dieses Himmels ist der Götterkönig wiederum der Höchste. Von ihm wird berichtet (S 11,11), dass er in seinem vorangegangenen Leben als Mensch neben den eben genannten Verhaltensweisen noch folgende sieben Lebensgrundsätze zeitlebens innegehalten hatte:

- 1. Solange ich lebe, will ich für meine Eltern sorgen.*
- 2. Solange ich lebe, will ich die Älteren in meiner Familie achten.*
- 3. Solange ich lebe, will ich sanft sprechen.*
- 4. Solange ich lebe, will ich nicht hintertragen.*
- 5. Solange ich lebe, will ich in der Häuslichkeit mit einem Gemüt leben, das frei ist vom Makel des Geizes und der*

*Engherzigkeit als einer, dem das Loslassen lieb und leicht ist, mit offenen Händen für das Geben, voll Freude am Zurücktreteten, glücklich beim Gabenausteilen.*

6. *Solange ich lebe, will ich die Wahrheit sprechen.*
7. *Solange ich lebe, will ich vom Zorn frei sein; wenn mich aber doch einmal Zorn ankommt, will ich ihn schnell beseitigen.*

Solcherart ist also Sakko, der Götterkönig, der Gesprächspartner des Buddha in der nun folgenden Lehrrede.

### Die Ankunft der Himmelswesen

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene im Lande Magadhā, östlich von Rājagaha, bei dem Priesterdorf Mangohain, oberhalb des Ortes in einer Grotte nahe der Bergspitze.*

*Damals nun war Sakko, dem König der Götter, ein Verlangen aufgestiegen, den Erhabenen zu besuchen. Da hat nun Sakko bei sich erwogen: „Wo weilt wohl jetzt der Erhabene, der Geheilte, vollkommen Erwachte?“ Da sah Sakko den Erhabenen im Land Magadhā, östlich von Rājagaha, bei dem Priesterdorf Mangohain, oberhalb des Ortes in jener Grotte. Als er dies erkannt hatte, wandte er sich an die Götter der Dreiunddreißig:*

*Der Erhabene, ihr Würdigen, weilt jetzt im Lande Magadhā, östlich von Rājagaha, bei dem Priesterdorf Mangohain. Wie wäre es, ihr Würdigen, wenn wir ihn, den Erhabenen, besuchen gingen? – Gern, Erlauchter, nach Belieben –, sagten da die Götter zu Sakko, dem König. Daraufhin hat sich Sakko an den jungen Himmelsboten mit den fünf Strahlen gewandt:*

*Der Erhabene, mein Fünfstrahliger, weilt jetzt im Land Magadhā, östlich von Rājagaha, bei dem Pries-*

*terdorf Mangohain, den möchten wir jetzt besuchen gehen. –*

*Gern, Erlauchter, nach Belieben –, sagte da der junge Himmelsbote mit den fünf Strahlen zu dem Götterkönig; und er hing sich die Laute aus hellem Bilva-holz um und folgte dem König.*

*Da ist nun Sakko, umgeben von der Schar der Götter, voran der junge Himmelsbote, gleichwie etwa ein kräftiger Mann den eingezogenen Arm ausstrecken oder den ausgestreckten Arm einziehen mag, auch schon aus dem Reich der Götter verschwunden gewesen und im Land Magadhā, östlich von Rājagaha, bei dem Priesterdorf Mangohain, oberhalb des Ortes in jener Grotte nahe der Bergspitze zu stehen gekommen.*

*Durch die Ankunft der Götter war aber auf dem Berg ein ungemein heller Abglanz entstanden, der bis hinab zu dem Priesterdorf Mangohain reichte - eben durch der Götter göttliche Macht. Da haben denn rings umher in den Ortschaften die Leute gesagt:*

*Wie Feuer leuchtet ja heute der Berg der Aussicht, wie glühend funkelt es, wie Flammen sprüht es ja vom Berge der Aussicht: Was mag das nur auf dem Berg für ein übermächtiges Leuchten sein, das bis zu uns herabreicht –, sagten sie erstaunt und erschauernd.*

Hat ein Mensch bis zu seinem Tod sein Wollen und Empfinden vergrößert und verfinstert durch rücksichtslosen Egoismus und hemmungslose Sinnlichkeit, so ist er nach dem Verlassen des menschlichen Körpers eine dunkle, trübe, gehemmte Erscheinung, also durchaus keine leuchtende Gottheit. Hat er aber als Mensch bis zum Tod sein Wollen und Empfinden insgesamt erhöht, veredelt und erhellt, war er als Mensch schon ein „Engel in Menschengestalt“, da zeigt sich diese geistig-seelische Verfassung auch in seiner neuen Daseinsform: er erscheint als ein helles, liches Wesen.



Ganz ebenso wie ein solcher schon zuvor als Mensch eigene dunkle Stimmungen oder die üblen Reden oder Handlungsweisen anderer Menschen innerlich überwinden und alles zum Guten wenden konnte, so ist er nun auch drüben ein Überwinder solcher Hemmungen, denen die mittelmäßigen oder gar dunklen Geister noch ausgesetzt sind. Ein solcher erhellt im Erdenreich die dunkle Nacht so, dass er die ganze Umgebung erhellt. So ist in M 32 von einem edlen Wettstreit mehrerer Mönche die Rede über die Frage, mit welchen hochherzigen und hellen Eigenschaften man den ganzen Wald, in welchem die Mönche weilen, zum Leuchten bringe.

Aber ganz ebenso liegen auch im christlichen Abendland verschiedene Berichte vor, dass manchmal die Menschen eines Dorfes nachts zusammenströmten und nach dem auf dem Berg liegenden Kloster eilten, um den vermeintlichen „Brand“ zu löschen. Hinkommend erkannten sie dann, dass es ein Feuer war, das zwar brannte, aber nichts verbrannte. In solchem Fall wurde stets beobachtet, dass in dem Kloster wenigstens eine Person (Mönch oder Nonne) der inneren Läuterung und Erhellung des Gemütes so ernsthaft und heiß hingegeben war, dass sie selber diese Erscheinung ungewollt erzeugte oder dass dieser geistlichen Person ein jenseitiges Wesen („Engel“) von etwa gleichartiger Reinheit erschienen war, durch dessen Erscheinung es so hell wurde.

Der folgende Auszug aus einem Bericht, den im vierzehnten Jahrhundert *Elsbeth Stagel* über die Mystikerin *Sophia von Klingenuau* <sup>253</sup> bringt, schildert einen sehr ähnlichen Vorgang aus einem Kloster in der Schweiz:

*Und da ich die acht Tage auf so wonnevolle Weise zugebracht hatte, da wurde mir die Gnade entzogen, so dass ich den Anblick meiner Seele und Gottes in ihr nicht mehr hatte; und da fühlte ich erst, dass ich einen Leib hatte. Und sogleich danach,*

---

<sup>253</sup> Rowohlts Klassiker "Ein Textbuch aus der altdeutschen Mystik", herausgegeben von Hermann Kunisch 1958, S. 150

*als ich der Gnade beraubt war, ging ich in mich selber und betrachtete, welcher Art die Gnade sei, die mir widerfahren und wie unwürdig ich ihrer wäre.*

*Und Gott verhängte es über mich, dass ich in Zweifel fiel und nicht glauben mochte, dass Gott einem so sündhaften Menschen je solche Gnade tun könnte und dass sie von bösen Geistern gewirkt sei. Darüber fiel ich in so große Traurigkeit, dass ich gänzlich ohne alle Freude und ohne einen Trost war. Und da niemand auf Erden von meinem Kummer wusste und ich auch niemandem davon etwas sagen wollte, so war ich lange in Untrost und in Bitterkeit des Herzens, bis dass sich Gott über mich erbarmte.*

*Es fügte sich nämlich, dass ich eines Tages an das Fenster kam, und da hörte ich, wie ein Mensch von draußen mit einer unserer Schwestern redete und sprach: Wisst ihr nicht, welch wunderbares Ding unserem Wächter in Winterthur geschehen ist? In einer bestimmten Nacht, als er bis kurz vor Tag gewacht hatte, sah er wartend zum Himmel hinauf, ob es nicht tagen wollte. Und da sah er über dem Kloster ein Licht aufgehen. Das war so sehr schön und wonniglich, dass ihm dünkte, sein Glanz leuchte über alles Erdreich hin und führe einen herrlichen Tag herauf, und es schwebte lange über dem Kloster sehr hoch in der Luft und ließ sich dann wieder auf das Kloster nieder, so dass er es nicht mehr sah. Und es ist groß Verwunders unter den Leuten, was es sein möge.*

*Als ich das hörte, da wurde mein Herz recht mit Freuden erfüllt, und ich sprach zu mir selbst: „Glück mit dir; so war es doch recht mit dir.“ Und diese Freude wich danach nicht von mir, wenn ich in die Vertraulichkeit mit Gott gehen konnte.*

Aus den spiritistischen Kreisen hört man nichts davon, dass die erscheinenden Wesen leuchten, was daran liegen kann, dass im allgemeinen den Menschen solche Geister erscheinen, die ihrem moralischen Stand entsprechen. Die heute und hier sich kundgebenden jenseitigen Wesen sind in der Regel seelisch ebenso dürftig, hungrig, öde und leer wie die hiesigen.

Diese können weder leuchten noch haben sie den Menschen Wesentliches zu sagen. In früheren Zeiten, als die meisten Menschen von der Religion bewegt waren und nach ihren Maßstäben ihr Leben führten, war die religiöse Gesinnung und entsprechendes Verhalten im Ganzen stärker und reiner. Dementsprechend konnten wohl auch Begegnungen mit entsprechend lichterem Geistern stattfinden, wie sie der Herzensart der Geistwesen entsprechen, welche im alten Indien „Götter der Dreiunddreißig“ genannt wurden.

Unter der Schar dieser Götter spricht nun Sakko, der Götterkönig, den fünfstrahligen Himmelsboten noch besonders an. Diese Himmelsboten oder Engel (gandhabba) sind etwa Waldgötter, Elfen, Feen. Sie stehen den Göttern der Dreiunddreißig zu Diensten. Sie sind von geringerer Heiligkeit als die Götter der Dreiunddreißig, aber durch ihr verdienstvolles Wirken im Menschenleben - hauptsächlich Helfen, Geben - sind sie eine Stufe über das Menschentum hinausgelangt. Unter dem „Fünfstrahligen“ haben wir uns wohl ein engelhaftes, elfenhaftes Wesen vorzustellen, dessen feinstofflicher Leib sein hellstrahlendes Wesen widerspiegelte. In dem Buch „Reise in die Unsterblichkeit“ von Lees heißt es von dem Leuchten jenseitiger Wesen:

*Es gibt eine Art spiritueller Farbenchemie, deren Wirken von dem Leben bestimmt wird, das man auf der Erde geführt hat, und keine Anstrengung kann ihre Äußerungen ändern oder verfälschen.*

Dieser fünfstrahlige Elf kommt in den Lehrreden noch dreimal vor. Laut S 35,119 besuchte er den Erwachten am Geierkulum und fragte ihn, woher es käme, dass einige Wesen noch in diesem Leben den Wahn gänzlich aufheben könnten. - Er war dem Erwachten also bereits als Gesprächspartner bekannt, und das mag auch ein Grund sein, warum Sakko gerade ihn vorausschickte, wie es im weiteren Verlauf der Lehrrede heißt:

*Nun hat Sakko, der Götterkönig, sich an den jungen Himmelsboten mit den fünf Strahlen gewandt:*

*Schwer zugänglich, mein Fünfstrahliger, sind Vollendete für unsereinen: sie weilen in weltlosen Entrückungen, lieben weltlose Entrückungen, leben fast immer zurückgezogen. Wie wäre es, mein Fünfstrahliger, wenn du den Erhabenen gewinnen könntest, sich uns zuzuwenden? Wenn es dir gelungen ist, dann wollen wir vor ihn, den Erhabenen, hintreten, vor den Heilgewordenen, vollkommen Erwachten. –*

*Gewiss, o König, nach Belieben –, sagte da der junge Himmelsbote zu Sakko, dem Götterkönig. – Und mit seiner Laute aus hellem Bilvaholz ging er zur Grotte hin. Herangekommen, sagte er sich: Von hier aus wird wohl der Erhabene nicht zu fern von mir sein und auch nicht zu nahe und wird das Lied vernehmen. So stand er beiseite,<sup>254</sup> beiseite stehend nahm nun der junge Himmelsbote die Laute zur Hand, begann zu spielen und ließ diesen Sang dazu verlauten, auf den Erwachten fein hindeutend, auf die Lehre fein hindeutend, auf Geheilte fein hindeutend, auf die weltliche Liebe fein hindeutend.*

Der Fünfstrahlige war dem Erwachten zugetan, hatte bereits von der Lehre des Erwachten gehört, wenn ihn auch vorwiegend seine sehnstüchtige Liebe zu einem Göttermädchen erfüllte. In seinem Lied vergleicht er das Wohl, das er bei der Erfüllung dieser Liebe empfinden würde, mit dem Wohl der Abgelöstheit - ein Zeichen, wie wenig er das Wohl unverletzbarer

---

<sup>254</sup> In den Lehrreden heißt es meist, dass die Menschen sich neben den Erwachten hinsetzen. Von den Göttern wird berichtet, dass sie, wenn sie Menschen besuchen, dann neben ihnen stehen. Der feinstoffliche Körper ist so leicht, dass sie des Sitzens nicht bedürfen. Sie sind mit Gedankenschnelle dort, wo immer sie sein wollen. Es ist nicht nötig, zu Fuß zu gehen, und auch das Stehen bedeutet für sie keine Last.

Sicherheit verstand. - Aber der Erwachte klärte ihn nicht auf, sondern tat ihm nur wohl durch seine Anerkennung und Teilnahme. Der Fünfstrahlige war zu sehr mit dem Herzen bei dem Gegenstand seiner Sehnsucht. Und so setzt sein Lied denn auch nicht beim Erwachten ein, sondern bei der Geliebten und deren Vater:

*Grüß mir den Vater, sel'ge Frau,  
den Baumgott, du, wie Sonne licht,  
von dem du herkommst, ach so schön,  
all meiner Wonnen Blüte du!*

*Bei Hitze wie man Kühlung sucht,  
verschmachtend einen Trunk ersehnt,  
so hold bist du mir, Lichtgestalt,  
gleichwie der Weise Wahrheit liebt.*

*So wie der Kranke Heilkraut braucht,  
wie Speise nur den Hunger stillt:  
O lass erlöschen meine Pein,  
gleichwie das Wasser Gluten lischt.*

*Wie Lotusweiher, schattig, kühl,  
mit feinem Sande, moosumsäumt,  
erhitzten Elefanten lockt,  
verlangt nach deinem Busen mich.*

*Wie Elefant hinstürmt und reißt  
den Treiber um, zertritt den Stock,  
so weiß ich nichts mehr von Vernunft,  
berückt von deiner schlanken Pracht.*

*Dir angehangen ist mein Herz,  
verwandelt worden ganz und gar:  
mich von dir lösen kann ich nicht,  
wie an der Angel hängt der Fisch,  
O schlanke Huldin, sei mir hold,*

*mir hold, die du so müde blickst:  
und schmiege dich an mich, liebste Maid,  
mein Sehnen sucht nur dich allein.*

*Und wenn du, Lockenköpfchen du,  
auch nur ein wenig gut bist:  
gar vielfach soll's vergolten sein,  
wie Gabe, Heil'gen dargebracht.*

*Was je ich an Verdienst erwarb,  
dem Dienste Heil'ger zugetan,  
das soll mir, allerschönste Frau,  
an deiner Seite nun gedeihn.*

*Was je ich an Verdienst erwarb  
auf diesem weiten Erdenrund,  
das soll mir, allerschönste Frau,  
an deiner Seite nun gedeihn.*

*Der Sakyersohn, der Schauung übt,  
in sich geeinigt, heiter, klar:  
wie er der Ewigkeit nur denkt,  
so denk ich, Sonnenfee, nur dein.*

*Gleichwie der Mönch wohl selig strahlt,  
zu höchstem Heile auferwacht:  
so möcht ich strahlen auch bei dir,  
Geliebte, selig aufgelöst.*

*Und wollte Sakko tauschen gleich  
mit mir, der Dreiunddreißig Fürst,  
ich würde von dir lassen nicht:  
so treu ist meiner Liebe Kraft.*

*Den Ahn im Walde, knospenreich,  
den Vater dein, o feine Fee,  
ich will ihn preisen für und für,  
weil du von ihm entsprossen bist.*

Nach diesem Sang hat der Erwachte den jungen Himmelsboten so angesprochen:

*Es stimmt bei dir, Fünfstrahliger, der Ton der Saiten mit dem Ton des Liedes gut überein und der Ton des Liedes mit dem Ton der Saiten, und nicht übertönt das Saitenspiel deinen Gesang und auch nicht dein Gesang das Saitenspiel. Wann hast du dir denn, Fünfstrahliger, diese Sangesweise zusammengestellt, auf den Erwachten fein hindeutend, auf die Lehre fein hindeutend, auf den Heilsstand fein hindeutend, auf die weltliche Liebe fein hindeutend? –*

*Es war einmal, o Herr, da hat der Erhabene bei Uruvelā geweilt, am Gestade der Nerañjarā unter dem Feigenbaum der Ziegenhirten, soeben vollkommen aufgewacht. Damals nun, o Herr, war ich in Bhaddā wie sie heißt, verliebt, die Tochter des Baumgottes mit dem Sonnenblick, des Herrschers über die Himmelsboten. Dieses Mädchen aber, o Herr, gehörte einem anderen an: es war Sikhandi, wie er hieß, der Sohn des Wagenlenkers Mātali, der sie liebte. Da ich nun, o Herr, jenes Mädchen auf keine Weise zu gewinnen vermochte, so nahm ich denn meine Laute und begab mich dorthin, wo der Baumgott mit dem Sonnenblick, der Herrscher über die Himmelsboten, zu Hause war. Dort angelangt, begann ich zu spielen und ließ diesen Sang dazu verlauten, auf den Erwachten fein hindeutend, auf die Lehre fein hindeutend, auf den Heilsstand fein hindeutend, auf die weltliche Liebe fein hindeutend. Nach diesem Sange, o Herr, hat Bhaddā vom Sonnenblick zu mir gesprochen: Nicht hab ich, Würdiger, den Erhabenen von Angesicht gesehen, aber man hat mir schon von ihm, dem Erhabenen, erzählt, als ich bei den Göttern der Dreiunddreißig im Saal der Seligen zum Tanz*

*war. Weil du nun, Würdiger, ihn, den Erhabenen, gepriesen hast, wollen wir uns heute treffen. – So haben wir uns denn, o Herr, mit jenem Mädchen getroffen, aber ich will davon nicht weiter reden. –*

*Als bald nun hat Sakko, der Götterkönig, bei sich erwogen: Freundliche Rede wechselt der fünfstrahlige junge Himmelsbote mit dem Erhabenen und der Erhabene mit dem Fünfstrahligen. Und Sakko, der Götterkönig, wandte sich jetzt an den jungen Himmelsboten:*

*Entbiete nun, du lieber Fünfstrahliger, dem Erhabenen meinen Gruß. Sage, Sakko, der Götterkönig, bringt mit seinen Fürsten und Leuten dem Erhabenen zu Füßen Gruß dar. –*

*Gewiss, nach deinem Wunsch –, sagte da der junge Himmelsbote zu Sakko, dem Götterkönig, und entbot dem Erhabenen Gruß: Sakko, o Herr, der Götterkönig, bringt mit seinen Fürsten und Leuten dem Erhabenen zu Füßen Gruß dar. – Wohlergehen möge es, Fünfstrahliger, Sakko, dem Götterkönig, mit seinen Fürsten und Leuten. Wohl wünschen ja Götter und Menschen, Titanen, Schlangengeister und Himmelsboten, wie überhaupt die in Vielfalt lebenden Wesen. –*

*Das ist die Art, wie Vollendete so hochmächtige Geister begrüßen. So begrüßt, kam nun Sakko, der Götterkönig, in die Grotte des Erhabenen, verneigte sich ehrerbietig vor dem Erhabenen und stand beiseite. Und auch die Götter der Dreiunddreißig kamen in die Grotte herein sowie auch der junge Himmelsbote, verbeugten sich alle ehrerbietig vor dem Erhabenen und standen beiseite. Mit ihrem Eintritt wurde in der Grotte der gebuckelte Boden eben, die Winkel weiteten sich aus, die finstere Nacht war verschwunden, Helligkeit entstanden durch der Götter göttliche Pracht.*



Hier sehen wir den Unterschied zwischen dem Erwachten und seinen zum Heilsstand gelangten Mönchen einerseits und auf der anderen Seite den ihrem himmlischen Weltleben zugewandten Göttern. Die Götter wie auch alle Menschen lieben Glanz und Schönheit, um die Sinne zu erfreuen. Und da sie himmlische Wesen sind, so haben sie über die Dinge auf der Erde Macht. Der Buddha und seine zum Heilsstand gelangten Mönche, die nicht nur die gleiche Macht haben, sondern über vollkommene Macht verfügen und sich in vollkommenem Wohl befinden, haben darum keinerlei Neigung, an der Erscheinungswelt - der irdischen wie der himmlischen - irgendetwas zu ändern. Sie nehmen die Erscheinungen hin, wie sie da sind, und wissen, dass sie zu gegebener Zeit, wenn ihr Erdenleben beendet ist, den endgültigen Heilsstand erlangt haben, der mit allem irdischen und himmlischen Wohl nicht vergleichbar ist.

*Da hat nun der Erhabene zu Sakko, dem Götterkönig, so gesprochen: Das ist erstaunlich beim ehrwürdigen Kosiyer<sup>255</sup>, dass du bei so vielen Pflichten, so vielen Obliegenheiten doch auch hierher kommen mochtest. –*

*Schon lang ist es her, dass ich den Wunsch hatte, den Erhabenen zu besuchen, aber mit all den Pflichten und Obliegenheiten der Götter der Dreiunddreißig beschäftigt, war es mir bisher nicht möglich gewesen, den Erhabenen aufzusuchen. - Es war einmal, o Herr, da weilte der Erhabene bei Sāvattḥī in der Lianenlaubee. Da bin ich nach Sāvattḥī aufgebrochen, den Erhabenen zu sehen. Zu dieser Zeit nun, o Herr, saß der Erhabene in sich vertieft, und Bhujatī, wie sie hieß, eine Elfe aus dem Gefolge Vessavānos, des Großen Herrschers, stand da nicht fern vom Erhabenen. Mit gefalteten Händen sich verneigend, stand sie da.*

---

<sup>255</sup> Sakkos Familienname

Sakko hatte also den Erwachten vor einiger Zeit schon einmal besuchen wollen. Da saß der Erwachte mit seinem Leib, war aber geistig in weltloser Entrückung, völlig frei von sinnlicher Wahrnehmung in vollkommener Stille. Darum konnte Sakko nicht an den Erwachten heran, es war keine Aufnahmefähigkeit seitens des Erwachten. Vor dem Erwachten saß eine Elfe, ein weibliches Himmelswesen. Sie war in seinen Anblick vertieft und hatte verehrende, gute Gedanken.

*Darauf, o Herr, habe ich zu Bhujatī gesagt: Liebe Schwester, entbiete dem Erhabenen meinen Gruß. Sage, Sakko, der Götterkönig, o Herr, bringt mit seinen Fürsten und Leuten dem Erhabenen zu Füßen Gruß dar. – Also angegangen, hat jene Elfe zu mir gesagt: Es ist nicht die Zeit, Würdiger, den Erhabenen zu besuchen. Zurückgezogen weilt der Erhabene. – Wohlan denn, Schwester, wenn der Erhabene aus jener Vertiefung zurückgekommen sein wird, so richte dann dem Erhabenen in meinem Namen den Gruß aus. Sage, Sakko, der Götterkönig, bringt mit seinem Gefolge dem Erhabenen zu Füßen Gruß dar. – Vielleicht hat wohl, o Herr, jene Schwester den Gruß von mir dem Erhabenen bestellt? Erinnert sich der Erhabene an ihr Wort? – Jene Schwester hat mir den Gruß bestellt, Götterkönig. Ich erinnere mich an ihr Wort. Als ich damals jene Vertiefung beendet hatte, hörte ich noch deine und deines Gefolges Wagen dahinfahren. –*

Sakko über das Wirken der Erwachten

*Die da vor uns als Götter in dem Reich der Dreiund-dreißig erschienen waren, o Herr, von denen habe ich es von Angesicht gehört, von Angesicht vernommen: „Wann immer Vollendete in der Welt erscheinen, Ge-*

*heilte, vollkommen Erwachte, nimmt die Schar der Götter zu, ab nimmt die Schar der dunklen Wesen.“ Dass dies so ist, o Herr, habe ich selber gesehen; denn seit der Vollendete in der Welt erschienen, der Geheilte, vollkommen Erwachte, nimmt die Schar der Götter zu, ab nimmt die Schar der dunklen Wesen.*

Wir sehen: Ähnlich wie auch bei uns von den alten Zeiten gesprochen wird, so gibt es auch im Götterreich Erinnerung an frühere Zeiten - nur reicht sie dort viel weiter zurück bis an frühere Erwachte und ihren Einfluss auf die Wesen. Diese Zunahme an hellen Wesen wird natürlich nicht nur durch das Erscheinen von Vollendeten erreicht, sondern wo immer hochsinnige Menschen, die tiefere Einblicke in die geistigen Gesetze des Lebens gewonnen haben, den großen Segen, die Besänftigung und Erhellung des Lebens durch Freundlichkeit, Wohlwollen, Zuwendung zum anderen aus Erfahrung kennen und lehren, da werden empfängliche Menschen dafür auch gewonnen. Wir können sagen, dass jeder Heilslehrer oder Religionsstifter dazu beiträgt, dass für eine mehr oder weniger lange Zeit, auch nachdem sie die Erde verlassen haben, eine Anzahl von Menschen erfreut und erhoben durch ihre Lehren ihr Herz erhellen und dadurch auch hellere Daseinsform gewinnen. Wir brauchen ja nur an die Zeit der christlichen Mystik im Mittelalter zu denken, wo die Läuterung des Herzens, die Entwöhnung von üblen Eigenschaften und gar die Übersteigerung des gesamten Begegnungslebens in der unio mystica eine häufige Erscheinung war, an der man die gute Wirkung solcher Heilslehrer auf die Menschen erkennen kann.

Aber bei den Vollendeten geht es um mehr. Der Buddha sagt, dass alle Wesen anfangslos, schon unermessliche Zeiten im Samsāra umherkreisen, manchmal aufwärts zu immer höheren Stadien, aber ganz sicher auch immer wieder abwärts zu immer tieferen, und dass es kaum eine der höchsten und schlimmsten Daseinsformen gibt, die wir nicht ungezählte

Male schon innegehabt haben. Die Vollendeten nun sehen ihre eigentliche Aufgabe darin, den Menschen die Wege zu weisen, die nicht nur innerhalb des Samsāra immer höher führen, sondern die ihnen helfen, das Samsāra-Labyrinth endgültig zu verlassen. Diejenigen Wesen, die durch einen Vollendeten zu dieser höchsten Anschauung gelangt sind, mögen durch ihre Läuterungsentwicklung zunächst wohl auch in die Bereiche der Götter der Dreiunddreißig gelangen - wie es Sakko berichtet - steigen danach aber unhemmbar immer weiter aufwärts, weil sie den Ausgang aus dem Samsāra im Auge haben und damit den endgültigen Heilsstand.

Und jetzt berichtet Sakko von einem Fall, gibt ein selbst erlebtes Beispiel, wie sich die Wesen unter dem Einfluss des Erwachens verbessern.

*Da war ja, o Herr, in Kapilavatthu Gopikā, wie sie hieß, eine Tochter der Sakyen, die war dem Erhabenen ergeben, der Lehre ergeben, der Mönchsgemeinde ergeben und hat in vollkommener Tugend gelebt. Sie war ihres weiblichen Sinnes überdrüssig geworden und hatte männliche Art in sich ausgebildet. Beim Versagen des Körpers jenseits des Todes ist sie auf gute Laufbahn himmelwärts gelangt zur Gemeinschaft mit den Göttern der Dreiunddreißig, hat bei uns Kinderschaft erlangt. Da heißt es denn jetzt: „Gopako, der Göttersohn, Gopako, der Göttersohn.“*

Aus diesem Bericht sehen wir, dass Gopikā im Lauf ihres menschlichen Lebens zwei Hauptveränderungen ihres Wesens bewirkte: einmal hat sie ihre gesamten charakterlichen Qualitäten erheblich verbessert, d.h. die schlechteren abgelegt, die besseren verstärkt und neue gute sich angeeignet, wodurch sie sich auf Erden schon zu der Moralität jener Götter erhob, und zum zweiten hat sie das spezifisch weibliche Wesen in ihrem Gemüt weitgehend abgetan, d.h. vorwiegend gefühlsmäßige

Bindungen gelöst zugunsten des Festhaltens an erworbenen Einsichten. So hat sie sich auf Erden bereits in ihrem Herzen erstens göttliche Art und zweitens männliche Art erworben. Und als dann im Tod ihr Fleischleib fortfiel, da stellte sich auch äußerlich heraus, was innerlich bereits gebildet war: sie war ein Göttersohn, ein junger Gott.

Aber nicht immer hat die Lehre die gleiche Wirkung: Was Gopikā, der Frau, gelang, war Männern, die sogar Mönche gewesen waren, nicht gelungen:

*Andere aber, o Herr, so drei Mönche, die beim Erhabenen das Asketenleben geführt hatten, sind in das mindere Reich der Himmelsboten emporgelangt. Mit den fünf Wunschgenüssen umgeben und überall damit bedient, kommen sie zu unserer Aufwartung an unseren Hof. Zu unserer Aufwartung gekommen an unseren Hof, wurden sie von Gopako, dem Göttersohn, erstaunt gefragt: In welcher Weise habt ihr nur, meine Freunde, die Lehre des Erhabenen verstanden? Ich, eine Frau, war dem Erwachten ergeben, der Lehre ergeben, der Mönchsgemeinde ergeben und habe der Lehre gemäß gelebt. Bei Versagen des Körpers jenseits des Todes bin ich auf gute Laufbahn himmelwärts emporgelangt zur Gemeinschaft mit den Göttern der Dreiunddreißig, habe bei Sakko, dem König der Götter, Kindschaft erlangt. Hier heißt es nun von mir: „Gopako, der Göttersohn, Gopako, der Göttersohn“. Ihr aber, Würdige, habt beim Erhabenen sogar das Asketenleben geführt und seid in das mindere Reich der Himmelsboten emporgelangt. Kein allzu schönes Bild haben wir gesehen, die wir da Nachfolger der Lehre in ein minderes Reich der Himmelsboten gelangt sehen. –*

*Als diese, o Herr, von Gopako so zur Rede gestellt worden waren, haben zwei der Götter sich ihrer tiefe-*

*ren Einsichten erinnert und stiegen zur brahmischen Sphäre auf. Der andere Gott aber ist in der Sinnenwelt verblieben.*

Hier haben wir ein Beispiel dafür, wie jemand, der der Lehre nachfolgt, die Lehre kennt, im Himmel sich der Lehre wieder erinnern kann. Der Erwachte sagt (A IV,191), dass sich der Nachfolger „drüben“ entweder selber an die als Mensch aufgenommene Wahrheit erinnert, oder geistmächtige Mönche erscheinen dort und belehren die Himmelswesen, die belehrt werden wollen, oder ein Mitstreber erinnert ihn, oder eine Gottheit belehrt die anderen; letzterer Fall trifft hier zu. Die drei Mönche scheinen sich bis jetzt noch nicht selber erinnert zu haben, aber Gopako erinnert sich an sein Menschenleben und erkennt darum auch die einstigen Mönche wieder an ihrer inneren Art, die sich im jetzigen feinstofflichen Leib noch deutlicher zeigt als im Menschenleben. Er appellierte nicht umsonst an die besten Kräfte dieser drei dienenden Himmelswesen. Zwei dieser Götterboten konnten nun dort in jener geistigen Sphäre in verhältnismäßig sehr kurzer Zeit durch entsprechende Bemühungen größte Umstellungen ihres Gemüts bewirken. Sie hatten als Menschen im Lauf ihres Mönchtums zu manchen Zeiten ernsthafter an sich gearbeitet, zu anderen Zeiten weniger ernsthaft. So hatten sie zwar manche Eigenschaften ihres Herzens erworben, die noch auf jenen geringen Himmel hinzielten, in welchem sie nun erschienen waren, hatten aber auch bereits eine ganze Anzahl Herzenseigenschaften erworben, welche auf höhere Himmel hinzielten, doch waren diese letzteren noch nicht stark genug, um gleich im Augenblick des Todes, d.h. beim Verlassen des Körpers, jene Geister in einen höheren Himmel gelangen zu lassen. Die meisten Wesen sind in ihrer Herzensbeschaffenheit sehr vielseitig. Sie haben sowohl sittlich höhere, edlere Eigenschaften wie aber auch mittelmäßige und gar auch geringere an sich und empfinden, denken und handeln manchmal mehr aus den einen und zu anderer Zeit und je nach den Begegnungen mit

anderen Wesen mehr aus den anderen. Wenn im Tod der Körper wegfällt, dann hätte ein solches vielschichtiges Wesen die Möglichkeit, wegen seiner guten Eigenschaften höher zu gelangen als wegen seiner geringeren Eigenschaften. In solchem Fall - so lehrt der Erwachte - entscheidet die geistige Verfassung, die das Wesen zur Zeit des Sterbens hat, über den nachfolgenden Lebensbereich. Diese Verfassung stellt dann die Weichen.

Aber gleichviel ob ein Wesen zur Zeit des Sterbens gerade aus seinen besten Tendenzen empfindet und gesonnen ist und darum in eine entsprechend höhere Welt gelangt oder ob es aus seinen geringeren Tendenzen empfindet und gesonnen ist und gehandelt hat und darum in ein geringeres Reich gelangt - immer bringt es in die jeweils neue Sphäre doch seinen gesamten Haushalt an Tendenzen, also sowohl die guten wie die schlechten, mit. Und so kann es sein, dass ein Wesen, das zur Zeit des Sterbens gerade aus seinen besten Eigenschaften empfindet und lebt und darum in eine höhere Sphäre gelangt als seiner Durchschnittsverfassung entspricht - es dann dort wegen seiner geringeren Eigenschaften in mancher Hinsicht schwer hat, sich entsprechend zu verhalten. Aber in dieser besseren Umgebung hat es viele gute Vorbilder. Entsprechend geht es ihm in umgekehrter Weise, wenn es zur Zeit des Sterbens gerade aus seinen geringeren Eigenschaften gesonnen war und gehandelt hat und in einen niedrigeren Himmel gelangt, dort aber heller gesonnen ist als seine Umgebung.

Die einstigen Mönche - unter dem mahnenden Einfluss jenes ihnen jetzt überlegenen Göttersohnes, der damals im Menschentum als Laienanhängerin weit weniger Ansehen genoss als sie - waren wohl nicht nur beschämt, sondern vor allem in ihren besseren Seiten angesprochen, und es gelang ihnen nun, diese so stark hervorzukehren und alle latente Bereitschaft für höhere Art so zu kräftigen und zum Tragen zu bringen, dass sie mit fast augenblicklicher Wirkung einige Himmel überstiegen, um gleich bis zu den brahmischen Sphä-

ren zu gelangen. Sie haben damit zwar den Samsāra noch nicht überwunden, sind aber in erheblich reinere Bereiche gelangt.

Sakko berichtet nun dem Erhabenen diesen Vorgang in folgenden Versen, wie ihn Gopako ihm selber geschildert hatte:

*Ergeben war daheim ich dem Erwachten,  
geheißen Gopikā, so war mein Name;  
dem wachen Meister lauscht' ich froh, der Lehre,  
versorgte gern und freudig auch die Mönche.*

*Durch des Erwachten wunderbare Lehre  
bin ich bei Sakko Sohn nun, hochgewaltig,  
im Kreise hell der Dreiunddreißig strahlend,  
als Gopako gar wohl bekannt hier oben.*

*Da sah ich sie, die vormals Mönch gewesen,  
wie sie als Himmelsboten hier erschienen:  
Ja, diese da, bei Gotamo einst Mönche,  
die wir im Menschenreich ehdem getroffen,  
mit Speis und Trank bewirtet hatten freudig,  
zu deren Füßen wir im Saale saßen.*

*Warum nur konntet ihr, verehrte Freunde,  
nicht besser unsres Meisters Lehre fassen,  
die Wahrheit, die man bei sich selbst erfährt,  
so gut und klar vom Kenner aufgezeigt?*

*Ich selber war ja oft bei euch gestanden,  
auf Sprüche horchend aus der Heil'gen Kunde:  
bin nun bei Sakko Sohn geworden, mächtig,  
im Kreise hell der Dreiunddreißig strahlend.*

*Doch ihr, die um den Höchsten seid gestanden,  
den Reinheitswandel bei dem Meister führend,  
in niederen Bereich seid ihr gelangt nur,  
und eure Wiederkehr bekam euch wenig.*

*Kein allzu schönes Bild ward uns beschieden,*



*in mindrer Form zu sehn des Ordens Brüder,  
als Himmelsboten hier euch zu begrüßen,  
den Göttern aufzuwarten hergekommen.*

*Im Haus habe ich gelebt. Ich blieb daheim  
und seht doch, welch ein großer Unterschied:  
Ich war einst Frau; bin heute Mann in Gottgestalt  
und Götterwonnen wehn mich an von überall.*

*Des Erwachten Jünger aufgerüttelt,  
ergriffen lauschten sie dem Worte Gopakos:  
„Auf, recken wir uns, dringen weiter vor,  
wir wollen doch nicht andrer Knechte sein!“*

*Und ihrer zwei, von Kampfeskraft beflügelt,  
der Heilswegweisung Gotamos gedenkend,  
befreiten stark das Herz von Sinnensüchten,  
weil sie das Elend des Begehrens sahen.*

*Der Sinnensucht Verstrickung, Bande, lösend,  
des Üblen Schlingen schwer zu überwinden,  
wie Elefant die prallen Seile kappt,  
entschwanden sie den Dreiunddreißig unsichtbar.*

*Den Göttern all samt ihrem König Sakko,  
versammelt in der großen Wahrheitshalle,  
entschwebten diese beiden machtbegabt,  
befreit von Sinnensucht und Dunkelheit.*

*Bei diesem Anblick überlief ein Schauer  
den Herrscher, thronend in der Götter Mitte:  
O seht, wie jene tiefgeborenen Geister  
nun selbst die Dreiunddreißig übersteigen!*

*Der wache Meister ist auf Erden Menschengott,  
der Gier-Besieger aus dem Sakyerstamm;  
die Söhne sein, die Wahrheitsgegenwart vergaßen,  
von mir gewiesen, sich besannen wieder.*

*Von diesen Dreien blieb nur einer hier,  
als Himmelsbote bei uns eingewöhnt,  
doch zwei nun gehen Pfade zur Erwachung,  
bedauern, einigen Herzens, uns, die Götter.*

*Wie sich darin die Lehre offenbart,  
das kann wohl keinem Jünger unklar sein.  
Den Strombezwinger, frei von Ungeborgenheit,  
den Meister grüßen wir, den Sieger, Menschengott.*

*Weil sie dein Wort verstanden hier,  
gelangten sie zu hohem Stand,  
gar hohes Sein erreichten sie,  
brahmische Art gewannen sie.  
Wir kommen, solche Art uns zu erringen,  
sie zu erfragen vom Asketen, dem  
erhabenen Herrn.*

Der Buddha:

*Wohlan denn, Guter, frage mich, was irgend nur du  
denken magst: Und Frag um Frage will ich dir gern  
lösen bis zum letzten Wort.*

Jetzt kommt Sakko, der Götterkönig, also zu dem Zweck seines Besuchs. Er kennt die Lehre des Erwachten zum Teil, aber wie man zu brahmischem Sein gelangt wie diese zwei ehemaligen Mönche, das möchte er vom Erwachten wissen.

Der Bereich der Götter der Dreiunddreißig ist dem brahmischen Bereich schon um einiges näher. Es heißt, dass die Götter der Dreiunddreißig hin und wieder von einem Brahma besucht werden, der dann eine gröbere Gestalt annimmt, um sich ihnen sichtbar und verständlich zu machen und sie zu belehren. Sakko weiß also um die große Lauterkeit, Reinheit, Abgelöstheit Brahmas, die der Erwachte einst in einem Gespräch mit jungen Priestern beschrieb:

*In sich ruhend, von außen unabhängig, frei von Feindschaft, liebevoll, rein, ein Herrscher über sich selbst. (D 13)*

Er nannte in dieser Lehrrede jungen Priestern den Weg zu Brahma, der mit rechter Anschauung und guter Lebensführung beginnt und über die Aufhebung der fünf Hemmungen, der vollständigen Befreiung des Herzens von allem Weltlichen und allem Widerstreben, bis zur Übung der Strahlung in grenzenloser Liebe führt. Sakko mag das liebende Strahlen Brahmas schon empfunden haben, jenen Zustand, in dem Begehrlichkeit, Feindseligkeit, ein dunkler, befleckter Geist, der den Trieben untertan ist, nicht mehr bestehen kann; aber wie jenes liebende Strahlen zu erwerben ist, die Freiheit von allen Herzensbefleckungen, das zu erfahren, ist der Zweck seines Besuches, und er fängt praktisch bei dem an, was er als Verhinderung der Liebestrahlung bei sich und anderen erfährt: bei der Gesinnung der Abwendung und Gegenwendung.

#### Sakkos Fragen

Auf die Aufforderung des Buddha hin fragte nun Sakko, der Götterkönig:

*Welche Verstrickungen sind es wohl, o Herr, wodurch Götter und Menschen, dunkle Wesen, Geister und Himmelsboten, wie überhaupt die in Vielfalt lebenden Wesen in Widerspruch kommen; denn obwohl sie sich oft vornehmen: „Wir wollen nicht in Feindschaft, Heftigkeit, Rivalität und Hass miteinander verweilen, sondern in Freundlichkeit“ – geraten sie doch immer wieder in Feindschaft, Heftigkeit, Rivalität und Hass.*

Wir sehen, auch bei diesen sinnlichen Göttern geht es „menschlich“ zu. Auch sie haben noch Empfindungen von Antipathie bis Hass, empfinden Feindschaft und kämpfen

manchmal mit Waffen gegen die Asuras. In den Lehrreden ist aber auch von der Geduld und Sanftmut Sakkos die Rede, wie das Gespräch zwischen ihm und seinem Wagenlenker zeigt<sup>256</sup>

Sakko hatte sich ja schon auf Erden um die Überwindung von Abwendung und Gegenwendung bemüht, um unterschiedslose Liebe zu allen Wesen, hatte den Vorsatz gefasst, nicht in Zorn zu geraten, und ähnliche Vorsätze mag er bei anderen Göttern und strebenden Wesen erlebt haben, die dem Sinnengenuss ergeben waren und darum denjenigen grollten, feindlich gesinnt waren, die ihnen die Erlangung begehrter Sinnesobjekte durchkreuzten oder sie ihnen zu entreißen drohten. Auch für göttliche Wesen dieser Stufe gilt, was *Paulus* einst sagte, dass man das Gute, das man tun will, doch nicht immer tut.

Aber das Gewissen dieser Himmelswesen ist feiner als das der Menschen. Sie sehen ja an sich sofort die Verdunkelung bei dunklen Gedanken und Ausschluss aus der Gemeinschaft mit hellen Wesen. So schreibt ein Medium nach Diktat eines Jenseitigen:<sup>257</sup>

*Ich bin vorsichtig geworden, was Ungeduld und Ärger betrifft; ihre Auswirkungen sind zu abstoßend. Die leiseste Veränderung in der Gefühlswelt bewirkt sofort einen korrespondierenden Wechsel in der Erscheinung ebenso wie im eigenen Wohlbefinden. Wenn nichts verborgen bleiben kann, erfordern Beziehungen eine hohe Kunst an Selbstkontrolle und ein Bemühen um größere Sympathie, als dies jemals auf der Erde notwendig ist, wo ihr Fehlen für gewöhnlich verborgen bleiben kann durch konventionelle Redensarten oder Handlungen. Es läuft tatsächlich darauf hinaus, dass man sich in dieser Sphäre nicht eher sicher fühlen kann, bis man von allen negativen Emotionen gereinigt ist. (S.42)*

---

<sup>256</sup> "Buddhistische Schatzkiste" S.347

<sup>257</sup> T.E.Lawrenz "Tagebuch von drüben", Ansata Verlag 1989

*Ich konnte bei zahlreichen Gelegenheiten feststellen, dass sich die Form der Kommunikation hier nicht nur auf die Äußerung von Worten beschränkt. Man braucht seine Gefühle für einen anderen nicht in Worte zu kleiden. Sie sind immerzu offenbar und bewirken auch eine prompte Reaktion des anderen. Es ist unmöglich, sie nicht richtig zu deuten. Wo Zuneigung und Vertrauen bestehen, wird ein Ausströmen von Wärme und Licht empfunden; wird eine höfliche Gleichgültigkeit empfunden, wenn man z.B. einem Fremden begegnet, bleibt die Farbe der Aura unverändert und unberührt durch das Zusammentreffen; Abneigung oder Verachtung können nicht verborgen bleiben - sie strömen in Wellen einer verworrenen, schmutzig-trüben Farbe aus, die unangenehm anzusehen ist und auf den empfindlichen Körpern sehr schmerzvoll empfunden wird. Auf diese Weise sind spontane Gefühle ganz und gar offenkundig und bedürfen keiner Worte. (S 65-66)*

Nach diesem Bericht verstehen wir die sorgende Frage Sakkos besser. Feindschaft, Ärger, Hass müssen schwinden, aber wie sind sie aufzuheben? Was sind ihre Bedingungen?

Feindschaft, Heftigkeit, Rivalität und Hass  
wurzeln in  
N e i d (Verdrossenheit und Missgunst bei Unterlegenheit)  
u n d G e i z (Auskosten der Überlegenheit)

*So gefragt, hat ihm der Erhabene geantwortet:*

*Die Verstrickungen in Neid und Geiz (issā-macchariya-samyojanā) sind es, Götterkönig, welche Götter und Menschen, dunkle Wesen, Geister und Himmelsboten, wie überhaupt die in Vielfalt lebenden Wesen in Widerspruch zu sich selbst bringen, so dass sie trotz guter Vorsätze doch wieder zu Feindschaft, Heftigkeit, Rivalität und Hass kommen. –*

*So hat der Erhabene die von Sakko, dem Götterkönig, gestellte Frage beantwortet. Zufrieden war Sakko, der Götterkönig, über des Erhabenen Rede.*

*Ja, so ist es, Erhabener, ja, so ist es, Willkommener, da ist mir kein Bedenken geblieben, jeder Zweifel geschwunden, nachdem ich vom Erhabenen die Antwort vernommen. –*

Der Götterkönig zeigt sich mit dieser Antwort zufrieden. Aber der heutige Leser mag sich fragen, inwiefern Neid und Geiz die Ursache für jene ungunstigen Erscheinungen sei. Wir müssen wissen, dass es für viele Pälworte keine genau gemäße Übersetzung ins Deutsche wie überhaupt in eine moderne Sprache gibt, und das trifft besonders auf die verschiedenen charakterlichen Eigenschaften, wie überhaupt auf die geistig-seelischen Kräfte, die Triebe, zu. Oft sind die modernen Begriffe gröber, als es in den alten Sprachen gemeint ist; in letzteren gelten als schädlich schon sehr feine Empfindungen oder Eigenschaften, die den zwischenmenschlichen Frieden stören und die in der modernen Welt so üblich sind, dass sie kaum noch als schädlich erkannt werden. Man bemüht sich darum heute nicht mehr, sie abzulegen.

Was hier mit „Neid und Geiz“ bezeichnet wird, ist eine Gemütsverfassung, die fast jedem Menschen bei der Begegnung mit anderen Menschen wie oft auch allein beim Nachdenken über eine Begegnung mit einem anderen Menschen aufkommt. Es ist nun einmal eines jeden Menschen mehr oder weniger bewußtes Bestreben, etwas zu gelten, etwas zu sein, etwas zu haben. Und bei der Begegnung mit anderen ist das Bestreben vorhanden, nicht weniger zu gelten, sondern eher mehr, nicht weniger zu sein, sondern eher mehr und nicht weniger zu haben, sondern eher mehr. Wenn nun der Mensch bei der Begegnung oder beim Nachdenken über eine Begegnung den Eindruck hat, auf irgendeinem Gebiet geringer dazustehen oder weniger zu haben oder zu wissen als der andere, dann

kommt ihn eine leise Missstimmung, eine leise Verdrossenheit an, er denkt nicht gerade freundlicher oder mit mehr Liebe an den anderen, und das zählt nach der feineren Auffassung der Alten schon zu den ersten Graden von Neid. Ebenso kommt ihn, wenn er sich in der Begegnung oder bei Gedanken an die Begegnung mit einem Menschen in irgendeinem Punkt überlegen erfuhr, eine gewisse Freude und Befriedigung an. Mancher wird diese Freude, wenn sie ihm bewusst wird, sofort ablehnen und sich um freundliches und liebevolles Denken an den Betreffenden bemühen.

Ob es äußere Schönheit ist, geistige oder seelische Fähigkeit: wo Begegnung ist, vergleichen sich die Wesen miteinander. Da weiß z.B. einer in Gesprächen etwas besser als der andere und bringt es gekonnter vor, sofort vergleichen sich beide miteinander.

Der Erwachte sagt, dass der Mönch sich davor hüten solle, bei Vergleichen mit anderen Mönchen, die vielleicht mehr Nahrung oder besseres Gewand bekommen haben, die im Verständnis oder Darlegung der Lehre sich überlegen erweisen, einen Grad von Verdrossenheit oder Missgunst aufkommen zu lassen, die zu Neid und Geiz führen, denn das seien Befleckungen des Herzens (M 5 und 7).

In fast allen Religionen, die mehrschichtige Aussagen über jenseitiges Leben enthalten, kommt zum Ausdruck, dass die Wesen, die auf Erden gebefreudigt und wohlwollend - also großherzig - waren, in himmlischer Welt die gewünschten Dinge vorfinden; dagegen die auf Erden neidisch und geizig - also engherzig - gewesenen Wesen nach dem Tod in Unterwelten sich arm und elend vorfinden. In den Himmeln nun erlebt jeder Wohl und Entgegenkommen genau entsprechend seinem Verhalten auf der Erde. So ist das Kapital der himmlischen Wesen das verdienstvolle Gewirkthaben (Heilsvertrauen, Tugend, Weisheit, Gebefreudigkeit), das sie nach dem Tod anderen Göttern überlegen macht an himmlischer Schönheit, himmlischem Glück, an himmlischem Ansehen, an himmlischer Macht. Wenn ein sich unterlegen fühlendes himmlisches

Wesen nun im Anblick der Schönheit und der Macht des anderen sich eingeladen fühlt: „Dieses hohe Wesen hat gut gewirkt, ich will es nun auch“ und nimmt es als Vorbild, pflegt mit ihm Umgang, dann hat er das Gefühl der Unterlegenheit in heilsame Bahnen gelenkt, hat nicht der Missstimmung, Verdrossenheit, der Missgunst Raum gegeben, aus dem im Groben der Neid entstehen muss.

Und wie ist das Verhalten himmlischer Wesen, wenn sie sich anderen überlegen fühlen?

Zwei Beispiele aus heutigen Jenseitsberichten:

*Er hatte leuchtend dunkle Augen, die Güte und Frohsinn ausstrahlten. Er sah aus wie ein junger Mensch voll jugendlicher Kraft und Zuversicht. Es war nichts von der Nervosität und Spannung um ihn, die man oft an jungen Männern wahrnimmt, denen Autorität gegeben ist. Im Gegenteil, jede kleinste Handlung, die er vollführte, erfolgte mit einer Geduld und Gründlichkeit, als gäbe es außer ihr nichts Wichtigeres. Es war offensichtlich, dass "Zeit" für ihn nichts bedeutete, während er einem Patienten das Lager ordnete oder einem anderen, der ein wenig zu gehen wünschte, den Arm um die Schulter legte, um ihn zu stützen.*

Aus "Reise in die Unsterblichkeit" von R.J. Lees, Dreieichen Verlag 1959, S.70

*Der Fremde vereinigte in seinem Aussehen die Unschuld eines Kindes mit der Weisheit des hohen Alters. Ich liebte ihn als meinen Bruder im Augenblick, da ich ihn sah. Er flößte mir Vertrauen ein, er bannte jeden Gedanken der Furcht, doch gleichzeitig auch den des Hochmuts und der Überheblichkeit. Stärke und Sanftmut schienen in vollendeter Weise in ihm vereinigt, kurz, alle Eigenschaften, die sich ein Mann bei einem Freund wünscht. Seine Augen strahlten von Liebe und Güte. Er war ein König, aber sein Königtum bestand darin, zu dienen und den Schwachen zu helfen.*  
a.a.O. S.92



Die Verdrossenheit über Unterlegenheit bis zum groben Neid führt zu Feindschaft, Heftigkeit, Rivalität und Hass: das ist bei den Kindern zu sehen, die einen Hass gegen Bruder oder Schwester entwickeln, die „vom Schicksal begünstigter“ sind und darum mehr Beachtung erfahren; das wird als Rivalität im Berufsleben erfahren und wird bei den Machtkämpfen der Tiere, in den Revolten der Besitzlosen gegen die Reichen und in den Kriegen der Völker untereinander erfahren („Mein Volk braucht Raum“, der Nachbarstaat hat ihn).

Das Auskosten der Überlegenheit, das Zur-Schau-Stellen der eigenen Vorzüge bis zum Festhaltenwollen des groben Geizes erzeugt noch zusätzlich beim anderen das Gefühl der Unterlegenheit, reizt ihn, sich mit Gewalt das vor Augen Geführte und Verweigertere zu nehmen.

Neid und Geiz wurzeln  
im Mögen und Nichtmögen

Weiter fragt der Götterkönig:

*Neid und Geiz aber, o Herr, wodurch sind diese Verstrickungen bedingt? Woraus entstehen und bestehen diese? Was muss sein, damit Neid und Geiz zur Erscheinung kommen, und was muss fortfallen, damit sie nicht mehr erscheinen? –*

*Neid und Geiz, Götterkönig, ist durch Mögen und Nichtmögen bedingt (piya-appiya nidāna). Wenn Mögen und Nichtmögen ist, dann muss Neid und Geiz zur Erscheinung kommen. Wenn Mögen und Nichtmögen fortfällt, dann erscheinen Neid und Geiz nicht mehr.*

Wir sahen aus Sakkos erster Frage, dass bei diesen menschen-nahen Göttern ähnliche Formen von Feindschaft aufkommen wie bei den Menschen und dass diese Tatsache den Götterkönig Sakko besorgt macht, zumal er in seinem Himmel erlebt

hat, wie da jene zwei Götter, die vorher beim Erwachten Mönche waren, durch tiefere Besinnung diesem Götterhimmel entchwanden, vor seinen Augen unsichtbar wurden, und er wusste, dass sie jetzt zu brahmischer Sphäre über die gesamte Sinnensuchtwelt hinaus zur Welt der Reinen Formen gelangt waren. Dadurch wird er an die höheren Möglichkeiten erinnert, und sein relativ niederer Stand wird ihm peinlich. Er sieht die Hemmungen, die die Götter in ihrem Stand festhalten: Feindschaft, Heftigkeit, Rivalität, Hass - wenn auch nicht in solchen Stärkegraden wie bei den Menschen - obwohl man doch eigentlich sanft und lieb miteinander umgehen will. - Darum eben hat er sich aufgemacht und den Erwachten gefragt, wie man aus diesem Klima der Unterscheidungen in Überlegenheit und Unterlegenheit herauskommen könne.

Auf diese Frage zeigt der Erwachte, dass Neid gegenüber dem Überlegenen und Geiz gegenüber dem Unterlegenen der Grund für Feindschaft und Hass ist, und sagt nun weiter, dass die Ursache für Neid und Geiz darin liegt, dass einem eben in dieser Welt manches lieb und anderes unlieb ist. Mögen, Lieben, Zugewandtsein ist wie ein Schiefstehen, ein Geneigtsein zur einen Seite und damit Abgeneigtheit vom Gegenteil, ist nicht Unabhängigkeit und Freiheit, sondern Gebundenheit und Abhängigkeit. Diese Unterscheidungen in lieb und unlieb gibt es nicht mehr bei den Göttern der Reinen Formen, bei Brahma und gar den noch darüber stehenden Göttern. Sie leben in einem solchen Eigenwohl, das ihnen stets vollen Frieden und Glücksempfinden gibt. Wenn diesen lichten Göttern noch höhere, reinere Götter begegnen, dann empfinden sie diesen gegenüber nicht etwa Neid, sondern nur große Verehrung und sind beglückt über die Begegnung. Daraus ist zu erkennen, dass diese reineren Götter nicht mehr irgendwelche weltlichen Dinge oder Zustände mögen oder nicht mögen. Dies strebt Sakko an, und darum hat er sich aufgemacht, den Erhabenen zu fragen. Und darum führt ihn der Erwachte mit seinen Antworten den geraden Weg aus der Welt des vergleichenden

Unterscheidens zu der reineren Welt des inneren Friedens, zur Unabhängigkeit.

Mögen und Nichtmögen wurzeln im Wollen

*Mögen und Nichtmögen aber, o Herr, wodurch sind diese Verstrickungen bedingt, woraus entstehen und bestehen diese? Was muss sein, damit Mögen und Nichtmögen zur Erscheinung kommen, und was muss fortfallen, damit sie nicht mehr erscheinen? – Mögen und Nichtmögen, Götterkönig, ist durch Wollen (chanda) bedingt. Wenn Wollen ist, muss Mögen und Nichtmögen zur Erscheinung kommen; wenn Wollen fortfällt, dann erscheint Mögen und Nichtmögen nicht mehr.*

Wollen, Begehrenswille, Verlangen, Sucht, Trieb, Tendenz ist ein sinnlich nicht wahrnehmbares Ausgestrecktsein und Geneigtsein nach einem ganz bestimmten Zustand oder Erlebnis und ist von einer bestimmten Stärke, die erst richtig erkennbar wird, wenn man ihr nicht ihren Lauf lässt. Da jedes Wollen, jeder Trieb und das von ihm ausgehende Gefühl eine einseitige Festlegung des Menschen auf seine Interessen und ein Abziehen von anderen Fragen und Dingen ist, so ist die Gesamtheit der Tendenzen eines Menschen nach ihrer Gerichtetheit und Kraft ein Gefüge von geistigen Einseitigkeiten, von Festlegungen und Fesselungen.

Der Mensch ist nicht frei, souverän, sein Wollen ergreifend, sein Interesse bestimmend, sondern er ist durch die Art, die Richtung und die Kräfte des Gewirrs seiner hauptsächlich und nebensächlichen Tendenzen von vornherein in diesen oder jenen Bereich der Existenzebene gebunden, ist damit in seiner Perspektive festgelegt durch seine tendenzenbedingten Interessen. Die Tendenzen des Menschen bestimmen die Perspektive seiner seelischen Sicht, die wiederum seinen geis-

tigen Horizont beschränkt. Und die Kraft dieser Tendenzen bestimmt die Befangenheit in diesem Horizont und die Gebundenheit an diese Perspektive.

Die sinnlichen Triebe sind es, welche die Wesen in dem unteren der drei großen Daseinsbereiche halten, eben in der Sinnensuchtwelt. Da kommt aus dem inneren Mangel, den Trieben, immer dieses oder jenes Wünschen auf. Wer sich aber davon befreit hat, weil er durch Erhellung seines Herzens und seiner Gesinnung zu einem eigenständigen inneren Wohl und Glück gelangt ist, dem sind alle äußeren Unterschiede völlig gleichgültig. Er hat selbst keine Anliegen an die äußere Welt, ist frei von Wollen. Und darum hat er Raum und Kraft, überall, wo es erforderlich ist, zu befrieden und zu entspannen und zu erfreuen.

Das Wollen wurzelt in der Erwägung

*Das Wollen aber, wodurch ist das bedingt, woraus entsteht und besteht es? Was muss sein, damit Wollen zur Erscheinung kommt? –*

*Das Wollen, Götterkönig, ist durch Erwägen (vitakka) bedingt. Wenn Erwägen ist, muss Wollen zur Erscheinung kommen; wenn Erwägen fortfällt, dann erscheint auch kein Wollen mehr. –*

Das Pāliwort *vitakketi* bedeutet: Erwägen im Sinne von Vergleichen, Unterscheiden, Abwägen. Der Erwachte sagt (M 19): *Was der Mensch häufig erwägt und sinnt, danach geneigt wird das Herz.*

Das heißt: Durch eine bestimmte Denkweise entsteht ein bestimmtes Wollen, eine bestimmte Neigung, eine Tendenz. Jeder Gedanke des Menschen beeinflusst seinen Tendenzenhaushalt merklich oder unmerklich. Was wir öfter positiv, also als für uns hilfreich bedenken, dahin zieht es uns nach und nach; und was wir negativ, als für uns schädlich, übel usw.

bedenken, davon stößt es uns nach und nach ab. So wie eine größere Anzahl kleiner Windschläge in das Segel eines Schiffes dieses später in Fahrt bringt - und zwar genau nach der Richtung und Summe der Kräfte - so ist das Herz mit seinem Wollen das Energiebündel der im Lauf des Samsāra durch positive Bewertung (Erwägen) angeschafften und durch negative Bewertung (Erwägen) wieder aufgelösten Tendenzen und Triebe:

*Vom Geiste gehn die Dinge aus... (Dh 1)*

Je mehr ich z.B. an einen unlieben Menschen in nichtliebendem Sinne denke aus meiner Abneigung heraus, da wird in mir die Abneigung, das Nichtmögen stärker, mehre ich die Neigung zum Festhalten der mir angenehmen Menschen, die ich als zu mir gehörend empfinde, oder mehre die Sehnsucht, den Neid, das Habenwollen in Bezug auf Menschen, die ich als nicht zu mir gehörend empfinde. Was wir denkerisch positiv bewerten, wird Trieb. Was wir denkerisch negativ bewerten, wird in unserem Triebehaushalt, Wollenshaushalt abgeschwächt und am Ende abgestoßen.

Erwägen wurzelt in der Illusion  
einer gespaltenen Begegnungswahrnehmung

*Erwägen aber, o Herr, wodurch ist das bedingt, woraus entsteht und besteht es? Was muss sein, damit Erwägen zur Erscheinung kommt, und was muss fortfallen, damit es nicht mehr erscheint? –*

*Erwägen, Götterkönig, ist bedingt durch die Illusion einer gespaltenen Begegnungswahrnehmung (papañca-saññā-sankhā). Wenn die Illusion einer gespaltenen Begegnungswahrnehmung ist, muss Erwägung zur Erscheinung kommen, wenn die Illusion einer gespaltenen Begegnungswahrnehmung fortfällt, dann erscheint auch Erwägen nicht mehr. –*

Dadurch, dass der Wahn (*avijjā*), die Illusion (*sankhā* = Besessenheit, Zwangsvorstellung) besteht, dass da ein Ich einer Umwelt gegenüber stünde, ihm begegnen würde, macht sich der Geist von dem als Gegenüber, von dem als Umwelt Erlebten ein immer plastischeres Bild, hämmert es immer deutlicher heraus, stellt es sich deutlicher vor. *Was der Mensch häufig bedenkt und sinnt, dahin geneigt wird das Herz. (M 19)* und *Durch Aufmerksamkeit entstehen alle Dinge. (A X,58)* Durch die positive Bewertung eines durch Wahrnehmung in den Geist gelangten Gegenstandes entsteht am eingebildeten Ort des Bewertens (dem Ich) eine Verstärkung des Verlangens. Das Bedürfnis, ein Minus, ist vergrößert worden. Zugleich ist durch die positive Betrachtung jenes „Objekts“ durch das Gegenüberstellen, Vor-Stellen, Ausbreiten, dessen Wert im Geist gestiegen, es ist jetzt noch begehrt, sein Pluswert ist größer. Auf diese Weise schafft der diese Zusammenhänge nicht überblickende Mensch wie auch jedes andere denkende Wesen seinen Fundus der Schaffsal (*bhava*), die ihm wieder als Zukunft begegnet. Zum Beispiel das geschaffene, gestaltete Verhältnis eines ablehnenden „Ich“ in spannungsvoller Begegnung mit einem verspannten und meistens auch ablehnenden „Du“ - diese „Schöpfung“ ist nun „da“, ist durch Gesinnung und Taten so gewirkte Wirkung. Diese Wirkung entschwindet lediglich der Sichtbarkeit, dem beengten Gegenwartshorizont des Verblendeten, bleibt aber als wirkende Wirkung bestehen und taucht zu ihrer Zeit wiederum als Illusion einer in Ich und Welt gespaltenen Begegnungswahrnehmung in den Horizont des einstigen Täters. Die Grundlage allen Erlebens und Erleidens besteht in den selbst gewirkten Begegnungsszenen, die nach der jeweiligen Verfassung des „Ich“ behandelt, verändert werden und schon wieder der Gegenwart entschwinden vor dem Andrang der nächsten.

Die Illusion einer gespaltenen Begegnungswahrnehmung besteht aus den ersten drei Zusammenhäufungen, denn immer werden die an den Menschen herantretenden Formen (1. Zusammenhäufung) von den dem Körper (der zu sich gezählten

Form) innewohnenden Trieben empfunden (2. Zusammenhäufung) und wahrgenommen (3. Zusammenhäufung) - das ist die passive Seite des Lebens. Darauf folgt die aktive: die Reaktion des Täters, planendes Bedenken und handelndes Vorgehen (4. Zusammenhäufung). Dies spielt sich ein, der Geist ist programmiert, immer in bestimmter Weise nach Wohl zu suchen, im Denken, Reden und Handeln zu agieren (5. Zusammenhäufung).

So löst die Illusion einer gespaltenen Begegnungswahrnehmung die Aktivität der sie erlebenden Wesen aus, Aktivität, die mit Erwägen und Denken beginnt.

Die Illusion einer gespaltenen Begegnungswahrnehmung ist das letzte vom Götterkönig erfragte Bedingungsglied für Feindschaft, Hass mit den Auswirkungen im Reden und Handeln. Die Bedingungsglieder sind untereinander geschrieben:

1. Feindschaft, Rivalität, Haß
2. durch Verdrossenheit und Missmut bei Unterlegenheit (Neid) und Auskosten der Überlegenheit (Geiz)
3. durch Mögen/Nichtmögen
4. durch Wollen
5. durch Erwägen, Bedenken
6. durch die Illusion einer gespaltenen Begegnungswahrnehmung.

Wie ist vorzugehen, um die Illusion einer gespaltenen Begegnungswahrnehmung aufzuheben?

Sakko fragt jetzt nicht mehr wie vorher weiter: Wo wurzelt die Illusion einer gespaltenen Begegnungswahrnehmung? Er weiß: Es ist einst Gewirktes, das da ununterbrochen an den (eingebildeten und ebenfalls gewirkten) Täter herantritt. Er ist sich bewusst, dass er durch sein Handeln an Wesen und Dingen 1. äußere und 2. innere Ernte erfährt; äußere Ernte: enttäuschte oder fröhlich gestimmte Wesen, verbitterte, verärgerte, unterdrückte Wesen oder erhobene, glückliche, dankbare Wesen; Dinge, die durch behutsamen, geduldigen Umgang

sich gewähren, oder Dinge, die durch groben, ungeduldigen Umgang sich verweigern. Und er ist sich zweitens der inneren Ernte bewusst, indem er sich als ein stark Verletzbarer mit wenig seelischen Kräften und geistigen Fähigkeiten und innerer Dunkelheit erfährt oder als ein wenig Verletzbarer mit viel seelischen Kräften und geistigen Fähigkeiten und innerer Helligkeit erfährt mit allen Zwischengraden von Helligkeit und Dunkelheit, von Verletzbarkeit und seelisch-geistigen Kräften - je nach seinem Vorgehen. Durch innere und äußere Ernte zusammen entsteht Wahrnehmung: Ein Mensch mit vorwiegend heller, gewährender Gesinnung nimmt heranretende Belastungen und Schwierigkeiten als weniger schwer wahr als ein Mensch mit dunkler, verweigernder Gemütsart. Das alles weiß Sakko und fragt deshalb nun, wie vorzugehen sei, um die Illusion einer gespaltenen Begegnungswahrnehmung aufzuheben ?

Wir kennen aus den Berichten von Mystikern aller Religionen, wie die Illusion einer gespaltenen Begegnungswahrnehmung aufgehoben wird: Wenn im Geist des Menschen ein so starkes Entzücken (*piti*) über inneres Wohl aufkommt, dass diese große Beglückung die Aufmerksamkeit des Geistes ganz auf sich zieht, dann holt der Geist für diese Zeit durch keinen der fünf Sinne die entsprechenden Außengebiete herein. Die sinnliche Wahrnehmung schweigt, und nur ein beglückendes Gefühl ohne Welterlebnis herrscht vor, wird wahrgenommen. Darum heißt dieser selige Zustand Entrückung. Weil die übliche Zweiheits-Wahrnehmung eines der Welt begegnenden Ich aufgehoben ist, darum heißt diese Entrückung auch Einigung, unio, *jhāna*.

Aus den Berichten der Mystiker geht hervor, dass schon das erste Übersteigen sinnlicher Wahrnehmung für den Erfahrer wie eine geistige Neugeburt ist und von ihm empfunden wird, als ob er erst durch diese Entrückung von der Welt nun zum wahren Leben gekommen sei. Von da an kann er die sinnliche Wahrnehmung nicht mehr wie zuvor als ein natürliches Leben ansehen, sondern als eine schwere Krankheit, mit



großen Dauerschmerzen verbunden. Daher kommt es, dass jeder, dem zum ersten Mal dieses Übersteigen gelungen war - sei es für einen Augenblick, sei es für Stunden - den dann eintretenden Rückfall in die sinnliche Wahrnehmung als einen unwürdigen Zustand empfindet und von da an, seitdem er einmal durch das Tor in die Unermesslichkeit gelangt war, nur noch die Rückkehr in diesen Zustand und seine Eroberung für die Dauer anstrebt.

Die Entrückungen treten, wie in den Reden immer wieder beschrieben und in "Meisterung der Existenz" (ab S.819ff.) näher erklärt ist, als dauernder seelischer Besitz erst dann ein, wenn der Übende eine zweifache geistig-seelische Entwicklung bis zu einer gewissen Höhe gebracht hat:

Ihr erster Teil besteht darin, dass er sich alles übelwollende Denken und Empfinden mit Antipathie und Hass, alle kalte Rücksichtslosigkeit und alles Bekritteln gegenüber Lebewesen völlig abgewöhnt und sich an Wohlwollen, Fürsorge, Fürsprache und Förderung der lebenden Wesen ganz und gar gewöhnt hat. Ein solcher hat damit seine Herzensverfassung aus der üblichen dunklen oder grauen Gemütsverfassung zu immer mehr innerer Helligkeit und Wärme entwickelt. Durch diese Gemütsverfassung ist er auf die sinnliche Wahrnehmung längst nicht mehr in dem Maß angewiesen wie der Mensch, der bei sich selber eben nur eine graue, banale oder triste Stimmung vorfindet. Ein so entwickelter Mensch findet bei sich selber Wohl und Glück und ist gern für sich allein.

Aus dieser ersten Etappe der Entwicklung ergibt sich wie von selber die zweite: das Zurücktreten von der Welt. Der normale Mensch ist weltzerstreut, er muss ununterbrochen nach Formen, Tönen, Düften, Riech-, Schmeck- und Tastbarem Ausschau halten, muss sich geistig mit diesen Dingen beschäftigen, sucht die angenehmen für sich zu gewinnen, die unangenehmen zu vermeiden. In dieser sechsfachen Tätigkeit besteht sein ganzes Leben: ein fast ununterbrochenes Habenwollen mit Anziehung und Abstoßung. Das kommt erst dann zur Ruhe, wenn der Mensch sich bei sich selbst wohl fühlt und

wenn er auf diesem Weg die Bruchstückhaftigkeit und Leerheit der gesamten äußeren Erscheinungen immer mehr durchschaut und aus dieser Durchschauung sich von den weltlichen Erscheinungen abwendet. Das geschieht nach dem gleich folgenden Rat des Erwachten:

1. durch Läuterung der Gemütsverfassung, der Gesinnung in stillen Zeiten;
2. durch gezügeltes Handeln und Reden bei der Begegnung;
3. durch Zügelung der Sinnesdränge.

#### 1. Läuterung der Gemütsverfassung in stillen Zeiten

*Wie aber muss ein Mönch sich verhalten, welchen Weg muss er gehen, um die Illusion einer gespaltenen Begegnungswahrnehmung auflösen zu können? –*

*Bei Freudigkeit, sag ich da, Götterkönig, kann man sich in zweifacher Weise verhalten: Man kann ihr nachgeben oder nicht nachgeben.*

*Bei Traurigkeit kann man sich in zweifacher Weise verhalten: Man kann ihr nachgeben oder nicht nachgeben.*

*Bei Gleichmut kann man sich in zweifacher Weise verhalten: Man kann ihm nachgeben oder nicht nachgeben.*

*Wenn man bei Freudigkeit merkt: Indem ich da freudig bin, mehren sich die unheilsamen Dinge, und die heilsamen Dinge mindern sich – einer solchen Freudigkeit ist nicht nachzugeben. Wenn man bei einer Traurigkeit merkt: Indem ich da freudig bewegt bin, mindern sich die unheilsamen Dinge, und die heilsamen Dinge mehren sich – einer solchen Traurigkeit ist nachzugeben.*

*Wenn es nun mit Erwägen, mit Sinnen geschieht und wenn es ohne Erwägen, ohne Sinnen geschieht, da ist ohne Erwägen, ohne Sinnen das Bessere.*

*Bei Traurigkeit, sag ich da, Götterkönig, kann man sich in zweifacher Weise verhalten: Man kann ihr nachgeben oder nicht nachgeben. Wenn man bei einer Traurigkeit merkt: Indem ich da traurig bin, mehren sich die unheilsamen Dinge, und die heilsamen Dinge mindern sich – einer solchen Traurigkeit ist nicht nachzugeben.*

*Wenn man bei einer Traurigkeit merkt: Indem ich da traurig bin, mindern sich die unheilsamen Dinge, und die heilsamen Dinge mehren sich - einer solchen Traurigkeit ist nachzugeben.*

*Wenn es nun mit Erwägen und Sinnen geschieht und wenn es ohne Erwägen und Sinnen geschieht, da ist ohne Erwägen, ohne Sinnen das Bessere.*

*Bei Gleichmut, sag ich da, Götterkönig, kann man sich in zweifacher Weise verhalten: Man kann ihm nachgeben oder nicht nachgeben. Wenn man bei einem Gleichmut merkt: Indem ich da gleichmütig bin, mehren sich die unheilsamen Dinge, und die heilsamen Dinge mindern sich – einem solchen Gleichmut ist nicht nachzugeben. Wenn man bei einem Gleichmut merkt: Indem ich da gleichmütig bin, mindern sich die unheilsamen Dinge, und die heilsamen Dinge mehren sich - einem solchen Gleichmut soll man nachgeben.*

*Wenn es nun mit Erwägen und Sinnen geschieht und wenn es ohne Erwägen und Sinnen geschieht, da ist ohne Erwägen, ohne Sinnen das Bessere.*

*So aber, Götterkönig, muss ein Mönch sich verhalten, einen solchen Weg muss er gehen, um die Illusion einer gespaltenen Begegnungswahrnehmung auflösen zu können. –*

*So hat der Erhabene die von Sakko, dem Götterkönig, gestellten Fragen beantwortet. Erhoben und beglückt war Sakko, der Götterkönig, über die Rede des Erhabenen: Ja, so ist es, Erhabener, ja, so ist es, Willkommener, da ist mir kein Bedenken geblieben, jeder Zweifel geschwunden, nachdem ich vom Erhabenen die Antwort vernommen. –*

Der Erwachte spricht von der Minderung des Unheilsamen und der Mehrung des Heilsamen. Alle Religionsstifter, die aus eigener tiefer Erfahrung und geistig-seelischer Transformation zu Religionsstiftern geworden sind, wie der Buddha und Jesus (und viele ihrer ernsthaftesten Nachfolger einschließlich christlicher Mystiker, wie Meister Eckehart usw.) haben tiefen Einblick gewonnen in die sehr unterschiedlichen charakterlichen Seiten, Triebe und Neigungen der Menschen mit ihrem Einfluss auf deren Schicksal. Sie haben erfahren und merken, von welchen Trieben mehr Leiden bis äußerste Qual und Untergang hervorgeht und aus welchen Trieben weniger Leiden und mehr Wohl, ja Glück, Seligkeit hervorgeht bis zu solchen erhabenen Herzensverfassungen, von denen wir uns keine Vorstellung machen können. Für all diese „erfahrenen Fachleute für Heil und Elend“ ist dasjenige heilsam, was ein Wesen über seinen jetzigen Zustand hinaus ins Hellere und in mehr Wohl bringt; und dasjenige gilt als unheilsam, was ihn von seinem jetzigen Standpunkt aus abwärts in mehr Dunkelheit und Leiden bringt. Insofern sind heilsam und unheilsam einerseits objektive Begriffe, weil „heilsam“ immer die Minderung der vorhandenen üblen und Mehrung der guten Eigenschaften meint und „unheilsam“ die Minderung der guten und Mehrung der üblen Eigenschaften meint - aber sie sind insofern subjektiv, weil jeder auf der „geistigen Daseinsleiter zwischen Heil und Unheil“ weiter oben oder weiter unten steht.

Im Grunde haben die Menschen und die menschnahen übermenschlichen Wesen das gleiche Anliegen, indem sie mit

ihren fünf Sinnen gern das erleben möchten, was ihnen wohltut. Je weniger es ihnen wohltut, um so weniger möchten sie es erleben, und gar nicht möchten sie, was wehtut. Je größer die Schmerzen, um so mehr fürchten sie diese und möchten sie meiden. -

Da sagen nun alle Heilslehrer, die die geistige Leiter aus eigener Erfahrung kennen gelernt haben, dass all unser Erleben, unser schmerzliches und unser wohltuendes, immer nur die Wiederkehr dessen sei, was wir durch unser Tun und Lassen anderen angetan haben. Insofern lesen wir im Neuen Testament das Gesetz: *Was der Mensch sät, das wird er ernten.* Und insofern spricht der Erwachte, der Buddha, von Karma. Die erfahrenen Heilslehrer sagen alle übereinstimmend, dass der Mensch mit all seinem Tun und Lassen seine zukünftigen Erlebnisse bestimmt, sich selber seine Lebenssuppe kocht mit wohltuender Würze und Süße oder bitteren Zutaten. Und all sein Erleben ist nichts anderes als das Auslöffeln dieser selben Suppe: Seiner eigenen Taten, der gewährenden, wohlwollenden, aus Liebe, Mitempfinden, Fürsorge geschehenen, wie auch all der Taten, mit welchen er seiner Umgebung verweigert hat, was jene wünschten und dessen sie bedurften, oder ihnen gar entrissen hat, was sie besaßen.

Wer diesen Zusammenhang bedenkt und ernst nimmt, der mag im Lauf eines Tages bei den verschiedenen angenehmen oder unangenehmen Erlebnissen beobachten, ob es solche sind, durch welche sich ihm das Schicksal „gewährt“, indem er Erfreuliches, Wohltuendes, Beruhigendes erlebt, oder Erlebnisse, durch welche er Erhofftes, Gewünschtes und Erwartetes nicht bekommt, indem ihm verweigert oder gar entrissen wird.

Da sagen Jesus und der Buddha übereinstimmend: Willst du erreichen, dass dein „Schicksal“ sich dir gewährt, dass du ein Leben der Erfüllung, der Freude und Harmonie erlangst - du kannst es nur erwarten, wenn du solches selber in die Welt, an die Mitwesen gegeben hast. Dein ganzes Tun und Lassen ist ein Hinausgeben in die Welt. Und dein ganzes Erleben ist die Rückkehr des Hinausgegebenen: Saat und Ernte.

Von da aus gesehen, kann jeder sehr leicht verstehen, was für ihn heilsam und unheilsam ist. Unser angeborenes Wesen, das wir in dieses Leben mitgebracht haben, weil wir es in früheren Leben uns so erworben und angeeignet haben, ist so beschaffen, dass wir, wenn uns etwas nicht passt, dann auch leicht verweigernd und vielleicht sogar entreißend dem anderen gegenüberreten. Und jeder Mensch gewährt am liebsten denen, die er liebt und von denen er auch etwas hat. Wer nun von diesem seinem Standpunkt aus das Heilsame anstreben will, der übe sich darin, in seinem Leben, in seinem Umgang mit den Nächsten und Ferneren einen Grad mehr gewährend, d.h. freundlich, wohlwollend, fürsorgend zu sein, als es „von selber“ geht, als es ihm nach seiner Natur liegt. Dann hat er sich heilsam verhalten. Er hat einige Grade Helleres in die Welt geschickt als bisher und einige Grade weniger Dunkles in die Welt geschickt als bisher. Das ist insofern heilsames Tun, weil es irgendwann in diesen neuen Qualitäten auch an ihn wieder herantritt.

Der Erwachte nennt in unserer Rede nur kurz die zwei Weisen, wie man unheilsamen Gemütsverfassungen nicht nachgibt:

- a) mit Erwägen und Sinnen
- b) ohne Erwägen und Sinnen.

a) Mit Erwägen und Sinnen

Wenn der Mensch sich öfter die üblen Folgen einer unheilsamen gemütsmäßigen Hinwendung und Abwendung vor Augen führt, bedenkt, dass sich dadurch die unheilsamen Eigenschaften mehren, dann ist er fähig, diese Hinwendungen und Abwendungen zu lassen. Der Erwachte sagt (A I,2):

*Nichts führt so sehr dazu, dass die heilsamen Dinge sich mehren und die unheilsamen Dinge sich mindern wie gründliche Betrachtung der Dinge.*

Gründlich ist die Betrachtung, wenn wir bei verlockenden Sinnendungen daran denken, dass der Eindruck der Verlockung

nur durch unsere inneren Leidenschaften zustandekommt, dass diese Dinge und ihre Pflege in Wirklichkeit übel und elend sind, uns in Leiden und Kümmernisse bringen und nach dem Tod in noch größere Dunkelheit, weil wir aus unseren inneren Leidenschaften heraus uns und andere beschwerend gehandelt haben. - Wenn wir so denken, dann ist in unserem Geist das Bewusstsein des lockenden Charakters zurückgetreten, abgeblasst und das Bewusstsein von den gefährlichen Folgen, von ihrem Leidenscharakter deutlicher geworden.

Mit jeder unweisen Betrachtung ist jene verborgen im Herzen liegende und manchmal in ganzer Wucht sich meldende Leidenschaft wieder einen Grad stärker geworden. Aber mit jeder weisen Betrachtung ist jene verborgen im Herzen liegende und manchmal mit ganzer Wucht sich meldende Leidenschaft um einen kleinen Grad schwächer geworden.

#### b) Ohne Erwägen und Sinnen

Wenn der Erwachte sagt, dass ohne Erwägen und Sinnen besser sei als mit Erwägen und Sinnen, dann handelt es sich um Menschen, die auf der eben beschriebenen Leiter zwischen Gewähren, Verweigern und Entreißen schon mehr im Hellen stehen, deren Herz schon von Natur fürsorglicher, wohlwollender, nachsichtiger ist. Diese tun nach ihrer Natur schon weit mehr das Heilsame, und das ist natürlich als fortgeschrittener und darum als besser zu bewerten, wie der Erwachte in dieser Rede sagt.

Wer auf sich achtet, der weiß, dass oft zu Zeiten, in denen er mehr für sich allein ist, sich Stimmungen, Erlebnisse und Begegnungen melden, die ihn erfreut haben, weil sie angenehm waren, wie auch verdrießliche. Wer nun durch den Erwachten oder durch eigene Beobachtung bemerkt hat, dass durch Pflege der misslichen Gemütsverfassungen der Verdruss über die betreffenden Personen im Lauf der Zeit zunimmt und dass man der betreffenden Person bei nächster Begegnung nicht mehr ganz so freundlich oder höflich begegnen kann, der weiß auch, dass bei noch weiterer Pflege solcher ungunstigen Ge-

danken der Ärger oder gar Feindschaft der betreffenden Person gegenüber zunimmt - und das ist der Weg in die Zunahme von Streit mit all seinen ungunstigen Folgen, nach dessen Verhinderung Sakko den Buddha fragte.

Aber es gibt auch traurige, wehmütige Gemütsverfassungen ganz anderer Art, die förderlich sein können. Wenn einem z.B. ein sehr lieber Angehöriger oder Freund gestorben ist, dann kommt natürlicherweise eine mehr oder weniger große Traurigkeit auf, und es wollen sich immer mehr Bilder aus der Vergangenheit einstellen über die schönen Erlebnisse, die man mit dem Betreffenden gehabt hat. Wer da nun, durch den Erweachten belehrt, sich deutlich vor Augen führt, dass es keine Lebewesen gibt, die man immer behält, und dass man selbst auch nicht immer im Kreis seiner Lieben bleiben wird, dass vielmehr jedes Menschenleben und selbst jedes Götterleben nur eine begrenzte Zeit währt und dann ganz sicher das Ende folgt - dann geht daraus die Sehnsucht hervor, doch zu jenem Zustand des Herzens zu gelangen, in welchem sich die Weisen bereits befinden (M 137). Denn diese haben in ihrem eigenen Wesen Halt gefunden, leben in einer unverstörbar hellen Gemütsverfassung und in tiefem Einblick in die Gesetze des Lebens in einer großen inneren Selbstständigkeit und Unabhängigkeit. Und wer da nun weiß und bedenkt, dass der Mensch, solange er sich von den Begegnungen abhängig macht, die angenehmen braucht und begehrt, die unangenehmen hasst und fliehen möchte - eben so lange auch immer wieder der tiefen Trauer über den Verlust von Geliebten oder dem Ärger und Missmut über den Umgang mit gehassten Menschen ausgesetzt sein wird und auch nach dem Tod im nächsten Leben immer wieder solchem Wechsel ausgeliefert ist - bei einem solchen kommt dann die Sehnsucht auf nach jener Gemütsart, wie sie die Weisen haben. Das ist eine überweltliche Traurigkeit, die zu pflegen ist, weil sie heilsam ist. Ein solcher Mensch hört bald auf, immer nur traurigen Gedanken über den Verlust nachzuhängen, wodurch seine Traurigkeit und An-



hänglichkeit zunimmt und er krank und damit seinen Mitmenschen zur Last wird.

## 2. Gezügeltes Verhalten bei der Begegnung: Tugendübung

*Als nun Sakko, der Götterkönig, über des Erhabenen Rede erfreut war, hat er dann eine weitere Frage an den Erwachten gerichtet:*

*Wie aber, o Herr, hat ein Mönch vorzugehen, um sich reiner Zucht gemäß zu verhalten? –*

*Da gibt es, König der Götter, dreifach verschiedenes Verhalten: in Taten, in Worten und im Anstreben, und jede dieser drei Verhaltensweisen ist zwiefältig: es gibt zu pflegende und nicht zu pflegende Verhaltensweisen.*

*Das muss so verstanden werden: ein Verhalten in Taten, bei welchem du merkst: Indem ich so vorgehe, da werden bei mir die unheilsamen Eigenschaften stärker, und die guten Eigenschaften nehmen ab: ein solches Verhalten in Taten ist nicht zu pflegen. - Aber ein solches Verhalten in Taten, bei welchem du merkst: Indem ich so vorgehe, da werden bei mir die unheilsamen Eigenschaften abnehmen, und die guten werden stärker: ein solches Verhalten ist zu pflegen.*

*Ein Verhalten in Worten - und das Anstreben eines Ziels - bei welchen du merkst: Indem ich so vorgehe, da werden bei mir die unheilsamen Eigenschaften stärker, und die guten Eigenschaften nehmen ab: ein solches Verhalten und solche Strebensziele sind nicht zu pflegen. - Aber ein solches Verhalten in Worten - und ein solches Anstreben - bei welchem du merkst: Indem ich so vorgehe, da werden bei mir die unheilsamen Eigenschaften abnehmen, und die guten Eigenschaften werden stärker: ein solcher Wandel ist zu pflegen.*

*Das ist, König der Götter, das dreifache in reiner Zucht recht gezügelte Verhalten. –*

Im vorigen Abschnitt ging es um Läuterung der Gemütsverfassung - und das geschieht meistens in stillem Bedenken und Sinnen. Jetzt aber nennt der Erwachte noch zusätzlich die Achtsamkeit auf das Heilsame im Handeln und Reden und im Anstreben bei der täglichen unmittelbaren Begegnung mit den Mitwesen. Wird das Einhalten der rechten Umgangsweise im täglichen Begegnungsleben immer wieder denkerisch positiv bewertet, werden die Tugendregeln nach bestem Vermögen eingehalten und sind die Strebensziele so gewählt, dass sie niemanden verletzen, dann mehrt sich Frieden und Harmonie unter den Menschen, und der wirkende Mensch kann, ohne von Reue über sein ungutes Tun an seinen Mitwesen geplagt zu sein, in stillen Zeiten sich heilsamen Gedanken hingeben. So mehren sich die heilsamen Eigenschaften und die unheilsamen nehmen ab.

### 3. Zügelung der Sinnesdränge

*Wie aber, o Herr, muss ein Mönch sich verhalten, um die Sinnesdränge zu zügeln? –*

*Bei den durch den Luger erfahrbaren Formen, Götterkönig, gibt es ein zweifaches Verhalten: Man kann ihnen nachgehen oder nicht nachgehen.*

*Bei den durch den Lauscher erfahrbaren Tönen - bei den durch den Riecher erfahrbaren Düften - bei dem durch den Schmecker erfahrbaren Schmeckbarem - bei den durch den Körper erfahrbaren Tastungen - bei den durch den Geist erfahrbaren Gedanken und Vorstellungen gibt es ein zweifaches Verhalten, Götterkönig, man kann ihnen nachgehen, und man kann ihnen nicht nachgehen. –*

*Auf diese Worte hat Sakko, der Götterkönig, zum Erhabenen gesprochen: Was da, o Herr, der Erhabene in Kürze gesagt hat, das verstehe ich ausführlich so:*

*Wenn bei den durch den Luger erfahrbaren Formen, indem man ihnen nachgeht, die unheilsamen Dinge sich mehren und die heilsamen Dinge sich mindern, solchen Formen ist nicht nachzugehen; doch wenn bei Formen, indem man ihnen nachgeht, die unheilsamen Dinge sich mindern und die heilsamen Dinge sich mehren, so ist einer solchen Form nachzugehen (ebenso bei den anderen Erfahrungen der Sinnesdränge).*

*Was der Erhabene in Kürze gesagt hat, verstehe ich in dieser Weise. Da ist mir kein Bedenken geblieben, jeder Zweifel geschwunden, nachdem ich vom Erhabenen die Antwort vernommen.*

Hier spricht der Götterkönig von der Übung der Zügelung der Sinnesdränge, die der Erwachte mit dem Wortlaut nennt:

*Hat der Mönch mit dem Luger eine Form gesehen, mit dem Lauscher einen Ton gehört, mit dem Riecher einen Duft gerochen, mit dem Schmecker einen Geschmack geschmeckt, mit dem Körper Tastbares getastet, mit dem Geist ein Ding erkannt, so beachtet er weder die Erscheinungen noch damit verbundene Gedanken (Assoziationen). Da Begierde und Missmut, üble und unheilsame Gedanken den, der die Sinnesdränge nicht bewacht, gar bald überwältigen, so übt er diese Bewachung, wacht aufmerksam über die Sinnesdränge.*

Jeder weiß, dass er, wenn er aufreizende oder abstoßende Bilder sieht, davon eben gereizt wird und dass er dann anders handelt, redet und denkt, als wenn er solche Bilder nicht gesehen hätte.

Der Erwachte zeigt deutlich - und in anderen Religionen wird es auch angedeutet -, dass der Mensch mit seinen Sinnen

empfänglich ist für Reizbarkeit und dass diese Empfänglichkeit zu großer und größter Bedürftigkeit gesteigert werden kann, dass sie aber auch zur völligen Ruhe kommen kann, wodurch der Mensch dann zu dem Zustand erwächst, der in allen Religionen als Gleichmut bezeichnet wird.

Durch die Übung der Zügelung der Sinnesdränge (oft kurz „Sinnenzügelung“ genannt), verspricht der Erwachte ein „ungetrübtes Wohl“, und das bedeutet die endgültige Überwindung dessen, was nach Aussage des Erwachten und nach unserer eigenen Erfahrung ununterbrochen aufkommt, wenn man die Süchtigkeit weiterhin nach außen rasen lässt, nämlich: Gelüste und Missmut, üble, unheilsame Gedanken.

Solange Bedürftigkeit ist, geht es für den im Haus Lebenden, der den Sinneseindrücken ausgeliefert ist, nicht ohne deren Befriedigung, aber es ist ein Unterschied, ob man nur die für den Körper im Augenblick erforderliche Erfüllung sucht oder die Sinnesdränge ohne Zügelung gewähren lässt. Wenn man z.B. öfter in Missmut, Gegenwendung, Feindschaft an einen Menschen denkt, von dem man sich beleidigt fühlt, dann nimmt der Missmut, die Gegenwendung, die Feindschaft zu. Wenn einer so durch das Leben geht, an die unangenehmen Erlebnisse mit Abneigung und Feindschaft denkt oder sich an Dingen des Begehrens berauscht, dann ist er am Ende des Lebens begehrlischer und gehässiger als bei seiner Geburt, und das führt zu einer dunkleren Wiedergeburt.

Manchmal bedarf es nur noch einer kleinen Überwindung, nicht alle Wahrnehmungsbilder anzusehen, die man gern sehen möchte, und auf den Reiz zu verzichten, etwa eine Beleidigung im Geist zu bewahren, auszuspinnen und sich wenigstens in Gedanken zu rechtfertigen oder zu rächen - aber es ist ein großer Gewinn durch die meistens damit auch verbundene negative Bewertung der Beachtung solcher aufreizender Wahrnehmungsinhalte.

## Welche Asketen haben das Ziel erreicht?

Und nun stellt Sakko, der Götterkönig, die Frage, ob nicht alle Heilssucher das gleiche Ziel anstrebten und darum das gleiche Verhalten hätten, eine Frage, die uns naiv erscheint, die wir als Menschen die Vielfalt von Ansichten und Anstrengungen jederzeit deutlich vor Augen haben. Im Menschenreich ist es ja möglich, z.B. über Wiedergeburt und Karma unterschiedliche Theorien zu entwickeln, ohne dass die abwegigen durch umfassendes praktisches Erleben gleich widerlegt werden könnten, wie dies in himmlischen Bereichen geschehen würde.

*Da hat denn Sakko, der Götterkönig, über des Erhabenen Rede erfreut, eine weitere Frage an den Erhabenen gerichtet:*

*Haben denn nicht eigentlich, o Würdiger, alle Asketen und Priester nur eine Lehre, nur ein Verhalten, nur eine Absicht, nur ein Ziel? –*

*Nicht haben, Götterkönig, alle Asketen und Priester nur eine Lehre, nur ein Verhalten, nur eine Absicht, nur ein Ziel. Von vielerlei Grundart und unterschiedlicher Grundart ist die Welt. An welcher Art die Wesen hängen, davon sagen sie, weil sie darin beharren, daran sich binden, darin wohnen: „Dies ist Wahrheit, Irrtum anderes.“ Darum haben nicht alle Asketen und Brahmanen nur eine Lehre, nur ein Verhalten, nur eine Absicht, nur ein Ziel. –*

Und nun gibt Sakko durch seine weiteren Fragen dem Erwachten die Gelegenheit, den Unterschied aufzuzeigen zwischen Heilslehren, die nicht zur Erlösung führen, und Heilslehren, die zur Erlösung führen:

*So haben nicht alle Asketen und Brahmanen das Ziel vollkommen erreicht, die Sicherheit, den Reinheitswandel, das Höchste erreicht? –*

*Nicht, haben, Götterkönig, alle Asketen und Brahmanen das Ziel vollkommen erreicht, die Sicherheit, den Reinheitswandel, das Höchste erreicht. Die da, Götterkönig, als Mönche durch Tilgung des Durstes erlöst sind, diese haben das Ziel vollkommen erreicht, die Sicherheit, den Reinheitswandel, das Höchste erreicht. –*

*Die Aufhebung des Durstes* ist das Ziel dessen, der seine Leidhaftigkeit erkannt hat, und die Heilgewordenen haben dieses Ziel erreicht.

Der letzte Anstoß, der Sakkos Eintritt  
in die Heilsströmung bewirkte

Wie gut Sakko die Antwort des Erhabenen verstand, zeigt seine nun folgende Bemerkung:

*Regung, o Herr, ist Krankheit, Regung ist Siechtum, Regung ist Stachel, Regung reißt da den Menschen herum zu dieser und zu jener Rückkehr ins Dasein. So wird der Mensch bald empor-, bald herabgetrieben.*

Regung, Unruhe, Bewegung entsteht immer nur aus Mangel, aus Schmerz, aus Qual der nach Befriedigung lechzenden Triebe. Die Tendenzen, die Triebe der Wesen sind wie eine verspannte Uhrfeder, wie der zusammengepresste Dampf der Dampfmaschine oder wie das zusammengepresste Treibgas des Autos. Die Triebe sind eine Wucht des Gequältseins, ein Grundleiden: Druck, Spannung, Drang, die Bewegung hervorrufen. Jedes Habenwollen ist ein sehndes Drängen nach entsprechender sinnlicher Wahrnehmung. Dieses drängende Verlangen bewegt die Wesen, das begehrte, ersehnte Erlebnis herbeizuführen. - Das gelingt ihnen in vielen Fällen nicht; wenn es gelingt, wird Erleichterung, Befriedigung empfunden, aber nicht lange. Bald müssen die Wesen wieder aufbrechen,

sich anstrengen, um zu weiterem Gewünschtem, Entbehrtem zu kommen. Nie kann die Befriedigung der Begehrensdränge das Begehren endgültig stillen. Alle Bewegung der Wesen hat die Triebe zur Ursache: *Vom Begehren getrieben, einzig aus Begehren...*, sagt der Erwachte (M 13). Die Wesen geben dem entstehenden Überdruck der Tendenzen nach, der Sucht nach den Dingen; sie bewegen den Geist, wie sie das Gewünschte erlangen können, setzen Arme und Beine in Bewegung, um es heranzuholen. Wenn das Gewünschte erreicht, die Sucht befriedigt ist, dann ist Wohl, dann ist den Wesen wohl. Sie genießen die Befriedigung und denken freudig an die Genussmöglichkeit. Das vermehrt die Sucht und ihren Druck. Es ist wie das Ernähren und Schüren des Feuers unter dem Dampfkessel; wie das immer weitere Auflegen von Brennmaterial, wie das Neuauftanken von Treibstoff oder wie das Aufziehen der Uhrfeder. Durch das, was die Wesen häufig bedenken und sinnen, werden die Triebe stärker und damit die Qual stärker. Wenn man zu lange das von den Trieben Begehrte nicht bekommen hat, dann wird Mangelgefühl als innerer Druck spürbar und drängt aufzubrechen, um es sich zu verschaffen.

Die normale Lage der Wesen ist, wie wenn viele Federn verspannt, gequält sind, oder wie der überstarke Dampfdruck, aber die Wesen sind die Verspannung so gewöhnt, dass sie glauben, echt entspannt zu sein, wenn sie durch ein Erlebnis, das wohltut, nur einen Augenblick entspannt sind; sie merken nicht den Gesamtdruck, das Druckgewirr der gesamten Triebe, das dadurch bedingte sehr schmerzliche Gesamtleiden. Die Wesen sind zeitlebens beschäftigt, das Verlangen der tausendfältigen unerfüllten Triebe der Reihe nach, so gut wie es geht, vorübergehend zu befriedigen. Dagegen zeigen die Weisen die Wege, wie man von diesen ewig hungrigen Trieben, dem ununterbrochen die Wesen quälenden Druck durch allmähliche Übung vollkommen frei werden kann, so dass die ununterbrochene Hetze nach den Befriedigungen nicht mehr nötig ist, weil ein durchgängiger Zustand der Ruhe und des Friedens gewonnen ist. Dies ist Sakko durch die Worte des Erwachten

deutlich geworden, denn seine Äußerung *Regung ist Krankheit, Stachel* zeigt, dass er - wahrscheinlich durch frühere Belehrungen durch den Erwachten - das Wesen des Durstes, den rasenden Zug des Verlangens, das von Augenblick zu Augenblick Befriedigung wünscht, verstanden hat.

Mit dem Verstehen des Durstes wird Sakko bewegt von dem Wunsch, diesen Durst aufzuheben, ja, er ist bereits auf dem Weg dazu, und das Wissen darum erfüllt ihn mit großer Freude und Dankbarkeit dem Erwachten gegenüber, den er als den Erhabenen, als den Heilslehrer erkennt, der alle Lehrer übertrifft, die er je aufgesucht hat, und der ihm das Tor zur endgültigen Sicherheit aufgezeigt hat, alle Zweifel gelöst hat:

*Die Fragen, o Herr, auf die mir außerhalb von hier bei anderen Asketen und Priestern eben kein Gehör gegeben wurde, die hat mir der Erhabene beantwortet, die mir lange am Herzen lagen; und den Stachel der Ungewissheit und des Zweifels, der mich plagte, den hat mir der Erhabene ausgezogen. –*

*So erinnerst du dich, Götterkönig, dass du diese Fragen schon an andere Asketen und Priester gestellt hast? –*

*Ich erinnere mich, o Herr, dass ich diese Fragen schon an andere Asketen und Priester gestellt habe. –*

*Auf welche Weise aber, Götterkönig, haben sie dir geantwortet? Wenn es dir nicht ungelegen ist, sage es. –*

*Was ich da, o Herr, unter Asketen und Priestern verstehe, das waren im Wald zurückgezogen lebende Einsiedler. Zu denen bin ich herangetreten und habe diese Fragen gestellt. Von mir befragt, haben sie keinen Bescheid gegeben; ohne Bescheid zu geben, vielmehr an mich die Frage gerichtet: „Wie heißt der Ehrwürdige?“ Da habe ich ihnen denn geantwortet: „Ich bin Sakko, der Götterkönig, ihr Würdigen.“ Nun haben sie an mich eben eine weitere Frage gestellt: „Was hat*



*wohl der ehrwürdige Götterkönig für Taten getan, um diesen Stand zu erreichen?“ Da habe ich ihnen denn nach meinem Wissen und Vermögen die Wahrheit dargelegt, und sie waren mit so wenig schon zufrieden. ‚Sakko, den Götterkönig, haben wir gesehen, und was wir erfragt haben, das hat er uns offenbar gemacht.‘ Und ich glaube gar, sie sind meine Anhänger geworden und nicht ich der ihre. Ich aber bin des Erhabenen Anhänger, bin in die Heilsströmung eingetreten, der Unterwelt entronnen und werde unbeirrt auf die volle Erwachung zustreben.–*

Sakko ist sich also bewusst, dass er jetzt endgültig Heilsgänger (*ariya sāvako*) geworden ist. Er sieht sich selber und alle Wesen von Durst, von den Trieben, getrieben nach Wohl suchen. Er sieht: Da ist kein souveränes, lenkendes Ich, das die Wesen besäßen, sondern die Triebe treiben sie, dies und jenes anzustreben.

Mit dem *Schwinden des Ichglaubens* hat Sakko die erste Verstrickung, den Glauben an Persönlichkeit, aufgehoben. Er hat erkannt, dass da wo der Eindruck „Ich bin“ und „Ich bin in der Welt“ besteht, in Wirklichkeit nur der von Triebwahrnehmungen erfüllte Geist diese Wahrnehmung entwirft. Auf Grund der Triebe entsteht bei der Berührung mit dem als außen Erfahrenen Gefühl. Das als außen Erfahrene – einst Gewirkte – wird mit Gefühl, der Resonanz der Triebe, besetzt als Wahrnehmung in den Geist eingetragen, und darauf wird reagiert, wodurch sich im Lauf der Zeit das fortgesetzte Angehen der Welterscheinung immer mehr einspielt als die Wohlerfassungssuche, die wieder Formen erfährt usw. Er hat durchschaut und kann es mit jeder Selbstbeobachtung wieder erkennen, dass diese Zusammenhäufungen vor sich gehen und dass sie den Eindruck eines „Ich bin in der Welt“ erwecken. Er weiß, dass dieser Eindruck von „Ich“ und „Welt“ ein Traum, eine Täuschung ist, er sieht, dass im Geistigen Bedingungszu-

sammenhänge zwangsläufig und seelenlos vor sich gehen wie in der Technik. Sein Blick ist immer mehr von der Welt abgewandt und auf die inneren Vorgänge hingewandt. Darum können diese nicht mehr so unbeobachtet spielen wie zuvor.

In dem gleichen Maß, wie die Identifizierung mit seinem Erscheinungs-Ich abgenommen hat, hat Sakko die Auflösung der zweiten Verstrickung erfahren: die Aufhebung von *Daseinsangst und Ungeborgenheit*, die ja nur dann besteht, wenn ein Ich als gefährdet empfunden wird und geschützt werden muss. Und da der Heilsgänger den vollkommenen Frieden außerhalb aller vergänglichen Erscheinungen anstrebt, so sind ihm seine *erworbenen reinen Sitten nicht das Höchste*, über deren Erwerb der sittlich hochstrebende Mensch erfreut und beglückt und voller Willensregungen wird, wodurch er an den Daseinskreislauf gebunden bleibt. Damit hat er auch die dritte Verstrickung aufgelöst, er ist in den Strom eingetreten, der ihn zum Heilsstand trägt. Die Befriedigung darüber zu äußern, gibt der Erwachte Sakko Gelegenheit:

*Erinnerst du dich wohl, Götterkönig, ehemals schon eine solche Befriedigung, eine solche Freude empfunden zu haben? – Ich erinnere mich, o Herr, ehemals schon eine solche Befriedigung und eine solche Freude empfunden zu haben.*

*Es war einmal, o Herr, ein Kampf zwischen Göttern und Asuras zum Ausbruch gekommen. In diesem Kampf nun, Herr, siegten die Götter, die Asuras aber wurden geschlagen. Als ich nun jenen Kampf siegreich bestanden, glücklich beendet hatte, sagte ich mir: „Was da nunmehr himmlischer Nährstoff<sup>258</sup> ist und was*

---

<sup>258</sup> Das Paliwort "ojā" scheint ein Mittel der Kraftvermehrung zu sein, ein Nährstoff, eine Art Vitalitätszufuhr, die dem Körper Kraft zuführt. Diese fällt in der himmlischen Welt anscheinend von dem Besiegten den Siegern zu, so wie die Menschen die besten Lebensmittel eines besiegten Volkes für sich mitnehmen.

*Nährstoff der Asuras ist, beides werden von jetzt an die Götter genießen.“*

*Da war denn, o Herr, mein Gefühl der Befriedigung, Gefühl der Freude mit Kriegsgedanken, mit Schlachtgedanken verquickt, hat nicht zur Abkehr, nicht zur Entreizung, nicht zur Auflösung, nicht zum Frieden, nicht zur Durchschauung, nicht zur Erwachung, nicht zur Erlösung geführt. Was da aber nun bei mir Gefühl der Befriedigung, Gefühl der Freude ist, nachdem ich vom Erhabenen die Lehre vernommen, das ist ohne Kriegsgedanken, ohne Schlachtgedanken und führt einzig zur Abkehr, zur Entreizung, zur Auflösung, zum Frieden, zur Durchschauung, zur Erwachung, zur Erlösung, zur Erlösung. –*

*Was aber, König der Götter, veranlasst dich, ein solches Gefühl der Befriedigung und Freude zu äußern? –*

#### Sakkos Gewissheit

*Sechs Ursachen habe ich, ein solches Gefühl der Befriedigung und Freude zu äußern:*

*Solang ich hier noch weilen kann, als Gott geboren wie ich bin, erlang ich weitere Lebenskraft: Dies wisse wohl von mir, o Herr.*

*Das ist für mich, o Herr, die erste Ursache, ein solches Gefühl der Befriedigung und Freude zu äußern.*

Sakko weiß: Nicht zehrt er durch Genießen und Vergessen des einstigen guten Wirkens die Ernte der einst gesäten guten Saat auf, wodurch er aus himmlischem Dasein absinken würde, sondern durch sein Wissen um die Zusammenhänge kann er es nicht lassen, sich in stillen Zeiten immer wieder des rechten Anblicks zu erinnern, und in der Begegnung mit den Wesen

trägt er zur Entspannung und Befriedigung bei durch Wohltun und Loslassen des Eigenwillens. So mehrt er das Heilsame in sich, mindert das Unheilsame und kann darum nicht vorzeitig aus himmlischem Dasein abscheiden. Darum ist Sakko über die Gegenwart beglückt.

*Sterb ich aus Götterwelt hinweg, weil Lebenskraft als Geist verbraucht, geh klarbewusst in einen Schoß ich ein. Darüber ist mein Geist beglückt.*

*Das ist für mich, o Herr, die zweite Ursache, ein solches Gefühl der Befriedigung und Freude zu äußern.*

Wenn sein Leben als Götterkönig abgelaufen ist, dann wird er in Zukunft der Lehre weiter folgen und weiterstreben. Darüber ist Sakko beglückt.

*So war mein Fragen nicht umsonst. Ich leb im Glück der Wegweisung. Ich bleib nun auf dem rechten Weg, ganz klar, in Wahrheitsgegenwart.*

*Das ist für mich, o Herr, die dritte Ursache, ein solches Gefühl der Befriedigung und Freude zu äußern.*

Es geht bei dem in die Heilsströmung Eingetretenen, der den Heilsanblick einmal tief gewonnen hat, auf lange Sicht fast „von selber“ weiter, so etwa wie beim Samenkorn, wenn es in warme, feuchte Erde gelangt ist. Der Erwachte sagt, dass einem solchen eine neue Eigenschaft, ja ein Drang zum Heil (*indriya*) erwachsen ist. Diesen Drang hat jeder erfahrene Heilsgänger: Durch die gründliche Beobachtung der Bedingtheit der Vorgänge ist er ja dem Bedingungslosen auf die Spur gekommen, hat das Todlose empfunden und hat nun keinen anderen Wunsch mehr als den, dies ganz und für immer zu halten und damit vom Leiden zum Heil zu kommen. Das ist die Wirkung, die Fruchtbarkeit des vom Erhabenen angereicherten (erste Bedingung) und in seinem Wesen fühlend aufge-

nommenen (zweite Bedingung) Samenkorns. Die gewonnene rechte Anschauung wirkt sich nicht so aus, dass er nun die Wahl hätte, sich zu entschließen, seinen Geist nach innen zu wenden oder es bleiben zu lassen, sondern sie drängt ihn, allein darüber nachzudenken. Die Erfahrung des Wahrheitsblicks hat ihn schon umprogrammiert: sie reißt ihn jetzt von Zeit zu Zeit von selbst wieder hoch. Wenn er sich nicht immer wieder den rechten Anblick wiederholte, dann hätte er innere Unruhe und Mahnung. Die Erfahrung des unmittelbaren Blicks schafft von selber die Kraft, dass man ihn sich wieder holen will. So ist er *klarbewusst der Wahrheit immer eingedenk*, kann sie nicht verlieren.

*Wenn ich den Weg gegangen bin, wenn die Erwachung ist vollbracht, erst dann werd ich im Wissen sein, dann endlich wird ein Ende sein.*

*Das ist für mich, o Herr, die vierte Ursache, ein solches Gefühl der Befriedigung und Freude zu äußern.*

Sakko hat die unumstößliche Sicherheit gewonnen: Dieser und kein anderer Weg führt zur Erlösung. Er hat ja bei sich erfahren, dass er im Lauf der Zeit immer weniger hingerissen und abgestoßen wird, immer mehr über der Situation steht und nach irgendwelchen Strudeln sich immer früher wieder aufgefangen hat, dass er sich abgelöst hat von Leidhaftem. Er stellt bei sich fest, dass er mit seinem ganzen Wesen schon stark zum Verständnis der Wahrheit geneigt ist. Sie ist „zum Gefälle“ seines Wesens geworden, und er weiß: Durch vollständige Aufhebung der Blendung im Lauf von höchstens sieben Geburten wird er ganz unverblendet sehen und wissen.

*Sterb ich vom Menschentum hinweg, weil Menschenlebenskraft verbraucht, dann werd ich wieder Gottheit sein dort in der höchsten Götterwelt.*

*Das ist für mich, o Herr, die fünfte Ursache, ein solches Gefühl der Befriedigung und Freude zu äußern.*

*In stillster, feinsten Göttlichkeit, die Seligsten, Erhabenen: dort find ich letzte Wiederkehr, das wird mein letzter Aufenthalt.*

*Das ist für mich, o Herr, die sechste Ursache, ein solches Gefühl der Befriedigung und Freude zu äußern. Sechsfach habe ich Ursache, ein solches Gefühl der Befriedigung und Freude zu äußern.*

Sollte also Sakko noch einmal ins Menschenreich zurückkehren, vielleicht auf eigenen Wunsch, um noch mehr das Leidige der Unbeständigkeit zu erfahren, als es in himmlischem Bereich möglich ist - so weiß er, dass er danach aber zu dem höchstmöglichen Wohlbereich im Dasein aufsteigt, zu den sogenannten *Erhabenen oder Reinen Göttern*. Von diesem Bereich sagt der Erwachte von seinem Standpunkt aus:

*Es gibt keine Stätte der Wesen, wo das Leben erträglich erscheint, außer bei den Reinen Göttern. (D 14)*

Zu den in *Reinheit Wohnenden (suddhāvāsa)* kehren nur die *Nichtwiederkehrer* ein, also solche Wesen, welche unter dem Einfluss eines Erwachten zur restlosen Aufhebung von fünf untenhaltenden Verstrickungen gekommen sind: Glaube an Persönlichkeit, Daseinsbangnis, Tugend überschätzen, Sinnenlustwollen und Antipathie bis Hass. Damit haben sie von den drei großen Erfahrungsweisen von Weltbereichen den untersten, die Sinnensuchtwelt, endgültig hinter sich und unter sich gelassen. Sie haben durch das Verständnis der Unbeständigkeit und Nicht-Ichheit der fünf Zusammenhäufungen alles Üble und Wandelbare immer mehr durchschaut und sind im Unterschied zu den weltlichen Göttern ohne den Ballast der fünf untenhaltenden Verstrickungen in diese erhabene Welt gelangt. Darum werden sie *Reine Götter* genannt.

Der Erwachte berichtet (D 14), dass er solche Götter besucht habe und dass ihm dann einige berichtet hätten, dass sie durch diesen oder jenen früheren Erwachten - bis zurück zu dem Buddha *Vipassī*, der vor 91 Äonen in der Menschenwelt gelehrt hatte - zu denjenigen Einsichten und Reinheitsgraden

gekommen seien, welchen sie ihren jetzigen seligen Aufenthalt verdanken. Das Bewusstsein, unhemmbar der Erlösung zuzureifen, stellt sich den *Reinen Göttern* als so gewaltig, so erhaben dar, dass manche von ihnen diese langen Zeiten brauchen, um auch den letzten Rest von Daseinsdurst verlöschen zu lassen.

Und nun schildert Sakko noch einmal in Versen seine vergebliche Wahrheitssuche bei den Asketen und Priestern und seine Verehrung des Erwachten als des höchsten Heilslehrers, der Brahma weit übertreffe.

*Kein Ziel erfüllte einst den Sinn.  
Geborgen nicht, von Zweifeln voll  
die lange Laufbahn zog ich hin  
und suchte den Vollendeten.*

*Einst glaubte ich, Asket sei schon,  
wer weilte an entleg'nem Ort.  
„Der ist erwacht“, so meinte ich,  
ging zu ihm, wollt' ihm nahe sein.*

*„Was ist denn die Vollkommenheit?  
Und was ist Unvollkommenheit?“  
so fragte ich, doch ganz umsonst:  
sie wussten keinen Weg und Steg.*

*Und als sie mich erkannten dann:  
„Der Herr der Götter ist bei uns!“ -  
da fragten sie mich selber aus:  
„Wodurch kamst du zu diesem Stand?“*

*Ich sagte ihnen, was als wahr  
ich von den anderen gehört.  
Damit war'n sie zufrieden schon:  
„Den großen Geist seh'n wir vor uns!“*

*Doch seit ich den Erwachten sah,  
der aller Ungeborgenheit entrann,*

*da bin ich frei von aller Angst,  
verehre den, der voll erwacht.*

*Der auszog ganz des Durstes Pfeil,  
das Wesen, dem kein andres gleicht,  
der hohe Sieger sei begrüßt!  
Den Sonnenhaften rühme ich.*

*Wie wir einst Brahma huldigten  
mit der gesamten Götterschar,  
so wollen wir von heut an dir  
aus ganzem Herzen huldigen.*

*Du bist vollkommen auferwacht.  
Der höchste Meister, der bist du.  
So weit die Welt mit Göttern reicht,  
gibt es da keinen, der dir gleicht.*

Der Erwachte allein zeigt alles Wandelbare - alle fünf Zusammenhäufungen - als wandelbar und weist den Weg, das Wandelbare zu übersteigen. Durch diese Belehrung hat Sakko verstanden, dass auch der hohe Stand der Götter der Reinen Form, deren geringster Brahma ist, unbeständig, der Veränderung unterworfen ist.

Welches ist der Weg zu Brahma, den der Erwachte Sakko nicht mehr zu zeigen brauchte? Ausführlich ist er beschrieben in D 13. In A IV,125 schildert der Erwachte kurz die Hauptübung, die zum Brahmazustand führt, das Verweilen darin und das Wiederabsinken eines Unbelehrten daraus mit den Worten:

*Da strahlt, ihr Mönche, ein Mönch liebevollen Gemüts nach einer Richtung, dann nach einer zweiten, dann nach einer dritten, dann nach einer vierten, nach oben, unten, in alle Richtungen, überallhin durchstrahlt er die ganze Welt mit liebevollem Gemüt, mit weitem, hohem, nichtmessendem, von Feindschaft und Bedrängung freiem.*



*Dabei ist ihm überaus wohl, er sehnt diese Gemütsverfassung immer wieder herbei, badet sich darin. Er fühlt sich beständig von ihr angezogen, verweilt immer länger darin, unablässig. Ein solcher erscheint nach Versagen des Körpers, jenseits des Todes bei den Göttern der Brahmawelt wieder. Deren Lebenszeit währt ein Weltzeitalter. Ein unbelehrter Mensch nun, der seine Lebenszeit dort abgelebt hat, sinkt abwärts.*

Hier ist von einem Brahma die Rede, der in seinem vorigen Leben als Mensch nicht zum Eintritt in die Heilsströmung gelangt ist, also kein Heilsgänger geworden ist, der darum das Wesen des Nirvāna nicht so begriffen hat, dass er in dessen Anziehung gelangt. Ein solcher verweilt, wenn er in höhere Welten gelangt ist, so lange darin, wie es der Auswirkung seines früheren Wirkens entspricht. Und da ein solcher die Triebe, die auf die Sinnensuchtwelt gerichtet sind, nie ganz aufgelöst hat, sondern immer nur mehr oder weniger in den Hintergrund und Untergrund gedrängt hat, so werden diese nach Zeitläufen, die zu messen wir nicht gewohnt sind, langsam aber sicher wieder fühlbar, werden bewusst und lenken allmählich den Willen wieder dem Größeren zu. Und da die Tatsache der Wandelbarkeit und Leidhaftigkeit alles von den sinnlichen Trieben Gewünschten im Laufe seiner übergläcklichen Brahmazeit allmählich vergessen wurde, so gibt der Brahma eines Tages der aufsteigenden Sinnensucht nach, was zu einem erneuten Abfall in die Sinnensuchtwelt führt: in alles Leiden hinein.

Wer aber als Heilsgänger die Strahlungen übt und brahmisches Sein erlangt mit dem Wissen um auch dessen Unbeständigkeit, von einem solchen sagt der Erwachte (A IV,126):

*Da strahlt, ihr Mönche, ein Mönch liebevollen Gemüts nach einer Richtung, dann nach einer zweiten, dann nach einer dritten, dann nach einer vierten, nach oben, unten, in alle Richtungen, überallhin durchstrahlt er die ganze Welt mit*

*liebevollem Gemüt, mit weitem, hohem, nichtmessendem, von Feindschaft und Bedrängung freiem.*

*Dabei ist ihm überaus wohl, er sehnt diese Gemütsverfassung immer wieder herbei, badet sich darin. Er fühlt sich beständig von ihr angezogen, verweilt immer länger darin, unablässig. Ein solcher erscheint nach Versagen des Körpers, jenseits des Todes bei den Göttern der Brahmawelt wieder. Und was da noch zur Form, zum Gefühl, zur Wahrnehmung, zur Aktivität, zur programmierten Wohlerfahrungs-suche gehört, das durchschaut er als unbeständig, als leidvoll, als Krankheit, als Geschwulst, als Pfeil, als weh und schmerzhaft; als Fremdes, zur Welt Gehöriges, als Leeres: als Nicht-Ich. Bei Versagen des Körpers jenseits des Todes, erscheint er dann unter den Reinen Göttern wieder - oder er erreicht in eben jenem Dasein die Versiegung aller Wollensflüsse/Einflüsse.*

Indem Sakko die einzig zu Sicherheit und Heil führende Wegweisung des Erwachten erkennt und damit die Größe und Einmaligkeit des Erwachten erkennt, da kommt er zu dem dreimaligen Aussprechen seiner überwältigenden Verehrung des Erwachten:

*Darauf hat Sakko, der Götterkönig, mit der Hand über die Erde streichend, dreimal tief aufatmend, dies verlauten lassen:*

*Verehrung dem Erhabenen, dem zum Heil auferwachten Herrn! Verehrung dem Erhabenen, dem zum Heil auferwachten Herrn! Verehrung dem Erhabenen, dem zum Heil auferwachten Herrn!*

*Während da nun diese Darlegung stattgefunden hatte, war Sakko, dem Götterkönig, das abgeklärte, abge-spülte Auge der Weisheit aufgegangen:*

*„Was irgend auch entstanden ist, muss alles wieder untergehen.“*

*So sind die Fragen, die Sakko, der Götterkönig, stellen zu dürfen gebeten hatte, vom Erhabenen beantwortet worden. Darum ist diese Darlegung "Sakkos Fragen" genannt worden.*

Sakko hat in dem Wissen: *Was irgend auch entstanden ist, muss alles wieder untergehen*, gesehen, dass die fünf Häufungen nur Leidensmasse sind, nur ein unendlich sich drehendes Leidensrad, aus Wahn geschaffen, das den Eindruck erweckt „ich bin“. Diese entlarvende Einsicht führt zur unaufhaltsamen Minderung bis zur restlosen Auflösung seines Durs-tes nach jeder weiteren Daseinswanderung: zum Heils-Stand.

PĀYĀSI  
DIE BEKEHRUNG EINES MATERIALISTEN  
Längere Sammlung (D 23)

In Indien, im Land Kosalo, lebte zur Zeit des Erwachten ein Kriegerfürst namens Pāyāsi. Er hatte die Ansicht, dass das Leben mit dem Tod zu Ende sei, dass es kein Jenseits gebe und keine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens. Er hatte also eine Weltanschauung, die heute im Westen im Allgemeinen als modern, aufgeklärt und fortschrittlich gilt und entsprechend verbreitet ist. Man nennt einen solchen heute jemanden, der „mit beiden Beinen auf dem Boden der Wirklichkeit steht“. Sich religiös orientierende Menschen sind in der Minderzahl. Damals war es umgekehrt. Da war das Gros der Menschen von dem Weiterleben nach dem Tod, von Samsāra und Karma überzeugt, und ein Ungläubiger war eine Seltenheit und erregte Aufsehen und Anstoß. Eine solche materialistische Anschauung wurde als verderblich bezeichnet. Weil derartige Ansichten damals selten waren, deshalb konnte ein Erwachter in einer solchen Welt erscheinen, denn der Ausgangspunkt der Lehre des Buddha ist eben die Überzeugung von der Existenz des Samsāra, des schier unendlichen Leidenskreislaufs der Wesen durch Geburten und Tode, und von der Erkenntnis des darin waltenden moralischen Gesetzes, des Karma.

Unsere Lehrrede enthält nun das Gespräch Pāyāsis mit einem Mönch kurz nach dem Tod des Erwachten. Dieser Mönch namens Kumāra-Kassapo (Kumāra=Prinz, er wurde als Säugling, als Waise vom König adoptiert und aufgezogen) wurde gepriesen als an der Spitze derjenigen Mönche stehend, die eine vielseitige Lehrdarlegung geben konnten. Von dieser Fähigkeit, gepaart mit unendlicher Geduld, zeugt seine Belehrung Pāyāsis.

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit wanderte der ehrwürdige Kumārakassapo im Land Kosalo von Ort zu Ort und näherte sich, von vielen Mönchen begleitet,*

mit einer Schar von etwa fünfhundert Mönchen, Setavyā, einer Stadt der Kosaler.

Bei Setavyā weilte nun der ehrwürdige Kumārakassapo, nördlich der Stadt im Roseneichwald.

Um diese Zeit aber lebte Pāyāsi, der Kriegerfürst in Setavyā, das, gar lieblich anzuschauen, mit Weiden, Wald und Wasser, mit Kornkammern, mit königlichem Reichtum versehen, von König Pasenadi von Kosalo als Königsgabe den Priestern zu eigen gegeben war.

Damals hegte Pāyāsi, der Kriegerfürst, folgende verderbliche Ansicht: „Es gibt kein Jenseits; es gibt keine über- und untermenschlichen Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen; es gibt keine Saat und Ernte des Wirkens.“

Es kam nun den brahmischen Hausvätern in Setavyā zu Ohren: „Ein Asket, und zwar der ehrwürdige Kumārakassapo, ein Mönch des Asketen Gotamo, wandert im Lande Kosalo von Ort zu Ort und ist, von vielen Mönchen begleitet, mit einer Schar von etwa fünfhundert Mönchen, bei Setavyā angekommen, weilt im Norden der Stadt, im Roseneichwald. Diesem würdigen Kumārakassapo geht der wunderbare Ruf voraus: ‚Klug, weise, erfahren ist der ehrwürdige Kumārakassapo, hat viel gehört, ist ein brillianter und schlagfertiger Redner, alt und hochachtbar. Gut ist es, solche Ehrwürdigen zu sehen.‘“

Da zogen die brahmischen Hausväter von Setavyā aus der Stadt hinaus, zahlreich, in Scharen, nach Norden gewandt wanderten sie zum Roseneichwald.

Nun hielt gerade damals Pāyāsi, der Kriegerfürst, oben auf der Zinne seines Palastes Mittagsruhe, als er sah, wie die brahmischen Hausväter von Setavyā aus der Stadt hinauszogen, zahlreich, in Scharen, nach

Norden gewandt zum Roseneichwald wanderten. Bei diesem Anblick wandte er sich an einen Diener: Was gehen nur, Lieber, die brahmischen Hausväter von Setavyā aus der Stadt hinaus, zahlreich, in Scharen, nach Norden gewandt zum Roseneichwald? –

Es ist, Herr, der Asket Kumāarakassapo, ein Mönch des Asketen Gotamo, der im Land Kosalo von Ort zu Ort wandert, von vielen Mönchen begleitet, mit einer Schar von etwa fünfhundert Mönchen, bei Setavyā angekommen, er weilt im Norden der Stadt im Roseneichwald. Diesem ehrwürdigen Kumāarakassapo geht der wunderbare Ruf voraus: ‚Klug, weise, erfahren ist der ehrwürdige Kumāarakassapo, hat viel gehört, ist ein brillianter und schlagfertiger Redner, alt und hochachtbar. Gut ist es, solche Ehrwürdigen zu sehen.‘ Diesen würdigen Kumāarakassapo werden sie besuchen gehn. –

So geh nur, Lieber, zu jenen brahmischen Hausvätern hin und sage ihnen: ‚Pāyāsi, der Kriegerfürst, lässt sagen, es möchten die Herren etwas warten. Auch Pāyāsi, der Kriegerfürst, will sich dem Besuch beim Asketen Kumāarakassapo anschließen.‘ Bevor der Asket Kumāarakassapo unsere brahmischen Hausväter, törichte, ungebildete Leute, unterweisen, etwa sagen wird: ‚Es gibt ein Jenseits; es gibt über- und untermenschliche Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen; es gibt eine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens,‘ sage ich, Lieber, dass es eben kein Jenseits gibt, keine über- und untermenschlichen Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen; keine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens. –

*Gut, Herr –, entgegnete da gehorsam der Diener Pāyāsi, dem Kriegerfürsten, begab sich zu den brahmischen Hausleuten von Setavyā hin und sprach zu ihnen: Pāyāsi, ihr Herren, der Kriegerfürst lässt sagen, es möchten die Herren etwas warten. Auch Pāyāsi, der Kriegerfürst, will sich dem Besuch beim Asketen Kumārakassapo anschließen.–*

Pāyāsi schloss sich also jenem Besucherstrom an in dem Gedanken, dass jener Asket seinen ungebildeten Untertanen nicht etwa Ideen von einem Jenseits aufschwätzen möchte. In landesväterlicher Fürsorge wollte er die Ansichten von Schwarmgeistern und Phantasten von seinen Leuten fernhalten, sie sollten nicht von ihren Pflichten durch Spekulationen über das Jenseits abgezogen werden.

Darum stellte er auch nach der üblichen Begrüßung als erstes seine von ihm als auf dem Boden der Tatsachen stehend empfundene Ansicht heraus. Kumārakassapo fragte ihn nach den Gründen für seine Behauptung, und damit begann ein langes Gespräch.

*Da ist denn nun Pāyāsi, der Kriegerfürst, umgeben von den brahmischen Hausvätern aus Setavyā nach dem Roseneichwald, wo sich der ehrwürdige Kumārakassapo aufhielt, hingezogen. Dort angelangt, hat er mit dem ehrwürdigen Kumārakassapo höflichen Gruß und freundliche, denkwürdige Worte gewechselt und dann zur Seite Platz genommen. Von den brahmischen Hausvätern aus Setavyā verneigten sich einige vor dem ehrwürdigen Kumārakassapo und setzten sich zur Seite nieder, andere tauschten höflichen Gruß und freundliche, denkwürdige Worte mit dem ehrwürdigen Kumārakassapo und nahmen beiseite Platz, einige wieder falteten die Hände gegen den ehrwürdigen Kumārakassapo und saßen dann zur Seite, andere wieder*

*gaben Namen und Stand zu erkennen und setzten sich beiseite hin, und wieder andere setzten sich still zur Seite nieder.*

*Zur Seite sitzend wandte sich nun Pāyāsi, der Kriegerfürst, an den ehrwürdigen Kumārakassapo und sagte: Ich habe diese Anschauung, diese Ansicht: „Es gibt kein Jenseits; es gibt keine über- und untermenschlichen Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen; es gibt keine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens.“ –*

*Wohl hab ich schon, Kriegerfürst, dergleichen gehört; aber wie kann man nur solches sagen: „Es gibt kein Jenseits; es gibt keine über- und untermenschlichen Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen; es gibt keine Saat und Ernte guten Wirkens“?*

Mond und Sonne sind jenseitig, sind Götter

*Da will ich denn, Kriegerfürst, hier eben an dich eine Frage richten. Wie es dir gut dünkt, magst du sie beantworten. Was meinst du wohl, Kriegerfürst, Mond und Sonne, sind die in dieser Welt oder in der jenseitigen, sind das Götter oder Menschen? –*

*Mond und Sonne, Kassapo, sind in der jenseitigen Welt, nicht in dieser, das sind Götter, keine Menschen.–*

*Schon dies sollte für dich ein Grund sein anzunehmen: „Es gibt ein Jenseits; es gibt über- und untermenschliche Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern*



*erzeugten Körper erscheinen; es gibt eine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens.“ –*

*Wenn auch der verehrte Kumārakassapo solches sagt, so denke ich auch jetzt noch: „Es gibt kein Jenseits; es gibt keine über- und untermenschlichen Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen; es gibt keine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens.“ –*

Dass Sonne und Mond Götter seien, hielten die Inder für so selbstverständlich, dass der kritische Pāyāsi – für uns überraschend – dem Mönch Kumārakassapo sofort zustimmt, dass Sonne und Mond Götter seien. Da wir Sonne und Mond sehen können, liegt es uns nicht nahe, sie als jenseitige Gottheiten zu bezeichnen, da wir uns Götter als unsichtbar denken. Aber in Wirklichkeit können wir nie die Sonne selber sehen, nur ihre Strahlen, und diese bezeichnen wir als Sonne. Das Zentrum der Strahlen, die Sonne selber, kann ein Menschaugen nicht wahrnehmen, der Mensch würde geblendet, wollte er es versuchen. Dasselbe sagen die Religionen von strahlenden jenseitigen Wesen: Menschaugen können ihren Glanz nicht ertragen. Wenn auch dies nach unserer Sicht für den Mond nicht zuzutreffen scheint, so wurde er als Nacht-Gestirn von den Indern als der Sonne gleichgestellt betrachtet.

In der Bibel heißt es, dass die Sonne über Gerechte und Ungerechte strahle (Matth. 5,45), d.h. nicht parteiisch, nicht nur die Guten bevorzugend, strahlt sie überall hin. Dazu ist eine Gemüthaltung erforderlich, wie sie etwa die Wesen ausstrahlen, die nach dem Tod zu den Brahmagöttern gelangen:

*Liebevollen Gemütes strahlt er nach einer Richtung, dann nach einer zweiten, dann nach einer dritten, dann nach einer vierten, nach oben, unten, in alle Richtungen überallhin durchstrahlt er die ganze Welt mit liebevollem Gemüt, mit*

*weitem, hohem, nicht messendem, von Feindschaft und Bedrängung freiem.*

Aus dieser Gemüthshaltung ergibt sich ein gleichmäßiges, überallhin Gerichtetsein, und das heißt ein strahlendes Zentrum und das durchstrahlte All wie bei der nach allen Seiten gleichmäßig strahlenden Sonne.

Wenn wir erleben, wie nach einem sonnenarmen Winter die wärmenden Strahlen der Sonne Pflanzen, Tiere und Menschen beleben, dann fühlen wir mehr, als dass wir es wissen, dass da ein Wesen seine Liebe ausstrahlt, und alle Lebewesen neigen sich ihr zu, suchen die Sonnenstrahlen. Von daher verstehen wir, dass die Menschen den Sonnenaufgang von jeher andächtig und ehrfurchtsvoll begrüßt haben.

In der Lehrrede „Das Fest“ (D 20) wird die Schilderung der Götter der Dreiunddreißig wie folgt begonnen:

*Es kamen nunmehr Götter an  
von Wasser, Erde, Feuer, Wind,  
der Meerbeherrscher und sein Hof,  
der Mondgeist und der Sonnengeist,  
auch jene hochberühmte Schar,  
die liebevoll lebt und Mitempfinden übt.*

*Die Hüter und Erhalter hier,  
gar vielfach und das Zwillingsspaar,  
Planetengeister um den Mond,  
mit ihm als Lenker angelangt,  
Planetengeister sonnenhaft,  
dem Sonnenfluge folgend nach,  
von Stern zu Sternen weiter dann  
der Wolken langsam leichter Zug,  
als guter Geister bester Herr  
kam Sakko auch, der Mauern stürzt.*

*Zehn Götterkreise, zehnfach so,  
je einzeln voller Farbenpracht,*

*mit Macht begabt, in lichtem Glanz,  
gar schön zu schauen, reich an Ruhm.*

Und der Erwachte sagte zu den Dreivedenpriestern (D 13), dass er den Weg zur Gemeinschaft mit den Sonnen- und Mondgöttern zeigen könne, die die Dreivedenpriester verehren.

In höllischer Welt Gequälte können nicht der Hölle entkommen, um Pâyāsi zu berichten

*Gibt es, Kriegerfürst, einen Grund für dich anzunehmen: „Es gibt kein Jenseits; es gibt keine über- und untermenschlichen Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen; es gibt keine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens“? –*

*Es gibt, Kumāarakassapo, einen Grund für mich anzunehmen: „Es gibt kein Jenseits; es gibt keine über- und untermenschlichen Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen; es gibt keine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens.“ –*

*Und welcher Grund wäre das, Kriegerfürst? –*

*Da hab ich, Kumāarakassapo, Freunde und Verwandte, die bringen Lebendiges um, nehmen Nichtgegebenes, pflegen unrechten Geschlechtsverkehr, trügerische, verleumderische Rede, Hintertragen, verletzendes Rede, müßiges Geschwätz, sind habgierig, voll Antipathie bis Hass, haben falsche Anschauung. Die sind eines Tages krank geworden, siech, schwer leidend. Als ich nun erfuhr: „Die werden nicht mehr von dieser Krankheit genesen“, bin ich zu ihnen gegangen und habe gesagt: Es gibt, ihr Lieben, manche Asketen und*

*Brahmanen, die meinen und glauben: „Leute, die Lebendiges umgebracht (1), Nichtgegebenes genommen (2), unrechten Geschlechtsverkehr gepflegt haben (3), trügerische, verleumderische Rede (4), Hintertragen (5), verletzende Rede (6), müßiges Geschwätz gepflegt haben (7), die habgierig (8), voll Antipathie und Hass waren (9), falsche Anschauung hatten (10)<sup>259</sup>, die geraten bei Versagen des Körpers, jenseits des Todes auf den Abweg, auf schlechte Lebensbahn, zur Tiefe hinab in untere Welt.“ Ihr Lieben seid aber so gewesen. Wenn die Rede jener Asketen und Brahmanen wahr ist, werdet ihr Lieben bei Versagen des Körpers, jenseits des Todes, dahin gelangen. Wenn ihr Lieben nach Versagen des Körpers, jenseits des Todes, wirklich auf den Abweg geraten seid, auf schlechte Lebensbahn, zur Tiefe hinab in untere Welt, dann bitte kommt doch zurück und meldet es mir: „Es gibt ein Jenseits; es gibt über- und untermenschliche Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen; es gibt eine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens.“ Ihr Lieben seid mir ja vertrauenswürdig, glaubwürdig. Was ihr Lieben gesehen habt, ist, als ob ich selber es gesehen hätte. Das wird mir Gewissheit geben. – Mit dem Wort „Gewiss“ haben sie es mir versprochen, haben sich aber nicht gemeldet und haben auch keinen Boten gesandt. Aus diesem Grund, Kumārakassapo, nehme ich an: „Es gibt kein Jenseits; es gibt keine über- und untermenschlichen Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen; es gibt keine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens.“ –*

---

<sup>259</sup> Dies sind 10 falsche Wirkensfahrten

*Da will ich denn, Kriegerfürst, an dich eine weitere Frage richten. Wie es dir gut dünkt, magst du sie beantworten. Was meinst du wohl, Kriegerfürst: Es sei da von deinen Leuten ein Räuber, ein Verbrecher ergriffen und vorgeführt worden: Hier, o Herr, ist ein Räuber, ein Verbrecher. Welche Strafe du wünschst, diese Strafe gebiete. – Denen würdest du wohl sagen: Wohlan denn, ihr Leute, ihr sollt diesen Mann mit starkem Strick, die Hände nach hinten straff aufgebunden, fesseln, den Schädel ihm kahl scheren, unter schrillum Trommelwirbel von Straße zu Straße, von Platz zu Platz vor euch hertreiben, durch das südliche Tor hinausführen und im Süden der Stadt auf der Richtstätte ihm den Kopf abschlagen. – Mit dem Wort „Gewiss“ würden sie dir zusagen und jenen Mann mit starkem Strick, die Hände nach hinten straff aufgebunden, fesseln, den Schädel ihm kahl scheren, unter schrillum Trommelwirbel von Straße zu Straße, von Platz zu Platz vor sich hertreiben, durch das südliche Tor hinausführen und im Süden der Stadt auf der Richtstätte ihn niederknien heißen. Würde da nun der Räuber bei den Henkersknechten Gehör finden: „Wartet doch ein Weilchen, liebe Henkersknechte, bis ich dort in dem Dorf, dort in der Stadt Freunde und Verwandte informiert habe, dann kehr ich zurück“, oder würden ihm, während er eben noch stammelte, die Henkersknechte den Kopf abschlagen? –*

*Nicht doch würde, Kumārakassapo, der Räuber da bei den Henkersknechten Gehör finden: „Wartet doch ein Weilchen, liebe Henkersknechte, bis ich dort in dem Dorf, dort in der Stadt Freunde und Verwandte informiert habe, dann kehr ich zurück“, sondern während er eben noch stammelte, schlugen ihm die Henkersknechte den Kopf ab. –*

*So kann denn, Kriegerfürst, so ein Räuber als Mensch bei menschlichen Henkersknechten kein Gehör finden. Wie sollten da erst deine Freunde und Verwandten, die Lebendiges umgebracht haben, Nichtgegebenes genommen haben, unrechten Geschlechtsverkehr gepflegt haben, trügerische, verleumderische Rede, Hintertragen, verletzende Rede, müßiges Geschwätz gepflegt haben, die habgierig, voll Antipathie bis Hass waren, falsche Anschauung hatten und bei Versagen des Körpers, jenseits des Todes auf den Abweg geraten sind, auf schlechte Lebensbahn, zur Tiefe hinab in untere Welt, bei den Höllenvächtern Gehör finden: „Wartet doch ein Weilchen, liebe Höllenvächter, bis wir Pāyāsi, dem Kriegerfürsten, gemeldet haben: „Es gibt ein Jenseits; es gibt über- und untermenschliche Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen; es gibt eine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens.“ Auch das sollte für dich ein Grund sein anzunehmen: „Es gibt ein Jenseits; es gibt über- und untermenschliche Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen; es gibt eine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens.“ –*

*Wenn auch der verehrte Kumārakassapo solches sagt, so denke ich auch jetzt noch: „Es gibt kein Jenseits; es gibt keine über- und untermenschlichen Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen; es gibt keine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens.“*

Die Höllenvächter lassen den dorthin geratenen Bösewichtern keine Zeit, Ausflüge zur Erde zu machen und einem Pāyāsi ihr

Weiterleben zu melden, genauso wie menschliche Henker nur ihre Aufgabe erfüllen und für Bitten um Aufschub taub sind.

M 129 schildert die Leiden, die die Höllenwächter ihren Opfern bereiten, die vor lauter Qual an nichts anderes als nur an die Qual denken können, die sie am feinstofflichen Körper empfinden:

*Die Wächter der Hölle foltern ihn mit der fünffachen Durchbohrung. Sie treiben einen rot glühenden Eisenpfahl durch die eine Hand, sie treiben einen rot glühenden Eisenpfahl durch die andere Hand, sie treiben einen rot glühenden Eisenpfahl durch den einen Fuß, sie treiben einen rot glühenden Eisenpfahl durch den anderen Fuß, sie treiben ihm einen rot glühenden Eisenpfahl durch die Körpermitte. Da fühlt er schmerzhaft, brennende, stechende Gefühle. Und nicht eher kann er sterben, als jenes üble Wirken nicht erschöpft ist.*

*Als nächstes werfen ihn die Wächter der Hölle zu Boden und zerstückeln ihn mit Äxten – hängen ihn an den Füßen auf, mit dem Kopf nach unten und zerstückeln ihn mit Hackmessern – spannen ihn vor einen Wagen und treiben ihn hin und her über brennenden, lodernden und glühenden Untergrund – zwingen ihn, über einen großen Berg brennender, lodernder und glühender Kohlen hinauf und herunter zu klettern – packen ihn an den Füßen und werfen ihn kopfüber in einen rot glühenden Metallkessel, der brennt, lodert und glüht. Dort wird er in einem Schaumwirbel gekocht. Und während er dort in einem Schaumwirbel gekocht wird, wird er bald nach oben gespült, bald nach unten, bald hin und her. Da fühlt er schmerzhaft brennende, stechende Gefühle. Und nicht eher kann er sterben, als nicht sein übles Wirken erschöpft ist....*

Brahmagötter, abgestoßen von der Sinnensuchtwelt, können Pāyāsi nicht erscheinen  
*Gibt es, Kriegerfürst, noch einen Grund für dich anzunehmen: „Es gibt kein Jenseits; es gibt keine über- und untermenschlichen Wesen, die in ihrem Daseinsbereich*

*unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen; es gibt keine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens“? –*

*Es gibt, Kumārakassapo, einen Grund für mich anzunehmen: „Es gibt kein Jenseits; es gibt keine über- und untermenschlichen Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen; es gibt keine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens.“ –*

*Und welcher Grund wäre das, Kriegerfürst? –*

*Da hab ich, Kumārakassapo, Freunde und Verwandte, die hüten sich, Lebendiges umzubringen, Nichtgegebenes zu nehmen, hüten sich vor unrechtem Geschlechtsverkehr, vor trügerischer, verleumderischer Rede, vor Hintertragen, verletzender Rede, müßigem Geschwätz, sie sind frei von Habgier, frei von Antipathie bis Hass und haben rechte Anschauung. Die sind eines Tages krank geworden, siech, schwer leidend. Als ich nun erfuhr: „Die werden nicht mehr von dieser Krankheit genesen“, bin ich zu ihnen gegangen und habe gesagt: Es gibt, ihr Lieben, manche Asketen und Brahmanen, die meinen und glauben: „Leute, die sich hüten, Lebendiges umzubringen, Nichtgegebenes zu nehmen, die rechten Geschlechtsverkehr gepflegt haben, sich hüten vor trügerischer, verleumderischer Rede, vor Hintertragen, verletzender Rede, müßigem Geschwätz, die frei von Habgier, frei von Antipathie bis Hass sind und rechte Anschauung haben – die gelangen bei Versagen des Körpers, jenseits des Todes auf gute Lebensbahn in himmlische Welt.“ Ihr Lieben seid so gewesen. Wenn die Rede jener Asketen und Brahmanen wahr ist, werdet ihr Lieben bei Versagen des Körpers, jenseits des Todes, dahin gelangen. Wenn ihr Lieben nach Versagen des Körpers, jenseits des Todes,*



wirklich auf gute Lebensbahn in himmlische Welt gelangt seid, dann bitte kommt doch zurück und meldet es mir: „Es gibt ein Jenseits; es gibt über- und untermenschliche Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen; es gibt eine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens.“ Ihr Lieben seid mir ja vertrauenswürdig, glaubwürdig. Was ihr Lieben gesehen habt, ist, als ob ich selber es gesehen hätte. Das wird mir Gewissheit geben. – Mit dem Wort „Gewiss“ haben sie es mir versprochen, haben sich aber nicht gemeldet und haben auch keinen Boten gesandt. Aus diesem Grund, Kumārakassapo, nehme ich an: „Es gibt kein Jenseits; es gibt keine über- und untermenschlichen Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen; es gibt keine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens.“ –

Da will ich dir, Kriegerfürst, ein Gleichnis geben. Auch durch Gleichnisse wird da manchem verständigen Mann der Sinn einer Rede klar. Gleichwie etwa, Kriegerfürst, als ob ein Mann kopfüber in eine Jauchegrube gefallen wäre; du aber würdest deinen Leuten befehlen: Rasch hin, ihr Lieben, und zieht den Mann aus der Jauchegrube heraus! – Sogleich –, sagten dir diese und zögen ihn heraus. Und nun gäbst du den Auftrag: Schnell, ihr Lieben, wascht den Schmutz vom Körper dieses Mannes mit Bambusbast fein säuberlich ab! – Sogleich –, sagten dir diese und wüschen ihn fein säuberlich ab. Du aber sprächst weiter: Jetzt, ihr Lieben, reibt den Leib dieses Mannes mit gelber Tonerde dreimal gut ein. – Sogleich–, sagten dir diese und rieben ihn dreimal gut ein. Dann aber wünschtest du: Nun sollt ihr Lieben den Mann mit Öl salben und da-

nach mit feinem Sandelpulver dreimal gut einpudern. – Das wäre geschehen, und nun sagtest du: Weiter, ihr Lieben, jetzt macht diesem Mann Haar und Bart zurecht. – Und sie machten ihm Haar und Bart zurecht. Hierauf gäbst du Befehl: Nun, ihr Lieben, bringt diesem Mann prächtige Blumen, köstliche Riechsalze, reiche Gewänder herbei. – Das würde herbeigeschafft, und du sagtest nun: Jetzt aber, ihr Lieben, sollt ihr den Mann in den Palast geleiten und mit den fünf Sinnengenüssen versehen. – So würde er denn in den Palast geleitet und mit den fünf Sinnengenüssen versehen. Was meinst du wohl, Kriegerfürst, möchte da etwa diesem Mann, der gut gebadet, gut gesäubert, mit gepflegtem Haar und Bart, geschmückt mit einem Juwelenreif, in weiße Gewänder gehüllt, der oben auf der Zinne des Palastes ruht, von den fünf Sinnengenüssen umgeben und überall damit bedient, noch einmal der Wunsch ankommen, in jene Jauchegrube hinabzutau-chen? – Gewiss nicht, Kumāarakassapo. – Und warum nicht? – Unrein, Kumāarakassapo, ist eine Jauchegrube, äußerst unrein und als unrein bekannt, übelriechend, äußerst übelriechend und als übelriechend bekannt, ekelhaft und als ekelhaft bekannt, widerwärtig und als widerwärtig bekannt. –

Ebenso nun auch, Kriegerfürst, sind die Menschen für die Götter unrein, äußerst unrein und als unrein bekannt, übelriechend, äußerst übelriechend und als übelriechend bekannt, ekelhaft und als ekelhaft bekannt, widerwärtig und als widerwärtig bekannt. Hundert Meilen weit, Kriegerfürst, treibt Menschengeruch die Götter hinweg. Wie sollten da noch deine Freunde und Verwandten, die sich gehütet haben, Lebendiges umzubringen, Nichtgegebenes zu nehmen, unrichten Geschlechtsverkehr zu pflegen, die keine

*trügerische, verleumderische Rede, Hintertragen, verletzende Rede, kein müßiges Geschwätz gepflegt haben, die frei von Habgier, frei von Antipathie bis Hass waren und rechte Anschauung hatten – die bei Versagen des Körpers, jenseits des Todes auf gute Lebensbahn in himmlische Welt gelangt sind, dir melden: „Es gibt ein Jenseits; es gibt über- und untermenschliche Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen; es gibt eine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens.“ Auch das sollte für dich ein Grund sein anzunehmen: „Es gibt ein Jenseits, es gibt über- und untermenschliche Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen; es gibt eine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens.“–*

*Wenn auch der verehrte Kumārakassapo solches sagt, so denke ich auch jetzt noch: „Es gibt kein Jenseits; es gibt keine über- und untermenschlichen Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen; es gibt keine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens.“*

### Die zehn Wirkensfährten

Alles äußere Tun, das Wirken in Taten und Worten, nennt der Erwachte *kamm-anta*, wörtlich *das Ende des Wirkens*: Z.B. Übles ist getan und das hat schlimme Folgen, aber es konnte nicht geschehen ohne üble Gesinnung, ohne übles Denken, ohne Habgier und ohne Abneigung bis Hass – die Mitte des Wirkens. Der Anfang des Wirkens jedoch ist die Anschauung, die Wurzel von allem. Wer nur die Tugendregeln einhält, nicht übel handelt und redet, der erntet auch nur äußere Ernte, erntet

eine Zeitlang sinnliches Wohl. Was er gesät hat, wird auf „Heller und Pfennig“ abgerechnet, aber dann ist die Ernte zu Ende. Rechte Anschauung kann und darf auf die Tugend nicht verzichten. Es wäre falsch, wenn einer meinen würde, nur rechte Anschauung sei wichtig. Der Erwachte sagt, dass rechtes Tun ein Zeichen dafür ist, dass rechte Anschauung vorhanden ist. Aber rechtes Tun ohne rechte Anschauung hilft nicht lang. Die Wurzel von allem Heilen ist die rechte Anschauung, und die Wurzel von allem Unheilen ist die falsche Anschauung.

Rechte Anschauung heißt ja, dass man weiß, was zum Wohl führt. Zum Wohl wollen alle. Wer da tötet und stiehlt und ausschweif, der tut es, weil er meint, das würde ihm Wohl bringen. Wer aber genau weiß, was Wohl ist und was zum Wohl führt, der strebt den Weg zu diesem Wohl so an wie einer, der meint, durch Stehlen komme er zu Wohl, das Stehlen also bejaht. Darum ist die rechte Anschauung der Zwang zum Guten. Bei jedem Menschen ist es die jeweilige Anschauung, die zum Tun und Lassen zwingt. In allen Situationen fragen wir die Anschauung: „Was mache ich jetzt?“ Dieses Fragen merkt man gar nicht, aber im Geist ist meist sofort eine Anschauung da, die dazu rät, das und das zu tun.

Wer die Tugendregeln einhält, ohne auf sein Denken zu achten und ohne rechte Anschauung, der hat die den Tugendregeln entgegengesetzten Neigungen mehr oder weniger verdrängt; aber weil die rechte Anschauung fehlt, wird die Verdrängung von den Trieben im Lauf der Zeit überrollt. Die christliche Theologie konnte die Psyche nicht überzeugend beschreiben und ihr Wesen erklären, sondern hat unglaubwürdige und einander widersprechende Aussagen gemacht, und die Naturwissenschaft hat immer überzeugender das Physische herausgestellt. Das hat zum Zusammenbruch der Vorstellungen über das Seelische geführt, und durch die dadurch gegebene falsche Anschauung ist in den jüngsten Jahrzehnten im gesamten Verhalten der westlichen Menschen der moralische Abfall eingetreten.

Rechte Anschauung besagt: Die Wesen in der Sinnen-suchtwelt leben nur von den äußeren Dingen, die sie nicht bei sich selber haben. Sie beziehen ihr Wohl durch gesehene Formen, gehörte Töne, gerochene Düfte, geschmeckte Säfte, getastete Körper. Sie sind also abhängig vom Außen. Diejenigen, die vom Außen abhängig sind, müssen am Außen in gewährender Weise handeln, dann gewährt sich das Außen auch ihnen gegenüber. In den höheren Sinnensuchtbereichen kommt das Außen dem Ich entgegen, weil das Ich einst dem Außen entgegengekommen ist. Die untermenschlichen Wesen haben nur Verweigern und Entreißen ins Außen geschickt, und das Außen tritt darum auch wieder verweigernd und entreißend an sie heran.

Denen, die um Wegweisung bitten, erklärt der Erwachte fünf rechte Anschauungen, die zum Wohl führen:

1. *Das Spenden von Hab und Gut hat tiefen Sinn und bringt Gewinn.*
2. *Alles rechte Tun bringt gute Ernte. Alles üble Tun bringt üble Ernte.*
3. *Es gibt nicht nur diese, sondern auch jene Welt.*
4. *Es gibt nicht nur Zeugung durch die Eltern, sondern auch geistunmittelbare Geburt.*
5. *Es gibt Asketen und Brahmanen, welche durch Läuterung und hohe geistige Übung diese und die jenseitige Welt in überweltlicher Schau erlebt und erfahren haben und darüber lehren.*

Nach dieser Belehrung gab der Erwachte denjenigen Menschen, die aufnahmebereit waren, die Darlegung der vier Heilswahrheiten, wie sie den Erwachten eigen ist: Die fünf Zusammenhäufungen sind Leiden (erste Wahrheit), die Triebe, der Durst, sind die Ursache des Leidens (zweite Wahrheit), durch Aufhebung der Triebe, des Durstes, wird alles Leiden aufgehoben (dritte Heilswahrheit), der Weg zur Aufhebung des Leidens (vierte Wahrheit) beginnt mit heilender rechter Anschauung und rechter Gesinnung, rechtem Denken.

Die heilende rechte Anschauung ergibt sich aus der Beobachtung der fünf Zusammenhäufungen. Rechte Anschauung ist nicht vorhanden, wenn man gehört hat: „Die fünf Zusammenhäufungen sind Leiden“, sondern wenn man rechte Anschauung durch eigenes Beobachten der fünf Zusammenhäufungen gewonnen hat. Dann ist das wie eine geistige Zeugung, dann ist die programmierte Wohlerfassungssuche auf das Heil gerichtet, der Nachfolger ist in die Strömung eingetreten, die ihn zum Heil zieht: die Identifikation mit den fünf Zusammenhäufungen, der unterbewusst überall wuchernde Glaube „Ich bin“ hat einen Sprung bekommen. In dem Augenblick, in dem wir aller vorgestellten Daseinsformen Bedingtheit durchschauen, die Leidensmasse klar sehen, in dem Augenblick ist Anziehung, Abstoßung, Blendung, ist der Spannungskörper, der Wollenskörper (*nāma-kāya*) nicht da. Er ist aufgelöst in einer zeitweiligen Erlösung.

Der Spannungsleib besteht fluktuierend. Mit jedem Gedanken verändert er sich. In den Jenseitsberichten heißt es, wenn ein Wesen dort einen finsternen Gedanken hat, ist es sofort dunkel in Empfinden und Ausstrahlung. Wenn es einen hellen, guten Gedanken hat, ist der Spannungsleib entsprechend. Die Farben wechseln: Je nach dem Gedanken ist die Erscheinung. In Wirklichkeit ist jede Erscheinung Ausdruck des Denkens.

Wenn die fünf Zusammenhäufungen durchschaut werden, dann hat der Stromeingetretene für einen Augenblick die heilende Anschauung, die der Geheilte immer hat. Bald melden sich die Triebe wieder, aber etwas gemindert: Die Leidensmasse ist gesehen, die Pflege des perspektivenlosen Denkens ist gestärkt, immer länger kann der Übende im durchschauenden Anblick bleiben. So führt die rechte Anschauung zur Minderung der Triebe, des Spannungsleibs. Sie führt nicht vorzugsweise zur Minderung der Sinnensucht oder des Ergreifens von Form, sondern gleichmäßig löst sie von allem. Wer die rechte Anschauung hat, kann erst recht das große Übel übler Gedanken sehen: Habsucht und Antipathie bis Hass. Damit mindert er die Triebe. Denn wer zu diesem Anblick fähig ist,

entzieht allen Trieben die Grundlage. Zuerst arbeitet er sich aus den dunklen Zonen heraus, aber zugleich bewertet er das Ergreifen aller Daseinsmöglichkeiten negativ. Das ist die Wirkung der rechten Anschauung. Wer sie hat, hat damit die Wurzel alles Guten.

Die zehn heilenden Wirkensfähren führen bei völliger Überwindung von Sinnensucht und von Antipathie bis Hass zu den Brahmagöttern. Und von den Brahmagöttern sagt Kumāarakassapo: *Hundert Meilen weit treibt Menschengeruch diese Götter hinweg*, so wie ein gerade aus der Jauchegrube Gezogener und danach von allen Sinnengenüssen Umgebener nicht freiwillig wieder in die stinkende Jauchegrube springt. Die Brahmas sind der Sinnensucht entwachsen, und wenn sie die rechte Anschauung von der Leidhaftigkeit und Ichlosigkeit der fünf Zusammenhäufungen pflegen, dann zwingt diese die Herzensbildung der Heilsgänger höher und lässt den Heilsgänger nicht ruhen in dem Wissen, dass auch der Aufenthalt in den höchsten Himmeln vergänglich ist, wenn auch erst nach Ablauf eines Weltzeitalters: *Bis in die höchste Götterwelt reibt alle Daseinsform sich auf*, sagt der Erwachte. So begehrenswert eine Wiedergeburt in der Himmelswelt für den normalen Menschen sein mag, so förderlich sie auch zeitweilig für den zum Heil Strebenden sein kann, dem Heilsgänger kann auch eine solche Wiedergeburt als Endziel nicht genügen, denn auch alle Himmelswelten unterliegen dem Daseinswandel, denn auch in ihnen ist nur das Zusammenwirken der Leiden bewirkenden Zusammenhäufungen. Dies sehend kann der Heilsgänger nicht ruhen, bis er das Endziel erreicht hat.

Die Wesen der Reinen Form, die Brahmas, die Leuchtenden usw., haben nicht mehr einen zusätzlichen Werkzeugkörper, nicht einmal einen feinstofflichen Körper (*dibba-kāya*), sie erleben sich rein von Sinnensucht, frei von Antipathie bis Hass, in Liebe, Mitempfinden, Freude und Gleichmut strahlend. Sie werden geistunmittelbar geboren, haben einen geistgebildeten (*mano-maya*), geistmächtigen Körper, d.h. entspre-

chend ihren Wünschen und Gedanken gestaltet sich ihre Form. Die im Geist und aus Geist geschaffene Selbsterfahrnis lässt selbstschöpferisch ein geistig leuchtendes Wesen erscheinen, eine Erscheinung, die mit unserem groben und gegenständlichen Greifegerät gar nichts zu tun hat, so wenig wie eine Strahlung mit der Hand greifbar ist. Es ist eine Lichtgestalt, eine Erscheinung mit seliger Empfindung, nur Lichtgestalten sichtbar und nicht greifbar.

Sie haben ein so beglückendes, erhabenes Grundgefühl, wie es sinnensüchtige Menschen durch keinerlei äußere Eindrücke gewinnen können. *Sie bestehen geistig und ernähren sich von geistiger Beglückung bis Entzückung und ziehen selbstleuchtend ihre Bahn im Himmelsraum, bestehen in herrlichem Glanz und überdauern lange, lange Zeiten.* (D 27)

Solange ein Brahma nicht in den Strahlungen oder in den weltlosen Entrückungen weilt, in denen er auch den Wesen seiner Sphäre nicht zugänglich ist (D 11), überschaut er die unaufhörlichen Wandlungen der Wesen eines Weltsystems und ist sich als Heilsgänger seiner eigenen Wandelbarkeit bewusst. Nur selten erscheint ein Brahma in der Sinnensuchtwelt, wie zum Beispiel der Brahma Sahampati, der den Erwachten sofort nach der Erwachung bat, die Lehre zu verkünden, und ihm, dem Wunsch- und Neigungslosen, mit seiner Bitte den Anstoß zur Lehrdarlegung gab (M 26).

*Hundert Meilen weit treibt Menschengeruch die Götter hinweg*, sagt Kumāarakassapo. Wie ist das zu verstehen? Der feinstoffliche Körper im grobstofflichen Körper eines Menschen, die Aura, zeigt nicht nur an den Farben, sondern auch am Geruch die hellen oder dunklen Gedanken, die ein Wesen hegt. Dieser Geruch offenbart sich schon reinen, geläuterten Menschen, um wie viel mehr Göttern, die frei von Sinnensucht und Antipathie bis Hass den feinstofflichen Körper anderer Wesen so selbstverständlich wahrnehmen, wie wir den grobstofflichen Körper anderer Wesen im Aussehen und Geruch wahrnehmen.



Joseph Görres berichtet in seinem Buch „Die christliche Mystik“ (Band 2, S.91-93, Graz 1960) von dieser Wahrnehmungsfähigkeit, zu der geläuterte christliche Mystiker fähig waren:

*Die Heiligkeit und Tugend eines mystisch Gehöhten, die einer blühenden Aue im Frühlingslicht gleicht, von Wohlgeruch umduftet, wird eine ebenso gehöhte Persönlichkeit von ähnlichem Wohlgeruch leicht erkennen und so auch den Übelgeruch, der sich um eine moralisch lasterhafte Seele ausbreitet.*

*Der Abt Eugendis erkannte eines jeden Tugend oder Laster an der Ausdünstung, die er von sich gab. Als ein Bruder in Laura, mit Namen Aemilianus, unreinen Gedanken nachgegeben und am Morgen beim Abt Euthymius zur Kommunion ging, spürte dieser einen so abscheulichen Gestank, dass er sogleich seinen Zustand erkannte und ihn deswegen schalt. – Und so wusste der heilige Hilarion, nach dem Zeugnis des Hieronymus, aus dem Geruch der Kleider oder was sonst einer berührt, welchem Dämon und Laster er fröne. Dasselbe vermochte die heilige Brigitta; jedes schwerere Vergehen in einem Menschen erregte ihr Organ mit einem unerträglichen Übelgeruch.*

*Als einst Aegidius von Reggio dem Kloster, in dem Joannes a Vallibus lebte, auf 28 Meilen nahte, kündigte dieser schon den Brüdern seine Ankunft an, und als diese ihn deswegen befragten, sagte er: Eine solche Fülle des Wohlgeruches gehe von dem Gottesmanne aus, dass er durch all den Raum bis zu ihm gedrungen. (Hueber Menolog. S. Francisci. p.1330.3)*

*Als die heilige Catharina von Siena einst einer berühmten Stadt nahte, spürte sie schon auf 40 Meilen Entfernung den Gestank und versicherte, nichts, was sonst übelriechend sei, komme ihm bei.*

*Auch der hl. Lutgardis war's, als wenn der Atem eines Ausätzigen sie anwehe, wenn ein Lasterhafter ihr nahte.*

*Dominica vom Paradiese roch im Vorübergehen an einem Soldaten, dass er voll des Greuels und der Laster sei, und ließ nicht ab, ihm zuzureden, bis er sich bekehrt.*

*Bei Philippo Neri war vorzüglich jene ungemaine Sinneschärfe im höchsten Grade rege, so dass er im feinsten Unterscheiden die Enthaltbarkeit und die ihr verwandten Tugenden durch Wohlgeruch und das Gegenteil durch den Gestank wahrnahm. Er wurde von dem unerträglichen und pestilenzialischen Gestank, der von den Lüsten ausging, so affiziert, dass er die Nase mit den Händen oder einem Tuch zu bedecken oder auch das Gesicht abzuwenden sich gezwungen fühlte, was er jedoch mit bewunderungswürdigem Geschick so einzu richten wusste, dass niemand es gewahrte. Er pflegte zu erzählen: So groß sei der von dem Laster ausgehende Übelgeruch, dass er mit keiner anderen Art von Gestank verglichen werden könne. Einst kam ein Weib zu ihm, in dem er auf den ersten Blick den bösen Feind erkannte; er streckte deswegen zur Abwehr die Hand gegen sie aus, und von dem Weib dampfte sofort ein so pestilenzialischer Schwefelgeruch, dass er ihn nicht zu ertragen vermochte. Der Gestank blieb ihm fort dauernd in der Nase und hing seinen Händen an, dass wie er auch sich waschen und was er sonst noch tun mochte, er im Laufe dreier Tage ihn nicht wieder los zu werden vermochte. Er versicherte später, der Geruch müsse vom Dämon selber ausgegangen sein. Nicht bloß aber erkannte er in diesem Sinne, wenn irgend jemand wirklich Unreines geübt, sondern auch, wenn er nur bei nächtlicher Weile Traumbilder gehegt. Er selber war so rein, dass ihn nie ein Gelüste berührte, und deswegen duftete er einen ungemein lieblichen Wohlgeruch aus, den viele, die ihm nahe kamen, bemerkten, und der sich nach ihrer Aussage mit nichts anderem auf Erden vergleichen ließ.*

Die Götter der Reinen Form, zu denen die Brahmagötter gehören, empfinden keine Abwendung und Gegenwendung gegenüber dunklen menschlichen Wesen, aber noch Anziehung und Abstoßung. Wer nach seinem Herzen in den Bereich der Rei-

nen Form gehört, weil er die zehn heilenden Wirkensfährtten geübt hat, empfindet zu seinesgleichen Anziehung, aber von der Sinnensuchtwelt und der formfreien Welt ist er abgestoßen. Diese Götter, frei von Sinnensucht und frei von auch nur kleinster Abneigung gegen Mitwesen, empfinden die Dunkelheit und den Gestank der menschlichen Aura so abstoßend, wie der Mensch eine Jauchegrube empfindet. Der Mensch, der in die Jauchegrube gefallen war, ist in einen ganz anderen Zustand gebracht worden, wie es der Mönch mit Absicht ausführlich schildert. Ein so Gereinigter und Geschmückter kann nicht mehr in die Jauchegrube hinabsteigen wollen. So auch können die Götter sich nicht Menschen von dunkler Art nähern. Hinzu kommt, dass sie so anderer Art sind, dass sie Menschen kaum wahrnehmen, geschweige ansprechen können, so wenig, wie wir die Wesen, die in der Jauchegrube leben, wahrnehmen, geschweige ansprechen können.

Aus diesen Gründen erinnern sich die Götter gar nicht mehr an ihr einst gegebenes Versprechen Pāyāsi gegenüber, der Szenenwechsel ist zu groß. Die Menschen erscheinen einem Brahma wie kleine Ameisen, und die Interessen der Menschen sind von den seinen meilenweit entfernt. Es gibt keine Berührungspunkte zwischen einem Brahma, der das Entstehen und Vergehen der Wesen nach dem Karmagesetz überblickt, und den Menschen mit ihren kleinlichen, beschränkten Zweifeln und Kümmernissen.

Götter der Sinnensucht-Welt können Pāyāsi  
nach nur zwei Tagen himmlischen Wohls  
nicht mehr erreichen

*Gibt es, Kriegerfürst, noch einen Grund für dich anzunehmen: „Es gibt kein Jenseits; es gibt keine über- und untermenschlichen Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen; es gibt keine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens“? –*

*Es gibt, Kumāarakassapo, noch einen Grund für mich anzunehmen: „Es gibt kein Jenseits; es gibt keine über- und untermenschlichen Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen; es gibt keine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens.“ –*

*Und welcher Grund wäre das, Kriegerfürst? –*

*Da hab ich, Kumāarakassapo, Freunde und Verwandte, die hüten sich, Lebendiges umzubringen, Nichtgegebenes zu nehmen, hüten sich vor unrechtem Geschlechtsverkehr, vor verleumderischer Rede, nehmen keine berauschenden Getränke oder andere, die Vernunft und Selbstkontrolle verhindernden Mittel zu sich. Die sind eines Tages krank geworden, siech, schwer leidend. Als ich nun erfuhr: „Die werden nicht mehr von dieser Krankheit genesen“, bin ich zu ihnen gegangen und habe gesagt: Es gibt, ihr Lieben, manche Asketen und Brahmanen, die meinen und glauben: „Leute, die sich hüten, Lebendiges umzubringen, Nichtgegebenes zu nehmen, sich vor unrechtem Geschlechtsverkehr hüten, vor trügerischer, verleumderischer Rede und sich hüten, berauschende Getränke oder andere, die Vernunft und Selbstkontrolle verhindernde Mittel zu nehmen, die gelangen bei Versagen des Körpers, jenseits des Todes auf gute Lebensbahn, in himmlische Welt zur Gemeinschaft mit den Göttern der Dreiunddreißig.“ Ihr Lieben seid aber so gewesen. Wenn die Rede jener Asketen und Brahmanen wahr ist, werdet ihr Lieben bei Versagen des Körpers, jenseits des Todes auf gute Lebensbahn gelangen, in himmlische Welt zur Gemeinschaft mit den Göttern der Dreiunddreißig. Wenn ihr Lieben nach Versagen des Körpers, jenseits des Todes, wirklich auf gute Lebensbahn gelangt seid, in himmlische Welt zur Ge-*

*meinschaft mit den Göttern der Dreiunddreißig, dann bitte kommt doch zurück und meldet es mir: „Es gibt ein Jenseits; es gibt über- und untermenschliche Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen; es gibt eine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens.“ Ihr Lieben seid mir ja vertrauenswürdig, glaubwürdig. Was ihr Lieben gesehen habt, ist, als ob ich selber es gesehen hätte. Das wird mir Gewissheit geben. – Mit dem Wort „Gewiss“ haben sie es mir versprochen, haben sich aber nicht gemeldet und haben auch keinen Boten gesandt. Aus diesem Grund, Kumārakassapo, nehme ich an: „Es gibt kein Jenseits, es gibt keine über- und untermenschlichen Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen; es gibt keine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens.“ –*

*Da will ich denn, Kriegerfürst, an dich eine weitere Frage richten. Wie es dir gut dünkt, magst du sie beantworten. Was da, Kriegerfürst, bei den Menschen hundert Jahre sind, das ist bei den Göttern der Dreiunddreißig eine Tagnacht. Dreißig solche himmlischen Tage sind ein Monat. Zwölf solche Monate sind ein Jahr. Auf tausend solche Himmelsjahre ist die Lebenskraft der Götter der Dreiunddreißig bemessen. Wenn nun deine Freunde und Verwandten, die sich hüten, Lebendiges umzubringen, Nichtgegebenes zu nehmen, unrechten Geschlechtsverkehr zu pflegen, die sich hüten vor trügerischer, verleumderischer Rede und vor berausenden Getränken oder anderen, die Vernunft und Selbstkontrolle verhindernden Mitteln, bei Versagen des Körpers, nach dem Tode, auf gute Lebensbahn gelangt sind, in himmlische Welt zur Ge-*

*meinschaft mit den Göttern der Dreiunddreißig und sich nun etwa vornehmen: „Nachdem wir da zwei oder drei Tage mit den himmlischen fünf Sinnesgenüssen umgeben und überall damit bedient verbracht haben werden, wollen wir alsbald Pāyāsi, dem Kriegerfürsten, melden: „Es gibt ein Jenseits; es gibt über- und untermenschliche Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen; es gibt eine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens“, könnten wohl die zu dir kommen und es melden? –*

*Gewiss nicht, Kumārakassapo, denn wir würden ja lange schon verstorben sein. – Wer aber hat das dem verehrten Kumārakassapo erzählt: „Es gibt Götter der Dreiunddreißig“ oder „So lange leben die Götter der Dreiunddreißig“? Wir glauben das dem verehrten Kumārakassapo nicht, dass es Götter der Dreiunddreißig gebe oder dass sie so lange leben. –*

*Gleichwie etwa, Kriegerfürst, wenn da ein Blindgeborener wäre, der sähe keine schwarzen und keine weißen Gegenstände, keine blauen und keine gelben, reine roten und keine grünen, er sähe nicht, was gleich und was ungleich ist, sähe keine Sterne und nicht Mond und nicht Sonne. Und er spräche: „Es gibt nichts Schwarzes und Weißes, es gibt keinen, der Schwarzes und Weißes sähe; es gibt nichts Blaues und Gelbes, es gibt keinen, der Blaues und Gelbes sähe; es gibt nichts Rotes und Grünes, es gibt keinen, der Rotes und Grünes sähe; es gibt nichts Gleiches und Ungleiches, es gibt keinen, der Gleiches und Ungleiches sähe; es gibt keine Sterne, es gibt keinen, der Sterne sähe; es gibt weder Mond noch Sonne, es gibt keinen, der Mond und Sonne sähe. Ich selber weiß nichts davon, ich sel-*

ber sehe nichts davon: darum ist es nicht.“ Würde der wohl, Kriegerfürst, so redend recht aussagen? –

Keineswegs, Kumārakassapo. Es gibt Schwarzes und Weißes, und man sieht es; es gibt Blaues und Gelbes, und man sieht es; es gibt Rotes und Grünes, und man sieht es; es gibt Gleiches und Ungleiches, und man sieht es; es gibt Sterne und Mond und Sonne, und man sieht sie. „Ich selber weiß nichts davon, ich selber sehe nichts davon, darum ist es nicht“: so redend, Kumārakassapo, würde jener Mann gewiss nicht recht aussagen. –

Ebenso nun auch, scheinst du, Kriegerfürst, wie mich dünkt, einem Blindgeborenen zu gleichen, der du gesprochen hast: Wer aber hat das dem verehrten Kumārakassapo erzählt: „Es gibt Götter der Dreiunddreißig“ oder „So lange leben die Götter der Dreiunddreißig“? Wir glauben das dem verehrten Kumārakassapo nicht, dass es Götter der Dreiunddreißig gebe oder dass sie so lange leben. –

Es ist da, Kriegerfürst, das Jenseits nicht so zu sehen, wie du es vermeinst, mit diesem fleischlichen Auge. Die da, Kriegerfürst, als Asketen und Brahmanen im Wald an abgelegenen Orten ein einsames Leben führen, die können dort, unermüdlich, in heißem Ernst verweilend, das feinstoffliche Auge reinigen. Mit dem feinstofflichen Auge, dem gereinigten, über menschliche Grenzen hinausreichenden, erblicken sie so diese Welt wie auch das Jenseits und die unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinenden Wesen. So aber, Kriegerfürst, ist das Jenseits zu sehen und nicht eben, wie du es vermeinst, mit diesem fleischlichen Auge. Auch das sollte für dich ein Grund sein anzunehmen: „Es gibt ein Jenseits, es gibt über- und untermenschliche Wesen, die in ihrem

*Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen; es gibt eine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens.“ –*

*Wenn auch der verehrte Kumārakassapo solches sagt, so denke ich auch jetzt noch: „Es gibt kein Jenseits; es gibt keine über- und untermenschlichen Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen; es gibt keine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens.“ –*

Die Einhaltung der fünf genannten Tugendregeln führt zur Wiedergeburt bei den Naturgöttern, die den vier Großen Königen unterstellt sind, oder bei den Göttern der Dreiunddreißig. In diesen Bereichen der Sinnensuchtwelt werden dem dort Erscheinenden alle Wünsche erfüllt, weil er einer ist, der als Mensch auf die Wünsche und Interessen anderer geachtet hat.

Die ersten vier Tugendregeln sind dieselben wie bei den zehn Wirkensfährten. Die fünfte Tugendregel, keinen Alkohol und keine Drogen nehmen, wird bei den zehn Wirkensfährten nicht genannt. Der östliche Mensch wusste: Wenn die zehn Wirkensfährten gepflegt werden, da bedarf es gar nicht der Erwähnung des Alkohols, der Rauschmittel und Drogen. Und gar mit der heilenden rechten Anschauung ist der Nachfolgende ein Stromeingetretener, der weiß, was Heil und Unheil ist. Diese rechte Anschauung kann niemand gewinnen, der Alkohol und Rauschmittel nimmt, die die Vernunft und Selbstkontrolle verhindern. Die rechte Anschauung ist die tiefste Wurzel, die Urzelle für alles Gute. Aus der rechten Anschauung entwickelt sich allmählich eine Minderung von Habsucht und Antipathie bis Hass, weil man sieht, dass sie nur Leiden schaffen. Die beiden rechten Herzensqualitäten Sinnensuchtfreiheit und Lieben und Schonen wachsen erst allmählich durch rechte Anschauung. Die rechte Anschauung zwingt auf die Dauer auch dazu, die Tugendregeln einzuhalten. Die fünf Tugendre-



geln ohne rechte Anschauung aber sind ein schwacher Haken, der nur eine Zeitlang vor dem Absinken in untere Welt bewahrt. Selbst ein hochsinniger Mensch mit guten Gesinnungen kann diese mit der Zeit verlieren, wenn er keine rechte Anschauung hat.

In jeder Religion gibt es Menschen, die sich um ein einsehbares Weltbild und um gemüthafte Erhellung nicht kümmern. Aber sie sind gesetzestreu, halten die Tugendregeln, die Gebote, wie sie ihnen beigebracht wurden, denken aber vorwiegend an die Erfüllung ihrer Triebe. Über die Einhaltung der Tugendregeln hinaus haben sie keinerlei weiterreichendes Streben. Der um die zehn Wirkensfährtten Bemühte hat nur einen Teil seiner Kraft auf die Einhaltung von sieben Tugendregeln gerichtet, den anderen Teil auf Erhellung der Gesinnung und auf rechte Anschauung. Wenn er die rechte Anschauung gewonnen hat, dann läßt er nicht nach im Streben. Und der die heilende rechte Anschauung Besitzende hat einen Kanal zum Nibbāna gebaut, die programmierte Wohlerfahrungssuche zieht ihn zum Nibbāna.

Die Menschen, die die fünf Tugendregeln einhalten, sagt Kumārakassapo, erscheinen nach dem Tod bei Göttern der Sinnensuchtwelt. Insofern sind sie dem Menschentum noch sehr viel näher als die Brahmagötter, die u.a. frei von Habgier und frei von Antipathie bis Hass sind. Von ihnen sagt Kumārakassapo nicht, dass sie von der Ausstrahlung der Menschen abgestoßen wären, sie sind in ihrer Gesinnung, ihrem Denken ja menschenähnlich, haben sinnliches Begehren und Antipathie bis Hass. Aber auch sie können Pāyāsi nicht von ihrer Wiedergeburt berichten, weil es natürlich ist, dass dort Erschienene sich zunächst ein paar Tage lang den dortigen, mit irdischen Genüssen nicht vergleichbaren himmlischen Genüssen hingeben, ehe sie daran denken, Versprechen einzulösen. Sie bedenken nicht, dass die Zeit im Himmel nicht nach Menschenmaß verläuft, sondern nach himmlischem Maß, so dass, wenn auch nur zwei himmlische Tage vergangen sind,

Pāyāsi auf der Erde inzwischen den Menschenkörper verlassen hat. Kumārakassapo sagt:

Was bei den Menschen 1 Jahrhundert ist, das ist bei den Göttern der Dreiunddreißig 1 Tag. 30 solcher himmlischen Tage sind 1 Monat, also 3000 menschliche Jahre sind bei den Göttern 1 Monat. 12 solcher Monate sind 1 Menschenjahr.  $12 \times 3000 = 36.000$  Menschenjahre sind dort 1 himmlisches Jahr. Die Lebensdauer der Götter ist 1 himmlisches Jahrtausend und entspricht damit 36 Millionen Menschenjahren. Diese Götter können also Pāyāsi darum nicht besuchen, weil sie zu lange Tage gegenüber denen der Menschen haben und dieses veränderte Zeitmaß gegenüber dem menschlichen gar nicht bemerkt haben.

Nach diesen Ausführungen wendet Pāyāsi ein, woher denn Kumārakassapo wisse, dass es solche Götter gebe und wie lange sie lebten. Kumārakassapo tritt darauf mit dem sicheren Anspruch des Wissenden auf. Er weiß aus Erfahrung, dass es Götter gibt, und Pāyāsi erfährt durch ihn, dass es darüber eine endgültige Gewissheit gibt, indem Kumārakassapo sehr deutlich zu Pāyāsi sagt: Du bist wie ein Blindgeborener, der von dem, was er nicht sieht, behauptet, dass das auch nicht existieren könne. Der Erwachte vergleicht (M 75) den normalen Menschen mit einem Blindgeborenen. Der kann seine ganze Umgebung nicht sehen. Ebenso kann der normale Mensch die meisten Realitäten des Daseins nicht sehen und rechnet darum auch nicht mit ihnen. Und ebenso wie man einem Blindgeborenen völlig vergeblich Farben und Bilder erklären wollte, weil er gar nicht weiß, was Sehen ist und was durch Sehen gesehen werden kann, ebenso kann man dem Menschen auch den Samsāra mit all seinen vielen Daseinsmöglichkeiten nicht erklären, solange er das wahre Erkennen und Sehen nicht gelernt hat.

Dann aber sagt der Erwachte auch: Wenn ein Blindgeborener durch einen guten Arzt sehend wird, dann braucht er weiter keine Aufklärung, sondern sieht und erkennt alles selber. So leite er, der Erwachte, den Menschen zum Erwerb von

Erkenntnisklarheit an und zur Nutzung des feinstofflichen und des Weisheitsauges an, so dass er selbst sich den Göttern nähern und darüber hinaus das Heil erreichen kann.

Kumārakassapo erklärt, dass man, um Jenseitiges wahrnehmen zu können, als Asket sich um den Gebrauch des feinstofflichen Auge bemühen müsse. Ohne diese Bemühung könne man allerdings nichts sehen, das Fleischauge reiche dazu nicht aus. In M 136 sagt der Erwachte:

*Da hat ein Mönch oder Brahmane durch heißes Bemühen, große Anstrengung, durch Hingabe, durch Ernsthaftigkeit, durch höchste Aufmerksamkeit eine solche Einigung des Gemütes errungen, dass er geeinten Herzens mit dem feinstofflichen Auge, dem gereinigten, über menschliche Grenzen hinausreichenden, jenen Menschen sieht (der die Tugendregeln eingehalten hat), wie er bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, aufwärts gelangt ist, auf gute Bahn, in himmlische Welt.*

Die Öffnung des feinstofflichen Auges geschieht dadurch, dass sich der Seher durch das erfahrene innere Wohl der Herzeneinigung von der diesseitigen Welt abwendet und seine Aufmerksamkeit auf Jenseitiges richtet.

In den Kommentaren steht über den Bereich der Götter der Dreiunddreißig die folgende Geschichte (entnommen aus dem Buch von Ayya Khema „Buddha ohne Geheimnis“, Schrobenhausen 1986):

Eines Tages saß Sakko, der König der Götter der Dreiunddreißig, in seinem himmlischen, für uns unvorstellbar schönen Garten. Die Blumen dort gleichen Glöckchen, die wunderschöne Musik machen. Jeder Wassertropfen schillert in allen Regenbogenfarben, die Luft ist voller Wohlgeruch und von einem Gesang erfüllt, wie man ihn auf Erden nie zu hören vermag. Neben Sakko saß seine Frau und flocht Blumenkränze. Plötzlich aber fing sie an zu welken, das einzige Leid, das die Devas, kurz vor ihrem Tod, noch haben, und innerhalb weniger Minuten starb sie. Sie wurde bald darauf in einem indischen Dorf wiedergeboren, als Tochter eines ganz armen Bauern. Sie

wuchs heran und konnte sich an ihr herrliches Leben bei Sakko im Bereich der Devas so gut erinnern, dass sie nur einen Wunsch hatte: dorthin zurück! Sie hoffte, das auf dem Weg der Frömmigkeit zu erreichen, brachte täglich Blumen, Weihrauchstäbchen und Kerzen in den Tempel mit und betete, und am Ende sagte sie stets: „Möge es meinem Mann zum Guten reichen.“ Aber sie hatte gar keinen Mann, und die Leute, die sie hörten, hielten sie für verrückt. Ihre Eltern wollten ihr helfen und suchten einen Mann für sie, den sie mit vierzehn oder fünfzehn Jahren heiratete, gleichfalls ein armer Bauer aus ihrem Dorf. Aber sie machte so weiter: Jeden Tag ging sie in den Tempel, und nach ihren Gebeten sagte sie stets: „Möge es meinem Mann zum Guten reichen.“ Sie tat auch viele gute Werke: Sie pflegte Kranke; stand den Frauen bei, deren Männer in einem Krieg waren; teilte in einer Hungersnot ihre Nahrung mit anderen, und immer sagte sie: „Möge es meinem Mann zum Guten reichen.“ Natürlich dachte sie gar nicht an ihren gegenwärtigen Ehemann, sondern an Sakko, zu dem sie sich zurücksehnte. Aber das wussten die Leute ja nicht, und so wurde sie berühmt und hochangesehen als eine Frau, die ihren Mann so anbetet. Auch ihren vier Kindern half sie, wo sie konnte, sie versuchte, Streit in der Familie wie auch im Dorf zu schlichten, und immer sagte sie dasselbe Sprüchlein. Mit siebzig starb sie. Und sofort wurde sie wiedergeboren – im Garten Sakkos. Sie saß plötzlich wieder neben ihm und flocht Blumenkränze wie damals. Sakko blickte sie ganz erstaunt an und fragte sie: „Sag mal, wo warst du denn die ganze Zeit? Seit zwei Stunden suche ich dich überall.“ – „Sakko, du ahnst ja gar nicht, was mir passiert ist! Ich war siebzig Jahre bei den Menschen und, weißt du, die leben eine so kurze Zeit, und was die alles machen! Die bekriegen sich, die bestehlen sich, die zanken sich, die schlagen sich – es ist kaum zu glauben.“ – „Naja“, beruhigte sie Sakko, „nun bist du ja wieder hier, nun ist ja alles wieder gut.“

Siebzig Jahre Menschenleben sind im Deva-Bereich zwei Stunden. Die Lebensspanne in den höchsten Götterbereichen ist so unvorstellbar lang, dass sie „unendlich“ genannt wird. Aber auch diese Götterwelten sind vergänglich.

Je länger recht Strebende leben,  
um so mehr gute Folgen häufen sie an

*Gibt es, Kriegerfürst noch einen Grund für dich anzunehmen: „Es gibt kein Jenseits; es gibt keine über- und untermenschlichen Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen; es gibt keine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens“? –*

*Es gibt, Kumārakassapo, noch einen Grund für mich anzunehmen: „Es gibt kein Jenseits; es gibt keine über- und untermenschlichen Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen; es gibt keine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens.“ –*

*Und welcher Grund wäre das, Kriegerfürst? –*

*Da habe ich, Kumārakassapo, Asketen und Brahmanen gesehen, die tugendhaft sind, gute Eigenschaften haben, die zu leben begehren, nicht sterben wollen, die Wohl wünschen und Wehe verabscheuen. Da hab ich mir nun, Kumārakassapo, gedacht: „Wenn diese verehrten Asketen und Brahmanen, die tugendhaft sind, gute Eigenschaften haben, etwa wüssten: ‚Von hier abgeschieden, wird es uns besser gehen‘, so würden sie da jetzt entweder Gift nehmen oder zur Waffe greifen oder den Tod durch Erhängen suchen oder sich von einem Felsen herabstürzen. Weil nun aber diese verehrten Asketen und Brahmanen, die tugendhaft sind, gute Eigenschaften haben, nicht wissen: „Von hier abgeschieden, wird es uns besser gehen“, darum begehren sie zu leben, wollen nicht sterben, wünschen Wohl und verabscheuen Wehe, bringen sich nicht um. Auch das ist, Kumārakassapo, ein Grund anzunehmen: „Es gibt kein Jenseits; es gibt keine über- und*

*untermenschlichen Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen; es gibt keine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens.“ –*

*So will ich denn wieder, Kriegerfürst, ein Gleichnis dir geben. Eben durch ein Gleichnis wird da manchem verständigen Mann der Sinn einer Rede klar. Es war einmal, Kriegerfürst, ein Brahmane, der hatte zwei Frauen. Die eine hatte einen Sohn, der war ungefähr zehn oder zwölf Jahre alt, die andere war schwanger, kurz vor dem Gebären, als da jener Brahmane starb. Da hat nun der Knabe dort zur Mitfrau seiner Mutter gesagt: „Was da, Verehrte, an Geld und Gut, an Silber und Gold vorhanden ist, das alles gehört mir, dir gehört gar nichts. Vom Vater kommt es mir zu, Verehrte, gib die Erbschaft heraus!“ So angesprochen, hat jene Frau des Brahmanen zu dem Knaben gesagt: „Warte so lange, mein Lieber, bis ich geboren habe. Wenn es ein Junge sein wird, dann muss auch der seinen Teil haben. Wenn es aber ein Mädchen ist, dann wird auch es dir zufallen.“ Aber ein zweites und ein drittes Mal sagte nun jener Knabe dort zur Mitfrau seiner Mutter: „Was da, Verehrte, an Geld und Gut, an Silber und Gold vorhanden ist, das alles gehört mir, dir gehört gar nichts. Vom Vater kommt es mir zu, Verehrte, gib die Erbschaft heraus!“ Da hat denn jene Frau des Brahmanen ein Messer genommen, sich in das innere Gemach zurückgezogen und sich den Bauch aufgeschlitzt: „Ich will doch wissen, ob es ein Junge oder ein Mädchen ist“, und hat so ihr eigenes Leben und ihre Leibesfrucht und den Anteil verloren, ist als eine unvernünftige und törichte Frau in Unglück und Leiden geraten, indem sie auf vordergründig-äußere Weise (ayoniso) die Erbschaft zu erfahren wünschte.*

*Ebenso nun auch, Kriegerfürst, könntest du als Unvernünftiger und Tor in Unglück und Elend geraten, indem du auf vordergründig-äußere Weise das Jenseits zu erfahren wünschst, gleichwie jene Frau des Brahmanen als eine unvernünftige und törichte Frau in Unglück und Elend geraten ist, indem sie auf vordergründig-äußere Weise die Erbschaft zu erfahren wünschte. Asketen und Brahmanen, Kriegerfürst, die tugendhaft sind, gute Eigenschaften haben, versuchen nicht, das noch nicht Herangereifte ans Licht zu bringen, vielmehr warten sie weise die Reife ab. Für Asketen und Brahmanen, die tugendhaft sind, gute Eigenschaften haben, hat das Leben einen Zweck. Einen je längeren Zeitraum hindurch Asketen und Brahmanen, die tugendhaft sind, gute Eigenschaften haben, in diesem Leben verbleiben, um so mehr häufen sie gute Folgen (puñña, Verdienst) an, um so mehr wandeln sie vielen zum Wohl, vielen zum Heil, aus Mitempfinden zur Welt, zum Nutzen, Wohl und Heil für Götter und Menschen.*

*Auch das sollte für dich ein Grund sein anzunehmen: „Es gibt ein Jenseits; es gibt über- und untermenschliche Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen; es gibt eine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens.“ –*

*Wenn auch der verehrte Kumārakassapo solches sagt, so denke ich auch jetzt noch: „Es gibt kein Jenseits; es gibt keine über- und untermenschlichen Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen; es gibt keine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens.“*

Auf die Frage, warum die Asketen, die von den Herrlichkeiten des Himmels sprechen, denn keinen Selbstmord machten, um schnell diese Herrlichkeit zu erleben, antwortet hier Kumārakassapo, dass man in Elend geraten würde, wenn man auf vordergründig-äußere Weise und ungeduldig eine Reife erzwingen wolle. Das wäre so, wie wenn sich eine Frau den Bauch aufschlitzen wollte, um zu sehen, ob sie einen Jungen oder ein Mädchen gebären würde, und dabei stürbe und auch ihre Leibesfrucht tötete.

Je längere Zeit ein Tugendhafter sich bemüht, um so mehr Früchte erntet er und ist den Menschen der Umgebung Vorbild und Hilfe. Würde er sich vorzeitig umbringen, so nimmt seine Kraft, auch Leidiges hinzunehmen, ab und einmal drüben, muss er hilflos den oft nicht vorausgesehenen Folgen seiner Flucht bei seinen Lieben zusehen. Es heißt von Selbstmördern, die von Hellsichtigen gesehen wurden, dass sie, als sie drüben waren, alles darum gegeben hätten, um ihre Tat ungeschehen zu machen. Darum sagt Kumārakassapo: In Unglück und Elend gerät einer, der vorzeitig das Leben beendet, und himmlisches Wohl erfährt, wer geduldig Leiden abträgt und Tugend, gutes Denken und rechte Anschauung immer mehr festigt, und so die Möglichkeit, zu Lebzeiten Heilsames zu wirken, voll ausnutzt.

#### Vier Versuche an Verurteilten

Im Folgenden berichtet Pāyāsi von vier Versuchen, zwei an Leichnamen, zwei an lebenden Menschen, rohen vivisektori-schen Versuchen, wie sie heute noch die Naturwissenschaft mit Tieren anstellt. Menschen, die Pāyāsi als Gerichtsherr zum Tode verurteilen konnte, hat er auf verschiedene Weise umbringen lassen und wollte dabei sehen, ob „der Leber“ (die Seele) entweicht. Er meinte, den Leber mit sinnlich-vordergründigen Mitteln zu finden. Bei all diesen Versuchen hat er keinerlei Entweichen des Lebers gesehen und auch keine Unterschiede zwischen der Leiche und dem lebendigen Menschen



gefunden solcherart, dass sie ihn überzeugen könnten, dass da etwas nach dem Versagen des Körpers weiterlebt.

Der Mönch Kumārakassapo führt ihm anhand von verschiedenen Gleichnissen – aber eben nur an Gleichnissen, nicht an der Sache selbst – vor Augen, warum die Vorgehensweise des Kriegerfürsten und die Ergebnisse dieser Experimente nicht zu seiner Auffassung berechtigen, dass das Leben über den Tod hinaus sich nicht fortsetzt. Er sagt ihm, dass man auf diese Weise gar nicht nach dem Leben forschen könne. Denn das, was den versagenden Körper verlässt, das eigentliche Leben, ist mit den normalen Sinnen des normalen Menschen in keiner Weise erkennbar. Diesen Vorgang könnten nur die reinen Menschen, die sich von der Sinnlichkeit befreit haben, deutlich erkennen. Sie könnten die unsichtbaren lebenden Wesen aus dem versagenden Körper aussteigen sehen.

1. Der Leber kann normalerweise beim Aussteigen nicht gesehen werden, weder im Schlaf noch beim Tod des Körpers

*Gibt es, Kriegerfürst, noch einen Grund für dich anzunehmen: „Es gibt kein Jenseits; es gibt keine über- und untermenschlichen Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen; es gibt keine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens“? –*

*Es gibt, Kumārakassapo, noch einen Grund für mich anzunehmen: „Es gibt kein Jenseits; es gibt keine über- und untermenschlichen Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen; es gibt keine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens.“ –*

*Und welcher Grund wäre das, Kriegerfürst? –*

*Da haben, Kumāarakassapo, meine Leute einen Räuber, einen Verbrecher ergriffen und mir vorgeführt: „Hier, Herr, ist ein Räuber, ein Verbrecher. Welche Strafe du wünschst, diese Strafe gebiete.“ Und ich habe gesagt: „Nun denn, ihr Leute, setzt den Mann noch lebend in einen runden Topf, verschließt die Öffnung, überzieht den Topf mit feuchten Fellen, tragt eine dicke Lehmschicht auf und stellt ihn dann in den Ofen und macht Feuer an.“ – So geschah es. Als wir wussten: „Der Mann ist tot“, wurde der Topf herausgezogen, aufgeschlagen, geöffnet, und wir sahen behutsam hinein, ob wir wohl den aussteigenden Leber wahrzunehmen vermöchten. Aber wir haben keinen aussteigenden Leber gesehen. Auch das ist, Kumāarakassapo, ein Grund anzunehmen: „Es gibt kein Jenseits; es gibt keine über- und untermenschlichen Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen; es gibt keine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens.“ –*

*So darf ich wohl, Kriegerfürst, eben wieder eine Frage an dich richten. Wie es dir gut dünkt, magst du sie beantworten. Vielleicht hast du einmal, Kriegerfürst, in der Mittagsruhe im Schlaf ein Traumbild gesehen, einen schönen Garten, einen freundlichen Hain, eine schöne Landschaft, einen lichten See? –*

*Gewiss, Kumāarakassapo, habe ich schon in der Mittagsruhe im Schlaf ein Traumbild gesehen, einen schönen Garten, einen freundlichen Hain, eine schöne Landschaft, einen lichten See. –*

*Behüten dich um diese Zeit Diener und Höflinge, Dienerinnen und junge Mädchen? –*

*Gewiss, Kumārakassapo, behüten mich um diese Zeit Diener und Höflinge, Dienerinnen und junge Mädchen. –*

*Und sehn die nun wohl deinen Leber, wie er einsteigt und aussteigt? –*

*Das wohl nicht, Kumārakassapo. –*

*Die können also, Kriegerfürst, während du lebst und sie leben, deinen Leber nicht sehen, wie er einsteigt und aussteigt. Wie solltest du dann bei einem Toten den Leber einsteigen und aussteigen sehen. Auch das sollte für dich ein Grund sein anzunehmen: „Es gibt ein Jenseits; es gibt über- und untermenschliche Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen; es gibt eine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens.“ –*

*Wenn auch der verehrte Kumārakassapo solches sagt, so denke ich auch jetzt noch: „Es gibt kein Jenseits; es gibt keine über- und untermenschlichen Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen; es gibt keine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens.“ –*

Der Kriegerfürst wollte an dem Einzigen, das vom Menschen sichtbar und tastbar ist, am Körper, nach dem sinnestranszendenten Leber fahnden. Im Gegensatz dazu ist die jetzige Naturwissenschaft zu dem Ergebnis gekommen, dass sie erstens nichts darüber sagen könne, ob es Fortexistenz gibt oder nicht, und zweitens, dass sie auch gar nicht die geeignete Disziplin sei, um diese Frage zu beantworten.

*Prof. Dr. Aloys Wenzl* schrieb in „Die philosophischen Grenzfragen der modernen Naturwissenschaft“ (Kohlhammer Verlag, Stuttgart 1960, S.121 u. 122):

*Für das innerseelische Geschehen, für die Innenwirklichkeit des Menschen kann die Naturwissenschaft ihrem Begriff und ihrer Methode nach sich nicht als zuständig erklären... Es ist klar, dass die Naturwissenschaft das Leben nur so weit erklären kann, als die physiko-chemischen Mittel reichen, deren sie sich bedient und die sie sich schuf.*

Da die Naturwissenschaft nur mit physikalischen und chemischen Mitteln arbeitet, kann sie auch nur Physikalisches und Chemisches erkennen und benennen, nicht aber das Seelische.

Aus den Lehrreden des Erwachten ergibt sich, was am Menschen stirbt mit dem Tod, und was es ist, das am Menschen weitergeht: Der sogenannte „lebendige Mensch“ tritt in Erscheinung als ein von vegetativen Vorgängen unterhaltener Körper, an welchem seelische (einschließlich geistige) Erscheinungen bemerkbar sind. Die Verbindung von Seele (Psyche, Leber) und Leib – *nāma-rūpa* – , dieser psychosomatische Zusammenhang, macht den Menschen, die „Person“ aus. So sagt auch die Naturwissenschaft. Es geht da nur um die Frage, ob die Psyche durch den Leib bedingt ist. Die Materialisten unter den Naturwissenschaftlern sagen: Wenn der Leib vernichtet ist, kann auch kein Seelisches mehr erscheinen. Die Religionen sagen: Das Seelische ist das Primäre, die Seele ist es, die den Leib überlebt. Wenn man an der Leiche kein Seelisches mehr sehen kann, dann ist das nicht vernichtet, sondern ist ausgezogen. Diese Frage lässt sich nur klären durch die Beantwortung der Frage:

Was ist das Psychische, der Leber ?

In den Fachbüchern der Biologie liest man, dass zum Beispiel durch den Einfall von Lichtstrahlen in das Auge, der Schallwellen in das Ohr das Erlebnis der Bilder und Töne zustande komme, dass man bisher aber eben noch nicht wisse, wie es durch solche physiologischen Vorgänge in diesem aus Knochen, Fleisch und Nerven bestehenden Körper zu dem ganz

anderen, dem geistigen Empfinden und Wahrnehmen, Bewusstsein komme, von dem dann bei dem Erleber einsetzenden Denken, Wollen und Handeln ganz zu schweigen.

*Prof. Polanyi*, der um 1960 an einer englischen Universität den Lehrstuhl für physikalische Chemie innehatte, schreibt:

*Noch heute betrachten die Biologen es als selbstverständlich, dass von allen Erscheinungen des Lebens letztlich die Gesetze der unbelebten Materie Rechenschaft ablegen könnten...*

Das heißt also, viele westliche Biologen glauben – wie der Kriegerfürst Pāyāsi –, dass die eigentlichen Lebenserscheinungen, wie Wahrnehmen, Bewusstsein samt den Emotionen von Freude, Ärger, Zorn, und dem daraus hervorgehenden Wollen, Planen, samt Reden und Handeln allein aus der Materie des Körpers hervorgehen würden.

*Polanyi* sagt dann weiter:

*Diese Annahme ist offenkundig Unsinn. Denn das frappierendste Merkmal unserer eigenen Existenz ist unsere Empfindungsfähigkeit.*

Das heißt: Wenn die Augen unseres Körpers auf etwas gerichtet sind, dann kommt bei uns im Unterschied zu einem Fotogerät eine Empfindung, ein Gefühl, auf, und dann die Wahrnehmung von angenehmen und unangenehmen Erscheinungen. Wir empfinden in unserem Innern Zuneigung oder Abstoßung und fassen Gedanken und Pläne, wie wir das Angenehme behalten, das Unangenehme beseitigen können. Das alles gibt es nicht bei einem Fotogerät.

Er fährt dann fort:

*Die Gesetze der Physik und Chemie enthalten aber keinen Begriff der Empfindungsfähigkeit, und daraus folgt, dass ein von diesen Gesetzen vollständig determiniertes System nicht empfindungsbegabt sein kann.*

Damit sagt er, dass materielle Werkzeuge oder Organe nicht die geistigen Erscheinungen, wie Empfindung oder gar Wahrnehmung und Wissen hervorrufen können.

Ähnlich wie *Polanyi* haben in den vergangenen Jahrzehnten immer wieder philosophisch nachdenkliche Menschen über das Zustandekommen der Wahrnehmung nachgedacht und in dem Zusammenhang nach einer sogenannten „reizbaren Substanz“ gesucht, die durch die Sinneseindrücke gereizt, den Reiz zur Wahrnehmung bringt.

Der Erwachte lehrt nun – und mit ihm viele in innerer Erfahrung Erfahrene –, dass alles Erleben einen Lebenswillen voraussetzt, dass nur durch einen Lebenswillen erlebt werden kann, dass die Stärke des Lebenswillens auch die Stärke des Erlebnisses bedingt und dass völlige Abwesenheit des Lebenswillens jene Beziehungslosigkeit mit sich bringt, wodurch die Apparativvorgänge nicht zum Erleben führen. – In A X,58 stellt der Erwachte die Frage: *Worin wurzeln alle Dinge?* und beantwortet diese Frage: *Im Wollen (chando) wurzeln alle Dinge.* Nur wo dieses Wollen nach Erleben an der physiologischen Sinnestätigkeit teilnimmt, da gibt es Erleben und damit Erlebnis der „Dinge“, der angenehmen und unangenehmen, und damit Problematik, Schicksal, Angst, Sorge, Hoffnung usw.

Erlebenwollen ist ein auf bestimmte Erlebnisse gerichteter Wille, es ist die Mangel fühlende, insoweit „negative“ Lebensseite, die nach der positiven Erfüllung lechzt.

Bei der Berührung der Sinnesorgane durch die Dinge wird dieses Wollen, werden die in den Sinnesorganen und im Körper wohnenden Triebe der Psyche berührt. Diese Triebe sind entstanden durch positive und negative Bewertungen der mit den Sinnesorganen erfahrbaren Dinge der äußeren Welt und der im Geist gepflegten Vorstellungen, mit der Ich-Vorstellung an der Spitze. Die aus Materie bestehenden Sinnesorgane selbst können ebenso wenig empfinden wie ein Stein oder ein Stück Holz, aber das Denken des Menschen hat es an sich, dass jeder denkerische Bezug – z.B. die positive Bewertung

irgendeines für uns neu auftauchenden Gegenstandes – dazu führt, dass den je entsprechenden Sinnesorganen eine gewisse Spannung auf das Erscheinen oder Wiedererscheinen dieses Gegenstandes eingepflanzt, „inkarniert“ wird, so dass dann bei erneuter Begegnung mit diesem Gegenstand das betreffende Sinnesorgan bzw. die eingepflanzte Zuneigung nun auch positiv darauf reagiert. Das Sinnesorgan ist dafür „empfindlich“ geworden.

Ein Beispiel bringt uns dem Verständnis noch näher. Wenn man eine Geigensaite (die für den gegenständlichen Körper gilt) auf den Tisch legt, dann kann man sie hin oder her schieben und an ihr zupfen, ohne dass sie irgendeinen Ton von sich gibt. Wenn aber diese Geigensaite ihrer Länge nach gestreckt und dann „gespannt“ wird, dann besteht sie aus zweierlei:

1. aus der „Materie“, also Darm oder Stahl oder Aluminium und
2. aus Spannung und der dadurch entstandenen Empfindlichkeit.

Diese Empfindlichkeit ist es, die auf jedes Zupfen an dieser Saite antwortet. Je größer die Spannung ist, um so höher werden die Töne. So auch, sagt der Erwachte, sind die Körper der Lebewesen durchzogen von den im Lauf des Lebens (einschließlich der früheren Leben) angewöhnten Zuneigungen zu den einen Erscheinungen und Abneigungen gegenüber den anderen Erscheinungen. Der Erwachte sagt (S 35,70), dass ein Mensch bei einem Sinneseindruck, wenn er darauf achtete, unmittelbar bei sich selbst merken könne, ob er eine fesselnde Neigung zu den Sinnesobjekten habe oder nicht, ob er angezogen oder abgestoßen sei.

Diese Neigungen, diese Spannungen, die etwas völlig anderes sind als der „stoffliche Körper“, durchdringen die Körper der Wesen ebenso, wie nach einem Gleichnis des Erwachten ein im Wasser liegendes Holzstück ganz und gar von Wasser durchtränkt ist (M 36 und 85) oder wie ein Lampendocht vom Öl (M 146). Sie durchdringen und durchziehen als sinnlich nicht wahrnehmbare Spannungen und Dränge die Sinnes-

organe als Sehenwollen (Luger), als Hörenwollen (Lauscher), als Riechenwollen (Riecher), als Schmeckenwollen (Schmecker), und den ganzen Körper durchzieht das Tastenwollen (Taster) und im Gehirn ist das Denkenwollen (Denker). Der Körper selber kann nicht sehen, hören, riechen, schmecken, tasten und denken.

Die Lugerdränge im Auge haben eine Zuneigung zu Bestimmtem, und nur wenn das erfahren wird, wird Wohlgefühl ausgelöst. Wenn die Lugerdränge Entgegengesetztes erfahren, dann löst das ein Wehgefühl aus. Durch die Gefühle wird der Mensch aufmerksam – er nimmt wahr.

Ohne dieses innere Lungern würde der Mensch gar nichts wahrnehmen, da das Interesse fehlte. Er würde in sich selbst ruhen. Der normale Mensch aber wird durch das fünffältige Lungern durch die Welt der Formen, Töne, Düfte, des Schmeck- und Tastbaren gejagt. Die Erlebensdränge dazu wohnen bereits dem Körper inne. Darum ist es nicht so, dass der Mensch mit den Sinnen wahrnehmen kann, sondern dass er wahrnehmen muss. Es drängt ihn dazu, er lechzt danach.

So besteht die Grundlage des Menschen nicht in dem „stofflichen“ Körper, sondern in seinem Erlebenshunger, Erlebensdurst, in seinem Lechzen und Lungern nach den erfahrbaren Dingen.

Dieser sechsfache Erlebenshunger, die Triebe nach bestimmten sichtbaren Formen und Konturen, nach bestimmten hörbaren Tönen, nach Düften, nach Schmeck- und Tastbarem und der Drang nach Orientierung von der Wahrheitssuche bis zur Neugier und danach, den Körper zwecks Befriedigung der Sinnesdränge umherzuführen und darüber hinausgehendes Wohl zu suchen, durchdringen und durchziehen als sinnlich nicht wahrnehmbare Spannungen und Dränge die Sinnesorgane und den ganzen Körper, weshalb sie im gegenständlichen Körper (*rūpa-kāya*) einen Trieb- oder Spannungs- oder Wollens- oder Empfindungssuchtkörper (*nāma-kāya*) bilden. *Nāma* heißt zu deutsch Name oder auch das Nennende und von daher Urteilende, Bewertende. Der Urteiler ist der jeweilige



Trieb nach bestimmten Erlebnissen. Weil er Bestimmtes will, darum empfindet er alles, was bei ihm ankommt, entweder seinem Willen gemäß oder seinem Willen widerwärtig. Erst dieses den Sinnesorganen innewohnende spezifische spannungshafte Wollen bewirkt in den stofflichen Sinnesorganen die Empfindlichkeit, die das jeweils Empfundene als „angenehm“ oder „unangenehm“ nennt und beurteilt.

In dem Wort „*kāya*“ von *nāma-kāya* drückt sich die Strukturiertheit der Triebe in Körperform aus. Das heißt, der Drang nach Erlebnis von Sichtbarem ist im Auge, der Drang nach Tonerlebnis ist im Ohr, der Drang nach Dufterlebnis ist in der Nase, nach Schmeckerlebnis in der Zunge, der Drang nach Tastung durchzieht den ganzen Körper – so dass auch die speziellen Sinnesorgane, wie Auge, Ohr usw. Tastberührung empfinden und bei zu starkem Druck warnen, und der Geist hat den Drang nach bestimmten Vorstellungen und Erwägungen.

Der Erwachte sagt deutlich (D 15), dass beide Körper – gegenständlicher Körper und Spannungskörper – zusammen erst sinnliche Wahrnehmung ermöglichen:

*Wenn es solche charakteristischen Wirkungen, Erscheinungen und Eigenschaften, die einen Spannungskörper ausmachen, nicht gäbe, könnte dann die Berührung des gegenständlichen Körpers empfunden und benannt werden? – Der Mönch antwortet: Das ist nicht möglich, o Herr.*

Das heißt, wenn der gegenständliche formhafte Körper nicht von Drängen nach Empfindung der Sinnendinge durchzogen wäre (*nāma-kāya*), dann könnte das an seine Sinnesorgane Gekommene nicht empfunden und benannt werden. Die den Spannungskörper bildenden Tendenzen, Anliegen stellen einen ununterbrochenen Hunger nach Berührungen dar. Kommen die erwünschten Berührungen, so meldet der Hunger: „Das tut wohl“, bei entgegengesetzten „wehe“. So gehen alle Gefühlsurteile „wohl-wehe, schön-hässlich, sympathisch-unsympathisch“ auf den hungrigen, durstigen Spannungskörper zurück.

Der Leser möge hier an das Gleichnis von der Geigensaite denken und sich fragen: Wenn jene gegenständliche Geigensaite nicht gespannt worden wäre, so dass ihr jetzt ein Drang nach Entspannung innewohnt – könnte dann der Strich mit dem Bogen von ihr empfunden und mit einem Ton beantwortet werden?

Ganz ebenso: Wenn die Geigensaite nicht wäre – wie sollte dann jene „Spannung“ bestehen, durch welche der streichende Bogen so empfunden wird, dass davon eine tönende Resonanz entsteht? Wenn der gegenständliche Körper mit den gegenständlichen Sinnesorganen nicht wäre, wo sollte dann jene Spannung ihren Platz haben, durch welche die Sinnesorgane die Berührung durch die äußeren Dinge empfinden und diese Empfindung als wohltuend oder unangenehm melden können!

Darum sagt der Erwachte (D 15):

*Wenn es solche charakteristischen Wirkungen, Erscheinungen und Eigenschaften, die den gegenständlichen Körper ausmachen, nicht gäbe, könnte dann beim Spannungskörper etwas Gegenständliches ankommen? Der Mönch antwortet: Das ist nicht möglich, o Herr.*

Das heißt, der gegenständliche – grobstoffliche – (samt dem feinstofflichen Körper) ist der Träger des substanzlosen Spannungskörpers. Fehlt der Werkzeugkörper, dann ist gegenständliche Berührung unmöglich. Fehlen die Triebe und die daher rührende Empfindlichkeit, dann gibt es keine Gefühlsresonanz bei Berührung. Um Formen, Töne, Düfte usw. empfinden und dann wahrnehmen zu können, muss ein gegenständlicher Körper (*rūpa-kāya*) da sein mit den entsprechenden Organen und muss den Organen Wollen innewohnen. Wenn das Wollen fehlt, dann ist der gegenständliche Körper ein toter Gegenstand. Wenn aber der gegenständliche Körper (*rūpa-kāya*) fehlt, dann können von dem Wollenskörper (*nāma-kāya*) alle Dinge, deren Ankunft einer Gegenständlichkeit bedarf (*patīgha-*

*samphassa*), nicht empfunden werden, weil es da keine „Ankunft“ gibt.

Weil es sich so verhält, darum sagt der Erwachte abschließend (D 15):

*Darum also ist dies die Voraussetzung, dies die Bedingung für die Berührung, nämlich der Spannungskörper (nāma-kāya) und der gegenständliche Körper (rūpa-kāya).*

Kommen beim Körperwerkzeug (zum Ich gezählte Form) Außenformen heran (Berührung), dann wird damit der dem gegenständlichen Körper innewohnende Spannungskörper berührt, der ja nichts anderes ist als die strukturierte Ansammlung der unbefriedigten Triebe, Bedürfnisse. Bei einer Berührung durch Formen, Töne usw., die den Trieben entsprechen, werden die Bedürfnisse vorübergehend befriedigt, wodurch eine Aufhebung der Spannung, eine Erleichterung eintritt, was subjektiv als Wohlgefühl empfunden wird. Dieses Wohlgefühl ist das Produkt der Berührung des Spannungskörpers mit dem Erfahrenen, und dieses Wohlgefühl kommt nun zusammen mit der von körperlichen Sinnesorganen erfahrenen Form, dem Ton usw. zum Geist, d.h. wird wahrgenommen, z.B. „Das ist ein schöner Tisch.“ Auf diese Weise wird der Erfahrer zum Zentrum und das Erfahrene zu der geliebten Begegnung, die sich in den Geist einträgt, wodurch nun bei Gelegenheit der Durst oder Drang nach erneuter Berührung entsteht, bis es wieder zur Gefühlsbefriedigung kommt.

So bewirkt also nicht, wie man aus Unkenntnis behauptet, der Einfall von Lichtstrahlen in das physische sinnliche Auge allein schon die Wahrnehmung und das Bewusstsein von Formen und Farben, vielmehr entstehen Wahrnehmung und Bewusstsein nur darum, weil Anliegen in Form von bestimmten Zuneigungen und Abneigungen im Körper wohnen und an der Berührung Anteil haben.

Gefühl und Wahrnehmung sind die ersten seelischen Erscheinungen, die durch die Berührung der Triebe ausgelöst werden. Was von der Geburt an einzeln wahrgenommen wird, sammelt das Gedächtnis, der Geist, und das ist ja nichts ande-

res als die Summe der Dinge, die im Leben wahrgenommen worden sind samt ihrer Deutung durch den Geist. Und Denken ist nichts anderes als das In-Beziehung-Setzen der Gedächtnisinhalte.

Der Erwachte vergleicht den Körper mit einem Ameisenbau (M 23). Die Ameisen, die den Körper gebaut haben, können wir uns als die im Fleisckörper wirksamen Triebe vorstellen. Man muss schon dicht an den Ameisenbau herangehen, um das Ameisengewimmel zu sehen. Von weitem sieht man nur ihr Werk, den kegelförmigen Bau. Ebenso sieht der Betrachter den menschlichen Körper, aber seine Bauleute sieht er nicht, er spürt nur in sich selber das Gekribbel, das Gedränge der vielen Triebe.

So besteht der Leber, die Seele, die Psyche, die ständig wechselnde, unbeständige Gesamtheit der Triebe einschließlich des Geistes, aus etwas, das sinnlich in keiner Weise wahrnehmbar ist, das aber doch strahlenhaft, spannungshaft da ist und das auch Wirkungen auslöst, welche wieder sinnlich wahrnehmbar sind. So wie die Fernschwelen unsere Räume und Möbel und unsere Körper durchdringen, aber dabei in ihnen keinen Raum beanspruchen, so auch wohnt der Wollenskörper als etwas völlig Andersartiges, als ein Spannungsfeld, im grobstofflichen Körper, ohne dass er in ihm irgendwelchen Raum beansprucht. Der Körper des lebenden Menschen ist sozusagen mit dem Leber, der Seele, dem Wollenskörper „geladen“.

So ist der eigentliche Mensch schon im Leben, d.h. auch wenn er im Fleischleib erscheint, jenseitig, d.h. jenseits der sinnlichen Wahrnehmung, ist sinnestranszendente. Wir können ihn selbst nie sehen. Was vom Menschen gesehen werden kann, ist nur gehandhabtes Werkzeug, das wie jedes andere Werkzeug selbst nichts weiß, nichts will, nichts fühlt und nichts kann.

Diese Unsichtbarkeit des eigentlichen lebendigen Menschen und die aufdringliche Sichtbarkeit gerade seines seelen-

losen Werkzeugs tragen dazu bei, dass Pāyāsi wie viele Menschen eine völlig falsche Vorstellung vom Menschen hat.

Die Seele, die Triebe, der Wollenskörper, der Leber  
bestehen im feinstofflichen Leib  
und können auch ohne Fleischleib leben

Der Erwachte bezeichnet die Beschaffenheit des menschlichen und tierischen Fleischkörpers als „grob“ (*olarika*), dem aber ein feinstofflicher Leib (*dibba kāya*) innewohnt. *Dibba* bedeutet so viel wie „feinstofflich“ in dem Sinne von „feiner, dünner, von geringerer Dichte, für Menschengen nicht sichtbar“. Die in manchen Kreisen übliche Bezeichnung „Astralkörper“ oder „Fluidalkörper“ weist in eine ähnliche Richtung. Es besteht zwischen allen Wesen der sinnlichen Welten kein struktureller, sondern nur ein gradueller Unterschied in der Dichte der Körpermasse. Dieser feinstoffliche Körper geringerer Dichte „bewohnt“ auch jetzt schon samt dem Wollenskörper unseren Fleischkörper. Insofern sind wir also im Grund nicht nur jetzt schon ein „Geist“, sondern wir sind jetzt schon ein „jenseitiges Wesen“, das sich für einige Zeit in diesem grobstofflichen Körper befindet, durch dessen „Instrumente“ es nur die Gegenstände von ähnlicher Dichte und Wellenlänge wahrnehmen kann und darum in seinem von der Geburt dieses Körpers an aufgebauten Geist nur die Dinge „dieser Welt“ weiß.

Der feinstoffliche Leib besitzt also trotz seiner erheblich geringeren Dichte und graduellen Unsichtbarkeit alle körperlichen Eigenschaften des Fleischleibs samt der Eignung als Werkzeug zur sinnlichen Wahrnehmung – abgesehen nur vom gröberen Tasten des Fleischleibs. Der Wollenskörper (*nāma-kāya*) des normalen Menschen bildet eine Einheit nicht mit dem dichten, massereichen Fleischleib, sondern mit dem feinstofflichen Leib (*dibba-kāya*), lebt in einer nur mittelbaren und auflösbaren Verbindung mit dem Fleischleib. Der Spannungsleib des normalen Menschen befindet sich also, wenn er im

Fleischleib verweilt, mit dem feinstofflichen Leib im Fleischleib, und wenn er außerhalb des Fleischleibs verweilt, im feinstofflichen Leib außerhalb des Fleischleibs. Das Tendenzgefüge, der Spannungsl Leib, bildet eine Einheit mit dem feinstofflichen Leib geringer Dichte, kann also durchaus ohne den dichteren Fleischleib leben. Da der an die Feinstofflichkeit gebundene Wollenskörper die seelischen Eigenschaften der Person enthält und da er mittels des feinstofflichen Leibes auch alle Sinnesfunktionen ebenso wie mit dem Fleischleib erfüllen kann, so kann man den Komplex „Wollenskörper im feinstofflichen Leib“ als den „Jenseitigen“ bezeichnen.

Das gesamte Geistige, das Wollende und Fühlende und die Ansammlung der Erfahrungen – die Psyche insgesamt, der Leber – das ist es, was weitergeht, wenn der Fleischleib abgetan wird.

Die Seele, der Leber, die Psyche, die Triebe,  
der Wollenskörper oder Spannungskörper  
im feinstofflichen Leib kann den Fleischleib  
verlassen und in ihn zurückkehren

Der Leber, die Psyche oder Seele (die Gesamtheit der Triebe samt Geist) kann den Fleischleib zeitweilig verlassen (im Schlaf – darauf nimmt der Mönch Kumārakassapo Bezug –, in Hypnose, Narkose, klinischem Tod und in manchen anderen Fällen auch mit vollem Bewusstsein und Willen) und verlässt ihn beim Tod endgültig. Bei vorübergehendem Verlassen des Fleischleibs ist dieser zwar völlig bewusstlos, bleibt aber von den vegetativen Vorgängen in mehr oder weniger reduzierter Form eine begrenzte Zeitlang unterhalten.

Den Zeitgenossen des Erwachten war dies selbstverständlich. Selbst der Materialist Pāyāsi wendet nichts gegen die Tatsache des unwillkürlichen Verlassens des Fleischleibs und des Wiedereintritts in ihn ein, als Kumārakassapo ihn fragt, ob die seinen Schlaf behütenden Diener und Dienerinnen während der Zeit seines Schlafes/Traumes seinen „Leber“ (*jīva* –

d.h. ihn als lebendiges Wesen) ein- und aussteigen sähen. „Der Leber“, die Psyche im feinstofflichen Körper, ist der Erleber der schönen Landschaften, aber in Erinnerung spricht der ins Diesseits Zurückgekehrte von Träumen.

Im Westen gibt es durch den Einsatz von Narkose und Wiederbelebungsmiteln eine Fülle von Berichten von solchen, die „von drüben zurückgekehrt“ sind.<sup>260</sup>

So schrieb *Emil Freistedt* zusammenfassend über die schon vor fast achtzig Jahren von *Emil Mattiesen* gesammelten Berichte über „die Trennung des Ich vom Fleischleib“<sup>261</sup>

*Aus der Fülle der von Mattiesen gesammelten Berichte lassen sich folgende allgemein gültige Grundsätze entwickeln: Bei der Trennung des Ichs (des fluidalen Leibes) vom Fleischleib bleibt im ersteren das volle Ichzentrum<sup>262</sup> erhalten, d.h. die Einheit und Ganzheit der Person sowie die Fähigkeit des Willens und der Erinnerung, die das Ich mit seiner Leibesvergangenheit verbindet. Ebenso ist dieses im passiven Besitz aller Sinneskräfte, d.h. „der Geist“ kann hören, sehen, schmecken, fühlen.*

*Das durch meist unwillkürliche Trennung<sup>263</sup> aus dem Körper hinausversetzte Ich sieht in der Mehrzahl dieser Berichte diesen wie einen kalten Leichnam unter sich liegen, sich selber aber entweder als leuchtende Wolke oder in einer dem Körper gleichenden feinstofflichen Gestalt über diesem schweben. Die objektive Wahrnehmungsfähigkeit derselben ist nicht vermindert, sondern eher erhöht. Ein ungewöhnliches Glücksgefühl durchströmt den losgelösten Geistleib; er empfindet sich meist als jünger, kräftiger und gesünder gegenüber dem den Berichten nach zuweilen erkrankten Fleischleib. Ebenso wird aus*

---

<sup>260</sup> S. die Berichte von Moody, „Leben nach dem Tod“, Hamburg 1977  
Stefan v. Jankovich „Ich war klinisch tot“, München 1984 u.a.

<sup>261</sup> Emil Mattiesen, „Das persönliche Überleben des Todes“, Berlin 1935

<sup>262</sup> Was hier mit „Ich“ bezeichnet ist, ist die Psyche im feinstofflichen Leib.

<sup>263</sup> Gemeint ist hier die Trennung vom grobstofflichen Körper durch Unfälle, Narkose, klinischen Tod u.a.

*solchen meist bis auf Kleinigkeiten übereinstimmenden Berichten deutlich, dass der Körper nicht nur als ein von der Seele gebildetes und ihr entsprechendes Gefäß, sondern auch als ein Gefängnis erlebt wird, denn von dem Fleischleib getrennt, erlangt der Fluidale erst jetzt die ungehemmte Entfaltung seiner sinnlichen und geistigen Fähigkeiten, und zwar so intensiv, dass meist keine Sehnsucht nach einer Rückkehr in den ersteren besteht. Der fluidale Leib vermag sich im Raum ungehemmt zu bewegen, er vermag zu sehen, zu hören, sich zu orientieren – durch geschlossene Fenster und Türen oder eine Treppe hinabzugehen, auf der Straße zu spazieren unter voller Erinnerungsfähiger Wahrnehmung der dort gesehenen Vorgänge, während der stoffliche Leib in einem todesähnlichen Zustand, d.h. bewusstlos, verharrt. Jedoch vermag anscheinend die herausgetretene Seele keine Veränderungen im Bereich der Dinglichkeit vorzunehmen; sie kann z.B. keine Türklinke drücken und keinen Schalter drehen, weil die Materie ihr keinen Widerstand zu bieten vermag.*

*Doch die vorübergehende Freiheit der Bewegung und der Unabhängigkeit vom Grobstofflichen endet wieder, wenn die Lebensimpulse des irdischen Leibes den fluidalen Leib in diesen zurückziehen. Viele jener Menschen, die eine Ichexkursion erfahren, berichten nämlich, dass trotz aller Trennung der Leiber zwischen beiden ein leuchtendes Band als Verbindung geblieben wäre – ein „astrales“ Band oder Kabel oder Nabelschnur, gewissermaßen ein ätherischer Lichtfaden, wie dies verschiedentlich bezeichnet wird. Solange dieses Band besteht, bleibt eine Rückkehr in den Körper möglich, und erst beim endgültigen Leibestod, wenn dieses Band zwischen Körper und Seele zerreißt, wie dies Hellsichtige oftmals sahen, ist eine Wiederbeseelung des Leibes natürlicherweise ausgeschlossen.*

Die bewusste Trennung vom Fleischkörper kann von manchen besonders veranlagten Menschen oder auf Grund besonders intensiver, beharrlicher Konzentrationsübungen gewonnen werden. Zwar wird in allen Religionen, besonders in der Lehre



des Erwachten, immer wieder darauf hingewiesen, dass diese übernatürliche Fähigkeit nicht das Heil selber ist und dass es viel wichtiger ist, das Heil, die Erwachung zu gewinnen, als sich mit dem vorzeitigen Erwerb solcher Fähigkeiten aufzuhalten. Aber nichtsdestoweniger sind manche Menschen durch besondere Begabung zu ihrer eigenen Überraschung zu dieser übersinnlichen Eigenschaft fähig, ohne dass sie zu einer Zeit, an die sie sich erinnern können, bewusst daraufhin geübt hätten oder in den Religionen darüber gehört oder gelesen hätten.

Zu diesen Personen scheint auch *Sylvan J. Muldoon* zu gehören, von welchem das Buch erschienen ist „Die Aussendung des Astralkörpers“ (Verlag Hermann Bauer, Freiburg/Br., 1964).

Sylvan Muldoon:  
Ein zwölfjähriger Junge steigt klarbewusst  
aus dem Körper aus

*Ich war damals ein Junge von zwölf Jahren, dachte wenig an die ernsteren Probleme des Lebens und kümmerte mich darum noch weniger. Obwohl andere Mitglieder meiner Familie in einem gewissen Grade sich mit okkulten Dingen befasst hatten, wusste ich selbst so gut wie nichts über das höhere Leben. Zwar hatte ich gehört, dass wir nach dem Tode weiterleben, so wie wir jetzt davon hören, aber das war alles, was ich darüber wusste, und selbst darüber hatte ich mir keine Gedanken gemacht...“*

(Nun folgt der Bericht über das Erlebnis)

*Ich schlief gegen halb elf ein, und zwar auf die gleiche natürliche Weise, wie ich es zu tun gewohnt war, und schlief einige Stunden lang. Schließlich wurde ich mir bewusst, dass ich langsam aufwachte, doch schien ich nicht wieder in den Schlaf zu fallen noch weiter zu erwachen. In dieser verwirrenden Erstarrung spürte ich tief innerlich, dass ich mich irgendwo, irgendwie in einem kraftlosen dumpfen und gefühllosen Zustand befand.*

*Ich war jedoch bei Bewusstsein und hatte dabei ein sehr unangenehmes Lebensgefühl. Ich wiederhole: Ich war mir bewusst, dass ich am Leben war, aber wo, das konnte ich nicht verstehen. Mein Gedächtnis sagte es mir nicht. Die dumpfe Bestürzung, die man empfindet, wenn man zum ersten Mal aus der durch ein Betäubungsmittel verursachten tiefen Bewusstlosigkeit erwacht, ist ähnlich. Ich glaubte, aus dem natürlichen Schlaf zu erwachen, auf eine natürliche Weise, aber ich konnte mich nicht bewegen. Ich hatte nur einen beherrschenden Gedanken: Wo war ich? Wo war ich?*

*Langsam – es schien eine Ewigkeit, aber in Wirklichkeit war es nur eine ganz kurze Zeitspanne – wurde ich mir der Tatsache bewusst, dass ich irgendwo lag. Diese wenigen unklaren Gedanken verursachten weitere, und bald schien ich zu wissen, dass ich in einem Bett lag; ich war aber immer noch ganz verwirrt im Hinblick auf den genauen Ort, an dem ich mich befand. Ich versuchte, mich zu bewegen, um festzustellen, wo ich war, musste aber erkennen, dass ich dazu außerstande war, als ob ich an meinem Ruhelager festgeklebt wäre. „Festgeklebt“ – das ist die genaue Empfindung, die ich hatte..*

*Schließlich ließ das Gefühl des Festgeklebtseins nach, wurde aber durch ein anderes, ebenfalls unangenehmes Gefühl ersetzt – durch das des Schwebens. Gleichzeitig begann mein ganzer erstarrter Körper – ich dachte, es sei mein physischer Körper, es war aber mein Astralkörper – mit großer Geschwindigkeit in Schwingung zu geraten, und zwar bewegte er sich auf und ab, und ich fühlte einen starken Druck im Nacken, in der Gegend des verlängerten Marks. Dieser Druck war sehr stark, wiederholte sich in regelmäßigen Abständen und schien meinen ganzen Körper zum Schwingen zu bringen.*

*All dieses erschien mir wie ein seltsamer Alptraum, in völliger Dunkelheit, denn natürlich wusste ich nicht, was vor sich ging. In all diesem Durcheinander von seltsamen Empfindungen – des Schwebens, des Schwankens, des Zerrrens am Kopf – begann ich Geräusche zu hören, die mir ein wenig bekannt und weit entfernt zu sein schienen. Das Gehör begann wieder,*

*Laute wahrzunehmen. Ich versuchte, mich zu bewegen, konnte es aber immer noch nicht, als ob ich unter dem Einfluss einer übermächtigen und leitenden Kraft wäre.*

*Kaum konnte ich wieder hören, als ich auch plötzlich sehen konnte. Und ich war sehr erstaunt! Mit Worten kann ich mein Erstaunen unmöglich wiedergeben. Ich schwebte! Ich schwebte in der Luft, in steifer, waagerechter Lage, ein paar Fuß über dem Bett. Ich begriff jetzt, in welchem Zimmer, an welchem genauen Ort ich mich befand. Die Gegenstände erschienen zuerst nebelhaft, wurden dann aber deutlicher. Ich wusste genau, wo ich war, konnte mir aber das seltsame Verhalten meines Körpers nicht erklären. Langsam schwebte ich aufwärts der Decke entgegen, wobei ich hin und her schwankte, während der ganzen Zeit in waagerechter Lage und unfähig, mich zu rühren.*

Der Autor schreibt hier, dass er mit seinem feinstofflichen Körper in der Luft geschwebt habe, dass er es zu jener Zeit aber noch nicht gewusst habe. Er hatte damals noch geglaubt, dass er mit seinem Fleischleib in der Luft sei. Er hatte es einmal darum geglaubt, weil er nach Rückkehr der Fähigkeit des Hörens und Sehens sich genau seiner Person bewusst war und seinen Leib und seine Glieder fühlte wie sonst auch, und zum anderen darum, weil er mit dem Gesicht nach oben zur Decke gerichtet lag und sich der Zimmerdecke viel näher sah als vom Bett aus.

*Ich glaubte natürlich, dass dies mein physischer Körper sei, wie ich ihn immer gekannt hatte, und dass er auf geheimnisvolle Weise begonnen habe, die Gesetze der Schwerkraft zu überwinden. Der Vorgang war für mich zu unnatürlich, um ihn zu verstehen, aber zu wirklich, um ihn zu leugnen, denn da ich bei Bewusstsein war, da ich sehen konnte, durfte ich nicht daran zweifeln, bei gesundem Verstande zu sein. Unwillkürlich wurde ich etwa sechs Fuß über dem Bett, als ob meine Bewegungen von einer unsichtbaren, die Luft erfüllenden Kraft*

*gelenkt würden, aus der waagerechten in die senkrechte Lage aufgerichtet und auf den Fußboden des Zimmers gestellt. Da stand ich, wie mir schien, etwa zwei Minuten lang, immer noch außerstande, mich aus eigener Kraft zu bewegen, und starrte nach vorn...*

*Dann ließ die lenkende Kraft nach. Ich fühlte mich frei, wobei ich nur noch den Druck im Nacken spürte. Ich machte einen Schritt: Der Druck verstärkte sich jedoch für einen Augenblick und warf meinen Körper im spitzen Winkel nach der Seite. Es gelang mir, mich umzudrehen. – Da war ich doppelt! Ich fing an zu glauben, dass ich geisteskrank sei. Da war ein zweites Ich, das ruhig auf dem Bett lag. Es war für mich schwer, mich zu überzeugen, dass dies Wirklichkeit war, aber mein klares Bewusstsein ließ es nicht zu, dass ich das, was ich sah, bezweifeln konnte.*

Wir sehen, dass erst der Anblick des Fleischleibes diesen zwölfjährigen Jungen, der von diesem Erlebnis überrascht wird, erkennen lässt, dass er sich mit seinem feinstofflichen Körper außerhalb des Fleischleibes befindet. Ehe er den Fleischleib sah, hatte er sich als vollständige Person mit Fleischleib gefühlt: So gering ist der Unterschied, wenn die Psyche samt feinstofflichem Leib aus dem Fleischleib austritt. Wir sehen, dass ihr alles Geistige, wie Fühlen, Wissen, Wollen und Denken, auch das gesamte Gedächtnis innewohnt und dass der übrig bleibende Fleischleib für den feinstofflichen Leib sichtbar, aber völlig bewusstlos und willenlos ist.

*Meine beiden gleichartigen Körper waren durch ein dehnbares Kabel verbunden, dessen eines Ende in der Gegend des verlängerten Marks am Astralkörper befestigt war, während das andere zwischen den Augen des physischen Körpers begann. Dieses Kabel erstreckte sich über eine Entfernung von etwa sechs Fuß zwischen den beiden Körpern. Während der ganzen Zeit fiel es mir schwer, das Gleichgewicht zu bewah-*

*ren; ich schwankte erst nach der einen, dann nach der anderen Seite.*

*Da ich die wahre Natur meines Zustands nicht verstand, war mein erster Gedanke, als ich dieses Schauspiel sah, dass ich während des Schlafes gestorben sei. Ich wusste damals noch nicht, dass der Tod nur dann eintritt, wenn das dehnbare Kabel abgetrennt wird. Ich machte mich auf den Weg zu dem Raum, in dem meine Angehörigen schliefen, wobei ich gegen den magnetischen Zug des Kabels ankämpfen musste. Ich hoffte, ich könne sie wecken, um ihnen zu sagen, in welcher schwierigen Lage ich mich befand. Ich versuchte, die Tür zu öffnen, bemerkte aber, dass ich durch sie hindurch ging. Das war ein weiteres Wunder für meinen bereits verwunderten Geist!*

Wir sehen also, dass er nach Überwindung der ersten Verwunderung bei dem unwillkürlichen Verlassen des Fleischleibes in normaler Weise sehen und hören konnte, er sah sich in der Luft liegen und sah sich dann aus der waagerechten in die senkrechte Lage versetzt und sah dann auf dem Bett den Fleischleib liegen. Er empfand sich nach wie vor als jenen zwölfjährigen Jungen, der um seine Vergangenheit und Gegenwart wusste und der auch in normaler Weise über die neuen Erscheinungen nachdachte. Er kam zu dem für ihn verständlichen Schluss, dass er wohl gestorben sein müsse, weil ja der Fleischleib wie tot auf dem Bett lag. Die einzige Sorge dieses Kindes war nun darauf gerichtet, zur Mutter zu kommen, um dort Rat zu holen. Auf dem Weg macht der Junge in seinem feinstofflichen Körper die neue überraschende Erfahrung, dass geschlossene Türen und Wände für ihn keine Hindernisse sind.

*Ich ging von einem Zimmer in das andere und versuchte verzweifelt, die schlafenden Hausbewohner zu wecken. Ich packte sie, rief sie, versuchte sie zu schütteln, aber meine Hände gingen durch sie hindurch, als ob sie gasförmig wären. Ich be-*

*gann zu rufen, aber sie bemerkten meine Gegenwart nicht. Alle meine Sinne schienen normal, außer dem Tastsinn. Ich konnte die Dinge nicht „berühren“ wie bisher. Ein Kraftwagen fuhr am Haus vorbei; ich konnte ihn genau sehen und hören. Nach einer Weile schlug die Uhr zwei, und als ich hinblickte, sah ich, dass sie diese Stunde anzeigte.*

Wir können an der ganzen Darstellungsweise des Autoren beobachten, dass er bei jenem Erlebnis, das er als Junge gehabt hatte, nüchtern und klar die Dinge sah und sie im Geist wohl zu ordnen und zu unterscheiden wusste. Wir können auch sehen, dass er sich als Psyche, als Leber im feinstofflichen Körper fast ebenso fühlte wie im Fleischleib. Wäre er nicht im Anfang in jener dumpfen Weise erwacht, ohne in den ersten Augenblicken zu wissen, wo er war und wer er war, und hätte er nicht hernach seinen Fleischleib auf dem Bett liegen sehen, dann würde ihm sein Ausgestiegensein aus dem Fleischleib gar nicht aufgefallen sein und keinerlei Sorge bereitet haben, da es fast keinen Unterschied ausmachte zu seiner normalen Beschaffenheit im Fleischleib. Er kann sehen und hören und überhaupt normal sinnlich wahrnehmen, nur eben kann er nicht tasten, weil er in dieser groben Feinstofflichkeit den erlebten groben Stoffen keinen Widerstand bietet und durch sie hindurch greift. Hinzu kommt, dass seine Stimme von den normalen Menschen nicht gehört werden kann, obwohl er selber sich rufen hört. Ebenso kann sein feinstofflicher Körper, den er mit seinen feinstofflichen Augen sieht, von den Menschen im Fleischleib nicht gesehen werden.

*Ich begann das Haus zu durchwandern, voller Angst, der Morgen könne anbrechen und die Schläfer könnten aufwachen und mich sehen. Soweit ich mich erinnere, hatte ich die verschiedenen Zimmer etwa fünfzehn Minuten lang durchstreift, als ich ein deutliches Anwachsen des Kabelwiderstandes bemerkte. Es zog mich immer stärker. Unter seinem Einfluss begann ich wieder hin und her zu schwanken und erkannte*

*plötzlich, dass ich zu meinem physischen Körper zurückgezogen wurde. Wieder fand ich mich außerstande, mich zu bewegen. Wieder war ich in der Gewalt einer unsichtbaren, ungeheuren, lenkenden Kraft. Ich war erstarrt und nahm wieder die waagerechte Lage unmittelbar über meinem Bett ein.*

*Es war die Umkehrung des Vorgangs, den ich erlebt hatte, als ich vom Bett aufschwebte. Langsam senkte sich der Astralkörper, wobei er wieder zu schwanken begann, dann fiel er plötzlich hinunter und vereinigte sich wieder mit dem physischen Gegenstück. Im Augenblick der Vereinigung zuckte jeder Muskel des physischen Körpers, und ein durchdringender Schmerz, als ob ich von Kopf bis Fuß gespalten würde, durchdrang mich. Ich war physisch wieder am Leben, voll scheuer Verwunderung, ebenso erstaunt wie furchtsam, und während des ganzen Geschehens hatte ich das Bewusstsein behalten.*

*Seit dem eben erzählten Vorfall habe ich Hunderte von bewussten Astralwanderungen erlebt, mit zahlreichen Abweichungen von den berichteten Empfindungen, aber mit demselben Ablauf der körperlichen Bewegung wie bei dem beschriebenen Beispiel. Obwohl durch Wiederholung immer größere Vervollkommnung erlangt wird, war dies wahrscheinlich eine der seltsamsten erstmaligen Astralwanderungen, von denen jemals berichtet worden ist, soweit sie bei Bewusstsein erlebt worden sind; sie übertrafen an Klarheit des Bewusstseins viele der besten Astralwanderungen erfahrener Medien.*

#### Zweites Experiment Pāyāsis:

Der Leber ist nicht im toten Körper zu finden  
wie der Ton nicht in der toten Muschel

*Gibt es, Kriegerfürst, noch einen Grund für dich anzunehmen: „Es gibt kein Jenseits; es gibt keine über- und untermenschlichen Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern*

erzeugten Körper erscheinen; es gibt keine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens“? –

Es gibt, Kumārakassapo, noch einen Grund für mich anzunehmen: „Es gibt kein Jenseits; es gibt keine über- und untermenschlichen Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen; es gibt keine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens.“ –

Und welcher Grund wäre das, Kriegerfürst? –

Da haben, Kumārakassapo, meine Leute einen Räuber, einen Verbrecher ergriffen und mir vorgeführt: „Hier, Herr, ist ein Räuber, ein Verbrecher. Welche Strafe du wünschst, diese Strafe gebiete.“ Und ich habe gesagt: „So tötet denn diesen Mann, ohne ihm Ober- und Unterhaut, Fleisch und Sehnen, Knochen und Knochenmark zu verletzen.“ So geschah es. Als er gestorben war, sprach ich zu ihnen: „So lasst nun diesen Menschen auf den Rücken fallen, vielleicht dass wir dabei den austretenden Leber sehen können.“ Sie ließen dann diesen Menschen auf den Rücken fallen, aber wir haben bei ihm keinen Leber aussteigen sehen. Dann hab ich gesagt: „Lasst nun diesen Menschen vornüber fallen – auf die eine Seite fallen – auf die andere Seite fallen – stellt ihn aufrecht – stellt ihn auf den Kopf – knetet ihn mit Händen – bewerft ihn mit harten Erdklumpen – streicht ihn mit Stöcken – streift ihn mit Schwertern – schüttelt und rüttelt ihn, schüttelt ihn durch, vielleicht dass wir dabei den aussteigenden Leber sehen können.“ Sie haben das alles getan, aber wir haben bei ihm keinen Leber aussteigen sehen. Das Auge war noch da und die Formen, aber



der Trieb *-āyatana* <sup>264</sup> (danach) – war nicht wahrzunehmen. Das Ohr und die Töne, die Nase und die Düfte, die Zunge und die Säfte, der Körper und die Tastobjekte waren noch da, aber der Trieb war nicht wahrzunehmen. Auch das ist, Kumārakassapo, ein Grund anzunehmen: „Es gibt kein Jenseits; es gibt keine über- und untermenschlichen Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen; es gibt keine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens.“ –

So will ich denn wieder, Kriegerfürst, ein Gleichnis dir geben. Durch Gleichnisse wird da manchem verständigen Mann der Sinn einer Rede klar. Es war einmal, Kriegerfürst, irgendein Muschelbläser, der nahm seine Muschel und zog in ein fremdes Land. So kam er denn nach einem Dorf hin, stellte sich in der Mitte des Dorfes auf, ließ seine Muschel dreimal tönen, legte sie dann zu Boden und setzte sich nebenbei nieder. Da nun kam diesen Leuten des fremden Landes der Gedanke: „Woher kommt nur dieser Klang, so entzückend, so berauschend und berückend, so fesselnd und so befreiend?“ So redend versammelten sie sich und wandten sich dann an jenen Muschelbläser: „Ach, wo kam nur der Klang her, der so entzückend war, so berauschend und berückend, so fesselnd und so befreiend?“ –

---

<sup>264</sup> Dem Begriff *āyatana* liegt die Wurzel *yam* zugrunde, die bedeutet „sich ausstrecken, ein Ziel haben, darauf aus sein“, genau so wie das Wort „Tendenz“ – abgeleitet von lat. *tendere* – „spannen“, „sich hinstrecken auf etwas“, „hinzielen“, „hinspannen“ bedeutet. Die Triebe, Tendenzen strecken sich aus, drängen nach Berührung. Es gibt einen Ausgangs- und einen Zielpunkt der Triebe: Der Ausgangspunkt ist die zu sich gezählte Spannung (*ajjhattika salāyatana*). Der Zielpunkt ist das als außen Wahrgenommene, die Vorstellung, die Einbildung (*bahiddha āyatana*).

*„Das ist, ihr Lieben, eine Muschel, wie man sagt. Die hat diesen Klang, der so entzückend ist, so beraus-  
schend und berückend, so fesselnd und so befreiend.“  
Da haben sie die Muschel auf den Rücken gelegt: „O  
singe, liebe Muschel, o singe, liebe Muschel!“, aber jene  
Muschel hat keinen Laut von sich gegeben. Dann lie-  
ßen sie jene Muschel vornüberfallen – auf die eine Seite  
fallen – auf die andere Seite fallen – stellten sie auf-  
recht – stellten sie auf den Kopf – beklopfen sie mit der  
Hand – bewarfen sie mit harten Erdklumpen – stri-  
chen sie mit Stöcken – streiften sie mit Schwertern –  
schüttelten und rüttelten sie, schüttelten sie durch:  
„Singe doch, Muschel! Singe doch, Muschel!“ Aber jene  
Muschel gab keinen Laut von sich. Da nun, Krieger-  
fürst, kam diesem Muschelbläser der Gedanke: „Wie  
töricht sind doch die Menschen in diesem fremden  
Land. Wie können sie nur auf so vordergründig-  
äußerliche Weise den Ton der Muschel suchen!“ Unter  
ihren Augen hat er dann die Muschel ergriffen, sie  
dreimal tönen lassen und ist dann mit ihr fortgegan-  
gen. Da haben denn, Kriegerfürst, die Leute dort in  
dem fremden Land sich gesagt: „Jetzt wissen wir’s:  
Wenn diese Muschel, wie man sagt, mit einem Men-  
schen verbunden ist, der Kraft aufwendet und in sie  
hineinbläst, dann kann sie erklingen. Wenn aber diese  
Muschel nicht mehr mit einem Mann verbunden ist,  
der Kraft aufwendet und in sie hineinbläst, dann kann  
sie nicht erklingen.“*

*Ebenso nun auch, Kriegerfürst, kann dieser Körper,  
wenn er mit Lebenskraft verbunden, mit Wärme ver-  
bunden, mit programmierter Wohlerfahrungssuche  
verbunden ist, vorwärts und rückwärts gehen, stehen,  
sitzen und liegen, kann mit dem Auge (mit dem inne-  
wohnenden Luger) Formen sehen, mit dem Ohr (mit*

*dem innewohnenden Lauscher) Töne hören, mit der Nase (mit dem innewohnenden Riecher) Düfte riechen, mit der Zunge (mit dem innewohnenden Schmecker) Säfte schmecken, mit dem Körper (mit dem innewohnenden Taster) Tastobjekte tasten, mit dem Geist (mit dem innewohnenden Denker) Gedanken denken. Sobald aber, Kriegerfürst, dieser Körper nicht mehr mit Lebenskraft verbunden, mit Wärme verbunden, mit programmierter Wohlerfahrungssuche verbunden ist, dann kann er nicht mehr vorwärts und rückwärts gehen, stehen, sitzen und liegen, kann nicht mit dem Auge Formen sehen, mit dem Ohr Töne hören, mit der Nase Düfte riechen, mit der Zunge Säfte schmecken, mit dem Körper Tastobjekte tasten, mit dem Geist Gedanken denken. Auch das sollte für dich ein Grund sein anzunehmen: „Es gibt ein Jenseits; es gibt über- und untermenschliche Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen; es gibt eine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens.“*

*Wenn auch der verehrte Kumārakassapo solches sagt, so denke ich auch jetzt noch: „Es gibt kein Jenseits; es gibt keine über- und untermenschlichen Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen; es gibt keine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens.“*

So unsinnig wie die Bewohner des fremden Landes, die keine Muschel kennen, nach dem Klang der Muschel suchen, indem sie diese hin und her bewegen und fallen lassen, so unsinnig ist es, im toten Fleischkörper nach dem Leber, den Trieben mit ihren sinnestranszendenten Erscheinungen wie Fühlen, Wahrnehmen und Denken zu suchen, indem der tote Fleischkörper

hin und her bewegt wird. Die Psyche, der Leber, hat den toten Körper verlassen. Die Muschel ohne einen Bläser ist totes Werkzeug. Sie muss geblasen werden von jemandem, der den Wunsch hat, ihr einen Ton zu entlocken, und seine Kraft und seinen Atem richtig einsetzt, um sie zum Tönen zu bringen.

Pāyāsi selber sagt von dem Toten: *Das Auge und die Formen waren noch da, aber der Trieb (āyatana) war nicht wahrzunehmen.* Daraus ist zu schließen, dass Pāyāsi wohl um die Tatsache der Triebe wusste. Der Erwachte sagt (A III,62):

*Sechs auf Berührung gespannte Süchte (phass-āyatana) gibt es:*

1. *Die Sucht des Lugers (der Trieb im Auge zum Sehen) nach Berührung durch Formen, die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen, dem Begehren entsprechenden, reizenden.*

2. *Die Sucht des Lauschers (der Trieb im Ohr zum Hören) nach Berührung durch Töne, die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen, dem Begehren entsprechenden, reizenden.*

3. *Die Sucht des Riechers (der Trieb in der Nase zum Riechen) nach Berührung durch Düfte, die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen, dem Begehren entsprechenden, reizenden.*

4. *Die Sucht des Schmeckers (der Trieb zum Schmecken in der Zunge) nach Berührung durch Säfte, die ersehnten, geliebten, entzückenden, angenehmen, dem Begehren entsprechenden, reizenden.*

5. *Die Sucht des Tasters (der Trieb zum Tasten im ganzen Körper) nach Berührung durch Tastbares, das ersehnte, geliebte, entzückende, angenehme, dem Begehren entsprechende, reizende.*

6. *Die Sucht des Denkers (der Trieb zum Denken im Gehirn) nach Berührung durch Gedanken, die ersehnten, geliebten,*

*entzückenden, angenehmen, dem Begehren entsprechenden, reizenden.*

Aber Pāyāsi suchte die Triebe bei der Materie, wie auch heutzutage die Materie das Grundforschungsobjekt der Naturwissenschaft ist. Auf diesem Weg ist aber nur der Körper mit seinen Organen und den Zellen erkennbar, nicht jedoch die unmittelbaren geistigen Lebenserscheinungen, wie Fühlen, Gestimmtsein (Emotionen) und der daraus aufsteigende innere Willensdrang, der auf dieses oder jenes gerichtet ist (Motivationen) und das durch diesen Willensdrang veranlasste Aufsteigen geistiger Vorstellungen und Bilder und Erwägungen über die Wege, wie man an das Angenehme kommen, von dem Unangenehmen fortkommen könne.

Diese Fragen betreffen das menschliche Grundproblem, das *Bernard Bavink* in seinem Buch „Ergebnisse und Probleme der Naturwissenschaft“ (Leipzig 1944) „das psychophysische Problem“ nennt, von dem er sagt:

*Die völlige Unvergleichbarkeit des Seelischen mit dem Materiellen stand jedem Versuch im Weg, entweder das eine auf das andere zurückzuführen oder beide auf ein drittes; während andererseits der Zusammenhang beider offenkundig ist.*

Und er fragt:

*Was in aller Welt haben die im Gehirn stattfindenden physiologischen Vorgänge, mögen sie nun elektrochemische oder was sonst immer sein, mit der Empfindung zu tun, die der betreffende Besitzer dieses Systems dann hat, von seinen Willensimpulsen ganz zu schweigen?*

Diese psycho-physischen Zusammenhänge sind der sinnlichen Wahrnehmung nicht zugänglich, sondern können unmittelbar nur bei der eigenen Psyche, nicht aber bei anderen beobachtet werden.

Viele der umsichtigen und verantwortungsbewussten Forscher der heutigen Zeit sind sich dieser Tatsache auch be-

wusst, aber die seit Jahrzehnten gepflogene Einseitigkeit der Erforschung des Lebens hat dennoch bewirkt, dass das Nicht-untersuchte, eben die Psyche, auch als – fast – nicht vorhanden bzw. als Ausfluss der Materie aufgefasst wird und als solches ins allgemeine Bewusstsein übergegangen ist.

Wir kennen tausende nach außen tretende seelische Erscheinungen und kennen tausende körperliche Funktionen, aber wir wissen nicht, was im Grund der Mensch ist, was Leben ist und wie das Wollen, Fühlen und Denken entsteht und zusammenwirkt.

Alle gründlichen Kenner der Psyche, an ihrer Spitze die Heilslehrer oder Religionsstifter, erkennen das Geistig-Seelische nicht nur als die Grundlage des Lebens, sondern als das Leben selber, für das die willenlos handhabbaren Körper – das einzige Forschungsobjekt des Biologen – nur ein auswechselbares Werkzeug zu bestimmten Zwecken sind. Auf diesem Hintergrund spricht auch Kumārakassapo, der den Kriegerfürsten belehrt, dass man mit sinnlich wahrnehmbaren Mitteln nicht die Seele, den Leber entdecken könne. Denn das, was den versagenden Körper verlässt, ist mit den Sinnen des Menschen in keiner Weise erkennbar. Nur reinere Menschen könnten die unsichtbaren lebendigen Wesen aus dem toten Körper aussteigen sehen.

### Drittes Experiment Pāyāsis:

Der Körper, mit den Trieben und den Erscheinungsmerkmalen der Triebe verbunden, ist leichter als der tote Werkzeugkörper

*Gibt es, Kriegerfürst, noch einen Grund für dich anzunehmen: „Es gibt kein Jenseits; es gibt keine über- und untermenschlichen Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen; es gibt keine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens“? –*

*Es gibt, Kumārakassapo, noch einen Grund für mich anzunehmen: „Es gibt kein Jenseits; es gibt keine*

*über- und untermenschlichen Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen; es gibt keine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens.“ –*

*Und welcher Grund wäre das, Kriegerfürst? –*

*Da haben, Kumārakassapo, meine Leute einen Räuber, einen Verbrecher ergriffen und mir vorgeführt: „Hier, Herr, ist ein Räuber, ein Verbrecher. Welche Strafe du wünschst, diese Strafe gebiete.“ Und ich habe gesagt: „Ihr sollt den Mann noch lebendig auf einer Waage wiegen, hierauf mit einem Strick erdrosseln und ihn dann noch einmal genau wiegen.“ So geschah es. Solange er lebte, war er leichter, geschmeidiger, biegsamer gewesen. Aber als er tot war, war er schwerer, starrer und steifer geworden. Auch das ist, Kumārakassapo, ein Grund anzunehmen: „Es gibt kein Jenseits; es gibt keine über- und untermenschlichen Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen; es gibt keine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens.“ –*

*Gestatte, Kriegerfürst, dass ich dir wieder ein Gleichnis gebe. Auch durch ein Gleichnis wird ja dem verständigen Mann der Sinn einer Rede klar. Gleichwie etwa, Kriegerfürst, wenn ein Mann eine tagsüber im Feuer glühende Eisenkugel, eine sprühende, flammende, flackernde, auf einer Waage wäge und sie dann später, erkaltet, erloschen, wiederum auf die Waage brächte, wann wäre wohl die Eisenkugel leichter, geschmeidiger, biegsamer: Solange sie sprühend, flammend und flackernd ist oder als sie erkaltet und erloschen war? –*

*Wenn da, Kumārakassapo, die Eisenkugel mit Hitze verbunden, mit Luft verbunden, sprühend, flammend*

*und flackernd ist, dann ist sie leichter, geschmeidiger, biegsamer; wenn aber die Eisenkugel nicht mehr mit Hitze und Luft verbunden, erkaltet, erloschen ist, dann ist sie schwerer geworden, starrer und steifer. –*

*Ebenso nun auch, Kriegerfürst, ist dieser Körper, wenn er mit Lebenskraft verbunden, mit Wärme verbunden, mit der programmierten Wohlerfahrungs-suche verbunden ist, dabei leichter, geschmeidiger, biegsamer; wenn aber dieser Körper nicht mehr mit Lebenskraft, Wärme und programmierter Wohlerfahrungs-suche verbunden ist, dann ist er schwerer geworden, starrer und steifer. Auch das sollte für dich ein Grund sein anzunehmen: „Es gibt ein Jenseits; es gibt über- und untermenschliche Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen; es gibt eine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens.“ –*

*Wenn auch der verehrte Kumārakassapo solches sagt, so denke ich auch jetzt noch: „Es gibt kein Jenseits; es gibt keine über- und untermenschlichen Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen; es gibt keine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens.“ –*

Das Belebende ist etwas Erhebendes. Das geht so weit, dass Menschen, die überwiegend im Geistigen leben, sich mit dem Fleischleib in die Luft erheben oder auf dem Wasser gehen können. Je weniger ein Mensch an der Materie hängt, je mehr ein Mensch den geistigen Zusammenhängen nachgeht, um so mehr gewinnt er Geistesmacht. Man kann sagen: Jeder Mensch wird um so leichter, schwebender, je geistiger er ist. Und wenn das Geistig-Seelische verschwunden ist, dann ist der Leib nur tote, unbewegte Materie, hart, schwer und steif.



Joseph Görres berichtet in seinem Buch „Die christliche Mystik“ Band 2 (S.520-522, 523-524), Graz 1960, von den Körpern christlicher Mystiker, die von der „Ekstase ihrer begeistigten Seele“ in beliebiger Höhe schwebend gehalten wurden:

*Als der Ordensprovinzial, Anton von Vilacra, ein geistreicher, erfahrener, in Tugend vortrefflicher Mann, nach dem Kloster Marias von Agreda sich verfügt, um ihre Sache zu untersuchen, fand er sie, wenn die Verzückung über sie gekommen, einer Toten gleich, unbeweglich, und weil der Sinne nicht mächtig, unempfindlich, dabei schwebend, in etwas über die Erde erhoben: so jedoch, dass ihr Körper den Boden bedeckte, dabei aber der Schwere so entbunden, als ob er ihr nie gehorcht. Blies man sie in diesem Zustande, wenn auch aus der Ferne, an, dann konnte man sie wie eine Feder oder ein Baumblatt leicht bewegen. Ihr Angesicht erschien dabei merklich schöner, und ihre natürliche Farbe, sonst dunkel und gebräunt, wurde klarer und heller. Alles drängte sich hinzu, um sich diese wundersame Erscheinung anzuschauen. Die Leute hatten, um die Verzückte besser zu sehen, Bretter aus dem Chor ausgebrochen, und so wurde, sehr wider den Willen der Ekstatischen, ganz Burgos Zeuge jenes Vorgangs.*

*Gerade so war es um Dominicus von Jesu Maria beschaffen, als er vor Philipp II. in Madrid in die Ekstase kam und der König den Schwebenden durch Anblasen leicht bewegte.*

*Ich kenne, sagt Cäsarius von Heisterbach, einen Priester unseres Ordens, der, so oft er mit Andacht die Messe liest, durch den ganzen Canon bis zum Genuss des Sakraments, sich in der Luft, etwa einen Fuß hoch, stehend fühlt. Liest er aber schnell und ohne Andacht oder wird er durch das Geräusch der Umstehenden gestört, dann wird ihm die Gnade genommen.*

*Als der h.Dominicus auf seinen Reisen in die Abtei Castres kam, wurde er vom Abt zum Essen geladen und ging nun, da*

die Zeit zum Niedersitzen nahte, nach seiner Gewohnheit in die Kirche zum Gebet. Da man zu Tische gehen wollte, war der Heilige nicht zur Stelle; man suchte ihn da und dort ohne Erfolg. Endlich kam einer der Geistlichen bei seinem Suchen zufällig in die Kirche und sah ihn zwischen Himmel und Erde erhoben schweben. Bestürzt stand er, mit Verwunderung harrend, welchen Ausgang die Sache nehmen werde, und nachdem er eine Zeitlang geharrt, sah er den Heiligen langsam niederkommen und wieder bei sich, den äußeren Sinnen sich anbequemen.

Der h. Peter von Alcantara, wenn er, schon in früher Jugend in seinem achtzehnten Jahr nach Ablegung seines Zwergsackes auf der Landstraße niederkniete, weil er den Menschen sich fern glaubte, Gott sein Herz öffnete und der Betrachtung himmlischer Dinge sich ergab, wurde alsdann schnell verzückt und erhoben. Wenn nun Reisende des Weges kamen, blieben sie voll Erstaunen stehen, wenn sie den armen Bruder mehrere Fuß über der Erde schwebend erblickten, und warteten, bis er wieder zu sich gekommen, um seinen Segen zu erlangen. Er aber, so wie er die Harrenden gewahrte, nahm eilig den Sack wieder auf den Rücken, und verwirrt und zornig über sich selbst, dass die Welt ihn so gesehen, nahm er sogleich die Flucht.

Im Chor war er gewöhnlich Gott so verbunden, dass sein Körper sich fünfzehn Ellen hoch bis zu den Gewölben erhob. Die Erschauung des Sternenhimmels brachte ihn oft zu den tiefsten Betrachtungen, so auch der Pflanzen und Kräuter. Wenn, wie es mitunter geschah, Tau und Regen auf seinem nackten Haupt beim nächtlichen Gebet gefroren, ohne dass er es gewahr wurde, dann sahen ihn die Brüder in diesem Zustand oft zwölf Ellen hoch schwebend, in Gott verschlungen. Der Erwachte nennt diese Fähigkeit *iddhi*, Geistesmacht (M 77):

Weiter sodann habe ich den Heilsgängern die Verhaltensweisen gewiesen, durch welche sie auf mannigfaltige Weise

*Machtentfaltung erfahren können: als nur einer etwa vielfach zu werden und vielfach geworden, wieder einer zu sein oder sichtbar und unsichtbar zu werden, auch durch Mauern, Wälle, Felsen hindurchzuschweben wie durch die Luft oder auf der Erde auf- und unterzutauchen wie im Wasser, auch auf dem Wasser zu wandeln, ohne unterzusinken wie auf der Erde, oder auch durch die Luft sitzend dahinzufahren wie der Vogel mit seinen Fittichen.*

Der zu dieser Geistesmacht Fähige ist dem Physischen nicht mehr unterworfen. Für uns gilt, weil wir grobsinnlich bedürftig sind, grobsinnlich verwurzelt und verflochten sind, das Gesetz dieses Leibes: Entstehen-Vergehen, Tod, Sterben und Gewicht. Wir können nicht in der Luft schweben. Aber bei wem keine Erwartungshaltung „der Welt gegenüber“ mehr besteht, der kann die durch diese geistige Erwartungshaltung eingebildete Festigkeit des Körpers aufheben, kann darum das Erleben hervorbringen, sitzend durch die Luft zu gleiten, auch mit dem von Gier- und Hass-Frequenzen befreiten Körper durch die Luft zu fliegen, auf dem Wasser zu gehen und durch Mauern und Wälle hindurchzudringen.

So kann man die Psyche, den Leber im feinstofflichen Körper als den Kern des Menschen bezeichnen und den Fleischleib als die Schale. Aber mit der Bezeichnung „Kern“ soll und kann nicht gesagt sein, dass die Psyche im feinstofflichen Körper etwa „ewig“ und unveränderlich sei, sondern nur eben, dass sie das eigentliche Wesen des Menschen in seinem Fühlen und Wissen und Wollen und Denken ausmacht, während der Fleischleib eben nur ein grobes bewusstloses und willenloses Werkzeug für entsprechend grobe Verrichtungen, der feinstoffliche Leib (*dibba kāya*) für feinere Verrichtungen ist.

Viertes Experiment Pāyāsis:  
Auch durch Sezieren des lebenden Körpers  
ist der Leber nicht zu finden.

Das vierte Experiment mag an die grausigen Foltermethoden in den Konzentrationslagern erinnern:

*Gibt es, Kriegerfürst, noch einen Grund für dich anzunehmen: „Es gibt kein Jenseits; es gibt keine über- und untermenschlichen Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen; es gibt keine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens“? –*

*Es gibt, Kumāarakassapo, noch einen Grund für mich anzunehmen: „Es gibt kein Jenseits; es gibt keine über- und untermenschlichen Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen; es gibt keine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens.“ –*

*Und welcher Grund wäre das, Kriegerfürst? –*

*Da haben, Kumāarakassapo, meine Leute einen Räuber, einen Verbrecher ergriffen und mir vorgeführt: „Hier, Herr, ist ein Räuber, ein Verbrecher. Welche Strafe du wünschst, diese Strafe gebiete.“ Und ich habe gesagt: „Ihr sollt diesem Mann die Ober- und die Unterhaut abschälen, vielleicht finden wir da seinen Leber.“ Da haben sie dem Mann die Haut abgeschält. Aber wir haben keinen Leber wahrgenommen. Dann hab ich gesagt: „Nun schneidet dem Mann das Fleisch herunter, sezirt die Muskeln, die Knochen, präpariert ihm das Knochenmark heraus, vielleicht können wir da seinen Leber wahrnehmen.“ Das haben sie getan, aber wir haben keinen Leber wahrgenommen. Auch das ist, Kumāarakassapo, ein Grund anzunehmen:*

*„Es gibt kein Jenseits; es gibt keine über- und untermenschlichen Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen; es gibt keine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens.“ –*

*So will ich denn wieder, Kriegerfürst, ein Gleichnis dir geben. Durch Gleichnisse wird da manchem verständigen Mann der Sinn einer Rede klar. Es war einmal, Kriegerfürst, ein Feuerpriester, der lebte im Wald zurückgezogen, in einer Laubhütte als Einsiedler. Da war denn, Kriegerfürst, aus irgendeinem Land ein Karawanenzug aufgebrochen. Nun hatten diese Reisenden bei der Einsiedelei des Feuerpriesters über eine Nacht verweilt und waren dann weitergefahren. Als bald aber hat der Feuerpriester bei sich erwogen: „Wie wenn ich mich nach jenem Lagerplatz hinbegäbe, vielleicht dass ich dort etwas Brauchbares fände.“ So begab sich denn der Feuerpriester, schon zeitig aufgestanden, zu dem Lagerplatz. Dort angelangt, sah er an der Stätte des Lagers einen zarten Knaben, einen Säugling, verlassen daliegen. Als er ihn gesehen, ward ihm also zumute: „Es geht nicht, dass vor meinen Augen ein menschliches Wesen dahinstirbt; wie wenn ich nun diesen Knaben zur Einsiedelei mitnähme und ihn pflegen, ernähren, aufziehen würde?“ So hat denn der Feuerpriester das Kind zur Einsiedelei mitgenommen und hat es gepflegt, ernährt, aufgezogen. Als nun das Kind etwa zehn oder zwölf Jahre alt geworden war, hatte der Feuerpriester irgendeine Angelegenheit über Land zu besorgen. Da hat denn der Feuerpriester dem Knaben gesagt: „Ich wünsche, mein Lieber, über Land zu gehen, du sollst, mein Lieber, das Feuer bedienen, damit das Feuer nicht ausgeht. Wenn dir aber doch das Feuer ausgehen sollte, hier ist das Beil, hier sind*

*die Scheite, hier ist das Reibzeug, so kannst du Feuer hervorbringen, um dem Feuer zu dienen.“*

*Nachdem der Feuerpriester den Knaben so ermahnt hatte, begab er sich über Land. Während der Junge mit Spielen sich vergnügte, ging das Feuer aus. Da hat nun dieser Knabe sich gesagt: „Der Vater hat mir befohlen: ‚Du sollst, mein Lieber, das Feuer bedienen, damit das Feuer nicht ausgehe; wenn dir aber doch das Feuer ausgehen sollte: Hier ist das Beil, hier sind die Scheite, hier ist das Reibzeug. So kannst du Feuer hervorbringen, um dem Feuer zu dienen.‘ Wie wenn ich nun Feuer hervorbrächte, um dem Feuer zu dienen!“ Da hieb der Junge mit dem Beil auf das Reibzeug ein: „Vielleicht kann ich so das Feuer finden“; er hat aber kein Feuer gefunden. Da spaltete er es mit dem Beil in zwei, drei, vier, fünf, zehn, 100 Stücke. Die Splitter und Späne hat er dann in einem Mörser zerstampft und hat das Zerstampfte in den Sturmwind geworfen: „Vielleicht dass ich so das Feuer finden kann“; er hat aber kein Feuer gefunden.*

*Nachdem nun jener Feuerpriester die Angelegenheit über Land erledigt hatte, kehrte er nach seiner Einsiedelei zurück. Heimgekehrt fragte er den Knaben: „Ist nicht, mein Kind, das Feuer ausgegangen?“ – „Als ich da, Väterchen, mit Spielen mich vergnügte, ging das Feuer aus. Da hab ich das und das gemacht.“ Da hat nun der Feuerpriester dort sich gedacht: „Wie töricht und unvernünftig ist doch dieser Knabe. Wie konnte er nur auf so äußerlich-vordergründige Weise das Feuer suchen!“ Und vor seinen Augen nahm er ein Reibzeug, brachte Feuer hervor und sprach nun zum Knaben: „So, mein Kind, muss Feuer hervorgebracht werden und nicht, wie du töricht und unvernünftig auf so äußerlich-vordergründige Weise das Feuer gesucht hast.“*

– *Ebenso nun auch, Kriegerfürst, glaubst du töricht und unvernünftig, auf so äußerlich-vordergründige Weise das Jenseits erforschen zu können. Lasse fahren, Kriegerfürst, diese verderbliche Ansicht, lasse fahren, Kriegerfürst, diese verderbliche Ansicht, damit dir dadurch nicht lange Zeit Unheil und Leiden erwachse.* –

Kumārakassapo sagt hier: So töricht wie der zehnjährige Junge nach dem Feuer sucht, indem er das Reibholz zerkleinert, in kleinste Stücke zerlegt, zu Pulver macht, so töricht sei Pāyāsi, wenn er den Leber durch gründliches Sezieren des lebenden Körpers zu finden glaubt. Dieses vordergründige Beobachten Pāyāsis am falschen Objekt erinnert an den Ausspruch von Prof. Rudolf Virchow (1821-1902): *Ich habe Tausende von Leichen sezirt, aber keine Seele darin gefunden.*

Kumārakassapo ermahnt Pāyāsi nun dringend: *Gib diese falsche Anschauung auf, damit dir durch sie nicht lange Zeit Unheil und Leiden erwachse.* Warum erwächst Pāyāsi durch diese falsche Anschauung Unheil und Leiden?

Wegen der Unsichtbarkeit der den Fleischleib bewohnenden „Person“ (Wollenskörper mit allen seelischen Erscheinungen und feinstofflicher Leib) sieht Pāyāsi nur den Werdegang der bewegten materiellen Schale des Menschen, sieht aber nicht die unsichtbare geistige Energie. Und durch diese einseitige, vordergründige Betrachtung kommt er zu der wahnhaften Ansicht, dass die Geburt der Anfang und der Tod das Ende der Person sei. Der Erwachte zeigt, dass der sogenannte „Tod“ des Menschen lediglich der Zusammenbruch der Schale, des Fleischleibs, ist, während sein vollständiger Kern, die Psyche, der Leber, völlig unberührt von dem Zusammenbruch des Leibes ebenso weiterlebt wie ein Mensch, nachdem er sein Fahrzeug verlassen hat. Die Psyche steigt als vollständige Person im Tod aus und bei der Empfängnis in den Mutterleib ein, so dass von Zeugung oder Sterben eines Menschen nicht

die Rede sein kann, nur von Sterben und Zeugung eines Körpers.

Wir wohnen nicht im Körper, wir wohnen in der Psyche. Die Psyche aber übersteht den Tod des Körpers. Es gibt ein Weiterleben – das zu wissen, ist wichtig für jeden. Weiterleben bedeutet zugleich auch: Meine Taten folgen mir nach. Was ich heute denke, rede und handle, bestimmt meine Bahn für die Zeit danach. Wir kennen das Wort von *Jesus*: *Was hülfte es dem Menschen, wenn er die ganze Welt gewönne und nähme doch Schaden an seiner Seele (Matth.16,26)*. Wer nur nach Reichtum strebt, der wird entsetzt sein, wenn er ihn im Tod lassen muss – das Totenhemd hat keine Taschen. Was wir hier an äußeren Dingen angesammelt haben, das nehmen wir nicht mit. Darum sagt *Jesus*: *Du Narr, diese Nacht wird man deine Seele von dir fordern, und wes wird es sein, das du bereitet hast? (Lukas 12,20)*

Der Erwachte sagt: Alle Religionsgründer berichten von dem gleichen Gesetz, für das in der indischen Sprache das Wort „Karma“ steht und das in der christlichen Lehre ausgedrückt wird: *Denn was der Mensch sät, das wird er ernten. (Gal.6,7)* Das Wort *karma* bedeutet Wirken und zugleich auch Wirkung, zumal beides nicht voneinander getrennt werden kann: Jedes Wirken hat eine genau entsprechende Wirkung.<sup>265</sup> Die Gesamtheit unseres Wirkens – im Denken, Reden und Handeln – zwischen gut und schlecht und die Gesamtheit unseres Erlebens und Erleidens zwischen Glück und Leid ist *karma*. Unsere gesamte Existenz ist *karma*.

Der normale unbelehrte Mensch – und ein solcher war Pāyāsi – handelt im Leben meistens „von...her“, d.h. reaktiv: Die an ihn herantretenden angenehmen Begegnungen bemüht er sich festzuhalten, die unangenehmen Begegnungen bemüht er sich fern zu halten. Wer aber das Karmagesetz kennt, der handelt „auf...hin“, d.h. nicht reaktiv, denn er weiß, dass alles

---

<sup>265</sup> In den Lehreden des Erwachten wird die Wirkung des Wirkens oft auch als Frucht (phala) bezeichnet oder als das Ausreifen (vipāka).



Angenehme oder Unangenehme, das an ihn herantritt, nur Ernte aus früherem Handeln ist und dass es jetzt darauf ankommt, wie er handelt. Denn damit bestimmt er sein zukünftiges Erleben. Darum handelt er im Hinblick auf eine günstige Zukunft. So arbeitet er insgesamt darauf hin, sein Denken, Reden und Handeln mehr und mehr zu erhöhen und zu erhellen. Alle Begegnungen im Leben sind ihm nicht vorwiegend Genuss oder Verdross, sondern eine Aufgabe, durch sein jetziges Verhalten sein Leben zu erhöhen.

Pāyāsi systematische Untersuchungen waren grausam. Ohne Wissen um das Karmagesetz dachte er nicht daran, dass dieses sein Wirken für ihn selber üble Folgen haben könnte. Für ihn gilt, was der Erwachte von dem Wirken sagt (M 57), das dunkel ist und dunkle Folge hat:

*Da wirkt einer in Taten, Worten und Gedanken immer wieder belastend und bedrängend. Und weil er immer wieder in Taten, Worten und Gedanken belastend und bedrängend wirkt, so gelangt er in drangvoller Welt wieder zum Dasein. Und ist er in drangvoller Welt wieder zum Dasein gelangt, so treffen ihn drangvolle Berührungen. Von drangvollen Berührungen getroffen, fühlt er drangvolles Gefühl, einzig schmerzhaft, gleichwie etwa höllische Wesen. Ganz so wie sie geworden sind, ist der Wesen Wiedergeburt. Durch das, was einer wirkt, wird er wiedergeboren. Der Wiedergeborene wird von Berührungen getroffen. Darum sage ich: „Erbe des Wirkens sind die Wesen.“*

Kumārakassapo ermahnt den Kriegerfürsten, die falsche Ansicht, es gebe kein Weiterleben nach dem Tod, kein Jenseits, aufzugeben, denn mit dieser Ansicht denkt Pāyāsi nicht an gutes Wirken im Hinblick auf die nächsten Leben und bereitet sich damit Unheil und Leiden, eine dunkle Wiedergeburt.

Auf diese eindringliche, wiederholte Mahnung: *Gib diese verderbliche Ansicht auf*, antwortet Pāyāsi für den Leser überraschend:

*Wenn auch der verehrte Kassapo dies sagt, so vermag ich doch nicht, diese verderbliche Ansicht fahren zu lassen. Der König weiß ja von mir, Pasenadi von Kosalo, und auch die auswärtigen Herrscher: „Pāyāsi, der Kriegerfürst, hat diese Meinung, diese Ansicht: „Es gibt kein Jenseits; es gibt keine über- und untermenschlichen Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen; es gibt keine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens.“ Wenn ich, Kumārakassapo, diese verderbliche Ansicht fahren ließe, würde man mich tadeln: „Ein Tor ist Pāyāsi, der Kriegerfürst, unerfahren, unverständlich.“ Weil mir das unangenehm ist, muss ich an dieser verderblichen Anschauung festhalten, muss sie noch behaupten aus Stolz, aus Empfindlichkeit. –*

Damit drückt Pāyāsi aus, dass durch die Antworten Kumārakassapos seine materialistischen Argumente dahingeschwunden sind. Aber nun steht ihm die peinliche Konsequenz bevor, diese Korrektur seiner bisherigen Ansicht bei Hof zu bekennen. Dazu wäre er zu stolz und zu empfindlich, es wäre ihm ausgesprochen peinlich. Er dachte, seine Umgebung würde ihn nicht ernst nehmen, wenn er plötzlich seine Meinung wechselte. Er, der berühmte Kriegerfürst, konnte doch nicht gut zugeben, dass er bisher im Unrecht war und jener Mönch recht hatte.

In seiner Antwort hierauf zeigt ihm Kumārakassapo an vier Gleichnissen, welche Nachteile es hat, welchen großen Schaden man sich zufügt, wenn man eine tiefe Lebenseinsicht gewonnen hat, aber diese dann verheimlicht, um sein Ansehen bei anderen zu wahren, um nicht zugeben zu müssen, dass man sich vorher geirrt hat.

## Der törichte und der kluge Zugführer

*So will ich dir denn wieder, Kriegerfürst, ein Gleichnis geben. Durch Gleichnisse wird da manchem verständigen Mann der Sinn einer Rede klar. Es war einmal, Kriegerfürst, eine große Karawane, tausend Wagen, die von den östlichen Ländern nach den westlichen Ländern gezogen ist. Wo sie da hinkam, war gar bald Gras, Holz und Wasser, Heu und Laub aufgebraucht. Bei diesem Karawanenzug waren zwei Zugführer, der eine mit fünfhundert Wagen und der andere mit fünfhundert Wagen. Da haben denn diese Zugführer sich besprochen: „Das ist eine große Karawane, tausend Wagen. Wo wir hinkommen, ist gar bald Gras, Holz und Wasser, Heu und Laub aufgebraucht. Wie wenn wir nun diese Karawane teilten, die eine zu fünfhundert Wagen und die andere zu fünfhundert Wagen?“ So teilten sie die Karawane in zwei Hälften. Vor der Abfahrt ließ der eine Zugführer reichlich Gras, Holz und Wasser aufladen und führte die Karawane weiter. Zwei bis drei Tage, nachdem dieser Zugführer weitergefahren war, sah er einen Mann, dunkelhäutig, rotäugig, mit herabhängenden Haarsträhnen, von Wasserrosen bekränzt, mit nassen Kleidern und Haaren, auf einem prächtigen Wagen, dessen Räder mit Schlamm bespritzt waren, auf dem Weg ihm entgegenkommen. Bei diesem Anblick fragte er: Woher kommst du, Freund? – Aus jenem Land. – Wo willst du hinreisen? – Nach dem dortigen Land. – Es ist wohl, Freund, vor kurzem auf der Strecke ein gewaltiger Regen niedergegangen? – So ist es, Freund, vor kurzem ist auf der Strecke ein gewaltiger Regen niedergegangen, aufgeweicht sind die Straßen. Überfluss an Gras, Holz und Wasser ist da. Ihr könnt das alte Gras, Holz und*

Wasser wegwerfen, mit leichten Wagen kommt ihr rascher vorwärts, braucht die Zugtiere nicht zu ermüden. – Da hat denn jener Zugführer sich an die Reisenden gewandt: Dieser Mann, ihr Lieben, sagt uns: Vor kurzem ist auf der Strecke ein gewaltiger Regen niedergegangen, aufgeweicht sind die Straßen, Überfluss an Gras, Holz und Wasser ist da. Wir sollen das alte Gras, Holz und Wasser wegwerfen, werden mit leichten Wagen rascher vorwärts kommen, brauchen die Zugtiere nicht zu ermüden. Ihr könnt das alte Gras, Holz und Wasser wegwerfen. Mit leichten Wagen sollt ihr den Zug weiterführen. –

Gern, Herr, sagten da gehorsam die Reisenden zu jenem Zugführer. Und sie warfen das alte Gras, Holz und Wasser weg und fuhren mit leichten Wagen weiter. Am ersten Tag trafen sie kein Gras oder Holz und Wasser; am zweiten Tag, am dritten Tag, am vierten, fünften, sechsten, siebenten Tag trafen sie kein Gras oder Holz und Wasser, und alle sind elend zugrunde gegangen. Was da bei der Karawane an Menschen und Tieren war, die hat alle jener unmenschliche Geist (yakkho) aufgezehrt. Nur die Knochen sind übrig geblieben.

Als der andere Zugführer berechnet hatte: „Es ist nun längere Zeit her, dass die Karawane fort ist“, da ließ er reichlich Gras, Holz und Wasser aufladen und führte seinen Zug weiter. Zwei bis drei Tage später sah dann auch dieser Karawanenführer auf seinem Zug einen Mann, dunkelhäutig, rotäugig, mit herabhängenden Haarsträhnen, von Wasserrosen bekränzt, mit nassen Kleidern und Haaren, auf einem prächtigen Wagen, dessen Räder mit Schlamm bespritzt waren, auf dem Weg ihm entgegenkommen. Bei diesem Anblick fragte er: Wo bist du, Freund, hergekommen? –

*Aus jenem Land. – Wo willst du hinreisen? – Nach dem dortigen Land. – Es ist wohl, Freund, vor kurzem auf der Strecke ein gewaltiger Regen niedergegangen? – So ist es, Freund. Vor kurzem ist auf der Strecke ein gewaltiger Regen niedergegangen, aufgeweicht sind die Straßen, Überfluss an Gras, Holz und Wasser ist da. Ihr könnt das alte Gras, Holz und Wasser wegwerfen, mit leichten Wagen kommt ihr rascher vorwärts, braucht die Zugtiere nicht zu ermüden. – Da hat nun jener Zugführer sich an die Reisenden gewandt:*

*Dieser Mann, ihr Lieben, sagt uns da: Vor kurzem ist auf der Strecke ein gewaltiger Regen niedergegangen, aufgeweicht sind die Straßen, Überfluss an Gras, Holz und Wasser ist da. Wir sollen das alte Gras, Holz und Wasser wegwerfen, werden mit leichten Wagen rascher vorwärts kommen, brauchen die Zugtiere nicht zu ermüden. Dieser Mann, ihr Lieben, ist aber kein Bekannter noch ein Verwandter von uns. Wie sollten wir im Vertrauen auf ihn handeln? Wir dürfen das alte Gras, Holz und Wasser nicht wegwerfen. – Gewiss, Herr, sagten da gehorsam die Reisenden zu jenem Zugführer. Und so führten sie den Zug weiter. Am ersten Tag trafen sie kein Gras oder Holz und Wasser, am zweiten, dritten, vierten, fünften, sechsten, siebenten Tag trafen sie kein Gras oder Holz und Wasser, aber sie trafen auf jene Karawane, die elend umgekommen war. Was da bei der Karawane an Menschen und Tieren gewesen war, davon haben sie nur die Knochen gesehen, von jenem unmenschlichen Geist abgenagt.*

*Da hat denn der Zugführer dort zu den Reisenden gesagt: Diese Karawane, ihr Lieben, ist elend umgekommen, und zwar durch den törichten Zugführer, der sie geleitet hat. So mögt ihr jetzt, was in unseren Wagen an schlechterer Ware vorhanden ist, ausräumen*

*und was in diesen Wagen an besserer Ware sich vorfindet, dafür einlegen. – Gut, Herr, sagten da gehorsam die Reisenden zu jenem Zugführer, und was in ihren Wagen an schlechterer Ware vorhanden war, das räumten sie aus, was aber in den anderen Wagen an besserer Ware sich vorfand, das legten sie dafür ein und gelangten unversehrt an das Ziel der Reise, weil sie von dem klugen Zugführer geleitet wurden.*

*Ebenso nun auch, Kriegerfürst, würdest du wie jener erste Wagenführer töricht und unvernünftig in Unglück und Leiden geraten, wenn du auf vordergründig-äußerliche Weise das Jenseits suchst. Die aber auf dich hören, auf dich vertrauen zu können vermeinen, auch die würden elend zugrunde gehen gleichwie jene Reisenden. Gib auf, Kriegerfürst, diese verderbliche Ansicht, gib auf, Kriegerfürst, diese verderbliche Ansicht, damit sie dir nicht lange zu Unheil und Leiden gereiche. –*

Der törichte Zugführer vertraut der Aussage eines Fremden, eines Geistes, der Menschengestalt angenommen hat und mit Magie bewirkt hat, dass seine Wagen und sein Aussehen den Eindruck machen, als ob sie durch anhaltenden Regen gefahren wären. Der törichte Zugführer lässt mit der Aussicht auf Regen und damit Nahrung für Menschen und Tiere die mitgeführten Vorräte wegwerfen und führt dadurch sich und die Reisenden in den Tod.

Der kluge Zugführer traut nicht der Aussage des Fremden und hat durch diese Vorsicht die Karawane nicht nur gerettet, sondern bereichert, indem er den Reisenden riet, die besseren Sachen, die die erste Karawane mit sich geführt hatte, einzutauschen gegen ihre Sachen von geringerem Wert.

Wie der törichte Zugführer würde Pāyāsi in Unglück und Leiden geraten, wenn er der täuschenden Blendung, dem Wahn materialistischer Auffassung verfiel. Als Folge würde

er damit nicht nur sich, sondern auch alle diejenigen Untertanen, die ihm auf Grund seiner Stellung und seines Ansehens vertrauen, auf falsche Bahn bringen, in das Elend, in das eben falsche Anschauung führt: Untugend, Hemmungslosigkeit, Egozentrik, Streit, Krieg, Wiedergeburt in dunkler Welt.

Wenn aber Pāyāsi seine falsche Anschauung aufgeben würde und auch vor allen zugeben würde, dass er eingesehen hat, dass es ein Weiterleben nach dem Tod und das Saat-Erntesetz gibt und darum nun entsprechend der gewonnenen Anschauung ganz anders leben würde, dann wäre er dem klugen Zugführer zu vergleichen. Der kluge Zugführer bewahrt sich und die ihm Vertrauenden nicht nur vor dem Tod, sondern bereichert sie. So würde Pāyāsi die ihm Vertrauenden durch sein Beispiel nicht nur vor Untugend, Hemmungslosigkeit, Egozentrik, Streit, Krieg, Wiedergeburt in dunkler Welt bewahren, sondern er würde für sich und für die ihm Vertrauenden das aus rechter Anschauung und Lebensführung hervorgehende Wohl der Gewissenslauterkeit, das Wohl, das aus Verständnis, Teilnahme und Liebe für die Mitwesen hervorgeht, Eintracht mit den Mitwesen und Wiedergeburt in höherer Welt erwirken. Der kluge Zugführer und die ihm Vertrauenden haben damit Dinge von größerem Wert eingetauscht gegen die bisherigen wertlosen, haben einen Gewinn erzielt, größeres Wohl erreicht gegenüber früherem geringerem Wohl.

#### Der törichte Schweinezüchter

*Wenn auch der verehrte Kumārakassapo dies sagt, so vermag ich doch nicht diese verderbliche Ansicht fahren zu lassen. Der König weiß ja von mir, Pasenadi von Kosalo, und auch die auswärtigen Herrscher: „Pāyāsi, der Kriegerfürst, hat diese Meinung, diese Ansicht: „Es gibt kein Jenseits; es gibt keine über- und untermenschlichen Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern*

erzeugten Körper erscheinen; es gibt keine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens.“ Wenn ich, Kumārakassapo, diese verderbliche Ansicht fahren ließe, würde man mich tadeln: „Ein Tor ist Pāyāsi, der Kriegerfürst, unerfahren, unverständlich.“ Weil mir das unangenehm ist, muss ich an dieser verderblichen Anschauung festhalten, muss sie noch behaupten aus Stolz, aus Empfindlichkeit. –

So will ich dir, Kriegerfürst, noch ein Gleichnis geben. Durch Gleichnisse wird da manchem verständigen Mann der Sinn einer Rede klar. Es war einmal, Kriegerfürst, irgendein Schweinezüchter, der ist von seinem Dorf nach einem anderen Dorf gegangen. Dort sah er eine Menge zurückgelassener trockener Exkreme. Bei diesem Anblick hat er sich gesagt: „Da ist ja eine Menge zurückgelassener trockener Exkreme, das ist Futter für meine Schweine. Wie wenn ich nun den trockenen Kot von hier mitnähme?“ So hat er denn sein Obergewand ausgebreitet, eine Masse trockenen Kot aufgehäuft, ein Bündel daraus gebündelt, es auf den Kopf gehoben und ist davongegangen. Während er unterwegs war, ist ein gewaltiger Platzregen niedergeprasselt. Da ist er mit seiner triefenden, fließenden Kotmasse bis zu den Zehen mit Kot beschmiert, weitergegangen. Die Leute, die ihn sahen, haben zu ihm gesagt: „Du bist wohl, scheint es, verrückt, bist wohl von Sinnen? Wie kannst du mit deiner triefenden, fließenden Kotmasse bis zu den Zehen mit Kot beschmiert, die Drecklast herumschleppen!“ – „Selber seid ihr, scheint es, verrückt, selber von Sinnen. Das ist ja doch Speise für meine Schweine!“ – Ebenso scheinst du, Kriegerfürst, dünkt mich, dem Kotträger zu gleichen. Gib auf, Kriegerfürst, diese verderbliche Ansicht, gib auf, Krie-



*gerfürst, diese verderbliche Ansicht, damit sie dir nicht lange zu Unheil und Leiden gereiche. –*

Für den indischen Menschen der damaligen Zeit reichte dieses Bild aus, um klarzumachen, dass durch seine neu gewonnene Einsicht in die wirklichen Lebensgesetze seine alte Anschauung so zunichte geworden ist wie der kompakte Haufen getrockneter Exkremeute durch den Regen zu einer stinkenden Masse Schlamm geworden ist, die ihn völlig besudelt. Man könnte den Regen mit der ihn überströmenden Wahrheit vergleichen, der den trockenen Mist seiner materialistischen Anschauungen hat aufweichen und zerfließen lassen. Wer seine Last, das heißt seine falsche Anschauung, festhalten wollte, würde über und über besudelt werden.

#### Der Würfelspieler

*Wenn auch der verehrte Kumārakassapo dies sagt, so vermag ich doch nicht diese verderbliche Ansicht fahren zu lassen. Der König weiß ja von mir, Pasenadi von Kosalo, und auch die auswärtigen Herrscher: „Pāyāsi, der Kriegerfürst, hat diese Meinung, diese Ansicht: „Es gibt kein Jenseits; es gibt keine über- und untermenschlichen Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen; es gibt keine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens.“ Wenn ich, Kumārakassapo, diese verderbliche Ansicht fahren ließe, würde man mich tadeln: „Ein Tor ist Pāyāsi, der Kriegerfürst, unerfahren, unverständlich.“ Weil mir das unangenehm ist, muss ich an dieser verderblichen Anschauung festhalten, muss sie noch behaupten aus Stolz, aus Empfindlichkeit. –*

*So will ich dir, Kriegerfürst, noch ein Gleichnis geben. Durch Gleichnisse wird da manchem verständi-*

*gen Mann der Sinn einer Rede klar. Es waren einmal, Kriegerfürst, ein paar Würfelspieler, die sich mit Würfeln vergnügten. Der eine Würfelspieler hat den Einserwürfel, sobald er ihm zufiel, in den Mund gesteckt. Das hatte der andere Würfelspieler bemerkt, und er sagte: „Du, mein Bester, gewinnst immerzu. Gib mir, Freundchen, die Würfel, ich will sie umtauschen.“ „Gern, Bester“, sagte da jener zu diesem und gab ihm die Würfel. Da hat denn dieser Würfelspieler die Würfel mit Gift bestrichen und dann den anderen Würfelspieler eingeladen: „Komm, Freund, wir wollen Würfel spielen.“ – „Gern, Freund“, entgegnet ihm jener. Wiederum spielten nun die Würfelspieler mit den Würfeln, und wiederum hat da jener den Einserwürfel, sobald er ihm zugefallen war, in den Mund gesteckt. Dem hatte aber der andere zugesehen und sprach jetzt:*

*„Den ich bestrich mit schärfstem Gift,  
den Würfel nimmt der Mann ganz in den Mund.  
Ei wohl bekomm dir's, böser Spieler du,  
gar bald wirst bitter haben ausgespielt!“  
Ebenso nun scheinst du, Kriegerfürst, wie mich dünkt,  
dem armen Würfelspieler zu gleichen. Gib auf, Kriegerfürst,  
diese verderbliche Ansicht, gib auf, Kriegerfürst,  
diese verderbliche Ansicht, damit sie dir nicht lange zu  
Unheil und Leiden gereicht. –*

Von den zwei Würfelspielern ist einer ein Falschspieler. Er steckte immer den zum Spielverlust führenden Würfel in den Mund. Dadurch gewann er das Spiel. Der andere merkte es aber, schlug vor, mit einem anderen Satz Würfel weiterzuspielen, bestrich den Verlustwürfel mit Gift und triumphierte, als der Falschspieler den vergifteten Würfel in den Mund nahm.

Der Falschspieler rechnet nicht damit, dass der andere den Betrug merkt. Aber: „Wer anderen eine Grube gräbt, fällt

selbst hinein“: er wird vergiftet. Die falsche Anschauung wird zu Leiden bringendem Gift, wenn er sie nicht aufgibt und auch anderen gegenüber seinen Stolz nicht überwindet. Pāyāsi ist ein beim König von Kosalo und anderen Herrschern angesehener Mann. Wenn er dem König gegenüber zugibt, dass er sich früher geirrt hat, dann hat er damit das Gift der falschen Anschauung entfernt, das im Land Kosalo von ihm ausgegangen war. Der König von Kosalo selber war mit vielen Untertanen ein Verehrer der Lehre des Buddha und gewährte dem Erwachten und seinen Mönchen Schutz in seinem Reich, so dass die Lehre von vielen gehört und angenommen worden war. Es kann sein, dass durch den Materialismus Pāyāsis die Stadt Setavyā bisher wie ein Bollwerk der Aufnahme der Lehre des Buddha widerstanden hat. Dieser Widerstand würde beseitigt, wenn Pāyāsi seine Bekehrung zugeben würde.

Dinge von geringem Wert gegen Wertvolles eintauschen  
erfreut Freunde und Verwandte

*Wenn auch der verehrte Kumārakassapo dies sagt, so vermag ich doch nicht diese verderbliche Ansicht fahren zu lassen. Der König weiß ja von mir, Pasenadi von Kosalo, und auch die auswärtigen Herrscher: „Pāyāsi, der Kriegerfürst hat diese Meinung, diese Ansicht: ‚Es gibt kein Jenseits; es gibt keine über- und untermenschlichen Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen; es gibt keine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens.‘ Wenn ich, Kumārakassapo, diese verderbliche Ansicht fahren ließe, würde man mich tadeln: ‚Ein Tor ist Pāyāsi, der Kriegerfürst, unerfahren, unverständlich.‘ Weil mir das unangenehm ist, muss ich an dieser verderblichen Anschauung festhalten, muss sie noch behaupten aus Stolz, aus Empfindlichkeit. –*

*So will ich dir, Kriegerfürst, noch ein Gleichnis geben. Durch Gleichnisse wird da manchem verständigen Mann der Sinn einer Rede klar. Es war einmal irgendein Volksstamm ausgewandert. Es hat nun ein Freund zu seinem Freunde gesagt: „Lass uns, Bester, nach jenem Land gehen, dahin wollen wir gehen. Vielleicht gelingt es uns, dort etwas von Wert aufzufinden.“*

*„Gern, Bester,“ sagte da zustimmend der Freund zum Freund. So begaben sie sich denn auf die Wanderung nach jenem Land, schritten einen bestimmten Feldweg entlang. Dort sahen sie eine Menge Hanf weggeworfen daliegen. Bei diesem Anblick wandte sich der Freund zum Freunde: „Da liegt ja, Bester, eine Masse Hanf weggeworfen. Nun denn, Bester, binde du ein Bündel Hanf zusammen, und auch ich will es tun, beide wollen wir mit den Hanfbündeln weiterziehen.“*

*„So sei es, Bester,“ sagte da zustimmend der Freund zu dem Freund, und er band ein Hanfbündel zusammen. So nahmen sie denn beide ihre Hanfbündel auf und gingen auf dem Feldweg weiter. Da sahen sie eine Menge Hanfgarn am Wegrain abgeworfen. Als er das erblickt hatte, sagte der Freund zu dem Freund: „Wozu wir, Bester, den Hanf zu verwenden gedachten, das finden wir hier als eine Menge Hanfgarn weggeworfen. Nun, Bester, wirf das Hanfbündel ab, auch ich werfe es hin. Beide wollen wir mit einer Last Hanfgarn weiterziehen.“ – „Mein Hanfbündel hab ich, Bester, schwer aufgelesen und fest zusammengeschürzt, das genügt mir. Du wähle nach Wunsch denn der Freund sein Hanfbündel abgelegt und eine Last Hanfgarn aufgeladen. Dann gingen sie auf dem Feldweg weiter und sahen eine Menge Hanfhemden daliegen. Als er sie bemerkt hatte, sagte der Freund zum Freund: „Wozu wir, Bester, den Hanf oder*

das Hanfgarn zu verwenden gedachten, das finden wir hier als eine Menge Hanf-Hemden weggeworfen. Nun, Bester, wirf das Hanfbündel ab, auch ich werde die Last von Hanfgarn abwerfen. Beide wollen wir mit einer Last Hanfhemden weiterziehen.“ – „Mein Hanfbündel hab ich, Bester, schwer aufgelesen und fest zusammengeschnürt. Das genügt mir. Du wähle nach Wunsch.“ – Da hat denn der Freund seine Last Hanfgarn abgelegt und eine Last Hanfhemden aufgeladen.

Dann gingen sie auf dem Feldweg weiter und sahen eine Menge Baumwollgarn daliegen; eine Menge Baumwolltuch; eine Menge Eisen; eine Menge Kupfer; eine Menge Zinn; eine Menge Blei; eine Menge Silber; eine Menge Gold sahen sie weggeworfen daliegen. Bei diesem Anblick wandte sich der Freund zu dem Freund: „Wozu wir, Bester, den Hanf zu verwenden dachten oder das Hanfgarn, das Baumwollgarn, Baumwolltuch, das Eisen, Kupfer, Zinn oder Blei oder Silber, das finden wir hier als eine Menge Gold weggeworfen. Nun, Bester, wirf das Hanfbündel ab, auch ich werde die Last Silber abwerfen. Beide wollen wir mit einer Last Gold weiterziehen.“

„Mein Hanfbündel hab ich, Bester, schwer aufgelesen und fest zusammengeschnürt, das genügt mir. Du wähle nach Wunsch.“ Da hat denn der Freund seine Last Silber abgelegt und eine Last Gold aufgeladen. Darauf begaben sie sich nach ihrem heimatlichen Dorf zurück. Als nun jener Freund mit der Last seines Hanfes angekommen war, haben sich darüber weder Vater und Mutter gefreut noch Weib und Kind, auch keine Freunde und Verwandten haben sich gefreut, und infolge dessen hat er sich nicht glücklich und zufrieden gefühlt. Als aber der andere Freund mit der Last Gold angekommen war, haben sich darüber Vater und Mut-

*ter gefreut, Weib und Kind haben sich gefreut, auch Freunde und Verwandte haben sich gefreut, und infolge dessen hat er sich glücklich und zufrieden gefühlt.*

*Ebenso nun auch scheinst du, Kriegerfürst, wie mich dünkt, dem Träger der Hanfbürde zu gleichen. Gib auf, Kriegerfürst, diese verderbliche Ansicht, gib auf, Kriegerfürst, diese verderbliche Ansicht, damit sie dir nicht lange zu Unheil und Leiden gereiche. –*

*Schon mit der ersten Antwort des ehrwürdigen Kumārakassapo war ich zufrieden, war darüber erfreut, aber ich wollte noch diese vielen Antworten auf meine Fragen hören, und so dachte ich mir, ich dürfte den verehrten Kumārakassapo noch weiter herausfordern. Vortrefflich, Kumārakassapo, vortrefflich, Kumārakassapo. Gleichwie etwa, Kumārakassapo, als wenn man Umgestürztes aufstellte oder Verdecktes enthüllte oder Verirrten den Weg zeigte oder Licht in die Finsternis brächte: ‚Wer Augen hat, wird die Dinge sehen‘ – ebenso auch hat der verehrte Kumārakassapo das Thema von vielen Seiten beleuchtet. Und so nehme ich, Kumārakassapo, bei ihm, dem erhabenen Gotamo, Zuflucht, bei der Lehre und bei der Gemeinde der Heilsgänger. Als Anhänger möge mich der verehrte Kumārakassapo betrachten, von heute an zeitlebens getreu. –*

In diesem letzten Gleichnis macht Kumārakassapo Pāyāsi klar, dass er, wenn er bei der falschen Anschauung beharre, wie einer handle, der an gewinnbringenden Dingen vorbeigeht, nur weil er sich an Wertloses gewöhnt hat und es bequemer findet, das Wertlose weiterzuschleppen, als das Bündel auf dem Kopf – ein Gleichnis für den Geist, gefüllt mit falschen Anschauungen – zu öffnen und mit Wertvollerem, richtigen Einsichten, zu füllen.

Töricht wäre doch einer, der das Gold der rechten Anschauung verschmäht, worüber sich Verwandte und Freunde bei seiner Rückkehr freuen würden, weil dem Bringer der rechten Anschauung wie auch den mit der rechten Anschauung Beschenkten nur Wohl daraus erwächst. Vielleicht ist dies auch als ein Hinweis darauf zu verstehen, dass der König von Kosalo und viele andere, die die Lehre des Erwachten schätzen und nach ihr leben, sich über Pāyāsi's Bekehrung freuen würden.

Dieses letzte Gleichnis ist für Pāyāsi wie ein i-Tüpfelchen. Es macht ihm klar, dass er des Goldes der rechten Anschauung verlustig gehen würde, wenn er sie nicht aufnehmen würde, und dass alle sich darüber freuen und gleich ihm Gewinn davon haben würden.

Pāyāsi haben alle diese anschaulichen Gleichnisse so gut gefallen, dass er gar nicht genug von ihnen bekommen konnte. Er hat Kumārakassapo, wie er sagt, nur zum Schein noch immer weiter widersprochen. Er merkt, dass er dieser Lehre vertrauen kann, und nimmt Zuflucht zum Erwachten, zur Lehre und zur Gemeinde der Heilsgänger, bekennt sich damit als Anhänger, inzwischen überzeugt von dem Weiterleben nach dem Tod und von der Gültigkeit des Karma-Gesetzes.

Als Mann der Öffentlichkeit will er gleich ein großes Opfer bringen und fragt Kumārakassapo, wie er dies anstellen solle. Der Mönch erwidert, ein Opfer, bei dem Tiere getötet würden, sei zu verabscheuen. Und ein Opfer, bei dem die Empfänger aus falscher Anschauung einen schlechten Lebenswandel führen würden, sei von geringem Nutzen.

Pāyāsi will spenden

*Gewillt bin ich, Kumārakassapo, ein großes Opfer darzubringen. Belehren möge mich der verehrte Kumārakassapo, damit es mir lange zum Wohl, zum Heil ge-  
reichen kann. –*

*Wenn es, Kriegerfürst, ein Opfer ist, bei dem Rinder erschlagen werden oder Ziegen und Schafe oder Hühner und Schweine oder so mancherlei Wesen hingeschlachtet werden und die Empfänger falsche Anschauung haben, falsche Gesinnung, falsche Rede, falsches Handeln, falsche Lebensführung, falsches Mühen, falsche Wahrheitsgegenwart, falsche Herzeneinigung – ein Opfer von solcher Art, Kriegerfürst, bringt keine große Ernte, keinen großen Segen, ist nicht sehr glanzvoll, strahlt nicht weithin.*

*Gleichwie etwa, Kriegerfürst, wenn ein Bauer mit Saatkorn und Pflug nach der Heide hinzöge. Dort würde er auf schlechtem Grund, schlechtem Boden, ohne ihn von Stümpfen und Dornen gesäubert zu haben, Saatkörner aussäen, brüchige, angefaulte, von Wind und Sonne ausgedörrte, die keine Nässe mehr annehmen, unglücklich zu liegen kämen, und keine Wolken würden von Zeit zu Zeit mit einem tüchtigen Guss darüber hinwegziehen: könnte wohl solches Saatkorn wachsen, gedeihen, blühen und der Bauer reiche Ernte gewinnen? –*

*Nimmermehr, Kumāarakassapo. –*

*Ebenso nun auch, Kriegerfürst, ein Opfer, bei dem Rinder erschlagen werden oder Ziegen und Schafe oder Hühner und Schweine oder so mancherlei Wesen hingeschlachtet werden und die Empfänger falsche Anschauung haben, falsche Gesinnung, falsche Rede, falsches Handeln, falsche Lebensführung, falsches Mühen, falsche Wahrheitsgegenwart, falsche Herzeneinigung – ein Opfer von solcher Art, Kriegerfürst, bringt keine große Ernte, keinen großen Segen, ist nicht sehr glanzvoll, strahlt nicht weithin.*

*Ein Opfer aber, bei dem weder Rinder erschlagen werden noch Ziegen und Schafe, keine Hühner und*



*Schweine und keinerlei Wesen hingeschlachtet werden und die Empfänger rechte Anschauung haben, rechte Gesinnung, rechte Rede, rechtes Handeln, rechte Lebensführung, rechtes Mühen, rechte Wahrheitsgegenwart, rechte Herzenseinigung – ein Opfer von solcher Art, Kriegerfürst, bringt große Ernte, großen Segen, ist sehr glanzvoll, strahlt weithin.*

*Gleichwie, Kriegerfürst, wenn ein Bauer mit Saatkorn und Pflug nach der Heide hinzöge. Dort würde er auf gutem Grund, gutem Boden, der von Stümpfen und Dornen wohlgesäubert wurde, Saatkörner aussäen, keine brüchigen, keine angefaulten, keine von Wind und Sonne ausgedörrten, die Nässe annehmen, die glücklich zu liegen kämen, und Wolken würden von Zeit zu Zeit mit einem tüchtigen Guss darüber hinwegziehen – könnte wohl solches Saatkorn wachsen, gedeihen, blühen und der Bauer reichliche Ernte gewinnen? –*

*Ja, Kumāarakassapo. –*

*Ebenso nun auch ein Opfer, bei dem weder Rinder erschlagen werden noch Ziegen und Schafe, keine Hühner und Schweine und keinerlei Wesen hingeschlachtet werden und bei dem die Empfänger rechte Anschauung haben, rechte Gesinnung, rechte Rede, rechtes Handeln, rechte Lebensführung, rechtes Mühen, rechte Wahrheitsgegenwart, rechte Herzenseinigung – ein Opfer von solcher Art, Kriegerfürst, bringt große Ernte, großen Segen, ist sehr glanzvoll, strahlt weithin. –*

Jedes lebende Wesen will leben und fürchtet den Tod genauso wie jeder Mensch. Deshalb sollten die Menschen ihre Macht über die Tiere nicht benutzen, um ihnen das zu rauben, was den Menschen selber das Teuerste ist: den Körper. Wenn die

Menschen Wohl wollen, dann müssen sie anderen Wohl tun. Wenn die Menschen töten, dann werden sie nach dem Karma-gesetz getötet werden. Wenn die Menschen im Jenseits Wohl erleben wollen, dann dürfen sie hier in dieser Welt keinem lebenden Wesen Leid zufügen, auch dem schwächsten nicht. Wer die Saat von Schmerz und Leiden sät, der wird in der Zukunft davon in der Fülle ernten.

Der Erwachte macht darauf aufmerksam (A V,41, A IV,61 und S 3,19), dass zwar die karmische Ernte um so größer ist, je tugendhafter und im Herzen reiner der mit der Gabe Bedachte sei, dass es aber nicht nur um diese Frage gehen dürfe, vielmehr werde der mitempfindende Mensch jedem Notleidenden, auch einem Tier oder einem schlechten Menschen helfen so gut er könne. – Dass aber die Gabe an den tugendhafteren und reineren Menschen erheblich größere Wirkung hat, zeigt der Erwachte durch ein Gleichnis (S 3,24). Er sagt:

*Was meinst du, großer König, da ist ein Krieg ausgebrochen, es kommt zur Schlacht, ein Nahkampf entbrennt. Da kommt ein junger Adliger, Brahmanensohn, Bürgersohn oder Diener-  
sohn, der ist unausgebildet, hat noch nie mit Elefanten oder  
Kampfwagen zu tun gehabt, hat keine Übung im Bogenschie-  
ßen, ist voll Furcht, gelähmt von Angst, feige, auf dem Sprung  
davonzulaufen. Möchtest du einen solchen Mann behalten,  
wäre der ein Gewinn für dich? – Einen solchen Mann würde  
ich nicht behalten, der wäre kein Gewinn für mich. –*

Wohl aber einen, der diese Mängel nicht an sich habe. Darauf erklärt der Erwachte, dass Gaben an solche, die die fünf Hemmungen aufgehoben hätten und im Besitz von Tugend, Vertiefung und Weisheit verweilten, größere Frucht brächten als Gaben an Untugendhafte. Und warum? Weil es auch dem eigenen Heil am dienlichsten ist, ein solches Heer zu unterhalten, solche Mitstreiter zu unterstützen, die nach dem wahren Heil streben und sich fähig erweisen, jenes hohe Ziel zu erreichen.

In M 142 sagt der Erwachte (dieser Teil der Lehrrede ist von K.E.Neumann nicht mitübersetzt):

*Wer einem Tier gespendet hat, kann das Hundertfache der Spende erwarten; wer einem untugendhaften Weltmenschen gespendet hat, das Tausendfache; wer einem tugendhaften Weltmenschen gespendet hat, das Hunderttausendfache, wer einem außerhalb der Lehre Stehenden, von Sinnensucht Freien gespendet hat, das Vielhunderttausendfache; wer einem unterwegs ist, den Stromeintritt zu verwirklichen, kann ein nicht abzählbares Vielfaches der Spende erwarten; wie erst, wer einem in den Strom Eingetretenen gespendet hat oder einem, der unterwegs ist, die Einmalwiederkehr zu verwirklichen oder einem Nichtwiederkehrer oder einem, der auf dem Weg ist, das vollkommene Heil zu verwirklichen, oder einem Geheilten oder einem Einzelerwachten oder dem Vollendeten, Geheilten, vollkommen Erwachten.*

Die hier genannte Vergrößerung der Ernte mag u.a. auch auf die anderen Zeitmaße in himmlischer Welt zurückzuführen sein. In einer übermenschlichen Jenseitswelt erlebt man ja einen erwünschten Gegenstand länger, weil die Wesen dort länger leben. Es ist schon ein Unterschied, ob mir ein erwünschter Gegenstand nur zehn oder tausend Jahre verbleibt. Und vom Geben an Heilsgänger sagt der Erwachte, dass sich da die Frucht des Gebens gar nicht mehr in Zahlen erfassen lässt. Das bewusste Geben an Heilsgänger bedeutet ja, dass der Geber um die Tatsache des Strebens nach dem Todlosen weiß und bei dem Geben in Gedanken daran verweilt, den Heilsgänger als Vorbild und Ansporn benutzt, um selber das Heilsziel zu erreichen. Ein solches Geben, das von den Gedanken des Spenders an das Heil begleitet ist, bringt unermesslich größeren Gewinn als das Geben aus Mitempfinden an bedürftige Weltmenschen und Tiere, die keine höheren Strebensziele kennen.

*Da hat denn Pāyāsi, der Kriegerfürst, das Spenden von Almosen angeordnet für Asketen und Brahmanen, Arme und Elende, Bettler und Bittende. Bei dieser Beschenkung wurden verteilt: Brocken und Krumen und dazu abgestandener Reisbrei; auch abgetragene Gewänder, lumpig und ausgefranst. Bei dieser Verteilung war Uttaro, ein junger Brahmane, angestellt. Er hat die Gaben verteilt und dabei angedeutet: „Mit dieser Gabe schließe ich mich in dieser Welt dem Kriegerfürst Pāyāsi an, aber durchaus nicht (bezüglich des Gewinns) im Jenseits.“ Nun hörte Pāyāsi, der Kriegerfürst, reden: Uttaro, der junge Brahmane, spricht, wenn er Almosen gibt, dazu die Worte: „Mit dieser Gabe schließe ich mich in dieser Welt dem Kriegerfürst Pāyāsi an, aber durchaus nicht (bezüglich des Gewinns) im Jenseits.“ Da hat denn Pāyāsi, der Kriegerfürst, Uttaro, den jungen Brahmanen, zu sich bestellt und gesprochen:*

*Ist es wahr, wie man sagt, dass du, mein lieber Uttaro, wenn du die Gaben verteilst, dabei andeutest: „Mit dieser Gabe schließe ich mich in dieser Welt dem Kriegerfürst Pāyāsi an, aber durchaus nicht (bezüglich des Gewinns) im Jenseits“? –*

*Ja, Herr. –*

*Warum aber sagst du, wenn du die Gaben verteilst, solche Worte? Erwächst uns nicht Verdienst aus dem Geben, haben wir nicht dadurch gute Ernte zu erwarten? –*

*Es wird bei der Spende des Herrn als Speise verteilt: Brocken und Krumen und dazu abgestandener Reisbrei; das möchte der Herr auch nicht mit dem Fuß berühren, geschweige verzehren. Auch abgetragene Gewänder, lumpig und ausgefranst, werden verteilt. Die möchte der Herr auch nicht mit dem Fuß berüh-*

*ren, geschweige anziehen. Der Herr aber ist mir lieb und teuer, wie könnte ich zulassen, dass ein mir Lieber und Teurer an Unangenehmes gebunden sein wird? –*

*Nun denn, mein lieber Uttaro, was für Speise ich genieße, die gleiche Speise sollst du verteilen, und was für Kleidung ich anziehe, die gleiche Kleidung auch sollst du verteilen. –*

*Gut, o Herr –, sagte da gehorsam Uttaro, der junge Brahmane, zu Pāyāsi, dem Kriegerfürsten. Und was für Speise Pāyāsi, der Kriegerfürst, bekam, die gleiche Speise wurde verteilt; und was für Kleidung Pāyāsi, der Kriegerfürst, zu tragen pflegte, die gleiche Kleidung auch wurde verteilt.*

Hier sagt der Brahmane zu dem Kriegerfürsten sehr liebevoll, aber ganz offen: „Der Lohn für diese elenden Gaben, die du nicht mal mit dem Fuß berühren magst, wird im Jenseits darin bestehen, dass auch du dir Unangenehmes – Abfall – essen musst und dich mit dir Unangenehmem – mit Lumpen – bekleiden musst.“

Der Kriegerfürst Pāyāsi folgt einsichtig der Mahnung des jungen Brahmanen und lässt von nun an das verteilen, was er selber isst und womit er bekleidet ist.

### Rechtes Geben

Wenn man diese Art des Spendens vergleicht mit dem Spenden, wie es der Erwachte empfiehlt, dann sieht man den großen Unterschied zu Pāyāsis Spenden. Der geizige Pāyāsi hat zuerst armselige Spenden verteilt und hat nicht eigenhändig gegeben, er hat einen Brahmanen dazu beauftragt. So konnte er nicht die Freude der Beschenkten miterleben und dadurch selber Freude empfinden, wie es etwa *Ankura* ausdrückte (Peta-Vatthu II 9):

*Ach, du Bester, ich will schenken. Noch gibt's Gute. Denen gönn ich's.*

*Wie die Wolke Regen spendet, will die Armen ich erquicken.*

*Wenn das Antlitz bei dem Anblick Bittender vor Freude leuchtet*

*und das Herz vom Geben weit wird, das ist Glück für uns im Hause.*

*Vor dem Geben wohlgesinnt sein, gebend froh das Herz erhel-  
len,*

*nach dem Geben heitern Sinnes: das heißt gutes Werk vollenden.*

Der Erwachte sagt, die Gabe eines guten Menschen sei in achtfacher Weise ausgezeichnet (M 110, 142, A V, 147, 148):

1. Er gibt Reines, das heißt nur Dinge, die er selber ehrlich erworben hat.
2. Er gibt Auserwähltes, keinen Abfall, nicht etwa *Brocken und Krumen, abgestandenen Reisbrei, abgetragene Gewänder, lumpig und ausgefranst.*
3. Er gibt zur rechten Zeit: dann, wenn es nötig ist, nicht blindlings, sondern mit Bedacht, einfühlsam, die Bedürfnisse des anderen erspürend, die Gefühle der anderen achtend, sich nach ihnen richtend.
4. Er gibt nichts entgegen den Tugendregeln: keine Narkotika, keinen Alkohol, keine Waffen und Gifte. So gibt er, ohne anderen zu schaden.
5. Er gibt mit Überlegung, mit liebevoller Zuwendung und persönlicher Anteilnahme; er beauftragt, wenn möglich, keinen Dritten damit, sondern überreicht die Gabe eigenhändig.
6. Er gibt gleichmäßig und regelmäßig. Er gibt freudig aus eigenem Antrieb, nicht erst auf Ermahnungen oder gar groben Anstoß hin. Er gibt nicht ohne Achtung vor dem Empfänger.

7. Dabei füllt sich ihm das Herz mit Zuversicht eingedenk hilfreicher Taten Frucht, in dem Wissen um die guten Folgen hilfreichen Wirkens.
8. Nach dem Geben aber soll er im Herzen keine Reue zulassen, sondern zufrieden und freudig gestimmt sein.

Das hilfreichste Motiv zum Geben für den, der die Lehre kennt, ist neben dem Mitempfinden das Loslassen, wie es in den Lehrreden heißt, z.B. S 55,69:

*Das Hausleben lebt er mit einem Gemüt, das frei ist von den Befleckungen durch Engherzigkeit, Kleinlichkeit, Geiz. – Loslassen empfindet er als befreiend, ist entgegenkommend mit offenen Händen, gewinnt Freude am Zurücktreten, ist offen für Bitten und glücklich, wenn er teilen kann.*

Durch das Gespräch mit dem Verteiler der Spende angeregt, gibt Pāyāsi nun auch gute Gaben, gutes Essen und gute Kleidung im Hinblick darauf, dass er im nächsten Leben dadurch bessere Ernte haben werde. Diese Haltung Pāyāsis schildert der Erwachte in A VII,49 und nennt im Gegensatz dazu die Haltung dessen, der durch Geben im Herzen Loslassen ausbildet:

Dort wird gefragt: *Kann es sein, dass die gleiche Gabe, von dem einen gegeben, keine große Frucht, keinen großen Segen bringt, aber von einem anderen gegeben, große Frucht, großen Segen bringt? – Das kann sein.*

*1. Da gibt der eine die Gabe, weil er etwas davon erwartet, verstrickten Herzens, um sich etwas für später aufzusparen, in dem Gedanken: Das werde ich jenseits des Todes genießen. Der gibt dann als Spende einem Asketen oder Priester Speise und Trank, Kleidung, Fuhrwerk, Blumen oder Körperpflegemittel, Lagerstatt, Unterkunft oder Beleuchtung. Wenn einer eine Gabe aus dieser Erwartung, verstrickten Herzens gibt, erscheint er nach Versagen des Körpers, jenseits des Todes, bei den Himmelswesen der Vier Großen Könige (bei den Na-*

turgeistern) wieder. Sobald er aber dieses Wirken verbraucht hat, diese Macht, diese Hoheit, diese Herrlichkeit, kehrt er wieder, gelangt wieder in diese Welt.

2. Wieder einer gibt die Gabe nicht aus dieser Erwartung, nicht verstrickten Herzens, sondern in der Überlegung: „Geben ist etwas Gutes“ oder weil er denkt: „Die Gaben und Leistungen, die früher von meinen Eltern und Voreltern erbracht worden sind, will ich nicht aufgeben, um nicht dem alten Brauch untreu zu werden“ oder weil er denkt: „Ich koche, jene kochen nicht. Da will ich es als einer, der kocht, nicht versäumen, denen etwas zu geben, die nicht kochen“ (gemeint sind die hauslosen Pilger und Mönche). Oder er spendet in dem Gedanken: „So segensreich wie die großen Opfer jener Seher der Vorzeit, so segensreich soll das Austeilen meiner Spenden sein.“ Oder er spendet in dem Gedanken: „Wenn ich Gaben spende, dann wird mir das Herz gestillt, innere Erhebung und geistiges Glück steigen auf.“ Diese erscheinen, weil sie diese Gabe gegeben haben, nach dem Versagen des Körpers, jenseits des Todes, bei den Himmelswesen der Vier Großen Könige wieder. Sobald aber dieses Wirken verbraucht ist, diese Macht, diese Hoheit, diese Herrlichkeit, kehren sie wieder, gelangen wieder in diese Welt.

3. Oder aber einer spendet die Gabe aus keinem dieser Gründe, sondern um das Herz (zur Aufhebung der Triebe) geeignet/fähig zu machen (*citt-ālam-kāra*), um das Herz mit dem erforderlichen Werkzeug auszurüsten (*citta-parikhāratta*). Der gibt dann als Spende einem Asketen oder brahmisch Lebenden Speise und Trank, Kleidung, Fuhrwerk, Blumen oder Körperpflegemittel, Lagerstatt, Unterkunft oder Beleuchtung. Wenn einer die Gabe nicht aus Erwartung, verstrickten Herzens gibt, nicht um sich etwas für später zu sparen in dem Gedanken: „Das werde ich jenseits des Todes genießen“; auch nicht, weil er denkt: „Geben ist etwas Gutes“ oder „Dem alten Brauch will ich nicht untreu werden“ oder „Ich koche, jene kochen nicht; da will ich denen etwas geben, die nicht kochen“, auch nicht, weil er denkt: „So segensreich wie bei



*den großen Opfern jener Seher der Vorzeit soll das Austeilen meiner Spenden sein“ oder „Wenn ich Gaben spende, dann wird mir das Herz gestillt, innere Erhebung und geistiges Glück steigen auf“ – sondern wenn einer Gaben nur spendet, um das Herz (zur Aufhebung der Triebe) geeignet/fähig zu machen, um das Herz mit dem erforderlichen Werkzeug auszurüsten, der erscheint, weil er auf solche Weise Gabe gespendet hat, nach dem Versagen des Körpers, jenseits des Todes in der Gemeinschaft brahmischer Himmelswesen wieder. Wenn er aber dieses Wirken verbraucht hat, diese Macht, diese Hoheit, diese Herrlichkeit, ist er ein Nichtwiederkehrer, kehrt nicht mehr zu dieser Welt zurück. Das ist der Grund, das ist die Bedingung dafür, dass eine Gabe der gleichen Art, von dem einen gegeben, keine große Frucht, keinen großen Segen bringt, aber von einem anderen gegeben, große Frucht, großen Segen.*

Bei schnellem Lesen mag es erscheinen, als ob der zweite Geber inneres Wohl durch das Geben erfahre. Das ist aber nicht vom Erwachten gesagt. Der erste Geber wird – wie Pāyāsi – von vordergründigen Motiven geleitet: „Nach dem Tod soll es mir gut gehen.“ Der zweite Geber spendet u.a. in dem Gedanken, dass er durch die Freude des Gebens inneres Wohl erfahren wird. Beide gelangen mit dieser Erwartungshaltung nach dem Tod zu den Göttern der Vier Großen Könige und sinken später wieder in die Menschenwelt ab.

Der dritte Geber, vom Erwachten belehrt, ein Heilsgänger, hofft nicht auf Verbesserung der äußeren Situation, hofft nicht auf gute Gefühle, sondern in dem Wissen, dass allein die Verbesserung der Qualitäten des Herzens dem endgültigen Heil näher bringt, geht es ihm um die Ausbildung von Mitempfinden und Loslassen von Sinnlichem. Er erscheint in der Brahmawelt wieder, und da er im Besitz heilender rechter Anschauung ist und Sinnensucht überwunden hat, ist er ein Nichtwiederkehrer. Er kehrt nicht nach Aufzehrung der guten

Ernte wie die anderen in die Sinnensuchtwelt zurück, sondern hebt die restlichen Triebe in der Selbsterfahrnis der Reinen, der Reinhausigen, auf.

Der jenseitige Pāyāsi rät den Menschen,  
zu geben und zur Tugend

*Da hat denn Pāyāsi, der Kriegerfürst, respektlos, unachtsam Gaben gegeben, nicht mit eigener Hand, nicht mit dem Herzen, nicht mit der Gesinnung des Loslassens. Bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, ist er dann zur Gemeinschaft mit den Göttern der Vier Großen Könige gelangt, hat einen leeren Prachtakazienhain bezogen. Der aber bei jener Verteilung angestellt gewesen war, Uttaro, der junge Brahmane, hat respektvoll, achtsam Gaben gegeben, mit eigener Hand, mit dem Herzen, mit der Gesinnung des Loslassens. Bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, ist er auf gute Lebensbahn, in himmlische Welt gelangt, zur Gemeinschaft mit den Göttern der Dreiunddreißig.*

Pāyāsi kam nicht auf den Gedanken, selber die Gaben zu verteilen, sondern beauftragte Angestellte damit. Er hatte eben nicht die rechte Einstellung, nicht die nötige Achtung und nicht die wirkliche Herzensfreude am Geben. Weil er sein Geben nur derart wegwerfend vollzog, deshalb war seine spätere Daseinsform zwar übermenschlich, aber nicht sehr hoch: Sein Spendenverteiler gelangte zu den Göttern der Dreiunddreißig und besaß die Freiheit, dort ohne Beruf leben zu können. Pāyāsi aber gelangte zu den niedrigeren Göttern, den Naturgeistern, wurde ein Yakkho. Dort aber müssen die Wesen noch Berufspflichten erfüllen, sind noch einer Obrigkeit untertan, nicht ihr eigener Herr. Und so erhielt auch Pāyāsi dort eine Aufgabe (Vimāna-Vatthu 74 u. 84, Peta-Vatthu IV,2). Er wohnte zwar in einem schönen Landhaus, einem

*vimāna*, mit allem Erforderlichen versehen, vor allem mit dem Vorzug, sich damit fliegend durch den Raum bewegen zu können. Aber er musste in einer wüsten Gegend darüber wachen, dass Verirrte wieder auf den rechten Weg gelangten, musste sich als Schutzgeist betätigen, um sein mangelhaftes Mitgefühl auszubilden.

Eines Tages nun verirrte sich eine Karawane in der Wüste. Da zeigte er sich ihnen und wies ihnen den rechten Weg. Die Händler fragten ihn, durch welches Wirken er wohl ein so schönes Haus und solchen Glanz erworben habe. Er erwiderte, dass er sich vom Materialismus zur Tugend bekehrt, die fünf Tugendregeln gehalten habe, so habe er übermenschliches Glück gewonnen. Mitten in diesem Gespräch huschte aber ein Schatten über Pāyāsi's Gesicht, und er wurde traurig. Darauf fragten ihn die Kaufleute, was ihn wohl bedrücke, wie er nur traurig sein könne in seinem Glück, das so sehr dem Menschentum überlegen sei. Da erwiderte er ihnen, soeben seien die Schoten an seiner himmlischen Prachtakazie aufgeplatzt, und das sei für ihn eine Mahnung, an die Vergänglichkeit seines schönen Daseins zu denken. Er habe nämlich nur fünfhundert Jahre in diesem Haus zu leben, und alle hundert Jahre platzen die Schoten seiner Prachtakazie auf, ihn zu erinnern. Das eben habe er nun beobachtet, und darum sei er traurig.

Die Kaufleute fragten nun, warum er sich der Karawane gezeigt habe, wieso sie dieses Schutzes würdig seien. Er erwiderte ihnen, unter ihnen lebe ein Anhänger des Erwachten. Die Händler wussten aber nicht, wen er meinte. Die Tugend des Betreffenden war unauffällig. Nachdem Pāyāsi sie dann noch darin bestärkt hatte, die fünf Tugendregeln auf sich zu nehmen, entschwand er ihnen. Sie aber gelangten glücklich heim und berichteten von ihrem Erlebnis, so die Menschen bestärkend in der rechten Anschauung, dass es eine Saat und Ernte des Wirkens und ein Jenseits gibt.

Unsere Lehrrede (D 23) schließt ab mit einem weiteren Gespräch des jenseitigen Pāyāsi mit einem Menschen, einem Mönch, dem Pāyāsi erscheint. Er bittet ihn, in der Menschen-

welt zu verkünden, wie wichtig das eigenhändige achtungsvolle, mitempfindende Geben ist, und nennt dabei als Beispiel die geringere Ernte, die er erlebt, und die größere Ernte, die sein ehemaliger Angestellter erfährt, der in der rechten Weise gegeben hat. Frei von Stolz und Empfindlichkeit ist jetzt der jenseitige Pāyāsi, indem er die Überlegenheit seines ehemaligen Angestellten herausstellt. Und mitempfindend ist er bemüht, den Menschen den Wert des Gebens und wie zu geben sei, zu übermitteln. Er hat jetzt an sich das Karmagesetz erfahren und ist dadurch in seinem Herzen ein anderer geworden.

*Um diese Zeit nun pflegte der ehrwürdige Gavampati wiederholt den leeren Prachtakazienhain aufzusuchen, um während der heißen Tageszeit dort zu verweilen. Da ist denn einmal Pāyāsi, der Göttersohn, dem ehrwürdigen Gavampati erschienen, hat ehrerbietigen Gruß dargeboten und seitwärts gestanden. Zu Pāyāsi, dem Göttersohn, der da seitwärts stand, hat nun der ehrwürdige Gavampati gesprochen:*

*Wer bist du, Bruder? –*

*Ich, o Herr, war Pāyāsi, der Kriegerfürst. –*

*So warst du wohl der, Bruder, der da vermeint hatte: „Es gibt kein Jenseits; es gibt keine über- und untermenschlichen Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen; es gibt keine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens“? –*

*Es ist wahr, Herr, ich hatte das geglaubt. Aber ich bin durch den ehrwürdigen Kumārakassapo von jener verderblichen Ansicht abgebracht worden. –*

*Der aber da, Bruder, bei deiner Spendenverteilung beschäftigt war, Uttaro, der junge Brahmane, wohin ist der gelangt? – Der da, Herr, bei meiner Spendenverteilung beschäftigt war, Uttaro, der junge Priester, der hat respektvoll, achtsam Gaben gegeben, mit eigener*

*Hand, mit dem Herzen, mit der Gesinnung des Loslassens. Bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, ist er dann auf gute Lebensbahn, in himmlische Welt gelangt, zur Gemeinschaft mit den Göttern der Dreiunddreißig. Ich aber, Herr, habe respektlos, unachtsam Gaben gegeben, nicht mit eigener Hand, nicht mit dem Herzen, nicht mit der Gesinnung des Loslassens. Bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, bin ich dann zur Gemeinschaft mit den Göttern der Vier Großen Könige gelangt, habe diesen Prachtakazienhain bezogen. –*

*Wenn der ehrwürdige Gavampati in die Menschenwelt geht, so möge er den Menschen sagen: „Gebt respektvoll, achtsam Gaben, mit eigener Hand, mit dem Herzen, mit der Gesinnung des Loslassens. Pāyāsi, der Kriegerfürst, hat respektlos, unachtsam Gaben gegeben, nicht mit eigener Hand, nicht mit dem Herzen, nicht mit der Gesinnung des Loslassens. Bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, ist er dann zur Gemeinschaft mit den Göttern der Vier Großen Könige gelangt, hat einen leeren Prachtakazienhain bezogen. Der aber bei jener Verteilung angestellt gewesen war, Uttaro, der junge Priester, hat respektvoll, achtsam Gaben gegeben, mit eigener Hand, mit dem Herzen, mit der Gesinnung des Loslassens. Bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, ist er dann auf gute Lebensbahn, in himmlische Welt gelangt, zur Gemeinschaft mit den Göttern der Dreiunddreißig. –“*

*Da ist der ehrwürdige Gavampati zu den Menschen gegangen und hat ihnen gesagt: „Gebt respektvoll, achtsam Gaben, mit eigener Hand, mit dem Herzen, mit der Gesinnung des Loslassens. Pāyāsi, der Kriegerfürst, hat respektlos, unachtsam Gaben gegeben, nicht mit eigener Hand, nicht mit dem Herzen, nicht mit der Gesinnung des Loslassens. Bei Versagen des Körpers,*

*nach dem Tod, ist er dann zur Gemeinschaft mit den Göttern der Vier Großen Könige gelangt, hat einen leeren Prachtakazienhain bezogen. Der aber bei jener Spendenverteilung angestellt gewesen war, Uttaro, der junge Priester, hat respektvoll, achtsam Gaben gegeben, mit eigener Hand, mit dem Herzen, mit der Gesinnung des Loslassens. Bei Versagen des Körpers, nach dem Tod, ist er dann auf gute Lebensbahn, in himmlische Welt gelangt, zur Gemeinschaft mit den Göttern der Dreiunddreißig. –*

Fünfhundert Jahre himmlisches Erleben hat Pāyāsi seine Tugend und sein Geben eingebracht. Die Ernte für seine Quälereien an den Verurteilten ist damit nicht aufgehoben, sie kann (It. M 136) in der nächsten Existenz oder in einer der folgenden Existenzen an ihn herantreten.

Aber Pāyāsi hat sich schon als Mensch bewusst das Üble seiner üblen Taten vor Augen geführt und sich um heilsames Tun bemüht. So kann für ihn auch die Aussage des Erwachten (Dh 173) gelten:

*Wer einst begangnes übles Werk  
mit bessrem Wirken ganz durchsetzt,  
dem lichtet sich die Finsternis,  
wie wenn der Mond durch Wolken bricht.*

*Die Frucht des Wirkens ist etwas Unerfassbares, sagt der Erwachte an anderer Stelle (A IV,77), über die man nicht nachdenken sollte. Man kennt ja bei sich selber meistens noch nicht einmal die Motive, die einen veranlassten, dieses oder jenes Üble zu tun, wie viel weniger bei anderen, und weder bei uns noch bei anderen kennen wir die Ansammlung der noch latenten Ernte früheren Wirkens.*

DIE ENTWICKLUNG INNERHALB  
EINES WELTZEITALTERS

27. und 26. Lehrrede der „Längeren Sammlung“

Unabhängig von Kasten: „Ein Gesetz steht über den Wesen.  
Eine heilsmächtige, weltüberlegene Fähigkeit besitzen sie

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Sāvatti, im Osthain, auf Mutter Migāros Terrasse.*

*Um diese Zeit aber hielten sich Vāsettho und Bhāradvājo bei den Mönchen auf, da sie dem Orden der Mönche beitreten wollten.*

*Nun war der Erhabene eines Abends, nach Beendigung der Gedenkensruhe, von der Terrasse herabgestiegen und im Schatten der Bastei unter freiem Himmel auf und ab gewandelt. Es sah aber Vāsettho den Erhabenen dort auf und ab wandeln, und bei diesem Anblick wandte er sich an Bhāradvājo:*

*Da ist, Bruder Bhāradvājo, der Erhabene jetzt am Abend nach Beendigung der Gedenkensruhe von der Terrasse herabgestiegen und wandelt im Schatten der Bastei unter freiem Himmel auf und ab. Komm, Bruder Bharadvājo, wir wollen uns zum Erhabenen hinbegeben. Vielleicht ist es möglich, mit dem Erhabenen selber ein Gespräch über die Lehre zu führen. –*

*Gern, Bruder, sagte da Bhāradvājo zustimmend zu Vāsettho. Sie begaben sich zum Erhabenen und boten ehrerbietigen Gruß dar. Mit dem Erhabenen auf und ab wandelnd, schritten sie hinter ihm her.*

Wir kennen die hier genannten zwei angehenden Mönche, die den Erhabenen zu einem Gespräch aufsuchten, aus der

13. Lehrrede der „Längeren Sammlung“. Dort wird berichtet, wie sie den Erwachten aufsuchten und fragten, welcher von den ihnen bekannten alten ehrwürdigen Priestern den geraden Weg zu Brahma wies. Der Erwachte antwortete ihnen damals, dass in der Priesterhierarchie, von der die Tradition berichtet, kein einziger Priester Brahma leibhaftig erlebt habe und darum keiner den Weg zu ihm zeigen könne. Auf ihre Bitte wies der Erwachte ihnen den Weg zu Brahma, der in der Umbildung des Herzens besteht, in der Ausbildung der vier Strahlungen: in der unterschiedslosen, nichtmessenden Liebe zu allen Wesen, im schonenden Mitempfinden, in Freude und in Gleichmut. Diese beiden jungen Priester wurden damals Anhänger des Erwachten, und wir sehen, dass sie nun die Absicht haben, in den Orden des Erwachten einzutreten. Der Erwachte fragt mitempfindend, ob ihre Berufsgenossen, die Priester, ungehalten wären über diese ihre Absicht:

*Ihr seid ja, Vāsetther, Priester von Geburt, Priester der Herkunft nach; aus priesterlichem Geschlecht wollt ihr von Hause fort in die Hauslosigkeit ziehen. Werden euch da nicht die Priester zürnen und gram sein? –*

*Allerdings, o Herr, zürnen uns die Priester und sind uns gram, tadeln uns auf ihre Weise, voll bemessen, nicht wenig bemessen. –*

*Wie denn aber, Vāsetther, zürnen euch die Priester und sind euch gram, tadeln euch auf ihre Weise, voll bemessen, nicht wenig bemessen? –*

*Die Priester, o Herr, haben gesagt: „Die Priester nur sind höchste Kaste, niedrig sind andere Kasten; die Priester nur sind gute Kaste, übel sind andere Kasten; die Priester nur können rein werden, nicht Unpriester; die Priester sind Brahmas Söhne, von echter Abstammung, aus dem Mund geboren, von Brahma gezeugt, von Brahma gebildet, Erben Brahmas. Ihr aber habt die höchste Kaste aufgegeben und seid in eine niedere*



*Kaste eingetreten, und zwar bei diesen kahlgeschorenen Asketen, dem frechen Gesindel, wo einer dem anderen auf den Fersen folgt. Das ist nicht wohlgetan, das ist nicht recht getan, dass ihr die höchste Kaste aufgegeben habt und in eine niedere Kaste eingetreten seid.“ Auf solche Art, o Herr, zürnen uns die Priester und sind uns gram, tadeln uns auf ihre Weise, voll bemessen, nicht wenig bemessen. –*

*Da haben, Vāsetther, die Priester nicht eingedenk der Vorzeit zu euch gesprochen. Es gibt ja unter den Priestern Priesterfrauen, die fruchtbar sind, schwanger werden, Kinder gebären und aufziehen; aber jene Priester, obwohl von Priesterfrauen geboren, reden: „Die Priester nur sind höchste Kaste, niedrig andere Kasten; die Priester nur sind von guter Kaste, übel sind andere Kasten; die Priester sind Brahmas Söhne, von echter Abstammung, aus dem Mund geboren, in Brahma gezeugt, in Brahma gebildet, Erben Brahmas.“ So haben sie aber den Brahma verleumdet, unwahr gesprochen, sich unheilsame Ernte geschaffen.*

Schon lange Zeit vor dem Buddha haben die Brahmanen selbstherrlich die Menschen in vier Kasten eingeteilt und diese als eine unaufbrechbare erbliche Gegebenheit der Menschen proklamiert, wonach kein Mensch im Lauf seines Lebens diejenige Kaste, in welche er hineingeboren war, verlassen und einen anderen, höheren oder niederen sozialen Stand erwerben konnte. Bei dieser Einteilung haben sich die Priester, die Brahmanen, selbst zur obersten, ersten Kaste ernannt, die Krieger zur zweiten, die Bürger zur dritten und das Dienstpersonal zur vierten Kaste. Die lebenslängliche Zugehörigkeit zur gleichen Kaste wurde als ebenso unveränderbar und erblich angesehen wie etwa ein als Hund geborenes Tier in diesem Leben seine Hundearart nicht sprengen, kein anderes Tier werden kann. Doch stellt sich innerhalb eines jeden sozialen Ver-

bands in allen Völkern und auch in Tierrudeln im Lauf der Zeit zwanglos heraus, welche Wesen bei ihrem Tun und Lassen und Anstreben nur so vor sich hin leben, mehr oder weniger rücksichtslos dem Angenehmen nachjagen und alles Unangenehme meiden oder beseitigen – und welche dagegen mehr das Wohl des Ganzen im Auge haben. Aus diesen unterschiedlichen Charaktereigenschaften mit entsprechend unterschiedlichem Verhalten im Gesamtverband ergibt sich bei Menschen ebenso wie in Tierrudeln von selbst eine gewisse soziale Schichtung zwischen solchen, die immer einen Überblick über das Ganze bewahren, und den anderen, die nur ihren eigenen Interessen nachgehen. Diese natürliche Schichtung bringt es von selbst mit sich, dass Nachkommen, die nach Format und Charakter von ihren Vorfahren abweichen, dann im Lauf der Zeit in die Kreise gelangen, welchen sie innerlich zugehören. Diese soziale Umschichtung haben die Brahmanen durch ihr in anmaßender Weise aufgestelltes Dogma von der Unsprengbarkeit der „Kasten“ unterbunden.

*Nicht eingedenk der Vorzeit* hätten die Priester gesprochen, sagt der Erwachte. Der Erwachte berichtet an anderer Stelle (M 93), dass sich in uralter Vorzeit sieben hohe Priester zu einer wichtigen Beratung in einen Wald zurückgezogen hatten und dort zu der falschen Auffassung gekommen waren, dass die Priester die oberste und erste Kaste seien, die anderen Kasten dagegen niedriger seien. – Diese falsche Idee der Priester habe aber ein in der Einsamkeit lebender Weiser in seinem Geist unmittelbar erfahren. Der habe die Priester durch eine magische Erscheinung auf sich aufmerksam gemacht und ihnen nach der Demonstration seiner magischen Überlegenheit einen schlagenden Beweis dafür geliefert, dass sie überhaupt *nicht wissen und nicht sehen* konnten, was sie da von der Überlegenheit der Priester behaupteten, ja, dass sie nicht einmal wissen könnten, ob sie selber Brahmanen von Geburt seien.

Jener Weise ging dabei von der den damaligen Priestern wie auch heute noch vielen Indern aus Erfahrung bekannten

Tatsache aus, dass die Geburt eines Menschen immer nur durch die Vereinigung von drei Wesen – nicht von zwei – zustande kommt, nämlich dadurch, dass ein bereits lebendes menschenähnliches feinstoffliches Wesen der jenseitigen Welt, der Geisterkreise oder Himmelskreise, dort abscheidet und anlässlich der Paarung zweier Menscheneltern in den Schoß der Mutter eintritt und sich dort nun im Lauf der Entwicklungszeit eine entsprechende Körperlichkeit als Werkzeug zur sinnlichen Wahrnehmung der grobstofflichen irdischen Dinge anlegt, um mit diesem dann als Mensch aus dem Mutterschoß hervorzugehen.

Auf Grund dessen mussten jene Priester dem alten Weisen zugeben, dass sie nicht wissen könnten, welchen Stand sie vorher innehatten, als sie als „jenseitige Wesen“ in den Schoß ihrer Mutter gestiegen und mit einem menschlichen Körper aus ihm hervorgegangen seien, dass sie eben von ihrer Vergangenheit nichts mehr wüssten. Sie sind von einer Menschenmutter – nicht von Brahma – in diese Menschenwelt hineingeboren worden, aber wer sie eigentlich waren als jene feinstofflichen Wesen, davon hatten sie selbst keine Ahnung. Darum war die Behauptung jener Priester leer und sinnlos.

Und nun geht der Erwachte auf ihre ebenso sinnlose Behauptung ein, nur die Priester könnten rein sein und werden.

*Vier gibt es, Vāsether, der Kasten: Krieger, Priester, Bürger und Diener. Manche Krieger in der Kriegerkaste bringen Lebendiges um, nehmen Nichtgegebenes, verhalten sich fehl auf geschlechtlichem Gebiet, reden trügerisch, hintertragen, reden verletzend und schwätzen, sind voll Gier, Antipathie bis Hass und falscher Anschauung. Diese unheilsamen und von Kennern als unheilsam bezeichneten Eigenschaften finden sich in der Kriegerkaste. Diese tadelhaften und von Kennern als tadelhaft bezeichneten Eigenschaften, diese zu meidenden und von Kennern als zu meidend bezeichneten, diese üble Ernte schaffenden und von Kennern als üble Ernte schaffend bezeichneten Eigenschaften finden sich in der Kriegerkaste.*

*Manche Priester, manche Bürger, manche Diener bringen Lebendiges um, nehmen Nichtgegebenes, verhalten sich fehl auf geschlechtlichem Gebiet, reden trügerisch, hintertragen, reden verletzend und schwätzen, sind voll Gier, Antipathie bis Hass und falscher Anschauung. Diese unheilsamen und von Kennern als unheilsam bezeichneten Eigenschaften finden sich in der Priester-, Bürger- und Dienerkaste. Diese tadelhaften und von Kennern als tadelhaft bezeichneten, diese zu meiden und von Kennern als zu meidend bezeichneten, diese üble Ernte schaffenden und von Kennern als üble Ernte schaffend bezeichneten Eigenschaften finden sich in der Priester-, Bürger- und Dienerkaste.*

*Manche Krieger in der Kriegerkaste haben es aufgegeben, Lebendiges umzubringen, Nichtgegebenes zu nehmen, haben das Fehlverhalten auf geschlechtlichem Gebiet aufgegeben, haben trügerische Rede, Hintertragen, verletzende Reden und Schwätzen aufgegeben, haben Gier, Antipathie bis Hass und falsche Anschauung aufgegeben. Diese heilsamen und von Kennern als heilsam bezeichneten Eigenschaften finden sich in der Kriegerkaste. Diese untadeligen und von Kennern als untadelig bezeichneten Eigenschaften, diese zu pflegenden und von Kennern als zu pflegend bezeichneten Eigenschaften, die gute Ernte schaffenden und von Kennern als gute Ernte schaffend bezeichneten Eigenschaften finden sich in der Kriegerkaste. Manche Priester, manche Bürger, manche Diener haben es aufgegeben, Lebendiges umzubringen, Nichtgegebenes zu nehmen, haben Fehlverhalten auf geschlechtlichem Gebiet aufgegeben, haben trügerische Rede, Hintertragen, verletzende Worte und Schwätzen aufgegeben, haben Gier, Antipathie bis Hass und falsche Anschauung aufgegeben. Diese heilsamen und von Kennern als heilsam bezeichneten Eigenschaften finden sich in der Priester-, Bürger-, Diener-Kaste. Diese untadeligen und von Kennern als untadelig bezeichneten Eigenschaften, diese zu pflegenden und von Kennern als zu pflegend bezeichneten Eigenschaften, die gute Ernte schaffenden und von Kennern als gute Ernte schaffend bezeichneten Eigen-*

*schaften finden sich in der Priester-, Bürger- und Dienerkaste.*

*Von den vier Kasten, bei denen sich üble und gute, von Kennern getadelte und gelobte Eigenschaften gemischt vorfinden, sagen die Brahmanen: „Die Priester nur sind höchste Kaste, niedrig sind andere Kasten, die Priester nur sind gute Kaste, übel sind andere Kasten; die Priester nur können rein werden, nicht Unpriester; die Priester sind Brahmas Söhne, von echter Abstammung, aus dem Mund geboren <sup>266</sup>, von Brahma gebildet, Erben Brahmas.“ Da stimmen ihnen Verständige (Kenner) nicht zu. Und warum nicht? Ist eben, Vāsetther, in diesen vier Kasten einer als Mönch heil geworden, ein Triebversiegter, der getan hat, was zu tun ist, der die Last abgelegt, das Heil sich errungen hat, die Verstrickungen aufgehoben, in vollkommenem Wissen erlöst ist, so ist er der Höchste von allen und wird auch als solcher bezeichnet, entsprechend der (über allen Wesen stehenden) Gesetzmäßigkeit. Denn eine Ordnung, ein Gesetz steht über den Wesen, in dieser und in anderen Welten.*

In der Lehre des Buddha ist „das Gesetz“ (*dhamma*) weder menschliche Willkür noch göttliches Gebot, sondern das moralische Gesetz von Saat und Ernte des Wirkens, *karma*, der geistige Aspekt des allgemein gültigen Gesetzes, das nur die Erwachten in seiner Totalität entdecken: des Gesetzes der Bedingtheit.

Dieses Gesetz ist es, welches über Welt und Ich, Mensch und Gott steht. Dieses Gesetz ist die Regel, nach der alles Geschehen abläuft, es lässt daher keinen Raum für einen göttlichen Gesetzgeber; es braucht nur entdeckt zu werden. Und die Aufgabe aller guten menschlichen Gesetzgeber besteht nur darin, sich nach dem Karmagesetz zu richten und es gelten zu lassen. Die häufige Übersetzung von *dhamma* mit „Recht“ nennt lediglich den menschlich-persönlichen Aspekt, nämlich

---

<sup>266</sup> von den Priestern wörtlich so gemeint, nicht übertragen wie bei Nachfolgern des Buddha

die Richtigkeit und Rechtmäßigkeit des Gesetzes, das die Gerechtigkeit selber ist. Das Gesetz selber richtet den Menschen, der sich dagegen vergeht. So wenig wie eines Gesetzgebers bedarf es daher eines absoluten Richters. So wie der beste irdische Gesetzgeber nur das universale Gesetz aus der Wirklichkeit abliest und formuliert, so auch wendet es der Richter nur an. Sie schöpfen kein Recht, sie schaffen kein Recht, sie setzen nicht Recht, sondern sie beugen sich dem allgemeinen Gesetz des Daseins und vollziehen es.

Der Mensch, der dem Gesetz folgt, hat keine ungerechten Folgen zu befürchten. Wer aber als Mensch anderen Wesen Unrecht tut und sie ungerecht behandelt, der fügt sich selber den größten Schaden zu, weil er gegen das Gesetz verstößt und weil dieser Verstoß früher oder später auf ihn zurückfallen wird.

Wer als Mensch selber leben will, selber besitzen will, selber genießen will, selber von anderen Ehrlichkeit und Entgegenkommen und Anerkennung verlangt, aber anderen Leben, Besitz, Genuss, Wahrheit, Freundlichkeit, Ehre entreißt oder verweigert, der widerspricht dem Gesetz und richtet sich damit selber. Er will sich selber außerhalb des Gesetzes stellen, nach dem er die anderen messen will, aber das ist unmöglich. Jeder ist seines Unglücks oder Glücks Schmied: *Und ihre Werke folgen ihnen nach*. Und so erntet jeder Mensch die Folgen seines Wirkens genau nach der Art und der Absicht, wie er gesät hat, also nicht nach einer äußerlichen Kausalität, sondern nach dem Maß aller, aber auch aller an seinem Wirken beteiligten Umstände. Dazu bedarf es nicht noch eines besonderen Richters wie im Theismus. Das Gesetz des Karma ist überindividuell, es kennt kein Ansehen der Person. Ihm unterliegen auch Gott und die Propheten, es gilt für Engel und Teufel, für Gläubige und Ungläubige, Arme und Reiche. So wie in der Natur die Naturgesetze gelten, ebenso gelten die ethischen Gesetze unabhängig davon, ob der Mensch sie kennt und beachtet oder nicht. Wenn er auch meinen sollte, er brauche sich nicht nach ihnen zu richten, so richten sie ihn, wie in der Natur

das Kausalgesetz den richtet, der es missachten zu können glaubt.

Im Christlichen wird das Gesetz bezeichnet als Gottes Wille, im alten China nennt Konfutse es „den Willen des Himmels“. Und Laotse nennt es „das himmlische Gesetz“. Im Hinduismus wird es als Karmagesetz bezeichnet und beim Erwachten als Karmagesetz oder Ordnung. Es ist das Gesetz, das der Volksmund formuliert:

*Wie man in den Wald hineinruft, so schallt es zurück; oder  
Wie man sich bettet, so schläft man.*

Hinter diesem Gesetz steht viel mehr als ausgesprochen werden kann. Es bedeutet, dass nicht ein Gedanke, nicht ein Wort, nicht eine geistige Gesinnung, eine liebende oder hassende, die vom Menschen ausgeht, im Weltall ohne Wirkung verschwindet, dass vielmehr ein jeder Mensch auf den sechs Wegen seiner sinnlichen und geistigen Wahrnehmung, also seines sogenannten Erlebens, immer nur das empfängt, was er auf den drei Wegen seines Denkens, Redens und Handelns in die „Welt“ hineingeschickt hat.

Wenn z.B. in allen Religionen in unterschiedlicher Formulierung darauf hingewiesen wird, dass *Geben seliger ist als Nehmen*, dann ist das ein Hinweis auf das geistige Gesetz: Wer mit gebender und hilfsbereiter Gesinnung durch das Leben geht, dem kommt im gleichen oder gar in viel größerem Maß aus der Umwelt gebende und hilfsbereite Gesinnung in ebenso praktischen Taten entgegen. Zwar geschieht das meist nicht gleichzeitig. Meist kommt alle üble Ernte, die aus üblen Taten hervorgeht, ebenso wie alle gute Ernte aus guten Taten erst allmählich.

Ob einer ein Priester ist oder den anderen drei Kasten angehört, alle sind dem gleichen Gesetz untertan: Übles Wirken führt zu üblem Erleben, spätestens in einem folgenden Leben, gutes Wirken zu hellem Erleben. Und wer auch immer aus den vier Kasten den Reinheitswandel führt, wenn er sich läutert bis zur Aufhebung der Triebe, dann hat er den endlosen Leidenskreislauf beendet, das Heil erreicht.

Der Erwachte weist auf eine jedem Menschen, gleich welcher Kaste, innewohnende geistige Potenz hin, er zeigt, dass alles vom Geist, vom Denken, von der Vorstellung ausgeht. Was einer im Geist sehr schätzt und anstrebt und zum Leitbild macht, das wird bald auch seine Herzenseigenschaft, und danach wird bald sowohl seine körperliche Darstellung wie auch die Umwelt, die er erlebt. So sagt der Erwachte (M 96):

*Eine heilsmächtige, weltüberlegene Fähigkeit, die der Mensch besitzt, die lehre ich ihn kennen. Auch wenn ein Krieger, ein Brahmane, ein Bürger, ein Diener aus dem Haus in die Hauslosigkeit gegangen ist und zu der von dem Vollendeten gelehrten Anschauung und Wegweisung gekommen ist und dadurch dem Töten ganz abgeneigt geworden ist, /ist, dem Nehmen von Nichtgegebenem ganz abgeneigt geworden dem Fehlverhalten auf geschlechtlichem Gebiet ganz abgeneigt geworden ist, trügerischer Rede ganz abgeneigt geworden ist, dem Hintertragen ganz abgeneigt geworden ist, verletzender Rede ganz abgeneigt geworden ist, geschwätziger Rede ganz abgeneigt geworden ist, der Gier ganz abgeneigt geworden ist, der Antipathie bis Hass, der Rücksichtslosigkeit ganz abgeneigt geworden ist und die rechte Anschauung erworben hat – dann ist ein solcher damit Eroberer des einzig wahren, des einzig heilsamen Standes geworden.*

Der Mensch ist zu jeder Daseinsform fähig, zu der schrecklichsten wie auch zu der glücklichsten. Aber er hat darüber hinaus eine heilsmächtige, eine weltüberlegene Fähigkeit, das heißt, er kann mit dieser nicht nur in erhabenste Welten gelangen, sondern auch über alle, auch die höchsten Möglichkeiten des Daseinswandels hinaus zum endgültigen Heilsstand, zu endgültiger Sicherheit. Aber solange er seine Weltüberlegenheit nicht kennt, so lange kann er sie nicht einsetzen, und da-



rum ist er gefährdet. So hängt alle Entwicklung der Wesen letztlich von der in seinen Geist aufgenommenen Anschauung darüber ab, welche Möglichkeiten er habe, was er erreichen könne und auf welchen Wegen er es erreichen könne. Ist durch den Erwachten in dem Geist des Menschen die heilmächtige, weltüberlegene Fähigkeit geweckt worden – die von Trieben unbeeinflusste rechte Anschauung über wahres Wohl aufgenommen worden –, dann wird der Mensch, wenn er die Schritte der Selbsterziehung geht, nicht nur die Schranken seines Standes oder seiner Kaste, sondern alle Beschränkungen und Grenzen des Menschentums mit Geburt, Altern und Sterben und seine Befangenheit in Anziehung, Abstoßung und Blendung völlig sprengen und übersteigen und wird der Eroberer werden des wahren, des einzig heilsamen Standes.

Soweit Religionsgeschichte überliefert ist, so weit ist das die größte Verheißung, die je von einem Heilslehrer ausgesprochen wurde. Und diese Verheißung hat sich im Lauf der Zeit ungezählte Male an seinen Schülern und Mönchen, welche seiner Wegweisung bis zum Ende gefolgt sind, auch bis zur Vollendung erfüllt.

Natürlich lehrten auch die damaligen brahmanischen Dreivedenpriester, dass der Mensch mit dem Tod nicht vernichtet ist, sondern je nach seinem Wirken in anderer Daseinsform wiedererscheint. Aber wie wenig sie es im Auge haben und wie sie fast ausschließlich an das Hiesige denken, das zeigt sich an dem Bestreben, die gegenwärtigen menschlichen Standesunterschiede zu zementieren. Diese Beschränkung ist es, welche der Buddha sprengt. Er weiß, dass alle Menschen, unabhängig von ihrem gegenwärtigen Stand, die Möglichkeit in sich tragen, durch seine Unterweisungen weit über das Menschentum hinaus zur Vollendung zu gelangen, und so stellt er dieses umfassende Bild vom Menschen dem engen Gefängnisbild der Brahmanen entgegen.

Der Erwachte fährt nun in dem Gespräch mit den beiden Mönchsanwärtlern fort:

*So weiß zum Beispiel, Vāsetther, König Pasenadi von Kosalo: „Der Asket Gotamo ist aus dem Geschlecht der Sakyer fortgezogen.“ Die Sakyer aber, Vāsetther, leisten dem König Pasenadi von Kosalo unmittelbar Heeresfolge. Die Sakyer bringen, Vāsetther, dem König Pasenadi von Kosalo Huldigung dar, entbieten Gruß, warten auf, bezeugen Achtung und Ergebenheit. Was da, Vāsetther, die Sakyer vor dem König erweisen, das erweist der König dem Vollendeten, bringt ihm Huldigung dar, entbietet Gruß, wartet auf, bezeugt Achtung und Ergebenheit. „Ist denn nicht“, sagt er, „der Asket Gotamo wohlgeboren? Nicht wohlgeboren bin ich. Mächtig ist der Asket Gotamo; ohnmächtig bin ich. Hell sieht der Asket Gotamo aus, dunkel bin ich. Viel vermögend ist der Asket Gotamo, wenig vermögend bin ich.“ Weil er eben das Gesetz zur Leitidee nimmt, das Gesetz hochschätzt, das Gesetz achtet, das Gesetz ehrt, das Gesetz werthält, darum bringt König Pasenadi von Kosalo dem Erhabenen Huldigung dar, entbietet Gruß, wartet auf, bezeugt Achtung und Ergebenheit entsprechend der herrschenden Gesetzmäßigkeit. Denn eine Ordnung, ein Gesetz steht über den Wesen, in dieser und in anderen Welten.*

Eine oft nicht klar ausgesprochene Grundwahrheit durchzieht alle Religionen: Was wir bei anderen verehren und lieben, das werden wir selber. Was wir nicht gelten lassen bei anderen, das verkümmert auch bei uns. Der Neidische wird im Gemüt trocken, dürrig, trüb. Wer dagegen anderen die Größe und Höhe, die sie gewonnen haben, nicht nur gönnt, sondern sich darüber freut, und die Weite ihres Wesens mit Aufgeschlossenheit und Zugewandtheit betrachtet, wird selber dahin wachsen. Ein solcher hat die Tugend der großen Seele. In dem Sinn sagt *R.W.Emerson*:

*Sobald ich den liebe, der mir überlegen ist,  
schwindet der Neid, und ich wachse zu seiner Höhe empor.*

Das ist das Gesetz, das über den Wesen steht und dessen König von Pasenadi eingedenk ist, wenn er den Erwachten verehrt.

Dieses Gesetzes eingedenk zu sein, rät der Erwachte nun auch seinen beiden Gesprächspartnern:

*Ihr seid ja, Vāsetther, von verschiedener Geburt, mit unterschiedlichen Namen, von verschiedener Herkunft, aus verschiedenen Geschlechtern von Haus fort in die Hauslosigkeit gezogen. Wenn man euch fragt: „Wer seid ihr“, so bekennt euch: „Asketen des Sakyersohns sind wir.“ Bei wem aber, Vāsetther, Vertrauen zum Vollendeten Boden gefunden, Wurzel geschlagen, standgehalten hat, nicht mehr entzogen werden kann, von keinem Asketen und keinem Priester, von keinem Gott und keinem Bösen und keinem Brahma noch von irgendwem in der Welt, der darf wohl von sich sagen: „Vom Erhabenen bin ich der Sohn, von echter Abstammung, aus dem Mund geboren,<sup>267</sup> aus dem Gesetz geboren, dem Gesetz unterstellt, Erbe des Gesetzes.“ Und warum darf er das? Der Vollendete wird ja bezeichnet als Verkörperung des Gesetzes, Verkörperung der Reinheit, Gesetz geworden, Reinheit geworden.*

Der Erwachte, frei von Anziehung, Abstoßung, Blendung ist verkörperte Reinheit, verkörperte Unsterblichkeit, verkörperte Erlösung, ist die Inkarnation der Befreiung, ist ein Spiegel der Folgen des Wirkens, der Gesetzmäßigkeit des Wirkens, indem

---

<sup>267</sup> nicht in dem Sinn, wie die Brahmanen nach Auffassung der Veden-Priester aus Brahmas Mund geboren sind, sondern gezeugt aus dem Wort der Lehre.

er das Höchste erreicht hat, das zu erreichen ist. Wer ihm vertraut, der unterstellt sich dem gesetzmäßigen Zug der rechten Anschauung zum Heil, der nützt seine heilsmächtige, weltüberlegene Fähigkeit, die ihn das Heil anstreben lässt. Alle weltlichen Unterschiede in Bezug auf Geburt, Rang und Namen sind ausgelöscht, wenn der Heilsgänger im Orden der Wegweisung des Erwachten folgt. So wie das Meer nur einen Geschmack hat, den des Salzes, so gibt es im Orden nur ein Streben: das nach Erlösung von der Kette der Wiedergeburten, sagt der Erwachte.

Solcherart Strebende werden unempfindlich gegen die Vorwürfe ihrer einstigen Freunde und Genossen. Um diese Unempfindlichkeit noch mehr zu befestigen, setzt nun der Erwachte zu einer umfassenden Beschreibung eines Weltzyklus an, wie sich seinerzeit im alten Indien aus „natürlichen Gegebenheiten“ – aus dem Abfall hoher Gottheiten – verschiedene Volksschichten – aber eben nicht die zementierten Kasten in der von den Priestern behaupteten Rangordnung – herausgebildet hatten.

Das Karmagesetz in immer wiederkehrenden Phasen

Herausfallen aus der Einheit: Götterdämmerung (D 27)

Ein Weltzyklus mit den Höhen und Tiefen des Erlebens ist bedingt durch die Belastung des Herzens mit Anziehung und Abstoßung, Blendung. Da deuten Anziehung und Abstoßung (*rāga* und *dosa*) auf die Triebe, die Tendenzen, hin, die unübersehbar vielseitigen und unterschiedlich starken Neigungen, Wünsche, Bedürfnisse der Wesen nach bestimmten „Erlebnissen“, d.h. Gefühlen und Wahrnehmungen. Und „Blendung“ (*moha*) bedeutet, dass die Wesen die von ihnen begehrten Erlebnisse und ebenso die entgegen ihrem Begehren eintretenden Erlebnisse nur mit den ihnen innewohnenden Wünschen, Neigungen, Trieben, Tendenzen, Bedürfnissen messen und bewerten können, dass sie also befangen bewerten,

falsch bewerten, das ihnen Angenehme überbewerten, das ihnen Unangenehme unterbewerten. Kurz: sie sind geblendet. Und eben wegen der Blendung können sie die wahre Bedingtheit, Konditioniertheit der gesamten Erscheinungen nicht durchschauen, wenigstens nicht ohne Anleitung und aufmerksame Hingabe.

Das Maß an Anziehung, Abstoßung, Blendung der Menschen ist sehr unterschiedlich, und im Lauf der Entwicklung der Wesen durch die unterschiedlichen Daseinsformen nimmt es einmal zu und ein anderes Mal ab.

Davon abhängig ist das Welterlebnis. Ein Weltzyklus beginnt damit, dass in die Latenz getretenes sinnliches Begehren und damit Gegenstandserfahrung wieder einmal aufsteigt und einen entsprechenden Körper bildet:

*Es gibt ein Zusammentreffen von Bedingungen, durch welche sich am Ende einer langen Periode diese Welt einzieht/einfaltiger wird. Mit dem Einfaltigwerden der Welt werden die meisten Wesen zu Leuchtenden. Sie bestehen geistig; ernähren sich von geistiger Beglückung bis Entzückung (pīti) und ziehen selbstleuchtend ihre Bahn im Himmelsraum, bestehen in herrlichem Glanz und überdauern lange, lange Zeiten.*

*Es gibt ein Zusammentreffen von Bedingungen, durch welche sich am Ende einer langen Periode diese Welt auseinanderbreitet/vielfältiger wird. Mit dem Ausbreiten der Welt sinken die meisten Wesen aus der Gemeinschaft der Leuchtenden ab und gelangen hier (bei Brahma) zum Dasein. Sie bestehen geistig und ernähren sich von geistiger Beglückung bis Entzückung und ziehen selbstleuchtend ihre Bahn im Himmelsraum, bestehen in herrlichem Glanz und überdauern lange, lange Zeiten.*

*Einzig Wasser geworden aber ist es zu jener Zeit, tiefdunkel, tiefdunkle Finsternis; es gibt weder Sonne*

*noch Mond noch Gestirne, weder Tag noch Nacht, weder Wochen- noch Monatszeiten, keine Jahreszeiten und Jahre; es gibt weder Frau noch Mann: die Wesen sind eben nur Wesen.*

*Dann hat sich im Verlauf langer Wandlungen auf dem Wasser eine Erdhaut ausgebreitet. Wie sich auf heißer Milch, wenn sie sich abkühlt, obenauf eine Haut bildet, so ist sie zum Vorschein gekommen: sie hatte eine Farbe, hatte einen Duft, hatte einen Geschmack; die Farbe war etwa wie zerlassenes Butterschmalz; der Geschmack war etwa wie reiner Honig.*

*Da hat eines der Wesen, lüstern geworden: „Sieh da, was mag das nur sein?“ von der Erdhaut fingernd gekostet. So von der Erdhaut kostend, empfand es Behagen, Durst war ihm entstanden. Noch andere der Wesen sind dem Beispiel dieses Wesens nachgefolgt und haben die Erdhaut fingernd gekostet. So von der Erdhaut kostend, empfanden sie Behagen, Durst war ihnen entstanden. Da haben nun die Wesen begonnen, die Erdhaut mit Händen aufzunehmen, um sie zu genießen.*

*Sobald aber die Wesen begannen, die Erdhaut mit Händen aufzunehmen, um sie zu genießen, da war ihnen auch schon das Selbstleuchten verschwunden. Als ihnen das Selbstleuchten verschwunden war, da sind Sonne und Mond erschienen; da sind Sterne und Planeten aufgegangen; da ist Tag und Nacht erschienen, da sind Wochen- und Monatszeiten, Jahreszeiten und Jahre geworden. So weit war damit wiederum diese Welt ausgebreitet.*

Nicht macht der Erwachte hier Aussagen über „an sich“ bestehende Materie, Aussagen, die dem naturwissenschaftlichen Weltbild widersprechen, demzufolge nach einem „Urknall“

eine sich ausbreitende Welt und in ihr aus „Materie“ primitives Leben und daraus höheres sich entwickelt haben soll. Sie ist auch nicht auf die Emanation eines Gottvaters oder Brahmas zurückzuführen, die alles geschaffen hätten. Dazu Näheres weiter unten.

Der Erwachte sieht das Entstehen und Vergehen der Kosmen als Film, von der Psyche erzeugt.

In seiner ganzen Lehre zeigt der Erwachte, dass all das – „Äonen“, „Welten“, „Natur“ mit Aufwärts- und Abwärtsentwicklungen – aus Wahrnehmung, aus Erleben besteht, ein Traumgespinnst ist, das zwar nach ehernen Gesetzen entsteht und vergeht, aber kein „objektives“ Geschehen ist, hinter dem eine „objektive Materie“, eine „Substanz“ steht, sondern Wahn-Wahrnehmung, und dass die Gesetze, die dieses psychische Geschehen beherrschen, demgemäß keine „Naturgesetze“ sind, sondern psychische Gesetzmäßigkeiten der Wahntraumentwicklung. Wenn man das bedenkt, schwindet die auf dem Materie- und Substanz-Wahn beruhende Sperre, die der zum Glauben an die sinnliche Wahrnehmung erzogene westliche Mensch gegen die vom Erwachten geschilderte zyklische psychische Wahn-Entwicklung hat, hinter der nichts ist als die Bedingung aller Bedingungen: Wahn, Falschwissen, das erste Glied des Bedingungs Zusammenhangs.

Von allen durch die sinnliche Wahrnehmung uns begegnenden Erscheinungen sagt der Erwachte ausdrücklich:

*Schemenhaft, trügerisch, Einbildungen sind die Sinneserscheinungen, ein Blendwerk ist das Ganze. (M 106)*

So wie die Spinne aus ihrem Leib, aus sich selber das Netz spinnst, in dem sie lebt als in ihrer Welt, so spinnen die Triebe den jeweilig gewählten Erfahrungsbereich. Es gibt so viele Arten von Ich- und Weltwahn, wie es Triebe gibt. Der Erwachte sagt, dass es groben, mittleren und feinen Wahn gibt (S 14,13), und er nennt dementsprechend drei große Kategorien immer feinerer Selbst- oder Icherfahrung (*attapatilābha – D 9*), immer feineren Wahn:

1. grobe Selbsterfahrnis (*olarika attapatilābha*) durch die Triebe der Sinnensucht;
2. geistunmittelbare Selbsterfahrnis (*mano-maya attapatilābha*), unmittelbare Darstellung aus gedanklicher Vorstellung;
3. formfreie Selbsterfahrnis (*arūpa attapatilābha*), nur aus Gefühl und Wahrnehmung bestehende Selbsterfahrnis (*saññā-maya*).

Zu 1): Entsprechend den groben Anliegen der Wesen, der Sinnensüchtigkeit, ist ihr Wahnerleben, ihre Selbsterfahrnis und Umwelterfahrnis. Die sinnensüchtigen Wesen erleben (wähnen = sie glauben, unabhängig von ihren Trieben bestünde objektiv):

1. die körperliche Bewegtheit (Ein- und Ausatmung und Stoffwechsel) eines von Vater und Mutter gezeugten Körpers, der durch Nahrung erhalten wird und dem Altern und Sterben unterworfen ist. Sie erleben (Wahn)
2. die Bewegtheit des Denkens und
3. des Herzens mit Gefühl und Wahrnehmung, die den Wahn „Ich bin in der Welt“ (Wollensflüsse/Einflüsse durch Wahn – *avijjāsavā*) weiterhin auswerfen, wodurch der Traum eines Ich in einer Umwelt immer weiter fortgesetzt wird. Auf allen fünf Sinnesgebieten oder mindestens auf zwei (bei den höheren sinnlichen Göttern – Sehen und Hören) haben die Wesen der groben Selbsterfahrnis Hunger nach Erlebnissen (Wollensflüsse), nach Einflüssen durch Sinnendinge (*kāmāsavā*). In bestimmten Zeitabständen müssen sinnliche Erlebnisse wahrgenommen werden. Ebenso sind die sinnensüchtigen Wesen getrieben von Wollensflüssen, die ihr Seinwollen (*bhavāsavā*) bestätigen oder gefährden, d.h. sie können und wollen die Ich-Bestätigung nicht missen, wollen von anderen anerkannt, beachtet werden und wollen auch vor sich selber bestehen, bestenfalls indem sie sich läutern, besser werden.

Zu 2): Auf Grund mittleren Wahns erleben sich die Wesen als



brahmisch rein von Sinnensucht und Antipathie bis Hass, in Liebe, Erbarmen, Freude, Gleichmut strahlend. Anders als die Wesen der groben Selbsterfahrnis, die auf äußere Sinneseindrücke angewiesen sind und Nahrung von außen bekommen müssen, leben die Wesen der geisthaften Selbsterfahrnis – in unserer Lehrrede die Leuchtenden und Brahma mit seinen Trabanten – vorwiegend von dem Wohl ihrer Eigenhelligkeit. Sie haben keine sinnlichen Wollensflüsse/Einflüsse. Die vier Hauptbeschaffenheiten, die sinnensüchtige Wesen erleben: Festigkeit, Flüssigkeit, Wärme, Luft, werden nicht mehr erfahren.. Damit fällt das Körpererlebnis und damit Vorgänge des grobstofflichen Körpers, die erste Bewegtheit, fort.

Diese Wesen haben sich früher durch die Entwicklung von Verständnis und Mitempfinden mit allen Wesen, auch mit den erbärmlichsten und abstoßendsten, zu innerer Hochherzigkeit und Güte entwickelt und haben von daher ein so beglückendes, erhabenes Grundgefühl, wie es sinnensüchtige Menschen durch keinerlei äußere Eindrücke gewinnen können. Wo die Liebe zu allen Wesen vollkommen ist, wo das wahrgenommene Ich jedes wahrgenommene Du liebt, da ist Herzenseinigung, das Einfaltigerwerden der Welt.

*Mit dem Einfaltigerwerden von Welt werden die meisten Wesen zu Leuchtenden...* Die Erhabenheit dieses einigen Erlebens ist uns unvorstellbar. Die Wesen *bestehen geistig und ernähren sich von geistiger Beglückung bis Entzückung und ziehen selbstleuchtend ihre Bahn im Himmelsraum, bestehen in herrlichem Glanz und überdauern lange, lange Zeiten.*

*Bestehen geistig, aus Geist gebildet (mano-maya)* – das heißt, die im Geist und aus Geist geschaffene Ich-Idee lässt selbstschöpferisch ein geistiges, lichtiges, leuchtendes Ich-Bild erscheinen, eine geistige Wesenserscheinung, die mit unserem groben und gegenständlichen Greifegerät gar nichts zu tun hat, die so wenig wie eine Strahlung greifbar ist. Es ist eine Lichtgestalt, eine Erscheinung mit seliger Empfindung

und nur Lichtgestalten sichtbar und nicht greifbar. In den Lehrreden wird berichtet, dass manche dieser Götter stillglücklich in sich ruhen und zu gewissen Zeiten nur das Wort: „O Wonne, o Wonne“ äußern. Sie leben von dieser Freude, von dieser Wonne. Alle Freuden, die wir uns vorstellen können, sind ein Nichts gegenüber ihrer Wonne.

Weil diese Wesen nicht mehr zwischen angenehmer und unangenehmer Form unterscheiden wie die Wesen der Sinnen-suchtwelt, darum wird diese Selbsterfahrnis „Reine Form“ genannt. Durch die Entwicklung ihres Herzens und Gemüts zu Nachsicht, Rücksicht, Mitempfinden, Wohlwollen, Liebe sind sie so beglückt und selig, dass sie meist kein Außen, keine Form, erleben. Aber doch können sie sich von dem Formerlebnis nicht ganz lösen. Ihre Selbsterfahrnis besteht im Wechsel zwischen Entrückung und gelegentlicher Umwelterfahrnis, die nicht mehr wie die unsere als „materiell“ empfunden wird, aus sanfter Begegnung mit Gleichartigen, und sie kann über die Äonen, über die Weltentstehungen und Weltenvergehungen hinaus dauern – aber auch sie währt nicht immer.

Zu 3: Die Wesen mit feinstem Wahn sind ohne Wahrnehmung von Formen-Grenzen in formfreier Selbsterfahrnis: damit ohne Wahrnehmung von Ich und Umwelt und darum während der Dauer solcher Erfahrnis auch ohne Denken, die zweite, die denkerische Bewegtheit. Sie erfahren aus der zartesten Bewegtheit des Herzens: Wahrnehmung (*saññā-maya*) nur noch eine Gleichmutsreine (*upekha*) ohne Ereignisse und damit ohne Zeiteindruck, formfreie Selbsterfahrnis (*arūpa attapatilābha*). „Formfrei, gestaltfrei“ bedeutet, dass weder „Ich“ in irgendeiner Form erscheint noch irgendeine „Umwelt“, die formhaft wäre.

Zu dieser Erfahrung der Formfreiheit gelangen Wesen, die schon in der Erlebensform als Mensch immer wieder die Aufmerksamkeit von der Wahrnehmung der Sinnenlust und der Form abgezogen haben und den Geist unter dem Leitbild *Ohne Ende ist der Raum* ausschließlich auf das Raumunendlichkeits-

erlebnis gerichtet haben, dann unter dem Leitbild *Ohne Ende ist die Erfahrung* auf das Erfahrungsunendlichkeitserlebnis gerichtet haben, dann unter dem Leitbild *Da ist nicht irgendetwas* auf das Nichtirgendetwas-Erlebnis gerichtet haben. Sie erleben in dieser unsagbaren Grenzenlosigkeit einen erhabenen Frieden, der selbst in den reinsten Bereichen der immer noch vielfältigen Formenwelt nicht zu finden ist. Die Spaltung Ich/Umwelt ist aufgehoben. Es geht in diesen formfreien Erlebensweisen nur noch um Wollensflüsse/Einflüsse durch feinsten Wahn, um die Wahrnehmung eines erhabenen, lange Zeit vollkommen ungestörten Friedens, der ewig scheint, aber nicht ewig ist.

Innerhalb jeder dieser drei großen Selbsterfahrungen gibt es noch viele Stufungen. Sie bestehen unterschiedlich lange, und sie gehen bei allen Wesen so, wie sie geschaffen worden waren, auch irgendwann wieder zu Ende. Die hohen erhabenen Wesen leben einzeln, selbstleuchtend in innerem Frieden, aber alle jene, welche das Wesen der fünf Zusammenhäufungen nicht kennen, sich darum für ein selbstständiges Ich halten, das den leuchtenden Zustand für immer behielte, merzen verbliebene feine Fesselungen nicht endgültig und radikal aus. Auch die gröberen Herzensneigungen sind nicht aufgelöst, sondern nur in die Tiefe des Unbewussten verdrängt. Deshalb setzen sich diese Neigungen nach Zeiten, die mit unseren Zeitmaßen nicht fassbar sind, wieder durch. Diese Wesen empfinden nach längerem Verweilen in diesem selig-stillen Zustand wieder ein leises Ungenügen, das sie aber nicht als Bedürftigkeit nach Vielfalt, nach Begegnung mit anderen, nach Austausch erkennen, weil sie das längst vergessen haben. Und in dem Maß ihres leise aufkommenden Bedürfnisses erfahren sie auch wiederum mehr Wesen, vielfältigere Umgebung, ein harmonisches Miteinander, dem irgendwann auch wieder unvermeidlich Missverständnis und Streit folgt. Und so wechselt und wandelt sich das Dasein sowohl der Götter wie der Menschen über lange Zeitepochen hinaus immer wieder zu Vielfalt und Dunkelheit, zu Suchen und Streben und dann an den äußersten

Enden der Leiden wieder eine Umkehr aus der Dunkelheit in größere Helligkeit, aus der Vielfalt wieder zur seligen Ruhe – und so immer wieder auf und ab. Das alles wird als Wahrnehmung erlebt, und die Wahrnehmung hängt ab von der Herzensbeschaffenheit. Wie diese sich wandelt, so wandelt sich das gesamte Erleben, das wir „die Welt“ nennen: Die Wesen nehmen Vielfalt wahr, wenn sie vielfaltsbedürftig sind, und erleben Einheit, wenn sie sinnliche Vielfalt überwunden haben. Erscheinen von Welt (Auseinanderbreiten) und Nichterscheinen von Welt (Einziehen) ist die Folge der Herzensbeschaffenheit der Wesen.

Und nun beschreibt der Erwachte in den gesamten folgenden Absätzen die erste Phase der erneuten Abwärtsentwicklung ausführlicher. Diese zeigt, wie die Gegenstandserfahrung, die Bildung des „Materie“-Eindrucks, langsam entsteht. Die hier beschriebenen Wesen *sinken aus der Gemeinschaft der Leuchtenden ab und gelangen hier* (bei Brahma) *zum Dasein*. Was ist damit gemeint? Die 24. Lehrrede der „Längeren Sammlung“ gibt darüber Aufschluss:

Ist der abgesunkene Brahma ein Schöpfergott?

Ein Wesen aus dem Erfahrungsbereich der Leuchtenden sinkt auf den nächstniederen Erlebnisbereich eines Brahma ab, weil seine Lebenskraft zu Ende ist und es kein höheres Verdienst entwickelt hat. Es wäre ja möglich, dass die Leuchtenden Gedanken pflegen, durch welche sie in einer folgenden Existenz bei den noch höheren Wesen, den Strahlenden, oder bei den Selbstgewaltigen Göttern erscheinen. Aber das ist selten, weil das erfahrene Wohl so vollkommen ist, dass Gedanken des Aufbruchs, die ja eine gewisse Mühe und ein Geringschätzen des gegenwärtigen Wohls erfordern, nicht so leicht aufkommen. Der Erwachte berichtet (D 24) von diesem Abfall. Ausgangspunkt ist die auch in Indien viel vertretene Auffassung, dass Brahma als Schöpfergott Wesen und Welt geschaffen habe:

*Es gibt manche Asketen und Priester, die einen Herrn als Grundlage, einen Brahma als Grundlage ihrer Lehre vom Voranfang aufstellen. Zu denen bin ich herangetreten und habe gefragt: „Ist es wahr, wie man sagt, dass ihr Ehrwürdigen einen Herrn als Grundlage, einen Brahma als Grundlage eurer Lehre vom Voranfang aufstellt?“ Hatten sie mir diese Frage mit ‚Ja‘ beantwortet, so hab ich sie dann gefragt: „Wie beschaffen ist aber, ihr Ehrwürdigen, die Lehre vom Voranfang mit dem Herrn als Grundlage, mit dem Brahma als Grundlage, die ihr aufstellt?“ Auf diese Frage sind sie nicht eingegangen; ohne darauf einzugehen, haben sie vielmehr an mich Fragen gerichtet, und so habe ich ihnen auf ihre Bitte erklärt:*

*Es gibt ein Zusammentreffen von Bedingungen, durch welche sich wieder einmal am Ende einer langen Periode diese Welt einzieht/einfaltiger wird. Mit dem Einfaltigwerden der Welt werden die meisten Wesen zu Leuchtenden. Sie bestehen geistig und ernähren sich von geistiger Beglückung bis Entzückung und ziehen selbstleuchtend ihre Bahn im Himmelsraum, bestehen in herrlichem Glanz und überdauern lange, lange Zeiten.*

*Es gibt ein Zusammentreffen von Bedingungen, durch welche sich am Ende einer langen Periode diese Welt auseinanderbreitet/vielfältiger wird. Wenn die Welt vielfältiger wird, kommt ein leerer Brahmahimmel zum Vorschein. Durch Schwinden von Lebenskraft und Verdienst sinkt eines der Wesen, aus dem Bereich der Leuchtenden entschwunden, in den leeren Brahmahimmel herab. Auch das ist noch geistig, ernährt sich von geistiger Beglückung bis Entzückung und zieht selbstleuchtend seine Bahn im Raum, besteht in herrlichem Glanz und überdauert lange, lange Zeiten.*

*Nach einsam dort lange verlebter Frist erhebt sich Unbehagen und Unruhe in ihm: „O dass doch andere Wesen noch hier erschienen!“ Und andere der Wesen noch, durch Schwinden von Lebenskraft und Verdienst, aus dem Bereich der Leuchtenden entschwunden, sinken in den leeren Brahmahim-*

*mel herab, gesellen sich jenem Wesen zu. Auch diese sind noch geistig, ernähren sich von geistiger Beglückung bis Entzückung, ziehen selbstleuchtend ihre Bahn im Raum, bestehen in herrlichem Glanz und überdauern lange, lange Zeiten.*

*Da ist, ihr Brüder, jenem Wesen, das zuerst herabgesunken war, so zumute geworden: „Ich bin Brahma, der große Brahma, der Übermächtige, der Unüberwältigte, der Allsehende, der Selbstgewaltige, der Herr, der Schöpfer, der Erschaffer, der Höchste, der Erzeuger, der Erhalter, der Vater von allem, was da war und sein wird. Von mir sind diese Wesen erschaffen. Und woher weiß ich das? Ich habe ja vorher gewünscht: ‚O dass doch andere Wesen noch hier erschienen‘: das war mein geistiges Begehren, und diese Wesen sind hier erschienen.“ Die Wesen aber, die da später herabgesunken sind, auch diese vermeinen dann: „Das ist der liebe Brahma, der große Brahma, der Übermächtige, der Unüberwältigte, der Allsehende, der Selbstgewaltige, der Herr, der Schöpfer, der Erschaffer, der Höchste, der Erzeuger, der Erhalter, der Vater von allem, was da war und sein wird. Von ihm, dem Großen Brahma, sind wir erschaffen. Und woher wissen wir das? Ihn haben wir ja hier zuerst gesehen, wir aber sind erst später hinzugekommen.“*

*Nun hat, ihr Brüder, das Wesen, das zuerst herabgesunken ist, eine größere Lebenskraft, größere Schönheit und größere Macht; während die Wesen, die später nachgekommen sind, geringere Lebenskraft, geringere Schönheit und geringere Macht haben. Es mag aber wohl, ihr Brüder, geschehen, dass eines der Wesen diesem Reich entschwindet und hienieden Dasein erlangt. Hienieden zu Dasein gelangt, wird ihm das Haus zuwider, als Pilger zieht er in die Hauslosigkeit. Aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen, hat er als Pilger in heißem und stetem Kampf, in ernster Übung, in unermüdlichem Eifer, mit gründlicher Aufmerksamkeit eine Einheit des Gemüts erreicht, in der er sich geeinten Herzens seiner früheren Daseinsform erinnert, darüber hinaus sich aber nicht erinnert. Der sagt sich nun: „Er, der liebe Brahma, ist der große*

*Brahma, der Übermächtige, der Unüberwältigte, der Allsehende, der Selbstgewaltige, der Herr, der Schöpfer, der Erschaffer, der Höchste, der Erzeuger, der Erhalter, der Vater von allem, was da war und sein wird, von dem wir erschaffen sind. Er ist unvergänglich, beständig, ewig gleich wird er immer so bleiben, während wir, die wir von ihm, dem lieben Brahma, erschaffen wurden, vergänglich sind, unbeständig, kurzlebig, sterben müssen, hier wieder erschienen sind.“*

*Ist nicht, ihr Ehrwürdigen, die Lehre vom Voranfang mit dem Herrn als Grundlage, mit dem Brahma als Grundlage, die ihr aufstellt, so beschaffen?– Darauf haben sie gesagt: „Gerade so, Bruder Gotamo, haben wir’s gehört, wie eben der ehrwürdige Gotamo es verkündet hat.“*

Der Schöpfergott-Irrtum und auch, dass ein Jesus von seinem Vater sprechen kann, hat hier eine existentielle Grundlage. Es gibt aber, zeigt sich hier, gar keine Schöpfung, gar keine Kreation von Wesen oder von Welt. Alles sind Erscheinungsformen der Psyche. Maler Herz malt die Bilder, feinere und gröbere, die als solche wieder in Erscheinung treten.

Die Wesen kreisten zu Beginn jener „jüngsten“ Weltausbreitung zunächst für Zeiten, die für uns unvorstellbar sind, selbstleuchtend in selbigem Glück im Wechsel von gemeinsamem Austausch und selbstgenugsamem Alleinsein in der Atmosphäre. Sie sahen, selber leuchtend, nur ihresgleichen, von Licht zu Licht. So rein war ihre Wahrnehmung, weil ihre Grundart, die Beschaffenheit des Herzens, so rein war.

Aber das Herz ist vielfältig, sagt der Erwachte. Das Verdrängte, Verborgene, Größere dränge leise hervor. Brahmische Wesen sind erschienen, und die nächste Stufe der Götterdämmerung beginnt, wie sie in D 27 beschrieben ist:

„Die Sündenfälle“:

Sinnliches Begehren – Schwinden des Selbstleuchtens

*Einzig Wasser geworden aber ist es zu jener Zeit, tiefdunkel, tiefdunkle Finsternis; es gibt weder Sonne*

*noch Mond noch Gestirne, weder Tag noch Nacht, weder Wochen- noch Monatszeiten, keine Jahreszeiten und Jahre; es gibt weder Frau noch Mann. Die Wesen sind eben nur Wesen.*

*Dann hat sich im Verlauf langer Wandlungen auf dem Wasser eine Erdhaut ausgebreitet. Wie sich auf heißer Milch, wenn sie sich abkühlt, obenauf eine Haut bildet, so ist sie zum Vorschein gekommen. Sie hatte eine Farbe, hatte einen Duft, hatte einen Geschmack; die Farbe war etwa wie zerlassenes Butterschmalz; der Geschmack war etwa wie reiner Honig.*

*Je nach der Gegebenheit (den Trieben im Körper) ist die Wahrnehmung, sagt der Erwachte (S 14,13), d.h. je nach den wirksamen Trieben werden auch die Wahrnehmungsbilder, wird die Weltvorstellung, und so taucht nun im Zug der langsamen inneren Vergrößerung als erstes eine unermesslich weite, glitzernde Wasserfläche auf. – Die Wesen kümmert es kaum, sie kreisen selbstleuchtend im Raum. Kaum merklich werden sie daran gewöhnt, dass da Wasser im Licht (das von ihrem Herzensleuchten ausgeht) glitzert, sie fangen damit nichts Besonderes an, bleiben bei sich. – Aber da ist nun eben, was vorher nicht war, diese glitzernde Fläche als erster Gegenstand. (Man wird erinnert an die ersten Worte des altjüdischen mosaischen Berichts: *Und der Geist Gottes schwebte über den Wassern.*)*

Woher weiß der Buddha von diesen großen Entwicklungszyklen? Der normale westliche Mensch, der das Leben mit dem Körper identifiziert, nimmt an, dass sein Bewusstsein, seine Wahrnehmung erst mit der Entwicklung im Mutterleib entstanden sei und darum auch nichts von früheren Zeiten enthalten könne. Und da er meint, dass alle anderen Menschen ebenso denken, so kann er gar nicht damit rechnen, irgendwo an „Erinnerung“, echte Erinnerung an vorzeitliche Daseinsformen zu gelangen. Darum glaubt er sich angewiesen auf die



Deutung von Funden in Gesteinsschichten, Gräbern und Höhlen (die alle bereits das feste Element voraussetzen) und auf Kombinationen und Spekulationen darüber.

Wer aber das Wesen der Wahrnehmung, des Bewusstseins begriffen hat als die Dimension des Lebens und Erlebens überhaupt, in welcher und aus welcher eben alles Erfahrene besteht, „Ich“ und „Welt“ und auch „Zeit“ und „Raum“, der fragt nicht mehr nach einem Anfang der Wahrnehmung, des Bewusstseins, zumal auch die Vorstellung von „Anfang“ und „Ende“ nur durch Wahrnehmung, Bewusstsein vorhanden ist. Er erkennt aber zugleich, dass ihm ein umfassende Wahrnehmung nicht zur Verfügung steht, und entnimmt der Aussage der Großen, dass Anziehung und Abstoßung die Ursache für die Beschränktheit seiner Wahrnehmung sind. Und darum erforscht er, belehrt von den Großen, die zur universalen Wahrnehmung durchgedrungen sind, die Gesetze, nach welchen die Entwicklungen zum Guten und Heilen wie auch die Entwicklungen zu Verderben und Unheil vor sich gehen.

Aus einer solchen universalen Wahrnehmung weiß und lehrt der Erwachte über die Entwicklung dessen, was als die verschiedenen Erscheinungsformen von „Materie“ (Aggregatzustände) erlebt wird, wie folgt (D 16):

*Diese große Erde (das feste Element) hat ihren Bestand im Wasser (flüssig). Das Wasser hat seinen Bestand im Wind (bewegte Luft). Der Wind (bewegte Luft) hat seinen Bestand im Raum.*

Das bedeutet: Dort, wo das Erleben eines leuchtenden „Ich“ im Raum besteht, wo Raum erscheint, wird dann nach einiger Zeit auch bewegte Luft (Wind, Wehen) erfahren. Danach erst wird Wasser und zuletzt das feste Element erfahren, also eine Reihenfolge der allmählichen Vergrößerung und Vergegenständlichung.

Wir sehen, dass hier zu Wiederbeginn der Weltausbreitung das Feuer/die Hitze/die Temperatur nicht als Element der „Welt“ erwähnt ist, aber die Wesen werden als „selbstleuchtend“ bezeichnet. Das heißt, dass hier – bei der noch bestmög-

lichen Geistesverfassung – die leuchtenden Wesen (Licht, Strahlung) als das „Feuerelement“, also als das verwandelnde Element erscheinen und die räumliche Umwelt nach und nach in den drei anderen Aggregatzuständen erlebt wird: als das Wehend-Luftige, das Flüssige, das Feste. – Wir finden also nun auf Seiten der als lebendig erlebten Wesen hauptsächlich das Feuerelement (Strahlung) und auf Seiten der erlebten Umwelt hauptsächlich jene drei anderen Aggregatzustände, und das ist für die gesamte weitere Entwicklung von entscheidender Bedeutung.

In der Welt wissen wir von dem Feuerelement, dass das Maß seiner Anwesenheit die übrigen drei Aggregatzustände bestimmt: beim Wasser erkennen wir, dass es bei Erwärmung zum Luftelement verdampft, bei mittlerer Temperatur flüssig ist und bei niedriger Temperatur festen Bestand annimmt (Eis). Der Grad der Wärme bestimmt also die drei übrigen Zustände.

Dasselbe gilt nach dem Erwachten auch in der karmischen Daseinssicht. Dort nennt der Erwachte das Wärme-Element bezeichnenderweise nicht etwa Feuer (*aggi*), sondern eben „Wärme“, „Hitze“ (*tejo*). Dieses Wort hängt mit *tapas* zusammen: „heißes Mühen, innere Arbeit, konzentrierte, anstrengende Meditation, innere Umerziehung, geistige Wandlung“. Durch *tapas* des Asketen oder Yogin wird der innere Haushalt der Triebe der Wesen verändert, und zwar wird in bewusst angestrebter Läuterung der Triebhaushalt verbessert, werden die Triebe verringert und verdünnt. Das führt hernach zur Erweiterung der Wahrnehmung über Raum und Zeit und auch zur Aufhebung des Erlebens von Gegenständlichkeit. Und ebenso wird unter schlechten Einflüssen der Triebhaushalt verschlechtert, vergrößert. Auch diese unheilsame Wandlung ist *tapas* („Arbeit“), nur geschieht sie meistens nicht bewusst und angestrebt, geschieht auch meist langsamer und wird darum nicht als heiße Anstrengung empfunden. So bewirkt der Stand der Triebe auch den Grad des Erlebens zwischen universal und unserer Beschränktheit.

Die Gesamtheit der Triebe, die der Erwachte als Anziehung

und Abstoßung bezeichnet, vergleicht der Erwachte oft mit Feuern, und er bezeichnet dieses „Feuer“ als die Ursache für alle (erlebte) Erscheinung, also für alles Erleben und für alles Erlebte, das er darum auch als „Blendung“ bezeichnet: Nicht eine äußere „Welt“, sondern unser „Herz“ mit Anziehungen und Abstoßungen, mit allen seinen üblen und guten Qualitäten ist die Quelle der erlebten Welterscheinung und ihrer Wandlungen. Darum werden (M 43) Anziehung, Abstoßung, Blendung überhaupt als das „Etwas“ (*kiñcana*) und als die „Erscheinungsmacher“ (*nimitta-karana*), also der „Schöpfer“ bezeichnet. Ohne Anziehung, Abstoßung, Blendung ist also keinerlei Etwas; in diesem Frieden der absoluten Freiheit, in dieser völligen Wunschlosigkeit gibt es nie mehr Mangel und daher auch nie mehr die Möglichkeit eines messenden und vergleichenden Mangelempfindens, das unser gesamtes Existenz-Elend ausmacht; und damit gibt es auch nie mehr die Möglichkeit zur Bildung der Wahnvorstellung, dieses wunschlose Glück, dieser ewige Friede, diese absolute Freiheit sei „nichts“.

So sind also die drei Feuer Anziehung, Abstoßung, Blendung jener schmerzliche Krampf, den wir „Erleben“ nennen und „Leben“ nennen in allen Daseinsformen, in untermenschlichen, menschlichen und übermenschlichen. Die übermenschlichen bestehen aus weniger Anziehung und Abstoßung, darum weniger Blendung: die leuchtenden, brahmischen Wesen, machtvoll, selig im Raum erfahren weniger Leiden. So bedeutet die hier zu beschreibende Weltausbreitung die Zunahme von Anziehung und Abstoßung. Die zuvor latent gewordenen größeren Triebe kommen nun wieder langsam zur Auswirkung, und dadurch wird das erscheinende Ich samt der erscheinenden Welt wieder größer.

Diese Zunahme und Abnahme von Anziehung und Abstoßung im Herzen und die dadurch bedingte Zunahme und Abnahme von Blendung im Geist liegt in Wirklichkeit zugrunde, wo der Erwachte – unserem Verständnis entgegenkommend – von Einfaltigwerden und Ausbreiten der Welt spricht. Vom

Heilgewordenen, der die Welt überwunden hat, dessen Herz erlöst ist, sagt der Erwachte, dass er „kühl geworden ist“. Aber bei uns spricht er vom Feuer der Anziehung, der Abstoßung und der Blendung. Darum ist es gut und fördert unsere rechte Anschauung, wenn wir bei der folgenden Schilderung der Weltausbreitung an die unsichtbar zugrunde liegende Bedingung denken: an die durch Wahn bedingte Zunahme oder Abnahme der gesamten Triebe, an die zunehmende Läuterung oder zunehmende Beschmutzung des Herzens.

Bei dem großen Grad der Läuterung, von dem hier zunächst die Rede ist, erscheinen leuchtende Wesen im Raum kreisend. Bei diesem Kreisen mag im Zug ihres Absinkens die Luft als erstes der drei Elemente empfunden werden, aber erst bei ihrem Herabsinken auf Grund ihrer Vergrößerung tritt für diese Wesen das Wasserelement in Erscheinung und später auch das feste Element. Damit beginnt die Gegenstandswahrnehmung und – im Wahn-Verstand der sich mit Gegenständen (dem Körper) identifizierenden Wesen – das Gegenständlichwerden.

*Einzig Wasser geworden aber ist es zu jener Zeit, tiefdunkel, tiefdunkle Finsternis; es gibt weder Sonne noch Mond noch Gestirne, weder Tag noch Nacht, weder Wochen- noch Monatszeiten, keine Jahreszeiten und Jahre; es gibt weder Frau noch Mann: die Wesen sind eben nur Wesen.*

*Tiefdunkle Finsternis* – so finster diese Vorstellung für uns scheint, die wir auf Fremdlicht angewiesen sind, so licht ist es für jene selbstleuchtenden Wesen. Das engelhafte, göttliche Wohlwollen ihres Herzens, die herzliche Zuneigung der leuchtenden Wesen zueinander lässt sie in diesem Raum außer ihrem eigenen Licht nur die anderen leuchtenden Wesen sehen.

Der heutige Mensch beschäftigt sich weit mehr mit dem sinnlichen Wahrnehmen als mit dem herzlichen und gemüthaf-

ten Austausch und Umgang mit anderen Lebewesen; er lebt weit mehr von Kälte als von Wärme. Jene Brahmas aber erleben keine Dinge, keine Gegenstände, sondern nur ihr Herz und ihresgleichen in selbigem Kreisen. Das ist der tiefere Hintergrund des vom Erwachten geschilderten Außenbildes.

*...Weder Frau noch Mann...:* Es tritt äußerlich noch kein Geschlechtsunterschied in Erscheinung, obwohl Unterschiede, geistig-seelische Unterschiede zwischen den Wesen sind: Die Wesen sind unterscheidbar in solche, die alles ihnen Begegnende wohl auch mit Herz und Gemüt empfinden und kosten wollen, aber weit mehr noch mit dem Geist erkennen wollen – und andere Wesen, welche alles ihnen Begegnende wohl auch mit dem Geist erkennen, aber mehr noch mit Herz und Gemüt kosten wollen. Kein Wesen hat nur eine dieser beiden Weisen an sich, aber die unterschiedliche Stärke ist deutlich zu erkennen. Noch aber tritt diese nicht körperlich in Erscheinung.

*Dann hat sich im Verlauf langer Wandlungen auf dem Wasser eine Erdhaut ausgebreitet. Wie sich auf heißer Milch, wenn sie sich abkühlt, obenauf eine Haut bildet, so ist sie zum Vorschein gekommen: sie hatte eine Farbe, hatte einen Duft, hatte einen Geschmack; die Farbe war etwa wie zerlassenes Butterschmalz; der Geschmack war etwa wie reiner Honig.*

*Da hat eines der Wesen, lüstern geworden: „Sieh da, was mag das nur sein?“ von der Erdhaut fingernd gekostet. So von der Erdhaut kostend, empfand es Behagen, Durst aber war ihm entstanden. Noch andere aber der Wesen sind dem Beispiel dieses Wesens nachgefolgt und haben die Erdhaut fingernd gekostet. So von der Erdhaut kostend, empfanden sie Behagen, Durst aber war ihnen entstanden. Da haben nun die Wesen begonnen, die Erdhaut mit Händen aufzunehmen, um sie zu genießen.*

*Sobald aber die Wesen begannen, die Erdhaut mit*

*Händen aufzunehmen, um sie zu genießen, da war ihnen auch schon das Selbstleuchten verschwunden. Als ihnen das Selbstleuchten verschwunden war, da sind Sonne und Mond erschienen; da sind Sterne und Planeten aufgegangen; da ist Tag und Nacht erschienen, da sind Wochen- und Monatszeiten, Jahreszeiten und Jahre geworden. So weit war damit wiederum diese Welt ausgebreitet.*

Wie wir es von uns erfahren, sind die Wesen eben unterschiedlich: die einen sind zurückhaltender, die anderen drängen heran. Hier findet nun ein ganz wesentlicher Übergang statt, der Übergang von der seligen Selbstzufriedenheit, die nichts Äußeres bedarf, zu der Sucht nach außen, nach dem Neuen, dem anderen, nach dem Fremden. In dieser Sucht lebt der heutige Mensch fast ausschließlich, zumal ihm meist kein innerer Friede, kein inneres selbstständiges Glück erfahrbar ist. Hier aber wird der Abstieg beschrieben zu dem Zustand, auf dessen Ende sich die Menschheitsentwicklung zubewegt.

Die Wesen schweben geistgebildet, ohne fein- oder grobstofflichen Körper, Wohl genießend, haben fast nichts zum Denken, brauchen auch nichts zu denken, denn sie erleben ja nur seliges Gefühl. Nun sehen sie „Festes“ aus dem Wasser hervorragen. In einem früheren Äon hatten sie sich zum Zustand der geistigen Einigung entwickelt, aber sie hatten die Keime der Sinnengier nur verdrängt. Nach langen, langen Zeiten kommt das Verdrängte hoch als Außenwelt: eine Erdhaut auf dem Wasser, die wie Honig schmeckt. Weil sie einst sehr lange der Sinnensucht gefolgt waren, kommt bei den Neugierigeren aus einer leisen Erinnerung, dass das etwas ist, was man schmecken kann, ein Interesse dafür auf. „Festes“ können aber die geistunmittelbar Bestehenden nicht schmecken. „Materie“ kann nur durch „Materie“ erfasst werden.

So begannen diese Wesen einfach aus der Macht ihres Geistes auf Grund der ihnen aufgestiegenen „Neu-Gier“ („Was

mag das wohl sein?“) und einer ahnenden Erinnerung an die seit unvordenklichen Zeiten ins Vergessen verdrängte Sucht nach Tastmöglichkeit und Schmeckmöglichkeit, sich schöpferisch zu gestalten. Zu jener Zeit also bestand noch die Geistesmacht. Diese Wesen sahen vor sich die für ihre neu erwachte Sinnensucht verlockende, ein neues Gefühl versprechende Erdhaut, und schon reckten sie aus ihrer schlichten Selbstdarstellung greifende Glieder aus, Arme mit tastenden Händen und Fingern, und schon hatten sie wieder wie früher vor langen, langen Zeiten, als sie sinnlichen Genuss pflegten, eine schmeckende Zunge. Sie schmeckten die für sie köstliche saftige Erdhaut, gewöhnten sich an dieses Greifen und Schmecken, und damit wurde im Lauf der Zeit die vorherige nur ideenhafte und schlichte Selbstdarstellung allmählich dichter und mehr und mehr begliedert. Das war der Anfang einer neuen Weltentwicklung, in welcher wir Heutigen mit unserer noch viel gröberen Selbstdarstellung schon fast wieder die End-Entwicklung sind.

Diese ganze Entwicklung zeigt, dass aus dem tiefen Hort des Herzens nach und nach das sinnliche Begehren wieder hervorbricht, denn ein wirklich reines Wesen kann gar nicht kosten wollen und kann, wenn es zum Kosten gedrängt würde, nichts empfinden. Die innere Seligkeit des reinen Herzens gehört einer anderen Dimension an als die des sinnlichen Begehrens.

Diese ehemals brahmischen Wesen, die immer noch weitgehend vom inneren Wohl lebten, hätten es nicht nötig, von außen etwas heranzunehmen, aber weil sie die Gefahr nicht sahen, folgten sie einem vielleicht nur kurzen Sichmelden ihrer sonst latenten Genussucht, und damit haben sie sich selbst aus dem Paradies ihres herzunmittelbaren Wohls vertrieben, indem nun der Durst entstand, das Wissen im Geist um das Wohlschmeckende, der Anfang der Gefangenschaft in der Sinnensuchtwelt. Sie sind verblendet, wissen nicht, welche Gefahr es bedeutet, aus *dem eigenen väterlichen Gebiet (D 26)* vertrieben zu werden, vom Außen zu leben. Hier hat der

Leichtsinn die Weichen gestellt. Man kann die Dinge mit leichtem Sinn nehmen und man kann sie ernst nehmen, d.h. mit Aufmerksamkeit gründlich beobachtend, betrachten. Der Erwachte sagt, dass das Wesen der Asketen, der „vollberuflich religiös Bemühten“, darin besteht, vor Rausch und Lässigkeit auf der Hut zu sein. Er sagt nicht: „Asketen sind die, die sich sinnlich nichts gönnen, die völlig von der Welt abgeschieden sind“, sondern: *die vor Rausch und Lässigkeit auf der Hut sind!* Daran sehen wir, welche entscheidende Bedeutung Leichtsinns und Ernst haben und welche Folgen sich daraus ergeben. Das brahmische Wesen folgte seiner latent vorhandenen Lüsterheit, der unbewussten Triebkraft und fing so an, das Feinste des Schmeckbaren zu schmecken. Das Vorbild dieses ersten Schmeckers, des Pioniers nach abwärts, machte Schule: Die anderen Wesen in ihrer Blendung folgten seinem Beispiel.

Ersatzlichter, Sonne, Mond, Sterne, erscheinen und damit die Erde, Planetenumlauf, Tag und Nacht. Dieses ganze komplizierte System des Erlebens von Rotation, Massenanziehung, Gravitationsverhältnissen usw. entstand aus dem Erliegen der Versuchung als die Erscheinung der psychischen Abwärtsentwicklung. Das kann man mit mehr Recht den Sündenfall nennen als die allegorischen Darstellungen von Adam und Eva. Diese klingen geradezu harmlos im Vergleich zu dem, was der Erwachte als den Abfall bezeichnet. Nicht mehr vom inneren Licht leben, sondern angewiesen sein auf das äußere Licht und die Wärme der Sonne, das ist die Vertreibung aus dem inneren Paradies. Das selbstleuchtende Licht der Reinheit, der Allliebe, des Nichts-für-sich-Wollens, ist jetzt verloren, und die Wesen sind dadurch statt Brahmas sinnliche Götter geworden. „Sinnliche Götter“ heißt, einen differenzierten, abgegrenzten Körper zu haben, der noch sehr lichthaft ist gegenüber den Menschen, aber gegenüber den Brahmas, die in dieser selbstleuchtenden Unendlichkeit weilten, wo Körper gleich Welt war, erleben sie sich jetzt als Wesen mit Körpern in einer Welt, die sie „objektive Welt“ nennen: Welt ist ausgebreitet,



ist „Gegen-stand“. Aus der Psyche tritt das ganze Weltsystem durch den Akt des Sich-Ernährens-von-Außen, des Genießens der Erdhaut, in Erscheinung.

Zu diesem Weltentstehungsprozess einige Parallelen aus anderen Kulturen. Zunächst aus dem Indischen, das ja dem Erwachten am nächsten ist. Da sehen wir auch, warum der Erwachte den Brahmanen diese Erklärungen gibt. Aus der Brahmanenkaste gingen die Priester der Dreiveden hervor. In einer der Veden, im *Rigveda*, wird die Schöpfung in Versen beschrieben, wie die Brahmanen sie überliefert haben. *Deussen* übersetzt aus dem *Rigveda* X,129:

*Kein Wolkensaum, und jenseit war kein Himmel –  
nicht war aus Nacht erschienen Tageshelle,  
es wallte windlos in sich selbst das Eine,  
nicht war noch irgend außer ihm ein andres.  
Das Finster war in Finster einst versunken,  
ein unsichtbares Fluten war dies alles.  
Doch wem ist auszuforschen es gelungen,  
wer hat, woher die Schöpfung stammt, vernommen?  
Die Götter sind diesseits von ihr entsprungen.  
Wer sagt es also, wo sie hergekommen?  
Er, der die Schöpfung hat hervorgebracht,  
der auf sie schaut in höchstem Himmelslicht,  
der sie gemacht hat oder nicht gemacht,  
der weiß es – oder weiß auch er es nicht?*

In dieser Schöpfungslehre, einer Verehrung Brahmas, gibt es auch noch den Zweifel: Weiß auch er es vielleicht nicht? Dieses untergründige Fragezeichen ist der Rest des Wissens, das von früheren Buddhas noch vorhanden ist.

Und nun aus dem Griechischen, von den Vorsokratikern, von *Melissos*, ein Fragment:

*Immer war, was da war, und immer wird es sein, denn wäre es entstanden, so müsste es notwendigerweise vor dem Entstehen nicht sein. Wenn nun nichts wäre, so könnte unter keinen Um-*

*ständen etwas aus Nichts entstehen.  
(bei Diels, Fragmente der Vorsokratiker)*

Es war bei den alten Griechen noch viel mehr bekannt, dass keine Welt aus nichts entstehen kann, sondern nur aus Resten früherer Welten. *Heraklit* beschreibt, wie die Welten in Feuer untergehen und aus Feuer wieder entstehen. Die heutige Naturwissenschaft beginnt zu erkennen, dass es eine erste Ur-explosion oder eine autokatalytische Eiweißspaltung oder eine Schöpfung aus dem Nichts eigentlich nicht geben kann. Damit etwas sich entwickeln kann, muss bereits eine Energie vorhanden sein.

Zum Schluss noch aus dem Schöpfungsbericht der Bibel, den wir ja am besten kennen. Die *Genesis* beginnt wie folgt:

*Am Anfang schuf Gott Himmel und Erde. Und die Erde war wüst und leer und es war finster auf der Tiefe. Und der Geist Gottes schwebte über dem Wasser und Gott sprach: Es werde Licht – und es ward Licht. Und Gott sah, dass das Licht gut war. Da schied Gott das Licht von der Finsternis und nannte das Licht Tag und die Finsternis Nacht. Da ward aus Abend und Morgen der erste Tag. (1.Mose, 1-5)*

Wahrheit und Irrtum gemischt: Aus Geistigem, aus der Psyche entsteht die Welt, aber nicht aus dem Willen eines Gottes, sondern im Lauf der Nach-außen-Wendung der Wesen steigt wieder der Anschein von Materie, Wasser und Erde auf.

Wir stellen die Frage: Wie kann aus Nichts etwas werden? Der Erwachte zeigt: Die Frage nach dem Anfang ist die Frage nach dem Ende eines Vorherigen. Und so fangen die Darlegungen über den Voranfang, über das, was vor dem Anfang war, in den Lehrreden immer damit an, dass der Erwachte sagt:

*Es gibt ein Zusammentreffen von Bedingungen, durch welche sich wieder einmal am Ende einer langen Periode diese Welt einzieht/einfaltiger wird.*

Und dann wird erklärt, wie die (erlebte) Welt sich wieder ausbreitet. Um also erklären zu können, dass eine Welt entsteht,

wird gezeigt, dass vorher die Welt einfaltig geworden ist. Das logische Problem, wieso Energie aus Nichts entstehen könne, das in Philosophie und Physik nicht bewältigt wird, ist ein unlösbares Problem. Es gibt die verwickeltesten Theorien darüber. Der Erwachte ist der einzige – und die indischen Lehren, die es von den früheren Erwachten übernommen haben –, der erklärt: die Energie der vorherigen Welt geht immer wieder in die Latenz und tritt immer wieder in Erscheinung, und das wird dann Anfang oder Voranfang genannt. – Dieser periodische Prozess ereignet sich nicht in einer „objektiven Welt“, sondern im Erleben von Gewirktem.

Zurück zu unserer Lehrrede: Durch das der Versuchung Erliegen, durch das Nach-Außen-Gerichtetsein und die nun eingetretene Abhängigkeit vom Außen schwand das selbstleuchtende Licht des reinen Herzens. Die Brahmawesen, die reinen Wesen, haben sich selber aus dem inneren Paradies vertrieben, sind sinnliche Wesen geworden mit einem gestalthaften, gegenständlichen Körper. Die Abwärtsentwicklung setzt sich weiter fort:

#### Schwindende Schönheit – Überheblichkeit

*Da sind denn die Wesen dort, die Erdhaut genießend, davon gespeist, davon ernährt, lange Zeit hindurch bestanden. Je mehr und mehr nun die Wesen dort die Erdhaut genießend, davon gespeist, davon ernährt, lange Zeiten hindurch bestanden, desto mehr und mehr sind jene Wesen immer gröber geworden an Körperart, und Schönheit und Unschönheit waren zu unterscheiden. So waren jetzt manche Wesen schön anzuschauen, manche Wesen unschön anzuschauen. Da haben nun die schön anzuschauenden Wesen sich über die unschönen überhoben: „Wir sind schöner als diese, diese sind nicht so schön wie wir!“ Weil sie sich wegen ihrer Schönheit überhoben hatten, dünnlichhaft und*

*eitel geworden waren, ist ihnen die Erdhaut verschwunden.*

*Nachdem nun jenen Wesen die Erdhaut verschwunden war, ist die Erdbodensprosse zum Vorschein gekommen; so wie etwa ein Pilz aufgeht, ist sie aufgegangen; die war farbig, duftend, hatte einen Geschmack. Etwa wie zerlassenes Butterschmalz oder Butter, so war die Farbe; etwa wie reiner, süßer Honig, so war der Geschmack. – Da haben denn die Wesen dort von der Erdbodensprosse zu genießen begonnen. Bei diesem Genuss, davon gespeist, davon ernährt, sind sie lange Zeiten hindurch bestanden.*

Zuerst tauchte Erdhaut auf dem Wasser auf, die die Wesen abschöpfend genossen. Dann, im Prozess der seelischen Vergrößerung der Wesen, der zunehmenden Gier, erschienen Pflanzen: zuerst die Erdbodensprosse. Diese Pflanzen waren nicht mehr wie die Erdhaut überall auf dem Wasser zu finden, sondern da und dort auf der Erde. Aber alles waren Nahrungsmittel, die ohne Zubereitung als eine Delikatesse beschrieben werden, wie Honig schmeckten.

Einige Wesen waren gieriger als die anderen, gaben mehr von ihrem inneren Wohl preis. Diese verloren mehr als die anderen ihre Schönheit. Die schöneren Wesen bemerkten dies und dachten bei sich: „*Wir sind schöner als die anderen.*“ Durch den Dünkel über die „eigene“ Schönheit wurden sie weiterhin an die Beschaffenheit des Körpers gefesselt.

Der Erwachte berichtet nicht, dass die Wesen nach dem Grund der Veränderung der Delikatessen fragten. Als Neues auftauchte, das auch so gut schmeckte, nur nicht überall zur Verfügung stand wie die Erdhaut auf dem Wasser, da begnügten sie sich damit in dem Vermeinen, dass sie zu ihrer Erhaltung der körperlichen Ernährung bedurften, obwohl sie ja mit dem Essen nur aus „Neu-Gier“ begonnen hatten und ihre eigentliche Nahrung aus geistiger Beglückung bis Entzückung

(pīti) bestand.

*Je mehr und mehr nun die Wesen dort von der Erdbodensprosse genießend, davon gespeist, davon ernährt, lange Zeiten hindurch bestanden, desto mehr und mehr sind jene Wesen immer noch größer geworden an Körperart, und Schönheit und Unschönheit traten hervor. So waren wieder manche Wesen schön anzuschauen, manche Wesen unschön anzuschauen. Da haben nun die schön anzuschauenden Wesen sich über die unschönen überhoben: „Wir sind schöner als diese, diese sind nicht so schön wie wir!“ Weil sie sich wegen ihrer Schönheit überhoben hatten, dünkelt und eitel geworden waren, ist ihnen die Erdbodensprosse verschwunden.*

*Als die Erdbodensprosse verschwunden war, da ist die Rankenbeere zum Vorschein gekommen; so wie etwa eine Krausbeerenstaude aufgeht, ist sie aufgegangen. Die ist farbig gewesen, duftig gewesen, schmackhaft gewesen; etwa wie zerlassenes Butter-schmalz oder Butter, so war die Farbe; etwa wie süßer, reiner Honig war der Geschmack. Da haben denn die Wesen dort von der Rankenbeere zu genießen begonnen. Bei diesem Genuss, davon gespeist, davon ernährt, sind sie lange Zeiten hindurch bestanden. Je mehr nun die Wesen dort von der Rankenbeere genießend, davon gespeist, davon ernährt, lange Zeit hindurch bestanden, desto mehr und mehr sind jene Wesen immer noch größer geworden an Körperart, und Schönheit und Unschönheit wurden überdeutlich. So waren wieder manche Wesen schön anzuschauen, manche Wesen unschön anzuschauen. Da haben nun die schön anzuschauenden Wesen sich über die unschönen überhoben: „Wir sind schöner als diese, diese sind nicht so schön wie wir!“ Wie sie sich wegen ihrer*

*Schönheit überhoben hatten, dünkelhaft und eitel geworden waren, ist ihnen die Rankenbeere verschwunden. Da sind sie zusammengekommen und haben miteinander gejammert: „Dahin, ach, es ist aus mit der Rankenbeere!“ Daher kommt es, dass auch heute noch die Menschen, wenn sie etwas schmerzlich berührt hat, sagen: „Dahin, ach dahin, es ist aus.“ Sie folgen dabei dem einstigen voranfänglichen Wortgebrauch, aber den Sinn verstehen sie nicht mehr.*

Die Wesen beginnen jetzt, das Leiden zu merken. Die Kehrseite der Abhängigkeit fängt an, ihnen vor Augen zu treten. Wir sagen ja, Leiden ist das schnellste Ross zur Erlösung. Aber damals war es noch längst nicht genug an Leiden. Es kam ja immer wieder etwas Neues, wenn auch Gröberes. Man gewöhnte sich daran. Es schmeckte ja noch genau so gut nach Honig, und sie begnügten sich damit. Bis sie zur Besinnung kamen, brauchte es noch mehr Leiden.

#### Trennung der Geschlechter – Beginn der Sexualität

*Nachdem nun jenen Wesen die Rankenbeere verschwunden war, ist ungepflügt reifender Reis zum Vorschein gekommen, unbestäubt, unbehülst, weiß, wohlriechend, vollkörnig. Was sie davon am Abend aßen, das war am Morgen wieder reif nachgewachsen; was sie davon am Morgen aßen, das war am Abend wieder reif nachgewachsen, und es war keine Abnahme zu merken. Da haben denn die Wesen dort den ungepflügt reifenden Reis genossen, davon gespeist, sich davon ernährt, sind sie lange Zeiten hindurch bestanden. Je mehr und mehr nun die Wesen dort den ungepflügt reifenden Reis genießend, davon gespeist, davon ernährt, lange Zeiten hindurch bestanden, desto mehr*

*und mehr sind jene Wesen immer noch gröber geworden an Körperart, und Schönheit und Unschönheit traten hervor.*

*An der Frau sind da die körperlichen Zeichen der Frau offenbar geworden, beim Mann die Zeichen des Mannes. Die Frau hat nun unziemlich nach dem Mann hingeblickt und der Mann nach der Frau. Dadurch, dass sie einander unziemlich angeblickt haben, ist der Anreiz entstanden, und brennende Sucht hat den Körper ergriffen. Aus brennender Sucht haben sie der Paarung gepflegt. Wenn aber damals andere Wesen solche, die der Paarung pflegten, gesehen haben, so haben manche sie mit Erde beworfen, manche sie mit Asche beworfen, manche sie mit Mist beworfen: „Fort, ihr Unreinen, fort, ihr Unreinen, wie kann nur ein Wesen mit einem anderen Wesen so umgehen!“ Daher kommt es, dass auch heute noch die Menschen in manchen Gegenden, wenn die Braut heimgeführt wird, sie teils mit Erde bewerfen, teils mit Asche bewerfen, teils mit Mist bewerfen. Sie folgen dabei eben dem einstigen Brauch und Begriff, aber den Sinn davon verstehen sie nicht mehr.*

*Als unrecht gegolten hat ja damals, was heute als recht gilt. Denn wenn dort zur damaligen Zeit Wesen, welche der Paarung gepflegt haben, dabei angetroffen wurden, so durften sie einen Monat oder zwei Monate lang kein Dorf oder keine Stadt betreten. Als nun jene Wesen damals dabei angetroffen wurden, da haben sie, um nun nicht mehr bei solchem Tun gesehen zu werden, begonnen, Häuser zu bauen.*

Nach der Rankenbeere erschien wild wachsender vollkörniger, wohlschmeckender Reis, der bei täglicher Entnahme auch täglich nachwuchs. Er brauchte also nicht angebaut zu werden.

Aber von ihm wird nicht mehr gesagt, dass er nach Honig schmeckte, sondern lediglich, dass er gut schmeckte. Vor allem: Er musste gesammelt, gekocht, zubereitet werden. Diese Beschreibung zeigt, wie weiteres Leiden aufkam: die Mühe um die Nahrung. Die Verschiedenartigkeit der Wesen trat bei diesen Arbeiten auch körperlich zutage: die Unterschiede zwischen Mann und Frau.

Im weiteren Abfall, wenn der Reis angebaut, gepflegt werden musste, schwere Feldarbeit erforderlich war, wurden die Unterschiede noch deutlicher. Die lateinischen Namen für die Geschlechter geben ein gutes Bild. Maskulinum hängt mit Muskeln zusammen, das männliche Muskelwesen, das den schweren Pflug über die Erde zieht, um sie für den Reis aufzubereiten. Femininum – das Wort kommt von Hungerstillen – sind die Frauen, die den Reis kochten und zubereiteten und den Wesen dazu verhalfen, dass sie ihren Hunger stillen konnten. So entstand eine bäuerliche Agrarkultur: die Menschen waren sesshaft geworden, bauten Häuser, betrieben Ackerbau, legten Reisterrassen an.

Bisher war es so, dass die göttlichen Wesen in ihrem Bereich unmittelbar in geistiger Geburt, und das bedeutet auch vollkommen entwickelt mit allen geistigen Fähigkeiten, erschienen und im Sterben diesen Bereich wieder verließen. Mit der Sucht nach Paarung begann der komplizierte Vorgang der Inkarnation: Zeugung = Hinzutreten eines jenseitigen Wesens. Neun Monate Embryo. Geburtswehen. In Erscheinung treten. Lange Zeit der kindlichen Unempfänglichkeit für geistige Dinge. Erst allmählich Pubertät, Erwachsensein.

Mit der Paarung ist die Abwärtsentwicklung bis zu dem Stand gekommen, in dem wir uns befinden. Von unserer Art heißt es (Sn 772):

*Gefesselt in der Höhle, vielverkettet,  
verharrt der Mensch, in Blendwerk tief versunken.*

Das eigentliche Wesen mit Empfinden, Wahrnehmung und Wollen hat sich den groben Fleischkörper „angestrickt“ und



hat sich im Anstricken da hinein verstrickt, und das dichte Gesticke hat völlig die Tatsache verhüllt, dass es einst ein leuchtendes Wesen war, das in seligem Entzücken ohne „Höhle“ im freien Raum nur in geistiger Gestalt bestand, die dem Willen unmittelbar folgte.

Aber als „da unten“ aus dem Wasser Festes auftauchte, da hat es neugierig dahin geblickt, hat sinnliche Sucht, die in den Tiefen seines Inneren aus der vorigen Weltepoche noch schlummerte, geweckt und betätigt, hat sich verlangend eine schmeckende Zunge und greifende Finger angedichtet und hat sein Wesen vergrößert durch Sinnensucht und damit seine Leuchtkraft verloren, den Fleischkörper geschaffen und sein seliges Entzücken eingebüßt. Verstrickt in der Höhle ist jetzt der vorherige selbstleuchtende Geist. Jetzt lebt er nicht mehr willensunmittelbar. Der grobe Körper folgt einem groben Gesetz, wird geboren, altert und stirbt. Das Wesen hat seine Vergangenheit vergessen, identifiziert sich mit der Höhle, mit diesem grobstofflichen Körper und hält darum die Vernichtung des Körpers im „Tod“ für seinen Untergang. Das ist die tiefe Verblendung der Wesen.

Was der Schlechteste, der Pionier nach abwärts, machte, dem folgten immer auch andere, denn sie hatten keinen Maßstab, kein übergeordnetes Ziel oder Leitbild, sondern waren eingefangen in dem eskalierenden Prozess von Anziehung, Abstoßung und Blendung. Bisher sind erst Anfänge von Übelwollen zutage getreten, gewisse Aversionen, die sich in Überhebung und im Mist-Werfen ausdrückten. Tierische Eigenschaften sind noch nicht in Erscheinung getreten. Es ist auch noch keine Rede von Gespenstern und Höllen.

Bevor wir jetzt zum zweiten der vier Akte der Welt- und Vielfaltsentwicklung übergehen, noch einiges Allgemeine: Die Epochen der Vergrößerung der Wesen, die der Erwachte schildert, sind sehr lange Perioden, lange Zeiten, innerhalb deren es nicht immer dieselben Wesen sind, die hier beschrieben werden, sondern sie sterben und werden wiedergeboren, d.h. erscheinen spontan und sterben und erscheinen wieder,

also lange Perioden einer Entwicklung mit Veränderung, mit Unbeständigkeit, mit verschiedenen – nicht allein menschlichen – Daseinsformen, von denen der Erwachte nur die markanten Erscheinungen nennt auf Grund der psychischen Hintergründe.

Die Zeiten, die hier geschildert werden, liegen lange vor den von der Naturwissenschaft als prähistorische Zeiten bezeichneten, vor Erdkatastrophen, Sintfluten, Umschichtungen, die einen späteren Zustand niederer Tugend voraussetzen, in denen als Folge von Untugenden immer wieder Kontinente versinken und die Erde die Wesen nicht mehr trägt. Durch die Ausgrabungen ist die Naturwissenschaft zu völlig falschen Folgerungen gelangt in der Annahme, dass sich aus primitivem Leben höheres entwickelt habe, die Krone sei dann der Mensch.

Die Entwicklung in einer Weltausbreitungsperiode verläuft nicht vom Primitiven zum Höheren, sondern vom Hohen zum Primitiveren. Am Anfang einer Weltausbreitung waren die Wesen Leuchtende, Brahmas, gegenüber denen die Menschen eine Abwärtsentwicklung bedeuten. In den naturwissenschaftlichen Forschungen finden die höher entwickelten Wesenheiten der Brahma- und Götterwelten keinen Platz, weil man sie nicht sinnlich wahrnehmen, messen und ihre Überreste nicht ausgraben kann, geschweige dass die westliche Wissenschaft sinnlich nicht Wahrnehmbares auch nur für möglich hält oder gar die psychische Entwicklung der Wesen verfolgen kann.

In den Dimensionen, die hier beschrieben werden, gibt es drei Rechnungseinheiten. Es kommen hier vor: die Brahmawelten, die Götter- und die Menschenwelten. Jede hat eine andere Rechnungseinheit. Das macht es uns schwer, mit unseren Eintagsfliegenzeitbegriffen in diese weiten Dimensionen vorzustößen. Die Rechnungseinheit der Brahmawelt ist immer das Weltzeitalter, das Äon. Ein ganzes Äon, ein halbes, ein drittel Äon. Ein Weltzeitalter lässt sich in Begriffen von Jahren überhaupt nicht ausdrücken, auch nicht mit Milliarden, Trillionen oder noch größeren Zahlen. Der Erwachte gibt da

auch keinen Umrechnungskurs für die Berechnung der Weltzeitalter, der Äonen, wohl aber anschauliche Gleichnisse in den Lehrreden: Ein Äon dauere so lang, wie ein Vogel, der jeden Tag seinen Schnabel am Himālaya-Gebirge wetzt, braucht, um dieses abzutragen; oder wie der Weise, der mit dem Mantel einen Stein des Himālaya-Gebirges streift, das Himālaya-Gebirge abgetragen hat. (S 15,5)

Die sinnlichen Götterwelten werden als Millionen von Menschenjahren dauernd beschrieben. So leben die niedersten Götter neun Millionen Menschenjahre.

Die Menschen sind die Wesen, bei denen es um Tausende oder Hunderte Jahre geht. Die langlebigsten Menschen – dazu sei etwas vorgegriffen – sind solche, die viermal vierundachtzigtausend Jahre leben, das sind also dreihundertsechsdreißigtausend Jahre, also ungefähr eine Drittel Million. So lang leben die Menschen, die am götterähnlichsten sind. Heute leben sie achtzig bis hundert Jahre. Die kurzlebigen Menschen im sogenannten Messerstichzeitalter leben zehn Jahre. Darauf kommen wir noch weiter unten. Wir sehen, wie unterschiedlich die Lebensdauer der Menschen ist – aus psychischen Gründen.

#### Alternative Kräfte gegen die Abwärtsentwicklung Hamstern: Abgrenzung von Privateigentum

Bei den im Zug der Abwärtsentwicklung einsetzenden Untugenden werden die Wesen jetzt aufmerksam auf ihre Abwärtsentwicklung, und sie versuchen, diese einzudämmen:

*Da ist denn, Vāsetther, einem der Wesen aus träger Bequemlichkeit der Gedanke gekommen: „Ach, warum nur mühe ich mich ab, den Reis zu holen, am Abend für das Abendmahl, am Morgen für das Morgenmahl. Wie wenn ich nun den Reis nur einmal holen ginge, für den Abend und Morgen zusammen?“ So hat dann, Vā-*

*setther, jenes Wesen nur einmal den Reis geholt, für den Abend und Morgen zusammen. Als bald nun hat ein anderes der Wesen sich zu jenem dort hinbegeben und hat so gesprochen: „Komm, liebes Wesen, wir wollen Reis holen.“ – „Nicht nötig, liebes Wesen, ich habe mir den Reis für den Abend und Morgen zusammen geholt.“ Darauf hat nun das Wesen im Hinblick auf jenes andere den Reis gleich für zwei Tage geholt: „Auch so, meine ich, wird es gut sein.“ Wieder nun ist eines der Wesen zu diesem dann herangetreten und hat so gesprochen: „Komm, liebes Wesen, wir wollen Reis holen.“ – „Nicht nötig, liebes Wesen, ich habe mir den Reis für zwei Tage auf einmal genommen.“ Da hat denn jenes Wesen im Hinblick auf das andere den Reis zugleich für vier Tage geholt: „Auch so, mein ich, kann's gut sein.“ Und wiederum ist eines der Wesen dann zu diesem herangetreten und hat so gesprochen: „Komm, liebes Wesen, wir wollen Reis holen.“ – „Nicht nötig, mein Lieber, ich habe mir den Reis schon für vier Tage genommen.“ Da hat nun das Wesen dort im Hinblick auf jenes andere den Reis zugleich für acht Tage geholt: „Auch so, denk ich, wird's recht sein.“*

*Sobald nun die Wesen dort den Reis in Vorrat aufgespeichert, zu genießen begannen, war auch schon das Korn bestäubt worden, behülst worden, der Schnitt nicht wieder aufgediehen, eine Abnahme war zu merken, spärlich und spärlicher standen die Ähren.*

*Da sind nun die Wesen dort zusammengekommen und haben geklagt: „Schlimm, fürwahr, sind die Dinge, die bei den Wesen offenbar wurden! Wir bestanden einst geistig und ernährten uns von geistiger Beglückung bis Entzückung, zogen selbstleuchtend unsere Bahn im Raum, bestanden in herrlichem Glanz und überdauerten lange, lange Zeiten. Dann hat sich im*

*Verlauf langer Wandlungen auf dem Wasser eine Erdhaut ausgebreitet, die hatte eine Farbe, hatte einen Duft, hatte einen Geschmack. Da haben wir die Erdhaut mit den Händen aufgenommen, um sie zu genießen. Sobald wir aber die Erdhaut zu genießen begannen, war uns das Selbstleuchten verschwunden. Als uns das Selbstleuchten verschwunden war, da sind Sonne und Mond erschienen; da sind Sterne und Planeten aufgegangen; da ist Tag und Nacht erschienen, da sind Wochen- und Monatszeiten, Jahreszeiten und Jahre geworden. Und wir sind, die Erdhaut genießend, davon gespeist, davon ernährt, lange Zeiten hindurch bestanden. Weil aber dann üble, unheilsame Eigenschaften unter uns offenbar wurden, ist die Erdhaut verschwunden. Als die Erdhaut verschwunden war, ist die Erdbodensprosse zum Vorschein gekommen. Die ist farbig gewesen, duftig gewesen, saftig gewesen. Da haben wir nun von der Erdbodensprosse zu genießen begonnen. Davon genießend, davon gespeist, davon ernährt, sind wir lange Zeiten hindurch bestanden. Doch weil wieder üble, unheilsame Dinge unter uns offenbar wurden, ist die Erdbodensprosse verschwunden. Als die Erdbodensprosse verschwunden war, ist die Rankenbeere zum Vorschein gekommen. Die ist farbig gewesen, duftig gewesen, saftig gewesen. So haben wir dann von der Rankenbeere zu genießen begonnen. Davon genießend, davon gespeist, davon ernährt, sind wir lange Zeiten hindurch bestanden. Weil nun wieder üble, unheilsame Dinge unter uns offenbar wurden, ist die Rankenbeere verschwunden. Als die Rankenbeere verschwunden war, ist ungepflügt reifender Reis zum Vorschein gekommen, unbestäubt, unbehülst, weiß, wohlriechend, vollkörnig. Was wir davon am Abend zum Abendmahl eingenommen hat-*

*ten, das war am Morgen wieder reif empor gewachsen. Was wir davon am Morgen zum Morgenmahl eingenommen hatten, das war am Abend wieder reif emporgewachsen, und es war keine Abnahme zu merken. Da haben wir nun den ungepflügt reifenden Reis genossen, davon gespeist, davon ernährt, sind wir lange Zeit hindurch bestanden. Weil nun aber wiederum üble, unheilsame Eigenschaften unter uns offenbar wurden, ist jetzt das Korn bestäubt worden, behülst geworden, der Schnitt nicht wieder aufgediehen, eine Abnahme ist zu merken, spärlich und spärlicher stehen die Ähren. Wie, wenn wir nun die Reisfelder verteilen und abgrenzen würden?“ Da haben denn, Vāsetther, die Wesen dort die Reisfelder verteilt und abgegrenzt.*

Aus Bequemlichkeit und Trägheit – weil die Wesen den Gang auf das Feld sparen wollen – fangen die Wesen an zu hamstern, stapeln Vorräte schon für acht Tage auf: „Das ist mein, das gehört mir“ – da kann die Natur nicht nachkommen, es wird ein Mangel an Nahrung erlebt, den es vorher nicht gab.

Durch die Tatsache, dass jetzt die Nahrung knapp wird, die Erde nicht mehr ausbeutungsfähig ist, die Ernährungsquelle zu versiegen droht, tritt in Erscheinung, dass diese Wesen, in Generationenketten wiedergeboren, noch die Erinnerung daran hatten, dass sie vor langen, langen Zeiten einmal Selbstleuchtende Götter gewesen sind und jetzt Reis essend, auf der Erde leben. Die Wesen beklagen das, aber sie wissen kein Mittel gegen diese zwangsläufige Entwicklung. Sie versuchen, die Abwärtsentwicklung in bestimmte äußerliche Bahnen zu lenken, indem sie die Felder einzelnen Personen oder Personengruppen zuteilen. Dadurch bekommen auch die Trägen ihr Feld zugewiesen und müssen selber arbeiten, wenn sie essen wollen. Das ist eine erzieherische Maßnahme für die weit eingerissene Trägheit: „Wenn du deine Bedürfnisse befriedigen willst, musst du deine menschlichen Fähigkeiten einsetzen und

pflegen, landwirtschaftlichen Betrieb in Gang setzen.“

Die bäuerliche Kultur beruht nun nicht mehr auf der Allmende – das Land ist nicht mehr gemeinsames Eigentum. Diese Lebensform ist nur möglich bei unterschiedslos liebe- und rücksichtsvoller Gesinnung allen Mitwesen gegenüber, mit der inneren Haltung, allen zu gönnen und nichts fortzunehmen. Diese Lebensform des Gemeineigentums haben die Menschen verspielt durch ihre gierige, egozentrische, trägheitsbedingte Hamsterei.

Nun besteht abgegrenztes Privateigentum als innerweltliche Konsequenz zum Zweck der Ernährungssicherung gegen die Tendenzen des Egoismus, der Trägheit, wodurch jedes Wesen gezwungen war, im Schweiß seines Angesichts sein Essen zu beschaffen.

Bis zu dieser Stufe hat es schon verschiedene Herzensbefleckungen gegeben: Am Anfang den Leichtsin, die Esssucht, die Überheblichkeit, den Schönheits-, den Ichdünkel, die Sexualität, die Trägheit aus Egozentrik – alles Formen sinnlichen Begehrens, aber noch möglich ohne Antipathie bis Hass, Rücksichtslosigkeit. Das Bewerfen mit Erde und Asche geschah nicht aus Hass, sondern war nur eine Episode der ersten Befremdung über diese Neuheiten. Später als alle Wesen geschlechtlich differenziert waren, hatten sich die Wesen daran gewöhnt.

In der folgenden Phase jedoch entwickelt sich asoziales Verhalten aus Antipathie bis Hass, Untugenden, die die Wesen einzudämmen versuchen:

Stehlen: Die Entstehung des Kriegerstandes

*Als bald nun, Vāsetther, hat eines der Wesen, lüstern geworden, seinen Anteil wohlverwährend, den Anteil eines anderen ohne Erlaubnis sich angeeignet und genossen. Dabei ist es ertappt worden, und man hat ihm gesagt: „Schlimm, fürwahr, liebes Wesen, handelst du,*

*dass du deinen eigenen Teil verwahrt hast und den Anteil eines anderen ohne Erlaubnis dir aneignen und genießen magst. Lasse doch, liebes Wesen, so etwas nicht wieder vorkommen.“ – „Gewiss nicht, ihr Lieben“, sagte da das Wesen dort zu den anderen. Aber ein zweites Mal und ein drittes Mal hat jenes Wesen, seinen Teil wohlverwährend, den Anteil eines anderen ohne Erlaubnis sich angeeignet und genossen, wurde wieder ertappt, und man hat ihm wiederum so zugesprochen, während manche mit Fäusten schlugen, manche mit Steinen warfen, manche mit Stöcken prügelten. Von da an sind Diebstahl, Tadel, Schlag und Widerschlag zum Vorschein gekommen.*

Das Hamstern war schon die Vorstufe des Stehlens, etwas, was der Allgemeinheit gehörte, in größerer Menge an sich zu nehmen als andere es taten. Das Stehlen fremden Eigentums, sich heimlich oder mit Gewalt Nichtgegebenes zu holen, ist ein Schritt mehr. Unmittelbar verbunden mit Eigentum und Diebstahl ist das Schlagen und Strafen. Es ist hier noch nicht die Rede vom Töten, aber der Übergang vom Schlagen zum Töten ist fließend. Die Gewaltsamkeit greift um sich. Als Untugenden mit der Rede werden genannt: Verletzende Rede (Tadeln, Schimpfen), das Abstreiten/Unwahrheit – alles unmittelbar mit dem Eigentumsproblem verbunden.

Nun entsteht das Problem: Wie begegnet man diesen Untugenden?

*Da sind denn, Vāsetther, die Wesen zusammengekommen und haben geklagt: „Schlimm, fürwahr, haben sich die Dinge bei den Wesen entwickelt, dass man jetzt sogar den Diebstahl kennt, den Tadel kennt, Schlag und Widerschlag kennt! Wie wenn wir nun gemeinsam ein Wesen wählen würden, das für uns einen Strafbaren zu strafen hätte, einen zu Tadelnden*



zu tadeln hätte, einen Verbannbaren zu verbannen hätte. Wir aber würden ihm von der Reisernte einen Anteil zukommen lassen.“ Da haben sich die Wesen dort zu einem von ihnen hinbegeben, der da schöner, ansehnlicher, anmutiger anzuschauen und vielvermögend war, und haben so zu ihm gesprochen: „Komm, o Wesen, einen Strafbaren strafe du, einen zu Tadelnden tadle du, einen Verbannbaren verbanne du. Wir aber wollen dir von der Reisernte einen Anteil zukommen lassen.“ – „Gut, ihr Lieben“, sagte da jenes Wesen, den anderen Wesen zustimmend. Und ein Strafbarer wurde von ihm gestraft, ein zu Tadelnder wurde von ihm getadelt, ein Verbannbarer verbannt. Sie aber ließen ihm von der Reisernte einen Anteil zukommen.

„Von der großen Menge erwählt“, ist dann als erstes das Wort „Der große Erwählte, der große Erwählte“ zum ersten Mal geprägt worden. „Der Felder Oberherr“ ist dann als zweites das Wort „Der Feldherr, der Feldherr“ zum ersten Mal geprägt worden. „Nach dem Gesetz andere führend“, ist dann das Wort „Der Fürst, der Fürst“ als drittes zum ersten Mal geprägt worden.

So nun sind voranfänglich die Worte für das Herrschertum entstanden unter jenen Wesen, die sich nicht (in Kasten) einteilten, sondern einander gleich erachteten, entsprechend der über allen Wesen stehenden Gesetzmäßigkeit. Denn eine Ordnung, ein Gesetz steht über den Wesen in dieser und in anderen Welten.

In der Abwärtsentwicklung ist bis heute diese Alternative von den innerweltlichen Mitteln das scheinbar wirksamste gegen die Untugend geblieben. Wenn die Menschen ihren Trieben nicht mehr selber Zügel anlegten, dann war es nötig, ein äußeres Mittel anzuwenden, eine Instanz zu schaffen, die den Schutz des Lebens und des Eigentums gewährleistete.

Gewählt wurde von den Wesen derjenige, der unter ihnen als der Würdigste erschien, der äußerlich schön, anmutig war, vielvermögend, das heißt von den inneren Tugenden her noch so durchleuchtet war, dass er unter den Wesen hervorragte. Der Erwachte sagt (M 135), dass diejenigen Wesen, die völlig neidlos sind, anderen alles gönnen, im nächsten Leben reich an innerem Vermögen sind. Neidische Wesen dagegen, die keinem etwas gönnen, werden geistig und seelisch dürr und karg. Dieses gewählte Wesen hingegen war geistig und vom Gemüt her reich, hatte die große Spannweite eines für den Landesvater Prädestinierten. Das an Tugend hervorragende Wesen sollte nun das Aufkommen weiterer Untugenden verhindern, was ihm auch gelang. Dieser Anfang einer staatlichen Organisation ist lange, lange Zeit sehr wirksam gewesen. Die Untugenden zeigten sich nicht mehr, das Stehlen hörte ganz auf bis zu den Zeiten der späteren Kaiserkönige, als durch das Aufhören ihrer Fürsorge große Not entstand. (Darüber später in D 26.)

Die Vorbildfunktion und Macht des tugendhaftesten Wesens, des Fürsten oder Königs, die durch die Reis gebenden Bürger gestützt wurde, war Schutz und Fürsorge für die Allgemeinheit. *Schopenhauer* nennt Grundgedanken über den Wert des Königtums:

*Der große Wert, ja, die Grundidee des Königtums scheint mir darin zu liegen, dass, weil Menschen Menschen bleiben, einer so hochgestellt, ihm so viel Macht, Reichtum, Sicherheit und absolute Unverletzlichkeit gegeben werden muss, dass ihm für sich nichts zu wünschen, zu hoffen und zu fürchten bleibt, wodurch der ihm wie jedem einwohnende Egoismus, gleichsam durch Neutralisation, vernichtet wird. Und er nun, gleich als wäre er kein Mensch, befähigt ist, Gerechtigkeit zu üben und nicht mehr zu sein, sondern allein das öffentliche Wohl im Auge zu haben. (Welt als Wille und Vorstellung II, Kap. 47)*

Die Idealgestalt des Herrschers, des Landesvaters, des Fürsten wird hier geschildert in dieser reinen Funktion der Erhaltung der Ordnung, des Schutzes, der Fürsorge.

Der König musste eine Verwaltung einrichten, es entstanden die ersten Städte, die Differenzierung der Berufe. Vorher waren vielleicht schon handwerkliche Berufe entstanden, die in der Agrarkultur gebraucht wurden, wie Töpfer, Wagenbauer, Schmied usw. Durch die staatliche Organisation entstanden viele weitere Berufe, die als Kasten bezeichnet werden können. Die erste Kaste bildete der König mit denjenigen, die ihn in der Regierung unterstützten und die er als seine Vertreter ernannte, die Krieger- oder Adelskaste. Sie hatten eine Bremsfunktion gegenüber dem weiteren willkürlichen Abgleiten der Menschheit.

Die Absicht des Erwachten ist zu zeigen, dass die Berufe, die Kasten oder Klassen nicht aus Brahmas Körper entstanden sind, sondern dass die abgefallenen Brahmawesen und späteren Menschen sehr lange ohne Kasten, ohne Berufsdifferenzierung ausgekommen sind, dass Kasten keine Naturnotwendigkeit der Wesen sind. Erst bei fortgeschrittener Untugend der Wesen entsteht als Gegenmittel die erste Kaste und erst danach die weiteren, wie aus dem Fortgang der Lehrrede ersichtlich ist.

#### Die Reinen: Entstehung des Brahmanentums

*Da haben aber nun, Vāsetther, einige von den Wesen dort sich gesagt: „Üble Eigenschaften, fürwahr, sind jetzt bei den Wesen offenbar geworden, dass man nun den Diebstahl kennt, den Hader kennt, Schlag und Widerschlag kennt, Verbannung kennt. Wie wenn wir uns nun reinhalten würden von üblen, unheilsamen Eigenschaften?“ Und sie haben sich rein gehalten von üblen, unheilsamen Eigenschaften. „Von üblen, unheilsamen Eigenschaften halten sie sich rein“, sagte man, so ist als erstes das Wort „Reiner, Reiner (brahmana)“ entstanden.*

*Sie haben nun tief im Wald sich Hütten aus Laub*

*errichtet und (führten dort ein Leben der Besinnung), pflegten weltlose Entrückungen. Wenn die Kohlen am Herd verglüht, der Rauch sich verzogen hat, in der Küche nicht mehr hantiert wird, am Abend, da sind sie zum Abendmahl zu den Dörfern, Märkten und Städten hinabgestiegen, die Reste der Mahlzeit einzusammeln. Hatten sie Nahrung erhalten, so kehrten sie gleich wieder in den Wald zurück und pflegten weltlose Entrückungen.*

*Das haben nun die Leute bemerkt und gesagt: „Da sind ja Wesen, die tief im Wald leben, sich Hütten aus Laub errichtet haben und weltlose Entrückungen pflegen.“ „Der Welt entrückt“, sagte man, so ist das Wort „Entrückter, Entrückter“ als zweites entstanden.*

*Nun aber gab es manche unter diesen Wesen, die dort im Wald, in den Hütten aus Laub eine weltlose Entrückung zu gewinnen nicht imstande waren. Die haben sich in der Nähe eines Dorfes oder in der Nähe einer Burg angesiedelt und mit dem Verfassen von Schriften beschäftigt. Als die Leute dies sahen, haben sie gesagt: „Diese Wesen sind nicht imstande, im Wald, in den Hütten aus Laub weltlose Entrückungen zu gewinnen. Da sind sie denn in die Nähe eines Dorfes oder in die Nähe einer Burg herabgezogen und haben sich mit dem Verfassen von Schriften beschäftigt. Sie sind nicht weltlos entrückt.“ – „Nicht Entrückte, Nicht Entrückte“, sagte man, so ist das Wort „Nicht Entrückter, Nicht Entrückter“ als drittes entstanden. Als minderwertig gegolten hat es ja zur damaligen Zeit, was heute als höchstwertig gilt.*

*So nun ist voranfänglich der Kreis der Reinen, der Brahmanen, entstanden, unter jenen Wesen, die sich nicht (in Kasten) einteilten, sondern einander gleich erachteten entsprechend der (über allen Wesen stehen-*

*den) Gesetzmäßigkeit. Denn eine Ordnung, ein Gesetz steht über den Wesen in dieser und in anderen Welten.*

Nach heute üblicher Vorstellung wäre der Fortfall sinnlicher Wahrnehmung ein schwerer Verlust, weil man sich von der sinnlichen Bedürftigkeit nicht frei gemacht hat, aber die Reinen, die sich von den damals zutage getretenen Untugenden rein gehalten hatten, haben gesehen und erfahren, dass die äußerlichen Mittel keine echte Hilfe waren, nur ein Kurieren an den Symptomen. Deshalb haben sie den langen Weg der Abwärtsentwicklung in sich rückwärts vollzogen, sind zur Herzenseinheit (*samādhi*) zurückgekehrt, sind wieder Brahmas in Menschengestalt geworden und werden im nächsten Leben bei den selbstleuchtenden, inneres Wohl genießenden Brahmas oder den Leuchtenden wiedergeboren, dem Abfall ihrer Zeit entronnen – aber wie wir wissen, geht auch diese Brahmaexistenz wieder zu Ende. Doch damals, als noch kein Erwachter erschienen war, war es das bestmögliche Gegenmittel, um der Abwärtsentwicklung für lange, lange Zeiten zu entrinnen.

Die Wesen, die die weltlose Entrückung nicht gewinnen konnten, befassten sich mit dem Verfassen von Schriften, mit der geistigen Klärung und Auseinandersetzung, um sich bewusst zu machen, wie wichtig es ist, sich umzuerziehen, sich aus dem, was sie sich aufgeschrieben hatten, selber zu ernähren.

Also nur Heilsames, der inneren Läuterung Dienliches war das Thema dieser beiden Arten des Kreises der Reinen, der Vorläufer der späteren Brahmanenkaste. – Der Erwachte macht in anderen Reden deutlich, wie weit die spätere Brahmanenkaste von diesem ursprünglichen Ziel abgekommen ist. (A V,191-192)

### Der dritte und vierte Berufsstand

Nun folgen noch die zwei weiteren Berufe, die erst später zu Kasten wurden:

*Unter jenen Wesen nun, Vāsetther, haben sich manche eine Gattin erwählt und einen bürgerlichen Beruf ergriffen. „Sie haben sich eine Gattin erwählt und einen bürgerlichen Beruf ergriffen“, sagte man, so ist das Wort „Bürger, Bürger“ geprägt worden.*

*So nun ist voranfänglich der Kreis der Bürger entstanden unter jenen Wesen, die sich nicht (in Kasten) einteilten, sondern einander gleich erachteten entsprechend der (über allen Wesen stehenden) Gesetzmäßigkeit. Denn eine Ordnung, ein Gesetz steht über den Wesen in dieser und in anderen Welten.*

Nun der vierte Berufsstand:

*Was da nun, Vāsetther, von jenen Wesen noch übrig blieb, die haben die grausamen Tätigkeiten übernommen (luddacārā = wild, schrecklich, grausam wandeln – wie Jäger, Metzger, Schergen) und untergeordnete, niedrige Berufe ausgeübt (khudda-ācārā = unbedeutend, gering wandeln). „Grausam Handelnde und Diener“, sagte man, so ist das Wort „die Niedrigen, die Niedrigen (sudda)“ geprägt worden.*

*So nun ist voranfänglich der Kreis der Niedrigen entstanden unter jenen Wesen, die sich nicht (nach Kasten) einteilten, sondern einander gleich erachteten entsprechend der (über allen Wesen stehenden) Gesetzmäßigkeit. Denn eine Ordnung, ein Gesetz steht über den Wesen in dieser und in anderen Welten.*

Der Erwachte vergleicht in zwei Reden die Stände, die sich auch im Abendland in den früheren Jahrhunderten entwickelt hatten: den Adelsstand, die Geistlichkeit, das Bürgertum und die Dienenden – mit vier Bäumen (M 90): Die Krieger gleichen dem festen Holz der Eiche, die Brahmanen gleichen dem

Salbaum, die Bürger gleichen dem Mangobaum, und die Diener gleichen dem Usambarafeigenbaum. Zum Bauen ist das Holz der Eiche und des Salbaums besser, wertvoller als das Feigenholz. Aber als Brennholz sind alle zu gebrauchen. Und so sei es auch in der Läuterung. Wenn die Menschen sich um Läuterung bemühen, ist es vollkommen gleich, welches „Holz“ verbrennt. Die Flamme ist das Entscheidende. Mit allen Vieren kann man Feuer entzünden.

In M 96 vergleicht der Erwachte die vier Berufsstände mit vier Feuern: den Krieger mit dem Feuer aus festem Holz, die Brahmanen mit dem Feuer aus Reisig, die Bürger mit dem Feuer aus Heu und die Diener mit dem Feuer aus Dung, d.h. die harten Krieger mit dem Holzfeuer, die Brahmanen mit dem zum Himmel lodernden Feuer aus Reisig, die Bürger mit dem Heufeuer, dem landwirtschaftlichen Produkt, und die Diener, die sich mit Niedrigem befassen, mit Dungfeuer; und er sagt wieder, dass alles brennt. Aus jedem Berufsstand kann der Läuterungswillige zum Heil kommen.

In der Angereihten Sammlung werden die drei Stände und die Asketen einander gegenüber gestellt. (A VI,52) Es heißt dort: Der Krieger stützt sich auf sein Heer, auf die Streitmacht; d.h. der König braucht seine Polizei, seine Streitmacht als Druckmittel für die Übeltäter; die Brahmanen – in der voranfänglichen Zeit – brauchen für ihre Konzentration und ihre Bemühung das Mantra, d.h. immer wiederholte Gedanken, die geistige Ausrichtung auf die Einheit des Gemüts; die Bürger stützen sich auf ihre Berufserfahrung, auf ihre handwerklichen, beruflichen Kenntnisse, und die Asketen stützen sich auf ihre Tugenden.

Der Erwachte fährt fort: Die Krieger denken an den Schutz der Menschen auf der Erde. Sie sind die Politiker der damaligen Zeit. Die Brahmanen (zur Zeit des Erwachten) denken an die Opfer, die man den Göttern bringt. Die Bürger denken an ihre Tätigkeit, an ihre Unternehmungen, an ihre Geschäfte. Und die Asketen denken daran, nichts zu besitzen, um jede Verhaftung loszuwerden.

Auch das Endziel der Menschen dieser vier Gruppen nennt der Erwachte: Bei den Kriegerern ist das Endziel, sich gegen die Räuber, die Asozialen, durchzusetzen, die Macht des Staates aufrecht zu erhalten. Bei den Brahmanen ist das Ziel der Rückweg in die Brahmawelt, obwohl ihnen zur Zeit des Erwachens die Kenntnis dieses Wegs meist verloren gegangen war. Das Ziel des Bürgers sind vollbrachte Taten, wie bestellte Felder, Hausbau, Ordnung in Haus und Familie. Und das Ziel der Asketen ist die Triebversiegung, das Nibbāna – ein Ziel, von dem sie ohne die Stimme eines Erwachten weder eine klare Vorstellung haben noch den Weg dahin wissen.

#### Unabhängig von Ständen und Kasten: Asketentum

Am Ende unserer Lehrrede (D 27) kommt der Erwachte auf den am Anfang geäußerten Gedanken zurück, dass ein Angehöriger jedes Standes seine weltüberlegene Eigenschaft, die er als Mensch besitzt, nutzen könne, dass er, als Asket im Orden lebend, das Ziel der Asketenschaft, die Triebversiegung, erreichen könne:

*Es ist dann, Vāsetther, eine Zeit gekommen, wo da ein Krieger, mit seinem Stand unzufrieden, von Hause fort in die Hauslosigkeit gezogen ist: „Ein Asket will ich werden“; wo auch ein Priester, wo auch ein Bürger, wo auch ein Niedriger, mit seinem Stand unzufrieden, von Hause fort in die Hauslosigkeit gezogen ist: „Ein Asket will ich werden.“ In diesen vier Kreisen ist das Wort „Asket“ geprägt worden, unter jenen Wesen, die sich nicht (in Kasten) einteilten, sondern einander gleich erachteten entsprechend der (über allen Wesen stehenden) Gesetzmäßigkeit. Denn eine Ordnung, ein Gesetz steht über den Wesen in dieser und in anderen Welten.*

*Ein Krieger, der in Taten, Worten und Gedanken übel wirkt, der falsche Anschauung pflegt, Unheilsa-*



*mes wirkt, der wird infolge seiner falschen Anschauung, seines unheilsamen Wirkens bei Versagen des Körpers jenseits des Todes auf den Abweg geraten, auf dunkle Fährte, zur Tiefe hinab, in untere Welt. Ein Priester, ein Bürger, ein Niedriger, der in Taten, Worten und Gedanken übel wirkt, der falsche Anschauung pflegt, Unheilsames wirkt, der wird infolge seiner falschen Anschauung, seines unheilsamen Wirkens bei Versagen des Körpers jenseits des Todes auf den Abweg geraten, auf dunkle Bahn, zur Tiefe hinab, in untere Welt.*

*Ein Krieger, ein Priester, ein Bürger, ein Niedriger, der in Taten, Worten und Gedanken Gutes wirkt, der rechte Anschauung pflegt, Heilsames wirkt, der wird infolge seiner rechten Anschauung, seines heilsamen Wirkens bei Versagen des Körpers jenseits des Todes auf gute Bahn gelangen, in himmlische Welt.*

*Ein Krieger, ein Priester, ein Bürger, ein Niedriger, der in Taten, Worten und Gedanken Übles und Gutes gemischt wirkt, der rechte und falsche Anschauung pflegt, Heilsames und Unheilsames wirkt, der wird infolge seines gemischten Wirkens Wohl und Weh zu erfahren haben.*

*Ein Krieger, ein Priester, ein Bürger, ein Niedriger aber, der sich in Taten, Worten und Gedanken gezügelt hat, der kann, nachdem er die sieben mit der Erwachung verbundenen Eigenschaften (sambojjhanga) allmählich entwickelt hat, bei Lebzeiten schon zur Erlösung gelangen.*

*Ist aus diesen vier Kasten einer als Mönch heil geworden, hat er die Wollensflüsse/Einflüsse aufgehoben, hat er getan, was zu tun ist, die Last abgelegt, höchstes Heil sich errungen, die Daseinsverstrickungen überwunden, ist er in vollkommenem Wissen erlöst, so*

*wird er als der Höchste aller Wesen bezeichnet, mit Recht, nicht zu Unrecht. Denn eine Ordnung, ein Gesetz steht über den Wesen in dieser und in anderen Welten.*

*Auch Brahma, der Ewige Jüngling, hat den Spruch gesagt:*

*Der Krieger gilt als höchster Stand  
für den, der sich auf Herkunft stützt;  
wer reinen Wandels weise ist,  
ist höchster Herr bei Gott und Mensch.*

*Das aber ist ein Spruch, den Brahma, der Ewige Jüngling, recht gesungen, nicht unrecht gesungen, recht gesprochen, nicht unrecht gesprochen hat, der richtig, nicht falsch ist, dem ich zugestimmt habe. Auch ich sage:*

*Der Krieger gilt als höchster Stand  
für den, der sich auf Herkunft stützt;  
wer reinen Wandels weise ist,  
ist höchster Herr bei Gott und Mensch.*

*So sprach der Erhabene. Erhoben und beglückt waren Vāsettho und Bhāradvājo über die Rede des Erhabenen.*

*Wer reinen Wandels weise ist, das ist der Geheilte von vollkommen reinem Wandel und vollkommener Weisheit. Er hat Gebrauch gemacht von den weltüberlegenen Eigenschaften. Hier nannte der Erwachte die sieben Glieder der Erwachung: Ein solcher hat Wahrheitsgegenwart und Wahrheitsergründung gepflegt, hat Tatkraft entwickelt, innere Beglückung erfahren, die Triebe des Körpers beruhigt, Herzensfrieden und Gleichmut gewonnen. Auf dieser Grundlage hat er dann die Triebversiegung gewonnen, ist höchster Herr über Brahma, über Götter und Menschen, hat sich aus aller Unbeständigkeit und Vielfalt herausentwickelt; daher gibt es für ihn keine Ab-*

wärts- oder Aufwärtsentwicklung mehr, er hat das höchste Ziel erreicht.

### Der Kaiser, der die Abwärtsentwicklung eine Zeitlang aufhält (D 26)

Mit Eigentum, Staat, Verwaltung und die Differenzierung der Berufe, der sozialen Stufungen hat sich die ganze menschliche Struktur, wie wir sie kennen, entwickelt. Aber, wie wir gesehen haben, sind diese Stände nicht mit dem Menschentum identisch. Es gab lange, lange Zeit Menschentum ohne sie, ein viel reineres Menschentum als auf der jetzigen Stufe der Weltentwicklung, ein Menschentum, in dem sich die Menschen noch als grundsätzlich gleich ansahen, also keine „Untermenschen“, kein „lebensunwertes“ (Menschen-)Leben, kein Kastenwesen kannten.

Im bisherigen Verlauf der Abwärtsentwicklung, wie sie in D 27 geschildert ist, war die Rede von den Leuchtenden, den Brahmas und anderen Göttern bis zu den Menschen. Aber mit den Untugenden: Stehlen, Schlagen und verletzende Rede entwickeln sich auch, je mehr sie zunehmen, Gespenster und Teufel in Menschengestalt, und nach dem Tod gelangen diese Wesen zu ihresgleichen. So entsteht die Gespenster- und höllische Welt.

Bisher war immer von einer Einheitsmenschheit die Rede: eine überschaubare Menschheit, die gefallenen Götter, lebten zusammen, wählten sich einen König, schufen einen Staat.

Allmählich differenzierten sich diese Menschen und besiedelten aus Nahrungsmangel, Begehrlichkeit (wir sahen, wie das Korn knapp wurde, weil die Menschen begehrlischer wurden) und Abenteuerlust die ganze Erde. Es entstanden verschiedene Rassen und Kulturen. Auf dem Stand dieser Entwicklung setzt die folgende Lehrrede „Der Kaiser“ (D 26) ein. Bisher war noch nicht die Rede von einem Kaiser, nur von gewählten Königen haben wir gelesen.

In der folgenden Lehrrede schildert der Erwachte einen König, der zum Kaiser wird, einen Menschen von besonders herausragender Tugend, langer Lebenskraft und Schönheit. Es heißt (M 83), dass der Kaiser 84.000 Jahre Kind gewesen war, 84.000 Jahre Kronprinz, 84.000 Jahre Herrscher und 84.000 Jahre als Asket in die Einsamkeit gegangen war. Viermal 84.000 Jahre war die Lebenszeit dieses Herrschers. In D 26 heißt es, dass die allgemeine Lebenszeit später 80.000 Jahre betrug. Diese Zahlen mögen befremdlich sein, doch in den alten Kulturen finden wir immer wieder einmal den Hinweis, dass Götter auf die Erde herabstiegen und sich mit Menschen vermischten – von daher die tugendbedingte lange Lebensdauer, die dann allmählich abnahm.

#### Die sieben Juwelen des Kaisers Dalhanemi

*Es war einmal, ihr Mönche, ein König, Dalhanemi geheißen, der war Kaiser, ein gerechter und wahrer Herrscher, ein Sieger bis zur Mark der See, der seinem Reich Sicherheit schuf, mit sieben Juwelen begabt war. Das aber sind seine sieben Juwelen gewesen: das himmlische Radjuwel, der beste Elefant, das beste Ross, der beste Edelstein, die beste Frau, der beste Bürger und siebentens der beste Staatsmann. Und er hatte über tausend Söhne, tapfer, heldensam, Zerstörer der feindlichen Heere.*

*Dieser hat die Erde bis zum Ozean hin ohne Stock und Stahl gerecht beherrscht.*

Mit dem Erscheinen eines Kaiserkönigs in der Welt sind untrennbar seine sieben Juwelen oder Schätze verknüpft, die in D 26 nur aufgezählt, in D 17 aber näher geschildert werden: es sind eine himmlische Kostbarkeit, zwei Kostbarkeiten aus dem Tierreich, eine Kostbarkeit aus dem Bereich der Dinge und drei menschliche Juwelen:

1. Als ersten himmlischen Schatz besitzt der Kaiserkönig das himmlische Radjuwel, das Steuerrad für die gerechte Welt-herrschaft, für die moralische Ordnung der Menschheit. Es eilt ihm voran und lenkt alles zum Besten, steht ihm zu Häupten, wie nachher noch näher geschildert wird.

2. Der Kaiser besitzt als zweites Juwel das Elefantenjuwel, den besten weißen Staatselefanten, der ihn hoch über die Menge erhebt und, mächtig und gebändigt, vor allen Feinden Schutz gewährt.

3. Als drittes Juwel und als zweiten Schatz unter den Tieren besitzt der Kaiser das Rossejuwel, das ihn windschnell hin-bringt, wohin er nur will.

4. Unter seinen Reichtümern aus der Dingwelt hat der Kaiser das Edelsteinjuwel, den Diamanten, der nachts taghell leuch-tet.

5. Der Kaiser besitzt als erstes unter den drei menschlichen Juwelen das Frauenjuwel, die ideale Ergänzung, die anmutige, edle und pflichtgetreue Kaiserin, die ihm treue Gefährtin und Ruhepunkt ist, eben die Seele des Palastes.

6. Als zweiten Schatz unter den Menschen hat der Kaiser das Bürgerjuwel, den idealen Schatzmeister, der ihm auf rechtliche gute Weise alle Mittel verschafft, die er braucht, ohne dass er Schulden aufnehmen oder gar die Bürger bedrücken muss.

7. Als drittes Juwel unter den Menschen hat der Kaiser das Kanzlerjuwel, den idealen Ratgeber, der ihn zum Besten berät.

Das wichtigste dieser sieben Juwelen ist das erste, das Radju-wel, eine Gabe der Götter, ein sichtbares Symbol des himmlischen Gesetzes, das den Menschen zu Häupten steht. Seine Herkunft können wir uns etwa wie folgt vorstellen.

Ebenso wie berichtet wird, dass Geister der Unterwelt Ein-fluss nehmen auf die Menschen und dafür sorgen wollen, dass das Dunkle zum Sieg kommt, so blicken auch manche höheren himmlischen Wesen immer wieder voll Anteilnahme auf die Menschenwelt und beobachten den sittlichen Stand der Men-schen. Es geht durch fast alle Mythen, dass die Gottheiten sich Sorgen machen, wenn ihre Himmel leerer werden, kein Zu-

strom stattfindet, weil im Menschentum die Moral abnimmt, und dass sie manches versuchen, um zu erreichen, dass die Menschen wieder zu besserer Moral kommen. Wo Geistwesen von fürsorgender Art und von hoher Moral beobachten, dass in der Welt ein Mensch von der sittlichen Größe eines Kaiserkönigs erscheint, da tragen sie mit ihren himmlischen Mitteln dazu bei, dass er Herrscher wird und bleibt, damit er die Wesen zum Guten beeinflussen und sie dem Einfluss der Unterwelt entziehen könne.

Das himmlische Radjuwel ist also ein sichtbares Zeichen, dass die Himmlischen den Kaiserkönig der Herrschaft für würdig erachten. Eine solche Gloriole stärkt natürlich die Bereitschaft der Menschen, dem Herrscher als ihrem Vorbild zu vertrauen und ihm nachzuzufolgen. Damit folgen sie in der Tat dem Würdigsten unter den weltlichen Menschen nach. Es heißt, dass der Kaiserkönig zweiunddreißig körperliche Merkmale habe, die Ausdruck von zwanzig hohen Tugenden sind, welche in vielen früheren Leben mit dem Wunsch und der Fähigkeit erworben worden waren, für das Wohl vieler Wesen zu sorgen. Wer diese an den zweiunddreißig Merkmalen ablesbaren Tugenden habe, der könne – so heißt es – nur zwei Bahnen betreten. Bleibe er im Haus, so werde er ein Kaiserkönig; ziehe er in die Hauslosigkeit, so werde er ein Vollkommen Erwachter (D 30). Ein solcher mit den zweiunddreißig Merkmalen als Ausweis der mit zwanzig Tugenden Ausgestatteten – einer, der innerweltlich den Gipfel des Menschentums erreicht hatte – war König *Dalhanemi*, der Kaiser, von dem D 26 berichtet.

#### Der heilige Kaiserwandel

*Nun aber, ihr Mönche, wandte sich König Dalhanemi, als viele Jahre, viele Jahrhunderte, viele Jahrtausende vergangen waren, an einen seiner Leute:*

*Wenn du, lieber Mann, einmal sehen solltest, dass das himmlische Radjuwel herabgesunken, von seiner Stätte gestürzt ist, dann komm und melde es mir.–*

*Sehr wohl, Majestät, sagte da gehorsam jener Mann zu König Dalhanemi. Es sah nun der Mann, nachdem viele Jahre, viele Jahrhunderte, viele Jahrtausende vergangen waren, das himmlische Radjuwel herabgesunken, von seiner Stätte gestürzt. Als er das gesehen, begab er sich zu König Dalhanemi hin und erstattete Meldung: O Majestät, dass du es weißt: das Radjuwel, das himmlische, ist herabgesunken, von seiner Stätte gestürzt! –*

*Da hat König Dalhanemi seinen ältesten Sohn, den Kronprinzen, zu sich berufen und ihm gesagt: Das Radjuwel, hör ich, mein guter Prinz, das himmlische, ist herabgesunken, von seiner Stätte gestürzt. Man weiß aber wohl, wenn das himmlische Radjuwel bei einem Kaiserkönig herabsinkt, von seiner Stätte stürzt, dann hat ein solcher König nicht mehr lange auf Erden zu leben. Genossen hab ich ja menschliches Wohl, es ist nun Zeit für mich, an himmlisches Wohl zu denken. Geh, mein guter Prinz, diese Erde bis zum Ozean hin sollst du weiter behüten. Denn ich will mir Haar und Bart scheren lassen, die fahlen Gewänder anlegen und aus dem Haus in die Hauslosigkeit ziehen.*

*Als bald nun hat König Dalhanemi seinen ältesten Sohn, den Kronprinzen, mit der Königsmacht betraut. Dann ist er, mit geschorenem Haar und Bart, in die fahlen Gewänder gehüllt, aus dem Haus in die Hauslosigkeit gezogen.*

*Sieben Tage aber, nachdem der königliche Weise Pilger geworden war, ist das himmlische Radjuwel verschwunden gewesen.*

*Da ist denn einer der Leute vor den König, der zum Kriegerfürsten gesalbt worden war, herangetreten und hat so gesprochen: O Majestät, dass du es weißt: das himmlische Radjuwel ist verschwunden! – Da wurde nun der König als gesalbter Kriegerfürst über das Verschwinden des himmlischen Radjuwels besorgt und beklommen. Er begab sich dorthin, wo der königliche Weise verweilte, und erzählte den Vorgang. Nach diesem Bericht hat der königliche Weise sich an den König, den gesalbten Kriegerfürsten, gewandt:*

*Mache dir, mein Sohn, keine Sorge um das Verschwinden des himmlischen Radjuwels, sei nicht beklommen, denn das himmlische Radjuwel, mein Lieber, war nicht dein väterliches Erbteil. Erwachse du, mein Sohn, zu heilendem Kaiserwandel. Es mag wohl sein, dass dir, zu heilendem Kaiserwandel erwachsen, an einem Feiertag bei Vollmond, wann du bis zum Scheitel gebadet, innerlich gesammelt oben auf der Zinne des Palastes stehst, das himmlische Radjuwel erscheinen wird, mit tausend Speichen, mit Felge und Nabe und mit allen Abzeichen geziert.*

*Was ist aber, Majestät, ein heilender Kaiserwandel? Da hast du dich, mein Lieber, nur auf das (Karma-) Gesetz zu stützen, das Gesetz wertzuhalten, das Gesetz hochzuschätzen, das Gesetz zu achten, das Gesetz zu ehren, das Gesetz wert zu halten, hast mit dem Gesetz als Flagge, mit dem Gesetz als höchster Obergewalt, wie sich's gebührt, Schutz und Schirm und Obhut dem Volk angedeihen zu lassen: dem Heerkörper, den Gefolgschaft leistenden Fürsten, den Priestern und Bürgern, den städtischen sowie den ländlichen, den Asketen und Priestern, dem Wild und den Vögeln, auf dass nicht, mein Lieber, in deinem Reich Unrechttun aufkomme.*



*Die aber, mein Lieber, in deinem Reich unbemittelt sind, denen magst du da die notwendigen Mittel darreichen lassen.*

*Die Asketen und Priester jedoch, mein Lieber, in deinem Reich, die vor Rausch und Leichtsinn auf der Hut sind, an Geduld und Milde sich gewöhnt haben, die einzig sich selber beherrschen, einzig sich selber überwinden, einzig sich selber zu erlösen trachten, die magst du von Zeit zu Zeit aufsuchen und befragen: „Was ist, o Herr, heilsam, und was ist, o Herr, unheilsam? Was ist tadelhaft und was ist untadelhaft? Was ist zu pflegen und was ist nicht zu pflegen? Was kann mir, wenn ich es tue, lange zu Unglück und Leiden gereichen? Und was kann mir wieder, wenn ich es tue, lange zu Glück und Wohlsein gereichen?“ Auf sie hörend, wirst du das, was unheilsam ist, von dir abweisen; und was heilsam ist, das wirst du in deinem Wandel annehmen. Das ist, mein Sohn, der heilende Wandel eines Kaisers.–*

*Den gelobe ich, Majestät, sagte da der gesalbte Kriegerfürst gehorsam zum königlichen Weisen. Und er begann, den heilenden Wandel eines Kaisers zu führen.*

*Wie er so den heilenden Wandel eines Kaisers führte, ist ihm an einem Feiertag, bei Vollmond, als er gebadet bis zum Scheitel, gesammelt, auf der Zinne des Palastes stand, das himmlische Radjuwel erschienen, mit tausend Speichen, mit Felge und Nabe und allen Abzeichen geziert. Als er es gesehen, hat der gesalbte Kriegerfürst zu sich gesagt: „Wohl hab ich reden hören: ‚Ein König, ein gesalbter Kriegerfürst, dem an einem Feiertag, bei Vollmond, wann er bis zum Scheitel gebadet, gesammelt, oben auf der Zinne des Palastes steht, das himmlische Radjuwel erscheint, mit tausend*

*Speichen, mit Felge und Nabe und allen Abzeichen geziert, der wird ein Kaiserkönig.' Möge ich denn ein Kaiserkönig werden."*

*Da hat nun der gesalbte Kriegerfürst sich vom Sitz erhoben, den Mantel um die eine Schulter geschlagen, mit der linken Hand nach dem goldenen Wasserkrug gegriffen und mit der rechten das Radjuwel besprengt: „Es rolle dahin, das liebe Radjuwel, überwältigend lauf es dahin, das liebe Radjuwel!"*

*Da ist denn das Radjuwel nach Osten gezogen und sogleich hinterher der König mitsamt dem viermächtigen Heerbann. In welchem Land nun das Radjuwel stillstand, da ließ der König sein Lager aufschlagen mitsamt dem viermächtigen Heerbann. Die aber in den östlichen Gegenden Könige waren, die sind an den Kaiserkönig herangetreten und haben so gesprochen:*

*Sei begrüßt, großer König, sei willkommen, großer König. Dein ist dies Reich, großer König, gebiete hier, großer König! – Der Kaiserkönig gab zur Antwort:*

*Kein Wesen ist zu töten, kein Diebstahl ist zu begehen, unrechter Geschlechtsverkehr ist zu meiden, trügerische, verleumderische Rede ist zu meiden, keine berausenden Getränke und Mittel sind zu nehmen; nach Verdienst aber sollt ihr genießen.*

*Da haben denn die Könige im Osten dem Kaiserkönig Heeresfolge geleistet.*

*Da ist nun das Radjuwel an das östliche Meer gelangt, hinübergeseilt und im Reich des Südens still gestanden; ist an das südliche Meer gelangt, hinübergeseilt und im Reich des Westens still gestanden; ist an das westliche Meer gelangt, hinübergeseilt und im Reich des Nordens still gestanden und immer gleich hinterher der Kaiserkönig mitsamt dem viermächtigen Heerbann.*

*In welchem Land nun aber das Radjuwel stillstand, da ließ der Kaiserkönig sein Lager aufschlagen mitsamt dem viermächtigen Heerbann.*

*Die aber im Westen, Süden und Norden Könige waren, die sind an den Kaiserkönig herangetreten und haben so gesprochen:*

*Sei begrüßt, großer König, sei willkommen, großer König. Dein ist dies Reich, großer König, gebiete hier, großer König! – Der Kaiserkönig gab zur Antwort:*

*Kein Wesen ist zu töten, kein Diebstahl ist zu begehen, unrechter Geschlechtsverkehr ist zu meiden, trügerische, verleumderische Rede ist zu meiden, keine berausenden Getränke und Mittel sind zu nehmen; nach Verdienst aber sollt ihr genießen.*

*Da haben denn auch die Könige im Westen, Süden, Norden dem Kaiserkönig Heeresfolge geleistet.*

*So hatte nun dieses Radjuwel die vom Ozean umflossene Erde im Siegeslauf überwältigt und war dann wieder nach der Königsburg zurückgekehrt. Am inneren Schlosstor, zu Häupten des Richterstuhls für den Kaiserkönig, war es, die Augen wie blendend, still gestanden, den Schlosshof des Kaiserkönigs mit Glanz übergießend.*

Das Umsinken des Radjuwels fasst der Kaiserkönig als das auf, als was es gemeint ist: als Götterbote, der das Schwinden der Lebenskraft anzeigt. In einer anderen Lehrrede (M 83) bittet ein König namens *Makhadevo* seinen Hofbarbier, ihm zu melden, wann das erste graue Haar sich bei ihm finde. Beide, Kaiserkönig und König, ziehen aus dem Anzeichen für das Schwinden der Lebenskraft den Schluss, dass es nun an der Zeit sei, Sorge zu tragen für ein gutes künftiges Leben über den Tod hinaus: *Genossen hab ich menschliches Wohl, nun ist es Zeit, an himmlisches Wohl zu denken.*

Sie ziehen sich zurück als Einsiedler, um noch gesammelter, bewusster den höheren, edleren Gedanken zu leben, um so ihre innere Art der der Götter anzunähern.

Der Kronprinz wird König, findet das Radjuwel im umgefallenen Zustand vor, und nach einigen Tagen verschwindet es ganz. Da wird der Kronprinz besorgt und beklommen, sucht Rat bei seinem Vater. Dieser klärt ihn darüber auf, dass das himmlische Radjuwel nicht von selbst auf den Thronerben übergehe, sondern von ihm durch entsprechendes Wirken erworben werden müsse. Er ermahnt ihn zu heilemdem Kaiserwandel. Dann werde ihm als Zeichen himmlischer Anerkennung das Radjuwel wieder erscheinen.

Der Sohn, dem wirklich an der Befolgung des väterlichen Rats gelegen ist, gibt sich mit dieser Antwort nicht zufrieden, obwohl er sicher eine gewisse Vorstellung von einem heilenden Kaiserwandel hat, sondern fragt, was der Vater unter heilemdem Kaiserwandel verstehe.

#### Der Kaiser als Verkünder des Gesetzes und als Schutzherr

Die hauptsächliche Pflicht des Herrschers war es, das Gesetz von Saat und Ernte, den Zusammenhang zwischen Wirken und Erleben, bekannt zu machen und selber als gutes Beispiel in seiner Erfüllung voranzugehen. Dafür wurden als eine Art Fürstenspiegel zehn Herrschertugenden (J 385 und 534) formuliert, nämlich: Freigebigkeit, sittliche Zucht, Opferbereitschaft, Wahrhaftigkeit, Milde, religiöses Läuterungsstreben, Zornlosigkeit, Gewaltlosigkeit, Geduld, schlechte Laune beherrschen.

Der den hohen Kaiserwandel führende Mensch regiert nicht nach Willkür, nach Lust und Laune nach seinem eigenen Gutdünken, sondern kennt und anerkennt ein höheres Gesetz und unterwirft sich ihm. Denn er weiß, dass er wie alle Menschen dem Saat-Ernte-Gesetz unterliegt.

Daraus ergibt sich als zweites Merkmal eines Menschen, der den heilenden Kaiserwandel führt, dass er den anderen

Wesen *Schutz und Schirm* angedeihen lässt, dass er seine Aufgabe als Landesvater voll und ganz wahrnimmt mit der Absicht, vielen Menschen zu helfen, ihnen Wohl und Sicherheit zu geben in dem Wunsch (D 30):

*O dass sie doch da Vertrauen fassten, an Tugend sich gewöhnten, Erfahrungen sammelten, sich an Loslassen gewöhnten, das Rechte begriffen, an Weisheit zunähmen. Geld und Gut soll ihnen zukommen, sie sollen Grund und Boden erwerben, Menschen und Vieh ernähren, Weib und Kind versorgen, Knecht- und Dienergesinde erhalten, Verwandte, Freunde und Genossen gewinnen.*

*Vertrauen, Tugend und Erfahrung, Weisheit und Loslassen zeigt er, Rechttun und viel Gutes noch. Gab Geld und Gut und Grund und Boden gern dahin, ließ Weib und Kind versorgen, aufziehn Mensch und Tier.*

*Verwandte, Freunde, Mitgenossen rings umher mit Kraft und Stärke führt er sie zu Wohlergehn:  
„Wie hüt ich andere vor Verlust“, das war sein Wunsch.*

*Nur vorwärtsbringen, fördern mocht er jederzeit.*

Der Wunsch, dass die Wesen sich unter seiner Obhut wohl und sicher fühlen möchten, ist nicht nur auf die Menschen und Haustiere beschränkt, sondern umfasst, wie in D 26 ausdrücklich gesagt wird, ebenso die frei lebenden Tiere, die Vögel und das Wild. Nicht werden die Tiere unter der Regierung eines solchen Kaisers gejagt. In dem Wissen, dass alle Wesen dem Karmagesetz unterliegen und dass darin alle Wesen einander gleich sind, ist es dem Menschen, der den heilenden Kaiserwandel führt, nicht möglich, ein Wesen zu verletzen.

Unter der Herrschaft, dem Vorbild eines solchen Kaisers, der sich dem Karmagesetz unterordnet und dem Volk und allen Wesen hilfreich beisteht und es dadurch *vor Schrecken und Furcht bewahrt*, geht es dem Volk äußerlich und seelisch gut. Es hat keinen Anlass, etwas Unrechtes zu tun, ganz besonders, wenn der Kaiser auch noch das dritte Merkmal des hohen heilenden Kaiserwandels erfüllt:

## Der Kaiser als Gabenspender

Als dieses dritte Merkmal wird genannt, dass der Kaiser den Unbemittelten von sich aus Mittel darreicht. Welcher Art diese Mittel sind, geht aus D 5 hervor. Dort rät ein Priester dem König:

*Es möge der Herr König denen, die im Land des Herrn Königs Ackerbau und Viehzucht betreiben, Samen und Futter leihen.*

*Denen, die im Land des Herrn Königs Handel betreiben, möge der Herr König Geld leihen.*

*Denen, die im Land des Herrn Königs dem König dienen, möge der Herr König Kost und Gehalt aussetzen. Dann werden die Leute, ihren Geschäften hingegeben, das Land des Herrn Königs in Frieden lassen.*

*Groß aber wird des Königs Einkommen sein, sicher gegründet die Lande, ohne Not, ohne Drangsal, und die Menschen werden fröhlich und frohgemut ihre Kinder am Busen schaukeln und bei offener Tür wohnen.*

Den Unbemittelten geben – das ist ein Schritt über das Recht hinaus, es ist mehr als Recht, es ist Erbarmen mit der Not des anderen, ihm geben, helfen ohne Umstände, ohne „Anträge“, ohne Voraussetzungen. Diesen Teil des heilenden Kaiserwandels, durch welchen der Kaiser – der darin seine Mitmenschen überragte – einen Abglanz der zweiten brahmischen Strahlung – des Erbarmen nach allen Richtungen ausstrahlenden Gemüts – auf die Erde brachte, verstehen die heutigen Menschen nicht mehr. Sie wollen das, was zu sittlich hohen Zeiten die lebendige Folge der Gemütsbildung des Menschen war, in Rechtsansprüche auf Unterhalt und Unterstützung ummünzen, auf die jeder pocht. Das ist auch nur zu verständlich, je mehr nicht nur das Erbarmen, sondern auch schon der Abglanz der ersten brahmischen Strahlung erkaltet und vergessen wird, der Abglanz nicht messender Liebe, die damals unter dem Vorbild solcher Herrscher das wohl nicht immer ganz erreichte, aber natürliche zwischenmenschliche Klima

war. Und so werden heute Rechtsansprüche gestellt und theoretisch anerkannt; es wird gemessen, gezählt und geprüft – und die Not auf der Welt wird nicht kleiner. Wir werden weiter unten noch sehen, welche Folgen gerade die Versäumnis der Kaiserpflicht des erbarmenden Gebens hat und wie sie als erste verletzt wurde.

### Der Kaiser orientiert sich an den Weisen

Als viertes Merkmal des heilenden Kaiserwandels wird genannt, dass der Kaiser immer wieder diejenigen Asketen und Priester nach „heilsam“ und „unheilsam“ fragt, welche sich selber bezähmt, selber überwunden und befreit haben, die also nicht nur von Beruf oder Geburt sich Priester nennen, sondern auf der Basis lauterer Wandels in der Erfahrung überweltlichen Lebens einen weiträumigeren, über die Schranken der Sinne hinausreichenden Blick gewonnen haben. Sie raten ihm nach höheren Maßstäben, wodurch er über den begrenzten Blickwinkel des Menschentums hinaus weitere Perspektiven gewinnt und sich so immer wieder über das Karmagesetz, das allen Wesen zu Häupten steht – orientiert und vergewissert, welches aufzeigt, dass von dem sittlichen Verhalten der Wesen der Stand der Kultur abhängt, der Stand zwischen Ordnung und Chaos, zwischen Sicherheit und Krieg und Streit.

Wir lesen heute in den Lehrreden des Erwachten nach, was das wirklich Heilsame ist. Das Erleben von Materie aber spiegelt uns etwas anderes vor. Wir kennen das Gesetz, das die moderne Menschheit aus der Wahrnehmung „Materie“ entnommen hat. Sie sagt: „Zeit ist Geld.“ Die meisten Menschen benutzen heute die Zeit, um immer bedürftiger zu werden, zu genießen und immer mehr in Moral abzunehmen. In dem Streben nach Geld und Macht werden sie immer rücksichtsloser. Sie werden im Lauf der Jahre dunkler, bedürftiger, herrschsüchtiger, immer weniger geduldig. So wird Zeit zwar in Geld bewertet und bezahlt, aber das Geld reicht höchstens bis zum Tod. Und dieselbe gezahlte und bezahlte Zeit hat im geistigen

Bereich den Untergang vorbereitet. Das stellt sich spätestens nach dem Tod heraus, aber oft auch schon in diesem Leben. Es wird im Innern eines solchen Menschen immer berechnender, immer finsterer, immer kälter, immer weniger kann er mit sich und den Mitwesen anfangen. Immer mehr braucht er Anregungen, starke Eindrücke, Ablenkung, Berauschung.

So leben manche fast nur von dem grellen Blitzen und Funken, das durch das Erleben der äußeren Dinge in ihre verdunkelten Sinne hineindringt. Weit erhaben über diese aus Wahn geborene platte Diesseitigkeit ist der rechte Kaiserwandel, den der zum Pilger gewordene alte Kaiser, der „königliche Weise“, seinem Sohn aufzeigt als den Wandel, durch welchen die irdischen Dinge nach dem „himmlischen“ Gesetz geordnet werden, durch dessen Anerkennung und Befolgung allein Zeiten relativen Wohls in der Menschenwelt aufkommen können.

Der junge König entschließt sich, diesen vierfachen Kaiserwandel zu pflegen und pflegt ihn auch. Durch die Befolgung der Lehren der Weisen ist er gesichert vor allem Abgleiten und Versinken in bloß weltlichen Genuss und bloße weltliche Geschäftigkeit. Er kann nicht ausschließlich im Diesseitigen Wohl und Glück sehen, und gerade dadurch schafft er sich eine Herzensart, aus der er so wirkt, dass Wohl und Glück – soweit in den Schranken des Menschentums möglich – auch beim Volk einkehren. Weil der König den Rat seines Vaters so gut befolgt hat und sich die Art erworben hat, ein Weltherrscher zu werden, haben ihn die himmlischen Wesen für fähig befunden, ein Weltkaiser zu werden, das Karmagesetz unter den Menschen zu verbreiten. Und sie ließen ihm als Symbol ihrer Anteilnahme und Unterstützung das Radjuwel erscheinen.

Gelenkt von den Göttern, rollt nun das Radjuwel durch die verschiedenen Länder. In der damaligen Zeit wussten die Fürsten und die Geistlichen aller Länder: Gegen dieses Radjuwel sind wir machtlos, in seinem Schutz aber sind wir geborgen. Der Kaiser hatte zwar den viermächtigen Heerbann bei sich als Ausdruck seiner Macht und Stärke, aber nirgendwo brauchte



er mit Gewalt vorzugehen. Alle Völker ordneten sich gern dieser Macht unter, diesem vom Himmel auserwählten Kaiser. Sie konnten ja nichts Besseres tun, um so auch selber des Segens des Himmels teilhaftig zu werden, der den Kaiser sichtbar begleitete. So konnte der Kaiser die moralischen Gesetze, die für sein Reich gültig sein sollten und dort schon galten, auf dem ganzen indischen Kontinent ausbreiten und befestigen.

So wurde für viele, viele Jahre und Generationen, wobei jede damalige Generation achtzigtausend Menschenjahre zählte, unter dem im Überweltlichen verankerten Vorbild des heilenden Kaiserwandels des Herrschers ein gutes zwischenmenschliches Klima gesichert, und der Wunsch der Götter, dass die Tugend in der Welt zunähme und immer mehr Wesen nach dem Tod zur Gemeinschaft mit den Göttern gelangten, wurde erfüllt. Denn der Kaiser nannte für das Zusammenleben der Menschen sechs Grundsätze, von denen die ersten fünf die unter dem Namen „*sīla*“ bekannten Sittengesetze sind, während der sechste – *nach Verdienst sollt ihr genießen* – der Befriedigung des Begehrens ein gesundes Maß setzt.

Die vom Kaiser als Gesetz verkündeten Tugendregeln (*sīla*)

Während der Kaiser mit dem Karmagesetz zu Häupten und den über der Sinne Schranken hinausblickenden Weisen als Beratern an sich selber Anforderungen stellte, welche über normales Menschenmaß hinausreichten – eben den heilenden Kaiserwandel betrafen –, verkündete er in allen Ländern, die sich seiner Herrschaft einordneten, die für alle Menschen zu allen Zeiten geltenden sittlichen Grundlagen als Gesetz – so das erste Glied des heilenden Kaiserwandels, die Einrichtung der Herrschaft des Karmagesetzes verwirklichend. Diese vom Kaiser proklamierten fünf Gesetze oder Tugendregeln sind als das „himmlische Gesetz“, als die *pañca sīla*, in Indien bekannt bis in die Gegenwart hinein. Von der von Nehru errichteten Regierung waren sie wieder als staatliche Gebote aufge-

richtet worden, als Indien von der englischen Herrschaft frei wurde.

Diesen fünf Tugendregeln – besonders offensichtlich den drei ersten – ist gemeinsam, dass es darum geht, nicht in die Interessen der Mitwesen einzubrechen, sondern in liebevollem Verstehen, liebevoller Einfühlung die Interessen der anderen zu spüren und sie zu beachten im Denken, Reden und Handeln. Aus diesem Beachten der Interessen der Mitwesen erwächst allmählich eine Gesinnung des Schonens, die alle Begegnung sanfter werden lässt.

Töten ist der stärkste Einbruch in die Interessensphäre der Mitwesen. Jeder liebt sein Leben mit diesen Sinnesorganen; und ihm das zu nehmen, ist die stärkste Zuwiderhandlung gegen seine Wünsche, damit nimmt man ihm, was er zumeist als sich selber ansieht. –

Stehlen, einem anderen etwas rauben, die Verletzung der zweiten dieser fünf Tugendregeln, ist ein Einbruch in das, was er in der Welt der Dinge als „sein“ ansieht, eine Verkürzung seines Eigentums. –

Das Fehlverhalten auf geschlechtlichem Gebiet umfasst jede Rücksichtslosigkeit gegen den Partner und andere Betroffenen im engeren und weiteren Sinn. –

Die absichtlich trügerische, verleumderische Rede schmälert den Vorrat an Vertrauen der Wesen, hintergeht sie. –

Die Tugendregeln helfen, die Mitwesen zu schonen und das Zusammenleben der Menschen zu erleichtern.

Dem normalen Menschen sind die Wesen Mittel zum Zweck der Erfüllung seiner Wünsche. Für die Wünsche der Mitwesen hat er wenig Aufmerksamkeit und Einfühlung. Derjenige ist ihm sympathisch, der ihm freundlich entgegenkommt, ihn achtet, kurz, ihm seine Wünsche gewährt; alle anderen sind ihm unsympathisch. Das ist die natürliche Art des Menschen. Die Aufmerksamkeit auf die Interessen des anderen wächst erst allmählich mit dem Gedanken: „Der möchte ja genau so Wohl erleben wie ich auch. Was braucht er, was hat er gern?“ Mit diesen Gedanken fühlt sich der

Mensch ein in die Wünsche des anderen. Er erkennt ihn als Bruder und Schwester, die ebenso Wünsche haben wie er.

Im Lauf von Jahrzehnten wird ein solcher Mensch mitempfindender, es fällt ihm immer leichter und ist für ihn schließlich gar kein „Verzicht“ mehr, von Dingen aus Rücksicht auf ein Mitwesen zurückzutreten. Er spürt so sehr den Wunsch des anderen, dass es für ihn eine Freude, eine Befriedigung ist, ihm den Wunsch zu erfüllen. Er gewinnt Freude am Freude-machen. Das ist der Anfang der Haltung, die *metta* genannt wird; mit *metta* als Grundhaltung ist es leichter, die Tugendregeln zu halten.

Die fünfte vom Kaiserkönig als geltendes Recht verkündete Tugendregel lautet:

*Berauschende und berückende Getränke, betäubende und betörende Mittel zu sich zu nehmen, hat er verworfen.*

Das Werkzeug des Menschen, das ihn vor allen anderen Werkzeugen befähigt, ein höheres Ziel zu verfolgen, den blinden Trieben und Neigungen zuwider zu handeln, ist der Geist, sein Einsichtsvermögen, seine Vernunft, seine Urteilskraft. Dieses Werkzeug wird durch berauschende Mittel vorübergehend bis endgültig mehr oder weniger unwirksam gemacht. Deshalb war gerade für Menschen, die – wie zur Zeit der großen Weltkaiser, von denen D 26 berichtet – im ständigen Einklang mit dem „himmlischen Gesetz“ gehalten werden sollten, die schlichte, gerade geistige Urteilskraft, die sich aus der Erfüllung der vom Herrscher als geltendes Recht verkündeten Tugenden ergibt, stets frisch und hell und wach zu halten und sie nicht durch Rauschmittel, gleich welcher Art, zu trüben.

### Nach Verdienst genießen

Als sechstes Gesetz verkündete der Kaiserkönig: *Nach Verdienst sollt ihr genießen.* Was bedeutet das? Damit ist gemeint, dass der Mensch die Tugendregeln nicht in dem Bestreben übertritt, etwas zu genießen, was ihm karmisch nicht zukommt, sondern dass er innerhalb seines Rahmens,

den er durch frühere Taten gewirkt hat – innerhalb seines jetzigen Reichtums oder seiner jetzigen Armut, seiner jetzigen Arbeitsfähigkeiten und seiner jetzigen Verdienstmöglichkeiten – genießt, was ihm Wohltut und Freude macht, ohne in die Interessenssphären anderer einzudringen, ohne sie zu verletzen und zu beeinträchtigen.

Diese Haltung nimmt der Kenner der Karmalehre des Erwachenden ein: „Ich will nichts an mich reißen, was mir nicht zukommt, und ich will nichts von mir weisen, was mir als Ernte von früher Erwirktem zukommt. Ich bleibe im Rahmen dessen, was mir zukommt.“

Das bedeutet natürlich nicht, dass man sich nicht anstrengt, um unangenehme äußere Lebenssituationen zu verbessern – die Fähigkeit zur Anstrengung haben wir ja auch früher gewirkt, auch sie gehört zu der Ernte, die uns zukommt – sondern es bedeutet lediglich, dass man von dem Punkt an, wo man trotz bestmöglicher Anstrengung mit redlichen tugendhaften Mitteln Erwünschtes nicht erlangen kann, nicht auf Kosten anderer unter Verletzung der Tugendregeln sein Karma aufzubessern trachtet.

Daran, was der Mensch heute mit ehrlichen Mitteln erwerben kann, ist sein durch früheres Wirken entstandenes Verdienst zu messen. Wer das bedenkt, der tritt nicht mit einem Bündel von Ansprüchen auf „Gleichberechtigung“ und „Grundrechte“ den Mitwesen und der Gemeinschaft gegenüber, sondern stellt in erster Linie Forderungen an sich selber, wie es in jenem goldenen Zeitalter der Erste im Staat, der Kaiser, durch seinen heilenden Kaiserwandel vorgelebt hat. Und gerade dadurch erwirkt er sich die Mittel, künftig seine Wünsche zu befriedigen.

### Der Höhepunkt des goldenen Zeitalters der gelebten Tugend

Das Radjuwel ist zu den Zeiten, von denen die Lehrrede berichtet, durch ganz Indien gerollt, und ganz Indien wurde dem

Kaiser untertan. Auf diese Weise wurden die Menschen des ganzen asiatischen Kontinents in der klaren, schlichten, lebendigen Tugend angespornt und befestigt. Und jene Menschen des goldenen Zeitalters erhielten eine solche Vollkommenheit darin, dass sie achtzigtausend Jahre alt wurden. Nachdem das Radjuwel den ganzen Kontinent im Siegeslauf durchheilt hatte, ist es zu Häupten des Richterstuhls des Kaiserkönigs still geblieben. Solcherart standen die Rechtsuchenden immer unter himmlischem Blick. Strafprozesse wird es bei den tugendhaften Menschen der damaligen Zeit kaum gegeben haben, nur vielleicht Fragen über Eigentumsgrenzen, Meinungsverschiedenheiten über Mein und Dein und ähnliche Fragen des bürgerlichen Rechts.

Um eine Ahnung von der hellen Macht solcher allgemein anerkannten und geübten Tugend zu gewinnen, müssen wir uns immer wieder vor Augen halten, dass zu solchen Zeiten, die im Auf und Ab des Daseinskreislaufs immer wieder kommen und in ältesten Menschheitsmythen als ferne Erinnerung bewahrt sind, die Tugend nicht wie heute „von unten her“ gesehen wird als ein mehr oder weniger unerfüllbares Ideal, das „eigentlich“ erfüllt werden sollte, aber vor den „harten Realitäten leider zurücktreten muss“, wo doch „das Leben so kompliziert geworden ist, dass man meist nicht so kann, wie man zuinnerst möchte.“ Unter diesem bedrückenden Blickwinkel sieht der Mensch die Tugend nur zu Zeiten, in denen er unter sie hinabgesunken ist in eine endlose Wirrsal. Zu Zeiten, in welchen die Menschen aber – wie nach dem bisherigen Bericht in D 26 – „auf der Höhe der Tugend“ sind – da ist sie, getragen von der allgemeinen Anerkennung, vorgelebt von den edelsten Vorbildern, gestützt von einer unmittelbar wohlthuenden Gesinnung des Verstehens, Schonens und Mitempfindens und beleuchtet von einem im echten Sinn überirdischen Glanz, das Schönste und Wohltuendste unter den irdischen Dingen und das sanft Hinleitende zu den überirdischen Dingen. „Tugend ist Schönheit“ (Shakespeare) – dieser Satz spiegelt sich zu solchen Zeiten – wie der Bericht in D 26 noch

zeigen wird – auch in der sichtbaren Schönheit der Menschen, die aus solcher relativen Vollkommenheit achtzigtausend Jahre alt wurden.

In den alten Kulturen finden wir immer wieder Hinweise auf das „Goldene Zeitalter“. Wir finden es bei Plato in seinen Dialogen, wir finden es noch früher, etwa um 700 bei den Griechen, bei dem alten Hesiod. Da mischen sich etwas die Zeiten unmittelbar vor der Wahl des Königs und die Zeiten des Kaiserkönigs, die nicht so differenziert sind wie bei dem Erwachten, aber doch zeigen, wie auch bei den alten Völkern manche Ahnung von fast paradiesischen Zuständen auf der Erde gewesen ist.

*Golden haben zuerst das Geschlecht hinfälliger Menschen  
todfreie Götter geschaffen, die himmlische Häuser bewohnen.  
Das war zu Kronos Zeiten, als er noch König im Himmel.  
Und die lebten wie Götter und hatten nicht Kummer im Herzen  
Fern von Mühen und frei von Not, nicht drückte das schlimme  
Alter auf sie, sondern allzeit behänd an Beinen und Armen,  
lebten sie freudig in Festen, weitab von allen den Übeln.  
Starben, als käme ein Schlaf über sie. Und alle die Güter  
waren ihr Teil. Frucht brachte der nahrungspendende Boden  
willig von selbst, vielfältig und reich.<sup>268</sup> Vollbrachten in Ruhe  
gern und froh ihre Werke, gesegnet mit Gütern in Fülle.  
Doch als dieses Geschlecht das Geschick dann mit Dunkel  
umfassen,  
sind sie Geister genannt, auf Erden wirkende, reine, Beschützer  
vor Bösem, der sterblichen Menschen Bewacher. Die geben  
Acht auf sprechendes Recht und frevelnde Taten, wandeln  
umher allerorten auf Erden als Segenspender. Sie haben  
des Königs Vorrecht zu eigen. Darauf als zweites Geschlecht,  
als weit geringeres, schufen dann das Silberne sie,  
dem aus Gold nicht gleich an Gestalt und Gedanken.*

*(Hesiod, Erga, Zeilen 109-129)*

---

<sup>268</sup> Das war noch die Zeit vor dem gepflügten Reis

Dies ist der Abstieg: *Das Goldene, Silberne, Kupferne und Eiserne Zeitalter*. – Wir leben im Eisernen Zeitalter.

Die Regierung des Kaisers ist so wirksam, dass während der Regierungszeit die Untugenden gebremst werden, dass es unmodern ist, untugendhaft zu sein, dass Scham und Scheu so stark unter den Menschen sind, dass die Untugenden fast gar nicht vorkommen. Immer dann, wenn Regierungswechsel ist, der neue König sich erst eingewöhnen muss, dann fängt in den Randgebieten die Untugend wieder an, bis der neue Kaiser die ganze Erde mit seinem Gesetz überzieht. Dann verschwinden die Untugenden wieder. – In diesem Rhythmus spielen sich in den Zyklen des Welterlebens immer wieder lange, lange Zeiten die Goldenen Zeitalter der Menschen ab.

Es gibt noch nicht all jene unser Leben ausfüllenden Komplikationen und Konflikte – jenes ganze verderbte Element des sogenannten „Tragischen“, das sich erst entwickelt, wenn die Menschen nicht mehr *nach Verdienst genießen*, sondern über ihr karmisch Gewirktes hinaus Ansprüche statt an ihre Tugendläuterung an die Mitwelt stellen und diese karmawidrigen und daher unerfüllbaren Ansprüche durch vermeintliches Menschenrecht zu „regeln“ beginnen, das dann nicht mehr im Einklang mit dem „überweltlichen Recht“, dem Sittengesetz, dem Gesetz von Saat und Ernte stehen kann, so dass Recht und Moral sich spalten und in Widerstreit geraten. Damit wird das Leben kompliziert, unklar, verworren, trübe. Damit beginnt der Abstieg. Wie er sich allmählich – wohlgemerkt: nach jahrtausendelang auf der Grundlage allgemein anerkannter und geübter Tugend – entwickelt, wie der in der goldenen Zeit gesunde „Körper“ der Tugend allmählich kleinere und größere Flecken bekam – bis zu seinem heutigen Krankheitsbild und darüber hinaus – das zeigt der nun folgende Teil der Lehrrede D 26.

Herrschaft nach eigenem Bedünken

*Auch der nächste, ihr Mönche, der dritte, vierte bis siebente Kaiserkönig ist so gewandelt. Dieser letzte*

*nun, ihr Mönche, war als gesalbter Kriegerfürst über das Verschwinden des himmlischen Radjuwels wieder besorgt und beklommen geworden. Aber er hat den königlichen Weisen nicht mehr aufgesucht und über den heiligen Wandel eines Kaisers befragt. Nach eigenem Bedünken nun hat er sein Reich beherrscht.*

*Nach eigenem Bedünken*, das heißt beim Regieren den Trieben und den „eigenen“, aus der Beschränktheit der Sinnewelt angewöhnten Ansichten folgen, statt einen höheren Maßstab zu suchen, statt den zu fragen, der über der Sinne Schranken hinausieht: den Vater, der, einer alten, während seiner Herrschaft immer wieder aufgekommenen Sehnsucht nach geistigem Leben, nach höheren, länger anhaltenden, tiefergehenden Betrachtungen der geistigen Zusammenhänge folgend, nun in der Einsamkeit lebt, von groben Angehungen befreit, das Grobe abgewiesen hat und dadurch zum „königlichen Weisen“ geworden ist, der mehr sieht, der die geistigen Gesetze erkennt und deshalb seinen Sohn, den regierenden König, umlenken könnte zum heilenden Kaiserwandel. Indem der junge König danach nicht fragt, hat er von den vier Kennzeichen des heilenden Kaiserwandels – das Gesetz hochhalten, Schutz gewähren, den Unbemittelten geben und die Weisen nach dem überweltlichen Gesetz fragen – das letzte preisgegeben. Damit steht ihm als Leitlinie für seine Herrschaft an eigener unmittelbarer Anschauung zur Verfügung, was mit den fünf Sinnen wahrnehmbar ist. Und mit den fünf Sinnen kann man die formbildende Kraft der Moral und die ungeheure, weit über das Vor-Augen-Liegende hinausgehende Macht des Gebens nicht sehen. Damit war der neue König dem ausgeliefert, was ihm die fünf Sinne zeigten: das vordergründige materialistische „Gesetz“ des äußerlichen Mehrens und Minderns der Sachen: „Was ich weggebe, das habe ich weniger.“



*Wie er so nach eigenem Bedünken das Reich beherrscht hat, haben die Länder nicht mehr jahraus, jahrein Ernte getragen, wie es bei den vorigen Königen der Fall war, die den heilenden Wandel der Kaiser geführt hatten.*

Damit war etwas Ungeheuerliches geschehen: In der bisher so überzeugend einfach durch den Blick nach dem Höheren strukturierten Staatsordnung, bei der das Volk auf Grund Jahrtausende alter guter Erfahrung schlicht dem königlichen Vorbild gefolgt war, und der König seinerseits ebenfalls dem für ihn Höheren – dem Vorbild und Rat des königlichen Weisen – gefolgt war und der Regierungswechsel sich stets so vollzogen hatte, dass der alte Kaiser auf dem Gipfel seiner Welterfahrung in die Einsamkeit gegangen und dort als der königliche Weise sich selber die Anschauung für das Überweltliche erungen hatte – in diesem auf die Unterordnung unter das Gesetz von Saat und Ernte gestützten Staatswesen hatte nun gerade der Mensch, nach dem alle anderen sich richteten – der König – sich nicht mehr allein nach dem himmlischen Gesetz orientiert, sondern seine eigene triebhörige, aus den fünf Sinnesdrängen und -Erfahrungen gebildete Meinung über den Rat des in der Abgeschiedenheit sich übenden königlichen Weisen gestellt. Damit ist nun wahrhaftig von der Tiefe her „die Welt nicht mehr in Ordnung“: darum gerät das Wetter, gerät die Natur in Unordnung, Missernten treten ein, die Äcker tragen nicht mehr genug Ernte. – In fast allen Religionen wird erwähnt, dass Naturharmonie, Wetter und Naturkatastrophen abhängig sind von den sich in der Lebensführung offenbarenden sittlichen Kräften der Menschen. Nicht ist die Natur die Ursache der Welt, sondern nach dem himmlischen Gesetz ist der Lebenswandel der Menschen zwischen Wohlwollen im zwischenmenschlichen Umgang und Rücksichtslosigkeit und Brutalität die Ursache des Erlebens aller Welterscheinungen: der Natur, des Schicksals der Menschen in diesem Leben und nach dem Tod.

In den Lehrreden wird öfter berichtet, dass Götter Anteil nehmen an dem menschlichen Geschehen. Sehen sie die Menschen nicht mehr dem himmlischen Gesetz folgen, so wissen diese noch in der Vielfalt lebenden, an der Entwicklung der Menschen anteilnehmenden, noch zur Sinnenwelt gehörenden Geistwesen, dass die Menschen nach dem Tod abwärts gelangen werden. Damit sehen sie ihre Wünsche, dass es den Menschen wohlgehen und sie nach dem Tod zu himmlischer Welt aufsteigen mögen, durchkreuzt und reagieren deshalb in ihrer Weise auf die Untugend der Menschen. Zum Teil resignieren sie, werden nachlässig im Schutz der Menschen, zum Teil versuchen sie, die Menschen durch Nöte und Katastrophen zum Nachdenken zu bringen (A III,58) nach dem Gesetz, dass der Mensch erst und nur dann denken kann und denken muss, wenn ihm irgendein Mangel bewusst wird – sei es in der unmittelbaren Anschauung oder in der Erinnerung. So war es auch jetzt: die Ernteauffälle – die ersten weltlichen Missgeschicke seit Jahrtausenden – brachten die weltlichen Berater des Königs zum Nachdenken:

*Da sind denn die Räte und Hofleute, die Scharen der Großwürdenträger, die Heerführer und die Schatzmeister und die von Amts wegen Gelehrten zusammengekommen und haben sich vor den König, den gesalbten Kriegerfürsten, hinbegeben. Vor ihm angelangt, haben sie so gesprochen:*

*Es wird dir, Majestät, seitdem du nach eigenem Bedünken über das Reich gebietest, von den Ländern nicht mehr jahraus, jahrein die Ernte gebracht, wie es bei den vorigen Königen der Fall war, die den heilenden Wandel der Kaiser gewandelt waren. In deinem Reich, Majestät, finden sich wohl Räte und Hofleute, zahlreiche Großwürdenträger, Heerführer, Schatzbehüter und von Amts wegen Gelehrte, wir selbst und noch andere, die vom heilenden Wandel eines Kaisers*

*Kunde bewahren; wolle doch, Majestät, uns über den heilenden Wandel eines Kaisers befragen, wir werden dir darüber, zur Frage befohlen, Bericht erstatten.*

*Als bald nun hat da der König, der gesalbte Kriegsfürst, die Räte und Hofleute, die Scharen der Großwürdenträger, die Heerführer und die Schatzmeister und die von Amts wegen Gelehrten einberufen und über den heilenden Wandel eines Kaisers befragt. Die haben ihm dann, darüber zur Frage befohlen, Bericht erstattet.*

*Auf deren Rat hat er wohl, wie sich's gebührt, für Schutz und Schirm und Obhut Vorsorge getroffen; nicht aber hat er den Unbemittelten Mittel darreichen lassen.*

Die Räte und Hofleute sind für den König natürlich nicht eine solche Autorität wie es für die früheren Könige der in die Einsamkeit gegangene alte Vater, der königliche Weise, war, und sie konnten über den heilenden Kaiserwandel nur vom Hörensagen berichten, nicht wie die früheren königlichen Weisen aus eigener jahrtausendelanger Übung dieses Wandels und in der späteren Einsamkeit gewonnenen überweltlichen Erfahrungen. Es sind die Berichte der weltlichen Räte für den neuen König nur noch äußerliche Verhaltensregeln. Und dementsprechend befolgt er sie auch nur teilweise.

Er hat zwar befohlen, dass die Tugendregeln weiterhin eingehalten würden und hat damit in seinen Ländern den Menschen Schutz und Obhut vor Unrecht und Unrechterleiden gewährt. Damit hat er zwar für äußere Gerechtigkeit gesorgt, dass niemand einem anderen etwas nehme („jedem das Seine“), hat dafür gesorgt, dass keiner in den Bereich des anderen eindringe, aber er hat nicht darüber hinaus für mehr als bloße Gerechtigkeit gesorgt: den Unbemittelten Mittel darreichen lassen. Er hat nicht gegeben, nicht Notleidenden erbarmend geholfen – und das gerade zu einer Zeit, in der auf Grund sei-

nes anfänglichen Regierens nach eigenem Bedünken äußere Not durch Ernteausfälle aufgetreten war als Spiegelung des beginnenden moralischen Abstiegs des Ersten unter den Weltmenschen, der das Leitbild für alle war, so dass damit zugleich der beginnende sittliche Abstieg aller Menschen feststand. Den Menschen kann es nicht gut ergehen nur mit äußerer Gerechtigkeit nach dem Motto, aller Nahrungs- und Kleidungsbedarf sei nur ein Verteilungsproblem. Damit wird nur für kurze Zeit das Niveau gerade eben gehalten. Sobald aber irgendwo ein Mangel sich abzeichnet, dann geht es nicht um ein bloßes gerechtes Verwalten des Mangels unter Schonung der Vorräte des Herrschenden, sondern um Erbarmen, um Hilfe, womit allein der Mangel vom Grund her behoben werden kann. Erst dann ist jeder zufrieden und glücklich. Und nur dann kann Ordnung und Sicherheit gewährleistet werden.

*Und weil er den Unbemittelten keine Mittel darreichen ließ, ist die Not immer größer geworden. Als nun die Not immer größer geworden war, hat da irgendeiner, was ihm andere nicht gegeben hatten – man nennt das Diebstahl – sich genommen. Den hat man dabei er tappt, hat ihn ergriffen und vor den König, den gesalbten Kriegerfürsten, gebracht: „Dieser Mann, Majestät, hat von anderen nicht Gegebenes, was man Diebstahl nennt, sich genommen.“*

*Davon unterrichtet, hat der König, der gesalbte Kriegerfürst, den Mann dort befragt: „Ist es wahr, lieber Mann, dass du, wie man sagt, von anderen nicht Gegebenes, was man Diebstahl nennt, dir genommen hast?“ – „Es ist wahr, Majestät.“*

*„Warum hast du das getan?“ – „Ich habe, Majestät, nichts zu essen.“ –*

*Da hat denn der König, der gesalbte Kriegerfürst, jenem Mann die Mittel dargereicht: „Von diesem Geld, lieber Mann, sollst du selber leben, Vater und Mutter*

*unterhalten, Frau und Kind ernähren, sollst damit dein Gewerbe betreiben, auch davon Gaben austeilen an Asketen und Priester, um glücklich zu werden, in den Himmel zu kommen.“ –*

*„Sehr wohl, Majestät“, sagte da gehorsam jener Mann zum König, dem gesalbten Kriegerfürsten.*

*Wiederum aber hatte da irgendeiner von anderen nicht Gegebenes, was man Diebstahl nennt, aus Not sich genommen, und wiederum hatte der König ihn so beschenkt.*

*Da kam nun unter den Leuten das Gerücht auf: „Die da, o hört nur, von anderen Nichtgegebenes, was man Diebstahl nennt, sich nehmen, die werden vom König mit Geld beschenkt!“*

*Als dies bekannt geworden war, besprachen sie sich: „Wie wenn nun auch wir von anderen Nichtgegebenes, was man Diebstahl nennt, uns nehmen würden?“*

*Da hat denn einer der Leute von anderen Nichtgegebenes, was man Diebstahl nennt, sich genommen. Den hat man dabei ertappt, hat ihn ergriffen und vor den König, den gesalbten Kriegerfürsten, gebracht: „Dieser Mann, Majestät, hat von anderen Nichtgegebenes, was man Diebstahl nennt, sich genommen.“*

*Davon unterrichtet, hat der König, der gesalbte Kriegerfürst, den Mann dort befragt: „Ist es wahr, lieber Mann, wie man sagt, dass du von anderen Nichtgegebenes, was man Diebstahl nennt, dir genommen hast?“ – „Es ist wahr, Majestät.“ – „Warum hast du das getan?“ – „Ich habe, Majestät, nichts zu essen.“ – Da hat denn der König, der gesalbte Kriegerfürst, bei sich erwogen: „Wenn ich jedem, der von anderen Nichtgegebenes, was man Diebstahl nennt, sich nehmen wird, immer wieder Geld geben wollte, so würde auf diese Weise das Stehlen überhand nehmen. Wie*

wenn ich nun diesen Mann streng strafend bestrafte, von Grund aus züchtigte, ihn enthaupten ließe?“ So hat jetzt der König, der gesalbte Kriegerfürst, seinen Leuten befohlen:

„Wohlan denn, ich sage, ihr sollt diesen Mann mit starkem Strick, die Hände nach hinten straff aufgebunden, fesseln, den Schädel ihm kahl scheren, unter schrillumem Trommelwirbel von Straße zu Straße, von Platz zu Platz vor euch hertreiben, durch das südliche Tor hinausführen und gegen Süden der Stadt ihn streng strafend bestrafen, von Grund aus züchtigen, ihr sollt ihn enthaupten.“ – „Sehr wohl, Majestät“, sagten da gehorsam die Schergen dort zum König, dem gesalbten Kriegerfürsten.

Und sie haben den Mann mit starkem Strick, die Hände nach hinten straff aufgebunden, gefesselt, den Schädel ihm kahl geschoren, unter schrillumem Trommelwirbel von Straße zu Straße, von Platz zu Platz vor sich hergetrieben, durch das südliche Tor hinausgeführt und gegen Süden der Stadt ihn streng strafend bestraft, von Grund aus gezüchtigt, haben ihn enthauptet.

Da kam nun unter den Leuten die Rede auf: „Die da, o hört nur, von anderen Nichtgegebenes, was man Diebstahl nennt, sich nehmen, die werden vom König mit strenger Strafe bestraft, von Grund aus gezüchtigt, er lässt ihnen das Haupt abschlagen.“

Als dies bekannt geworden war, besprachen sie sich: „Wie wenn nun auch wir scharfe Beile uns anfertigten. Mit scharfen Beilen versehen, werden wir jene, die wir beim Nehmen des Nichtgegebenes, was man Diebstahl nennt, ertappen werden, streng strafend bestrafen, werden sie von Grund aus züchtigen, werden ihnen das Haupt abschlagen.“

*So haben sie sich scharfe Beile angefertigt. Mit scharfen Beilen versehen, haben sie dann auf den Dörfern zu morden begonnen, haben dann auf den Märkten zu morden begonnen, haben dann in den Städten zu morden begonnen, haben sich alsbald auf den Wegen in den Hinterhalt gelegt. Wenn sie nun welche beim Nehmen des Nichtgegebenen, was man Diebstahl nennt, überraschten, so strafte sie streng bestrafend, züchtigte sie von Grund aus, schlugen ihnen die Köpfe ab.*

*So ist denn, weil man den Unbemittelten keine Mittel dargereicht hatte, die Not immer größer geworden. Weil die Not immer größer geworden war, hat das Nehmen des Nichtgegebenen mehr und mehr sich verbreitet. Weil das Nehmen des Nichtgegebenen mehr und mehr sich verbreitet hatte, hat die Waffengewalt überhand genommen. Weil die Waffengewalt überhand genommen hatte, ist der Totschlag weiter fortgeschritten. Weil der Totschlag weiter fortgeschritten war, hat bei jenen Leuten die Lebenskraft dann abgenommen, die Schönheit dann abgenommen. Und weil ihre Lebenskraft, ihre Schönheit abgenommen hatte, wurden jenen achtzigtausend Jahre dauernden Menschen vierzigtausend Jahre dauernde Nachkommen geboren.*

Aus diesen zwei unscheinbar scheinenden Unterlassungen des Königs – dass er den Vater nicht gefragt, sondern nach eigenem Gutdünken regiert, und den Unbemittelten keine Mittel dargereicht hat –, werden jetzt die Tugendregeln beim ganzen Volk gebrochen, entwickelt sich alles Unheil, das hier geschildert wird.

Das Verhalten des Königs – sein Vorgehen nach eigenem Gutdünken statt nach dem „himmlischen Gesetz“ – ist richtunggebend für das ganze Volk, denn nichts beeinflusst die

Menschen mehr als das Vorbild, im Guten wie im Bösen, und die Stärke oder Schwäche der Moral ist die formbildende Kraft für die Welt. Das ist das Gesetz für die innerweltliche Entwicklung, das die Hochsinnigen zu allen Zeiten ahnen, die Groben aber nicht sehen, so dass sie statt nach dem „Gesetz des Himmels“ nach „eigenem Gutdünken“ handeln wie der junge König. Dieses Gesetz wird im Einzelnen in einer anderen Lehre (A IV,70) beschrieben:

*Zu einer Zeit, ihr Mönche, in welcher die Könige tugendlos sind, zu jener Zeit sind auch die Beamten der Könige tugendlos. Sind aber die Beamten der Könige tugendlos, so sind auch die Priester und Bürger tugendlos. Sind aber die Priester und Bürger tugendlos, so ist auch die Stadt- und Landbevölkerung tugendlos. Ist aber die Stadt- und Landbevölkerung tugendlos, so ändern Sonne und Mond ihren Lauf. Ändern aber Sonne und Mond ihren Lauf, so ändern sich Sterne und Planeten. Ändern sich aber Sterne und Planeten, so ändern sich Tag und Nacht. Ändern sich aber Tag und Nacht, so ändern sich die ganzen und halben Monate. Ändern sich aber die ganzen und halben Monate, so ändern sich die Jahreszeiten und Jahre. Ändern sich aber die Jahreszeiten und Jahre, so ändern die Winde ihre Richtung. Ändern aber die Winde ihre Richtung, so zürnen die Götter. Zürnen aber die Götter, so gibt es keinen rechten Regen. Gibt es aber keinen rechten Regen, so wird das Korn nicht richtig reif. Nähren sich aber die Menschen von Korn, das nicht richtig reif ist, so leben sie nicht lange, sehen schlecht aus und werden häufig krank.*

*Zu einer Zeit aber, ihr Mönche, in welcher die Könige tugendhaft sind, zu jener Zeit sind auch die Beamten der Könige tugendhaft. Sind aber die Beamten der Könige tugendhaft, so sind auch die Priester und Bürger tugendhaft. Sind aber die Priester und Bürger tugendhaft, so ist auch die Stadt- und Landbevölkerung tugendhaft. Ist aber die Stadt- und Landbevölkerung tugendhaft, so nehmen Sonne und Mond ihren rechten Lauf. Nehmen aber Sonne und Mond ihren rechten Lauf,*



*so nehmen auch Sterne und Planeten ihren rechten Lauf. Nehmen aber die Sterne und Planeten ihren rechten Lauf, so nehmen auch Tag und Nacht ihren rechten Lauf. Nehmen aber Tag und Nacht ihren rechten Lauf, so nehmen auch die ganzen und halben Monate ihren rechten Lauf. Nehmen aber die ganzen und halben Monate ihren rechten Lauf, so nehmen auch die Jahreszeiten und Jahre ihren rechten Lauf. Nehmen aber die Jahreszeiten und Jahre ihren rechten Lauf, so blasen die Winde in der rechten Richtung. Blasen aber die Winde in der rechten Richtung, so zürnen die Götter nicht. Zürnen aber die Götter nicht, so gibt es rechten Regen. Gibt es aber rechten Regen, so gelangt das Korn zur rechten Reife. Nähren sich aber die Menschen von Korn, das richtig reif ist, so erreichen sie hohes Alter, Schönheit, Kraft und Gesundheit.*

*Wenn Rinder einen Fluss durchkreuzen,  
der Leitstier aber rechte Furt verfehlt,  
dann folgen alle dieser falschen Fährte,  
da falschen Weg ihr Führer geht.*

*Genau so ist es bei den Menschen:  
Wenn jener, der als Erster gilt,  
ein tugendloses Leben führt,  
tut's um so mehr der Rest des Volks.  
Im Elend lebt das ganze Land,  
wenn tugendlos sein König ist.*

*Wenn Rinder einen Fluss durchkreuzen  
und sie der Leitstier richtig führt,  
dann folgen alle dieser rechten Fährte,  
da rechten Weg ihr Führer geht.*

*Genau so ist es bei den Menschen:  
Wenn jener, der als Erster gilt,  
ein tugendhaftes Leben führt,  
tut's um so mehr der Rest des Volks.  
Im Glücke lebt das ganze Land,  
wenn tugendhaft sein König ist.*

Die Menschen waren es zu der Zeit, von der bisher in D 26 berichtet wurde, gewohnt, auf den König als den Mann zu sehen, von dem sie das rechte Verhalten erwarten. Und sie waren jahrtausendlang gut dabei gefahren. Dieser König lebte ihnen nun zunächst vor, dass er zwar dafür sorgte, dass andere keine Untugenden begehen, dass er selber aber gegenüber der allgemeinen Not nichts über die Wahrung der Gerechtigkeit hinaus tat, die allgemeine Not nicht erbarmend durch Geben linderte, sondern dem, der als Dieb zur Selbsthilfe gegriffen hatte, das Notwendige zum Leben gab und ihn noch darüber hinaus instand setzte, seine Familie zu ernähren und Asketen und Priestern zu geben. Als Oberhaupt des Staates hat der König zunächst das Geld festgehalten, aber er predigt dem Dieb, Gaben auszuteilen, und unterstützt den, der Nichtgegebenes nimmt, während alle die anderen, die sich an die Tugenden hielten, Nichtgegebenes nicht zu nehmen, leer ausgingen. Besser wäre es gewesen, wenn der König auf dem Richterstuhl zu dem Dieb gesagt hätte: „Was du getan hast, das war falsch. Es ist gegen die Tugendregeln, die du kennst. Aber ich habe versäumt, den Unbemittelten Mittel zu geben. Dadurch ist die Not entstanden. Ab heute will ich es tun, ab heute sollen alle Unbemittelten – unter ihnen auch du – Unterstützung erhalten. Aber für die Zukunft müsst ihr wissen: Wer dem anderen nimmt, was der ihm nicht gegeben hat, der wird von mir künftig bestraft werden.“ Das wäre die richtige Reaktion gewesen. Aber dem König fällt die Mahnung, anderen zu geben, erst angesichts dieses einen Notleidenden ein, der vor ihm steht. Und er gibt ihm den weisen Ratschlag, den anderen zu geben, den er selbst nicht befolgt. Er denkt nicht weiter, denkt nicht an die weiteren noch vorhandenen Notleidenden in seinem Reich, denkt nicht daran, dass sich sein Verhalten herumspriecht und als Vorbild wirken muss. Die Folge ist, dass immer wieder Diebe vor ihn gebracht werden, die – sozusagen in aller Unschuld im Vertrauen darauf, dass ein gerechter König gleiche Fälle gleich behandeln werde – erwarten, dass er ihnen aus ihrer Not hilft. Eine Zeitlang bestärkt der König dieses

Vertrauen, indem er noch einigen weiteren Dieben gibt, und korrumpiert so das alte, von den Kaiserkönigen verkündete Gesetz, Nichtgegebenes nicht zu nehmen. Als aber Diebstahl überhand nimmt, da tut angesichts dieser Situation der König das Verkehrteste, Vordergründigste, was er tun kann: Er verurteilt den nächsten Dieb ohne Vorankündigung zum Tod und lässt ihn gefesselt in seinem Elend vorher überall herumführen, „um ein Exempel zu statuieren“.

Das Volk – immer noch angesichts der langen Reihe hochsinniger Kaiser voll Vertrauen in die Weisheit des königlichen Vorbilds – bekam nun die Ansicht: Wenn einer stiehlt, muss man ihm jetzt den Kopf abschlagen. Und ebenso wie der König „nach eigenem Bedünken“ handelte, statt nach dem „himmlischen Gesetz“, tun die Menschen es nun „nach eigenem Gutdünken“ dem König nach. Auch darin ist der König ihr Vorbild, nach dem sie sich richten. Unschuldige naiv rutschen sie so hinein in die Übertretung der Tugendregeln. Sie müssen ihnen gerechtfertigt erscheinen, um die innerweltliche Ordnung aufrecht zu erhalten. Ihnen ist, wie dem König, der höhere überweltliche Maßstab, die Ausrichtung auf das himmlische Gesetz, verloren gegangen. Sie haben keinen höheren Maßstab mehr, an dem sie sich orientieren können, und sind darum darauf angewiesen, sich nach dem zu richten, was ihr Oberhaupt macht. Und dieses Oberhaupt war, weil es nicht mehr nach dem edlen Kaiserwandel, nach dem rechten, überweltlichen Maßstab fragte, aus zu geringer Barmherzigkeit unwillentlich zum Förderer des Diebstahls geworden, und weil er sich beim Überhandnehmen des Diebstahls aus Mangel an überweltlicher Orientierung von der äußeren Situation treiben ließ, war er vom unwillentlichen Förderer des Diebstahls zum Förderer des Tötens geworden.

Mit dieser sittlichen Verfinsternung begann die gesamte Welterscheinung sich zu verfinstern: Auf Grund ihrer hohen Sittlichkeit waren die Menschen bis dahin achtzigtausend Jahre alt geworden, und bis zu diesem König hatten sie keinerlei Mangel gelitten. Nun aber, als die Not um sich gegriffen hatte,

war eines der Wesen – vom König im Stich gelassen – im Schlechten vorangegangen, hatte angefangen, in der Not anderen etwas wegzunehmen. Die anderen, ebenfalls Notleidende, hatten die Not zunächst noch ertragen, hatten sich vielleicht zur Arbeit angeboten gegen geringes Entgelt oder hatten gebettelt. Aber nachdem einer vorangegangen war im Stehlen und der König zunächst das Stehlen durch Gaben belohnt hatte, dann aber plötzlich im Töten von Dieben vorangegangen war, so dass aus seinem Vorbild nur noch insofern eine „Leitlinie“ zu entnehmen war, als er jeweils „nach eigenem Gutdünken“ handelte, da sind die Schranken gefallen. Diebstahl und Mord „nach eigenem Bedünken“ waren nun keine Ausnahme mehr, sondern Nachahmung des königlichen Vorbilds. Die Menschen nahmen sich nicht nur Ungegebenes, sondern maßten sich auch an, nach dem inkonsequenten Vorbild des Königs die Diebe zu richten. Sie waren also zwar immer noch insofern in einem gewissen naiven „Stand der Unschuld“, als sie auch dabei nur das Vorbild des Königs nachahmten, aber diesmal taten sie es, indem sie sich ein bisher nur den Königen vorbehaltenes Recht anmaßten – das Recht zu richten. Nur solange die Menschen nach dem himmlischen Gesetz gerichtet hatten, zu dem sie durch ihren Kontakt zum königlichen Weisen Zugang hatten, war freilich dieser Vorbehalt innerlich berechtigt. Indem sich der König anmaßte, nach eigenem Bedünken zu herrschen und zu richten, entzog er selber der Richtergewalt als königlichem Vorrecht den Boden; denn „nach eigenem Bedünken“ richten und urteilen kann in der Tat jeder.

So wie der König die Unterstellung unter ein Höheres – das von den Weisen erfahrene Gesetz von Saat und Ernte – aufgehoben und sein eigenes Bedünken zum Höchsten gemacht hatte, so begannen entsprechend die Menschen, ihrerseits die Achtung vor dem bisher im König verkörperten Höheren zu verringern und den Abstand zwischen sich und dem König zu nivellieren, indem sie sich anmaßten, Mitmenschen zu richten. Sie waren untereinander nicht mehr teilnehmend, voll Rücksicht und Hilfsbereitschaft gegen alle Wesen, sondern schlos-

sen eine ganze Menschengruppe, eben die Diebe, von ihrer Liebe aus, wie es bis dahin das normale zwischenmenschliche Klima gewesen war. Damit erhoben sie sich selber über einen Teil ihrer Mitwesen.

Darum verkürzte sich die Lebensdauer und die Schönheit: Den achtzigtausendjährigen Menschen wurden vierzigtausendjährige Nachkommen geboren.

Diejenigen, die erst in diesem Leben diese zwei Tugendregeln brachen, hatten sich auf Grund ihrer hohen Sittlichkeit in früheren Leben eine so lange Lebensdauer von achtzigtausend Jahren erwirkt. Aber da sie nun in der Tugend nachließen, so konnten sie nur solche Wesen als Kinder anziehen, die ihrem augenblicklichen Tugendstand entsprachen, nämlich solche mit vierzigtausendjähriger Lebenskraft.

Und die Vierzigtausendjährigen konnten nur wiedergeboren werden bei diesen nicht mehr durch und durch tugendhaften Menschen, da nur eine solche Umgebung ihrem inneren Status entsprach.

#### Weitere Abwärtsentwicklung

*Bei den vierzigtausend Jahre dauernden Menschen hat da irgendeiner von anderen Nichtgegebenes, was man Diebstahl nennt, sich genommen. Den hat man dabei ertappt, hat ihn ergriffen und vor den König, den gesalbten Kriegerfürsten, gebracht: „Dieser Mann, Majestät, hat von anderen Nichtgegebenes, was man Diebstahl nennt, sich genommen.“ –*

*Davon unterrichtet, hat der König, der gesalbte Kriegerfürst, den Mann dort befragt: „Ist es wahr, lieber Mann, wie man sagt, dass du von anderen Nichtgegebenes, was man Diebstahl nennt, dir genommen hast?“ – „O nein, Majestät“, sagte der als wissentlich unwahre, trügerische Rede.*

*So ist denn, weil man den Unbemittelten keine Mittel dargereicht hatte, die Not immer größer geworden. Weil die Not immer größer geworden war, hat das Nehmen des Nichtgegebenen mehr und mehr sich verbreitet. Weil das Nehmen des Nichtgegebenen mehr und mehr sich verbreitet hatte, hat die Waffengewalt überhand genommen. Weil die Waffengewalt überhand genommen hatte, ist der Totschlag weiter fortgeschritten. Weil der Totschlag weiter fortgeschritten war, hat die unwahre, trügerische Rede um sich gegriffen. Weil die unwahre, trügerische Rede um sich gegriffen hatte, hat bei jenen Leuten die Lebenskraft dann abgenommen, hat die Schönheit dann abgenommen. Und weil ihre Lebenskraft, ihre Schönheit abgenommen hatte, wurden jenen vierzigtausend Jahre dauernden Menschen zwanzigtausend Jahre dauernde Nachkommen geboren.*

*Bei den zwanzigtausend Jahre dauernden Menschen hat da irgendeiner von anderen Nichtgegebenes, was man Diebstahl nennt, sich genommen. Diesen hat jetzt ein anderer Mann dem König, dem gesalbten Kriegerfürsten, angezeigt: „Ein gewisser Soundso, Majestät, hat von anderen Nichtgegebenes, was man Diebstahl nennt, sich genommen“, sagte er hinterrücks ausrichtend.*

*Da hat denn das hinterrücks Ausrichten, das Hintertragen, um sich gegriffen und bei jenen Leuten hat die Lebenskraft dann abgenommen, die Schönheit dann abgenommen. Und weil ihre Lebenskraft abgenommen, ihre Schönheit abgenommen hatte, wurden jenen zwanzigtausend Jahre dauernden Menschen zehntausend Jahre dauernde Nachkommen geboren.*

*Bei den zehntausend Jahre dauernden Menschen waren da manche Menschen schön anzuschauen, man-*

*che Menschen unschön anzuschauen. Da sind nun die Unschönen nach den Schönen begierig geworden und haben mit den Frauen anderer Verkehr gepflogen*

*Da hat denn das unrechte Verhalten im Geschlechtsverkehr um sich gegriffen, und bei jenen Leuten hat die Lebenskraft dann abgenommen, die Schönheit dann abgenommen. Und weil ihre Lebenskraft, ihre Schönheit abgenommen hatte, wurden jenen zehntausend Jahre dauernden Menschen fünftausend Jahre dauernde Nachkommen geboren.*

Aus unwahrer, trügerischer Rede folgt Hintertragen

Es ist verständlich, dass einer seinen Diebstahl nicht zugeben mag, wenn er weiß: Er wird dann enthauptet, dass er also aus Angst versucht, sich herauszureden und seine Tat zu leugnen. Und doch war dies wieder ein gewaltiger Einbruch in der sittlichen Entwicklung der Menschen: Bisher hatten sie in den – relativ wenigen – Zweifelsfällen des Lebens einfach das getan, was der König, ihr Vorbild, getan hatte. Nun aber, da der König die Leitlinie des „himmlischen Gesetzes“, des „überweltlichen Rechts“, verlassen und sich seinem Gutdünken überlassen hatte – mühselig gestützt durch Berichte der Räte vom Hörensagen – da waren die Mensch plötzlich allein gelassen, ohne Vorbild – auf ihr eigenes „Gutdünken“ verwiesen – als erstes die ertappten Diebe, bei denen es um das Leben ging. Und in dieser Not griffen sie – ohne Vorbild, aus „eigenem Antrieb“ – zur unwahren Rede, so dass der König als Richter über die Wahrheit im Ungewissen blieb. In solchen Situationen treten Mitmenschen auf den Plan, die – obwohl nicht selber betroffen – beweisen wollen, dass er es doch getan hat. Das wird „Ausrichten“ oder „Hintertragen“ genannt. Von den Tugendregeln des achtfältigen Heilswegs betrifft bei der rechten Rede eine das Nicht-Ausrichten oder Nicht-Hintertragen. Sie lautet:

*Das Hintertragen hat er verworfen, vom Hintertragen hält er sich fern. Was er hier gehört hat, erzählt er dort nicht wieder, um jene zu entzweien; und was er dort gehört hat, erzählt er hier nicht wieder, um diese zu entzweien. So einigt er Entzweite, festigt Verbundene. Eintracht macht ihn froh, Eintracht erfreut ihn, Eintracht beglückt ihn, Eintracht fördernde Worte spricht er.*

Mit „Hintertragen“ ist nicht nur die Verleumdung gemeint, bei der einer Falsches über den anderen sagt, und es ist nicht gemeint, dass der von einem Vergehen Betroffene bei der Obrigkeit oder bei anderen, von denen er Hilfe erwartet, um Beistand bittet, dass der Verletzer den Schaden wiedergutmacht und den Geschädigten nicht noch mehr schädigt, sondern es ist gemeint, dass er über seinen Mitmenschen etwas sagt, das diesen mit seiner Umwelt entzweit – von der Abnahme der Wertschätzung bis hin zur körperlichen Verfolgung. Es geht beim Hintertragen um das Entzweien, das Gegenteil der einenden, nicht messenden Liebe. Der Hintertragende meint oft, er sei mitverpflichtet, dafür zu sorgen, dass die Wahrheit offenbar wird.

Im öffentlichen Leben gilt es heute als Pflicht, zumindest als moralisch verdienstvoll, „die Wahrheit“ aufzudecken: falsche Angaben von Bürgern wie von Staatsdienern richtig zu stellen und falsches Verhalten zu melden. Aber nach dem Maßstab des Erwachten gilt es bei Nichtbetroffenen als übel. Jeder ist nur für sich selber verantwortlich. Man kann als Nichtbetroffener die nachträgliche Verteidigung eines – sei es auch „zu Recht“ – Bedrängten mit anhören und wissen: „Es ist falsch, was er sagt“ – aber kein Blick braucht zu verraten, was man denkt. Erst wenn man ausdrücklich gefragt wird und man nicht schweigen kann, mag man das Notwendigste sagen. Und wenn man, wie der Zeuge vor Gericht, gesetzlich verpflichtet ist, nicht nur richtig, sondern auch vollständig auszusagen – und zwar nicht nur das, was man gezielt gefragt wird, sondern „nichts hinzu zu fügen und nichts zu verschweigen“, was man über den Fall weiß, dann wäre ein Verschweigen angesichts



der berechtigten Erwartung des Richters, die Aussage sei vollständig, eine Lüge. Aber auch da, sagt der Erwachte, wird der edle Mensch aus Erbarmen das Negative über den anderen nur vorsichtig und zögernd berichten und nur, wo er es wirklich sicher weiß. Wenn er aber – ohne Übertreibung aus eigenem Wissen – Positives über den anderen sagen kann, da kann er im Rahmen der Wahrheit nicht genug davon berichten. Das Positive sagt der Edle gern.

Zu jenen frühen Zeiten des ersten Abfalls freilich, von denen D 26 berichtet, war das erste Aufkommen des Hintertragens, aus dem alles Intrigieren und Entzweien hervorging, ein zwangsläufiges Glied in jenem unheimlichen Geschiebe nach Abwärts, das mit dem Abbruch der Verbindung der Regierung mit dem überweltlichen Gesetz begann: Der König hatte vorgemacht, dass man Diebe jetzt richtet und tötet, und da er dies aus eigenem Bedünken tat, hatte er den durch die einstige Unterordnung des Menschen unter das Überweltliche gegebenen natürlichen Abstand der echten Autorität zwischen König und Volk verringert, so dass sich das Volk jetzt anmaßte, nach dem Vorbild des Regenten selber die Diebe zu richten und zu töten und sich damit selber an jenem Messen und Zuteilen zu beteiligen, das in der Eigentumsordnung notwendig geworden war, seit der Abfall des Königs vom himmlischen Gesetz und vom erbarmenden Geben zur Not geführt hatte. Das Volk – nun ohne die einstige klare Leitlinie eines den heiligen Kaiserwandel vorlebenden Herrschers – nahm, seit der König nach eigenem Gutdünken regierte, die Wahrung seiner Interessen mehr und mehr „nach eigenem Bedünken“ selber in die Hand – der Dieb, der „Selbsthilfe“ gegen die Not geübt hatte und ertappt worden war, durch seine unwahre Rede, diejenigen, welche noch sich des Stehlens enthalten und die Not ertragen hatten, weil sie Diebstahl für schlecht und für einen ungerechtfertigten Vorteil für den Dieb hielten – durch Hintertragen. So kam mit der unwahren Rede gleich auch das Hintertragen, mit der Heimlichkeit und dem Verlust der Geradheit auch das erbarmungslose Ans-Licht-Zerren der Schwächen und Fehlritte des

Mitwesens in die Menschenwelt. Die Verhältnisse wurden immer vielfältiger, komplizierter, gefährlicher, das gegenseitige Wohlwollen, die nichtmessende Liebe – mettā – einst das normale menschliche Lebensklima, das von innen her Not und Bedrängnis fernhielt und den Beistand der himmlischen Wesen gesichert hatte – erkaltete.

Aus der Verschiedenheit an Schönheit entsteht  
Fehlverhalten auf geschlechtlichem Gebiet

Wir sehen die allmähliche Verdunkelung der Menschen: keilförmig schiebt sich die Hemmungslosigkeit vor, seit durch die Spitze des Staates, den König, die Verankerung des Wirkens im überweltlichen Gesetz von Saat und Ernte gelockert ist: Diebstahl, Töten, unwahre Rede, Hintertragen. Einige Pioniere im Schlechten gehen voran, es folgen andere nach und immer mehr. Einige kommen ganz und gar in die Gewöhnung, den Tugendregeln zuwider zu handeln; einige halten sich noch zurück, erhalten sich noch eine Ahnung von ihrer Wichtigkeit.

So sind durch diese moralische Abwärtsentwicklung und die damit verbundene Zunahme der Vielfalt und Zerspaltenheit des Lebens, auf die reagiert wurde, die Menschen unterschiedlich in ihrem Charakter geworden, während sie vorher, als der Verhaltensmaßstab klar und die Lebensverhältnisse einfach und übersichtlich waren, einheitlich gut waren. Liebe und Wohlwollen, die jedes Antlitz von innen her zum Leuchten bringen, zogen sich als einigender Zug mit ihrem Erkalten aus den Gesichtern zurück; die Verschiedenheiten der Charakterzüge, die sich wegen der zunehmenden Vielfalt der Lebensverhältnisse und der Reaktionsweisen immer mehr auseinander entwickelten, traten immer stärker hervor. Aus der Verschiedenheit in den Charakterzügen ergeben sich Verschiedenheiten der Gesichtszüge, der Haltung, des Ganges, der Gesten, die sich im Körperlichen ausdrücken. Während die achtzigtausendjährigen Menschen viel schöner waren als die zehntausendjährigen und von einheitlicher Schönheit waren,

kommen jetzt Unterschiede auf zwischen schön und unschön: die Tugendhaften sind schön anzuschauen, die Untugendhaften unschön. Diejenigen, die anderen gewähren, was sie wünschen, ihnen beistehen und helfen, wo sie können, erfahren dadurch bei sich selbst innere Freude und Harmonie mit den anderen. Ihre innere Helligkeit strahlt durch ihre Augen, glättet, verschönt ihre Gesichtszüge, macht ihre Gesten anmutig. In diesem Leben schon sind sie schön und noch mehr im nächsten Leben, in dem ihre innere Art einen neuen Körper formt.

An vielen Stellen spricht der Erwachte über die Ursachen der Schönheit:

*Wer voll Vertrauen eine Gabe gibt, der ist, wo immer diese Gabe ihre Ernte bringt..., wohlgestaltet, ansehnlich, anmutig, von außergewöhnlicher lotosgleicher Schönheit. (A V,148)*

*Wenn da zwei Anhänger wären mit gleichem Vertrauen, gleicher Tugend und Weisheit – der eine aber gibt Gaben, der andere nicht, so übertrifft ersterer diesen nach der Wiedergeburt als Gott oder Mensch in fünf Dingen: in Lebensalter, Schönheit, Glück, Ruhm und Macht. (A V,31)*

Zur Erlangung von Schönheit sollte der Schönheit Wünschende eben den zur Schönheit führenden Pfad beschreiten:

*Wer langes Leben, Schönheit sich erwünscht,  
nach Ehr und Ruhm begehrt und trachtet,  
auch Himmelsglück erstrebt und hohen Stand –  
wer solche hohen Güter sich ersehnt,  
dem geben Weise diesen guten Rat:  
Mit ernstem Streben sich zu üben  
in guten Werken und in edlen Taten. (A V,44)*

Nach den körperlich schönen Menschen wird das jeweils andere Geschlecht weit mehr lüstern als nach den unschönen. Da die inneren karmischen Zusammenhänge vergessen worden sind, man sich nicht selber Schönheit zu erwerben weiß,

möchte man doch die Schönheit des anderen um sich haben und auskosten – auch wenn man selber nicht schön ist. Während bis dahin bei gleicher innerer und äußerer Schönheit aller Menschen das Zahlenverhältnis bei der Partnersuche ausgegogen war, standen nun den – schönen und unschönen – Menschen, die einen Ehepartner wünschten, viel weniger schöne Menschen des anderen Geschlechts gegenüber, auf die sich das Begehren der Schönen und der Unschönen konzentrierte. Wie zuvor, als durch das Lösen der Verbindung des Königs zum überweltlichen Gesetz Mangel im Bereich der Nahrung entstanden war, so war nun durch die Ausbreitung dieses Abfalls auf das Volk Not im Bereich der Gattenwahl entstanden – und wie damals, so griffen in dieser Mangelsituation Einzelne – vom Herrscher ohne Leitbild gelassen – zur „Selbsthilfe“ und brachen mit diesem Drang in die Ehe des anderen ein, der beim Erlangen einer der weniger gewordenen Schönen erfolgreicher gewesen war. Damit war wieder eine gewaltige Spaltung, Zerrissenheit und Kompliziertheit in die Menschenwelt gekommen, so dass die Lebenskraft der Wesen nur noch für fünftausend Lebensjahre ausreichte.

Wie verletzende Rede und sinnloses Gerede entstehen

*Bei den fünftausend Jahre dauernden Menschen haben zwei Arten übler Rede sich weiterentwickelt: Verletzende Rede und leeres Geschwätz.*

*Als die zwei Arten übler Rede sich weiterentwickelt hatten, hat bei jenen Menschen die Lebenskraft abgenommen, die Schönheit abgenommen. Und weil ihre Lebenskraft und Schönheit abgenommen hatten, wurden jenen fünftausend Jahre dauernden Menschen zuweilen zweitausendfünfhundert, zuweilen zweitausend Jahre dauernde Nachkommen geboren.*

Es ist verständlich: Wo derart in den Interessensbereich des anderen eingegriffen wird durch Diebstahl, Töten, unwahre Rede, Hintertragen, unrechten Geschlechtsverkehr, das Lust-Suchen ohne die Begrenzung durch den Hinblick auf das mehr und mehr in Vergessenheit geratene Gesetz des Wirkens (Karma), da kommt bei den Geschädigten Zorn und Wut auf, und diese äußern sich entsprechend in verletzender Rede. Und wo kein Anlass vorlag zu harter, verletzender Rede, da war der Mensch in dem Zug der allgemeinen Abwärtsentwicklung nicht in der Lage, über heilsame Dinge zu sprechen; denn er hatte ja die Verbindung zum heilsamen Wandel, den überweltlichen Maßstab, verloren. Er tat auch im Reden, was er – dem Vorbild des Ersten im Staat folgend – im Handeln tat: Er redete „nach Gutdünken“, d.h. den Trieben und den triebhörigen Ansichten folgend. Das ergab sich ganz zwangsläufig daraus, dass nach Jahrtausenden des hellen, einfachen Lebens, in denen keine Not und allgemeines Wohlwollen herrschte und die Menschen nur das Vorbild des Kaisers nachzuahmen brauchten, nun das Leben ungewohnt kompliziert und vielfältig geworden war. Beim Herrscher war kein klares Richtmaß mehr zu finden, die Menschen waren in all dem Neuen, Zerspaltenen, Zerrissenen von „oben“ allein gelassen, auf sich gestellt, und so ergab es sich ganz von selbst, dass sie das zunehmende Bedürfnis hatten, über all die neuen Erscheinungen miteinander zu sprechen; da sie aber den Zusammenhang dieser Erscheinungen mit dem Wirken nicht durchschauten, konnten sie gar nicht mit *auf die Herkunft gerichteter Aufmerksamkeit* sich besprechen, sondern die Vielfalt der Erscheinungen nur an dem Maß ihrer Triebe, nach angenehm und unangenehm – nach „eigenem Bedünken“ – messen. Und solche Rede ist sinnlos, ist hilfloses Plappern und Plaudern.

Die für uns so leichthin und vergleichsweise „harmlos“ klingenden Wörter „Plappern und Plaudern“ umreißen damit in der Abwärtsentwicklung der einstens einheitlich gut und schlicht gewesen Wesen wiederum einen Tatbestand von bedrückendem Gewicht: Durch das sinnlose Gerede werden

die aus den fünf Sinnen geschöpften, aus Wahn geborenen falschen Bewertungen der einzelnen Bilder der Wahrnehmung, die in so zunehmender Vielfalt ins Blickfeld traten, ausgetauscht, verbreitet, summiert. Die Folgen waren wiederum verheerend, wie der weitere Gang der Lehrrede D 26 zeigt.

Begehrlichkeit und Antipathie bis Hass  
verdrängen die nichtmessende Liebe

*Bei den zweitausendfünfhundert Jahre dauernden Menschen, ihr Mönche, haben sich Begehrlichkeit und Antipathie bis Hass weiterentwickelt. Als Begehrlichkeit und Antipathie bis Hass sich weiterentwickelt hatten, hat bei jenen Menschen die Lebenskraft dann abgenommen, die Schönheit dann abgenommen. Und weil ihre Lebenskraft, ihre Schönheit abgenommen hatte, wurden jenen zweitausendfünfhundert Jahre dauernden Menschen tausend Jahre dauernde Nachkommen geboren. Bei den tausend Jahre dauernden Menschen ist falsche Anschauung weiter gediehen. Als falsche Anschauung weiter gediehen war, hat bei jenen Menschen die Lebenskraft abgenommen, die Schönheit abgenommen. Und weil ihre Lebenskraft abgenommen, ihre Schönheit abgenommen hatte, wurden jenen tausend Jahre dauernden Menschen fünfhundert Jahre dauernde Nachkommen geboren.*

In M 114 erklärt Sāriputto, einer der größten Mönche des Erwachten, das vom Erwachten kurz Umrissene wie folgt näher:

*Was ist das nun, o Herr, für ein Wirken in Gedanken, wobei sich einem, indem man es betreibt, die unheilsamen Dinge mehren und die heilsamen Dinge sich mindern?  
Da ist einer, o Herr, lüstern. Was ein anderer an Hab und Gut besitzt, danach giert er: „Ach wenn doch seines mein eigenes*

wäre.“ *Dann hegt er im Herzen Antipathie bis Hass: „Diese Wesen sollen getötet werden, sollen umgebracht werden, sollen zerstört werden, sollen vertilgt werden, sie sollen so nicht bleiben.“*

*Das ist, o Herr, ein Wirken in Gedanken, wobei sich einem, indem man es betreibt, die unheilsamen Dinge mehren und die heilsamen Dinge sich mindern.*

Wie sich das Wirken in Taten (Töten, Stehlen, Fehlverhalten auf geschlechtlichem Gebiet) und in Worten (unwahre Rede, verletzende Rede, Hintertragen und sinnlose Rede) durch den Verlust des Einklangs mit dem „himmlischen Gesetz“ allmählich mit einem unheimlichen Mechanismus bei den dereinst einheitlich guten, geistig schlichten Menschen aus dem naiven Nachahmen der früher bewährten Vorbilder sozusagen „unschuldig“ entwickelt hat, das ist in der hier besprochenen Lehre D 26 schon beschrieben worden.

Jetzt werden zwei hinter diesen sieben Wirkensweisen stehende Gesinnungen als die unheilsamen Dinge genannt, die sich bei den Menschen erst mehrten, je mehr sie jene aus Naivität begonnenen sieben üblen Wirkensweisen weiter pflegten: Habsucht (Lüsternheit) und Antipathie bis Hass. Wie die Lehre zeigt, war es bei jener Abwärtsentwicklung ja nicht so, dass die Menschen über das allgemein sinnliche Begehren hinaus, das zwar nicht ohne Abstoßung, aber in seinen feineren Graden ohne Antipathie bis Hass gegen Mitwesen denkbar ist, zuerst habsüchtig waren und damit zwangsläufig Antipathie bis Hass entwickelten und daraus erst das Stehlen, Töten, unwahre Rede, Hintertragen entstanden seien. Der erste Dieb stahl aus Hunger, der erste Totschlag geschah zur vermeintlichen Verteidigung der Eigentumsordnung, die erste unwahre Rede wurde zur Rettung des Lebens gesprochen, der erste Einbruch in fremde Ehen geschah, weil die Zahl der als Geschlechtspartner „begehrenswert“ schönen Menschen abnahm, also auch noch aus einer gewissen Mangellage, wobei freilich der Anteil der Lüsternheit schon größer war. Verletzende Rede

und sinnloses Gerede geschahen zuerst aus Zorn und Hilflosigkeit über die merkliche Verschlechterung und Komplizierung der Lebensverhältnisse im jeweils erlittenen Einzelfall. Aber dahinter stand – wie aus der Lehrrede hervorgeht – nicht von Anfang an eine durchgängige Gesinnung der Habsucht und der Antipathie bis Hass. Bisher war ja das durchgängige Lebensklima, aus dem sich die Menschen abwärts entwickelten, ein grundsätzliches Klima des Wohlwollens, der nicht-messenden Liebe (*mettā*) gewesen, auf deren Gestalt sich in Form der ersten Untugenden mehr und mehr Flecken zeigten – wie Sonnenflecken das allmähliche Erkalten der Sonne ankündigen, obwohl sie noch immer leuchtet und erwärmt. Und entsprechend hatten die Menschen noch lange das aus *mettā* hervorgehende innere Wohl bei sich, das freilich im Maß des Zerfalls der Sitten immer mehr abnahm, so dass entsprechend – da der Mensch ja Wohl braucht – das Umherlungern und Umherschauen nach Wohl bei den Sinnen – noch gefördert durch zunehmenden äußeren Mangel – zunahm.

Das Pāliwort, das hier für „Habsucht“ steht, *abhiñjhā*, bedeutet ganz wörtlich „genüsslich umherlungern und -lugen“, es bezeichnet mehr als das bloße Angezogenensein durch Sinesseindrücke, das sich auch noch in sinnlichen Himmelswelten findet, nämlich ein Nur-von-der-Sinnlichkeit-Wohl-Erwarten ohne Hemmung durch inneres Ahnen von karmischen Zusammenhängen. Das ist genau der Zustand, dem die Menschen nun ausgeliefert wurden, als sie durch das Versagen ihres Königs die durch ihn als Vorbild vermittelte Verbindung zu dem Gesetz von Saat und Erne des Wirkens verloren. Die zwangsläufige Folge dieses sinnlichen genüsslichen Umherlungerns und Begehrens ist es, dass bei Durchkreuzung des Gewünschten nicht nur Enttäuschung oder Traurigkeit aufkommt, sondern wegen des Vorrangs der Sinnendinge bei der Wohlsuche auch Antipathie bis Hass. Das war der Tod der *mettā*. An ihre Stelle traten nun bei der in D 26 beschriebenen Entwicklung nach dem unheimlichen Mechanismus des Ge-



setzes von Saat und Ernte Habsucht und Antipathie bis Hass mit allen ihren Folgen, die in M 13 und M 14 genannt sind:

*Von sinnlichem Begehren getrieben, gereizt und veranlasst, eben nur aus Begehrlichkeit, streiten Könige mit Königen, Fürsten mit Fürsten, Priester mit Priestern, Bürger mit Bürgern, streitet die Mutter mit dem Sohn, der Sohn mit der Mutter, der Vater mit dem Sohn, der Sohn mit dem Vater, streitet Bruder mit Bruder, Bruder mit Schwester, Schwester mit Bruder, Freund mit Freund. So in Zwist, Zank und Streit geraten, gehen sie mit Fäusten aufeinander los, mit Steinen, Stöcken und Schwertern. Und so eilen sie dem Tod entgegen oder tödlichem Schmerz.*

Diese Eskalation der ursprünglich naiv entstandenen Untugenden ist die Elendseite des sinnlichen Begehrens, ist die offenbare Leidenshäufung, die nur durch Begehren bedingt ist und – wie gerade D 26 zeigt – am Ende aus jedem sinnlichen Begehren gesetzmäßig irgendwann hervorgehen muss, auch wenn es anfangs noch nicht die Stärke der Habsucht hat, die auch vor den Mitwesen nicht Halt macht und den Hass gegen die Wesen als Kehrseite hat.

Man kann sagen, dass die Spanne zwischen Antipathie bis Hass und der alles umfassenden, nicht messenden und nicht urteilenden Liebe geradezu die Spanne zwischen Böse und Gut ist. Darum nennt der Erwachte diese Grundhaltungen auch sehr häufig und betont. Und er empfiehlt denen, die sich zum Hellere entwickeln wollen, zuerst hier zu streben. (M 62, D 33, M 118, M 7 u.a.)

Man kann daher sagen, dass die Menschen mit der Entwicklung von Habsucht und Antipathie bis Hass aus dem „naiven“ Bereich des grundsätzlich – wenn auch mit zunehmenden Flecken – immer noch „Guten“ in den Bereich des Bösen eingetreten waren, sobald als Grundhaltung die nichtmessende Liebe (*mettā*) allgemein dem Wechselspiel von Sympathie und Antipathie wich. Gewiss hatten sie nun nicht

gegenüber allen Menschen Antipathie, aber alle „Sympathie“ oder „Zuneigung“, wie sie fast jeder Mensch manchen anderen Menschen gegenüber empfindet, hat nichts zu tun mit dieser nicht messenden *mettā*-Liebe. *Mettā* gehört einer anderen Dimension an: Die Sympathie empfindet jeder Mensch nur solchen Menschen gegenüber, die dem eigenen inneren Wesen irgendwie entsprechen, wie es der Begriff „Sympathie“ (gleich fühlend) ja auch besagt: was uns – und das heißt was unseren Neigungen, unseren Trieben – entspricht, das empfinden wir als wohltuend. Und darum ist man mit Sympathie eben nur dem den jeweiligen Neigungen Wohltuenden zugeneigt. Aber das ist eine messende Liebe, auch dann, wenn sie sich des Messens nicht bewusst sein mag. So wie die Kompassnadel ohne zu wollen, immer zum Norden zeigt, weil der Magnetismus sie in diese Richtung zieht, so zeigt die in uns aufsteigende „Zuneigung“ einfach an, dass der betreffende Mensch uns anzieht, weil er unserem Wesen irgendwie entspricht.

Dagegen löst der größte Teil der Menschen unsere Sympathie nicht aus, und anderen begegnenden Menschen gegenüber empfinden wir eine „Antipathie“.

So zeigen also Sympathie und Antipathie nur eben eine innere „Gleichläufigkeit“ oder „Gegenläufigkeit“ eines anderen Menschen zu uns an.

Da die Antipathien zu der einen Art von Menschen von der Stärke der Sympathien zu der anderen Art der Menschen abhängen, so erweist sich die Sympathie, so schön sie auf den ersten Blick aussehen mag, doch eben nicht als Teil der nicht-messenden Liebe zu allen Wesen, sondern als ein Produkt ihres Zerfalls, als Spaltung des Weltbezugs in das, was den Trieben angenehm und was ihnen unangenehm ist. Und darüber, wer zu den Lieben und wer zu den Unlieben zu gehören hat, entscheiden „nach eigenem Gutdünken“ letztlich die Triebe – der blinde Riese als „Weltenrichter“, dessen Urteile der Geist mit vielen Worten und Begriffen beschönigt. So ist Sympathie der Krankheitskeim, aus welchem Antipathie bis Hass hervorgeht. Das kommt daher, weil unsere Sympathien

und Antipathien nichts anderes sind als Urteile, welche unsere unbewussten Neigungen diktatorisch schwellen lassen und fühlbar machen, ohne unsere Vernunft anzuhören: Es ist wie die automatische Anziehung und Abstoßung von Magneten.

### Falsche Anschauung wächst heran

Im Zug der hier beschriebenen Abwärtsentwicklung ist den Wesen die aus ihrer Wesensart ohne besonderes Nachdenken vorhandene lebendige Gegenwärtigkeit dieser Zusammenhänge, ist *mettā*, ihr seitheriges Lebensklima, verloren gegangen. Die im Schwinden der *mettā* sich vielleicht meldende Ahnung von der Wichtigkeit der bisher selbstverständlichen *mettā* ist mehr und mehr verdrängt worden durch falsche Anschauung, die mit dem „Messen“, mit der Spaltung in Sympathie und Antipathie an die Stelle der *mettā* trat.

Je mehr die Untugenden im Handeln und Reden zunahmen, je mehr *mettā*, die einende „Macht der Liebe“ abnahm, weil Habsucht und Antipathie zunahmen, um so zerspaltener, unüberschaubarer wurden die zwischenmenschlichen Verhältnisse. Es gab kein klares Vorbild mehr; man dachte „nach eigenem Gutdünken“, das heißt der Sympathie und Antipathie, der Habsucht – kurz: den Trieben und den von der Wahrnehmung vorgespielten Szenen folgend und der Herkunft der Dinge unkundig. Im Zug dieser Abwärtsentwicklung, lange nach dem Verlust des Erbarmens beim König und lange nach dem – zunächst nur naiv den König nachahmenden – falschen Handeln und Reden mit Habsucht und Antipathie bis Hass gedieh die giftige Frucht der falschen Anschauung zu Fülle und Reife. – Was ist falsche Anschauung?

Jene Menschen der Vorzeit unter den guten Kaisern waren zwar sinnlich Genießende gewesen – und dies so sehr, dass sie in einem Fleischkörper inkarniert waren. Aber das Sinnenwohl war nicht ihr ausschließliches Wohl. Im Prinzip wollten sie nicht auf Kosten der Mitwesen genießen. *Mettā* war ihre „Normalhaltung“ in der Begegnung, so dass sie aus *mettā* ein

inneres Wohl neben dem Sinnenwohl hatten. Nun aber war ihnen die *mettā* zerfallen. Der Mensch aber, dem *mettā* als Lebenselement und das daraus hervorgehende innere Wohl abhanden gekommen ist, baut vom Säuglingsalter an seinen Geist auf aus seinen nun nur noch verbleibenden Erfahrungen und das heißt aus dem, was er durch die fünf Sinnestore: durch Sehen, Hören, Riechen, Schmecken und Tasten an Angenehem und Unangenehem aufgenommen hat.

Bei den angenehmen Erlebnissen hat er eine mehr oder weniger deutliche Vorstellung davon, wie man dahin kommt, und bei den unangenehmen Erlebnissen hat er eine mehr oder weniger deutliche Vorstellung davon, wie man sie vermeiden kann. All das zusammen ist „Weltanschauung“.

Die Anschauung ist also die uns zur Verfügung stehende richtige oder falsche, wechselnde oder konsequente, klare oder wirre, seichte oder tiefe, blasse oder starke Auffassung, aus Belehrung und Erfahrung eingesammelt, über das, was sich lohne, was gut, was besser, was das Beste sei – was das Schlechte und das Schlechteste sei –, und wie das eine anzustreben und das andere zu vermeiden sei. Diese Anschauung über das, was angenehm oder unangenehm ist, was sich lohnt, was sich nicht lohnt, was schädlich, was gefährlich ist usw., hat jeder Mensch, jedes Tier, jede Gottheit, jedes Lebewesen.

Hat ein Wesen die Anschauung: „Leidig ist es, wenn man Schmerzen hat oder wenn man kein Geld hat“, so wird es fragen: „Was muss ich tun, damit ich gesund bleibe und reich werde?“

Wer aber die Anschauung hat, dass mit Gesundheit und Reichtum wohl manches, aber nicht alles getan ist, dass andere Dinge, die über den Tod hinaus bestehen, nämlich Tugend und Weisheit, viel wichtiger sind, der fragt aus demselben Interesse an seinem Wohl nicht nur nach Gesundheit und Reichtum, sondern vor allem: „Was muss ich tun, dass ich Tugend und Weisheit gewinne?“

Aus dem gleichen Grund, dem Interesse am Wohlergehen, urteilt der Verbrecher, wenn er meint, es gehe ihm gut, wenn

er sich mit Gewalt Dinge aneignet; und aus dem gleichen Grundinteresse entspringt alle Wissenschaft, Philosophie und Religion. *Alle Wesen sehnen sich nach Glückseligkeit.* Das ist der Maßstab aller Wesen vom Wurm bis zur Gottheit.

Es geht also darum, ob wir das, was wirklich gut und für uns nützlich ist, für gut und nützlich halten, oder ob wir etwas Schlechtes und Schädliches für gut und nützlich halten. Es geht um Wissen oder um Unwissen, um rechte oder falsche Anschauung. Rechte Anschauung ist eine Anschauung, die mit der Wirklichkeit im Einklang steht, also die Dinge so sieht, wie sie in Wirklichkeit sind. Falsche Anschauung ist jede Anschauung, die mit der Wirklichkeit in der Existenz nicht übereinstimmt. Dabei geht es nicht um ein abstrakt-theoretisches Klassifizieren, Sammeln und Ordnen, sondern um den Maßstab, den jedes Wesen, ob Gottheit, Mensch, Tier oder Geistwesen anlegt, ob etwas wirklich aus dem Leiden heraus zum Heilen führt.

Da die Wesen in den verschiedensten Weisen im Leiden leben und darum verschieden weit vom Heilen entfernt sind, so haben sie je nach dem Standpunkt verschiedene Wege zum Heil. Deshalb können wir alle Anschauungen, die wir in der Welt vorfinden, einordnen in eine Stufenfolge vom tiefsten Falsch bis zum richtigsten Richtig. Bei den Menschen zur Zeit der guten Weltkaiser beschränkte sich das Falsche der Anschauung fast nur auf das Vertrauen, man brauche nur dem Kaiser zu folgen, um zum Wohl zu kommen, ein Vertrauen, das eigenes Denken und damit freilich auch die Ausbreitung weiterer falscher Anschauung überflüssig macht. Erst als *mettā* zu Habsucht, zu Sympathie und Antipathie zerfiel, bildeten die Menschen – der Not gehorchend – sich vielfältige eigene falsche Anschauungen. Der Erwachte nennt, wie wir noch sehen werden, aus seinem Überblick über das Bedingungsgesetz aller Entwicklungen in D 26 verschiedene Grade falscher Anschauungen, und er nennt verschiedene Grade rechter Anschauung: von der einfachsten bis zur höchsten und reinsten, eben der heilenden rechten Anschauung. Dementsprechend

fürhte er seine Gesprächspartner je nach dem Grad ihrer falschen Anschauung in einer in den Lehrreden immer wiederkehrenden Stufenfolge zu immer höherer rechter Anschauung bis zum Verständnis des Nibbāna.

In M 117 erläutert der Erwachte die Grundstufe aller falschen Anschauung, die sich in der soeben besprochenen Phase der Abwärtsentwicklung der Menschen herauszubilden begann, im Einzelnen:

*Was ist nun, ihr Mönche, falsche Anschauung? „Schenken, Almosengeben, Spenden ist kein heilsames Tun. Es gibt keine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens. Nicht gibt es außer dieser Welt auch eine jenseitige Welt. Es gibt keine über- und untermenschlichen Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen. Nicht gibt es in der Welt geistliche Asketen und Priester, die vollkommen und vollendet sind, die, nachdem sie diese und die jenseitige Welt in überweltlicher Schau erlebt und erfahren haben, darüber lehren können.“*

Wenn jemand der Auffassung ist, dass es keine Reinen und Geheilten gibt, die Wahrheiten aus Erfahrung lehren – was zur Zeit der Kaiserkönige noch das Grundvertrauen der Menschen war – dann kann er keiner Aussage mehr so vertrauen, keine Anschauung so bei sich befestigen, dass er sein Leben nach ihr ausrichtet, ihr in Gesinnung, Rede, Handeln, Lebensführung, Beobachtung und Mühen nachfolgt. Ein solcher kann dann gar nicht anders, als sich von seinen jeweils vorhandenen Trieben treiben zu lassen und das zu seiner Anschauung zu machen. Wir sehen die Wandlungen im Verhalten in den letzten zwanzig, dreißig, fünfzig Jahren in unserem Kulturraum auf Grund geänderter Anschauungen als Folge des zunehmenden Verblässens, ja, großenteils schon des völligen Verlustes nicht nur richtiger Maßstäbe, sondern überhaupt von Maßstäben, die die Anschauung bestimmen und dadurch – im Richtigen oder

Falschen – stabilisieren. Dadurch geschehen die Wandlungen in immer kürzeren Perioden.

Die Psychologen, Biologen und Soziologen betrachtet man heute als diejenigen, welche die Gesetze der Menschheitsentwicklung deuten könnten. Und in deren populär-wissenschaftlichen Schriften wird gesagt, der Mensch sei das derzeitige Endprodukt einer langen Entwicklung der Materie, daher sei es nach dem Tod zu Ende, man lebe nur einmal – eben in diesem Leben. Hier müsse man dafür sorgen, dass man zu-rechtkomme. Man müsse nicht gerade auf Kosten der anderen leben, sonst käme Chaos auf – aber alles, was man tun könne, sei, die gesellschaftlichen Verhältnisse so zu ändern, dass in diesem Leben möglichst alle einen gleichen Anteil am Genießen hätten, denn nur jetzt sei die Chance zu leben und zu genießen. So treibt man Raubbau an der Materie, an den Mitmenschen, an Tieren und Pflanzen und an der eigenen Gesundheit, um in diesem Leben reichlich „Lustgewinn“ zu haben.

Diese Anschauung ist immer stärker aufgekommen. Darum sind im Zuge der in D 26 geschilderten Entwicklung jetzt fast alle Menschen nur auf das Vordergründige gerichtet. Jeder hat seinen Charakter, seine Gewohnheiten revidiert: „Zu viel Rücksicht ist nicht angebracht, man muss für sich sorgen.“

Unmerklich-merklich von Gedanke zu Gedanke wandelt sich der Charakter, wird die Gewöhnung immer mehr zu dem Üblen hinneigen. Und wie der Charakter ist, so wird dann spontan gehandelt. Wenn der Mensch sich nicht aufgerufen fühlt oder keine Zeit hat zu überlegen, dann handelt er nach den Trieben. Die Triebe sind geworden nach dem Denken, sei es das vertrauend-einfache, ganz undifferenzierte Denken jener noch von *mettā* erfüllten Menschen zur Zeit der Kaiserkö-nige oder sei es die aus Habsucht und Antipathie bis Hass in Vielfalt ausgebreitete falsche „eigene“ Anschauung der späteren, immer kurzlebigeren Generation.

Bis dahin war der Geist der Menschen – wie D 26 zeigt – sehr einfach strukturiert: gegenseitiges Wohlwollen und –

nach der seitherigen Erfahrung mit den guten Kaisern auch gerechtfertigtes – gewohntes Vertrauen in das Vorbild des Herrschers begrenzte bei den Menschen das ganze Bedürfnis nach einer Anschauung über den rechten Wandel auf die Anschauung: „Tu, was der Herrscher tut.“ Schon diese auf grenzenloses Vertrauen zu einem Nicht-Erwachten gegründete ganz einfache Anschauung war eine falsche Anschauung, weil sie außer Acht ließ, was die Wesen in langen Jahrtausenden der Blüte nicht mehr erfahren hatten: dass Vertrauen „zweierlei Ausgang“ haben kann (M 95). Erst als sie in einem jahrtausendelangen allmählichen Prozess durch das Festhalten an dieser einfachen Anschauung der vertrauenden Nachahmung des Vorbilds des jeweiligen Königs allmählich immer mehr eine Abnahme von Wohl und eine Zunahme von Wehe erfuhren und Habsucht und Antipathie bis Hass mehr und mehr an die Stelle von Wohlwollen und *mettā* traten, erst von da ab „gelangte die falsche Anschauung zur Fülle“, wie es in D 26 wörtlich heißt. Das untugendhafte Handeln, das bisher nur aus vertrauender Nachahmung geschah – die bei einer Änderung des Vorbilds sich geändert hätte –, wurde nun aus eigenem Bedünken, aus eigener falscher Anschauung geübt. Nun stand nicht mehr die Nachfolge nach einem für größer angesehenen Vorbild im Vordergrund, sondern das Handeln selber, das die Menschen aus ihren Trieben aus Wahn, „nach eigenem Bedünken“, für richtig hielten.

So führte das „Großwerden“ der falschen Anschauung durch ihre Loslösung von einem bisher – erst zu Recht, später zu Unrecht – als größer anerkannten Vorbild und ihre zunehmende Anknüpfung an das Diktat der Triebe dazu, dass die falsche Anschauung sich noch immer weiter ausbreitete, noch immer mehr gepflegt wurde, noch verdrehter und wahnwitziger wurde nach einem unheimlichen Mechanismus:



Aus falscher Anschauung folgen  
Lust am Sturz der Gesetze, verderbtes Begehren,  
verkehrte Gesetze

*Bei den fünfhundert Jahre dauernden Menschen, ihr Mönche, haben sich drei Dinge weiter entfaltet: Lust am Sturz der Gesetze, verderbtes Begehren, verkehrte Gesetze.*

Auf Grund der falschen Anschauung kommt die Lust auf, die alten Gesetze, das konservativ Bewahrte zu übertreten. Durch den Verlust des Vertrauens zu den königlichen Vorbildern waren die alten Gesetze jetzt nicht mehr wie bisher mit der Vorstellung von etwas Höherem verknüpft, das unangefochten Vorrang vor den Trieben hatte. Die Menschen sträuben sich gegen die den Trieben meist zuwiderlaufende Üblichkeit, die sogenannten „alten Zöpfe“, mit Begründungen, die schließlich gipfeln in Thesen, wie sie uns gerade heutzutage oft begegnen: „Gesetze haben Zwangs- und Unterdrückungscharakter. Die Triebbeschränkung führt dazu, dass die Menschen sich selber foltern; wenn die Menschen sich selber foltern, foltern sie auch andere. Darum ist jede Beschränkung der Triebe übel.“

Dagegen steht der Rat des Erwachten, alte Gesetze nicht unnötig umzuwerfen. Über die Stärke eines Volkes der Vajjīner befragt, fragte der Erwachte zum Beispiel einen Mönch (D 16):

*Hast du, Ānando, gehört, ob die Vajjīner keine neuen Gesetze erlassen, bestehende Gesetze nicht aufheben, ihrer überlieferten alten Satzung folgend sich verhalten? –*

*Gehört habe ich, o Herr, dass die Vajjīner keine neuen Gesetze erlassen, bestehende Gesetze nicht aufheben, ihrer überlieferten alten Satzung getreu sich betragen. –*

*Solange aber, Ānando, als die Vajjīner keine neuen Gesetze erlassen, bestehende Gesetze nicht aufheben, ihrer überliefer-*

*ten alten Satzung getreu sich betragen, ist eben ein Wachsen, Anando, der Vajjīner zu erwarten und kein Schwinden.*

Mit der Lust am Sturz der alten Gesetze geht in der vom Erwachten in D 26 geschilderten Phase der Abwärtsentwicklung Hand in Hand als weitere Frucht der falschen Anschauung *verdorbenes Begehren*, d.h. unrechtes Begehren zu Lasten anderer. Das einfache Habenwollen geht zwar im weitesten Sinn immer insofern auf Kosten anderer, als im Bereich der sinnlichen Materie eine Sache, die ich allein für mich habe, der andere nicht für sich allein haben kann. Aber dieses einfache Habenwollen wurde – durch die falsche Anschauung verfestigt – zum *verderbten Begehren*, das heißt zum Ansehreißenwollen, Entreißenwollen.

Wenn ein Mensch bei einem anderen etwas sieht, das er gern haben möchte, und keine Weltanschauung hat, die solchen Wunsch als übel und unrecht verwirft, dann wird aus dem Begehren verderbtes Begehren, indem der Mensch Ausschau danach hält, wie er das Begehrte dem anderen abnehmen kann. Unmerklich vollzieht sich der Übergang von dem vom Standpunkt der Gemeinschaft aus erlaubten – d.h. nicht in die erkennbaren Interessen von Mitwesen eingreifenden – Bedürfen zum unerlaubten verdorbenen Begehren.

Die Herzensbefleckungen breiten sich aus, und das Verkehrte geschieht nun nicht mehr nur im Einzelfall aus irrigem „eigenen Bedünken“ oder aus einer später bedauerten „Spontanreaktion“, sondern es wird zum allgemeinen „falschen Gesetz“ gemacht (*micchā dhamma*). Falsche Eigenschaften, falsches Verhalten, das nicht zum allgemeinen Wohl, zum Frieden und zur Eintracht führen, sind nun üblich, sind selbstverständlich, normal, ja sogar geschätzt. Jeder ist sich selbst der Nächste, und die Mitmenschen sind ihm Objekt der Ausbeutung. Daraus ergibt sich der Verlust jeder Achtung und echter Autorität, wie im Folgenden gezeigt wird.

Das Zeitalter ohne Autorität –  
unsere Entwicklungsstufe

*Bei den zweihundertfünfzig Jahre dauernden Menschen, ihr Mönche, haben sich diese Dinge weiter ausgebildet: nicht Vater und Mutter ehren, nicht Asketen und Priester ehren, vor keinem ehrwürdigen Haupt Achtung haben.*

*So ist denn, als man den Unbemittelten keine Mittel gegeben hatte, die Not immer größer geworden. Als die Not immer größer geworden war, hat das Nehmen des Nichtgegebenen mehr und mehr sich verbreitet. Als das Nehmen des Nichtgegebenen mehr und mehr sich verbreitet hatte, hat die Waffengewalt überhand genommen. Als die Waffengewalt überhand genommen hatte, ist der Totschlag weiter fortgeschritten. Als der Totschlag weiter fortgeschritten war, hat unwahre Rede um sich gegriffen. Als unwahre Rede um sich gegriffen hatte, hat das Hintertragen um sich gegriffen. Als das Hintertragen um sich gegriffen hatte, hat das Fehlverhalten auf geschlechtlichem Gebiet um sich gegriffen. Als das Fehlverhalten auf geschlechtlichem Gebiet um sich gegriffen hatte, haben zwei Dinge sich weiter entwickelt: verletzende Rede und sinnloses Gerede. Als die zwei Eigenschaften sich weiter entwickelt hatten, haben sich Begehrlichkeit und Antipathie bis Hass weiter entwickelt. Als Begehrlichkeit und Antipathie bis Hass sich weiter entwickelt hatten, ist falsche Anschauung weiter gediehen. Als falsche Anschauung weiter gediehen war, haben sich drei Dinge weiter entfaltet: die Lust am Sturz der Gesetze, verderbtes Begehren, verkehrte Gesetze. Als die drei Dinge sich weiter entfaltet hatten, haben sich diese Dinge weiter ausgebildet: nicht Vater und Mutter ehren, nicht Asketen*

*und Priester ehren, vor keinem ehrwürdigen Haupt Achtung haben. Und weil diese Dinge sich weiter ausgebildet haben, hat bei den Menschen die Lebenskraft dann abgenommen, die Schönheit dann abgenommen. Und weil ihre Lebenskraft, ihre Schönheit abgenommen hatte, wurden jenen zweihundertfünfzig Jahre dauernden Menschen hundert Jahre dauernde Nachkommen geboren.*

Jahrtausendlang waren die Wesen dem König als dem an Erfahrung „Ältesten“ des Staats blind vertrauend nachgefolgt. Wegen der guten Erfahrung, die sie unter den guten Kaisern damit gemacht hatten, fuhren sie darin auch fort, als der sittliche Glanz der Könige verblasste: Als die Könige die Diebe belohnten, da begannen sie zu stehlen; als die Könige die Diebe töteten, da töteten sie die Diebe; dadurch kamen immer mehr Untugenden in die Welt, das einst so einfache Leben wurde immer schwieriger; da die Könige kein klares Vorbild mehr boten, musste man selber nachdenken, nach „eigenem Bedünken“, und da der überweltliche Maßstab immer mehr vergessen wurde, an dem sich einst die Vorbild gebenden Könige durch Befragen der königlichen Seher gemessen hatten, beherrschten mehr und mehr die Triebe den Menschen. Der Mensch blickte nicht mehr auf einen Höheren, sondern ließ sich von Habsucht und Antipathie bis Hass lenken, wodurch das einstige Grund-Lebensklima zerstört wurde, das auch beim ersten Aufkommen von Diebstahl, Waffengewalt und weiteren Untugenden noch lange in dem altgewohnten, grundsätzlichen, nur durch zunehmende Ausnahmen gesprenkelten Wohlwollen bestanden hatte. So wurde mehr und mehr die triebhörige Anschauung ausgebildet, die zwangsläufig im Widerspruch zu den einstigen Gesetzen stand, deren überweltliche Quelle vergessen war. Dadurch kam zwangsläufig die Lust am Beseitigen der alten Gesetze zugunsten der Habsucht auf, die schließlich zum Maßstab der neuen, „modernen“ Gesetze wurde – so

entstanden falsche Gesetze. Die Erinnerung an die alten Maßstäbe konnte daher nur noch bei den Alten wohnen, die sich noch besserer Zeiten aus der Überlieferung der Väter und aus eigener längerer Erfahrung erinnern mochten und – wenn sie wach und achtsam waren – auch schon im Lauf dieses einen Lebens manchmal erfahren hatten, dass die Habsucht und die von ihr diktierten neuen „Moden“ und Gesetze auf die Dauer ins Dunkle führte, während sie noch eine Ahnung von dem Hellenen und dem dazu führenden Weg bewahrten – wenn auch verschüttet und nicht mehr voll verstanden. Das ist zu Zeiten verfallender Moral der tiefere Sinn, der etwa hinter dem vierten Gebot der Bibel steht, welches lautet: *Du sollst Vater und Mutter ehren, auf dass es dir wohlgehe und du lange lebest auf Erden.*

Aus eben diesem Grund heißt es auch in den buddhistischen Texten immer zuerst, dass man die Eltern ehren, ihnen liebend entgegenkommen solle (D 31, A V,58) und überhaupt alle an Jahren Älteren, die mehr erfahren haben als der Jüngere. (S 7,5) Wegen der bei ihnen bewahrten größeren Erfahrung geht es durch alle Kulturräume: *Vor einem grauen Haupt sollst du aufstehen und die Alten ehren. (3.Mose 19,32)* oder: *Die Ältesten, die wohlverstehn, die halte man zwiefach Ehre wert, sonderlich die da arbeiten im Wort und in der Lehre. (1.Timoth. V,17)*

So sagt auch der Buddha, dass ein Staat lange bestehen werde, in dem man die Bejahrten im Land als solche achte, ehre und auf ihren Rat etwas gebe; und ebenso sei ein inneres Wachstum der Mönche zu erwarten, wenn sie die Väter des Ordens verehrten und achteten (D 16 I). Nicht das Alter als solches ist der Grund für den Rat, die Alten zu ehren – man kann auch „nach Ochsenart“ altern (Dh 152) – sondern die Erfahrung; aber da zu Zeiten sinkender Moral die Alten zum einen allgemein der früheren Moral näherstehen und zum anderen einfach während einer längeren Zeitspanne selber Erfahrung in diesem Leben sammeln konnten, wird es nicht dem Gutdünken eines noch Unerfahrenen überlassen, bevor er die

Älteren gehört und ihren Rat nachfolgend geprüft hat, darüber zu richten, ob ein Älterer nun ein Erfahrener und daher zu ehren sei, oder ob er „auf Ochsenart“ gealtert und daher nicht zu ehren sei. Um so mehr aber sind diejenigen zu achten, die nicht nur an Jahren, sondern an Reife und Einsicht älter sind – die Lehrer:

*Wer dir die Wahrheit auferschlossen,  
wie Gott den Götterkönig ehr' man diesen:  
so dass verehrt, er heiter ihm geneigt sei,  
erfahren tief die Satzung aufzuweisen. (Sn 316)*

Den Menschen aber, von denen hier in D 26 berichtet wird, ging nach dem Verlust des überweltlichen Maßstabs – weil die Könige weder selber Weise waren noch die Weisen befragten – und nach dem Verlust der Vorbildwirkung des Herrschers und nach dem Verlust der alten Gesetze unter der sich unmerklich ausbreitenden Macht der Triebe und der falschen triebhörigen Anschauung nun auch dieser letzte schwache Hort emporhebender Anschauung – die Erinnerung und Erfahrung der Älteren und Erfahrenen – verloren: Einmal weil Habsucht und Antipathie bis Hass und die durch sie regierte falsche Anschauung die Oberhand gewannen und von anfangs missbilligten, später geduldeten Ausnahmen zum Gesetz wurden, so dass die alte Erfahrung immer weniger galt, zum anderen weil die Menschen ja nun selber die traurige Erfahrung gemacht hatten, dass Vertrauen auf Vorbilder und auf seitherige Erfahrungen auch bitter enttäuscht werden kann – beginnend mit dem Jammer der ersten Diebe, die statt der aus seitheriger Erfahrung erhofften Hilfe Schande und Tod erleiden mussten. Darum begann man nun, im Vertrauen hart enttäuscht und von Habsucht, Antipathie bis Hass geblendet, die zu missachten, denen man bisher vertraut hatte: die Älteren und Erfahrenen.

Von den Menschen, die auf diesem Stand angelangt waren, wird gesagt, dass sie nur noch hundert Jahre alt werden. Daran sehen wir, dass etwa dieser moralische Stand dem unsrigen

entspricht. Zu unserer Zeit werden die Menschen bis etwa hundert Jahre alt. Auch schon zu Zeiten des Erwachten und zur Zeit Christi Geburt, also vor zweitausend bis zweitausendfünfhundert Jahren wurden die Menschen im Allgemeinen nur noch höchstens etwa hundert Jahre alt, wenn auch zu Zeiten des Erwachten noch vereinzelt von Hundertzwanzigjährigen die Rede ist und auch heute einzelne Menschen ein ähnliches Alter erreichen. Wir sehen, welche großen Zeiträume der Erwachte mit diesen Schilderungen umfasst und dass die Schilderung der abwärts führenden Eigenschaften für die Masse der Menschen, nicht für ausnahmslos alle Menschen dieser Zeitepoche gleichmäßig gilt, denn wie viele Geheilte und Tugendhafte gab es zu Zeiten des Erwachten und wie viele gute Menschen, die sich um Einhaltung der Tugendregeln bemühen, gibt es auch heute noch.

Es handelt sich, wie es in der Lehrrede wörtlich heißt, um ein „zur Fülle-, zur Größe Kommen“ dieser abwärts führenden Eigenschaften, das heißt, diese Eigenschaften breiten sich immer mehr aus unter den Menschen nach Quantität und Qualität. Und jeder aufmerksame Beobachter des heutigen moralischen Standes der Menschheit muss dem zustimmen.

### Das Messerstichzeitalter

Und nun stellt der Erwachte eine Zukunftsprognose, von welcher der aufmerksame Betrachter vieles schon heute als – zumindest im Ansatz – eingetreten erkennen wird. Demnach bewegt sich die uns derzeit von der Wahrnehmung gebotene Menschheitsepoche bereits aus dem Zeitalter der Hundertjährigen heraus in die folgende Epoche hinein:

*Es wird einst, ihr Mönche, eine Zeit sein, wo diesen Menschen zehn Jahre dauernde Nachkommen geboren werden. Bei den zehn Jahre dauernden Menschen werden fünf Jahre alte Mädchen schon mannbar geworden sein. Bei den zehn Jahre dauernden Menschen*

*wird man an Folgendem keinen Geschmack mehr finden, nämlich an Sahne, Butter, Öl, Honig, Zucker und Salz. Bei den zehn Jahre dauernden Menschen wird Wildkorn die beste Speise sein.*

*Gleichwie heutzutage ein Mus von saftigem Reis als beste Speise gilt, ebenso nun auch wird bei den zehn Jahre dauernden Menschen Wildkorn die beste Speise sein. Bei den zehn Jahre dauernden Menschen werden die zehn heilsamen Wirkensfährtten ganz und gar verschüttet sein, die zehn unheilsamen Wirkensfährtten außerordentlich gepflegt. Bei den zehn Jahre dauernden Menschen wird der Begriff „heilsam“ überhaupt nicht bekannt sein, geschweige denn ein heilsam Wirkender.*

*Bei den zehn Jahre dauernden Menschen werden solche, die nicht Vater und Mutter ehren, nicht Asketen und Priester ehren, vor keinem ehrwürdigen Haupt Achtung haben, darum gelobt und gepriesen werden.*

*Gleichwie etwa heutzutage, wer Vater und Mutter ehrt, Asketen und Priester ehrt, vor einem ehrwürdigen Haupt Achtung hat, darum gelobt und gepriesen wird, ebenso nun auch werden bei den zehn Jahre dauernden Menschen nicht mehr solche Begriffe gelten, wie Mutter oder wie Tante, wie Vater oder wie Base oder wie Schwägerin, wie Gattin des Lehrers oder wie Frau des Vorgesetzten: durcheinander wird das Volk sich mischen wie Ziegen und Schafe, Hühner und Schweine, Hunde und Schakale.*

*Bei den zehn Jahre dauernden Menschen wird unter den Leuten dort einer dem anderen mit heftigem Anstoß begegnen, mit heftigem Hass, mit heftiger Bosheit, mit heftiger Mordlust: so die Mutter dem Kind wie das Kind der Mutter, so der Vater dem Sohn wie der Sohn dem Vater, so der Bruder der Schwester wie*



*die Schwester dem Bruder, wird einer dem anderen mit heftigem Anstoß begegnen, mit heftigem Hass, mit heftiger Bosheit, mit heftiger Mordlust.*

*Gleichwie etwa, wenn der Wildsteller Wild erblickt hat, ihn ein heftiger Anstoß ankommt, heftiger Hass, heftige Bosheit, heftige Mordlust: ebenso nun auch wird bei den zehn Jahre dauernden Menschen dann einer dem anderen gegenüber heftigen Anstoß empfinden, heftigen Hass, heftige Bosheit, heftige Mordlust.*

*Bei den zehn Jahre dauernden Menschen wird eine Woche lang das Messerstichzeitalter eintreten. Sie werden sich gegenseitig wie wilde Tiere anfallen, in ihren Händen werden scharfe Waffen blitzen; scharf bewaffnet werden sie: „Da! ein Tier! Da! ein Tier!“ schreien und sich gegenseitig umbringen.*

*Die Zehnjährigen sind mit fünf Jahren mannbar –* heißt es. Heute sind die Mädchen schon mit zwölf bis vierzehn Jahren geschlechtsreif, und es gibt auch in unserem Land bereits zwölfjährige Mütter. Die zehn *unheilsamen Wirkensfäherten* sind bei ihnen nicht nur „eingerissen“, sondern werden positiv bewertet, das heißt, sind nun ganz und gar üblich und anerkannte Mode geworden. Es sind die vorher genannten zehn heilshindernden Eigenschaften, die sich nach und nach entwickelt haben: Diebstahl, Töten, trügerische Rede, Hintertragen, Fehlverhalten auf geschlechtlichem Gebiet, verletzende Rede, sinnloses Gerede, verdorbene Begehrlichkeit, Antipathie bis Hass, falsche Anschauung. Wer diese Reihe überblickt, der wird sehen, dass mehrere, ja, die meisten dieser Wirkensweisen sich bis heute schon weit aus dem Bereich der negativ bewerteten Verhaltensweisen und Gesinnungen heraus in Richtung auf den Bereich der positiv gepflegten Werte hin entwickelt haben. Diese Entwicklung schreitet um so weiter fort, als das Wissen und Ahnen darum verloren geht, was heilsam ist und was nicht. In der Endstufe der Abwärtsentwick-

lung – bei den Menschen mit zehnjähriger Lebensdauer – ist der Begriff „heilsam“ – der heute schon weithin als altmodisch und „betulich“ gilt – gar nicht mehr bekannt. „Heilsam“ ist zu unterscheiden von „wohltuend“. Es ist zweierlei: ob man das vordergründig Wohltuende, Befriedigende ins Auge fasst oder das Heilsame. Das Heilsame ist das, was auf längere Dauer – letztlich sogar für immer – zum Wohltuenden führt, also – auf die innerweltliche Entwicklung hin gesehen – sittliche Verbesserung, dem anderen Wohltun usw.

Je egoistischer einer ist, um so mehr kostet es ihn Anstrengung, Wohlwollen und Mitempfinden zu entwickeln; aber es wird heilsam genannt, weil daraus für unnennbare Zeiten Wohlsein hervorgeht. Unmittelbar ist einem dabei wohler, und nach dem Tod wird übermenschliches Dasein in geistigen Welten („Himmeln“) erfahren. Das Ahnen geschweige Wissen von dieser Gesetzmäßigkeit – dem Karmagesetz – ist heute schon weitgehend verloren, „heilsam“ für die wohl meisten Menschen eine leere Formel geworden und bei vielen sogar durch „Lustgewinn“ als höchstem Wert verdrängt. So reichen die Spitzen der vom Erwachten geschilderten Abwärtsentwicklung von den Hundertjährigen auf die Zehnjährigen hin schon deutlich in unsere Gegenwart hinein. Man denke etwa an manche Erscheinungen bei der heutigen Kindererziehung oder an die bis zur Forderung mancher Psychologen nach „Freigabe“ des Geschlechtsverkehrs zwischen Eltern und Kindern reichende „Sexwelle“ und vieles andere. Werden erst alle zehn unheilsamen Wirkensweisen gepflegt und sogar gepriesen, dann ist der Tiefpunkt erreicht:

Rückbesinnung, die wieder  
zur Aufwärtsentwicklung führt

Bei den zehnjährigen Menschen sind vier Eigenschaften, die heute schon im Zunehmen sind: Aggression, Hass, Bosheit und Mordlust. Wie es heute schon bei manchen Menschen in jenen unglücklichen Ländern mit permanentem verworrenem

Bürgerkrieg zu beobachten ist, so fiebern sie, sich gegenseitig umzubringen – wie ein Wildsteller fiebert im Jagdeifer – eine ganze lange Woche hindurch:

*Es wird nun aber, ihr Mönche, einigen der Leute dort so zumute werden: „Möge uns nichts geschehen, und auch wir wollen anderen nichts tun. Wie wenn wir nun ein Versteck aufsuchten, auf Wiesen oder in Wäldern, wenn wir in Bäume kröchen oder in verborgene Bachmulden oder nach den Schluchten der Berge hinzögen und von wilden Wurzeln und Früchten unser Leben fristeten?“*

*So werden sie ein Versteck aufsuchen, auf Wiesen oder in Wäldern, oder in Bäume kriechen oder in verborgene Bachmulden oder nach den Schluchten der Berge hinziehen und eine Woche lang von wilden Wurzeln und Früchten ihr Leben fristen.*

*Dann werden sie nach Verlauf dieser Woche aus den Verstecken hervorkommen, einer den anderen umarmen, im Chor frohlocken, werden auffauchen: „Ach, du Guter, dass du nur lebst, ach, du Guter, dass du nur lebst!“*

*Da nun wird diesen Menschen der Gedanke kommen: „Weil wir uns unheilsamen Dingen hingegeben haben, haben wir einen so großen Verlust an Verwandten erlitten. Wie wenn wir nun heilsam wirkten? Was können wir Heilsames tun? Wie etwa wenn wir Lebendiges umzubringen vermeiden, diesem guten Leitsatz treu bleiben?“*

*So werden sie Lebendiges umzubringen vermeiden, werden diesem guten Leitsatz treu bleiben. Weil sie heilsam wirken werden, wird bei ihnen die Lebenskraft zunehmen, die Schönheit zunehmen. Und weil ihre Lebenskraft, ihre Schönheit zunehmen wird, wer-*

*den diesen zehn Jahre dauernden Menschen zwanzig Jahre dauernde Nachkommen geboren werden.*

Wenn das Elend im Menschentum zum Äußersten gekommen ist, einer des anderen Mörder wird, keiner vor dem anderen sicher ist, da es keine Familien- oder Freundschaftsbande mehr gibt, da werden einige Wesen so ängstlich, dass sie in die Einsamkeit fliehen. Dort kommen sie zur Besinnung, gehen in sich.

In den Jahrtausenden der Abwärtsentwicklung sind die Menschen der Sucht nach den äußerlich lockenden Dingen gefolgt, aber im Unterbewusstsein meldete sich bei allem vordergründigen Dichten und Trachten eine selbstkritische Begleitstimme, ein Wissen: „Es wird immer schlimmer mit uns.“ Diese Stimme hatte nicht die Kraft, die Lebensführung der Menschen zu beeinflussen. Sie wurde beeinflusst von den Verlockungen, von Habsucht, von Antipathie bis Hass und Wut – von den Trieben.

Aber nun in der Einsamkeit, fern aller sinnlich lockenden Dinge und in Todesangst angesichts des handgreiflichen, unmittelbar lebensbedrohenden „Anschauungsunterrichts“, wohin das hemmungslose Ausleben führt, da kommt diese Stimme zum Tragen und bewirkt den Umschlag. Und da es bereits zum Äußersten gekommen war – dass sinnlos einer den anderen tötete – da bewirkte bereits der erste Schritt der Umkehr – überhaupt nicht mehr töten – eine deutlich erfahrbare, relativ gewaltige Verbesserung. Es lässt sich, von „außen“ betrachtet, denken, dass der Wegfall der ständigen Todesfurcht, des dauernden Auf-der-Hut- und Auf-der-Flucht-Seins der Wesen, der dauernden körperlichen und seelischen Überforderung der Menschen alsbald auch eine deutlich merkbare Verlängerung der Lebensdauer – auf durchschnittlich zwanzig Jahre – bescherte, welche die Aufmerksamkeit auf die Beobachtung des Heilsamen zwangsläufig geradezu hinriß.

*Da werden denn, ihr Mönche, die Leute dort ferner gedenken: „Weil wir heilsame Dinge eingehalten haben, haben wir an Lebenskraft zugenommen, an Schönheit zugenommen; wie wenn wir nun immer noch mehr heilsam zu wirken suchten?“*

*Wie etwa wenn wir Nichtgegebenes zu nehmen verschmähten, dem Fehlverhalten auf geschlechtlichem Gebiet uns entwöhnten, der unwahren Rede uns entwöhnten, keine verletzenden Worte gebrauchten, von sinnlosem Gerede uns fernhielten, uns von Begehrlichkeit, Antipathie bis Hass, falscher Anschauung freimachten, drei Dinge hinter uns ließen: Lust am Sturz der Gesetze, verderbtes Begehren, verkehrte Gesetze?*

*Wie nun, wenn wir Vater und Mutter ehrten, Asketen und Priester ehrten, vor einem ehrwürdigen Haupt uns beugten, solchen heilsamen Wandel pflegten?“*

*Weil sie diese heilsamen Dinge einhalten werden, wird bei ihnen die Lebenskraft dann zunehmen, wird die Schönheit dann zunehmen. Und weil ihre Lebenskraft zunehmen, ihre Schönheit zunehmen wird, werden diesen zwanzig Jahre dauernden Menschen vierzig Jahre dauernde Nachkommen geboren werden; den vierzig Jahre dauernden Menschen achtzig Jahre dauernde Nachkommen usw. – bis zu den vierzigtausend Jahre dauernden Menschen mit achtzigtausend Jahren dauernden Nachkommen.*

*Bei den achtzigtausend Jahre dauernden Menschen werden fünfhundert Jahre alte Mädchen mannbar geworden sein. Bei den achtzigtausend Jahre dauernden Menschen wird es drei Bedrückungen geben: Wünsche, Hunger, Greisentum.*

Diese wiederum zwangsläufige Aufwärtsentwicklung bringt deshalb so große Früchte, weil sie bewusst und planmäßig

geschieht. In den Abstieg waren die Menschen sozusagen „hineingeschlittert“ – anfangs aus blindem Vertrauen die Könige nachahmend. So waren – zunächst mehr oder minder als Ausnahmen – mehrere Untugenden eingerissen, bis erst auf einer sehr viel späteren Stufe das Üble regelrecht zum „falschen Gesetz“ (*micchā dhamma*) wurde. Bei der aufsteigenden Entwicklung üben die Menschen von Anfang an auf Grund der entsetzlichen Lehre, die ihnen das „Messerstichzeitalter“ erteilt hat, planmäßig und um der daraus sich ergebenden guten Folgen willen die heilsamen Dinge, und deshalb *trägt die Tugend so hoch hinauf (Thag 615)* bis zu einer Lebensdauer von achtzigtausend Jahren. Für unsere Maßstäbe ist das wahrhaftig ein goldenes Zeitalter, in dem die Menschen achtzigtausend Jahre alt werden, mit fünfhundert Jahren schon in voller Kraft stehen und nur drei allgemeine Übel kennen – Wünsche, Hunger, Alter. Damit unterscheiden sie sich von sinnlichen Göttern nur noch durch die gröbere Körperart und dadurch, dass bei den sinnlichen Göttern auch das Übel des Hungers und des Alterns fortfällt.

*Bei den achtzigtausend Jahre dauernden Menschen, ihr Mönche, wird dieses indische Festland mächtig emporgediehen sein. Zahlreich wie Hennen werden die Dörfer, Märkte und königlichen Städte sein. Bei den achtzigtausend Jahre dauernden Menschen wird dieses indische Festland ohne kahle Stelle, sozusagen dicht voll Menschen sein, gleichwie etwa ein Dickicht von Schilf oder ein Dickicht von Rohr.*

Wir Heutigen, die wir eine Welt fast ohne *mettā*, voller großer Bedürfnisse und Gegenwendung erleben, würden das „Überbevölkerung“ nennen, und „Überbevölkerung“ ist für uns ein Alptraum. Aber diese Menschen, bei denen es nur noch Wünsche, Hunger, Greisentum, aber nicht mehr Habsucht und Antipathie bis Hass gibt – und das heißt, dass ihr normales Le-

bensklima in der Begegnung mit Menschen *mettā* ist, stören sich nicht nur gegenseitig nicht: ihr Grundbezug zueinander ist Wohlwollen, Liebe; für sie ist nicht nur in der Theorie, sondern vom Gemüt her *Geben seliger denn Nehmen*, und so haben sie um so mehr Freude, je mehr Menschen da sind. Wenn bei uns immer mehr Menschen zur Tür hereinkommen, dann sagen wir auf Grund unserer Gewöhnung des Sich-Abkapselns und Sich-Behauptenwollens: „Wie schrecklich, es wird immer voller.“ Wenn aber die Wesen innerlich hell sind, wie jene Achtzigtausendjährigen, dann sagen sie auf Grund ihrer Offenheit und Liebe füreinander: „Wie herrlich, es wird immer heller, es kommen noch immer mehr Freundliche.“ Zu solchen Zeiten ist ein Abglanz des Himmlischen auf Erden, aber auf Grund einer Ausbildung, Erhellung und Erweiterung des Gemüts, die hier auf Erden stattfindet, wie es jene Menschen mit achtzigtausendjähriger Lebensdauer vorlebten und wie es der Erwachte in A II,37 einem seiner großen Mönche erläutert:

*Du magst nun denken, Sāriputto, dass jene Gottheiten ( – die dem Erwachten gerade erschienen waren –) ihr Gemüt wohl in der dortigen Welt derart ausgebildet hatten, dass sie in Gruppen von zehn, zwanzig, dreißig, vierzig, fünfzig und sechzig auf einem Fleck zu stehen vermögen, der bloß so groß ist wie der Stich einer Nadelspitze, ohne einander zu belästigen. Doch so ist das nicht zu verstehen: Hier nämlich, in dieser Welt, Sāriputto, haben jene Gottheiten ihr Gemüt derart ausgebildet, dass sie in Gruppen von zehn, zwanzig, dreißig, vierzig, fünfzig und sechzig auf einem Fleck zu stehen vermögen, der bloß so groß ist wie der Stich einer Nadelspitze, ohne einander zu belästigen. Darum, Sāriputto, sei euer Streben: „Mit gestillten Sinnesdrängen wollen wir verweilen, sanften Gemüts.“ Danach, Sāriputto, sollt ihr streben! Denn wenn ihr, Sāriputto, mit gestillten Sinnesdrängen verweilt, sanften Gemüts, so werden eben eure Taten sanft sein, eure Gedanken sanft sein.*

Bis an diese Ebene der Gemütsbildung trägt die bewusste Pflege des Heilsamen die Menschen hinauf, solange sie der Lehren eingedenk sind, welche ihnen der Tiefpunkt der Menschheitsgeschichte, das „Messerstichzeitalter“ erteilt hat: dass alles innerweltliche Leiden vom Abfall von den heilsamen Dingen, alles innerweltliche Wohl von der Pflege der heilsamen Dinge kommt.

### Heilendes Wirken und seine Früchte

*Bei den achtzigtausend Jahre dauernden Menschen, ihr Mönche, werden auf diesem indischen Festland vierundachtzigtausend Städte bestehen mit Ketumatī als erster. Bei den achtzigtausend Jahre dauernden Menschen wird in Ketumatī, der Königsburg, ein Herrscher erstehen, Reinhold genannt; der wird Kaiser werden, ein gerechter und wahrer Herrscher, ein Sieger bis zur Meeresgrenze, der seinem Reich Sicherheit schafft, mit sieben Juwelen begabt ist. Das aber werden seine sieben Juwelen sein: das Radjuwel, der beste Elefant, das beste Ross, der beste Edelstein, die beste Frau, der beste Bürger und siebentens der beste Staatsmann. Und er wird über tausend Söhne haben, tapfer, heldenhaft, Zerstörer der feindlichen Heere. Dann wird er diese Erde bis zum Ozean hin, ohne Stock und ohne Stahl mit dem Karmagesetz als Grundlage beherrschen.*

*Bei den achtzigtausend Jahre dauernden Menschen, ihr Mönche, wird ein Erhabener in der Welt erscheinen, Metteyyo geheißen, als der Geheilte, vollkommen Erwachte, der Wissens- und Wandelsbewährte, der Willkommene, der Welt Kenner, der unvergleichliche Lenker der Anleitung suchenden Menschen, der Meister der Götter und Menschen, der Erwachte,*



*der Erhabene, gleichwie jetzt ich in der Welt erschienen bin als der Geheilte, vollkommen Erwachte, der in Wissen und Wandel Vollkommene, der Willkommene, der Welt Kenner, der unvergleichliche Lenker der Anleitung suchenden Menschen, der Meister der Götter und Menschen, der Erwachte, der Erhabene.*

*Zeigen wird er diese Welt mit ihren Göttern, mit ihren üblen und ihren reinen Geistern, mit ihrer Schar von Priestern und Asketen, Göttern und Menschen, nachdem er sie selbst verstanden und durchdrungen haben wird, gleichwie jetzt ich diese Welt zeige mit ihren Göttern, ihren üblen und reinen Geistern, mit ihrer Schar von Priestern und Asketen, Göttern und Menschen, nachdem ich sie selbst verstanden und durchdrungen habe.*

*Er wird die Lehre verkünden, die nach Inhalt und Aussageweise schon von Anfang an hilfreich zum Guten führt und mit ihrer letzten Aussage ganz hinführt zum Heilsstand. Er wird den vollständig abgeschlossenen, lautereren Reinheitswandel in der Welt einführen, gleichwie jetzt ich die Lehre verkünde, die nach Inhalt und Aussageweise schon von Anfang an hilfreich zum Guten führt und mit ihrer letzten Aussage ganz hinführt zum Heilsstand. Er wird eine Mönchschar von einigen Tausenden als Lenker betreuen, so wie ich jetzt eine Mönchsschar von einigen Hunderten als Lenker betreue.*

*Dann aber wird der „Reinhold“ genannte König die Säule, die einst der große Weitberühmte als Herrscher hatte errichten lassen, wieder aufstellen lassen, an der Säule sein Lager aufschlagen, wird sodann dem Thron entsagen, Asketen und Priestern, Armen und Elenden, Bettlern und Bittenden Gaben austeilen und bei Metteyyo, dem Erhabenen, dem Geheilten, vollkommen*

*Erwachen, mit geschorenem Haar und Bart, in fahle Gewänder gehüllt, aus dem Haus in die Hauslosigkeit ziehen.*

*So Pilger geworden, einsam, abgesondert, unermüdetlich, in heißem, großem Ernst verweilend, wird er gar bald, was Söhne aus gutem Haus fort in die Hauslosigkeit lockt, jenes höchste Ziel des Asketentums noch bei Lebzeiten sich offenbar gemacht, verwirklicht und errungen haben.*

Hier berichtet nun der Erwachte in seinem Ausblick auf die Entwicklung der nächsten „Aufwärtsphase“, dass gerade auf dem Höhepunkt der menschlichen Moral und Lebensdauer der Buddha *Metteyya* erscheinen wird, von dem gesagt wird, dass er nicht nur, wie der Buddha *Gotamo*, mehrere hundert, sondern mehrere tausend Mönche haben wird, die aus dem Traum des Auf und Ab heraustreten, wach und heil werden, und dass unter ihnen der Weltkaiser sein wird, das leuchtende, anerkannte Vorbild für die Menschen in der Welt, so dass der Weckruf so stark verdeutlicht wird wie nie sonst im endlosen Auf und Ab – von allen „goldenen Zeitaltern“ gewiss das goldenste. Und dennoch, sagt der Erwachte, werden es selbst in diesem goldensten Zeitalter der Menschheitsentwicklung unter den günstigsten Bedingungen von den riesigen Menschenscharen, die dann die vierundachtzigtausend Städte und die Dörfer Indiens dicht an dicht in Eintracht bevölkern, nur einige Tausend sein, die den Weckruf des Erwachten vernehmen und – dem Vorbild des Kaisers folgend – die mühselige, endlose Fußwanderung durch die Berge und Niederungen des Fiebertraumlandes beenden, nach der Anleitung des Erwachten das Fieber von Anziehung, Abstoßung und Blendung heilen und wach und heil werden.

Die vielen, vielen Millionen anderen werden selbst unter diesen einmalig günstigen Bedingungen zur Heilung des Fiebers über dem Blenden der Erscheinungen den Weckruf nicht

vernehmen oder nicht verstehen und deshalb nur den Traum noch eine Zeitlang weiter verschönen und genießen, dann aber, den äußeren Verlockungen folgend, langsam abwärts sinken – und wieder aufwärts steigen in unendlicher Wiederholung des Weltwahn-Rundlaufs, den selbst das Verglühen eines Sonnensystems auf die Dauer nicht aufhalten kann, da von den während solcher Entwicklungsphasen zu geistförmig-leuchtendem Dasein aufgestiegenen Wesen diejenigen, welche der Menschenart nächststehen, alsbald wieder absinken auf neu in der Wahrnehmung auftauchende erkaltende Gestirne – wie dereinst die Menschen auf die Erde herabgesunken waren.

In der Begegnungsebene von der untersten Hölle bis zur brahmischen Welt ist es ein feststehendes Gesetz, dass bei wohlwollender Begegnung Ordnung, Frieden, Helligkeit gesichert sind. Wenn der Genuss zunimmt, nimmt das Wohlwollen ab bis zur äußersten Feindschaft. Das ist das Gesetz, nach dem die Auf- und Abwärtsentwicklung des Wahntraums vor sich geht – der Kreislauf der Blinden.

Diese Entwicklung zeigt, dass man aus dem Kreislauf des Auf und Ab, in dem einer den anderen nachahmt, nicht herauskommen kann. Selbst wenn man – wie der Kaiserkönig – dem himmlischen Radjuwel folgt, also lebenslänglich das Zeichen der Gottheiten der Begegnungsebene bei sich hat mit der Vertrauensstärkung: „Der Himmel ist bei mir bei jeder Gerichtssitzung, bei jeder Handlung“, so ist damit nichts endgültig Sicheres, Bleibendes gewonnen – denn auch das ist nur ein Kreislauf der Blinden im gewirkten Erlebenstraum, weil auch die reinsten Geistwesen dem Gesetz der Bedingtheit des Wirkens, des Auf und Ab unterliegen, auch wenn sie in solchem Glanz leben und eine so unvorstellbar lange Lebensdauer haben, dass sie sich für ewig halten. Der Erwachte selber berichtet von sich, dass er in früheren Zeiten mehrfach ein solcher Kaiserkönig gewesen war wie diejenigen, von welchen unsere Lehrrede berichtet, und dass er im Haus lebend (D 17) und in der Hauslosigkeit (M 83) die vier Strahlungen geübt und anschließend als der „Große Brahma“ in die Brahmawelt

gelangt sei, so dass er damit wiederholt den Gipfel des Menschentums und den Gipfel der die anderen Wesen überblickenden Gottheiten – den Gipfel aller Daseinsträume – erreicht hat. Und er sagt:

*Und doch hat dieser gesegnete Wandel nicht zur Abkehr, nicht zur Wendung, nicht zur Auflösung, nicht zur Aufhebung, nicht zur Durchschauung, nicht zur Erwachung, nicht zur Erlöschung geführt, sondern nur zur Einkehr in brahmische Welt (M 83),*

aus der auch er wieder absank, bis er als Mensch durch seine ungeheuren Kampfeskraften den Weg zur Erwachung aus dem Fiebertraum der Existenz fand.

Der Überblick über den unheimlich zwangsläufigen Ablauf des Entwicklungsgetriebes endet in einer dreifachen Erkenntnis:

Zum ersten: Wer diese Entwicklung mit all der Vielfalt ihres Auf und Ab überschaut, der wird vom „Außen“ zurückverwiesen auf das „Innen“, auf die formgestaltende Kraft der hinter dem Wirken der Menschen stehenden Tugend oder Untugend. Sie allein bestimmt über das Aufwärts oder Abwärts der Entwicklung, über Wohl und Wehe der Menschheit.

Zum zweiten: Je mehr dieses „himmlische Gesetz“, das Gesetz von Saat und Ernte des Wirkens vergessen wird, um so dunkler und notvoller wird das Erleben der Menschen, je mehr es gesehen und beachtet wird, um so heller wird das Erleben in der Menschenwelt. Auch wer daher nichts weiter anstrebt, als in der Welt Helligkeit, Wärme und Fülle zu erleben, der hat keinen anderen Weg, als die Aufmerksamkeit von außen nach innen, auf sein Denken, Reden und Handeln, auf seine Gesinnung, auf sein Herz zu lenken und sein Herz zu läutern, damit sein Erleben hell werde. Das ist das, was alle Religionen lehren.

Zum dritten: Aber auch die Kenntnis und Beachtung des Gesetzes von Saat und Ernte des Wirkens und seine Beachtung durch Tugendläuterung der Wesen führt – selbst unter selten extrem günstigen Bedingungen – für sich allein nicht aus dem

endlosen Kreislauf der Auf- und Abwärtswellen des Existenztraums heraus. Es gibt keine kontinuierliche Aufwärtsentwicklung, keinen ständig nach oben führenden „göttlichen Heilsplan“: Die Lebenskraft der Menschen mag zeitweilig für achtzigtausend Jahre ausreichen, im unausweichlichen genussbedingten Absinken sinkt sie bis auf zehn Jahre – und ob achtzigtausend oder zehn Jahre: sie ist immer beschränkt, endet immer in Alter und Tod – auch bei den Achtzigtausendjährigen. Die Schönheit der Menschen mag zeitweilig allgemein strahlend und einheitlich sein – aber in unausweichlichem genussbedingtem Absinken, mit dem Zerfall der *mettā*, zerfällt sie in Schönheit und Hässlichkeit bis zu den hassverzerrten Zügen der Zehnjährigen. Und ob schön oder hässlich, alle Menschenschönheit ist immer beschränkt, endet immer in Alter und Tod – auch bei den Achtzigtausendjährigen.

Alles Wohl der Menschen ist immer wieder durch Wünsche und Hunger und Alter unterbrochen, und gerade das Genießen des Wohls führt zur Abwärtsentwicklung in Not und Mangel bis zum Messerstichzeitalter der Zehnjährigen. Und ob zehnjährig oder achtzigtausendjährig – alles Wohl ist immer beschränkt, endet immer in Altern und Tod.

Aller genossene Reichtum – selbst der Besitz der sieben Juwelen eines Kaiserkönigs, der an den Güterbesitz sinnlicher Himmel heranreicht – wandelt sich in Armut und bitterste Not. Und ob großer oder kleiner Besitz: aller Menschenbesitz ist immer beschränkt, geht spätestens im Tod verloren – auch bei den Achtzigtausendjährigen.

Alle Menschenmacht, selbst die vom Himmel unterstützte Macht eines Kaiserkönigs, kehrt sich im unausweichlichen genussbedingten Absinken in Ohnmacht bis hin zum jämmerlichen Verfolgten im Messerstichzeitalter. Und ob Kaisermacht oder kleine Macht – sie ist immer beschränkt, hilft nicht gegen Wünsche, Hunger, Alter, Tod, dem auch die Achtzigtausendjährigen ausgeliefert sind.

So ist alles Verdienst, das auch unter günstigsten Bedingungen durch Beachtung des Gesetzes der innerweltlichen

Entwicklung – durch karmisch gutes tugendhaftes Wirken – zu erlangen ist, beschränktes, in sich hinfalliges Verdienst. Und sein Genuss führt zwangsläufig zum Absinken in Not und Elend. Diese beschränkte Art, „Verdienst zu wirken“, führt also – auf lange Sicht gesehen, zu keinerlei Veränderung, sondern hält nur den Kreislauf des Auf und Ab der Menschheitsentwicklung in Gang.

Nun erst, vor dem Hintergrund dieses Überblicks, der enthüllt hat, dass alles – auch das verdienstvolle – Wirken auf dem innerweltlichen Gebiet kein Licht in die Finsternis des Leidenskreislaufs bringt, keine Zuflucht bietet, dass das innerweltliche Wirken nicht das *väterliche Gebiet*, sondern die Fremde, des Todes Gebiet ist – nun erst wird die Mahnung des Erwachten in unserer Lehrrede (D 26) verständlich:

*Selber die Leuchte, ihr Mönche, sollt ihr sein, selber die Zuflucht, ohne andere Zuflucht, mit der Lehre als Leuchte, mit der Lehre als Zuflucht, ohne andere Zuflucht.*

Mochte für manchen Mönch, der diese Darlegung hörte, beim ersten Anhören die Mahnung *ohne andere Leuchte...ohne andere Zuflucht* vielleicht noch geklungen haben wie „Du sollst von all den anderen Leuchten und Zufluchten, die es in der Welt gibt, ablassen“, so hatte nun der Überblick über das tot-mechanische innerweltliche Entwicklungsgeschiebe den Sinn der Worte *ohne andere Leuchte, ohne andere Zuflucht* offenbar gemacht: Es gibt keine andere Leuchte und Zuflucht als die Abwendung der Aufmerksamkeit von allem „Äußeren“, von dem ganzen innerweltlichen Entwicklungsgeschiebe auf das „Innere“, auf dich selber. Nur so kann dir ein Licht aufgehen, wenn du dabei nach der Anleitung, nach der Lehre dessen vorgehst, der aus dem ganzen Fiebertraum erwacht ist und als Arzt den Weg zur Selbstbehandlung und

Selbsteilung des Fiebers von Anziehung, Abstoßung und Blendung zeigt.

Und diese Anleitung, auf dem väterlichen, dem „zeugenden“ Gebiet zu bleiben, die „Leuchte“, die „Zuflucht“ nicht außen, sondern bei sich selber zu suchen, ist wiederum so einfach und ehern, wie es nur bei einem Vollkommen Erwachten möglich ist: *Wodurch werden denn alle Dinge „erzeugt“ – durch Aufmerksamkeit (A X,58)*. Alles Unheilsame wird durch seichte Aufmerksamkeit, alles Heilsame durch rechte – auf die Herkunft gerichtete – Aufmerksamkeit erzeugt. Deshalb hat der Erwachte den Heilsschüler angeleitet, zunächst die Aufmerksamkeit auf „sich selber“ zu lenken. Wer immer wieder der Mahnung des Erwachten eingedenk ist (*sati*), dass alles innerweltliche Entwicklungsgeschiebe letztlich sinnlos ist und es darum geht, das „Licht“, die Zuflucht bei „sich selber“ zu suchen, der zieht entgegen der Gewöhnung seine Aufmerksamkeit immer wieder vom „Außen“ ab und lenkt sie immer wieder auf „sich selber“. So verstärkt er immer mehr das Eingedenksein (*sati*) an das, was er als „innen“ ansieht. Damit bereitet er Steinchen um Steinchen das notwendige breite Fundament für die Krone des Eingedenkseins, der Selbstbeobachtung vor, wodurch man wahrhaft selber zur Leuchte, selber zur Zuflucht wird – für die *satipathāna*-Übung, die erst nach einer solchen langen gewachsenen Vorbereitung gelingen kann, aber durch jedes einzelne Absehen vom „Außen“ und Achten auf „sich selber“ solide und unaufhaltsam – gleichsam „handwerklich“ vorbereitet und gebaut wird.

Die großen Früchte dieser Übung werden am Ende der Lehrrede kurz genannt, sie seien hier nur kurz referiert und besprochen:

1. *Höchste Lebenskraft* für die Dauer eines Weltzeitalters durch Einigung des Herzens (*samādhi*), die gewonnen wird aus dem Anblick der Unbeständigkeit und Leidhaftigkeit alles Daseins und der Abkehr davon, wodurch die Spannung von Verlangen und Erlangen zur Ruhe kommt, der Körper nicht abgenutzt wird.

2. *Höchste Schönheit* durch Tugend. Unter „Tugend“ wird hier nicht die äußere Erfüllung der Tugendregeln verstanden, sondern die innere einzig auf Befriedigung gerichtete Gesinnung, die *zur Vertiefung taugliche Tugend*, um die es demjenigen einzig noch geht, der sich die Reife zur Satipatthāna-Übung erwirkt hat. Selbst heute sehen wir manchmal, wie ein Gesicht – etwa das Antlitz einer Mutter – von innen her verschönt und verklärt wird durch sanfte Zuwendung – wie erst durch diese lautere, friedvolle Haltung. Die daraus erscheinende Schönheit wird in den Lehrreden immer wieder beschrieben mit den Worten:

*Heiter sind deine Züge, klar und schön dein Antlitz.*  
(S 52,9, S 22,1; M 151, A III,63)

3. *Höchstes Wohl* durch Erwerb der weltlosen Entrückungen. Der weitgespannte Überblick über die innerweltliche Entwicklung hat deutlich gemacht, dass alles Wohlgefühl, das aus den Sinnen kommt, sich gerade dadurch, dass man es genießt, in Weh, Not, Elend und Bedrängnis verwandelt, die Lebenskraft verkürzt, den Leib abnutzt, dass man auf dem Sinnengebiet in der Fremde, auf Todesgebiet ist. Darum heißt es in M 66:

*Was da Wohl und Erwünschtes den fünf Begehrungen gemäß geht, das nennt man Begierdenwohl, kotiges Wohl, gemeines Menschenwohl, unheiliges Wohl. Nicht zu pflegen, nicht zu hegen, nicht zu mehren ist es. Zu hüten hat man sich vor solchem Wohl, sage ich.*

Auf dem väterlichen Grund, auf fruchtbarem Weidegrund ist erst, wer des Todes Gebiet verlässt, *gar fern von Sinnendingen, fern von unheilsamen Dingen weilt*. Wer der Anleitung des Erwachten folgt durch beharrliche rechte Aufmerksamkeit und Eingedenksein der Mahnung, dass die Zuwendung zum Innerweltlichen nur den Fiebertraum fortsetzt und dass nur eines lohnt und auf dem geraden Weg zum Heil führt, der gewinnt immer mehr Abstand von den Sinnendingen, identifiziert sich nicht mehr mit irgendetwas Sinnlichem, sieht es als fremd, immer weniger lockend an – und immer



mehr wohnt er mit seinem Beobachten bei sich selber, *kann innen bleiben*. Wer sich auf diesem Weg in allmählichem Wachsen das Fundament schafft, von dem aus er fähig wird, jederzeit nach Wunsch planmäßig für das von ihm bestimmte Ziel der Übung sein Beobachten ausschließlich den bei ihm ablaufenden Vorgängen und Entwicklungen zuzuwenden, völlig unabgelenkt, rein beobachtend zu verbleiben gegenüber dem Körper, den Gefühlen, den Regungen, Spannungen und Entspannungen des Herzens und den nach diesen Entwicklungen allein noch als beobachtenswert verbleibenden Erscheinungen, der entfernt sich innerlich so weit von den hin und her zerrenden Sinnendingen und erfährt dadurch eine solche zunehmende Entspannung und daraus ein solches feines inneres Wohl, dass dann, wenn er einmal nicht übt, sondern einfach still bleibt, eine innere Ruhepause einlegt, dieses gewachsene innere Wohl die gesamte Aufmerksamkeit so selig-zwingend auf sich zieht, dass alles Seh-, Hör-, Riech-, Schmeck- und Tastbare völlig vergessen wird, die Triebe schweigen und nur der Friede des Herzens wahrgenommen wird.

Von diesem Wohl sagt der Erwachte (M 66):

*Das nennt man Wohl des Loslassens, Wohl der Einsamkeit, Wohl der Beruhigung, Wohl der Erwachung. Zu pflegen und zu mehren ist es. Nicht zu hüten hat man sich vor solchem Wohl, sage ich.*

4. *Höchster Reichtum* durch Erwerb der Strahlungen, der Strahlung der Liebe, des Erbarmens, der Freude, des Gleichmuts. Wer nach der Anleitung des Erwachten auf dem *väterlichen Gebiet* bleibt, nicht mehr „außen“ in der Abhängigkeit lebt, sondern sich nach innen wendet, seine ganze stille Aufmerksamkeit den inneren Vorgängen zuwendet, der sieht mehr und mehr alle Wesen als eine im Samsāra kreisende Bruderschaft von Wollenden, von denen jeder schon unzählige Male das war, was „der andere“ gerade ist, jeder schon alles „gehabt“ und wieder „verloren“ hat, was an Erscheinungen möglich ist. Vor diesem Anblick fällt alles Messen und Unterscheiden zwischen Wesen, zwischen ich und du fort. Diese

Haltung der unbeschränkten Ich-Du-Gleichheit enthüllt alle Gedanken an „für sich Habenwollen“, an „eigenes“ Besitztum als Wahn. Es wird nicht mehr gemessen nach Haben und Sein. Unbeschränkt ist der Strahlende und hat damit unversiegbare, selbstquellende Fülle.

5. *Höchste Macht* durch Triebversiegung.

Das von den Trieben geheilte Herz ist keinen Einflüssen, keiner Gewalt mehr zugänglich, ist vollkommen frei. Es wird verglichen mit einem Diamanten, dem Härtesten, das es gibt. Von einem, der auf dem vom Erwachten gezeigten geraden Weg nach dem überweltlichen Gesetz das Herz vom Fieber der Triebe geheilt hat, heißt es: *Er kann gehen, wohin er will*, er hat das Herz in der Gewalt und ist damit erlöst von dem Rad des innerweltlichen Kreisens. Das ist die höchste Macht. Selber unzerstörbar, zerstört sie das Leiden, hat Māro besiegt, den Mächtigsten und Gewaltigsten im Samsāra, die Verkörperung der Unbeständigkeit. Aber – wie es in D 19 heißt – *nicht leidig ist dieser Zustand*, sondern gerade verbunden mit der höchsten Lebenskraft, der höchsten Schönheit, dem höchsten Wohl, dem höchsten Reichtum.

*Weil man, ihr Mönche, heilsame Eigenschaften erwirbt, kann sich da solch ein Gewinn entwickeln.*

DAS GESPRÄCH MIT SINGĀLAKO  
„Längere Sammlung“ (D 31)

Diese Lehrrede enthält die umfassendste Anleitung für die praktische Lebensführung, die der Erwachte für im Haus lebende Menschen gegeben hat. Sie bespricht alle äußeren Lebensformen im Reden und Handeln. Sie ist unter den erhaltenen Darlegungen wohl die längste, welche der Erwachte überhaupt einem „Laien“ gegeben hat, d.h. einem Menschen, der in Beruf und Familie lebt. Im Gegensatz zu anderen Lehrreden geht sie aus von den vordergründigen Dingen des Alltagslebens und ist heute ebenso unumschränkt gültig wie vor 2500 Jahren. Noch heute wird sie als „*Des Hausners Regel*“ (*gihī vinayo*) auf Ceylon (Sri Lanka) hochgeschätzt.

*So hab ich's vernommen. Zu einer Zeit weilte der Erhabene bei Rājagaha im Bambuspark am Fuß des Hügels der Eichhörnchen. Um diese Zeit nun war Singā-lako, der Sohn eines Hausvaters, zu früher Stunde schon aufgestanden und vor die Stadt hinausgegangen. Mit wasserbenetztem Gewand, mit wasserbenetztem Scheitel, die Hände gefaltet emporhaltend, brachte er jeder Himmelsrichtung eine Verbeugung dar: nach Osten gewandt und nach Süden, nach Westen gewandt und nach Norden, nach unten hin und nach oben hin. Der Erhabene hatte sich in der Morgenfrühe erhoben, hatte die äußere Robe und Almosenschale genommen und war nach der Stadt um Almosenspeise aufgebrochen. Da sah der Erhabene Singalako, wie er zu so früher Stunde aufgestanden und vor die Stadt hinausgegangen war mit wasserbenetztem Gewand, mit wasserbenetztem Scheitel, wie er da die Hände gefaltet emporhaltend, jeder Himmelsrichtung eine Verbeugung darbrachte, nach Osten gewandt und nach Süden, nach Westen gewandt und nach Norden, nach*

*unten hin und nach oben hin. Bei diesem Anblick sprach der Erhabene zu Singälako, dem Bürgersohn: Warum bist du, Bürgersohn, aus der Stadt so früh hierhergekommen mit wasserbenetztem Gewand, mit wasserbenetztem Scheitel, und bringst, die Hände gefaltet emporhaltend, jeder Himmelsrichtung eine Verbeugung dar, nach Osten gewandt und nach Süden, nach Westen gewandt und nach Norden, nach unten hin und nach oben hin? – Herr, der Vater hat mir gesagt, als er starb: „Mein Sohn, verehere die Himmelsgegenden.“ Da bringe ich denn, Herr, weil ich des Vaters Wort hoch schätze und wert halte, achte und ehre, den Himmelsgegenden meine Vereherung auf diese Weise dar. –*

Wir haben hier einen jungen Menschen vor uns, der in der frühen Stille aus der Königsstadt Rājagaha auf die Felder hinausgegangen war, um das letzte Gebot seines verstorbenen Vaters zu erfüllen. Der hatte ihm den Ritus einer alten Brahmanenregel ans Herz gelegt, deren eigentlichen Sinn er wohl selbst nicht mehr kannte und den der Erwachte erst in der folgenden Darlegung wieder aufdeckt. Der Erwachte antwortet dem Jüngling:

*Nicht auf solche Art, Bürgersohn, hat man nach der Heilsanleitung den sechs Himmelsgegenden Vereherung darzubringen.*

Mit dieser Antwort lässt der Erwachte bei aller Klarheit seiner Äußerung („nicht so...“) das Gefühl des jungen Mannes für das Gute und Erhebende seines Tuns unangetastet; er sagt nicht etwa, wie der Kenner der Lehre vielleicht vermuten könnte: „Es ist zwecklos, den sechs Himmelsgegenden Vereherung darzubringen, die Himmelsrichtungen können dich nicht besser machen, nur du selber kannst dich wandeln, indem du

dein Herz läuterst.“ Der Erwachte weckt vielmehr den Wissensdrang des jungen Menschen, den Wunsch, in noch besserer Weise dem Gebot des Vaters zu folgen, und Singālako fragt nun auch:

*Wie denn, Erhabener, hat man nach der Heilsanleitung den sechs Himmelsgegenden Verehrung darzubringen? Möge mich der Erhabene belehren, wie nach der Heilsanleitung den sechs Himmelsgegenden Verehrung darzubringen sei.*

Singālako gebraucht hier schon die Anrede „*der Erhabene*“, obwohl er sich, wie das Ende der Rede zeigen wird, bis jetzt noch nicht als Anhänger dem Erwachten zugewandt hatte. Aber diese Begegnung in der Morgenstunde und die Art, wie der Erwachte von der „Heilsanleitung“ sprach - hat diesen jungen Menschen so beeindruckt, dass er den Erwachten als „*den Erhabenen*“ ansprach. -

*Der Erwachte sprach: Wenn da, Bürgersohn, der ernsthafte Nachfolger vier Arten belastenden Wirkens aufgegeben hat, er bei vier inneren Verfassungen nichts Übles wirkt, er sich nicht sechs abwärts führenden Genüssen hingibt, so hat er dadurch vierzehn Übel vermieden, hat die sechs Himmelsgegenden als Schutz, hat sich ein leidfreies Leben in dieser wie in jener Welt gesichert, und bei Versagen des Körpers, jenseits des Todes, gelangt er auf gute Lebensbahn, in himmlische Welt.*

Der Erwachte gibt hier eine Zusammenfassung dessen, was er später im Einzelnen ausführt. Diese Kurzfassung enthält für einen Menschen, der am Beginn seines Lebens steht, das er gut und recht führen möchte, gewaltige Verheißungen: dieses Erdenleben zu meistern und nach dem Tod in himmlischer

Welt wiedergeboren zu werden. Mit größter Selbstverständlichkeit spricht der Erwachte hier zu dem Bürgersohn von den jenseitigen Leben wie von den diesseitigen.

Und nun erläutert der Erwachte das Gesagte im Einzelnen:

*Welche vier Arten belastenden Wirkens hat er aufgegeben? Lebendiges umzubringen - Nichtgegebenes zu nehmen - in andere Partnerschaften einzubrechen / Minderjährige zu verführen - verleumderische Rede - sind vier Arten belastenden Wirkens, das er aufgegeben hat.*

*Lebend'ges töten, Fremdes nehmen  
und auch verleumderische Rede,  
Umgang mit Frauen anderer  
- dem stimmt ein Weiser niemals zu.*

Die Verse sind Merkverse für den Hörer, und bei jedem Abschnitt der Rede spricht der Erwachte solche Merkverse, damit der Gesprächspartner die Fülle, die ihm hier geboten wird, in rhythmischen Worten besser behalten und später verarbeiten kann.

Der Erwachte nennt hier zuerst die ersten vier der fünf Tugendregeln (*sīla*). Der Erwachte brauchte den Indern der damaligen Zeit diese Regeln nicht näher zu erläutern, sie waren ihnen gegenwärtig, und Singalako war in der Stunde der Begegnung ganz besonders aufgeschlossen. Der Erwachte führt ihn weiter zu den Wurzeln des Handelns:

*In welchen vier inneren Verfassungen wirkt man Übles? Aus Begehren wirkt man Übles, aus Hass wirkt man Übles, aus Blendung wirkt man Übles, aus Angst wirkt man Übles. Sobald aber, Bürgersohn, der ernsthafte Nachfolger eben nicht aus Begehren übel wirkt, aus Hass - aus Blendung - aus Angst übel wirkt, da*

*wirkt er in diesen vier inneren Gemütsverfassungen  
keine schlechte Handlung.*

*Aus Sinnensucht, Hass, Blendung, Angst  
- wer da das Rechte übertritt,  
der ist so bar von Helligkeit und Glanz  
gleichwie der Mond zur Neumondzeit.*

*Trotz Sinnensucht, Hass, Blendung, Angst  
- wer nicht das Rechte übertritt,  
der ist erfüllt von Helligkeit und Glanz  
gleichwie die Nacht von Vollmondlicht.*

Der Erwachte nennt hier die drei Wurzeln alles üblen Wirkens: Gier, Hass, Blendung und zusätzlich die Angst, die wie ein Schatten der Gier, dem Hass und der Blendung folgt und uns Dinge tun lässt, die wir eigentlich verabscheuen, und uns Wesen wehtun lässt, die wir nicht hassen. Die Angst - geboren aus der Gier, das Ich zu schützen und zu behaupten, und aus der Abwendung von allem, was den Interessen des Ich entgegengesetzt ist - reicht von der kleinen Furcht, sich zu blamieren, die uns Gutes unterlassen oder Schlechtes tun lässt, bis zur Flucht durch Tötung und Verletzung von Menschen, wie wir es vor allem in Kriegen erleben. Der normale Mensch ist fast immer in Gier, Hass, Blendung und Angst, aber er merkt es kaum. Erst durch die Kenntnis der Lehre und das Nachdenken über sie wird man aufmerksamer auf die eigenen Gemütszustände und gelangt so in eine bessere Verfassung der stillen Besonnenheit oder des liebenden fürsorglichen Denkens an andere, und je öfter man sich in besseren Verfassungen befindet, um so mehr bemerkt man dann die üblen Verfassungen, wenn sie wieder über einen kommen wollen.

Wenn man die üblen Verfassungen der Gier, des Hasses, der Blendung und der Angst bei sich feststellt, dann ist das kein Grund, zu resignieren oder gar zu verzweifeln, sondern

dann gilt es, ihnen nicht zu folgen, nicht aus diesen Verfassungen heraus zu handeln, sondern an sich zu halten, sich über sie zu stellen. So heißt es in einem islamischen Spruch:

*Wenn Zorn in deinem Herzen ist,  
dann soll deine Hand auf deinem Munde liegen.*

Mehr und mehr soll man lernen, sich zurückzuhalten, wenn man sich in einer solchen Verfassung vorfindet. Dann erwirbt man sich einen ganz anderen inneren Status, wird selber heller und gewährender und erfährt von seiner Umgebung Anerkennung, Achtung. Und nach dem Tod wird ein solcher entsprechend der Erhellung seines Herzens auch in helleren Daseinsformen wiedererscheinen. Aber der Erwachte als Kenner der Menschen weiß, dass es im Menschenleben Situationen gibt, in denen der normale Mensch auf die Dauer der Gier, dem Hass, der Blendung oder der Angst nicht widerstehen kann. Deshalb nennt der Erwachte nun solche Lebenssituationen - 6 Genüsse -, durch welche die Menschen besonders leicht verlockt, verführt, berauscht, aus Gier, Hass, Blendung und Angst Übles wirken und sich damit den Abweg bereiten:

- 1. Berauschende Getränke oder andere die Vernunft und Selbstkontrolle verhindernde Mittel <sup>269</sup> zu nehmen, Bürgersohn, ist ein Weg nach abwärts.*
- 2. Sich zu unrechter Zeit auf der Straße herumtreiben, Bürgersohn, ist ein Weg nach abwärts.*
- 3. Von einer Veranstaltung zur anderen ziehen, Bürgersohn, ist ein Weg nach abwärts.*
- 4. Der Spielleidenschaft sich hingeben, Bürgersohn, ist ein Weg nach abwärts.*
- 5. Schlechte Freundschaften schließen, Bürgersohn, ist ein Weg nach abwärts.*

---

<sup>269</sup> wörtlich: Getränke und Mittel, die Anlass geben zu Rausch und Leichtsin/Lässigkeit.



## 6. Müßiggang, Bürgersohn, ist ein Weg nach abwärts.

Diesen sechs gefährlichen Genüssen, die im Folgenden einzeln erklärt werden, ist gemein, dass sie eine besonnene Lebensführung mit klarer Selbstkontrolle unmöglich machen. - Das zeigt der Erwachte an den üblen Folgen jeder einzelnen mit einer zeitlosen Realistik, die uns Heutige ebenso wie den jungen Singalako spüren lässt: Hier spricht kein weltfremder Einsiedler, sondern einer, der das Leben und die Menschen kennt.

*Sechserlei Elend, Bürgersohn, bringt der Gebrauch von berauschenden Getränken oder anderen die Vernunft und Selbstkontrolle verhindernden Mitteln mit sich: merklichen Vermögensverlust, zunehmende Zänkerei, für Krankheiten anfällig werden, in üblen Ruf kommen, Scham und Scheu preisgeben, und er vernachlässigt als sechstes seine Fähigkeit zur Weisheit.*

Wenn die Kontrolle und Zügelung durch den Geist fortfällt, die Aufmerksamkeit betäubt ist, dann lebt der Berauschte um so mehr nach seinen Trieben. Um so leichter gerät er dadurch in den Interessenbereich des Nächsten hinein. Der andere, der Zechkumpan, ist oft auch noch enthemmt, und die Zänkerei hat viel schlimmere Folgen als bei nüchternen besonnenen Menschen. Als weitere Folge nennt der Erwachte, dass man für Krankheiten anfällig wird: Alkohol oder andere Rauschgifte vergiften den Körper, und das hemmungslose Leben ist anstrengender als das gezügelte Leben und zehrt die Lebenskraft schneller auf. Aber auch die Wirkung auf die Umwelt wird bedacht, weil der Mensch in ihr leben muss und von ihr beurteilt wird und sie ihn entsprechend behandelt.<sup>270</sup> So sagt der Erwachte: *Der Berauschte kommt in üblen Ruf und gibt*

---

<sup>270</sup> Vgl. die 2. und 3. Folge des Wirkens s. „Meisterung der Existenz“ S. 287ff.

*Scham und Scheu preis.* Er lässt letzte Hemmungen fallen, sagt und tut Dinge, deren er sich hernach bitter schämt. Als letzte und schlimmste Folge nennt der Erwachte die Vernachlässigung der Weisheit. Wenn einer immer wieder die Stimme seiner besseren Einsicht unterdrückt, indem er jede Selbstkontrolle unterlässt, dann bleibt selbst von den Einsichten, die er schon gewonnen hat, am Schluss nur noch das leere Wort. Und das wird dann eine lästige Schale, die unangenehm wird, die man möglichst von sich stößt, bis sie ganz vergessen ist. Schon bei gelegentlichem Trinken erfährt der Mensch, dass er einige Zeit danach keine Lust hat, ein gutes Buch zu lesen oder sich mit stillen, befreienden Gedanken zu beschäftigen. Erst recht erfahren dies solche, die an das Trinken und den Genuss von anderen Rauschmitteln gewohnt sind. Sie sind nie ganz hellwach, klar, nüchtern, Herr ihres Geistes, ihrer intellektuellen Folgerung. Sie sind weit mehr von ihren Gemütswallungen bewegt, in halbem Traum, in halber Lässigkeit. Und darum können sie solche Dinge, die einen klaren Geist mit Unterscheidungsvermögen fordern, nicht fassen, schließlich können sie es nicht einmal mehr ernstlich wollen und suchen nur noch im Rausch Vergessen. Das ist die schlimmste Folge: die Vernachlässigung des Weisheitsvermögens.

*Sechserlei Elend bringt das Sich-zu-unrechter-Zeit-auf-der-Straße-Herumtreiben mit sich: Man hat auf sich selbst nicht acht und bedacht, auf Frau und Kind nicht acht und bedacht, auf seine Habe und auf sein Wohl nicht acht und bedacht, kommt bei üblen Dingen in Verdacht, grundlose Gerüchte können sich verbreiten, und man sieht sich vielen leidigen Situationen gegenübergestellt.*

Auch hier erkennen wir die große Lebenserfahrung und Menschenkenntnis des Erwachten. *Sich zur unrechten Zeit auf der Straße herumtreiben* heißt: Zu jeder Zeit, in der man

nicht wegen seiner Geschäfte oder wegen privater Aufgaben auf der Straße sein muss. Wer ohne bestimmtes Ziel - und sei es ein besinnlicher Spaziergang - auf die Straßen der Städte geht, der tut es, „um etwas zu erleben“, um der ihm interessanten Zerstreungen willen. Er lungert und lugt nach Interessantem, und insofern hat er auf sich selbst nicht Acht und kümmert sich nicht um seine Familie, die er zu Haus lässt, während ein Mensch, der zielbewusst ein gutes Leben führen will, die meiste Zeit, die er nicht für seinen Beruf oder zum Bedenken und Lernen oder zur stillen Abgeschiedenheit braucht, sich seiner Familie widmen wird. - Wer aber aus Sensationslust sich auf den Straßen der Stadt herumtreibt, für den treffen die Fälle zu, die der Erwachte nennt: Er vergeudet sein Geld auf der Straße, ist am nächsten Morgen bei der Arbeit müde und unaufmerksam und macht Fehler. So mehrt er nicht seine Habe durch fleißige, aufmerksame Arbeit. - Er kann falsch verdächtigt werden. Mancher ist verurteilt worden, nur weil er am Ort eines Verbrechens gesehen wurde, wo er nichts zu suchen hatte. Seine Spuren und alle Indizien sprachen gegen ihn. Oder *grundlose Gerüchte können sich verbreiten*. Wie leicht heißt es: „Der ist doch um die Zeit gesehen worden, da stimmt doch etwas nicht.“ So gleitet ein solcher unmerklich-merklich abwärts, nimmt „Schaden an seiner Seele“ und am guten Ruf, weil er ohne Planung und Verantwortung verspielt und bedenkenlos nur interessante Erlebnisse aus der Umwelt einsammelt und allmählich die Aufmerksamkeit lähmt und tötet, gar nicht mehr selbstständig denkt, sondern nur auf Reize reagiert, der Gier, dem Hass, der Blendung und der Angst folgend, sich treiben lässt.

*Sechserlei Elend, Bürgersohn, bringt das Herumziehen von einer Veranstaltung zur anderen mit sich: Man fragt nur immer: „Wo wird getanzt, wo wird gesungen, wo wird Musik gemacht, wo wird vorgetragen, wo wird gefiedelt, wo wird getrommelt.“*

Hier geht es nicht um Familienfeste, Jubiläen und dergleichen, also um solche Festlichkeiten, denen ein bestimmtes Ereignis zugrundeliegt, das für die Beteiligten von Bedeutung ist, und die man besucht, um seine Liebe, Zuneigung oder Verehrung für jemanden auszudrücken. Solche Festversammlungen können oft aus sehr gutem Geist sein. Es geht hier mehr um Veranstaltungen, zu denen man ohne solchen Anlass geht, nur um - im wahrsten Sinne des Wortes - sich zu zerstreuen: Parties, Bälle, Jahrmärkte, Tanzvergnügen, wo man eben hinget, wenn man fragt: „Wo ist etwas los?“

Man erwartet hier eine Erklärung, warum das Aufsuchen von vielen Veranstaltungen schädlich sei, aber der Erwachte zeichnet einfach nur nach, wie die Wahrnehmungsorgane eines Menschen herumsausen, der auf diese Vielfalt aus ist. Da gehen die Augen und Ohren hin und her, und der Geist fragt immer nur: „Was fangen wir heute an? Wo gibt es etwas Interessantes?“ Wir sehen ja täglich die Menschen daraufhin die Anzeigen lesen, Plakate studieren oder durch die Straßen gehen und schauen, was es vor den Häusern und hinter den Häusern zu erleben gibt. Man folgt nicht der Vernunft, den Einsichten, sondern dem Abwechslungsdrang, der Neugierde, der Triebhaftigkeit. Die Folgen eines solchen Lebenswandels sind offensichtlich. Eine dieser schlimmen Folgen nennt *Knigge*:

*Wer täglich herumläuft und sich von Neuigkeiten nährt,  
der wird fremd in seinem eignen Haus;  
wer immer in Zerstreungen lebt,  
der wird fremd in seinem eignen Herzen und muss im  
Gedränge müßiger Leute seine Langeweile zu töten trachten.*

*Sechserlei Elend, Bürgersohn, bringt es mit sich, wenn  
man der Spielleidenschaft sich hingibt: wer gewinnt,  
verfeindet sich. Wer verliert, trauert dem Gehabten  
nach. Das Vermögen ist schnell vertan. Was man in  
der öffentlichen Versammlung sagt, hat kein Gewicht.*

*Freunden und Kollegen ist man verächtlich geworden. Für Hochzeit und Heirat kommt man nicht in Betracht. Ein Mensch, heißt es, der zum Spieler geworden ist, ist nicht imstande, eine Frau zu ernähren. Das ist, Bürgersohn, sechserlei Elend, das die Hingabe an die Spielleidenschaft mit sich bringt.*

Diese Schilderung des Spieler-Elends ist so frisch aus dem Leben gegriffen, dass sie auch nach zweitausendfünfhundert Jahren keiner Erklärung bedarf.

*Sechsfaches Elend, Bürgersohn, bringt der Umgang mit schlechten Freunden mit sich: Die da einen schlechten Lebenswandel führen, Spieler, Trinker, Herumtreiber, Schwindler und Raufbolde, die hat man zu Freunden, hat man zu Gefährten. Dieses sechsfache Elend bringt der Umgang mit schlechten Freunden mit sich.*

Wir haben schon an das Wort erinnert: „Sage mir, mit wem du umgehst, so will ich dir sagen, wer du bist.“ Es bedeutet, dass man durch seinen Umgang geprägt wird. Wenn man längere Zeit mit solchen Menschen umgeht, wie sie hier genannt werden, dann wird man mit der Zeit ihnen ähnlich werden, wenn man es nicht schon ist, oder man trennt sich. Man kann sich nicht auf die Dauer mit solchen Menschen freundschaftlich verbinden ohne beeinflusst zu werden. Und wer sich einem schlechten Freund anschließt, der hat bald auch dessen schlechte Freunde zu Gefährten, einer zieht den anderen nach, und schnell treibt er auf dem immer breiter werdenden Strom des Verderbens abwärts. So heißt es in Thag 265:

*Wer da bei Schiffbruch auf der See  
nach morschem Holz greift, der versinkt.  
Ganz so versinkt ein Guter oft,*

*der viel mit üblem Freund umgeht.  
Drum also lass ihn, weis ihn ab,  
den üblen Freund, den schwanken Freund.*

Über den Erwachten hingegen wird gesagt: *Er ist der anderen Lenker, unlenkbar von anderen.* Wer die Lehre gründlich kennt, der wird allmählich nicht mehr von anderen lenkbar sein, jedenfalls nicht von schlechteren, denn sobald er schlechte Vorbilder sieht, legt er den Maßstab der Lehre an und weiß, dass und warum dieses und jenes Verhalten nicht richtig ist. Damit entzieht er sich dem schlechten Einfluss der Umwelt. In dem Maß, wie der Mensch durch ein Weltbild sichere Orientierung gewinnt, kann er nicht mehr von üblen Vorbildern beeinflusst werden. Wer aber noch keine sichere innere Einstellung gewonnen hat, der richtet sich danach, was „man“ tut. Er fühlt sich nur dann wohl, wenn er in dem Strom der Mehrzahl mitschwimmt: „Was sie alle tun, das kann doch nicht gerade das Schlimmste sein.“ - So gerät man unmerklich merklich im Schlepptau der schlechten Freunde abwärts. Daher rät der Erwachte dem noch nicht gefestigten jungen Singalako, schlechte Freunde zu fliehen, nicht auf die Stimme missverständener Solidarität zu hören.

*Sechsfaches Elend, Bürgersohn, bringt Müßiggang mit sich: „Es ist zu kalt“, sagt man und unterlässt die Arbeit. „Es ist zu heiß“, sagt man und unterlässt die Arbeit. „Es ist zu spät, es ist zu früh“, sagt man und unterlässt die Arbeit. „Ich bin zu hungrig, ich habe einen zu vollen Magen“, sagt man und unterlässt die Arbeit. Indem man so allerlei Vorwände gegen seine Pflichten macht, kann man noch nicht Erworbenes nicht gewinnen. Und was man erworben hat, wird aufgebraucht. Dieses sechsfache Elend bringt der Müßiggang mit sich.*

Wo K.E.Neumann übersetzt: *...und unterlässt die Arbeit*, steht im *Pāli kammam na karoti*. Das bedeutet noch mehr als nur „Arbeit unterlassen“. Es heißt: *Das zu Wirkende unterlässt er*. Ob es nun eine Arbeit ist oder eine Pflicht gegenüber der Familie, Pflicht gegenüber den Freunden, Pflicht gegenüber sich selbst ist - er findet tausend Vorwände, sie nicht zu erfüllen, sondern seinen Tendenzen, seiner Bequemlichkeit zu folgen. Das ist lässiges Sich-Gehenlassen, durch das noch nicht Erworbenes nicht gewonnen wird und Erworbenes aufgebraucht wird.

Und nun fasst der Erwachte seine Darlegung des Elends der sechs Wege nach abwärts in unmittelbar einleuchtenden Versen zusammen:

*Der eine ist nur Trinkkumpan,  
der andre bleibt uns treu im Glück:  
Doch wer, wenn man in Nöten ist,  
noch zu uns hält, der ist ein Freund.*

*Lang schlafen, anderer Frau'n nachgehn,  
feindselig werden gleich und auch voll Hass,  
der Üblen Freund, Engherzigkeit:  
Das richtet einen Mann zugrund.*

*Wer schlechtem Freund sich zugesellt,  
geht übel vor in üblem Kreis.  
In diesem Dasein, jener Welt,  
in beiden geht er so zugrund.*

*Spiel, Weib, Wein, Sang und Tanz, bei Tag  
noch bummeln zu unrechter Zeit,  
mit schlechten Freunden umgehn, voller Geiz:  
bringt sechsfach einen zum Ruin.*

*Mit Würfeln, Trunk sich amüsieren,  
wie Tiere Frauen andrer nachgehn:  
Dem Niedern dienend, ohne hohe Ziele,  
so gehn sie unter wie der Mond  
zur Neumondzeit.*

*Ein Trinker, bettelarm, hat nichts,  
betrunken trinkt er weiter, Üblem zugeneigt.  
In Schulden stürzt er sich  
wie in das Wasser,  
ist schnell im eignen Netz gefangen.*

*Wer in den Tag zu schlafen pflegt  
und nachts umherzieht nach Genuss,  
ein Bummler ohne Maß und Ziel,  
zu eignem Hausstand kommt er nie.*

*„Es ist zu kühl“, „Es ist zu schwül“,  
„Es ist zu spät“, wenn man so sagt,  
statt das zu tun, was nötig ist,  
dann ist die Jugend schnell vertan.*

*Wer Kälte oder Hitze trägt  
so leicht wie einen Halm von Gras  
und seine Menschenpflicht erfüllt,  
der gibt sein eignes Wohl nicht auf.*

Aus dieser riesigen Zahl von zu meidenden Gebieten, die einem jungen Großstadtbewohner wie Singälako besonders naheliegen, die ihn täglich verlocken und reizen, hebt nun der Erwachte einen Bereich besonders hervor: den Bereich der Freundschaft, der bisher nur negativ eingegrenzt war: „Meide schlechte Freundschaften.“ Es werden hier nicht viel Lehren im Einzelnen gegeben, sondern es wird Singalako im Wesent-



lichen gesagt: „Sei du den Guten gesellt.“ Und es wird ihm nun gezeigt, welcher Art die guten Freunde und welcher Art die schlechten Freunde sind.

*Es sind da, Bürgersohn, viererlei unechte, falsche Scheinfreunde zu merken, die als Freunde auftreten: Der Nur-immer-Nehmer ist als ein unechter, falscher Scheinfreund zu merken, der als Freund auftritt; der aufdringliche Schwätzer ist als ein unechter, falscher Scheinfreund zu merken, der als Freund auftritt, der gefällige Jasager ist als ein unechter, falscher Scheinfreund zu merken, der als Freund auftritt; der Gefährte nach abwärts ist als ein unechter, falscher Scheinfreund zu merken, der als Freund auftritt.*

Und nun gibt der Erwachte eine feine Typologie der falschen und unechten Freunde, von denen es natürlich vielerlei verschiedene Mischtypen gibt, die aber jeder in seiner Umgebung wiedererkennt:

*Vier Fälle sind es, Bürgersohn, in denen der Nur-immer-Nehmer als unechter, falscher Scheinfreund zu merken ist, der sich wie ein Freund gibt: Nur-immer-Nehmer ist er. Für wenig wünscht er viel. Angstmachen hält er für seine Pflicht. Er fängt gern Rechtschändel an. Das sind, Bürgersohn, die vier Fälle, wo der Nur-immer-Nehmer als ein unechter, falscher Scheinfreund zu merken ist, der als Freund auftritt.*

Dieser erste Typ - und wie wir gleich sehen werden auch der zweite - sind solche, die sich gerade labilen Menschen von selbst anbieten. Sie wollen genießen auf Kosten anderer. Der Nur-immer-Nehmer ist offen darauf aus, bei dem anderen Vorteile zu erbeuten; einen einmal geleisteten Dienst hält er dem Freund noch monatelang vor, um ja eine Gegenleistung

zu erlangen. *Ängstlich zu machen, hält er für seine Pflicht*, einmal weil dann der andere das Gefühl hat: „Der ist wirklich ein Freund, der hat mich gewarnt“, und zum anderen, weil er auch selbst ängstlich ist und fürchtet, dass ihm etwas entgehen könnte. Und wenn wirklich einmal ein Verlust droht, dann springt er nicht ein, sondern wie es hier heißt: *Er fängt gern Rechtshändel an*. Er sagt dann dem anderen: „Das kannst du dir nicht gefallen lassen, das ist dein gutes Recht, das steht dir zu, du musst um dein Recht kämpfen.“ Nie redet ein solcher Freund dem Loslassen das Wort, weil er selbst ja nicht lassen, sondern nehmen will.

*Vier Fälle sind es, Bürgersohn, in denen der aufdringliche Schwätzer als ein unechter, falscher Scheinfreund zu merken ist, der als Freund auftritt. Über Vergangenes verbreitet er sich gern, über Zukünftiges verbreitet er sich gern. Auf nichtige Dinge legt er Gewicht. Wenn Not am Mann ist, warnt er vor Unglück. Das sind, Bürgersohn, die vier Fälle, wo der aufdringliche Schwätzer als ein unechter, falscher Scheinfreund zu merken ist, der als Freund auftritt.*

Das ist der „Freund“, der Geltung sucht, der in erster Linie Zustimmung, Anerkennung vom anderen will und sich darum solchen anbietet, die noch keine Erfahrung darin haben. Er verbreitet sich über allerlei Dinge, die interessant scheinen, die aber die Aufmerksamkeit vom Eigentlichen abziehen, und wenn Not ist - warnt er vor ihr, statt zu helfen; denn er ist eben nur *in Worten der erste*.

*Vier Fälle sind es, Bürgersohn, in denen der gefällige Jasager als unechter, falscher Scheinfreund zu merken ist, der als Freund auftritt. Bei Schlechtem stimmt er zu und bei Gutem stimmt er auch zu, ins Gesicht sagt er einem Lobesworte, hinter dem Rücken spricht er*

*sich tadelnd aus. Das sind, Bürgersohn, die vier Fälle, in denen der gefällige Jasager als unechter, falscher Scheinfreund zu merken ist, der als Freund auftritt.*

Das ist ein „Freund“, der nicht danach fragt, ob etwas gut oder schlecht sei, sondern dem es mehr um die Kumpanei geht, weil er in Gesellschaft leben will. Er will unter Menschen sein, er will denken und tun, was „man“ denkt und tut. Er schwimmt stets mit dem Strom, er ist der Typ des „Konformisten“. Und ist der „Freund“ fort und ist er mit einem anderen zusammen, dann ist er bei dem auch der gefällige Jasager. Und sagt dieser etwas Schlechtes über den Freund, dann stimmt er auch da zu.

*Vier Fälle, sind es, Bürgersohn, in denen der Gefährte nach abwärts als unechter, falscher Scheinfreund zu merken ist, der als Freund auftritt: Berauschende Getränke oder andere die Vernunft und Selbstkontrolle verhindernde Mittel zu genießen, da ist er dabei. Sich zu unrechter Zeit auf der Straße herumtreiben, da ist er dabei. Von einer Veranstaltung zur anderen ziehen, da ist er dabei. Der Spielleidenschaft sich hingeben, da ist er dabei. Das sind, Bürgersohn, die vier Fälle, in denen der Gefährte nach abwärts als unechter, falscher Scheinfreund zu merken ist, der als Freund auftritt.*

*Nur-immer-Nehmer als ein Freund,  
mit Worten immer schnell bereit,  
Jasagen, wie man's gerne hört,  
mitmachen, wo's nach abwärts geht,*

*als Scheinfreunde gelten diese vier  
dem klugen Manne, der klar sieht.*

*Von weitem soll er sie umgehn  
wie einen Hohlweg voll Gefahr.*

Die meisten Menschen haben gute und schlechte Eigenschaften gemischt. Aber wenn man klar merkt, dass sich einer als Freund gibt, dem es in Wirklichkeit nur um eigenen Vorteil geht - dann soll man um solche „Freunde“ von weitem einen Bogen machen wie um einen gefährlichen Hohlweg. Dann gilt nicht falsch verstandene Freundestreue, sondern die Sorge um die Läuterung des eigenen Herzens, mit der man allen Wesen, selbst dem falschen Freund, am besten helfen kann. Das bedeutet nicht, dass man einen Menschen, mit welchem man jahrelang als Freund verbunden war, gleich verlassen sollte, wenn er sich aus irgendwelchen inneren oder äußeren Gründen moralisch zu verschlechtern scheint. Man wird zuerst diesem Anschein misstrauen, weil man ihn längere Zeit schon von besseren Seiten kannte, und wenn man sich überzeugen muss, dass es doch so zu sein scheint, dann wird man alles tun, was ein Freund vermag, um ihm zu helfen, und keinesfalls „den Stab über ihn brechen“. Hierin erweist sich die Freundestreue und die Freundesliebe. Aber wenn alle Mittel versagen, dann kann man einem solchen Freund durch nichts besser helfen, als dass man sich zurückzieht, um wenigstens nicht auch selbst „Schaden an der Seele“ zu nehmen. Vielleicht mag den anderen diese Trennung zur Besinnung und Umkehr bewegen - wenn nicht, gehört auch er zu den Freunden, die in Wirklichkeit Feinde sind, an die man zwar mit Verständnis und Wohlwollen denkt, was aber nicht ausschließt, dass man klare Verhältnisse schafft und sieht: Sie haben nicht das Wohl des Freundes im Auge, sondern denken nur an sich: Der Nurimmer-Nehmer will den materiellen Besitz des anderen - Auto, Vermögen, Haus und andere Annehmlichkeiten - mitgenießen. Dem aufdringlichen Schwätzer geht es nur um die Anerkennung seiner Person. Dem gefälligen Jasager geht es nur um die Kumpanei an sich, um das Nicht-allein-Sein, um das Mitschwimmen in irgendeinem Strom, nur um nicht der Einsam-

keit und der Langeweile ausgeliefert zu sein. Und dem Gefährten nach abwärts geht es nur um die Kumpanei im niederen Genuss, zu dem er vielleicht allein nicht genug Mut hätte, und der darum einen Genossen sucht. Da gibt es nur die klare Trennung ohne Streit und Hass.

Diesen vier falschen Freunden stellt der Erwachte die wahren, echten Freunde gegenüber:

*Es gibt da, Bürgersohn, viererlei Freunde, die als echte Freunde zu merken sind: der Wohltäter, der in Freud wie Leid gleiche, der Heilserklärer, der Mitempfänder.*

*Vier Fälle sind es, Bürgersohn, in denen der Wohltäter als echter Freund zu merken ist: Den Leichtsinigen hält er zurück. Des Leichtsinigen Hab und Gut sucht er zu retten. Dem Gefährdeten bietet er Zuflucht. In der Not lässt er ihm verdoppelte Hilfe angedeihen. Das sind die vier Fälle, in denen der Wohltäter als echter Freund zu merken ist.*

Vergleichen wir ihn mit dem Nur-immer-Nehmer: Von dem Nur-immer-Nehmer heißt es als erstes: *Er will immer nur nehmen, um wenig wünscht er viel.* Beim Wohltäter ist der Blick ganz anders gerichtet. Er hält den Leichtsinigen auch da zurück, wo er mitgenießen könnte. Wenn der Leichtsinige etwas tun will, was er nicht recht bedacht hat oder wodurch sein Hab und Gut geschädigt würde, dann denkt der Wohltäter nicht an seinen eigenen Genuss, sondern an das Fortkommen des anderen. Er hält ihn zurück, er sucht seine Habe zu retten. Während es beim Nur-immer-Nehmer heißt: *Angstmachen hält er für seine Pflicht,* da heißt es vom Wohltäter: *Dem Gefährdeten bietet er Zuflucht.* Und während es vom Nur-immer-Nehmer heißt: *Er liebt es, Rechtschändel zu erregen,* nämlich da wo das Eigentum bedroht ist, von dem er mitgenießen möchte, da heißt es vom Wohltäter: *Im Notfall lässt er ihm verdoppelte Hilfe angedeihen.*

Dieser Rat des Erwachten an Singāloko, in seiner Umgebung, unter seinen Freunden darauf zu achten, ob sie diese Eigenschaften besitzen, hat zwangsläufig zur Folge, dass Singalako bei seinen Freunden sein Augenmerk nicht auf Äußerlichkeiten richtet, sondern auf diese Eigenschaften, und sich danach sehnt, solche Eigenschaften in seiner Umwelt zu erleben. Damit gewinnt er ein Maß, mit dem er zwangsläufig bei den verschiedenen Gelegenheiten auch seine eigenen Neigungen und Handlungsweisen misst. So wird Singalako zugleich eine Anleitung zur Bildung und Läuterung des eigenen Herzens gegeben, ohne dass ihm viel „gepredigt“ wird.

*Vier Fälle sind es, Bürgersohn, in denen der in Freud wie Leid gleiche als echter Freund zu merken ist: Vertrauliches teilt er mit, Vertrauliches hütet er, im Unglück verlässt er ihn nicht, sogar sein Leben gibt er ihm zuliebe dahin. - Das sind, Bürgersohn, die vier Fälle, in denen der in Freud wie in Leid gleiche als echter Freund zu merken ist.*

Diese Haltung, in Freuden wie in Leiden gleich zu sein, kann nur demjenigen vollkommen zu eigen sein, der nicht der Gier folgt, dem Hass folgt, der Blendung folgt, der Angst folgt, sondern der darüber schon hinausgewachsen ist und seine Aufmerksamkeit auf das Rechte gerichtet hält. Es wird hier also verwiesen auf Freunde, die schon ein gewisses Maß an innerer Kraft und Helligkeit und bestimmten Herzeseigenschaften haben, die gerichtet sind auf das Wohl des anderen. Der Wohltäter ist mehr auf den Schutz des äußeren Vermögens bedacht. Er sucht des Leichtsinigen Hab und Gut zu retten und gewährt dem in Not Geratenen Zuflucht. Der in Freud wie Leid gleiche steht mit seinem ganzen Gemüt und seiner Erfahrung als Vertrauter zur Verfügung. Es ist ein großer Gewinn, besonders für einen jungen Menschen, wenn er Freunde hat, die ihm Vertrauen schenken, die ihm ihren eige-

nen Erfahrungsschatz öffnen, die ihn auf Dinge hinweisen, die ihm nützlich sind, und bei denen er sich in der geborgenen Atmosphäre völliger Offenheit über alles aussprechen kann und dabei genau weiß: „Das Mitgeteilte ist bei meinem Freund gut aufgehoben, wir zwei sind in Glück und Unglück wie einer.“

*Vier Fälle sind es, Bürgersohn, in denen der Heilserklärer als ein echter Freund zu merken ist: Vor Üblem hält er ihn zurück, zum Guten lenkt er hin, Unbekanntes erklärt er ihm, den Weg zum Himmel zeigt er ihm. Das sind, Bürgersohn, die vier Fälle, in denen der Heilserklärer als echter Freund zu merken ist.*

Jeder, der durch einen Freund zum religiösen Fragen kam, hat die Wohltat erlebt, auf die wichtigsten Dinge im Leben aufmerksam gemacht zu werden, mit einem Freund darüber zu sprechen und sich gemeinsam in der gleichen Richtung - auf dem Weg zum Himmel - zu bestärken. Und wenn der Freund gar ein Kenner der Heilslehre des Buddha ist (die allein zum endgültigen Heil führt), dann sind sie einander gegenseitig „Heilserklärer“.

Die Förderung durch gute Freunde - ebenso wie die Gefährdung durch schlechte - ist so tiefgreifend, weil man sich dem Einfluss des Freundes weit mehr öffnet als dem Einfluss von Menschen, die einem gleichgültiger sind. Aus diesem Grund warnen alle Kenner der menschlichen Psyche vor dem Umgang mit schlechten Freunden und raten dem Menschen, sich gute Freunde zu suchen. So sagt der Erwachte:

*Wen man zu seinem Freunde nimmt  
und wen man sich als Umgang wählt,  
dem wird man eben gleich; denn so  
wirkt das Zusammensein sich aus.*

*Der eine nimmt vom andern an,  
berührt, rührt er am anderen.  
Der Giftpfeil streift von seinem Gift  
an dem giftfreien Köcher ab.  
Aus Sorge vor Vergiftung sei  
der Kenner nie des Schlechten Freund.*

*Wenn einen faulen Fisch ein Mann  
in duftend Kusagras einhüllt,  
haucht auch das Gras den üblen Stank.  
So ist's, wenn man den Toren folgt.*

*Wenn aber Sandelholz ein Mann  
in Blätter einhüllt, duften auch  
die Blätter nach dem Wohlgeruch.  
Darum: Wer selbst gesehen hat,  
wie so der Blätter Duft entsteht,  
umgebe sich mit Schlechten nicht.  
Mit Guten geh' der Kenner um.  
Zum Abweg leiten Schlechte hin,  
die Guten auf den guten Weg. (It 76)*

Selbst wenn den Menschen manche Äußerung oder Verhaltensweise seiner Freunde zuerst etwas befremden sollte, weil sie zu seinem gegenwärtigen Wertmaßstab oder Weltbild zu sehr im Widerspruch stehen, so fragt er sich aber bei Freunden eher als bei Fremden, ob denn seine Maßstäbe richtig seien oder aber jene des Freundes. So kommt es, dass der Umgang mit Freunden nachhaltig die innere Haltung und die Lebensführung beeinflusst. Darum ist es so wichtig, sich bewusst mit solchen Freunden zu umgeben, die hohe Ziele fest im Auge behalten, und sich ihrem Einfluss auszusetzen.

*Vier Fälle sind es, in denen der Mitempfinder als ein echter Freund zu merken ist: Misslingen freut ihn nicht. Gelingen freut ihn. Bei Tadel wehrt er ab, bei*



*Lob stimmt er ein. Das sind die vier Fälle, in denen der Mitempfinder als echter Freund zu merken ist.*

*Misslingen freut ihn nicht, Gelingen freut ihn* - wie wohl tut eine solche von Neid und Missgunst völlig freie, herzliche Atmosphäre. Der mitempfindende Freund spürt: „Tadel tut dem Freund weh“, und deswegen tut es ihm selber weh, wenn der Freund getadelt wird, und deswegen wehrt er den Tadel ab - ohne peinlich über den Freund zu richten - und stimmt beim Lob ein - immer bereit, nur auf die guten Eigenschaften des Freundes zu achten. Mit solchem Mitempfinden muss nicht immer auch große Intelligenz und besondere geistige Förderung verbunden sein, aber Geborgenheit und Förderung in der schlichten Lauterkeit des Gemüts. So ist auch der Mitempfinder ein wichtiger, förderlicher Freund in der Skala von Freunden, die sich der Mensch suchen sollte. Er soll ja möglichst viererlei Arten von Freunden um sich versammeln, um viererlei gute Einflüsse zu erfahren: den Wohltäter, der ihm auch in praktischen Dingen hilft, den in Freuden wie Leiden gleichen, der seine Erfahrung und die Schätze seines Gemüts mit ihm teilt, den Heilserklärer, der ihn von Schlechtem fernhält, zum Guten hinlenkt, der ihm Unbekanntes erklärt und den Weg zum Himmel zeigt, und den Mitempfinder, der einfach mit dem anderen fühlt und darum unmittelbar wohltut.

*Wer Wohltat als ein Freund erweist,  
gleich bleibt in Freuden wie im Leid,  
wer als ein Freund das Heil aufzeigt,  
als Freund ein Mitempfinder ist:*

*Die echten Freunde sind die vier,  
dem weisen Menschen wohlbekannt.  
Er soll sie halten lieb und wert,  
gleichwie die Mutter hegt ihr Kind.*

*Der Kenner, in der Tugend reif,  
wie strahlend Feuer glänzt er hell;  
Vermögen schafft er, sammelt an,  
der Biene gleich, die emsig fliegt.  
Dem sammelt sich Vermögen an,  
gleichwie Ameisen Hügel bau'n.*

*Wer also einzuernsten weiß  
und so sich ein Vermögen schuf,  
hat für den Hausstand bald genug.  
Vierfach teil er die Habe ein  
und knüpfe fest das Freundesband.*

*Ein Teil, der dien' ihm zum Verbrauch,  
mit zwei'n versorg' er sein Geschäft,  
den vierten aber spar' er auf  
als Rückhalt für den Fall der Not.*

Hier wird gezeigt, wie ein Mensch bis in die Einteilung des Vermögens hinein sich eine gute Umwelt gestalten kann. Der Erwachte gibt hier Singalako ein Sieb, mit welchem er sich aus der Fülle der Umwelterlebnisse die gute, förderliche, heilbringende Umwelt heraussieben kann auf die einfachste und schönste Weise: durch gute Freundschaft. Stellen wir uns einen jungen Menschen vor, der solche Freunde hat. Er erlebt ständig Herzenseigenschaften, die ihn fördern und im Guten bestärken. Er kann gar nicht anders, als ihnen gleich zu werden, indem er mit ihnen eins wird, sich ihre Eigenschaften aneignet, ihrem Vorbild nachfolgt. So läutert, erhellt er sein Gemüt. Von einem so Gesicherten, der von allem leichtsinnigen Tun abgehalten wird, achtsam ist, mitempfindet, gut mit seiner Umgebung auskommt, heißt es dann, dass er sich auf die Dauer auch rein äußerlich besser steht als ein anderer: er sammelt Vermögen an. Und jetzt wird ihm sogar noch geraten, wie er sein Vermögen einteilen soll.

Es mag uns zuerst etwas eigenartig anmuten, dass der Erwachte auch solche vordergründigen weltlichen Ratschläge gibt. Aber zum einen hilft die Befolgung dieses Erfahrungssatzes für die Verwaltung des Einkommens, viel Unsicherheit, Sorge und Unordnung zu vermeiden, welche den Menschen vom guten Streben abhalten könnten, zum anderen weiß jeder, der sich schon längere Zeit bemüht, nach der Lehre zu leben, dass Ordnung und Maß in äußeren Dingen, die hier empfohlen werden, auch für das religiöse Leben helfen.

Überblicken wir noch einmal die bisher gegebenen Ratschläge des Erwachten, die vier ersten Tugendregeln einzuhalten, Gier, Hass, Blendung, Angst nicht zu folgen, die sechs abwärts führenden Genüsse zu meiden, die vier gefährlichen Freunde zu meiden, die vier echten Freunde als treue Wächter zu gewinnen und das äußere Vermögen gut einzuteilen: Wer das befolgt, der hat die beste Sicherheit für diesseitiges und jenseitiges Wohl erreicht. Alles Zerstreuende, nach abwärts Führende ist aus der Umwelt herausgenommen, der Lebenskreis ist vereinfacht, schlichter geworden. Und aus dem vielfältigen Umweltsangebot ist das Beste ausgesiebt worden: die guten hilfreichen Freunde, deren Vorbild und Zuspruch ihn selber fördert. Wer so vorgeht, der fühlt sich nicht als „Spielball unbekannter Mächte“. Von dem, der diese Ratschläge des Erwachten befolgt, heißt es: *Er hat sein Wohlergehen in dieser und jener Welt gesichert*. Aber bei diesen grundlegenden Ratschlägen lässt es der Erwachte noch nicht bewenden. Auf dem Fundament dieser Lebensführung gibt der Erwachte nun Singalako noch konkreter und praktischer die Antwort auf seine Frage: „Wie soll ich die sechs Himmelsgehenden verehren?“

*Wie aber gewinnt ein Heilsgänger die sechs Himmelsgehenden als Schutz? Sechs Himmelsgehenden, Bürgersohn, gibt es, die man sich merken muss: Der Osten sind die Eltern. Der Süden sind die Lehrmeister. Der*

*Westen sind Frau und Kind. Der Norden sind Freunde und Gefährten. Unten sind die Diener und Arbeiter. Oben sind Asketen und das brahmische Leben Führende.*

So spannt der Erwachte die gesamte menschliche Umwelt sinnbildlich in die sechs Richtungen des Himmelsraumes ein. Dem Osten, wo die Sonne aufgeht, der Lebenstag beginnt, sind die Eltern zugeordnet, dem Westen, wo die Sonne untergeht, ist die Familie zugeordnet, Frau und Kind, die Nachfahren. Die geistlichen und religiösen Lehrer, die unser Denken über die Niederungen des Alltags erheben, gelten für oben und Diener und Gesinde für unten. So bleibt noch der Norden für die Freunde und der Süden für die Meister.

Und nun wird bei jeder dieser sechs Himmelsrichtungen erklärt, wie man sie sicherstellen soll, damit von dort kein Unheil kommen kann - mehr noch: damit man sie als Schutz gewinnt.

*Fünffach ist die Art, wie ein Sohn der östlichen Gegend, den Eltern entgegenkommen soll. Sie haben mich erhalten, nun werde ich sie erhalten. Ihre Arbeit werde ich ihnen abnehmen. Der häuslichen Überlieferung werde ich treu bleiben. Ihr Erbe werde ich fortführen. Und wenn sie einst dahingegangen, verstorben sind, werde ich die Totenopfer darbringen.*

*Sie haben mich erhalten, nun werde ich sie erhalten,* das ist die älteste und bestimmt die sicherste Art der Sozialversicherung. Heute schaut alles nach außen und wartet auf einen Rechtsanspruch. Und die Eltern, auch wenn sie nicht besonders pflegebedürftig sind, wohnen zu einem großen Teil in einem Altersheim. Man kann heute ernsthafte Warnungen davor lesen, die Eltern mit in die Häuslichkeit aufzunehmen, sie könnten dort stören, es könnte Spannungen geben. Früher

hat man das alles gern ertragen, denn die Kinder haben ja die Eltern auch gestört mit ihrem Geschrei, haben ihnen die Nachtruhe geraubt, sind in Nachbars Garten auf Raub ausgezogen, haben ihnen mancherlei Unannehmlichkeiten zugefügt, die die Eltern ja auch ertragen mussten. Heute herrscht die Auffassung vor, zwar hätten die Eltern die Kinder zu ertragen, aber nicht mehr die Kinder die Eltern. Daraus ist das bittere Wort entstanden: „Eine Mutter kann leichter zehn Kinder ernähren als zehn Kinder eine Mutter.“

Die nächste Kindespflicht gegenüber den Eltern heißt: *Ihre Arbeit werde ich verrichten*. Als die Kinder klein waren, haben ja die Eltern die Arbeit der Kinder verrichtet, bis in die einfachsten Dinge hinein. Im Alter werden die Eltern selbst wieder hilfsbedürftig. Wie wärmend und wie gut ist es, wenn die Kinder den Eltern in Dankbarkeit die Dienste erweisen, die sie ihnen früher erwiesen haben!

Die nächste Forderung mag vielleicht verwundern: *Der häuslichen Überlieferung werde ich treu bleiben*. Man sollte doch annehmen, der Erwachte würde dem Kind, dem Sohn, sagen: „Prüfe genau, was an der häuslichen Überlieferung des Festhaltens wert ist! Mach nicht einfach nach, was immer schon gemacht worden ist. Überlege genau, und was nicht richtig ist, das ändere und lass nur das von dir für gut Befundene bestehen.“ Vergessen wir aber nicht: Obenan in der Skala der Lehren, die der Erwachte gibt, steht, dass die vier Arten belastenden Wirkens aufzugeben sind. Wo es also z.B. in einer Familie Tradition ist, Metzger zu werden, da ist die Befolgung einer so unheilsamen Überlieferung ausgeschlossen durch die Einhaltung der Tugendregeln. Es sind ferner dem Bewahren jedweder Überlieferung Schranken gesetzt dadurch, dass der Mensch aus den vier Anlässen: Gier, Hass, Blendung, Angst keine schlechten Handlungen begehen soll. Soweit aber weder die vier genannten Tugenden verletzt werden noch der Gier, dem Hass, der Blendung oder der Angst gefolgt wird, da konnten die Menschen der damaligen Zeit kaum etwas Besseres tun als die häusliche Überlieferung zu pflegen. Denn sie

war erprobt, oft aus tiefer Religiosität hervorgegangen und weniger auf gegenwärtige Genüsse und Bequemlichkeiten gerichtet als darauf, die Menschen einfach, anständig, ehrlich, hochsinnig zu erhalten, und damit die Wege in hellere Bereiche nach dem Tode zu ebnen.

Auch hier im Westen sind bis vor wenigen Jahrzehnten Reste solcher gediegenen Lebensgewohnheiten zu bemerken gewesen, obwohl besonders in den letzten zweihundert Jahren immer mehr alte Grundregeln der Lebensführung aufgegeben wurden, nachdem ihr Sinn verlorengegangen war. Dass seit Einführung der Technik alles Neuere immer noch glänzender, schöner und bequemer war als das Ältere, hat lange Zeit den Begriff des Alten entwertet und zur Überbewertung des „Neuen“ auf allen Gebieten geführt - der Gier folgend. Man muss sich aber fragen: Wo in einer noch bestehenden Familiengemeinschaft Überlieferungen herrschen, die weder den fünf Haupttugenden widersprechen noch aus Gier, Hass, Blendung oder Angst hervorgehen - warum soll sich da der Jüngere nicht einfügen in neutrale Dinge, die vielleicht seinen Angehörigen lieb und wert sind? Warum soll er Neues einführen, warum anstelle des Alten, des oft Bewährten, seinen Eigenwillen betätigen? Der Erwachte predigt hier nicht „Traditionalismus“, sondern selbstlose, dienende Haltung, die mehr Raum zur „Selbstverwirklichung“ gibt als ein alles um jeden Preis Andershabenwollen.

*Und wenn sie einst dahingegangen, verstorben sind, werde ich die Totenopfer darbringen.* Totenopfer sind zum einen Gaben, die z.B. dem Orden gegeben werden, indem man das karmische Verdienst dafür den Dahingegangenen zuwendet, zum anderen Gaben an die Verstorbenen selber. Das mag auf den ersten Blick merkwürdig anmuten. Aber im alten Indien wusste man noch, dass die meisten Verstorbenen durch die Liebe und den Hang zu ihren Angehörigen noch lange Zeit in deren Nähe weilen, wenn sie dem normalen Menschen in ihrer Feinstofflichkeit auch nicht sichtbar sind. Wenn nun die Lebenden der Verstorbenen in Liebe gedenken

(die Gabe guter Gedanken) und in diesem liebenden Gedenken ihnen eine materielle Gabe bereitstellen, von denen die Jenseitigen der menschnahen Bereiche zwar nur das Feinstoffliche daran entnehmen können, das aber nichtsdestoweniger für sie eine große Freude bedeutet und ihr Dasein erleichtert, sofern sie diese Dinge begehren, und wenn sie ferner lieb mit ihnen sprechen - so ist ein solcher Kontakt für die Verstorbenen in den menschnahen Bereichen eine Wohltat. Das liebende Gedenken labt den Überlebenden und hilft ihm zu guten, ihn selbst fördernden Gedanken der Liebe und Selbstlosigkeit, die in der feinstofflichen Welt viel leichter und schneller auch die äußere Form verändern.

Das alles ist also die Saat, die das Kind den Eltern gegenüber säen soll.

Und nun nennt der Erwachte die Ernte: So wie sich der Sohn den Eltern gegenüber verhält, verhalten sich die Eltern dem Sohn gegenüber:

*Ist der Sohn auf fünffache Weise der östlichen Gegend, den Eltern, entgegengekommen, so nehmen sie sich auf fünffache Weise des Sohnes an: Vor Üblem halten sie ihn zurück, zum Guten lenken sie ihn hin. Sie lassen ihn zu einem Beruf ausbilden. Mit einer geeigneten Frau, die zu ihm passt, bringen sie ihn zusammen. Beizeiten lassen sie ihm das Erbe zukommen. So hat er denn diese östliche Himmelsgegend gefahrlos gemacht, befriedet.*

Sie tun also hier in zwei Richtungen das gleiche wie der Heils-erklärer unter den guten Freunden: *Vor Üblem halten sie zurück, zu Gutem lenken sie hin.* Nicht nur im Leiblichen, auch in der Pflege des Geistes, des Charakters sind die Eltern der Osten, die Himmelsrichtung des Aufgangs. Deshalb nennt der Erwachte die Eltern „*die ersten Lehrer*“ (A III,31). Wenn die Kinder sich recht verhalten, so halten die Eltern die Kinder

von Üblem fern, lenken sie zum Gutem hin, und sie sind es, die meist auch schon den Keim für das spätere Berufsleben und damit für einen großen Teil der künftigen Umwelt legen. Und früher noch weit mehr als heute lag in dem guten Verhältnis zwischen Eltern und Kindern das spätere Familienglück begründet, indem die erfahrenen Eltern für ihr Kind, das ihnen das Liebste ist auf der Welt, aus dem vorhandenen Angebot den geeigneten Ehepartner aussuchten. Die Hilfe bei der Wahl des Lebenspartners durch die Eltern ist heute sehr unmodern geworden, aber ob das vorteilhaft ist, ist eine andere Frage. Seit die Bräuche anders geworden sind, haben wir noch nie so viele gescheiterte Ehen gehabt. Wir haben im Kanon Berichte über alle Lebensbereiche mit den Fehlern und Schwächen der damaligen Menschen vor zweitausendfünfhundert Jahren, wie sie auch in dieser Rede genannt sind, aber wir haben kaum einen Bericht über eine Ehekrise. Das gibt zu denken.

Sicher haben heute auch die Eltern kaum den richtigen Maßstab für gut und böse, aber immerhin haben sie schon um zwanzig bis fünfundzwanzig Jahre mehr Erfahrung. Sie überblicken die Eigenschaften ihres Kindes, können meist besser als das vor Liebe „blinde“ Kind beurteilen, ob der Partner wirklich geeignet ist. Dass Kinder einer Religion oder einem besseren Maßstab näherkommen als die Eltern, ist auch heute noch die Ausnahme, dann wissen es die Kinder aber auch und gehen ohne Überheblichkeit ihren Weg. Die Lehrreden enthalten genug Beispiele dafür, dass Kinder der wirklich erkannten Wahrheit auch gegen den Willen der Eltern folgten - bis hin zum Erwachten, der *gegen den Willen seiner weinenden und klagenden Eltern* in die Hauslosigkeit zog. (M 26) In der Regel ist es aber in einem Kulturraum so: Entsprechend dem Klima im Elternhaus verhalten sich die Kinder, und wie sich die Kinder zu den Eltern verhalten, so gestalten die Eltern die Umwelt der Kinder. Das ist Gesetz. Wenn aber ein Sohn erlebt, dass seine Eltern ungut und unrichtig mit ihm umgehen, obwohl er ihnen jetzt gut begegnet, dann ist dies die Folge



davon, dass er irgendwann im früheren Leben ungut und unrichtig mit den Eltern umging. Alles, was wir erleben, ist immer nur Ernte aus unserer eigenen Saat. Aber durch gutes Handeln, durch Güte, Hilfsbereitschaft usw. gegenüber den Eltern macht er auch solche Eltern besser, als sie augenblicklich sind, als Bessere gehen sie in die Vergangenheit, und als Bessere werden sie ihm wieder begegnen. Und auch schon in diesem Leben wird er von ihnen relativ Besseres erfahren, als wenn er ihnen gegenüber gleichgültig, abweisend oder gar voll Hass wäre.

Darum sagen die Großen: Wesen, die dir begegnen, ohne dass du weißt, wie du sie zu Freunden oder Feinden gemacht hast, sind hervorgegangen aus deinem Wirken bei früheren Begegnungen. Alles unterliegt diesem Kreislauf. Einen großen Teil dieser Kreisläufe können wir in diesem Leben selbst beobachten, der andere Teil, den wir nicht beobachten können, ist die „verborgene Leidenshäufung“ (M 14), aber auch sie ist durch uns gewirkt.

So kann es kommen, dass ein übler Sohn sehr gute Eltern hat oder dass ein guter Sohn sehr schlechte Eltern hat, obwohl in der Welt in der Regel der Sohn den Eltern entspricht und die Eltern dem Sohn. Die „Ausnahmen“ sind nur Scheinausnahmen. In Wirklichkeit entspricht all unser Erleben und Erleiden unserem Tun. Nur die Zeitfrage, die Leidensverkettung über das eine Leben hinaus, die Reifezeit der Wirkensfrüchte, wird hier im Westen meist übersehen.

Der Erwachte aber gibt diese Ratschläge für die Sicherung des Verhältnisses zwischen Eltern und Kindern auf weite Sicht, er rechnet mit allen weiteren Lehen. Darum sagt er zu dem jungen Bürgersohn, dessen Mutter anscheinend noch lebt:

Verhält sich ein Sohn seinen Eltern gegenüber in dieser guten Weise, dann wird es auch ihm gut gehen. Wenn sich ein Kind diese gute Art angewöhnt, sich nicht nur äußerlich widerwillig auf die „Pflicht“ besinnt, sondern sich zu der Herzensart erzogen hat, immer gut den Eltern gegenüber zu handeln, dann ist er damit in ein gutes Milieu für viele, viele, viele

Leben hineingewachsen. Er wird dann sowohl in der Menschenwelt als auch in anderen Welten immer wieder zu entsprechend guten Eltern hingezogen werden. So *hat er denn diese östliche Himmelsgegend friedvoll gemacht, frei von Gefahren.*

*Fünffach, Bürgersohn, ist die Art, wie ein Schüler der südlichen Gegend, den Lehrmeistern, entgegenkommen soll: Mit freudigem Einsatz, mit wacher Aufmerksamkeit. Er soll auf sie hören, bei der Zusammenarbeit voll mitmachen, sich ernsthaft in den Beruf einarbeiten.*

Wenn wir diese Anweisungen des Erwachten für den jungen lernenden Menschen betrachten, erkennen wir, dass er damit die Haltung des Lernenden beschreibt, der sich klar darüber ist, dass der Lehrende mehr Erfahrungen hat als er. Die an erster Stelle genannte Eigenschaft heißt wörtlich „Aufstehen“. Das reicht von der achtungsvollen Haltung über die Bereitschaft, als erster am Arbeitsplatz zu sein, bis zu der Haltung freudigen Aufbruchs zur Vervollkommnung und zum vollen, gern geleisteten Einsatz. Heute erleben wir oft das Gegenteil. Was bei der heutigen Haltung letztlich herauskommt, sehen wir an unserer Umwelt. Weil niemand mehr dienen will, weil das Ich auf den Thron gesetzt wird, darum schwindet die Lernbereitschaft im weitesten Sinn und damit Wissen und Erfahrung. Die Empfehlung des Erwachten *mit wacher Aufmerksamkeit* bedeutet: nicht träumen oder bummeln, stets „voll da sein“ bis herunter auch zu all den kleinen Diensten, die das Zusammenleben leichter machen.

*Er soll auf sie hören* hat zwei Seiten: einmal dass er die „Ohren spitzt“, was der Ausbilder sagt, um daraus zu lernen, und zum anderen, dass er dessen Weisungen und Winke befolgt.

*Bei der Zusammenarbeit voll mitmachen* ist die Eigenschaft, die heute unter dem Namen „Kooperativität“ viel

gilt. In dieser so entwickelten Haltung der Achtung und Aufmerksamkeit kann er sich mit dem nötigen Ernst in seinen Beruf einarbeiten - nicht nur in die äußeren Handgriffe, sondern in die innere Haltung, die zur Meisterschaft gehört. Das gilt für alle Berufe, für den Handwerker ebenso wie für den Arbeiter wie für den, der geistige Berufe erlernt. Jeder hat seinen Meister, von dem er lernt, denn es ist kein Meister vom Himmel gefallen.

*Ist so, Bürgersohn, der Schüler auf fünffache Weise den südlichen Gegenden, den Meistern, entgegengekommen, so nehmen sie sich auf fünffache Weise des Schülers an. Den Gelehrigen führen sie weiter in das Fach ein. Leicht fasslich werden ihm die Kenntnisse übermittelt, alles mitteilbare Fachkönnen vermitteln sie ihm. Bei Freunden und Bekannten führen sie ihn ein, überall wird er in Obhut genommen. Ist so der Schüler auf fünffache Weise den südlichen Gegenden, den Lehrmeistern, entgegengekommen, dann nehmen sie sich auf diese fünffache Weise des Schülers an. Da hat er denn die südliche Himmelsrichtung friedvoll gemacht, frei von Gefahren.*

Besonders die Älteren unter den Lesern wissen, dass Menschen der älteren Generation die Jüngeren mit ganz anderen Augen sehen, als diese sich selbst beurteilen. Die Älteren wissen ja, dass sie früher, als sie selbst jung waren, auch meinten, vieles oder alles zu wissen, aber sie erlebten, dass sie zehn Jahre später viele Auffassungen korrigiert hatten und viel mehr wussten und weitere Jahrzehnte später noch mehr Erfahrungen gesammelt hatten. Wenn ein junger Mann meint, er wisse schon alles, und nicht zuhört oder gar meint, Erfahrung sei nur Vorurteil, dann wirkt er lästig. Einen solchen lehrt der Meister nur das Nötigste. Oder er wird zwar in allem „pflichtmäßig“ unterwiesen, aber es wird ihm nicht so fasslich ge-

zeigt, wie es bei intensivem Bemühen möglich ist, weil er gegen sich eine Abneigung erzeugt hat durch respektlose und lässige Haltung. So dringt ein solcher nicht so gut in seinen Beruf ein, er wird kaum Durchschnittliches leisten, wird vielleicht jahrzehntelang ein bedrücktes Leben ohne Erfolg führen, nur weil er durch eine falsche Haltung in der Ausbildung die Bereitschaft der Ausbilder, sich um ihn anzunehmen, gemindert hat. Und jeder Auszubildende wird sich auch hüten, ihn weiterzuempfehlen, weil ein solcher Lehrling keine gute Visitenkarte für den Meister abgibt. Wenn dagegen ein Meister bei einem Jugendlichen merkt: „Der achtet darauf, was ich sage, ist aufmerksam und bescheiden, er will gern lernen, er hat auch ein Gefühl dafür, dass ein Älterer mehr weiß“ - dann wird er ihm auch vieles sagen, was nicht „Prüfungsfach“ ist, Kunstgriffe und Erfahrungen, die in keinem Lehrbuch stehen, denen der Meister vielleicht seinen Vorsprung vor anderen Berufsgenossen verdankt. Und er wird es mit Geduld und Wohlwollen tun, so dass der Lernende es ganz begreift. Und wenn die Meister den Schüler schätzen, dann empfehlen sie ihn gern weiter, ebnen ihm die Wege in den Beruf. Damit hat ein solcher die südliche Gegend, also alle die Meister, von denen er in seinem jeweiligen Leben lernen wird, *friedvoll gemacht, frei von Gefahren*. In vielen Leben, wann immer er wieder jung sein wird und zu lernen hat, wird es gut gehen. Er wird von den Eltern zu einem guten Meister gebracht, und durch seine gute, bescheidene, aufmerksame Art wird er auch immer gut belehrt, gern belehrt und ins Leben eingeführt.

*Fünffach ist, Bürgersohn, die Art, wie ein Gatte der westlichen Gegend, seiner Frau, entgegenkommen soll: Mit Achtung, nicht mit Geringschätzung. Er soll keinen Ehebruch begehen, vom Herrschaftsanspruch zurücktreten und ihr Geschenke machen, wie z.B. Schmuck.*

*Mit Achtung, nicht mit Geringschätzung* - das heißt in voller Anerkennung ihres Soseins und Andersseins, in ihrer ihn fördernden und ergänzenden Art.

*Vom Herrschaftsanspruch zurücktreten* heißt, ihr einen eigenen Wirkungsbereich geben, so wie es ja von altersher in den naturverbundenen Berufen, z.B. in den Bauernfamilien, der Fall ist, wo die Frau die Obhut über die Küche und das Gesinde hat und das Kleinvieh und dessen Produkte verwaltet - ein sehr großer Arbeitsbereich, in den ihr der Mann nicht dreinredet. Auch soll der Mann ganz allgemein die Gebieterrolle, *den Herrschaftsanspruch aufgeben*.

Und dies alles soll wurzeln in der Achtung vor der Gattin, in einer Achtung, die auch in dem engen, vertrauten Zusammenleben nie vergessen werden soll und die einschließt, dass auch ihre Bedürfnisse - gerade auch die charakterbedingten - beachtet und miteinbezogen werden. Das führt zu einer beständigen Haltung gegenseitigen herzlichen Vertrauens, welche das Feuer der Jugend überdauert und hilfreicher ist als alle staatlichen Gesetze. Der Rat, dafür zu sorgen, dass sich die Gattin auch schmücken kann, zeigt, wie liebevoll der Buddha auf die Situation der im Haus Lebenden eingeht.

*Ist so, Bürgersohn, auf fünffache Weise der Gatte der westlichen Gegend, seiner Frau, entgegengekommen, dann nimmt sie sich auf fünffache Weise des Gatten an: Wohlbestellt ist das Hauswesen, gut geleitet das Gesinde, nie bricht sie die Ehe. Den Besitz hält sie in treuer Hut. Sie ist geschickt und behände bei jeder Tätigkeit. Ist so auf fünffache Weise der Gatte der westlichen Gegend, seiner Frau, entgegengekommen, dann nimmt sie sich auf diese fünffache Weise des Gatten an. So hat er denn diese westliche Himmelsgegend friedvoll gemacht, frei von Gefahren.*

Wenn durch die achtungsvolle Haltung des Gatten Konfliktstoffe ausgeräumt sind und eine Atmosphäre des Vertrauens frei von jedem „Herrschaftsanspruch“ besteht, wenn die Frau ihren eigenen Bereich hat, in dem sie wirkt, in dem sie selbst die Verantwortung trägt, wenn keine Entgleisung vorkommt, dann sind die Wurzeln der meisten Krisen gemindert, die die Frau veranlassen könnten, sich Sorgen zu machen und dabei ihren Wirkungskreis zu vernachlässigen.

Diese zweieinhalbtausendjährigen Anleitungen sind wohl das kürzeste Ehelehrbuch der Welt und zugleich das wirksamste. Man könnte sie über der Tür zu jedem Hochzeitshaus aufhängen. Richtet man sich nach ihnen, so fühlt sich jeder der Ehegatten geborgen und wohl und trägt gern zum gemeinsamen Wohl bei. So hat man auch diese Gegend friedvoll und gefahrlos gemacht, erfährt in diesem wie in zukünftigen Leben Wohl innerhalb der Ehe.

*Fünffach, Bürgersohn, ist die Art, wie ein guter Mann der nördlichen Gegend, den Freunden und Gefährten entgegenkommen soll: Mit Gaben, mit freundlichen Worten, des anderen Wohl fördernd. Er wird sie als wie sich selbst betrachten, wird einem Versprechen sich nicht entziehen.*

Das sind jene guten Haltungen, die den guten Menschen selbst so werden lassen wie die vier Arten von guten Freunden: zum Wohltäter, zum in Freud wie Leid gleichen, zum Heilserklärer, zum Mitempfinder.

*Ist so, Bürgersohn, auf fünffache Weise der gute Mann der nördlichen Gegend, den Freunden und Gefährten, entgegengekommen, dann nehmen sie sich auf fünffache Weise seiner an: Den Leichtsinigen halten sie zurück. Des Leichtsinigen Hab und Gut suchen sie zu retten. Dem Gefährdeten bieten sie Zuflucht - das sind*

drei der Eigenschaften des Wohltäters. *Im Unglück verlassen sie ihn nicht* - das ist die Haupteigenschaft des in Freud wie Leid gleichen. *Noch in seinen Nachkommen bringen sie ihm ihre Wertschätzung dar.*

Wir mögen in dieser Aufzählung der fünf guten Auswirkungen des rechten Verhaltens gegenüber Freunden die Eigenschaft des Heilserklärers vermissen. Das hat seinen Grund, denn die wirklichen Heilserklärer und darum die besten Freunde, die es gibt, werden zu den Weisen gezählt, die der oberen Gegend zugeschrieben werden.

*Fünffach, Bürgersohn, ist die Art, wie ein Herr der unteren Gegend, den Dienern und Arbeitern, entgegenkommen soll: Je nach ihrer Leistungsfähigkeit soll er die Arbeit einteilen, Kost und Lohn geben, bei Krankheit für Pflege sorgen, Wohlschmeckendes mit ihnen teilen, zeitweilig Urlaub gewähren.*

Das ist das kürzeste „Sozialgesetz“ - vor 2500 Jahren entstanden -, das es je auf Erden gegeben hat. Und es war, wenn wir an die Verhältnisse denken, wie sie noch bei uns vor etwa hundert Jahren herrschten, schon weit voraus. Und was inzwischen im gegenseitigen Kampf zwischen Arbeitgebern und Arbeitnehmern hier - zum Teil unter gesetzlichem Zwang - zustande gekommen ist, das und noch mehr als das empfahl damals bereits der Erwachte als freiwillige Leistung aus Mitempfinden. Wer das aber als Arbeitgeber freiwillig von sich aus gewährte und gar mit der entsprechenden fürsorglichen Gesinnung, der durfte auch die Ernte erfahren, die der Erwachte dafür verheißt, und die dort, wo solches Verhalten nur im Kampf abgerungen wurde, ausbleibt:

*Ist so, Bürgersohn, auf fünffache Weise der Herr der unteren Gegend, den Dienern und Arbeitern, entgegengekommen, dann nehmen sie sich auf fünffache Weise*

*des Herrn an: Vor ihm erheben sie sich, nach ihm legen sie sich nieder. Nur Gegebenes nehmen sie. Sie verrichten tüchtig ihre Arbeit. Sie bringen ihn zu Ansehen. - Ist so auf fünffache Weise der Herr der unteren Gegend, den Dienern und Arbeitern, entgegengekommen, dann nehmen sie sich auf diese fünffache Weise des Herrn an.*

Wir haben es erlebt: In den Zeiten großen Arbeitskräftemangels überboten sich die Betriebe gegenseitig mit allerlei materiellen Genüssen: Mit höheren Gehältern, mit besserem Essen und allen möglichen Sonderleistungen. Aber die Erfahrung hat gezeigt, dass die Arbeitsuchenden nicht am liebsten dahin gingen, wo es das höchste Gehalt und die größten äußerlichen Annehmlichkeiten gab, sondern wo sie die größte menschliche Achtung und die größte menschliche Fürsorge genossen und sich darum am meisten geachtet und geborgen fühlten. Selbst in unserer ganz dem Äußerlichen zugewandten Zeit sind das immer noch die Anhalte, an denen man die Mitarbeiter am besten zu sich führen kann. Immer wieder kann man hören: „Das ist ein guter Chef! Da fühlt man sich wie zu Hause!“ Mit dieser inneren Zufriedenheit nehmen sich die Mitarbeiter dann auch des Chefs an. Sie sind nicht nur zuverlässig bei ihrer Arbeit, sondern sie setzen sich für den Unternehmer ein. Sie sorgen für ihn. So hat er auch in dieser Himmelsrichtung Fürsorge um sich. So *hat er denn diese untere Himmelsrichtung friedvoll gemacht, frei von Gefahr*. Das ist die Befriedung eines großen Bereichs der Ungeborgenheit, an dem unsere Zeit krankt, der hier nach diesen ganz schlichten, unüberbietbaren Lehren des Erwachten befriedet werden kann.

*Fünffach, Bürgersohn, ist die Art, wie ein guter Mann der oberen Gegend, den Asketen und brahmisch Lebenden, entgegenkommen soll: mit liebevollen Taten, mit liebevollen Worten, mit liebevollen Gedanken, oh-*



*ne ihnen das Tor zu verschließen, mit Spenden für den Lebensbedarf.*

Der Erwachte spricht hier allgemein von *Asketen und brahmisch Lebenden*. Nicht beschränkt er seinen Rat darauf, nur Asketen seines Ordens entgegenzukommen. Nachdem er Singalako diese Belehrung gegeben hatte, diese völlige Neuordnung seines Lebens, und nachdem er selbst in seiner vollendeten Erscheinung vor ihm gestanden hatte, da hatte er in Singalako einen neuen Maßstab erweckt, der ihn unter dem damals großen Angebot von Asketen und Priestern ganz gewiss diejenigen erkennen ließ, die ihn zum Heil führen konnten. Und nun sagt der Erwachte; wie man den echten Asketen und brahmisch Lebenden entgegenkommen soll, die ihr ganzes Leben dem Streben nach der Befreiung, nach der Erlösung, gewidmet haben: mit *liebreichen Taten, Worten und Gedanken, ohne ihnen das Tor zu verschließen*. Mit der letzteren Empfehlung wird eine der vielen praktischen Seiten der als erstes geforderten liebevollen Haltung genannt: In der Hauptstadt Rājagaha zogen ja die Asketen und Priester ein und aus, da kann es selbst einem Singalako, der in einer solchen Stunde eine solche Belehrung bekommen hat, einmal geschehen, dass ihm das Gelaufe zu viel wird und er zu seinem Diener sagt: „Mach die Tür zu. Es sind heute schon fünf dagewesen, das reicht jetzt.“ Wie oft hat schon ein Mensch die Gelegenheit für eine hilfreiche Belehrung verscherzt dadurch, dass er jemandem die Tür verschloss. Denn gerade wenn einer in der Stimmung ist, dass er sagt: „Jetzt mach die Tür zu, ich will keinen mehr sehen!“ dann ist er in der Regel in einer Haltung, in der er Hilfe braucht. Gerade dann müsste die Tür für Weise offen sein. Gerade dann sollte er für geistlichen Zuspruch offen sein, der ja oft unbequem, weil gegen die eigenen Wünsche gerichtet ist.

Was die weitere Mahnung des Erwachten betrifft, den Lebensbedarf der Asketen zu spenden, so wissen wir ja aus vie-

len anderen Lehrreden, welchen gewaltigen Segen und welche gewaltige Wirkung das Geben an solche hat, die ihre ganze Lebensführung auf das Heil ausrichten, dass sie ihre Wirkung vervielfältigt je nach der Würdigkeit, der Heilsnähe des Empfängers, und so eine große Vorsorge für das Dasein nach dem Ausstieg aus diesem Körper darstellt.

*Ist so, Bürgersohn, der gute Mann auf fünffache Weise der oberen Gegend, den Asketen und brahmisch Lebenden, entgegengekommen, dann nehmen sie sich auf sechsfache Weise des guten Mannes an: Vor Üblem halten sie ihn zurück, zum Guten lenken sie hin, gütigen Sinnes erbarmen sie sich seiner. Sie lassen ihn hören, was er noch nie gehört hat. Sie klären seine Erfahrung. Sie zeigen ihm den Weg zum Himmel. Ist so auf diese fünffache Weise der gute Mann der oberen Gegend, den Asketen und brahmisch Lebenden, entgegengekommen, so nehmen sie sich auf diese sechsfache Weise des guten Mannes an. Da hat er denn diese obere Himmelsgegend friedvoll gemacht, gefahrlos gemacht.*

*Vor Üblem halten sie ihn zurück* - wie die Eltern am Anfang des Lebens und wie der Heil erklärende Freund, aber auf einer höheren Ebene, von einem viel größeren Überblick aus.

*Zu Gutem lenken sie hin*, das sie ja viel besser kennen, denn ihm haben sie ihr ganzes Leben gewidmet. Die Asketen und brahmisch Lebenden denken an die weite, weite Zukunft nach diesem Leben und an ein Heil, das weit über das Menschentum hinausführt.

*Gütigen Sinnes erbarmen sie sich seiner*, und zwar auch in den Nöten, in denen nicht mehr die Eltern und nicht mehr die echten Freunde helfen können, in den wirklichen Existenzproblemen, in den tiefsten Lebensproblemen, in denen der Mensch am Rand der Verzweiflung sein kann. Wer sich da den Weisen zuwendet, der bekommt Dinge zu hören, die ihm

kein Weltmensch sagen kann. Auch der Freund, der ein Heils-  
erklärer ist, kann nicht so das Heil erklären wie ein Weiser, der  
mit seiner ganzen Existenz in der Aufklärung dessen steht,  
was mit den Sinnen nicht zu erfahren ist.

Ferner *klären die Weisen seine Erfahrung*, wörtlich:  
„sein Gehör“. Sie helfen ihm, das Herz zu läutern von den  
Trübungen, so dass er immer klarer zuhören und begreifen  
kann. Sie erweitern seinen Horizont weit über das hinaus, was  
der heilserklärende Freund ihm sagen kann.

Und *den Weg zum Himmel zeigen sie ihm*. In dieser  
Lehrrede zeigen die Weisen nur den Weg zum Himmel. Der  
höchste Heilserklärer aber ist der Erwachte, der das Leiden  
und seine Überwindung - die Gewinnung des Heils - in voll-  
kommener Weise aufzeigt.

Führen wir uns noch einmal vor Augen, was es heißt: *Alle  
diese sechs Himmelsgegenden friedvoll gemacht haben,  
frei von Gefahr*: Keine Konflikte mehr im Elternhaus, keine  
Konflikte im Beruf, keine Konflikte in der Familie, keine Kon-  
flikte im Bekanntenkreis, im Gegenteil nur Zuspruch durch  
Wohltäter, durch in Freud wie Leid gleiche, durch Heilserklä-  
rer, durch Mitempfinder. Im weltlich praktischen Bereich ist  
alles friedlich und ruhig. Und von oben her, von den Weisen,  
fließen Weisheit, rechte Anschauung. Da ist nun wirklich die-  
ser ganze Erdball und dieses ganze Himmelszelt wie ein gro-  
ßer Schutz durch Weisheit und Liebe.

Das alles fasst der Erwachte in Versen zusammen, die aus-  
reichen, ein ganzes Leben zu begleiten:

*Die Eltern sind der Osten hier,  
den Süden stell 'n die Meister dar.  
Als Westen gelten Frau und Kind,  
als Norden der Gefährte, Freund.*

*Und „unten“ heißt: der Diener, Knecht,  
und „oben“ : Reiner und Asket.  
Verehrt man diese Gegenden,*

*hat man's im Hause wirklich gut.*

*Der Weise, Tugendreife, der  
zur Milde sich gewandelt hat,  
bescheiden auftritt, niemals stur,  
der ist darob hoch angesehen.*

*Wer immer aufstrebt, nicht erschlafft  
und auch im Unglück nicht verzagt,  
untadlig lebt und klar gesinnt,  
zu hohem Anseh'n kommt er so.*

*Eintracht und Freundschaft wirkt er rings,  
zugänglich und von Enge frei.  
Als Führer, Lehrer, Tröster ist  
ein solcher bald hoch angesehen'n.*

*Gern geben, stets ein freundlich'  
Wort und immer fördern aller Wohl,  
gerecht in allen Dingen sein,  
nur wägen nach dem wahren Wert:*

*das hält die Welt zusammen wie  
der Achsstift hält das Rad, das rollt.<sup>271</sup>  
Und gäb es diesen Anhalt nicht  
- die Mutter sorgte nicht für's Kind,  
nicht Achtung, Ehrfurcht gäb's,  
nicht Vaters- und nicht Kindespflicht.*

*Weil die Erfahr'nen diesen Halt  
im Blick behalten aufmerksam:  
zu großen Männern werden sie,  
die man weithin gern anerkennt.*

---

<sup>271</sup> wörtlich: „Das hält die Welt zusammen, wie der Achsstift das rollend' Rad festhält.“ (Achstift = Sicherungsstift, der vor dem Rad quer durch die Achse gesteckt wird, damit das Rad nicht von der Achse springt)

Generationen von Menschen, Scharen von Weisen und Strebenden haben sich seit Jahrtausenden vergeblich bemüht, den Anhalt für die Welt zu finden. Hier aber in diesen zunächst vordergründig scheinenden, aber bis in Tugend und Weisheit vordringenden Empfehlungen ist der Anhalt für die Welt. Da irren Scharen von Wesen durch die Welt, durch Äonen hindurch und suchen den Anhalt, und so einfach bietet ihn ein Vollendeter dar. Und wir sehen durch einen Blick in irgendeine Zeitung des heutigen Tages, dass dort, wo diese einfachen Dinge nicht befolgt werden, die wegen ihrer Einfachheit den meisten so schwer fallen, es nicht *Achtung, keine Ehrfurcht, nicht Vaters- und nicht Kindespflicht* gibt mit allen entsetzlichen Folgen. Je einfacher und je wörtlicher wir die Worte des Erwachten zu uns sprechen lassen, um so näher sind wir der Wirklichkeit. - Und das hat Singalako - wie könnte es auch anders sein - gespürt:

*Nach dieser Rede wandte sich Singälako, der Bürgersohn, an den Erhabenen mit den Worten: `Wunderbar, Herr, wunderbar, Herr! Gleichwie etwa, Herr, als ob man Umgestürztes aufstellte oder Verdecktes enthüllte oder Verirrten den Weg wies oder ein Licht in die Finsternis hielt: Wer Augen hat, wird die Dinge sehen. - Ebenso auch hat der Erhabene gar vielfach die Lehre dargelegt. Und so nehme ich zum Erhabenen Zuflucht, zur Lehre und zur Schar der Nachfolger. Als seinen Nachfolger möge mich der Erhabene betrachten, der von heute an zeitlebens Zuflucht genommen hat.*

## Register

---

### A

- Ablassen des Weltwahns · 799  
abfälliges Urteil · 985  
Abflüsse: Ausschweifung, Trunksucht, Glücksspiel, Umgang mit üblen  
Freunden · 1705  
abgeben – mitgeben · 1510  
Abgelöstheit, die, wahrnehmend: will ich einatmen und ausatmen. – So  
bringt die Beobachtung der Ein- und Ausatmung große Frucht, großen  
Segen. Auch die letzten Atemzüge hören bewusst auf · 4469  
abgeschieden von allen heillosen Gedanken und Gesinnungen · 3261  
abgeschieden von weltlichem Begehren · 3261  
Abgeschiedenheit, geistige Freude in der, (paviveka-pīti) · 3161  
Abgeschiedenheit. Gegenteil: nach Eindrücken lungern · 3159  
abhijānāti · 78  
abhinandati · 823, 1820  
abhivadati · 823, 1820  
Ablenkung von üblen Gedanken (Gleichnis: Augen schließen) · 2891  
Ablösung der drei Verstrickungen · 2009  
Ablösung von den Gefühlen: Überwindung des Wunschesreizes,  
Betrachtung der Unbeständigkeit des Gefühls · 2595  
Ablösung von der Form  
Überwindung des Willensreizes · 2583  
Ablösung, sechsfache, eines Geheilten · 5683  
Ablösung, völlige, der Beziehungen: Erkennen der Unzulänglichkeit und des  
Täuschungscharakters sinnlicher Befriedigungen · 4122  
Abneigung gegen das Hören der Heilslehre · 980  
Abschichtung, Entleerung von Sinnensucht · 6045  
Abschichtung, Entleerung von Untugenden und Herzensbefleckungen · 6045  
Abschwächung der Triebe übersieht man leicht · 3567  
*Absicht auf Formen... Gedanken* · 358  
Absicht aufgeben (M 57) · 366  
Absicht, denkerische Aktivität, ist unbeständig · 1077  
Absicht, die, die drei Wirkensarten mit ihren Folgen aufzugeben  
Folgen des guten Tuns nicht ergreifen · 4235  
Absichten, keine: er wirkt nichts mehr zusammen · 6597  
Abtrennen von schlechten Vorbildern, zehn Wirkensweisen, falschem  
Achtupfad, Hemmungen, Herzensbefleckungen, ungunten Eigenschaften ·  
2042  
Aburteilen gereicht zu Unheil und Leiden · 1623

Aburteilen, Beurteilen kennen. Weder aburteilen noch beurteilen · 6529  
 Abwehrgeneigtheit durch Wehgefühl · 1125  
 Abwehrgeneigtheit treibt: Von Wehgefühl getroffen, wird er  
 bekümmert...jammert... · 6858  
 abwenden, sich, vom Üblen · 2083  
 Abwesenheit der fünf Zusammenhäufungen: einzige Wohltat · 1919  
 achten auf sich selber, auf andere · 1550  
 achtgliedriger Heilsweg: befriedigender Weg aus Sumpf heraus · 2868  
 achtgliedriger Heilsweg: Vorübungen zur Entwicklung des Fundaments der  
 Geistesmacht · 2746  
 Achtsamkeit auf das Heilsame im Handeln und Reden und im Anstreben bei  
 der Begegnung mit den Mitwesen · 7247  
 Affe soll nicht auf die Köder hereinfallen · 412  
 Affe, die vom Geist ausgehende programmierte Wohlerfassungssuche · 107  
 aggi – tejo – tapas · 7399  
 Ajātasattu und Angulimālo · 1382  
 Ajito Kesakambalo · 515  
 ajjhosaya titthati · 1820  
 ajjhosāya · 823  
 akkhi · 93, 469, 519, 520, 1082, 3717, 4694, 6707, 6798  
 Aktionsweise in Gedanken ist die wichtigste · 3706  
 Aktivität besteht in immer erneuter Leidflucht und Wohlsuche · 313  
 Aktivität im Denken, Reden und Handeln – Flammen am Tag –  
 triebgelenktes Denken, Reden und Handeln · 3100  
 Aktivität: Scheinstamm der Bananenstaude · 315  
*Alle Dinge sind ungeeignet...* · 251  
 Alle Dinge, die entstehen, sind auch Dinge, die vergehen · 5046  
 Alleinsamkeit, Vollendung der Abgeschiedenheit · 3162  
 Allerseelen · 557  
 alles bin ich unendlich oft gewesen · 4160  
 alles fließt · 593  
 Allmacht eines Wesens kann es nicht geben · 2486  
*Als ich dreißig Jahre alt war...* · 1709  
*Als Luftgebild sieh' diese Welt* · 788  
 Alte in ihrer Einsamkeit · 2123  
 Altern ist Leiden · 6616  
 Altern und Sterben ist bedingt durch Geburt · 2134  
 altern, langsam (S 3,13) · 1828  
 Alāro Kalāmo · 114, 5668, 7013  
 Am anderen Tag wieder für die Triebe entschieden · 3566  
 Ameisenbau, Herausholen aus dem, = allmählicher Vorgang · 3109  
 Anathapindiko wurde bei den Still zufriedenen Göttern wiedergeboren und  
 erscheint dem Erwachten · 6733  
 Anathapindiko, größter Spender, todkrank · 6692

- Anblick der Gleichheit und Einheit · 1962
- Anblick, der, den die Felskletterer, die Wahnüberwinder, genießen, gilt für die Weisheit, das Wahrwissen · 6114
- Anblick, heilender, zwingt zum Nibbāna hin, fordert wiederholt zu werden · 3924
- Anblick, im heilsförderlichen, sich gegenseitig bestärken, ist hilfreich · 7103
- Anblick, wahrheitsgemäßer, der Sinnendinge · 436
- Anerkennungsbedürfnis – ein Hilfsmittel · 1905
- Anfang, erster: Was im Bereich der sinnlichen Wahrnehmung als Anfang erscheint, ist nie wirklicher Anfang, Ursache, sondern nur Umformung, Periode oder Intervall · 5405
- Angehen, geistige Stellungnahme, freudige, traurige, gleichgültige, des Menschen zu dem Erlebnis, die zu entsprechendem Reden und Handeln führt · 6571
- Angelus Silesius · 207, 506, 585, 806, 1486, 1837, 2276, 2277, 2456, 3149, 3267, 3702, 4083, 4593, 5195, 5212, 5505, 6019, 6021, 6254, 6297, 7010, 7112, 7142, 7143, 7203
- Angreifen, gereiztes · 380
- Angst vor der Blamage · 1979
- Angulimālo, ein Räuber und Mörder, wurde durch die persönliche Macht und Überlegenheit des Buddha ein Mönch, vom König verehrt · 4936
- Angulimālos Bekenntnis der Wahrheitsbekräftigung auf Rat des Erwachten beim Anblick einer Frau, die ihr Kind nicht gebären konnte: *Seit ich in heilender Geburt geboren bin (Stromeintritt), habe ich niemanden umgebracht. So wie dies reine Wahrheit ist, so mögest du gesund sein und möge dein Kind gesund sein.* “ So geschah es · 4943
- Anleitung zum rechten Denken  
*So habt ihr zu erwägen, so habt ihr nicht zu erwägen* Sinnensucht-Gedanken, Antipathie bis Hass-Gedanken, Gedanken der Rücksichtslosigkeit · 7064
- Anliegen, eigene, vergessen · 1641
- Anliegens-, Wollens- oder Empfindungssuchtkörper · 943
- Anschauung bestimmt Denken, Reden, Handeln · 200
- Anschauung, die von Wollensflüssen/Einflüssen frei, unbeeinflusst ist · 5840
- Anschauung, die von Wollensflüssen/Einflüssen frei, unbeeinflusst ist, wird auf dem Heilsweg gewonnen: Weisheitskraft, Ergündung der Wahrheit: Heilsstand erfahren, dem sich das Herz freudig anschließt · 5845
- Anschauung, falsche, des Brahma Bako: Brahmazustand ist der höchste, ist Ausweg aus dem Samsāra. Erwachter erscheint in Brahmawelt, um ihn von diesem Wahn abzubringen · 3956
- Anschauung, falsche, des Mönchs Sati: Erfahrung (viññāna) als eine Art Seele bleibe sich im Kreislauf der Wiedergeburten ewig gleich.  
 Belehrung durch Mitmönche und Erwachten



- Bedingt ist Erfahrung durch Nahrung: durch Luger und Form entsteht Luger-Erfahrung... · 3635
- Anschauung, Folgen der: „Es gibt keine Saat und Ernte guten und üblen Wirkens, es gibt kein Jenseits“: Es entwickeln sich üble, untaugliche Eigenschaften · 4294
- Anschauung, rechte: fünffach gesteigerte · 205
- Anschauung, rechte: reißt zum Nibbāna · 235
- Anschauung, rechte: unterstützt von Tugend, Kenntnis, lehrreichem Gespräch, Ruhe und Klarblick, führt zur Erlösung · 3743
- Anschauung, rechte: zwingt zu gutem Verhalten · 218
- Anschauung, rechte: zwingt zu guter Lehrkenntnis · 219
- Anschauung, rechter: liegen zugrunde: die Stimme eines Heilskundigen und aufmerksame Betrachtung der Herkunft der Erscheinungen · 3742
- Anschauungen rechte: fünf, mit Wollensflüssen/Einflüssen · 5823
- Anschauungen und Wegweisungen des Erwachten, über die zur Zeit des Erwachten keinerlei Meinungsverschiedenheiten bestanden · 5426
- Anschein beachten – auf die Herkunft achten · 865
- Anschuldigungen, falsche · 165
- Ansicht über die Vergangenheit, dass das jetzt Vorhandene schon immer bestanden habe (wie vorwiegend die Inder annehmen) oder dass es aus einem Nichts hervorgegangen sei (wie der westliche Mensch annimmt), sind Dogmen, Spekulationen · 5404
- Ansicht vom Sein oder Nichtsein festhalten, ergreifen setzt Erleben fort · 2463
- Ansicht: „Ich verweile im Wohl weltloser Entrückungen“ kreist um den Glauben an Persönlichkeit wie Kettenhund um den Pfahl · 5409
- Ansichten über die Zukunft · 5382
- (a) nach dem Tod ist das Selbst ewig, frei von allen Unvollkommenheiten, unabhängig davon, ob es wahrnimmt · 5382
- (b) das Wesen ist zerstört · 5383
- (c) Wohl (weltloser Entrückungen) erfährt das Ich zu Lebzeiten · 5383
- Ansichten, 6, festeingewurzelte
- Form, Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität und was gesehen, gehört...gedacht wird ist mein Selbst, das ist die Welt, das werde ich nach dem Tod ewig sein · 3004
- Ansichten, beide
- „Wir werden heil nach dem Tod sein, wir werden vernichtet sein“ Ersehnen bestimmter Wahrnehmungen: „Wir wollen unangenehmes Erleben in diesem Leben gegen besseres Erleben im nächsten Leben eintauschen wie ein Händler,“ kreisen um ihr Ich. – · 5401
- Der Erwachte hat die Aufhebung aller Aktivität erfahren und ist damit vom Ichglauben frei geworden · 5401
- Ansichten, in denen die Brahmanen wie in einem Netz gefangen sind (D 1) · 5381

Ansichten, stützen auf, bringt Leiden · 3023  
 Ansichten, verkehrte: Das Spenden von Hab und Gut bringt keinen Gewinn...es gibt keine Ernte des Wirkens, es gibt kein Jenseits...keine außersinnlichen Wesen, keine Asketen oder Brahmanen, die Übersinnliches erfahren haben und darüber lehren · 3680  
 Antipathie bis Hass · 1960  
 Diese Wesen da sollen getötet werden..., sollen so nicht bleiben · 3679  
 Antipathie bis Hass, frei von, *und von fürsorglicher Gesinnung. Mögen diese Wesen ohne Feindschaft und Kälte geborgen und glücklich ihr Dasein bewahren* · 3693  
 Antipathie bis Hass, Rücksichtslosigkeit wachsen, wenn ich nicht auf die dadurch entstehenden Leiden anderer achte (Beschwer anderer) · 2850  
 Antipathie-Hass-Blendung durch Sinnensucht wird allmählich aufgehoben · 2092  
 Antlitz heiter · 1577  
 Antwort auf die Äußerung Jīvakos: „Der Erwachte ist von Liebe erfüllt.“ · 4150  
 Anuruddho · 339  
 Anwärter auf den Heilsweg (gotrabhū) · 6688  
 Anziehung des Heils · 1053  
 Anziehung und Abstoßung im Herzen, Zunahme und Abnahme von, und die dadurch bedingte Blendung im Geist liegt in Wirklichkeit zugrunde, wo der Erwachte – unserem Verständnis entgegenkommend – von Einfältigwerden und Ausbreiten der Welt spricht · 7400  
 Anziehung, Abstoßung, Blendung sind die Wurzeln des Unheilsamen · 2080  
 Ursache für Geborenwerden, Altern, Sterben · 938  
 Anziehung, Abstoßung, Blendung merken · 149  
 appamāda · 682  
 Ärger, Zorn · 1971  
 Ärger, Zorn, Verbitterung, bei, kann man schweigen · 3677  
 Argumente des Erwachten gegen die Ansicht, die Brahmanenkaste sei die höchste · 5068  
 Aristoteles · 2845  
 Arittho: Vom Erwachten als gefährlich bezeichnete Dinge sind nicht zwangsläufig gefährlich · 2965  
 ariya sangha: Gemeinde zur Triebbefreiung · 2009  
 ariya savako · XXIX, 740, 1429  
 Armut, Bedingung für: Geiz, keine Spenden an Bedürftige · 6316  
 Arten des Ergreifens · 2463  
 Artistengruppe · 1551  
 Arznei nehmen · 1830  
 Asketen- oder Brahmanengruppe

- erlangt weltlose Entrückungen = Wildrudel lebt an einem Ort, zu dem Wildsteller Māro nicht gelangen kann, hebt Wollensflüsse/Einflüsse auf = Wildrudel ist für Wildsteller Māro unsichtbar · 3248
- folgt den sinnlichen Wünschen = Wildrudel, das sorglos das vom Wildsteller Māro ausgestreute Futter nimmt · 3235
- lebt abgeschieden im Wald, in Zeiten des Mangels gehen sie in die Dörfer, werden genussüchtig = Wildrudel wird von dem Wildsteller Māro gefangen · 3238
- lebt in der Nähe des Kōders Welt, sieht das Elend der Welt, aber bekommt Ansichten wie „Ewig ist die Welt...“ = Wildrudel wird von dem Wildsteller Māro gefangen · 3240
- Asketen, den 2.,3.,4., den Nichtwiederkehrer, Einmalwiederkehrer, den in den Strom Eingetretenen · 2445
- Asketenkampf bestanden, wer die Stufen des achtgliedrigen Heilswegs vollendet und Weisheit und Erlösung gewonnen hat · 4849
- Asketenschaft, die nicht Vertrauen erweckt · 4725
- asmi-māno · 338
- Astral-, Luicid- oder Fluidal-Körper · 549
- Atembetrachtung, der, vorangehende neun Anblicke · 1237
- Atlas der Existenz · 684
- Atmung, binden an
- die Herzensbewegtheit beruhigend – das Herz empfindend – Herz · 4468
  - inneres Wohl empfindend – die Herzensbewegtheit empfindend – · 4468
  - von Freude erfüllt – geeinten Herzens – befreiten Herzens – · 4469
- Atmung, binden an: die Ausrodung wahrnehmend – · 4469
- Atmung, binden an: die Unbeständigkeit wahrnehmend – die Reizfreiheit wahrnehmend – · 4469
- auch die rechten Lehren lassen* (wenn am Ziel angekommen), *geschweige die falschen* · 3003
- Auf dem Weg, alles irgend Angenommene, Ergriffene (*upadhi*) zu lassen und aufzugeben · 4553
- Auf und Ab der inneren menschlichen Verfassung · 2360
- Auffassung, die, eines Ich ist die Quelle allen Leidens · 3022
- Aufgang und Untergang der fünf Zusammenhäufungen · 282
- Aufgehoben-Sein der 5 an das Untere haltenden Verstrickungen · 339
- Aufhebung
- der Berührungs-Fortsetzung · 456
  - der Bindung an die Begegnung · 662
  - der Geneigtheiten, der Triebe - Giergeneigtheit, Abwehrgeneigtheit, Wahngeneigtheit treibt ihn nicht. Er kann dem Leiden ein Ende machen · 6859
- Auflösung des Schmerzzustands in der Entrückung · 1256
- Aufmerksamkeit: Anbinden der, an sich selber = Anbinden des Elefanten an den Pfahl · 6125

Aufmerksamkeit: auf „Erde als Ganzes“ richten · 6049  
 Aufmerksamkeit: auf die Herkunft der Erscheinungen gerichtet · 215, 222  
 Aufmerksamkeit: auf die Oberfläche der Erscheinungen gerichtet · 215  
 Aufmerksamkeit: Beobachtungsfähigkeit (manasikāra) · 730  
 Aufmerksamkeit: erste, wie eine Saat · 1755  
 Aufstieg von Höhen zu Höhen · 1188  
 Auftauchen der im Samsāra befangenen Menschen in die Helligkeit und  
 Freiheit dessen, der Heilsgänger geworden ist = die Lichtung, das  
 Herauskommen des Elefanten aus dem Dschungel · 6126  
 auftauchen und wieder untersinken · 1045  
 Aufwärtsentwicklung : a) durch Tugend, metta, bis zu achtzigtausend Jahre  
 Lebensdauer · 7498  
 Aufwärtsentwicklung : b) Bei den achtzigtausend Jahre alten Menschen wird  
 der Kaiser Reinhold und der Vollkommen Erwachte Metteyyo erscheinen  
 · 7501  
 Aufwärtsentwicklung, kontinuierliche, gibt es nicht · 7506  
 Auge (mit Luger), Formen, Luger-Erfahrung, Luger-Berührung, Ohr (mit  
 Lauscher), Töne..., Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität,  
 pr. Wohlerfahrungsuche sind unbeständig, wehe, das gehört mir nicht,  
 das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst. Erfahrener Heilsgänger wird  
 dessen überdrüssig, das Begehren vergeht, Erlösung ist. · 6798  
 Auge der Wahrheit, reizfreies, ungetrübtes · 4194  
 Auge-Formen-Sehbewusstsein · 92  
 Augustinus, Aurelius · 1087  
 Ausroden des Zorns, Anbinden an Sanftmut (Gleichnis  
 Säubern des Parks von toten Stämmen, Unkraut und Lianen) · 2920  
 Aussatz, der vom, Genesene kann die Kranken nicht beneiden · 4700  
 Aussatz, vom, Geheilte kennt Wohl ohne Schmerz, würde sich mit aller  
 Kraft wehren, wenn man ihn an die glühenden Kohlen heranziehen  
 würde, die der Aussatzkranke aufsucht · 4706  
 Aussätziger · 111  
 aussatzkrank · 96  
 Ausschweifung, keine, mit einem Mädchen, das unter der Obhut anderer  
 steht...unter dem Schutz des Gesetzes...mit einer Verheirateten, mit einer  
 im Dienstverhältnis Stehenden..., mit einer Verlobten · 3688  
 Außenprojektionen der Sinnensüchte sind unbeständig · 1074  
 Ausweg aus dem Teufelskreis in immer mehr Sinnensüchtigkeit hinein  
 zeigen die Heilslehrer mit dem Hinweis auf Tugend und Nächstenliebe.  
 Durch deren Pflege wird man von der Jagd nach sinnlicher Befriedigung  
 abgelenkt und auf die Nöte des Nächsten hingelenkt. Durch Zuwendung  
 des anderen Befriedigung von Geist und Gemüt. Neigung und Liebe zu  
 Tugend und Fürsorge nehmen zu · 4128  
 Ausweg liegt in der Abwendung von Üblem · 2055  
 Autorität ist unsicher · 147

---

## **B**

- Bahnen, triebbedingte · 338  
Banks, Frances · 6183  
Baumstamm treibt zum Meer  
    Neigung zum Heil · 1308  
Bäzner, Erhard, über das Zwischenreich · 550  
bedarf man des Vergänglichen, muss man unter dessen Wechsel und Wandel  
    leiden · 4952  
Bedenken der Wahrheit (samādhi) · 1294  
Bedenken und Sinnen bei Nacht – Rauchen – triebwandelndes Denken ·  
    3100  
Bedenken und Sinnen: zwei Weisen des Denkens · 2832  
Bedenken: Abwägen · 2832  
Bedingtheit und Flüchtigkeit aller Gefühle · 302  
Bedingtheit, gegenseitige, von Blendung und Wahn · 2209  
Bedingung für: Großherzigkeit, Gönnen, Mitfreude · 6315  
Bedingung, äußere, für das Aufkommen von Gefühl  
    früheres Wirken = Baumstamm mit Ast und Laubwerk · 6778  
Bedingungen, zwei, um den Körper mit den Sinnesdrängen zu erhalten  
    Kraftreserve und Wärme = zwei Bedingungen, um das Feuer zu erhalten:  
        Grundnahrung (Holz oder Öl) und Luft (Sauerstoff) · 3759  
Bedingungsring, fünf letzte Glieder · 632  
Bedürfen und Gewähren · 1533  
Bedürfnis nach Anerkennung · 1590  
Bedürftiger ist wie ein leckes Schiff · 1757  
Beeinflussung der Umwelt · 163  
Beeinflussung des vegetativen Kräfteflusses · 163  
Befleckung  
    Verärgerung, Verdrossenheit · 1863  
Befleckungen, die die Herzenseinigung verhindern: Daseinsbangnis,  
    Unaufmerksamkeit, Beharren im Gewohnten, Erstarrung aus Angst,  
    freudige Erregung, Gier nach leiblichem Wohl, Übermaß und Mangel an  
    Kraft, sehnsuchtsvolle Erwartung, Vielheitswahrnehmung, übermäßiges  
    Betrachten der Form · 6198  
Befleckungen, feine  
    Auflösung der sozialen Beziehungen · 1293  
Befleckungen, gröbste  
    schlechter Wandel in Taten, Worten, Gedanken · 1281  
Befleckungen, mittlere: kāma-, vyāpāda-, vihimsa- vitakka · 1284

Befreiende, das, am Loslassen entdecken · 1825  
 Befreiungsübungen, Freiungen 8 · 6445  
 Befriedigung der Begehrensdränge stillt nie das Begehren endgültig · 2873  
 Befriedigung ist des Leidens Wurzel · 1790  
 Befriedigung positiv bewerten ist Ergreifen · 1758  
 Befriedigung überhaupt aufgeben = Fleischfetzen herausnehmen · 3127  
 Befriedigung vergrößert Sucht · 1758  
 Befriedigung, durch, entsteht Leid. Ist Befriedigung untergegangen, geht  
 Leid unter · 6748  
 Befriedigung, was wir als, empfinden, das sehen die Erwachten als Kratzen,  
 Reißen, Versengen von Aussatzwunden an · 4701  
 Befriedigung beim Erwachten, bei der Lehre und bei der Schar der  
 Heilsgänger · 2006  
 Befriedigung des Heilsgängers · 1152  
 Befriedigung, vollkommene, bei dem Meister, bei seiner Lehre, Tugend und  
 Liebe zu den Gleichstrebenden, wenn alle vier Arten des Ergreifens  
 durchschaut sind · 2471  
 Begegnender bleiben wollen · 1067  
 Begegnung, sanfte · 1567  
 Begegnungsleben = Aufenthalt in glühender Kohlengrube · 2851  
 Begehren folgen = Gang in den Sumpf · 2872  
 Begehrensdränge im Körper sind die Welt · 81, 89  
 Begehrensgedanke, jeder, ist ein Sandkörnchen mehr auf die Waagschale der  
 Begehrlichkeit, verstärkt die Süchtigkeit = durch Befriedigung des  
 Juckreizes am Kohlenfeuer füllen sich die offenen Wunden des  
 Aussätzigen immer weiter mit Eiter und Schmutz an, vergrößern sich ·  
 4707  
 begehrt, was man, nicht erlangen ist Leiden · 6619  
 Begehungen, sinnliche, machen verletzlich, verstörbar · 2853  
 Beglückung bis Entzückung aus innerer Freude · 1189  
 Beglückung bis Entzückung, die mit Weltlichem verbunden ist, vergleicht  
 der Erwachte mit Feuer, das durch Brennstoff unterhalten wird.  
 Beglückung bis Entzückung außerhalb von Weltlichem, das die zwei  
 ersten weltlosen Entrückungen ermöglicht, vergleicht der Erwachte mit  
 Feuer, das ohne Brennstoff brennt (durch Geistesmacht) · 5258  
 Beglückung bis Entzückung, weltliche, Beispiele für · 5259  
 Beglückung über die gewonnene Herzensreinheit · 2003  
 Behauptung der Brahmanen, der Erwachte vergleicht die vom Wunsch  
 diktierte, die Seele sei genesen nach dem Tod, mit dem Verlangen eines  
 Mannes nach einer Landesschönheit, die er nicht kennt, und mit einem  
 Turm, den er nicht kennt, zu dessen Ersteigung er aber eine Leiter baut –  
 ein sinniges, unbegreifliches Vorgehen · 7008  
 Behauptungen, zwei

- „Es gibt kein Aufhören des Daseins/Werdeseins, es gibt ein Aufhören des Daseins/Werdeseins“ · 4333
- „Es gibt keine formfreien Wesen – es gibt formfreie Wesen“ · 4326
- „Es gibt keine Ursache für das menschliche Sosein – es gibt eine Ursache für das menschliche Sosein“ · 4314
- „Folgenschaftendes Wirken gibt es – gibt es nicht“ · 4306
- Beherrschtes Herz · 3556
- Beiderseiterlöser = hat friedvolle Verweilungen erfahren und Wollensflüsse/Einflüsse aufgelöst · 4622
- Beilstiel-Verschleiß  
Minderung der Triebe · 2838
- Belehrte, der vom Erwachten, identifiziert sich nicht mit den fünf Ergreifenshäufungen · 3795
- Belehrte, der, über den Ausgang des Samsāra hat alle Wirkensabsichten aufgegeben, weil er auf keine Wirkungen – auf Fortsetzung des Samsāra – aus ist · 4240
- belehrter Heilsgänger, der · 2654
- Beleidigung, bei  
*Aufgestiegen ist mir dieses Wehgefühl, durch Lauscher-Berührung bedingt. Berührung, Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, pr. Wohlerfahrung sind unbeständig. Herz wendet sich der Betrachtung freudig zu, beruhigt sich, steht dabei still und wird frei* · 3395
- Beobachtung der Herkunft · 966
- Beobachtung des Körpers, durch, kann er von Gedanken an den Tod nicht aufgewühlt werden, wie ein Wollknäuel nicht in eine feste Tür eindringen kann oder feuchtes Holz nicht in Brand gesetzt werden kann oder in einen randvollen Eimer kein Wasser gegossen werden kann – weil er sich nicht mehr mit dem Leib identisch fühlt · 5964
- Beobachtungsfaden · 862
- Berge des Unheils, vier · 6617
- Berkeley, George · 2702
- Berufsstand, aus jedem, können Läuterungswillige zum Heil kommen · 7428
- Beruhigung durch Analyse der Gedanken (Gleichnis  
Mensch kommt vom Laufen zum Gehen-Stehen-Sitzen-Liegen) · 2893
- Berührung ist bedingt durch die sechs Sinnensichte · 2174
- Berührung ist der Grund für Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität (M 109) · 2110
- Berührung ist schmerzhaft · 454
- Berührung ist schmerzhaft, Insekten an offener Wunde · 2109
- Berührung ist unbeständig · 1076
- Berührung, Bedingung für: Spannungskörper und gegenständlicher Körper · 7312
- Berührungen können nicht einfließen · 1408

Bescheidenheit · 3153  
 Bescheidenheit, wenig Wünsche haben · 3153  
 beschränkte Wahrnehmungsweise · 614  
 beschränktes, begrenztes Licht bei den Leuchtenden, weil grobe körperliche  
 Regungen und Hemmungen  
 Beharren im Gewohnten, Erregbarkeit nicht aufgehoben · 6172  
 Beschwer, beider, andere reagieren entsprechend übel auf mich · 2850  
 Beschwer, eigene  
 sinnliche Bedürftigkeit wächst, wenn Sinnengenüsse positiv bewertet  
 werden · 2850  
 Besessenheit  
 Geister streiten um die Benutzung des Körpers · 3994  
 Besinnungen, sechs · 1193  
 Betrachter vom Körper losgelöst · 291  
 Betrachtung, gründliche (yoniso)  
 Folgen bedenken, Triebe schwächer · 2836  
 Betrachtung, oberflächliche (ayoniso)  
 verstärkt Triebe · 2837  
 Betrachtung, wirklichkeitsgemäße, der fünf Zusammenhäufungen erzeugt  
 keinen Streit · 4672  
 Beunruhigung, Aufregung, Verzweiflung aus äußeren Gründen  
 Verlust geliebter Menschen und Dinge · 3017  
 Beunruhigung, Aufregung, Verzweiflung aus inneren Gründen  
 bei der gedanklichen Trennung von den fünf Zusammenhäufungen fühlt  
 er sich zuerst im Fremden, Leeren, später fühlt er sich befreit · 3018  
 Beurteilung im Geist – Reaktion im Gemüt – Veränderung des Herzens ·  
 2663  
 Bewährung in der Welt und Weltüberwindung · 2457  
 Bewegtheiten, drei = Bewegtheiten der fünf Zusammenhäufungen · 1231  
 Bewegtheiten, drei, sind bedingt durch Wahn · 2205  
 Bewegtheiten, Wirksamkeiten, Vorgänge (sankhāra), drei · 2192  
 Bewerten, positives, durch  
 Tendenzen, die den Ich-Eindruck bewirken, werden verstärkt, und das  
 Objekt wird begehrenswerter · 2792  
 bewerten, was wir denkerisch positiv, wird Trieb · 7234  
 bewertendes Denken, durch, bilden wir die Seele, und so wird sie nach dem  
 Tod sein, wird ihre innere Dunkelheit oder Helligkeit offenbaren · 4862  
 bewertendes Denken, durch, weil es ununterbrochen stattfindet, werden  
 entsprechende Triebe verändert · 6242  
 Bewertung, positive oder negative · 2833  
 Bewusstsein, schrankenloses · 1296  
 Bewusstseinsenerweiterung · 580  
 Bewusstseinsgrade, vier, beim Einsteigen und bewussten Verweilen im  
 Mutterleib, früheres Leben im Gedächtnis behalten (D 33) · 5104



Bezüge durch Bedenken lösen · 400  
 Bezugsschaffendes Denken setzt zunächst latent ins Dasein  
     ein beziehungsreiches „Ich“ und eine Welt von Beziehungen zu als  
     Objekte gedeuteten Wahrnehmungen · 1796  
 bhavacakka · 452, 631  
 Bindungen, 5, des Gemüts · 2657  
 Bindungen, wie sie entstehen · 2660  
 Bismarck, Otto v · 6825  
 Blendung  
     Hase im Lichtkegel des Autoscheinwerfers · 946  
 Blendung, unerkannte, nährt Gier und Hass · 5156  
 blendungsfreier Anblick · 126  
 Blick auf die Herkunft und die Folgen · 214  
 Blindgeborener, dem ein ölußgeschwärztes Schinderhemd als weiß und rein  
 aufgeschwatzt wird, erkennt – sehend, gesund geworden – den Betrug  
     Gesundheit = Nirvāna · 4716  
 Bloßstellung vor anderen ist für den anderen schmerzlich und unheilsam,  
     weckt Minderwertigkeitsgefühle, Rachegefühle bei dem Bloßgestellten ·  
     6546  
 Bodhisattva - Anando nennt die außerordentlichen Vorkommnisse bei der  
     Geburt eines Bodhisattva. Der Erwachte fügt hinzu als außerordentliche  
     Eigenschaft des Vollendeten: Gefühle, Wahrnehmungen, Gedanken  
     steigen dem Erwachten bewusst auf, bleiben bewusst und gehen bewusst  
     unter · 6090  
 Bodhisattva - gute Eigenschaften sind da = Rinder gesichert  
     Herzenseinigung · 2857  
 Bodhisattva versuchte vergeblich, durch Selbstqual von der Sinnensucht frei  
     zu werden, erlangte später durch hohe Vorstellungen Verzückung,  
     Einigung des Herzens, war dadurch von den Sinnendingen abgezogen ·  
     5329  
 Böhme, Jakob · 212  
 Bollnow, O.F. · 1605, 1990  
 Bootstau · 2664  
 Bootstau-Verschleiß  
     Minderung der Triebe · 2838  
 böser Adler – armer Fisch – aus Wahn töten die Starken die Schwachen, die  
     morgen die Starken sind · 3686  
 Boss, Medard · 5160  
 Brahma Bako will dem Asketen Gotamo entschwinden, kann es nicht.  
     Erwachter entschwindet und spricht: *Weil ich Gefahr beim Dasein sah,*  
     *wünscht' ich des Daseins Aufhebung.* · 3976  
 Brahma besteht in reiner, geistunmittelbarer Form. Menschen, die zu  
     Brahma wollen, müssen sich zu seiner Lauterkeit hinarbeiten · 5269  
 Brahma überblickt die Wesen, lebt länger als sie · 3964

- Brahma, bei, und gar den noch darüber stehenden Göttern gibt es nicht die Unterscheidung in lieb und unlieb. Sie leben in einem solchen Eigenwohl, das ihnen stets vollen Frieden und Glücksempfinden gibt · 7231
- Brahma, Weg zu, sind die Strahlungen, die den vier Stufungen der Wesen der Reinen Form entsprechen · 5273
- Brahma: Priester nennen Gebete, Riten, Verhaltensweisen für den Weg zu Brahma, ohne zu wissen, wo und wie Brahma ist, wie wenn ein Mann eine Leiter zum Besteigen eines Turms baut und nicht weiß, wo dieser Turm und wie hoch er ist · 7138
- Brahmane, kein, weiß etwas über Brahma, und doch behaupten sie, den geraden Weg zu ihm zu wissen. Es ist eine Kette von Blinden. Auch den Weg zum Sonnen- und Mondgott (Götter der Dreiunddreißig) kennen sie nicht · 7130
- Brahmanen höchste Kaste? – Geheilter Mahākaccāno: Das ist nur ein Gerede der Welt. Kasten sind einander gleich · 4927
- Brahmanen höchste Kaste? Einem Reichen dienen die Angehörigen anderer Kasten. – Für alle gilt: Wenn sie den zehn falschen Wirkensfährten folgen, werden sie in unterer Welt wiedergeboren, wenn sie den zehn rechten Wirkensfährten folgen, werden sie in himmlischer Welt wiedergeboren. – Für Verbrechen werden sie in gleicher Weise bestraft und als Hauslose in gleicher Weise geehrt · 4927
- Brahmanen nennen fünf Verhaltensweisen, um Verdienstvolles zu wirken: dem (Veden-)Studium sich hingeben, geistige Anstrengung, Loslassen, sexuelle Enthaltensamkeit, sich an die Wahrheit halten · 5241
- Brahmanen nennen fünf Verhaltensweisen. – Der Erwachte sagt: Kein Brahmane hat diese Verhaltensweisen befolgt und dadurch höheres Wissen erlangt, hat Brahma erlebt, kennt den Weg zu Brahma · 5243
- Brahmanen, bei den, zur Zeit des Erwachten herrschte die Auffassung, dass das Hausleben mehr Arbeit mache als das Leben als Hausloser und dass mehr Arbeit auch mehr einbringe · 5238
- Brahmanen, die, haben brahmische Art verlassen und können darum weder erlangen, dass ihnen Brahma hier erscheint, noch erlangen, dass sie bei Versagen des Körpers nach dem Tod zu Brahma eingehen könnten · 7147
- Brahmanengesetz, das · 4165
- Brahmawelten, Wiedergeburt in den, anstreben · 6003
- Brahmawesen hängen an Form an sich · 3960
- brahmische Wesen hätten es nicht nötig, von außen etwas heranzunehmen, aber weil sie die Gefahr nicht sahen, folgten sie einem vielleicht nur kurzen Sichmelden ihrer sonst latenten Genussucht, und damit haben sie sich selbst aus dem Paradies ihres herzunmittelbaren Wohls vertrieben · 7404
- Brahmāyu, 120jähriger Priester, hat durch die Belehrung des Erwachten selber die Wahrheit gesehen · 5048

Brandmale · 557  
*Brennt rings das Haus...* · 207  
Brunnenschacht, dunkler, enger – weite Ebenen in Licht und Sonne =  
Wohlgeschmack der Lust – Wohlgeschmack des Herzensfriedens · 3255  
Brunnenschacht, Emporsteigen im, = Überwinden der Finsternis  
Wohlgeschmack der Tugend · 3258  
Buber, Martin · 5163  
Buddha ist des unbegangenen Weges erster Wegbahner · 2483  
Buddha Metteyyo wird mehrere tausend geheilte Mönche haben · 7503  
Buddhisten, heutige, versuchen vergeblich... · 1338

---

## C

Capra, Frithjof · 5140  
Carlson, Richard · 1607  
Castell, Gigo von · 1747, 1748  
*cetanā-kāya = sankhāra* · 358  
Challoner, H.K. · 1605  
Chance · 38  
Chinesische Staatsweisheit · 658  
citta (Herz) = 2.Partizip von cinteti (bedenken) · 1949  
Claudius, Matthias · 279, 3177  
Cluny, Odilo v. · 557  
Crookall, Robert · 6231

---

## D

daherwuchten · 1642  
Dante, Alighieri · 6243  
*Darauf habt ihr zu achten, darauf habt ihr nicht zu achten* · 7067  
das Freiwerden von allen Wollensflüssen/Einflüssen des geheilten Mönchs  
ist vergleichbar mit der vom Elefanten beherrschten höchsten Übung  
„Unverstörung“ · 6126  
*Das gibt es, ich habe es selbst erlebt* · 823  
*Das Gute, das ich tun will* · 779, 1291, 3103, 3844, 5537  
*Das habt ihr zu pflegen*  
Reinheit, innere, oder höhere Zustände sind, wenn sie aufkommen, zu  
pflegen, zu vertiefen  
vierter Kampf der Erhaltung · 7072  
*Das habt ihr zu überwinden*  
zweiter Überwindungskampf · 7070

Das ist der Frieden... · 1617  
*Das Üble unterschätze nicht...* · 1950  
 Dasein  
     Strom des Werdeseins · 388  
 Dasein (bhava) wird als Selbsterfahrnis in drei Weisen erlebt  
     Erfahrnis der Sinnensucht, der Reinen Form, der Formfreiheit · 2145  
 Dasein, latentes, (bhava) ist die jenseits der Erscheinung liegende Wurzel  
     der Erscheinung · 2142  
 Daseinsbagnis mit der Ich-Vorstellung verbunden · 3113  
 Daseinsdurst = Rückgrat des gesamten Durstes · 818  
 Daseinsdurst durch Wahn bedingt · 819  
 Daseinsdurst, kein erster Anfang · 815  
 Daseinsformen nach diesem Leben, Anstreben und Erlangen besserer, setzt  
     voraus: Vertrauen, Tugend, Wahrheitskenntnis, Loslassen, Klarblick ·  
     5983  
 Daseinsrad · 452, 631, 633  
 Daseinsstufen, 18 mögliche · 2146  
 Daseinsunsicherheit, Daseinsbagnis verlieren sich = Zweizack  
     herausnehmen · 3113  
*dass wir hier ein Land bewohnen...* · 279  
 Dauerwohl, körperliches · 1266  
 Dazugehörige · 2936  
 de Stael, Germaine (Madame) · 1545  
 Dehmel, Richard · 1968, 3906  
 déjà-vu-Effekt · 1204  
*Dem Herzen geht es gut (D 33)* · 2099  
*Dem irdnen Krug vergleiche diesen Körper* · 1427  
 Demut, Gründe zur · 1998  
 Denken an das Erfahrene verstärkt die Erscheinungen · 1764  
 Denken ist die wichtigste Wirkungsweise · 4178  
 Denken, Reden, Handeln, eigenes, und das der anderen durch Wahn bedingt  
     · 768  
 Denken, triebwandelndes und gelenktes · 1288  
 denkerische Aktivität – als neue nüchterne Überlegung oder als Schwungrad  
     der Denkgewöhnung eingespielt – verändert ununterbrochen die Psyche  
     (nāma) und Formen werden in die Vergangenheit geschickt · 2187  
 denkerische Aktivität, durch, bessere Programme schaffen, sogar die  
     Programmiertheit selber überwinden · 3728  
*Der Körper ist da - diese Beobachtung ist ihm ständig gegenwärtig* · 2269  
 Descartes, René · 605, 824, 5096, 5139  
 Determinante des Willens · 778  
 Devadatto · 3422  
*Die Welt ist in der Seele* · 396

*Dies Ganze gilt nicht wirklich* · 73, 77, 78, 3046, 3277, 3778, 4333, 4409,  
 5518, 5578, 6403  
 Dikshit, Sutakar S. · 2711  
 Ding-Wahrnehmung (dhamma- saññā), angenehme  
     Kaffeeeruch, -geschmack, Aussehen von Kaffee · 3756  
 Dogma, dass Bewusstsein durch den Körper entstehe · 692  
 domanassindriya · 1261  
 Drang zum Sehen, Hören (Luger, Lauscher), nicht Auge, Ohr · 2782  
 Dränge lauern auf Befriedigung · 104  
 Dränge, Lenkkräfte, indriya · 356  
 drängendes Wollen · 94  
 Drehscheiben-Gleichnis · 2824  
 Dschuang Dsi · 3160  
 Dseng Dse · 6226  
*Dulden uns geduldig macht* · 1832  
 Dunkelheit und Kälte überwunden durch Beglückung, Heiligkeit und Freude  
     · 2026  
 Dunkelheit, innere, fordert äußeren Anreiz · 1912  
 durch Wahn ist Aktivität  
     Ergreifen · 655  
 durchschauen, durchdringen, durchbohren durch alle unbeständigen  
     Erscheinungen als nicht ich · 3617  
 Dürftigkeit des Gemüts, Unbeliebtheit, Bedingung für: Neid, Missgunst,  
     reiches Gemüt, Beliebtheit, Bedingung für: Großherzigkeit, Gönnen,  
     Mitfreude · 6311  
 Dürr, Hans Peter · 1743, 1744, 5514  
 Durst  
     Mensch von Giftpfeil getroffen (M 105) · 2127  
 Durst = Spürbarwerden von Anziehung, Abstoßung, Blendung im Geist ·  
     124  
 Durst ist bedingt durch Gefühl · 2165  
 Durst ist bewusst, seine Wurzel  
     unbewusstes Erlebnisverlangen der Tendenzen · 2125  
 Durst ist der Pfeil, Wahn gefährliches Gift, Gier nach Sinnendingen und  
     Antipathie bis Hass verletzen. Ein Mönch glaubt, dass er Durst und Wahn  
     aufgehoben hat, am Ziel angekommen ist, und übt keine Sinnenzügelung.  
     Herz kann von Gier verdorben werden, er kann aus dem Orden austreten ·  
     5527  
 Durst ist die von den unbewussten Trieben ausgelöste spontane  
     Willensreaktion auf das Erlebnis · 2158  
 Durst ist unbeständig · 1078  
 Durst kann akut nicht spürbar sein, weil Einsichten oder überweltliche  
     Erlebnisse so übermächtig sind, dass sie sein Aufkommen nicht erlauben,  
     trotzdem sind die Triebe nicht aufgehoben, aber sie melden ihr latentes

- Verlangen als Durst erst wieder, wenn die akute Beeindruckung durch Höheres vergangen ist · 5533
- Durst lässt den Eindruck von Persönlichkeit entstehen, Aufhebung des Durstes hebt den Eindruck von Persönlichkeit auf · 3783
- Durst, der stets auf Befriedigung drängende · 2162
- Durst, Leidensursache, häuft fünf Zusammenhäufungen immer weiter zusammen · 2125
- Durst, schwächerem, wird leichter widerstanden · 2160
- Durstanwandlungen, starken, kann der Mensch nicht widerstehen · 2159
- Durstarten, sechs · 2163
- Durstaufhebung hat zwei Voraussetzungen: Wenn der Mönch gehört hat:  
*„Alle Dinge (= fünf Zusammenhäufungen) sind ungeeignet, sie zu lieben und festzuhalten“, dann betrachtet er jedes Ding unbefangen mit innerem Abstand · 3607*
- durstgetriebene Anwandlungen · 2126

---

## **E**

- Eichenbohle · 81
- Eifersucht, Ärger, Zorn, Wut · 562
- Eigenschaften begleiten uns · 2819
- Eigenschaften eines auf das Wahre ausgerichteten Menschen · 5663
- Eigenschaften eines nicht auf das Wahre ausgerichteten Menschen: besitzt nicht Vertrauen, Scham, Scheu (bei Unheilsamem), Wahrheitskenntnis, Tatkraft, Wahrheitsgegenwart, Weisheit · 5650
- Eigenschaften hängen miteinander zusammen · 2061
- Eigenschaften und Verhaltensweisen, die eine Korrektur erleichtern · 2618
- Eigenschaften und Verhaltensweisen, die eine Korrektur erschweren · 2602
- Eigenschaften, elf, für die Askese tauglich
- Mönch bittet die Älteren um Belehrung = Rinderhirt kennt die Furt · 3485
- Mönch erfährt Wahrheitwonne, innere, Beglückung und Freude = Rinderhirt kennt Wasserstellen · 3485
- Mönch kennt achtgliedrigen Weg = Rinderhirt ist pfadkundig · 3485
- Mönch kennt die Form, die vier großen Gewordenheiten = Rinderhirt ist der Leibesart der Rinder kundig · 3485
- Mönch kennt die Merkmale des Toren und Weisen = Rinderhirt ist der Eigenschaften der Rinder kundig · 3485
- Mönch nützt nicht die Gebefreudigkeit der Spender aus = Rinderhirt melkt nicht restlos aus · 3485
- Mönch pflegt die vier Pfeiler der Selbstbeobachtung = Rinderhirt kennt die Weide · 3485

- Mönch vertreibt unheilsame Gedanken = Rinderhirt zerstört Insekteneier · 3485
- Mönch würdigt die Überlegenheit der Älteren = Rinderhirt beachtet die Leitstiere · 3485
- Mönch zeigt anderen die Lehre = Rinderhirt macht Rauch · 3485
- Mönch zügelt die Sinnesdränge = Rinderhirt versorgt Wunden · 3485
- Eigenschaften, fünf, aus rechter Anschauung · 216
- Eigenschaften, sieben gute, des Heilsgängers nach der Übung in Wachsamkeit genannt: Vertrauen, Scham, Scheu, Träger des Wissens, Tatkraft, der Wahrheit eingedenk, Weisheit – ermöglichen weltlose Entrückungen, drei Weisheitsdurchbrüche · 4055
- Eigenschaften, überragende, des Erwachten und der Mönche, von König Pasenadi genannt. Tod des Königs Pasenadi · 4995
- Eigenschaften, vorzügliche, des anderen sich vergegenwärtigen · 1602
- Eigentum des Wirkens sind die Wesen* · 46
- Eigenwillen aufheben, sich nicht verstören lassen von den Wahrnehmungen ist eine gewaltige Abschwächung der Triebe · 4456
- Eilbotenpaar · 278
- Eindrücken nicht nachgehen · 1333
- Einebnung der Ich-Du-Spaltung, Übung · 1507
- Einfluss des Geistes auf das Gemüt (ceto), Einfluss des Geistes auf das Herz (citta) · 2839
- Einflussmöglichkeiten auf unser „Schicksal“, zwei · 748
- Einfühlen in den Herzensfrieden · 2745
- Einhaltung der Tugendregeln ist sichergestellt und ebenso die Abtrennung von ungunen Eigenschaften durch Erhellung der Gesinnung des Herzens · 2055
- Einheit des Gemüts · 141
- Einigung (samādhi) aus innerem Wohl · 1196
- Einigung, samādhi = Ausruhen auf der Höhe des Felsens · 6118
- Einigung, schnelle, des Herzens · 1576
- Einmalwiederkehrer schwimmt auf die Küste zu · 1070
- Einsamkeit, der Erwachte mahnt die Mönche zur, · 6073
- Einsicht des Geistes über die blinde Kraft der Triebe stellen · 2818
- Einsicht in die leidigen Folgen übertönt manchmal den triebhaften Wunsch. Am anderen Tag wieder für die Triebe entschieden = Gewicht auf Waagschale geworfen, Waage pendelt sich aus = große Menge Milch in den See geschüttet, See ist weiß, Milch verliert sich nach einiger Zeit: Wirkung zuerst überschätzt, hernach unterschätzt. Abschwächung der Triebe übersieht man leicht · 3566
- Einsicht ist der erste Schritt zur Besserung* · 780
- Einsicht, entlarvende, dass üble Gemütsverfassungen schädlich sind, mindert den Bezug · 2822
- Einstein, Albert · 2700

Eintracht führt: zum Einhalten der Tugendregeln · 3911  
 Eintracht führt: zum Heilsverständnis. Das ist das Wichtigste, das Beste · 3913  
 Eintracht zwischen Ordensbrüdern  
     liebevoll in Taten, Worten, Gedanken in ihrer Gegenwart wie in ihrer Abwesenheit · 3896  
 Eintracht: führt zur, Spenden als Gemeingut betrachten · 3910  
 Einzelerwachte (Paccekabuddhas) · 5801  
*einzig von innerem Wohl beglückt* · 6277  
 Eitelkeit, verletzte · 1604  
 Elend der Abhängigkeit von den Sinnendingen und der Segen durch Begehrensfreiheit · 5061  
 Elend der Gefühle  
     ihre Unbeständigkeit · 2592  
 Elend der Sinnensüchte erkennen: berufliche Quälerei · 2556  
 Elend der üblen Gedanken betrachten (Gleichnis  
     Aas an den Hals gebunden · 2886  
 Eltern töten ihr Kind, um zu überleben · 2105  
 Eltschaninow, Alexander · 1726, 1855  
 Emerson, Ralph Waldo · 1985, 7383  
 Empedokles, Agrigent v. · 4161  
 Empfindungen der anderen beachten · 2819  
 Empfindungseigenschaft der Triebe ist etwas anderes als die Lebenskraft · 3761  
 Empfindungssucht, welthungrige · 97  
 Empfindungssuchtkörper · 98  
 Ende der Welt · 65, 66, 68, 69, 70, 82, 83, 84, 86, 87, 89, 108, 905, 1332, 2715, 3099, 3100, 3449, 5949, 6438, 6979, 6999  
 endloser Kreislauf von Bedingtheiten · 383  
 Endres, J. · 2846  
*entbehren sollst du, sollst entbehren (Faust)* · 6484  
 entblendete Wirklichkeitssicht, Vollendung der · 3215  
 Entfremdung gegenüber dem Ich und der Welt, wer den Prozess der, durch ununterbrochene Beobachtung der Vorgänge nicht an sich vollzieht, bleibt dem Tod verfallen, wie ein Gefangener eine Schale mit Wasser über einen Jahrmarkt tragen muss und umgebracht wird, wenn er Wasser verschüttet · 6131  
 Entleerung von der Vorstellung „Es gibt nicht irgendetwas“ · 6056  
 Entleerung von der Vorstellung „Ohne Ende ist die Erfahrung (vinñāna)“ · 6055  
 Entleerung, fortschreitende, von allem Bedingten, bis das Nichtbedingte, Leidfreie übrig bleibt · 6043  
 Entrückung  
     1. Gleichnis: Stroh, Feuerholz, Wasser · 1454



2. Gleichnis: Reis und Gerste · 1454
3. Gleichnis: Sesam, Linsen, Bohnen · 1454
4. Gleichnis: Butter, Öl, Honig, Sirup, Salz · 1454
- Entrückung oder Strahlung: Übender hat die Last von Gier, Hass, Blendung zu dieser Zeit abgelegt · 2589
- Entrückung, Bedingung für die vierte: über körperliches und geistiges Wohl und Wehe hinausgewachsen · 3766
- Entrückung, für die zweite, das Gleichnis  
 klarer See, keine Zuflüsse von außen (Sinneseindrücke schweigen), und es kommt auch kein Regen von oben (Geistestätigkeit schweigt), er wird nur gespeist von einer unterirdischen reinen Quelle = Der Grundzustand, die reinere Herzensverfassung macht einen solchen Menschen aus sich selbst zu diesem seligen Frieden fähig · 6973
- Entrückung, in vierter, hören Atem und Herzschlag auf (A IX,31) · 3767
- Entrückung, vierte weltlose, Verweilen in bewusster Gleichmutsreine und Gespräch mit Göttern aus diesem Bereich ist vollkommenes Wohlsein · 4873
- Entrückungen als Voraussetzung, um innere Leerheit zu gewinnen · 6080
- Entrückungen befreien von den Leimködern · 427
- Entrückungen übersteigen alles Beschreibbare · 804
- Entrückungen, die ersten drei, sind noch der Regung unterworfen, in der vierten ist keine Regung mehr. Aber auch diese ist zu übersteigen durch die friedvollen Verweilungen bis zu dem letzten Stand, der durch nichts mehr bedingt ist und darum auch durch nichts verstört und beendet werden kann – und gleichzeitig das vollkommene Wohl ist · 4577
- Entrückungen, die, schaffen die Grundlage der Geistesmacht (iddhi-pāda) · 7052
- Entrückungen, drei weltlose, sind der Weg, um vollkommenes Wohl zu erreichen · 4871
- Entrückungen, weltlose, durch, wird das Schwinden der Sinnensucht-Wahrnehmung, ein Transzendieren in feine Wahrheitswahrnehmung erlebt  
 nicht Ich und Welt, Form, Raum, Zeit, nur Frieden · 6969
- Entrückungen, weltlose, werden dadurch erfahren, dass sich die innere Grundbefindlichkeit erhöht · 3752
- Entrückungen, wer die weltlosen, häufig erlebt, weiß: Es gibt auch ein Leben ohne Leiblichkeit und ohne Weltlichkeit, und dieses ist seliger, beglückender und überzeugender als der bisher erlebte Strom von Ereignissen. Es ist eine feine Wahrheitswahrnehmung · 6972
- Entrückungsgewohnter ist eigenwahrnehmig · 1918
- Entrückungsleben · 281
- Entschlossenheit, unbeugsame · 2746
- Entwicklung zur Abgeschiedenheit · 799
- Entwicklungsetappen, vier, des Heilgängers · 2008

Episode, eine, des Herzens - das ist dieser Sterbliche · 810, 1806  
 Erben der Lehre, nicht Erben des Materiellen · 1848  
*Erben des Wirkens bin ich* · 193  
 Erfahrer, der, weltloser Entrückungen, Überwinder sinnlicher  
     Wahrnehmung, fragt nicht nach der Herkunft der sinnlichen  
     Erscheinungen, hat feine Wahrheitswahrnehmung · 5407  
*Erfährt der Heilsgänger keine innere Beglückung bis Entzückung oder  
 Besseres, so kreist er immer noch um die Sinnendinge herum* · 2599  
 Erfahrung (viññāna) ist unbeständig · 1075  
 Erfahrung der Triebe in den Sinnesorganen ist identisch mit Berührung der  
     Triebe · 2172  
 Erfahrung ist der sicherste Weg · 5131  
 Erfahrung und Berührung, durch, ununterbrechungslos erlittener  
     Dauerschmerz · 6772  
 Erfahrung und Deutung · 143  
 Erfahrung, keine eigene, der Priester über die Wahrheit der Sprüche · 5100  
 Erfahrung, mit der von den Sinnesdrängen befreiten, wird formfreies  
     Erleben erfahren · 3739  
 Erfahrung/Bewertung des Geistes bedingt das Psycho-Physische · 2186  
 Erfahrungsakte und Berührungen, Dauerschmerzen, gehören zur Natur der  
     Daseinsformen in der sinnlichen Wahrnehmung · 4703  
 Ergreifen  
     Jede Daseinskomponente besteht nicht für sich als fest umrissenes  
     Ganzes, sondern wird durch Ergreifen ständig neu gefügt zu einer  
     Summe von Einzelheiten · 5606  
     Nachfüllen von Öl (S 12,53) · 1759  
 Ergreifen = Welt · 366  
 Ergreifen = Wunsch nach Gierbefriedigung · 3788  
 Ergreifen der 5 Zusammenhäufungen  
     Aufladen der Last · 494  
 Ergreifen der fünf Zusammenhäufungen aufgeben · 3075  
 Ergreifen ist bedingt durch Durst · 2157  
 Ergreifen unantastbarer Ruhe, Loslassen aller Wahrnehmung, von einem  
     Selbst ausgehend angenommen, verhindert jede weitere Ablösung · 5398  
 Ergreifen und die fünf Zusammenhäufungen sind nicht das Gleiche · 3788  
 Ergreifen, 4 Arten von · 2155  
 Ergreifen, Aufgreifen, Angehen einer Erscheinung durch freudige oder  
     traurige oder gleichgültige geistige Stellungnahme · 6406  
 Ergreifen, d.h. aktives Wirken im Denken, Reden und Handeln, hält die drei  
     als passiv erlebten Ergreifens-Häufungen in Gang · 5603  
 Ergreifen, dem Durst folgen, oder nicht – bietet die Möglichkeit des  
     Eingriffs, geht vom Menschen aus · 2230  
 Ergreifen, es gibt kein, außerhalb der fünf Ergreifens-Häufungen · 5598  
 Ergreifen, frei von, wird der Heilsgänger nicht erschüttert · 6514

Ergreifen, höchstes, ist das Anstreben der Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung · 5584

Ergreifen, ohne, wird er nicht erschüttert, unerschüttert erreicht er die Triebversiegung · 3622

*ergreifend anhaften werde ich nicht am Auge, Ohr...mit den jeweiligen Trieben, an der Form, dem Ton... Luger-Erfahrung...Denker-Erfahrung* · 6706

*ergreifend anhaften werde ich nicht an dem, was ich gesehen...habe, nicht wird die pr. Wohlerfahrungssuche daran gebunden sein* · 6730

*ergreifend anhaften werde ich nicht an der Berührung, am Gefühl, und nicht wird mir die pr. Wohlerfahrungssuche daran gebunden sein* · 6718

*ergreifend anhaften werde ich nicht an der Gewordenheit Festigkeit, Flüssigkeit, Hitze, Luft, Raum, Erfahrung* · 6712

*ergreifend anhaften werde ich nicht an der Vorstellung „Unendlich ist Raum – Erfahrung – Nicht-Dasein – Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung“* · 6726

*ergreifend anhaften werde ich nicht dieser Welt – nicht jener Welt* · 6728

Ergreifens-Häufungen, außerhalb der, gibt es kein Ergreifen · 5603

Ergreifens-Häufungen, fünf, niedrige und hohe, ferne und nahe · 5610

Ergreifens-Häufungen, fünf, vergangene, zukünftige, gegenwärtige · 5609

Ergreifens-Häufungen, fünf, wurzeln in der Gier · 5594

Ergreifens-Häufungen, fünf, zu sich gezählte und als außen erfahrene, grobe und feine · 5609

Ergreifenshäufungen, sich identifizieren mit · 3792

*ergriffen werden* · 41

Erhellung des Herzens bei sich spüren · 1913

Erhellung und Auflösung der Triebe = der Elefant verrichtet die verschiedenen Arbeiten · 6126

erhoben und beglückt waren fünfhundert Nonnen durch Nandakos Darlegung der Lehre, ihr Gemüt war ganz und gar mit der Belehrung erfüllt. Die geringste unter ihnen hat den Stromeintritt gewonnen · 6794

Erinnerung des Falschen · 975

Erinnerung des Wahren · 975

Erinnerungsprogramme, was Wohl ist und wie es zu erreichen ist, und von daher Handlungsprogramme · 2113

Erkennen und Sehen, reines, der Samsāra-Wege, Rückerinnerung · 3208

Erkennen und Sehen, reines, des Vorgehens und Erlebens der Wesen, Verschwinden/Erscheinen sehen · 3212

Erlangung zeitlicher Erlösung (s. M 30), kann wieder verloren gehen: vier Entrückungen, 4 friedvolle Verweilungen = hat Kernholz gewonnen. Entrückungen: Tor zum Nibbāna · 3449

Erleben blinder Zufall · 515

Erleben ist Wahrnehmen · 72

Erleben von Welt = subjektive Wirklichkeit · 1800

Erlebnisse sind Gedanken, Worte und Taten, die vorher aus Durst ergriffen  
 und darum ins Werdesein geschickt wurden · 2142  
 Erlebnisströmung, Daseinsströmung, bhavasota · 630  
 Erleichterung durch Nicht-mehr-Haften an Besitz · 696  
 Erlösung = Ziel und Frucht der rechten sati · 267  
 Erlösungen der Wirklichkeit verstehen = zeitliche Erlösung erfahren (M 29)  
 = Stromeintritt erlangen · 4846  
 Ernährung des Psychischen durch die programmierte Wohlerfassungssuche  
 des Geistes beim Säugling · 2116  
 Ernährung/Berührung ist Erfahrung und Erfahrung ist Berührung/ Ernährung  
 · 2783  
 ernsthaft Übende mit bester Almosenspeise geehrt · 1905  
 Ernsthaftigkeit · 682, 2001  
 Ernsthaftigkeit besiegt den Tod...(Dh 21) · 682  
 Ernte des Gebens und des Geizes · 569  
 Ernte eines Nicht-Ich wird nicht von einem Ich erfahren · 5640  
 Ernte tritt gemischt heran · 1381  
 Ernte, geringfügige (Verletzung Angulimālos am Kopf), statt Wiedergeburt  
 in der Hölle · 4945  
 Ernte, wie einst gewirkt (Baum), erleben wir nicht, sondern erst, nachdem  
 die Triebe ihr verzerrendes Urteil gesprochen haben · 6779  
 Erntebereiche, drei Arten von · 387  
 Erotik, Geschmäckigkeit · 944  
 Erscheinen ist Wahrnehmen. Es ist die Wahrnehmung von Form und Gefühl,  
 auf die reagiert wird. Durch das Reagieren wird der Mensch geneigt, auch  
 weiterhin zu reagieren · 5595  
 Erscheinungen, aller, verborgene Wurzeln sind abgeschnitten wie die Krone  
 einer Palme, die dann nicht mehr wachsen kann und eingeht – Māro  
 entronnen · 3281  
 Erschütterung infolge von Ergreifen der fünf Zusammenhäufungen · 6508  
 Erträumen · 195  
 erwacht, selber, kann man Erwachte erkennen, so wie man großen Elefanten  
 erst erkennen kann, wenn man ihn sieht · 3290  
 Erwachte, der, empfindet nur Wohl, ohne sich zu bewegen und zu sprechen ·  
 2599  
 Erwachte, der, erklärt, dass der Verstorbene triebversiegt,  
 Nichtwiederkehrer, Stromeingetretener ist, weil Menschen, die  
 Vertrauen, Begeisterung haben, das Herz auf die innere Art des  
 Verstorbenen sammeln und dadurch weltunabhängiges Wohl gewinnen ·  
 4609  
*Erwachte, der, ist Meister der Götter und Menschen* · 7091  
 Erwachte, der, ist nicht bewegt bei Lob und Tadel · 3074

Erwachte, der, sagt dem Menschen das, was für ihn hilfreich ist. Daneben ist die Frage, ob diese hilfreichen Aussagen nicht angenehm sind, von zweitrangiger Bedeutung · 4248  
 Erwachte, der, weiß den rechten Zeitpunkt dafür, wann er Worte spricht, die anderen lieb und unlieb sind · 4254  
 Erwachte, der, weist die Mönche ab und lobt Mahāmoggallāno, der sich ihrer annehmen will · 4581  
 Erwachten, dem, sind die Daseinsgesetze jederzeit gegenwärtig · 4256  
 Erwachter  
     Ob ihm Schüler zuhören oder nicht, er ist weder zufrieden noch unzufrieden, ist gleichmütig, klarbewusst · 6443  
     unvergleichlicher Führer bezähmbarer Menschen · 6444  
 Erwachter aber entschwindet ihm und spricht  
     *Weil ich Gefahr beim Dasein sah, wünscht' ich des Daseins Aufhebung · 3976*  
 Erwachter bleibt unberührt von Erscheinungen · 2762  
 Erwachter ermahnt, tadelt Mönche als Freund · 6089  
 Erwachter hat aus sich heraus höchste Vollkommenheit erworben · 5291  
 Erwachter in weltlosen Entrückungen  
     nicht ansprechbar von Sakko · 7215  
 Erwachter ist des unentdeckten Wegs Entdecker · 5592  
 Erwachter, der: Es kommt nicht darauf an, ob einer Erfolg erwartet oder nicht, sondern ob er den Reinheitswandel (achtgliedrigen Heilsweg) von Grund auf kenne. = Wer weiß, wie Sesamöl – Milch – Butter zu gewinnen und Feuer zu machen ist, der ist auch erfolgreich, unabhängig davon, ob er Erfolg erwartet und wünscht · 6163  
 Erwachungsglieder ergeben sich aus den Satipatthāna-Übungen · 884  
 Erwachungsglieder, sieben, führen zur Triebversiegung · 1842  
 Erwägen wurzelt in der Illusion einer gespaltenen Begegnungswahrnehmung · 7234  
 Erwartungshaltung: Begegnung, Anfassen, Tasten · 1773  
 Erzeugungszusammenhang · 384  
*Es gibt ein Ungeborenes...* · 884  
*es gibt kein unvergängliches Gut als festen Besitz* · 3020  
*Es gibt nicht nur Zeugung durch die Eltern, sondern auch geistunmittelbare Geburt* · 3701  
*Es gibt weder ein Selbst noch etwas, das mir gehört* · 3024  
 Etappenreisen, vier Arten von · 3133  
 Evagrius Ponticus · 2846  
 Ewigkeit von Seele und Welt · 138  
 Existenz vernichtet mit Tod · 515  
 Existenzschau, umfassende, bilden · 1615

---

## F

Fackel auf dürres Gras · 54, 62

*Fähigkeit, eine heilmächtige, weltüberlegene, ist dem Menschen eigen, diese lehrt der Erwachte den Menschen kennen* · 5204

Fähigkeiten, acht höhere, als Frucht des achtgliedrigen Weges

- a) Körper und geläuterte pr. Wohlerfassungssuche sieht der Mönch, der Gleichmutsreine, den Reifegrad der vierten Entrückung, gewonnen hat, als Zweiheit = Arm eines Mannes, an den ein Juwel gebunden ist · 4775
- b) Bewusstes Aussteigen des geistgebildeten Körpers aus dem grobstofflichen Körper = Schilfhalm aus Rohr ziehen, Schwert aus Scheide, Schlange aus Korb · 4778
- c) Macht über Materie · 4779
- d) jenseitige und diesseitige Töne hören · 4781
- e) der anderen Personen Herz erkennen · 4782
- f) Erinnerung an frühere Leben · 4785
- g) Sterben und Wiedererscheinen der Wesen sehen · 4796
- h) Auflösung der Wollensflüsse/Einflüsse · 4801

Fahrstuhl anheben · 217

Fegefeuer · 556, 1127, 3353, 3354, 4397, 6894

Feiertag, Uposatha-Tag · 6652

Feindschaft mit Rivalen · 165

Feindschaft, Ärger, Hass wurzeln in Neid (Verdrossenheit und Missgunst bei Unterlegenheit) und Geiz (Auskosten der Überlegenheit) · 7226

Feindseligkeit · 1975

feinstofflicher Körper folgt Gedanken · 394

Felder der Wohlförderung

Spenden, Tugend, Transformierung · 713

Felder moderner Wohlsuche

Hobby, Reichtum, Gesundheit · 718

Fels des Wahns (M 125) · 577

*Fessel, starke*

*Mönche hielten die Regel des Einmal-Essens nicht ein = Wachtel mit Bast gebunden, kann ihn nicht zerreißen* · 4541

Fessel, Stärke der, hängt ab von der Kraft des Gefesselten. Diese Kraft wird vom Vertrauen, der geistigen Nähe, geliefert · 4549

fesselverstrickt von wohltuenden Formen · 1753

Festgelegtheit des Willens

Mann gebunden am Ufer · 783

Festhalten an gewohnten Bezeichnungen von alltäglichen

Gebrauchsgegenständen · 6550

Feuer rast und verschwindet

- Unbeständigkeit, ebenso wenig Mein wie der zu sich gezählte Körper · 3385
- Feuer, Gift und Waffen können nichts antun · 1575
- Feuerelement, das Maß der Anwesenheit des, bestimmt die Anwesenheit der übrigen drei Aggregatzustände · 7399
- Feuerring, geschlossener · 327
- Fieberkranker im Delirium · 611
- Fisch erlebt Wasser nicht, das immer da ist · 1252
- Flamme = Gefühl. Schein = Wahrnehmung · 6777
- Fleisch von Tieren, die für ihn geschlachtet wurden, isst der Erwachte nicht.  
– Drei Fälle, in denen Fleisch nicht gegessen werden soll: Wenn der Mönch sieht, hört oder vermutet, dass Lebewesen für ihn geschlachtet werden · 4148
- Fleischessen, einst Inder gewöhnt an, durch Opfertiere · 4169
- Fleiß führt zu Wohl · 1691
- Floß, Grundmaterialien für das, heilende rechte Anschauung · 2997
- Flucht der Erscheinungen“ · 112
- Folge des Ergreifens ist die verborgene Ernte: Dasein, der Sack des Gewirkten, und die offenbare Ernte: Geborenwerden, Altern, Sterben des Körpers und der Wahrnehmungen · 2230
- Folgen aus den fünf Gewinnen und Verlusten · 724
- Folgen des Schlachtens oder Schonens von Tieren im Jenseits: freigelassene Tiere Fürsprecher bei Mann, der sieben Rinder geopfert hat, um bösen Dämon zu besänftigen · 4153
- Folgen, gute, des Gebens · 1512
- Folgerungen, falsche · 6363
- Form an sich: z.B. der weite Horizont, leere Zigarettenschachtel, nur rechteckige Form für den Nichtraucher · 3960
- Form ist im Entstehen und Vergehen · 290
- Form offenbart sich durch vier große Gewordenheiten · 5615
- Form, Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, pr. Wohlerfassungssuche ist so anzusehen: „Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst.“ = Vorbereitende Übungen für Satipatthāna · 4439
- Form, reine  
Wir erleben die Formen als Dinge, besetzt mit Verlangen und Abscheu.  
Ist Sinnensucht überwunden, ist eine Form wie die andere, ist nur noch Neigung zu Form · 5394
- Form... erzeugende Kraft* · 53
- Form: Schaumgebilde · 286
- Form: Wo es Form gibt, gibt es Zank und Streit. Wo es keine Form gibt, da ist Freiheit · 4331
- Form-Elend  
Körper einer alten, kranken Frau, ihre Leiche, Verwesung · 2577

*Formfreie, aus reiner Wahrnehmung beschaffene Selbsterfahrnis: Der*  
 Erfahrer der Entrückungen ist durch das Erleben von Formfreiheit in den  
 Entrückungen bereits daran gewöhnt, keine Formen wahrzunehmen. Er  
 hat den Wunsch, sie zu entlassen durch die Vorstellungen in den  
 friedvollen Verweilungen. – Alle drei Selbsterfahrnisse zu überwinden,  
 ist das Ziel der Belehrung durch den Erwachten · 7014  
 Formfreiheit, Wesen in der, leben 20.000 Äonen lang dort · 3740  
 Form-Labsal  
     Körper eines jungen Mädchens · 2575  
 Formwelt, Wiedergeburt in der, anstreben · 6000  
 Forschungsobjekt, rechtes, versäumt · 5134  
 Förster · 5557  
 Förster, Friedrich Wilhelm · 1585, 6310  
 Fortsetzung des Daseins durch Ergreifen · 2460  
 Fotoapparat · 2108  
 Fragen, deren Klärung lohnend ist  
     Was ist leidvoll und was dagegen leidlos, was ist die Wurzel des Leidens,  
     lässt sich die Motorik der Leidensfortsetzung abstellen und wie? ·  
     6999  
 Freie Brüder, die, geben zu, dass die Wehgefühle zunehmen, wenn sie sich  
 bei der Selbstqual anstrengen, also sind das durch ihre jetzige  
 Anstrengung hervorgerufene Gefühle, nicht ihnen zustehende Schmerzen  
 von früher · 5349  
 freie Wahrnehmungsweise · 614  
 Freier Bruder Nathāputto · 1402  
 Freude aus reinem Gewissen · 1184  
 Freude beim Nachdenken über den Erwachten, die Lehre, die Gemeinschaft  
 der Heilsgänger · 6422  
 Freude nach dem Geben · 6422  
 Freude über die Aufhebung der Herzensbefleckungen, der Hemmungen ·  
 6422  
 Freude über eine Lehrdarlegung · 6422  
 Freude über gezügeltes Denken, Reden und Handeln · 6422  
 Freude über innere Helligkeit und Unabhängigkeit von der Welt · 3265  
 Freude über Wahrheitfindung bei der Betrachtung der fünf  
     Zusammenhäufungen · 6422  
 Freude, Fröhlichkeit, weltliche · 6406  
 Freude, Gemütszustand der, durch, wird Unlust und Missmut überwunden ·  
 4461  
 Freude, mit Befreiung verbundene, ist eine erworbene Verfassung des  
     Herzens, unabhängig von allem Äußeren · 6425  
 Freude, mit Befreiung verbundene, über die Unbeständigkeit · 6413  
 Freude, mit, Traurigkeit überschreiten und mit Gleichmut Freude · 6435



Freude, weltliche, ist unbeständig, in Abhängigkeit haltend, gefährdend · 6425  
 Freudigkeit · 434  
 Freudigkeit, Traurigkeit, Gleichmut nicht nachgehen, wenn sich dabei unheilsame Dinge mehren · 7239  
 freuen, sich, über Erreichtes, aber nicht das Denken davon erfüllen lassen, weiterstreben wie Kernholzsucher · 3435  
 Freund, der hinaufgestiegen, führt unten Gebliebenen am Arm den Fels hinauf = Tätigkeit des Buddha · 6121  
 Freunde und Verwandte auf zehn guten Wirkensfährten gebeten, sich, wenn gestorben, zu melden. Sie haben es nicht getan · 7277  
 Freunde und Verwandte auf zehn üblen Wirkensfährten gebeten, sich, wenn gestorben, zu melden. Sie haben es nicht getan · 7272  
 Freunde, echte: Wohltäter, in Freud wie Leid gleicher, Heilserklärer, Mitempfinder · 7532  
 Freunde, mit welchen man umgeht, soll man nicht nach dem gesellschaftlichen Stand wählen, sondern nach ihrer Tugend und Weisheit · 5194  
 Freundschaft und Umgang mit Menschen, die nicht auf das Wahre ausgerichtet sind · 5653  
 Friede, höchster  
     Gier, Hass, Blendung aufgelöst haben  
     Denkgestillter · 6599  
 Frieden des Herzens · 197  
*Frieden, den inneren, soll er zu gewinnen trachten* · 6573  
 friedvoll schlafen · 1570  
 friedvolles Verweilen · 3274  
 Früchte des Apfelbaums · 1778  
 fünf Begehrensstränge · 85, 89, 90, 1081, 1098, 3225, 3226, 3227, 3237, 4220, 4225, 4261, 4283, 4288, 4601, 5497, 5500, 6402, 6534, 6828, 6862, 6863  
 fünf Sinnesdränge · 4570  
 fünf Zusammenhäufungen – A III,62, M 140  
     Gegenüberstellung · 538  
 fünf Zusammenhäufungen sind unbeständig · 1078  
 fünf Zusammenhäufungen: Mörder · 369  
 fünffache Sinnensucht – vom Strudel ergriffen · 1323  
 für sich selbst mit Festigkeit...rechnen · 1751  
 Furcht und Schrecken im Dschungel, weil nicht geläutert · 1849

---

## G

- Gabe eines guten Menschen · 7363  
Gabe, jede, bringt dem Geber Frucht · 1909  
Gang in den Sumpf versperrt · 2868  
Gang zur Vollendung  
    a) Mönch hält 7 Tugendregeln ein · 3297  
    b) Zügelung der Sinnesdränge · 3309  
    c) Maßhalten beim Essen · 3313  
    d) Wachsamkeit · 3314  
    e) Klarbewusste Handhabung des Körpers · 3319  
    f) Zufriedenheit · 3307  
    g) Aufhebung der fünf Hemmungen · 3323  
Gang zur Vollendung (Tathägata)  
    Weder Selbst- noch Nächstenqual · 4349  
Gang zur Vollendung: drei Weisheitsdurchbrüche · 3343  
Gang zur Vollendung: Mönchsregeln, zum Tugendbereich gehörige · 3301  
Gang zur Vollendung: weltlose Entrückungen · 3337  
Garantie der Heilserreichung · 1080  
Gattin,  
    a) die einer Diebin gleicht · 1720  
    b) die einer Mörderin gleicht · 1720  
    c) die einer Tyrannin gleicht · 1721  
    d) die einer Mutter gleicht · 1723  
    e) die einer Freundin gleicht · 1725  
    e) die einer Schwester gleicht · 1724  
    f) die einer Dienerin gleicht · 1726  
Gazelle, unverfangen auf Schlinge · 244  
Gazellenrudel · 2870  
*Geben ist seliger als Nehmen* · 206  
Geben, das bewusste, an Heilsgänger bedeutet, dass der Geber den  
    Heilsgänger als Ansporn benutzt, um selber das Heilsziel zu erreichen ·  
    7360  
Geben, früheres, mangelhaftes, oder Nichtgeben sind Ursache für  
    Misslingen · 1670  
Geben, nachträglich bereut · 1704  
Geben, Stufenweg innerhalb des, · 5053  
Geber hungert nicht, wenn als Tier wiedergeboren · 1522  
Geber übertrifft Nichtgeber · 209  
Geber/Nichtgeber als Hauslose wiedergeboren · 1519  
Geber/Nichtgeber als Menschen wiedergeboren · 1519  
Geber/Nichtgeber in himmlischer Welt · 1518  
Geborenwerden – Altern – Sterben – immer wieder · 934

Geborenwerden ist bedingt durch Dasein/Werdesein (bhava) · 2139  
 Geborenwerden ist Leiden · 6615  
 Gebrechlichkeit, Bedingung für,: Verletzen anderer Wesen · 6297  
*Gebt, so wird euch gegeben* · 207  
 Geburt ist Umzug, Tod ist Umzug · 352  
 Geburt ist Wiederauftauchen aus dem uns nicht zugänglichen Bereich · 2135  
 Geburt macht nicht den Brahmanen, Reinen, sondern das Wirken  
     heißes Bemühen, Keuschheit, Übung, Aufhebung der Verstrickungen,  
     Leidversiegung · 5229  
 Geburt, Alter, Krankheit, Tod sind Leiden an der zu sich gezählten Form ·  
     2120  
 Geburt, bei der, bringen die Wesen zwar alle Triebe mit, der Säugling hat  
     aber noch kein Erfahrungswissen über sich und die Welt. Ihm haftet der  
     Hang an, der Trieb zu den entsprechenden Verstrickungen (an  
     Persönlichkeit zu glauben...) · 4505  
 Gedächtnis verändert sich ununterbrochen · 141  
 Gedanke „Das ist noch nicht das Wahre“ überschreitet Gleichmut, der mit  
     Einheitsleben verbunden ist · 6441  
 Gedanken schaffen Triebe und lösen sie wieder auf · 2829  
 Gedanken, lustsuchende = Fortsetzung des Leidens · 1287  
 Gedanken, üble, hinauswerfen mit körperlicher Anstrengung · 2897  
 Gedankenaustausch mit Gleichgesinnten · 227, 229  
 Gedankenübertragung · 550  
 Geduld · 1558  
*Geduld'ger Diener war ich dir, Herz* · 610  
 Geeintsein (samādhi)  
     gesammelt stille stehn · 3800  
     citt-ekaggatā, Zurücktreten von der Sucht nach äußeren Dingen · 3801  
 Gefahr der Sinnlichkeit · 970  
 Gefahr des Absturzes bei Lehrer und Schüler  
     Sinnensucht überwältigt sie · 6087  
 Gefahr durch Sinnensucht/Sinnendinge (Gleichnisse) · 2969  
 Gefahr, tödliche, für den Asketen: Erregung, Zorn über erhaltene  
     Anweisungen = Umgerissenwerden durch Meereswogen · 4591  
 Gefahr, tödliche, für den Asketen: Geschmäckigkeit und Gefräßigkeit =  
     Gefressenwerden von Krokodilen · 4596  
 Gefahr, tödliche, für den Asketen: Sinnensucht = Untergehen durch  
     Wasserstrudel · 4599  
 Gefahr, tödliche, für den Asketen: Vom anderen Geschlecht gereizt = Unter-  
     Wasser-Gezogenwerden durch Alligatoren · 4605  
 Gefährdung durch schlechte Freunde · 1836  
 Gefahren bedenken auch bei scheinbar geringen Übertretungen · 1889  
 Gefahren des diesseitigen Ufers  
     „Ich bin und die Welt ist“-Auffassung · 2992

Gefälle, inneres · 354  
*Gefesselt in der Höhle* · 307, 432, 775, 2255, 6216, 7413  
*Gefesselt mit des Durstes Band...* · 496  
Gefühl  
    Resonanz der Tendenzen · 297  
    substanzlose Blasen · 298  
Gefühl – Wahrnehmung – Erfahrung = Gefühlsstärke bewirkt die Stärke der Wahrnehmung, und diese bestimmt den Zug der pr. Wohlerfahrungssuche · 3734  
Gefühl bedingt Durst  
    Nougatbeispiel · 2166  
Gefühl der Ungeborgenheit · 650  
Gefühl ist bedingt durch Berührung · 2170  
Gefühl ist nichts Eigenständiges, sondern nur Antwort der Triebe auf die Erlebnisse = unterschiedlicher Gong bringt unterschiedliche Töne hervor · 4266  
Gefühl ist unbeständig · 1076  
Gefühl ist unmittelbare Resonanz unserer Neigungen auf das gerade vorhandene Erlebnis · 2168  
Gefühl und Wahrnehmung, Aufhebung von, – die durch keine Eigenschaften zu bezeichnende Gemütlösung · 3767  
Gefühl und Wahrnehmung, Aufhebung von, beim Geheilten  
    Empfindlichkeit durch die Triebe ist aufgehoben, aber Lebenskraft/Kraftreserve besteht noch, dadurch Wiederauftauchen aus dem Zustand · 3762  
Gefühl und Wahrnehmung, Aufhebung von, das Wahre ist erreicht · 3807  
Gefühl, das, treibt uns, das Wohl versprechende Erlebnis zu erhaschen und das Wehe androhende Erlebnis zu fliehen · 3730  
Gefühl, Wahrnehmung, Absicht, Berührung, prüfendes Urteil sind vom Wollenskörper ausgehende psychische Folgeerscheinungen · 2183  
Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität erscheinen durch Berührung · 5618  
Gefühl, zwei Quellen des  
    1. auf Grund der sechs Sinnesdränge · 6780  
    2. auf Grund früheren Wirkens aufkommendes Gefühl, das bei herantretenden Berührungen der Triebe als außen erfahren wird · 6781  
Gefühle  
    Resonanz des Wollenskörpers (Triebe) auf die Berührung · 3729  
    wenn Bedürfen und das als außen Erfahrene, die Holzscheite, sich reiben und trennen, entstehen und vergehen · 6593  
Gefühle = Blendung · 123  
Gefühle, achtzehn  
    Freude, Traurigkeit, Gleichgültigkeit bei Formen, Tönen, Düften, Säften, Tastungen, Gedanken (sechs) · 4282

Gefühle, auf die mit Befreiung verbundenen, gestützt, sind die mit Weltlichem verbundenen Gefühle zu überwinden · 6420

Gefühle, drei, Wohl-, Wehe-, Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl · 4272

Gefühle, einhundertundacht  
 36 Gefühle werden der Vergangenheit, Zukunft, Gegenwart zugeordnet (36 x 3) · 4283

Gefühle, sechs · 4281

Gefühle, sechsunddreißig

- a) sechs mit Weltlichem verbundene Freuden · 4283
- b) sechs mit Befreiung verbundene Freuden · 4283
- c) sechs mit Weltlichem verbundene Traurigkeiten · 4283
- d) sechs mit Befreiung verbundene Traurigkeiten · 4283
- e) sechs mit Weltlichem verbundene Gleichgültigkeiten · 4283
- f) sechs mit Befreiung verbundenem Gleichmut · 4283

Gefühle, zwei bis einhundertundacht · 4265

Gefühle, zwei, körperliche und gemüthafte · 4272

Gefühls- und Leidensversiegung ist dann, wenn das Wollen aufgehoben ist. Dann gibt es beim Herantreten von Wahrnehmungen keinen Resonanzboden mehr und darum keine Gefühle · 5331

Gefühlsbefriedigung ist Ergreifen · 624

gefühlsbesetzte Wahrnehmung erzeugt den Glauben an Ich und Welt · 6398

Gefühlsbindung an Menschen – sich von Menschen ergreifen lassen · 1320

Gefühlsregung · 987

Gefühlsurteile der Triebgeschmäcke · 155

Gefühlszustände, fünf · 4275

Gegebenheit Festigkeit/Erde · 3382

Gegebenheiten – Süchte – geistiges Angehen  
 Körper-Herz-Geist · 516

Gegebenheiten – Wahrnehmung – Anschauung – Bedenken · 385

Gegebenheiten sind unbeständig · 1078

Gegebenheiten, 41, eingebildete (M 115) · 1776

Gegebenheiten, dieselben, machen leibliche und außerleibliche Form aus · 3395

Gegebenheiten, fünf, als Vorbild für Unerschütterlichkeit  
 Erde, Wasser, Feuer, Luft, Raum haben keinen Eigenwillen · 4451

Gegebenheiten, vier, des Leibes, sind nicht beherrschbarer als die als außen erfahrenen Gegebenheiten · 3388

Gegenständlichkeit ist ein Bewusstseinsinhalt · 2701

*Gegenwärtigem, bei, ist er nicht hingerissen* · 6278

Geheilte sind fern von jeder Bestrafung und Belohnung · 4031

Geheilten, dem, erscheint die sinnliche Welt nicht mehr als eine zwar vergiftete, aber dennoch köstlich lockende Speise, sondern als eine Giftschlange · 5553

Geheilte

kein Herz in Innen und Außen gespalten · 1788  
 Geheilte ein, hat mit vollkommener Weisheit gesehen  
 „Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst“ und ist  
 erlöst · 3525  
 Geheilte hat die Last von Gier, Hass, Blendung für immer abgelegt · 2589  
 Geheilte hat Flagge „Ich bin“ eingezogen · 3069  
 Geheilte hat keine Ansichten mehr. Er sieht das Zusammenwirken der fünf  
 Zusammenhäufungen, braucht keine Ansichten und Meinungen · 4652  
 gehemmt durch Gewöhnung · 784  
 gehemmt durch Wahn, gefesselt durch Durst · 576  
 Gehörtes nur bloss im Geist · 1613  
 Geigensaite · 522, 2367, 6569, 7308, 7311  
 Geist = Lotse der Sinnensüchte · 109  
 Geist als Fürsorger der Sinnesdränge · 270  
 Geist der, die pr. Wohlerfahrungs-suche, – von den Trieben angetrieben –  
 bindet sich an das Wohltuende, wird fesselerstrickt · 6464  
 Geist erkennt, ob die Erfüllung eines Wunsches letztlich schädlich oder  
 unmoralisch ist · 2791  
 Geist hat keine direkte Berührung mit außen, sondern empfängt das Außen  
 nur durch die gefühlsbesetzten Erfahrungen der Sinnesdränge und kann  
 außerdem innere Vorgänge beobachten und bedenken · 3755  
 Geist lenkt Körper · 106  
 Geist verfügt nicht nur über das Erfahrene, er kann sogar im Bedenken von  
 Wahrheitseinsichten, um weiterreichendes Wohl zu gewinnen,  
 vordergründiges Wohl aufgeben · 6456  
 Geist, der, fügt die Teilerfahrungen zu einem Ganzen zusammen und sucht  
 nach Erfüllungsmöglichkeiten für die Triebe, meist nach eingefahrenen  
 Programmen · 2191  
 Geist, derselbe, in dem der Willensreiz bewusst wird  
 „das ist schön, das möchte ich“, sagt  
 „das tut nur im Augenblick wohl, aber es hält im Elend fest“ · 3751  
 Geist, einem unbeirrbar liebenden, kann kein normaler Mensch widerstehen  
 · 4013  
 Geist, wenn der noch triebesetzte, meldet  
 „Das ist das Schöne“ korrigiert derselbe Geist  
 „Das ist wandelbar, ergreift man es, bleibt man an den Körper  
 gebunden mit Geborenwerden, Altern und Sterben“ · 6490  
 Geist-Erfahrung (mano-viññāna) in ihrer Geprägtheit muss, einmal durch  
 häufiges Bedenken in Schwung gebracht, so weiterrollen (samvattati, D  
 28) · 6465  
 Geisterfahrung, pr. Wohlerfahrungs-suche, von den fünf Sinnen geläutert ·  
 3737  
 Geistern lieb · 1573  
 Geistesgestörtheit · 165

## Geistesmacht

- Wahrnehmung von Materie besteht durch Sinnensüchtigkeit der Wesen und hört mit der Überwindung der Sinnensüchtigkeit (Herzenseinigung) auf · 2479
- Geistesmacht ist für den nach Herzensreinheit Strebenden ein Nebenprodukt der Läuterungsbemühungen, aber ihr Erwerb zeigt, dass der Übende sinnliches Begehren und damit die Gebundenheit an die Materie aufgehoben hat · 7036
- Geistesmacht, Beispiele für, einiger Mönche · 7058
- Geistesmacht, die, eines Mönches befähigte ihn, bei hohen Göttern, die an die Wirklichkeit von Form glauben, Antwort zu suchen auf seine Fragen, wo die vier Gewordenheiten untergehen. Brahma verweist ihn an den Erwachten, um bei ihm des Wunders der Belehrung teilhaftig zu werden · 7082
- Geistesmacht, Fundament der: Herzenseinigung · 2696
- geistig Erreichtes nicht zu offenbaren – ist wie selbstsüchtiges Alleingenießen materieller Güter · 7094
- geistige Erfahrung erkennt die lenkende Macht der Triebe · 5117
- Geistige Loge Zürich · 6183
- Geistigen, im, sind wir Schöpfer, wir schaffen die Triebe, die uns treiben · 4861
- geistiges Beabsichtigen, Willensentschluss ist immer ein Sich-Bewahren wollen vor Schmerzlichem (Kohlengrube) · 2111
- Geistkörper (manomayā-kāya) · 3090
- Geistwesen beschützen · 1574
- Geiz · 1985
- Geizhals zur Zeit des Erwachten (S 3,19/20) · 1665
- Gelassenheit · 231, 1029, 1063, 1070, 1160, 1195, 1334, 1565, 1698, 1886, 1893, 1927, 2017, 2065, 2305, 2362, 2385, 2522, 2804, 3210, 3265, 3358, 3600, 3928, 4100, 4118, 4119, 4239, 4401, 4475, 4787, 4808, 4875, 5436, 5494, 5927, 6199, 6886, 6894
- Geldmünzen, gestohlene · 1383
- Gellert, Chr.F. · 993, 1982
- Gemüt (ceto)- Herz (citta)-Unterschied · 2661
- Gemüt schwankt, ist gehemmt, solange Widerspruch zwischen Herz und Geist · 782
- Gemüt, die Empfangungsseite des Geistes · 781
- Gemüt, erdballgleiches, unerschütterliches · 2949
- Gemüt, gangesgleiches, sieghaftes · 2951
- Gemüt, himmelsraumgleiches, untreffbares · 2950
- Gemüt, katzenfellgleiches, endgültig der Empfindung abgestorben · 2952
- gemütelösende Liebe...ausbilden – kein Leid · 1396
- Gemütelösung, die durch keine Eigenschaft zu bezeichnende, makellose, · 6058

- Gemütlösung, großartige, ist Ablösung, Entleerung von Einzelheiten (M 121) · 6172
- Gemütlösung, nichtmessende, unerschütterlich = leer von Anziehung, Abstoßung, Blendung · 3771
- Gemütlösung, nichtmessende, wird durch die Strahlungen gewonnen · 6172
- Gemütsbindung an
- Sinnensucht/Sinnendinge abgeschnitten · 2678
  - den Körper abgeschnitten · 2679
  - Form abgeschnitten · 2681
  - Geschmäckigkeit abgeschnitten · 2685
  - himmlisches Wohl abgeschnitten · 2687
- Gemütlösung oder Weisheitserlösung kommt durch die Verschiedenheit der fünf Heilskräfte · 4531
- Gemütsruhe anstreben · 1893
- Gemütsverfassung wurzelt in der Wahrnehmung (M 78) · 2820
- Gemütsverfassung, innere, an den Atem gebunden · 4467
- Gemütsverfassungen, üble, entwerfen den Wahn einer Ich-Umwelt-Perspektive · 2854
- Gemütsverfassungen, üble, gefährden das hiesige und spätere Leben · 2850
- Gemütsverhärtungen
- Zweifel am Meister · 2640
  - Zweifel hinsichtlich der Lehre · 2642
  - Zweifel an der Gemeinde der Heilsgänger · 2644
  - Zweifel an der Übung · 2646
  - Ärger über die Mitmönche · 2649
- Geneigtheiten, anusaya, sieben · 2771
- Genuss der Sinnendinge nicht mehr das Höchste · 1689
- Genuss, durch den, werden Menschen geblendet, werden trunken vor Freude, leichtsinnig, verlieren den Blick für ihre Situation. Leichte Beute für Märo · 3236
- Gesamtzusammenhang, karmischer · 208
- Gesättigter, ein, weist köstliches Mahl zurück · 5522
- Geschichte der Kulturen · 656
- Geschlechtsverkehr, unrechter · 3674
- Geschwätz, müßiges*
- zur Unzeit sprechen, ohne Sinn und Zweck, nicht der Lehre und Wegweisung gemäß... · 3678
- Gesehene nur als Gesehene · 1331
- Gesetz des Beharrens gilt auch für die Triebe. Ständig werden Dinge positiv oder negativ bewertet, werden Wünsche gepflegt, genährt und vergrößert, achtlos, unwissend. Die Kraft und Bewegungsrichtung bleibt in ihrer Stärke so lange bestehen, als sie nicht durch entgegengesetzte Denkkakte



und Vorstellungen von zusammen genau gleicher Kraft aufgehoben wird  
 · 4859  
 Gesetzbuch des Manu · 3158  
 Gesetzmäßigkeit, nach Ausweg aus Nöten zu suchen · 657  
 Gesinnung, heilsame: sinnensuchtfreie, liebevolle, rücksichtsvolle, steigt auf  
 aus der Wahrnehmung Sinnensuchtfreiheit, Nächstenliebe und Rücksicht  
 · 4843  
 Gesinnung, unheilsame  
     Sinnensucht, Antipathie-Hass, Rücksichtslosigkeit · 4833  
 Gesinnung, unheilsame, steigt auf aus der Wahrnehmung Sinnensucht,  
     Antipathie-Hass, Rücksichtslosigkeit = innere Aktivität · 4836  
 Gespenster im engeren Sinn= leidende „Arme Seelen“ · 553  
 Gespenster im umfassenden Sinn = die Abgeschiedenen · 549  
 Gespräch mit Gleichstrebenden · 228  
 Gesprächsthemen, zehn · 3145  
 gesteigerte Grade falscher und rechter Anschauungen, fünf, aufsteigende  
     Belehrungen des Erwachten, fünf (Überblick) · 5050  
*Gestillte trifft Umgebung nicht* · 80  
 Gesundheit und Kraft im Übermut vergeuden · 183  
 Gesundheit, Bedingung für: schonende, fürsorgliche, sanfte Umgangsweise  
     mit den Mitwesen · 6300  
 Gesundheit, wahre, ist die Loslösung von allen fünf Zusammenhäufungen,  
     die Wahnerlöschung · 4715  
 Gewaltlosigkeit · 1559  
 Gewicht auf Waagschale geworfen, Waage pendelt sich aus · 3566  
 Gewinne und Verluste, fünf · 722  
 Gewirktes tritt an die innere Empfindlichkeit heran · 745  
 Gewirktes, früher, tritt als illusionäre Spaltung in Luger und Formen,  
     Lauscher und Tönen usw. heran · 2795  
 Gewissen, Einspruch des · 224  
 Gewissen, Forderungen des, · 6225  
 Gewissen, reines · 435  
 Gewissen, reines, aus Sittenreinheit · 1177  
 Gewissensbisse, gepeinigt von · 555  
 Gewissensdruck · 1179  
 Gewissensdruck aus Verletzungen, die irgendwann von uns ausgingen ·  
     1915  
 Gewissenslosigkeit, keine Scheu vor üblen Folgen, Leichtsinns · 998  
 Gewissheit des vertrauenden Nachfolgers  
     „Lehrer ist der Erhabene, ich bin der Schüler. Der Lehrer weiß, ich weiß  
     nicht.“ · 4640  
 Gewissheit über den Erwachten... · 2002  
 Gewissheiten, sieben, als Frucht des Heilsverständnisses · 3920  
 Gewoge, geistiges · 226

Gewohnheitsbande, heranzutreten · 619  
 gewöhnliche Begegnungsweisen  
     Bedingung für die fünf Hemmungen · 853  
 Gewöhnung in Gesinnung und Tat · 163  
 Gewöhnung, eingefahrene, springt über · 333  
 Gewordenheiten = Bedingung für Form · 249  
 Gewordenheiten, vier, hat der Erwachte als eingebildet erkannt, wurde von ihnen nicht eingefangen · 3973  
 Gewordenheiten, vier, sind gewirkt durch die Herzensbeschaffenheit, dadurch Gegebenheiten · 3373  
 Ghatikāro, sein Freund Jotipālo ging in den Orden, war der spätere Buddha Gotamo · 4879  
 Ghatikāro, Töpfer, pflegte seine blinden Eltern. Nichtwiederkehrer · 4879  
 Gier ist jegliches Nach-außen-Gerichtetsein, Anziehung nach Form, Anziehung nach formfreiem Dasein · 2457  
 Gier und Hass ist die Wurzel der Blendung · 5155  
 Gier und Hass schaffen die vergegenständlichende Frequenz des Körpers · 1923  
 Gier und Hass sind die Bedingung für die Blendung · 239  
 Gier und Hass: Hauptverhinderer der sati-Fähigkeit · 273  
 Gier, Hass, Blendung · 81  
 Gier, Hass, Blendung – die Wurzeln des Elends · 595  
 Gier, Hass, Blendung reizen zur Untugend · 158  
 Gier, Hass, Blendung, Abwesenheit von, bewirkt Abwesenheit von Herzensbefleckungen, ein reines Herz, das sich im liebevollen Umgang mit Lebewesen offenbart · 3864  
 Gier: durch die dem Körper innewohnenden Süchte nach Berührung kommt die bei der Berührung als außen erfahrene Form zur Erfahrung der Süchte, der Triebe · 5595  
 Giergeneigtheit durch Wohlgefühl · 1130  
 Giergeneigtheit treibt: Von Wohlgefühl getroffen, befriedigt er sich dabei, bewertet es positiv, klammert sich daran · 6858  
 Glanz des Gosinga-Walds durch Mönche, die andere belehren, weltlose Entrückungen, Klarblick gewinnen, tausend Welten überblicken, Tugend, Herzenseinigung, Weisheit, Erlösung gewonnen haben und dies preisen, fruchtbares lehrreiches Gespräch führen, das Herz in der Gewalt haben, die sich sagen: „Nicht eher werde ich aufstehen, ehe nicht alle Wollensflüsse/Einflüsse versiegt sind.“ · 3453  
 Glanz. Freisein von Gier, Hass, Blendung übersteigt alles Leuchten · 4868  
 Glaube an Persönlichkeit, Daseinsbangnis, Überschätzung des Begegnungslebens erhält Anziehung, Abstoßung, Blendung · 952  
 Glaube, der, an ein Ich in der Welt ist das Schloss für den Samsāra, ist wie die letzte Häkelöse, durch die der Befestigungsfaden hindurchgezogen

- ist, wodurch die Häkelarbeit, der Samsāra, nicht aufgezogen werden kann  
· 2226
- Gleichmut bei Einheiterleben überschreitet Gleichmut bei Vielheiterleben ·  
6436
- Gleichmut dauert an  
Mönch ist beglückt, hat viel geleistet · 3400
- Gleichmut dauert nicht an  
Mönch wird aufgeregt · 3399
- Gleichmut ist des Weisen Kraft beim Erleiden der Welt, beim Hinnehmen  
der Begegnung · 6898
- Gleichmut, Erwerb des, ist für den Mönch so wichtig, wie es für die  
Schwiegertochter wichtig ist, dass der Schwiegervater sie anerkennt, da  
sie in seinem Haus lebt · 3400
- Gleichmut, geläuterter, leuchtender, bleibt übrig · 6593
- Gleichmut, höchster, bei  
Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung · 6440
- Gleichmut, inneren, durch, vergeht alles Abgestoßensein · 4462
- Gleichmut, mit Befreiung verbundener, über das Sehen der Unbeständigkeit  
· 6416
- Glieder, vier, zum Stromeintritt · 1142
- Glück der Tadelsfreiheit (D 2) · 1185
- Glück, dieses, glänzt dem ehrwürdigen Kosiyo, weil er früher Gutes getan  
hat* · 3631
- Glück, unsagbares, durch innere Befriedung · 2015
- Goldenes Zeitalter. Lebenszeit achtzigtausend Jahre · 7433
- Goldläutern · 1273
- Gopikā hat auf Erden im Haus lebend, erstens göttliche Art, zweitens  
männliche Art erworben, wurde als Gott bei den Göttern der  
Dreiunddreißig, namens Gopako, wiedergeboren. Drei Mönche dagegen  
nur bei den Himmelsboten aus dem Gefolge der Vier Großen Könige.  
Auf Gopakos Ermahnung hin erreichten zwei Mönche brahmische  
Selbsterfahrnis, entschwanden den Göttern der Dreiunddreißig · 7217
- Görres, Joseph · 6183
- Gott, ewiger · 145
- Götter
- a) der Vier Großen Könige, Wiedergeburt bei den, anstreben · 5990
  - b) der Dreiunddreißig, Wiedergeburt bei den, anstreben · 5993
  - c) Gezügelte, Wiedergeburt bei den, anstreben · 5996
  - d) Stillzufriedene, Wiedergeburt bei den, anstreben · 5997
  - e) an eigenen Schöpfungen erfreut, Wiedergeburt bei den, anstreben ·  
5998
  - f) an den Schöpfungen anderer erfreut, Wiedergeburt bei den, anstreben ·  
5999
  - g) Menschen, belastete, kehren wieder · 4999

göttliches Sein anstreben – von Göttern sich ergreifen lassen · 1321  
Gräben/Gräber zugeschüttet, keine Leichen-Produktion mehr · 3067  
Grauen vor der Leere · 1337  
Grenzenlosigkeit brahmischen Wesens · 2956  
Grenzfestung · 1427  
Grenzfestung, gefährdete · 253  
Grimm · 1126, 2951, 4327, 4328, 6892  
Grimm, Georg · 440, 487, 1799, 6245, 6250  
Grollüberwindung · 1586  
große Menge Milch in den See geschüttet, See ist weiß, Milch verliert sich  
nach einiger Zeit  
    Wirkung zuerst überschätzt, hernach unterschätzt · 3566  
Größe, geistige, des Buddha · 7091  
Grundanliegen der Wesen ist, Wohl zu erlangen · 2551  
Grundbefindlichkeit erhöht  
    weltlose Entrückung · 1248  
Grundgefühl, Wandlung des · 170  
Grundlagen der Eintracht  
    Geben, liebevolle Worte, Wohltun, Ich-Du-Gleichheit · 1502  
Gryphius, Andreas · 4912  
gut (tauglich, heilsam) ist das, was aus der Not herausführt, und schlecht  
    (untauglich, heillos) ist das, was weiter in die Not hineinführt · 4972  
gute Gedanken in Beziehung setzen zu seinen Schwächen · 2823  
gute Seiten anerkennen · 1598  
Gutheit ist Dummheit · 4966

---

## **H**

*Haben wir nicht die Weisen befragt...* · 984  
Habenwollen setzt Seinwollen voraus · 826  
habgierig: Was ein anderer an Hab und Gut besitzt, danach giert er in dem  
    Gedanken: „Ach, wenn doch sein Besitz mein eigen wäre.“ · 3679  
Haftensgrundlagen, 36 · 6412  
Hal tung, zugewandt, liebevoll · 2945  
Hammel, gestohlener · 1383  
Hängen des Gemüts am Gewohnten · 972  
harte Begegnung · 159  
Hassan al-Basri · 707  
Hässlichkeit, Bedingung für  
    Zorn, Aufbegehren, Ärger · 6303  
*häufige Wiederholung vergrößert die Verständniskraft* · 220  
Hauptentwicklungsetappen, 3

- sīla, samādhī, paññā, Transformierung des inneren Wesens (Raupe-Puppe-Schmetterling) · 3172
- Hausfrau Vedehikā · 2923
- hausgewohnte Erinnerungen schwinden durch zunehmende Beruhigung des Geistes bei der Beobachtung körperlicher Vorgänge · 5906
- Häusliches Leben ist normalerweise versunken in Weltlichkeit. Hier kann der Kenner der Lehre Tugend, Mitempfinden, Bescheidenheit, Zufriedenheit u.ä. entwickeln. Als Wichtigstes kann der Stromeintritt gewonnen werden · 6933
- Hecker, Hellmuth · 559, 3282, 3423, 3885, 3985, 4616, 4928, 4929, 4995, 5291, 5445, 6060, 6554, 6555, 7679
- heilende Begegnungsweise (ariya sila) · 664
- heilige Indifferenz · 6106
- heillose Wünsche · 1868
- heilloser, untauglicher Wandel ist untauglich, um den Täter dahin zu bringen, wohin er will, nämlich zu mehr Wohl. Deshalb ist es unvernünftig, unmoralisch zu sein, und ist es vernünftig, moralisch zu sein · 4977
- heilsame Gesinnung geht unter durch die zweite weltlose Entrückung, auszuroden durch die vier großen Kämpfe · 4844
- heilsame Taten, Worte, wenn, weder mich noch andere beschweren - dann beglückt und froh sein · 4430
- heilsame Wirkensweisen, zehn · 2082
- heilsamen Gedanken, über, beglückt und froh sein · 4431
- Heilsentwicklung beginnt mit dem Abschneiden der Wahnbande im Geist =Töten des Ködertiers Wahn und endet mit der Befreiung von den Verstrickungen des Wahns, von den Tendenzen im Herzen · 2875
- Heilserwartung bei heillosen Dingen · 660, 1065
- heilsfremde Eigenschaften · 784
- Heilsgänger
- a) erster, auf dem Weg, alles Ergriffene, alle Daseinsanhalte aufzugeben: Seine rechte Anschauung wird durch die Gefühlsbesetzung und Aufdringlichkeit der Wahrnehmung immer wieder gestört. Er vertreibt ergreifende Gedanken nicht · 4554
  - b) zweiter, der, folgt weltlichen Angehungen nicht, vertreibt ergreifende Gedanken. Wahrheitsgegenwart im Geist · 4561
  - c) dritter: Langsam steigen ergreifende Gedanken auf, eilig vertreibt er sie = Wassertropfen auf glühender Pflanze. Weniger weltliche Angehungen, Wahrheitsgegenwart, lebt im inneren Wohl · 4563
  - d) vierter, ist von allem je Ergriffenen befreit, ist entfesselt · 4565
- Heilsgänger gibt Gleichmut bei Formen auf, gewinnt Gleichmut bei Einheitserleben (friedvolle Verweilungen). Dadurch schwindet alles Ergreifen von Weltlichen* · 4141

- Heilsgänger ist im Besitz der unbeeinflussten rechten Anschauung,  
betrachtet Erscheinungen auf Abstand · 3835
- Heilsgänger merkt*  
*Gemüt wird ruhig, Triebe nehmen ab* · 3927
- Heilsgänger vom 2. Pfeil nicht mehr getroffen · 1124
- Heilsgänger weiß  
der Trank sieht verführerisch aus, aber er ist giftig · 5552  
Ich habe die Eigenschaft, alle mönchischen Obliegenheiten zu erfüllen,  
habe Verlangen nach Tugend, Herzenseinigung und Weisheit · 3935  
Ich habe die Eigenschaft: Selbsteingeständnis falschen Verhaltens und  
Beichte · 3931  
meine erworbene Stärke: Freude durch Wahrheitsverständnis · 3943  
meine erworbene Stärke: leichtes Verstehen der Wahrheit, ernähre mein  
Gemüt mit ihr · 3941  
Wahrheit ist nur beim Erwachten und seiner Lehre zu finden. „Ich besitze  
die rechte Anschauung“ · 3929
- Heilsgänger, bei dem der Klarblick (5.Heilskraft) überwiegt, strebt die  
Loslösung von allem Zerstörbaren an, entwickelt sich zum  
Weisheitserlösten · 4528
- Heilsgänger, bei dem die Neigung zum Herzensfrieden (4.Heilskraft)  
überwiegt, strebt immer größeren Frieden an, entwickelt sich zum  
Gemütslerlösten · 4531
- Heilsgänger, der belehrte, löst sich immer wieder zeitweilig ab von der  
Identifikation mit dem Körper, den Gefühlen und Willensrichtungen ·  
7069
- Heilsgänger, der den Gedanken an die Befriedigung der Sinnensucht und der  
Antipathie, des Hasses mit dem Messer der Weisheit ringsherum  
abschneidet, d.h. sich ihre schädlichen Folgen vor Augen führt, kann sich  
nicht mehr befriedigen wollen · 6785
- Heilsgänger, fortgeschrittener, wird die Berührung nicht wiederholen · 476
- Heilsgänger, Gemüt des erfahrenen, ist nicht besetzt von den fünf  
untenhaltenden Verstrickungen. Wenn sie aufkommen, erkennt er ihre  
Auflösung · 4511
- Heilsgänger, gesicherte
- a) Nachfolgende = gerade geborene Kälber · 3495
  - b) Stromeingetretene = Kälber · 3495
  - c) Einmalwiederkehrer = junge Stiere und Ochsen · 3496
  - d) Nichtwiederkehrer = ausgewachsene Kühe und Ochsen · 3496
  - e) Geheilte = Stiere · 3496
- Heilsgänger, jeder, vom ersten Nachgehen der Wahrheit (anusāri) an (= schwacher Schwimmer) befindet sich endgültig auf dem Heilsweg und wird allmählich mit Freude an die Nicht-Ichheit der fünf Zusammenhäufungen denken, sich dabei still, sicher und erlöst fühlen (= starker Schwimmer) · 4520

Heilsgänger, kämpfender, bei sinnlichen Eindrücken: Vorsicht, rechte  
 Anschauung festhalten, das Erlebte mit innerem Abstand betrachten ·  
 1770

Heilsgänger, strebender, ist in Nachdenken oder Erhellung · 1160

Heilsgänger, widerspruchsvoller Zustand des, der den Weg der  
 Heilsentwicklung endgültig betreten hat · 5552

Heilskräfte, fünf – Eigenschaften, fünf, nach M 120 gegenübergestellt · 6012

Heilslehrer zeigen die unterschiedlichen Existenzebenen und auf welchen  
 Wegen man zu Wohl oder ins Elend gerät – so wie der Geograph die  
 unterschiedlichen Gegenden der Erde zeigt · 6095

Heilslehrer zeigen, dass es höheres Wohl gibt, dass die Sinnensüchtigkeit  
 permanente Qual ist, dass die Jagd nach Befriedigung nicht durch den  
 Tod beendet wird, dass jede sinnliche Befriedigung die Sinnenlust nicht  
 beendet, sondern verstärkt, dass alle sinnliche Süchtigkeit nur in dem  
 Maß befriedigt werden kann, als der Süchtige die Wünsche anderer  
 befriedigt (Karma), dass zunehmende Sinnensucht Menschen  
 zwangsläufig immer hemmungsloser und rücksichtsloser macht · 4127

Heilssehnsucht, ohne · 1877

Heilsstand in den Blick bekommen und im Sinn behalten · 738

Heilsstand ist tief verborgen, nur vom Überwinder erfahbar · 4654

Heilsstand Nirvāna = die Kobra · 3129

Heilsstand von Weisen unmittelbar erfahren · 1899

Heilswahrheit vom Leiden · 6605

Heilswahrheit von der Leidensursache, der Leidensauflösung, von dem Weg  
 zur Leidensauflösung · 6607

Heilswahrheit, vom Überwinder erfahren · 150

Heilswahrheiten, vier, umfassen alles mittelbare Heilsame wie die große  
 Elefantenspur alle anderen Tierspuren umfasst · 3361

Heilsweg aus den drei Übungsetappen  
 Tugend, Herzenseinigung und (erfahrene) Weisheit zusammengestellt  
 und ihnen rechte Anschauung (als gehörte Weisheit) und rechte  
 Gemütsverfassung vorangestellt · 3798

Heilsweg, achtgliedrigen, zur Aufhebung des Durstes verstehen · 2129

Heilsweg: 3 Etappen: Tugend, Herzenseinigung, (erfahrene) Weisheit.  
 Vorangestellt rechte Anschauung (als gehörte Weisheit) und rechte  
 Gemütsverfassung als Ziel · 2129

Heim, Ich  
 die fünf Zusammenhäufungen · 349

Heimstatt aufgeben... · 346

Heimstatt, in der, Nicht-mehr-Wandern · 373

Heisenberg, Werner · 2700, 5140

Helfen, rasches · 1534

Helfenwollen · 438

helles Grundgefühl · 434

## Hemmung

- 1.: weltliches Begehren · 833
  - 2.: Antipathie bis Hass · 835
  - 3.: Sichttreibenlassen im Gewohnten · 839
  - 4.: Erregtheit, geistige Unruhe, Ungeduld · 842
  - 5.: Daseinsunsicherheit, Daseinsbängnis · 845
- Hemmung, 5., und Verstrickung, 2. · 848
- Hemmungen des Geistes, fünf, sind bedingt durch Verstrickungen des Herzens · 3117
- Hemmungen fünf, erzeugen den täuschenden Schleier der Weltvorstellung, den Schleier der māyā · 3119
- Hemmungen schwinden = Geflecht herausnehmen · 3115
- Hemmungen sind das Kleben in der Gewöhnung · 831
- Hemmungen, fünf
  - vorübergehend aufhebbare geistige Neigungen · 3116
- Hemmungen, fünf, durch Aufhebung der, ist ein gesammeltes, beruhigtes, helles Gemüt erworben, ein geeintes Herz (samādhi). Damit ist die Voraussetzung gewonnen für die höchste Übung „Satipatthāna“ · 6128
- Hemmungen, fünf, sind Bedingungen des Wahns · 828
- Hemmungen, fünf, sind die Ursache, dass die Menschen lieber im Gewohnten verbleiben · 7159
- hemmungslos alles ergreifen · 412
- herabwürdigend denken · 439
- heraufwürdigend denken · 440
- Herausforderung, Mangel an, erweckt oft den Eindruck, dass Herzensbefleckungen nicht vorhanden seien · 2923
- Herder, Joh. Gottfried · 605, 3143
- Herkunft des Erlebens · 606
- Herz = Maler · 6288
- Herz geeint = eingedeichter Strom · 3760
- Herz hat an sich selbst genug: Herzenseinigung · 2019
- Herz in Knechtschaft der Herzensbefleckungen, von Gier, Hass, Blendung gefangen, muss Vielfalt wahrnehmen, kann nicht Weisheitsdurchbrüche gewinnen · 6817
- Herz krank: Gier, Hass, Blendung · 1353
- Herz mit seinem Wollen ist das Energiebündel der durch positive Bewertung (Erwägen) angeschafften und durch negative Bewertung wieder aufgelösten Tendenzen, Triebe · 7234
- Herz ohne Grenzen · 1386
- Herz schützen durch gute Gedanken = Rinderherde schützen, verteidigen · 2847
- Herz wird aufgewühlt durch Nichtüberwindung des Blendungsgedankens. Beispiel: Junger verliebter Mann gibt sich Wohlgefühl hin (Blendung).



Wenn ihn das Mädchen verlässt, Wehgefühl (Blendung). Geist erwartet Fortsetzung des Angenehmen · 3548

Herz, beherrschtes, verfällt nicht der Wohlhingabe, nicht dem Wehgefühl, wird nicht aufgewühlt wegen der Beherrschung des Körpers · 3556

Herz, beherrschtes, wenn Einsichten des Geistes rechtzeitig zur Verfügung · 3557

Herz, das betrogen und getäuscht, immer wieder die fünf Zusammenhäufungen ergriffen hat = „ölußgeschwärztes Schinderhemd ist weiß und rein.“ Durch Ergreifen Werdesein, Geburt, Altern, Sterben, Leiden · 4718

Herz, das, stützt sich auf inneres Wohl  
 Herzenseinigung = pr. Wohlerfahrungssuche ist daran gebunden · 6500

Herz, hingeneigt zum Herzensfrieden · 2745

Herz, ungereinigtes und gereinigtes · 1375

Herz, zur Vielfalt geneigt, wird immer Welt entwerfen · 4653

Herz: Festung · 1429

Herzensbefleckungen  
 Ursache für alles Elend · 1949

Herzensbefleckungen aufgehoben – Herzenseinigung – Triebversiegung · 3661

Herzensbefleckungen kann man nur überwinden, wenn man sieht, wie übel sie sind · 1948

Herzensbefleckungen nicht aufgehoben, üble Wünsche, falsche Anschauungen  
 dem Abweg verfallen = Mordwaffe mit Mönchsrobe umhangen · 3661

Herzensbefleckungen wurzeln in dem Begehren nach Sinnendingen · 1944

Herzensbefleckungen, der Übende führt sich die Schädlichkeit der, vor Augen, die die Lichterscheinung und die Wahrnehmung von jenseitigen Formen verhindern · 6190

Herzenseinigung  
 Gleichnis vom bebrüteten Ei · 2756

Herzenseinigung, durch, wird der Geist bis ins Unendliche erweitert und überhöht · 7000

Herzenseinigung, mit dem Willen erworben · 2730

Herzensentwicklung zum Guten · 2051

Herzensfrieden, Wohlgeschmack des, = erster sicherer Halt am oberen Rand des Abgrunds · 3260

Herzenshaltung des Nicht-mehr-schädigen-Wollens · 1482

Herzenskunde, die, auf dem Fundament der Herzenseinigung bringt für den Erfahrer selbst und andere großen Nutzen mit sich · 7062

Herzensreinheit, Herzenseinigung ist nicht Zweck und Ziel geistlichen Lebens · 3167

Hesse, Hermann · 280, 4818

Hesychos von Batos · 2843

Heuchelei – innere Fäulnis · 1325  
 Heuchelei und Heimlichkeit · 1987  
 Heuchelei: Zinsen, zusätzliche karmische Belastung · 1464  
 Heyse · 1832  
*Hier findet man den Asketen: den Heilgewordenen, den 2., 3., 4., Asketen:  
 den Nichtwiederkehrer, Einmalwiederkehrer, den in den Strom  
 Eingetretenen* · 2444  
*hier ist gar kein Ich* · 619  
 Himmelsbote (gandhabba) mit den fünf Strahlen · 7205  
 Himmelsgehenden verehren: Eltern, Lehrmeistern, Frau und Kind, Freunden  
 und Gefährten, Dienern und Arbeitern, Asketen und das Reinheitsleben  
 Führenden entgegenkommen, dann kommen auch sie entgegen · 7536  
 Himmelswesen, zuhörende vieltausendfache Schar von, erreichten den  
 Stromeintritt: *Was irgend auch entstanden ist, muss alles wieder  
 untergehen* · 6804  
 himmlische Wiedergeburt in der Sinnensuchtwelt anstreben · 5985  
 himmlisches Gesetz: die fünf sīla · 7446  
 hinaufwürdigen · 1390  
 Hinnehmen des Selbstgeschaffenen · 231  
 Hinnehmen, Liebe, Sanftmut, nur durch, kann ich tilgen, was als frühere  
 Ernte herantritt · 3901  
 Hintertragen: Was er hier gehört hat, erzählt er dort wieder... · 3676  
 Hochsinnige, weil sie auf das Seelische achten, sind sich einig, dass es  
 Götter/Jenseitige gibt · 5295  
 Höhle · 42, 115, 116, 417, 432, 775, 840, 2093, 2255, 2268, 2439, 2814,  
 2815, 3758, 3996, 5290, 5291, 5764, 5854, 5897, 6638, 7183, 7414  
 Höhlengleichnis · 307  
 Hölle währt nicht ewig · 657  
 Hölle, die Qual der Wahrnehmung der, schaffen sich die Wesen, die zu  
 Teufeln in Menschengestalt mit dem finstersten Herzen geworden sind,  
 die andere gequält, gemordet und misshandelt haben · 6243  
 Hölle: *nicht eher kann er sterben, als bis sein übles Werk erschöpft ist* · 6240  
 höllennahe Gespenster (S 19) · 571  
 Höllenwächter, die, lassen den dorthin geratenen Bösewichtern keine Zeit,  
 einem Pāyāsi ihr Weiterleben zu melden, genauso wie menschliche  
 Henker nur ihre Aufgabe erfüllen und für Bitten um Aufschub taub sind ·  
 7275  
 Holzbohle auf Tisch eines Sägewerks · 755  
 Holzscheitgleichnisse: Leitidee der Übungen des Bodhisattva · 2712  
 humaner und hochherziger Mensch · 663  
 Humboldt, Wilhelm v. · 2815  
 Hunger- und Durstqualen · 555  
 Hungerleider im Körper · 101

---

# I

- Ich an sich · 494  
„Ich denke, also bin ich“ · 76  
Ich und Du als Ganzes durchschauen · 1645  
Ich und Du sind geträumt · 1567  
Ich- und Mein-Gedanke ist eine leidverursachende Illusion · 482  
Ich und Welt sind das Erlebte · 602  
Ich und Welt sind in der Wahrnehmung, sind Wahrnehmungsinhalte · 4653  
Ich, das eingebildete, ist so dick wie die Summe der Triebe, die nach der  
sog. Welt dürsten. Das Welterlebnis geht auf die Ich-Empfindung zurück,  
und darum ist die Aufhebung bei der Ich-Vorstellung anzusetzen · 6875  
Ich, verletzbares, dessen Wünsche befriedigt und das verteidigt werden  
müsste, gibt es nicht, es ist nur Einbildung, Traum, Wahn, dass es solches  
gebe · 5582  
Ich-bin-Behauptung · 956  
Ich-bin-Dünken · 339  
Ich-bin-Dünken, Ich-bin-Empfindung · 1994  
Ich-bin-Empfindung – auf Sandbank stranden · 1318  
Ich-bin-Empfindung auch noch bei der Wahrnehmung von Reiner Form,  
Formfreiheit und zeitweiser Aufhebung von Wahrnehmung · 5413  
Ich-bin-Vermeinen, -Empfinden · 336  
Ich-bin-Vorstellung aus Fünferspiel · 327  
Ich-Du-Gegensatz wird eingeebnet bei liebevoller Gemütsverfassung  
Einheit in der Entrückung · 2852  
Ich-Du-Gleichheit, Schonen, innere Freudigkeit · 432  
Ich-Du-Spaltung · 1997  
Ich-Gedanke  
Nur Einzelerwachte und vollkommen Erwachte können den Ich- oder  
Selbst-Gedanken ohne Belehrung aufheben · 5399  
Ich-Umwelt-Spannung, von der, geblendet, erlebt der Mensch ein stark  
wünschendes Ich, dem eine gewährende oder verweigernde Umwelt  
gegenübersteht · 2853  
Idee, der treibende Impuls · 201  
Ideen statt Materie · 5140  
Identifizierung mit Anziehung und Abstoßung verhindert ihre Aufhebung ·  
2095  
Identifizierung mit dem Erscheinungs-Ich · 647  
*Ihr selbst müsst streben heißen Sinns... (Dh 276)* · 2486  
Illusion einer gespaltenen Begegnungswahrnehmung erzeugt Wollensfluss  
nach Sein · 796  
Illusion einer gespaltenen Begegnungswahrnehmung erzeugt Wollensfluss  
nach Sinnendingen/Einfluss durch Sinnendinge · 795

*im Anblick des Todlosen tauchen alle Dinge unter...* · 284  
Imhof, Beat · 6182  
immer wieder – immer wieder · 590  
In meinem Innern ist ein Heer von Kräften... · 677  
Ineinandergreifen der fünf Zusammenhäufungen · 3414  
innere Freudigkeit und Beglückung · 2016  
innere Verfassungen wechseln, dem Herzensfrieden nah und fern · 3264  
inneres Entflammtwerden · 57  
Interesselosigkeit an Welt durch ungeblendetes Sehen · 1206  
Irrlehren · 138, 147, 515, 5392  
Irrtum und Wahrheit · 141  
*ist der Geist beglückt, wird der Körper still* · 2017

---

## **J**

Je längere Zeit sich ein Tugendhafter bemüht, um so mehr Früchte erntet er  
und ist den Menschen der Umgebung Vorbild und Hilfe · 7301  
*je mehr und mehr er bei sich merkt...* · 282  
Jeans, James · 5140  
jenseitiges Wesen eignet sich ein Ei an · 533  
Jugendpessimismus · 870  
*Jugendrausch* · 181, 183, 184, 188, 1999, 2579, 3236  
Jung, C.G. · 6228  
Juwelen, sieben, des Kaiserkönigs · 5006  
Jivako, berühmter Arzt zur Zeit des Erwachten, Wohltäter des Ordens · 4148

---

## **K**

Kaiser als Gabenspender · 7443  
Kaiser als Verkünder des Gesetzes und als Schutzherr · 7441  
Kaiser orientiert sich an den Weisen · 7444  
Kaiser wird Asket · 7441  
Kaiser: Genossen habe ich menschliches Wohl, nun ist es Zeit, an  
himmlisches Wohl zu denken · 7440  
Kaiserwandel, heiliger, Schutz und Schirm für andere Wesen · 5008  
Kälāmer · 130  
Kampf um Überwindung – Beglückung bei Überwundenhaben · 2626  
Kampfesaktivitäten (padhānasankhāra) · 2741  
Kant, Immanuel · 1777, 2702, 2704, 5517, 7042, 7044  
Karawane · 74  
Karma: jedes Wirken hat eine genau entsprechende Wirkung · 6283

Karma: Wirken vor längerer oder kürzerer Zeit oder in der Sterbestunde. Die Ernte wird eintreten zu Lebzeiten oder in der nächsten Existenz oder in einer der folgenden Existenzen · 6365  
 karmische Belastung, fünffache, schwere, dadurch dass er befiehlt: „Geht hin und bringt jenes Tier dort herbei“, das Tier, am Hals gefesselt, körperlichen und geistigen Schmerz empfindet, er spricht: „Geht hin und tötet das Tier“, das Tier beim Töten körperlichen und geistigen Schmerz, Qual und Angst empfindet, er Mönchen unpassende Nahrung gibt · 4152  
 Kasten, von, unabhängig: *Ein Gesetz steht über dein Wesen* · 7372  
 Katastrophen, globale – dagegen ist der menschliche Leib ein Nichts · 3392  
 kein Dasein hat Beständigkeit... · 250  
*Keine Umgebung betrifft den Gestillten* · 77, 1789  
 Kenner der Lehre kann im Haus lebend den rechten Anblick pflegen und kann in einem der nächsten Leben in der Hauslosigkeit den Heilsstand erreichen. So ist er den rechten Weg gegangen · 5233  
 Kenner des Karmagesetzes, der, handelt nicht mehr reaktiv „von-her“, sondern „auf-hin“ · 6289  
 Kernaussage des Erwachten: Fünf Zusammenhäufungen sind unbeständig, leidvoll, nicht ich · 3509  
 Kette der Erscheinungen ist Blendung · 952  
 Keuscher und Nichtkeuscher in den Tusita-Himmel, Einmalwiederkehrer · 1610  
 Khemako · 322  
 Kinderfresserin · 567  
 Kino · 77, 79, 793, 799, 957, 1160, 3054, 3930, 5196, 5967, 6217, 6635, 6838  
*klafte großer Körper* · 68, 70, 1081, 2213, 2831, 3099, 6401, 6862  
 Klagen und Seufzen, Anklagen · 732  
 klarbewusst in den Mutterleib einsteigen · 863  
 Klarbewusstheit=Erleben mit dem Geist begleiten · 861  
*Klarblick, den, soll er nicht durch Leichtsinn vernachlässigen* · 6573  
 Klarblick, heilender, unbeeinflusst, nüchterner Blick auf die Erscheinungen = scharfes Gerät · 3105  
 Klarblick, nicht abgelenkt von Trieben · 234  
 Klingenu, Sophia v. · 7206  
 Koa Shonin · 351  
 Kobraschlange, Mönch auf, getreten · 3686  
 Köder der Welt, wer vom, angezogen ist, den interessiert es nicht, wenn von übersinnlichen Dingen die Rede ist = hört in der Fremde von seinem Dorf, ist erfreut · 5499  
 Kohlengrube · 2111  
 Köhler im Mittelalter · 684  
*Komm und sieh selbst* · 168  
 Konflikte zwischen Anschauung und Trieben · 126

Konfute · 982, 1709, 7380  
 Konsum, Genuss, Sexualität und Spiele · 5207  
 Körper  
     Ameisenbau, besteht aus vier Gewordenheiten · 3095  
     willenlose Marionette · 3101  
 Körper ist mit den Trieben „geladen“ · 489  
 Körper und Herz verursachen psychosomatische Krankheiten · 3534  
*Körper, der, ist da, diese Beobachtung ist ihm nun ständig gegenwärtig* ·  
     2271  
 Körper, der, mit den Trieben und den Erscheinungsmerkmalen der Triebe  
     verbunden, ist leichter als der tote Werkzeugkörper · 7331  
 Körper, Sprache, Geist bestehen nur aus Wahn · 792, 793  
 Körper, unbeherrscht = Sinnesdränge unbeherrscht · 3547  
 Körper-Beobachtung, der die, Übende erreicht die vier weltlosen  
     Entrückungen, die sechs Weisheitsdurchbrüche · 5972  
 Körper-Beobachtung, der die, Übende erträgt körperliche Schmerzgefühle  
     und unangenehme Rede · 5970  
 Körper-Beobachtung, der die, Übende ist fähig zu überweltlichen  
     Erfahrungen · 5965  
 Körper-Beobachtung, der die, Übende: Sieger über Furcht und Angst · 5969  
 Körper-Beobachtung, der die, Übende: Sieger über Unlust und Lust · 5967  
 Körpermerkmale, die ein Vollkommen Erwachter und ein Kaiserkönig  
     besitzen, sind Auswirkungen früher geübter Tugenden · 5011  
 Körperverletzung, bei: *So beschaffen ist ja dieser Körper...* keine  
     Abwendung und Gegenwendung · 3397  
 Kraft des Durstes · 121, 154, 540, 592, 3748, 5531  
 Kraft, ohne entgegenwirkende, bleibt bestehen = angeschobener Güterwagen  
     ohne Reibungswiderstand, Rakete im unbeeinflussten Raum · 4858  
 Kraftreserve des Körpers, Aufzehren der · 3760  
 Kramp, W. · 1535  
 Kreislauf, anfangsloser, der Wesen · 4160  
 kritische Prüfung des Lehrers  
     Besitzt der Ehrwürdige schon länger heilsame Eigenschaften? · 3864  
     Ist der Ehrwürdige frei von Angst? · 3866  
     Ist der Ehrwürdige frei von Sympathie und Antipathie? · 3868  
     Leichtsinn bei Anerkennung? · 3865  
 kritische Prüfung des Lehrers einer religiösen Wegweisung · 3862  
 kummagga · 967, 970  
 Kummer, Jammer, Schmerz, Gram und Verzweiflung sind Leiden · 6618  
 Kummer, Jammer, Schmerz, Gram, Verzweiflung sind Leiden am Gefühl ·  
     2121  
 Kurzlebigkeit, Bedingung für: Mordgier · 6293

---

## L

L'Orange, Robert · XVII

Labsal der Gefühle

Entrückungen · 2586

Labsal der Sinnensüchte = Wohl und Freude erkennen · 2552

Labsal und Elend bei den fünf Ergreifenshäufungen · 5634

Langlebigkeit, Bedingung für

Teilnahme, Mitempfinden, Rücksicht, Schonen, Liebe · 6293

Laotse · 91, 263, 585, 607, 616, 982, 985, 2208, 3177, 3664, 3777, 5145, 5151, 7380

*lässig, lebe ich, dann mehren sich die unheilsamen Dinge* · 5365

Last

die fünf Zusammenhäufungen · 489

Läuterungswaschungen · 2030

Läuterungsweg, vollständiger, Stufen des Tathāgata-Gangs

„es ist noch mehr zu tun.“ · 3637

Leben ist Erleben, Wahrnehmung ist die Grundlage alles Daseins · 4221

Leben ist nicht Leben, sondern ein automatischer Ablauf von sich einander bedingenden Daseinsfaktoren · 7003

Leben ist Wollen und Wahrnehmen · 350

Leben ohne Ende · 351

Lebendes muss umgebracht werden zur Erhaltung des Körpers · 2107

lebendes Wesen ist uns so nah, wie den Eltern ihr Kind nah ist · 2106

Lebensende, unverstörtes · 1577

Lebensführung von Mönchen, die gegenwärtiges und zukünftiges Wehe bringt: Selbstquäler · 3824

Lebensführung von Mönchen, die gegenwärtiges und zukünftiges Wohl bringt: Da hat einer schwach Gier, Hass, Blendung, gewinnt weltlose Entrückungen, gelangt in himmlische Welt · 3824

Lebensführung von Mönchen, die gegenwärtiges Wehe und zukünftiges Wohl bringt: Da hat einer stark Gier, Hass, Blendung, und nur unter Schmerzen führt er das Reinheitsleben. Gelangt in himmlische Welt · 3824

Lebensführung von Mönchen, die gegenwärtiges Wohl, zukünftiges Wehe bringt: „Es gibt nichts Schädliches bei den Sinnendingen“, und sie pflegen Umgang mit Wanderasketinnen, geraten auf den Abweg = Liane am Fuß eines Baumes erstickt diesen allmählich · 3824

Lebensführung, die gegenwärtiges und zukünftiges Wehe bringt: die zehn unheilsamen Wirkensfährtten: mit Schmerz und Betrübnis untugendhaft, habgierig, hassend, falsche Anschauungen, gelangt in untere Welt · 3840

Lebensführung, die gegenwärtiges und zukünftiges Wohl bringt wenig entgegenstehende Triebe, innere Helligkeit · 3851

Lebensführung, die gegenwärtiges Wehe und zukünftiges Wohl bringt  
 die zehn heilenden Wirkensfährten. (Gegenwärtiges Wehe durch  
 Nichtbefriedigung von Trieben) · 3846

Lebensführung, die gegenwärtiges Wohl und zukünftiges Wehe bringt  
 mit Wohlgefühl untugendhaft, habgierig, hassend, falsche Anschauungen,  
 gelangt in untere Welt · 3845

Lebensführung, vier Arten der: Gleichnisse · 3853  
 Trank von bitterem Kürbissaft, mit Gift vermischt, führt zum Tod =  
 Lebensführung, die gegenwärtiges und zukünftiges Wehe bringt ·  
 3854

Lebensführung, vier Arten der: Gleichnisse: Getränk mit gutem Geschmack,  
 aber mit Gift vermischt = Lebensführung, die gegenwärtiges Wohl und  
 zukünftiges Wehe bringt · 3855

Lebensführung, vier Arten der: Gleichnisse: Mischung aus Yoghurt, Honig,  
 Butter, Melasse für Kranken = Lebensführung, die gegenwärtiges Wohl  
 und zukünftiges Wohl bringt · 3856

Lebensführung, vier Arten der: Gleichnisse: Urin mit Arznei vermischt für  
 Kranken = Lebensführung, die gegenwärtiges Wehe, zukünftiges Wohl  
 bringt · 3855

Lebensgrundsätze, sieben · 1731

Lebenshaltung, angemessene, führt zu Wohl · 1699

Lebenskraft, Wärme, pr. Wohlerfassungssuche (Lenker v. Psyche und  
 feinstofflichem Körper) verlassen den grobstofflichen Körper · 3763

Lebensrad · 452, 631, 3216

Lebensunterhalt sich auf unrechte, rücksichtslose Weise verschaffen · 1658

Lebenswalt (M 50) · 757

*Lebenswandel, unrechter, verderbter, führt abwärts, Lebenswandel, guter,  
 führt aufwärts · 3668*

Leber, der, ist nicht im toten Körper zu finden wie der Ton nicht in der  
 Muschel · 7324

Lebewesen Achtung, Beachtung entgegenbringen · 1639

Lebewesen echt zuwenden · 1639

leere Klausen aufsuchen · 1901

Leere, innere · 376

Leerheit im Mahāyāna · 6059

Leerheit, der von, Erfüllte gibt körperlichen Regungen nach · 6082

Leerheit, der von, Erfüllte soll zwei Beobachtungen pflegen  
 ob er frei von Sinnensucht ist und Beobachtung des  
 Entstehens/Vergehens der fünf Zusammenhäufungen · 6083

Leerheit, der von, Erfüllte spricht nur über Themen, die zum Heil führen ·  
 6082

Lees, Robert James · 6183

Lehmhaufen · 81



Lehre nur benutzen, um Ansichten und Meinungen zu äußern, ist wie  
 Schlange am Schwanz packen · 2979  
 Lehre, eine, soll der Wahrheit dienen, sich nicht nur von anderen durch  
 „eigenen Standpunkt“ unterscheiden · 4201  
 Lehre, gehörte, behält er im Gedächtnis · 5169  
 Lehre, höchste  
 die vier Heilswahrheiten · 213  
 Lehren des Erwachten, drei: In der Welt Gewinn, in der jenseitigen Welt  
 Gewinn, endgültig bleibender Gewinn · 1954  
 Lehren, bewahrte, prüft er gründlich auf ihren Sinn · 5171  
 Lehrer des Bodhisattva · 3571  
 Lehrer wird zum Vorbild und Berater · 5168  
 Lehrer, der untadelige, zeigt den Gang zur Vollendung. Nachdem der  
 Schüler die erste Entrückung erreicht hat, heißt es schon, dass der Lehrer  
 keinen Vorwurf verdient, erst recht, wenn er die Triebversiegung erreicht  
 · 7107  
 Lehrer, er bestellt nicht sein eigenes Feld, sondern das Feld anderer und  
 letzteres auch noch unvollkommen, weil er selber nicht vollkommen ist ·  
 7102  
 Lehrer, hat ein, sein Ziel erreicht und belehrt andere, die nicht zuhören, so  
 beweist er damit, dass er aus Sucht, aus Geltungsdrang lehrt · 7106  
 Lehrer, hat ein, sein Ziel nicht erreicht und belehrt andere, die nicht zuhören,  
 so verdient er den Vorwurf, dass er von der Sucht zu lehren besessen ist,  
 dass er jemanden umarmen will, der von ihm wegstrebt · 7100  
 Lehrer, hat ein, sein Ziel nicht erreicht und belehrt andere, die zuhören, so  
 versäumt er das Wichtigste, nämlich sich selber weiterzubringen · 7101  
 Lehrreden = Atlas · 1275  
 Leib wird und vergeht · 2583  
 leibesabhängig · 556  
 Leichtsinn · 2001  
 Leichtsinn und Ernst · 7405  
 leichtsinnig, stolz, überheblich durch Almosen, Ehre und Ruhm = sich  
 begnügen mit Zweigen und Blättern des Asketentums · 3426  
 leichtsinnig, stolz, überheblich durch Erlangen von Herzenseinigung = sich  
 begnügen mit der Rinde des Asketentums · 3435  
 leichtsinnig, stolz, überheblich durch Erlangung übersinnlicher  
 Wahrnehmungen (ñānadassana) = sich begnügen mit dem Grünholz des  
 Asketentums · 3439  
 leichtsinnig, stolz, überheblich durch Vervollkommnung in Tugend = sich  
 begnügen mit Ästen des Asketentums · 3429  
 Leid durch geringen Verlust · 1380  
 Leiden bei der Hingabe an die Selbstqual · 6525  
*Leiden der Tierheit kann man durch Worte kaum erfassen* · 6249  
 Leiden gegenwärtig halten

unheilsame Eigenschaften mindern sich · 5359  
 Leiden gegenwärtig halten in neutraler Zeit · 3561  
 Leiden ist dadurch bedingt, dass der Mensch bei der Illusion der  
 Begegnungswahrnehmungen Befriedigung sucht · 2767  
 Leiden, größtes, in der Sinnensucht-Erfahrung, mittleres Leiden in der  
 Erfahnis Reiner Form, feinstes Leiden in der Erfahnis der Formfreiheit  
 (nur durch Bedingtheit) · 3745  
 Leidensüberwindung, völlige, durch die Durchschauung der Sechsheiten ·  
 6923  
 Leidensursache vor Augen halten  
 Sinnesdränge lösen leidige Gefühle aus, wenn die geliebte Frau einem  
 anderen zugetan ist. Verlangen nach Frau aufgeben – dann ist die  
 Sucht abwesend. Gleichmut pflegen, dann ist die Sucht überwunden ·  
 5359  
 So ist Anstrengung fruchtbar · 5359  
 Leidhaftigkeiten, drei · 2217  
 Leidhaftigkeiten, drei Arten der · 5687  
 Leidhaftigkeiten, drei große · 772  
 leidvolle und unheilsame Dinge, viele, hat uns der Erhabene genommen,  
 viele segensreiche und heilsame Dinge hat uns der Erhabene gegeben ·  
 4536  
 Leidvolles, wer, ergreift, als Ich ansieht, kann das Leidvolle nicht von sich  
 abhalten · 3514  
 Leimrute · 426  
 Leitbild  
 im nächsten Leben Fürst, Brahmane, wohlhabender Bürger zu werden ·  
 5984  
 Leitbild „Baden im inneren Bad“ · 2028  
 Leitbild des reinen Herzens · 1947  
 Leitbild, mit dem, „da ist nicht irgendetwas“ hindert der Übende, die bisher  
 laufende pr.Wohlerfahrungssuche, noch irgendetwas zu erfahren · 3741  
 Lenau, Nikolaus · 677  
 Leuchten jenseitiger Wesen · 7208  
 Leuchtende sinken auf den nächstniedrigen Erlebnisbereich eines Brahma  
 ab, weil ihre Lebenskraft zu Ende ist und sie kein höheres Verdienst  
 entwickelt haben · 7393  
 Leuchtende, Wiedergeburt bei den, anstreben · 6005  
 Leuchtenden, die Selbsterfahnis der, besteht im Wechsel zwischen  
 Entrückung und gelegentlicher Umwelterfahnis, die nicht als materiell  
 erfahren wird · 7391  
 Leuchtenden, die, bestehen geistig, ernähren sich von geistiger Beglückung  
 und Entzückung und ziehen selbstleuchtend ihre Bahn im Himmelsraum ·  
 7390  
 Liebe

Tür zum Schönen · 1560  
 Liebe ist die Tür zum Schönen und zu Fürsorge · 2818  
 Liebe, durch nichtmessende, wird Abneigung bis Hass überwunden · 4457  
 Liebe, ohne den anderen zu messen  
     Gegenpol zu Antipathie bis Hass · 2816  
 Liebe, unbegrenzte · 439  
 liebend-einführendes Bedenken · 1177  
 Liebestrahlung führt zur Aufhebung der Sinnlichkeit · 2956  
 liebevollen, erbarmenden, freudevollen, gleichmütigen Gemüts strahlt ein  
     Mönch. Hausvater lädt ihn ein. Er isst der Entrinnung eingedenk, hat  
     nicht anderer Beschwer im Sinn – isst untadelhaft · 4149  
 Lobpreisung des Erwachten · 3284  
 Lockruf  
     Es gibt einen gangbaren Weg heraus · 2060  
 loka-saññī – saka-saññī · 2861  
 Löschung der Sinnensucht durch Entrückungen · 2719  
 Loslassen ist die wirkungsvollste Verhaltensweise, um Verdienst zu wirken,  
     sagen die Brahmanen. Mitgefühl ist ein weiteres Motiv, um  
     Verdienstvolles zu wirken, sagt der Erwachte · 5265  
*Loslassen soll er immer mehr ausbreiten* · 6573  
 Loslassen, Haltung des, · 3123  
 Loslösung von allem Wahrnehmbaren · 2027  
 Lotosblüte · 335  
 Löwenruf des Erwachten: Götter erschrecken: „Nicht ewig sind wir, weil wir  
     uns mit allem identifizieren“ · 2440  
 Luftspiegelung · 76, 309  
 Lüge mit Betrugsabsicht zum Schaden anderer = trügerische Rede · 3676  
 Luger, Form, Luger-Erfahrung sind nicht da im samādhi · 2803  
 Luger...hat erfahren: „Wohl tut das, weh tut das“ · 2784  
 Lungern durch die Sinne bedingt die dreifache gewöhnliche Lebensführung ·  
     854  
 Lust an Sinnendingen muss bei Krankheit und Tod zurückgezahlt werden =  
     geliehenes Geld · 4137  
 Luther, Martin · 4158

---

## M

Macht eines Schöpfers · 511  
 Macht über die Sinnesdränge: Abstoßendes will ich als nicht abstoßend  
     betrachten · 6940  
 Macht über die Sinnesdränge: Bei Nichtabstoßendem will ich die  
     Wahrnehmung von Abstoßendem haben · 6939

Macht über die Sinnesdränge: Gleichmut hält an. Mönch empfindet Abscheu  
 vor dem Angenehm-, Unangenehm-Bewegtsein · 6939  
 Machtgeist (yakkho) bedroht Saccako, weil er dem Erwachten nicht  
 antwortet · 3512  
*mag auch der Körper krank sein...* · 1348  
 Magie, schwarze und weiße · 7036  
 Magnetismus · 98  
 Magnetismus von Anziehung und Abstoßung · 355  
 Mahābhārata · 1000, 1967, 6310, 6312  
 Mahākaccāno · 349  
 Mahākotthito und Sāriputto · 3710  
 Mahāmoggallāno hatte keine Körperabsichten · 752  
 Mahānāmo · 668  
 Mahāmoggallāno erschüttert Palast des Götterkönigs · 3627  
 Mahāmoggallānos Rückerinnerung an den Mönch Lebenswalt · 4002  
 Mahāmoggallānos Rückerinnerung an sein Leben als Māro Dūsi · 4001  
 Makarios · 1583, 1970, 1975, 6308  
 Makkhali Gosalo · 515  
 Maler Herz malt ununterbrochen Gestalten · 617  
 mano – ceto – citta: Bande – Hemmung – Verstrickung · 2664  
 March, A · 2701  
 Māro besetzt einen Brahma und spricht durch ihn · 3956  
 Māro Dūsi verführt die Hausleute, die Mönche zu achten und gut zu  
 behandeln – die Mönche betrachten die Unschönheit des Körpers, die  
 Widerlichkeit der Nahrung, die Freudlosigkeit an der ganzen Welt, die  
 Flüchtigkeit/Nicht-Ichheit aller Erscheinungen · 4015  
 Māro Dūsi, der frühere Mahāmoggallāno, verführte die Hausleute, die  
 Mönche zu beschimpfen und schlecht zu behandeln – die Mönche  
 erfüllen sich mit Liebe, Erbarmen, Freude, Gleichmut, wodurch alle  
 Formen von Ärger aufgehoben werden · 4005  
 Māro Dūsis Frevl an dem Mönch Wissenswalt und sein Sturz in die Hölle –  
 Ernte seines Wirkens · 4028  
 Māro hat vier Buddhas mit den dazwischen liegenden Zeiten geistiger  
 Dunkelheit überlebt · 4002  
 Māro identifiziert sich mit den fünf Zusammenhäufungen und kann die  
 Dimension der Wachheit nicht finden · 4020  
 Māro verberg sich im Leib Mahāmoggallānos · 3996  
 Māro, das Geistmächtigste aller Wesen, Herr der gesamten Daseinsbereiche,  
 in denen auf die fünf Zusammenhäufungen gesetzt wird · 3959  
 Māro, Wildsteller · 3226  
 Māro: Gesetz der Vergänglichkeit · 426  
 Māros Hauptaufgabe ist zu verhindern, dass die Lehre des Erwachten sich  
 ausbreitet und bekannt wird · 3959  
 Marzipan · 359

Materielle Dinge können wir verschieben, aber nicht mehren und mindern.  
 Aber wenn ich einem anderen einen Gedanken, ein Wissen mitteile, dann  
 habe ich dies nicht weniger, und trotzdem hat es auch der andere · 4856  
 Mattā · 560  
 Mattiesen, Emil · 7316  
 mājā ist alles · 1835  
 Mein Selbst entsteht und vergeht. · 6852  
*Meine Spuren sind es nur, meine Bahnen nur, das Wahre aber ist dies nicht* ·  
 3870  
 Meinung der Brahmanen: Bei Brahma ist endlich Sicherheit. Brahma ist der  
 „ewige Jüngling“. In der Gemeinschaft mit Brahma sahen sie das Heil ·  
 7121  
 Meinung mancher Asketen und Brahmanen: Leben in der Hauslosigkeit ist  
 sinnlos, ob es mit oder ohne Hoffnung geführt wird · 6162  
 Meinungen, wie „Ewig ist die Welt...“, dies nur ist Wahrheit, Unsinn  
 anderes“, entstehen aus oberflächlicher Betrachtung der Erscheinungen,  
 gehen von der Annahme eines Ich und einer Welt aus. Der Erwachte  
 zeigt, dass nur auf Grund von Wahrnehmungen der Eindruck eines Ich  
 und einer Welt entsteht. Nur die Zerrissenheit des Herzens in Gier und  
 Hass entwirft die scheinbare Zweiheit. Es ist nichts an sich „da“ · 6997  
 Meister Ekkehart · 396, 798, 1334, 1344, 1437, 1686, 1893, 2019, 3917,  
 4058, 5097, 5118, 5119, 5487, 5898, 6671, 6704, 6972, 7142, 7143,  
 7145, 7146, 7241  
*Meister ist der Erhabene, Jünger bin ich...* · 1998  
 Memorieren, Repetieren und Rezitieren · XIII  
 Mensch = brennende Öllampe. Leere Lampe = Körper. Docht =  
 Sinneswerkzeuge. Öl in der Lampe = sechs Sinnesdränge (nāma-kāya).  
 Flamme = Gefühl. Schein = Wahrnehmung · 6777  
 Mensch fühlt nur sein eigenes Gefühl, nicht das der anderen · 2817  
 Mensch hofft, von der Unlust gejagt, in der Befriedigung etwas Bleibendes  
 zu finden · 6636  
 Mensch in Spannung zwischen Verlangen und Erlangen · 2122  
 Mensch ist in fünf Eigenschaften unvereinbar mit Brahma  
 Brahma ist in sich ruhend, von außen unabhängig, frei von Feindschaft,  
 liebevoll, reinen Herzens, Herrscher über sich selbst – die Brahmanen  
 sind nicht so, darum können sie nicht bei Brahma wiedergeboren  
 werden · 7162  
 Mensch kennt kein Dasein ohne Sinneseindrücke · 1253  
 Mensch ohne feste Grundsätze · 1374  
 Mensch, jeder, ist heilsfähig durch die zehn heilenden Wirkensfahrten · 5203  
*Mensch, was du liebst...* · 506  
 Menschen im Samsāra  
 Schwimmer im Ozean · 971  
 Menschen lieb · 1573

Menschen sind für die Brahmagötter unrein, widerwärtig · 7279  
 Menschen sind für die Brahmagötter unrein, widerwärtig = Ein aus der  
 Jauchegrube Herausgezogener springt nicht freiwillig wieder hinein ·  
 7284  
 Menschen, die dumpf getrieben dem inneren Begehren und Hassen folgen,  
 werden als Tiere wiedergeboren · 6227  
 Menschen, die sich guter Beeinflussung hingaben, gelangten nach dem Tod  
 zumeist aufwärts · 4017  
 Menschen, die sich Māros Beeinflussung hingaben, gelangten nach dem Tod  
 zumeist abwärts · 4009  
 Menschenarten, vier: zwei befleckte und zwei unbefleckte · 1853  
 Merkmale des Stromeintritts, vier (D 16, S 55,7) · 3946  
 Merkmale, vier, der Asketen: Klarheit und Befriedung beim Erwachten (1),  
 bei der Wegweisung (2), Tugend, liebevolle Gesinnung pflegen (3),  
 Nachfolger der Lehre sind ihnen lieb und wert 4) · 2448  
 Merkmale, vier, des Heilsgängers · 1150  
 Messemer, Hannes · 2845  
 Messen · 557  
 Messerstichzeitalter, das: Aggression, Hass, Bosheit, Mordlust. Menschen  
 werden zehn Jahre alt · 7495  
 Messerstichzeitalter: Wenn einer des anderen Mörder wird, werden einige  
 Menschen so ängstlich, dass sie in die Einsamkeit fliehen. Dort kommen  
 sie zur Besinnung, gehen in sich · 7497  
 Messingschüssel · 1856  
 metta-Liebe kennt keine Angst und Sorgen · 439  
 Metta-Sutta (Sn 143-152) · 1579  
 Mewes, Christa · 1535  
 Milde: gute Folgen aufzeigen · 1422  
 Mitempfinden bringt inneren Frieden · 6546  
 Mitempfinden verdrängt die eigenen Interessen · 2819  
 Mitempfinden, kein = falsche Anschauung = Wiedergeburt als Tier oder in  
 der Hölle · 7095  
 mitempfindend, schwindet jeglicher Groll · 1601  
 Mitfrau, einstige, als Gespenst · 559  
 Mitgefühl ist ein weiteres Motiv, um Verdienstvolles zu wirken, sagt der  
 Erwachte · 5267  
 Mitleid ist Bürge für sittliches Wohlverhalten · 678  
 Mittel, welche lässig/leichtsinnig machen, nicht nehmen · 680  
 Mitwesen: Leidensgefährten · 2945  
*Mögen alle Wesen glücklich sein. (M 114)* · 1960  
 Mögen und Nichtmögen wurzeln im Wollen · 7232  
 Molyaphagguno weilte übermäßig lange Zeit bei den Nonnen und war ihnen  
 innerlich verbunden · 2903

Mönch Bakkulo, 160 Jahre alt, mit 80 Jahren ordiniert, lebte als Geheilte  
noch 80 Jahre in seinem Körper als strenger Asket · 6091

Mönch Bhaddāli wollte die Regel, nur einmal am Tag zu essen, nicht  
einhalten. Der Erwachte: Reue, Vorwürfe von außen verhindern  
überweltliches Wohl · 4533

Mönch Channo, schwerkrank, hat untadelig das Messer genommen, weil er  
das Ziel des Reinheitswandels erreicht hat · 6738

Mönch fährt bei Tadel auf den Ermahner los · 2609

Mönch hat üble Wünsche · 2604

Mönch ist heimlich und heuchlerisch · 2616

Mönch ist neidisch und geizig · 2614

Mönch ist sanft und friedfertig, weil er die Wahrheit hochhält, nicht weil ihn  
angenehme Redeweisen berühren · 2928

Mönch ist starrsinnig und überheblich · 2617

Mönch ist stolz und empfindlich · 2613

Mönch ist zornig · 2607

Mönch ist zornig und äußert zornige Worte · 2608

Mönch ist zornig und feindselig · 2608

Mönch klammert sich an vordergründige Dinge · 2618

Mönch Kumārakassapo fragt nach den Gründen von Pāyāsis Behauptung ·  
7268

Mönch Lebenswalt erreichte leicht die Auflösung von Gefühl und  
Wahrnehmung. Sein Körper wurde verbrannt, doch das Feuer konnte ihm  
nichts anhaben · 4003

Mönch lobt sich selbst und schätzt andere gering · 2606

Mönch will nicht aus dem Samsāra entinnen · 2605

Mönch wird hochgeschätzt, wenn er Vertrauen erweckende Eigenschaften  
besitzt · 5591

Mönch wird höchstes Verdienstfeld, wenn er die Übung des achtgliedrigen  
Wegs durchläuft · 4534

Mönch, wenn ein, innere Leerheit erfahren möchte, dann soll er sich  
erforschen, ob beim Almosengang in seinem Gemüt Gier und Hass  
aufgestiegen sind, ob er Sinnensucht, fünf Hemmungen aufgehoben, fünf  
Zusammenhäufungen durchschaut hat, ob er die Übung des Achtpfads,  
Gemütsruhe und Klarblick entwickelt, Weisheit und Erlösung  
verwirklicht hat. Wenn nicht, soll er darum kämpfen. Wenn ja, soll er  
darüber froh sein · 6938

Mönche edle, die nur wenig Blendung haben, beschränken aus Vertrauen  
zum Erwachten ihre Geschmäckigkeit · 4547

Mönche im Orden zur Zeit des Erwachten korrigierten einander · 2600

Mönche sollen Ort, Menschen verlassen, wenn sie keine  
Wahrheitsgegenwart, Herzenseinigung, Nibbāna gewinnen · 2758

Mönche unterschiedlicher Meinung sollen Schlichter aufsuchen · 5421

Mönche, abgeschrieben Lebende, schildern ihren äußeren Tagesablauf · 6179

Mönche, törichte, vom Begehren geblendet, können aus Gier nach Füllung  
des Magens die Regel, nur einmal zu essen, nicht erfüllen, so wie Armer  
an seinem armseligen Besitz hängt, ihn nicht lassen kann · 4547  
Mönchsgemeinde, diese, höchstes Verdienstfeld der Welt · 5887  
Mond und Sonne sind jenseitige Götter · 7269  
Moody, Raymond A. · 6230  
*Moralische Trefflichkeit beglückt unmittelbar* · 1913  
Mörder, grausam und blutgierig, ist das unterste Ende der schlimmen  
Verhaltensmöglichkeiten · 3670  
Motive für tugendliches Verhalten · 161  
Mozart, Wolfgang Amadeus · 5011  
Muldoon, Sylvan  
ein zwölfjähriger Junge steigt klarbewusst aus dem Körper aus · 7318  
Mulford, Prentice · 1605  
Murphy, Joseph · 1969  
Mutter fühlt für ihr Kind ebenso wie für sich selbst · 437  
Mutterliebe ist beschränkt · 438  
Myers, F.W.H. · 6230  
Mystik erstickt · 689  
Mystik, christliche, bis ins 15. Jahrhundert hinein · 3178

---

## N

Nachfolge gesichert = abgeschossener Pfeil  
nur noch Zeitfrage, wann er das Ziel trifft · 3880  
Nachfolge, drei Arten von: Tugendliches Streben im Weltleben, Seligkeit  
des Herzensfriedens anstreben. Der belehrte „Heilsgänger“ · 2651  
Nachfolgende identifizieren sich nicht mit Vergänglichem · 1091  
Nachfolgende können nicht sterben, ehe sie nicht den Stromeintritt erreicht  
haben (S 25) · 1091  
Nachfolgender aus Erkenntnis · 1091  
Nachfolgender aus Vertrauen · 1091  
Nachfolger ergänzen sich gegenseitig in der Erinnerung oder Erklärung ·  
4266  
Nachfolger hat Zuflucht zum Erwachten, zur Lehre, zur Gemeinde der  
Heilsgänger genommen · 675  
Nachfolger im Loslassen gefestigt · 694  
Nachfolger in Tugend gefestigt, wenn ihm ein Abweichen von 5  
Verhaltensweisen widerstrebt · 677  
Nachfolger, ein, betrachtet die fünf Zusammenhäufungen: „*Das gehört mir  
nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst*“ ein Geheilter hat mit



vollkommener Weisheit gesehen: „*Das gehört mir nicht, das bin ich nicht, das ist nicht mein Selbst*“ und ist erlöst · 3525

Nächstenblindheit · 1541

Nächstenquäler: Schlächter, Jäger, Räuber, Henker, Gefängniswärter · 4343

Nachteile, große, hat es, wenn man Lebenseinsichten verheimlicht, um sein Ansehen zu wahren. Gleichnisse: kluger und törichter Zugführer, törichter Schweinezüchter, Würfelspieler. Dinge von geringem Wert gegen Wertvolles eintauschen, erfreut Freunde und Verwandte · 7344

Näherin Durst · 449

Nahrung Berührung · 2107

Nahrung geistiges Beabsichtigen · 2110

Nahrung programmierte Wohlerfassungssuche (viññāna-sota) · 2113

Nahrung, körperbildende · 2103

Nahrungen – 5 Zusammenhäufungen  
Gegenüberstellung · 2103

Nahrungen, vier, Zusammenhäufungen, fünf, Psycho-Physisches, drei Bewegtheiten bedingen programmierte Wohlerfassungssuche  
Gegenüberstellung · 2197

nāma = das Benennende · 99

nāma-kāya (Benennungs-, Bewertungskörper) · 356

nāma-kāya fluktuiert: heller, dunkler · 2185

Nando · 1327

Nāthaputto, Gründer des Ordens der Freien Brüder, erlag zwei Irrtümern:  
Erstens: Der Mensch hat nicht nur die Erscheinungen, sondern auch die Wehgefühle früher gewirkt, deshalb stehen sie ihm zu. Wenn er sie durch Selbstqual schneller abträgt, so arbeitet er sein ihm zustehendes Karma ab. Zweitens: Wenn der Mensch ab sofort alles Wirken aufgibt, dann entstehen keine neuen Wirkungen mehr und alles Leid ist aufgehoben. · 5324

Nāthaputto, Leiter der Freien Brüder, Jainas, behauptet, das Wirken in Taten sei das Wichtigste, aber seine sonstigen Auffassungen beweisen, dass er in Wirklichkeit das Wirken in Gedanken für das Wichtigste hält · 4200

Naturforschung · 690

Naturforschung kann das Geistige nicht erkennen · 5095

Naturharmonie, Wetter und Naturkatastrophen sind abhängig von den sittlichen Kräften des Menschen · 7454

Naturwissenschaft, Haltung der · 2699

Nehmen von Nichtgegebenem aufgegeben, widerstrebt seinem Wesen... rein gewordenen Herzens · 3687

Neid und Geiz wurzeln im Mögen und Nichtmögen · 7230

Neid/Eifersucht · 1983

Neigung, etwas zu sich zu zählen · 482

neun Stätten der Wesen (D 33) · 418

Nibbāna allein durch Klarblick (vipassana) gewinnen · 1897

Nibbāna, die rettende Küste · 1072  
Nicht ich werde geschlagen · 2916  
*nicht nur diese, sondern auch jene Welt* · 3699  
*Nicht soll mein Gemüt verstört werden* · 2911  
Nicht soll mein Gemüt verstört werden, auch wenn Glieder mit einer Säge  
abgetrennt werden · 2957  
Nichtetwasheit, Vorstellung der, und Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-  
Wahrnehmung – als Selbst empfunden – ist noch durch Aktivität  
Entstandenes. Vollendeter ist von aller Aktivität frei · 5393  
Nichtetwasheit, Vorstellung von, wer von, angezogen ist, den interessiert es  
nicht, wenn von Begehrensfreiheit die Rede ist · 5511  
Nichtetwasheit, Weg zur Erlangung der  
*Das Aufhören aller Wahrnehmungen, die Nichtetwasheit, das ist die Ruhe*  
· 5571  
*Leer ist dies von Ich, mir oder etwas. Nicht gehört mir etwas noch gehöre*  
*ich irgendwem* · 5578  
Nichteranreten ist Erlösung · 365  
Nicht-Ichheit des Leibes · 187  
Nichtseinwollen · 340  
Nichtselbst · 328  
Nichtwiederkehrer durch Satipatthāna-Übung · 2278  
Nichtwiederkehrer hat Boden unter den Füßen · 1071  
Nirvāna sehen  
der durch Ruhe bedingte Klarblick · 278  
Nisargadatta Maharaj · 1545, 1970, 6825  
*Nur eines verkünde ich: das Leiden und seine Ausrodung* · 3072  
Nyānatiloka · 1799, 5412

---

## O

*O wende bald zum Guten dich* · 1048  
Oberstufe der Gesamtentwicklung: bhāvanā · 740  
Od · 559  
Öde, Langeweile · 1911  
ohne nāma nicht rūpa · 100  
ohne Ursache · 513  
Ölgemälde · 2703  
Öllampe, brennende · 97  
Opfergabe an den Orden · 566  
Ordensspaltung drohender, bei, ist Eintracht wichtiger als Rechthaberei ·  
3887  
Orientierung und Übung bilden das ganze Rezept des Buddha · 711

## **P**

- Paare, vier, nach acht Arten von Menschen · 2008  
Paliwedana · 4163  
Palme, der man die Krone abgeschnitten hat, kann nicht wieder wachsen · 5523  
Papst Gregor · 3998  
Papst Gregor I. · 91, 263  
pārijānāti · 79  
Pascal, Blaise · 2258  
passiv erfahrene Situationen und aktive Reaktionen · 332  
Pāyāsi will spenden · 7356  
Pāyāsi, der geizige, hat zuerst armselige Spenden und nicht eigenhändig gegeben · 7362  
Pāyāsi, der Kriegerfürst, hatte die Auffassung: „Es gibt kein Jenseits, keine über- und untermenschliche Wesen, die in ihrem Daseinsbereich unmittelbar, ohne einen unter Vermittlung von Eltern erzeugten Körper erscheinen, es gibt keine Saat und Ernte guten Wirkens“ · 7269  
Pāyāsi, im Gefolge der vier Großen Könige wiedergeboren, als Schutzgeist tätig, rät den Menschen zu geben und zur Tugend · 7367  
Pāyāsi: Ich glaube nicht, dass es Götter der Dreiunddreißig gibt. - Du gleichst einem Blindgeborenen, der von dem, was er nicht sieht, behauptet, dass das auch nicht existieren könne. Das Jenseits ist nicht mit dem fleischlichen Auge zu sehen, sondern mit dem gereinigten feinstofflichen · 7291  
Perlenkette · 1542, 1543, 3908, 3909, 3916, 3917, 5486, 5487, 6520  
perpetuum mobile passionis, Leidenskcontinuum · 959  
Persönlichkeit = fünf Zusammenhäufungen · 3783  
Persönlichkeit, Weg zur Aufhebung der  
Sechs Sechsheiten nicht als Ich, Selbst ansehen · 6857  
Persönlichkeit, Weg zur Entstehung der  
Sechs Sechsheiten als Ich, Selbst ansehen · 6856  
peta · 549, 553, 556, 4225  
Petrus-Apokalypse · 6238  
Pfeil Durst herausgezogen · 3067  
Pfeil, schmerzender, todbringender, ist der Durst nach den fünf Zusammenhäufungen · 4494  
Pflege der Sinnendinge ist zwangsläufig gefährlich · 2975  
Pfund, anvertrautes, · 210  
Philosophen, Mentalität des, bestimmt die Art seiner Philosophie · 5377

philosophische Fragen („ewig ist die Welt...“), um Antwort auf, zu verstehen, reicht die Fassungskraft eines normalen Menschen nicht aus. Er würde hinwegsterben und hätte die Läuterung versäumt = ist ein Mensch vom Giftpfeil getroffen, gibt es keine eiligere Aufgabe als die, das Gift aus der Wunde zu entfernen. Alles andere, was man wissen möchte, kommt später · 4490

philosophische Richtungen haben zwei Fehler  
 eine auf einen „Anfang“ gerichtete Ursachenforschung und das Fehlen praktischer Übungen zur Überwindung der Unzulänglichkeiten · 4491

philosophische Spekulationen · 138

philosophische Spekulationen des Mönchs Mālunkyāputto haben sein Vertrauen zum Erwachten erschüttert, will aus dem Orden austreten · 4482

philosophische Spekulationen über ein ewiges, unvergängliches Selbst · 1816

philosophischen Ansichten, mit, („Welt ist ewig...“) kann Reinheitsleben nicht geführt werden, aber mit der Kenntnis der vier Heilswahrheiten · 4496

Pilger, andersfährige, behaupten, dass sie wie der Erwachte die Sinnensucht, Formen und Gefühl durchschauen · 2549

Platon · 307

Polanyi, Michael · 7306

positive Bewertung  
 Begehren nimmt zu = Öl auf Öllampe gießen · 2834

Potthapādo, ein Wanderasket, fragt, wie Wahrnehmung als solche aufgehoben werden kann, Frieden und Ruhe erreichbar seien · 6949

Präkognition · 386

praktische Konsequenzen · 2936

Prasselhagel der Sinneseindrücke · 1250

Prel, Carl du · 5161

Priester = eine Reihe Blinder · 5105

prima causa, die, für alles Heil ist rechte Anschauung · 4213

Primärtendenzen  
 Triebe nach sinnlichen Erlebnissen · 1950

Programmablauf, unbewusster · 362

programmierte Wohlerfahrungssuche  
 Die Erfahrung des Todlosen führt zu einer Umprogrammierung, die zur Reinigung von Herz und Geist zwingt, bis die pr. Wohlerfahrungssuche durch das Erreichen unverletzbarer Wohls zur Ruhe kommt. Dann ist u.a. aller Wahn von Ich und Welt, aus den vier Gewordenheiten bestehend, aufgelöst · 7085

programmierte Wohlerfahrungssuche = Herr der Festung · 259

programmierte Wohlerfahrungssuche = Wanderer in der Heimstatt · 347

programmierte Wohlerfahrungssuche des Vollendeten ist an nichts gebunden  
 · 3070  
 programmierte Wohlerfahrungssuche erscheint durch das Psycho-Physikum  
 · 5624  
 programmierte Wohlerfahrungssuche geht den Formen nicht nach=  
 Zügelung der Sinnesdränge · 6493  
 programmierte Wohlerfahrungssuche geht den Formerscheinungen nach (M  
 138) · 2191  
 programmierte Wohlerfahrungssuche geht den Formerscheinungen nach,  
 knüpft an wohlthuende Formerscheinungen an, bindet sich daran · 6458  
 programmierte Wohlerfahrungssuche geht Freude und Beglückung nach.  
 Wohl durch Beruhigung des Körpers, so dass Ich und Welt vergessen  
 sind, frei von den fünf Hemmungen · 3753  
 programmierte Wohlerfahrungssuche ist auf das gerichtet, was man häufig  
 bedenkt: *Was einer versteht, das erfährt er (vijānāti)* · 3725  
 programmierte Wohlerfahrungssuche ist zur Ruhe gekommen, Ziel des  
 Askitentums ist erreicht · 3451  
 programmierte Wohlerfahrungssuche mit Wunschesreiz an Gegenwärtiges  
 und Vergangenes gebunden · 6279  
 programmierte Wohlerfahrungssuche nach außen zerstreut und ausgebreitet ·  
 6450  
 programmierte Wohlerfahrungssuche projiziert Gaukelwerk · 315  
 programmierte Wohlerfahrungssuche verlässt mit dem Psychischen und  
 Physischen (feinstofflicher Körper) im Sterben den grobstofflichen  
 Körper, lenkt es zu Jenseitserfahrungen und wieder in einen Mutterleib ·  
 2116  
 programmierte Wohlerfahrungssuche, Gewöhnung, wird durch bewusste  
 Überlegung eingespielt als selbstständig funktionierendes Schwungrad ·  
 2199  
 programmierte Wohlerfahrungssuche, vom Geist ausgehend, ist bestrebt, das  
 Psycho-Physische zu Angenehmem hinzulenken, von Unangenehmem  
 fern zu halten · 2186  
 programmierte Wohlerfahrungssuche, von der Weisheit gelenkt · 2117  
 programmierte Wohlerfahrungssuche, wenn, nicht mehr sucht, gibt es keine  
 vier Gewordenheiten mehr · 7084  
 programmierte Wohlerfahrungssuche=Schwungrad des Weiteragierens · 332  
 Programmiertheit läuft von selber · 423  
 Programmierung: von Begehren angetrieben, vom Geist gelenkt · 364  
 Psyche entwirft Bewusstsein, Wahrnehmung · 2705  
 Psyche hat man immer bei sich, man ist Psyche · 393  
 Psyche ist gespalten in Erlebenwollen und Erlebtes · 430  
 psychische Gegebenheiten · 154  
 Psychische, das, besteht vorwiegend aus den sechs Sinnesdrängen · 480,  
 2179

Psycho-Physische, das, (nāma-rūpa) ist bedingt durch die programmierte  
Wohlerfahrungssuche des Geistes (viññāna-sota) · 2185  
Puggala Paññāti · 1988  
Pukkusāti wurde durch eine Kuh des Körpers beraubt  
Nichtwiederkehrer · 6602  
Purāno Kassapo · 515

---

## Q

Qualität des Wahrnehmens hängt ab von der Qualität der Triebe des  
Wahrnehmenden · 4222  
Qualität, je nach, der Psyche ist Welterlebnis · 5144  
Qualitäten, gute, der Mitmenschen betrachten · 1590  
Quellen, drei, für religiöse Aussagen (D 1)  
Grübeln und Erwägen · 5377  
lückenloser Durchblick durch die Existenz · 5377  
teilweise geistige Erfahrung · 5377

---

## R

Raabe, Wilhelm · 5897  
Rabbow, Paul · 5859  
Rad der Lehre, In-Gang-Setzen des, · 6604  
Radio- und Fernschwelen · 489  
Radjuwel, himmlisches, ist ein sichtbares Zeichen, dass die Himmlischen  
den Kaiser der Herrschaft für würdig erachten · 7435  
Rakete im unbeeinflussten Raum · 693  
Ramakrishna · 1835, 5209  
Rangordnung entsprechend der inneren Lauterkeit · 1871  
Rationalismus · 135, 5128  
Ratthapālo, als Geheilte besuchte er seine Eltern und lehnte radikal Gold  
und Frauen ab · 4893  
Ratthapālo, noch minderjährig, hörte den Erweckten, war ganz auf die  
Überwindung des Begehrens aus, wollte lieber sterben als im Haus zu  
bleiben · 4893  
Rausch · 1998  
Rausch, Jugend-, Gesundheits- und Lebensrausch · 1998  
Rauschsüchtigkeit und Sinnensucht · 3231  
Rauschwirkung · 3228  
*Reagieren entsprechend den Unterlagen hat er aufgegeben* · 2011  
rechte Anschauung

- das Unheilsame und Heilsame kennen und deren Ursache · 2073
- die vier Heilswahrheiten vom Leiden verstehen · 2119
- die vier Nahrungen, ihre Ursache, die Aufhebung, den Weg zur Aufhebung verstehen · 2101
- Was zuerst nur eine im Geist aufgerichtete und festgehaltene Anschauung, ein Leitbild als Wegweisung ist, das entwickelt sich allmählich zu den Triebkräften des Wesens, bestimmt sein Tun und Lassen und reift heran zur erlebten „Welt“ · 5872
- rechte Anschauung – rechtes Mühen – rechte Wahrheitsgegenwart/Selbstbeobachtung werden zum Erwerb aller Stufen des Achtpfads eingesetzt · 5848
- rechte Anschauung entzieht den Trieben, Anziehung/Abstoßung, die Grundlage · 2090
- rechte Anschauung korrigiert weltliche Anschauungen, wandelt sie um, wie Sauerteig den Brotteig durchsäuert · 5178
- rechte Anschauung: Glieder des Bedingungs Zusammenhangs verstehen · 2131
- rechte Ansichten sind Mittel zum Erreichen des Heils, wie ein Floß nur zur Überfahrt gebraucht wird · 2982
- rechte Gemütsverfassung mit Wollensflüssen/Einflüssen – die Überwindung von Sinnenlust, Antipathie bis Hass, Rücksichtslosigkeit, die gute Ernte schafft, aber Ergriffenes wiedererscheinen lässt – als solche erkennen, sich darum mit Wahrheitsgegenwart mühen · 5851
- rechte Lebensführung mit Wollensflüssen/Einflüssen  
Vermeiden von Betrug, Beschwatzen, Anspielungen, andere anschwärzen, immer mehr haben wollen · 5875
- rechte Lebensführung, frei von Wollensflüssen/Einflüssen  
Abneigung, Widerwillen, Widerstreben, Sich-Abwenden entwickeln gegenüber Betrug, Beschwatzen, andere anschwärzen, immer mehr haben wollen · 5877
- rechte Rede, frei von Wollensflüssen/Einflüssen  
vier Arten übler Rede gegenüber Abneigung, Widerwillen, Widerstreben, Sich- Abwenden entwickeln · 5867
- rechtes Handeln, frei von Wollensflüssen/Einflüssen  
den drei Arten üblen Handelns gegenüber Abneigung, Widerwillen, Widerstreben, Sich-Abwenden entwickeln · 5868
- rechtes Tun bringt gute Ernte. Alles üble Tun bringt üble Ernte · 3696
- Rechthaberei · 1993
- Rede kann sein*
- höflich oder hart verletzend · 2933
- liebepoll oder lieblos · 2937
- rechtzeitig-unzeitig* · 2931
- richtig oder falsch · 2932
- zielgerichtet oder nicht zielgerichtet · 2934

Rede kann wahr/richtig oder unwahr/falsch sein, kann hilfreich/heilsam oder  
 nicht hilfreich/unheilsam sein, kann für den Hörer angenehm oder  
 unangenehm sein · 4250  
 Rede, bloßstellende · 6545  
 Rede, heimliche (über einen Abwesenden) · 6540  
 Rede, liebevolle · 1529  
 Rede, verletzende · 1530  
 reden ohne Eile · 6547  
 Redeweisen, fünf, können treffen · 2929  
 Regel des buddhistischen Mönchs  
 keinen Menschen anzufassen · 2297  
 Regel, nur einmal am Tag zu essen · 4612  
 Regen im Gebirge · 875  
 Regung ist Krankheit, Siechtum, Stachel, reißt zu dieser und jener Rückkehr  
 ins Dasein · 7251  
 Regungen beherrschen · 1371  
 Reichgesegete, Wiedergeburt bei den, anstreben · 6007  
 Reichtum des Kenners religiöser Lehren · 1461  
 Reichtum, Bedingung für  
 Spenden aus Mitempfinden mit der Not anderer · 6318  
 Reifezustand, bei dem, der die vierte weltlose Entrückung einleitet, geht  
 alles Wohl des Gleichmuts unter, und eine über alles Wohl und Wehe  
 erhabene Reinheit geht auf, dem Nirvāna ganz nah. · 6978  
 Reine Form, Erleben der  
 Form folgt Gedanken (mano mayā) · 3272  
 Reine Götter, Götterbereich der Nichtwiederkehrer, Wiedergeburt bei den,  
 anstreben · 6008  
 Reinheit, in, wohnende Götter = Nichtwiederkehrer haben die fünf  
 untenhaltenden Verstrickungen aufgehoben · 7259  
 Reinheit, innere, bewahren · 1862  
 Reinigung des Herzens = Auflösung von Welt · 1272  
 Reiz nach Befriedigung: männliches Ködertier, muss immer wieder  
 verscheucht werden · 2875  
 Reizfreiheit durch Interesselosigkeit · 1207  
 Religionsgründer wollen den Weg zum Heil zeigen, zum  
 Allerwohlthuedsten, das nicht zerstört werden kann · 3681  
 Reue  
 Verfolgtwerden · 1466  
 Richter der Toten · 41  
 Richter seiner Umgebung erlebt jenseitigen Richter seinen Handlungen  
 gegenüber · 6225  
 Richter und Gericht im Jenseits · 6224  
 Richter, Gericht und Strafe sind eigene Projektionen · 6228  
 richtig assoziieren · 2824



Riegel Wahn entfernt · 3065  
Rieselkette der Erscheinungen · 959  
Rinde, Grünholz, Kernholz · 285  
Roesermüller, Wilhelm Otto · 557  
Rohitasso · 65, 66, 69, 70, 71, 82, 84, 87, 88, 89, 108, 1332, 2500, 3099,  
5738, 5949, 6970, 6979, 6999  
Ross, das den Tod überspringt · 192  
Rücksichtslosigkeit aus Anerkennungsbedürfnis · 1868  
Ruhe und Klarblick  
    Bringer des Heilsstands · 1899  
Ruhe, innere (samatha) · 229  
Ruhmesruf des Erwachten · 5008  
Ruisbroeck · 113, 213, 262, 434, 804, 806, 807, 1016, 1034, 1335, 1457,  
1458, 1673, 1766, 1898, 1903, 1975, 2026, 2243, 2255, 2258, 2454,  
2458, 2813, 3342, 3354, 3696, 4387, 4397, 4702, 5282, 5407, 5808,  
5828, 6078, 6322, 6498, 6670, 6771, 7195  
Russische Pilger, der · 3998

---

## S

Saat-Ernte-Folge, unvollkommener Einblick in, wenn ein Seher nur ein  
    Menschenleben und nur ein darauf folgendes Leben in jenseitiger Welt  
    überblickt · 6354  
Saccako  
    „Fasten = Beherrschung des Körpers“ · 3536  
Saccako will Erwachten im Redekampf besiegen · 3506  
Saccakos Auffassung  
    „Die fünf Zusammenhäufungen sind das Selbst“ · 3508, 3509  
Sackgassen · 228  
saddhā – avecca pasāda · 2007  
Sakko weiß: Ich habe Lebenskraft bei den Göttern der Dreiunddreißig.  
    Danach gehe ich klarbewusst in einen Schoß ein. Ich lebe im Glück der  
    Wegweisung. Erwacht, wird endlich ein Ende sein. Nach Menschenleben  
    Wiedergeburt bei den Reinen Göttern, Nichtwiederkehrern. Letzter  
    Aufenthalt · 7256  
Sakko, König der Götter der Dreiunddreißig, berichtet  
    *Wann immer Vollkommen Erwachte in der Welt erscheinen, nimmt die*  
    *Schar der Götter zu, ab nimmt die Schar der dunklen Wesen* · 7215  
Sakkos große Freude  
    Ich bin in die Heilsströmung eingetreten · 7254

Sakuludāyī, der Pilger, hat das Leitbild „Das ist der höchste Glanz wie ein  
 Juwel, das leuchtet und strahlt. Ebenso glänzend ist die Seele nach dem  
 Tod, genesen.“ · 4853  
 Salz wirken · 1380  
 Sāmān, Gleichnis vom, Matth.13,19-21 und A VI,62 · 6106  
 Samenkorn rechter Anschauung · 200  
 Sammlung auf beschränktes Licht, unermesslich strahlendes Licht, nicht  
 ganz reines, reines Licht – Wiedergeburt bei den Leuchtenden · 6172  
 Samsāra-See: 5 Zusammenhäufungen · 753  
 samādhi, Voraussetzung für: die vier großen Kämpfe · 3801  
 Sandkörner auf Waagschalen · 2835  
 sanfte Begegnung · 159  
 Sanftmut · 1833  
 Sanftmut ist des Weisen Kraft beim Handeln in der Welt. Die Sanftmut will  
 in der Welt nichts verändern · 6898  
 Sanftmut ist eine Frucht der Weisheit · 442  
 Sanftmut, schonende · 1560  
 sankhāra im engeren Sinn  
 denkerische Aktivität, Absicht, Wille · 2198  
 sappurisa dhamma · XXVIII, XXXI  
 Sāriputto belehrt Anāthapindiko, den Stromeingetretenen, im Hinblick auf  
 die folgenden Leben · 6701  
 Sāriputto fragt Punno Mantāniputto · 3165  
 Sāriputto führt zur Frucht des Stromeintritts, Moggallāno zum höchsten Ziel  
 · 6604  
 Sāriputto ist weise, abgelöst  
 sieht klar bewusst Erscheinungen bei weltlosen Entrückungen,  
 friedvollen Verweilungen, Aufhebung von Gefühl und Wahrnehmung  
 · 5681  
 sati bedeutet erstens, die Entwicklung auf das Heil hin im Auge zu haben  
 (Wahrheitsgegenwart), zweitens bei sich der körperlichen, geistigen und  
 triebhaften Vorgänge bewusst zu sein, diese zu beobachten  
 (Selbstbeobachtung) · 2261  
 sati ist ununterbrochen anwesend im Reifezustand, der die dritte und vierte  
 Entrückung ermöglicht · 2243  
 sati, der Torhüter · 2263  
 sati, rechte und falsche · 266  
 Satipathāna-Übungen: eigenes Gebiet · 416  
 Satipathāna - Beobachtung der Körperhaltungen · 2278  
 Satipathāna - Erlebnis der Nicht-Ichheit des Leibes · 2279  
 Satipathāna - Gelegentliches Üben reicht nicht aus, um zu den verheißenen  
 Zielen zu kommen · 2438  
 Satipathāna ist die gerade, unmittelbarste und intensivste Übung der Nach-  
 innen-Wendung bis zur Erreichung des Heilsstands · 2246

- Satipatthāna ist zu üben, wenn die Hemmung weltliches Begehren nicht besteht, und das Ergebnis der Satipatthāna-Übung ist die Abschwächung bis Aufhebung der Verstrickung weltliches Begehren · 2267
- Satipatthāna kann erst dann fruchtbar geübt werden, wenn Herzenshelligkeit erworben ist (6.Stufe des achtgliedrigen Heilswegs) · 2237
- Satipatthāna kann geübt werden, wenn sich der Mensch hell und frei von weltlichen Anliegen fühlt · 2360
- Satipatthāna nach Aufhebung der fünf Hemmungen zu üben (M 125) · 2242
- Satipatthāna: „Klar bewusst“, klargewollt, nur mit Absicht regt er die Glieder · 2283
- Satipatthāna: alles Begrenzte und Verwundbare wird aus dem Ich-bin-Gefühl herausgenommen und damit eine unbeschreibliche Unverletzbarkeit erworben · 2287
- Satipatthāna: Aufhebung des letzten und feinsten Gefühls: höchstes Wohl (M 59) · 2393
- Satipatthāna: Beobachtung der Erscheinungen: der 5 Hemmungen – dass sie künftig nicht mehr erscheinen · 2426
- Satipatthāna: Beobachtung der sieben Erwachungsglieder: Durchstoß bis zur Erwachung · 2430
- Satipatthāna: Beobachtung des Atems: Anwesenheit der Dampfmaschine merken, die einpumpt und auspumpt · 2270
- Satipatthāna: Beobachtung des Herzens mindert die Triebe und hebt sie auf · 2418
- Satipatthāna: Beobachtung: Auflösung des letzten Ergreifens der fünf Zusammenhäufungen · 2428
- Satipatthāna: Beobachtung: durch Aufhebung der Süchte nach Berührung erscheinen künftig keine Formen mehr · 2429
- Satipatthāna: Bewusstsein ist von der Tatsache der Vergänglichkeit und Auflösung der Leiblichkeit erfüllt · 2316
- Satipatthāna: Der beobachtende Geist hat immer nur das Entstehen und Vergehen der Gefühle zu bemerken · 2378
- Satipatthāna: Der Erwachte zeigt die Bedingtheit und das heißt Leidhaftigkeit selbst höchster Gefühle und Wahrnehmungen und weist auf den Frieden hin, der abseits aller Formen, aller Gefühle und Wahrnehmungen besteht · 2382
- Satipatthāna: der Geist ist an den Leib gebunden wie Elefant an den Pfahl · 2283
- Satipatthāna: die Perspektive eines Gegenüber von Ich und Welt ist aufgehoben · 2304
- Satipatthāna: Die überweltlichen außersinnlichen Gefühle geistiger Freude, wie Entzückung und Seligkeit, auf Grund feinsten, auf Höheres gerichteter Tendenzen nennt der Erwachte das belebende Wasser des

- Nachfolgers, so entscheidend wichtig wie die Tränke für eine Kuhherde (M 33) · 2375
- Satipatthāna: Die universale Wahrnehmungsweise ist nur dem völlig indifferenten Herzen möglich · 2404
- Satipatthāna: Empfindet er ein Gefühl, so empfindet er es als Losgelöster, losgelöst vom Ich-bin-Empfinden (M 140) · 2391
- Satipatthāna: Es ist möglich, dass manche Menschen unbeirrbar das Elend der Körperlichkeit durchschauend, mit nur einem Bruchteil der Übungen die Entrückungen und über sie die Aufhebung des Durstes, das Nirvāna, erreichen · 2346
- Satipatthāna: gröbere körperliche Regungen gänzlich beschwichtigt (M 64) · 2284
- Satipatthāna: Holzscheitgleichnisse · 2321
- Satipatthāna: Im Erwachen aus dem Wahntraum erkennt er: Diese Schein-Existenz war nichts als Leiden · 2434
- Satipatthāna: Irrtümer über „das Leben“ und „das Ich“ werden aufgehoben · 2405
- Satipatthāna: Körper besteht aus den Gegebenheiten Festigkeit, Flüssigkeit, Wärme und Luft · 2299
- Satipatthāna: Körper gehört zum Außen, zur Welt · 2287
- Satipatthāna: Körper ist Außenform · 2282
- Satipatthāna: Körper ist ein Etikett auf einem Bündel von Einzelheiten · 2298
- Satipatthāna: Körper: ein Sack voller Organe und Körperteile · 2289
- Satipatthāna: Leiche = abgelegtes Werkzeug · 2309
- Satipatthāna: Neigung zu der gesamten Weltwahrnehmung ist vergangen · 2317
- Satipatthāna: Nur in der Unangefochtenheit von der Welt der Vielfalt ist es möglich, den Blick auf die Gefühle zu lenken und ihr Aufsteigen und Absteigen zu beobachten · 2386
- Satipatthāna: überweltliche Gefühle entstehen aus der Freiheit von Sinnensucht und aus heller, reiner Gesinnung · 2388
- Satipatthāna: Übungsreihe des Ganges zur Vollendung (Tathāgata-Gang) und Entwicklungsreihe: Gegenüberstellung · 2352
- Satipatthāna: Wahres Wohlsein entsteht dadurch, dass die Leidensgefühle abnehmen und verschwinden · 2398
- Satipatthāna: Wer Schönheit im Bereich des Leibes sucht, ist größten Enttäuschungen ausgesetzt · 2292
- Satipatthāna-Ergebnisse: das Denken wird beruhigt, die Welt wird vergessen, der Leib wird Objekt · 2272
- Satipatthāna-Übende, der, hat einen festen Standort bezogen, hat sich von dem Gefühl getrennt, ist nicht mehr mit ihm identisch · 2381

Satipatthāna-Übung, die, ist der gerade Weg wie eine Dampfwalze, die langsam, aber unentwegt alles unter sich ebnet – im Gegensatz zu dem beglückenden Wohl der Entrückungen, durch die der Heilsgänger das Begehren nach Sinnendingen aufhebt · 2343

Satipatthāna-Übung, die, setzt die Befreiung von weltlichem Begehren voraus · 2248

Satipatthāna-Übung, die, setzt die negative Beurteilung aller Sinnendinge voraus · 2259

Satipatthāna-Übung, Früchte der: höchste Lebenskraft durch Einigung des Herzens · 7508

Satipatthāna-Übung, Höchste Macht durch Triebversiegung · 7511

Satipatthāna-Übung, Höchste Schönheit durch Tugend. · 7508

Satipatthāna-Übung, Höchster Reichtum durch Erwerb der Strahlungen · 7510

Satipatthāna-Übung, Höchstes Wohl durch Erwerb der weltlosen Entrückungen · 7509

Satipatthāna-Übungen: In ihnen wird die endgültige Konsequenz gezogen aus der Einsicht, dass die fünf Zusammenhäufungen/die Sechsheit kein „Ich“ sind, und zwar nicht verstandesmäßig, sondern im unmittelbaren Erleben · 6916

Satya Sai Baba · 1858

Schädigung, Belästigung aus Rücksichtslosigkeit: andere verletzen · 2818

Schäfer, Fritz · 1580, 4169, 4419, 6277

Schaffsal = die als außen herantretenden Eindrücke · 1745

Scham und Scheu vor üblem Wirken wollen wir haben · 3638

Scham: Festungsgraben · 1439

Scharrelmann, Heinrich · 6480

Scheich und Kranker · 240

scheiden, trennen · 191

Schein, fälschen, betrachten · 487

Scheinfreunde: Nur-immer-Nehmer, aufdringlicher Schwätzer, gefälliger Jasager, Gefährte nach abwärts. Freunde, echte: Wohltäter, in Freud wie Leid gleicher, Heilserklärer, Mitempfinder · 7530

Scheu: Wehrgang zum Beobachten · 1440

Schicksal ist Schaffsal · 6287

Schiller, Friedrich v. · 606, 3977

Schlangen-Gleichnis · 2824

schlechte Lebensführung – Wahrnehmung der Hölle oder Tierheit · 1467

Schleier der māyā · 241

Schlink, M.Basilea · 1982

Schlussfolgerung: „Ein Mensch mit üblen Eigenschaften ist mir zuwider. Wenn ich diese Eigenschaften hätte, wäre ich anderen zuwider. Also werde ich...“ · 2620

Schmerz können wir nicht als Schmerz registrieren, aus Mangel an Vergleichsmöglichkeit, weil wir ihn immer haben · 4702

Schmerz, Leiden (dukkha) · 1247

Schmerzen, zusätzliche, durch Unmut, Ungeduld, Hast · 3850

schmerzlicher Grundzustand wird bewusst · 1251

Schonen, Gemütszustand des, durch, wird Schaden—Verletzenwollen überwunden · 4459

Schönheit, Bedingung für: Wohlwollen, gelassene Gesinnung, die über der Situation steht · 6305

Schönheit, Tugend und Lehrgewalt des Erwachten preist der Priester Canki · 5085

Schopenhauer, Arthur · 678, 816, 1330, 1483, 1541, 1543, 1777, 1913, 2053, 2704, 3777, 4135, 5517, 5898, 6252, 6267, 6645, 7044, 7423

Schulden, karmische · 1463

Schüler des Erwachten respektieren den Erwachten nicht, weil er wenig isst, zufrieden und abgeschieden von Weltlichem lebt, sondern wegen hoher Tugend, höchster entblendeter Wirklichkeitssicht, hoher Weisheit, weil er die vier Wahrheiten, Übungen zur Leidüberwindung (nach Zahlen geordnet) aufzeigt · 4732

Schüler des Mönchs Gotamo lauschen aufmerksam seinen Worten, kein Husten oder Räuspern, geschweige Gegenrede – im Gegensatz zu den Vertretern anderer Richtungen · 4731

Schwache Fessel: Mönche hielten die Regel des Einmal-Essens ein = Elefant mit starken Riemen gebunden, zerreißt sie leicht · 4545

Schwächen vor sich und anderen nicht zugeben mögen · 1979

Schweinestall, Säuberung eines, · 1943

Schwester Hadewich · 1594, 6306

schwimmen, oben, und oben bleiben · 1049

Schwimmende, sieben · 1040

sechs Tiere = sechs Dränge · 94, 942, 1823, 3540, 3569, 3719, 4694, 4777, 5501, 6762, 6770

Sechsheiten, Berührungsstrukturen, sechs · 6847

Sechsheiten, Durststrukturen, sechs · 6847

Sechsheiten, Erfahrungsstrukturen, sechs · 6847

Sechsheiten, Gefühlsstrukturen, sechs · 6847

Sechsheiten, sechs Außenprojektionen der Sinnenstüchte · 6847

Sechsheiten, sechs Süchte, zu sich gezählte, in den Sinnesorganen · 6847

Sechsheiten, sechs, sind eine etwas mehr ins Einzelne gehende Darlegung der fünf Zusammenhäufungen in ihrem Zusammenspiel · 6877

Seele durch Sezieren des Körpers zu finden, ist so töricht, wie wenn ein Junge, der nach Feuer sucht, Holz zerkleinert · 7340

Segen der Liebestrahlung, elffacher · 1570

Sehenwollen · 96

Sehnsucht, gemeinsame, nach Wohl · 1529

Sein oder Nichtsein · 618  
 Sekundärtendenzen: Befleckungen · 1950  
 selber prüfen · 149  
 Selbst, atta, das – wie es in der Auffassung der alten Inder besteht – und die Wahrnehmung sind zweierlei: Wahrnehmungen entstehen und vergehen, aber das Selbst wird als etwas dauerhaft Bestehendes aufgefasst. Also ist das Selbst nicht mit den Wahrnehmungen identisch. – · 6991  
 Selbst, atta: Die an-atta-Lehre des Erwachten besagt, dass es kein Selbst, keinen gleichbleibenden, mit sich selbst identischen Kern gibt, nur ein Zusammenspiel von fünf Komponenten, die den Eindruck einer täuschenden Ganzheit erwecken · 6992  
 Selbst, ewiges: die Inder unterschieden zwischen dem Ego, der individuellen Persönlichkeit, und dem ewigen Selbst (atman), das, im Kern gleichbleibend, Körper an- und ablegt. – Der Erwachte zeigt, dass psychische Erscheinungen sich dauernd wandeln, es kein ewiges Selbst gibt · 5384  
 Selbsterfahnis (atta-patilābha), drei Arten von · 735  
 Selbsterfahnis, formfreie, nur durch Gefühl und Wahrnehmung bedingt · 2215  
 Selbsterfahnis, geistunmittelbare, aus gedanklicher Vorstellung · 2215  
 Selbsterfahnis, grobe, durch die Triebe der Sinnensucht · 2215  
 Selbsterfahnisse, drei: dreifacher Wahn = zu ersteigender Turm, der entsprechend dem Wahn dreimal die Gestalt wechselt, und jedes Mal ist eine andere Leiter erforderlich · 7024  
 Selbsterfahnisse, drei: geistgebildete Selbsterfahnis: Die Wesen der, haben die Selbsterfahnis der Sinnensuchtwesen überwunden, indem der Übende das Herz von trübenden Gesinnungen geläutert, Herz und Gemüt mit liebevollen, schonenden Gedanken erfüllt hat. Wohl aus Herzensreinheit, Entrückungen, eigenwahrnehmig. Bei Brahmagöttern wiedergeboren, die noch Neigung zu Reiner Form haben. Sie erfahren sich selber als formhaft, nehmen nach Belieben durch Gedankenkraft eine formhaft-sichtbare Gestalt an. Von daher der Ausdruck „geistgebildet“ (mano-maya) · 7013  
 Selbsterfahnisse, drei: grobstoffliche Selbsterfahnis: Der normale Mensch denkt körperbezogen, bezieht alles Wohl durch die Körpersinne · 7009  
 Selbsterkenntnis, geringe · 6051  
 Selbsterkenntnis, mangelnde · 1856  
 Selbstkontrolle, durchgehende: Taten, Worte, Gedanken vorher, während und nachher betrachten · 4426  
 Selbstmord. Pāyāsi: Warum begehen Tugendhafte keinen Selbstmord, um schnell die Herrlichkeiten des Himmels zu erleben? · 7300  
 Selbstmord: Wer noch nicht triebversiegt ist, ist zu tadeln, wenn er den Körper vorzeitig ablegt · 6745  
 Selbstmörder · 552

Selbstqual und Hingabe an den Genuss sind zu meiden · 5356

Selbstqual zweier Asketen, die sich wie Hund und Kuh verhalten, führt in untermenschliche Welt · 4206

Selbstquäler – Nächstenquäler · 1663

Selbstquäler kann nicht wohlwollend sein. Aus dem gequälten, beklommenen Gemüt geht nicht das helle Wesen übermenschlicher Art hervor bis zum Nibbāna · 5326

Selbstquäler und Nächstenquäler: König, Rücken zerkratzt, mit rauem Leder bekleidet, legt sich im Opfertempel auf Gras. Er befiehlt, Kühe, Ziegen, Schafe zu töten · 4343

Selbstquäler: nackt oder kleidet sich in Lumpen, isst nur in festgelegten Abständen, isst Rinde, Moos, Gras, Kuhdung. Haar- und Bartausreißer, Stetigsteher, liegt auf Dornen, steht im Wasser · 4339

*Selig sind, die reinen Herzens sind...* · 212

Seligkeit des Herzensfriedens anstreben · 2653

Seneca · 865, 1527, 1605, 1832, 6321

Seuse, Heinrich · 1335, 1553, 1555, 1765, 2535, 3353, 4341, 4396, 4593, 5327, 5808, 6498, 6672, 6972

Sexualität ist eine Last · 1610

Shakespeare, William · 605, 7450

Shankara · 1688, 2843

Shantideva · 957

Sich der heilenden Anschauung immer wieder vergewissern: *Sind in mir jetzt Neigungen, die mein Herz derart besetzt haben, dass ich nicht klar denken kann? – Nein* · 3922

Sich Klammern an Riten und Regeln · 665

Sich Klammern an Tugendwerk · 665

Sicherheit erfährt, wer die Unsicherheit aller Unsicherheiten sieht · 3520

Sicherheit, Stufen zur, sind ein abnehmender Prozess abnehmenden Wollens zum Gar-nicht-mehr-Wollen · 5589

Sichtweise, unverblendete, reine · 3206

Sieben Juwelen des Kaisers · 7433

Sinnen: ein Denkobjekt bewegt den Geist lange Zeit · 2833

Sinnendinge = fremdes Gebiet · 427

Sinnendinge/Sinnenlust befriedigen so wenig wie abgeschabte Knochen = Hund wird nicht satt · 4126

Sinnendinge/Sinnenlust bringt den Wesen Rivalität, Kampf und Not = Geier raufen um Fleischbrocken · 4130

Sinnendinge/Sinnenlust gefährden die Wesen = Strohfackel gegen den Wind getragen · 4132

Sinnendinge/Sinnenlust hält in Todesangst = Abwehr von Menschen, die uns zur glühenden Kohlengrube schleppen · 4134

Sinnendinge/Sinnenlust täuschen = Traumbilder · 4136



Sinnensucht = Schlachtbeil. Sinnensucht zwingt die Wesen, Körper als Träger von Sinnesorganen anzulegen, die dem Tod verfallen sind · 3125

Sinnensucht erzwingt die Wahrnehmung · 357

Sinnensucht hält die Brahmanen von Brahma getrennt = sie sind nicht nur am anderen Ufer, sondern sie haben gar keine Ahnung, dass sie ihre Art ändern müssen, über den Strom schwimmen müssen, um zu Brahma zu kommen = ihre Hände sind auf dem Rücken gebunden · 7155

Sinnensucht, Antipathie bis Hass, Rücksichtslosigkeit führen zu eigener, anderer, beider Beschwer · 2849

Sinnensucht, Antipathie bis Hass, Rücksichtslosigkeit roden die Weisheit aus · 2852

Sinnensucht, mit der, ist untrennbar verbunden Habsucht, Antipathie bis Hass, Rechthaberei · 5561

Sinnensucht, Weg zur Freiheit von Betrachtung der vier großen Gewordenheiten · 5565  
*Wie wenn ich den Geist auf höhere Standorte gerichtet hielte?* · 5559

Sinnensucht, Weg zur Freiheit von: Betrachtung Formwahrnehmungen sind unbeständig · 5569

Sinnensucht-Ablösung  
Überwindung des Willensreizes · 2569

Sinnensüchte, 6, – Außenprojektionen der Sinnensüchte, 6, – Erfahrungs- und Berührungs-Strukturen, 6, – geistiges Angehen, 18fach · 6385

Sinnensüchte, sechs, und das Erfahrene – Hängenbleiben an den Ufern · 1311

Sinnensüchtige, nur für, gibt es Außen-Dinge · 3127

Sinnensucht-Überwinder kann andere dazu anleiten · 2574

Sinnensuchtwahrnehmung durch Sinnensuchtgegebenheit · 55

Sinnensucht-Wahrnehmung, Weg zur Löschung der, führt über die Seligkeit der Entrückungen · 6966

Sinnesdränge des Körpers – das Herz mit Anziehung, Abstoßung, Blendung – und der weiterreichende Geist · 3538

Sinnesdränge im Körper lauern auf Befriedigung, sie sind ein permanenter Mangel und Sog, verursachen ein dauerndes Mangelgefühl, Wehgefühl, Leiden, das wegen der fast ununterbrochenen Dauer als normaler Seinszustand empfunden wird, wie beim Aussatzkranken das permanente Jucken zu seinem gewohnten Erleben geworden ist · 4703

Sinnesdränge nicht mit dem Vorgestellten zusammennähen · 482  
*Sinnesdränge sanft geworden (Dh 94)* · 2017

Sinnesdränge, sechs, durchdringen und durchziehen als sinnlich nicht wahrnehmbare Spannungen und Dränge den ganzen Körper · 2182

Sinnesfreuden, himmlische, sind gegenüber menschlichen Sinnesfreuden viel wunderbarer und feiner · 4699

sinnliche Wahrnehmung kann nur überstiegen werden, wenn Sinnensucht, Antipathie bis Hass, Rücksichtslosigkeit heraus ist (nur mit trockenem Holzscheit kann man Feuer machen) · 2809

sinnliche Wahrnehmung, bei Abschluss von, Experiment  
 „Man verliert ja seine Persönlichkeit, wenn man nichts erlebt.“ · 6772

sinnliches Begehren  
 Schwinden des Selbstleuchtens · 7396

sinnliches Begehren verworfen, läutert das Herz · 779

sinnliches Wohl und inneres außersinnliches Wohl, vier Unterscheidungen · 4284

Sinnlosigkeit, Leiden des Immer-wieder-Geborenwerdens-Alterns-Sterbens sehen und verstehen · 2137

Sitten

- a) unheilsame, kommen aus dem Herzen mit Zuneigung, Abneigung, Blendung · 4824
- b) unheilsame, gehen unter durch heilendes Wirken in Taten, Worten, Gedanken, Lebensführung · 4825
- c) unheilsame, sind auszuroden durch vier große Kämpfe · 4828
- d) heilsame, kommen aus Herzen, frei von Zuneigung, Abneigung, Blendung, gehen unter durch Nicht-Stehen-Bleiben, Gemüts-/Weisheitserlösung. Nicht-Stehen-Bleiben, Gemüts-/Weisheitserlösung anstreben · 4832

Sitz mit verschränkten Beinen und gerade aufgerichtetem Körper · 2270

*So wie die Spinne aus ihrem Leib...* · 1778

Sogyal Rinpoche · 549

somanassindriya · 1267

Sorge des ernsthaften Anhängers · 1165

Sorge um die Erhaltung des Reichtums · 2559

sotāpanno weiß, dass er im Wahn ist, und strebt fort · 788

sozial hohe Stellung, Bedingung für: selbstverständliche Berücksichtigung Höhergestellter oder Ordnungspersonen, mit weiträumigem Blick für das Wohl des Ganzen · 6330

sozial niedrige Stellung, Bedingung für: Trotz, Überheblichkeit, Nichtachtung Ranghöherer · 6324

Spannungsfeld und Gefühle werden als örtlich empfunden und gedeutet  
 „ich fühle“, „ich will“, „ich bin“ · 3730

*Speise für Herz und Gemüt ist die Darlegung* · 1874

Speise, köstliche: kein Genuss mehr · 2020

Spende: rein oder/und unrein durch Spender oder/und Empfänger · 6689

Spenden an Abgeschiedene · 557

Spenden an den Erwachten und Einzelerwachte, an acht Arten von Heilsgängern, an Nichtbuddhisten, frei von Gier, Hass, Blendung, an tugendhafte Weltlinge, an untugendhafte Weltlinge, an Tiere · 6687

Spenden an Hilfsbedürftige, an Mönche und Nonnen · 1525

*Spenden von Hab und Gut bringt Gewinn* · 3695  
 Spiel der fünf Zusammenhäufungen · 248  
 Sprache der Triebe ist Gefühl · 3762  
 Sri Ramana Maharshi · 4870  
 Stachel, Elisabeth · 7206  
 Stand, Angehöriger jedes, kann seine weltüberlegene Eigenschaft nutzen  
     als Asket im Orden die Triebversiegung erreichen · 7429  
 Starke Wohl-, Wehgefühle bei starken Tendenzen · 2788  
 Stehlen: *Da nimmt einer, was man ihm nicht gegeben hat, was ein anderer  
     in Dorf oder Wald an Hab und Gut besitzt, das macht er sich ungegeben  
     in diebischer Absicht zu eigen* · 3673  
 Steigerung des Minus-Plus-Verhältnisses · 2793  
 Steinblock in zwei Teile zerbrochen · 5511  
 Sterben ist das Entschwinden in den uns nicht zugänglichen Bereich · 2135  
 Sterben ist Leiden · 6617  
 Sterbestunde  
     Hinwendung des Sterbenden zu höheren Gedanken und Zielen · 6376  
 Sterbestunde des Großen Herrlichen: Seine Gattin soll zu ihm sagen: „Hänge  
     nicht am Körper und an deinen Schätzen. Leidvoll stirbt, wer daran  
     hängt.“ · 6702  
 Stillwerden der Sinnesdränge aus geistiger Beglückung · 1193  
*Stolz und Empfindlichkeit, aus, muss ich an dieser Anschauung festhalten.*  
     Pāyāsi konnte doch nicht vor den Leuten zugeben, dass er unrecht hatte ·  
     7343  
 Stolz/Anerkennungsbedürfnis, Empfindlichkeit · 1979  
 Strahlen in alle Richtungen · 1569  
 Strahlende, Wiedergeburt bei den, anstreben · 6006  
 streben, ernsthaft, müssen  
     der aus Vertrauen Nachfolgende, der Vertrauen und Liebe zum  
     Erwachten hat und bei dem die Heilkräfte wirken · 4632  
     der durch Einblick Nachfolgende, bei dem Heilkräfte wirken · 4632  
     der durch seine religiös vertrauende Art Abgelöste · 4630  
     der in der heilenden rechten Anschauung Gesicherte, der die Frucht des  
     Stromeintritts gewonnen hat, einige Wollensflüsse/Einflüsse gesehen  
     und aufgelöst hat. Aufgezeigte Wahrheit hat er mit Weisheit  
     verstanden und geprüft · 4626  
 Strebende, religiös, sollten sich üben: Wir werden die Eigenschaften  
     erwerben, die einen den Reinheitswandel Führenden ausmachen, damit  
     die Spender dafür großen Gewinn erlangen und unser Gang in die  
     Hauslosigkeit nützlich sein wird · 3636  
 Streichholzlicht · 115, 116, 417, 432, 2814, 2815, 5764, 5854, 5897, 6638  
 Streit der Mönche von Kosambi · 3885  
 Streit zwischen Nāthaputtos Nachfolgern · 5423  
 Streit, Wurzeln des: Herzensbefleckungen · 5434

Streit, Wurzeln des: üble Wünsche, falsche Anschauungen haben · 5441

Streit, Wurzeln des: vordergründige Dinge festhalten, nur schwer loslassen · 5443

Streit: Wo sind eure Einsichten bei eurem Streit? Das wird euch Toren lange zum Unheil und Leiden gereichen · 3894

Streitanlässe, vier  
bei Meinungsverschiedenheiten, Tadel, Verstößen gegen die Ordensregel, bei Pflichten · 5445

Streitauflösung durch Zusammenkommen, Mehrheitsmeinung, Erinnern, wiederhergestellte geistige Gesundheit, Annahme des Geständnisses, Zutagetreten eines schlechten Charakters, Gras über eine Sache wachsen lassen · 5453

Streitgesprächen der Boden entzogen · 381

Strenge  
üble Folgen aufzeigen · 1422

Stromausfall hinnehmen · 1831

Stromeingetretener · 1054

Stromeingetretener: Unmöglich ist es, dass ein Anblickgesicherter

- a) eine Bewegtheit als ewig angehen kann · 5781
- b) Mutter oder Vater töten kann · 5785
- c) einen Geheilten tötet oder verletzt · 5787
- d) den Orden spalten oder einen anderen Meister wählen könnte · 5788

Stumpfsinn · 982

Stumpfsinn, Bedingung für: Nichtfragen nach weiterreichenden Zielen, nach heilsam und unheilsam · 6331

*Stützpunkte der pr. Wohlerfahrungssuche* · 363

Subhūti, der Mönch, stand an der Spitze derer, die im Frieden verweilten, empfand jederzeit himmlisches Wohl · 6554

Subhāsitarāva · 110, 984

Suchen nach Möglichkeiten der Erfüllung... · 2012

Sucht nach Befriedigung – untersinken · 1316

Sucht nach Sinnendingen, durch, schaden sich die Menschen auch ungewollt gegenseitig = Ernten von Baumfrüchten · 4138

Süchte, sechs, nach Berührung sind durch das Psycho-Physische bedingt · 2179

süchtig Getriebene · 158

Süchtigkeit, sechsfache · 246

Sujātā · 372

sukhindriya · 1264

sukhuma bandhana · 762

Summe von Wirkungen aus früherem Wirken ist da (bhava) und offenbart sich beim Ausschütten eines immer neuen Daseinssacks · 2147

Sumpfversunkenen aus dem Sumpf herausziehen · 2062

Sunakhatto meinte, Selbstqual und Geistesmacht sei wichtiger als  
Leidensüberwindung · 2478  
Swami Ramdas · 375  
Swami Sivananda Sarasvati · 1981  
Sympathie und Antipathie ausrodern · 2947

---

## T

Talmud · 1981, 2613  
Tandschur · 1988, 6312  
tat tvam asi – das bist du · 4161  
Tat, Wort, beabsichtigt, beschwert mich, andere, beide - dann aufgeben.  
Wenn geschehen, beichten · 4426  
Tatkraft bei heilsamen Dingen · 1046  
Tatkraft wird eingesetzt, um Wahrheitsanblick zu bewahren · 2744  
Tatkraft, Gesprächsthema · 3164  
Tatkraft, vier große Kämpfe: Streitkräfte · 1444  
Tatsachen, vier, im Leben nannte Ratthapālo dem König, der ihn fragte:  
*Aufgegeben wird die Welt, ist ohne Dauer* · 4903  
*Die Welt ist ohne Schutz und ohne Beschützer* · 4903  
*In der Welt gibt es nicht wirklich eigenen Besitz, alles verlassend muss  
man gehen* · 4904  
*Ständig im Mangel ist die Welt, nicht zu befriedigen, ein Sklave des  
Durstes* · 4904  
Täuschung über die Dimension der Welt · 602  
Täuschung über die Dualität · 615  
Täuschung über inneren Fortschritt/Rückschritt eines anderen · 1612  
Täuschung über Wohl und Wehe · 598  
Teil des Ganzen · 1639  
Teilerfahrung der Triebe durch Berührung von zu sich gezählter Form und  
als außen erfahrener Form · 3401  
Teilerfahrung der Triebe werden in den Geist eingetragen, der im Dienst der  
Triebe auf Wohl-Erfahrung gerichtet ist · 3720  
Teilerfahrung und pr.Wohlerfahrungssuche wissen nur die augenblickliche  
Wohltat. Weisheit macht auf die nachfolgenden Leiden aufmerksam ·  
3726  
Teilerfahrung: „Er (der Sinnesdrang) erfährt: ‚Wohl, weh, weder weh noch  
wohl tut das.‘“ · 3715  
Teilerfahrungen (viññāna-bhāga) und die pr.Wohlerfahrungssuche (viññāna-  
sota) · 2190  
Teilerfahrungen werden in den Geist als Wahrnehmungen eingeschrieben ·  
471

Teilerfahrungen, aus, setzt sich auch zusammen, was mit Weisheit bedacht wird  
*Was einer erfährt (vijānāti), das versteht er (pajānāti) · 3724*  
 Teilung zwischen Ich (minus) und Welt (plus) · 1096  
 Tendenzen (citta)  
   aus Bewertung entstandene Neigungen · 1950  
 Tendenzen, Triebe, sind eine Wucht des Gequältseins wie eine verspannte Uhrfeder, der zusammengepresste Dampf der Dampfmaschine, das zusammengepresste Treibgas des Autos · 7251  
 Tersteegen, Gerhard · 1009, 1604, 2847  
 Tibetanisches Totenbuch · 549, 6224  
*tief unter uns steht alle Zeitlichkeit · 113*  
 Tier wird schwer als Mensch wiedergeboren · 6254  
 tierische Daseinsform, die, ist auf endlose Wiederholung in der gleichen Ebene ausgerichtet, weil es dort keine sittliche Umkehr gibt · 6254  
 Tiger statt Ziege (Ramakrishna) · 5209  
 Tissā · 559  
 Tissametteyyo · 443  
 titthati · 823  
 Tod bedenken · 190  
 Tod bedeutet nicht Auflösung der Wahrnehmung · 393  
 Tod verändert nicht die Triebe, sie bestehen weiter wie vor dem Tod · 6242  
*Todlosigkeit verstand ich da... · 1051*  
 Todlosigkeit, elf Pforten zur: vier weltlose Entrückungen, vier Strahlungen, drei friedvolle Verweilungen = elf Zugänge zu einem Schatz · 4034  
*Todlosigkeit, unvergänglicher Friede der, ist nicht die Erfahrung von etwas (sakkāya), sondern dies: die Freiheit von allen Herzenstrieben, die durch Nichtergreifen gewonnen wird · 5586*  
 Tolstoi, Leo · 2844  
 Tor denkt, redet, handelt übel, denkt nicht an die Folgen des Wirkens · 6208  
 Tor vor dem Totenrichter: Hast du nicht die Götterboten (Geburt, Alter, Krankheit, Verurteilung durch weltliches Gericht, Leiche) gesehen  
   „Auch ich kann dem nicht entgehen?“ · 6218  
 Tor zum Todlosen · 334  
 Tor, der, erfährt üble Nachrede durch sein übles Reden und Handeln · 6210  
 Tor, der, hat Furcht vor Strafe · 6212  
 Tor, der, kann nach dem Tod ins Tierreich absinken · 6246  
 Tor, der, wird von Gewissensängsten verfolgt · 6214  
 Toren, nur für den, gibt es Gefahren, Unglück und Katastrophen · 5732  
 Torheit und Weisheit · 729  
 Torhüter: sati · 266  
 Töten von Menschen und Tieren ist äußerste Nichtbeachtung der Anliegen der Lebewesen, ist Entreißen des Körpers · 3671

Töten, er hat das, aufgegeben, es widerstrebt seinem Wesen... teilnehmend und rücksichtsvoll...hegt er Liebe und Mitempfinden · 3682

Tradition ist unsicher · 133, 5125

Träger der Last · 492

Tränenflut im Samsāra ist größer als das Wasser der vier Weltmeere · 6618

Transzendierung zu anderen Selbsterfahrungen: Gleichnis für, Verwandlungsmöglichkeiten der Milch in Rahm – Butter – Quark – Käse. Butter und fester Käse erwecken einen ganz anderen Eindruck als die flüssige Milch, so sind die drei Selbsterfahrungen von unterschiedlicher Art, ein immer feinerer Wahn · 7030

Traurigkeit, mit Befreiung verbundene: „*Wann doch nur werde ich jene Zustände erreichen, die die Geheilten schon erreicht haben!*“ · 6415

Tretmühlen · 452

Tretmühlen – Lebensrad · 3215

Trieb, der jeweilige, fühlt bei Berührung mit dem als außen Erfahrenen Wohl, Wehe, Weder-Weh-noch-Wohl · 3729

Trieb-/Wollens-/Empfindungssuchtkörper (*nāma-kāya*) im Körper (*rūpa-kāya*) · 2182

Triebberührung – Gefühl – Wahrnehmung – Durst geschehen am Menschen · 2229

Triebe – Wahrnehmung – falsche Anschauung · 204

Triebe = Dränge, Lenkkräfte, indriya · 942

Triebe aufgelöst

Asche des Baums im Fluss fortgetragen · 1414

Triebe der Antipathie, des Hasses, der Rücksichtslosigkeit machen kalt und dunkel. Solche Menschen bedürfen der gröberen sinnlichen Befriedigungen · 2814

Triebe des Herzens zu besiegen, ist zu manchen Zeiten anstrengend, bringt aber viel Wohl auch für späteres Leben, während jede weltliche Tätigkeit im besten Fall weltlichen Gewinn einbringt, der aber spätestens mit dem Tod wieder verloren ist · 5239

Triebe erzeugen im Geist die Ich-bin-Anschauung · 963

Triebe erzeugen im Geist die Ich-bin-Anschauung, und die Ich-bin-Anschauung ist die Ursache dafür, dass ein Mensch nicht anstreben kann, die Gesamtheit der Triebe, der Wollensflüsse, aufzuheben · 2224

Triebe im Geist erzeugen die Ich-Meinung · 501

Triebe in den Sinnesorganen, bei starken, (Gleichnis Öllampe M 146 weit herausragender ölgetränkter Docht), ist Gefühl (Flamme) und Wahrnehmung (Schein) kräftig, entsprechend ist die ankommende Ente (Schatten). Bei schwachen Trieben (schwach herausragender, mit wenig Öl getränkter Docht) ist Gefühl (Flamme) und Wahrnehmung (Schein) schwach, entsprechend ist die ankommende Ernte (Schatten). Und ohne gefühlsbedingte Wahrnehmung (ohne Flamme, ohne

- Schein) ist gar keine herankommende Ernte (Schatten), wie sie gewirkt wurde, möglich · 6780
- Triebe in den Sinnesorganen, je mehr, (stark herausragender ölgetränkter Docht), desto stärker ist das Gefühl (die Flamme) und desto leuchtkräftiger die Wahrnehmung (Schein) · 6778
- Triebe nach außen gerichtet  
Strom zerfließt in alle Richtungen · 3760
- Triebe projizieren ein Ich, wodurch die anderen als „ferner liefen“ empfunden werden · 4460
- Triebe samt Fühlen, Wissen und Denken überdauern den Tod des Körpers und werden vom einst Gewirkten berührt · 4222
- Triebe sind durch Gedanken fixierte Bezüge · 2832
- Triebe und dadurch bedingte Empfindungen färben und verfärben die Erlebnisse · 1749
- Triebe unterliegen dem Gesetz des Beharrens · 4223
- Triebe verändern sich, da ununterbrochen bewertendes Denken stattfindet · 4223
- Triebe zwingen zum gefühlsmäßig befriedigenden Ergreifen · 4225
- Triebe, die Ich- und Meinmacher · 483
- Triebe, stärkere, lösen stärkere Gefühle aus · 1996
- Triebe: dauerndes Schmerzgefälle, Mangelzustand · 941
- Triebverfälschung = großer Schmerz · 1254
- Triebversiegte setzen bewusst ihre Fähigkeit zur Ideoplastie ein · 3628
- Triebversiegter hat Anziehung, Abstoßung, Blendung aufgehoben · 3770
- Triebversiegung, wer von, angezogen ist, den interessiert es nicht, wenn von Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung die Rede ist · 5522
- Triebwucht, wenn anders als Einsicht, macht gemütsmäßige Abwendung, wenn Triebe nur intellektuell als schädlich durchschaut werden, auf die Dauer unmöglich · 2842
- Trinker im Jenseits · 551
- Trinkwasser-Salz-Verhältnis · 1381
- Trotz, Starrsinn · 1991
- trügerische Rede macht fruchtbares Mönchtum zunichte · 4412
- trügerischer Traum ist stark und fest · 1754
- Tschuangtse · 91, 263, 585, 606, 1335, 3160
- Tugend = Ersteigen des Felsens · 6117
- Tugend vervollkommen · 1885
- Tugend, Vollendung der, ist nicht Endzweck des geistlichen Lebens · 3166
- Tugenden, wie sie die Geheilten empfehlen...* · 2013
- Tugendliches Streben im Weltleben · 2652
- Tugendregel ist erst dann voll eingehalten, wenn man sie selber befolgt, – keinen anderen veranlasst, sie zu übertreten, – das Übertreten durch andere nicht gutheißt · 4157
- Tugendregeln, fünf, bilden den Anfang des Läuterungswegs · 3663



Tugendregeln, sieben · 1172  
Tugendregeln, sieben, und Mönchsregeln · 1886

---

## U

Überheblichkeit · 1997  
Überlieferung der Lehre: Lehre ist mit Dazugehörigem, mit praktischen Konsequenzen überliefert · 2936  
übermenschliche Erfahrungsstufen kann man nur in dem Maß verstehen, wie man sich von den gewöhnlichen Dingen freimacht · 6101  
Überschätzung, eigene, nährt die Ich-Du-Spaltung, verhindert inneren Frieden · 6533  
übersinnliche Wahrnehmungen · 396  
Übertragen von Verdienst · 565  
Überwinder ist von Zukunftshoffnung frei · 378  
Überwinder streitet nicht um Meinungen · 380  
Überwindung der Form durch die Wahrnehmung der Vorstellung „Ohne Ende ist der Raum“ · 6052  
Überwindung des Durstes  
Ablegen der Last · 497  
üble Regungen, keine, trotz schlechter Vorbilder · 2052  
üble Träume bedrängen nicht · 1572  
Übles wird gewirkt aus Begehren, Hass, Blendung, Angst · 7515  
Übles wird gewirkt durch berauschende Getränke, sich herumtreiben, von einer Veranstaltung zur anderen ziehen, durch Spielleidenschaft, schlechte Freundschaft, Müßiggang · 7517  
Übung zum Untergang übler/guter Sitten: die vier großen Kämpfe · 4833  
Übung, durch, geht die eine Wahrnehmung auf, die andere unter Gang zur Vollendung · 6951  
Übung, jede, wenn abgeschlossen, mündet in die nächste ein · 3172  
Übungen, fünf, zur Wunscherfüllung · 1885  
Ufer, jenseitiges, frei von Schrecken: Gleichnis für Nibbāna · 2984  
Umgang mit nicht auf das Wahre ausgerichteten Menschen ernährt Wahn und Daseinsdurst · 874  
Umgang mit solchen Menschen ist zu pflegen, durch die man auf die Dauer in Vertrauen, Tugend, Wahrheitskenntnis, Loslassen und Klarblick gefördert wird · 5198  
Umgang mit üblen Freunden · 1705  
Umgebung: unser Spiegelbild · 3902  
Umwertung aller bisherigen Bewertungen · 795  
Umwertung aller Werte · 172  
Unabänderlichkeiten, fünf · 179

*Unabhängigkeit ist höchstes Labsal der Gefühle (M 13)*, sie ist am höchsten in dem vierten Grad weltloser Entrückungen, weshalb der Erwachte diesen als höchstes Wohl bezeichnet. Aber Weisheitsdurchbrüche sind noch vorzüglicher · 4873  
 Unbelehrter denkt nur Festes... · 1742  
 Unbelehrter denkt über schmerzliche Erlebnisse nach (2.Pfeil). Körperliches Gefühl: 1. Pfeil. Geistiges (ceto) Gefühl: 2.Pfeil · 1121  
 unbelehrter Mensch, wer als, den Vorgang der sinnlichen Wahrnehmung bis zum Entstehen des Durstes nicht beachtet, ist herausgetreten aus dem geistigen Bereich der Vorgänge und ist an die durch die sinnliche Wahrnehmung entworfene äußere Welt gekettet · 6909  
 Unbelehrter sucht Befriedigung bei den Dingen · 1752  
 unbelehrter, gewöhnlicher Mensch, der, · XXX, 1119, 1739, 1807, 2703, 3006, 3007, 3060, 3829, 5628, 6508, 7043  
 unbeschränktes Gemüt wird von allen Dunkelheiten und Abneigungen geklärt · 2948  
 Unbesonnenheit · 977  
 unbeständig, leidvoll ist, was, davon kann man nicht sagen  
 „Das gehört mir, das bin ich, das ist mein Selbst.“ · 6758  
*Unbeständig/rieselnd sind die Sinneserscheinungen, schemenhaft, trügerisch, Einbildungen. Ein Blendwerk ist das Ganze, der Toren Beschäftigung...Máros Revier* · 5558  
 Unbeständiges kann nicht das Ich, das Selbst sein. Es würde sich sonst ergeben: „Mein Selbst entsteht und vergeht“ · 6852  
 Unbeständigkeit der Gefühle, ihre Entreizung, ihr Aufhören, ihre Überwindung beobachten · 3617  
 Unbeständigkeit, Bedingtheit, Sehen der, rodet den Ich-Irrtum aus · 5638  
 Unbeständigkeit, Leidhaftigkeit und Nicht-Ichheit der Teilerfahrungen · 6766  
 Unbeständigkeit, Leidhaftigkeit, Nicht-Ichheit der Sinnesorgane mit den Drängen, der Suchtobjekte · 6760  
 Unbeständigkeit, Wahrnehmung der, durch, vergeht die Ich-bin-Empfindung · 4465  
 Uneingedenksein der ungekannten Lehre ist Nahrung für die Ungezügeltheit der Sinnesdränge · 858  
*uneingepflanzt verharrt er, und nichts in der Welt ergreift er* · 2274  
 Unerfreuliche, das, mehrt sich für die meisten Menschen, sie wissen nicht, was zu pflegen ist, was nicht, suchen Wohl bei vergänglichen Sinnendingen · 3827  
 Unermesslichkeit · 49  
 ungangbarer Weg, nicht passierbare Furt · 2059  
 ungeblendetes Sehen durch Einigung · 1200  
 unheilsame Gesinnung geht unter durch die erste Entrückung, auszuroden durch die vier großen Kämpfe · 4839

unheilsame Wirkensweisen, zehn · 2073  
Unheilsamem nicht nachgeben mit Erwägen: die üblen Folgen einer  
unheilsamen Hinwendung und Abwendung vor Augen führen · 7243  
Unheilsamem nicht nachgeben ohne Erwägen: wenn Menschen schon von  
Natur wohlwollender, nachsichtiger sind. Das ist als fortgeschritten und  
darum als besser zu bewerten · 7244  
unheilsamen Gedanken, bei, nachträglich beunruhigt, beschämt sein · 4431  
unheilsamen Gedanken, der zu eigener, anderer, beider Beschwer führt,  
nicht pflegen, heilsame Gedanken pflegen · 4430  
unmöglich ist, dass eine Frau ein Vollkommen Erwachter oder ein Kaiser ist  
· 5793  
unmöglich ist, dass in einem Weltzeitalter zwei Erwachte oder zwei Kaiser  
erscheinen · 5792  
unmöglich ist, dass schlechtes Wirken gute Folgen hat · 5794  
Unschönheit, Wahrnehmung der, durch, vergeht das Begehren · 4463  
Unsterblichkeit · 80, 279, 320, 672, 991, 1274, 1341, 1342, 1348, 1351,  
1895, 2474, 2780, 2963, 3098, 3345, 3941, 4389, 5207, 6016, 6704,  
6706, 6755, 7208, 7229, 7384  
untergesunken im Sumpf des Begehrens · 1044  
Unterscheidungen, drei trennende · 1960  
Unterweisung vom Erwachten, oft gegeben: Fünf Zusammenhäufungen sind  
unbeständig · 3504  
Unterweisung, allmählich ansteigende, des Erwachten: Geben... · 5045  
unverblendetes Sehen der fünf Gegebenheiten · 4441  
upekhandriya · 1270  
Ursachen für die menschlichen Leiden liegen im Menschen selber, in seiner  
Identifizierung mit den sich ständig wandelnden fünf  
Zusammenhäufungen. Deren Unbeständigkeit erlebt er als seine  
Unbeständigkeit und leidet daran · 4492  
Ursachen für die Wiedergeburt als Gespenst · 554  
*urteilt nicht die Menschen ab* · 1608

---

## V

Vakuum der Sinnesdränge: leichte Entzündbarkeit · 2785  
Vakuum der Triebe fordert Berührung von außen · 2173  
Vegetarismus, Veganismus, Gründe für · 4165  
Vepacitti, der Asura-Fürst · 761  
verderbte Habsucht: Herausschlagen von Gewinn auf Kosten des Wohls  
anderer Wesen · 1958  
*Verdienst schaffendes Wirken gibt es nicht im Tierreich. Einer den anderen  
auffressen ist dort der Brauch* · 6248

Verdienst, großes, Mönche zu speisen · 1827  
*Verdienst, nach, sollt ihr genießen* = nicht auf Kosten anderer, unter Verletzung der Tugendregeln sein Karma aufzubessern trachten · 7448  
 Verdrängung von Aggression und sinnlichen Bedürfnissen · 663  
 Verehrende Menschen messen sich am Vorbild der Herzenshelligkeit und Abgelöstheit der Mönche. Die Gedanken an sie lassen eigene Herzensbefleckungen und weltliche Banalität zurücktreten · 6937  
*Vergangenem hängt er nicht mehr nach* · 6277  
 Vergangenheit und Zukunft  
     durch Befriedigung-Suchen zus.genäht · 451  
 vergeben · 1970  
 vergeblich, am Du operieren zu wollen · 427  
 Vergehen, kleines, zu Lebzeiten fühlbar · 1378  
 Vergeltung der Spenden · 6688  
 verletzende Rede: Worte, die andere beleidigen, sich mit Zorn äußern und den Frieden zerstören · 3677  
 verleumderische Rede: Wenn er gefragt wird: „Nun, was du in dieser Sache weißt, das sage“ ..., dann macht er aus eigenem Interesse oder wegen eines anderen...klarbewusst eine trügerische, verleumderische Aussage · 3675  
 Verlust trifft nicht · 1380  
 Vernunft, Logik sind unsicher · 135  
 Veröhnlichkeit zweier Könige, die auf Blutrache verzichteten · 3888  
 Verständnis für andere · 440  
 Verständnis und Wohlwollen anderen gegenüber machen hell (aus dunkler Höhle in Sonnenlicht) · 2814  
 Verständnis, Rücksicht, Wohltun, Förderung · 696  
 Verstehender, Klarblickender sieht das Leiden, seine Herkunft und Aufhebung · 1803  
 Verstorbenen helfen durch liebevolle Gedanken · 559  
 Verstörtheit, Geistesverwirrung · 978  
 Verstricktsein in das Hausleben, ohne das, aufgegeben zu haben, kann man nicht die Triebversiegung erreichen, aber in himmlische Welt gelangen. Selbstqual-Asketen haben nicht die Möglichkeit, himmlisches Dasein zu gewinnen · 4642  
 Verstrickung, achte · 337  
 Verstrickung, erste · 337  
 Verstrickungen des Herzens, je stärker die, sind, um so häufiger ist das Gemüt von solchen Gedanken und Empfindungen beschwert, und um so stärker sind die Hemmungen, die den Anblick gemäß den Einsichten des Geistes hemmen · 7159  
 Verstrickungen, fünf, nach oberhalb · 802  
 Verstrickungen, fünf, untenhaltende, lösen, die zu Ungutem hinreißen können. Unter dem Leitbild des Nichttötens, Nichtstehens, der

Wahrhaftigkeit, der Eintracht, der Mäßigung der Begierden, der befriedenden Rede, der besonnenen Gelassenheit, der Brüderlichkeit ist Töten, Stehlen, Verleumden, Hintertragen, begehliches Süchten, verletzende Rede, Zorn/Erregung, Überheblichkeit aufzugeben, sonst müsste ich mich selber tadeln und andere würden mich tadeln und schmerzliche Lebensbahn nach dem Tod stünde mir bevor · 4100  
 Versuche, vier, an Verurteilten, um zu sehen, ob die Seele (der „Leber“) entweicht · 7301  
*Versunken bin ich in der endlosen Kette...* · 279, 3426  
 Vertiefung, fortschreitende, des samādhi · 282  
 Vertrauen – endgültige Gewissheit – endgültiges Erfahrungswissen über den Zustand eines Vollendeten · 3292  
 Vertrauen gewonnen durch Hören der Lehre · 908  
 Vertrauen, blindes, führt nicht zum Heil · 5125  
 Vertrauen, gefestigt: „Das ist der Erhabene...“ · 685  
 Vertrauen: Turm · 1438  
 Vertrauen: Wer das Vertrauen übersteigt, weil er das Unerschaff'ne weiß · 5123  
 vertrauend, befriedeten Herzens an Geheilte denken, führt lange zu Wohl und Glück · 3452  
 Vertrauenslosigkeit schwindet nicht, wenn man falsche Lehren hört · 869  
 Vertrauenslosigkeit, Geiz und Trägheit · 990  
 vertraut mit anderen · 373  
 Vertreiben übler Gedanken (M 20) · 1839  
 Verursachung, anfangslose · 816  
 verzeihen · 1968  
 Verzicht umgangen · 1185  
 viññāna-sota brandet zu dieser, zu jener Welt · 2799  
 vibhavanā · 340  
 Vielfalt, nur in der, gibt es Gegensätze, Beschreibungen · 3818  
 Vielfaltgedanken „Dorf, Mensch“ entlassen, Vorstellung „Wald“ als Einheit aufnehmen · 6047  
 Vinci, Leonardo da · 4708  
 viparināmadukkhatā · 734  
 Virchow, Rudolf · 7340  
 Viśākho, Anhänger, und Dhammadinnā, Nonne · 3783  
 viññāna: alles gründet sich auf Erfahrung · 6565  
 Vollendeter besitzt zehn Kräfte · 2486  
 Vollendeter, abgelöst von den fünf Zusammenhäufungen, ist tief, unermesslich, schwer zu ergründen = Ozean · 4661  
 Vollendeter, der, erinnert sich an seine Selbstqual in früheren Leben · 2533  
 Vollendeter, der, erinnert sich an vergangene Daseinsformen · 2508  
 Vollendeter, der, erkennt die Sinnesdränge und Heilskräfte anderer · 2504

- Vollendeter, der, hat alle Daseinsformen durchlaufen (außer den in Reinheit Lebenden) · 2543
- Vollendeter, der, hat Gemüts- und Weisheitserlösung erworben · 2511
- Vollendeter, der, hat mit 80 Jahren ungebrochene Geisteskraft · 2544
- Vollendeter, der, ist sicher in jeder Versammlung · 2520
- Vollendeter, der, ist sicher, er ist erwacht, frei von  
Wollensflüssen/Einflüssen. Niemand kann mit Recht sagen: „Was du als gefährlich bezeichnest, das muss nicht gefährlich sein“ · 2516
- Vollendeter, der, ist sicher: Keiner kann mich mit Recht tadeln: „Deine Lehre führt nicht zur Leidensversiegung“ · 2518
- Vollendeter, der, kennt alle Ursachen und Folgen des Wirkens · 2492
- Vollendeter, der, kennt das Mögliche und Unmögliches · 2490
- Vollendeter, der, kennt die fünf Lebensbahnen und das Nibbāna · 2524
- Vollendeter, der, kennt die vier Arten der Entstehung · 2523
- Vollendeter, der, kennt die zu allen Zielen hinführenden Übungen · 2496
- Vollendeter, der, kennt Trübung, Reinheit und Beendigung aller überweltlichen Zustände · 2507
- Vollendeter, der, sieht der Wesen unterschiedliche Geneigtheiten · 2501
- Vollendeter, der, sieht die Wesen verschwinden und wiedererscheinen · 2510
- Vollendeter, der, sieht: Welt ist aus verschiedenen Gegebenheiten zusammengesetzt · 2499
- Vollkommen Erwachter, Überblick über körperliche Merkmale, äußere Lebensumstände, Saat (D 30) · 5029
- Vollkommen ist nicht der Gierige, Hassende, Verblendete* · 2451
- Vollkommenheit im Handeln, in der Rede, im Denken wollen wir haben · 3640
- Vollkommenheit in der Lebensführung wollen wir haben · 3644
- Vollkommenheit kann nur einzeln erreicht werden · 2453
- Vom Durste wird die Welt gelenkt...* · 496
- Vom Geiste gehn die Dinge aus...* · 72
- Von allen Dingen, die durch Bedingungen entstehen, zeigt der Erwachte die Bedingungen und wie diese aufgehoben werden können* (Sāriputto zu Moggallāno) · 2132
- Voraussetzung zur Erreichung des Heils: alles Ergreifen lassen · 2463
- Vorbeugung – Vertreibung – Erzeugung – Bewahrung · 2743
- Vorstellung: „nicht ist irgendetwas“, unerschütterlich = leer von Anziehung, Abstoßung, Blendung, die durch keine Eigenschaften zu bezeichnende Gemütererlösung · 3770
- Vorstellungen, unheilsame, durch heilsame vertreiben (Gleichnis mit feinem Keil den groben heraustreiben) · 2881

---

## W

- Wachsamkeit führt zu Wohl · 1694  
Wachstumsphasen, zwölf, bis zum Heilsstand · 5163  
*Wacht auf, erhebt euch...* · 642  
Waffen, drei: Lehrkenntnis, Abgeschiedenheit, Weisheit · 221  
Wahn – Wollensflüsse/Einflüsse – Wahn: Kreislauf · 2223  
Wahn (avijjā)=Falschwissen, an ein Ich in einer objektiven Welt glauben · 2205  
Wahn als Bindung, Hemmung, Verstrickung · 776  
Wahn des Träumenden · 767  
Wahn ernährt Daseinsströmung · 645  
Wahn ist bedingt durch Wollensflüsse/Einflüsse (āsavā) · 2212  
Wahn und denkerische Aktivität bilden den Menschen · 2229  
Wahn wird nur allmählich blasser · 3109  
Wahn, aus, lässt der Mensch sich immer wieder von den Wahrnehmungen beeinflussen, weil er die Vorgänge nicht durchschaut · 6891  
Wahn, die unterschiedlichen Erscheinungsformen des, die Selbsterfahrungen, sind alle gleich wirklich/gewirkt · 7026  
Wahn, durch, bedingt sind die Wollensflüsse und Einflüsse · 2223  
Wahn, feiner: formfreie Selbsterfahrung ohne Wahrnehmung von Ich und Umwelt. Weil keine Neigung zu Form, keine denkerische Bewegtheit. Wahrnehmung nur noch Gleichmutsempfindung · 2216  
Wahn, grober: durch grobe Anliegen der Sinnensüchtigkeit ist das Wahnerleben der Wesen, ihre Selbst- und Umwelterfahrung. Sie erleben drei Bewegtheiten · 2215  
Wahn, mittlerer, wenn Sinnensucht aufgehoben, Wesen erleben das Wohl ihrer Eigenhelligkeit. Erste Bewegtheit fällt fort, erlebte Form folgt unmittelbar ihren Gedanken (mano-maya) · 2215  
Wahn, noch vorhandener, ist die Ursache dafür, dass der nur schwer verdrängt gewesene Durst wieder in Erscheinung tritt · 5533  
Wahn/Selbsterfahrung, grober, mittlerer, feiner, durch die Triebe, Wollensflüsse, bedingt · 2215  
Wahn: weibliches Ködertier, muss getötet werden, Bande des Wahns abgeschnitten · 2875  
Wahn: Welt/Ich-Erscheinung nicht als Wahrnehmung erkennen · 3108  
Wahnbande abnehmen · 371  
Wahnbilder sind Erregung und Aufbegehren nicht wert · 3112  
Wahn-Geist: Gaukler · 317  
Wahngeneigtheit bei Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl · 1131  
Wahngeneigtheit treibt: Vom Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung-Gefühl getroffen, kennt er nicht der Wirklichkeit gemäß

- Entstehen und Vergehen, Labsal und Elend dieser Gefühle und die Befreiung von ihnen · 6858
- wahnhafter Anblick: unsere Natur · 787
- Wahn-Ich wird von seinem Ich-Wahn überzeugt · 1060
- Wahn-Ich, das um seinen Ich-Wahn weiß · 644
- Wahre, auf das, ausgerichteter Mensch erkennt andere · 5644
- Wahre, nicht auf das, ausgerichteter Mensch denkt zu eigener, anderer  
Beschwer, übertritt die Tugendregeln, hat falsche Ansichten · 5654
- Wahrheit der Lehre deutlich erkennbar · 120
- Wahrheit in den Geist eingraben · 1614
- Wahrheit nur durch geistige Wandlung erfahrbar: durch Tugend,  
Herzensfrieden und Klarblick · 5150
- Wahrheit soll er fest im Auge behalten* · 6573
- Wahrheit, durch das Verständnis der, erwächst ein neuer Wille –  
entschlossen – wägt sein Vorgehen ab – arbeitet · 5174
- Wahrheit, nach Erkenntnis der, den Heilsstand erobern · 5149
- Wahrheit, Rad der, wird von Sāriputto in Gang gehalten · 5682
- Wahrheiten, 1 und 2, zeigen Umfang und Herkunft des Leidens, Wahrheiten,  
3 und 4, zeigen, dass und wie Leiden überwunden werden kann · 2120
- Wahrheitsfindung, Süßigkeit der, · 2761
- Wahrheitsdarlegung, vierzigmächtige: Wer die von  
Wollensflüssen/Einflüssen unbeeinflusste rechte Anschauung hat: der  
wird erwerben rechte Gesinnung...rechte Erlösung (10), der hat (dadurch)  
falsche Anschauung...falsche Erlösung überwunden (10), der hat auch  
alle üblen, unheilsamen Erscheinungen/Eigenschaften, die aus falscher  
Anschauung...falscher Erlösung hervorgehen, überwunden (10), dem  
entwickeln sich aus rechter Anschauung...rechter Erlösung die heilsamen  
Erscheinungen/Eigenschaften zu vollkommener Reife (10) · 5879
- Wahrheitserlebnis, Erwachungsseligkeit · 376
- Wahrheitsgegenwart: Towächter · 1448
- Wahrheitssucher, prüfender · 5163
- Wahrnehmung
1. der Unbeständigkeit der fünf Zusammenhäufungen · 1209
  2. der Ichlosigkeit der Form · 1210
  3. der Unschönheit des Körperlichen · 1213
  4. der Erbärmlichkeit und des Elends: Krankheiten, Alter · 1220
  5. des Überwindungskampfes: Vertreiben von Sinnensucht, Antipathie-  
Hass, Rücksichtslosigkeit · 1222
  6. der Reizfreiheit: Begehrensstille · 1225
  7. der Ausrodung: innerer Friede · 1227
  8. der Ungereiztheit: Verblassen der Welt · 1228
  9. der Unbeständigkeit aller Bewegtheiten: Abscheu · 1229
  10. Beobachtung der Ein- und Ausatmung bei den vier Pfeilern der  
Selbstbeobachtung · 1233



Wissen um die Form und darum, dass sie angenehm oder unangenehm ist  
 · 2788  
 Wahrnehmung = Blendung · 122, 3733  
*Wahrnehmung blickt er durch* · 76, 1789, 3778, 5518, 5578  
 Wahrnehmung ist die Dimension der Existenz · 1742  
 Wahrnehmung ist Traum · 403  
 Wahrnehmung ist unbeständig · 1077  
 Wahrnehmung liefert Ich und Welt · 71  
 Wahrnehmung von Lichterscheinungen und außersinnlichen Formen · 6180  
 Wahrnehmung wandelt sich durch innere Gemütsverfassung · 762  
 Wahrnehmung, Auflösung der: Von welchem Zustand einer auch immer die  
 Auflösung der Wahrnehmung erfährt, das ist seine Wahrnehmungs-  
 Spitze. Manche Heilsgänger erreichten schon nach der ersten, zweiten  
 oder dritten Entrückung die Triebversiegung · 6987  
 Wahrnehmung, die, geht zuerst auf und dann das Wissen. Alles je durch  
 Wahrnehmung Erfahrene wird nach den Geistesinhalten des Übenden  
 erkannt und beurteilt als Wirklichkeit: *Das gibt es, ich habe es selbst  
 wahrgenommen (A VI,63)*. Die Wahrnehmung ist der Lieferant für den  
 Geist · 6988  
 Wahrnehmung, feinste, ist noch etwas · 1271  
 Wahrnehmung, Spitze der: Weder-Wahrnehmung, noch-nicht-  
 Wahrnehmung = höchstes Ergreifen, eigenwahrnehmig. Er nimmt nun  
 nichts mehr willentlich in die Aufmerksamkeit und erreicht die  
 Ausrodung von Gefühl und Wahrnehmung · 6984  
 Wahrnehmung, Traum, genannt Leben, ist in seiner Qualität bedingt durch  
 die Qualitäten des geträumten Ich · 6241  
 Wahrnehmung, Wahn, ist durch Eingebildetes bedingt · 1774  
 Wahrnehmung: Luftspiegelung · 303  
 Wahrnehmung: Produkt unseres Herzens und Wirkens · 309  
 Wahrnehmung=citta-sankhāra, Aktivität des Herzens · 1241  
 Wahrnehmungsmöglichkeiten, viererlei · 396  
 Waldeinsiedler hat, wenn er die Ordensbrüder aufsucht, rücksichtsvoll zu  
 sein, nicht hochmütig, eitel, geschwätzig zu sein... · 4611  
 Wallungen des Gemüts hindern, die Wahrheit zu sehen · 2912  
 Wandelbarkeit der äußeren Dinge bedenken · 192  
*Was der Mensch häufig bedenkt und sinnt...* · 2831  
*was einem lieb ist, aus dem, entsteht Kummer...* · 4950  
*Was einer versteht, das erfährt er (vijānāti)* · 3724  
*Was ihr wollt, das euch die Leute tun sollen...* · 162  
*Was irgend auch entstanden ist* · 865, 1052, 2519, 3080, 3873, 4190, 4685,  
 5895, 6603, 6611, 6795, 6804, 6846, 7264  
*Was je gebildet, rieselt hin...* · 630  
*Was man bedenkt, das stellt man sich gegenüber als Objekt* · 2791  
*Was man begehrt nicht erlangen, ist Leiden* · 2122

- Was man fühlt, nimmt man wahr* · 2788
- Was man wahrnimmt, das bedenkt man* · 2790
- Was nützt der mir? · 431
- Wasser keine Sicherheit · 1050
- Wasser rast und trocknet aus  
 Unbeständigkeit, ebenso wenig Mein wie der zu sich gezählte Körper · 3384
- Wasserflut überspült als außen erfahrene Form und die zu sich gezählte Form des Körpers, kein Ich, kein Mein · 3383
- Weder-Wahrnehmung-noch-Nicht-Wahrnehmung, wer von, angezogen ist, den interessiert es nicht, wenn von der Nichtetwasheit die Rede ist · 5521
- Weder-Wahrnehmung-noch-nicht-Wahrnehmung: Weg zur Erlangung der, *Wenn auch die Wahrnehmung der Nichtetwasheit untergeht, das ist die Ruhe* · 5583
- Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl, beim, können wir dafür sorgen, dass der Durst allgemein abnimmt durch Bedenken höherer Einsichten · 6893
- Weg zu Brahma: Mönch geht den Gang zur Vollendung: Tugend, Zügelung der Sinnesdränge, klarbewusste Handhabung des Körpers, Zufriedenheit, Aufhebung der fünf Hemmungen, die vier Strahlungen · 7167
- Weg, den, betreten und die Vorgehensweise zur Überwindung der fünf untenhaltenden Verstrickungen beginnen, heißt: das automatisch ablaufende Zusammenspiel der fünf Zusammenhäufungen bei sich erkennen und sich davon abwenden, um das Heil (= Kernholz) zu gewinnen · 4513
- Weg, der aus den fünf untenhaltenden Verstrickungen herausführt: abgeschieden vom Ergreifen der fünf Zusammenhäufungen, frei von unheilsamen Eigenschaften, frei von groben körperlichen Regungen gewinnt er die weltlosen Entrückungen und Formfreiheiten bis zur Vorstellung des Nicht-irgend-etwas. Was dabei noch zu den fünf Zusammenhäufungen gehört, das sieht er als unbeständig, leidvoll, als Krankheit, als nicht an, „Das ist der Friede, das Zurücktreten von allen Daseinsanhalten, die Erlöschung.“ So erlangt er die Aufhebung aller Triebe oder bei seiner Freude an der Wahrheit die Auflösung der fünf Verstrickungen, die Nichtwiederkehr · 4521
- Wege, unsichere, zur Wahrheitfindung · 132
- Wegweiser ist der Vollendete* · 5590
- Wehgefühl, bei, Abwehrtrieb (M 44) · 2821
- Weil, Simone · 2843
- Weiser erkennt klar die vier Heilswahrheiten in der eigenen Existenz · 3711
- Weiser ist wenig bedürftig, ein Helfender, weiß um die Zusammenhänge in der Existenz und richtet sich danach · 6208
- Weiser, ein, fühlt sich sicher im Umgang mit Menschen · 6262
- Weiser, ein, gelangt nach dem Tod in himmlische Welt · 6267

Weiser, ein, ist er, wenn er mit den Gegebenheiten, den Süchten und entsprechenden Vorstellungen, mit der bedingten Entstehung und dem Möglichen und Unmöglichen vertraut ist · 5736

Weiser, ein, ist von Gewissensängsten befreit · 6264

Weiser, ein, kann einen Toren erkennen · 6208

Weiser, ein, kennt keine Furcht vor Strafe · 6264

Weisheit ist zu entfalten, Triebverfälschung zu durchschauen · 3726

Weisheit und Gemütsbefreiung kann der normale Mensch am anderen nicht sehen · 1619

Weisheit und Tugend, Wissen und Wandel · 725

Weisheit, Bedingung für: Fragen: Was muss ich tun, dass ich zum Heil komme? · 6336

Weisheit, gefestigte = ungetäuschter klarer Blick · 698

Weisheit, nicht ausgebildet · 1376

Weisheit: Auflösung des Daseinsrätsels · 683

Weisheit: Festungsmauer · 1450

Weisheitsdurchbruch, dritter: erträgt körperliche Schmerzgefühle, böswillige Redeweisen · 6153

Weisheitsdurchbruch, dritter: Unverstörtheit des Geheilten, von Wollensflüssen/Einflüssen, Gier, Hass, Blendung, frei · 6153

Weisheitserlöser hat mit Weisheit Wollensflüsse/Einflüsse gesehen und aufgelöst · 4623

Weiterleben · 395

Weizsäcker, Carl Friedrich v. · 1545

welches Blatt kann nicht mehr ergrünen · 5504

Welt besteht aus Wahrnehmung · 760

*Welt ist ein geistig Ding* · 609

Welt ist nicht „an sich“ da · 808

Welt ist Spiegelbild meines Ich · 1616

Weltauflösung im Körper · 110

Weltausbreitungsperiode- Die Reinen  
Entstehung des Brahmanentums · 7424

Weltausbreitungsperiode- Lust am Sturz der Gesetze, verderbtes Begehren, verkehrte Gesetze · 7486

Weltausbreitungsperiode- Privateigentum, abgegrenztes, zum Zweck der Ernährungssicherung gegen die Tendenzen des Egoismus, der Trägheit · 7420

Weltausbreitungsperiode- Stehlen  
die Entstehung des Kriegerstands · 7420

Weltausbreitungsperiode, die Entwicklung in einer, verläuft nicht vom Primitiveren zum Höheren, sondern vom Hohen zum Primitiveren · 7415

Weltausbreitungsperiode: achter Kaiser hat den Unbemittelten nicht Mittel darreichen lassen – Diebstahl – Todesstrafe – Töten – vierzigtausendjährige Nachkommen · 7456

- Weltausbreitungsperiode: achter Kaiser hat nach eigenem Bedünken geherrscht · 7453
- Weltausbreitungsperiode: Begehrlichkeit und Hass verdrängen die nichtmessende Liebe. Falsche Anschauung · 7475
- Weltausbreitungsperiode: Bequemlichkeit und Trägheit, aus, fangen die Wesen an zu hamstern · 7419
- Weltausbreitungsperiode: Berufsstand, dritter und vierter, Entstehung des, · 7426
- Weltausbreitungsperiode: der Kaiser, der die Abwärtsentwicklung eine Zeitlang aufhält. Goldenes Zeitalter, Lebenszeit 80.000 Jahre. Sieben Juwelen des Kaisers · 7432
- Weltausbreitungsperiode: Schönheit, schwindende, wegen Überheblichkeit Erdhaut verschwunden – Erdbodensprosse erschienen – Rankenbeere – ungepflügt reifender Reis · 7408
- Weltausbreitungsperiode: Trennung der Geschlechter – Beginn der Sexualität, Menschentum · 7411
- Weltausbreitungsperiode: trügerische Rede hat um sich gegriffen - Hintertragen - unrechter Geschlechtsverkehr, verletzende Rede und sinnloses Gerede, Reden nach Gutdünken · 7467
- Weltenentstehungen und -Vergehungen erinnern · 142
- Welterlebnis ist gewirkt aus den Mächten der Triebe · 3740
- Welterlebnis ist nur Spiegelbild des Herzens · 2820
- Welterscheinungen sind māyā, geistgebildet · 6237
- Weltfortsetzung durch Fortsetzung des Begehrens · 103
- Weltfortsetzung im Körper · 102
- Weltgläubigkeit · 871
- weltliche Gespräche · 6945
- weltliches Begehren, Freiheit von, wer von, angezogen ist, den interessiert es nicht, wenn von weltlichem Köder die Rede ist · 5503
- weltlose Entrückungen nicht geringschätzen · 1896
- weltlose Entrückungen, Wohl der, übertrifft das Wohl jeder Überheblichkeit, keine Gespaltenheit in Ich und Du · 3449
- weltüberlegene Fähigkeit des Menschen: triebauflösendes Denken · 2842
- weltüberlegene heilsmächtige Fähigkeit · 506
- Weltüberwindung, auf die, ist allein das mönchische Leben zugeschnitten · 6934
- Weltüberwindung: Abgeschieden Lebende, die sich den ganzen Tag um Überwindung des Begehrens, um Reinigung von Herzensbefleckungen bemühen, sind dem Ziel näher als die in der Welt Lebenden, sollten darum von diesen hoch geschätzt und verehrt werden · 6934
- Weltzeitalter, Äon · 7415
- Weltzyklus, ein, beginnt damit, dass in die Latenz getretenes sinnliches Begehren und damit Gegenstandserfahrung wieder einmal aufsteigt und einen entsprechenden Körper bildet · 7386

Wenige werden als Menschen wiedergeboren · 44, 553  
*Wenn auch die anderen...wir aber wollen...* · 2042  
*Wenn ihr die Sanftmut erlangt...* · 1975  
 Wenzl, Aloys · 7304  
 wer andere durch trügerische Rede schädigt, ist zu allem Üblen fähig, denkt nicht an üble Ernte = im Kampf verletzter Elefant rast in Panik zu Tode · 4415  
*Wer die bedingte Entstehung sieht, der sieht die Wirklichkeit* · 3414  
 Wer einst begangnes übles Werk mit bess'rem Wirken ganz durchsetzt... · 1184, 1384, 6374  
*Wer Geduld hat...* · 798  
*Wer genießt, der vergisst* · 657, 1064, 5989, 7073  
*Wer seinen raschen Zorn anhält...* · 1974  
 Werdesein (bhava) ist die gesamte universale Daseinsmöglichkeit · 2142  
 Werdesein/Dasein ist bedingt durch Ergreifen · 2150  
 Werkhalle einer Autofabrik · 1253  
 Wesen in der Sinnensuchtwelt schlachten sich gegenseitig · 3126  
 Wesen, begegnende, sind unschuldige Lastenträger · 1643  
 Wheeler, John · 2701  
*Wie aus dem Herzen hobelt er mir* · 1873  
 Wie ist vorzugehen, um die Illusion einer gespaltenen Begegnungswahrnehmung aufzuheben? · 7236  
*Wie könnte ich anderen antun, was ich selber nicht mag?* · 1474  
*Wie man aus reichem Blumenkorb...* · 216  
 Wiedergeburt im formfreien Dasein anstreben · 6009  
 Wiedergeburt in Brahmawelt · 1578  
 Wiedergeburt, immer erneute, durch Gefühlsbefriedigung aus Wahn und Durst · 3747  
 wiederholtes weises Erkennen · 1985  
 Wiederkehr einst gewirkter früherer Taten · 307  
 Wille der Wesen strebt zum (vermuteten) Wohl · 703  
 Wille ist bedingt, immer auf Wohlbefinden gerichtet · 2848  
 Wille kommt dort auf, wo der Nachteil einer Erscheinung deutlich gesehen wird · 2849  
 Wille löst sich von Erscheinungen ab · 1333  
 Wille wird bestimmt davon, wie gefährlich die Situation beurteilt wird und was man von der angestrebten Situation erhofft · 2995  
 Wille wird gelenkt von dem, was wir durch Milieu, Erfahrung und Belehrung aufgenommen haben · 2048  
 Wille, gerichtet auf Hochherzigkeit, Liebe und Schonen · 5563  
 Wille, neuer, steht den Wünschen der alten Triebe entgegen · 677  
 Wind rast und verschwindet: Unbeständigkeit, ebenso wenig Mein wie die zu sich gezählte Körper · 3388  
 Wir erleben die Dinge als Wahrnehmung, Schatten · 392

Wirken hat eine genau entsprechende Wirkung als Ernte · 505  
 Wirken in Gedanken ist folgenschwerer als das Wirken in Worten und Taten · 4175  
 Wirken, beabsichtigtes, hat Folgen · 1364  
 Wirken, belastendes, hat er aufgegeben  
 vier Tugendregeln hält er ein · 7515  
 Wirken, dunkles, belastendes, entspringt der Geisteshaltung des Viel-Bedürfnisses und der daraus hervorgehenden verweigernden und entreibenden Gesinnung · 4218  
*Wirken, Eigentum des, sind die Wesen, des Wirkens Erben, des Wirkens Kinder, an das Wirken gebunden, das Wirken ist ihr Betreuer* · 6291  
 Wirken, helles, ist alles Wirken aus gewährender, ertragender Gesinnung · 4218  
 Wirken, Unfrieden und Frieden schaffendes · 6550  
 Wirkens, vier Arten des  
 a) dunkles Wirken, das dunkle Wirkung zur Folge hat · 4215  
 b) helles Wirken, das helle Wirkung zur Folge hat · 4215  
 c) dunkel-helles Wirken, das dunkel-helle Wirkung zur Folge hat · 4215  
 d) das weder dunkel noch hell ist und weder dunkle noch helle Wirkung zur Folge hat, das zur Beendigung alles Wirkens führt · 4215  
 Wirkensfährtens, zehn heilende · 3681  
 Wirkensfährtens, zehn unheilsame  
 dreifach in Taten, vierfach im Reden, dreifach im Denken · 3669  
 Wirkensleugner: keine Kraft Rechtes zu tun · 516  
 Wirklichkeitssicht, entblendete · 235  
 Wirkung, akute und chronische, der Betrachtung · 5366  
 Wissen über die Lehre: Waffen · 1443  
 wissen um die Beschaffenheit des Herzens · 1854  
 Wissensklarheit, unbeschränkte: es gibt keinen, der alles gleichzeitig weiß und sieht · 4999  
 Wo das Erleben eines leuchtenden „Ich“ im Raum besteht, wird nach einiger Zeit bewegte Luft/Wind erscheinen. Danach wird Wasser und Festigkeit erfahren · 7398  
 Wohl aus Gestilltheit des Körpers · 2018  
 Wohl der Entrückungen = Wohl der Entrinnung, Wohl des Friedens, Wohl der Erwachung, dieses Wohl ist zu pflegen · 4574  
 Wohl der Unabhängigkeit · 430  
 Wohl der weltlosen Entrückungen, durch, sind Triebe aufgehoben · 3816  
 Wohl durch Gestilltheit der Sinnesdränge · 1195  
 Wohl im Jenseits durch Vertrauen, Tugend, Freigebigkeit, Weisheit · 1707  
 Wohl und Wehe nur durch Berührung · 743  
 Wohl- und Wehe-Erfahrungen durch die fünf Sinnesdränge –  
 Teilerfahrungen – werden im Geist als Wahrnehmungen eingeschrieben · 2190

Wohl wünschen in einer nichtmessenden All-Liebe · 2022  
 Wohl, auf, in der Zukunft arbeitet der Besonnene hin · 3839  
 Wohl, inneres, entfalten · 6534  
*Wohl, körperliches und geistiges, durch Sinnensucht = kotiges Wohl, heilloso Wohl, nicht zu pflegen* · 4571  
 Wohl, sinnliches, ist niedrig, gewöhnlich, weltlich, nicht heilend, keinen Gewinn bringend · 6523  
 Wohl-, Wehgefühl, bei starkem, wenn wir vom Durst gerissen werden, wenigstens die Tugendregeln halten, anderen Freude machen, über Ungutes bei anderen hinwegsehen. Dann entsteht innere Freude, innere Helligkeit, durch die wir den Geneigtheiten entwachsen · 6893  
 Wohl, wirkliches, ist nicht durch Befriedigung der Sinnesdränge zu erreichen · 2585  
 Wohl: Indem das überwältigende selige Wohl der weltlosen Entrückungen in den Körper einzieht, vertilgt es aus ihm die Neigungen nach sinnlichem Wohl · 6080  
 Wohlerfahrung im Anblick der Unverletzbarkeit · 1054  
 Wohlerfahrungssuche des Geistes, geläutert, gereinigt · 6592  
 Wohlgefühl, bei, begehrlie Anwendung (M 44) · 2821  
 Wohlgefühl, bei, ist Dauer Wohl. Bei Wehgefühl ist Dauer Weh. Bei Weder-Weh-noch-Wohl-Gefühl ist Wissen darum Wohl, Nichtwissen Leiden · 3811  
 Wohlgefühl, bei, treibt der Giertrieb (anusaya), bei Wehgefühl der Abwehrtrieb, bei Weder-Weh-noch-Wohlgefühl treibt der Wahntrieb · 3812  
 Wohlgefühl, nicht augenblickliches, zum Maßstab nehmen, sondern dauerhaftes Wohl anstreben · 4616  
 Wohlgeschmack der Erlösung · 43  
 Wohlgeschmack der Lust · 43  
 Wohlgeschmack der Wahrheitfindung · 43  
 Wohlmehrung, fortschreitende · 710  
 Wohlsein, dauerndes körperliches  
*Dem im Gleichmut klar bewusst Lebenden ist wohl. Die quälende Sinnensucht ist aufgehoben* · 6976  
 Wohlsuche, blind, wahngelekt · 703  
 Wohlsuche, vier Grade der · 702  
 Wohlwollend an andere denken und schließlich unbeschränkt alle Welt durchstrahlen – das ist die Steigerung der Herzeshelligkeit über das Licht eines funkelnden Diamanten hinaus, vom Licht des Glühwurms, der Öllampe, der Fackel, des Morgensterns, des Mondes und der Sonne bis hin zu den hohen göttlichen Geistwesen, deren Strahlen das der Sonne übertrifft · 4866  
 Wolf, Doris · 1965

Wollen nach Wahrnehmung entwirft die Vorstellung von Ich und Welt · 4219

Wollen wurzelt in der Erwägung · 7233

Wollen, wenn, aufgehoben ist, wird auch Wahrnehmung aufgehoben · 5582

Wollen: nur wo Wollen nach Erleben ist, gibt es Erleben und damit Erlebnis der „Dinge“ · 7307

Wollensflüsse aufgehoben: keine Einflüsse · 1399

Wollensflüsse nach Sein/Einflüsse durch So-sein-Wollen · 1810

Wollensflüsse nach Sinnendingen/Einflüsse durch Sinnendinge · 1810

Wollensflüsse/Einflüsse

- a) durch klaren Einblick aufgelöst · 1808
- b) durch Zurückhaltung aufzulösen · 1821
- c) durch Pflege aufzulösen · 1826
- d) durch Geduld aufzulösen · 1830
- e) durch Ausweichen aufzulösen · 1834
- f) durch Vertreibung aufzulösen · 1838
- g) durch Ausbildung aufzulösen · 1841

Wollensflüsse/Einflüsse, 3 Arten von · 2219

Wollensflüsse/Einflüsse, die von, freie rechte Gemütsverfassung als solche erkennen · 5858

Wollensflüsse: mit dem Wollen das Wahrnehmen (Einflüsse) erzeugen · 1799

Wollenskörper (nāma-kāya) hat Empfindungseigenschaft, Sprache der Triebe ist Gefühl · 3762

Wollenskörper besteht im feinstofflichen Leib und kann auch ohne Fleischleib leben · 7314

Wollenskörper im feinstofflichen Leib kann den Fleischleib verlassen und in ihn zurückkehren · 7315

Wunder der Unterweisung, durch das, wird ein Mensch durch rechte Anleitung ganz und gar gewandelt, so dass er nach dieser Umerziehung ein ganz anderer ist · 7063

Wunder der Unterweisung, größtes, ist die Erreichung des Heils · 7075

Wunder, das, der Geistesmacht · 7037

Wunder, das, der Wahrsagung, die Fähigkeit des Gedankenlesens · 7060

Wunsch eines recht Lebenden: Möchte ich doch bei wohlhabenden Menschen wiedergeboren werden oder bei immer reineren Göttern...oder ...Triebversiegung erreichen – kann sich erfüllen · 3703

Wunsch nach Befriedigung, Hinwegführung des, bei den fünf Zusammenhäufungen · 5636

Wunsch nach Erreichung der Sicherheitsgrade · 1918

Wunsch nach Geistesmacht · 1923

Wunsch nach Gierbefriedigung ist Ergreifen · 5600

Wunsch nach himmlischem Gehör · 1924

Wunsch nach Rückerinnerung · 1926



Wunsch nach Triebversiegung · 1931  
Wunsch nach weltlosen Entrückungen · 1916  
Wunsch, anderer Personen Herz und Gemüt zu durchschauen · 1926  
Wunsch, das Verschwinden/Erscheinen der Wesen zu sehen · 1929  
Wunsch, dass die Gabe den Gebern hohen Gewinn bringt · 1906  
Wunsch, dass Verstorbene, die meiner in Liebe gedenken, hohen Gewinn davon haben · 1909  
Wunsch, Furcht und Angst zu besiegen · 1914  
Wunsch, geliebt und anerkannt zu werden · 1904  
Wunsch, Unlust und Lust zu besiegen · 1910  
Wünsche, siebzehn · 1904  
Wunschesreiz, Minderung bis Vernichtung, durch negative Bewertung · 3418  
wütend werden, nicht, wenn Nonnen getadelt, geschlagen werden · 2914

---

## Y

yathodhi pahīna · 665  
yathābhūta nānadassana · 235  
yoniso manasikāra: fruchtbarer Boden · 731

---

## Z

Zähmung des Elefanten und das Ersteigen des Felsens als Gleichnisse für die Aufhebung begrenzter Perspektive · 6108  
Zähmung und Ruhe, mit, kannst du im Land Sunāparanta leben · 6749  
Zeitalter ohne Autorität – unsere Entwicklungsstufe · 7488  
Zeitläufe, unermessliche · 587  
zeitloser Gemütelösung, Nibbāna, Erlangung: unzerstörbar. pr.  
Wohlerfahrungssuche ist zur Ruhe gekommen, Ziel des Asketentums ist erreicht · 3451  
Zeuge in der Dimension des Wahns · 825  
*Ziel, auf dieses, richtet er sein Herz. Indem er sich dieses Leitbild immer vor Augen hält, führt die Gesamtheit seiner Anstrengungen zum Wiedererscheinen dort* · 6028  
Zimmer · XXIV, 1176, 1569, 1753, 1986, 2269, 2755, 3551, 6288, 6316, 6360, 6456, 6948, 7320, 7322, 7323  
Zimmer, Heinrich · 352, 3244, 3775, 5083, 5150, 5321, 6286  
Zorn überwinden durch nichturteilende Liebe · 2911  
Zorn und Aufbegehren ablegen = Luftblase herausnehmen · 3110  
Zuflucht nicht außen, sondern bei sich selbst suchen · 7508

Zufriedenheit · 3155  
 Zufriedenheit, wenig treffbar von äußeren Geschmeisnissen · 3155  
 Zug und Drang zum Heilsstand · 5174  
 zügellos und tugendlos · 988  
 Zugeneigtsein, Abgeneigtsein, Blendung, auf Grund deren Antipathie bis  
 Hass entstehen, hat der Erwachte überwunden: Antwort auf die Äußerung  
 Jivakos · 4150  
 Zukav, Gary · 2792  
 Zukünftiges, auf, setzt er nicht mehr · 6278  
 Zurückhaltung, mühsame, der geistigen Regsamkeit · 1294  
 Zurücktreten von den Wahnszenen · 805  
 Zusammenhang, natürlicher · 1169  
 Zusammenhäufungen fünf, Freisein von, ist das Heil · 3872  
 Zusammenhäufungen, außerhalb der, gibt es kein Ergreifen · 3790  
 Zusammenhäufungen, fünf, Ablösung von, braucht nur in wenigen Leben  
 durchgeführt zu werden · 3529  
 Zusammenhäufungen, fünf, bei, erfüllt sich nicht der Wunsch: „So soll mein  
 Körper sein, Gefühl, Wahrnehmung, Aktivität, pr. Wohlerfahrungsuche ·  
 3516  
 Zusammenhäufungen, fünf, nicht weiterhin zusammenhäufen  
 (=Durchschauung der fünf Zusammenhäufungen) = Schildkröte  
 herausnehmen · 3119  
 Zusammenhäufungen, fünf, sind unbeständig, leidvoll, nicht-ich · 3026  
 Zusammenhäufungen, fünf, wer von sich aus zu dem Anblick der, hinfinden  
 kann und damit von den vordergründigen Erscheinungen immer wieder  
 zurücktreten kann, der ist auf dem Weg, der endgültig herausführt. Er  
 überhebt sich nicht und schätzt andere nicht als geringer ein · 5691  
 Zusammenhäufungen, fünf: einander bedingende Komponenten = Reihe  
 Dominosteine. Einer angestoßen, fallen alle um. Wenn Anschauung: Fünf  
 Zusammenhäufungen sind leidbringend, sinnlos, dann muss sich der  
 Wille von ihnen abwenden · 3609  
 Zusammenhäufungen, fünf: Mörder des Lebens · 3123  
 Zusammenhäufungen, keine Verfügungsmacht über die fünf · 3511  
 zusammenwissen · 74, 303, 357, 521, 955, 1741, 1773, 2763, 3733, 6776  
 Zustand des Geheilten ist nicht beschreibbar, wie ausgegangene Flamme  
 nicht beschreibbar ist · 4662  
 Zustand, schmerzloser, der Denkstille · 1264  
 Zustände höchster gleichmütiger Ruhe vergehen wieder · 1763  
 Zustände, sechs unwandelbare · 1407  
 Zustände, vorherrschende · 1245  
 Zuversicht des Heilsgängers, vierfache · 176  
 Zuwendung und Mitempfinden · 1976  
 zweifelsfreie Gewissheit · 3206  
 Zwischenreich · 549

## IM TEXT ERWÄHNT STELLEN AUS DEM PALIKANON

### **D (Digha-nikāya) Längere Sammlung**

- D 1 • 138, 143, 953, 1055, 1099, 1272, 1311, 2190, 3445, 3768, 4230, 4281, 4328, 4812, 5128, 5264, 5335, 5377, 5378, 5383, 5388, 5587, 5835, 6364, 6454, 6517, 6828, 7081, 7153
- D 2 • 269, 638, 1175, 1185, 1822, 1914, 1923, 2481, 2512, 3157, 3300, 3301, 3356, 3434, 3867, 4041, 4303, 4354, 4399, 4595, 4602, 4724, 4737, 4797, 5261, 5479, 6266, 6478, 6480, 6496, 6588, 6956, 7057, 7175
- D 3 • 3512, 4592
- D 4 • 5110
- D 5 • 4421, 7443
- D 6 • 2478, 4782, 7001
- D 8 • 5708
- D 9 • 376, 601, 805, 1249, 1258, 1263, 1265, 1268, 1782, 2019, 2332, 2396, 2507, 2518, 2589, 3024, 3045, 3059, 3277, 3278, 3450, 3620, 3817, 3972, 4276, 4524, 4620, 4663, 4811, 5215, 5217, 5262, 5263, 5394, 5723, 5738, 6048, 6054, 6055, 6056, 6077, 6118, 6439, 6489, 6502, 6539, 6671, 6674, 6726, 6790, 6791, 6918, 6981, 7060, 7388
- D 11 • 1395, 2483, 2550, 2955, 3064, 3627, 3974, 4146, 5048, 6564, 7075, 7153
- D 12 • 2443, 3424
- D 13 • 2023, 2588, 4327, 4831, 5229, 5245, 5246, 5269, 5270, 5274, 5277, 5289, 5540, 6005, 7184, 7191, 7224, 7261, 7272
- D 14 • 2136, 3498, 3930, 4001, 4002, 4627, 4739, 5791, 6009, 7059, 7259
- D 15 • 58, 258, 370, 392, 471, 475, 1746, 1921, 2012, 2168, 2172, 2180, 2182, 2183, 3040, 3552, 3606, 4762, 4777, 4917, 6006, 6007, 6782, 6870, 7310, 7311, 7312
- D 16 • 178, 493, 583, 1529, 2521, 3141, 3431, 3574, 3874, 3946, 3991, 4738, 4739, 5455, 5994, 6263, 6267, 7059, 7398, 7486
- D 17 • 5006, 5609, 6702, 7433
- D 18 • 1930, 2511, 2956, 3354, 4397, 4800, 5995, 7153
- D 19 • 259, 657, 1064, 1660, 3632, 5235, 5260, 5989, 7073, 7143, 7511
- D 20 • 7134, 7271
- D 21 • 259, 1564, 1925, 2110, 3085, 3254, 3603, 4866, 5307, 6081, 6181, 6419, 6657, 7008
- D 22 • 906, 3478, 5427, 5894, 6667, 6792
- D 23 • 1525, 1836, 1980, 3432, 3998, 4422, 4424, 5618, 5662, 6745, 7368

- D 24 • 2478, 2481, 2482, 4739, 5264, 7058, 7393  
D 25 • 5291, 5697  
D 26 • 262, 859, 2049, 2051, 4421, 5081, 5735, 7404, 7435, 7442, 7448,  
7452, 7463, 7470, 7475, 7487, 7507  
D 27 • 143, 981, 985, 996, 1959, 2522, 2719, 2870, 2872, 3168, 3379, 3701,  
3956, 4301, 5189, 5247, 5264, 5795, 6094, 6714, 7115, 7153, 7285,  
7385, 7396, 7429, 7432  
D 28 • 1451, 1530, 1993, 2798, 3410, 4782, 4784, 4788, 5385, 5393, 5834,  
6465, 7061  
D 30 • 1506, 1532, 2934, 3683, 3899, 4118, 4162, 4253, 5011, 5028, 5469,  
6300, 6304, 7435, 7442  
D 31 • 994, 1373, 1536, 1537, 1661, 1690, 1728, 1838, 2076, 3481, 3675,  
5058, 5659, 6211, 6542, 6648  
D 33 • 221, 363, 476, 772, 862, 873, 1001, 1062, 1489, 1491, 1986, 2001,  
2009, 2013, 2049, 2099, 2164, 2450, 2502, 2588, 2615, 2879, 3237,  
3322, 3471, 3692, 4328, 4369, 4637, 4756, 5103, 5396, 5412, 5675,  
5877, 5998, 5999, 6000, 6002, 6003, 6005, 6006, 6468, 6613, 6660,  
6661, 6785, 6915, 6986, 7104  
D 34 • 3154, 4369, 4762

## **M (Majjhima-nikāya) Mittlere Sammlung**

- M 1 • 260, 451, 530, 1036, 1317, 1759, 1779, 1787, 2152, 2459, 2976,  
3046, 3231, 3416, 3549, 3814, 3831, 3960, 3968, 3971, 4953, 5648,  
5685, 5754, 6074, 6167, 6492, 6493, 6514, 6784, 6890, 7076  
M 2 • 842, 855, 889, 905, 966, 1798, 1846, 2230, 2518, 3023, 3024, 3245,  
3304, 3610, 3635, 4044, 4357, 4483, 4609, 4746, 6167, 6873, 6915,  
6998, 7067  
M 3 • 4537, 4614  
M 4 • 589, 1184, 5704, 6082  
M 5 • 658, 1028, 1064, 1768, 2604, 2605, 2624, 2650, 2857, 3943, 5847,  
6209, 7072, 7228  
M 6 • 3111, 6074  
M 7 • XIV, 1028, 1375, 1768, 1853, 1956, 2007, 2013, 2632, 3197, 3205,  
3737, 3863, 3940, 3941, 3943, 4054, 4239, 4637, 4756, 5847, 6166,  
6189, 6584, 6817, 7228  
M 8 • 494, 1543, 2032, 2394, 2518, 2574, 2625, 3910, 3930, 4840, 5724,  
5791, 6116, 7102  
M 9 • 2071, 3635, 4422, 4472, 4917  
M 10 • 894, 920, 1926, 2233, 2265, 2350, 3345, 3478, 3489, 4024, 4389,  
4675, 5427, 5900, 5907, 5914, 6135, 6145, 6667  
M 11 • 2005, 2447, 2471, 3163, 3950

M 12 • 4619, 5214, 5220, 5243, 5327, 5687, 6526  
M 13 • 837, 1129, 1256, 1662, 2027, 2466, 2811, 3252, 4524, 4620, 4709,  
4873, 5636, 6525, 6810, 6892, 6911, 7252, 7478  
M 14 • 429, 837, 1339, 1662, 2734, 2811, 2814, 4123, 4594, 4642, 4697,  
5293, 5809, 5818, 5820, 5853, 5950, 6476, 6528, 7478, 7542  
M 15 • 1851, 1971, 5260  
M 16 • 1322, 1829, 2503, 2693, 2729, 2746, 2756, 3304, 3597, 4044, 4385,  
4538, 4543, 4598, 4615, 5429, 6728  
M 18 • 249, 357, 398, 406, 407, 453, 796, 1100, 1109, 1250, 1782, 1793,  
1820, 2107, 2172, 2401, 2797, 3050, 3374, 3406, 3407, 3542, 3561,  
3715, 3720, 3971, 4228, 5318, 5493, 5601, 5606, 5619, 5620, 5623,  
5745, 5847, 6047, 6120, 6567, 6585, 6719, 6720, 6775, 6830, 6835, 6878  
M 19 • 398, 400, 527, 780, 1289, 1680, 1751, 1782, 1840, 1896, 1950,  
1957, 2052, 2068, 2112, 2187, 2193, 2202, 2571, 2585, 2633, 2674,  
2791, 2839, 2846, 2871, 2872, 2884, 2988, 2999, 3057, 3226, 3418,  
3467, 3743, 3851, 4113, 4316, 4414, 4436, 4841, 4918, 5539, 5731,  
5828, 5863, 6189, 6259, 6660, 7071, 7233, 7235  
M 20 • 1840, 2569, 3580, 4435, 4481, 5572, 6659, 7071  
M 21 • 174, 1392, 1531, 2023, 2026, 2920, 3694, 3902, 3903, 4451, 5472,  
5557  
M 22 • 334, 791, 1067, 1069, 1092, 1152, 1617, 1662, 1680, 2156, 2233,  
2293, 2467, 2516, 2601, 2918, 3165, 3244, 3390, 3498, 3948, 4501,  
4590, 4634, 4661, 4909, 4995, 5599, 5919, 6088, 6089, 6553, 6681,  
6730, 6887  
M 23 • 924, 1288, 1291, 4120, 7313  
M 24 • 242, 1871, 2232, 3145, 3186, 3443, 6113, 7105  
M 25 • 2000, 2339, 2468, 3449, 4482, 4654, 5382, 5809, 5949, 5953, 6078,  
6979, 7000, 7001  
M 26 • 150, 244, 245, 272, 413, 646, 1026, 1617, 1663, 2214, 2263, 2516,  
2763, 3151, 3178, 3237, 3271, 3571, 3593, 4287, 4601, 5049, 5151,  
5293, 5299, 5560, 6075, 6536, 6665, 7013, 7090, 7285, 7541  
M 27 • 477, 2975, 3314, 3337, 3568, 3641, 3645, 4061, 5009, 5077, 5368,  
5477, 6125, 7075  
M 28 • 52, 492, 497, 864, 1012, 1013, 1099, 1126, 1129, 2119, 2171, 2172,  
2176, 2504, 2597, 2783, 2784, 2895, 2916, 2917, 2975, 2997, 3043,  
3063, 3076, 3112, 3462, 3739, 4628, 5742, 5745, 5775, 5776, 5971,  
6054, 6391, 6423, 6432, 6433, 6613, 6767, 6829, 6844, 6865, 6894  
M 29 • 592, 661, 673, 1274, 1876, 2037, 3139, 3422, 4741, 4846, 5004  
M 30 • 592, 661, 673, 973, 4481, 4741, 5697, 5724  
M 31 • 3897, 3936, 4782, 5467, 5973, 6921  
M 32 • 2902, 3937, 6073, 7206  
M 33 • 2376, 5949, 6078, 6208, 6979  
M 34 • 1093, 1152, 2009, 2670, 3948, 4633, 4634, 7064  
M 35 • 3534, 5709, 5784, 6759

M 36 • 121, 154, 461, 469, 527, 976, 978, 1082, 1752, 1757, 1784, 1785,  
 2321, 2522, 2712, 2860, 3416, 3573, 3613, 3717, 4446, 4451, 4696,  
 4952, 5329, 5741, 5943, 6513, 6932, 7308  
 M 37 • 251, 1071, 1772, 1924, 1925, 3111, 3193, 3499, 3527, 3604, 4237,  
 4600, 4739, 5485, 5507, 5994, 6438, 7059  
 M 38 • 258, 300, 453, 477, 528, 532, 624, 635, 691, 979, 1105, 1792, 1818,  
 1886, 2107, 2140, 2151, 2390, 2459, 2539, 2594, 2602, 3042, 3078,  
 3097, 3127, 3416, 3542, 3555, 3568, 3619, 3641, 3781, 3789, 3835,  
 4225, 4337, 4775, 5103, 5335, 5477, 5598, 5609, 5619, 5723, 5752,  
 5778, 5946, 6408, 6684, 6706, 7069  
 M 39 • 589, 777, 828, 841, 895, 2668, 2753, 2841, 2961, 3117, 3156, 3313,  
 3315, 3330, 3568, 3589, 3644, 4377, 5258, 5534, 6200, 6202, 6422, 6792  
 M 40 • 2536, 3307, 4047, 4360, 4637, 4756  
 M 41 • 211, 654, 1959, 2073, 2085, 3643, 3666, 3842, 3847, 4111, 4411,  
 4422, 4667, 5198, 5730, 5731, 6022, 6352  
 M 43 • 100, 103, 214, 216, 256, 257, 259, 270, 275, 358, 463, 525, 576,  
 913, 1084, 1495, 1783, 2070, 2092, 2784, 2789, 2977, 3068, 3918, 3972,  
 4074, 4768, 4777, 5518, 5530, 5577, 5620, 5652, 5775, 6053, 6164,  
 6256, 6585, 6630, 6863, 7400  
 M 44 • 462, 1197, 1269, 1271, 1272, 1301, 1769, 2193, 2236, 2265, 2821,  
 2977, 3205, 3548, 3561, 3763, 3766, 4004, 4472, 4765, 4952, 5429,  
 5587, 5612, 5899, 6631, 6978  
 M 45 • 2036  
 M 46 • 702, 710, 737, 2059, 2785, 3137, 6342  
 M 47 • 4016, 4486  
 M 48 • 63, 832, 1019, 1159, 1537, 1553, 1805, 1843, 2006, 2601, 2672,  
 2936, 2994, 2997, 3014, 3498, 3873, 3885, 3946, 3952, 4516, 4520,  
 4627, 4629, 4630, 4737, 4812, 5481, 5790, 5805, 5845, 5847, 5860, 6698  
 M 49 • 1925, 3973, 4739, 7058, 7059, 7080  
 M 50 • 758, 986, 3865, 3979, 6781  
 M 51 • 477, 1164, 2975, 3066, 3432, 3641, 3693, 4092, 4804, 4870, 5070,  
 5878, 6584, 6923  
 M 52 • 5949, 6078, 6979, 6987  
 M 53 • 265, 2045, 2066, 2330, 2756, 3313, 3315, 3450, 3709, 4091, 4754,  
 4802, 5650, 5668, 5671, 5950, 6079, 6574, 6684, 6980  
 M 54 • 837, 995, 1031, 1441, 1681, 2969, 3126, 3564, 3639, 4063, 4286,  
 4923, 5360, 5506, 5668, 6204, 6214, 6708  
 M 55 • 2535, 5657  
 M 56 • 211, 1052, 1160, 1400, 1499, 1530, 2250, 2519, 2539, 2998, 3498,  
 3714, 3872, 3930, 4335, 4627, 5050, 5791, 5840, 5895, 6603, 6795  
 M 57 • 148, 366, 448, 456, 457, 962, 1109, 1599, 1842, 2587, 2588, 3003,  
 3053, 4103, 4336, 4341, 4385, 4667, 4982, 5124, 5325, 5331, 5332,  
 5624, 5716, 5871, 6284, 6344, 6837, 7342

M 59 • 1246, 2393, 2395, 3280, 3620, 3812, 4680, 4807, 5420, 5491, 5524,  
5809, 6009, 7019  
M 60 • 868, 5070, 5880, 5884, 7075, 7108  
M 61 • 679, 1869, 1956, 2067, 2606, 2632, 2888, 2925, 3676, 4112, 4120,  
4438, 5261, 5673, 5731, 6189, 6258  
M 62 • 433, 1833, 2949, 3772, 4438, 5887  
M 63 • 2518, 3709, 5130  
M 64 • 234, 278, 811, 1011, 1617, 1900, 1922, 2028, 2284, 2596, 2597,  
2739, 2994, 2996, 3064, 3079, 3274, 3451, 3521, 3530, 3626, 3925,  
3927, 4518, 4626, 4689, 4804, 5490, 5725, 5778, 6059, 6508, 6845,  
6888, 6986  
M 65 • 213, 2920, 4537, 4542, 4615, 4616, 5443, 5719  
M 66 • 282, 811, 1268, 2349, 2538, 2596, 3253, 3304, 3766, 4044, 4279,  
4357, 4538, 4621, 5443, 5724, 5787, 5949, 5970, 6078, 6136, 6506,  
6939, 6979, 7509, 7510  
M 67 • 228, 739, 2010, 2989, 3824, 4481, 4811, 6086  
M 68 • 995, 4481, 4800  
M 69 • 1531, 1647, 1891, 5705  
M 70 • 995, 1092, 1272, 1805, 1998, 2484, 2980, 3597, 3615, 3768, 3807,  
3928, 4281, 4626, 4634, 5121, 5149, 5166, 5694, 6533, 6888  
M 71 • 4999, 6360  
M 72 • 500, 3071, 3246, 4484, 4663  
M 73 • 1155, 3927, 4784, 5973, 6921  
M 74 • 1052, 2519, 2549, 3498, 3872, 5791, 5895, 6603, 6795  
M 75 • 430, 470, 1192, 1662, 1932, 2337, 2555, 2585, 3125, 3229, 3253,  
3718, 4130, 4525, 5108, 5409, 5502, 5725, 5742, 5819, 5853, 5951,  
5952, 6108, 6472, 6637, 6682, 6912, 6978, 7295  
M 76 • 515, 4811  
M 77 • 936, 2280, 2481, 2502, 3275, 3628, 4623, 4667, 4811, 4852, 5421,  
5430, 5910, 6172, 6496, 6919, 6938, 7057, 7152, 7180, 7335  
M 78 • 269, 855, 1068, 1290, 2820, 4746, 5848, 5869, 5874, 6630, 6913,  
6915  
M 79 • 2393, 3874, 4811, 4878, 5791, 6005  
M 80 • 785, 1988, 2550, 3546, 5440, 5536, 7063  
M 81 • 1924, 4421, 4888  
M 82 • 1089, 1407, 1801, 2121, 2122, 2560, 3021, 3028, 3365, 3367, 3368,  
3599, 5259, 5315, 5561, 6618, 6707, 6809  
M 83 • 7440, 7505  
M 85 • 469, 2712, 3178, 3717, 4343, 4696, 4999, 5327, 5741, 5814, 6932,  
7308  
M 86 • 1924, 4949, 6372, 6741, 7099  
M 87 • 979  
M 88 • 2587, 4218, 4999, 5313  
M 89 • 2536, 2644, 3304, 4044, 4357, 5789, 5997, 6166

M 90 • 5313, 6008, 6009, 7427  
M 91 • 1499, 2250, 3498, 3714, 5050, 5791, 5840, 5913  
M 93 • 258, 3635, 5102, 5103, 5946, 7375  
M 95 • XVIII, XX, 171, 215, 219, 1086, 1564, 2980, 3862, 3944, 4066,  
4069, 4638, 5347, 5669, 5847, 6085, 6164, 6657, 6754, 6805  
M 96 • 506, 996, 1564, 2874, 3176, 4720, 5254, 5504, 6510, 6659, 7381,  
7428  
M 98 • 5188, 6343  
M 99 • 5509  
M 100 • 2148, 4999, 5059  
M 101 • 2571, 3419, 3562, 3565, 3566, 3824, 4209, 4245, 4642, 5718,  
6434, 7074  
M 102 • 282, 953, 1055, 1099, 1311, 2429, 3021, 5382, 6828  
M 103 • 5702  
M 104 • 2960, 5434, 6545  
M 105 • 576, 1413, 1820, 2127, 2128, 2244, 2429, 2997, 3014, 3067, 3468,  
3564, 3751, 3787, 5365, 5542, 5560, 5586, 5756, 5844, 5882, 6057,  
6261, 6624, 6724, 6785, 6786, 6970  
M 106 • 449, 486, 494, 794, 840, 1107, 1271, 1754, 1895, 2028, 2205,  
2260, 2320, 2418, 2503, 2677, 2734, 3047, 3280, 3327, 3623, 3773,  
3777, 4137, 4280, 4331, 4374, 4408, 4524, 4748, 5143, 5398, 5419,  
5512, 5518, 5524, 5578, 5729, 5770, 6056, 6057, 6059, 6115, 6200,  
6403, 6438, 6440, 6465, 6466, 6503, 6708, 6727, 6728, 6885, 6983,  
6984, 7015, 7059, 7157, 7388  
M 107 • 117, 1399, 2237, 3313, 3315, 6170  
M 109 • 249, 455, 495, 1113, 1271, 1317, 1398, 2096, 2103, 2110, 2460,  
2878, 3373, 3788, 4442, 5587, 6712, 6722, 6784, 6877  
M 110 • XXX, 1525, 3007, 5649, 5686, 7363  
M 112 • 1398, 4091, 6746  
M 113 • 2606, 3807, 4626, 5412  
M 114 • 1379, 1959, 1960, 4111, 4411, 4422, 7475  
M 115 • 1309, 1413, 1776, 1797, 1820, 2470, 2491, 3014, 3374, 3836,  
4192, 4628, 5575, 5735, 5785, 5843  
M 117 • 868, 1167, 1447, 1842, 2070, 2131, 2250, 2262, 2434, 2747, 3000,  
3799, 3883, 4074, 4516, 4752, 4761, 4819, 4823, 4829, 5433, 5731,  
5820, 6627, 6628, 6664, 7483  
M 118 • 884, 1325, 1735, 1843, 1845, 2032, 2267, 2350, 2386, 2645, 3151,  
3588, 4758, 4990, 5330, 5422, 5432, 5790, 5901, 6501, 6507, 6788  
M 119 • 81, 406, 1802, 2228, 2287, 2318, 2319, 2326, 2363, 2515, 2764,  
4658, 5566, 5568, 5723, 5942, 6132, 6582, 6742  
M 120 • 1727, 2202, 2497, 4103, 5198, 5871, 5990, 6004, 6007, 6009,  
6010, 6012, 6109, 6173  
M 121 • 2038, 3276, 4329, 4764, 5415, 6082, 6717, 6938, 6982, 7014  
M 122 • 2936, 3936, 3937, 4764, 6075, 6982, 7014



M 123 • 2977  
M 125 • 1279, 1299, 1401, 1782, 2130, 2213, 2242, 2245, 2271, 2505,  
2717, 3178, 3293, 3313, 3315, 3798, 3972, 4760, 5255, 5433, 5755,  
5892, 6153, 6627, 7023, 7024, 7090  
M 126 • 4212  
M 127 • 1925, 4768, 6006, 6188  
M 128 • 3887, 3889, 3897, 3936, 4609, 4768, 5448, 5450, 5467, 6203  
M 129 • 567, 1180, 1600, 3462, 5058, 6228, 6232, 6257, 7276  
M 130 • 2001, 4914, 6218, 6232, 6343  
M 131 • 460, 474  
M 131-134 • 6277  
M 132 • 460, 474  
M 133 • 460, 461  
M 135 • 46, 164, 194, 404, 459, 631, 983, 1024, 1032, 1290, 1360, 1984,  
2152, 2252, 2576, 2614, 3695, 4108, 4152, 4217, 4334, 4914, 4979,  
5796, 6289, 6340, 6347, 7423  
M 136 • 3443, 4812, 4977, 5331, 5378, 5381, 5835, 6348, 6533, 7296  
M 137 • 292, 299, 486, 525, 1097, 1896, 1917, 2374, 2596, 2684, 3817,  
3870, 4141, 4369, 4770, 5570, 5623, 5640, 5726, 6011, 6088, 6765,  
6827, 6878, 7180  
M 138 • 283, 419, 420, 473, 476, 1752, 1754, 2114, 2186, 2187, 2660,  
3551, 3623, 3625, 3722, 3738, 4777, 5613, 5614, 5723, 6279, 6586, 6969  
M 139 • 300, 376, 805, 1258, 2021, 2342, 2591, 2594, 2936, 4524, 4774,  
4848, 5264, 5949, 6078, 6520, 6684, 6919, 6979, 7060  
M 140 • 260, 416, 517, 1109, 1269, 1411, 1903, 2300, 2319, 2391, 3043,  
3050, 3619, 3767, 3870, 4240, 4251, 4279, 4408, 4777, 4909, 5266,  
5444, 5607, 5614, 5623, 5923, 5961, 6026, 6053, 6442, 6503, 6594,  
6720, 6878  
M 141 • 269, 450, 497, 534, 781, 855, 906, 2158, 2164, 2447, 2637, 2667,  
3058, 3712, 3811, 4272, 4680, 4746, 5848, 6610, 6612, 6840, 6913,  
6915, 6916, 7072  
M 142 • 1525, 1906, 3481, 3637, 4421, 5677, 7360  
M 143 • 5997, 6279, 6706  
M 144 • 6113, 6749  
M 145 • 462, 1752, 1757, 1792, 3550, 4953  
M 146 • 356, 390, 469, 1083, 1746, 2662, 2785, 2903, 3397, 3717, 5256,  
5620, 5741, 6087, 7308  
M 147 • 1926, 2495, 4438, 4439, 4783, 5256, 5295, 5974, 6104, 6921, 7091  
M 148 • 484, 644, 1090, 1920, 2126, 2884, 3792, 3795, 4505, 5629, 5632,  
5753, 6406, 6409, 6411, 6622, 6773, 6819  
M 149 • 282, 405, 491, 536, 1803, 1893, 3057, 3122, 3613, 3614, 5605,  
5781, 5843, 6718, 6840, 6846  
M 151 • 6041, 6042, 6938, 7509  
M 152 • 902, 3570

## **A (Anguttara-nikāya) Angereichte Sammlung**

- A I, 1 • 2093
- A I, 2 • 967, 1016, 2836, 5864, 7243
- A I,10 • 6186
- A I,17 • 5653
- A I,19 • 1575, 5653, 5701, 6698
- A I,24 • 1910, 6091
- A I,27 • 215
- A I,28 • 199, 5824, 6333
- A I,30 • 515
- A I,33 • 38
- A II,29 • 2467
- A II,34 • 5785
- A II,37 • 7500
- A II,69 • 1977
- A II,70 • 1193
- A III, 15 • 1885
- A III, 24 • 5788
- A III, 26 • 1836, 5194
- A III, 28 • 1531, 4111, 4411
- A III, 31 • 2935, 5786, 7540
- A III, 33-34 • 4978, 5332
- A III, 34 • 484
- A III, 36 • 5991
- A III, 39 • 2000, 2579, 3236
- A III, 53 • 5833
- A III, 54 • 207, 6319
- A III, 55 • 226
- A III, 58 • 7455
- A III, 60 • 4784
- A III, 61 • 6369, 7061
- A III, 62 • 49, 1311, 2178, 6389, 7329
- A III, 63 • 6554, 7509
- A III, 64 • 4739, 7058
- A III, 66 • 128, 5245, 7132
- A III, 67 • 6153
- A III, 69 • 4025, 4464
- A III, 70 • 221, 6734
- A III, 71 • 6652
- A III, 75 • 3945
- A III, 86 • 3946

A III, 93 • 430  
A III, 98 • 1184, 1470, 4232  
A III, 99 • 1685, 6347  
A III, 100 • 2673  
A III, 101 • 1365, 1381, 2493, 2538, 2539, 3698, 4336, 6392  
A III, 102 • 6187, 7011  
A III, 102-103 • 243, 1340, 1895, 2857, 2882, 3184, 3682, 5768, 5850,  
6669, 6917  
A III, 103 • 1299  
A III, 106 • 4116  
A III, 114 • 6011  
A III, 115 • 47, 5313  
A III, 116 • 1473, 6275  
A III, 128 • 1504, 1925  
A III, 133 • 1582, 1971, 6306  
A III, 138 • 515  
A IV, 15 • 3985  
A IV, 28 • 3308, 4362, 5698, 5718, 5877  
A IV, 30 • 4852  
A IV, 32 • 1499, 1502  
A IV, 33 • 2439  
A IV, 45 • 65, 481, 524, 905, 1081, 2176, 2213, 2500, 2831, 3083, 3099,  
3205, 3376, 3502, 3544, 5317, 5500, 5738, 5774, 5949, 6401, 6438,  
6979, 6999  
A IV, 50 • 3305, 4045, 4358  
A IV, 56 • 1916  
A IV, 61 • 1523, 1707, 1713, 1715, 4421, 6649, 6650, 7359  
A IV, 67 • 1571, 1576  
A IV, 70 • 2050, 7461  
A IV, 73 • 4115  
A IV, 77 • 6347, 7371  
A IV, 79 • 1669  
A IV, 87 • 1160, 3498, 3930, 4628, 5791  
A IV, 111 • 1416, 2552, 2901, 3639, 4065  
A IV, 113 • 996  
A IV, 123 • 6003, 6006, 6007, 7080, 7157  
A IV, 124 • 2502  
A IV, 125 • 5283, 6003, 6006, 6007, 7080, 7157, 7198, 7261  
A IV, 126 • 7262  
A IV, 157 • 3159  
A IV, 159 • 6201  
A IV, 163 • 2344  
A IV, 171 • 5624  
A IV, 174 • 4664

A IV,185 • 4852  
A IV,191 • 7219  
A IV,195 • 1399, 1407, 1411, 1414, 2523, 6741  
A IV,212 • 1000  
A IV,232 • 2889  
A IV,236 • 2430, 6141  
A IV,241 • 1325  
A IV,255 • 1696  
A IV,261 • 4157  
A V, 22 • 1555, 1556, 1562, 1638, 1891, 4975, 5314, 6021  
A V, 31 • 1518, 3637, 7472  
A V, 32 • 208, 7184  
A V, 34 • 178, 208, 1513, 1907  
A V, 36 • 207, 1526, 6318  
A V, 37 • 1908  
A V, 38 • 1992  
A V, 41 • 1523, 6649, 7359  
A V, 44 • 6321, 7472  
A V, 51 • 3760  
A V, 55 • 2905, 4606  
A V, 57 • 179, 1998, 3020, 3236, 6807  
A V, 62 • 6310  
A V, 70 • 6007  
A V, 75-76 • 4608  
A V, 78 • 4112, 4412  
A V, 80 • 3306, 4046, 4359  
A V,106 • 3153  
A V,128 • 3158  
A V,130 • 721  
A V,144 • 6939, 6940  
A V,147 • 1525, 5677, 7363  
A V,148 • 1525, 7363, 7472  
A V,159 • 7105  
A V,170 • 2588, 5264  
A V,174 • 989, 4421  
A V,176 • 3432, 4424, 5655, 6424  
A V,177 • 4158, 6648  
A V,178 • 4421  
A V,179 • 4421  
A V,191-192 • 7426  
A V,193 • 987, 1714  
A V,213 • 3866  
A V,231 • 178  
A VI,10 • 1193

A VI,25 • 1193  
A VI,26 • 1193  
A VI,37 • 1907  
A VI,44 • 1157, 1608, 5997, 6226, 6532  
A VI,45 • 1181, 1460, 5074, 6215  
A VI,47 • 118, 119, 153  
A VI,52 • 7428  
A VI,53 • 2002  
A VI,55 • 1926, 2495, 2588, 4784, 5974, 6202, 6921  
A VI,60 • 2040  
A VI,62 • 4256, 6106  
A VI,63 • 822, 1750, 1810, 2222, 6989  
A VI,84 • 3159  
A VI,94 • 2491  
A VII,15 • 48, 1016, 2568, 3115, 3914, 5483, 6245  
A VII,39 • 1914  
A VII,46 • 3865, 4467  
A VII,49 • 5678, 7364  
A VII,50 • 1925  
A VII,51 • 4663  
A VII,55 • 178  
A VII,59 • 1716  
A VII,60 • 989, 1570, 1577, 1593, 1972, 2926, 6305  
A VII,63 • 221, 886, 887, 888, 1340, 1427, 2045, 2058, 2066, 2262, 2847,  
3638, 3639, 4060, 4062, 4064, 4066, 4071, 4077, 4564, 4754, 5170,  
5699, 5883, 6023, 6199, 6664  
A VII,67 • 2838, 6169  
A VII,68 • 1325, 1326  
A VII,70 • 182  
A VIII, 1 • 1568  
A VIII, 7 • 4255  
A VIII,11 • 3709, 4085, 5950  
A VIII,13 • 3158  
A VIII,14 • 2609  
A VIII,19-20 • 1325  
A VIII,23 • 3154  
A VIII,24 • 1499, 1503  
A VIII,30 • 1926, 2495, 4784, 5974  
A VIII,36 • 712, 1485  
A VIII,37 • 1526, 6319  
A VIII,39 • 1188, 3867, 4983, 6921  
A VIII,40 • 165, 2076, 3675, 5659  
A VIII,46 • 1010  
A VIII,51 • 6612

A VIII,54 • 6647, 6649, 6651  
A VIII,64 • 1925, 4782, 5973, 6185, 6921  
A IX, 1 • 6085  
A IX, 3 • 1603  
A IX, 5 • 1537  
A IX,19 • 6227  
A IX,21 • 5993  
A IX,27 • 1914, 3867  
A IX,31 • 282, 1269, 3767, 4279, 5412  
A IX,34 • 301  
A IX,38 • 65, 82, 1081, 1098, 2714, 4220, 6402, 6439, 6448, 6828, 6862,  
6970  
A IX,41 • 6166  
A IX,42 • 282  
A IX,43 • 4626  
A IX,44 • 4625  
A X, 2 • 5806  
A X, 15 • 2002  
A X, 18 • 1983  
A X, 23 • 1985  
A X, 27 • 2102  
A X, 58 • 58, 284, 392, 906, 922, 1008, 1334, 1618, 1746, 1751, 1755,  
1921, 2172, 2201, 2792, 2883, 4529, 4666, 4755, 6048, 6199, 6782,  
7235, 7307, 7508  
A X, 60 • 921, 2386, 4463, 4476, 5887  
A X, 62 • 869  
A X, 69 • 3151, 3938, 6083, 6947  
A X, 72 • 4604, 5412  
A X, 73 • 220, 1614, 4067, 4607, 5170  
A X, 76 • 585, 595, 646, 2096, 2225, 3072, 4741, 6880  
A X, 90 • 2398  
A X, 91 • 1651, 1701, 6647  
A X, 99 • 1339, 5705  
A X,101 • 3303, 4043, 4357  
A X,121 • 201, 2071, 2976, 2984, 5880, 6163, 6474, 6630  
A X,172 • 6253  
A X,176 • 4111, 4411, 4422  
A X,177 • 1522, 6249  
A X,200 • 4111, 4411  
A X,205 • 680  
A X,208 • 810, 1260, 1386, 1396, 1399, 1806, 2538, 4229, 4335, 4474,  
5979, 6562, 7187  
A X,212 • 4157  
A XI, 2 • 434, 1161, 1340, 1545, 4304, 5058, 6421, 6480, 6485, 6488

A XI,12-14 • 1193  
A XI,13 • 1193, 5990, 6374

## S (Samyutta-nikāya) Gruppierte Sammlung

S 1,20 • 5295  
S 1,49 • 2890  
S 1,50 • 4879  
S 1,93 • 1188  
S 2,20 • 5997  
S 2,23 • 5829  
S 2,24 • 4879  
S 2,29 • 5260  
S 3,13 • 1828  
S 3,17 • 2002  
S 3,18 • 2935  
S 3,19 • 1523, 1665, 6649, 7359  
S 3,19/20 • 1702  
S 3,20 • 3553  
S 3,21 • 1546, 3198  
S 3,24 • 7359  
S 3,25 • 3366, 4906, 6617, 6757, 6809  
S 4,23 • 3070  
S 4,24 • 3992  
S 4,25 • 3992  
S 6,14 • 4739, 7058  
S 6,5 • 4739, 7058, 7059  
S 7,5 • 7490  
S 7,9 • 1625  
S 8,8 • 1916  
S 10, 8 • 6556  
S 11, 2 • 3112  
S 11,11 • 1731, 5995, 7203  
S 11,20 • 843  
S 11,63 • 496  
S 12, 15 • 366  
S 12, 4-10 • 2129, 2496, 3798, 4759, 6626  
S 12,15 • 618, 825, 1010, 1060, 1065, 1260, 1818, 2099, 2151, 2462, 2465,  
2796, 3013, 3179, 3245, 3797, 4225, 4228, 4237, 5634, 5692, 5840,  
6821, 6884, 6970, 6999  
S 12,20 • 4252, 7202  
S 12,23 • 2230

S 12,25 • 1004, 5624  
S 12,27 • 7099  
S 12,28 • 7099  
S 12,33 • 334  
S 12,37 • 308, 6284  
S 12,39 • 2201  
S 12,41 • 118  
S 12,51 • 2201  
S 12,53 • 1759, 2153, 2834, 3417, 3556, 3831, 5863  
S 12,61 • 2799, 3060, 6763  
S 12,63 • 454, 2105, 2109, 2110, 3056, 6770  
S 12,64 • 1004  
S 12,66 • 4523  
S 14,12 • 49, 2785, 5620, 5761, 6491, 6780  
S 14,13 • 204, 1774, 1777, 1793, 2215, 2499, 3375, 3377, 3777, 5515,  
5573, 5576, 5737, 5739, 5756, 7388, 7397  
S 14,14 • 2889, 4437  
S 15, 1 • 1963, 2509  
S 15, 1-3 • 2122, 3368  
S 15, 3 • 6619  
S 15, 5 • 7416  
S 15, 5-8 • 4001  
S 15,11 • 3907  
S 15,13 • 2104, 4159  
S 17,32-36 • 3423  
S 17,36 • 3422  
S 19 • 571  
S 20, 5 • 4012  
S 22, 1 • 483, 1341, 1834, 3536, 6703, 6885, 7509  
S 22, 5 • 2460  
S 22, 7 • 1690  
S 22, 22 • 3070  
S 22, 53 • 365, 3065  
S 22, 54 • 363, 2799, 3060, 3410, 5626  
S 22, 56 • 1109, 2110, 2195, 2198, 3053, 5626, 6837  
S 22, 57 • 358  
S 22, 78 • 2439  
S 22, 85 • 367, 3625  
S 22, 89 • 1319, 1320, 3780, 5581, 6883  
S 22, 94 • 2698  
S 22, 95 • 73, 2592, 2799, 3031, 3059, 3410, 3519, 3777, 6843, 7084  
S 22, 99 • 3522, 3832, 5400  
S 22, 99/100 • 3832  
S 22,100 • 1260, 2081, 3522, 4474, 5739, 6288, 6346, 6362



S 22,102 • 3076, 3865, 4466, 6845  
S 22,122 • 1497, 1902  
S 23,1 • 3985  
S 25 • 1091, 4634, 5645, 5686  
S 25,1-10 • 2506, 5844  
S 32 • 5265, 6024  
S 35, 23 • 1080  
S 35, 33 • 594, 950  
S 35, 63 • 6870  
S 35, 69 • 756, 3079, 6744  
S 35, 70 • 118, 470, 5741, 7308  
S 35, 71 • 4664  
S 35, 95 • 980, 1328, 1824  
S 35, 97 • 4637, 4756, 6422  
S 35,116 • 4220  
S 35,119 • 7208  
S 35,187 • 49, 408, 5309, 5776  
S 35,197 • 2985, 2993  
S 35,198 • 1824, 3312, 4050, 4365, 4604  
S 35,199 • 3120, 4595  
S 35,200 • 1080, 1305, 2071  
S 35,204 • 236, 1893, 1900, 2262, 4667, 6664, 6667  
S 35,206 • 2505, 3054, 3540, 3719, 4694, 4777, 6762, 6838  
S 35,207 • 299, 1124, 1994, 2594, 5305  
S 36, 6 • 462, 465, 901, 2768, 3814, 6890, 6899  
S 36,22 • 4272, 4680  
S 37 • 6024  
S 38, 1 • 5809  
S 39 • 5265, 6024  
S 41, 4 • 1924  
S 41, 5 • 4306  
S 41,10 • 1925  
S 42 • 5265, 6024  
S 42, 3 • 3671, 5657  
S 42, 8 • 1184, 6218, 6483  
S 42,10 • 3305, 4045, 4358  
S 42,11 • 4962  
S 43,13 • 6422  
S 44, 1 • 4663, 4664  
S 45, 2 • 2457  
S 45, 4 • 1092, 2506, 3161, 4306, 4752, 5431, 6662, 6889, 6966  
S 45, 7 • 5809  
S 45,140 • 2002  
S 46,40 • 828, 3117

S 46,53 • 987  
S 46,55 • 987, 1714  
S 47 • 5265  
S 47, 3 • 920  
S 47, 7 • 410, 2517  
S 47,20 • 6129  
S 48,40 • 1245, 2723, 3449, 4276, 4280, 4626, 6077, 6790, 6968  
S 48,42 • 267, 270, 272, 4074, 4636, 5652  
S 48,43 • 5319  
S 51,13 • 2741  
S 51,14 • 1924  
S 51,19 • 2696, 2746, 7049  
S 51,20 • 6202  
S 51,86 • 2709  
S 52,9 • 7509  
S 53,54 • 802  
S 55, 1 • 1150, 2015, 3877, 3953  
S 55, 6 • 1033, 5265, 5443, 5997, 6024  
S 55, 7 • 972, 1474, 1539, 1659, 3874, 3946, 4157, 6643, 7174  
S 55,17 • 2015, 3953  
S 55,21 • 5979  
S 55,24 • 1091, 4634  
S 55,26 • 6698, 6700  
S 55,27 • 2016, 3953, 6698  
S 55,40 • 1142, 2018, 2861, 3946, 6422  
S 55,41 • 2015, 3953, 5885  
S 55,69 • 5678, 7364  
S 56, 10 • 6947  
S 56, 11 • 6610  
S 56, 19 • 6613  
S 56, 49 • 1069, 3946  
S 56, 51 • 3946  
S 56, 52 • 3946  
S 56, 53 • 3946  
S 56, 57 • 3946  
S 56,102-130 • 45, 553, 1677, 6246  
S 65-66 • 7226

## **Dh (Dhammapada) Wahrheitspfad**

- Dh 1 • 399, 873, 915, 2862, 5144, 5992, 7234
- Dh 1,2 • 4104
- Dh 1-2 • 1951, 4318
- Dh 2 • 399, 5144
- Dh 5 • 1727, 1832
- Dh 6 • 1832
- Dh 11 • 872
- Dh 16 • 1472
- Dh 16-18 • 6275
- Dh 18 • 1472
- Dh 21 • 682, 971, 1347, 2002, 6132
- Dh 22 • 2002
- Dh 23 • 3165
- Dh 25 • 5239
- Dh 28 • 582
- Dh 40 • 898, 1427, 2847
- Dh 53 • 216, 5240
- Dh 63 • 5733, 6209
- Dh 64 • 6208
- Dh 65 • 6208
- Dh 69 • 3834
- Dh 76 • 5672
- Dh 81 • 6516
- Dh 94 • 1195, 2017, 2019, 3801, 5807, 6670
- Dh 97 • 5122
- Dh 100 • 5264
- Dh 103 • 5239
- Dh 116 • 1048
- Dh 118 • 4434, 5674
- Dh 119 • 2150, 5797, 6368
- Dh 119-120 • 195, 4232
- Dh 120 • 1952, 2150, 5797, 6368
- Dh 121-122 • 1950, 4317
- Dh 124 • 1409, 1802, 2229, 2515, 3984, 6743
- Dh 127 • 194, 1359, 1385, 4231, 5797
- Dh 128 • 3986
- Dh 133 • 1531, 3678, 4117
- Dh 138-140 • 4977
- Dh 141 • 2536
- Dh 152 • 425, 4908
- Dh 153 • 4794

Dh 153-154 • 2515  
Dh 154 • 4794  
Dh 163 • 2986  
Dh 166 • 493, 1554, 7102  
Dh 170 • 788, 2877, 3796, 5543, 5633  
Dh 173 • 1184, 1384, 1471, 3699, 4233, 5087, 6218, 6374, 6483, 7371  
Dh 174 • 1678, 4021, 4410, 4868  
Dh 176 • 3676, 4420, 5656  
Dh 204 • 1893  
Dh 205 • 2683, 2751, 3161, 6967  
Dh 219 • 1359, 5797  
Dh 219/20 • 5833  
Dh 219/220 • 4231  
Dh 219-220 • 195  
Dh 220 • 1359, 5797  
Dh 222 • 1974  
Dh 224 • 1034, 3695, 5826, 5994  
Dh 239 • 3850  
Dh 246,247 • 1661  
Dh 246/7 • 5659  
Dh 251 • 3748, 4920  
Dh 276 • 2486  
Dh 277-279 • 630  
Dh 280 • 994, 1302  
Dh 302 • 2987  
Dh 309 • 1661, 2076, 3675, 5658  
Dh 315 • 3544  
Dh 334 • 6763  
Dh 342 • 3748, 4920  
Dh 347 • 5517  
Dh 354 • 2467  
Dh 374 • 283, 371, 1014, 1051, 1309, 1921, 3725, 3872, 4528, 4665, 6168,  
6423  
Dh 380 • 493  
Dh 382 • 4924

## **Thag (Theragāthā) Lieder der Mönche**

- Thag 1 • 6555  
Thag 21 • 3336, 4383  
Thag 26 • 4258  
Thag 114 • 6201  
Thag 121 • 250, 3121, 3192, 3367, 4027, 6618  
Thag 125 • 107, 478, 2114, 6491, 6763  
Thag 168,349 • 911  
Thag 258-260 • 4787  
Thag 265 • 1838, 7522  
Thag 279-282 • 6087, 6751  
Thag 400 • 4920  
Thag 432 • 1195, 2017  
Thag 563 • 4739, 7058  
Thag 575 • 3833  
Thag 581 • 3159  
Thag 615 • 7499  
Thag 647 • 1394  
Thag 647,648 • 2955, 4459  
Thag 648 • 1394, 4983  
Thag 708 • 1410, 6743  
Thag 712 • 1410, 6743  
Thag 719 • 1410, 6743  
Thag 728 • 4560  
Thag 744 • 1092, 2506, 4752  
Thag 744, 745 • 4560  
Thag 745 • 1092, 2506, 4752  
Thag 789-793 • 4924  
Thag 794/795 • 3311, 4050, 4365  
Thag 794-795 • 478, 1824  
Thag 863 • 1916  
Thag 887 • 4949  
Thag 899-900 • 3159  
Thag 909 • 659  
Thag 1002 • 6741  
Thag 1053 • 4247  
Thag 1111 • 6763  
Thag 1126-1130 • 610  
Thag 1127/1128 • 656  
Thag 1141 • 6129  
Thag 1183 • 4739, 7058  
Thag 1215 • 3121

## **Thig (Therīgāthā) Lieder der Nonnen**

Thig 149 • 3872  
Thig 149/150 • 372, 1051, 2974  
Thig 394 • 2281, 5910  
Thig 448-521 • 2972, 3105  
Thig 450, 451 • 2972  
Thig 460-461 • 5085  
Thig 485 • 2973  
Thig 488-491 • 2973  
Thig 503 • 2973  
Thig 507 • 1682, 4133

## **Sn (Suttanipāta) Vers-Reden**

Sn 8-12 • 3046  
Sn 9 • 1789, 3277, 3778, 3973, 4333, 5578  
Sn 9-13 • 900, 1021, 2752, 4240, 4409, 6403, 6941  
Sn 11-13 • 765  
Sn 96 • 994  
Sn 143-152 • 1579  
Sn 149/150 • 1962  
Sn 149-150 • 436  
Sn 150 • 1395, 2955  
Sn 158 • 1530  
Sn 181 • 5804  
Sn 182 • 5804  
Sn 193-206 • 1217, 4677  
Sn 229 • 3043  
Sn 230 • 3084, 3945, 5848, 5885  
Sn 257 • 6424  
Sn 262,263 • 1499  
Sn 270 • 1911  
Sn 272 • 4678, 5622, 6459  
Sn 284-315 • 4165, 4345  
Sn 311 • 3671  
Sn 316 • 7491  
Sn 326 • 1992  
Sn 331 • 787  
Sn 331-332 • 642, 5239  
Sn 399 • 171  
Sn 436-438 • 3987

Sn 447-448 • 3992  
Sn 451 • 1530  
Sn 507 • 1395  
Sn 574-578 • 250  
Sn 654 • 6343, 6467  
Sn 687 • 5259  
Sn 689 • 5259  
Sn 695 • 5259  
Sn 747 • 883  
Sn 757 • 4409  
Sn 768 • 2972  
Sn 772 • 307, 432, 840, 2255, 7413  
Sn 774 • 6482  
Sn 779 • 1789, 3778, 5518, 5578  
Sn 791 • 6470, 6763  
Sn 874 • 2803  
Sn 932 • 1531  
Sn 971 • 1531  
Sn 1032-1037 • 5315  
Sn 1074-76 • 3247, 4661  
Sn 1114 • 4771, 5748, 6565  
Sn 1137 • 3818

## **It (Itivuttaka) Sammlung von Aphorismen**

It 15 • 2126, 3786, 6623  
It 17 • 1602  
It 25 • 679, 4420, 5655  
It 26 • 207, 1518, 6320  
It 27 • 1568  
It 38 • 799, 1162, 1547, 1687, 2222, 3684, 4982  
It 43 • 884  
It 58 • 496, 3607  
It 69 • 4606  
It 76 • 1837, 5194, 7533  
It 77 • 439  
It 89 • 4255  
It 109 • 969, 1678, 4606  
It 187 • 4606  
It 189 • 4606

## **Peta-Vatthu I, Peta-Vatthu II**

Peta-Vatthu I, 7 • 567  
Peta-Vatthu I,11 • 569  
Peta-Vatthu II,3 • 559  
Peta-Vatthu IV,2 • 7367

## **Ud (Udāna)**

Ud I,1 • 3594  
Ud II, 2 • 3594, 5809  
Ud II, 8 • 5260  
Ud II,10 • 7086  
Ud III,2 • 5993  
Ud III,3 • 766  
Ud III/2 • 4739, 7059  
Ud VII,3 • 884  
Ud VIII,3 • 4808, 4954  
Ud VIII,4 • 5772

## **Khuddaka-pātho**

Khuddako-pātho VII • 558



Das Buddhistische Seminar wurde 1948 von *Paul Debes* gegründet, und 1954 trat *Ingetraut Anders-Debes* mit ein. Das Buddhistische Seminar erschließt die Unterweisungen und Lehren des Buddha, des Erwachten, für den heutigen westlichen Menschen. Wenn sich auch im Lauf der Jahrhunderte aus verständlichen menschlichen Bedürfnissen in Asien verschiedenartige buddhistische Schulen entwickelt haben – und jetzt auch im Westen – so liegen dennoch die ursprünglichen Aussagen dieses größten Lehrers der Menschheit in einer Anzahl und Geschlossenheit vor, wie es in den gesamten religiösen Schriften aller Kulturen dieser Erde ohnegleichen ist.

Mit diesen Reden und Unterweisungen vermittelt der Erwachte dem Wahrheit- und Heilsucher eine solche Kenntnis der Existenz, die ihn befähigt, alle Probleme, von den vordergründigsten dieses Erdenlebens bis zur endgültigen Meisterung der Existenz, zu lösen. Diese authentischen Unterweisungen sind es, die das Buddhistische Seminar für den heutigen westlichen Menschen erläutert.

Die Anleitungen des Seminars geschahen *mündlich* in Vorträgen, in Wochenend- und Abendseminare (davon stehen Aufnahmen zur Verfügung – und geschehen *schriftlich* (s. umseitig).

Dem verwalteten geistigen Gut gemäß ist das Buddhistische Seminar kein kaufmännisches Unternehmen; es verkauft nicht und hat für seine Unterweisungen keine Preise. Seine Möglichkeiten stehen jedem Fragenden und Suchenden unabhängig von Bezahlung offen. Es hat auch weder Auftrag noch geldliche Zuwendungen von fremder Seite, sondern arbeitet nur mit den freiwilligen Spenden seiner alten und neuen Freunde, solange diese es ermöglichen. Da man Spenden nur so lange gibt, wie man Förderung und Hilfe verspürt, so ist der Bestand des buddhistischen Seminars in natürlicher Weise an die von ihm ausgehende Wirkung gebunden. Darum werden die Beiträge, regelmäßige oder spontane, nicht als „Almosen“ aufgefasst, sondern als Ausdruck des Wunsches, die Fortsetzung dieser Arbeit zu ermöglichen, oder als Dank für empfundene Hilfe oder als freiwilliger Beitrag zu den aufgewandten Kosten.

Anschrift: Buddhistisches Seminar  
95463 Bindlach, Katzeneichen 6. Tel.: 09208/8070  
Postb. Hamburg: IBAN: DE15 2001 0020 0031 0382 02;  
BIC: PBNKDEFF

Sonstige Veröffentlichungen des Buddhistischen Seminars:

Meisterung der Existenz  
durch die Lehre des Buddha  
grundlegende Darstellung der Lehre des Buddha  
von Paul Debes, 964 Seiten (2 Bände), brosch.

Paul Debes beantwortet Fragen  
zu buddhistischer Anschauung und Lebensführung  
1114 Seiten (2 Bände), gzl.

Meditation nach dem Buddha  
– warum und was –  
Heilsförderliche Besinnungen von Paul Debes  
430 Seiten, brosch.

Begriffe der Buddha-Reden mit Erklärung  
von Paul Debes – 364 S. gzl.

Das Leben des Buddha  
eine umfassende Beschreibung des inneren  
und äußeren Lebensganges des Erwachten  
von Hellmuth Hecker, gzl., 538 Seiten

Buddhistische Schatzkiste  
Geschichten, Berichte, Diskussionen  
für Klein und Groß  
gzl., 950 Seiten

Wissen und Wandel, Buddhistische Zweimonatsschrift

Jährlicher Tagesspruchkalender  
Weisheiten aus allen Kulturen und Zeiten:  
„Wovon andere Weise sagen: ‚das ist‘, davon sage auch ich ‚das ist‘.“